



# Halia & Kecantikan

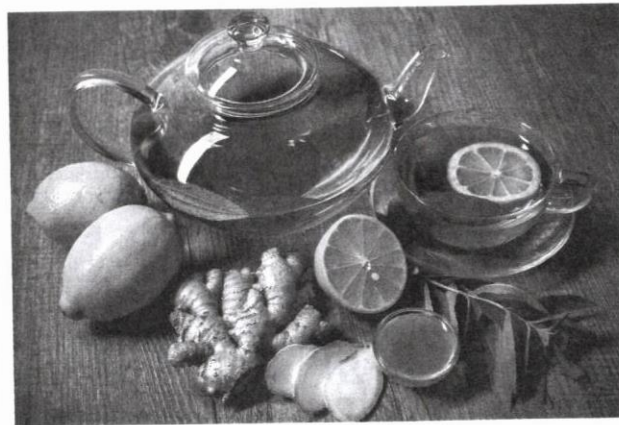
ANDA MUNGKIN SUDAH TAHU TENTANG KHASIAT HALIA KERANA PELBAGAI INFORMASI DAN KEISTIMEWAANNYA DIPERKATAKAN SEJAK DAHULU, TERUTAMA DALAM PERUBATAN TRADISIONAL.

**A**pa kata anda amalkan petua ini. Manfaatkan barang keperluan dapur dan perencah masakan untuk tampil cantik, sihat, berseri dan menawan dari hujung rambut hingga ke hujung kaki. Tanpa perlu berbelanja besar, hasilnya cukup memuaskan. Cubalah!

## KECANTIKAN KULIT DAN WAJAH

Buat mereka yang mahukan kulit tampak mulus dan bersih, tumbuk halia hingga lumat, kemudian campurkan dengan beras yang dikisar hancur. Anda boleh menggunakan beras pulut atau beras biasa. Kemudian gaulkan air dan halia tadi hingga sebati dan pekat. Gunakan sebagai luluh.

Bagi yang inginkan kulit wajah yang putih, ambil kira-kira seinci halia, kupas



kulitnya, kemudian tumbuk atau kisar hingga lumat. Bagaimanapun sebelum mengaplikasikannya anda perlu

membersihkan wajah dengan pencuci muka terlebih dahulu. Kemudian bersihkan dan lap wajah anda hingga

kering. Setelah itu barulah amalkan halia yang telah dikisar tadi pada wajah. Elakkan daripada terkena kawasan mata. Biarkan beberapa ketika sebelum dibilas dengan air bersih.

Anda juga boleh memanfaatkan halia sebagai masker, iaitu dengan mencampurkan dua sudu besar parutan halia dan jus buah delima. Gaulkan hingga sebati hingga menjadi pes. Kemudian oleskan pada wajah. Biarkan selama 20 minit sebelum dibilas dengan air bersih. Untuk mendapatkan hasil terbaik, lakukan secara kerap.

Selain mencerahkan kulit, cara ini juga dapat menghilangkan kulit mati. Kandungan vitamin C dalam buah delima membuatkan kulit halus dan cerah. Apa pun anda perlu bersabar kerana bahan semulajadi ini tidak akan memberikan kesan dalam sekelip mata.

## MENAIKKAN SERI WAJAH.

Untuk tampil berseri terutama bakal pengantin, ambil seinci halia, kemudian ketuk hingga separuh hancur. Rendam seketika bersama sesudu besar madu dan 300 mililiter air, kacau dan minum. Amalkan setiap pagi untuk mendapatkan hasil yang optimum.

## ATASI MASALAH KULIT BERMINYAK

Sementara itu bagi mengatasi masalah kulit berminyak, campurkan halia yang telah diparut bersama garam laut, serbuk kayu manis dan serbuk buah pala. Kemudian tambahkan air, kacau hingga menjadi pes. Seterusnya oleskan pada wajah. Biarkan selama 10 minit sebelum dibilas kulit dengan air bersih.

Bahan mineral semula jadi yang terdapat dalam halia dapat mengatasi masalah ini.

## HILANGKAN KELUMUMUR

Masalah kelumumur dan keguguran rambut tentu mengkusarkan anda. Usah risau. Amalkan petua orang lama ini. Halia bertindak mencegah dan mengawal rambut keguguran rambut. Caranya, campurkan dua sudu besar halia yang diparut, tiga sudu minyak zaiton dan setengah biji lemon, perah dan ambilkan jusnya. Kemudian usapkan pada rambut. Biarkan selama



40 minit sebelum dibilas. Ulang sebanyak tiga kali seminggu selama dua minggu untuk mendapatkan hasil seperti yang diinginkan.

Cara lain yang boleh amalkan, gaulkan sesudu besar perahan halia dengan satu sudu besar minyak zaiton

“Anda juga boleh memanfaatkan halia sebagai masker, iaitu dengan mencampurkan dua sudu besar parutan halia dengan jus buah delima. Gaulkan hingga sebati hingga menjadi pes. Kemudian oleskan pada wajah. Biarkan selama 20 minit sebelum dibilas dengan air bersih. Untuk mendapatkan hasil terbaik, lakukan secara kerap”

Usapkan pada kepala. Biarkan selama 30 minit. Setelah itu bilas dengan syampu.

Anda mungkin merasa tidak selesa dan sedikit panas. Usah risau. Itu menandakan peredaran darah berjalan

lancar dan ia membantu menggalakan pertumbuhan rambut. Basuh rambut dengan syampu.

## MERAHKAN BIBIR

Mahukan bibir yang cantik dan munggil? Senang sahaja. Kupas halia muda, kemudian tumbuk hingga separuh hancur. Selepas itu sapu dengan lembut pada bibir. Amalkan petua ini sekali sehari bagi mendapatkan bibir yang menggiatkan bak delima.

## LANGSINGKAN BADAN

Bagi mendapat bentuk badan cantik dan langsing seperti idaman setiap wanita, ambil beberapa hiris halia dan diracik halus, kemudian campurkan dengan air panas, madu dan sedikit perahan jus limau nipis. Amalkan sehari ketika perut kosong dan saksikan perubahannya!

## HILANGKAN BAU BADAN

Ini pun satu lagi masalah, baik mahupun perempuan. Penyelesaian mudah sahaja. Amalkan minum air bersama teh kegemarannya. Anda boleh dikunyah halia begitu sahaja. Anda juga boleh cuba satu lagi cara iaitu, rebus halia bersama daun pandan. Ketika hendak minum, tambahkan sedikit madu. Amalkan setiap pagi.

Selain itu jika mahu disenaraikan banyak lagi khasiat tanaman herba untuk kesihatan.