ಪೋಷಕರಿಗೂ ಕೌನ್ಸೆಲಿಂಗ್ ಅಗತ್ಯ

'ಪರೀಕ್ಷೆ ಆತಂಕ; ಪರಿಹಾರಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲಿವೆ ತಂತ್ರ' (ಫೆ. 19, ಅನಿತಾ ನಾಡಿಗ್) ಮುಖಪುಟ ಲೇಖನ ಸಮಯೋಚಿತವಾಗಿದೆ. ವಾರ್ಷಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಸಮೀಪಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ನೋಡಿದಾಗ ಪರೀಕ್ಷಾ ಒತ್ತಡ ಬಹಳ ಅಪಾಯಕಾರಿ. ಆದರೆ ಒತ್ತಡ ನಿವಾರಣೆಯ ವಿವಿಧ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದಾಗ ಇದರಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ಸಾಧ್ಯ. ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಮಾನಸಿಕ ಸಮತೋಲನ ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಕೇವಲ ವ್ಯಾಸಂಗವನ್ನೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಾ ನಿದ್ರೆ, ವಿರಾಮಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶವನ್ನು ನೀಡದೆ ಇರುವುದು ವಿಷಾದಕರ. ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳ ತೀವ್ರ ಒತ್ತಡ, ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಇತರ ವಯೋಮಾನದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿ ಛೇಡಿಸುವುದು ಅಕ್ಷಮ್ಯ. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರಿಗೆ ಮೊದಲು ಕೌನ್ಸೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದು ಒಳಿತು. ಒಳ್ಳೆಯ ಅಭಿರುಚಿ, ಸಂಗೀತ, ಸಾಹಿತ್ಯ ಓದುವುದು ಮುಂತಾದ ಧನಾತ್ಮಕ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತಿಳಿಸುವುದು ಪೋಷಕರ ಹಾಗೂ ಶಿಕ್ಷಕರ ಮುಖ್ಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿ.

– ರಾ. ರಾಮಾರಾಧ್ಯ, ಮೈಸೂರು

ವಿಶೇಷ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ರೂಪಿಸಿ

ಪರೀಕ್ಷಾ ಲೇಖನ ಸಕಾಲಿಕವಾಗಿದ್ದು, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಪೋಷಕರಿಗೆ ದಾರಿದೀಪವಾಗಿದೆ. ಲೇಖಕರು ತಿಳಿಸಿರುವ ಪರಿಹಾರ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಕೇಂದ್ರವಾಗಿರಿಸಿಕೊಂಡು ಶಾಲಾ ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕರು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿ, ಉಪನ್ಯಾಸ ಅಥವಾ ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ವಿಧದಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷಾ ಭಯ ನಿವಾರಿಸಬಹುದು.

ನಾನು ಮೆಡಿಕಲ್ ಕಾಲೇಜಿನ ಪ್ರಿನ್ಸಿಪಾಲ್ ಆಗಿದ್ದಾಗ ಪರೀಕ್ಷಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇಂಥ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಏರ್ಪಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಉತ್ತಮ ಫಲಿತಾಂಶ ಪಡೆಯುತ್ತಾ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಪರೀಕ್ಷಾ ಭಯ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ.

–ಡಾ. ಮಹಾಬಲರಾಜು ಡಿ.ಕೆ., ತುಮಕೂರು

ಸಲಹೆ ಸೂಚನೆ ಅಗತ್ಯ

ಮಕ್ಕಳ ಪರೀಕ್ಷಾ ಭಯ ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು ಲೇಖಕರು ನೀಡಿರುವ ಸಲಹೆಗಳು ಉತ್ತಮವಾಗಿವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಪೋಷಕರಿಗೆ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ಇರುವ ಪರೀಕ್ಷಾ ಭಯ ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು ಸಲಹೆ ಸೂಚನೆ ಅಗತ್ಯ.

–ಜಗದೀಶ ಬಿ. ಹೊಸೂರು, ಮೈಸೂರು

ಕಡ್ಲೆಬೇಳೆ ಕಟ್ಲೆಟ್!

'ಕಟ್ಲೆಟ್ ಸ್ಪೆಷಲ್' (ಫೆ. 19, ವೇದಾವತಿ ಹೆಚ್.ಎಸ್.) 'ಆಹಾ ಅಡುಗೆ' ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕಟ್ಲೆಟ್‌ಗಳನ್ನು ಮಾಡುವ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ್ದೀರಿ. ಆಂಬೊಡೆ (ಮಸಾಲೆ ವಡೆ) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುವ ಖಾದ್ಯವೂ ಒಂದು ರೀತಿ ಕಟ್ಲೆಟ್ ಎಂದು ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ 'ಕಡ್ಲೆ ಬೇಳೆ ಕಟ್ಲೆಟ್' ಎಂದು ಕರೆಯಬಹುದೇ?

–ಎನ್.ಡಿ. ವೆಂಕಟಸುಬ್ಬು, ಮೈಸೂರು

ಕಾವ್ಯ-ಗದ್ಯದ ಸಮ್ಮಿಲನ

'ಶಿಶುಪಾಲ' (ಫೆ. 19, ಟಿ.ಎಂ. ಸುಬ್ಬರಾಯ) ಕಥೆ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಪೌರಾಣಿಕ ಕಥೆಗಳನ್ನು ಬಹಳಷ್ಟು ಜನ ತಮ್ಮದೇ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ರಚಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಕೆಲವು ಕಾವ್ಯಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಮತ್ತೆ ಕೆಲವು ಗದ್ಯದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಇವೆ.

ಈ ಪೌರಾಣಿಕ ಕಥೆ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ, ಲೇಖಕರ ಭಾಷಾಶೈಲಿ. ಇದರಲ್ಲಿ ಕಾವ್ಯ ಮತ್ತು ಗದ್ಯದ ಸೊಗಸಾದ ಸಮ್ಮಿಲನ ಇದೆ. ಕಥೆ ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಮೂಡಿಬಂದಿದೆ.

–ರಾಜೇಂದ್ರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಅಘನಾಶಿನಿಯ ಸೊಬಗು

'ಅಘನಾಶಿನಿ; ಪ್ರಕೃತಿಯ ಮೌನ ಕಾವ್ಯ' (ಫೆ. 19 ನಾಗರಾಜ್ ಬಿ.ಎನ್.) ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಲೇಖಕರ ಪದ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ಬಹಳ ಹಿಡಿಸಿದವು. 'ಅವಳು ಕೇವಲ ನೀರಿನ ಹರಿವಲ್ಲ, ಅಮ್ಮನ ಹಾಲಿನಂತೆ', 'ನೊಂದ ಹೃದಯಗಳಿಗೆ ತಾಯಿ ಹೊಕ್ಕು ಸವರಿದಂತೆ ಜೀವ ತುಂಬುವ ತಂಪಿನ ಸ್ಪರ್ಶ. ಅಲೆಗಳು ಬಂದು ಕಾಲಿಗೆ ತಾಕುವಾಗ ಅವು 'ನಗು ಹುಡುಕು' ಎಂದು ಹೇಳಿ ಮರಳಿದ ಗೆಳೆಯರಂತೆ!' ಎಂಬಿತ್ಯಾದಿ ವರ್ಣನೆಗಳು ತುಂಬಾ ಚೆನ್ನಾಗಿವೆ.

ರಮಣೀಯ ಚಿತ್ರ ದೃಶ್ಯಗಳು ಮೈಮನ ತುಂಬಿ ಅಘನಾಶಿನಿ ನದಿಯ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಮಡಿಲಲ್ಲಿ ವಿಹರಿಸಿ ಬಂದಂತಹ ಮುದದ ಅನುಭವವನ್ನು ಮನದಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸಿತು. ಪ್ರಕೃತಿಪ್ರಿಯರು ಒಮ್ಮೆ ನೋಡಲೇಬೇಕಾದ ಸೊಬಗನ್ನು ಅಘನಾಶಿನಿ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಒಡಲು ಹೊಂದಿ ರಮ್ಯವಾಗಿದೆ.

–ಎಚ್.ಈ. ಪಂಕಜೇಶ್ವರಿ

ಹೊಸ ವಿಚಾರಧಾರೆ

'ಸಂತ ರವಿದಾಸ' (ಫೆ. 19, ಮೀನಾಕ್ಷಿ ಬಾಳಿ) 'ವಿಚಾರ ಲಹರಿ'ಯಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಕಥೆ ತಿಳಿದು ಖುಷಿಯಾಯಿತು. ಭಕ್ತಿಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ದೃಢಭಕ್ತಿ ಮಾತ್ರ ಮುಖ್ಯ, ಜಾತಿಯಲ್ಲ ಎಂದು ತೋರಿಸಿಕೊಟ್ಟ ಸಂತ ರವಿದಾಸರ ಕಥೆಯನ್ನು ಹೊಸ ವಿಚಾರಧಾರೆಯೊಂದಿಗೆ ನಿರೂಪಿಸಿದ್ದಾರೆ.

–ಸುಶೀಲಾರಾವ್, ಉಡುಪಿ

ಮಾರ್ದನಿಸುವಂಥದ್ದು...

'ಇಳೆಗಿಳಿದ ಗಂಧರ್ವ ಇಳಯರಾಜ' (ಫೆ. 19, ಉಮಾ ಅನಂತ್) ಬರಹ ಮುದ ನೀಡಿತು. ಸಂಗೀತವನ್ನು ಧ್ಯಾನದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಭಾವಿಸಿರುವ ಈ ಸಂಗೀತ ಮಾಂತ್ರಿಕನ ಸಂಗೀತ ಯಾನ ಹೀಗೇ ಮುಂದುವರಿಯಲಿ. ಥಿಯೇಟರಲ್ಲಿ 'ನಮ್ಮೂರ ಮಂದಾರ ಹೂವೆ' ಚಿತ್ರದ 'ಹೇಳೆ ಕೋಗಿಲೆ ಇಂಪಾಗಲಾ' ಹಾಡನ್ನು ಕೇಳಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿದ್ದಲ್ಲ ಅನಿಸಿತ್ತು. ಇಳಯರಾಜ ಅವರ ನಿರ್ದೇಶನದ ಹಾಡುಗಳ ಮಾಧುರ್ಯ ಕಿವಿಯಲ್ಲಿ ಮಾರ್ದನಿಸುವಂಥದ್ದು.

–ಟಿ.ಎಸ್. ಪ್ರತಿಭಾ, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ

ಮುದ್ದಾದ ಬರಹ

'ಸಾಲು ಸಾಲು ಹಬ್ಬಗಳೂ... ಹಾಡುಗಳೂ...' (ಫೆ. 19, ಸರೋಜಾ ಪ್ರಕಾಶ) 'ಚೆನ್ನುಡಿ' ಬರಹ ಮುದ್ದಾಗಿದೆ. ಶಿರಸಿ ಸಿದ್ದಾಪುರದ ಭಾಷೆಯ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವನ್ನು, ಜೀವನದ ಪ್ರತಿ ಸಂದರ್ಭಗಳಿಗೂ ಜೊತೆಯಾಗುವ ಹಾಡುಗಳ ನಂಟನ್ನು ಬಹಳ ಸೊಗಸಾಗಿ ತೆರೆದಿಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

–ಭಾಗ್ಯ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ ರಚನಾತ್ಮಕ ಟೀಕೆ–ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳಿಗೆ ಸ್ವಾಗತ. ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಚುಟುಕು, ಚುರುಕಾಗಿರಲಿ. ಇ–ಮೇಲ್: feedback@sudha.co.in