

# UASB Library



## Monthly Magazine Clipping Service

 [www.uasbagrilibindia.org](http://www.uasbagrilibindia.org)

 080 23636234

 [librarianuasb@gmail.com](mailto:librarianuasb@gmail.com)



5/12/2024



# ಸುಧಾ

12 ಫೆಬ್ರವರಿ 2026 ಬೆಲೆ: ₹ 25



ಹಗ್ಗುರುತು

ಮೈಸೂರಿನ ದೇವರಾಜ  
ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯ ಮಂಗಳಯ್ಯ  
ನಂಜನಗೂಡು ರಸಬಾಳೆಯ ವ್ಯಾಪಾರ

## ಬೆಣ್ಣೆಯ ಸ್ವಾದದ ನಂಜನಗೂಡು ರಸಬಾಳೆ

ಬಾಯಿಗಿಡುತ್ತಿದ್ದಂತೆ  
ಬೆಣ್ಣೆಯಂತೆ ಕರಗುತ್ತಾ ಸಿಹಿ  
ಆವರಿಸಿ ಉದರಕ್ಕಿಳಿಯುವ  
ನಂಜನಗೂಡು ರಸಬಾಳೆಗೆ  
ವಿಕೇಷ ತಳಿಯ ಸ್ಥಾನವಿದೆ.  
2005ರಲ್ಲಿ ಈ ತಳಿಗೆ  
ಭೌಗೋಳಿಕ ಸೂಚ್ಯಂಕದ  
ಮಾನ್ಯತೆಯೂ ದೊರಕಿದೆ.



■ ಶಿವಪ್ರಸಾದ್ ರೈ

### ಸ್ವಾದಿಷ್ಟ ಹಣ್ಣಿನ ರುಚಿಗೆ ಮರುಳಾಗುವ ಜನ

‘ಮೂರ್ತಿ ಚೌದಾದರೂ ಈರ್ತಿ ದೊಡ್ಡದು ಕಣ್ಣಿನ...’  
ಬಾಳೆಹಣ್ಣು ಸವಿಯುತ್ತಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು  
ಉದ್ಗಾರ ತೆಗೆದರು. ಈ ಹೊಗಳಿಕೆ ಅತೀಯೋಕ್ತಿಯೆನಿಸಿ  
ಆಗಿರಲಿಲ್ಲ. ‘ನಂಜನಗೂಡು ರಸಬಾಳೆ’ ಸವಿದವರ ಬಾಯಲ್ಲಿ  
ಇಂತಹ ಬಣ್ಣನೆ  
ಸಾಮಾನ್ಯ.

ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಬೆಳೆದ ರಸಬಾಳೆ ಸ್ವಲ್ಪ  
ನಂಜನಗೂಡು ಭಾಗದ ಕವು ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದ ರಸಬಾಳೆಯ ಸಿಹಿ  
ಅನುಭವಿಸಿದವರೇ ಬಲ್ಲರು.

ಐದಾರು ಸೆಂ.ಮೀ. ಉದ್ದ, ತೆರವಾದ ಸ್ವಲ್ಪ, ದುಂಡನೆಯ ರೂಪ,

ತುದಿಯಲ್ಲಿನ ಕವು ಚುಕ್ಕೆ ಇದು ನಂಜನಗೂಡು ರಸಬಾಳೆಯ  
ಲಕ್ಷಣ. ಈ ಹಣ್ಣು ಅನನ್ಯ ರುಚಿ ಮತ್ತು ಸುವಾಸನೆಗೆ ಪ್ರಸಿದ್ಧಿಯಾಗಿದೆ.  
ಶಿನ್ಸಲು ಬಾಯಿಗಿಡುವಾಗ ಬಾಯಿಯ ತುಂಬಾ ತುಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ಈ  
ಹಣ್ಣು ಅರೆಕಣದಲ್ಲಿ ಮುದ್ದೆಯಂತಾಗಿ ರಸ ಬೀರುತ್ತದೆ.

ಮೈಸೂರಿನ ರಸಬಾಳೆಯು ನಾಲಿಗೆ ಸ್ಪರ್ಶಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಹೊಸ  
ರುಚಿಯೊಂದರ ಪರಿಚಯವಾಗುತ್ತದೆ. ತಿಂದಷ್ಟೂ ಮತ್ತೆ ಬೇಕೆಂಬ  
ಭಾವ ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಅನೇಕ ಆಸ್ತಿಕರಾದವರು ವಿಚಾರಗಳಿಂದ ಈ  
ತಳಿಯು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಕುತೂಹಲಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ವಿವಿಧ ಗಾತ್ರ,  
ಬಣ್ಣ, ರುಚಿಯಿಂದ ಕಾಣಿಸುವ ಬಾಳೆಹಣ್ಣಿನ ತಳಿಗಳ ನಡುವೆ

ಭೌಗೋಳಿಕತೆಯ ಕಾರಣದಿಂದ ರಾಜ್ಯದಾದ್ಯಂತ ವಿಶ್ವ ಪ್ರಸಿದ್ಧಿಯಾಗಿದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇತರ ತಳಿಯ ಬಾಳೆಹಣ್ಣು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ರಾಜ್ಯದಾದ್ಯಂತ ಬೆಳ್ಳಿಯ ಮುದ್ದೆಯ ರುಚಿ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಹೆಸರಿನಿಂದಲೇ ಬಾಯಲ್ಲಿ ನೀರೂರಿರುವ ಈ ಹಣ್ಣನ್ನು ಸಿಪ್ಪೆ ಸಮೇತ ತಿನ್ನುವವರೂ ಇದ್ದಾರೆ. ಬಾಳೆಹಣ್ಣು ಬೆನ್ನಾಗಿ ಹಣ್ಣಾಗಿದ್ದಾಗ ಸಿಪ್ಪೆ ದೊಡ್ಡೆಯಾಗಿ ಅಥವಾ ಪದಾರ್ಥದಂತೆ ಮಾಡಿ ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ. ದೀಪ್ತಿಯ ಗುಣವೂ ಇರುವುದರಿಂದ ಬೇಡಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಎನ್ನುವುದು ತಡ್ಡರ ಅಭಿಮತ.

ನಂಜನಗೂಡು ಸಮೀಪದ ದೇವರಾಸ ಹಳ್ಳಿಯ ರೈತರು ಕೆಲಕಾಲ ನಡಿಯ ತಟದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಕಣ್ಣು. ಲವಣಯುಕ್ತ ಮೆಕ್ಕಲು ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಬಾಳೆ ಕೃಷಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡ ಈ ತಳಿಯು 'ನಂಜನಗೂಡು ರಾಜಾಳೆ' ಎಂದೇ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿದೆ. ಸಾವಯವ ಪದ್ಧತಿಯ ಕಾರಣದಿಂದ ಅವು ವಿಶೇಷ ರುಚಿ ಮತ್ತು ಸುಗಂಧ ಹೊಂದಿದ್ದು, ಹಣ್ಣುಪ್ರಿಯರಿಗೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ಹತ್ತಿರವಾಗಿದೆ. ಚಾಮರಾಜನಗರ ಹಾಗೂ ಮೈಸೂರು ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿ ಈ ತಳಿಯ ಬೆಳೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ.

ಹೀಗೊಂದು ಕಥೆ: ಮೈಸೂರು ಸಂಸ್ಥಾನವನ್ನು ಒಡೆಯರ್ ರಾಜವಂಶಸ್ಥರು ಆಳ್ವಿಕೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮೈಸೂರಿನಲ್ಲಿ ಬೃಹತ್ ಕೃಷಿ ಮೇಳ ನಡೆಯುತ್ತಿತ್ತು. ಅಲ್ಲಿಗೆ ನೂರಾರು ಬಗೆಯ ಕೃಷಿ ತಳಿಗಳು ಬಂದಿದ್ದವು. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಈ ರೋಡಿನ ಕೂಚಂಪ್ಪೆಯಿಂದ ಬಾಳೆಹಣ್ಣಿನ ತಳಿಯೊಂದು ಗಮನಸೆಳೆದಿತ್ತು. ಮಹಾರಾಜರು ಆ ಹಣ್ಣು ತಿಂದು ಅದರ ರುಚಿಗೆ ತಲೆಬಾಗಿದ್ದರು.

ಆ ಹಣ್ಣಿನ ತಳಿಯನ್ನು ನಂಜನಗೂಡಿನ ದೇವರಾಸ ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲ ಖುಟುಂಬಗಳು ಬೆಳೆಯಲು ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಇದಕ್ಕೆ ಮಹಾರಾಜರು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ನೀಡಿದರು. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅರಮನೆಗೆ ಹಣ್ಣನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿಕೊಡಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಇದರಿಂದ ಸಹಜವಾಗಿ ಹಣ್ಣಿಗೆ ರಾಜ ಮರ್ಯಾದೆಯೂ ಬಂದಿತ್ತು. ನಂತರ ಶುಭ ಸಮಾರಂಭಗಳಿಗೆ ಬಳಸುವ ಪದ್ಧತಿ ಆರಂಭವಾಯಿತು ಎಂದು ನಂಜನಗೂಡಿನ ಹಿರಿಯಜ್ಜ ಮೆಲುದನಿಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದರು. ಆದರೆ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವುದೇ ದಾಖಲೆಗಳು ಇಲ್ಲ.

**ಈ ರುಚಿಯ ಹಣ್ಣು ಬೇರೆಲ್ಲೂ ಸಿಗದು... ಯಾಕೆಂದು ಬಲ್ಲಿದಾರಾ...?**

ನಂಜನಗೂಡಿನ ಈ ವಿಶೇಷ ರಾಜಾಳೆಯು 2005ರಲ್ಲಿ ಭೌಗೋಳಿಕ ಸೂಚಕ ಟ್ಯಾಗ್ (ಜಿಪಿ ಟ್ಯಾಗ್) ಪಡೆಯಿತು. ಅಲ್ಲಿಂದೀಚೆಗೆ ಈ ಹಣ್ಣಿನ ಖುಟು ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ನಡೆದಿವೆ. ಬೇರೆಬೇರೆ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಈ ತಳಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಯಲಾಗಿದೆ. ಗಾತ್ರ, ತೂಕ ಒಂದೇ ರೀತಿ ಬಂದರೂ ನಂಜನಗೂಡಿನಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಹಣ್ಣಿನ ರುಚಿ



ಇನ್ನೆಲ್ಲೆಡೆ ಬೆಳೆದ ಹಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ಕೃಷಿ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳೇ ಪರಿಸರದ ವಿಸ್ಮಯಕ್ಕೆಗೆ ಮಾರುಹೋಗುವಂತೆ ಮಾಡಿದ ಕೀರ್ತಿ ರಾಜಾಳೆಗಿದೆ. ನಂಜನಗೂಡಿನ ಬಾಳೆ ತಳಿಯ ರುಚಿಯನ್ನು ಇತರರದಿಗೂ ತಲುಪಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಕನಸು ಹೊತ್ತು ಶೋಷಣಾರೀತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಂಶೋಧನಾಲಯಗಳು ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದೆ. ಹಣ್ಣಿನಿಂದ ಉಪ ಉತ್ಪನ್ನ ತಯಾರಿಸುವ ಖುಟು ಕೇಂದ್ರೀಯ ಆಹಾರ ತಾಂತ್ರಿಕ ಸಂಶೋಧನಾಲಯ (ಸಿಎಫ್‌ಟಿಆರ್‌ಐ) ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸುತ್ತಿರುವುದು. ಹೊಸ ಆಶಾಭಾವನೆ ಮೂಡಿಸಿದೆ.

ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಹಬ್ಬ ಮತ್ತು ಧಾರ್ಮಿಕ ಸಮಾರಂಭಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಹಣ್ಣನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅನ್ನ ಪ್ರದರ್ಶನಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಲು ಆಗದ ಕಾರಣ, ಇದರ ಲಭ್ಯತೆಯು ಕಡಿಮೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೇಡಿಕೆಯಿದೆ. ಇತರ ಬಾಳೆಹಣ್ಣಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ದರಕ್ಕೆ ಮಾರಾಟವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಹಣ್ಣೊಂದನ್ನು ಸಮಯಲು ₹10 ವ್ಯಯಿಸಬೇಕಿದೆ. ಹಣ್ಣು ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ ನೇತುಹಾಕಿದ ಕೂಡಲೇ ಗ್ರಾಹಕರ ಕಣ್ಣು ಅತ್ತ ಹೊರಳಿ. ಕೃಷಿಾರ್ಥದಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಪಾರವಾಗಬಿಡುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಇದರ ಸ್ವಾದ ಅನುಭವಿಸಲು ಹತ್ತಾರು ಹಣ್ಣಿನ ಅಂಗಡಿಗೆ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣೆ ಹಾಕುವುದು ಕಡ್ಡಾಯ.

'ರಾಸಾಯನಿಕ ಗೊಬ್ಬರಗಳ ಅತಿಯಾದ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಅದರ ರುಚಿ, ಆಹಾರ ಮತ್ತು

ಸುವಾಸನೆ ಬದಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಹಣ ನೀಡಿದರೂ, ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆದ ಹಣ್ಣು ಸಿಗುವುದು ಕಷ್ಟ' ಎಂಬುದು ಹಣ್ಣಿನ ವ್ಯಾಪಾರಿಗಳ ಮಾತು.

ಸಾಹಿತ್ಯಕ್ಕೂ ಹತ್ತಿರ: ನಂಜನಗೂಡು ರಾಜಾಳೆಯು ಸಾಹಿತ್ಯ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೂ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡಿದೆ. ತನ್ನ ವಿಶಿಷ್ಟ ಗುಣ ಬಲ್ಲ ಕವಿಗಳ ಪದವ್ಯಂಜಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರಿಕೊಂಡಿದೆ. ಅನೇಕ ಜನಪದ ಪದ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ರಾಜಾಳೆಯ ವರ್ಣನೆಯಿದೆ. ಕವಿ ಕಯ್ಯಾರ ಕಣ್ಣಣ್ಣ ರೈ ಅವರು ರಚಿಸಿದ 'ಹಣ್ಣು ಮಾರುವವನ ಹಾಡು' ಎಂಬ ಪದ್ಯದಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡ ನಾಡಿನ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ವರ್ಣಿಸುವಾಗ 'ನಂಜನಗೂಡಿನ ರಾಜಾಳೆ ತಂದಿಹೆ ಕೊಡಗಿನ ಕಿತ್ತಲೆ, ಬಿದರ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಸೀಬೆಯ ಹಣ್ಣು, ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಸೇಬಿನ ಹಣ್ಣು... ಕೊಳ್ಳಿರಿ ಹಿಗ್ಗನು ಹರಿಸುವವು, ಕಲ್ಲುಸಕ್ಕರೆಯ ಮರೆಯುವವು' ಎಂಬ ವಾಕ್ಯ ಜನಜನಿತವಾಗಿದೆ.

ನಂಜನಗೂಡು ರಾಜಾಳೆಯ ಸುವಿಧ್ಯಾ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲೂ ಪಾಲುಿದೆ. ಕೃಷಿ ಮೇಳ, ಪ್ರದರ್ಶನಗಳಲ್ಲಿ ಇಂದಿಗೂ ಗೌರವದ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ನಿಂತು ಜನರನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುವ ಈ ಹಣ್ಣು ಸಮಗ್ರವೇ ಅಲ್ಲದೆ ಸಮಗಾನಕ್ಕೂ ಆಹಾರ ಎಂಬುದು ವಿಶೇಷ. ಹೀಗೊಂದು ಕಥೆಗೆ ಸವಾಲು: ರುಚಿಯಿಂದ ವಿಶ್ವಪ್ರಸಿದ್ಧಿಯಾಗಿರುವ ರಾಜಾಳೆಯು, ರೋಗದಿಂದ ಹೊರಹಾಕಿಲ್ಲ. ಬಾಳೆಗೆ ತಗಲುವ ಪನಾಮ ರೋಗ (ಪ್ರಾಸಂಯೂ ಅಕ್ವಿಸ್ಕೋರಮ್) ಬೆಳೆಗಾರರ ನಿಧನಗೊಂಡಿದೆ. 1930ರಲ್ಲಿ ನೂರಾರು ಎಕರೆಯಷ್ಟು ಬೆಳೆಯನ್ನು ಈಗ ಬೆಳೆಗಣಿಕೆಯ ರೈತರವೇ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಮಣ್ಣಿನ ಮೂಲಕ ಹರಡುವ ಶಿಲೀಂಧ್ರದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ ರೈತ ಕಂಗೆಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಇದರಿಂದ ಬಾಳೆ ಎಲೆಗಳು ಹಳದಿ ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗುವುದು, ಸುಳಿ ಒಳಗುವುದು ಮತ್ತು ಕಾಂಡ ಬಿರುಕು ಬಿಟ್ಟು ಇಳುವರಿ ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ರೈತರು ಬಾವಿ ಹಾಗೂ ಕುಂಟೆಯ ನೀರನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಕೆಬಿ ಅಣೆಕಟ್ಟು ನಿರ್ಮಾಣವಾದ ಬಳಿಕ ಅಲ್ಲಿಂದ ಕೆನಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಬಂದ ನೀರನ್ನು ಬಳಸಿ ಕೃಷಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದರಿಂದ ಪನಾಮ ರೋಗ ಹರಡಿದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ತಜ್ಞರು. ಬೆಳೆ ರಕ್ಷಿಸಲು ಅನೇಕ ಪ್ರಯೋಗಗಳೂ ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ.

ಸವಾಲುಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಕೆಲವು ರೈತರು ಈಗಲೂ ಹಣ್ಣಿನ ಸ್ವಾದವನ್ನು ಜನರಿಗೆ ತಲುಪಿಸಲು ಹಗಲಿರುಳು ಶ್ರಮಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಬೇಡಿಕೆ ಹಾಗೂ ಬೆಲೆಗೆ ಕೊರತೆ ಇಲ್ಲವಾದರೂ ರೋಗದಿಂದ ಹಣ್ಣನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವ ಸವಾಲು ರೈತರಿಗಿದೆ. ಬೇರೆಲ್ಲೂ ಕಾಣಲು ಸಿಗದ, ಸವಿಯಲು ರುಚಿಸದ ವಿಶಿಷ್ಟ ಹಣ್ಣು ಮೈಸೂರು ಭಾಗದಲ್ಲಿದೆ. ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ಕೊಡಲು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ನಗರಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದಾಗ ಈ ಅದ್ಭುತ ಹಣ್ಣಿನ ರುಚಿ ಸವಿಯಲು ಮರೆಯದಿರಿ...



ಫೆ. 05ರ ಸಂಚಿಕೆಯ 'ಬೆಳ್ಳುಡಿ' 'ಸಮೂಲ ಅಂತ್ಯ ಮುಟ್ಟು ಆಲ್ಲ!' ಕೇಳಿ... ಈ ರಥ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಅಂತರ ಧನಿಯಲ್ಲಿ...

ಮಾಡೆಕ್ವಾಟ್ ಕೇಳಲು ಕ್ಯೂಆರ್ ಕೋಡ್ ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಮಾಡಿ.





# ಚೀನೀಯರ ಹೊಸ ವರ್ಷ ಗೊರಗ್ ರಿಝ ಫಾ ಚೈ

ಚೀನೀಯರ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಹೊಸವರ್ಷಾಚರಣೆ ಕಳೆಗಟ್ಟಿದೆ. ಶುಭವನ್ನು ಆರಿಸಿ ಹಾರೈಸುವ ಈ ಸಂಭ್ರಮ ಹಲವು ದಿನಗಳ ಉತ್ಸವದಂತೆ ಕಂಗೊಳಿಸುವುದು ಸ್ವಪ್ನ ಲೋಕವೇ ಧರಗಿಳಿದು ಬಂದಂತೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ.

## ■ ಸೀಮಾ ಕುಲಕರ್ಣಿ



**ಚೀನೀ** ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ 'ಗೊರಗ್ ರಿಝ ಫಾ ಚೈ' ಎಂದರೆ ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಶುಭಾಶಯ. ಹೊಸ ವರ್ಷವು ಸುಖಿ ಸಮೃದ್ಧಿಗಳನ್ನು ತರಲಿ ಎನ್ನುವ ಆಕಾಂಕ್ಷೆ. ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹಿಂದೂಗಳಿಗೆ ಯುಗಾದಿ ಪಾಡ್ ಇದ್ದಂತೆ, ಸಿಝಿಂಗ್ ಚೈಸಾಖಿ ಇದ್ದಂತೆ, ಶ್ರೀಸ್ವರಿಗೆ ಜನವರಿ 1ರಂತೆ, ಚೀನೀಯರ ನವ ವರ್ಷದ ಮೊದಲ ದಿನವನ್ನು ಈ ವರ್ಷ ಚೀನ ದೇಶ, ಮಲೇಷ್ಯಾ, ಸಿಂಗಪುರ, ಹಾಂಗ್‌ಕಾಂಗ್ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ನೆಲೆಸಿರುವ ಚೀನೀ ಸಮುದಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಫೆಬ್ರವರಿ 17ರಂದು ಹೊಸ ದಿನವನ್ನು ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ಆಚರಿಸುವುದು ವಾಡಿಕೆ. ಆ ಮುಖ್ಯ ಒಂದು ದಿನಕ್ಕೆ ಮುಗಿಯುವಂತಹದ್ದಲ್ಲ. ಮುಂದಿನ ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಸಡಗರ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಈ ಹಬ್ಬವನ್ನು ವಸಂತೋತ್ಸವದ ಆಚರಣೆ ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಹಬ್ಬಗಳಿಗಿಂತ ಚೀನೀಯರಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ ದೊಡ್ಡ ಹಬ್ಬ. ಪ್ರಾಣಿ, ಪಕ್ಷಿಗಳ ಚಿಹ್ನೆಗಳು, ಹನ್ನೆರಡು ವರ್ಷಗಳ ಚಕ್ರವು ತಿರುಗಿದಂತೆ ಒಂದೊಂದು ಪ್ರಾಣಿ ಪ್ರಾಣಿ ಆಯಾ ವರ್ಷದ ಶುಭದ ಚಿಹ್ನೆಯಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ. 2026ರ ಶುಭ ಚಿಹ್ನೆ ಕುದುರೆ ಯಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ನಂಬಿಕೆ. ಪ್ರವಂಚ ದಾಡ್ಡಂತದ ಚೀನೀ ಸಮುದಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೊಸ ವರ್ಷವನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸುವ ತಯಾರಿ ಮೂರು ನಾರಗಳ ಮುಂಚೆಯೇ

ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಮನೆ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಡಿಬಿಡಿ ವರ್ಣಮಯ ವಾತಾವರಣ ತುಂಬಿ ತುಳುಕುತ್ತಿರುವಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಬ್ಬಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ಅಗತ್ಯ ವಸ್ತುಗಳ ಮಾರಾಟ ಭರಾಟೆಯಿಂದ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಮನೆ, ಅಂಗಡಿಗಳು, ಉಪಾಹಾರ ಗೃಹಗಳು, ಕಚೇರಿಗಳ ಬಾಗಿಲಿನ ಎರಡೂ ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ ಪುಟಾಣಿ ಕಿತ್ತಳೆಹಣ್ಣು ಸುಂದ ಗಿಡಗಳನ್ನು ಇಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಗಿಡಗಳು ಸಮೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದ ಸೂಚಕ ಎನ್ನಲಾಗುತ್ತದೆ. ಚೀನೀಯರ ಜನಸಂಖ್ಯೆ ಗಣನೀಯವಾಗಿರುವ ನಗರಗಳಲ್ಲಿ, ವಸತಿ ಸಂಕೀರ್ಣಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಪಾರ ಮಳಿಗೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಪ್ರತಿಮ ಕೌಶಲ ಹಾಗೂ ಕಲಾತ್ಮಕ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಸಿಂಹದ ನೃತ್ಯ ಮತ್ತು ಡ್ರಾಗನ್ ನೃತ್ಯಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ನೃತ್ಯ ಹೊಸ ವರ್ಷದುದ್ದಕ್ಕೂ ಅದ್ಭವ ಮತ್ತು ಸಮೃದ್ಧಿ ತರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಚೀನೀಯರಲ್ಲಿ ತಲತಲಾಂತರಗಳಿಂದ ಬಂದ ನಂಬಿಕೆ. ಈ ನೃತ್ಯಕ್ಕೆ ಹಿಮ್ಮೇಳದಂತೆ ಬಾರಿಸುವ ವಿಶೇಷ ತಾಳಮದ್ದಳೆ, ಮತ್ತು ಕಂಪಾಳಿಗಳಿಂದ ಒಡಗೂಡಿದ ವಿಶಿಷ್ಟ ಸಂಗೀತ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದು ಕೆಟ್ಟ ಶಬ್ದ, ದೆವ್ವ ಭೂತಗಳ ಕಾಟ ಮತ್ತು ಸಂಭಾವ್ಯ ದುರದೃಷ್ಟಿಗಳನ್ನು ಹೊರೆ ದೋಡಿ ಸುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವ ಪ್ರತೀತಿಯಿದೆ. ಸಿಂಗಪುರ, ಮಲೇಷ್ಯಾದ ನಗರಗಳಲ್ಲಿನ 'ಚೈನಾ ಟೌನ್' ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಸ್ವಾಗತಕ್ಕಾಗಿ ವರ್ಣರಂಜಿತ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಅಲಂಕಾರಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಚೀನಾದಲ್ಲೂ ಪ್ರತಿ ಹಳ್ಳಿ,



ನಗರವೂ ಹೊಸ ವರ್ಷವನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಲು ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣದ ಉಡುಗೆಯನ್ನು ತೊಟ್ಟು ಸಿಂಗಾರಗೊಂಡ ನವವಧುವಿನಂತೆ ತೋರುತ್ತವೆ.

ಒಂದಾನೊಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಕೃಷಿ ಪ್ರಧಾನವಾಗಿದ್ದ ಚೀನಾ ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಸ್ವಾಗತಕ್ಕಾಗಿ ತಮ್ಮ ಹೊಲಗದ್ದೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಕೃಷಿ ಉಪಕರಣಗಳಿಗೆ ಆರಾಧಿಸುತ್ತದೆ. ಉದ್ಯಮ ಪ್ರಧಾನವಾಗಿರುವ ನಗರಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಪಾರಿ ಮಳಿಗೆಗಳು, ಪ್ರವಾಸಿ ಆಕರ್ಷಕ ತಾಣಗಳ ಮುಖ್ಯ ಬೀದಿಗಳು ಸಿಂಗಾರಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣ ಚೀನೀಯರಿಗೆ ಶುಭ ಮತ್ತು ಸಮೃದ್ಧಿಯ ಸಂಕೇತ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣದ ಅನಾನಸು ಮತ್ತು ಕಿತ್ತಳೆ ಹಣ್ಣುಗಳ ಆಕಾರದ ಆಕಾಶ ಬುಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಚೀನೀ ಮನೆ- ಮಂದಿರಗಳಲ್ಲಿ ತೋರಣದಂತೆ ಕಟ್ಟುತ್ತಾರೆ. ನೋಡುವವರ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟ ಲೋಕವೇ ಧರಗಿಳಿದು ಬಂದಂತೆ ತೋರುತ್ತದೆ.

### ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಮುನ್ನಾ ದಿನ

ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಬಗ್ಗೆ ಚೀನೀ ದಂತಕಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಕುತೂಹಲಕಾರಿ ಉಲ್ಲೇಖವಿದೆ. ಸಾವಿರಾರು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಸಮುದ್ರವಾಸಿಯಾಗಿದ್ದ ನೀಆನ್ ಎಂಬ ಸಿಂಹದ ತಲೆ ಮತ್ತು ಎತ್ತಿನ ದೇಹವುಳ್ಳ ದೈತ್ಯಕಾರದ ಜೀವಿಯೊಂದು ಪ್ರತಿವರ್ಷ ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಮುನ್ನಾ ದಿನ ಸಮುದ್ರದಿಂದ ಹೊರ ಬಂದು ಜನ, ಜಾನುವಾರುಗಳನ್ನು ಕಬಳಿಸಿ, ಮನೆ ಮತ್ತು ಬೆಳೆಗಳನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡುತ್ತಿತ್ತಂತೆ. ಉಪದ್ರವಿ ನೀಆನ್ ಕಾಟಕ್ಕೆ ಬೇಸತ್ತು ಜನರು ಅದನ್ನು ದೂರವಿಡಲು ಉಪಾಯ ಹುಡುಕತೊಡಗಿದರು. ಹೀಗಿರುವಾಗ ಒಂದು ದಿನ ಅಕಸ್ಮಾತ್ತಾಗಿ ನೀಆನ್



ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣವನ್ನು ಕಂಡರೆ ಭೀತಿಪಡುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಕಿವಿಗಡಚಿಕ್ಕುವ ಸದ್ದುಗದ್ದಲಕ್ಕೆ ಹೆದರಿ ಓಡಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ರಹಸ್ಯ ಜನರಿಗೆ ತಿಳಿಯಿತು. ನೀಆನ್ ದೂರವಿಡಲು ಜನ ತಮ್ಮ ಮನೆಗಳ ಮುಂದೆ, ಬಾಗಿಲುಗಳ ಮೇಲೆ, ಕೆಂಪು ಕಾಗದದ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ಹಚ್ಚುವುದು ಹಾಗೂ ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣದ ಕಂದಿಲುಗಳನ್ನು ತೂಗುಬಿಡುವುದನ್ನು ರೂಢಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡರು. ಇಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಸದ್ದುಗದ್ದಲಕ್ಕೇಜುವ ನೀಆನ್ ಅಂಜಿ, ಓಡಿಸಲು ಪಟಾಕಿಗಳನ್ನೂ ಹಾರಿಸತೊಡಗಿದರು. ಈ ಎಲ್ಲ ಮುಂಜಾಗರೂಕತೆಗಳ ಫಲವಾಗಿ ನೀಆನ್ ಹಾವಳಿಯು ಕ್ರಮೇಣ ನಿಂತುಹೋಯಿತು. ಈ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ವರ್ಷಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಆಚರಿಸುವ ಸಾಂಪ್ರದಾಯ ಬೆಳೆದು ಬಂದು ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಹಬ್ಬವಾಗಿ ಆಚರಣೆಗೊಳ್ಳತೊಡಗಿತು.

ಚೀನೀಯರು ತಮ್ಮ ಮನೆಯ ಮುಂದಾಗಿಲಿಗೆ ದೇವರ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಅಂಟಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ದೇವದ್ವಯರು ದುಷ್ಕೃತ್ಯಗಳು ಮನೆಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸದಂತೆ ತಡೆಯುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದು ಸಂಬಿಕೆ. ದುಷ್ಕೃತ್ಯ ಮನೆಯೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸದಂತೆ ಇದು ತಡೆಯುತ್ತದೆ. ಕಿಟಕಿಗಳ ಮೇಲೆ ಪುರಾಣ, ದಂತಕಥೆ ಅಥವಾ ಚೀನೀ ಸಂಗೀತ ನಾಟಕದ ದೃಶ್ಯಗಳಿರುವ ಕಾಗದದ ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣದ ಕಚ್ಚೆಗಳನ್ನು ಹಚ್ಚುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯರು ಕೆಂಪು ಲತೋಟಿಗಳಲ್ಲಿ ಹಣವನ್ನಿಟ್ಟು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಮೊಮ್ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಉಡುಗೊರೆ ನೀಡಿ, ಆರೋಗ್ಯ, ಸಮೃದ್ಧಿ, ಯಶಸ್ಸು ಹಾಗೂ ಅದೃಷ್ಟಿಗಳು ದೊರೆಯಲಿ ಎಂದು ಹರಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಸಂಭ್ರಮಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ಭೋಜನವನ್ನು ಹಂಚಿ ಸವಿಯುವುದು ಮೆರುಗನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಮೀನು,

ವಿವಿಧ ತರಕಾರಿ, ಸೋಪ್ಪು, ಮಾಂಸ ಅಡುಗೆ ಹಬ್ಬದ ಹಿಂದಿನ ರಾತ್ರಿಯ ಭೋಜನಕೂಟದಲ್ಲಿ ಇರಲೇಬೇಕಾದ ಭಕ್ಷ್ಯಗಳು.

ಸಂಜೆ ಸುಮಾರು ಎಂಟು ಗಂಟೆಯ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಹೊಸ ವರ್ಷವನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಲು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಸಂಗೀತ ಚಟುವಟಿಕೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ನರ್ತಕ, ನರ್ತಕಿಯರು ಪಾಲ್ಗೊಂಡು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ಸೊಗಸು ತುಂಬುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಮೊಳಗುವ ಘಂಟೆ ನಾದ ದುರದೃಷ್ಟವನ್ನೆಲ್ಲ ಓಡಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಯೋಗವನ್ನು ತರುತ್ತದೆನ್ನುವ ಪ್ರತೀತಿಯೂ ಇದೆ.

### ಶುಭ ಕೋರಲು ಜೋಡಿ ಕಿತ್ತಳೆ

ಹೊಸ ವರ್ಷದ ದಿನದಂದು ಮಾಡುವ ಒಳ್ಳೆಯ ಶುಭ ಸೂಚಕ ಕೆಲಸಗಳು ವರ್ಷವಿಡೀ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವುದು ಚೀನೀಯರ ದೃಢ ವಿಶ್ವಾಸ. ಅಂತೆಯೇ ಈ ದಿನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ, ಬಂಧು ಬಳಗದ ಭೆಟ್ಟಿ, ಸಿಂಹದ ಹಾಗೂ ಡ್ರಾಗನ್ ನೃತ್ಯಗಳ ವೀಕ್ಷಣೆ, ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಇವೇ ಮುಂತಾದ ಹರ್ಷದಾಯಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಮೊದಲ ದಿನದಂದು ಚೀನೀಯರು ತಮ್ಮ ಪೂರ್ವಜರನ್ನು ಗೌರವಿಸಲು ಬಗೆ ಬಗೆಯ ಆಹಾರ, ತಿಂಡಿ, ತಿನಿಸುಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹಬ್ಬಕ್ಕಾಗಿ ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳು ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣದ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಉಡುಗೆ ತೊಡುತ್ತಾರೆ. ಆತ್ಮೀಯರು, ಬಂಧು ಬಳಗಕ್ಕೆ ಜೋಡಿ ಕಿತ್ತಳೆಹಣ್ಣು ವಿನಿಮಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಶುಭಾಶಯಗಳನ್ನು ಕೋರುತ್ತಾರೆ.





ಆಹಾರ ಅಡುಗೆ

ಕರಾವಳಿ, ಮಲೆನಾಡುಗಳಲ್ಲಿ ಗುಜ್ಜೆ (ಎಳೆ ಹಲಸಿನಕಾಯಿ)ಯಲ್ಲಿ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಆಡುಗೆ ಮಾಡಿ ಸವಿಯುತ್ತಾರೆ. ರುಚಿಕರವಾದ ಈ ತಿನಿಸುಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು.

■ ಆಶಾ ಚಂದ್ರ ಭಟ್



# ಗುಜ್ಜೆ ವಡೆ, ಪತ್ಯೋಡೆ



## ಗರಿ ಗರಿ ವಡೆ

### ಎನೇನು ಬೇಕು?

- ಎಳೆಯ ಹಲಸಿನಕಾಯಿ ಹೋಳುಗಳು ಎರಡು ಕಪ್
- ಓಟ್ಸ್ ಒಂದು ಕಪ್
- ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳಿ ಒಂದು ಕಪ್
- ಜೀರಿಗೆ ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಐದು, ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಒಂದು
- ತುರಿದ ಶುಂಠಿ ಸ್ವಲ್ಪ
- ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಇಂಗು ಸ್ವಲ್ಪ, ರುಚಿಗೆ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಉಪ್ಪು

### ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಎಳೆ ಹಲಸಿನ ಕಾಯಿಯನ್ನು ಮೆತ್ತಗೆ ಬೇಯಿಸಿ ಸ್ವಾಲ್ ಮಾಡಿ ಇದಕ್ಕೆ ಈರುಳಿ, ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ತುರಿದ ಶುಂಠಿ, ಜೀರಿಗೆ, ಇಂಗು, ಉಪ್ಪು ಹಾಗೂ ಓಟ್ಸ್ ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ ತಟ್ಟೆ ಕಾದ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಬಂಗಾರ ಬಣ್ಣ ಬರುವವರೆಗೂ ಕರಿಯಿರಿ.

## ಗುಜ್ಜೆ ಪತ್ಯೋಡೆ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ? ನೆನಸಿದ ಅಕ್ಕಿಯೊಂದಿಗೆ ಇದ್ದಿ ಹೇಳಿದ ಮಸಾಲೆ ಸಾಮಾನುಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ರುಚಿಗೆ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಉಪ್ಪನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಹಾಕಿ ತರಿ ತರಿಯಾಗಿ ರುದ್ದಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಗುಜ್ಜೆ ಹೋಳುಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆರಸಿ. ಈಗ ಬಾಳೆ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಬಾಡಿಸಿಕೊಂಡು ಇದರ ಮೇಲೆ ಒಂದೊಂದೇ ಸೌಟು ಹಿಟ್ಟು ಹಾಕಿ ಮಡಚಿ ಇಡ್ಲಿ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟು ಮುಕ್ಕಾಲು ಗಂಟೆ ಹಬೆಯಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಇದರ ಮೇಲೆ ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಸವಿಯಲು ಕೊಡಿ.



### ಎನೇನು ಬೇಕು?

- ನೆನಸಿದ ಬೆಳ್ಳೆಗೆ ಅಕ್ಕಿ ನಾಲ್ಕು ಕಪ್
  - ಗುಜ್ಜೆ ಹೋಳು ಐದು ಕಪ್
  - ಒಣಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ 10
  - ಕೊತ್ತಂಬರಿ ದೀಪ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ
  - ಜೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ
  - ಅರಿಶಿನ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
  - ಹುಣಸೆಹಣ್ಣು, ಸ್ವಲ್ಪ ಇಂಗು
  - ಬೆಲ್ಲ ಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ
  - ಕಾಯಿ ತುರಿ ಎರಡು ಕಪ್
- ಉಪ್ಪು, ಬಾಳೆ ಎಲೆ



## ಬೆಳಗಿನ ತಿಂಡಿಗೆ

### ತಾಲಿಪಟ್ಟು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಗೆ ಅಕ್ಕಿ ಹಿಟ್ಟು, ಎಲೆ ಹಲಸಿನಕಾಯಿ ಹೋಳು, ಉಪ್ಪು, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ, ಚಿಲ್ಲಿ ಫ್ಲೇಕ್ಸ್, ಕುಂಠಿ- ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ವೇಸ್ಟ್, ನೀರು ತಾಕಿ ಕಲಿಸಿ. ರೊಟ್ಟಿ ತಟ್ಟಲು ಬೇಕಾದ ಹದಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿ. ಈಗ ಒಂದು ದಾಳಿ ಎಲೆ ಮೇಲೆ ಹಿಟ್ಟಿನ ಉಂಡೆ ಇಟ್ಟು ಸಿಧಾನಕ್ಕೆ ರೊಟ್ಟಿ ತಟ್ಟಿ ಕಾದ ತವಾ ಮೇಲೆ ಹಾಕಿ ಎರಡೂ ಕಡೆ ಬೇಯಿಸಿ. ಮೇಲಿಂದ ಬೆಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಬಿಸಿ ತಿನ್ನಲು ಕೊಡಿ.

ಎನೇನು ಬೇಕು?

- ಅಕ್ಕಿ ಹಿಟ್ಟು ಎರಡು ಕಪ್
- ಬೇಯಿಸಿದ ಎಲೆ ಹಲಸಿನಕಾಯಿ ತುಂಡು ಒಂದು ಕಪ್
- ಈರುಳ್ಳಿ ಒಂದು
- ಚಿಲ್ಲಿ ಫ್ಲೇಕ್ಸ್ ಒಂದು ಚಮಚ
- ಕುಂಠಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ವೇಸ್ಟ್ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ



## ರುಚಿಕರ ಕಲ್ಲೆಟ್

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಹಲಸಿನಕಾಯಿ ಹೋಳು, ಅವಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ, ಗರಂ ಮಸಾಲ, ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ, ಓಂಕಾಳು, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಸಿಹಿಗಿಣಸು, ಉಪ್ಪು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಗೆ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ. ಒಂದು ತವಾ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಅದರ ಮೇಲೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಬೆಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ವಡಿಯ ಹಾಗೆ ತಟ್ಟಿ ಎರಡು ಕಡೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಬೇಯುವವರೆಗೂ ಬೇಯಿಸಿ. ರುಚಿಯಾದ ಗುಜ್ಜೆ ಉಪ್ಪು ಸವಿಯಲು ಸಿದ್ಧ.

ಎನೇನು ಬೇಕು?

- ಬೇಯಿಸಿದ ಎಲೆಯು ಹಲಸಿನಕಾಯಿ ಹೋಳು ಎರಡು ಕಪ್
- ಅವಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಒಂದು ಕಪ್
- ಗರಂ ಮಸಾಲ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಕುಂಠಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ವೇಸ್ಟ್ ಒಂದು ಚಮಚ
- ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಹೆಚ್ಚಿದ್ದು ಎರಡು ಚಮಚ
- ಸಿಹಿಗಿಣಸು ಬೇಯಿಸಿದ್ದು ಅರ್ಧ
- ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ
- ಓಂಕಾಳು ಎರಡು ಚಮಚ
- ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ

## ಗುಜ್ಜೆ ಉಪ್ಪರಿ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಕಾಯಿ ತುರಿಗೆ ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಪುಡಿ, ಅರಿಶಿನ, ಉಪ್ಪು, ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ, ಹೆಚ್ಚಿದ ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ. ಕೊನೆಗೆ ಬೇಯಿಸಿದ ಹಲಸಿನಕಾಯಿಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ಇದಕ್ಕೆ ಸೇರಿಸಿ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ. ರುಚಿಯಾದ ಗುಜ್ಜೆ ಉಪ್ಪರಿ ಉಂಟು ಸಿದ್ಧ.

ಎನೇನು ಬೇಕು?

- ಬೇಯಿಸಿದ ಗುಜ್ಜೆ ಹೋಳು ಎರಡು ಕಪ್
- ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ದೊಡ್ಡ ಈರುಳ್ಳಿ ಒಂದು
- ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಒಂದು
- ಕಾಯಿ ತುರಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್
- ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಅರಿಶಿನ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಉಪ್ಪು
- ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ: ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆ, ಸಾಸಿವೆ, ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಕರಿಬೆಣ್ಣೆ





**ಸಾಬರಿ**  
ಅದುಗೆ ವೈವಿಧ್ಯ

# ಸುಧಾ

26 ಫೆಬ್ರವರಿ 2026 ಬೆಲೆ: ₹ 25



## ಆಫಿಕನ್ ಟೋಗೋ ಟೋಮ್ಯಾಟೊ

■ ಎಲ್.ಸಿ. ಚನ್ನರಾಜು

ಒಂದು ಹೆಗ್ಗಡದೇವನಾಕೋಟೆಯ ಮಗ್ಗು ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ ಎದೆಬೆಡದ ಮಳೆ ಸಂರಿಯುತ್ತಿತ್ತು. ಮಳೆ ನಡುವೆಯೇ ಆಡಲ್ ತಲುಪಿದಾಗ ಪಲ್ಲದ ಬೇಲೆ ಮೇಲೆ ಟ್ಯಾ ಟಂಟುಕಾಯಿ ಅಳಿಸಿ ಯೆಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಹಣ್ಣು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಬಿತ್ತು. ಎತ್ತಿದ ಕಂದಿಲ್ಲದಾ ಎಂದು ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಯನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ, 'ಕೃಷಿ ಕಾಂಕ್ಷನವರ ಕೈತೊಗುದಿಂದ' ಎಂದರು.

ಒಂದೆರಡು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಬೇಲೆ ಮೇಲಿದ್ದ ಆ ಬೊಮ್ಮಾಟೊ ಮಾಗಿ ಹಣ್ಣಾಯಿತು. ಗಿಡವೊಂದರ ಪಲ್ಲ ಹಣ್ಣನ್ನು ಓಟಾಟಿ ಮಣ್ಣು ಮುಟ್ಟಿದೆ. ಬದಾಯ ದಿವಾಳದ ಬೀಜಗಳು ಮೊಳೆತು ಸುಗುಣಾದವು. ಸಣ್ಣ ಗುಳಿಗಳನ್ನು ತೋಡಿ ಆ ಸುಗುಣನ್ನು ನೆಚ್ಚಿ, ದಿನ ಕಳೆದಂತೆ ಬೊಮ್ಮಾಟೊ ಸುಗುಣ ಅಳಿಬಿಟ್ಟದ ಕೆಳಗ ಜೊತೆ ಬೆಳೆಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದವು. ಕೆಳಗನ್ನು ಸವರಲು ಬಂದವರು ಬೆಳೆದಿದ್ದ ಬೊಮ್ಮಾಟೊ ಸುಗುಣನ್ನೂ ಬುಡಮಟ್ಟ ಸವರಬಿಟ್ಟಿದ್ದರು. ಕೆಲವೇ ದಿವಾಳದಲ್ಲಿ ಉಳಿ ಬುಡಗಳಿಂದ ಬೆಳೆಗಳು ಮೂಡತೊಡಗಿದವು. ಈ ಸಾರಿ ಮುತುವರ್ಜಿಯಿಂದ ಪಾತಿ ಮಾಡಿ ಗಿಡಗಳ ಸುತ್ತಲೂ ಒಣ ಎಲೆಗಳಿಂದ ಹೊದಿಸಿ ಮಾಡಿ ಅಕ್ಕಿ ಮಾಡತೊಡಗಿದ.

ಎರಡು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಗೊಂಟಲು ಗೊಂಟಲು ಹೂಗಳು ಮೂಡಿ ಕಾಯಿ ಹಣ್ಣುಗಳು ಪ್ರಾರಂಭವಾದವು. ಬಳ್ಳಿಯಂತೆ ಬೆಳೆಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಗಿಡಗಳಿಗೆ ದಿದರು ತೋಲುಗಳನ್ನು ಅಧಾರ ತೊಟ್ಟು ಬರುವ ಬಳ್ಳಿಗಳನ್ನು ದಿದರು ತೋಲುಗಳಿಗೆ ಕಟ್ಟಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ. ಎರಡು ಮೂರು ಅಡಿಗಳಷ್ಟು ಎತ್ತರ ಬೆಳೆಯಬಹುದು ಎಂದು ಅಂದಾಜಿಸಿದ್ದು ಹಣ್ಣಾಗಿ ಸುಮಾರು 15 ಅಡಿಗಳಷ್ಟು ಎತ್ತರ ಬೆಳೆದು ಗೊಂಟಲು



ಗೊಂಟಲು ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಬಿಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದವು. ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ, ಸಂಜೆ ಬೊಗಡೆ ತುಂಬಾ ಹಣ್ಣುಗಳು ಸಿಗುತ್ತಿದ್ದವು.

ಈ ಬಿಟ್ಟು ಲುಲು ಬೊಮ್ಮಾಟೊ ಗಿಡದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತಿ ಹುದುಖುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಇದರ ತವರೂರು ಪಶ್ಚಿಮ ಅಫ್ರಿಕಾದ ಬೋಗೋ ದೇಶ ಎಂದು ತಿಳಿಯಿತು. ಆಫ್ರಿಕನ್ ಬೋಗೋ ಬೊಮ್ಮಾಟೊ ಎಂದೇ ಹೆಸರಾದ ಈ ನಾಟ ಬೊಮ್ಮಾಟೊ, ಇದಮಾಡುಗಂಡ ಅಫ್ರಿಕಾದ ಬೋಗೋ ದೇಶದಲ್ಲಿ ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಿಸಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಪರಂಪರೆಯ ಒಂದು ಬಿಟ್ಟು ಇತರ, ಅಕಾರ, ಬಣ್ಣಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಬೊಮ್ಮಾಟೊಗಿಂತ ಭಿನ್ನ. ಟ್ಯಾ ಟಂಟುಕಾಯಿಯಂತೆ ಹಿಗುಡ ಇವುಗಳ ಮೇಲೆ ಉದ್ದವಾದ ಮುರಿಕೆಗಳು ಇವೆ. ಹಣ್ಣುಗೂ ಮೂಗಿದಾಗ ಗಾಢ ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗುತ್ತದೆ. ಹಣ್ಣುಗಳು ಹಳು ಮತ್ತು ಓಟಿ ಎತ್ತಿತ ರುಟಿ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಹಳು ತೋಟ ಹೆಚ್ಚಿರುವುದರಿಂದ ಸಾಂಟಾರ್ ಮತ್ತು ಸೂಪರ್ ಅದ್ವುತ. ವಿ.ಟಿ.ಎಸ್ ಎ ಮತ್ತು ಸಿ ಸಮೃದ್ಧವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಸರಾರ್ ಆಗಿ ತೊಡ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು.

ಬಿಡಲೂರು ಅಫ್ರಿಕಾದಿಂದ ಬಂದಿರುವುದರಿಂದ ಕಡುಬೋಲನ್ನು ತಡೆದುಕೊಂಡು ಕಡಿಮೆ ನೀರಿನ ಅಕ್ಕಿಶೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾವಣೆಯ ಪರಿಣಿತಗಳಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಬೆಳೆಯುವ ಜೊತೆಗೆ ಮಧ್ಯರೇಣ, ಸೂರಗರೇಣ ಮತ್ತು ಕಾಮಿಕೋಶಗಳ ಕಾಟವಿಲ್ಲದೆ ಉತ್ತಮ ಇಳುವರಿ ಕೊಡುತ್ತವೆ. ಗಿಡವು ಮೈದುಂಬಿ ಕಾಯಿ, ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಬಿಡುವುದರಿಂದ ತೊಂದರೆ ದೆ ಮುರಿಯದಂತೆ ತೋಲುಗಳಿಗೆ ದಾರಗಳಿಂದ ಕಟ್ಟಬೇಕು. ಹಣ್ಣುಗಳ ಮೇಲ್ಭಾಗದ ಕವಚ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಸಾಗಾಟ ಮತ್ತು ಸಂರಕ್ಷಣೆಗೆ ಸೂಕ್ತ. ತಳಿ, ತಾರು ತೋಟ ಮತ್ತು ಹುಟ್ಟುಗಳಲ್ಲಿ ಹವ್ಯಾಸ ಗಿಡಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡರೆ ಪ್ರತಿದಿನ ಶಾಕಾ ಬೊಮ್ಮಾಟೊ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಇದು ದೀರ್ಘಕಾಲದವರೆಗೆ, ಅಂದರೆ ಸುಮಾರು ಒಂದು ವರ್ಷ ಕಾಲ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಬಿಡುವುದರಿಂದ ಬೆಳೆ ನಿರ್ವಹಣೆ ಒಪ್ಪುಮುಟ್ಟು, ಬಗ್ಗೆ ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವುದರಿಂದ ಗಿಡದಿಂದ ಗಿಡಕ್ಕೆ ವರಚೂವರ ಅಡಿ ಅಂತರ ತೊಟ್ಟು 25 ದಿವಾಳಗಳ ಪ್ರಾಯದ ಸುಗುಣನ್ನು ನೆಡಬೇಕು.

ಸು ನೆಡುವ ಗುಳಿಗಳಿಗೆ ತೊಟ್ಟಿಗೆ ಗೊಟ್ಟರದ ಜೊತೆ ಎರ ಗೊಟ್ಟರ, ತೆಗಿನ ನಾಂನ ಪೈಡಿ, 200 ಗ್ರಾಂ ಬೆವಿನ ಹುಡಿ ಅಥವಾ ಹೊಂಗೆ ಹುಡಿ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿದ ಸುಮಾರು ಎರಡು ಕೆ.ಜಿ ಗೊಟ್ಟರವನ್ನು ತುಂಡಿ, ಮಣ್ಣು ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಒಂದು ವಾರ ಮಾಗಲು ಬಿಟ್ಟು ನಂತರ ಆಫ್ರಿಕನ್ ಬೋಗೋ ಬೊಮ್ಮಾಟೊ ಸುಗುಣನ್ನು ನೆಡಬೇಕು. ಹಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಗುಣಮಟ್ಟದ ಬೀಜಗಳಿಲ್ಲವು, ಎಲ್ಲವೂ ಮೂಳೆಯೊಡೆದು ನೆಡಲು ಸುಗುಣಾಗುತ್ತವೆ. ■



ಆಹಾರ ಆಯ್ಕೆ



# ಸ್ವಾಬೆರಿ ಲಸಿ, ಐಸ್‌ಕ್ರೀಮ್...



ಸ್ವಾದಿಷ್ಟಕರವಾದ ಸ್ವಾಬೆರಿ ಹಣ್ಣಿನಿಂದ ರುಚಿಕರ ತಿನಿಸುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಸವಿಯಬಹುದು. ಈ ಹಣ್ಣಿನ ಐಸ್‌ಕ್ರೀಮ್, ಕ್ಯಾಂಡಿ, ಲಸಿ, ಸಲಾಡ್ ಎಲ್ಲವೂ ಆರೋಗ್ಯಕರ. ಹದಿಮೂರು ವರ್ಷದ ಈ ಬಾಲಕ ಈ ರೆಸಿಪಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಸವಿದು, 'ಸುಧಾ'ಕ್ಕಾಗಿ ಬರೆದು ಓದುಗರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ.

■ ಹರಿ ಸುಂದರ್ ಕೌತಿಕ

## ಸ್ವಾಬೆರಿ ರೋಸ್ ಮಿಲ್ಕ್

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ? ಸ್ವಾಬೆರಿ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು, ಹಾಲು, ಸಕ್ಕರೆ, ರೋಸ್ ಎಸೆನ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಜ್ಯೂಸರ್‌ನಲ್ಲಿ ರುಬ್ಬಿದರೆ ಸ್ವಾಬೆರಿ ರೋಸ್ ಮಿಲ್ಕ್ ರೆಡಿ.

- ವನೇನು ಬೇಕು?
- ಸ್ವಾಬೆರಿ ಎಂಬು
  - ಕಾಯಿಲೆ ಆರಿಸಿದ ಹಾಲು ಒಂದು ಕಪ್
  - ರೋಸ್ ಎಸೆನ್ಸ್ ಎರಡು ಚಮಚ
  - ಸಕ್ಕರೆ ಎರಡು ಚಮಚ



## ಸ್ವಾಬೆರಿ ಐಸ್‌ಕ್ರೀಮ್

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ? ಸ್ವಾಬೆರಿ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ರುಬ್ಬಿ, ಲೋಕ ಮಿಲ್ಕ್ ಕ್ರೀಮ್, ಕಂಡೆನ್ಸ್ಡ್ ಮಿಲ್ಕ್ ಸೇರಿಸಿ ಏಪ್ ಬೋಡ್‌ನಲ್ಲಿ ಎರಡು ಮೂರು ಬಾರಿ ಆರೆಯಿರಿ. ಇದನ್ನು ಐಸ್‌ಕ್ರೀಮ್ ಮೆಕ್ಯಾನ್ಯಾನ್ಯ ಸುರಿಯಿ, ಲೋಕ ಮೂರರಿಂದ ನಾಲ್ಕು ಗಂಟೆ ಕ್ಷೀಣಕಾರ್ನಲ್ಲಿ ಇಡಿ. ಸರ್ವ್ ಮಾಡಿ.

- ವನೇನು ಬೇಕು?
- ಫ್ಲವ್ ಮಿಲ್ಕ್ ಕ್ರೀಮ್ ಒಂದು ಕಪ್
  - ಕಂಡೆನ್ಸ್ಡ್ ಮಿಲ್ಕ್ ಅರ್ಡ್ ಕಪ್
  - ಸ್ವಾಬೆರಿ ಹಣ್ಣುಗಳು ಅರ್ಡ್ ಕಪ್





## ತಂಪು ತಂಪು ಲಸ್ಸಿ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಸ್ವಾಬೆರಿಯನ್ನು ಸಣ್ಣಗೆ ಹೊಚ್ಚಿ, ಮೊಸರು, ಸಕ್ಕರೆ, ಏಲಕ್ಕಿ ಸೇರಿಸಿ ರುಬ್ಬಿ, ಸರ್ವಿಂಗ್ ಬೌಲ್‌ಗೆ ಹಾಕಿ ನಂತರ ಗೋಡಂಬಿ ಬಾದಾಮಿ ತುರಿಯನ್ನು ಉದುರಿಸಿ ತಂಪಾದ ಈ ಲಸ್ಸಿ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಒಳ್ಳೆಯದು.

ವನೇನು ಬೇಕು?

- ಸ್ವಾಬೆರಿ ನಾಲ್ಕು
- ಗಟ್ಟಿ ಮೊಸರು ಒಂದು ಕಪ್
- ಸಕ್ಕರೆ ಐದು ಚಮಚ
- ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ
- ಗೋಡಂಬಿ, ಬಾದಾಮಿ ತುರಿ ಒಂದು ಚಮಚ



## ಆಹಾ ಕ್ಯಾಂಡಿ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಪಾತ್ರ ಒಲೆ ಮೇಲಿಟ್ಟು ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಕರಗುವಷ್ಟು ನೀರು ಹಾಕಿ ಕರಗಿಸಿ ಪಿಂಕ್ ಸಾಲ್ಟ್ ಸೇರಿಸಿ ಉರಿ ಆರಿಸಿ ಸ್ವಾಬೆರಿಯನ್ನು ಹಣೆನ ಮೇಲಾಗದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಫ್ರೂಟ್ ಪಿಕ್‌ನಿಂದ ಒತ್ತಿ ಸಕ್ಕರೆಯ ಸಿರಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಐದು ನಿಮಿಷ ನೆನಿಸಿ ನಂತರ ಸಿಹಿ ಹೀರಿದ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಸರ್ವಿಂಗ್ ಬೌಲ್‌ನಲ್ಲಿ ತೆಗೆದಿಡಿ.

ವನೇನು ಬೇಕು?

- ಸ್ವಾಬೆರಿ ಐದು
- ಸಕ್ಕರೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಪಿಂಕ್ ಸಾಲ್ಟ್ ಕಾಲು ಚಮಚ

## ರುಚಿಕರ ಫ್ರೂಟ್ ಸಲಾಡ್

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಒಂದು ಮಿಕ್ಸಿಂಗ್ ಬೌಲಿನಲ್ಲಿ ಸ್ವಾಬೆರಿ, ಲಿಚಿ ತಿರುಳು, ದಾಳಂಬೆ ಕಾಳು ಸೇರಿಸಿ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿ, ನಂತರ ಜೇನುತುಪ್ಪು ಸೇರಿಸಿ ಕಲಸಿ. ಬೌಲ್‌ಗೆ ಹಾಕಿ ತಿನ್ನಲು ಕೂಡಿ.

ವನೇನು ಬೇಕು?

- ಹೆಚ್ಚಿದ ಸ್ವಾಬೆರಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್
- ಹೆಚ್ಚಿದ ಲಿಚಿ ತಿರುಳು ಅರ್ಧ ಕಪ್
- ದಾಳಂಬೆ ಕಾಳು ಕಾಲು ಕಪ್
- ಜೇನುತುಪ್ಪು ಒಂದು ಚಮಚ





## ಮೋತೆ ಮೇಲೆ ಕಾಯಿ ಕೆಳಗೆ

ಎಲ್ಲ ಬಾಳೆಗಿಡಗಳಲ್ಲೂ ಕಾಯಿಗಳು ಗೊನೆಯ ಮೇಲುಭಾಗದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ಹೂ ಬರುವ ಮೋತೆ ಕೆಳಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇದೊಂದು ವಿಚಿತ್ರ ಬಾಳೆ ಮೋತೆಯನ್ನು ಮೇಲ್ಮುಖವಾಗಿ ಹೊಂದಿದ್ದು ಕೃತಕ ಸೃಷ್ಟಿ ಎಂಬಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಸವನ್ನಾ ದೇಶದಿಂದ ಕರಾವಳಿಗೆ ಬಂದಿರುವ ಈ ಅಪರೂಪದ ಬಾಳೆಯನ್ನು ಶುಭ ಸಮಾರಂಭಗಳ ಮಂಟಪದ ಅಲಂಕಾರಕ್ಕೆ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇದರ ಹೂ ಅರಳಿದರೆ ಮಲ್ಲಿಗೆಯಂತೆ ಸುಗಂಧಭರಿತ. ಕಾಯಿಗಳು ಚಿತ್ರ ಸೆಳೆಯುವಂತಿದ್ದರೂ ತಿನ್ನಲು ಯೋಗ್ಯವಿಲ್ಲ. ಗರಿಷ್ಠ ಆರು ಅಡಿ ಮಾತ್ರ ಎತ್ತರವಾಗುವ ಈ ಬಾಳೆ ಮಂಗಳೂರಿನ ಪಪ್ಪುಬ್ಬ ಸಮಾರಂಭವೊಂದರಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಬಿತ್ತು.

—ಪ. ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಶಾಸ್ತ್ರಿ



ಹೆಚ್ಚು



# ಕಲಬುರಗಿ ಸೀಮೆಯ ಹೆಮ್ಮೆ ತೋಗರಿ

ತೋಗರಿ ಬೆಳೆಯುವಲ್ಲಿ ಕಲಬುರಗಿ ಜಿಲ್ಲೆಗೆ ಹಿರಿಯಣ್ಣನ ಸ್ಥಾನ. ಕಲಬುರಗಿಯ ಜನರಿಗೂ ತೋಗರಿಗೂ ಕಳ್ಳುಬೆಳೆಯ ನಂಟು. ಇಲ್ಲಿನ ತೋಗರಿಗೆ 2017ರಲ್ಲಿ ಭೌಗೋಳಿಕ ವಿಶಿಷ್ಟ (ಜಿಐ ಟ್ಯಾಗ್) ಸ್ಥಾನಮಾನವೂ ದಕ್ಕಿದೆ.

## ■ ಮನೋಜಕುಮಾರ್ ಗುದ್ದಿ

ಕಲಬುರಗಿ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಸೇಡಂ ಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿ 'ಉಪಾಜ್' ನಡೆಯುವ ಅಪ್ಪ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪ್ರದಾನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪುರಸ್ಕೃತರಿಗೆ ತಲಾ ಒಂದು ಕೆ.ಜಿ. ತೋಗರಿ ಬೆಳೆಯನ್ನು ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ನೀಡುವ ಸಂಪ್ರದಾಯವಿದೆ. 'ತೋಗರಿ ನಾಡು' ಎನ್ನುವಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಇಲ್ಲಿನ ಜನರಿಗೂ ತೋಗರಿಗೂ ಕಳ್ಳುಬೆಳೆಯ ನಂಟಿದೆ.

ತೋಗರಿ ಬೆಳೆ ಹುಲುಸಾಗಿ ಬೆಳೆದು ಇನ್ನೇನು ರಾಶಿಗೆ ಸಿದ್ಧವಾಗಬೇಕು ಎನ್ನುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಹೊಲಗಳಿಗೆ ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರು, ಗಿಳಿಯರೊಂದಿಗೆ ತೆರಳುವ ರೈತರು ತೋಗರಿ ಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಕಿತ್ತು ಕಿಚ್ಚಿನ ಮೇಲೆ ಸುಟ್ಟು ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಜೋಳದ ಸೀತನಿಯನ್ನು ಸುಟ್ಟು ತಿಂದಂತೆ ಹಸಿ ತೋಗರಿಯನ್ನೂ ತಿನ್ನುವುದು ಇಲ್ಲಿನ ವಾಡಿಕೆ. ಕಲಬುರಗಿ ಸೀಮೆಯ ಹೆಮ್ಮೆಯ ಬೆಳೆ ತೋಗರಿಗೆ 2017ರಲ್ಲಿಯೇ ಭೌಗೋಳಿಕ ವಿಶಿಷ್ಟ (ಜಿಐ ಟ್ಯಾಗ್) ಸ್ಥಾನಮಾನ ಸಿಕ್ಕಿದೆ.

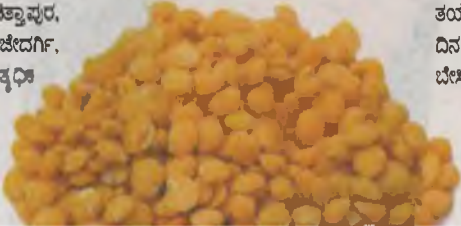
ರಾಜ್ಯದ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ತೋಗರಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾರಾದರೂ ಒಟ್ಟು ಉತ್ಪಾದನೆಯ ಪೈಕಿ ಶೇ 40ರಷ್ಟು ತೋಗರಿಯನ್ನು ಕಲಬುರಗಿ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಕಲಬುರಗಿ, ಸೇಡಂ, ಚಿತ್ತಾಪುರ, ಶಹಾಬಾಬ್, ಕಮಲಾಪುರ, ಜೇದರ್ಗಿ, ಅಫಜಲಪುರ ತಾಲ್ಲೂಕುಗಳಲ್ಲಿ ಆತ್ಮದ

ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತೋಗರಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ದೀರ್ಘ ಅವಧಿಯ (ಆರು ತಿಂಗಳು) ಬೆಳೆಯಾಗಿರುವ ತೋಗರಿಯು ಇತ್ತೀಚಿನ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ನೆಟಿ ರೋಗದಿಂದ ತತ್ತರಿಸಿತ್ತು. 2020, 2025ರಲ್ಲಿ ಉಂಟಾದ ನೆರೆ ಹಾವಳಿಯಿಂದಾಗಿ ಯೂ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ತೋಗರಿ ಬೆಳೆ ನೀರಲ್ಲಿ ನಿಂತಿತ್ತು.

ಇಷ್ಟಾಗಿಯೂ ತೋಗರಿ ಬೆಳೆಯುವ ರೈತರ ಉತ್ಸಾಹ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿಲ್ಲ. ಹೆಚ್ಚು ಆದಾಯ ತರುವ ತೋಟಗಾರಿಕೆಯ ಅಲ್ಪ ಅವಧಿಯ ಬೆಳೆಗಳು ಹಾಗೂ ಕಬ್ಬಿನ ಬೆಳೆಯ ಆಕರ್ಷಣೆಯ ಮಧ್ಯೆಯೂ ತೋಗರಿ ಬೆಳೆಯುವ ಪ್ರಮಾಣವೇನೂ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿಲ್ಲ. ಮುಂಗಾರು ಹಂಗಾಮಿನ ಬೆಳೆಯಾದ ತೋಗರಿಯನ್ನು ಕಲಬುರಗಿ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಆರು ಲಕ್ಷ ಹೆಕ್ಟೇರ್‌ನಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಕಲ್ಯಾಣ ಕರ್ನಾಟಕದ ಬೇದರ್, ಯಾದಗಿರಿ, ರಾಯಚೂರು, ಕೊಪ್ಪಳ, ಉತ್ತರ ಕರ್ನಾಟಕದ ವಿಜಯಪುರ, ಬಾಗಲಕೋಟೆ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿ ತೋಗರಿಯನ್ನು ಯಥೇಚ್ಛವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾರಾದರೂ ತೋಗರಿ ಬೆಳೆಯಲ್ಲಿ ಕಲಬುರಗಿ ಜಿಲ್ಲೆಗೆ ಹಿರಿಯಣ್ಣನ ಸ್ಥಾನ.

## ಕಲಬುರಗಿ ತೋಗರಿ ವಿಶೇಷವೇನು?

ಜಿಲ್ಲೆಯ ರೈತರ ಆದಾಯದ ಮಾರ್ಗವಾಗಿರುವ ತೋಗರಿಯು ಈ ಭಾಗದ ಪ್ರಮುಖ ಬೆಳೆ. ಆರು ಲಕ್ಷ ಹೆಕ್ಟೇರ್‌ಗೂ ಅಧಿಕ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾದರೂ ಏನು ಎಂಬ ಕುತೂಹಲದ ಜಾಡನ್ನು ಹಿಡಿದು ಹೊರಟಾಗ ಕಂಡುಬಂದಿದ್ದೇನೆಂದರೆ ಇಲ್ಲಿನ ಹವಾಗುಣದ ಜೊತೆಗೆ ಮಣ್ಣಿನ ಗುಣವೂ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಜಿಲ್ಲೆಯ ಮಣ್ಣಿನ ತಳಭಾಗದಲ್ಲಿರುವ ಸುಣ್ಣದ ಕಲ್ಲುಗಳು ತೋಗರಿ ಬೆಳೆಗೆ ವಿಶೇಷ ಸುಖಾಸನ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯನ್ನು ನೀಡಿವೆ. ಜಿಲ್ಲೆಯ ಸುಣ್ಣದ ಕಲ್ಲನ್ನು ತೊಂದಿದ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ದಶಕಗಳ ಹಿಂದೆಯೇ ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಸಿಮೆಂಟ್ ಕಾರ್ಖಾನೆಗಳು ತಳವೂರಿವೆ. ಸಿಮೆಂಟ್ ಉತ್ಪಾದನೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಕಚ್ಚಾವಸ್ತುವಾದ ಸುಣ್ಣದ ಕಲ್ಲು ತೋಗರಿ ಬೆಳೆಗೆ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ಸ್ಥಾನಮಾನವನ್ನೂ ನೀಡಿದೆ. ಸುಣ್ಣದ ಅಂಶ ಹೊಂದಿದ ಕಲ್ಲುಗಳಿಂದ ಉದ್ಯಮಿಯವ ಮಣ್ಣಿನಿಂದಾಗಿ ಇಲ್ಲಿನ ತೋಗರಿಯಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾಲ್ಷಿಯಂ, ಪೊಟ್ಯಾಶಿಯಂ, ಫ್ಲೋರೈನ್ ಅಂಶಗಳು ಅಧಿಕವಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ತೋಗರಿ ಬೆಳೆಯಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಪಲ್ಯ ಹಾಗೂ ಸಾಂಬಾರ್ ಮೂರು ದಿನಗಳಾದರೂ ಕೆಡುವುದಿಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ, ಬೇಸಿಗೆಯ 46 ಡಿಗ್ರಿ ಸೆಲ್ಸಿಯಸ್ ತಾಪಮಾನದಲ್ಲಿ



ಫೆ. 19ರ ಸಂಚಿಕೆಯ 'ಚಿನ್ನಿಡಿ'  
 'ನಾಲು ನಾಲು ಹೆಚ್ಚುಗಲು ಹಾಡುಗಾಂ'  
 ಕೇಳಿ... ಸರೋಜಿನಿ ಪ್ರಕಾಶ ಅವರ  
 ಧರಿಯಲ್ಲಿ...

ವಾರ್ತಾನ್ವಯ ಕೇಳಲು  
 ಕೂಡಲೆ ಫೋನ್  
 ನ್ಯಾನ್ ಮಾಡಿ.



ತೊಲಗಾಗಿ ಹೋಗುವ ರೈತರ ಬುತ್ತಿಗಲಬನ್ನದಿ  
 ನಿರ್ಭರಣಾ ಕೆವಡೆ ಉಳಿಯುವ ತೊಗರಿ  
 ಬೆಳೆ ಪಟ್ಟಿ ಹಾಗೂ ಸವನ ಬೆಳೆಗೆ ಹಾಗೆ ಇದ್ದೇ  
 ಇರುತ್ತದೆ.

ಫೆಬ್ರವರಿ 3ರ, ಜಿಲ್ಲಾಪತಿ ತೊಗರಿ ತಳೆಯ  
 ನಿರ್ಭರಣಾ ಕೆಲಬರಗಿ ಜಿಲ್ಲೆಯ ರೈತರು  
 ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಒಳಗೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದು,  
 ರೋಗಾಣುರೋಧಕ, ಜಿಲ್ಲಾ ಕೊಯ್ಲಿಗೆ ಬರುವ  
 ಗುಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಫೆಬ್ರವರಿ 3ರ ಅತ್ಯಂತ  
 ಹಳೆಯ ತಳೆಯಾಗಿದ್ದು, ಜಿಲ್ಲಾಪತಿ ಸೇರಿದಂತೆ  
 ಹಲವು ತಳೆಗಳು ಬಂದಿದ್ದರೂ ರೈತರ ಒಲವು  
 ಫೆಬ್ರವರಿ 3ರನ್ನೇ ಇದೆ.

**ಬ್ಯಾಂಡ್ ಮೌಲ್ಯ ವೃದ್ಧಿ**

ಕೆಲಬರಗಿಯ ಹೆಮ್ಮೆಯಾದ ತೊಗರಿಗೆ  
 ಉತ್ತಮ ಹಾಗೂ ಮೌಲ್ಯವರ್ಧನೆ ಮಾಡುವ  
 ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರವು ತೊಗರಿ  
 ಆಧಿವೃದ್ಧಿ ಮಂಡಳಿಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದೆ. ವಿವಿಧ  
 ಧಾನ್ಯಗಳನ್ನೂ ಮಂಡಳಿಯಲ್ಲಿ ಒಳಗೊಳ್ಳುವ  
 ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರವು ಮಂಡಳಿಯ  
 ಹೆಸರನ್ನು ದ್ವಿಧರ ಧಾನ್ಯ ಆಧಿವೃದ್ಧಿ ಮಂಡಳಿ ಎಂದು  
 ಮರುನಾಮಕರಣ ಮಾಡಿದೆ. ಕೆಲಬರಗಿಯಲ್ಲಿ  
 ಕೇಂದ್ರ ಕಚೇರಿ ಹೊಂದಿರುವ ಮಂಡಳಿಯ  
 ಪ್ರಮುಖ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಬಿಡುಗಡೆ  
 ಮಾಡಿದೆ.

ತೊಗರಿಯನ್ನು ಹಾಗೆಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬ್ಯಾಂಡ್  
 ಮಾಡುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಜಿಲ್ಲಾ ಬ್ಯಾನ್ಡ್  
 ಸಾಮಾಜಿಕವೂ ಇದ್ದುದರಿಂದ ಭೀಮಾ ಪಲ್  
 ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಮಂಡಳಿಯು ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗೆ ಬಿಡುಗಡೆ  
 ಮಾಡಿದೆ. ಈ ಬ್ಯಾಂಡ್ ಗೆ ಉತ್ತಮ ಸ್ಪಂದನೆಯೂ



ಕೆಲಬರಗಿ ದಾಲ್ ಮಿಲ್ ಆರಂಭಿಸಿದ  
 ತೊಗರಿ ಬೆಳೆ ಒಳಗೊಳ್ಳುವ  
 ಉದ್ದೇಶ ಹಿಡಿದು



ಕೆಲಬರಗಿ ಎಸಿಎಂಸಿ ತೊಗರಿ ಮೂಲಗಳನ್ನು ತಂದಿರುವ ರೈತ

ವೃತ್ತವಾಗಿದೆ. ತೊಗರಿಗೆ ಭೌಗೋಳಿಕ ವಿಶಿಷ್ಟತೆ  
 ಸಿಕ್ಕಿ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಇದುವರೆಗೆ 1301 ರೈತರು,  
 15 ರೈತ ಉತ್ಪಾದಕ ಸಂಘಗಳು (ಎಫ್‌ಪಿಒ)  
 ಹಾಗೂ ನಾಲ್ಕು ದಾಲ್ ಮಿಲ್ ಗಳು ನೋಂದಣಿ  
 ಮಾಡಿಕೊಂಡಿವೆ. 'ಭೀಮಾ ಪಲ್' ಬ್ಯಾಂಡ್ ಗೆ  
 ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗೆ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುವ ಉತ್ಪಾದನೆ  
 ಗುಣಮಟ್ಟದ ತೊಗರಿಯನ್ನು ಪೋಷಿಸಿ ಮಾಡಿದ  
 ರೈತರು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲಿದ್ದಾರೆ. ಭೀಮಾ ಪಲ್ ನಡಿ  
 ತೊಗರಿಯನ್ನು ಸಂಸ್ಕರಿಸಿ ಪ್ಯಾಕೇಜಿಂಗ್ ಮಾಡಲು  
 ಸರ್ಕಾರ ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ ದಾಲ್ ಮಿಲ್ ಆರಂಭಿಸಲು  
 ಮಂಡಳಿಯು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿತ್ತು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಕಲ್ಯಾಣ  
 ಕರ್ನಾಟಕ ಪ್ರದೇಶ ಆಧಿವೃದ್ಧಿ ಮಂಡಳಿಯು ₹ 3  
 ಕೋಟಿ ಅರ್ಥಿಕ ನೆರವನ್ನು  
 ನೀಡಿದೆ. ಈಗಾಗಲೇ ಭೀಮಾ  
 ಪಲ್ ಪ್ಯಾಕೇಜಿಂಗ್ ನಗರದ  
 ಮಾರ್ಲೆ ಗಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಾಗುತ್ತಿದೆ.  
 ತೊಗರಿಯ ಮೌಲ್ಯವರ್ಧನೆಗೆ ಮುಂದಾಗಿರುವ  
 ಸರ್ಕಾರವು ತಿನ್ನಲು ಸಿದ್ಧವಾದ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು,  
 ತೊಗರಿ ಬೆಳೆ ಹೆಚ್ಚುಗಟ್ಟಿದ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು  
 ತಯಾರಿಸಿ ವಿವಿಧೆಗಳಿಗೆ ರಫ್ತು ಮಾಡಲು ಚಿಂತನೆ  
 ನಡೆಸಿದೆ.  
 ಜಿಲ್ಲಾ ಬ್ಯಾನ್ಡ್ ತೊಗರಿಯನ್ನು ಸಂಸ್ಕರಿಸಲು  
 ಹಾಗೂ ಅದರಲ್ಲಿನ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು  
 ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಕೆಲೆಲೆಲೆಲೆಯು ಮ್ಯಾಕ್ರೋ

ಯೋಜನೆಯಡಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಸಂಸ್ಕರಣಾ  
 ಮತ್ತು ಗ್ರೇಡಿಂಗ್ ಯಂತ್ರಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಿ ರೈತರಿಗೆ  
 ಕೃಷಿ ಸಂವರ್ಧಕ ಕೇಂದ್ರಗಳ ಮೂಲಕ ಬಾಡಿಗೆ  
 ಆಧಾರದಲ್ಲಿ ನೀಡುತ್ತಿದೆ.  
**ರೈತರಿಗೆ ಕೈ ತುಂಬಾ ರೊಕ್ಕ**  
 ತೊಗರಿಗೆ ರಾಜ್ಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮುನ್ನೆಗೆ  
 ದೊರೆಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ ಇತ್ತ ತೊಗರಿ  
 ಬೆಳೆಗಾರರು ಕೈ ತುಂಬಾ ರೊಕ್ಕ ಎಣಿಸಲು  
 ಮುಂದಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಕೃಷಿ ಬೆಳೆಗೆ ₹ 7 ಸಾವಿರದ  
 ಆಯವಾನ್ವಯದ ತೊಗರಿ ಬೆಳೆಯು ಕ್ರಮೇಣ  
 ಏರುಗತಿಯಲ್ಲಿದ್ದು, ಸರ್ಕಾರದ ಬೆಂಬಲ ಬೆಲೆಯೂ  
 ರೈತರ ಕೈ ಹಿಡಿದಿದೆ. 2023ರ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ ನಲ್ಲಿ  
 ತೊಗರಿ ಬೆಲೆಯು ಸಾರ್ವಕಾಲಿಕ ದಾಖಲೆಯನ್ನೂ  
 ತಲುಪಿತ್ತು. ಪ್ರತಿ ಕೃಷಿ ಬೆಳೆಗೆ ₹ 13 ಸಾವಿರದಂತೆ  
 ಮಾರಾಟ ಕಂಡಿತ್ತು. ನಂತರ ಉತ್ಪಾದನೆ  
 ಹೆಚ್ಚಿನವಾಗಿ ಬೆಡಕಿ ಕುಟವಾಗಿದ್ದರೂ ಇದೀಗ  
 ಮತ್ತೆ ರೈತರ ಕೈ ಹಿಡಿದಿದ್ದು, ಕೃಷಿ ಬೆಳೆಗೆ ₹ 9  
 ಸಾವಿರವನ್ನು ದಾಟಿದೆ. ಸರ್ಕಾರದ ಬೆಂಬಲ  
 ಬೆಲೆಯು ₹ 8 ಸಾವಿರ ಇದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ದರ  
 ಮುಕ್ತ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ  
 ಸರ್ಕಾರದ ಖರೀದಿ ಕೇಂದ್ರಗಳತ್ತ ಹೋಗುವ ರೈತರ  
 ಸಂಖ್ಯೆ ಏರಿಕೆಯಾಗಿದೆ.  
 ಚಿತ್ರಗಳು: ತಾಜುಝೀನ್ ಆಜಾದ್



ಇವರು ಒಬ್ಬರಲ್ಲ; ಈ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಇಂಥ ಸಾವಿರಾರು ರೈತ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಿದ್ದಾರೆ. ಟಿಎಡಿಎ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ, ಪಿಟಿಟಿ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ, ಡಿಫೋಸಿ ಪರಿಭಾಷೆ ಬಾರದಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಮಣ್ಣಿನ ಭಾಷೆ ಅವರಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗೊತ್ತು.

ಒಮ್ಮೆ ಈ ಲೇಖಕ ದೇವರಾಯರನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದುಂಟು - "ಭತ್ತವನ್ನು ಭತ್ತವಾಗಿಯೇ ಮಾರುವುದು ಲಾಭವೋ, ಅಕ್ಕಿ ಮಾಡಿ ಮಾರುವುದು ಲಾಭವೋ?" ಅವರು ನಕು ಹೇಳಿದರು: "ಮಾರುವಷ್ಟಿದ್ದರೆ ಅಕ್ಕಿ ಮಾಡುವುದು ಲಾಭ. ಆದರೆ ಮೌಲ್ಯವರ್ಧನೆ. ನನಿಂದ ಕೆ.ಜಿ. ಗೆ ಎಂಬತ್ತು ರೂಪಾಯಿ ಕೊಟ್ಟು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರಿದ್ದಾರೆ. ದನಗಳಿಗೆ ತೌಡು ಸಿಗುತ್ತದೆ, ಉರುವಲಿಗೆ ಉಮಿ (ಪೊಟ್ಟು) ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಸಾವಯವ ಅಕ್ಕಿ ಮನೆಗೆ ಬಂದು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೂ ಖುಶಿ."

ತಾವು ಬೆಳೆಸಿದ ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ತಾವೇ ತಿನ್ನಬೇಕಾದರೆ ಎದುರಾದ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನೂ ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಭತ್ತ ಕುಟ್ಟುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾಲ್ಕು ಜನರು ಸೇರಿ ಒಂದು ಮುಡಿ ಅಕ್ಕಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಮುಂದೆ ಜನರೇ ಸಿಗಲಿಲ್ಲ. 1979ರ ಸುಮಾರಿಗೆ ಮಿಲಿಗ್ಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾಯಿತು. 1990ರಲ್ಲಿ ಮೂರೂವರೆ ಸಾವಿರ ಹಣ ಕೊಟ್ಟು ಹಳೆಯ ಹಲ್ಲರ್ ಖರೀದಿಸಿದರು. "ನನ್ನ ಟಿಲ್ಲರ್‌ನಂತೆ ಅದಕ್ಕೂ ಮೂವತ್ತು ತುಂಬಿತು" ಎಂದು ನಗುತ್ತಾರೆ.

ನಾಟ ರೈತರ ಯಶಸ್ಸಿನ ಹಿಂದೆ 'ಕೈಗುಣ' ಎಂಬ ಪದ ಬರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಬೀಜ ಹಾಕಿದರೆ ಸಾಕು - ಬೆಳೆಯೇ ಉತ್ತರ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ದೇವರಾಯರ ಜೀವನವೇ ಇದಕ್ಕೆ ಉದಾಹರಣೆ. ಒಂದು ಬೆಳೆಗೆ ನೂರಾರು ತಳ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ, ಅವುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ, ಕಾಪಾಡುವುದು ಸಹನೆಗೆ ಮೀರಿದ ಕೆಲಸ. ಆರು ದಶಕಗಳ ಕಾಲ ಪ್ರತಿವರ್ಷ ನೂರಾರು ತಳಗಳನ್ನು ಅವರ್ತನದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಸಿರುವ ಈ ಚರಿತ್ರಾರ್ಥ ಸಾಧನೆಯೇ ಅವರನ್ನು ಸ್ವತಃ ಒಂದು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯವನ್ನಾಗಿಸಿದೆ.

ಮಿತ್ರಭಾಗಿಲಿನ ಸುತ್ತ ಕಾಡು. ಸಾರಯುಕ್ತ ಮಣ್ಣು ಕಡಿಮೆ. ಕಲ್ಲುಬಂಡೆಗಳ ನಡುವೆ ಗದ್ದೆ. ಬೀಸುಮಳೆ. ಇಂಥ ಗೆರಿಷ್ಠ ಸವಾಲುಗಳ ನಡುವೆ ದೇವರಾಯರು ಬೀಜ- ಧ್ಯಾನವನ್ನು ತಪಸ್ಸಿನಂತೆ ಅನುಸರಿಸಿದ್ದಾರೆ. 'ಒಂದು ತಳ ಹೋಗಿಬಿಟ್ಟರೆ ಮತ್ತೆ ಅದನ್ನು ಹುಡುಕುವುದು ಎಲ್ಲಿಂದ?' ಎಂಬ ಆತಂಕವೇ ಅವರ ಬದುಕಿನ ತಾಳ-ಮೇಳೆ. 'ಅವರದ್ದು ಸುಖ; ನನ್ನದು ಬದುಕು - ಅನ್ನದ ಬದುಕು' ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುವಾಗ ಈ ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಕೃಷಿಯ ತತ್ವವೇ ಅಡಗಿರುವುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

80ರ ವಯಸ್ಸು ಎಂದರೆ ಕಡಿಮೆಯಲ್ಲ. ದೇಹ ಮನಸ್ಸುಗಳೆರಡೂ ನಿಶ್ಚಲಗೊಳುವ ಕಾಲ. ಪೂರ್ಣ ನಿವೃತ್ತಿಯಾಗಬೇಕಾದ ವಯಸ್ಸು, ಜತೆಗೆ ಮಗ, ಮಗಳು ಇದ್ದಾರೆ. ಸೊಸೆ ಆರಂಭಿಸಿದ ಬೀಜ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಇದೆ. ಮಗ ಪರಮೇಶ್ವರ ರಾವ್ ಕೂಡ ತಂದೆಯ ಧಾರಿಯಲ್ಲೇ ಕೆಲವು ತಳಗಳನ್ನು ಮನೆಯಂಗಳದಲ್ಲೇ ಬೆಳೆಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮುಂದೇನು ಎನ್ನುವುದು ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಡೆದಷ್ಟು ದಿನ, ಕೈಯಲ್ಲಿರುವ ಬೀಜಗಳು ಮುಂದಿನ ತಲೆಮಾರಿಗೆ ಉಳಿಯಬೇಕು ಎಂಬ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯೇ ದೇವರಾಯರನ್ನು ಇನ್ನೂ ಗದ್ದೆಯಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿದೆ.

#### ಕಾಡಬದಿಯ ಸಂಕಷ್ಟಗಳು

ದೇವರಾಯರ ಗದ್ದೆಯ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಲ ಅದರೊಂದಿಗೆ ಸವಾರಿ ಹೋಗಬೇಕು. ತುಂಬಿದ ತೆನೆಗಳು ತುಂಡರಿಸಿಕೊಂಡು ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ರಾಶಿ ಬಿದ್ದಿವೆ,

ಅವು ಆಗ ತಾನೇ ಅಳಿಲು, ಕೆಂಕನ್ ಮಂಗ, ನವಿಲು ತಿಂದುಳಿದವುಗಳೆಂದು ಸ್ವಾಹೇಳುತ್ತವೆ. ಅಷ್ಟೊಂದು ಕಾಡು ಪ್ರಾಣಿಗಳು, ಪಕ್ಷಿಗಳು, ನಿಶಾಚರಿಗಳು ಮುಗಿಬೀಳಲು ಕಾರಣ ಅವರ ಗದ್ದೆಯ ಒತ್ತಿಗೆ ಇರುವುದು ದುರ್ಗಮ ಪಶ್ಚಿಮ ಘಟಿ. ಇವತ್ತಿನ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಏನಿದೆ ಎಂಬುದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಗೊತ್ತಿರುವ ಸಂಗತಿ. ಹೊರಗಡೆ ಹಸುರಾಗಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ, ಒಳಗಡೆ ಕಾಡು ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ತಿನ್ನಲು ಎನ್ನೂ ಉಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಬರೀ ಪೊಳು. ಇಂಥ ಕಾಡಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡೇ ಒಂದು ವಿಶಾಲ ಬಯಲು, ನಡುವೆ ರಾಯರ ಗದ್ದೆಯ ತುಂಬಾ ಬಹು ಬಗೆಯ ಭತ್ತ - ಧಾನ್ಯ ಇರುವಾಗ ಕೇಳಬೇಕೇ? ಕಾಡಾಡಿಗಳು ಬರೀ ಒಂದು ಗಂಟಿ ಬಂದು ಹೋದರೆ ಸಾಕು, ಅವುಗಳೇ ದಿನದ ಆಸ್ತ ಗ್ಯಾರಂಟಿ. ಆದರೆ ಬೆಳೆದ ದೇವರಾಯರಿಗೆ?

ಆಸ್ತ ಉಣ್ಣುವ ಯಾರೇ ಆಗಲಿ, ದೇವರಾಯ ರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವಾಗ, ಗದ್ದೆಯ ಬದು ಸುತ್ತವಾಗ, ಹೊಳೆಯ ನಡುವೆ ನಡೆಯುವಾಗ ಆಗುವ ಅನುಭವವೇ ಬೇರೆ. ಪತಿಬಾರಿಯೂ ಈ ಸಂತ ಭತ್ತ ಬಿಟ್ಟು ಆಚೆ ಈಚೆ ಕದಲುವುದೇ ಇಲ್ಲ, ಅದರ ಸುತ್ತಲೇ ತಿರುಗುತ್ತಾರೆ.

ಸರಳವಾಗಿ ಬದುಕುವುದನ್ನು ಮಣ್ಣೇ ಕಲಿಸಿಕೊಡುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಮಿತ್ರಭಾಗಿಲು ದೇವರಾಯರೇ ಸಾಕ್ಷಿ. ದೇವರಾಯರನ್ನು ಯಾವುದೇ ಕಠಿಣ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಕಾಡಿದ್ದಿಲ್ಲ, ಬದುಕುವ ಸಮಯವನ್ನೆಲ್ಲ ಅನ್ನದ ಸಮಯವನ್ನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಿದ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಹೋದ ವಿಚಾರ ಒಬ್ಬರೂ ಅವರ ವೇಗ - ಕಿಯಾಲಿಲತೆ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಗಮನಿಸಬೇಕಾದರೆ ಬಹುತಳಿಯ ಭತ್ತದ ಗದ್ದೆಯ ಬದುಕಿನಲ್ಲೊಮ್ಮೆ ಅದರೊಂದಿಗೆ ಸುತ್ತಾಡಬೇಕು. ಅವರ ಪುಟ್ಟುಪುಟ್ಟು ಹೆಜ್ಜೆಯ ವೇಗ, ಜೊತೆಗೆ ನೆಲದ ಮಾತು, ನಡುವೆ ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿ ಮಾತನಾಡುವ ಧ್ಯಾನಸ್ಥ ಸಂವಾದ ಶೈಲಿ, ಜೀವನಾಸಕ್ತಿ ಕಿರಿಯಿರಿಗೂ ಮಾದರಿ. ಈ ತಳ ಗುರು ದೇವರಾಯರ ಜೊತೆಗೆ ಒಂದು ದಿನವಲ್ಲ, ಒಂದು ಗಂಟೆ ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಸಾಕು, ಅವರ ಜೀವನೋತ್ಸವದ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರ ಅನ್ನದ ಬದುಕಿನ ಹೆಜ್ಜೆಯ ಮೇಲೆ ಹೆಜ್ಜೆ ಇಟ್ಟು ನಡೆಯುವುದೇ ಒಂದು ಅದ್ಭುತ ಅನುಭವ.

ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತಿರಬೇಕು, ಕರಾವಳಿಯ, ಮಲೆನಾಡಿನ ಒಳುತೇಕ ಭತ್ತದ ಗದ್ದೆಗಳಲ್ಲಿ ಇವತ್ತು ಕಟ್ಟಡಗಳು ತಲೆ ಎತ್ತುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ, ತಪ್ಪಿದರೆ ಅಡಿಕೆ ರಬ್ಬರ್ ನಂಥ ವಾಣಿಜ್ಯ ಬೆಳೆಗಳು ಮರೆಯುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ಅಕ್ಕಿಗೆ ಬೆಲೆ ಇಲ್ಲದಿರುವುದೇ ಕಾರಣ. ಬಹುತೇಕ ವಾರ್ಷಿಕ ಲಕ್ಷ ಲಕ್ಷ ಸುಂದುಕೊಡುವ ಅಡಿಕೆ ತೋಟಗಳ ಬುನಾದಿ, ಒಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮೂರು ಬೆಳೆ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದ ಗದ್ದೆಗಳೇ. ಉಣ್ಣುವ ಅನ್ನಕ್ಕಾಗಿ ಅವುಗಳನ್ನು ನಮೆ ಹಿರಿಯರು ನಿರ್ಮಿಸಿದ್ದ ಪರಿಯನ್ನು ಈಗ ಊಹಿಸಿ ಕೊಂಡರೆ ಭಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ದೇವರಾಯರ ಈ ಎಲ್ಲ ಸಾಧನೆಗೆ 2025ರಲ್ಲಿ ರಾಜ್ಯಪತಿಗಳಿಂದ ದೇಶದ 'ಅತ್ಯುತ್ತಮ ತಳ ಸಂರಕ್ಷಕ' ಎಂಬ ಗೌರವವೂ ಲಭಿಸಿದೆ. ಆದರೆ ದೇವರಾಯರು ಯಾವತ್ತೂ ಪ್ರಶಸ್ತಿ-ಬಹುಮಾನಗಳ ಬೆನ್ನಿಗೆ ಬಿದ್ದವರಲ್ಲ. ಮಣ್ಣಿನ ಕೆಲಸವೇ ಅವರ ಧ್ಯಾನ. ಆ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಈಗ ರೈತಪೀಠದ ಮೊದಲ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಅವರಿಗೆ ಲಭಿಸಿದೆ; ಈ ಗೌರವ ಯೋಗ್ಯವೂ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವೂ ಆಗಿದೆ. ಈ ದೇಶದ ಜನ ಉಣ್ಣುತ್ತಿರುವ ಅನ್ನದಲ್ಲೂ, ಮುಂದೆ ಉಣ್ಣುವ ಅನ್ನದಲ್ಲೂ ದೇವರಾಯರಂಥ ರೈತ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಶ್ರಮ ಅಡಗಿದೆ. ಅದನ್ನು ದೊಡ್ಡ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲ; ದುಣ್ಣಿನಷ್ಟು ಸರಳವಾದ ಗೌರವದಲ್ಲಿ ಗುರುತಿಸುವುದೇ ಸಾರ್ಥಕ. ರೈತಪೀಠದ ಮೊದಲ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಈ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಒಂದು ಸುದ್ದಿ ಅಲ್ಲ - ಒಂದು ನ್ಯಾಯ.



ಗಿಲ್‌ರಾಯ್ ಬೆಳ್ಳು ಮೇಳದಲ್ಲಿ ಎತ್ತರೋದಿವಾಳು ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಬೆಳ್ಳುಗಳಾದೇ ದಾಡಿ.

ಅಂಗಡಿ ಮುಂಗಟ್ಟುಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳ್ಳುಳಿಯು ಮಾಲೆಯು ಶೃಂಗಾರ.



# ಚಿಕ್ಕ ಊರಿನ ಮಹಾಮೇಳ ಗಿಲ್‌ರಾಯ್ ಬೆಳ್ಳುಳಿ ಹಬ್ಬ



□ ಗಣೇಶ ಭಟ್ಟ

ನೀವು ಬೆಳ್ಳು ಮೇಳ ಅಥವಾ ಉತ್ಸವದ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳಿದ್ದೀರಾ? ಬೇರೆ ಬೇರೆ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವೈಭವದಿಂದ ನಡೆಯುವ ಬೆಳ್ಳು ಉತ್ಸವಗಳ ವೈಭವವೇ ಬೇರೆ. ಅಮೆರಿಕಾದ ಕ್ಯಾಲಿಫೋರ್ನಿಯಾ ಪ್ರಾಂತ್ಯದ ಗಿಲ್‌ರಾಯ್ ಎಂಬ ಪುಟ್ಟ ಊರಿನಲ್ಲಿ ಬೆಳ್ಳು ಮಾಲಾಟ ಹಾಗೂ ಬೆಳ್ಳು ಖಾದ್ಯಗಳ ಮಹಾ ಉತ್ಸವವೊಂದು ಹಲವಾರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ದೊಡ್ಡಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ಭಾರತದ ನಾಲ್ಕೈದು ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳ್ಳು ಕೃಷಿ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದರೂ ಇಂಥ ಮೇಳವನ್ನು ಇದುವರೆಗೆ ನಡೆಸಿದ್ದು ನಾಗಾರ್ಲ್ಯಾಂಡ್ ನ ಖೋನೋಮಾ ಎಂಬ ಹಳ್ಳಿಯ ಮಹಿಳೆಯರು ಮಾತ್ರ!

ದಿನಾತ್ಯದ ಅಡುಗೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಬೆಳ್ಳುಳಿಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ರುಚಿಯಂತೆಯೇ ಬೆಳ್ಳುಳಿಯೂ ಖಾರದ ಅಂಶವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು, ಹಸಿಯಾಗಿ ಬಳಸಿದಾಗ ಕಣ್ಣು, ಮೂಗಿನಲ್ಲಿ ನೀರು ತರಿಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳ್ಳುಳಿ ಔಷಧ ರೂಪದಲ್ಲಿಯೂ ಬಳಸಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಗಂಧಕಯುಕ್ತ ರಾಸಾಯನಿಕ ಗುಣಗಳಿವೆ. ಅದು ಸುಗಮ ರಕ್ತ ಸಂಚಾರಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆಗೂ ಸಹಕಾರಿ. ಬೆಳ್ಳುಳಿ ತಾಮಸ ಆಹಾರವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸುವವರು, ವಾಸನೆಯನ್ನು ಸಹಿಸದವರು ಅದನ್ನು ತಿನ್ನುವುದಿಲ್ಲ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯಪ್ರದೇಶ, ರಾಜಸ್ಥಾನ, ಉತ್ತರ ಪ್ರದೇಶ.

ಗುಜರಾತ್, ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಅಗಾಧ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಅದರ ವ್ಯವಸಾಯವಿದೆ. ಪ್ರತಿವರ್ಷ ಸುಮಾರು 30 ಲಕ್ಷ ಟನ್ನುಗಳಷ್ಟು ಬೆಳ್ಳುಳಿಯು ಉತ್ಪಾದನೆಯಿದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮೊತ್ತಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ನಾಗಾರ್ಲ್ಯಾಂಡ್ ರಾಜ್ಯದ ಖೋನೋಮಾ ಎಂಬಲ್ಲಿ 2025ರ ಮಾರ್ಚ್ 14ರಂದು ಬೆಳ್ಳು ಉತ್ಸವ ನಡೆಯಿತು. ಖೋನೋಮಾ ಮಹಿಳಾ ಸಂಘಟನೆ ಆ ಉತ್ಸವವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಿತ್ತು. ಭಾರತದ ಈಶಾನ್ಯ ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟೇ ಬೆಳ್ಳುಳಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತಿದ್ದು,



**ರುಚಿಕರ-ಆರೋಗ್ಯಕರ ಖಾದ್ಯ ವೈವಿಧ್ಯ**

'ಗಾರ್ಲಿಕ್ ಫೈವಲ್' ಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳ್ಳುಣಿಯನ್ನು ಒಳಗೆ ತಯಾರಿಸುವ ವಿವಿಧ ಖಾದ್ಯಗಳನ್ನು ಸವಿಯಬಹುದು. ಬ್ರೆಡ್, ಬರ್, ನೂಡಲ್ಸ್, ಸಾಸ್ ಜೊಡಲಾವುಪ್ಪು ಸಾಮಾನ್ಯ ಖಾದ್ಯಗಳು. ಬೆಳ್ಳುಣಿಯನ್ನು ಒಳಗೆ ತಯಾರಿಸುವ 'ಕೆಟ್ಸ್' ಮೊದಲಾದ ಮೀನು ಖಾದ್ಯಗಳೂ ಇಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯ. ಅಂಥ ಖಾದ್ಯಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪದ್ದಿಯೇ ತಯಾರಿಸುವ ಪರ್ಫಯೂ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದ ಗುಂಪು ಸಂಗೀತ, ಗಾಬ್ರಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲದೆ ವಿವಿಧ ವಸ್ತುಗಳ ಮೇಗಗಳೂ ಇರುತ್ತವೆ. ಬೆಳ್ಳುಣಿಯ 'ಜಾಕ್ರೀಂ' ಈ ಮೇಲದ ವಿಶೇಷ ಇಂಥ ಮೇಳಗಳು ಮೂಲ ಕೃಷಿ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ವಿವಿಧ ಬಗೆಗಳಲ್ಲಿ ತೆಗೆ ಬಳಸಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ತಜ್ಞರ ಬೆಳಕು ಚೆಲ್ಲುತ್ತವೆ. ಕೃಷಿ ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಮೆಚ್ಚು ವರ್ಗವೇ ಇವುಗಳ ಒಂದಿರುವ ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶ. ಇಂಥ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು ನಾವಿನ್ನಿನ್ನೂ ನಡೆಯುವಂತಾಗಬೇಕು.

ಅನಂತರದ ಸ್ವಾನ ಹಾಗೂ ಲ್ಯಾಂಡ್ ರಾಜ್ಯದ್ದು ಆ ರಾಜ್ಯದ ಕೋಹಿಮಾ ಪ್ರದೇಶವು ಅಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವ ವಿಶಿಷ್ಟ ಹಾತಿಯ ಬೆಳ್ಳುಣಿಗೆ ಹೆಸರಾಗಿದೆ. ಉತ್ಪನ್ನದಲ್ಲಿ ಬೆಳ್ಳುಣಿಯಿಂದ ತಯಾರಿಸುವ ವಿವಿಧ ಖಾದ್ಯಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಸ್ಥಳೀಯ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು, ಕೈಮಗ್ಗದ ಒಟ್ಟಿ, ವಾರಂಪಂಕ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸುವ, ಆ ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಮಾರಾಟವನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವ, ತನ್ನೊಳಗೆ ಮಹಿಳಾ ಸಬಲೀಕರಣದ ಗುರಿ ಹೊಂದಿದ್ದು, ಆ ಉದ್ದೇಶ ಬಹುಮಟ್ಟಿಗೆ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿದೆ.

ವಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಗತ್ತು, ವೈಭವಗಳೇ ಬೇರೆ. ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿನ 'ಐಲ್ ಆಫ್ ವೈಟ್', ಎಸ್ಪೇನಿಯಾ ದೇಶದ 'ಜೋಗವಾ', ಫ್ರಾನ್ಸ್‌ನ 'ಲಾವಟ್ಟಿಕ್', ಫಿನ್‌ಲ್ಯಾಂಡಿನ 'ಕಿರಾವಾ', ಜಪಾನಿನ 'ಟಾಕೋ' ಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಹೆಚ್ಚುಗಲು ಫ್ರೆಷ್ನಿ ಪಡೆದಿವೆ. ಅಮೆರಿಕಾದ 'ಗಿಲ್ ರಾಯ್ ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಹೆಚ್ಚು' ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನ ಬಳಿಯ 'ಹೆಡ್ಸ್' ವ್ಯಾಲಿ ಗಾರ್ಲಿಕ್ ಫೈವಲ್, 'ಕನಕೆಟ್' ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಉತ್ಪನ್ನ, ಪೆನ್ಸಿಲ್ವಾನಿಯಾದ ಈಸ್ಟರ್ನ್ ವರ್ಮಾಂಟ್ ಬಳಿಯ ಬೆನ್ಸಿಂಗ್ಟನ್, ಮೈನೇ ಬಳಿಯ ಕೇಯನ್, ಒರೇಗಾನ್‌ನ ಸಾರ್ಟ್‌ವೆಲ್, ಓಹಾಯೋದ ಕ್ವಿನ್‌ಲ್ಯಾಂಡ್, ವರ್ಜೀನಿಯಾ ಮುಂತಾದೆಡೆಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಮೇಳಗಳು ವಿಶ್ವ ಪ್ರಸಿದ್ಧಿ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ 'ಗಿಲ್ ರಾಯ್' ಉತ್ಪನ್ನ ನೋಡಲು ದೇಶ-ವಿದೇಶಗಳಿಂದ ಪ್ರವಾಸಿಗರು ಮುಗಿದುಬರುತ್ತಾರೆ.

**ಪುಟ್ಟ ಪೇಟೆಯ ಉತ್ಪನ್ನ**

ಗಿಲ್ ರಾಯ್ ಅಮೆರಿಕಾದ ಕ್ಯಾಲಿಫೋರ್ನಿಯಾ ರಾಜ್ಯದ ಸಾಂಟಾಕ್ಲಾರಾ ಕೌಂಟಿ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿರುವ ಪುಟ್ಟ ಊರು. ಇಲ್ಲಿ ಕೃಷಿಗೆ ಪ್ರಥಮ ಪ್ರಾಶಸ್ತ್ಯ. ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಕೃಷಿ ಪ್ರಮುಖವಾದುದು. ಕ್ಯಾಲಿಫೋರ್ನಿಯಾದ ಸಾಂಟಾಕ್ಲಾರಾದಿಂದ

ಸುಮಾರು 38 ಮೈಲು ದೂರದಲ್ಲಿರುವ ಗಿಲ್ ರಾಯ್ ನಲ್ಲಿರುವುದು ಸುಮಾರು 60 ಸಾವಿರ ಜನಸಂಖ್ಯೆ. ಈ ಊರನ್ನು 'ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಜಗತ್ತಿನ ರಾಜಧಾನಿ' ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಕೃಷಿ ತೋಟಗಾರಿಕೆ ಮೊದಲಾದವುಗಳನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸುವ ಜೊತೆಗೆ ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಪೂರ್ಣ ದಿನವನ್ನು ಮೋಜಿನಿಂದ ಕಳೆಯಬಹುದಾದ ಉದ್ಯಾನವಿದೆ. ಇಲ್ಲಿನ ಹಲವಾರು ಐತಿಹಾಸಿಕ ಕಟ್ಟಡಗಳು, ಉದಾಹರಣೆ ಗೃಹಗಳು, ಅಂಗಡಿಗಳು, ದ್ರಾಕ್ಷಿ ತೋಟಗಳು, ದ್ರಾಕ್ಷಾರಸ ಉತ್ಪಾದನಾ ಘಟಕಗಳು ಆಕರ್ಷಣೀಯ. ಇದು ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಪಟ್ಟಣವಾದರೂ ಮೂಲ ಸೊಗಡನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಇಲ್ಲಿನ ಸ್ಥಳೀಯ ಆಡಳಿತ ಹಾಗೂ ನಾಗರಿಕರು ತುಂಬ ಮುತುವರ್ಜಿ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಊರಿನ ಪಶ್ಚಿಮಕ್ಕೆ 'ಸಾಂಟಾಕ್ಲಾರಾ' ಗುಡ್ಡಗಳಿದ್ದು, ಅಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಖಾಸಗಿ ಒಡೆತನದ ದ್ರಾಕ್ಷಿ ತೋಟಗಳಿವೆ. ಇದು ಮೂಲನಿವಾಸಿಗಳ ನಾಡಾಗಿದ್ದು, ವಿದೇಶಿಯರ ಆಗಮನದ ಅನಂತರ ಕೆಲವೇ ಕೆಲವು ಸ್ಕ್ವೇಟ್ ಜನರ ಒಡೆತನದಲ್ಲಿತ್ತು. 1848ರಲ್ಲಿ ಸಿಯೇರಾ ನೇವಡಾ ಪ್ರಾಂತ್ಯದಲ್ಲಿ ಚಿನ್ನದ ಅದಿರು ಸಿಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಸುದ್ದಿಯಿಂದ ಈ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ವಿದೇಶೀಯರು ಮುಗಿದಿದ್ದು ಅವರಿಂದಲೇ ತುಂಬುಮೋಯೆತು. ಆದರೂ ಗಿಲ್ ರಾಯ್ ತನ್ನ ಮೂಲ ಕೃಷಿಯನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡುಬಂದಿದೆ. 1920ರ ಸುಮಾರಿಗೆ 'ಕಿಯೋಷಿ ಜಿಪ್ಪಿ ಹಿರಾಸಾಕಿ' ಎಂಬವರು ಇಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಕೃಷಿಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಅನಂತರ ಈ ಊರು ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಉತ್ಪಾದನೆಯಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಹೆಸರು ಮಾಡಿತು.

**ಹೀಗಿದೆ ಉತ್ಪನ್ನದ ಕಥೆ**

1979ರಲ್ಲಿ ಆರಂಭವಾದ 'ಗಿಲ್ ರಾಯ್' ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಉತ್ಪನ್ನ 2019ರ ವರೆಗೂ ಪ್ರತಿವರ್ಷವೂ

ನಡೆದುಕೊಂಡು ಬಂತು. ಈ ಪಟ್ಟಣದ 'ಕ್ವಿನ್ಸ್ ಹಿಲ್ ಪಾರ್ಕ್' ಎಂಬಲ್ಲಿ ಈ ಉತ್ಪನ್ನ ನಡೆಯುತ್ತಿತ್ತು. 2020ರಲ್ಲಿ 'ಕೋವಿಡ್' ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ಪನ್ನ ನಡೆಯಲಿಲ್ಲ. 2021ರಲ್ಲಿ ಮೊದಲೇ ಬೇಡಿಕೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದ್ದ ತಿನಿಸುಗಳನ್ನು ವಾಹನಗಳಲ್ಲಿಯೇ ತಂದು ಕೆಳಗೆ ಇಳಿಸದೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವಂಥ 'ಡೆವ್ ಫ್ರೋ' ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಲಾಯಿತು. 2019ರಲ್ಲಿ 'ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಮೇಳ' ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾಗ (ಜುಲೈ 28) ಬಂದೂಕುದಾರಿಯೊಬ್ಬ ಜನರಮೇಲೆ ಗುಂಡಿನ ಮಳೆಗರೆದಿದ್ದ, ಆ ಘಟನೆಯಲ್ಲಿ ಮೂವರು ಮೃತವಟ್ಟು, 12 ಜನರು ತೀವ್ರವಾಗಿ ಗಾಯಗೊಂಡರು. ಬಳಿಕ ಆಡಳಿತವು ಉತ್ಪನ್ನದ ಆಯೋಜನೆಗೆ ಹಲವಾರು ಸುರಕ್ಷಾ ಮಾನದಂಡಗಳನ್ನು ಹೇರಿದೆ. ಕೆಲವು ನಿರ್ಬಂಧಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಕಠಿಣವಾಗಿದ್ದರಿಂದ ಪ್ರಾಯೋಜಕರು 'ಗಿಲ್ ರಾಯ್', 'ಗಾರ್ಲಿಕ್ ಫೈವಲ್' ಅಸೋಸಿಯೇಶನ್ ಉತ್ಪನ್ನವನ್ನು ಅನಿರ್ದಿಷ್ಟಾವಧಿಗೆ ಮುಂದೂಡಿದರು. ಹಾಗಾಗಿ 2022, 2023 ಮತ್ತು 2024ರಲ್ಲಿ 'ಗಿಲ್ ರಾಯ್' ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಉತ್ಪನ್ನ ನಡೆಯಲಿಲ್ಲ.

1979ರಲ್ಲಿ 'ಗಿಲ್ ರಾಯ್' ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಹೆಚ್ಚು ಅರಂಭವಾಗುವುದಕ್ಕೂ ಒಂದು ಹಿನ್ನೆಲೆಯಿದೆ. ಅಲ್ಲಿನ ಗಾರ್ಲಿಕ್ ಕಾಲೇಜಿನ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿದ್ದ ರುಡಾಲ್ಫ್ ಜೆ ಮೆಲೋನೆ ಅವರು ಫ್ರಾನ್ಸ್ ದೇಶದ ಒಂದು ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳ್ಳುಣಿಯನ್ನು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಬೆಳೆಯಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಹಾಗೂ ಅಲ್ಲಿ ಅದರ ಹೆಚ್ಚುವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುವುದನ್ನು ಕಂಡು ಆಚ್ಛರಿಗೊಂಡು 'ತಮದು ವಿಶ್ವದ ಬೆಳ್ಳುಣಿ ನಗರ' ಎಂದು ಅಲ್ಲಿನ ಜನರು ಹೆಮ್ಮೆಪಡುತ್ತಿದ್ದಂತೆ. ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಅಲ್ಲಿಗಿಂತಲೂ 'ಗಿಲ್ ರಾಯ್' ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದ್ದರು. ಫ್ರಾನ್ಸ್ ಹಳ್ಳಿಯಿಂದ ಉತ್ತೇಜಿತರಾದ ರುಡಾಲ್ಫ್ ಅವರು 'ಗಿಲ್ ರಾಯ್' ಜಿಲ್ಲೆಯೂ ಅಂಥ ಉತ್ಪನ್ನವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಅಲ್ಲಿಂದ 2019ರ ವರೆಗೂ ಪ್ರತಿವರ್ಷವೂ ಉತ್ಪನ್ನ ನಡೆಯಬಂತು. ಉತ್ಪನ್ನದ ಮೂರು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಅಧಿಕ ಜನರು ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. 'ಗಿಲ್ ರಾಯ್' ಉತ್ಪನ್ನವು ನಡೆಯದ ಅನಂತರದ ಮೂರು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾಲಿಫೋರ್ನಿಯಾ 'ಗಾರ್ಲಿಕ್ ಫೈವಲ್' ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಆಯೋಜಕರು 'ಸ್ವಾನ ಹಾಕಿಲಿಸ್ ಫೇರ್ ಗೌಂಡ್' ಎಂಬಲ್ಲಿ ಉತ್ಪನ್ನವನ್ನು ನಡೆಸಿದರು. 2024ರಲ್ಲಿ ಕಾರಣಾಂತರಗಳಿಂದ 'ಲಾಸ್ ಬಾನೋಸ್' ಎಂಬಲ್ಲಿ ಉತ್ಪನ್ನವನ್ನು ನಡೆಸಲಾಯಿತು. ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಮೇಳದಲ್ಲಿ ಬಂದ ಹಣವನ್ನು ಕೆಲವು ಸೇವಾ ಮಿಗತಿ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಗೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಹಣವನ್ನು ಬೆಳ್ಳುಣಿ ಬೆಳೆಯ ಸಂಶೋಧನೆ ಹಾಗೂ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೂ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆಯೋಜಕರ ವರವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವವರೆಲ್ಲರೂ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು. 2025ರ ಹೆಚ್ಚು ಜುಲೈ 25ರಿಂದ 27ರ ವರೆಗೆ 'ಗಿಲ್ ರಾಯ್ ಗಾರ್ಡನ್ ಫೆಸ್ಟಿವಲ್ ಫೀಮ್ ಪಾರ್ಕ್' ಎಂಬಲ್ಲಿ ನಡೆಯಿತು. (ಸ್ಥಳೀಯ ಆಡಳಿತವು ಹೇರಿದ ನಿರ್ಬಂಧದಿಂದಾಗಿ ದಿನವೊಂದಕ್ಕೆ ಕೇವಲ ಮೂರು ಸಾವಿರ ಪ್ರವೇಶಪತ್ರಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ನೀಡಲಾಗಿದ್ದು, ಎಲ್ಲ ದಿನಗಳ ಪ್ರವೇಶಪತ್ರಗಳೂ ಉತ್ಪನ್ನದ ಆರಂಭಕ್ಕೂ ಒಂದು ತಿಂಗಳು ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಮಾರಾಟವಾದವು.)



ವಯಸ್ಸಾದ ಗಾಯಗೊಂಡ ಅನಾಥ ಹಸು- ಎತ್ತುಗಳ ಆರೈಕೆಗಾಗಿ ವೃದ್ಧಾಶ್ರಮದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಾಚರಿಸುವ ಗೋಶಾಲೆಗಳ ಸ್ಥಾಪನೆಯ ಹಿಂದೆ ಭಾರತೀಯ ಸನಾತನ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಜೀವಪರ ಕಾಳಜಿ ಬಹುಮುಖ್ಯ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸಿದೆ. ಇವುಗಳಿಗೂ ಮಠಮಾನ್ಯಗಳ ಗೋಶಾಲೆಗಳಿಗೂ ಎಷ್ಟೋ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಿವೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಪ್ರಪ್ರಥಮ ಗೋಶಾಲೆ ಆರಂಭವಾದುದು ಎಂದು? ಇಂಥ ಗೋ-ಆಶ್ರಮಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆ ಹೇಗೆ? ಸರ್ಕಾರವೇ ನಡೆಸುವ ಕೆಲವು ಗೋಶಾಲೆಗಳ ಅವಸ್ಥೆ ಹೇಗಿದೆ? ಇಲ್ಲಿದೆ ಒಂದು ನಿಕಟನೋಟ...

# ಗೋಶಾಲೆ: ಅಂದು-ಇಂದು

**ಗೋಶಾಲೆ**, ಗೋಧಾಮ, ಗೋರಕ್ಷಣೆ, ಗೋ ಸಭಾ, ಗೋವಟಕಾ, ಕಂದ ಹೌಸ, ಗೋರಕ್ಷಕ ಧಾಮ, ಓಂಜಾಪೋಲ್ (ಬೋನು ಮಾದರಿಯ ಆಶ್ರಯ)... ಹೀಗೆ ಹೆಸರುಗಳು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಆದರೂ ಉದ್ದೇಶ ಒಂದೇ. ವಯಸ್ಸಾದ ಮೇಲೆ ಯಾಂಗೂ ಬೇಡವಾಗಿ ಮನೆಗೊಂದ/ಭಾರ್ಮಗೊಂದ ಬೀದಿಗಟ್ಟುಟ್ಟು ಅನಾಥವಾದ ಬೀದಿ ಹಸುಗಳಿಗೆ, ಎತ್ತುಗಳಿಗೆ, ಕಾಯಿಲೆಗೊಳಗಾದ ಗಾಯಗೊಂಡ, ಬಲಹೀನ, ಅಂಗವಿಕಲ ದನಗಳಿಗೆ, ಅನಾಥ ಕರುಗಳಿಗೆ ಉಚಿತ ವಸತಿ, ಆಹಾರ, ನೀರು, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ ಪಾಲನೆ-ಫೋಷಣೆ ಒದಗಿಸುವ ಆಶ್ರಯಧಾಮಗಳೇ ಗೋಶಾಲೆಗಳು. ಸಹಜ ಸಾವಿನ ಅನಂತರವೂ ಆಶ್ರಯ ಗೌರವಯುತ ಬೀಳ್ಕೊಡುಗೆ ನಮ್ಮ ಹಿಂದೂ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಇದೊಂದು ಧಾರ್ಮಿಕ ಕಾರ್ಯ.

ಈ ಹಿಂದೆ ಹಸು/ಎತ್ತುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವೃಜನೀಯ ಭಾವನೆ ಇತ್ತು. ಅವು ಮನೆಗಳ ಸದಸ್ಯರಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದ್ದವು. ಕಾಲಕ್ರಮೇಣ ಜನರ ಮನಬಿಟ್ಟಿ ಬದಲಾಯಿತು. ಮಾನವೀಯತೆ ಮರೆಯಾಯಿತು. ವಯಸ್ಸಾದ ಹಸು ಎತ್ತುಗಳು ಬೀದಿ ಪಾಲಾದವು. ಕಸಾಯಿಖಾನೆಗಳ ಪಾಲಾದವು. ಕಸಾಯಿಗಳಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಕಾಪಾಡಲು ಗೋಶಾಲೆಗಳು ಹುಟ್ಟಿ ತೊಂದರೆ. ಕೊತೆಕೊತೆಗೆ ಗೋವುಗಳ ಶಾಪಘೋ, ಕಾಕತಾಳಯಘೋ ಎಂಬಂತೆ ಮನೆಯ ಹಿರಿಯರೂ ತಮ್ಮ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಂದ, ಮನೆಗಳಿಂದ ಹೊರದೂದಲಡುವ ವಸ್ತಿಯೆ ಒದಗಿ ಬಂದು ವೃದ್ಧಾಶ್ರಮಗಳು ಕೂಡ ನಾಯಿಹೊಡೆಗಳಂತೆ ಹುಟ್ಟಿ ತೊಳೆತೊಡಗಿವೆ.

ದೈರಿ ಭಾರ್ಮಗಳೂ ಗೋಶಾಲೆಗಳೂ ಒಂದೇ ಅಲ್ಲ. ದೈರಿ ಭಾರ್ಮ ಒಂದು ಲಾಭದಾಯಕ ಉದ್ಯಮ. ಅಲ್ಲಿ ಹಸುಗಳೆಂದರೆ ಹಾಲು ಕರೆಯುವ ಸಜೀವ ಯಂತ್ರಗಳು. ಹಾಲು ಕರೆದರಷ್ಟೇ ಹಸುಗಳಿಗೆ ಬೆಲೆ, ಆರೈಕೆ. ಅವು ಹಾಲು ಕರೆಯುವುದು ನಿಲ್ಲಿಸಿದರೆ, ಮುದಿಯಾದರೆ ಬೀದಿಹಾಲು. ಗೋಶಾಲೆಗಳ ಉದ್ದೇಶ ಇದಕ್ಕಿಂತ ಭಿನ್ನ.

**ಗೋಶಾಲೆ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ**  
ಬಹು ಹಿಂದಿನಿಂದಲೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಗೋಶಾಲೆ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿದೆ. ಹಿಂದೆಲ್ಲಾ ರೈತರು,

ಸ್ಥಿತಿವಂತರು, ಧಾರ್ಮಿಕರು ಮಠಗಳ ಗೋಶಾಲೆಗಳಿಗೆ, ಗೋಘಾಟೆ, ಪೂಜಾಕ್ರಿಯೆ, ಹಾಲು, ಸೇನೆ, ಗಂಜಲಕ್ಕಿಂದು ಹಸುಗಳನ್ನು ದಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವುಗಳಿಂದ ಗೋದಂತತಿಯೂ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿತ್ತು. ಅವುಗಳಿಗೆ ತ್ರೀತಿ, ಪ್ರೇಮ, ಗೌರವ ಎಲ್ಲವೂ ಸಿಗುತ್ತಿತ್ತು. ಅವು ಮುದಿಯಾದರೂ ಹಾಲು ಕರೆಯುವುದು ನಿಲ್ಲಿಸಿದರೂ ಅವುಗಳಿಗೆ ಹಿಂದಿನಷ್ಟೇ ಆರೈಕೆ ಸಿಗುತ್ತಿತ್ತು. ಅವು ಗತಿಸಿದರೂ ಗೋಶಾಲೆಯ ಆವರಣದಲ್ಲೇ ಗೌರವಯುತವಾಗಿ ಮಣ್ಣು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಈಗಲೂ ಇದೇ ಪರಂಪರೆ ಮಠ-ಮಂದಿರಗಳಲ್ಲಿ ಜೀವಂತವಿದೆ. ಈ ಗೋಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ಯಾವ ಹಸುವೂ ಬೀದಿಹಾಲಾಗಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅನಾಥಾತ್ಮಮೂಲವದ ಗೋಶಾಲೆಗಳು ಇದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಭಿನ್ನ.

ಗೋರಕ್ಷಕ ಗೋಶಾಲೆಗಳ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ಎನ್ನು ಸಾವಿರ ವರ್ಷಗಳಷ್ಟು ಹಿಂದಿನದು. ಋಗ್ವೇದದಲ್ಲಿ 'ಅಘ್ನಾ', ಅರ್ಹಾಸ ಸಾಯಿಸಲೇಬಾರದ ಜೀವ ಗೋಮಾತೆ ಎಂಬ ವರ್ಣನೆಯಿದೆ. ಯಜುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಗೋವಿಗೆ ಸರಿಸಮಾನವಾದ ಜೀವ ಮತ್ತೊಂದಿಲ್ಲ; ಗೋವನ್ನು ನಾಯುವವರಗೂ ಗೌರವದಿಂದ ಪೋಷಿಸಬೇಕು ಎಂಬ ಕಿವಿ ಮಾಡಿದೆ. ಅಥರ್ವವೇದದಲ್ಲಿ ಗೋವು ಇರುವ ತಾಣ ಸಮೃದ್ಧಿಯ ಗೃಹ ಎಂಬ ವಿವರಣೆ ಇದೆ.

**ಗೋರಕ್ಷಕ ಅಂದೋಲನ**  
ಗೋವಧೆಗೆ ಈ ಹಿಂದಿನಿಂದಲೂ ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಎರೋಧ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುತ್ತಿದ್ದರೂ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಗೋರಕ್ಷಣೆ ಅಂದೋಲನ ಆರಂಭವಾದದ್ದು, ಗೋರಕ್ಷಕ ಧಾರ್ಮಿಕ ದತ್ತಿ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿದ್ದು 1880ರಲ್ಲಿ; ಅಂದಿನ ವಂಜಾಬ್ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ. 1880ರಿಂದ 1893ರವರೆಗಿನ 13 ವರ್ಷಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ 35 ಸಾವಿರಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಜನರಿಂದ ಅತಿ ಶೇಖರಿಸಿ ಆದನ್ನು ಮಾರಿ ಒಂದ ಹಣವನ್ನು ನೂರಾರು ಗೋಶಾಲೆಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ ಅನಾಥ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಹಸುಗಳಿಗೆ ಆಶ್ರಯ ಕಲ್ಪಿಸಿ ಅವುಗಳ ಪಾಲನೆ-ಫೋಷಣೆಗೆ ಒಳಸಲಾಯಿತು. ಹಾಗೆಯೇ ಗೋವಧೆಯ ವಿರುದ್ಧ ಕಾನೂನು ತರಲು ಒತ್ತಾಯಿಸಿ ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಮನವಿ

□ ಡಾ. ಎಂ. ಸತ್ಯನಾರಾಯಣ ರಾವ್

ಸಲ್ಲಿಸಲಾಯಿತು. ಈ ಅಂದೋಲನ ಕ್ರಮೇಣ ಉತ್ತರ ಭಾರತದ ಇತರ ರಾಜ್ಯಗಳಿಗೂ ಹಬ್ಬಿತು.

ಅಂದಿನ ದಾಂಟಿಯಲ್ಲಿ 1834ರಲ್ಲಿ ಇಬ್ಬರು ಜಮೀನ್ದಾರ್ ಜೇಜಾಬಾಯ್ ಮತ್ತು ಅಮಿಚಂದ್ ಶಾ ಎಂಬ ವಾಗ್ದೋಷ್ಯಮಿಗಳು ಓಂಜಾಪೋಲ್ ಎಂಬ ಪ್ರಾಣಿ ವಸತಿ ಸಂಸ್ಥೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಬೀದಿನಾಯ, ಬೀದಿ ಹಂದಿಗಳನ್ನು ಸೆರೆಹಿಡಿದು 'ಓಂಜಾಪೋಲ್' ವಸತಿಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿಟ್ಟು ಸಾಕುವುದು ಈ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿತ್ತು. ಇದೇ ಮುಂದೆ ಗೋಶಾಲೆಯಾಗಿ ವರ್ತಮಾನಗೊಂಡಿತು. ಮೈಸೂರಿನಲ್ಲಿರುವ 'ಓಂಜಾಪೋಲ್' ಸಂಸ್ಥೆ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿರುವ ಗೋಶಾಲೆ ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದಲ್ಲೇ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಗೋಶಾಲೆಯಾಗಿದ್ದು, ಇಲ್ಲಿ 4,500 ಹಸುಗಳಿವೆ.

**ಗೋಶಾಲೆಗೆ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ರೂಪ**  
ಪ್ರಪ್ರಥಮ ಆಧುನಿಕ ಗೋಶಾಲೆ ಆರಂಭವಾದದ್ದು 1882ರಲ್ಲಿ, ಅಂದಿನ ಅನಿಭಜಿತ ಪಂಜಾಬ್ ರಾಜ್ಯ (ಇಂದಿನ ಹರಿಯಾಣ ರಾಜ್ಯ)ದ ರೇವಾರಿ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿ. ಈ ಗೋಶಾಲೆಯ ಹೆಸರು ಗೋರಕ್ಷಣೆ ಸಭಾ. ಇದನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದವರು ರಾವ್ ಯುದ್ಧಿಸ್ಕರ್ ಸಿಂಗ್ ಯಾದವ್. ಸ್ವಾಮಿ ದಯಾನಂದ ಸರಸ್ವತಿ (1824-1883) ಅವರ ಬೆಂಬಲ ಒತ್ತಾಯದೊಂದಿಗೆ ಆರ್ಯ ಸಮಾಜದ ಅಂಗವಾಗಿ ಆರಂಭವಾದ ಇದು ಮೊತ್ತ ಮೊದಲ ಸಂಘಟಿತ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಗೋಶಾಲೆ. ಬೀದಿ ಬೀದಿ ಅಲೆಯುತ್ತಿದ್ದ ವೃದ್ಧ, ಅನಾಥ ಹಸು- ಎತ್ತುಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದು ಗೋರಕ್ಷಣೆ ಸಭೆಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಅವುಗಳ ಪಾಲನೆ, ಫೋಷಣೆ, ನಿರ್ವಹಣೆ ಆರಂಭವಾಯಿತು.

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಇಡೀ ವಿಶ್ವದಲ್ಲೇ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಮಟ್ಟದ ಪ್ರಪ್ರಥಮ ಗೋಶಾಲೆ ಆರಂಭವಾದದ್ದು ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 17, 1993ರಲ್ಲಿ -ರಾಜಸ್ಥಾನದ ಸಂಚೋಲ್ ಜಿಲ್ಲಾ ಮಲ್ಲಾಳ್ಕೆ 14 ಕಿ.ಮೀ. ದೂರದಲ್ಲಿರುವ 'ಪಠ್‌ಮೇಡಾ' ಎಂಬ ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ. ಇದರ ಹೆಸರು 'ಶ್ರೀ ಗೋದಾಮ್ ಮಹಾಕೀರ್ತ ಪಠ್‌ಮೇಡಾ ಗೋಶಾಲಾ'. ಇದು ಶ್ರೀ ದತ್ತಶರಣಾನಂದಜೀ ಮಹಾರಾಜ್

ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲಕರು ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯದ ಬ್ರಹ್ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದ. 200 ಎಕರೆ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಹರಡಿರುವ ಈ ಗೋಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಅಧಿಕ ದನಗಳು ಆಶ್ರಯ ಪಡೆದಿವೆ.

ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮಸ್ಥಳದ ಸಮೀಪ 2024ರಲ್ಲಿ ಎತ್ತರದಲ್ಲೇ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ, ವಿಸ್ತಾರವಾದ ಗೋಶಾಲೆ ಆರಂಭವಾಯಿತು. ಈ ಗೋಶಾಲೆಯ ಹೆಸರು 'ಗೋ ವ್ಯಾಲಿ.' ಎಸ್ಟೇಟ್ 625 ಎಕರೆ, 'ಸುಧಾ ಸೊಸೈಟಿ ಫೌಂಡೇಶನ್', 'ಶುಭಾ ಮಲಿ ಸ್ಥಳಾಂಶ ಹ್ಯಾಬ್ಸಲಾ' ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಇದರ ನಿರ್ವಹಣೆ. ಅನಾಥ ನಿರಾಶ್ರಿತ ಹಸುಗಳಿಗೆ ಆಶ್ರಯ, ಮೇವು, ನೀರು, ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಸಂರಕ್ಷಣೆ ಒದಗಿಸುವುದು ಇದರ ಉದ್ದೇಶ. ಗೋವೇದನಾ ಆಸಕ್ತರು ಈ ಗೋಶಾಲೆಯ ಹಸು ಎತ್ತುಗಳನ್ನು ದತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅವುಗಳ ವೆಚ್ಚ ಭರಿಸಬಹುದು.

**ಸಾವಿರಾರು ಗೋಶಾಲೆಗಳು!**

ಧಾರಕ ಸರಕಾರದ ಮೀನುಗಾರಿಕೆ, ಪಶುಸಂಗೋಪನೆ, ಪೈನುಗಾರಿಕೆ ಸಚಿವಾಲಯದ 2023 ಜುಲೈ ವರದಿಯ ಪ್ರಕಾರ ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ 7,676 ನೋಂದಾಯಿತ ಗೋಶಾಲೆಗಳಿವೆ. ಆದರೆ ಒಂದು ವರದಿಯ ಪ್ರಕಾರ ಇವುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ 16 ಸಾವಿರಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ 12 ಸಾವಿರಕ್ಕೂ ಅಧಿಕ ಗೋಶಾಲೆಗಳನ್ನು ಕೃಷಿ ಸಮುದಾಯ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಅನಾಥ ಹಸು - ಎತ್ತುಗಳ ವಚಿ, ಮೇವು, ನೀರು, ಔಷಧೋಪಚಾರ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ಧರ್ಮ ದೈವಗಳ ಮಹಿಳೆ, ದೇವಸ್ಥಾನಗಳ ಕೊಡುಗೆ ದೊಡ್ಡದು. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯ ವರದಿಯ ಪ್ರಕಾರ ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿನ ಗೋಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಶೇಕಡಾ 11ರಷ್ಟು ಗೋಶಾಲೆಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕೃಷಿ ಸಂಸ್ಥೆ.

ಪಶು ಸಂಗೋಪನಾ ಇಲಾಖೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 227 ಗೋಶಾಲೆಗಳಿವೆ. ಇವು 33,800 ದನಗಳಿಗೆ ಆಶ್ರಯ ನೀಡಿವೆ. ಅಲ್ಲದೆ 30 ಸರಕಾರಿ ಗೋಶಾಲೆಗಳನ್ನು, ಇವುಗಳಲ್ಲಿ 14ರಲ್ಲಿ ದನಗಳೇ ಇಲ್ಲ! ಮಿಕ್ಕೆ 16 ಗೋಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಶೇಕಡಾ 811 ದನಗಳಿವೆ. ಇವುಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆಗಾಗಿ ಸರಕಾರ 30 ಕೋಟಿ ಖರ್ಚು ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಹಿಂದಿನ ಸರಕಾರ ಇನ್ನೂ 35 ಗೋಶಾಲೆಗಳ ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕೆ 17.5 ಕೋಟಿ ಮೀಸಲಿಡುವುದಾಗಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿತ್ತು. ಆದರೆ ಅನಂತರ ಬಂದ ಸರಕಾರ ಆ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಮೂಲೆಗಟ್ಟಿತು. ಸರಕಾರ ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲೂ ಬೀದಿ ಪಾಲಾಗುವ ದನಗಳಿಗೆ ಕೊಟ್ಟುಗಳ ನಿರ್ಮಾಣ ಹಾಗೂ ಅವುಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಹಣ ನೀಡಿದೆ.

**ಮಹಾ ಗೋಶಾಲೆಗಳು**

- ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿರುವ ಕೆಲವೊಂದು ಗಮನಾರ್ಹ ಮಹಾ ಗೋಶಾಲೆಗಳೆಂದರೆ:
- ಕೃಷ್ಣಧರ್ಮ ಗೋಶಾಲಾ (ಗುಜರಾತ್): 20ಸಾವಿರಕ್ಕೂ ಅಧಿಕ ದೇವಿ ಹಸುಗಳಿವೆ.
  - ದಿವ್ಯ ಜ್ಯೋತಿ ಹಾಗೂ ಸಂಸ್ಥಾನ ಕಾಮಧೇನು ಗೋಶಾಲಾ (ನೂರಾಮಹಲ್, ವಂಜಾಡ್).
  - ಗೋ ವ್ಯಾಲಿ (ಧರ್ಮಸ್ಥಳ ಸಮೀಪ, ಕರ್ನಾಟಕ).
  - ಶ್ರೀ ಪಥ್‌ಮೇಡಾ ಮಹಾಶೀರ್ಷ ಗೋಧಾಮ್ (ರಾಜಸ್ಥಾನ).



- ಗೋರಕ್ಷಣಿ ಸಭಾ, ರೇವಾಂ (ಹರ್ಯಾನ್).
- ಭಾರತೀಯ ಗೋರಕ್ಷಣಿ ದಳ (ಪ್ರಧಾನ ಕೇಂದ್ರ ದೆಹಲಿ.) ಇದರ ಶಾಖೆಗಳು ಹರ್ಯಾನ್, ಉತ್ತರ ಪ್ರದೇಶ, ರಾಜಸ್ಥಾನ, ಛತ್ತೀಸ್‌ಗಢಗಳಲ್ಲಿವೆ.
- ಕೃಷ್ಣಧರ್ಮ ಗೋರಕ್ಷಣಿ (ಹರಿದ್ವಾರ). 2,100ಕ್ಕೂ ಅಧಿಕ ಕಲ್ಬರಿ ಹಸುಗಳಿವೆ.
- ಒಸಿ ಗಿರ್ ಗೋಶಾಲಾ (ಗುಜರಾತ್).
- ಕಾಮಧೇನು ಗೋಶಾಲಾ (ದೆಹಲಿ) - ಎಂಟು ಎಕರೆ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 3,400 ಹಸುಗಳಿವೆ.
- ಶ್ರೀ ಮಾತಾಜಿ ಗೋಶಾಲಾ, ಬರ್ನಾನ್, ಮಥುರಾ. 250 ಎಕರೆ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ 65 ಸಾವಿರಕ್ಕೂ ಅಧಿಕ ಅನಾಥ, ಅಂಗವಿಕಲ, ದನಸರುಗಳು ಆಶ್ರಯ ಪಡೆದಿವೆ.

ಇಲ್ಲಿ ಹಸುಗಳಿಗೆ ವಚಿ, ಆಹಾರ, ನೀರು, ಔಷಧಿ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಎಲ್ಲವೂ ಉಚಿತ. ಹಸುಗಳಿಗಾಗಿಯೇ ಸೂಪರ್ ಸ್ಥಳಾಂಶ ಹ್ಯಾಬ್ಸಲಾಗಳಿವೆ. ಸೇವೆಯೇ ಇಲ್ಲಿನ ವರದಿ ಧರ್ಮ. ಇಲ್ಲಿನ ಅನಾಥ ಹಸುಗಳಿಗೆ ಡ್ರಾಗ್ಸ್‌ಮೆನ್‌ರು, ವಾನಿಗಳು ತಾವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಜನ್ಮ ದಿವ್ಯ ಮುದುವೆ ದಿವ್ಯ... ಹೀಗೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಸಂದರ್ಭಗಳಿಗೆ ನೆರವು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲಿನೇ ಒಂದು ಹಸುವನ್ನು ದತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅದರ ನಿರ್ವಹಣೆ ವೆಚ್ಚ ಭರಿಸುತ್ತಾರೆ. ದನಗಳು ಕೂಡ ಸಿಗಣಿ, ಗಂಜಲದ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ಈ ಮಹಾ ಗೋಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಲು ಕರೆಯುವ ಹಸುಗಳೂ ಇವೆ. ಅವುಗಳ ಹಾಲು, ಹಾಲು ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಮಾರಾಟವೂ ಆಗುತ್ತದೆ.

**ಆರ್ಥಿಕ ನೆರವು**

ಅನುಕ್ರಮಣ ಹಸುಗಳನ್ನು ಕನಾಯಿಪಾನಿಗೆ ಕಳುಹಿಸುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಧಾರಕ ಸರಕಾರ 2014ರಲ್ಲಿ 'ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಗೋಶಾಲಾ ಮಿಷನ್' ಸ್ಥಾಪಿಸಿತು. ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಘಟನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಹಸುಗಳಿಗೆ ಎತ್ತರದ ಧರ್ಮ ಕಲ್ಪಿಸುವುದೇ ಈ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿತ್ತು. ಧಾರಕ ಸರಕಾರ ಮೇ 2016ರಲ್ಲಿ ಗೋಶಾಲೆಗಳ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಮ್ಮೇಳನ ನಿರ್ವಹಿಸಿದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಗೋಶಾಲೆಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆಗಾಗಿ ನೀಡಿ ಆಯೋಗ ರಚನೆಯಾಯಿತು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಚಿಂತಕರ ಚಾವಡಿ ರಚನೆಯಾಯಿತು. ಗೋಶಾಲೆಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಆರ್ಥಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಪರಿಹಾರವಾಗಿ ಒಂದು ಮಾರ್ಗಸೂಚಿ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಲಾಯಿತು. ಗೋಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ಪಾದನೆಯಾಗುವ ಹಸುಗಳ ಸಿಗಣಿ, ಗಂಜಲಗಳನ್ನು ಮಾರಾಟ ಮಾಡಿ ಇದರ ಆದಾಯವನ್ನು ಹಸುಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಬಳಸುವುದು,

ಜನರಿಂದ ದೇಶಿಗೆ ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದು, ಒಂದೊಂದು ವಯೋವೃದ್ಧ ಗೋವನ್ನು ದತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಮುಂದೆ ಬರುವ ಧಾರ್ಮಿಕರಿಗೆ ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡುವುದು ಮುಂತಾದವು ಈ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರಿವೆ.

ಕೇಂದ್ರ ಸರಕಾರ 2014ರಿಂದ 2016ರ ವರೆಗಿನ ಎರಡು ವರ್ಷದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಗೋಶಾಲೆಗಳಿಗಾಗಿ 5.8 ದಶಲಕ್ಷ ರೂ. ಮಂಜೂರು ಮಾಡಿದೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ದೆಹಲಿ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿ ಲೇಖಾ ಗುಪ್ತಾ ಬೀದಿ ಹಸುಗಳ ಸಂರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ಸಕಲ ಸೌಕರ್ಯಗಳನ್ನು ಗೋಶಾಲೆಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು 2025-2026ರ ಬಜೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ 40 ಕೋಟಿ ರೂ. ಮೀಸಲಿಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಉತ್ತರ ಪ್ರದೇಶದ ಯೋಗಿ ಅಧಿಕಾರಿಗಳ ಅವರ ಸರಕಾರ ಎಂಟು ಇಲಾಖೆಗಳ ಮೇಲೆ ಗೋರಕ್ಷಣಾ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಲೇಖಾಚಾರದಡಿಯಲ್ಲಿ ಶೇ. 0.5 ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ವಿಧಿಸಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಬರುವ ಹಣವನ್ನು ಬೀದಿ ಹಸುಗಳಿಗಾಗಿ ಗೋಶಾಲೆಗಳ ನಿರ್ಮಾಣ ಹಾಗೂ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಉತ್ತರ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ 2019ರಲ್ಲಿ ಸರಕಾರಿ ದಾಖಲೆಗಳಲ್ಲಿ ತಮಾಷಾಗಾರವ ಒಟ್ಟು ಗೋಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ 510. ಪಂಜಾಬಿನ ಲೂಧಿಯಾನ ಮಹಾನಗರ ಪಾಲಿಕೆ 2021ರಿಂದ ಬೀದಿ ಹಸುಗಳ ಆಶ್ರಯ ಆರೈಕೆಗಾಗಿ ಪ್ರತಿವರ್ಷ ಗೋ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಲೇಖಾಚಾರದಲ್ಲಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಂದ 3.5 ಕೋಟಿ ರೂ. ವಸೂಲಿ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಅದರೂ ಲೂಧಿಯಾನಾ ನಗರದ ಬೀದಿಗಳಲ್ಲಿ ಅನಾಥವಾಗಿ ಅಡ್ಡಬರುವ ಹಸುಗಳಿಗೇನೂ ಕೊಡಕೆ ಇಲ್ಲ, ಬೃಹತ್ ಬೆಂಗಳೂರು ಮಹಾನಗರ ಪಾಲಿಕೆ (2024ರ ವರದಿ ಪ್ರಕಾರ) 1,466 ಬೀದಿ ಹಸುಗಳನ್ನು ಸೆರೆಹಿಡಿದು ಅವುಗಳ ಮಾರಾಟದಿಂದ 7.29 ಲಕ್ಷ ರೂ. ದಂಡದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ತೇವಿಸಿರಿದ್ದರೂ ಇನ್ನೂ 1,500ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಬೀದಿ ಹಸುಗಳು ಬೀದಿ ಬೀದಿ ಅಲೆಯುತ್ತಿವೆ ಎಂದು ಅಂದಾಜು.

ನಮ್ಮ ಜನರು ತಮ್ಮ ತಂದೆ -ತಾಯಿಯರಿಗೆ ಮನೆಯ ಹಿರಿಯ ನಾಗರಿಕರಿಗೆ ಸರಕಾರದಿಂದ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ವೇತನ ಆರೈಕಿಸುತ್ತಾರವೆ? ಮನೆಯ ಮುದಿ ಹಸುಗಳಿಗೆ ಕೂಡ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ವೇತನ ಸರಕಾರ ಕೊಡಬೇಕು ಎಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುವುದು ಅದೆಷ್ಟು ಸಮಂಜಸ? ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಹಸು, ಎತ್ತುಗಳನ್ನು ಪೋಷಿಸುವುದು ರೈತರ, ಪಶುವಾಲಕರ ಜವಾಬ್ದಾರಿ.

**ಪುಸ್ತಕ, ಸಾಹಿತ್ಯ ಎನ್ನುತ್ತ ಕೋಟಿಗಟ್ಟಲೆ ರೂಪಾಯಿ ವ್ಯಯವನ್ನು ತೋರಿಸುವ ಇಲಾಖೆಯ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಯಾತ್ರೆ ಪುಸ್ತಕ ಮನೆ ಯತ್ನ ತೊರಳುವುದಿಲ್ಲ? ಈ ಕಾಲಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನೆರವು ಸಿಕ್ಕರೆ ಪುಸ್ತಕ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯೊಂದನ್ನು ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಪರಿಚಯಿಸುವ ಅಂಕೇಗೌಡರ ಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಮಾನ ಸಿಕ್ಕಂತಾಗುತ್ತದೆ.**



**ಅಂಕೇಗೌಡರ - ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮೀ ದಂಪತಿ**

ಹಾಕಿ, ಬಂದವರ ಮುಂದೆ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನಿಡಬಹುದು. ನನ್ನ ಉದ್ದೇಶ ಅದಲ್ಲವಲ್ಲ, ಹಣದ ಹಿಂದೆ ಹೋಗೋನು ನಾನಲ್ಲ, ಅಂತರಂಗವಾಗಿ ಜಗತ್ತಿನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ತಲುಪಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಬಿಟ್ಟುಹೋದರೆ ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ."

**ಜ್ಞಾನಸಾಗರ**

ಕಾಮನುಗಳನ್ನು ಹಳೆಯದಾದ ಪುಸ್ತಕಗಳು, ಕೆಲವು ದೆಗೆಯುವವು ಶಿಕ್ಷಣಗಳನ್ನು. ಜೈನ ಸಾಹಿತ್ಯ, ಶರಣ ಸಾಹಿತ್ಯ, ದಾಸ ಸಾಹಿತ್ಯ, ಬೌದ್ಧ ಸಾಹಿತ್ಯ, ಪುರಾಣ, ಇತಿಹಾಸ ಗ್ರಂಥಗಳು, ಹಳಗನ್ನಡದ ಕೃತಿಗಳು, ಕಥಾ ಸಂಕಲನಗಳು, ಕಾವ್ಯ ಸಂಗ್ರಹಗಳು, ಕಾದಂಬರಿ, ಪ್ರಬಂಧ, ಆತ್ಮಚರಿತ್ರೆ, ನಾಟಕಗಳು, ಶಿಲ್ಪಕಲೆ, ಸಂಗೀತ, ದೈವತೀಯ, ತಾಂತ್ರಿಕ ವಿಷಯದ ಗ್ರಂಥಗಳು... ಹೀಗೆ ಯಾವುದುಂಟು. ಯಾವುದಿಲ್ಲ ಎಲ್ಲಾ ವಿಧದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪ್ರಕಾರಗಳ ಸಂಗ್ರಹಗಳು... ಇವೆಲ್ಲವೂ ಒಂದೇ ಸೂರಿನಡಿ! ಹಿಂದೂ, ಜೈನ, ಇಸ್ಲಾಂ, ಕ್ರೈಸ್ತ ಧರ್ಮಗಳ ಗ್ರಂಥಗಳು. ಜಾಲು ಸಾವಿರಕ್ಕೂ ಮಿಕ್ಕಿ ವಿಶೇಷತೆಗಳು.

"ಐಸೂರಕ್ಕೂ ಮಿಕ್ಕಿ ರಾಮಾಯಣ ಕೃತಿಗಳಿವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ 1785ರ ತೆಲುಗು ರಾಮಾಯಣ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಯಾಗಿ ಸೇರಿವೆ! ಗಾಂಧೀಜಿ ಕುರಿತು ಎರಡೂವರೆ ಸಾವಿರ ಕೃತಿಗಳಿವೆ. ಮೂರುಸಾವಿರಕ್ಕೂ ಮಿಕ್ಕಿ ಭಗವದ್ಗೀತೆ ಗ್ರಂಥಗಳಿವೆ. ಇವೆಲ್ಲಾ ಸದ್ಗುಣ ಭಾಷಾ ಸೊಗಸಿನ ಮಾದರಿಗಳು. ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿರುವವು ಸಂಪನ್ನೂಲ ಬೇರೆ ಯಾವ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಇರಲಾರದು" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಆಚಾರ್ಯರು ಸಾವಿರಕ್ಕೂ ಮಿಕ್ಕಿ ಅಂತಾರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ದ್ಯೂಗಜ್ಜಿನ್ ಗಳವರ! ಕನ್ನಡ, ತೆಲುಗು, ಹಿಂದಿ, ಆಂಗ್ಲ, ಮರಾಠಿ, ಬೈನೀಸ್... ಹೀಗೆ ಹತ್ತಾರು ಭಾಷೆಗಳ ಮಿಕ್ಕಿ.

ಹಳೆಯ ಪುಸ್ತಕಗಳಿಗೆ ಮರ್ತಮಾನದಲ್ಲೂ ಬೇಡಿಕೆಯಿದೆ. ಜತೆನಿಂದ ಕಾಪಿ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಾವಿರಾರು ರೂಪಾಯಿಗೆ ಮಾರಾಟವೂ

ಆಗಬಹುದು. ಈಗಂತೂ ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಆನ್‌ಲೈನ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಿವೆ. ಅಂಕೇಗೌಡರಲ್ಲಿರುವ ಕುರುನ ಕೃತಿಯನ್ನು ಐವತ್ತು ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿಗೆ ಯಾರೋ ಕೀಳದ್ದರಂತೆ. "ಗೌರವಧ್ವನಿ ಕೇಳೋಂದರೆ ಮತ್ತೆ ಸಿಗಲಾರದು. ಹಾಗಾಗಿ ಲೋಟಸ್" ಎಂದು ಕಿರುನಗೆ ಬೀರಿದರು.

**ಮುಕ್ತ ಪ್ರವೇಶ**

"ಇವರ ಪುಸ್ತಕ ಮನೆ ಯವನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಲು ಬರುವ ಮಂದಿ ಆನೇಕರು. ಸ್ವಲ್ಪದಲ್ಲೇ ಕುಳಿತು ಓದಲೆಂದೇ ಬರುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಸಣ್ಣದಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಶುಲ್ಕ ಪಾವತಿಸಬೇಕಿಲ್ಲ. "ಹಲವಾರು ಮಂದಿ ಓದಲು ಬರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ" ಎಂದು ದಕ್ಕೆ "ಸೋಮಾರಿಗಳು ಪುಸ್ತಕ ಓದಲ್ಲ ಸರ್" ಎಂದು ಕೆಣ್ಣು ಮಿಟ್ಟಿಸುತ್ತಾರೆ. ರಾಜ್ಯದ ನಾನಾ ಭಾಗಗಳಿಂದ ಸಂತೋಷದ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆಗಮಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಕನ್ನಡದ ಬಹುಶೇಷ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು ತಮ್ಮ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಪಾಂಡವಪುರದತ್ತ ಬರಲು ತೋರುತ್ತಾರಂತೆ.

"ಪಾಂಡವಪುರದಲ್ಲಿ ನಾನಿದ್ದರೆ ದಿವಸದ ಇಪ್ಪತ್ತನಾಲ್ಕು ಗಂಟೆಯೂ ಪುಸ್ತಕ ಮನೆ ತೆರೆದಿರುತ್ತದೆ. ಮಾತಿಗೆ ನಾನೂ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ" ಎನ್ನುವ ಅಂಕೇಗೌಡರು, "ಈ ಕಾಯಕವನ್ನು ಹಣ ಮಾಡುವ ದಂಧೆಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಲ್ಲ, ಮಾಡುವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಇದು ಪುಸ್ತಕ ಸೇವೆ. ನನ್ನ ಅನಂತರವೂ ಉಳಿಯಬೇಕು" ಎನ್ನುತ್ತಾ ಭಾವುಕರಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಘನ ನೋಡಿದಾಗ ಪುಸ್ತಕದ ರಾಶಿಗಳು ಕಣ್ಣಿಗೆ ರಾಚುತ್ತವೆ. ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕಾ ಮೋಡಿಬಿಟ್ಟು ಕಾರಣವನ್ನು ಅಂಕೇಗೌಡರು ಹೇಳದೆ ಬಿಡಲಿಲ್ಲ. "ಇವನ್ನೆಲ್ಲ ತುಂಬಿದೆಯೆ ಎನ್ನಲಿವೆಂದರೂ

ಅರುನೂರಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಪಾಟುಗಳು ಬೇಕು. ಆಗಲೋದನ್ನು ತಾ'ಕೆಣ್ಣೆಗೆ ಹೊಂದಿಸಲು ಕಷ್ಟ ಸರಸ್ಥಿ ಸೇವೆಯೆಂದು ದಾಣಿಗಳು ಮುಂದೆ ಬಂದರೆ ಸಂತೋಷ" ಎನ್ನುವ ಮುಖ ಒಂದೆಡೆ.

**ಮೋಹಾತಿತ ದಂಪತಿ**

ಗೌಡರ ಪತ್ನಿ ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮೀ ಅವರು ಗಂಡನ ಆಸಕ್ತಿಯ ಬೇಕನಾಶಕ್ಕೆ. "ಹುಟ್ಟು ಕೊನ ಬಟ್ಟಿಯ ಬದಲು ಹೊಸ ಪುಸ್ತಕ ತಂದರೆ ಅವಳೆಂದೂ ಗೊಣಗಾಟ ಮಾಡಿಲ್ಲ. ದಿನಾ ತರಲು ಮರೆತುಕೋಗಿ ಪುಸ್ತಕ ತಂದಾಗಲೂ ನಗುಮುಖದ ಸ್ವಾಗತ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಇದಕ್ಕಿಂತ ದೊಡ್ಡ ಭಾಗ್ಯ ಇನ್ನೇನು ಬೇಕು" ಇದು ಅಂಕೇಗೌಡರ ತತ್ವ ಭಾವ. ತಮ್ಮ ಪತ್ನಿಯ ಕಾಯಕವನ್ನು ಮನಸಾ ನೆನದು ಗೌರವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹತ್ತು ಲಕ್ಷ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಇವರಿಬ್ಬರೇ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದರೆ ನಂಬುತ್ತೀರಾ?

ಅಂಕೇಗೌಡರದು ತೀರಾ ಸರಳ ಬದುಕು. ಪುಸ್ತಕಗಳಿಗೆ ಪುಸ್ತಕ ಮನೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ. ಪುಸ್ತಕ ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಬದುಕಿನ ಮನೆ ಕೂಡ. ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಗಣಿಯ ಮುಕ್ಕಾಲು ಪಾಲು ಪುಸ್ತಕಗಳಿಗೆ ವಿನಿಯೋಗ. ಹತ್ತು ಸಾವಿರಕ್ಕೂ ಅಧಿಕ ಅಂಚೆಬೀಟಿಗಳು, ಹಳೆ ನಾಣ್ಯಗಳು, ನೋಟುಗಳು, ಗ್ರೀಟಿಂಗ್‌ಕಾರ್ಡುಗಳು, ಅಗ್ಗೆ ವಸ್ತುಗಳು ಪುಸ್ತಕಗಳಿಗೆ ಸಾಥ ನೀಡಿವೆ.

ವಿದ್ಯುಕ್ತ, ಮನೆವಾರ್ತೆ... ಹೀಗೆ ಎನ್ನಲಿವೆಂದರೂ ತಿಂಗಳಿಗೆ ನಲುಮತ್ತು ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿ ವೇಕ್ಷಣೆ ಬೇಕು. ಪಾಪಿಗೆ ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿದ್ದ ಕಾರಣ ನಿವೃತ್ತಿ ವೇತನವೂ ಇರಲಾರದೇನೋ. ಹೇಗೋ ಹೊಂದಾಣಿಸಿಕೊಂಡು ನಿಭಾಯಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಯಾರಲ್ಲೂ ದೇಹಿ ಅನ್ನದ ಸ್ವಾಧಿಮಾನ.

ಪುಸ್ತಕ, ಸಾಹಿತ್ಯ ಎನ್ನುತ್ತ ಕೋಟಿಗಟ್ಟಲೆ ರೂಪಾಯಿ ವ್ಯಯವನ್ನು ತೋರಿಸುವ ಇಲಾಖೆಯ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಯಾತ್ರೆ ಪುಸ್ತಕ ಮನೆಯತ್ತ ತೊರಳುವುದಿಲ್ಲ ಈ ಕಾಲಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನೆರವು ಸಿಕ್ಕರೆ ಪುಸ್ತಕ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯೊಂದನ್ನು ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಪರಿಚಯಿಸುವ ಅಂಕೇಗೌಡರ ಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಮಾನ ಸಿಕ್ಕಂತಾಗುತ್ತದೆ.

ಪುಸ್ತಕದ ಓದಿನಿಂದ ಜ್ಞಾನದ ವೃದ್ಧಿ ಅದು ಏಕಾಂಶಕಿರುವ ಸ್ನೇಹಿತ. ಪುಸ್ತಕ ಮತ್ತು ಅದರ ಓದಿನ ಸಮಿಯನ್ನುಂಥದಾಗಿ ನವಮಾಧ್ಯಮಗಳ ಭರಾಟೆ ಕೇಳಿಸದು! ಮೊಬೈಲ್ ಕೂಡ ಒಂದು ಪುಸ್ತಕ ಇದ್ದಂತೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿದೆ. ಸಾವಿರಗಟ್ಟಲೆ ಸುಂದು ಮೊಬೈಲ್ ಖರೀದಿಸಿದರೆ ಸಾಲದು, ಅದರಲ್ಲಿರುವ ತಂತ್ರಾಂಶಗಳ ಜ್ಞಾನವೂ ಬೇಕು. ಅಂಕೇಗೌಡರ ಪುಸ್ತಕ ಸಂಗ್ರಹ ಲಿಮ್ಯೂ ಡಾವಿಲೆ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾನಪಡಿಸಿದೆ.

ಅವರ ಪುಸ್ತಕ ದ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕೇಂದ್ರ ಸರಕಾರದ 'ವದತ್ತಿ' ಗೌರವವೂ ಸಂದಿದೆ. ಅವರಾಡಿದ ಮಾತು ಎಂದೂ ಮರೆಯಲಾರದು - "ಇಲ್ಲಿಗೆ ಕವಿಗಳು, ಸಾಹಿತಿಗಳು ಯಾಕೆ ಬರುತ್ತಾರೆ ಸರ್, ಹಿಂದಿನವರು ಏನು ಓದಿದರೋ ಅದರಂತೆ ಬರೆದರು. ಏನು ಬರೆದರೋ ಅದರಂತೆ ಬದುಕಿದರು. ಬದುಕಿದಂತೆ ಬರೆಯುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದರ ಇಂದು ಪ್ರಸ್ತುತ ಸಮಾಜವನ್ನು ಕಟ್ಟುತ್ತ ಉತ್ಕಟ ಆಶಯದ ಕವಿಗಳಲ್ಲ, ಸಾಹಿತಿಗಳಲ್ಲ."

# competition

## SUCCESS review

Digital  
Version  
also available

The **Industrial Relations Code (2020)** attempted to balance flexibility and security. It simplified dispute resolution, introduced provisions for fixed-term employment, and revised thresholds for prior Government approval in retrenchment. Supporters argue that this encourages firms to expand and generate employment, while critics fear dilution of workers' bargaining power.

The **Social Security Code (2020)** is particularly significant in India's context. For the first time, it recognised gig workers, platform workers and unorganised labour, providing a framework for social security benefits such as insurance, pensions, and maternity support. In an economy increasingly driven by digital platforms, this is a crucial step forward.

The **Occupational Safety, Health and Working Conditions Code (2020)** consolidated laws related to working conditions, health, and safety, aiming to ensure dignity and protection at the workplace while simplifying compliance.

### Impact And Concerns

While the intent behind labour reforms is widely acknowledged, their implementation has raised concerns. Trade unions argue that increased flexibility may weaken job security and collective bargaining rights. The rise of contract labour and fixed-term employment, if not adequately regulated, could exacerbate precarity.

Another concern relates to federalism. Labour is a subject in the Concurrent List, and effective implementation depends on State Governments framing rules and ensuring enforcement. Variations across States could lead to uneven outcomes.

Moreover, the success of labour reforms ultimately depends on addressing informality. Laws alone cannot formalise employment unless accompanied by incentives

for employers and awareness among workers. Without strong inspection mechanisms and grievance redressal systems, reforms risk remaining on paper.

### The Way Forward

The way forward lies not in viewing labour reforms as a binary choice between employers and workers, but as a collaborative framework for shared prosperity.

First, implementation must be prioritised. Clear rules, digital compliance systems, and transparent inspection mechanisms are essential. Technology can reduce inspector raj while improving accountability.

Second, social dialogue must be strengthened. Trade unions, employers, and Governments should engage constructively to build trust. Successful labour markets globally are characterised by negotiation, not confrontation.

Third, skill development and reskilling must complement labour reforms. As automation and Artificial Intelligence reshape work, continuous skill upgradation is essential to ensure employability and productivity.

Fourth, informal sector integration should be a central objective. Simplified registration, tax incentives, and access to credit can encourage small enterprises to formalise. Workers must be made aware of their rights and entitlements.

Fifth, gig and platform work regulation needs further clarity. While flexibility is inherent to such work, minimum standards of income security, health insurance and grievance redressal are necessary to prevent exploitation.

Finally, a human-centric approach must guide reforms. Labour is not merely a factor of production; it also represents dignity, livelihood and social stability. Economic efficiency must coexist with Constitutional values of justice, equality, and fraternity. CSR

## AGRICULTURE—THE MAINSTAY OF INDIAN ECONOMY

*"If agriculture goes wrong, nothing else will have a chance to go right"*, famously said Dr. M.S. Swaminathan, the father of Green Revolution in India. Agriculture has always occupied a central position in the Indian economy and society. From the early times of Indian Civilisation to the modern era, farming has shaped country's culture, livelihoods, food habits, and economic structure. Even today, despite rapid industrialisation, urbanisation, and the expansion of the service sector, agriculture continues to be the backbone of the Indian economy. It provides food security to a vast population, employment to millions, raw materials to industries, and stability to rural life. In a developing country like India, where economic growth must be inclusive and sustainable, agriculture remains not merely a sector but also a lifeline.

### Historical Roots

India's agrarian heritage dates back over five millennia. The mature form of the Bronze Age Indus Valley Civilisation (2600 BCE to 1900 BCE) flourished due to advanced agricultural practices, irrigation systems, and fertile river basins. Ancient Indian texts such as the Vedas

and Arthashastra emphasise agriculture as the foundation of prosperity. Seasonal cycles, monsoons, and harvests shaped Indian festivals, traditions, and social life.

During the medieval period, agriculture remained the primary source of revenue for kingdoms. However, under colonial rule, Indian agriculture suffered due to exploitative land revenue systems like the Zamindari system, commercialisation of crops, and neglect of irrigation. This led to stagnation, famines, and rural poverty. After Independence, agriculture emerged as a priority sector, as India faced severe food shortages and economic challenges. Thus, strengthening agriculture became essential for nation-building.

### Agriculture As A Source Of Livelihood

One of the most significant roles of agriculture in India is employment generation. Even today, a large proportion of India's population depends directly or indirectly on agriculture and allied activities such as dairy farming, poultry, fisheries, forestry and horticulture. For rural households, agriculture is not merely an economic activity but also a way of life passed down through generations.

Mahatma Gandhi famously remarked that “India lives in its villages”, highlighting the centrality of rural and agricultural life. The prosperity of villages depends largely on the health of agriculture. When agriculture thrives, rural employment increases, migration reduces, and social harmony is strengthened. Conversely, agricultural distress leads to unemployment, migration to cities and socio-economic instability.

## Share In National Income

Agriculture’s share in India’s GDP has been declining over the decades but remains significant. According to Economic Survey 2024-25 and related Government data, the agriculture and allied sectors contribute approximately 16-18% to India’s Gross Value Added (GVA) at current prices. The declining share does not reflect agriculture’s reduced importance but rather the growth of other sectors. Agriculture acts as a stabilising force during economic downturns.

Moreover, agricultural growth has a multiplier effect on the economy. Increased farm income raises demand for goods and services, stimulating growth in rural markets, small industries and the service sector. Thus, agriculture contributes indirectly to overall economic development.

## Agriculture & Food Security

Food security is one of the most critical contributions of agriculture to the Indian economy. Feeding a population of over 1.4 billion people requires a robust and resilient agricultural system. India’s success in achieving self-sufficiency in food grains is a remarkable achievement.

The Green Revolution of the 1960s and 1970s marked a turning point in Indian agriculture. With the introduction of high-yielding varieties, improved irrigation, fertilizers, and modern farming techniques, India transformed from a food-deficient nation to a food-surplus one. Wheat and rice production increased significantly, ensuring food availability and reducing dependence on imports.

## Role In Overall Growth

Agriculture and industry in India are deeply interconnected. Agriculture supplies raw materials to numerous industries, including textiles, sugar, jute, food processing, paper, leather and pharmaceuticals. The cotton textile industry, for example, depends heavily on agricultural output.

At the same time, industries support agriculture by providing inputs such as fertilisers, pesticides, farm machinery, irrigation equipment, and storage facilities. The development of agro-based industries in rural areas generates employment opportunities and promotes balanced regional development. Economist W. Arthur Lewis observed, “*The prosperity of industry is closely linked to the prosperity of agriculture in developing economies*”. Thus, agricultural growth is a prerequisite for sustainable industrial expansion.

Agriculture also plays a significant role in India’s foreign trade. Agricultural commodities such as rice, spices, tea, coffee, sugar, cotton, and marine products contribute substantially to export earnings. India is among the world’s leading exporters of rice and spices.



**Dr. RUTAM BISWAL**

First prize winner of  
CSR Essay Writing Contest 2026.

Dr. Rutam Biswal is Ph.D. in Materials Science from University of Allahabad, and M.Sc. in Chemistry from Banaras Hindu University, Varanasi. Hailing from Prayagraj, Uttar Pradesh, she loves drawing, painting and writing.

Exports not only earn foreign exchange but also provide better income opportunities for farmers. However, global competition, quality standards, and price volatility pose challenges. Strengthening infrastructure, storage, transportation and value addition is essential to enhance agricultural exports.

Agriculture is the foundation of rural development in India. Growth in agriculture leads to the development of rural infrastructure, education, healthcare, and local markets. It generates employment and reduces poverty, particularly in rural areas.

Nobel laureate Mr. Amartya Sen emphasises that “*Agricultural growth has a powerful effect on poverty reduction and human development*”. Thus, strengthening agriculture is essential for achieving inclusive growth, social justice and economic equality.

## Government Initiatives

Since Independence, the Indian Government has taken numerous initiatives to strengthen agriculture. Land reforms, expansion of irrigation, institutional credit, and minimum support prices were introduced to protect farmers’ interests.

In recent years, schemes such as Pradhan Mantri Kisan Samman Nidhi (PM-KISAN), Pradhan Mantri Fasal Bima Yojana, Soil Health Card Scheme, and investment in agricultural infrastructure aim to enhance farmers’ income and resilience. Digital platforms and direct benefit transfers have improved transparency and efficiency.

The focus has gradually shifted from production-centric policies to farmer income, sustainability and market access. This transformation reflects a more holistic approach to agricultural development.

## The Challenges

Despite its central role, Indian agriculture faces several challenges that threaten its sustainability:

**Fragmented Landholdings:** Most Indian farmers operate on small and marginal landholdings, limiting mechanisation and productivity. Fragmentation reduces economies of scale and income potential.

**Dependence on Monsoon:** A large portion of agriculture remains rain-fed, making it vulnerable to erratic monsoons and climate change. Droughts and floods frequently disrupt production.

**Low Productivity:** Productivity per hectare for many crops remains low compared to global standards due to inadequate technology, limited irrigation and insufficient extension services.

**Farmer Distress:** Rising input costs, price volatility, indebtedness and uncertain income have led to widespread farmer distress. This underscores the need for income security, fair pricing, and institutional support.

## The Way Forward

To sustain agriculture as the mainstay of the Indian economy, a comprehensive and forward-looking approach is essential:

★ **Crop Diversification:** Encouraging high-value and climate-resilient crops to enhance income and nutrition.

- ★ **Technological Adoption:** Promoting precision farming, digital platforms and modern techniques to improve productivity.
- ★ **Irrigation and Water Management:** Expanding irrigation coverage and promoting water-efficient practices.
- ★ **Market Reforms:** Strengthening agricultural markets, ensuring fair prices and reducing intermediaries.
- ★ **Climate-smart Agriculture:** Adopting sustainable practices to combat climate change.
- ★ **Farmer Education and Skill Development:** Training farmers in modern methods and financial literacy.

## Conclusion

Agriculture continues to be the backbone of the Indian economy, sustaining livelihoods, ensuring food security, supporting industries and fostering rural development. While India has made significant progress, the challenges confronting agriculture demand urgent attention and long-term commitment. The future of India's economic and social development depends largely on the strength and sustainability of its agricultural sector.

CSR

UASB LIBRARY

**Data has broken free of its traditional moorings and now serves oligopolistic capitalism and nationalist pretensions. The space for informed democratic choice has shrunk.**

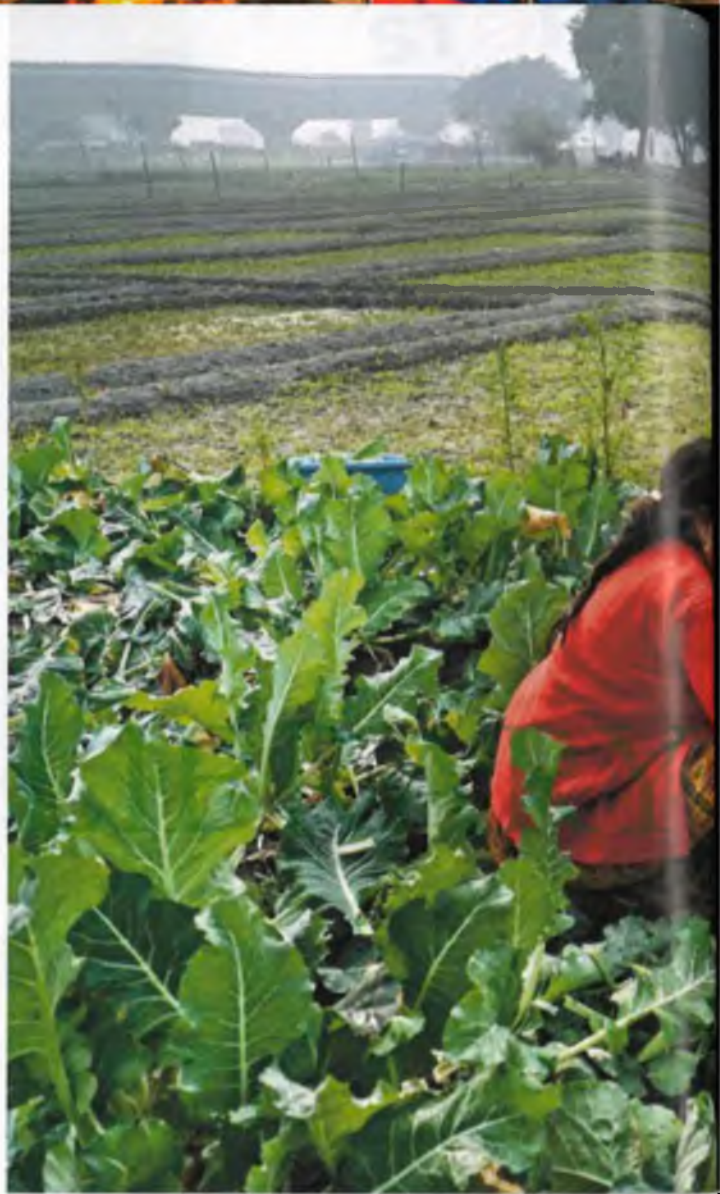
squeeze all other expenses to live in proximity to work or spend unaffordable time and money on commuting. All other expenditure is squeezed. India's housing crisis is an inequality crisis, and no, you will not see it in the data.

So, we have a resolution. If you want the true Indian story, ignore GDP growth rates. Focus instead on the persistent inequality that has lured the rich to exit the Indian economy. Focus especially on the severe unemployment of the mass of Indians, which prevents real wages from rising. The Indian market for mass consumer goods is small, and while investors often talk big to impress authorities, they have no incentive to walk their talk.

The government is entrenching the status quo. Just as tariff breaks for the consumption of the rich and corporate tax cuts fatten the rich, the new Labour Codes and changes to the former Mahatma Gandhi National Rural Employment Guarantee Act will weaken workers' bargaining power.

As Indian inequality has ballooned over the past quarter century, the presentation of macroeconomic data has been adapted to downplay the hardships and struggles of the poor and vulnerable. Instead, the data highlight and proclaim an emergent India, a story that the Indian elite, its global counterparts, and a compliant media are anxious to tell.

When statistics do not reflect lived reality, they cannot discipline power. Governments can proclaim high growth, low inflation, and low unemployment even as jobs are scarce, wages stagnate, and rents soar. Citizens, stripped of reliable mirrors of their own experience, are left with anger but little clarity to demand change. The media must stand up: it must, in the words of the journalist Margaret Sullivan, "give a voice to the voiceless and hold powerful people and institutions accountable". If the media do not



correct the narrative, who will?

The same process is visible in both India and the US, though at different stages. In India, the narrative fixates on dubious GDP growth, uses an irrelevant metric for assessing jobs deprivation, understates sky-high home rental costs, and fails to draw the line from mass stress to weak private investment. Politics is inevitably insulated from people's true needs.

In the US, data are abundant but increasingly distrusted, weaponised, or drowned in noise. "Alternative facts" proliferate, fuelling polarisation rather than accountability. The



American media is still stronger than India's in critiquing policy, but the slide towards aligning with official narratives—or letting them persist—is unmistakable.

Data have broken free of their traditional moorings and now serve oligopolistic capitalism and nationalist pretensions. The space for informed democratic choice has shrunk. Symbols and spectacle have displaced reasoned debate. Power has hijacked policy. Restoring democracy requires data rooted in lived experience. Only then will citizens regain their voice and agency.

Sadly though, in both India and the US, a

▼  
**Farmers weigh cauliflowers**

harvested from a field in New Delhi on February 1, 2025.

Agriculture continues to absorb surplus labour in India despite low productivity and seasonal work.

ARUN SANKAR/AFP

bad equilibrium has set in: a moral cul-de-sac. The elites are insulated and the media have chosen not to contest—and in fact to implicitly justify—the elitist policy drift.

Who can break this equilibrium? With the media unlikely to play their role, only the elite have the power to influence change. But this equilibrium suits them all too well. Herein lies the peril. ■

---



Ashoka Mody recently retired from Princeton University. He previously worked for the World Bank and the IMF. He is the author of *India is Broken: A People Betrayed, Independence to Today* (2023).



# ಯೋಜನಾ

ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮಾರ್ಗಪತ್ರಿಕೆ 1985ರಿಂದ ಪ್ರಕಟಿತ

योजना ಯೋಜನಾ योजना ಯೋಜನಾ YOJANA திட்டம் ஏதிர்தர தோனா ಯೋಜನೆ ಯೋಜನೆ ಯೋಜನೆ

ಹೆಸರು		ವಿಷಯ
	 ರುಜುತಾ ದಿವೇಶ್	

## ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳ ಸೂಕ್ತ ಬಳಕೆ

ರೈಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ಹಳೆಯ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಗಳನ್ನು ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮರಳಿ ಬಳಸಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳ ಬಳಕೆಯು ಇದೇ ರೀತಿ ಪುನರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಅದರ ಗುಣ ಲಕ್ಷಣಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾನೊಂದು ಪುಸ್ತಕವನ್ನೇ ಬರೆಯಬಹುದು. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು ಹೇರಳವಾಗಿವೆ. ನಾನಾಂಶ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದು ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆ ಅಂಶವನ್ನು, ಹಾಗೂ ರಕ್ತದೊತ್ತಡವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತವೆ. ತೂಕ ಇಳಿಸಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿವೆ. ನಿಮಗೆ ಈಗಾಗಲೇ ಆದರೆ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಇದನ್ನೇ ಮೈದಾ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹಿಂದೆ ಮೈದಾದಿಂದ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತಿದ್ದ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ - ಬಿಸ್ಕತ್ತು, ಕೀಳು, ಪ್ರೋಸೆ, ಸೂಡೆಲ್, ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಈಗ ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅದನ್ನು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಎಂದು ಬಳಸುವ ಮೂಲಕ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಆದರೆ ನಮಗೆ ಈಗ ತಿಳಿದಿರುವಂತೆ, ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ವೆಂದರೆ ಒಂದು ಅಂಶವನ್ನು ಮತ್ತೊಂದರಿಂದ ಬದಲಾಯಿಸುವುದಲ್ಲ. ಅದು ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಅದನ್ನು ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಆಹಾರಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದವಳಾಗಿ, ನಾನು ಪ್ರತಿದಿನ ಒಂದು ಊಟಕ್ಕೆ ಜೋಳದ ರೊಟ್ಟಿ ಅಥವಾ ಸಿರಿಧಾನ್ಯದ ರೊಟ್ಟಿ ತಿಂದು ಬೆಳೆದಿದ್ದೇನೆ. ಕೃಷಿ ಸಮುದಾಯಗಳಲ್ಲಿ, ಮರಾಠಿ ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜೋಳಕ್ಕೆ ಜೋಳದ ರೊಟ್ಟಿಯನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ದಿಸಿಯಾಗಿ ತಿನ್ನಲು ರುಚಿ

ಒಂದೆ ಮೈದಾದಿಂದ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತಿದ್ದ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ - ಆಸ್ತುಗಳು, ಕೇಳುಗಳು, ಬ್ರೆಡ್‌ಗಳು, ನೋಡಲ್ಸ್, ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಈಗ ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅದನ್ನು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸುವ ಮೂಲಕ ಹೆಚ್ಚಿನ ಲಾಭವನ್ನು ಗಳಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ನಮಗೆ ಈಗ ತಿಳಿದಿರುವಂತೆ, ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವೆಂದರೆ ಒಂದು ಅಂಶವನ್ನು ಮತ್ತೊಂದರಿಂದ ಬದಲಾಯಿಸುವುದಲ್ಲ. ಅದು ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಅದನ್ನು ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಆಹಾರಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಹೆಚ್ಚು ವಾಸ್ತವವಾದ ಆಳವಡಿಕೆ. ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮುನ್ನ ಸರಿಯಾಗಿ ಯೋಚಿಸಬೇಕು. ನೀತಿ ನಿರೂಪಣೆಯನ್ನು ಮಾಡುವವರು ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಜಾಗತಿಕವಾಗಿ ರೋಚಿಸಿದವೂ ಸ್ವೀಕಾರ್ಯತೆಯಲ್ಲಿ ಬೇರೂರಿಬೇಕು. ಬೇರೆಲ್ಲರೂ ಯಶಸ್ವಿಯಾದ ಕ್ರಮ ಎಲ್ಲ ಕಡೆ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಲೇಬೇಕು

ಎಂದಿಲ್ಲ. ಅವುಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮುನ್ನ ನಾವು ಬಯಸಿದ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಒಂದಿಷ್ಟು ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನೂ ಅಥವಾ ಅದರ ಒಂದು ಭಾಗವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳಿಂದ ನೀವು ಬಯಸುವ ಫಲಿತಾಂಶಗಳೆಂದರೆ - ತೆಳ್ಳಗಿನ ಬೇಕ, ಅಕರ್ಷಕ - ಅಂಗಸೌಖ್ಯವು, ಉತ್ತಮ



ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಪ್ರಜ್ಞಾಪರರು ಹಾಗೂ ಪೋಷಕಾಂಶ ತಜ್ಞರು. Email: mitahar@gmail.com

ಪಟ್ಟಿ 1 : ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸುವ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ			
ಋತು	ಸಿರಿಧಾನ್ಯ	ಹೇಗೆ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗ	ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಅಡುಗೆಗಳು
ಚಳಿಗಾಲ	ಸಜ್ಜೆ	ಅ. ಕಿಚಡಿ- ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಊಟ ಆ. ಫೂರಿ/ ಚಕ್ಕುಲಿ ಸಂಜೆಯ ಕುರುಕುರು ತಿಂಡಿ ಇ. ಲಡ್ಡು - ಸಂಜೆಯ ತಿಂಡಿ	1. ಕೋಡುಬಳೆ (ಚಕ್ಕುಲಿ) ಜೋಳ ಮತ್ತು ಸಜ್ಜೆ ಹಿಟ್ಟಿನ ಮಿಶ್ರಣ 2. ಸಜ್ಜೆಯ ಲಡ್ಡು
	ರಾಜಗಿರ (ಅಮರಾಂತ)	ಅ. ತಾಲಿಪಟ್ಟು - ಬೆಳಗಿನ ತಿಂಡಿ ಆ. ಲಡ್ಡು - ಸಂಜೆಯ ತಿಂಡಿ	ತಾಲಿಪಟ್ಟು (ಅಮರಾಂತ ಮತ್ತು ಊದಲು)
	ಕುಟ್ಟು (ಹುರಳ ಹಿಟ್ಟು)	ಅ. ಪೂರಿ - ಬೆಳಗಿನ ತಿಂಡಿ ಆ. ಹಲ್ವಾ - ಬೆಳಗಿನ ತಿಂಡಿ ಅಥವಾ ಸಂಜೆಯ ತಿಂಡಿ	
ಬೇಸಿಗೆ	ದೋಸೆ	ಅ. ರೊಟ್ಟಿ - ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಊಟ ಆ. ತಾಲಿಪಟ್ಟು ಉಪ್ಪು - ಬೆಳಗಿನ ತಿಂಡಿ	❖ ಕೆಂಪು ಕುಂಬಳದ ಖಾರದ ಖಾದ್ಯ ❖ ತಾಲಿಪಟ್ಟು (ಜೋಳ ಮತ್ತು ಅಕ್ಕಿ)
	ಊದಲು	ಅ. ಉಪ್ಪು - ಬೆಳಗಿನ ತಿಂಡಿ ಆ. ಖಾಂಡ್ಲಿ- ಸಂಜೆಯ ತಿಂಡಿ	❖ ಖಾಂಡ್ಲಿ
	ನವಣ	ಅ. ಕಿಚಡಿ- ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಊಟ ಆ. ಉಪ್ಪು - ಬೆಳಗಿನ ತಿಂಡಿ	
ಮಳಿಗಾಲ	ರಾಗಿ	ಅ. ಸತ್ತ - ಬೆಳಗಿನ ತಿಂಡಿ ಆ. ದೋಸೆ - ಬೆಳಗಿನ ತಿಂಡಿ ಅಥವಾ ರಾತ್ರಿಯೂಟ ಇ. ಲಡ್ಡು - ಸಂಜೆಯ ತಿಂಡಿ	❖ ರಾಗಿ ಲಡ್ಡು ❖ ವಡೆ (ರಾಗಿ ಹಿಟ್ಟು) ❖ ರಾಗಿ ದೋಸೆ

ಆಮ್ಲಜನಕ ಮಟ್ಟ, ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆ ಅಂಶ, ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಮೈದಾದಿಂದ ಮಾಡುವ ಎಲ್ಲ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಇವುಗಳಿಂದ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಉಪಯೋಗವಿಲ್ಲ. ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳಿಂದ ಮಾಡಿದ ಚಿಪ್ಸ್, ನೂಡಲ್ಸ್, ಪಾಸ್ತಾ ಇವುಗಳಿಗೆ ತರಕಾರಿ ಸೇರಿಸಿ ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಏನೂ ಸಾಧಿಸದಂತಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಅಂದರೆ ರೊಟ್ಟಿಯನ್ನು ಪಲ್ಯದೊಂದಿಗೆ ತಿನ್ನುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕು ಅಥವಾ ರಾಗಿ ದೋಸೆಯನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದೇ ರೀತಿ ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳಿಂದ ಲಸಿ, ಪಾಯಸ ಅಥವಾ ಲಡ್ಡುಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

### ಋತುಮಾನಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳ ಸೇವನೆ

ಋತುಮಾನಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸುಲಭವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಕೃಷಿ ಪದ್ಧತಿಗಳು ಮತ್ತು ಬೆಳೆ ಚಕ್ರಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿದೆ. ಯಾವ ಸಿರಿಧಾನ್ಯ ಯಾವ ಋತುವಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಎಂಬುದರ ಕುರಿತಾದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ ಪಟ್ಟಿ 1ರಲ್ಲಿಿದೆ.

### ಸೂಕ್ತ ಆಹಾರ ಸಂಯೋಜನೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಿ

ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ದ್ವಿಧ ಧಾನ್ಯಗಳು, ಮಸಾಲೆಗಳು, ಕೊಬ್ಬುಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಯೋಜಿಸಿದರೆ ಅದು ಅಮೆನೋ ಆಮ್ಲಗಳನ್ನು ಸರಿದೂಗಿಸುತ್ತದೆ, ಪ್ರೋಟೀನ್ ಗುಣಮಟ್ಟ / ಜೀರ್ಣಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪೋಷಕಾಂಶ-ವಿರೋಧಿಗಳ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಸಜ್ಜೆಯಂತಹ ಜೀರ್ಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಷ್ಟಕರವಾದ ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಲು ನಿಯಮಗಳಿವೆ- ಯಾವಾಗಲೂ ಒಂದು ತುಣುಕು ಬೆಣ್ಣೆ ಅಥವಾ ಒಂದು ಟೀ ಚಮಚ ತುಪ್ಪದೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗಲೂ ಬೆಲ್ಲದೊಂದಿಗೆ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಅಜ್ಜಿಯರು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಈ ವಿಧಾನಗಳೇ ಪ್ರತಿ ಊಟವನ್ನೂ ಸಂತೋಷಕರವಾಗಿ ಸಬಲವಾಗಿಸುತ್ತವೆ.



## ಕಿರು ಧಾನ್ಯ, ಬೃಹತ್ ಫಲಿತಾಂಶ

### ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳ ಪ್ರಯೋಜನ



ಪೋಷಕಾಂಶಗಳ ಭಂಡಾರ



ಆರಂಭ ಅಕ್ಕಿಬೆಳೆಗಳ ಆಕರ, ಕಡಿ ಸದನ





ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ



ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆ ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ



ತೂಕ ಕಡಿಮೆಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ.



ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ನಿಯಂತ್ರಣಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ

**ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲ ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸಿ**

ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ಸತ್ತಯುತ ಪಾಯಸಕ್ಕಾಗಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಮೊಳಕೆಯೊಡೆಸುವುದು, ಕಿಚಡಿ, ರೊಟ್ಟಿ, ಲಡ್ಡುಗಳಿಗಾಗಿ ಅವುಗಳನ್ನು ನೆನೆಸಿಟ್ಟು ಬಿಸಿ ಮಾಡುವುದು, ಇವೆಲ್ಲವೂ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಯುಕ್ತ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಅಂದರೆ ರುಚಿಯೊಂದಿಗೆ ರಾಜಿಯಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಖಾತ್ರಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

**ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲ ಧಾನ್ಯಗಳ ಬವಲಿಗೆ ಬಳಸಬೇಡಿ**

ಕಡೆಯದಾಗಿ, ಎಲ್ಲ ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ಅಕ್ಕಿ ಮತ್ತು ಗೋದಿಗೆ ಬದಲಾಗಿ ಬಳಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಈ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ನಮಗಿರಬೇಕು. ಅಕ್ಕಿ ಮತ್ತು ಗೋಧಿಯ ಬಳಕೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಡಿ.

ಆದರೆ ವಾರಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ರೊಟ್ಟಿ ಮತ್ತು ಆಯಾ ಋತುಮಾನಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಲಡ್ಡುಗಳನ್ನು ತಿನ್ನುವುದನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡಿ.

**ಮಾಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲೇ ಮಾಂತ್ರಿಕತೆಯಿದೆ**

ಹಿಂದಿನದು ಎನ್ನುವ ಸೆಳತ ನೆನಪಿನಂತೆ ತಮಾಷೆಯಾದ ಸಂಗತಿ. ಅದು ಯಾವುದೋ ಒಂದಕ್ಕೆ ಒತ್ತು ನೀಡಿ ಅದಕ್ಕಿಂತ ದೊಡ್ಡದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಬಿಡಬಹುದು. ಸಣ್ಣ ಸಂಗತಿಯೊಂದು ದೊಡ್ಡದರ ಭಾಗ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಮರೆತು ಬಿಡಬಹುದು. ಅದು ಊಟದ ವಿಷಯವಾಗಿರಲಿ-ಬೀಜಗಳು, ಮಸಾಲೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ ಅಥವಾ ಪದ್ಧತಿಗಳಾಗಿರಲಿ ಉಪವಾಸ, ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ ಇವೆಲ್ಲವೂ 'ಪುರಾತನ'ಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಯಾವುದೋ ಒಂದರ ಭಾಗ ಮಾತ್ರ, ಇದನ್ನು ನಾವು ಮರೆತುಬಿಡುತ್ತೇವೆ.

ಮೂಲಭೂತವಾಗಿ, ಅದೇ ರೀತಿ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಕೊಡುವಂತಹ ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಸ್ತು ಹಾಗೂ ಅದನ್ನು ತಯಾರಿಸುವ ವಿಧಾನ ಕೂಡ ಮುಖ್ಯ. ಅದಕ್ಕೆ ಆಹಾರ ಹಾಗೂ ತಯಾರಿಕಾ ಪದ್ಧತಿಗಳು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಅದು ರುಚಿಕರವಾದ ಆಹಾರವನ್ನು ಹೇಗೆ ತಯಾರಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಹಂತ ಹಂತವಾಗಿ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಎಷ್ಟು ಬಾರಿ ತಿನ್ನಬೇಕು, ಅದನ್ನು ಯಾವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ತುಪ್ಪ, ಹಾಲು, ಬೆಲ್ಲ ಅಥವಾ ಅಕ್ಕಿಯೊಂದಿಗೆ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ತಿನ್ನಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಪರಿಸರ, ಹವಾಮಾನ, ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಇವುಗಳನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ. ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿರುವ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಸಂಪ್ರದಾಯದೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆತಿವೆ. ❖

**(5ನೇ ಪುಟದಿಂದ) ಸಮಗ್ರ ಆರೋಗ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಾಗಿ ಆಯುಷ್ ನಿರೂಪಣೆ**

ರಕ್ತಹೀನತೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಅಡ್ಡತೆಗಳ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಬಹು ಕೇಂದ್ರಿತ ಕ್ಲಿನಿಕಲ್ ಪ್ರಯೋಗ ಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುತ್ತಿವೆ. ನೀತಿ-ಸಂಬಂಧಿತ ಪುರಾವೆಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ನಾಲ್ಕು ಎಮ್ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಆಯುಷ್-ಐಸಿಎಂಆರ್ ಅಡ್ವಾನ್ಸ್ಡ್ ಸೆಂಟರ್ ಫಾರ್ ಇಂಟಿಗ್ರೇಟಿವ್ ಹೆಲ್ತ್ ರಿಸರ್ಚ್ ಅನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ಚಾಲ್ತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಪದ್ಧತಿಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ, ನೈಜ-ಪ್ರಪಂಚದ ದತ್ತಾಂಶ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯ-ಮಟ್ಟದ ಪ್ರಭಾವದ ಮಾಲ್ಟಿ ಮೋಡಲ್ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಸಂಶೋಧನಾ ವಿಧಾನ ಗಳಿಗೆ ಪೂರಕವಾಗಬಹುದು ಮತ್ತು ನೀತಿ ವಿಶ್ಲಾಸವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು.

**ಡಿಜಿಟಲ್ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನಾವಿನ್ಯತೆ**

ಆಂಗೀಕೃತ ವೇದಿಕೆಗಳು ಆಯುಷ್ ಅನ್ನು ಮುಖ್ಯವಾಹಿನಿಗೆ ತರಲು ಅಭೂತಪೂರ್ವ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ಆಯುಷ್ ಗ್ರಿಡ್ ಮತ್ತು ಆಯುಷ್‌ನಾನ್ ಭಾರತ ಡಿಜಿಟಲ್ ಮಿಷನ್‌ನಂತಹ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಡಿಜಿಟಲ್ ಆರೋಗ್ಯ ಮೂಲ ಸೌಕರ್ಯದಲ್ಲಿ ಆಯುಷ್ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸುವುದರಿಂದ ಪ್ರಮಾಣೀಕೃತ ದತ್ತಾಂಶ ಸಂಗ್ರಹ, ಪರಸ್ಪರ ಕಾರ್ಯಸಾಧ್ಯತೆ ಮತ್ತು ರೋಗಿಗಳ ನಿರಂತರತೆಯನ್ನು ಸಕ್ರಿಯ ಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಟೆಲಿ-ಆಯುಷ್ ಸೇವೆಗಳು, ಡಿಜಿಟಲ್ ವೆಲ್‌ನೆಸ್ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳು, Y

ಪ್ರೇಕನಂತಹ ಯೋಗಕ್ಕಾಗಿ ಮೊಬೈಲ್ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗಳು, M-ಯೋಗ ಮತ್ತು ಜೀವನಶೈಲಿ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮತ್ತು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಬೇರೂರಿರುವ ಎಐ- ಆಧರಿತ ರೋಗಪತ್ತೆಗಳ ಜ್ಞಾನ, ಗುಣಮಟ್ಟ ಮತ್ತು ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆಯನ್ನು ಖಾತ್ರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಜೊತೆಗೆ ಲಭ್ಯತೆಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಬಹುದು.

**ಸವಾಲುಗಳು ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದ ದಿಕ್ಕು**

ಈ ವಲಯದಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಗತಿಯು ಹೊರತಾಗಿಯೂ ಸವಾಲುಗಳು ಇವೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಮೂಲಸೌಕರ್ಯದಲ್ಲಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸ, ಸೇವೆಗಳ ಅಸಮಾನ ಗುಣಮಟ್ಟ, ಸೀಮಿತ ಅಂತರರಿಸ್ತಿಯ ಮಾನ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಸದೃಢ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮತ್ತು ಮಾನ್ಯತೆ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನಗಳ ಅಗತ್ಯ ಸೇರಿವೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ನಿರಂತರ ರಾಜಕೀಯ ಬದ್ಧತೆ, ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಸಮನ್ವಯ, ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ನಿರ್ಮಾಣ ಮತ್ತು ಪರಿಶಾಂತ ಆಧರಿತ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.

ನೀತಿ ಸುಸಂಬಂಧತೆ, ಕ್ಲಿನಿಕಲ್ ಆಡಳಿತ ನಿರ್ವಹಣೆ, ರೋಗಿಗಳ ಸುರಕ್ಷತೆ ಮತ್ತು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಿತ ಪದ್ಧತಿಗಳಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಂಡಿರುವ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಒಳಗೊಳ್ಳುವಿಕೆಯ ಸಂಹಿತೆಯು ಭವಿಷ್ಯದ ಏಕೀಕರಣ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತದೆ. ನಾಗರಿಕರಲ್ಲಿ ತಿಳಿವಳಿಕೆಯುಳ್ಳ ಆಯ್ಕೆ, ನಂಬಿಕೆ ಮತ್ತು ಮಾಲಿಕತ್ವವನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು

ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಜಾಗೃತಿ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುವುದು ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಆಯುಷ್ ಅನ್ನು ಮುಖ್ಯವಾಹಿನಿಗೆ ತರುವುದೆಂದರೆ, ಆಧುನಿಕ ಔಷಧವನ್ನು ಬದಲಿಸುವ ವಿಧಾನವಲ್ಲ. ಅದು ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ನಿಯಂತ್ರಣ, ಕೈಗೆಟುಕುವ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕವಾಗಿ ಬೇರೂರಿರುವ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧವಾಗಿರುವ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣಾ ಪೂರಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಅದನ್ನು ಪೂರಕಗೊಳಿಸುವುದರ ಕುರಿತದಾಗಿದೆ. ಆಯುಷ್ ಮತ್ತು ಆಧುನಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ನಡುವಿನ ಒಳಗೊಳ್ಳುವಿಕೆಯು ಸಮಗ್ರ ಆರೋಗ್ಯವು ಪರ್ಯಾಯ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಆತ್ಮೀಯ ವಾದದ್ದು ಎಂದು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಲು ಭಾರತದ ಆನನ್ಯ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ.

ಭಾರತ ತನ್ನ 'ಸ್ವಸ್ಥ ಭಾರತ' ದೂರದೃಷ್ಟಿ ಸಾಕಾರದತ್ತ ಮುನ್ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಆಯುಷ್, ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಚೌಕಟ್ಟಿನಡಿ ಸುಸ್ಥಿರ ಯೋಗ ಕ್ಷೇಮಕ್ಕಾಗಿ ಸಮಿಲನದ ಸಂಕೇತವಾಗಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ, ಅದರಲ್ಲಿ ಸಂಪ್ರದಾಯ ಮತ್ತು ವಿಜ್ಞಾನ, ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯವು ಸದೃಢ ರಾಷ್ಟ್ರವನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಮಿಳಿತಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಸಹ ಲೇಖಕರು, ಡಾ.ರೋಶಿಸಿನಿ ರಾಜನ್ ಅವರು ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ಮಹಾ ನಿರ್ದೇಶನಾಲಯದ ಆಯುಷ್ ವಿಷಯ ತಜ್ಞರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ❖



## ಜೀವನಕ್ಕೆ ಪ್ರಕೃತಿ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯದ ದಾಲಿಬೀಜ

ಲಕ್ಷಾಂತರ ಮರಗಳನ್ನು ನೆಡುವುದರಿಂದ ಹಿಡಿದು ಪ್ರಕೃತಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಹಭಾಷಿಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಇಡೀ ಖೇಲನೆಯನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವ ವರೆಗೆ, ಖೇಪಲ್ ಬಾಬಾ (ಸ್ವಾಮಿ ಪ್ರೇಮ್ ಪರಿವರ್ತನ್) ಅವರು ಪರಿಸರ ಸಂರಕ್ಷಣೆ, ಸುಸ್ಥಿರ ಜೀವನ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಧಾರಿತ ನಾಯಕತ್ವಕ್ಕೆ ತಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸಿದ್ದಾರೆ. 'ಯೋಜನಾ' ಸಂಪಾದಕರಾದ (ಇಂಗ್ಲಿಷ್) ಸುಜಿತಾ ಚತುರ್ವೇದಿ ಅವರೊಂದಿಗಿನ ಈ ಸಂಭಾಷಣೆಯಲ್ಲಿ, ಖೇಪಲ್ ಬಾಬಾ ಅವರು ತಮ್ಮನ್ನು ರೂಪಿಸಿದ ಪ್ರಭಾವಗಳು, ಸೇನಾ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವಾಗ ಅವರು ಕಲಿತ ಪಾಠಗಳು, ಹಸಿರು ಸಾಗರಗಳು, ಏಕಾಬ್ಯಾರಿಯುತ ಪೌರತ್ವ, ಜನರು ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಡುವಿನ ಮತ್ತಷ್ಟು ಸಾಮರಸ್ಯ ಸೇರಿದಂತೆ ಹತ್ತಾರು ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮನಬಿಟ್ಟ ಮಾತಾಡಿದ್ದಾರೆ.



**ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತಾವು ತೊಡಗಿಸಿ ಕೊಂಡಿರುವ ಕೆಲಸವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಯೋಜಿಸಿದಂಥದಲ್ಲ, ಅದು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಆದಂಥದ್ದು ಎಂದು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತೀರಿ. ತಮ್ಮ ಆರಂಭಿಕ ಪ್ರಭಾವಗಳು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳು ಪರಿಸರ ಕೆಲಸದ ಕಡೆಗೆ ಈ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಹೇಗೆ ರೂಪಿಸಿದವು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಸಬಹುದೇ?**

ನನ್ನ ಕೆಲಸವನ್ನು ಯೋಜಿತ ನಿರ್ಧಾರದ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ನಾನು ಎಂದಿಗೂ ನೋಡಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರು ಮತ್ತು ಪರಿಸರ ದಿಂದಾಗಿ ಇದು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಿತು. ನನ್ನ ಶಿಕ್ಷಕಿ ಶ್ರೀಮತಿ ವಿಲಿಯಮ್ಸ್ ಅವರು ಸುಮಾರು ಐದಾರು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ನಮಗೆ ಪಾಠ ಮಾಡಿದರು. ಅವರ ಬೋಧನಾ ವಿಧಾನವು ನಾವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಲ್ಲೆಡೆ ನೋಡುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಬಹಳ ಭಿನ್ನವಾಗಿತ್ತು. ಅವರು ಎಂದಿಗೂ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕಗಳಿಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಪ್ರಪಂಚದ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳ ಪ್ರಾಣಿಗಳು, ಪಕ್ಷಿಗಳು, ಭೌಗೋಳಿಕತೆ, ಇತಿಹಾಸ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತಿದ್ದರು.

ಅವರು 'ನ್ಯಾಷನಲ್ ಜಿಯೋಗ್ರಫಿಕ್'ನಂತಹ ನಿಯತಕಾಲಿಕೆಗಳನ್ನು ತಂದು ನಮಗೆ ಧಾಯಾಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಆ

ಚಿತ್ರಗಳ ಮೂಲಕ, ಭೂಮಿ ಮತ್ತು ಅದರ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವರು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರು. ಅವರು ಏನೇ ಕಲಿಸಿದರೂ, ಅದನ್ನು ಕಥೆಗಳು ಮತ್ತು ನಿಜ ಜೀವನದ ಉದಾಹರಣೆಗಳ ಮೂಲಕ ವಿವರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಆ ಕಲಿಕೆಯ ವಿಧಾನವು ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಹಾಗೇ ಉಳಿಯಿತು. ಇಂದಿಗೂ ಸಹ. ಹಲವು ವರ್ಷಗಳ ನನ್ನ ಸ್ವಂತ ಬೋಧನೆ ಮತ್ತು ಕೆಲಸದ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಯೋಚಿಸಿದಾಗ, ಅವರು ಪಾಕೆಡ ಅಡಿಪಾಯವೇ ಪ್ರಕೃತಿ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಣದ ಬಗ್ಗೆ ನನ್ನ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿರುವುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.

ನನ್ನನ್ನು ಪರಿಸರದ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಒತ್ತಾಯಿಸಿದ ಯಾವುದೇ ನಾಟಕೀಯ ತಿರುವಿನ ಘಟನೆ ನನ್ನ ಜೀವನ ದಲ್ಲಿಲ್ಲ. ಹಲವು ಸಣ್ಣಮಟ್ಟ ಘಟನೆಗಳ ಒಂದು ಸರಣಿ ಒತ್ತಾರೆಯಾಗಿ ನನ್ನ ಹಾದಿಯನ್ನು ಇತ್ತ ಹೊರಳಿಸಿದೆ. ಒಮ್ಮೆ ನನ್ನ ಅಜ್ಜಿ, ಮರ ಕಡಿಯುವುದನ್ನು ನೋಡಿ ಪಕ್ಷಿಗಳು ತಮ್ಮ ಗೂಡುಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡವೆಂದು ಮರುಗಿದ ಕ್ಷಣವು ಈಗಲೂ ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ. ಪಕ್ಷಿಗಳಿಗಾಗಿ ಏನಾದರೂ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಅವರು ಸಾಂದರ್ಭಿಕವಾಗಿ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅವರು ಬಹಳ ಸರಳವಾಗಿ ಸುಮ್ಮನೆ ಹಾಗೆ ಹೇಳಿದ ಆ

ಮಾತುಗಳು ನನ್ನ ಎದೆಯೊಳಗೆ ಅಳವಾಗಿ ಇಳಿದಿದ್ದವು. ನನ್ನ ಶಿಕ್ಷಕರು, ನನ್ನ ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಪರಿಸರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯೊಂದಿಗಿನ ಇಂತಹ ಸಣ್ಣ ಅನುಭವಗಳು ನಿಧಾನವಾಗಿ ನನ್ನ ಹಾದಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿದವು. ಇದೆಲ್ಲಾ ರಾತ್ರಿರಾತ್ರಿ ಸಂಭವಿಸಿದಂಥದಲ್ಲ. ಇದು ಕ್ರಮೇಣ ನಡೆದುಬಂದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿತ್ತು.

**ತಾವು ಸೇನಾ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದಿದ್ದೀರಿ. ಜೀವನ ಮತ್ತು ಸುಸ್ಥಿರತೆಯ ಬಗೆಗಿನ ತಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದ ಮೇಲೆ ಅದು ಯಾವ ರೀತಿಯ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರಿತು?**

ಸೇನಾ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವುದು ಶಿಸ್ತನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತದೆ. ಜೊತೆಗೆ, ಸಂಘಟಿತ ಮತ್ತು ಸಮತೋಲಿತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಬದುಕಬೇಕೆಂಬುದನ್ನು ಇದು ಕಲಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಕಂಬೋಸ್ಟೆಂಟ್‌ಗಳು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಉದಾಹರಣೆಗಳಾಗಿವೆ. ಅವು ತೆರೆದ ಸ್ಥಳಗಳು, ಹಸಿರು, ನಡಿಗೆಯ ಹಾದಿಗಳು ಮತ್ತು ಜನರು

ಸೈಕಲ್ ತುಳಿಯಬಹುದಾದ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ. ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬದುಕಲು ಕಟ್ಟಡಗಳು ಮಾತ್ರ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಉತ್ತಮ ಗಾಳಿ, ಶುದ್ಧ ನೀರು ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯುತವಾಗಿ ಬದುಕಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಸ್ಥಳಾವಕಾಶವೂ ಅತ್ಯಗತ್ಯ.

ನೀವು ಅಂತಹ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದಾಗ, ಜನರನ್ನು ಸಣ್ಣ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಕಿಕ್ಕಿರಿದು ತುಂಬುವುದೇ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಲ್ಲ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂದು, ಅನೇಕ ನಗರಗಳು ಗಗನಚುಂಬಿ ಕಟ್ಟಡಗಳೊಂದಿಗೆ ಲಂಬವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿವೆ, ಜನರನ್ನು ಒಬ್ಬರ ಮೇಲೊಂದರಂತೆ ಜೋಡಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಆದರೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಪರಿಸರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಮನುಷ್ಯರನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಬಲ್ಲವು ಎಂದು ಕಂಟೋನ್ಮೆಂಟ್‌ಗಳು ತೋರಿಸುತ್ತವೆ. ಆ ಪಾಠವು ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಹಾಗೇ ಉಳಿಯಿತು. ನಂತರ ಅದು ಸುಸ್ಥಿರ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ನನ್ನ ತಿಳಿವಳಿಕೆಯ ಕೇಂದ್ರಬಿಂದುವಾಯಿತು.

ಕಂಟೋನ್ಮೆಂಟ್‌ಗಳನ್ನು ಸುಸ್ಥಿರ ಜೀವನದ ಮಾದರಿಗಳು ಎಂದು ತಾವು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತೀರಿ. ಅವು ಇಂದಿಗೂ ಪ್ರಸ್ತುತವಾಗಿವೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುವಿರೇ?

ಕಂಟೋನ್ಮೆಂಟ್‌ಗಳು ಜೀವನವನ್ನು ಹೇಗೆ ಸಮತೋಲಿತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತವೆ. ಅಲ್ಲಿ ಜನರಿಗೆ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶವಿರುತ್ತದೆ, ಮರಗಳಿಗೆ ಜಾಗವಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪಕ್ಕಿಗಳಿಗೆ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶವಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ನಡೆಯಬಹುದು, ನೀವು ಸೈಕಲ್ ತುಳಿಯಬಹುದು ಮತ್ತು ನೀವು ಸ್ವಚ್ಛ ಅಲ್ಲಿ ಉಸಿರಾಡಬಹುದು.

ಇಂದು ಅನೇಕ ನಗರಗಳಲ್ಲಿ, ಸೈಕಲ್ ಟ್ರ್ಯಾಕ್ ನಿರ್ಮಿಸಿದರೆ, ತುಸುವೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅದರ ಅತಿಕ್ರಮಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಪಾದಚಾರಿ ಮಾರ್ಗಗಳು ಮಾರುಕಟ್ಟೆ ಸ್ಥಳಗಳಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ನಿಧಾನವಾಗಿ, ಜನರು ಶಾಂತಿಯುತವಾಗಿ ನಡೆಯಲು ಸಹ ಸ್ಥಳ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಕಂಟೋನ್ಮೆಂಟ್‌ಗಳು ಈಗಲೂ ಹಸಿರು ವಲಯಗಳು ಮತ್ತು ನಿಶಬ್ದ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಹಸಿರು ಪರಿಸ್ವರ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿರಬೇಕಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅವು ನಮಗೆ ನೆನಪಿಸುತ್ತವೆ. ಚಿಂತನಶೀಲವಾಗಿ ಯೋಜನೆ ರೂಪಿಸಿದರೆ ಪರಿಸರ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಮುಂದುವರಿಯಬಹುದು.

ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಪರಿಸರ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮ ದೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡುವ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಪೀಪಲ್ ಬಾಬಾ ಅವರೊಂದಿಗಿನ ಪಂಪಾದವು ಒತ್ತಿ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಸುಸ್ಥಿರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯು ಕೇವಲ ಪರ್ಕಾರದ ನೀತಿಗಳ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಆರಿವಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಕ್ರಿಯೆ ಮತ್ತು ಸಾಮೂಹಿಕ ಬದ್ಧತೆಯ ಮೇಲೂ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಬಾಬಾ ಅವರ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳು ಎತ್ತಿ ತೋರುತ್ತವೆ. ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ, ಈ ಅಂಶಗಳು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಸಮತೋಲಿತ ಮತ್ತು ಸ್ಥಿತಿಸ್ಥಾಪಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮಾದರಿಗೆ ಅಡಿಪಾಯವನ್ನು ಹಾಕುತ್ತವೆ.

ತಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥೆಯು ಅನೇಕ ರಾಜ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದೆ. ಸುದೀರ್ಘ ಪ್ರಯಾಣದಿಂದ ತಾವು ಕಲಿತ ಪಾಠ?

ಕಳೆದ ಹಲವು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ, ನಾವು ದೇಶದ ಅನೇಕ ಜಿಲ್ಲೆಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಂತ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದ್ದೇವೆ. ಈ ಪ್ರಯಾಣದಿಂದ ಕಲಿತ ಒಂದು ಸ್ಪಷ್ಟ ಪಾಠವೆಂದರೆ ಜನರು ಬರೀ ನುಡಿಗಿಂತಲೂ ನಮ್ಮ ನಡೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ಯಾರಾದರೂ ಮರಗಳನ್ನು ನೆಡುವುದು, ಭೂಮಿಯನ್ನು ಪುನಃಶ್ಚೇತನಗೊಳಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತವಾಗಿ ಜೀವಿಸುವುದನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ, ಜನರೂ ಸಹ ಹಾಗೆಯೇ ಮಾಡಲು ಪ್ರೇರಣೆ ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ.

ಸಭೆಗಳು ಅಥವಾ ಭಾಷಣಗಳಿಂದ ಮಾತ್ರ ಬದಲಾವಣೆ ಸಂಭವಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಜವಾದ ಬದಲಾವಣೆ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ವಾಸ್ತವ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುವುದನ್ನು ಜನರು ನೋಡಿದಾಗ, ಅವರು ಅದರ ಮೌಲ್ಯವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸ್ವತಃ ಅದರ ಭಾಗವಾಗುತ್ತಾರೆ. ಕಾಲಾನಂತರದಲ್ಲಿ, ಇದು ಪರಸ್ಪರ ಸಮಾನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ.

ತಾವು ಅನೇಕ ವೇಶಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿರುವಿರಿ. ಜಾಗತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿರುವ ಉತ್ತಮ ಅಭ್ಯಾಸಗಳಿಂದ ಯಾವೆಲ್ಲಾ ಪಾಠಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರುವಿರಿ?

ನಾನು ಎಲ್ಲಿಗೇ ಹೋದರೂ, ನನ್ನ

ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಕೇವಲ ಅಲ್ಲಿನ ಕಟ್ಟಡಗಳು ಅಥವಾ ಮೂಲಸೌಕರ್ಯಗಳಿಗಷ್ಟೇ ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸದಿರಲು ನಾನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವುಗಳ ಹಿಂದಿನ ದೂರದೃಷ್ಟಿ ಮತ್ತು ಆಶಯವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ನೈಜ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯು ಅದರ ಹಿಂದಿನ ಉದ್ದೇಶದಲ್ಲಿರುವ ಸ್ಪಷ್ಟತೆಯೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಸಿಂಗಾಪುರ, ದುಬೈ ಮತ್ತು ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾದಂತಹ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಕಲಿತಿದ್ದೇನೆ.

ಸಿಂಗಾಪುರವು ಒಂದು ಉದ್ಯಾನ ನಗರಿಯಾಗಬೇಕೆಂದು ಬಹಳ ಹಿಂದೆಯೇ ನಿರ್ಧರಿಸಿತು. ಆದರೆ, ಅದು ಕೇವಲ ಕಾಗದದ ಮೇಲಿನ ಕಲ್ಪನೆಯಾಗಿ ಉಳಿಯಲಿಲ್ಲ. ಹಸಿರನ್ನು ಯೋಜನೆಯ ಕೇಂದ್ರಬಿಂದುವಾಗಿ ಇರಿಸಲಾಯಿತು. ಅಲ್ಲಿ ರಸ್ತೆಗಳು, ವಸತಿ ಮತ್ತು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಮರಗಳು ಮತ್ತು ಉದ್ಯಾನವನಗಳ ಸುತ್ತಲೂ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸೀಮಿತ ಭೂಮಿ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನಸಾಂದ್ರತೆಯಿದ್ದರೂ ಸಹ, ಜನರಿಗೆ ತೆರೆದ ಸ್ಥಳಗಳ ಲಭ್ಯತೆಯನ್ನು ಅವರು ಖಚಿತಪಡಿಸಿದರು.

ದುಬೈ ನನಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಪಾಠವನ್ನು ಕಲಿಸಿತು. ಆ ನಗರವನ್ನು ಮರುಭೂಮಿಯ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ನಿರ್ಮಿಸಲಾಗಿದೆ, ಆದರೂ ಇದು ಆಧುನಿಕ ಮೂಲಸೌಕರ್ಯ ಮತ್ತು ಹಸಿರು ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಎದ್ದು ಕಾಣುವ ಒಂದು ವಿಷಯವೆಂದರೆ, ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ. ನೈಸರ್ಗಿಕ ಮಿತಿಗಳು ನೆಪಗಳಾಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದು ಇದು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಗೌರವಿಸುವ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾ ನಮಗೆ ಕಲಿಸುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಹಸಿರು ವಲಯಗಳು ಮತ್ತು ಸಂರಕ್ಷಣಾ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ಏಚ್ಚಿಕವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸುವ ಬದಲು, ಅತ್ಯಗತ್ಯವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಈ ಎಲ್ಲಾ ಉದಾಹರಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮ್ಯತೆ ಕಾಣುವುದು ಕೇವಲ ಹಣದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ದೂರದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿನ ಸ್ಪಷ್ಟತೆ, ಕಾರ್ಯಗತಗೊಳಿಸುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಶಿಸ್ತು ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಚಿಂತನೆ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಾವು ಪರಿಸರ ಮತ್ತು

ಮಾನವ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ಯೋಜನೆಯ ಕೇಂದ್ರವೆಂದುವಾಗಿ ಇರಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ನಮ್ಮ ನಗರಗಳು ಸಹ ಹೆಚ್ಚು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ವಾಸಯೋಗ್ಯವಾಗಬಲ್ಲವು ಎಂಬುದು ಧಾರತಕ್ಕ ಇದರಿಂದ ದೊರೆಯುವ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಪಾಠವಾಗಿದೆ.

**ಭಾರತೀಯ ನಗರಗಳು ಇಂದು ಮಾರಿನ್ಯ ಮತ್ತು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿವೆ. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಕ್ಕಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ನಾಗರಿಕರು ಯಾವ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು?**

ಎಲ್ಲವೂ ಮೇಲಿನಿಂದ ಬದಲಾಗುವವರೆಗೆ ನಾವು ಕಾಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ನಾವು ಎಲ್ಲಿದ್ದೇವೆಯೋ ಅಲ್ಲಿಂದಲೇ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು.

ಮೊದಲಿಗೆ, ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿರಿ. ನಿಮ್ಮ ನಗರದಲ್ಲಿನ ಗಾಳಿಯು ಕಲುಷಿತಗೊಂಡಿದ್ದರೂ ಸಹ, ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಸುತ್ತಲಿನ ಗಾಳಿಯನ್ನು ನೀವು ಸುಧಾರಿಸಬಹುದು. ಕೆಲವು ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದರಿಂದ ಅವು ಆ ಸ್ಥಳದ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬಲ್ಲವು ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸಬಲ್ಲವು.

ಎರಡನೆಯದಾಗಿ, ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ನೀವು ತಿನ್ನುವ ಆಹಾರ ಧಾನ್ಯ ಹಾಗೂ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಕೊಂಚವಿಟ್ಟು ನೀವೇ ಬೆಳೆಯಿರಿ. ಇಂತಹ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಪ್ರಯತ್ನ ಸಹ ನೀವು ತಿನ್ನುವ ಪದಾರ್ಥದ ಜೊತೆ ನಿಮ್ಮ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಒದಲಾಯಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಮೂಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಮೂರನೆಯದಾಗಿ, ನೀವು ಏನನ್ನು ನೋಡುತ್ತೀರಿ, ಓದುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ಕೇಳುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅತೀವ ಶಬ್ದ ಮತ್ತು ಜನಸಂದಣಿಯಿಂದಾಗಿ ನಗರ ಜೀವನವು ಈಗಾಗಲೇ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿದೆ. ನಿರಂತರ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಮೂಲಕ ನಾವು ಆ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಾರದು.

ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಜೀವನಶೈಲಿ ಮತ್ತು ಪರಿಸರದ ಮೇಲೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಬಗ್ಗೆ ತಾವು ಆಗಾಗ್ಗೆ

ಮಾತನಾಡುತ್ತೀರಿ. ಈ ವಿಚಾರವನ್ನು ಸರಳವಾಗಿ ಹೇಗೆ ವಿವರಿಸುತ್ತೀರಿ?

ಈ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ನಾನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ 'ಇಂಗಾಲ ಹೆಚ್ಚುಗುರುತು' ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೇನೆ. ಇದರರ್ಥ ನೀವು ಭೂಮಿಗೆ ಎಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಹಾನಿ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಎಂದರ್ಥ.

ಇದು ಸಂಕೀರ್ಣ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯಾಗಿರಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸಾರಿಗೆಯನ್ನು ಬಳಸಿ, ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್‌ನಿಂದ ದೂರವಿರಿ. ಉಕ್ಕು, ಗಾಜು ಮತ್ತು ಸರಳ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಆರಿಸಿ.

ಇವು ಸಣ್ಣ ಕ್ರಿಯೆಗಳಂತೆ ಕಾಣಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಅವು ದೊಡ್ಡ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅನೇಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಅಂತಹ ಆಭಾಸಗಳನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ಅದು ಸಾಮೂಹಿಕ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ. ಆ ಆರ್ಥದಲ್ಲಿ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಬದಲಾವಣೆ ಎಂದರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿನ ಫಲಿತಾಂಶವಲ್ಲದೆ ಬೇರೇನೂ ಅಲ್ಲ.

**ತಾವು ಪರಿಸರದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತೀರಿ. ಈ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ತಾವು ಹೇಗೆ ನೋಡುತ್ತೀರಿ?**

ನನಗೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎಂದರೆ ಅರಿವು - ತನ್ನ ಬಗ್ಗೆ, ಇತರರ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು. ನೀವು ಪ್ರಕೃತಿಗೆ ಹತ್ತಿರವಾಗಿ ಬದುಕಿದಾಗ, ನೀವು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಶಾಂತ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತರಾಗುತ್ತೀರಿ. ನಿಮ್ಮ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಎಲ್ಲರ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ ಎಂದು ನೀವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೀರಿ.

ಇಂದು ಯುವ ಜನರು ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಗೊಂದಲಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಸ್ಪರ್ಧೆ ಮತ್ತು ಅನಿಶ್ಚಿತತೆ ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಪ್ರಕೃತಿಯೊಂದಿಗೆ ಮರುಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದಾಗ, ಅವರು ಕಳೆದುಹೋದ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಪುನಃಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆ ಸಮತೋಲನವು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ



ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

**ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಈ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು ಯಾವ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸಬಹುದು?**

ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇಂದು, ಅನೇಕ ಮಕ್ಕಳು ಪ್ರಕೃತಿಯೊಂದಿಗೆ ಯಾವುದೇ ನಿಜವಾದ ಸಂಪರ್ಕವಿಲ್ಲದೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಹಳ್ಳಿಯ ಕೊಳ, ಬಾವಿ ಅಥವಾ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಹೊಲವನ್ನು ನೋಡಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ಪ್ಯಾಕೇಜ್ ಮಾಡಿದ ಆಹಾರ ಮಾತ್ರ ಗೊತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಆ ಆಹಾರವನ್ನು ಹೇಗೆ ಬೆಳೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ಬ್ರಾಂಡ್‌ಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಗೊತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಶ್ರಮದ ಮೌಲ್ಯ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ನಿಜ ಜೀವನದಿಂದ ದೂರವಾಗಿ ಬದುಕುವ ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಅವರಲ್ಲಿ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ದುರ್ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ವಯಸ್ಕರು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಮಣ್ಣು, ಹೊಲಗಳು ಮತ್ತು ದೈನಂದಿನ ವಾಸ್ತವಗಳಿಗೆ ಹತ್ತಿರ ತರಬೇಕು. ಆಹಾರ ಎಲ್ಲಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಗು ತಾನಾಗಿಯೇ ರೈತರು, ಪ್ರಕೃತಿಯ ಮತ್ತು ಸ್ವತಃ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ಗೌರವವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಕೇವಲ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು ಅಥವಾ ಪಠ್ಯ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಮೂಲಕ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುವುದು ನೈಜ ಉದಾಹರಣೆಯ ಮೂಲಕ. ಪೋಷಕರು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು ಪರಿಸರದ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ

ವಹಿಸುವುದು, ಸರಳವಾಗಿ ಬದುಕುವುದು ಮತ್ತು ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಗೌರವಿಸುವುದನ್ನು ಮಕ್ಕಳ ನೋಡಿದಾಗ, ಅವರು ಸಹ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಈ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಕಲಿಕೆಯು ಜೀವನಪರ್ಯಂತ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತಿಳಿವಳಿಕೆಯುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ನಾಗರಿಕರನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

**ಕೃಷಿ ಮತ್ತು ಆಹಾರ ಪೈಪ್‌ಲೈನ್‌ಗಳನ್ನು ಮರುಪರಿಶೀಲಿಸುವ ಅಗತ್ಯವು ಬಗ್ಗೆ ತಾವು ಮಾತನಾಡಿದ್ದೀರಿ. ಇಂದು ಇದು ಏಕೆ ಅಷ್ಟು ಮುಖ್ಯವೆನಿಸುತ್ತದೆ?**

ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕೃಷಿ ವಿಧಾನಗಳಿಗೆ ಮರಳಬೇಕು. ರಾಸಾಯನಿಕಗಳ ಅತಿಯಾದ ಬಳಕೆಯು ಮಣ್ಣು, ನೀರು ಮತ್ತು ಮಾನವನ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಹಾನಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕಾಲಾನಂತರದಲ್ಲಿ, ಇದು ಕೃಷಿಯ ಅಡಿಪಾಯವನ್ನೇ ದುರ್ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ, ಸುಸ್ಥಿರ ಕೃಷಿಯು ಐಷಾರಾಮಿ ಅಲ್ಲ - ಇದು ಇಂದಿನ ತುರ್ತು ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಜನರು ಈಗೀಗ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ನಾನು ಇತರ ದೇಶಗಳಿಗೆ ಹೋದಾಗ, ಇದೇ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ವಿಭಿನ್ನ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಹರಿಸುವುದನ್ನು ನಾನು ನೋಡುತ್ತೇನೆ. ಅನೇಕ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ, ರಾಸಾಯನಿಕ ಅವಲಂಬನೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಹಾಗೂ ಮಣ್ಣು ಮತ್ತು ಜೀವವೈವಿಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಗೌರವಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿವೆ. ಅಲ್ಪಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಇಳುವರಿ ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದರತ್ತ ಮನ ಕೊಡುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಭೂಮಿಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ರೈತರನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಈ ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅನುಭವವು ಭಾರತದಲ್ಲಿಯೂ ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಪ್ರಮುಖ ವಿಷಯವನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಕೃಷಿಯನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಪರಿಸರದಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆಹಾರವು ನಾವು ಖರೀದಿಸುವ ಮತ್ತು ಮಾರಾಟ ಮಾಡುವ ಉತ್ಪನ್ನವಲ್ಲ. ಅದು ಜೀವನ. ನಾವು ಅದನ್ನು ಗೌರವಿಸಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ತಾವಾಗಿಯೇ ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಸಮತೋಲಿತವಾಗುತ್ತವೆ. ತನ್ನ ಆಹಾರವನ್ನು

ಗೌರವಿಸುವ ಸಮಾಜವು ತನ್ನ ರೈತರನ್ನು ಮತ್ತು ಅದರ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಗೌರವಿಸಲು ಕಲಿಯುತ್ತದೆ. ಆಗ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಜನರಿಗೆ ಮತ್ತು ಭೂಗ್ರಹಕ್ಕೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸುಸ್ಥಿರವಾದ ಆಹಾರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಬಹುದು.

**ತಾವು ಬಹಳ ದೀರ್ಘಕಾಲದಿಂದಲೂ 'ಯೋಜನಾ' ನಿಯತಕಾಲಿಕೆಯ ಓದುಗರು. ಈ ನಿಯತಕಾಲಿಕೆಗೆ ತಮ್ಮ ಅನಿಸಿಕೆಯಲ್ಲಿರುವ ಸ್ಥಾನವೇನು?**

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕರಿಗೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ, ಗ್ರಾಮೀಣ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ನೀತಿಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಮ್ಮ ಮೊದಲ ಅಧಿಕೃತ ಮೂಲವೆಂದರೆ ಅದು 'ಯೋಜನಾ' ನಿಯತಕಾಲಿಕೆ. ಮಾಹಿತಿ ಸುಲಭವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, 'ಯೋಜನಾ' ನಮ್ಮ ವಿಶ್ವಕೋಶವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಿತು. ದೇಶವು ಹೇಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ, ನೀತಿಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ರೂಪಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಹೇಗೆ ಪರಸ್ಪರ ನಂಟು ಹೊಂದಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಇದು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿತು.

ನಾನು ಬೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, 'ಯೋಜನಾ' ನಿಯತಕಾಲಿಕೆಯನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಓದಲು ನನ್ನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಇದು ಕೇವಲ ಸಾಂದರ್ಭಿಕ ಓದುವಿಕೆಯಾಗಬಾರದು. ಬದಲಿಗೆ ಅವರ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಜೀವನದ ಅತ್ಯಗತ್ಯ ಭಾಗವಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಾವು ಅದನ್ನು ಸಾಂದರ್ಭಿಕವಾಗಿ ಓದಲಿಲ್ಲ. ಬದಲಿಗೆ, ಅದನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದೆ, ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಪೆನ್‌ಸಿಲ್ ಹಿಡಿದು ಓದುತ್ತಿದ್ದೆ. ಪ್ರಮುಖ ಸಾಲುಗಳನ್ನು ಗುರುತು ಹಾಕುತ್ತಿದ್ದೆ, ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿ ಓದಿದ್ದರ ಬಗ್ಗೆ ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಿದೆ. ಆ ಅಭ್ಯಾಸವು ಕೇವಲ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿತು. ಇದು ಬೇಗನೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವ ಬದಲು ಆಳವಾಗಿ ಯೋಚಿಸಲು ನಮಗೆ ತರಬೇತಿ ನೀಡಿತು. ಇಂದಿಗೂ, 'ಯೋಜನಾ'ದಂತಹ ನಿಯತಕಾಲಿಕೆಗಳು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತವೆ ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಬಲವಾದ ನಂಬಿಕೆ. ತ್ವರಿತ ಸುದ್ದಿ ಮತ್ತು ಗಮನ ಹರಿಸಲು ಕಡಿಮೆ ಸಮಯವಿರುವ ಈಗಿನ ಯುಗದಲ್ಲಿ, ಇಂತಹ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು

ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತವೆ. ಓದದ ಓದಿನ ಬದಲಿಗೆ ನಿಧಾನಗತಿಯಲ್ಲಿ ಓದಲು, ಚಿಂತಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ. ರಾಷ್ಟ್ರನಿರ್ಮಾಣವನ್ನು ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಮತ್ತು ಜಾಗೃತಿಯಿಂದ ನೋಡುವ ಚಿಂತನಶೀಲ ನಾಗರಿಕರನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಲು ಇಂತಹ ನಿಯತಕಾಲಿಕೆಗಳು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

**ಅಂತಿಮವಾಗಿ, ನಮ್ಮ ಓದುಗರಿಗೆ ತಾವು ನೀಡಲು ಬಯಸುವ ಸಂದೇಶ?**

ಓದುಗರಿಗೆ ನನ್ನ ಸಂದೇಶ ಬಹಳ ಸರಳವಾಗಿದೆ - ನಿಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಕಡಿಮೆ ಅಂದಾಜು ಮಾಡಬೇಡಿ. ಬದಲಾವಣೆಯು ದೊಡ್ಡ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಮುಖ ನಿರ್ಧಾರಗಳ ಮೂಲಕ ಮಾತ್ರ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅನೇಕ ಜನರು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ, ಬದಲಾವಣೆಯು ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ಸ್ಥಿರವಾದ ಕ್ರಿಯೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಮರವನ್ನು ನೆಡುವುದು, ನೀರನ್ನು ಉಳಿಸುವುದು, ತ್ಯಾಜ್ಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತವಾಗಿ ಬದುಕುವುದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಕ್ರಿಯೆಗಳಂತೆ ತೋರಬಹುದು. ಆದರೆ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಅವು ಶಾರ್ಪ್ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ವರ್ತಿಸಿದಾಗ, ಸಮಾಜವು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಸಮತೋಲನದತ್ತ ಸಾಗುತ್ತದೆ. ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ರವಾನಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ದೊಡ್ಡ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಗೌರವಿಸಲು, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಕೆಲಸದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಇತರರ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಲು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಲಿಸುವುದರಿಂದ ಭದ್ರ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ರೂಪಿಸಬಹುದು.

ನನ್ನ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ದೇಶಭಕ್ತಿ ಎಂದರೆ ಅದು ಕೇವಲ ಘೋಷಣೆಗಳ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವಂಥದಲ್ಲ. ಅದು ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಫಲಿಸಬೇಕು. ನಾವು ನಮ್ಮ ಪರಿಸರವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಗೌರವಿಸಿದಾಗ ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತವಾಗಿ ಬದುಕಿದಾಗ, ನಾವು ನಮ್ಮ ದೇಶಕ್ಕೆ ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತೇವೆ. ❖



## ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಮೂಲಭೂತ ನಾವಿನ್ಯತೆ ಬಳಕೆ

ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯ ವರದಿಯ ಪ್ರಕಾರ, ಭಾರತದ ಗ್ರಾಮೀಣ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯ ಸುಮಾರು 65% ಜನರು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೈಕೆಯ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಆಯುರ್ವೇದ ಮತ್ತು ಗಿಡ ಮೂಲಿಕೆ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಜಾಗತಿಕವಾಗಿ, ವಿಶ್ವದ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣಾ ಅಭ್ಯಾಸದ 65-80%ರಷ್ಟು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಪೂರಕ ಮತ್ತು ಪರ್ಯಾಯ ಔಷಧದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ಭಾರತೀಯ ಸಸ್ಯ ಪ್ರಭೇದಗಳಲ್ಲಿ ಸರಿಸುಮಾರು 17%ರಷ್ಟು ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ ಎಂದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಈ ಸಸ್ಯಗಳು ಆಧುನಿಕ ವಿಜ್ಞಾನವು ಹೆಚ್ಚು ಮೌಲ್ಯೀಕರಿಸುತ್ತಿರುವ ಮತ್ತು ಬಳಸುತ್ತಿರುವ ವೈಟೊನ್ಯೂಟ್ರಿಯೆಂಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಜೈವಿಕ ಸಕ್ರಿಯ ಸಂಯುಕ್ತಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಅನೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ, ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಔಷಧಿಗಳ ಔಷಧೀಯ ಔಷಧಿಗಳ ಸಂಶೋಧನೆಗಿಂತ ಬಹಳ ಮುಂದಿರುವ ಅನ್ವಯಿಕೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕ್ಯಾಥರಾಂಥಸ್ ರೋಸಸ್ (ಸೃಳೀಯವಾಗಿ ಸದಾಶಿಹಾರ್, ನಯಂತರಾ ಎಂಪು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ), ಮೂಲತಃ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ದಾವಿಲಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಭಾರತದಲ್ಲಿ, ಅಂತಹ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು



ಭಾರತದ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಜ್ಞಾನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು, ಆಧಾರಮಟ್ಟದ ಸೃಜನಶೀಲತೆಯಿಂದ ನಮ್ಮದ್ದವಾಗಿದ್ದು, ಸಮಗ್ರ ಯೋಗಕ್ಷೇಮಕ್ಕಾಗಿ ಸಸ್ಯ ಆಧಾರಿತ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಬಹಳ ಹಿಂದಿನಿಂದಲೂ ಒತ್ತಿ ಹೇಳುತ್ತಿವೆ. ಸ್ವಆಯ ಸಮುದಾಯಗಳು ಈ ಪದ್ಧತಿಗಳನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿವೆ ಮತ್ತು ಪರಿಷ್ಕರಿಸುತ್ತಿವೆ, ಗ್ರಾಮೀಣ ಭಾರತದಲ್ಲೇ ಔಷಧೀಯ ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಭಾಗವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಿವೆ.

ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಪರಂಪರೆಯಲ್ಲಿ ಹುದುಗಿವೆ, ಆದರೆ ಈ ಜ್ಞಾನದ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಅಸಮಾನವಾಗಿ ದಾವಿಲಿಸಲಾಗಿದೆ ಅಥವಾ ಔಪಚಾರಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಹಿನಿಯ ವಿಕೇಶರಣಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶ ಮತ್ತು ಸವಾಲನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಮೂಲ ನಾವಿನ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳೀಯ ಜ್ಞಾನ

ಮೂಲ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ರೈತರು ಮತ್ತು ಸ್ಥಳೀಯ ವೈದ್ಯರು ಸ್ಥಳೀಯ ಸಸ್ಯಗಳ ಬಹು ಆಯಾಮದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಟಿನೋಸೂರಾ ಕಾರ್ಡಿಫೋಲಿಯಾ (ಗಿಲೋಯ್) ಅನ್ನು ಹಲವಾರು ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ: ಇದರ ಎಲೆ ಅಥವಾ ಕಾಂಡದ ಸಿದ್ಧತೆಗಳನ್ನು ಜ್ವರ, ಅಸ್ತಮಾ, ಮಧುಮೇಹ, ಕಾಮಾಲೆ, ಕರುಳಿನ ಮಳುಗಲು, ಮೈಗ್ರೇನ್ ಮತ್ತು ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಗಳಿಗೆ ಸೂಚಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತೆಯೇ, ಮೊರಿಂಗ ಒಲಿಫೆರಾ (ಡ್ರಮ್ ಸ್ಟಿಕ್ ಮರ/ಸಹಿಜನ್) ಅನ್ನು ಅಸ್ತಮಾ, ಮಧುಮೇಹ, ಕೀಲು ನೋವು, ಉಳುಕು ಮತ್ತು ಹಾವು ಕಡಿತದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ, ಒಸಿಮಮ್ ಸ್ಯಾಂಕ್ವಮ್ (ಶುಳು) ಅನ್ನು ಉಸಿರಾಟ ಮತ್ತು ರಕ್ತಪರಿಚಲನೆ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಧಿಕೋಡಾ ವಾಸಿಕಾ (ಅಡುಸಾ/ವಾಸ) ಕೆಮ್ಮು ಮತ್ತು ಅಸ್ತಮಾಗೆ ಬಹಳ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ; ಮತ್ತು ಆಂಡ್ರೋಗ್ರಾಫಿಸ್ ಪ್ಯಾನಿಕ್ಯುಲಾಟಾ (ಕಲ್ಲೇಫ್) ಜ್ವರ ಮತ್ತು ಜೀರ್ಣಕಾರಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಬಹಳ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಈ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಒಂದೇ ಸಸ್ಯವು ವಿವಿಧ ರೋಗಗಳಿಗೆ 'ಔಷಧಾಲಯ'ವಾಗಿ ಹೇಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಕೃತ ಪ್ರಮಾಣದ ಆಧಾರ ಮಟ್ಟದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸವೆತದಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಲು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಅಳೆಯಬಹುದಾದ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮೌಲ್ಯವಾಗಿ ರೂಪಾಂತರಿಸುವಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ನಾವಿನ್ಯತಾ ಪರಿಷ್ಕಾಣ ಮೂಲ ಸೌಕರ್ಯವಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿದೆ. ಈ ಸ್ಥಳೀಯ ಜ್ಞಾನದ ಅತ್ಯಾಧುನಿಕತೆಯು ವಿಜ್ಞಾನದ ಸುಗಮಗೊಳಿಸಿದ ಬೌದ್ಧಿಕ ಆಸ್ತಿ ಹಕ್ಕುಗಳ (ಐಪಿಆರ್) ಮೂಲಕ ಔಪಚಾರಿಕವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಮತ್ತು ರಕ್ಷಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಹಲವಾರು ತಳಮಟ್ಟದ ನಾವಿನ್ಯಕಾರರಿಂದ ನಿರೂಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಗಂಭೀರ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಮಾನವ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಅಂತಹ ಕೆಲವು ನಾವಿನ್ಯತೆಗಳು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಅಸ್ಸಾಂನ ಮಿಲಾ ರಾಮ್ ಮೇಧಿ ಅಪಸ್ವಾರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಗಿಡಮೂಲಿಕೆ ಸಂಯೋಜನೆಯನ್ನು

ಸಂಶೋಧನಾ ಸಹವರ್ತಿ, ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ನಾವಿನ್ಯತೆ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ, E-mail: poonams@nifindia.org

(ಪೇಟೆಂಟ್ ಸಂಖ್ಯೆ 295175) ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿದರು, ಇದು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ವೈದ್ಯರು ಸಂಕೀರ್ಣ ನರ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಸಸ್ಯಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಮೂಲಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಸಂಯೋಜಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವದರ್ಶಿಸುತ್ತದೆ.

ಅದೇ ರೀತಿ, ಬಿಹಾರದ ಸೋನಿಯಾ ದೇವಿ ಅವರು ಫೆರುಲಾಸಾಫೊಟಿಡಾ (ಹಿಂಗ್) ಮತ್ತು ಸಾಸಿವೆ ಎಕ್ಸಾಯೊದಿಗೆ ಸಾನ್‌ವೇರಿಯಾ ರೋಕ್ಸ್‌ಬರ್ಗಿಯಾನಾ (ಮ್ಯೂರಲ್/ಮುರ್ವಾ) ಬಳಸಿ ಫೈಲೇರಿಯಾಸಿಸ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಪರಿಹಾರವನ್ನು (ಪೇಟೆಂಟ್ ಸಂಖ್ಯೆ 297386) ರೂಪಿಸಿದರು. ಮಿಜೋರಾಂನ ಈಶಾನ್ಯ ರಾಜ್ಯದಿಂದ, ಶ್ರೀ ಲಾಲ್ಕುವಾನ್‌ಜೋವಾ ಅವರು ಯುಕ್ತತನ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳಿಗೆ ಬಹು-ಸಸ್ಯ ಸಂಯೋಜನೆಯನ್ನು (ಪೇಟೆಂಟ್ ಸಂಖ್ಯೆ 328894) ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿದರು, ಆಂಪೆಲೋಸಿಸಸ್ ಲ್ಯಾಟಿಫೋಲಿಯಾ (ಪಾನಿ-ಬೆಲ್), ಲ್ಯಾಂಟಾನಾ ಕ್ಯಾಮಾರಾ (ರೈಮುನಿಯಾ), ಯುವಟೋರಿಯಮ್ ಒಡೊರಾಟಮ್ (ಜಲಜಲಿಫಸಾಸ್), ಮತ್ತು ಅಪೆರ್‌ಜಲಿಗಾಸ್‌ಪಾಸ್‌ಗಾಸ್‌ಗಳ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಕೌಶಲ್ಯದಿಂದ ಸಂಯೋಜಿಸಿವರು. ಪೊಕುಂಬೆನ್ (ಘಮಾ). ಮಾನವ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಪಶುವೈದ್ಯಕೀಯ ವಿಜ್ಞಾನದ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಎನ್‌ಐಎಫ್‌ನಿಂದ ಜ್ಞಾನ ಹೊಂದಿರುವವರ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ರಕ್ಷಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಮತ್ತು ಪೇಟೆಂಟ್ ಪಡೆದ ನೂರಾರು ನಾವಿನ್ನತೆಗಳಲ್ಲಿ ಇವು ಕೆಲವೇ ಕೆಲವು. ಈ ಪೇಟೆಂಟ್‌ಗಳು ಕೇವಲ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಭಾರತದ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಪರಿಸರ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಚಿತ್ರಣಗಳಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವಿಕ್ಷಣೆ, ಪ್ರಯೋಗ ಮತ್ತು ಪರಿಷ್ಕರಣೆಯ ತಲೆಮಾರುಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತವೆ.

ಎನ್‌ಐಎಫ್‌ನ ಡೇಟಾಬೇಸ್, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯ ಯೋಗಕ್ಷೇಮಕ್ಕಾಗಿ ಹಲವಾರು ಗಿಡಮೂಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಸಸ್ಯ ಆಧಾರಿತ ನಾವಿನ್ನತೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಈ ಸಂಸ್ಥೆಯು ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಮಾನವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಬಂಧಿತ ಆಧಾರ ಮಟ್ಟದ ನಾವಿನ್ನತೆಗಳಿಗಾಗಿ 279ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಪೇಟೆಂಟ್‌ಗಳನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿದೆ, 131 ಪೇಟೆಂಟ್‌ಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಈ ಪೇಟೆಂಟ್‌ಗಳು ಕ್ಷಯ, ಆಸ್ಟಿಯೊಪೊರೋಸಿಸ್, ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ಅಸಮರ್ಪಕ ಕಾರ್ಯಗಳು,

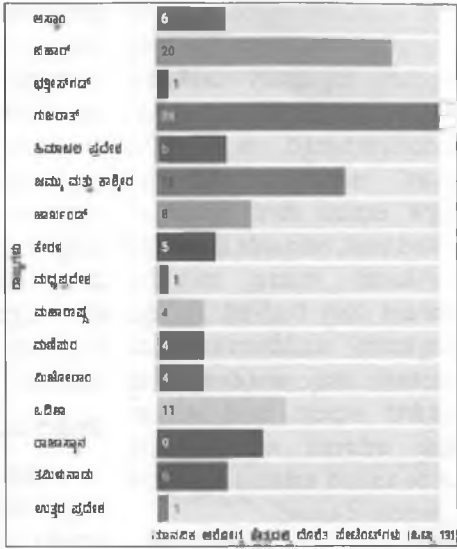
ಕೊಬ್ಬಿನ ಪಿತ್ತಜನಕಾಂಗ, ಸರವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳು ಮುಂತಾದ ನಿರ್ಣಾಯಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಶ್ರೇಣಿಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ವ್ಯಾಪಿಸಿವೆ.

**ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಪದ್ಧತಿಗಳ ಮುಂದಿರುವ ಸವಾಲುಗಳು**

ತಮ್ಮ ನಿರ್ಣಾಯಕ ಮೌಲ್ಯದ ಹೊರತಾಗಿಯೂ, ಸಾವರ್ಜಿ - ಆರ್ಥಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಅಂತರ-ಶೀಲಕೀಯ ಜ್ಞಾನ ವರ್ಗಾವಣೆಯನ್ನು ಸವೆಸುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ, ತಳಮಟ್ಟದ ಗಿಡಮೂಲಿಕೆ ಪದ್ಧತಿಗಳು ನಶಿಸಿಹೋಗುವ ಆತಂಕ ಎದುರಿಸುತ್ತಿವೆ. ಯುವ ಪೀಳಿಗೆಗಳು ನಗರಗಳಿಗೆ ವಲಸೆ ಹೋಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಆಧುನಿಕ ಔಷಧವನ್ನು ಬಯಸುತ್ತವೆ, ಇದರಿಂದಾಗಿ ಸ್ಥಳೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳ 'ವೈದ್ಯರ ಸಂಖ್ಯೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ'. ಇದಲ್ಲದೆ, ಜೀವವೈವಿಧ್ಯತೆಯ ನಷ್ಟವು ಕಚ್ಚಾ ವಸ್ತುಗಳ ನೆಲೆಯನ್ನು ಕುಗ್ಗಿಸುತ್ತಿದೆ. ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾವಣೆ ಮತ್ತು ಆವಾಸಸ್ಥಾನ ನಾಶವು ಈ ಪರಿಹಾರಗಳು ಅವಲಂಬಿಸಿರುವ ಸಸ್ಯಗಳನ್ನೇ ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿಸುತ್ತಿದೆ. ಕಳೆದ 20 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ, ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಅನೇಕ ಔಷಧೀಯ ಪರ್ಭೇವಗಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಆವಾಸ ಸ್ಥಾನಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿವೆ ಎಂದು ಜಾಗತಿಕ ವರದಿಯೊಂದು ಕಂಡುಹಿಡಿದಿದೆ: ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿವೆ 367 ಸಸ್ಯಗಳಲ್ಲಿ, 106 ಆವಾಸಸ್ಥಾನ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿವೆ ಮತ್ತು 33 ಅಳಿವಿನಂಚಿನಲ್ಲಿವೆ.

**ಕೊವಿಡ್-19 ಪಾಠ**

ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕವು ಆಧಾರ ಮಟ್ಟದ ಜ್ಞಾನ-ಆಧಾರಿತ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಯ ಸ್ಥಿತಿಶಾಪಕತ್ವವನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಿತು. ಕೊವಿಡ್-19 ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಸ್ತುಗಳು ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯಗಳು ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲದಾಗ, ಅನೇಕ ಸಮುದಾಯಗಳು ಮನೆ ಮದ್ದುಗಳಾಗಿ ಬಳಸುವ ಗಿಡಮೂಲಿಕೆ ಪೂರಕ ಔಷಧಗಳಾದವು ಎಂದು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ತೋರಿಸುತ್ತವೆ.



ಜಾಗತಿಕ ನಗರ ಕೇಂದ್ರಗಳು (ವುಹಾನ್, ಮಿಲನ್, ಮ್ಯಾಡ್ರಿಡ್, ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್, ರಿಯೋ ಡಿ ಜನೈರೊ) ಮತ್ತು ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು (ಏಷ್ಯಾ, ಯುರೋಪ್ ಮತ್ತು ಅಮೆರಿಕದಾದ್ಯಂತ) ವ್ಯಾಪಿಸಿರುವ ಒಂದು ತ್ವರಿತ ಜನಾಂಗೀಯ ಸಮೀಕ್ಷೆಯು ಕೊವಿಡ್ ತರಹದ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳಿಗೆ ಮೊದಲ ಸಾಲಿನ ಆರೈಕೆಯಾಗಿ ಚಹಾ ಮತ್ತು ಮಸಾಲೆಗಳ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿ ಗಮನಾರ್ಹ ಏರಿಕೆಯನ್ನು ದಾಖಲಿಸಿದೆ. ಈ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ, ಜನರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಶೀತ ಮತ್ತು ಜ್ವರಕ್ಕೆ ಬಳಸುವ ಮನೆಮದ್ದುಗಳಾದ ಶುಂಠಿ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಈರುಳ್ಳಿ, ಅರಿಶಿನ ಮತ್ತು ನಿಂಬೆಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಭಾರತ, ಪೆರು, ಶ್ರೀಲಂಕಾ, ಲಿಬಿಯಾ, ಕತಾರ್, ಲಿಥುವೇನಿಯಾ ಮತ್ತು ಹಲವಾರು ಆಫ್ರಿಕನ್ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಇದೇ ರೀತಿಯ ಮಾದರಿಗಳು ವರದಿಯಾಗಿವೆ, ಅಲ್ಲಿ ಸೋಂಕನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಅಥವಾ ಕೆಮ್ಮು, ಗಂಟಲು ಸೋವು ಮತ್ತು ಇತರ ಉಸಿರಾಟ ಮತ್ತು ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ದೂರುಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಔಷಧೀಯ ಸಸ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಅಡುಗೆ ಮನೆಯ ಮಸಾಲೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು.

**ಆಯುಷ್ಮಾನ್ ಆರೋಗ್ಯ ಮಂದಿರಗಳು**

ಆಯುಷ್ಮಾನ್ ಆರೋಗ್ಯ ಮಂದಿರ ಉಪಕ್ರಮವು ಉಪ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ, ಉತ್ತೇಜಕ, ಗುಣವಡಿಸುವ, ಮನವರ್ಪಿಸಿ

ಮತ್ತು ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ನೀಡುವ ಸೌಲಭ್ಯಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುವ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ 1,81,873ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಆರೋಗ್ಯ ಮಂದಿರಗಳು ಈಗಾಗಲೇ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿವೆ. ಈ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಯೋಗ ಅವಧಿಗಳು, ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ತತ್ವಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಆಹಾರಕ್ರಮದ ಸಮಾಲೋಚನೆ, ಗಿಡಮೂಲಿಕೆ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮತ್ತು ಔಷಧೀಯ ಸಸ್ಯ ಕೃಷಿ ಜಾಗೃತಿಯನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸುತ್ತವೆ. ಇದು ರೋಗಿಗಳು ತಮ್ಮ ಅಗತ್ಯತೆಗಳು ಮತ್ತು ಆದ್ಯತೆಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಆಯುಷ್ ಮತ್ತು ಅಲೋಪತಿ ಆರೈಕೆ ಎರಡನ್ನೂ ಒಂದೇ ಸೂರಿನಡಿ ಪಡೆಯುವ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಬಹುತ್ವವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ.

**ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಜ್ಞಾನ ಡಿಜಿಟಲ್ ಗ್ರಂಥಾಲಯ (ಟಿಕಡಿಎಲ್) :** ಆಯುರ್ವೇದ (1,48,456), ಯುನಾನಿ (2,64,196), ಹೃದ್ಯ (88,403), ಸೋವಾ ರಿಗ್ನಾ (8,197), ಮತ್ತು ಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಗಳು (6,536) ಸೇರಿದಂತೆ ಭಾರತೀಯ ಔಷಧ ಮತ್ತು ಯೋಗ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಿಂದ 5,15,788ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಸೂಕ್ಷೀಕರಣಗಳನ್ನು ಟಿಕಡಿಎಲ್ ದಾಖಲಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಜ್ಞಾನ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ವರ್ಗೀಕರಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಐದು ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಭಾಷೆಗಳಿಗೆ ಅನುವಾದಿಸಿದೆ. ಟಿಕಡಿಎಲ್ ವಿಶ್ವಾದ್ಯಂತ ಪೇಟೆಂಟ್ ಪರಿಶೀಲಕರಿಗೆ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಗೋಚರಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ದ್ವಿವಿಕ ನಕಲು ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತಿದೆ, ದುಬಾರಿ ಮೊದಲನೆಯವರನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತಿದೆ.

**ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಔಷಧೀಯ ಸಸ್ಯಗಳ ಮಂಡಳಿ (ಎನ್‌ಎಂಪಿಬಿ):** ಔಷಧೀಯ ಸಸ್ಯ ಸಂರಕ್ಷಣೆ, ಕೃಷಿ, ವ್ಯಾಪಾರ ಮತ್ತು ರಫ್ತಾಗಿ ನೀತಿಗಳು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಎನ್‌ಎಂಪಿಬಿ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಎನ್‌ಎಂಪಿಬಿ ಶಾಲಾ ಗಿಡಮೂಲಿಕೆ ತೋಟಗಳನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತದೆ, ಯುವ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಭಾರತೀಯ ಔಷಧೀಯ ಸಸ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಪರಿಚಯವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

**ಭಾರತೀಯ ಔಷಧ ಮತ್ತು ಕೋಮಿಯೋ ಪತಿಗಾಗಿ ಫಾರ್ಮಾಕೋಪಿಯಾ ಆಯೋಗ**

(ಪಿಸಿಐಎಂ&ಹೆಚ್) : ಪಿಸಿಐಎಂ&ಹೆಚ್, ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಔಷಧಿಗಳಿಗೆ ಫಾರ್ಮಾಲರಿ ವಿಶೇಷಣಗಳು ಮತ್ತು ಫಾರ್ಮಾಕೋಪಿಯಲ್ ಮಾನದಂಡಗಳಿಗೆ ಭಾರತದ ಕೇಂದ್ರ ಸಂಸ್ಥೆಯಾಗಿದ್ದು, ಗುಣಮಟ್ಟ, ಗುರುತು ಮತ್ತು ಶುದ್ಧತೆಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಮಾನದಂಡಗಳ ಅನುಸರಣೆಯು ಔಷಧಿಗಳು ಮತ್ತು ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕಗಳ ನಿಯಂತ್ರಕ ಚೌಕಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ, ಇದು ಸಸ್ಯ ಆಧಾರಿತ ಮತ್ತು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಪ್ರಮಾಣದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ವಾಣಿಜ್ಯೀಕರಣಕ್ಕೆ ಅಡಿಪಾಯವಾಗಿದೆ.

**ಭವಿಷ್ಯದ ಮಾರ್ಗ**

ಭಾರತವು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಮತ್ತು ತಳ ಮಟ್ಟದ ಆರೋಗ್ಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಮತ್ತು ಬಲಪಡಿಸಲು ಬಲವಾದ ಅಡಿಪಾಯವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುತ್ತಿದೆ. ಮುಂದುವರಿದಂತೆ, ವಿವಿಧ ಚದುರಿದ ಉಪಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಸಮಗ್ರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸುವುದರಿಂದ ಸಮುದಾಯದ ಹಕ್ಕುಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ, ಪುರಾವೆಗಳನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕೊನೆಯ ಮೈಲಿಯಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಅಧ್ಯಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಔಷಧಿಗಳ ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಏಕೀಕರಣಕ್ಕಾಗಿ, ಹೂಂಪಿಯ ಗುಣ ಮಟ್ಟ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹತೆಯು ನಿರ್ಣಾಯಕ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಔಷಧೀಯ ಸಸ್ಯ ಕೃಷಿಗಾಗಿ ಭಾರತವು ಈಗಾಗಲೇ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಔಷಧೀಯ ಸಸ್ಯಗಳ ಮಂಡಳಿಯಲ್ಲಿ (ಎನ್‌ಎಂಪಿಬಿ) ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಸಂಸ್ಕರಣೆ ಮತ್ತು ಮಾನ್ಯತೆ ಪಡೆದ ಪರೀಕ್ಷಾ ಕೇಂದ್ರಗಳು, ಕಚ್ಚಾ ಔಷಧಿಗಳಿಗೆ ಬ್ಯಾಚ್ ಮಟ್ಟದ ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಪರಿಶೀಲಿಸಿದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಪ್ರತಿಫಲ ನೀಡುವ ಖರೀದಿ ಮಾದರಿಗಳ ಮೂಲಕ ಸ್ಥಿತಿಸ್ಥಾಪಕ ಮೌಲ್ಯ ಸರಪಳಿಗಳನ್ನು ಉಳಿಸಿ ಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಂದಿನ ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ. ಮುಂದಿನ ಹೆಜ್ಜೆ ಬಾರದರ್ಶಕತೆ, ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆ ಮತ್ತು ಡಿಜಿಟಲ್ ಏಕೀಕರಣವಾಗಿದ್ದು, ಇದರಿಂದಾಗಿ ಸರಳ ಮೊಬೈಲ್ ಸ್ಯಾನ್ ಬ್ಯಾಚ್ ಮಾಹಿತಿ, ಪರೀಕ್ಷಾ ಸಾರಾಂಶಗಳು ಮತ್ತು ಸುಲಭ ಪ್ರತಿಕೂಲ-ಫಾಟನ್ ವರದಿ ಮಾಡುವಿಕೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದು.

ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ವೈದ್ಯರ ಪರಿಣತಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುವ ಪ್ರಮಾಣೀಕರಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಔಪಚಾರಿಕ ಸೇವೆಗೆ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನ್ಯಾಯಯುತ ಪರಿಹಾರವು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಗುಣಪಡಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ಕನಿಷ್ಠ ಜೀವನೋಪಾಯದಿಂದ ಗೌರವಾನ್ವಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಬಹುದು. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ, ಶಾಲಾ ಪಠ್ಯಕ್ರಮದೊಂದಿಗೆ ಸ್ಥಳೀಯವಾಗಿ ಸಂಬಂಧಿತ ಜನಾಂಗೀಯ ಸಸ್ಯಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸುವುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಪರಿಸರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಿಗೆ ಸ್ಥಳೀಯವಾದ ಔಷಧೀಯ ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ ಕಲಿಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಭಾರತವು ಜಾಗತಿಕ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯ 17%ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯ ಹೊಂದಿದೆ. ಇದು ಅಪಾರ ಜನಾಂಗೀಯ-ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯೊಂದಿಗೆ ವಿಶಾಲವಾದ ಜ್ಞಾನ ನೆಲೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ, ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರದೇಶ-ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಔಷಧೀಯ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಸ್ಥಳೀಯವಾಗಿ ಮಾಲ್ಟೀಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಚಿಕಿತ್ಸಕ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯನ್ನು ಹೋಷಿಸುತ್ತವೆ.

ಆಧುನಿಕ ರಾಸಾಯನಿಕ-ಆಧಾರಿತ ಔಷಧಿಗಳ ವಿವೇಚನಾರಹಿತ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಅಂಟಿಮೈಕ್ರೋಬಿಯಲ್ ಪ್ರತಿರೋಧವು ಅಭ್ಯಾಸ-ಆಧಾರಿತ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಮತ್ತು ತಳಮಟ್ಟದ ಆರೈಕೆ ನಾವೀನ್ಯತೆ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಎಂದಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮುಖಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ, ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಪದ್ಧತಿಗಳು ಗ್ರಾಮೀಣ ಉದ್ಯೋಗ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳೀಯ ಉದ್ಯಮದ ಪ್ರಮುಖ ಚಾಲಕ ಶಕ್ತಿಗಳಾಗಬಹುದು.

ಈ ಬದಲಾವಣೆಯು ಜನಸಂಖ್ಯೆಯ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುತ್ತದೆ, ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವಿತಾವಧಿಯನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದಾದ ರೋಗಗಳ ಹೊರ ಮತ್ತು ಜೀವನದ ಹೊರಗಿರುವ ವೆಚ್ಚವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜನಸಂಖ್ಯಾ ಲಾಭಾಂಶವನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತದೆ. ಬಹು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಇದು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ವಿಶ್ವಾಸ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯ ಮಾಲಿಕತ್ವವನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸುತ್ತದೆ.

ಸಹ-ಲೇಖಕ ಡಾ. ಅರವಿಂದ ಸಿ ರಾನಡೆ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಇನ್ಸ್ಟಿಟ್ಯೂಟ್ ಫಾರ್ ಡೇವಲಪ್‌ಮೆಂಟ್ ಆಫ್ ಆಯುರ್ವೇದ. ❖



Season	Millets	How & when	Heritage dishes
Winter	Bajra (Pearl millet)	a. Khichadi - Lunch or Dinner b. Puri/Chakli - Evening snack c. Laddoo - Evening snack	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kadboli (Chakli) - mix of jowar &amp; bajra flour</li> <li>• Bajra lasan laddoo</li> </ul>
	Raajgira (Amaranth)	a. Thalipeeth - Breakfast b. Laddoo - Evening snack	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Thalipeeth (Amaranth &amp; Banyard millet)</li> </ul>
	Kuttu (Buckwheat)	a. Puri - Breakfast b. Halwa - Breakfast or Evening snack	
Summer	Jowar	a. Bhakri - Lunch or Dinner b. Thalipeeth - Breakfast	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Red pumpkin spicy gcharge (Jowar flour)</li> <li>• Thalipeeth (Jowar &amp; Rice)</li> </ul>
	Samoke chawal (Banyard millet)	a. Upma - Breakfast b. Khandvi - Evening snacks	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Khandvi (Samo)</li> </ul>
	Kangni (Foxtail millet)	a. Khichadi - Lunch or Dinner b. Upma - Breakfast	
Monsoon	Ragi	a. Sattva - Breakfast b. Dosa - Breakfast or Dinner c. Laddoo - Evening snacks	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ragi laddoo</li> <li>• Vadi (Ragi flour)</li> <li>• Ragi dosa</li> </ul>

about understanding the context and then if needed reintroducing it in our daily diets.

As a Maharashtrian, I have grown up eating *bhakri* or millet roti for one meal daily. In the farming communities, it is *bhakri* for lunch. In working Marathi households, it's typically *bhakri* for dinner as they taste nicer when consumed hotter. Also, because we now lack the skill or competence that is required to make them in a way where they taste great even when they are no longer hot.

This is a practical, sensible adaptation. One rooted in ground reality. Adaptations of all good things have to be thought through or else they are #epicfail. Anyone who works in policy making understands the 'glocal' concept. Just because it's a great policy that worked wonders somewhere, doesn't mean you can pick it up and dump it here. You will have to make revisions or adapt only a part of it, so that the outcomes are as you desired.

If the outcome you wish out of millets is - lean body, great figure, better Hb levels, lower blood sugar, blood pressure, etc., then replacing all things maida with it, won't help. Nor will it help that you now have your *gauc* with millet chips, your stew with millet noodles or your veggies with millet pasta or the lettuce with pearl millet.

It means that you must learn how to roll a *bhakri* and have it with your *sabzi*. Or you pick on an

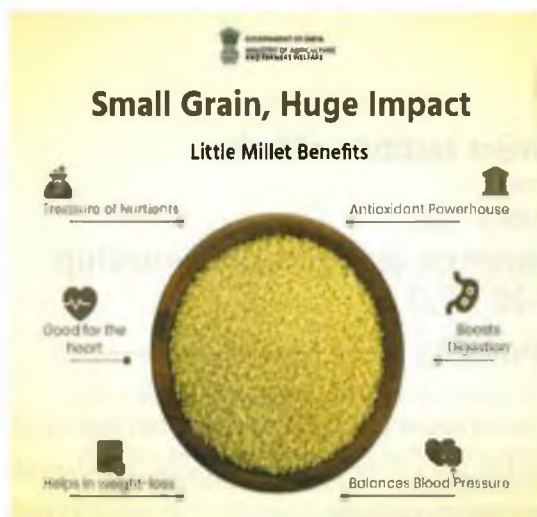
easier recipe and make a ragi dosa instead. Or you could make the easy lassi, *kheers* or *laddoos* with it. The problem is that we want the millets without the baggage they come with - the labour, the sugar, the ghee, the pulses, etc. Only because these other ingredients are not the flavour of the month. But that's not how digestion works. This baggage that it comes with is actually agents that make it easier for your body to assimilate the goodness of millets. Without this, it is just another trend that is waiting to get replaced by another.

#### Practical Guide to Eating Millets the Right Way

Eating seasonal not only ensures easy availability of the nutrients at just the time they are needed, but it also ties in beautifully with farming practices and crop cycles.

#### Eat millets with the right food combinations

Combining millets with pulses, spices, fats, etc., ensures that limiting amino acids are compensated for, protein quality/ digestibility is improved and the effect of anti-nutrients is reduced. Millets which are particularly hard to digest, like bajra, even come with rules - always have with a dollop of *makhan* or a teaspoon extra of ghee and never without jaggery. One can't but marvel at *dadis* and *nanis ke gharelu nuskhe* and *sara*, *sasta* and *sundar* methods of turning every meal into a joy, long after it's been consumed.



### Eat millets in all forms

The diversity in the ways we can consume millets is staggering. The germination and fermentation for satva, kheer or porridge, the soaking and heating for *khichdis*, *bhakris* and *laddoos*, also ensured that there is no taste fatigue or boredom while eating nutritious, healthy food.

### Don't replace all grains with millets

Lastly, know that millets are not a replacement for rice and wheat. At least not a complete replacement. Again, it comes to sustainability and common sense. So, continue with the rice and/or wheat for normal

consumption but don't forget the weekly *bhakri*, and the seasonal *laddoos* and porridge.

### The magic is in the process

Nostalgia, like memory, is a funny thing. It can hyper focus on one aspect and miss out on the big picture. We can forget how this one detail fitted into the big scheme of things. A bit like that has happened to not just millets but all things "ancient", be it the food - seeds, spices, etc., or practices like fasting, *kriyas*, etc. And when we forget how it fits in the larger scheme of things, we reduce it to what it is not, a miracle molecule or worse, a miracle cure.

Basically, if you have something to say *jo dil ko chhoo jaye*, you have to say it right. Similarly, the *tareeka* or method or style or process is as critical for the individual ingredients too, to deliver the promise of health and happiness. And that's why cooking or cuisine is the mainstay of all ancient foods and practices. It teaches you a step-by-step guide to using the ingredient to its full potential, both in terms of taste and efficacy. Culture teaches you how frequently to eat it, celebration or routine, and even guides you what to mix it with, ghee, milk, jaggery or rice, based on the occasion. Climate teaches you how to store it and what time of the day to eat it. Essentially, it is difficult to separate culture, climate, cuisine from one another and without fully utilising them, you stand to only lose from all things ancient. □

Sales Outlets of Publications Division			
New Delhi	Soochna Bhawan, CGO Complex, Lodhi Road	110003	011-24365609 011-24365610
Pune	Ground Floor, Carrier building, Mahadaji Shinde BSNL TE Compound, Near Poona Club, Camp	411001	
Kolkata	08, Esplanade East	700069	033-22486696
Chennai	'A' Wing, Rajaji Bhawan, Basant Nagar	600090	044-24917673
Thiruvananthapuram	Press Road, Near Government Press	695001	0471-2330650
Hyderabad	204, II Floor CGO Towers, Kavadiguda, Secunderabad	500080	040-27535383
Bengaluru	I Floor, 'F' Wing, Kendriya Sadan, Koramangala	560034	080-25537244
Patna	Bihar State Co-operative Building, Ashoka Rajpath	800004	0612-2675823
Lucknow	Hall No 1, II Floor, Kendriya Bhawan, Sector-H, Aliganj	226024	0522-2325455
Ahmedabad	4-C, Neptune Tower, 4th Floor, Nehru Bridge Corner, Ashram Road	380009	079-26588669
Guwahati	Doordarshan Campus, RG Baruah Road, Kamrup Metropolitan, Assam	781024	9101982938

## A Life Guided by Nature and Value

*From planting millions of trees to inspiring a generation to reconnect with nature, **Peepal Baba (aka Swami Prem Parivartan)** has dedicated his life to environmental conservation, sustainable living and value-based leadership. In this engaging conversation with YOJANA, Editor of this Magazine, **Shuchita Chaturvedi**, he shares the influences that shaped him, the lessons he learned growing up in an army environment, and his hopes for greener cities, responsible citizenship and a more harmonious relationship between people and nature.*

***Q.** You often say that your life's work was not something you consciously planned, but something that evolved naturally. Could you share how your early influences and experiences shaped this journey towards environmental work?*

**A.** I never saw my work as the result of a planned decision. It developed naturally because of the people and the environment around me. One of the strongest influences was my teacher, Mrs Williams, who taught us for almost four years. Her way of teaching was very different from what we usually see. She never limited herself to textbooks. She spoke about animals, birds, geography, history and cultures from different parts of the world.

She used to bring magazines like *National Geographic* and show us photographs. Through those images, she helped us understand the planet and its diversity. Whatever she taught, she explained through stories and real-life examples. That way of learning stayed with me. Even today, when I reflect on my own years of teaching and working, I realise that the foundation she gave us shaped my thinking about nature and education.



Growing up in an army environment teaches discipline, but it also teaches you how to live in an organised and balanced way. Cantonments are among the best examples of such living in our country. They have open spaces, greenery, walking paths and areas where people can cycle. A human being does not need only buildings to live well. One needs good air, clean water and enough space to live peacefully.

When you grow up in such surroundings, you understand that development does not mean crowding people into small spaces. Today, many cities are growing vertically, stacking people one above the other. But cantonments show that a healthy ecosystem creates healthier human beings. That lesson remained with me and later became central to my understanding of sustainable living.

**Q. Cantonments as models of sustainable living, What can be the takeaways for urban planning?**

A. Cantonments show us how life can be designed in a balanced way. There is space for people, space for trees and space for birds. You can walk, you can cycle and you can breathe.

In many cities today, if a cycle track is built, it soon gets occupied. Footpaths turn into market spaces. Slowly, there is no place left for people to walk peacefully. Cantonments, however, still preserve green areas and quiet corners. They remind us that development and greenery do not have to be in conflict. Both can grow together if planning is done thoughtfully.

**Q. Your organisation has worked across many states and regions. What has this long journey taught you?**

A. Over the years, we have worked in many districts and regions of the country. One clear lesson from this journey is that people respond more to action than to words. When they see someone planting trees, restoring land or living responsibly, they feel encouraged to do the same.

Change does not happen only through meetings or speeches. Real change happens on the ground. When people see practical work being done consistently, they begin to understand its value and become part of it themselves. Over time, this creates a sense of shared responsibility.

**Q. You have travelled to many countries. What lessons do you draw from international best practices?**

A. Whenever I travel, I try not to look only at buildings or infrastructure. I try to understand the vision behind them. From places like Singapore, Dubai and Australia, I

have learned that real development begins with clarity of purpose.

Singapore decided very early that it would become a garden city. That was not just an idea on paper. Greenery was placed at the centre of planning. Roads, housing and public spaces were all designed around trees and parks. Even with limited land and a dense population, they ensured that people had access to open spaces.

Dubai taught me another lesson. It is built in the middle of a desert, yet it has created modern infrastructure and green areas. What stands out is the confidence to imagine differently. It shows that natural limitations do not have to become excuses.

Australia reflects the importance of respecting nature while developing. Large green belts and conservation areas are treated as essential, not optional.

What connects all these examples is not money alone. It is clarity of vision, discipline in execution and long-term thinking. For India, the lesson is clear: if we place environment and human well-being at the centre of planning, our cities can become far healthier and more liveable.





**Q. Indian cities today face pollution and acute stress. What practical steps can ordinary citizens take for healthier living?**

**A.** We cannot wait for everything to change from the top. Each of us must begin where we are.

First, surround yourself with plants. Even if the air in your city is polluted, you can improve the air around your home. A few plants can change the atmosphere of a place and also calm the mind.

Second, if possible, grow a little of your own food. Even a small effort changes your relationship with what you eat. It makes you more aware of natural processes and brings a sense of responsibility.

Third, reduce stress by choosing carefully what you watch, read and listen to. Urban life already creates stress because of noise and crowding. We should not add more stress through constant negativity.

**Q. Speaking of responsible lifestyles and reducing one's impact on the environment, how do you explain this idea in simple terms?**

**A.** I often use the term "carbon footprint" to explain this idea. It simply means how little harm you cause to the Earth. It does not have to be a complicated concept. Use public transport when possible. Avoid plastic. Choose

steel, glass and simple materials.

These may look like small actions, but over a lifetime they make a big difference. When many individuals follow such habits, it creates collective responsibility. In that sense, social change is nothing but the result of consistent individual action.

**Q. Environmental responsibility is deeply connected with spirituality, how do you see this relationship?**

**A.** For me, spirituality means awareness — awareness of oneself, of others and of nature. When you live close to nature, you naturally become calmer and more responsible. You begin to understand that your actions affect not only you, but everyone around you.

Young people today face pressure and confusion. They are surrounded by competition and uncertainty. When they reconnect with nature, they rediscover balance. That balance helps them live healthier and more meaningful lives.

**Q. What role do parents and teachers play in building this awareness among children?**

**A.** Parents and teachers play the most important role in shaping the values of the next generation. Today, many children grow up without any real connection to nature.

They have never seen a village pond, a well, or a working farm. They know packaged food, but not how food is grown. They know brands, but not the value of labour.

This distance from real life slowly weakens their understanding of responsibility. That is why adults must consciously bring children closer to soil, to farms and to everyday realities. A child who understands where food comes from automatically learns respect — for farmers, for nature and for life itself.

Values cannot be taught only through lectures or textbooks. They are learned through example. When children see parents and teachers caring for the environment, living simply and respecting resources, they absorb these habits naturally. Such learning stays with them for life and helps build not just informed individuals, but responsible citizens.

**Q. Is there a need to rethink agriculture and food systems in today's content?**

**A.** We must return to more natural ways of farming. Excessive use of chemicals harms soil, water and human health. Over time, it weakens the very foundation of agriculture. Across the world, people are now realising that sustainable farming is not a luxury, it is a necessity.

When I travel to other countries, I see the same concern being addressed in different ways. In many places, there is a growing effort to reduce chemical dependence and move towards practices that respect soil and biodiversity. Farmers are being encouraged to adopt methods that protect land for the next generation, not just maximise short-term yield.

This international experience reinforces what we need to understand in India as well — that agriculture cannot be separated from ecology. Food is not just a product that we buy and sell. It is life. When we respect that, our systems automatically become healthier and more balanced.

A society that respects its food also learns to respect its farmers and its land. Only then can we build a food system that is truly sustainable, both for people and for the planet.

**Q. You have been a long-time reader of YOJANA. What place does the magazine hold for you?**

**A.** For many of us, YOJANA was our first serious source of understanding development, rural issues and public policy. At a time when information was not easily available, YOJANA served as our encyclopedia. It helped

us understand how the country works, how policies are shaped and how social and economic issues are connected.

When I teach, I often encouraged my students to read YOJANA regularly. I tell them that it should not just be casual reading, but an essential part of their academic life. We did not read it casually. We read it slowly, often with a pencil in hand — underlining important lines, making notes and reflecting on what we read. That habit built wisdom, not just information. It trained us to think deeply rather than react quickly.

Even today, I believe that magazines like YOJANA play a very important role. In an age of instant news and short attention spans, such publications give readers the opportunity to pause, reflect and understand issues in a more meaningful way. They help create thoughtful citizens who look at nation-building with a sense of responsibility and awareness.

**Q. Finally, what message would you like to give to our readers?**

**A.** My message to readers is simple — never underestimate your individual power. Many people feel that change happens only through big systems and major decisions, but in reality, transformation begins with small, consistent actions in everyday life.

Planting a tree, saving water, reducing waste and choosing to live responsibly may seem like ordinary acts, but together they create lasting impact. When individuals act with care, society naturally moves towards balance.

I also feel that passing on good values to the next generation is one of our greatest responsibilities. Teaching children to respect nature, understand the importance of honest work and care for others shapes a stronger future.

Patriotism, in my view, is not merely expressed through slogans. It is reflected in action. When we protect our environment, respect our resources and live responsibly, we serve our country in the truest sense. □

*(The interaction with Peepal Baba reinforces the importance of aligning development goals with environmental responsibility and social well-being. His perspectives highlight that sustainable progress depends not only on policy frameworks, but also on informed individual action and collective commitment. Together, these elements form the foundation for a more balanced and resilient model of growth.)*



# Leveraging Grassroots Innovations for Public Health

*India's traditional knowledge systems, enriched by grassroots creativity, have long emphasised plants-based remedies for holistic wellness. Local communities continuously adapt and refine these practices, making medicinal plants a key part of primary healthcare in rural India.*

**A** report of World Health Organization (WHO) notes that about 65% of India's rural population uses Ayurveda and herbal remedies to meet primary care needs. Globally, 65–80% of the world's healthcare practice involves the use of traditional medicines in the form of complementary and alternative medicine.

It has been found that roughly 17% of Indian plant species are considered to have pharmacological properties. These plants carry phytonutrients and bioactive compounds that modern science is increasingly validating and utilising. In many cases, traditional knowledge has identified applications far ahead of formal research, for example *Catharanthus roseus* (locally known as *Sadabahaar/Nayantara*), originally documented in India to lower blood sugar, later yielded important anti-cancer alkaloids called vinblastine and vincristine. In India, such practices are embedded in cultural heritage, yet this wealth of knowledge is unevenly documented or integrated into formal healthcare, presenting both an opportunity and a challenge for mainstream integration into public health.

May 2024 marked a significant moment for India and the Global South with the announcement of World Intellectual Property Organisation's (WIPO) treaty on 'Intellectual Property, Genetic Resources, and Traditional Knowledge', which introduced mandatory disclosure norms for patent applications concerning genetic materials. The treaty mandated that patent

applications involving genetic resources and traditional knowledge must disclose their origins. Thus, the obligatory nature of this provision introduces a binding international standard, holding all 193 WIPO member countries accountable. This harmonisation will help reduce the legal loopholes often exploited by powerful nations and corporations.

## Grassroots Innovation and Indigenous Knowledge

At the grassroots level, farmers and local healers continue to innovate and explore multi-dimensional benefits of native plants. For example, *Tinospora cordifolia* (*Giloy*) is utilised for an array of ailments:



The author is Research Associate at National Innovation Foundation. Email: [poonams@nifindia.org](mailto:poonams@nifindia.org)

its leaf or stem preparations are prescribed for fever, asthma, diabetes, jaundice, intestinal worms, migraine and even piles. Likewise, *Moringa oleifera* (drumstick tree/*Sahijan*) is used for treatment of asthma, diabetes, joint pain, sprains and snakebite. Furthermore, *Ocimum sanctum* (*Tulsi*), has been widely applied for respiratory and circulatory health; *Adhatoda vasica* (*Adusa/Vasa*) is very effective for cough and asthma; and *Andrographis paniculata* (*Kalmegh*) for fever and digestive issues.

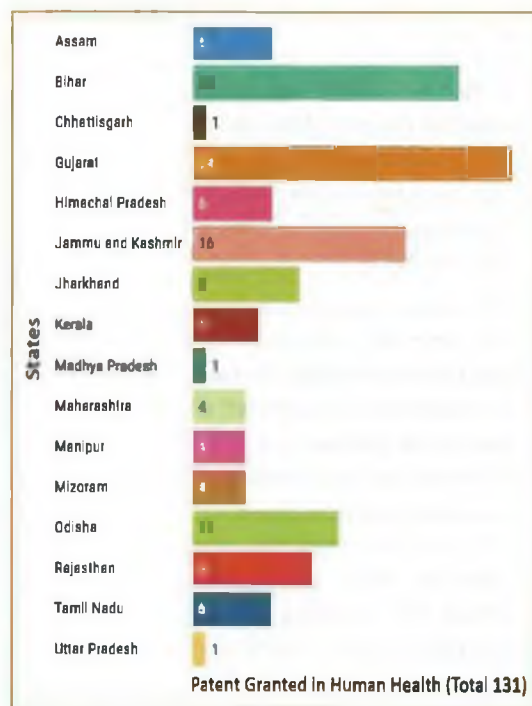
These examples highlight how a single plant can serve as a 'pharmacy' to various diseases. To protect such vast volumes of grassroots knowledge from erosion and to translate these into scalable public health value, National Innovation Foundation – India (NIF) has emerged as a critical national institutional infrastructure working relentlessly to nurture and fortify community knowledge.

The sophistication of this indigenous knowledge is exemplified by numerous grassroots innovators formally recognised and protected through intellectual property rights (IPR) facilitated by NIF. Some of such innovations are profoundly critical to defend human health against grave illnesses. For example, Mila Ram Medhi from Assam developed herbal composition for epilepsy treatment (Patent No. 295175) using *Lasia spinosa* (*Kukkuta Sringi*), *Costus speciosus* (*Keukand*), *Curcuma longa* (*Haldi*) and *Streblus asper* (*Sihora*), demonstrating how traditional practitioners combine botanical sources to address complex neurological conditions.

These patents represent not merely solutions but generations of empirical observation, experimentation and refinement at the community level across diverse ecological and cultural landscapes of India. NIF's database comprises numerous herbal and plant-based innovations for health and general wellness.



Sonia Devi from Bihar formulated a remedy (Patent No. 297386) to treat Filariasis using *Sansevieria roxburghiana* (*Mural/Murva*) with *Ferula asafoetida* (*Hing*) and mustard oil, while Baidhar Biswal from Odisha created a medication (Patent No. 298858) from various parts of *Capparis sepiaria* (*Kanthari/Chaili*) specifically targeting nerve disorders, neuronal injuries and neuro-degeneration.



**Chart: Human Health Related Patents Granted to Grassroots Innovators**

The institute has so far filed over 279 patents for human health related grassroots innovations, with 131 patents granted. These patents span a diverse range of conditions, including critical ailments like tuberculosis, osteoporosis, kidney malfunctions, fatty liver, neurological disorders, etc.

### Challenges before Traditional Practices

Despite their critical value, grassroots herbal practices face growing threats as socio-economic changes have eroded intergenerational knowledge transfer. Younger generations migrate to cities and prefer modern medicine, causing a 'dwindling number

From the northeastern state of Mizoram, Lalmuanzova developed a multi-plant composition (Patent No. 328894) for liver disorders, skillfully integrating leaves from *Ampelocissus latifolia* (*Pani-bel*), *Lantana camara* (*Raimuniya*), *Eupatorium odoratum* (*Jaljali ghaas*), *Achyranthes aspera* (*Apamarg*), and *Tridax procumbens* (*Ghamra*). These are only a few among hundreds of innovations protected and patented in the name of knowledge holders by NIF across the domains of human health and veterinary science.



of practitioners' of local health traditions. Moreover, loss of biodiversity is shrinking the raw material base. Climate change and habitat destruction are endangering the very plants on which these remedies depend. A global report finds that over the last 20 years, climate shifts have reduced suitable habitats for many medicinal species: of 367 plants studied, 106 have lost habitat area and 33 face extinction.

The same report finds that in the Himalayan region some high-altitude herbs are now scarce, forcing traditional healers to search ever higher for their remedies. Deforestation and overharvesting compound the problem as a result many wild herbs have become rare or much more expensive. In India, this has direct public health impact, if key plants vanish, a vast population might lose accessible cures. Thus, disappearing plants, fading knowledge and under-utilisation risk vanishing pharmacy of traditional, proven and accessible methods of cures.

### The Covid-19 Lesson

The pandemic revealed resilience of grassroots knowledge-based healthcare. Public health studies show that when hospitals and clinics were overwhelmed during Covid-19, many communities turned to 'foodmedicines', culinary plants and herbal supplements used as home remedies for respiratory symptoms and immune support. A rapid ethnobiological survey spanning global urban centers (Wuhan, Milan, Madrid, New York, Rio de Janeiro) and rural regions (across Asia, Europe, and the Americas) documented a marked rise in the use of teas and spices as first-line care for Covid-like symptoms.

Across these regions, people repurposed household remedies normally used for colds and flu: ginger, garlic, onion, turmeric, and lemon were globally utilised. Similar patterns were reported in India, Peru, Sri Lanka, Libya, Qatar, Lithuania, Central Himalaya, and multiple African countries, where medicinal plants and kitchen spices were used to prevent infection or to manage cough, sore throat, and other respiratory and pulmonary complaints.

### National Initiatives

With immense potential for affordable healthcare and pharmaceutical innovations, grassroots medicinal knowledge remains vulnerable to erosion, biopiracy, and commercial misappropriation. Recognising this, the Government of India has launched comprehensive initiatives to document, protect, integrate, and



commercialise traditional medicine. Few critical initiatives include:

**National One Health Mission:** Launched in 2022, under National One Health Mission Central and State Ministries coordinate across health, animal husbandry, environment, agriculture, and disaster management sectors. This integration proves essential for ethnomedicine, where medicinal plant ecosystems, wildlife health, and human well-being form an indivisible continuum. Traditional knowledge practitioners have always practiced this spirit of unity treating humans, animals, and environmental balance as interconnected.

**Ayushman Arogya Mandirs:** The Ayushman Arogya Mandir initiative aims at transforming Sub Health Centres and Primary Health Centres into facilities delivering preventive, promotive, curative, rehabilitative, and palliative care. So far over 1,81,873 Arogya Mandir have already been operationalised. These centers integrate yoga sessions, dietary counseling based on traditional principles, management of common ailments using herbal medicines, and medicinal plant cultivation awareness. This creates practical pluralism where patients access both AYUSH and allopathic care under one roof based on their needs and preferences.

**Traditional Knowledge Digital Library (TKDL):** TKDL has documented over 5,15,788 formulations from Indian Systems of Medicine and Yoga comprising Ayurveda (1,48,456), Unani (2,64,196), Siddha (88,403), Sowa Rigpa (8,197), and Yoga practices (6,536), and translated into five international languages using the Traditional Knowledge Resource Classification system. TKDL is preventing biopiracy by making traditional knowledge visible to patent examiners worldwide, avoiding expensive litigation. The Union Government

recently approved widening TKDL access beyond patent offices to researchers, pharmaceutical companies, and academic institutions for drug discovery, promoting innovation under the New Education Policy 2020's *Bharatiya Gnan Parampara* framework.

**National Medicinal Plants Board (NMPB):** NMPB coordinates policies and programmes for medicinal plant conservation, cultivation, trade, and export. NMPB supports school herbal gardens with assistance, making younger generation acquainted with essential Indian medicinal plants.

**Pharmacopoeia Commission for Indian Medicine & Homoeopathy (PCIM&H):** PCIM&H is India's central institution for formulary specifications and pharmacopoeial standards for traditional medicines, strengthening quality, identity, and purity. Importantly, compliance with standards is tied to the Drugs & Cosmetics regulatory framework for manufacturing, which is foundational for safe commercialisation of plant-based and traditional products at scale.

Recently Ministry of AYUSH has included in Indian Pharmacopoeia 48 medicinal plants originating from grassroots knowledge holders supported by NIF, thereby giving them regulatory recognition for R&D activities for healthcare and industrial use.

#### The Future Course

India is developing a strong foundation for protecting and strengthening traditional and grassroots health knowledge. In the continuation, onboarding various scattered initiatives into an integrated system will safeguard community rights, improve evidence, and deliver reliable services at the last mile. Knowledge scouting and documentation process will have to be expanded and strengthened as it is one of the critical components to record, preserve and resurrect grassroots knowledge practices.

Integration of grassroots knowledge into public health is also underway as AYUSH services are being co-located under National Health Mission. Establishing streamlined mechanisms for condition-wise, referral-linked integrated care pathways will strongly augment primary care through explicit red-flag and green-flag protocol guidance. In this regard, Ayushman Bharat Digital Mission (ABDM) is substantially important for

building real-world evidence, track outcomes, and surface safety signals through longitudinal digital health records.

For the long-term systemic integration of traditional medicines into public health practices, the quality and reliability of supply will be of critical importance. India already has an institutional vehicle in the National Medicinal Plants Board (NMPB) for medicinal plant cultivation. The way forward is to sustain resilient value chains through regional processing and accredited testing hubs, batch-level traceability for raw drugs, and procurement models that reward verified quality. The next leap is transparency, accountability, and digital integration so that a simple mobile scan can verify batch information, test summaries, and easy adverse-event reporting.

Certification programmes for recognising traditional healer expertise provide pathways for formal service within public health systems, and fair compensation could transform traditional healing from marginal livelihood to respected profession. In addition, integrating locally relevant ethnobotany with school curricula can help children learn medicinal plants native to their ecosystems from early age.

India represents over 17% of the global population with immense ethno-cultural heterogeneity creating a wide knowledge base where region-specific medicinal traditions endure locally-validated therapeutic wisdom. Rising antimicrobial resistance, accelerated by indiscriminate use of modern chemical-based drugs, make practice-based traditional and grassroots care innovation pathway more urgent than ever.

Moreover, traditional health practices can become a major engine of dignified rural employment and local enterprise. This shift will strengthen population health, extend healthy life-years, and support a healthier demographic dividend by reducing avoidable disease burden and out-of-pocket expenditure. Most importantly, it advances cultural confidence and community ownership, turning India's living health heritage into the pillar of *Atmanirbhar*, and *Viksit Bharat*. □

*(Co-author Dr Arvind C Ranade is the Director of National Innovation Foundation. Email: director@nifindia.org)*



## About Monthly Magazine Clipping Service

The Monthly Magazine Clipping Service brings together selected articles and highlights agriculture and allied sciences from the library's subscribed magazines. It is designed to help students, researchers, and faculty stay updated on current trends, technologies, and developments in agriculture. The content is carefully selected and compiled to ensure relevance and reliability.

**Compiled by  
University Library Staff**

ಗ್ರಂಥಾಲಯ LIBRARY  
K.A. Kelceswari Institute of Agricultural Sciences  
UNIVERSITY OF AGRICULTURAL SCIENCES  
BENGALURU

### Disclaimer

Articles are selected from the Library's subscribed magazines for academic and reference use only. Copyright remains with the respective publishers.