ಸುಧಾ
60 ವರ್ಷ ಮಹೋತ್ಸವ
ತುಟಿಗಳನ್ನು ತೊರೆಯದಿರಲಿ ಮಂದಹಾಸ
ಎಲ್ಲೆಡೆ ಮಿನುಗಲಿ, ಎಲ್ಲರದಾಗಲಿ ಸುಹಾಸ

www.sudhaezine.com

04 ಏಪ್ರಿಲ್ 2024
ಸಂಪುಟ 60 ಸಂಚಿಕೆ 14

ನಗೆದಿನ ವಿಶೇಷ

18

ಮೈಮನಗಳ ತಣಿವನ್ನೆಲ್ಲ ಬಸಿಯುವಂತಹ ಬಿಸಿಲ ಝಳ, ಜನ ಜಾನುವಾರುಗಳ ಮೋರೆಯಲ್ಲಿ ಕಳವಳ ಮೂಡಿಸಿರುವ ಅಂತರ್ಜಲ. ನೀರಿನ ಕೊರತೆ ಮತ್ತು ಬಿಸಿಲ ಧಗೆಯ ನಡುವೆಯೂ ನಾವು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದೆ ತುಟಿಗಳಲ್ಲಿ ನಗೆ, ಹೊರಹಾಕಬೇಕಾಗಿದೆ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿನ ಹಗೆ. ಏಪ್ರಿಲ್ 1ರ 'ನಗೆದಿನ'ದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ರೂಪುಗೊಂಡಿರುವ ಈ ನಗೆಸಂಚಿಕೆ, ಸಹೃದಯರ ಮುಖದ ಬಿಗುವನ್ನು ಕೊಂಚವಾದರೂ ಸಡಿಲಿಸಿ, ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಆಹ್ಲಾದವನ್ನು ತುಂಬುತ್ತದೆನ್ನುವುದು 'ಸುಧಾ' ಬಳಗದ ನಂಬಿಕೆ. ಮಂದಹಾಸ ನಿಮ್ಮದಾಗಲಿ, ಆ ನಗುವನ್ನು ಹಂಚುವ ಶಕ್ತಿ ನಿಮಗೆ ದೊರೆಯಲಿ.

—ಎಂ.ಎಸ್. ನರಸಿಂಹಮೂರ್ತಿ, ಗುಂಡುರಾವ್ ದೇಸಾಯಿ, ಪ್ರಭಾಮಣಿ ನಾಗರಾಜ

ಲೇಖನಗಳು

4 ನಗು ಮಿನುಗು

8 ಭಲೇ ಕನ್ನಡತಿ! ಶ್ರೇಯಾಂಕಾ ಪಾಟೀಲ —ಪ್ರಮೋದ

10 ಬಿಸಿಲುನಾಡಿನ ತಂಪು ತಾಣ ಕಲಾಧಾಮ —ಉಮಾ ಅನಂತ್

32 ರಾಂಗ್ ನಂಬರ್ —ಲತಾ ಹೆಗಡೆ

34 ಡಬ್ಲಿನ್: ಐರ್ಲೆಂಡ್‌ನ ಸೂಜಿಗಲ್ಲು —ಎಸ್. ಶಶಿಧರ

56 ಊಟಕ್ಕೆ ಬಗೆ ಬಗೆ ಪಚಡಿ —ರಾಧಿಕಾ ಶ್ರೀನಿವಾಸನ್

60 ತೀಕ್ಷ್ಣ ಕಣ್ಣಿನ ಹೊಂಚುಗಾರ 'ಕಾಡುಬೆಕ್ಕಿನ ಜೇಡ' —ಜಿ.ಆರ್. ಪಂಡಿತ್, ಸಾಗರ

ಆರೋಗ್ಯ

28 ಹಲ್ಲಿನ ಬಣ್ಣ, ಹಳದಿ ಯಾಕಣ್ಣ? —ಡಾ. ಕೆ.ಎಸ್. ಚೈತ್ರಾ

ಫ್ಯಾಷನ್

30 ಬೇಸಿಗೆ ಉಡುಪು: ದೇಹಕ್ಕೆ ಹಿತ, ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಮುದ —ಸುಮಾ ಬಿ.

36 ಕಥೆ

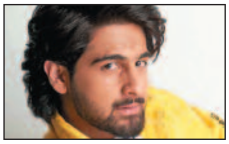
ವೈಕುಂಠದ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ... —ಕೆ.ಆರ್. ಸ್ವಾಮಿ

6 ಚಿತ್ರಪಟ ಕಥನ

ಜಾಣ ಕಾಗೆ 2024 —ವಿಶ್ವನಾಥ ಸುವರ್ಣ

42 ಧಾರಾವಾಹಿ-17

58 ಗಾಂಧಿನಗರ ಪೋಸ್ಟ್ / ಬಾಲಿವುಡ್ 61



ಫ್ಯಾಮಿಲಿ ಆಡಿಯನ್ಸ್ ಹೀರೊ —ಸುಮಲತಾ ಎನ್.

ರಾಜಮೌಳಿ ಮುಕ್ತ ಪ್ರಶಂಸೆ ಪೃಥ್ವಿರಾಜ್ ನಮ್ರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ —ವಿಶಾಖ ಎನ್.

ಸಂಪಾದಕ
ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್

ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ
ಪುಸ್ತಕ ದಾಸೋಹದ ಹಲವು ರೂಪ

ಮುಖಪುಟ ಕಲೆ
ಸಂತೋಷ್ ಸಸಿಹಿತ್ಲು

ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸ
ಈಶ್ವರ ಎಸ್ ಬಡಿಗೇರ

ವಿಳಾಸ:
ಸಂಪಾದಕರು, 'ಸುಧಾ' ವಾರಪತ್ರಿಕೆ,
75, ಮಹಾತ್ಮ ಗಾಂಧಿ ರಸ್ತೆ,
ಬೆಂಗಳೂರು 560 001
ದೂರವಾಣಿ: 080 45557263

ಇ–ಮೇಲ್:
editorsu@sudha.co.in

@SudhaWeekly

ಸ್ಥಿರ ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳು

12 ನಿಮ್ಮೊಡನೆ 13 ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ 14 ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ 15 ನಕ್ಕುಬಿಡಿ 16 ಸಮುದ್ರ ಮಥನ 17 ವಿಚಾರ ಲಹರಿ – ಮಾತೇ ಮುತ್ತು
40 ಜಾಣರ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 49 ಭವಿಷ್ಯ 51 ನಗೆಹೊನಲು 52 ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ 54 ನಿಮ್ಮ ಪುಟ 62 ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿ