

Jasmin (*Jasminum grandiflorum*, Königin der Nacht)

Jasmin – ein betörender, tief berührender Duft



Wirkungen im Überblick:

- **Synonyme:** Spanish jasmine, Royal jasmine, Catalan jasmine, eine Unterart des echten Jasmins (*Jasminum officinalis*), die in Südafrika, Asien und auf der Arabischen Halbinsel, Ost und Nordost Afrika sowie in China (Yunnan and Sichuan) vorkommt.
- **Duftrichtung:** Blütig-süß, sinnlich-weich, exotisch geeignet für Herz- und Basisnote
- Das Jasmin-Absolue gehört zu den kostbarsten ätherischen Ölen. Aus 1000 kg Jasminblüten (ca. 8 Millionen Blüten) gewinnt man 1 kg Absolue → Der Literpreis liegt daher im Handel zwischen 4000 und 5000 Euro.
- Seit Oktober 2022 ist durch eine einzigartige Entwicklung eine Wasserdampf-Destillation möglich geworden, die allerdings wesentlich mehr Blüten verbraucht → Jasmin Essential Oil (2,5 ml) mit neuer Qualität und einzigartigem deutlich blumigerem Duftprofil
- Ein verführerischer Mischduft in der Parfümindustrie ist der Attar of Jasmin, bei dem Jasminblüten auf einer Sandelholzgrundlage destilliert werden
- **Körperliche Wirkung:** krampflösend, hautregenerierend, hormonmodulierend → Das ätherische Öl ist bekannt für seine positiven Wirkungen auf die Haut und hat die Fähigkeit, das Auftreten von kleinen Linien und Fältchen zu reduzieren.
- **Emotional/psychisch** steht Jasmin für Selbstakzeptanz, Vertrauen, eine gesunde Sexualität und hilft, sexuelle Energien auszugleichen. Es wirkt stimmungsaufhellend, angstlösend, tonisierend, harmonisierend und aphrodisierend
- **Ergänzende Öle:** Zimt, Neroli sowie Cistrose, Kardamom, Muskatellersalbei, Nelke, Neroli, Rose, Sandelholz, Zedernholz und Zitrusölen

Wirkungen und Indikationen		
Wirkeigenschaften	Indikationen und Anwendung	Applikationen
Die Stärke des Jasmins liegt in seiner erotisierenden, spasmolytischen und tonisierenden Wirkung, die sich sowohl auf körperlicher als auch psychischer Ebene zeigt.		
Somatische (körperliche) Wirkungen		
Spasmolytisch ++	Dysmenorrhoe (schmerzhafte Periode)	Einreibung der LWS, Bäder
Analgetisch ++	Geburtsvorbereitung, Lumbalgie, Dysmenorrhoe, Muskelkrämpfe, Distorsionen	Einreibung der LWS, Bäder
hautregenerierend	Bei trockener, empfindlicher Haut	Lokale Anwendung
Mukolytisch (schleimlösend), entzündungshemmend	Heiserkeit, Husten, Kehlkopfentzündung	Raumduft, Diffusor, Raumspray
Laktagog (milchflussanregend)	Schwierigkeiten beim Stillen	Brust einreiben

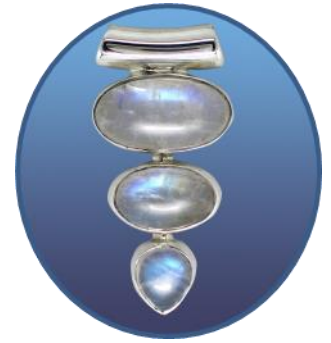
Wirkungen und Indikationen		
Wirkeigenschaften	Indikationen und Anwendung	Applikationen
Die Stärke des Jasmins liegt in seiner erotisierenden, spasmolytischen und tonisierenden Wirkung, die sich sowohl auf körperlicher als auch psychischer Ebene zeigt.		
Psychische Wirkungen		
Antidepressiv, euphorisierend ++ stärkend	Depression (auch in der Menopause) Apathie, Gleichgültigkeit Niedergeschlagenheit Mangelndes Selbstvertrauen Stressbedingte Beschwerden	Bäder, Inhalation, Einreibung, Massage
Anxiolytisch (angstlösend) ++	Stress, nervöse Depression	Inhalation, sanfte Massage, Bäder
Aphrodisisch++	Frigidität, Impotenz	Bäder, sanfte Massage
Sedieren ++	Nervosität, Unruhe	Inhalation, 1 Tropfen auf den Puls oder Schlafen geben

Emotionale und Seelisch-spirituelle Wirkung von Jasmin

Sexuelle Reinheit und Ausgeglichenheit/ Die eigene Sexualität genießen

- Hilfreich bei folgenden **negativen Emotionen:**
Unbewältigtes sexuelles Trauma, sexuelle Verdrängung, Fixierung auf Sexualität
- Unterstützt folgende **positive Emotionen:**
Gesunde Sexualität, Unschuld, reine Absichten, Selbstakzeptanz, Intimität, Vertrauen, Sicherheit
- **Empfohlene Anwendung:**
 - **Aromatisch:** direkt aus der Flasche inhalieren oder im Zerstäuber verwenden
 - **Auf der Haut:** 1-2 Tr. verdünnt auftragen (Solar Plexus, Sakral-Chakra, unterer Bauchbereich oder hinter den Ohren)

- **Ergänzende Öle** (v.a. emotional): Zimt, Neroli, Zitrusöle
- **Chakren:** Solarplexus, Sakral-Chakra, Sexual-Chakra
- **Affirmation:** „Ich lasse die Vergangenheit hinter mir und fokussiere mich auf liebevolle, verbindende Begegnungen und die Schönheit intimer Erfahrungen.“ „Ich sehe die Schönheit meines Wesens und öffne mich für meine intuitive Weisheit.“
- **Heilstein:** Mondstein
- **Sternzeichen:** Krebs



Ein Duft, der es in sich hat! - Wirkstoffe im Jasmin:

Der Duft von Jasmin kann in zu hoher Konzentration betäubend und ekelerregend wirken
→ auf niedrigste Dosierung achten! Meist genügt ein Tropfen!

Inhaltsstoffe:

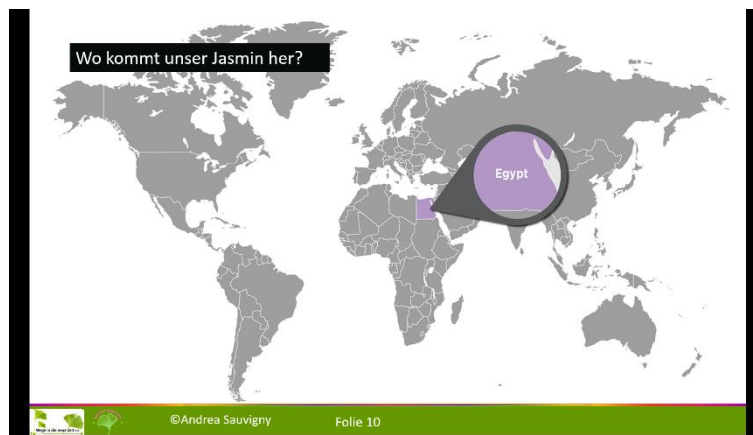
- Aromatische Ester 40-60% (z.B. Benzylbenzoat, Benzylacetat, Methylanthranilat in Spuren) und 5% aromatische Alkohole (v.a. Benzylalkohol) → aromatisch-blumige Düfte
- Diterpenole 15-45% (v.a. Phytol → leicht fruchtiger Geruch) und Sesquiterpenole 2-8% (v.a. Farnesol → blumiger, maiglöckchenartiger Geruch)
- Ester 8-10% (v.a. Phetylacetat)
- Monoterpenole 5-15% (v.a. Linalool → angenehmer, leicht erfrischender, blumig-holziger/herber Geruch, Geraniol → rosenartiger Duft mit einem Hauch von Zitrone)
- Die typischen Jasminriechstoffe sind Jasminlacton, Methyljasminoat und Indol. Alle Drei haben einen starken Pheromoncharakter.
- Methylanthranilat und Indol weisen eine starke aphrodisierende Wirkung auf
- Indol riecht in hoher Verdünnung kräftig blumig, erinnert in höherer Konzentration jedoch an Fäkalien

Hintergründe zur Pflanze: Jasmin – Die Königin der Blüten

Die Jasminpflanze trägt dunkelgrünes Laub und zarte weiße Blüten.

- Gehört zur Familie der Ölbaumgewächse (Oleaceae)
- Sommergrüner, 0,4 bis 5 Meter, in Spalieren bis zu 10 Meter hoch kletternder Strauch, der von Juni bis September blüht
- Um die höchste Qualität der aromatischen Verbindungen zu gewährleisten, muss die Pflanze genau zu ihrer Blütezeit gepflückt und dann auch sofort das Öl extrahiert werden.
- Jasmin blüht am frühen Morgen vor Sonnenaufgang. Er wird etwa sechs Monate nach der Aussaat noch vor dem Morgengrauen (in der Regel gegen 2:30 Uhr) sorgfältig von Hand geerntet.
- Den Erntearbeitern – in der Regel Frauen – wird eine bestimmte Anzahl von Pflanzen zugeteilt, die sie jeden Tag pflücken können. Die Erntezeit beginnt im Juni und kann mehrere Monate dauern.
- Durchschnittliche Ernte pro Nacht: 3 kg = 12.000 Blüten
- Die Beschaffung von Jasmin aus Ägypten hat positive Auswirkungen auf das Leben von mehr als 14.000 Menschen und schafft Arbeitsplätze und ein nachhaltiges Einkommen für die Pflücker.





Geschichtliches zum Jasmin:

Überlieferungen zu Folge kommt der Jasmin wahrscheinlich aus dem Himalaya-Gebiet Indiens.

- Schon immer wurde der Jasmin wegen seiner weißen Blüten (symbolisiert Reinheit) und aufgrund seines bezaubernden Duftes mit stark erotisierender Wirkung angebaut.
- Die Inder nannten Jasmin „Königin der Blüten“ und „Mondlicht im Hain“ und es war bereits bekannt, dass Jasmin die Gefühlsebene auf besondere Weise beeinflusst (Besänftigung von Ängsten, euphorisch stimmend, stark aphrodisierend und das Selbstbewußtsein stärkend)
- In der ayurvedischen Medizin wird Jasmin auch bei depressiven Verstimmungen eingesetzt
- Durch die Mauren kam Jasmin im 16. Jahrhundert nach Spanien
- Im 17. Jahrhundert war Jasmin bereits den gesamten Mittelmeerraum bekannt und wurde z.B. bereits in Grasse/Provence angebaut.
- In Grasse wurde der kleinblütige, robuste *Jasminum officinalis* als Wachstumsgrundlage des *Jasminum grandiflorum* verwendet (Veredlung) und dadurch eine bessere Klimaverträglichkeit erreicht.

Literatur:

- Essential Emotions ISBN 978-1-7357420-6-9
- Bringe Deine Emotionen in Balance mit ätherischen Ölen, T.Weiss, 2.Auflage, S.166
- Modern Essential Handbuch
- Ölfibel
- Aromatherapie, D.Wabner/C.Beier, Urban&Fischer Verlag, 2. Auflage S. ff
- Praxis Aromatherapie, M.Werner/R.v. Braunschweig, Haug Verlag, 6. Auflage, S. 155 ff
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32013535/> The Effects of Essential Oil on Salivary Oxytocin Concentration in Postmenopausal Women
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28326753/> Effects of essential oil exposure on salivary estrogen concentration in perimenopausal women
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30915314/> A Systematic Review on the Anxiolytic Effect of Aromatherapy during the First Stage of Labor
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37129744/> Network pharmacology integrated with molecular docking reveals the anticancer mechanism of *Jasminum sambac* Linn. essential oil against human breast cancer and experimental validation by in vitro and in vivo studies
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11287383/> The influence of essential oils on human attention. I: alertness
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15976995/> Sedative effects of the jasmine tea odor and (R)-(-)-linalool, one of its major odor components, on autonomic nerve activity and mood states
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15388958/> Fragrances in oolong tea that enhance the response of GABA receptors

Haftungsausschluss:

Die hierin enthaltenen Informationen sollen Ihnen hilfreiches und informatives Hintergrundwissen liefern. Diese Hinweise sind kein Ersatz für eine professionelle medizinische Beratung, Diagnose oder Behandlung.

Suchen Sie immer einen Arzt oder einen anderen qualifizierten Therapeuten auf, wenn Sie Beratung zu gesundheitlichen Beschwerden benötigen und stellen Sie eine professionelle medizinische Beratung nicht in Zweifel wegen etwas, das Sie auf diesen Seiten gelesen haben. Wir schließen jegliche Haftung für Schäden, Verlust oder Gefährdung aus, die durch Nutzung oder Anwendung der hier präsentierten Informationen entstanden sind.