

# Inhaltsverzeichnis Teil 3

## WIDMUNG / IMPRESSUM / INHALTSANGABE 2 / 4 / 5

### F A R B E G E L B 8

**Herbsttag** (*Gedicht*) • Goldenes Licht • Gelb vor Neid • Gelb - die Farbe der Unterdrückung • Wie anders in Asien! • Von Gefahr bis zur Extravaganz  
Gelbe Buddha-Familie • Kulinarisch Gelbes •  
Und wie duftet nun das Gelbe? • **Art Parfum Sonnen-GOLD**

### HONIGEXTRAKT 20

Parfümerie / Duft / Persönliches / Botanik / Geschichte / Heilwirkung / Kulinarik  
Faszinierend - das Bienenvolk •  
*Rezept „Honig Schönheitsmaske“ einfach und wirkungsvoll* •  
*Rezept „Gewürzmandeln“ indische Art*

### LEMONGRASS 24

Parfümerie / Duft / Persönliches / Botanik / Geschichte / Heilwirkung / Kulinarik  
Bhutan - das Land des Donnerdrachens • Wildwachsendes ist zäh • Raumdüfte  
- alles erlaubt? • Asiatische Duftgräser: Lemongrass, Citronella, Palmarosa •  
*Rezept „Himalaya Frische“ Raumduftspray* •  
*Rezept „Tom Ka Kai“ Suppe mit Zitronengras*

### VANILLE 32

Parfümerie / Duft / Persönliches / Botanik / Geschichte / Heilwirkung / Kulinarik  
Synthetische und natureine Düfte • *Rezept „Göttin Vanilla“ Parfum* •  
*Rezept „Likör der Liebe“ einflüssiges Aphrodisiakum*

## **F A R B E   G R Ü N** 40

**Aufgang oder Untergang** (*Gedicht*) • Vom Beginn des Lebens und wie

der Sex in unsere Welt kam • Der Garten Eden • Der Grünschnabel •

Ab ins Grüne • Grüne Sehnsucht • Christlich Grünes • Grüne Buddha-Familie

• Kulinarisches Grün • Und wie duftet nun Grün? •

### **Art Parfum GRÜN-Kraft**

## **BASILIKUM** 54

Parfümerie / Duft / Persönliches / Botanik / Geschichte / Heilwirkung / Kulinark

Parfums auch mit ungewöhnlichen Duftnoten • CO2 Extraktion - Herstellung

• Tulsi - heiliges Basilikum Indiens • Anosmie und Geruchstraining bis ins hohe Alter • *Rezept „Stress lass nach“ entspannendes Tonikum* • *Rezept „Kickers Grüne“* • *Rezept „Crêpes herhaft“ mit Basilikum*

## **ESTRAGON** 62

Parfümerie / Duft / Persönliches / Botanik / Geschichte / Heilwirkung / Kulinark

Synchronizität • Der Hintergrund eines altägyptischen Rituals • *Rezept*

*„Pure Entspannung“ Körperöl* • *Rezept „Apfel-Estragon“ Fruchtaufstrich*

## **LIMETTE** 68

Parfümerie / Duft / Persönliches / Botanik / Geschichte / Heilwirkung / Kulinark

Parfum - Eau de Toilette... Entwicklung • Vorsicht: Photosensibilität

*Rezept „Exotisches Früchtchen“ duftiges Shampoo* •

*Rezept „Hugo Brazil“ Partygetränk mit Holunderblütensirup und Limette*

## **EIN PARFUM ENTSTEHT** 74

Was ist eigentlich ein Parfum? • Blumige Parfumsprache •

Verwirrende Geschmacks- und Geruchsstoffe • Duftstoffe als Auslöser für

Allergien • Geschmacksverwirrungen • Die Intensität eines Parfums • In

echten Parfums schwingt Musik • Meine Parfum-Klassifizierung • Feminin -

Maskulin • Was heißt olfaktorisch? • Parfums und Kosmetik •

Fette Öle, Mandelöl • Sprühfähigkeit, Armbeugegetest • Dosierung und  
Grundsätzliches zu ätherischen Ölen • Schwangerschaft

## **F A R B E   S C H W A R Z** 86

**Nacht** (*Gedicht*) • Inspirationen der Nacht • „Wenn du das Dunkle nicht siehst...“ • **Mutter** (*Gedicht*) • Schwarze Löcher • Die Schwarzseher und der Pechvogel • Das Tor zur Anderswelt • Schwarzer Tod und schwarze Kutten • Das dunkle Böse • Kohle, Erde, Lehm und Ruß • Das Schwarzfärbeln • Die Farbe der Individualisten • Kraftvolle Schutzräume • Kulinarisch Schwarzes • Und wie duftet nun Schwarz? • **Art Parfum NOCTURNE organic**  
*Rezept „Earth“ Unisex Eau de Cologne* • *Rezept „Holdermus“ á la Pfarrer Kneipps Mutter* • *Rezept „Black Goddess“ köstliches Dessert*

**Alles ist eins** (*Gedicht*) 108

**NACHWORT** 110

**Komplettes Buch PARFUM PUR:**

**Anmerkungen / Quellenverzeichnis** 113

**Bildnachweise / Alphabetische Listen** 121 / 124

**DANK** 120

**Empfehlungen / Ausbildung • Zur Autorin** 133 / 140