ದೀರ್ಘಾಯುಷ್ಯಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ

ಎಚ್.ಎಸ್. ಮೋಹನ್‌ರ ದೀರ್ಘಾಯುಷ್ಯದ ಗುಟ್ಟೇನು? ಲೇಖನ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಓದಿಸಿಕೊಂಡಿತು. ಉಪಯುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಿದೆ.

-ಎ.ಕೆ. ಪಟ್ಟಾಭಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಅ.ರಾ.ಮಂಜುನಾಥ, ಗದರೆ ಇಂದು, ತಿಪಟೂರು /ರಾಜಶೇಖರ ಗೌಡ, ಕೊಟ್ಟೂರು/ ಸು.ವಿಜಯ ಲಕ್ಷ್ಮಿ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ/ವಿಭಾ ಮುರಳೀಧರ್, ತುಮಕೂರು ರಾಜೇಂದ್ರ ಕುಮಾರ್, ದೊಡ್ಡಬಳ್ಳಾಪುರ/ಎಸ್. ಲಕ್ಷ್ಮಿ ನರಸಿಂಹ, ಚಾಮರಾಜನಗರ

ಮುಖಕ್ಕೆ ನೀರು ಹಾಕಿ

ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಮುಖ ಮತ್ತು ತಲೆಗೆ ತಣ್ಣೀರು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವದರಿಂದಲೂ ಮನುಷ್ಯನ ಆಯುಷ್ಯ ವೃದ್ಧಿ ಆಗುತ್ತದೆಯಂತೆ. ನಡೆದಾಟ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ, ಬಂದುದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಸಮಚಿತ್ತದಿಂದ ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದರಿಂದಲೂ ದೀರ್ಘಾಯುಷ್ಯ ಸಾಧ್ಯ.

-ನಾರಾಯಣಯಾಜಿ, ಶಿರಾಲಿ, ಚಿಕ್ಕಮಗಳೂರು

ಶಾಪವಾಗದಿರಲಿ

ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರ ಪ್ರೀತಿ ಇರದಿದ್ದರೆ, ದೀರ್ಘಾಯುಷ್ಯ ಶಾಪವಾಗಬಹುದು.

-ಡಾ.ಕೆ.ಕೆ.ಜಯಚಂದ್ರಗುಪ್ತ, ಹಾಸನ

ಉತ್ತಮ ಕಥೆ

ಬೇಲೂರು ರಾಮಮೂರ್ತಿ ಅವರ 'ಎಕ್ಸ್‌ಚೇಂಜ್ ಎಕ್ಸ್‌ಚೇಂಜ್' ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮೂಡಿಬಂದಿದೆ. ಕತೆಗೆ ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸಿದ ಕಲಾವಿದ ಯಾರು ಎಂದು ಗೊತ್ತಾಗದೆ ನಿರಾಶೆ ಆಯಿತು.

-ಗೀತಾ ಎಸ್.ಕೆ. ಹಾಸನ/ ನೆ.ಲ.ರಾಂ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಕಲಾವಿದರು: ಎಸ್.ವಿ.ಹೂಗಾರ – ಸಂ.

'ನೀರ ಮೇಲಣ ಗುಳ್ಳೆ' ವಿದೇಶದಲ್ಲಿನ ತುಮುಲಗಳ ಚಿತ್ರಣ

ಹೊಸದಾಗಿ ಮದುವೆಯಾದ ಗಂಡ ಹೆಂಡಿರ ಮಾನಸಿಕ ತುಮುಲಗಳನ್ನು, ಅದರಲ್ಲೂ ವಿದೇಶದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವವರ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಲಾ ಬೀಳಗಿಯವರು ಕಾದಂಬರಿಯಲ್ಲಿ ಮನಮುಟ್ಟುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರಿಸಿರುತ್ತಾರೆ.

-ವೈ.ಎಂ. ಚಂದ್ರಶೇಖರ್, ಸಿದ್ದಾಪುರ

ಸಂಶಯ ಎಂಬ ನೀರಮೇಲಣ ಗುಳ್ಳೆ

ಕಥಾ ನಾಯಕಿ 'ಮಾಯಿ'ಯ ಸುಖ ಸಂತೋಷಗಳನ್ನು 'ನೀರ ಮೇಲಣ ಗುಳ್ಳೆ'ಯಾಗಿಸದೆ, ತನ್ನ ಗಂಡನ ಬಗ್ಗೆ ಅವಳಲ್ಲಿದ್ದ ಅನುಮಾನ, ಶಂಕೆಯನ್ನು 'ನೀರ ಮೇಲಣ ಗುಳ್ಳೆ'ಯಾಗಿಸಿದ್ದು ಓದುಗರಿಗೆ ಸಂತೋಷವನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿದೆ. ಕಾದಂಬರಿಯು ಕುತೂಹಲವನ್ನು ಕಾಯ್ದುಕೊಂಡು ಬರುವಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿದೆ.

-ಎಸ್.ಅಂಬುಜಾ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಇದು ಇಷ್ಟೇನಾ?

ಕುಳಿತಲ್ಲಿಯೇ ಖರ್ಚಿಲ್ಲದೇ ಯೂರೋಪ್ ದೇಶದ ಪ್ರವಾಸವನ್ನು ಓದುಗರಿಗೆ ಮಾಡಿಸಿತು, ನಿಜ. ಇದೊಂದೇ ಅದರ ಪ್ಲಸ್ ಪಾಯಿಂಟ್. ಮಾಯಿಗೆ ಮಕ್ಕಳಾಗುವುದರೊಂದಿಗೆ ಮುಗಿದುದನ್ನು ಕಂಡಾಗ 'ಇಷ್ಟೇನಾ?' ಎನ್ನುವಂತಾಯಿತು!

-ತರಂಗಿಣಿ. ತುಮಕೂರು

ವಿಶೇಷವಿಲ್ಲದ ಕಾದಂಬರಿ

ನಿರೂಪಣೆಯಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ವಿಶೇಷ ಕಾಣಲಿಲ್ಲ. ಆಸಕ್ತಿಯೂ ಮೂಡಲಿಲ್ಲ. ಸರಾಗ ಓದುವವರೆಗೆ ಬ್ರೇಕ್ ಹಾಕಿದಂತಾಯ್ತು.

-ಎಚ್.ಎಸ್. ವಿಶ್ವನಾಥ್, ಶಿವಮೊಗ್ಗ

ದೈವತ್ವಕ್ಕೇರಿದ ಪ್ರೇಮ

ವಿದೇಶವನ್ನು ಸೊಗಸಾಗಿ ಪರಿಚಯಿಸುವ ಜತೆಗೆ ಮಧ್ಯೆ ಮಧ್ಯೆ ವಿಜಾಪುರದ ಆಡುಭಾಷೆ ಪ್ರಯೋಗಿಸಿದ್ದು ಹಿತವಾಗಿತ್ತು. ಸಹಜವಾದ ಜೀವನಶೈಲಿಯಲ್ಲೇ ಪ್ರೇಮವನ್ನು ದೈವತ್ವಕ್ಕೇರಿಸಿದ ಪರಿ ಇದು. ನವ ವಿವಾಹಿತರು ಓದಬೇಕಾದ ಕಾದಂಬರಿ.

-ಪವಿತ್ರ ಕೆ.ಪ್ರಭುಲಿಂಗಪ್ಪ, ವಳಬಳ್ಳಾರಿ/ ಎಚ್.ಎಂ.ಕಾಳಮ್ಮ, ಬಸರಕೋಡು/ ಲಿಂಗರಾಜ ಹಿರೇಮನಿ, ಗಜೇಂದ್ರಗಡ/ ಶಕುಂತಲಾರಾವ್, ಬೆಂಗಳೂರು