

OCCHI

ALOE EYE MAKEUP REMOVER e ALLURING EYES

A cura di **Michela Pavese**

Pranoterapeuta e Bionaturista, Docente A.M.I University di Treviso



Avete mai pensato quanto meraviglioso è vedere? Indubbiamente sì. Chi tra di noi gode di questo grande dono può veramente sentirsi profondamente felice per la possibilità che gli è data.

Guardare il viso di una persona cara, ammirare uno splendido mare, osservare un fiore...ci riempie il cuore di gioia e di gratitudine. Ho due splendidi amici non vedenti dalla nascita. Sono persone cariche di entusiasmo, sensibili e piene di vita. Amano la musica, si esprimono attraverso questo mezzo. Il mio amico è pianista, compone, collabora con grandi interpreti, la mia amica ha una voce e una grinta che esprime cantando. Anche attraverso loro posso capire la grande fortuna che ho.

Da quando li conosco mi soffermo molto di più ad osservare le cose che meritano di essere osservate: desidero riempire il mio sguardo e il mio cuore di sensazioni che mi arricchiscano.

Per questo oggi vorrei suggerirvi qualcosa che vi faccia bene agli occhi e al cuore.

Per far star bene gli occhi, abbiamo bisogno di essere consapevoli che "esistono".

Quando prendiamo consapevolezza di qualche organo o funzione del nostro corpo, quando impariamo ad osservarlo con amore, diamo la possibilità al nostro cuore di riempirsi di gioia: possiamo renderci conto di essere meravigliosi e di avere grandi possibilità.

Siete pronti? Scegliete un angolo tranquillo, mettete una musica rilassante, dimenticate il telefono e regalatevi cinque minuti di sana tranquillità.

Se pratici yoga o meditazione, puoi scegliere la posizione del loto o del mezzo loto.

Se non usi queste tecniche, siediti con la schiena ben dritta, i piedi bene appoggiati a terra, le mani abbandonate sulle ginocchia. Ascolta per un po' la posizione del tuo corpo. Senti se sei a tuo agio.

Se avverti qualche rigidità, fai dei piccoli movimenti per rendere la tua posizione più confortevole.

Appena ti senti pronto chiudi gli occhi e comincia ad



ascoltare il tuo respiro.

Permetti al tuo respiro di entrare – fermarsi, uscire - fermarsi.

Il respiro va con la stessa armonia delle onde del mare...

Quando hai raggiunto uno stato di benessere e di calma, comincia a pensare alla tua fronte e rilassala... Respira e rilassa la fronte... Fa' tutto con calma... Quando la fronte si è rilassata, comincia a sentire i tuoi occhi... Poni la tua attenzione alle palpebre e immagina che gli occhi si riposino dentro le occhiaie... Ascolta tutti i piccoli muscolotti attorno agli occhi.....lasciali andare... Immagina che nei tuoi occhi e in tutta la zona che li circonda ci sia una leggera brezza che rinfresca, tonifica e dà energia. Resta in questo stato di benessere per qualche minuto.

Alla fine, fai un bel respiro e sii grato alla vita per tutto quello che ti ha concesso.

Se parliamo di occhi, necessariamente dobbiamo parlare del contorno occhi: palpebre ed occhiaie. Un' alimentazione corretta e sonno ristoratore aiutano molto a rallentare l'invecchiamento di questa particolare zona del nostro viso. Bisogna comunque tener conto del patrimonio genetico, della forma degli occhi, dell'attività lavorativa e... del sole.

Un occhio piccolo, infossato, può più facilmente avere palpebre ricadenti, lo stare molto al computer, può "invecchiare" l'occhio, il non uso degli occhiali da sole favorisce la comparsa delle "borse". Tutta la zona attorno agli occhi ha una pelle sottilissima, poco pigmentata e con una scarsa microcircolazione, è quindi una zona molto, molto delicata.

Per noi donne, la prima cosa da fare è usare trucchi leggeri e naturali.

La linea di Sonya ci può largamente soddisfare, poi per struccare c'è l'**Aloe Eye Makeup Remover**.

L'ingrediente principale è l'aloë. L'aloë protegge, ristruttura e lenisce. Nulla di più importante proprio per questa zona così delicata. Basterebbe già questo, ma gli aminoacidi dell'avena rimuovono il trucco, mentre il saccarosio coccoate protegge, idrata e tonifica. La magia di questo prodotto consiste nel fatto che idrata delicatamente anche le ciglia, in

questo modo anch'esse sono nutrite.

E' bene applicare l'**Aloe Eye Makeup Remover** con un battutolo di cotone. Si attende qualche secondo per dare la possibilità di pulire in profondità, poi lo si rimuove con un po' di acqua tiepida o cotone inumidito. A me personalmente piace poi tamponare leggermente con un dischetto imbevuto di **Rehydrating Toner**.

Il secondo passo per la bellezza degli occhi, è l'**Alluring Eyes**.

Anche qui troviamo il gel di aloë che, oltre che proteggere, ristrutturare e lenire è un ottimo veicolante, permette quindi a tutti gli ingredienti di penetrare in profondità.

L'olio di noce di cocco, idrata senza appesantire e senza lasciare traccia.

L'estratto di jojoba è un balsamo idratante (lo troviamo anche nei prodotti per capelli di Forever) e dà compattezza alla crema. La glicerina mantiene l'idratazione della pelle (era un antico rimedio delle nonne per le mani screpolate).

Lo squalane è un emolliente, nutriente ed idratante. Lo ialuronato di sodio ha la proprietà di assorbire l'acqua, quindi riduce il gonfiore della pelle, migliora l'elasticità, riduce le rughe ed idrata.

Il tocoferolo fornisce vitamina E e protegge il prodotto dall'ossidazione.

Dall'esame degli ingredienti si può comprendere che il prodotto è estremamente valido, non resta altro che provarlo. La cosa da raccomandare è che ne basta poco. Si mettono 4 "puntini" nella palpebra inferiore, si picchietta leggermente e si fa assorbire nella palpebra superiore.

Si mette poco **Alluring Eyes** non solo perché il prodotto è molto ricco, ma anche perché, come dicevo prima, la pelle attorno agli occhi è molto sottile e un eccesso di crema la appesantisce, potrebbe essere più dannosa che efficace.

Inutile dire che l' **Alluring Eyes** può, "deve" essere usato anche dagli uomini... li vogliamo belli sì o no?

I prodotti qui presentati non intendono curare o prevenire malattie (nel caso consultare il proprio medico curante) ma per conservare e migliorare lo stato di benessere dell'organismo.

