



**ಗಮನ ಸೆಳೆಯುವ ಬರಹ**

'ಮದುವೆ ಎಂದರೆ ಒಡವೆ, ಸೀರೆ!', ಸವಿತಾ ಶಾಂತಪ್ರಿಯ ಹಾಗೂ ಕೃಷ್ಣವೇಣಿ ಪ್ರಸಾದ್ ಮುಳಿಯ ಅವರ

ಮುಖಪುಟ ಲೇಖನಗಳು (ಸುಧಾ, ಡಿ. 15) ಗಮನ ಸೆಳೆಯುವಂತಿವೆ. ಸೀರೆ, ಒಡವೆಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಮದುವೆಯ ಅಲಂಕಾರದ ಬಗ್ಗೆ ಲೇಖನ ಸಮಗ್ರ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದೆ. ವರ್ಣರಂಜಿತ ಚಿತ್ರಗಳು ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ಸೆಳೆಯುವಂತಿವೆ.

—ಪಿ. ಗೋವಿಂದರಾಜ್ ಶಿವಮೊಗ್ಗ, ಎಂ. ಮೃತ್ಯುಂಜಯಪ್ಪ ಚಿತ್ರದುರ್ಗ, ರಮ್ಯಾ ಬೆಳ್ಳಾವೆ, ವಿಜಯಾ ರಮೇಶ್ ಉಡುಪಿ

ಸರಿಸಾಟಿಯಿಲ್ಲ ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದ ಮಹಿಳೆಯರು ಬಹುವಾಗಿ ಪ್ರೀತಿಸುವ ರೇಷ್ಮೆ ಸೀರೆಯಲ್ಲಿ ಶೋಭಿಸುವಷ್ಟು ಬೇರೆ ಉಡುಗೆಯಲ್ಲಿ ಮಿಂಚುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಉತ್ತರ ಭಾರತೀಯರು ಅನುಕೂಲದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಲೇಹಂಗಾ ಬಳಸಿದರೂ ರೇಷ್ಮೆ ಸೀರೆಗೆ ಸರಿಸಾಟಿಯಿಲ್ಲ.

—ಕೋಟೇಶ್ವರ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣರಾವ್ ಬೆಂಗಳೂರು

**ಪ್ರವಾಸ ಚಿತ್ರ ಲೇಖನ**

'ಪರ್ವತಾರೋಹಿಗಳ ಸ್ವರ್ಗ ಮೌಂಟ್ ರೇನಿಯರ್' (ಸೌಮ್ಯಶ್ರೀ ಮಹದೇವಯ್ಯ) ಪ್ರವಾಸ ಲೇಖನ ಅತ್ಯಾಕರ್ಷಕ ಚಿತ್ರಗಳೊಂದಿಗೆ ಕಣ್ವನ ಸೆಳೆಯಿತು.

—ರವೀಂದ್ರನಾಥ ಶಿ. ಯಡಹಳ್ಳಿ ಚಿತ್ರಮಂದಿರಗಳಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರಗೀತೆ

'ನಿಮ್ಮೊಡನೆ'ಯಲ್ಲಿ 'ಸಿನಿಮಾ ಮಂದಿರಗಳಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರಗೀತೆ' (ಬಿ.ಎಂ. ಹನೀಫ್) ಉದ್ಭವಿಸಿರುವ ಗೊಂದಲಗಳನ್ನು ವಿಮರ್ಶೆ ಮಾಡಿದೆ. ಚಿತ್ರ ಪ್ರದರ್ಶನ ಮತ್ತು ಕೊನೆಗೆ ರಾಷ್ಟ್ರಗೀತೆ ಪ್ರಸಾರ ಮಾಡಿ ಅವಮಾನ ಮಾಡುವುದು ತರವಲ್ಲ.

—ಸುಂದರ್ ಬೆಂಗಳೂರು, ಮುಕುಂದ ಹೆರಕಲ್ಲ ಕಲಬುರಗಿ, ಮಹಾವೀರ ಕಾಸರ ಶಿವಮೊಗ್ಗ ಸಕಾಲಿಕ

ಫಿಡೆಲ್ ಕ್ಯಾಸ್ಟ್ರೊ ವಿರಾಯ ಲೇಖನ (ದಿಲೀಪ) ಸಕಾಲಿಕ. ಸುಮಾರು ಆರು ದಶಕಗಳಷ್ಟು ದೀರ್ಘ ಕಾಲ ಕ್ಯೂಬ ದೇಶವನ್ನು ಆಳಿದ ಕ್ಯಾಸ್ಟ್ರೊ ಆ ದೇಶದ ಸರ್ವತೋಮುಖ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಶ್ರಮಿಸಿದ್ದು ಇತಿಹಾಸ. ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲೇ ಹೆಸರು ಮಾಡಿದ್ದ ಈ ಸರ್ವಾಧಿಕಾರಿ ಭಾರತದೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹದಿಂದ ಇದ್ದರು ಎಂಬುದು ಸ್ಮರಣೀಯ.

—ಎಸ್. ಚನ್ನಪ್ಪ ಮೈಸೂರು, ಕೃಷ್ಣಚೋಶಿ ಧಾರವಾಡ

**ಆರೋಗ್ಯ ಲೇಖನ**

'ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ವಂಶವಾಹಿಗಳ ಪಾತ್ರ' (ಡಾ.ವಿನಯ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್) ಲೇಖನ ವಿಚಾರ ಪೂರ್ಣ. ವಂಶವಾಹಿಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು

ಲೇಖನ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮನದಟ್ಟು ಮಾಡಿದೆ.

—ಎಂ.ಜಿ. ರಾಮಚಂದ್ರ ಮಂಡಗಲೆ ಉಪಯುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿ 'ಚಳ್ಳೆಹಣ್ಣು ತಿಂದಿದ್ದೀರಾ?' (ಸಿದ್ದರಾಮ ಹಿರೇ ಮಠ) ಲೇಖನ ಉಪಯುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದೆ. ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಸಿಹಿ, ಹುಳಿ, ಒಗರು ರುಚಿಯ ಈ ಔಷಧೀಯ ಗುಣ ವಿರುವ ಹಣ್ಣು 'ಚಳ್ಳೆಹಣ್ಣು ತಿನ್ನಿಸಿದ' ಎಂದು ನೆಗೆಟಿವ್ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಬಿಂಬಿತವಾಗುತ್ತಿರುವುದು ವಿಷಾದನೀಯ.

—ನಾರಾಯಣಯಾಜಿ ಶಿರಾಲಿ, ಮೇ.ಗೋ. ಸುಬ್ಬಣ್ಣ ಮೇಗರವಳ್ಳಿ

**ಕಥೆ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ**

'ಬಿಟ್ಟು ವಿದುರನೂ ಅವನ ಎರಡನೆ ವಿವಾಹವೂ' (ಡಿ.ಎನ್.ಶ್ರೀನಾಥ್ ಅನುವಾದಿತ ಕಥೆ) ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಕಥೆಯ ಅಂತ್ಯವೂ ಹಿಡಿಸಿತು.

—ರಾಜಶೇಖರ ಹಾದಿಮನಿ ಧಾರವಾಡ,

ಕೊಹಿಮ ಬಸರಕೋಡು, ಎಸ್.ವಿಜಯಕುಮಾರಿ ಸಮಯೋಚಿತ

'ನಮ್ಮ ಸುರಕ್ಷತೆ ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿ' (ಡಾ.ಎಂ.ಡಿ. ಸೂರ್ಯಕಾಂತ್) ಲೇಖನ ಮುಗ್ಧ ಮಹಿಳೆಯರ ಸುರಕ್ಷತೆಗೆಂದೇ ಬರೆದೇ ಬರಹದಂತಿದ್ದು ಸಮಯೋಚಿತವಾಗಿದೆ.

—ಅಕ್ಷಯನಗರ ಗೋಪಾಲರಾವ್



**ನಳಮಂಚಿದ ಕಾದಂಬರಿ**  
ನಳ ದಮಯಂತಿ (ಡಾ.ಜಿ. ಕೃಷ್ಣಪ್ಪ) ಧಾರವಾಹಿ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬರುತ್ತಿದೆ.

ಹೊಸ ಶೈಲಿ, ಭಾಷೆ ಅತ್ಯಾಕರ್ಷಕವಾಗಿದೆ.

—ನೀಲಮ್ಮ ಕುಮಾರಪ್ಪ ಲಿಂಗಸಗೂರ

**ಅರ್ಥಗರ್ಭಿತ**

ನಳ ಚರಿತ್ರೆಯ ಕೆಲವು ಭಾಗಗಳನ್ನು ಕಾವ್ಯರೂಪದಲ್ಲಿ ಹೈಸ್ಕೂಲಿನ ಪಠ್ಯದಲ್ಲಿ ಓದಿದ ನೆನಪು. ಈಗ ಕೃಷ್ಣಪ್ಪ ಅವರು ಬರೆದಿರುವ ಕಾದಂಬರಿ ಸರಳ ನಿರೂಪಣೆ, ಶೈಲಿ, ಮೂಲ ಕಥಾನಕಕ್ಕೆ ಭಂಗ ಬರದ ಹಾಗೆ ಸರಳ ಗದ್ಯದ ಮೂಲಕ ಹೇಳುವ ರೀತಿ ಮೆಚ್ಚುಗೆಯಾಯಿತು. ಕಥೆಗೆ ಪೂರಕವಾದ ಚಿಕ್ಕಚಿಕ್ಕ ಉಪಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳು ಅರ್ಥಗರ್ಭಿತವಾಗಿವೆ. ಚಿತ್ರಗಳೂ ಸೊಗಸಾಗಿವೆ.

—ಯು.ಎನ್. ಸಂಗನಾಳಮಠ ದಾವಣಗೆರೆ

**ಶೈಲಿ ಸೊಗಸಾಗಿದೆ**

ಕನಕದಾಸರ ನಳ ದಮಯಂತಿ ಕಥೆ ಇಷ್ಟವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಕನಕದಾಸರ ಪದ್ಯಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನಾಟುವಂತೆ ತಿಳಿಸುತ್ತಿರುವ 'ಬೇಂದ್ರೆ' ಕೃಷ್ಣಪ್ಪನವರ ಶೈಲಿ ಸೊಗಸಾಗಿದೆ. ಆರೂವರೆ ದಶಕಗಳ ಹಿಂದೆ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಓದಿದ್ದ ಈ ಕಥೆಯ ಕೆಲವು ಭಾಗಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸುವಂತಾಗಿದೆ.

—ಡಾ.ಕೆ.ಕೆ. ಜಯಚಂದ್ರಗುಪ್ತ ಹಾಸನ ಬಾಲ್ಯದ ನೆನಪು

ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿರುವಾಗ ಈ ಕಥೆ ಓದಿದೆ. ಈಗ ಇದನ್ನು ಮತ್ತೆ ಓದುವಾಗ ನಮ್ಮ ಗುರುಗಳು, ಸಹಪಾಠಿಗಳು, ಶಾಲೆಯ ಪರಿಸರ ಎಲ್ಲ ನೆನಪಾಯಿತು. ಕಾದಂಬರಿ ತುಂಬ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬರುತ್ತಿದೆ.

—ಕೆ.ಪಿ. ದೇವೇಂದ್ರಯ್ಯ ಸಾಸ್ವಹಳ್ಳಿ



**ಸಂಧಿಲಿನ್**  
SANDHILIN ಸನ್ಧಿಲಿನ್

ಗಂಟು ನೋವು,  
ಬೆನ್ನು ನೋವು,  
ಮಾಂಸ ಖಂಡಗಳ ಸೆಳೆತ,  
ನರ, ವಾತ ಸಂಬಂಧಿ

**ನೋವಿಗೆ ಶೀಘ್ರ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ**





- ◆ ಜಿಡ್ಡು ರಹಿತ 'ಸಂಧಿಲಿನ್' ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದದ ಋಷಿಮುನಿಪ್ರಣೀತ ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತವಾಗಿ, ಅತ್ಯಾಧುನಿಕ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿ ತಯಾರಿಸಲಾಗಿದೆ.
- ◆ ಇದು ಗಂಟುನೋವು, ಬೆನ್ನುನೋವು, ಉಳುಕು, ಮಾಂಸ ಖಂಡಗಳ ಸೆಳೆತ, ನರ, ವಾತ ಸಂಬಂಧಿ ನೋವುಗಳಿಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ.
- ◆ ತ್ವಚೆಗೆ ಹಿತಕರವಾಗಿದ್ದು ಚರ್ಮ ಅಥವಾ ಬಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ಯಾವುದೇ ಜಿಡ್ಡು ಕಲೆಗಳು ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ತಯಾರಕರು



ISO / GMP CERTIFIED

**ಶ್ರೀ ಧರ್ಮಸ್ಥಳ**  
ಮಂಜುನಾಥೇಶ್ವರ ಆಯುರ್ವೇದ ಫಾರ್ಮಸಿ  
ಕುತ್ವಾಡಿ - 574 118, ಉಡುಪಿ ಜಿಲ್ಲೆ, ಕರ್ನಾಟಕ  
Ph / Fax: 0820 - 2520852  
Email: sdmaph@gmail.com

ಇದು 'SDM ಆಯುರ್ವೇದ ಫಾರ್ಮಸಿ'ಯ ಉತ್ಪನ್ನ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಉತ್ಪನ್ನ