ವಯಸ್ಸು ಮತ್ತು ಆಹಾರ ಸೇವನೆ

ಜೀವಿಯ ವಯಸ್ಸು ಮತ್ತು ಅದು ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರದ ಪ್ರಮಾಣ ಹಾಗೂ ಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯ ಅಗತ್ಯತೆಗೆ ಸಂಬಂಧವಿರುತ್ತದೆ. ಜೀವಿಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಒಂದು ಕಾಲದ ಮಿತಿಯಿರುತ್ತದೆ. ಅದರ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವ ಅಂಗಗಳು ಮತ್ತು ಕಾಣದ ಒಳಾಂಗಗಳು ಒಂದು ವಯಸ್ಸಿನ ನಂತರ ತಮ್ಮ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತವೆ. ಅನಂತರ ಅವುಗಳ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಕಾಯ್ದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವುದಷ್ಟೇ ಜೀವಿಯ ಜೈವಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಬಗೆಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಗೆ ಬೇಕಾಗುವ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಅದರ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಬೇಕಿರುವಷ್ಟು ಖಂಡಿತ ಆಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಜೀವದ ವಯಸ್ಸು ಏರಿದಂತೆಲ್ಲಾ ಬದುಕುವ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆಷ್ಟು ಬೇಕೋ ಅಷ್ಟು ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಸಾಕು!

ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನೋಡಿ, ಅವು ಎಷ್ಟು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿರುತ್ತವೆ; ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತವೆ! ಅವು ಮಲಗಿರುವ ಸಮಯವನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ, ತಮ್ಮನ್ನು ಉಳಿದ ಸಮಯವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಒಂದಲ್ಲಾ ಒಂದು ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ತೊಡಗುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ದೇಹ–ಮನಸ್ಸುಗಳೆರಡೂ ಅತ್ಯಂತ ತನ್ಮಯತೆಯಿಂದ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ; ಕಾರ್ಯ ಪ್ರವೃತ್ತವಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ಕ್ರಿಯೆಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಅಗಾಧವಾದ ಶಕ್ತಿಯ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಶಕ್ತಿ ಆ ಮಕ್ಕಳು ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಅದರ ಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯ ಮೂಲಕ ಪ್ರಾಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಜೊತೆಗೆ, ಈ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಗಳು ಆ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳ ದೇಹ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿರುವ 'ಕರ ಹೊರೆ ತಿಂತು, ಮಗ ಮುದ್ದೆ ತಿಂದ' ಎಂಬ ಗಾದೆ ಈ ಎಲ್ಲ ಧ್ವನಿಗಳನ್ನು ಹೊರಡಿಸುತ್ತದೆ. ಕರು ಮತ್ತು ಮಗು ಅತಿಯಾಗಿ ಏಕೆ ತಿನ್ನುತ್ತವೆಯೆಂದರೆ ಅದರ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಅದು ಬೇಕಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ 'ಅತಿ'ಯಲ್ಲ, ಅಗತ್ಯ. ಮಗು ವಯಸ್ಕನಿಗಿಂತ ತನ್ನ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮನೋಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿಡಲು ಸದಾ ತಿನ್ನಬೇಕು ಮತ್ತು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿರಬೇಕು. ಮಾನವ ಜೀವಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಇತರ ಜೀವಿಗಳ ಜೀವಿತಾವಧಿ (ಕೆಲವನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ) ಕಡಿಮೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಅವುಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯೂ ಅತ್ಯಂತ ತ್ವರಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಜೀವತಾವಧಿ ಕಡಿಮೆಯಿರುವ ಜೀವಿಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮಾನವ ಶಿಶುವಿಗಿಂತ ಎಂಟುಪಟ್ಟು ಅಧಿಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಅವು ಮಾನವನಿಗಿಂತ ಅಧಿಕವಾಗಿ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪ್ರಕೃತಿ ವಿಶೇಷತೆಯೂ ಇದೆ. ಬಹು ಬೇಗ ಬೆಳೆದು, ಬದುಕನ್ನು ಬಾಳಿ, ವಂಶವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ, ಅಷ್ಟೇ ಬೇಗ ಬದುಕಿನಿಂದ ಮರೆಯಾಗುವ ಜೀವಿಗಳ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯ ಪ್ರಮಾಣಕ್ಕೂ, ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬೆಳೆದು ಬಹುಕಾಲ ಬದುಕಿ ಬಾಳುವ ಜೀವಿಗಳ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯ ಪ್ರಮಾಣಕ್ಕೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಗಮನಿಸಬೇಕು. ಅತಿಯಾಗಿ ತಿಂದು, ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಬೆಳೆದು, ಅಂತ್ಯ ಕಾಣುವ ಜೀವಿಗೆ ಅದರ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯ ಪ್ರಮಾಣದ ಅಗತ್ಯ– ಅದರ ವಯೋಮಾನದ ಪರಿಧಿಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆಯೆಂದಾಯಿತು.

ಜೀವಿಗೆ ವಯಸ್ಸಾದಂತೆಲ್ಲಾ, ಅದರ ಅಂತ್ಯದ ವಾಸನೆ ಅದಕ್ಕೆ ಬಡಿಯತೊಡಗುತ್ತದೆ. ಅದು ತಲತಲಾಂತರದಿಂದ ವಂಶವಾಹಿಗಳ ಮೂಲಕ ಕಂಡುಕೊಂಡ ಅದೃಶ್ಯ ಸತ್ಯ! ಈ ಚಿರಂತನ ಸತ್ಯದ ಅರಿವು ನರನಾಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಅನುಭವ ಆಗತೊಡಗಿದಂತೆಯೇ ಆಹಾರದ ಪ್ರಮಾಣದ ಅಗತ್ಯತೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಜೀವಿ ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಎಷ್ಟು ದಿನ ಬದುಕಬೇಕೋ ಅಷ್ಟು ದಿನಕ್ಕೆ ಆಗುವಷ್ಟು ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶವಿರುವ ಅಥವಾ ಕನಿಷ್ಠ ಶಕ್ತಿಯಿರುವ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಮರಗಿಡಗಳಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಹೊಸ ಚಿಗುರು ಮೂಡಿದಂತೆಲ್ಲಾ ಟೊಂಗೆಯ ಕೊನೆಯ ಎಲೆ ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕಾರವನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸಿ ಅಂತ್ಯವನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಲು ಸಿದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಣಿಗಳೂ ಹೀಗೆಯೇ ತಮ್ಮ ವಂಶದ ಕುಡಿಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ನೋಡಿ ಸಂಭ್ರಮಿಸುತ್ತವೆ.

ಎಪ್ಪತ್ತು ದಾಟಿದ ವಯಸ್ಕರೊಬ್ಬರು, ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಂದುಂಡು ಬಾಳಿದವರು, ಭೋಜನ ಭೋಗಕ್ಕೆ ಹೆಸರಾದವರು. ಅವರು ಒಮ್ಮೆ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದರು: 'ನನಗೆ ಈಗ ತಿನ್ನಬೇಕು ಎಂದನ್ನಿಸುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ ನನ್ನ ಮೊಮ್ಮಕ್ಕಳು ತಿನ್ನುವುದನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಅಪಾರ ಆನಂದ, ತೃಪ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ.' ಇದು ಬದುಕಿನ ರಹಸ್ಯ! ಜೀವಿಗೆ ನಿಗೂಢವಾಗಿ ದತ್ತವಾದ ಅಂತಿಮ ಸತ್ಯ! ಬದುಕಿನ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಕೃತಿ ವಿಸ್ಮಯ!

■ **ಶಿಕಾಕು**

ಮಾತೇ ಮುತ್ತು

★ ಕುರುಡನ ಹೆಗಲ ಮೇಲೆ ಹೆಳವ ಕುಳಿತು ಒಂದು ಗಾವುದ ದೂರ ನಡೆದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ, ಅದು ಒಬ್ಬ ಬಲಿಷ್ಠನು ದಾರಿ ನಡೆದಂತೆ ಆದೀತೆ?

–ಹರಿಹರ

★ ಯಾರು ಈ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಮೂಢರೋ, ಯಾರು ಅತ್ಯಂತ ಬುದ್ಧಿಶಾಲಿಗಳೋ– ಅವರೇ ಸುಖವಾಗಿರುವವರು. ಮಧ್ಯಮ ವರ್ಗದವರು ಕ್ಲೇಶ ಪಡುತ್ತಾರೆ!

–ರಾಮಾಯಣ

★ ಸಾವಿರ ಅಶ್ವಮೇಧ ಯಾಗಗಳನ್ನೂ, ಸತ್ಯವನ್ನೂ ತಕ್ಕಡಿಯಲ್ಲಿ ತೂಗಿದಾಗ– ಸಹಸ್ರ ಅಶ್ವಮೇಧಗಳಿಗಿಂತ ಸತ್ಯವೇ ಹೆಚ್ಚು ತೂಗುತ್ತದೆ.

–ಹಿತೋಪದೇಶ

★ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪಡೆದು ಅವರಿಗೆ ಸಾಲದ ಹೊರೆಯಿಲ್ಲದಂತೆ ಮಾಡತಕ್ಕದ್ದು. ಅವರಿಗೆ ಜೀವನೋಪಾಯವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿ, ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲರನ್ನೂ ಮದುವೆ ಮಾಡತಕ್ಕದ್ದು. ಆಮೇಲೆ ಮುನಿಯಾಗಿ ಅರಣ್ಯದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಬೇಕು!

–ಮಹಾಭಾರತ

★ ರಾಜಕೀಯದಲ್ಲಿ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಇಷ್ಟಾನಿಷ್ಟಗಳಿಗೆ ಬೆಲೆಯಿಲ್ಲ.

–ತರಾಸು

★ ಆಧುನಿಕ ರಾಜಕೀಯ ಮನುಷ್ಯರ ನಡುವಿನ ತಿಕ್ಕಾಟವಲ್ಲ; ಶಕ್ತಿಕೂಟಗಳ ನಡುವಿನ ಹೋರಾಟ.

–ಹೆನ್ರಿ ಬಿ.ಆಡಂಸ್

★ ರಾಜಕೀಯದಲ್ಲಿರಬೇಕೆಂದರೆ –ರಾಜಕಾರಣದ ಆಟವನ್ನು ತಿಳಿಯಬಲ್ಲಷ್ಟು ಜಾಣನಾಗಿರಬೇಕು ಹಾಗೂ ಅದು ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯ ಎಂದು ಯೋಚಿಸುವಷ್ಟು ಬೆಪ್ಪನಿರಬೇಕು!

–ಯುಜೀನ್ ಮೆಕಾರ್ಥಿ

★ ವಿಸ್ತಾರವೊಂದೇ ರಾಜ್ಯವನ್ನು ಕಟ್ಟಲಾರದು.

–ಟಿ.ಎಚ್.ಹಕ್ಸಲಿ

★ ರೋಗದ ಲಕ್ಷಣ ತಿಳಿಯುವುದೇ ರೋಗ ನಿವಾರಣೆಯ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆ.

–ಅರ್ನಾಲ್ಡ್ ಬೆನೆಟ್

★ ಕೆಲವು ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಲಾಭಕ್ಕಿಂತ ನಷ್ಟವೇ ಉತ್ತಮ.

–ಪ್ಲಾಟಸ್

★ ವಕೀಲ ವೃತ್ತಿ ಅನಿಶ್ಚಿತ ಆದಾಯದ್ದು. ಸುಳ್ಳಿನ ಪರ ವಾದ ಮಾಡಲು ಒಪ್ಪದ ವಕೀಲನ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅದು ಇನ್ನಷ್ಟು ನಿಜ.

–ಇಬ್ಸನ್

★ ವಕೀಲರನ್ನು ಕಂಡರೆ ಇಷ್ಟವೇ? ಹಾಗಾದರೆ ನಿನ್ನ ಶ್ರೀಮಂತಿಕೆ ಉಳಿಯದು ಬಿಡು!

–ರಷ್ಯಾ ಗಾದೆ

★ ನೀತಿಯ ನೆಲೆಗಟ್ಟಿಲ್ಲದ ವಾದವು ಮಾತಿನ ವ್ಯಭಿಚಾರ.

–ಎಸ್.ಎಲ್.ಭೈರಪ್ಪ

★ ವ್ಯಾಪಾರದಲ್ಲಿ ಸತ್ಯ ಹೇಳುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ವರ್ತಕರು ಹೇಳುವುದನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದೆ. 'ಅದು ಸರಿ' ಎಂದು ನನಗೆ ಅನ್ನಿಸಲಿಲ್ಲ, ಈಗಲೂ ಅನ್ನಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

–ಮಹಾತ್ಮ ಗಾಂಧೀಜಿ