

## SCHÖNHEITSMITTEL, HEILMITTEL UND RAUSCHMITTEL

### ***Weihrauch und Myrrhe, Honig, Hanf und Henna – Medizin und Schönheitsmittel - bei den Alten Ägyptern und heute***

#### **Honig**

Bereits im 4. Jahrtausend v.C. war die Honigbiene das Wappentier der Unterägypter und als Ober- und Unterägypten schließlich unter Pharao Mena zu einem Reich vereinigt wurde, kam die Biene zur Binse (dem Wahrzeichen von Oberägypten). Zur dieser Zeit hatten die altägyptischen Imker längst erkannt, dass sich Honig-, Wachs- und Obstproduktion durch die Ansiedlung von Bienenvölkern und durch Wanderimkerei mit Booten auf dem Nil steigern ließ. Honig war nicht nur als Nahrungsmittel begehrt, sondern diente auch religiösen, kosmetischen und heilenden Zwecken. Medizinisch wurde er wegen seiner antibakteriellen Wirkung, oft mit vielerlei Kräutern oder Mineralien vermischt, bei zahlreichen Hausmitteln eingesetzt, wie zum Beispiel zur Blutstillung. Weil er die Spermien verklebte, kam er auch - zusammen mit Krokodildung - bei der Empfängnisverhütung zum Einsatz. Uralt ist die Sitte, sich mit einer Mischung aus Kupferspat und Malachit, vermischt mit Honig, Fett und Öl die Augen zu umranden, was nicht nur dekorativen Zwecken galt, sondern auch zur Verbeugung gegen die ägyptischen Augenkrankheit (1) diente.

Trotz der regen Imkerei war Honig ein Luxusartikel, den sich nur Reiche leisten konnte, denn ein Topf Honig hatte den Gegenwert eines Esels und nur hohe Beamte besaßen das Privileg, sich einen Teil ihres Gehaltes in Honig auszahlen zu lassen. Im religiös-kultischen Bereich gab es auch für den Götterreigen Honigopfer, galt doch Honig als Götterspeise und wurde als „Tränen des Sonnengottes Ra“ betrachtet. Da die tempeleigene Bienenzucht manchmal nicht ausreichte, musste Honig gelegentlich auch per Raubzug beschafft werden. Die Biene selbst galt ebenfalls als göttlich und wurde auf vielen Schmuckstücken aus pharaonischer Zeit verewigt.

Heute ist Honig nach wie vor begehrt und nicht billig. Da auch der Prophet bestätigt, dass „Honig die Menschen von Krankheiten heilt“, steht er nicht nur wegen des Geschmacks nach wie vor hoch im Kurs. Wer ihn sich nicht leisten kann, nimmt statt *Ással nachl* (Bienenhonig) den *Ással eswid*, den schwarzen Honig, d.h. den Sirup aus Zuckerrohr. Dieser soll, zusammen mit Zitrone, sogar besser gegen Husten helfen als der Bienenhonig. Um guten Honig von schlechtem (verdünnten) zu unterscheiden benutzen die Ägypter einen einfachen Trick, um herauszufinden, von welcher Qualität der Honig ist: Sie tauchen einen Kugelschreiber hinein. Wenn er blau ausfärbt, enthält der Honig zu viel Wasser und ist von minderer Qualität.

#### **Kohl, Kahal, Kajal**

Antimon, das Material für den schwarzen Lidstrich der Alten Ägypter war als Grauspießganz auch in Europa seit dem Altertum bis ins Mittelalter beliebt. Wegen seiner antibakteriellen Eigenschaften verwendete man pulverisiertes Antimonsulfid zur Herstellung von Augencremes und Schminke, wegen seiner stark Brechreiz erzeugenden Eigenschaften auch als Brechmittel. Der Name Antimon leitet sich von „Anthos Ammonos“ – „Blüte des Gottes Ammon“ ab. Das arabische Wort *Kohl* oder *Kuhl* (*al kuhl*) für Antimon erhielt später durch Paracelsus eine Bedeutungsänderung. Er bezeichnete damit eine leicht flüchtige Substanz, die beim Destillieren von Wein gewonnen wurde: Alkohol.

Das Antimonpulver mischte man zu Nofretetes Zeiten mit diversen anderen Materialien wie Malachit, Asche, Kupferoxid, Blei, gerösteten Mandeln, Ocker oder blaugrünem Kupfererz, je nach bevorzugter Farbe.

In jüngster Zeit untersuchte ein französisch-ungarisches Forscherteam unter Leitung von Tamas Ungár mit Unterstützung des Kosmetikkonzerns L'Oréal viertausend Jahre altes Make up, das im Louvre aufbewahrt wird und rekonstruierte mittels Röntgenanalysen das Herstellungsverfahren. Demnach zerstampften die Ägypter die natürlich vorkommende

Bleiverbindung Galenit und siebte sie durch. Vermutlich wurden weitere farbliche Effekte durch Härten des Pulvers am Feuer erzielt. („Journal of Applied Physics“ – Ausg. 91, Bd.4)

Heute erhält man Kohl (sprich *Kochl*) aus fein pulverisierter Kohle und Zusatz von Antimon im Handel. Als Zugabe bei Kosmetika ist Antimon bei uns jedoch nicht erlaubt, denn es ist verwandt mit Arsen und zehn mal giftiger als Blei.

### **Enthaarung mit Halawa und Bindfaden**

Ganzkörperenthaarung (mit Ausnahme der Kopfhaare) ist im gesamten Orient ein Schönheits- und Hygiene-Ideal. Schon zu pharaonischen Zeiten wurde mit Wachs und Zucker enthaart, die Alten Ägypter rasierten sich das Haupthaar ganz und trugen stattdessen Perücken.

Nach den Regeln des Islam sollen Mann und Frau sich wenigstens alle 40 Tage ihrer Körperbehaarung entledigen. Frauen tun dies jedoch meist häufiger und oft gemeinsam zu Hause oder auch im Badehaus, soweit es diese Einrichtung noch gibt. Achsel- und Schamhaare sowie die Beine und Arme werden meist mit *Halawa* entfernt. Die feinen Gesichtshärchen (auch Härchen in Nase und Ohren) kann man sich auch beim Friseur mittels einem gewirbelten Bindfaden ausreißen lassen.

Für die Halawa-Masse werden zu gleichen Teilen Zitronensaft (300 ml oder mehr) und Zucker mit etwas Öl (1 bis 2 Teelöffel) auf kleiner Flamme gekocht, bis der Zucker karamellisiert. Um die richtige Konsistenz festzustellen, macht man die Gegenprobe mit kaltem Wasser: Kristallisiert die Masse, rinnt nicht mehr vom Löffel oder löst sich auf, ist sie genau richtig. Sicherer funktioniert es für Unerfahrene mit einem Zuckerthermometer: Zucker wird ab 121 Grad zur knetbaren klebrigen Masse, die beste Temperatur ist etwa 128 Grad.

Die fertige Masse (zum Abkühlen erst auf Backpapier gießen) wird entweder auf die entsprechenden Körperstellen gestrichen und mit Stoffstreifen entfernt, wobei die Haare mit herausgerissen werden. Oder man knetet einen Ball und rollt entgegen die Wuchsrichtung über die zu entfernenden Haare.

Der Vorteil der Halawa-Methode liegt in der längeren „Haltbarkeit“ der enthaarten Stellen. Halawa klebt im Gegensatz zu Wachs nicht und hinterlässt die Haut zart und weich.

Halawa kann man natürlich auch essen, zur besseren Unterscheidung nennt man aber die nur zum Naschen hergestellte Halawa meist *Halawa tahaneiya*.

### **Weihrauch und Myrrhe**

Als ebenfalls schon weit über 3000 Jahre bekanntes Allround-Heilmittel ist der Weihrauch, arabisch „*Buchur*“, lateinisch „*Olibanum*“ in Gebrauch. Der Weihrauchbaum ist eines von mehreren hundert Balsamgewächsen, zu denen auch die Myrrhe und der Mastix gehört. Der Balsam tritt durch kleine Öffnungen der Rinde aus, wird an der Luft hart und kann, danach wieder mit Öl versetzt, in flüssiges Balsam zurückverwandelt werden. Die Alten Ägypter benutzten ihn außer zu kultisch-religiösen und vielerlei medizinischen Zwecken auch bei der Einbalsamierung der Mumien. Es gab kaum eine Krankheit, bei dem er nicht äußerlich oder auch innerlich eingesetzt wurde. Schon lange vor der „Seidenstraße“ gab es bereits eine „Weihrauchstraße“, auf der das begehrte Harz aus Afrika oder Indien zu seinen Abnehmern in den Mittelmeerländern gebracht wurde.

Durch seine antiseptische und desinfizierende Wirkung wird Weihrauch heute vor allem zur Entzündungshemmung bei Rheuma, Arthritis, chronischen Darmerkrankungen, zur Schmerzlinderung, zur Immunsystemstärkung, aber auch in der Aromatherapie zur Beruhigung eingesetzt.

Räucherungen im Orient haben neben dem kosmetischen Grund des Parfümiers und dem magischen Inhalt, böse Geister und schlechte Energien zu vertreiben oder gar nicht erst ins Haus zu lassen, auch noch einen gesundheitlichen Nebeneffekt. Es wird oft nach einer bestimmten Vorgehensweise geräuchert: Das Räuchergefäß steht am Boden und die Frau muss immer wieder darüber steigen, stets mit demselben Fuß zuerst. In manchen Ländern (Jemen, Oman) stehen die Frauen mit ihren langen Kleidern solange über dem Räuchergefäß,

bis der Rauch durch den Stoff nach außen steigt. Angeblich haben Wissenschaftler festgestellt, dass dies der Grund sei, warum Frauen im Orient selten an Vaginalpilzinfektionen leiden. Mit Myrrhekugeln andererseits vertrieben die altägyptischen Frauen u.a. auch Flöhe.

### **Kyphi**

Im sogenannten Papyrus Ebers (von ca. 1500 v Chr.), der vor etwa 140 Jahren gefunden wurde, sind einige Räucherrezepturen aus pharaonischer Zeit angegeben, allerdings mit ungenauen Mengenangaben und teilweise nicht identifizierbaren Zutaten. Die Basis bilden jedoch immer Weihrauch, Myrrhe, Honig und Mastix ( arab. *Mastaka* oder *Miska*, ebenfalls ein Balsamgewächs). Kyphi ist wohl die bekannteste davon und in unterschiedlichen Zusammenstellungen im Handel erhältlich. Man kann ihn (annäherungsweise) auch selbst herstellen.

4 Teile Weihrauch

2 Teile Myrrhe

1 Teil Mastix

1 Teil Honig

dazu 1 Teil ungeschwefelte Rosinen (über Nacht in Palmwein, ersatzweise 2 – 4 Teile Rotwein eingelegt), 1 Teil gemahlener Zimt, 1 Teil Sandelholzpulver, 1 Teil Kalmuswurzel, 1 Teil Wacholderbeeren, 1 Teil Zitronengras, 1 Teil Benzoe Siam, ½ Teil Kardamom, ½ Teil Rosenöl (eventuell auch noch Minze und Veilchenwurzel).

Die im Mixer zerkleinerten Zutaten mit Honig und Wein mischen und verkneten. Zwischen den Händen zu Bröseln zerreiben und 1 – 2 Wochen an einem warmen Platz, aber nicht in der Sonne oder im Ofen, trocknen lassen.

Kyphi wirkt entspannend, stimmungsaufhellend, beruhigend, auch erotisierend.

Da auch Weihrauch immer schon eine kostspielige Angelegenheit war, sollte man sich beim Weihrauchkauf auskennen, da die Qualitätsunterschiede erheblich sein können.

### **Kardamom**

Schon in pharaonischen Zeiten zur Parfümherstellung verwendet, wird Kardamom (arab. *Hail* oder *Habahan*) neben seinem Einsatz als Gewürz vor allem als Mittel gegen Verdauungsbeschwerden und Magenschmerzen verwendet. Er neutralisiert die Verschleimung durch Milch und wirkt gegen Mundgeruch, besonders auch nach dem Genuss von Knoblauch. Die orientalische Sitte, Kaffee mit Kardamom zu würzen, ist nicht nur Geschmackssache: Kardamom entgiftet das Koffein im Kaffee und ist für Kaffeetrinker deshalb generell zu empfehlen. Des weiteren gehört er auch in die Liste der altüberlieferten Aphrodisiaka.

### **Rosen**

Früheste Belege von Rosen auf ägyptischem Boden stammen von Mumiengebunden aus dem 2. und 3. Jahrhundert nach Christus, also erst aus der griechisch-römischen Zeit. Doch spätestens unter Kleopatra war Rosenduft als Aphrodisiakum wohlbekannt: Sie soll Markus Antonius in einem Raum empfangen haben, der eine Elle hoch mit Rosenblütenblättern bedeckt gewesen sein soll. Bei den Griechen und Römern, war die weiße Rose das Symbol des Schweigens und Vertrauens: Eine über den Versammelten aufgehängte weiße Rose ermahnte sie, das im Raum gesprochene nicht weiter zu erzählen. Während die Rose im frühen Christentum als Sinnbild wollüstiger Exzesse abgelehnt wurde, glaubte man im Islam, dass sie aus einem Schweißtropfen des Propheten entstanden war und verehrte sie. In der westlichen Medizin wurde Rosenöl erst wieder zu Beginn des 20. Jahrhunderts entdeckt: 1907 verfügte die französische Regierung, dass die in der Provence hergestellten Rosensalben in allen öffentlichen Krankenhäusern benutzt werden sollten (vgl. J. Lawless, „Rosenöl“)

Rosenwasser ist aus den orientalischen Heil- und Schönheitsmitteln nicht wegzudenken und auch in der Küche hat es seinen festen Platz. Medizinisch wird es bei kleinen Wunden, Verbrennungen und Insektenstichen, bei Bindehautentzündungen, Amenorrhoe und

Regelschmerzen, Anorexie, gegen verdorbenen Magen und als Gesichtswasser verwendet. In der Küche dient es zum Aromatisieren von Süßspeisen, Kuchen und Konfekt. Rosenkonfitüre wird u. a. in der Türkei auch als Aphrodisiakum verwendet.

Das echte ätherische Rosenöl hat starke antibakterielle Wirkung, krampflösende Eigenschaften, positiven Einfluss auf Magen- und Darm, Herzkreislauf und vor allem auch auf die Haut, weshalb es heute vielen Hautcremes und Ölen zugesetzt wird. Daneben tut es der Seele gut, entspannt gestresste, ängstliche oder depressive Gemüter und wird daher nicht nur in der Aromatherapie bei seelischem Schock, schmerzlichem Verlust und Trauer, sondern auch zur Behandlung von Sexualstörungen, besonders bei Frauen, eingesetzt. In der chinesischen Medizin wird es eingesetzt, um die Spermaproduktion und Zeugungskraft der Männer zu steigern. Der Arzt und Allroundwissenschaftler Avicenna (arab. Ibn Sina) schrieb im 10. Jahrhundert, dass „Rosenöl die Macht des Gehirns und die Schnelligkeit des Geistes steigert“.

Das beste Rosenwasser und Rosenöl für Medizin, Kosmetika und Küche wird aus der „Rosa Damascena“ hergestellt und kommt heute meist aus dem Iran.

Will man ätherisches Rosenöl für heilende Zwecke oder zum Kochen verwenden, so sollte man wirklich nur naturreines Rosenöl, arab. „Attar“ von der Damaszener Rose (*Rosa damascena*) verwenden. Marokkanische, ägyptische, türkische oder französische Öle sind meist aus der günstigeren *Rosa centifolia* und nur für duftende Zwecke in der Duftlampe geeignet, besitzen aber weniger oder keine heilende Wirkung.

Einkaufstipp: Echtes Rosenöl ist bis 20 Grad dickflüssig; Ist es bei dieser Temperatur dünnflüssig, wurde es bereits mit Alkohol verdünnt. Positive Wirkungen kann man schon mit einfachster selbstgemachter Kosmetik erzielen: Zu 100 ml Trägeröl (Mandelöl, Avocadoöl, Jojobaöl etc.) 2 Tropfen reines Rosenöl geben.

### **Schwarzkümmel**

Ägypten ist die Heimat des Schwarzkümmels, ein weiteres seit Jahrtausenden bekanntes Allzweck-Heilmittel. Bereits zu pharaonischer Zeit streute man Schwarzkümmelsamen auf das Fladenbrot, zur Verdauungsförderung und gegen Blähungen. In Tut-ench-amuns Grab fand sich ein Fläschchen Schwarzkümmelöl und viele Jahrhunderte später ist vom Propheten Mohamed überliefert, dass er mit den Worten: „Schwarzkümmel (*Albarakha*-Öl) heilt alle Krankheiten außer den Tod“ seinen Anhängern die Heilpflanze wärmstens empfohlen hat. Mit gewöhnlichem Kümmel hat die Pflanze, die zu den Hahnenfußgewächsen zählt, nichts zu tun. Im Mittelalter kannte man das Schwarzkümmelöl (*Nigella sativa*) auch in Europa: Karl der Große und Ludwig der Fromme ließen die Pflanze auf ihren Besitzungen anbauen; nur ist sie hier in Vergessenheit geraten. Inzwischen wurde das Öl wiederentdeckt und dank der inzwischen wissenschaftlich untersuchten breitgefächerten Wirkung eroberte es sich längst einen Platz auf den oberen Rängen der Alternativ-Medizin. Schwarzkümmelöl wirkt vor allem bei Hautkrankheiten aller Art (Allergien, Neurodermitis, Flechten, Hautpilz etc.); es hilft bei Verdauungsproblemen, Magen-Darm-Verstimmungen, Blähungen, bei Husten, Asthma, Heuschnupfen; es lindert Beschwerden bei Herz-Kreislauf- und Leber-Galleproblemen; es unterstützt die Harnausscheidung und den Milchfluss bei stillenden Müttern. Selbst eine beruhigende und schmerzstillende Wirkung soll das Öl besitzen und sogar bei Depressionen unterstützend wirken. In China und Indien wird es als natürliches Antibiotikum eingesetzt, in Indien testete man das Öl jüngst auch erfolgreich auf seine heilende Wirkung bei Krebstumoren. In Ägypten bekommt man das echte Schwarzkümmelöl unter dem Namen „Habet el Barakha“-Öl für ca. 2 Euro pro 100 ml, in Deutschland kostet dieselbe Menge ca. 13 Euro. (unter [www.elcaptain.com](http://www.elcaptain.com) kann man die Liste der in Ägypten hergestellten und vom ägypt. Gesundheitsministerium zertifizierten Heilöle abrufen).

### **Henna**

Von Indien bis Marokko ist das Textil- und Leder-, aber auch Haar- und Hautfärbemittel Henna (lat. *Lawsonia inermis*; arab. *Al-Henna*) im gesamten Orient seit Jahrtausenden bekannt.

Das Hennapulver wird aus den getrockneten und pulverisierten Blättern des Hennastrauches gewonnen, von denen es verschiedene Arten gibt: Manche erzeugen eine mehr rötlich-braune Farbe (in Marokko und Ägypten mehr gebräuchlich), andere färben dunkler. Auf Mumien fand man Hennafärbungen auf Fußsohlen, Handflächen und Haaren und selbst auf Statuen aus pharaonischer Zeit waren die Überreste Hennagefärbter Fingernägel auszumachen. Das Bemalen der Hände und Füße ist fester Bestandteil des Verschönerungsprogramms einer Braut in der Nacht vor der Hochzeit, der Hennanacht, arabisch „Leilet al Henna“.

Weitergehender kosmetischer Einsatz von Henna besteht durch die pflegenden Eigenschaften der Pflanze, zum Beispiel gegen raue trockene Haut und für natürlichen UV-Schutz. Daneben enthält das Hennapulver auch noch heilende Wirkstoffe, die gegen Rheuma, Magenschmerzen und kleinere Infekte benutzt werden. Hauptsächlich wirkt Henna jedoch kühlend und schweißhemmend und wurde sicher auch aus diesem Grunde in seinen heißen Ursprungsländern gerne eingesetzt. Last, but not least, sollen die kunstvollen Körperbemalungen auch gegen böse Geister und schlechte Energien und zudem erotisierend wirken.

### **Hanf**

Aus pharaonischer Zeit gibt es keinen Beleg für Kenntnis oder Nutzung von Hanf, auch wenn dies auf Dutzenden von Internetseiten publiziert wird. Später, im 8. Jahrhundert war der Konsum von Haschisch in Ägypten so extrem verbreitet, dass er unter Androhung des Zähneausreissens verboten wurde (vgl. W. Schmidbauer; J. v. Scheidt).

Heute wird das intensivere Marihuana, in Ägypten „Bango“ genannt, nicht nur von Feluka-Kapitänen gerne konsumiert. Bis ins 16. Jahrhundert wurden Haschisch und Marihuana nur in Ägypten konsumiert, kaum oder gar nicht in anderen orientalischen Ländern. Meist wurde es gegessen, entweder pur oder in Süßigkeiten und Backwaren verarbeitet (*unter den Namen Manzul, Maagun, Garawish*). Daneben war es auch als Heilmittel bei verschiedenen Krankheiten bekannt. Im 18. Jahrhundert erließ Napoleon zweimal das Verbot des Haschischkonsums, das aber kaum beachtet wurde: Durch seine Soldaten wurde Haschisch auch in Frankreich bekannt und von dort im restlichen Europa. Und 80 Jahre später (1877) schreibt Kerr immer noch, dass „nirgends so viele Formen des Hanfes zur Berausung genutzt werden wie in Ägypten“.

Nagib Machfus beschreibt in seinem Roman *El Harafish* (deutsch: „Das Lied der Bettler“, 1977), der sich über die Zeit der Cholera-Epidemie 1883/1884 bis in die 1940er Jahre spannt, reichlichen Drogen- und Alkoholkonsum in Haschischhöhlen und Schänken, in denen *Busa* (eine Art Bier), Haschisch und *Manzul* (Marihuana-Süßigkeiten) verkauft wurden. Nach dem zweiten Weltkrieg war Libanon der größte Haschischlieferant für Ägypten. Seit etwa 10 Jahren sind die Ägypter vorwiegend auf selbst angebautes „Bango“ umgestiegen.

Verboten ist der Haschischkonsum in Ägypten bereits seit 1879. Wirklich harte Strafen stehen aber erst seit neuerer Zeit dafür an: Ein Konsument kann bis zu fünf Jahren Gefängnis bekommen, ein kleiner Händler schon bis zu 25 Jahren. Große Dealer müssen mit der Todesstrafe rechnen. Es empfiehlt sich in jedem Fall, die Finger davon zu lassen, denn bekanntermaßen sind ägyptische Gefängnisse mit deutschem „Gefängnis-Hotelkomfort“ nicht zu vergleichen.

1) *ägyptische Augenkrankheit: Trachom, hochansteckende Virusinfektion mit Befall und Zerstörung der Hornhaut. Inkubationszeit: 1 Woche, dann Beginn mit Tränenfluss,*

*Augenrötung, Lichtscheu und Lidödem beider Augen. Im Laufe von Monaten trübt sich die Hornhaut und vernarbt am Ende. Häufigste Ursache für Blindheit.*

**Literatur- und Quellenhinweise:**

„Rosenöl – Die Königin der Blüten und ihre natürliche Heilkraft“ v. Julia Lawless (Econ-Verlag)

über Kohl in „Journal of Applied Physics“ – Ausg. 91, Bd.4

"Die Heilpflanzen der Ägypter" (Artemis & Winkler Verlag 2002).

Ludwig Keimer, Die Gartenpflanzen im Alten Ägypten, Hildesheim 1967

Ludwig Keimer (hrsg. von Renate Germer), Die Gartenpflanzen im Alten Ägypten II, Sonderschrift des Deutschen Archäologischen Instituts Kairo Bd. 13, Mainz 1984.

Renate Germer, Flora des pharaonischen Ägypten, Sonderschrift des Deutschen Archäologischen Instituts Kairo Band 14, Mainz 1985.

Speziell S. 64 geht sie auf die Rose ein und sagt dort unter anderem: "Im pharaonischen Ägypten aber war die Rose unbekannt. Sie kam vermutlich erst mit den Griechen entweder direkt aus Südeuropa oder über Palästina ins Niltal".

Dank auch an Dr. Barbara Lüscher / Basel und Monika Joerdens von der Uni Ulm für ihre wertvollen Hinweise und Tipps.

© copyright by Havva Juli 2005

Copyright – www.havva.de