



ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಎಷ್ಟು ನಂಬುತ್ತೀರಿ?

ನಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆಗಳು ನಮಗೆ ಮಾತ್ರ ಸತ್ಯ. ಇದು ತರ್ಕಕ್ಕೆ ಒಳಪಡುವ ವಿಷಯವಲ್ಲ, ಬರೀ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಿದ್ದು. ವಾದವಿವಾದಗಳಿಂದ ನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ಮೂಡಿಸಲು ಅಥವಾ ಮೂಡಿದ ನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಈ ನಂಬಿಕೆ ಮೆದುಳು ಮತ್ತು ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಲ್ಲದು?

★ ನಡಹಳ್ಳಿ ವಸಂತ್

7 ಮಾರ್ಚ್ 2013

ಸಂಪುಟ 49 ಸಂಚಿಕೆ 10

ಲೇಖನಗಳು

- 6 ಶಿಶಿರ ವೈಭವ! -ಅಶೋಕ ಉಚ್ಚಂಗಿ
- 8 ಆಸ್ಟಿಚ್ ಫಾರ್ಮ್‌ನಲ್ಲಿ.. -ಮಂಜುಳಾರಾಜ್
- 28 ಏನಿದು ಸ್ಲಿಪ್ ಡಿಸ್ಕ್...? -ಡಾ.ಕರುಣಾಕರ ಬಂಗೇರ
- 34 ಶ್ರೀನಗರದ ಟುಲಿಪ್ ಗಾರ್ಡನ್ -ಅರವಿಂದ್ ಭೂತನಕಾಡು
- 36 ಮುರಿದ ಕಾಲುಗಳ ಹುಡುಗಿ ಚಿನ್ನ ಗೆದ್ದ ಕಥೆ -ಸುಮಂಗಲಾ
- 40 ಇದು 'ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆ'ಯ ಕಾಲ -ಬಾನು ಮುಷ್ತಾಕ್
- 42 ಬೆಂಟ್ ಕಾಳೂರಿನಲ್ಲಿ.. -ಶ್ರೀಧರ್ ನಾಯಕ್ ಪಿ.
- 60 ಯೋಗ ಸಂಗೀತ ಜುಗಲ್‌ಬಂದಿ...! -ಕಿಶನರಾವ್ ಕುಲಕರ್ಣಿ

72 ವಂಡರ್ ಪುಟ

ಭಾರೀ ಬಾತುಕೋಳಿ!
-ಸುಭಾಸ ಯಾದವಾಡ



ಫ್ಯಾಷನ್- ಪ್ರವಾಸ

- 30 ಆರ್ಟಿಸ್ಟ್ ಫೇಷಿಯಲ್ -ಉಮಾ ವೇಣುರು
- 32 ಮರೆತು ಹೋಗಿರುವ ಸೂರ್ಯ ದೇವಾಲಯ -ಸಂತೋಷಕುಮಾರ ಮೆಹಂದಳಿ

56 ನೈರೌತ

ಸೂಪರ್ ಕ್ಯಾಮೆರಾ
ಫ್ಲವರ್ ಜಾರ್



44 ಕಥೆ

ಮೇನಕೆ -ಶಿವಮೂರ್ತಿ ನಂದನಹೊಸೂರು

ಧಾರಾವಾಹಿ

50 ತಮಸೋಮಾ- 6 ಡಾ.ಎಚ್.ಗಿರಿಜಮ್ಮ



74 ಚಿತ್ರಸುಧಾ



ಐಂದ್ರಿತಾಗೆ ಬೇಕಂತೆ ಶಕ್ತಿ ಮದ್ದು -ರಘು

ಐಟಂ ಸುಂದರಿಯರು -ಬಿಂದು



ಸಂಪಾದಕ
ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್

ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ

ದ್ವಾದಶ ಜ್ಯೋತಿರ್ಲಿಂಗ

ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸ
ವಿಷ್ಣು ಕುಮಾರ್ ಎಸ್.

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- ಮಾತೇ ಮುತ್ತು ●12 ನಿಮ್ಮೊಡನೆ ●13 ಹೆಲ್ಪ್‌ಪ್ಲಸ್ ●14 ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ ●15 ಸಮುದ್ರ ಮಥನ
●16 ನಗೆಹೊಸಲು ●17 ನಕ್ಕುಬಿಡಿ ●48 ಜಾಣರಪಟ್ಟಿಗೆ ●58 ಸುಖೋಭವ ●59 ಸೈಬರ್ ಸೆಂಟರ್ ●64 ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ
●66 ಕಾಮಿಕ್ಸ್ ●67 ಆಹಾರ ಸುದ್ದಿ! ●68 ಪದಬಂಧ ●69 ಭವಿಷ್ಯ ●70 ನಿಮ್ಮ ಪುಟ ●78 ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿ