



ಮಲ್ಲಿಗೆ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್ ಪ್ರಯೋಜನ

ಸಂಪೂರ್ಣ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕಾಂತಿ ಹಾಗೂ ತ್ವಚೆಯ ತಾಜಾತನ ಕಾಪಾಡುವ ಮಲ್ಲಿಗೆ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್ ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಹಲವು ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ಬರುವ ಮೊಡವೆ, ಆಕೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಇದು ಆಯಿಲಿ ಏಜಿಂಗ್ ಆಗಿಯೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ತ್ವಚೆಯಲ್ಲಿ ನಿರ್ದೇಶಿತ ಕಣಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿ ಇನ್ನಷ್ಟು ಕಾಂತಿಯುಕ್ತವಾಗುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಮಲ್ಲಿಗೆಯಿಂದ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್ ಜೊತೆಗೆ ಫೇಷಿಯಲ್ ಕೂಡ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದರ ಫೇಸ್‌ಮಾಸ್ಕ್ ಕೂಡ ಪ್ರಯೋಜಕಾರಿ.

ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳ ಆಗರವನ್ನೇ ಒಡಲಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿದೆ. ಈ ಮಲ್ಲಿಗೆ ವಿಧದ ತವರೂರು ಕೂಡ ಭಾರತವೇ ಎಂಬುದು ಗಮನಾರ್ಹ. ಜಾಜಿ ಮಲ್ಲಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಸುಗಂಧ ನೀಡುವ 'ಇಂಡೋಲ್' ಎಂಬ ರಾಸಾಯನಿಕ ಪದಾರ್ಥ ಇರುವುದರಿಂದ ಜಾಜಿ ಇಷ್ಟೊಂದು ಸುವಾಸನಾಭರಿತವಾದದ್ದು. ಜಾಜಿಯಿಂದ ಸುಗಂಧ ತೈಲ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಜಾಸ್ಮಿನ್ ತೈಲ ಎಂದು ಹೆಸರು. ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಮಲ್ಲಿಗೆ, ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ ಮಲ್ಲಿಕಾ, ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ ಮೊಗ್ರಾ, ತಮಿಳಿನಲ್ಲಿ ಮಲ್ಲಿಗೆ, ಆಂಗ್ಲಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಅರೇಬಿಯನ್ ಜಾಸ್ಮಿನ್, ತೆಲುಗಿನಲ್ಲಿ ಮಲ್ಲೆಪುಷ್ಪಲು ಮುಂತಾದ ಹೆಸರುಗಳಿಂದ ಕರೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸುಕೋಮಲ ಮಲ್ಲಿಗೆ ವಾಣಿಜ್ಯ ಬೆಳೆಯಾಗಿಯೂ ಹೆಸರುವಾಸಿ.

ಮಲ್ಲಿಗೆ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್

ಮಲ್ಲಿಗೆ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್ ಅನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಕಡಿಮೆ ಖರ್ಚಿನಲ್ಲಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಯಾವುದೇ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳಿಲ್ಲದ ಮಲ್ಲಿಗೆ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್ ತೈಲ ಚರ್ಮ, ಒಣ ತ್ವಚೆ ಇರುವವರಿಗೂ

ಸೂಕ್ತವಾದದ್ದೇ.

ಒಂದು ಹಿಡಿ ಮಲ್ಲಿಗೆ ಹೂವನ್ನು ಒಂದು ಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ಮಿಕ್ಸಿಂಗ್ ಹಾಕಿ ಪೇಸ್ಟ್ ತಯಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮುಖ ಹಾಗೂ ಕೈಕಾಲುಗಳ ತ್ವಚೆಗೆ ಹಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಸುಮಾರು 20 ನಿಮಿಷ ಹಾಗೇ ಬಿಟ್ಟು ನಂತರ ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ ತೊಳೆಯಿರಿ. ತೊಳೆಯುವಾಗ ಕಡಲೆಹಿಟ್ಟಿನಿಂದಲೇ ತೊಳೆಯುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಸೋಸಿನ ಬಳಿಕೆ ಅಷ್ಟು ಯೋಗ್ಯವಲ್ಲ.

ಆರೋಗ್ಯಪೂರ್ಣ ತ್ವಚೆಗೆ ಮಲ್ಲಿಗೆ ಸಹಕಾರಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಮಲ್ಲಿಗೆಯಲ್ಲಿರುವ ಔಷಧೀಯ ಗುಣ ತ್ವಚೆಯ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯನ ಅತಿನೇರಳೆ ಕಿರಣ ನೇರವಾಗಿ ತ್ವಚೆಯನ್ನು ತಾಗುವುದರಿಂದ ಮಲ್ಲಿಗೆಯ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ತ್ವಚೆ ಒಣಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ.

ತ್ವಚೆಯಲ್ಲಿರುವ ನಿರ್ದೇಶಿತ ಕಣಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು ಕೂಡ ಮಲ್ಲಿಗೆ ಸಹಕಾರಿ. ಸ್ವಲ್ಪ ಮಲ್ಲಿಗೆಗೆ ಮೊಸರು ಸೇರಿಸಿ ಸಕ್ಕರೆಯೊಂದಿಗೆ ಕಲಸಿ ಪೇಸ್ಟ್ ತಯಾರಿಸಿಕೊಂಡು ತ್ವಚೆಗೆ ಹಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅರ್ಧ ಗಂಟೆಯ ಬಳಿಕ ತೊಳೆದರೆ ಚರ್ಮ ನುಣುಪಾಗುತ್ತದೆ.

'ತೈಲ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಚರ್ಮ (ಆಯ್ಲಿ ಸ್ಕಿನ್) ಇರುವವರಿಗೆ ಮಲ್ಲಿಗೆ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಸೂಕ್ತ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಸೌಂದರ್ಯ ತಜ್ಞೆ ರಾಧಿಕಾರಾಣಿ. ಎರಡು ಚಮಚ ಮಲ್ಲಿಗೆ ಎಣ್ಣೆಗೆ ನಾಲ್ಕೈದು ಚಮಚ ಮೊಸರು, ಸ್ವಲ್ಪ ರೋಸ್ ವಾಟರ್ ಹಾಗೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಮುಲ್ತಾನಿ ಮಿಟ್ಟಿ ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಸಿ ಮುಖ, ಕೈಕಾಲುಗಳ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡರೆ ತ್ವಚೆ ಕಾಂತಿಯುಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದೂ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ರಾಧಿಕಾ.

ಒಣಚರ್ಮ (ಡ್ರೈ ಸ್ಕಿನ್) ಇರುವವರು ಕೂಡ ಮಲ್ಲಿಗೆಯ ಉಪಯೋಗ ಪಡೆಯಬಹುದು ಎನ್ನುವ ಅವರು, ಒಣ ಚರ್ಮ ಹೊಂದಿದ ಮಹಿಳೆಯರು ಮೂರು ಚಮಚ ಮಲ್ಲಿಗೆ ಎಣ್ಣೆಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ ಕಡಲೆ ಹಿಟ್ಟು, ಒಂದು ಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ಕಲಸಿ ಹಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅದಾಗಿ ಸುಮಾರು ಅರ್ಧ ಗಂಟೆಯ ಬಳಿಕ ಮುಖ ತೊಳೆದುಕೊಂಡರೆ ಮುಖ ಕಳೆಕಳೆಯಾಗಿ ಕಂಗೊಳಿಸುವಂತಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ಅವರ ಸಲಹೆ.

