



ಸಮುದ್ರ ಮಥನ



ಸಮಗ್ರ ಮಾಹಿತಿ 'ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಅಲ್ಲ' ನಡಹಳ್ಳಿ ವಸಂತ್ ಅವರ ಮುಖಪುಟ ಲೇಖನ (ಸುಧಾ, ಮಾರ್ಚ್ 29) ಸಮಗ್ರ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಲ್ಲ

ಎನ್ನುವ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ನಾವು ಬೆಳೆಸಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬುದು ಸಮಂಜಸ.

—ಗಾಣದಾಳು ರಾಮಣ್ಣ ಚಿತ್ರದುರ್ಗ, ಎ.ಕೆ.ಅನಂತಮೂರ್ತಿ ಬೆಂಗಳೂರು, ಎ.ಪಿ. ರಂಗನಾಥ್ ಮೈಸೂರು, ಡಾ.ಕೆ.ಕೆ.

ಜಯಚಂದ್ರಗುಪ್ತ ಹಾಸನ, ಸಿದ್ದಾರ್ಥ ಬೆಂಗಳೂರು ಸಾರ್ವಕಾಲಿಕ ಸತ್ಯ 'ವಿಚಾರ ಲಹರಿ' ಯಲ್ಲಿ 'ರಾಮ ರಾಜ್ಯ ಆಳಿದರೂ ...' (ಶಿಕಾಕು) ಬರಹ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. 'ರವಿ ಕಾಣದ್ದನ್ನು ಕವಿ ಕಂಡ' ಎಂಬ ಕವಿವಾಣಿ ಸಾರ್ವಕಾಲಿಕ ಸತ್ಯ!

—ರಾಜಶೇಖರ ಹಾದಿಮನಿ, ಧಾರವಾಡ ಕುರುಡು ಹಾವು

'ಕಣ್ಣಿದ್ದರೂ ಕುರುಡು ಹಾವು' (ಶಶಿಧರಸ್ವಾಮಿ ಆರ್.ಹಿರೇಮಠ) ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಅಪರೂಪದ ಜೀವಿಯನ್ನು ಲೇಖಕರು ಪರಿಚಯಿಸಿದ್ದಾರೆ.

—ಕೋಟೇಶ್ವರ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣ ರಾವ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಸಮಯೋಚಿತ

'ನಿಮ್ಮೊಡನೆ'ಯಲ್ಲಿ 'ಬಾಟಲಿ ನೀರು ಎಚ್ಚರ ಪಹಿಷಿ' (ಬಿ.ಎಂ. ಹನೀಷ್) ಬರಹ ಸಮಯೋಚಿತ. ಸಾಮಾನ್ಯ ನೀರನ್ನೇ ಬಾಟಲಿಗಳಲ್ಲಿ ತುಂಬಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೆಲೆಗೆ ಮಾರುವ ವ್ಯಾಪಾರ ಎಗ್ಗಿಲ್ಲದೆ ಸಾಗಿದೆ.

—ಮಹಾವೀರ ಕಾಸರ ಶಿವಮೊಗ್ಗ, ಎಂ.ಮೃತ್ಯುಂಜಯಪ್ಪ ಚಿತ್ರದುರ್ಗ, ಅಂಚೆ ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ಕೊಪ್ಪ

ಜೀವನವೇ ವಿಸ್ಮಯ

'ವಿಶ್ವ ವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಸ್ಮಯ' (ಎಂ. ಅಬ್ದುಲ್



ಸಂಗ್ರಹ ಯೋಗ್ಯ ಸಂಚಿಕೆ

'ಸುಧಾ' ಯುಗಾದಿ ವಿಶೇಷಾಂಕ ಸಂಚಿಕೆ ಸಂಗ್ರಹಯೋಗ್ಯ. ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಆಪ್ತವೆನಿಸುವ ಸತ್ಯಯುತ ಕಥೆಗಳು, ಚಿಂತನೆಗೆ

ಹಚ್ಚುವಂತಹ ಪ್ರಬಂಧಗಳು,

ಚಲನಚಿತ್ರ ಕುರಿತ ಬರಹಗಳು, ಸಾಧಕಿಯರ ಬಹುಮುಖ ಪ್ರತಿಭೆಯ ಪರಿಚಯ 'ನನ್ನ ಹಾಡು ನನ್ನದು' ಹೊಟ್ಟೆ ಹುಣ್ಣಾಗಿರುವಂತೆ ನಕ್ಕು ನಗಿಸುವ 'ನಗೆ ಹೊನಲು' ಎಲ್ಲವೂ ವರ್ಣಮಯ ಸಂಚಿಕೆಗೆ ವಿಶೇಷ ಮೆರುಗನ್ನು ನೀಡಿವೆ. ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಓದಿ ಮೆಲುಕು ಹಾಕುವಂತಿದೆ.

—ಎಂ.ಕೆ. ಮಂಜುನಾಥ್, ಬೆಂಗಳೂರು ಉಪಯುಕ್ತ ಪ್ರವಾಸ ಕೈಪಿಡಿ ವಿಶೇಷಾಂಕ ಜತೆಗೆ ನೀಡಿದ ಪ್ರವಾಸ ಕೈಪಿಡಿ ಬಹಳ ಉಪಯುಕ್ತ. ಪ್ರವಾಸದ ಬಹಳಷ್ಟು ವಿಸ್ತೃತ ವಿವರಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

—ಸುಂದರ್ ಬೆಂಗಳೂರು

ರೆಹಮಾನ್ ಪಾಷ) ಲೇಖನ ತುಂಬ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಸ್ನೇಹನ್ ಹಾಕಿಂಗ್ ಅವರ ಜೀವನವೇ ವಿಸ್ಮಯ.

—ತೂರಗಲ್ಲ ಸುಶೀಲಾ ರಾಮದುರ್ಗ, ಬಾಳುಹೇಟಿ ನೀಲಕಂಠಪ್ಪ ಹಾಸನ, ಪಿ. ಜಯವಂತ ಪೈ ಕುಂದಾಪುರ, ನೀಲಮ್ಮ ಕುಮಾರಪ್ಪ ಲಿಂಗಸಗೂರು, ಪ.ಚಂದ್ರಕುಮಾರ ಗೌನಹಳ್ಳಿ ಮಧುರಾ ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ಬೆಂಗಳೂರು ಒಂದು ಪುಟ ವ್ಯರ್ಥ

ಡಾ. ವಿನೋದ ಭಟ್ಟ ಅವರ ಪರ ಸಂಬಂಧ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ವಿಪರೀತ/ ಅತಿರೇಕ ಅನಿಸುತ್ತಿದೆ. ಲಕ್ಷದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬಿಬ್ಬರ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಇಷ್ಟೊಂದು ವ್ಯಾಪಕ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಅಗತ್ಯವೇ? ಇದರ ಬದಲು, ಯುವಕ-ಯುವತಿಯರ ಮನೋಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಸೂಚಿಸುವ, ಮಾರ್ಗ ದರ್ಶಕ ವಿಚಾರಗಳು ಡಾಕ್ಟರರಿಂದ ಬರಲಿ. ಒಂದು ಪುಟ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದಲ್ಲವೇ?

—ಸರ್ವಜಿತ ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ, ಕೆ.ಎಸ್.ಎನ್ ರಾವ್ ಬೆಂಗಳೂರು, ಲಕ್ಷ್ಮಿ ಹಾಸನ

ಕಥೆ ಮಾರ್ಮಿಕ

'ನೆರೆ ಹೊರೆ' ಕಥೆ (ತಾರಾ ಸತ್ಯನಾರಾಯಣ) ಮಾರ್ಮಿಕವಾಗಿದೆ.

—ಸುಂದರ್ ಬೆಂಗಳೂರು, ಕೊಹಿಮ ಬಸರಕೋಡು, ಮೀನಾಕ್ಷಿ ಕೆ.ರಾಮಗುಂಡಿ ಬೈಲಹೊಂಗಲ, ವೀರಭದ್ರ ರಟ್ಟಹಳ್ಳಿ

ಸೆಲ್ಫಿ ಹುಚ್ಚು ಚಾರಣ ಹೊರಟಿದ್ದೀರಾ ಹುಷಾರು! (ಧನಂಜಯ ಜೀವಾಳ ಕೆ.) ಚಾರಣಿಗರು 'ಸೆಲ್ಫಿ' ಎಂಬ ಹುಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದಷ್ಟು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಗಿರಿ, ಕಂದಕ, ಜಲಪಾತಗಳ ಅಂಚಿನಲ್ಲಿ 'ಸೆಲ್ಫಿ' ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ 'ಸಾಹಸ' ಪ್ರವೃತ್ತಿಗೆ ಸ್ವಯಂ ಕಡಿವಾಣಿ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಿ.

—ಮುಕುಂದ ಹೆರಕಲ್ಲ ಕಲಬುರಗಿ, ಉಮೇಶ್ ನಾಗಶೆಟ್ಟಿ ಧಾರವಾಡ

ಅದ್ಭುತ ಮರ

'ವಂಡರ್‌ಪುಟ'ದಲ್ಲಿ ಆಕ್ಟೋಪಸ್ ಮರ (ಪ್ರಿಯಾಂಕ ವಿ.ಹೆಚ್.) ಚಿತ್ರ ಬರಹ ಅದ್ಭುತ.

—ರತ್ನಾಕರ ಹೆಗಡೆಕಟ್ಟಿ, ಮೂಡುಬಿದಿರೆ

ಆಹಾ.. ಪಕ್ಷಿಲೋಕ

ಪಕ್ಷಿಲೋಕ (ಎಚ್.ಸತೀಶ್) ಚಿತ್ರ ಲೇಖನ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಮಿರ್ಜಾ ಬಷೀರ್ ಅವರ ಕಥೆ 'ನಾಟೀ ಸವಾಲು' ತುಂಬ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ.

—ಆರ್.ಮಣಿಹಾಡ್ಯ ರಾಜೀವನಗರ ಸರ್ವಾಂಗ ಸುಂದರ!

ವಿಶೇಷಾಂಕ ಎಂದಿನಂತೆ ಸರ್ವಾಂಗ ಸುಂದರವಾಗಿದೆ. 'ನನ್ನ ಹಾಡು ನನ್ನದು'

ಅಂಕಣದಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಲೇಖಕಿಯರು ಬರೆದ ಕಿರು ಬರಹಗಳು ಅವರ ಆತ್ಮಸ್ಥೈರ್ಯ ಹಾಗೂ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಯಿಂದ ದೂರವಾದ ಮನೋಭಾವನೆಗೆ ಹಿಡಿದ ಕನ್ನಡಿಯಂತಿದೆ.

—ಮುಕುಂದ ಹೆರಕಲ್ಲ, ಕಲಬುರ್ಗಿ

ಹಿಡಿಸಿದವು

ವಿಶೇಷಾಂಕ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ನಾನು ಇಷ್ಟಪಡುವುದು ಓದುಗರ ವೇದಿಕೆ ಅಂಕಣವನ್ನು. ರೈಲು ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕೆ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿ 12 ಗಂಟೆಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಎಲ್ಲ ಗೊಂದಲಗಳೂ ದೂರವಾಗಬಹುದೇನೋ?

—ಜಿ.ಬಿ. ಕೃಷ್ಣಪ್ಪ ಬೆಂಗಳೂರು



VAIDYARATNAM

'The Cradle of Ayurveda'

ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸೇವೆಗಳು:

- ವೈದ್ಯ ಸಮಾಲೋಚನೆ. (ಸಾಮಾನ್ಯ ಮತ್ತು ಐಶೀಷ ಜಿಕ್ಕಿಡ್ಡಲಯಗಳು)
- ಕೇರಳ ಅಷ್ಟವೈದ್ಯ ಆಯುರ್ವೇದ ಜಿಕ್ಕಿಡ್ಡೆ
- ವೈದ್ಯರತ್ನಂ ಆಯುರ್ವೇದ ಔಷಧಿಗಳು

ಬೆಂಗಳೂರು ಟ್ರೇಟ್‌ಮೆಂಟ್ ಸೆಂಟರ್ : ನಂ. 2335, 17ನೇ ಕ್ರಾಸ್, 24ನೇ ಮೈನ್, ಸೆಕ್ಟರ್-1, ಹೆಚ್.ಎಸ್.ಆರ್.ಲೇ-ಔಟ್, ಬೆಂಗಳೂರು - 560 102 ಫೋನ್: 080-22580020 care@vaidyaratnamblr.com

ಹಿರಿಯ ವೈದ್ಯರು: ಡಾ|| ಕೇಶವಪ್ಪ ನರ್ಸರಿ| ಕೇಂದ್ರ ಕಛೇರಿ: ಒಲ್ಲೂರು, ತೈಕಾಡುಶೇರಿ, ತ್ರಿಚೂರು, ಕೇರಳ-680306, ದೂರವಾಣಿ: +91-487 2432732 www.vaidyaratnammooss.com