



ಕೆಟ್ಟ ಕನಸುಗಳು ಎಕೆ ಬೀಳುತ್ತವೆ?

ಕೆಟ್ಟ ಕನಸುಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಗಟ್ಟಿಗೊಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಕಾರಿ ಆಗುವುದೂ ಇದೆ. ಇದು ಮೇಲ್ನೋಟಕ್ಕೆ ವಿರೋಧಾಭಾಸದಂತೆ ಕಾಣಿಸಿದರೂ, ಕನಸುಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನಲ್ಲಿ ಧನಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತರುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಾಗಿಯೂ ಪರಿಣಮಿಸಬಹುದು.

★ ನಳಿನಾ ಡಿ.

ಲೇಖನಗಳು

- 6** ಮರೆಯಾಗುತ್ತಿರುವ ಮರಬಳ್ಳಿ ಗಣಪೆ
-ಸದಾನಂದ್ ಕೆ.ಎಲ್.
- 8** ಹಿಡ್ಲುಮನೆ ಜಲಪಾತ
-ಶಿವರಾಜ್ ಉಡುಪ
- 25** ಯೋಚಿಸುವ ಯಂತ್ರಕ್ಕೆ ಊಟ ಕೊಡಿ!
-ಇಂದ್ರಕುಮಾರ್ ಎಚ್.ಬಿ.
- 28** ಮಕ್ಕಳ ಸಾವು; ಮರುಗದಿರಿ ಮನದಲ್ಲಿ..
-ಡಾ. ಎಂ.ಡಿ. ಸೂರ್ಯಕಾಂತ್
- 36** ಬುದ್ಧನ ಮುದ್ರೆ
-ಕೇಶವ ಕುಡ್ಲ
- 40** ಮಕ್ಕಳ ಸ್ಕೂಲ್ ಮನೇಲೇ!
-ಎಂ. ಸಂತೋಷ್ ಶಾಸ್ತ್ರಿ
- 42** ಐಟಿ ಫೈಶರ್ಸ್; ನೂರಂಟು ತಾಪತ್ರಯ
-ಡಿ.ಕೆ. ರಮೇಶ್
- 62** ಹವ್ಯಳ, ಸಂಡಿಗಿಗೆ ಇದು ಸಕಾಲ..
-ಶಾರದಾ, ವನಜಾ, ರಾಜಲಕ್ಷ್ಮಿ

72 ವಂಡರ್ ಪುಟ

ಗಿನ್ನೆಸ್ ಏರಿದ ಕತ್ತೆ
-ಸುಭಾಸ ಯಾದವಾಡ



ಫ್ಯಾಷನ್- ಚಾರಣಿ

- 30** ಎರಿ; ಸೌಂದರ್ಯದ ಸಿರಿ!
-ಮುಕುಂದ್ ವಿ. ಕಿರಸೂರ್
- 32** ಇತಿಹಾಸದ ಬನವಾಸಿ
-ಅಶೋಕ್ ಕುಮಾರ್, ಪುತ್ತೂರು

56 ನೈರೌತ

ಕ್ಯೋನೊ ವಾಚ್
ಸೈಚರ್ನ್ ಶೂ



44 ಕಥೆ

ಹೀಗೊಂದು ವಸಂತ
-ಡಾ.ಶಿರಗಾನಹಳ್ಳಿ ಶಾಂತನಾಯ್ಕ

ಧಾರಾವಾಹಿ

50 ಜನುಮ ಜನುಮಕೂ 11 ಹೂಲಿ ಶೇಖರ್



74 ಚಿತ್ರಸುಧಾ



ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳ ಟೋನಿ

-ವಿಶಾಖ

ಪರಿಣೀತಿಯ ಆಸೆ!

-ಅಮಿ



30 ಮೇ 2013

ಸಂಪುಟ 49 ಸಂಚಿಕೆ 22



ಸಂಪಾದಕ

ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್

ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ

ಒಂಟಿ ಚಪ್ಪಲಿ
ಡಾಟ್‌ಕಾಮ್!

ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸ
ಹಾದಿಮನಿ ಟಿ.ಎಫ್.

ವಿಳಾಸ:

ಸಂಪಾದಕರು, 'ಸುಧಾ' ವಾರಪತ್ರಿಕೆ,
75, ಮಹಾತ್ಮ ಗಾಂಧಿ ರಸ್ತೆ,
ಬೆಂಗಳೂರು 560 001
ದೂರವಾಣಿ: 25880000
ಫ್ಯಾಕ್ಸ್: 25880618

ಇ-ಮೇಲ್:

editorsu@sudha.co.in

ಸ್ಥಿರ ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳು

- 10 ವಿಚಾರ ಲಹರಿ- ಮಾತೇ ಮುತ್ತು ●12 ನಿಮ್ಮೊಡನೆ ●13 ಹೆಲ್ತ್ ಪ್ಲಸ್ ●14 ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ ●15 ಸಮುದ್ರ ಮಧನ
- 16 ನಗೆ ಹೊನಲು ●17 ನಕ್ಕುಬಿಡಿ ●48 ಚಾಣರಪಟ್ಟಿಗೆ ●58 ಸುಖೀಭವ ●59 ಸೈಬರ್ ಸೆಂಟರ್
- 64 ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ ●66 ಕಾಮಿಕ್ಸ್ ●67 ಆಹಾ ಸುದ್ದಿ ●68 ಪದಬಂಧ ●69 ಭವಿಷ್ಯ ●70 ನಿಮ್ಮ ಪುಟ ●78 ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿ