

18

## ಪರೀಕ್ಷೆ ಎದುರಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?



ಪರೀಕ್ಷೆ ಎಂದೊಡನೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಆತಂಕ ಮತ್ತು ಭಯ. ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಗೆಲ್ಲುವ ಭಯವಾದರೆ, ಪ್ರತಿಭಾವಂತ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಪಡೆದು ಮೊದಲನೇ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲರಬೇಕೆಂಬ ಕಾತರ. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಜ್ವರ ಯಾರನ್ನೂ ಬಿಟ್ಟಿಲ್ಲ. ಇಂಥ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಸಮರ್ಥವಾಗಿ ಎದುರಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

★ಪದ್ಮಾವತಿ ರಾವ್

### ಲೇಖನಗಳು

- 6 ಮಂಜು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ಲೋಕ...  
-ಬಸವರಾಜ ಹವಾಲ್ದಾರ
- 8 ಕ್ಯಾಮೆರಾ ಮನ್ ಜಯಕುಮಾರ್..  
-ಯತೀಶ್ ಕುಮಾರ್ ಜಿ.ಡಿ.
- 22 ನಿಮಗಷ್ಟು ಅಂಕ ಬೇಕು?  
-ಆರ್. ತ್ರೀನಾಗೇಶ್
- 24 ಅಶ್ವತ್ಥ ಮರದ ಕೆಳಗೆ  
-ಬಿ.ಎಂ.ಹನೀಷ್
- 25 ಆ ಕೊನೆಯ ಸಂದರ್ಶನ  
-ಸುದೇಶ ದೊಡ್ಡಪಾಳ್ಯ
- 26 ರಂಗಭೂಮಿಯ ಗೆಳೆಯ  
-ರತ್ನಾ ಕರ್
- 32 'ಪ್ಯಾಸಾ' ಮೂರ್ತಿ  
-ಉಮಾ ರಾವ್
- 40 ಸಿಗುವುದೇ ಮೆದುಳಿನ ಸರ್ಕಿಟ್?  
-ಡಾ.ಜಯಕರ್ ಭಂಡಾರಿ
- 42 ಇ- ಇನ್ಸೈಡ್  
-ಬಿ.ಎನ್.ಭರತ್
- 62 ಅಡುಗೆಯಲ್ಲಿ ತುಂಥಿ..  
-ಎಸ್.ಸರಸ್ವತಿ ಎಸ್.ಭಟ್



### 72 ವಂಡರ್ ಪುಟ

ಥಾಯ್‌ಲೆಂಡಿನ ಪುರವಂತರು!  
-ಮಾವ

### ಫ್ಯಾಷನ್- ಪ್ರವಾಸ

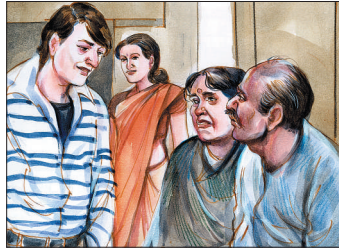
- 30 ತನು ಮನ ತೇಲಿಸುವ ಸುಗಂಧ..  
-ಸ್ಮೃತಿ
- 36 ಕವಲೇದುರ್ಗ  
-ಪಾರ್ವತಿ ಪಿಟಗಿ



58 ಉಮಾ ಜಯಕುಮಾರ್  
ಬ್ಯೂಟಿ ಟಿಪ್ಸ್

### ಕಥೆ- ಧಾರಾವಾಹಿ

- 44 ಅವರು ನಮ್ಮ ವರಲ್ಲ  
- ಅಬ್ದುಲ್ ಹಮೀದ್ ಪಕ್ಕಲಡ್ಡೆ
- 50 ಸಖೀ ಯಾರೇ ನಿನ್ನ ವನು! -10  
-ಭುವನಾ ಸುರೇಶ್



### 75 ಚಿತ್ರಸುಧಾ



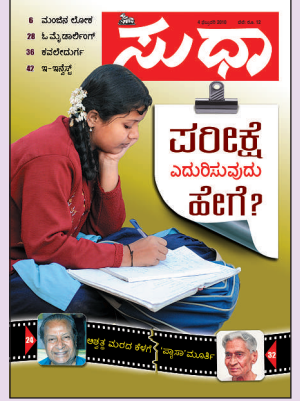
ಶಿವರಾಜ್ 100..  
-ರಘು

ಡೈನಮಿಕ್ ನಾನಾ..  
-ಬಿಂದು



4 ಫೆಬ್ರವರಿ 2010

ಸಂಪುಟ 46 ಸಂಚಿಕೆ 5



ಸಂಪಾದಕ

ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್

### ಮುಂದಿನ ವಾರ

ಪಂಪನ ಮನೆ

ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸ

ಭಾವು ಪತ್ತಾರ್

ಮುಖಪುಟ ಚಿತ್ರ: ಕಿಶೋರ್ ಕುಮಾರ್ ಬೋಳಾರ್

ವಿಳಾಸ:

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

ಇ-ಮೇಲ್:

editorsu@deccanherald.co.in

### ಸ್ಥಿರ ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳು

- 9 ಹೆಲ್ ಹೆಲ್ಸ್
- 10 ವಿಚಾರ ಲಹರಿ
- 11 ಕಾರ್ಟೂನ್
- 12 ನಿಮ್ಮೊಡನೆ
- 14 ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ
- 16 ನಗಹೊಸಲು
- 48 ಜಾಣರ ಪಟ್ಟಿಗೆ
- 59 ತನು ಮನ
- 60 ಸುಖೀಭವ
- 64 ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ
- 66 ಕಾಮಿಕ್ಸ್
- 67 ಕಾಮನ ಬಿಲ್ಲು
- 68 ಪದಬಂಧ
- 69 ಭವಿಷ್ಯ
- 70 ನಿಮ್ಮ ಪುಟ
- 78 ಸುದ್ದಿ ಸ್ವಾರಸ್ಯ