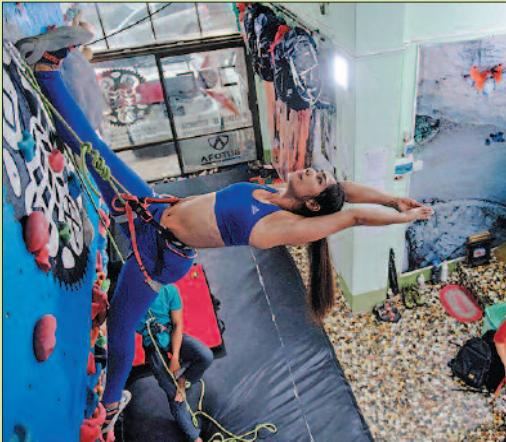




★ ಸಸಿತೋಟ

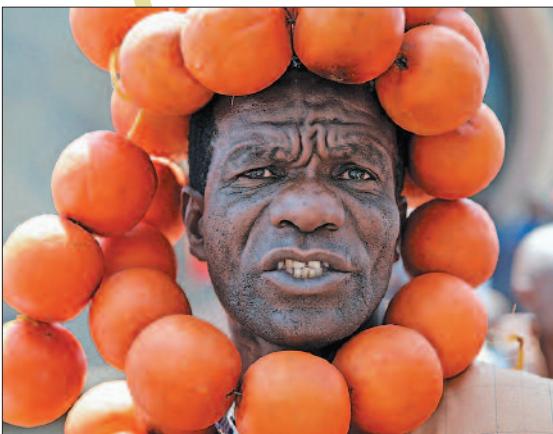
ಮೇದಲು ಬಿಯರ್ ಯೋಗ, ಡಾಗ್ ಯೋಗ, ಗೋಚಾ ಯೋಗ.. ಎಳ್ಳವೂ ಮುಗಿದು ಈಗ ಗೋಡೆ ಹತ್ತುತ್ತ ಮಾಡುವ ಯೋಗ.. ಮ್ಯಾನ್ಯಾರ್ ನಲ್ಲಿ ಫಿಟ್ನೆಸ್ ಟ್ರಿಯೂರಿಸ್ ಹೆಚ್ಚು ಹಿಡಿಸಿದೆಯಂತೆ. ಗೋಡೆ ಏರುತ್ತಿರುತ್ತಿರುವ ಹಿಡಿಸಿದೆಯಂತೆ. ಗೋಡೆ ಪರಿಸರ ಸಿಕ್ಕಿಲ್ಲವಂತೆ. ಅಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಈ ಯೋಗಕ್ಕು ಬ್ಯಾ ಹೇಳಿ ಗೋಡೆ ಇಳಿಯುವ ಯೋಗದ ಕ್ರೀಜ್ ಮುಖದು.



ಸ್ಪಿಟ್ಟೆಂಡ್‌ನಲ್ಲಿ ಕಳಿದ ವರ್ಷ ಮೇರಿಯಲ್ಲಿನ ಶ್ವಾಸದಲ್ಲಿ 3 ಓನ್ ಬೆಳ್ಳಿ, 43 ಕೆಜಿ ಒನ್ ಪ್ರತ್ಯೇಯಾಗಿದೆಯಂತೆ. ಅಲ್ಲಿಯ ಕ್ರೀಗಿಯಾರ, ದೈಸ್‌ಫಾ ಕಾರ್ಬಾನ್‌ನೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಅಮೂಲ್ಯ ಲೇಜಾಗಳ ಬಳಕೆ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿದ್ದು, ಶ್ವಾಸದ ಜೊತೆ ಸಂಸ್ಕರಣ ಘಟಿಕ ಸೇರಿ ಅಲ್ಲಿ ಸಂಸ್ಕರಣ ಮಾಡಲಾಗಿದೆಯಂತೆ. ಸಿರಿವಂತರ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಉಂದಿ ಅಯ್ಯವರೂ ಶಿರಿವಂತರೇ!

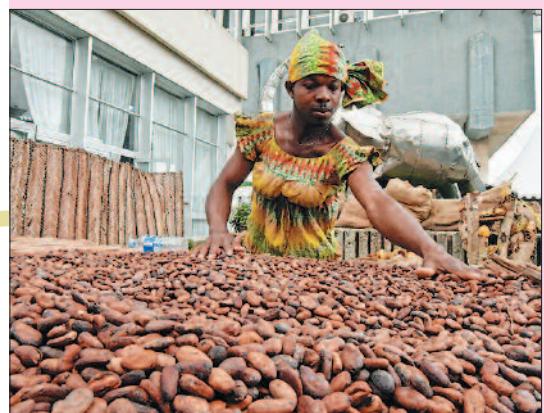


ಕೆನ್ನಾಡಲ್ಲಿ ಯಾವುದೆ ಪ್ರತಿಭಟನೆ ನಡೆಯಲಿ, ಕಿತ್ತಳೆ ಹಣ್ಣುಗಳ ಮಾಲೆ ಪ್ರತಿಭಟನಾ ನಿರತರ ಕೊರಳ ಮತ್ತೆ ಕಾಯಂ ಅಂತೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿಯೂ ಕಿತ್ತಳೆ ಹಣ್ಣನ ಬಳಕೆ ಬಹಳ. ಯಾರ ಏರುತ್ತ ಪ್ರತಿಭಟನೆ ನಡೆಸುತ್ತೇವೆಯೇ ಅವರ ಮೇಲೆ ಕಿತ್ತಳೆ ಹಣ್ಣುಗಳ ಸುರಿಮಳೆ, ಕೊಳಕ ಹಣ್ಣುಗಳಿಗ ಪ್ರಾತಸ್ಯ ಅಷ್ಟ. ಅಷ್ಟರಮಟ್ಟಿಗೆ ದುಂದುವೆಚ್ಚುತ್ತೇ ಕಡಿವಾಗಿ.



ಅಮೆರಿಕದಲ್ಲಿ ಯುವತಿಯೊಬ್ಬಳು ಸಾಕಿದ ನಾಯಿಮರಿ ತನ್ನ ಒಡತಿಯ ಬ್ಯಾಗಿನಿಂದ ಹಣ ಕಡಿಯುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದೆಯಂತೆ. ಅದು ದಣ ಕದ್ದು ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಕಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಆಟ ಆಡಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ನಾಯಿಯ ಒಡತಿ ತಿಂಡಿ ಕೊಟ್ಟು ಲಂಟಕ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ್ದಾಳಂತೆ. ಲಂಟ ತಿನ್ನವು ಚಟ್ಟ ನಾಯಿಗಾಗಿ ಅಂಟಿಬಿಟ್ಟಿದೆ ನೋಡಿ.

ಚೆನಾದ ಈ ಸುಂದರಿ ಅತ್ಯಂತ ಸಂಕೀರ್ಣವಾದ ಕೇಶ ವಿನ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ವಿದಿಯೇ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲಾಣದಲ್ಲಿ ವ್ಯರಲ್ ಆಗಿದೆ. ಆಕೆ ಮಲಗಿದ ಕೂಡಲೇ ಈ ವಿನ್ಯಾಸ ಸ್ವಷ್ಟಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಮೂಗಿನ ಮೇಲೆ ಬೆರಳಬ್ಬವರು ಬಹಳ ಮಂದಿ. ಆದರೆ ಆ ವಿದಿಯೇವನ್ನು ರಿವರ್‌ ಆಗಿ ಒಡಿಸಿ ಜಾಲಾಣಕ್ಕೆ ಪೇಸ್‌ ಮಾಡಲಾಗಿದೆಯಂತೆ. ಜೇನಿಯರ ತಲೆ ಇಲ್ಲಿಯೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದೆ.



ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಅಷ್ಟಿಕಾದಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕೊಕೊವ ಹಾಗೂ ಜಾಕೊಲೀಟ್ ದಿನಾಂಕರಣೆಯಂದು ಶುರುಪರು ಈ ಸಾಂಬ್ರಾದಾಯಕ ಮಹಿಳೆಯರ ಉದುಗೆ ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಒಿನ್ನಲೆ ಏನೇ ಇರಲಿ, ಲಾಗಾಯ್ತಿನಿಂದಲೂ ಮಹಿಳಾ ವಾದ ಕೊಂಡ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿರಬಹುದು.