



18 ಬದುಕು ಗೆಲಿಸು ಮನವೇ

ಅನುಭವಗಳು ಭಿನ್ನವಾದಷ್ಟೂ ಮನುಷ್ಯನ ಮನಸ್ಸಿನ ಜಿಜ್ಞಾಸೆಗಳ ಕುರಿತ ಉತ್ತರಗಳೂ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಎಲ್ಲರೂ ಒಪ್ಪಬಹುದಾದ ಸತ್ಯ ಒಂದೇ - 'ಬದುಕು ದೊಡ್ಡದು'. ಬದುಕನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಕಾಣುವುದೇ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಜೀವನ ಸಾಗಿಸುವ ಮಾರ್ಗ. ಎಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬದುಕಿನೊಂದಿಗೆ ಮುನಿಸು ಸಲ್ಲದು ಎನ್ನುವ ಈ ಬರಹ, ಬದುಕನ್ನು ಪ್ರೀತಿ-ಸಹನೆಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸಿದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಕಠಿಣವಾದ ಅಡೆತಡೆಯನ್ನೂ ನಿಭಾಯಿಸಬಹುದು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅನುಭವ ವೃತ್ತಾಂತಗಳ ಮೂಲಕ ಸಹೃದಯರಿಗೆ ಮನದಟ್ಟು ಮಾಡಿಸುವ ಹೃದಯ ಪ್ರಯತ್ನ.

-ನೇಮಿಚಂದ್ರ

ಲೇಖನಗಳು

- 6 ದಾಸವಾಳಕ್ಕೆ 'ಪುಷ್ಪಾ' ಸ್ಪರ್ಶ -ಸುಮಲತಾ ಎನ್.
- 8 ಹುಲಿಕೆರೆಯ ಕಲಾತ್ಮಕ ಕಲ್ಯಾಣಿ -ಡಾ. ಪದ್ಮಿನಿ ನಾಗರಾಜು
- 10 ಹಿರೋಷಿಮಾ: ಮನುಕುಲದ ಪಾಠಶಾಲೆ -ಡಿ.ಜಿ. ಮಲ್ಲಿಕಾರ್ಜುನ
- 26 ಟೊಮ್ಮಾಟೊ ಲೀಲೆಗಳು -ಸಮಿತಾ ಮಾಧವ ಶಾಸ್ತ್ರಿ ಗುಂಡ್ಲಿ
- 32 ಮುಂಗಾರಿನ ಜೊತೆ ಮರಗಳ ಕಥೆ -ವಿನು ಗಂಗೆ
- 48 ಕಕ್ಕಡ ಮಾಸವೂ ಮಧುಬನದ ಘಮಲೂ -ಶ.ಗ. ನಯನತಾರಾ
- 56 ಆಹಾ ಆಲೂ ತಿನಿಸು -ಮೀಣಾ ಶಂಕರ್

ಆರೋಗ್ಯ

- 28 ಜೀನ್ ಥರಪಿ -ಉಮಾ ವೇಣೂರು
- 29 ಎಂಡೊಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್: ಅರಿವು ಅಗತ್ಯ -ಡಾ. ಆಶಿಶ್ ಗಾವ್ಡೆ

ಭ್ಯಾಷನ್

- 30 ಸಾಕ್ಸ್ ಫ್ಯಾಷನ್ -ವಿಶಾಖಿ ಎನ್.



36 ಕಥೆ



ವಿತನಾರು? -ಡಾ. ಪ್ರಭಾಕರ ಶಿಶಿಲ

4 ಜೀವಜಾಲ



-ಸೀಮಾ ಹೆಗಡೆ

42 ಧಾರಾವಾಹಿ-4



-ಮೋಹನ್ ಪ್ರಸಾದ್

58 ಗಾಂಧಿನಗರ ಪೋಸ್ಟ್ / ಟಾಲಿವುಡ್ 61

ಅಮೃತಾ ಅಭಿಲಾಷೆ

ವಿನದು ಮಾತುಕತೆ? ಟಾಲಿವುಡ್ ಹೊಸ ಕತೆ -ವಿಶಾಖಿ ಎನ್.



ಸ್ಟಿರ ತೀರ್ಪಿಗಳೆಗಳು

- 12 ನಿಮ್ಮೊಡನೆ 13 ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ 14 ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ 15 ನಕ್ಕುಬಿಡಿ 16 ಸಮುದ್ರ ಮಧುನ 17 ವಿಚಾರ ಲವಣಿ 40 ಚಾಣರ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 49 ಭವಿಷ್ಯ 50 ಪದಬಂಧ 51 ನಗಹೊನಲು 52 ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ 54 ನಿಮ್ಮ ಪ್ರತಿಭೆ 62 ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿ

10 ಆಗಸ್ಟ್ 2023
ಸಂಪುಟ 59 ಸಂಚಿಕೆ 31



ಸಂಪಾದಕ
ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್

ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ

ಉಜ್ವಲ ನೆತ್ತರ ವರ್ಣದ
ಕೆಂಪು ರಾಟವಾಳ

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

f X @SudhaWeekly