ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕೂ ಕಲ್ಪವೃಕ್ಷ!

ತೆಂಗಿನಮರದ ಎಲ್ಲ ಭಾಗಗಳೂ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಕಲ್ಪವೃಕ್ಷ ಎಂಬ ನಾಮ ಇದಕ್ಕೆ ಅನ್ವರ್ಥ. ಇದೇ ಕಲ್ಪವೃಕ್ಷ ಸೌಂದರ್ಯ ಪಾಲನೆಗೂ ಬೇಕು. ತೆಂಗಿನ ಹಾಲು, ಎಳನೀರು, ಕೊಬ್ಬರಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ತೆಂಗಿನ ಚಿಪ್ಪು ಕೂಡ ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧನೆಗೆ ಸಹಕಾರಿ.

■ ಕವಿತಾ ವಿನು ಭಟ್ಟ

ಕಲ್ಪವೃಕ್ಷ ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕೂ ಬೇಕು. ಇದು ಆರೋಗ್ಯಕರ ತ್ವಚೆಗೆ, ಸೌಂದರ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಸಹಾಯಕ. ಎಳನೀರು, ಎಳನೀರಿನ ತಿರುಳು, ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ, ತೆಂಗಿನಹಾಲು, ಒಣಕೊಬ್ಬರಿ, ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆ... ಅಷ್ಟೇ ಏಕೆ, ತೆಂಗಿನ ಚಿಪ್ಪು ಕೂಡ ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧನೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿದೆ.

ಎಳನೀರು

ಎಳನೀರಿನಲ್ಲಿ ಆ್ಯಂಟಿ ಆಕ್ಸಿಡೆಂಟ್, ಖನಿಜಾಂಶಗಳು ಹೇರಳವಾಗಿದ್ದು ತ್ವಚೆ ಮತ್ತು ಕೂದಲಿನ ಆರೈಕೆಗೆ ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆ. ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಕೂಲ್ ಡ್ರಿಂಕ್ಸ್ ಕುಡಿಯುವ ಬದಲು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಎಳನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಿರಿ.

ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಹತ್ತಿ ಉಂಡೆಯನ್ನು ಎಳನೀರಿನಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಮೃದುವಾಗಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿದರೆ ಟೋನರ್‌ನಂತೆಯೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮೇಕಪ್ ರಿಮೂವರ್ ಆಗಿಯೂ ನೀವು ಎಳನೀರನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದ ಕೂಡಲೇ ಮುಖ ತೊಳೆದ ಮೇಲೆ ತಾಜಾ ಎಳನೀರನ್ನು ಮುಖಕ್ಕೆ ಚಿಮುಕಿಸಿ, ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಒರೆಸದೇ ಹಾಗೇ ಆರಲು ಬಿಡಿ. ಇದರಿಂದ ದಿನವಿಡೀ ನಿಮ್ಮ ಮುಖ ತಾಜಾತನದಿಂದ ಹೊಳೆಯುತ್ತದೆ. ಮೊಡವೆ ಸಮಸ್ಯೆ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಎಳನೀರನ್ನು ಕೈಬೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ ಕೂದಲಿನ ಬುಡಕ್ಕೆ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿದರೆ ಸುಕ್ಕುಗಟ್ಟಿದ ಕೂದಲು ನುಣುಪಾಗುತ್ತದೆ. ಎಳನೀರು ತಲೆಯ ಬುಡವನ್ನು ಮಾಯಿಶ್ಚರೈಸ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಮೂಲಕ ತಲೆಹೊಟ್ಟು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಂದು ಚಮಚ ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿ ಮತ್ತು ಶ್ರೀಗಂಧದ ಪುಡಿಯನ್ನು ಎಳನೀರಿನಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ ಮುಖಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಹತ್ತು ನಿಮಿಷದ ನಂತರ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಮೊಡವೆ ಕಲೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಬಿಸಿಲಿನ ಝಳಕ್ಕೆ ಚರ್ಮ ಕಪ್ಪಾಗಿದ್ದಾಗ ಎಳನೀರಿನ ಜೊತೆಗೆ ಮುಲ್ತಾನಿ ಮಿಟ್ಟಿ ಬೆರೆಸಿ ಫೇಸ್ ಪ್ಯಾಕ್ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದು ಸನ್ ಟ್ಯಾನ್ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಎಳನೀರು ಮತ್ತು ಸೌತೆಕಾಯಿ ರಸವನ್ನು ಸಮಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಬೆರೆಸಿ ವಾರಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಹಚ್ಚುತ್ತ ಬಂದರೆ ಕಲೆಗಳೆಲ್ಲ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಚರ್ಮದ ಬಣ್ಣ ತಿಳಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಕೂದಲಿಗೆ ಹಚ್ಚುವ ಎಣ್ಣೆಗೆ ಎಳನೀರನ್ನು ಬೆರೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಎಳನೀರಿನಂತೆಯೇ ಅದರ ಗಂಜಿ ಅಥವಾ ತಿರುಳು ಸಹ ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕ. ಎಳನೀರಿನ ಗಂಜಿಯನ್ನು ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಂಡು, ಕ್ಯಾರೆಟ್ ರಸ ಬೆರೆಸಿದ ಐಸ್ ಕ್ಯೂಬ್ ತಯಾರಿಸಿ ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದು ಬ್ಲಾಕ್ ಹೆಡ್ಸ್ ಮತ್ತು ವೈಟ್ ಹೆಡ್ಸ್ ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ.

ಎಣ್ಣೆ ಚರ್ಮದ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದ್ದಾಗ ಎಳನೀರಿನ ಗಂಜಿ ಜೊತೆಗೆ ಮುಲ್ತಾನಿ ಮಿಟ್ಟಿ ಮತ್ತು ಕಡಲೆಹಿಟ್ಟು ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ ಪೇಸ್ಟ್ ತಯಾರಿಸಿ ಮೇಲ್ಮುಖವಾಗಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿ. ಇದು ತ್ವಚೆಯಲ್ಲಿನ ನಿರ್ಜೀವ ಕಣಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ ನಯಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.