ಸಿರಿಧಾನ್ಯಕ್ಕೆ ಸಕಾಲ

ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಜೋಪಾನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಹೊರಟವರು ನಾವು. ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಸಿರಿಧಾನ್ಯ ಬೊಗಸೆಗೆ ಸಿಕ್ಕಿದೆ. ದೇಹವನ್ನು ಜೋಪಾನ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಎಂದಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ನಮಗೆಲ್ಲ ಸಿರಿಧಾನ್ಯದ ಮೇಲೆ ಅಪರಿಮಿತ ವಿಶ್ವಾಸ. ಈ ಕಿರುಧಾನ್ಯದ ಮೋಡಿಯ ಬಗ್ಗೆ, ಅದರ ನಿಜಸತ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ಇಲ್ಲಿದೆ ಒಂದು ನೋಟ.

'ಅಮ್ಮಾ ಏನಮ್ಮಾ ತಿಂಡಿ?'

'ಇವತ್ತು ಸ್ಪೆಷಲ್‌ ಪುಳಿಯೋಗರೆ ಕಣೇ'

'ಪುಳಿಯೋಗರೆಯಲ್ಲಿ ಏನಮ್ಮಾ ಸ್ಪೆಷಲ್ಲೂ?'

'ಇವತ್ತು ಅಕ್ಕಿಯದಲ್ಲ, ಸಿರಿಧಾನ್ಯ ಅಂತಾರಲ್ಲ, ಅದರಲ್ಲಿ ನವಣೆಯಿದೆಯಲ್ಲಾ, ಅದರಿಂದ ಮಾಡಿದ ಪುಳಿಯೋಗರೆ ಕಣೇ'

'ಸಿರಿಧಾನ್ಯ ಅಂದ್ರೆ'

'ಮಿಲೆಟ್ಸು ಕಣೇ...'

'ಮಿಲೆಟ್ಸಾ... ಅದಕ್ಕೆ ಸಿರಿಧಾನ್ಯ ಅಂತಾರಾ..., ಏ... ಹೋಗೆ, ಸಿರಿಧಾನ್ಯ ಅಂತ ನಾನೆಲ್ಲೂ ಓದೇ ಇರ್ಲಿಲ್ಲಪ್ಪ'

'ಏಯ್‌... ಇದೇನು ಹೊಸತೇನೂ ಅಲ್ಲ ಕಣೇ, ನಾವು ಚಿಕ್ಕವರಿದ್ದಾಗ ಇದನ್ನು ತೃಣಧಾನ್ಯ ಅಂತಿದ್ರು, ಆಮೇಲೆ ಕಿರುಧಾನ್ಯ ಅಂತ ಓದಿದ್ದು ನೆನಪು. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಸಿರಿಧಾನ್ಯ ಅಂತ ಕರೀತಾರಪ್ಪ. ನಮ್ಮಮ್ಮ ಇದನ್ನೆಲ್ಲಾ ತಂದು ಏನೆಲ್ಲಾ ತಿಂಡಿ ಮಾಡ್ತಾ ಇದ್ಲು ಗೊತ್ತಾ? ಆಮೇಲೆ ಬರ್ತಾ ಬರ್ತಾ ಇದೆಲ್ಲಾ ಎಲ್ಲೂ ಸಿಗ್ತಾನೇ ಇರ್ಲಿಲ್ಲ. ಈಗ ಮತ್ತೆ ಸಿಗ್ತಿದೆ ಕಣೇ... 5ನೇ ಕ್ರಾಸ್‌ನ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್‌ ಕೆಳಗೆ ಆಗ್ರ್ಯಾನಿಕ್‌ ಸ್ಟೋರ್‌ ಹೊಸದಾಗಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿದೆಯಲ್ಲಾ, ಅಲ್ಲಿತ್ತು ತಂದೆ. ಇದು ನವಣೆ ಅಂತ, ಇದೇ ರೀತಿಯಾಗಿ ಸಾಮೆ, ಅರ್ಕ, ಕೊರಲೆ, ಬರಗು.. ಹೀಗೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಅಕ್ಕಿಗಳಿವೆ ಅಂತ ನಮ್ಮಮ್ಮ ಹೇಳ್ತಿದ್ಲು'

ನವಣೆ ಪುಳಿಯೋಗರೆಯನ್ನು ಬಾಯಿಗಿಟ್ಟ ಮಗಳು ಮತ್ತೆ ಕೇಳಿದಳು, 'ಇದನ್ನೂ ಅಕ್ಕಿ ಅಂತಾರಾ?'

'ಹೌದು, ಭತ್ತದ ಅಕ್ಕಿಯಂತೆ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಅಕ್ಕಿಯೇ ನವಣೆಯಕ್ಕಿ, ಸಾಮೆ ಅಕ್ಕಿ, ಹಾರಕದಕ್ಕಿ, ಸಜ್ಜಕ್ಕಿ, ಅರ್ಕಕ್ಕಿ ಅಂತ. ಈ ನವಣೆ ಬಗ್ಗೆ ಸರ್ವಜ್ಞ ಒಂದು ವಚನವನ್ನೇ ಬರ್ದಿದ್ದಾನೆ ಕಣೇ; 'ನವಣೆಯನು ತಿಂಬುವನು| ಹವಣಾಗಿ ಇರುತಿಹನು| ಬವಣಿಗಳಿಗವನು ಒಳಬೀಳನೀ ಮಾತು ಠವಣೆಲ್ಲೆಂದ ಸರ್ವಜ್ಞ' ಅಂತ.

'ಇವೆಲ್ಲಾ ಇಷ್ಟು ದಿನ ಎಲ್ಲಿದ್ವು ಮತ್ತೇ'

'ಎಲ್ಲಿರುತ್ವೆ, ರೈತರು ಬೆಳೆಯುತ್ಲೇ ಇದ್ರು, ಆದ್ರೆ ಯಾರೂ ಕೇಳ್ತನೇ ಇರ್ಲಿಲ್ಲ. ಊರಲ್ಲಿ ಇದನ್ನ ಬಡವರ ಆಹಾರ ಅಂತಿದ್ರು, ದೊಡ್ಡೋರೆಲ್ಲಾ, 'ಇವನ್ನ ಉಂಡ್ರೆ ಜೀವಕ್ಕ ತಂಪು, ಜುಟ್ಟು ಗಟ್ಟಿ' ಅಂತೆಲ್ಲಾ ಹೇಳ್ತಿದ್ರು, ಭತ್ತದ ಅಕ್ಕಿ, ಗೋಧಿ, ಜೋಳ ಕೊಳ್ಳಕ್ಕಾಗದವರು ಅಲ್ಲಿ, ಇಲ್ಲಿ ರೈತ್ರು ಒಂದಿಷ್ಟು ಬೆಳ್ದಿದ್ದನ್ನು ಕೊಂಡ್ಕೊಂಡು ರೊಟ್ಟಿ ತಟ್ಟುತ್ತಿದ್ರು. ರೈತರೂ ಅಷ್ಟೇ, ಯಾರೂ ಕೊಳ್ಳದೇ ಇದ್ರೂ ಹಕ್ಕಿಗಳಿಗಾದ್ರೂ ಆಗುತ್ತೆ ಅಂತ ಬೆಳೀತಿದ್ರು... ಬರಗಾಲದಲ್ಲೆಲ್ಲಾ ಇದನ್ನ ಜಾಸ್ತಿ ಬೆಳೀತಿದ್ರಂತೆ ಕಣೇ'

ಅಮ್ಮನ ಮಾತು ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ, ಮಗಳು ಮೊಬೈಲ್‌ನಲ್ಲಿಯೇ ಗೂಗಲ್‌ ಮಾಡಿಯಾಗಿತ್ತು. ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳಿಂದ ಏನೆಲ್ಲಾ ತಿನಿಸು ಮಾಡಬಹುದು, ಅವುಗಳು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಎಷ್ಟು ಒಳ್ಳೆಯದು ಎಂದು ಹೈದರಾಬಾದ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಇಂಡಿಯನ್‌ ಇನ್‌ಸ್ಟಿಟ್ಯೂಟ್‌ ಆಫ್‌ ಮಿಲೆಟ್ಸ್‌ ರಿಸರ್ಚ್‌ (ಐಐಎಂಆರ್‌)ನ ತಜ್ಞರು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ ಬುಕ್‌ಲೆಟ್‌ನ ಪಿಡಿಎಫ್‌ ಆಗ್ಲೇ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್‌ ಆಗುತ್ತಿತ್ತು!