ವಿಶ್ವವಾಣಿ
ಆರಾಮ
@vishwavaninews
ಬೆಂಗಳೂರು
ಸೋಮವಾರ
04 | 03 | 2024
ಅನುದಿನವೂ ವಿರಾಮಕ್ಕೆ ಒಂದು ನೆಪ

ಬಿ ಪಾಸಿಟಿವ್

ಸಮಯದ ಪಳಗಿಸುವಿಕೆ

ನೋಡಿದರೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಮಂದಿಯಲ್ಲಿ ಎಂಥ ಶಕ್ತಿ ನಿಹಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಅನ್ನುವುದನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಸೋಜಿಗವಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮಾಜಿ ರಾಷ್ಟ್ರಪತಿ ಅಬ್ದುಲ್ ಕಲಾಂ. ಅವರು ಬೆಳ್ಳಂಬೆಳಗ್ಗೆ ನಾಲ್ಕು ಗಂಟೆಗೆ ಏಳುತ್ತಾರೆ. ರಾತ್ರಿ ಹನ್ನೆರಡು, ಒಂದು ಗಂಟೆಯವರೆಗೂ ದುಡಿಯುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು. ಅದರ ನಡುವೆಯೂ ಅವರು ಸ್ವಂತದ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಸಮಯ ಕಾದಿರಿಸಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ದುಡಿಮೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಂತ, ಪರಾರ್ಥಗಳೆಲ್ಲವೂ ಸಂಗಮಿಸಿರುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರನ್ನು ಸಮಯದ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರಿಸಿ ನೋಡಿ. ಸಮಯವೇ ಸಾಕಾಗೊಲ್ಲ ಎಂಬ ಗೊಣಗಾಟ ಇದ್ದದ್ದೇ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರಿಗೆ ಸಮಯ ಕಳೆಯುವುದೇ ಹೇಗೆಂಬ

ಚಿಂತೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನೂರಾರು ಚಟಗಳು, ವ್ಯಸನಗಳು. ಸಮಯವನ್ನು ನಾವು ಕಳೆದರೆ, ಸಮಯವೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಕಳೆದು ಬಿಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಅರ್ಥವಾಗದವರಿವರು. ಅದಿರಲಿ, ಕಲಾಂಗೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಸಮಯ ಹೇಗೆ ಸಿಗುತ್ತದೆ ? ಅವರ ಗಡಿಯಾರದಲ್ಲೂ ಇರುವುದು ಹನ್ನೆರಡು ಪ್ಲಸ್ ಹನ್ನೆರಡು ಗಂಟೆಗಳೇ ತಾನೆ ? ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಅವರ ವಿಜ್ಞಾನಿಯ ಖಚಿತತೆಯಲ್ಲಿದೆ. ಅವರ ವಿಜ್ಞಾನ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ಅವರಿಂದ ಒಂದು ಮಿಲಿಮೀಟರ್ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಾಗದ, ಒಂದು ಸೆಕೆಂಡ್ ಅತ್ತಿತ್ತ ಆಗದ ಖಚಿತತೆಯನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ದಿನದ ಬದುಕಿನಲ್ಲೂ ಪಳಗಿದವರು ಕಲಾಂ. ಮಾಜಿ ಯೋಧರಲ್ಲೂ ನಾವು ಈ ಶಿಸ್ತನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಸಮಯವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರದ ನಮ್ಮ ಅಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಈ ಪಳಗದಿರುವಿಕೆಯೇ. ಒಂದು ನಿಗದಿತ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಅದರಲ್ಲಿ ಪಳಗಿದರೆ ಅಂಥ ಶಕ್ತಿ ನಮ್ಮಲ್ಲೂ ಬಂದು ಸೇರುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡಬಹುದು.

● ಪೃಥೆ ಮುನ್ನಿ

ಲವ್ ಎವೆರಿ ಬಾಡಿ

ಮಾನವನ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ ಜಠರದಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗುವ ಆಮ್ಲ ಹೈಡ್ರೋಕ್ಲೋರಿಕಾಮ್ಲ, ಇದೊಂದು ಜೈವಿಕ ಆಮ್ಲ. ಜಠರದ ಒಳಭಾಗದ ಪದರಿನಲ್ಲಿರುವ ವಿಶಿಷ್ಟ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಈ ಆಮ್ಲವನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಇದು ಪೆಪ್ಸಿನ್ ಕಿಣ್ವದ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರಿಕ್ ಆಮ್ಲವು ಸಹ

ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಹೈಡ್ರೋಕ್ಲೋರಿಕ್ ಆಮ್ಲವಾಗಿದ್ದು, ಅದು ಮಾನವನ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಒಳಪದರದಿಂದ ತಯಾರಾಗುತ್ತದೆ. ಮಾಂಸಹಾರಿ ಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಬಲವಾಗಿರುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಮಾನವ ದೇಹವು ದಿನಕ್ಕೆ 2 ಲೀಟರ್ ಆಮ್ಲವನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸು ತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಲೋಹಗಳು ಸಹ ಕರಗುತ್ತವೆಯಂತೆ. ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಹೈಡ್ರೋಕ್ಲೋರಿಕ್ ಆಮ್ಲದ ಸಾಂದ್ರತೆ 0.5% ಆಗಿದೆ.

● ದೇಹಾಭಿ'ಮಾಣಿ'

ಮೈದಾ ದೇಹಕ್ಕೆ ಅಹಿತ!

● ಬೆಂ. ಮು. ಮಾರುತಿ

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಆಹಾರ ಎಂದರೆ ರುಚಿಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ, ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಂತರ ಯೋಚನೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಬೇಕರಿಯ ತಿಂಡಿಗಳು ಎಂದರೆ ಬಹಳ ಪ್ರಿಯ. ಕೆಲವರಂತೂ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೊಡಿಸುವ ನೆಪದಲ್ಲಿ ಅವರು ಸಹ ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ. ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತಿರಲಿ ಬೇಕರಿಯಲ್ಲಿ ತಯಾರಾಗುವ 70 ಪರ್ಸೆಂಟ್ ತಿನಿಸು ಮೈದಾ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಬಳಸಿ ತಯಾರು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಮೈದಾ ಹಿಟ್ಟು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಯಾವ ರೀತಿ ಕೆಡುಕನ್ನು ಮಾಡುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಮೈದಾ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ತಯಾರಿಸುವ ರೀತಿಯನ್ನು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಅರಿಯೋಣ. ಮೈದಾ ಹಿಟ್ಟು ತಯಾರಾಗುವುದು ಗೋಧಿಯಿಂದ. ಗೋಧಿಯಲ್ಲಿ ಉಮಿ ಮತ್ತು ತೌಡು ಎಂಬುವ ನಾರಿನಂಶಗಳನ್ನೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತೆಗೆದು, ಅದರಲ್ಲಿರುವ ಪುಡಿಯನ್ನು ಹಾಗೂ ತರಿ ಬೇರ್ಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಇವೆರಡನ್ನು ಬೆನ್ಸೋಯಿಕ್ ಪೆರೋಕ್ಸೈಡ್ ಬಳಸಿ ಬ್ಲೀಚ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ತರಿ ರವೆ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗೆ ಸೇರುತ್ತದೆ, ಪುಡಿಯನ್ನು ಅಲೋಕ್ಸನ್ ಎಂಬ ಕೆಮಿಕಲ್ಸ್ ಸೇರಿಸಿ ಮೃದು ಮಾಡಿದ ಮೇಲೆ ಅದು ಮೈದಾ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್‌ನಿಂದ ಗೇಟ್‌ಪಾಸ್

ನಿಮಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವೆನಿಸಬಹುದು ಆದರೂ ನಿಜ 1949ರಲ್ಲಿ ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್ ಮೈದಾವನ್ನು ನಿಷೇಧ ಮಾಡಿತ್ತು. ಸ್ವಲ್ಪ ಇತಿಹಾಸದ ಕಡೆ ನೋಡಿದಾಗ ಅಮೆರಿಕ ಮತ್ತು ಯುರೋಪ್ ದೇಶಗಳು ಟನ್ ಗಟ್ಟಲೆ ಮೈದಾ ನದಿ ದಂಡೆ ಮತ್ತು ಖಾಲಿ ಜಾಗಗಳಲ್ಲಿ ತಂದು ಸುರಿಯುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದರಿಂದ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಹಾನಿ ಆಗಲು ಶುರುವಾಯಿತು. ನಂತರ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಯುರೋಪಿಯನ್ನರು ಹೆಚ್ಚು ಸಂಶೋಧನೆಯನ್ನು ನಡೆಸಿ, ನದಿ ದಡದ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಿದ್ದ ಹಸುಗಳ ಬೆನ್ನಿಗೆ ಮೈದಾ ಅಂಟಿರುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ಕೇರ್ ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥವನ್ನು ಮೂರನೇ ಜಗತ್ತಿನ ದೇಶಗಳಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಲಾಯಿತು. ಆಗ ಭಾರತಕ್ಕೂ ಇದನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದರು. ಚಳುವಳಿಗಾರರು ತಮ್ಮ ಭಿತ್ತಿಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಅಂಟಿಸಲು ಮೈದಾವನ್ನು ಬಳಸಲು ಶುರು ಮಾಡಿದರು, ಇಂದಿಗೂ ಚಲನ ಚಿತ್ರದ ಪೋಸ್ಟರ್‌ಗಳನ್ನು ಅಂಟಿಸಲು ಮೈದಾ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

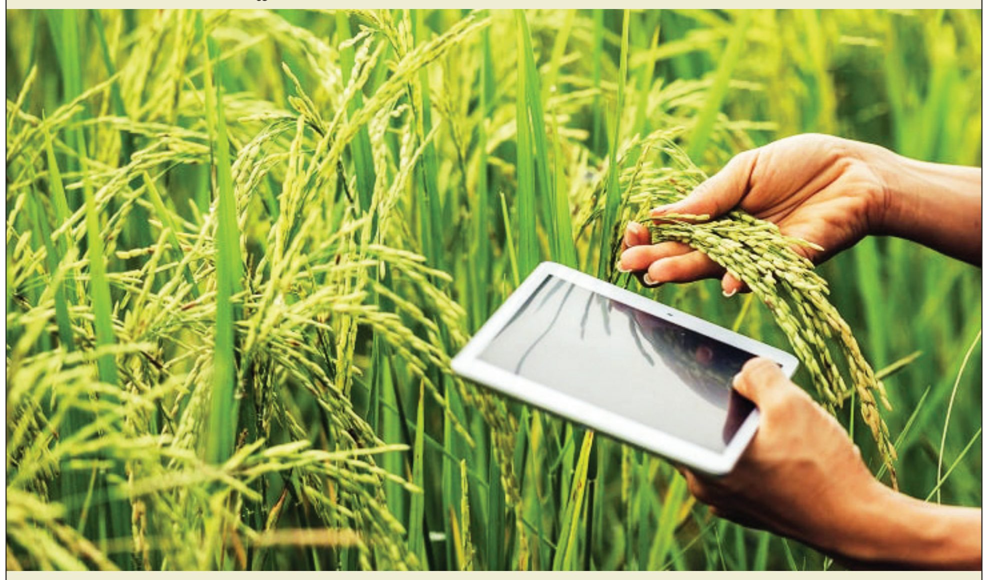
ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

ಬೇಕರಿ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಆದ ಕೇಕ್, ಬ್ರೆಡ್, ಬನ್, ರಸ್ಕ್, ನ್ಯೂಡಲ್ಸ್, ಸೇಮಿಯ, ಬಿಸ್ಕತ್, ಪರೋಟ, ಪುರಿ, ಚಪಾತಿ, ನಾನ್ ತಂದೂರಿ, ರೋಟಿ, ಇನ್ನು ಮುಂತಾದವುಗಳು, ಇವುಗಳನ್ನು ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಬರಬಹುದಾದ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವಾದದ್ದು ಸಕ್ಕರೆ ಕಾಯಿಲೆ ಕಾರಣ ಮೈದಾದಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಅಲಾಕ್ಸನ್ ಎಂಬ ಔಷಧಿಯು ಪ್ಯಾಂಕ್ರಿಯಾಸ್ ನಲ್ಲಿರುವ ಬೀಟಾ ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡಿ, ಇನ್ಸುಲಿನ್ ಕಡಿಮೆಯಾಗಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂಗಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾರುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಹಿಟ್ಟುಗಳಲ್ಲೂ ಅಲಾಕ್ಸನ್ ಬಳಸುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ನಾವು ತಯಾರಿಸುವ ಹಿಟ್ಟು ಇಷ್ಟು ಮೃದುವಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇನ್ನು ಬೇಕರಿಯಲ್ಲಿ ಮೈದಾ ಬಳಸುವಾಗ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದರೆ ಗಾಬರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಕೃತಕ ಬಣ್ಣಗಳು, ಮಿನರಲ್ ಆಯಿಲ್, ಟೇಸ್ಟ್ ಮೇಕರುಗಳು, ಪ್ರಿಸರ್ವೇಟೀವ್‌ಗಳು, ಡಾಲ್ಡ, ಸಕ್ಕರೆ, ಸಾಕರಿನ್, ಅಜಿನೋಮೋಟೋ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಸೇರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಬಣ್ಣವಾಗಿ ಬಳಸುವುದೆಲ್ಲವೂ ಪೆಟ್ರೋಲಿಯಂ ಉಪ ಉತ್ಪನ್ನಗಳೇ, ಈ ಬಣ್ಣಗಳು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಬೇಕರಿಗಳಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆಗೆ ಬದಲು ಬಳಸುವುದು ಮಿನರಲ್ ಆಯಿಲ್ ಎಂಬ ಲಿಕ್ವಿಡ್ ಪಾರಫೀನ್ ಆಗಿದೆ. ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಮೈದಾ ಆಸೀಟು ಉಪಯೋಗಿಸುವಾಗ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸುವುದು ಅತ್ಯಗತ್ಯ.

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಕೃಷಿ ಮಾಹಿತಿ

ಫುಡ್‌ಚೈನ್ ಕಾಂಪೈನ್

ಹಿಂದೆಲ್ಲಾ ಕೃಷಿ ಎಂದರೆ ದೂರ ಸರಿಯುತ್ತಿದ್ದವರು ಆ ಕಡೆಗೆ ಒಲವು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೂ ಕೃಷಿಯ ಹಿಂದಿನ ಕಷ್ಟ ಕಂಡಾಗ ಮತ್ತೆ ನಗರದ ಕಡೆಗೆ ಮುಖ ಮಾಡುವವರ ಸಂಖ್ಯೆಯೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇಂಥ ಸಂದರ್ಭ ದಲ್ಲಿ ಫುಡ್‌ಚೈನ್ ಕಾಂಪೈನ್ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಕೃಷಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಪ್ರೊಫೆಸರ್ ಸೌರೀಶ್ ಹೆಗ್ಡೆ ಅವರ ತಂಡ ಬೆಳೆಸುತ್ತಿದೆ.



ಹೆಜ್ಜೆ ಗುರುತು
● ಕಿಲಾರಾ ವಿಕ್ರಂ ಹೆಗಡೆ

ಒದಗಿಸುವ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಒಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮಾಸ್ ಆಗಿ ದೇಶಾದ್ಯಂತ ಯುವಕರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಧೂಳೆಬ್ಬಿಸಿದ್ದ ಸಿನೆಮಾ ಮಹೇಶ್ ಬಾಬು ಅವರ ಮಹರ್ಷಿ. ಕೋಟ್ಯಾಧೀಶನೊಬ್ಬ ಹಳ್ಳಿಗೆ ಬಂದು ಕೃಷಿ ಮಾಡಿ ಯುವಕರನ್ನು ಕೃಷಿಯತ್ತ ಉತ್ತೇಜಿಸುವಂತಹ ಕಥೆಯದು. ಇದರಿಂದ ನೂರಾರು ಜನರು ಸ್ಫೂರ್ತಿಗೊಂಡು ವೀಕೆಂಡ್ ಅಗ್ರಿಕಲ್ಚರ್ ಎಂದೆಲ್ಲಾ ವಾರದಲ್ಲೊಂದು ದಿನ ಯಾವುದಾದರೂ ಹಳ್ಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ಅಲ್ಲಿ ಕೃಷಿ ಮಾಡಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡತೊಡಗಿದ್ದರು.

ಆದರೆ ಈ ಮೋಟಿವೇಷನ್ ಕೇವಲ ಒಂದೆರಡು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಮುಗಿದುಹೋಗಿತ್ತು. ಇನ್ನು ವಯಸ್ಸಾದ ನಂತರ ಊರಿನಲ್ಲೆಲ್ಲೋ ಜಮೀನನ್ನು ಕೊಂಡು ಕೃಷಿ ಮಾಡುವವರು ಬೇರೆ. ಆದರೆ ಮಂಗಳೂರಿನ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕಾಲೇಜ್ ಒಂದರ ಪ್ರೊಫೆಸರ್ ಸೌರೀಶ್ ಹೆಗ್ಡೆ ಇಂತಹದೇ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಕೈ ಹಾಕಿದ್ದಾರೆ. ಬೆಳಿಗ್ಗೆಯಿಂದ ಸಂಜೆಯವರೆಗೆ ಕಾಲೇಜು ಅಧ್ಯಯನ ಎಂದು ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ತೊಡಗಿಕೊಳ್ಳುವ ಇವರು ಕೆಲಸ ಆದ ತಕ್ಷಣ ಹಳ್ಳಿ ಜನರ ಜತೆ, ರೈತರ ಜತೆ ಕೂತು ಅವರ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಆಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಏನೇನು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿವೆಯೋ ಅದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ತೊಡಗುತ್ತಾರೆ. ಇವರು ಹೇಳುವ ಪ್ರಕಾರ ಅವರು ಮನೆಯವರೊಡನೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಸಮಯವನ್ನು ಕಳೆಯುವುದು ಅಂದರೆ ಅದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆಯ ತಿಂಡಿ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿಯ ಊಟದ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರ.

ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಮುಕ್ತ ಪರಿಸರ

ಸುಮಾರು ಹತ್ತು ಸಾವಿರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವೇ ಬೆಳೆದು ತಯಾರಾಗುವ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವನೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶದ ಜನರ ಆದಾಯ ಸುಮಾರು ನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ 36 ಲಕ್ಷಗಳಷ್ಟಾಗಲಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಹಳ್ಳಿಗಳ ಉದ್ಧಾರವೂ ಆಗುವುದರ ಜತೆಗೆ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿಯೂ ಚೇತರಿಕೆಯಾಗಲಿದೆ. ಕೇವಲ ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆಯೆ ಹತ್ತು ಪ್ರತಿಶತ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಮುಕ್ತ ಪರಿಸರವಾಗುವುದರಲ್ಲಿಯೂ ಇದು ಸಹಕಾರಿಯಾಗಲಿದೆ.

ಆಹಾರದ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ಯೋಜನೆ

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ದೆಸೆಯಿಂದಲೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಅಪಾರ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದ ಇವರು ಹಲವು ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಗೊಂಡಿದ್ದರು. ಇಲ್ಲಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ಇವರ

ಈಗಾಗಲೇ ಹಲವು ಕಾಲೇಜುಗಳ ಕ್ಯಾಂಪೈನ್ ಕುರಿತಾಗಿ ಮಾತುಕತೆಯಾಗಿದ್ದು ರೈತರ ಜತೆಗಿನ ಸಂಬಂಧ ಚೆನ್ನಾಗಿ ವೃದ್ಧಿಯಾಗಿದೆ. ಪದ್ಮಶ್ರೀ ಪುರಸ್ಕೃತ ಕಿತ್ತಳೆ ಹಾಜಬ್ಬರಂತಹ ಉತ್ತಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದವರು ನಮ್ಮ ಜತೆಗಿದ್ದಾರೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ತೋರುತ್ತಿರುವುದು ಸಂತೋಷದ ಸಂಗತಿ.
-ಸೌರೀಶ್ ಹೆಗ್ಡೆ, ಕ್ಯಾಂಪೈನಿಂಗ್ ಮುಖ್ಯಸ್ಥ

ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಾರ್ಯದ ಕನಸು ವೃತ್ತಿ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಕಾಲಿಟ್ಟರೂ ನನಸಾಗುತ್ತಲೇ ಇದೆ. ಈಗ ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಫುಡ್‌ಚೈನ್ ಕ್ಯಾಂಪೈನ್ ಎನ್ನುವ ಹೊಸ ಯೋಜನೆಯೊಂದನ್ನು ಸಿದ್ದಪಡಿಸಿ ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡದ ಪ್ರತಿ ರೈತರು ಹಾಗೂ ಅಲ್ಲಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಕೃಷಿಯ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡುವ ಹುಮ್ಮಸ್ಸಿನಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ.
ಇವರ ಜತೆ ಮಂಗಳೂರಿನ ಹೊಟೆಲ್ ಉದ್ಯಮಿ ಯತೀಶ್, ಐಟಿ ಉದ್ಯಮಿ ಯಶಸ್ ಉತ್ತಂಗಿ, ಸ್ಕಂದ, ಅರ್ಚಿತ್, ಕ್ಲೈವ್, ಸಾತ್ವಿಕ್ ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವು ಉದ್ಯಮಿಗಳು ಕೈಜೋಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.ಈ ಕ್ಯಾಂಪೈನ್‌ಗೂ ಮುನ್ನ ಮೈಸೂರಿನಲ್ಲಿ, ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್‌ಗಳು ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಯಾವ ರೀತಿಯಾಗಿ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಮೊಬೈಲ್ ಚಟದಿಂದ ಹೇಗೆ ದೂರ ಮಾಡುವುದು ಎಂದು ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ಪೋಷಣ್ ಅವರ ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ ಅದಕ್ಕೊಂದು ಪರಿಹಾರವನ್ನೂ ಸೂಚಿಸಿದ್ದರು. ಅವರ ಅಧ್ಯಯನಾಧಾರಿತ ಪರಿಹಾರ ಹೀಗಿತ್ತು:

- ಮಕ್ಕಳು ಮನೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಪಾಲಕರೂ ಮೊಬೈಲ್ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬೇಕು.
- ಊಟ ಮಾಡುವಾಗ ನೀತಿ ಕಥೆಗಳನ್ನು ಹೇಳಬೇಕು
- ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮನೆಯವರ ಕುರಿತು ಉತ್ತಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮೂಡಿಸುವುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳ ಸ್ಕ್ರೀನ್ ಟೈಂ ಕಡಿಮೆ ಆಗಿ ಮನೆಯವರ ಮೇಲೆ ಸೇಫ್ ಫೀಲ್ ಬರುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮೊಬೈಲ್‌ಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಮನೆಯವರ ಜತೆ ಸಂವಾದವನ್ನು ಮಾಡುವುದಕ್ಕೇ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.
- ಪ್ರತಿದಿನ ನಿದ್ರಿಸುವಾಗ ವಾರದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಕಥೆಯನ್ನು ತಂದೆ ಹಾಗೂ ಎರಡು ಕಥೆಯನ್ನು ತಾಯಿ ಹೇಳುವುದರಿಂದ ಪಾಲಕರು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ನಡುವಣ ಬಾಂಧವ್ಯ ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳೂ ಪಾಲಕರ ಜತೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯವನ್ನು ಕಳೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಇಷ್ಟ ಪಡುತ್ತಾರೆ.
- ಮಕ್ಕಳು ಎಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮೊಬೈಲ್ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆಯೋ ಅವರ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆಯೂ ಅಷ್ಟೇ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಕ್ಯಾಂಪೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 130ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪಾಲಕರು ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದ್ದು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಯಾವ ಆಹಾರವನ್ನು ನೀಡಬೇಕು ಎಂದೂ ನಿರ್ದೇಶನ ನೀಡಲಾಗಿತ್ತು. 2022ರ ಡಿಸೆಂಬರ್‌ನಿಂದ ಮಾರ್ಚ್ 2023ರವರೆಗೆ ನಡೆದಿದ್ದ ಈ ಅಭಿಯಾನದಲ್ಲಿ ಪಾಲಕರು ಉತ್ತಮ ಫಲವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ ಆಶೀರ್ವದಿಸಿದ್ದರು. ಈಗಿನ ಫುಡ್ ಕ್ಯಾಂಪೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಹತ್ತು ಸಾವಿರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಹಾಗೂ ಹತ್ತು ಸಾವಿರ ರೈತರು ಫಲವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲಿದ್ದಾರಂತೆ. ಇದರಿಂದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಿನ್ನುವ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಹತ್ತು ಪ್ರತಿಶತ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿ ಪ್ರಗತಿಪರ ಕೃಷಿಯತ್ತ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಆಲೋಚನೆ ಬೆಳೆಯಲಿದೆಯಂತೆ.

ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಒಳಾಂಗಣಕ್ಕೆ ಜಪಾನಿ ಕೊಟಾಟ್ಸು

● ವಿಶ್ವನಾಥ್ ಬಳುವನೇರಲು

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತು ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸವಿರುವ ಜಪಾನೀಯರು ಛಳಿಯ ಕೊರತೆ ತಡೆಯಲು ಬಳಸುವ ಕೊಟಾಟ್ಸು ಮೇಜಿನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಬಗೆಗಿನ ಮಾಹಿತಿಯಿದು. ಆಧುನಿಕವಾದ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿನ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವಂತಹ ಹವಾನಿಯಂತ್ರಣ ಹಾಗೂ ಹೀಟಿಂಗ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದವರು ಈಗಲೂ ಪುರಾತನವಾದ ಕೊಟಾಟ್ಸು ಮಾದರಿಯ ಶಾಖವೂದಗಿಸುವ ಮೇಜಿನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಈಗಲೂ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಜಪಾನಿನ ಕೊಟಾಟ್ಸು ಟೇಬಲ್ ಚಳಿಗಾಲವನ್ನು ಕಳೆಯಲು ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಶೀಲ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಕೊಟಾಟ್ಸು ಮೇಜಿನ ಕೆಳಗೆ ಈ ಹಿಂದೆ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದ ಕಲ್ಲಿದ್ದಲು ಇಲ್ಲವೇ ಉರುವಲಿನಿಂದ ಬರುತ್ತಿದ್ದ ಶಾಖದ ಬದಲಾಗಿ ಚಿಕ್ಕ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಿಕ್ ಹೀಟರ್ ಬಳಸಿ ಉಷ್ಣಾಂಶವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಅಳವಡಿಸಿರುತ್ತಾರೆ. ಮನೆಯೊಳಗಿನ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿನ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿಸುವ ಈ ಮೇಜಿನ ಮೇಲೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ

ರೂಪಿಸಿರುವ ಆಕರ್ಷಕವಾದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಹರಡಿರುತ್ತಾರೆ. ತಿಂಡಿ ತಿನಿಸು ತಿನ್ನುವಾಗ, ಟಿ.ವಿ ವೀಕ್ಷಿಸುವಾಗ ಅಷ್ಟೇಕೆ ಮಲಗುವಾಗಲೂ ಮೇಜಿನ ಮೇಲಿ ರುವ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ತಮ್ಮ ಕಾಲುಗಳು ಹಾಗೂ ಶರೀರವನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಕೊಂಡು ಶೀತವನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಜಪಾನೀಯರ ಕುಟುಂಬದ ಕೇಂದ್ರಬಿಂದು ಎಂದರೆ ಅತಿಶಯೋಕ್ತಿಯಲ್ಲ. ಕೂಡು ಕುಟುಂಬದ ಎಲ್ಲಾ ಸದಸ್ಯರು ಒಂದೆಡೆ ಸೇರಲು ರೂಪಿಸಿರುವ ಅದ್ಭುತ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಯೆಂದರೆ ತಪ್ಪಲ್ಲಾ. ಅನೇಕ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಶೀತವಾದ ವಾತಾವರಣ ಎದುರಿಸಲು ಪುರಾತನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ 'ಫೈರ್ ಪ್ಲೇಸ್' ಎಂಬ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಜಪಾನೀಯರು ಕಡಿಮೆ ವೆಚ್ಚದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಅನುಕೂಲ ಪಡೆಯುವುದರಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಸಿದ್ಧಹಸ್ತರೆಂದು ಸಾಬೀತು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಸಣ್ಣದಲ್ಲದ ಕತೆಗಳು

ಪಿಚಕ್!

ಶಾಲೆಯ ರಕ್ಷಾಗೋಡೆಗೆ ಕಲಾವಿದ ತನ್ನ ಕುಂಚದಿಂದ ಅತ್ಯಂತ ಸುಂದರವಾಗಿ ಒಂದು ಸಾಲು ಬರೆದಿದ್ದ. ಅದು ಹೀಗಿತ್ತು. 'ತಂಬಾಕು ಮುಕ್ತ ಶಾಲೆ'. ಅಲ್ಲೇ ಹಾದು ಹೊರಟಿದ್ದ ವಿದ್ಯಾವಂತ ಯುವಕನೊಬ್ಬ ಅದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ, ಬಾಯಲ್ಲಿದ್ದ ಗುಟ್ಕಾವನ್ನು 'ಪಿಚಕ್' ಎಂದು ಉಗುಳಿ, ಕಲಾವಿದನಿಗೆ 'ತ' ಒತ್ತಕ್ಷರ ಬರೆಯಲು ನೆನಪಿಸಿದ.

ವ್ಯಾಪಾರ

ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ ತನ್ನ ಅದ್ಭುತ ವಾಕ್ಚಾತುರ್ಯದಿಂದಲೇ ಬಗೆಬಗೆಯ ಬಂಗಾರದ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ಮಾರುತ್ತಿದ್ದ ವ್ಯಾಪಾರಿಯ ಪತ್ನಿ ಮೈತುಂಬ ರೋಲ್ಡ್‌ಗೋಲ್ಡ್ ಧರಿಸಿ ಮಿಂಚುತ್ತಿದ್ದಳು.

ನನ್ನೆದುರಲ್ಲಿ

ಜಾತಿಯ ಭೇದವಿಲ್ಲದ ಅವರಿಬ್ಬರೂ ಪ್ರೇಮಿಗಳು. ಆದರೆ, ಅವರ ಹೆತ್ತವರಿಗೆ ಜಾತಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠೆಯಾಗಿತ್ತು. ಪರಿಣಾಮ ಅವರು ಅಗಲಿ ಬಿಟ್ಟರು. ದೂರ ಬಹುದೂರ ಪರಸ್ಪರ ಭೇಟಿಯಾಗದಂತೆ. ಕಾಲಚಕ್ರ ತಿರುಗಿತು. ಅದೆಷ್ಟೋ ವಸಂತಗಳು ಕಳೆದಿದ್ದವು. ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸು ದಾಟಿತ್ತು. ಮತ್ತೆ ಎದುರಾದರು. ಮಾತು ಹೊರಡಲಿಲ್ಲ. ತುಸು ಸಾವರಿಸಿಕೊಂಡು ಒಮ್ಮೆಲೇ ಕೇಳಿದರು. ಎಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿ? ತುಸು ಮೌನ. ಇಬ್ಬರೂ ಒಮ್ಮೆಲೆ ಉತ್ತರಿಸಿದರು. ನನ್ನೆದುರಲ್ಲಿ.

ಸಾವಿನಲ್ಲೂ ಪಾಲು

ಮನೆಗೆ ಯಾರೇ ಅಪರಿಚಿತರು ಬಂದರೂ ಅದು ಅನುಮಾನದಿಂದ ಬೊಗಳುತ್ತಿತ್ತು. ಗೇಟಿನಲ್ಲೇ ಅವರನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತಿತ್ತು. ತನ್ನ ಯಜಮಾನ ಬಂದ ಮೇಲೆಯೆ ಅವರಿಗೆ ಒಳಗೆ ಪ್ರವೇಶ. ಆ ದಿನ ಇಡೀ ಊರಿಗೂರೇ ಅಲ್ಲಿ ಸೇರಿತ್ತು.

ನೀರವ ಮೌನ! ಎಲ್ಲರ ಕಣ್ಣಲ್ಲೂ ಶೋಕಸಾಗರ. ಸಣ್ಣ ಧ್ವನಿಯಲ್ಲಿ ಕುಂಯ್ಗುಟ್ಟುತ್ತಿತ್ತು. ಸಂಜೆ ಯಜಮಾನನ ಅಂತ್ಯ ಸಂಸ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಸ್ಮಶಾನದವರೆಗೂ ಹೋಗಿತ್ತು. ಮತ್ತೆ ಮನೆಯ ಸುತ್ತ ಅದರ ಸುಳಿವೇ ಕಾಣಲಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಆತಂಕ. ಒಂದಿಬ್ಬರು ಸ್ಮಶಾನಕ್ಕೆ ತೆರಳಿ ನೋಡಿದಾಗ ಯಜಮಾನ ತೋರಿದ ಪ್ರೀತಿಗೆ, ಆ ಶ್ವಾನ ಅವರ ಸಾವಿನಲ್ಲೂ ಪಾಲು ಪಡೆದಿತ್ತು.

● ಅಶೋಕ ವಿ ಬಳ್ಳಾ, ಸೂಳೇಬಾವಿ

● ವಿದ್ಯಾ ಶಂಕರ್ ಶರ್ಮ

ಧಾವಂತದ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಏನೇನೋ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು, ಯಾವುದರ ಹಿಂದೋ ಓಡುವವರಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಮರೆತಂತ ಭಾವ. ದಿನ ನಿತ್ಯದ ಬಾಳಿನ ಭರಾಟೆ ದಾರಿಯನ್ನು ಸಂಕೀರ್ಣ ಮಾಡುತ್ತ ನಮ್ಮನ್ನು ಆವರಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ಒಮ್ಮೆ ಈ ಓಟವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಯೋಚಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ಈ ಕ್ಷಣದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಮರೆತುಬಿಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ನಾವೇ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡ ಬಲೆಗಳು, ಅದರಿಂದ ಹೊರಬರುವ ದಾರಿ ಕಾಣದ ಅಸ್ಪಷ್ಟತೆ. ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಟವರು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ತಿರುಗಿ ಬರುತ್ತಾರೆಂಬ ಯಾವ ಭರವಸೆಯೂ ಇಲ್ಲ ಎನ್ನುವಷ್ಟು ಕ್ಷಣಿಕವಾದ ಕಾಲಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ನಾಳೆಯ ಯೋಚನೆ ಅರ್ಥ ಕಳೆದುಕೊಂಡಂತಿದೆ. ಇಂತಿಪ್ಪ ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲಿ, ನಾವಿರುವ ಪ್ರತಿ ನಿಮಿಷವೊಂದೆ ಖಚಿತ.

ಪ್ರೀತಿ ಪಾತ್ರರ ಜತೆಗೆ ಸಮಯ ಕಳೆಯಲು ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಮುಂದೆ ಹಾಕಿದರೆ, ಮತ್ತೆ ಸಮಯ ಅದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶ ನೀಡುತ್ತದೆಂಬುದು ನಿಶ್ಚಿತವಿಲ್ಲ. ಯಾರದೋ ಮನ ನೋಯಿಸಿದ್ದರೆ ಕ್ಷಮೆ ಕೇಳಲು ಇದೇ ಸುದಿನ, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಾಳೆಯವರೆಗೂ ಕಾಯಬೇಕಿಲ್ಲ. ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಸಮಯ ನೀಡುವ ಕೆಲಸ ಇಂದೇ ಆಗಲಿ. ಬಹಳ ದಿನಗಳಿಂದ ಭೇಟಿಯಾಗಿರದ ಬಂದು ಮಿತ್ರರ ಒಡನಾಟಕ್ಕೆ ಇಂದೇ ಮುಹೂರ್ತವಾಗಲಿ. ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಆಪ್ತವಾದ ಯಾವುದೇ ಚಿಕ್ಕ ಸಂಗತಿಗಳಿರಲಿ, ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಈ ದಿನವೇ ಸೂಕ್ತ ಎಂಬಂತಿರಲಿ ನಮ್ಮ ವರ್ತನೆ.

ಆಧುನಿಕತೆಯ ನಾಗಾಲೋಟದ ಸ್ಪರ್ಧೆಕ್ಕಿಂತ ಹಿಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಬಳಿ ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಸಮಯವಿರುತ್ತಿತ್ತು. ಸಮಯ ಇರುತ್ತಿತ್ತು ಎನ್ನುವುದಕ್ಕಿಂತ, ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಶೈಲಿ ಸರಳವಾಗಿತ್ತು ಎಂದರೆ ಸರಿಯಾದೀತು. ನಮ್ಮ ಬೇಕುಗಳು ಒಂದು ಇತಿ ಮಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾಗ, ಜೀವನ ಸಹಜವಾಗಿ ಜಂಜಟಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ದೊರೆತಿದ್ದರಲ್ಲಿ ಸಂತೃಪ್ತ ಭಾವವನ್ನು ತಾಳಿದಾಗ ಮನದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಕೊರತೆಯ ಚಿಂತೆ ತಾನಾಗಿಯೇ ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ. ನಮಗೀಗ ಇಂದಿನ ಈ ಘಳಿಗೆಯನ್ನು ಆಸ್ವಾದಿಸುವ ಪುರುಸೊತ್ತು ಇರದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ನಾವು, ಮುಂದಿನ ಎಷ್ಟೋ ವರ್ಷಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಜನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಆ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ನಾವು ಇರುತ್ತೇವೆ ಎಂಬ ಯಾವ ದಿಕ್ಸೂಚಿ ನಮ್ಮ ಬಳಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಿ ಕುರುಡುತನ ಮೆರೆಯುತ್ತೇವೆ.

ಇಂದಿನ ದಿನವನ್ನೂ ಅನುಭವಿಸದೆ, ಮುಂದೊಂದು ದಿನ ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎನ್ನುತ್ತ ಕೊನೆಗೆ ಆ ಒಂದು ದಿನ ಬಂದಾಗ, ನಮಗೆ ಅದನ್ನು ಸಂಭ್ರಮಿಸಲು ಬೇಕಾದ ಶಕ್ತಿ ಇರದೇ ಪರಿತಾಪ ಪಡುವಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಬಂಧು ಮಿತ್ರರು, ಸ್ನೇಹಿತರು ಬದುಕಿನ ಓಘದಲ್ಲಿ ಕಳೆದೇ ಹೋಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಸಾಗಿ ಬಂದ ಹಾದಿಯೆಡೆಗೆ ನೋಡಿದಾಗ, ಭ್ರಮ ನಿರಸನದ ನಿಟ್ಟುಸಿರು ಆವರಿಸುತ್ತದೆ.

ನಿನ್ನೆ ನಿನ್ನೆಗೆ, ಇಂದು ಇಂದಿಗೆ, ಇರಲಿ ನಾಳೆಯು ನಾಳೆಗೆ ಎಂಬ ನುಡಿ ನಮ್ಮ ಅರಿವಿನ ಅಂತರಂಗಕ್ಕೆ ಇಳಿದಾಗ ವರ್ತಮಾನದ ಸುಂದರ ಬಳಕೆ ನಮ್ಮದಾದೀತು. ಎಲ್ಲವೂ ನಮ್ಮ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಂದ ನಂತರವೇ ನಾವು ಪಾಠ ಕಲಿಯಬೇಕೆಂದೇನೂ ಇಲ್ಲ, ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಮುತ್ತ ನೆಡೆಯುವ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸಿದಾಗ, ಗೊತ್ತಿರದ ನಾಳೆಗಳಿಗಿಂತ ಕಣ್ಣ ಮುಂದಿರುವ ಇವತ್ತಿನ ಈ ಹೊತ್ತು ಮಾತ್ರ ನಮ್ಮದು ಎಂಬುದು, ನಿತ್ಯ ಸತ್ಯವಾಗಿ ತೋರುತ್ತದೆ.

ನೀವೂ ಬರೆಯಬಹುದು

ನಮ್ಮ ವಿಳಾಸ:
ಪುರವಣಿ ವಿಭಾಗ, ನಂ.1687,
ಮೂರನೇ ಮಹಡಿ, ನಿಸರ್ಗ ಸೆರೆನಿಟಿ
ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್, ರಾಘವೇಂದ್ರ ಸ್ವಾಮಿ ಮಠದ
ಹತ್ತಿರ, ಬಿಇಎಂಎಲ್ ಬಡಾವಣೆ,
ರಾಜರಾಜೇಶ್ವರಿ ನಗರ,
ಬೆಂಗಳೂರು-560098
ಇ-ಮೇಲ್:
vishwavanimagazine
@gmail.com