



**ಆರೋಗ್ಯಕರ ಸಲಹೆ**  
 'ಸುಧಾ' ಮಾ.7ರ ಸಂಚಿಕೆಯ ಮುಖಪುಟ ಲೇಖನ 'ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಎಷ್ಟು ನಂಬುತ್ತೀರಿ?'ಯಲ್ಲಿ ನಡಹಳ್ಳಿ ವಸಂತ್ ಅವರು ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳ ಕುರಿತು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ, ಆರೋಗ್ಯಕರ ಸಲಹೆ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ.

-ಸು.ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ, ಪಿ.ಗೋವಿಂದರಾಜ್, ಶಿವಮೊಗ್ಗ/  
 ಬಿ.ಎಸ್.ಸತೀಶ್, ಎ.ಪಿ.ರಂಗನಾಥ್, ಮೈಸೂರು/  
 ಬಳ್ಳಾರಿ ಮಧ್ವರಾಜ್, ಬೆಂಗಳೂರು

**ಕವನ ಎನ್ನಿಸಲಿಲ್ಲ**

'ಬರಿದಾಗುತ್ತಿರುವ ಅಂತರ್ಜಲ' ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ವೈನತೇಯ ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿರುವ ಎಚ್.ಎಸ್.ವೆಂಕಟೇಶ ಮೂರ್ತಿಯವರ ಕವನದ ಸಾಲುಗಳು ಚೆನ್ನಾಗಿಲ್ಲ. ಅವು ಕವಿತೆಯ ಸಾಲುಗಳು ಅನ್ನಿಸಲೇ ಇಲ್ಲ!

-ಸಿ.ಎನ್.ರಮೇಶ್, ಬೆಂಗಳೂರು

**ವಾಸ್ತವತೆಯ ಪ್ರತೀಕ**

ವೈನತೇಯ ವಿಚಾರ ಲಹರಿ ವಾಸ್ತವತೆಯ ಪ್ರತೀಕವಾಗಿದೆ.

-ನ.ಲ.ರಾಂ, ಬೆಂಗಳೂರು

**ಶಿಶಿರ ಋತುವಿನ ಚೆಲುವು**

ಅಶೋಕ ಉಚ್ಚಂಗಿಯವರ 'ಶಿಶಿರ ವೈಭವ' ಚಿತ್ರ ಬರಹ ನೋಡಿ ಶಿಶಿರ ಋತುವಿನಲ್ಲೂ ಇಷ್ಟೊಂದು ಚೆಲುವು ಅಡಗಿದೆ ಎಂಬುದು ನೆನಪಿಗೆ ಬಂತು.

-ಸುಮಾ, ಕಳಸಾಪುರ

**ಮನದಾಳಕ್ಕಿಳಿದ ದೇವಾಲಯ**

ಮಹಂದಳಿಯವರ 'ಮರೆತು ಹೋಗಿರುವ ಸೂರ್ಯ ದೇವಾಲಯ' ಮನದಾಳಕ್ಕಿಳಿಯಿತು.

-ಎಚ್.ಆನಂದಕುಮಾರ್, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ

**ಸ್ಪೂರ್ತಿ ನೀಡುವ ಹುಡುಗಿ**

'ಮುರಿದ ಕಾಲುಗಳ ಹುಡುಗಿ ಚಿನ್ನ ಗದ್ದ ಕಥೆ' (ಬರಹ: ಸುಮಂಗಲಾ) ಎಷ್ಟೋ ಜನ ಅಂಗವಿಕಲರಿಗೆ ಸ್ಪೂರ್ತಿಯಾಗಬಲ್ಲದು. -ಬಾಳ್ವುಪೇಟೆ ನೀಲಕಂಠಪ್ಪ, ಹಾಸನ

**ಉಪಯುಕ್ತ ಸಲಹೆ**

ಬಾನು ಮುಷ್ಠಾಕಾರ 'ಇದು ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆಯ ಕಾಲ' ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿತ್ತು.

-ಮಹೇಶ ಈರಣ್ಣ, ಲಿಂಗಸುಗೂರು/ ನಾರಾಯಣ ಯಾಜಿ, ಶಿರಾಲಿ

**ಜುಗಲ್ ಬಂದಿಯ ವಿಶೇಷ**

ಕೊಪ್ಪಳ ಜಿಲ್ಲೆ ಕುಷ್ಟಗಿ ತಾಲ್ಲೂಕಿನ ಯುವಕರ ತಂಡ 'ಯೋಗ ಸಂಗೀತ ಜುಗಲ್ ಬಂದಿ' (ಬರಹ: ಕಿಶನ್‌ರಾವ್ ಕುಲಕರ್ಣಿ) ನಡೆಸಿರುವುದು ವಿಶೇಷವಾಗಿದೆ.

-ರವೀಂದ್ರನಾಥ ಯಡಹಳ್ಳಿ, ಬೀಳಗಿ

**ಪುರಾಣದ ಮರುಹುಟ್ಟು**

ಶಿವಮೂರ್ತಿ ನಂದನಹೊಸೂರರ 'ಮೇನಕೆ' ಎಂಬ ಸುಂದರ ಕಥೆ ಓದಿದಾಗ ಪೌರಾಣಿಕ ಕಥೆಗಳು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಮರುಹುಟ್ಟು ಪಡೆಯುವುದು ಅವುಗಳ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವೂ ಹೌದು, ಶ್ರೇಷ್ಠತೆಯೂ ಹೌದು ಎನಿಸಿತು.

-ಎಸ್.ಲಕ್ಷ್ಮೀನರಸಿಂಹ, ಚಾಮರಾಜನಗರ/ ಮೇ.ಗೋ.ಸುಬ್ಬಣ್ಣ, ಮೇಗರವಳ್ಳಿ/ ಕೆ.ಕೃಷ್ಣಕುಮಾರಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

**ಮಹಾಮಹಿಮ ಅಲ್ಲ, ಮುನಿಜನ**

ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮೇನಕೆಯ ಕೈಹಿಡಿಯುವುದು ಅಸಹಜ ಎನಿಸಿತು. ಮೇನಕೆ ಒಂದು ಕಡೆ ಎಷ್ಟೋ ಜನ 'ಮಹಾಮಹಿಮ'ರು ಎನ್ನುತ್ತಾಳೆ. ಅದು 'ಮಹಾ ಮುನಿಜನಗಳು' ಎಂದಿರಬೇಕಿತ್ತು.

ಪತ್ರೇಶಿ ಹಿರೇಮಠ, ಹಗರಿ ಬೊಮ್ಮನಹಳ್ಳಿ

**ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಕ್ಕಳ ಕಥೆ**

ಫೆ.28ರ 'ಸುಧಾ' ಸಂಚಿಕೆಯ 'ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ' ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾದ ಅಮೃತೇಶ್ ತಂಡರ ಅವರ 'ನಮ್ಮ ಹಳ್ಳಿಯ ಹೂಗಳು' ಸುಂದರವಾಗಿ, ಕಲಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಮೂಡಿಬಂದಿದೆ.

-ಕೊ.ರಾಮ, ಲಕ್ಷ್ಮೇಶ್ವರ

**ಬೆಸಗರಹಳ್ಳಿ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗೆ ಆಹ್ವಾನ**  
 ಖ್ಯಾತ ಕಥೆಗಾರ ಬೆಸಗರಹಳ್ಳಿ ರಾಮಣ್ಣ ವಾರ್ಷಿಕ ಕಥಾ ಸಂಕಲನ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗೆ 2012ನೇ ಸಾಲಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾದ ಮೊದಲ ಮುದ್ರಣದ ಕಥಾ ಸಂಕಲನಗಳನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಲಾಗಿದೆ.  
 ಕೃತಿಯ ಮೂರು ಪ್ರತಿಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಕ್ಷರು, ಡಾ. ಬೆಸಗರಹಳ್ಳಿ ರಾಮಣ್ಣ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ, ನಂ. 90, 16ನೇ ಕ್ರಾಸ್, 4ನೇ ಹಂತ, ಜಿ.ಪಿ. ನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು-560078 ಇವರಿಗೆ ಮಾರ್ಚ್ 25 ರ ಒಳಗಾಗಿ ಕಳುಹಿಸಿ ಕೊಡಲು ಕೋರಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: 9449987678



ಮಾವಿನಕಾಯಿ ದೊರೆಯಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿದೆ  
 ಈಗ ಉತ್ತಮ ತಾಜಾ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ  
 ನೀವೂ ತಯಾರಿಸಿ!

**ಬೇಡೇಕರ್**  
**ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ**  
**ತಯಾರಿಕೆ ಮಸಾಲ**

ಸ್ವಾದಿಷ್ಟ, ರುಚಿಕರ, ಶ್ರೇಷ್ಠ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ

ವಿ.ಪಿ.ಬೇಡೇಕರ್ ಆಂಡ್ ಸನ್ಸ್ ಪ್ರೈ. ಲಿಮಿಟೆಡ್  
 ವಿ.ಪಿ.ಬೇಡೇಕರ್ ಮಸಾಲೆವಾಲೆ ಚೌಕ, ಗಿರಗಾಂವ. ಮುಂಬೈ-೪  
 info@vpbedekar.com | www.vpbedekar.com

ವಿತರಕರು ಇಲ್ಲದಿರುವ ನಗರಗಳಲ್ಲಿ ವಿತರಕರು ನೇಮಿಸುವುದಿದೆ. ಆಸಕ್ತಿಉಳ್ಳವರು ತಮ್ಮ ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಾಹಿತಿಯೊಂದಿಗೆ ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನಲ್ಲಿ ಅರ್ಜಿಯನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕು.