'ಪಾಸಿಟಿವ್ ಥಿಂಕಿಂಗ್'

(ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆ) ಜೀವನೋತ್ಸಾಹ ತುಂಬುವ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸಾಧನ ಎಂಬುದರಲ್ಲಿ ಎರಡು ಮಾತಿಲ್ಲ. ಪಾಸಿಟಿವ್ ಥಿಂಕಿಂಗ್‌ಗೆ ಕಠಿಣ ಪರಿಶ್ರಮ ಖಂಡಿತ ಅಗತ್ಯ.

–ವಿಭಾ ಮುರಳೀಧರ್, ತುಮಕೂರು, ಪಿ. ಗೋವಿಂದರಾಜ್, ತುಮಕೂರು/ ಎಚ್.ಆರ್. ದೇಸಾಯಿ, ರಾಯಚೂರು/ ಕೋಟೇಶ್ವರ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣರಾವ್, ಬೆಂಗಳೂರು/ ಸು.ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ

ಆಕರ್ಷಕ ಮುಖಪುಟ

ಲಲನೆ ಒಬ್ಬಳ ಮುಖಪುಟದೊಂದಿಗಿನ ಸುಧಾ ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿದೆ. ಓದುಗನಿಗೆ ಹರುಷ, ನಗು ನೀಡಬಲ್ಲ ಇಂಥ ಮುಖಪುಟ ನೀಡಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಸುಧಾಕ್ಕೆ ಅಭಿನಂದನೆಗಳು. ಮುಖಪುಟದ ಲಲನೆಯ ಮುಖಕ್ಕೊಂದು ಕುಂಕುಮದ ಬೊಟ್ಟು ಇದ್ದಿದ್ದರೆ ಇನ್ನೂ ಆಕರ್ಷಕವಾಗುತ್ತಿತ್ತು.

–ನಾರಾಯಣಯಾಜಿ ಶಿರಾಲಿ

ಸಂಗ್ರಹಯೋಗ್ಯ

ಪಾಸಿಟಿವ್ ಥಿಂಕಿಂಗ್ ಲೇಖನ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಹಾಸುಹೊಕ್ಕಾಗಿರುವ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗೆ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಥಿಂಕಿಂಗ್ ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಬಂದ ಎಲ್ಲ ಅಂಶಗಳು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಇದೊಂದು ಸಂಗ್ರಹಯೋಗ್ಯ ಸಂಚಿಕೆ.

–ಎಚ್.ಎನ್. ವಿಶ್ವನಾಥ್, ಶಿವಮೊಗ್ಗ

ಬಂತು... ಬಂತು... ಬಂದೇಬಿಟ್ಟಿತು!

ನಡಹಳ್ಳಿ ವಸಂತ್ ಅವರ ಏಳುಪುಟಗಳ ಲೇಖನವನ್ನು ಎರಡು ಸಲ ಓದಿದರೂ (ಮಾಮೂಲಾಗಿ ಓದುವುದು ಒಂದೇ ಸಲ?) 'ಥಿಂಕಿಂಗ್' ಬರಲೇ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಮುಖಪುಟದತ್ತ ದೃಷ್ಟಿ ಹಾಯಿಸಿದಾಗ 'ಪಾಸಿಟಿವ್ ಥಿಂಕಿಂಗ್' ಬಂದೇ... ಬಿಟ್ಟಿತು!

–ಡಾ. ಕೆ.ಕೆ. ಜಯಚಂದ್ರಗುಪ್ತ, ಹಾಸನ

ಅನಾಥ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ವರ

ಅನಾಥ ಮಕ್ಕಳ 'ಬಾಲ್ಯ' ಆಶಾ ಅವರ ಲೇಖನ ಮನಸೆಳೆಯಿತು. 'ದಿಕ್ಕಿಲ್ಲದವರಿಗೆ ನೀನೇ ಶಿವ' ಎನ್ನುವ ನಾಣ್ಣುಡಿಗೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ಅನಾಥ ಮಕ್ಕಳ ಪಾಲಿಗೆ ವರವಾಗಿರುವವರು ಈ ಅನ್ನಪೂರ್ಣ ಅವರು. ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ತಾಯಿತಂದೆಯರ ಪ್ರೀತಿ ವಾತ್ಸಲ್ಯಗಳಿಂದ ವಂಚಿತ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ 'ಬಾಲ್ಯ'ದಲ್ಲಿ ಬದುಕು ನೀಡಿ ಇಂಥ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸುಸಂಸ್ಕೃತ ಪ್ರಜೆಗಳನ್ನಾಗಿಸುತ್ತಿರುವ ಈ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಕಾರ್ಯ ನಿಜಕ್ಕೂ ಸ್ತುತ್ಯಾರ್ಹ.

–ನೆ.ಲ.ರಾಂ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಮೀನಿನ ಅವಸಾನ

ಮೋಜಿಗಾಗಿ ಅಕ್ವೇರಿಯಂ ತಂದು ಕೃತಕ ಆಕ್ಸಿಜನ್, ಆಹಾರ ನೀಡಿ ಹಸುಳೆಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಮುತುವರ್ಜಿಯಿಂದ ಮೀನು ಸಾಕಿದೆ. ಅಕ್ವೇರಿಯಂ ಒಡೆದು ಮೀನಿನ ಅವಸಾನವಾಯಿತು!

–ಮಹಾವೀರ ಕಾಸರ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ

ಶಿವರಾತ್ರಿಗೆ ಕಾವಳ

ಚಂದ್ರಕಾಂತ ಮಸಾನಿಯೊಂದಿಗೆ ಶಿವರಾತ್ರಿಗೆ 'ಕಾವಳ' ದಟ್ಟ ಕಾನನದ ನಡುವಿರುವ ಕಾವಳಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ದಿತ್ತು. ನೋಡಿದ, ತಿಳಿದ ಭಾಗ್ಯವಂತು ನಮ್ಮದಾಯಿತು.

–ಎಚ್. ಆನಂದ್ ಕುಮಾರ್, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ

ನೈಸರ್ಗಿಕ ಸಂಜೀವಿನಿ

ಡಾ. ಡಿ.ಕೆ. ಮಹಾಬಲರಾಜುರವರ 'ವ್ಯಾಯಾಮ' ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಸಂಗ್ರಹ ಯೋಗ್ಯ ಲೇಖನ ಮತ್ತು ಲೇಖಕರು 'ವ್ಯಾಯಾಮ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಬಂಧಿಸುವ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಸಂಜೀವಿನಿ' ಎಂದಿರುವುದು– ನೂರಕ್ಕೆ ನೂರು ಸತ್ಯ.

–ಎಂ.ಎಲ್. ಲಕ್ಷ್ಮಣ್‌ರಾವ್, ದಾವಣಗೆರೆ

ಸ್ವಪ್ರಶಂಸೆ ತಪ್ಪಲ್ಲ

ವಿಚಾರಲಹರಿ (ವೈನತೇಯ) 'ನಾರಣಪ್ಪನ ನಾಲ್ಕು ಅಗ್ಗಳಿಕೆಗಳು' ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಚೀನ ಕವಿಗಳ ಕೃತಿಗಳು ಎಲ್ಲ ದೇಶ, ಕಾಲಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುವಂಥವು. ಅವರು ಸ್ವಪ್ರಶಂಸೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ತಪ್ಪಲ್ಲ. 'ತನ್ನ ಬಣ್ಣಿಸಬೇಡ' ಎಂದು ಬಸವಣ್ಣನವರು 12ನೇ ಶತಮಾನದಲ್ಲೇ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

–ಮಹಾದೇವಿ ಗುರುಪುರ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ

'ಸುಧಾ'ಗೆ 'ಸುಧಾ'ನೇ ಸಾಟಿ

ಕನ್ನಡದ ಜನರಿಗೆ ಹೊಸತನ ಇರುವ, ಕುಟುಂಬದವರಿಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಇಷ್ಟವಾಗುವಂತಹ ವಾರಪತ್ರಿಕೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ (1964) 'ಸುಧಾ'ಳ ಜನ್ಮವಾಯಿತು. ಕರ್ನಾಟಕದ ಆತ್ಮೀಯ ಓದುಗರೆಲ್ಲರೂ 'ಸುಧಾ'ಳನ್ನು ಬರಮಾಡಿ ಕೊಂಡು ಪೋಷಿಸಿದರು, ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿದರು, ಬೆಳೆಸಿದರು. ಪ್ರಾರಂಭ ಸಂಚಿಕೆಯಿಂದ ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ ಸ್ಥಿರ ಶೀರ್ಷಿಕೆ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚಿನ ಶೀರ್ಷಿಕೆಯಾಗಿದ್ದು ಮೊದಲಿಗೆ ಹೆಸರಾಂತ ಹಾಸ್ಯ ಸಾಹಿತಿ ಬೀಚಿ ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನಂತರ ವೃಶ್ಚಿಕ, ಸಿಂಹ. ಈಗ ರಾಮ್‌ರವರು ಉತ್ತರ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಉತ್ತಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಬಹುಮಾನ ನೀಡುವ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಈಗಲೂ ಮುಂದುವರಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಿರುವಿರಿ.

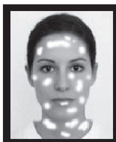
'ಸುಧಾ' ಪತ್ರಿಕೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಅನುಕರಣೆ ಮಾಡಲು ಹೋಗಿ ವಿಫಲರಾಗಿರುವ ವಾರಪತ್ರಿಕೆಗಳಿವೆ. ಆದರೆ 'ಸುಧಾ'ಗೆ ಯಾರ ಅನುಕರಣೆಯೂ ಇಲ್ಲ 'ಸುಧಾ'ಕ್ಕೆ 'ಸುಧಾ'ನೇ ಸಾಟಿ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ವರ್ಣರಂಜಿತ ಪುಟಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದು, ಜೊತೆಗೆ ಜಾಹೀರಾತುಗಳು ಸಹ ವರ್ಣಮಯವಾಗಿವೆ!

–ಮೊಳಕಾಲ್ಮೂರು ಸುರೇಶ, ಬಳ್ಳಾರಿ

'ಓದುಗರ ಗಮನಸೆಳೆಯುವಂತಿದೆ'

'ಸುಧಾ' ವಾರಪತ್ರಿಕೆಯು ವಿವಿಧ ಚಿತ್ರ, ಆಕರ್ಷಕ ಬರಹ, ವಿನ್ಯಾಸಗಳಿಂದ ಓದುಗರ ಗಮನಸೆಳೆಯುವಂತಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅಂಕಣ, ಕಥೆ, ಹಾಸ್ಯ, ಚಿತ್ರಸುಧಾ, ಲೇಖನ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಮೂಡಿಬರುತ್ತಿದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಅಭಿನಂದನೆಗಳು.

–ಮಹಾಲಿಂಗ ಎಂ. ಗೋರಬಾಳ



ಬಿಳಿ ಮಚ್ಚೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಹೊಸ ಸಂಶೋಧನೆ

ಹೊಸದಾಗಿ ಸಂಶೋಧನೆ ಮಾಡಿರುವ ನಮ್ಮ ಔಷಧಿಯು 6 ರಿಂದ 8 ಗಂಟೆಗಳ ಒಳಗೆ ಮಚ್ಚೆಯಿರುವ ಜಾಗದ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಬದಲಿಸುತ್ತದೆ. ತ್ವಚೆಗೆ ಶಾಶ್ವತವಾದ ಮೂಲ ಬಣ್ಣ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಪೂರ್ಣ ಅನುಕೂಲವಾಗುವ ಭರವಸೆಯಿರುವುದು. ಪೂರ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ತಕ್ಷಣ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ. ಯಾವುದೇ ಅನುಕೂಲ ಕಂಡುಬಾರದಿದ್ದರೆ, ಔಷಧಿ ಬೆಲೆ ಹಿಂದಿರುಗಿಸಲಾಗುವುದು.

ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆ

ಈಗ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಹೊಸ ಅವಿಷ್ಕಾರ ಆಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಶೀಘ್ರಸ್ಖಲನ, ಸ್ವಪ್ನ ಸ್ಖಲನ, ನಪುಂಸಕತೆ, ಗೊನೋರಿಯಾ, ಸಿಫಿಲಿಸ್, ಬಂಜೆತನ, ಜನನೇಂದ್ರೀಯದ ತೊಂದರೆ ಮುಂತಾದ ಲೈಂಗಿಕ ತೊಂದರೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. 100% ಖಾತರಿಯಿರುವುದು. ನಿಮ್ಮ ಲೈಂಗಿಕಕ್ರಿಯೆಯ ಶಕ್ತಿಯು ಒಂದು ಕೋರ್ಸ್ ಔಷಧಿಯಿಂದ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು. ಉಚಿತ ಮಸಾಜ್ ತೈಲ. ತಕ್ಷಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಆಕರ್ಷಕ ಸ್ತನಗಳು

ನಮ್ಮ ಆಯುರ್ವೇದಿಕ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವ ಮೂಲಕ 28 ದಿನಗಳ ಒಳಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸ್ತನಗಳನ್ನು ವಿನೀತ ಚೆಲುವು, ಆಕರ್ಷಕ ಮತ್ತು ಸುಂದರವಾಗಿ ಕಾಣುವಂತೆ ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ದರ ರೂ.600/– ತುರ್ತುಚಿಕಿತ್ಸೆ ದರ ರೂ. 1500/–

ಪೈಲ್ಸ್‌ಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ನಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಪೈಲ್ಸ್ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ರಕ್ತ ಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಸರ್ ಅನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ನಿಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಆನಂದ ಮತ್ತು ಸುಂದರಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ತಕ್ಷಣ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಅಥವಾ ಬರೆಯಿರಿ (ವಿವರವಾಗಿ)

ವೈದ್ಯ ಸೂರ್ಯ ಪ್ರಕಾಶ್

ಪಿ.ಒ ಕತ್ರಿ ಸಾರೈ (ಗಯಾ) ಪಿನ್: 805105

07250935789

09386013524

ಔಷಧಿ ಖರೀದಿಸುವ ಮುನ್ನ ವಿಶ್ವಾಸನೀಯ ವೈದ್ಯ ಸೂರ್ಯ ಪ್ರಕಾಶ್‌ರ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ವಿಳಾಸವನ್ನು ನೋಡಿ.