

# SHARITA

HEIGHT 179 BUST 84 WAIST 65 HIPS 95 SHOES 40 DRESS 36 HAIR BROWN EYES BROWN



NO TOYS

# SHARITA



# NO TOYS

# SHARITA



## De troost van warmte

Je voelt het als je na een warme dag op een strand loopt. Het zand houdt de warmte vast. Het is het basis-principe van de traditionele zandstempels, die gebruikt worden bij schoonheidsrituelen uit Frans-Polynesië. Zakjes met zand worden eerst opgewarmd in een geurende olie en dan gebruikt om de huid zacht te stampelen. De warmte zorgt ervoor dat de huid de olie goed opneemt, maar werkt vooral ook ontspannend. Geen stempels bij de hand? Smeer jezelf na een warm bad in met een goede basisolie met wat druppels aromatische olie, maak een krak of kersenpitkussen warm en kruipt ermee onder een dekenje. Met thee, met een boek, met je kind, met de kat, een bron van warmte en iets wat je lief is, daar gaat het om. Want dat is uiteindelijk de belangrijkste functie van een ritueel: het brengt je terug naar je basis.



SCHOONHEID

## De zen van rijst

In Japan is rijst niet alleen een van de belangrijkste voedingsmiddelen, het is ook een symbool van geluk, voorspoed en vruchtbaarheid. En van vernieuwing. In de keuken en in de badkamer, want rijstwater is een frisse handlotion. Hoe maak je het? De schoonheid van de eenvoud: doe wat liefst biologisch rijst in een kommetje, spoel het met warm water en giet af. Voeg nieuw, koel water toe, tot de rijst ongeveer anderhalve centimeter onder staat, laat heel even staan en roer met een eetstokje tot het water melkachtig en ondoorzichtig is. Gebruik als een gewone lotion: dep je gezicht met een wattenstokje rijstwater en spoel af met lauw water. Meer tijd? Doordrenk een schoon washandje met het rijstwater en leg het een minuut of twee op je gezicht (een stuk keukenpapier werkt ook goed, knip er gaten in voor ogen en mond). Giet rijstwater dat over is in een schoon flesje in de koelkast, is het een paar dagen houdbaar. Werkt goed met geurige baarnatrinj, bijvoorbeeld, maar ook met zware rijst of gewone rijst. Lijkt het nou zo of kijk je na een rondje rijstwater meteen al anders in de spiegel? Met nieuwe ogen?



NO TOYS

# SHARITA



NO TOYS

# SHARITA



NO TOYS

# SHARITA



NO TOYS

# SHARITA



# NO TOYS

# SHARITA



NO TOYS