

Ciste-roos **Citrus labdanifera**

Familie: Cistaceae - zonneroosjesfamilie

Botanie en Groeiwijze

De Ciste-roos is een 2,5 meter hoge struik met ongedeelde, kruislings tegenstandige bladeren meestal kleverig.

Geurige witte bloemen, met een geel hart, deze groeit met scheuten omhoog.

De roze variant met zacht grijs blad groeit laag. Bloeitijd maart tot juni.



Klimaat en herkomst

Middellandse zeegebied, Griekenland, Spanje, Portugal.

Extractie

Waterdampdestillatie van de bladeren en twijgen of door extractie uit de hars met alcohol of benzol wordt een geel- bruine honingkleurige olie gewonnen.

Uit 100 kg planten verkrijgt men 6-7 ltr. olie.

Geurervaring

De geur is warm, diep, kruidig, amberachtig, harsachtig, heeft iets weg van Mirre.

Ik vind het nogal een indringende geur, maar gecombineerd met een citrusolie, is het een heerlijke olie om mee te werken.

Geschiedenis

Door de plant in water te koken, wordt een gomachtige massa verkregen, labdanumgom. Dit gom was ook al bij de oude beschavingen bekend en is één van de oudste aromatische stoffen. De gom werd vroeger gebruikt voor de behandeling van slijmvliesontsteking, diarree en dysenterie. Ook werd zij gebruikt in pleisters.

Therapeutische werking *verwarming - omhulling*

Psyche: Het is een verwarmende olie bij innerlijke kou, voor wie zich in de steek gelaten, eenzaam, opstandig of onbegrepen voelt.

Ciste-roos kan een muurtje om je heen zetten, als je erg beïnvloedbaar bent van buitenaf. Ciste-roos is typisch een olie voor de psyche: bijvoorbeeld bij boosheid en opstandigheid, als je met jezelf geconfronteerd wordt.

Het helpt bij angsten, het brengt je meer naar de basis. Het heeft hetzelfde effect als een wortelolie. Het is een fantastische olie voor het zenuwstelsel.

Cisteroos is sterk antiviraal, expectorant, samentrekkend en een stof die de bloedstolling vertraagt (blauwe plekkenolie.)

Gebruiksmogelijkheden

De olie wordt veel gebruikt in verpleeghuizen bij mensen die dement worden.

Het is een hele goede olie in de huidverzorging met name bij acne, vooral bij meisjes in de puberteit.

Gebruik Ciste-roos o.a. bij; acne, rimpels, hoesten, bronchitis, verkoudheid, kinkhoest, neusverkoudheid, ontsteking neusslijmvliezen, depressies.

Mengt zich goed met: Neroli, Citroen, Tuberoos, Jasmijn, Lavendel, Salie, Scharlei, Den, Bergamot, Pompelmoes.

Enige toepassingen van Ciste-roos:

- *Als acne crème;* 4 dr Ciste-roos en 2 dr Bergamot (of citroen) mengen met 50ml. neutrale crème.
- *Verdampen;* 5 dr Ciste-roos in de aromalamp verdrijven negatieve gevoelens.
- *Lymfe draineer olie;* 5 dr Ciste-roos, 5 dr Helicryse, 5 dr Lavendel, 50 ml. St'Janskruid maceraat, 50 ml. Amandelolie.
- *Ontspanningsmassage;* 6 dr Mandarijn, 1 dr Roos of Neroli, 2 dr Ciste-roos 50 ml neutrale olie.
- *Slaapolie;* combinatie met atlasceder.
- *Verdampen:* (vooral bij kinderen) bij ziekten als waterpokken, mazelen, roodvonk, kinkhoest

Type mens

Het Cisteroos-type lijdt aan gevoelsarmoede en voelt zich innerlijk dood. Iets zachts en zeer moois schijnt in deze mensen verwelkt of vernietigd te zijn, meestal in verband met onverwerkte belevenissen in het gevoelsleven.

Parfum

Midden noot

Energie

Yang

Symbolische betekenis van de plant

De bloemen van de Cisteroos zijn zeer kwetsbaar, evenals de persoon waarvoor deze olie ingezet kan worden.

Laat me je wond zien ik zal haar balsemen.

Waarschuwingen

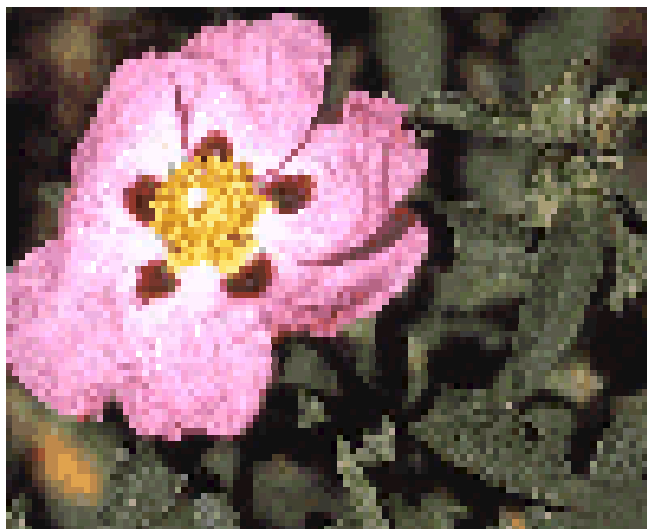
Niet inwendig gebruiken tijdens de zwangerschap.

Praktijkervaring

Een van mijn cliënten is een vrouw met een dwangstoornis.

Zij komt wekelijks, ik geef haar een ontspannende massage op de hydromed met de combinatie: 20ml basisolie met 5 dr Ciste-roos, 1dr Roos 3dr Neroli. Zij vindt het heerlijk om de massage te ondergaan.

Verder is zij onder behandeling van een psychologe. Ik vind het fijn om haar op deze manier te helpen.



Chemische samenstelling

Citrus labdanifera

F = Monoterpenen (40-50%)

50% α -pineen
4% Campeen
2,2% p-cymeen
1,6% limoneen

K = Monoterpenolen (10-15%)

2% borneol
1,8% terpinen-4-ol
1,2% myrtenol

H = Aldehyde

α en γ campholenique, neral
banzaldehydryde

G = Ketonen (3%)

2% trimethylcyclohexanon
1% fenchon

A = Esters (3%)

3% linalylacetaat
bornylacetaat en andere

N = Zuren

1,8% camphonlenic

