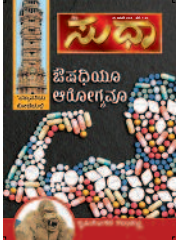




ಸಮುದ್ರ
ಮಥನ



ಉಪಯುಕ್ತ ಲೇಖನ
'ಔಷಧಿಯೂ
ಆರೋಗ್ಯವೂ..' ಡಾ.
ಅರುಣಾ ಯಡಿಯಾಳ್
ಅವರ ಮುಖಪುಟ
ಲೇಖನ ಮಾಹಿತಿಪೂರ್ಣ.
ಔಷಧಗಳ ಉಪಯೋಗ
ಹೇಗೆ, ವೈದ್ಯರು ನೀಡುವ
ಔಷಧಿಯನ್ನು ಮನ

ಬಂದಂತೆ ಸೇವಿಸಬಾರದು. ಔಷಧಿಯನ್ನು ದುರ್ಬಳಕೆ
ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಇತರರಿಗೆ ಕೊಟ್ಟ ಔಷಧಿ
ಗಳನ್ನೇ ತಾವೂ ಬಳಸುವುದು.. ಇವೆಲ್ಲಾ ಎಷ್ಟು
ಅಪಾಯಕಾರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಉದಾಹರಣೆ ಮೂಲಕ
ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದೊಂದು ಉಪಯುಕ್ತ ಲೇಖನ.

—ಗಾಣಧಾಳು ರಾಮಣ್ಣ ಚಿತ್ರದುರ್ಗ, ರುಕ್ಮಿಣಿ
ಕೃ. ದೇಶಪಾಂಡೆ ಗೋಕಾಕ, ಕುಮಾರ್ ಬೆಂಗಳೂರು,
ಕೆ.ಪಿ. ರಾಮಗುಂಡಿ ಬೈಲಹೊಂಗಲ, ಮಧುರ
ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ಬೆಂಗಳೂರು, ರಮ್ಯ ಬೆಳ್ಳಾವೆ ಉಡುಪಿ
ಎಚ್. ಆನಂದ್ ಕುಮಾರ್ ಚಿತ್ರದುರ್ಗ

ವಿಚಾರ ಲಹರಿ

'ವಿಚಾರ ಲಹರಿ'ಯಲ್ಲಿ 'ಅದು ಏನೋ ಇತ್ತು'
(ತೋಷ) ತುಂಬ ಚೆನ್ನಾಗಿತ್ತು. ನಿಜ. ಶಬ್ದದ ನೋವು
ಕವಿಗಳಿಂದ ಮತ್ತಾರಿಗೆ ಕೇಳಿಸುತ್ತದೆ? ಶಬ್ದಗಳ
ಗಾರುಡಿಗ, ಜನ ಸಾಮಾನ್ಯರ ಕವಿ ಖ್ಯಾತಿಯ
ಬೇಂದ್ರೆಯವರ 'ಅದು ಏನೋ ಇತ್ತು. ನೋ ನೋ
ನೋ ಎನ್ನುತ್ತಿತ್ತು' ಅಷ್ಟಿಷ್ಟು ಸುಂದರ ಶಬ್ದಗಳ ಜಾಲ.

—ರತ್ನಾಕರ ಹೆಗಡೆಕಟ್ಟೆ ಮೂಡುಬಿದಿರೆ
ಎಚ್. ಶಿರೇಯ ಗಂಟೆ

'ನಿಮ್ಮೊಡನೆ'ಯಲ್ಲಿ 'ಜನಗಣ ಮಂಗಳದಾಯಕ'
(ಬಿ.ಎಂ. ಹನೀಷ್) ಬರಹ ಒತ್ತಾಯದಿಂದ ದೇಶಪಟ್ಟ
ಹೇರುವವರ ವಿರುದ್ಧ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಗಂಟೆಯಾಗಿದೆ.

—ಮುಕುಂದ ಹೆರಕಲ್ಲ, ಕಲಬುರಗಿ,
ಮೀನಾಕ್ಷಿ ಕೆ. ರಾಮಗುಂಡಿ ಬೈಲಹೊಂಗಲ
ಸಮಾಧಾನಕರ

ಸಿನಿಮಾ ಮಂದಿರಗಳಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರಗೀತೆಯ ಬಗ್ಗೆ
ವಿಚಾರ ಬಹಳ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿದೆ. ಆ ಪದ್ಧತಿ
ಜಾರಿಗೆ ತರುವುದರಿಂದ ರಾಷ್ಟ್ರಪ್ರೇಮ ಖಂಡಿತಾ
ಹೆಚ್ಚದು. ಅಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಪಾನಮತ್ತರಾಗಿ
ಮಲಗಿದ್ದರೆ, ಕೆಲವರು ಚಿತ್ರಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ಹಾಯಾಗಿ
ನಿದ್ದೆ ಮಾಡುವವರೂ ಇದ್ದರು. ಇವರನ್ನು ಕಸ ಗುಡಿ
ಸಲು ಬರುವವನೇ ಎಚ್ಚರಿಸಿ ಕಳಿಸಬೇಕು. ಕೆಲವರು
ತಡವಾಯಿತೆಂದು ಅವಸರದಲ್ಲಿ ಓಡುವವರೂ
ತ್ತಾರೆ. ಇವರಿಗೆ ಬಸ್ ಹಿಡಿಯುವ ಚಿಂತೆ. ಕದ್ದು
ಮುಚ್ಚಿ ಬಂದಿರುವ ಪ್ರೇಮಿಗಳಿಗೆ, ತಮ್ಮನ್ನು ಯಾರಾ
ದರೂ ಗಮನಿಸಿಯಾರೇಂಟು ಭಯದಿಂದ ಓಡುವ
ಅನಿವಾರ್ಯತೆ. ಸದ್ಯ ಸುಪ್ರೀಂಕೋರ್ಟ್ ತನ್ನ
ನಿಲುವನ್ನು ವಾಪಸ್ ಪಡೆದಿದ್ದು ಸಮಾಧಾನಕರ.

—ಶ್ರೀನಾಥ್ ಕೋನೇಟಿ, ಬೆಂಗಳೂರು
ಚಾರಣಪ್ರಿಯರ ಸ್ವರ್ಗ
'ಕೂಡು ತೀರ್ಥ ಜಲಧಾರ' (ಶಂಕರ್ ಸಾರಥ್ಯ) ಚಿತ್ರ
ಮತ್ತು ಬರಹ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮೂಡಿಬಂದಿದೆ. ಪಶ್ಚಿಮ
ಘಟ್ಟದಂಚಿನಲ್ಲಿ ಆಗುಂಬೆ ಸೋಮೇಶ್ವರ ರಕ್ಷಿತಾರಣ್ಯ
ದಲ್ಲಿ ಋಷ್ಯಶೃಂಗರು ಮೆಟ್ಟಿದ ನೆಲದ ಮೇಲಿರುವ
ಜಲಧಾರ ಚಾರಣಪ್ರಿಯರ ಸ್ವರ್ಗವೇ ಸರಿ.

—ರಾಜಶೇಖರ ಹಾದಿಮನಿ ಧಾರವಾಡ
ಕಲಾ ಹಬ್ಬ
'ಕೃಷಿ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಕಲಾಹಬ್ಬ' (ಜೀವನ್ ಶೆಟ್ಟಿ)
ಲೇಖನ ತುಂಬ ಸುಂದರವಾಗಿದೆ. ಭತ್ತದ ಪೈರು

ಕಟಾವು ಮುಗಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಉತ್ತರ ಜಪಾನಿನ
ಗದ್ದೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಣ ಬೈ ಹುಲ್ಲುಗಳಿಂದ ನಿರ್ಜೀವ ಕಾಡು
ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಆಕೃತಿಗಳನ್ನು ರಚಿಸುತ್ತಿರುವುದು
ಅಭಿನಂದನೀಯ ಸಂಗತಿ. ಚಿತ್ರಗಳು ಕಣ್ಣಿನ ಸೆಳೆದವು.

—ರವೀಂದ್ರನಾಥ ಶಿ. ಯಡಹಳ್ಳಿ ಬಾಗಲಕೋಟೆ,
ಡಾ. ಕೆ.ಕೆ. ಜಯಚಂದ್ರಗುಪ್ತ, ಹಾಸನ
ಪ್ರವಾಸ ಲೇಖನ

'ಪದ್ಮಾವತಿಯ ಕೋಟೆಯಲ್ಲಿ' ಪ್ರವಾಸ ಲೇಖನ
(ಗೀತಾ ಕುಂದಾಪುರ) ತುಂಬ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ರಾಜಸ್ಥಾನ
ದ ಚಿತ್ತೋರಘಡ ಕೋಟೆಯ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಗಳನ್ನು ಚಿತ್ರ
ಸಹಿತ ಚಾರಿತ್ರಿಕ ಕಥೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಅರ್ಥಗರ್ಭಿತವಾಗಿ
ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

—ಕೋಟೇಶ್ವರ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣರಾವ್
ಬೆಂಗಳೂರು, ಎಂ.ಮೃತ್ಯುಂಜಯಪ್ಪ ಚಿತ್ರದುರ್ಗ
ದಂತ ಆರೋಗ್ಯ
ಆರೋಗ್ಯ ಲೇಖನ 'ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ದಂತ ಅತಿ
ಸಂವೇದನೆ' (ಡಾ.ಮುರಲೀ ಮೋಹನ್
ಚೂಂತಾರು) ಲೇಖನ ಹಲ್ಲುಗಳ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ
ಉಪಯುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದೆ.

—ಅಂದಾನಯ್ಯ ತಿಗರಿಮಠ ಕೊಪ್ಪಳ
ಸವಿ ನೆನಪು

ನಟ ಸಾರ್ವಭೌಮ ಡಾ. ರಾಜಕುಮಾರ್ ದರ್ಶನ
ಪಡೆದು ಪುನೀತನಾಗಬೇಕು (ಸವಿ ಸವಿ ನೆನಪು) ಎಂಬ
ಕೋಲಾರದ ಯುವಕ ಸಿ. ರವೀಂದ್ರ ಸಿಂಗ್ ಅವರ
ಕನಸು ನನಸಾದ ಪರಿ ಖುಷಿಕೊಟ್ಟಿತು.

—ಪಿ. ಜಯವಂತ ಪೈ ಕುಂದಾಪುರ
ಅಸಂಬದ್ಧ ಕಥೆ

'ಅನಾಮಿಕ' (ಜಯಪ್ರಕಾಶ ಮಾವಿನಕುಳಿ)
ಕಥೆಯಲ್ಲಿ ಕಥೆಗಾರರು ಏನು ಹೇಳಬಯಸಿದರೋ
ತಿಳಿಯಲಿಲ್ಲ. ಈಗಿನ ಮಕ್ಕಳು ಮದುವೆಯಾಗ
ಬಯಸಿದಲ್ಲಿ ಜಾತಿ, ಧರ್ಮ, ಅಂತಸ್ತು ಅಥವಾ
ಭಾಷೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಗಣನೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ.
ನಿರೂಪಣನ ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟ ಜೀವನಕ್ಕೂ ಆತನ
ಮಗ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿರುವ ನಿರ್ಣಯಕ್ಕೂ
ಸಂಬಂಧವೇ ಇಲ್ಲ! 'ಇತಿಹಾಸ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದವನು
ಇತಿಹಾಸ ಸೃಷ್ಟಿಸಲಾರ' ಎಂಬುದು ನಿಜವಿರಲಾರದು.
ಮತ್ತು ಈ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ಕಥೆಯ ಅಂತ್ಯದಲ್ಲಿ
ಬಲವಂತವಾಗಿ ಸೇರಿಸಲಾಗಿದೆ ಅನ್ನಿಸಿತು.

—ಎ. ಚಾನಕಿರಾಮ್, ಬೆಂಗಳೂರು
ತಿತ್ತಿರಿ ಟಿಟ್ಟಿಭೆ ಅಲ್ಲ
ಪಕ್ಷಿ ಲೋಕ 'ತಿತ್ತಿರಿ ಹಕ್ಕಿಯ ತಿರುಗಾಟ'
(ಶಿವಪ್ರಕಾಶ್ ಭೋಗಣ್ಣ) ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ತಿತ್ತಿರಿ ಹಕ್ಕಿಗೆ
ಟಿಟ್ಟಿಭೆ ಹಕ್ಕಿ ಎಂಬ ಹೆಸರೂ ಇದೆ ಎಂದಿದೆ. ಆದರೆ
'ಟಿಟ್ಟಿಭೆ' ಹಕ್ಕಿಯೇ ಬೇರೆ, ತಿತ್ತಿರಿ ಹಕ್ಕಿಯೇ ಬೇರೆ!
ಇವೆರಡೂ ಒಂದೇ ಅಲ್ಲ.

—ನಾರಾಯಣ ಯಾಜಿ, ಶಿರಾಲಿ
ಅದು ಮಹಾಸತಿ ಕಲ್ಲು..

'ನಿಮ್ಮ ಪುಟ'ದಲ್ಲಿ 'ಗಡಿ ಸೂಚಿಸುವ ಕಲ್ಲುಗಳು'
ಚಿತ್ರ ಬರಹ (ಬಳಕೂರು ವಿ.ಎಸ್. ನಾಯಕ್)
ದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಕಟವಾದದ್ದು ಗಡಿ ಸೂಚಿಸುವ ಕಲ್ಲು
ಅಲ್ಲ. ಅದು ಮಹಾಸತಿ (ಮಾಸ್ತಿ) ಕಲ್ಲು. ಪತಿ
ಯೊಂದಿಗೆ ಸಹಗಮನ ಮಾಡಿದ ಸತಿಯರ ನೆನಪಿಗೆ
ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಸ್ಮಾರಕಗಳೆವು. ಕಂಬದಿಂದ ಒಡ
ಮೂಡಿದ ಸತಿಯ ಎತ್ತಿದ ಬಲಗೈ ತೋಳು ಚಿತ್ರಿಸಿ
ರುವ ಮಾಸ್ತಿ ಕಲ್ಲುಗಳನ್ನು ದೇವಸ್ಥಾನ ಚಾವಡಿ
ಯಂತಹ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಜನ ಸೇರುವ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ
ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತಿದ್ದರು.

—ವಿಜಯೇಂದ್ರ ಕುಲಕರ್ಣಿ ಕಲಬುರಗಿ



KESARANJINI KERATHAILAM ಕೇಶರಂಜಿನಿ ಕೇರತೈಲಂ



VAIDYARATNAM
OUSHADHASALA PVT. LTD.

ಕೇಂದ್ರ ಕಛೇರಿ: ಒಲ್ಲೂರು, ತೈಕಾಡುಶೇರಿ, ತ್ರಿಚ್ಚೂರು,
ಕೇರಳ-680306, ದೂರವಾಣಿ: +91-487 2432732

Web: www.vaidyaratnammooss.com,
E-commerce: www.keralaayurvedamedicine.com

ಬೆಂಗಳೂರು ಟ್ರೇಡ್‌ಮೆಂಟ್ ಸೆಂಟರ್ : ನಂ. 2335, 17ನೇ ಕ್ರಾಸ್,
24ನೇ ಮೈನ್, ಸೆಕ್ಟರ್-1, ಹೆಚ್.ಎಸ್.ಆರ್. ಲೇ-ಔಟ್, ಬೆಂಗಳೂರು
- 560 102. ಫೋನ್: 080-22580020

ನಮ್ಮ ಅಯುರ್ವೇದ ಔಷಧಿಗಳ ಡೀಲರ್‌ಶಿಪ್
ಮಾಹಿತಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: 0-98863 21936

ಖದಲಾಠುವ ಕಾಲಗೇರಿ,
ಸತ್ತೆಹೀನವಾಗದ ಅಷ್ಟವೈದ್ಯ
ಅಯುರ್ವೇದ ಪದ್ಧತಿ