# ಸುಧಾ

ಜಲಾಶಯಗಳಲ್ಲಿ ನೀರಿಗೆ ಬಡತನ,
ಕಂಗೆಟ್ಟಿದೆ ರೈತಾಪಿ ಜನ

www.sudhaezine.com

14 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2023
ಸಂಪುಟ 59 ಸಂಚಿಕೆ 37

18

ತಂಪು ಆವರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದ್ದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಒಣಹವೆ ನಾಡನ್ನು ತುಂಬಿಕೊಂಡಿದೆ. ವಾತಾವರಣದ ಕುದಿಗಿಂತಲೂ ಮೈಮನಗಳಲ್ಲಿನ ಕುದಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. 'ಇದೋ ಬಂದೆ' ಎಂದು ಬರಗಾಲ ಹೊಸ್ತಿಲಲ್ಲಿ ನಿಂತಿದೆ, ಹಲವು ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಅಡಿಯಿಟ್ಟಿದೆ. ರೈತರ ಕೃಷಿ ಯೋಜನೆಗಳು ತಲೆಕೆಳಗಾಗಿವೆ. ಮಳೆಯಿಲ್ಲದ ವರ್ಷಋತುವಿನಲ್ಲಿನ ಕನ್ನಡನಾಡಿನ ಚೆಲ್ಲಾಪಿಲ್ಲಿ ಬಿಂಬಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ. ಕರ್ನಾಟಕದ ನಾಳೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ಹಾಗೂ ಮುಂದಿರುವ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಸಿದ್ಧತೆ ನಡೆಸಲು ಈ ಒಡಕಲು ಬಿಂಬಗಳು ಒತ್ತಾಯಿಸುವಂತಿವೆ.

—ಕೋಡಿಬೆಟ್ಟು ರಾಜಲಕ್ಷ್ಮಿ

## ಲೇಖನಗಳು

5 ದುಂಪರಾಸ್ಮೆ
—ಶಶಿಧರಸ್ವಾಮಿ ಆರ್. ಹಿರೇಮಠ

10 ಹೊಟ್ಟೆ ಡಾಕ್ಟರ ಗಣಪ ಪ್ರೇಮ
—ಸುಧೀಂದ್ರ ಪ್ರಸಾದ್ ಇ.ಎಸ್.

32 ಡೌನ್ ಹೌಸ್: ಡಾರ್ವಿನ್ ಮಹಾಶಯನ ಅಂಗಳ-ಹಿತ್ತಲಿನಲ್ಲಿ
—ಸಿಡ್ನಿ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್

35 ಕೋಟೆನಾಡಿನಲ್ಲಿ ಕಂಡ ಕೊಡಸಿಗ
—ವಿನು ಗಂಗೆ

48 ಮುಂಬೈ ಡಬ್ಬಾವಾಲಗಳ ಎದೆ ಢವಢವ
—ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಜೋಕಟ್ಟೆ

56 ಸ್ವಾದಿಷ್ಟ-ಪೌಷ್ಟಿಕ ಪುಡಿಂಗ್
—ವೀಣಾ ಶಂಕರ್, ಬೆಂಗಳೂರು

60 ನೀರಜ್-ನದೀಮ್ ಭಾಯಿ ಭಾಯಿ
—ಎನ್ವಿ

## ಆರೋಗ್ಯ

28 ಡಿಫ್ತೀರಿಯಾ: ಬೇಡ ಭಯ
—ಡಾ. ಸ್ನೇಹಾ ಚುಂಚನೂರ

## ಫ್ಯಾಷನ್

30 ಬೆಳ್ಳಿ ಬೆಡಗು!
—ಆಶಾ ಎಸ್. ಕುಲಕರ್ಣಿ

## 36 ಕಥೆ

ಮನುಷ್ಯ ಮತ್ತು ದೇವರು
ಹಿಂದಿ ಮೂಲ: ಕಮಲೇಶ್ವರ್
ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ: ಡಿ.ಎನ್. ಶ್ರೀನಾಥ್

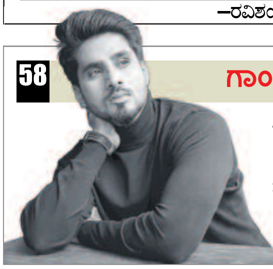
## 6 ಪ್ರವಾಸ

—ರವಿಶಂಕರ್ ಎಸ್.ಎಲ್.

## 42 ಧಾರಾವಾಹಿ-9

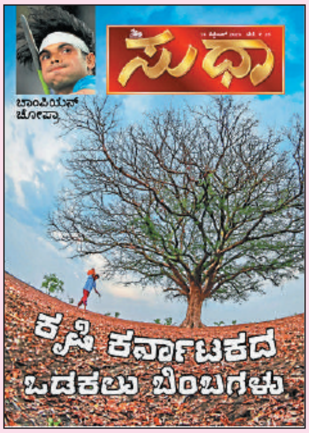
—ಮೋಹನ್ ಪ್ರಸಾದ್

## 58 ಗಾಂಧಿನಗರ ಪೋಸ್ಟ್ / ಬಾಲಿವುಡ್ 61



ಬೆಳ್ಳಿತೆರೆಯಲ್ಲಿ ರಕ್ಷ್ ಹೊಸ ಹೆಜ್ಜೆ
—ಸುಮಲತಾ ಎನ್.

ಸಿನಿಮಾಗಳಿಗೆ ಶುಕ್ರದೆಸೆ: ಹೇಮಾಮಾಲಿನಿ
—ವಿಶಾಖ ಎನ್.




ಸಂಪಾದಕ
**ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್**

**ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ**

ಹುಳ-ಹುಪ್ಪಟೆ ಖಾದ್ಯಗಳ 'ಕೀಡಾ ಬಜಾರ್'

ಮುಖಪುಟ ಚಿತ್ರ
ಪ್ರಕಾಶ ಕಂದಕೂರ

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

@SudhaWeekly

## ಸ್ಥಿರ ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳು

12 ನಿಮ್ಮೊಡನೆ 13 ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ 14 ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ 15 ನಕ್ಕುಬಿಡಿ 16 ಸಮುದ್ರ ಮಥನ 17 ವಿಚಾರ ಲಹರಿ 40 ಜಾಣರ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ
49 ಭವಿಷ್ಯ 50 ಪದಬಂಧ 51 ನಗೆಹೊನಲು 52 ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ 54 ನಿಮ್ಮ ಪುಟ 62 ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿ