Con i **fiori** raddoppi l'efficacia della crema

I RIMEDI DI EDWARD BACH CURANO ARROSSAMENTI E DISIDRATAZIONE. ANCHE SE D'ORIGINE PSICOSOMATICA

Quante volte improvvisi arrossamenti, acne, macchie, ma spesso anche le rughe, hanno un'origine di tipo emotivo? Dopo una lite, un forte stress o un trauma, sarà capitato anche a te di assistere a una violenta eruzione di brufoli o magari di notare che sul volto le rughe diventano più profonde. In questi casi sono particolarmente indicati i cosmetici arricchiti con i rimedi floreali che già Edward Bach applicava a livello epidermico per risolvere dermatiti, micosi ed eczemi. Oltre a garantire un'immediata risposta corporea, i fiori di Bach agiscono anche sul piano emotivo in virtù della stretta connessione che esiste fra la pelle e il sistema nervoso: in questo modo gli esiti curativi sono maggiori e durano di più nel tempo. I fiori di Bach da usare, selezionati in base all'inestetismo da trattare, vanno aggiunti a una crema neutra. Noi qui ti indichiamo quali rimedi privilegiare per risolvere gli inestetismi più frequenti. *(M.Z.)*

Vervain

Per ritrovare tono e compattezza

Ti servono Wild Rose e Centaury

Wild Rose

■ PER TONIFICARE LA PELLE

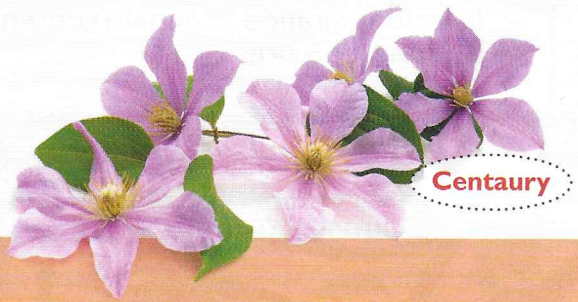
Affidati a Wild Rose e Hornbeam

Le rughe non sono solo un'inevitabile conseguenza dello scorrere del tempo, ma spesso rappresentano il risultato di infinite microcontrazioni dei muscoli facciali su base emotiva. Per attenuarle, applica sul viso mattina e sera una crema idratante impreziosita con un mix di ***Star of Bethlehem*** *e* ***Sweet Chestnut****, utili per risanare le ferite emotive che disegnano sul nostro volto una mappa di rughe,* ***Hornbeam*** *per tonificare la pelle, e* ***Wild Rose****, che aiuta la pelle a ritrovare tenuta cutanea, luce ed elasticità.*

■ SU VISO E DÉCOLLETÉ

Applica Olive, Centaury e Clematis

Se hai la pelle disidratata, che tende a cedere e ad arrossarsi, una crema rassodante e lenitiva adatta al viso, ma ottima anche per il collo e il décolleté, si prepara con una sinergia di ***Olive****, ideale per nutrire e rimpolpare i tessuti,* ***Centaury*** *per tonificarli, e* ***Clematis*** *che ha un'ottima azione riequilibrante e antietà.*



Centaury

Come si preparano

Versa in un barattolo di vetro scuro o di ceramica 50 ml di crema base vegetale, aggiungi 5 gocce di ogni fiore (o 3 gocce di ognuno se usi più fiori), amalgama bene il tutto mescolando in senso orario con un bastoncino di legno, chiudi e riponi in luogo fresco. La crema così preparata può essere conservata per circa 6 mesi. ***In alternativa, trovi in commercio cosmetici già pronti arricchiti con i fiori di Bach.***

■ BORSE E OCCHIAIE?

Spariscono in fretta grazie a Chicory, Clematis e Crab Apple

Una buona circolazione sanguigna e linfatica è indispensabile per la salute della pelle: se il sangue non circola bene, infatti, l'epidermide non viene ossigenata e nutrita a sufficienza, diventa secca e compariranno le "zampe di gallina" ai lati degli occhi; se invece la circolazione linfatica è insufficiente, si formeranno rughe ai lati della bocca e occhiaie. Il mix di base per questi problemi comprende ***Chicory****, utile per migliorare la circolazione locale,* ***Crab Apple****, detossinante, e* ***Clematis*** *che rivitalizza la circolazione. La crema va applicata 1-2 volte al giorno, e sempre alla sera prima di coricarsi.*

ANCHE SUL CORPO

Via le smagliature con cinque corolle

Le smagliature sono la conseguenza di un cedimento del tessuto connettivo, che si strappa a seguito di variazioni ormonali, sia su base fisiologica come in gravidanza o nella prima adolescenza, sia su base psicoemotiva, come ad esempio dopo un disagio affettivo. I fiori da utilizzare in questi casi sono Star of Bethlehem, indicato se le strie cutanee compaiono dopo un trauma emotivo, o Scleranthus, quando le smagliature si presentano in gravidanza; a questi fiori si aggiungeranno Rock Water e Beech per restituire elasticità alla pelle, e Walnut, per irrobustirla.

Star of Bethlehem

Walnut