

“Düfte sind  
Liebeserklärungen  
der Natur”

## Cistrose

### Blüte

Sommer, Süden, Hitze! Eine Heilpflanze, die mir dazu in den Sinn kommt, ist die nicht langläufig bekannte Cistrose (*Cistus ladanifer*). Das Wort ladanifer kommt aus dem Altgriechischen und bedeutet soviel, wie "harztragend". Die buschige Pflanze ist im Mittelmeerraum beheimatet und liebt die kargen Verhältnisse der Macchia. Es handelt sich bei dieser Blume um keine Rose, wenn auch auf den ersten Blick der Heckenrose ähnlich und ist akustisch nicht mit der Christrose zu verwechseln. Charakteristisch sind die kurzlebigen, zarten, zerknitterten Kronblätter, ähnlich denen der Mohnblume. Sie blüht in den Farbe weiß, rosa, pink und manchmal auch gelb. Das Zentrum der Blüte, die Staubblätter, ist immer gelb und einige Arten haben am Grund der Kronblätter symmetrische, blutrote Flecken.

### Phytomedizin

In der Pflanzenheilkunde verwendet man das ganze Kraut der Cistrose als Extrakt oder als Tee. Die immunstärkenden Eigenschaften stehen hierbei im Vordergrund. Viele Pflanzen vermögen mit ihren Inhaltsstoffen unser Immunsystem zu stärken und gerade in Zeiten wie diesen, sollten wir Möglichkeiten, die uns die Natur bietet, als Unterstützung nutzen.

### Harz

Der balsamische Duft, der sich bei Hitze besonders gut entfaltet, stammt vom Harz, auch Ladanum oder Labdanum genannt, welches die Pflanze produziert und die behaarten, grünen Blätter umgibt. Das Harz aus den Blättern und Zweigen erweckt den Eindruck, dass die Pflanze schwitzt. Die beste Qualität, von ambraartigem Aroma stammt aus Kreta. In Griechenland wurde das klebrige Harz noch bis in unsere Zeit auf traditionelle Art geerntet. Der antike Geschichtsschreiber Herodot formuliert folgender Maßen: „*Labdanum hat den schönsten Geruch und stammt vom übelriechendsten Ort, nämlich vom Barte der Ziegenböcke.*“ Die Ziegen wurden in die Cistrosen getrieben und

aßen die Zweige. Das Harz blieb in ihren Bärten und im Fell hängen und wurde dann ausgekämmt. Anders wird das Harz gewonnen, wenn Frauen in der Mittagshitze mit stoffbespannten Rechen die Cistrosenbestände bearbeiten. Das Harz bleibt am Stoff hängen und wird so abgeerntet.

Der Duft des Harzes entfaltet sich besonders beim Räuchern. Kretische Frauen bedufteten so Körper und Kleidung. Die Beschreibung des bezaubernden Duftes reicht von holzig, balsamisch, blumig, erdig bis zu honigartig.

Die Parfumeure schätzen den Duft des Labdanum und er gilt als unverzichtbar in vielen ihrer Kreationen. Auch ich füge ätherischen Ölmischungen gerne einen Tropfen Cistrosenöl zu, um dem Duft eine besondere Note zu verleihen. Versuchen Sie es mit einem Tropfen in ihrer Gesichtsschmuck oder Bodylotion und Ihre Nase wird staunen.

### Ätherisches Cistrosenöl

wird mittels Wasserdampfdestillation des Harzes gewonnen. Es ist ein Entweder-oder-Öl. Entweder man mag es oder eben nicht. Erst in der Verdünnung entfaltet sich sein wunderbarer Duft. Es enthält viele Inhaltsstoffe von hoher Geruchsintensität, unter anderem das Diterpenol Labdanol mit seiner ambraartigen Note. Starke Riechstoffe wirken besonders stark auf das Unterbewusstsein. In der Aromatherapie hat sich das Cistrosenöl bewährt verschlossenen Herzen zu öffnen und die Seele zu erwärmen.

Man kann sich das so vorstellen: Körperliche Wunden, wie auch seelische Wunden, benötigen Sauerstoff um zu heilen. Der Duft des Cistrosenöls holt psychische Verletzungen, die tief im Verborgenen schlummern und die zu Gefühlskälte oder dadurch ausgelösten Krankheiten führen an die Oberfläche, um ihnen die Chance zum Gesunden zu bieten.

Interessant ist auch, dass das ätherische Öl bei körperlichen Wunden, lokal angewendet, insbesondere Blutungen stillt. Hier sei noch erwähnt, dass Pflanzen, wie zum Beispiel auch Bäume Harz produzieren um ihnen zugefügt Wunden zu heilen. Alle ätherischen Öle, die aus Harzen destilliert werden, sind hautfreundlich und bei Hautproblematiken von Nutzen.

### Notfallmischug bei Verletzungen

Die Kombination der ätherischen Öle von Cistrose, Immortelle und Lavedel zu gleichen Teilen in ein Fläschchen füllen und bei Bedarf auftragen.

