ತ್ವಚೆ ಹೊಳೆಯಬೇಕೆ? ರಕ್ತಚಂದನ ಹಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಿ

ಮುಖ ಹಾಗೂ ತ್ವಚೆಯ ಮೈಕಾಂತಿ ಹೆಚ್ಚಳಕ್ಕೆ ನೈಸರ್ಗಿಕವಾದ ರಕ್ತಚಂದನ ಸಹಕಾರಿ. ಮುಖದಲ್ಲಿ ಅಲರ್ಜಿ, ತುರಿಕೆ, ಮೊಡವೆ, ಗಾಯದ ಕಪ್ಪು ಕಲೆಗಳಿದ್ದರೆ ಅದಕ್ಕೂ ತೇದ ಚಂದನ ರಾಮಬಾಣವೇ.

■ ಪ.ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಶಾಸ್ತ್ರಿ

ಸೌಂದರ್ಯ ವರ್ಧನೆಗೆ ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿ ಸಿಗುವ ಅನೇಕ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ. ರಾಸಾಯನಿಕಯುಕ್ತ ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕಗಳ ಬದಲಿಗೆ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಬಳಕೆಯೇ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಮನಗಂಡ ಮಹಿಳೆಯರು ಈಗೀಗ ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಸ್ತುಗಳನ್ನೇ ನೆಚ್ಚಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಕೆಂಪು ಶ್ರೀಗಂಧವೆಂದೇ ಖ್ಯಾತವಾಗಿರುವ ರಕ್ತ ವರ್ಣದ ಚಂದನ ಶ್ರೀಗಂಧಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹತ್ತು ಪಟ್ಟು ಬೆಲೆ ಬಾಳುತ್ತದೆ. ಅದು ದೇಹಕ್ಕೆ ಲೇಪಿಸಲು ತುಂಬ ತಂಪಾದುದು, ಕಲ್ಲಿನಲ್ಲಿ ಅದರ ಒಣ ಕೊರಡನ್ನು ತೇದು ಗಂಧವನ್ನು ಮೈಗೆ ಲೇಪಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಹಿತ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೂ ತಿಂಗಳಿನ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಮೊದಲೇ ಎಳೆಯ ಶಿಶುಗಳ ಮೈಗೆ ರಕ್ತ ಚಂದನ, ಎಳೆಯ ಸೀಯಾಳದ ಸಿಪ್ಪೆ ಮತ್ತು ಕಿಸ್ಕಾರದ ಬೇರುಗಳನ್ನು ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ತೇದು ಲೇಪಿಸಿ, ಒಣಗಿದ ಬಳಿಕ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಸುವುದರಿಂದ ಕಜ್ಜಿ, ಗುಳ್ಳೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಚರ್ಮ ಸಂಬಂಧಿ ತೊಂದರೆಗಳು ಬರುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಹೊಳೆಯುವ ಮುಖ ಕಾಂತಿಗಾಗಿ ರಕ್ತ ಚಂದನದಿಂದ ತಯಾರಿಸುವ ಹಲವಾರು ಮುಖ ಲೇಪನಗಳನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದವು ವಿವರಿಸಿದೆ. ಮೊಡವೆ ಮೂಡುವಾಗಲೇ ಈ ಲೇಪನ ಒಣಗಿಸಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದ ಉಂಟಾದ ಕಪ್ಪು ಕಲೆಗಳನ್ನೂ ನಿವಾರಿಸಿ ಒಂದೇ ತಿಂಗಳ ಲೇಪನದಿಂದಲೇ ಕಾಂತಿಯುಕ್ತ ತ್ವಚೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.

ಕುಷ್ಠರೋಗ, ಜೇಡದಂತಹ ವಿಷಕೀಟಗಳ ಕಡಿತ, ಚರ್ಮದ ಸೋಂಕು, ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗಗಳು, ಮೂಳೆ ಮುರಿತ, ತಲೆನೋವು, ಭೇದಿ, ಸೋರಿಯಾಸಿಸ್, ರಕ್ತವಾಂತಿ ಮುಂತಾದ ಹಲವಾರು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಔಷಧವೂ ಆಗಿರುವ ರಕ್ತ ಚಂದನದಿಂದ ಹತ್ತಾರು ವಿಧದ ಫೇಸ್ ಪ್ಯಾಕ್‌ಗಳನ್ನು ಮನೆಯಲ್ಲೇ ತಯಾರಿಸಿ ಬಳಸಬಹುದು.

ಮುಖದ ಕಲೆ ತೆಗೆಯಲು: ಎರಡು ಚಮಚ ಹೆಸರಿನ ಹಿಟ್ಟು, ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ತೇದ ರಕ್ತ ಚಂದನ ಎರಡು ಚಮಚ, ಬೇವಿನ ಎಲೆಗಳ ಚೂರ್ಣ ಎರಡು ಚಮಚ, ಒಂದು ಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಇವಿಷ್ಟನ್ನು ತಾಜಾ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಕಲಸಿ ಕೊರಳಿನಿಂದ ಮುಖದವರೆಗೆ ದಪ್ಪವಾಗಿ ಲೇಪಿಸಿ ಒಣಗಲು ಬಿಡಬೇಕು. ಬಳಿಕ ಪನ್ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯುವ ಈ ಉಪಚಾರ ಕೆಲವು ದಿನ ಮಾಡಿದರೆ ಮೊಡವೆಗಳು ಚಿಕ್ಕದರಲ್ಲೇ ಒಣಗುತ್ತವೆ. ತ್ವಚೆಯ ಸುಕ್ಕು ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಪೋಷಕವಾಗಿದ್ದು ಒರಟುತನವನ್ನು ಕಳೆಯುತ್ತದೆ. ತೊಳೆದ ಬಳಿಕ ಬಾದಾಮಿಯೆಣ್ಣೆ ಲೇಪಿಸುವುದರಿಂದ ಹೊಳೆಯುವ ಮೃದುವಾದ ತ್ವಚೆಯ ಸುಖ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ.

ತೆಂಗಿನಕಾಯಿಯ ಹಾಲು ಮತ್ತು ತೇದ ರಕ್ತಚಂದನ ತಲಾ ಐದು ಚಮಚ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಮೂರು ಚಮಚ ಬಾದಾಮಿಯೆಣ್ಣೆಯೊಂದಿಗೆ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಬೇಕು. ಇದನ್ನು ಮುಖಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆಯ ಬಳಿಕ ಥಂಡಿ ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದರೆ ಚರ್ಮವು ಮೃದುವಾಗಿ ಹೊಳೆಯುತ್ತದೆ. ಗುಳ್ಳೆಗಳು ದೂರವಾಗುತ್ತವೆ. ಸುಕ್ಕು, ಚರ್ಮದ ಉರಿಯೂತಗಳಿಗೆ ಇದೊಂದು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೂ ಹೌದು.

ಮುಖದ ತ್ವಚೆಯನ್ನು ಕಲ್ಮಶರಹಿತವಾಗಿ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಲು ಕೂಡ ತೇದ ರಕ್ತಚಂದನ ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಕಳಿತ ಪಪಾಯಿ ಹಣ್ಣಿನ ತಿರುಳಿನೊಂದಿಗೆ ಅದನ್ನು ಮ್ಯಾಶ್ ಮಾಡಿ ಲೇಪಿಸಿ ಇಪ್ಪತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳ ಬಳಿಕ ಪನ್ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದು ಹತ್ತಿ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಒರೆಸಬೇಕು. ಚರ್ಮರಂಧ್ರಗಳಲ್ಲಿರುವ ಕೊಳೆ ನಿವಾರಣೆಯಾಗಿ ಸುಂದರವಾದ ಮುಖ ನಿಮ್ಮದಾಗಲು ಈ ಲೇಪನ ಉಪಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

ಮೊಡವೆಗಳು ಮುಖದ ತುಂಬ ಕಜ್ಜಿಗಳ ಹಾಗೆ ಬೀಳುತ್ತಲೇ ಇದ್ದರೆ ಅಂದಗೆಡುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಔಷಧೀಯ ಗುಣವಿರುವ ರಕ್ತಚಂದನ ಸೂಕ್ತ ಪರಿಹಾರವೆನಿಸಿದೆ. ಅದರೊಂದಿಗೆ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಮತ್ತು ಪನ್ನೀರು ಬೆರೆಸಿ ಮುಖಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚುವುದು ಮೊಡವೆಗಳ ಅಧಿಪತ್ಯವನ್ನು ತೊಲಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಮುಖದ ಒರಟುತನ ನಿವಾರಿಸಲು

ತೇದ ರಕ್ತ ಚಂದನದ ಜೊತೆಗೆ ಅಲೊವೆರಾ ಜೆಲ್, ನಿಂಬೆರಸ ಅಥವಾ ಪನ್ನೀರು, ಕೆಲವು ಹನಿ ಜೇನು, ಹಾಲಿನ ಕೆನೆ ಇದಿಷ್ಟರ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಮುಖಕ್ಕೆ ಲೇಪಿಸಬೇಕು. ಪೂರ್ತಿ ಒಣಗಿದ ಬಳಿಕ ಎಳನೀರಿನಿಂದ ಶುಚಿಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಸೂರ್ಯನ ಬಿಸಿಲಿನ ತಾಪದಿಂದ ಕಂದು ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿದ ಮುಖದ ತ್ವಚೆಯೂ ಬಿಳಿಯ ವರ್ಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಚರ್ಮ ಒಣದಾಗಿದ್ದರೆ ಹಾಲು ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮ. ಮೃದುವಾದ ತ್ವಚೆಯಾಗಿದ್ದರೆ ನಿಂಬೆರಸದ ಮಿಶ್ರಣ ಬೇಡ, ಗುಲಾಬಿ ಜಲವಷ್ಟೇ ಸಾಕು. ಎಣ್ಣೆಯುಕ್ತ ತ್ವಚೆಗೆ ಹಾಲಿನ ಬದಲು ಮೊಸರು ಅಥವಾ ಮಜ್ಜಿಗೆ ಸೇರಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ. ನಿಂಬೆರಸ ಅಲರ್ಜಿಯಾಗುವವರಿಗೆ ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ರಸದ ಮಿಶ್ರಣ ಯೋಗ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಮುಖಕಾಂತಿ ಹೊಳೆಯುವಂತೆ ಮಾಡಲು ತೇದ ರಕ್ತಚಂದನದ ಇನ್ನೊಂದು ಲೇಪನವೂ ಇದೆ. ಅದರೊಂದಿಗೆ ಅರಶಿನದ ಹುಡಿ, ಗೋಧಿಹಿಟ್ಟು, ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆಗಳನ್ನು ಹಾಲಿನೊಂದಿಗೆ ಕಲಸಿ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್ ಹಾಕಿ ಬಳಿಕ ಶುದ್ಧ