

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**

- 134 Sicherheitshinweise**
- 135 Literaturverzeichnis**
- 136 Bezugsquellen / Danksagung**
- 138 Register**
- 142 Ätherische Öle als Wegbegleiter für persönliches Wachstum**
- 143 Bildnachweis / Impressum**
- 144 Diana Zenz**