

Auszug:

Die Essenz der Pflanzenseele Von der Menschheit schon seit Jahrtausenden angewandt, weiß man heute kaum mehr, wie unglaublich wirkungsvoll ätherische Öle sein können. Kein Wunder: Das, was man heutzutage als ätherisches Öl kauft, wurde fast immer auf viel zu schnelle Weise hergestellt, ohne dass es die volle Wirkkraft einer Pflanze überhaupt zu speichern vermochte. Die hier vorgestellten essentiellen Öle wirken nicht nur auf den Körper, sondern auch auf unsere Gefühle ein. Lassen Sie sich von dem wohl geistigsten Balsam – völlig natürlich – inspirieren.

Von Isabelle Schneider



Märchen beginnen gemeinhin mit „Es war einmal...“ – so auch dieses: Es war einmal ein kleiner Junge, der auf einer Farm im amerikanischen Rocky-Mountains-Bundesstaat Idaho aufwuchs. Bis er 16 Jahre alt war, verfügte die Farm, auf der er mit seinen fünf Brüdern und Schwestern lebte, weder über fließende Wasser noch über Elektrizität.

Seit Jahrtausenden schätzt der Mensch neben dem Duft auch die Wirkung ätherische Öle

Mit nur 17 Jahren zog er nach Kanada, um dort seine Ausbildung als Farmer und Holzfäller weiterzuverfolgen. Sieben Jahre später entkam der junge Mann nur sehr knapp dem Tod. Er verletzte sich beim Holzschlagen so schwer, dass er zunächst drei Wochen im Koma lag. Als er erwachte, wurde er mit der tragischen Diagnose „Rollstuhl bis ans Lebensende“ konfrontiert. Von Frustration und Hoffnungslosigkeit geplagt, schien ihm sein Leben nunmehr wertlos. Bis zu dem Tag, als er sich bewusst für ein besseres Leben entschied. Und siehe da, nur drei Jahre später konnte er Zehen und Füße wieder spüren. Dreizehn Jahre nach seinem tragischen Unfall lief dieser Mann, der eigentlich für immer an den Rollstuhl hätte gefesselt sein sollen, bei einem Halbmarathon mit 970 Teilnehmern mit – und erreichte den sechzigsten Platz!

### **Märchen oder Realität?**

So unglaublich diese Geschichte auch klingen mag, Don Gary Young, der sich nicht mit seiner Diagnose zufrieden gab, machte das scheinbar Unmögliche möglich. Gary ist heute in seinen Mittsechzigern und eine Koryphäe auf dem Gebiet der ätherischen Öle.

Nachdem Gary sich für ein besseres Leben entschieden hatte, begann er nach alternativen Heilmethoden zu suchen, denn sein zuständiger Arzt sagte ihm, dass keine Hoffnung bestände. So unterzog er sich erst einmal verschiedenen Reinigungsprozessen, was seinen Körper von den giftigen Arzneimitteln klärte. Danach machte er seinen Master-Abschluss in Ernährung und ein Doktorat in Naturheilkunde. Er eröffnete eine klinische Familienpraxis in Chula Vista, Kalifornien sowie eine Forschungsklinik in La Mesa, Mexiko. Im Zuge seiner Lebensumstellung machte Gary seine ersten Erfahrungen mit essentiellen Ölen. Die Schwester einer seiner Patienten sandte ihm Lesestoff darüber zu und Gary nahm erst an, es

sei nur eine weitere unbrauchbare Methode. Als er jedoch zu lesen begann, konnte er nicht mehr aufhören und las die ganze Nacht hindurch.

Völlig begeistert von dem, was er gelesen hatte, nahm er in Genf an einem Seminar über essentielle Öle teil. Dieses Seminar, welches von den beiden Doktoren Jean-Claude Lapraz und Paul Duraffourd gehalten wurde, ließ ihn mit dreizehn verschiedenen Ölen und einem neuen Ausblick in die Vereinigten Staaten zurückkehren. Dort begann er gleich mit verschiedenen Versuchen. Gleichzeitig lernte er, dass die Qualität des Öls eine entscheidende Rolle spielt. Als er die Arbeit mit essentiellen Ölen begann, ging er noch immer an Krücken. Er begann, die Öle anzuwenden, allerdings nicht bei sich, sondern bei seinen Patienten – mit großem Erfolg. Als er wieder einmal unter seinen starken Schmerzen litt, beschloss er, die Öle auch selbst zu benutzen. Nach drei Tagen konnte er ohne Schmerzen gehen und eine weitere Woche später zum ersten Mal seit dreizehn Jahren wieder joggen!

Dies war der Beginn seiner Reise durch die Welt der Aromatherapie – eines Universums voller Düfte. Um mit den verschiedensten Spezialisten zusammenzuarbeiten, reiste Gary Young nach Genf in der Schweiz, nach Paris, nach England, Kairo und Jerusalem und eignete sich so sein heutiges immenses Wissen an.

## **Essentielle Öle und ihre Wirkung**

Essentielle Öle sind das wohl geistigste „Heilmittel“: eine aromatische Flüssigkeit, die auch das „Blut der Pflanze“ genannt wird. Dieses Öl entsteht durch die Destillation von Blumen, Bäumen, Baumrinden, Blättern, Harzen, Wurzeln, Büschen und Samen. Oftmals wird die ganze Pflanze benötigt, um nur einen einzigen Tropfen destilliertes essentielles Öl zu erhalten. Zum Beispiel braucht es Tausende von Blütenblättern, um ein Fläschchen Rosenöl herzustellen. Ebenso enthält ein Tropfen Pfefferminzöl die Konzentration von ungefähr zwanzig Teebeuteln.

Doch was macht essentielle Öle so interessant für uns? Festzuhalten ist, dass essentielle Öle nicht nur auf den Körper, sondern auch auf die Emotionen wirken. In der Praxis zeigte sich bereits, dass ätherische Öle einen großen Einfluss auf das zentrale Nervensystem haben; sie verringern oder eliminieren gar Schmerzen, sie reinigen Wunden und verschließen diese, sie lösen Muskelspannungen und bewirken eine starke Aufhellung des Gemüts. Außerdem wird die Aufnahme von allen Nährstoffen, egal ob Vitamine, Enzyme, Aminosäuren, Mineralien, Spurenelemente oder Glykonährstoffe, verbessert.

Was ätherische Öle laut vielfältigsten Erfahrungsberichten und Untersuchungen für uns bewirken können:

- Sie schützen uns vor Krankheiten.
- Sie können den Hormonhaushalt ausgleichen.
- Einige Öle haben die Fähigkeit, Stresshormone abzubauen, andere erhöhen den Spiegel der Wachstumshormone und stärken damit das gesamte Immunsystem.
- Sie helfen uns, zerstörtes Gewebe nach Verletzungen wieder aufzubauen und zu heilen.
- Sie können Schmerzen verringern und eliminieren, Blutergüsse und Schwellungen verhindern.
- Sie vermögen körperliche wie psychische Schocksymptome zu beseitigen.
- Sie können das Blut verdünnen und Durchblutungsstörungen beheben.
- Sie wirken beruhigend oder anregend auf Herz und Kreislauf.
- Sie können negative Zellinformationen und Gedankenmuster transformieren.

- Sie verleihen mehr Mut, Zuversicht und Lebensfreude.
- Sie erhöhen die Konzentration und das Lernvermögen.
- Sie haben in Studien zuckersenkende und tumorhemmende Eigenschaften bewiesen.
- Sie machen das Gewebe basisch und entgiften.
- Sie binden Schwermetalle.
- Sie wirken stark antioxidativ und verbessern die Sauerstoffversorgung in der Zelle.
- Sie geben dem Körper zusätzliche Energie.

Das essentielle Öl und das menschliche Blut haben in vielerlei Hinsicht dieselben Aufgaben: Sie bekämpfen Infektionen, enthalten hormonähnliche Verbindungen und leiten die Regeneration ein. Essentielle Öle besitzen antibakterielle, pilztötende und antivirale Eigenschaften. Einige Öle sind in der Lage, als Hormone zu fungieren und manch ein physiologisches System des Körpers wieder in die Balance zu bringen.

Essentielle Öle besitzen eine ähnliche chemische Struktur, wie wir sie auch in menschlichen Zellen und dem Gewebe wiederfinden. Das macht sie kompatibel mit menschlichen Proteinen, weshalb sie bereitwillig vom Körper akzeptiert werden. Weil die Moleküle der essentiellen Öle so klein sind, ist es für sie ein Leichtes, die Zellmembran zu überwinden und sich durch das Blut im Gewebe auszubreiten. Wenn Sie also das Öl auf die Fußsohle oder sonst wo auf die Haut auftragen, ist das Öl bereits wenige Minuten später in den Haarwurzeln feststellbar. Dies erklärt, warum sich eine Wirkung oftmals innerhalb kürzester Zeit nach dem Auftragen des Öls einstellt.

Im menschlichen Körper stimulieren essentielle Öle die Sekretion von Antikörpern, Neurotransmittern, Endorphinen, Hormonen und Enzymen. Öle, die Limonen enthalten, haben erwiesenermaßen das Fortschreiten von Krebs unterbunden oder verlangsamt. Öle wie Lavendel haben gezeigt, dass sie den Haarwuchs fördern und helfen, dass Wunden schneller verheilen. Einer der wichtigsten Punkte ist, dass essentielle Öle auch die Aufnahme von Sauerstoff und ATP (AdenosinTriPhosphat) erhöhen, den Treibstoff jeder einzelnen Zelle. Ebenso binden sie Schwermetalle wie Blei oder Erdölchemikalien und befördern diese aus dem Körper. Damit wirken sie als natürliche Chelatoren[1]. Weil essentielle Öle immer eine Zusammensetzung von Hunderten verschiedener – natürlicher – Chemikalien sind, können sie auch viele verschiedene Effekte auf den Körper haben. Deshalb kann das eine Öl der einen Person besser helfen als einer anderen. Wichtig zu bemerken bleibt, dass essentielle Öle aufgrund ihrer Komplexität das natürliche Gleichgewicht des Körpers nicht stören, während synthetische Chemikalien, die meist nur eine einzige Wirkung haben, dies sehr wohl tun.

Essentielle Öle können auf die Haut aufgetragen, inhaliert oder mittels eines Diffusers aufgenommen werden. Ein Diffuser zerstäubt Öl und kaltes Wasser und versprüht es in der Luft, indem es die Moleküle in mikroskopisch kleine Partikel aufspaltet und einen feinen Nebel bildet. Untersuchungen haben gezeigt, was die Kaltluft-Diffuser in Zusammenhang mit verschiedenen Ölen alles kann:

- Bakterien, Pilze und unangenehmen Geruch reduzieren;
- den Körper entspannen und den Verstand klären;
- die Hormonbalance verbessern;
- von Kopfschmerzen befreien;
- Konzentration und mentale Klarheit verbessern und vieles mehr.

**Von alters her hoch geschätzt**

Die Verwendung von ätherischen Ölen ist keine Neuerscheinung; vielmehr reicht das Wissen über die ätherischen Öle weit zurück, bis ins Jahr 1'500 vor Christus. Aus dieser Zeit stammt zumindest die älteste bekannte Schrift, in der solche Öle erwähnt werden. Allerdings entdeckte man Destillationsanlagen, die bereits in der Zeit um 4'000 vor Christus benutzt wurden!

Von alters her gilt Weihrauch als eines der wertvollsten Öle. Weihrauch, auch „heiliges Salböl“ genannt, war schon zu Zeiten Jesu für seine Heilkraft bekannt und es war eines der Geschenke, die Jesus zu seiner Geburt von den drei Weisen aus dem Morgenland erhielt. Zu diesem besonderen Öl hatten nur Menschen großen Reichtums oder hohen Standes Zugang, war es doch damals kostbarer als Gold.

In der Bibel finden sich über zweihundert Stellen zu Aromen, Weihrauch und Balsam – ja, ganze Rezepturen für heilige Öle der Salbung. Und auch im Neuen Testament werden in zehn der 27 Bücher essentielle Öle oder die Pflanzen, die diese produzieren, erwähnt. Doch auch in ägyptischen Hieroglyphen finden sich Beispiele von Priestern und Ärzten, die Öle schon lange Zeit vor Jesu Geburt nutzten.

### **Erfolg dank höchster Qualität**

Bekanntlich gibt es nichts Gutes, außer man tut es. Und so entschloss sich Gary Young, aus seiner Faszination für die essentiellen Öle eine Lebensaufgabe, ja mehr noch seine Lebensmission zu machen.

1989 gründete er Young Living. Als Erstes baute er auf einer kleinen Fläche in Spokane im nordwestlichen US-Bundesstaat Washington verschiedene Pflanzen an – darunter Salbei, Muskatellersalbei, Lavendel, Bergamotte, Estragon und Deutsche Kamille. Dabei half ihm sein Wissen, das er sich als Farmer bereits erworben hatte. Als die Pflanzen erntebereit waren, entwickelte Gary seinen ersten, sehr simplen Destillationsapparat der Marke „Eigenbau“, indem er dazu lediglich zwei Schnellkochtöpfe zusammenschweißte und einen Schwanenhals montierte. Das Ganze betrieb er in der Küche seines Hauses; das Spülbecken funktionierte als Kühlung.

Während Gary und seine Frau voller Tatendrang und Begeisterung um die Welt reisten und ihre Erkenntnisse mit anderen Menschen teilten, hatten die wenigen Mitarbeiter des Unternehmens alle Hände voll zu tun, um die steigende Nachfrage nach den Ölen zu befriedigen. Es wurde schnell klar, dass mehr Platz benötigt wurde. Die erste Young Living Farm entstand in St. Maries, Idaho. 1992 kaufte Gary dort 80 Hektar unberührten Ackerboden, wo bis heute Lavendel, Melisse und Rainfarn angebaut werden. Nun wurde auch das erste „richtige“ Destilliergerät nach Garys Vorstellungen gebaut, mit einem beachtlichen Fassungsvermögen von 3'000 Litern. Innerhalb der nächsten vier Jahre erweiterte man die Produktionsstätte stetig. Es kamen sechs neue Destillierapparate hinzu, wodurch das Gesamtfassungsvermögen auf 34'000 Liter gesteigert werden konnte. Um die höchstmögliche Reinheit garantieren zu können, genügte es Gary nicht, einfach Pflanzen einzukaufen und sie zu destillieren. Nein, er wollte auch kontrollieren, wie und wo sie aufwuchsen. So ging es nicht anders, als weitere Farmen zu eröffnen: Beispielsweise die Farm Simiane-la-Rotonde in der französischen Provence. Hier wird Lavendel, Lavandin, Rosmarin und Römischer Salbei angebaut. Eine weitere Farm befindet sich in Mona, Utah, USA. In Naples, Idaho, USA werden Balsamtanne, Rotzeder und Kiefer geerntet. Die Farm in Guayaquil, Ecuador dient zum Anbau von blauem Eukalyptus, Dorado Azul, Zaragosa, Zitronengras, Rosa Morta, Oregano, Ylang Ylang, Basilikum uvm. Hier musste für den Anbau erst eine Plantage gerodet

werden. Also erklärte Gary den Bäumen seine Pläne und wofür er den Boden nutzen würde und bat um eine Antwort. Am nächsten Morgen hatten die Bäume ihre Blätter abgeworfen!

Eine weitere Farm befindet sich in Salalah, im arabischen Oman. Hier wird heiliger Weihrauch (*Boswellia sacra*) angebaut. Das Besondere hierbei ist, dass Young Living die weltweit einzige Firma ist, die im Oman die Erlaubnis hat, diese Pflanze zu destillieren und das wertvolle Öl zu exportieren.

Gary Young legt wie erwähnt größten Wert auf die qualitative Reinheit seiner Produkte. Seine Öle besitzen alle den therapeutischen Grad, den höchsten und reinsten Grad, den nur knapp zwei Prozent aller Hersteller ätherischer Öle für sich beanspruchen können. Die restlichen 98 Prozent der weltweit produzierten essentiellen Öle gehen in die Parfum- und Kosmetikindustrie. (Ende des Textauszugs)

### **Sich Einschreiben lohnt sich!**

Wir sind so begeistert von den Young Living-Ölen, dass wir Ihnen diese nicht vorenthalten möchten. Deshalb bieten wir Ihnen ein Set mit den sieben beliebtesten essentiellen Ölen zum Kauf an. Dazu können Sie bei uns auch einen speziellen Diffuser erwerben, der die kostbaren Öle zusammen mit Wasser im Raum zerstäubt, ohne dass deren Inhaltsstoffe zerstört werden. Möchten Sie mehr wissen dann kontaktieren sie mich!

**<https://www.youngliving.org/ossenheim>**

Essentielle Öle im Webshop Momentan sind bei Young Living gegen 50 Einzelöle und weitere 60 Ölmischungen im Angebot. Einen Großteil des Wissens darüber wurde in einem 800 Seiten dicken Kompendium in Deutsch zusammengefasst, worin man nicht nur die dokumentierten Wirkungen der einzelnen Öle nachschlagen kann, sondern unter dem jeweiligen Stichwort auch, welche Öle bei bestimmten Problemen einzusetzen sind.