

Inhaltsverzeichnis Teil 3

WIDMUNG / IMPRESSUM / INHALTSANGABE 2 / 4 / 5

FARBE GELB 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 naturreine Düfte • *Rezept „Göttin Vanilla“ Parfum •*
Rezept „Likör der Liebe“ ein flüssiges Aphrodisiakum

FARBE GRÜN 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 / Kulinarik
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 herzhaft“ mit Basilikum*

ESTRAGON 62

Parfümerie / Duft / Persönliches / Botanik / Geschichte / Heilwirkung / Kulinarik
Synchronizität • Der Hintergrund eines altägyptischen Rituals • *Rezept „Pure Entspannung“ Körperöl* • *Rezept „Apfel-Estragon“ Fruchtaufstrich*

LIMETTE 68

Parfümerie / Duft / Persönliches / Botanik / Geschichte / Heilwirkung / Kulinarik
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, Armbeugetest • Dosierung und
Grundsätzliches zu ätherischen Ölen • Schwangerschaft

FARBE SCHWARZ 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 Schwarzfärben • 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