

# Inhalt

- 5 Eine Einladung in die Welt der Liebesdüfte

## KAPITEL 1

- 7 DÜFTE FÜR DIE LIEBE  
9 Ätherische Öle: Die Essenz der Natur entdecken  
12 Verführung beginnt mit dem Riechen  
15 Verführung und Leidenschaft – Duftgeheimnisse der Alten Kulturen  
19 Die Kraft der aphrodisierenden Düfte  
20 Sechs aphrodisierende ätherische Öle und ihre Wirkung

## KAPITEL 2

- 29 LIEBE LEBEN – DER SCHLÜSSEL ZU EINER ERFÜLLTEN BEZIEHUNG  
31 Die Hürden der Liebe  
33 Was macht eine glückliche Beziehung aus?  
35 Die fünf Entwicklungsphasen einer Beziehung  
38 Mit sich im Reinen: Selbstliebe als Basis für Beziehungsglück  
40 Was Düfte in Beziehungen bewirken können

## KAPITEL 3

- 43 ALS SINGLE ZU SICH SELBER FINDEN – DEN TRAUMPARTNER ANZIEHEN  
45 Von Sonntagen und Hochzeiten: Die Reise zur Selbstliebe im Single-Dasein

- 46 Die Hürden der Liebe: Warum Singles zögern, sich zu öffnen**  
**65 Den Seelenpartner finden**

## KAPITEL 4

- 71 LANGJÄHRIGE BEZIEHUNGEN – VON ROUTINE  
ZU ROMANTIK UND LEIDENSCHAFT**  
**73 Wenn der Alltag sich in die Liebe schleicht**  
**81 Glühende Kohlen statt loderndes Feuer**

## KAPITEL 5

- 93 BESONDERE BEZIEHUNGSFORMEN –  
POLYAMORIE UND ANDERE ABENTEUER**  
**95 Vielfalt der Liebe: Offene und polyamore Beziehungsformen**  
**105 Von der Nase ins Herz: Wie Düfte unsere Emotionen  
beeinflussen**

## KAPITEL 6

- 113 GUTE KOMMUNIKATION –  
IN ALLEN BEZIEHUNGEN**  
**115 Dialog des Herzens: Der Schlüssel zu starken Beziehungen**

- I34 Sicherheitshinweise**  
**I35 Literaturverzeichnis**  
**I36 Bezugsquellen/Danksagung**  
**I38 Register**  
**I42 Ätherische Öle als Wegbegleiter für persönliches Wachstum**  
**I43 Bildnachweis/Impressum**  
**I44 Diana Zenz**