ಸುಧಾ

ನಿನ್ನ ನೀನು ಮರೆತರೇನು ಸುಖವಿದೆ?

www.sudhaezine.com

27 ಏಪ್ರಿಲ್ 2023
ಸಂಪುಟ 59 ಸಂಚಿಕೆ 17

18

ಮಾನವ ಜಗತ್ತು ಕಂಡ ಬಹು ದೊಡ್ಡ ವ್ಯಸನ ಯಾವುದು? ಕುಡಿತ, ಜೂಜು, ಅಧಿಕಾರ, ಲೈಂಗಿಕಗೀಳು - ಹೀಗೆ ಪಟ್ಟಿ ಬೆಳೆಸಬಹುದು. ಆದರೆ, ಈ ಎಲ್ಲ ವ್ಯಸನಗಳನ್ನೂ ಮೀರಿಸುವಂತಿದೆ 'ಡಿಜಿಟಲ್ ವ್ಯಸನ'. ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಆಧುನಿಕ ತಲೆಮಾರನ್ನು ಉದ್ದೇಶಿಸಿ 'ಡಿಜಿಟಲ್ ವ್ಯಸನ'ದ ಅಪಾಯಗಳ ಕುರಿತು ಚರ್ಚೆಗಳು ನಡೆಯುವುದು ಹೆಚ್ಚು. ಆದರೆ, ಈ ಗೀಳು ಹಸುಗೂಸಿನಿಂದ ಹಿಡಿದು ಹಿರಿಯ ನಾಗರಿಕರವರೆಗೆ, ಲಿಂಗಭೇದವಿಲ್ಲದೆ ಆವರಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ವ್ಯಸನಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದೇವೆ ಎನ್ನುವ ಅರಿವಿಲ್ಲದೆ ಅನೇಕರು 'ಡಿಜಿಟಲ್ ಖೆಡ್ಡಾ'ದೊಳಗೆ ಬಿದ್ದು ಪರಿತಪಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

–ನೇಮಿಚಂದ್ರ

ಲೇಖನಗಳು

5 ರಿಂಕು ಜೀಕು
–ರೂಪಾ ಡಿ.ಎ.

10 ಸಪ್ತಸ್ವರಗಳನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸುವ 'ಸಪ್ತಕ'
–ಉಮಾ ವೇಣೂರು

11 ಹೂ ಮುತ್ತು... ಆ ಮುತ್ತು...
–ಶಶಿಧರಸ್ವಾಮಿ ಆರ್. ಹಿರೇಮಠ

32 ಸತ್ಯ ಈಸ್ ಇನ್ ಲವ್@ವೆಟ್ರಿಮಾರನ್ ಗರಡಿ
–ವಿಶಾಖ ಎನ್.

34 ಹಾಡಲು ಬಾರದ ಮೈನಾಗೆ ಬಂದೀತೆ ಹಾಡು?
–ಯೋಗೀಂದ್ರ ಮರವಂತೆ

48 ಪುಟಾಣಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರವಾಸದ ಕೈಪಿಡಿ
–ಸ್ವಯಂಪ್ರಭಾ

56 ಕೆಂಪಾದವೊ ಎಲ್ಲ ಕೆಂಪಾದವೊ...
–ಅನಸೂಯ ವಿಕ್ರಮ್ ಕೇದಿಗೆಮನೆ

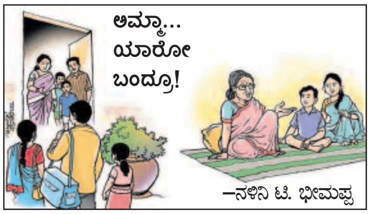
ಆರೋಗ್ಯ

28 ಎಳೆಯ ಹೃದಯಗಳಿಗೆ ಏನಿದೇನಿದು ನೋವು...
–ಡಾ. ಕೆ.ಬಿ. ರಂಗಸ್ವಾಮಿ

ಫ್ಯಾಷನ್

30 ಹಳೆ ಸೀರೆಯಲಿ ಹೊಸ ಲೆಹೆಂಗಾ
–ಯು. ಅನಂತ್

36 ಮೆಚ್ಚುಗೆ ಪಡೆದ ಪ್ರಬಂಧ



ಅಮ್ಮಾ... ಯಾರೋ ಬಂದ್ರೂ!
–ನಳಿನಿ ಟಿ. ಭೀಮಪ್ಪ

6 ಋತುವಿಲಾಸ

–ಶಾಂತಾ ಜಯಾನಂದ

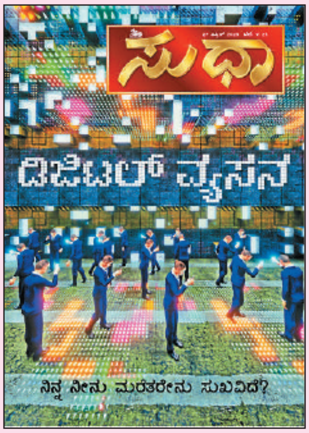
42 ಧಾರಾವಾಹಿ-7

–ವಿವೇಕಾನಂದ ಕಾಮತ್

58 ಗಾಂಧಿನಗರ ಪೋಸ್ಟ್ / ಬಾಲಿವುಡ್ 61

ಥ್ರಿಲ್ಲರ್ ಪರಿಧಿಯಾಚೆಗಿನ ರಾಧಿಕಾ...
–ಸುಮಲತಾ ಎನ್.

ಮತ್ತೆ ಮದುವೆ ಬಂಧಕ್ಕೆ ಮಲೈಕಾ
–ವಿಶಾಖ ಎನ್.



ಸಂಪಾದಕ
ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್

ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ

ವರ ಶಾರುಖ್
ವಧು ಕಾಜೋಲ್

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 40 ಜಾಣರ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 49 ಭವಿಷ್ಯ 50 ಪದಬಂಧ 51 ನಗೆಹೊನಲು 52 ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ 54 ನಿಮ್ಮ ಪುಟ 62 ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿ