ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಮಾಲಾ

ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಮಾಲಾ ಅಥವಾ ಹಾರವಾಗಿ, ನೆಕ್ಲೆಸ್, ಕಿವಿಯೋಲೆ, ಬ್ರೇಸ್ಲೆಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದು ಫ್ಯಾಷನ್ ಆ್ಯಸೆಸ್ಸರಿಯಾಗಿ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿದೆ.

★ ಉಮಾ

ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಮಾಲಾ ಅಥವಾ ಹಾರವಾಗಿ, ನೆಕ್ಲೆಸ್, ಕಿವಿಯೋಲೆ, ಬ್ರೇಸ್ಲೆಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದು ಫ್ಯಾಷನ್ ಆ್ಯಸೆಸ್ಸರಿಯಾಗಿ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿದೆ. ಆರೋಗ್ಯದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದಲೂ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಧರಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು ಎಂಬುದು ಆಯುರ್ವೇದ ತಜ್ಞರ ಅಭಿಮತವಾಗಿದ್ದು, ಫ್ಯಾಷನ್–ಆರೋಗ್ಯ ಎರಡಕ್ಕೂ ಪೂರಕವಾಗಿ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿದೆ.

ಸಲ್ವಾರ್, ಸೀರೆ ಧರಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಸರ, ಕಿವಿಯೋಲೆ, ಬ್ರೇಸ್ಲೆಟ್ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ರೇಷ್ಮೆ ಸೀರೆ ಉಟ್ಟಾಗ ಚಿನ್ನದಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟಿದ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಬೀಡ್ಸ್ ಸರ ಎದ್ದುಕಾಣುತ್ತದೆ. ಬ್ರೇಸ್ಲೆಟ್ ಕೂಡ ಡಿವೈನ್ ಲುಕ್ ಕೊಡುತ್ತದೆ.

ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಎಂದಾಗ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ದೈವೀ ಕಲ್ಪನೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಶಿವನಿಗೆ ಪ್ರಿಯವಾದ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಅನೇಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರವಾಗಿ ಬಳಸುವುದಿದೆ. ಇದು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಪೂರಕ ಎಂಬುದನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದ ತಜ್ಞರು ಸಾಬೀತುಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಫ್ಯಾಷನ್‌ಪ್ರಿಯರಿಗೆ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಒಂದು ಫ್ಯಾಷನೆಬಲ್ ಸಾಧನ. ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಮಾಲಾವನ್ನು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ– ಆಧುನಿಕ ಎರಡೂ ಮನೋಭಾವಗಳ ಫ್ಯಾಷನ್ ಪ್ರಿಯರು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಬಳಸಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಕಿವಿಯೋಲೆ, ಬ್ರೇಸ್ಲೆಟ್, ಉಂಗುರಗಳು ಪುರುಷ–ಮಹಿಳೆ ಎರಡೂ ವರ್ಗದ ಜನ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಶಿವನ ಕಣ್ಣು ಎಂದು ಕೆಲವರು ನಂಬಿದ್ದಾರೆ. ಶಿವನ ಪೂಜೆ ಮಾಡುವಾಗ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಬಳಸಿ ಪೂಜೆ ಮಾಡುವುದೂ ಇದೆ.

ಬರೀ ಒಡವೆಯಾಗಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಡ್ರೆಸ್‌ನ ಅಂದ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಕೂಡ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಬೀಡ್ಸ್ ಅನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಮರದಿಂದ ಇದನ್ನು ಪಡೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಮುಂಬಯಿಯ 'ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಚಿಕಿತ್ಸಕಿ' (ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಥೆರಪಿಸ್ಟ್) ತನಯ್ ಸೀತಾ ಅವರ ಪ್ರಕಾರ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಎಲೆಕ್ಟ್ರೋ ಮ್ಯಾಗ್ನೆಟಿಕ್ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಮೇಲೆ ಹಲವು ಸಂಶೋಧನೆಗಳೂ ನಡೆದಿವೆ. ಇದನ್ನು ಧರಿಸಿದರೆ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆ, ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಸಂಶೋಧನೆಯಿಂದ ತಿಳಿದಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಮಹಿಳೆ–ಪುರುಷರು ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಮಾಲಾ, ಬ್ರೇಸ್‌ಲೆಟ್, ಕಿವಿಯೋಲೆ ರೂಪಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಜನಪ್ರಿಯ ಬೀಡ್ಸ್

ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಬೀಡ್ಸ್ ಕಳೆದ ಎರಡು–ಮೂರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಈಚೆಗೆ ಒಂದು ಜನಪ್ರಿಯ ಫ್ಯಾಷನ್ ಸಾಧನವಾಗಿ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಫ್ಯಾಷನ್ ಬ್ಯೂಟಿಕ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಮಾಲಾ ಈಗ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಬೀಡ್ಸ್ ಅನ್ನು ಚಿನ್ನದ ಸರದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿ ಧರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕೂಡ ಫ್ಯಾಷನ್ ಆಗಿದೆ. ಪುರುಷರು ಕೂಡ ಇದನ್ನು ಬ್ರೇಸ್‌ಲೆಟ್ ಆಗಿ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಬೀಡ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ 21 ಮುಖದ ಬೀಡ್ಸ್ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ನಕಲಿ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಯೂ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಅಸಲಿ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಬೀಡ್ಸ್ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿದಾಗ ತೇಲುವುದಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಲದೆ ಕುದಿಯುವ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿದರೂ ಹಾಳಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಎರಡು ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ತಜ್ಞರು.

ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಬೀಡ್ಸ್ ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಜನಪ್ರಿಯ. ಸಿನಿಮಾ ತಾರೆಯರಾದ ಶಮ್ಮಿ ಕಪೂರ, ಅಮಿತಾಭ್ ಬಚ್ಚನ್, ರಜನಿಕಾಂತ್ ಮುಂತಾದವರು ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಧರಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಉಳ್ಳವರು. ಮಾಜಿ ಪ್ರಧಾನಿ ದಿ. ಇಂದಿರಾಗಾಂಧಿ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಸರ ಧರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಯ ಜನಪ್ರಿಯತೆ ಆರೋಗ್ಯ ಸಾಧನವರೆಗೂ ವ್ಯಾಪಿಸಿದೆ. ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯಗಳಲ್ಲಿ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಎಣ್ಣೆ ಲಭ್ಯವಿದ್ದು ಇದನ್ನು ಚರ್ಮ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗೆ, ಸಂಧಿ ನೋವಿಗೆ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

'ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಏರು ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಪರಿಹಾರ. ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್ ನಿವಾರಣೆಗೆ, ನರಸಂಬಂಧಿ ವ್ಯಾಧಿಗೆ, ಅಸ್ತಮಾದ ಆರಂಭದ ಹಂತಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಾಗಿ ಇದನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ' ಎಂದು ವಿವರ ನೀಡುತ್ತಾರೆ ಆಯುರ್ವೇದ ತಜ್ಞೆ ಡಾ. ಅನ್ನಪೂರ್ಣ ರಾವ್.

ಧಾರ್ಮಿಕವಾಗಿ, ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಮೇಲಾಗಿ ಫ್ಯಾಷನ್‌ಗಾಗಿ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಒಂದು ಉತ್ತಮ ಸಾಧನ. ■