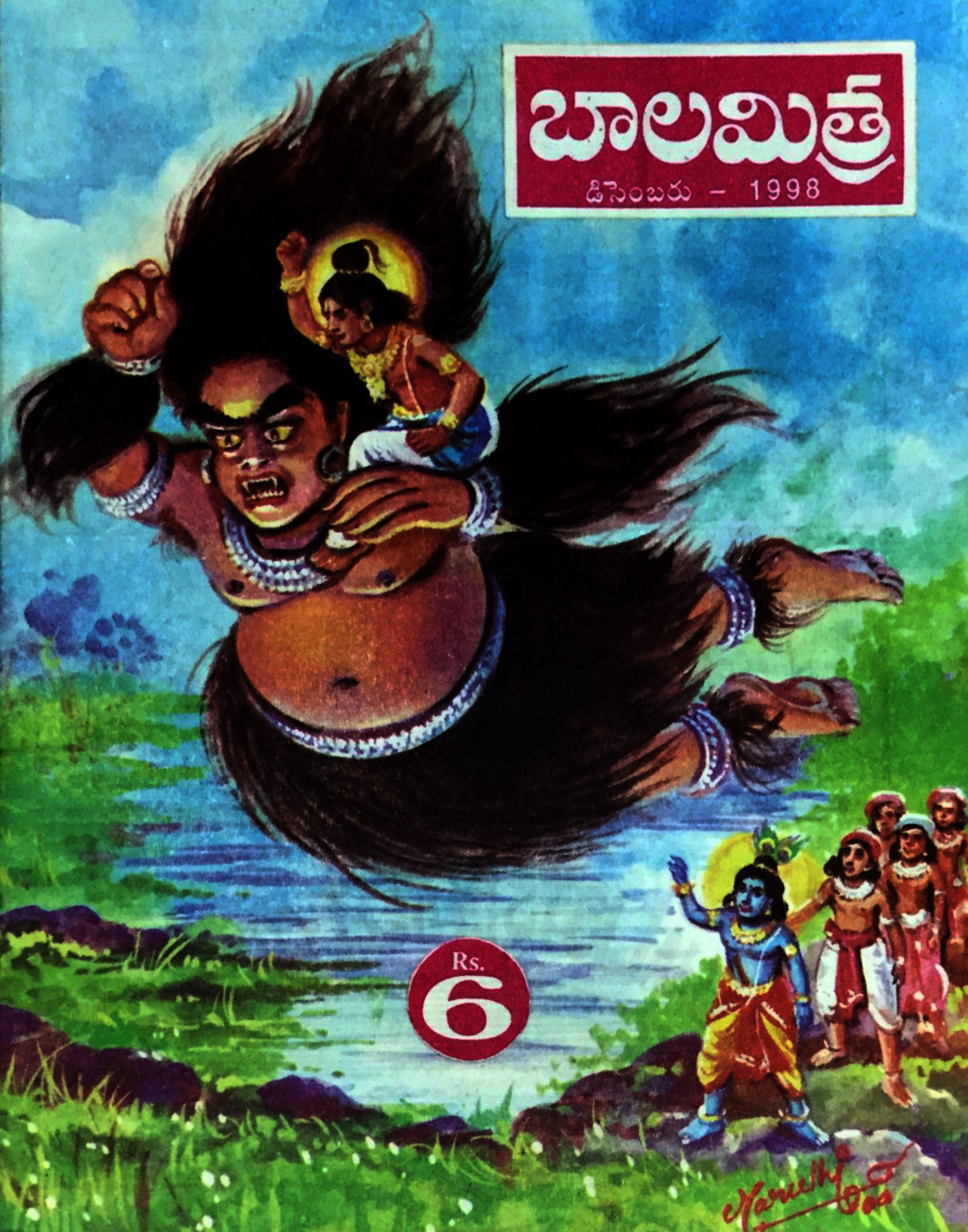


# ಬಾಲಮಿತ್ರ

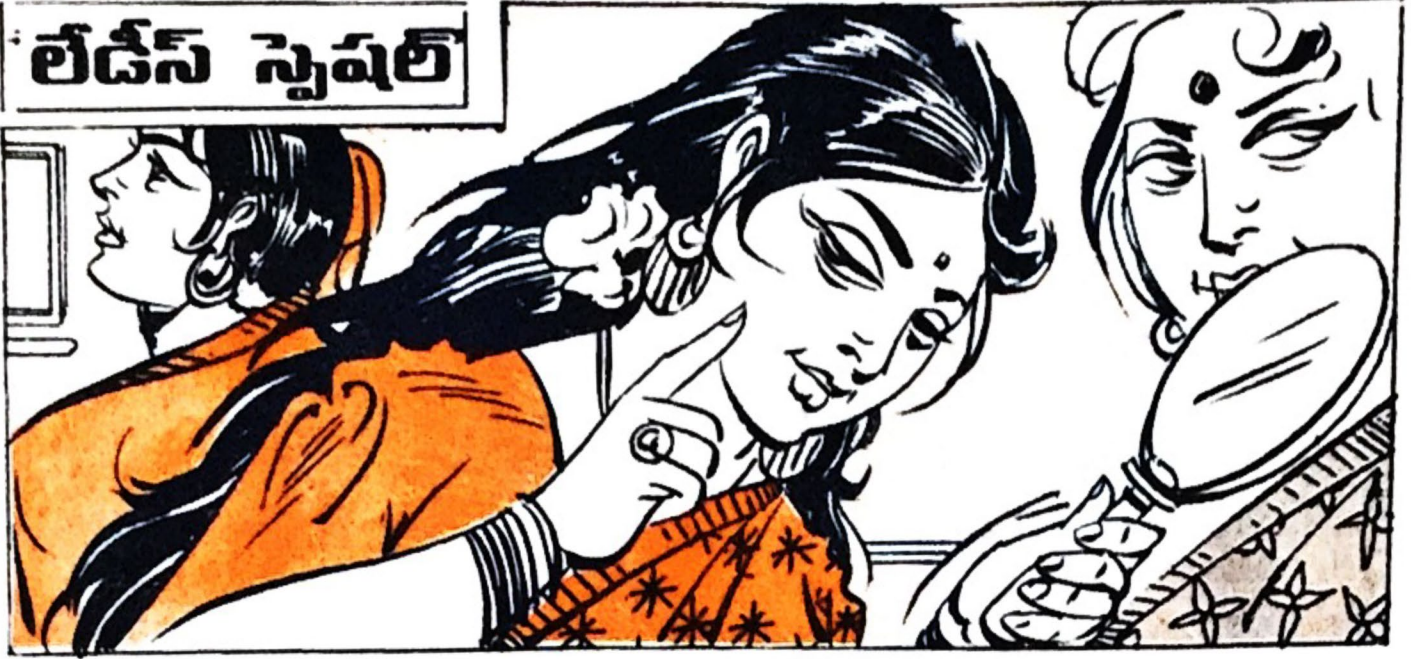
ಡಿಸೆಂಬರು - 1998



Rs.  
6

Sanku





“ముఖ వర్చస్సు కోసం”

ఇంటికి గడప అందం. తల్లికి పిల్ల అందం, శరీరానికి ముఖం అందం. కాబట్టి అందంగా, కళగా ముఖం ఉండాలని అందరూ అనుకుంటారు. కానీ అలా అనుకోగానే సరిపోదుకదా! దైనమిచ్చిన రూపం, అందం, కళ, పుట్టుకతోనే కొందరికి వస్తుంది. తలకట్టులాగానే! అటువంటివారు ఎలా వున్నా అందంగానే ఉంటారు. ‘జుట్టు ఉన్నమ్మ ఎటువంటి ముడిచుట్టినా అందమే అన్నట్టు!’

ఎటోచ్చి అందం, కళ, ఛాయ తక్కువ వున్న వాళ్ళకే అందంగా వర్చస్సుగా ఉండాలన్న కోరిక, తపన, ఆశ ఉంటాయి. దానికోసం ఎంతైనా ఖర్చు చేస్తారు. అందంగా ఉండాలన్న కోరిక అందరికీ ఉంటుంది. కానీ అవయవ సౌష్ఠ్యం భగవంతుడిచ్చినా మనం యింకేం మార్పు చేయలేము కాబట్టి కనీసం ముఖాన్ని సాధ్యమైనంత వరకూ అందంగా తీర్చిదిద్దుకో

వచ్చు. అందుకుగాను ముఖవర్చస్సు కోసం కొంత శ్రమ, శ్రద్ధ చూపించాలి తప్పదు.

ఈ రోజుల్లో ఎలాగూ ప్రతి ఒక్కరూ ఐబ్రోస్ సెట్ చేయించుకుంటున్నారు. అందువల్ల ముఖం కాస్త మెరుగవుతుంది. ఇకపోతే కళ, ఛాయ! రోజూ ఓ అరవెంపాడు కొబ్బరి నూనె అరిచేతిలో పోసుకుని అందులో రెండు మూడు చుక్కలు నిమ్మరసం (డ్రాప్స్) పిండి బాగా అరిచేతిలో కుడిచేతి బొటనవేలితో రబ్ చేస్తే నురగలా చిక్కగా వస్తుంది. అందులో కొద్దిగా పసుపు చేర్చి, రెండుచేతులకి బాగా కలిసేలా కలుపుకుని ముఖానికి, మెడకీ రాస్తూ బాగా మర్దన (రబ్) చేయాలి.

అప్పుడు ముఖానికి మసాజ్ జరిగి రక్తస్రవ రణ బాగా జరిగి, ఈ నూనె ఇంకి ముఖం కళగా మారుతుంది. తర్వాత సున్నిపిండితో ముఖం కడుక్కోవాలి. ముఖం ఛాయవచ్చి నునుపుగా ఉండి పెదాలు బుగ్గలు ఎర్రగా



వూరి, ఓ రకమైన అందం దానంతటదే వస్తుంది. వర్మం జారకుండా గట్టిపడుతుంది ఇలా స్రులిరోజూ ఏ సమయంలో చేసినా ఫర్వలేదు. ఏసినం ఇరవై నిమిషాలు మసాజ్ జరగాలి. ఈ విధంగా నెలరోజులు చేస్తే ముఖం, నెడ, వేరాలు, అందంగా వర్చుస్సులో మెరిసిపోతాయి. ఇక ఏ పార్లర్స్, హేమియల్స్ అక్కర్లేదు. వేసి మాడండి మీ అందం, ఓ, సౌందర్యం. ఏ సనికయిన (శ్రద్ధ, ఓర్పు) అనుసరిం.

### వ్యాసపరంపర

**‘ఒకరింటికి వెళ్ళినప్పుడు ఎలా మసలాలి?’**

మనింటికి ఎవరైనా వస్తే మనకు తోచిన మర్యాదలు చేసి, ఉన్నది పెట్టే మరీ సంపిస్తాం. కబుర్లు అసీ చెప్పి, ఏవైనా కొత్తగా కొనుక్కున్నా, మనింటికి ఎవరైనా కొత్త మెంబర్ వచ్చినా కోడలు, మనసలు, అల్లుడు, మల్లలు ఇలా ఎవరు వచ్చినా, ఆ వచ్చినవారికి పరిచయం చేస్తూ మూలలు పెంచుకుంటాం మరీ కాసేపు. కొందరయితే కొన్నవస్తువుల ధరలను హెచ్చింపుగా చెప్పుకుని మరీ మురిసిపోతారు. ఈ పిచ్చి చేష్టలు అవతల వాళ్ళు మనింటికి వచ్చినప్పుడు చెల్లుతాయి. నిసుక్కున్నా మనసులో తిట్టుకుంటున్నా, అసహ్యించుకుంటున్నా మనమేమీ పట్టించుకోము. ఎందుకంటే? ఇది మన ఇల్లు, మన ఇష్టం అనుకుని అవతలవాళ్ళ ఇబ్బందిని అసలేం పట్టించుకోము. ఇంతవరకూ సరే. మనం ‘ఒకరింటికి వెళ్ళినప్పుడు ఎలా మసలాలి?’ అన్నది మనం తెలుసుకోవాలికదా! బోర్ కొట్టించడమో, సుత్తికొట్టి తలనొప్పి రప్పిస్తే మరోసారి

మనం వస్తున్నామన్నా, మనని వాళ్ళు పిలవాలనుకున్నా భయపడిపోతారు పాపం! అందుకని ముందుగా మనం ఎలా మసలాలో నేర్చుకోవాలి. అప్పుడే స్నేహాలు, బంధుత్వాలు, రాకపోకలు సాగుతాయి. అందుకు కొన్ని సూత్రాలు సాటించాలి. అనేంబందే..?

1. వాళ్ళు మనికి కేలాయించిన వాడుకలోనే కూర్చోవాలి.

2. మనమే కాదు - వాళ్ళని మాట్లాడనివ్వాలి. వాళ్ళు చెప్పేనీ నినాలి. చూపించినవి చూసి ఆనందంగా ముఖంపెట్టి మనసులో కుళ్ళిపోక, వాళ్ళ వస్తువుల్ని మనసారా మెచ్చుకోవాలి. క్వాలిటీ, ధర, బాగున్నాయి అని అనాలే కానీ వేళ్ళు కొన్నారు అని అనకూడదు. వాళ్ళు చిన్నబుచ్చుకోటమే కాదు- కుళ్ళు అనుకునే ప్రమాదం వుంది.

3. మనం ఉట్టివేతులని డిక్షుకుంటూ వెళ్ళకూడదు. పిల్లలో, ముసలివాళ్ళో అక్కడ వాళ్ళింట్లో వుంటారు కాబట్టి ఏవో స్వీట్స్ కానీ, పళ్ళకానీ ఇలా ఏదో ఒకటి తీసుకెళ్ళితే సభ్యతగా వుంటుంది.

4. మర్యాద కోసం ఇల్లా, ఫర్నిచర్, ఏది చూపించినా అవి చూసి వచ్చి కూర్చోవాలే కానీ ఇల్లాంతా చుట్టపెట్టకూడదు.

ఇలా మనం ఒకరింటికి వెళ్ళినప్పుడు ‘జాగ్రత్తగా మాట్లాడటం, వాళ్ళను నొప్పించకపోవడం, ఏదైనా బహుమతిగా ఇవ్వటం - మెచ్చుకోలుగా మాట్లాడటం లాంటివి చేస్తే స్నేహాలు, బంధుత్వాలు పదికాలాలపాటు పదిలంగా నిలుస్తాయి.