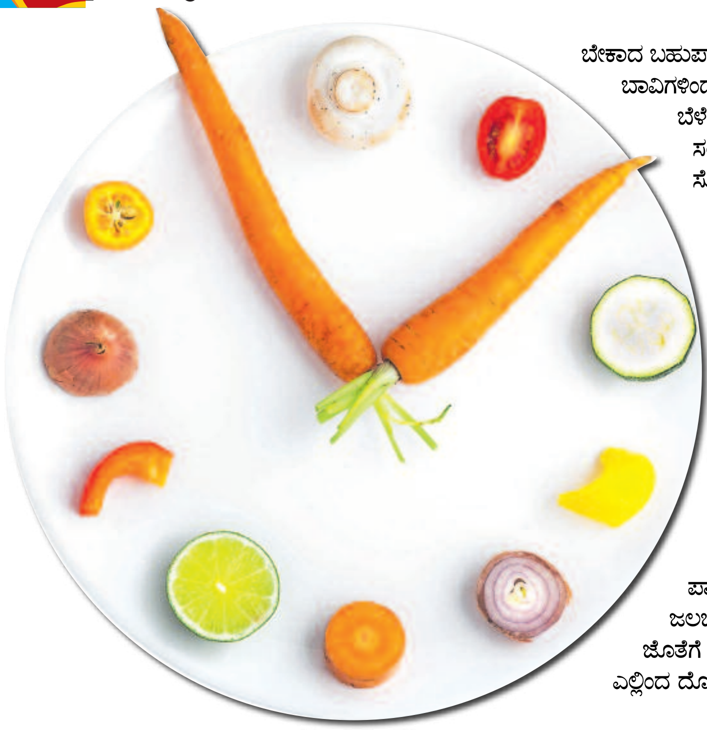

ಬೇಕಾದ ಬಹುಪಾಲನ್ನು ಬೆಳೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಅದನ್ನೂ ಬಿಟ್ಟುಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಹಿಂದೆ ಬಾವಿಗಳಿಂದ ನೀರು ಸೇದಿ ಗಿಡಗಂಟೆಗಳನ್ನು ಪೊರೆಯುತ್ತಿದ್ದ, ಸೊಪ್ಪು–ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದ್ದ ಹಿರಿಯರನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಆದರೆ ನಾವ್ಯಾಕೆ ಅಂಥದೊಂದು ಸಂಸ್ಕೃತಿಗೆ ಬೆನ್ನು ತಿರುಗಿಸಿದೆವು. ಎಲ್ಲವೂ ಪೇಟೆಗಳಿಂದ ಬರಬೇಕೆಂಬ ಹಟಕ್ಕೆ, ಸೋಮಾರಿತನಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಕರೀಗೌಡರು 'ಮನೆಗೊಂದು ನುಗ್ಗೆ, ಕರಿಬೇವು, ನಿಂಬೆಯನ್ನು ನೆಟ್ಟು ಮುಂದಿನ ತಲೆಮಾರನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿ' ಎಂದು ಕೇಳಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಎಷ್ಟು ಜನ ಪಾಲಿಸಿದ್ದಾರೊ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಅನ್ನದ ರಾಶಿ, ತಿಳಿ ಸಾರಿನ ಸರೋವರ ಇಷ್ಟಿದ್ದರೆ ಹೇಗೊ ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬುತ್ತದೆ ಎಂದು ಬದುಕುವ ಮನುಷ್ಯ ದ್ವೇಷಿ ನಾಗರಿಕತೆಯನ್ನು ಸಾತ್ವಿಕತೆಯ ಹೆಸರಲ್ಲಿ ನೂರಾರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಬಿತ್ತಿ ಬೆಳೆಸಲಾಗಿದೆ. ಹೀಗಿದ್ದರೆ ಉಕ್ಕಿನ ದೇಹದ, ಸಮೃದ್ಧ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮನುಷ್ಯರನ್ನು ರೂಪಿಸುವುದು ಹೇಗೆ? ತಿನ್ನುವ ಅನ್ನದೊಳಗೆ ಯಾವ ಸಾತ್ವಿಕ, ತಾಮಸಿಕ ಅಂಶಗಳಿವೆ. ನಾವು ನಿರಾಕರಿಸಿದ ಅನ್ನ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ತಿಂದು ಬದುಕಿ, ಯೋಚಿಸುವ ಯಹೂದಿಗಳು, ಚೀನಿಯರು, ಯೂರೋಪ್ಪು, ಅಮೆರಿಕಗಳವರು ಜಗತ್ತಿನ ಜ್ಞಾನದ ಕೀಲಿ ಕೈಗಳನ್ನು ತಮ್ಮ ಬಳಿಯೇ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಹೇಗೆ?

ನೀರು ಮತ್ತು ಕಾಡುಗಳು ನಾಗರಿಕತೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಧಾನ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸಿವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಶತಾಯಗತಾಯ ಸಂರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಜಲಚರಗಳು, ವನಚರಗಳು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಮನುಷ್ಯ ವಿಕಾಸ ಸಾಧ್ಯವಿತ್ತೆ? ಇವುಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬೇಕಾದ ಏಕದಳ ಧಾನ್ಯಗಳು, ಗೆಡ್ಡೆ ಗೆಣಸುಗಳು ಎಲ್ಲಿಂದ ದೊರೆತವು? ಅಂಥದೊಂದು ಆಹಾರದ ಗಡಿಯಾರ ಕಣ್ಣ ಮುಂದೆಯೇ ಕತ್ತರಿಸಿ

ಆಹಾರಪಟ್ಟಿ ಹೀಗಿರಬಹುದೇ?

ತಿಂಗಳು	ಹಣ್ಣುಗಳು	ತರಕಾರಿ, ಸೊಪ್ಪುಗಳು, [ಸಣ್ಣ ಜಾಗವಿದ್ದರೆ] ಜೊತೆಗೆ ಕೆರೆ ಕಟ್ಟೆಗಳಿದ್ದರೆ ಮೀನು, ಏಡಿ...	ಇತರೆ
ಜನವರಿ	ಹಲಸು, ಎಲಚಿ	ಹೊನಗೊನೆ, ಅವರೆ, ತೊಗರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಕುಂಬಳ, ಸೌತೆ ಮೀನು, ಏಡಿ, ವರ್ಷದ ಬಹುಪಾಲು ತಿಂಗಳು ಸಿಗುವ ನುಗ್ಗೆ ಸೊಪ್ಪು ಕಾಯಿ	ಜೇನು, ಹಲಸಿನ ಕಾಯಿ
ಫೆಬ್ರವರಿ	ಹಲಸು, ಗೋಡಂಬಿ, ಹುಣಸೆ	ಹೊನಗೊನೆ ಸೊಪ್ಪು, ಮೀನು, ಏಡಿ, ಸೊಳ್ಳೆ ಸೊಪ್ಪು, ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಮೂರು ಬಾರಿ ಸಿಗುವ ನೆಲ್ಲಿ ಕಾಯಿ, ಅತ್ತಿ ಹಣ್ಣು...	ಜೇನು, ಹಲಸಿನ ಕಾಯಿ
ಮಾರ್ಚ್	ಹಲಸು, ಗೋಡಂಬಿ	ಹೊನಗೊನೆ ಸೊಪ್ಪು, ಮೀನು, ಏಡಿ, ಸೊಳ್ಳೆ	ಜೇನು, ಹಲಸಿನ ಕಾಯಿ
ಏಪ್ರಿಲ್	ಹಲಸು, ಮಾವು, ಗೋಡಂಬಿ	ಹೊನಗೊನೆ ಸೊಪ್ಪು, ಮೀನು, ಏಡಿ, ಹುಣಸೆ ಚಿಗುರು, ಈಚಲು ಹಣ್ಣು	ಜೇನು, ಹಲಸಿನ ಕಾಯಿ
ಮೇ	ಹಲಸು, ಮಾವು, ಗೋಡಂಬಿ, ಜಂಬು ನೇರಳೆ, ಸೊಳ್ಳೆ ಹಣ್ಣು	ಹೊನಗೊನೆ ಸೊಪ್ಪು, ಮೀನು, ಏಡಿ, ಹುಣಸೆ ಚಿಗುರು, ಕಾಡು ಸೀಗೆ, ಈಚಲು ಹಣ್ಣು, ಈಚಲು ಹುಳ	ಜೇನು
ಜೂನ್	ಹಲಸು, ಮಾವು, ಜಂಬು ನೇರಳೆ, ಗೋಡಂಬಿ, ಕಾರೆ, ಕಾಡು ಕರಿಬೇವು	ಕಾಡು ಸೀಗೆ, ಅಣಬೆ, ಕಾಡು ಸಬ್ಬಸಿಗೆ, ಮೀನು, ಏಡಿ	ನೀರ ಗಡ್ಡೆ, ನಟವಾಣೆ ಗಡ್ಡೆ
ಜುಲೈ	ಹಲಸು, ನೇರಳೆ, ಕಾರೆ, ಸೀತಾಫಲ, ಕಾಡು ಕರಿಬೇವು	ಅಣಬೆ, ಅಣ್ಣೆ, ಕನ್ನೆ, ದಂಟು, ಮೀನು, ಏಡಿ	ನೀರ ಗಡ್ಡೆ, ನಟವಾಣೆ ಗಡ್ಡೆ
ಆಗಸ್ಟ್	ನೇರಳೆ, ಕುಲ್ದೆ, ಮಿಲ್ದೆ, ಸೀತಾಫಲ, ಬಿಕ್ಕೆ, ಸೀಬೆ	ಅಣಬೆ, ಅಣ್ಣೆ, ಕನ್ನೆ, ದಂಟು ಮುಂತಾದ ಸೊಪ್ಪುಗಳು, ಮೀನು, ಏಡಿ	ನೀರ ಗಡ್ಡೆ, ನಟವಾಣೆ ಗಡ್ಡೆ
ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್	ಕುಲ್ದೆ, ಮಿಲ್ದೆ, ಸೀತಾಫಲ, ಬಿಕ್ಕೆ, ಸೀಬೆ	ಅಣಬೆ, ಅಣ್ಣೆ, ಕನ್ನೆ, ದಂಟು ಮುಂತಾದ ಸೊಪ್ಪಗಳು, ಹಾಗೂ ಕೈ ತೋಟಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆವ ಹಲವು ತರಕಾರಿಗಳು	....
ಅಕ್ಟೋಬರ್	ಕುಲ್ದೆ, ಮಿಲ್ದೆ, ಸೀಬೆ, ಸೀತಾಫಲ, ಬಿಕ್ಕೆ	ಕುಂಬಳ, ಸೋರೆ, ಅಲಸಂದೆ, ತೊಗರಿ, ಕಾಸೆ ಸೊಪ್ಪು, ಬೆಂಡೆ, ಬದನೆ ಮುಂತಾದ ತರಕಾರಿಗಳು	....
ನವೆಂಬರ್	ಸೀತಾಫಲ	ಕುಂಬಳ, ಸೋರೆ, ಅಲಸಂದೆ, ಅವರೆ, ತೊಗರಿ, ಕಾಸೆ ಸೊಪ್ಪು, ಬೆಂಡೆ, ಬದನೆ ಮುಂತಾದ ತರಕಾರಿಗಳು, ಬುಡಮೆ ಮುಂತಾದ ಹಣ್ಣುಗಳು	ಜೇನು
ಡಿಸೆಂಬರ್	ಎಲಚಿ...	ಕುಂಬಳ, ಸೋರೆ, ಅಲಸಂದೆ, ಅವರೆ, ತೊಗರಿ, ಕಾಸೆ ಸೊಪ್ಪು, ಬೆಂಡೆ, ಬದನೆ ಮುಂತಾದ ತರಕಾರಿಗಳು	ಜೇನು, ಹಲಸಿನ ಕಾಯಿ