

Folge 5:

Im Reich der Sinne

Unsere Beauty-Agentin **Casha** reist diesmal in die Welt der Spiritual Beauty – und läßt sich von Ayurveda & Aromatherapie verführen

Für mich beginnt Schönheitspflege nicht erst bei der Wahl der passenden Gesichtsscreme – denn Schönheit bedeutet für mich vor allem die Verbindung von innerer und äußerer Harmonie. Deswegen nehme ich mir auch regelmäßig Zeit für mich, zaubere mir eine behagliche Atmosphäre, lege mich in die Wanne, genieße die Ruhe und pflege meinen Körper danach mit erlesenen Essenzen und geheimnisvollen Rezepturen. Eine Wohltat für alle Sinne – und danach fühlt man sich wie neugeboren!

MANCHE MÖGEN'S HEISS

Mein ganz privater Wellnessstag beginnt mit einem dampfenden Bad: Entspannt, gleichzeitig aber auch **wunderbar lebendig** fühle ich mich, wenn ich das edle Badeöl „Dreams of Sheherazade“ (Secret Emotion, ca. 15 €) benutze. Stimmungsvolle leise Musik und dazu hübsche Duftkerzen (Himmliche Düfte, je ca. 6 €), mit denen ich den Wannenrand dekoriere, lassen mich endgültig **ins Reich der Phantasie eintauchen**. Was ebenfalls faszinierend gute Laune macht: Aromasalze (Himmliche Düfte, je ca. 5 €) für die Duftlampe – die Auswahl reicht von beruhigender Vanille über aufbauenden Thymian bis hin zu anregendem Rosmarin.

Duftes Ambiente
Aromasalze für die Badeswanne oder Duftlampe



HÄNDE AUF MEINER HAUT

Was gibt es Sinnlicheres, als wenn einen danach als Liebste mit einem betörenden Körperöl massiert? Mein absoluter Favorit dafür heißt

„Shekinah“ (Sündhaft, ca. 10 €). Dieses Produkt wird aus ätherischen Ölen hergestellt und soll aphrodisierend wirken. Im Beipackzettel wird übrigens auch ausdrücklich das **Küssen der Haut** während der Massage empfohlen. Die Belohnung: Es schmeckt wunderbar nach Zimt und Orange. Mein Freund zumindest war total begeistert! Vor allem davon, daß sich meine Haut danach anfühlte wie Seide...

DIE GÖTTIN WECKEN

Mein Gesicht bekommt ebenfalls sanfte Streicheleinheiten – mit der ayurvedischen Gesichtspflege „Vishram“. Alle

WELLNESS-WUNDER für den puren BADEGENUß

- 1 Für Baden:** Teenuxten: Teebaum & Geranium Badesalz (Himmliche Düfte, ca. 6 €)
- 2 Nachts:** Nach 1001 Nacht duftet das Salzpeeling „Shekinah“ (Sündhaft, ca. 17 €)



Die Geheimnisse Indiens stecken in ayurvedischer Kosmetik. Die Wirkung spürt man bereits beim Auftragen



Produkte der regenerierenden Serie (Secret Emotion, ca. 55 €) bestehen ausschließlich aus pflanzlichen Ölen wie Wildrose, Sesam und Jojoba – und wirken mit wärmenden, anregenden Kräuterezusätzen wie beispielsweise Ingwer, Zimt und Cardamom. Fazit: Ein echter Balsam für meine empfindliche Haut. Und die **Trockenzeit ist endlich vorbei...**

EINFACH BERAUSCHEND

Zu sinnlichen Höhenflügen laden die lecker schmeckenden alchemistischen und sehr gesunden Kräuterköre ein. Schon 1 cl pro Tag verspricht eine **magische Wirkung**: Das vitalisierende Elixier „Protectonic“ soll Schlackenstoffe aus dem Körper ziehen – und sogar lebensverlängernd wirken! Letzteres kann ich leider noch nicht bestätigen. Tatsache ist aber, daß meine Haut nach dem Genuß richtig strahlt. Und das Tonic „Aphrodite“ (beide Sensatonic, ca. 9 €), die „Essenz der Sinnlichkeit“, durchflutet meinen Körper mit wohligem Schauer.

Kleiner Tip: Beim Eintropfen in heißen Tee verfliegt der Alkohol – und die Pflanzenkraft bleibt erhalten. Ich persönlich jedenfalls verfeinere mit den magischen Gesundheitsextrakten ab jetzt auch Salate und Wasser. Netter Nebeneffekt: So schaffe ich es mühelos, zwei Liter Flüssigkeit pro Tag zu mir zu nehmen – **ich trinke mich sozusagen schön...**

Spa für trockenes, glanzloses Haar



DO IT YOURSELF

Cashas Tip für zu Hause

Rosenöl-Shampoo

„Blut der Venus“ nennt man diese kostbare Essenz, die sinnlich duftet – und sich auch wunderbar für die Haarpflege einsetzen läßt. Für ein Shampoo zum Selbermachen vermische ich 1 Tropfen reines Rosenöl mit 2 Eigelb. Dann auftragen, kurz einschäumen und gut ausspülen. Da strahlt jedes Haar!

Haben Sie noch Beauty-Fragen?

DANN MAILEN SIE EINFACH AN CASHA!

Wer noch akute Fragen zum Thema Schönheit hat, schickt sie einfach an folgende E-Mail-Adresse: casha@jolie.de