

Nefertiti también usaba mascarilla

ÁNGELA BRAVO



tombooktu.com

www.facebook.com/tombooktu

www.tombooktu.blogspot.com

www.twitter.com/tombooktu

[#NefertitiTambienUsabaMascarilla](https://twitter.com/NefertitiTambienUsabaMascarilla)

Colección: Tombooktu Historia

www.historia.tombooktu.com

www.tombooktu.com

Tombooktu es una marca de Ediciones Nowtilus:

www.nowtilus.com

Si eres escritor contacta con Tombooktu:

www.facebook.com/editortombooktu

Título: *Nefertiti también usaba mascarilla*

Autor: © Ángela Bravo

Elaboración de textos: Santos Rodríguez

Revisión y adaptación literaria: Teresa Escarpenter

Responsable editorial: Isabel López-Ayllón Martínez

Maquetación: Patricia T. Sánchez Cid

Diseño de cubierta: eXpresio estudio creativo

Copyright de la presente edición © 2014 Ediciones Nowtilus S. L.

Doña Juana I de Castilla 44, 3º C, 28027 Madrid

editorial@nowtilus.com

www.nowtilus.com

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47).

ISBN Papel: 978-84-15747-44-4

ISBN Digital: 978-848-9967-607-4

ISBN impresión bajo demanda: 978-84-9967-608-1

Fecha de edición: Noviembre 2014

Impreso en España

Imprime: Servicepoint

Depósito Legal: M-27285-2014

A todas las mujeres.
En especial a los colectivos más vulnerables,
sin derechos y excluidos de la sociedad
precisamente por su condición de mujer.

La belleza es la mejor tarjeta de presentación.

Aristóteles

Índice

Nota de la autora	13
Prólogo	15
Capítulo 1. El cutis	19
El cuello	28
Tono muscular	31
Tónicos	44
Ojos	51
La frente	68
Poros abiertos. Granos	73
El sombrero	78
Piel irritada	82
Las sombrillas	83
Capítulo 2. El cabello	87
Cabellos claros	90
Cabellos blancos	94
Cabellos caobas	96
Vinagre - aceite - huevo	106
Caída del cabello	108
La caspa	122
Champús y jabones	126
Champús en seco	131
La moda	132

Capítulo 3. Las manos	143
Manchas e impurezas	146
El cuidado de las uñas	148
La glicerina	152
Los guantes	153
El aceite y su elaboración	158
La transpiración	161
Los abanicos	163
La pedida de mano	168
Los sabañones	169
Circulación sanguínea	172
Capítulo 4. El baño	181
Capítulo 5. El perfume	237
Bibliografía	267

Nota de la autora

Nefertiti también llevaba mascarilla es el resultado de las investigaciones que he realizado durante años acerca de la belleza no sólo como concepto sino también lo que ha significado en las culturas de Oriente y Occidente a través de la historia.

Consta de cinco capítulos: el cutis, el cabello, las manos, el baño y el perfume. En cada uno de ellos además de aportar una serie de datos relativos a la estética, incluyo parte de las costumbres que tenían algunas civilizaciones con siglos de antigüedad en dicha materia.

A lo largo de estas páginas, se descubrirán los secretos de belleza que utilizaron personajes como Nefertiti, Cleopatra, Salomé, Jezabel, Lucrecia Borgia, la condesa Báthory, Sissí y Popea. Son recetas sencillas, eficaces y cómodas ya que se podrán efectuar en casa y con un gasto mínimo.

Os invito a un viaje en el tiempo que os llevará a navegar por el Nilo, a cruzar desiertos, a pasear por la Grecia clásica, por la Roma imperial, por Egipto, la India, y otros lugares lejanos y exóticos.

Llegados a este punto tal vez os apetezca hacer un alto en el camino y trasladaros a la corte de Catalina de Médicis, donde Nostradamus os mostrará sus famosos elixires para conservar la juventud.

En este recorrido que propongo os aguardan los palacios de *Las mil y una noches*, el secretismo de los harenes y los dormitorios de mujeres legendarias que hicieron de su belleza, de sus intrigas y caprichos, un mito que ni la historia ni las huellas del tiempo han podido borrar.

La información que aquí os dejo es un legado de siglos, una herencia al alcance de vuestra mirada. Ernest Hemingway dijo en una ocasión que hay otros mundos pero que están en este. Yo añado que efectivamente existen otros mundos que están en nosotros mismos. Os animo a que a través de estas páginas encontréis vuestro mundo interior, un mundo cargado de belleza, sueños y fantasía.

Prólogo

De viris illustribus

Notas masculinas para una historia sobre mujeres con historia

El hombre ha tenido desde el pasado más temprano una íntima curiosidad hacia la mujer, un indisimulado interés por su atención física, por su aderezo corporal. Todo un mundo de estrategias hacia la belleza femenina se ha construido a lo largo de las historias masculinas de la historia. Buena cuenta de ello se nos aparece con las actitudes indiscretas de David hacia Betsabé (2 Sm 11, 2-3) o de los viejos jueces hacia Susana (Dn 13, 15-17). Los apuntes de Ovidio, presentes en las *Metamorfosis*, con Acteón ante Diana, o en sus *Remedios de amor*, son interesante reflejo. Y lo mismo es posible indicar con el rey Rodrigo hacia Cava, conforme la *Crónica sarracina*, de Pedro del Corral en el siglo xv, o con un Renato de trece años fascinado por la señora Scordia en *Malèna* (Giuseppe Tornatore, 2000), entre otros muchos ejemplos.

Las letras, aun con todo, no fueron el único marco para reflejar la inquieta mirada del varón hacia el aseo, el baño o el embellecimiento de la mujer. La pintura del Renacimiento y del Barroco, de hecho, es magnífico ejemplo de cómo las artes han procurado descubrir lo privado. Y esto lo vemos con desnudos mitológicos, a pesar del rechazo tridentino, o con muestras cotidianas de aseo, como en *Baño femenino* (1496), de Durero; *Dama en el baño* (1590), de un pintor anónimo de la Escuela de Fontainebleau;

Dama en el baño (1628), de Jan Van Eyck; *Mujer bañándose* (1654), de Rembrandt; *Mujer aseándose* (1660), de Steen, etc. ¿Y cómo dejar de lado los interiores de Degas, Toulouse-Lautrec, sin obviar el escenario picassiano de *Las señoritas de Avignon*?

En realidad, se trata de hombres envidiando la mirada embelesada de los maduros Dana Andrews en la clásica cinta *Laura* (Otto Preminger, 1944) y de Edward G. Robinson en la inolvidable película *La mujer del cuadro* (Fritz Lang, 1944) o sonriendo con los ojos absortos de un joven Felipe IV en *El rey pasmado* (Imanol Uribe, 1991) nos son conocidos. Son nuestros particulares cómplices. Y todo, en un juego donde se mezcla público/vedado, púdico/velado y público/violado.

A veces, las variadas fórmulas de asombro, también cosméticas, han encontrado y hallan lugar en el tablero de las acciones. Y es entonces cuando el hombre pretende erigirse en hacedor en el mundo femenino. Y así nos vienen al recuerdo variados nombres relacionados con la contemporánea alta costura, pero también hasta ejemplos de la misma España andalusí, como cuando al-Saqati en el lejano siglo XIII expone en un manual o tratado de magistratura una larga serie de tretas que los mercaderes de esclavas usaban a fin de ampliar, corregir, disimular, quitar, reducir, reponer, resaltar lo necesario para una buena venta. Y ello, con el propósito de alcanzar cotas de perfección. «¿Crees, de verdad, que la belleza puede ser producto de una labor?», replicaría Alfred, de la misma manera que lo hizo con Gustav von Aschenbach en *Muerte en Venecia* (Luchino Visconti, 1971).

Gracias al libro de Ángela Bravo, toparemos con escenarios para los casos que apuntamos, nos sorprenderemos descubriendo respuestas a acciones *extrañas*. «Son cosas que las mujeres/siempre esconden de los hombres», dice la celestinesca Dorotea a Florero en *La bella malmaridada*, de Lope de Vega. Con la autora, encontraremos explicaciones a realidades femeninas hasta de ajenas culturas o lejanos tiempos que tienen eco en nuestros presentes. *Tu nombre me sabe a hierba*, canta Joan Manuel Serrat en 1969. Y por ella daremos más sentido a recuerdos infantiles incluso a través de personajes del pasado. «No era casual, concluimos, que en las fotos familiares nuestras madres parezcan estrellas de cine; o que tal vez fuesen las estrellas de cine las que se parecían muchísimo a ellas», escribe Arturo Pérez-Reverte en «Mujeres como las de antes» (*El Semanal*, 22/7/2007).

La investigación de Ángela Bravo se nos antoja muy pedagógica, a la par que amenísima, para seguir aprendiendo a ver nuestro reflejo en los diferentes espejos de Eva. Quizás en lo profundo escondamos un íntimo deseo de alcanzar lo que las mujeres buscan y saben encontrar y rodearse. ¿Pues quién no puede dejar de sentir fascinación con Isabel del Este o por Julia Gonzaga, aquellas excepcionales figuras del quinientos italiano, tan cultas y tan hermosas, tan cuidadosas también por su apariencia, conforme atendemos a la pintura que Tiziano hizo de la primera o al deseo del pirata Barbarroja de raptar a la segunda para cumplir con el encargo del sultán Solimán el Magnífico de disfrutar de su acentuado atractivo en un harén? Porque la belleza con minúscula no es ajena a valores de capital significado. ¿Cómo no traer a colación el perfume Vol de nuit, inspirado en la obra de Antoine de Saint-Exupéry y creado en 1933 por Jacques y Raymond Guerlain como homenaje a las primeras aviadoras, en particular, y también al espíritu de aventura, fuerza y libertad de cualquier mujer? En estos momentos es cuando comprendemos más a un Patrick Bateman tan disciplinado con sus tratamientos cosmetológicos en *American Psycho* (Mary Harron, 2000). En verdad, con el libro de Ángela Bravo el clásico Pigmalión no habría invertido su tiempo en hacer esculturas. Y hasta un Charlton Heston de rompe y rasga en *Cuando ruge la marabunta* (Byron Haskin, 1954) no hubiera necesitado satisfacer su más cerrada curiosidad ante una bellísima Eleanor Parker. «Hábleme de las mujeres», pide solícito nuestro envidiado galán. «¿Y por dónde empiezo?», le pregunta ella. El lector de Ángela Bravo no tendrá que esperar. La respuesta se extiende amplia y detallada a través de las presentes páginas.

Pedro Tena Tena
Instituto Cervantes

1

El cutis



Paracelso, famoso médico, astrólogo
y alquimista del siglo xvi.

Belleza y tiempo son dos conceptos que la ciencia y el hombre pretenden unir. Esto no es un fenómeno nuevo aunque en la actualidad los laboratorios han emprendido una carrera vertiginosa para obtener sustancias que frenen el envejecimiento no sólo en la piel, sino a nivel celular. Los avances son notables y cada día salen al mercado productos cuya finalidad es conservar o alargar la juventud.

En medio de esta deriva cosmética, hace unos meses apareció en la prensa el informe de unos científicos europeos en el que afirmaban que las cremas a base de liposomas y vitaminas no reparan en profundidad la epidermis, ya que su poder de penetración es superficial.

Los mismos autores del estudio explicaban que los mejores cutis del mundo eran los de las monjas de clausura y los de los esquimales. Estos últimos porque se aplican continuamente grasa de ballena cuyas propiedades se asemejan a las de la vaselina; los de las monjas de clausura porque al estar aisladas, se protegen del sol y de otros agentes nocivos.

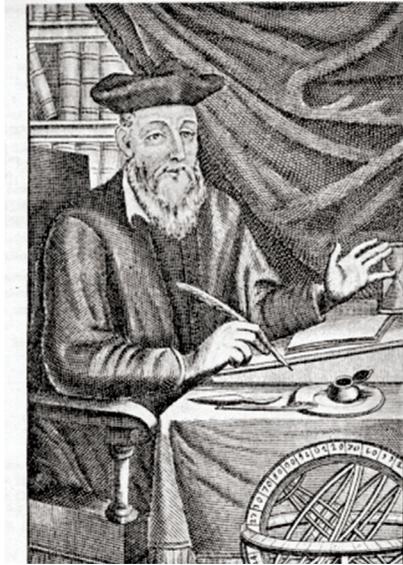
El afán de permanecer joven es innato en el ser humano. Desde épocas remotas, el hombre se lanzó en busca del elixir de la eterna juventud. Sin ir más lejos, Paracelso, famoso médico, astrólogo y alquimista del siglo XVI (1493-1541) que se caracterizó por sus trabajos sobre la aplicación empírica de la medicina mineral, gracias a lo cual hubo un importante avance en la química farmacéutica, dio a conocer toda una serie de fórmulas y recetas naturales encaminadas a un doble objetivo: prevenir ciertas enfermedades y retrasar el envejecimiento. A través de sus elixires reforzó la teoría de que la juventud y el bienestar han de tratarse desde el interior.

No sólo Paracelso avanzó en ese campo. Otro contemporáneo suyo, Nostradamus, dedicó parte de su vida a investigar remedios contra la vejez y el deterioro físico. Este conocido personaje nació en 1503, fue médico de la corte de Catalina de Médicis y estuvo a caballo entre la medicina, la magia y la alquimia. Más tarde escribió unos libros en los que pronosticaba sucesos por acontecer, y comoquiera que se cumplieran varias de sus predicciones, obtuvo un gran prestigio internacional como vidente.

Hoy se han traducido algunos de sus manuscritos en los que explica cómo mantener la lozanía de la piel, recuperar la energía y prolongar el bienestar; Nostradamus y Paracelso fueron precursores de la medicina natural.

Si profundizamos en el tema, comprobaremos que en el transcurso de los siglos, el deseo de permanecer joven y vital se

Nostradamus fue el médico de la corte de Catalina de Médicis. Alcanzó gran prestigio por sus trabajos como alquimista y sus aciertos como vidente.



convirtió en una necesidad. No sólo médicos y alquimistas se encerraban en sus laboratorios al objeto de descubrir el secreto de la eterna juventud; mujeres relevantes en la sociedad y en la historia de sus países trataron de retener su juventud y su belleza con los medios que tenían a su alcance. Hay que decir al respecto que muchas de ellas conocían el poder de las plantas y lo utilizaban en beneficio propio.

Las páginas de este libro recogen la información que he obtenido del estudio realizado sobre la belleza, su significado y el sentido que le daban civilizaciones milenarias. La mayoría de las recetas que aquí figuran tienen siglos de antigüedad, son fáciles de elaborar y eficaces. En los cinco capítulos he intercalado los trucos de cosmética con las costumbres y creencias de otras culturas, con la vida y la estética de mujeres legendarias.

A partir de ahora, nadaremos en las aguas del Nilo, cruzaremos desiertos y nos meteremos en palacios y harenes donde las intrigas, los celos, el amor y las rivalidades eran sus principales ocupantes. Hagamos un viaje por los sentidos sin perder de vista la cocina de nuestras casas porque en definitiva será el lugar estratégico en el que mezclaremos la fantasía y la realidad. Pero antes de comenzar, quisiera que reparáramos en la alimentación, aliada de la piel y fuente de juventud.

Sabemos que no hay una dieta sana y equilibrada sin el consumo de frutas, verduras y hortalizas. Estos productos son imprescindibles por desempeñar un papel primordial en el organismo de las personas. Se podrían enumerar muchas variedades pero voy a destacar una por los beneficios que aporta a la salud: la col. ¿Quién no la ha incluido en sus platos? Seguramente que al comerla o al cocinarla ignorábamos que se trata de un potente elixir y que desde tiempos remotos recurrían a ella como un vegetal milagroso.

La col contiene grandes dosis de vitamina A, C, potasio y fibra, carece de calorías, regula el intestino, reduce el colesterol, la presión arterial, ayuda en la osteoporosis, en el sistema cardiovascular, en el aparato digestivo y en la arterioesclerosis.

Las ventajas de la col son tantas que deberíamos utilizarla más a menudo no sólo en la mesa, sino en estética, ya que su jugo es un tónico antioxidante y reparador. Los tratados de belleza del siglo VIII recomendaban lavarse la cara y el pelo con el agua de haber cocido col verde y roja. La versión moderna consiste en licuarla y aplicar su zumo en la piel dos veces al día.

Hay otros productos comestibles que se usaron en medicina y cosmética; el ajo y la ortiga. Esta última, además, era un componente común en magia y rituales esotéricos. Respecto al ajo, sus innumerables atributos le hacen merecedor de ser el rey de los vegetales, una hortaliza prodigiosa de origen asiático que ya apreciaban las culturas ancestrales. Los egipcios, quienes la introdujeron en el Mediterráneo, aderezaban con ajo molido la comida, lo emplearon como medio curativo y en las ceremonias religiosas se lo ofrecían a sus divinidades. En unos yacimientos arqueológicos se han descubierto papiros con fórmulas de medicamentos cuyo ingrediente fundamental era el ajo.

En Alemania circulaba una leyenda según la cual los vampiros pululaban por las orillas de los ríos en busca de víctimas; para preservarse de sus mordeduras, los germanos se impregnaban el cuerpo de ajo, un olor que repelía a dichos animales. En Grecia y Roma, el ajo se popularizó a raíz de las campañas militares que emprendieron por Asia. En la *Odisea*, Homero habla de las virtudes del ajo dorado; uno de los personajes de la obra, el dios Hermes, se entrega a Ulises para que evite el maleficio de la perversa bruja Circe y no le transforme en cerdo. En Oriente y Occidente, el ajo tuvo funciones culinarias, medicinales, religiosas y esotéricas.

Nostradamus, como ya dijimos en páginas anteriores, dio a conocer los famosos elixires de elaboración propia que recetaba a sus

pacientes y a los miembros de la corte de los Médicis. Uno de ellos es a base de los ingredientes que acabamos de mencionar; el ajo y la ortiga. Dice así:

En medio litro de agua se cuecen cuatro puñados de ortiga. Cuando hierva, se retira del fuego y le incorporamos tres dientes enteros de ajo. El concentrado reposará en un recipiente de barro veinticuatro horas, al cabo de las cuales se filtra y se toma medio vaso en ayunas y medio antes de acostarse.

Es necesario ser constante durante una temporada para comprobar los resultados.

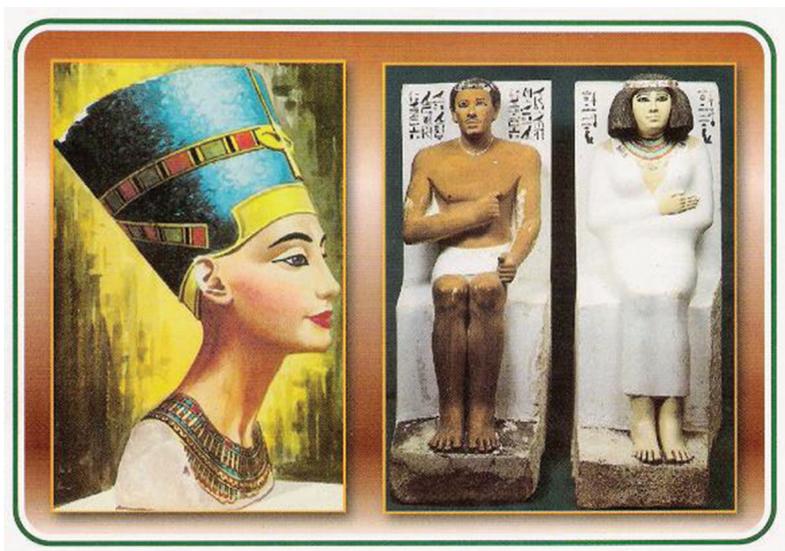
La lista de alimentos válidos en cosmética es muy larga; la leche, la miel, los huevos, las patatas, los puerros, el apio, la canela, el clavo, el ginseng y la jalea real son un ejemplo. El ginseng es un reconstituyente que frena el envejecimiento dado su poder antioxidante y rejuvenecedor de las células.

El ginseng es una raíz de origen oriental que se cultiva en Corea, China y Japón. A la vista de sus efectos reparadores, las casas de cosmética han comenzado a incorporarlo en sus productos; el ginseng coreano es muy demandado por su riqueza en principios activos. Está especialmente indicado en aquellas personas con desgaste físico, cansancio y otro tipo de deficiencias similares. En los últimos estudios se ha demostrado que aparte de revitalizar, estimula la memoria y el rendimiento intelectual.

Numerosos cinéticos han investigado acerca del ginseng y su incidencia en las personas. Entre los expertos cabe nombrar al profesor Lee, de la Universidad de Choongang; el profesor Avakian, de la Universidad de Oregón; el doctor Chermenko y el doctor Petkov, quienes han efectuado importantes avances y descubrimientos sobre el ginseng.

El ginseng es una sustancia estimulante pero no afrodisiaca tal y como se ha especulado en ocasiones. En la antigüedad, sin disponer de los medios actuales, eran unos maestros en los afrodisiacos. Por ejemplo, los árabes acostumbraban a cocinar los huevos con canela y miel porque aseguraban que ese plato incrementaba la libido.

La cultura árabe está compuesta por varios países, pero hay uno que se desmarca de los demás por la fuerza, el misterio y el magnetismo que desprende: Egipto, un lugar donde el tiempo se ha detenido. Sus pirámides, sus desiertos, sus templos, sus tesoros... Todo



Nefertiti, el perfil más bello.
Su busto se conserva en el Neues Museum de Berlín.

conserva el pulso latente de miradas lejanas, de reyes y faraones que descansan al abrigo de leyendas y sueños inacabados.

No se puede hablar de Egipto, de sus habitantes y de su tierra sin hacer un alto en alguno de los personajes que formaron su historia, nombres cuyo recuerdo los siglos no han logrado borrar, como el de Nefertiti.

Esta reina perteneció a la dinastía XVIII y gobernó entre los años 1875 y 1858 a. C. Fue la madre política de Tutankamón y la esposa de Amenofis IV, más tarde llamado Akhenatón (espíritu de Atón). Dicho faraón era el hijo y sucesor de Amenofis III y de la reina Tiy, quien luchó por el papel de la mujer en su sociedad y consiguió que el sector femenino acaparara parte del poder.

Cuenta la historia que fue precisamente la reina Tiy la que decidió que su hijo contrajera matrimonio con Nefertiti, algo inaudito en la época, ya que ello significaba romper la tradición instaurada, es decir, que los reyes se casaban con sus propias hermanas para garantizar la pureza de sangre.

Los orígenes de Nefertiti son inciertos, tanto como su dudosa estirpe real, circunstancia que la convirtió en la primera mujer

que ascendía al rango de consorte de un faraón sin que por sus venas corriera sangre real; ese paso supuso el inicio de las innovaciones que se efectuaron durante su reinado. Nefertiti superó las expectativas feministas de su suegra al acumular un protagonismo extraordinario e inusual hasta entonces en una mujer.

La llegada de Nefertiti revolucionó la vida social y política. Su inteligencia y su personalidad le facilitaron imponer su criterio, equipararse a su esposo y asumir juntos el trono egipcio. En los actos políticos y religiosos ostentaba la misma categoría que el faraón; en la historia de Egipto, ninguna mujer había compartido los honores religiosos con el rey. No hay que olvidar que los faraones, y sólo ellos, eran los intermediarios entre los dioses y los mortales.

El mandato de Akhenatón fue reformista, sin embargo, su labor se eclipsó por la falta de arrojo político que un gobernante ha de mostrar. Amante de la cultura, dio un giro radical al arte y lo condujo al más puro realismo. En el terreno urbanístico, continuó la línea de su antecesor y acometió obras importantes que embellecieron el país.

Un hecho relevante y polémico en su trayectoria fue el implantar el culto monoteísta al dios solar Atón y erradicar el politeísmo, la única religión reconocida y practicada en Egipto. Ese cambio inesperado ocasionó el rechazo y la indignación general, ya que su conducta se interpretó como un desafío y un atentado a las creencias. Los enfrentamientos se sucedieron no sólo con los sacerdotes de Amón-Ra sino con el mismo pueblo que se sublevó contra él.

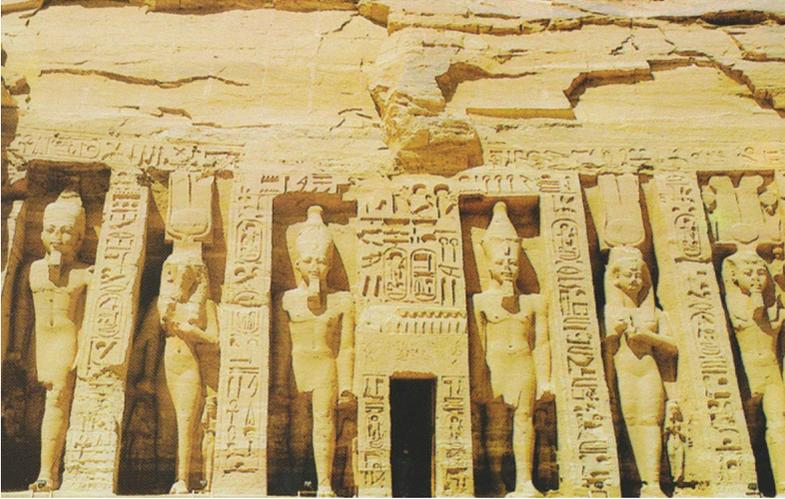
Su carácter demasiado débil le impedía solucionar los problemas y controlar las riendas de Egipto. En cuanto a Nefertiti, siempre se mostró respetuoso en el plano personal pero no en el afectivo, a tenor de las relaciones que le atribuyeron, como la mantenida con la princesa Kiya. Desconocemos si la deriva sentimental del faraón afectó a su esposa, puesto que los matrimonios se realizaban al margen del amor.

Lejos de sofocar las revueltas y restablecer la paz en el país, Akhenatón permanecía obsesionado con sus ideas religiosas hasta el extremo de que su salud mental se resintió; incapacitado para ejercer sus funciones, Nefertiti le sustituyó.

El final de la reina lo ignoramos, igual que su procedencia. Unos historiadores afirman que tras el breve reinado de Nefertiti y Akhenatón, no se supo más de ella. Otros, en cambio, aseguran que ambos gobernantes murieron envenenados a manos de sus oponentes, los sacerdotes de Amón-Ra, quienes hartos de



Tutankamón,
el joven faraón que subió al trono de Egipto
a los doce años de edad.



Templo de Nefertiti en Abu Simbel, Egipto.

las pretensiones de Akhenatón y del poder que la reina concentraba, optaron por asesinarlos.

El faraón que sucedió a Akhenatón en el trono de Egipto fue Tutankamón, un joven de doce años que comenzó su reinado anulando el culto único al dios Atón. Su nombre verdadero era TutanKhaton, nombre que cambió por el de Tutankamón al incorporar de nuevo la figura del dios Amón en la religión egipcia.

Se casó con su hermana, Ankhesenpaatón, y murió a los dieciocho años por causas desconocidas. Su tumba la descubrió Howard Carter en noviembre de 1922 en el Valle de los Reyes, en la localidad de Luxor, Egipto; escondida bajo la tumba de Ramsés VI, se hallaba la cámara mortuoria del joven faraón. Al abrirla un año después encontraron un fabuloso tesoro junto al sarcófago.

Nefertiti fue una reina culta, emprendedora y valiente que no tuvo una vida fácil. Cuentan que una de sus mayores tragedias consistió en que no estuvo enamorada de su esposo, sino de otro hombre al que había amado desde siempre y con el que sólo compartió un tiempo después de enfermar Akhenatón. Al parecer, esos fueron los únicos momentos felices de aquellos años en los que se vio sola frente a los conflictos de Estado y al deterioro físico y mental de Akhenatón.