‘ಕ್ಲೀನ್’ ಎಂಬ ಭ್ರಮೆಯಿಂದ ನಾವು ಹಿಡಿದಿರುವ ಹಾದಿಗಳು ನಮ್ಮ ದೇಹ ಹಾಗೂ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಮೂಲ ತಿರುಳಿಗೇ ತದ್ವಿರುದ್ಧವಾಗಿವೆ. ಶುದ್ಧತೆಯ ಥಳುಕಿನಲ್ಲಿ ಅದರ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಗೋಚರಿಸದೇ ಹೋಗುತ್ತಿವೆ.

ಕ್ಲೀನ್ ಎಂಬ ಭ್ರಮೆಗೆ ಬಿದ್ದು...

■ ವಿನು ಗಂಗೆ

ಹೊರಗಿನಿಂದ ಬಂದ ಕೂಡಲೇ ಕೈಕಾಲು ತೊಳೆಯುವುದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೂಚಾನವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಂಡು ಬಂದಿರುವ ರೂಢಿ. ಪೇಟೆಯ ಕೆಲವರನ್ನು ನೋಡಿ. ಪದೇ ಪದೇ ಹ್ಯಾಂಡ್ ವಾಶ್ ಬಳಸಿ ನೊರೆಯಲ್ಲಿ ಕೈ ತಿಕ್ಕಿ ತೊಳೆಯುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಕೊರೊನಾ ಬಂದಮೇಲೆ ಹ್ಯಾಂಡ್ ವಾಶ್, ಸೋಪಿನ ಬಳಕೆ ಮುಂಚೆಗಿಂತ ಮೂರ್ನಾಲ್ಕು ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗಿರಬಹುದೆನ್ನುವುದು ಉತ್ಪ್ರೇಕ್ಷೆಯಲ್ಲ.

‘ಕ್ಲೀನ್ ಅಂಡ್ ಕ್ಲಿಯರ್’, ‘ಕ್ಲೀನ್ ಅಂಡ್ ಕಾಂಕ್ರೀಟ್’ ಅನ್ನುವುದು ಈ ಕಾಲದ ಬೀಜಮಂತ್ರವಾಗಿಬಿಟ್ಟಿದೆ ಎಂದರೆ ಅದು ಅತಿಶಯೋಕ್ತಿಯಲ್ಲ. ‘ರೋಗಾಣು!’, ‘ಕೀಟಾಣು!’ ಎಂದು ಜಾಹೀರಾತುಗಳು ತೋರಿಸುವ ಥರಾವರಿ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಸ್ವಚ್ಛತೆಗೆ ಎಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ಗಮನಹರಿಸುವ ನಾವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ಇದ್ದೇವೆಯೇ?

ಈ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಹಾಗೂ ವೈರಸ್‌ಗಳು ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಹುಟ್ಟುವ ಮೊದಲೇ ವಾಸವಾಗಿದ್ದವು. ನಾವು ಹುಟ್ಟುವಾಗಲೇ ಇವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೋರಾಡಲು ಬೇಕಾಗುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯೊಂದಿಗೇ ಈ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಲಿರಿಸಿರುತ್ತೇವೆ. ರಾಸಾಯನಿಕಗಳು ನಮಗೆ ಹೊಸತೇ ವಿನಃ ರೋಗಾಣುಗಳಲ್ಲ.

ಹಾಗಿದ್ದೂ ಅನೇಕ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕಗಳು ಜೀವರಾಶಿಗಳನ್ನು ಬಲಿ ಪಡೆಯಲು ಕಾರಣ, ಜೀವಿಗಳ ನಡುವೆ ಸದಾ ಜೀವಂತವಾಗಿರುವ ಸಂಘರ್ಷ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜಯ ಮನುಷ್ಯನಿಗಾದರೆ, ಇನ್ನೂ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ರೋಗಾಣುಗಳದ್ದು. ರೋಗಾಣುಗಳನ್ನು ಮಟ್ಟ ಹಾಕುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇರುವಂತೆಯೇ ನಾನಾ ವೇಷ ಹಾಕಿ ನಮ್ಮ ಜೀವಕ್ಕೆ ಹಾನಿ ಮಾಡಿ ಬದುಕುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ರೋಗಾಣುಗಳಲ್ಲೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ಛದ್ಮವೇಷವನ್ನು ಮಟ್ಟ ಹಾಕುವ ಹೊಸ ಹೊಸ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ದೇಹ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಸಮರ ಅನೇಕ ಸಲ ನಮ್ಮ ಅರಿವಿಗೇ ಬಾರದೆ ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ನಿರಂತರ ಸಹಜ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಬಲಶಾಲಿಯಾದ ಅಥವಾ ಹೊಸ ಬಗೆಯ ರೋಗಾಣುಗಳು ದಾಳಿ ಮಾಡಿದಾಗ ನಮಗೆ ಜ್ವರ, ಕೆಮ್ಮು, ಭೇದಿ ಇತರ ಬಾಧೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ದುರ್ಬಲವಾಗಿದ್ದಾಗ ಹೆಚ್ಚಿನ ತೊಂದರೆ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜೀವಹಾನಿಯೂ ಆಗಬಹುದು.

ಎಡವುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ನಡೆಯದಿರಲಾದೀತೆ? ಅಥವಾ ಸದಾ ಕೋಲಿನ ಸಹಾಯದಿಂದ ನಡೆದು, ಬೀಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿಸಲಾದೀತೆ? ನಡೆದೂ ನಡೆದೂ ಸದೃಢವಾಗುವುದೂ, ಬಿದ್ದರೂ ಛಲ ಬಿಡದೆ ಎದ್ದು ನಡೆಯುವುದೇ ಬದುಕಲ್ಲವೇ? ಅಂತೆಯೇ ರೋಗಾಣುವನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಆಸರೆಯ ಕೋಲಿನಂತೆ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸದೇ, ಯೋಗ, ಸಮತೋಲನದ ಆಹಾರ, ಒಳ್ಳೆಯ ಮನಸ್ಥಿತಿ ಮತ್ತು ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಂದ ಒಳಗಿನಿಂದ ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಬಲವಾಗಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಷ್ಟೆ.

ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಇನ್ನೊಂದು ಅಂಶವೆಂದರೆ, ಕೇವಲ ರೋಗಾಣುಗಳ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವುದರಿಂದ ಕಾಯಿಲೆ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗದು. ವಂಶವಾಹಿ, ಪ್ರತಿರೋಧದ ಶಕ್ತಿ, ವಯಸ್ಸು, ಆರೋಗ್ಯ ಎಲ್ಲವೂ ಕಾರಣ. ರೋಗಾಣುಗಳ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದವರಿಗೆಲ್ಲಾ ರೋಗ ಹರಡುವುದಾಗಿದ್ದರೆ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿದ್ದವರೆಲ್ಲಾ ನರಳುತ್ತಲೋ, ಸಾಯುತ್ತಲೋ ಇರಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ಸುತ್ತಲಿನ ಪರಿಸರವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ರೋಗ ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಯಬೇಕೇ ಹೊರತು ಸತತ ರಾಸಾಯನಿಕ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಅಥವಾ ದಿಗ್ಬಂಧನದಲ್ಲಿರುವುದರಿಂದ ರೋಗಾಣು ಮುಕ್ತವಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಎನ್ನುವುದು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಮತ್ತಷ್ಟು ದುರ್ಬಲ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡಂತೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಯಾವುದೇ ವಿಷದ ಪ್ರಭಾವ ಅದು ಪ್ರಯೋಗಿಸಲಾದ ಜೀವಿಯ ತೂಕದ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಸೊಳ್ಳೆ ಕೊಲ್ಲಲು ಸಣ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದ ವಿಷ ಸಾಕಾದರೆ ಆನೆ ಕೊಲ್ಲಲು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ವಿಷ ಬೇಕು. ಇದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಬಳಸಿದಾಗ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಮೇಲ್ನೋಟಕ್ಕೆ ಕಾಣದಿದ್ದರೂ, ಸಣ್ಣ ಮಕ್ಕಳು ವಾಂತಿ, ತಲೆ ಸುತ್ತು ಇತ್ಯಾದಿ ಬಾಧೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಾರೆ. ಅಂತೆಯೇ ನಾವು ಬಳಸುವ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳು ಸಣ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ವಿಷಯುಕ್ತವಾದ ಕಾರಣ ರೋಗಾಣುಗಳನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವುದು ನಿಜವಾದರೂ, ಅದನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಬಳಸುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಅದು ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪವೇ ವಿಷವಾಗಿ ಶೇಖರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ನಮಗೆ ಉಪಯೋಗಿಯಾಗಿರುವ