

Winterduft

DIE SACHE MIT DEN SINNEN

Von Kristina Erhard

Man meint ihn riechen zu können, den Schnee. Kann man natürlich nicht, denn Wasser – ob flüssig, gasförmig oder eben gefroren – riecht nach gar nichts. Trotzdem oder gerade deswegen: Der Winter ist ein ganz besonderes olfaktorisches (den Geruchssinn betreffend, [ɔfaktoˈʁiːʃm] - Anm.d.Red.) Erlebnis. Kann man den Winter also doch riechen? Die Antwort ist ja. Und das auf mannigfaltige Weise.

Immer durch die Nase

Atmen muss man. Riechen auch. Das hat die Natur für ziemlich alle Lebewesen (Ja, auch Fische riechen durch sogenannten „Riechgruben“) in irgendeiner Form so eingeführt. Aber auch ein guter Wein muss manchmal atmen um das volle Aroma zu entfalten. Als Mensch atmet man für den Gasaustausch, denn der ist lebensnotwendig. Etwa 12.200 Liter Luft muss die Lunge dafür pro Mensch und Tag umsetzen – je nach Größe, Gewicht und Aktivitätslevel. Rein evolutionär hat beim Menschen allerdings das Visuelle die Nase vorn. Wir schauen uns die Dinge sehr genau an, bevor wir neugierig daran riechen. Bei Hunden ist das ja genau umgekehrt – erst schnuppern, dann fragen. Wie wichtig auch bei uns die Nase aber ist, wird oft erst klar, wenn man einmal ohne sie auskommen muss – Stichwort Schnupfen. Nichts duftet, nichts schmeckt, die Welt scheint plötzlich trostlos und leer. Deswegen: Wer sich entsprechend um seine Dufträume kümmert, schafft ganz unsichtbar einen psychologischen Mehrwert. Gerade in der dunklen Jahreszeit.

Concerto nasale.

Duft fängt beim privaten Parfum tagtäglich klein an und kann beispielsweise über eine Duftlampe entsprechend Großes bewirken. Warum? Duft ist im Kopf untrennbar mit Erinnerungen verbunden. Riecht man etwas, erinnert man sich. Der Grund dafür: Der Duft triggert das limbische System in unserem Gehirn, das für Emotionen zuständig ist. Das Triumvirat aus Duft, Emotion und Erinnerung kann also dafür verantwortlich sein, wie wir uns fühlen. Riecht es nach Tannennadeln, erinnern wir uns an Waldspaziergänge im Winter. Duftet es nach Zimt oder Vanille, fühlen wir uns in Omas weihnachtliche Küche zurückversetzt. Das Tiroler Zirbenöl ist sowieso der olfaktorische Stein der Weisen und entsinnt uns nicht nur der Berge, Wälder und Stuben, sondern heizt auch das Immunsystem ein. Steigen uns Zitrone, Bergamotte oder Orange in die Nase, fühlen wir uns entspannt und gleichzeitig motiviert - die Moleküle dieser ätherischen Öle fördern die Freisetzung entsprechender Botenstoffe im Körper.

Nature first.

Wichtig ist, dass die erste Wahl des Dufts immer auf natürlich, naturbelassenen und nachhaltigen Ölen oder Inhaltsstoffen basiert. Das gilt für Kerzen wie für Öle, Diffuser oder Räucherware. Im schlimmsten Fall bestehen nicht-biologische Duftkerzen aus Paraffin - ein Kohlenwasserstoff wie Benzin oder Erdöl. Synthetische Duftstoffe tragen zwar oft marketingtaugliche Namen, sind aber am Ende des Dochts Chemikalien. Aber auch natürliche ätherische Öle können Allergien und Kopfschmerzen auslösen. Fazit: Die Natur hat das mit dem Duft eigentlich ganz gut gemacht. Deswegen ist weniger mehr und nachhaltiger. Denn am Ende des (Winter-)tages wird kein synthetischer Duft in der Seele je mit einem positiven Ereignis verbunden sein.

Zurück in der Erinnerung an Omas Küche oder an das knisternde Kaminfeuer am Weihnachtsabend hält sich die Autorin in Sachen Duft an Patrick Süskind: „Hunderttausend Düfte schienen nichts mehr wert vor diesem einen Duft. Dieser eine war das höhere Prinzip, nach dessen Vorbild sich die anderen ordnen mußten. Er war die reine Schönheit.“ Denn am Ende des Tages ist die Wahl des Dufts und der Zugang zu seinen Erinnerungen etwas sehr Persönliches. Der Winter duftet also im Detail für jeden anders.

Kristina Erhard / Contentagentur G'spür / info@dasgspuer.com

AERA - aera.aromea.eu

Kurzbeschreibung: Für eine große Wirkung genügen oft schon ganz kleine Dinge. Duft zum Beispiel. Er schafft eine Wohlfühlatmosphäre und neutralisiert. Zum Beispiel mit AERA, dem kleinsten Gerät der AROMEA-Familie: Kompakter Auftritt und leistungsstarke AirQ-Technologie für bis zu 1.400 Stunden Duft in bis zu 40m² großen Räumen. Und das hypoallergen und ohne Rückstände - flexibel und einfach zu handhaben.

