

# Duftige Erlebnisse

Expertin Bettina Frauen weiß, welches Aroma zu welcher Stimmung passt

Herbst und Winter sind die Zeit von Nelke, Kardamom, Blutorange und Zimt, im Februar, wenn die Tage spürbar länger werden, stehen Veilchen, Myrte und Petit Grain für den Neuanfang, denn alle Düfte haben eine Aufgabe.

■ Von Gerrit Mai

Wehrheim. Das Licht ist beruhigend gedämpft und es duftet nach einer Mischung aus Myrte, Lemongras und Zitrone. Auf dem Tisch stehen unzählige kleine Fläschchen mit Aufschriften wie Douglasfichte, Eisenkraut, Fenchel, Rosmarin, Ysop, Ingwer, Patschuli oder Weihrauch. Das sind nur einige der mehr als hundert Duftnoten, die Bettina Frauen in ihrem Sortiment hat, um daraus neue Düfte zu kreieren.

Die Aroma-Expertin hat im Erdgeschoss ihres Hauses in der Breslauer Straße vor etwa zwei Jahren ihr „Duftreich“ eingerichtet, und da gibt's einiges zu schnuppern. Neben alltäglichen Aromen wie Lorbeer, Oregano, Rose, Zitrone Pfeffer, Zeder, Zimt, Sandelholz oder Thymian auch Exotisches wie Litsea – Baumfrüchte, die zitronig riechen-, Niauli – ein Myrtengewächs mit mentholigem Duft-, Manuka vom neuseeländischen Teebaum oder mandelartig riechendes Tonka.

Bettina Frauen kennt sie alle und leitet Interessierte an, aus den vielen Noten einen zur eigenen Persönlichkeit passenden Duft zu komponieren. Die Fachfrau sagt: „Duft trägt die Botschaft der Gefühle und beeinflusst direkt das Befinden.“ Wer Stress hat oder sich aufs Wesentliche konzentrieren möchte, dem könnte Zypresse helfen, meint die Duftexpertin mit besonderer Ausbildung. Wacholder putscht auf, Zirbelkiefer und Fichte erfrischen, mit Lavendel bleibt der



Bei Bettina Frauen kann man aus einem großen Repertoire von Düften den passenden aussuchen oder verschiedene komponieren. Foto: Mai

Geist klar, Eukalyptus, Menthol und Pfeffer aktivieren das Gehirn.

Wer sich am liebsten verkriechen möchte und leicht verletzlich ist, sollte an Harzen wie Benzoe oder Myrrhe riechen, denn Harze hüllen ein und schützen. Wer traurig ist, sei mit Zitrusfrüchten und Bergamotte gut bedient und wer sich zu nichts aufraffen kann, den soll Narioli-Öl, das aus der Blüte der Blutorange gewonnen wird, in die Gänge bringen.

Nach Bedarf kann der Duft di-

rekt auf die Haut aufgebracht, auf das Kopfkissen getropft, als Duftstein oder Duftlampe an den Arbeitsplatz gestellt oder als Roll-On in der Tasche bei Bedarf eingesetzt werden.

Früher hätten die Frauen nicht umsonst immer ihr Riechsalz zur Hand gehabt, erklärt Bettina Frauen. Man solle sich jedoch nicht permanent beduften, denn nach 20 Minuten sei der Geruchssinn gesättigt. Er habe in Vorzeiten eine wichtige Rolle gespielt, werde heute

aber oft vernachlässigt. Nicht umsonst könne man jemanden „nicht riechen“.

Die Aromen werden, je nach Intensität, in drei Kategorien eingeteilt: Kopfnoten wie Kiefernadel, Orange, Petit Grain oder Salbei duften zwei Stunden, Herznoten wie Kardamom, Jasmin, Iris oder Melisse bleiben drei bis vier Stunden in der Nase, und Basisnoten wie Eichenmoos, Linaloeholz, Sandelholz, Zeder oder Zypresse haften gar fünf bis acht Stunden.

## Nur Naturdüfte

Bettina Frauen benutzt nur biologisch erzeugte Naturdüfte. „Wir werden heute an allen Ecken von synthetischen Stoffen beduftet.“ Und dem möchte sie Natürlichkeit entgegensetzen.

Zu den Düften gekommen ist sie eher zufällig. Nach der Geburt ihres Sohnes nahm sie eine Auszeit von ihrer Arbeit als kaufmännische Führungskraft in der Unternehmensberatung, und auf der Suche nach einer Beschäftigung kam ihr der Gedanke, sich ihre Hyperosmie, eine angeborene Überempfindlichkeit gegenüber Gerüchen, zunutze zu machen. Sie erstellte ein Konzept und fing in Frankfurt mit Duftberatung an. Vor zweieinhalb Jahren zog Bettina Frauen mit ihrer Familie nach Wehrheim, und hat sich dort ihr Duftreich eingerichtet. Die Duft-Fachfrau möchte Menschen für Aromen sensibilisieren und ihre Persönlichkeit auf besondere Art zum Ausdruck zu bringen. Sie bietet Firmenseminare an, um Stress zu mindern, aber auch um deren Werte und Firmenziele und -strategien in Düfte zu übertragen.

Ihr eigener Lieblingsduft ist „Rosen Attar“, eine Mischung aus Rose und Salbei, das sie bei einer ayurvedischen Behandlung in Indien kennen gelernt hat. Weitere Informationen gibt es im Internet unter [www.duft-reich.de](http://www.duft-reich.de)