

Neroli (Citrus aurantium)

Interessantes Allerlei

Das ätherische Öl Neroli wird aus den Blüten des Bitterorangenbaumes gewonnen. Es zählt zu den Luxusölen. Der hohe Preis ist durchaus gerechtfertigt, wenn man bedenkt, dass zur Herstellung von einem Liter dieser wunderbaren Essenz eine Tonne Blüten benötigt wird. Seinen Namen verdankt das Öl der römischen Prinzessin Nerola, die seinen Duft über alles liebte und sich regelrecht damit „einhüllte“. Sie konnte es sich ja leisten! Die Normalbürgerin griff zur günstigeren Variante, dem Petit-Grain-Öl. Dieses riecht nicht ganz so lieblich und blumig, da es nicht aus den Blüten, sondern aus den Blättern, Zweigen und Knospen des Bitterorangenbaumes gewonnen wird – es besitzt jedoch mehr oder weniger die gleichen Heilwirkungen.

Heilwirkung auf den Körper

Neroli wirkt regulierend auf den Herzrhythmus und lindert dadurch Herzklopfen und Herzrasen, es beruhigt unser Nervenkostüm und löst nervöse Spannungszustände. Der beruhigende Duft lässt uns schnell und friedlich einschlafen. Neroli weist eine krampflösende Wirkung auf und eignet sich somit zur Linderung von PMS-Beschwerden, Bauch- und Magenschmerzen. Da es die Haut nicht reizt, eignet es sich hervorragend zur Hautpflege. Es ist für alle Hauttypen geeignet, unterstützt die Zellerneuerung und Wundheilung und wird auch bei geplatzten Äderchen angewendet.

Psychisch-seelische Wirkung

Neroli ist ein wahrer Seelentröster. Das ätherische Öl wirkt sehr beruhigend. Es hilft bei Angst, Depression (auch Winterdepression), seelischer Enge, Verzweiflung und Panik. Es beseitigt Ärger und lindert Kummer, schenkt Kraft in scheinbar ausweglosen Situationen und hilft bei starker seelischer Erschöpfung. Es verleiht Mut, Vitalität und Selbstvertrauen.

Ein Rezept

Beruhigendes Bad am Abend: 4 Tropfen Neroli und 3 Tropfen Muskatellersalbei mit einem halben Becher Sahne vermischen und dem eingelaufenen Badewasser zugeben.

Zu beachten

Alternativ kann das günstigere Petit-Grain-Öl verwendet werden.

Verschiedenes

Lateinische Bezeichnung:	Citrus aurantium
Pflanzenfamilie:	Rautengewächse
Herkunft:	Italien, Spanien, Tunesien
Gewinnung:	Wasserdampfdestillation der Blüten
Duft:	Zart, blumig, lieblich, frisch
Mischt sich gut mit:	Rose, Lavendel, Ylang-Ylang, Jasmin, Orange, Sandelholz

Quellen

Mein über Jahrzehnte erworbenes und erprobtes Wissen habe ich mit Informationen aus folgenden Quellen ergänzt: «Praxis Aromatherapie» (Monika Werner/Ruth von Braunschweig); «Ma bible des huiles essentielles» (Danièle Festy); «Himmlische Düfte» (Susanne Fischer Ritzi); «Bewährte Aromamischungen» (Ingeborg Stadelmann). In keinem Fall wurden ganze Textpassagen kopiert.