



## ETERIČNO ULJE RUŽE

*kraljica na tronu carstva mirisa*

**napisao: dr.sc. Stribor Marković**

[www.centarcedrus.hr](http://www.centarcedrus.hr) [www.centarcedrus.com](http://www.centarcedrus.com)



Malo je koja biljka tijekom povijesti izazivala više uzdaha od službene kraljice svih cvjetova – ruže. Utkana je u povijest i umjetnost mnogih naroda starog svijeta, noseći brojna lica simbolike. Tko bi rekao da je današnja ruža potomak daleko neuglednijih predaka, koji su rasli na prostoru jugozapadne Azije. Obožavali su ih mnogi narodi na prostorima današnjeg Iraka i Irana, Turske, Bugarske, sjeverne Afrike, Italije, Francuske i Španjolske. Neke od tih država još dan danas često podsjećaju upravo na uzgoj ruža, poput Bugarske u kojoj se stoljećima kultivirala na prostoru Kazanlika i gdje postoji institut i muzej posvećen ružama.

### ***Botanička zbrka oko poetskog termina***

Već u samom početku proučavanja, “ruža” je tek zbirni naziv za brojne vrste, podvrste, varijetete nastale selekcijom i križanjem. Ruže su i zbirni naziv za rod *Rosa*, a u koji ulazi i običan šipak, odnosno šipkova ruža (*Rosa canina* L.). Tijekom brojnih stoljeća kultiviranja ljudi su stremili dobiti varijetete zanimljivih boja, od snježno bijele do intenzivno crvenih boja. Bijele ruže katkad se nazivaju grupnim nazivom Alba, premda je samo jedna originalna vrsta *Rosa alba* L., odnosno prava bijela ruža. Pokušavali su i povećati broj latica. Tako je nastala i slavna *Rosa centifolia* (“ruža sa stotinu latica”), u engleskom nazvana i *cabbage* ruža zbog punog, okruglastog oblika cvijeta koji podsjeća na kupus. Poznata je i damska ruža (*Rosa x damascena* Mill.), hibrid vrsta gallica i moschata, a vjerojatno i još jedne vrste ruže. Ona je više puta nalazila svoj put iz

nekadašnje Perzije u Europu. Katkad se u našim brdima nađe jedna simpatična vrsta ruže koja nema bujan cvijet, ali zato ima izvanredan miris kojeg rijetko koja druga ruža može dostignuti: to je majska ruža ili galska ruža, *Rosa gallica* L.

Ova kaotična šetnja najpoznatijim vrstama govori koja su dva izvora opsesije ružama: bogatstvo cvijeta i zamaman miris. Prepustit ću priče o ljepoti cvijeta nekim drugim ljudima, pa ćemo uskočiti, prema nekima, u najljepši od svih mirisa, eterično ulje ruže.

### ***Puno cvjetova za malo ulja***

Cijena eteričnog ulja ruže je vrlo visoka, stoga većina ljudi percipira eterično ulje ruže kao vrijedan poklon kojeg si samo povremeno priušte. Svima je već poznat razlog: velika je količina svježe ubranih latica ruže potrebna da se dobije ulje. U prosjeku 4 tone latica daje 1 kg eteričnog ulja. Ako uzmemo u obzir da su ruže osjetljive biljke i da je potreban veliki trud oko uzgoja uz dosta ručnog rada, shvatit ćemo još bolje cijenu koju plaćamo za male bočice ulja.

Tijekom destilacije vodenom parom nastaje hidrolat i eterično ulje. Nezgodu tijekom proizvodnje eteričnog ulja ruže predstavlja relativna visoka topivost eteričnog ulja u vodi, odnosno hidrolatu. Zboga toga se često tijekom destilacije hidrolat vraća u vodu iz koje se stvara para za destilaciju, kako bi se smanjio gubitak dragocjenog ulja. Istovremeno, time zna opadati kvaliteta hidrolata pa neki proizvođači znaju destilirati ruže samo za potrebe stvaranja hidrolata.

### ***Patvorenje eteričnog ulja ruže***

Visoka cijena i velika traženost ovog ulja glavni su uzrok patvorenja. Eterično ulje ruže jedno je od najpatvorenijih ulja, a za to se koriste svi raspoloživi načini:

- jeftinijim eteričnim uljima palmarose i različitih geranija
- sintetskim spojevima poput damascenona, ružinih oksida, stearoptena,  $\beta$ -ionona, feniletalnog alkohola i citronelola
- dodavanjem organskih otapala i biljnih ulja

## ***Kako prepoznati kvalitetno eterično ulje ruže?***

Zbog prisutnosti prirodnog parafina, eterično ulje ruže na niskoj sobnoj temperaturi (obično ispod 18 °C) kristalizira. Nastali karakteristično "ružini kristali" ili "cvjetovi eteričnog ulja ruže" su tanki i duguljasti, kao što se može vidjeti na sljedećoj slici:



"Kristali ruže": karakterističan način kristaliziranja eteričnog ulja ruže kojeg uzrokuju prirodni parafini cvjetova ruže.

Budući da ulje kristalizira, to ponekad može naljutiti neiskusne kupce. Neki se, naime, znaju žaliti kako su kupili ulje po visokoj cijeni, ali da je ono "ishlapilo" jer ne kapa kroz kapalicu. A upravo u hladnijim danima ono kristalizira i stoga ne može niti kapati. Neka ulja kristaliziraju čak i na relativno visokih 23 °C. Za upotrebu, dovoljno je bočicu ugrijati u rukama desetak minuta kako bi ulje ponovno postane tekuće.

Budući da je eterično ulje ruže toliko često patvoreno, pripazite na kemijski sastav. Eterično ulje ruže vrste *Rosa x damascena* ima vrlo karakterističan sastav u kojem nalazimo, osim već spomenutih parafina, i svima poznat alkohol etanol.

kemijski spoj	udio u ulju
etanol	0-7%
citronelol	20-49%
nerol	3-12%
geraniol	6-29%
$\beta$ -feniletalni alkohol	0-3,5%
heptadekan (C <sub>17</sub> parafin)	0,6-4%
nonadekan (C <sub>19</sub> parafin)	6-16%
heneikozan (C <sub>21</sub> parafin)	1,5-5,5%

Zatražite analizu vašeg eteričnog ulja koje kupujete i pogledajte neke karakterističnosti:

- odsustvo parafina definitivno govori o patvorenju
- prisustvo odveć velike količine etanola ukazuje na patvorenje etanolom
- visok sadržaj geraniola govori o patvorenju palmarosom ili sintetskim geraniolom
- previsok sadržaj  $\beta$ -feniletalnog alkohola govori o "sintetskom" ulju ruže

### ***Tipovi ulja na tržištu***

Eterična ulja na tržištu uglavnom dolaze iz Bugarske, Francuske, Turske, Maroka i Indije. Najčešće se susreće ruža damaska, otto ruža, bijela ruža te niza različitih drugih vrsta i hibrida. Ukoliko su doista prirodna, ne postoji pravilo koje je "bolje". Neka vas vodi vlastiti nos i ukus.

### ***Skupa igra za puno užitaka***

Neka ulja, poput čajevca, ravensare, palmarose i paprene metvice, profesionalni aromaterapeut troši u velikim količinama. Eterično ulje ruže koristi se poput kvalitetnog šampanjca - u posebnim prigodama. Rijetko kada se koristi u "klasičnim" tegobama i

bolestima. Premda je ono po svojem kemijskom sastavu izvrsnog protugljivičnog i antibakterijskog djelovanja, rijetko kada će nekome pasti na pamet koristiti ga u uljima i puderima protiv gljivica na stopalima ili uljima za pomoć kod dišnih infekcija.

### **Ružino ulje**

3-6 kapi eteričnog ulja ruže

30 mL biljnog ulja ploda dvilje ruže

Nanositi po želji, 1-2x dnevno

Ruža je svoje mjesto našla u luksuznim masažama i suptilnim tretmanima, skupoj kozmetici te proizvodnji vrhunskih prirodnih parfema. Intenzivan miris ulja ruže, a ne samo njegova cijena, čini nas štedljivim u njegovoj primjeni. Dovoljno je nekoliko kapi da uljepša bilo koji

kozmetički pripravak. Slično eteričnom ulju njemačke kamilice i kod ruže vrijedi pravilo da više nije uvijek i bolje. Pretjerivanje može lakše izazvati iritacije na koži. Stoga se ono koristi u količinama do 1%.

Eterično ulje ruže potiče regeneraciju kože i dragocjeni je dodatak u tzv. *anti-age* kozmetici. Premda je namijenjeno upravo za zrelu i suhu kožu, može se koristiti za sve tipove kože.

## ***Hidrolat ruže u kozmetici***

### **Ružin tonik**

200 mL hidrolata ruže

1 mala žličica biljnog glicerola

Nanositi po želji, bazinicom ili sprej bočicom

Hidrolat ruže vjerojatno je bio i razlog prvih destilacija ruže. Snažnog je mirisa jer se komponente eteričnog ulja ruža relativno dobro tope u vodi. Daleko je pristupačnije cijene od eteričnog ulja, stoga će mnogi posegnuti prvo za hidrolatom kada počinju izrađivati prirodnu kozmetiku. Koristi se u tonicima te u vodenim

fazama kreme. Intenzivan miris hidrolata dovoljan je da i bez eteričnog ulja da posebno ugodnu i nježanu notu. Različiti hidrolati ruže različiti mirišu: birajte one koji nemaju "kiseli", već snažan, ali nježan i slatkast miris cvijeta ruže. Hidrolat ruže koristi se mahom kod zrele i suhe kože, no ugodan miris namami žene svih tipova kože da ga koriste. Priprema tonika za lice vrlo je jednostavna i pogodna za kućnu upotrebu, jedino vam je potreban biljni glicerol.

## ***Hidrolat ruže u kulinarstvu***

### **Zdravi shake od ruže**

2 dcl sojinog ili zobenog mlijeka  
okusa vanilije

1 jušna žlica hidrolata kore  
cimeta

1 jušna žlica hidrolata ruže

Snažno izmiješajte da nastane  
pjena. Po želji dodajte i žlicu  
kokosovog mlijeka.

Tko nije probao ružin *rahat lokum*? Ružin hidrolat je stoljećima omiljen začim u orijentalnim slasticama. Ruža daje finu i egzotičnu aromu koja iznenađujuće godi nepcu. Originalne baklave redovito se spravljaaju s ružinom vodicom, bademom i medom, što su balkanski narodi zaboravili u svojim recepturama. Ružina vodica dodaje se u kreme od vanilije i voća, voćne salate, frape, sladoled napitke i - koktele. Nemojte pretjerivati u količini kako biste dobili diskretne

okuse i mirise.

## ***Simbolika ruže***

Kao jedna od najopjevanijih biljaka, ruža nosi puno simbolika. Simbolizira čistu ljubav, bezuvjetnu ljubav, erotičnost i seksualnost lišenu osjećaja krivnje. Njen karakter je ženski, pa simbolizira i duboku majčinsku ljubav, ali i *ženski aspekt Boga*, odnosno ženski božanski princip. Mnogi Boga rijetko percipiraju kroz ljubav, premda su svima puna usta Božanske ljubavi. To nije samo romantična priča. Danas kao nikada prije, ljudi Boga doziraju na kapaljku (pa čak i religiozni ljudi). Boga puštamo u svoj život u određenim trenucima, kada nama to odgovara. Bog ne završava niti počinje (samo) u religijskim institucijama, ruža nas podsjeća da to prisustvo traje 24 sata na dan, baš kao što i intenzivan miris ruže ostaje na koži cijeli dan. Kada bi se toga sjetili kada tračamo i prosuđujemo, potplaćujemo državnu birokraciju, otuđujemo i "peremo" novac, lažemo u vlastitoj obitelji i lažemo sebi, borimo se u hijerarhijama pod krinkom ambicioznosti, namještamo poslove svoje nekompetentnim rođacima, uglavnom radimo sve što je danas toliko postalo uobičajeno, možda bi svijet bio drugačije mjesto.