



ಸಮುದ್ರ
ಮಥನ



ಉಳಿವಿಗಾಗಿ ಹೋರಾಟ

'ಹುಲಿಗಳೇ ಸಾಯುತ್ತಿವೆ?' ನೇಸರ ಕಾಡನಕುಪ್ಪೆ, ಜಿ.ಎಸ್. ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿ) ಅವರ ಮುಖಪುಟ ಲೇಖನ

(ಸುಧಾ, ಮಾ. 2) ಓದಿ ವಿಷಾದವಾಯಿತು. ಹುಲಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ಅವುಗಳ ಆವಾಸ ಸ್ಥಾನ ಹೆಚ್ಚಾಗಬೇಕು. ಅವುಗಳಿಗೆ ಸಾಕಾಗುವಷ್ಟು ಆಹಾರ ದೊರೆಯಬೇಕು. ಅರಣ್ಯದಲ್ಲಿನ ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳೂ ಸಮತೋಲನದಿಂದ ಕೂಡಿರಬೇಕು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳೂ ಉಳಿವಿಗಾಗಿ ಹೋರಾಡ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

—ಸು.ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ ಶಿವಮೊಗ್ಗ, ಬೆಳ್ಳಾವೆ ರಮೇಶ್ ಬೆಂಗಳೂರು, ಪಿ.ಗೋವಿಂದರಾಜ್ ಶಿವಮೊಗ್ಗ, ಗಾಣಧಾಳು ರಾಮಣ್ಣ ಚಿತ್ರದುರ್ಗ, ಮೇ.ಗೋ.ಸುಬ್ಬಣ್ಣ ಮೇಗರವಳ್ಳಿ, ಡಾ.ಕೆ.ಕೆ. ಜಯಚಂದ್ರಗುಪ್ತ ಹಾಸನ

ಅರಣ್ಯ ಸಂರಕ್ಷಣೆ

ಕುಗ್ಗುತ್ತಿರುವ ಅರಣ್ಯ ಪ್ರದೇಶ, ಹಿಗ್ಗುತ್ತಿರುವ ನಗರ ಪ್ರದೇಶಗಳು. ಅರಣ್ಯ ಇದ್ದರೆ ಮಳೆ, ಬೆಳೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಮರೆತು ಅದಕ್ಕೆ ಕೊಳ್ಳಿಯಿಡುವ ಮನುಷ್ಯ. ಜಿಂಕೆಯಂತಹ ಸಸ್ಯಾಹಾರಿ ಮೃಗಗಳಿಗೆ ಆಹಾರ ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲದಾಗ.. ಹುಲಿಗಳಂತಹ ಮಾಂಸಾಹಾರಿ ಮೃಗಗಳಿಗೆ ಉಳಿಗಾಲವೆಲ್ಲಿ? ಎಲ್ಲರೂ ಯೋಚಿಸಿ ಅರಣ್ಯ ಸಂರಕ್ಷಣೆಯತ್ತ ಕಾರ್ಯಪ್ರವೃತ್ತರಾಗಬೇಕು.

— ಅಜಿತನಾಥ ಜಿ. ಹರಪನಹಳ್ಳಿ

ಸಮಯೋಚಿತ ಬರಹ

ವಿಚಾರ ಲಕರಿಯಲ್ಲಿ 'ಬುದ್ಧನ ಋಜುಲೋಕ' (ಮೂಚಿ) ಬರಹ ಇಂದಿನ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಗಳಿಗೆ ಕನ್ನಡಿ ಹಿಡಿದಂತಿವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ಪುರಂದರ ದಾಸರ ಹಾಡು ನೆನಪಿಗೆ ಬರುತ್ತಿದೆ. 'ಸತ್ಯ ಧರ್ಮಗಳೆಲ್ಲ ಎತ್ತ ಪೋತವೋ ಕಾಣೆ.. ಉತ್ತಮರ ಜೀವನಕೆ ದಾರಿಯಿಲ್ಲ'. ಸಮಯೋಚಿತ ಬರಹವಿದು.

—ಬಂಟ್ವಾಳ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣರಾವ್ ಮಂಡ್ಯ, ಎಚ್.ಆನಂದಕುಮಾರ್ ಚಿತ್ರದುರ್ಗ

ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ

'ನಿಮ್ಮೊಡನೆ ಯಲ್ಲಿ 'ಪೊಲೀಸ್: ಮಹಿಳೆಯರೇಕೆ ಕಡಿಮೆ?' (ಬಿ.ಎಂ. ಹನೀಫ್) ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿದೆ. ಪೊಲೀಸ್ ಇಲಾಖೆಯಲ್ಲಿ ಮಹಿಳಾ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗೆ ಆಂತರಿಕ ಕಿರುಕುಳದ ಜೊತೆ ರಾಜಕಾರಣಿಗಳ ಕಿರುಕುಳವೂ ಮಿತಿ ಮೀರಿದೆ.

—ಮಹಾವೀರ ಕಾಸರ ಶಿವಮೊಗ್ಗ

ದಾರಿದೀಪ

'ನಿಮ್ಮ ಅಫೇರ್ ಇದೆಯೇನೀ?' (ಡಾ. ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದ ನಾಯಕ) ಲೇಖನ ವಿವೇಚನಾ

ರಹಿತವಾಗಿ ವರ್ತಿಸುವ ಜನರಿಗೆ ತಮ್ಮ ನಡೆ ತಿದ್ದಿಕೊಳ್ಳಲು ದಾರಿದೀಪದಂತಿದೆ.
— ಸುಂದರ್ ಬೆಂಗಳೂರು

ಮಾರ್ಮಿಕ ಕಥೆ

ಕಥೆ 'ಮಡುಗಟ್ಟಿದ ಮನಸ್ಸು' (ಸಿರಿ ಮೂರ್ತಿ ಕಾಸರವಳ್ಳಿ) ಮಾರ್ಮಿಕವಾಗಿದೆ. ಹೆಣ್ಣು ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಿದರೆ ಏನನ್ನೂ ಮಾಡಬಹುದು ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಕ್ಷಿ ಈ ಕಥೆ. ಕಷ್ಟದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದು, ಗಂಡನ ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಸಹಿಸಿ, ಯಾವ ಪ್ರತಿಫಲವನ್ನೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸದೆ ಅವನ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ 'ನಾಗು' ಬಹುಕಾಲ ಮನದಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುತ್ತಾಳೆ. ತಲೆಮಾರಿನಿಂದ ನಡೆಯುವ ಕತೆಯನ್ನು ಲೇಖಕಿ ಸರಳವಾಗಿ ಹೆಣೆದಿದ್ದಾರೆ.

— ಶಾರದಾಮೂರ್ತಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಮಹಿಳೆ ಧೈರ್ಯ ತೋರಬೇಕು

ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾದ ಕಥೆ ಇದು. ಅಬಲೆ ನಾಗಲಕ್ಷ್ಮಿಯ ಸ್ಥಿತಪ್ರಜ್ಞೆ, ನಿಲುವನ್ನು ಕಥೆಗಾರ್ತಿ ಸಾಕ್ಷೀಕರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ವಿರೋಧ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸದೆ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳ ಉಪೇಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಗಾದ ಹೆಣ್ಣನ್ನು ಒಂದು ಮನೆತನದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಶೋಷಣೆ ಮಾಡುವ ರೀತಿ ಸಿಟ್ಟು ತಂದಿತು. ಯಾವ ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳು ಕೂಡಾ ನಾಗಲಕ್ಷ್ಮಿಯ ತರಹ ಸಹನೆ ತಾಳದೆ ಪ್ರತಿರೋಧ ಮಾಡುವ ಧೈರ್ಯ ತೋರಬೇಕು.

— ಪ.ಚಂದ್ರಕುಮಾರ ಗೌನಹಳ್ಳಿ

ಪ್ರವಾಸ ಲೇಖನ

'ಮರಳುಗಾಡಿನ ಜಲಕನ್ನಿಕೆ' (ವಸುಮತಿ ಉಡುಪ) ಬರಹ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಉಡುಪ ಅವರು ಕಥೆಗಾರ್ತಿ ಅಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ಈಗ ಅವರು ಒಳ್ಳೆಯ ನುಡಿಚಿತ್ರ ಲೇಖಕಿಯೆಂದೂ ಸಾಬೀತು ಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

— ಕೊ.ಸು.ನರಸಿಂಹ ಮೂರ್ತಿ, ಮೈಸೂರು

ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿ ಅಸಾಂಜೆ

ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿ ಅಂಕಣದಲ್ಲಿ (ಹನಿ) ಅಸಾಂಜೆ ಅವರ ಪರಿಚಯ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಈಗಿನ ಸಮಾಜ ದಲ್ಲಿ ಹೇಗಾದರೂ ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿಗಳಾಗಬೇಕು ಎಂದು ಹಾತೊರೆಯುವವರ ಮಧ್ಯೆ ಅಸಾಂಜೆ ಭಿನ್ನವಾಗಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತಾರೆ. ಸತ್ಯ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯ ಜೀವನಶೈಲಿ ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಿರಬಹುದು.

—ಬಿ.ಎಸ್.ರಾವ್ ಮಂಡ್ಯ

ಗುರುವಾರ ಬಂತಮ್ಮ, ಸುಧಾ ಬಂತಮ್ಮ ..

ಗುರುವಾರ ಬಂತಮ್ಮ..
ಗೀತೆ ಸುಪ್ರಭಾತದ ವೇಳೆ ಕೇಳಿ ಬರುತ್ತದೆ.
ಗುರುವಾರವೇ 'ಸುಧಾ' ನಮಗೆ ಸಿಗುವಾಗ
ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ರಾಗವಾಗಿ
ದನಿಗೂಡಿಸುತ್ತ 'ಸುಧಾ ಬಂತಮ್ಮ'
ಹಾಡುವಾಗ ಆಗುವ ಸಂತಸ ಹೇಳಲಾರೆ.

—ಕೋಟ ಎಚ್.ಜನಾರ್ದನ ಹಂದೆ ಮಂಗಳೂರು

ಸಂಧಿಲಿನ್

SANDHILIN सन्धिलिन

ಗಂಟು ನೋವು,
ಬೆನ್ನು ನೋವು,
ಮಾಂಸ ಖಂಡಗಳ ಸೆಳೆತ,
ನರ, ವಾತ ಸಂಬಂಧಿ

ನೋವಿಗೆ ಶೀಘ್ರ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ

CLINICALLY PROVED

- ◆ ಬೆಡ್ಡು ರಹಿತ 'ಸಂಧಿಲಿನ್' ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದದ ಋಷಿಮುನಿಪ್ರಣೀತ ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತವಾಗಿ, ಅತ್ಯಾಧುನಿಕ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿ ತಯಾರಿಸಲಾಗಿದೆ.
- ◆ ಇದು ಗಂಟುನೋವು, ಬೆನ್ನುನೋವು, ಉಳುಕು, ಮಾಂಸ ಖಂಡಗಳ ಸೆಳೆತ, ನರ, ವಾತ ಸಂಬಂಧಿ ನೋವುಗಳಿಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ.
- ◆ ತ್ವಚೆಗೆ ಹಿತಕರವಾಗಿದ್ದು ಚರ್ಮ ಅಥವಾ ಬಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ಯಾವುದೇ ಬೆಡ್ಡು, ಕಲೆಗಳು ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ತಯಾರಕರು

ISO / GMP CERTIFIED

ಶ್ರೀ ಧರ್ಮಸ್ಥಳ

ಮಂಜುನಾಥೇಶ್ವರ ಆಯುರ್ವೇದ ಫಾರ್ಮಸಿ
ಕುತ್ವಾಡಿ - 574 118, ಉಡುಪಿ ಜಿಲ್ಲೆ, ಕರ್ನಾಟಕ
Ph / Fax: 0820 - 2520852
Email: sdmaph@gmail.com

ಇದು 'SDM ಆಯುರ್ವೇದ ಫಾರ್ಮಸಿ'ಯ ಉತ್ಪನ್ನ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಉತ್ಪನ್ನ