

# Inhaltsverzeichnis

## Teil 1 Einleitung

Vorwort .....	v
Danksagung .....	vii
<b>KAPITEL 1 Das Wissen von gestern ist das Schicksal von morgen. . . 3</b>	
Ätherische Öle: Das fehlende Bindeglied in der modernen Medizin . . . . 3	
Frühgeschichte der Extraktion ätherischer Öle . . . . . 7	
Die Wiederentdeckung . . . . . 9	
Bibelstellen . . . . . 12	
<b>KAPITEL 2 Die Wirkungsweise ätherischer Öle . . . . . 17</b>	
Die Chemie hinter ätherischen Ölen . . . . . 17	
Verschiedene Spezies ätherischer Öle . . . . . 21	
Standards und Testverfahren . . . . . 23	
Die starke Kraft des Duftes . . . . . 26	
<b>KAPITEL 3 Wissenschaftliche Forschung und Dokumentation . . . 29</b>	
Die Lehre von den ätherischen Ölen . . . . . 29	
Internationale Forschung . . . . . 31	
<b>KAPITEL 4 Die Herstellung ätherischer Öle therapeutischen Grades . . . . . 35</b>	
Ätherische Öle therapeutischen Grades . . . . . 35	
Saat-zu-Siegel® . . . . . 35	
Der Destillationsprozess . . . . . 42	
Pflanzenteile die zur Destillation ätherischer Öle verwendet werden . . 43	
<b>KAPITEL 5 Sichere Anwendung ätherischer Öle . . . . . 47</b>	
Grundlegende Hinweise zur sicheren Anwendung . . . . . 47	
GRAS-zertifizierte ätherische Öle . . . . . 48	
Bevor Sie beginnen . . . . . 50	
Äußerliche Anwendung . . . . . 51	
Diffusion . . . . . 54	
Weitere Anwendungen . . . . . 56	

# Teil 2

## Produkte

<b>Produktverzeichnis</b> .....	<b>58</b>
<b>KAPITEL 6 Einzelne Öle</b> .....	<b>63</b>
Qualitätssicherung .....	63
Anwendungsschlüssel für Ätherische Öle .....	65
Einzelne Öle .....	66
<b>KAPITEL 7 Ätherische Ölmischungen</b> .....	<b>179</b>
Formulierung von ätherischen Ölmischungen .....	179
Ätherische Ölmischungen .....	179
Anwendungsschlüssel für Ätherische Ölmischungen .....	180
<b>KAPITEL 8 Nahrungsergänzung</b> .....	<b>229</b>
Moderne Ernährung .....	229
Enzyme – Kurzeitfaden .....	230
Nahrungsergänzungen .....	231
<b>KAPITEL 9 Ningxia Wolfsbeere</b> .....	<b>293</b>
Die Chinesische Wolfsbeere hält Einzug in die moderne Welt .....	293
Lebensmittel mit Ningxia Wolfsbeere .....	303
Körperpflegeprodukte mit Ningxia Wolfsbeere .....	305
NingXia Red Rezepte .....	307
<b>KAPITEL 10 Hormone und Strahlende Gesundheit</b> .....	<b>309</b>
Hormone verstehen .....	309
Die Gefahren synthetischer Hormone .....	314
Produkte zur Hormonunterstützung .....	315
<b>KAPITEL 11 Persönliche Körperpflege</b> .....	<b>321</b>
Naturreine Seifen .....	321
Deos .....	325
Haarpflege .....	326
Massageöle .....	328
Mund- und Rachenpflege .....	332
Bade- und Duschgels .....	341
Hautpflege .....	343
Body Lotions .....	349
Hormongleichgewicht .....	351
Lippenbalsam .....	352
Hygiene .....	353
<b>KAPITEL 12 Gesunde Alternativen für Kinder</b> .....	<b>355</b>
KidScents® Körperpflege für Kinder .....	355
KidScents® Ernährungsunterstützung für Kinder .....	359
<b>KAPITEL 13 Schützen Sie Ihr Zuhause mit ätherischen Ölen</b> ...	<b>361</b>
Schutz für Ihr Eigenheim .....	361
Thieves Produkte .....	361
Nutzung ätherischer Öle im Wohnbereich .....	364

## Teil 2

(fortgesetzt)

<b>KAPITEL 14 Tierpflege</b> .....	<b>367</b>
Veterinärmedizin .....	367
Produkte für Tiere .....	374
Behandlung von Tieren .....	375
Spezielle Pflege- und Heilbehandlungen für Pferde .....	377
Raindrop-Technique für Pferde .....	380
Erfahrungsberichte von Anwendungen ätherischer Öle bei Tieren ...	383

Teil 3  
Anwendung

<b>KAPITEL 15 Anwendungstechniken ätherischer Öle</b> .....	<b>389</b>
Die Verwendung unterschiedlicher Techniken .....	389
Neuroaurikular-Technik .....	390
Lymphatische Pumpetechnik .....	392
Vita Flex-Technik .....	393
Raindrop-Technique™ .....	398
Anwendung und Begriffserklärung – Überblick .....	404

Teil 4  
Spezielle Themen

<b>KAPITEL 16 Ätherische Öle: Spirituelle, Geistige und Emotionale</b> .....	<b>415</b>
Unterstützung .....	415
“Loslassen” mit ätherischen Ölen .....	419
Öle für spezielle emotionale Herausforderungen .....	421
<b>KAPITEL 17 Reinigung und Diät</b> .....	<b>425</b>
Die Bedeutung der inneren Reinigung unseres Körpers .....	425
Gesunde Leber .....	426
Alkalinität .....	429
Reinigungskuren .....	431
Gute Gesundheit .....	441
Schutz vor Umweltbelastungen .....	443
Tägliche Erhaltungsdosis .....	446
Leckere und nährstoffreiche Rezepte .....	448
<b>KAPITEL 18 Grundbausteine der Gesundheit</b> .....	<b>453</b>
Enzyme – Der Schlüssel zu unserer Verdauung .....	453
Enzyme – Kurzleitfaden .....	454
Mineralien – Ohne sie können wir nicht existieren .....	464
Wasser – Das reine Leben .....	466
<b>KAPITEL 19 Vitalität und Langes Leben – Spezielle Themen</b> ...	<b>471</b>
Länger Leben – Mit ätherischen Ölen .....	471
Der Alterungsprozess – Die Kraft ätherischer Öle .....	471
Hirnfunktion – Ätherische Öle versprechen Rettung .....	474
Gewürznelkenöl – Ein leistungsfähiges Antioxidationsmittel .....	474
Fluorid – Gut und Schlecht .....	475
Weihrauch – Ein Geschenk an die Welt .....	477
Schwingungen – Unsere elektrische Energie .....	481

# Teil 4

(fortgesetzt)

Mikroben – Wie ätherische Öle sie bekämpfen . . . . .	486
Kochen in der Mikrowelle – Die wissenschaftlichen Tatsachen . . . . .	486
MSM – Schwefel: Ein wichtiges Mineral . . . . .	491
Strahlung – Schutz unserer Umgebung . . . . .	492
Die Geheimnisse des langen Lebens – 100 Jahre alt werden . . . . .	4.87
Süßungsmittel – Sich richtig entscheiden. . . . .	501

# Teil 5

## Persönliche Anwendung

<b>Persönliche Anwendung – Verzeichnis . . . . .</b>	<b>510</b>
--	------------

<b>KAPITEL 20 Persönliche Anwendung . . . . .</b>	<b>515</b>
---	------------

Achten Sie auf Ihre Gesundheit . . . . .	515
Erste Schritte . . . . .	516
Sein eigenes Anwendungsprogramm erstellen . . . . .	517
Anwendung – Kurzbeschreibung . . . . .	520
Leitfaden für die Persönliche Anwendung . . . . .	523

# Teil 6

## Anhang, Bibliographie, Index

<b>ANHANG A</b>	<b>Gebräuchliche und botanische Pflanzennamen . . . . .</b>	<b>723</b>
<b>ANHANG B</b>	<b>Einzelne Öle – Daten . . . . .</b>	<b>727</b>
<b>ANHANG C</b>	<b>Ätherische Ölmischungen – Daten . . . . .</b>	<b>739</b>
<b>ANHANG D</b>	<b>Flammpunkte für ätherische Öle . . . . .</b>	<b>745</b>
<b>ANHANG E</b>	<b>Produktanwendung am Körper . . . . .</b>	<b>747</b>
<b>ANHANG F</b>	<b>Wissenschaftliche Forschung zu ätherischen Ölen . . . . .</b>	<b>757</b>
<b>ANHANG G</b>	<b>AIRASE . . . . .</b>	<b>765</b>
<b>ANHANG H</b>	<b>Medizinische Begriffe – Glossar . . . . .</b>	<b>777</b>
<b>BIBLIOGRAPHIE . . . . .</b>	<b>779</b>	
<b>INDEX . . . . .</b>	<b>793</b>	