ಸಮುದ್ರ ಮಥನ

ಸಮಯೋಚಿತ ಲೇಖನ

‘ಚಳಿಗಾಲವೂ ಆರೋಗ್ಯವೂ..’, ಡಾ.ಕೆ.ಎಸ್. ಪವಿತ್ರ ಅವರ ಮುಖಪುಟ ಲೇಖನ (ಸುಧಾ, ಡಿ.22) ಸಮಯೋಚಿತವಾಗಿದೆ. ಚಳಿಗಾಲದ ಆಗಮನ ಆರಾಮದಾಯಕವೇ. ಆದರೆ ಹಿರಿಯರಿಗೆ ಕಿರಿಯರಿಗೆ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಆರಂಭವಾಗುವುದೇ ಈ ಕಾಲದಲ್ಲಿ. ಲೇಖಕರು ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

—ಗಾಣಧಾಳು ರಾಮಣ್ಣ ಚಿತ್ರದುರ್ಗ, ವಿಭಾ ಮುರಳೀಧರ್ ತುಮಕೂರು, ಬಿ.ಎಂ.ಶಿವಲಿಂಗೇಗೌಡ ಬೇವಿನಹಳ್ಳಿ, ಮಧುರಾ ಎಸ್. ಬೆಂಗಳೂರು

ಎದುರಿಸಬಹುದು

ಲೇಖಕಿ ಬರೆದಿರುವ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಚಾಚೂ ತಪ್ಪದೆ ಪಾಲಿಸಿದರೆ ಚಳಿಗಾಲವನ್ನು ಸಹಜವಾಗಿ ಎದುರಿಸಬಹುದು.

—ಕೃಷ್ಣ ಜೋಶಿ ಧಾರವಾಡ

ವಿಚಾರಪೂರ್ಣ

‘ವಿಚಾರ ಲಹರಿ’ಯಲ್ಲಿ ‘ಯುದ್ಧೋನ್ಮಾದ ಎಂಬ ವ್ಯಸನ’ (ಮೂಚಿ) ವಿಚಾರಪೂರ್ಣ.

—ಮಹಾವೀರ ಕಾಸರ ಶಿವಮೊಗ್ಗ

ಮೆಚ್ಚುಗೆಯ ವಿಷಯ

ಫ್ಯಾಷನ್ ಲೇಖನ ‘ಸಾಟಿಯಿಲ್ಲದ ಪಟೋಲ ಸೀರೆ’ (ಜಯಶ್ರೀ ಕಾಲ್ಕುಂದ್ರಿ) ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಉಳ್ಳವರು ಮಾತ್ರ ಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ಸೀರೆ ಇದು. ನೇಯ್ಗೆಗಾರರ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ‘ಹ್ಯಾಟ್ಸಾಫ್’ ಹೇಳಲೇ ಬೇಕು. ಆಧುನಿಕ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದ ಸೋಂಕೇ ಇಲ್ಲದೆ ವಿಶಿಷ್ಟ ರೀಯ ಸೀರೆ ಕೈಮಗ್ಗದಲ್ಲೇ ತಯಾರಾಗುವುದು ಮೆಚ್ಚುಗೆಯ ವಿಷಯ.

—ಮಧುರಾ ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ಬೆಂಗಳೂರು

ಆಕರ್ಷಕ

‘ಗುಡವಿಯಲ್ಲಿ ಕಲವರ’ (ಸುನೀಲ ಬಾರ್ಕೂರ) ಚಿತ್ರ ಲೇಖನ ಬಹಳ ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿದೆ. ಮಂಡಗದ್ದೆ ಒಂದೇ ಸುಂದರ ಪಕ್ಷಿಧಾಮ ಎಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ಈ ಲೇಖನ ಓದಿ ಶಿವಮೊಗ್ಗದಲ್ಲಿ ‘ಗುಡವಿ’ ಪಕ್ಷಿಧಾಮವೂ ಪ್ರವಾಸಿ ಸ್ಥಳ ಎಂದು ತಿಳಿಯಿತು.

—ನಾರಾಯಣಯಾಜಿ ಶಿರಾಲಿ, ಬಿ.ಎಂ. ಶಿವಲಿಂಗೇಗೌಡ ಬೇವಿನಹಳ್ಳಿ

ಮೆಚ್ಚುಗೆಯಾಯಿತು

‘ಹೊಟ್ಟೆಬಾಕರು’ ಕಥೆ (ಡಾ.ಮನೋಜ ಗೋಡಬೋಲೆ) ಮೆಚ್ಚುಗೆಯಾಯಿತು. ಹಾಸ್ಟೆಲ್ ಊಟ ತಿಂಡಿಯಿಂದ ಬೇಸತ್ತಿದ್ದ ಮಹಿಳೆಯರು ಒಂದು ದಿನವಾದರೂ ಅನಾಯಾಸವಾಗಿ ಒದಗಿ ಬಂದ ಮನೆ ಊಟದ ರುಚಿಯನ್ನು ಮನದುಂಬಿ ಆಸ್ವಾದನೆ ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ಕಥೆಗಾರರು ಸ್ವಾರಸ್ಯವಾಗಿ ವರ್ಣಿಸಿದ್ದಾರೆ.

—ಸುಂದರ್ ಬೆಂಗಳೂರು

ಮನ ಸೆಳೆಯಿತು

‘ಮಿನುಮಿನುಗುವ ಮ್ಯೂನಿಕ್’ (ಎಸ್.ಪಿ. ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ) ಸಚಿತ್ರ ಪ್ರವಾಸ ಲೇಖನ ಮನ ಸೆಳೆಯಿತು.

—ಉಷಾ ಸೊಗಾಲ್, ಎಚ್.ಎಸ್. ಶ್ರೀಮತಿ ಬೆಂಗಳೂರು, ಎಸ್.ಚನ್ನಪ್ಪ ಮೈಸೂರು

ಸಾಧನೆಯ ಶಿಖರ ‘ಜಯ’

‘ಕೋಮಲವಲ್ಲಿಯ ಕನಸುಗಳು..!’ (ಎನ್.ಜಗನ್ನಾಥ ಪ್ರಕಾಶ್) ಜಯಲಲಿತಾ ಬಗೆಗಿನ ಲೇಖನ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ. ಕರ್ನಾಟಕದ ಮಗಳು ತಮಿಳುನಾಡಿನ ‘ಅಮ್ಮ’ನಾಗಿ, ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿ ಯಾಗಿ ಕೋಟ್ಯಂತರ ಅಭಿಮಾನಿಗಳನ್ನು ಗಳಿಸಿ ಸಾಧನೆಯ ಶಿಖರ ಏರಿದ್ದು ಹೆಮ್ಮೆಯ ವಿಚಾರ.

—ಬಿ.ಚಾಮರಾಜ ಅರಸ್ ಮೈಸೂರು, ಮುಕುಂದ ಹೆರಕಲ್ಲ ಕಲಬುರಗಿ, ಎಂ.ಮೃತ್ಯುಂಜಯಪ್ಪ ಚಿತ್ರದುರ್ಗ, ಎಸ್.ವಿ. ಶ್ರೀನಿವಾಸ್ ಮೈಸೂರು, ಮೇ.ಗೋ.ಸುಬ್ಬಣ್ಣ ಮೇಗರವಳ್ಳಿ, ಎಚ್.ಆನಂದಕುಮಾರ್ ಚಿತ್ರದುರ್ಗ, ರವೀಂದ್ರನಾಥ ಶಿ.ಯಡಹಳ್ಳಿ, ಡಾ.ಕೆ.ಕೆ. ಜಯಚಂದ್ರಗುಪ್ತ ಹಾಸನ

ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಮಾದರಿ

ಜಯಲಲಿತಾ ಅವರ ಜೀವನವೇ ಒಂದು ಯಶೋಗಾಥೆ. ಅವರ ಜೀವನದ ಅನೇಕ ಘಟನೆಗಳು ಸೋಜಿಗ ಉಂಟು ಮಾಡಿದವು. ಎತ್ತರೆತ್ತರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆದ ದಿಟ್ಟ ಮಹಿಳೆ ಜಯಲಲಿತಾ ಅವರ ಸಾಧನೆ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಮಾದರಿಯಾಗಬಹುದು.

—ಬಾಳ್ಳುಪೇಟೆ ನೀಲಕಂಠಪ್ಪ ಹಾಸನ

ಮನಸೂರೆಗೊಂಡವು

ಜಯಲಲಿತಾ ಕುರಿತ ಲೇಖನ ಹಾಗೂ ಆಕೆಯ ಹಳೆಯ ಫೋಟೊಗಳು ಮನಸೂರೆಗೊಂಡವು. ಒಬ್ಬ ಮಹಿಳೆ ತನ್ನ ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಇಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ಸಾಧಿಸಿ ಪ್ರಸಿದ್ಧಿಗೆ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂಬುದು ಲೇಖನ ಓದಿ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು. ಸಿನಿಮಾ ರಂಗದಿಂದ ರಾಜಕೀಯ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಪ್ರಸಿದ್ಧರಾದ ಎನ್.ಟಿ.ರಾಮರಾವ್ ಕೂಡ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಮಾದರಿ, ಅವರ ಹಾದಿಯೇ ಜಯಲಲಿತಾ ಕೂಡ ಹಿಡಿದು ಜನಮನ್ನಣೆ ಗಳಿಸಿದ್ದು.

—ಎಚ್.ಆರ್. ದೇಸಾಯಿ ರಾಯಚೂರು

ಅರ್ಥವಿಲ್ಲದ ಅಡಿಬರಹ

ನಗೆಹೊನಲು ಪುಟದಲ್ಲಿ ಪಿ.ಜಿ. ನಾರಾಯಣ ಅವರ ಕಾರ್ಟೂನ್‌ನಲ್ಲಿ ‘ಆ್ಯಂಕರ್’ ಶಬ್ದದ ಬದಲಿಗೆ ‘ಅಂಕಲ್’ ಎಂದು ಎರಡೆರಡು ಬಾರಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಿದೆ. ಅರ್ಥವೇ ಇಲ್ಲದ ಅಡಿಬರಹ, ಓದಲು ಕಿರಿಕಿರಿ.

—ಎಸ್.ವಿ. ನಾಗರಾಜ ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ

ಸಂಧಿಲಿನ್
SANDHILIN सन्धिलिन

ಗಂಟು ನೋವು, ಬೆನ್ನು ನೋವು, ಮಾಂಸ ಖಂಡಗಳ ಸೆಳೆತ, ನರ, ವಾತ ಸಂಬಂಧಿ

ನೋವಿಗೆ ಶೀಘ್ರ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ

CLINICALLY PROVED

- ಜಿಡ್ಡು ರಹಿತ ‘ಸಂಧಿಲಿನ್’ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದದ ಋಷಿಮುನಿಪ್ರಣೀತ ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತವಾಗಿ, ಅತ್ಯಾಧುನಿಕ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿ ತಯಾರಿಸಲಾಗಿದೆ.
- ಇದು ಗಂಟುನೋವು, ಬೆನ್ನುನೋವು, ಉಳುಕು, ಮಾಂಸ ಖಂಡಗಳ ಸೆಳೆತ, ನರ, ವಾತ ಸಂಬಂಧಿ ನೋವುಗಳಿಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ.
- ತ್ವಚೆಗೆ ಹಿತಕರವಾಗಿದ್ದು ಚರ್ಮ ಅಥವಾ ಬಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ಯಾವುದೇ ಜಿಡ್ಡು, ಕಲೆಗಳು ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ತಯಾರಕರು

SDM AYURVEDA PHARMACY

ISO / GMP CERTIFIED

ಶ್ರೀ ಧರ್ಮಸ್ಥಳ
ಮಂಜುನಾಥೇಶ್ವರ ಆಯುರ್ವೇದ ಫಾರ್ಮಸಿ
ಕುತ್ಪಾಡಿ – 574 118, ಉಡುಪಿ ಜಿಲ್ಲೆ, ಕರ್ನಾಟಕ
Ph / Fax: 0820 - 2520852
Email: sdmaph@gmail.com

ಇದು ‘SDM ಆಯುರ್ವೇದ ಫಾರ್ಮಸಿ’ಯ ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಉತ್ಪನ್ನ