



Máscara corporal de barro

Extiende esta arcilla corporal (del Mar Muerto o bentonita) por parte de tu cuerpo, como las piernas, los brazos o la tripa, y siéntate y relájate mientras se seca, llevándose las impurezas y dejando minerales esenciales.

- 3 tazas de arcilla
- 800 ml de agua de azahar
- 8 gotas de aceite esencial de sándalo



1 Pon el barro en un bol y mézclalo con agua poco a poco hasta alcanzar la consistencia que prefieras, sin dejar grumos. Echa el aceite y remuévelo.

2 Sobre una toalla vieja en una habitación caldeada, extiende el barro por tu cuerpo, masajeando de abajo a arriba.

3 Deja secar el barro durante unos 20 minutos aproximadamente y luego elimina la mayor parte posible con un trapo viejo antes de ducharte.

