

# Die bezaubernde Zen-Meisterin

Gelassen und strahlend in den Sommer starten: mit kleinen Zen-Pflegeritualen (inspiriert von der spirituellen Geisteshaltung des Zen) und Naturkosmetik, welche unsere äussere und innere Schönheit anspricht.

Text: Kristina Köhler/Fotos: Geri Born

1



#### RUHIGES BLÜTENMEER

Jasmin-Honig-Blütenbed Come Clean von Paipuri. Unterstützt die Earth Save Foundation. Bei Beauty Flash, Zürich, CHF 80.–

2



#### DUFTENDES RITUAL

Sita-Räucherstäbchen von Faircense, aus einem Fair-Trade-Projekt in Auroville, Indien. Reformhaus, Claro, CHF 5.–

3



#### WARME MASSAGE

Massagekerze Nr. 27 mit Olivenöl, Bienenwachs, Calendula. San Floriano, Demeter-Kosmetik, Müller Reformhaus, ca. CHF 28.–

4



#### PFLEGENDE KOSTBARKEIT

Blütenblätter-Beauty-Öl für Gesicht und Körper mit Rosen-, Neroli- und Jasmin-Essenz. Robert & Josiane, CHF 35.–

5



#### ZÄRTLICHE REINIGUNG

Mimosen-Seife für sensible Haut, in einer nostalgischen Holzschachtel. Les Cakes de Bertrand, bei Beauty Flash, Zürich, CHF 20.–

6



#### KLEINER MAGIER

Mini-Intensivpflegebalsam mit Rosenduft für Lippen, Gesicht und raue Körperstellen. Etwa im Egli-Reformhaus, CHF 4.90

7



#### TIEFE STILLE

Lange Gebetskette aus Holzperlen. Ähnliche Ketten gibts etwa bei Little Tibet oder Songtsen House, Zürich, ca. CHF 20.–

8



#### LEUCHTENDE HAUT

Ayana Regenerationscrème mit Ginkgo-Extrakt und Bio-Jojobaöl. Von Tautropfen, im Kosmetikschhandel, CHF 39.–

9



#### INNERE HARMONIE

Entsäuernd wirkender Blüten-tee mit Blütenpollen, von Michael Droste-Laux. In grösseren Müller-Reformhaus-Filialen, CHF 24.–

# Was ist Schönheit?

„Du musst sie selbst sehen,  
die Schilfblüten,  
getränkt in Mondlicht.“  
Zen-Gedicht

1

**SCHÜTZENDE HÜLLE**

Ausbalancierende Körpermilch Moody Cow, Cowshed mit Rosengeranien- und Lindenblüten-Extrakt. Changemaker, CHF 29.–

2

**NEUE GLÄTTE**

Straffendes Cellulite-Gel mit Aloe-vera-Saft, Efeublätter-, Tigergras-Extrakt. Santaverde, Bio-Fachhandel, Marionnaud, CHF 48.90

3

**FREIER ATEM**

Ätherische Öl-Mischung Support mit Pfefferminze und Teebaum von Aromatherapy Associates. Labospa, Zürich, CHF 25.–

4

**GUTE ZIRKULATION**

Massagesäcklein, gefüllt mit Kugelseifen, Harn & Thann. Wirkt sanft und duftet fein. Bei Labospa, Zürich, CHF 15.–

5

**GROSSE GELASSENHEIT**

Bio-Raumluft Gelassenheit von Organic Avenue. Etwa bei Changemaker, Zürich, Basel, CHF 49.–

6

**FRISCHER BLICK**

Straffende Augenpflege Bio Aktiv mit dem Heilpflanzen-Extrakt Cristo Marine. Von Garnier Naturkosmetik, CHF 18.90

7

**FEUCHTIGKEITS-BAD**

Serum mit Schweizer Extrakten aus Zitronenmelisse und Hafer. Von Biokosma, Drogerien, Coop City, Manor, CHF 24.–

8

**LICHTES HERZ**

Körperspray Chakra 4 von Aveda mit Sandelholz und Mandarine. Bezugsquellen bei [www.aveda.ch](http://www.aveda.ch) CHF 61.50

9

**VERJÜNGUNGSKUR**

Gesichtspflege Pure & Natural Anti-Age mit Bio-Arganol und Bio-Klettenfrucht-Extrakt. Von Nivea Visage, CHF 20.90