ಹಣ್ಣುಗಳ ಸಿಪ್ಪೆಯಿಂದ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್

ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧನೆಯಲ್ಲಿ ಹಣ್ಣುಗಳು ಹಾಗೂ ಅವುಗಳ ಸಿಪ್ಪೆಗಳ ಪಾತ್ರ ಮಹತ್ವದ್ದು. ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಹಣ್ಣುಗಳ ಫೇಷಿಯಲ್, ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್, ಸ್ಕ್ರಬ್ ಬಳಸುವುದರಿಂದ ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿಯೇ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

■ ಯು. ಅನಂತ್

ಸೌಂದರ್ಯದ ಗುಟ್ಟು ಎಲ್ಲಿ ಅಡಗಿದೆ? ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಸೌಂದರ್ಯಪ್ರಿಯರನ್ನು ಕಾಡುವುದು ಸಹಜ. ‘ಚಂದ ಕಾಣಾಕ’ ಏನೆಲ್ಲ ಹರಸಾಹಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಕನಸಿನಲ್ಲೂ ಸೌಂದರ್ಯಜಪ ಜಪಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಇರುವ ಗಿಡ, ಮರ, ಎಲೆ, ಬಳ್ಳಿ, ಹೂವು, ಕಾಯಿ, ಹಣ್ಣು, ಬೀಜ ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕ ಗುಣಗಳಿವೆ. ಇದನ್ನು ಬಳಸುವ ಪರಿ, ಉಪಯೋಗಿಸುವ ವಿಧಾನ ಮಾತ್ರ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದುದು ಅಗತ್ಯ.

ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕಗಳು ಮುಖದ ಅಂದ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಸಹಕಾರಿಯಾದರೂ ಇಂದಿನ ರಾಸಾಯನಿಕಯುಕ್ತ ಸೌಂದರ್ಯ ಸಾಧನಗಳಿಂದ ತ್ವಚೆಯ ಅಂದ, ನುಣುಪು, ಹೊಳಪುಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಯಾಗುವುದೇ ಹೆಚ್ಚು. ಜೊತೆಗೆ ದೂಳು, ಶುಷ್ಕ ವಾತಾವರಣದಿಂದ ಮುಖದ ಚರ್ಮ ಕಳಾಹೀನವಾಗುತ್ತದೆ. ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಮೂಡುವ ಕಪ್ಪು ಕಲೆಗಳು, ಸನ್ ಟ್ಯಾನ್ ಮುಂತಾದವು ನಿದ್ದೆಗೆಡಿಸುತ್ತವೆ. ಇವೆಲ್ಲವುಗಳಿಗೆ ಮುಕ್ತಿ ನೀಡಬೇಕಾದರೆ ಮನೆಯಲ್ಲೇ ತಯಾರಿಸಿದ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್‌ಗಳು ಅಗತ್ಯ.

ಕಾಲಕಾಲಕ್ಕೆ ಸಿಗುವ ಹಣ್ಣು, ತರಕಾರಿ ಜ್ಯೂಸ್‌ಗಳಿಂದಲೂ ತ್ವಚೆಯ ಅಂದ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಕಲ್ಲಂಗಡಿ, ಕಿತ್ತಳೆ, ಬಾಳೆಹಣ್ಣು, ಸೇಬು, ಸೀಬೆ, ಪಪ್ಪಾಯ, ದಾಳಿಂಬೆ, ಮಾವು ಮುಂತಾದ ಹಣ್ಣುಗಳು ಹಾಗೂ

ಸೌಂದರ್ಯತಜ್ಞೆ ರೇಖಾ ರಾವ್