

20

## ನೀವು ವಿಷ ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದೀರಾ?

ಎಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ ಈ ತರಕಾರಿ.. ಎಂದು ಆಸೆಯಿಂದ ಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಅವುಗಳ ಗಾತ್ರ, ಬಣ್ಣಗಳನ್ನು ಬೆರಗುಗಟ್ಟುಗಳಿಂದ ಹೊಗಳುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಆ ಮೂಲಕ ನಾವು ವಿಷಸೇವನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎನ್ನುವುದೇನಾದರೂ ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತೆ?

★ ಎಚ್.ಎಸ್. ಪ್ರೇಮಾ

## ಲೇಖನಗಳು

- 6 ಔಷಧಿಯ ಗುಣಗಳ ಚೇಮುಳ್ಳು - ಸಿ.ಎಸ್.ಸುರೇಶ್
- 30 ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ಕಾಡುವ ಸೋಂಕು - ಡಾ.ವೀಣಾ ಭಟ್
- 34 ಬದುಕ ಕಲಿಸಿದ ಹಿರಿಜೀವ - ಬಸವರಾಜ ಕಲ್ಲುಡಿ
- 42 ವಿವೇಕಾನಂದ ಶಿಲಾಸ್ಥಾರಕ - ಡಾ.ಹೆಚ್.ಚಂದ್ರಶೇಖರ
- 57 ವೂಗಿ ವಿದಾಯ - ಪ್ರಮೋದ್ ಜಿ.ಕೆ.
- 60 ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತಿರುವ ಪತ್ರ ಸಂಸ್ಕೃತಿ - ಶಿವಬಿಲ್ಲವ ನಾಯ್ಕನಕಟ್ಟೆ
- 62 ಹೀರೆಯ ಪಾಯಸ... - ನೇತ್ರಾ ಗಣಪತಿ ಸಾಗರ

## ಫ್ಯಾಷನ್-ಪ್ರವಾಸ

- 32 ಟ್ಯಾಟೂ ಫ್ಯಾಷನ್ - ಧಾರಣಿ ಹೆಚ್.ಬಿ.
- 36 ಪ್ಲಾಮ್ ಪಟ್ಟಣದ ರೈಲು ದಾರಿ! - ಸರಸ್ವತಿ ನಟರಾಜ್



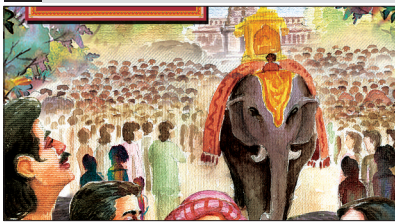
ಹೆನ್ ಸ್ಟ್ಯಾಂಡ್ ಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ವೈ ಫೈ



## ಕಥೆ-ಧಾರಾವಾಹಿ

- 44 ದಿ ಟೀಚರ್... - ಕಮಲಾ ನರಸಿಂಹ

## 50 ರಾಜ ಒಡೆಯರ್-15






**72 ವಂಡರ್ ಪುಟ**


ಬೆಂಕಿ ಬಂಡೆ!  
-ವಿದ್ಯಾ ಹಾಲಭಾವಿ

**74 ಚಿತ್ರಸುಧಾ**



ಹರ್ಷಿಕಾ ದರ್ಬಾರ್.. -ರಘು

ವೀಣಾ ಪರಿಣಯ -ಅಮಿ



9 ಜನವರಿ 2014  
ಸಂಪುಟ 50 ಸಂಚಿಕೆ 2



ಸಂಪಾದಕ  
ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್

**ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ**

ಹಾಯ್... ಹೈಡೆಲ್ ಬರ್ಗ್!

ಮುಖಪುಟ ವಿನಾಸ  
ಈಶ್ವರ ಎಸ್. ಬಡಿಗೇರ

ವಿಳಾಸ:  
ಸಂಪಾದಕರು, 'ಸುಧಾ' ವಾರಪತ್ರಿಕೆ,  
75, ಮಹಾತ್ಮ ಗಾಂಧಿ ರಸ್ತೆ,  
ಬೆಂಗಳೂರು 560 001  
ದೂರವಾಣಿ: 25880000  
ಫ್ಯಾಕ್ಸ್: 25880618

ಇ-ಮೇಲ್:  
editorsu@sudha.co.in

## ಸ್ಥಿರ ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳು

- 10 ವಿಚಾರ ಲಹರಿ-ಮಾತೆ ಮುತ್ತು •12 ನಿಮ್ಮೊಡನೆ •14 ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ •16 ಹೆಲ್ಪ್ ಫ್ಲೈಸ್-ಸಮುದ್ರ ಮಧನ
- 18 ನಗಹೊನಲು •29 ನಕ್ಕುಬಿಡಿ •48 ಜಾಣರಪಟ್ಟಿಗೆ •58 ಸುಖೀಭವ •59 ಸೈಬರ್ ಸೆಂಟರ್ •64 ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ
- 66 ಕಾಮಿಕ್ಸ್ •67 ಆಹಾ ಸುದ್ದಿ •68 ಪದಬಂಧ •69 ಭವಿಷ್ಯ •70 ನಿಮ್ಮ ಪುಟ •78 ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿ