



18

## ಮಾತೇ ಮತ್ತು

ಮಾತಿಗೀಗ ಮುತ್ತಿನ ಬೆಲೆ! ವೇದಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ, ಟೀವಿಗಳಲ್ಲಿ, ಹಾಸ್ಯೋತ್ಸವಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತಿಗೇ ಒಂದು ರೇಟು! ಧಾರಾವಾಹಿಗಳಲ್ಲಂತೂ ಮಾತು ಬರೆಯುವವರ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆಯೇ ಟೀಆರ್‌ಪಿ ರೇಟು ನಿಂತಿರುತ್ತದೆ. ಮಾತು ಈಗ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯ ಸರಕು!

★ ವಿಶಾಖ ಎನ್.

## ಲೇಖನಗಳು

- 8 ಹುಣಸೆಗೆ ಪರ್ಯಾಯ; ಉಂಡೆ ಹುಳಿ  
-ಸಹನಾ ಕಾಂತಬೈಲು
- 25 ಯೋಗವಲ್ಲ; ಇದು ಡೋಗ!  
-ಎಸ್ಸೆಚ್
- 26 35ರ ಬಳಿಕ..  
-ಉಮಾ ಅನಂತ್
- 30 ನವ ಮಂತ್ರಾಲಯ  
-ರಾಮರತ್ನ ಅಳವಂಡಿ
- 36 ಬಾಲಕಿಯರೇ ಏಕೆ ಮುಂದೆ?  
-ಡಾ.ಎಂ.ಡಿ. ಸೂರ್ಯಕಾಂತ್
- 38 ಮೊಬೈಲ್‌ಗಳ ಎನ್‌ಎಂಪಿ ಸಮರ  
-ಕೆ.ಎಸ್.ಬನಶಂಕರ ಆರಾಧ್ಯ
- 40 ನೋಡ ಬನ್ನಿ ಶಿಲ್ಪವನ  
-ರಘುನಾಥರಾವ್ ತಾಪೆ
- 42 'ಗೋಡೆಯ ಆಟಕ್ಕಿಲ್ಲ ತಡೆ!  
-ಗಿರೀಶ ದೊಡ್ಡಮನಿ
- 60 ಡೈಪ್ಲಮಾಟ್ಸ್ ಎಷ್ಟು ಪೌಷ್ಟಿಕ?  
-ಸುಧಾ ಹೆಗಡೆ
- 62 ಹಲಸಿನ ಬೀಜದ ಜಾಮೂನ್, ಬನ್ಸ್..  
-ಎಸ್.ಸರಸ್ವತಿ ಎಸ್.ಭಟ್

## ಫ್ಯಾಷನ್- ಪ್ರವಾಸ

- 28 ನತ್ತಿನ ಮತ್ತು..!  
-ಸುಶೀಲಾ ಡೋಣೂರ
- 32 ಆಹಾ.. ಆಸ್ಟಿನ್..!  
-ಡಾ.ಸಿ.ನಾಗಭೂಷಣ

## 56 ನೈರೀತ



ಒಲಿಂಪಸ್ ಕ್ಯಾಮೆರಾ  
ನೆಬ್ಯುಲ ವಾಚು

## ಕಥೆ

- 44 ರಾಜಧರ್ಮ  
-ಬಿ.ತಿಪ್ಪಣ್ಣ ಮರಿಕುಂಟೆ
- 50 ಕಾಕಿಗಿಡ- 7  
-ವಸುಮತಿ ಉಡುಪ



## 72 ವಂಡರ್ ಪುಟ

ಇವನ್ಯಾರ ಮಗನೋ!  
-ವಿದ್ಯಾ ಹಾಲಭಾವಿ

## 74 ಚಿತ್ರಸುಧಾ



ಬೋಗಯ್ಯ ಜ್ವರ  
-ರಘು

'ಜೈ ಹೊ' ಬೋಯಾ!  
-ಬಿಂದು



18 ಆಗಸ್ಟ್ 2011  
ಸಂಪುಟ 47 ಸಂಚಿಕೆ 33



ಸಂಪಾದಕ  
ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್

ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ  
ಪುಟ್ಟ ಕಾಡು

ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸ  
ವಿಷ್ಣು ಕುಮಾರ್ ಎಸ್.

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 ಮತ್ತು 12 ನಿಮ್ಮೊಡನೆ 13 ಕಾರ್ಬೋನ್ 14 ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ 15 ಹೆಲ್ತ್ ಪ್ಲಸ್ 16 ನಗೆ ಹೊನಲು  
17 ಸಮುದ್ರ ಮಧನ 41 ನಕ್ಕು ಬಿಡಿ 48 ಜಾಗರಣೆಗಾಗಿ 58 ಸುಖೀಭವ 59 ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಹೀಗೇಕೆ 64 ವಿಳಿಯರ ಅಂಗಳ 66 ಕಾಮಿಕ್ಸ್  
67 ಕಾಮನ ಬಿಲ್ಲು 68 ಪದಬಂಧ 69 ಭವಿಷ್ಯ 70 ನಿಮ್ಮ ಪುಟ 78 ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿ