

## Grüne Welle

*InStyle-Autorin Corinna von Bassewitz entdeckte die heilende und pflegende Wirkung von Aloe vera, lange bevor das grüne Gel zum Kosmetiktrend wurde. Eine Liebeserklärung ...*

Als ich vor elf Jahren auf eine kleine, sonnige Insel vor Florida zog, dauerte es keine vier Stunden, bis meine Haut so rot wie die Schale eines frisch gekochten Hummers war. Da halfen weder kalte Wickel, noch Quarkpackungen. Und der einzige Inhalt meines Arzneischrankes: Nivea-Creme. Aber auch die brachte nichts. Also, auf zum Shoppen: Damals gab es auf der Insel lediglich eine Tankstelle, bei der man Konservendosen, Popcorn und Benzin erwerben konnte. Und ein winziges Reformhaus. In der bunt bemalten Baracke am Straßenrand verkauften zwei barfüßige Hippie-Frauen Tofuburger, Fruchtsäfte und selbst angerührte Salben. „Du armes Ding!“, begrüßten sie mich und zogen mich in ihr Gärtchen hinter dem Laden, in dem allerlei Heilkräuter angepflanzt waren. In der hintersten Ecke, im Halbschatten einer Kokospalme, stand eine blassgrüne Pflanze, deren fleischige, hakenbewehrte Blätter lanzettenartig in die Höhe wuchsen. Mit einer Machete hackte Marny, eine der Besitzerinnen, eines der Blätter ab und begann die roten Stellen

auf meinen Armen und im Gesicht mit dem grünlichen Gel, das dickflüssig von der Schnittstelle tropfte, einzureiben. „Das ist eine Aloe-vera-Pflanze“, erklärte sie mir. „Die wachsen hier überall und sie sind gut gegen Sonnenbrand, Allergien und Entzündungen.“ Sie halfen.

Die unscheinbare Pflanze, die einem Kaktus ähnlich sieht, aber zu den Liliengewächsen gehört, war fortan mein kosmetischer Begleiter. Zur Stärkung meines Immunsystems trank ich täglich ein Aloe-Wasser-Gebräu (das Gel schmeckt übrigens besser in Kombination mit Joghurt, was ich allerdings erst Jahre später nach meiner Heimkehr nach Deutschland entdeckte). Meiner sonnengeschädigten Haut verpasste ich jeden Abend eine gründliche Gel-Abreibung. Schnittwunden (die passieren schon mal, wenn man als Anfängerin versucht, mit einer Harpune einen Barrakuda zu erlegen) heilten nach der Behandlung mit Aloe innerhalb von zwei Tagen. Und Insektenstiche (in tropischen Gefilden sind die Viecher unerbittlich und blutrünstig!) sind nach



Heilt und pflegt: die Aloe-vera-Pflanze



**MIT ALOE-VERA-POWER:** 1 „Body Line“-Körperlotion von Heliotrop, ca. 13 € 2 Badesalz „Aloe Vera Mineral Bath Soak“ von Crabtree & Evelyn, ca. 20 € 3 Reinigungs lotion „Aloe Vera Cleansing“ von Dorissima, ca. 19 €. Über [www.dorissima.de](http://www.dorissima.de) 4 Entschlackt: „Aloe-vera-Joghurt“ von Emmi, ca. 1 € 5 Pflege vor dem Sonnen: „Pre Sun-Booster“ von Lancaster, ca. 27 €

einer Aloe-Behandlung so schnell vergessen wie graue Novembertage in Deutschland, wenn man 8000 Kilometer entfernt in der Hängematte liegt.

Das breite Wirkungsspektrum der Aloe vera ist auf die 160 verschiedenen Substanzen zurückzuführen, die im Blattmark enthalten sind. Ihr Zusammenspiel macht die belebenden, regenerierenden, kosmetischen und heilenden Eigenschaften aus. Von denen wussten bereits prominente Weltumsegler wie Christoph Kolumbus und der Venezianer Marco Polo, die ihren „Arzt im Topf“ – so nannten sie das Aloe-vera-Gel – auf jede Tour mitnahmen. Außerdem ist Aloe seit je ein fester Bestandteil der chinesischen Heilkunde. Und Anfang des 20. Jahrhunderts entdeckten Amerikaner bei ihren Experimenten mit Röntgenstrahlen und später bei Atomversuchen, dass Aloe sogar Verbrennungen lindert. Sie taufte das unscheinbare Gewächs „The silent Healer“, die stille Heilerin, und packten ihr talentiertes Gel geschäftstüchtig in Getränke, Lotionen, Salben und Sonnenkosmetik.

Mittlerweile wird Aloe vera auch in Deutschland hoch geschätzt. Vor allem von der Beautyindustrie: als Zellerneuerer, Faltenkiller, universeller Schutzmantel für die Haut ... Und von mir: Ein Ableger meiner Insel-Aloe steht jetzt eingetopft auf der Fensterbank meiner Wohnung in München. Und nach wie vor ist die Pflanze mein wichtigster kosmetischer Freund. □