

14

## ನಿದ್ರೆ ಏಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ?



ನಿದ್ರೆ ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಸ್ಥಿತಿ. ಆದರೆ ಎಲ್ಲರ ನಿದ್ರೆಯೂ ಒಂದೇ ತರಹ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಚಿಂತೆ ಇಲ್ಲದವನೂ ನಿದ್ರೆಯಿಲ್ಲದೆ ಹೊರಳಾಡುವುದಿದೆ. ನಿದ್ರೆಯ ರಹಸ್ಯ ಏನು?

★ ಡಾ.ಸಿ.ಆರ್.ಚಂದ್ರಶೇಖರ್

### ಲೇಖನಗಳು

- 6 ಹುಲಿಯ ಗೂಡು! - ಟಿಜಿಎಸ್
- 22 ಸೀಸವೆಂಬ ಸಿಹಿ ವಿಷ - ಪ್ರೊ.ಎಸ್.ವತ್ಸಲ
- 24 ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಕರಿಬೇವು - ಎಚ್.ಎನ್.ಚಂದ್ರಕಲಾ
- 32 ಕನ್ನಡ ಕುವರನ ಯಶೋಗಾಥೆ...! - ಸುದೇಶ ದೊಡ್ಡಪಾಳ್ಯ
- 34 'ಡೆಡ್ ಸೀ' ಮೇಲೆ ಜೀವಂತ ದೇಹಗಳು! - ಡಾ. ಶೇಖರ್ ಗೌಳೀರ
- 36 ಗೌರೀಶಂಕರದಂತೆ ನನ್ನ ಗುರು! - ಪಂಡಿತ ರಾಜೀವ ತಾರಾನಾಥ
- 38 4ಜಿ ಮಾಯಾ ಮೊಬೈಲ್ - ಸುಧಾ ಹೆಗಡೆ
- 40 ಇದು ಕಾಲ್ಪೆಂಡು ಕಥೆ.. - ಪಿ.ಜಿ.ವಿಜು
- 42 ಹಳೆ ಬೇರೂ ಹೊಸ ಚಿಗುರು.. - ಗುಡಿಹಳ್ಳಿ ನಾಗರಾಜ
- 62 ಬರ್ಡೇ ಸ್ವೆಷಲ್ - ಎನ್.ವಿಜಯ ಗುರುರಾಜ

### ಫ್ಯಾಷನ್- ಪ್ರವಾಸ

- 26 ವಾಟರ್ ಪ್ರೊಫ್ ಮೇಕಪ್..! - ಉಮಾ ಅನಂತ್
- 28 ಕೊಲೋಸಿಯಮ್; ನಾ ಕಂಡ ವಿಶ್ವದ ಅದ್ಭುತ - ವಸಂಧರಾ ಎಸ್. ಕುಮಾರ್



### ಕಥೆ- ಧಾರಾವಾಹಿ

- 44 ಹಲಿಗೆ ದ್ಯಾವಪ್ಪ ಒಂಟಿ ಬಸಪ್ಪ - ಹೂವಿನಹಳ್ಳಿ ನಾಗರಾಜ
- 50 ಮದನೋತ್ಸವ- 3 - ಮಲಯಾಳಂ ಮೂಲ: ಎಂ. ಶ್ರೀಕುಮಾರ ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನಿಂದ: ಕೇಶವ ಮೆಳಗಿ



### 72 ವಂಡರ್ ಪುಟ

ಕಲರ್‌ಫುಲ್ ಕಪ್ಪೆ!  
-ವಸಂತ್ ಮಾಲವಿ

### 74 ಚಿತ್ರಸುಧಾ



ಅಮೀನ್‌ಗಳ ಗುಂಗಿನಲ್ಲಿ..

-ರಚನ

ಬಾಲಿವುಡ್ ಮಲ್ಲಿಗೆ

-ಬಿಂದು



1 ಜುಲೈ 2010  
ಸಂಪುಟ 46 ಸಂಚಿಕೆ 26



ಸಂಪಾದಕ  
ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್

**ಮುಂದಿನ ವಾರ**  
ಪವರ್ ಪಾಯಿಂಟ್

ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸ  
ವಿಷ್ಣು ಕುಮಾರ್.ಎಸ್.

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

ಇ-ಮೇಲ್:  
editors@deccanherald.co.in

### ಸ್ಥಿರ ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳು

- 8 ವಿಚಾರ ಲಹರಿ- ಮಾತೇ ಮತ್ತು
- 10 ನಿಮ್ಮೊಡನೆ
- 11 ಸಮುದ್ರ ಮಥನ
- 12 ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ
- 13 ಕಾರ್ಟೂನ್- ಹೆಲ್ಮ್‌ಪ್ಲೆಸ್
- 47 ಜಾಣರ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ
- 58 ಸುಖೀಭವ
- 59 ತನು ಮನ
- 61 ನಗಹೊಸಲು
- 64 ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ
- 66 ಕಾಮಿಕ್ಸ್
- 67 ಕಾಮನ ಬಿಲ್ಲು
- 68 ಪದಬಂಧ
- 69 ಭವಿಷ್ಯ
- 70 ನಿಮ್ಮ ಪುಟ
- 78 ಸುದ್ದಿ ಸ್ವಾರಸ್ಯ