



ಕಾಣದಂತೆ
ಮಾಯವಾದನೋ...

ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ ರೂ.25/-

ವಾರ್ಷಿಕ

ಜನಪದ

ಸಂಪುಟ-06 • ಸಂಚಿಕೆ-02 • ಡಿಸೆಂಬರ್ 2021

ಹೃದಯದ
ಮಾತು
ಕೇಳಿ..



ನವೆಂಬರ್ 11 ರಂದು ರಾಷ್ಟ್ರಪತಿ ಭವನದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಎಲ್ಲಾ ರಾಜ್ಯಗಳ ರಾಜ್ಯಪಾಲರು ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರಾಡಳಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳ ಲೆಫ್ಟಿನೆಂಟ್ ಗವರ್ನರ್‌ಗಳ 51 ನೇ ಸಮ್ಮೇಳನದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ರಾಜ್ಯದ ಗೌರವಾನ್ವಿತ ರಾಜ್ಯಪಾಲರಾದ ಥಾವರ್ ಚಂದ್ ಗೆಹ್ಲೋಟ್ ಅವರು ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು. ಮತ್ತು ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅವರು ಪ್ರಧಾನಮಂತ್ರಿ ನರೇಂದ್ರ ಮೋದಿಯವರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದರು.



06 ಹೃದಯದ ಮಾತು ಕೇಳಿ
• ಮಂಜುನಾಥ್ ಚಾಂದ್



ಕಾಣದಂತೆ
ಮಾಯವಾದನೋ
• ಡಿ.ಪಿ. ಮುರಳೀಧರ್

ಪ್ರಧಾನ ಸಂಪಾದಕರು
ಡಾ|| ಪಿ. ಎಸ್. ಹರ್ಷ, ಐಪಿಎಸ್
ಆಯುಕ್ತರು, ವಾರ್ತಾ ಮತ್ತು
ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಇಲಾಖೆ

ಸಂಪಾದಕೀಯ ಸಲಹೆ
ಡಿ.ಪಿ. ಮುರಳೀಧರ್
ಜಂಟಿ ನಿರ್ದೇಶಕರು

ಸಹನಾ ಎಂ.
ಉಪ ನಿರ್ದೇಶಕರು

ಉಪ ಸಂಪಾದಕರು
ಬಿ. ಜಿ. ಪೂರ್ಣಿಮ

ಪ್ರಕಾಶಕರು

ಆಯುಕ್ತರು
ವಾರ್ತಾ ಮತ್ತು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಇಲಾಖೆ
#17, ವಾರ್ತಾ ಸೌಧ, ಭಗವಾನ್
ಮಹಾವೀರ ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು - 560 001
Ph : 080-22028103 / 22028023
email : varthajanapada@yahoo.co.in
https://dipr.karnataka.gov.in

ಮುದ್ರಕರು

ಲಾವಣ್ಯ ಮುದ್ರಣ
19, ವಿದ್ಯಾಪೀಠ ವೃತ್ತ,
ಬನಶಂಕರಿ 1ನೇ ಹಂತ, ಬೆಂಗಳೂರು-50

ಜನಪದ

ಸಂಪುಟ-06 • ಸಂಚಿಕೆ-02 • ಡಿಸೆಂಬರ್ 2021

22 ಅಂಧರ ಬಾಳನ್ನು
ಬೆಳಲಿಸುವ ನೇತ್ರದಾನ
• ಸಂಗಮೇಶ ಎನ್. ಜವಾದಿ



ಜಾನಪದದಲ್ಲ
ಮಂಜಮ್ಮ ಜೋಗತ
ನಾಧನೆ
• ಲಲಿತಾ ಕೆ. ಹೊಸಪ್ಪಾಟಿ

29 ಅಂಜೆ ಮೊಹರುಗಳಲ್ಲಿ
ಕರ್ನಾಟಕದ
ಅನಾವರಣ
• ಎನ್. ಜಗನ್ನಾಥ ಪ್ರಕಾಶ್



ಕಣ್ಣಿನ ಸೆತಿಯುಪ
ನಾರಾಯಣದುರ್ಗ
• ಬಲ್ಲೇನಹಳ್ಳಿ ಮಂಜುನಾಥ್

34 ಗುಲಿ ಹೋರುವ ರೈತನನ್ನು
ಕೈಹಿಡಿದು ನಿಲ್ಲಿಸಿದ
ಮೆಣಸಿನ ಬೀಜೆ
• ಕೆಪನ್‌ರಾವ್ ಕುಲಕರ್ಣಿ

36 ಅಧಿಕ ಹಾಲಿನ ಇಳುವಲಿಗೆ
ಸುಧಾಲತ ಮೇವಿನ ಬೀಜೆ
ಸೂಪರ್ ನೇಪಿಯರ್
• ಡಾ. ಎನ್. ವಿಜಯಕುಮಾರ್

38 ಮನಸ್ಸಿದ್ದರೆ ಮಾರ್ಗ
ನೂರು
• ರಮೇಶ ಕಿಂಗೇರಿ



ಎತ್ತಿನ ಗಾಣದೊಂದಿಗೆ
ಯುವಕರ ಯಶಸ್ವಿ ಯಾನ
• ಎಸ್. ಜಿ. ಹೇಮಂತ್

45 ಕೊರೋನಾ : ಅಲತಿನ ಬೆತಿಯಲ್ಲಿ
ಹೊಸ ಸೂರ್ಯೋದಯ
• ಕೆ. ಎಸ್. ರಾಜಮನ್ಯಾರ್

48 ಜಾಲರೈಡ್ - ಜೀವಕ್ಕೆ
ಮುಳುವಾಗದಿರಲಿ
• ಡಾ. ಪಿ.ಬಿ. ಅನಿಲ್ ಕುಮಾರ್

50 ಪದಬಂಧ-25



ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರ ಐಟಿಐ ಉದ್ಯೋಗ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಅನುಷ್ಠಾನ ಮಾಡುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ದೇಶದ ಬೃಹತ್ ಕಂಪನಿಗಳ ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಕೈ ಜೋಡಿಸಿ ಐಟಿಐ ಟೆಕ್ನಾಲಜಿ ಹಬ್‌ಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿರುವುದು ಶ್ಲಾಘನೀಯ.

ಇದರಿಂದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಹಳ್ಳಿಗಾಡಿನ ಮಕ್ಕಳು ಎಸ್.ಎಸ್.ಎಲ್.ಸಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಹತೆ ಮೇಲೆ ವೃತ್ತಿಪರ ಕೋರ್ಸ್‌ಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದಿಂದ ವಂಚಿತರಾಗುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿಂದ ತುಂಬಾನೇ ಸಹಕಾರಿಯಾದಂತಾಗಿದೆ.

-ಹರೀಶ್, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ

ಮೊದಲ ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥವಾಗಿ ಸುಮಾರು 750 ಗ್ರಾಮ ಪಂಚಾಯಿತಿಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರವು ಗ್ರಾಮೀಣೀಕರಣವನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಂಡಿರುವುದು ಸ್ವಾಗತಾರ್ಹ.

ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಮನೆ ಮನೆಗಳಿಗೆ ಕುಡಿಯುವ ನೀರು ಒದಗಿಸುವುದು, ತ್ಯಾಜ್ಯ ವಿಲೇವಾರಿ ಹಾಗೂ ಪಂಚಾಯಿತಿ ಕಟ್ಟಡಗಳಿಗೆ ಸೌರ ವಿದ್ಯುತ್, ಬೀದಿ ದೀಪಗಳ ಆಳವಡಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಅನೇಕ ಸೌಲಭ್ಯಗಳಿಗೆ ಸ್ವಂದನ ನೀಡಿರುವುದು ಸಂತಸದ ಸಂಗತಿ. ಅನುದಾನ ನೀಡಿರುವ 3 ಕೋಟಿ ಹಣವನ್ನು ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸದುಪಯೋಗ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರತಿ ಗ್ರಾಮ ಪಂಚಾಯಿತಿಗೂ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಧನವಾಗಿ 25 ಲಕ್ಷ ರೂಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚುವರಿಯಾಗಿ ನೀಡಲು ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಂಡಿರುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಅಭಿನಂದನಾರ್ಹವಾದುದು.

-ಯೋಗಾನಂದ, ಕೃಷ್ಣರಾಜ ನಗರ

ಸಮಗ್ರ ಆಡಳಿತವನ್ನು ವಿಕೇಂದ್ರೀಕರಣಗೊಳಿಸುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ವಿಜಯನಗರ ಜಿಲ್ಲೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ ಸರ್ಕಾರ ಆದೇಶ ಹೊರಡಿಸಿರುವುದು ಅಭಿನಂದನೀಯ. ನೂತನ ಜಿಲ್ಲೆಗೆ ಸುಮಾರು 464 ಕೋಟಿ ರೂಗಳನ್ನು ವಿವಿಧ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗಾಗಿ ನೀಡಿರುವುದು ವಿಜಯನಗರ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಸಮಗ್ರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಸರ್ಕಾರದ ಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರು ಸರ್ಕಾರಿ ಕೆಲಸಕ್ಕಾಗಿ ಪರಿಶ್ರಮಿಸುವಂತಾಗಬಾರದೆಂಬ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಅನೇಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಳ್ಳಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂಶಯವಿಲ್ಲ.

-ಮಹಾಲಿಂಗ ಸ್ವಾಮಿ, ಹೊಸಪೇಟೆ

ನವೆಂಬರ್ ವಾರ್ತಾ ಜನಪದದಲ್ಲಿ ಕಾಲೇಜು ಮತ್ತು ತಾಂತ್ರಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಇಲಾಖೆಯ ಆಯುಕ್ತರಾದ ಪಿ.ಪ್ರದೀಪ್ ಅವರು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀತಿ ಜಾರಿ ಕುರಿತಂತೆ ಉನ್ನತ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಚಿವರೊಂದಿಗೆ ನಡೆಸಿರುವ ಸಂದರ್ಶನವು ನನ್ನ ಎಲ್ಲಾ ಅನುಮಾನ, ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರವನ್ನು ಒದಗಿಸಿತು. ಇದನ್ನು ಓದಿದರೆ ನಮಗಿರುವ ಅನುಮಾನಗಳು ಬಗೆಹರಿಯುವ ಜೊತೆಗೆ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀತಿ ಜಾರಿಯಿಂದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಏನೇನು ಅನುಕೂಲವಾಗಲಿದೆ ಎಂಬುದು ತಿಳಿಯಲಿದೆ. ಇಂತಹ ಲೇಖನವನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿದ ವಾರ್ತಾ ಜನಪದ ಬಳಗಕ್ಕೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

-ಮೋಹನಕುಮಾರಿ, ಚಿಕ್ಕಮಗಳೂರು

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗವು ಜನರಲ್ಲಿ ಯಂಥೇಚ್ಚುವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಈ ರೋಗದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ವಿವಿಧ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಿಂದ ಬೆಂಗಳೂರಿಗೆ ಜನರು ಬರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಜಿಲ್ಲಾ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ಇಲ್ಲದಿರುವುದು ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅವಧಿ ತಿಂಗಳಾನುಗಟ್ಟಲೆ ಹಿಡಿಯುವುದರಿಂದ ಇತರ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಿಂದ ಬೆಂಗಳೂರಿಗೆ ಬರುವವರು ಇಲ್ಲೇ ನೆಲಸಿ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವುದು ತ್ರಾಸವಾಗುತ್ತಿತ್ತು.

ಆದರೆ ಸರ್ಕಾರವು ಜಿಲ್ಲಾ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲೇ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ದೊರಕಿಸುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಕ್ರಮಕೈಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಉತ್ತಮ ಕಾರ್ಯವಾಗಿದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಸರ್ಕಾರವು ತುಮಕೂರಿನಲ್ಲಿ ಕಿವ್ವಾಯಿ ಸ್ಮಾರ್ಕ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕೆ ಶಂಕುಸ್ಥಾಪನೆ ಮಾಡಿರುವುದು ಈ ಭಾಗದ ಜನರಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಾಗಿಲು ತೆರೆದಂತಾಗಿದೆ.

-ಟಿ.ಕೆ.ಸೌಭಾಗ್ಯಶ್ರೀ, ಪಾವಗಡ

ನವೆಂಬರ್ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಿರುವ 'ನನ್ನ ಕಲ್ಪನೆಯ ಕರ್ನಾಟಕ' ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿಗಳು ಎಲ್ಲಾ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲೂ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಹೇಗೆ ರಾಜ್ಯವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮಾಡಲು ಸಿದ್ಧತೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಗೋಚರಿಸುತ್ತದೆ. ಅವರ ಕಲ್ಪನೆ ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಸಾಕಾರಗೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ರಾಜ್ಯವು ಸಮಗ್ರವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಾಗಲಿ ಎಂದು ಆಶಿಸುತ್ತೇನೆ.

-ರೂಪ ಚಂದ್ರಶೇಖರ್, ಮಂಡ್ಯ



ಶ್ರೀಯುತ ಮರಳೇಧರ್ ಅವರ ಸಿಹಿ ತಿಂಡಿಗಳ ಲೇಖನ ಅದ್ಭುತವಾಗಿ ಮೂಡಿ ಬಂದಿದ್ದು, ಓದುಗರ ಬಾಯಲ್ಲಿ ನೀರೂರಿಸುವಂತಿದೆ. ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಸಿಹಿತಿಂಡಿಗಳ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಸೊಗಸಾಗಿ ಮೂಡಿ ಬಂದಿದೆ. ಆದರಲ್ಲೂ ಸುಮಾರು 175 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ತನ್ನ ರುಚಿ, ಸ್ವಾದಿಷ್ಟತೆಯನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದಿರುವ ಧಾರವಾಡದ ಪೇಡ ಇಂದಿಗೂ ಯಾಂತ್ರಿಕ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಬಳಸದೇ ಸ್ವತಃ ಕೈಯಲ್ಲೇ ಪೇಡ ತಯಾರಿಸುತ್ತಿರುವ ವಿಶೇಷತೆ ಮತ್ತು ವೈವಿಧ್ಯತೆಯನ್ನು ತಿಳಿಯುವಂತಾಯಿತು.

-ಎಂ.ಕೆ.ದ್ವಾರಕಾನಾಥ್, ಬೆಂಗಳೂರು

'ವಾರ್ತಾ ಜನಪದ' ಮಾಸಿಕ ಈಗ www.kanaja.in ನಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯ

ವಾರ್ತಾ ಜನಪದ ಮಾಸಿಕಕ್ಕೆ ಚಂದಾದಾರರಾಗಲು ಬಯಸುವವರು ರೂ 25/- ಅನ್ನು ಪಾವತಿಸಲು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಸೇವಾಸಿಂಧುವಿನ <https://sevasindhu.karnataka.gov.in> ಮೂಲಕ ಆನ್ ಲೈನ್ ಅರ್ಜಿಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಬೇಕು.

ವಾರ್ತಾ ಜನಪದ ಪತ್ರಿಕೆಯ ಸಾಫ್ಟ್ ಕಾಪಿಯನ್ನು ಇ-ಮೇಲ್ ಮೂಲಕ ಉಚಿತವಾಗಿ ಚಂದಾದಾರರಾಗಲು ಇಚ್ಛಿಸುವವರು ತಮ್ಮ ಇ-ಮೇಲ್ ವಿಳಾಸವನ್ನು 9480841210 ಗೆ ಕಳುಹಿಸಿ ನೋಂದಾಯಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

Downloaded From: www.kpscvaani.com



ಸಂಪಾದಕೀಯ...

ಪ್ರಿಯ ಓದುಗ ಮಿತ್ರರೇ

ಅಕ್ಟೋಬರ್ 29 ರಂದು ಕರುನಾಡಿನ ಜನತೆಗೆ ಕಹಿ ಸುದ್ದಿಯೊಂದು ಬರಸಿಡಲಿನಂತೆ ಅಪ್ಪಳಿಸಿತು. ಆ ಸುದ್ದಿಯನ್ನು ಯಾರಿಗೂ ನಂಬಲಿಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆ ಸುದ್ದಿಯು ಸತ್ಯವಾಗಿತ್ತು. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚಿನ ಯುವ ನಟ ಪುನೀತ್ ರಾಜ್‌ಕುಮಾರ್ ನಮ್ಮನ್ನು ಅಗಲಿದ್ದರು.

ಕೇವಲ 46 ವರ್ಷದ, ಅಷ್ಟು ಫಿಟ್ ಅಂಡ್ ಫೈನ್ ಆಗಿದ್ದ ಪವರ್ ಸ್ಟಾರ್ ಹೃದಯಘಾತದಿಂದ ನಿಧನರಾದುದು ಸತ್ಯ ಎಂದು ತಿಳಿದಾಗ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಆಶ್ಚರ್ಯದ ಜೊತೆಗೆ ತಮ್ಮ ಮನೆಯವರಲ್ಲೇ ಒಬ್ಬರನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು. ಹಾಗಾಗಿ ಇಡೀ ರಾಜ್ಯವೇ ಶೋಕ ಸಾಗರದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿತು. ಅತ್ಯಂತ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲೇ ಸಿನಿಮಾ ಜಗತ್ತನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ ಪುನೀತ್ ಅವರು ಅಷ್ಟೇ ಬೇಗನೆ ತಮ್ಮ ನಟನೆ ಮತ್ತು ಜೀವನದ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಮುಗಿಸಿ ಹೊರಟುಬಿಟ್ಟರು.

ಪುನೀತ್ ರಾಜ್‌ಕುಮಾರ್ ಇಷ್ಟು ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಎಷ್ಟೊಂದು ಸಮಾಜಮುಖಿ ಕೆಲಸಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಎಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಹಸ್ತವನ್ನು ಚಾಚಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದು ಅವರ ಮರಣಾನಂತರ ಬೆಳಕಿಗೆ ಬರತೊಡಗಿತು. ಅವರು ಮಾಡಿರುವ ಸಹಾಯ ಅವರ ಮನೆಯವರಿಗೇ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ. ಸಾವಿನ ನಂತರವೂ ತಮ್ಮ ಕಣ್ಣನ್ನು ದಾನ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ನಾಲ್ವರು ಅಂಧರ ಬಾಳಿಗೆ ಬೆಳಕಾಗಿ, ಸಾವಿನಲ್ಲೂ ಸಾರ್ಥಕತೆಯನ್ನು ಮೆರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಇವರಿಂದ ಪ್ರೇರೇಪಿತರಾದ ಅಭಿಮಾನಿಗಳು ಅಪಾರ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣು ದಾನಕ್ಕೆ ಮುಂದಾಗಿದ್ದಾರೆ.


ಇನ್ನು ಫಿಟ್ ಆಗಿದ್ದ ಪುನೀತ್ ಅವರು ಇಷ್ಟು ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಹೃದಯಘಾತಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸಿನ ಜನರು ಹೃದಯ ತಪಾಸಣೆಗೆ ಬರುವುದು ಹೆಚ್ಚಿತು. ಇದರಿಂದ ಹೃದ್ಯೋಗ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳಿಗೆ ಕೆಲಸದ ಒತ್ತಡ ಹೆಚ್ಚಿತಲ್ಲದೆ, ನಿಜವಾಗಲೂ ಹೃದ್ಯೋಗ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವವರಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಅಡಚಣೆಯಾಗಲಾರಂಭಿಸಿತು. ಹಾಗಾಗಿ ಯಾವುದೇ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿದ್ದಲ್ಲಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಬಾರದಿರುವಂತೆ ವೈದ್ಯರು ವಿನಂತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಯಿತು. ಆರೋಗ್ಯವೆಂಬುದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಂದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ಇನ್ನೊಬ್ಬರೊಂದಿಗೆ ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ನಿಮ್ಮ ಫ್ಯಾಮಿಲಿ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದು ಒಳಿತು.

ಹಾಗೆಯೇ ಜಿಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದೇ, ಮುಂದುವರಿಸುವುದೇ ಎಂಬ ಗೊಂದಲ ತುರುವಾಯಿತು. ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಕನಿಷ್ಠ 30 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಸುಲಭದ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದು ಒಳಿತು. ಜೊತೆಗೆ ಆದಷ್ಟು ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ತಯಾರಿಸಿದ ಆಹಾರವನ್ನು ಮಿತ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಇನ್ನು ಮಧ್ಯ, ತಂಬಾಕು, ಸಿಗರೇಟು ಇವೇ ಮುಂತಾದ ದುಶ್ಚಟಗಳನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬೇಕು. ತಪ್ಪದೇ 40 ವರ್ಷ ದಾಟಿದ ಎಲ್ಲರೂ ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಒಮ್ಮೆಯಾದರೂ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಇನ್ನು ಪುನೀತ್ ಸಾವಿನಿಂದ ನೊಂದು, ಭಾವಾವೇಶಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದ ಕೆಲವು ಅಭಿಮಾನಿಗಳು ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರು. ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಏನನ್ನೂ ಸಾಧಿಸದಂತಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪುನೀತ್ ಅವರ ಹಾದಿಯಲ್ಲೇ ನಡೆಯುವ ಮೂಲಕ ಕಷ್ಟದಲ್ಲಿರುವವರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಕೈಲಾದ ಸಹಾಯವನ್ನು ಮಾಡುವುದೇ ಅವರಿಗೆ ಸಲ್ಲಿಸುವ ಗೌರವ.

ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ 25 ವಿಧಾನಪರಿಷತ್ ಸ್ಥಾನಗಳಿಗೆ ಚುನಾವಣೆ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಭಾರತ ಚುನಾವಣಾ ಆಯೋಗವು ಚುನಾವಣಾ ನೀತಿ ಸಂಹಿತೆಯನ್ನು ಜಾರಿಗೊಳಿಸಿದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಈ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಸರ್ಕಾರದ ಯೋಜನೆಗಳು, ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಮೇಲೆ ಬೆಳಕು ಚೆಲ್ಲುವಂತಹ ಲೇಖನಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಸಂವಿಧಾನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ನಮಗೆ ದಕ್ಕಿರುವ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಹಕ್ಕಾಗಿರುವ ಮತದಾನ ಮಾಡುವ ಹಕ್ಕನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಸದ್ಭಕ್ತಿ ಮಾಡಿರಿ.

ಓದುಗರಿಗೆ ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಶುಭಾಶಯಗಳು.


ಡಾ|| ಪಿ. ಎಸ್. ಹರ್ಷ, ಐಪಿಎಸ್
ಪ್ರಧಾನ ಸಂಪಾದಕರು

ಪ್ರಧಾನ ಸಂಪಾದಕರು, ವಾರ್ತಾ ಜನಪದ, ವಾರ್ತಾ ಮತ್ತು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಇಲಾಖೆ,
#17, ವಾರ್ತಾ ಸೌಧ, ಭಗವಾನ್ ಮಹಾವೀರ ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು - 560 001. email : feedbackjanapada@gmail.com

ಹೃದಯದ ಮಾತು ಕೇಳಿ



ಸಂದರ್ಶನ:
ಮಂಜುನಾಥ್ ಚಾಂದ್

"ಹಿಂದೆ ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ವಯಸ್ಸಾದ ಅಷ್ಟ-ಅಮ್ಮನನ್ನು ಹೃದಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗೆಂದು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕರೆತರುತ್ತಿದ್ದರು. ಈಗ ಪಾಲಕರೇ ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕರೆತರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಕಳವಳದ ಸಂಗತಿ..."

ಹೀಗೆ ಆತಂಕದಿಂದಲೇ ಮಾತನ್ನು ಶುರುವಿಟ್ಟುಕೊಂಡರು ದೇಶದ ಖ್ಯಾತ ಹೃದಯ ತಜ್ಞರಾದ ಡಾ.ಸಿ.ಎನ್. ಮಂಜುನಾಥ್ ಅವರು. ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಜಯದೇವ ಹೃದ್ರೋಗ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ನಿರ್ದೇಶಕರಾಗಿರುವ ಮಂಜುನಾಥ್ ಅವರು ಸರಳತೆಗೆ, ಹೆಸರಾದವರು. ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಪದ್ಧತೀ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯನ್ನೂ ಪಡೆದಿರುವ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತಿಗೆ ಕುಳಿತರೆ ಹೃದಯ ಸಂವಾದವೇ ನಡೆದು ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಅವರು ತೆರೆದಿಟ್ಟಿರುವ ಹೃದಯದ ಮಾತುಗಳು ಇಲ್ಲವೆ. ಅವರ ಈ ಮಾತುಗಳು ಅನೇಕರ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರ ನೀಡುತ್ತದೆ, ಸಂವಾದಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಆಶಯ ನಮ್ಮದು.



ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಹೃದಯಾಘಾತದ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಗಣನೀಯ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಆತಂಕಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಹದಿಹರಯದವರೂ ಇದಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈ ರೀತಿಯ ದಿಢೀರ್ ಏರಿಕೆಗೆ ಕಾರಣ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವ ಕಾಲ ಬಂದಿದೆ.

ಇದೇನೂ ದಿಢೀರ್ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿರುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಅಲ್ಲ. ಕಳೆದ ಹತ್ತು-ಹದಿನೈದು ವರ್ಷಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಈ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿವೆ. ಇದು ಜೀವನಶೈಲಿ ಆಧಾರಿತ ರೋಗಗಳ ಗುಂಪಿಗೆ ಸೇರುತ್ತದೆ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಸೇರುವ ಎರಡನೇ ಕಾಯಿಲೆ ಎಂದರೆ ಮಧುಮೇಹ, ಮೂರನೆಯದು ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ನಾಲ್ಕನೆಯದು ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ಮತ್ತು ಐದನೆಯದು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಜೀವನಶೈಲಿಯ ರೋಗಗಳ ಸಾಲಿಗೆ ಸೇರಿರುವ ಇನ್ನೊಂದು ಬಹುಮುಖ್ಯ ಕಾಯಿಲೆ ಎಂದರೆ 'ಸ್ಟ್ರೀನ್ ಅಡಿಕ್ಷನ್ ಮತ್ತು ಲೋನಿಸಿಸ್' (ಸ್ಟ್ರೀನ್ ಚಟ ಮತ್ತು ಒಂಟಿತನ). ಆಧುನಿಕ ಜೀವನಶೈಲಿ ನೀಡಿರುವ ಕೊಡುಗೆ ಇದು.

ಸ್ಟ್ರೀನ್ ಅಡಿಕ್ಷನ್ ಅಂದ್ರೆ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಸ್ಟ್ರೀನ್ ಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುವುದು, ಸದಾ ಮೊಬೈಲ್ ನೋಡುತ್ತಲೇ ಇರುವುದು, ಗೇಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿಹೋಗುವುದು, ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾದಲ್ಲೇ ತಲ್ಲೀನರಾಗಿರುವುದು, ಟ್ಯಾಬ್‌ಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿರುವುದು. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಜೀವನಶೈಲಿ ಆಧಾರಿತ ಕಾಯಿಲೆ.

1960ರ ದಶಕದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡರೆ ಆ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇ.3 ರಷ್ಟಿತ್ತು. ಈಗ 20-21ರ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ನಗರದಲ್ಲಿ ಶೇ.8 ರಿಂದ 9ರಷ್ಟಿದೆ. ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಶೇ.5 ರಿಂದ 6ರಷ್ಟಿದೆ. ಹಿಂದೆ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ರೋಗವು ನಗರವಾಸಿಗಳ ಮತ್ತು ಕೇವಲ ತ್ರೀಮಂತರ ಕಾಯಿಲೆಯಾಗಿತ್ತು. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಹಳ್ಳಿ ಜನರಲ್ಲೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಹಳ್ಳಿ ಜನರ ಜೀವನಶೈಲಿ ಬದಲಾಗಿದೆ. ಹಳ್ಳಿ ಜನರಲ್ಲೂ ಸೋಮಾರಿತನ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿದೆ. ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಹಿಂದಿನಂತಿಲ್ಲ. ಈ ಎಲ್ಲ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಶೇ.20ರಷ್ಟು ಸಾವುಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಂದ.

ಹಿಂದೆಲ್ಲ ವಯಸ್ಸಾದ ಮೇಲೆ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಭಯವಿತ್ತು. ಈಗ ಇದು ಹದಿಹರಯದವರನ್ನೂ ಬಿಡುತ್ತಿಲ್ಲ.

ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಯು ಈಗ 'ನಂಬರ್ ಒನ್ ಕಿಲ್ಲರ್' ಆಗಿದೆ. ಬಹುಶಃ ಇದೇ ಟ್ರೆಂಡ್ ಮುಂದುವರಿದರೆ 2030ನೇ ಇಸವಿಯ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕಾಣುವುದು ಭಾರತದಲ್ಲಿ. ಹಾಗಾಗಿ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಜನರಲ್ಲಿ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ಕೆಲಸ ಆಗಬೇಕು. ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಚಿಕ್ಕಂದಿನಿಂದಲೇ ಈ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಹಿಂದೆ ಮಕ್ಕಳು ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆಂದು ತಮ್ಮ ತಂದೆ-ತಾಯಿಯರನ್ನು, ಹಿರಿಯರನ್ನು

ಆಸಕ್ತಿಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಿದ್ದರು. ಈಗ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳು, ಪೋಷಕರೇ ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಆತಂಕಕಾರಿ, ಕಳವಳಕಾರಿ ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಭಾವನೆ. 20-22 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನವರು, 24 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನವರು. ಇವತ್ತು ಶೇಕಡ 35ರಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದ ಹೃದಯಾಘಾತ 40 ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಚಿಕ್ಕವರಿಗಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಹಾಗಾಗಿ ಇದನ್ನು ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿ 'ಡಿಸೀಸ್ ಆಫ್ ನ್ಯಾಷನಲ್ ಇಂಪಾರ್ಟೆನ್ಸ್' ಅಂತಲೇ ಹೇಳಬೇಕಾಗಿದೆ. ಮಲೇರಿಯಾ, ಅಪೊಪ್ಸಿಕತೆ ಸೇರಿದಂತೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೋಗಗಳನ್ನು ಪಬ್ಲಿಕ್ ಹೆಲ್ತ್ ಪ್ರಾಜೆಂಟ್ ಎಂದು ಬಿಂಬಿಸಿದ್ದೇವೆ ಮತ್ತು ಹಾಗೆ ಭಾವಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಹೃದಯಾಘಾತವೇ ಅತಿಮುಖ್ಯವಾದ ಕಾಯಿಲೆ.

ಇಂಥಹ ಒಂದು ತೀವ್ರ ಸ್ವರೂಪದ ಬದಲಾವಣೆಗೆ ಕಾರಣಗಳು ಏನು?

ಇದಕ್ಕೆ ಹಲವಾರು ಕಾರಣಗಳಿವೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಎರಡು ವಿಭಾಗಗಳಾಗಿ ನಾವು ಮಾಡಬಹುದು. ಒಂದು ಕಾರಣವನ್ನು ನಾವು ಎಂದಿಗೂ ಬದಲಾಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ-ಅದು ವಯಸ್ಸು ಮೂವತ್ತು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಐವತ್ತು ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಚಿಕ್ಕವರಲ್ಲಿ ಹೃದಯಾಘಾತ ಬಹಳ ಅಪರೂಪವಾಗಿತ್ತು. ಈಗ ಅದು 45 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಇಳಿದಿದೆ. ಇನ್ನೊಂದು ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾದುದು ಎಂದರೆ ಫ್ಯಾಮಿಲಿಯ ಹಿನ್ನೆಲೆ. ವಂಶವಾಹಿಯಿಂದ ಬಂದಿರುವುದು. ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ



ನೆನಪಿರಲಿ ಐದು ಮಾನದಂಡ

ನಮ್ಮ ಹೃದಯದ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ ಐದು ಮಾನದಂಡಗಳನ್ನು ಯಾವತ್ತೂ ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ಒಂದು ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಇನ್ನೊಂದು ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆ ಪ್ರಮಾಣ, ಮೂರನೆಯದು ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್, ನಾಲ್ಕನೆಯದು ಶರೀರದ ತೂಕ ಮತ್ತು ಸೊಂಟದ ಸುತ್ತಳತೆ. ಐದನೆಯದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದುದು ಏನೆಂದರೆ ಅತಿ ಆಸೆ ಮತ್ತು ಅತಿ ಚಿಂತೆ ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುವುದು.

ಹೃದಯಾಘಾತ ಸಂಭವಿಸಿದ್ದರೆ ಅಂತಹ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರಲ್ಲಿ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಅಧಿಕ. ನಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನದ ಪ್ರಕಾರ ಶೇ.15ರಷ್ಟು ಹೃದಯಾಘಾತ ಆದವರಲ್ಲಿ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆ ಇರುವುದು ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ 80 ವಯಸ್ಸು ಮೀರಿದವರಿಗೆ ಹೃದಯಾಘಾತ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ಫ್ಯಾಮಿಲಿ ಹಿಸ್ಟರಿ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಐವತ್ತು ವರ್ಷದ ಒಳಗೇ ಆಗಿದ್ದರೆ ಅದು ಕೌಟುಂಬಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಿಂದ ಬಂದ ಕಾಯಿಲೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕೆ ಇನ್ನೊಂದು ಬಹುದೊಡ್ಡ ಕಾರಣ ಎಂದರೆ ಧೂಮಪಾನ. ನಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನದ ಪ್ರಕಾರ ಶೇ.60ರಷ್ಟು ಹೃದಯಾಘಾತವಾಗಿರುವುದು ಧೂಮಪಾನಿಗಳಲ್ಲಿ. ಈಗ ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿಯೇ

ಧೂಮಪಾನ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಕೂಲಿ ಕಾರ್ಮಿಕರಲ್ಲಿ, ಬಡವರಲ್ಲಿ ಜಾಸ್ತಿ ಇದೆ. ಮಧ್ಯಪಾನವೂ ಅಷ್ಟೇ, ನಗರಗಳಿಗಿಂತ ಹಳ್ಳಿ ಜನರಲ್ಲಿ ಗಣನೀಯ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಾ ಹೋದರೆ ಹಲವಾರು ಸಿಗುತ್ತವೆ.

ನೀವು ಹೇಳಿದ ಹಾಗೆ ಸೋಮಾರಿತ ಎನ್ನುವುದು ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿಯಾಗಿದೆ. ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಬಹಳಷ್ಟು ಜನ ಕೆಲಸವನ್ನೇ ಮಾಡದೇ ಕುಳಿತಿರುವ ದೃಶ್ಯ ಕಾಣುತ್ತದೆ.

ನಿಜ. ಸೋಮಾರಿಗಳಿಗೆ, ಜಡ ಮನಸ್ಸಿತ್ತಿಯವರಿಗೆ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಾಡುತ್ತಿದೆ. ಒಂದು ಅಧ್ಯಯನದ ಪ್ರಕಾರ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಶೇ.51ರಷ್ಟು ಜನ ಸೋಮಾರಿಗಳಾಗಿದ್ದಾರೆ! ಅದಕ್ಕೆ ಹಲವಾರು ಕಾರಣಗಳಿವೆ. ಹಿಂದೆ ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಜನ ದೇಹವನ್ನು ದಂಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಆವಾಗೆಲ್ಲ ಪ್ರತಿ ಮನೆಗೇ ಮುಂದೆ ಒಂದು ಸೈಕಲ್ ನಿಂತಿರುತ್ತಿತ್ತು. ಸಂತೆಗೆ ಸೈಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರು, ನೆಂಟರ ಮನೆಗೆ ಸೈಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೋಗೋರು, ಮಕ್ಕಳು ಶಾಲೆಗೆ ಸೈಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರು. ಈಗ ಎಲ್ಲರ ಮನೆಯ ಮುಂದೆ ಮೋಟಾರ್ ಬೈಕ್‌ಗಳು ಬಂದು ಕುಳಿತಿವೆ. ಏನೂ ಇಲ್ಲದವರ ಬಳಿಯೂ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಟಿವಿಎಸ್ ಇರುತ್ತದೆ. ಆಟೋ ಇರುತ್ತದೆ. ಜನ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದನ್ನೇ ಮರೆತಿದ್ದಾರೆ. ತಮಾಷೆ ಎಂದರೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡದೇ ಇರುವುದೇ ಕೆಲಸವಾಗಿ ಹೋಗಿದೆ. ಅದೇ ಜೀವನ ಎನ್ನುವ ಮನೋಭಾವನೆ ಜನರಲ್ಲಿ ಬಂದುಬಿಟ್ಟಿದೆ.

ಮದ್ಯಪಾನ, ಧೂಮಪಾನ, ಸೋಮಾರಿತನದ ಜೊತೆಗೆ ವಾಯುಮಾಲಿನ್ಯ ಕೂಡ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣ. ವಾಯುಮಾಲಿನ್ಯವೇ ಈಗ ಹೊಸ ರೂಪದ ತಂಜಾಕು. ಕಳೆದ ವರ್ಷದ ಮಾಹಿತಿಯ ಪ್ರಕಾರ ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 20 ಲಕ್ಷ ಜನ ವಾಯು ಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದ ಸತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅದೂ 2020ರ ಒಂದೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ. ಜನಸಾಮಾನ್ಯರು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರುವುದು ಏನು? ವಾಯುಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದ ಉಸಿರಾಟದ ಸಮಸ್ಯೆ ಬರುತ್ತೆ, ಕೆಮ್ಮು, ಬ್ರಾಂಕೈಟಿಸ್ ಬರುತ್ತೆ ಎಂದು ಅಂದುಕೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ವಾಯುಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದ ಹೃದಯಾಘಾತ

ಕೂಡ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು. ಮಾಲಿನ್ಯವಾದ ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಎರಡಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಅಂಶವಿದ್ದು ಖಿಂ ಕಣಗಳು ಉಸಿರಾಟದ ಮೂಲಕ ದೇಹದ ಒಳಗೆ ಹೋಗಿ ರಕ್ತನಾಳವನ್ನು ಸೇರಿಕೊಂಡು ಅಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಹೆಮ್ಮುಗಟ್ಟುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಅದೂ ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣ.

ಇದರ ಜೊತೆ ಇನ್ನೊಂದು ಅಂಶವನ್ನು ನಿಮಗೆ ಹೇಳಬೇಕು. ಆಗಲೇ ನಮ್ಮ ಆಹಾರವನ್ನು ನಾವೇ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಅವೆಲ್ಲವೂ ಸಾವಯವ ಗೊಬ್ಬರದಿಂದ. ಆದರೆ ಈಗ ನಾವು ಯಥೇಚ್ಛವಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಿರುವುದು ಕೀಟನಾಶಕವನ್ನು. ಇದು ಕೀಟವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಕೊಲ್ಲುತ್ತಿಲ್ಲ. ಮನುಷ್ಯರನ್ನು ಕೂಡ ಕೊಲ್ಲುತ್ತಿದೆ. ಮನುಷ್ಯ ಕೂಡ ಒಂದು ಕೀಟನೇ, ಬುದ್ಧಿ ಇರುವ ಕೀಟ! ಹೀಗಾಗಿ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಆಹಾರದಲ್ಲಿಯೇ ಸಣ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ವಿಷವನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ.

ನಾವು ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರದಲ್ಲಿನ ಕೊಬ್ಬಿನ ಅಂಶ ಕೂಡ ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕೆ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ ಅಲ್ಲವೇ?

ನಾವು ಆಹಾರದಲ್ಲಿರುವ ಕೊಬ್ಬಿನ ಅಂಶದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಮೂರು ಅಂಶವನ್ನು ಜಾಸ್ತಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಅದು ವಿಷಕಾರಿಯಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಸಕ್ಕರೆ, ಸಿಹಿತಿಂಡಿ ಮತ್ತು ಕೊಬ್ಬಿನಂಶ. ಕೊಲೆಸ್ಟಾಲ್‌ಗಿಂತ ಅತ್ಯಂತ ಕೆಟ್ಟದು ಅಂದರೆ ಸಕ್ಕರೆ. ಈಗ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಸಮಾರಂಭಗಳಿಗೆ ತರಾವರಿ ಸಿಹಿತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಫ್ಯಾಷನ್ ಆಗಿಹೋಗಿದೆ. ಅದನ್ನು ಮುಗಿಬಿದ್ದು ನಾವು ತಿನ್ನುತ್ತೇವೆ.

ಒಂದು ಸಂಗತಿಯನ್ನು ನಿಮಗೆ ಹೇಳಬೇಕು, ಕೇವಲ ಆಹಾರ ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಕೊಲೆಸ್ಟಾಲ್ ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಶೇ.70ರಷ್ಟು ಕೊಲೆಸ್ಟಾಲ್ ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿಯೇ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಮೆಟಬಾಲಿಕ್ ಫ್ಯಾಕ್ಟರ್ ಅನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಇನ್ನು 30ರಷ್ಟು ಭಾಗ ತಿನ್ನುವ ಆಹಾರದ ಕೊಡುಗೆ. ಕೊಲೆಸ್ಟಾಲ್‌ಗೂ ದೇಹದ ತೂಕಕ್ಕೂ ಯಾವುದೇ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ. ನಾನು ಸಣ್ಣಗಿದ್ದೇನೆ, ನನಗೆಲ್ಲಿ ಕೊಲೆಸ್ಟಾಲ್ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದುಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ ಬಹುತೇಕರು. ಆದರೆ ಇದು ಶುದ್ಧ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ. ತೂಕ ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದೂ ಕೊಲೆಸ್ಟಾಲ್ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ವಂಶವಾಹಿಗಳ ರೂಪಾಂತರದಿಂದಾಗಿ ಕೊಲೆಸ್ಟಾಲ್ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿಯೇ ಬರುತ್ತಿದೆ. ಒಂದು ಸರಳವಾದ ಲೆಕ್ಕವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ ಕೇಳಿ; ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಕೊಲೆಸ್ಟಾಲ್ ಶೇಕಡೆ ಒಂದರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾದರೆ ಹೃದಯಾಘಾತವಾಗುವ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇ.2ರಷ್ಟು ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ.



ಬಹುಶಃ ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಒತ್ತಡ ರಹಿತವಾದ ಜೀವನವೇ ಇಲ್ಲವೇನೋ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಾವು ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಸ್ಟ್ರೆಸ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು?

ಒತ್ತಡಗಳು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬಹುದೊಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇವತ್ತು ಆಧುನಿಕತೆಯ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ನಗರೀಕರಣ, ವ್ಯಾಪಾರೀಕರಣ, ಕೈಗಾರೀಕರಣವಾಗಿದೆ. ಇದೆಲ್ಲದರ ನಡುವೆ ಸೋಮಾರಿಕರಣವೂ ಆಗಿದೆ. ಇದೆಲ್ಲ ಕಾರಣದಿಂದ ಒತ್ತಡ ಎನ್ನುವುದು ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿ. ಬಡವನಿಗೆ ಅವನದೇ ಆದ ಒತ್ತಡ, ಶ್ರೀಮಂತನೇನು ಸುಖವಾಗಿದ್ದಾನೆಯೇ? ಇಲ್ಲ. ಅವನಿಗೆ ಅವನದ್ದೇ ಆದ ಬೇರೆ ರೀತಿಯ ಒತ್ತಡ. ಈ ಒತ್ತಡವೂ ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಧೂಮಪಾನ ಇದ್ದಂತೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಭವಿಷ್ಯದ ಒತ್ತಡ, ಕೆಲಸಗಾರರಿಗೆ ಇನ್ನೊಂದು ರೀತಿಯ ಒತ್ತಡ.

ನಮ್ಮ ಜೀವನಚಕ್ರವನ್ನೇ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಮೊದಲ ಹತ್ತು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಷ್ಟು ವಯಸ್ಸಷ್ಟು ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಹತ್ತರಿಂದ 20 ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಕ್ಸ್ ಎಷ್ಟು ಬಂತಪ್ಪಾ ಎಂದು ಕೇಳಿ. 20ರಿಂದ 30 ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಸಂಬಳ ಎಷ್ಟಪ್ಪಾ ಎಂದು ಕೇಳಿ. 30 ರಿಂದ 50 ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಆಸ್ತಿ ಎಷ್ಟು, ಸಂಪತ್ತೆಷ್ಟು ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಮಾಡಿ. ಐವತ್ತರಿಂದ ಆರವತ್ತು ವಯಸ್ಸಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಬ್ಲಡ್ ಶುಗರ್ ಎಷ್ಟು, ಬಿಪಿ ಎಷ್ಟು ಎಂದು ಕೇಳಲು ಶುರು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಆರವತ್ತಾಯಿತೋ ನಿಮ್ಮ ಪೆನ್ಷನ್ ಎಷ್ಟು ಮತ್ತು ಎಪ್ಪತ್ತಾದರೆ ಸಾಕು ಮತ್ತೆ ವಯಸ್ಸಷ್ಟು ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತೇವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಜೀವನದ ಎಲ್ಲ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಒತ್ತಡ ಸರ್ವೇ ಸಾಮಾನ್ಯ ಎಂಬಂತಾಗಿದೆ.



ಪುನೀತ್ ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕೆ ಜಿನೆಟಿಕ್ ಅಂಶವೇ ಕಾರಣ

ಪುನೀತ್ ರಾಜ್ ಕುಮಾರ್ ಅವರು ಒಬ್ಬ ಸ್ವಸ್ಥ ಮನಸ್ಸಿನ ಮತ್ತು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ದೇಹಾರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಯ್ದುಕೊಂಡವರು. ಹಾಗಿದ್ದೂ ಹೃದಯಾಘಾತ ಸಂಭವಿಸಿತು. ಹಾಗಾದರೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ರಮಕ್ಕೂ ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕೂ ಸಂಬಂಧ ಇಲ್ಲವೇ?

ಪುನೀತ್ ರಾಜ್‌ಕುಮಾರ್ ಅವರು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಸದೃಢರಾಗಿದ್ದರು. ಒಳ್ಳೆಯ ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಜೀವನಶೈಲಿಯೂ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು. ಆದರೆ ದುರದೃಷ್ಟವಶಾತ್ ಹೃದಯಾಘಾತದಿಂದ ನಿಧನರಾದರು. ಇಲ್ಲಿ ಜೀವನ ಕ್ರಮಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಪುನೀತ್ ಅವರಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದಾದ ರಿಸ್ಕ್ ಫ್ಯಾಕ್ಟರ್ ಒಂದೇ ಒಂದು. ಅದು ಕೌಟುಂಬಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆ, ಆನುವಂಶಿಕ ಕಾರಣ ಹಾಗಾಗಿ ಅವರಲ್ಲಿ ಹೃದಯಾಘಾತ ಸಂಭವಿಸಲು ಫ್ಯಾಮಿಲಿ ಹಿಸ್ಟರಿಯೇ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ.

ಆದರೆ ವ್ಯಾಯಾಮವೇ ಮಾಡಬಾರದು ಎನ್ನುವ ವಾದವೆಲ್ಲ ಸರಿಯಲ್ಲ. ವ್ಯಾಯಾಮ ಬಹಳ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡಬಾರದು, ಜಿಮ್‌ಗೆ ಹೋಗಬಾರದು ಎಂಬೆಲ್ಲ ವಾದಗಳು ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾದಲ್ಲಿ ಕೇಳಿಬರುತ್ತಿವೆ. ಪ್ರತಿ ದಿನ 40ರಿಂದ 45 ನಿಮಿಷ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದು ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಎಲ್ಲ ಅಧ್ಯಯನಗಳ ಪ್ರಕಾರ ತಿಳಿಯುವ ಅಂಶವೇನೆಂದರೆ, ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಕನಿಷ್ಠ ಹತ್ತು ವರ್ಷ ಆಯುಷ್ಯ ವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು. ಹಾಗಂತ ಯಾವುದನ್ನೂ ಅತಿಯಾಗಿ ಮಾಡಬಾರದು, ಮಿತಿಯಾಗಿರಬೇಕು. ಜಿಮ್‌ಗೆ ಹೋದಾಗ ಮಧ್ಯಮಗತಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ತೀವ್ರ ಸ್ವರೂಪದ (High intensity) ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ.

ಅಂದರೆ ಯಾವುದೇ ಜಿಮ್‌ಗೆ ಸೇರುವ ಮೊದಲು ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ಹೃದಯದ ತಪಾಸಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಅವರ ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಎಷ್ಟಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಜಿಮ್‌ನಲ್ಲಿ ಭಾರ ಎತ್ತುವ ಮುಂತಾದ ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನು ಮಾಡಿಸುವಾಗ ಅವರ ಶರೀರ ತೂಕಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ನಾವು ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನಲ್ಲಿ ಟೀಲರ್ ಮೇಡ್ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಅವರ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಶಿಷ್ಟಾಚಾರವನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಲ್ಲದೇ ಎರಡು, ಮೂರು, ನಾಲ್ಕು ಗಂಟೆ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನೆಲ್ಲ ಮಾಡಲು ಹೋಗಬಾರದು. ಕೆಲವರು ಏಕಾಏಕಿ ಟ್ರೆಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ನಿಜಕ್ಕೂ ಅವರಿಗೆ ರೂಢಿನೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಹಠಾತ್ತಾಗಿ ಐದು ಆರು ತಾಸು ಟ್ರೆಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾಡುವುದು, ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ವೇಗವಾಗಿ ಬೆಟ್ಟ ಹತ್ತುವುದು, ಇವೆಲ್ಲ ಮಾಡಬಾರದು. ಇಂಥದ್ದರಲ್ಲೆಲ್ಲ ಸ್ಪರ್ಧೆ ಇರಬಾರದು. ಸ್ಪರ್ಧೆ ಯಾವುದರಲ್ಲೂ ಇರಬಾರದು ಬಿಡಿ. ಜೀವನದಲ್ಲೇ ಸ್ಪರ್ಧೆ ಇರಬಾರದು, ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಒಂದು ಇತಿಮಿತಿ ಇರಬೇಕು.

ಜಿಮ್‌ನಲ್ಲಿಯೂ ಕೂಡ ಸ್ಪಿರಾಯ್ಡ್ ಕೊಡುವುದು ಮುಂತಾದ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಮಾತಿದೆ. ಈ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಕರಣಗಳ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೂ ಒಂದಷ್ಟು ತರಬೇತಿ ಉತ್ತಮ ಅಲ್ಲವೇ?

ಅದಕ್ಕೆ ನಾವು ಯಾವತ್ತೂ ಹೇಳುವ ಮಾತು ಅಧಿಕ ಪ್ರೋಟೀನ್ ಡಯೆಟ್‌ನ್ನು ಸಿಕ್ಕಾಪಟ್ಟಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಈ ರೀತಿ ಅಧಿಕವಾಗಿ ಸೇವನೆ ಮಾಡಿದರೆ ಅದು ರಕ್ತನಾಳವನ್ನು ದುರ್ಬಲ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅಧ್ಯಯನವೇ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ತರಕಾರಿ ಸೇವನೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಹಣ್ಣು, ಹಣ್ಣಿನರಸ, ಕಾಳುಗಳನ್ನು ಸೇವನೆ ಮಾಡುವುದು ಉತ್ತಮ. ಕಾಳುಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರೋಟೀನ್ ಇದೆ. ಮೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಪ್ರೋಟೀನ್ ಇರುವುದರಿಂದ ಮೊಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಸೇವನೆ ಮಾಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಇದರ ನಡುವೆಯೂ ನಮ್ಮ ಕೆಟ್ಟ ಸ್ವಭಾವ ಏನೆಂದರೆ ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಿ ನೋಡುವುದು. ಅವರು ಹಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಇವರು ಹೀಗಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಂತೆ ನಾವಾಗಬೇಕು ಎಂಬ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಿ ಜೀವನ ನಡೆಸುವ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದೇವೆ. ಇದರಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸಂತ್ರಸ್ತಿಯೇ ಕಾಣೆಯಾಗಿದೆ. ಸಮಾಧಾನ ಇಲ್ಲ, ನೆಮ್ಮದಿ ಇಲ್ಲ. ಇಂತಹ ಮನಸ್ಸಿನ ಮನೋಭಾವ ಕೂಡ ನಮ್ಮ ಹೃದಯದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ Hurry, worry, curry ಇವು ಮೂರೂ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಜನರು ಹೇಗಾಗಿದ್ದಾರೆ ಎಂದರೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಮೊದಲ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿಯೇ ಆಗಿಬಿಡಬೇಕು. ತಾಳ್ಮೆ ಎನ್ನುವುದು ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ. ಬೇಗ ಬೇಗ ಶ್ರೀಮಂತರಾಗಬೇಕು, ಅತಿವೇಗದಲ್ಲಿ ಹಣ ಗಳಿಸಬೇಕು, ಬೇಗ ಬೇಗ ಪ್ರಮೋಷನ್ ಬರಬೇಕು, ಬೇಗ ಬೇಗ ಪದವಿಗಳು ಸಿಗಬೇಕು, ಈ ಆತುರ, ಧಾವಂತ ಏನಿದೆ, ಇವೆಲ್ಲವೂ ಭಾರವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುವುದು ಹೃದಯದ ಮೇಲೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಇಂತಹ ಒತ್ತಡದ ಜೀವನದಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಮಾರ್ಗಗಳಾದರೂ ಏನು?

ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ತಾಳ್ಮೆ ಇರಬೇಕು. ಮನುಷ್ಯನಿಗಿರುವ ಸೂಪರ್ ಪವರ್ ಏನೆಂದರೆ ತಾಳ್ಮೆ ಎಲ್ಲ ಯಶಸ್ವೀ ಮನುಷ್ಯರನ್ನು ಸಾಧಕರನ್ನು ನೋಡಿಕೊಂಡು ಬನ್ನಿ. ಅವರೆಲ್ಲರ ಸಾಧನೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುವುದು ತಾಳ್ಮೆ, ಮೌನ ಮತ್ತು ಮುಗುಳ್ಳುಗು. (Patience, Silence and Smile). ತಾಳ್ಮೆ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಮೌನ ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಮುಗುಳ್ಳುಗು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹಾರ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಹಂತ ಹಂತವಾಗಿ ಉನ್ನತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಹತ್ತು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಹತ್ತೇ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಿ ಪೂರೈಸಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಧಾವಂತ ಇದೆಯಲ್ಲ, ಅದು ಎಂಥವರನ್ನೇ ಆಗಲಿ ಸಹಜವಾಗಿ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕುವಂತೆ



ಮಾಸ್ಟೇ ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿ.

ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಇರೋದರಲ್ಲಿಯೇ ಸಂತ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕು. ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಮನುಷ್ಯನಿಗೂ ಎಲ್ಲವೂ ಇದೆ, ಆದರೆ ಸಂತ್ಯಾಪ್ತಿ ಮಾತ್ರ ಇಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಅಸಂತ್ಯಾಪ್ತ ಜೀವನವೇ ಕಾರಣ.

ಕೊರೊನಾಕ್ಕೆ ನಾವು ಎಷ್ಟು ಹೆದರಿದ್ದವೋ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕೆ ಹೆದರುವಂತಾಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಕೊರೊನಾದ ಪಾಲು ಇದೆಯಾ? ಇದ್ದರೆ ಅದರ ಪ್ರಮಾಣ ಎಷ್ಟಿರಬಹುದು?

ಇಲ್ಲ ಹಾಗೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಕೊರೊನಾ ಬಂದ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಬದುಕು ಪರ್ಸೆಂಟ್ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿರಬಹುದು. ಕೊರೊನಾ ಬಂದಾಗ ಜನರಿಗೆ ತುಂಬಾ ಭಯ, ಆತಂಕ ಉಂಟಾಯಿತು. ಕೊರೊನಾ ಒಂದು ಶ್ವಾಸಕೋಶಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕಾಯಿಲೆ ಎಂದು ನಾವು ಅಂದುಕೊಂಡಿದ್ದು. ಆದರೆ, ಇದು ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವ ಕಾಯಿಲೆ ಕೂಡ ಆಗಿತ್ತು. ಕೊರೊನಾದಿಂದ ವಾಸಿಯಾದವರ ಶ್ವಾಸನಾಳಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವುದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬಂದಿತು. ಶೇ.5ರಷ್ಟು ಹೃದಯಾಘಾತಗಳು ಈ ಕೊರೊನಾದಿಂದ ಆಗಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಹೃದಯದ ರಕ್ತನಾಳದಲ್ಲಿ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಿದ್ದರೆ ಹೃದಯಾಘಾತವಾಗುತ್ತದೆ. ಮಿದುಳಿನ ರಕ್ತನಾಳದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಿದರೆ ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾಲಿನ ರಕ್ತನಾಳದಲ್ಲಿ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಿದ್ದರೆ ಗ್ಯಾಂಗ್ರೀನ್ ಕೂಡ ಆಗಬಹುದು ಅಥವಾ ತೀವ್ರ ಸ್ವರೂಪದ ಕಾಲಿನೋವು ಬರುತ್ತದೆ.

ಹಾಗಾಗಿ ಹೃದಯಾಘಾತದಲ್ಲಿ ಕೊರೊನಾದ ಕೊಡುಗೆ ಇದೆಯಾದರೂ ಅದರ ಪ್ರಮಾಣ ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆ. ನೂರು ಜನರಿಗೆ ಕೊರೊನಾ ಬಂದಿದ್ದರೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಕೇವಲ ಮೂರು ಜನರಿಗೆ ಆ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿರಬಹುದು.

ಕೊರೊನಾ ಮೂರನೇ ಅಲೆಯ ಆತಂಕ ಈಗಲೂ ಇದೆ. ಲಸಿಕೆ ಪಡೆದಿರುವುದರಿಂದ ಇದರ ಪ್ರಮಾಣ ತಗ್ಗಬಹುದೇ?

ಈಗ ಎರಡನೇ ಡೋಸ್ ಲಸಿಕೆ ಕೇವಲ ಶೇ.55 ಜನರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಆಗಿದೆ. ಇನ್ನೂ ಸಾಕಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ಆಗಬೇಕಿದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಯಾರೆಲ್ಲ ಎರಡನೇ ಡೋಸ್ ಲಸಿಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿಲ್ಲ ಅವರೆಲ್ಲ ತಗೋಬೇಕು. ಯಾಕೆಂದರೆ ರಷ್ಯಾದಲ್ಲಿ ಈಗಲೂ ಕೂಡ ಕೊರೊನಾ ಸೋಂಕು ಜಾಸ್ತಿ ಇದೆ. ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಸಾವಿನ ಸಂಖ್ಯೆ ಅಲ್ಲಿ ಜಾಸ್ತಿ ಇದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಮೂಲ ಕಾರಣ ಏನೆಂದರೆ ರಷ್ಯಾದಲ್ಲಿ ಶೇ.75ರಷ್ಟು ಜನ ಲಸಿಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿಲ್ಲ. ಜರ್ಮನಿಯಲ್ಲಿ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ಅಲ್ಲಿ ಸೋಂಕಿನ ಸಂಖ್ಯೆ ಜಾಸ್ತಿಯಿದ್ದರೂ ಸಾವಿನ ಸಂಖ್ಯೆ ಕಡಿಮೆ ಇದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಜನರು ಎರಡನೇ ಡೋಸ್ ಲಸಿಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕೊರೊನಾ ಇನ್ನೂ ಜೀವಂತವಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಈಗಲೂ ಕೇಸ್‌ಗಳು ಬರುತ್ತಲೇ ಇದೆ. ಲಸಿಕೆ ಕಡ್ಡಾಯ. ಆದರೆ ಮೂರನೇ ಅಲೆ ಬಗ್ಗೆ ಈಗಲೂ ಏನೂ ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇದು ಪ್ರಾಂಡಿಮಿಕ್ ಹೋಗಿ ಎಂಡಿಮಿಕ್ ಕೂಡ ಆಗಬಹುದು. ಆದರೂ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ನಾವು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು. ವೈರಸ್ ಏನಾದರೂ ಹೊಸ ರೂಪಾಂತರವನ್ನು ಪಡೆದು ಬಂದೂ ಬಿಡಬಹುದು. ಜನ ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸುವುದನ್ನು ಬಿಡಬಾರದು. ನಾನು ಈ ಹಿಂದೆ ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ, ಈಗಲೂ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿ ಯಾರು ಅಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯವರೂ ಅಲ್ಲ, ಮಕ್ಕಳೂ ಅಲ್ಲ, ಫ್ರೆಂಡ್ಸ್ ಅಲ್ಲ, ನಿಮ್ಮ ಡಾಕ್ಟರ್ ಅಲ್ಲ, ಈ ಮಾಸ್ಟೇ ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿ.

ಕೋವಿಡ್ ಲಸಿಕೆಯದ್ದೇನಾದರೂ ಪ್ರತಿಕೂಲ ಪರಿಣಾಮ ಇದೆಯೇ?

ಇಲ್ಲ ಇಲ್ಲ. ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಇಲ್ಲ. ಕೋವಿಡ್ ವ್ಯಾಕ್ಸಿನ್ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆ. ಅದರಿಂದ ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಯೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಅದು ಹತ್ತು ಲಕ್ಷಕ್ಕೆ ಒಬ್ಬರಿಗೋ ಇಬ್ಬರಿಗೋ ಅಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿರಬಹುದು ಅಷ್ಟೇ.

ಇನ್ನೂ ಐವತ್ತು ದಾಟದಿರುವ ಪುನೀತ್ ರಾಜ್‌ಕುಮಾರ್ ಸಾವು ಮತ್ತು ಭಾಷಣ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗಲೇ ಮೃತಪಟ್ಟ ಸಂಗನಬಸವನ ಸ್ವಾಮೀಜಿ. ಈ ಎರಡೂ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಒಂದು ಭಿನ್ನ. ಇದರಿಂದ ನಾವು ಕಲಿಯಬೇಕಾದ ಪಾಠ ಏನು ಡಾಕ್ಟರ್?

ಹೃದಯಾಘಾತದ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣ ಇರುವುದೇ ಹಾಗೆ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಹೃದಯಾಘಾತವಾದಾಗ ಅದು ಸಮಯವನ್ನೇ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾಕೆಂದರೆ ಹೃದಯದಲ್ಲೂ ಕೂಡ ಕರೆಂಟ್ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ನಾವು ಎಲೆಕ್ಟ್ರಿಕಲ್ ಆಕ್ಟಿವಿಟಿ ಅಂತ ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಹೃದಯ ಮಿಡಿಯುತ್ತಿರುವುದೇ ಇಂತಹ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಿಕಲ್ ಆಕ್ಟಿವಿಟಿಯಿಂದ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಹೃದಯದ ಬಡಿತ ಒಂದು ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ ಎಪ್ಪತ್ತರಿಂದ ಎಂಭತ್ತು ಇರುತ್ತದೆ. ಭಯ-ಗಾಬರಿಯಾದಾಗ ತೊಂಭತ್ತಕ್ಕೆ ಏರಿಬಹುದು. ಹೃದಯಾಘಾತವಾದಾಗ ಏಕಾಏಕಿ ಹೃದಯದ ಬಡಿತ 300 ರಿಂದ 400ಕ್ಕೆ ಏರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಹೃದಯ ಮಿಡಿಯುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಸುಮ್ಮನೇ ಶೇಕ್ ಆಗುತ್ತದೆ ಅಷ್ಟೇ. ಆಗ ಹೃದಯದಿಂದ ರಕ್ತ ಹೊರಗಡೆಗೆ ಬರುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ನಾವು Ventricular fibrillation ಅಥವಾ cardiac arrest ಅಥವಾ ಹೃದಯ ಸ್ತಂಭನ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ.

ಹಾಗಂತ ಹೃದಯಾಘಾತ ಆದವರಿಗೆಲ್ಲ cardiac arrest ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾರೋ ಕೆಲವರಿಗೆ ಅದೃಷ್ಟವೇ ಇಲ್ಲದಂಥವರಿಗೆ ಸಮಯವನ್ನೇ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಹೃದಯಾಘಾತವಾದವರಲ್ಲಿ ಕೆಲವರಿಗೆ ಮೂರೇ ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ, ಐದೇ ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ ಹೃದಯ ನಿಂತು ಹೋಗಬಹುದು. ಅವರಿಗೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗುವಷ್ಟೂ ಸಮಯ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮನೆಯಲ್ಲಿದ್ದೇ ಅಥವಾ

ಸಾಂತ್ವನ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿದ್ದ ಅವಿಭಜಿತ ಕುಟುಂಬ ಈಗ ಗಂಡ-ಹೆಂಡತಿಯೇ ಜಾಯಿಂಟ್ ಫ್ಯಾಮಿಲಿ!

ಇಂದು ಬಹಳಷ್ಟು ಜನ ಒಂಟಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಹಿಂದೆ ನಮ್ಮ ದೇಶದ, ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಕಾರದ, ನಮ್ಮ ಸಂಪ್ರದಾಯದ ಬೆನ್ನೆಲುಬು ಏನಾಗಿತ್ತು ಎಂದರೆ ಅದು ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಕುಟುಂಬ. ಒಂದೇ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಹದಿನೈದು-ಇಪ್ಪತ್ತು ಜನ, 25 ಜನ ಇರೋರು. ಮನೆಯೇ ಒಂದು ಸಮುದಾಯ ಭವನ, ಮನೆಯೇ ಒಂದು ಶಿಶು ವಿಹಾರ, ಮನೆಯೇ ಒಂದು ಕೌನ್ಸಿಲಿಂಗ್, ಸಾಂತ್ವನ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿತ್ತು. ಏನಾದರೂ ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯವಿತ್ತೋ ಅಲ್ಲೇ ಪರಿಹಾರ ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಯಾರಾದರೂ ಮುನಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಅಲ್ಲೇ ಸಮಾಧಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಎಲ್ಲರೂ ಜೊತೆ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿಯೇ ದುಡಿಯುತ್ತಿದ್ದರು. ಈಗ? ಅವಿಭಜಿತ ಕುಟುಂಬದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನವೇ ಬದಲಾಗಿ ಹೋಗಿದೆ. ಗಂಡ-ಹೆಂಡತಿ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವುದೇ ಜಾಯಿಂಟ್ ಫ್ಯಾಮಿಲಿ ಎನ್ನುವಂತಾಗಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಒತ್ತಡದ ಸ್ಥಿತಿ. ಒಂದು ಮಗುವಾಯಿತೋ ಅದನ್ನು ಸಾಕುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬ ಒತ್ತಡ, ಗಂಡ-ಹೆಂಡತಿ ನಡುವೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಇಲ್ಲದ ಜೀವನ.

ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವೇ ಆಗಿದ್ದ ಅವಿಭಜಿತ ಕುಟುಂಬಗಳು ಕುಶನ್ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದವು. ಹೀಲಿಂಗ್ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದವು. ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಶೈಲಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಅವಿಭಜಿತ ಕುಟುಂಬಗಳು ಒಡೆದು ಚೂರಾಗಿರುವುದೇ ಮೂಲ ಕಾರಣ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ, ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಇಬ್ಬರೇ ಇದ್ದಾಗ, ಜಗಳ ಉಂಟಾಯಿತು ಅಂತಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಗಂಡ-ಹೆಂಡತಿ ಇಬ್ಬರಿಗೂ ಫಾಲ್ ಪ್ರೆಸ್ಟೀಜ್. ನಾನ್ಯಾಕೆ ಮಾತಾಡಿಸಬೇಕು ಅವನೇ ಮಾತಾಡಲಿ ಎಂಬ ಬಿಗುಮಾನ. ಅದೇ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮೂರನೆಯವರು ಇದ್ದಾಗ ಅಲ್ಲೇ ರಾಜಿ ಸೂತ್ರಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದವು. ಇಂದು ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯಗಳೇ ದೊಡ್ಡ ಕಂದಕಗಳಾಗಿ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತಿವೆ. ಕೌಟುಂಬಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೇ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುತ್ತಿವೆ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಮನಸ್ಸಿನ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದು. ಇದು ಕೆಳಯಾಗುತ್ತ ಹೋದ ಹಾಗೆ ಹೃದಯದ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡ ಬೀಳುತ್ತದೆ. ಈ ಒತ್ತಡವೇ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ತಂದುಹಾಕುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದರಲ್ಲಿ ಅನುಮಾನವೇ ಇಲ್ಲ.

ದಾರಿಯಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಕಷ್ಟ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರಿಗೆ ಹೃದಯಾಘಾತವಾದಾಗ ಅವರು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗ್ತಾರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ, ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಿದ ರಕ್ತ ವಿಸರ್ಜನೆಗೆ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಕೊಡ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ಪ್ರಕರಣಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡು ಮೂರು ಗಂಟೆ ತನಕವೂ ಅವಕಾಶವಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವರಿಗೆ ಐದು ನಿಮಿಷವೂ ಕಾಲಾವಕಾಶ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕೂ cardiac arrest ಗೂ ಸಾಕಷ್ಟು ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿರುತ್ತದೆ. ಹೃದಯಾಘಾತ ಎಂದರೆ ಏನು?

ಹೃದಯ ಬೀಟ್ ಆಗ್ತಾ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಪ್ರಜ್ಞೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಉಸಿರಾಟ

ಇರುವುದಿಲ್ಲ. cardiac arrestಗೆ ಹೃದಯಾಘಾತ ಒಂದು ಕಾರಣ. ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಯಾರಿಗೇ ಆಗಲಿ ಜೀವ ಹೋಗುವುದು cardiac arrest ನಿಂದಲೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇರಬಹುದು, ಕೋವಿಡ್ ಅಥವಾ ಮಿದುಳು ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಯಾಗಿರಬಹುದು ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ಕಾಯಿಲೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಕೂಡ ಜೀವ ಹೋಗುವುದು cardiac arrest ನಿಂದಲೇ. ಅಂದರೆ ಹೃದಯದ ಕಾರ್ಯ ನಿಂತು ಹೋಗುವುದರಿಂದಲೇ ಜೀವ ಹೋಗುವುದು. Life ends with cardiac arrest.

ಹೃದಯಾಘಾತ ಸಂಭವಿಸಿದೆ ಅಥವಾ ಸಂಭವಿಸಲಿದೆ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾಗುವುದು ಹೇಗೆ? ಅದರ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಯಾವುವು?

ಹೃದಯಾಘಾತದ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜನರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಅರಿವನ್ನು ಮೂಡಿಸುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ನಾವು ಮಾಡಬೇಕು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೃದಯಾಘಾತವಾದಾಗ ಎದೆಯ ಎಡಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋವು, ಎದೆಯ ಮಧ್ಯಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋವು, ಎದೆಯಲ್ಲಿ ಇಪ್ಪತ್ತು ಮುತ್ತು ಕೇಜಿ ಭಾರ ಇಟ್ಟಂತಹ ಅನುಭವ ಆಗುವುದು, ಇನ್ನು ಕೆಲವರಿಗೆ ಹೃದಯಾಘಾತವಾದಾಗ ದವಡೆಯಲ್ಲಿ, ಗಂಟಲಲ್ಲಿ ನೋವು ಬರಬಹುದು. ಕೆಲವರಿಗೆ ಬೆನ್ನಿನ ಮೇಲಿನ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋವು ಬಂದು ವಾಂತಿಯಾಗಿ, ಮೈಯೆಲ್ಲ ಬೆವರುವುದು ಆಗಬಹುದು. ಮೇಲ್ನೋಟಕ್ಕೆ ಅದನ್ನು ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರಿಕ್, ಆಸಿಡಿಟಿ ಎಂದು ತಪ್ಪು ತಿಳಿಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಹೃದಯಾಘಾತವಾಗಿದೆ ಎಂಬ ಸಣ್ಣ ಅನುಮಾನ ಬಂದಾಗಲೂ ಕೂಡ ತಡಮಾಡಬಾರದು. ಹತ್ತಿರದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೊರಟುಬಿಡಬೇಕು.

ಹಾಗಾದರೆ ಗೋಲ್ಡನ್ ಹವರ್ ಎನ್ನುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಇದೆಯೇ? ಅಂತಹ ಗೋಲ್ಡನ್ ಹವರ್ ಗೊತ್ತಾಗದೇ ಹೋದರೆ ಏನು ಮಾಡುವುದು? ಅದರ ಸೂಚನೆಗಳು ಯಾವುವು?

ಇದೆ, ಗೋಲ್ಡನ್ ಹವರ್ ಎನ್ನುವುದು ಇದ್ದೇ ಇದೆ. ಹೃದಯಾಘಾತವಾದಾಗ ಮೊದಲ ಮೂರು ಗಂಟೆ ಅಥವಾ ಒಂದು ಗಂಟೆಯನ್ನು ನಾವು ಗೋಲ್ಡನ್ ಹವರ್ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಗೋಲ್ಡನ್ ಹವರ್‌ನಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಟ್ಟರೆ ಸಾವಿನ ಪ್ರಮಾಣ ಗಣನೀಯ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಎರಡನೆಯ ಅಂಶ ಏನೆಂದರೆ ಹೃದಯದ ಶಕ್ತಿ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ. ರೋಗಿ ಬದುಕುಳಿಯಬೇಕು ಎನ್ನುವುದೇ ಬಹುಮುಖ್ಯ ಅಂಶ. ಹೃದಯದ ಶಕ್ತಿ ಮೊದಲಿನ ರೀತಿಯೇ ಇರಬೇಕು ಎನ್ನುವುದು ಮುಖ್ಯ.



ಈ ಗೋಲ್ಡನ್ ಹವರ್ ಬಗ್ಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುವುದು ಹೇಗೆ? ಅದರ ಸೂಚನೆಗಳು ಏನು?

ಸೂಚನೆಗಳು ಎಂದರೆ ನಡೆದಾಗ ಸುಸ್ತಾಗುವುದು, ಎತ್ತರದ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವಾಗ ಬೇಗ ಸುಸ್ತಾಗುವುದು, ಊಟ ಮಾಡಿದ ಬಳಿಕ ಮೆಟ್ಟಿಲನ್ನು ಹತ್ತುವಾಗ, ಎತ್ತರದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವಾಗ ಎದೆಯಲ್ಲಿ ಉರಿ ಬರುವುದು, ಎದೆ ಭಾರವಾಗುವುದು, ಮೈ ಬೆವರಿದರೆ ಅದು ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಬ್ಲಾಕೇಜ್ ಆಗುತ್ತಾ ಇದೆ, ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಆದರೆ ಕೆಲವರಿಗೆ ದುರಾದ್ಯಷ್ಟವಶಾತ್ ಮುನ್ನೂಚನೆಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ಬ್ಲಾಕೇಜ್ ಇರುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದರೆ ಈ ರಕ್ತನಾಳದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್, ಅಲ್ಟರ್ ಅಂತ ಇರುತ್ತದೆ. ಆ ಅಲ್ಟರ್ ಹಠಾತ್ ಒಡೆದು ಹೋಗುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಭಿದ್ರವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಬ್ಲಾಕೇಜ್ ಇಲ್ಲದೇ ಇರುವುದು ಕೇವಲ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆಯಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ ನೂರರಷ್ಟು ಬ್ಲಾಕೇಜ್ ಆಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಅಂಥವರಿಗೆ ಮುನ್ನೂಚನೆ ಸಿಗದೇ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಯಾವತ್ತೂ ಮುಂಜಾಗ್ಯತಾ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮ.

ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಕಾಯಿಲೆ ಪ್ರಮಾಣ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದರಿಂದ 35 ವರ್ಷ ದಾಟಿದ ಪುರುಷರು ಮತ್ತು 45 ವರ್ಷ ದಾಟಿದ ಹೆಂಗಸರು ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆ ಒಂದು ವೈದ್ಯಕೀಯ ತಪಾಸಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ರಕ್ತದೊತ್ತಡದ ತಪಾಸಣೆ, ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್, ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆ ಪ್ರಮಾಣದ ತಪಾಸಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಜೊತೆಗೆ ಇಸಿಜಿ ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಂದು ಟ್ರೈಡ್‌ಮಿಲ್ ಇಸಿಜಿ ಮಾಡಿಸಬೇಕು. ಟ್ರೈಡ್‌ಮಿಲ್ ಇಸಿಜಿ ಎಂದರೆ ಮಿಷಿನ್ ಮೇಲೆ ಓಡಿಸ್ತಾ ಓಡಿಸ್ತಾ ಇಸಿಜಿ ಮಾಡಿಸಿವಿ. ಈ ಟ್ರೈಡ್‌ಮಿಲ್ ಇಸಿಜಿಯಿಂದ ಮುಂದೆ ಬ್ಲಾಕೇಜ್ ಬರುವಂತಹ ಸೂಚನೆ ಸಿಗುತ್ತದೆ.



ಸೂಚನೆಗಳು ಬಂದಾಗ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು? ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕೇ? ಹಾಗೆ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಪ್ರಾಣ ಉಳಿಯುವ ಪ್ರಮಾಣ ಎಷ್ಟು?

ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲೆಲ್ಲಾದರೂ ಸಣ್ಣ ಕ್ಲಿನಿಕ್‌ನಲ್ಲಿ, ಲ್ಯಾಬ್‌ನಲ್ಲಿ ಇಸಿಜಿಯನ್ನು ಮಾಡಿಸಬಹುದು. ಆ ಇಸಿಜಿಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮೊಬೈಲ್‌ನಲ್ಲೇ ಫೋಟೊ ತೆಗೆದು ವಾಟ್ಸಾಪ್‌ನಲ್ಲೇ ಯಾರಾದರೂ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಕಳಿಸಿ ಸಲಹೆ ಪಡೆದು ತುರ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಶುರು ಮಾಡಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಆಸ್ಪರಿನ್ (ASPIRIN 325mg) ಅಂತ ಒಂದು ಮಾತ್ರೆ ಇರುತ್ತದೆ ಅದನ್ನು ಕಚ್ಚಿ ಪುಡಿಮಾಡಿ ತಿನ್ನಬೇಕು. ಇನ್ನೊಂದು ಕ್ಲೋಪಿಡೋಗ್ರೆಲ್ (CLOPIDOGREL) ಅಂತ ಒಂದು ಮಾತ್ರೆ ಇದೆ. ಅದನ್ನು ನಾಲ್ಕು ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇನ್ನೊಂದು ಅಟರ್ವಾಸ್ಟಾಟಿನ್ (ATORVASTATIN-80mg) ಅಂತ ಮಾತ್ರೆ ಇದೆ. ನಾನು ಹೇಳಿದ ಈ ಎಲ್ಲ ಮಾತ್ರೆಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡಲಿಕ್ಕೆ ನಿಶ್ಚಿತವಾದ ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಾವೂ ಕೂಡ ರೋಗಿಗಳು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಬಂದಾಗ ಇವೆಲ್ಲ ಗುಳಿಗೆಗಳನ್ನು ಕೊಡ್ತೇವೆ. ಆ ಬಳಿಕ ರಕ್ತನಾಳಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಿರುತ್ತದ್ದಲ್ಲ, ಅದನ್ನು ಕರಗಿಸಲಿಕ್ಕೆ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತೇವೆ. ಅಥವಾ ಆಂಜಿಯೋಪ್ಲಾಸ್ಟಿ ಮಾಡಲು ಅವಕಾಶವಿದ್ದರೆ ನೇರವಾಗಿ ಆಂಜಿಯೋಪ್ಲಾಸ್ಟಿ ಮಾಡಿ ಆಂಜಿಯೋಗ್ರಾಮ್ ಸ್ಟಂಟ್‌ನ್ನು ಮಾಡ್ತೇವೆ. ಅದಷ್ಟು ಇಲ್ಲದೇ ಇದ್ದ ಕೆಲವರಿಗೆ ಕಾಲಾವಕಾಶವೇ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಈಗ ನಲವತ್ತು ಐವತ್ತು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸನ್ನು ದಾಟಿದವರು ತಮ್ಮ ಬಳಿ ಇಂತಹ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಹೋಗಬಹುದಾ?

ಅದು ಅಷ್ಟೇನೂ ಪ್ರಾಕ್ಟಿಕಲ್ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಕಾಸ್ಟ್ ಎಫೆಕ್ಟಿವ್ ಅಲ್ಲ. ಹೃದಯಾಘಾತ ಅನ್ನುವುದು ಈಗ ವಯಸ್ಸಾದವರಿಗೂ ಆಗುತ್ತಿದೆ, ಯುವಕರಿಗೂ ಆಗುತ್ತಿದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಈ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಜೇಬಿನಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ವಾರ್ಷಿಕವಾಗಿ ಚೆಕ್‌ಅಪ್ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಹೃದಯಾಘಾತದ ಅಥವಾ ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಿರುವ ಬಗ್ಗೆ ಸೂಚನೆಗಳು ನಮಗೆ ಸಿಕ್ಕಾಗ ಇಷ್ಟೇ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಹೃದಯಾಘಾತ ಆಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆಯೇ?

ಈ ಹಿಂದೆಯೇ ನಾನು ವಿವರಿಸಿದಂತೆ ನಡೆದಾಗ, ಓಡಾಡಿದಾಗ ಎದೆಯುರಿ, ಸುಸ್ತು, ಎದೆನೋವು ಇದೆಲ್ಲ ಬಂದಾಗ

ನಾವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇಸಿಜಿ ಜೊತೆಗೆ ಟ್ರೆಡ್‌ಮಿಲ್ ಇಸಿಜಿಯನ್ನೂ ಮಾಡಿದಾಗ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಕಂಡುಬಂದರೆ ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಾವು ಆಂಜಿಯೋಗ್ರಾಮ್ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಯಾವ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಿದೆ ಎಂಬುದು ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗಂತ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಆಂಜಿಯೋಗ್ರಾಮ್ ಬೇಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆ ಮೇರೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಮುಂದೆ ಚಳಿಗಾಲದ ದಿನಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಈ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಹೃದಯಾಘಾತದ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಎನ್ನುವ ಒಂದು ಭಾವನೆ ಇದೆ. ಇದು ನಿಜವೇ? ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಏನು ಮತ್ತು ಯಾವ ಮುಂಜಾಗ್ಯತೆ ಅಗತ್ಯ?

ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ಗಣನೀಯ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಜಾಸ್ತಿಯೇನೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಬೇಸಿಗೆಗಾಲದಲ್ಲಿ ಆಗುವಂತೆ ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲೂ ಆಗುತ್ತದೆ. ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ಶೇ.2ರಿಂದ 3ರಷ್ಟು ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಬಹುದು. ಯಾಕೆಂದರೆ ಅತಿಯಾದ ಚಳಿಯಾದಾಗ ಕೆಲವರಿಗೆ ವ್ಯಾಸೋಕನ್ಟ್ರಾಕ್ಷನ್ (Vaso contraction) ಅಂತ ಆಗ್ತದೆ. ಈಗ ಕೆಲವು ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ, ಕೆನಡಾ ಮುಂತಾದ ಕಡೆ ಕೆಲವರ ಮನೆಯ ಮೇಲೆ ಹಿಮದಗಡ್ಡೆಗಳೇ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಂತ ಅಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವವರಿಗೆ ಹೃದಯಾಘಾತವೇನೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದ ಏರಿಕೆ ಇರಬಹುದು. ಹಾಗಿದ್ದೂ ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ವಾಕ್ ಮಾಡುವಾಗ ಕಿವಿ ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು, ಕೈಗೆ ಗ್ಲೌಸ್ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಓಡಾಡುವುದು ಉತ್ತಮ. ಬೆಚ್ಚನೆಯ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ.

ಮಧ್ಯರಾತ್ರಿ ಅಥವಾ ಬೆಳಗಿನ ಜಾವ ಸಂಭವಿಸುವ ಹೃದಯಾಘಾತದ ಬಗೆಗೆ ಒಂದಷ್ಟು ಕಥೆಗಳು ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣದಲ್ಲಿ ಹರಿದಾಡುತ್ತಿವೆ. ಸಂಭೋಗದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಹೃದಯದ ಬಡಿತ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದರಿಂದ ಹೃದಯಾಘಾತ ಆಗುವ ಸಂಭವ ಇರುತ್ತದೆಯೇ? ಎಷ್ಟೋ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಇದು ಮಡಿವಂತಿಕೆಯ ಮಾತಾಗಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ ಮಾಡಬಹುದು?

ಇಲ್ಲ ಆ ರೀತಿ ಏನೂ ಇಲ್ಲ. ಸಂಭೋಗ ಅಥವಾ ಮಿಲನ ಎನ್ನುವುದು ಕೂಡ ಒಂದು ರ್ಯಾಪಿಡ್ ಎಕ್ಸರ್ಸೈಸ್ (ಕ್ರಿಪ್ಪಗತಿಯ ವ್ಯಾಯಾಮ) ಇದ್ದಂತೆ. ಹೃದಯದ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದ್ದವರಿಗೆ, ಹೃದಯದ ರಕ್ತನಾಳಗಳಲ್ಲಿ ಬ್ಲಾಕೇಜ್ ಇದ್ದವರಿಗೆ ಸಂಭೋಗದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಹೃದಯಾಘಾತದ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಾಗಬಹುದು. ಅದಕ್ಕೋಸ್ಕರ ನಾವು ಹೃದಯದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡವರಿಗೆ, ಅಂದರೆ ಆಂಜಿಯೋಪ್ಲಾಸ್ಟಿ, ಆಂಜಿಯೋಗ್ರಾಮ್ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡವರಿಗೆ ಟ್ರೆಡ್‌ಮಿಲ್ ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನು ಮಾಡಿಸುತ್ತೇವೆ. ಸುಮಾರು ಆರು ನಿಮಿಷ ಟ್ರೆಡ್‌ಮಿಲ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆದು ಅವರ ಹೃದಯದ ಬಡಿತ 140 ಆಗುವ ತನಕವೂ

ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಆವಾಗಲೂ ಏನಿಲ್ಲ ಅನ್ನುವುದಾದರೂ ಚಿಂತೆ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಇಂತಹ ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ, ದುರ್ಬಲರಾಗಿದ್ದವರು ಅಂದರೆ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಇದ್ದವರು ಹುಷಾರಾಗಿದ್ದರೆ ಒಳಿತು. ಇಂತಹ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅವರ ವಯಸ್ಸಿಗಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಅವರ ಆರೋಗ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ.

ಈಗಂತೂ, ಪುನೀತ್ ಪ್ರಕರಣ ಸಂಭವಿಸಿದ ಬಳಿಕ ಬಹುತೇಕ ಎಲ್ಲ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳ ಮುಂದೆ ಜನ ಕ್ಯೂ ನಿಂತು ತಪಾಸಣೆಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಿರುವ ವರದಿಗಳು ಬರುತ್ತಿವೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಯುವಜನತೆ. ಇವರಿಗೆಲ್ಲ ಒಂದು ಸ್ಪಷ್ಟ ಸಂದೇಶ ಬೇಕಾಗಿದೆ ಸರ್.

ಈ ಹಠಾತ್ ಘಟನೆ ಆದ ಬಳಿಕ ಬಹುತೇಕ ಮಂದಿ ಭಯಭೀತರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಎಲ್ಲರೂ ಚೆಕಪ್ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಹಠಾತ್ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಭಯಪಡುವಂತಹುದು ಏನೂ ಇಲ್ಲ. ಕೋವಿಡ್ ಕಾಯಿಲೆ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ಕಾಯಿಲೆ. ಅದು ಒಬ್ಬರಿಂದ ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ಅಲ್ಲ. ಅದು ಒಬ್ಬರಿಂದೊಬ್ಬರಿಗೆ ಹರಡುವುದಿಲ್ಲ. ತಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ನೆಮ್ಮದಿಗೆ ಬಂದು ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ತಪ್ಪಿಲ್ಲ. ಒಂದು ಇಸಿಜಿ, ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು, ಬಿಪಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಇವೆಲ್ಲ ಅಷ್ಟು ಖರ್ಚಾಗುವ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳೇನೂ ಅಲ್ಲ. ಹಾಗಂತ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣದಲ್ಲಿ ಹರಿದಾಡುತ್ತಿರುವ ಹಾಗೆ ಎಲ್ಲರೂ ಸಿಟಿ ಆಂಜಿಯೋಗ್ರಾಮ್ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವೇನೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರು ಹೇಳಿದ ಬಳಿಕವೇ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಯಾಕೆಂದರೆ ಸಿಟಿ ಆಂಜಿಯೋಗ್ರಾಮ್‌ನಲ್ಲಿಯೂ ರೇಡಿಯೇಷನ್ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದ ಕೆಲವರಿಗೆ ಅಲ್‌ಜಿಯಾಗಬಹುದು, ಕಿಡ್ನಿಗೆ ತೊಂದರೆಯಾಗಬಹುದು. ಘಟನೆಯಾದಾಗ ಮಾತ್ರ ಚೆಕ್ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡು ಇನ್ನು ಹತ್ತು ವರ್ಷ ಏನೂ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳದೇ ಇದ್ದರೆ ಏನೂ ಪ್ರಯೋಜನ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ವರ್ಷಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ತಪಾಸಣೆಗೆ ಒಳಗಾಗುವುದು ಉತ್ತಮ. ಅಷ್ಟು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿರಬೇಕು.

ಹೃದಯಾಘಾತದ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಹೆಚ್ಚಿರುವ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯಲೋಕದಲ್ಲಿ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಚರ್ಚೆ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ? ಹೊಸ ಆವಿಷ್ಕಾರ, ಹೊಸ ಸಂಶೋಧನೆ ಬಗ್ಗೆ ಏನಾದರೂ?

ಈಗ ನಾವಿಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಒತ್ತು ಕೊಡಬೇಕಾಗಿರುವುದು ರೋಗವನ್ನು ತಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ. ಈ ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಂತೂ ಇದೆ. ಔಷಧಿಗಳಿವೆ, ಆಂಜಿಯೋಪ್ಲಾಸ್ಟಿ, ಆಂಜಿಯೋಗ್ರಾಮ್ ಮಾಡಬಹುದು, ಸ್ಟೆಂಟ್ ಅಳವಡಿಸಬಹುದು, ಬೈಪಾಸ್ ಸರ್ಜರಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದುದು ಇದನ್ನು ಹೇಗೆ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು ಎಂಬುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಜಾಗೃತಿಯನ್ನು ಮೂಡಿಸಬೇಕು. ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ ಪೋಷಕರಿಗೆ ಜಾಗೃತಿ ಬರಬೇಕು. ಧೂಮಪಾನ, ಮದ್ಯಪಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ಕೆಲಸ ಆಗಬೇಕು. ಇನ್ನು ಕೆಲವು ಕಾಲೇಜು ಕ್ಯಾಂಪಸ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿರುವುದು ಕೂಡ ಕಂಡುಬರುತ್ತಿದೆ. ಗಾಂಜಾ, ಕೊಕೇನ್



ಮುಂತಾದ ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ಸೇವನೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದಲೂ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಕೊಕೇನ್ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಹೃದಯಾಘಾತವೇ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು.

ದೇಶದಲ್ಲಿಯೇ ನೀವು ಓಪನ್ ಹಾರ್ಟ್ ಸರ್ಜರಿ ಬಗ್ಗೆ ಹೊಸ ಆಯಾಮವನ್ನೇ ಕೊಟ್ಟಿರುವರು. ಅದು ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆದಿರುವ ಆವಿಷ್ಕಾರ.

ಹೌದು. ದಿನದಿಂದ ದಿನಕ್ಕೆ ಹೊಸ ಯೋಚನೆ, ತಂತ್ರಜ್ಞಾನಗಳ ಬಳಕೆ ಆಗಿವೆ. ಹೃದಯದ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿವೆ, ಓಪನ್ ಹಾರ್ಟ್ ಸರ್ಜರಿ ಇಲ್ಲದೆಯೇ ರಿಪ್ಲೇಸ್‌ಮೆಂಟ್ ಮಾಡಬಹುದು. ಹೃದಯದ ರಂಧ್ರಗಳನ್ನು ಹಿಂದೆ ಓಪನ್ ಹಾರ್ಟ್ ಸರ್ಜರಿ ಮಾಡಿಯೇ ಮಾಡಬೇಕಿತ್ತು. ಈಗ ಕಾಲಿನ ರಕ್ತನಾಳದ ಮೂಲಕ ಅಂಭ್ರಲಾ ಡಿವೈಸ್ ಮೂಲಕ ಅದನ್ನು ಮುಚ್ಚಬಹುದು. ಇವೆಲ್ಲ ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳು ಆಗಿವೆ. ಜೊತೆಗೆ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡುವ ಗ್ಯಾಜೆಟ್‌ಗಳು ಕೂಡ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿವೆ. ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಲ್ಲಿ ಬೇಸಿಕ್ ಲೈಫ್ ಸಪೋರ್ಟ್ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತರಬೇತಿ ಕೊಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬಸ್ ನಿಲ್ದಾಣ, ರೈಲ್ವೆ ನಿಲ್ದಾಣಗಳಲ್ಲಿ, ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣಗಳಲ್ಲಿ ವಿಡಿಯೋ ಸಂದೇಶಗಳ ಮೂಲಕ, ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿ, ದೊಡ್ಡ ಆಫೀಸ್‌ಗಳ ಸಂಕೀರ್ಣಗಳಾಗಬಹುದು, ಜಿಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ, ಬಹುಮಹಡಿ ಅಪಾರ್ಟ್‌ಮೆಂಟ್ ಸಂಕೀರ್ಣಗಳಲ್ಲಿ ರಿವೈವಲ್ ಸಿಸ್ಟಮ್‌ಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಂದರೆ ಕಾರ್ಡಿಯಾಕ್ ಅರೆಸ್ಟ್ ಆದಾಗ ಶಾಕ್ ಹೇಗೆ ಕೊಡುವುದು, ಅವರನ್ನು ರಿವೈವ್ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ, ಮುಂತಾದ ವಿಚಾರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ ಜನರನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುವ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು.



ಕಾಣದಂತೆ ಮಾಯವಾದನೋ...

ಡಿ. ಪಿ. ಮುರಳೀಧರ್

ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಗೊತ್ತು ! ಆತ ಇಡೀ ಕರ್ನಾಟಕದ ಸೊತ್ತು. ಇಷ್ಟು ಬೇಗ
ನಮ್ಮೆಲ್ಲರನ್ನೂ ಅಗಲಿ ಇಹಲೋಕ ತ್ಯಜಿಸಲು ಆತನಿಗೆ ಅವಸರವೇನಿತ್ತು ?
ಹೌದು ! ಪುನೀತ ! ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ವಿನೀತ ! ಆತನ ರಕ್ತದ
ಕಣಕಣದಲ್ಲೂ ಇದ್ದದ್ದು ಕಲೆ ಮತ್ತು ವಿನಮ್ರತೆ ಎರಡೇ.
ಆ ದಿನ ! ಆ ಕ್ಷಣ ! ಅಕ್ಟೋಬರ್ 29, 2021. ಕನ್ನಡ ಚಿತ್ರರಂಗ
ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಇಡೀ ಭಾರತೀಯ ಚಿತ್ರರಂಗಕ್ಕೇ ಕರಾಳ ದಿನ !



ಆ ದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದೊಡನೆಯೇ, ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಜಿಮ್‌ನಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಮರುದಿನ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಲಿದ್ದ ತನ್ನ ಹಿರಿಯ ಸಹೋದರ ಡಾ: ಶಿವರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರ ಭಜರಂಗಿ-2 ಚಿತ್ರದ ಪೂರ್ವ ವೀಕ್ಷಣಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಬೇಕಿದ್ದ ಅವರಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಎದೆ ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಕೆಲ ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ನೋವು ಇಡೀ ಎದೆ ಭಾಗ ವ್ಯಾಪಿಸಿ ಬೆವರಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಕೂಡಲೇ ಪುನೀತ್ ಅವರು ತಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ ವೈದ್ಯ ಡಾ ಬಿ ರಮಣರಾವ್ ಅವರತ್ತ ತೆರಳುತ್ತಾರೆ. ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದು, ಹೆಚ್ಚಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ವಿಕ್ರಂ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ತೆರಳುತ್ತಾರೆ. ಆ ವೇಳೆಗೆ ಹೃದಯವಂತ ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರಿಗೆ ತೀವ್ರ ಹೃದಯ ಸ್ಥಂಬನವಾಗುತ್ತದೆ. ಪುನೀತ್ ಅವರನ್ನು ಉಳಿಸಲು ವೈದ್ಯರು ಎಲ್ಲಿಲ್ಲದ ಪ್ರಯತ್ನ ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಆ ವೇಳೆಗಾಗಲೇ ಪುನೀತ್ ಅವರ ಪ್ರಾಣಪಕ್ಷಿ ಹಾರಿಹೋಗಿತ್ತು. ಈ ಕಹಿ ಸುದ್ದಿಯನ್ನು ಅರಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಆಗಲಿಲ್ಲ.

ರಾಷ್ಟ್ರಪತಿ, ಪ್ರಧಾನ ಮಂತ್ರಿ ಮತ್ತು ಅವರ ಸಂಪುಟದ ಸದಸ್ಯರು, ರಾಜ್ಯಪಾಲರು, ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿ ಮತ್ತು ಅವರ ಸಂಪುಟ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳು, ಪ್ರತಿಪಕ್ಷ ನಾಯಕರು ಮತ್ತು ವಿಪಕ್ಷದ ಎಲ್ಲಾ ಸದಸ್ಯರು, ಎಲ್ಲಾ ಧರ್ಮಗಳ ಸ್ವಾಮೀಜಿಗಳು ಮತ್ತು ಧರ್ಮಗುರುಗಳು, ಭಾರತೀಯ ಚಿತ್ರರಂಗದ ಹಿರಿಯ ಮತ್ತು ಕಿರಿಯ ಕಲಾವಿದರು ಮತ್ತು ತಂತ್ರಜ್ಞರು, ನಿರ್ಮಾಪಕರು ಮತ್ತು ನಿರ್ದೇಶಕರು, ಉದ್ಯಮಿಗಳು, ವಿದೇಶೀ ಗಣ್ಯರು, ಸರ್ಕಾರದ ಅಧಿಕಾರಿ ಮತ್ತು ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲಾ ವರ್ಗದ ಗಣ್ಯಾತಿಗಣ್ಯರು

ಹಾಗೂ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರು ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರ ಹಠಾತ್ ಸಾವಿಗೆ ಕಂಬನಿ ಮಿಡಿದರು. ಇಡೀ ಕರುನಾಡೇ ಶೋಕ ಸಾಗರದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿತು.

ಜಗ ಮೆಚ್ಚಿದ ಮಗ !

ನಟಸಾರ್ವಭೌಮ ಡಾ: ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರ ಪುತ್ರತ್ರಯರಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಕಿರಿಯವರು ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್. ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ರಾಜ್ ಕುಟುಂಬ ಎಂದರೆ ಕಲಾ ಕುಟುಂಬ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಕಲಾವಿದರೇ.

ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಕೂಡಾ ಹುಟ್ಟು ಕಲಾವಿದ. ತೊಟ್ಟಲಲ್ಲಿ ಇರುವಾಗಲೇ ಪ್ರೇಮದ ಕಾಣಿಕೆ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡ ಅದೃಷ್ಟವಂತ ಪುನೀತ್ ಅವರ ಮೊದಲ ಹೆಸರು ಲೋಹಿತ್.



ಚಿತ್ರದ



ಸೇರಿಕೊಂಡನೋ... ಹಾಗೂ ಭಕ್ತ ಪ್ರಹ್ಲಾದ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಹಾಡಿದ ಗೋವಿಂದ.. ಗೋವಿಂದ ನಾರಾಯಣ... ಹರಿ ಗೋವಿಂದ.. ಗೋವಿಂದ ನಾರಾಯಣ... ಗೀತೆಗಳು ಪುನೀತ್ ಅವರ ಜನಪ್ರಿಯತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದವು.

ನಂತರ, 1985 ರಲ್ಲಿ ಎನ್ ಲಕ್ಷ್ಮೀನಾರಾಯಣ ಅವರ ನಿರ್ದೇಶನದಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಬಂದ ಬೆಟ್ಟದ ಹೂವು ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಬಾಲ ನಟನಾಗಿ ಅಭಿನಯಿಸಿದ ಪುನೀತ್‌ಗೆ ರಾಷ್ಟ್ರ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ದೊರೆತದ್ದು ಆತನ ಪ್ರತಿಭೆಗೆ ಸಾಕ್ಷಿ. ಆ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಪುನೀತ್ ಹಾಡಿದ ಗೀತೆ ಬಿಸಿಲೇ ಇರಲಿ.. ಮಳೆಯೇ ಬರಲಿ... ಕಾಡಲ್ಲಿ ಮೇಡಲ್ಲಿ ಅಲೆವೇ... ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಪುನೀತ್ ಬಗ್ಗೆ ಪುನೀತ ಭಾವವನ್ನೇ ಮೂಡಿಸಿತು.

ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರು 2002 ರಲ್ಲಿ ನಾಯಕ ನಟನಾಗಿ ಅಭಿನಯಿಸಿದ ಪುರಿ ಜಗನ್ನಾಥ್ ಅವರ ಅಪ್ಪು ಚಿತ್ರ ಯುವ ಜನತೆಯಲ್ಲಿ ಪುನೀತ್ ಅವರಿಗೆ ಹೊಸ ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನೇ ತಂದು ಕೊಟ್ಟಿತು. ಗುರುಕಿರಣ್ ಸಂಗೀತ ನಿರ್ದೇಶನದಲ್ಲಿ ಪುನೀತ್ ಹಾಡಿದ ತಾಲೀಬಾನ್ ಅಲ್ಲಾ ಅಲ್ಲಾ ! ಬಿನ್ ಲ್ಯಾಡನ್ ಅಲ್ಲೇ ಅಲ್ಲಾ ! ಅವನ್ ಹೊಡೆದಿದ್ ಬಿಲ್ಡಿಂಗ್‌ಗೇ... ನಾನ್ ಹೊಡೆದಿದ್ ಹೃದಯಕ್ಕೇ... ಮಿಸ್ ಅಂಡಸ್ವಾಂಡಿಂಗ್ ಬೇಡ ಎಂಬ ಹಾಡು ಯುಜನತೆಯ ಪ್ರೇಮ ಗೀತೆಯಾಯಿತು.

ಅಪ್ಪು ನಂತರ 2003 ರಲ್ಲಿ ಬಂದ ಅಭಿ, 2004 ರಲ್ಲಿ ವೀರ ಕನ್ನಡಿಗ, ಅದೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ತೆರೆ ಕಂಡ ಮೌರ್ಯ, 2005 ರಲ್ಲಿ ಆಕಾಶ್, 2006 ರಲ್ಲಿ ಅಜಯ್, 2007 ರಲ್ಲಿ ಅರಸು, ಅದೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಮಿಲನ, 2008 ರಲ್ಲಿ ವಂಶಿ, 2009 ರಲ್ಲಿ ರಾಮ್, 2010 ರಲ್ಲಿ ಜಾಕಿ, 2011 ರಲ್ಲಿ ಹುಡುಗರು, 2015 ರಲ್ಲಿ ಮೈತ್ರಿ, 2016 ರಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡಮನೆ ಹುಡುಗ, 2017 ರಲ್ಲಿ ರಾಜಕುಮಾರ, ಅದೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಅಂಜನಿ ಪುತ್ರ, 2021 ರಲ್ಲಿ ಯುವರತ್ನ ಹೀಗೆ ಸಾಲು ಸಾಲು ಯಶಸ್ವೀ ಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರು ನಾಯಕ ನಟನಾಗಿ ಎಲ್ಲರ ಗಮನ ಸೆಳೆದರು.

ಕಿರುತೆರೆಯಲ್ಲಿ ಬಾಲಿವುಡ್ ಬಾದ್‌ಷಾ ಅಮಿತಾಬ್ ಬಚ್ಚನ್ ಅವರು ಹಿಂದಿ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿಕೊಟ್ಟ ಕೌನ್ ಬನೇಗಾ ಕರೋಡ್ ಪತಿ ಜನಪ್ರಿಯ ಸಂಚಿಕೆಯನ್ನು ಕನ್ನಡದ ಕೋಟ್ಯಾಧಿಪತಿ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟೇ



ಕರ್ನಾಟಕ ರತ್ನ !

ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರು ಕಲಾಲೋಕಕ್ಕೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದ ಸೇವೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ನೀಡಿದ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ, ಪುನೀತ್ ಅವರಿಗೆ ಮರಣೋತ್ತರವಾಗಿ ಕರ್ನಾಟಕ ರತ್ನ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಕೊಡಲು ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರ ನಿರ್ಧರಿಸಿದೆ ಎಂದು ಪುನೀತ ನಮನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿ ಬಸವರಾಜ ಬೊಮ್ಮಾಯಿ ಅವರು ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದನ್ನು ಇಡೀ ಕನ್ನಡ ನಾಡು ಒಕ್ಕೊರಲಿನಿಂದ ಸ್ವಾಗತಿಸಿದೆ.



ತನ್ನ ತಂದೆ ಡಾ: ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ 1980 ರಲ್ಲಿ ವಸಂತ ಗೀತ, 1982 ರಲ್ಲಿ ಅಭಿನಯಿಸಿದ ಚಲಿಸುವ ಮೋಡಗಳು ಮತ್ತು 1983 ರಲ್ಲಿ ಭಕ್ತ ಪ್ರಹ್ಲಾದ ಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲೂ ಪುನೀತ್ ಮನೋಜ್ಞ ಅಭಿನಯ ನೀಡಿ, ಜನಮನ ಗೆದ್ದು, ಜಗ ಮೆಚ್ಚಿದ ಮಗನಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿದ್ದು ಇಡೀ ಇತಿಹಾಸ. ಅಲ್ಲದೆ, 1981 ರಲ್ಲಿ ಭಾಗ್ಯವಂತ ಹಾಗೂ 1984 ಯಾರಿವನು ? ಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲೂ ಗಮನಾರ್ಹ ಅಭಿನಯ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ.

ಚಲಿಸುವ ಮೋಡಗಳು ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಪುನೀತ್ ಹಾಡಿದ ಕಾಣದಂತೆ ಮಾಯವಾದನೋ... ನಮ್ಮ ಶಿವ ಕೈಲಾಸ





ಸಮರ್ಥವಾಗಿ ನಡೆಸಿಕೊಟ್ಟವರು ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್.

ಅಪ್ಪನಂತೆಯೇ ಅಪ್ಪು !

ತಂದೆ ಡಾ: ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರಂತೆ ಪುನೀತ್ ಕೂಡಾ ತನ್ನ ಅಭಿಮಾನಿಗಳನ್ನು ದೇವರೆಂದೇ ಕರೆದವರು. ದೇವರೆಂದೇ ಭಾವಿಸಿದವರು.

ಡಾ: ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರಂತೆ ನಾಯಕರಲ್ಲಿ ಗಾಯಕ ಹಾಗೂ ಗಾಯಕರಲ್ಲಿ ನಾಯಕ ! ವಿನಯ ಮತ್ತು ವಿನಮ್ರತೆಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಹೆಸರು. ಡಾ: ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರಂತೆ ನೇತ್ರದಾನ ಮಾಡಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿದವರು. ಅಂತಿಮವಾಗಿ ನೇತ್ರದಾನ ಮಾಡಿದವರು.

ಎಲ್ಲಕ್ಕೂ ಉಚಿತ ರಾಯಭಾರಿ !

ಸಹಕಾರ ಇಲಾಖೆಯ ಕರ್ನಾಟಕ ಹಾಲು ಒಕ್ಕೂಟದ ನಂದಿನಿ ಬ್ರಾಂಡ್ ನ ಉತ್ಪನ್ನಗಳಿಗೆ ರಾಯಭಾರಿ. ಶಿಕ್ಷಣ ಇಲಾಖೆಯ ಸರ್ವ ಶಿಕ್ಷಾ ಅಭಿಯಾನದ

ರಾಯಭಾರಿ, ಇಂಧನ ಇಲಾಖೆಯ ಎಲ್ ಇ ಡಿ ಬಲ್ವ ರಾಯಭಾರಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ವಿದ್ಯುತ್ ಸರಬರಾಜು ಕಂಪನಿಯ ರಾಯಭಾರಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಮಹಾನಗರ ಸಾರಿಗೆ ಸಂಸ್ಥೆಯ ರಾಯಭಾರಿ, ಉದ್ಯೋಗ ಮತ್ತು ತರಬೇತಿ ಇಲಾಖೆಯ





ಸಕಲ ಸರ್ಕಾರಿ ಗೌರವಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಣ್ಣಲ್ಲಿ ಮಣ್ಣಾದ ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್

ಮೇರು ನಟ ಡಾ: ರಾಜ್ ಕುಮಾರ್ ಅವರ ಕಿರಿಯ ಪುತ್ರ ಸುಪ್ರಸಿದ್ದ ನಟ ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರ ಪಾರ್ಥಿವ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಸಕಲ ಸರ್ಕಾರಿ ಗೌರವಗಳೊಂದಿಗೆ ನಗರದ ಶ್ರೀ ಕಂಠೀರವ ಸ್ಟುಡಿಯೋಸ್ ಆವರಣದಲ್ಲಿರುವ ಡಾ: ರಾಜ್ ಕುಮಾರ್ ಅವರ ಸಮಾಧಿಯ ಸಮೀಪವೇ ಅಕ್ಟೋಬರ್ 31 ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಅಂತ್ಯಸಂಸ್ಕಾರ ನೆರವೇರಿಸಲಾಯಿತು.

ಭದ್ರತಾ ಕಾರಣಗಳ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಕುಟುಂಬಸ್ಥರ ಸಹಮತಿ ಪಡೆದು, ಪ್ರಕಟಿಸಿದ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಮೊದಲೇ ಯುವ ನಟನ ಅಂತ್ಯ ಸಂಸ್ಕಾರ ನೆರವೇರಿಸಲಾಯಿತು. ಮೊದಲು ಗಣ್ಯಾತಿ ಗಣ್ಯರು ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರ ಪಾರ್ಥಿವ ಶರೀರದ ಮೇಲೆ ಪುಷ್ಪ ಗುಚ್ಚ ಅರ್ಪಿಸಿದ ನಂತರ ಪೊಲೀಸ್ ವಾದ್ಯಗೋಷ್ಠಿಯಿಂದ ರಾಷ್ಟ್ರಗೀತೆ ಮೊಳಗಿತು. ಅಲ್ಲದೆ, ಅದೇ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪೊಲೀಸರು ಮೂರು ಬಾರಿ ಕುಶಾಲ ತೋಪು ಸಿಡಿಸಿದರು. ತದ ನಂತರ, ಎರಡು ನಿಮಿಷಗಳ ಮೌನ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.

ಇದಾದ ಕೂಡಲೇ, ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರ ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಹೊದಿಸಿದ್ದ ರಾಷ್ಟ್ರ ಧ್ವಜವನ್ನು ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿ ಬಸವರಾಜ ಬೊಮ್ಮಾಯಿ ಅವರು ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರ ಪತ್ನಿ ಅಶ್ವಿನಿ ಅವರಿಗೆ ಹಸ್ತಾಂತರಿಸಿದರು.

ಪೊಲೀಸರು ಮೊಳಗಿಸಿದ ತೋಕ ಗೀತೆ ಹಾಗೂ ರಾಷ್ಟ್ರ ಗೀತೆಯ ನಂತರ ಅಗಲಿದ ನಟನಿಗೆ ಸರ್ಕಾರದ ಗೌರವ ಸಮರ್ಪಣಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಪೂರ್ಣ ಗೊಂಡಿತು. ನಂತರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪುಷ್ಪಾಲಂಕಿತ ಹಂಸ ತುಲಿಕಾ ಪಲ್ಲಕ್ಕಿಯಲ್ಲಿ ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರ ಪಾರ್ಥಿವ ಶರೀರವನ್ನು ಇರಿಸಿ ಮೂರು ಬಾರಿ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣೆ ಮಾಡಿಸಿ, ಗುಂಡಿಯೊಳಗೆ ಶವವನ್ನು ಇಳಿಸಲಾಯಿತು.

ರಾಘವೇಂದ್ರ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರ ಪುತ್ರ ವಿನಯ್, ಕುಟುಂಬಸ್ಥರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ, ಗಣ್ಯರೂ ಕೂಡಾ ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರ ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಉಪ್ಪು ಮತ್ತು ಮಣ್ಣು ಸಮರ್ಪಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಎಂಬ ಕಲಾತೋಕದ ತಾರೆ ಮಣ್ಣಲ್ಲಿ ಮಣ್ಣಾಗಿ ಬೆರೆತಾಗ, ಎಲ್ಲರ ಕಣ್ಣುಗಳು ತುಂಬಿದ್ದವು, ಹಾಗೂ ಹೃದಯ ಭಾರವಾಗಿದ್ದವು.

ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿ ಬಸವರಾಜ ಬೊಮ್ಮಾಯಿ ಹಾಗೂ ಅವರ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳಾದ ಕೆ. ಗೋಪಾಲಯ್ಯ, ಆರ್. ಅಶೋಕ್, ಮುನಿರತ್ನ, ಮಾಜಿ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿಗಳಾದ ಬಿ.ಎಸ್.ಯಡಿಯೂರಪ್ಪ ಮತ್ತು ಸಿದ್ದರಾಮಯ್ಯ, ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರ ಪತ್ನಿ ಅಶ್ವಿನಿ, ಪುತ್ರಿಯರಾದ ಧೃತಿ ಮತ್ತು ವಂದಿತಾ, ಸೋದರರಾದ ಶಿವ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಮತ್ತು ರಾಘವೇಂದ್ರ ರಾಜಕುಮಾರ್, ಕುಟುಂಬಸ್ಥರಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖರಾದ ಕುಮಾರ್ ಬಂಗಾರಪ್ಪ ಮತ್ತು ಮಧು ಬಂಗಾರಪ್ಪ, ಚಿತ್ರ ರಂಗದ ಹೆಸರಾಂತ ಕಲಾವಿದರಾದ ವಿ. ರವಿಚಂದ್ರನ್,

ಶಶಿಕುಮಾರ್, ಉಪೇಂದ್ರ, ಜಗ್ಗೇಶ್, ಸುದೀಪ್, ದುನಿಯಾ ವಿಜ, ಗಣೇಶ್, ವಿಜಯ ರಾಘವೇಂದ್ರ, ಶ್ರೀ ಮುರಳಿ, ಸಾಧು ಕೋಕಿಲ, ಉಮಾಶ್ರೀ, ತಾರಾ ಅನುರಾಧಾ, ಶೃತಿ, ರಶ್ಮಿಕಾ ಮಂದಣ್ಣ, ರಚಿತಾ ರಾಮ್, ಚಿತ್ರೋದ್ಯಮದ ಗಣ್ಯರಾದ ಸಾ ರಾ ಗೋವಿಂದು, ರಾಕ್ ಲೈನ್ ವೆಂಕಟೇಶ್, ಅಭಿಮಾನಿಗಳ ಸಾಗರವೇ ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರ ಅಂತ್ಯ ಸಂಸ್ಕಾರದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದ್ದರು.

ಲೋಹಿತ್ ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಬಾಲ ನಟನಾಗಿ ಚಿತ್ರರಂಗ ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಎಂಬ ತಾರೆ ಮಿಂಚಿ ಮರೆಯಾದರೂ, ಕನ್ನಡಿಗರ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಚಿರಸ್ಥಾಯಿಯಾಗಿ ನೆಲೆಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದಂತೂ ನಿಶ್ಚಿತ.

ಕೌಶಲ್ಯಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಯೋಜನೆಯಡಿ ಕೈಗಾರಿಕಾ ತರಬೇತಿ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಪ್ರವೇಶಕ್ಕೆ ರಾಯಭಾರಿ, ಭಾರತೀಯ ಚುನಾವಣಾ ಆಯೋಗದ ರಾಯಭಾರಿ, ಚಾಮರಾಜನಗರ ಜಿಲ್ಲೆಯ ರಾಯಭಾರಿ. ಇವೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ರಾಯಭಾರಿಯಾಗಿ ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರು ಉಚಿತವಾಗಿ ಸೇವೆ ಒದಗಿಸಿದ್ದರು.

ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರ ರೂಪದರ್ಶಿ ಸೇವೆಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡ ಕರ್ನಾಟಕ ಹಾಲು ಒಕ್ಕೂಟದವರು ಎಷ್ಟು ಸಂಭಾವನೆ ಕೊಡಬೇಕು ? ಎಂದು ಕೇಳಿದಾಗ “ ಛೇ ! ತಮ್ಮದು ರೈತರ ಸಂಸ್ಥೆ. ನನಗೆ ತಾವು ನೀಡಬಯಸುವ

ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರು ಅಸುನೀಗುವವರೆಗೂ ಆತನಲ್ಲಿನ ಒಂದು ವಿಶೇಷ ಗುಣ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಪರಿಚಯವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಆತ ಮಹಾ ದಾನಿ. ಆತ ಎಡಗೈಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದು ಬಲಗೈಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಎಷ್ಟೋ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅನ್ನ ಕೊಟ್ಟು, ಆಶ್ರಯ ಕಲ್ಪಿಸಿ, ಶಿಕ್ಷಣ ಕೊಡಿಸಿದ ವಿಚಾರವೂ ಸ್ವಂತ ಅವರ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೇ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ.

ಸಂಭಾವನೆಯನ್ನು ರೈತರ
ಶ್ರೇಯೋಭಿವೃದ್ಧಿಗೇ ಬಳಸಿ " ಎಂದು
ವಿನಯಶೀಲತೆ ಮೆರೆದವರು ಪುನೀತ್.

ಸರ್ವ ಶಿಕ್ಷಾ ಅಭಿಯಾನದ
ರಾಯಭಾರಿಯಾಗಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಲು
ಸಮ್ಮತಿಸಿದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲೂ " ಎಲ್ಲಾ
ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ಶಿಕ್ಷಣ ಲಭಿಸಬೇಕೆಂಬುದೇ
ನನ್ನ ಆಶಯ. ನನಗೆ ಯಾವುದೇ
ಸಂಭಾವನೆ ಬೇಡ " ಎಂದು ಸಂಭಾವನೆ
ತಿರಸ್ಕರಿಸಿ, ತಮ್ಮ ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಳಕಳಿ
ತೋರಿದವರು ಪುನೀತ್.



ಮಹಾ ದಾನಿ !

ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರು
ಅಸುನೀಗುವವರೆಗೂ ಆತನಲ್ಲಿನ ಒಂದು
ವಿಶೇಷ ಗುಣ ಜಗತ್ತಿಗೆ
ಪರಿಚಯವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಆತ ಮಹಾ ದಾನಿ.
ಆತ ಎಡಗೈಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದು ಬಲಗೈಗೆ
ತಿಳಿಯುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಎಷ್ಟೋ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅನ್ನ
ಕೊಟ್ಟು, ಆಶ್ರಯ ಕಲ್ಪಿಸಿ, ಶಿಕ್ಷಣ ಕೊಡಿಸಿದ
ವಿಚಾರವೂ ಸ್ವಂತ ಅವರ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೇ
ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ.

ಪುನೀತ್ ಅವರು ಅನಾಥಾಶ್ರಮಗಳಿಗೆ
ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ್ದು, ವೃದ್ಧಾಶ್ರಮಗಳಿಗೆ
ನೆರವು ನೀಡಿದ್ದು, ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ
ಒತ್ತು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದು, ಎಲ್ಲವೂ ಆತ ಅಗಲಿದ
ನಂತರವೇ ಸುದ್ದಿಯಾಗುತ್ತಲಿದೆ.

ಪುನೀತ ಪ್ರಭಾವ !

ಪುನೀತ್ ಅವರು ತೀವ್ರ ಹೃದಯ
ಸ್ಥಂಬನಕ್ಕೆ ಒಳಪಟ್ಟು ಮೃತರಾದರು ಎಂಬ
ಸುದ್ದಿ ಕಾಡ್ಲಿಚ್ಚಿನಂತೆ ಹರಡುತ್ತಿದ್ದಂತೆ,
ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೃದಯ ತಪಾಸಣೆಗೆ
ಒಳಪಡುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ.
ನೇತ್ರದಾನಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲೂ ತೀವ್ರ ಏರಿಕೆ
ಉಂಟಾಗಿದೆ. ಸೈಕಲ್ ಖರೀದಿಸುವವರ
ಹಾಗೂ ಸೈಕಲ್ ಬಳಸುವವರ
ಸಂಖ್ಯೆಯೂ ದುಪ್ಪಟ್ಟುಗೊಂಡಿದೆ.

ಅಪ್ಪು ಸ್ಮರಣೆ !

ನಾಯಕ ನಟನಾಗಿ ಕನ್ನಡಿಗರ
ಮನಸೂರೆಗೊಂಡ ಅಪ್ಪು ಚಿತ್ರದಿಂದ

ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರು
ಅಭಿಮಾನಿಗಳಿಂದ ಹಾಗೂ
ಚಿತ್ರರಂಗದಲ್ಲಿ ಅಪ್ಪು ಎಂದೇ
ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತಿದ್ದರು.

ಕರ್ನಾಟಕ ಚಲನಚಿತ್ರ
ಅಕಾಡೆಮಿಯು ನವೆಂಬರ್ 1 ರಂದು
ಆಯೋಜಿಸಿದ ಪುನೀತ್ ಸ್ಮರಣಾಂಜಲಿ,
ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಅರಮನೆ ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ
ನವೆಂಬರ್ 16 ರಂದು ಕರ್ನಾಟಕ
ಚಲನಚಿತ್ರ ವಾಣಿಜ್ಯ ಮಂಡಳಿಯು
ಏರ್ಪಡಿಸಿದ ಪುನೀತ ನಮನ ಹಾಗೂ
ನವೆಂಬರ್ 27 ರಂದು ಕರ್ನಾಟಕ
ಕಿರುತೆರೆ ಕಲಾವಿದರ ಸಂಘವು
ಸಂಯೋಜಿಸಿದ ಅಪ್ಪು ಅಮರ
ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಪುನೀತ್
ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರಿಗೆ ಕರುನಾಡು
ಸಲ್ಲಿಸಿದ ಶ್ರದ್ಧಾಂಜಲಿ
ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ
ಉಲ್ಲೇಖಿಸಬಹುದಾದ ಪ್ರಮುಖ
ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು.

ಸಾವಿನಲ್ಲೂ ದಾವಿಲೆ !

ಪುನೀತ್ ರಾಜಕುಮಾರ್ ಅವರು
ಮೃತರಾಗಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬ ವಿಷಯವನ್ನು
ಅರಿತ ಕೂಡಲೇ ಅವರ ಪಾರ್ಥಿವ
ಶರೀರದ ಅಂತಿಮ ದರ್ಶನ ಪಡೆದವರ
ಸಂಖ್ಯೆ ಇಪ್ಪತ್ತು ಲಕ್ಷ ಮೀರಿತ್ತು
ಎಂಬುದು ಪುನೀತ್ ಅವರು
ಸಾವಿನಲ್ಲೂ ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ ದಾವಿಲೆ
ಎನ್ನಬಹುದು.



ಅಂಧರ ಬಾಳನ್ನು ಬೆಳಗಿಸುವ ನೇತ್ರದಾನ

ಮರಣ ನಂತರ ಮಣ್ಣು
ಮಣ್ಣಾಗಿ ಹೋಗುವ
ಎರಡು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು
ದಾನ ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ
ಎರಡರಿಂದ ನಾಲ್ಕು
ಮಂದಿಯ ಅಂಧರ
ಬಾಳನ್ನು ಬೆಳಕನ್ನು
ಮಾಡಿಸಬಹುದು.

🌈 ಸಂಗಮೇಶ ಎನ್ ಜವಾದಿ.

ಮಾನವನ ದೇಹಕ್ಕೆ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಗಾಂಗಗಳು ತೋಬೆ ಮತ್ತು ಅವಶ್ಯಕ. ಆ ಅಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣು ಅತಿ ಅಮೂಲ್ಯ ಮತ್ತು ಸುಂದರ, ಈ ಜಗತ್ತಿನ ಎಲ್ಲಾ ಅಗು-ಹೋಗುಗಳನ್ನು ನೋಡೋ ಚೈತನ್ಯ ಸ್ವರೂಪಿ ಕಣ್ಣುಗಳು. ಹಾಗೆಯೇ ನೋಡಿದ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು-ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಸೆರೆ ಹಿಡಿದು ಸಂಗ್ರಹಿಸೋ ಶಕ್ತಿ ಹೊಂದಿರುವಂತದ್ದು ಕಣ್ಣುಗಳೇ, ಕಣ್ಣುಗಳು ಇರದ ಜೀವನವನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿ ಅನುಭವಿಸಿದರೆ, ಅದರ ಹೊರತಾದ ಜೀವನವನ್ನು ನಾವು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅಂತಹದರಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಜೀವನವನ್ನು ಕತ್ತಲಲ್ಲಿಯೇ ಕಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಎಷ್ಟೋ ಅಂಧರ ಬದುಕು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದು ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಶ್ನೆ ಅಲ್ಲವೇ.

ಈ ದಿಸೆಯಲ್ಲಿ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಯೋಚನೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದೆ. ಕಣ್ಣುಗಳು ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಗಾಂಗಗಳಾಗಿವೆ ಎಂಬುವುದನ್ನು ನಾವು ಮರೆಯಬಾರದು. ಮನುಷ್ಯರು ತನ್ನ ಸುತ್ತಲಿನ ಪರಿಸರದ ಜೊತೆಗೆ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು/ಬೆಳೆಸಲು ಕಣ್ಣುಗಳು ಪ್ರಮುಖ ಮಾರ್ಗ. ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನಗಳ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ನಾವು ಎಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ಮುಂದೆ ಇದ್ದೇವೆ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ್ದರೂ ಸಹ ಮಾನವನ ಅಂಗಾಂಗಗಳನ್ನು ಕೃತಕವಾಗಿ ಉತ್ಪಾದಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ಕಣ್ಣಿನಂತಹ ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಅಂಗವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸತ್ತ ನಂತರ ಸುಟ್ಟು ಅಥವಾ ಹೂಳಿ, ಮಣ್ಣು ಮಾಡಿ ನಾಶ ಮಾಡುವ ಬದಲಿಗೆ ದಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಇಬ್ಬರು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಉಪಕಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಣ, ಆಸ್ತಿ,



ಇಂದು ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ 35 ದಶಲಕ್ಷ ಜನರು ಕುರುಡುತನದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದು ಅಂದಾಜು. ಅದರಲ್ಲಿ ಭಾರತದ ಪಾಲು ಸುಮಾರು 17 ದಶಲಕ್ಷ ಎಂಬ ಮಾಹಿತಿ ಇನ್ನೂ ವಿಷಾದಕರ. ಅದರಲ್ಲಿ 1.2 ದಶಲಕ್ಷ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಕಷ್ಟಗುಡ್ಡೆಯ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅಂಧತ್ವದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಕಷ್ಟಗುಡ್ಡೆಯ ಅಂಧತ್ವದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರಿಗೆ ನೇತ್ರದಾನದಿಂದ ಪಡೆದ ಕಷ್ಟ ಗುಡ್ಡೆ ಜೋಡಣೆಯ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಪುನಃ ದೃಷ್ಟಿ ಪಡೆಯುವ ಸಂಭವವಿರುತ್ತದೆ.

ವಿದ್ಯೆ, ಅನ್ನದಾನ, ಇವೇ ಮುಂತಾದ ದಾನಗಳಿಗಿಂತ ನೇತ್ರದಾನವೇ ತುಂಬಾ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದೆಂಬ ಭಾವನೆ ನಮ್ಮದು.

ನೇತ್ರದಾನದ ಮಹಾ ಕಾರ್ಯವೆಂದರೆ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಕಣ್ಣು ದಾನ ಮಾಡುವಂತೆ ಮನವೊಲಿಸುವುದು. ಹತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಕರೆಂಟ್ ತೆಗೆದರೆ, ತಡಬಡಾಯಿಸುವ ನಾವು, ಬದುಕು ಪೂರ್ತಿ ಅಂಧಕಾರದಲ್ಲೇ ಕಳೆಯುವ ಜನರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿ.

ಇದನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಯೋಚಿಸಬೇಕಿದೆ. ಸಾವಿನ ನಂತರ ಇನ್ನೂಬ್ಬರ ಬಾಳಿನ

ಬಂಡಿಗೆ ಬೆಳಕಾಗುವ ಮೂಲಕ ಈ ಲೋಕದ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಸವಿಯಲು ಅವರಿಗೆ ಸ್ಪೂರ್ತಿದಾಯಕವಾಗೋಣ ಬಂಧುಗಳೆ. ಇಂದು ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ 35 ದಶಲಕ್ಷ ಜನರು ಕುರುಡುತನದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದು ಅಂದಾಜು. ಅದರಲ್ಲಿ ಭಾರತದ ಪಾಲು ಸುಮಾರು 17 ದಶಲಕ್ಷ ಎಂಬ ಮಾಹಿತಿ ಇನ್ನೂ ವಿಷಾದಕರ. ಅದರಲ್ಲಿ 1.2 ದಶಲಕ್ಷ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಕಷ್ಟಗುಡ್ಡೆಯ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅಂಧತ್ವದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಕಷ್ಟಗುಡ್ಡೆಯ ಅಂಧತ್ವದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರಿಗೆ ನೇತ್ರದಾನದಿಂದ ಪಡೆದ ಕಷ್ಟ ಗುಡ್ಡೆ ಜೋಡಣೆಯ

ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಪುನಃ ದೃಷ್ಟಿ ಪಡೆಯುವ ಸಂಭವವಿರುತ್ತದೆ.

ಕಾರ್ನಿಯಾ ಎಂದರೆ ಕಣ್ಣಿನ ಪಾಪೆಯ ಗಾಜಿನಂತಿರುವ ರಕ್ತಾ ಭಾಗ. ಕಣ್ಣಿನ ಸೋಂಕಿಗೆ, ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಅಥವಾ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆ ಉಂಟಾದರೆ ಕಾರ್ನಿಯಾ ಹಾಳಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾರ್ನಿಯಾಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯಾಗುವ ಮೂಲಕ ದೃಷ್ಟಿ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಕಾರ್ನಿಯಾ ಮತ್ತೆ ಜೋಡಣೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಪುನಃ ದೃಷ್ಟಿ ಪಡೆಯುವ ಸಂಭವವಿರುತ್ತದೆ. ಜಾತಿ, ಮತ, ವಯಸ್ಸು, ಲಿಂಗ ಅಥವಾ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸ್ಥಿತಿ ಪರಿಗಣಿಸಿದಂತೆ ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿ ಆತನ/ಆಕೆಯ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ದಾನ ಮಾಡಬಹುದು. ಕನ್ನಡಕ ಧರಿಸುವವರು, ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡಿರುವವರು ಹಾಗೂ ಯಾವುದೇ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದವರೂ ಸಹ ತಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ದಾನ ಮಾಡಬಹುದಾಗಿದೆ. ಸತ್ತ ನಂತರ ಕಣ್ಣು ದಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಕಣ್ಣು ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಮೂಢನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಬೆಂಕಿಯಲ್ಲಿ ಸುಟ್ಟು ಬೂದಿಯಾಗುವ ನಾವು ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಹುಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯ ಹೇಳಿ. ಹಾಗಾಗಿ ಕಣ್ಣಿಲ್ಲದ ಕತ್ತಲಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕು ನಡೆಸಿರುವ ಅಂಧರ ಬಾಳಿಗೆ ಬೆಳಕು ನೀಡಬೇಕು.

ನಾಲ್ವರ ಬಾಳಿಗೆ ಬೆಳಕಾದ ಪುನೀತ್ ಕಣ್ಣು



ಡಾ.ರಾಜ್‌ಕುಮಾರ್ ಮತ್ತು ಪಾರ್ವತಮ್ಮ ರಾಜ್‌ಕುಮಾರ್ ಅವರು ಕೂಡ ತಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ದಾನ ಮಾಡಿದ್ದರು. ಅದೇ ರೀತಿ ಪುನೀತ್ ಆಸೆಯಂತೆ ಅವರ ಎರಡು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ನಾರಾಯಣ ನೇತ್ರಾಲಯಕ್ಕೆ ದಾನ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಎರಡು ಕಣ್ಣುಗಳಿಂದ ಕನಿಷ್ಠ ಇಬ್ಬರು ಅಂಧರಿಗೆ ದೃಷ್ಟಿ ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಇದೇ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಪುನೀತ್ ರಾಜ್‌ಕುಮಾರ್ ಅವರ ಎರಡು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ನಾಲ್ವರಿಗೆ ಕೂಡ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ನಾಲ್ವರು ಅಂಧರ ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಅಂಧಕಾರವನ್ನು ದೂರ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಕಾರ್ನಿಯಲ್ ಕಾಯಿಲೆ ಇರುವ ಇಬ್ಬರು ಅಂಧರಿಗೆ ಮೇಲ್ವಿಧರವನ್ನು ಹಾಗೂ ಆಳವಾದ ಪದರವನ್ನು ಎಂಡೋಥೀಲಿಯಲ್ ಅಥವಾ ಆಳವಾದ ಕಾರ್ನಿಯಲ್ ಪದರದ ಕಾಯಿಲೆ ಇರುವ ಇಬ್ಬರು ಅಂಧರಿಗೆ ಕೂಡ ಮಾಡಲಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಪುನೀತ್ ಅವರು ನಾಲ್ವರು ಅಂಧರ ಬಾಳನ್ನು ಬೆಳಗಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಹಿಂದೆ ರಸ್ತೆ ಅಪಘಾತದಲ್ಲಿ ಮೃತಪಟ್ಟ ನಟ ಸಂಚಾರಿ ವಿಜಯ್ ಅವರು ಕೂಡ ಕಣ್ಣು ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ಅಂಗಾಂಗಗಳನ್ನು ದಾನ ಮಾಡಿದ್ದರು.

ನೇತ್ರ ಸಂಗ್ರಹಣೆಗೆ ಬೇಕಾಗುವ ಸಮಯ ಕೇವಲ 20 ರಿಂದ 30 ನಿಮಿಷಗಳು. ನೇತ್ರ ಸಂಗ್ರಹಣೆಯ ನಂತರ ಮೃತರ ಮುಖ ವಿಕಾರವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮರಣದ 5-6 ಗಂಟೆಯೊಳಗೆ ನೇತ್ರಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ದೇಹದ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಅಂಗವನ್ನೂ ಮಾನವೀಯತೆ ಮೇರೆಗೆ ಸಂದರ್ಭಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ದಾನ ಮಾಡಿ. ದೃಷ್ಟಿಯಿದ್ದರೆ ಸೃಷ್ಟಿ ಇರುವುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಾವಿನ ನಂತರ ಕಣ್ಣನ್ನು ದಾನ ಮಾಡಲು ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಬೇಕು. ಕಣ್ಣಿನ ದಾನಕ್ಕೆ ಪ್ರೇರಣೆ ನೀಡಬೇಕು.

ನೇತ್ರದಾನಕ್ಕೆ ಕುಟುಂಬದವರಿಂದ ಯಾವುದೇ ಶುಲ್ಕ ಪಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ನೇತ್ರ ಸಂಗ್ರಹಣಾ ಕೇಂದ್ರದ ತಂಡದವರು ದಾನಿಯ ಮನೆಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಹಿತದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಇದು ಉಚಿತ ಸೇವೆಯಾಗಿದೆ. ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ತೆಗೆಯಬಹುದು. ಅಥವಾ ಸಾವಿನ ನಂತರ ದೇಹವನ್ನು ಇಟ್ಟಿರುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿಯೇ ನೇತ್ರಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗುವುದು. ನೇತ್ರದಾನ ಮಾಡುವುದು ಮರಣ ನಂತರವೇ, ಹೀಗಾಗಿ ನಮ್ಮ ನೇತ್ರಗಳು ಮರಣ ನಂತರವೂ ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಜೀವಂತವಾಗಿರಲಿವೆ.

ನೇತ್ರದಾನ ನೋಂದಣಿ:

ಸಮೀಪದ ನೇತ್ರ ಸಂಗ್ರಹಣಾ ಕೇಂದ್ರ/ನೇತ್ರ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರಿಸಿ. ಇದು ನಿಮ್ಮ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿನ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯ ಅಥವಾ ಕಣ್ಣಿನ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿರಬಹುದು. ಸಮೀಪದ ನೇತ್ರ ಭಂಡಾರವನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ (ಋದ್ಧಾಗಿ ಅಥವಾ ಫೋನ್ ಮೂಲಕ) ನೇತ್ರದಾನದ ಬಗ್ಗೆ ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಂಡ ನಂತರ ನಿಮಗೆ ನೇತ್ರದಾನದ ಕಾರ್ಡ್



ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಮರಣ ಹೊಂದಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನೇತ್ರದಾನಕ್ಕೆ ಒಪ್ಪಿಗೆ ನೀಡಿರಲಿ ಅಥವಾ ನೀಡಿಲ್ಲದಿರಲಿ ಅವರ ಮನೆಯವರು ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಿದರೆ ಅವರ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ದಾನ ಮಾಡಬಹುದು. ಕಾನೂನಿನ ಪ್ರಕಾರ ಮರಣ ಹೊಂದಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಂಬಂಧಿಕರು ಆತನ/ಆಕೆಯ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ದಾನ ಮಾಡಬಹುದಾಗಿದೆ. ಹೀಗೆ ದಾನ ಮಾಡಿದ ನೇತ್ರಗಳು ಇಬ್ಬರು ಕಾರ್ನಿಯಾ ಅಂಧರಿಗೆ ದೃಷ್ಟಿ ಮರಳಿ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಸಕ್ಕರೆರೋಗ, ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಹೃದಯ ತೊಂದರೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು...ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಕಾಯಿಲೆಯಿದ್ದರೂ ನೇತ್ರದಾನಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ವಿಷ ಸೇವಿಸಿದವರ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ದಾನ ಮಾಡಲು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಗಂಡು-ಹೆಣ್ಣು, ರೋಗಿ-ಆರೋಗ್ಯವಂತ, ದೊಡ್ಡವರು-

ಚಿಕ್ಕವರು ಎಂಬ ಭೇದವಿಲ್ಲದೆ ಎಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ದಾನ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಈ ಎಲ್ಲ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ನೇತ್ರದಾನವನ್ನು ನಾವು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಬೇಕು.

ಅಕ್ಕೋಬರ್ ತಿಂಗಳ ಎರಡನೇ ಮಂಗಳವಾರ ದೇಶ ವಿದೇಶದಾದ್ಯಂತ 'ವಿಶ್ವ ದೃಷ್ಟಿ ದಿನ' ವನ್ನಾಗಿ ಆಚರಿಸುವ ಮೂಲಕ ನೇತ್ರದಾನದ ಕುರಿತು ಜನರಿಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇತ್ತೀಚೆಗಷ್ಟೇ ಅಕಾಲಿಕವಾಗಿ ನಿಧನರಾದ ಪವರ್ ಸ್ಟಾರ್ ಪುನೀತ್ ಅವರು ದಾನ ಮಾಡಿದ ಎರಡು ಕಣ್ಣುಗಳಿಂದ ನಾಲ್ವರು ಅಂಧರ ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ಮೂಡಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಪುನೀತ್ ಅವರ ಅಭಿಮಾನಿಗಳು ಸ್ವಯಂ ಆಸಕ್ತರಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ನೇತ್ರದಾನಕ್ಕೆ ಮುಂದಾಗಿದ್ದಾರೆ. ನೇತ್ರದಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಇರುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ತಮ್ಮ ಕಣ್ಣನ್ನು ದಾನ ಮಾಡಲು ಮುಂದಾದಾಗ ಅಂಧರ ಬಾಳಿಗೆ ಬೆಳಕಾಗಲು ಸಾಧ್ಯ. ಹಾಗಾಗಿ ನೀವೂ ನೇತ್ರದಾನ ಮಾಡಿ ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರನ್ನೂ ನೇತ್ರದಾನ ಮಾಡುವಂತೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ. ಆ ಮೂಲಕ ಜಗತ್ತನ್ನೇ ನೋಡದ ಮನುಷ್ಯರಿಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಕಿರಣವಾಗಿ. ಹಾಗಾದರೆ ಬನ್ನಿ, ದೃಷ್ಟಿಯ ಮಹತ್ವ ಸಾರೋ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಜಾಗೃತರಾಗೋಣ.

ಕನ್ನಡಕ ಧರಿಸುವವರು, ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಕಣ್ಣು ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡಿರುವವರು, ಮಧುಮೇಹ, ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಇವೇ ಮುಂತಾದ ಕಾಯಿಲೆಯಿದ್ದವರೂ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ವಯಸ್ಸಿನ ಆತ ಅಥವಾ ಆಕೆಯ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ದಾನ ಮಾಡಬಹುದು.



ಜಾನಪದದಲ್ಲಿ ಮಂಜಮ್ಮ ಜೋಗತಿ ಸಾಧನೆ

ಜಾನಪದದ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ
ಕಲೆಗಳಲ್ಲ ತಮ್ಮ
ಜೀವನವನ್ನೇ
ಮುಡುಪಾಗಿಸಿಕೊಂಡು
ಜಾನಪದ ಕಲೆಗೆ ಕೊಡುಗೆ
ನೀಡುತ್ತಾ,
ತೃತೀಯಲಿಂಗಿಯರಿಗೆ
ಮಾದಲಿಯಾಗಿರುವ
ಮಂಜಮ್ಮ ಜೋಗತಿ
ಅವರಿಗೆ 2021 ನೇ ಸಾಲಿನ
ಪದ್ಮಶ್ರೀ ಪ್ರಶಸ್ತಿ
ದೊರಕಿರುವುದು ಅವರ
ಸಾಧನೆಗೆ ಸಂದಿರುವ
ಗೌರವ.

ಲಲಿತಾ ಕೆ. ಹೊಸಪ್ಪಾಟ

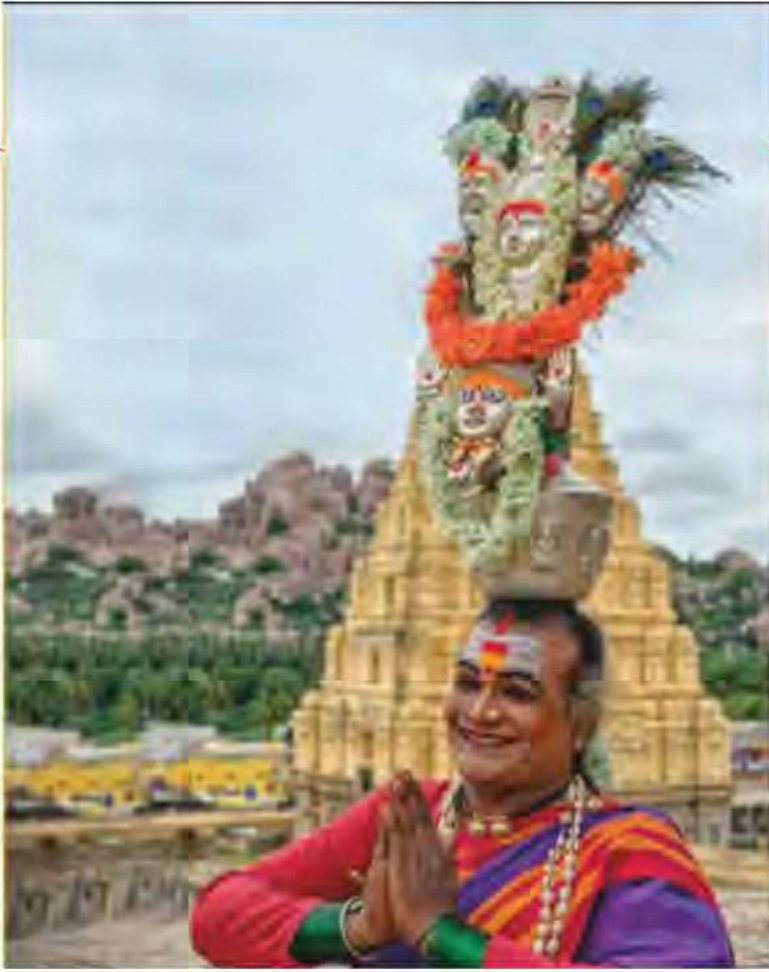
ತಂದೆ ತಾಯಿ ನೆರೆಹೊರೆ ಬಂಧು ಬಳಗದಿಂದ ತಿರಸ್ಕಾರಗೊಂಡು ಎದುರಾದ ಕಷ್ಟ ಕಾರ್ಪಣ್ಯಗಳಿಗೆ ಸೊಪ್ಪು ಹಾಕದೇ ಗಂಡಾಗಿ ಜನಿಸಿ ಹೆಣ್ಣಾದ ಮೇಲೆ ಯಾವ ನಿಂದನೆಗಳು ಬಂದರೂ ಹೆಣ್ಣಾಗಿಯೇ ಈ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಬಾಳುವೆ ಎಂದ ದಿಟ್ಟ ತೃತೀಯಲಿಂಗಿಯೊಬ್ಬರು ಜಾನಪದ ಅಕಾಡೆಮಿಗೆ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗುವ ಮೂಲಕ ಹೊಸ ಇತಿಹಾಸಕ್ಕೆ ಮುನ್ನುಡಿ ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಜನಪದ ಕಲೆ, ಎಲ್ಲಮ್ಮ ಜೋಗತಿ ನೃತ್ಯ, ರೇಣುಕಾ ಎಲ್ಲಮ್ಮ ಜನಪದ ನಾಟಕ, ರಂಗಭೂಮಿ, ಪೌರಾಣಿಕ ನಾಟಕಗಳು ಚೌಡಕಿ ಪದ ಹೀಗೆ ಜಾನಪದದ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಕಲಾ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತ ಜನಪದ ಕಲೆಗಾಗಿಯೇ ತಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಮುಡುಪಿಟ್ಟ ಈ ಕಲಾವಿದೆ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಮೆಟ್ಟಿಲೇರಿದವರಲ್ಲ. ಆದರೆ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಸಂಶೋಧನಾ

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಇವರ ಜೀವನವೇ ಅಧ್ಯಯನದ ಆಕರ. ದೇಶ ವಿದೇಶಗಳಿಂದ ಆಗಮಿಸುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಇವರ ಜೀವನದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಬಂಧಗಳನ್ನು ಮಂಡನೆ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಜಾನಪದ ಜೋಗತಿ ನೃತ್ಯದ ಮೂಲಕ ಜನಪದ ಲೋಕದ ಹಿರಿಮೆಗೆ ಗೌರವ ತಂದವರೇ ಬಳ್ಳಾರಿ ಜಿಲ್ಲೆ ಹೊಸಪೇಟೆ ತಾಲೂಕಿನ ಮರಿಯಮ್ಮನ ಹಳ್ಳಿ ಮಂಜಮ್ಮ ಜೋಗತಿ. ಇವರ ಜೀವನಗಾಥೆಯ ಕಥಾನಕವನ್ನು ಕಟ್ಟಿ ಕೊಡುವ ಪುಟ್ಟ ಪ್ರಯತ್ನ ಇಲ್ಲಿದೆ.

ಹೆಣ್ಣು ಹೆಣ್ಣಾಗಿದ್ದರೇನೆ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಿದ್ಧವಿಲ್ಲದ ಸಮಾಜ, ಇನ್ನು ಗಂಡು ಹೆಣ್ಣಾದರೆ ಒಪ್ಪಿತೆ? ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಒಪ್ಪಿಸುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಕಾಲವೇ ಮಾಡಿದೆ.

ನಾನು ಹೆಣ್ಣಲ್ಲವೆಂದು ಮಾತ್ರ ಒಪ್ಪಲಾರೆ ಎಂದು ಅನಾಥನಂತೆ ನಡು





ಜಾನಪದ ಅಕಾಡೆಮಿ
ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದಾಗಿನಿಂದ ಹಲವಾರು
ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಸ ಕೈಗೊಂಡು
ನೂರಾರು ಕಲಾವಿದರನ್ನು
ಗುರುತಿಸಿ ಮೊದಲು ಅವರಿಗೆಲ್ಲ
ಮಾಸಾಶನ ಕೊಡಿಸುವ
ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದ
ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.
ಎಲೆಮರೆಯ ಕಾಯಿಯಂತೆ
ಅವಕಾಶ ವಂಚಿತರಾದವರಿಗೆ
ಜಾನಪದ ಅಕಾಡೆಮಿಯಿಂದ
ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವ
ಯೋಜನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಹಾಗಾಗಿ ಕುರುಕ್ಷೇತ್ರ ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಒಂದು
ಪಾತ್ರ ಖಾಯಂ ಇವರಿಗೆ.
'ತಿರುನೀಲಕಂಠ' ನಾಟಕದಲ್ಲಿ 6ನೇ
ಕ್ರಾಸಿನಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಮಂಜುನಾಥನಿಗೆ
ಪರಮೇಶ್ವರನ ಪಾತ್ರಕ್ಕೆ ಬಣ್ಣ ಹಚ್ಚಿಸುತ್ತಾರೆ.
ನಂತರ ಕುರುಕ್ಷೇತ್ರ ನಾಟಕಕ್ಕೆ
ಉದಯಕುಮಾರ ಬಂದಿರುತ್ತಾರೆ.
ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ರಾಜನಿಗೆ ಹೂ ಚೆಲ್ಲುವ
ಹುಡುಗಿಯರ ಪಾತ್ರಕ್ಕಾಗಿ ತಂದೆಯೇ ಹೆಣ್ಣು
ಹುಡುಗಿಯ ವೇಷ ಹಾಕಿಸುತ್ತಾರೆ.
ವೈ.ಕೆ. ಹನಮಂತಪ್ಪರಿಂದ ರಂಗ ನೃತ್ಯ
ಹೇಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಮಗ
ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಹೆಣ್ಣಾಗುವೆ ಎಂದಾಗ
ಬಾಸುಂಡೆ ಬರುವಂತೆ ಹೊಡಿಯುತ್ತಾರೆ.

ಜಾಣನಾಗಿದ್ದ ಮಂಜುನಾಥ ಓದಿ
ಸರ್ಕಾರಿ ಉದ್ಯೋಗ ಹಿಡಿಯಲೆಂಬ
ಹಂಬಲ ತಂದೆಗೆ. ಅಷ್ಟರಲ್ಲೇ ಇವರ ಹೆಣ್ಣು
ಮಗಳ ವರ್ತನೆ ಕಂಡು ಮೈಮೇಲೆ
ಎಲ್ಲಮ್ಮ ದೇವರು ಬಂದಿದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ
ಜನ. ನನ್ನ ಮಾನ ಮರ್ಯಾದೆ
ಹೋಯಿತೆಂದ ತಂದೆ ಎಸ್.ಎಸ್. ಎಲ್.
ಸಿ ಮುಗಿಯುತ್ತಲೇ ಕಲಕಂಬದಲ್ಲಿದ್ದ
ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಮಗನ ಅಂಗಡಿಗೆ ಕಳಿಸುತ್ತಾರೆ.
ಅಲ್ಲಿ, ಹೆಣ್ಣು ಮಗಳ ನಡನುಡಿ ಕಂಡು
ಅಣ್ಣನಿಗೂ ಇರಿಸು ಮುರುಸಾಗುತ್ತದೆ.
ಉದ್ಯೋಗ ಮಾಡಿದರೆ
ಸರಿಹೋಗಬಹುದು ಎಂದು ನಂದಿ
ಫೈನಾನ್ಸ್ ಕಾರ್ಪೊರೇಶನ್ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ಗೆ
ಟಿಗ್ಗಿ ಎಜೆಂಟರಾಗಿ ಸೇರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಬೀದಿಯಲ್ಲಿ ನಿಂತಿದ್ದ ಮಂಜುನಾಥ ಶೆಟ್ಟಿ
ಮಂಜಮ್ಮ ಜೋಗತಿಯಾದ ಕಥನವೇ
ಸೋಜಿಗದ್ದು. ನಾನು ತೃತೀಯಲಿಂಗಿ.
ಇದನ್ನು ಬದಲಿಸಲು ಯಾರಿಂದಲೂ
ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದು ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಬದುಕು
ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡ ಮಂಜಮ್ಮ "ನನಗೆ ಆತ್ಮ
ವಿಶ್ವಾಸವಿದೆ, ಮುಂದೊಂದು ದಿನ ತಾನು
ಸಮಾಜದ ಮುಖ್ಯ ಸ್ಥರದಲ್ಲಿರುತ್ತೇನೆ
ಎಂದು ತನ್ನ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ತಾನೇ 17
ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನುಡಿದಿದ್ದು
ನಿಜವಾಗಿದೆ. ಮಂಜಮ್ಮ ಜಾನಪದ
ಜೋಗತಿ ನೃತ್ಯದ ಸಾಧನೆಯಿಂದ
ಗುರುತಿಸಿಕೊಂಡು ಇಂದು ಕರ್ನಾಟಕ
ಜಾನಪದ ಅಕಾಡೆಮಿಯ
ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಜಾನಪದ ಜೋಗತಿ ಕುಣಿತದ ಕಲೆ
ಇವರಿಗೆ ಕರಗತ. ಜೊತೆಗೆ ರಂಗಭೂಮಿ
ಕಲಾವಿದೆಯಾಗಿ, ತೃತೀಯಲಿಂಗಿಯರ
ತಾಯಿಯಾಗಿ, ಅನಾಥರ ಬಂಧುವಾಗಿ,
ಪರರ ಕಷ್ಟಕ್ಕೆ ಕಣ್ಣೀರಾಗಿ ತಾನು ಕುಣಿದು
ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಹೊಟ್ಟೆ ಕಾಯುವ ಜೋಗತಿ
ನೃತ್ಯ ಜೋಗಣಿಯನ್ನು
ಪುರುಷರಾದಿಯಾಗಿ ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲ
ಕರೆಯುವುದು ಮಾತಾ ಮಂಜಮ್ಮನಂದು.
ತೃತೀಯಲಿಂಗಿಗಳೂ ಸುಸಂಸ್ಕೃತ ಬದುಕು

ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡರೆ ಸ್ಥಾನ, ಮಾನ, ಎಲ್ಲವೂ
ಸಿಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಸಾಬೀತು ಮಾಡಿದ
ಸಾಧಕಿ ಇವರು.

'ಒಳಗೆ ಸುಳಿವಾತ್ಮಕೆ ಗಂಡು ಹೆಣ್ಣಿನ
ಹಂಗಿಲ್ಲ' ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಪೂರಕ ಇವರ
ಜೀವನ ಕ್ರಮ. ಒಡಲೊಳಗೆ ತೃತೀಯ
ಲಿಂಗಿಯಾಗಿ ಬದುಕು ಬೆಂಕಿಯಲಿ ಕುದ್ದು
ಆವಿಯಾದರೂ ಜೋಗತಿ ಜಾನಪದ
ಕಲೆಯನ್ನು ಧ್ಯಾನಸ್ಥ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ
ಪಡೆಯಲು ಪಟ್ಟ ಸಾಹಸ ವಿಶೇಷ.

1957ರಲ್ಲಿ ಮಂಜಮ್ಮ ಜೋಗತಿ
ಮಂಜುನಾಥ ಶೆಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಜನಿಸಿದ್ದು
ಬಳ್ಳಾರಿ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಕಲ್ಲಕೊಂಬದಲ್ಲಿ.
ಆಂಧ್ರದ ಬೆಳ್ಳಕುಂಡಿಯಿಂದ ಬಂದ
ಇವರ ತಾತಾ ವೀರಣ್ಣ ಬೇಳೆ ವ್ಯಾಪಾರಸ್ಥ.
ಊರಲ್ಲಿ 6 ಎಕರೆ ಜಮೀನಿನ
ಒಡೆಯರಾಗಿದ್ದರು. ತಂದೆ ಹನುಮಂತಪ್ಪ
ಶೆಟ್ಟಿ ತಾಯಿ ಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ. ತಾಯಿ
ಹಡೆದ 21 ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಬದುಕಿದ್ದು ಐವರು.
ತಂದೆ ಕಂಪ್ಲಿ ಶುಗರ್ ಫ್ಯಾಕ್ಟರಿಯಲ್ಲಿ
ಕೆಲಸಗಾರರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ನಂತರ
ಹಿರಿಯೂರು ಬಿರ್ರಾ ಸುಕ್ಕುವಾಡ
ಕಂಪನಿಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ತಂದೆ ರಂಗಭೂಮಿಯ ಪೋಷಕರು.

ಲಕ್ಷ್ಮೀಪುರ, ದಾದನಾ, ಕುರುಕೋಡುಗಳಲ್ಲಿ ಪಿಗ್ಮಿ ಕಲೆಕ್ಟ್ ಮಾಡುವಾಗಲೂ ಹೆಣ್ಣಿನ ಕಾವಭಾವಗಳೇ ಇರುತ್ತವೆ.

ಕೊನೆಗೆ ವಿಧಿಯಿಲ್ಲದೇ ತಂದೆ ತಾಯಿ 18 ನೇ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಂಜುನಾಥನಿಗೆ 1985 ರಲ್ಲಿ ಹುಲಿಗೆ ದೇವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ವಿಧಿವತ್ತಾಗಿ ಜೋಗತಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಪ್ಪ ಅವ್ವ ತೋರಿದ ಪ್ರೀತಿ ವಾತ್ಸಲ್ಯ ಕಾಳಜಿ ಮನಸ್ಸು ಹಿಂಡಿದರೂ, ಒಳಗೊಂದು ಹೊರಗೊಂದು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಇರಲು ಮನಸ್ಸಾಕ್ಷಿ ಒಪ್ಪುವುದಿಲ್ಲ. ಮಂಜಮ್ಮ ಜೋಗತಿ ಮಂಗಳಮುಖಿಯಾಗಿ ಪಡಲಾಗಿ ಹೊತ್ತು ಜೀವನ ನಿರ್ವಹಣೆ ಶುರು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಮಾಜದ ನಿಂದನೆ ಸಹಿಸಲಾಗದೆ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಗೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ 45 ದಿನ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಸಾವಿನ ಜೊತೆ ಸೇರಿಸಾಡಿ ಬದುಕುತ್ತಾರೆ.

ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಿಂದ ಡಿಸ್ಚಾರ್ಜ್ ಆಗಿ ಮನೆಗೆ ಬಂದರೆ, ತಾವು ಬೆಳೆದ ಮನೆಯೇ ಅಪರಿಚಿತ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಯಾರೂ ಮಾತಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಸೀದಾ ಊರಿನ ಹಾಲಿಸ್ವಾಮಿ ಮಠಕ್ಕೆ ಬಂದು ಭಜನೆಗೆ ಕೂಡುತ್ತಾರೆ. ಅಲ್ಲಿಗೇ ಬಂದ ತಂದೆ ನನ್ನ ಮಗ ಗಂಡಾಗಿದ್ದ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದ, ಪೂರಾ ಹೆಣ್ಣಾಗಿದ್ದರೆ ಮದುವೆ ಮಾಡಿ ಕಳಿಸಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಅವ ಇದ್ಯಾವುದು ಆಗಿಲ್ಲದೆ ಅರ್ಧಂಬರ್ಧ ಆಗವನೆ. ಇವತ್ತಿನಿಂದ ನಮ್ಮ ಮನಿಗೆ ಅವ ಬರೊಂದು ಬೇಡ. ನಮ್ಮಿಬ್ಬರ ಋಣ ಇಲ್ಲಿಗೆ ತೀರಿತು ಎಂದು ನೆರೆದವರ ಮುಂದೆ ಹೇಳಿ, ಮನೆಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ತಾಯಿಂದ ಸೀರೆ ಉಡುಸಿ ಉಡಕ್ಕಿ ಹಾಕಿಸಿ ಮನೆಯಿಂದ ಹಾಗೂ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೂ ಹೊರಹಾಕುತ್ತಾರೆ.



ಮನೆಯವರಿಂದ ದೂರಾಗಿ ಚಲಕನಟ್ಟಿಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಕೊಡಹೊತ್ತು ಕುಣಿದರೂ ಒಂದು ಹೊತ್ತಿನ ಗಂಜಿಗೂ ಆಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ದೇವರ ಹೊತ್ತುದಕ್ಕೆ ಉಪವಾಸ. ಮನೆ ಮನೆಗೆ ತಿರುಗಿ ಇಡ್ಲಿ ಚಟ್ಟಿ ಮಾರುತ್ತಾರೆ. ಬದುಕಿಗಾಗಿ ಹಣಗುತ್ತಿರುವಾಗಲೇ ಕಾಳವ್ವ ಜೋಗತಿ-ಕಣ್ಣಿಗೆ ಬೀಳುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಜೋಗತಿ ನೃತ್ಯದಲ್ಲಿ ಕಾಳವ್ವನದು ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಹೆಸರಿರುತ್ತದೆ. ಅವರಿಂದ ಜೋಗತಿ ನೃತ್ಯ ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ಕಲಿಯುವ ಹಲ ಎಷ್ಟಿತ್ತೆಂದರೆ ಕಾಲಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಸುರಿದರೂ ಕುಣಿಯುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಕುಣಿತದಲ್ಲಿ ಹೆಸರು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಜಾತ್ರೆ, ಉತ್ಸವ, ಹಬ್ಬ, ಸಮ್ಮೇಳನ, ಸಮಾವೇಶ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆಯಿಂದ ಕರೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಮ್ಮನ ಕೊಡ ಹೊತ್ತು ಕೈ ಬಿಟ್ಟು ಕುಣಿಯುವ ಜಾನಪದ ಜೋಗತಿ ಕಲೆ ಜೊತೆಗೆ ನಾಟಕದ ಹವ್ಯಾಸವೂ ಕೈ ಹಿಡಿಯುತ್ತದೆ. ಸುಮಧುರವಾಗಿ ಹಾಡುವ ಜಾನಪದ ಚೌಡಕಿ ಪದಗಳು ಜನ ಮನ ಸೂರೆಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಕಾಳಮ್ಮನವರು ರೇಣುಕಾ ದೇವಿ ಚರಿತ್ರೆ ಜನಪದ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ

ಯಾವುದೇ ಅಕಾಡೆಮಿಕ್ ಶಿಸ್ತಿಯಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಮಂಜಮ್ಮ ಎಲ್ಲಮ್ಮನ ರೇಣುಕಾದೇವಿ ಚರಿತ್ರೆಯನ್ನು ಜನಪದ ನಾಟಕ ರೂಪ ಕೊಟ್ಟು ನಿರ್ದೇಶಿಸಿ ತಾವೇ ಮಂಗಳಮುಖಿಯರ ತಂಡ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡು ಮಾಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಲ್ಲದೆ 'ಶ್ರೀ ರೇಣುಕಾ ಚರಿತ್ರೆ' ನಾಟಕದ ಮುಖ್ಯ ಹಾಡುಗಾರ್ತಿಯಾಗಿ ರೇಣುಕಾ ಪಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಕಾಳವ್ವ ಜೋಗತಿ ಎದುರು ಗೌಡಶಾನಿ, ಕಾಮಧೇನು, ಪರಶುರಾಮ ಪಾತ್ರ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಕಾಳವ್ವ ಜೋಗತಿ ಕಾಲಾ ನಂತರ ರೇಣುಕಾ ದೇವಿ ಪಾತ್ರ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾ ಜನಪದ ಕಲೆಯ ಪರಿಚಾರಕಿಯಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಯಾವಾಗ ಸರ್ಕಾರದ ದಾಖಲೆಯಲ್ಲಿ-ಮಂಗಳಮುಖಿಯಾಗಿ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೋ ಆಗ ಅವರಿಗೆ ಅವಕಾಶಗಳು ಲಭ್ಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಒಮ್ಮೆ ಮರಿಯಮ್ಮನಹಳ್ಳಿ ಗ್ರಾಮೀಣ ವೃತ್ತಿ ರಂಗ ಭೂಮಿಯ ಡಾ.ನಾಗರತ್ನಮ್ಮ ಮತ್ತು ಇಳಕಲ್ಲದ ಕಲಾವಿದೆ ಉಮಾ ಬಾರಗಿಡದ ಇವರಲ್ಲಿ ಹುದುಗಿದ ರಂಗ ಕಲೆಗೆ ಪ್ರೇರಣೆ ಕೊಡಲು ಮುಂದಾಗುತ್ತಾರೆ. 'ಮೋಹಿನಿ ಭಸ್ಮಾಸುರ' ನಾಟಕದ ಭಸ್ಮಾಸುರನ ಪಾತ್ರ



ಹೊಸಪೇಟೆಯ ಕಾಲೇಜು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ಪಠ್ಯದಲ್ಲಿ ಮಂಜಮ್ಮ ಜೋಗತಿಯವರ ಜೀವನ ಕಥನವನ್ನು ನಾಟಕ ಮಾಡಿ ಪ್ರಕಾಶ ಬಾಬು ನಿರ್ದೇಶನದಲ್ಲಿ ಆಡಿದ್ದಾರೆ. ಆಂಧ್ರದ ಪತ್ರಿಕೆ 'ಅಮ್ಮ' ಇವರ ಆತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಧಾರವಾಹಿಯಾಗಿ ಪ್ರಕಟಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಮಾಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ನಾಟಕವೇ ರಂಗ ಪ್ರವೇಶಕ್ಕೆ ಮುನ್ನುಡಿ. ಇದೇ ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಇಳಕಲ್ ಉಮರಾಣಿ, ಮೋಹಿನಿ, ಪಾರ್ವತಿ ಪಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಪರಮಾತ್ಮನಾಗಿ ಆದವಾಣಿ ವಿಣಾ, ವಿಷ್ಣು ಆಗಿ ಶಿವಕುಮಾರಿ, ಉಳಿದ ಪಾತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ರಾಮವ್ವ ಜೋಗತಿ, ಗೌರಮ್ಮ ಜೋಗತಿ, ಭಾಗ್ಯಮ್ಮ ಜೋಗತಿ ಕೆ.ಮಂಜಮ್ಮ ಜೋಗತಿ, ಯಲ್ಲಮ್ಮ ಜೋಗತಿ, ದೇವಿ ಜೋಗತಿ ಗಂಗಮ್ಮ ಜೋಗತಿ ಎಲ್ಲಾ ಮಂಗಳಮುಖಿಯರೇ ಪಾತ್ರ ಮಾಡಿದ್ದು ವಿಶೇಷ. ಮೋಹಿನಿ ಭಸ್ಮಸುರ, ರೇಣುಕಾ ಎಲ್ಲಮ್ಮ, ಪರಶುರಾಮ ರಕ್ತರಾಶಿ, ಹೇಮರಡ್ಡಿ ಮಲ್ಲಮ್ಮ, ಕುರುಕ್ಷೇತ್ರ ಮುಂತಾದ ನಾಟಕಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಣ್ಣು ಗಂಡು ಎರೆಡರಲ್ಲೂ ಬಣ್ಣ ಹಚ್ಚಿದ್ದಾರೆ.

ಬಿ. ವಿ. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಗೆ ಜಾತ್ರಾ ಮಹೋತ್ಸವಗಳಿಗೆ ಇವರನ್ನು ಆಮಂತ್ರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಜಾನಪದ ಹಾಡು ಕುಣಿತ ರಂಗ ಗೀತೆಗಳು ಪೌರಾಣಿಕ ನಾಟಕಗಳು ಮೇಲಾಗಿ ಜೋಗತಿ ನೃತ್ಯ ನೋಡಲು ರಂಗ ರಸಿಕರು ಕಿಕ್ಕಿರಿದು ಸೇರುತ್ತಾರೆ. ನೋಟನ ಮಾಲೆ ಕೊರಳಿಗೆ ಹಾಕಿ ಋಷಿ ಪಡುತ್ತಾರೆ. ರಂಗಭೂಮಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಹೆಣ್ಣಿನ ಪಾತ್ರ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಅವಕಾಶಗಳು ದೊರೆಯುತ್ತವೆ.

ಮಹಿಳಾ ವೃತ್ತಿ ರಂಗ ಕಲಾವಿದರ ಸಂಘದಿಂದ ನಾಗರತ್ನಮನವರ ನಿರ್ದೇಶನದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಬೇಲೂರು ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿ ರಚನೆಯ "ನಾರದ ವಿನೋದ"ದಲ್ಲಿ ಗೌರಿ ಜೋಗತಿ, ಕೃಷ್ಣನ ಪಾತ್ರ ನಿರ್ವಹಿಸಿದರೆ, ಇವರು ನರ್ತಕಿಯಾಗಿ ಕುಣಿದು ಅಚ್ಚರಿ ಮೂಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕೂಡಲೆ ಶಿವಕುಮಾರಿ ನಿರ್ದೇಶನದ ಕೀಚಕನ ವಧೆ ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಕೀಚಕನ ಪಾತ್ರಕ್ಕೂ ಪ್ರಸಿದ್ಧಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಮೂಲ ಕಲೆ ಜೋಗತಿ ಜಾನಪದ ನೃತ್ಯ ಮರಿಯಮ್ಮನಹಳ್ಳಿ ದುರ್ಗಾದಾಸ ರಂಗ ಮಂಟಪದಿಂದ ಹಿಡಿದು ಬೆಂಗಳೂರಿನ ರವೀಂದ್ರ ಕಲಾ ಕ್ಷೇತ್ರದವರೆಗೂ, ರಾಜ್ಯದ ತುಂಬಾ ಸಾವಿರಕ್ಕೂ ಪ್ರದರ್ಶನ ಕಂಡಿದೆ. ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಹಂಪಿ, ನವರಸ, ಮಡಿಕೇರಿ, ಉಡುಪಿ, ಮಂಗಳೂರು ರಂಗಾಯಣ, ಆಕಾಶವಾಣಿ, ಮಹಿಳಾ, ಜಾನಪದ, ಸಾಹಿತ್ಯ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸಮ್ಮೇಳನ ಉತ್ಸವಗಳಲ್ಲಿ ಜಾನಪದ ಜೋಗತಿ ನೃತ್ಯಕ್ಕೆ



ಮನ್ನಣೆ ತಂದಿದ್ದಾರೆ. ಕರ್ನಾಟಕ ಜಾನಪದ ಯಕ್ಷಗಾನ ಅಕಾಡೆಮಿ ಪ್ರಶಸ್ತಿ, ರಾಜ್ಯೋತ್ಸವ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಸೇರಿದಂತೆ ರಾಜ್ಯದ ನೂರಾರು ಸಂಘ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಪ್ರಶಸ್ತಿ ನೀಡಿ ಸನ್ಮಾನಿಸಿವೆ. ಈಗ ಅವರ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳ ಪಟ್ಟಿಗೆ ಪದ್ಮಶ್ರೀ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯು ಸೇರಿದೆ.

ಜೋಗತಿ ನೃತ್ಯದ ಕುರಿತು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಷನಲ್ ಸೆಮಿನಾರ್ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಸಂಪನ್ಮೂಲವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿಯೂ ತಿಬಿರಗಳನ್ನು ನಿರ್ದೇಶಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಹೀಗೆ ಮಂಜಮ್ಮ ಜೋಗತಿ ತಾನು ಮಂಗಳ ಮುಖಿಯಾಗಿಯೆ ಬದುಕಿಗೊಂದು ಅರ್ಥ ಕಂಡಿದ್ದಾರೆ.

'ಜರ್ಮನ್‌ನ ಸಾರಾ ಮಾರ್ಕಲ್' {ಇಂಡಿಯಾ ಟ್ರಾಸ್ಟ್ ಜೆಂಡರ್} ಇವರನ್ನೊಳಗೊಂಡು ಪಿಎಚ್‌ಡಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇವರ ಮೇಲೆ ಎಮ್‌ಫಿಲ್ ಮಾಡಿದ ದಾಖಲೆಗಳಿವೆ. ಜನಪದ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಿಂದ ಚಂದ್ರಪ್ಪ ಸೊಬಟಿಯವರು "ಮಂಜಮ್ಮ ಜೋಗತಿ" ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕ ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ತಾನೇ ಪರಮುಟ್ಟಳಾದರೂ ಪರಮುಟ್ಟಿ ಕೋಗಿಲೆಗಳಿಗೆ ಆಶ್ರಯ ಕೊಟ್ಟ ತಾಯಿ ಕೋಗಿಲೆ ಇವರು. ಹದಿನೈದು ಇಪ್ಪತ್ತು ತೃತೀಯ ಲಿಂಗಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡು ಅವರನ್ನು ಸಮಾಜದ ಆದರಕ್ಕೆ ಪಾತ್ರರಾಗಿಸಲು ಹೊರಟಿದ್ದಾರೆ. ಮಂಗಳಮುಖಿಯಾಗಿದ್ದ ಗೌರಮ್ಮ ಜೋಗತಿ ಮಗಳಂತೆ ಇವರ ಜೋಗತಿ ನೃತ್ಯವನ್ನು ಮಂಗಳಮುಖಿ ತಂಡದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮನೆಯಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಸುತ್ತಿರುವ ನೇತ್ರಾ ಎಂಬ ಪ್ರತಿಭಾವಂತ ಹುಡುಗಿಯನ್ನು ಪದವಿ ತರಗತಿ ಜೊತೆಗೆ ರಂಗಭೂಮಿಯ ಅಭಿನಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಓದಿನಿಂದ ವಂಚಿತನಾಗುತ್ತಿದ್ದ ಮುತ್ತುವನ್ನು ಸಂಗೀತದ ಜೊತೆಗೆ ಬಾಲ ಕಲಾವಿದನಾಗಿ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಇವರೇ ಪ್ರೇರಣೆ. ಕಳೆದ ಹತ್ತು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಅನಾಥ

ತಾಯಿಯೊಬ್ಬರನ್ನು ಸಲಹುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಗಿಳಿ, ಗೊರವಂಕ, ಅಳಿಲು, ಮೊಲ, ನಾಯಿ, ಬೆಕ್ಕು ಇವರ ಮನೆಯ ತುಂಬಾ ಓಡಾಡಿಕೊಂಡಿವೆ. ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ತಂದೆತಾಯಿಯಾಗಿ ಸಲಹುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮಂಗಳಮುಖಿಯಿಗೆ ಜೋಗತಿ ನೃತ್ಯ, ರಂಗ ಕಲೆ, ರಂಗ ಗೀತೆ, ಚೌಡಕಪದಗಳ ತರಬೇತಿ ಕೊಟ್ಟು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಲೋಕಕ್ಕೆ ಪರಿಚಯಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮಂಜಮ್ಮ ಜೋಗತಿ ಮಂಗಳಮುಖಿಯರ ಪಾಲಿಗಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ನೂಂದು ಮಡಲಿಗೆ ಬಂದವರಿಗೆಲ್ಲ ಆಮ್ನಾನಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಬಾಗಲಕೋಟೆ, ವಿಜಯಪುರ, ಗುಲ್ಲುಗಾರ್, ಬೀದರ್, ಬೆಂಗಳೂರು, ಮೈಸೂರು, ಧಾರವಾಡ ಮಂಗಳೂರು, ಉಡುಪಿ ಹೀಗೆ ಈಗಾಗಲೇ ರಾಜ್ಯದ ಬಹುತೇಕ ಜಿಲ್ಲೆಗಳನ್ನು ತಿರುಗಿದ್ದಾರೆ. ಅಲ್ಲಿರುವ ನೂರಾರು ಕಲಾವಿದರನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಮೊದಲು ಅವರಿಗೆಲ್ಲ ಮಾಸಾಶನ ಕೊಡಿಸುವ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಎಲೆಮರೆಯ ಕಾಯಿಯಂತೆ ಅವಕಾಶ ವಂಚಿತರಾದವರಿಗೆ ಜಾನಪದ ಅಕಾಡೆಮಿಯಿಂದ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವ ಯೋಜನೆ ರೂಪಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮಂಜಮ್ಮನವರದು ತಾಯಿ ಮಮತೆ. ಕಲಾವಿದರು ಇವರ ಹತ್ತಿರ ಬಂದು ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಂತವರ ಬಾಗಿಲಿಗೆ ತಾವೇ ಹೋಗಿ ಅವರ ವಾಸ್ತವಿಕ ಜೀವನ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಯನ್ನು ಕಂಡು ಕಣ್ಣೀರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಜನಪದ ಕಲೆಯನ್ನೇ ಆಧಾರವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಲಿಂಗಬೇಧವಿಲ್ಲದ ಮಂಜಮ್ಮ ಜೋಗತಿಯವರಿಗೆ ಸರಕಾರ ಕರ್ನಾಟಕ ಜಾನಪದ ಅಕಾಡೆಮಿಗೆ ಅಧ್ಯಕ್ಷರನ್ನಾಗಿ ನೇಮಿಸುವ ಮೂಲಕ ತನ್ನ ಹಿರಮೆಯನ್ನು ಮರೆದಿದೆ. ಮಂಜಮ್ಮ ಜೋಗತಿಯವರು ಈಗ ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ಆದಷ್ಟು ತೆರೆಮರೆಯಲ್ಲಿ ಉಳಿದು ಸೌಲಭ್ಯಗಳಿಂದ ವಂಚಿತರಾದ ಜನಪದ ಕಲಾವಿದರನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದಾರೆ. ಪರಿಶ್ರಮದಿಂದ ಮಂಗಳಮುಖಿಯರೂ ಸ್ಥಾನ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆಂಬುದನ್ನು ಮನಗಾಣಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಗೌರವಯುತ ಬದುಕು ಬಾಳುತ್ತಾ ಉನ್ನತ ಸ್ಥಾನಗಳಿಸಿದ ಮಂಜಮ್ಮ ಜೋಗತಿ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಮಾದರಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ.



ಅಂಚೆ ಮೊಹರುಗಳೆಲ್ಲ

ಕರ್ನಾಟಕದ ಅನಾವರಣ

ಅಂಚೆ ಇಲಾಖೆಯು ಸಂದೇಶ ರವಾನೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಮೊಹರುಗಳೆಲ್ಲ (ರಸ್ಟೆ) ಇರುವ ಕರ್ನಾಟಕದ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯತೆ ಕುರಿತು ಲೇಖಕರು ಈ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಬಿಳುಕು ಚಿಲ್ಲದ್ದಾರೆ.

ಎನ್. ಜಗನ್ನಾಥ ಪ್ರಕಾಶ್

ಪತ್ರ-ವಸ್ತು ವ್ಯವಹಾರಕ್ಕೆ ಶುರುವಿಟ್ಟುಕೊಂಡ ಆಧುನಿಕ ಅಂಚೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಸಂದೇಶದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನಾನಾ ವಿಧದ ಆಯಾಮಗಳನ್ನು ತನ್ನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿದೆ. ಆಧುನಿಕ ಕಾಲದ ಸಂದೇಶ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಾದ ಇ ಮೇಲ್, ವಾಟ್‌ಆಪ್, ಕೋರಿಯರ್‌ಗಳ ಭರಾಟೆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುದು ವಿಶೇಷ.

ನಳ-ದಮಯಂತಿ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಪಾರಿವಾಳಗಳ ಮೂಲಕ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದ ಕಾಲ ಕಳೆದು ಲಕೋಟಿಗಳ ಮೂಲಕ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಹರಿದಾಡಿದ್ದು ಈಗ ಹಳೆಯ ವಿಚಾರ. ಹಲವು ಅನಾನುಕೂಲಗಳ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ಜನಮನ್ನಣೆಗಳಿಸಿದ ಮುಚ್ಚಿದ ಲಕೋಟೆ ರಸ್ಟೆ ಅಂಚೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಕಾರ್ಡು-ಕವರುಗಳ ಮೇಲೆ ಅಂಚೆ ಚೀಟಿಗಳನ್ನು ಅಂಟಿಸಿ ಪತ್ರ ರವಾನಿಸುವ ಪದ್ಧತಿ ಜನಪ್ರಿಯಗೊಂಡು ಜಗತ್ತಿನೆಲ್ಲೆಡೆ ಪಸರಿಸಿತು.

ಆಯಾ ದೇಶದ ಚರಿತ್ರೆ, ಪರಂಪರೆ, ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ, ಆಹಾರ ವೈವಿಧ್ಯ, ಪ್ರಾಣಿ-ಪಕ್ಷಿ ಸಂಕುಲ, ಸಾಹಿತ್ಯ ಲೋಕ, ಸಿನಿಮಾ ಜಗತ್ತು, ಚಾರಿತ್ರಿಕ ಸ್ಥಳ, ವಾಸ್ತುಶಿಲ್ಪದ ಹೆಗ್ಗುರುತುಗಳು ಅಂಚೆ ಚೀಟಿಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮೂಲಕ ದೇಶದ ಪರಂಪರೆ, ಇತಿಹಾಸದ ಮುಖ್ಯಾಂಶಗಳನ್ನು ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಹರಡುವ ಕೆಲಸವನ್ನೂ ಅಂಚೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ತನ್ನ ಯಾದಿಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿಕೊಂಡಿತು.

ಕಾಲಕಾಲಕ್ಕೆ ಅಂಚೆ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಬದಲಾವಣೆ, ಸುಧಾರಣೆಗಳೂ ನಡೆಯುತ್ತಲೇ ಇದ್ದು, ಅಂಚೆ ಚೀಟಿಗಳ ಮೇಲೆ ಒತ್ತುವ ಮೊಹರುಗಳಲ್ಲೂ ಹಲವು ಬದಲಾವಣೆಗಳಾದವು. ಆಯಾ ಊರಿನ ವಿಷಯ ವಿಶೇಷಗಳನ್ನು ಅಂಚೆ ಚೀಟಿಗಳ ಮೇಲೆ ಒತ್ತುವ ಮೊಹರುಗಳಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸಿ ಆಯಾ ಸ್ಥಳದ ವಿಶೇಷಗಳನ್ನು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡುವ, ಪಸರಿಸುವ ಕಾರ್ಯವೂ ಅಂಚೆ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿಕೊಂಡಿತು.



ಕಾಲಕಾಲಕ್ಕೆ ಅಂಚೆ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಬದಲಾವಣೆ, ಸುಧಾರಣೆಗಳೂ ನಡೆಯುತ್ತಲೇ ಇದ್ದು, ಅಂಚೆ ಚೀಟಿಗಳ ಮೇಲೆ ಒತ್ತುವ ಮೊಹರುಗಳಲ್ಲೂ ಹಲವು ಬದಲಾವಣೆಗಳಾದವು. ಆಯಾ ಊರಿನ ವಿಷಯ ವಿಶೇಷಗಳನ್ನು ಅಂಚೆ ಚೀಟಿಗಳ ಮೇಲೆ ಒತ್ತುವ ಮೊಹರುಗಳಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸಿ ಆಯಾ ಸ್ಥಳದ ವಿಶೇಷಗಳನ್ನು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡುವ, ಪಸರಿಸುವ ಕಾರ್ಯವೂ ಅಂಚೆ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿಕೊಂಡಿತು.

ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ನಂತರ ತನ್ನದೇ ಆದ ಅಂಚೆ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡ ಭಾರತೀಯ ಅಂಚೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಆಯಾ ಊರಿನ ವಿಷಯ - ವಿಶೇಷಗಳ ಚಿತ್ರಗಳ ಮೊಹರು ಒತ್ತುವುದನ್ನು ಶುರುಮಾಡಿದ್ದು 1951 ರಲ್ಲಿ. ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಭಾರತೀಯ ಪರಂಪರೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವ ಸ್ಥಳ ವಿಶೇಷಗಳು ಮೊಹರುಗಳಲ್ಲಿ ಅಡಕವಾದವು. ಅಜಂತಾ, ಕುತುಬ್ ಮಿನಾರ್, ಸಾಂಚಿಸ್ಥೂಪ ಇಂತಹವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು. 1971 ರ ಬಳಿಕ ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ, ಪರಂಪರಾ ಸ್ಥಳ, ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣ, ಸ್ಮಾರಕಗಳು, ವ್ಯಕ್ತಿ ವಿಶೇಷಗಳೂ ಆಯಾ ಊರಿನ ಅಂಚೆ ಮೊಹರುಗಳಲ್ಲಿ ಬರಲಾರಂಭಿಸಿದವು.

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಊರು ಹಾಗೂ ಅಂಚೆ ಕಚೇರಿಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಬಟವಾಡೆ ಆಗುವ ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿಂದ ಹೊರಗೆ ಕಳಿಸಲ್ಪಡುವ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಚೆ ಪತ್ರಗಳ ಮೇಲೆ (ಲಕೋಟೆ, ಕಾರ್ಡು) ನಿಗದಿತ ರೇಖಾ ಚಿತ್ರವಿರುವ ಮೊಹರು ಖಾಯಮಾಗಿ ಬೀಳುತ್ತದೆ. ಖಾಯಮಾಗಿ ಒತ್ತಲ್ಪಡುವ ಚಿತ್ರವುಳ್ಳ ಮೊಹರು ನೋಡಿದ ಕೂಡಲೇ ಈ ಪತ್ರ ಇಂತಹ ಊರಿನಿಂದ ಬಂದಿದೆ ಎಂಬುದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಗೊಮ್ಮಟೇಶ್ವರ (ಶ್ರವಣ ಬೆಳಗೊಳ) ದರ್ಶನ ಸುಂದರಿ (ಬೇಲೂರು) ಕಲ್ಲಿನ ರಥ (ಹಂಪಿ).

ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ 50ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಜಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಖಾಯಂ ಚಿತ್ರ ಮೊಹರುಗಳನ್ನು ಅಂಚೆ ಇಲಾಖೆ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿರುವುದು ವಿಶೇಷ. 1978ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಥಮವಾಗಿ ಖಾಯಂ ರೇಖಾಚಿತ್ರ ಮೊಹರುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ಪರಿಪಾಠ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭಗೊಂಡಿತು. ಬೇಲೂರು ದರ್ಶನ ಸುಂದರಿ, ಹಳಬೀಡಿನ ನೃತ್ಯಬಾಲಿಕೆ ಮೊಹರುಗಳೂ ಸೇರಿ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಮೊದಲು ರೂಢಿಗೆ ಬಂದ ಮೊಹರುಗಳು ನಾಲ್ಕು. ಮುಂದಿನ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ, ಧಾರ್ಮಿಕ, ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ಹಾಗೂ ಚಾರಿತ್ರಿಕ ತಾಣಗಳು ಅಂಚೆ ಖಾಯಂ

ಮೊಹರುಗಳಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಬಂದವು. ಭಾರತೀಯ ಶಿಲ್ಪಕಲೆಯ ತೊಟ್ಟಲು ಎನ್ನಿಸಿಕೊಂಡ ಐಹೊಳೆಯು ಜಾಲುಕೃ ರಾಜ ಲಾಂಛನವನ್ನು ಮೊಹರಾಗಿ ಹೊತ್ತು ತಂದರೆ, ಬಾದಾಮಿಯ ಗುಹಾಂತರ ದೇವಾಲಯಗಳಲ್ಲಿರುವ ನೃತ್ಯ ನಟರಾಜನ ರೇಖಾ ಚಿತ್ರ ಬಾದಾಮಿ ಅಂಚೆ ಇಲಾಖೆಯಲ್ಲಿ ಪಡಿಮೂಡುತ್ತದೆ.

ದಟ್ಟ ಅಡವಿ ಹಾಗೂ ವೈವಿಧ್ಯದ ಸಸ್ಯ ಸಂಪತ್ತುನ್ನು ತನ್ನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡ ಕೊಡಗು ಜಿಲ್ಲೆಯ ನಾಗರ ಹೊಳೆಯ ಅಂಚೆ ಮೊಹರಿನ ಚಿನ್ನೆ ಗೌರಿ ಪುಷ್ಪ ಹಾಗೆಯೇ ಇನ್ನೊಂದು ಅಭಯಾರಣ್ಯ ಬಂಡಿಪುರ ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವುದು ಹುಲಿ ಹಾಗೂ ಹುಲಿ ಹೆಜ್ಜೆ.

ಮೈಸೂರು ಪ್ರವಾಸ ಅಂಚೆ ಕಚೇರಿ ತನ್ನ ಖಾಯಂ ಮೊಹರಾಗಿ ಬಳಸುವುದು ಜಂಬೂ ಸವಾರಿ ಚಿತ್ರವನ್ನು. ಜೈನ ಕ್ಷೇತ್ರವಾದ ಶ್ರವಣ ಬೆಳಗೊಳದಲ್ಲಿ ನಿಂತ ಭಂಗಿಯಲ್ಲಿರುವ ಮೋಹಕ ನಗೆಯ ಗೊಮ್ಮಟೇಶ್ವರನ ಮೊಹರು ದಾಖಲಾಗಿದ್ದರೆ, ಕಾರ್ಕಳದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವುದು ಧ್ಯಾನಸ್ಥ ತೀರ್ಥಂಕರರ ಚಿತ್ರ.

ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಗಿರಿಧಾಮ ನಂದಿಬೆಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿರುವ ಮೊಹರು ನಂದಿಯದು. ವಲಸೆ ಹಕ್ಕಿಗಳ ತಾಣ ಕೊಕ್ಕರೆ ಬೆಳ್ಳೂರಿನ ಅಂಚೆ ಕಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ಬೀಳುವ ಮೊಹರು ಹಾರುತ್ತಿರುವ ಕೊಕ್ಕರೆಯದು.

ಪಿಸುಮಾತಿನ ಛಾವಣಿಯಿಂದ ಹೆಸರಾದ ಗೋಳಗುಮ್ಮಟ. ವಿಜಯಪುರದ ಅಂಚೆ ಇಲಾಖೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಳಗಾವಿಯ ಹಲಸಿಯಲ್ಲಿ ಕದಂಬರರ ರಾಜಲಾಂಛನ, ಕೊಲ್ಲೂರಿನಲ್ಲಿ ಮೂಕಾಂಬಿಕಾ ದೇಗುಲ, ಉಡುಪಿಯಲ್ಲಿ ಕೃಷ್ಣನ ಚಿತ್ರ. ಶೃಂಗೇರಿಯಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾಶಂಕರ ಆಲಯ, ಶ್ರೀರಂಗಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿ ಟಿಪ್ಪು ಖಡ್ಗ ಹಾಗೂ ಕಿರೀಟ. ಮಡಿಕೇರಿಯಲ್ಲಿ ಕೊಡವ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಖಡ್ಗ. ಮಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ 18ನೇ ಶತಮಾನದಲ್ಲಿ ನಿರ್ಮಾಣಗೊಂಡ

ಲೈಟ್ ಹೌಸ್. ಧರ್ಮಸ್ಥಳದ ಮಂಜುನಾಥನ ಆಲಯ. ವಿಜಯನಗರ ಸಾಮ್ರಾಜ್ಯದ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸ್ಥಾನ ಹಂಪಿಯ ಕಲ್ಲಿನ ರಥಗಳು ಅಂಚೆ ಇಲಾಖೆಯ ಖಾಯಂ ಚಿತ್ರ ಮೊಹರುಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾನ ಪಡೆದಿವೆ.

ಮೈಸೂರು ಚಾಮುಂಡಿ ಬೆಟ್ಟದ ಮಹಿಷಾಸುರ, ಬೆಳಗಾವಿಯ ಕಮಲ ಬಸದಿ, ಕೋಲಾರದ ಚಿನ್ನದ ಗಣಿ ಕಾರ್ಮಿಕ, ಬನ್ನೇರುಘಟ್ಟದ ಚಿಟ್ಟೆ ಉದ್ಯಾನದ ಚಿತ್ರ, ಕರ್ನಾಟಕದ ಖಾಯಂ ಚಿತ್ರ ಮೊಹರುಗಳ ಪಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರ್ಪಡೆಗೊಂಡಂತಹವು.

ರಾಜಧಾನಿ ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಎರಡು ಖಾಯಂ ಮೊಹರುಗಳು ಉಪಯೋಗಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಒಂದು ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರ ನಿರ್ಮಾಪಕ ಕೆಂಪೇಗೌಡ ನಿರ್ಮಿಸಿದನೆನ್ನಲಾದ ನಾಲ್ಕು ಕಾವಲು ಗೋಪುರಗಳಲ್ಲಿ ಲಾಲ್‌ಬಾಗ್ ಕಾವಲು ಗೋಪುರದ ರೇಖಾಚಿತ್ರ ಬಸವನಗುಡಿ ಅಂಚೆ ಕಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ಬಟವಾಡೆಯಾಗುವ ಅಂಚೆ ಪತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣುವ ಮೊಹರು.

ಎರಡನೆಯದು ವಿಧಾನಸೌಧದ ಅಂಚೆ ಕಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಮೊಹರು ಆಡಳಿತ ಚುಕ್ಕಾಣಿಯ ಕೇಂದ್ರ ವಿಧಾನಸೌಧದ್ದು.

ಇದೇ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಖಾಯಂ ಮೊಹರುಗಳಿರುವುದು ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದಲ್ಲೇ ಹೆಚ್ಚು. ಅದರಲ್ಲೂ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಇಂತಹ 55 ಮೊಹರುಗಳು, ತಮಿಳುನಾಡಿನಲ್ಲಿ 52 ಮೊಹರುಗಳು ಉಪಯೋಗಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಿವೆ. ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿರುವ ಖಾಯಂ ಮೊಹರುಗಳ ವಿವರ ಚಿತ್ರ, ಇನ್ನಿತರ ಮಾಹಿತಿಯುಳ್ಳ ಬೃಹತ್ ಹೊತ್ತಿಗೆಯನ್ನು ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಸುಶೀಲ ಮೆಹ್ರಾ, ಚೈತನ್ಯ ದೇವ್ ಹೊರತಂದಿದ್ದಾರೆ. ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಅಂಚೆ ಸಂಗ್ರಹಕರಾದ ಜಗನ್ನಾಥ ಮಣೆ ಅವರು ಕರ್ನಾಟಕವೂ ಸೇರಿದಂತೆ ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದ ಮೊಹರುಗಳ ಕೈಪಿಡಿಯ ಸಿದ್ಧತೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ.

“ಉತ್ತರ ಧೃವದಿಂದ ದಕ್ಷಿಣ ಧೃವಕ್ಕೆ ಚುಂಬಕಗಾತ್ರಯು ಜೀಸುತಿದೆ...” ಎಂಬ ಹಾಡು ಈ ಬೆಟ್ಟದ ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಸುತ್ತ ಕಣ್ಣಾಯಿಸುತ್ತಾ, ಗಾಳಿಗೆ ಮೈಯೊಡ್ಡಿದಾಗ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬಾರದೆ ಹೋಗದು. ಇಂತಹ ಅವರಣನೀಯ ಅನುಭವ ನೀಡುವ ಬೆಟ್ಟವೇ ರಾಯಸಮುದ್ರದ ಬಳಿ ಇರುವ ಕಣ್ಣಿನ ಸೆತಿಯುವ ನಾರಾಯಣ ದುರ್ಗ.

ಪವಾಸಿಗರಿಗೆ ಸುಂದರ ತಾಣವಾಗಿ, ಇತಿಹಾಸ ಪ್ರಿಯರಿಗೆ ದುರ್ಗಮ ಕೋಟಿಯಾಗಿ, ಯುವಕರು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಚಾರಣ ಸ್ಥಳವಾಗಿ ಆಕರ್ಷಿಸುವ ಈ ದುರ್ಗಮ ಬೆಟ್ಟ ಸಮುದ್ರ ಮಟ್ಟದಿಂದ 3589 ಅಡಿ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿದೆ. ನಾಲ್ಕು ಬೆಟ್ಟಗಳಿಂದ ಆವರಿಸಿರುವ, ಕಡಿದಾದ ಕಣಿವೆಗಳು, ವಿಶಾಲವಾದ ಗುಹೆಗಳು ಮತ್ತು ಸುರಂಗಗಳಿಂದ ಹಿರಿಮೆ ಪಡೆದಿರುವ ಈ ಬೆಟ್ಟವನ್ನು ನಾರಾಯಣ ದುರ್ಗ ಎಂದೇ ಜನ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಕೆ.ಆರ್.ಪೇಟೆ ಪಟ್ಟಣದಿಂದ ಈಶಾನ್ಯ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ 10 ಕಿ.ಮೀ ದೂರದಲ್ಲಿರುವ ಈ ದುರ್ಗವು ಮೇಲುಕೋಟೆಯ ಬೆಟ್ಟದ ಶ್ರೇಣಿಯಲ್ಲಿ ಬರುವ ಬೆಟ್ಟವಾಗಿದ್ದು, ಮಾದಗಿತ್ತಿ ಬೆಟ್ಟ, ಮುದಿಬೆಟ್ಟ, ಹಂದಿಬೆಟ್ಟ ಸೇರಿದಂತೆ ವಿಶಾಲವಾದ ಅರಣ್ಯವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟುವ ತೊರೆ ದೊಡ್ಡ ಹಳ್ಳವಾಗಿ

ಕೆ.ಆರ್.ಪೇಟೆ ಸಮೀಪವಿರುವ ಹೊಸಹೊಳೆ ಕೆರೆಗೆ ಸೇರಿ ಅಲ್ಲಿಂದ ಕೂಡಲಕುವೆಯ ಬಳಿ ಹೇಮಾವತಿ ನದಿಯನ್ನು ಸೇರುತ್ತದೆ. ಅರಣ್ಯ ಇಲಾಖೆಯವರು ನಾರಾಯಣ ದುರ್ಗ ಅರಣ್ಯ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು “ತೋಳಗಳ ಅಭಯಾರಣ್ಯ” ಎಂದು ಘೋಷಿಸಿದ್ದು, ಇಲ್ಲಿ ತೋಳ, ಚಿರತೆ, ನವಿಲು, ಜಿಂಕೆ ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವು ಜೀವವೈವಿಧ್ಯಗಳು ನೆಲೆಸಿವೆ.

ಈ ಬೆಟ್ಟದ ತಪ್ಪಲು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ನೂರಾರು ಬಗೆಯಲ್ಲಿ ಸಸ್ಯ ಸಂಕುಲವಿದ್ದು, ಅಮೂಲ್ಯ ಗಿಡಮೂಲಿಕೆಗಳ ತಾಣವಾಗಿದೆ. ಈ ಬೆಟ್ಟದ ಶ್ರೇಣಿ ಒಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧರ ಆವಾಸ ತಾಣವಾಗಿತ್ತು. ಬೆಟ್ಟದ ಬುಡದಿಂದ ಮೇಲಿನವರೆವಿಗೂ ಸುರಂಗವಿದ್ದು, ಸಿದ್ಧರು ಮೇಲಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಬರಲು ಇದನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರಂತೆ. ಈಗಲೂ ಅದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದಾದರೂ

ಕಣ್ಣಿನ ಸೆತಿಯುವ ನಾರಾಯಣ ದುರ್ಗ

● ಬಲ್ಲೇನಹಳ್ಳಿ ಮಂಜುನಾಥ್





ಒಳಹೋಗುವ ದಾರಿ ಮುಚ್ಚಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಮುಡಿ ಬೆಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಗುಹೆಗಳಿದ್ದು, ಅವು ಶಿಲಾಯುಗದ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯನ್ನೊಂದಿವೆ ಎನ್ನಲಾಗುತ್ತದೆ.

ದೇವರಸನಿಂದ ನಿರ್ಮಿತವಾದ ಏಳುಸುತ್ತಿನ ಕೋಟೆ:

ನಾರಾಯಣ ದುರ್ಗವು ವಿಜಯನಗರ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪ್ರಬುದ್ಧಮಾನದಲ್ಲಿತ್ತು. ಹೊಳೆ ನರಸೀಪುರವನ್ನು ಕೇಂದ್ರವನ್ನಾಗಿಸಿಕೊಂಡು ಆಳುತ್ತಿದ್ದ ದೇವರಸ ಇಲ್ಲಿನ ಕೋಟೆ ನಿರ್ಮಿಸಿದ. ಬೆಟ್ಟದ ಬುಡದಿಂದ ಆರು ಮತ್ತು ಕೋಟೆ ಕಟ್ಟಿರುವುದು ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವಾಗಿದ್ದು, ಬಾಗಿಲುಗಳು ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ವಿಭಿನ್ನ ಮತ್ತು ಕಲಾತ್ಮಕವಾಗಿದೆ. ಬೆಟ್ಟದ ಮೇಲ್ಗಡೆ ಸುತ್ತಲೂ ಕೋಟೆ ಇದೆ. ಕೋಟೆಯು

ಪಾಂಡವರು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದರು:

ಈ ಬೆಟ್ಟದ ಪೌರಾಣಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆ ರಾಮಾಯಣ - ಮಹಾಭಾರತದ ಕಾಲದಷ್ಟು ಹಿಂದಿನದು. ಪಾಂಡವರು ಇಲ್ಲಿ ತಂಗಿದ್ದರು ಎಂದು ಸ್ಥಳ ಪುರಾಣ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಪಾಂಡವರು ವನವಾಸದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿ ತಂಗಿದ್ದಾಗ, ನೀರಿಗಾಗಿ ಭೀಮ ತನ್ನ ತೊಡೆಯನ್ನು ತಿರುವಿ ನೀರು ಬರುವಂತೆ ಮಾಡಿದನೆಂದು ಇದನ್ನು ಭೀಮ ತಿರುವಿದ ಹೊಂಡ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ತ್ರೇತಾಯುಗದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿಗೆ ರಾಮ - ಸೀತೆ -ಲಕ್ಷ್ಮಣ ಬಂದಿದ್ದು, ಅವರು ಕುಳಿತು ಊಟ ಮಾಡಿದ ಸ್ಥಳವಿದ್ದು, ವಿಶಾಲ ಬಂಡೆಯ ಮೇಲೆ ಇವುಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಈಗಲೂ ಅದರ ಕುರುಹುಗಳಾಗಿರುವ ಕೋಟೆಯ ಬಾಗಿಲುಗಳನ್ನು ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಪಾಳೇಗಾರರು ಎಷ್ಟು ಬುದ್ಧಿವಂತರಾಗಿದ್ದರೆಂದರೆ ಕಡಿದಾದ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕೋಟೆ ನಿರ್ಮಿಸದೆ ಶತೃಗಳು ಎಲ್ಲಿ ನುಸುಳಬಹುದಾಗಿತ್ತೋ ಅಲ್ಲಿ ಏಳು ಕೋಟೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಬೆಟ್ಟದ ತುಟ್ಟ ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಕೊನೆಯ ಕೋಟೆ ಇದ್ದು, ಇಲ್ಲಿ ಮದ್ದಿನ ಮನೆಯನ್ನೂ ಕಾಣಬಹುದು. ಒಂದು ಬಾಗಿಲಿನಿಂದ ಶತೃಗಳು ಬಂದರೂ, ಮತ್ತೊಂದರಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅಲ್ಲದೆ ಶತೃಗಳು ಬೆಟ್ಟ ಏರಲು ಆಗದಂತೆ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಸುರಿಯುತ್ತಿದ್ದಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲಿ ಗುರುತುಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ದೇವರಸ ಎಂಬ ಪಾಳೇಗಾರನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿ ಕೋಟೆ, ಮದ್ದಿನ ಮನೆ, ದೇವಸ್ಥಾನಗಳು ನಿರ್ಮಿತವಾದವು. ಶತೃಗಳು ಬೆಟ್ಟದ ಮೇಲೆ ಬಾರದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟುವುದೇ ಇದರ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿತ್ತು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಇತಿಹಾಸಕಾರರಾದ ತೈಲೂರು ವೆಂಕಟಕೃಷ್ಣ ಅವರು.

ಲಿಂಗಸ್ವರೂಪಿ ಕೈವಲೈಶ್ವರನೇ ಕಾವಲುಗಾರ:

ಬೆಟ್ಟದ ತುದಿ ತಲುಪಿದಾಗ ಎದುರಾಗುವ ಲಿಂಗಸ್ವರೂಪಿ ಕೈವಲೈಶ್ವರನೇ ಇಲ್ಲಿಯ ಕಾವಲುಗಾರ. ಹಿಂದೆ ಇಲ್ಲಿ ಆಳುತ್ತಿರದ ನಾರಾಯಣನ ಭವ್ಯ ಸ್ವರೂಪದ ವಿಗ್ರಹವಿದ್ದಿತಂತೆ. ಹಾಗಾಗಿ ನಾರಾಯಣ ದುರ್ಗ ಎಂದು

ಏಕರೇಖೆಯಲ್ಲಿರದೆ ಅಂಕುಡೊಂಕಾಗಿದೆ. ಶತೃಗಳ ಹಾವಳಿಯಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಶತೃಗಳು ದಾಳಿ ಮಾಡುವ ಮುನ್ನೂಚನೆ ಸಿಕ್ಕೊಡನೆ ಸಿಂಧುಘಟ್ಟ ಸೀಮೆಯನ್ನು ಆಳುತ್ತಿದ್ದ ಪಾಳೇಗಾರರು ಧವಸ-ಧಾನ್ಯ, ಆಭರಣ ಸರಂಜಾಮುವಿನೊಂದಿಗೆ ನಾರಾಯಣ ದುರ್ಗದ ಬೆಟ್ಟದ ಮೇಲಿನ ಕೋಟೆಯಲ್ಲಿ ಆಶ್ರಯ ಪಡೆಯಲು ನಿರ್ಮಿಸಿದ್ದಲ್ಲದೆ, ಶತೃಗಳು ಬೆಟ್ಟ ಏರದಂತೆ ಬೆಟ್ಟದ ಸುತ್ತ ಏಳು ಸುತ್ತಿನ ಕೋಟೆಯನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿದ್ದರು.



ಕರೆಯುತ್ತಿದ್ದರು. ಕಾಲಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಆ ವಿಗ್ರಹವನ್ನು ಇಲ್ಲಿಂದ ಕದ್ದೊಯ್ಯಲಾಯಿತಂತೆ. ಆ ನಂತರ ಅಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳೀಯರು ಐದು ಅಡಿ ಎತ್ತರದ ಲಿಂಗವನ್ನು ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪಿಸಿ ಕೈವಲ್ಯೇಶ್ವರ ಎಂದು ಕರೆದರಂತೆ. ದೇವಸ್ಥಾನವೂ ಶಿಥಿಲಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿದ್ದು, ದ್ರಾವಿಡ ವಾಸ್ತುಶಿಲ್ಪವನ್ನೊಂದಿದ್ದು, ವಿಜಯನಗರ ಕಾಲದ್ದೆಂದು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಭಯ ಹುಟ್ಟಿಸುವ ವಕ್ರರಿಸಿದ ಕಲ್ಲು:

ದೇವಸ್ಥಾನದ ಹಿಂಭಾಗದಲ್ಲಿ ವಕ್ರರಿಸಿದ ಕಲ್ಲು ಇದ್ದು, ಇದು ಭೂಮಿಗೆ ಚಾಚಿಕೊಂಡಿದೆ. ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದ್ದವರನ್ನು ಇಲ್ಲಿಂದ ತಳ್ಳಿ ಮರಣದಂಡನೆಗೆ ಒಳ ಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತಿತ್ತಂತೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಇದನ್ನು ಹದ್ದಿನ ಕಲ್ಲು, ವಕ್ರರಿಸಿದ ಕಲ್ಲು ಎನ್ನತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲಿಂದ ಜಾರಿ ಬಿದ್ದರೆ ದೇಹ ಸಿಕ್ಕರೂ ಪ್ರಾಣವಂತೂ ಉಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಹಿಂದೆ ಮರಣ ದಂಡನೆಗೆ ಒಳಗಾದವರನ್ನು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಕರೆತಂದು ಬೆಟ್ಟದಿಂದ ತಳ್ಳಿ ಬಿಡುತ್ತಿದ್ದರಂತೆ. ಈಗಲೂ ಅದನ್ನು ನೋಡುವುದಕ್ಕೆ ಭಯ ಹುಟ್ಟಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಇದೆ. ನಾರಾಯಣ ದುರ್ಗದ ಸಮೀಪ ಸಿಂಧುಘಟ್ಟ ಗ್ರಾಮವಿದ್ದು, ಸಿಂಧುಘಟ್ಟದ ಕೆರೆ ನಾರಾಯಣ ದುರ್ಗದ ಬೆಟ್ಟಕ್ಕೆ ಭೂಷಣದಂತಿದೆ. ಹೊಯ್ಸಳರ



ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸಿಂಧುಘಟ್ಟವು ಸೀಮೆಯಾಗಿ ಆಡಳಿತ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿತ್ತು. ಹಾಗಾಗಿ ಇಲ್ಲಿ ಹೊಯ್ಸಳರ ಕಾಲದ ಅನೇಕ ದೇವಾಲಯಗಳು ಹೆಸರುವಾಸಿಯಾಗಿವೆ.

ಚಾರಣೆಗರಿಗೆ ಮೆಚ್ಚಿನ ತಾಣ:

ನಾರಾಯಣ ದುರ್ಗ ಬೆಟ್ಟವನ್ನು ಹತ್ತುವುದು ತ್ರಾಸದಾಯಕವಾದುದು. ಆದರೆ ಹತ್ತಿದ ನಂತರ ಸಿಗುವ ಆನಂದ ವರ್ಣಿಸಲು ಅಸದಳ. ಬೆಟ್ಟದ ತುದಿಯಿಂದ ಮೇಲುಕೋಟೆ, ಚಾಮುಂಡಿ ಬೆಟ್ಟ, ಕನ್ನಂಬಾಡಿ ಜಲಾಶಯ, ಆದಿಚುಂಚನಗಿರಿ ಬೆಟ್ಟಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಬೆಟ್ಟದ ಕೆಳಗಿನ ಹಸಿರು ದೃಶ್ಯ ನಯನ ಮನೋಹರವಾಗಿದ್ದು, ಕೆರೆ-ತೋಟ ಮತ್ತು ಗ್ರಾಮಗಳು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತವೆ.

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆಯಾದರೂ ನಾರಾಯಣ ದುರ್ಗದ ಬೆಟ್ಟವನ್ನು ಹತ್ತಿ ಇಳಿಯಬೇಕು. ಆಗಲೇ ಬೆಟ್ಟ ಹತ್ತಿದ ಅನುಭವ ನಮ್ಮದಾಗುವುದು. ಬೆಟ್ಟವನ್ನು ಹತ್ತುವಾಗ ಐದುಸಿರು ಬಿಡುವಂತಾಗುತ್ತದೆ, ಇಳಿಯುವಾಗ ಜೀವ ಕೈಯಲ್ಲಿಡಿದುಕೊಂಡು ಇಳಿಯಬೇಕು. ಆಯಾ ತಪ್ಪಿದರೆ ನಾರಾಯಣನೇ ರಕ್ಷಿಸಬೇಕು!

ಇಲ್ಲಿಗೆ ಹೇಗೆ ಬರುವುದು:

ಅಂದ ಹಾಗೇ ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬರಲು ಬೆಂಗಳೂರು-ಮಂಡ್ಯದಿಂದ ಬರುವವರು ಮೇಲುಕೋಟೆ ಮಾರ್ಗವಾಗಿ ಬಂದು ರಾಯಸಮುದ್ರ ಗೇಟ್ ಬಳಿ ಇಳಿದು ನಾಲ್ಕು ಕಿಲೋ ಮೀಟರ್ ನಡೆದು ಹೋಗಬೇಕು. ಮೈಸೂರು ಕಡೆಯಿಂದ ಬರುವವರು ಕೆ.ಆರ್.ಪೇಟೆಗೆ ಬಂದು ಮೇಲುಕೋಟೆ ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ 10 ಕಿಲೋ ಮೀಟರ್ ಸಾಗಿದರೆ ಈ ಸ್ಥಳವನ್ನು ತಲುಪಬಹುದಾಗಿದೆ. ರಾಯಸಮುದ್ರದ ತಪ್ಪಲಲ್ಲಿ ಗ್ರಾಮದವರು ಈಚೆಗೆ ಜೀರ್ಣೋದ್ಧಾರ ಮಾಡಿದ ಚೌಡೇಶ್ವರ ದೇಗುಲವಿದ್ದು, ಇದರಿಂದ ಬೆಟ್ಟ ಹತ್ತುವವರಿಗೆ ಮತ್ತು ಇಳಿದು ಬರುವವರಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಶ್ರಾವಣ, ಕಾರ್ತಿಕ ಮಾಸ, ಮಹಾಶಿವರಾತ್ರಿ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಗ್ರಾಮಸ್ಥರು ಕುಟುಂಬ ಸಮೇತ ಬೆಟ್ಟ ಹತ್ತಿ ಹರಕೆ ತೀರಿಸಿಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಾರೆ. ಕಣ್ ನ ಸೆಳೆಯುವ ನಾರಾಯಣ ದುರ್ಗವು ನಮ್ಮ ಐತಿಹಾಸಿಕ ಹಾಗೂ ಪೌರಾಣಿಕ ಘಟನೆಗಳ ಸಾಕ್ಷಿ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಂತೆ ಕಂಗೊಳಿಸುತ್ತಾ ನಿಂತಿದೆ.



ಗುಳೆ ಹೋಗುವ
ರೈತನನ್ನು
ಕೈಹಿಡಿದು ನಿಲ್ಲಿಸಿದ
**ಮೆಣಸಿನ
ಬೆಳೆ**

ನೀರಿನ ಅಭಾವದಿಂದ ವ್ಯವಸಾಯಕ್ಕೆ
ತೊಂದರೆಯಾದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಹೊಟ್ಟೆ
ಹೊರೆಯಲು ದುಡಿಮೆ ಅರಸಿ ಗುಳೆ ಹೋಗಲು
ಹೊರಟ್ಟಿದ್ದ ರೈತನಿಗೆ ಮೆಣಸಿನ
ಜೀಜೋತ್ಪಾದನೆಯು ಕೈಹಿಡಿದು ನಿಲ್ಲಿಸಿದೆ.

ಕೊಳವೆ ಬಾವಿಯಲ್ಲಿ ನೀರು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಹೊಟ್ಟೆ ಹೊರೆಯಲು ದುಡಿಮೆ ಅರಸಿ ಗುಳೆ ಹೊರಟ್ಟಿದ್ದ ಕೊಪ್ಪಳ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಯಲಬುರ್ಗಾ ತಾಲ್ಲೂಕಿನ ಕಲಭಾವಿ ಗ್ರಾಮದ ರೈತ ಭೀಮಣ್ಣ ತಳವಾರ ಅವರಿಗೆ, ಸಹೋದರ ಶಂಕ್ರಪ್ಪ ತಳವಾರ ನೀಡಿದ ಬೀಜೋತ್ಪಾದನೆ ಕೃಷಿ ಸಲಹೆಯು ಅವರ ಕೈಹಿಡಿದು ಮುನ್ನಡೆಸಿದೆ. ನೀರಿನ ಅಭಾವಕ್ಕೆ ಬೇಸತ್ತು ಗುಳೆ ಹೊರಟ್ಟಿದ್ದ ಇದೇ ಭೀಮಣ್ಣ ಈಗ ಭರಪೂರ ಫಸಲು ಬೆಳೆದ ಕಾರಣ ಲಕ್ಷ ಲಕ್ಷ ರೂಪಾಯಿ ಸಂಪಾದಿಸುವ ಹಂತದಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ. ಬೀಜ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡುವ ರಾಷ್ಟ್ರಮಟ್ಟದ ಕಂಪನಿಯೊಂದರ ತಜ್ಞರ ತಂಡ ಇವರ ಫಾರಂಗಿ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ಭೀಮಣ್ಣನ ಬೆನ್ನು ತಟ್ಟಿ ಹೋಗಿದ್ದಾರೆ.

ಕಡಿಮೆ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಲಾಭದಾಯಕ ಕೃಷಿ ಮಾಡಬಹುದಾದ ಮೆಣಸಿನ ಬೀಜೋತ್ಪಾದನೆ ಕೃಷಿಯಿಂದ ಲಕ್ಷಗಟ್ಟಲೇ ಆದಾಯ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ ಎನ್ನೋ ನಿಜ, ಆದರೆ ಬೀಜ ಆಯ್ಕೆಯಾಗದಿದ್ದರೆ ಅಷ್ಟೇ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ರೈತರಿಗೆ ಸಾಲವನ್ನು ಹೊದಿಸಿದ ಉದಾಹರಣೆಗಳೂ ಈ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಇವೆ. ಬೀಜೋತ್ಪಾದನೆ ಒಂದು ಲಾಟರಿ ಇದ್ದಂತೆ ಎಂದು ಹೇಳುವ ಬೀಜೋತ್ಪಾದನೆಯಲ್ಲಿ ಹೈರಾಣಾದ ರೈತರ ಮಧ್ಯೆ ಈ ಯುವ ರೈತ 'ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಪ್ರತಿ ಮೆಣಸಿನ ಗಿಡಗಳ ಸುತ್ತ ನಿತ್ಯ ಗಿರಕಿ ಹೊಡೆಯುತ್ತಾ ಕಾಳಜಿ ಮಾಡಿದರೆ ಲಾಟರಿ ಖಂಡಿತ ಹೊಡೆಯುತ್ತದೆ' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.



 ಕಿಶನರಾವ್ ಕುಲಕರ್ಣಿ



ಕೊಳವೆ ಬಾವಿಯಲ್ಲಿನ ನೀರಿನಿಂದ ಅರ್ಧ ಎಕರೆಯಷ್ಟೂ ಕೃಷಿ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದೆ, ಆದರೆ ಅಷ್ಟೇ ನೀರನ್ನು ತೀರ್ಥದಂತೆ ಗಿಡಗಳಿಗೆ ಹನಿ ನೀರಾವರಿ ಮೂಲಕ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ಆದಾಗ್ಯೂ ಉಳಿಯುವ ನೀರನಲ್ಲಿ ತರಕಾರಿ ಬೇಸಾಯ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ' ಎಂದು ಭೀಮಣ್ಣ ತೃಪ್ತಿಯಿಂದ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಹತ್ತು ಗುಂಟೆಯಷ್ಟು ಜಮೀನಿನ ಗ್ರೀನ್‌ಹೌಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಗಿಡದಿಂದ ಗಿಡಕ್ಕೆ 3 ಅಡಿ, ಸಾಲಿನಿಂದ ಸಾಲಿಗೆ 5 ಅಡಿಯಂತೆ ಬೆಳೆದಿರುವುದು ಕೇವಲ 450 ಮೆಣಸಿನ ಗಿಡಗಳು ಮಾತ್ರ, ಸದ್ಯ ಪ್ರತಿ ಗಿಡದಲ್ಲಿ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಬರೋಬ್ಬರಿ 500 ರಿಂದ 600 ಕಾಯಿಗಳಿವೆ. ಸುಮಾರು 5 ರಿಂದ 6 ಅಡಿವರೆಗೂ ಎತ್ತರ ಬೆಳೆದಿರುವ ಈ ಗಿಡಗಳಲ್ಲಿ ಚಳ್ಳಾವರೆಯಂತೆ ಕಾಯಿ ಬಿಟ್ಟಿದೆ. ಹಾಗೆ ನೋಡಿದರೆ ಎಲೆಗಳಿಗಿಂತ ಕಾಯಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯೇ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. 'ಕಾಯಿಗಳ ಭಾರಕ್ಕೆ ಗಿಡಗಳು ಬಾಗುತ್ತಿವೆ, ಗಿಡದ ಆಸರೆಗೆ ಕಟ್ಟಿಗೆಗಳನ್ನು ಆಧಾರವಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿದ್ದರೂ ಕಾಯಿ ತುಂಬಿದ ಟೊಂಗುಗಳು ಮುರಿದು ಬೀಳುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನನ್ನಿಂದ ನೋಡಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ' ಎಂದು ಭೀಮಣ್ಣ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ನೋವು ಮಿಶ್ರಿತ ಭಾವನೆ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಮೆಣಸಿನ ಸಸಿ ನಾಟಿ ಮಾಡಲು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದ್ದ ಭೂಮಿಗೆ 2 ಲೋಡ್

ಕೊಟ್ಟಿಗೆ ಗೊಬ್ಬರ, ಸ್ವಲ್ಪ ರಾಸಾಯನಿಕ ಗೊಬ್ಬರ, 1 ಕ್ವಿಂಟಲ್ ಜಿಪ್ಸಂ ಹಾಗೂ ಬೇವಿನ ಹಿಂಡಿ ಹಾಕಿ ಬೆಡ್ ನಿರ್ಮಾಣ ಮಾಡಿದ್ದರು. ನಂತರ ಬೋದು ಮಾಡಿ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಶೀಟ್ ಹಾಸಿ ನೀರು ನೀಡಿದ್ದರು. ಗಿಡಗಳನ್ನು ನಾಟಿ ಮಾಡಿ 75 ದಿನಕ್ಕೆ ಮೊಗ್ಗುಗಳು ಬರಲು ಆರಂಭವಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಪರಾಗಸ್ಪರ್ಶ ಆರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಖರ್ಚು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ ಕಾರಣ ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ಹೆಂಡತಿ ಮೀನಾಕ್ಷಮ್ಮ ಮತ್ತು ಭೀಮಣ್ಣ ಹಗಲು ರಾತ್ರಿ ಎನ್ನದೆ ಇಬ್ಬರೇ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಕಾಯಿಗಳು ಬರುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಭೀಮಣ್ಣ ರಾತ್ರಿ ಹೊತ್ತು ಅಲ್ಲಿಯೇ ಠಿಕಾಣಿ ಹೂಡಿದ್ದರು.

ಒಂದು ಅಂದಾಜಿನ ಪ್ರಕಾರ ಕಾಯಿಗಳಿಗನುಗುಣವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಸದ್ಯ ಆರಂಭವಾದ ಬೀಜ ಸಂಸ್ಕರಣೆಯ ಆಧಾರದಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ 80 ಕೆ.ಜೆ ಬೀಜ ದೊರಕುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಪ್ರತಿ ಕೆ.ಜಿಗೆ ರೂ.4,500 ರಂತೆ ಈಗಾಗಲೆ ಖರೀದಿ ದರ ನಿಗದಿಯಾಗಿದೆ. ಎನಿಲ್ಲವೆಂದರೂ ಈ 450 ಗಿಡಗಳಿಂದ ರೂ. 4,50,000 ಕ್ಕೆ ಅನುಮಾನವಿಲ್ಲ, ಅಂದರೆ ಪ್ರತಿ ಗಿಡದಿಂದ ರೂ. 800 ಸಿಗಬಹುದು. ಸಸಿ ಖರೀದಿ ಸೇರಿದಂತೆ ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನಿರ್ವಹಣಾ ವೆಚ್ಚ ಒಂದು ಲಕ್ಷದ ಅರವತ್ತು ಸಾವಿರ ಆಗಿದೆಯಂತೆ.

ರೋಗಬಾಧೆ ಸಾಧ್ಯತೆ:

ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಬೆಳೆಗೆ ಸಸಿ ಕೊಳೆಯುವಿಕೆ, ಕಾಂಡಗಳ ತುದಿಯಿಂದ ಒಣಗುವುದು, ಹಣ್ಣುಕೊಳೆಯುವುದು, ಬೂದು ರೋಗ, ಎಲೆಚುಕ್ಕೆ ರೋಗ, ಬುಡಕೊಳೆಯುವಂತಹ ರೋಗಗಳು ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡುವುದು ಅವಶ್ಯ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಸಸಿಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ ಕಂಪನಿಯವರೇ ಬಂದು ಬೀಜಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸದ್ಯ ಮೊದಲನೇ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಹಣ್ಣುಕಾಯಿಗಳಿಂದ ಬೀಜ ಸಂಸ್ಕರಣಾ ಕಾರ್ಯ ನಡೆದಿದೆ. ಇನ್ನೂ ಮೂರು ಹಂತದಲ್ಲಿ ಈ ಕೆಲಸ ನಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಬೀಜಗಳು ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಪಾಸಾದರೆ ಕಂಪನಿ ಹಣ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲವಾದರೆ ಹಣ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮೆಣಸಿನ ಬೀಜೋತ್ಪಾದನೆಯಲ್ಲಿ ಹಾನಿಗೊಳಗಾದರೆ ಸರ್ಕಾರ ಅಥವಾ ಕಂಪನಿಯಿಂದಾಗಲೀ ಯಾವುದೇ ಪರಿಹಾರವೂ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಭೀಮಣ್ಣ ರೈತರಿಗೆ ಸಣ್ಣ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಮಾತೊಂದನ್ನು ಹೇಳಲು ಮರೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗೆ ಭೀಮಣ್ಣ ಅವರನ್ನು (9663058771) ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು.



ಅಧಿಕ ಹಾಲಿನ ಇಳುವರಿಗೆ
ಸುಧಾರಿತ ಮೇವಿನ ಬೆಳೆ

ಸೂಪರ್ ನೇಪಿಯರ್

ಸೂಪರ್ ನೇಪಿಯರ್ ತಳಿಯು ಅಧಿಕ ಇಳುವರಿ ನೀಡುವ ಮತ್ತು ಹಾಲಿನ ಉತ್ಪಾದನೆ ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಹಸಿರು ಮೇವಿನ ಬೆಳೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಜೀವರಸಂಶೋಧನೆ ಹಾಗೂ ಮಾಹಿತಿ ಕೇಂದ್ರವು ಪ್ರಮಾಣಿಸಿದೆ.

ಡಾ. ವಿಜಯಕುಮಾರ್. ಎನ್



ಮೇವಿನ ತಳಿಗಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗಾಗಿ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಲೇ ಇದೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಥೈಲ್ಯಾಂಡ್ ದೇಶ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿರುವ ಸೂಪರ್ ನೇಪಿಯರ್ ತಳಿಯು ಅಧಿಕ ಇಳುವರಿ ನೀಡುವ ಹಸಿರು ಮೇವಿನ ಬೆಳೆಯಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿದ್ದು, ಬೀದರ್ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಜಾನುವಾರು ಸಂಶೋಧನೆ ಹಾಗೂ ಮಾಹಿತಿ ಕೇಂದ್ರವು ಈ ತಳಿಯು ನಮ್ಮ ದೇಶದ ವಾತಾವರಣಕ್ಕೂ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಪ್ರಮಾಣಿಸಿದೆ.

ಬರ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಮತ್ತು ಸತತವಾಗಿ ಎಂಟು ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಇಳುವರಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದಾದ ಈ ಸೂಪರ್ ನೇಪಿಯರ್ ಮೇವಿನ ಬೆಳೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಯುವುದರಿಂದ ಎಕರೆಗೆ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಅಂದಾಜು 180 ರಿಂದ 200 ಟನ್‌ನಷ್ಟು ಮೇವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.

ಕೀಟ ಹಾಗೂ ರೋಗಗಳ ಭಾದೆ ಕಡಿಮೆ ಇರುವ ಈ ಮೇವಿನ ಬೆಳೆಯ ಕಾಂಡಗಳ ಸುತ್ತ ಬೇರುಗಳು ಬೇಗನೆ ಬೆಳೆಯುವುದರಿಂದ ಸೂಪರ್ ನೇಪಿಯರ್ ಮೇವಿನ ಬೆಳೆಯು ಸುಮಾರು 15 ರಿಂದ

18 ಅಡಿ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಕಾಂಡವು 18 ರಿಂದ 20 ಟಿಸಿಲುಗಳನ್ನು ಹೊಂದುವುದರಿಂದ ಮೇವಿನ ಇಳುವರಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ಎಲೆಯು 6-8 ಸೆ.ಮೀ ಅಗಲವಾಗಿದ್ದು ಹೆಚ್ಚು ಗರಿಗರಿಯಾಗಿರುವ ಜೊತೆಗೆ ಶೇಕಡ 16 ರಿಂದ 18 ಪ್ರೊಟೀನ್ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ಈ ತಳಿಯನ್ನು ವರ್ಷದ ಯಾವುದೇ ಹಂಗಾಮಿನಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಬಹುದಾಗಿದೆ. ವಿವಿಧ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಬೆಳೆಯುವ ಮೇವಿನ ಬೆಳೆ ಇದಾಗಿರುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲೂ ಇದರ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಪ್ರತಿಕೂಲ ವಾತಾವರಣ ಇದೆ. ಈ ತಳಿಯನ್ನು ಹಲವು ಬಗೆಯ ಮಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಬಹುದಾಗಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ಫಲವತ್ತಾದ ಜವಳು ಇಲ್ಲದ ಜೇಡಿ ಮಣ್ಣು ಈ ಬೆಳೆಗೆ ಯೋಗ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿ ಎಕರೆಗೆ ನಾಟಿ ಮಾಡಲು ಸುಮಾರು 12,000 ಕಡ್ಡಿಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಬೆಳೆದ ಕ್ಷೇತ್ರದಿಂದ ಕತ್ತರಿಸಿದ ಕಾಂಡಗಳನ್ನು (ಎರಡು ಗೆಣ್ಣೆ(ಕಣ್ಣು)ಗಳಿರುವ ಕಾಂಡದ ತುಂಡುಗಳನ್ನು) ನಾಟಿ ಮಾಡಲು



ಈ ಮೇವಿನ ಬೆಳೆಯನ್ನು ಥೈಲ್ಯಾಂಡ್ ದೇಶದ ಜಾನುವಾರು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಇಲಾಖೆಯವರು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿದ್ದು, ಡಾ. ಕೈಲಾಸ್ ಕಿಯೋಥಾಂಗ್, ಪ್ರಾಣಿ ಪೌಷ್ಟಿಕ ತಜ್ಞ ಮತ್ತು ಸಸ್ಯ ತಳಿಗಾರ ಇವರ ಸತತ ಆರು ವರ್ಷಗಳ ಸಂಶೋಧನೆಯಿಂದ ಹೈಬ್ರಿಡ್ ನೇಪಿಯರ್ (ಪೆನ್ನಿಸೆಟಮ್ ಪರ್ಪೂರಿಯಮ್) ಮತ್ತು ಸಜ್ಜೆ (ಪೆನ್ನಿಸೆಟಮ್ ಗ್ಲಾಕಮ್) ಸಂಕರಣದಿಂದ ಪಡೆದ ಮೇವಿನ ತಳಿಗೆ ಸೂಪರ್ ನೇಪಿಯರ್ ಎಂದು ಹೆಸರಿಡಲಾಗಿದೆ.

ಬಳಸಬೇಕು. ಅಲ್ಲದೆ ತುಂಡುಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿದ 1-2 ದಿನಗೊಳಗಾಗಿ ನಾಟಿ ಮಾಡಬೇಕು.

ನಾಟಿ ಮಾಡುವ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಕಬ್ಬಿಣದ ನೇಗಿಲನ್ನು ಬಳಸಿ ಸುಮಾರು 2-3 ಅಡಿ ಆಳದವರೆಗೆ ಉಳುಮೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಉಳುಮೆಯನ್ನು ಟ್ರ್ಯಾಕ್ಟರ್ ಅಥವಾ ಎತ್ತುಗಳ ಮುಖಾಂತರ ಮಾಡಬಹುದು. ಎರಡು ಮೂರು ಬಾರಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಉಳುಮೆ ಮಾಡಿ, ಹೆಂಟಿಗಳನ್ನು ಒಡೆದು ಕಳೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಭೂಮಿಯನ್ನು ಹದವಾಗಿ ಸಿದ್ಧಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಭೂಮಿ ಉಳುಮೆ ಮಾಡಿ, ಮಣ್ಣನ್ನು ಸಡಿಲಗೊಳಿಸಿದ ಭೋದುಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ನಂತರ ನೀರನ್ನು ಹಾಯಿಸಬೇಕು. ಗಿಡದಿಂದ ಗಿಡಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಸಾಲಿನಿಂದ ಸಾಲಿಗೆ 60 ಸೆಂ. ಮೀ. ಅಂತರದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಗೆಣ್ಣೆ(ಕಣ್ಣು)ಗಳಿರುವ ಕಾಂಡದ ತುಂಡುಗಳನ್ನು ನಾಟಿ ಮಾಡಲು ಬಳಸಬೇಕು. ನಾಟಿ ಮಾಡಿದ 30 ದಿವಸಗಳ ನಂತರ ಕೈಯಿಂದ ಕಳೆಯನ್ನು ತೆಗೆಯಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಹುಲ್ಲು ವೇಗವಾಗಿ ಮತ್ತು ದಟ್ಟವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.

ಇನ್ನು ಮಣ್ಣು ಮತ್ತು ಮಳೆಯ ಲಭ್ಯತೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ 8 ರಿಂದ

10 ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಹಾಯಿಸಬೇಕು. ಈ ಮೇವಿನ ತಳಿಯನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ತರಹದ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಬಹುದಾಗಿದೆ. ಈ ಮೇವಿನ ಬೆಳೆಯು ನಾಟಿಯಾದ ನಂತರ ಮೊದಲನೇ ಕಟಾವನ್ನು 90 ದಿನಗಳಿಗೆ, ತದನಂತರ ಎರಡನೇ ಮತ್ತು ನಂತರದ ಕಟಾವು 45 ದಿನಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಭೂಮಿ ಮಟ್ಟದಿಂದ 8-10 ಸೆಂ. ಮೀ. ಬಿಟ್ಟು ಈ ಮೇವನ್ನು ಕಟಾವು ಮಾಡಬೇಕು. ವರ್ಷಕ್ಕೆ 6-8 ಬಾರಿ ಹುಲ್ಲನ್ನು ಕಟಾವು ಮಾಡಬಹುದು.

ಆದರೆ ಪ್ರತಿವರ್ಷ 10 ಟನ್‌ನಷ್ಟು ಕೊಟ್ಟಿಗೆ ಗೊಬ್ಬರ ಹಾಗೂ ರಾಸಾಯನಿಕ ಗೊಬ್ಬರಗಳಾದ ಸಾರಜನಕ 130 ಕೆ.ಜಿ, ರಂಜಕ 125 ಕೆ.ಜಿ ಮತ್ತು ಪೊಟ್ಯಾಷ್ 27 ಕೆ.ಜಿಯಷ್ಟು ಪ್ರತಿ ಎಕರೆಗೆ ಹಾಕಬೇಕು. ಪ್ರತಿ ಸಲ ಕಟಾವು ಆದ ನಂತರ ಸಾರಜನಕ ರಸಗೊಬ್ಬರದ ಒಂದು ಕಂತನ್ನು ಬೆಳೆಗೆ ಕೊಡಬೇಕು. ಕೊಟ್ಟಿಗೆ ಗೊಬ್ಬರ ಅಥವಾ ಕಾಂಪೋಸ್ಟ್ ಅನ್ನು ಬಿತ್ತನೆಗೆ 2-3 ವಾರಗಳ ಮೊದಲು ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಬೇಕು. ಹಾಗೆಯೇ ಮಣ್ಣು ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ರಸಗೊಬ್ಬರಗಳ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕು. ಮೇವಿನ ಬೆಳೆಯ ಇಳುವರಿಯು ಬೆಳೆಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ನೀರಾವರಿ ಹಾಗೂ ರಸಗೊಬ್ಬರಗಳ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ.

ಜಾನುವಾರು ಸಂಶೋಧನೆ ಹಾಗೂ ಮಾಹಿತಿ ಕೇಂದ್ರ (ದೇವಣಿ), ಬೀದರ್ ಇವರು ಸೂಪರ್ ನೇಪಿಯರ್ ಗೆಣ್ಣೆ(ಕಣ್ಣು)ಗಳಿರುವ ಪ್ರತಿ ಕಡ್ಡಿಗೆ 80 ಪೈಸೆಯಂತೆ ಮಾರಾಟ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಪಶುಸಂಗೋಪನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ರೈತರು ಈ ಕೇಂದ್ರದ ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರಾದ ಡಾ. ವಿಜಯ ಕುಮಾರ್ ಅವರನ್ನು ಮೊಬೈಲ್ ಸಂಖ್ಯೆ 9900926562/9663912777 ಮೂಲಕ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು.

Kruthi Art of Baking

ಮನಸಿದರೆ ಮಾರ್ಗ ನೂರು



ತನ್ನದೇ ಆದ ಸ್ವಂತ ಐಡೆಂಟಿಟಿ
ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡು, ಇತರ
ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಮಾದರಿಯಾಗಿ,
ಸ್ವಾವಲಂಬಿತ್ವಕ್ಕೆ ಭಾಗ್ಯ ಬರೆದು,
ಹತ್ತಾರು ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳ ಬಾಳಿಗೆ
ಬೆಳಕಾದ ಮಹಿಳೆಯೊಬ್ಬರ
ಕಥೆಯಿದು.

● ರಮೇಶ ಕಿಂಗೇರಿ.

ಆಕೆಗೆ ಮದುವೆಯಾಗಿತ್ತು. ಅಕ್ಕರೆಯ ಗಂಡ, ಅಭಿಮಾನ ಸೂಸುವ ಅತ್ತೆ, ಮಾವ, ಮನಸಿಗೆ ಮುದ ನೀಡುವ ಮಗಳು ಮಿಷಿಗೆ ಐದು ವರ್ಷ ತುಂಬಿ ಅವಳು ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗಲೂ ಆರಂಭಿಸಿದ್ದಳು. ಬದುಕಿಗೆ ಇನ್ನೇನು ಬೇಕು, ಸಾಕು, ಸಾಕು ಎನ್ನುವ ಸ್ಥಾಯೀ ಭಾವ ನಿಧಾನವಾಗಿ ನೆಲೆಗೊಳ್ಳಲು ಸಂಚು ನಡೆಸಿತ್ತು.

ಕೃತಿ ಆರ್ಟ್ ಆಫ್ ಬೇಕಿಂಗ್ ಎನ್ನುವ ಹೊಸ ರೀತಿಯ ಕೇಕ್ ಬೇಕಿಂಗ್ ಅಕಾಡೆಮಿಯೊಂದನ್ನು ಕಟ್ಟಿ ಬೆಳೆಸಿ, ಹತ್ತಾರು ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳ ಬದುಕು ರೂಪಿಸಿದ ಲಾವಣ್ಯ. ವಿ. ಶೋತಾ ಅವರು ತಮ್ಮ ಸಾಹಸ ಗಾಢೆಯ ಮಜಲುಗಳನ್ನು ಬಿಚ್ಚಿಟ್ಟಿದ್ದು ಹೀಗೆ.....

ಮುಂದಿನ ಕಥೆ ಅವರದೇ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ....

"ಮಗಳನ್ನು ಶಾಲೆಗೆ ಬಿಡಲು ಅಂದು ಹೊರಟಿದ್ದಾಗ ಅಲ್ಲಿ ಟೀಚರ್ ಒಬ್ಬರು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಗುಂಪೊಂದಕ್ಕೆ ಏನೋ ವಿಚಾರವಾಗಿ ಗೈಡ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ "ನಿನ್ನ ಬದುಕಿನ ಬರಹಗಾರ ನೀನೇ.. ಬರೆದುದನ್ನು ತಿದ್ದಲು,

ಬದಲಿಸಿ ಬರೆಯಲು ಎಂದೂ ಹೆದರಬೇಡ " ಎಂದು ಪದೇ ಪದೇ ನನ್ನ ಟೀಚರ್ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದ ಬುದ್ಧಿವಾದ ತಲೆಯಲ್ಲಿ ರಿಂಗಣಗೊಳ್ಳಲಾರಂಭಿಸಿತ್ತು. ಶಾಲಾ ಕಾಲೇಜಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಬೇಸಿಗೆ ರಜೆಯನ್ನೂ ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡದೆ ಕಲಿತ ಒರಿಗಾಮಿ, ಮಕ್ಕಳ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ, ನೃತ್ಯ, ನಾಟಕ, ಕಸೂತಿ, ಅಡುಗೆ ಕಲೆ, ಬೊಂಬೆ ತಯಾರಿಕೆ, ಅಲಂಕಾರಿಕ ಗೃಹ ಶಾಸ್ತ್ರ ಎಲ್ಲವೂ ಮನದಲ್ಲಿ ಧಿಮಿ ತಕಟ ಎಂದು ನರ್ತನ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದವು.

ಕಾಲೇಜು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಂಜೆ ಕುಶಲ ಕಲೆ ಕಲಿಸುವಾಗ ಅವರಿಗೆಂದು ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಕೇಕ್‌ಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಕೇಕ್‌ನ ರುಚಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಎಷ್ಟು ಇಷ್ಟವಾಗಿತ್ತೆಂದರೆ ಮಕ್ಕಳ ಪಾಲಕರು ಮನೆಗೂ ಬಂದು ಕೇಕ್ ಹೇಗೆ ಮಾಡಿದಿರಿ. ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಲೆಗಿಂತ ಕೇಕ್ ಹಿಡಿಸಿದೆ ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದರು. ಟೀಚರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದ "ನಿನ್ನ ಬದುಕಿನ ಬರಹಗಾರ ನೀನೇ.." ಎನ್ನುವ ಮಾತು ಪದೇ ಪದೇ ನೆನಪಿಗೆ ಬರಲಾರಂಭಿಸಿತು.

ಕನಸೊಂದು ಚಿಗುರ ತೊಡಗಿತ್ತು. ನನ್ನ ಸುತ್ತಲ ಜನ ಮೆಚ್ಚಿದ ಕೇಕ್ ಅನ್ನೇ ತಯಾರಿಸುವ ಉದ್ಯೋಗ ಮಾಡಬಾರದೇಕೆ ಎಂಬ ಗುಂಗಿ ಹುಳ ತಲೆ ಹೊಕ್ಕಿತ್ತು. ಮಗಳು ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗುವಂತಾಗಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಮಯವೂ ಇತ್ತು. ಯಜಮಾನರನ್ನು ಕೇಳಿದೆ. "ನಿನಗೆ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ ಇದೆಯಾ? ಹಾಗಾದರೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸು. ಏನೇ ಮಾಡಿದರೂ ಪ್ರೊಫೆಷನ್ ಆಗಿ ಮಾಡು. ನಿನಗೆ ನನ್ನ

**ಭಾರತದಲ್ಲಿ
ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮನ್ನಣೆ
ಪಡೆದ ಕೆಲವೇ ಬೇಕಿಂಗ್
ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಕೃತಿ ಆರ್ಟ್
ಆಫ್ ಬೇಕಿಂಗ್
ಸಂಸ್ಥೆಯೂ ಒಂದು.
ಆಸಕ್ತರನ್ನು ವೃತ್ತಿಪರ
ಬೇಕರ್‌ಗಳಾಗಿ
ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಅಪೂರ್ವ
ಶ್ರಮ ವಹಿಸುವ ಮೂಲಕ
ರಾಷ್ಟ್ರದ ಬೆರಳೆಣಿಕೆಯ
ಬೇಕಿಂಗ್ ತರಬೇತಿ
ಅಕಾಡೆಮಿಗಳಲ್ಲಿ
ಒಂದೆನಿಸಿದೆ.**

ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಹಕಾರವಿದೆ " ಎಂದರು. ಅತ್ತೆ ಮಾವನನ್ನು ಕೇಳಿದೆ. ಅತ್ತೆ ಹೂ ಎಂದರು. ಮಾವ, "ನೋಡಮ್ಮ ಏನಾದರೂ ಮಾಡು...ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಮಾಡು, ಎಂದಿಗೂ ಗ್ರಾಹಕರನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಬೇಡ. ಗುಣಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ರಾಜಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಗುಡ್ ಲಕ್.. "ಎಂದರು.

ನನ್ನ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ ದ್ವಿಗುಣಗೊಂಡಿತ್ತು. ಸ್ವಲ್ಪ ದಿನ ಪರಿಚಯಸ್ಥರು, ಗೆಳೆಯರಿಗಾಗಿ ಕೇಕ್ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟೆ ಹಣ ನಿಧಾನವಾಗಿ

ನನ್ನೆಡೆ ಹರಿಯಲಾರಂಭಿಸಿತ್ತು. ರುಚಿಯ ಬೆನ್ನು ಹಿಡಿದ ಜನ ಕೇಕ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಕಲಿಸಿ ಕೊಡಿ ಎಂದು ದುಂಬಾಲು ಬಿದ್ದರು. ಮಾಡುವುದಾದರೆ ಪ್ರೊಫೆಷನಲ್ ಆಗಿಯೇ ಮಾಡು ಎಂದಿದ್ದ ಗಂಡನ ಮಾತನ್ನು ತುಂಬಾ ಗಂಭೀರವಾಗಿಯೇ ತೆಗೆದು ಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ಒಂದೇ ಮೈಕ್ರೋವೇವ್‌ನಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದ ನನ್ನ ಉದ್ಯಮಿಗೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಪರಿಕರಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸಲು ಆರಂಭಿಸಿದೆ. ಕೇಕ್‌ನ ಮಾರಾಟದಿಂದ ಅಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ಬಂಡವಾಳ ಕೂಡಲು ಶುರುವಾಯಿತು. ಕೇಕ್ ತಯಾರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ನನ್ನದೇ ವಿಶೇಷ ಮಾರ್ಗವಿರಬೇಕು ಎಂದು ಬಯಸಿದ್ದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮೊಟ್ಟೆ ರಹಿತ ಕೇಕ್‌ಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಿದೆ. ಕೇಕ್ ತಯಾರಿಕೆ ಕಲಿಕೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಬೇಡಿಕೆ ಬಂದಂತೆ ನನ್ನದೇ ಆದ ಶಾಲೆಯೊಂದನ್ನು ಏಕೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಾರದು ಎನ್ನುವ ಯೋಚನೆ ಬಂತು. ಸದಾ ಬೆನ್ನಿಗೆ ನಿಂತ ನನ್ನ ಪತಿ ಮನೆಯ ಮೇಲಿನ ಜಾಗವನ್ನು ನನ್ನ ಶಾಲೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬದಲಿಸಿ ಕೊಟ್ಟರು. ಹೀಗೆ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿತು, "ಕೃತಿ ಆರ್ಟ್ ಆಫ್ ಬೇಕಿಂಗ್ "ಸಂಸ್ಥೆ.

ವೃತ್ತಿಪರವಾಗಿಯೇ ಮಾಡಬೇಕು ಅಂದು ಕೊಂಡಿದ್ದರಿಂದ ಮತ್ತು ಅಕಾಡೆಮಿಕ್ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿಯೇ ನನ್ನ ಸಂಸ್ಥೆ ಮುಂದುವರೆಯಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಅಕಾಡೆಮಿಕ್ ಮಾನ್ಯತೆ ಸಿಗುವುದೆಲ್ಲಿ ಎಂದು ವಿಚಾರಿಸಿದೆ. ಲಂಡನ್‌ನ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಸಿಟಿ ಅಂಡ್ ಗಿಲ್ಡ್ ಸಂಸ್ಥೆ ಈ ರೀತಿಯ ಮಾನ್ಯತೆ ನೀಡುವ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ





ಲಿಮ್ಬಾ ಬುಕ್ ಆಫ್ ರೆಕಾರ್ಡ್

2014 ರ ಡಿಸೆಂಬರ್‌ನಲ್ಲಿ
ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಒರಿಯನ್
ಮಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಲಾವಣ್ಯ ವಿ.
ಖೋತಾ ಅವರು ತಮ್ಮ
ಸಂಗಡಿಗರೊಂದಿಗೆ 'ಜಾಯ್
ಆಫ್ ಕೇಕಿಂಗ್'

ಶೀರ್ಷಿಕೆಯಡಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿದ
ಸಾಂಟಾ ಕ್ಲಾಸ್‌ನ ಕೇಕ್
ಮೂರ್ತಿ ಲಿಮ್ಬಾ ಬುಕ್ ಆಫ್
ರೆಕಾರ್ಡ್‌ನ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗೆ
ಪಾತ್ರವಾಗಿದೆ. ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ
ಮೊಟ್ಟೆಯಿಲ್ಲದೆ ತಯಾರಿಸಿದ ಈ
ಕೇಕ್ 6.1 ಅಡಿ ಎತ್ತರದ 302
ಕೆ.ಜಿ. ತೂಗುವ ಅಪೂರ್ವ ಕೇಕ್
ವಿಗ್ರಹವಾಗಿತ್ತು. ಒಂದೇ ಕಾಲಿನ
ಮೇಲೆ ಇಡೀ ವಿಗ್ರಹ ನಿಂತಿದ್ದದ್ದು
ಈ ಕೇಕ್ ಮಾಡಿದ ಕುಶಲಿಗಳ
ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿತ್ತು.

ಸಂಸ್ಥೆ ಎಂದು ತಿಳಿದು ಬಂದಿತು. ಆ
ಸಂಸ್ಥೆಯೊಂದಿಗೆ ಪತ್ರ ವ್ಯವಹಾರ ನಡೆಸಿ
ಈ ಮಾನ್ಯತಾ ಸಂಸ್ಥೆ ಬಯಸುವ ಎಲ್ಲ
ಅರ್ಹತೆಗಳೂ ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥೆಗೆ
ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತ ಪಡಿಸಿ
ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಾನ್ಯತೆ
ಪಡೆದುಕೊಂಡೆ.

ಪ್ರತಿವರ್ಷ 14 ವಾರಗಳ ಅವಧಿಯ
3 ಕೋರ್ಸ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತೇನೆ. 12
ರಿಂದ 14 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು
ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವಧಿ ಪೂರ್ಣವಾದ
ನಂತರ ಪರೀಕ್ಷೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ
ಪಾಸಾದರೆ ಅವರಿಗೆ ಲಂಡನ್‌ನಿಂದ
ಪ್ರಮಾಣಪತ್ರ ಬರುತ್ತದೆ. ಆನಂತರ
ಅವರು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಉದ್ಯಮ
ಆರಂಭಿಸಲು ಅರ್ಹರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ
ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕಲಿತ ಮಹಿಳೆಯರು ಇಂದು
ತಮ್ಮ ಊರುಗಳಲ್ಲಿ ಉದ್ಯಮ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ
ಯಶಸ್ಸು ಕಂಡಿದ್ದಾರೆ. ದೇಶದ ಎಲ್ಲ
ಕಡೆಗಳಿಂದಲೂ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು
ಬರುತ್ತಾರೆ.

ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ತಿರುಗಿ
ನೀಡಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಬದ್ಧತೆ ನನ್ನದು.
ಕೊರೊನಾ ಪಿಡುಗು ನಮ್ಮನ್ನು
ಕಾಡತೊಡಗಿದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಕಲಿತ
ಇತರ ವಿದ್ಯೆಗಳಾದ ಗೊಂಬೆ ತಯಾರಿಕೆ,
ಅಲಂಕರಣ, ಓರಿಗಾಮಿ, ಗೃಹಾಲಂಕಾರ,
ಈವೆಂಟ್ ಮ್ಯಾನೇಜ್‌ಮೆಂಟ್, ಕಸೂತಿ,
ಬ್ಯಾಗ್ ಮತ್ತು ಇತರ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ
ವಾಣಿಜ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ವೆಚ್ಚದಲ್ಲಿ
ತಯಾರಿಸಿ ಮಾರಾಟ ಮಾಡುವ ಕುರಿತು
ಆಸಕ್ತಿ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಆನ್ ಲೈನ್
ತರಬೇತಿ ನೀಡಿದೆ. ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರು

ಇದರ ಸದುಪಯೋಗ ಪಡೆದು ಲಾಕ್
ಡೌನ್ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ದುಡಿಮೆ
ಮಾಡಿ ಸಂಪಾದನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.
ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಬಂದು ಮಾಡಿದ ಲಾಕ್‌ಡೌನ್
ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿಯೂ ಒಂದಿಷ್ಟು ರಚನಾತ್ಮಕ
ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ ಎನ್ನುವ ನೆಮ್ಮದಿ
ನನ್ನದು.

ಈಗ ನನ್ನದೇ ಆದ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಇದೆ.
ಸಾಮಾಜಿಕ ತಾಣಗಳಾದ ಫೇಸ್‌ಬುಕ್
ಮತ್ತು ಇನ್‌ಸ್ಟಾಗ್ರಾಂ ಮುಖಾಂತರ.
ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತೇನೆ.
ಫೇಸ್‌ಬುಕ್‌ನಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಒಂದು ಲಕ್ಷಕ್ಕಿಂತ
ಹೆಚ್ಚು ಫಾಲೋವರ್ಸ್ ಇದ್ದಾರೆ
ಎನ್ನುವುದು ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಮುದ
ನೀಡುವ ಸಂಗತಿ.

ಇಂದು ಭಾರತದಲ್ಲಿಯೇ ಪ್ರಥಮ
ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿರುವ ಸಂಸ್ಥೆ ನಮ್ಮದು ಎಂದು
ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಲು ನಂಗೆ ಹೆಮ್ಮೆ ಯಾಗುತ್ತದೆ.
ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸಸ್ಯಾಹಾರಿ ಮತ್ತು
ಮೊಟ್ಟೆ ರಹಿತ ಕೇಕ್‌ಗಳ ತಯಾರಿಕೆಯನ್ನು
ಹೇಳಿಕೊಡುವ ಅಗ್ರಮಾನ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯಾಗಿ
ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥೆ ಬೆಳೆದಿದೆ. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ
ನನ್ನಂತೆಯೇ ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ
ಸ್ವಾವಲಂಬಿ ಬದುಕು ಕಟ್ಟಿಕೊಟ್ಟ ನೆಮ್ಮದಿ
ನನ್ನದಾಗಿದೆ.

ಸಾಧನೆಗೆ ವಯಸಿನ ಹಂಗಿಲ್ಲ.
ಗುರಿಯೊಂದು ಎದುರಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು
ಮುಟ್ಟಲೇ ಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಛಲವಿದ್ದರೆ
ಯಾವುದೂ ಅಸಾಧ್ಯವಲ್ಲ. ಎನ್ನುವುದು
ಲಾವಣ್ಯ ವಿ. ಖೋತಾ ಅವರ ಖಚಿತ
ಅಭಿಪ್ರಾಯ. ದೈರ್ಯವೇ
ಎಲ್ಲಕ್ಕೂ ಸಾಧನ ಎನ್ನುವುದು
ಮನವರಿಕೆಯಾಗಬೇಕು ಅಷ್ಟೇ.



ಎತ್ತಿನ ಗಾಣದೊಂದಿಗೆ

ಯುವಕರ ಯಶಸ್ವಿ ಯಾನ

ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್ ಕೆಲಸವನ್ನು
ತ್ಯಜಿಸಿ, ನಶಿಸಿ
ಹೋಗುತ್ತಿರುವ
ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಎಣ್ಣೆ
ಗಾಣಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ,
ಹತ್ತಾರು ಜನರಿಗೆ
ಉದ್ಯೋಗವನ್ನು ನೀಡುವ
ಮೂಲಕ ಹೆಚ್ಚು ಕಡೆಗೆ ಮುಖ
ಮಾಡಿರುವ ಯುವಕರ
ಯಶಸ್ವಿ ಯಾನ.

ಎಸ್.ಜಿ.ಹೇಮಂತ್

ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ದೇಶವ್ಯಾಪಿ ಬೃಹತ್ ಜಾಲವನ್ನು ಹೆಣೆದುಕೊಂಡಿರುವ ಕಲಬೆರಕೆ ಎಣ್ಣೆಗಳು ಹಳ್ಳಿ ಹಳ್ಳಿಗಳಿಗೂ ಲಗ್ನೆಯಿಡುವ ಮೂಲಕ ಮನುಷ್ಯನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಕೆಟ್ಟ ಕೊಬ್ಬು ಹೆಚ್ಚಾಗಿಸಿ, ರಕ್ತನಾಳಗಳನ್ನು ಕಿರಿದಾಗಿಸಿ, ಬಿ.ಪಿ, ಶುಗರ್, ಹೃದಯಾಘಾತ, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಂತಹ ಮಾರಕ ರೋಗಗಳನ್ನು ತರಿಸಿ, ಮನುಷ್ಯರ ಪ್ರಾಣವನ್ನೇ ಕಸಿಯುತ್ತಿವೆ.

ಇಂತಹ ವಿಷಕಾರಕ ಎಣ್ಣೆಗಳು ಒಂದೆಡೆಯಾದರೇ, ಲಕ್ಷಾಂತರ ರೂಪಾಯಿ ಸಂಬಳ ಬರುತ್ತಿದ್ದ ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್ ಕೆಲಸವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಮೂವರು ಸ್ನೇಹಿತರು ರಾಸಾಯನಿಕ ಎಣ್ಣೆಗಳ ಆರ್ಭಟದಲ್ಲಿ ಕಣ್ಮರೆಯಾಗಿ ಹೋಗುತ್ತಿರುವ ಎತ್ತಿನ ಗಾಣಗಳ ಘಟಕವನ್ನು ತೆರೆದು, ಪ್ರತಿ ಹಳ್ಳಿ ಹಳ್ಳಿಗಳಿಗೂ ಗಾಣದ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹಾಗೂ ದೇಸೀ ಹಸುಗಳ ಮಹತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿಸುವ ಮೂಲಕ ಗ್ರಾಮೀಣ ಭಾಗದ ಜನರಿಗೆ ಉದ್ಯೋಗಾವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಹೀಗೆ ಗ್ರಾಮಸ್ವರಾಜ್ಯ ಹಾಗೂ ಗ್ರಾಮ

ಸ್ವಾವಲಂಬನೆಯ ಗಾಂಧೀಜಿಯವರ ಕನಸನ್ನು ನನಸು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಅವಿರತ ಶ್ರಮಿಸುತ್ತಿರುವ ದಿಟ್ಟ ಯುವ ಕೃಷಿಕರೇ ನವೀನ್‌ಕುಮಾರ್, ಯೋಗೇಶ್ ಮತ್ತು ಮಹೇಶ್.

ನವೀನ್ ಕುಮಾರ್ ಮೂಲತಃ ಹಾಸನ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಅರಕಲಗೂಡು ತಾಲ್ಲೂಕಿನ ಕೇರಳಾಪುರ ಗ್ರಾಮದವರಾಗಿದ್ದು, ಎಲೆಕ್ಟ್ರಿಕಲ್ಸ್ ಅಂಡ್ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ಸ್ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಇಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ಮುಗಿಸಿ ನಂತರ ಎಂ.ಬಿ.ಎ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿ ಸೆಂಟ್ರೋಮ್ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಿಕಲ್ಸ್ ಲಿಮಿಟೆಡ್ ನಂತಹ ಹೆಸರಾಂತ ಖಾಸಗಿ ಕಂಪನಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಒಂದು ದಿನ ಹೀಗೆ ಊಟದ ವಿರಾಮದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಮೇಲಧಿಕಾರಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಲೋಕಾಭಿರಾಮವಾಗಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ನಾವೂ ಎಲ್ಲರಂತೆ ಏಕೆ ಈ ಯಾಂತ್ರಿಕ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ನರಳಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ? ನಾವು



ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು ಸರಿಯೇ? ಎಂಬೆಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಇವರಿಗೆ ಕಾಡತೊಡಗಿತು. ಹೀಗೇ ಯೋಚಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಇವರೊಂದಿಗೆ ಇನ್ನಿಬ್ಬರು ಸಹೋದ್ಯೋಗಿ ಸ್ನೇಹಿತರಾದ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಯೋಗೇಶ್ ಮತ್ತು ಚಾಮರಾಜನಗರದ ಮಹೇಶ್ ಸಹ ಧ್ವನಿಗೂಡಿಸಿದರು. ಅವರೂ ಸಹ ಇದೇ ಇಂಗಿತವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು. ತಕ್ಷಣವೇ ಈ ಮೂವರು ಮಾಡಿದ ಮೊದಲನೇ ಕೆಲಸ ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಹುದ್ದೆಗಳಿಗೆ ರಾಜೀನಾಮೆ ನೀಡಿದ್ದು, ರಾಜೀನಾಮೆ ನೀಡಿದ ನಂತರ ಇವರ ಪರ್ಯಟನೆ ಆರಂಭವಾಯಿತು. ಮೊದಲು ಇವರು ವ್ಯವಸಾಯ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು

ಕೆ.ಆರ್.ನಗರ ತಾಲ್ಲೂಕಿನ ಅಡಗನಹಳ್ಳಿ ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ 2 ಎಕರೆ ಜಮೀನು ಖರೀದಿ ಮಾಡಿದರು.

ನಂತರ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕ ಸಿಕ್ಕ ಹೊಲ ಗದ್ದೆ ಜಮೀನುಗಳನ್ನು ನೋಡು ನೋಡುತ್ತಾ ಅವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಪೂರ್ವಜರು ಯಾವ ರೀತಿಯ ವ್ಯವಸಾಯ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು? ಅವರುಗಳ ಧೀರ್ಘಾಯುಷ್ಯದ ಗುಟ್ಟೇನು? ಅವರುಗಳು ದಿನನಿತ್ಯ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಮೂಲ ಯಾವುದಿರಬಹುದು ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರ ಹುಡುಕುತ್ತಾ ಹೊರಟರು.

ತಿರುಗಾಟದಲ್ಲಿ ಒಂದು ದಿನ ಅವರಿಗೆ ಡ್ರಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಇದ್ದ ಎಣ್ಣೆಗಳನ್ನು ತಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಕಂಪೆನಿಗಳ ಲೇಬಲ್ ಅಂಟಿಸಿದ ಟೆನ್‌ಗಳಿಗೆ ಬದಲಾಯಿಸಿ ಅದನ್ನು ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಿ ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿದ್ದ ದೃಶ್ಯ ಇವರ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಬಿತ್ತು. ಅಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವವರನ್ನು ವಿಚಾರಿಸಿದಾಗ ಈ ಎಣ್ಣೆಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಮನೆಗಳಿಗೆ ಬಳಸುವುದಿಲ್ಲ, ಬದಲಾಗಿ ಹೊರಗಡೆ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗೆ ಕಳುಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ವಿಚಾರ ತಿಳಿಯಿತು.

ರಾಸಾಯನಿಕವಾಗಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ ಉತ್ಪನ್ನಗಳಿಂದ ಕೆಡುಕುಗಳೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವಾಗ ಈ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಉಪಯೋಗವನ್ನೇಕೆ ಮಾಡಬೇಕು? ಹಾಗೂ ಇದರಿಂದಾಗುವ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಹತ್ತಿಕ್ಕಲು ಸಾವಯವ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಹೆಚ್ಚೆಚ್ಚು ಉತ್ಪಾದನೆ ಹಾಗೂ ಜನತೆಗೆ ಈ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಬೇಕೆಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿದರು. ಮನುಷ್ಯನ ಆರೋಗ್ಯಯುತ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಜೀವಸತ್ವಗಳು, ಪಿಷ್ಟ, ಆರೋಗ್ಯಯುತ ಕೊಬ್ಬು, ಈ ಮೂರು ಅಂಶಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಆರೋಗ್ಯಯುತವಾದ ಕೊಬ್ಬು ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವ ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲೂ ಗೋಚರಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ ಹೆಚ್ಚೆಚ್ಚು ಕೆಟ್ಟ ಕೊಬ್ಬಿನಾಂಶವು ಶೇಖರಣೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ.



ಹಾಗಾದರೇ ಈ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೊಬ್ಬುಗಳ ಆಗರ ಯಾವುದು? ಯಾವ ಉತ್ಪನ್ನಗಳಿಂದ ಇವುಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸುವುದಾದರೇ ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಶುದ್ಧವಾದ ಬೆಣ್ಣೆ, ದಿನನಿತ್ಯ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಆರೋಗ್ಯಯುತವಾದ ಅಡುಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಮತ್ತು ತುಪ್ಪ. ಈ ಪದಾರ್ಥಗಳ ನಿಯಮಿತ ಸೇವನೆಯಿಂದ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತವಾದ ಕೊಬ್ಬು ಉತ್ಪಾದನೆಯಾಗಿ ದೇಹದ ದಿನನಿತ್ಯದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಅಡುಗೆ ಎಣ್ಣೆ ದಿನನಿತ್ಯ ನಮ್ಮ ಆಹಾರಗಳಲ್ಲಿ ತಪ್ಪದೇ ಬಳಸುವ ಅವಶ್ಯಕ ಉತ್ಪನ್ನ.

ಆದರೆ ಅಡುಗೆ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲೇ ಶೇ90% ವಿಷಾಂಶಗಳು ಕಲಬೆರಕಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮನಗಂಡ ನವೀನ್ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರು ಈ ವಿಷಯದ ಮೇಲೆಯೇ ಲಕ್ಷ್ಯವಿಟ್ಟು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾ ವಿವಿಧ ವಿಧಾನಗಳ ಮೂಲಕ ಬೀಜದಿಂದ ಎಣ್ಣೆ ತೆಗೆಯುವ ಪದ್ಧತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲಾರಂಭಿಸಿದರು. ಆಗ ಹಳ್ಳಿಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ಹಿರಿಯರೊಂದಿಗೆ ಸಮಾಲೋಚಿಸಿ ಈ ಹಿಂದೆ ಅವರುಗಳು ಅಡುಗೆಗಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದ ಎಣ್ಣೆಗಳು ಹಾಗೂ ಆ ಎಣ್ಣೆಗಳ ಮೂಲ ಯಾವುದೆಂದು ಕೇಳಿದಾಗ ಆ ಹಿರಿಯರಿಂದ ಬಂದ ಉತ್ತರ, ಎತ್ತಿನ ಗಾಣದ ಎಣ್ಣೆ.

ಆಗ ಶುರುವಾಯಿತು ನೋಡಿ ಇವರ ನಿಜವಾದ ಎತ್ತಿನ ಗಾಣದ ಪಯಣ. ರಾಜ್ಯಾದ್ಯಂತ ಇರುವ ಎತ್ತಿನ ಗಾಣಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿಯಬೇಕೆಂದು

ಪರ್ಯಟನೆ ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಆದರೆ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ಅಳಿವಿನಂಚಿನಲ್ಲಿರುವ ಈ ಗಾಣಗಳ ಸುಳಿವು ಸಿಗಲಿಲ್ಲವಾದ್ದರಿಂದ ಇವರ ಪ್ರಯತ್ನ ಸಫಲವಾಗಿಲ್ಲ. ಅಷ್ಟಕ್ಕೇ ಬಿಡದ ನವೀನ್ ಬಳಗ ಪಕ್ಕದ ರಾಜ್ಯ ಆಂಧ್ರಕ್ಕೆ ತೆರಳಿ ಅಲ್ಲಿ ಓರ್ವ ಶಿಲ್ಪಿಯ ಸಹಕಾರದಿಂದ ಅಲ್ಲಿನ ಮರದ ಎತ್ತಿನ ಗಾಣಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಪಡೆದು ತಾವೇ ಸ್ವತಃ ಶಿಲ್ಪಿಯವರಿಂದ ಒಂದು ಮರದ ಗಾಣ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿಕೊಂಡು ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಎಣ್ಣೆ ತೆಗೆಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಆದರೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆಯಿಂದ ಸಂಜೆವರೆಗೂ ಗಾಣ ಆಡಿಸಿದರೂ ಗಾಣದಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆಯೇ ಬರಲಿಲ್ಲ. ಗಾಣ ಅರೆಯು ಹದವನ್ನು ತಿಳಿಯದೇ ನವೀನ್ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರು ಬಹಳ ಹಣ, ಸಮಯ ಹಾಗೂ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವ್ಯಯ ಮಾಡಿದರು. ಆದರೂ ಫಲಬಿಡದೇ ಹದವರಿತು ಗಾಣದಿಂದ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನೇನೋ ತೆಗೆದರು. ಆದರೆ ಇವರ ಗಾಣದ ಎಣ್ಣೆಯ ನಿರ್ವಹಣಾ ವೆಚ್ಚಗಳೆಲ್ಲಾ ಸೇರಿ 1 ಲೀಟರ್ ಎಣ್ಣೆಗೆ ರೂ 350/-ಗಳಿಗೆ ಬಂದು ನಿಂತಿತು. ಆದರೇ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ರೂ 80/-ಗಳಿಗೆ 1ಲೀ ಎಣ್ಣೆ ಸಿಗುತ್ತಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ ಈ ವಿಷಮುಕ್ತ ಗಾಣದ ಎಣ್ಣೆ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು



ಮೂಡಿಸುವುದಾದರೂ ಹೇಗೆ ಎಂಬ ಚಿಂತೆ ಇವರಿಗೆ ಕಾಡತೊಡಗಿತು. ಆಗ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುವ 10 ರಿಂದ 15 ಜನ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ ಅವರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ನೀಡಿದರು. ಸುಮಾರು ಒಂದೂವರೆ ತಿಂಗಳ ನಂತರ ಅವರೆಲ್ಲರೂ ಇವರ ಬಳಿ ಬಂದು ನೀವು ನೀಡಿರುವ ಎಣ್ಣೆ ಸೇವನೆಯಿಂದ ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ಚೇತರಿಕೆ ಕಂಡು ಬಂದಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಅಂಶಗಳಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ ಎಂದು ಇವರಿಗೆ ಧೈರ್ಯ ತುಂಬಿ ಹುರುಪು ನೀಡಿದರು. ಅವರ ವಿಶ್ವಾಸದ ನುಡಿಗಳು ನವೀನ್ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಸ್ಫೂರ್ತಿ ತುಂಬಿದವು.

“ದೇಸಿರಿ ನ್ಯಾಚುರಲ್ಸ್” ಎಂಬ ವಿನೂತನ ಶೀರ್ಷಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ತಮ್ಮ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸಿದರು. ಗಾಣದಲ್ಲಿ ಕುಸುಬೆ ಎಣ್ಣೆ, ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆ, ಕಡಲೇಕಾಯಿ ಎಣ್ಣೆ, ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆ, ಹುಚ್ಚೆಳ್ಳೆಣ್ಣೆ, ಹರಳೆಣ್ಣೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇವುಗಳಿಂದ ಬಂದ ಉಪ ಉತ್ಪನ್ನಗಳಾದ ಕಡಲೇಕಾಯಿ ಹಿಂಡಿ, ಹುಚ್ಚೆಳೆ ಹಿಂಡಿ, ಎಳ್ಳಿಂಡಿ, ಕುಸುಬೆ ಹಿಂಡಿಗಳನ್ನು ಸಹ ಮಾರಾಟ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೂ ಈ ಎಲ್ಲಾ ಹಿಂಡಿಗಳನ್ನೂ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಅದಕ್ಕೆ ಮುಸುಕಿನ ಜೋಳವನ್ನೂ ಸಹ ಸೇರಿಸಿ “ಪಶುಗ್ರಾಸ” ಎಂಬ ಮೌಲ್ಯಭರಿತ ಪಶು ಆಹಾರವನ್ನೂ ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸಿ ಮಾರಾಟ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದರ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಹಸುಗಳ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಣೆ ಮತ್ತು ಹಾಲಿನ ಇಳುವರಿ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ ತಮ್ಮ ಎರಡು ಎಕರೆ





ಜಮೀನಿನಲ್ಲಿ ಬಹುಬೆಳೆ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಸುಭಾಷ್ ಪಾಳೇಕಾರ್ ಸಾವಯವ ಕೃಷಿ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದಿರುವ ಪಪಾಯಿ, ಕಾಳು ಮೆಣಸು, ತೆಂಗು, ಅಡಿಕೆ, ನುಗ್ಗೆ, ಸೀಬೆ, ಬಾಳೆ, ತೇಗ, ಸಿಲ್ವರ್, ಶುಂಠಿ, ಅರಿಶಿನ, ನವಣೆ, ಸಾಮ, ಕೊರಲೆ, ಹಾರಕ, ಬರಗು, ಅಲಸಂದೆ, ಉದ್ದು ಹೀಗೆ ಹತ್ತು ಹಲವು ಬೆಳೆಗಳನ್ನು ಬೆಳೆದು, ಮನೆ ಬಳಕೆಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಜೊತೆಗೆ ಗ್ರಾಹಕರಿಗೂ ಸಹ ಮಾರಾಟ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮೈಸೂರಿನ ರಾಮಾನುಜಾ ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮದೊಂದು ಔಟ್ ಲೆಟ್ ಮಾಡಿರುವ ನವೀನ್ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರು ಸ್ಥಳೀಯವಾಗಿ ಮೈಸೂರಿನ ಜನತೆಗೆ ತಮ್ಮ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ತಲುಪಿಸುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಜೊತೆಗೆ Pan India (ದೇಶದ ಯಾವುದೇ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೂ ತಮ್ಮ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ತಲುಪಿಸುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಮೂಲಕ ದೇಶ ಹಾಗೂ ವಿದೇಶಗಳಿಗೂ ಕೂಡಾ ತಮ್ಮ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ತಲುಪಿಸುವ ಕಾರ್ಯವನ್ನೂ ಸಹ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ದೂರದ ಅಮೆರಿಕಾ ದೇಶದ ಇವರ ಗ್ರಾಹಕರೊಬ್ಬರು ಈ ಸಂಸ್ಥೆಗೆ ಉಚಿತವಾಗಿ ಮಾರಾಟದ ಒಂದು ಆರ್ಡರ್ Farm to me.in ಹಾಗೂ ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್ ಅನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿಕೊಟ್ಟಿರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಆರ್ಡರ್ ಅನ್ನು ಗೂಗಲ್ ಪ್ಲೇ ಸ್ಟೋರ್‌ನಿಂದ ಗ್ರಾಹಕರು ಡೌನ್ ಲೋಡ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಇದರ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ಬೇಡಿಕೆಯನ್ನು ನೀಡಿದಲ್ಲಿ ಆ ಬೇಡಿಕೆಗನುಸಾರವಾಗಿ ಗ್ರಾಹಕರ ಮನೆ ಬಾಗಿಲಿಗೇ ತಮ್ಮ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು

ಕಳುಹಿಸುವ ವಿನೂತನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಇದಲ್ಲದೇ ರಾಮನಗರ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಮಾಗಡಿ ತಾಲ್ಲೂಕಿನ ರಾಜನ ಪಾಳೆ ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ ಆರು ಗಾಣಗಳನ್ನು ಅನುಷ್ಠಾನಗೊಳಿಸಿರುವ ನವೀನ್ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರು ಸದ್ಯ ಎರಡೂ ಘಟಕಗಳಿಂದ ಒಂದು ತಿಂಗಳಿಗೆ 6000ಲೀ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಉತ್ಪಾದನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಎರಡೂ ಘಟಕಗಳಿಂದ ಸುಮಾರು 60 ಜನ ಕೆಲಸಗಾರರು ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದು, ಅವರೆಲ್ಲರ ಜೀವನಕ್ಕೆ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿರುವ ತಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳ ಹೆಮ್ಮೆಯಿದೆ ಎನ್ನುವ ನವೀನ್‌ರವರು ತಮ್ಮ ಈ ಘಟಕಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ಪಾದನೆಯಾಗುವ ಎಣ್ಣೆಗಳನ್ನು ಮೂರು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಸೋಲಾರ್‌ಯುಕ್ತ ಉಷ್ಣ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ ಶೇಖರಿಸಿಡುವ ಮೂಲಕ ಅದರಲ್ಲಿರುವ ನೀರಿ ಅಂಶ ಹಾಗೂ ಶ್ಲೇಷಾಂಶಗಳನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಕಂದುಬಣ್ಣಯುಕ್ತ ಗಾಜಿನ ಬಾಟಲಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ಯಾಕಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆ ಮೂಲಕ ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಸುಮಾರು 7-8 ಟನ್ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಭೂಮಿಗೆ ಸೇರುವುದನ್ನು ತಡೆದಿದ್ದಾರೆ.

ಇವರ ಘಟಕಗಳು ಗೋ ಆಧಾರಿತ ಗಾಣಗಳಾಗಿರುವುದರಿಂದ ದೇವಣಿ, ಮಲೆನಾಡು ಗಿಡ್ಡ, ಹಳ್ಳಿಕಾರ್, ಅಮೃತ ಮಹಲ್, ಕಿಲಾರಿ, ಗಿರ್, ಕಾಂಗ್ರೇಜ್, ಬರಗೂರ್ ಹೀಗೆ ಅಳಿವಿನಂಟಿನಲ್ಲಿರುವ ದೇಸೀ ತಳಿಗಳ ಸಂರಕ್ಷಣೆ ಮಾಡುವ ಜೊತೆಗೆ ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಸುಮಾರು ಎಂಭತ್ತು ಸಾವಿರದಿಂದ 1 ಲಕ್ಷ ಯೂನಿಟ್ ವಿದ್ಯುತ್ ಅನ್ನು ಉಳಿತಾಯ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಸ್ಥಳೀಯ ದೇಶಿ ಸಂಪನ್ಮೂಲವನ್ನು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಈ ದೇಶೀಯ ಮೂಲ ಉದ್ಯೇಶ ಬಹಳ ವಿಶಾಲವಾದದ್ದೂ ಹಾಗೂ ವಿಸ್ತಾರವಾದದ್ದೂ ಕೂಡ. ಭಾರತದಲ್ಲಿನ ಒಟ್ಟು ಜನಸಂಖ್ಯೆ ಸರಿಸುಮಾರು 135 ಕೋಟಿ. ಒಂದು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ 4 ಜನರಿರುತ್ತಾರೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿದರೂ 33 ಕೋಟಿ ಕುಟುಂಬಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಪ್ರತೀ ಕುಟುಂಬದ ಒಂದು ತಿಂಗಳ ಸರಾಸರಿ ಎಣ್ಣೆ ಬಳಕೆ 2ಲೀ ಆದರೂ, ಭಾರತಕ್ಕೆ 67ಕೋಟಿ ಲೀ ಖಾದ್ಯತೈಲ (Edible Oil) ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ನಮ್ಮ ಭಾರತೀಯ ಸಂಪ್ರದಾಯದ ಪ್ರಕಾರ ಎತ್ತಿನ ಗಾಣದಲ್ಲಿ ತೈಲವನ್ನು ತೆಗೆಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರೆ

ದಿನಕ್ಕೆ ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ಗಾಣದಿಂದ 20 ಲೀ ಎಣ್ಣೆ ತೆಗೆಯಬಹುದು. ಅಂದರೆ ನಮ್ಮ ದೇಶಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ 67ಕೋಟಿ ಲೀ ಗಳಷ್ಟು ಎಣ್ಣೆ ತೆಗೆಯಲು ನಮಗೆ ಹನ್ನೊಂದು ಲಕ್ಷದ ಇಪ್ಪತ್ತೈದು ಸಾವಿರ ಎತ್ತಿನ ಗಾಣಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಭಾರತದಲ್ಲಿರುವ ಆರು ಲಕ್ಷದ ಐವತ್ತೊಂದು ಸಾವಿರ ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲೂ ಎರಡೆರಡು ಗಾಣಗಳನ್ನು ಹಾಕಿದಲ್ಲಿ 13 ಲಕ್ಷ ಗಾಣಗಳನ್ನು ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲೇ ಹಾಕಬಹುದು. ಹಾಗೂ ಹಳ್ಳಿಗಳಿಂದಲೇ ನಾವು ಎಲ್ಲ ಜನರಿಗೂ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಸರಬರಾಜು ಮಾಡಬಹುದು. ಒಂದು ಗಾಣ ನಡೆಸಲು ಮೂರು ಜನರಂತೆ ಹನ್ನೊಂದು ಲಕ್ಷದ ಇಪ್ಪತ್ತೈದು ಸಾವಿರ ಗಾಣಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲು ಸುಮಾರು ಮೂವತ್ತ ಮೂರು ಲಕ್ಷದ ಎಪ್ಪತ್ತೈದು ಸಾವಿರ ಜನಗಳಿಗೆ ಉದ್ಯೋಗ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇವು ಗೋ ಆಧಾರಿತ ಗಾಣಗಳಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗಾಣಕ್ಕೆ ಎರಡು ಎತ್ತುಗಳಂತೆ ಸರಿ ಸುಮಾರು ಇಪ್ಪತ್ತೆರಡು ಲಕ್ಷದ ಐವತ್ತು ಸಾವಿರ ಎತ್ತುಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಕಟುಕರ ಮನೆ ಕದ ತಟ್ಟುವ ದನಕರುಗಳನ್ನು ಗಾಣ ಹೊಡೆಯಲು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುವ ದಿಶೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ. ಈ ಯೋಜನೆಯ ಅನುಷ್ಠಾನದಿಂದಾಗಿ ಮೂರು ಲಕ್ಷ ಕೋಟಿ ಹಣ ಹಳ್ಳಿಗಳಿಗೆ ಹರಿದು ಬರುತ್ತದೆ.

ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಹಳ್ಳಿಗಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಾದರೇ ದೇಶದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಎಂಬ ಗಾಂಧಿಯವರ ನುಡಿಯಂತೆ ಪ್ರತೀ ಹಳ್ಳಿ ಹಳ್ಳಿಗಳೂ ದೇಶದ ಆದಾಯದ ಮೂಲವಾಗಬೇಕು. ಹಳ್ಳಿ ಬಿಟ್ಟು ಪಟ್ಟಣಗಳನ್ನು ಸೇರುತ್ತಿರುವ ಯುವಕರು ಮತ್ತೆ ಹಳ್ಳಿಗಳೆಡೆಗೆ ಮುಖಮಾಡಿ ಈ ಮಹತ್ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವ ಮೂಲಕ ದೇಶದ ಜನರ ಆರ್ಥಿಕತೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಸುಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಡಬೇಕೆಂಬುದು ನವೀನ್ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರ ಆಶಯ. ಪೂರ್ವಜರ ಎತ್ತಿನ ಗಾಣದ ಈ ಕಂಪು ಆದಷ್ಟು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ದೇಶದ ಎಲ್ಲಾ ಹಳ್ಳಿಗಳಿಗೂ ಪಸರಿಸಿ ರಾಸಾಯನಿಕ ಮುಕ್ತ ಖಾದ್ಯ ತೈಲ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಎಲ್ಲೆಡೆಯೂ ಸಿಗಬೇಕೆಂಬುದು ಅವರ ಆಶಯ. ನವೀನ್ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು 9945811771, 9972374918, 9686988887 ಈ ನಂಬರ್‌ಗಳ



ಕೊರೊನಾ :
ಅರಿಶಿನ
 ಬೆಳೆಯಲ್ಲಿ ಹೊಸ
 ಸೂರ್ಯೋದಯ

**ಕೊರೊನಾ ಕಾಲಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ
 ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಸಾಂಬಾರು,
 ಮಸಾಲೆ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಬಳಕೆ,
 ಬೇಡಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ.
 ಉತ್ಪಾದಕರ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ
 ಇದೊಂದು ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ
 ಬೆಳವಣಿಗೆ. ಅರ್ಥಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ
 ಉತ್ತಮವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ರೈತನ
 ಪಾಲಿಗೆ ಸುವರ್ಣಕಾಲ.
 ಅರಿಶಿನ ಬೆಳೆಯಲು ಇದೊಂದು
 ಹೊಸ ಸೂರ್ಯೋದಯ
 ಎನ್ನಬಹುದು.**

ಕೆ.ಎಸ್.ರಾಜಮನ್ಸಾರ್

ಭಾರತೀಯ ವೈದ್ಯ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಅರಿಶಿನಕ್ಕೆ ತನ್ನದೇ ಆದ ಇತಿಹಾಸ, ಪರಂಪರೆಯಿದೆ. ಮನೆಮದ್ದು, ಮನೆ ವೈದ್ಯ ಎನ್ನುವಷ್ಟರಮಟ್ಟಿಗೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹಾಸು ಹೊಕ್ಕಾಗಿದೆ. ಇದಿಲ್ಲದೆ ಯಾವ ಶುಭ, ಧಾರ್ಮಿಕ ಕಾರ್ಯವು ಆರಂಭವಾಗದು. ಅರಿಶಿನವೇ ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಮಂಗಳಕರ. ಅರಿಶಿನಯುಕ್ತ ಹಾಲು ಸೋಂಕು ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ನಿರೋಧಕ ಗುಣ ಹೊಂದಿರುವ ಕಾರಣ ಕೆಮ್ಮು, ನೆಗಡಿ, ಶೀತಕ್ಕೆ ತ್ವರಿತ ಪರಿಹಾರ, ಮೂಳೆಗಳ ದೃಢತೆಗೂ ಸಹಕಾರಿ. ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಮಾಸಿಕ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಡುವ ಕೆಳಹೊಟ್ಟೆ ನೋವು ಇನ್ನಿತರೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೂ ಅರಿಶಿನದ ಹಾಲು ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ.

ಈಶಾನ್ಯ ರಾಜ್ಯಗಳು, ಅದರಲ್ಲೂ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮೇಘಾಲಯ, ಅಸ್ಸಾಂ ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಲಕಡಾಂಗ್ ಎಂಬ ಸ್ಥಳೀಯ ಅರಿಶಿನ ತಳಿ ಬೆಳೆಯಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲೇ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಬೇಡಿಕೆಯಿರುವ ತಳಿ ಇದು. ಇದರಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 7ಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಕರ್ನೂಮಿನ್ ಅಂಶವಿರುವುದೇ ಬೇಡಿಕೆಗೆ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ. ಒಂದು ಚಮಕ ಅರಿಶಿನದಲ್ಲಿ ಪ್ರೋಟೀನ್, ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್, ಸಕ್ಕರೆ, ಫೈಬರ್ (ನಾರಿನ ಅಂಶ) ಎಲ್ಲವೂ ಲಭ್ಯ. 2028 ರ ವೇಳೆಗೆ ಜಾಗತಿಕ ಕರ್ನೂಮಿನ್ ಮಾರುಕಟ್ಟೆ ಮೌಲ್ಯ 171 ಮಿಲಿಯನ್ ಡಾಲರ್ ಗೆ ಮುಟ್ಟಲಿದೆ ಎಂದು ಮಾರುಕಟ್ಟೆ ತಜ್ಞರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ತಮಿಳುನಾಡಿನ ಈರೋಡ್ ಮತ್ತು ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದ ಸಾಂಗ್ಲಿ ದೇಶಿಯ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಾಗಿದ್ದರೆ, ಅಮೆರಿಕ, ಯುರೋಪ್ ಜಾಗತಿಕ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಾಗಿದೆ. ಬೃಹತ್ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವ, ಮತ್ತು ರಫ್ತು ಮಾಡುವ ಸಾಲಿನಲ್ಲಿ ಭಾರತವೇ ಅಗ್ರಗಣ್ಯ. ಹೀಗಾಗಿ ವಿದೇಶಿ ಆದಾಯ ಗಳಿಕೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಕೃಷಿ ಉತ್ಪನ್ನವಾಗಿದೆ.

ಕೊರೊನಾ ನಂತರ ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಸಾಂಬಾರ, ಮಸಾಲೆ ಪದಾರ್ಥಗಳಿಗೆ ಬೇಡಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಪರಿಣಾಮ ಜಾಗತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸಾಂಬಾರು ಪದಾರ್ಥಗಳ ಬಳಕೆಯೂ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಉತ್ಪಾದಕರ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಇದೊಂದು ಆಶಾದಾಯಕ ಸಂಗತಿ. ಹೀಗಾಗಿ ಅರಿಶಿನ ಬೆಳೆಗಾರರಿಗೆ ಇದೊಂದು ಸುವರ್ಣ ಕಾಲ. ಇದರ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ರೈತರು ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಸಾವಯವ ಕೃಷಿಯ ಮೂಲಕ ಕಡಿಮೆ ಖರ್ಚಿನಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದು ಆರ್ಥಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಸುಧಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಒಳ್ಳೆಯ ಅವಕಾಶ ಒದಗಿ ಬಂದಿದೆ.

ಅರಿಶಿನ ದೇಶದ ಪ್ರಮುಖ ವಾಣಿಜ್ಯ ಬೆಳೆ. ಕರ್ನಾಟಕ, ತಮಿಳುನಾಡು, ಆಂಧ್ರ, ತೆಲಂಗಾಣ ಕೇರಳದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಅರಿಶಿನ ಬೆಳೆಯಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಸಾವಯವ ಮತ್ತು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಕೃಷಿ ಮೂಲಕ ಬೆಳೆಯಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಮತ್ತು ಕೀಟನಾಶಕ ಆಧಾರಿತ ಬೆಳೆ ರೈತರಿಗೆ ಲಾಭದಾಯಕವಲ್ಲ, ಹೆಚ್ಚು ಖರ್ಚು ಬರುತ್ತದೆ. ಮೇಲಾಗಿ ಅರಿಶಿನ ಔಷಧೀಯ ಬೆಳೆಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಕೃಷಿಯ ಮೂಲಕ ಬೆಳೆದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಲಾಭ ದೊರಕುವ ಸಂಭವ ಕಡಿಮೆ. ಆದರೆ ಕಡಿಮೆ ಖರ್ಚಿನಲ್ಲಿ ಸಾವಯವ ಕೃಷಿ ಮೂಲಕ ಬೆಳೆದರೆ ರೈತರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಲಾಭದಾಯಕವಾಗಿದೆ. ಜೊತೆಗೆ ಅಂತರ ಬೆಳೆ ಹಾಕುವ ಮೂಲಕ ರೈತರು ತಮ್ಮ ಆದಾಯ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅವಕಾಶವಿದೆ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಉತ್ತರ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಆದರಲ್ಲೂ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಬಾಗಲಕೋಟೆ, ಬೆಳಗಾವಿ ಮುಧೋಳ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಅರಿಶಿನದ ಜೊತೆಗೆ ಅಂತರ ಬೆಳೆಯಾಗಿ ಮೆಕ್ಕೆಜೋಳ ಬೆಳೆಯಲಾಗುತ್ತಿದ್ದು, ಇದರಿಂದ ರೈತರ ರಾಸುಗಳಿಗೆ ಇದರಿಂದ ವರ್ಷವಿಡೀ ಮೇವು ದೊರಕಲಿದೆ. ಬೆಳಗಾವಿ, ಬಾಗಲಕೋಟೆ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಡಪ ಅಮಲಾಪುರ ಮತ್ತು ಸೇಲಂ ತಳಿ ಅರಿಶಿನ ಬೆಳೆಯಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಮೈಸೂರು ಚಾಮರಾಜನಗರ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಈರೋಡ್ ತಳಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಯಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಚಾಮರಾಜನಗರ ಮತ್ತು ಮೈಸೂರು ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಅರಿಶಿನದ ಬೆಳೆಯ ಜೊತೆಗೆ ರೈತರು ಸಣ್ಣ ಈರುಳ್ಳಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಅರಿಶಿನ ಬೆಳೆಯಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಸುಲಭವಾಗಿ ಕಳೆ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡಬಹುದು, ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಕೇವಲ 60 ದಿನದಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ

ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಅರಿಶಿನ ತಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 2 ರಿಂದ 3 ರಷ್ಟು ಕರ್ಕೂಮಿನ್ ಅಂಶಗಳಿದ್ದರೆ, ಸುಧಾರಿತ ಮತ್ತು ಸಾಂಬಾರು ಮಂಡಳಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿರುವ ಪ್ರಗತಿ, ಪ್ರತಿಭ, ಪಿತಾಂಬರಿ, ರೋಮ, ಸುರೋಮ, ರಂಗ, ರಶ್ಮಿ, ಅಲೆಪ್ಪಿ, ಸುಪ್ರೀಮ್ ಇವೇ ಮುಂತಾದ ಹೊಸಬಗೆಯ ತಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 5 ರಷ್ಟು ಕರ್ಕೂಮಿನ್ ಅಂಶಗಳಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಅಂಶಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆಯೇ ಔಷಧಿ ಕಂಪನಿಗಳು ಬೆಲೆಯನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಸುಧಾರಿತ ತಳಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಯುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಸೂಕ್ತ.

ಈರುಳ್ಳಿ ಬೆಳೆಯನ್ನು ತೆಗೆಯಬಹುದು. ಎಕರೆಗೆ ಸುಮಾರು 30 ರಿಂದ 40 ಕ್ವಿಂಟಾಲ್ ಸಣ್ಣ ಈರುಳ್ಳಿ ಬೆಳೆಯುವ ಮೂಲಕ ರೈತರು ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಲಾಭ ಗಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅರಿಶಿನದ ಜೊತೆಗೆ ಈರುಳ್ಳಿ ಬೆಳೆಯಲು ಈ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ ಎಂದರೆ ಆನೆಗಳ ಹಾವಳಿಯಿಂದ ಫಸಲು ರಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಧಾನವಾಗಿ ಈ ಭಾಗದ ರೈತರು ಮಿಶ್ರಬೆಳೆಯಾಗಿ ಸಣ್ಣ ಈರುಳ್ಳಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಅರಿಶಿನದ ಜೊತೆಗೆ ಕೇವಲ 25 ರಿಂದ 30 ದಿನದಲ್ಲಿ ಕಟಾವಿಗೆ ಬರುವ ಕೊತ್ತಂಬರಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಯುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ. ರೈತರಿಗೂ ಲಾಭದಾಯಕವಾಗಿದೆ. ಅರಿಶಿನದ ಬೆಳೆಗೆ ಕೊಡುವ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು ಇದರಿಂದ ಸದೃಢಕೆಯಾಗುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ರೈತರಿಗೆ

ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿಯೂ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗಿದೆ. ಒಂದು ಎಕರೆ ಕೊತ್ತಂಬರಿಯಿಂದ ಸುಮಾರು ಒಂದು ಲಕ್ಷ ರೂಪಾಯಿ ಆದಾಯ ಗಳಿಸುವ ಅವಕಾಶ ರೈತರ ಪಾಲಿಗೆ ದೊರಕಲಿದೆ ಎಂಬುದು ಕೃಷಿ ಪಂಡಿತರ ಅನುಭವದ ಮಾತು.

ಅರಿಶಿನವನ್ನು ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಕಪ್ಪು, ಕೆಂಪು ಮತ್ತು ಮರಳು ಮಿಶ್ರಿತ ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ಮಾನದಂಡ ಅನ್ವಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತರ ಬೆಳೆಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಯುವ ಮುನ್ನ ಮಣ್ಣಿನ ಫಲವತ್ತತೆ ಮತ್ತು ಮಣ್ಣಿನ ಪರಿಣಿತಿ ಮಾಡಿಸಿ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಅಂತರ ಬೆಳೆ ತೀರ್ಮಾನ ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗ. ಮಣ್ಣಿನ ಫಲವತ್ತತೆ ಇಲ್ಲದ ಕಡೆ ಅಂತರ ಬೆಳೆ ಹಾಕುವುದರಿಂದ, ಪೋಷಕಾಂಶಗಳ ಸಮರ್ಪಕ ನಿರ್ವಹಣೆಯಿಲ್ಲದೆ ಬೆಳೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಕೈಗೆ ಬಾರದೆ ನಷ್ಟ ಅನುಭವಿಸುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಬರಲಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮಣ್ಣಿನ ಫಲವತ್ತತೆ ಮತ್ತು ಅದರಲ್ಲಿರುವ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಅಂತರ ಬೆಳೆ ಹಾಕುವ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ರೈತರು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಿದೆ.

ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ತಳಿಗಳಿಗಿಂತ ಭಾರತೀಯ ಸಾಂಬಾರು ಸಂಶೋಧನಾ ಮಂಡಳಿ ನೂತನವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿರುವ ಪ್ರಗತಿ, ಪ್ರತಿಭಾ, ಪಿತಾಂಬರಿ, ರೋಮ, ಸುರೋಮ, ರಂಗ, ರಶ್ಮಿ, ಅಲೆಪ್ಪಿ ಸುಪ್ರೀಮ್ ಮುಂತಾದ ಹೊಸಬಗೆಯ ತಳಿಗಳನ್ನು ರೈತರು ಬೆಳೆಯುವುದರಿಂದ ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಬಹುದಾಗಿದೆ. ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ತಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ ಎರಡರಿಂದ ಮೂರರಷ್ಟು ಕರ್ಕೂಮಿನ್ ಅಂಶಗಳಿದ್ದರೆ, ಇದಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ





ಗುಣಪಡಿಸುವ ಮಾತ್ರೆಗಳು ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ನಿತ್ಯ ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರಗಳಲ್ಲಿ, ಕಾಂತಿವರ್ಧಕಗಳಲ್ಲಿ, ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ಬಳಸುವ ಸೋಪು ಹಾಗೂ ಸ್ವಾದಿಷ್ಟ ಬಗೆಯ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶದ ಆಹಾರದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅರಿಶಿನ ಉತ್ಪನ್ನ ನಿತ್ಯವೂ ಒಂದಲ್ಲ ಒಂದು ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಅರಿಶಿನಯುಕ್ತ ಗ್ರೀನ್ ಟೀ ದೇಹದಲ್ಲಿನ ವಿಷಕಾರಿ ಅಂಶಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಅಧ್ಯಯನ ಪ್ರಕಾರ ಗ್ರೀನ್ ಟೀ ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಬೊಜ್ಜಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಂತೆ ಯಕೃತ್ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುವ ಕಾಯಿಲೆ ಬಹುತೇಕ ಕಡಿಮೆಯಾಗಲಿದೆ. ಲಿವರ್‌ನ ಆರೋಗ್ಯದ ಜೊತೆಗೆ ಗ್ರೀನ್ ಟೀ ದೇಹದ ತೂಕ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ, ಮೆಟಬಾಲಿಸಂ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಹೆಚ್ಚಿಸಿ, ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಲಿದೆ. ಅರಿಶಿನದಲ್ಲಿ 'ಕುರ್ಕ್ಯುಮಿನ್' ಎಂಬ ಔಷಧೀಯ ಗುಣ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಎಂಜೈಮ್ ಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ವಿಷಕಾರಿ ತ್ಯಾಜ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊರ ಹಾಕಿ, ದೇಹದ ರಕ್ತ ಸಂಚಲನ ಹೆಚ್ಚಿಸಿ ಯಕೃತ್ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಲಿದೆ.

ಇನ್ನು ಅರಿಶಿನಯುಕ್ತ ಹಾಲು ವೈರಸ್ ವಿರೋಧಿ ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ನಿರೋಧಕ ಗುಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಕಾರಣ ಕೆಮ್ಮು, ನೆಗಡಿ, ಗಂಟಲು ನೋವು, ಶೀತಕ್ಕೆ ತ್ವರಿತ ಪರಿಹಾರ, ಮೂಳೆಗಳ ದೃಢತೆಗೆ ಅರಿಶಿನ ಹಾಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಕೊಬ್ಬಿನ ಅಂಶ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ ತೂಕ ನಿಯಂತ್ರಿಸಲೂ ಸಹ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾಗಲಿದೆ. ಆದರೆ ಅತಿಯಾಗಿ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಬಳಕೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಹೊಟ್ಟೆ ಕೆಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಗುಳ್ಳೆಗಳು ಬರುವ ಅಪಾಯವಿದೆ, ಆದರಿಂದ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡುವಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸಲಿದೆಯೋ ಅದೇ ರೀತಿ ಅತಿಯಾದ ಬಳಕೆ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಕೆಲ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಲಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆಯುವಂತಿಲ್ಲ. ■

ಸುಧಾರಿತ ಮತ್ತು ಸಾಂಬಾರು ಮಂಡಳಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿದ ಹೊಸ ಅರಿಶಿನ ತಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 5 ರಷ್ಟು ಕರ್ಕೊಮಿನ್ ಅಂಶ ಇರುವುದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೆಲೆಗೆ ಮಾರಾಟವಾಗಲಿದೆ. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ರೈತರು ಸುಧಾರಿತ ತಳಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಯುವ ಕಡೆಗೆ ಗಮನಹರಿಸಬೇಕು.

ಸಾವಯವ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವ ರೈತರು ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಅರಿಶಿನ ನಾಟಿಗೆ ಮೊದಲು ಹಸಿರಲೆ ಗೊಬ್ಬರಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಯಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಸಣಬು, ಚಂಪೆ, ಹುರಳಿ, ಹಲಸಂದೆ ಮುಂತಾದ ಹಸಿರು ಎಲೆ ಬೆಳೆಯನ್ನು ಬೆಳೆದು ಅವುಗಳು ಹೂ ಬಿಡುವ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾಗ ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಕೊಳೆಸುವ ಮೂಲಕ ಭೂಮಿಗೆ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಬೇಕಿದೆ. ಇದರಿಂದ ರಸಗೊಬ್ಬರದ ಮೇಲಿನ ಅವಲಂಬನೆ ಮತ್ತು ವೆಚ್ಚ ಸಹ ಕಡಿಮೆಯಾಗಲಿದೆ.

ಬೆಳೆಯ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಗಡ್ಡೆಗಳನ್ನು ಖಾತರಿಪಡಿಸಿಕೊಂಡು ನಾಟಿ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಕೀಟಭಾದೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಡದಂತೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸಬೇಕು. ಸಾವಯವ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆ ತೆಗೆಯುವುದು ಒಂದು ಸವಾಲಿನ ಕೆಲಸವೇ ಆಗಿದೆ. ನೀರುಣಿಸುವ ವಿಚಾರದಲ್ಲೂ ಬಹಳ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸಬೇಕು. ನೀರು ಬಹಳ ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ವಸ್ತು. ಹನಿ ನೀರಾವರಿ ಅಳವಡಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಶೇಕಡ 50ರಿಂದ 60ರಷ್ಟು ನೀರು ಉಳಿತಾಯ ಮಾಡಬಹುದು. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಕೀಟಭಾದೆಯಿಂದಲೂ ಪಾರಾಗುವ ಉತ್ತಮ ಅವಕಾಶ ಇದೆ. ಹೆಚ್ಚು ನೀರು ಕೊಟ್ಟರೆ ಗಡ್ಡೆ ಕೊಳೆ ರೋಗದಿಂದ ಬೆಳೆ ಹಾಳಾಗಲಿದೆ.

ಭಾರತೀಯ ಆಯುರ್ವೇದ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ತನ್ನದೇ ಮಹತ್ವ ಪಡೆದುಕೊಂಡಿರುವ ಮತ್ತು ಔಷಧೀಯ ಗುಣ ಲಕ್ಷಣ ಹೊಂದಿರುವ ಅರಿಶಿನ, ರೈತರಿಗೆ ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿಯೂ ಶಕ್ತಿ ತಂದುಕೊಡುವ ಪ್ರಮುಖ ತೋಟಗಾರಿಕಾ ಬೆಳೆಯೂ ಹೌದು.

ಗಾಯಗಳನ್ನು ವಾಸಿಮಾಡುವ, ಅನೇಕ ಬಗೆಯ ನೋವು ನಿವಾರಿಸುವ, ಉರಿಯೂತವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವಂತಹ, ಹೀಗೆ ಹತ್ತಾರು ಔಷಧೀಯ ಗುಣ ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಅರಿಶಿನ ಜಾಗತಿಕವಾಗಿ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಒಂದಲ್ಲ ಒಂದು ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಕೊರೊನಾ ಜಗತ್ತನ್ನು ಎಡಬಿಡದೇ ಕಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವಲ್ಲಿಯೂ ಬಹಳ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತಿದೆ. ಇದೇ ಕಾರಣದಿಂದ ಜಾಗತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಬೇಡಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಸೋರಿಯಾಸಿಸ್ ಸೇರಿದಂತೆ ಅನೇಕ ಬಗೆಯ ಚರ್ಮದ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ, ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಭಾರತೀಯರ ಪಾಲಿಗೆ ಅರಿಶಿನ ಎಂಬುದು ಮನೆಯ ಮದ್ದು, ಮನೆಯ ವೈದ್ಯ ಎಂದು ಜನ-ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹಾಸುಹೊಕ್ಕಾಗಿದೆ.

ಅರಿಶಿನದಲ್ಲಿ ಕರ್ಕೊಮಿನ್ ಎಂಬ ರಾಸಾಯನಿಕ ಔಷಧೀಯ ಗುಣವಿದೆ. ಇದರ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆಯೇ ಬೆಲೆ ನಿಗದಿಯಾಗಲಿದೆ. ಔಷಧ ಕಂಪನಿಗಳು ಇದರ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆಯೇ ಖರೀದಿ ಸೂತ್ರ ರೂಪಿಸಲಿವೆ. ಸೌಂದರ್ಯ ಇಮ್ಮಡಿಗೊಳಿಸುವ ಅನೇಕ ಕಾಂತಿವರ್ಧಕಗಳು, ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಅರಿಶಿನಯುಕ್ತ ಚಹಾ ಪಾನೀಯಗಳು, ಅನೇಕ ರೋಗಗಳನ್ನು

ಜಾಲರೈಡ್

ಜೀವಕ್ಕೆ ಮುಚುವಾಗದಿರಲಿ...

ಕ್ಷಣದ ಮೋಜಿಗಾಗಿ ಜಾಲ ರೈಡ್ ಮಾಡುವ ಯುವಕ-ಯುವತಿಯರು ಅಪಘಾತಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿ ದುರ್ಮರಣಕ್ಕೆ ಕಡಡಾಗುತ್ತಿರುವುದು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಡಾ. ಪಿ.ಜಿ. ಅನಿಲ್‌ಕುಮಾರ್



ನಿಸ್ವೇಚ ಕಣ್ಣುಗಳು, ಬಾಡಿ ಹೋದ ಮುಖಗಳು ಅಸಾಹಯಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ, ಮುಗಿಲೇ ಕಳಚಿ ಬಿದ್ದಂತೆ ರೋದಿಸುತ್ತಿದ್ದ ತಾಯಿ, ದಿಗ್ಭ್ರಾಂತರಾದ ತಂದೆ, ಏನು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದರ ಅರಿವೇ ತಿಳಿಯದಂತೆ ದಿಕ್ಕು ಕಾಣದ ಸಂಬಂಧಿಕರು... ಇದು ಶವಾಗಾರಗಳ ಮುಂದೆ ಸಂಚಾರ ಪೊಲೀಸರಿಗೆ ಕಾಣುವ ಸರ್ವೇ ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಸಂಗತಿಯಾಗಿದೆ. ದೂರದೂರುಗಳಿಂದ ಸಾವಿರಾರು ಕನಸುಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತು ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ನಗರಗಳಿಗೆ ಬರುವ ಯುವಕ-ಯುವತಿಯರು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ತಮ್ಮ

ಕನಸುಗಳ ಸಾಕಾರಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಮರೆತು ಹಲವು ದುಶ್ಚಟಗಳಿಗೆ ಬಲಿಯಾಗಿ ದುರಂತದಲ್ಲಿ ಅಂತ್ಯ ಕಾಣುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕಂಡಾಗ ಹೆತ್ತ ಜೀವಗಳು ಹೇಗೆ ತಾನೆ ಸಹಿಸಿಯಾರು? ಕೆಲ ದಿನಗಳ ಹಿಂದೆ ಕೋರಮಂಗಲದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಅಪಘಾತ ರಾಜ್ಯದ ಪೋಷಕರನ್ನು ಆಘಾತಕ್ಕೆ ತಳ್ಳಿದೆ. ಒಂದೇ ಅಪಘಾತದಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ 7 ಜನ ಯುವಕ-ಯುವತಿಯರ ದುರ್ಮರಣ(ಎಲ್ಲರೂ 20 ರಿಂದ 30 ವರ್ಷದೊಳಗಿನ ವಯಸ್ಸಿನವರು) ಯುವ ಜನತೆ ಹಾಗೂ ಪೋಷಕರ

ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಮರು ವಿಮರ್ಶೆಗೊಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಿದೆ. ಇಂತಹ ಘಟನೆಗಳು ಮರುಕಳಿಸಿದಾಗಲೂ ಇದಕ್ಕೆ ಹೊಣೆ ಯಾರು? ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನೂ ಕಾಡುತ್ತದೆ.

ಬಡವರಿನಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಮಂತರಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ತಂದೆ ತಾಯಿಯ ಕನಸೂ ತಾವು ಪಟ್ಟ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಅನುಭವಿಸದಿರಲಿ ಎಂಬ ಮನೋಭಾವನೆಯಿಂದಲೇ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತಮ್ಮ ಕಷ್ಟದ ಅರಿವಾಗದಂತೆ ಬೆಳೆಸುತ್ತಾರೆ. ಮಕ್ಕಳು ಕೇಳಿದ್ದನ್ನೆಲ್ಲಾ ಕೊಡಿಸುವ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳು ತಮ್ಮ ನಿಜವಾದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಮರೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎನ್ನಿಸುತ್ತಿದೆ. ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಪ್ರತಿ ಹಂತದಲ್ಲೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುವ, ಅವರ ತಪ್ಪು ಒಪ್ಪುಗಳನ್ನು ತಿದ್ದಿ ತೀಡುವ ಕೆಲಸವನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಕಿರುವುದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಪೋಷಕರ ಆದ್ಯ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿರಲಿ. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಒಳ್ಳೆಯ ಹಾಸ್ಟೆಲ್ ಅಥವಾ ಪಿಜಿಗಳಿಗೆ ಸೇರಿಸಿದರೆ ಪೋಷಕರ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಮುಗಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ ಗುರುತರ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಇಲ್ಲಿಂದಲೇ ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದರೆ ತಪ್ಪಾಗಲಾರದು.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸೈಕಲ್, ಬೈಕ್, ಲ್ಯಾಪ್ಟಾಪ್, ಮೊಬೈಲ್ ಮುಂತಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕೊಡಿಸಿದ ನಂತರ ಅವುಗಳ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ





ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಮೊಬೈಲ್, ಲ್ಯಾಪ್ಟಾಪ್‌ಗಳನ್ನು ಯಾವ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬಿತ್ಯಾದಿ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು. ಬೈಕ್ ಹಾಗೂ ಕಾರುಗಳನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಯಾವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ನಿಗಾ ವಹಿಸಬೇಕು.

ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ನೋಡಿ ನಿಮ್ಮ ಗುಣವನ್ನು ಅಳಿಯುತ್ತಾರೆ ಎಂಬಂತೆ ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಸ್ನೇಹಿತರು, ಸಹಪಾಠಿಗಳು ಎಂಥವರು ಎಂಬುವುದರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಪಿಜಿ/ ಹಾಸ್ಟೆಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಇದ್ದ ಮಕ್ಕಳು ಪೋಷಕರಿಗೆ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಿ ಪಿಕ್‌ನಿಕ್, ಪಾರ್ಟಿ, ಜಾಲಿ ರೈಡ್‌ನಂತಹ ಮೋಜು ಮಸ್ತಿ ಮಾಡಲು ತೆರಳಿ ಅಪಾಯಗಳಿಗೆ ಸಿಲುಕಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ. ಈ ಫ್ಲೀಲಿಂಗ್, ಲೇಟ್‌ನೈಟ್ ರೈಡ್ ಮುಂತಾದ ಶೋಕಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಹೋಗಿ ಯುವಕರು ದುರಂತ ಸಾವನ್ನು ತಂದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅತ್ಯಂತ ದುರದೃಷ್ಟಕರ ಸಂಗತಿ. ಬಹುತೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಈ ತರಹದ ಅಪಾಯಗಳಿಗೆ ಅಮಾಯಕರೇ ಬಲಿಯಾಗುವುದು ಹೆಚ್ಚು.

ಇದಕ್ಕೆ ಬಡವ ಶ್ರೀಮಂತರು ಎಂಬ ಬೇಧವಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ವರ್ಗದ ಮಕ್ಕಳು/ಯುವ ಜನತೆಯೂ ಫ್ಲೀಲಿಂಗ್, ಲೇಟ್ ನೈಟ್ ಜಾಲಿ ರೈಡ್‌ಗಳು,

ಅತಿಯಾದ ವೇಗ, ಅಜಾಗರೂಕತೆ ಸೇರಿದಂತೆ ಸಂಚಾರ ನಿಯಮಗಳ ಉಲ್ಲಂಘನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಎಷ್ಟೋ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಪೊಲೀಸರ ಕೈಗೆ ಸಿಕ್ಕಿ ಹಾಕಿಕೊಂಡಾಗಲೇ ಹತ್ತವರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ತಪ್ಪುಗಳು ತಿಳಿಯುತ್ತವೆ.

ಪ್ರತಿ ಬಾರಿಯೂ ಅಪಘಾತಗಳು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗಲೂ ರಸ್ತೆಗಳನ್ನೋ, ಪೊಲೀಸರನ್ನೋ ದೂರುವ ಜನರು ತಮ್ಮ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಮರೆಯುತ್ತಾರೆ. ವಾಹನಗಳನ್ನು ತಡೆದು ಮಾಡುವ ತಪಾಸಣೆಗೂ ಬಹುತೇಕ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಂಚಾರ ಪೊಲೀಸರು ಸಾರ್ವಜನಿಕರ ಕಿಂಗ್‌ಡೋಮ್, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಹಲ್ಲೆಗೂ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತಾರೆ. ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಪೊಲೀಸರ ಮೇಲೆ ಆಗುವ ಹಲ್ಲೆಗಳ ಮೇಲೆ ನಾವು ದಿನನಿತ್ಯವೂ ಸುದ್ದಿ ಮಾಧ್ಯಮಗಳಲ್ಲಿ ನೋಡುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಸತ್ಯಾಸತ್ಯತೆಗಳನ್ನು ವಿಮರ್ಶಿಸುವ ಗೋಜಿಗೆ ಹೋಗದ ಜನ ಪೊಲೀಸರ ಬಗ್ಗೆ ಅವರ ಕರ್ತವ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹಗುರವಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವುದನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದೇವೆ.

ಮಳೆ, ಚಳಿ, ಬಿಸಿಲೆನ್ನದೆ, ಹಬ್ಬ-ಹರಿದಿನಗಳೆನ್ನದೆ ಹಗಲು ರಾತ್ರಿ ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಪೊಲೀಸರ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶವೇ ಆದಷ್ಟು ಅಪಘಾತಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದು ಹಾಗೂ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ಸುಗಮ ಸಂಚಾರಕ್ಕೆ

ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುವುದು. ಎಷ್ಟೋ ಬಾರಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರೂ ಈ ರೀತಿಯ ಅಪಘಾತಗಳಾದಾಗ ಪೊಲೀಸರನ್ನೇ ನೇರ ಹೊಣೆ ಮಾಡುವುದು ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿ ಬಿಟ್ಟಿದೆ.

ಈ ಫ್ಲೀಲಿಂಗ್, ಲೇಟ್ ನೈಟ್ ಜಾಲಿರೈಡ್‌ಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳಿಗಾಗಲೀ, ಪೋಷಕರಿಗಾಗಲೀ, ಗೊತ್ತಿರದ ವಿಚಾರವೇನಲ್ಲ. ಅಂಗೈ ಹುಣ್ಣಿಗೆ ಕನ್ನಡಿ ಬೇಕೆ? ಎಂಬಂತೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಗೊತ್ತಿದ್ದರೂ, ಅದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರೇ ವಿಫಲರಾಗುತ್ತಿದ್ದು ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಪೊಲೀಸರನ್ನು ದೂರುವುದು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಸರಿ?

ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೆತ್ತರೆ ಸಾಲದು ಅವರಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ರೀತಿಯ ಸಂಸ್ಕಾರ, ಶಿಕ್ಷಣ ಕೊಡುವುದು ಅವರ ಒಳಿತು ಕೆಡುಕುಗಳಲ್ಲಿ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳ ಪಾತ್ರ ಗಮನಾರ್ಹವಾದುದು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಸಮಾಜದ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯವೂ ಅಡಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ.

ನಾವು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುವ ಬದಲಾವಣೆ ನಮ್ಮಿಂದಲೇ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಬೇಕು. ಪೋಷಕರು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಸದ್ಯಥೆ, ಸಶಕ್ತ ಯುವಜನರ ನಿರ್ಮಾಣ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಮಾಜದ ಭಾಗವಾಗಿರುವ ಎಲ್ಲರ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ. ಯುವಜನರು ತಮ್ಮ ದಾರಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದು ಅನಿಸಿದ ತಕ್ಷಣ ಸ್ಥಳೀಯ ಪೊಲೀಸರಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಅವಘಡಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ಎಲ್ಲರೂ “ನಮಗ್ಯಾಕೆ ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಗೊಡವೆ?” ಎಂದು ತುಟಿ ಮುಚ್ಚಿ ಕುಳಿತರೆ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದ ನುಣುಚಿಕೊಂಡಂತೆ. ರಸ್ತೆ ಸುರಕ್ಷತೆ ಘೋಷವಾಕ್ಯಗಳನ್ನು ಕೇವಲ ಬಾಯಿಂದ ಉದ್ಘೋಷಿಸಿದರೆ ಸಾಲದು. ಅದು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ದೈಯವಾಗಬೇಕು. ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಅವರವರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಸಮರ್ಥವಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕು. ■

1				2		3		4
				5	6			
			7					
		8		9				
10						11		
			12		13			
								14
			15	16				
17				18				

ವಿದ್ಯಾ ವಿ. ಹಾಲಭಾವಿ

ಎಡದಿಂದ ಬಲಕ್ಕೆ

1. ಅಯಸ್ಕಾಂತವನ್ನು ಹೀಗೂ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ (5)
3. ಮಣ್ಣಿನ ಪಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವವನು (3)
5. ಮುದುಕರ ಹತ್ತಿರವಿರುವ ಆಭರಣವಿಲ್ಲಿ ತಿರುವು ಮುರುವಾಗಿದೆ! (2)
8. ಭಾರತದ ಖ್ಯಾತ ಗಣಿತಜ್ಞ (4)
10. ಕರುವಿನ ಪಚನಾಂಗ (3)
11. ಕೊನೆಗೆ ಬೆಲೆಯಿದ್ದರೆ ಕಣಿವೆ ಕಾಣುವುದೇ? (3)
12. ಅಂತಃಪುರ ಇಲ್ಲಿದೆ (4)
15. ಈತ ನರಕಾಧಿಪತಿ (2)
17. ಮರದ ಹತ್ತಿರ ನಡೆದ ಯುದ್ಧ (3)
18. ಬೆಲೆಯುಳ್ಳ ಮಣಿಗಳನ್ನು ಕುಂದಣಿಸಿದುದು (5)

ಮೇಲಿಂದ ಕೆಳಕ್ಕೆ

1. ಪುನೀತ್ ರಾಜ್‌ಕುಮಾರ್ ಅವರ ಮೊದಲ ಹೆಸರು (3)
2. ಕರ್ತಾರನ ಕೈ! (2)
4. ನೆತ್ತರು ಪ್ರವಹಿಸುವಿಕೆ (5)
6. ಕಿರೀಟ ಇಲ್ಲಿದೆ (3)
7. ಮಾಡಬೇಕಾದುದು ಅಥವಾ ಕರ್ತವ್ಯ (2)
8. ಆಕಳು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡಿರುವ ಸೇವಕ (2)
9. ಕರಂಡಕ ಎಂಬ ಅರ್ಥವೂ ಬರುವ ನಕ್ಷತ್ರ (3)
10. ಬಾಡ ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದ ಭಕ್ತಿ ಪಂಥದ ಮುಖ್ಯ ಹರಿದಾಸರು(5)
11. ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಸೋದರಮಾವ (2)
12. ಕರ್ಣನ ಇನ್ನೊಂದು ಹೆಸರು(3)
13. ಕಿಷ್ಕಿಂಧೆಯ ರಾಜನಾಗಿದ್ದ ಈತ ಸುಗ್ರೀವನ ಅಣ್ಣ (2)
14. ಅಗಲವಾದ ಹರಿವಾಣ(4)
16. ಮಧುರ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ನೀಡುವ ವೃಕ್ಷ (2)

11. ಕಂಠ	12. ಅಂಭೋದಯ	13. ಅಂಭೋದಯ	14. ಪರೀಕ್ಷೆ	15. ಯುದ್ಧ	16. ಮರ
7. ಕಾರ್ಪುಸ	8. ಅಳು	9. ಬದಲಿ	10. ಕನಕಲಾಸ	10. ಕರುಳು	11. ಕುಂಬಾರ
1. ಬೋಲೋ	2. ಕಿರೀಟ	4. ದಕ್ಷಿಣಾಚಾರ	6. ಮುಕುಟ	1. ಲೋಹಪುಟಾಕ	3. ಕುಂಬಾರ
11. ಕಂಠ	12. ಅಂಭೋದಯ	13. ಅಂಭೋದಯ	14. ಪರೀಕ್ಷೆ	15. ಯುದ್ಧ	16. ಮರ

ವಿಷಯ
ಪರಿಷ್ಕರಣೆ

-: ಸೂಚನೆ :-

ಲೇಖನಗಳನ್ನು ಬರೆಯುವ ಆಸಕ್ತರು ವಾರ್ತಾ ಜನಪದಕ್ಕೆ ಲೇಖನಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಬಹುದು. ಸರ್ಕಾರದ ಯೋಜನೆಗಳು, ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗಳು, ಪ್ರಗತಿಪರ ರೈತರ ಯಶೋಗಾಥೆ, ಜನಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸುವ ವಿಚಾರಗಳು, ಕರ್ನಾಟಕದ ಪ್ರೇಕ್ಷಣೀಯ ಸ್ಥಳಗಳು, ಕರ್ನಾಟಕದ ಇತಿಹಾಸ ಸಾರುವ ಗತ ವೈಭವಗಳು, ವಿವಿಧ ವಲಯದಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿರುವ ರಾಜ್ಯದ ಸಾಧಕರ ಪರಿಚಯ ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಲಾಗುವುದು.

ನುಡಿ ತಂತ್ರಾಂಶದಲ್ಲಿ ಟೈಪ್ ಮಾಡಿದ ಕನಿಷ್ಠ 500 ಪದಗಳಿಂದ 750 ಪದಗಳಿಗೆ ಮೀರದಂತೆ ಲೇಖನವನ್ನು ಪೂರಕವಾದ ಛಾಯಾಚಿತ್ರದೊಂದಿಗೆ ನಮ್ಮ ಇ-ಮೇಲ್ ವಿಳಾಸ janapada2008@gmail.comಗೆ ಕಳುಹಿಸಬಹುದು. ಲೇಖನಗಳ ಆಯ್ಕೆ ತೀರ್ಮಾನ ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಸಂಪಾದಕ ಮಂಡಳಿಯದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಲೇಖನದ ಜೊತೆಗೆ ತಮ್ಮ ಹೆಸರು ವಿಳಾಸ ಮತ್ತು ದೂರವಾಣಿಯನ್ನು ನಮೂದಿಸತಕ್ಕದ್ದು.



ಕನ್ನಡ ರಾಜ್ಯೋತ್ಸವ ನಿಮಿತ್ತ ವಿದ್ಯುತ್ ದೀಪಾಲಂಕಾರದಲ್ಲಿ ವಿಧಾನಸೌಧ
ಕಂಗೊಳಿಸಿದ ಮನಮೋಹಕ ಧೃಶ್ಯ

Regd No.KA/BGGPO/2583/2021-23 Licensed to post without prepayment Licence No. PMG/BG/ WPP-365/2021-23
Published on 27th, Dt. 29th & 30th Posted at (Every month), Bangalore PSO, Mysore Road, Bangalore - 26

