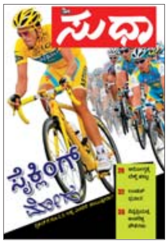
ವೈಚಾರಿಕ ಲೇಖನ



ನೇತ್ರಕೆರೆ ಉದಯ ಶಂಕರರ 'ಸೈಕ್ಲಿಂಗ್ ಮೋಹ' ಲೇಖನ ವೈಚಾರಿಕವಾಗಿದೆ.

-ಸು.ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ/ಅಮೃತೇಶ ತಂಡರ, ಅಣ್ಣಿಗೇರಿ/ ಎಚ್.ಎಸ್.ವಿಶ್ವನಾಥ್, ಶಿವಮೊಗ್ಗ

ಬೈಸಿಕಲ್ ಯಾತ್ರೆಗೆ ಸ್ವಾಗತ

ಮೈಸೂರಿನ ಇನ್ಫಿ ಕ್ಯಾಂಪಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಬೈಸಿಕಲ್ ಯಾತ್ರೆ (ಜಿತೇಂದ್ರ ಸಿ.ರಾಂ.ಹುಂಡಿ) ಪ್ರಸ್ತುತ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಸರಿಯಾದ ಕ್ರಮ.

-ಕೆ.ಎಸ್.ಚಂದ್ರ, ಕೌಡ್ಲೆ

ಲಂಡನ್ ಉತ್ತಮ ಪರಿಚಯ

ವಸುಂಧರಾ ಶಾಂತಕುಮಾರ್ ಅವರ ಲಂಡನ್ ಪರಿಚಯದ ಲೇಖನ ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆ.

- ಬಿಂಡಿಗನವಿಲೆ ರಂಗರಾಜು, ನೆ.ಲ.ರಾಂ, ಬೆಂಗಳೂರು/ ತರಂಗಿಣಿ, ತುಮಕೂರು

ಕುಸಿತ!

'ಐತಿಹಾಸಿಕ ನಗರ ಲಂಡನ್' (ವಸುಂಧರಾ) ಲೇಖನದ ಆದಿಯಲ್ಲೆ ಉದ್ಧೃತವಾಗಿರುವ 'ಲಂಡನ್ ಬ್ರಿಡ್ಜ್ ಈಸ್ ಫಾಲಿಂಗ್ ಡೌನ್' (ಲಂಡನ್ ಸೇತುವೆ ಕುಸಿಯುತ್ತದೆ) ಎಂಬ ಉಕ್ತಿಯನ್ನು ಟಿ.ಎಸ್.ಎಲಿಯಟ್ ತನ್ನೊಂದು ಕವಿತೆಯಲ್ಲಿ ಆಧುನಿಕ ಜೀವನದ ದುರಂತಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಮೆಯಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ.

-ಸಿಪಿಕೆ, ಮೈಸೂರು

ಕರ್ತವ್ಯ ನೆನಪಿಸಿದ ಬರಹ

ಡಾ.ಮೋಹನ್ ತಲಕಾಲುಕೊಪ್ಪ ಅವರ 'ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾವಣೆ: ನಾವೇನು ಮಾಡ ಬಹುದು?' ಲೇಖನ ಪ್ರಕೃತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಆದ್ಯ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ನೆನಪಿಸಿದೆ.

-ಎಂ.ಸರ್ದಾರ್, ಅರಸೀಕೆರೆ

ಚಿಂತನಾರ್ಹ ವಿಚಾರ

ವಿಚಾರ ಲಹರಿಯಲ್ಲಿ ವೈನತೇಯರ 'ಯಂತ್ರ ನಾಗರಿಕತೆ' ಚಿಂತನಾರ್ಹವಾಗಿತ್ತು.

–ಎ.ಕೆ.ಪಟ್ಟಾಭಿ, ಬೆಂಗಳೂರು, ಎಂ.ಎಲ್. ಲಕ್ಷ್ಮಣರಾವ್, ದಾವಣಗೆರೆ/ ಮಹಾವೀರ ಕಾಸಾರ

ದಲೈಲಾಮ: ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿ

75ಕ್ಕೆ ಕಾಲಿರಿಸಿರುವ ಬೌದ್ಧಗುರು ದಲೈಲಾಮ ಬಗೆಗೆ ಹನಿಯವರ ಲೇಖನ ಸಾಕಷ್ಟು ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದೆ.

- ಎಸ್.ಲಕ್ಷ್ಮಿನರಸಿಂಹ, ಚಾಮರಾಜನಗರ/ ಎಚ್.ಆನಂದಕುಮಾರ್, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ

ಮಿಸ್ಟರಿ ಸ್ಪಾಟ್‌ನಲ್ಲಿ 'ಮಿಸ್ಟರಿ' ಇಲ್ಲ

ಅಮೆರಿಕಾದ ಕ್ಯಾಲಿಫೋರ್ನಿಯಾದಲ್ಲಿರುವ 'ಮಿಸ್ಟರಿ ಸ್ಪಾಟ್'ನಲ್ಲಿ ನಿಗೂಢ ಸಂಗತಿ ಅಡಗಿದೆ ಎಂದು ವಂಡರ್‌ಪುಟದಲ್ಲಿ ಲಾವಣ್ಯ ಗೌರಿ ವೆಂಕಟೇಶ್ ಬರೆದಿರುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಅದೊಂದು ಭ್ರಮೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಿಸಲು ಸಾಕಷ್ಟು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು ಬಂದಿವೆ. ಆದರೆ ವಿಕಿಪಿಡಿಯಾದಲ್ಲಿ ಈ ಕುರಿತ ಬರಹ ಸರಿ ಇದೆ.

ಸುದ್ದಿ ಸ್ವಾರಸ್ಯ ಇಲ್ಲದ್ದನ್ನು ನೋಡಿ ನಿರಾಶೆ ಆಯಿತು. ಸ್ವಾರಸ್ಯಮಯವಾದ ಈ ಕಾಲಂ ತಪ್ಪಿಸಬೇಡಿ.

- ರವಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಇಲಿ ಹೊರಬರಬಹುದಿತ್ತಲ್ಲವೆ?

ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳದಲ್ಲಿ ಎಂ.ಎಂ.ಮಧು 'ಹಸಿದ ಇಲಿ' ಎಂಬ ಕಥೆಯಲ್ಲಿ ಬಾಸ್ಕೆಟ್ ಕೊರೆದು ಒಳಗೆ ಬರುವ ಇಲಿ ಅಲ್ಲಿನ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತಿಂದು ದಪ್ಪವಾಗಿ ಮತ್ತೆ ಹೊರಬರಲಾಗಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಬದಲಾದ ತನ್ನ ಗಾತ್ರಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಕೊರೆದು ಹೊರಬಹುದಿತ್ತಲ್ಲವೆ?

-ಯಲ್ಲೇಶ ಕಾಮಣ್ಣವರ, ಗಳತಗಾ, ಚಿಕ್ಕೋಡಿ ತಾ.

ಸಕಾಲಿಕ ಬರಹ

ನಿಮ್ಮೊಡನೆಯಲ್ಲಿ ನ್ಯಾಯದಾನದ ವಿಳಂಬದ ಕುರಿತು ಲಕ್ಷ್ಮಣ ಕೊಡಸೆಯವರು ಬರೆದಿರುವುದು ಸರಿಯಾಗಿದೆ.

- ಸತ್ಯನಾರಾಯಣ ಶರ್ಮಾ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಅರೆನಗ್ನ ಜಾಹಿರಾತು ಬೇಕೆ?

ಮೊಳಕಾಲ್ಮೂರು ಸುರೇಶ್ ಅವರು ಅರೆನಗ್ನ ಚಿತ್ರಗಳ ಜಾಹಿರಾತನ್ನು ಸಮರ್ಥಿಸುತ್ತ ಮಡಿ ವಂತಿಕೆ ಏಕೆ ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮಡಿವಂತಿಕೆ ವಿರೋಧಿ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಇನ್ನೇನು ನೋಡಬೇಕಿದೆಯೋ?

-ಎಂ.ಪಿ.ಬದರಿನಾಥ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಇನ್ಸುಲಿನ್‌ನಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲ್ಲ

ಆ.12ರ ಸುಧಾ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾದ ನಾಮದೇವ ಕಾಗದಗಾರ ಅವರ 'ತರಕಾರಿ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ಹಾಗಲಕಾಯಿ' ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದಂತೆ ಹಾಗಲಕಾಯಿ ಒಂದು ಉತ್ತಮ ತರಕಾರಿ. ಎಲ್ಲ ಕಾಲದಲ್ಲಿ, ಎಲ್ಲ ವಯೋಮಾನದವರೂ ತಿನ್ನಬಹುದಾದ, ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ತರಕಾರಿ.

ಆದರೆ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ 'ಹೈಪೊಗ್ಲೈಸೀಮಿಯ ಇನ್ಸುಲಿನ್‌ನಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ' ಎಂದಿದೆ. ಇದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಹೈಪೊ ಎಂದರೆ ಕಡಿಮೆ; ಗ್ಲೈಸೀಮಿಯ ಎಂದರೆ ರಕ್ತದಲ್ಲಿರುವ ಗ್ಲುಕೋಸ್. ಹೀಗಾಗಿ ಹೈಪೊಗ್ಲೈಸೀಮಿಯ ಎಂದರೆ 'ರಕ್ತದಲ್ಲಿರುವ ಸಕ್ಕರೆ ಪ್ರಮಾಣ ಅಗತ್ಯಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಇರುವುದು' ಎಂದರ್ಥ. ಈ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕೋಮಾಗೆ ಹೋಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಇನ್ನು ಹೈಪರ್ ಗ್ಲೈಸೀಮಿಯ ಎಂದರೆ, ಹೈಪೊಗ್ಲೈಸೀಮಿಯದ ವಿರುದ್ಧವಾದದ್ದು. ಹೈಪರ್ ಎಂದರೆ ಹೆಚ್ಚು. ಹೈಪರ್‌ಗ್ಲೈಸೀಮಿಯ ಇದ್ದಾಗ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಗ್ಲುಕೋಸ್ ಪ್ರಮಾಣ ಅಗತ್ಯಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಇರುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಮಧುಮೇಹ ಬರುತ್ತದೆ. ಈ ಎರಡೂ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಡಯಟ್ ಮತ್ತು ಆಹಾರದಿಂದ ಹತೋಟಿಗೆ ತರಬಹುದು.

'ಹಾಗಲಕಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಹೈಪೊಗ್ಲೈಸೀಮಿಕ್ ಅಂಶಗಳು ಕಡಿಮೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಇನ್ಸುಲಿನ್‌ನಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಮಧುಮೇಹ ಹತೋಟಿಗೆ ತರುತ್ತದೆ' ಎಂದು ಲೇಖಕರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಹೈಪೊ ಗ್ಲೈಸೀಮಿಯ ಎಂಬುದು ಆಲ್ಕಲಾಯ್ಡ್, ನ್ಯೂಟ್ರಿಯಂಟ್ ಅಥವಾ ಕೆಮಿಕಲ್ ಕಾಂಪೌಂಡ್ ಯಾವುದೂ ಅಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ಇದು ಇನ್ಸುಲಿನ್‌ನಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

-ಡಾ.ಎಚ್.ಎಸ್.ಪ್ರೇಮಾ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಬಿಳಿ ಮಚ್ಚೆಗಳೆ

ಪರಿಣಿತಿಯನ್ನು 50,000 ರೋಗಿಗಳು ಮೆಚ್ಚಿದ್ದಾರೆ.

ಹೊಸದಾಗಿ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲಾದ ಈ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ತ್ವಚೆಯ ವರ್ಣವು ಅಲ್ಪಕಾಲದಲ್ಲೇ ನೈಜವಾಗಿ ಬದಲಾಗುವುದು. ನಿಮ್ಮ ಕಾಯಿಲೆಯ ವಿವರಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿರಿ ಅಥವಾ ದೂರವಾಣಿ ಮೂಲಕ ಮುಖ್ಯ ವೈದ್ಯಜಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆ

ಖಂಡಿತ ಗುಣವಾಗುವುದು

ನಪುಂಸಕತೆ, ಗೊನೊರಿಯ, ಸಿಫಿಲಿಸ್, ಬಂಜೆತನ ಹಾಗೂ ಇತರೆ ಗೋಪ್ಯ ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದಿಕ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮೂಲಕ ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು. ಒಂದು ಕೋರ್ಸ್ ಔಷಧಿ ಹಾಗೂ ಉಚಿತ ಲಿಂಗವರ್ಧಕ್‌ಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಸಂಕೋಚಪಡದಿರಿ.

ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗ

ಬಿಳಿಸೆರಗು– ಬಿಳಿ ಅಥವಾ ರಕ್ತ, ಮುಟ್ಟಿನ ತೊಂದರೆ, ಬಂಜೆತನ, ರಕ್ತಹೀನತೆ ಅಶಕ್ತತೆ, ಸೊಂಟದ ನೋವು ಇತ್ಯಾದಿಗೆ ಖಾತರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಕೂಡಲೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಆಕರ್ಷಕ ಸ್ತನಗಳಿಗೆ

ನಮ್ಮ ಯಶಸ್ವಿ ಆಯುರ್ವೇದಿಕ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದು ಅಲ್ಪಕಾಲದಲ್ಲೇ ನಿಮ್ಮ ಸ್ತನಗಳು ಸೂಕ್ತ ವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಲು ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿರಿ.

Asia Ayurved P.O. Katri Sarai (Gaya)

Phone: 0631-2224881

09931840701 / 09334221088

09431025482 / 09835671211