



De jade roller is dezer dagen sterk vertegenwoordigd onder beauty liefhebbers. De groene staaf met twee ovale bollen aan de uiteinden, ziet er op het eerste zicht niet alledaags uit, aldanniet wordt zij al eeuwen lang gebruikt in het verre Oosten. De keizerinnen in het oude China gebruikte de jade roller om hun gezicht glad te strijken. Daar schoonheid in het Oosten niet als iets oppervlakkig gezien wordt, maar als een uiterlijke reflectie voor de gezondheid die zich binnenin afspeelt, wordt huidverzorging er met de papepel ingegeven.

Tot op heden worden oude huidverzorgings routines van moeder op dochter doorgegeven, waardoor de kracht en het gebruik van de jade roller al eeuwen meegaat. Sinds de komst van het internet en sociale media lijkt de wereld een heel stuk kleiner lijkt geworden, en zien we steeds vaker tradities onze kant op waaien.

Jade is een edelsteen die net zoals alle andere edelstenen specifieke kenmerken en eigenschappen heeft. Laten we niet vergeten dat de aarde is opgebouwd uit mineralen. Net zoals tevens onze menselijke botten voornamelijk uit mineralen bestaan, mogen we de kracht waarin moeder aarde ons voorziet zeker niet onderschatten. Voor sommige onder jullie klinkt dat misschien heel zweverig en hippie achtig. Maar probeer er maar eens over na te denken en het daarna te ontkennen.

De mooie groene jade steen staat bekend om haar gunstige fysieke effecten op de huid, spieren, botten en werkt eveneens ontgiftend, Wanneer je met de roller over de huid rolt, activeert het lymfestelsel om afvalstoffen af te voeren. De jade roller is daardoor een top tool om vochtophopingen weg te rollen. Naast de fysieke voordelen heeft de jade steen ook een kalmerend en rustgevend effect op onze spirit.

De jadesteen is meestal groen, maar kan ook grijs, paars, roos, rood, wit, geel of zelfs bruin zijn. De kleur is afhankelijk van de samenstelling van de insluitels. De typisch groene kleur wordt bepaald door de hoeveelheid ingesloten chroom en ijzer. Hoe meer ijzer hoe groener, hoe meer chroom hoe meer briljanter groen.

De jaderoller is een interessante tool om in te zetten in je dagelijkse beauty routine. Ik zie het zelf als een kleine traktatie om de dag te beginnen en af te sluiten.

Heb je last van;

- doffe huid
- beginnende rimpels
- spanning in je kaken
- (spannings) hoofdpijn
- vochtophoping onder je ogen
- donkere kringen en wallen
- slappe huid
- opvliegers

dan biedt de jaderoller een instant boost om van bovenstaande "kwaaltjes" verlost te worden. Wanneer je dagelijks aan de slag gaat met de jaderoller ga je de vele voordelen zoals; ontspannend, verkoelend, betere doorbloeding, mooiere teint, gladdere huid, minder diepe rimpels, verbeterde elasticiteit, minder donkere kringen en wallen ervaren en waarnemen.

Aan de slag!

De Jaderoller rol je dagelijks (1 tot 2 maal per dag) zachtjes, ongeveer 5 tot 10 minuten over je gereinigde gezicht. Je hoeft geen druk te zetten, het gewicht van de Jade is voldoende. Je kunt de Jaderoller op de droge huid gebruiken, maar ook met een moisturizer of je favoriete gezichtsolie om de opname van de werkstoffen te verbeteren.

Stappenplan:

Voorhoofd: Vanaf het midden van je voorhoofd rol je naar enkele keren naar links, daarna naar rechts. Begin net onder je haarlijn en werk zo naar het gebied net boven je wenkbrauwen toe.

Ogen: Wanneer je een dubbelzijdige roller hebt, gebruik je de kleine bol om over je oogleden te rollen. Begin bij je wenkbrauwen en rol van het midden naar de zijkanten van de wenkbrauw, doe dit net zoals bij het voorhoofd eerste enkele keren aan de linkerkant en daarna aan de rechterkant. Ga nu over op gesloten oogleden, rol zeer lichtjes van de binnenste ooghoek naar de buitenste. Daarna is het deel onder het oog aan de beurt, hier hoopt zich vaak veel vocht op, mensen spreken dan vaak van vochtwallen onder de ogen. Vertrek hier ook van de binnenste ooghoek naar buiten toe. Heb je last van kraaienvoetjes rol dan zowel in horizontale als verticale richting over de rimpeltjes.

Wangen, lippen, kin: Neem de grote jade roller zijde, en begin vanaf de neusbrug en rol tot aan het oor. Doe dit 4 à 5 maal aan elke kant van de neus. Daarna doe je hetzelfde aan de lippen en de kin. Je rolt altijd richting het oor en daarna terug naar je beginpunt.

Hals: Je vertrekt net boven het sleutenbeel naar boven toe tot net onder je oor, je rolt terug naar je beginpunt. Herhaal dit 4 à 5 maal aan elke zijde van je hals.

Reinigen

Je Jaderoller na gebruik reinigen met stromend lauw water en goed laten drogen. Nooit heet water en chemische reinigingsmiddelen gebruiken of je Jaderoller laten weken omdat dit de Jade kan aantasten.

Kijk even naar de tutorial van mijn dochter Valérie die u een heel uitgebreid gezichtsritueel laat zien.