

Mitari Kitarari Jameritari

ハーバリストはははるなのハーブ漫画エッセイ



— みたり まいたり ためしたり —

今年一年の
招福除災を祈って

ははるな式
運氣アップのための
ハーブ活用術を
ご紹介します。

2019
Happy New Year!

こんにちは！
ハーブ漫画家
ははるなです。

<スマッジングのやり方>

1. 窓を閉める
2. 耐熱性の受け皿の中で
セージに火をつけ手で覆いで炎を消す
3. 煙がいきわたるように空間を一周する
4. 窓を開けて邪気を吸い取った煙を
外に出して浄化完了

開運には
去病が有効!

ネイチャーアロマは
身の上にセージを
お焚き上げして
浄化をします

その一、
運氣アップ
にオススメ

ホワイセイ
空間浄化去マツジング。

気持ちをグラウディングさせ
創造性を高められる。
その結果
全葉アップに。

<バチュリのルームフレグランスの作り方>

1. ガラス瓶に無水エタノール30mlを入れる
2. バチュリ精油を10滴、
レモン等柑橘系の精油を50滴、
グリセリン小さじ1杯程を加える
3. リードスティックをさす
4. 浄化した玄間に置いて完成

その二、
金運アップ
に効果的
バチユリを取り入れよう。

今年もはっはっは！と
笑っていきましょ！

ともあれ
笑う角には
福来たる

joy & health

若返りの
滋養補給作用が抜群の
アーユルヴェーダハーブ
オイルやサプリメントで
日常的に取り入れよう。

アンティエイジングのための
三大薬草の
Shatavari-シャタバリ

その三、
欲求満足アップ
には
シャタバリが一押し

本年も世界のハーブ漫画エッセイ「みたりまいたりためしたり」をよろしくお願いたします♪



© harunannovascotia
ノバスコシアオーガニクス
https://novascotiaorganics.jp

ははるな

企業家・ハーバルセラピスト・漫画家
南フランス留学中に植物療法に出会い、ハーブを学び始める。肩の力を抜いた「はっはっは」なハーブケアを提案し、ハーブを題材にした漫画も執筆中。カナダのオーガニックハーブサプリメント「ノバスコシアオーガニクス」ジャパン代表。1児の母。

※ノバオのシャタバリ
サプリメントもあまよ



シャタバリ

(Asparagus racemosus)

アスパラガス科の多年草

期待される主な効果

滋養補給。男女問わず生殖器官の機能を高め若返り。自律神経作用 (PMS)、母乳分泌促進。更年期障害。ストレス緩和。消化不良、利尿

使用例

ハーブティー、ナンク、サプリメント、オイル

