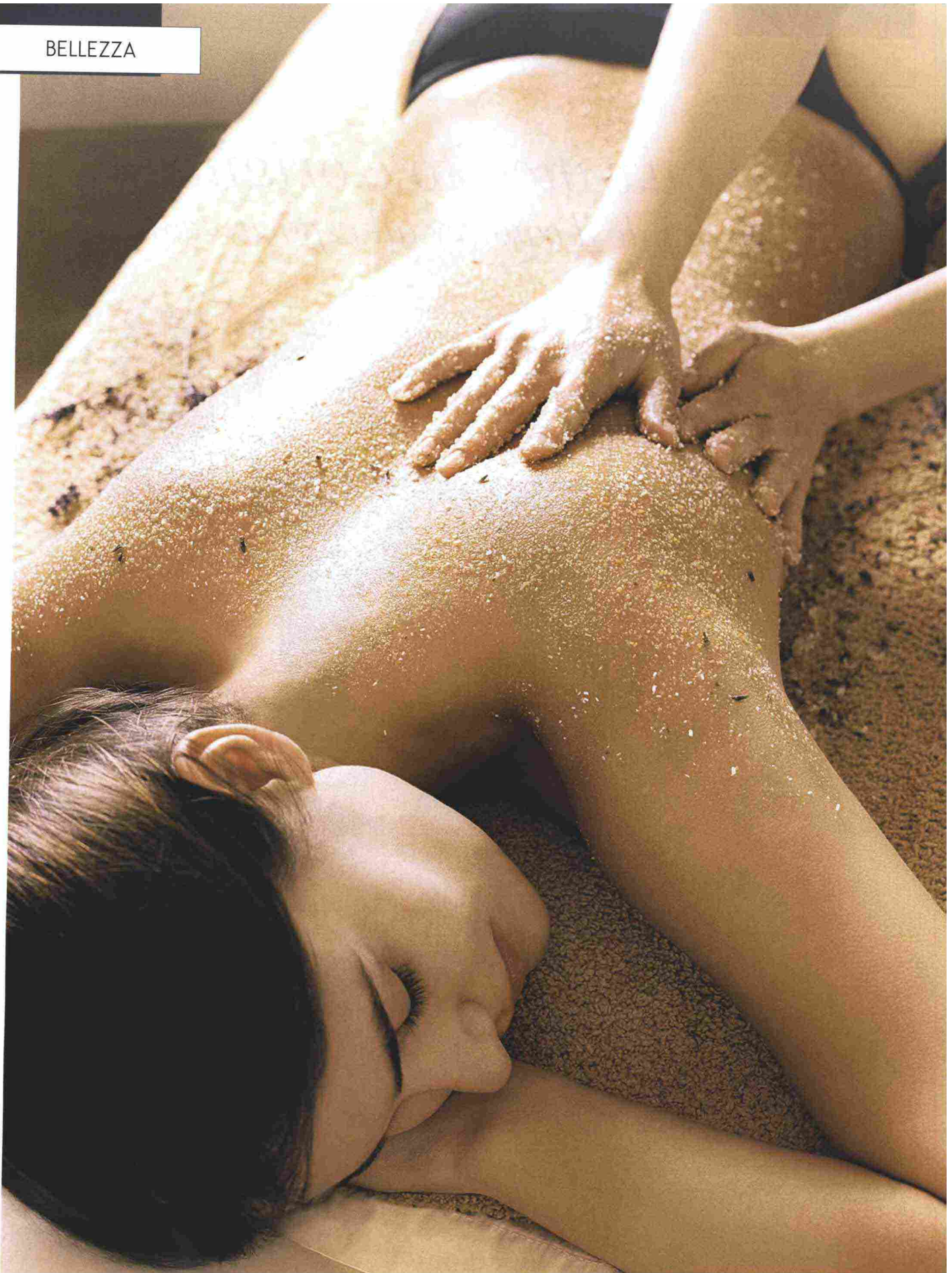




BELLEZZA



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



# Per rinnovarti nel corpo e nell'anima lasciati ispirare dalla magica India

*Profumi di oud e patchouli per emanare nuove energie, rituale di pulizia mattutino per illuminare l'incarnato, massaggi ayurvedici che rimodellano il corpo e liberano pensieri positivi, mantra per un sonno pacifico e tranquillo, tecniche di agopuntura che ringiovaniscono fino all'henné per nutrire i capelli. Senza dimenticare il trucco che attira l'attenzione sullo sguardo. La nuova bellezza si ispira al lontano Oriente*

DI SIMONA FEDELE - TESTI DI CARLA TINAGLI

**N**on è soltanto uno dei Paesi emergenti che più influenza il mercato beauty (negli ultimi cinque anni i consumi di creme e profumi sono cresciuti tanto che, nel 2020, il giro di affari arriverà a 500 milioni di dollari), ma una grandissima fonte di tradizioni millenarie di benessere. Dai massaggi ayurvedici all'henné, fino all'uso del kajal, oggi la bellezza più innovativa si ispira all'India. A cominciare dai profumi. Nel mondo olfattivo aumenta la voglia di misticismo e suggestioni lontane. Non a caso gli ingredienti esotici sono tra i più gettonati, soprattutto incenso e oud, resina rara e pregiata dagli intensi accenti aromatici. Ma è soprattutto il patchouli, originario del Sudest asiatico, a vivere una nuova giovinezza. «Protagonista assoluto negli Anni '70 veniva utilizzato per il suo potere ipnotico e trasgressivo», afferma Micaela Giamberti, direttore divisione di Fragranze di Mane Italia. «Oggi il patchouli è tornato alla ribalta, grazie ai metodi di estrazione moderni che possono sfruttare le sue sfaccettature: dalla talcata alla legnosa, fino alla fruttata».

## NUOVA LUCE PER CHIOME E PELLE

Il concetto di bellezza olistica, che considera l'armonia tra corpo e mente il pilastro fondamentale del benessere, si sta imponendo sempre più e prende spunto proprio dalla filosofia ayurvedica. Secondo il brand cosmetico americano Aveda, uno dei pionieri del settore, un trattamento corpo o viso efficace deve stimolare prima di tutto i chakra, punti energetici che coinvolgono tutti gli aspetti della persona, da quello fisico all'emozionale. La sua linea *Tulasara* si ispira al rituale ayurvedico della pulizia mattutina: esfoliazione delicata del viso con una spazzolina per stimolare il flusso energetico, massaggio con olio detergente e applicazione di un siero super concentrato (antiage, illuminante oppure calmante a seconda delle esigenze cutanee). Ma le tradizioni indiane affascinano anche aziende decisamente più "occidentali" come Biopoint, che ultimamente ha realizzato una gamma di prodotti per capelli che si chiama *Ayurveda*. Filo conduttore l'estratto di amla, pianta molto apprezzata dall'antica medicina indiana, perché ricchissima di vitamina C. ▶

## BELLEZZA

## LO YOGA DIVENTA LIQUIDO

Anche lo yoga entra nel mondo della cosmesi con alcune specialità arrivate direttamente dagli Stati Uniti. «Concepita dal marchio Mio la linea *Liquid Yoga* comprende un gel doccia che dissipa la stanchezza dopo una seduta particolarmente faticosa di yoga (o una giornata stressante) e uno spray aromaterapico riequilibrante per l'ambiente», dice Paola Malaspina, titolare della boutique online The Beautyaholic's Shop (di recente ha aperto un flagstore a Roma), dove trovi prodotti selezionati da tutto il mondo.

## HENNÉ DALLA TESTA AI PIEDI

Diffuso in India, Africa e Medio Oriente l'henné è un colorante naturale, che per i capelli funziona da toccasana: li protegge, li ristruttura e li lucida, oltre a nascondere i bianchi (se la base è chiara o rossa e l'acqua per la miscela molto calda). Nel nuovo salone di Alessandro Gesuita a Milano si usa anche per massaggi scrub a mani e piedi e per impacchi vellutanti con l'aggiunta di oli.

## MASSAGGI DALL'ORIENTE

Il massaggio è parte integrante dell'ayurveda. «Tanto da venire considerato la migliore cura per ritrovare l'armonia psicofisica», sostiene Barbara Tarditi, responsabile de La Sovrana, centro

benessere del Boscareto Resort a Serralunga d'Alba, in Piemonte. Qui puoi provare *Abhyanga*, che rilassa il corpo con un mix di oli tiepidi alle erbe e spezie, *Shiroabhyanga* indicato per problemi di cervicale, o *Padabhyanga* che lavora sui piedi dove, secondo la tradizione orientale, sono riflessi gli organi vitali. Se soffri di contratture e ristagno scegli, invece, *Pindasweda*, dove l'operatore posiziona dei sacchetti di cotone riscaldati con erbe, spezie, riso e sale su adiposità e parti doloranti. Info: [www.ilboscaretoresort.it](http://www.ilboscaretoresort.it)  
In Toscana, nel resort Fonteverde di San Casciano dei Bagni opera Dipu, celebre maestro di Bombay che vanta molti vip come pazienti (anche Kate Winslet è passata sotto le sue mani) e manipola il corpo come creta. Non segue nessun protocollo ma personalizza ogni gesto, ascoltando le vibrazioni che percepisce per dare e ricevere un flusso continuo di energia.

Info: [www.fonteverdespa.com](http://www.fonteverdespa.com)

In Abruzzo, nel parco della Maiella, La Réserve di Caramanico Terme propone due classici rituali ayurvedici a quattro mani: *Sincro Abhyanga*, insieme di movimenti armonici e coordinati, e *Pizhichil*, flusso continuo di olio distribuito con manovre lente. Info: [www.lareserve.it](http://www.lareserve.it)

A Castel Monastero, vicino Siena, il medico guru Mosaraf Ali esegue la tecnica *marma*, ovvero stimolazione vigorosa dei punti vitali del corpo per eliminare scorie e tossine.

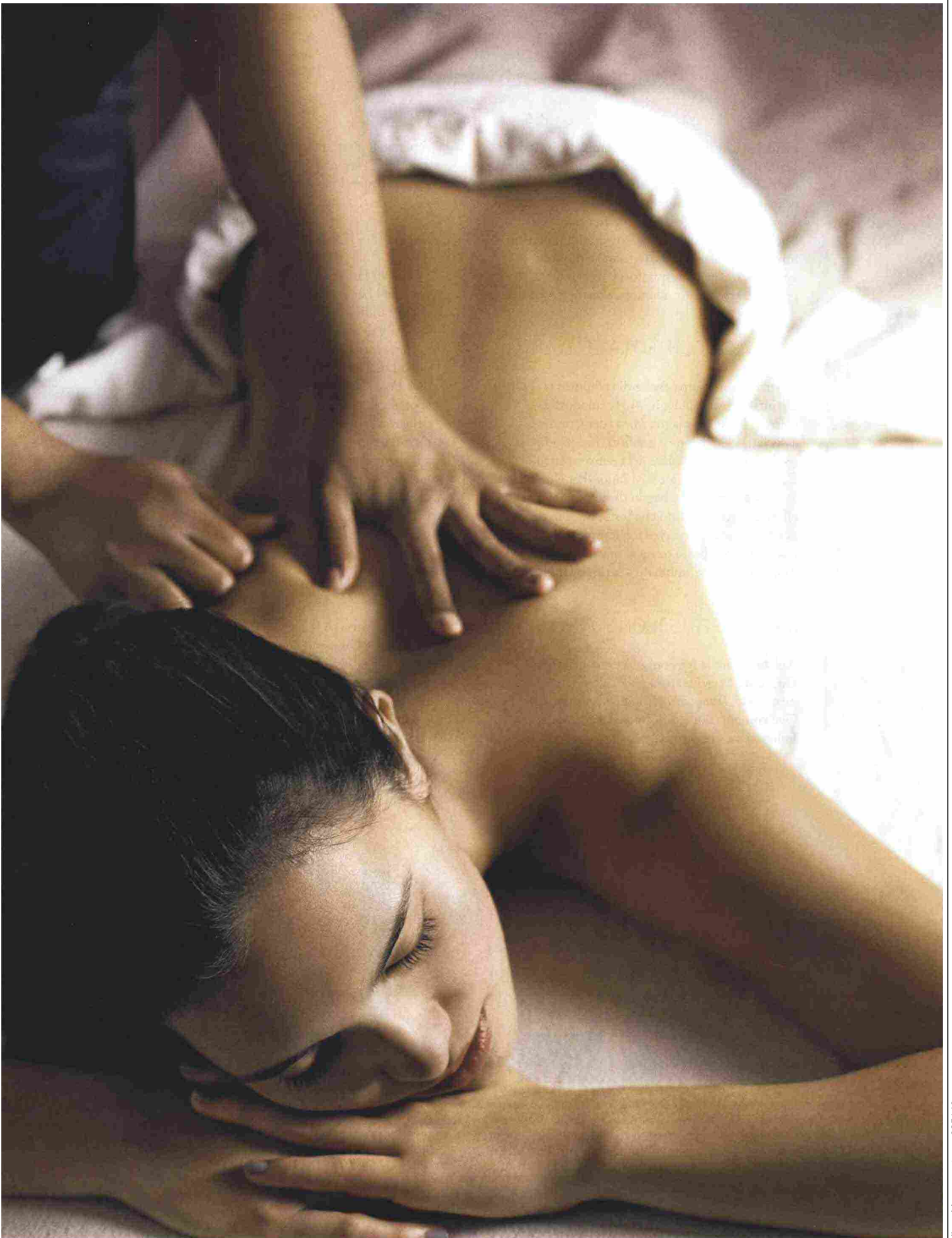
Info: [www.castelmonastero.com](http://www.castelmonastero.com)

Infine presso l'Hotel Caesius, a Bardolino sul Lago di Garda, è presente l'unico centro di ▶



1. Estratto di amla e oli essenziali di ylang ylang per lo spray senza risciacquo che setifica i capelli, Quintessenza di Bellezza Ayurveda Personal Biopoint (12,75 euro). 2. Protagonista di tutta la collezione profumi l'oud delle piantagioni di aquilaria gestita in maniera eco, Eau de Parfum Oud Jaune Fragrance du Bois (395 euro). 3. Cinque preziosi oli vegetali, tra cui cartamo e jojoba, per nutrire pelle e chiome, Huile 5 Sens Rene Furterer (35,50 euro). 4. A base di olio di sesamo e neem il trattamento che tonifica e rinvigorisce i muscoli, Huile Universelle Ayurvédique Cinq Mondes (52 euro). 5. Patchouly in tamil significa "foglia verde", che è l'aroma che si sprigiona dopo la sua essiccazione e cifra della nuova versione dell'eau de parfum, Patchouly Eto (130 euro).





## BELLEZZA

medicina ayurvedica, davvero completo, in Italia. Dalla diagnosi del polso e dalla visita di medici formati secondo l'antica "scienza della vita" si passa a stabilire il proprio *dosha*, che può essere *Vata*, *Pitta*, *Kapha* (ognuno corrisponde a una tipologia costituzionale). Viene quindi prescritto un ciclo di trattamenti con tisane e prodotti ayurvedici, esercizi respiratori e fisici e dieta personalizzata. Info: [www.hotelcaesiusterme.com](http://www.hotelcaesiusterme.com)

## AYURVEDA CONTRO LA CELLULITE

L'ayurveda si occupa anche di cellulite e la distingue in tre tipologie. «*Vata* è nodosa e colpisce le donne magre, *Pitta* edematosa e associata a ritenzione e gonfiore, *Kapha* adiposa», rivela Elisa Neri, titolare del centro estetico Castel Silver Esthétique a Milano. «Per eliminare le tossine si parte dal bagno di vapore *Swedana*, effettuato su un lettino che lascia fuori la testa perché, secondo l'ayurveda, quest'ultima deve essere "fresca", poi si passa al massaggio secondo il tipo di cellulite, abbinato a scrub o fanghi».

## MANTRA PER IL BUON SONNO

Abbandonare le tensioni serve a contrastare l'insonnia e rigenerare la pelle. Come fa il protocollo *Tranquillity* firmato Comfort Zone. Una combinazione di tecniche ayurvediche e indonesiane che alterna passaggi lenti delle mani

ai pennelli piatti. In sottofondo il mantra ipnotico e l'aroma di oli essenziali di cedro e arancia distendono. Info: [www.comfortzone.it](http://www.comfortzone.it)

## AGOPUNTURA EFFETTO FILLER

Le star di Hollywood l'hanno scoperto ora, ma in Oriente i benefici antiage dell'agopuntura sono noti da millenni. «Compatta la pelle stimolando la sintesi di collagene, in più è una terapia che rafforza tutto l'organismo, perché tonifica gli organi migliorando la loro attività fisiologica», dice Paolo Consigli, medico psicologo a Milano specializzato in agopuntura. Secondo i principi della medicina cinese, si interviene lungo i meridiani energetici nelle zone corrispondenti all'organo da stimolare. Si ispira all'agopuntura il nuovo trattamento **Endermologie** Rigenerazione Cellulare di **LPG**, che agisce sui punti del viso collegati agli organi di eliminazione delle tossine. Info: [www.endermologie.com](http://www.endermologie.com)

## KAJAL ANCORA PROTAGONISTA

Più che un trucco il kajal è strumento espressivo. «Si mette all'interno della rima inferiore senza sfumare o ritoccare», consiglia Massimiliano della Maggesa, international make up artist Dolce & Gabbana. Con il passare delle ore il colore si stempera e sporca la palpebra superiore, sottolineando l'intensità dello sguardo. ■



1. Rilassa i muscoli stanchi con sali di Epsom e arnica, Liquid Yoga Restorative Bath Soak su [www.beautyaholicshop.com](http://www.beautyaholicshop.com) (34 euro).
2. Vera ode al patchouli più forte e terroso addolcito dalla rosa e dall'iris, Moonlight Patchouli Collection Extraordinaire Van Cleef & Arpels (120 euro).
3. Per la cellulite Vata, la più dura, olio da massaggio con essenze di arancio e cannella, Slim Lakshmi.
4. Fa parte del kit Ayurveda il docciaschiuma con note di rosa delle Indie, Rituals (19,90 euro, da Sephora).
5. Cremoso e morbido il colore per le labbra, Lips Kajal Douglas Make up (11,95 euro).
6. Contiene nerofumo, il pigmento più intenso, The Kohl Pencil Dolce & Gabbana (23,50 euro).
7. Per il rituale del mattino spazzola sagomata e olio da massaggio, Tulasara Aveda (90 euro).