

ಸಮುದ್ರ ಮಠನ



ಆರೋಗ್ಯದ ಕಾಳಜಿ

'ಸುಧಾ' ಜ.9ರ ಮುಖಪುಟ ಲೇಖನ ಡಾ.ಎಚ್.ಎಸ್.ಪ್ರೇಮಾ ಅವರ 'ನೀವು ವಿಷ ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದೀರಾ?' ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ಇರುವವರೆಲ್ಲರೂ ಮನದಟ್ಟು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಸಂಗತಿ.

- ಹೇಕಮಂ ಮಧ್ಯಸ್ಥ, ಫಲ್ಗುಣಿ/

ಹೇಮಾ ಮುರುಳಿ, ಕೋಣಂದೂರು/

ಮೇ.ಗೋ.ಸುಬ್ಬಣ್ಣ, ಮೇಗರವಳ್ಳಿ/ ಓಂ ಚನ್ನೇಶ್ ಅರೇಬಿಚಿ/

ಬಿ.ಎನ್.ಸೊಲ್ಲಾಪುರೆ, ಕಮಲನಗರ/ ವಿಜಯಾ, ರಮ್ಯಾ ಬೆಳ್ಳಾವೆ/ ಸು.ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ/ ಎಂ.ಮೃತ್ಯುಂಜಯಪ್ಪ, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ

ಇವೆಲ್ಲವೂ ಇಷ್ಟ

ಮುಖಪುಟ ಲೇಖನದ ಜತೆಗೆ ಚೀಮುಳ್ಳು, ಜಿ.ಎಸ್.ಎಸ್., ಪ್ಲಾಮ್ ಪಟ್ಟಣ, ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ಮಾರಕ, ಪತ್ರ ಸಂಸ್ಕೃತಿ, ಕಥೆ, ಟಿವಿ, ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ, ವಂಡರ್ ಪುಟ - ಇವೆಲ್ಲವೂ ಇಷ್ಟವಾದವು.

-ವೈ.ಎಂ.ಚಂದ್ರಶೇಖರ್ ಕೂಡಿಗಿ, ಕುಶಾಲನಗರ

ಉಪಯುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿ

'ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳ ಚೀಮುಳ್ಳು' ಸಿ.ಎಸ್.ಸುರೇಶ್‌ರ ಚಿತ್ರ-ಬರಹ ಉಪಯುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿತು.

-ಮರಿಸ್ಸಾ. ಪಿ. ಗೊನ್ನಾಲ್ವಿಸ್, ಹೊನ್ನಾವರ

ಭಿನ್ನ ವಿಚಾರ ಲಹರಿ

ಧಾರಾವಾಹಿಗಳ ಕುರಿತ ವ್ಯನತೆಯರ ವಿಚಾರ ಲಹರಿ ಈ ಬಾರಿ ಅಪರೂಪದ ವಿಷಯದಿಂದ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ. 'ಮಾತೇ ಮತ್ತು' ಸಿಂಧೂರ ತಿಲಕದಂತೆ ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.

-ಎಸ್.ಲಕ್ಷ್ಮೀನರಸಿಂಹ, ಚಾಮರಾಜನಗರ/ ಜಿ. ಸರೋಜಮ್ಮ, ನೆ.ಲ.ರಾಂ., ಬೆಳ್ಳಾವೆ ರಮೇಶ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಆಪ್ತ ಬರಹ

'ಬದುಕ ಕಲಿಸಿದ ಹಿರಿ ಜೀವ' ಜಿ.ಎಸ್.ಶಿವರುದ್ರಪ್ಪ (ಜಿಎಸ್‌ಎಸ್)ರ ಕುರಿತ ಬರಹ ಆಪ್ತವಾಗಿತ್ತು.

-ಎಚ್.ಆನಂದಕುಮಾರ್, ಬಿ.ಮೊಹಿದ್ದಿನ್ ಖಾನ್, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ/ ರುದ್ರೇಶ್ ಬಿ.ಅದರಂಗಿ, ಬೆಂಗಳೂರು/ ವೈ.ಹನುಮಂತಪ್ಪ, ದಾವಣಗೆರೆ

ವಿಚಿತ್ರವಾದರೂ, ವಾಸ್ತವ

'ದಿ ಟೀಚರ್' ಕಮಲಾ ನರಸಿಂಹರ ಕಥೆ ವಾಸ್ತವಕ್ಕೆ ಹತ್ತಿರವಾಗಿದೆ. ಶಿಕ್ಷಕ ವೃತ್ತಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಒಂದೆರಡು ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಹತ್ತಿರದಿಂದ ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಕೆಲವರು ಸಿನಿಮಾ ನಟರ ಬಗ್ಗೆ ಹೀಗೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ.

-ರೇಷ್ಮಾ ಎ.ಎಸ್., ಬಾಳೆಹೊನ್ನೂರು/ ಎಸ್.ನಿತ್ಯ, ಮೂಡಬಿದಿರೆ

ಕಥೆಯ ಅಂತ್ಯ ಅಪೂರ್ಣ

ಕಮಲಾ ನರಸಿಂಹರ ಕಥೆ 'ದಿ ಟೀಚರ್' ಕಥೆಯ ಅಂತ್ಯ ಅಪೂರ್ಣವೆನಿಸಿತು.

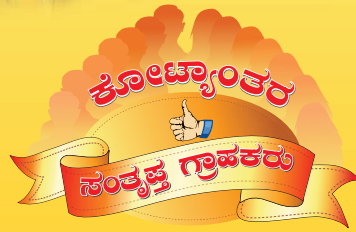
-ಎಸ್. ಪ್ರಭಾ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಮತ್ತೊಂದು 'ಸುಧಾ' ಖರೀದಿಸಿದೆ

ಫ್ಲಾಮ್ ಪಟ್ಟಣದ ರೈಲು ಮಾರ್ಗ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಜಗತ್ತಿನ ಅತಿ ಸುಂದರ ರೈಲು ಮಾರ್ಗ. ಇದರ ಪಕ್ಕದ ಪುಟದಲ್ಲೇ ಹುಲಿರಾಯನ ಆಕರ್ಷಕ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್, ಅದರ ನಂತರ ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ಮಾರಕದ ಕುರಿತ ಲೇಖನ. ಈ ತ್ರಿವೇಣಿ ಸಂಗಮದಿಂದ ಉಂಟಾದ ಸಮಸ್ಯೆ ಎಂದರೆ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್ ಅನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸುವುದು ಹೇಗೆಂದು? ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಎರಡು ಉತ್ತಮ ಲೇಖನಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ... ಕೊನೆಗೆ ರಗಳೆಯೇ ಬೇಡವೆಂದು ಇನ್ನೊಂದು 'ಸುಧಾ' ಖರೀದಿಸಿದೆ.

-ದೀಪಕ್, ಕಂಬದಕೋಣೆ

Nisargalaya™
Herbals



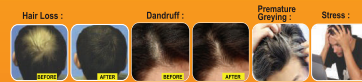
ನಿಸರ್ಗಾಲಯ ರೂಟ್ ಹೇರ್ ಆಯಿಲ್ ಮತ್ತು ಶಾಂಪೂ ಸಂವತ್ಸರ ಗ್ರಾಹಕರ ಮನದಾಳಿದ ಮಾತು

ನಾನು ರಾತ್ರಿಯಿಡೀ ನಿದ್ರೆಗೆಟ್ಟು ಓದೋದಿಂದ ನನಗೆ ನಿद्रಾಹೀನತೆ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿ ಕೂದಲು ಉದುರಿ ಒರಟಾಗುತ್ತಾ ಹೋಯ್ತು. ತಲೆ ಬಾಚೋಕೆ ಹಿಂಸೆ ಅನ್ನಿಸ್ತಿತ್ತು, ಅಲ್ಲದೆ ತುಂಬಾ ಬೇಜಾರಾಗ್ತಿತ್ತು. ಜಾಹೀರಾತು ನೋಡಿದ ನನ್ನ ತಾಯಿ ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಸೂಕ್ತ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಕೊಂಡರು, ಅದು ನಿಸರ್ಗಾಲಯ ರೂಟ್ ಹೇರ್ ಆಯಿಲ್. ಅದನ್ನು ಬಳಸೋಕೆ ಶುರುವಾದಾಗಿನಿಂದ ನನಗೆ ಕಣ್ಣು ತಂಪಾಗಿ ಕೂದಲು ಉದುರೋದು ನಿಂತಿತು, ಜೊತೆಗೆ ಒರಟಾಗಿದ್ದ ಕೂದಲು ತುಂಬಾ ಸೂತ್ ಆಯ್ತು. ನನ್ನ ಭಯ ಕೂಡಾ ಕಡಿಮೆಯಾಯ್ತು.



ನೀವೂ ಪ್ರೈ ಮಾಡಿ...

Super Stockiest : M/s MAHENDRA DISTRIBUTOR
Basavangudi, Bangalore - 560 004 Ph.: 080 26622224 / 26620700



ನಿಸರ್ಗಾಲಯ ರೂಟ್ ಹೇರ್ ಆಯಿಲ್‌ನಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಕೂದಲಿನ ಸ್ಥಳ, ಆರೋಗ್ಯ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದು ನಿಮ್ಮ ಇತ್ತೀಚಿನ 2-3 ಫಾವುಲೆಕ್ರೋಂದಿಗೆ ಅನಿಶಿತ ಬರೆದು ಕೆಳಹಿರಿ ಪಾಕರಾಕಿನ್ನಿ ಬರೆದು ಅವಲಾಕೆ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಿ

Available in all Medical & General stores and Also available at



ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಕರೆಮಾಡಿ : 9379813355, 9341366444

e-mail : info@nisargalaya.com, www.nisargalaya.com

*Condition apply. Creative Visualization with ADT Concept. *The product results may vary from person to person. For further information please refer to the user manual