

Von A wie Abzess bis Z wie Zypresse - da bleiben keine Fragen offen

In Zeiten von moderner Medizin erfreuen sich Alternativbehandlungen wie Homöopathie, Naturheilkunde und Aromatherapie immer größer werdender Beliebtheit. Dies erkannte Patricia Davis bereits vor über zwanzig Jahren, als 1988 mit "Aromatherapie von A - Z" ein Nachschlagewerk erschien, in dem ausführliche Erläuterungen zur Behandlung einzelner Krankheiten, zu den Eigenschaften und Anwendungsmöglichkeiten der Aromale zusammengefasst werden. Dass sie damit ein enzyklopädisches Standardwerk über Anwendung und Wirkung von Duftessenzen veröffentlichte, ahnte Davis damals bestimmt nicht.

Über 400 Stichwörter geben einen detaillierten Einblick in das jahrhundertealte Heilverfahren, das schon vielen Menschen Linderung brachte. Wie in einem Lexikon folgen die Einträge in alphabetischer Reihenfolge und erleichtern so die Stichwortsuche erheblich. Es finden sich wertvolle Informationen zur Behandlung von Ekzemen, Grippe, Heuschnupfen, Kopfschmerzen, Rheuma und vielen anderen Erkrankungen. Des Weiteren geht Davis auf die Wirkungen von Thymian, Knoblauch, Rosmarin, Kamille und Lavendel ein und gibt dabei dem Leser wirkungsvolle Rezepturen von Aromalen mit, sodass kleinere Beschwerden nicht mehr mit hochdosierten Medikamenten behandelt werden müssen. Da ist für jeden etwas dabei.

"Aromatherapie von A - Z" gestaltet sich als ein umfangreiches Gebrauchsbuch für jeden Tag, auf das man nicht mehr verzichten möchte. Es ist nicht dafür gedacht, in einem Bücherregal zu verstauben, sondern als ein Wegbegleiter durch den Alltag, den man immer wieder zu Rate zieht, wenn größere und kleinere Wehwehchen das Leben schwer machen. Trotz seines Alters von nunmehr zwanzig Jahren ist Patricia Davis' Nachschlagewerk auf dem neuesten wissenschaftlichen Stand und damit für professionelle Therapeuten genauso unentbehrlich wie für interessierte Laien. "Aromatherapie von A - Z" ist ein Standardwerk, das mit knapp 500 Seiten Umfang alle Bereiche abzudecken vermag, die in dem ganzheitlichen Heilverfahren von fundamentaler Bedeutung sind. Oder anders gesagt: Viel Inhalt für wenig Geld - das bekommt man mit dem vorliegenden Buch.

Anja Rosenthal 16.08.2010

Quelle: www.literaturmarkt.info