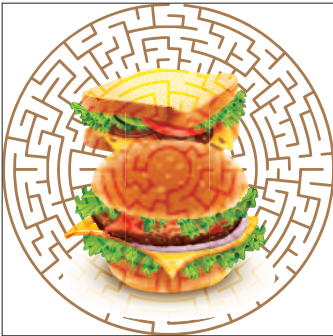


ಜಂಕ್ ಫುಡ್ ಚಕ್ರವ್ಯೂಹದಿಂದ ಹೊರಬರುವ ದಾರಿ ಯಾವುದು?

ಆಹಾರ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಆಗಿರುವ ಪಲ್ಲಟವು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಚರ್ಚೆಯ ವಿಷಯವೇ ಆಗಲಿಲ್ಲ. ಪಾರಂಪರಿಕ ಆಹಾರದ ಜಾಗವನ್ನು ಜಂಕ್ ಫುಡ್, ಫಾಸ್ಟ್‌ಫುಡ್ ಕಬಳಿಸಿದೆ. ಸ್ಥಳೀಯ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯು ಈಗ ಮಾರುಕಟ್ಟೆ ಮೌಲ್ಯ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದೆ, ಪಿಜ್ಜಾ ಮುಂದೆ ತಲೆ ಎತ್ತಿ ನಿಲ್ಲಲಾರದಷ್ಟು ನಿಶ್ಚಕ್ರಗೊಂಡಿದೆ.



ಈಶ್ವರ್

ಪಾಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಲೆಕ್ಕಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದೆ ಬರೀ ರುಚಿಗೆ ಪ್ರಾಧಾನ್ಯ ನೀಡುವ ಜಂಕ್‌ಫುಡ್ ಮೋಹದಿಂದ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬಿಡಿಸಬೇಕೆಂಬ ಹಂಬಲ ಸಮಾಜದ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಸ್ತರಗಳಿಂದ ಆಗಾಗ್ಗೆ ವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ ಇರುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಪೋಷಕರು, ಪಾಷ್ಟಿಕಾಂಶ ಪರಿಣಿತರು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ನೀತಿ ನಿರೂಪಕರಿಂದಲೂ ಅಂತಹ ಹಂಬಲ ವ್ಯಕ್ತವಾಗಿದೆ. ಸದಾಶಯದ ಹಂಬಲ. ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯದ ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಯೋಚಿಸಿದಾಗ ಅಪೇಕ್ಷಣೀಯ ಅಂತ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಅನಿಸುತ್ತದೆ.

ಆದರೆ, ಹಂಬಲಿಸಿದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಗಾವುದ ದೂರಕ್ಕೆ ದೂಡಬಹುದಾದಂತಹ 'ಮೋಹ'ವಲ್ಲ ಅದು. ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ಉಪಕ್ರಮಗಳ ಬಡಪಟ್ಟಿಗೆ ಅದು ಬಗ್ಗಬಹುದು ಅಂತ ಹೇಳುವ ಸ್ಥಿತಿ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ. ಶಾಲೆಗಳ ಅವರಣದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗೆ 50 ಮೀಟರ್ ಅಂತರದ ಒಳಗೆ ಜಂಕ್‌ಫುಡ್ ಮಾರುವುದಕ್ಕೆ ನಿಷೇಧ ಹೇರುವ ಕುರಿತ ಸರ್ಕಾರದ ಚಿಂತನೆ ಸ್ವಾಗತಾರ್ಹವಾದರೂ ಅದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪರಿಣಾಮ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿದರೆ ನಿರಾಶೆಗೊಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೇ ಹೆಚ್ಚು.

ಶಾಲೆಯ ಸನಿಹ ಜಂಕ್‌ಫುಡ್ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಮನವರಿಕೆಯಾಗುತ್ತಲೇ ಅದು ಬ್ಯಾಗ್ ಒಳಗೆ ಬಚ್ಚಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಬ್ಯಾಗಿನಲ್ಲಿ ಕುರುಕುರೆ, ಚಿಪ್ಸ್... ಇದೆಯೋ ಇಲ್ಲವೋ ಅಂತ ಪ್ರತಿದಿನ ಶೋಧಿಸಲಾದೀತೆ! ಅಂದರೆ, ಮಕ್ಕಳು ಆ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಆ ಫುಡ್‌ಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಜಂಕ್‌ಫುಡ್ ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ ಅಂತ ಅಪ್ಪ-ಅಮ್ಮನಿಗೂ ಗೊತ್ತು. ಆದರೂ ಕೊಡಿಸಲೇಬೇಕಾದಂತಹ ಅಸಹಾಯಕ ಸ್ಥಿತಿ ಅವರದು!

ಸ್ಥಳೀಯವಾಗಿ ಏನನ್ನು ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದ್ದೇವೋ ಅದೇ ನಮ್ಮ ಒಪ್ಪಿತ ಆಹಾರ ಆಗಿತ್ತು. ಅದು, ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗಿತ್ತು. ಆಗ, ಪರ್ಯಾಯಗಳು ಇರಲಿಲ್ಲ. ಈಗ ಸ್ಥಿತಿ ಬದಲಾಗಿದೆ. ಆಹಾರವು ಪೊಟ್ಟಣ ಹೊಕ್ಕಿದೆ. ಆ ಪೊಟ್ಟಣಗಳು ಹಳ್ಳಿ ಪೇಟೆಯನ್ನೂ ಹೊಕ್ಕಿವೆ. ರುಚಿ, ವೈವಿಧ್ಯಕ್ಕೆ ಮಣೆ ಹಾಕುವ ಪರಿಪಾಟ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಅದಕ್ಕೆ, ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಸಮೂಹದ ಅನುಮೋದನೆಯ ಮುದ್ರೆ ಬಿದ್ದಿರುವುದೂ ಅಲ್ಲದೆ, ಅದನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದು 'ಪ್ರತಿಷ್ಠೆ'ಯೂ ಆಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗಿರುವುದು ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಎದುರಾಗಿರುವ ತೀವ್ರ ತೊಡಕುಗಳು.

ಜಗತ್ತಿನ ಆಹಾರ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯನ್ನು ಇಂದು ಕೆಲವೇ ಕಂಪನಿಗಳು ನಿರ್ಧರಿಸುವಂತಾಗಿದೆ. ನಾವು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ತಿನ್ನಬೇಕು, ಹೇಗೆ ತಿನ್ನಬೇಕು, ಅದನ್ನು ಎಲ್ಲಿಂದ ಪಡೆಯಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಅವುಗಳೇ ತೀರ್ಮಾನಿಸುತ್ತವೆ. ಇದನ್ನು ಜಾಗತೀಕರಣದ ಪರಿಣಾಮ ಎಂದಾದರೂ ಭಾವಿಸಿ, ಜೀವನಶೈಲಿ ಹಾಗೂ ಆಹಾರ ಅಭಿರುಚಿಯಲ್ಲಿ ಆಗಿರುವ ಪಲ್ಲಟ ಎಂದಾದರೂ ಪರಿಗಣಿಸಿ... ಆಗಿರುವುದಂತೂ ದಿಟ. ಧಾನ್ಯ ವ್ಯಾಪಾರವನ್ನು ಕೂಡ ಕೆಲವೇ ಕಂಪನಿಗಳು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತಿವೆ.

ಆಹಾರ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಆಗಿರುವ ಈ ಪಲ್ಲಟವು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಚರ್ಚೆಯ ವಿಷಯವೇ ಆಗಲಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ವಿಪರ್ಯಾಸದ ಸಂಗತಿ. ರೈತ ಚಳವಳಿಯು ಒಂದು ಹಂತದಲ್ಲಿ ಧ್ವನಿ ಎತ್ತಿದ್ದು ಬಿಟ್ಟರೆ, ಬೇರೆ ವಲಯಗಳಿಂದ ಅಂತಹ ಧ್ವನಿ ಹೊಮ್ಮಲೇ ಇಲ್ಲ. ನಾಟಿ ಕೋಳಿ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಫಾರಂ ಕೋಳಿಗಳು ಆಕ್ರಮಿಸಿಕೊಂಡಿವೆ. ಪಾರಂಪರಿಕ ಆಹಾರದ ಜಾಗವನ್ನು ಜಂಕ್ ಫುಡ್, ಫಾಸ್ಟ್‌ಫುಡ್ ಕಬಳಿಸಿದೆ. ಆಹಾರ ವೈವಿಧ್ಯಕ್ಕೂ ಇದರಿಂದ ದೊಡ್ಡ ಪೆಟ್ಟು ಬಿದ್ದಿದೆ. ಸ್ಥಳೀಯ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯು ಈಗ ಮಾರುಕಟ್ಟೆ ಮೌಲ್ಯ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದೆ, ಪಿಜ್ಜಾ ಮುಂದೆ ತಲೆ ಎತ್ತಿ ನಿಲ್ಲಲಾರದಷ್ಟು ನಿಶ್ಚಕ್ರಗೊಂಡಿದೆ.

ಜಂಕ್‌ಫುಡ್‌ನಿಂದ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲಾಗುವ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಏನೇ ಬರೆದರೂ, ಮಾತನಾಡಿದರೂ ಅದನ್ನು ಯುಮಪೇಳಿಗೆ ಮನಸ್ಸಿನೊಳಗೆ ಬಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಜಂಕ್‌ಫುಡ್ ಕುರಿತ ಜಾಹೀರಾತುಗಳು ಅವರನ್ನು ನಿಸ್ಸಂದೇಹವಾಗಿ ಪ್ರಭಾವಿಸುತ್ತಿವೆ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಮುದ್ದೆ ಬಗ್ಗೆ ಮಮತೆ ಮೂಡಲು ಮಧುಮೇಹ ಕಾರಣವೇ ಹೊರತು ರಾಗಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ನಿಜವಾದ ಸತ್ಯ ಅಲ್ಲ. ಎಚ್ಚೆತ್ತ ಜನಸಮೂಹ ಈಗೀಗ ಕಿರುಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಒಲವು ತೋರುತ್ತಿರುವುದು ನಿಜವಾದರೂ ಅವರ ಸಂಖ್ಯೆ ನಗಣ್ಯ.

ಆಹಾರಕ್ರಮಕ್ಕೂ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಸಾವಯವ ಸಂಬಂಧ ಇದೆ. ಈ ಸತ್ಯ ಗೊತ್ತಿದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ಉಪೇಕ್ಷಿಸುವುದು ತರವಲ್ಲ. ಒಂದೆಡೆ, ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಆಟ ಆಡುವುದಕ್ಕೂ ಬಿಡದೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕೂಡಿಹಾಕುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಶಾಲೆ, ಹೋಮ್ ವರ್ಕ್, ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಅಂಕ... ಏನೇನೋ ಕಾರಣ. ಜತೆಗೆ ಟಿ.ವಿ., ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್ ಹಾವಳಿ. ಈ ಎಡವಟ್ಟುಗಳು ಸಾಲವು ಎಂಬಂತೆ ಸಂಸ್ಕೃತ ಆಹಾರವನ್ನೂ ಅವರ ಕೈಗಿತ್ತರೆ...?

■ ಎನ್. ಉದಯಕುಮಾರ್