ಆಗಿಹೋಯಿತು' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಕಲಾವಿದೆ ಸೌಮ್ಯ ಪ್ರಭು ಕಲ್ಯಾಣಕರ್.

'ಕೊರೊನಾ ಹಬ್ಬಿದ ನಂತರ ಶುರುವಾದ ಲಾಕ್‌ಡೌನ್ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಜಗತ್ತಿನೆಲ್ಲೆಡೆ ಇನ್‌ಡೋರ್ ಪ್ಲಾಂಟ್‌ಗಳದ್ದೇ ಚರ್ಚೆ. ಅದರಿಂದಾಗುವ ಅನುಕೂಲಗಳ ಕುರಿತೇ ಹೆಚ್ಚು ಮಾತು. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನನಗೂ ಮನೆಯೊಳಗಿನ ಪ್ಲಾಂಟ್‌ಗಳ ಕ್ರೇಜ್ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿತು. ಹಾಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ಲಾಂಟ್‌ಗಳನ್ನು ತಂದಿಟ್ಟುಕೊಂಡೆ. ಅವು ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಇರುವಂತಹ ವಿಷಾನಿಲಗಳನ್ನು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ' ಎನ್ನುವುದು ಗಾರ್ಡನ್‌ಪ್ರಿಯೆ ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿಯ ಪದ್ಮಪ್ರಿಯಾ ಅನುಭವದ ಮಾತು.

ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ವಿಕಸನದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದ ಶಿರಸಿಯ ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರಾದ ಡಾ. ವಿನಾಯಕ ಹೆಬ್ಬಾರ್, 'ಯಾವುದೇ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಾದರೂ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಕ್ರಿಯೆಯೇ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಎಲ್ಲಿಲ್ಲದ ಖುಷಿಯನ್ನು ದಕ್ಕಿಸಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಇರಬಹುದು, ವ್ಯಾಪಾರದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಇರಬಹುದು, ಜ್ಞಾನದ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಆಗಿರಬಹುದು. ಅಂತೆಯೇ ಗಾರ್ಡನ್‌ನಲ್ಲಿನ ಗಿಡಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯೂ ಸಹ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಮುದ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ನೋಡುವುದರಿಂದ ಸಿಗುವ ಮಾನಸಿಕ ತೃಪ್ತಿ ಇಮ್ಮಡಿಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದ ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ವಿಕಸನಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

'ಗಾರ್ಡನಿಂಗ್‌ನಂತಹ ಸೃಜನಶೀಲ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಾಗ ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ, ಮದ, ಲೋಭ, ಮೋಹ, ಮತ್ಸರ ತಾನಾಗಿಯೇ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದ ಸಿಟ್ಟು, ಕೋಪಕ್ಕೆ ಬಳಸಬೇಕಾದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸೃಜನಶೀಲತೆಯ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಳಸುವಂತೆ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತದೆ. ತಾಳ್ಮೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಉತ್ತಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವತ್ತ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಾಗಿಸುತ್ತದೆ' ಎಂಬುದು ವೈದ್ಯರ ಮಾತು.

ಮನೆಯಂಗಳದಲ್ಲಿ, ಹಿತ್ತಲಲ್ಲಿ, ತಾರಸಿಯಲ್ಲಿ, ಮನೆಯೊಳಗೆ – ಎಲ್ಲಿ ಅವಕಾಶ ಸಿಕ್ಕಿದರಲ್ಲಿ ಗಿಡಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದು ಸೃಜನಶೀಲ ಚಟುವಟಿಕೆಯಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಅದು ಹೆಚ್ಚು ಖರ್ಚು ಬೇಡದ ಕೆಲಸವೂ ಹೌದು. ಗಿಡಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದೆಂದರೆ, ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಕೃಷಿ ಮಾಡುವುದು ಎನ್ನುವ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಲು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯವೂ ಬೇಡ.

ಜೀವಮಾನವಿಡೀ ಸಂತೋಷವಾಗಿ ಇರಲಿಕ್ಕೆ ತೋಟಗಾರನಾಗುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮಿಗಿಲಾದ ಕೆಲಸ ಮತ್ತೊಂದಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ಮಾತಿದೆ. ಭೂಮಿಯ ಕೊರತೆಯ ಆಧುನಿಕ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಾವು ತೋಟಗಾರರಾಗಲಿಕ್ಕೆ ಕೈತೋಟಗಳ ಹೊರತು ಅನ್ಯಮಾರ್ಗವಿಲ್ಲ. ಕೈತೋಟ ರೂಪಿಸುವುದು ಮಣ್ಣಿನ ನಂಟು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ, 'ಮರಳಿ ಮಣ್ಣಿಗೆ' ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ದಾರಿಯೂ ಹೌದು.

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ: **feedback@sudha.co.in**

ಮನೆ ಕಟ್ಟುವಾಗಲೇ ಯೋಚಿಸಿ

ನಗರ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ನಿವೇಶನದ ಕನಿಷ್ಠ 10ರಷ್ಟಾದರೂ ಜಾಗವನ್ನು ಮೀಸಲಿಡಲೇಬೇಕು. ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ಹಾಕಿದ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಗಾರ್ಡನ್ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ನೆಲದಲ್ಲಿಯೇ ಗಾರ್ಡನ್ ಮಾಡುವುದು ಒಳಿತು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮನೆಯ ಪೂರ್ವ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಗಾರ್ಡನ್‌ಗೆ ಜಾಗ ಮೀಸಲಿಡುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಅನುಕೂಲ. ಏಕೆಂದರೆ ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಆ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಬೆಳಗಿನ ಕಿರಣಗಳ ಶಾಖವು ತುಂಬ ಪ್ರಖರವಾಗಿ ಬೀಳುತ್ತವೆ. ಆ ಕಿರಣಗಳ ಹದವಾದ ಶಾಖವು ಗಾರ್ಡನ್‌ನ ಗಿಡಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಅನುಕೂಲ.

ಇನ್‌ಡೋರ್ ಗಾರ್ಡನ್‌ಗೆ ಬೆಳಕು ಬೀಳುವಂತೆ ಮನೆ ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸ್ಟೇರ್‌ಕೇಸ್ ಬಳಿಯ ಕಿಟಕಿಯನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯ ಗಾತ್ರಕ್ಕಿಂತ ಕೊಂಚ ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪಾಟ್‌ಗಳನ್ನು ನೇತು ಬಿಡಲು ಕೊಕ್ಕೆಗಳ ಅಳವಡಿಕೆ. ಹಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಂದೆರಡು ಗಿಡಗಳನ್ನು ಇಡಲು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಜಾಗ ಬಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ನೀರು ಹೆಚ್ಚು ಹರಡದಂತೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಡಸ್ಟ್‌ಬಿನ್ ಪಕ್ಕ ಗಿಡಗಳನ್ನು ಇಡುವುದು ಡಸ್ಟ್‌ಬಿನ್‌ನಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುವ ದುರ್ವಾಸನೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಬಹುದು.

–ಸವಿತಾ ಕುಮಾರ್, ಆರ್ಕಿಟೆಕ್ಟ್