

ಬೇಡ ಬುಡಕಟ್ಟು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ

ರಮ್ಯ. ಪಿ

ಸಂಶೋಧನಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಸಮಾಜಶಾಸ್ತ್ರ ಅಧ್ಯಯನ ವಿಭಾಗ, ಮೈಸೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯ,
ಮಾನಸಗಂಗೋತ್ರಿ, ಮೈಸೂರು.

ಸಾರಾಂಶ: (Abstract)

ಪುರಾತನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಮಾನವ ಒಂದು ಗುಂಪಾಗಿ ಬದುಕಿ ಆ ಗುಂಪಿನ ಹಿತಾಸಕ್ತಿಗೆ ಹೋರಾಡುತ್ತಾ ಬಂದಿದ್ದಾನೆ. ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಬುಡಕಟ್ಟು ಸಮುದಾಯಗಳಿದ್ದು, ಭಾರತದಂತಹ ವಿಭಿನ್ನ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯುಳ್ಳ ರಾಷ್ಟ್ರದಲ್ಲಿಯೂ ಹಲವಾರು ಬುಡಕಟ್ಟು ಸಮುದಾಯಗಳು ನೆಲೆನಿಂತಿವೆ. ಅಂತಹ ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಕರ್ನಾಟಕದ ಬೇಡ ಬುಡಕಟ್ಟು ಸಮುದಾಯವೂ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಬೇಡ ಬುಡಕಟ್ಟು ಸಮುದಾಯದವು ತನ್ನದೇ ಆದ ವಿಶೇಷ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಜೀವನ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಬೇಡ ಸಮುದಾಯದವನ್ನು ನಾಯಕ, ವಾಲ್ಮಿಕಿ ಮುಂತಾದ ಹೆಸರುಗಳಿಂದ ಗುರುತಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಸ್ತುತ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಈ ಸಮುದಾಯದ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಬದಲಾವಣೆ ಕುರಿತು ಸಮಾಜಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

ಮುಖ್ಯಪದಗಳು (Keywords): ಕರ್ನಾಟಕ ಬುಡಕಟ್ಟುಗಳು, ಬೇಡ ಬುಡಕಟ್ಟು, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಬದಲಾವಣೆ, ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ.

ಪೀಠಿಕೆ

ಬೇಡ ಸಮುದಾಯವು ಕರ್ನಾಟಕದ ಪ್ರಮುಖ ಬುಡಕಟ್ಟು ಸಮುದಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಮೂಲತಃ ಅಲೆಮಾರಿಗಳಾಗಿದ್ದ ಈ ಸಮುದಾಯವು ಇಂದು ಒಂದೆಡೆ ನಿಂತು ವ್ಯವಸಾಯ, ಪ್ರಾಣಿ ಸಾಕಾಣಿಕೆ, ಕೂಲಿ, ಮುಂತಾದ ಆರ್ಥಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ಇವರು ಕರ್ನಾಟಕದ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿಯೂ ನೆಲೆಸಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ಚಿತ್ರದುರ್ಗ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಚಳ್ಳಕೆರೆ, ಮೊಳಕಾಲ್ಮೂರು, ಜಗಳೂರು, ಹೊಳಲ್ಕೆರೆ ತಾಲೂಕುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಂಡು ಬರುತ್ತಾರೆ. ಇವರು ತಮ್ಮದೇಯಾದ ಸಾಮಾಜಿಕ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ, ಆರ್ಥಿಕ, ರಾಜಕೀಯ ಪದ್ಧತಿಯೊಂದಿಗೆ ಜೀವನ ಸಾಗಿಸುತ್ತಾ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಜಾಗತೀಕರಣ, ಆಧುನೀಕರಣ, ಉದಾರೀಕರಣ ನೀತಿಗಳಿಂದಾಗಿ ಬದಲಾವಣೆಗೆ ಒಳಪಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಸಮುದಾಯದ ಬಗ್ಗೆ ಈಗಾಗಲೇ ಹಿ.ಚಿ. ಬೋರಲಿಂಗಯ್ಯ, ಈಶ್ವರಪ್ಪ ಎಂ.ಜಿ., ಕರಿಶೆಟ್ಟಿ ರುದ್ರಪ್ಪ, ವಿರೂಪಾಕ್ಷಿ ಪೂಜಾರಹಳ್ಳಿ, ಪ್ರಭಾಕರ್ ಎ.ಎಸ್. ಮೊದಲಾದ ವಿದ್ವಾಂಸರುಗಳು ಅಧ್ಯಯನ ಕೈಗೊಂಡು

Please cite this article as: ರಮ್ಯ. ಪಿ. (2024). ಬೇಡ ಬುಡಕಟ್ಟು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ. ಪ್ರತಿಬಿಂಬ: ಮಲ್ಟಿಡಿಸಿಪ್ಲಿನರಿ ಕನ್ನಡ ರೀಸರ್ಚ್ ಜರ್ನಲ್ ಆಫ್ ಐಐಎಂಆರ್‌ಡಿ, 5(6). ಪು.ಸಂ. 33-38

ಅವರ ಆಚಾರ, ವಿಚಾರ, ಸಂಸ್ಕೃತಿಯನ್ನು ವಿವರಣಾತ್ಮಕವಾಗಿ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರಸ್ತುತ ಈ ಲೇಖನವು ಬೇಡ ಬುಡಕಟ್ಟಿನ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಬದಲಾವಣೆ ಹಾಗೂ ಆ ಬದಲಾವಣೆಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಈ ಬುಡಕಟ್ಟು ಸಮುದಾಯದವರು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆ ಮತ್ತು ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುತ್ತದೆ.

ಬೇಡ ಬುಡಕಟ್ಟು ಅತಿ ಪ್ರಾಚೀನ ಬುಡಕಟ್ಟು ಸಮುದಾಯವಾಗಿದ್ದು, ಕ್ರಿಸ್ತ ಪೂರ್ವ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಬೇಟೆಯಾಡುತ್ತಾ ಗುಡ್ಡಗಾಡುಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಚರಿಸುತ್ತಾ ಜೀವನ ಸಾಗಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಸಮುದಾಯ. ಮಾನುಕುಲದಲ್ಲಿ ಇವರು ಪೋಟೋ ಆಸ್ಟ್ರಾಲಾಯಿಡ್ ಜನಾಂಗಕ್ಕೆ ಸೇರಿದವರು. ವಿಷೇಶವಾಗಿ ದ್ರಾವಿಡ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಬೇಡರು ಆರ್ಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿದ್ದಾರೆ. ಹೀಗೆ ಆದಿವಾಸಿ ಜೀವನ ಸಾಗಿಸುತ್ತಾ ಕಾಡುಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಈ ಸಮುದಾಯವು ಹಲವಾರು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಬಂದಿದೆ. ತಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಆಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಗುಡ್ಡಗಾಡು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿದ್ದ ಪ್ರಾಣಿ, ಪಕ್ಷಿಗಳನ್ನು ಬೇಟೆಯಾಡಿ ತಿನ್ನುತ್ತಾ ಅರಣ್ಯವನ್ನು ತಮ್ಮ ವಾಸಸ್ಥಾನ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅಲೆಮಾರಿಯಾಗಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನಂತರ ಗುಡ್ಡಗಾಡು ಪ್ರದೇಶ ಬಿಟ್ಟು ಹುಲ್ಲುಗಾವಲುಗಳನ್ನು ಹರಸಿಕೊಂಡು ದನಕರುಗಳನ್ನು ಸಾಕಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಹಿನ್ನೆಲೆ

‘ಬೇಟೆ’ಯಾಡುವ ವೃತ್ತಿಯಿಂದಲೇ ಇವರಿಗೆ ‘ಬೇಡ’ ಎನ್ನುವ ಹೆಸರು ಬಂದಿರುವಂತಿದೆ. ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿನ ‘ವ್ಯಾಧ’ ಪದವು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ‘ಬೇಡ’ ಎಂಬುವ ರೂಪವನ್ನು ಪಡೆದಿದೆ. ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾವ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಬೇಡ, ಕಿರಾತ, ನಿಷಾಧ, ಶಬರ, ಪುಳಿಂದ ಇತ್ಯಾದಿ ಹೆಸರುಗಳಿಂದ ಇವರನ್ನು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿಯೇ ಬಹು ದೀರ್ಘ ಇತಿಹಾಸವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಇವರನ್ನು ಮೂಲ ನಿವಾಸಿಗಳೆಂದೇ ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಬೇಡ ಬುಡಕಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಎರಡು ಪಂಗಡಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮ್ಯಾಸಬೇಡರು, ಇನ್ನೊಂದು ಊರು ಬೇಡರು. ಊರ ಹೊರಗೆ ಹಟ್ಟಿಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಬೇಡರನ್ನು ಮ್ಯಾಸಬೇಡರೆಂದು, ಊರೊಳಗೆ ಬಂದು ನೆಲೆಸಿದವರನ್ನು ಊರುಬೇಡರೆಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಪ್ರಸ್ತುತದಲ್ಲಿ ನಾಗರಿಕತೆಯ ಗಾಳಿ ಸೋಕಿ ಮ್ಯಾಸಬೇಡರು ಊರೊಳಗೇ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಇನ್ನು ಕೆಲವು ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮ್ಯಾಸರ ಹಟ್ಟಿಗಳು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಿದ್ದು ತಮ್ಮತನವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡಿವೆ. ‘ಮ್ಯಾಸ’ ಎನ್ನು ಪದವೇ ಇವರ ಉಪಜೀವನದ ಕಾಯಕವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಇವರು ದನಕರುಗಳನ್ನು, ಮೇಕೆಗಳನ್ನು, ಕುರಿಗಳನ್ನು ಮೇಯಿಸಿಕೊಂಡು ಕಾಡುಗೊಲ್ಲರಂತೆಯೇ ಅಲೆಮಾರಿಯಾಗಿದ್ದವರು. ನಂತರದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಕಡೆ ನೆಲೆಸಿ ಹಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಂಡು ವಾಸಿಸತೊಡಗಿದರು. ಅದರಿಂದ ಇವರನ್ನು ಮೇಸರು, ಮೇಯಿಸುವವರು, ಮೇಯಿಸುವ ಮ್ಯಾಸರು ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ‘ಮ್ಯಾಸಬೇಡರು’ ಎಂಬ ಪದ ಎರಡು ವೃತ್ತಿ ಸೂಚಕ ಪದಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು ಒಂದು ದನ ಮೇಯಿಸುವವರು ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಂದು ಬೇಟೆಯಾಡುವುದಾಗಿದೆ. ಈ ವೃತ್ತಿಗಳಿಂದ ಇವರ ಜಾತಿಯನ್ನು ‘ಮ್ಯಾಸಬೇಡರು’ ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಗುರುತಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಾನವನ ಉಗಮದ ತರುವಾಯ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಬೇಟೆಗಾರರೇ ಆಗಿದ್ದರು. ವಿಕಾಸ ಹೊಂದುತ್ತಾ ಒಂದೊಂದೇ ಸಮುದಾಯಗಳು ಶ್ರೇಣೀಕೃತಗೊಂಡವು. ಹೀಗೆ ಬೇಡರ ಕುರಿತಂತೆ ಪುರಾತನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಬಹು ದೀರ್ಘವಾದ ಇತಿಹಾಸವಿದ್ದು, ಭಾರತದ ಮೂಲನಿವಾಸಿಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವಾದ ಸಮುದಾಯವೆಂಬುದರಲ್ಲಿ ಸಂಶಯವಿಲ್ಲ. ಕರ್ನಾಟಕದ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಆನೆಗುಂದಿಯೇ ಬೇಡ ಸಮುದಾಯದ ಮೊದಲನೇ ಪಾಣಿಪಟ್ಟೆಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಸುಮಾರು ಹತ್ತನೇ ಶತಮಾನದಲ್ಲೇ ಬೇಡ ಪಾಳೆಗಾರರು ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಬಂದರೆಂದು ಸಮರ್ಥಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಈ ಬುಡಕಟ್ಟಿನ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ವಿಶೇಷತೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ಹಬ್ಬ-ಹರಿದಿನಗಳಲ್ಲಿ, ಮದುವೆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಗರ್ಭಿಣಿ, ಬಾಣಂತನ ಹೀಗೆ ಋತುಮಾನಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಬೇಡರು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಮಾಂಸ, ಹಾಲು, ಮೊಟ್ಟೆ, ಸೊಪ್ಪು, ತರಕಾರಿ, ಗೆಡ್ಡೆ-ಗೆಣಸುಗಳು, ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳು, ಹಾಲಿನೋತ್ಪನ್ನಗಳಂತಹ ಪೌಷ್ಟಿಕಯುಕ್ತ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಇವರ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗಗಳಾಗಿದ್ದವು. ನವಣೆಯನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳಿಂದ ತಯಾರಾದ ಖಾದ್ಯ, ಸಜ್ಜೆ ಅನ್ನ-ಮಜ್ಜಿಗೆ, ಹುಣಸೆ ಮತ್ತು ಬೇವಿನ ರಸದ ಮಿಶ್ರಣ, ಗುಗ್ಗರಿ, ಕೊಬ್ಬರಿ ಖಾರಾ, ಸಬ್ಬಕ್ಕಿ ಪಾಯಸ ಹೀಗೆ ಮೊದಲಾದ ಋತುಮಾನಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಬರುವ ಹಬ್ಬ ಹರಿದಿನಗಳ ಸಂದರ್ಭಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಮೂಲದಿಂದಲೂ ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಪ್ರಸ್ತುತ ದಿನಮಾನಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಆಧುನೀಕರಣ, ಜಾಗತೀಕರಣಗಳ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ಹಾಗೂ ಸರ್ಕಾರದ ಆಹಾರ ಭದ್ರತೆಯಂತಹ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಂದ ತಮ್ಮ ಆಹಾರಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತಂದುಕೊಳ್ಳುವ ಅನಿವಾರ್ಯತೆಯ ಸವಾಲು ಈ ಬೇಡ ಬುಡಕಟ್ಟಿನ ಮುಂದಿದೆ. ಇವರು ನೂತನ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಗೆ ಒಲ್ಲದ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಒಗ್ಗಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬೆನ್ನಿಗೆಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಅಧ್ಯಯನದ ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಬೇಡ ಬುಡಕಟ್ಟಿನ ಮೂಲ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದು.
- ಬೇಡ ಬುಡಕಟ್ಟಿನ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಾದ ಬದಲಾವಣೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾದ ಅಂಶಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದು.

ಬೇಡರ ಮೂಲ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ

ಕರ್ನಾಟಕದವರೇ ಆದ ಡಾ.ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿ ಹನೂರು, ಪ್ರೊ.ಲಕ್ಷ್ಮಣ್ ತೆಲಗಾವಿ, ಡಾ.ಮೀರಸಾಬಿಹಳ್ಳಿ ಶಿವಣ್ಣ, ಡಾ.ಕರಿಶೆಟ್ಟಿ ರುದ್ರಪ್ಪ, ಡಾ.ವಿರುಪಾಕ್ಷಿ ಪೂಜಾರಹಳ್ಳಿ ಹೀಗೆ ಮೊದಲಾದ ವಿದ್ವಾಂಸರುಗಳು ಬೇಡ ಬುಡಕಟ್ಟನ್ನು ಕುರಿತು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ್ದು, ಇವರೆಲ್ಲರ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಂತೆ ಈ ಬುಡಕಟ್ಟಿನ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯತೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿರುವುದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಬೇಡರು ಉಪಜೀವನ ವೃತ್ತಿಗನುಗುಣವಾಗಿ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಮೈಗೂಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದು, ಹಬ್ಬ-ಹರಿದಿನ, ಮದುವೆ, ಬಾಣಂತನ, ಸಾವು ಹೀಗೆ ಹಲವಾರು

ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಆಯ ವೃತುಮಾನಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದು ಇವರ ವಾಡಿಕೆ. ನವಣೆಯನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳಿಂದ ತಯಾರಾದ ಖಾದ್ಯ, ಸಜ್ಜೆಅನ್ನ-ಮಜ್ಜಿಗೆ, ಹುಣಸೆ ಮತ್ತು ಬೇವಿನ ರಸದ ಮಿಶ್ರಣ (ಯುಗಾದಿ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ), ಗುಗ್ಗರಿ, ಕೊಬ್ಬರಿಖಾರಾ, ಸಬ್ಬಕ್ಕಿ ಪಾಯಸ, ಬೇಟೆಯ ಮೂಲಕ ವಿಭಿನ್ನ ಪ್ರಾಣಿ-ಪಕ್ಷಿಗಳ ಮಾಂಸದಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಖಾದ್ಯ (ಮೊಲ, ಜಿಂಕೆ, ಕಾಡುಹಂದಿ, ಮುಳ್ಳುಹಂದಿ, ಚಿಪ್ಪುಹಂದಿ, ಉಡ ಇತ್ಯಾದಿ), ಗೆಡ್ಡೆ ಗೆಣಸು, ಹಾಲಿನೋತ್ಪನ್ನಗಳು, ಜೇನುತುಪ್ಪ, ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಹಸಿರುಸೊಪ್ಪು, ತರಕಾರಿಗಳು, ಸೀಬೆ, ಪರಂಗಿ, ಹಲಸು, ನೆಲ್ಲಿಯಂಥಹ ಹಣ್ಣುಗಳು ಇವರ ದೈನಂದಿನದ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವಾಗಿದ್ದವು. ಹೊನ್ನುಗ್ಗಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಹೊಸದಾಗಿ ಒಕ್ಕಿದ ದೊಡ್ಡ ಜೋಳದ ಧಾನ್ಯವನ್ನು ಬಳಸಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಪಾಯಸ, ಬೆಲ್ಲದ ಹಾಲು, ರವೆಗಂಜಿ ಇವರ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳಾಗಿದ್ದವು. ಇವರು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ರಾಗಿಮುದ್ದೆ, ರೊಟ್ಟಿ, ಅನ್ನ, ಹೋಳೆಗನ್ನು, ಹಾಗೂ ಇತರ ಸಿಹಿ ಖಾದ್ಯಗಳನ್ನು ಇಷ್ಟಪಟ್ಟು ಸೇವಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಬೇಡರ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯ ಕೆಲವು ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳು

ಸಜ್ಜೆ ಅನ್ನ-ಮಜ್ಜಿಗೆ ಇವರಿಗೆ ಬಲು ಇಷ್ಟವಾದ ಆಹಾರವಾಗಿದೆ. ಮಾಂಸಹಾರಿಗಳಾದ ಇವರು ಹಿಂದೆ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತಿದ್ದ ಮೊಲ, ಜಿಂಕೆ, ಉಡ, ಮೀನು, ಗೌಜಲಕ್ಕಿ ಮುಂತಾದ ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಬೇಟೆಯಾಡಿ ಆಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಪ್ರಸ್ತುತ ಮೇಕೆ, ಕುರಿ, ಕೋಳಿಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಇವರಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಬೆಡಗಿನವರು ಕೆಲವು ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತಿನ್ನುವುದಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಬೊಮ್ಮದೇವಡ್ಡು ಬೆಡಗಿನವರು ನವಣೆ ತಿನ್ನುವುದಾಗಲಿ, ಮುಟ್ಟುವುದಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಬೆಳೆಯುವುದಾಗಲಿ ನಿಷಿದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ ಈಚಲು ಮರದಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಆಹಾರ-ಪಾನೀಯಗಳು ಹಾಗೂ ಕೋಳಿ ಸಾಕುವುದು ಮತ್ತು ತಿನ್ನುವುದು ಕೂಡ ನಿಷಿದ್ಧವಾಗಿದೆ.

ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಬೇಡ ಜನಾಂಗದ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ

ಹಿಂದೆ ಬೇಡ ಬುಡಕಟ್ಟು ಸಮುದಾಯದ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಅವರು ವಾಸಿಸುವ ಭೌಗೋಳಿಕ ಪರಿಸರವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿತ್ತು. ಆದರೆ ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಇವರ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿವೆ. ಹಿಂದೆ ಇವರು ಸ್ವತಃ ಅವರ ಜಮೀನು/ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಕುಟ್ಟಿ, ಬೀಸಿ, ನಾದಿ, ಬೇಯಿಸಿ ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಇಂದು ಇದು ಬದಲಾಗಿದೆ. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಕೊಂಡು ತಿನ್ನುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯಿಲ್ಲದ ಆಹಾರ ಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಿ ಆಹಾರಕ್ಕೆ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದಲ್ಲದೆ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ನೀಡುವ ನ್ಯಾಯಬೆಲೆ ಅಂಗಡಿಗಳ ಮೂಲಕ ನೀಡುವ ಅಕ್ಕಿ ಮತ್ತಿತರ ಧವಸ-ಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಗರ ಮತ್ತು ನಗರದಂಚಿನ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವವರು ಗೋಬಿ, ಪಾನಿಪುರಿ, ಪಿಝಾ, ಬರ್ಗರ್ ಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಿ ರುಚಿನೋಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಜೊತೆಗೆ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣ ಬಣ್ಣದ ಪ್ಯಾಕೆಟ್ಗಳಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಸಿದ್ಧ ಅಡುಗೆ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಬಳಸಲೇಬೇಕಾದ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ ಇವರ ಮುಂದಿದೆ. ಸಬ್ಬಕ್ಕಿ ಪಾಯಸ, ಹೊನ್ನುಗ್ಗಿ, ರೊಟ್ಟಿಗಳ ಜಾಗವನ್ನು ಇಂದು ಚಿತ್ರಾನ್ನ, ಪುಳಿಯೊಗರೆ, ಇಡ್ಲಿ, ದೋಸೆ, ಮ್ಯಾಾಗಿಗಳು ಆಕ್ರಮಿಸಿವೆ.

ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯ ಬದಲಾವಣೆಗೆ ಕಾರಣಗಳು

ಬೇಡ ಬುಡಕಟ್ಟು ಸಮುದಾಯದ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಗೆ ಹಲವಾರು ಕಾರಣಗಳಿವೆ. ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಬಡತನ ಬಂಡವಾಳದ ಕೊರತೆ ಮುಂತಾದ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ವ್ಯವಸಾಯದಿಂದ ವಿಮುಖರಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಬೇಟೆಯಾಡುವುದು ಕಾನೂನಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸರ್ಕಾರ ನಿಷೇಧವೇರಿತು. ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆಹಾರ ಭದ್ರತೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಿಂದ (ಸಾರ್ವಜನಿಕ ವಿತರಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆ) ಇವರು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ರಾಗಿಯೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಜೊತೆಗೆ ಮೊಟ್ಟೆ, ಸಕ್ಕರೆ, ಬೇಳೆಕಾಳು, ತುಪ್ಪ, ಎಣ್ಣೆಯಂತಹ ಪೌಷ್ಟಿಕಯುಕ್ತ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡರೂ ಅದು ಈ ಹಿಂದೆ ಸಮುದಾಯವು ಒಗ್ಗಿಕೊಂಡಿದ್ದ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಗೆ ಬದಲಿಯಾಗಲಾರದು. ಅಲ್ಲದೆ ತಮ್ಮನ್ನು ನಾಗರಿಕರೆಂದು ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಸುಸಂಸ್ಕೃತರೆಂದು ತೋರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಆಧುನಿಕ ಜಾಯಮಾನದವರೆಂದು ಬಿಂಬಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ನೆರೆಹೊರೆಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೀಗೆ ನಾನಾ ಬಗೆಯ ಕಾರಣದಿಂದ ಈ ಬೇಡ ಸಮುದಾಯದವರು ತಮ್ಮ ಮೂಲ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಕೈ ಬಿಡುತ್ತಾ ಆಧುನಿಕ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಮೈಗೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೂ ಇಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಸಲಹೆಗಳು

- ಸಾರ್ವಜನಿಕ ವಿತರಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಡಿಯಲ್ಲಿ ಇವರಿಗೆ ನೀಡಲಾಗುವ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಸರ್ಕಾರ ಕಾಪಾಡಬೇಕು.
- ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರು ಹಾಗೂ ಆಶಾಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರ ಮೂಲಕ ವಿಟಮಿನ್ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ವಿತರಿಸಬೇಕು.
- ಅವರ ಮೂಲ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯ ಮಹತ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ಫಾಸ್ಟ್ ಫುಡ್‌ಗಳಿಂದಾಗುವ ಅನಾಹುತಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಬೇಕು.

ಉಪಸಂಹಾರ

ಬುಡಕಟ್ಟು ಸಮುದಾಯಗಳು ಇಂದು ಸಂಕ್ರಮಣದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಿಂತಿವೆ. ಅನೇಕ ಬುಡಕಟ್ಟು ಸಮುದಾಯಗಳು ಆಧುನಿಕತೆಯ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಒಕ್ಕಲೇಳುತ್ತಲಿವೆ. ಆಧುನಿಕತೆಯ ಒಳಗಡೆ ಇರುವ ಕ್ರೈಯಮ್, ಲಾಭದಾಯಕತೆ ಇವರನ್ನು ಸಂಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ಸಿಲುಕುವಂತೆ ಮಾಡಿದೆ. ಅದರಂತೆ ಬೇಡರು ಭಾರತದ ಮೂಲ ನಿವಾಸಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಗ್ರಸ್ಥಾನವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದು, ಪ್ರಸ್ತುತ ದಿನಮಾನಗಳಲ್ಲಿ ನಗರೀಕರಣ, ವಿಭಕ್ತ ಕುಟುಂಬಗಳ ಹೆಚ್ಚಳ, ಶಿಕ್ಷಣ, ಉದ್ಯೋಗ, ನಾಗರಿಕತೆಗಳ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಆಹಾರಕ್ರಮವನ್ನು ಬದಲಿಸಿಕೊಂಡು ಹವವಾರು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಸಿಲುಕಿರುವುದು ವಿಷಾದದ ಸಂಗತಿಯಾಗಿದೆ. ಇದರ ಕುರಿತಂತೆ ಇನ್ನು ಸಾಕಷ್ಟು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ನಡೆದು ಇವರ ಸರ್ವತೋಮುಖ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ವಾತಾವರಣ ನಿರ್ಮಾಣ ಮಾಡುವುದು ಸರ್ಕಾರದ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಪರಾಮರ್ಶನ ಗ್ರಂಥಗಳು

- ಆಶಾರಾಣಿ ಎಂ.ಪಿ. (2019). ಚಿತ್ರದುರ್ಗ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಬೇಡ ಬುಡಕಟ್ಟಿನ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಗಳು. ಕರ್ನಾಟಕ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿ
- ಬೋರಲಿಂಗಯ್ಯ ಹಿ.ಚಿ. (2006). ಗಿರಿಜನ ನಾಡಿಗೆ ಪಯಣ. ಕನ್ನಡ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಇಲಾಖೆ.
- ಬೋರಲಿಂಗಯ್ಯ ಹಿ.ಚಿ. ಮತ್ತು ಎ. ಎಸ್. ಪ್ರಭಾಕರ. (2003). ಬುಡಕಟ್ಟು ಅಧ್ಯಯನ. ಪ್ರಸಾರಾಂಗ, ಕನ್ನಡ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ.
- ಗಂಗಾಧರ ದೈವಜ್ಞ (2000). ಬುಡಕಟ್ಟು ಸಮಾಜ, ಹುಟ್ಟು-ಸಾವಿನ ನಡುವೆ. ಪ್ರಸಾರಾಂಗ, ಕನ್ನಡ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ.
- ಕರಿಶೆಟ್ಟಿ ರುದ್ರಪ್ಪ, 'ಮ್ಯಾಸನಾಯಕರು ಒಂದು ಜನಾಂಗೀಯ ಅಧ್ಯಯನ'
- ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿ ಹನೂರು. (1993). ಮ್ಯಾಸಬೇಡರ ಸಂಸ್ಕೃತಿ. ಕರ್ನಾಟಕ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿ.
- ಮೈತ್ರಿ ಕೆ.ಎಂ. (2002). ಬುಡಕಟ್ಟು ಕುಲಕಸುಬುಗಳು. ಪ್ರಸಾರಾಂಗ, ಕನ್ನಡ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ.
- ಮೀರಸಾಬಿಹಳ್ಳಿ ಶಿವಣ್ಣ. (2009). ಮ್ಯಾಸಮಂಡಲ. ಕನ್ನಡ ಪುಸ್ತಕ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ.
- ವಿರುಪಾಕ್ಷ ಪೂಜಾರಹಳ್ಳಿ. ಚಿತ್ರದುರ್ಗ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಬುಡಕಟ್ಟು ವೀರರು.
- ಪ್ರೇಮಪಲ್ಲವಿ. (2019). ಮ್ಯಾಸಬೇಡ ಬುಡಕಟ್ಟಿನ ಆರಾಧ್ಯದೈವಗಳು: ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಅಧ್ಯಯನ. ಕರ್ನಾಟಕ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿ.
- ಶಂಕರ ನಾರಾಯಣ ತೀ.ನಂ. (1982). ಕಾಡುಗೊಲ್ಲರ ನಂಬಿಕೆ ಮತ್ತು ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳು. ಪ್ರಸಾರಾಂಗ, ಮೈಸೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯ.
- Ghosh-Jerath, S., Kapoor, R., Barman, S., Singh, G., Singh, A., Downs, S., & Fanzo, J. (2021). Traditional food environment and factors affecting Indigenous food consumption in Munda Tribal community of Jharkhand, India. *Frontiers in Nutrition*, 7.
- Jai Prabhakar S C, and Gangadhar M.R. (2011). Dietary Status of Jenu Kuruba and Yerava. Tribal Children of Mysore District, Karnataka. *Anthropologist*, p.p. 159-161
- Jyothi, D. B. (2012). Social Relationship among Beda Tribes of Karnataka. *Global Journal for Research Analysis*, 3(1), 110–112.