



# Spiritual Life Weekly PLANNER

TANABATA SOUND medi+healing



## March 2022

S	M	T	W	T	F	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

### オーラ浄化スプレー

一般的にオーラとは「人を惹きつけるような魅力や雰囲気」のことを指しますが、スピリチュアルの世界では更に深い意味を持っています。オーラとは、それぞれの人、それぞれの時に、それぞれの色彩の光を放っていて、霊眼でのみ見ることができるエネルギーです。気分が明るい時は華やかなオーラ、心配事がある時は曇ったオーラが放たれます。本人の意思とは関係なく、人混みや邪気の多い場所に行くだけでもダークなオーラに包まれてしまうことがあります。心の身体も疲れて重いと感じる時にはオーラの浄化をしてみませんか？アロマ精油やクリスタルには固有の周波数があり、良い香りや美しい輝きは癒しの周波数で振動しています。お馴染みのアロマ精油とクリスタルをシェイクするだけで「オーラ浄化スプレー」は手作りできます。

#### ◇ 用意するもの

- スプレーボトル（ステンレス、アルミニウム、アロマ対応プラスチックなど）
- 精製水
- クリアクォーツ（小さな原石、さざれ石など）
- ブラックトルマリン（小さな原石、さざれ石など）
- セージ精油
- レモン精油
- ローズマリー精油
- フランキンセンス精油

#### ◇ 手順

- ①スプレーボトルに精製水を入れる
- ②クリアクォーツとブラックトルマリンを追加する。
- ③お好きな配分で精油を追加する。
- ④シェイクする。

#### ◇ 使い方

辛い時だけでなく、瞑想やヨガ、睡眠の前などに良くシェイクして、頭上から足先まで全身にスプレーしてください。服の上からでも大丈夫です。

Weekly

Spiritual Life Plan

Spiritual Life Planner

March

SUNDAY	
MONDAY	
TUESDAY	2022年3月1日 一粒万倍日+大安
WEDNESDAY	2022年3月2日 寅の日
THURSDAY	2022年3月3日 新月 (02:35・魚座)
FRIDAY	2022年3月4日
SATURDAY	2022年3月5日 巳の日

Something New  
始めたいこと



Let Go of the Unnecessary  
手放したいこと



Notes:

Weekly

Spiritual Life Plan

Spiritual Life Planner

March

SUNDAY	2022年3月6日
MONDAY	2022年3月7日
TUESDAY	2022年3月8日
WEDNESDAY	2022年3月9日 一粒万倍日
THURSDAY	2022年3月10日
FRIDAY	2022年3月11日
SATURDAY	2022年3月12日

Something New  
始めたいこと



Let Go of the Unnecessary  
手放したいこと



Notes:

Weekly

Spiritual Life Plan

Spiritual Life Planner

March

SUNDAY	2022年3月13日
MONDAY	2022年3月14日 一粒万倍日+寅の日
TUESDAY	2022年3月15日
WEDNESDAY	2022年3月16日
THURSDAY	2022年3月17日 己巳の日
FRIDAY	2022年3月18日 大安 満月 (16:18・乙女座)
SATURDAY	2022年3月19日

Something New  
始めたいこと



Let Go of the Unnecessary  
手放したいこと



Notes:

Weekly

Spiritual Life Plan

Spiritual Life Planner

March

SUNDAY	2022年3月20日
MONDAY	2022年3月21日 春分 00:33 一粒万倍日
TUESDAY	2022年3月22日
WEDNESDAY	2022年3月23日
THURSDAY	2022年3月24日
FRIDAY	2022年3月25日
SATURDAY	2022年3月26日 天赦日+一粒万倍日+寅の日

Something New  
始めたいこと



Let Go of the Unnecessary  
手放したいこと



Notes:

Weekly

Spiritual Life Plan

Spiritual Life Planner

March

SUNDAY	2022年3月27日
MONDAY	2022年3月28日
TUESDAY	2022年3月29日 巳の日
WEDNESDAY	2022年3月30日
THURSDAY	2022年3月31日
FRIDAY	
SATURDAY	

Something New  
始めたいこと



Let Go of the Unnecessary  
手放したいこと



Notes: