ಹೊರನಾಡ ಚಿಲುಮೆ
ಕಾಂಗರುನಾಡಿನ ಕನ್ನಡಿಗರಿಂದ ವಿಶ್ವ ಕನ್ನಡಿಗರ ಹೃದಯಕ್ಕೆ
ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾದ ಮೊಟ್ಟಮೊದಲ ಕನ್ನಡ ಇ-ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ
Chilume Circulated in and around 10 countries
ಸಂಪುಟ ೪, ಸಂಚಿಕೆ ೪, ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ ೨೦೧೬

ಕನ್ನಡದ ಮೇಲಿರುವ ಉತ್ಸಾಹವೇ ಉತ್ಸವವು

Find us on: facebook

ಹೊರನಾಡ ಚಿಲುಮೆ ಇ-ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆಯ ಓದುಗರಿಗೆಂದು ತೆರೆಯಲಾಗಿರುವ ಫೇಸ್ಬುಕ್ ಗುಂಪು ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಲು ಕೆಳಗಿನ ಲಿಂಕ್ ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ

JOIN CHILUME FACEBOOK GROUP (You have to be logged in to facebook to join)

ಚಿಲುಮೆಯ ಒಳಗೆ

ಸಂಪಾದಕೀಯ ... ಪು. ೧
ಮಂಕುತಿಮ್ಮನ ಕಗ್ಗ ... ಪು. ೨

ಚಿಲುಮೆಯ ಒಳಗೆ

ಆಹಾರ-ಆರೋಗ್ಯ ... ಪು. ೩
ರಾಂ ರಾಮ ... ಪು. ೬

ಚಿಲುಮೆಯ ಒಳಗೆ

ಕಥಾಚಿಲುಮೆ, ರೆಸಿಪಿ ... ಪು. ೯
ಕಾವ್ಯ ಚಿಲುಮೆ, ಹಾಸ್ಯ ಚಿಲುಮೆ ... ಪು. ೧೦

ಚಿಲುಮೆಯ ಒಳಗೆ

ಪದಪುಂಜ/ರಂಗೋಲಿ ... ಪು. ೧೧
ಕನದಿಂದ ರಸ ... ಪು. ೧೨

ಚಿಲುಮೆಯ ಒಳಗೆ

ನೀವು ಮಾಡಿ ... ಪು. ೧೩
ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಏನೇನು ... ಪು. ೧೩

ಕಗ್ಗರಸಧಾರೆ
ಪುಟ ೨

ಸಂಪಾದಕೀಯ

ಬದರಿ ತ್ಯಾಮಗೊಂಡ್ಲು

ಉತ್ಸಾಹವೆಂಬುದು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅದೆಷ್ಟು ಅವಶ್ಯಕವೆಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದವರು ಸಾರುತ್ತಲೇ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ. ಏನೇ ಕೊರತೆಯಿದ್ದರೂ ಆ ಲವಲವಿಕೆಯಿಂದ ಕಷ್ಟಸಾಧ್ಯವಾದ ಕೆಲಸ ಕಾರ್ಯಗಳು ಸಫಲಗೊಂಡಿರುವುದು ನಮ್ಮ ನಿಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಗೂ ಕಾಣಸಿಗುತ್ತವೆ. ಚೈತನ್ಯಮಯಿಯಾದ ಆ ಒಂದು ಪದಾರ್ಥವು ಅದೆಷ್ಟು ಬಲವನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತಂದುಬಿಡುತ್ತದೆಯಲ್ಲವೇ!

ಭಾಷೆಯ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಅದು ಹಾಗೆಯೇ. ಯಾವುದೇ ಪರಿಣತಿ ಇರದಿದ್ದರೂ, ಭಾಷೆಯ ಬಗೆಗಿನ ಆ ಉತ್ಸಾಹದಾಯಕವಾದ ಒಲವೇ ಅದರ ಬಲವು. ಇಂದಿನ ಆಧುನಿಕ ಯುಗದಲ್ಲಿ ತಾಂತ್ರಿಕತೆಯು ನಮ್ಮನ್ನು ಆವರಿಸಿಕೊಂಡಿರುವಾಗ, ಕನ್ನಡ ನುಡಿಯ ಪ್ರಯೋಗವು ಆಂಗ್ಲ ಮತ್ತಿತರ ಪ್ರಬಲ ಭಾಷಾ ಉಪಯೋಗದಿಂದ ಮೂಲಗುಂಪಾಗುತ್ತಿರುವುದಂತೂ ಸತ್ಯ ಮತ್ತು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದದ್ದು.

ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಟೈಪಿಸಲು ಆಗದೆಂದು ಅದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಸುಲಭವಾದ ಆಂಗ್ಲವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದು ಒಂದು ಹಂತಕ್ಕೆ ಸರಿ. ತಾಂತ್ರಿಕ ಜ್ಞಾನದ ಅಭಾವದಿಂದ ಅಥವಾ ತಂತ್ರಾಂಶ ಸಿಗದೇ ಇರುವುದರಿಂದ, ಹೀಗೆ ನಾನಾ ಕಾರಣದಿಂದ ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ, ಅದೇ ಅಭ್ಯಾಸವಾದರೆ, ಅದು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಲ್ಲಿರುವ ಉತ್ಸಾಹದ ಕೊರತೆಗೆ ಸಾಕ್ಷಿಯೂ ಹೌದು. ಹೇಗೆ ಅಳದ ಕಂದಮ್ಮಗೆ ತಾಯಿಯೂ ಹಾಲೂಡುವುದಿಲ್ಲವೆಂಬುದು ಜನಜನಿತವೋ ಹಾಗೆಯೇ ನಮ್ಮ ಭಾಷೆಯ ಪ್ರಯೋಗಕ್ಕೆ ಕೊರತೆ ಕಂಡುಬಂದರೆ, ಆ ಕೊರತೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ತುಂಬಬಹುದು ಎಂಬ ಉತ್ಸಾಹವು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರದಿದ್ದರೆ, ಭಾಷೆಯು ಸೊರಗುತ್ತದೆ.

ಚಿಲುಮೆಗೆ ಬರುವ ಹಲವಾರು ಪತ್ರಗಳಲ್ಲಿ, ಹೆಚ್ಚಿನವು ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಕಂಪ್ಯೂಟರಿನಲ್ಲಿ, ಮೊಬೈಲಿನಲ್ಲಿ, ಹೇಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಕೇಳಿರುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳೇ ಆಗಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಪತ್ರಗಳು ಅದೆಷ್ಟು ಸಂತಸ ತರುತ್ತವೆ ಎಂದರೆ ನಮ್ಮ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಜೀವಂತವಾಗಿರುವ ಭಾಷೆಯ ಉತ್ಸಾಹಕ್ಕೆ ಅದು ಕನ್ನಡಿಯು. ಈ ಸಂಚಿಕೆಯು ಅಂತಹ ಉತ್ಸಾಹಭರಿತ ಓದುಗರಿಗೆ ಅರ್ಪಿತ.

ಎಂದಿನಂತೆ, ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯ ಓದುಗರಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ವಿನಂತಿ, ಕನ್ನಡವು ನಿಮ್ಮ ಭಾಷೆಯೆಂಬುದನ್ನು ಮರೆಯದಿರಿ. ಕನ್ನಡವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಬಳಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಸಂದೇಶಗಳು (ಮೆಸೇಜ್), ಪತ್ರಗಳು (ಇಮೇಲ್), ವಾಟ್ಸ್ಯಾಪ್, ಫೇಸ್ಬುಕ್ ಮುಂತಾದ ಕಡೆ ಬರೆಯುವಾಗ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಬರೆಯುವ ಅಭ್ಯಾಸವಿರದಿದ್ದರೆ, ಬರೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಈಗಂತೂ ಸಾಕಷ್ಟು ಜನ ಕನ್ನಡವನ್ನು ಹೇಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಅಂತರ್ಜಾಲದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರನೇಕರು ಕನ್ನಡವನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಂದ ಬಳಸುವ ರೀತಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ನೀವೂ ಬಳಸುತ್ತಾ ಬನ್ನಿ. ಉತ್ಸಾಹವೊಂದೇ ನಮ್ಮನ್ನು ಯಾವುದರಲ್ಲಿಯೇ ಆಗಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವುದು. ಆ ಉತ್ಸಾಹದ ಚಿಲುಮೆಯು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಪುಟಿದೇಳಲಿ. ▪

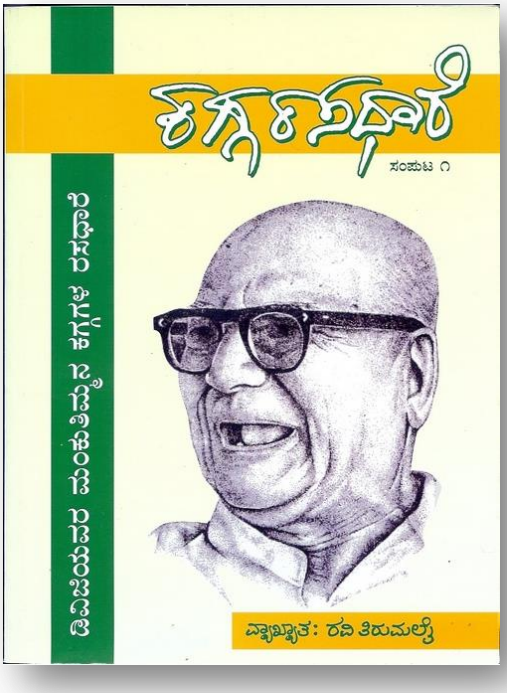
ಎರಡು ತಿಂಗಳ ಪ್ರಮುಖ ದಿನಗಳು

ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ ಶ್ರೀ ದುರ್ಮುಖಿ ನಾಮ ಸಂವತ್ಸರ,
ದಕ್ಷಿಣಾಯಣ, ವರ್ಷ ಋತು, ಶ್ರಾವಣ/ಭಾದ್ರಪದ ಮಾಸ

01 ಗು - ಬೆನಕನ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ, 02 ಶು - ಭಾದ್ರಪದ ಮಾಸ ಆರಂಭ
04 ಭಾ - ಸ್ವರ್ಣ ಗೌರಿ ವ್ರತ, 05 ಸೋ - ಗಣೇಶ ಚತುರ್ಥಿ
06 ಮಂ - ಋಷಿ ಪಂಚಮಿ
09 ಶು – ರಾಧಾ ಜಯಂತಿ
12 ಸೋ – ಬಕ್ರೀದ್/ಝುಲ ಝಾಲನಿ ಏಕಾದಶಿ
15 ಮಂ – ಅನಂತ ಪದ್ಮನಾಭ ವ್ರತ/ಸರ್ ಎಂ ವಿ ಜನ್ಮ ದಿನ
16 ಶು – ಅನಂತನ ಹುಣ್ಣಿಮೆ
19 ಸೋ - ಸಂಕಷ್ಟ ಚತುರ್ಥಿ
17 ಶ - ಪಿತೃ ಪಕ್ಷ ಆರಂಭ
26 ಸೋ - ಇಂದಿರಾ ಏಕಾದಶಿ
30 ಶು – ಮಹಾಲಯ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

ಅಕ್ಟೋಬರ್ ಶ್ರೀದುರ್ಮುಖಿ ನಾಮ ಸಂವತ್ಸರ,
ದಕ್ಷಿಣಾಯಣ, ಶರದ್ ಋತು, ಆಶ್ವಯುಜ/ಕಾರ್ತೀಕ ಮಾಸ

01 ಶ - ಆಶ್ವಯುಜ ಮಾಸ / ನವರಾತ್ರಿ ಆರಂಭ
02 ಭಾ – ಗಾಂಧಿ/ಲಾಲ್ ಬಹದ್ದೂರ್ ಶಾಸ್ತ್ರಿ ಜಯಂತಿ
07 ಶು – ಸರಸ್ವತಿ ಪೂಜೆ 09 ಭಾ - ದುರ್ಗಾಷ್ಟಮಿ
10 ಸೋ – ಮಹಾನವಮಿ / ಆಯುಧ ಪೂಜೆ
11 ಮಂ - ವಿಜಯ ದಶಮಿ 12 ಬು - ಮೊಹರಂ 10ನೇ ದಿನ
15 ಶ - ಮಹರ್ಷಿ ವಾಲ್ಮೀಕಿ ಜಯಂತಿ 16 ಭಾ - ಹುಣ್ಣಿಮೆ
17 ಸೋ – ತುಲಾ ಸಂಕ್ರಮಣ
19 ಬು - ಸಂಕಷ್ಟ ಚತುರ್ಥಿ/ಕರವಾ ಚೌತ್
26 ಬು - ರಾಮಾ ಏಕಾದಶಿ 29 ಶ – ನರಕ ಚತುರ್ದಶಿ
30 ಭಾ – ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ಲಕ್ಷ್ಮಿ ಪೂಜೆ
31 ಸೋ - ಬಲಿ ಪಾಡ್ಯಮಿ / ಕಾರ್ತಿಕ ಮಾಸ ಆರಂಭ



ಕನ್ನಡದ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯೆಂದು ಪ್ರಖ್ಯಾತಿಯಾಗಿ ಬಹುಶ್ರುತವಾಗಿರುವ ಡಿ.ವಿ. ಗುಂಡಪ್ಪನವರ ರಚನೆ "ಮಂಕುತಿಮ್ಮನ ಕಗ್ಗ". ಇಂತಹ ಉತ್ತಮೋತ್ತಮವಾದ ಕೃತಿಯನ್ನು ಹೊರನಾಡ ಚಿಲುಮೆಯ ಓದುಗರಿಗೆ ಅರ್ಥವತ್ತಾಗಿ ವಿವರಿಸಲು ಶ್ರೀಯುತ ರವಿ ತಿರುಮಲೈ ಅವರು ತಮ್ಮ ಈ ಬರಹದ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಬಳಿ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ. ಸಂಪಾದಕೀಯ ಸಮಿತಿಯ ಪರವಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತ ಈ ಅಂಕಣವು ಜ್ಞಾನ ದಾಸೋಹಿಗಳಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಲಿ ಎಂದು ಆಶಿಸುತ್ತೇವೆ.

– ಸಂಪಾದಕೀಯ ಸಮಿತಿ

ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣು ವಿಶ್ವಾದಿಮೂಲ ಮಾಯಾಲೋಲ |
ದೇವ ಸರ್ವೇಶ ಪರಬೊಮ್ಮನೆಂದು ಜನಂ ||
ಆವುದನು ಕಾಣದೊಡಮಳ್ತಿಯಿಂ ನಂಬಿಹುದೋ |
ಆ ವಿಚಿತ್ರಕೆ ನಮಿಸೊ-ಮಂಕುತಿಮ್ಮ ||

ವಿಶ್ವಾದಿಮೂಲ=ವಿಶ್ವ+ಆದಿಮೂಲ, ಕಾಣದೊಡಮಳ್ತಿಯಿಂ=ಕಾಣದೊಡಂ+ಅಳ್ತಿಯಿಂ.
ಪರಬೊಮ್ಮ=ಪರಬ್ರಹ್ಮ, ಕಾಣದೊಡಂ=ಕಾಣದಿದ್ದರೂ, ಅಳ್ತಿಯಿಂ=ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ.

ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಮೂಲ, ಮಾಯಾಲೋಲ, ದೇವ, ಸರ್ವಕ್ಕೂ ಒಡೆಯನಾದ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಎಂದು ಹತ್ತು ಹಲವಾರು ಹೆಸರುಗಳಿಂದ ಯಾವುದನ್ನು ಜನರು ಕಾಣದಿದ್ದರೂ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ನಂಬಿರುವರೋ ಆ ವಿಚಿತ್ರಕ್ಕೆ ನಮಿಸು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಶ್ರೀ ಗುಂಡಪ್ಪನವರು.

ನಾವೆಲ್ಲಾ ಆತ್ಮಗಳಾದರೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಆಳುವವನು ಪರಮಾತ್ಮ. ಅದನ್ನು ನಿಯಾಮಕ, ನಿಯಂತ್ರಕ, ದೇವರು ಎಂದೆಲ್ಲ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಯಾರು ಏನೇ ಹೆಸರಿಟ್ಟು ಕರೆದರೂ ಅದು ಪರಮ ಶಕ್ತಿ . ಇಡೀ ಜಗತ್ತನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿ ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಒಂದು ಪರಮ ಶಕ್ತಿ. ಇದನ್ನು ಹಲವಾರು ಸದ್ಭಕ್ತರು ತಮ್ಮ ತಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಕೊಂಡು ಅನುಭವಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಯಾರು ಹೇಗೆ ಅನುಭವಿಸಿದರೋ ಅವರಿಗೆ ಹಾಗೆ ಕಂಡಿದೆ.

ನಾವಿರುವ ಭೂಮಿಯಂತಹ 9.80 ಲಕ್ಷ ಭೂಮಿಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಸೌರವ್ಯೂಹದ ಸೂರ್ಯನೊಳಕ್ಕೆ ಹಾಕಿಬಿಡಬಹುದು ಎಂದು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ಸೌರಮಂಡಲವೂ ಸೇರಿದಂತೆ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಸೌರಮಂಡಲಗಳಿರುವ ನಮ್ಮ ಕ್ಷೀರಪಥ. ನಮ್ಮ ಕ್ಷೀರಪಥವೂ ಸೇರಿದಂತೆ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಕ್ಷೀರಪಥಗಳಿರುವ ಆಕಾಶಗಂಗೆ, ನಮ್ಮ ಆಕಾಶಗಂಗೆಯೂ ಸೇರಿದಂತೆ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಆಕಾಶಗಂಗೆಗಳಿರುವ ಈ ವಿಶ್ವ. ಇಡೀ ವಿಶ್ವವನ್ನು ಒಂದು ಸೂತ್ರದಲ್ಲಿ ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ಒಂದು ಶಕ್ತಿ. ಅದನ್ನೇ ಬೇರೆ ಬೇರೆಯವರು ಬೇರೆ ಹೆಸರುಗಳಿಂದ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆಂದು ಈ ಮುಕ್ತಕದ ಆಂತರ್ಯ. ವಿಶ್ವದ ಒಂದು ಅಣುವಷ್ಟೂ ಅಲ್ಲದ ನಾವು, ಕಾಣದಿದ್ದರೂ ಆ ಶಕ್ತಿಯ ಅಧೀನದಲ್ಲಿರುವುದರಿಂದ, ಅದಕ್ಕೆ ಭಕ್ತಿಯಿಂದ, ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ನಮಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಒಂದು ಆದೇಶ.

ಅದನ್ನು ಕಂಡವರಿಲ್ಲ. ಅದರ ಲೀಲೆಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಅವರವರದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ ಮಾಡಬಹುದಾದಂತಹ ಒಂದು ಪರಮ ವಸ್ತು. ಮಾನ್ಯ ಗುಂಡಪ್ಪನವರು ಅದನ್ನು "ವಿಚಿತ್ರ" ಎಂದು ಕರೆದು ಅದಕ್ಕೆ ನಮಿಸು ಎಂದು ಒಂದು ಆದೇಶವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ನಾವೂ ಸಹ ನಮ್ಮ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸುಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆ ಪರಮಾತ್ಮನೆಂಬ ವಸ್ತುವನ್ನು ಭಾವಿಸಿ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ▪

ಅಕ್ಕಿ – ಅನ್ನ

ರಾಜಿ ಜಯದೇವ್ (Accredited Practising Dietician)
Mrs Raji Jayadev, B.Sc (Hons) Dip Nutr & Diet (Syd)

ಜುಲೈ 2016 ರ ಚೆಲುಮೆಯಲ್ಲಿ ಬೇಳೆ ಮತ್ತು ಕಾಳುಗಳ ಮಹತ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆದಿದ್ದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬೇಳೆ ಮತ್ತು ಕಾಳುಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಸಾರು ಅಥವಾ ಸಾಂಬಾರ್ ಮಾಡುವುದು ವಾಡಿಕೆ. ಸಾರು, ಸಾಂಬಾರ್ ಸವಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಅನ್ನ ಬೇಕು. ಈಗ ಅಕ್ಕಿ, ಅನ್ನದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಪ್ರಪಂಚದ ಶೇಕಡಾ 50 ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಜನರಿಗೆ ಅಕ್ಕಿ ಬಹು ಮುಖ್ಯ ಆಹಾರ. ವಿಕಿಪೀಡಿಯಾದ 'ರೈಸ್ ಡಿಷಸ್' ನ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ 500ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಭಕ್ಷ್ಯಗಳಿವೆ. ಅಕ್ಕಿಯಿಂದ ನಾವೂ ಕೂಡ ನೂರಾರು ಭಕ್ಷ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಭಾರತೀಯ ಅಡುಗೆ ಅನ್ನವಿಲ್ಲದೆ ಪೂರ್ಣವಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಆಹಾರಕ್ಕೆ ಪರ್ಯಾಯ ಪದವೇ ಅನ್ನ. ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತೀಯರಿಗಂತೂ ಊಟ ಅಂದರೆ ಅನ್ನ. ನನ್ನ ಪೇಷಂಟ್ ಒಬ್ಬರು 'ರಾತ್ರಿ ಊಟ ಮಾಡಲ್ಲ' ಅಂದರು. ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಗಿ 'ಮಧ್ಯರಾತ್ರಿ ಹಸಿವೆ ಆಗಲ್ವಾ' ಅಂದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಅವರು 'ಇಲ್ಲ, ಸಂಜೆ ಏಳು ಗಂಟೆಗೆ ಎರಡು ಚಪಾತಿ ತಿಂತೀನಲ್ಲ' ಅಂದ್ರು!

ಕಳೆದ 10-15 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಅನ್ನ ಬಹಳ ಕೆಟ್ಟ ಹೆಸರು ತೆಗೆದುಕೊಂಡುಬಿಟ್ಟಿದೆ. 'ತೂಕ ಇಳಿಸ್ಕೊಬೇಕಾ? ಅನ್ನ ಬಿಟ್ ಬಿಡಿ. ಡಯಾಬಿಟಿಸ್? ಅನ್ನ ಬಿಡಿ, ಚಪಾತಿ ತಿನ್ನಿ' (ಮಧುಮೇಹಿಗಳಿಗೆ ಅನ್ನಕ್ಕಿಂತ ಚಪಾತಿ ಒಳ್ಳೆಯದೇ? ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಮುಂಬರುವ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ವಿಚಾರ ಮಾಡೋಣ). ಅನ್ನ ಉಂಡರೂ ಒಂದೇ ಒಂದು ಟೇಬಲ್ ಸ್ಪೂನ್ನಷ್ಟು ತಿಂತೀವಿ ಅಂತಾರೆ ನನ್ನ ಕೆಲವು ಸ್ನೇಹಿತರು ಮತ್ತು ಪೇಷಂಟ್ಸ್. ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಇದ್ದವರಿಗಂತೂ ಅನ್ನ ಅಂದ್ರೆ ಒಂಥರಾ ಹೆದರಿಕೆ. ಯಾಕೆಂದ್ರೆ ಅವರಿಗೆ ಅನ್ನ = ಶುಗರ್. ಅನ್ನ ಬಿಡುವುದಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ಕಡಿಮೆ ತಿನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯ ಆಗದೆ ಹೋದರೆ, ನನಗೆ ಡಯಟ್ ಮಾಡೋಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ವಿಲ್ ಪವರ್ ಇಲ್ಲ, ಅಂತ ಇನ್ನುಳಿದ ಆಹಾರಪಥ್ಯವನ್ನು ಅಂದ್ರೆ, ಎಷ್ಟ್ ಹಣ್ಣು, ಎಷ್ಟ್ ತರಕಾರಿ, ಎಷ್ಟ್ ಬೇಳೆ, ಕಾಳುಗಳು, ಹಾಲು, ಮೊಸರು ಸೇವಿಸಬೇಕು ಅಂತ ಹೇಳಿತೀರ್ಮವಲ್ಲಾ, ಅದನ್ನೂ ಕೈ ಬಿಟ್ ಬಿಡ್ತಾರೆ.

ನಾವು ಒಂದು ವಿಷಯವನ್ನ ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಯಾವುದೇ **ಒಂದು ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥವನ್ನು** ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಅಥವಾ ವರ್ಜಿಸುವುದರಿಂದ ಖಾಯಿಲೆಗಳು ಬರುವುದೂ ಇಲ್ಲ, ವಾಸಿಯಾಗುವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಇರುವ ನನ್ನ ಪೇಷಂಟ್ಸ್ ಕೆಲವರು, 'ನಾನು ದಿನಾ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಹಾಗಲಕಾಯಿ ಜ್ಯೂಸ್ ಕುಡಿತೀನಿ, ಮೆಂತ್ಯೆ ಕಾಳನ್ನು ರಾತ್ರಿ ನೆನೆಸಿಟ್ಟು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಅದನ್ನು ತಿಂತೀನಿ, ಬಾಳೆಹಣ್ಣು ತಿನ್ನೋದೆ ಬಿಟ್ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದೀನಿ, ಅನ್ನ ಬಿಟ್ ಚಪಾತಿ ತಿಂತೀನಿ ಅಂತಾರೆ'. ಆದರೆ ಅವರ ರಕ್ತದ ಸಕ್ಕರೆಯ ಪ್ರಮಾಣದ ಪಟ್ಟಿ ನೋಡಿದರೆ ಸಕ್ಕರೆಯ ಪ್ರಮಾಣ ನಾರ್ಮಲ್ ಗಿಂತ ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚು ಇರುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಅಂದ್ರೆ ಡಯಟೀಶಿಯನ್ಸ್ ಗೆ, ನೀವು ಏನ್ ತಿಂತೀರಿ, ಏನ್ ಬಿಡ್ತೀರಿ ಅನ್ನುವುದು ಮುಖ್ಯ ಅಲ್ಲ. ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕು, ಯಾವ ಆಹಾರವೇ ಆಗಲಿ ಎಷ್ಟು, ಯಾವಾಗ, ಎಷ್ಟು ಸಲ ತಿನ್ನಬೇಕು ಅನ್ನುವುದು ಮುಖ್ಯ. How much to eat, when to eat, how often to eat.

ಅಕ್ಕಿಯಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಬಗೆಗಳು. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಶಾರ್ಟ್ ಗ್ರೇನ್, ಮೀಡಿಯಂ ಗ್ರೇನ್ ಮತ್ತು ಲಾಂಗ್ ಗ್ರೇನ್. ಈ ಮೂರು ಬಗೆಯ ಅಕ್ಕಿ ಕಂದು ಬಣ್ಣದ್ದಾಗಿರಬಹುದು, ಬಿಳಿಯ ಬಣ್ಣದ್ದಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಕುಸುಬಲಕ್ಕಿಯಾಗಿರಬಹುದು. ಅಲ್ಲದೆ ಬಸ್ಮತಿ ಅಕ್ಕಿ, ರೆಡ್ ರೈಸ್, ಬ್ಲಾಕ್ ಅಥವಾ ಪರ್ಪಲ್ ರೈಸ್, ವೈಲ್ಡ್ ರೈಸ್ ಎಂಬ ಸ್ಪೆಷಾಲಿಟಿ ಅಕ್ಕಿಗಳೂ ಇವೆ. ಈ ಬಣ್ಣ ಬಣ್ಣದ ಅಕ್ಕಿಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಬಹು ಮುಖ್ಯವಾದ ಆಂಟಿ-ಆಕ್ಸಿಡೆಂಟ್ ಗಳು, ಫೈಟೋ-ನ್ಯುಟ್ರಿಯಂಟ್ ಗಳು ಇವೆ.

ಬಿಳಿ ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ಸಂಸ್ಕರಿಸಿರುವುದರಿಂದ (highly polished) 70% - 90% ಹೊಟ್ಟು (ಫೈಬರ್), ವಿಟಮಿನ್ಸ್ ಮತ್ತು ಮಿನರಲ್ಸ್ ಗಳೆಲ್ಲಾ ನಾಶವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಕಂದು ಬಣ್ಣದ (brown rice) ಮತ್ತು ಕುಸುಬಲಕ್ಕಿಯಲ್ಲಿ (parboiled) ಹೊಟ್ಟು, ಹಲವಾರು ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಸೆಲಿನಿಯಂ, ಮೆಗ್ನೀಸಿಯಂ, ಮ್ಯಾಂಗನೀಸ್, ಫಾಸ್ಫರಸ್, B ವಿಟಮಿನ್ ಗಳು, ಆಂಟಿ-ಆಕ್ಸಿಡೆಂಟ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಫೈಟೋ-ನ್ಯುಟ್ರಿಯೆಂಟ್ ಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಹೃದಯರೋಗಗಳನ್ನು ತಡೆಹಿಡಿಯಲು, ಜೀರ್ಣಾಂಗಗಳು ಮತ್ತು ರಕ್ತನಾಳಗಳು ಸುಸೂತ್ರವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು, ಅತಿ ರಕ್ತದೊತ್ತಡವನ್ನು ಮತ್ತು ರಕ್ತದ ಸಕ್ಕರೆ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡಲು ಈ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು ಬಹು ಮುಖ್ಯ.

ಮುಂದಿನ ಪುಟ ನೋಡಿ ...

ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪಟ್ಟಿ ನೋಡಿ:

ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು	ಕಂದುಬಣ್ಣದ ಅಕ್ಕಿ 100 ಗ್ರಾಂ	ಬಿಳಿ ಅಕ್ಕಿ 100 ಗ್ರಾಂ
ಶಕ್ತಿ - ಕ್ಯಾಲೋರಿ	370	360
ಪ್ರೋಟೀನ್ - ಗ್ರಾಂ	7.9	7.1
ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್ - ಗ್ರಾಂ	77.4	79.4
ಫೈಬರ್ - ಗ್ರಾಂ	**3.0**	0.66
ಐರನ್ – ಮಿಲಿಗ್ರಾಂ	**1.47**	0.8
ಮ್ಯಾಂಗನೀಸ್ – ಮಿಲಿಗ್ರಾಂ	**3.74**	1.09
ಪೊಟಾಸಿಯಂ – ಮಿಲಿಗ್ರಾಂ	**223**	115
ಫಾಸ್ಪರಸ್ – ಮಿಲಿಗ್ರಾಂ	**333**	115
ಮೆಗ್ನೀಸಿಯಂ – ಮಿಲಿಗ್ರಾಂ	**143**	25
ವಿಟಮಿನ್ B1 - ಮಿಲಿಗ್ರಾಂ	**0.40**	0.07
ವಿಟಮಿನ್ B2 - ಮಿಲಿಗ್ರಾಂ	**0.9**	0.05
ವಿಟಮಿನ್ B3 - ಮಿಲಿಗ್ರಾಂ	**5.09**	1.6
ವಿಟಮಿನ್ B5 - ಮಿಲಿಗ್ರಾಂ	**1.49**	1.01
ವಿಟಮಿನ್ B6 - ಮಿಲಿಗ್ರಾಂ	**0.51**	0.16
ಫೊಲೇಟ್ B9 - ಮೈಕ್ರೊಗ್ರಾಂ	**20**	8
ವಿಟಮಿನ್ E - ಮಿಲಿಗ್ರಾಂ	**0.59**	0.11

ರಕ್ತದ ಸಕ್ಕರೆಯ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡಲು ಬಸ್ಮತಿ ಅಕ್ಕಿ ಸೇವಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುವುದು ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಇರುವವರಿಗೆಲ್ಲ ತಿಳಿದ ವಿಚಾರ. ಕಾರಣ: ಬಸ್ಮತಿ ಅಕ್ಕಿ **ಕಡಿಮೆ ಗ್ಲೈಸೀಮಿಕ್ ಇಂಡೆಕ್ಸ್ ಹೊಂದಿದೆ**. ಶಾರ್ಟ್ ಗ್ರೇನ್, ಮೀಡಿಯಂ ಗ್ರೇನ್ ಮತ್ತು ಲಾಂಗ್ ಗ್ರೇನ್ ಅಕ್ಕಿಗಳು ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದ್ದೇ ಆಗಿರಲಿ, ಕಂದು ಬಣ್ಣದ್ದೇ ಆಗಿರಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಗ್ಲೈಸೀಮಿಕ್ ಇಂಡೆಕ್ಸ್ ಹೊಂದಿವೆ. ರಕ್ತದ ಸಕ್ಕರೆಯ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡಲು ಕಡಿಮೆ ಗ್ಲೈಸೀಮಿಕ್ ಇಂಡೆಕ್ಸ್ ಇರುವ ಬಸ್ಮತಿ ಅಕ್ಕಿ ಬಹು ಸಹಕಾರಿ. ಅದರಲ್ಲೂ ಕಂದು ಬಣ್ಣದ ಅಥವಾ ಪಾರ್ ಬಾಯಿಲ್ಡ್ ಬಸ್ಮತಿ ಅಕ್ಕಿ, ಉಪಯೋಗಿಸಿದರೆ ನಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಫೈಬರ್ ಕೂಡ ಸಿಕ್ಕುತ್ತದೆ.

ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರೋಟೀನ್ ಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡು ವಿಧ. ಪರಿಪೂರ್ಣ ಅಂದರೆ ದೇಹಕ್ಕೆ ಅವಶ್ಯಕವಾದ ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಅಮೈನೊ ಆಸಿಡ್ ಗಳೂ ಇರುವ ಪ್ರೋಟೀನ್. ಅಪೂರ್ಣ ಪ್ರೋಟೀನ್ ನಲ್ಲಿ ದೇಹಕ್ಕೆ ಅವಶ್ಯಕವಾದ ಒಂದೆರಡು ಅಮೈನೊ ಆಸಿಡ್ ಗಳು ಕಡಿಮೆ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ಅಕ್ಕಿಯಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರೋಟೀನ್ ಅಪೂರ್ಣ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ಬೇಳೆ, ಕಾಳುಗಳೊಂದಿಗೆ ಸೇವಿಸಿದರೆ ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಪ್ರೋಟೀನ್ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಅನ್ನದೊಂದಿಗೆ ಬೇಳೆ ಅಥವಾ ಕಾಳಿನ ಸಾರು, ಅಕ್ಕಿ ಮತ್ತು ಬೇಳೆ ಹೊಂದಿದ ಪೊಂಗಲ್, ಖಿಚಡಿ, ದೋಸೆ, ಇಡ್ಲಿ-ಸಾಂಬಾರು ಇತ್ಯಾದಿ. ಉಟ, ತಿಂಡಿಗೆ ಬರೀ ಚಿತ್ರಾನ್ನ ಅಥವಾ ಪುಳಿಯೋಗರೆ ತಿಂದರೆ ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರೋಟೀನ್ ಸಿಗಲಾರದು.

ಅಕ್ಕಿ ನಮ್ಮ ಬಹು ಮುಖ್ಯ ಆಹಾರ. ಇಡ್ಲಿ, ದೋಸೆ, ರೊಟ್ಟಿ, ಚಿತ್ರಾನ್ನ, ಪುಳಿಯೋಗರೆ, ಮೊಸರನ್ನ ಮುಂತಾದ ಅನೇಕ ವಿಧದಲ್ಲಿ ಇತರ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳಿಗಿಂತ ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸೇವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಬಸ್ಮತಿ ಅಕ್ಕಿ ಅಥವಾ ಕಂದು ಬಣ್ಣದ ಅಕ್ಕಿ ಅಥವಾ ಕುಸುಬಲಕ್ಕಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಬಹು ಮುಖ್ಯ.

ಈಗ ಅನ್ನ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಯಾವ ಅಕ್ಕಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು ಎಂದು ತಿಳಿದಾಯ್ತು. ಸಾರು, ಸಾಂಬಾರು ಮಾಡಲು, ಬೇಳೆ ಮತ್ತು ಕಾಳುಗಳ ವಿಷಯ ಜುಲೈತಿಂಗಳ ಚಿಲುಮೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಅನ್ನ ಸಾರು ಉಟ ಮಾಡುವಾಗ ಒಂದೆರಡು ಚಮಚ ತುಪ್ಪ ಇದ್ದರೆ ತುಂಬಾ ರುಚಿ ಅಲ್ವಾ? ನವೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳ ಚಿಲುಮೆಯಲ್ಲಿ ತುಪ್ಪದ ವಿಷಯ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

15 ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ತಯಾರಾಗುವ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ - ಮೊಸರವಲಕ್ಕಿ

1/2 ಲೋಟ ಕೊಬ್ಬರಹಿತ ಮೊಸರಿಗೆ ½ - 1 ಲೋಟ ಕೊಬ್ಬರಹಿತ ಬಿಸಿ ಹಾಲು ಅಥವಾ ನೀರನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಡೆದು, 1/2 ಲೋಟ ಶುಚಿಮಾಡಿದ ದಪ್ಪ ಅವಲಕ್ಕಿ ಬೆರಸಿ. ನಿಮ್ಮ ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಉಪ್ಪು, ಸಣ್ಣದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿದ ಹಸಿ ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಶುಂಟಿ ಮತ್ತು ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಸಿ. ಸಾಸಿವೆ, ಕರಿಬೇವು, ಇಂಗು ಅಥವಾ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಒಗ್ಗರಣೆ ಮಾಡಿ, ಅವಲಕ್ಕಿ ಮೆತ್ತಗಾದ ಮೇಲೆ ಹುರಿದ ಗೋಡಂಬಿ ಬೆರೆಸಿ ಸವಿಯಿರಿ. ಸಣ್ಣದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿದ ಸೌತೆಕಾಯಿ ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ತುರಿದ ಕ್ಯಾರಟ್ ಬೆರೆಸಿದರೆ ಹಲವಾರು ವಿಟಮಿನ್ನುಗಳೂ ದೊರಕುತ್ತವೆ. ಇಷ್ಟವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿದ ಕೆಂಪು ನೀರುಳ್ಳಿಯನ್ನೂ ಹಾಕಬಹುದು.▪

ನೀವೂ ಜಾಹೀರಾತು ನೀಡಲು ಬಯಸುವಿರಾದರೆ ನಮಗೆ ಇ-ಮೇಲ್ ಮಾಡಿ: **horanadachilume@gmail.com**

SRI KRISHNA TRAVEL
Travel with a Smile

Contact Mr Sudheendra Rao EMAIL
Mobile 0415 291 723

choice HOME LOANS

Contact Mr.Sathya Bhat EMAIL
Mobile 0412 918 511

Umesh Nagasandra FT
ABN 55 405 83 51 32
Umesh Nagasandra
Mob: 0401 034 456
Email: umesh61@gmail.com
Web: www.arman.com.au
P.O. Box # 4127, Tranmere North, South Australia-5073, Australia.

Contact Mr Umesh EMAIL
Mobile 0401 034 456

AUSTINDIA SANGAM TRANSPORT

Contact Mr Eranna Gotyal EMAIL
Mobile 0404 215 605

ರಾಂ ರಾಮ

ಇದು ಹಾಸ್ಯ ಪುಟ

ಶ್ರೀ ರಾಮನಾಥ್ ಅವರು ಉತ್ತರಿಸುವ "ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ" ಬ್ಲಾಗ್ನಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯ. ಕೆಳಗಿನ ಲಿಂಕ್ ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ

ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ

ರಾಮನಾಥ್
ಭಾಷಣಕಾರರು, ಹಾಸ್ಯ ಲೇಖಕರು

ಛೀ ಟಿವಿಯ ಇಂಡಿಪೆಂಡೆಂಟ್ ಬೈಟ್ಸ್

ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ದಿವಸ ಬಂತು. ಭಾರತದ ಸಕಲ ಚರಾಚರಗಳ ಅಭಿಪ್ರಾಯವೇನೆಂದು ತಿಳಿಯಲು ಛೀ ಟಿವಿಯ ರಿಪೋರ್ಟರ್ ರೀಲ್ ಮಾಸ್ಟರ್ ಕ್ಯಾಮೆರಾಮಾನ್ ಕೆಪ್ಪಣ್ಣನ ಜೊತೆ ಬೀದಿಗೆ ಹೊರಟ. ಮೊದಲಿಗೆ ಒಂದು ಹಸು ಕಂಡುಬಂದಿತು.

ಕಿರಿಯ ರಸ್ತೆಯ ಮಧ್ಯದೊಳಗೆ
ಮೊರೆಯುತಿಹ ಟ್ರಾಫಿಕ್ಕು ಮಧ್ಯದಿ
ಸರಿಯೆ ನಾನೆಂದು ಕುಳಿತ ಹಸುಗಳು
ನಿದ್ರೆಗಿಳಿವುವು ಇಲ್ಲಿಯೆ

ಫಾರಿನೊಳ್ ಸಿಗಲಾರದಿಂಥ ಇಂಡಿಪೆಂಡೆನ್ಸ್ ಎಂದಿತು.

"ಯಾರೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಓಡಿಸಲು ಯತ್ನಿಸುವುದಿಲ್ಲವೆ?"

"ನಾವು ಹಸುಗಳು ಪೆನ್ಷನ್, ಪಿಎಫ್, ಕಳಸಾ-ಬಂಡೂರಿಯ ನೀರನ್ನು ಕೇಳುವುದಿಲ್ಲವಾದ್ದರಿಂದ ಯಾರೂ ನಮ್ಮತ್ತ ಲಾರಿ ಬೀಸುವುದಿಲ್ಲ."

ಉತ್ತೇಜಿತನಾದ ರೀಲ್ ಮಾಸ್ಟರ್ಗೆ ಮುಂದೆ ಒಂದು ಶ್ವಾನ ಸಿಕ್ಕಿತು.

"ನಿಮಗೊಂದು ಕಥೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಒಂದಾನೊಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ರಷ್ಯಾದಲ್ಲೊಂದು ನಾಯಿ ಇತ್ತು. ಅದಕ್ಕೆ ಆಹಾರ, ವಸತಿ, ನೀರು, ಯಾವುದರ ಕೊರತೆಯೂ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ಅದು ಅಲ್ಲಿಂದ ಓಡಿಬಂದು ಭಾರತ ಸೇರಿತು. ಏಕೆ ಗೊತ್ತೆ?"

"ಏಕೆ?"

"ಅಲ್ಲಿ ಬೊಗಳುವುದಕ್ಕೆ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ಬೊಗಳುವುದಕ್ಕಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಕಚ್ಚುವುದಕ್ಕೂ ಅಪರಿಮಿತ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವಿದೆ. ನಮಗೆ ಕಲ್ಲು ಹೊಡೆದರೆ ಶಿಕ್ಷೆ; ನಾವು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮನಸೋಯಿಚ್ಛೆ ಕಚ್ಚಿದರೂ ನಮಗೆ ರಕ್ಷೆ. ಹ್ಯಾಪಿ ಇಂಡಿಪೆಂಡೆನ್ಸ್ ಡೇ; ಬೌಬೌ..... ಹಲೋ.... ಲಾಸ್ಟ್‌ಬೈಟ್‌ಗೆ ವಾಪಸ್ ಬನ್ನಿ; ನಮ್ಮಂತೆಯೇ ಕಚ್ಚಾಡುವ ಗಂಡ-ಹೆಂಡತಿಯರಿಗೂ, ವಿಧಾನಸೌಧದ ಸನ್ಮಿತ್ರರಿಗೂ ನಮ್ಮ ಶುಭಾಶಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿಬಿಡಿ" ಎನ್ನುತ್ತಾ ಆಕಡೆಯಿಂದ ಬರುತ್ತಿದ್ದ ಕಾರೊಂದರ ಟೈರಿಗೆ ಬೊಗಳಲು ಓಡಿತು.

ಮುಂದೆ ಸೊಳ್ಳೆಗಳ ತವರುಮನೆಯಾದ ತಿಪ್ಪೆ ಕಂಡುಬಂದಿತು.

ಜಿಗಿಜಿಗಿಯುತ ನಲಿ ತಿಪ್ಪೆಗಳ ಬಯಲಲಿ ಕೊಳೆಗಾಳಿಯಲಿ ತೇಲಿ
ನರಚರ್ಮವೇರಿ ಹೀರಿದಾಗ ಯಾರೂ ತಿಳಿಯದ ಮೋಡಿ

ಎಂದು ಹಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಸೊಳ್ಳೆಯ ಮೂತಿಗೇ ಕೆಪ್ಪಣ್ಣ ಕ್ಯಾಮೆರಾ ಹಿಡಿದ.

"ಈ ಅತಂತ್ರ ದಿನದಂದು... ಕ್ಷಮಿಸಿ.... ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯೋತ್ಸವದ ದಿನದಂದು ನಿಮ್ಮ ಅನಿಸಿಕೆ ಏನು?" ಕೇಳಿದ ರೀಲ್ ಮಾಸ್ಟರ್.

"ಸೂಪರ್. ಕಾರ್ಪೊರೇಷನ್ನಿನವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಕೊಲ್ಲುತ್ತೇವೆಂಬ ನೆಪದಲ್ಲಿ ಔಷಧಿ ಸಿಂಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹ್ಹಿಹ್ಹಿಹ್ಹಿ! ಎಕ್ಸ್‌ಪೈರಿ ಡೇಟ್ ಆಗಿಹೋಗಿರುವ ಔಷಧಿ! ನಮಗೆ ಅದನ್ನು ಕಂಡು ನಗುವೋ ನಗು. ರುಚಿ ಚೆನ್ನಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಕುಡಿದು ಕೊಂಚ ಕಿಕ್ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ವಿದೇಶಕ್ಕೆ ಹೋದರೆ ನಮಗೆ ಹೌಸಿಂಗ್ ಪ್ರಾಬ್ಲಮ್. ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಕ್ಲೀನಾಗಿರೋದ್ರಿಂದ ನಮಗೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೇನೇ ಆಗಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ಅದ್ಯಾರೋ ಹೇಳೋ ಹಾಗೆ 'ಮಸ್ತ್ ಮಜಾ ಮಾಡಿ' ಅನ್ನಕ್ಕೆ ಕರೆಕ್ಟಾಗಿರೋ ವಾತಾವರಣ. ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವೆಂದರೆ ಇಲ್ಲಿಯದೇ. ಭಾರತ್ ಮಾತಾ ಕೀ...." ಎನ್ನುತ್ತಾ ಹತ್ತಿರವೇ ಇದ್ದ ಎಮ್ಮೆಯ ಬೆನ್ನೇರಿ ಸವಾರಿ ಮುಂದುವರೆಸಿತು.

ಮುಂದೆ ಒಡೆದ ಪೈಪಿನಿಂದ ಹರಿಯುತ್ತಿದ್ದ ನೀರು ಕಂಡುಬಂದಿತು.

"ಆನ್ ದಿಸ್ ಡೇ ಆಫ್ ಇಂಡಿಯನ್ ಇಂಡಿಪೆಂಡೆನ್ಸ್. ವಾಟ್ ಈಸ್ ಯುವರ್ ಸೇ, ವಾಟರ್?" ಎಂದ ಅಪ್ಪಟ ಕನ್ನಡಿಗ.

"ಥೇಮ್ಸಕ್ಕ ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿಂದ ವಾಟ್ಸಪ್ ಮಾಡಿದ್ಳು. ಎಂಥ ಸ್ಟುಪಿಡ್ ಪೀಪಲ್ ಗೊತ್ತಾ ಅಲ್ಲಿ...! ಒಂದು ಸರ್ತಿ ಪೈಪಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ರೆ ಪರ್ಮನೆಂಟ್ ಅರೆಸ್ಟ್ ಆದಹಾಗೆ. ಯಾವುದಾದರೂ ನಲ್ಲೀಲಿ ಪೆರೋಲ್ ಸಿಕ್ಕರೆ ಮಾತ್ರ ಬಿಡುಗಡೆ. ಆದರೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹಾಗಿಲ್ಲಪ್ಪ. ಕಳ್ನೀರು ಹಿಡಿಯಕ್ಕೇಂತ ಜನಗಳೇ ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಪೈಪ್ ಒಡೆದು ನಮಗೆ ಬಿಡುಗಡೆ ಕೊಡ್ತಾರೆ. ಜೈಲು ಹಾರಿ ಹೊರಬಂದ ಕಳ್ಳನಷ್ಟೇ ಸಂತೋಷ ನಮಗೆ ಪೈಪ್ ಸೋರಿ ಬಂದಾಗ ಆಗತ್ತೆ ಗೊತ್ತಾ! ಕೆಲವು ಕಡೆ ಡಿಪಾರ್ಟ್‌ಮೆಂಟಿನವರೇ ನಮ್ಮ ರಭಸಕ್ಕೆ ಮೆಚ್ಚಿ ಅಗಲವಾಗಿ ಬಾಯಿ ಬಿಡೋ ಪೈಪ್ ಹಾಕಿರ್ತಾರೆ. ಆ ತೂತುಗಳಿಂದ ಬರೋದೂ ಮಜಾನೋ ಮಜ. ಫುಲ್, ಕಂಪ್ಲೀಟ್ ಇಂಡಿಪೆಂಡೆನ್ಸ್ ನಮಗೆ ಇಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಇರೋದು. ಫಾರಿನ್ನಲ್ಲಿ ಚರಂಡಿ ಪೈಪಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ನೋ ಎಂಟ್ರಿ. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮಳೆ ಬಂದ್ರೆ ಸಾಕು, ವರ್ಣಬೇಧ ಇಲ್ಲದೆ ಅಲ್ಲೂ ನಾವೇ, ಇಲ್ಲೂ ನಾವೇ. ಮೇರಾ ದೇಶ್ ಮಹಾನ್" ಎನ್ನುತ್ತಾ ಹತ್ತಿರದ ಕಸದ ರಾಶಿಯತ್ತ ಪ್ರಯಾಣ ಬೆಳೆಸಿತು.

ಮುಂದಿನ ಪುಟ ನೋಡಿ ...

ಕೆಪ್ಪಣ್ಣ ತಲೆಯೆತ್ತಿ ನೋಡಿದ. ಕಸದ ರಾಶಿಯೇ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವಷ್ಟು ಕೊಳಕಾಗಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ಗಡ್ಡಧಾರಿ ನಿಂತಿದ್ದ. ಕ್ಯಾಮೆರಾ ಕಂಡತಕ್ಷಣ ತರಾತುರಿಯಿಂದ ಇವರತ್ತ ಓಡಿಬಂದ.

"ಓಹೋ! ಬುದ್ಧಿಜೀವಿ ಪೆದ್ದಣ್ಣನವರು! ಹೇಗೆ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ನಿಮ್ಮ ಮಂಕಾನಂದ ಇರಿಟೇಷನ್ ಸೆಂಟರ್?" ಕೇಳಿದ ರೀಲ್ ಮಾಸ್ಟರ್.

"ಮಾತೃಪಕ್ಷದ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಎಲ್ಲವೂ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಏನು ಸಮಾಚಾರ?"

"ಇವತ್ತು ಕುತಂತ್ರೋತ್ಸವ... ಕ್ಷಮಿಸಿ... ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕಂಡು ನಾಲಿಗೆ ಜಾರಿಬಿಟ್ಟಿತು. ಇವತ್ತು ಸ್ವತಂತ್ರೋತ್ಸವ..."

"ಹ್ಹ! ಅವೆಲ್ಲ ನಿಮಗೆ. ನಮಗೆ ದಿನವೂ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯೋತ್ಸವ. ಕೊಲ್ಲಿ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಇದ್ದಿದ್ದರೆ ಕೊಲ್ಲಿ ಎಂದೇ ಆದೇಶ ಬರಬಹುದಾಗಿದ್ದ ಮಾತುಗಳನ್ನು ನಾವು ಪುಂಖಾನುಪುಂಖವಾಗಿ ಆಡಿದರೂ, ಛೀ ಟೀವಿ, ವ್ಯಾ ಟೀವಿ, ಥೂ ಟೀವಿಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಕರೆಕರೆದು ಮಾತನಾಡಿಸುತ್ತವೆ. ಕೊಲ್ಲಿಯ ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧ ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಗಲ್ಲಿಗೆ; ಇಲ್ಲಿ ಗಲ್ಲಿಗಲ್ಲಿಗೆ ನುಗ್ಗಿ ಅಪಪ್ರಚಾರ ಮಾಡಿದರೂ ಸೋಲಿಲ್ಲ ನಮ್ಮ ಸೊಲ್ಲಿಗೆ! ಇಂತಹ ವಾಕ್ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಮತ್ತೆಲ್ಲಿ ದೊರೆತೀತು. ಗ್ರೇಟ್ ಕಂಟ್ರಿ..." ಎಂದರು ಬುದ್ಧುಜೀವಿಗಳು.

ಮುಂದೆ ಎಡಗೈಯಲ್ಲಿ ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಕ್ಯಾನ್, ಬಲಗೈಯಲ್ಲಿ ಕಲ್ಲು, ಶರ್ಟ್ ಜೇಬಿನಲ್ಲಿ ಬೆಂಕಿಪೊಟ್ಟಣ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದ ಪೋರನೊಬ್ಬ ಕಂಡ.

"ಆಗಸ್ಟ್ ಹದಿನೈದರ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಅನಿಸಿಕೆ?"

"ಸೂಪರ್ರೋ ಸೂಪರ್ರು ಡಾ. ಪ್ರತಿ ಬಂದ್ ದಿನಾನೂ ಗಾಜು ಕಂಡಾಗಲೆಲ್ಲ ಸ್ಟೋನು ಡಾ. ಟೈರು ಕಂಡಾಗಲೆಲ್ಲ ನೆರಪ್ಪು ಡಾ. ಸ್ಟೂಡೆಂಟು ಲೀಡರ್ರು ಎಷ್ಟೇ ಕಾರ್ಗಳನ್ನು ಡೆಂಟ್ ಮಾಡಿದರೂ ಪ್ರೊಟೆಕ್ಷನ್ ಇರ್ಕುದಿ ಡಾ." ಎನ್ನುತ್ತಾ ಕಬ್ಬಾಲಿ ಸ್ಟೈಲಲ್ಲಿ ಗಡ್ಡ ನೇವರಿಸಿಕೊಂಡ.

ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಬಿಳಿಯ ಆಕೃತಿಯೊಂದು ಚಲಿಸಿದಂತಾಯಿತು. ಕೆಪ್ಪಣ್ಣ ಝೂಮ್ ಇನ್ ಮಾಡಿದ. ಫ್ಲಾಷ್ ಹಾಕಿದರೆ ಆಕಾರ ಮಾಯ. ಲೈಟ್ ಡಿಮ್ ಮಾಡಿದ. ಆಕೃತಿ ಕಂಡಿತು.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡವನ ಆತ್ಮ!

"ಎಲೈ ಆತ್ಮವೇ, ಈ ಸ್ವತಂತ್ರ ದಿನದಂದು..."

"ಭೇಷ್. ಇಲ್ಲಿಯ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಇನ್ನೆಲ್ಲೂ ಇಲ್ಲ. ಬೇರೆಲ್ಲ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಟ್ಟಿ ಔಷಧಿ, ಬಿಟ್ಟಿ ಶಶ್ರೂಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಬಿಟ್ಟಿ ಕರೆಂಟ್ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಅವರ ದೇಹಗಳು ದೃಢವಾಗಿ ಆತ್ಮಗಳು ಅದೇ ದೇಹಗಳಲ್ಲಿ ನೂರ್ಕಾಲ ಬಂಧಿಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹಾಗೇನಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿ ಮನುಷ್ಯನೂ ಮೊರೆಯಿಡುವ ಮೋಕ್ಷ ನಮಗೆ ಸಲೀಸಾಗಿ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ಹಗ್ಗ ಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ನೀಡುವಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿ, ಜೀವನದ ಬಂಧಗಳಿಂದ ಆತ್ಮ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರೇರೇಪಣೆ ನೀಡುವುದು ಕಡಿಮೆ ಸಾಧನೆಯೇನಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾದ ಮಹಾನ್ ಕುರುಗಳಿಗೆ.... ಕ್ಷಮಿಸಿ... ಗುರುಗಳಿಗೆ ನನ್ನ ನಮನ" ಎಂದಿತು ಆತ್ಮ.

ಕೆಪ್ಪಣ್ಣನ ಕ್ಯಾಮೆರಾ ಅಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದ ಗಾಂಧೀಜಿಯ ಪ್ರತಿಮೆಯ ಮೇಲೆ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿತು.

"ಮಾನವ ಜನ್ಮ ದೊಡ್ಡದು; ಇದ ಹಾಳಗೆಡವಬೇಡಿರೋ ಹುಚ್ಚಪ್ಪಗಳಿರಾ..." ಎನ್ನುತ್ತಾ ಗಾಂಧೀಜೀ ನಗುತ್ತಿರುವಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು. ಕ್ಯಾಮರಾ ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಝೂಂ ಇನ್ ಆಯಿತು. ಮಹಾತ್ಮರು ಅಳುತ್ತಿದ್ದರು.

"ಮುಂದಿನ ಮೆಗಾ ಸೀರಿಯಲ್‌ಗೆ ಟೈಟಲ್ ದೊರಕಿತು. "ಮಹಾತ್ಮರ ಅಳಲು" ಎನ್ನುತ್ತಾ ಕ್ಯಾಮರಾ ಝೂಮ್ ಔಟ್ ಆಯಿತು. ▪

ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಟೈಪ್ ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ

ಹೊರನಾಡ ಚಿಲುಮೆ - ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ ೨೦೧೩ ರ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ google input tools ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಟೈಪ್ ಮಾಡಬಹುದು ಎಂದು ತಿಳಿದು ಕೊಂಡಿರಿ.

ಪೂರ್ಣ ಮಾಹಿತಿಗೆ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ ೨೦೧೩ ರ ಸಂಚಿಕೆಯನ್ನು ನೋಡಲು ಈ ಲಿಂಕ್ ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ.

ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ಮಾಹಿತಿ ಇಲ್ಲಿದೆ

ಗೂಗಲ್ ಇನ್ಪುಟ್ ಟೂಲ್ಸ್ (Google input tools) ಯೂನಿಕೋಡ್ ಆಧಾರಿತ ಒಂದು ತಂತ್ರಾಂಶ. ಇದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ನಲ್ಲಿ install ಮಾಡಿದರೆ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ನೀವು ನೇರವಾಗಿ word, excel ಇತ್ಯಾದಿ office ಸಾಫ್ಟ್ವೇರ್ ಅಲ್ಲದೆ, ಸಮಾಜ ತಾಣಗಳಾದ ಫೇಸ್ಬುಕ್ , ಜಿ-ಪ್ಲಸ್ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲೂ ಟೈಪ್ ಮಾಡಬಹುದು.

INSTALL ಮಾಡುವ ಮತ್ತು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ವಿಧಾನ

1. http://www.google.com/inputtools/windows/index.html - ಈ ಲಿಂಕ್ ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ

   ಇರುವ ಹಲವಾರು ಭಾಷೆಗಳ ಲಿಸ್ಟ್ ನಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡ ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ install ಮಾಡಿ.

   ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಟೈಪ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಕನ್ನಡ ಟೈಪ್ ಮಾಡಲು ಒಟ್ಟಿಗೆ CTRL + G ಕೀ ಒತ್ತಿ. ಆಗ ಆಂಗ್ಲದಿಂದ ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ಕೀಲಿಮಣೆ ಸಿದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರ ನೀವು ಮತ್ತೆ ಆಂಗ್ಲ ಪದ ಬಳಸಬೇಕಾದರೆ ಮತ್ತೆ CTRL + G ಕೀ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಒತ್ತಿ.

ಸೂಚನೆ: ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಈ ಬಾಕ್ಸ್ ಕಾಣಿಸದಿದ್ದರೆ ಒಟ್ಟಿಗೆ ALT + SHIFT ಕೀ ಒತ್ತಿ

ವಿಚಾರ ವಿಹಾರ

ಮಾಲು, ಅಡಿಲೈಡ್

ನಂಬಿಕೆ

ಇದು ಪಂಚತಂತ್ರದ ಒಂದು ಕಥೆ.

ಒಂದು ಊರಿನಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಿದ್ದನು. ಅವನು ಅನೇಕ ಜನರಿಗೆ ಉಪಕರಿಸುತ್ತಿದ್ದನು. ಪೂಜೆ, ಮದುವೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಶುಭಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಧನವನ್ನು ಕೇಳದೆ ನೆರವೇರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದನು.

ಇವನ ಸೇವಾ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಒಬ್ಬ ಧನವಂತ ಇವನಿಗೆ ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಹಸುವನ್ನು ದಾನಮಾಡಿದನು.

ದಾನವಾಗಿ ಸಿಕ್ಕ ಹಸುವನ್ನು ಹಗ್ಗದಿಂದ ಕಟ್ಟಿ ಹಾಕಿ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ತನ್ನ ಮನೆಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೊರಟ.

ಈ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನ ಊರಿನಲ್ಲೇ ಮೂವರು ಬುದ್ದಿವಂತ ಕಳ್ಳರಿದ್ದರು. ಇತರರಿಗೆ ಮೋಸ ಮಾಡಿ ಜೀವಿಸುವುದೇ ಇವರ ಕಾಯಕವಾಗಿತ್ತು.

ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಹಸುವನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಮನೆಯ ಕಡೆಗೆ ಹೋಗುವುದನ್ನು ಈ ಮೂವರು ಕಳ್ಳರು ನೋಡಿದರು. ಆ ಒಳ್ಳೆಯ ಹಸುವನ್ನು ಮೋಸದಿಂದ ಲಪಟಾಯಿಸಲು ಯೋಚಿಸಿದರು. ಮೊದಲ ಕಳ್ಳನು ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಬಳಿ ಬಂದು "ಎಲೈ ಮಾನ್ಯನೆ, ಈ ಕತ್ತೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲಿಗೆ ಎಳೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೀಯ?! ನೀನೇನು ಅಗಸನೆ!" ಎಂದ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಿಗೆ ಸಿಟ್ಟು ಬಂದು "ನಿನಗೆ ಬುದ್ದಿ ಕೆಟ್ಟಿದೆಯೇ, ಇದು ಕತ್ತೆ ಅಲ್ಲ ಹಸು' ಎಂದು ಹೇಳಿ ಮುಂದೆ ಸಾಗಿದ.

ಬ್ರಾಹ್ಮಣನು ಸ್ವಲ್ಪ ದೂರ ಹೋಗುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಎರಡನೆಯ ಕಳ್ಳನು ಇವನನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ "ಎಲೈ ಆರ್ಯನೆ, ನೀನು ಮಡಿವಂತನಂತೆ ಕಾಣುತ್ತೀಯ. ಈ ಹಂದಿಯನ್ನು ಏಕೆ ಎಳೆದೊಯ್ಯುತ್ತಿದ್ದೀಯ?! ಎಂದ. "ನಿನಗೇನೂ ಹುಚ್ಚು ಹಿಡಿದಿದೆಯೇ, ಇದು ಹಂದಿ ಅಲ್ಲ. ನನಗೆ ದಾನವಾಗಿ ಕೊಟ್ಟ ಹಸು" ಎಂದು ಮುಂದೆ ನಡೆದ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ. ಹಸುವಿನ ಕಡೆ ಎರಡು ಬಾರಿ ಅನುಮಾನ ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಂಡ.

ಇನ್ನೂ ಸ್ವಲ್ಪ ದೂರ ನಡೆಯುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಮೂರನೇ ಕಳ್ಳನು ಇವನನ್ನು ಎದುರುಗೊಂಡು " ಅಯ್ಯ ಮಹಾಶಯರೆ. ಏಕೆ ಈ ಕ್ರೂರ ಪ್ರಾಣಿಯಾದ ಹುಲಿಯನ್ನು ಎಳೆದೊಯ್ಯುತ್ತಿದ್ದೀರಿ?!" ಎಂದು ಹೇಳಿ ಹೊರಟುಬಿಟ್ಟ.

ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ನಿಜಕ್ಕೂ ಗಾಬರಿಗೊಂಡ. ಆ ಮೂರು ಜನ ಮೂರು ತರಹದಲ್ಲಿ ಈ ಹಸುವಿನ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದರು. ಈ ಹಸು ವೇಷ ಬದಲಾಯಿಸುವ ಮಾಯಾವಿ ಪ್ರಾಣಿ ಇರಬೇಕು. ಇಂಥಾ ಹಸುವನ್ನು ಮನೆಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಬಾರದು ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿ, ಅಲ್ಲಿಯೇ ಹಸುವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಹೊರಟು ಹೋದನು.

ಮೊದಲೇ ಯೋಜಿಸಿದಂತೆ, ಮೂವರು ಕಳ್ಳರು ಆ ಹಸುವಿನ ಬಳಿ ಬಂದರು. ಮೂವರು ಹೊಟ್ಟೆ ಹುಣ್ಣಾಗುವಂತೆ ನಕ್ಕು, ತಮ್ಮ ಮನೆಗೆ ಆ ಹಸುವನ್ನು ಕರೆದೊಯ್ದರು.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಧೃಢವಾದ ನಂಬಿಕೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ ನಾವು ಕೂಡ ಆ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಂತೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮೋಸ ಹೋಗಬಹುದು.. ▪

ಬ್ಲಾಗ್ ಲೋಕ

ಓದಲು ಚಿತ್ರದ ಕೆಳಗಿರುವ ಲಿಂಕ್ ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ

ಕನಕಾಪುರ ನಾರಾಯಣ

ಇವರ "ಚಕ್ಕೆ ಮೊಗ್ಗು"

ಸುದರ್ಶನ್. ಏನ್

ಇವರ "ಅನಿವಾಸಿ"

ಬದರಿ ತ್ಯಾಮಗೊಂಡ್ಲು

ಇವರ "ಕಾವ್ಯ ಕಸ್ತೂರಿ"

ಸ್ಮಿತಾ ಮೇಲ್ಕೋಟೆ

ಇವರ "ಮಂದಹಾಸ"

ಮಹಾಂತೇಶ್ ಸಿ.

ಇವರ "ಹಂಗ ಸುಮ್ನ್..."

ಏಳು ಬಜ್ಜಿ

ಕನಕಾಪುರ ನಾರಾಯಣ

ಹಿರಿಯ ದಂಪತಿಗಳಿಬ್ಬರು ತಮ್ಮ ಇಳಿ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಹಳ್ಳಿಯೊಂದರಲ್ಲಿ ವಾಸವಿದ್ದರು. ಮನೆಬಿಟ್ಟು ಪೇಟೆ ಸೇರಿದ ಮಕ್ಕಳು ಇವರನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಿದ್ದರು. ಹಳ್ಳಿಯ ಜನರ ಪ್ರೀತಿ ವಿಶ್ವಾಸದೊಂದಿಗೆ ಕಾಲ ಕಳೆಯುತ್ತಿದ್ದು, ಬರುತ್ತಿದ್ದ ಅಲ್ಪ ಪಿಂಚಣಿಯಲ್ಲೇ ಬದುಕಿದ್ದರು. ಚಳಿಗಾಲದ ಒಂದು ದಿನ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಬಿಸಿಬಿಸಿಯಾಗಿ ಬಜ್ಜಿ ಮಾಡಿತಿನ್ನುವ ಆಸೆ.

ಸರಿ ಇದ್ದ-ಬದ್ದ ತರಕಾರಿ ಹಿಟ್ಟುಕಲಸಿ ಸ್ವಲ್ಪವೇ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು ಏಳೇ ಏಳು ಬಜ್ಜಿ ಕರೆದರು. ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿಟ್ಟು ತಿನ್ನುವ ಸಮಯ, ಮುದುಕ ತನ್ನ ಹೆಂಡತಿಗೆ ನೀನು ನಾಲ್ಕು ತಿನ್ನು ನಾನು ಮೂರು ತಿನ್ನುವೆ ಅಂದನು. ಆದರೆ ಆಕೆಯದೂ ಹಟ. ಬೇಡ ನೀವೇ ನಾಕು ತಿನ್ನಿ ನಾನು ಮೂರು ತಿನ್ನುವೆ, ನಾಳೆ ಮಾಡಿದಾಗ ನಾನೇ ಒಂದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತಿನ್ನುವೆ ಎಂದಳು. ಹೀಗೇ ವಾದ ವಿವಾದ ಬೆಳೆದು ಬಜ್ಜಿ ತಣ್ಣಗಾಗಿ ಮಲಗುವ ಸಮಯವಾಯಿತು. ಇಬ್ಬರೂ ಒಂದು ಒಪ್ಪಂದಕ್ಕೆ ಬಂದರು ಯಾರು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮೊದಲು ಏಳುವರೋ ಅವರಿಗೆ ನಾಲ್ಕು ಬಜ್ಜಿ ಎಂದು. ಕೋಳಿ ಕಾಗೆ ಕೂಗಿ, ಸೂರ್ಯ ನೆತ್ತಿಗೆ ಬರುವ ಸಮಯವಾದರೂ ಇಬ್ಬರೂ ಏಳಲೇ ಇಲ್ಲ. ಸುತ್ತಲಿನ ಜನ ಮುದುಕರು ಹೊರಗೆ ಕಾಣದೆ ಬಾಗಿಲು ತಟ್ಟಿದರು. ಆಗ ಅವರು ಹಾಸಿಗೆಯಲ್ಲೇ ಮಾತಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು "ನೀನೇ ನಾಲ್ಕು ತಿನ್ನಬಹುದಾಗಿತ್ತು, ಈಗ ನೋಡು ಬಜ್ಜೀನೂ ತಣ್ಣಗಾಯ್ತು ಎಲ್ಲರೂ ಬಂದರು" ಈ ಮಾತನ್ನು ಬಾಗಿಲ ಬಳಿ ಇನ್ನೇನು ಕೊಡಲಿ ಸಲಾಕೆಗಳಿಂದ ಬಾಗಿಲು ಮುರಿಯಲು ಹೊರಟ ಜನ ಕೇಳಿ ಓಹೋ ಮುದುಕರು ಸತ್ತು ದೆವ್ವಗಳಾಗಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಕೂಗುತ್ತಾ ಓಡಿದರು. ಅವರಿಗೆ ನಿಜ ಸಂಗತಿ ತಿಳಿಸಲು ಇವರೂ ಅವರ ಬೆನ್ನಟ್ಟಿದರು. ಕಡೆಗೆ ನಡೆದ ವಿಚಾರ ತಿಳಿದು ಎಲ್ಲರೂ ನಕ್ಕರು. ▪

ತೆಂಗಿನ ಹಾಲಿನ ಪಾಯಸ

ಬೇಕಾಗುವ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು

- 2 ತೆಂಗಿನ ಕಾಯಿ
- 1 ಲೀ ಹಾಲು
- 1/4 ಕಿಲೋ ಬೆಲ್ಲ
- 1 ಚಮಚ ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ
- 1 ಬಟ್ಟಲು ಅಕ್ಕಿ, 1 ಬಟ್ಟಲು ತುಪ್ಪ
- 2 ಚಮಚ ದ್ರಾಕ್ಷಿ, 2 ಚಮಚ ಗೋಡಂಬಿ

ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ

- ತೆಂಗಿನ ಕಾಯಿ ತುರಿದು ಅರೆದು ಗಟ್ಟಿ ಹಾಲುಪಡೆಯಿರಿ
- ನೀರು ಬೆರೆಸಿ ಇನ್ನೂ ತೆಳು ಹಾಲನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ, ಇದರಿಂದ ಅಕ್ಕಿ ಬೇಯಿಸಿ ಅಕ್ಕಿ ಮುಕ್ಕಾಲು ಬೆಂದಾಗ ಸ್ವಲ್ಪ ಹಾಲು ಬೆರೆಸಿ ಪೂರ್ತಿ ಬೇಯಿಸಿ
- ಉಳಿದ ಹಾಲು ಸೇರಿಸಿ ಪಕ್ಕಕ್ಕಿಡಿ, ಪೂರ್ತಿ ಹೀರಿಕೊಂಡ ಬಳಿಕ ಜಜ್ಜಿದ ಬೆಲ್ಲ ಬೆರೆಸಿ ಮತ್ತೆ ಒಲೆಯಮೇಲಿಡಿ
- ಹುರಿದ ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ ಮತ್ತು ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಸೇರಿಸಿ ಕೆದಕಿ. ತಂಪಾದ ಬಳಿಕ ಸೇವಿಸಿ

ಇನ್ನೂ ನೂರಾರು ರೆಸಿಪ್ಪಿಗಳಿಗೆ **www.sugamakannada.com** ಗೆ ಭೇಟಿಕೊಡಿ.

ರೆಸಿಪಿ ಕೊಡ್ತೀರಾ!

ಒಗಟು

೧. ಚಂದ್ರನಂತೆ ಗುಂಡಾಗಿ ಎಲೆಗಿಂತಲೂ ತೆಳುವಾಗಿ, ತಿಂದರೆ ಬಲು ರುಚಿ

೨. ತಂದವರೊಬ್ಬರು ! ಹಿಡಿದವರೊಬ್ಬರು ! ಹೊತ್ತವರೊಬ್ಬರು

ಉತ್ತರಕ್ಕೆ ಪುಟ ೧೦ ನೋಡಿ

ನಿರೀಕ್ಷೆ ...

ನೀಡಿದೆ ನಿನಗೆ ನನ್ನಯ ಹೃದಯ
ಏನಾದರು ಮಾಡು
ಒಲವಿನ ಹಾಡಿಗೆ ಪಲ್ಲವಿ ಬಿಡಿಸಿಹೆ
ನೀನಾದರು ಹಾಡು

ಹರಣವನಿಟ್ಟು ಚರಣವ ಬರೆದಿಹೆ
ಸುಮ ಗಂಧವು ಕವಿತೆ
ಮರಣವೆ ಇರದ ಕರಣವ ಹೊಂದಿಹ
ಸಮ ಬಂಧದ ಚರಿತೆ

ಪ್ರೀತಿಯು ತುಂಬಿಹ ಗೀತೆಯು ನಾನು
ಕಣ್ಣರಳಿಸಿ ಓದು
ಮಾತನು ಮೀರಿದ ಗಾಥೆಯು ನಾನು
ಬಣ್ಣಿಸಿರುವೆ ಕಾದು

ಕೋಮಲ ಬೆರಳಲಿ ವೀಣೆಯ ಅಂದದಿ
ನನ್ನನು ನೀ ಮಿಡಿಸು
ಕುಲುಮೆಯ ಒಳಗಿನ ಬೆಂಕಿಯು ನಾನು
ಒಲುಮೆಯ ನೀನುಣಿಸು

ಬಾಳಲಿ ತುಂಬಿದೆ ಕಾಮನೆಯೆಲ್ಲವು
ಸಾಯಿಸದಿರು ಬೇರು
ನಾಳೆಯ ಸಾವಲಿ ಕಾದಿದೆ ಕಾವಲಿ
ಹಾಯಿಸದಿರು ನೀರು

-ಮಾಲು, ಅಡಿಲೈಡ್

ಜಾಣ ಕರ್ನಾಟಕ

೧. ಇತಿಹಾಸಕಾರರ ಒಂದು ವಾದದ ಪ್ರಕಾರ ಪಂಡರಾಪುರದ ಪಾಂಡುರಂಗನಿಗೆ 'ವಿಠ್ಠಲ' ಎಂಬ ಹೆಸರು ಬರಲು ಕಾರಣ ಕನ್ನಡನಾಡಿನ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ರಾಜನ ಹೆಸರು. ಆ ರಾಜ ಯಾರು? ಕಾರಣವೇನು?

೨. ಶ್ರೀಮುತ್ತುಸ್ವಾಮಿ ದೀಕ್ಷಿತರ 'ವಾತಾಪಿ ಗಣಪತಿಂ ಭಜೆ' ಕೀರ್ತನೆಯನ್ನು ಕೇಳದವರು ಅತಿ ವಿರಳ. ಈ ವಾತಾಪಿ ಗಣಪತಿ ಒಂದು ಮೂರ್ತಿ. ಇತಿಹಾಸಕಾರರ ತರ್ಕಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಈ ಮೂರ್ತಿ ಮೂಲತಃ ಎಲ್ಲಿಯದು? ಯಾವ ರಾಜವಂಶದವರ ಕಾಲದ್ದು?

ಸರಿ ಉತ್ತರಕ್ಕೆ ಪುಟ ೧೩ ನೋಡಿ

ಒಗಟು – ಉತ್ತರ

೧. ಹಪ್ಪಳ ೨. ಬಳೆ

ಹಾಸ್ಯ ಚಿಲುಮೆ

ಗುಂಡ: ಅಪ್ಪಾ ನೀನು ಈಜಿಪ್ಟ್ ಗೆ ಹೋಗಿದ್ಯಾ?

ಅಪ್ಪ: ಇಲ್ಲಾ ಕಣೋ,ಯಾಕೆ?

ಗುಂಡ:ಹಾಗಿದ್ರೆ ಈ ಮಮ್ಮಿ ನಿನ್ನಹತ್ರ ಹ್ಯಾಗೆ ಬಂದಳು?

ಮತ್ತಷ್ಟು ಹಾಸ್ಯಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ಕೊಡಿ – ಸುಗಮ ಕನ್ನಡ ಕೂಟ

ಪದ-ಪುಂಜ (ಶಾನೆ ತಲೆ ಕೆಡಿಸ್ಕೋಬೇಡಿ)

ಕೆಳಕಂಡ ವಾಕ್ಯಕ್ಕೆ ಅರ್ಥಬರುವಂತೆ ಬಿಟ್ಟ ಜಾಗ ತುಂಬುವ ಹಾಗೆ ಉತ್ತರ ಹುಡುಕಿ

೧. ಜಾಯಮಾನವೇನಲ್ಲ ಆದರೂ ಮನೆಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿ
ಇವನೇ ಹೊತ್ತು ಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ.

೨. ಹಬ್ಬ ಹರಿದಿನದಲ್ಲಿ ಬಾಗಿಲನ್ನು ಅಲಂಕರಿಸಿದ್ದು.

೩. ಬೇಡ ಬೇಡ ಎಂದರೂ ಗೋಪಿಯರೊಡನೆ
ಕೃಷ್ಣನಾಡಿದ ಬಣ್ಣದಾಟ.

೪. ತುತ್ತುತುತ್ತಿಗೂ ಮಗುವಿನೊಡನೆ ತಾನೂ
ತುತ್ತನ್ನಿಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾಮನ್ಯಾರು?

೫. ಏನನ್ನೂ ಕದ್ದಿಲ್ಲ, ಆದರೂ ಬೇಲಿಯ ಸುತ್ತ ಇವಳದೇ ಪಹರೆ.

೬. ಸದಾಕಾಲ ಎನ್ನಲು ಹೀಗೂ ಹೇಳಬಹುದೆ?

ಉತ್ತರ: ಬೆಳ್ಳಿಪರದೆಯನ್ನಲಂಕರಿಸಿದ ಸುಬ್ಬರಾವ್ ರವರ
ವ್ಯವಸಾಯದ ಭೂಮಿ. ಚಿತ್ರದುರ್ಗದ ಬಳಿ ಇದೆಯೇನು?

ನಿಮ್ಮ ಉತ್ತರ ಇಮೇಲ್ ಮಾಡಿ, (horanadachilume@gmail.com)
ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ ೩೦ ತಮ್ಮ ಉತ್ತರ ಕಳುಹಿಸಲು ಕಡೆಯ ದಿನಾಂಕ.

ಆಗಸ್ಟ್ ಪದ ಪುಂಜ – ಉತ್ತರ

ಕಳೆದ ತಿಂಗಳ ಪದ ಪುಂಜಕ್ಕೆ ಉತ್ತರಿಸಿದವರು

- ರಾಜಿ ಜಯದೇವ್, ಸಿದ್ನಿ
- ಶುಭಶ್ರೀ, ಸಿದ್ನಿ
- ಬಿ.ಆರ್.ವತ್ಸಲ ದ್ವಾರಕನಾಥ್, ಕೆ.ಜಿ.ಎಫ್
- ರಾಘವೇಂದ್ರ ಮೂರ್ತಿ, ಬೆಂಗಳೂರು
- ಸುಮ ಅಶೋಕ್, ಸಿದ್ನಿ

ಆಗಸ್ಟ್ ತಿಂಗಳ ಪದಪುಂಜದ ಉತ್ತರ

೧. ಇಬ್ಬರ ನಡುವೆ ಅಂತರವಿದ್ದರೂ ಬಲ್ಲಿದನೊಡನೆ
ಇವನೂ ಸದಾ ಇರುತ್ತಾನೆ.

ಬ	ಡ	ವ

೨. ಅರಸರಾಗಿದ್ದರೂ ಸಂತರಿಗೆ ಸಮಾನರೆಂದು ಗೌರವದ
ಈ ಬಿರುದು ಪಡೆದಿದ್ದರು ನಾಲ್ವಡಿ ಕೃಷ್ಣರಾಜ ಒಡೆಯರು.

ರಾ	ಜ	ರ್ಷಿ

೩. ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ಮಡಕೇರಿಯ ಮೇಲೆ ಹೋಗಿ ಕುಳಿತ
ಹುಡುಗನ ಹೆಸರನ್ನು ಹೇಳಿ ನೋಡೋಣ.

ಮಂ	ಜು

೪. ಈ ಸ್ವರಗಳನ್ನು ಹಾಡುವುದು ತುಂಬಾ ಸುಲಭ.

ಸ	ರಾ	ಗ

೫.ಒತ್ತಾಯ ಮಾಡಿದ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ.

ಬ	ಲ	ವಂ	ತ

೬. ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನೆಮ್ಮದಿ. ಸಂತೋಷ ಹೊಂದಿದ ಮನುಷ್ಯ.

ಸಂ	ತೃ	ಪ್ತ

ಉತ್ತರ: ವಾರದಲ್ಲಿ ದಿನಕ್ಕೊಬ್ಬರಂತೆ ಮುನಿಗಳು ಸೇರಿ
ರಚಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಸಭೆಯೇ ಇದು?

ಸ	ಪ್ತ	ರ್ಷಿ	ಮಂ	ಡ	ಲ

ರಂಗೋಲಿ ಬುಕ್

ನಿಮ್ಮ ರಂಗೋಲಿ ಇಲ್ಲಿ ಕಾಣಬೇಕೇ? ಇ-ಮೇಲ್ ಮಾಡಿ: horanadachilume@gmail.com
ಮತ್ತಷ್ಟು ರಂಗುರಂಗಿನ ರಂಗೋಲಿ ಮುಂದಿನ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ

ರಂಗವಲ್ಲಿ

ಭಾರತೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಲ್ಲಿ, ನಿಯಮಪ್ರಕಾರ ಮಾಡುವ ಅನೇಕ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ರಂಗೋಲಿ ಬಿಡಿಸುವುದೂ ಒಂದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮನೆಯ ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಒಂದು ಅಂಗವಾಗಿ ರಂಗೋಲಿ ಹಾಕುವುದನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಮನೆಯ ಮುಂದೆ ರಂಗೋಲಿ ಇದ್ದರೆ ಅದೆಷ್ಟು ಲಕ್ಷಣ!

ಕೇವಲ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ರಂಗೋಲಿ ಬಿಡಿಸುವುದರಿಂದ, ರೇಖಾ ಗಣಿತ ಉತ್ತಮಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಸಹಕಾರಿ. ಅದೆಷ್ಟು ಚುಕ್ಕಿಗಳು, ಎಂತೆಂತಹ ರೇಖೆಗಳು, ತರಹಾವರಿ ನಮೂನೆಗಳು. ಅಬ್ಬ! ರಂಗೋಲಿ ನಿಮಗೆ ಬೆರಗು ಮಾಡಿಲ್ಲವೇ? ಒಮ್ಮೆ ರಂಗೋಲಿಯಲ್ಲಿ ಕೈ ಆಡಿಸಿ ನೋಡಿ, ಒಂದು ಕಾವ್ಯವೇ ಹುಟ್ಟೀತು ... ▪

ರಚನೆ- ದಿವ್ಯಶ್ರೀ ದ್ವಾರಕಾನಾಥ್, ಕೆ.ಜಿ.ಎಫ್. ಚುಕ್ಕೆ - 21-11

ಈ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿರುವುದು ಹಳೆಯ ಸೀರೆಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಒಂದು ನೆಲಹಾಸು. ನನಗೆ ತಿಳಿದಂತೆ ಈಗಾಗಲೇ ಅನೇಕ ಜನರಿಗೆ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ ಹಾಗು ತಯಾರಿಸಿರುತ್ತಾರೆ. ಒಳ್ಳೆಯ ಬಣ್ಣದ, ಬಳಸಿದ ಸೀರೆಗಳನ್ನು ಬಿಸಾಡುವ ಬದಲು ಹೀಗೆ ಮರು ಉಪಯೋಗ ಮಾಡಬಹುದು. ನಡುಮನೆ ಅಥವಾ ಹಜಾರದಲ್ಲಿ ಹರಡಿ ಇದರ ಮಧ್ಯೆ ದೀಪ ಅಥವಾ ಹೂವಿನ ಕುಂಡವನ್ನು ಇರಿಸಿದಲ್ಲಿ ಸುಂದರವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಚೌಕಾಕಾರವಾಗಿ, ಅಥವಾ ಆಯತಾಕಾರವಾಗಿ ಹೆಣೆದು ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಜಮಖಾನದಂತೆ ಕೂಡ ಬಳಸಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ನೆಲಹಾಸನ್ನು ಹತ್ತು ಸೀರೆಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸಿಂಥೆಟಿಕ್ ಅಥವಾ ಕಾಟನ್ ಸೀರೆಗಳನ್ನು ಇದಕ್ಕೆ ಬಳಸಬಹುದು.

ಇದನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು ನಿಟ್ಟಿಂಗ್ ಕಡ್ಡಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗಿದೆ (no5 ಅಥವಾ no 6 ನಿಟ್ಟಿಂಗ್ ಕಡ್ಡಿ). ಸೀರೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಧ ಇಂಚು ಅಗಲದಂತೆ ಉದ್ದವಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಿ. ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಕತ್ತರಿಯಿಂದ ಕತ್ತರಿಸಿ, ನಂತರ ಕೈಯಿಂದ ಹರಿದರೆ ಸುಲಭ ಮತ್ತು ನೇರವಾದ ಪಟ್ಟಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಕತ್ತರಿಸುವಾಗ ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದಿಂಚು ಮುಂಚೆಯೇ ನಿಲ್ಲಿಸಿ, ಮತ್ತೆ ಇನ್ನೊಂದು ಬದಿಯಿಂದ ಕತ್ತರಿಸಲು ಆರಂಭಿಸಿ. ಹೀಗೆ ಸೀರೆ ಪೂರ್ತಿ ಒಂದೇ ಪಟ್ಟಿಯಂತೆ ಇರಬೇಕು, ಅದನ್ನು ಸುತ್ತಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಮೊದಲಿಗೆ 108 ರಿಂಗ್ಸ್ (pearls) ಹಾಕಬೇಕು. ನಂತರ ಎರಡನೆಯ ಸಾಲಿನಲ್ಲಿ ಮೊದಲಿನಷ್ಟೇ ತಿರುಗಿ ಬರಬೇಕು. ಮೂರನೆಯ ಸಾಲು ಹಾಕುವಾಗ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಮೂರು ರಿಂಗನ್ನು(pearls) ಹಾಗೆ ಉಳಿಸಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಬೆಸ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಸಾಲುಗಳಲ್ಲಿ ಮೂರು ಮೂರು ರಿಂಗುಗಳನ್ನು(pearl ಗಳನ್ನು) ಬಿಡುತ್ತಾ ಬಂದಾಗ ತ್ರಿಕೋನಾಕಾರದ ಹಾಸು ತಯಾರಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನೂರೆಂಟು ರಿಂಗುಗಳು (pearlಗಳು) ಒಂದು ಕಡ್ಡಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಗೆಯೇ ಉಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಬೇರೆ ಬಣ್ಣದ ಸೀರೆಯ ನೂಲನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಮತ್ತೆ ತ್ರಿಕೋನಾಕಾರದ ಹಾಸನ್ನು ತಯಾರಿಸಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಬಣ್ಣಗಳು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಸೀರೆಗಳಿಂದ ತ್ರಿಕೋನಗಳನ್ನು ಹೆಣೆಯುತ್ತಾ ಬಂದಲ್ಲಿ ಸುಂದರವಾದ ವೃತ್ತಾಕಾರದ ನೆಲಹಾಸು ತಯಾರಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಕಲ್ಪನೆ, ಬಣ್ಣಗಳ ಆಯ್ಕೆಗಳ ಮೇಲೆ ಸುಂದರವಾದ ನೆಲಹಾಸುಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಬಹುದು. ಹಾಸಿನ ಹೊರ ಅಂಚಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಬಣ್ಣದ ದಾರದಲ್ಲಿ ಕುಚ್ಚನ್ನು ಹೆಣೆದು ಮತ್ತಷ್ಟು ಮೆರುಗು ನೀಡಬಹು. ▪

ನೀವು ಮಾಡಿ

ಒಂದಷ್ಟು ಮೋಜು – ಒಂದಷ್ಟು ಸಸ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರ

ಸಂಗ್ರಹ: ಬದರಿ ತ್ಯಾಮಗೊಂಡ್ಲು

ಬೇಕಾಗುವ ಸಾಮಗ್ರಿ

- ಕೋಸಿನ ಎಲೆಗಳು - ೪
- ಫುಡ್ ಕಲರ್ - ೪ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಬಣ್ಣದ್ದು
- ಲೋಟಗಳು - ೪
- ಲೋಟಗಳನ್ನು ತುಂಬಲು ನೀರು

ವಿಧಾನ

ಪ್ರತಿ ಲೋಟದಲ್ಲಿ ನೀರು ತುಂಬಿ ೧೦ ತೊಟ್ಟು ಫುಡ್ ಕಲರ್ ಹಾಕಿ.

(ಒಂದೊಂದು ಲೋಟಕ್ಕೂ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕಲರ್ ಹಾಕಿ)

ನಂತರ ಒಂದೊಂದು ಕೋಸಿನ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿ ಲೋಟದಲ್ಲೂ ಇಡಿ

ಸುಮಾರು ೪-೫ ಘಂಟೆ ಕಾಯಬೇಕು. ಆಗ ಬಣ್ಣದ ನೀರನ್ನು ಹೀರಿಕೊಂಡ ಎಲೆಗಳು ಬಣ್ಣಮಯವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ.

ನೋಡಲು ಇದೊಂದು ಮೋಜು.

ಸಸ್ಯಗಳು ನೀರನ್ನು ಹೇಗೆ ಹೀರುತ್ತವೆ ಎಂದು ಈ ಸರಳ ಪ್ರಯೋಗ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳು ದೊಡ್ಡವರೆನ್ನದೆ ಎಲ್ಲರೂ ಮಾಡಬಹುದು. ▪

ಜಾಣ ಕರ್ನಾಟಕ – ಉತ್ತರ

೧. ಹೊಯ್ಸಳ ರಾಜ ಬಿಟ್ಟಿದೇವ, ಆತ ಪಾಂಡುರಂಗನ ಭಕ್ತ ಪುಂಡಲೀಕನ ಕೋರಿಕೆಯ ಮೇರೆಗೆ ಪಂಡರಾಪುರದಲ್ಲಿ ದೇಗುಲವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿದುದರಿಂದ ದೊರೆಯ ಹೆಸರಾದ 'ಬಿಟ್ಟಿದೇವ'' ಎಂಬುದೇ ರೂಪಾಂತರಗೊಂಡು ವಿಠ್ಠಲ ಎಂದು ದೇವರ ಹೆಸರಿನೊಡನೆ ಸೇರಿಕೊಂಡಿದೆ ಎನ್ನುವುದೊಂದು ತರ್ಕ.

೨. ವಾತಾಪಿ ಎಂದರೆ ಬಾದಾಮಿ. ಮೂಲತಃವಾಗಿ ಮುತ್ತುಸ್ವಾಮಿ ದೀಕ್ಷಿತರು ತಮ್ಮ ಕೀರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಆರಾಧಿಸಿದ ವಾತಾಪಿ ಗಣಪತಿ ಕರ್ನಾಟಕದ ಬಾದಾಮಿಯ ಗುಹೆಯ ದೇವರು. ಚಾಲುಕ್ಯರನ್ನು ಸೋಲಿಸಿದ ಪಲ್ಲವರು, ತಮ್ಮ ವಿಜಯದ ಕುರುಹಾಗಿ ಗಣಪತಿಯನ್ನೇ ತಮಿಳ್ನಾಡಿಗೆ ಹೊತ್ತೊಯ್ದರು, ಎನ್ನುತ್ತದೆ ಇತಿಹಾಸದ ಒಂದು ವಾದ.

ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಏನೇನು

ನಿಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವಿದ್ದರೆ ತಿಳಿಸಿ - horanadachilume@gmail.com

ದೊಡ್ಮನೆ ಹುಡ್ಗ – ಚಲನಚಿತ್ರ

30/09/2016 – ಸಂಜೆ ೬:೩೦ ಕ್ಕೆ

ಮತ್ತು 02/10/2016 – ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ೩ ಘಂಟೆಗೆ

SMS or Whatsapp to

Narayana – 0423 634 979

Nagabhushan – 0433 763 911

ಬೆಳಕಿನ ಪ್ರದರ್ಶನ

COLORS OF INDIA ROOF PROJECTION In Sydney

27th Aug – 16th Oct 2016

Venue: Australian National Maritime Museum, Darling Harbour

Date: 27th Aug – 16th Oct 2016 (Weekend Only)

Time: 6:00 to 8:00PM

ಈ ಸಂಚಿಕೆಯನ್ನು ನಿಮಗಾಗಿ ತಂದವರು – ಸುಗಮ ಕನ್ನಡ ಕೂಟ – ಸಿಡ್ನಿ, ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾ

ವಿನ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಮುಖ್ಯ ಸಂಪಾದಕರು – ಬದರಿ ತ್ಯಾಮಗೊಂಡ್ಲು ~ ಸಂಕಲನ – ವೀಣಾ ಸುದರ್ಶನ್, ರಾಜಲಕ್ಷ್ಮಿ ನಾರಾಯಣ

ಸಲಹಾ ಸಮಿತಿ –ಕನಕಾಪುರ ನಾರಾಯಣ, ನಾಗೇಂದ್ರ ಅನಂತಮೂರ್ತಿ

ಸೂಚನೆ: ಈ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಿರುವ ಎಲ್ಲ ವಿಷಯಗಳು ವಿವಿಧ ಲೇಖಕರ ಅನಿಸಿಕೆಗಳು. ಯಾವುದೇ ಅನಾನುಕೂಲವಾದಲ್ಲಿ "ಸುಗಮ ಕನ್ನಡ ಕೂಟ" ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಜವಾಬ್ದಾರರಲ್ಲ. ಈ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾದ ಎಲ್ಲ ಸುದ್ದಿ ಮಾಹಿತಿ, ಚಿತ್ರಗಳ ಹಕ್ಕುಗಳು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿರದಿದ್ದರೆ ಅದು ಸುಗಮ ಕನ್ನಡ ಕೂಟಕ್ಕೆ ಸೇರಿದೆ.

ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಿದ ಹಲವು ಚಿತ್ರಗಳು ಅಂತರ್ಜಾಲದಿಂದ ಪಡೆದದ್ದು. ಅದರ ಎಲ್ಲ ಹಕ್ಕೂ ಅದರದರ ಕರ್ತೃಗಳಿಗೆ ಸೇರಿದ್ದು.