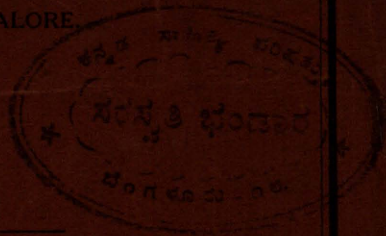


1322  
ಆಹಾರಶುದ್ಧಿ

BY  
S. VARADA RAJA IYENGAR  
(Retired Sub-judge)  
BANGALORE



MYSORE:  
WESLEYAN MISSION PRESS,  
1916

[ಶ್ರೀಯುಕ್ತಾಚಾರ್ಯ]

L: 573  
N16

ವಿಜ್ಞಾನ 1322  
ಕ. ಸಂ. 8270



6

6



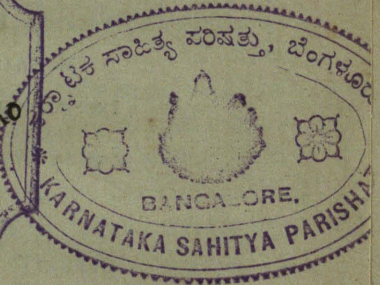
ಕರ್ನಾಟಕ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪರಿಷತ್, ಬೆಂಗಳೂರು  
25.5.1917

# ಆಹಾರ ಶುದ್ಧಿ

1322  
            
0.20

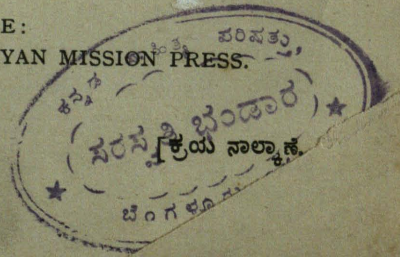
BY  
**S. VARADA RAJA IYENGAR**  
(Retired Sub-judge)  
BANGALORE.

ಕರ್ನಾಟಕ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪರಿಷತ್  
ಪ್ರಕಟಣೆ  
ಕ್ರಮ ಸಂಖ್ಯೆ 1322 ವರ್ಗ ಸಂಖ್ಯೆ 20  
ವಾರ್ಷಿಕ...  
ಬೆಂಗಳೂರು...



MYSORE:  
PRINTED AT THE WESLEYAN MISSION PRESS.  
1916

Price 4 Annas.]



ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

A 1322

L. 573 N16

DEDICATED  
TO  
RAO BAHADUR  
M. SHAMA RAO, ESQ., M.A.,  
INSPECTOR-GENERAL OF EDUCATION  
IN MYSORE.

It is therefore earnestly prayed that His Majesty the King and Government by the good of their citizens and subjects at heart will do well to save them by removing the temptations and pro-

**Foreword.**

Under the Mysore Government Proceedings No. 3449-53 A.I., dated 18th March 1915, the City Progress Committee of Bangalore formed a Sub-Committee consisting of five members including myself, for the promotion of good morals, purity and temperance. In one of our meetings it was suggested that I might write a small book in Kannada on Purity and Temperance for the benefit of the public—especially the student population.

Hence is this little book entitled “ಅಹಾರಶುದ್ಧಿ” Purity of Food.—It treats of the benefits of pure air, pure food, and pure drink; shows the bad effects of narcotics and hemp drugs; dilates on the evils of intoxicating and alcoholic drinks and recommends total abstinence from liquors, whose traffic and consumption and revenue have been increasing enormously, from year to year, by leaps and bounds, both here and in other States and Provinces of India.

The theory of *maximum revenue and minimum consumption* may look plausible. But the bulk of the Abkari Revenue comes from the poor people, chiefly from the poorer labourers who, having been tempted to taste the bitter poison, would continue to become more and more wretched till they have spent their all on drink.

It is therefore earnestly prayed that Municipalities and Governments, who have the good of their citizens and subjects at heart, will do well to save them by removing the temptations and prohibiting the sale of intoxicating drinks and drugs, except for medicinal and manufacturing purposes.

Bangalore, }  
OCT. 1916. }

S. Varadaraja Iyengar.

## CONTENTS

### ವಿಷಯಸೂಚಿಕೆ

#### PART I

#### ಪ್ರಥಮ ಭಾಗ

#### ಶುದ್ಧಾನ್ನಪಾನಗಳು ಜ್ಞಾನವೃದ್ಧಿಕರಗಳು

CHAPTER.		ಪುಟ.
I.	Introduction ಪೀಠಿಕೆ .....	1
II.	Pure Air ಶುದ್ಧವಾಯು .....	6
III.	Pure Food ಶುದ್ಧ ಆಹಾರ .....	9
IV.	Pure Drink ಶುದ್ಧಪಾನ .....	16
V.	Artificial Drinks ಕೃತಕಪಾನಗಳು .....	19

#### PART II

#### ದ್ವಿತೀಯ ಭಾಗ

#### ಮದ್ಯಸಾರಪಾನಗಳು ಆತ್ಮನಾಶಕರಗಳು

I.	Intoxicating Drinks ಮದ್ಯಪಾನಗಳು .....	22
II.	Effects of Alcohol ಮದ್ಯಸಾರದ ಕಾರ್ಯಗಳು .....	27
	A. In the Blood ರಕ್ತದಲ್ಲಿ .....	27
	B. In the Heart ಹೃದಯಕೋಶದಲ್ಲಿ .....	28
	C. In the Stomach ಅನ್ನಕೋಶದಲ್ಲಿ .....	32
	D. In the Liver ಪಿತ್ತಕೋಶದಲ್ಲಿ .....	33
	E. In the Brain and Nerves ಮೆದುಳು ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನತಂತುಗಳಲ್ಲಿ .....	33
	F. On the Body ದೇಹದ ಮೇಲೆ .....	36
III.	Judgments of Eminent Doctors on Alcohol ಮದ್ಯಸಾರದ ವಿಷಯವಾಗಿ ಮಹಾಪಂಡಿತರ ತೀರ್ಮಾನಗಳು .....	39
IV.	How Intoxicating drinks are increasing ಮದ್ಯಪಾನಗಳು ಹೇಗೆ ವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತಿವೆ .....	44
V.	The Remedy ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ .....	52



L: 573 N16

# ಆಹಾರಶುದ್ಧಿ

PART I

ಪ್ರಥಮ ಭಾಗ

ಕುದ್ಧಾನ್ನ ಪಾನಗಳ ಜ್ಞಾನವೃದ್ಧಿ ಕರಗಳು

CHAPTER I

೧ ನೇ ಅಧ್ಯಾಯ.

ಪೀಠಿಕೆ

ಆದಿಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಪರಮಾತ್ಮನು ಜೀತನಾಜೀತನಗಳನ್ನೂ ಸಾತ್ವಿಕ, ರಾಜಸ, ತಾಮಸಗುಣಗಳನ್ನೂ ಸೂರ್ಯ, ಚಂದ್ರ, ನಕ್ಷತ್ರಗಳನ್ನೂ ಪಂಚಭೂತಗಳಾದ, ಆಕಾಶ, ವಾಯು, ಅಗ್ನಿ, ನೀರು, ಭೂಮಿಗಳನ್ನೂ ಸುವರ್ಣ, ಬೆಳ್ಳಿ, ತಾಂಬ್ರ, ಕಬ್ಬಿಣ ಮೊದಲಾದ ಲೋಹಗಳನ್ನೂ ಮರ, ಗಿಡ, ಬಳ್ಳಿ ಮೊದಲಾದ ಓಷಧಿಗಳನ್ನೂ ಮನುಷ್ಯ, ವಿಸ್ತಾ, ಮೃಗ, ಪಕ್ಷಿ, ಕ್ರಿಮಿಕೀಟಾದಿ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನೂ ಸೃಷ್ಟಿಸಿದನು.

2. ಪ್ರಾಣಿವರ್ಗದಲ್ಲಿ ನರಜನ್ಮವೇ ಶ್ರೇಷ್ಠವೆಂದೆಣಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವುದು. ನಮ್ಮ ಶರೀರವು ಮಹದದ್ಭುತವಾದ ಒಂದು ಸೂಕ್ಷ್ಮ (Microcosm) ಜಗದ್ಯಂತ್ರವಾಗಿದೆ. ಅದರ ವಿಚಿತ್ರವಾದ ಅನುವವಗಳು, ಅವುಗಳ



ಸಂಬಂಧಗಳು, ವಿಲಕ್ಷಣವಾದ ಕಾರ್ಯಗಳು, ಪ್ರಯೋಜನಗಳು, ರಮ್ಯತೆ, ಸೂಕ್ಷ್ಮತೆ, ನಿವುಣತ್ವ, ಇವೆಲ್ಲವೂ ಅತ್ಯಾಶ್ಚರ್ಯಕರವಾಗಿವೆ

3. ಈ ಮಾನವ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅವಯವಗಳು ಯಾವುವೆಂದರೆ :—

(a) ಪಂಚಕರ್ಮೇಂದ್ರಿಯಗಳು :

ವಾಕ್ಯು (ಮಾತನಾಡುವುದಕ್ಕೆ ನಾಲಿಗೆ)

ಪಾದ (ನಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಕಾಲು)

ಪಾಣಿ (ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಕೈ)

ಪಾಯು (ಮಲಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡುವ ಇಂದ್ರಿಯ)

ಉಪಸ್ಥೆ (ಜನಕೇಂದ್ರಿಯ.)

(b) ಐದು ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು :

ಚಕ್ಷು (ನೋಡುವುದಕ್ಕೆ ಕಣ್ಣು)

ಶ್ರೋತ್ರ (ಶಬ್ದ ಕೇಳುವುದಕ್ಕೆ ಕಿವಿ)

ಘ್ರಾಣ (ಗಂಧಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಮೂಗು)

ರಸನೆ (ರುಚಿಯನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದಕ್ಕೆ ನಾಲಿಗೆ)

ತ್ವಕ್ಯು (ಶೀತೋಷ್ಣಾದಿವೃಶ್ಚಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ತಿಳಿಸಲು ಶರೀರವೆಲ್ಲ ವ್ಯಾಪಿಸಿರುವ ತ್ವಗಿಂದ್ರಿಯ).

(c) ಶರೀರದೊಳಗಿರುವ ಮುಖ್ಯ ಭಾಗಗಳು :

ಚರ್ಮ, ಅಸ್ಥಿಪಂಜರ, ಮಾಂಸಖಂಡಗಳು, ರಕ್ತನಾಳಗಳು, ನರಗಳು, ರಕ್ತವನ್ನು ಪರಿಚಲನೆ ಮಾಡುವ ಹೃದಯ, ಎಡಬಲ ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳು, ಬಲಗಡೆ ಪಿತ್ತಕೋಶ, ಅನ್ನನಾಳ, ಅನ್ನಕೋಶ, ಹೊಟ್ಟೆ, ಕರುಳು, ಗುಲ್ಮ, ಮೂತ್ರಕೋಶ.

(d) ಶರೀರಕ್ಕೆಲ್ಲಾ ಪ್ರಧಾನವಾಗಿ ಕೋಟಿಯಂತಿರುವ ತಲೆ ಬುರುಡೆಯೊಳಗೆ ಮಸ್ತಿಷ್ಕ (Brain) ಮೆದುಳು ಇರುವುದು. ಅದರಿಂದ ಸೂಕ್ಷ್ಮಗಳಾದ ಮಿದಳು ಬಳ್ಳಿಗಳೂ ನರಗಳೂ ಜ್ಞಾನತಂತುಗಳೂ ಹೊರಟು, ಸಮಸ್ತ ಅವಯವಗಳನ್ನೂ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನೂ

ವ್ಯಾಪಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುವು. ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸೆಂಬ ಇಂದ್ರಿಯವು ಈ ಮೆದುಳುಗಳನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿಕೊಂಡು, ಜ್ಞಾನತಂತುಗಳಿಂದಲೂ ನರಗಳಿಂದಲೂ ಸರ್ವಾಯವಗಳನ್ನೂ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನೂ ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವರ್ತಿಸುವಂತೆ ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತಿರುವುದಲ್ಲದೆ, ಅವುಗಳಿಂದ ಬರತಕ್ಕ ಜ್ಞಾನಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಶರೀರದ ಒಡೆಯನಾದ ಜೀವನಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿಯೂ ಬೋಧಿಸುತ್ತಿರುವುದು.

4. ಚಿನ್ಮಯನಾದ ಜೀವಾತ್ಮನು ಈ ನವದ್ವಾರಪುರವೆಂಬ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಕ್ಲಿಪ್ತಕಾಲದವರೆಗೂ ಇದ್ದುಕೊಂಡು, ತನ್ನ ಮಂತ್ರಿಯಂತಿರುವ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೂಲಕ ಶರೀರದ ಆಡಳಿತಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಆಯಾ ಕ್ಷಣವೇ ತಿಳಿಯುತ್ತಾ, ತನ್ನ ಬುದ್ಧಿಬಲದಿಂದ ದೇಹಯಾತ್ರೆಯೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಸುಖದುಃಖಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿಕೊಂಡಿರುವನು.

5. ಈ ಮನುಷ್ಯ ಶರೀರದಲ್ಲಿರುವ ಹಾಗೆಯೇ ಇತರ ಪಶುವುಗಳಿಗೆ ಮೃಗಾದಿಗಳ ದೇಹಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಆಯಾ ಪ್ರಾಣಿವರ್ಗಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಅವಯವಗಳಿರುವುವು. ಅವುಗಳೆಲ್ಲ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕಾರ್ಯಗಳೂ ಪ್ರಯೋಜನಗಳೂ ಉಂಟು.

ಆದರೆ ಈ ಅವಯವಗಳೂ ಇಂದ್ರಿಯಗಳೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ತ್ವಗಿಂದ್ರಿಯ, ಹೃದಯಕೋಶ, ಪಿತ್ತಕೋಶ, ಕರುಳು, ರಕ್ತನಾಳಗಳು, ಮೆದುಳು, ಮೊದಲಾದವು ಸದಾ ಅಪ್ರೇರಿತವಾಗಿ ತಮಗೆ ತಾವೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುವು. ಅದರಿಂದ ಅವು ಆಯಾಸಗೊಂಡು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ಜೀರ್ಣವಾಗುತ್ತಿರುವುವು.

6. ಪ್ರಾಣಿಗಳ ದೇಹಗಳು, ಸದಾ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಬೇಗ ನಶಿಸಿಹೋಗುವುದಿಲ್ಲವೆ? ಎಂದರೆ, ಹಾಗೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸರ್ವಶಕ್ತನೂ ಸರ್ವಜ್ಞನೂ ಆದ ಪರಮಾತ್ಮನು ಸಮಸ್ತದಲ್ಲಿಯೂ ತಾನೇ ಇದ್ದುಕೊಂಡು, ಸಮಸ್ತವನ್ನೂ ಧರಿಸಿಕೊಂಡು ಸರ್ವಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿರುವನು. ಆದಕಾರಣ ಶ್ರುತಿಗಳು ಅವನನ್ನು ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣನೆಂದು ಹೊಗಳುವುವು. ಮತ್ತು ಅವನೇ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಸಂರಕ್ಷಣೆ, ಪೋಷಣೆ, ಬೆಳವಳಿಕೆಗಳಿಗೋಸ್ಕರ ನಿರ್ಮಲವಾದ ಗಾಳಿಯನ್ನೂ ನೀರ



ನ್ನೂ ಆಹಾರದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನೂ ಕಲ್ಪಿಸಿರುವನು. ಅವುಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು, ಯುಕ್ತಾಹಾರ ವಿಹಾರಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬಂದರೆ, ದೇಹದ ಅವಯವಗಳು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಬಲವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಕ್ರಮವಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬರುವುವು.

7. ಹಾಗಾದರೆ ಸರ್ವಪ್ರಾಣಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಮಾನವಜನ್ಮವೇ ಶ್ರೇಷ್ಠವೆಂದು ಹೇಗೆ ಹೇಳಬಹುದೆಂದರೆ:—

ಭಗವಂತನು ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ “ಇದು ಒಳ್ಳೆಯದು, ಇದು ಕೆಟ್ಟದು,” “ಇದು ಯುಕ್ತ, ಇದು ಅಯುಕ್ತ,” “ಇದು ಧರ್ಮ, ಇದು ಅಧರ್ಮ” ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಅಲ್ಲದೆ ನಮ್ಮ ಸುಖಕ್ಕೋಸ್ಕರ “ಹೀಗೆ ಮಾಡು, ಹೀಗೆ ಮಾಡಬೇಡ” “ಹೀಗೆ ಆಚರಿಸಿದರೆ ಸುಖಪಡುವೆ. ಹೀಗೆ ಹೋದರೆ ದುಃಖಪಡುವೆ,” ಎಂದು ಶಾಸ್ತ್ರಗಳಿಂದ ವಿಧಿವಿಷೇಧಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿರುವನು. ಇಂಥ ವಿಧಿವಿಷೇಧಗಳು ಇತರ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಹಾಗೆ ಕಂಡುಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಅವು ಅಜ್ಞಾನಜಂತುಗಳಂತಲೂ ಪಶುಗಳಂತಲೂ ಹೇಳಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ. ಮನುಷ್ಯನಾದರೋ ಯುಕ್ತಾಯುಕ್ತಗಳನ್ನರಿಯಲು ಬುದ್ಧಿಯುಳ್ಳವನು. ಆದ್ದರಿಂದ ಇತರ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಶ್ರೇಷ್ಠನೆನ್ನಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವನು.

ಆದಕಾರಣ ನಾವು ಅಪಾರ ಕರುಣಾನಿಧಿಯಾದ ಜಗತ್ತಿನಿಗೆ ಎಷ್ಟು ವಿಧೇಯರಾಗಿ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿದ್ದರೂ ಸಾಲದು. ನಮ್ಮನ್ನು ಸದಾ ಸನ್ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡಿಸಿಕೊಂಡು ಬರಬೇಕೆಂದು ತ್ರಿಕರಣಶುದ್ಧರಾಗಿ ಅವನನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು.

8. “ಆಹಾರಶುದ್ಧಿ ಸತ್ವಶುದ್ಧಿ” ಎಂದು ಶ್ರುತಿಪ್ರಮಾಣವಿರುವುದು. ಎಂದರೆ ಶುದ್ಧವಾದ ವಾಯು ಅನ್ನಪಾನಗಳಿಂದ ದೇಹೇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೆ ಶಕ್ತಿ ಬರುವುದು. ಮನಸ್ಸು ನಿರ್ಮಲವಾಗುವುದು. ಜ್ಞಾನವೃದ್ಧಿಯಾಗುವುದು. ತದ್ವಾರ್ತರ ದೇವರ ಕಟ್ಟಳೆಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರಿತು ಆಚರಿಸಲು ಬುದ್ಧಿಗೆ ಬಲವೂ ಸ್ಥೈರ್ಯವೂ ಉಂಟಾಗುವುವು. ಅದರಿಂದ ದೇವರ ಪ್ರೀತಿಗೆ ಪಾತ್ರತೆಯೂ ಶಾಶ್ವತವಾದ ಸುಖವೂ ಸಿದ್ಧಿಸುವುದು.

ಆದಕಾರಣ ಸಮಸ್ತ ಜನರೂ ಅಶುದ್ಧಗಳಾದ ಅನ್ನಪಾನಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು. ದುಷ್ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಂದ ಆತ್ಮಹಾನಿಯುಂಟಾಗುವುದು. (ಇಲ್ಲಿ “ಆತ್ಮ” ವೆಂದರೆ ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲ. ದೇಹ, ಇಂದ್ರಿಯಗಳು, ಮನಸ್ಸು, ಧೈರ್ಯ, ಜ್ಞಾನ, ಜೀವ, ಎಂದರಿಯತಕ್ಕದ್ದು.) ಸರ್ವರೂ ಆಹಾರವಿಹಾರಗಳಲ್ಲಿ ಹಿತವನ್ನೂ ಮಿತವನ್ನೂ ಕಾಲವನ್ನೂ ಮೀರದೆ, ಜಿತೇಂದ್ರಿಯರಾಗಿ ಆಚರಿಸುತ್ತ ಶುದ್ಧವಾದ ಆಹಾರವನ್ನೇ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

“ಶುದ್ಧಾಹಾರ” ವೆಂದರೆ ನಿರ್ಮಲವಾದ ಗಾಳಿ, ನಿರ್ಮಲವಾದ ಅನ್ನ, ನಿರ್ಮಲವಾದ ಪಾನ. ಮತ್ತು ಧರ್ಮದಿಂದ ಸಂಪಾದಿಸಿದ ಆಹಾರದ್ರವ್ಯವನ್ನು ಕೃತಜ್ಞತಾವೂರ್ವಕವಾಗಿ ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ದೇವರಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸುವದೇ ಯಜ್ಞ, ಅದೇ ದೇವರಪೂಜೆ. ಹಾಗೆ ಅರ್ಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಪದಾರ್ಥವೇ ಯಜ್ಞಶೇಷ, ಪ್ರಸಾದ, ಅಥವಾ ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ಆಹಾರ. ಅಂಥಾ ಆಹಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ದೇಹವು ಸತ್ವಗುಣದಿಂದ ಬೆಳೆಯುವುದು. ನಿರ್ಮಲವಾದ ಚಿತ್ತ ಮತ್ತು ಸ್ಥಿರವಾದ ಬುದ್ಧಿ ಉಂಟಾಗುವುದು. ಅದರಿಂದ ಜ್ಞಾನಯೋಗಕ್ಕೂ ತನ್ಮೂಲಕ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ತಿಳಿಯುವದಕ್ಕೂ ಸಾಧಕವಾಗುವುದು. “ಸತ್ವಸಿದ್ಧೌ ಧೃವಾಸ್ತೃತಿಃ.”



## CHAPTER II

### ೨ ನೇ ಅಧ್ಯಾಯ

ವಾಯು (THE AIR)

ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಕ್ಷೇಮಾರ್ಥವಾಗಿ ಗಾಳಿಯು (ವಾಯು) ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಹೇಗೆ ಉಪಯೋಗವಾಗುವುದು? ಅದರಲ್ಲಿ ಏನಿದೆ? ಎಂದು ಕೇಳಬಹುದು. ನಿರ್ಮಲವಾದ ವಾಯುವು ನಮ್ಮ ಪ್ರಾಣಧಾರಣೆಗೆ ಅತ್ಯಾವಶ್ಯಕವಾದದ್ದು.

ನಾವು ನೀರಿಲ್ಲದೆ ಎರಡು ಮೂರು ದಿನಗಳಿರಬಹುದು. ಅನ್ನವಿಲ್ಲದೆ ಐದಾರು ದಿನಗಳು ಜೀವಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ನಿಶ್ವಾಸ ಉಚ್ಚ್ವಾಸಗಳಿಗೆ ಗಾಳಿಯಿಲ್ಲದೆ ಆರು ನಿಮಿಷಗಳು (Minutes) ಜೀವಿಸಲಾರವು. ಉಸಿರಾಡದಿದ್ದರೆ ಪ್ರಾಣವೇ ಹೋಗುವುದು. ಏಕೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವೂ ಕಶ್ಮಲಗಳು ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತಿರುವುವು. ನಾವು ಉಚ್ಚ್ವಾಸವುದರಿಂದ ಹೊರಗಿನಿಂದ ನಮ್ಮ ದೇಹದೊಳಕ್ಕೆ ನಿರ್ಮಲವಾದ ವಾಯುವು ಬಂದು ರಕ್ತವನ್ನು ಶುದ್ಧಮಾಡುವುದು. ನಾವು ಉಸಿರು ಬಿಡುವುದರಿಂದ, ಕಶ್ಮಲವು ಹೊರಗೆ ನಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ಹೋಗುವುದು. ಇಲ್ಲವಾದರೆ, ಕಶ್ಮಲವು ರಕ್ತದಲ್ಲಿಯೇ ಕಲೆತು, ರಕ್ತವನ್ನು ಕೆಡಿಸಿ, ವಿಷಮಯವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದು. ಅದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಆಯವಗಳ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾದ ವ್ಯಾಪಾರಗಳು ನಿಂತುಹೋಗುವುವು. ಕೆಟ್ಟಗಾಳಿಯನ್ನು ಉಚ್ಚ್ವಾಸಿಸಿದರೆ ರೋಗಗಳು ಉಂಟಾಗುವುವು.

2 ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಒಂದು ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟು ಸ್ವಲ್ಪವೂ ಗಾಳಿ ಹೋಗದಹಾಗಿ ಮಾಡಿದರೆ, ಹತ್ತು ಹದಿನೈದು ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ಅವನು ಸಾಯುವನು. ಅಥವಾ ಒಬ್ಬನನ್ನು ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ, ಗಾಳಿ ಒಳಗೆ ಹೋಗದಂತೆ ತೂತುಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಮುಚ್ಚಿದ್ದಾದರೆ ಆ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿರುವ ಗಾಳಿಯೆಲ್ಲಾ ನಿಶ್ವಾಸಗಳಿಂದ ಕೆಟ್ಟುಹೋಗುವುದು. ಅಂಥ ಕೆಟ್ಟ ಗಾಳಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ

ಆ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ತುಂಬ ಜಾಡ್ಯವುಂಟಾಗಿ ಕೆಲವು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಯುವನು. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿರ್ಮಲವಾದ ಗಾಳಿಯು ಪ್ರಾಣಸಂರಕ್ಷಣೆಗೆ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

3. ವಾಯುವಿನಲ್ಲಿ ಏನಿದೆ ಎಂದರೆ—ನಿರ್ಮಲವಾದ ವಾಯುವಿನಲ್ಲಿ ಯಾವ ವಾಸನೆಯಾಗಲೀ, ರುಚಿಯಾಗಲೀ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಅಣಗಿಸಲೂ ವಿಸ್ತಾರಮಾಡಲೂ ತೊಕಮಾಡಲೂ ಆಗುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಸಾರಜನಕ (Nitrogen) ಶೇಕಡ (ನೂರು ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ) 79 ಭಾಗವಿರುವುದು. ಆಮ್ಲಜನಕ (Oxygen) ಎಂಬ ಅನಿಲವು ಶೇಕಡ 20.96 ಭಾಗವಿರುವುದು. ಇಂಗಾಲಾಮ್ಲ (Carbondioxide) 0.04 ಭಾಗವಿರುವುದು.

ಇವಲ್ಲದೆ ಅತಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಅಮೋನಿಯಾ (Ammonia) ಓಜೋನ್ (Ozone) ಮತ್ತು ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರಿನ ಆವಿ ಇರುವುವು. ನೀರಿರುವುದು ನಾವು ಕನ್ನಡಿಯ ಮೇಲಾಗಲೀ, ಸ್ಲೇಟಿನ ಮೇಲಾಗಲೀ, ಉಸಿರು ಬಿಟ್ಟಾಗ ಜಲಕಣಗಳು ಬೀಳುವುದರಿಂದ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ.

4. ನಾವು ಉಸಿರು ಬಿಡುವಾಗ ಶ್ವಾಸಕೋಶದಿಂದ ಹೊರಗೆ ಬರುವ ವಾಯುವಿನಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 79 ಭಾಗ ಸಾರಜನಕವೂ 16 $\frac{1}{2}$  ಭಾಗ ಆಮ್ಲಜನಕವೂ ನಾಲ್ಕೂವರೆ ಭಾಗ ಇಂಗಾಲಾಮ್ಲವೂ ಇರುವುವು.

5. ಈ ಅನಿಲಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಣಸಂರಕ್ಷಣೆಗೆ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿರುವುದು ಯಾವುದೆಂದರೆ, ಆಮ್ಲಜನಕವೇ! ಅದು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ತೀಕ್ಷ್ಣವಾದದ್ದು. ಇತರ ವಸ್ತುಗಳ ಸಂಗಡ ಸೇರಿದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಸುಡುವ ಸ್ವಭಾವವುಳ್ಳದ್ದಾಗಿರುವುದು. ಅದರಿಂದ ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿಯೂ ಶಾಖವೂ ಉಂಟಾಗುವುದು. ಅದರ ಸಹಾಯದಿಂದಲೇ ದೀಪ ಮತ್ತು ಬೆಂಕಿ ಉರಿಯುವುದು.

6. ಸಾರಜನಕವೆಂಬುದು ಜಡಸ್ವಭಾವವುಳ್ಳದ್ದು. ಅದು ಇತರ ದ್ರವ್ಯಗಳೊಡನೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಂಯೋಗವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆಮ್ಲಜನಕದೊಡನೆ ಸೇರಿದಾಗ, ಅದರ ತೀಕ್ಷ್ಣತೆಯನ್ನು ತೆಗೆಸಿ, ಅದನ್ನು ಉಚ್ಚ್ವಾಸಕ್ಕೆ ಯೋಗ್ಯವಾದುದನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದು.

7. ಇಂಗಾಲಾಮ್ಲ (Carbondioxide). ಇದು ಶುದ್ಧವಾದ ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಹತ್ತುಸಾವಿರ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ಭಾಗ ಮಾತ್ರವಿರುವುದು. ಆದರೆ ನಾವು ಉಚ್ಛ್ವಾಸದಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಬರುವ ಆಮ್ಲಜನಕವು ಶರೀರದಲ್ಲಿರುವ ಇತರ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳೊಡನೆ ಸೇರಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಸುಡುವುದರಿಂದ ಇಂಗಾಲಾಮ್ಲ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ, ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿಯೂ ಶೇಕಡ 4½ ಭಾಗದಷ್ಟು ಇಂಗಾಲಾಮ್ಲವು ಹೊರಗೆ ಬರುತ್ತಿರುವುದು. ಹಾಗೆ ಬಾರದೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿಯೇ ನಿಂತರೆ ಬಹಳ ಬಾಧೆ ಕೊಡುವುದು.

8. ಅಮೋನಿಯಾ (Ammonia). ಇದು ಸಾರಜನಕ ಸಂಬಂಧವಾದ ದ್ರವ್ಯ, ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದು. ಪದಾರ್ಥಗಳು ಕೊಳೆಯುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇದು ಹುಟ್ಟುವುದು. ಅಮೋನಿಯಾ ಯಾವ ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದೋ ಅಂಥಾ ಗಾಳಿಯನ್ನು ನಾವು ಉಚ್ಛ್ವಾಸದಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ರೋಗಗಳು ಬರುವುವು.

9. ಓಜೋನ್ (Ozone). ಇದು ಆಮ್ಲಜನಕ ಸಂಬಂಧವಾದದ್ದು. ಗಾಳಿಯನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧಮಾಡುವ ಸ್ವಭಾವವುಳ್ಳುದೆಂತಲೂ ಸಮುದ್ರದ ಮೇಲಿನ ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಇದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದೆಂತಲೂ ಮತ್ತು ಆಹಾರದ ಕರವಾದದ್ದೆಂತಲೂ ಹೇಳುವರು.

10. ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ನಿಮಿಷಕ್ಕೂ ಸುಮಾರು ಹನ್ನೆರಡುಸಲ ಶ್ವಾಸೋಚ್ಛ್ವಾಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಅದು ನಿಂತುಹೋದರೆ ಪ್ರಾಣವೇ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿರ್ಮಲವಾದ ವಾಯುವು ನಮ್ಮ ಪ್ರಾಣಾಧಾರಕ್ಕೆ ಅವಶ್ಯಕವಾದದ್ದು. ಅಲ್ಲದೆ ಹೃದಯ ಮತ್ತು ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೂ ರಕ್ತಪರಿಚಲನೆಗೂ ಅದು ಅತ್ಯಾವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ.

## CHAPTER III

### ೩ ನೇ ಅಧ್ಯಾಯ

#### ಅನ್ನಾಹಾರ (FOOD)

ಅನ್ನಾಹಾರವೆಂದರೆ ಏನು ? ಅನ್ನವೆಂದರೆ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ತಮ್ಮ ದೇಹ ಪೋಷಣೆಗೋಸ್ಕರವೂ ಪ್ರಾಣಾಧಾರಣೆಗೋಸ್ಕರವೂ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ದ್ರವ್ಯವು. ಅದೇ ಆಹಾರ. ಅಸಂಖ್ಯಾತವಾದ ಸೂಕ್ಷ್ಮತಮ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ವಾಯುವಿನಲ್ಲಿರುವುವು. ಲೆಕ್ಕವಿಲ್ಲದಷ್ಟು ಸಣ್ಣ ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಾಣಿಗಳು, ನೀರಿನಲ್ಲಿಯೂ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೂ ಹುಟ್ಟುತ್ತಲೂ ಬೆಳೆಯುತ್ತಲೂ ಸಾಯುತ್ತಲೂ ಪುನಃ ಹುಟ್ಟುತ್ತಲೂ ಇರುವುವು.

೨ ವಾಯುವಿನಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿ ಬೆಳೆಯತಕ್ಕ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ವಾಯು ಸಂಬಂಧವಾದ ದ್ರವ್ಯವೇ ಮುಖ್ಯ ಆಹಾರವಾಗಿದೆ. ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿ ಬೆಳೆಯುವ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ಜಲಸಂಬಂಧವಾದ ದ್ರವ್ಯವೂ ಗಾಳಿಯೂ ಮುಖ್ಯವಾದ ಆಹಾರಗಳಾಗಿವೆ. ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಹುಟ್ಟಿ ಬೆಳೆಯುವ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ, ಗಾಳಿಯೂ ನೀರೂ ಮತ್ತು ಮೃಣ್ಮಯವಾದ (ಎಂದರೆ ಭೂಸಂಬಂಧವಾದ) ದ್ರವ್ಯಗಳೂ ಆಹಾರವಾಗಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ಭೋಲೋಕದಲ್ಲಿರುವ ಸಮಸ್ತ ಪ್ರಾಣಿಗಳೂ ಅನ್ನಗತ ಪ್ರಾಣಿಗಳಾಗಿವೆ.

೩ ನಾವು ಕೆಲಸಮಾಡುವಾಗಲೂ ಆಲೋಚನೆ ಮಾಡುವಾಗಲೂ ಸುಮ್ಮನೆ ಕುಳಿತಿರುವಾಗಲೂ ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿರುವ ಮಾಂಸ ಪಿಂಡಗಳೂ ನಾಡಿಗಳೂ ಜ್ಞಾನ ತಂತುಗಳೂ ಮಿದಳೂ ಹೃದಯ, ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳೂ ಅನ್ನಕೋಶ ಪಿತ್ತಕೋಶ ಮೊದಲಾದ ಅವಯವಗಳೂ ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುವುದರಿಂದ, ಅವುಗಳ ಶಾಖವೂ, ಶಕ್ತಿಯೂ, ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ಖರ್ಚಾಗುತ್ತಲೇ ಇರುವುವು.



ಶರೀರದ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗದಲ್ಲಿಯೂ ಆದಾಯ ವ್ಯಯಗಳು ಸಮನಾಗಿರಬೇಕಲ್ಲವೆ? ಅದಕ್ಕೋಸ್ಕರ ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿರುವ ಬಂಡವಾಳವು ಖರ್ಚಾದ ಹಾಗೆಲ್ಲ ಆಹಾರದಿಂದ ಭರ್ತಿಯಾಗಬೇಕಾಗಿದೆ. ಆದುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಆಹಾರ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನೂ ಅವುಗಳ ಗುಣದೋಷಗಳನ್ನೂ ತಿಳಿಯುವುದು ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ.

4 ಯಾವಯಾವ ಪದಾರ್ಥವು ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಹಿತಕರವಾಗಿ ಜೀರ್ಣವಾಗಿ, ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಸೇರಿ ಶಾಖವನ್ನೂ ಬಲವನ್ನೂ ಉಂಟುಮಾಡುವುದೋ ಮತ್ತು ಅವಯವಗಳಲ್ಲಿ ಕಲೆತು ಪೋಷಿಸುವುದೋ ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬಹುದು. ಯಾವ ದ್ರವ್ಯವು ಕೇವಲ ಉತ್ತೇಜನವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಮಾಡಿ ಜೀರ್ಣವಾಗದೆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕುಗ್ಗಿಸಿ, ಶಾಖವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುವುದೋ ಅದನ್ನು ಏಷವೆಂದು ತಿಳಿದು ತ್ಯಜಿಸತಕ್ಕದ್ದು.

5 ಆದರೆ ಅನ್ನಪಾನಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವಯಾವ ದ್ರವ್ಯಗಳು, ಸಾಜವಾಗಿ ಆಹಾರಗಳಾಗುವವೆಂದರೆ.—ಭೋಜ್ಯವಸ್ತುಗಳಲ್ಲಿ, ನೀರಲ್ಲದೆ, ನಮಗೆ ನಿಜವಾಗಿ ಪೋಷಣೆಯನ್ನೂ, ಶಾಖವನ್ನೂ ಕೊಡತಕ್ಕ ದ್ರವ್ಯಗಳು ನಾಲ್ಕು ವಿಧಗಳಾಗಿರುವುವು.

(a) ಪ್ರಸಾರ ಜನಕ (Proteid or Albumin). ಇದು ಮಾಂಸಖಂಡಗಳನ್ನೂ (Muscles), ಜಾಲಗಳನ್ನೂ (Tissues), ಮಿದುಳುಗಳನ್ನೂ (Brains), ಜ್ಞಾನತಂತುಗಳನ್ನೂ (Nerves), ಸ್ನಾಯುಗಳನ್ನೂ (Tendons), ಸೇರಿ, ಅವುಗಳನ್ನು ಪೋಷಿಸಿ, ಬೆಳೆಯುವ ಹಾಗೆ ಮಾಡಿ, ಕೊಬ್ಬನ್ನೂ ಶಾಖವನ್ನೂ ಕೊಡುವುದು.

(b) ಕೊಬ್ಬು (Fat). ಇದು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಕೊಬ್ಬಿನ ಜಾಲವಾಗುವುದು. ಮತ್ತು ಶಾಖವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವದಕ್ಕೆ ಇಂಧನವಾಗುವುದು. ಆದರೆ ಮಾಂಸಖಂಡವಾಗಲಾರದು.

(c) ಶರ್ಕರಪಿಷ್ಟಾದಿಗಳು (Carbohydrates). ಇವು ಶಾಖವನ್ನು ಕೊಡಲು ಕೊಬ್ಬಾಗಿ ಇಂಧನದ ಕಾರ್ಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವುವು.

(d) ಲವಣಲೋಹಾದಿಗಳು (Salt and Mineral Matters). ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಇವು ನೀರಿನಿಂದ ಬರುವುವು. ಅಸ್ಥಿಯಾಗುವುದಕ್ಕೂ ರಕ್ತ ಮೊದಲಾದವುಗಳಿಗೂ ಉಪಯೋಗವಾಗುವುವು. ಈ ದ್ರವ್ಯಗಳೆಲ್ಲ ಜಠರಾಗ್ನಿಯಿಂದ ಸುಡಲ್ಪಟ್ಟು, ಅವುಗಳ ಶಕ್ತಿಯು ಅವಯವಗಳಿಗೆ ಕೊಡಲ್ಪಡುವುವು.

ಶರ್ಕರ ಪಿಷ್ಟಾದಿಗಳೂ ಕೊಬ್ಬುಗಳೂ ಮಾಂಸಖಂಡಗಳನ್ನು ಕೆಟ್ಟು ಹೋಗದ ಹಾಗೆ ಕಾಪಾಡುವುವು.

6 ಜನರು ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಭೋಜ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನೂ ಅವುಗಳಲ್ಲಿರುವ ಆಹಾರಾಂಶಗಳನ್ನೂ ಅವು ಸುಮಾರು ಎಷ್ಟು ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಜೀರ್ಣವಾಗಬಹುದೆಂಬುದನ್ನೂ ಈ ಕೆಳಗಣ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿದೆ.



ಭೋಜನವಸ್ತುಗಳು	ಶೇಕಡ, ಎಂದರೆ ನೂರು ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ						ಷರಾ
	ಜಲ	ಸಗಾರಜನಕ	ಕೊಬ್ಬು ಮೇದಸ್ಸು	ಶರ್ಕರಪಿಷ್ಟಾದಿಗಳು	ಲವಣ ಲೋಹಗಳು	ಜೀರ್ಣವಾಗಲು ಕಾಲ, ಗಂಟೆ	
ಅಕ್ಕಿ	12.5	7.3	0.6	78.7	0.9	2	
ರಾಗಿ	13.2	7.3	1.5	75.7	2.3	3	
ಜೋಳ	12.5	9.3	2	74.5	1.7	3½	
ಗೋಧಿ	12.5	13.5	1.2	71.1	1.7	3½	
ಸಾಮೆ	10.2	9	3.6	73.6	3.5	2½	
ಕಡಲೆ	11.5	21.7	4.2	69	2.6	3½	
ಉಮ್ಮಿ	1.8	22.2	2.7	58.9	4.4	3½	
ಹೆಸರು	1.2	23.8	0.6	60.8	3.6	3	
ಬಟಾಣಿ	11.8	28.2	1.5	56	2.5	3½	
ಅವರೆ	14.6	17.1	2.3	52.4	3.5	3	
ತೊಗರಿ	10.5	22.3	2.1	62.1	3	3	
ಹುರುಳಿ	11	22.5	1.9	61.4	3.2	3½	
ಕಂಬು	11.3	10.4	3.3	73	2	2½	
ಮುಸಕಿನಜೋಳ	12.5	9.5	3.6	72.7	1	3½	
ಓಟ್ಸ್	12.7	10.1	2.3	72.6	2.3	2½	
ನೆಲಗಡಲೆ	7.5	24.5	50	16.2	1.8	3½	
ಆರೋರೂಟ್	15.4	0.8	.....	83.3	0.8	2	
ಉರುಳುಗಡ್ಡೆ	75.4	2	0.2	21.3	1	2	
ಮೂಲಂಗಿ	90	1.4	0.2	7.4	1	2	
ಕೋಸುಗಡ್ಡೆ	91	1.8	0.5	5.8	0.9	2½	
ಸಕ್ಕರೆ	2.2	0.3	.....	96.7	0.8	1½	
ಹಾಲು	87	3.8	3.7	4.8	0.7	2	
ಕೆನೆ	66	2.7	26.7	2.8	1.8	3	
ವಿನು	39	9.8	48.9	.....	2.3	3	
ಕೋಳಿ ಮೊಟ್ಟೆ	73.1	13.4	11.8	0.7	1	3	
ಕೋಳಿಯಮಾಂಸ	74	21	3.8	.....	1.2	4	
ಕುರಿ, ಆಡಿನ ಮಾಂಸ	74.4	20.5	3.5	.....	1.6	3	
ದನದ ಮಾಂಸ	72.3	14	1.1	.....	3.7	4	
ಹಂದಿಮಾಂಸ	78	18.1	2.9	.....	1	5	

ಮೇಲ್ಕಂಡ ಪಟ್ಟಿಯಿಂದ ಜನರಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಆಹಾರ ದ್ರವ್ಯಗಳೆಲ್ಲಾ ಒಂದೇ ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ಸಿಕ್ಕುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ತಿಳಿಯಬಹುದು. ಅವರವರ ಅನುಭವ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸಾನುಗುಣವಾಗಿ, ಮೂರು ನಾಲ್ಕು ಷರಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿಕೊಂಡು ಊಟಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವುದು.

ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ತ ಪ್ರಾಣಿಗಳೂ ಸಮಸ್ತ ವಸ್ತುಗಳೂ ತ್ರಿಗುಣಾತ್ಮಕಗಳಾಗಿರುವುವು. ಆದ್ದರಿಂದ ಆಹಾರಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಸಾತ್ವಿಕ, ಕೆಲವು ರಾಜಸ, ಕೆಲವು ತಾಮಸಗುಣಗಳುಳ್ಳವುಗಳಾಗಿರುವುವು.

8. ಸಾತ್ವಿಕಾಹಾರಗಳು ಯಾವುವೆಂದರೆ.—ಆಯುಸ್ಸನ್ನೂ ಜ್ಞಾನವನ್ನೂ ಬಲವನ್ನೂ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನೂ ಸುಖವನ್ನೂ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನೂ ವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವಂಥವುಗಳಾಗಿಯೂ ಮಧುರವಾಗಿಯೂ ಸಾರಭರಿತವಾಗಿಯೂ ಸಾವಕಾಶವಾಗಿ ಜೀರ್ಣವಾಗುವಂಥವಾಗಿಯೂ ಮನೋಹರವಾಗಿಯೂ ಇರುವುವು. ಅವು ಸತ್ವಗುಣ (Virtue) ವನ್ನೂ ವೃದ್ಧಿಮಾಡಿ ಸಾತ್ವಿಕರಿಗೆ ಹಿತವಾಗಿರುವುವು.

9. ರಾಜಸಾಹಾರಗಳು ಯಾವುವೆಂದರೆ.—ಆತಿ ಹುಳಿಯಾಗಿಯೂ ಉಪ್ಪಾಗಿಯೂ ಕಾರವಾಗಿಯೂ ಆತಿ ಉಷ್ಣವಾಗಿಯೂ ಆತಿ ಶೀತವಾಗಿಯೂ ಶರೀರವನ್ನು ಒಣಗಿಸುವಂಥವುಗಳಾಗಿಯೂ ದಾಹವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತವುಗಳಾಗಿಯೂ ಮನೋವ್ಯಥೆಯನ್ನೂ ಬಾಹ್ಯೇಂದ್ರಿಗಳಿಗೂ ಶರೀರಕ್ಕೂ ಸಂಕಟವನ್ನೂ ರೋಗವನ್ನೂ ಉಂಟು ಮಾಡುವಂಥ ಭೋಜ್ಯವಸ್ತುಗಳು, ರಾಜಸಾಹಾರಗಳೆನ್ನಲ್ಪಡುವುವು. ಅವು ರಜೋಗುಣವುಳ್ಳವರಿಗೆ ಇಷ್ಟವುಳ್ಳವುಗಳಾಗಿ, ರಾಗಾದಿಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುವು.

10. ತಾಮಸಾಹಾರಗಳಾವುವೆಂದರೆ.—ಕಾಲಾತಿತವಾದಂಥ, ಸಾರಹೋದಂಥ, ದುರ್ಗಂಧವಾದಂಥ, ಕಾಲಾತಿತದಿಂದ ಅಥವಾ ಇತರ ವಿಧದಿಂದ ಬೇರೆ ರಸವನ್ನುಳ್ಳದ್ದಾಗಿ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಂಥ, ಅನ್ಯರಿಂದ ತಿನ್ನಲ್ಪಟ್ಟು ಮಿಕ್ಕಿರುವಂಥ, ಮೃತದೇಹಗಳಿಂದ ತೆಗೆದಂಥ, ಅಥವಾ ದೇವರಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಲು ಅನರ್ಹವಾದಂಥ, ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತಾಮಸಾಹಾರ

ರಗಳನ್ನುವರು. ಅವು ತಾಮಸ ಗುಣವುಳ್ಳವರಿಗೆ ಪ್ರೀತಿಯಾಗಿ ತಮೋ ಗುಣವನ್ನು (Ignorance) ವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸುವುವು.

11. “ಅಹಿಂಸಾ ಪರಮೋಧರ್ಮಃ” ಎಂದು ಶಾಸ್ತ್ರವಿರುವುದರಿಂದ, ನಮ್ಮ ಶರೀರವೋಷಣೆಗೋಸ್ಕರ, ಪಶುಪಕ್ಷಿ ಮೃಗಗಳನ್ನು ಕೊಂದು ಅಥವಾ ಕೊಲ್ಲಿಸಿ, ಅವುಗಳ ಮಾಂಸವನ್ನು ಭಕ್ಷಣೆಮಾಡುವುದು ಧರ್ಮ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿರುವುದು. ಮತ್ತು ಅಂಥ ಮೃತದೇಹಗಳ ಮಾಂಸವು ರೋಗಾಸ್ಪದವಾಗಿಯೂ ಮಲಮೂತ್ರ ಕ್ರಿಮಿಗಳಿಂದ ಮಿಶ್ರವಾಗಿಯೂ ಇರುವುದರಿಂದ, ಅದು ತ್ಯಜಿಸಲ್ಪಡತಕ್ಕದ್ದಾಗಿರುವುದು. ಅಲ್ಲದೆ ಮಾಂಸಾಹಾರಿಗಳು ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಮದ್ಯ ಪಾಯಿಗಳಾಗುವರು. ಅಂಥವರಲ್ಲನೇಕರು ಚೌರ್ಯ ದ್ಯೂತಾದಿ ದುರಾಚಾರಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವರ್ತಿಸುವರು, ಕಡೆಯಲ್ಲಿ ಭ್ರಷ್ಟರಾಗುವರು.

12. ಇದಕ್ಕೊಂದು ಇತಿಹಾಸವುಂಟು, ಅದೇನೆಂದರೆ.—ಭೋಜರಾಜನು ತನ್ನ ಆಸ್ಥಾನದ ಕವಿಶ್ರೇಷ್ಠನಾದ ಕಾಳಿದಾಸನನ್ನು “ಭ್ರಷ್ಟಸ್ಯ ಕಾವಾಗತಿಃ? ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಮಾಡಿದನಂತೆ. ಆತನು ಸುಮ್ಮನಿದ್ದು, ಬೇರೊಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ರಾಜನು ಅಂಗಡಿ ಬೀದಿಯಲ್ಲಿ ಸವಾರಿ ಬರುವುದನ್ನು ತಿಳಿದು, ಸನ್ಯಾಸಿಯ ವೇಷವನ್ನು ಧರಿಸಿಕೊಂಡು, ಮಾಂಸದ ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ ನಿಂತು, ಮಾಂಸವನ್ನು ಖರೀದಿಮಾಡುತ್ತಲಿದ್ದನು. ಅದನ್ನು ಭೋಜನು ಕಂಡು ಆಶ್ಚರ್ಯ ಪಟ್ಟನು. ಆಗ ಅವರವರಿಗೆ ಹೀಗೆ ವಾಗ್ವಾದ ನಡೆಯಿತಂತೆ,—

“ ಭಿಕ್ಷೋ ಮಾಂಸ ನಿಷೇವಣಂಕಿಮುಚಿತಂ ?

ಕಿಂತೇನಮದ್ಯಂವಿನಾ.

“ ಮದ್ಯಂಚಾಪಿಪರಿಶ್ರಮೋಸ್ತು ಭವತಾಂ ?

ವಾರಾಂಗನಾಭಿಸ್ಸಹ.

“ ವಾರಸ್ತ್ರೀರತಯೇಕುತಸ್ತವಧನಂ ?

ದ್ಯೂತೇನಚೌರೈಣವಾ.

“ ಚೌರ್ಯದ್ಯೂತಪರಿಶ್ರಮೋಸ್ತು ಭವತಾಂ ?

ಭ್ರಷ್ಟಸ್ಯ ಕಾವಾಗತಿಃ ” — ಎಂದು.

13. ಆದ್ದರಿಂದ ಆತ್ಮಸುಖವನ್ನೂ ಪರರಹಿತವನ್ನೂ ಬಯಸತಕ್ಕವರು ಸಾತ್ವಿಕಾಹಾರವನ್ನೇ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಲ್ಲದೆ, ಹಿತಭುಕ್, ಮಿತಭುಕ್, ಕಾಲಭುಕ್, ಎಂಬಂತೆ ಹಿತವಾಗಿಯೂ ಮಿತವಾಗಿಯೂ ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ, ಸಾತ್ವಿಕಾಹಾರವನ್ನು ಭೋಜನ ಮಾಡುತ್ತಾ, ವ್ಯಾಯಾಮಗಳನ್ನೂ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನೂ ಕ್ರಮವಾಗಿ ಆಚರಿಸುತ್ತಾ ಬಂದರೆ, ಅದು ಇಹಪರ ಸುಖಸಾಧಕವಾಗುವುದು.

14. ಆದರೆ ಹಣವುಳ್ಳವರಲ್ಲಿ ಅನೇಕರು, ಚಪಲರಾಗಿ, ಹೆಚ್ಚುಬೆಲೆಕೊಟ್ಟು, ರುಚಿರುಚಿಯಾದ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ತರಿಸಿ ಮೇಲೆಮೇಲೆ ತಾವೂ ತಿಂದು, ತಮ್ಮ ಹೆಂಡಿರು ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ಕೊಟ್ಟು, ತಿನ್ನಬಾರದ್ದನ್ನು ತಿಂದು, ಕುಡಿಯಬಾರದ್ದನ್ನು ಕುಡಿದು, ಆರೋಗ್ಯ ಭಾಗ್ಯವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು, ನಿರ್ದಿಗಿಟ್ಟು, ದುಃಖಪಡುವರು. ಬಡವರಾದರೋ, ಸುಲಭಕ್ರಯಕ್ಕೆ ಬರುವ ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಪುಷ್ಟಿಕರವಾದ ಹಿಟ್ಟು, ರೊಟ್ಟಿ, ಸೊಪ್ಪು, ಹಣ್ಣು, ಕಾಯಿ, ಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ಮಿತವಾಗಿ, ಹಸಿವಾದಾಗ ತಿಂದು, ಶುದ್ಧವಾದ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿದು, ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ, ಕಣ್ಣುತುಂಬ ನಿರ್ದಿಮಾಡಿ, ಆರೋಗ್ಯ ಸುಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವರು. ಆರೋಗ್ಯವೇ ಭಾಗ್ಯ, ಹಸಿವೇ ರುಚಿ, ಹೀಗೆ ಬಡವರನ್ನು ಭಾಗ್ಯವಂತರನ್ನಾಗಿಯೂ ಧನಿಕರನ್ನು ಭಾಗ್ಯಹೀನರನ್ನಾಗಿಯೂ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಭಗವಂತನ ಮಹಿಮೆಯು ಅತ್ಯಾಶ್ಚರ್ಯಕರವಾಗಿದೆ.



## CHAPTER IV

### ೪ ನೇ ಅಧ್ಯಾಯ

#### ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾದ ಪಾನಗಳು (NATURAL DRINKS)

ಪ್ರಾಣಿಗಳ ದೇಹಸಂರಕ್ಷಣಾರ್ಥವಾಗಿ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾದ ಪಾನಗಳು ಯಾವುವೆಂದರೆ.—(a) ನೀರು. (b) ಹಾಲು. ಇವುಗಳನ್ನು ಪರಮದಯಾಳುವಾದ ಪರಮಾತ್ಮನೇ ಕಲ್ಪಿಸಿದ್ದಾನೆ.

#### A. ನೀರು. ಅದರ ಪ್ರಯೋಜನ

1. ಮಾನವ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಮುಪ್ಪಾಗ ಪಾಲಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನೀರಿರುವುದು. ನಮ್ಮ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ನೂರು ಭಾಗದಲ್ಲಿ 70 ಭಾಗ ನೀರಿರುವುದು. ಅವಯವಗಳನ್ನು ಚಲಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲಪಡಿಸುವುದು. ಮಾಂಸಖಂಡಗಳಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 75 ಭಾಗ ನೀರಿರುವುದು. ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಮುಖ್ಯಸ್ಥಾನವಾದ ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 80 ಭಾಗ ನೀರಿರುವುದು.

2 ನೀರಿನ ಜತೆಗೆ ಇನ್ಯಾವ ದ್ರವ್ಯವನ್ನು ಸೇರಿಸಿದರೂ ದೇಹವು ತನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಕ್ರಮವಾಗಿ ಮಾಡಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದೇ ಕೆಂದರೆ ದೇಹದಲ್ಲಿರುವ ಇತರ ರಸಗಳು ಅಂದರೆ ಲಾಲಾರಸ (ಜೊಲ್ಲು), ಪಿತ್ತರಸ, ಹಾಲು, ಮೊದಲಾದುವು ನೀರಿನಿಂದಲೇ ಉಂಟಾಗತಕ್ಕುವು.

3. ಅಲ್ಲದೆ ಚರ್ಮಕ್ಕೂ ಮಾಂಸಖಂಡಗಳಿಗೂ ಆವರಣತ್ವಕ್ಕೂ ಗಳಿಗೂ (Membranes) ಮತ್ತು ತಂತುಮಯವಾದ ಇತರ ಭಾಗಗಳಿಗೂ (Fibrine parts) ನೀರೇ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು. ನೀರಿಲ್ಲದೆ ಇನ್ನಾವ ರಸವೂ ಅವುಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಸಮನಾಗಿ ವ್ಯಾಪಿಸಿ, ಅವುಗಳ ಜಾಲರಜನೆಯನ್ನು ಕೆಡಿಸದೆ ಮೃದುತ್ವವನ್ನು ಕೊಡಲಾರದು. ಮತ್ತು ನೀರಿನಿಂದ ನಾವು ತಿಂದ ಆಹಾರವು ವಿಲಯಪಡಿಸಲ್ಪಡುವುದು (Dissolved).

4. ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಆಹಾರವು ಹೇಗೆ ಬದಲಾಯಿಸಲ್ಪಡುವುದೆಂದರೆ—ನಾವು ಆಹಾರವನ್ನು ಆಗಿಯುವಾಗ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಲಾಲಾ ಎಂಬರಸವು ಅದರ ಸಂಗಡ ಬೆರೆಯುವುದು. ಲಾಲಾರಸದಲ್ಲಿ ಸೇಕಡ 99 ಭಾಗ ನೀರಿರುವುದು. ಅದರಿಂದ ಆಹಾರವು (ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಶರ್ಕರಪಿಷ್ಟಾದಿಗಳು) ಮೃದುವಾಗಿ ಅನ್ನ ಕೋಶಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದು. ಅಲ್ಲಿ ಅದಕ್ಕೆ ಜಠರರಸವು ಬಂದು ಸೇರುವುದು. ಆ ಜಠರರಸದಲ್ಲಿ ಸೇಕಡ 97 ಭಾಗ ನೀರಿರುವುದು. ಅಲ್ಲಿಂದ ಮುಂದೆ ಜೀರ್ಣವಾಗದೆ ನಿಂತ ಆಹಾರಭಾಗಕ್ಕೆ ಪಿತ್ತ ರಸವು ಬಂದು ಸೇರುವುದು. ಪಿತ್ತರಸದಲ್ಲಿ ಸೇಕಡ 87 ಭಾಗ ನೀರಿರುವುದು. ಅಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ಜೀರ್ಣರಸ (Pancreatic) ಎಂಬುದು ವ್ಯಾಪಿಸಿರುವುದು. ಆ ಜೀರ್ಣರಸದಲ್ಲಿ ಸೇಕಡ 90 ಭಾಗ ದಷ್ಟು ನೀರು ಇರುವುದು. ಹೀಗೆ ಆಹಾರವು ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಅವಸ್ಥಾ ವಿಶೇಷಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿ, ರಕ್ತನಾಳಗಳನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಹಾಗೆ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಲ್ಪಡುವುದು.

ಆಮೇಲೆ, ಆಹಾರ ರಸವು ರಕ್ತದಲ್ಲಿರುವ ನೀರಿನ ದ್ವಾರ, ಶರೀರದ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳಿಗೂ ಒಯ್ಯಲ್ಪಡುವುದು.

ಇದಲ್ಲದೆ ಯಾವ ಆಹಾರವು ನಮ್ಮ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಬೇಡವೋ, ಅದನ್ನು ನೀರೇ ಹೊರಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿಬಿಡುವುದು.

#### B. ಹಾಲು (Milk), ಅದರ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು.

1. ಆಬಾಲವೃದ್ಧರಿಗೂ ಹಾಲು ಬೇಕಾದ ಪದಾರ್ಥವಾಗಿದೆ. ಹಾಲು ಆಹಾರವಾಗಿಯೂ ಪಾನವಾಗಿಯೂ ಇರುವುದು. ಮಕ್ಕಳು, ಹುಟ್ಟಿದಾರಭ್ಯ ಅವುಗಳಿಗೆ ಹಲ್ಲು ಹುಟ್ಟುವವರೆಗೆ, ಎದೆ ಹಾಲನ್ನು, ಅದಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಆಕಳ ಹಾಲನ್ನು ಅಥವಾ ಮೇಕೆಯ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಸುವುದು ಬೆಳೆಯುವುದು.

2. ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಎನಿರುವುದೆಂದರೆ.—ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಮೃದತ್ವವನ್ನು ಕೊಡಲು, ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ 100 ಭಾಗಕ್ಕೆ 87 ಭಾಗ ನೀರಿರುವುದು. 13 ಭಾಗ ಘನವಸ್ತು (Solid) ಇರುವುದು. ಆ ಹದಿಮೂರು ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ವೃಷ್ಟೀಕರಿಸಿ, ಬೆಳೆಸುವುದು.



ದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಸಸಾರಜನಕ 3.8 ಭಾಗವೂ ಬಲವನ್ನು ಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ ಮೇದಸ್ಸು 3.7 ಭಾಗವೂ ಶಾಖವನ್ನುಂಟುಮಾಡಲು ಸಕ್ಕರೆ 4.8 ಭಾಗವೂ ಅಸ್ಥಿ ಪಂಜರವನ್ನು ಕಟ್ಟಿ ಬೆಳಸಲು ಲವಣ 0.7 ಭಾಗವೂ ಇರುವುವು.

3. ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುವ ಅಂಶವು ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಆದರಿಂದ ನಮ್ಮ ದೇಹವೋಷಣೆಗೆ ಎಷ್ಟು ಸಾರವತ್ತಾದ ಆಹಾರ ಬೇಕೆಂಬ ಸರಿಮಾಣವೂ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ದೇಹದೊಳಗಿನ ಅವಯವಗಳಿಗೆ ಬೇಕಾದಕ್ಕೂ ಕಶ್ತಲಗಳನ್ನು ಕೊಚ್ಚಿ ಕೊಂಡು ಹೊರಗೆ ಹೋಗಲು ಬೇಕಾದಕ್ಕೂ ಎಷ್ಟು ನೀರು ಅವಶ್ಯಕವೆಂಬ ಪ್ರಮಾಣವೂ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಶುದ್ಧವಾದ ನೀರನ್ನು ನಾವು ಉಪಯೋಗಿಸದೆ ಬಿಟ್ಟರೆ ಜ್ವರಾದಿರೋಗಗಳುಂಟಾಗುವುವು.

4. ಮೇಲೆ ಹೇಳಿರುವ ದಿವ್ಯ ಪಾನಗಳಾದ ನೀರನ್ನೂ ಹಾಲನ್ನೂ ಬಿಟ್ಟು, ಅಥವಾ ಅವುಗಳ ಜತೆಗೆ ಅನೇಕರು ಕೃತಕ ಪಾನಗಳನ್ನೂ ದ್ರಾವಕಗಳನ್ನೂ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಕುಡಿಯುವರು.

ಕೃತಕ ಪಾನಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಪಾನಕಗಳು ಹಿತವಾಗಿಯೂ ಕೆಲವು ಅನಾವಶ್ಯಕಗಳಾಗಿಯೂ ಮಿಕ್ಕವು ಅನರ್ಥಕಾರಿಗಳಾಗಿಯೂ ಅಪಾಯಕರಗಳಾಗಿಯೂ ಸರಿಣಮಿಸುವುವು.

## CHAPTER V

### ೫ ನೇ ಅಧ್ಯಾಯ

#### ಕೃತಕಪಾನಗಳು (ARTIFICIAL DRINKS)

ಕೃತಕಪಾನಗಳಲ್ಲಿ ಮಾದಕಗಳೆಂತಲೂ ಅಮಾದಕಗಳೆಂತಲೂ ಎರಡು ವಿಧಗಳುಂಟು. ಮಾದಕಗಳೆಂದರೆ ಮತ್ತೇರಿಸುವ ದ್ರವ್ಯಗಳು. ಅಮಾದಕಗಳೆಂದರೆ ಮತ್ತೇರಿಸದ ದ್ರವ್ಯಗಳು. ಮತ್ತೇರಿಸುವುದೆಂದರೆ, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ರೇಗಿಸಿ ಅತಿ ಉತ್ಸಾಹವನ್ನು ತೋರಿಸುವ ಹಾಗೆ ಮಾಡಿ, ಯುಕ್ತಾಯುಕ್ತವಿಲ್ಲದೆ ಹುಚ್ಚುಹಿಡಿದಹಾಗೆ ಪ್ರವರ್ತಿಸತಕ್ಕ ಉನ್ನತವಸ್ಥೆಗೆ ತರುವುದೆಂದು ಅರ್ಥ.

2 ಕೆಲವು ದ್ರವ್ಯಗಳು ಪಾನಗಳಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಮತ್ತೇರಿಸತಕ್ಕವುಗಳಾಗಿವೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ತಂಬಾಕು (ಹೊಗೆಸೊಪ್ಪು), ಅಫೀಮು, ಗಾಂಜಾ, ಭಂಗಿ, ಮುಂತಾದವುಗಳು—ಇವು (Narcotics) ನಿದ್ರಾಜನಕ ವಿಷಗಳು ಇವುಗಳನ್ನು ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಹೊಗೆಸೇರುವುದಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗಿಸುವರು. ಆ ಹೊಗೆಯು ತಲೆಗೆರಿ ಮಸ್ತಿಷ್ಕ (Brain) ವನ್ನು ನಿದ್ರೆಮಾಡುವಹಾಗೆ ಮಾಡಿ ಬಲಹೀನಮಾಡುವುದು.

3. ತಂಬಾಕನ್ನು ಅನೇಕರು ಚುಟ್ಟಿಸೇರುವುದನ್ನೂ ನಶ್ಯಮಾಡಿ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನೂ ಕಡ್ಡಿವುಡಿ ಆಗಿಯುವುದನ್ನೂ ಅನೇಕ ಕಡೆ ಬೀದಿಬೀದಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ರೈಲುಗಾಡಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ನೋಡುತ್ತೇವಷ್ಟೆ! ಆದರೆ ಅದು ಆತ್ಮಂತ ಹಾನಿಕರವಾದ ವಿಷವೆಂಬುದು ಅಪರ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಬಹಳ ದುರ್ಗಂಧವಾದದ್ದು. ಕೊಳಕನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಿ ಅನೇಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಹೇತುವಾದದ್ದು. ಬುದ್ಧಿಮಾಂದ್ಯವನ್ನೂ ಬಧಿರತ್ವವನ್ನೂ ನೇತ್ರಮಾಂದ್ಯವನ್ನೂ ಆಜೀರ್ಣವನ್ನೂ ಉಂಟುಮಾಡುವುದು. ಅಲ್ಲದೆ ಲಾಲಾರಸವನ್ನು (Saliva) ಹೀರುವುದು. ಎದೆ ಗುಂಡಿಗೆಯನ್ನೂ ಜಠರವನ್ನೂ ಒಣಗಿಸುವುದು. ತುಟಿಯನ್ನು ಸುಟ್ಟು ಕಪ್ಪಿಗೆ ಮಾಡುವುದು, ಮೆದುಳನ್ನು ಒಣಗಿಸುವುದು. ಹೊಗೆಸೊಪ್ಪನ್ನು ಅರದು ಅಥವಾ ಅದರ ದ್ರಾವಕವನ್ನು ಸಣ್ಣ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಮೈಗೆಲ್ಲಾ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಅಥವಾ ಸರ್ಪಾದಿಗಳ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವು



ತೊಟ್ಟುಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ ಅವು ಬೇಗನೆ ಸಾಯುವುವು. ಅದರಿಂದ ಅದು ಎಷ್ಟು ತೀಕ್ಷ್ಣವಾದ ವಿಷವೆಂಬುದನ್ನು ಊಹಿಸಬಹುದು. ಬಾಲಕರು ಅದನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿದರೆ ಅಲ್ಪಾಯುಗಳಾಗುವರು. ಆದಕಾರಣ ದಯಾಳುಗಳಾದ ನಮ್ಮ ಶ್ರೀಮತು ಮಹಾರಾಜರವರ ಸರ್ಕಾರದವರು ಷೋಡಶವರುಷಗಳೊಳಗಾಗಿರುವ ಹುಡುಗರು ತಂಬಾಕನ್ನು ಜುಟ್ಟು ಸೇದುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಂಥವರನ್ನು ಹಿಡಿದು ಶಿಕ್ಷೆಗೆ ಗುರಿಮಾಡಬೇಕೆಂದು 1910 ನೆಯ ಇಸವಿ XI ನೇ ನಂ. ಕಾನೂನನ್ನು ಮಾಡಿರುವರು.

4. ಅಫೀಮು.—ಇದು ಗಸಗಸೆ ಬುಡ್ಡೆಗಳನ್ನು ಗೀಚಿದರೆ ಮೇಲೆ ಬರುವ ಹಾಲಿನ ಹೆಪ್ಪು ಬಹುಕಾಲದಿಂದಲೂ ಚೀನಾದೇಶದಲ್ಲಿಯೂ ಉತ್ತರ ಹಿಂದೂದೇಶದಲ್ಲಿಯೂ ಉಪಯೋಗಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಲಿತ್ತು. ಅದರಿಂದ ಪ್ರಜೆಗಳು ದರಿದ್ರರಾಗಿ ಅಲ್ಪಾಯುಗಳಾಗಿ ಬಲಹೀನರಾಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನೋಡಿ ಚೀನರ ಚಕ್ರವರ್ತಿಯವರು ಅದು ತುಂಬ ಹಾನಿಕರವಾದ ವಿಷವೆಂತಲೂ ತಮ್ಮ ದೇಶವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡುವ ಪಿಶಾಚವೆಂತಲೂ ಅದನ್ನು ತಮ್ಮ ಪ್ರಜೆಗಳಾರೂ ಉಪಯೋಗಿಸಬಾರದೆಂತಲೂ 1909 ನೇ ಇಸವಿಯಲ್ಲಿ ಹುಕುಂಮಾಡಿ ಆಚರಣೆಗೆ ತಂದಿರುವರು.

5. “ ಗಾಂಜಾ ” ಭಂಗಿ.—ಇವು ಸಣಬಿನ ಜಾತಿಯ ಸೊಪ್ಪುಗಳು. ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಸಾಕೋರರು ಹೊಗೆಸೇದುವುದಲ್ಲದೆ, ಅವುಗಳಿಗೆ ಇತರ ಸದಾರ್ಥಗಳನ್ನೂ ಸೇರಿಸಿ “ ಮಾಜುಂ ” ಮೊದಲಾದ ಹಲ್ವಾಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ತಿನ್ನುವರು. ಅದರಿಂದ ಮೆದುಳು ಕೆಟ್ಟು ಎದೆ ಒಣಗಿ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಕ್ಷಯಿಸಿ ಅಲ್ಪಾಯುಗಳಾಗುವರು.

6 ತಂಬಾಕು, ಅಫೀಮು, ಗಾಂಜಾ, ಭಂಗಿ, ಮೊದಲಾದುವು ಪಾನಗಳಲ್ಲವಾದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳ ವಿಷಯವಾಗಿಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬರೆಯುವುದು ಅಪ್ರಕೃತ.

7. ಅಮಾದಕ ಪಾನಗಳು.—ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ನಿಂಬೆ, ದಾಳಿಂಬೆ, ಕಿತ್ತಳೆ, ಈ ಹಣ್ಣುಗಳ ರಸಗಳಿಗೂ ಹುಣಿಸೆ, ಬೇಲ, ಕರುಬೂಜು, ಕೆಕ್ಕರೆ ಮೊದಲಾದ ಹಣ್ಣುಗಳಿಗೂ ಬೆಲ್ಲ, ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ಷರಬತ್ತುಗಳನ್ನೂ ಪಾನಕಗಳನ್ನೂ ಮಾಡಿ ಕುಡಿಯುವರು. ಎಳನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದುಂಟು. ಇವು ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಆಹಾರಗಳಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುವುದಲ್ಲದೆ, ಮಿತವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಹಿತಕರಗಳಾಗುವುವು.

8. ಬರಿಯ ನೀರಿಗೆ ಕಾರ್ಬಾನಿಕ್ (Carbonic) ಆಸಿಡ್ ಎಂಬ ಕ್ಷಾರವನ್ನು ಹಾಕಿ, ಬಟ್ಟೆ ಇಳಿಸಿ (Soda Water) ಸೋಡಾವಾಟರ್ ಎಂಬ ದ್ರಾವಕವನ್ನು ಸೀಸೆಗಳಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಟ್ಟು ಬಿಕರಿಮಾಡುತ್ತಿರುವರು. ಅದನ್ನು ಆಧುನಿಕರಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ನೀರಿನಂತೆ ಕುಡಿಯುವರು. ಅದರಿಂದ ದೇಹಕ್ಕೇನೂ ಬಾಧಕವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಅತು ಚಿಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ದೂಷ್ಯವಾಗಿರುವುದು.

9. ಆಧುನಿಕರಲ್ಲನೇಕರು “ ಟೀ ” ಸೊಪ್ಪನ್ನೂ ಮತ್ತು ಕೋಕೋ, ಕಾಫಿಬೀಜಗಳ ವುಡಿಯನ್ನೂ ಮರಳುವ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ, ಕಷಾಯಮಾಡಿ, ಅದಕ್ಕೆ ಹಾಲು, ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ, ಪಾನಕದಂತೆ ಮಾಡಿ ಕುಡಿಯುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಇವು ನಿರ್ದ್ರಾಜನಕ ವಿಷಸಂಬಂಧಿಗಳಾಗಿದ್ದರೂ ನಿರ್ದ್ರೆಯನ್ನು ತಡೆಯುವುವು. ಮಿತವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಕೆಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಬಲಹೀನವನ್ನೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಮತ್ತೇರಿಸುವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವು ಅಮಾದಕಗಳಾಗಿವೆ. ಆದರೆ ಅಭ್ಯಾಸವಾದ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚುಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕುಡಿಯಬೇಕೆಂಬ ಚಾಪಲ್ಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವುವು. ಅವು ಅಭಾವವಾದಾಗ ಕಾರ್ಯಾಲಸ್ಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವುವು. ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕುಡಿಯುವವರಿಗೆ ಕಾಲಕ್ರಮೇಣ ಅವುಗಳ ವಿಷಸ್ವಭಾವವನ್ನು ತೋರಿಸುವುವು. ಅಲ್ಲದೆ ಜ್ಞಾನತಂತುಗಳ ಶಕ್ತಿಯನ್ನೂ ತಗ್ಗಿಸುವುವು. ದೀರ್ಘವಾದ ತಲೆನೋವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವುವು ಅಂಥ ತಲೆನೋವಿಗೆ ಪ್ರತೀಕಾರವಾಗಿ ಅವುಗಳನ್ನೇ ಕುಡಿಯುವರು. ಅದರಿಂದ ತಲೆನೋವು ಕೊಂಚ ನಿಂತು ವುನಃ ಬರುವುದು. ಅವುಗಳ ಲವಣಕ್ಷಾರವು ಅಸ್ಥಿಕೀಲುಗಳಲ್ಲಿ ನಿಂತು, ರಕ್ತಜಲನೆಗೆ ಅಡಚಣೆಮಾಡುವುದು. ಜೀರ್ಣಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತಗ್ಗಿಸುವುದು. ಮಲಬದ್ಧ ಮಾಡುವುದು, ಮೂತ್ರಜಾಡ್ಯಕ್ಕೆ ಹೇತುವಾಗುವುದು. ಕಡೆಗೆ ಅನರ್ಥಕ್ಕೆ ಗುರಿಮಾಡುವುದು.

10. ಕೋಕೋ, ಕಾಫಿ, ಟೀ, ಇವುಗಳು ಆಹಾರಗಳಲ್ಲವೆಂದು ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರಾದ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಡಾಕ್ಟರುಗಳಲ್ಲನೇಕರು ಹೇಳುವರು. ಇವು ಮದ್ಯಪಾನಗಳಷ್ಟು ಹಾನಿಕರಗಳಲ್ಲವಾದರೂ ವಿಷಸಂಬಂಧಿಗಳಾದ ಕಾರಣ ಇವುಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡದಿರುವುದು ಕ್ಷೇಮ.



PART II.

ಎರಡನೆಯ ಭಾಗ

ಮದ್ಯಸಾರಪಾನಗಳು ಆತ್ಮನಾಶಕರಗಳು.

CHAPTER I.

INTOXICATING DRINKS

ಮದ್ಯಪಾನಗಳು

1. ಮದ್ಯಪಾನಗಳು ಯಾವುವೆಂದರೆ:—

ಮತ್ತೇರಿಸುವ ಪಾನಗಳೆಲ್ಲ ಮದ್ಯಪಾನಗಳೇ ಎಂದು ಹೇಳುವರು. ಅವುಗಳನ್ನೇ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮದ್ಯಗಳು ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಮದ್ಯಗಳಲ್ಲಿ

A. ಮದ್ಯರಸಗಳು.

B. ಮದ್ಯದ್ರಾವಕಗಳು.

C. ಮದ್ಯಸಾರಗಳು, ಎಂದು ಮೂರು ವಿಧಗಳುಂಟು.

2. ಮದ್ಯರಸಗಳು ಯಾವುವೆಂದರೆ:—

(a) ಹೆಂಡಗಳು.—(Todies) ಈಜಲು, ತೆಂಗು, ತಾಳೆ, ಬಗಿಸಿ, ಸೇಗೊ, ಮೊದಲಾದ ತಾಲವೃಕ್ಷಗಳಿಂದ ಇಳಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ರಸಗಳು.

(b) ಯವರಸಗಳು.—(Malts) ಇವು ಅಕ್ಕಿ, ಜೋಳ, ಯವೆ, ಗೋಧಿ, ರೈ, ಮೊದಲಾದ ಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿ, ಶಾಖಕೊಟ್ಟು ಗಂಜಿಯಂತೆ ತೆಗೆಯಲ್ಪಟ್ಟ ರಸಗಳು.

(c) ದ್ರಾಕ್ಷಾರಸಗಳು (Wines)—ಇವು ದ್ರಾಕ್ಷೆಯ ಹಣ್ಣುಗಳಿಂದ ತೆಗೆಯಲ್ಪಟ್ಟ ರಸಗಳು.

ಮೇಲ್ಕಂಡ ಮೂರು ವಿಧವಾದ ರಸಗಳೂ ಇಳಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ತರುಣದಲ್ಲಿ ಆಮಾದಕಗಳಾಗಿರುವುವು. ಆಗಲೇ ಪಾನಮಾಡಿದರೆ ಮತ್ತೇರು ವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವು ಕಾಲ ಇಟ್ಟಮೇಲೆ, ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ನೊರೆಬಂದು ಹುಳಿ ಏರುವುದು. ಹುಳಿಯಾದಷ್ಟೂ ಮತ್ತೇರಿಸುವ ಗುಣ ಹೆಚ್ಚುವುದು. ಹಾಗೆ ಹುಳಿಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ ರಸಗಳೇ ಮದ್ಯಗಳಾಗುವುವು.

B.

3. ಮದ್ಯದ್ರಾವಕಗಳು ಯಾವುವೆಂದರೆ?—

ಹೆಂಡಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಯವ ರಸಗಳಲ್ಲಿಯೂ ದ್ರಾಕ್ಷಾರಸಗಳಲ್ಲಿಯೂ ತುಂಬಿ ವಗೈರೆ ಚಕ್ಕೆಗಳನ್ನೂ ಮತ್ತು ಬೆಲ್ಲ, ಸಕ್ಕರೆ, ಜೋನಿಗಳನ್ನೂ ಹಾಕಿ ಬಟ್ಟಿ ಇಳಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ದ್ರಾವಕಗಳಾಗಿ ಇರುವುವು. ಅವು ಸಾರಾಯಿ (Arrack), ಯವದ್ರಾವಕಗಳು (Beers or Malt Spirits), ದ್ರಾಕ್ಷಾದ್ರಾವಕಗಳು (Wine Spirits), ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವುವು. ಆ ದ್ರಾವಕಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮತ್ತೇರಿಸುವ ಪಾನಗಳಾಗುವುವು.

C.

4. ಮದ್ಯಸಾರಗಳು ಯಾವುವೆಂದರೆ?—

ಕಳೆದ ೧೭ನೆ ಶತಮಾನದಲ್ಲಿ ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯರು ದ್ರಾಕ್ಷಾದ್ರಾವಕಗಳನ್ನು “ಅಲೆಂಬಿಕ್” (Alambic) ಎಂಬ ಯಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ, ಬಟ್ಟಿ ಇಳಿಸಿ, ನೀರನ್ನು ಇಂಗಿಸಿ ತೆಗೆದ ಸಾರಗಳಿಗೆ (Ethyl Alcohol) ಎಥಿಲ್ ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್, ಅಥವಾ, ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ (Alcohol) ಎಂದು ಹೆಸರಿಟ್ಟರು. ಅರಬ್ಬೀ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ “ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್” ಎಂದರೆ ಶುದ್ಧ ಸಾರವೆಂದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಈಚೆಗೆ ಇತರ ಮದ್ಯದ್ರಾವಕಗಳನ್ನೂ ಪುನಃ ಬಟ್ಟಿ ಇಳಿಸಿ ನೀರನ್ನು ಇಂಗಿಸಿ ತೆಗೆದ ದ್ರಾವಕಗಳಿಗೆಲ್ಲಾ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ (Alcohol) ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಎಂಬ ಹೆಸರೇ ಬಂದಿದೆ.



## 5. ಆಲ್ಕೋಹಾಲಿನಲ್ಲಿ (Alcohol) ಏನಿರುವುದೆಂದರೆ ?—

ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಎಂಬ ದ್ರವ್ಯದಲ್ಲಿ, ಎರಡುಭಾಗ ಕಾರ್ಬನ್ (Carbon) ಎಂಬ ಇಂಗಾಲಾನಿಲ, ಐದುಭಾಗ ಜಲಾನಿಲ (Hydrogen) ಒಂದು ಭಾಗ ಆಮ್ಲಜನಕಾನಿಲ (Oxohydrogen) ಹೀಗೆ ಅಗ್ನಿತ್ರಯಗಳು ಸೇರಿ ಇರುವುವು. ಅದನ್ನು ಉರಿಸಿದರೆ ಹೊಗೆಯೇ ಇಲ್ಲದೆ ಉರಿಯುವುದು. ಆದುದರಿಂದ ಅದನ್ನು ಅಗ್ನಿದ್ರಾವಕವೆಂದು ಹೇಳುವರು.

## 6. ಅದರಿಂದೇನು ಪ್ರಯೋಜನವೆಂದರೆ ?—

ರಸಾಯನ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಅದನ್ನು ಎಣ್ಣೆಗಳನ್ನೂ ಬಣ್ಣಗಳನ್ನೂ ಗೋಂದುಗಳನ್ನೂ ಕರಗಿಸುವುದಕ್ಕೋಸ್ಕರ ಉಪಯೋಗಿಸುವರು. ವಸ್ತು ಪ್ರದರ್ಶನ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ (Museums) ಕಾರ್ಖಾನೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಅದನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದುಂಟು.

7. ಆದರೆ ಧನಾಶೆಯಿಂದ ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯವರ್ತಕರ ಮದ್ಯಪಾನಗಳಿಗೆ ಈ ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಸಾರವನ್ನು (Alcohol) ಮತ್ತು ಇತರ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನೂ ಬೆರೆಸಿ, ಮದ್ಯಸಾರಪಾನಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ, ಜಿನ್ (Gin), ರಂ (Rum), ಹಿಪ್ಪಿಸ್ಕಿ (Whisky), ಬ್ರಾಂಡಿ (Brandy), ಎಂದು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಮಾರುವರು. ಮೂಢರು ಅವುಗಳನ್ನು ಕೊಂಡು ಕುಡಿದು; ಅನರ್ಥಪರಂಪರೆಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತಿರುವರು.

8. ರಷ್ಯಾದೇಶದ “ವೋಡ್ಕ” ಎಂಬ ಯವೆಗೋಧಿಸಂಬಂಧವಾದ ಮದ್ಯಸಾರಪಾನಕ್ಕೆ “ವೋಡ್ಕ” (Vodka) ಎಂದು ಹೇಳುವರು. ಏವಂಚ ಮತ್ತೇರಿಸುವ ಎಲ್ಲಾ ಪಾನಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ (Alcohol) ಎಂಬ ಮದ್ಯಸಾರ ದ್ರವ್ಯವು ಸ್ವಲ್ಪ ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಸೇರಿಯೇ ಇರುವುದು. ಅದರಿಂದ ಮದ್ಯಪಾನಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮದ್ಯಸಾರಪಾನಗಳೆಂದು (Alcoholic Drinks) ಕರೆಯಬಹುದು.

9. ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಮದ್ಯಪರು ಕುಡಿಯುವ ಹೆಂಡಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಯವ ದ್ರಾವಕಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಮತ್ತು ದ್ರಾವಕದ್ರಾವಕಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಮದ್ಯಸಾರ ದ್ರವ್ಯವು ಶೇಕಡ ಎರಡುಭಾಗಗಳಿಂದ ಹತ್ತು ಹನ್ನೊಂದು ಭಾಗಗಳವರೆಗೆ ಸೇರಿರುವುದು. ಸಾರಾಯಿನಲ್ಲಿ ಅದು ಸುಮಾರು ಶೇಕಡಾ ಹದಿನೆಂಟು ಭಾಗಗಳು ಸೇರಿರುವುದು. ಅನ್ಯದೇಶದ ಮದ್ಯಪಾನಗಳಾದ “ಜಿನ್ (Gin)” ಎಂಬುದರಲ್ಲಿ ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಸುಮಾರು ಶೇಕಡ 39 ಭಾಗವೂ, “ಹಿಪ್ಪಿಸ್ಕಿ” (Whisky) ಎಂಬುದರಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 46 ಭಾಗವೂ, “ರಂ” (Rum) ಎಂಬುದರಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 48 ಭಾಗವೂ, “ಬ್ರಾಂಡಿ” (Brandy) ಎಂಬುದರಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 53 ಭಾಗವೂ ಸೇರಿರುವುದೆಂದು ತಿಳಿಯಬರುತ್ತದೆ. ಮದ್ಯಸಾರಪಾನಗಳೆಲ್ಲಾ ಬ್ರಾಂಡಿಯೇ ತುಂಬಾ ಹಾನಿಕರವೆಂದು ಹೇಳುವರು.

10. ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ (ಮದ್ಯಸಾರವು) ದೇಹದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಮಾಡಿದ ಕೂಡಲೆ ರಕ್ತದಿಂದ ನಾಡಿಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ, ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳಿಗೂ ಒಯ್ಯಲ್ಪಡುವುದು. ಶುದ್ಧವಾದ ಮದ್ಯಸಾರವನ್ನು ಕುಡಿದರೆ ಅದು ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಅವಯವಗಳಲ್ಲಿರುವ ನೀರನ್ನು ತೋಪಿಸಿ ರಕ್ತವನ್ನು ಗಡ್ಡೆಕಟ್ಟುವ ಹಾಗೆ ಮಾಡಿ, ಪ್ರಾಣಹಾನಿಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವುದು. ಅದುದರಿಂದ ಕುಡುಕರು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಅದರ ತೀಕ್ಷ್ಣವನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಿ ಕುಡಿಯುವರು.

11. ಹಿಂದೂ ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಮದ್ಯಪಾನವು ಮಹಾ ಪಾಪವೆಂದು ಹೇಳಿರುವುದು. ಕ್ರಿಸ್ತರ ಬೈಬಿಲಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಮುಸಲ್ಮಾನರ ಖುರಾನಿನಲ್ಲಿ ಮದ್ಯಪಾನವು ನಿಷೇಧಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವುದು. ಹೀಬ್ರೂ ಶಾಸ್ತ್ರವು ಮದ್ಯಪಾನಮಾಡುವವರು ಯಾರೂ ಸ್ವರ್ಗಕ್ಕೆ ಭಾಗಿಯಾಗಲಾರರೆಂದು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಸರ್ವಮತಸ್ಥರೂ ಮದ್ಯಪಾನದಿಂದ ಪರಲೋಕ ಹಾನಿಯಾಗುವುದೆಂದು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಪರಲೋಕಹಾನಿಹಾಗಿರಲಿ! ಇಹಲೋಕದಲ್ಲಿಯೇ ಮದ್ಯಪಾನ ಮಾಡುವವರು ತಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯಭಾಗ್ಯವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಅರ್ಥಹಾನಿ, ಮಾನಹಾನಿ, ಪ್ರಾಣಹಾನಿಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತಿರುವುದು ಅನುಭವಸಿದ್ಧವಾಗಿದೆ.



12. ಈಗ 40 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಅಮೆರಿಕಾಸಂಯುಕ್ತರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ (Dr. John Higginbotham) ಡಾಕ್ಟರ್ ಜಾನ್ ಹಿಗ್ಗಿನ್ ಬಾತಂ ಎಂಬ ಮಹನೀಯರು ತಮ್ಮ 40 ವರ್ಷಗಳ ಅನುಭವದಿಂದ ಬರೆದುದೇನೆಂದರೆ—“ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಬಂದ ರೋಗಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಮುಸ್ವಾಗಪಾಲು ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ದೆಸೆಯಿಂದ ಬಂದವರು ಹುಚ್ಚರ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಿಗೆ ಸೇರಿದವರೂ ಹಾಗೆಯೇ. ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ದ್ರವ್ಯವು ಆಹಾರವೂ ಅಲ್ಲ, ಔಷಧವೂ ಅಲ್ಲ. ಅದು ದೇಹದೊಳಕ್ಕೆ ಹೇಗೆ ಹೋಗುವುದೋ ಹಾಗೆಯೇ ಹೊರಗೆ ಬರುವುದು. ಜೀರ್ಣವಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ, ಆದರೆ ಕೆಡಕು ಮಾಡಿಯೇ ಹೋಗುವುದು.”

13. ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಡಾಕ್ಟರಾದ ಸರ್ ಬೆಂಜಮಿನ್ ವಾರ್ಡ್ ರಿಚರ್ಡ್‌ಸನ್ (Benjamin Ward Richardson) ಎಂಬ ದೊಡ್ಡ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಹೀಗೆಂದು ಹೇಳುವರು. “ ನನಗೆ ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೂ ಮದ್ಯಪಾನ ಮಾಡುವ ಅಭ್ಯಾಸವಿದ್ದುದರಿಂದ ನಾನು ಡಾಕ್ಟರ್ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಂದ ಮೇಲೆ, ಮದ್ಯಸಾರವನ್ನು (ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್) ಔಷಧದಂತೆ ಕುಡಿಸುತ್ತಿದ್ದೆನು. ಆದರೆ ರಸಾಯನ ಶಾಸ್ತ್ರರೀತ್ಯಾ ಕೆಲವು ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಮದ್ಯಸಾರವನ್ನೂ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ನೋಡಿದೆನು. ಆಗ ಅದು ಶಾಖ, ಬಲ, ಮತ್ತು ಉತ್ತೇಜನವನ್ನುಂಟುಮಾಡತಕ್ಕ ದ್ರವ್ಯವೆಂದು ನಾನು ಹಿಂದೆ ಭಾವಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೆಲ್ಲಾ ತಪ್ಪೆಂದು ಗೊತ್ತಾಯಿತು. ಅನಂತರ ಪದೇ ಪದೇ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ನೋಡಿದೆನು. ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅದು ಶಾಖವನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಿ ಬಲಹೀನಮಾಡುವುದೇ ಹೊರತು, ವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ನಿರ್ಧರವಾಯಿತು.

14. ಈಚೆಗೆ ಈ ಅಭಿಪ್ರಾಯವು ದಕ್ಷರಾದ (Sir Frederick Treves, Sir Victor Hossley and Professor Sims Woodhead) ಎಂಬ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರಿಂದ ದೃಢೀಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವುದು. (Aid to Teachers on Temperance by Rev. Alexander Blake, M.A.)

ಆದುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ದೇಶಬಾಂಧವರ ಕ್ಷೇಮಾರ್ಥವಾಗಿ (ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್) ಮದ್ಯಸಾರವು ನಮ್ಮ ದೇಹೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೇಲೆ ತನ್ನ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಹೇಗೆ ತೋರಿಸುವುದೆಂಬುದನ್ನು ಸಂಕ್ಷೇಪವಾಗಿ ವಿವರಿಸುವೆನು.

## CHAPTER II

### ೨ ನೇ ಅಧ್ಯಾಯ

#### A.

#### EFFECTS OF ALCOHOL IN OUR BLOOD

#### ಮದ್ಯಸಾರಪ್ರಭಾವ (ನಮ್ಮ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ)

1. ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ರಕ್ತವೇ ಪ್ರಾಣಾಧಾರವೆಂದು ಹೇಳುವರು. ರಕ್ತವು ಹೃದಯದ ಬಲಗಡೆಯಿಂದ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ದ್ವಾರಗಳ ಮೂಲಕ ಕವ್ವಾಗಿ ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ, ಅಲ್ಲಿ ತನ್ನಲ್ಲಿದ್ದು ಇಂಗಾಲಾಮ್ಲವನ್ನು ನಿಶ್ಚಾಸದಿಂದ ಬಿಟ್ಟು, ಅದಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ ಗಾಳಿಯಿಂದ ಉಚ್ಚಾಸದ ಮೂಲಕ ಬಂದ ಆಮ್ಲ ವಾಯುವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು, ಕೆಂಪಾಗಿ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಎಡಗಡೆ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಬರುವುದು. ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಗುಂಡುಗುಂಡಾದ ಕೋಟ್ಯಂತರ ಗ್ರಂಥಿಗಳಿರುವುವು. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಕೆಂಪು ಕೆಲವು ಬಿಳುಪು. ಬಿಳಿಯ ಗ್ರಂಥಿಗಳು ವಾಯುವಿನಿಂದ ಬರುವ ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಅದರ ಪರಮಾಣುಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಭಟಿಸುವುವು. ಈ ಗ್ರಂಥಿಗಳಲ್ಲದೆ ರಕ್ತವನ್ನು ಮಂದವಾಗಿ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಬಹು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ತಂತುಗಳಿರುವುವು.

2. ಮದ್ಯಸಾರವು ರಕ್ತದ ಕೆಂಪು ಗ್ರಂಥಿಗಳಲ್ಲಿರುವ ನೀರನ್ನು ಹೀರುವುದು. ಬಿಳಿಯ ಗ್ರಂಥಿಗಳ ಬಲವನ್ನು ತಗ್ಗಿಸುವುದು. ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮತಂತುಗಳನ್ನು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಮಾಡಿ ರಕ್ತಚಲನೆಯನ್ನು ತಡೆಯುವುದು.

3. ಅದನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕುಡಿದರೆ ತಲೆನೋವು ಬರುವುದು. ಅತಿಯಾದರೆ ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ಬರುವುದು. ಮೆದುಳು ಕೆಡುವುದು. ರಕ್ತಚಲನೆ ನಿಂತು ಪ್ರಾಣವೂ ಹೋಗುವುದುಂಟು. ಕೆಲವರಿಗೆ ರಕ್ತವು ನೀರಾಗಿ ಗಾಯವೇನಾದರೂ ಆದರೆ ಅದರಿಂದ ರಕ್ತವು ಸುರಿದುಹೋಗಿ

ಪ್ರಾಣಹಾನಿಯಾಗುವುದುಂಟು. ಆದುದರಿಂದ ರಕ್ತಕ್ಕೆ ಮಧ್ಯಸಾರವು ವಿಷವಾಗುವುದು.

## B.

### EFFECTS OF ALCOHOL IN OUR HEART

ಮಧ್ಯಸಾರದ ಪ್ರಭಾವ (ನಮ್ಮ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ)

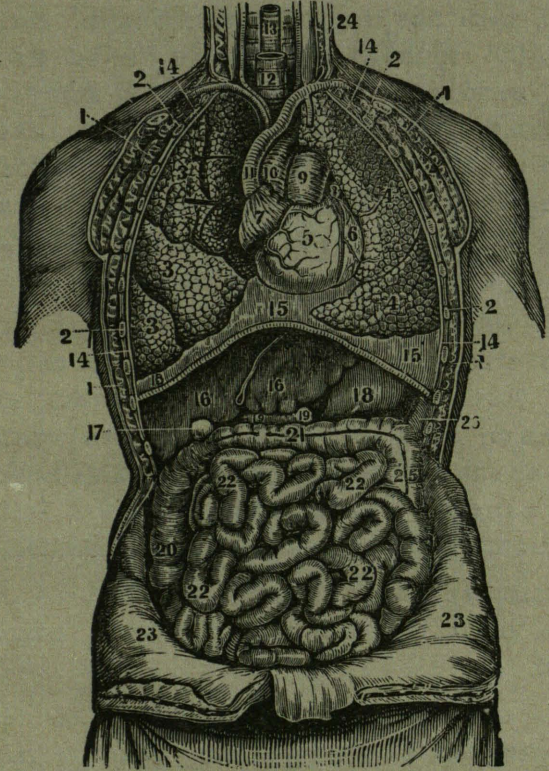
ಹೃದಯಕೋಶಕ್ಕೆ ಮಧ್ಯಸಾರವು ಬಂದಾಗ ಅದನ್ನು ಅತಿ ತೀವ್ರವಾಗಿ ಹೊಡೆಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ಪಾರ್ಶ್ವದಲ್ಲಿಯೂ ಇರುವ ನಾಲ್ಕು ಮಾಂಸಖಂಡಗಳು ಸಂಕುಚಿತವಾಗುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತಗ್ಗಿಸುವುದು. ಈ ವಿಷಯವಾಗಿ ಡಾಕ್ಟರ್ ಪಾರ್ಕರ್ (Dr. Parker) ಎಂಬವರು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ನಿರ್ಧರಿಸಿರುವುದೇನೆಂದರೆ "ಬರಿಯ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುವವರ ಗುಂಡಿಗೆಯು (Heart.) ಒಂದು ದಿನಕ್ಕೆ (24 ಗಂಟೆಗೆ) 1,06,000 ಸಲ ಹೊಡೆಯುವುದು (Beats). ಆದರೆ ಮಧ್ಯಸಾರವನ್ನು ಕುಡಿಯುವವರ ಹೃದಯವು, ಮಧ್ಯಸಾರದ ಪ್ರಮಾಣ ಹೆಚ್ಚಿದಾಗಲಾ, ಹೃದಯ ತಾಡನವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಾಬರುವುದು. ಹೇಗೆಂದರೆ:—

ಪ್ರಥಮದಿನ ಒಂದು ಔನ್ನು ದ್ರಾವಕ ಕುಡಿದರೆ	4,300	(Beats)	ಹೆಚ್ಚುವುದು.
" ಎರಡು " " "	8,122	" "	"
" ನಾಲ್ಕು " " "	12,960	" "	"
" ಆರು " " "	16,432	" "	"
" ಎಂಟು " " "	23,904	" "	"

ಎರಡನೆಯ ದಿನ ಎಂಟು ಔನ್ನು ದ್ರಾವಕವನ್ನು ಕುಡಿದರೆ 25,488 ಸಲ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಹೊಡೆಯುವುದು. ಅನೇಕರು ಎಂಟು ಔನ್ನುಗಳಷ್ಟು ಕುಡಿಯುವುದನ್ನು ಮಿತಪಾನವೆಂದು ಹೇಳುವರು. (ಆದರೆ ಈ ಮಿತವೆಂಬುದು ಯಾರಿಗೆ? ಎಷ್ಟು ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ? ಯಾವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ? ಯಾವ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ? ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವೇ?)

2. ಹಾಗೆ ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ದೇಹಕ್ಕೆ ಉಂಟಾಗುವ ಶ್ರಮವು ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ 24 ಟೀಗಳಷ್ಟು ಭಾರವನ್ನು ಒಂದಡಿ ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತಿದಷ್ಟಾಗುವುದು. ಆದರೆ ಅಷ್ಟು ಶ್ರಮವು ಓಡುವುದರಿಂದಾಗಲಿ, ಕಸರತ್ತಿ

ನಿಂದಾಗಲಿ, ಅಥವಾ ಮತ್ತೆ ಯಾವಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದಾಗಲಿ ಉಂಟಾದರೂ, ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಉಂಟಾಗುವಷ್ಟು ಬಲಹೀನವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮತ್ತು ಮಧ್ಯಪಾನಿಗೆ ಆಯಾಸವಾದ ಹಾಗೆಲ್ಲಾ ಪುನಃ ಪುನಃ ಕುಡಿಯಬೇಕೆಂಬುದರಲ್ಲಿಯೇ ಇಚ್ಛೆ ಹೋಗುವುದು.



ಎದೆ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿರುವ ಅನ್ಯಪಾನಗಳು—3 ಬಲಪಾರ್ಶ್ವದ ಶ್ವಾಸಕೋಶ. 4 ಯಡಪಾರ್ಶ್ವದ ಶ್ವಾಸಕೋಶ. 5, 6, 7, 8 ಹೃದಯ. 10 ಅಯೊರ್ಟಾ ಎಂಬ ಶುದ್ಧರಕ್ತ ನಾಳ. 12 ದೊಡ್ಡ ಶ್ವಾಸನಾಳ. 13 ಗಂಟಲು ಅನ್ನನಾಳ. 15 ವಪ್ಪೆ. 16 ಪಿತ್ತಜನಕಾಂಗ, 17 ಪಿತ್ತಕೋಶ. 18 ಅನ್ನಕೋಶ, ಜಠರ ಹೊಟ್ಟೆ. 19 ಮೇದೋಜೀರಕ. 20, 21, 22 ಕರುಳುಗಳು. 26 ಗುಲ್ಮ.



3. ಇದೇ ವಿಷಯವಾಗಿ ಅಮೆರಿಕಾ ದೇಶದ ಘನಪಂಡಿತರಾದ Dr G W. Wilson ರವರು ಬರೆದಿರುವುದೇನೆಂದರೆ :—

ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಮನುಷ್ಯನ ಹೃದಯವು, ಒಂದು ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ ಸರಾಸರಿ 70 ಸಲ ಹೊಡೆಯುವುದು. ಎಂದರೆ, ಒಂದು ದಿನಕ್ಕೆ 100,800 ಸಲ ಹೊಡೆಯುವುದು. ಮಧ್ಯಪಾನ ಮಾಡುವವನ ಹೃದಯವಾದರೋ, ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ 80 ಸಲ ಹೊಡೆಯುವುದು. ಅಂದರೆ, ಒಂದು ದಿನಕ್ಕೆ 14,400 (Beats) ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಹೊಡೆಯುವುದು. ಇದರಿಂದ ಮಧ್ಯಪಾನ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಬದುಕಬಹುದಾದರೆ ಆಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಈ ಕುಡಿಯುವ ದುರಾಚಾರ ನೊಂದರಿಂದಲೇ, ವಾರಕ್ಕೊಂದುದಿನ ಕಡಮೆಯಾಗುತ್ತಾಬರುವುದು, ಎಂದು ಊಹಿಸಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ ಮಧ್ಯಪಾನ ಅಲ್ಪಾಯುಗಳಾಗಿ ಹೋಗುವುದು ಅಶ್ಚರ್ಯವಲ್ಲ.

4. ಅದೇ ಡಾಕ್ಟರ್ ವಿಲ್ಸನ್‌ರವರ ಬಳಿಗೆ ಒಬ್ಬ ಮಧ್ಯಪಾನಿಯಾದ ಯುವಕನು ಬಂದು, ತನ್ನ ತಂದೆತಾತಂದಿರು ಮಧ್ಯಪಾನಿಗಿದ್ದರೂ 70-80 ವರ್ಷಗಳು, ತಂದೆಯೂ, 90 ವರ್ಷಗಳು, ತಾತನೂ ಬದುಕಿದ್ದರು; ತಾನೂ ಅವರ ಹಾಗೆಯೇ ದೀರ್ಘಕಾಲ ಇರುವೆನೆಂದು ಕೊಚ್ಚಿ ಕೊಂಡನಂತೆ. ಅವನನ್ನು ನೋಡಿ, “ಅಷ್ಟು ದೀರ್ಘಕಾಲ ನೀನು ಬದುಕಲಾರೆ” ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರಂತೆ. ತರುವಾಯ ಆ ಯುವಕನು ಅವನ 33 ನೆಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಗತಿಸಿದನಂತೆ.

ಮಧ್ಯಪಾನ ಮಾಡುವವರ ಮಕ್ಕಳು ಅನೇಕವಾಗಿ ಹುಟ್ಟುರೋಗಿಗಳಾಗಿ, ಅಥವಾ ಅಲ್ಪಾಯುಗಳಾಗಿ, ಹೋಗುವುದು ಅನುಭವಸಿದ್ಧವಾಗಿದೆ.

5. ಡಾಕ್ಟರ್ ಟ್ರಾಟರ್ (Dr. Trotter) ಎಂಬ ಪಂಡಿತರು ಮಧ್ಯಪಾನಗಳಿಂದ 28 ವಿಧಗಳಾದ ಕೆಟ್ಟ ರೋಗಗಳು ಹುಟ್ಟುವೆಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವು ಯಾವುವೆಂದರೆ.

- (1) Appoplexy—ಕ್ವಿಪ್ಪಸನ್ನಿ
- (2) Epilepsy—ಪ್ರಲಾಪಸನ್ನಿ, ಅಪಸ್ಮಾರಮೂರ್ಛೆ
- (3) Hysterics—ಸೂಚಿಕಾವಾಯು

- (4) Convulsions—ಸೆಳವು.
- (5) Fearful dreams—ಭಯಂಕರವಾದ ಸ್ವಪ್ನಗಳು.
- (6) Gastritis—ಅನ್ನ ಕೋಶದ ಒಳಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಕಟ್ಟುವುದು.
- (7) Enterity—ಅತಿಸಾರ.
- (8) Ophthalmia—ಕಣ್ಣಿನ ಉಪಾಧಿಗಳು.
- (9) Carbuncles—ಬೆನ್ನುಫಣಿಗಳು.
- (10) Hyputitis—ಕಾಲುಖಂಡದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಕಟ್ಟುವುದು.
- (11) Gout—ಶ್ರೋಣಿತವಾತ.
- (12) Scirrhous of the bowels—ಕರುಳಿನ ರಂಧ್ರ ಮುಚ್ಚುತ್ತ ಬರುವುದು.
- (13) Fatal obstructions of the ducts—ಸಣ್ಣ ಕರುಳುಗಳಿಂದ ಬರುವ ಅನ್ನರಸವಾಹಿನಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಡಚಣೆಗಳು.
- (14) Jaundice—ಕಾಮಾಲೆರೋಗ.
- (15) Indigestion—ಅಜೀರ್ಣ.
- (16) Dropsy—ಮಹೋದರ.
- (17) Tabes—ಮೆದುಳು ಕೆಟ್ಟುಹೋಗುವುದು.
- (18) Syncope—ಮೂರ್ಛೆ.
- (19) Diabetes—ಬಹುಮೂತ್ರ.
- (20) Locked jaw—ಸಂದುವಾಯು.
- (21) Palsy—ಸಂಕಟ.
- (22) Ulcers—ಹುಣ್ಣುಗಳು.
- (23) Madness—ಹುಚ್ಚು.
- (24) Idiocy—ಮತಿಹೀನತೆ.
- (25) Melancholy—ವ್ಯಾಕುಲ
- (26) Impotency—ಬಲಹೀನತ್ವ, ನವುಂಸಕತ್ವ
- (27) Premature old age—ಆಕಾಲದ ಮುಪ್ಪು
- (28) Diseases of Infants During Suckling—ಸ್ತನ್ಯಪಾನ ಮಾಡುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬರುವ ರೋಗಗಳು.



## C.

## EFFECTS OF ALCOHOL IN THE STOMACH

ಮದ್ಯಸಾರದ ಪ್ರಭಾವ (ಜಠರಕೋಶದಲ್ಲಿ)

ಜಠರವೆಂದರೆ ಅನ್ನಕೋಶ. ಅದು ನಾವು ತಿಂದ ಆಹಾರವನ್ನು ಶರೀರದ ಉಪಯೋಗಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಹಾಗೆ ಜೀರ್ಣಮಾಡಿ ಕೊಡುವುದು.

ವೊದಲು ಬಾಯಲ್ಲಿ ಲಾಲಾರಸ (Saliva) ದ್ರವಿಸಿ ಅನ್ನದಲ್ಲಿರುವ ಪಿಷ್ಟವನ್ನೂ ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನೂ ಮೃದುಮಾಡುವುದು. ಗಂಟಲದ್ವಾರದಿಂದ ಅನ್ನವು ಜಠರಕ್ಕೆ ಬಂದಮೇಲೆ ಅಲ್ಲಿ ಮೂರುವಿಧಗಳಾದ ರಸಗಳಿಂದ ಜೀರ್ಣವಾಗುವುದು. ಆ ರಸಗಳಾವುವೆಂದರೆ:—

ಜಠರ ರಸ (Gastric Juice)

ಪಿತ್ತ ರಸ (Bile)

ಜೀರ್ಣ ರಸ (Pancreatic Juice)

2 ಜಠರ ರಸದಲ್ಲಿ ಪೆಪ್ಸಿನ್ (Pepsin) ಎಂಬನೊರೆ, ಮತ್ತು ಲವಣ ದ್ರಾವಕಗಳಿರುವುವು.

ಅವುಗಳಿಂದ ನಾವು ತಿಂದ ಪದಾರ್ಥವು ಜೀರ್ಣಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟು ಜೀರ್ಣವಾಗುವುದು.

ಪಿತ್ತರಸವು ಅದನ್ನು ಸುತ್ತಿಕೊಂಡು ಕೊಳೆಯದಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದು.

ಜೀರ್ಣರಸವು ಅದನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕರಗಿಸಿ ಜೀರ್ಣಮಾಡುವುದು.

3. ಕೆಲವರು ವೊದಲು ಮದ್ಯಸಾರವನ್ನು ಕುಡಿದು ಆ ಮೇಲೆ ಆಹಾರವನ್ನು ತಿನ್ನುವರು, ಅದು ತಪ್ಪು. ಮದ್ಯಸಾರವು ಜಠರ ರಸವನ್ನು ನೀರಾಗಿಸಿ ಅದರ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಮುರಿಯುವುದು.

ಅಲ್ಲದೆ ಆಹಾರವನ್ನು ಮೃದುಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ ಗಟ್ಟಿ ಮಾಡುವುದು, ಮತ್ತು ವಪೆಯನ್ನು ಎಂದರೆ ಅನ್ನಕೋಶದ ಪೊರೆಯ

ನ್ನು ಹುಣ್ಣುಮಾಡುವುದು. ಅದಲ್ಲದೆ ಲಾಲಾರಸವು ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಜನಿಸುವ ಲಾಲಾಸ್ರಾವಿಗಳನ್ನು (Salivary glands ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಜೊಲ್ಲು ಊರಿಬರುವ ಗ್ರಂಥಿಗಳು) ಸಹ ಹುಣ್ಣುಮಾಡುವುದು. ಆ ಮೇಲೆ ದಾಹವುಂಟಾಗುವುದು. ಆಗ ಬಾಯಾರಿಕೆಯನ್ನಣಗಿಸುವುದು ಕ್ಷೋಷ್ಣರ ಕುಡುಕರು ಏನುಮಾಡುವರೆಂದರೆ, ಪುನಃ ಮದ್ಯವನ್ನೇ ಕುಡಿಯುವರು. ಅದರಿಂದ ಮತ್ತಷ್ಟು ವ್ಯಾಧಿ ಹೆಚ್ಚುವುದು.

## D.

## EFFECTS OF ALCOHOL IN THE LIVER

ಮದ್ಯಸಾರದ ಪ್ರಭಾವ (ಪಿತ್ತಕೋಶದಲ್ಲಿ)

ಪಿತ್ತಕೋಶವು ನಮ್ಮ ಮುಂಡದಲ್ಲಿ ಬಲಗಡೆಯಿದೆ. ಅದು ಆಹಾರವನ್ನು ಜೀರ್ಣಿಸತಕ್ಕ ರಸವನ್ನು ರಕ್ತದಿಂದ ಹೀರುವುದು. ಆ ಕೋಶವು ಮೃದುವಾಗಿಯೂ ಸುಣುಪಾಗಿಯೂ ಇರುವುದು.

2. ಮದ್ಯಸಾರವು ರಕ್ತದ ಮೂಲಕ ಈ ಪಿತ್ತಕೋಶಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದು. ಅದನ್ನು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿಸಿ, ಗುಳ್ಳೆಗಳಾಗುವ ಹಾಗೆ ಹುಣ್ಣುಮಾಡುವುದು. ಅನಂತರ ನೀರಾಗಿರುವ ಪಿತ್ತರಸವನ್ನು ಮಂದವಾಗಿ ಮಾಡುವುದು. ಅದರಿಂದ ಜೀರ್ಣಮಾಡುವ ಶಕ್ತಿ ತಗ್ಗುವುದು. ಮತ್ತು ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಮದ್ಯರಸವು ತುಂಬಿಕೊಂಡು ಆಮ್ಲರಸವನ್ನು ಹೀರುವುದು. ಆಗ ರಕ್ತವು ಕೆಟ್ಟು ವಿಷವಾಗುವುದು. ಆ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಕುಡುಕರಿಗೆ ಎಲ್ಲಿಯಾದರೂ ಗಾಯವಾದರೆ ಅದು ಗುಣವಾಗುವುದು ಕಷ್ಟ. ಅನೇಕವೇಳೆ ಅಂತಹ ಗಾಯದಿಂದ ಪ್ರಾಣವೇ ಹೋಗುವುದು.

## E

## ALCOHOL IN THE BRAIN AND NERVES.

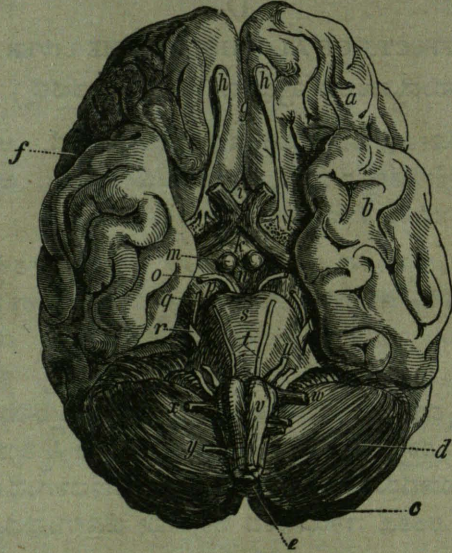
ಮದ್ಯಸಾರವು ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿಯೂ ಜ್ಞಾನತಂತುಗಳಲ್ಲಿಯೂ.

ಮೆದುಳು (Brain) ಮೂರು ಅಂತಸ್ತುಗಳಾಗಿರುವುವು. ಸೆರಿಬ್ರಂ (Cerebrum) ಎಂಬ ದೊಡ್ಡಭಾಗವು ತಲೆಯೊಳಗೆ ಬ್ರಹ್ಮ ರಂಧ್ರದ ಸುತ್ತಲೂ ಇರುವ ಮೇಲ್ಭಾಗವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಆಕ್ರಮಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುದು.



ಯುಕ್ತಾಯುಕ್ತಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯುವ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಕ್ಕೆ ಇದು ಸ್ಥಾನವಾಗಿದೆ.

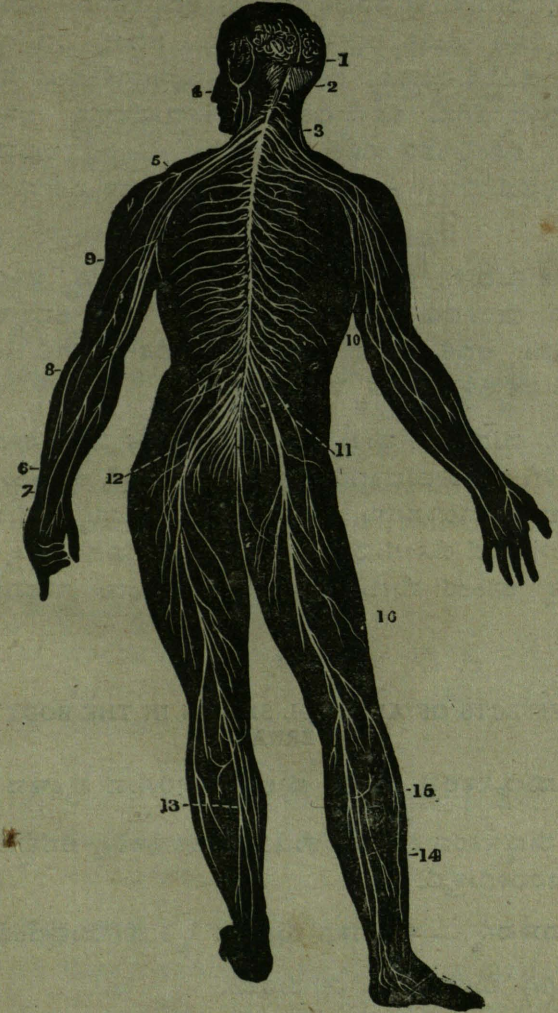
2. ತಲೆಯ ಹಿಂಭಾಗದೊಳಗೆ ಬೆನ್ನುಹುರಿಯನ್ನು ಹಿಡಿದು ಕೊಂಡು “ಮೆಡಲಾ ಆಬ್ಲಾಂಗೇಟ” (Medulla Oblongata) ಎಂಬ ಭಾಗವಿರುವುದು. ಇದನ್ನನುಸರಿಸಿ ಅನೇಕ ಜ್ಞಾನತಂತುಗಳು ಹೊರಟು, ಶರೀರದೊಳಗೆಲ್ಲಾ ವ್ಯಾಪಿಸಿರುವುವು. ಮತ್ತು ಇದನ್ನನುಸರಿಸಿ ಶ್ವಾಸೋ



ಮಿದುಳು ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಹೊರಡುವ ಮುಖ್ಯ ನರಗಳು.

ಚ್ಚಾಪ್ಪವ್ಯಸಗಳೂ ರಕ್ತಪರಿಚಲನೆ, ಸುಂಗುವುದೇ ಮೊದಲಾದ ಕಾರ್ಯಗಳೂ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವುವು.

3. ಇದಕ್ಕೆ ಮೇಲ್ಗಡೆ “ಸೆರಿಬೆಲ್ಲಂ” (Cerebellum) ಎಂಬ ಮೆದುಳಿನ ಸಣ್ಣಭಾಗವಿರುವುದು. ಅದರಿಂದ ಮಾಂಸ ಗ್ರಂಥಿಗಳ ಕಾರ್ಯಗಳು (Muscular Actions) ಸಮ್ಮಿಳಿತವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವುವು.



ಬೆನ್ನುಮೂಳೆಯ ನಳಿಕೆಯಲ್ಲಿರುವ ಮಿದುಳುಬಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಅದರ ಕವಲುಗಳು.



4. ಮೆದುಳು ಈ ನವದ್ವಾರಪುರದಲ್ಲಿ ಅದ್ಭುತವಾದ ವಿದ್ಯುಚ್ಛಕ್ತಿ ಯ ದೊಡ್ಡ ತಂತಿ ಅಭಿವಿನ್ಯಾಸವಿರುವುದು. ಅದರಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುಚ್ಛಕ್ತಿಯನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸುವುದಕ್ಕೂ ದೇಹದ ಸಮಸ್ತ ಭಾಗಗಳಿಂದಲೂ ಸಮಾಚಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೂ ಕೊಡುವುದಕ್ಕೂ ಬ್ಯಾಟರಿಗಳಂತೆ, ಕೋಟ್ಯಂತರ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಬಿಲಗಳು (Ceils) ಇರುವುವು. ಅವು, ಅವಯವಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕ ತಂತುಗಳಿಂದ ಸೇರಿ ಸದಾ ವರ್ತಿಸುತ್ತಿರುವುವು.

ಈ ಮೆದುಳಿನ ಅತ್ಯದ್ಭುತವಾದ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆ ಜಾಗರೂಕತೆಗೂ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ರಕ್ತವೂ ಪೋಷಣೆಯೂ ಸದಾ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿರುವುದು. ಅದಕ್ಕೆ ಯಾವ ಆಟಂಕವಾಗಲಿ ಲೋಪವಾಗಲಿ ಬಂದರೆ ಮಹಾ ನಷ್ಟಕ್ಕೂ ಕಷ್ಟಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾಗುವುದು.

5. ಮದ್ಯಸಾರ, ಮತ್ತು ತಂಬಾಕು, ಇವುಗಳ ವಿಷವೇನಾದರೂ ಮೆದುಳಿಗೆ ವ್ಯಾಪಿಸಿದುದಾದರೆ, ಕಣ್ಣು, ಕಿವಿ, ನಾಲಗೆ, ಕೈಕಾಲುಗಳೇ ಮೊದಲಾದ ಅವಯವಗಳು ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಕ್ರಮವಾಗಿ ನಡೆಯಿಸಲಾರದೆ ಹೋಗುವುವು. ಮದ್ಯಸಾರವು, ಮೊದಲು ಪಿತ್ತಕೋಶವನ್ನೂ ಅನಂತರ ಮೆದುಳನ್ನೂ ಆಕ್ರಮಿಸಿಕೊಂಡು ನಾಶಮಾಡುವುದು.

## F.

### EFFECTS OF ALCOHOL SHOWN IN THE BODY EXTERNALLY

ಮದ್ಯಸಾರವು ದೇಹದ ಮೇಲೆ ತೋರಿರುವ ಪ್ರಭಾವ

ಮದ್ಯಸಾರದ ಶಕ್ತಿಯು ಕುಡಿದಿರುವವನ ನಾಲ್ಕು ಅವಸ್ಥೆಗಳಿಂದ ಗೋಚರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಥಮಾವಸ್ಥೆ.—ಕುಡಿದಾಗ ಮದ್ಯಪನ ಸ್ಥಿತಿ ಹೇಗಿರುವುದೆಂದರೆ:—

- ಮನಸ್ಸು ಸ್ವಲ್ಪ ರೇಗಿರುವುದು.
- ಚರ್ಮವೂ ಮುಖವೂ ಕೆಂಪೇರಿರುವುವು.

- ದೇಹದ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಶಾಖವು ಅರ್ಧ ಡಿಗ್ರಿಯಿಂದ 1½ ಡಿಗ್ರಿಯ ವರೆಗೆ ವಿರುವುದು. ಒಳಗೆ ರಕ್ತ ಸಂಚಲನೆಯ ವೇಗವಾಗುವುದರಿಂದ ಮೇಲೆ ಶಾಖವು ಹೆಚ್ಚಾದ ಹಾಗೆ ತೋರುವುದು.
- ಚರ್ಮವು ಒಣಗುವುದು.
- ನಾಲಗೆ ಜೋಲುಹಾಕುವುದು.
- ಆಲೋಚನೆಯು ಮನಸ್ವೀಹೋಗುವುದು.

## 2. ದ್ವಿತೀಯಾವಸ್ಥೆ.

- ಮನಸ್ಸೂ ದೇಹವೂ ರೇಗಿರುವುವು.
- ಚರ್ಮವು ಕೆಂಪೇರಿದ್ದರೂ ಶಾಖವು ಒಂದು ಡಿಗ್ರಿ ತಗ್ಗಿರುವುದು.
- ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿ ಮಂದವಾಗಿರುವುದು.
- ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ಥೈರ್ಯವು ತಪ್ಪುವುದು, ಆಗ
- ಕುಡುಕನನ್ನು ಅಳುವಹಾಗೂ ನಗುವಹಾಗೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ರೇಗಿಸಬಹುದು.

## 3. ತೃತೀಯಾವಸ್ಥೆ.—ಇದು ಪ್ರಮಾದಸ್ಥಿತಿ.

- ಜಾಗರೂಕವಾದ ಅವಯವಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತುಂಬಿಕೊಂಡು, ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಲು ಅಶಕ್ತಿ ಹೊಂದುವುದು.
- ಕಾಮರಾಗಗಳು ಮಿತಿಮೀರುವುವು.
- ಕೆಲವರು ಕ್ರೂರಿಗಳಾಗುವರು.
- ಕೆಲವರು ಮೂಢರಂತೆ ಆತಿಯಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವರು.
- ಕೆಲವರು ಜಂಬಕೊಚ್ಚಿ ಕೊಳ್ಳುವರು.
- ಕೆಲವರು ಅಳುವರು.

## 4. ಕಡೆಯ ಅವಸ್ಥೆ.

- ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕುಡಿದವನು ಜೀವಶವದಂತೆ ಬುದ್ಧಿರುವನು.
- ಮೈಮೇಲೆಲ್ಲಾ ತಣ್ಣಗಿರುವುದು, ಒಳಗೆ ಶಾಖವು 3-4 ಡಿಗ್ರಿ ಇಳಿದಿರುವುದು.





- (c) ಮಾಂಸಖಂಡಗಳ ಶಕ್ತಿ ಕುಗ್ಗಿಹೋಗಿರುವುದು.  
 (d) ಮನಸ್ಸು ನಿಶ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿರುವುದು.  
 (e) ಹೃದಯದ ಕಾರ್ಯವು ಬಲಹೀನವಾಗುವುದು.  
 (f) ಉಸಿರು ಧ್ವನಿಯಿಂದ ವಕ್ರವಾಗಿ ಬರುವುದು.

ಈ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರ ಸಹಾಯ ಬೇಕಾಗುವುದು. ಪ್ರಾಣ ಹೋಗುವುದೂ ಉಂಟು.

5. ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಅಥವಾ ಮದ್ಯಸಾರದಲ್ಲಿ ಮೂರು ವಿಧ ವಿಷಗಳು ಸೇರಿವೆ.

- (a) ಶಿಥಿಲಕರವಾದ ವಿಷ (Relaxant). ಇದು ರಕ್ತನಾಳಗಳನ್ನು ಹುಣ್ಣುಮಾಡಿ, ರಕ್ತಚಲನೆಗೆ ಅಡಚಣೆಮಾಡುವುದು. ಮತ್ತು ಅವಯವಗಳ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕುಗ್ಗಿಸುವುದು.  
 (b) ತೂಕಡಿಕೆಯುಂಟುಮಾಡಿ ಮೆದುಳಿನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಡಿಮೆಮಾಡುವುದು. ಆದುದರಿಂದ ಅದುನಿದ್ರಾಜನಕವಿಷ (Narcotic.)  
 (c) ದಾಹಕರವಾದ ವಿಷ (Irritant.) ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಕರುಳಿನಲ್ಲಿಯೂ ಉರಿಯುವ ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದು.

## CHAPTER III

### JUDGMENTS OF EMINENT DOCTORS THAT ALCOHOL IS A VIRULENT POISON.

ಮದ್ಯಸಾರವು ಕಟ್ಟುಗ್ನ ವಿಷವೆಂಬುದಕ್ಕೆ ದೊಡ್ಡ ಪಂಡಿತರ ತೀರ್ಮಾನಗಳು.

ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಸಾರ್ವಭೌಮರವರ (King Edward vii and King George v) ಖಾಸಾ ಪಂಡಿತರಾದ ಸರ್ ಫ್ರೆಡರಿಕ್ ಟ್ರೇವಿಸ್ (Sir Frederick Treves, Bart., K.C.V.O., C.B., LL.D., F.R.C.S.) ಎಂಬ ಪಂಡಿತ ಶ್ರೇಷ್ಠರು ಲಂಡನ್ ಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದ ಮಹಾಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದುದನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಸಂಕ್ಷೇಪವಾಗಿ ತಿಳಿಸುವೆನು.

“(1) ಮದ್ಯಸಾರವು (Alcohol) ಒಂದು ವಿಷ? ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ಮೋಸಕರವಾದವಿಷ.

“ಎಕೆಂದರೆ, ಅದರ ಪ್ರತೀಕಾರಕ್ಕೆ ವುನಃ ಮದ್ಯಸಾರವನ್ನೇ ಅಪೇಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಅದೂ ಅಲ್ಲದೆ, ಈಗ ಬಡಜನರು ಕುಡಿಯುವುದಕ್ಕೋಸ್ಕರ ಮಾರಲ್ಪಡುತ್ತಿರುವ ಮದ್ಯಸಾರಗಳಲ್ಲಿ, ಹಾನಿಕರವಾದ ಫ್ಯುಜಿಲ್ (Fusil) ಎಂಬ ಸುಡುವಂಥ ಮರದೆಣ್ಣೆಯನ್ನು ಬೆರೆಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಮಹಾ ಶೋಚನೀಯವಾಗಿದೆ.

“(2) ಈಗ 25 ವರ್ಷಗಳಿಂದೀಚೆಗೆ ವೈದ್ಯಮಂಡಲಿಯವರು ಮದ್ಯಸಾರವನ್ನು ಔಷಧವಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದು ತಪ್ಪೆಂದು ತಿಳಿದು, ಅದನ್ನು ವರ್ಷವರ್ಷಕ್ಕೆ ಕಡಮೆಮಾಡುತ್ತಲಿದ್ದಾರೆ

“(3) ಕೆಲವರು ಹಸಿವನ್ನುಂಟುಮಾಡಲು, ಆಹಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ಮದ್ಯವನ್ನು ಪಾನಮಾಡುವರು. ಅದುತಪ್ಪು. ಹಸಿವನ್ನು ಕೃತ್ರಿಮವಾಗಿ ಉತ್ತೇಜನ ಮಾಡಬಾರದು. ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಆಹಾರ ಬೇಕಾದರೆ ಹಸಿವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲವಾದರೆ, ಆಹಾರವು ಬೇಕೇ ಇಲ್ಲ.



“4. ಕೆಲವರು ಅದು ಬಲವನ್ನು ಕೊಡುವುದೆಂತಲೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಶಕ್ತಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುವುದೆಂತಲೂ ಹೇಳುವರು. ಅದು ಸುಳ್ಳು. ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಮದ್ಯಪನ ದೇಹವು ಪುಷ್ಟಿಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ ಒದಲಾಗಿ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕುಗ್ಗಿಸುತ್ತದೆ.

“5. ಅದು ಉತ್ತೇಜನಮಾಡುವ ಹಾಗೆ ತೋರ್ಪಡಿಸಿ, ಅದರ ವ್ಯಾಪನೆ ತಗ್ಗಿದಮೇಲೆ, ಕೆಲಸಮಾಡುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಹಳಫಾಗಿ ಕಡಿಮೆಮಾಡುವುದು.

“ದೇಹದಲ್ಲಿ ಅಡಗಿದ್ದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊರಗೆ ಹಾಕುವುದು, ಆ ಮೇಲೆ ಬಳಗೆ ಬಂಡವಾಳವಿಲ್ಲದೆ ಹೋಗುವುದು. ಹೇಗೆಂದರೆ-ದುರ್ಗಾಧ್ಯಕ್ಷನು ಕೋಟಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಮೂಲ ಬಲವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಹೊರಗೆ ತಂದು ಸೋತುಹೋದ ಮೇಲೆ, ಕೋಟಿಯಲ್ಲಿ ಬಲವಿಲ್ಲದಂತಾಗುವುದು. ಈಗ ಹದಿನೈದು ವರ್ಷಗಳ ಕೆಳಗೆ ನಡೆದ ದಕ್ಷಿಣ ಆಫ್ರಿಕಾ ಬೋವರ್ ಯುದ್ಧದಲ್ಲಿ ಲೇಡಿಸ್ಮಿತ್ (Ladysmith) ಎಂಬ ಕೋಟಿಯ ಸಹಾಯಾರ್ಥವಾಗಿ, ಬಹು ಬೇಗ ಹೋಗಬೇಕೆಂದು ಇಂಗ್ಲಿಷರ 30,000 (ಮೂವತ್ತು ಸಾವಿರ) ಸೈನ್ಯವು ಹೊರಟಿತು. ಆಗ ಹಿಂದೆ ಬಿದ್ದವರಾರು? ಉದ್ದವಾದ ಭಟರಲ್ಲ! ಕುಳ್ಳರೂ ಅಲ್ಲ. ಮತ್ತಾರು? ಗುರುತಿಸಿದ ಹಾಗೆ, ಯಾರು ಯಾರು ಮದ್ಯಪಾನಮಾಡಿ ಜೋರಾಗಿ ಹೊರಟರೋ, ಅವರೇ ಹಿಂದೆ ಬಿದ್ದು ಹೋದರು.

“6. ಮದ್ಯಸಾರವು ಹೃದಯತಾಡನವನ್ನೂ ನಾಡೀಸ್ಪಂದನವನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು. ಚರ್ಮವನ್ನು ಕೆಂಪೇರಿಸುವುದು. ಅದರ ವ್ಯಾಪನೆ ಹೋದಮೇಲೆ ಹೃದಯಚಲನೆಯು ಮಂದವಾಗುವುದು. ವಿಷಪಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಹೇಗೆಯೂ ಹಾಗೆ ನಾಡಿಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತಜಲನವು ಮೊದಲು ತೀವ್ರವಾಗಿ ಅನಂತರ ಸುಸ್ತಾಗುವುದು.

“7. ಕುಡುಕರು ಜನ್ನಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲಾರರು. ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿ ಕುಶಲತೆಗಳಿಂದ ಮಾಡತಕ್ಕ ಯಾವ ಕಾರ್ಯವೂ ಅವರಿಂದ ಆಗಲಾರದು.

“8. ಮದ್ಯಸಾರವು ಶಾಖವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವುದೆಂತಲೂ ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ಹೊರಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾದಾಗ, ಮೊದಲು ಕೊಂಚಕುಡಿದು

ಹೊರಗೆ ಹೋಗಬೇಕೆಂದು ಕೆಲವರು ಹೇಳುವರು, ಅದು ತಪ್ಪು. ಮದ್ಯಸಾರವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಉಷ್ಣಾಧಿಕ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಲಾರದು. ಅದಕ್ಕೆ ಬದುಲಾಗಿ ಶಾಖವನ್ನು ತಗ್ಗಿಸುವುದು. ಚಳಿಯನ್ನು ಸಹಿಸುವುದಕ್ಕೆ ದೇಹದಲ್ಲಿ ತ್ರಾಣವಿಲ್ಲದಂತೆ ಮಾಡುವುದು.

“9. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಯುವಕರೆಲ್ಲರೂ ಕೆಲಸಮಾಡಲು ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕೆಂದು ಆಶಿಸುವರಲ್ಲವೇ! ಅಂಥವರೆಂದಿಗೂ ಮದ್ಯಪಾನ ಮಾಡಬಾರದು

“10. ಶಸ್ತ್ರವೈದ್ಯನ ಬಳಿಗೆ ಮದ್ಯಪನು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೋಸ್ಕರ ಬಂದು ದಾದರೆ ಅಂಥವನಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಮಾಡಲು ಆ ವೈದ್ಯನು ಹೆದರುವನು. ಏಕೆಂದರೆ ಅವನಿಗೆ ಗುಣಪಡಿಸುವೆನೆಂಬ ಧೈರ್ಯವು ವೈದ್ಯನಿಗೆ ಹುಟ್ಟುವುದೇ ಇಲ್ಲ.

“ಆದುದರಿಂದ ಮದ್ಯಸಾರವು (Alcohol) ಪಾನಕ್ಕೆ ಸರ್ವಥಾ ಯೋಗ್ಯವಲ್ಲವೆಂದು ಶಾಸ್ತ್ರಸಮ್ಮತವಾಗಿ ಕ್ಷಣಮಾತ್ರದಲ್ಲಿ ದೃಢಪಡಿಸಿಕೊಡಬಹುದು.”

2. ಅಳಿದ ಮಹಾರಾಣಿ ವಿಕೋರಿಯಾ ಚಕ್ರವರ್ತಿನಿಯವರಿಗೆ ಖಾಸಾ ವೈದ್ಯರಾದ (Sir William Gall, F.R.S.) ರವರು ತಿಳಿಸಿರುವುದೇನೆಂದರೆ :—

“ರೋಗಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಮದ್ಯಸಾರಕ್ಕಿಂತಲೂ (Alcohol) ಬಲವಾದ ದ್ರವ್ಯವನ್ನು ನಾನು ಕಾಣೆ. ಅದು ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಹಾನಿಮಾಡುವುದಲ್ಲದೆ, ಬುದ್ಧಿಯನ್ನೂ ನಾಶಮಾಡುವುದು. ಈ ದೇಶದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ವಸ್ತುಗಳೆಲ್ಲಾ ಮದ್ಯಸಾರವೇ ಅತ್ಯಂತ ನಾಶಕರವಾದ ದ್ರವ್ಯವೆಂದು ನಾನು ನನ್ನ ಅನುಭವದಿಂದ ಹೇಳಬಲ್ಲೆನು.”

3. ಇದೇ ವಿಷಯವಾಗಿ ಅಮೆರಿಕಾ ಸಂಸ್ಥಾನದ G. W. Wilson ಎಂಬ ಮಹಾ ಪಂಡಿತರು ಬರೆದಿರುವುದೇನೆಂದರೆ:—“ಮದ್ಯಪಾನವು ಮನುಷ್ಯತ್ವವನ್ನೇ ಹಾಳುಮಾಡುವುದು; ಮೃಗಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೀನ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತರುವುದು. ಅದು ತಲೆಗೆರಿ ವಾಹನವನ ಸದ್ಗುಣಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಅಡ



ಗಿಸುವುದು. ದುರ್ಗುಣಗಳನ್ನು ವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು. ಮತ್ತು ಮಧ್ಯಸಾರವು ಜೂಜು, ಕಳವು, ಹಾಡರ, ಅಸತ್ಯ, ಸಂಸಾರಹಾಸಿ, ದಾಂಪತ್ಯವನ್ನು ಗಲಿಸುವಿಕೆ, ದಾರಿದ್ರ್ಯ, ದುಃಖ, ಕೊಲೆ, ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಮಹಾ ಪಾಪ ಕೃತ್ಯಗಳಿಗೆ ಮಧ್ಯಪರನ್ನು ಗುರಿಮಾಡತಕ್ಕ ಪಿಶಾಚವೆಂದರಿಯಬೇಕು”

(See the new Hygiene, 1910)

4. ಈ ಮಧ್ಯಸಾರವೆಂಬ ಪಿಶಾಚವು ಸಮಸ್ತ ರಾಜ್ಯಗಳನ್ನೂ ಪಟ್ಟಣಗಳನ್ನೂ ಗ್ರಾಮಗಳನ್ನೂ ಆಕ್ರಮಿಸುತ್ತಾ ಬರುತ್ತಲಿದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಜನಾಂಗಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಅನೇಕರು ತುತ್ತಾಗುತ್ತಲಿದ್ದಾರೆ. ರಷ್ಯಾ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ರೈತರೂ, ಕಸಬುದಾರರೂ, ಯುದ್ಧಭಟರೂ, ಇವರೇ ಮೊದಲಾದವರು ಬಹುಕಾಲದಿಂದಲೂ “ವೋಡ್ಡಾ” ಎಂಬ ಮಧ್ಯಸಾರವನ್ನು ಕುಡಿಯುತ್ತಾ ಬಹು ದಾರಿದ್ರ್ಯವನ್ನೂ ದುರವಸ್ಥೆಯನ್ನೂ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಯೂರೋಪ್ ಖಂಡದಲ್ಲಿ ಈಜೆಗೆ ಎಂದರೆ ಸರ್ 1914 ನೇ ವರ್ಷ ಆಗಸ್ಟ್ ಮಾಹೆಯಿಂದ, ಜರ್ಮನಿ, ಆಸ್ಟ್ರಿಯಾ, ಮತ್ತು ಟರ್ಕಿ ಚಕ್ರವರ್ತಿಗಳು ಸೇರಿಕೊಂಡು, ಇಂಗ್ಲಿಷರ ಮತ್ತು ಅವರ ಮಿತ್ರಮಂಡಲಿಯವರ, ಅಂದರೆ, ಬೆಲ್ಜಿಯಂ, ಫ್ರಾನ್ಸ್, ರಷ್ಯಾ, ಜಪಾನ್, ಇಟಲಿ, ಮತ್ತು ಸರ್ವಿಯಾ ರಾಜ್ಯಗಳ ಮೇಲೆ ಮಹಾ ಘೋರ ಯುದ್ಧಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಲಿರುವರಷ್ಟೆ! ಆ ಯುದ್ಧಗಳಲ್ಲಿ ಉಭಯಪಾಶ್ಚ್ಯಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನಗಳು ಹತರಾಗುತ್ತಲಿದ್ದಾರೆ. ದಿನವಹಿ ಕೋಟ್ಯಂತರ ದ್ರವ್ಯವು ಯುದ್ಧಸಾಮಗ್ರಿಗಳಿಗೋಸ್ಕರವೂ, ಅನ್ನಪಾನಗಳಿಗೋಸ್ಕರವೂ, ಬಟ್ಟೆಬರೆಗಳಿಗೂ, ಔಷಧಾದಿಗಳಿಗೂ ಖರ್ಚಾಗುತ್ತಲಿರುವುದು. ಇಂಥ ವಿಷಮ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ರಷ್ಯಾ ಚಕ್ರವರ್ತಿಯವರು ತಮ್ಮ ಭಂಡಾರಕ್ಕೆ ಸರಾಸರಿ ದಿನವೊಂದಕ್ಕೆ ಸುಮಾರು 25 ಲಕ್ಷ ರೂಪಾಯಿಗಳ ಮೇರೆಗೆ ಹುಟ್ಟುವಳಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದ ಮಧ್ಯಸಾರ ಪಾನಗಳ ಬಾಬನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿಬಿಡತಕ್ಕದ್ದೆಂದು, ಹುಕುಂ ಮಾಡಿಬಿಟ್ಟರು. “ವೋಡ್ಡಾ” ಪಾನದಿಂದ ತಮ್ಮ ಪ್ರಜೆಗಳಿಗೂ ಯುದ್ಧಭಟರಿಗೂ ಅನೇಕ ವಿಧವಾಗಿ ಅನರ್ಥಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತಲಿರುವುದನ್ನು ತಿಳಿದು, ತಮ್ಮ ಚಕ್ರಾಧಿಪತ್ಯದಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯಸಾರವನ್ನು ಯಾರೂ ಬಿಕರಿ ಮಾಡಕೂಡದೆಂತಲೂ, ಯಾರೂ ಅದನ್ನು ಪಾನಮಾಡಕೂಡದೆಂತಲೂ, ಇನ್ನಿಹಾರನ್ನು ಪ್ರಕಟಮಾಡಿಸಿ

ದ್ದಲ್ಲದೆ, ಅದನ್ನು ಜಾರಿಯಲ್ಲಿ ತಂದಿರುವರು. ಆಹಾ! ಇವರಲ್ಲವೆ ಧೀರರು? ಸತ್ಯಸಂಧರು!

5. ಇದನ್ನು ಕುರಿತು, ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ಪಟ್ಟಣದ ಮಹನೀಯರೊಬ್ಬರು (Mr. Kostoff) ಹೀಗೆಂದು ಬರೆದಿರುವರು.

“ಈಗ ಯೂರೋಪ್ ಖಂಡದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಘೋರ ಯುದ್ಧದಲ್ಲಿ ಅಪಾರವಾದ ಧನಹಾಸಿ ಪ್ರಾಣಹಾಸಿಗಳಾಗುತ್ತಲಿರುವುವೆ? ಇನ್ನಷ್ಟೇ ನಷ್ಟವಾಗಲಿ, ಎಷ್ಟೇಹತವಾಗಲಿ, ಚಿಂತೆಯಿಲ್ಲ. ಮುಂದೆ ಇದರಿಂದ ಲೋಕಕ್ಕೊಂದು ಮಹತ್ಪ್ರಯೋಜನವುಂಟಾಗುವುದು. ಅದೇನೆಂದರೆ ಮಧ್ಯಸಾರ ಪಿಶಾಚನ ಹಾವಳಿಯು ಆಣಗಿ ಹೋಗುವುದು.”

ಇದಕ್ಕೆ ದೃಷ್ಟಾಂತವಾಗಿ ರಷ್ಯಾಚಕ್ರವರ್ತಿಯವರ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆಯನ್ನು ಅನೇಕ ರಾಜ್ಯಗಳೂ, ಸಂಸ್ಥಾನಾಧಿಪತಿಗಳೂ ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಚಕ್ರಾಧಿಪ್ತರೂ, ಅವರ ಮಂತ್ರಿಗಳೂ, ಇತರ ಪ್ರಭುಗಳೂ ಅನುಸರಿಸುತ್ತಲಿದ್ದಾರೆ.

ಫ್ರಾನ್ಸ್‌ದೇಶದಲ್ಲಿಯೂ ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾಖಂಡದಲ್ಲಿಯೂ ಆಮೆರಿಕಾ ಖಂಡದಲ್ಲಿಯೂ ಬಹಳ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಮಧ್ಯಸಾರಪಾನಗಳು ತ್ಯಜಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಲಿವೆ. ಆದರೆ ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯರು ಯಾವ ಯಾವದನ್ನು ದುರ್ವಿಚಾರವೆಂದು ತ್ಯಜಿಸುವರೋ ಅದನ್ನು ನಮ್ಮ ಹಿಂದು ದೇಶಸ್ಥರು ಈಗ ಸದಾ ಚಾರವೆಂದು ಪೂಜಿಸುತ್ತಾ ಬರುತ್ತಲಿರುವುದನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಮಧ್ಯಸಾರ ಪಿಶಾಚನು ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ರಾಜ್ಯಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ನಮ್ಮ ಏಂದ್ರ ರಾಜ್ಯಗಳನ್ನು ಪ್ರಬಲತರವಾಗಿ ಆಕ್ರಮಿಸುವನೇನೋ ಎಂದು ಭಯಪಡಬೇಕಾಗಿದೆ.

6. ಇಂಗ್ಲಿಷರ ಸೈನ್ಯದಲ್ಲಿ ಯುದ್ಧ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ಮೊದಲೊಂದು 1915 ನೇ ಮಾರ್ಚ್ ಅಂತ್ಯದವರೆಗೆ ಎಂಟು ತಿಂಗಳಿಗೆ (169,50,00,000) ಒಂದು ನೂರು ಅರವತ್ತೊಂಬತ್ತು ಕೋಟಿಯೂ ಐವತ್ತು ಲಕ್ಷ ರೂಪಾಯಿಗಳು ಯುದ್ಧಭಟರ ಮಧ್ಯಸಾರಪಾನಗಳಿಗೋಸ್ಕರವೇ ಖರ್ಚಾಯಿತು!

ಫ್ರಾನ್ಸ್, ರಷ್ಯಾ, ಜರ್ಮನಿ, ಆಸ್ಟ್ರಿಯಾದವರ ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಸೈನ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಇನ್ನಷ್ಟು ಹಣವು ಅಗ್ನಿ ದ್ರಾವಕಗಳಿಗೋಸ್ಕರ ಖರ್ಚಾಗಿ ರಬಹುದೋ ವಾಚಕರೇ ಊಹಿಸಬಹುದು.



## CHAPTER IV

### ೪ ನೇ ಅಧ್ಯಾಯ

#### HOW INTOXICATING DRINKS ARE INCREASING IN MYSORE

ಮೈಸೂರು ದೇಶದಲ್ಲಿ ಮದ್ಯಸಾರಪಾನಗಳು ಹೇಗೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವುವು ?

ಈ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಮದ್ಯಪಾನವು ಯುಗಾಂತರಗಳಿಂದಲೂ ತಿಳಿದು ದಾಗಿದೆ.

ಮೈಸೂರು ದೇಶದಲ್ಲಿ ಮದ್ಯಪಾನವು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಹೆಂಡಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಿತ್ತು. ಈ ಸಂಸ್ಥಾನದ ರಾಜ್ಯಭಾರವು ಆಳಿದ ಮಹಾಸ್ವಾಮಿಗಳಾದ ಮುಮ್ಮಡಿ ಕೃಷ್ಣರಾಜ ಒಡೆಯರವರಿಗೆ ಪ್ರಾಪ್ತವಾದ 1799 ನೆಯ ಇಸವಿಯಲ್ಲಿ ಆಬ್ಕಾರಿ ಬಾಬಿನ ಹುಟ್ಟುವಳಿಯು 84,000 ರೂಪಾಯಿ ಮಾತ್ರವಾಗಿದ್ದಿತು. ಅವರಿಂದ ರಾಜ್ಯಭಾರವನ್ನು ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಕಮಿಷನರವರು ವಹಿಸಿಕೊಂಡ 1831 ನೇ ಇಸವಿಯಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಎರಡು ಲಕ್ಷ ರೂಪಾಯಿಗೆ ಏರಿತು. ಅಲ್ಲಿಂದೀಚೆಗೆ ಕೆಲವು ಕಂಟ್ರಾಕ್ಟರುಗಳು ಆ ಬಾಬಿನಲ್ಲಿ ಲೈಸೆನ್ಸ್ ಪಡೆದು, ಸಾರಾಯಿ, ಹೆಂಡ ಇಳಿಸಿ ಬಿಕರಿ ಮಾಡುತ್ತಲಿದ್ದರು. ಸ. 1863 ನೆಯ ಇಸವಿಯಲ್ಲಿ ಸರ್ಕಾರದಿಂದಲೇ Sudder Distillery ಎಂಬ ದೊಡ್ಡ ಬಟ್ಟೆ ಕಾರ್ಖಾನೆ ಏರ್ಪಡಾಯಿತು. ಅದೇ ವರುಷದಲ್ಲಿ ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಸಾರಾಯಿಯಿಂದ 3,84,114 ರೂಪಾಯಿಗಳ ಹುಟ್ಟುವಳಿಯಾಯಿತು.

2. ಅಲ್ಲಿಂದ ಮೂರನೆಯ ವರ್ಷದ ಮಾರ್ಚ್ ಆಖ್ಯರಿಗೆ ಸಾರಾಯಿಯಿಂದ 4,30,484 ರೂಪಾಯಿಗಳೂ, ಹೆಂಡ ಮೊದಲಾದವುಗಳಿಂದ 5,71,460 ರೂಪಾಯಿಗಳೂ, ಅಂತೂ ಒಟ್ಟು 10,01,944 ರೂಪಾಯಿಗಳು ಆಬ್ಕಾರಿ ಬಾಬಿನಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟುವಳಿಯಾಯಿತು. ಪ್ರಜೆಗಳಿಗಾದರೋ

ಮೈಸೂರು ದೇಶದಲ್ಲಿ ಮದ್ಯಸಾರಪಾನಗಳು ಹೇಗೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವುವು ? 45

ಅಕ್ಷಯ ಸಂವತ್ಸರ ಕ್ಲಾಮ ಬಂತು. ಅನಂತರ ಹತ್ತು ವರುಷಕ್ಕೆ (1876) ಆಬ್ಕಾರಿ ಹುಟ್ಟುವಳಿಯು 12,29,645 ರೂಪಾಯಿಗಳಿಗೆ ಏರಿತು.

3. ಆಗ ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಸಾರಾಯಿ ಇಳಿಸುವ ಬಟ್ಟೆ ಕಾರ್ಖಾನೆಗಳು (Sudder Distilleries) ಹನ್ನೊಂದು, ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಮಾರುವ ಅಂಗಡಿಗಳು 1,234 ಆದುವು. ಸಾಲದುದಕ್ಕೆ ಬೆಂಗಳೂರು ದಂಡಿನಲ್ಲಿ ಮೂರು (Beer) ಯವ ದ್ರಾವಕಗಳ ಕಾರ್ಖಾನೆಗಳಾದುವು. ಕುಡಿಯುವುದಕ್ಕೆ ನೀರಿಗೆ ಕಷ್ಟವಾಗಿದ್ದರೂ ಆ ವರುಷ 1,40,832 ಗ್ಯಾಲನ್ ಗಳಷ್ಟು ಯವ ದ್ರಾವಕವು ಪಾನಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿತು. ಅದರೊಂದಿಗೆ ಧಾತು ಈಶ್ವರ ಮಹಾ ಕ್ಲಾಮ ಪ್ರಾಪ್ತವಾಯಿತು. ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನಗಳು ಆಹಾರವಿಲ್ಲದೆ ಕ್ಷಯವಾದರು.

4. ಆಗ “ ಮದ್ಯಪಾನದ ಹಾವಳಿಯನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಬೇಕು; ಅದು ಪ್ರಜೆಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಕರವು; ಸರ್ಕಾರದವರು ಆ ಬಾಬನ್ನು ವಹಿಸಿಕೊಂಡು ತನ್ನೂಲಕ ಆದಾಯ ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ; ಅದಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ ಈಜಲ ವನಗಳನ್ನು ತೆಂಗಿನ ತೋಟಗಳಿಗೆ ಸಾಗುವಳಿಮಾಡಿ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸತಕ್ಕದ್ದು; ಶ್ರೀಗಂಧ, ತೇಗ, ಮೊದಲಾದ ಮರಗಳ ಪ್ರಾಂಟೀಷನ್ನುಗಳನ್ನು ವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿ ವ್ಯವಸಾಯಗಳಿಗೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಕೊಡುತ್ತಾ ಬಂದರೆ ಪ್ರಜಾಕ್ಷೇಮವುಂಟಾಗುವುದು; ಮತ್ತು ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಆದಾಯವೂ ಹೆಚ್ಚುವುದು; ” ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದನು. ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಪುಸ್ತಕವನ್ನೂ ಬರೆದನು.

(Abkari System in Mysore 1877)

ಆಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ ರೆವಿನ್ಯೂ ಕಮಿಷನರಾಗಿದ್ದು ಈಚೆಗೆ ಪ್ರಥಮ ದಿವಾನರಾದ ಶ್ರೀಮತಿ ರಂಗಾಚಾರ್ಯರವರು ಅದರ ಕೆಲವು ಪ್ರತಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಡೆಪ್ಯುಟಿ ಕಮಿಷನರವರೇ ಮೊದಲಾದ ಕೆಲವು ಆಫೀಸರುಗಳಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿದರು. ಶ್ರೀಗಂಧ, ತೇಗ, ಮುಂತಾದ ಪ್ರಾಂಟೀಷನ್ ಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಮದ್ಯ ಪಾನಗಳನ್ನು ತಗ್ಗಿಸುವುದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ಪ್ರಯತ್ನವು ನಡೆಯಿತು.



5. ಸೇ 1881 ನೆಯ ಮಾರ್ಚ್ 25 ರಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಮನ್ಮಹಾರಾಣಿ ಚಕ್ರವರ್ತಿನಿಯವರ ಕೃಪಾಕಟಾಕ್ಷ ದಿಂದ ಈ ಕರ್ನಾಟಕ ಸಂಸ್ಥಾನವು ನಮ್ಮ ಶ್ರೀಮನ್ಮಹಾರಾಜ ಶ್ರೀ ಚಾಮರಾಜೇಂದ್ರ ಒಡೆಯರವರಿಗೆ ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಒಪ್ಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟಾಗ, ಆಚ್ಚಾರಿ ವರಮಾನದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಎರಡೂಕಾಲು ಲಕ್ಷ ರೂಪಾಯಿ ತಗ್ಗಿತು. ಎಂದರೆ, ಆ ವರುಷ ಸಾರಾಯಿಯಿಂದ ಹುಟ್ಟುವಳಿ 614,048 ರೂಪಾಯಿಯಾಯಿತು. ಹೆಂಡ, ಗಾಂಜಿಗಳಿಂದಲಾದರೋ 3,96,043 ರೂಪಾಯಿಗೆ ಇಳಿಯಿತು. ಅದರಿಂದ ಮುಂದೆ ಮದ್ಯಪಾನಗಳು ಹಾಗೆಯೇ ತಗ್ಗುತ್ತಾ ಬರುವುವೆಂಬ ನಂಬಿಕೆಯುಂಟಾಯಿತು. ಆದರೆ, ಆ ನಂಬಿಕೆಗೆ ಭಂಗಬಂತು. ನಮ್ಮ ದೌರ್ಭಾಗ್ಯದಿಂದ ಎರಡು ವರುಷಗಳೊಳಗಾಗಿ ದಿವಾನ್ ರಂಗಾಚಾರ್ಯರವರು ದಿವಂಗತರಾದರು.

6. ಅಲ್ಲಿಂದೀಚೆಗೆ ಮದ್ಯಪಾನಗಳು ಏರುತ್ತಲೇ ಬಂದವು. ಸಾಲದುದಕ್ಕೆ ವಾಶಾತ್ಯರ ಆಗ್ನಿದ್ರಾವಕಗಳು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಧಾರಾಳವಾಗಿ ಇಳಿಯುತ್ತಾ ಬಂದವು.

ರಾಜಧಾನಿಗೂ, ಡಿಸ್ಟ್ರಿಕ್ಟು ಮತ್ತು ತಾಲ್ಲೂಕು ಕಸಬಾಗಳಿಗೂ ಗ್ರಾಮಾಂತರಗಳಿಗೂ ವ್ಯಾಪಿಸುತ್ತಾ ಬಂದವು. ಆಚ್ಚಾರಿ ವರಮಾನವೂ ವರ್ಷವರ್ಷಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಾ ಬಂತು. ಕಳೆದ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ 55 ಲಕ್ಷ ರೂಪಾಯಿಗಳ ಮೇಲೆ ಏರಿತು; ಎಂದರೆ ಮೊದಲು ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಕಮಿಷನರವರು ನಮ್ಮ ರಾಜ್ಯದಾಡಳಿತವನ್ನು ವಶಪಡಿಸಿಕೊಂಡ 1832 ನೆಯ ಇಸವಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥಾನದ ಎಲ್ಲಾ ಬಾಬುಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರಿ ವರಮಾನವೆಷ್ಟಿತ್ತೋ ಅಷ್ಟಕ್ಕೆ (55,00,000) ಎಕ್ಸೈಜ್ ಬಾಬು ಒಂದರಲ್ಲೇ ಏರಿತು.

ಮುಂದೆ ಇದು ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಏರಿ, ಎಷ್ಟು ಪ್ರಜೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಹಾನಿ, ಮಾನಹಾನಿ, ಪ್ರಾಣಹಾನಿಗಳಿಗೆ ಗುರಿಮಾಡುವುದೋ ಎಂದು ಭಯಪಡಬೇಕಾಗಿದೆ.

7. ಆದರೆ ಮದ್ಯಪಾನಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವುದೆಂದು ಹೇಳಿದರೆ ಎಕ್ಸೈಜ್ ಇಲಾಖೆಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು “ಹಾಗಿಲ್ಲ. ಸರ್ಕಾರದ ಉದ್ದೇಶವು ಮದ್ಯಪಾನವನ್ನು ಕಡಿಮೆಮಾಡಬೇಕೆಂದಿರುವುದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಸಾರಾಯಂಗಡಿಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಪಾನಗಳ ದರ

ಗಳೂ ಹೆಚ್ಚಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಿವೆ. ಮತ್ತು ಈ ಬಾಬನ್ನೇ ನಿಲ್ಲಿಸಿಬಿಡೋಣವೆಂದರೆ, ಇದರಿಂದ ಬರುವ ರೆವಿನ್ಯೂ ಹುಟ್ಟುವಳಿ ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ನಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲವೇ!” ಎಂದು ಹೇಳುವರು.

ಆದರೆ, ಹೆಂಡ ಮತ್ತು ಸಾರಾಯಿಗಳನ್ನು ಇಳಿಸುವುದನ್ನು ತಗ್ಗಿಸದೆ ಆ ಅಂಗಡಿಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆಮಾಡುವುದರಿಂದ ಮಾತ್ರವಾಗಲಿ, ಅಥವಾ, ಪಾನಗಳ ದರಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದರಿಂದ ಮಾತ್ರವೇ ಆಗಲಿ, ಮದ್ಯಪಾನವು ತಗ್ಗುವುದೆಂದು ಹೇಳುವುದು ಸಾಧುವಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ಅದು ತಗ್ಗಲೂ ಇಲ್ಲ.

8. ಸೇ 1912 ನೆಯ ಇಸವಿ ಅಕ್ಟೋಬರ್ 23 ರಲ್ಲಿ, ಪ್ರಜಾಪ್ರತಿನಿಧಿಸಭೆಗೆ ಶ್ರೀಮಂತರಾದ ದಿವಾನ್ ಟಿ. ಆನಂದರಾಯರವರು ಹೇಳಿದರು.—“ ಸಾರಾಯಂಗಡಿಗಳು 20 ಕಡಿಮೆಯಾದುವು. ಹೆಂಡದ ಅಂಗಡಿಗಳು 13 ಕಡಿಮೆಯಾದುವು. ಆದರೆ ಪಾನಮಾತ್ರ ಸ್ವಲ್ಪಹೆಚ್ಚಿತು.”—

ಸೇ 1913 ನೆಯ ಅಕ್ಟೋಬರ್ 11 ರಲ್ಲಿ ಅದೇ ಸಭೆಗೆ ಈಗಿನ ದಿವಾನ್ ವಿಶ್ವೇಶ್ವರಯ್ಯನವರು ತಿಳಿಸಿದ್ದು.—

“ ಹಿಂದಿನ ಎಲ್ಲಾ ವರುಷಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಈ ವರ್ಷ ಎಕ್ಸೈಜ್ ಬಾಬಿನ ಆದಾಯವು ಹೆಚ್ಚಿತು. ಅದರೊಂದಿಗೆ ಮದ್ಯಪಾನವೂ ಹೆಚ್ಚಿದುದು ಅಷ್ಟು ಶ್ಲಾಘ್ಯವಲ್ಲ.”

ಸೇ 1914 ನೆಯ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 30 ರಲ್ಲಿ ಪುನಃ ಅವರು ಅಪ್ಪಣೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೇನೆಂದರೆ.—“ ಆಜೀ ವರುಷಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೋದ ವರುಷ ಹೆಂಡದಂಗಡಿಗಳು 13 ಕಡಿಮೆಯಾದುವು. ಸಾರಾಯಂಗಡಿಗಳು 6 ಕಡಿಮೆಯಾದವು. ಆದರೆ ಹುಟ್ಟುವಳಿ ಮಾತ್ರ ಎರಡು ಬಾಬಿನಲ್ಲಿಯೂ ಹೆಚ್ಚಿತು. ಒಟ್ಟು 55,28,281 ರೂಪಾಯಿಬಂತು. ಹಿಂದಿನ ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತಲೂ 4,33,971 ರೂಪಾಯಿ ಹೆಚ್ಚಾಯಿತು. ಆದರೆ ಅರ್ಥಹಣವು ಅಂಗಡಿಗಳ ಬಾಡಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದುದರಿಂದಲೂ, ಮಿಕ್ಕ ಅರ್ಥವು ಕುಡಿತ ಹೆಚ್ಚಾದುದರಿಂದಲೂ ಬಂದಿದೆ.” ಎಂದು.

ಪುನಃ 1915 ನೆಯ ಅಕ್ಟೋಬರ್ 19 ರಲ್ಲಿ ಇದೇ ದಿವಾನ್ ಸಾಹೇಬರು ತಿಳಿಸಿದ್ದೇನೆಂದರೆ.—“ ಎಕ್ಸೈಜ್ ಬಾಬಿನಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು ಹುಟ್ಟುವಳಿಯು 58,12,880 ರೂಪಾಯಿಗಳಿಗೆ ಏರಿತು. ಸಾರಾಯಿ



ಬಿಕರಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಡಿಮೆಯಾದರೂ, ಹೆಂಡಗಳೂ ಯವ ದ್ರಾವಕಗಳೂ ಅಫೀಮೂ ಹಿಂದಿನ ಸಾಲಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬರ್ಚಾದುವು.” —

೧೯ 1915-16 ನೇ ಹುಟ್ಟುವಳಿಯು 58,32,000 ಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿತಂತೆ.

9. ಈ ಕೆಳಗಣ ಪಟ್ಟಿಯಿಂದ ಮದ್ಯಪಾನಗಳು ಹಿಂದಿನ ಏರಡು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದವೆಂಬುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. —

ವರ್ಷ	ಹೆಂಡ ಗ್ಯಾಲನ್ ಗಳು	ಸಾರಾಯಿ ಗ್ಯಾಲನ್ ಗಳು	ದೇಶಾಂತರ ಮದ್ಯಸಾರಗಳ ಗ್ಯಾಲನ್ ಗಳು
1913	1,01 04,468	5,33,808	36,359
1914	1,01 26,960	5,78,727	38,916

ಆದುದರಿಂದ ಸಾರಾಯಂಗಡಿಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾದುದರಿಂದಾಗಲಿ, ದರವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದುದರಿಂದಾಗಲಿ, ಮದ್ಯಸಾರಪಾನವು ಕಡಿಮೆಯಾಗಲಿಲ್ಲವೆಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಹೇಗಾದರೂ ಆಗಲಿ, ೧೯ 1881 ನೆಯ ಏಪ್ರಿಲ್ ಮಾಹೆಯಿಂದೀಚೆಗೆ, ಮದ್ಯಪಾನಗಳೂ ಮತ್ತು ಆಬ್ಸಾರ್ವಿ ಹುಟ್ಟುವಳಿಯೂ ಬಹಳವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿದುವು.

10. ಬೆಂಗಳೂರು ದಂಡು ಒಂದರಲ್ಲಿಯೇ 1912, 1913, 1914 ನೇ ಜೂನ್ ಆಖ್ಯರಾದ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ 84,360; 89,353; ಮತ್ತು 94,897 ಗ್ಯಾಲನ್ ಗಳಷ್ಟು ಸಾರಾಯಿ ಬಿಕರಿಯಾದಂತೆ ಸರಕಾರಿ ಲೆಕ್ಕಗಳಿಂದ ತಿಳಿಯಬರುತ್ತದೆ.

ಹೀಗೆ ಮದ್ಯಪಾನ ಹೆಚ್ಚಲು ಕಾರಣವೇನೆಂದರೆ :—

ಪ್ರಜಾಸಂಖ್ಯೆಯು ಹೆಚ್ಚಿದುದರಿಂದಲೇ ಎಂದು ಕೆಲವರು ಹೇಳಬಹುದು. ಅದೇನೋ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ನಿಜ.

ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಜಾಸಂಖ್ಯೆಯು ಶೇಕಡಾ 50 ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿತು. ಆದರೆ ಮದ್ಯಪಾನಗಳು ಶೇಕಡ 550 ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿ ತಲ್ಲ ! ಇದು ತುಂಬಾ ಶೋಚನೀಯವಲ್ಲವೆ ?

ಇದಕ್ಕೆ ಕೆಲವರು ಮತ್ತೊಂದು ಕಾರಣವನ್ನು ಹೇಳುವರು, ಅದೇನೆಂದರೆ :—“ ಪೂರ್ವಕ್ಕಿಂತಲೂ ಈಗ ಗಣಿಗಳೂ, ಕೆರೆಗಳೂ,

ಕಾಲುವೆಗಳೂ, ರೈಲ್ವೆಗಳೂ, ಕಟ್ಟಡಗಳೂ, ಹೆಚ್ಚಿದುವು, ಮತ್ತು ಇವುಗಳ ಕಾಮಗಾರಿಗಳ ಕಾರ್ಯಗಳೂ ಬಹಳವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಾದುವು.

“ ಈ ಕಾರಣದಿಂದ ಅನ್ಯದೇಶಗಳಿಂದ ಕೂಲಿ ಜನಗಳು ಅನೇಕವಾಗಿ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಹುಟ್ಟುವಳಿಯೂ ಕುಡಿಯೋಣವೂ ಹೆಚ್ಚಾಯಿತು.”

ಆದರೆ ಬಡಕೂಲಿಗಳು ಹಗಲೆಲ್ಲಾ ದುಡಿದು, ಕೂಲಿ ತೆಗೆದು ಕೊಂಡು ತಮ್ಮ ಗುಡಿಸಲುಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವ ದಾರಿಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಸರಕಾರದವರು, ಹೆಂಡ ಸಾರಾಯಿಗಳ ಅಂಗಡಿಗಳನ್ನು ಇಡಿಸಿ, ಆ ಬಡಪಾಯಿಗಳ ಕಷ್ಟಾಜ್ಞೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಹು ಭಾಗದ ಹಣವು ಹಿಂತಿರುಗುವ ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದು ಧರ್ಮವೇ ಎಂದು ಕೇಳಿದರೆ, ಏನು ಹೇಳುವರೋ ?

ಪಾನಗಳನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಬೇಕೆಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯವು ನಮ್ಮ ಸರ್ಕಾರದವರಿಗೆ ಇರುವುದೇನೋ ಸರಿ. ಆದರೆ, ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅವರು ಆಬ್ಸಾರ್ವಿ ಬಾಬನ್ನು ಸ್ವಂತಕ್ಕೆ ವಹಿಸಿಕೊಂಡು, ಅದರಿಂದ ಆದಾಯವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಆಶಾಬದ್ಧರಾಗಿರುವರೋ, ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅವರ ಧರ್ಮಾಭಿಪ್ರಾಯವು ನೆರವೇರುವುದು ಕಷ್ಟವೆಂದು ತೋರುತ್ತದೆ.

11. ಬೆಂಗಳೂರು ಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿ ಜನರು ಸೇರುವ ಮುಖ್ಯ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿಯೂ, ಊರು ಬಾಗಿಲುಗಳಲ್ಲಿಯೂ, ದೇವಸ್ಥಾನಗಳ ಮತ್ತು ಸ್ಥೂಲಗಳ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿಯೂ, ಹೆಂಡ ಮತ್ತು ಸಾರಾಯಿಗಳ ಅಂಗಡಿಗಳನ್ನು ಸರಕಾರದವರು ಲೈಸೆನ್ಸುಕೊಟ್ಟು ಇಡಿಸುವರು. ಕ್ಲಬ್ಬುಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಷಾಪುಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಮದ್ಯಸಾರಪಾನಗಳು ಬಿಕರಿಯಾಗುತ್ತಲಿರುವುವು. ಹೆಂಡಗಳಲ್ಲಿ ಮದ್ಯಸಾರದ್ರವ್ಯವು ಬಲುಮಟ್ಟಿಗೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿವೆ. ಸೇಕಡ ಎರಡು ಮೂರು ಭಾಗಗಳು ಮಾತ್ರ ಇರಬಹುದಾದುದರಿಂದ ಅದರ ಪಾನ ಹೆಚ್ಚಿದರೂ ಅಷ್ಟು ಪ್ರಮಾದವಾಗಲಾರದು. ಆದರೆ ಆಗ್ನಿ ದ್ರಾವಕಗಳಾದ ಸಾರಾಯಿ ಮತ್ತು ಮದ್ಯಸಾರಗಳ ಪಾನಗಳು ಹೆಚ್ಚುವುದಕ್ಕೆ ಹೆದರಬೇಕಾಗಿದೆ. ಬೆಂಗಳೂರಲ್ಲಿ ಸಾರಾಯಿಯು 1909-10 ರಲ್ಲಿ 45,452 ಗ್ಯಾಲನ್ ಗಳಷ್ಟು ಬಿಕರಿಯಾಯಿತು. ಅದು 1913-14 ರಲ್ಲಿ 88,060 ಗ್ಯಾಲನ್ ಗಳಿಗೆ ಏರಿತು. ಎಂದರೆ ನಾಲ್ಕು ವರುಷಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ. 51.6 ಭಾಗ ಹೆಚ್ಚಾಯಿತು.



12. ಹೀಗೆಯೇ ಮದ್ಯಸಾರಪಾನಗಳು ಬೆಂಗಳೂರು ದಂಡಿನಲ್ಲಿಯೂ, ಹೈದರಾಬಾದು ಮೊದಲಾ ದೇಶೀಯ ಸಂಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿಯೂ, ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಇಂಡಿಯಾದಲ್ಲಿಯೂ, ಒರಿಸ್ಸಾದಲ್ಲಿಯೂ ದಿನೇದಿನೇ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಾಬರುತ್ತಲಿದೆ. ಮದ್ರಾಸು ಪ್ರೆಸಿಡೆನ್ಸಿಯೊಂದರಲ್ಲಿಯೆ ಮದ್ಯಪಾನರೋಗವು ಶೇಕಡ 75 ಮಂದಿಗೆ, ಅಂದರೆ ಮುನ್ನೂರುಲಕ್ಷ ಜನಗಳಿಗೆ, ವ್ಯಾಪಿಸಿರುವುದಾಗಿದೆಯೆಂದು ತಿಳಿಯಲು ತುಂಬ ವ್ಯಥೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಅಲ್ಲಿನ ಪ್ರಭುಗಳು ಶ್ರೀಮತ್ ರಷ್ಯಾ ಚಕ್ರವರ್ತಿಯರ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ, ಮಾಡಗಾಸ್ಕರ್ ಮಹಾರಾಣಿಯವರಂತೆ ಧೀರರಾಗಿ, ಮದ್ಯಪಾನ ಬಿಕ್ಕಿಯಿಂದ ಬರುವ ದ್ರವ್ಯವನ್ನು ಹೇಯವಾಗಿ ಎಣಿಸಿ, ಮದ್ಯಪಾನಗಳನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಲು ಸಾರಾಯಿ ಒಟ್ಟಿ ಇಳಿಸುವುದನ್ನೂ ಏಕೈಕವಾದುದನ್ನೂ ವರ್ಷವರ್ಷ ಸಾಧ್ಯವಾದ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಕಡಿಮೆಮಾಡುತ್ತಾ ಬರಬೇಕೆಂದು ಕೋರಿದೆ.

13. ಆದರೆ ಸಾರಾಯಿ ಬಟ್ಟಿ ಇಳಿಸುವುದನ್ನೂ ಮದ್ಯಪಾನಗಳನ್ನು ಬಿಕ್ಕಿಮಾಡಿಸುವುದನ್ನೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿಬಿಟ್ಟರೆ, ಅದರಿಂದ ಬರುವ ರೆವಿನ್ಯೂ ಹುಟ್ಟುವಳಿ ಹೋಗಿ ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ನಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲವೇ? ಎಂದು ಎಕ್ಸ್ಪೆರ್ಟ್ ಇಲಾಖೆಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಮಾಡುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರವೇನೆಂದರೆ—ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ನಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ದೃಷ್ಟಾಂತವೂರ್ವಕ ಉತ್ತರವನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು. ಅಮೇರಿಕಾ ಸಂಯುಕ್ತ ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತರ ಕಾರೋಲೀನ (North Caroline) ಎಂಬುದೊಂದು ಸಂಸ್ಥಾನವಿರುವುದು. ಅಲ್ಲಿ 1908 ನೆಯ ಇಸವಿಯಲ್ಲಿ ಮದ್ಯಪಾನವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಷೇಧಿಸಲ್ಪಟ್ಟು, ನಿಲ್ಲಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿತು. ಅದಕ್ಕೆ ಹಿಂದೆ ಪಾಠಶಾಲೆಗಳಿಗೋಸ್ಕರ ಸರ್ಕಾರದವರು ವರ್ಷಕ್ಕೆ 17,66,295 ಡಾಲರುಗಳನ್ನು ಎಂದರೆ, 52,98,885 ರೂಪಾಯಿಗಳನ್ನು ಖರ್ಚುಮಾಡಿದರು. ಅಲ್ಲಿಂದೀಚೆಗೆ ನಾಲ್ಕು ವರುಷಕ್ಕೆ ಅಂದರೆ 1912 ನೆಯ ವರುಷದಲ್ಲಿ ಸ್ಕೂಲುಗಳಿಗೋಸ್ಕರ, ಅದೇ ಸರ್ಕಾರದವರು 44,88,752 ಡಾಲರುಗಳನ್ನು, ಅಂದರೆ 1,34,66,256 ರೂಪಾಯಿಗಳನ್ನು ಖರ್ಚುಮಾಡಿದರು.

ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿನ ಪ್ರಜೆಗಳ ಧನಾಭಿವೃದ್ಧಿಯು ಹೇಗಾಯಿತೆಂದರೆ 1908 ನೆಯ ಇಸವಿಯಲ್ಲಿ ಆ ಸಂಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ 375 ಬ್ಯಾಂಕುಗಳಿದ್ದವು.

ಅವುಗಳಲ್ಲಿ 1,44,47,764 ಡಾಲರುಗಳು, ಅಥವಾ 4,33,43,292 ರೂಪಾಯಿಗಳಷ್ಟು ಮೂಲಧನವೂ; 5,38,94,519 ಡಾಲರುಗಳು ಅಥವಾ 16,16,83,557 ರೂಪಾಯಿಗಳಷ್ಟು ಡಿಪಾಜಿಟ್ಟುಗಳೂ, ಇದ್ದವು. ಅಲ್ಲಿಂದೀಚೆಗೆ 5 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ, ಅಂದರೆ 1913 ರಲ್ಲಿ, 484 ಬ್ಯಾಂಕುಗಳಾದವು. ಮೂಲಧನವು 5,84,34 813 ರೂಪಾಯಿಗಳಿಗೇರಿತು. ಡಿಪಾಜಿಟ್ಟುಗಳಾದರೋ 30,26,10,663 ರೂಪಾಯಿಗಳಿಗೇರಿದವು. ಮದ್ಯಪಾನವು ನಿಲ್ಲಿಸಲ್ಪಟ್ಟದ್ದರಿಂದ ಉತ್ತರ ಕಾರೋಲೀನ ಸಂಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ರೆವಿನ್ಯೂ ಹುಟ್ಟುವಳಿಯು ತಗ್ಗುವುದಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ 5 ವರುಷಗಳಲ್ಲಿ 78,49,317 ರೂಪಾಯಿಗಳಿಂದ, 1,10,04,255 ರೂಪಾಯಿಗಳಿಗೇರಿತು. ಅದೇ ಮೇರೆಗೆ ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿಯೂ, ಪ್ರಭುಗಳು ಧೀರರಾಗಿ ಮದ್ಯಪಾನಗಳನ್ನು ಶುದ್ಧಾಂಗವಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿಬಿಟ್ಟಿದ್ದಾದರೆ ನಾಲಾಕಾರು ವರುಷಗಳಲ್ಲೇ ನಮ್ಮ ಸರ್ಕಾರದ ಆದಾಯವು ಹೆಚ್ಚಿ, ನಮ್ಮ ಪ್ರಜೆಗಳ ಐಶ್ವರ್ಯವೂ ವೃದ್ಧಿಯಾಗುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲವೆಂದು ದೃಢವಾಗಿ ಹೇಳಬಹುದು.



## CHAPTER V.

### ೫ ನೇ ಅಧ್ಯಾಯ

#### REMEDY ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ

ಮದ್ಯಸಾರ ಪಾನಗಳನ್ನು ತಗ್ಗಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಏನುಮಾಡಬೇಕು ?

ಮೇಲೆ ವಿವರಿಸಿರುವ ನಿರ್ಧಾರಾಂಶಗಳಿಂದ (Alcohol) ಮದ್ಯ ಸಾರಪಾನವು ದೇಹೇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಪೋಷಿಸತಕ್ಕ ಆಹಾರದ್ರವ್ಯವಲ್ಲವೆಂತಲೂ, ಅದು ಮೂರು ಅನಿಲಗಳಿಂದಲೂ, ವಿಷಗಳಿಂದಲೂ ಕೂಡಿದ ಘೋರವಾದ ವಿಷವೆಂತಲೂ, ದಾಹವನ್ನು ಆಣಗಿಸದೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಕೊಡದೆ ಇರತಕ್ಕ ಪಾನವೆಂತಲೂ, ಉತ್ತೇಜನವನ್ನು ಮಾಡುವಹಾಗೆ ತೋರ್ಪಡಿಸಿ ಕೊಡಲೇ ಬಲಹೀನವನ್ನು ಮಾಡುವ ಮೋಸಕರವಾದ ವಿಷವೆಂತಲೂ, ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವವರನ್ನು ಅನೇಕ ರೋಗಗಳಿಗೂ ಕೊಳಕಿಗೂ ಗುರಿಮಾಡಿ, ಅವರ ಸಂತತಿಯನ್ನು ಕೆಡಿಸುವುದೆಂತಲೂ ಮತ್ತು ಮದ್ಯಪರನ್ನು ಅರ್ಥಹಾನಿ, ಮಾನಹಾನಿ, ಪ್ರಾಣಹಾನಿಗಳಿಗೆ ಗುರಿಮಾಡುವುದಲ್ಲದೆ ಅವರ ತೀಲಸ್ವಭಾವಗಳನ್ನೂ, ಮನೋದಾರದ್ರವ್ಯವನ್ನೂ, ಸುಗುಣಗಳನ್ನೂ, ನಂಬಿಕೆಯನ್ನೂ, ಸಂಸಾರಸುಖವನ್ನೂ ಹಾಳುಮಾಡಿಸಿಭಾರಗ್ಯರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವದೆಂತಲೂ ದೃಢೀಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ.

2. ಅಲ್ಲದೆ ಸರ್ವಮತಸ್ತರೂ ಮದ್ಯಪಾನವು ಪರಲೋಕಹಾನಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುವುದೆಂದು ಅಂಗೀಕರಿಸುವರು. ಕ್ರಿಸ್ತರ ಬೈಬಲಿನಲ್ಲಿ ಸೆಂಟ್ ಪಾಲ್ (St. Paul) ಎಂಬ ಮಹನೀಯನು “ ಮದ್ಯಪನೆಂದಿಗೂ ದೇವರ ರಾಜ್ಯಕ್ಕೆ ಭಾಗಿಯಾಗಲಾರನು ” ಎಂದು ತಿಳಿಸಿರುವನು.

ಮುಸಲ್ಮಾನರ ಋರಾನಿನಲ್ಲಿ ಮದ್ಯಪಾನವು ನಿಷೇಧಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವುದು.

ಹಿಂದೂ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಮದ್ಯಪಾನವು ಮಹಾಪಾಪವೆಂದು ಗಣಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವುದು. ಆದುದರಿಂದ ಇಹಪರಗಳೆರಡರಲ್ಲಿಯೂ ಹಾನಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ಮದ್ಯಪಾನವನ್ನು ಸರ್ವರೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತ್ಯಜಿಸತಕ್ಕದ್ದು ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ.

3. ಮದ್ಯಪಾನವು ಪ್ರಮಾದಕರವೆಂತಲೂ, ಮಹಾ ಪಾಪಕರವೆಂತಲೂ, ನಂಬಿರುವ ಭಾರತೀಯರಲ್ಲಿ ಈಚೆಗೆ ಆದು ದಿನೇದಿನೇ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರಲು ಕಾರಣವೇನಿರಬಹುದೆಂದು ಕೇಳಬಹುದು. ಅದಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯವಾದ ಕಾರಣಗಳು ನಾಲ್ಕು ತೋರುವುವು.

(a) ಸ್ವಮತ ವಿದ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಅನಾದರಣೆ ಹುಟ್ಟಿ ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ವಿದ್ಯೆಗಳು ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಹರಡುತ್ತಾ ಬರುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಜನಗಳಲ್ಲಿ ಜಾತಿ ಮತ್ತು ಮತದ ಕಟ್ಟುಗಳು ಸಡಿಲವುದು.

(b) ಶಾಸ್ತ್ರ ಸದಾಚಾರ ಪದ್ಧತಿಗಳಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿ ವಿಶ್ವಾಸಗಳು ತಗ್ಗುವುದು.

(c) ಸನಾತನ ಧರ್ಮಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯರ ಬಾಹ್ಯಾಚಾರದ ನಡತೆಗಳನ್ನು ವಿಹಿತಗಳೆಂದು ಭ್ರಾಂತಿಗೊಂಡು ನಮ್ಮವರು ಅನುಕರಿಸುವುದು ; ಅನುಕಾರಿಕರು ಸರ್ವತ್ರ ದುರಾಚಾರಗಳನ್ನು ತೀಘ್ರವಾಗಿ ಕಲಿಯುವುದುಂಟು.

(d) ದೇಶಾಂತರಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ಬರಲು ಅನುಕೂಲಗಳು ಹೆಚ್ಚಿದ್ದರಿಂದ ಅಲ್ಲಿನವರ ಬಾಹ್ಯಾಚಾರಗಳನ್ನು ನೋಡಿ, ಗುಣದೋಷಗಳನ್ನು ವಿಚಾರಮಾಡದೆ ಅನುವರ್ತಿಸುವುದು.

4. ಮುಂದೆ ಮದ್ಯಪಾನಗಳನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಲೇನು ಮಾಡತಕ್ಕದ್ದೆಂದರೆ : ಮದ್ಯವನ್ನು ಶುದ್ಧಾಂಗವಾಗಿ ಬಿಡತಕ್ಕದ್ದೇ. ಮತ್ತು —

(a) ಸರ್ಕಾರದವರು ಆಬ್ಯಾರಿ ಬಾಬನ್ನು ಸ್ವಂತಕ್ಕೆ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಹೆಂಡ, ಸಾರಾಯಿ, ಮದ್ಯಸಾರಗಳನ್ನು ಇಳಿಸಿ ಬಿಕರಿಸುವುದು ಸುತ್ತಿರುವರು. ಅವರು ಈ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಕ್ರಮೇಣ ಬಿಡತಕ್ಕದ್ದು.

(b) ಈಗಿನ ಹೆಂಡ ಮತ್ತು ಮದ್ಯಸಾರಗಳ ಅಂಗಡಿಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆಮಾಡುವುದಲ್ಲದೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಊರುಗಳೊಳಗೆ ಕಾಲುವೆಗಳು ದೂರದಲ್ಲಿ ಹಾಕಿಸತಕ್ಕದ್ದು.



(c) ಆ ಅಂಗಡಿಗಳನ್ನು ಸಾಯಂಕಾಲ ಆರುಘಂಟೆಯಿಂದ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಆರು ಘಂಟೆಯವರೆಗೆ ಮುಚ್ಚತಕ್ಕದ್ದು. ರಾತ್ರಿ ಬಿಕರಿ ಮಾಡದಂತೆ ಹುಕುಂ ಕೊಡತಕ್ಕದ್ದು.

(d) ಹೊಟ್ಟೆಲುಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಕಬ್ಬುಗಳಲ್ಲಿಯೂ, ಪಾವುಗಳಲ್ಲಿಯೂ, ರೇಲ್ವೆ ಗಾಡಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ರೇಲ್ವೆ ಸ್ಟೇಷನ್ನುಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಮಧ್ಯ ಸಾರಗಳನ್ನು ಬಿಕರಿ ಮಾಡಲು, ಲೈಸೆನ್ಸ್ ಕೊಡಕೊಡದು.

(e) ಸಂತೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಜಾತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ, ಲೋಕಹಿತಪ್ರದರ್ಶನಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಮಧ್ಯಪಾನದ ಅಂಗಡಿಗಳನ್ನಿಡಲು ಅವಕಾಶ ಕೊಡಬಾರದು.

(f) ಮಧ್ಯಪರಿಗೆ ಸರಕಾರದ ನೌಕರಿಯನ್ನು ಕೊಡಬಾರದು.

5. ಆಬ್ಕಾರಿ ಬಾಬನ್ನು ಸರ್ಕಾರದವರು ಬಿಟ್ಟರೆ, ಅದರಿಂದ ಬರುವ ಹುಟ್ಟುವಳಿ ಹೋಗಿ ನಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲವೆ? ಎಂದರೆ ಹಾಗೆ ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ನಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹೇಗೆಂದರೆ—ಕಳೆದ ವರುಷ 58 ಲಕ್ಷ ರೂಪಾಯಿಗಳ ಮೇಲೆ ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಬಂತಷ್ಟೆ? ಆದರೆ ಪಾನಗಳೆಂದುಂಟಾದ ಕಾರ್ಯಾಲಯಗಳಿಂದಲೂ, ರೋಗಗಳಿಂದಲೂ, ಶಕ್ತಿಹೀನತೆಯಿಂದಲೂ, ಮೈಗಳ್ಳತನದಿಂದಲೂ, ಮಧ್ಯಪರಿಗೆ ಎರಡುಕೋಟಿ ರೂಪಾಯಿಗಳಷ್ಟು ನಷ್ಟವಾಗಿರಬಹುದು. ಅದರಿಂದ ಎಷ್ಟು ಸಂಸಾರಗಳು ಹಾಳಾಗಿರಬಹುದು? ಎಷ್ಟುಮಂದಿ ಕೆಲಸಮಾಡಲು ಆಶಕ್ತರಾಗಿರಬಹುದು? ಎಷ್ಟುಮಂದಿ ರೋಗಿಗಳಾಗಿರಬಹುದು? ಎಷ್ಟುಮಂದಿ ದರಿದ್ರರಾಗಿರಬಹುದು? ಮತ್ತು ಎಷ್ಟು ಕಳವುಗಳು, ಜಗಳಗಳು, ಕೊಲೆಗಳು ನಡೆದಿರಬಹುದು? ಹೀಗೆ, ಪ್ರಜೆಗಳಿಗೆ ನಷ್ಟವಾದರೆ ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ನಷ್ಟವಲ್ಲವೆ? ಮಧ್ಯಪಾನಗಳು ಅಭಾವವಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದೇ ಜನರೂ, ಅವರ ಕುಟುಂಬದವರೂ, ತಮ್ಮತಮ್ಮ ಬೇಸಾಯದಿಂದಲೂ, ಕೈಗಾರಿಕೆಯಿಂದಲೂ, ಕಸಬುಗಳಿಂದಲೂ, ಕೂಲಿಯಿಂದಲೂ, ಸರಕಾರಕ್ಕೆ ಬಂದ ಹಣಕ್ಕಿಂತಲೂ ನಾಲ್ಕರಷ್ಟು ಸಂಪಾದಿಸಬಹುದಾಗಿತ್ತಲ್ಲವೆ? ಆಗ ನಿಜವಾಗಿ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಕ್ಷೋಭಿತವಾಗಿ, ಸಂಪದಭಿವೃದ್ಧಿಯಾಗಿ, ಪ್ರಜಾಕ್ಷೇಮವುಂಟಾಗಿ, ಪ್ರಜೆಗಳು ಸುಖಿಗಳಾಗುವರಲ್ಲವೆ? ಆಗ ಸರಕಾರಕ್ಕೆ ನಾನಾ ಮುಖದಿಂದ, ಆದಾಯವುಂಟಾಗುವುದಲ್ಲವೆ? ಆಗ ಕೋರ್ಟುಗಳ, ಪೋಲೀ

ಸು ಶಿಬ್ಬಂದಿಗಳ, ಅಸ್ಪತ್ರೆಗಳ, ಖರ್ಚುಗಳು ಬಹುಮಟ್ಟಿಗೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುವಲ್ಲವೆ?—ಇವುಗಳೆಲ್ಲ ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ನಿಜವಾದ ಆದಾಯಗಳೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು.

6. ಮೇಲಾಗಿ ಮಧ್ಯಪಾನಗಳು ನಿಂತುಹೋದರೆ, ಕಳವುಗಳೂ, ಜೂಜಾಟಗಳೂ, ಹೊಡೆದಾಟಗಳೂ ತಗ್ಗುವುವು.

ಅದಲ್ಲದೆ ಮಾಂಸ ಭಕ್ಷಣೆಗಳೂ ಬಹಳ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುವು.

ಆಗ ಜನರು ಭ್ರಷ್ಟತ್ವವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಮಾನಿಷ್ಠರಾಗುವರು. ಆಗ ದನಕರುಗಳಿಗೂ, ಆಡು, ಕುರಿಗಳಿಗೂ, ಮಾರಮ್ಮನ ಕಾಟ ತಪ್ಪುವುದು.

ದಿನವಹಿ ಮಾಂಸಾಹಾರಕ್ಕೋಸ್ಕರ, ಸಾವಿರಾರು ಕುರಿ, ಮೇಕೆ, ದನಕರುಗಳು ಕಡಿಯಲ್ಪಡುತ್ತಿರುವುದು ತಪ್ಪಿ, ಅವು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಬರುವುವು. ಆಗ ರೈತರಿಗೆ ಸಾಗುವಳಿಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಬಲವಾದ ದನಗಳು ಸಿಕ್ಕುವುವು. ಗೊಬ್ಬರಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬೀಳುವುವು. ಜಮೀನುಗಳು ಫಲವತ್ತಾಗುವುವು. ದೇಶವು ಸುಭಿಕ್ಷವಾಗುವುದು. ಇವೆಲ್ಲ ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಆಮೋಘವಾದ ಆದಾಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ.

7. ಮಧ್ಯಪಾನಗಳಿಂದ ಬರುವ ಹುಟ್ಟುವಳಿಯು ಆನ್ಯಾಯಾರ್ಜಿತವಿತ್ತವೆಂದು ಭಾವಿಸಲ್ಪಡತಕ್ಕದ್ದು.

ಧೀರರಾದ ರಷ್ಯಾ ಚಕ್ರವರ್ತಿಯವರು ತಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ “ನೋಡ್ಡಾ” ಮಧ್ಯಪಾನದಿಂದ ಬರುತ್ತಿದ್ದ ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಸುಮಾರು ತೊಂಬತ್ತೊಂಬತ್ತು ಕೋಟಿ ರೂಪಾಯಿಗಳನ್ನು ಕಳೆದ ವರುಷದಲ್ಲಿ ತ್ಯಜಿಸಿಬಿಟ್ಟಾಗ ಹೀಗೆಂದು ಅಪ್ಪಣೆಕೊಟ್ಟರಂತೆ:—

“ನಮ್ಮ ಪ್ರಜೆಗಳ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ, ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೂ, ಫರಲೋಕ ಸುಖಕ್ಕೂ, ಹಾನಿಮಾಡತಕ್ಕ ಮಧ್ಯಪಾನಗಳ ಮೂಲಕ ಬರುವ ದ್ರವ್ಯಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ಭಂಡಾರವನ್ನು ತುಂಬುವುದು ಬಹಳ ಅಧರ್ಮವಾದದ್ದು.”



8. ಈಗ್ಗೆ ಸುಮಾರು 30 ವರುಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಮೆಡಗಾಸ್ಕರ್ (Madagaskar) ದ್ವೀಪದ ಮಹಾರಾಣಿಯು (Ranavalona II) ತನ್ನ ಪ್ರಜೆಗಳಿಗೆ ಹೀಗೆಂದು ಅಪ್ಪಣೆಕೊಟ್ಟಳಂತೆ :—

“ನಿಮ್ಮ ರಾಣಿಯಾದ ನಾನು ಮದ್ಯಪಾನದ ವಿಕ್ರಯದಿಂದ ಬರುವ ಹುಟ್ಟುವಳಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಮ್ಮತಿಸಲಾರೆನು, ಏಕೆಂದರೆ (Alcohol) ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ (ಮದ್ಯಸಾರವು) ನನ್ನ ಪ್ರಜೆಗಳ ದೇಹಗಳನ್ನೂ, ಆತ್ಮಗಳನ್ನೂ ನಾಶಮಾಡುವುದು.”

9. ಘನವನ್ನು ಹೊಂದಿದ ಗತಿಸಿದ ಶ್ರೀಮಾನ್ ಗೋಪಾಲಕೃಷ್ಣ ಗೋಖಲೆಯವರು ಸನ್ 1912 ನೇ ಜೂಲೈ 18 ರಲ್ಲಿ ಇಂಡಿಯಾ ಸ್ಟೇಟ್ ಸೆಕ್ರೆಟರಿಯವರ (Lord Crewe)ನ್ನು ಸಂದರ್ಶಿಸಿದಾಗ ತಿಳಿಸಿದ್ದೇನೆಂದರೆ:—“ಹಿಂದೂದೇಶದಲ್ಲಿ ಬಹು ಭಾಗದ ಪ್ರಜೆಗಳು ಮದ್ಯಪಾನವನ್ನು ನಿಷೇಧಿಸಿರುವರು. ಅನೇಕ ಪಂಗಡದವರಲ್ಲಿ ಅದು ಶುದ್ಧಾಂಗವಾಗಿ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ಮದ್ಯಪಾನವು ಬ್ರಿಟಿಷರಕಾಲದಲ್ಲಿ ದಿನೇದಿನೇ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಲೇ ಬರುತ್ತಲಿರುವುದೆಂಬುದರಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ.”

ಇಂಡಿಯಾ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಮದ್ಯಪಾನವು ಶ್ರೀಮನ್ಮಹಾರಾಣಿ ಚಕ್ರವರ್ತಿನಿಯವರ ಕಾಲದಿಂದೀಚೆಗೆ ಎಂಟರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದಾಗಿ ತಿಳಿಯಬರುತ್ತದೆ.

10. ಅಮೆರಿಕಾ ಸಂಯುಕ್ತ ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ 45 ಇನ್‌ಷೂರೆನ್ಸ್ ಆಫೀಸುಗಳ ಲೆಕ್ಕಗಳ ತನಿಖೆಯಿಂದ ಗೊತ್ತಾಗಿರುವುದೇನೆಂದರೆ—“ಮರಣಗಳು ಸರಾಸರಿಗಿಂತಲೂ ಮದ್ಯಪರಲ್ಲಿ ಶೇಕಡಾ 86 ರಷ್ಟು ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿರುವುವು.—

11. ಆದುದರಿಂದ ಪರಮದಯಾಳುಗಳಾದ ನಮ್ಮ ಶ್ರೀಮಾನ್ ಮಹಾರಾಜರವರೂ, ಅವರ ಸರ್ಕಾರದವರೂ, ತಮ್ಮ ಪ್ರಜಾಕ್ಷೇಮಾರ್ಥವಾಗಿ, ಮದ್ಯಪಾನಗಳನ್ನು ನಿಷೇಧಿಸಿ, ದಿನೇ ದಿನೇ ತಗ್ಗಿಸುತ್ತಾ ಒರಲು ತಕ್ಕ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಿಸಬೇಕೆಂದು ಈ ಮೂಲಕ ವಿನಯ ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇನೆ.

12. ಮತ್ತು ಧರ್ಮಸೀಲರಾದ ನಮ್ಮ ದೇಶಬಾಂಧವರೂ ಸಹಕಾರ ಸಂಘಗಳ ಸಾಮಾಜಿಕರೂ, ಗ್ರಾಮ ಪಂಚಾಯಿತರೂ, ಇತರ ಮಹಾ

ಜನರೂ, ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಮದ್ಯಪಾನಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಕಷ್ಟನಷ್ಟಗಳನ್ನು ಸಾಧಾರಣ ಜನರಿಗೂ, ಮದ್ಯಪರಿಗೂ ತಿಳಿಸುತ್ತಾ ಪಾಠಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ಬೋಧಿಸುತ್ತಾ ಬರಬೇಕು.—ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಶೀಘ್ರವಾಗಿಯೇ ಮದ್ಯಪಾನಗಳು ಬಹುಮಟ್ಟಿಗೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ.

ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಇಲಾಖೆಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳೂ, ಬೋಧಕರೂ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಗಮನಕೊಟ್ಟು ಮದ್ಯಸಾರ ಪಿತಾಚಿಯ ಹಾವಳಿಯನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುವುದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ಸಹಾಯವನ್ನು ಮಾಡುವರೆಂದು ಕೋರಿದೆ.

ಸಮಸ್ತ ಸನ್ಮಂಗಳಾನಿ ಭವಂತು



(M

ಪ್ರ

ಬರ

ದರೆ

ಗಳ

ಗೊ

ಸು

ದರೆ

ಬಿ

ಲಾ

ದಿ

ಆ

ಯ

ಆ

ಜಾ

ಮ

ಧ

ರ

ಪೂ

ಸಂ





ದಿನಾಂಕ ಸೂಚಿ

ಕನ್ನಡ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪರಿಷತ್ತು

ಪಂಪನಹಾಕವಿ ರಸ್ತೆ, ಚಾಮರಾಜಪೇಟೆ, ಬೆಂಗಳೂರು-೧೮

ಸರಸ್ವತಿ ಭಂಡಾರ

ವಿ.ಸಂ.: ನಿಗದಿತ ದಿನಕ್ಕಿಂತ ತಡವಾಗಿ ಪುಸ್ತಕ ತಲುಪಿಸುವವರಿಗೆ ದಿನವೊಂದಕ್ಕೆ  
೨೫ ಪೈಸೆ ದಂಡ ವಿಧಿಸಲಾಗುವುದು.

ಹಿಂದಿರುಗಿಸುವ ದಿನ

ಹಿಂದಿರುಗಿಸುವ ದಿನ

ಲೇಖಕ: ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಗಾರ (ಎನ್. ವರಪ್ರಸಾದ್)

ಶಿರೋನಾಮೆ: ಕಿಷಕಾಶುಧಿ

ಪ. ಸಂ.: L:573 M16.

ಕ್ರ. ಸಂ.: 1322



ಕ. ಸಾ. ಪ.  
ಗ್ರಂಥ ಭಂಡಾರ



