

నమస్తేలంగాణ ఆదివారం

బతుకమ్మ

25 ଅକ୍ଟୋବର 2020



దాంపత్ర్య శ్రీనివాసం!

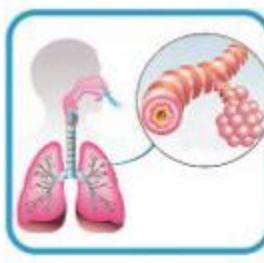
Published by

As ISO 9001-2000 Certified

డా. కే. వెంకటరావు



శ్వాస నమస్కారం జిబ్బందా?



సైనసైటీస్, ప్రాంకైటీస్, అస్తమా, అలర్ట్,
అడినాయడ్స్, ఫారింజైటీస్, నిమోనియా,
లారెంజైటీస్, అన్ని శ్వాసకోష అలర్ట్లల
సమస్యల నుండి విముక్తి పొందండి

డాక్టర్ అపోయింట్మెంట్ కొరకు:
767 500 8000

టోల్ ఫోన్: 1800 108 1900



An ISO 9001:2008 Certified

జూల్హివాల్స్ - TV5 ప్రక్షుట్ | KPHB - రెమెడీ పణస్టుల్ ప్రక్షుట్ | అమీర్పేట్ - ముఖురానగర్ మెల్లో స్టేషన్ ఎదురుగా | బిల్సుఫ్టుగర్ - మెల్లోస్టేషన్ ప్రక్షుట్
మెహిదిపట్టుం - సర్జీజిస్ట్స్ కంటీ ఆసుపత్రి ప్రక్షుట్ | A.S.Rావు శగర్ - చెన్నై పొపింగ్మాల్ ఎదురుగా | కార్బానా - జూల్హి బస్టాండ్ దగ్గర
కాదిగొద్ద - టూరస్సు వ్హిట్ | సిజామాబాద్ | హాష్కుండ | కరీంశగర్ | ఇష్టుం | మంచర్జుల్ | మపాభూబేసగర్ | తమిస్ నాదు



Promoted by:
డా. కె. కో.
 హెర్చెబ్స్ బాయో పాష
ఆరోగ్యం | అముంఘం | ఆపంఘం

టర్మినల్ రోగాల చర్చ సమస్యలకు చెప్పండి ఇక సెలవు



సెంటిలియాసిన్



విటోగో (బొల్లి)



ఎగ్జిమా



అర్ట్రోకెలియా



ఫంగల్ ఇన్ఫెక్షన్స్



వికెన్ షైమ్స్

అద్భుతాన్ని కాన్సెస్ట్రోయిషన్ల పద్ధతితో అత్యుత్తమైన చికిత్స

డాక్టర్ అపాయింట్మెంట్ కొరకు:

767 500 8000

ఇతర ప్రత్యేక చికిత్సలు



ప్లైట్, ఫిస్టులా



వెన్యూ, కీళ్ళనిాప్పులు



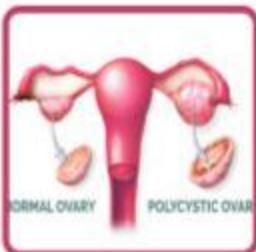
శ్లైరాయిడ్



డయాబెటిస్



శ్వాస సమస్యలు



PCOD



బిపర్ సమస్యలు



కింద్రీ సమస్యలు



నిద్రలేటు



మేల్ సెక్స్ పార్ట్ సమస్యలు



Positive Homeopathy

An ISO 9001 - 2000 Certified

టోల్: **1800 108 1900**

Chat with Doctor @
www.drpositivehomeopathy.com



జాభావింగ్ - TV5 ప్రక్షుటి | KPHB - రెమెడీ హిస్పెటల్ ప్రక్షుటి | అమీర్పోర్ట్ - ముఖురానగర్ మెట్రో స్టేషన్ లదురుగా | దిల్సుఫ్హినగర్ - మెట్రో స్టేషన్ ప్రక్షుటి | మెహాదిపట్టుం - సరోజనిదేవి కంటి అసుప్తి ప్రక్షుటి | A.S.రావు నగర్ - చెన్నెంపాంగీమూల్ లదురుగా | కార్బూనా - జాభావింగ్ ప్రక్షుటి | కాచిగూడ - టూరిస్ట్ వ్హాజా | నిజామాబాద్ | పాశ్కురొండ | కలీంసగర్ | ఖమ్మం | మంచిర్మాల | మహాబుబ్ నగర్ | తమికొన్డు



దాంపత్య శ్రీనివాసం!

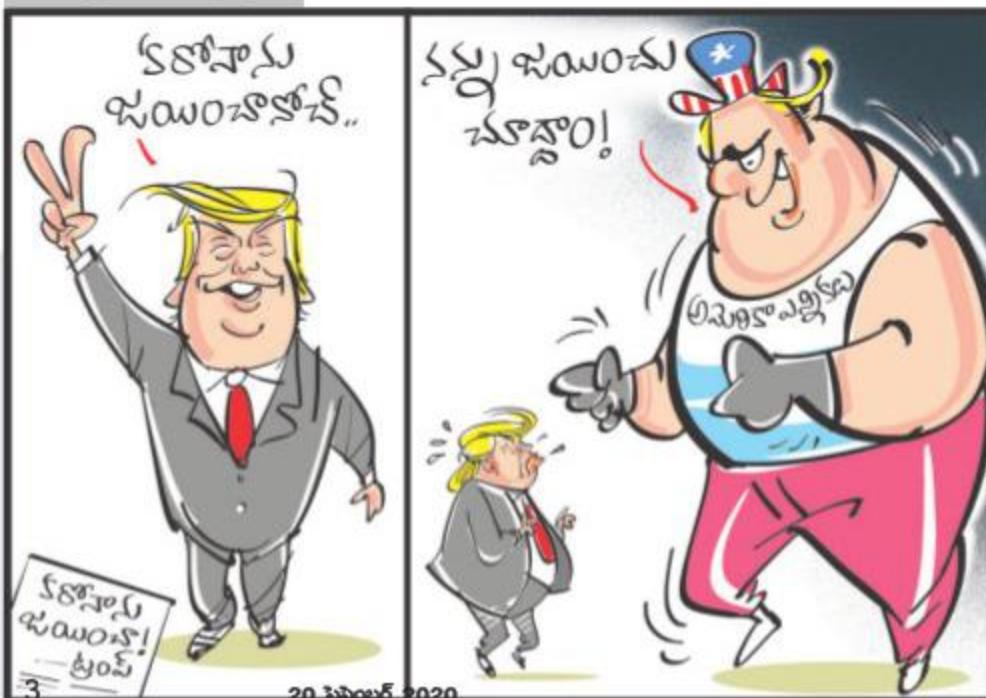
ఆలూమగల అనుబంధాలకు ప్రతీకలు.. పద్మవతీ వేంకచేశ్వరులు. అతను రాముడు అయితే ఆమె సీత. అతను కృష్ణుడు అయితే ఆమె సత్యభామ. అతను నార్సీంహుడు అయితే ఆమె చెంచిత. చిలిపి కలహోలు, వలపు వైరాలు ప్రతి కాపురంలోనూ ఉన్నట్టే. కొన్నిసార్లు అతను ఒడి, ఆమెను గలిపిస్తాడు. కొన్నిసార్లు, ఆమె పరాజితురాలై అతడిని విజేతను చేస్తుంది. యుగయుగాల అవగాహన ఇద్దరిదీ!

5 వాస్తునగరి.. మంత్రపురి

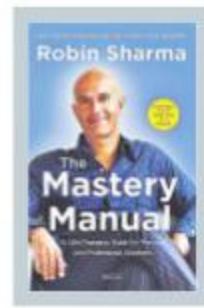
మంత్రపురి (మంధని) అనేక అద్భుతాలకు నిలయం. శాస్త్రాంగా నిర్వితమైన ఈ పట్టణంలో.. ‘వాస్తు’ గురించి చింత లేకుండా పోయింది. కారణం.. నలుడిక్కుల తోపాటు నాలుగు మూలల్లోనూ బోయలింగా లను ప్రతిప్పించారు పెద్దలు.



క్యూ బాత్తీసా!



6 జోలి	20 పలుకుబడులు	26 వాస్తు	27 అల్లరి
8 కరెంట్ మీటర్	7		
		28 రాజిఫులాలు	
		33 సారాంశం	



18 మాటల ఊటు.. పాటల తేటు..



సినిమా కళలో అనువాద రచన చక్కబీ సృజనాత్మక ప్రక్రియ. మాతృకలోని భావాన్ని పూర్తిగా ఆకథింపు చేసుకొని అందుకు అనుగుణంగా సంభాషణలు రాయాల్సి ఉంటుంది. డబ్బింగ్ సిని మాకు మాటలు రాయాలంటే నేడీవిటీ, సంస్కృతిపరమైన అంశాల్సి బాగా అర్థం చేసుకోవాలని చెబుతున్నారు గేయ, సంభాషణల రచయిత భాష్యాలీ.

22 దాబావాలి ఇల్లు

బిల్లిగాడి నుండి పోన్! వాడు పోన్ చేశాడంటే విషయం పెద్దగా ఏమీ ఉండదు కానీ, అనేక విషయాల్లీ ప్రస్తావించి నన్ను ఆకట్టుకొనేలా చేస్తాడు. ఇంతకీ బుల్లి బాల్యం నుండి నాకు స్నేహితుడు. తో వేరు ఇస్కూలులో చదువుకొనేటప్పుడు ఏరా అంటే ఏరా అనుకునేవాళ్ళం.



కవర్ బొమ్మ: మృత్యుంజయ్



కుసంచక్కుమీ అభివ్రాయాలను మాకు తెరియజేయండి.

పాఠస్థు ద్వారా: బతుకమ్మ, నమస్తే తెలంగాణ,
8-2-603/1/7,8,9.

కృష్ణాపురం, రోడ్ నంబర్ 10, బంజారాపేట్, హైదరాబాద్ - 500034.

ఈ-మెయిల్ : sunmag@ntnews.com

బతుకమ్మ

25 అక్టోబర్ 2020

లోపలి కమ్మల్లో..

వింట్ భారతం వినాలి.. తింట్ గారెల్ తినాలి అంటారు. కానీ, పురుషులందు పుణ్యపురుషులున్నట్టు.. గారెల్లో మక్కజొన్న గారెలు వేరయా! కొంచెం కారంగా, ఇంకొంచెం తియ్యగా.. భలేగా ఉంటాయివి. మక్కగారెలు చేసే ప్రక్రియ కాస్త కష్టంతో కూడుకున్నదే అయినా.. ఇష్టంగా చేసుకుంటారు. ఒకప్పుడు వర్షాకాలంలో మాత్రమే లభ్యమయ్యే మక్కకంకులు.. ఇప్పుడు ఏడాదంతా అందుబాటులో ఉంటున్నాయి. వెరైటీ రుచి కావాలనుకున్న ప్రతిసారీ ఇంటిల్లిపాచి ఉట్టు దీనికే పదుతుంది. ఉదయం ఉపాహారంగా, సాయంత్రం అల్పాహారంగా.. భోజనంలోకి కొసరుగా.. కోలికోలి కొరుక్కు తింటారు. రుచిలోనే కాదు పోపుక విలువల్లోనూ మక్కగారెలు ప్రశ్నమైనవే!

మక్కగారెలు వేరయా!

నిష్పుల మీద కాల్చుకు తినడానికి లేతే మక్కబ్లూట్లైతే బాగుంటుంది. గారెల విషయానికి వస్తే మాత్రం మక్కకంకులను ఆచితూచి ఎంచుకోవాలి. మరీ లేతగా ఉండొద్దు. అలాగని ముదిలపోవద్దు. నిండుగా పండినవి ఏలకోలి తీసుకోవాలి. అప్పుడే గారెలు రుచిగా వస్తాయి.

బెల్లంలో ఇనుము అభికంగా ఉంటుంది. దాంతోపాటు మెగ్గిఫ్ఫియం, జింక, ఫాస్టర్స్, మాంగసీన్ లభిస్తాయి. మాంగసీన్ మెదడు పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది. జ్ఞాపక శక్తిని పెంపాంచిస్తుంది. ఇనుము హింగాస్ లీన్ శాతాన్ని పెంచుతుంది. రక్తప్రసరణ సాఫీగా సాగేలా చేస్తుంది. మలినాలను తొలగించి రక్తాన్ని పుట్టి చేస్తుంది. మొత్తంగా రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది.

పచ్చికారం వాడటం మక్కజొన్న గారెల ప్రత్యేకత. పచ్చిమిర్చికి కారాన్ని కలిగించే రసాయనాలు ప్రీరాది కల్గి నుంచి శలీరానికి రక్కణ కల్పిస్తాయి. క్యాస్టర్ కణాలపై పోరాచుతాయి. గుండెకు రక్కణానిస్తాయి. శలరంలో చక్కర శాతాన్ని నియంత్రిస్తాయి. ఆహారం నాఫీగా జీర్ణమయ్యిందుకు సహకరిస్తాయి. అల్లం, వెల్లుల్లి వడలకు ఘూటునివ్వడంతో పాటు జీర్ణక్రియల వేగం పెంచుతాయి. రక్తహీనతను అలకడతాయి.

ఏతారం పలారం

కాస్త కష్టమైనా ఒకసారి చేసుకుంటే నాలుగైదు రోజుల వరకు నిల్వ ఉంటాయి మక్కవడలు. టుమాటా కెచ్చే అడ్డుకొని తినొచ్చు. నెయ్యి వేసుకొని లాగించోచ్చు. కొబ్బరి పచ్చడితో అద్యతః అనాల్చిందే! అల్లం పచ్చడితో తింటే ఎల్ల రుచుల్లో ఇదే గొప్పవడనిపిస్తుంది.

సాధారణంగా, నూనెలో వేయించిన పిండిచం టల్లో పోపుకాల శాతం తక్కువగా ఉంటుంది. ఈ సూత్రం మక్కజొన్న గారెలకు వర్తించడు. ఇందులోని పదార్థాలన్నీ పోపుక విలువలతో కూడుకున్నావే! బెల్లం, పచ్చిమిర్చి, ధనియాలు, జీలకర్, అల్లం, వెల్లుల్లి.. ఇవన్నీ శలీరానికి మేలు చేసేవే.

మక్కజొన్న గింజల్లో పైబర్ శాతం ఎక్కువ. ఇది మలబద్దకాన్ని నివారిస్తుంది. మొలలు రాకుండా చేస్తుంది. పేగు క్యాస్టర్ను నివారిస్తుంది. యాంటీ ఆక్రిడెంట్ లైకోపిన్ చర్మానికి నిగాలంపుని స్తుంది. జట్టును సంరక్షిస్తుంది. ఇందులోని విటమిన్-ని రోగినిరోధక శక్తిని పెంపాంచిస్తుంది. ఘుఘనాయిధ్య చెడు కొలెస్ట్రాల్ను తగిస్తాయి. కిడ్నీల పనితీరును మెరుగుపరుస్తాయి.

రుచిగా ఉండటంతో ఈ వడలు ఒకట్రెండు తినేని ఆమేయలేదు. నాలుగైదు లాగిస్తే గానీ ఆత్మారాముడికి సంతృప్తి కలుగదు. ఎలా అరుగుతాయో అని కంగారు పదాల్చిన పని లేదు. ఇందులో జీలకర్, ధనియాలు, 'జీర్లం జీర్లం మక్కవడలు జీర్లం' అనేస్తాయి. ఉడయం తింటే మధ్యాహ్నానికి మళ్లీ పేగులు అవురావురుమంటాయి.

తయారీ ఇలా..

కావార్పినవి:

మక్కజొన్న పొత్తులు: ఆరు, పచ్చిమిర్చి; పచి, అల్లంపెల్లుల్లి పేస్ట్: టేబుల్ స్ప్యాన్, బెల్లం: 50 గ్రాములు, జీలకర్, ధనియాలు: ఒక టేబుల్ స్ప్యాన్, నూనె, ఉప్పు: తగినంత తయారు చేసే విధానం:

మక్కజొన్న కంకులు ఒలుచుకొని, గింజలను మిక్కి పట్టుకోవాలి. మరో గిన్నెలో కట్ చేసు కున్న పచ్చిమిర్చి, అల్లం, వెల్లుల్లి పేస్ట్, తల గిన బెల్లం, జీలకర్, బెల్లం, తగినంత ఉప్పు వేసి మిక్కి పట్టుకోవాలి. మక్కజొన్న ముద్దల్లో దీనిని వేసి బాగా కలుపాలి. మరీ పలుచగా అయితే తగినంత గోధుమ పిండి వేసుకొని వడలు వేయడానికి అనువుగా పిండిని సిద్ధం చేసుకోవాలి. గారెల్లా ఒత్తుకొని నూనెలో వేయించాలి.

బతుకమ్మ

25 లట్టిక 2020





వెయ్యిండ్ల చరిత్ర కలిగిన మంత్రపురి
(మంధని) అనేక అద్భుతాలకు
నిలయం. హక్కా వాస్తును పాటిస్తూ,
శాస్త్రోక్తంగా నిర్మితమైన ఈ
పట్టణంలో.. సామాన్యాలకు 'వాస్తు'
గురించి చింతే లేకుండా పోయింది.
ఎందుకంటే, ఆ కాలంలోనే వాస్తు
దేవత స్థాపన కోసం పట్టణ
నలుదిక్కులతోపాటు నాలుగు మూల
ల్లోనూ బోయలింగాలను ప్రతిష్ఠించారు
పెద్దలు. పాలిమేరల్లో
ఎనిమిది లింగాలతో అష్టబిగ్గంధనం
చేసి పట్టణాన్ని నిర్మించినట్లు
చరిత్రకారుల ద్వారా తెలుస్తున్నది.



ప్రస్తుతం, ఇంటి నిర్మాణంలో ప్రతి ఒక్కరూ
వాస్తును పాటిస్తున్నారు. అయితే, ఏకంగా ఒక
పట్టణాన్నే వాస్తు ప్రకారం నిర్మించడమంటే విశే
షమే. గోదావరి తీరంలో అగ్రహరంగా విరాజి
ల్లిన మంత్రపురి పట్టణ ప్రత్యేకత అదే. అది
కూడా వెయ్యిండ్ల క్రితమే ఎలాంటి వాస్తు
దేశం లేకుండా ఈ పట్టణాన్ని శాస్త్రోక్తంగా
నిర్మించారు. మొత్తం పట్టణానికి వాస్తు వర్తిం
చేలా సరిహద్దులను నిర్మించి, పాలిమేరల్లో
నాలుగు దిక్కులను, నాలుగు దిశలను కట్టడి
చేస్తూ బోయ లింగాలను ప్రతిష్ఠించారు. వాటి
మధ్యలోని భూభాగంలో వేదోక్తంగా మంత్ర
పురి నిర్మాణానికి పునాది వేశారు. ఘలితంగా
గ్రామంలో ఏ ఇంటికి వాస్తుదోషం ఉండడని
స్థానికులు చెబుతున్నారు. కాబట్టి, మంత్రపు
రిలో ఎలాంటి వాస్తు ప్రస్తావనా లేకుం
డానే నూతన నిర్మాణాలను చేప
డుతూ వస్తున్నారు. ఎనిమిది
బోయలింగాల మధ్య వెలసిన
మంత్రపురి నాటినుంచి నేటి
వరకూ అనేక రంగాల్లో ప్రత్యే
కతను చాటుకుంటూనే
ఉంది. అనాదిగా వేద పండి
తులకు, వేద విద్యాలయా
లకూ, ఆలయాలకూ,
ఆధ్యాత్మిక సంపదలకూ
నిలయంగా ఉంటున్నది.



వాస్తు నగరి.. మంత్రపురి

ఎంతో ప్రత్యేకం

'ప్రపంచంలోనే ఎక్కడా లేని
విధంగా మంత్రపురిని
పూర్తిస్థాయి వాస్తుతో నిర్మిం
చారు. వేల ఎండ్ల క్రితమే ఎని
మిది బోయలింగాల మధ్య
భాగంలో పట్టణానికి పునాది వేశారు. బోయలింగాల
విశ్వాత గురించి మా పెద్దలు కథలుగా చెబు
తారు. వీటి కారణంగానే మంధని.. వాస్తు దేశం
అనేది లేకుండా, తన ప్రత్యేకతను చాటుకుంటున్నది'
అంటారు వేద పండితులు మారుపాక ప్రశాంతికర్మ.



నిరాదరణ...

మంత్రపురి పట్టణ నిర్మాణంలో
ప్రధాన భూమిక పోషించిన బోయ
లింగాలు నిరాదరణకు గురవుతు
న్నాయి. మొత్తం ఎనిమిది బోయ
లింగాల్లో రెండు మాత్రమే ఎంతో
కొంత సురక్షితంగా ఉన్నాయి.
ప్రస్తుతం, స్థానిక ప్రభుత్వ జాని
యర్ కళాశాల ఎదుట తూర్పు
దిశలో ఒకటి, పోచమ్మావాడకట్టు
లోని ఇండ్ల స్థలాల్లో పడమర
దిక్కున మరొకటి మాత్రమే దర్శన
మిస్తున్నాయి. ప్రకృతి విధ్వంసాల
కారణంగా కొన్ని, పర్యవేక్షణ కరువై
ఇంకొన్ని.. మొత్తం ఆరు లింగాలు
కాలగర్జుంలో కలిసిపోయాయి.
స్థానిక వ్యవసాయ మార్కెట్
కమిటీకి ఎదురుగా ఉన్న
పాలాల్లో ఓ బోయలింగం
మట్టిలో కూరుకుపోయి
కనిపిస్తున్నది. అయితే
పోలీస్‌స్టేషన్ సమీ
పంలో ఉన్న బోయ
లింగానికి భక్తులు
మరమ్మతులు చేయిం
చారు. చుట్టూ కంచె
ఎర్పాటు చేశారు.

... బాసాని సాగర్



(rkrkottam@gmail.com)

... కొట్టం రామకృష్ణారెడ్డి

రు

స్వాల్పకు దసరా తాతిక్కు ఇచ్చినంక మా పటాలమంత అమ్మమ్మాల్ల ఊర్కు జమైనం ఎప్పబోలేనే. కంది చేను మీద ముసురిన మిడతల దండోలే, చిన్నా పెద్దా పోరలమంత కలిసి ఇల్లు పీకి పందిరేసినం. చెయ్యని కొంచెపని లేదు. మొగ్గలు దుయ్యని శట్టు లేదు. పిందెలు తెంపని కొమ్మ లేదు. ఊరు ఊరంత ఏకం జేసినం.

ఒగ్గాడు తెల్లంజావునే లేశి నెత్తికి రెండు జొన్న రొట్టిల మీద మాడ్కాయె తొక్కు రుద్దుకోని తిని అందరం రామదండోలే బాయికాడికి బయలే లీనం. అమ్మలు, అత్తలు, పిల్లాజెల్లా అందరం కూడేట్యాలకు ముప్పైఆరుమంది అయినం. మా చిన్న మ్యానమామ, గోపాల్ మామ గూడ ఒచ్చినం. అప్పటికింక ఆయనకు లగ్గం గాలే. మా కంటే జరంత పెద్దోడు. అందరం నెత్తికో చెట్టునూ, పుట్టునూ దేవులాడుకుంట సిత్తవలపండ్లు తెంపనీకి బయలేశ్చినం. నేనూ, మా తమ్ముడు మల్లిగాడూ, పెళ్ళమామ కొడుకు కొండల్గాడు ఏనె దిక్కు కంచె లపాంటి పోయినం.

మూలకున్న చెట్లలు, శీదులల్లకు తొంగి సూశి సిత్తవలపండ్లకు ఎగవడ్డం. దోసెడు దోసెడంత కాయలు, ఎల్రగ పట్టున పలిన కాయలు, గుడ్ల గుడ్ల కాయలు, చిటారుకొ మ్యాలున్నవి గూడ దొరకవట్టుకోని తెంపినం. శెల్చల పొంటి, పల్గూళ్ళ గుట్ట లపాంటి వోయ్య, కస్లవడ్డ చెట్లనంత దులుపినం. పగ్గిన కాయలు దోరికి చుకోని తువ్వాలల్ల, కొంగులల్ల వెట్టుకోని ఒచ్చి ఆడ కల్లం కాడ పోత్తే పెద్దకుచ్చుయ్యింది. ఒగ పెద్ద బండికైతయి కాయలు. చెట్ల మీద పండి పగ్గిన పండ్ల అంత తియ్యగుండ్రి, అవ్వి టీని వరిగ్గిల, సిత్తవల ఆకులు వెట్టి మంచిగ గంపలల్ల మాగవెడితె మన్న తియ్యగుంటయి.

మా పోరలమంత గలిసి సుట్టుపక్కల లెంకి కంప ఎదురొచ్చుడు మొదలువెట్టినం. తుమ్మకం పలు, మొద్దులు, కంది కట్టిలు, పొర్కు, ఎండిపో యిన కొమ్మలు ఎదురొచ్చి కల్లం పక్కలున్న జాగల జమజేసి అండ్ల సిత్తవల కాయలు వేసి మంట వెట్టినం. ఎక్కడి కంప గూడ సాలకున్నది ఆ కాయలు కాల్చేటందుకు. మల్ల మల్ల వోయ్య లెంకి ఇంకింత కంప తీసుకొచ్చి ఆ మంటలను ఎగదేసుకుంట, సగం కాయలు కాల్చి పక్కకు

సిత్తవలపండ్లు

వెట్టినం. ఇంక సగం కాయలు అట్లనే ఉన్నయి. అవ్వటిని ఇంటికి కొంచెయేది ఎట్లనో సమచ్చ గాలే. మా గోపాల్ మామ ఇంటికాడున్న బండి కట్టుకోని రాను ఊర్కు వోయ్యిందు.

జరనేపయ్యనంక ఊర్కు వోయ్యన మామ బండిగట్టుకొచ్చిందు. ఆ బండిని సూశి మేమంత ఒగబే నగినం. బండికి కట్టే ఎడ్లు ఇంకెవరో వేరే

జీవి

వనవాసంల సీతమ్మ
మంచిగున్నయని గీవండ్లే
తినేదట. ఒగ్గాడు పండు
తినుకుంట తినుకుంట అనుకో
కుండ ఒక గింజను మింగిం
దంట, ఇగ అప్పటిసంది
గియ్యటిని సిత్తవలపండ్లు
అని అనవట్టింద్రంట.



బండికి కట్టుపోయ్యిండని, ఈ బండికి దున్నపో తులను కట్టుకొచ్చిందు. కాయలన్నీ బండికెత్తి కాల్చిన కాయలు ఒక కుప్ప, పగ్గిన కాయలు ఇంకో కుప్ప కింద పెట్టినం. మా మామ బండి కొట్టేని ఊర్కు పోయిందు.

మేమంత మిర్గజేన్లల్ల, టమాట శేన్లల్ల పడి, అమ్మలతోటి, అత్తలతోటి కలిసి ఇంత కోయిగూరే రినం, చెంచలి కూర ఏరినం, బండోంటి కూర ఏరినం. మా అమ్మక్కు పిండి కూర అంటే మన్న పానం, అదిగూడ ఏరి తువ్వాలల్ల, కొంగులల్ల కట్టుకోని పొద్దుమాకంగ ఇంటికి చేరినం.

ఆ నాతిరికి అందరం కాల్చిన సిత్తవలకాయలు తిన్నం. వేరే కాయలను గంపలల్ల పరి గడ్డి, సిత్తవలకులల్ల ఏసి మాగవెట్టినం. ఆ కాయలు పండ్ల య్యిందాంక మా పానమంత ఆ గంపలల్లనే ఉన్నది. త్యాపకు పోవాలే మాగినయో లేవో కాయలను ఒత్తి సూడాలే. ఇగ గదే పనైపోయింది. ఒగ తిని మీద లేదు, ఆట మీద లేదు సోయి. పండ్లు ఎన్నడు మాగుతయా, ఎన్నడు ఆటిని పాతం బదు దామా అని గంపల సుట్టే తిరుగుతుండే.

తెల్లారినంక అందరం మొకాలు కడుక్కొని, సిత్తవలకాయలు మాగవెట్టిన గంపలన్ని నడింట్ల వెట్టి పండ్లు కాయలు అలాగ చేసినం. మాగిన పండ్లే మూడు గంపలకయినయి. మిగ్గిన కాయల న్నింటినీ గంపలల్ల సదిరి మల్ల అర్ల వెట్టోచ్చినంక, మాగిన గంపలు నడింట్ల నడిమద్దెల వెట్టుకోని చిన్న పెద్దా అందరం సుట్టు గూసున్నం.

తీరొక్క పండ్లు. ఎర్రట పండ్లు. గుడ్ల గుడ్ల పండ్లు. దోసెడు దోసెడు పండ్లు అయ్యన్నింటిపని వట్టినం. తిని తిని యాష్టకొచ్చింది.

సిత్తవలపండ్లను తినుకుంట మా సిన్న మరదలు అయిదేండ్ల పిల్ల 'సమతా' అంటాని మేము పిలిసే పిల్ల అడగనే అడిగింది, 'గీ పండ్లని సిత్తవలపండ్లని ఎందుకంటరు?' అంటాని అడిగింది. మేమంత సప్పుడు జెయ్యకుండ మా అమ్మక్క దిక్కు సూశ్వము, ఆమె ఏం చెప్పదా అంటాని.

'ఎనకటికి సీతమ్మ రాములవారితోటి పన వాసం చేస్తుంట అడివిల ఉన్నప్పుడు గీ పండ్ల మంచిగున్నయని నిచ్చే గివ్వి టినే తింటుండేటిది, ఒగ్గాడు గీ పండ్ల తినుకుంట తినుకుంట అనుకోతుండ ఒక సిత్తవల గింజను మింగిందంట, ఇగ అప్పటిసంది గియ్యటిని సిత్తవలపండ్ల అని అన వట్టింద్రంట' అంటాని చెప్పింది మా అమ్మక్క. సప్పుడు జెయ్యకుండ ఇన్నం అందరం.

ఇంక రెండు పండ్లు తిన్నంక మా చిన్న మరదలు అన్నది, 'ఇగ రేపటిసంది గివ్విటిని సమత పండ్లు అంటాని పిల్చాలే.' ఎందుకట్ల పిల్చాలే అంటాని అందరం కూడవలక్కొని అడిగినం.

'మల్ల నేను గిప్పుడే ఒక సిత్తవల పండు గింజను మింగిన, గందుకే రేపటిసంది ఇయ్యటిని సమత పండ్లు అంటాని పిల్చాలే' అన్నది. మేమంత తెల్ల మొకమేసినం. ■

కరంట్ మీటర్

మీ జీకే.. ఓకేనా?



1

ప్రైదరాబాద్లో కృత్రిమ
మేధస్సు పరిశోధనా కేంద్రాన్ని
ఏర్పాటు చేయనున్న టిక్కాలజీ
దిగ్గజం?

2

శ్రూనంద్, సిద్ధార్థ హిరోలుగా నటించనున్న
మల్లీస్టార్రర్ ముఖీలో ప్రైదరాబాదీ కథానాయిక?

3

గ్రేటర్ ప్రైదరాబాద్ మునిషల్ కార్పొరేషన్లో ఎంత శాతం నీటిను
మహిళలకు తేఱాయించారు?

4

శ్రీలంక స్పీన్ మాంత్రి
కుడు ముత్తయ్య మురళీ
ధరన్ జీవిత కథ ఆధా
రంగా రూపొందుతున్న
చిత్రంలో టైటిల్రోల్ను
ఎవరు పోషిస్తున్నారు?

6

పదమాడ్సోసాల ప్రైంచి
టైటిల్ను సాంతం చేసు
కున్న స్పెయిన్ ఆటగాడు?

5

‘స్వామిత్వ’ దేనికి
సంబంధించిన కెంద్ర
ప్రభుత్వ పథకం?

8

ఇక నుంచీ రైలు
బయలుదేరడానికి
ఎన్ని నిమిషాల
ముందు వరకూ
టీకెట్లు బుక్ చేసుకో
వచ్చు, రద్దు
చేసుకోవచ్చు?

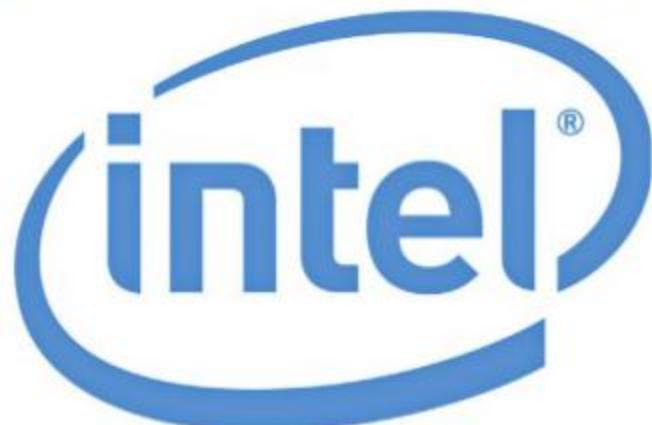
10

నిజమాబాద్ స్టానిక సంస్థల
ఎమ్మెల్సీ ఉప ఎన్నికలో భారీ
గెలుపు సాధించిన టీఆర్ఎస్
నాయకురాలు?

50%

9

వేలంపాటపై పరిశోధనకు
నోబెల్ పురస్కారాన్ని పొందిన
శాస్త్రవేత్త?



మతుకమ్మ

25 అక్టోబర్ 2020

- 10. ఇండ్రోనిక్స్
- 9. టైటిల్రోల్
- 8. గ్లోబల్ లైఫ్
- 7. టైటిల్రోల్
- 6. టైటిల్రోల్
- 5. గ్లోబల్ లైఫ్
- 4. టైటిల్రోల్
- 3. గ్లోబల్ లైఫ్
- 2. టైటిల్రోల్
- 1. క్రిష్ణారావు

- ఇండ్రోనిక్స్ టైటిల్రోల్ లైఫ్
- గ్లోబల్ లైఫ్ టైటిల్రోల్ లైఫ్
- టైటిల్రోల్ లైఫ్ టైటిల్రోల్ లైఫ్

జవాబులు

అలూమగల అనుబంధాలకు ప్రతీకలు.. పద్మావతి వేంకటేశ్వరులు. అతను రాముడు అయితే ఆమె సీత.

అతను కృష్ణుడు అయితే ఆమె సత్యభామ. అతను నారసింహుడు అయితే ఆమె చెంచిత.

చిలిపికలహాలు, వలపు వైరాలు ప్రతి కాపురంలోనూ ఉన్నట్టే. కొన్నిసార్లు అతను బిడి, ఆమెను గెలిపిస్తాడు.

కొన్నిసార్లు, ఆమె పరాజితురాలై అతడిని విజేతను చేస్తుంది. యుగయుగాల అవగాహన ఇద్దలిట!

అన్నమయ్యకీర్తనలూ, వేంకటాచల మాహాత్మ్య వర్ణనలూ ఆ ఆనంద నిలయ కాపురాన్ని కండ్డకు కడతాయి.

(నేడు తిరుమలలో విజయదశమి పార్యేట మహాత్మవం)

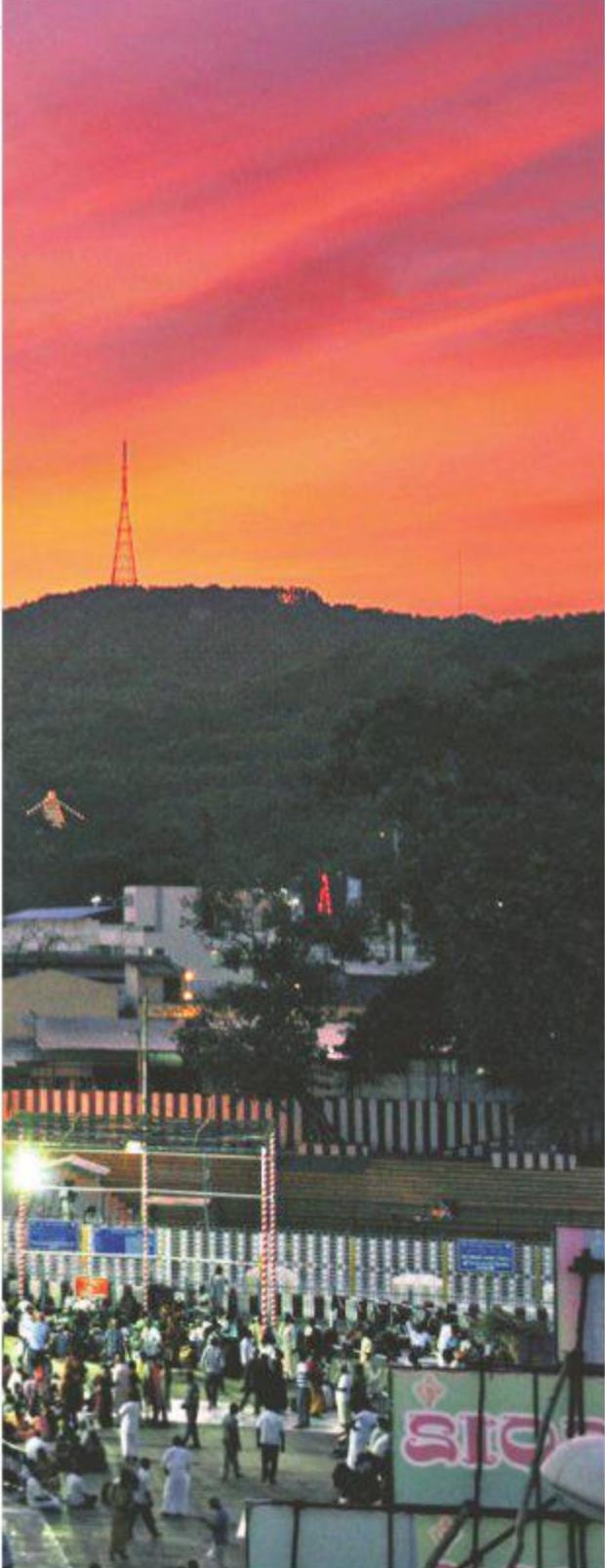
కవర్
సోర్ట్



నివాసుడు..
పెద్ద కిలీటమువాడు హీతాంబరమువాడు
వాళ్ళకొస్తుభమణి వురము వాడు
ముద్దుల మొగమువాడు ముత్తేల నామమువాడు
అళ్ళగో శంఖచక్ర పాస్తాలవాడు.

అలమేలు మంగమ్మ..
శ్రీమహాలక్ష్మియట సింగారాలకే మరుదు
కాముని తల్లియట చక్కదనాలకే మరుదు
సాంముని తోబుట్టుపట సాంపుకళలకే మరుదు

ఒకరికోసం ఒకరు పుట్టినట్టు,
ఇద్దరూ ఒకటే అయినట్టు ఎన్ని పోలికలో!
ఆమె హారిషేష్ణం. అతడు హారి.
ఆమె కమలవాసిని. అతడు కమలాశ్వుడు.
ఆమె నడుము చక్రవాకం. అతడు చక్రాయుధుడు.
ఆమె సీలకుంతల. అతడు సీలవర్షుడు.
జలధి కన్యక ఆమె. జలధిశాంయి అతడు.
ఇంకేముంది, పేరుబలం కుదిరింది. అస్తు. అస్తు.
పరుస కుదిరినట్టు. సంబంధం భాయమైనట్టు.
ఆకాశరాజు! బ్రహ్మకడిగిన పాదాల్చి కళకష్టకొని
కన్యాదానం చేయవయ్యా?



కుబేరా! నీకు కుబేరత్వాన్ని ప్రసాదించిన స్వామికి అప్పిచ్చి రుణం తీర్చుకో! వకుళమ్మా! జగన్నాటకంలో, జగన్నాధ నాటకంలో నీది మాతృమూర్తి పాత్ర! బ్రహ్మ జనకుడి తల్లి పాదాలో శుభకార్యం జరిపించు. దిక్కాలకులారా! ముక్కేటి దేవతలకు దిక్కులు నమాది పెండ్లికి మీరే పెద్ద దిక్కు!

నారద తుంబురులారా! మంగళాకారుడి మనువుకు మంగళవాద్యాలు సిధం చేయించండి. బృహస్పతిలువారూ! తొట్టతొలుత మద్రాకు మీద తేలాడిన శిశువుకు రాజిచ్చక్కం రాయించండి.

దేవకన్యలారా! మన్మథ జనకుడిని ముస్తాబు చేయండి.



శ్రీవేంకటేశ్వరునికి శ్రీమహాలక్ష్మికి దైవికపు పెండ్లి ముహార్తము నేడు .. దేవతలు రారో దేవుని పెండ్లికిని!

ఇక నుంచీ స్వామి నివాసం.. వైకుంఠం, ఆనంద నిలయం, యోగుల హృదయమూ మాత్రమే కాదు. అలమేల్చంగమ్మ తాళిబోట్టు కూడా!

'నగవు చూపులవాడు నాభమలమువాడు మొగపుల మొలనూళ్ళ మొలవాడు చిగురు మొబివాడు శ్రీవేంకటేశ్వరుడు తగు నలమేల్చంగ తాళమెడవాడు' అంటాడు అన్నమయ్య!

మరి ఆమె స్థానం?... పరమాత్మాభైన హరికి పట్టపురాణి!

* * *

సిరికాంత, శ్రీకాంతుడు.

అంతులేని ఏకాంతం.

ఆ కొత్త జంటకు శేషాచలమే వ్రేమ విడిది. అతడి భావుకతకు భామ శ్రోత.

ఆమె నృత్యానికి స్వామి ప్రేక్షకుడు.

అలరులు కురియగ నాదెనదే

అలకల కులుకుల నలమేల్ మంగ!

అసలే అరవిరి సౌబగుల భామ. ఆపైన నయన మనోహరమైన నృత్య భంగిమలు! కొప్పులోని విరులు సిరులై రాలుతున్నాయట. ముంగురులు

అటూ ఇటూ కదులుతూ అధినాయకిని అనుకరించడానికి విఫల ప్రయత్నం చేస్తున్నాయట.

* * *

ప్రేమ, అసూయ .. రెండిటి మధ్య సపతి పోరు సాగుతూనే ఉంటుంది. కోమలి పద్మావతికి కూడా తప్పలేదా తీయని వ్యధ. చక్కనివాడు తనకే చిక్కాలన్న కోరిక. ఆ ముద్దులా మురిపాలూ మరొకరి పాలు కాకూడడన్న పరతు! స్వామి రాచకార్యం మీద బయటిక్కి వచ్చినా.. ఏ నెప్పెలినో మరిగి, ఆ వెచ్చని కాగిలిలో కరిగి నడి రేయ ఏ జామునో తలుపు తడుతున్నాడేమో అన్న శంక.

'లేకపోతే, నిజం కాకపోతే.. ఒంటినిండా ఆ చెమటలేమిటి?' - దబాయించింది ఓసారి.

'దేవీ! కృప్పావతారంలో మండుటిండలో ఆపుల్ని మేపినప్పటి చెమటలు బంగారం!' - అని బుకాయించబోయాడు.

'మరి, ఆ పెదాలేమిటి అంత ఎల్రగా..?' - మరో ప్రశ్న.

'గోకులంలో వేడివేడి పాలు ఆరగించేవాడినని తెలియదా? ఆ ప్రభావమే..' ఇంకేదో చెప్పబోయాడు.

ఇంకో ప్రశ్నాశరం. 'ఒంటిమీద ఆ కొత్త అత్తరు పరిమళం ఎవరిది?'

'కంసమామను చంపడానికి వెళ్తుంటే, మధుర వీధిలో కుబ్బ పూసిన మంచిగంధం కాపచ్చ. కలియగం వచ్చినా ఆ సువాసనలు పోలేదు సుమ్మి!' అంటూ ద్వాపుర కబుర్లు చెప్పి దాటివేయబోయాడు.

'బోంకులు చాలు... బ్రహ్మండ నాయకా!' అంటూ రెట్లేంచింది.

ఆ జగదాలూ కొంతనేపే. అతను గుంజీలు తీస్తాడు. కావాలంబే, కొగిలింతల కరిన కారాగార శిక్ష విధించమంటాడు. ఆమె నవ్వేస్తుంది. అతనూ నవ్వేస్తాడు. అక్కాబావల ఏకాంతానికి భంగం కలిగించకుండా.. మబ్బుల చాటుకు వెళ్లడు చంద్రుడు.

* * *

జనప్రియుడైన గోవిందుడు భోజన ప్రియుడు కూడా! అలమేలు మంగమ్మ కొసరికొసరి వడ్డి స్తుంటే.. అతను మురిసి మురిసి విందారగిస్తున్నాడు. పళ్ళెంలోని ప్రతి పాకాస్త్ర రుచి చూస్తున్నాడు.

మేరు మండరాలవలె మెరయు నిడ్డినలు
సూర్యియ చంద్రులవంటి చుట్టూ బళ్లేలు
అరని రాజాన్నాలు అందు పైవడ్డించగాను
బోరన చుక్కలు రాశివీసినట్టుండెను
ఆ ఇడ్లీలు మేరు పర్వతాల్లా మెరిసిపోతున్నా
యట! ఆ పణ్లు సూర్యవందుల్లా భగవగలాడు
తున్నాయట. వేడివేడి అన్నాల్ని వడ్డిస్తుంటే, నక్క
త్రాల్ని రాశిగా పోసినట్టు ఉంటట! అలమేలు
మంగమ్మ పలుకు తేనెలు.. పిండివంటల తీపితో
పోటీపడుతున్నాయట. మాటలే అంత కమ్మగా
ఉంటి, వాటి వెనకున్న ఒడ్డికైన పెదాలు ఇంకెంత
తీపిని దాచుకున్నాయో!

‘తియ్యనీ నీ మోవి తేనెలేకదవే

వియ్యపు రమణుని విందువివి’!

అంటారు ఆచార్యులు.

* * *

ఆమెకు సరేళ్లురుడే సర్వస్వం! తలపులనిండా
తిరుమలదేవుడే! కలలో అయినా కమలనాభుడే!
ఊపిరిలోనూ జగన్నాయకుడే! అలమేలు
మంగమ్మ మానసిక స్థితిని తాళ్లపాక కవి తనదైన
కైలిలో చెప్పాడు..

‘కొసరినా నిన్నో కాని కోపించినా నిన్నో కాని
పిలిచినా నిన్నో కాని పేరుకొన్నా నిన్నో కాని
సాంలసనా నిన్నో కాని సాకణాడినా నిన్నో కాని
కలసైనా తలపండూ కలుగదుగదవయ్యా!’

ఆ మధురభక్తికి స్వామి మురిసిపోయాడు.
ఆలింగనాదులతో ఆళీర్షపనం కురిపించాడు.

‘కొమ్మా! నీ పలుకులకు కుశలమస్తు
సమృద్ధ పయసుకు ఐశ్వర్యమస్తు.. అని
ప్రారంభించాడు. మధురమైన నీ పలుకులకు



పూల రంగుడు

అమృవారితో పికార్లు అంటే శ్రీనివాసు
డికి మహా ఇష్టం. తరచూ అనంతాళ్లుర్
పూదోబలో విహారించేవారు. రత్ని మన్మ
ధుల్లా కనిపిస్తున్న ఆ జంటను చూసి ఏ
రాచకుటుంబికలో అనుకున్నారు అనంతా
ళ్లుర్లు. అయినా సరే, శ్రీనివాస చక్రవర్తికి
సమర్పించాల్సిన పూలను మానవమా
త్రులు ఆప్రూణించడం ఏమిటి? అప
రాధం, అపరాధం. పట్టుకుని దండించబో
యాడు. వెన్నడొంగకు తెలియని విధ్యా?
తప్పించుకుని పారిపోయాడు. అమాయక
జవరాలు పద్మావతి మాత్రం దొరికిపో
యింది. హరి పాదాలనొణ్ణే ఆ రెండు చేతు
లనూ తాళ్లతో కట్టేశాడు. సుప్రభాత సమ
యానికి అర్కస్వాములు అనంద నిలయ
ద్వారాలు తెరిచి చూస్తే.. మూలవిరాట్టు
హృదయస్థానంలో హృషాపాలక్ష్మి కనిపించ
లేదు. అంతా అందోళన పడ్డారు. శ్రీలక్ష్మి
అనంతాళ్లుర్ తోబలో బంధిగా ఉన్న విష
యాన్ని అర్కులకు తెలిసేలా చేశారట
స్వామివారు. పరుగుపరుగున వెళ్లి అనంత
య్యకు అసలు సంగతి వివరించారు. ఆ
పరమభక్తుడు పర్వతాపంతో కన్నీళ్లు పెట్టు
కున్నాడు. ఆ తల్లిని సగౌరవంగా పూలబు
ట్లలో శీసుకెళ్లి తిరుమలయ్యకు అప్పగిం
చాడు. అలా తనకు, మరోసారి కన్యా
దానం చేసినందుకు అనంతాళ్లురును శ్రీని
వాసుడు ‘మామా’ అని సంబోధించాడట!
ఇప్పటికే, బ్రహ్మశ్రీతస్వాల్లో శ్రీవారి బాగీ
సవారీ ఉత్సవం జరుగుతుంది.

కుశలం కలుగుగాక! నీ యవ్వనం ఐశ్వర్యంలా
వృద్ధి చెందుగాక! నీ జాబిలి మోముకు జయము
జయము! నీ తుమ్మెద కురులకు దీర్ఘాయురస్తు!
అనుదినమూ నీకు కల్యాణమస్తు’
.. ఇలా అంగాంగాన్నీ ఆళీర్షించాడు. ఆ వ్యక్తికర
ణలో ఎంత కొంటిదనం! ఆ భాషలో ఎంత కమ్మ
దనం!

ఆలూమగల అనుబంధాన్ని ఇలాంటి ప్రణయ
ఫుట్టాలే మరింత బలపరుస్తాయి. ఓ సంక్రమితానలో
పద్మావతిని చెంచితగా, శ్రీనివాసుడిని గడసరి
ప్రేమికుడిగా ఊహించుకున్నారు తాళ్లపాక కవులు.
అతడికి పడ్డించడానికి అడవిలో దొరికే అమృత
ఫలాన్ని కోరికోరి కోసుకొచ్చించట. అతడి
మెడలో అలంకరించడానికి కొండలూ గుట్టలూ
తిరిగి నానాచిధ పుష్ట్యలు సేకరించి తెచ్చించట!
పరికింద, పాగడ దండ, బండి గురువింద
దండ.. ప్రేమగా మెడలో వేయబోతుంటే, ‘మేని
దండ’ కావాలంటూ మైకంగా ముందుకు దూసు
కొచ్చాడట. అక్కడితో ఆగలేదు! ముసురుతేనే,
జంటతేనే, ముదిరినట్టీ పెరలతేనే, పూపుతేనే,
పుట్టతేనే.. కమ్మగా రుచి చూపించబోతే, ‘మోవి
తేనే’ అడిగాడట, మొహమాటం లేకుండా.

రామరామా... కాదుకాదు కృష్ణ కృష్ణా!

* * *

శ్రీనివాసుడి దరపాసమంటే అమృవారికి
మహా ఇష్టం.

అమృవారి చిరునవ్వు కోసం శ్రీని
వాసుడు పరితపిస్తుంటాడు.

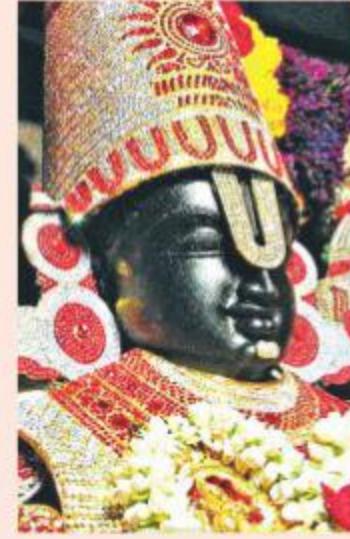
హిరణ్యకృష్ణుడిని సంహరించాక..
స్వామి తీప్రంగా అలసిపోయాడట!
ఎంత విశ్రాంతి శీసుకున్నా బడలిక





ఉత్సవ కమలాకాంతా..

మేలుకోలుపు సమయంలో శ్రీనివాసుడికి వినిపించే సుప్రభాతాన్ని అణ్ణాన్ స్వామి అనే మహాపండితుడు రచించారు. దాదాపు ఏదువందల సంపత్తు రాల త్రైతం తిరుమలలో సుప్రభాత సంప్రదాయం ప్రారంభమైందని అంటారు. అందులో పద్మావతీ వేంకటేశ్వరుల దాంపత్య వైభవాన్ని పరోక్షంగా వర్ణించారు అణ్ణన్ స్వామి. ఆ భక్తుడు ఉత్సవ కమలాకాంతా తైలోక్యం మంగళం కురు.. అంటూ ఆలివేరును ప్రస్తావిస్తూ.. కలియుగ దైవాన్ని మేల్కొలిపే ప్రయత్నం చేస్తాడు. అయినా, నిరంతర నిర్మిద్ధుడు నిద్రమత్తు వీడడు. ఈసారి మరో తీయని అక్షరాస్తాన్ని సంధిస్తాడు కవి. వ్యాప్తశ్రీకంగా అట్టుంచి నరుక్కువస్తాడు. 'ఆయన సంగతి సరే, నువ్వుయినా మేలుకో తల్లి' అంటూ ఆమ్మవారిని వేడుకుంటాడు. ఆమె మేల్కొని, కుచ్చిత్తు సర్దుకునే అలికిది విని అయినా స్వామి కణ్ణ తెరువకపోతాడా అన్న ఆశ!



లోకానికి చాటడానికి శంఖచక్రాలను సమకూర్చారని అంటారు. ఓ యుద్ధ సమయంలో వేంకటేశ్వరుడు భార్య తరపు బంధువులకు వాటిని సాయంగా ఇచ్చాడని ఇంకో కథ.

శ్రీవత్సవక్షసుం శ్రీశం శ్రీలోలం శ్రీకర్మామ్ శ్రీమంతం శ్రీనిధిం శ్రీద్వం శ్రీనివాసం... శ్రీశ్రీశ్రీ... అంటూ సిరిదేవి పేరు పలికిన ప్రతి సారి శ్రీనివాసుడు పులకరించిపోతాడు. భక్తి.



తీరలేదు. ఉల్లాసం కోసం రంభాదుల నృత్యప్రదర్శనలు ఏర్పాటు చేశారు దేవతలు. నారద తుంబురులతో కచేరీలు కూడా పెట్టించారు. అయినా, అలసట తీరలేదు. పుట్టీంటికి వెల్లిన అమ్మవారు, సరిగ్గా అదే సమయానికి తిరిగి వచ్చారట. శ్రీపతిని చూసి చిరునవ్వు నవ్వారట! అంతే, బడలిక దూరమైపోయింది. ఆ నవ్వుకు అంత శక్తి ఉంది. ఆ ప్రేమకూ అంత శక్తి ఉంది. తిరుమల దేవుడి చిరు దరహసం కూడా ఆ తల్లి చలవేని అంటాడు. ఆమె లేకపోతే అతను ఉగ్ర శ్రీనివాస మూర్తి.

శ్రేతాయుగంలో అతడి కోసం ఆమె సీతమ్మగా పుట్టింది. అడవులకు వెల్లింది. అష్టకప్పాలూ పడింది. ద్వాపరలో ఆమె కోసం అతడు ఇంద్రుడి మీదికే దండెత్తాడు. పాదాల ముందు వాలి, అలకలు తీర్చాడు. కలియు గంలో... పద్మావతీ కట్టాక్షం కోసం తిరుమల కొండమీద పన్నెండ్లు తపస్సు చేశాడు

శ్రీవేంకటేశ్వరుడిగా. ఆ ప్రేమకు మెచ్చి హృదయ లక్ష్మిగా.. ఏకంగా స్వామి వక్షస్తలాన్నే నివాసం చేసుకున్నది. గుండెల మీద ఉంటే, నేరుగా ఆ కొండలరాయడిని చూడటం కుదరదు కదా? అందుకే, లక్ష్మీదేవిగా, భూదేవిగా అపతరించి కుడి ఎడమల కొలువైంది. అయినా తనివి తీరలేదు. నీలాదేవిగా నెలకొన్నదట. అలా, ఆరు కండ్లతో అనంతమూర్తిని ఆరాధిస్తూ ఉంటుందట.

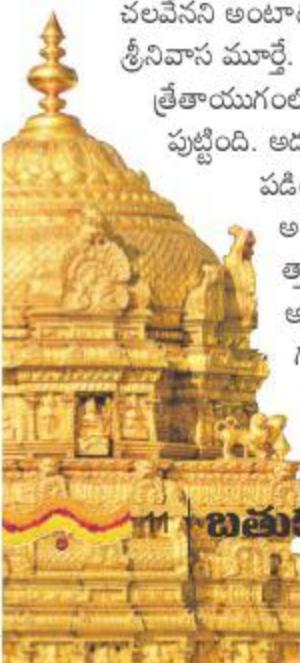
శ్రీ..నివాసా! లక్ష్మీమ్మ పెనిమిటీ! అని పిలీస్తే చాలు వేవేల నామాలవాడు మురిసిపోతాడు. అది సతిమీద పతిదేవుడి ప్రేమ! ఆ బంధం ఆను నిత్యం బలపడుతూనే ఉంటుంది, అందుకేనేమోరోజూ కల్యాణోత్సవం జరిపించుకుంటారు. ప్రతి శుక్రవారమూ అభిషేకం పేరుతో ఆ ఆలూమగలు సరిగంగ స్వానాలు ఆడతారు. ఎంత రాకుమార్తె అయినా పద్మావతి సుకుమారి. ఆయుధాల్చి చూసి ఆ భీతహరిణ భయపడిపోదూ? అనిపించి ఉంటుంది స్వామికి. కాబట్టి, మూలవిరాట్టు నిరాయుధిగా వెలిశాడని ఓ కథనం. రామానుజుల కాలంలో ఆ మూర్తి సాక్షాత్తు విష్ణుమూర్తి అని

జ్ఞాన, వైరాగ్యాలనే అంతలేని సంపదలను కట్టాక్షి స్తాడు. శ్రీనివాసుడు దాత, మహాదాత! కొప్పెరలో రంగులకాగితాల కట్టలు వేసి మనమేదో దేవుడికి ఘనంగా సమర్పించామని భ్రమపడి పోతాం. కానీ, నిజానికి ఆయన తీసుకునేది.. ఆ కట్ల పాముల రూపంలోని మన ఆహారిన్ని! అంతకు వేయిరెట్ల వరాల్చి తిరిగి ఇస్తాడు. ఒక్కసారి పురాణాల్చి పరికించి చూడండి, ఎంతమందికి ఎన్ని ఇవ్వాలేదూ?

యిచ్చేను సంపదలితడింద్రాదులకునెల్ల.. యిచ్చేను శుకాదులకు ఇహపరాలు ..యిచ్చేను వాయుజునికి యిట మీది బ్రహ్మపుట్ట.. మిచ్చల ఘంటాకర్ణనికిచ్చె గుబేరత్యము!

* * *

అంగనలీరే ఆరతులు
అంగజ గురుసకు నారతులు
శ్రీదేవి తోడుత చెలగుచు నవ్వే
ఆదిమ పురుషునికారతులు
ఆదిత్య తేజసుకారతులు!





సంక్లిష్ట సుప్రభాతం

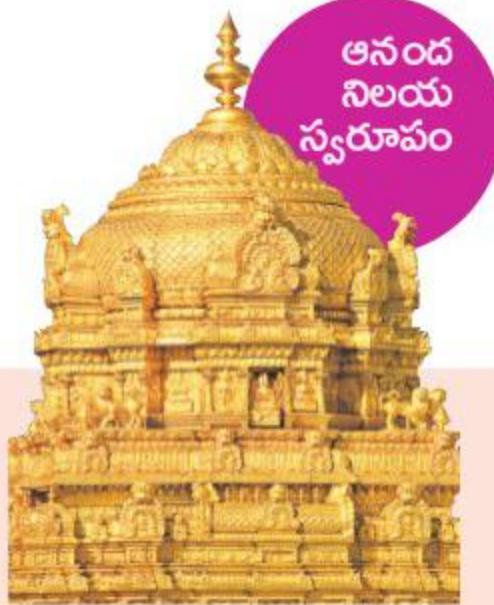
ప్రాతః స్నామి రమయా సహవేంకబేశం
మండస్తుతం ముఖసంగీరుహకాతం రమ్యం
మాశిక్యకాంతి విలసాంస్కుకుటోర్ధ్వపుండ్రం
పద్మాక్ష లక్ష్మమాశి కుండల మండితాంగం



ప్రాతః భజామి కరరమ్య సుశంఖి చక్రం
భక్తాభయప్రద కట్టిల దత్త పాణి
శ్రీవత్సకైస్తుభ లసస్యసి కోంచనాధ్యం
పీతాంబరం మదనకోటి సుమోహనాంగం

ప్రాతర్మమామి పరమాత్మ పదారథిందం
అనంద సాంద్రనిలయం మశినూపురాధ్యం
పతత్సమస్తజగతామిది దర్శయింతం
వైకుంఠమంత్రభజతాం కరపల్లివేస

వ్యాసరాయ జయతి ప్రశిక్తం శ్లోకత్య మిదం పుభం
ప్రాతఃకాలే పరేద్యస్తు పాపేభ్రోముచ్యతే నరః
(వ్యాసతీర్థులు రచించిన సుప్రభాత శ్లోక త్రయం ఇది.
సంక్లిష్టమే అయినా సుందరం)



అనంద నిలయ స్వరూపం

శ్రీహరి నివాసానికి తొలివాకిలి.. మహా
ద్వారం. యాభై అడుగుల ఎత్తుతో కృష్ణస్వామి
విశ్వరూపాన్ని గుర్తుకుపెస్తుంది. ఆ ద్వారానికి
ఇరువైపులా శంఖనిధి, చక్రనిధి అనే పంచలోహ
విగ్రహాలు ఉంటాయి. ఆలయంలోని అపార
సంపదకు రు ఇద్దరూ రక్షకులు. కొంతదూరం
లోనే కృష్ణరాయ మండపం కనిపిస్తుంది. విజయ



నగర శిల్పకళారీతికి ప్రతీక ఇది. ముడ్చోచ్చే
అద్దాల మండపాన్ని చూసి తీరాల్సిందే. వరాహ
స్వామి ఆలయం శిథిలాహస్థలో ఉన్నప్పుడు
మూలవిరాట్టును ఇక్కడే భద్రపరిచారు. తిరుమ
లరాయ మండపం కూడా ముఖ్య కట్టడమే.
బ్రహ్మత్స్వవాల రోజుల్లో ద్వాజారోహణ జరుగు
తున్నప్పుడు ఇక్కడే 'కొలువు మేళం'. అంగరంగ
వైభవంతో అలరారే రంగ మండపానికి చాలా
చరిత్ర ఉంది. తురుష్కుల దాడులు తీపుతరం
అయినప్పుడు. శ్రీరంగంలో వెలసిన రంగనా
థుడు ఇక్కడ కొంతకాలం ఆశ్రయం పొందాడు.
పుష్పమండపంలో స్వామికి అలంకరించే

దండల్చి సిద్ధం చేస్తారు. కల్యాణమండపంలో
కల్యాణంత్సువాలు జరుగుతాయి. పడిపోటు
ప్రధాన సైవేద్యాల వంటశాల. ఇక, వెండి వాకీ
లికి రజతశోభను అద్దింది పైదరాబాద్ భక్తుడే.
1929 ప్రాంతంలో నిజాం రాష్ట్రానికి చెందిన
ద్వారకాదాన్ పరభణీ ఆ సత్యార్థానికి పూనుకు
న్యారు. సంకీర్తనా భాండాగారం అన్నమయ్య
పదాలకు నెలవు. పరిమళం అర.. తిరునామానికి
ఉపయోగించే పచ్చ కర్మార్థాన్ని నూరే చోటు.
శ్రీహరి కొప్పుర.. దేవదేవుడి పశుండీ. బంగారు
వాకిలి దాటగానే బ్రహ్మండ నాయకుడి దివ్య
దర్శనం! గోవిందా.. గోవిందా!



www.homeocare.in

**హోమోయోకేర్
జంటర్నేషనల్**
వరద్రీ-క్లాసి హోమోయోపథి

డా. శ్రీకాంత్ మోరావర్ (CMD)

టోల్ ట్రై
1800 108 1212
ఉదిత కన్ఫెషన్
955 000 1199

ఎండోమెట్రీయోసిస్ నయం అవుతుందా?

నెలసల రోజుల్లో కడుపునొప్పితో బాధవదదమనేది మనలో చాలా మందికి అనుభవమే, కానీ నెలసలతో నిమిత్తం లేకుండా తరచూ పొత్తి కడుపులో నొప్పి వేధిస్తుంటే అది కూడా భరించలేనంతగా ఉంటే అది ఖచ్చితంగా ఎండోమెట్రీయోసిస్ సమస్య అయ్యే అవకాశం ఎక్కువ.

సాధారణంగా గర్భాశయం లోపలి భాగం, ఎండోమెట్రీయం అనే పారతో కప్పబడి ఉంటుంది. ఈ ఎండోమెట్రీయం కణజాలం గర్భాశయం వెలుపలి గోదలపై, అండాశయాలపై ఫెలోపియన్ టూషబ్స్, మూత్రాశయం, జీర్ణకోశం మరియు ఇతర పొత్తికడుపులోని అవయవాలపై ఏర్పడటాన్ని ఎండోమెట్రీయోసిస్ అంటాము.

కారణాలు: ఎండోమెట్రీయం కణజాలం లింఘాటిక్ వ్యవస్థ ద్వారా ఇతర భాగాలకు చేరుకోవడం. - హర్షిన్ ల అసమతుల్యత, వంశపారంపర్యత.

లక్ష్ణాలు: వికారం, వాంతులు, సీరసం, బుతుచక్ర సమయంలో విపరీతమైన కడుపునొప్పి, కడుపుబ్బరం. - 2 బుతుచక్రముల మధ్య రక్తస్రావం అవడం.

చికిత్స: లాప్రోసోఫిపి చేయించడం ద్వారా ఈ కణజాలాన్ని తొలగించినా మళ్ళీ ఈ వ్యాధి తిరగబెట్టి అవకాశం ఉంటుంది. కేవలం హోమోయోకేర్ జంటర్నేషనల్ చికిత్సా విధానం ద్వారా ఎండోమెట్రీయోసిస్ ని మళ్ళీ తిరగబెట్టేకుండా సంపూర్ణంగా నయం చేసే అవకాశం ఉంది.

భుజం నొప్పికి చికిత్స ఉండా?

శరీరంలోని కీళ్ళన్నాంటిలోకి ఎక్కువగా కలిగే భుజం కీలు, దాడాపుగా మనం చేతులతో చేసే ప్రతి వనిలోనూ భుజం కీలును ఉపయోగించాలిప్పి వస్తుంది. అలాంటి భుజంలో సమస్య ఎదురైతే రోజువారి పసులన్నీ కష్టమముతాయి. భుజం పట్టివేయడం నుంచి కీలు పక్కకు జరిగిపోవడం వరకూ భుజం కీలుకు కూడా చాలా రకాల సమస్యలు ఎదురుపుతాయి. 40 ఏళ్ళ దాటిన వాళ్ళలో భుజం నొప్పికి సాధారణంగా కారణమయ్యేది ప్రోఫెసన్ ప్రోల్టర్ (FROZEN SHOULDER), దీనికి కారణాలు తెలియదుగానీ, సాధారణంగా మధుమేహ వ్యాధి గ్రస్తుల్లో, ఎక్కువగా కనిపీస్తుంది.

కొన్ని సార్లు నిద్రపోసివ్యవస్థ అవుతున్న నొప్పి కలుగుతుంది. భుజం పట్టేసినట్టుగా ఉంటుంది. దెబ్బ తగిలిన వారిలో కూడా ఈ సమస్య వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది.

చేయిన పైకి ఎత్తలేకపోవడం (ABDUCTION) చేతిని వెనక భాగానికి తాకలేకపోవడం (INTERNAL ROTATION) వంటిని సాధారణంగా గమనించవచ్చు.

చికిత్స: ఈ రకమైన భుజం నొప్పికి హోమోయోపతి మందులతో మంచి ఫలితం లభస్తుంది. హోమోయోకేర్ జంటర్నేషనల్లో జెనెటీక్ కాన్స్టిట్యూషనల్ విధానం ద్వారా రోగి మానసిక మరియు శరీర లక్షణాలను పరిగణలోకి తీసుకొని చికిత్స అందించడం ద్వారా ఈ సమస్య మళ్ళీ తిరగబెట్టుకుండా ఎలాంటి దుష్టవితాలు లేకుండా నయం చేసే అవకాశం ఉంటుంది.

ఫిస్టులాకి ఉపశమనం దొరుకుతుందా?

కొన్ని రకాల సమస్యలు ఎలా ఉంటాయంటే ముళ్ళ మీద కూర్చున్నట్టుగా ఉంటుంది. కాన్సంత ఉపశమనం కోసం తలడిల్లేలా చేస్తుంటాయి. మలద్వారం దగ్గర కనిపించే ఫిస్టులా అలాంటిదే మలద్వారం దగ్గర ఎక్కడి పుందులా మొదలయి, అపై చీము పట్టి, చిల్లి తరువాత మూనిపాటియి మళ్ళీ కనిపిస్తూ వేధిస్తూ ఉంటుంది. ఫిస్టులా సమస్యను సరిగ్గా గుర్తించి, నైపుణ్యంతో చికిత్స చేయకపోతే మొదటికే మోసం వచ్చే ప్రమాదం ఉంటుంది.

ఫిస్టులా అనగా రెండు ఎప్పితీలియల్ కణజాలాల మధ్య ఏర్పడే ఒక గొట్టంలాంటి సిర్పుణం. ఇది మన శరీరంలో ఎక్కడైనా ఏర్పడవచ్చును. కానీ సర్వసాధారణంగా ఏర్పడే ఫిస్టులాలో అనలే ఫిస్టులా ఒకటి. ఇది రెండు పిరుదుల మధ్య మొటీమలా ఏర్పడి వాపు చెంది మూడు రోజులలో పగిలి చీము కారుతుంది. దీని వలన తిత్రమైన నొప్పి, చీము, జ్వరం వస్తుంది.

చికిత్స: ఇలాంటి వ్యాధుల్ని మనం కాన్స్టిట్యూషనల్ హోమోయోవైద్యం ద్వారా ఎలాంటి శస్త్ర చికిత్స అవసరం లేకుండా నియంత్రణలో ఉంచడం జరిగే అవకాశం ఉంది. దీని వలన వ్యాధి తిరగబెట్టుకుండా ఉండే అవకాశం ఉంది.

మోచేయి మొరాయస్టే ఎలా..?

మన దైనందిన జీవితం సప్యంగా నద్దవాలంటే మన కదలికలన్నీ సాఫీగా సాగుతుండాలి. ఏ కారణంగానైనా మన కదలికలు కష్టమైతే, అందులోను చేతి కదలికలు కష్టంగా మారితే, కాఫి కప్పును పట్టుకోలేము, పుస్తకములో పేచిలు తిప్పులేము, లైచ్ తో సులువుగా రాయలేము. ఇలా ఒకటేమటి ఏ పసి చేసుకోలేము.

మొత్తంగా చెప్పాలంటే చేతి కదలికలు కష్టమైతే మొత్తంగా రోజువారి జీవితమే దుర్బరంగా మారుతుంది. చేతి కదలికల్లో కట్టిపడేనే సమస్యల్లో మోచేయి నొప్పిని ప్రధానంగా చెప్పుకోవచ్చు. దీనినే TENNIS ELBOW అని కూడా అంటారు.

చేతిని అతిగా ఉపయోగించడం వల్ల ఈ సమస్య వచ్చి పడుతుంది. కీడల్లో గాయపడ్డప్పుడు ప్రమాదాల మూలంగా చేయి, భుజం, కండరాల్లో పట్టుత్వం లోపించినప్పుడు కూడా మోచేయి నొప్పి పెద్ద సమస్యగా మారుతుంది. ఇలాంటప్పుడు చేతి కదలికలు అటంకం కలగడం, చేతి బరువెత్తలేకపోవడం, విత్రాంతి తీసుకున్నప్పుడు కూడా నొప్పి కలగడం వంటి లక్షణాలను గమనించవచ్చు.

చికిత్స: హోమోయోకేర్ జంటర్నేషనల్ వారు అందించే జెనెటీక్ కాన్స్టిట్యూషనల్ సిమిలిమం విధానం ద్వారా చికిత్స అందించడం వలన ఈ సమస్య మళ్ళీ తిరగబెట్టుకుండా సంపూర్ణంగా నయం చేసే అవకాశం ఉంటుంది.



నల్ల బంగారాన్ని వెలికితీనే సంపులో పడ్డనోట్లతో
ముదేపడిన వృత్తి, ప్రకృతి పట్ల ప్రేమలో
పడ్డదనాన్ని పెంపాందించాలనే ప్రవృత్తి.. రెండు బాధ్యత
లకూ సమస్యలుం చేస్తున్నారు సింగరేణికాలలో పట్లిక్
లిమిటెడ్ డైరెక్టర్ (ఫైనాన్స్) ఎన్.బలరామ్. ఆప్రయత్నంలో
తనకు ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ హరితహరిం మరింత
సుశ్రేష్టినిచ్చిందని అంటున్నారు.

సింగరేణికి.. పచ్చల పూరం!



ఆ విద్యార్థి.. మొక్కల్ని చూడగానే ముద్దా
డాలని అనిపించేది. గాలికి అటూ ఇటూ ఊగు
తున్న వ్యక్తాలు కనిపించిన ప్రతిసారీ, కండ్లప్ప
గించి చూడాలనిపించేది. చిన్న విత్తులో ఓ మహా
రణ్యం దర్శనమిచ్చేది. అలా, బలరాముడు
మంచిబాలుడని అనిపించుకున్నాడు. బలరామ్
స్వగ్రామం.. మహాబాబునగర్ జిల్లా బాలానగర్
మండలంలోని తిరుమలగిరి. ఎనిమిదో తరగ
తిలో ఉన్నప్పదే.. పచ్చదనంతో ప్రేమలో
పడ్డారు. మొక్కలతో దోస్తానా మొదలైంది.
మానంగానే మనపి కోసం అటు ప్రాణవాయు
పనూ, ఇటు ప్రాణం నిలిపే ఆహారాన్ని సమ
కూర్చే ఆ ప్రాప్తిచేతలకు ఏమిచ్చి రుణం తీర్చు
కోగలం? అన్న అంతర్ఘథనం మొదలైంది. వన
సంతతిని రక్షించుకోవడమే మనం చేయదగిన
మహాపకారమని అర్థమైంది. అప్పటి నుంచి
మొక్కలను నాటడం, నాటిని వాటిని రక్షించుకో
వడం.. తన జీవితంలో ఓ భాగమైపోయింది.
అలా అని, చదువును నిర్వహించేయలేదు. ప్రతి

తరగతిలోనూ ఉత్తమ ప్రతిభను కనబరిచారు.
సివిల్ సరీసు పరీక్షలు రాసి.. పార్టీఎస్కు
ఎంపిక అయ్యారు. పనిచేసిన ప్రతిచోటా హరిత
నినాదం వినిపించారు. సింగరేణి కాలరీస్ డైరె
క్టర్ (ఫైనాన్స్)గా బాధ్యతలు స్వీకరించాక కూడా
అదే బాటలో నడుస్తున్నారు. ఇప్పటికే
స్వయంగా ఎనిమిది వేల మొక్కలు నాటారు.
అందులో 90శాతానికిపైగా బతీకేలా తనవంతు
ప్రయత్నం చేస్తున్నారు. మానుగా ఎదిగే పరకూ
అన్నితానై నిలుస్తున్నారు. సేవం కేసీఆర్
అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకంగా నిర్వహిస్తున్న హరిత
హరిం కార్యక్రమం, ఎంపీ జోగినపల్లి సంతోషి
కుమార్ గ్రీన్ ఛాలెంజ్ తనకు మరింత సూచించి
ఇచ్చాయని అంటారు.

పచ్చనిప్రపంచం

నాటిన మొక్కల్ని జియో ట్యూగింగ్ ద్వారా నిత్యం
గమనిస్తూ.. అవసరమైన పోషకాలను అంది
స్తారు. అల్లునేరెడు, మరి,
రావి, జామ, వెదురు,
సీమ చింతకాయ,
ఉసిరి, మామిడి...

ఎదాదిలో
పదివేల
మొక్కలు

సింగరేణి సంపులో ఉన్నతోద్యోగం అంటే మాటలు కాదు. క్షణం తీరికలేని
బాధ్యత. అందులోనూ, ఖజానాలోని ప్రతిష్టేసా సద్గునియోగం అయ్యేలా చూడా
ల్సిన ఫైనాన్స్ డైరెక్టరు పీరం. అంత ఊపిరిసలపని పనిలో కూడా.. కొంత సమయాన్ని
మొక్కల పెంపకానికి కేటాయిస్తారు బలరామ్. సెలవు రోజుల్ని, వారాంతాల్ని పూర్తిగా సద్గు
నియోగం చేసుకుంటారు. ఏటా పదివేల మొక్కలు నాటడమే లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు. ఏపీ
మొక్కలు ఎక్కడ మనుగడ సాగిస్తాయన్నది పర్యావరణ పరిరక్షణ శాఖ (ఎన్వీరాన్మెంటల్
డిపార్టమెంట) సాయంతో అధ్యయనం చేస్తున్నారు. సపోద్యోగుల్లో కూడా మొక్కలు నాట
డంపై అవగాహన కల్పిస్తున్నారు.

తదితర మొక్కలను నాటుతున్నారు. మంచి
ర్యాల్ జిల్లా శ్రీరాంపూర్ ఏరియాలో 1257 మొ
క్కలు నాటి ఏకంగా ఓ పచ్చని ప్రపంచాన్ని
స్ట్రైంచారు. ఆ ప్రాంతం ఇప్పుడు నెమళకూ,
రకరకాల పట్లలకూ చిరునామాగా మారింది.
సింగరేణి సంస్కు సంబంధించిన ప్రతీచోటా ఒక
హరితపనాన్ని స్ట్రైంచాడు. గరిమెళ్ళపోడు, సత్తు
పల్లి, లక్ష్మీదేవపల్లిలోని ఇల్లెందు గెస్ట్హాస్
ప్రాంతం, భూపాలపల్లి ఏరియా.. ప్రతిచోటా
పచ్చదనాన్ని పెంచిపోయిస్తున్నారు. గ్రామోదయ
చాంబర్ ఆఫ్ కామర్స్ (జీ కాట్), గ్రామోదయ
బందుమిత్ర పురస్కారాలు స్వీకరించారు. హెచ్
డీఎఫ్ బ్యాంక్, అపర్ నైబెర్స్ ప్రొర్స్, అవా
ర్చూతో ఘనంగా సన్మానించింది. ఈ అవార్చూలను
అందుకున్నపారిలో ఎంపీ జోగినపల్లి సంతోషికు
మార్క, సినీసంటుడు సోసాసూద్, నాబార్డ్ చైర్మన్
గోవిందరాజు, వ్యవసాయ విశ్వవిద్యాలయ వైస్
చాన్సిలర్ ప్రవీట్రావులు ఉన్నారు. 'మొక్కల
మీదే మానవజాతి మనుగడ ఆధారపడి ఉంది.
ప్రతి ఒక్కరూ మొక్కలు నాటి వాటి సంరక్షణ
బాధ్యతను స్వీకరించాలి. ప్రతి మనిషి కనిసం
మూడు మొక్కలు నాటి పెంచాలి. అప్పుడే ఆక్షి
జన్ పుప్పులంగా లభ్యం అవుతుంది' అంటారు
బలరామ్.

... కలవకొలను హరీశ్రాజు



దసరా సందర్భంగా దేశమంతా దేవుళ్లను కొలిస్తే, ఆదిలాబాద్ జిల్లా గిరిజనులు మాత్రం తమ పూర్వీకులను పూజిస్తారు. తరతరాల సంప్రదాయాన్ని పాటిస్తూ, ఉట్టుర్ గోండురాజుల కోటలో ప్రత్యేక పూజలు జరుపుతారు. శత్రువుల బాట నుంచి తమ జాతిని కాపాడిన గోండురాజులను మనస్ఫూరిగా స్ఫురించుకుంటారు.



కోటలో.. పూర్వీకుల పండుగ



ఆదిలాబాద్ జిల్లా అనగానే గిరిజనులు, వారి సంప్రదాయాలే కండ్చ ముందు కడలాడుతాయి. నిజాం ప్రభువులకు ముందే ఈ ప్రాంతాన్ని గోండురాజులు పాలించినట్లు చరిత్ర చెబుతున్నది. ఉట్టుర్ కేంద్రంగా ఆత్రం రాజీగోండులు, సీతాగోంది రాజుల పాలన అప్రతిహతంగా సాగింది. ప్రస్తుతం ఉట్టుర్ పట్టణంలోని గోండురాజుల భిల్లా, 700 ఎండ్ల వైభవోపేతమైన చరిత్రకు సాక్ష్యంగా మిగిలింది. క్రీ.స. 1309లో గోండు రాజులు తమ స్థావరాల కోసం ఉట్టుర్ కోటను నిర్మించారు. ఆ తర్వాత 18వ శతాబ్దిలో వారి వంశాన్ని పాసుమంత రాయుడు, ఈ కోటను పునరుద్ధరించారు. దీన్ని ప్రధాన కేంద్రంగా చేసుకొని మంత్రులు, సేవాలు చేసుకొని రాజ్యపాలన చేశారు. అనంతరం అతని భార్య గోండు రాజ్యాన్ని ఏలారు. ఈ క్రమంలో నిజాం ప్రభువులతో సత్సంబంధాలు దెబ్బతినడంతో, నైజాం

ఆదిలాబాద్ గోండు రాజుల చరిత్రకు ఉట్టుర్ కోట సజీవ సాక్ష్యంగా నిలుస్తే న్నది. 300 ఎండ్ల చరిత్ర కలిగిన ఈ కోటలో అడుగుగునా అనేక విశేషాలు అబ్బర పరుస్తారు. కోట ఆపరణలో నిర్మించిన కోనేరు అప్పటి శిల్పకళ వైభవాన్ని కండ్కకు కడుతున్నది. స్నానాలు చేసిన తర్వాత దుస్తులు మార్పుకునేందుకు కూడా ప్రత్యేకంగా గదులను నిర్మించడం విశేషం. శత్రువుల నుంచి రక్షణ కోసం కోట చుట్టూ, ఎనిమిది అడుగుల లోతున కందకం తవ్వారు. అంతేకాకుండా ఉట్టుర్ కోట నుంచి సిర్పుర్ ర్చి(యు), భానాపూర్, నిర్మల్ కోటల్లోకి సారంగ మార్గాలు కూడా ఏర్పాటు చేశారు. అయితే శిథిలమైన ఈ కోటలో రహస్యమార్గాలన్నీ ముసుకుపోయాయి. ఒక్కచోట మాత్రం సారంగాల్లోకి వెళ్లే మార్గం కనిపిస్తున్నది. కోటకు తూర్పు భాగంలో ప్రధాన ప్రవేశ ద్వారం ఉంది. లోపలి గోదలను బురుజులను రాళ్లు, ఉటుకలు, డంగుసున్నంతో పటిష్టంగా నిర్మించారు.

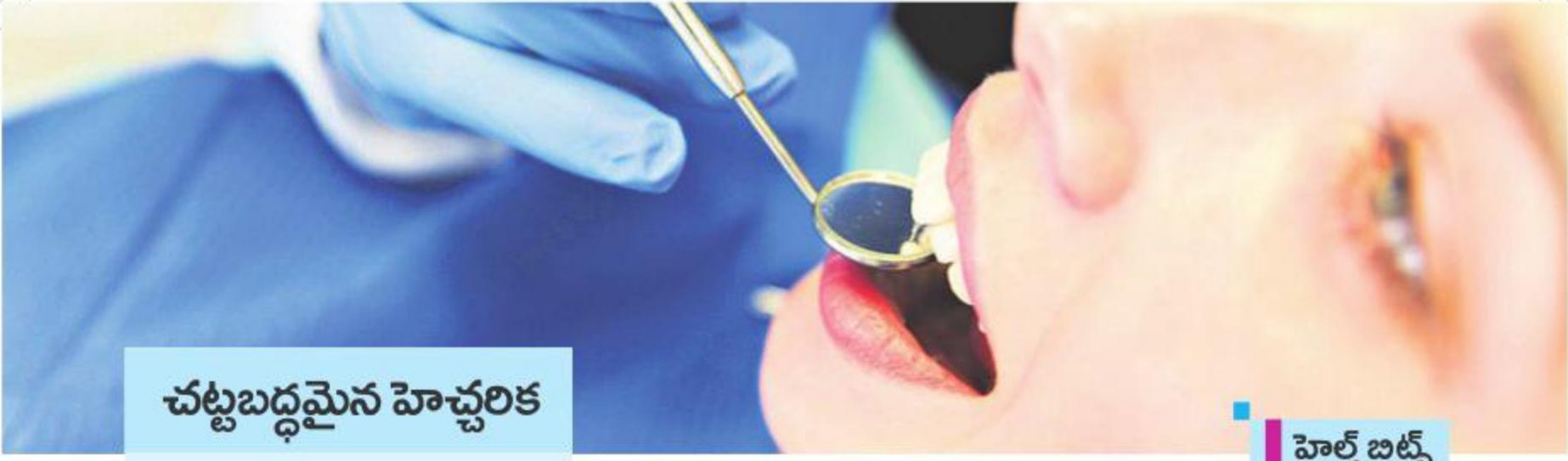
సైనికులు కోటపై దాడి చేశారు. దీంతో గోండురాజుల వంశస్తులు కోటను వదిలి, అడవుల్లోకి వెళ్లారు. తాము పాలించిన ప్రజలతో ముమ్మెకమై, వారితోనే కలిసి జీవించడం మొదలు పెట్టారు. హనుమంత రాయుడి తమ్ముడు జగపతిరావు, ఉట్టుర్ సమీపంలోని లక్కారం గ్రామంలో స్థిరించి నివాసం ఏర్పరుకున్నారు. జీవితాంతం గోండుల సంక్షేమం కోసం శ్రమించారు.

వంశస్తుల పూజలు

దసరా పండుగను పురస్కరించుకొని ఉట్టుర్ కోటలో తమ పూర్వీకులను స్ఫురించుకుంటూ, ప్రత్యేక పూజలు చేయడం ఆనవాయితీగా వస్తున్నది. రాజు హనుమంత్పా కాలం నుంచీ ఈ సంప్రదాయం కొనసాగుతున్నది. హనుమంత్పా కుమారుడు జల్లిఫ్టెంప్లో, ఇతని కుమారుడు రాజు దేవ్షాతోపాటు వివిధ ప్రాంతాల్లో నివాసాలు ఏర్పరుచుకొన్న ఆత్రం, సీతాగోంది వంశీయులు తప్పాజలను జరిపిస్తున్నారు. లక్కారం తోపాటు సిర్పుర్(యు) నుంచి కూడా రాజ వంశీయులు, కుటుంబాలతో కలిసి కోటకు వస్తారు. సంప్రదాయ వాద్యాలను మోగిస్తూ, గడ్డలో పూజలు నిర్వహిస్తారు. కోటలోని సమాధుల వద్ద నివాళులు అర్పిస్తారు. అనంతరం కోటపై జిండా ఎగురవేస్తారు. తమకో ఘన చరిత్రను ఇచ్చిన వ్యక్తులను గుర్తుచేసుకోవడం సంప్రదాయమే కాదు, సంస్కరం కూడా.

... చేపూరి శ్రీధర్





చట్టబద్ధమైన పొచ్చరిక

‘ధూమపానం, మడ్యపానం క్యాన్సర్కు దారితీయపచ్చ’ అనే ప్రకటన మనకు కొత్తేమీ కాదు. కానీ, ఆ రెండిం టీటోపాటు.. ఇప్పుడు మరో కారణాన్ని జోడించాలని అంటున్నారు శాస్త్రవేత్తలు. అదే అపరిశుభత. మన దంతాలు చాలా బలమైనవి, కానీ సూక్ష్మక్రిములు చేరితే అంతటి బలమైన దంతాలు కూడా పుచ్చి పోతాయి. అలాంటిది, వాటితో క్యాన్సర్ వస్తుందంటే నమ్మకుండా ఎలా ఉండగలం! ఇటీవలి పరిశోధనల్లో తేలిన విషయం ఏమిటంటే... ‘ఓర్లో స్యామన్ సెల్ కార్బినోమా’ అనే క్యాన్సరుకు, నోటి అపరిశుభతే ముఖ్య కారణమట. సుదీర్ఘకాలం అశ్రద్ధచేస్తే.. నోటి క్యాన్సర్ బాధపెట్టే ప్రమాదం ఉండని పొచ్చరిస్తున్నారు. ఇక నుంచి పాన్, సిగరెట్, మడ్యం లాంటి దురలవాట్లకు దూరంగా ఉన్నంత మాత్రాన సరిపోదన్నామాట. నోటి సంరక్షణ కూడా ముఖ్యమే!

లెక్క తేలలేదు!

కొవిడ్ లో ఓ ముఖవార్త

కొవిడ్ ముప్పు తప్పిపోలేదు. కాకపోతే, దాని ఉధృతి తగ్గుతున్నదనే సంకేతాలు మాత్రం కించిత్ ఆశను కలిగిస్తున్నాయి. ఈమధ్య పచ్చిన మరో పరిశోధన ఇంకాస్ట తీయగా వినిపిస్తున్నది. స్యాయార్క్ లోని రోచెస్టర్ విశ్వవిద్యాలయ పరిశోధకుల ప్రకారం... ఇంతకుముందు తీవ్రంగా జలుబుబారిన పడ్డవారిలో కొవిడ్ను ఎదురొక్కే రక్షణ వ్యవస్థ (యాంటీబాడీస్) బలంగా ఉండే అవకాశం ఉండట. కారణం! కరోనా వైరస్ అంటే ఇప్పుడు మనం ఎదురొక్కం టున్న సూక్ష్మజీవి మాత్రమే కాదు. చాలా రకాల వైరస్‌ల గుంపు. అందులో కొవిడ్-19 ఒకటి మాత్రమే. కాబట్టి ఇంతకుముందు, వీటిలో కొస్ట్రు తక్కువ ప్రమాదం ఉన్న వైరస్ మన మీద దాడి చేసినప్పుడు... సహజంగానే దాన్ని ఎదురొక్కేందుకు శరీరం యాంటీబాడీస్‌ను ఉత్పత్తి చేసుకుని ఉంటుంది. కరోనా వైరస్ మన శరీరంలోకి రాగానే ‘మొమరీ బీ సెల్స్’ (కణాలు) దాన్ని గుర్తించి దాడి చేసే స్తాయి. అద్యప్పమాత్రా ఈ ‘బీ సెల్స్’కి కరోనాలోని విభిన్న రకాలను గుర్తించే సామర్థ్యం లేదు. దాంతె అవి ఏ వైరస్ మీదైనా గుడ్డిగా దాడిచేస్తాయి. మరో విషయం ఏమిటంటే... ఈ ‘బీ సెల్స్’ కొన్ని దశాబ్దాల పాటు మన శరీరంలో ఉంటాయి. ఒకసారి కరోనా రక్షణ వ్యవస్థ ఏర్పడితే... అది దీర్ఘకాలం మనల్ని కాపాడే అవకాశం ఉంది.

‘రోజుకు కనీసం

ఎనిమిది గ్లాసుల నీళ్ళ తాగి తీరాలి’ - తరచూ వినిపించే సలహా ఇది. ఇప్పుడిప్పుడే దీనిమీద చర్చలు మొదలయ్యాయి. ఈ నేపథ్యంలో ‘అసలు ఈ ఎనిమిది గ్లాసులు లెక్క ఎక్కడి నుంచి వచ్చింది?’ అనే శోధన మొద లైంది. అందులో తేలిన విషయం ఏమిటంటే... 1945 ప్రాంతంలో ఈ తరచు నమ్మకం బలపడిందట. మనిషితినే ప్రతి కెల్లరీ అపరానికీ ఒక మిల్లీలిటరు చొప్పున నీళ్ళ తాగడం మంచి దని అప్పబో కొండరు వైద్యులు తేల్చారు. అలా సరాసరి రెండున్నర లీటర్ల నీరు శరీరానికి కావాల్సి ఉంటుందని అంచనా వేశారు. అంతేకానీ, ఇదేమీ ప్రామాణికమైన నివేదిక కాదు! రోజూ తప్పనిసరిగా ఇన్ని నీళ్ళ తాగాల్సిందే అంటూ లెక్కలే సునుని మరీ చేసే బలవంతపు ప్రయత్నం వల్ల దుప్పలితాలు ఉంటాయని పొచ్చరిస్తున్నారు వైద్యులు. చుట్టూ ఉండే ఉప్పొగ్గతలు, తినే ఆపారం, చేసేవని, వయసు.. లాంటి అనేక అంశాల మీద, మనం తాగాల్సిన నీటి పరిమాణం ఆధారపడి ఉంటుందని గుర్తుచేస్తున్నారు. ఆ విషయంలో అనుమానం ఉంటే, ఈ సారి డాక్టర్ రీసు కలిసినప్పుడు తీర్చేసు కుంటే మంచిది.



మండే కవి

... ↗

తిరునగర శరత్ చంద్ర

6309873682

తెలంగాణ
సినిమా కవులు

విష్వవకవిగా, పాటల రచయితగా వేరొందిన మండే సత్యనారాయణ నల్గొండ జిల్లా భువనగిరిలో 1933 లో జన్మించారు. 16వ యేట కమ్మా నిస్సు సిద్ధాంతాలకు ప్రభావితుల య్యారు. 1953లో రైల్వే ఉద్యోగంలో చేరారు. అక్కడ మజ్జార్ యూనియన్ కార్యకర్తగా పేరు పొందారు. కొండపల్లి సీతారామయ్యతో పరిచయం ఏర్పడటంతో పీపుల్స్ వార్కు దగ్గరయ్యారు. పీపుల్స్ వార్ ఉద్యమ నేపథ్యంతో వందకు పైగా విష్వవకవిగాలను రాశారు. కమ్మానిస్సు భావాలతో ఆయన రాసిన పాటలు ప్రజల్లో చైతన్యాన్ని రేకెత్తించాయి. ఆర్.నారాయణమూర్తి ప్రింట్స్ హంతో 'ఎర్ సైన్యం' (1994), 'చీమ లదండు' (1995), 'దళం' (1996) వంటి సినిమాలకు పాటలు రాశారు. తెలంగాణ పౌరుషాన్ని తన పదాల్లో ప్రతిఫలింపజేశారు.

పల్లెల్లి కవిపిన పాట!

'ఎర్ సైన్యం' (1994) సినిమాలో ఆయన రాసిన 'పల్లెలెట్లు కడులుతున్నయంటే' అనే పాట పల్లెనుంచి పట్టం దాకా అంతటా మారుమోగిపోయింది. ఆ సినిమాకే మకుటం లాంటి పాట ఇది. చీమలదండు సినిమాలో 'తెలంగాణ గట్టుమీద సందమామయ్యా...' తల్లి మల్లి సెట్టుకేమో సందమామయ్యా... ఎర్ మల్లెలు పూసెనంట సందమామయ్యా' పాట నిజంగానే తెలంగాణ గడ్డమీద ఎర్ని పాటలకు సందమామై పూసింది. విష్వవాల వెన్నెలని వెడజల్లింది. ఇదే సినిమాలో 'బతు కులేమో ఎండిపాయె, మొండిమాను బతుకు లాయె రాజుగ రాజ్యమేలెటోడు సాప' అనే పాటను కూడా ఆయన రాశారు. కన్నీటి బతు కుల్లి, పేదల దుఃఖావస్తుల్లి కళముందు ఉంచుతుంది గీతం. దోషిడీ విధానానికి, పెత్తం దార్ల కుతంత్రాలకు బలైపోతున్న బీదలపాట్లను వివరిస్తుంది. వ్యవస్థను నిలదీస్తుంది. సామాన్యాలకు మద్దతు పలుకుతుంది.

'తెలంగాణ గట్టుమీద సందమామయ్యా' అంటూ ఉద్యమాల వెన్నెల పూయించిన కవి, 'పల్లెలెట్లు కడు లుతున్నయంటే' అంటూ పల్లెపల్లెను తన పాటలతో కబివించిన విష్వవరవి... మండే సత్యం. ప్రజా ఉద్యమ గీతాలకర్తగా ఆయనకు ప్రత్యేకమైన పేరుంది. పేరు పాటల నిప్పకసికల్లి మండించినవాడు సత్యం.



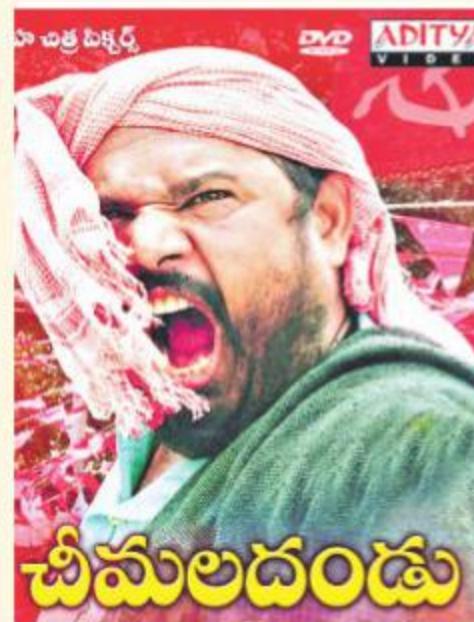
అలాగే 'దళం' (1996) సినిమాలో 'ఈ బాంబుల సీమలోరన్నో నువ్వు బందూకువై లేపరన్నా ఈ గూండాల రాజ్యంలోరన్నా నువ్వు గన్నువై పేలరోరన్నా' అనే పాట గూండాయి జంపై గునపంలా దిగింది. అన్యాయాల్ని, అక్కత్యాల్ని కాల రాసింది. ఆర్.నారాయణమూర్తి దర్శకత్వం మీంచిన ఎన్నో సినిమాలకు సత్యనారాయణ పాటలు రాశారు. 2013 నవంబర్ 27న ఆయన మరణించారు.

తెలంగాణ గట్టుమీద సందమామయ్యా

తెలంగాణ గట్టుమీద సందమామయ్యా
పాటలో సందమామయ్యా
తల్లి మల్లి సెట్టుకేమో సందమామయ్యా
ఎర్ మల్లెలు పూసెనంట సందమామయ్యా
ఎర్ మల్లెలు పరిమళాలు సందమామయ్యా
వెడజల్లె పల్లె పల్లె సందమామయ్యా

కొయ్యాలమ్మా కొయ్యాలమ్మా కొయ్యాలా..
మామిడి ఆకుల్లే కొయ్యాలా..
పచ్చని తోరణాలే కట్టాలా..
ఎర్ మల్లెలు పూసెనంట సందమామయ్యా
మల్లెలు పందిరి కింద సందమామయ్యా
అల్లుకున్న మల్లెతీగ సందమామయ్యా
తుది మొదలు తెలవకుండ సందమామయ్యా
చిదిమెకొద్ది ఎదిగెనంట సందమామయ్యా

కోసికొద్ది పూసెనంట సందమామయ్యా



ఎయ్యాలమ్మా ఎయ్యాలమ్మా ఎయ్యాలా..
చుక్కల పెళ్ళిపుండిరి ఎయ్యాలా..
చక్కంగ పెళ్ళిని జరిపించిలా..
ఎర్ మల్లెలు పూసెనమ్మ సందమామయ్యా..
మల్లెలంటి మల్లెలు కాదు ఎయ్యా..
మిష్వవాల విరులమ్మా అరె..
మండె అగ్గిపుల్లలమ్మా
చావంటే భయం లేదు సందమామయ్యా..
త్యాగాల చిడ్డలమ్మ సందమామయ్యా..

చెయ్యాలమ్మా చెయ్యాలమ్మా చెయ్యాలా..
చిలకా గోరింకల పెళ్ళి చెయ్యాలా..
పెళ్ళింట్ల పప్పన్నాలే తినాలా..
అరె... భూమి కొరకు భుక్కి కొరకు సందమామయ్యా..
సాగే పోరాటానికి సందమామయ్యా
సారధుల వారధులై సందమామయ్యా..
ఎగిరే జెండాలోతే సందమామయ్యా..
అరె.. ఎరుపెక్కి ఉన్నారమ్మ సందమామయ్యా..

సినిమా కళలో అనువాద రచన చక్కటి స్వజనాత్మక ప్రక్రియ.

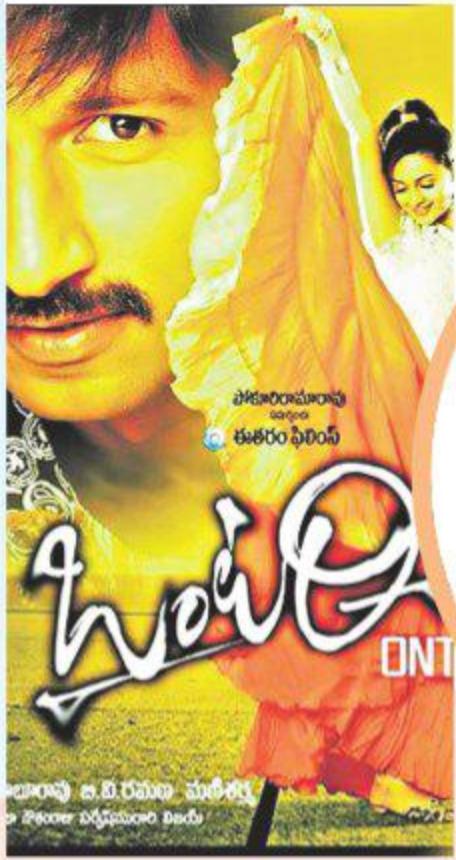
మాతృకలోని భావాన్ని పూర్తిగా ఆకశింపు చేసుకొని అందుకు అనుగుణంగా సంభాషణలు రాయాల్సి ఉంటుంది. డబ్బింగ్ సినిమాకు మాటలు రాయాలంటే నేటివిటీని, సంస్కృతిపరమైన అంశాల్సి బాగా అర్థం చేసుకోవాలని చెబుతున్నారు గేయ, సంభాషణల రచయిత భాష్యాల్సి. ‘బిచ్చగాడు’, ‘బేతాళుడు’, ‘ఇంద్రసేన’, ‘కాళీ’, ‘కిల్లర్’ వంటి అనువాద చిత్రాలతో రచయితగా మంచి గుర్తింపును సంపాదించుకున్నారు ఆయన. ప్రస్తుతం సుమంత్ కథానాయకుడిగా నటిస్తున్న ‘కపటధారి’ చిత్రానికి సంభాషణలు అందిస్తున్నారు. ‘బతుకమ్మ’తో భాష్యాల్సి పంచుకున్న భావాలివి..



మాటల ఉట్టటి.. పాటల తేట



సినిమా కళలో అనువాద రచన చక్కటి స్వజనాత్మక ప్రక్రియ. మాతృకలోని భావాన్ని పూర్తిగా ఆకశింపు చేసుకొని అందుకు అనుగుణంగా సంభాషణలు రాయాల్సి ఉంటుంది. డబ్బింగ్ సినిమాకు మాటలు రాయాలంటే నేటివిటీని, సంస్కృతిపరమైన అంశాల్సి బాగా అర్థం చేసుకోవాలని చెబుతున్నారు గేయ, సంభాషణల రచయిత భాష్యాల్సి. ‘బిచ్చగాడు’, ‘బేతాళుడు’, ‘ఇంద్రసేన’, ‘కాళీ’, ‘కిల్లర్’ వంటి అనువాద చిత్రాలతో రచయితగా మంచి గుర్తింపును సంపాదించుకున్నారు ఆయన. ప్రస్తుతం సుమంత్ కథానాయకుడిగా నటిస్తున్న ‘కపటధారి’ చిత్రానికి సంభాషణలు అందిస్తున్నారు. ‘బతుకమ్మ’తో భాష్యాల్సి పంచుకున్న భావాలివి..



అనువాద సిని మాకు మూడునాలుగు రోజుల్లో సంభాషణల్ని పూర్తి చేయుచు. సినిమా కథ, సన్నిహితాల్ని పూర్తిగా ఆకథింపు చేసుకొని పనికి ఉపక్ర మిస్ట్ తక్కువ సమయంలోనే మాటలు పూర్తవు తాయి. అదే స్టైల్ సినిమాకు సంభాషణల్ని సమకూర్చాలంటే ఒక్క వెర్నోకే రెండు వారాల సమయం పడుతుంది. అనేక మార్పులు చేర్చులతో ఫైనల్ వెర్నో సిద్ధం చేయాల్సి ఉంటుంది. డబ్బింగ్ సినిమాకు సంబంధించిన కంచింట్ ముందే అందుబాటులో ఉంటుంది కాబట్టి పని సులువుగా అయిపోతుంది.

డబ్బింగ్ లోని సాలభ్యం అదే..

భాషపై పట్టు అనవసరం
డబ్బింగ్ సినిమాలకు మాటలు అందివ్వాలి లంటే అన్ని భాషలపై పట్టు ఉండాలిస్త అవసరం లేదు. నేను తమికంతో పాటు కొన్ని మలయాళ సినిమాల తెలుగు వెర్నోకు మాటలు రాశాను. వాస్తవానికి నాకు మలయాళంలో అంతగా ప్రవేశం లేదు. అయినా రాయగలిగాను. సినిమా చూస్తున్నప్పుడు కథలోని భావాల్స్ట్రాల్సి చక్కగా అర్థం చేసుకుంటే చాలు. ప్రతి పదమూ అర్థం అవ్వాలిస్త అవ్వేదు. మనం ఎన్నో కొరియన్ సినిమాలు చూస్తుంటాం. భాష రాకపోయినా పాత్రల మధ్య ఎమోషన్ ఏమిట్ అర్థం చేసుకోగలుగుతాం. అలా కథలోని భావాల్స్ట్రాల్సి ఒడిసిపట్టుకోగలిగితే సంభాషణలు సులభంగా రాశేయుచు.



న్నారో గమనించాలి. పెదాల కదలికలకు సరిపోయే పదాలు రాసి అయిపోయిందనుకోవద్దు. బలవంతంగా ఇకించారన్న భావన ప్రేక్షకులకు రావొద్దు. మొదట సంభాషణల్లోని పోల్ ఎలా ఉంచే తెలుసుకోని, అందులో ఇమిడిపోయేలా మాటలు రాసుకోవాలి. ఆ తర్వాతే లిప్సింక్ గురించి ఆలోచించాలి. ఒరిజినల్ డైలాగులను మక్కెలు మక్కెల తర్వాత చేసే దెబ్బతింటాం. డైలాగ్ సారాంశాన్ని యథాతథంగా తీసుకోవడం అన్ని సందర్భాల్లో సాధ్యపడదు. ఎందుకంటే ప్రతి భాషకు తనదైన సంస్కృతి, సానికత ప్రాతిపదికన కొన్ని ప్రత్యేక లక్షణాలు ఉంటాయి. వాటిని గుర్తిరి మాటలు రాయాల్సి ఉంటుంది. ఇతర భాషల్లోనూ అక్కడి పరిస్థితులకు తగట్టుగా విభిన్న మాండలికాల్లో డైలాగులు ఉంటాయి. వాటిని అంతే ఎఫ్ఫెక్ట్స్ గా అనువదించాల్సి ఉంటుంది.

విజయ్ అంటోనితో ప్రయాణం
'దరువు' సినిమాకు విజయ్ అంటోని సంగీతాన్ని ఉండించాడు. ఆ సినిమా పాట రాశే

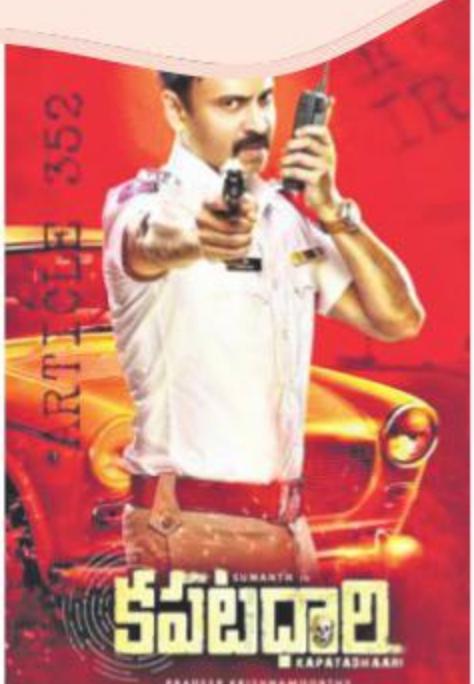
క్రమంలో ఆయన్ని కలిగాను. ఆ సమయంలోనే ఆయన హారోగా పరివయమయ్యా ప్రయత్నాల్లో ఉన్నారు. అప్పుడు జరిగిన చర్చల్లో మా ఇద్దరి అభిరుచులు కలిగాయి. ఓరిండెండ్ల తర్వాత 'నికిలీ' సినిమా కోసం పనిచేయాలని ఆయన దగ్గరి నుంచి పిలుపు వచ్చింది. అక్కడి నుంచి మా ఇద్దరి ప్రయాణం మొదలైంది. విజయ్ అంటోని సట్టించిన 'బిచ్చగాడు', 'బేతాళుడు', 'యమన్', 'కాళీ', 'ఇంద్రజీవ', 'రోషగాడు', 'కిల్లర్' సినిమాలకు నేనే పాటలు, మాటలు అందించాను. విజయ్ అంటోని సినిమాతో అసోసియేషన్స్ కు ముందు తెలుగులో 'బంటరి', నాని నటించిన 'స్నేహితుడు' తో పాటు మరికొన్ని సినిమాలకు మాటలు రాశాను. ఆయనే 'బిచ్చగాడు' సినిమాతో మంచి బ్రేక్ లభించింది.

అమ్మపాటు ప్రత్యేకం

'బిచ్చగాడు' సినిమాలో అమ్మపాటు ప్రేమను, ఔస్నేత్యాన్ని చాటుతూ నేను రాసిన 'పండదేవుల్లో కలిసాచినా అమ్మపాటు నీలాగా చూడలేరమ్మ' అనే పాట నాకు మంచి పేరు తీసుకొచ్చింది. ఆ సినిమా చూశాక మొదట ఈ పాటే రాశాను. తమిక వెర్నో పాటలోని మెయిన్ పాయింట్సును తీసుకొని సరికొత్త భావాల్సి సుమిరించేలా తెలుగులో రాశాను. గీత రచనలో నాకు చంద్రబోస్గారు స్నాని. ఎంతో సంక్లిష్టమైన విషయాన్ని కూడా ఆయన సరళమైన భాషలో చెబుతారు. సాధారణ ప్రజలకు సైతం అర్థమయ్యే పదజాలంతో అద్భుతమైన భావాలను పరికిస్తారు. నా పాటల్లో కూడా గంభీరమైన పదాల్సి ప్రయోగించను. సామాన్యులకు అర్థమయ్యులా తేలికైన పదాలనే ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తుంటాను.

గీత రచనను అస్వాధిస్తా

సినిమాకు మాటలు అందివ్వడం కన్నా.. స్వతంత్రపోగా గీత రచననే ఎక్కువగా ఇష్టపడతాను. డైలాగ్ రాయడం ఎక్కువ సమయం తీసుకుంటుంది. పైగా చాలా క్రమతో కూడుకున్న పని. పాట రాయడం త్వరగా పూర్తవుతుంది. మనలోని భావాల వ్యక్తికరణకు పాట చక్కటి వేదికగా అనిపిస్తుంది. ఇప్పటివరకు నేను నాలుగుపండల పరకు పాటలు రాశాను. భవిష్యత్తులో మాటల్లో పాటు పాటలు రాయడమూ కొనసాగిస్తాను. ఈ రెండు విభాగాల్లో మరింతగా రాణించాలన్నదే నా లక్ష్యం. ప్రస్తుతం నేను సుమంతే కథానాయకుడిగా నటిస్తున్న కపట ధారి' చిత్రానికి సంభాషణల్ని అందిస్తున్నా. కన్నడంలో భారీ విజయం సాధించిన 'కావలిధారి' చిత్రానికి రిమేక్ ఇది. మరో నాలుగు ప్రైయుల్ సినిమాలకు మాటలు, పాటలు రాస్తున్నా. అనువాద చిత్రాలతో పాటు తెలుగులో ప్రైయుల్ సినిమాల మాటలు, పాటలు రాస్తున్నా. అనువాద చిత్రాలతో పాటు గుల్లో ప్రైయుల్ సినిమాల ఇంకా ఎక్కువగా చేయాలనుండి. తెలుగు సినిమా ప్రస్తుతంలో నాకంటూ ఈ పేజీ ఉండాలనే తపసతోనే నాకేరీను తీర్చిద్దుకుంటున్నా. ■

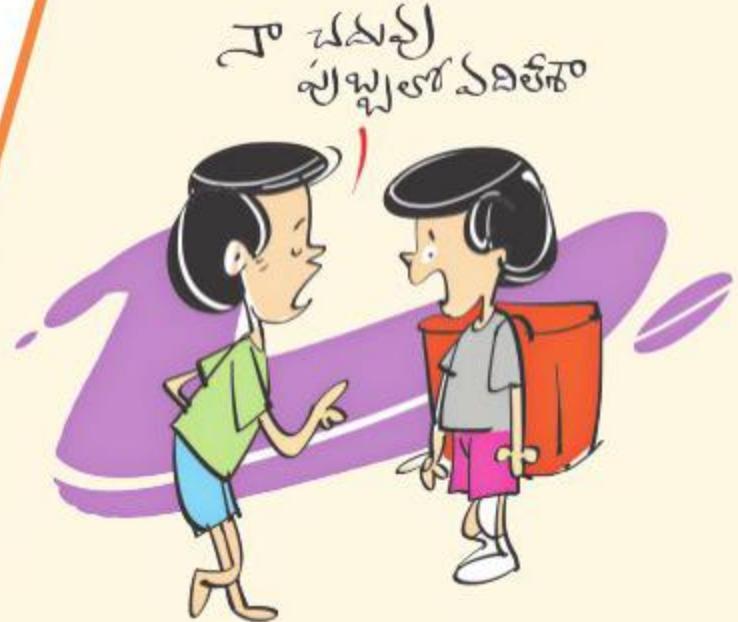


మాట్లాడే విధానం
డబ్బింగ్ సినిమాపాటులు రాశేయుడు నటీనటులు మాట్లాడే విధానాన్ని బాగా పరిశీలించాలి. లిపి సింకెంటో పాటు వారు ఏ స్నేహితో డైలాగ్ చెబుతు

‘గావురం గంజికేడిస్తే.. ఈపు దెబ్బలకేడ్చిందట’



ఈ సామెత..



మఖుల పుట్టి.. పుబ్బలో ఏంవుడు!

ఈ సామెత కొవిడ్ సమయంలో పిల్లలకూ పరిచయమైంది. ఎందుకంటే, లాడ్సోన్లో కొంచెం గారాబానికి గుర్తిన పిల్లలు.. ఇప్పుడు బడికి వెళ్లాలన్నా.. అన్నలైన్ క్లాసులు వినాలన్నా చాలా మారాం చేస్తున్నారు. దీంతో తల్లిదండ్రులు పిల్లలను దండించాల్సి పస్తున్నారు. చాలదన్నట్టు.. అది కావాలి, ఇది కావాలి, అని విసిగిస్తే.. మీపు మీద రెండు దెబ్బలు తగిలించి ‘గావురం గంజికేడిస్తే.. ఈపు దెబ్బలకు ఏడ్చిందట’ అంటూ నోరు మూయించేస్తున్నారు.

ఏదైనా వ్యాపార సంస్థనో, రాజకీయ పార్టీనో ప్రారంభించి.. చివరి పరకూ కొనసాగించకుండా మధ్యలోనే జెండా పీసే వారిని ఉద్దేశించి ‘మఖుల పుట్టి.. పుబ్బలో పోవుడు’ అనే సామెతను వాడతారు. ‘మఖుల అంటే మఖుల నష్టత్తం. ఆ వెంటనే వచ్చేది పుబ్బు నష్టత్తం. ఉర్రూలో ఎక్కిన్కా సుల్తానులు కూడా ఈ బాపతే.

అర్థవివరణ..

పలుకుబడులు

... డప్పు రవి



నీ ఐశ్వరి
ఎంత?
నీ ఐశ్వరి
ఎంత?

ఈ పదబంధాన్ని గొడవలప్పుడు
వాడుతుంటారు. ఒకరి స్థామ
తను మరొకరు ఎత్తిచూపుతున్న
ప్పుడు ప్రయోగిస్తారు. బికాతి అనే
పదానికి లెక్క/విలువ అని అరం.
పశతి అంటే? స్థామత. హైషియత్
అనే ఉర్రూ మాట నుంచి ఐశ్వరి
వచ్చింది. అదే తెలంగాణలో ఐశ్వరి
అయింది. హైషియత్ అంటే
అంతస్తు. ‘నీ ఆస్తి ఎంత, నీ అంతస్తు
ఎంత?’ అని నిలదీయడం అన్నమాట.

పదబంధం

తాపతాపకు : మాటిమాటికి
సోంచాయించు : ఆలోచించు
క్లెంచిపలంగీ : మడత మంచం
మడుగుబూలు : మురుకులు
గుపాయించు : జీరబడు
కొత్తలు : డబ్బులు
ఏంచు : లెక్కించు
నాదాన : బలహీనం
మడిగ : దుకాణం
గర్భ : వేడి

వదినె.. బంగారం సాక్కంగుండాలె

ఈ పదబంధంలో సాక్కం అంటే స్వచ్ఛమైంది, కల్పీలేనిది అని అరం. తెలంగాణ జానప దుల్లో ఈ స్వచ్ఛం కాన్ని సాచ్చంగా.. సాక్కంగా మారింది. నగల కొనుగోలు సమయంలో ఈ పదాన్ని ఎక్కువగా వాడుతుంటారు. ఎవరైనా మంచిమాట చెప్పిన ప్పుడు ‘మంచి సాక్కమైన మాట జెప్పినవ్ తమ్ము’ అంటారు. ఇద్దరు ఆడవాళ్ల మధ్య గొడవ జరిగినప్పుడు కూడా ‘ఓ సువ్ పెద్ద సాక్కం అయినట్లు మన్మ మాటల్లాడుతున్నవేలే’ అని దెప్పిపొడుస్తుంటారు.

ఫోటోలు: మృత్యుంజయ్



బతుకమ్మ

25 అక్టోబర్ 2020



పైజమా...ఫ్యావ్స్ నగా!

ఇంటి నుంచి పనిచేసే మహిళలకు కంఫర్ట్‌గా ఉండేవీ... ఫ్యాషనబుల్గా కనిపించేవీ పైజమా, ప్యార్స్ ఉదయం నుంచి సాయంత్రం వరకు కంప్యూటర్ ముందు కుర్చులకే అతుక్కు పోయే వారికి ఈ రకమైన దుస్తులు సొకర్యాన్ని కలిగిస్తాయి. వర్గవర్ల మీటింగ్ కోసం ప్రత్యేకించి, ఫ్యార్ట్ డ్రెస్ వేసుకోవాల్సిన అవసరం ఉండదు. వీటిలో, ఫ్యార్ట్ డ్యూన్సు ఆకట్టుకుంటున్నాయి.



ఫ్యాషన్



చెదరని కళ

రాజసాంగ్ లోని మారుమూల ప్రాంతంలో పిల్లలకు బడ్డిపట్లు ఆసక్తి కలిగించేలా, స్థానిక కళల మీద అభిధి పెంచేలా... ఫ్యాషన్ డ్యూన్సు సవ్యసాచి ఓ అందమైన యూనిఫోమ్సు ప్రాంతంపోశారు. స్థానికంగా ప్రసిద్ధి చెందిన 'అజ్రథ్' అనే చేసేతకళను ప్రతిచించించేలా వీటిని రూపొందించారు. అజ్రథ్, హరప్పు కాలం నాటిదిగా భావిస్తారు. రక్తపర్ణం, ఊదారంగులలో ఉండే ఈ దుస్తులను స్తేలు దుపట్టగా వాడితే, పురుషులు మెడలో వేసుకుని మురిసిపోతారు. అజ్రథ్కు పునర్దైభవాన్ని కలిగించేలా... సవ్యసాచి అందమైన యూనిఫోమ్ డ్యూన్సీనింగ్కు పూనుకున్నారు. వందల మంది ఆడపిల్లలు వీటిని ధరించి తిరుగుతుంటే... మనదీ అనుకున్న కళ మీద అభిమానం బలపడి తీరుతుంది కదా!

భేషి... హాఁ మ్మాన్!

కరోనా దెబ్బుకు చిన్నచిన్న సంస్కర నుంచి కార్బోర్చెట్ కంపెనీల వరకు ఉద్యోగులంతా ఇంటి నుంచే పనిచేస్తున్నారు. కానీ, వైరస్ ఏ రూపంలో ఇంటికి పస్తుందో చెప్పాలేం. తగిన జాగ్రత్తలు పాటించడమే శ్రీరామరక్ష అవతుంది. చిన్నపాశి నిర్దిష్టమైనా పెద్ద ఎత్తున నష్టపోవాల్సి పస్తుంది. తప్పనిసరి పరిస్థితుల్లో కూరల కోసమో, ఇతరత్రా పస్తువుల కోసమో మాస్కులతో బయటకు వెళ్తున్నారు జనం. కానీ, సమస్య పాదరక్షలలోనూ ఉన్నది. వీధి అంతా తెరిగిన చెప్పులతోనే, ఇంట్లోనూ తిరుగుతున్నారు. దీంతో, వ్యాధులు వ్యాప్తి చెందే ప్రమాదం ఉంది. వీధుల్లో చక్కర్లుకొట్టేవారితో పాటు.. వర్క్ ప్రమో హోమ్ చేస్తున్న వారికి ఉపయుక్తంగా ఉండేలా హోమ్ మార్కెట్లోకి వచ్చాయి. వివిధ డ్యూన్సుతో ఇవి ఆకర్షిస్తున్నాయి. కొన్ని కంపెనీలయితే తమ వర్క్ ప్రమో హోమ్ సిబ్బందికి ప్రత్యేక కానుకగా పంచుతున్నాయి. వీటి ధరలు డ్యూన్సు బట్టి రూ.2వేల నుంచి రూ.18వేల వరకు పలుకుతున్నాయి.

ప్రోండ్ మేడ్, ప్రీంట్ ట్రైప్, క్లాసిక్ శాండిల్స్ లాంబి నమూనాలు ఇట్టే ఆకట్టుకుంటున్నాయి. మగవారి కోసం కూడా స్నిపర్స్, మాన్ లభిస్తున్నాయి.



డాబూవారి ఇల్లు

బు

ల్లిగాడి నుండి ఫోన్! వాడు ఫోన్ చేశాడంటే విషయం పెద్దగా ఏమీ ఉండదు కానీ అనేకానేక విషయాల్ని ప్రస్తావించి నన్ను ఆకట్టుకొనేలా చేస్తాడు.

బుల్లి బాల్యం నుండి నాకు స్నేహితుడు. అప్పుడు తోలేరు ఇస్కూలులో చదువుకొనేట ప్పుడు ఏరా అంటే ఏరా అసుకునేవాళ్లం.

ఇప్పుడు ఎదిగి జీవితాలలో స్థిరపడిపోయిన తర్వాత 'ఏమండి' ఆ తర్వాత 'సారూ' ఇలా అనేక పలకరింపులు మామధ్యన దొర్లిపోతున్నాయి అనివార్యంగా.

ఇప్పుడు నా పయస్సు డెబ్బు ఏప్పు. రిటైర్ అయి పది సంవత్సరాలయిపోయింది. ప్రస్తుతం మా నివాసం పైదరాబాద్లో. మరల బుల్లి నుండి ఫోన్ వచ్చింది.

'ఏమైనా ఆలోచించారా!' నెమ్ముడి గానే అడిగాడు. ఏప్పు ఒంటిమీదకి వచ్చిపడిపోతుండటంతో నాకు మతిమరపు వచ్చేస్తున్నది. అతడి ప్రస్తావనల్ని ఒకటి రెండుసార్లు ఆలోచించి చూశాను. నాకు సమృతమే. కానీ అంత డబ్బు???

'మిమ్మల్ని మరోసారి ఆలోచించుకోమంటు న్నాను. నల్లిగాడు అమ్మకానికి పెట్టినాడు. వాళ్లు, ఏక్కు వచ్చి చూసిపోతున్నారు. కొంతమంది రేటు వాకబు చేయడం మాత్రమే కాదు, బేరం ఆడి పోతున్నారు కూడాను. నేను ఇక్కడ ఉన్నా విషయాలన్నింటినీ వాకబు చేస్తూనే ఉన్నాను.

'అసలు! ఆ పల్లెటుఱిలో ఆ స్థలం కొనే వారెవరున్నారు బుల్లీ!'

సాధారణంగానే వాకబు చేశాను. ఆ ఊరు మా పుట్టిన గ్రామం. ఏదో చిన్న ఊరి సెంటీమీటర్ల అంతే. అంతకు మించిపోయిందేమీలేదు.

'మీరు పైదరాబాద్లో ఉన్నారు. నేను నివసించేది మంచిర్యాలలో. మీకూ నాకూ దాని మీద ఇప్పుడు అంత దృష్టి లేకపోవచ్చును.'

అవును. అన్ని తెగనమ్ముకొని పట్ట ఊలకు పలస వచ్చేసిన తర్వాత..

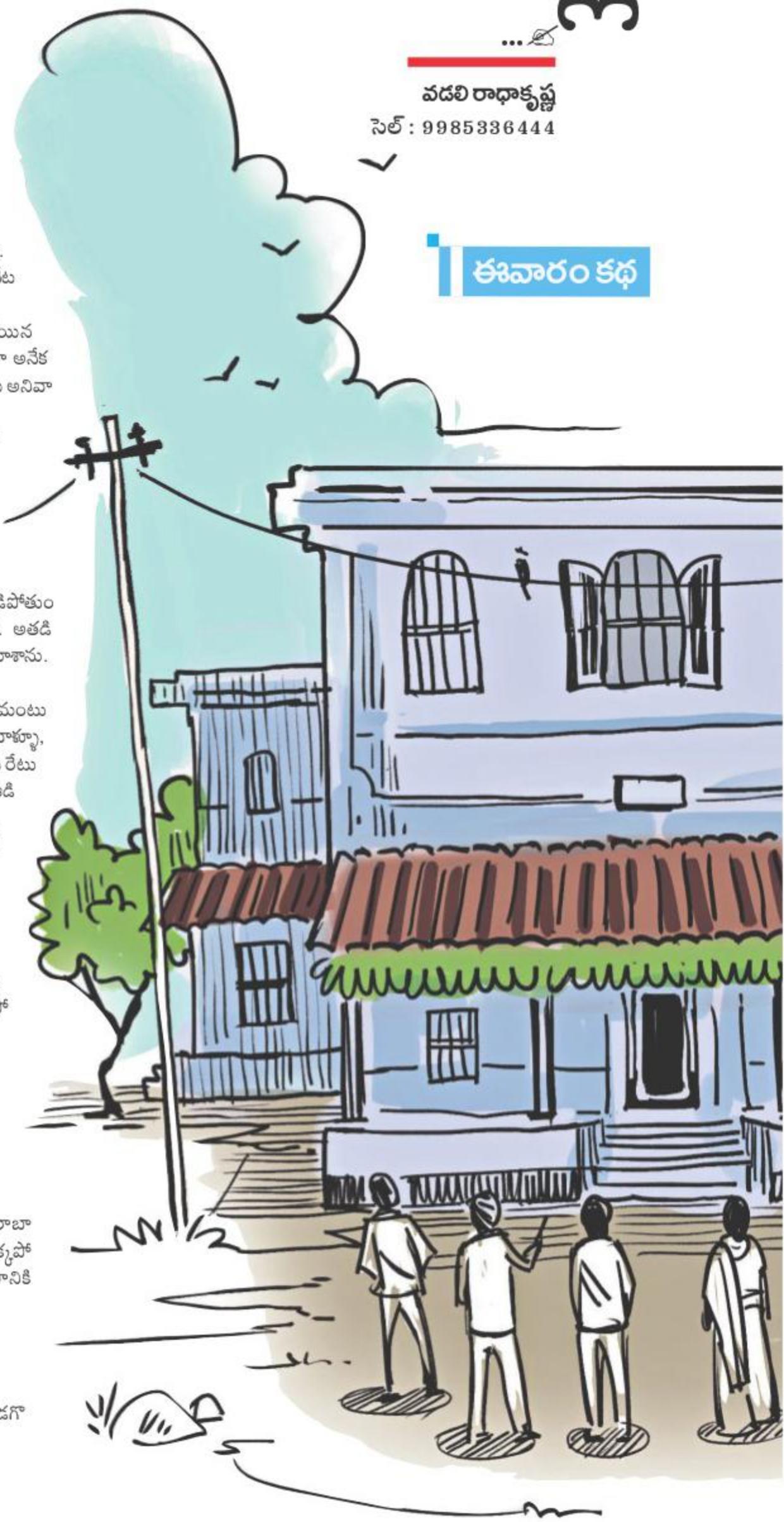
'అవును! ఇంద్రమూర్తి గారూ! పైదరాబాద్లో మీ ఇంటిరేటు, ఆక్కడ తోలేరులో పలక్కపోవచ్చును. కానీ నల్లిగాడు తమ ఇంటి స్థలానికి బంజారాహిల్స్ రేటు రావాలంటున్నాడు.' సాధారణంగానే బుల్లి మాటలు నప్పు తెప్పించాయి నాకు.

'ఆ జాగా మాత్రం అర ఎకరంపైన ఉంటుంది. పాడుబడిన దాబా ఇంటిని పడగొ

వదలి రాధాకృష్ణ

సెల్: 9985336444

తమివారం కథ



టీసి ప్లాట్టుగా వేసి అమ్మకానికి పెడితే ఇంతకు అంత వస్తుందని సత్తిగాడి ఆలోచన.

'మరి సుబ్బగాడు ఏమంటాడు!' మామూలు గానే అడిగాను.

'ఏమంటాడు సార్! అతగాడికి డబ్బు అవసర మొచ్చించట! ఇల్లు అమ్మసి నావాటా నాకిచ్చేయ మని మంకు పట్టు పట్టి కూర్చుంటున్నాడు!!'

నేనిక్కడ పైందరాబాద్లో స్థిరపడి పోయానన్న మాచీగాని పుట్టిన ఊరి విష యాలను అప్పుడప్పుడు ఆలకిస్తూనే

ఉన్నాను. తోలేరు వెళామనిపించినా ఆ అవకాశం చిక్కడం లేదు. మా పెద్దవాడు నాగపూర్లో ఉంటున్నాడు, రెండో అబ్బాయి పూనేలో ఉద్దోగం చేసుకుంటున్నాడు. రిబైర్ అయిపోయిన తర్వాత, నేనూ నా శ్రీమతి పిల్లల దగ్గరకు వెళ్లిరావడానికి సరిపోతున్నది.

తోలేరు అగ్రహరం చిన్న

'ఎందుకు మన డాబావారి మిద్దెమీదకు మకాం మార్గేస్తే సరి!' వేఱుగోపాల స్వామి వారి గుడి అర్గులు శేషార్థులు గారి తల్లి రాజమ్ము గారు వర్షంలో తడుస్తూ వచ్చి నాన్నకు సలహా ఇచ్చింది. 'రాజుకాలమనే ముందుచూపు లేకుండా ఏకంగా ఐదు రోజుల పెండ్లి ముహూర్తం పెట్టుకు న్నాం. దేవుడు మమ్మల్ని ఇంతగా పరీక్షిస్తున్నాడు'

అమ్మ అదేపనిగా వాపోయింది.

'దానిదేముంది సునందా! మన డాబా వారి ఇంటో ముహూర్తం అయిందనిపించేస్తే సరి!! వీర

య్యను వెళ్లి చెలమయ్య తమ్ముళ్లి అడిగి రమ్మను. సాచేవాడు ఆ మాత్రం సహాయం చేయలేదా ఏమిటీ!!' రాజమ్మామ్మ సలహా అందరిని ఊపిరి తీసుకొనేలా చేసింది.

"ఇప్పటికీప్పుడు చెబితే ఆ చెలమయ్య మట్టుకు ఏమి చేయగలడు చెప్పు. ముహూర్తం రోజుల్లోకి వచ్చే సింది.

'లేకపోతే నన్ను అడిగి చూడమం టావా!' నాన్నను పెచ్చరించింది రాజమ్మగారు.

'నీ ఇష్టం వచ్చినట్టే చేయి అక్కా!' నాన్న, రాజమ్మామ్మ ఆ చిప్పకుల చెలమయ్యగారి డాబా మిద్దెను అడిగేందుకు వెళ్లారు. వారితోబాటు నేను కూడా బయలుదేరాను.

'అదేంటూ వీరయ్యా! నీకు నేను లేనా, నా డాబా మిద్దె లేదా!! నిక్కేపంగా దాని మీద నీ కొడుకు పెండ్లి చేసుకో. ఇప్పుడే ఇంటి ముందు మామిడాకులు కట్టించేస్తున్నా!' అన్న చెలమయ్య గారి భరోసాతో నా పదురోజుల పెండ్లి జడివానలో నిరాడంబరంగా జిరిగిపోయింది.

చెప్పాలంటే అన్ని రోజులూ మగపెండ్లి వారికి, ఆడపెండ్లి వారికి అందరికి కింద పోర్కెనలోనే బస ఏర్పాటు చేశాడు ఆయన. నా విషయంలో గతం తాలూకు మరుపురాని సంఘటన అది. తల్లు కుంటే నవ్వు వస్తుంది ఇప్పుడు.

చౌటీలు, కొణా మండపాలు వంటివి పెద్దగా ఏమీలేని ఆ కాలంలో ఊరిలో ఉన్న ఒకే ఒక్క డాబా ఇల్లు అది. ఊళ్లోవారందరికి ఎప్పుడూ అనేక విధాలుగా ఉపయోగపడుతూ ఉంది.

'అప్పుడై! లంకంత కొంప ఇది. పిల్లలు ఎక్కు దెక్కడో ఉంటున్నారు. ఇక్కడ ఉన్నది నేను, మీ పిన్నీనూ. వాళ్లందరూ దీన్ని అడ్డెకిచేయమం టారు. ఈ తోలేరులో అడ్డెకు దిగే మహానుభావు లెవరున్నారు చెప్పు. ఊరి జనాలకి అక్కరకొస్తే అదే నాకు పదివేలు.' చిప్పకుల చెలమయ్య మంచి తనం, నిఖార్యయిన వ్యక్తిత్వం నన్ను బాగానే ఆక ట్టుకున్నాయి.

ఆ ఊరిలో చాలా ఇళ్లలోని పుభకార్యాలన్నీ ఆ మిద్దెమీదే ఎక్కువగా జరుగుతూ ఉండేవట. క్రొమ్మే డాబావారి ఇంట్లో కార్యక్రమం జరిగితే అది గొప్ప పుభసూచకమన్న సెంటిమెంట్ ప్రబలి పోయింది.

అటువంటి డాబావారి ఇంటి గురించిన విషయం బుల్లిగాడు చేపేసరికి, అది నన్ను ఆలో



చనలో పడేస్తున్నది. ఆ ఇల్లు పూర్తిగా పొడైపోయి శిథిలావస్తకు చేరిపోయిందట. చెలమయ్యగారు కాలం చేసిన తర్వాత ఎక్కడో సీరపడిపోయిన కొడుకులు ఆ ఇంటిని స్ఫూర్తి అమ్మకానికి పెట్టి నారంట!

అదే విషయాన్ని నా శ్రీమతి దగ్గర ప్రస్తావించాను. బిందుమతికి ఆ పల్లెటూరుతో ఎటువంటి అటూవీమెంటూ లేదు. కానీ, ఆ డాబావారి ఇంటితో ప్రత్యేక అనుబంధం ఉంది. కారణం తన పెండ్లి ఆ ఇంటిలోనే జరిగింది కాబట్టి.

‘అరే! ఊరందరికి అక్కరకొచ్చిన ఇల్లు అది. దాన్ని అమ్మకానికి పెట్టడం...’

‘దానిదేముంది. మనకున్నవన్నీ ఆనాడు అమ్ముసుకొని పైదరాబాద్ వచ్చేశామా లేదా! ఇప్పుడు వాళ్ళ వంతు వచ్చింది అంతే!’ తేలిగ్గా అనేశాను.

‘మరి మీ బుల్లి ప్రెండు ఏమంటారు!’

‘ఆయనగారిదేముంది. మనం ఉన్నది ఇక్కడ. వాడు మంచిర్యాలలో...’

‘పైదరాబాద్కి తోలేరు ఎంత దూరమో,



డాబావారి ఇల్లు ఎందుకూ కొరగాకుండా పేంచియింది. దీన్ని ఇప్పుడు అమ్మకానికి పెట్టేశారు’ అనగానే నాకు ఒక్కసారిగా అలనాటి నా పెండ్లి సందర్భం గుర్తు కువచ్చింది. అప్పటి ఆ వరపు జడి నన్ను నిలు వునా తడిపేసినట్లయింది. నేనేకాదు ఆ తరంలోని ప్రతి ఇంటివారూ ఆ మిద్దెను అప్పట్లో దాదాపు కళ్ళాణ మండపంగా ఉపయోగించుకున్నవారే!’ మా బిందుమతి మరికొంతమంది మిత్రులు, ఊరి జనాలు నామైపు వింతగా చూస్తున్నారు.

‘అయితే నాడొక సలహా!’ మా ఇంటి ప్రాంగణాన్ని చూసుకు న్నాను. అది మరొకరి ఆధీనంలో ఉండి నన్ను పూర్తిగా విస్మరించిపోయినట్లనిపిస్తున్నది.

‘మాశారా ఇంద్రమూర్తీ! డాబావారి ఇల్లు ఎందుకూ కొరగాకుండా పోయింది. దీన్ని ఇప్పుడు అమ్మకానికి పెట్టేశారు’ అనగానే నాకు ఒక్కసారిగా అలనాటి నా పెండ్లి సందర్భం గుర్తు కువచ్చింది. అప్పటి ఆ వరపు జడి నన్ను నిలు వునా తడిపేసినట్లయింది. నేనేకాదు ఆ తరంలోని ప్రతి ఇంటివారూ ఆ మిద్దెను అప్పట్లో దాదాపు కళ్ళాణ మండపంగా ఉపయోగించుకున్నవారే!’ మా బిందుమతి మరికొంతమంది మిత్రులు, ఊరి జనాలు నామైపు వింతగా చూస్తున్నారు.

‘అయితే నాడొక సలహా!’

‘అప్పట్లో ఈ డాబావారి మిద్దెను ఎవరైతే ఉపయోగించుకున్నారో’ వారినందర్నీ కూడగట్టి అందరి సభ్యత్వాలతో ఒక సాసైటీని ఏర్పాటు చేధ్యాం!

‘అనాటి మనుషులు చాలామంది వివిధ ప్రదేశాలలో ఇప్పుడు బాగా సీరపడ్డారు.’

‘అందరూ తలో చేయి వేసి ఈ సాసైటీ తరపున కొనుగోలు చేధ్యాం. తర్వాత ఊరి జనాలకు భవిష్యతోలో ఉపయోగపడేలా అన్ని హంగులతో ఈ ఘర్లంలో మంచి కళ్ళాణ మండపం కట్టిద్దాం..’

‘కన్న ఊరి బుఱం తీర్చిన వారవుతాం. పైగా అందరి సెంటిమెంటూ అప్పుడు సజీవంగా నిలు స్ఫుర్చుంది.’ ఎప్పుడూ లేనిది బుల్లిగాడు ఇచ్చిన సలహా నాకు ముచ్చటగా అన్నిస్తున్నది.

‘ఇక మా బిందుమతి సంగతి చెప్పునపసరమే లేదు. ఎగిరిగంతేసినంత పనిచేసింది.

‘చెప్పా! అప్పుడు నీ పెండ్లి ఇక్కడ జరిగింది. రెప్ప మా 75 సంవత్సరాల వారికోత్సవం ఈ పుట్టిన ఊరిలో ఈ ‘చిపుకుల చెలమయ్య కళ్ళాణ మండపం’లో కన్నుల పండుగగా జరిగి తీరాలి. మన వారందరూ ఈ కార్యక్రమానికి తరలిరావాలి. మా బావమరిది రాజమౌళి నోటిమాటలు నన్ను ఎక్కడికి తీసుకుపోతున్నాయి. పైగా నాకు కర్తవ్యాన్ని గుర్తు చేస్తున్నట్లున్నాయి.

ముఖ్యంగా “చిపుకుల చెలమయ్య కళ్ళాణ మండపం” అనే పేరు ప్రతిపాదన నన్ను విపరీతంగా ఆకట్టుకుంటున్నది.

‘ఆనాటి ఊరివాసుల వివరాల సేకరణ బాధ్యత అంతా మా బుల్లి గారిదే?’ నాలో ఉత్సాహం ఉప్పాంగుతుంటే అనేశాను.

‘తప్పకుండాను. ముందు సాసైటీ ఏర్పాటు... సభ్యుల నమోదు... ఆ సాసైటీ ద్వారా ఉమ్మడిగా ఈ ఘర్లం కొనుగోలు చేయడం... దానికి సమనిస్థలందారులైన నల్లి, సత్తి, సుబ్బి గారలతో సంప్రదించడం...’ బుల్లి చెప్పుకుపోతున్నాడు.

ఊరు తాలూకు మహాత్మర పరిమళం నన్ను ఎంతగానో ప్రభావితం చేస్తున్నది. అలనాటి కన్న గడ్డ తాలూకు జ్ఞాపకాల తడి, దాని తాలూకు వాస్తవాలు ఓ బృందావనమై ఇప్పుడు కన్నుల ముందు కదలాడుతున్నాయి.

మంచిర్యాలకీ అంతేను! కాకపోతే గతానికి సంబంధించిన జ్ఞాపకాల పట్ల కింత సానుభూతి అంతేను!!’ నెమ్మడిగా అన్నాను.

చెప్పాలంటే దేనినీ అంత సీరియస్‌గా తీసుకోని బుల్లితో సంప్రదిస్తున్నది.

‘అప్పును ఒదినగారూ! అప్పటికీ ఇప్పటికీ ఆ పల్లెటూరిలో మార్పు ఏమీలేదు. అవే వీధులు అవే పెంకుడు ఇంటి కొంపలు తాటాకు పొకలు.. అన్నింటి మధ్య అన్ని లింగాలలో బోడిలింగం లాగ ఆ ఒకే ఒక్క డాబా ఇల్లు.’

‘ఎంత చెబుతున్నారేమిటి!

‘ఎంతైనా చెబుతారు. ఉడ్డేశ్యమున్న వారు ముందు చూసుకుంటే రేటు తర్వాత ఆ బుల్లిగారి మాటలు నేను అంత సీరియస్‌గా తీసుకోవడం లేదు.

‘రాజమౌళి అన్నకు ఫోన్ చేసేదా! పెద్దపల్లి నుండి తోలేరు ఎంతసేపు వెళ్ళిపెస్తాడు’ బిందుమతి చొరవ నమ్మ అబ్బిరపరుస్తున్నది. కానీ అంత డబ్బు తనవల్ల కాదు.

* * *

‘సుబ్బిగాడు ప్లాటియాగా విడగొట్టి అమ్మకానికి పెడడామంటున్నాడట’. నిన్ననే చంద్రిగాడు ఫోన్ చేసిందు.

‘అదికాదండీ మన రాజమౌళి అన్న చూసివచ్చి



‘యా పూర్వ
మావాస్య సా సినీవాలి
- ఎతలీయొపుషత్తు

వేదోక్త... వ్యవసాయం

అవు దూడను సమీపించినట్టు, వాయువు మేఘున్ని కలుస్తుంది. ఆతర్వాత,
అదే మేఘుం మట్టిని కలుస్తుంది. ఆమట్టే విత్తును కలుస్తుంది. ఆ విత్తు.. దిగుబడిలా మారి,
రాబడి రూపంలో రైతును కలుస్తుంది. ప్రాచీన భారతీయ సంప్రదాయం సేద్యాన్ని ఓప్పుతిగా
మాత్రమే చూడలేదు, పవిత్ర యజ్ఞంగా భావించింది. ఆమూలాలను గుర్తుచేస్తూ కలీంనగర్
జిల్లాకు చెందిన ఓయువకుడు వేదాలు ప్రవచించిన మార్గాలోనే నల్లవడ్లు పండిస్తున్నాడు.

పంటలు పండించడం అంటే, తోటి మని
చికిత అన్నం పెట్టడమే. ‘దదాశ్వాన్నం దదా
శ్వాన్నం దదాశ్వాన్నం యుధిష్ఠిర’
ఆకలి తీర్పు, ఆకలి తీర్పు, ఆకలి తీర్పు!
- అని మహాభారతంలో ధర్మరాజుకు
హితపు చెబుతాడు శ్రీకృష్ణుడు.

.. అలా అన్నదాత, ప్రాణదాత వేరువేరు కాదని
స్వస్థం చేస్తాడు పరమాత్ముడు. పెడికెడు అన్నం
పెట్టడమే పుణ్యమైతే, గుప్పెడు ధాన్యం పండిం
చడం మహాపుణ్యమే. కాబట్టే, ఎలాంటి రసాయ
నాలూ లేకుండా చతుర్యోద ఆధారిత వ్యవసా
యానికి శ్రీకారం చుట్టాడు కరీంనగర్ జిల్లా గన్నే
రువరం మండలం పారువెల్ల గ్రామానికి చెందిన
వేద విద్యార్థి.. కొటీల్య కృష్ణన్. తిరుపతిలోని
జాతీయ సంస్కృత విశ్వ విద్యాలయంలో యజ్ఞ
ర్యోద భాష్యంలో ఎంపి చేస్తున్న ఈ యువకుడు
కృష్ణ బ్రిఫింగ్ (నల్ల వడ్లు) రకాన్ని సాగు చేస్తు
న్నాడు. చరకుడు, పరాశరుడు పంటివారు వేదా
లలో సంప్రదాయ వ్యవసాయ విధానాలను
సూచించారనీ, అంతరించిపోయిన ఆ సంప్ర
దాయ పద్ధతులను తిరిగి ప్రవేషపెట్టడానికి కృష్ణ
భారతం ట్రైస్ట్ ను ఏర్పాటు చేసినట్టు కొటీల్య
చెబుతున్నాడు. భూ సంరక్షణతో పాటు బీజ,
ప్రకృతి, మానవ ఆరోగ్య సంరక్షణ వేద వ్యవసా
యంతోనే సాధ్యమవుతుందని అతడి బలమైన
అభిప్రాయం. తన గురువులు చక్రవర్తి రాఘు
వన్, నిరంజన్ మిశ్రా, మురళీధర్ శర్మ సహకా
రంతోనే ఇదంతా సాధ్యమైనదని చెబుతున్నాడు.
భాసింపేట శివారులో తనకు ఉన్న 30 గుంటల
భూమిలో ప్రయోగాత్మకంగా నల్ల వడ్లు సాగు
చేస్తున్నట్లు వివరిస్తున్నాడు. భవిష్యత్తులో గ్రామ
గ్రామానా ప్రచారం చేస్తునని అంటున్నాడు.

సాగు విధానం

వేదాల ప్రకారం జిరిగే వ్యవసాయంలో...
మొదట వృషభోత్సవం నిర్వహిస్తారు. నేలను
దున్నడానికి బయల్దేరే ముందు.. ఎద్దును
అందంగా అలంకరించి గ్రామంలో ఊరేగిస్తారు.
భూమాతను వేదమంత్రాలతో పూజిస్తారు. నాగ
లికి తేనె, ఆపు నెఱ్యు పూసి.. హలధారి సేద్యానికి
శ్రీకారం చుడతాడు. తరువాత, నారుమడిని
సిద్ధం చేస్తారు. రోహిణి కార్యాలయం మృగశిర, ఉత్తరా
షాఢ, ఉత్తరాభాద్ర, ఉత్తర పల్మణి, హస్త, మూలా
నక్షత్రాలలో సాగు పనులను ప్రారంభించి నారు
పోస్తారు. ఎకరాకు సుమారు 12 కిలోల ధాన్యం
అపసరం అపుతుంది. 15-20 రోజుల తర్వాత
నారు తీసి మొక్కల వేళలను తేనెలో ముంచి నాటు
చేస్తారు. అనంతరం పొలానికి తగిన సీబీని అంది
స్తారు. ఏ రసాయనాలూ వాడరు. చీడ పీడలు
సోకకుండా ఎకరాకు పొపు లీటరు దేశి
అపుపాలు, పొపు లీటరు తేనె, 10 లీటర్ల సీబీలో
కలిపి పిచికారి చేస్తారు. వరి ఎదుగుతున్న సమ
యంలో పొలం గట్ల పక్కన అక్కడక్కడా
అపుపేడతో చేసిన పిడకలను వేసి అగ్నిపోత్రం
వెలిగిస్తారు. ఆ పొగ కారణంగా చీడలు ఆశించ
వపు. 120 రోజులకు వరి కోతకొస్తున్ది. కోతకు
ముందు లక్ష్మీపూజ నిర్వహించాలి.

ఖర్చులు.. లాభాలు

ఈ సేద్యంలో ఎకరానికి 12 కేజీల విత్తనం ఆప
సరమవుతుంది. కిలో రూ.250 వరకు
ఉంటుంది. ఈ లెక్కన ఎకరాకు మూడువేల
వరకు ఖర్చువుతుంది. నాట్లు, కోత.. అన్నే కలిపి
రూ.12 వేల వరకు ఖర్చుస్తుంది. సరాసరి ఎక
రానికి రూ.15 వేల నుంచి రూ.20 వేల వరకు
పెట్టబడి అపుతుంది. కాగా, ఎకరంలో 15
క్షీంటాళ్ల నుంచి 20 క్షీంటాళ్ల వరకు దిగుబడి
లభిస్తుంది. ఈ లెక్కన బియ్యం 8 క్షీంటాళ్ల
నుంచి 10 క్షీంటాళ్ల వరకు పస్తాయని కౌటిల్య
చెబుతున్నాడు. నల్లవడ్లలో అపారమైన పోషక
విలువలున్నాయి. కాల్చియం, ప్రాటీస్లు, పరన్,
అమైల్జె, లిపిడ్లు పుష్పులం. అంతే కాకుండా
బీపీ, ముగర్ తదితర జీవన్సైలి రుగ్గుతలు
నియంత్రణలో ఉంటాయి.

‘మా గ్రామానికి చెందిన కౌటిల్య కృష్ణ వేద
విద్యను అభ్యసించి ప్రాచీన వ్యవసాయాన్ని
ప్రయోగాత్మకంగా ప్రారంభించడం గర్యకా
రణం. యువత సాష్ట్రవేర్ రంగానికి పరుగెడు
తుంటే.. తను మాత్రం వేదాలను చదివి, రైతుగా
మారాడు. భూమిని, విత్తనాలను, ప్రజల ఆరో
గ్యాన్ని సంరక్షించాలనే సంకల్పంతో కృష్ణ
భారతం పేరుతో ఓ త్రప్సును స్థాపించడం అభి
నందనీయం’ అంటారు గ్రామ సర్వంచ తీగల
మోహన్రెడ్డి.

... గుడాల శ్రీనివాస్



రైతు ఆరోగ్యంగా ఉంటే..

దేశానికి రైతే వెన్నెముక. రైతు ఆరోగ్యంగా
ఉంటేనే దేశం శక్తిమంతంగా తయారవుతుంది.
ప్రతి రైతు కృష్ణ లిపింగా (నల్లని వడ్ల)ని సాగు
చేయాలి. దీన్నే ఆపరంగా స్వీకరించాలి.
అప్పుడే, మరింత రెట్టింపు ఉత్సాహంతో వ్యవ
సాయ పనులు చేయ గలుగుతారు.

- కౌటిల్య కృష్ణ (యువ వేద రైతు)

8686743452

వాస్తు

సుద్దాలసుధాకర్ తేజ

suddalavasthu@gmail.com

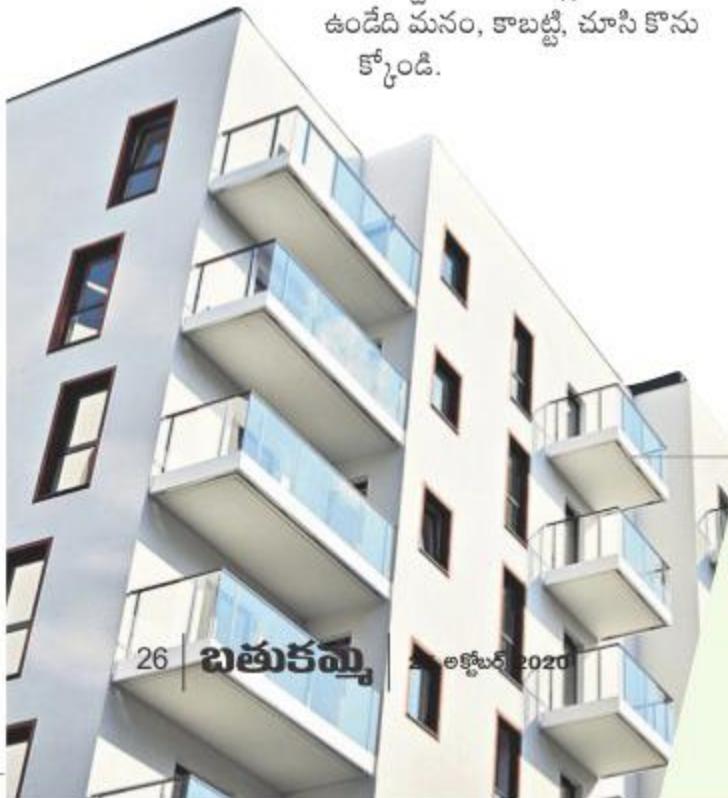
Cell: 7993467678



మేము కొనే అపార్ట్‌మెంటుకు 'వీధివహ్ని పడుతుంది' అట మంచిదే అంటున్నారు. అందులో ఫ్లాట్ కొనపడ్డా?

- రూపాంజలి, చంపాపేట

ఒక భవన సముదాయానికి మంచి వీధి పడుతుంది అంటే... అది ఈశాస్యం కావచ్చు. లేదా పళ్ళిమ వాయవ్యం, దక్కిణ ఆగ్నేయం కావచ్చు. ఘరవాలేదు. కానీ, అపార్ట్‌మెంటులో మనం కొనే ఫ్లాటు ఆ వీధికి ఎదురు అవుతుందా? పక్కకు ఉండా... అన్నది జాగ్రత్తగా చూసుకోవాలి. ఎన్నో ఫ్లాటు ఉంటాయి కదా. ముఖ్యంగా బిల్లరు ఆ వీధిని సరిగ్గా పిభజన చేసి ఏదో ఒక ఫ్లాటుకు వీధిచూపు అయ్యులా ప్లాన్ చేశాడా లేక మొత్తం అపార్ట్‌మెంటుకు మాత్రమే వీధిచూపుగా తీసుకున్నాడా అన్నది మనం పరిశీలించాలి. ఎదురుగా రోడ్సు రాకుండా ఉన్న ఫ్లాటును ఎంపిక చేసుకోండి. ఆ ఫ్లాట్ లోపల కూడా వాస్తు నియమాలు పాటించాడా అన్నది గమనించి కొనండి. కట్టిపోయేది వాళ్లు, అందులో ఉండేది మనం, కాబట్టి, చూసి కొనుకోడి.



మీప్రశ్నలుపంపాల్చిన చిరునామా

'బతుకమ్మ', నమస్తే తెలంగాణ దినపత్రిక, ఇంటి.నం: 8-2-603/1/7,8,9, కృష్ణాపురం. రోడ్ నం: 10, బంజారాపోల్స్, హైదరాబాద్ - 500034.

అర్థాట్ ఇచ్చే ఫ్లానుకు వాస్తు ఫ్లానుకు మా ఇల్లు కుదరడం లేదు. ఏం చేయాలి? ఎవలని ఫాలో కావాలి?

- వనం సుమంత్, తిరుమలగిరి

ప్రస్తుతం ఇంటి నిర్మాణంలో ప్రభుత్వ పరంగా చాలా మార్పులు వచ్చాయి. తప్ప నిసరిగా మున్సిపల్ నిబంధనలు పాటిం చడం అవసరం. అలాగే వాస్తు విధానాలు కూడా తప్పక అనుసరించాలి. మనకోసం ఇల్లు కదా. మీరు ఇంటి ఫ్లాను విషయంలో శాస్త్రం చెప్పిన అంశాలను అనుసరించ వచ్చు. ఇంట్లో కిచెన్, బెడ్రూం, మెట్లు, హాలు, టూయిలెట్లను మనం చక్కగా అమర్యకోవచ్చు. దానితో మున్సిపల్ వారికి అభ్యంతరం ఉండదు. ఇంటి చుట్టూ వచ్చే 'డైవ్ ఎరియాలోనే కొన్ని కచ్చితమైన నిబంధనలు ఉంటాయి. ఇంటికి ఉన్న రోడ్సునుబట్టి ఇంటి నిర్మాణం వైశాల్యం మనం నిర్మించే ఎత్తునుబట్టే నిబంధనలు ఉంటాయి. వాటిని కాస్త తగించుకొని ఇంటిచుట్టూ భాళీని మున్సిపల్ నామ్స్కి అవసరమైనంత ఇవ్వగలిగితే ఏ సమస్య రాదు. కాకపోతే ఇంటి నిర్మాణ వైశాల్యం (బిల్ట్ ఎరియా) తగ్గుతుంది. వాస్తుప రంగా తూర్పు, ఉత్తరం బాల్కనీలు వద లాల్చి ఉంటుంది. కొంతపరకు మీరు ఇంటి పడక గదుల పొడవు, వెడల్పు తగించుకొని కాంప్రమైజ్ కాగలిగితే అటు ఆర్కిటెక్స్ ఫ్లానుకు, ఇటు వాస్తుకు సమస్య రాదు.

వాస్తులో కూడా ఎన్నో ప్రత్యామ్నాయ మార్గాలు, సూచనలు ఉంటాయి. వాటిని అనుసరిస్తూ అన్ని కోణాల్లో మంచి సపరి ణలతో శాస్త్రబద్ధమైన, ఆర్కిటెక్స్ (మున్సిపల్) ఫ్లాను ప్రకారం ఇల్లు కట్టువచ్చు. అసాధ్యమేం కాదు. అలాగైతే ఎన్నో అపార్ట్ మెంటులు ప్రభుత్వ నిబంధనలతోనే నిర్మిస్తున్నారు. ఆ స్లాబ్లలో చిన్నచిన్న సపరి ణలతో వాస్తును సరిచేసి గృహ యజమాను లను సంతృప్తి పరచడం జరుగుతుంది. కాబట్టి, మీరు రెండించిన ఫాలో కావాలి. దేనినీ నిర్లక్ష్యం చేయవద్దు.

షాపింగ్ కాంప్లక్స్ కు సెల్లార్ తప్పనిసరి పెట్టాలట. 'వాస్తు పనికిరాదు' అంటు న్నారు. ఏం చేయాలి?

- కృష్ణాపురం వంశీ, బడంగోపేట ఉత్తరం రోడ్సుకు, తూర్పు రోడ్సుకు వాస్తువంగా సెల్లార్లు తీయడం పనికిరాదు - నిషేధం. కానీ ప్రజా సమూహంతో నిత్యం కిటకిటలాడే షాపింగ్ మాల్స్కి కారు పార్కింగ్ ఫ్లోర్ ఎర్రాటు చేయకపోతే పర్మిషన్ కూడా దొరకదు. అలాగని వాస్తు దోషంతో కాంప్లక్స్ కట్టు వద్దు. మీరు మీ కాంప్లక్స్ కు పడమర వైపు వెడల్పుతో డైవింగ్ ఎరియాను వద లాల్చి ఉంటుంది. కొంతపరకు మీరు ఇంటి పడక గదుల పొడవు, వెడల్పు తగించుకొని కాంప్రమైజ్ కాగలిగితే అటు ఆర్కిటెక్స్ ఫ్లానుకు, ఇటు వాస్తుకు సమస్య రాదు.

మీప్రశ్నలుపంపాల్చిన చిరునామా

'బతుకమ్మ', నమస్తే తెలంగాణ దినపత్రిక, ఇంటి.నం: 8-2-603/1/7,8,9, కృష్ణాపురం. రోడ్ నం: 10, బంజారాపోల్స్, హైదరాబాద్ - 500034.



పూరించండి

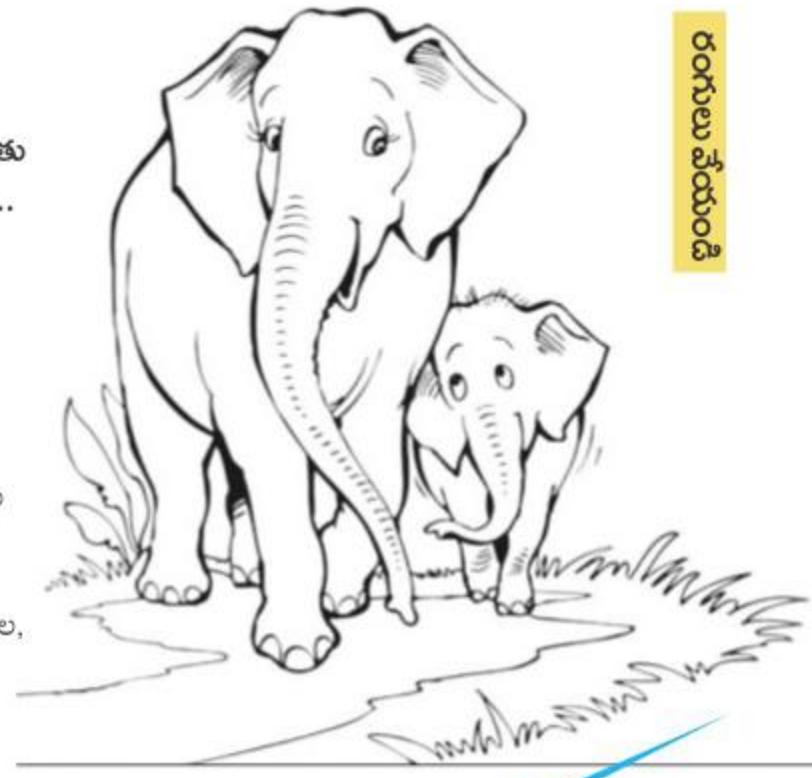
- ఈ కింది భాషలను వారాల పేర్లతో పూరించండి..
1. -- వారమంతా నేను ఉపవాసం ఉన్నాను.
 2. -- రితనం విడనాడాలి.
 3. -- ఈతో నా పెండ్లీ నిశ్చయమైంది.
 4. నవా--నవవంతుడు
 5. పాండవులు ఏదు--
 6. -- గ్రహం, గ్రహాల్లో ఒకటి.
 7. ఆ--రాశల మధ్య నలిగిపోతున్నాం.

అంతా లోపించి ఉన్నాను. అంతా లోపించి ఉన్నాను. అంతా లోపించి ఉన్నాను.

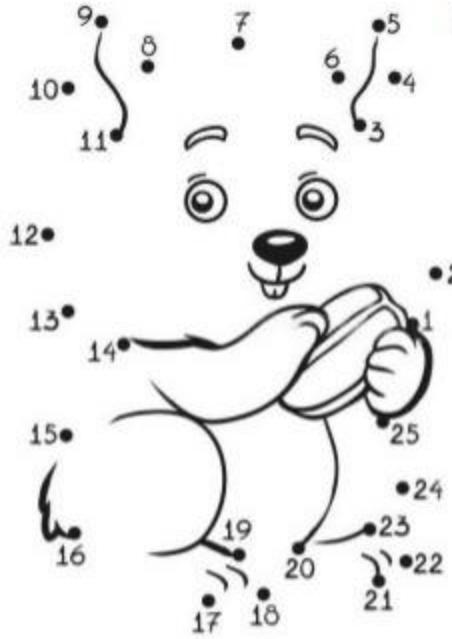
నవ్వులాట

పశు పక్కాదులు, జంతు జాలాల పేర్లతో ఉంటు..

కాకీనాడ, కోకిలం పాడు, హంసలవీధి, పిమ్మకల గూడెం, గుర్రాల గూడెం, నెమలిచెర్ల, చిలుకల గూడ, పక్కితీర్చం, దేగల మడుగు, దోమకొండ, కోతి శ్రీరాంపూర్, సింహాపురి, పులిచింతల, హాస్టినాపురం, తోడేళ్ల గూడెం, జింకల గూడెం, జారిపోతుల గూడెం, నక్కపల్లి.. వగైరా వగైరా! - బచ్చురోహితసత్య



రంగులు లేయండి



చుక్కలు కలుపండి

అడిగింది

సాలీడు.

జవాబు చెప్పుకుండా పొగ రుగా వెళ్లిపోయింది బల్లి. ఇలా ఒకసారి కాదు నాలుగుసార్లు జరిగింది. సాలీడుకు దుఃఖం ఆగలేదు. ఆకలితో, ఆవమానంతో పెద్దగా ఎడ్డింది.

అది విని ఒక ఉడుత వచ్చింది. “సీకు సాయం చేస్తా.. భయపడకు.. మళ్ళీ గూడుకట్టు” అని చెప్పింది.

ఓపికగా మరోసారి గూడు కట్టింది సాలీడు. కానేప టీకి ఒక తూనీగ అందులో చిక్కుకుంది. దాని కోసం బల్లి వస్తుంటే- కాపు కాసిన ఉడుత దానిపైన దూకింది. పట్టుచెప్పి రెండూ నేలమీద పడిపోయాయి.

“నీ అంతు చూస్తాను..” అంటూ బల్లి - ఉడుతను తిట్టి మళ్ళీ చెట్టు పైకి పాకింది.

ఉడుత కూడా గబగబా చెట్టిక్కి అక్కడున్న చిలుకు సాలీడు బాధ వివరించింది.

చెట్టిక్కిన బల్లి, సాలెగూడను సమీపించబోయే వేళ - చిలుక రివ్వునవచ్చి బల్లిని తనకాళతో తన్నుకుపోయి సమీపంలో ఉన్న చెరువులో పడేసింది. అంతే! సాలీడుకు బల్లి పీడా పోయింది..

చంద్రపూర్వ
80081 43507

మీకు తెలుసా!



- పల్లంకి పిట్టుకు బూడిద, నలుపు రంగుల్లో ఈకలు ఉంటాయి. తల పైన ఉడుతకు ఉన్నట్లు మూడు గితలు కూడా ఉంటాయి.
- ఇది 4.5 కొన్నిల బరువు, 11 అంగుళాల పొడవు ఉంటుంది.
- ఇవి ఎగిరే సమయంలో ఒకేవైపు నేరుగా వెళ్లవు. కొంతదూరం నేరుగా వెళ్లి, మళ్ళీ పక్కలకు తిరిగి, భూమికి చేరువయ్యేటప్పుడు వంకర టేంకరగా ప్రయాణిస్తాయి.

చెట్టు కొమ్మల్లో అంద మైన గూడు కట్టుకుని, ఆహారం కోసం ఎదురు చూస్తున్నది ఆ సాలీడు.

ఎదురుచూపు ఫలించింది.

ఎగురుతూ ఒక రుగా వచ్చి ఆ సాలెగూడ్లో చిక్కుకుంది.

సాలీడు మరిన్ని బలమైన దారాలు కట్టి దాన్ని ఎగిరి పోకుండా చూడాలనుకుంది.

అంతలో అనూహ్యాంగా ఒక కొమ్మ మీదనుంచి పాక్కుంటూ వచ్చింది ఒక బల్లి. సాలీడు కన్నమూసి తెరిచేలోగా రుగను మింగేసి వెళ్లిపోయింది. బల్లి బలానికి సాలెగూడు పాడై పోయింది. సాలీ

డుకు ఏడుపు వచ్చింది. అందులోనూ ఉదయం నుంచి ఏమీ తినలేదు మరి!

ఓపిక చేసుకుని మళ్ళీ గూడు కట్టింది.

అదృష్టం బాగుంది. ఈసారి సీతాకోక చిలుక చిక్కింది. హమ్ముయ్య! అను కుంది సాలీడు. కానీ మళ్ళీ చరచర బల్లి రావడం సీతాకోకను నోటకరచుకు పోవడం జరిగింది.

“మిత్రమా! సీకిది న్యాయమా? నా ఆహారం దొంగిలిస్తు న్యావు?” ఎదున్న



రాశి ఫలాలు

25-10-2020 నుండి 31-10-2020 వరకు

గుడి ఉమా మహాశ్వరశర్మ సిద్ధాంతి

ఎం.ఎస్స్., నిర్వాల పంచాంగకర్త

నల్కుంట, హైదరాబాద్, ఫోన్: 040-27651530

ఈ మెయిల్ : nirmalsiddhanthi@yahoo.co.in



ಮೇಷ್ಟೋ



మేఘం వారం మొదట్లో అనుకూలిస్తుంది. చివరిలో ఖర్చులు ఉండవచ్చు. బంధుమిత్రులతో ఆభిప్రాయ భేదాలు రాకుండా జాగ్రత్త పడాలి. వృత్తి, వ్యాపారాలలో పనిభారం పెరుగుతుంది. కోరికలకు తగినట్టుగా పనులు పూర్తపడుతాయి. ఫలితాలు ఆలస్యమైనా అనుకూలంగా ఉంటాయి. వస్తువులను కొనుగోలు చేస్తారు. సంతోషంగా పనులు చేస్తారు. పనివారితో చిన్న చిన్న అభిప్రాయ భేదాలు ఉండవచ్చు. అశ్రద్ధ లేకుండా పనిలో నిమగ్నమవుతారు. ఆరోగ్యం సంతృప్తికరంగా ఉంటుంది. నలుగురిలో ఆదరణ పెరుగుతుంది. గౌరవ మర్యాదలు పొందుతారు. అధికారుల మనుస్తలను పొందుతారు. ఉద్యోగంలో అనుకూలత ఉంటుంది. కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి సంతోషంగా ఉంటారు. మంచివారితో పరిచయాలు ఏర్పడుతాయి. తద్వారా పనులు నెరవేరుతాయి.

వృషభం



వృషభం తలపెట్టిన పనులలో అభివృద్ధి ఉంటుంది. అధికారులతో సామరస్యంగా ఉంటారు. గత అభిప్రాయ భేదాలు దూరమవుతాయి. శ్రమకు తగిన ఫలితం ఉంటుంది. పనులలో శ్రద్ధ చూపుతారు. గిట్టని వారితో దూరంగా ఉండడం మంచిది. పోటీదారులవల్ల పనులలో అభివృద్ధి ఉంటుంది. ఇంట్లో అందరితో సంతోషంగా ఉంటారు. సంగీత, సాహిత్య అభిమానులకు ఈ వారం ఆనందాన్ని కలిగిస్తుంది. సభలు, సమావేశాలకు వెళతారు. అప్రమత్తత అవసరం. వస్తు, వస్తువులను కొనుగోలు చేస్తారు. వ్యాపారం అనుకూలిస్తుంది. స్నేహితులు, బంధువర్గంతో అనుకూలంగా ఉంటారు. వాహనాలవల్ల పనులు నెరవేరుతాయి. కొంత తలస్యం కావచ్చు. జాగ్రత్తగా పనులు చేసుకోవాలి. పెద్దల సలహాలు, సూచనలు చాలా ఉపయోగపడతాయి.

మిథునం



మిథునం వివాహది శుభకార్య ప్రయత్నాలు ఫలిస్తాయి. విద్యార్థులకు అనుకూలమైన సమయం. పోటీ పరీక్షలలో విజయం సాధిస్తారు. మంచి స్థాయిలో నిలుస్తారు. మంచి భావాలుగల వారితో స్నేహ సంబంధాలకు ప్రయత్నిస్తారు. దేవతా, గురుభక్తి పెరుగుతుంది. కోర్టు, రాజీకీయ వ్యవహారాలలో కొన్ని ఖర్చులు ఉన్నా ఫలితం అనుకూలంగా ఉంటుంది. ఇంటీకి కావలసిన వస్తు, వస్తువులను కొనుగోలు చేస్తారు. భార్యాపీల్లలతో సంతృప్తిగా ఉంటారు. వ్యాపారంలో భాగస్వాములతో అప్రమత్తత అవసరం. వ్యాపార ఒప్పందాలు చేసుకుంటారు. ఇచ్చిన డబ్బు తెరిగి రావడంలో ఆలస్యం కావచ్చు. ఎదురుచూపులు, సర్దుబాటులు ఉండవచ్చు. ఉద్యోగస్తులకు ఉన్నతాధికారులతో అనుకూలత ఉంటుంది. తోచీవారితో అభిప్రాయ భేదాలు ఉండవచ్చు.

కరాణుకం



కర్కాటుకం ఉద్దోగ ప్రయత్నాలు ఫలిస్తాయి. ప్రభుత్వ, కార్పోరేట్, ప్రైవేట్ ఉద్దోగస్తులకు ఆఫీసులో అనుకూలత ఉంటుంది. నలుగురిలో మంచివేరు సంపాదిస్తారు. ఆదాయం స్థిరంగా ఉంటుంది. కొత్త పనులు ప్రారంభించే ముందు ఒకటికి నాలుగుసార్లు ఆలోచించడం, అనుభవజ్ఞుల సూచనలు, సలహాలను పాటించడం అవసరం. పనివారితో సమస్యలు ఉంటాయి. తలపెట్టిన పనులలో తాత్కాలిక ఫలితాలు ఉంటాయి. మంచి వారితో స్నేహం పెరుగుతుంది. వివాహాది శుభకార్య ప్రయత్నాలలో ఆధీక్ష ఇబ్బందులు ఎదురుకావచ్చు. ప్రయత్నాలలో ఆలస్యం జరగవచ్చు. అనువసరమైన వాడ వివాదాల్లోకి వెళ్ళకుండా ఉండటం మంచిది. కోర్టు వ్యవహారాలలో అనుకూల ఫలితాలు ఉంటాయి. ఉపాధ్యాయ, వైద్యవృత్తిలోని వారు చిన్నపాటి సమస్యలను ఎదుర్కొంటారు.

సింపాం



సింహాం రావలసిన డబ్బు చేతికి అందుతుంది. పనివారితో అనుకూలత ఉంటుంది. శ్రమకు తగిన ఘలితం లభిస్తుంది. ఖుభకార్య ప్రయత్నాలు ఘలిస్తాయి. విద్యార్థులు చదువులో రాణిస్తారు. షై చదువులకు అనుకూలం. దేవతా, గురుభక్తి పెరుగుతుంది. దేవాలయాలు, ప్రమాణాలపై మనసు నిఱ్పుతారు. రాజకీయ, ప్రభుత్వ పనులలో సానుకూలత ఉంటుంది. ఉద్దోగ ప్రయత్నాలు ఘలిస్తాయి. తోటివారి సహాయ సహకారాలు బాగా అందుతాయి. ఆఫీసులో కార్య నిర్వహణలో మంచిపేరు సంపాదిస్తారు. ఇంట్లో అందరితోనూ సంతృప్తిగా ఉంటారు. పస్త, పస్తువులను కొనుగోలు చేస్తారు. సాంస్కృతిక, ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలలో పాల్గొటారు. ఆహార నియమాలను పాటిస్తూ, ఆరోగ్యంగా ఉంటారు. చురుకుగా పనులు చేస్తారు. వ్యాపారంలో పని ఒక్కిడి ఉండవచ్చు.

కు_८

కన్య వ్యాపారం అనుకూలిస్తుంది. పనులను శ్రద్ధగా పూర్తి చేస్తారు. లాభదాయకంగా ఉంటుంది. పెద్దల సహాయ సహకారాలు అందుతాయి. దేవాలయాలను సందర్శిస్తారు. ఇంటికి కావలసిన వప్పు, వస్తువులను కొంటారు. భార్య పిల్లలతో సంతృప్తిగా ఉంటారు. ఖర్చులు పెరగవచ్చు. నియంత్రణ అవసరం. రావలసిన డబ్బు విషయంలో తగాదాలు ఉండవచ్చు. ఆఫీసులో తోటివారితో మనస్సర్లు ఉంటాయి. ఔ అధికారులతో జాగ్రత్తగా మెలగుతారు. కార్య నిర్వహణ ద్వారా మంచిపేరు సంపాదిస్తారు. చదువులో, ఉద్యోగ ప్రయత్నాలలో ఖర్చులు ఉండవచ్చు. పనివారితో ఇబ్బందులు ఉంటాయి. పనులలో ఆలస్యం కావచ్చు. ఘలితాలు ఉపాంచినంతగా ఉండకపోవచ్చు. వ్యాపారభాగస్వాములతో ఆభిప్రాయ భేదాలు ఉంటాయి.

తుల



తుల అన్నదమ్ములు, బంధువర్గంతో సానుకూలంగా ఉంటారు. పనులు నెరవేరుతాయి. భూముల పొత తగాదాలు కొంత పరకు పరిష్కారమవుతాయి. వాహనాల పల్ల పనులు నెర వేరుతాయి. ఉత్సాహంగా పనులు చేస్తారు. భార్యాపీల్ల లతో సంతృప్తిగా ఉంటారు. పస్తి, పస్తువులను కొనుగోలు చేస్తారు. సాంస్కృతిక, ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాల్లో పాలొంటారు. అనవ సర ప్రయాణాలను వాయిదా వేసుకుంటారు. ఉడ్యోగాల్లో పనిభారం వల్ల అలసట, శ్రమాధికం ఉండవచ్చు. పనివారితో మనస్సురలు ఉంటాయి. ఖర్చులు ఉంటాయి. రావలసిన డబ్బు సమయానికి చేతికి అందకపోవ డంతో కొన్ని పనులు వాయిదా పడవచ్చు. శుభకార్య ప్రయత్నాలలో తాత్కాలిక ఫలితాలు ఉంటాయి. దీర్ఘకాలిక పనులలో ఆర్థిక సమస్యలు ఎదురుకావచ్చు. విద్యార్థులు మనసు నిలిపి చదవాలి.

ప్రాక్తం



ప్రారంభించిన పనులు సకాలంలో పూర్వవుత్తాయి. మంచి ఘలితాలతో సంతృప్తిగా ఉంటారు. విద్యార్థులు అన్ని విధాలుగా రాణిస్తారు. ఉడ్యోగ ప్రయత్నాలు ఘలి స్తోయి. మంచి సంస్కలనలో ప్రవేశం లభించవచ్చు. వివాహాల్లా ప్రయత్నాలు ఘలించడంతో ఆనందంగా ఉంటారు. స్నేహితులు, ఆత్మియులతో సంబంధాలను పెంచుకుంటారు. మంచి ఆలోచనలను కార్యార్థాపంలో పెడతారు. భార్యా పిల్లలతో సంతృప్తిగా ఉంటారు. కుటుంబ సభ్యులతో అన్ని విషయాల లోనూ సహాయ సహకారాలను పొందుతారు. పెద్దవారితో పరిచయాలు ఏర్పడతాయి. కార్యాప్రాపల్యత ఉంటుంది. ఆర్థిక పరిస్థితి స్థిరంగా ఉంటుంది. నిత్య వ్యాపారంలో ఇబ్బందులు ఉన్నా రావలసిన డబ్బు సమయానికి అందుతుంది. పనివారితో సామరస్యంగా ఉంటారు.

ధనుస్తు



రాజకీయ, ప్రభుత్వ, కోర్టు పనులలో అనుకూల ఘలితాలు ఉంటాయి. ఆదాయం సంతృప్తిక రంగా ఉంటుంది. ఉద్యోగ ప్రయత్నాలు ఘలి స్తాయి. ఉద్యోగ నిర్వహణలో మంచివేరు సంపాదిస్తారు. తోటి ఉద్యోగుల సహాయ సహకారాలు బాగా అందుతాయి. ఉద్యోగ ప్రయత్నాలలో తాత్కాలిక విజయం చేకూరుతుంది. ఆరోగ్యంగా ఉంటారు. సంతోషంతో పనులు చేస్తారు. భార్యాపిల్లలతో ఆనందంగా గడుపుతారు. ఇంటికి కావలసిన వస్తువులను ఆర్థిక సమస్యలున్నాకొనుగోలు చేస్తారు. సాంస్కృతిక, ఆధ్యాత్మిక పనులపై మనసు నిలుపుతారు. ఆలోచనలను అమలు చేస్తారు. ఆలసట లేకుండా విశ్వాసంతో పనులు చేస్తారు. పెద్దల సూచనలకు ప్రాధాన్యమిస్తారు. చిన్ననాటి మిత్రులతో కలయిక ఉంటుంది.

మకరం



పెద్దల సహాయ సహకారాలు అందుతాయి. సాంప్రదాయాలపై మనసు నిలుపుతారు. దేవాలయాలు సందర్శిస్తారు. రాజకీయ, కోర్టు వ్యవహారాలలో అనుకూల ఘలితాలు ఉంటాయి. ఉద్యోగంలో సంతృప్తి ఉంటుంది. పట్టుదలతో పనులు చేస్తారు. కార్య నిర్వహణలో మంచివేరు సంపాదిస్తారు. ఆరోగ్యంగా ఉంటారు. ఉత్సాహంతో పనులు చేస్తారు. నిత్య వ్యాపార లావాదేవీలు లాభదాయకంగా ఉంటాయి. ఇంట్లో భార్యాపిల్లలతో సంతృప్తిగా గడుపుతారు. కావలసిన వస్తు, వస్తువులను కొంటారు. సేవా కార్యక్రమాలపై మనసు నిలుపుతారు. సంగీత, సాహిత్యాలపై శ్రద్ధ చూపుతారు. మానసిక సంతృప్తి ఉంటుంది. అన్వయిస్తులు, బంధువర్గంతో పనులు నెరవేరుతాయి. సామరస్యంగా ఉంటారు.

కుంభం



శుభకార్య ప్రయత్నాలు అనుకూలిస్తాయి. విద్యార్థులు చదువులో రాణిస్తారు. మంచిమార్గమతో ఉత్సర్థులపుతారు. దేవతా, గురుభక్తి పెరుగుతుంది. మంచివారితో సాహచర్యం ఏర్పడుతుంది. ఉద్యోగ ప్రయత్నాలు ఘలిస్తాయి. బంధువర్గం, అన్వయిస్తులతో సామరస్యంగా ఉండటం చాలా అవసరం. ఆస్తుల పాత తగాదాలు కొంతవరకు పరిష్కారమవుతాయి. వాహనాలవల్ల ఖర్చులు ఉన్నా పనులు నెరవేరుతాయి. ప్రయాణాలలో అలసట ఉన్నా కలిసి వస్తాయి. ఉత్సాహంతో పనులు చేయడానికి ప్రయత్నిస్తారు. ఇంటికి కావలసిన వస్తు, వస్తువుల కొనుగోలులో ఆర్థిక సమస్యలవల్ల ఆలస్యం ఉంటుంది. భార్యాపిల్లలతో సంతృప్తిగా గడుపుతారు. నిత్య వ్యాపారం లాభదాయకంగా ఉంటుంది. సమస్యలు పరిష్కారమవుతాయి. ఉత్సాహంగా పనులు చేస్తారు.

మీనం



గతంలో ఇచ్చిన డబ్బు చేతికి అందుతుంది. కొత్త పనులు చేయడానికి ప్రయత్నిస్తారు. కార్య సాఫల్యత ఉంటుంది. పనివారితో అనుకూలత ఉంటుంది. శ్రమకు తగిన ప్రతిఫలం ఉంటుంది. వ్యాపారం లాభదాయకంగా ఉంటుంది. కోర్టు పనులు అనుకూలంగా ఉంటాయి. భాగస్వాములతో అనుకూలంగా ఉంటుంది. ప్రయాణాలు అనుకూలిస్తాయి. అలసట లేకుండా శ్రద్ధతో పనులు చేస్తారు. ఆరోగ్యం నయమవుతుంది. పనులలో ఉత్సాహం కనబరుస్తారు. అన్వయిస్తులు, బంధువర్గంతో అనుకూలత ఉంటుంది. రియల్ ఎస్టేట్, నిర్మాణరంగంలో ఆర్థిక సమస్యలు లేకున్నా పనులలలో కొంత ఆలస్యం ఉండవచ్చు. ఇంట్లో భార్యాపిల్లలతో సంతృప్తిగా ఉంటారు. ఇంటికి కావలసిన వస్తు, వస్తువులను కొనుగోలు చేస్తారు.

.. అంటేనే భయం!

నాకు 23 ఏండ్లు. పెండ్లు ఏడాచి అవుతున్నది. నా భర్తతో సెక్స్ అంటేనే భయంగా ఉంటున్నది. ఆయన ముట్టుకుంటేనే చెమటలు పట్టి స్ఫుహ తప్పినంత పని అవుతున్నది. దాంతో ఆయన నన్ను తాకడానికి కూడా అయిప్పుపడుతున్నాడు. అసంతృప్తి, కోపం ప్రదర్శిస్తున్నాడు. ఈ సంగతి మా పెద్దలెవలీకి తెలియదు. మా సమస్యకు పరిష్కారం తెలపండి?

- ఛిసోదరి

అమ్మా! నీ సమస్యను 'సెక్స్ పోబియా' అంటారు. దీనికి అనేక కారణాలు ఉంటాయి. బాల్య, కౌమార, యమ్మన దశల్లో నువ్వు గడిపిన వాతావరణం, ఎలాంటి సెక్స్ ఎడ్యూకేషన్ దొరికింది అనేది నీ ఆలోచనలను ప్రభావితం చేస్తుంది. అశాస్త్రీయమైన, అపోహాలతో కూడిన లైంగిక పరిజ్ఞానం వల్ల ఇలాంటి ఆలోచనలు రావోచ్చు. సినిమాల్లో అత్యాచారాలు, ప్రసవ దృశ్యాలు, హింసాత్మక పోర్ట్రో సైట్లు.. ఇవస్తే పెండ్లు, సెక్స్ పై ఒక రకమైన భయాన్ని కలుగజేస్తాయి. శారీరకంగా మార్పులు మొదలైన రోజుల్లో పిల్లల ముందు పెద్దలు నెగటివ్ అభిప్రాయాలు వ్యక్తం చేయడం వల్ల కూడా సెక్స్ అంటేనే నీచమైన పనిగా సబ్కాన్సియస్లో రిజిస్టర్ అవుతుంది. పెద్దయ్యాక కూడా అదే అభిప్రాయంతో ఉంటారు. తాము అందంగా లేమనీ, భర్తను ఆకర్షించలేమనే ఆత్మస్యానతా భావన వల్ల కూడా ఇలాంటి ఆలోచనలు కలుగుతాయి. బాల్యంలో లైంగిక దాడులకు గుర్తైన వారికి కూడా సెక్స్ అంటే భయం ఏర్పడుతుంది. గర్భం వస్తువుండనో, కెరీర్ పాడవుతుండనో, సెక్స్ సమయంలో విపరీతమైన నొప్పి, రక్తసాంపం అవుతుందేమాననో.. కొండరు సెక్స్ పోబియాకు లోనపుతారు.

సెక్స్ లజీ



లక్షణాలు: సెక్స్ లో తక్కువగా పాల్గొనడం, పూర్తిగా బహిప్రారించడం, చిన్నవిన్న స్వర్ణలకు, ముద్దులకు కూడా చెమటలు పట్టి గుండె దడ పెరగడం. వాంతులు, విరోచనాలు కావడం, స్మృతిప్పి పడిపోవడం.

చికిత్స: సెక్స్ పై సానుకూల దృక్పథం అలవర్పుకోవాలి. భర్తతో కలిసి సెక్స్ లజీ లేదా మారిటల్ డెరపిస్ట్-సైకోడెరపిస్ట్ ను కలవండి. వాళ్ల సెక్స్ పై నీకున్న భయానికి మూల కారణాన్ని విట్సేస్తారు. సెక్స్ పట్ల, లైంగిక అవయవాల పట్ల శాస్త్రీయమైన అవగాహన కల్పించి భయాన్ని పోగోట్టే విధంగా సైకోడెరపిస్ట్, కౌసెలింగ్ ఇస్తారు. మీ పట్ల మీ ఆయన హింసాత్మకంగా ప్రవర్తిస్తుంటే.. అతడికి అవసరమైన కౌసెలింగ్ ఇస్తారు. మీ ఇద్దరికి మారిటల్ అండ్ రిలేషన్సిపివ్ డెరపిస్ట్ చాలా అవసరం.

దాక్టర్ భారతి

సెక్స్ లజీస్ట్, సైకోడెరపిస్ట్
మెడిసిన్ పాస్టేటల్, ఎల్సివగర్,

ప్రోదరాబాద్. ఫోన్: 9849770409

ఈ మెయిల్:

bharathid506@gmail.com



యమున తన అన్న స్నేహితురాళ్లతో బొమ్మలపెండ్లి ఆడుకుంటూ ఉండగా... నాన్నగారు ధుమధుమలాడుతూ వచ్చారు. పిల్లలిద్దరూ వణికిపోయారు. ఇంతలో అమ్మమ్మ ఊరికి వెళ్తున్నామని తెలిసింది. రైలు బండి ప్రయాణం హుషారుగా సాగింది. రైలు దిగాక అమ్మమ్మ వాళ్లించికి బాడుగ బండీలో బయల్దేరారు. ఆ తరువాత కథ..



ఆబలా జీవితము

(హరినారాయణ్ ఆప్టే రాసిన 'పన్ లక్ష్మీ కోన్ ఫెత్తీ' మరాతీ నవలకు తెలుగు అనువాదం)

... ఈ

పి.వి. నరసింహరావు

(గతవారం తరువాయి..)

సేణు

పసులో కనపడ్డ వస్తువునల్లా కొనిపెట్టి మని నేనూ, సుందరీ అమ్మనెంత వేధిం చామో ఈ సంఘటనలన్నీ పారకులు తమ బాల్య స్నేహితుల నుంచో, లేక పిల్లలు కలవారు తమ ప్రస్తుతానుభవం నుంచో ఊహించుకోవాలని మనవి చేస్తున్నాను. నా మంకుతనం వల్ల అమ్మకెంత బాధ కలిగిందో ఆనాడు! అప్పుడే నాకది అర్థమైయుంటే ఎంత బాగుండేది! ఆమెనంత వేధించేవాటీ కాను. ఆనాటి ఆమె దుస్థితి నేడు కాని నాకర్థం కావడం లేదు. ఆమె ఖన్సువదనం, మా వేధింపుకు తాళోక అప్పుడప్పుడు విసుగుతో అన్నమాటలు- ఇప్పున్నీ ఆమె మనకేళ్లాన్ని స్వప్తంగా ప్రతిబింబిస్తున్నప్పటికీ మా అజ్ఞాన నేత్రాల కవేచీ కానరాలేదు. అంతేగాక మా కోరికలన్నీ తీర్చలేదని అప్పుడప్పుడమ్మ మీద కోపం కూడా రాకపోలేదు మాకు... సరే, పోని వ్యండి. అదంతా నేడు స్వర్చించుకోని ప్రయోజనమే ముంది? చిన్నతనంలో తల్లిదండ్రులను మనం పెట్టిన బాధలు తదుపరి జ్ఞాపకం వస్తే మనసెంతో పరితపించక మానదు.

తాతగారిల్లంటే సరిగ్గా జ్ఞాపకం వచ్చింది. మొదటిసారి అమ్మ మాతో 'తాతగారింటికి వెడదా' మన్న సంగతి చెప్పినప్పుడే ఈ మాట చెప్పవల సింది. మా గ్రామంలో మా తాత (నాన్ననాన్న) గారుండేవారు. తాతగారిల్లంటే వారిల్లనే మామూలుగా మేమనుకునేవాళ్లం. నాన్నగారి స్వభావంలో వలెనే తాతగారి స్వభావంలోనూ కొంత పరాయితనం మాకు గోచరిస్తూ వచ్చినందున తాతగారింటికి వెళ్లడమంటే మా కంత హుషారుగా లేదు. చాలామందికి తాతగారిల్లంటే మాతామహలిల్లని అర్థమౌతుంది. మా ఊహాకు మాత్రం మరొక తాతగారిల్లనేది ఉంటుందనే తట్టలేదు.

తాతగారి ఊరు రైలుస్టేషనున్న ఊరికి చాలా సమీపం. అంటే సుమారేడినిమిది కోసలు. రోడ్లు

కూడా బాగుంది. అందుకని సుమారు నాలుగు నాలుగున్నర గంటలకు రైలు దిగామో లేదో బాడు గబండి మాటల్లాడి తెమ్మని అమ్మ కృష్ణాజీపంతీకు చెప్పింది. స్టేషన్ తాలూకు గ్రామంలో రాత్రి గడ్డ పాలంటే మాకు స్థలాలు లేకపోలేదు. కాని ఒకరింటిలో మకాం వేయడం అమ్మకు సుతరాం ఇష్టంలేక ఆమె తొందర చేసి అప్పటికు బండు బండి తెప్పించింది. 'పిల్లల్ని ఆకలితో ఎందుకుండడం? ఈ ఊరికేకిర్ గారింట్లో రాత్రి గడిపి ఉదయం బయల్దేరగూడడా?' అని కృష్ణాజీపంతీ సూచించి చూచాడు. అందుకు అమ్మకచ్చితంగా సమాధానమిచ్చింది. 'ఎవరింటికి వెళ్లనక్కరలేదు. ఫలాపరం చేసి తెచ్చాను. ఆరున్నర గంటలకు దారిలో ఏడో బావి వద్ద పిల్లలకు పెట్టేనే సరి. సుందరికి కొంత కీర్తాన్నం మిగిలిండనే ఉంది.' ఈ మాటంటూనే ఆమె మూటలెత్తడం ప్రారంభించింది. మాకా, ప్రయాణపు సరదాతోనే సరిపోయింది.

కృష్ణాజీపంతీ బండిలో సామానెక్కించాడు. తాను మాత్రం బండిక్కలేదు. 'సాయంత్రం వేళ. కాలు సాగించడానికి నేను కొంత దూరం నడుస్తా' నాన్నదు. అది విని అన్నయ్యకు నడవాలనే బులుపు కలిగింది. అమ్మ అందుకు సమ్మతించింది. ఇంక నేను మాత్రమేలా ఊరుకుంటాను? నేనూ మారాం చేశాను నడుస్తానని. కాని అమ్మ నా మాట వినక సామ్యంగా 'నీవు నడవలేవు, కొద్దినేపటికి కన్నయ్యనూ బండిక్కమంటానులే' అని సముదాయం చింది. నేను మరింత గట్టిపట్టుపట్టాను. ఆ క్షణంలో విసుగూ, కోపం ప్రతిబింబించిన అమ్మ ముఖం ఇప్పుడే వాక్యం వ్రాస్తుంటే నా కండ్లకు కట్టినట్లు స్టుది. 'పో! ఏమైనా చెయ్యి, మళ్ళీ నన్నడిగావా జాగ్రత్త.' అంటూ నన్ను తటాలున పక్కకు త్రోసివేసి సుందరిని చంకనేసుకుని బండిక్కింది. ఆ త్రోపుతో నేను కిందపడి రోదన ప్రారంభించాను. ఇంత గ్రంథం జరిగాక నేను నడిచివెళ్లడమేలా కుదురుతుంది? కృష్ణాజీపంతీ సమ్మ బండ్లో కూర్చోబెట్టాడు. బండి కదిలింది. అన్నయ్య మాత్రం ఎప్పుడో రివ్యున ముందుకు పరుగు తీశాడు. వాడికి ఇటీపలి సంగతి తెలిసినట్టే లేదు. కొంతసేపటికి కృష్ణాజీపంతీ కూడా ముందుకు నడిచిపోయాడు. నేను వెక్కివెక్కి ఏడుస్తూ కూర్చున్నాను. అమ్మ మాత్రం నా



ఏడ్పును లక్ష్మీపెట్టక ప్రభంగా కూర్చోని ఉంది. ఇంతలో సుందరికి కునికిపాట్లు రాసాగాయి. అమ్ముదాన్నికప్కన పరుండబెట్టి నిద్రపుచ్చింది. నారోదనం మాత్రం యథాతథంగా సాగిపోతున్నది. ఒక గంటనేపిలాగే గడచి ఉండవచ్చు. తదు పరి ఏమైందో ఏమో తటాలున అమ్ము నన్ను తన వద్దకు లాగి ఎదకు చేర్చుకొని యేడువసాగింది. నాకేదో ఒక విచిత్రమైన అనుభూతి కలిగింది, నా ఏడ్పును వెంటనే అపి.. ఒతే అప్పటికి దానంతటదే ఆగిపోయే స్థితివచ్చిందనుకోంది. అమ్ము మెడను గట్టిగా కాగిలించుకున్నాను. పదైదు నిమిపాలు పోయాక, “యమూ! నీకింక వేళాపాళా ఏమీ తెలియదు కదూ!” అని యెంత రుద్దకం రంతో అన్నదని చెప్పును! పారకులారా! ఆ మాటలు నా మనసులో నాటినట్టు మరెప్పుడూ,

సుమారు నాలుగునాలుగున్నర గంటలకు రైలు బిగామో లేదో బాధుగబండి మాట్లాడి తెమ్ముని అమ్ము కృష్ణజీపంతీకు చెప్పింది. స్నేహం తాలుకు గ్రామంలో రాత్రిగడపాలంటే మాకు స్థలాలు లేకపోలేదు. కాని ఒకరింటిలో మకాం వేయడం అమ్ముకు ఇప్పంలేక అమె అప్పటి కష్టదుబండి తెప్పించింది. “పిల్లల్ని ఆకలితో ఎందుకుంచడం? ఈ ఊరి కేళకర్కగాలంట్లో రాత్రిగడిపి ఉదయం బయల్సేరగుాడదా?” అని కృష్ణజీపంతీ సూచించాడు. అందుకు అమ్ము కట్టితంగా సమాధానమిచ్చింది.

ఎవ్వరి మాటలూ నాటలేదు. ఆ మాటల్లో అమ్ము తన యావత్రాణాన్ని బలకపోసిందా అని పించింది. ఆమె అంతఃకరణ సర్వస్వం ఆ మాటల్లో ఊడిపడ్డతల్లనిపించింది. అప్పుడా మెకు సంభవించిన చిక్కు, ఆ చిక్కు వల్ల ఆమె మనసులో కలుగుతున్న కలపరం ఆమె మాటల్లో స్ఫుర్తంగా ధ్యానించింది... కాని నేడు కదా నాకి దంతా అర్థమౌతున్నది! నాడే అర్థమైతే ఎంత బాగుండేది! పదేపదే ఈ పశ్చాత్తాపుంతో బాధపడుతున్నాను. ఇప్పుడర్థమౌతున్నదంతా నాడే అర్థమైయుంటే నేను పెట్టిన బాధ లెన్నెన్నో తప్పి ఉండేవి అమ్ముకు, కనీసం తగ్గిబినా ఉండేవి నిస్సం దేహంగా... అమ్ము మాటవిని నేనామెతో మరింత హత్తుకు పోయాను. కొంతసే పిడ్డరం కన్నీరు కార్యాము. బహుళా నాటి ఉదయం సుంచో లేక తత్కార్యరూతి సుంచో అమ్ము మనసులో ప్రోగ్గాతు వచ్చిన దుఃఖమంతా ఏకాంతం దొరక దామే తడవుగా చెలియకట్టలు దాటి ఒక్కమ్మడి ఉప్పేసయి పారిందనుకుంటాను. ఆమె మరే మేమో మాట్లాడదలచినట్లనిపించింది. కాని ఏమీ తెలియని ఈ కసిగందుముతో మాట్లాడటమేమిటని యోచించిందో లేక లోగుట్టు బయల్పురచడం మంచిది కాదని తర్కించిందో - మొత్తానికా తరువాత మాత్రం మూకీభావం వహించింది. ఎంతో నేపటికి “యమూ! నేనేడ్చానని నాయనమ్మకు చెప్పేపుసుమీ!” అని నన్ను పొచ్చరించి ఊరకుంది...

చాలాసేపైంది. మేమొకరి నొకరం చూస్తూ కూర్చున్నాము. నాకు కునికిపాటు ప్రారంభమైంది. కాని ఇంతలో కృష్ణజీపంతే బండి వద్దకు పరిగెత్తుతూ వచ్చి “ఏమండీ! గణపతి ఎక్కుడా కనపడలేదండీ!” అని చెప్పాడు. “అంటో!” అని అమ్ము భయాశ్చర్యలతో బిగ్గరగా అరిచింది.

* * *

అమ్ము అరుపులోని భయాందోకుల వల్ల పాపం కృష్ణజీపంతెంత హడలిపోయాడో వర్షింప శక్కం కాదు. ఆయన నోటి మాటపెకల లేదు. ముందరిపైపు బండివాడు తన్నయుడై బండితోలుతున్నాడు. వాడికి గొడవ అర్థమైనట్టే లేదు. అఱపతోపాటు అమ్ము వెంటనే నడుస్తున్న బండి సుంచి దూకి “పదండి, పదండి, వాడిని వెదకుదాం!” అంటూ కృష్ణజీ పంతే కొరక్కెనా ఆగకపరుగుతీసింది. “యమూ! సుందరి నిద్రపోతున్నది, భద్రం!” అని మాత్రం నన్నుదేశించి చెప్పింది. కృష్ణజీపంతే కొన్ని క్షణాలు అక్కడే బొమ్మలాగ నిలిచిపోయాడు. తదుపరి అమ్ము వెనుక ఎప్పుడు పరుగెత్తాడో నాకు తెలియనే లేదు. నేనెంత బిగ్గరగా ఏడ్చానో దానికంతులేదు. ఇంతలో బండివాడు వెనక్కుచూచి, “ఏము మ్మాయ్! ఎందుకేడుత్తున్నపు?” అని అడిగాడు. వాడికి తిన్నగా జవాబివ్యడానికి బదులు, “బరేయ్!... ఏమిరా... అడుగుతావు! మా అస్తుయ్త తప్పిపోయాడు రా....” అని ఏడ్పు వెక్కిత్త మధ్య చెప్పగలిగాను. “ఆం? యాడపోయిందు మీ అస్తు? అమ్ముగా రెటుపోయింది?” అని బండివాడు మళ్ళీ ప్రశ్నించాడు.

(మిగతా వచ్చేవారం..)



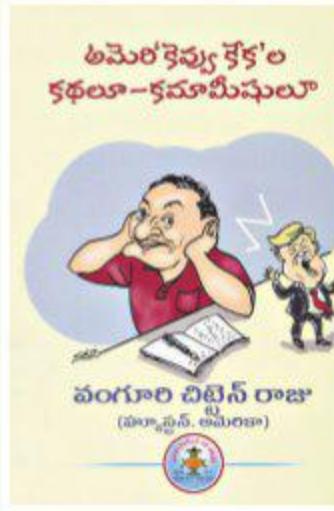
పుస్తక సమీక్ష



పుస్తకం అంటే...
చేతుల్లో ఇమిడిపాయే
కల లాంటిది.

-సీల్ గైమన్

మేడ్ ఇన్ అమెరికా



వంగూరి చిట్టన్రాజు పేరు వినగానే
అమెరికా నేపథ్యంలో సాగే తెలుగు కథలు
గుర్తుకొస్తాయి. షైకి హస్యంగా తోచినా,
అక్కడి తెలుగువారి జీవితాలను నిక్కుచ్చిగా
స్ఫూర్చించే ప్రయత్నం చేస్తాయి. పనిలో

**అమెర్ కెవ్యూక్ ల కథలూ -
కమామీఫలూ**

రచయిత: వంగూరి చిట్టన్రాజు
పేజీలు: 91, వెల: 100/-
ప్రతులకు: ప్రముఖ పుస్తక కేంద్రాలు

పనిగా.... దేశాంతరం వెళ్లినా సమసిపోని
భేషజాలు, పదిలిపోని అంతరాలను దెప్పి
పొడుస్తాయి. అందుకే, ఇంతకు ముందు
వచ్చిన అమెరికామేడీ కథలు, అమెరికల
కలం లాంటి కథా సంపుటాలు మంచి పార
కాదరణ పొందాయి. ఈ కోవలో వెలువ
డిన మరో సంకలనం ఇది. నిజానికి ఇవన్నీ
కథలు కావు. స్వగతం నుంచి సెట్టిర వరకూ
రచయితకు తట్టిన ఆలోచనలకు వ్యంగ్య
రూపాలు. అనఱు పొటోలనే పట్టించుకోని
వ్యక్తి సెల్పిమాజలోకి పోయిన 'సెల్పి
పిచ్చి', బైపింగ్ చేసే రచయితలకు వచ్చే అక్క
రదోపాల కష్టాలు (కొట్టుడు యంతమూ-
కప్పనిప్పూరాలు) తరఫో కథలే కాదు...
హాడీమోడీ, అమెరికాలో కరోనా విజ్ఞం
భణ, ట్రుంప్ మొండితనం లాంటి సమకా
లీన విషయాల మీద తన వ్యంగ్యస్తాలను
సంధించారు రచయిత.

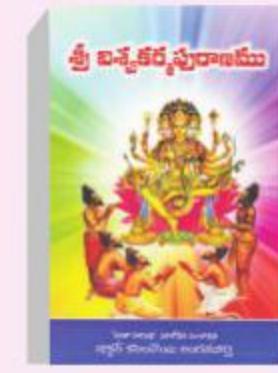
కవితగా మారిన ఆర్తి



తెలంగాణ గడ్డమీద అరుదైన కవి
త్యాన్ని ప్రభవిష్టన్నవారిలో బైరెడ్డి కృష్ణా
రెడ్డి ఒకరు. ఆయన ఇప్పటి వరకూ రాసిన
కవితలన్నింటినీ ఏర్పికూర్చి రూపొందిం
చిన సమగ్ర సంకలనం ఇది. ఇంతకు

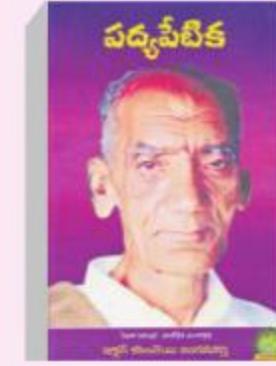
ఆర్తి

రచయిత: బైరెడ్డి కృష్ణారెడ్డి
పేజీలు: 312, వెల: 300/-
ప్రతులకు: ప్రముఖ పుస్తక కేంద్రాలు



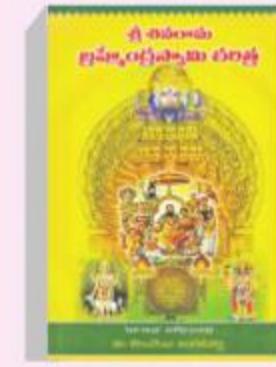
శ్రీ విశ్వకర్మ పురాణము

పేజీలు: 54 వెల: 50/-



ఎడ్యుపీటిక

పేజీలు: 263 వెల: 200/-

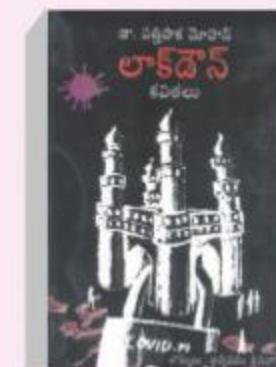


శ్రీ శివరామ బ్రహ్మంద్రస్తామ చరిత్ర

పేజీలు: 165 వెల: 200/-

రచయిత:

కపిలవాయి లింగమూర్తి
ప్రతులకు: 87907 27772



లాక్ష్మణ (కవితలు)

రచయిత: పత్రిపాక మోహన్

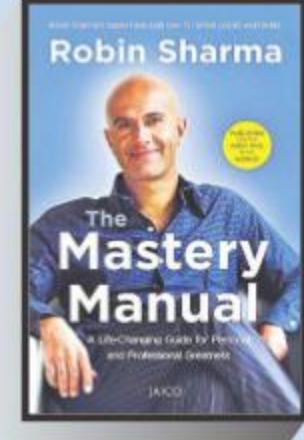
పేజీలు: 58 వెల: 75/-

ప్రతులకు: 98112 39219

విజయం వైపు ప్రయాణం

సారాంశం

వ్యక్తిగత వికాస ప్రపంచంలో రాబన్ శర్మ పేరు తెలియనివారు ఉండరు. వికాస పాతాల్వి కథలుగా, అవసరమైతే నవలగా కూడా రాయగలిగే కలం ఆయనది. 'ఒ మాస్టర్ మాన్యమల్' రాబన్ శర్మ రచనలలో ఒకటి. వ్యక్తిగా, వృత్తి నిపుణుడిగా విజయం సాధించాలని కోరుకునే వారికి ఇది పైవీ పండిట్స్ గైడ్. అలోచనా విధానంలో మార్పులతో గొప్ప ఫలితాలను సాధించడం ఎలాగో ఈ పుస్తకంలో చెప్పారు.



అందరితో

ప్రేమగా మాట్లాడండి.

సమస్యల్లో ఉన్నవాళ్లను పరామర్శించండి. బాధల్లో ఉన్నవాళ్లను దీచార్పండి. అంతిమంగా మీరు ఎన్ని అస్సులు సంపాదించారన్నది కాదు, మీ అంత్యక్రియలకు ఎంతమంచి హజరయ్యారన్నది ప్రధానం.

కలలోం

తీసు బండారాలు కాదు.

వాటికి గడువు తేదీ ఉండడు. జీవితంలోని చిట్టచివలి రోజు అయినా సరే, నెరవేరని కలలు ఏమైనా మిగిలి ఉంటే కనుక.. నిజం చేసుకునే ప్రయత్నం చేయండి. అసంపూర్ణ స్వాహాలతో ఎవరూ జీవితాన్ని చాలించరాదు. అంతకు మించిన ఫెఱల్యార్ ఉండడు.

ఇతరులు మీతో

స్వాహం చేస్తారేమోనని అశగా రెండెండ్లు ఎదురుచూడటం కన్నా, మీరే ఆ వ్యక్తులకు దగ్గర కావడానికి ఓ రెండు నెలలు ప్రయత్నించండి చాలు. ఆ మనిషి మీ అత్యుయ నేస్తాల జాబితాలో చేరిపోతారు. మీ గురించి మీకు స్వప్తత ఉన్నప్పుడే, ఇతరుల గురించీ ఓ అభిప్రాయానికి రాగలరు.

ప్రతి మనిషికి ఎన్నో కొన్ని

భయాలు ఉంటాయి. ఒక్కసారి మీలోని భయాలేమిలో గుర్తు చేసుకోండి. వాటికి దూరంగా వెళ్లడం కాదు, క్రమక్రమంగా దగ్గరకి జరగాలి. కొండ మీబి నుంచి కీంచి చూడాలంటే మీకు భయమా? అయితే, ముందుగా ఒకటో అంతస్సు నుంచి, ఆ తర్వాత రెండో అంతస్సు నుంచి.. నిర్వయంగా కీంచి చూడటం సాధన చేయండి. నీళ్లను తలచుకుంటేనే మీకు వాటికు పుదుతుండా? అయితే.. ముందు పిల్ల కాలుపతో, ఆతర్వాత పెద్ద కాలుపతో, ఆపైన చెరుపుతో, నలితో, సముద్రంతో స్వాహం చేయండి.

ఎప్పుడూ నిజాలే

మాట్లాడండి. నిజం చెప్పినంత మాత్రాన ఎవరూ మీ తలకాయను తీసేయరు. కాకపోతే, ఆ చెప్పేదేదో కుండబద్ధలు కొళ్ళినట్టు కాకుండా, సున్నితంగా చెప్పండి. అబద్ధాలతో ఏ బంధాన్ని నిర్మించుకోలేం. అది ఇంట్లో కావచ్చు. అఫీసులో కావచ్చు. సమాజంలోనూ కావచ్చు. తప్ప వేసినప్పుడు కూడా నిజమే మాట్లాడండి. నిజాయతీగా పశ్చాత్తాపం వ్యక్తం చేయండి.

చిన్నచిన్న

ఆనందాల్చీ, చిట్టచిట్టి అనుభాతుల్చీ చిన్నచూపు చూడకండి. లట్టిర్చెంట్ తర్వాత వెనక్కి తిలిగి చూసుకుంటే.. ఈ రోజు మనకు చిన్నవిగా అనిపించిన ఘట్టాలే గొప్ప జ్ఞాపకాలుగా మిగిలిపోతాయి.

మంచి భద్రగా, మంచి తండ్రిగా, మంచి ఉద్యోగిగా ఉండటం మంచిదే. కానీ, ఆ పరుగులో పడిపోయి, మిమ్మల్ని మీరు విస్మిలించకండి. ఆరోగ్యానికి ప్రాధాన్యం ఇవ్వండి. పోషకాహారం తీసుకోండి. తగినంత వ్యాయామం చేయండి. నలభై దాటిన తర్వాత, ఏడాబికోసారి వైద్య పరీక్షలు చేయంచుకోండి. పరిపూర్ణ విజేత అనిపించుకోవాలంటే పరిపూర్ణ ఆరోగ్యానంతులూ కావాలి.



ప ద క్ర ణ త

పదమనాదం

అడ్డం

1. ఈ రోజు మనం జరుపుకుంటున్న పండుగ (3)
3. ఇప్పుడు మీరు చదువుతున్న పుస్తకం (4)
6. నారీ నారీ నడుమ ఉండేదివరు? (3)
7. దయాగుణం (2)
8. శ్రీకృష్ణుడి మేనమామ (3)
9. నీతి బోధనలతో పద్యాలు రాసిన కవి (3)
10. అర్పన (2)
12. వెనుతిరిగిన వాయసం (2)
14. చెట్టు తోలు - అటుగా (3)
17. జంతికలకు మరో పేరు (4)
19. తుపానులను అడ్డుకోవడానికి తీరం వెంట ఈ చెట్టును పెంచుతారు (4)
22. ఇది ఎడమైతే పొరపాటు లేదన్నాడు దేవదాసు (2)
23. దొడ్డిదారిన ప్రార్థించు (2)
24. మేను కాదు పెద్ద చెట్టు (2)
25. పిల్లనిచ్చిన వాడు ఏ వరస? (2)
27. విడుపుదినం, తాతిల్ (3)
29. వృక్షం (3)
30. జన సమూహం, ఒక పొర్టీ గుర్తు (3)
32. అమెరికా ద్రవ్యం (3)
34. గింజలు విసురుకునే రాతి పనిముట్టు (4)
35. ఈ అవయవం లేకపోతే వాసన తెలిసేదెలా? (2)

1		2	*	3		4		*	5
	*	6			*		*	7	
8			*	*	*	9			*
	*	*	10	11	*		*	12	13
14	15	16	*	17		18		*	
*	19		20		*	*	*		*
21	*	22		*	23		*	24	
25	26	*	27	28		*	29		
30		31	*	32		33	*		*
*	34				*	*	*	35	

నిలవు

1. కొన్ని ప్రాంతాల్లో దసరా సందర్భంలో దహనమయ్యాడు (5)
2. మంచి బాలుడు ఎవరితో పోలిక?! (3)
3. కాదంబరిల్లో ఎల్ల; సరిహద్దు గీత (2)
4. తిరగమోతల్లో వేసే ఆకు (5)
5. కొన్ని జాతుల్లో కన్యాపుల్కం (2)
7. సీతాదేవి మరోపేరు (3)
11. కాకుల్లో ఒక రకం (3)
13. కోరినవిచ్చే ఆపు (5)
15. పాదరసం కట్టి బంగారం చేసే విద్యను ఈ వాదం అంటారు! (2)

16. భయం వంటిది (3)
18. లోపించినది (2)
20. ఆలయంతో కుటీరం (3)
21. తిరగబడ్డ కాలం (3)
23. పట్టుకొట్టింది కుపుడు కాదు! (3)
24. వాయువు లేదా గాలి (4)
26. విజ్ఞాపన (3)
28. బడాయి కాదు కొట్టాట (3)
31. పాముల్లో ఒక రకం (2)
33. నాలుకు మాత్రమే తెలిసేది (2)

విర్మాణ : విశ్వజ

గతవారం సమాధానాలు

పదకేళక

మ	ప	అ	ప	*	క	ం	డ	అ	ప	ం	*
శూ	*	మృ	*	యా	*	కృ	*	కు	*	చే	7
చి	గు	రు	*	ఫో	11	జ	న	*	*	ర	
*	సు	సు	ము	*	య	*	ఫో	రో	సో		
గీ	పు	*	పు	రా	సు	*	ర	*		ఎ	
ప్రే	*	టో	*	సు	*	పో	టో	పో	*		
ద	ప్రే	క	*	పో	పో	సు	*	పో	పో	పో	పో
కు	పు	కు	రి	*	పో	పో	*	పో	పో	రి	
*	*	*	యు	దు	య	*	యు	వ్యు	క్షు		
చు	ద	మా	మ	*	పు	మృ	*	*	*	స	

సిసమూ పజిల్

1	2		4
3			
5		6	
	7		
8			

1	2	3	4
2	పు	సు	పు
5	ర్యు	పు	టో
మృ	పు	పు	పు
పు	పు	జ	రి

అడ్డం

1. చలం హీరోగా 'లంబాడోళ్ళ - - - ' (3)
5. నాటి నటి, 'మిథునం'లో అప్పుడాసు భార్య (2)
6. చంద్రశేఖర్ ఏలోటి దర్జకత్వంలో చిత్రం - అటుగా (2)
8. పూరీ 'ఇడియట్' హీరోయిన్ (3)

నిలవు

2. అర్పనతో బి. నరసింగరావు చిత్రం (2)
3. 'నాలుగు స్తుంభాలాటు' హీరోయిన్లలో ఒకరు (3)
4. ఎన్.టి.ఆర్, జమున జంటగా వచ్చిన చిత్రం (3)
7. బాపు తొలి చిత్రం (2)

ఆనందమే అందం

ఆనందంగా కనిపించడమే

అసలైన అందమని అంటుంది విద్య. కానీ, బొధ్యగా ఉండటంతో ఎన్నో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంది. చిన్నప్పుడు కూడట బేటి అన్నవాళ్ల కాశ్చ పెద్దయ్యాక 'మలి లావైపోతున్నావ్ జాగ్రత్త!' అనేవారట. ఆ మాట లను నీలియసిగా తీసుకొని ఉపవాసాలు ఉండేదట విద్య.

ఎన్నో
ప్రయత్నాలు
చేసి చివరికి బొధ్యగా
ఉండటమే తన సాందర్భ
రహస్యమనే నిర్దయానికి వచ్చిందట
విద్యాబాలన్. ఇష్టమైనవి తింటూ, నచ్చినట్టు
తింటూ ఆనందంగా ఉండటమే లక్ష్మింగా
చేసుకుంది. అప్పటి నుంచి నా బరువు
నిలకడగా ఉండని
చెబుతుంటుంది
విద్య.

బరువు పెరుగుతున్నదని
17 ఏండ్లు ఉన్నప్పుడు
విద్యను ఆమె తల్లిదండ్రులు
ఓ వైద్యుడి దగ్గరికి తీసుకెళ్లారు.
రోజు 10 లీటర్ల నీటు తాగితే
బరువు తగ్గుతుందన్న వైద్యుడి
సలహాను చాలా రోజులు
పాటించిందట. కానీ,
కొన్నాళ్లకు ఘరా
మామూలే!



కేరళ తీరాన్ని తాకిన రుతువవనాలు దేశమంతా వ్యాపించినట్టు.. మలయాళ నీమలో పుట్టిన విద్యాబాలన్ పేరు కూడా దేశవ్యాప్తమైంది. ఆమెకు సినిమాల్లో అవకాశం ఇచ్చింది అందమే కావాచ్చు! కానీ, ఇండస్ట్రీలో అందలం ఎక్కించింది మాత్రం అభినయమే! వైవిధ్యభరితమైన చిత్రాలు, పాత్రలతో ప్రేక్షకులను అలలిస్తున్న విద్యాబాలన్ పరునల్ లైఫ్ లోకి తొంగిచూస్తే అసక్తికరమైన సంఘటనలు, ఆదర్శవంతమైన సన్మివేశాలు ఎన్నో కనిపిస్తాయి.



“

మనిషి జీవితంలో
ఎత్తుపల్లాలు
సహజం. ఆ క్లాసంలో
బాధలు, సంతోషాలు
కలిగే మాట వాస్తవం.
అయితే, అది గెల్పినా,
టటమైనా.. జీవితానికి ఒక పారం
చెబుతుంది.

అమృకు అన్నో భయమే!
అందుకే చాలా కట్టడి చేసేది.
నేనేమో ప్రతి విషయం
లోనూ బెట్టు చేసేదాన్ని.
నా కలలకు అమృ
అధ్యగా ఉండని అనుకు
నేదాన్ని. కానీ, అమృ
మనసు ఇప్పుడు
అర్థమైంది.

“

కెమెరా
ముందుకు
వచ్చిన తర్వాత విద్య
ఇతర విషయాలేవీ పట్టించుకోదు.
ఎంజాయ్ చేస్తూ నటిస్తుంది. పాతకు
తగ్గట్టుగా పరిణతిని ప్రదర్శిస్తుంది. ‘కెమెరా ముందు
నుంచి పక్కకు రాగానే ఏవేవో విషయాలు నా
మనసును చుట్టుముట్టేస్తాయి. బ్లోగ్సార్ సమస్యల
పలయంలో ఉన్నాన్నా అనిపిస్తుంటుంది.
ఇబ్బందులేం లేకపోయినా.. ఎందుకో
అలా అనుకుంటాను. ఇది నా
బలహీనత' అంటుంది
విద్యాబాలన్.



లాక్డోన్ ట్రైమ్లో
అనుబంధాలు పెలిగాయని చెబు
తుంది విద్య. ఆర్లిక, ఉపాధి
సమస్యలు పక్కనపెడితే
కుటుంబపరంగా ఒక
ఇప్పె ఒకరికి నమ్మకం,
ఆప్యాయత పెలిగా
యని అంటున్నది.
తనకూ అలాంటి
అనుభూతే కలిగిం
దని చెబుతున్నది.

కరోనా వేళ
ఇంట్లోనే ఉండిపోవడంతో
కొత్త విషయాలు ఎన్నో
నేర్చుకున్నానంటున్నది
విద్య. మొదటిసాలిగా
వంటింట్లో గలట పట్టిందట
ఈ కేరళ కుట్టి. తనకు ఇష్టమైన
వంటకాలు వండి ఇంట్లో వాళ్లకూ
రుచి చూపించిందట.



సంతానలేమికి మగవాళ్లో

కూడా కారణమని మీకు తెలుసా?

- ఆడవాళ్లో 33% • మగవాళ్లో 33% • ఇద్దలలో ఆరోగ్య సమస్యలు - 33%
- పైన తెలిపిన అన్ని సమస్యలకు దుష్టితాలు లేని అత్యుత్తమ
"కాన్సెటిట్యూషనల్ హోమియోకెర్" చికిత్స.

www.homeocareinternational.com
Call/WhatsApp: +91 98400 22222

homeocare.in

టోల్ ట్రై కొరకు 1800 108 1212 డయల్ చెయండి.

స్ఫోవిటీ చికిత్సలు

బుతు సమస్యలు | PCOD | ప్రైబ్రాయిడ్ యుట్రన్ | తరచు గర్భస్రావాలు
లైంగిక బలహీనత | వీర్యకణాల లోపం | ప్రైపోట్రైరాయిడ్
స్ట్రీ & పురుషుల హర్షిణ్ సమస్యలు | ట్యూబల్ భ్లాక్స్



హోమియోకెర్[®]
ఇంటర్నేషనల్

వరల్-క్లాస్ హోమియోపతి

ఐఏఎస్: (ఆశ్రీ | చేరంవేర్ | కుంకటివ్రీ | దలీసుథర్నగర్ | జాట్టీపోల్ర్ | మాజిచ్చెట్సార్ | మాయాచ్చార్) ప్రాచీనమించ | కలీంపుగర్ | సిఅమ్మాల్ | మహాబుధుగర్
ఫాఫ్సం | విషయవాచ్ | విషాఫాఫ్సం | ఉరుపతి | కాలీనాడ | రాజుపుంట్రి | గొంతుశు | ఒంగోలు | నెల్లులు | కర్ములు | కడ్డుటల్ | తమికొడు | పుదుశ్శేర్