ಮಣ್ಣಿಂದ ಕಾಯ.. ಮಣ್ಣಿಂದ!

ಮಣ್ಣಿನಿಂದ ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧನೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನೈಸರ್ಗಿಕ ಮಣ್ಣಿನ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್‌ನಿಂದ, ಲೇಪನದಿಂದ ತ್ವಚೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮಾಯವಾಗಿ ಕಾಂತಿಯುಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ರಾಸಾಯನಿಕವಿಲ್ಲದೆ, ಕಡಿಮೆ ಖರ್ಚಿನಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್ ಚರ್ಮದ ತಾಜಾತನಕ್ಕೆ ಸಹಕಾರಿ.

■ **ಕವಿತಾ ವಿನು ಭಟ್**

ನಮ್ಮ ನೆಲ ನಮ್ಮ ಜಲದ ಅರ್ಪಣ
ಮನುಷ್ಯ ಜೀವದ ಸಲಿಲ ದರ್ಪಣ
ಮಳೆಯ ನೀರಿಗೆ ಮಣ್ಣಿನ ಘಮಲು
ಮನದ ತುಂಬ ನಲುಮೆಯ ಅಮಲು

ಏನಿದೆ ಮಣ್ಣು ಎನ್ನುವ ಮೊದಲು ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಏನೆಲ್ಲ ಇದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆಯಬಾರದು. ಮಣ್ಣು ನಮ್ಮ ದೇಶ, ಭಾಷೆ, ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಪ್ರತೀಕ. ಪಂಚಭೂತಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾದ ಮಣ್ಣಿಗೆ ಅನಾದಿ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಇದ್ದ ಮಹತ್ವ ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಸಾಬೀತಾಗಿದೆ.

ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಅಂಶಗಳಿದ್ದು ನ್ಯಾಚುರೋಪತಿ, ಪಂಚಕರ್ಮ, ಆಯುರ್ವೇದ ಮತ್ತು ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಸ್ಥಾನ ಪಡೆದಿದೆ. ಯಾವುದೇ ರಾಸಾಯನಿಕ ಇಲ್ಲದ ಕಡಿಮೆ ಖರ್ಚಿನ ಮಣ್ಣಿನ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್‌ಗಳು ಪ್ರಚಲಿತಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತಿದೆ.

ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿ ಮಣ್ಣಿನ ಆಯ್ಕೆ

ಜನರು ಓಡಾಡದ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಮೇಲ್ಪದರದಿಂದ ಮೂರು ಅಡಿ ಆಳಕ್ಕೆ ಅಗೆದು ಕಲ್ಲು, ಕಸಕಡ್ಡಿ ತೆಗೆದು ಸ್ವಚ್ಛ ಮಾಡಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ, ಬಳಸಬೇಕು. ಮಣ್ಣಿನ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್ ಮತ್ತು ಮಣ್ಣಿನ ಸ್ನಾನದಿಂದ ಸೌಂದರ್ಯದ ಜೊತೆಗೆ ಆರೋಗ್ಯವೂ ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ. ಚರ್ಮದ ಪಿಎಚ್ ಮಟ್ಟ ಸಮಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಡಲು ಮಣ್ಣು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ. ದೇಹದ ರಂಧ್ರಗಳು ತೆರೆದು ಉಷ್ಣತೆ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಗುಣ ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿದೆ. ಮಣ್ಣಿನ ಥೆರಪಿಯಿಂದ ಚರ್ಮ ನುಣುಪಾಗುತ್ತದೆ. ಚರ್ಮದ ಉರಿಯೂತ ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ದೇಹದಲ್ಲಿ ಸುಗಮವಾಗಿ ರಕ್ತ ಸಂಚಾರಕ್ಕೆ ಈ ಮಣ್ಣಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ.

ಮಣ್ಣಿನ ಸ್ನಾನದಿಂದ ದೇಹದಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಅಂಶ ದೀರ್ಘಕಾಲ ಉಳಿದು, ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ಚರ್ಮ ಬಿರುಕು ಬೀಳುವುದಿಲ್ಲ. ಮಣ್ಣಿನ ಥೆರಪಿಯಿಂದ ಚರ್ಮದ ನಿರ್ಜೀವ ಕಣಗಳು ನಾಶ ಹೊಂದಿ, ಹೊಸ ಚರ್ಮ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಮೊಡವೆ ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತವೆ. ಮಣ್ಣಿನ ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನೂ ಸಹ ವಿಂಗಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವಾದವು ಕೆಂಪು ಮಣ್ಣು, ಹುತ್ತದ ಮಣ್ಣು, ಬಿಳಿ ಮಣ್ಣು, ಜೇಡಿ ಮಣ್ಣು, ಕಪ್ಪು ಮಣ್ಣು, ಹಳದಿ ಮಣ್ಣು. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಶುದ್ಧ ಮಣ್ಣು ಸಿಗದಿದ್ದರೆ ಮಾರ್ಕೆಟ್‌ನಿಂದಲೂ ಬಗೆ ಬಗೆಯ ಮಣ್ಣಿನ ಪ್ಯಾಕ್‌ಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಬಹುದು.

ಮುಲ್ತಾನಿಮಿಟ್ಟಿ, ಜ್ವಾಲಾಮುಖಿ ಬೂದಿಯ ಮಣ್ಣು, ಗ್ರೀನ್ ಕ್ಲೇ, ಡೆಡ್ ಸೀ ಕ್ಲೇ, ರಾಸೌಲ್ ಕ್ಲೇ, ಆಲ್ಪೈನ್ ಮೂರ್ ಮಣ್ಣು, ಮೊರೊಕನ್ ಗ್ರೀನ್ ಕ್ಲೇ, ಕ್ಯಾಲಮೈನ್ ಕ್ಲೇ, ಚಾಕೊಲೇಟ್ ಕ್ಲೇ ಇನ್ನೂ ಮುಂತಾದವು ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯ.