

Świetna maseczka oczyszczająca skórę

Ewa Kozioł



SŁOWIAŃSKA ZIELARKA

**Odkryj więcej sprawdzonych przepisów w
DARMOWYM herbarium wejdź na
[www.słowianskazielarka.pl](http://www.slowianskazielarka.pl) , aby uzyskać
swój dostęp i zacząć skutecznie używać
zioł**

Jak dużo my, kobiety, potrafimy wydawać na kosmetyki?

Kiedy przeszłaś już transformację i wiesz, że nie chcesz mieć nic wspólnego z komercyjnymi kosmetykami, kiedy zaczęłaś tak naprawdę troszczyć się o siebie i swoje ciało, pierwszym miejscem, w jakie prawdopodobnie się udałaś, była półka z „bezpieczniejszymi” opcjami.

Kilka lat temu i ja przed nią stałam, nie mogąc wyjść ze zdziwienia, że to, co znajduje się na tym pseudoekologicznym regale, wcale nie jest aż tak ekologiczne. Z drugiej strony ceny kosmetyków potrafiły dosłownie powalić na kolana – kilkadziesiąt do kilkuset złotych za tubkę cudownego specyfiku tylko dlatego, że ma napis „eko”? Co więcej, mimo że obowiązujące w Unii Europejskiej prawo kosmetyczne jest jednym z najbardziej restrykcyjnych, do dziś nie istnieją przepisy normalizujące wykorzystanie takich słów jak: „ekologiczne”, „bio”, „organiczne” czy też „naturalne”.

Wszyscy wokół wmawiają Ci, że jesteś na początku drogi do stania się piękną. To żadna nowość, że troska o piękno zewnętrzne stale jest obecna w kulturze ludzkości – proporcjonalnie zbudowany Dawid czy Wenus z Milo to idealni ludzie z nierealnego świata – nigdy wcześniej jednak uroda nie stała się taką obsesją, jaką staje się dziś. Obsesją sztucznego piękna, wiecznej młodości, które wręcz zniszczyły poczucie własnej wartości wielu kobiet.

Obecnie piękno oznacza wolność od jakichkolwiek wad. Nasza aparycja stale jest poddawana subiektywnym ocenom „znawców”, wymaganiom kulturowym, rasowym i społecznym, zupełnie jakbyśmy były przedmiotem! Na domiar złego kanony zmieniają się tak błyskawicznie, że piękno kreowane przez media samo w sobie jest niedoścignione.



Co możesz z tym zrobić? Zamiast podkreślać swoje wady, skup się na tym, co jest w Tobie piękne, i eksponuj swoje zalety. Zamiast nurkować w sklepie z absurdalnie drogimi ekoproduktami, może w kilka chwil warto zrobić w domu swoje?

Na blogu często powtarzam, że przygotowanie ekośrodków do sprzątnia zajmuje jedynie ułamek sekundy. Podobnie jest z ekokosmetykami – nie potrzebujesz być certyfikowanym ekspertem od „ubijania piany”, by tworzyć własne kosmetyki, choć w naszym kraju wmawia się nam, że każdy, kto ma papierek, jest mądrzejszy od nas. Prawda jest taka, że NIKT nie zna lepiej Twojego ciała poza Tobą samą; wystarczy jedynie obserwować jego reakcje. Czy do tego potrzebujesz gazyliona fakultetów?

Dlatego tak bardzo kocham minimalizm. Proste sposoby sprawiają, że wypracowujemy nowy nawyk; nawyk, który pozostanie z nami na lata. Jak powiedział Arystoteles, „jesteśmy tym, co robimy, zatem doskonałość nie jest aktem, ale przyzwyczajeniem”. Jak jego słowa mają się do pielęgnacji ciała kobiety?

[thrive_leads id='50660']

Doskonałość, piękno są wynikiem przyzwyczajień i tego, co robimy. Nie możemy mieć czegoś tak po prostu; piękno jest tworzone każdego dnia dzięki drobnym, automatycznym czynnościom, dlatego nie ma sensu komplikować sobie tego, co jest naprawdę proste.

Po co sięgać po toksyczną chemię, skoro kosmetyki masz we własnym domu? Wystarczy zajrzeć do szafki z przyprawami, warzywami i owocami oraz do lodówki.

Maseczka oczyszczająca skórę z toksyn



Potrzebujesz:

1/2 szklanki mąki z cieciorki lub zmiksowanej gotowanej ciecierzycy

1 i 1/2 łyżki kurkumy (zawsze rob test na skórze, ponieważ część osób ma bardziej wrażliwą na zabarwienia skórę; jeśli skóra zmieni kolor, dodaj mniej kurkumy)

1 i 1/2 łyżki zmielonego węgla aktywnego

1 łyżeczki wody

1 łyżeczki miodu (opcjonalnie)

***Kurkuma** jest znana w świecie kosmetyki ze względu na swoje zabójcze oddziaływanie na wolne rodniki. Wykazuje działanie przeciwzmarszczkowe i łagodzące oraz poprawia elastyczność skóry.*

***Węgiel aktywny** wspaniale wyciąga wszelakie toksyny ze skóry i dogłębnie oczyszcza pory.*

Ciecierzycyca jest świetnym ziarnem, które nie tylko usunie toksyny, lecz także zneutralizuje działanie wolnych rodników i pomoże w regeneracji skóry. Równocześnie wspaniale nawilża i łagodzi podrażnienia.

***Miód** od wieków jest znany jako środek do pielęgnacji skóry twarzy, ponieważ znakomicie odżywia ją i nawilża.*

Wszystkie składniki wymieszaj w niewielkiej miseczce. Dodaj odrobinę wody. Jeśli nie masz pod ręką młynka do zboża lub kawy, ugotuj cieciorkę, a następnie widelcem zrób z niej puree. W obu przypadkach nałóż maseczkę na twarz i pozostaw do całkowitego wyschnięcia. Kurkumę, węgiel i mąkę z cieciorki możesz przechowywać w szczelnie zamkniętym pojemniku do 6 miesięcy.

[thrive_leads id='50660']

UWAGA, ten dokument jest prawnie chroniony prawem autorskim
©Copyright 2012-2024 Fundacja Zielony Zagonek, nie wolno go
powielać, kserować ani używać w jakikolwiek sposób bez
kontaktu z autorem na stronie www.slowianskazielarka.pl