

Inhaltsverzeichnis Teil 1

WIDMUNG / IMPRESSUM / INHALTSANGABE 3 / 4 / 5

Vor lauter Lauschen und Staunen (*Gedicht*) 9

VORWORT Rilke Projekt 11

FARBE WEISS 16

**Die Welt die monden ist (*Gedicht*) • Weiß wie Schnee • Eine göttliche
Farbe • Weiß - Schwarz • Makellos weiß • Politisches Weiß • Bleiweiß,
Kreideweiß und Zinkweiß • Weiße Buddha-Familie • Weiß und Rot sind heilige
Farben • Kulinarisch Weißes • Und wie duftet nun das Weiße? •**

Art Parfum Monden-WEISS

INGWER 30

Parfümerie / Duft / Persönliches / Botanik / Geschichte / Heilwirkung / Kulinarik
Alchemistische Tradition – Sal, Sulphur und Mercurius • CO₂-extrahiertes
Ingweröl Unterschiedliche Wirkung von Pflanze und Duft •
*Rezept „Mondgöttin“ sinnliches Körper- und Badeöl • Rezept „Indisches Dal“
mein Lieblingsrezept mit roten Linsen • Rezept „Ingwertee“*

JASMIN 38

Parfümerie / Duft / Persönliches / Botanik / Geschichte / Heilwirkung / Kulinarik
Jasmin sambac • Das Parfum der Nofretete • Wie verläuft der molekulare
Wirkungsmechanismus ätherischer Öle? • *Rezept „Für dich“
aphrodisisches Massageöl • Rezept „Jasmintee“ edel*

NEROLI - BITTERORANGENBLÜTEN 46

Parfümerie / Duft / Persönliches / Botanik / Geschichte / Heilwirkung / Kulinarik
Außergewöhnlicher Bitterorangenbaum • Rezept „Gut drauf“ Eau de Toilette
- Prüfungsduft • Rezept „Arabische Pfannkuchen“ mit Orangenblütensirup •
Rezept „Zitronenlimonade“ mit Orangenblütenwasser

FARBIGE BUDDHA-WELTEN 56

Einführende Erläuterungen / Farblicht-Meditation 60

FARBE ROT 61

Die Welt steht auf mit euch (*Gedicht*) • Blutrot • Element Feuer •
Feuerrituale • Rot wie die Liebe • Die rote Gefahr • Scharlachrot... Achtung Rot!
• Das kleine Rot - Rosa • Rote Buddha-Familie • Kulinarisch Rotes •
Und wie duftet nun Rot? • **Art Parfum ROT-wild**

MUSKATNUSS 78

Parfümerie / Duft / Persönliches / Botanik / Geschichte / Heilwirkung / Kulinarik
Parfum Orientalische Noten • Duftkonzeption Burj Dubai
Rezept „Schahrazad“ *orientalisch, märchenhaftes Parfum* •
Rezept „Datteln Tausendundeine Nacht“ *pikant gefüllt*

PFEFFER 88

Parfümerie / Duft / Persönliches / Botanik / Geschichte / Heilwirkung / Kulinarik
Weißer Pfeffer, Grüner Pfeffer, Roter Pfeffer • Botanische Bezeichnung,
Pflanzenteil und Herstellung • Rezept „Oh Götter“ *Sportöl aktiv* •
Rezept „Goldene Milch“ *ayurvedisches Rezept*

ROSMARIN 96

Parfümerie / Duft / Persönliches / Botanik / Geschichte / Heilwirkung / Kulinarik
Chemotypen? • Scarborough Fair • Rezept „Wake up“ *Duschgel mit Rosmarin*
• Rezept „Allgäuer Süden“ *Gewürzkräuter* • Rezept „Mutters gutes Gulasch“

FARBE VIOLETT 104

O gäbs doch Sterne (*Gedicht*) • Purpur • Die Farbe der Macht •
Violettes in der Gegenwart • Lila - der letzte Versuch? • Transzendenz •
Kulinarisch Violettes • Und wie duftet nun Violett? • **Ich bau ein Zelt**
(*Gedicht*) • Nigritelle nigra • **Art Parfum VIOLETTE Seligkeit**

LAVENDEL 116

Parfümerie / Duft / Persönliches / Botanik / Geschichte / Heilwirkung / Kulinarik
Parfum Fougère-Noten • Berglavendel / Lavendel extra • Echter Lavendel •
Lavandin / Lavandula hybrida • Speiklavendel / Lavandula spica /
Lavandula latifolia • Lavendelwasser • *Rezept „Lavendel-Einreibung“*
Hilfe am Krankenbett • *Rezept „Lavendelhonig-Parfait“* •
Rezept „Aprikosenkuchen der Provence“ mit Lavendel

NACHWORT 128

Buch PARFUM PUR Gesamtausgabe:

Anmerkungen / Quellenverzeichnis 131

Bildnachweise / Alphabetische Listen 139 / 142

DANK 148

Empfehlungen / Ausbildung • Zur Autorin 151 / 158