



Christine Shahin

**VÄRJÄÄ
HIUKSET
LUONNON-
MUKAISESTI**

**Myrkyttömät
kasvipohjaiset hiusvärit**

Minerva

VÄRJÄÄ HIUKSET LUONNONMUKAISESTI

VÄRJÄÄ HIUKSET LUONNON- MUKAISESTI

MYRKYTTÖMÄT
KASVIPOHJAISET HIUSVÄRIT

Christine Shahin
Esipuhe Rosemary Gladstar
Kuvat Melinda DiMauro

Englannin kielestä suomentanut Nelli Iivanainen

Alkuperäisteos:

*Natural Hair Coloring – How to Use Henna and
Other Pure Herbal Pigments for Chemical-Free
Beauty*

© 2016 by Christine Shahin Wood

Originally published by Storey Publishing LLC in
the United States

Toimittaneet Deborah Balmuth ja Sarah Guare
Graafinen ulkoasu ja taitto Alethea Morrison
Hakemisto Christine R. Lindemer, Boston Road
Communications

Kansi ja kirjan kuvat

© Melinda DeMauro, kaikki paitsi:

© Andreas Kuehn/Getty Images, s. 31; © Diamond
Sky Images/Getty Images, s. 29; © 2014 Erin
Covey Creative, takakansi (kirjailija), s. 17;
© Fancy Photography/Veer.com, s. 168; © 2011
Gamma-Keystone/Getty Images, s. 144 (vasen);
© Hulton Archive/Getty Images, s. 144 (oikea);
© 2014 John Bulmer/Getty Images, s. 145;
© JPM/Getty Images, s. 26; Mars Vilaubi,
s. 76, 105, 152, 161, 163; © Matthieu Paley/Getty
Images, s. 40; © Michele Mossop/Getty Images,
s. 63; Moses Harris, väriympyrä/Wikime-
dia Commons, s. 98.

Kuvitus © Marta Spendowska,
paitsi s. 35 © Jane Kim

© 2016 by Christine Shahin Wood

Kirjassa esitetyt ohjeita ja suositeltuja toimenpiteitä tulee noudattaa mahdollisimman tarkasti. Allergiatestin ohjeet löytyvät sivulta 109. Mahdollisten oireiden ilmetessä tulee kääntyä lääkärin puoleen. Tätä julkaisua ei ole tarkoitus käyttää koulutetun sairaanhoitohenkilökunnan toimittaman sairaanhoidon tai diagnosoinnin sijaan.

Kaikki oikeudet pidätetään. Mitään kirjan osaa ei saa julkaista uudelleen ilman kustantajan kirjallista lupaa, paitsi mahdollisissa kirja-arvosteluissa, joissa lyhyiden lainausten lähde on merkittävä selkeästi. Kirjaa ei saa julkaista, levittää tai jakaa missään muodossa – sähköisenä, kopioituna, äänitteenä tai muussa muodossa – ilman kustantajan kirjallista lupaa.

Kirjan ohjeet on esitetty parhaan saatavilla olevan tiedon mukaan totuudenmukaisesti ja täydellisesti. Kustantaja ei ole vastuussa kirjassa esitetyistä suosituksista. Tekijä ja kustantaja irtisanoituvat vastuusta koskien kirjassa esitetyn tiedon käyttöä.

Storey Publishing
210 MASS MoCa Way
North Adams, MA 01247
www.storey.com

Suomenkielinen laitos:

© Minerva Kustannus, 2023

www.minervakustannus.fi

Minerva Kustannus on osa Werner Söderström
osakeyhtiötä.

Suomennos: Nelli Iivanainen
Suomennokseen on tehty asiantuntijatarkistus.
Risto Ahdin suomennos Kahlil Gibranin runosta
sivulla 7 teoksesta *Profeetta*, Atar 2006
Suomenkielinen tekstitaitto:
Taittopalvelu Yliveto Oy
ISBN 978-952-375-937-4
Painettu EU:ssa



*Terry Darlingin muistolle
– kiitos avaimista elämän mysteereihin*

Kiitos, Luojani, elämän lahjasta ja kaikesta siihen kuuluvasta. Olen kiitollinen kaikesta mahdollisesta hyvästä, jota elämäni voi muille tarjota.

Omistan tämän kirjan planeetta Maalle. Ymmärtäkäämme, rakastakaamme ja noudattakaamme luonnonlakejasi, kun matkaamme halki avaruuden ja vahvistamme paikkamme universumin ykseyden laulussa.

Astarte, kauneuden, rakkauden ja sodan jumalatar, kiitos esimerkistäsi yhdistää nämä näennäisesti kaukaiset elementit.

Henna, Indigo, Cassia ja Amla, kiitos parantavista ja värikkäistä lahjoista ja ystävydestä.







Eikä kauneus ole halu vaan autuus.

*Kauneus ei ole janoinen suu
eikä esiin työnnetty tyhjä käsi,
Vaan sydän liekeissä ja hurmioitunut sielu.*

*Kauneus ei ole kuva, joka voidaan nähdä
eikä laulu, joka kuuluu korviin,
Vaan kuva, jonka näette vaikka suljette
silmänne ja laulu, jonka kuulette, kun suljette korvanne.*

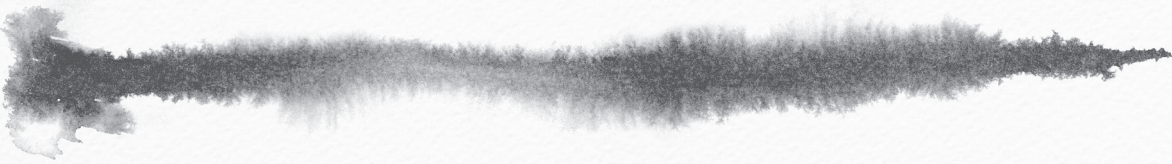
*Kauneus ei ole rikutun hedelmän mehu
eikä siivekäs kynsi,
vaan ikuisesti kukkiva puutarha ja joukko
enkeleitä ikuisessa lennossa.*

*Orfalesin kansa,
kauneus on elämä itse,
Kun elämä paljastaa pyhät kasvonsa.
Mutta te itse olette elämä ja te juuri olette huntu kauneuden kasvoilla.*

*Kauneudessa ikuisuus katselee itseään peilistä.
Mutta te olette ikuisuus ja te olette peili.*

**KAHLIL GIBRAN, PROFEETTA
SUOM. RISTO AHTI**





SISÄLLYS

Esipuhe 11

Johdanto 13

Hyvinvointi, kauneus ja Sage-ing 19

LUKU YKSI

MIKSI VÄRJÄTÄ HIUKSIA 23

24 Miksi kasvivärit

28 Harmaiden hyväksyminen

LUKU KAKSI

HIUSVÄRIEN LYHYT OPPIMÄÄRÄ 33

34 Hiusten rakenne ja kasvu

54 Siirtyminen synteettisistä
väreistä kasviväreihin ja
takaisin

41 Synteettiset hiusvärit vs.
kasvivärit

LUKU KOLME

NELJÄ PUHDASTA KASVIVÄRIÄ 59

60 Osta vain puhtaita kasvivärejä

79 Amla

61 Henna

83 Cassia Obovata

72 Indigo



LUKU NELJÄ

KASVIVÄRIEN KÄYTTÖ 87

- | | |
|-------------------------------------|--|
| 88 Oman värin löytäminen | 120 Erikoismenetelmiä ja huomioita |
| 92 Kasvivärireseptejä | 132 Virheiden korjausta ja ongelmanratkaisua |
| 100 Värin sekoittaminen ja säilytys | 134 Epätavallisia kasvivärjäyksiä |
| 109 Allergiatesti | |
| 110 Perusvärjäysprosessi | |
| 116 Vaikutusajan vaihtelut | |
-

LUKU VIISI

HUIVITYYLEJÄ 139

- | | |
|---------------------|---------------------|
| 141 Helppo turbaani | 149 Seppesidonta |
| 143 Hattuhuivi | 151 Ruusuketurbaani |
| 147 Ennustajanhuivi | |
-

LUKU KUUSI

KASVIVÄREILLÄ VÄRJÄTTYJEN HIUSTEN HOITO 153

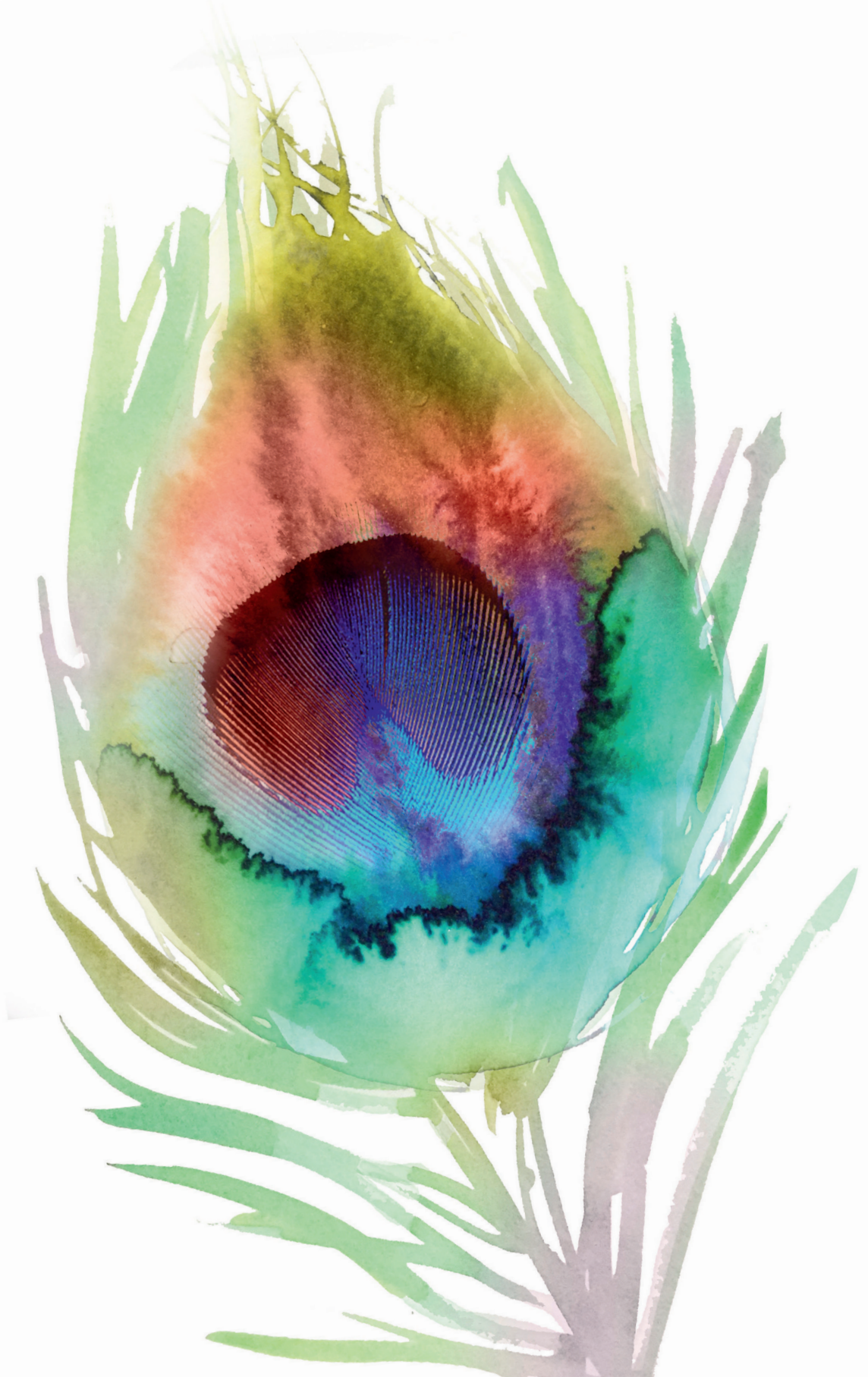
- | | |
|--|---|
| 154 Eri hiuslaatuojen hoito | 158 Luonnonmukaiset sampoot, hoitoaineet ja muut hiustenhoitotuotteet |
| 156 Terveiden hiusten päivittäinen hoito | 167 Hiusten muotoilu |
-

LUKU SEITSEMÄN

USEIN KYSYTTYJÄ KYSYMYKSIÄ 169

-
- Lopuksi 173*
Sanasto 176
Lisätietoa 177
Kiitokset 180
Hakemisto 182







SISÄLTÄÄ

14

VÄRIRESEPTIÄ

UPEA LOPPUTULOS KASVIVÄREILLÄ

Hennaa, indigoa, cassiaa ja amlaa on käytetty värjäykseen ja parantamiseen ikaikojia. Upeat täysin luonnolliset kasvivärit ovat erinomainen vaihtoehto synteettisille hiusväreille, jotka ovat kosmetiikan voimakkaimpia kemikaaleja ja saattavat aiheuttaa allergisia reaktioita.

Kasvivärejä on helposti saatavilla, ja värjäys on vaivatonta. Sekoita vain väri jauhe nesteeseen väriseekseksi. Kaikki kasvivärit ovat hellävaraisia ja turvallisia käyttää. Niillä voi värjätä myös synteettisillä hiusväreillä käsiteltyjä hiuksia, sillä kasvivärit eivät kuluta vaan ravitsevat hiuksia.

Värjää hiukset luonnonmukaisesti tarjoaa laajan valikoiman kasvivärireseptejä vaaleista hiuksista pikimustaan, ohjeet harmaiden peittämiseen sekä muita ainutlaatuisia värjäysmahdollisuuksia.

”Christine Shahin esittelee kirjassaan sataprosenttisesti kasvipohjaisten ja tehokkaiden väriseostensa reseptit. Kasviväreillä värjäyty hiukset ovat kiiltävät ja sileät. Vain luonnollisilla menetelmillä voi saavuttaa näin hyväkuntoisen ja terveen värjäystuloksen!”

STEPHANIE TOURLES, holistinen kosmetologi, kirjailija

CHRISTINE SHAHIN on kosmetologi ja holistiseen kauneudenhoitoon erikoistunut alan ammattilainen. Shahinin ekosalonki ja -kylpylä New Yorkin osavaltiossa houkuttelee asiakkaita joka puolelta Yhdysvaltoja.



ISBN 978-952-375-937-4



9 789523 759374

59,31
www.minervakustannus.fi


minerva