ಕೆರೆ ಕಟ್ಟುವ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಕಾಯಕ

'ನಮ್ಮೂರ ಕೆರೆಗಳ ಜಲಧರ್ಮ' (ಶಿವಾನಂದ ಕಳವೆ, ಅ. 7) ಲೇಖನವನ್ನು ಓದಿ ತುಂಬ ಖುಷಿಯಾಯಿತು. ನಿಜಕ್ಕೂ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾದ ಬರಹ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರಲ್ಲಿ ಜಲ ಜಾಗೃತಿಯ ಬಗ್ಗೆ, ಕೆರೆಯ ಮಹತ್ವ, ಉಪಯೋಗ, ರೂಪುರೇಷೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ಎಲ್ಲ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದು ರೈತರಿಗೆ, ಜನರಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಮಾದರಿಯಾಗಿದೆ. ಇಂಥ ಮಾದರಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರಚಾರ ನೀಡಿ, ಜನಪ್ರಿಯಗೊಳಿಸುವುದೂ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯವಾದ ಸಂಗತಿ.

—ಸುರೇಶ್, ಮೈಸೂರು

ನಗುವುಕ್ಕಿಸಿದ ಬರಹ

'ಕೂದಲು ಹೋಗುತ್ತೆ, ಬರೊಲ್ಲ' (ಸಮತಾ ಆರ್., ಸೆ. 30) ಹಾಸ್ಯ ಲೇಖನ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಕೂದಲು ಉದುರುವುದನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬೇಜಾರಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಕೈ ಕಾಲು ಇಲ್ಲ ಎಂದರೆ ಯೋಚನೆ ಮಾಡಬೇಕು, ಕೂದಲು ಇಲ್ಲ ಅಂದ್ರೆ ಯಾಕೆ ಯೋಚನೆ ಮಾಡಬೇಕು?

—ಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ ಉಪಾಧ್ಯಾಯ, ಕಂಚಾರ್ತಿ

ಬದುಕಿನ ಕಟುಸತ್ಯವನ್ನು ಮಂದಹಾಸದ ಮೂಲಕ ತಿಳಿಸಿದ ಸಮತಾ ಆರ್. ಅವರಿಗೆ ಪ್ರಕಟಿಸಿದ ಸುಧಾ ಪತ್ರಿಕೆಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಜೀವನ ಪಯಣದಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಲೇಖಕಿ ಸೊಗಸಾಗಿ ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಈಗಿನ ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದ ಉದ್ಯೋಗಿಗಳು ಬಹು ಬೇಗ 'ಬಾಂಡ್ಲಿ'ಗಳಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಬಕ್ಕತಲೆಯವರ ಬವಣೆ, ಒದ್ದಾಟದ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ಲೇಖಕಿ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಟ್ಟಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಈಗೆಲ್ಲಾ ಚಿಕ್ಕ ಪ್ರಾಯದಲ್ಲೇ ಹುಡುಗರಿಗೆ ಬಕ್ಕತಲೆ ಆಗುತ್ತಿದೆ. ಮದುವೆ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದಾಗ ಅವರ ಒದ್ದಾಟ ನೋಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹುಡುಗಿ ತನ್ನನ್ನು ಒಪ್ಪುತ್ತಾಳೋ ಇಲ್ಲವೋ ಎಂಬ ಆತಂಕ. ನನ್ನ ಮಗಳ ಕಾಲೇಜಿನ ಸಹಪಾಠಿ ಒಬ್ಬನಿಗೆ ಹೀಗೇ ಆಗಿ ಅವನು ಹೇರ್ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಪ್ಲಾಂಟ್ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡ ನಂತರ ಅವನ ಮದುವೆ ಆಯ್ತು.

—ಕೆ. ಎಸ್. ಸವಿತ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನೆಲದೊಳಗಿನ ಎಟಿಎಂ!

'ಕಾಲಗರ್ಭದೊಳಗಿನ ಎಟಿಎಂ' (ಚೈತ್ರಿಕಾ ನಾಯ್ಕ ಹರ್ಗಿ, ಸೆ.30) ಬರಹ ಅಚ್ಚರಿ ಮೂಡಿಸಿತು. ಬೆಲಿಜ್ ದೇಶದ ಕೆಯೋ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿರುವ ಸಾವಿರಾರು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ನರಬಲಿಗೆ ಒಳಗಾದವರ ಅಸ್ಥಿಪಂಜರಗಳಿರುವ ನಿಗೂಢ ಗುಹೆಯ ವಿವರಗಳು ಭಯ ಹುಟ್ಟಿಸುವಂತಿದ್ದವು.

—ಪಿ. ಜಯವಂತ ಪೈ, ಕುಂದಾಪುರ

ಸೊಗಸಾದ ಮಾಹಿತಿ

'ಹಾಲು ಏಕೆ ಉಕ್ಕುತ್ತದೆ' (ಸ್ವಯಂಪ್ರಭಾ, ಸೆ.16) ಎಂಬ ಸಣ್ಣ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಲೇಖನ ಸೊಗಸಾಗಿದೆ. ಈಗಿನ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ವಿಜ್ಞಾನದ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ನೀಡಿದರೆ, ಅವರ ಬುದ್ಧಿಮಟ್ಟ ಹೆಚ್ಚುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ.

—ಮಧುಮತಿ ಅಜ್ಜೀವಡಿಮಠ, ರಾಣೆಬೆನ್ನೂರು

ಶಾವಿಗೆ ಗೆಡ್ಡೆಯ ಮಾಹಿತಿ

'ಗೆಡ್ಡೆಗಳ ರಾಜ, ಶಾವಿಗೆ ಗೆಡ್ಡೆ' (ಮಂಜುಳಾರಾಜ್, ಸೆ. 29) ಚುಟುಕು ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಜನರಿಗೆ ತಿಳಿಯದ ಶಾವಿಗೆ ಗೆಡ್ಡೆ, ಅದರ ಆರೋಗ್ಯಕಾರಿ ಬಹು ಉಪಯೋಗಗಳು ಹಾಗೂ ಮಹತ್ವವನ್ನು ವಿವರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

—ಎಂ.ಆರ್. ಚಂದ್ರಶೇಖರ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ರಂಗಿನ ಸೀರೆಯ ರಂಗಿನ ಮಾಹಿತಿ

'ನವರಾತ್ರಿ ನವರಂಗ್' (ಸುಶೀಲಾ ಡೋಣೂರ, ಅ.7) ಲೇಖನ ತುಂಬ ಇಷ್ಟವಾಯಿತು. ಒಂಬತ್ತು ಬಣ್ಣ ಮತ್ತು ಒಂಬತ್ತು ದಿನಗಳ ಸಂಬಂಧ, ಯಾವ ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ಏನು ಅರ್ಥ, ಯಾವ ಭಾವಕ್ಕೆ ಯಾವ ಬಣ್ಣ ಅನ್ವರ್ಥ ಎಂಬ ಮಾಹಿತಿ ಸೊಗಸಾಗಿ ಮೂಡಿಬಂದಿದೆ.

—ಡಾ. ಶೀಲಾ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಸಮಾರಂಭಕ್ಕೆ ಹೋಗಿದ್ದಾಗ 'ನಿಮ್ಮ ಮೊಮ್ಮಗನ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬ ತುಂಬಾ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿದ್ದೀರಾ' ಎಂದು ನಾನು ಸಮಾರಂಭ ಏರ್ಪಡಿಸಿದವರಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆಗ ನನ್ನ ಮಗಳು ನನ್ನನ್ನು ಮೆಲ್ಲಗೆ ತಟ್ಟಿ 'ಅಮ್ಮ, ಅವರು ಮಗುವಿನ ತಂದೆ' ಎಂದಳು. ನನಗೆ ಏನು ಹೇಳಬೇಕು ತೋಚದೆ ಮೆಲ್ಲಗೆ 'ಕ್ಷಮಿಸಿ' ಎಂದೆ.

—ಕಮಲಾದೇವಿ ರಾಜಶೇಖರ್ ಹಳ್ಳೂರ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಆರೋಗ್ಯದ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಿದ ಲೇಖನ

'ಉಡಿಯೊಳಗಿನ ಕೆಂಡ ಮಧುಮೇಹ' (ಉಮಾ ಅನಂತ್, ಸೆ. 30), ಡಾ. ಪ್ರಸನ್ನ ಕುಮಾರ್ ಅವರ ಸಂದರ್ಶನ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿತ್ತು. ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೂ ಮಧುಮೇಹ ದಾಳಿ ನಡೆಸಿ ಜೀವನಪರ್ಯಂತ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಒದಗಿಬಂದಿರುವುದು ಹಾಗೂ ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ದೇಶ 2ನೇ ಡಯಾಬಿಟಿಕ್ ದೇಶ ಎನಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುದು ಆತಂಕಕಾರಿ. ವೈದ್ಯರು ಹೇಳಿದಂತೆ ಜೀವನಶೈಲಿ, ವ್ಯಾಯಾಮ, ಜಂಕ್ ಆಹಾರಗಳ ನಿಷೇಧ, ಮಿತವಾದ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ, ಸರಿಯಾದ ಸಮಯಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದಂತಹ ಔಷಧಿ ಮಧುಮೇಹ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಸುಲಭ ದಾರಿ. ಇದನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮಧುಮೇಹಿಗಳು ಪಾಲಿಸಿದರೆ ಒಳಿತಲ್ಲವೇ?

—ಬೆಂ.ಮು. ಮಾರುತಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರ ಉಡಿಯೊಳಗಿನ ಕೆಂಡವಾಗಿ ಕಾಡುತ್ತಿರುವ ಮಧುಮೇಹವೆಂಬ ಶಾರೀರಿಕ ದೋಷದ ಬಗ್ಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುವಂತೆ ಡಾ. ಪ್ರಸನ್ನ ಕುಮಾರ್ ಉತ್ತಮ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಮಧುಮೇಹಿಗಳ ಪರವಾಗಿ ಲೇಖಕಿ ಹಾಗೂ ಡಾಕ್ಟರ್‌ಗೆ ಒಂದು ಸಲಾಂ!

—ಎಂ.ಆರ್.ಪಿ.

ಡಾ. ಕೆ.ಎಂ. ಪ್ರಸನ್ನಕುಮಾರ್ ಅವರ ಸಂದರ್ಶನ, ಸರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಜೀವನ ವಿಧಾನಗಳಿಂದ ಮಧುಮೇಹ ಎಂಬ ಕೆಂಡವನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿ ತಣಿಸಿ ಬದುಕನ್ನು ಹಸನುಗೊಳಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಮಾಹಿತಿಪೂರ್ಣ ಚಿತ್ರಣ ನೀಡಿತು. ಮಧುಮೇಹ ಕೇಳಲು ಸೊಗಸಾದ ಹೆಸರು, ಎಚ್ಚರ ತಪ್ಪಿದರೆ ಅದು ಕಸಿಯುತ್ತದೆ ಉಸಿರು, ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಂತೆ ನಡೆದರೆ ಬಾಳು ಹಸಿರು.

—ರಮೇಶ್ ರಾವ್, ಕೈಕಂಬ

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