

Lösen und Relaxen

Osmopraktische Lösungen in der Partnerschaft | *Hanna Christiane Günther*

Wie wir Düfte und Gerüche wahrnehmen hat Auswirkungen auf unser Unterbewusstsein. So können auch verborgene Themen, die den Patienten beschäftigen, ans Licht kommen, in dem er beispielsweise ein ätherisches Öl intensiver wahrnimmt. Die Osmopraktik kann auch Paaren dabei helfen, ihre Beziehung in Balance zu bringen.

So unterschiedlich wir Menschen auch sind – wir wagen trotzdem ein „Zusammenrücken“, wir gehen Beziehungen ein, meist sogar in der Hoffnung, sie mögen für den Rest unseres Lebens bestehen bleiben.

Was uns dazu veranlasst, ist einerseits die ebenso simple wie mitunter folgenschwere Tatsache, dass Menschen soziale Wesen sind. Andererseits spielen natürlich auch noch all jene Triebe eine Rolle, die in unserem Unbewussten verborgen sind und uns von dort aus steuern: Es geht um Sexualität und Liebe – oder um Liebe und Sexualität, entweder in der einen oder der anderen Reihenfolge oder auch nur um eines von beiden. Denn man kann Menschen lieben ohne sexuell an ihnen interessiert zu sein und Menschen begehren ohne dabei tiefere Gefühle für sie zu empfinden.

Die Liebe, das Unbewusste und die Sprache der Düfte

Wenn sich auch und besonders hier das Unbewusste als treibende Kraft betätigt und man sich die enge Verbindung in unserem Gehirn zwischen dem Geruchssinn und dem Unbewussten ins Gedächtnis ruft, so ist bereits zu vermuten, dass auch hinsichtlich des menschlichen Beziehungslebens Düfte eine Rolle spielen.

Es ist tatsächlich so und es beginnt bereits vor der Geburt: Durch die chemischen Eindrücke, die dem Kind im Mutterleib über die Nabelschnur und das Fruchtwasser, vermittelt werden – das Ur-Vertrauen. Das ist übrigens bei allen Säugetieren ebenfalls der Fall der auch den Neugeborenen die erste Orientierungshilfe (z. B. der Nahrungsaufnahme) vermittelt. Nach der Geburt, so weiß man heute, tragen Duftstoffe einen wichtigen Teil zur Bindung zwischen Kind und Eltern bei.



Abb. 1: Ob wir den Partner im sprichwörtlichen Sinn „riechen“ können, hängt auch von unserer Lebenssituation in diesem Moment ab. Allein der Geruchssinn verhilft nicht zur perfekten Partnerwahl auf Lebenszeit.

Foto: Fotolia – puhha

Die Haut von Neugeborenen produziert einen besonderen Geruchsstoff, der sehr stark dem Duft von Vanille gleicht und der dazu gedacht ist, in der Mutter hormonelle Reaktionen auszulösen.

Wenn in der Pubertät unter den Achseln und im Schambereich der Haarwuchs einsetzt, so werden damit in diesen Körperzonen auch gleichzeitig die „Pheromon-Geschütze“ in Stellung gebracht. Pheromone sind Sexuallockstoffe, die unbewusst wahrgenommen werden und deren Wahrnehmung unbewusste Reaktionen auslöst, die uns dann allerdings schnell – körperlich und emotional – bewusst werden. Das ist gewissermaßen die „chemische Orgel“, die einen verführerischen Tango spielt und so von Gefühlen beflügelte und überwältigte Herzen zum Tanzen bringt.

Dass nicht jeder Mensch von jedem anderen des von ihm bevorzugten Geschlechts in dieser Weise inspiriert wird, hängt damit zusammen, dass der Geruch eines jeden Menschen verschieden und das Unbewusste durchaus wählerisch ist in den Attributen,

auf die es Wert legt. Auch sie sind von Mensch zu Mensch verschieden.

Hat sich aber eine Partnerin oder ein Partner gefunden, dann bleibt dessen Geruch ein wichtiges und durchaus folgenreiches Signal. In Tests hat man herausgefunden, dass Frauen nicht nur in der Lage sind, Kleidungsstücke (hier: T-Shirts), die von ihrem Partner getragen wurden, zu erkennen. Die Wirkung der Pheromone geht so weit, dass ihre Wahrnehmung einen Eisprung auslösen kann.

Zum Einfluss künstlicher Düfte

In unserer modernen Welt haben wir uns allerdings angewöhnt, den natürlichen Körpergeruch durch künstliche Duftstoffe zu überdecken, was durchaus zu Irrtümern in der Partnerwahl führen kann. Ebenso können Medikamente Einfluss auf den Geruchssinn eines Menschen ausüben – und sie tun es natürlich besonders dann, wenn Hormone im Spiel sind. Die Einnahme der Anti-Baby-

Pille ist wohl eines der bekanntesten und häufigsten Beispiele.

Hat eine Frau über lange Zeit medikamentös die Empfängnis verhütet und ihren Partner auch in dieser Phase kennengelernt und setzt dann das Verhütungsmittel ab, da beide gern ein Kind bekommen möchten, kann die damit einhergehende Veränderung des Geruchssinns der Frau zunächst zu Irritationen führen: Das Unbewusste stellt plötzlich fest, dass es den geliebten Mann (bzw. dessen vertrauten Duft) nicht mehr riechen kann, was – wie die entsprechende Redewendung belegt – eine Abneigung ausdrücken kann, zumindest aber einen Verlust an Vertrautheit und damit auch Vertrauen. Die Partnerwahl geschah in einer Situation, in der bewusst die Frage der Fortpflanzung ausgeklammert wurde und entsprechend orientierte sich auch das Unbewusste sinnlich. Für die Funktion des potenziellen Vaters hätte die Frau unter anderen Vorbedingungen in manchen Fällen einen Mann mit anderen Attributen ausgewählt.

Es ist nicht der Geruchssinn allein, der Menschen in der Partnerwahl beeinflusst.

Doch der Welt der Düfte kommt eine besondere Bedeutung dabei zu, da sie Informatio-

nen vermittelt, die uns nie bewusst zugänglich werden, und da sie komplexen, von inneren, genetisch bedingten Programmen gesteuerten Bedürfnissen dient, die uns ebenfalls kaum bekannt und nicht bewusst zugänglich sind.

Die ideale Partnerwahl

Die absolut ideale Situation ergibt sich dann, wenn alle sinnlichen Wahrnehmungen ein gleichermaßen positives Bild vermitteln, wenn bewusste und intuitive Beurteilung zu demselben Schluss kommen: „Ja, das ist **sie** oder **er**“ – und das in einer Situation, in der man völlig ausgeglichen und mit sich und der Welt im Reinen ist. Denn ist das nicht der Fall, ist die Chance groß, dass in der Partnerin oder im Partner nach Befriedigung für ein augenblicklich drängendes Bedürfnis gesucht wird. Das muss durchaus nichts mit Sexualität, nicht einmal vorrangig mit der Frage einer Liebesbeziehung zu tun haben.

Wer zum Beispiel im Beruf die Anerkennung seines Tuns vermisst, der wird sie im Privatleben suchen und sich darüber freuen, angehimmelt zu werden. Ändert sich die berufliche Situation und das Bedürfnis nach Aner-

kennung findet am Arbeitsplatz die erhoffte Resonanz, wird es im Privatleben weniger wichtig und die dort vermittelte Aufmerksamkeit kann plötzlich übertrieben und einengend wirken.

Friedrich Schillers Rat aus seinem „Lied von der Glocke“, man möge sehr gut prüfen, mit wem man sich für sein weiteres Leben vermählt, denn „Der Wahn ist kurz, die Reu‘ ist lang“, kann ergänzt werden durch: Man denke gut, unter welchen persönlichen Bedingungen man sich auf eine langfristige Beziehung einlässt und warum. Jede Form der Unausgeglichenheit bedeutet auch eine Form der Schwäche, die sich in einer Beziehung schließlich auf zwei Personen auswirkt und zu Reaktionen führen kann, mit denen man nicht wirklich gerechnet hat.

Die Duft-Reaktions-Methode der Osmopraktik kann sehr gut dabei helfen, mögliche Fallstricke für eine Beziehung zu finden, da sie auf einem durch Düfte vermittelten Dialog mit dem Unbewussten beruht. Doch auch wenn bereits eine Wahl getroffen ist und es zu Problemen kommt, ist die Osmopraktik hilfreich, deren Ursachen zu finden und das Gleichgewicht in den Partnern und zwischen ihnen wiederherzustellen.

Fallbeispiel: Vom einander Verlieren und Wiederfinden

Wie wir alle wissen, gibt es in zwischenmenschlichen Beziehungen sehr viel Raum und Anlass zu Irritationen, erst recht, je enger und intimer sie sind. Nicht selten sind sie sogar das Resultat der Liebe selbst. Ein Beispiel aus meiner Praxis soll das illustrieren.

Ein älteres Ehepaar (beide in den 70ern) befasste sich in meinem Geschäft mit den unterschiedlichen Düften. Ihr Ziel war es, die richtige Note für ein Massageöl für ihn zu finden. Also überließ ich die Beiden zunächst der Führung ihrer eigenen Riechorgane. Wie ich kurze Zeit später an der Lautstärke ihrer Unterhaltung hören konnte, waren allerdings ihre Meinungen zu den unterschiedlichen Ölen sehr konträr.

Schließlich wurde ich als eine Art Schiedsrichter hinzu zitiert. Der Mann hatte sich geradezu in den Geruch von Rosmarin Camphol verliebt; seine Frau hatte eine andere Meinung zu dessen Eignung für das gewünschte individuelle Produkt. Dabei ging es weniger um ihre Beurteilung dieses konkreten Duftes als um die Sorge, das Aroma wäre zu stark für ihren Mann, da er herzkrank war.

Um beiden gerecht zu werden, gab ich nur einen Tropfen Rosmarin CT Camphol in 100

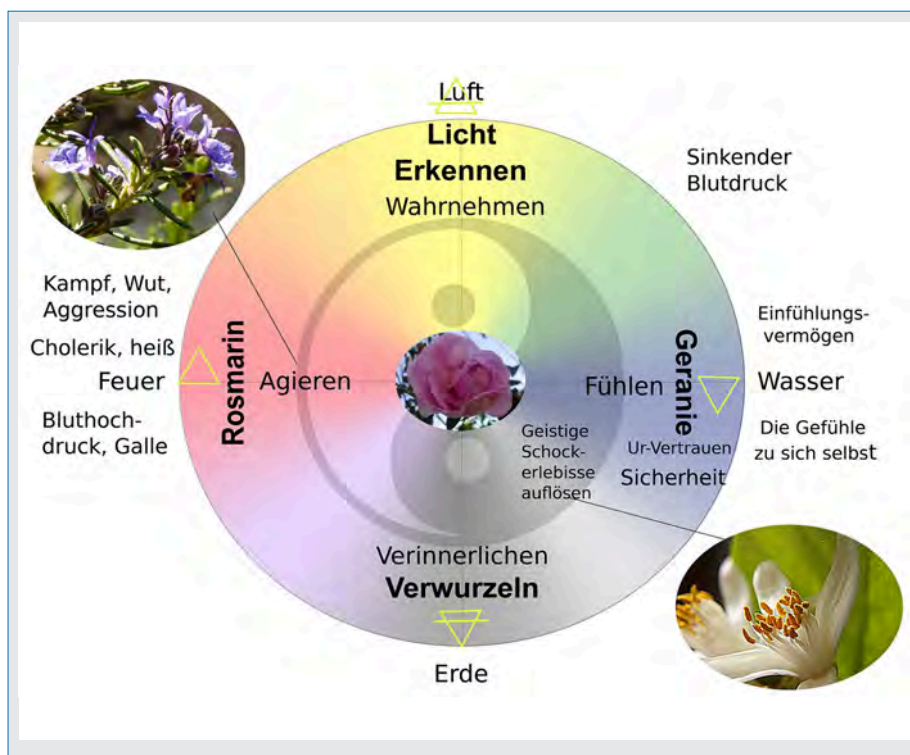


Abb. 2: In diesem Fallbeispiel wurde ein Duft für den männlichen Partner gefunden - um beide wieder zu vereinen spiegelte sich der zweite wichtige Duft heraus. Unsere Psyche ist sehr komplex und die Wege sehr unterschiedlich - trotzdem kann man den Sinn logisch nachvollziehen.

Milliliter Pflanzenöl, schüttelte das Ganze kräftig und reichte die Mischung zunächst an den Mann, der freudig, triumphierend und erleichtert nickte. Dann ließ ich seine Frau schnuppern, die irritiert und leicht indigniert feststellte, dass sie gar nichts riechen konnte. Aber wir ließen es dabei – denn sein Wunsch war erfüllt. Das sie den einen Tropfen nicht wahrnehmen konnte, lag daran, dass sie auch nicht dieses Thema hatte, mit dem nur er sich beschäftigte.

Da sich das Paar darüber wunderte, wie diese unterschiedlichen Bewertungen und Wahrnehmungen zustande kommen, erklärte ich es ihnen: Offensichtlich besaß Rosmarin Camphol eine Eigenschaft, die für den Mann zu diesem Zeitpunkt interessant, attraktiv und wichtig, während es für seine Frau offenbar nicht der Fall war.

„Und auch für Sie wird die Geruchswirkung nachlassen, wenn der Duft seinen Beitrag zur Wiederherstellung Ihrer Balance geleistet hat“, erläuterte ich meinem Kunden und bot ihm an, mich anzurufen, wenn dieser Zeitpunkt gekommen war, um mit mir einen Termin für ein Osmogramm zu vereinbaren. Es dauerte etwa eine Woche bis der Anruf kam und beide zu mir kamen. Das erwies sich sehr schnell als schwierig, da sie wieder darüber zu streiten begannen, wie die einzelnen im Verlauf des Osmogramms vorgestellten Düfte zu beschreiben waren. Die einzige Möglichkeit, mit der Situation voranzukommen, bestand darin, für beide Personen gleichzeitig individuelle Osmogramme zu erarbeiten. Dieser Entschluss machte es zumindest etwas leichter, doch die grundsätzliche Spannung hielt an – sie waren unterschiedlicher Meinung. Als ich beiden Neroli-Öl zum Riechen gab, veränderte es sofort die Situation: Es wurde sehr still und sie kehrten sich einander zu. Mit einem sanften „Weißt du noch ...“ des Mannes begann es, das mit einem Lächeln und liebevollen Worten beantwortet wurde und, gestützt auf Erinnerungen an die Kraft ihrer Gemeinsamkeit, zogen sich beide plötzlich aus meiner Realität zurück in ihre eigene Welt.

Das wiedergefundene Gefühl der Verbundenheit führte dann auch bald zur Frage nach der Ursache seines Verlustes: Wie sich herausstellte, hatten beide gesundheitliche Traumata erlebt, der Mann durch einen Schlaganfall, die Frau durch eine Krebserkrankung. Beide hatten sich daher zurückgezogen, abgekapselt, in der Angst, den anderen zu belasten und aus den Folgen des selbstgewählten Rückzugs waren Ängste entstanden, nicht mehr attraktiv zu sein und die Liebe des anderen zu verlieren. So sehr mich auch die Details ihrer gemein-

samen Geschichte überraschten, so wenig überraschten mich ihre Reaktionen an sich, da das Neroli-Öl sie unterstützte, innere Blockaden, wie die Ergebnisse traumatischer Erfahrungen, zu lösen.

Ich durfte diese beiden Menschen mit drei Osmogrammen und den anhand ihrer Ergebnisse entwickelten individuellen Duftmischungen begleiten: Ihre Fähigkeit zur Kommunikation – zunächst mit dem eigenen Unbewussten, dann mit dem Partner – gefördert und sie fanden zurück zu einem Gleichgewicht in sich selbst und zur Balance in ihrer Beziehung.

Die Komplexität menschlichen Seins

Die Osmopraktik lässt sich in vielen Fragestellungen anwenden. Mit diesem Beispiel wollte ich zeigen, dass niemand zu jung oder zu alt ist, sich geliebt zu wissen und zu lieben und Liebe, Harmonie, Entspannung und Gelöstheit zu erfahren. Egal, was geschehen ist, es ist immer möglich und macht immer Sinn, sich selbst und der Liebe eine Chance zu geben.

Wer nun vielleicht auf den Gedanken kommt, sich im Sinne einer Prophylaxe mit einem Fläschchen ätherischen Öls, dessen Duft er besonders attraktiv findet, auf die Partnersuche zu begeben und potenzielle Partner nach dem Motto „Wem gefällt, was mir gefällt, der gefällt mir“ dieser eher unprofessionellen Form einer Duft-Reaktions-Methode zu unterziehen, dem sei gesagt: So einfach ist das leider nicht. Denn wer in gleicher Weise wie man selbst auf einen Duft reagiert, der mag in der gleichen Situation sein – aber das kann vieles bedeuten. Doch selbst wenn es etwas Positives anzeigt, bleibt immer noch die Frage, wie viel „Gleich und Gleich“ sich am besten zuein角度n sollte.

Wir Menschen sind ziemlich komplexe Lebewesen. Diese Komplexität zum Beispiel in einem Osmogramm auszuloten, kann mehrere Stunden dauern und dann ergibt sich nur eine Momentaufnahme. Aber diese Komplexität ist schließlich etwas Positives und trägt sehr zu unserer Attraktivität bei. Sich ihr zu stellen, sie nach Möglichkeit nicht nur zu akzeptieren, sondern schätzen und lieben zu lernen, ist ein guter Anfang für eine entspannte Haltung zur eigenen Person und zu anderen – und damit eine gute Vorbedingung für alle weiteren Beziehungen.

Für die Details gibt es zum Glück ätherische Öle und Methoden wie die Osmopraktik, die es gestatten, auch mit dem Unbewussten zu

kommunizieren und es im Interesse der persönlichen (Liebes-)Balance bewusst zu machen. ■

Keywords: Osmopraktik, Liebe, Duft, Unterbewusstsein



Hanna Christiane Günther

Hanna Christiane Günther hat die Fachschule für Sozialpädagogin mit Schwerpunkt Heilpädagogik und Verhaltensauffälligkeiten besucht. Nach einem mehrjährigen Aufenthalt im Irak und Studienreisen, hat sie 1995 die Prüfung zur Aromatologin abgelegt und ein Jahr später die zur Integralen Osmologin. 2000 gründete sie die ASOMI (Aromatologie Schule für Osmopraktiker International) sowie drei Jahre später den Verein aroma-netz e. V.. Sie war darüber hinaus Dozentin an der Internationalen Schule ISAO für praktische Integrale Osmologie und bietet (beinahe weltweit) Ausbildungen der ASOMI an. Hanna Christiane Günther ist freie Mitarbeiterin, Buchautorin („Osmopraktisches Fragenhandbuch“) und Schulungsleiterin an der ASOMI.