

నమస్తే తెలంగాణ ప్రదివారం

బతుకమ్మ

4 అక్టోబర్ 2020

జగిత్తాయలలో..
జిగేలు రాణులు!

Promoted by:

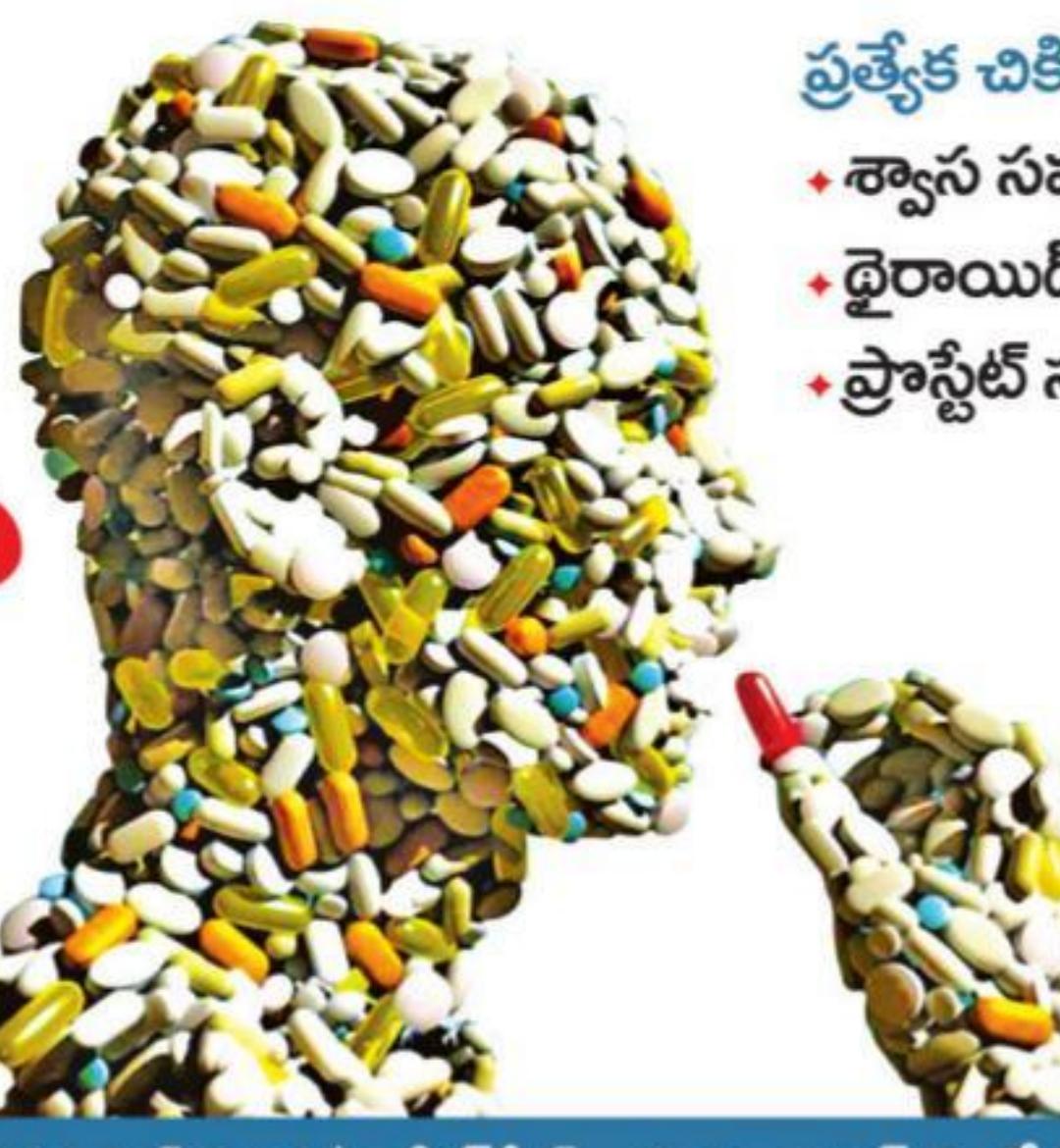


అర్థక్షాం | అనుభంగం | అనందం

అధిక మందులతో విసిగిపోయారా ?

అద్వాన్‌డ్ కాన్స్టిట్యూషన్‌ల్ పద్ధతితో
తక్కువ మందులతో అత్యుత్త్మేన చికిత్స

జాబ్లహిం - TV5 ప్రక్కన | KPHB - రెమెడీ హిస్ప్టటల్ ప్రక్కన | అమీర్‌ఫెట్ - మధురాశగర్ మెల్టోస్టైప్స్ ఎదురుగా | బిల్సుఫ్టోనగర్ - మెల్టోస్టైప్స్ ప్రక్కన
మెహిాబిపట్టు - సరోజినిదేవి కంటి ఆసుపత్రి ప్రక్కన | A.S.రావు నగర్ - చెస్ట్ పోపింగ్ మాల్ ఎదురుగా | కార్యానా - జాబ్లి బస్టాండ్ దగ్గర
కాచిగూడ - టూరిస్ట్ ప్లాజా | నిజమాబాద్ | హాస్టల్ కొండ | కలీంసగర్ | ఖమ్మం | మంచిరాల్ | మహాబూబ్‌నగర్ | తమిళనాడు



ప్రత్యేక చికిత్సలు: • కీళ్ళ నొప్పులు • చర్చ సమస్యలు
• శ్వాస సమస్యలు • పైల్స్, ఫిస్టులా • సంతానలేమి
• భైరాయిడ్ • డయాబెటిస్ • గ్రాస్ట్రిక్ సమ్యలు
• ప్రాస్టీట్ సమస్యలు • కిడ్డి సమస్యలు • హాప్టోబిస్ జ

డాక్టర్ అపాయింట్‌మెంట్ కొరకు:
767 500 8000

టోల్‌ట్రై: **1800 108 1900**

 Positive Homeopathy

మీ కుటుంబ ఆరోగ్య భద్రత ఇప్పుడు మా బాధ్యత

అద్వాన్‌ల్ కాన్సెషన్స్‌ఐఎఫ్‌ఎస్‌ల్ లర్నెజ్ అర్చైన్ చికిత్స విధానం



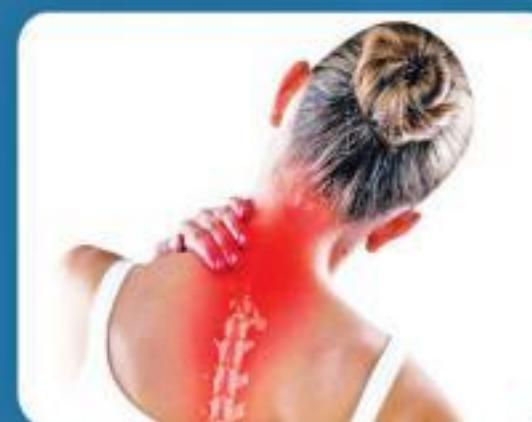
ప్రీ పొల్చ్ చెక్ వ్

అపాయింట్‌మెంట్ కొరకు: **767 500 8000**



పైల్స్, ఫిస్టులా

ఫిషర్స్, అమీబియాసిన్, IBS,
క్రాన్స్ డిస్ట్రిబ్యూషన్, మలబద్ధత,
ప్రాస్టేట్ గ్రంథి వాపు



స్వాందిలైటిస్ బాధ?

మెడ నొప్పి, డిస్క్ సమస్యలు,
కీళ్ళ వాపులు, సయాటికా,
గొట్ట, రుమాటాయిడ్ ఆర్థరిటిస్



శ్వాస సమస్యలు

సైనసైటిస్, అడినాయిడ్స్,
టాన్స్ లైటిస్, గురక,
ముక్కులో కండ పెరగడం

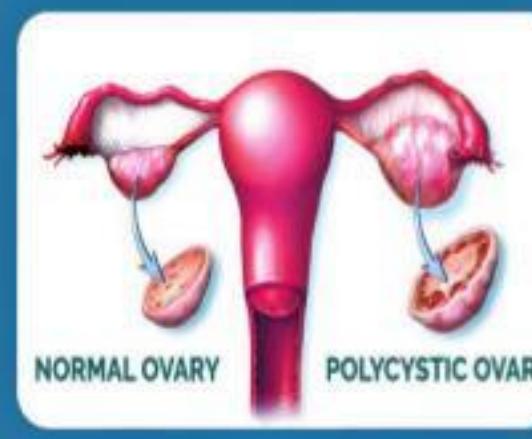


చర్చు సమస్యలకు చెప్పండి బై బై
సోలియాసిన్, పిట్రీయాసిన్,
గజ్జి, తామర, ఫంగల్ ఇన్ఫెక్షన్,
బొల్లి, దద్దుర్లు, మెటిములు, SLE



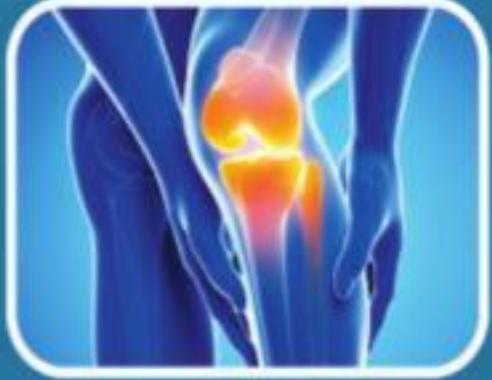
డయాబెటిస్

కాళ్ళ మంటలు, కంటి శుక్కలు,
గుండె, అంగస్తంభన సమస్యలు,
డయాబెటిక్ అల్పర్



PCOD, సంతానలేమి
నెలసుల సమస్యలు, ఛైరాయిడ్,
హర్ట్ సమస్యలు,
అధిక బరువు,

మా ఇతర ప్రత్యేక చికిత్సలు



కీళ్ళ నొప్పులు



ఛైరాయిడ్



సెక్స్‌వల్ సమస్యలు



గాషాస్టిక్ సమస్యలు



నిద్రలేమి సమస్యలు

**STAY HOMEOPATHY
STAY SAFE**



ఇంట్లోనే ఉండండి - సురక్షితంగా ఉండండి
వీడియో కన్వెల్పెన్ డ్వారా
మా డాక్టరుతో అన్లైన్‌లో మాట్లాడండి



Positive Homeopathy

టోల్‌ఫ్రై: **1800 109 1900**

An ISO 9001 - 2000 Certified ®

Chat with Doctor @
www.drpositivehomeopathy.com



జాబ్లిపాల్స్ - TV5 ప్రక్కన | KPHB - రెమెడీ హాస్పిటల్ ప్రక్కన | అమీర్ పిట్ - మధురానగర్ మెట్రో స్టేషన్ ఎదురుగా | బిల్సుభీనగర్ - మెట్రో స్టేషన్ ప్రక్కన
మెహాదివట్టం - సరోజినిదేవి కంటి అసుపత్రి ప్రక్కన | A.S.రావు నగర్ - చెన్నెంపింగ్ మాల్ ఎదురుగా | కార్మానా - జాబ్లి బస్టాండ్ దగ్గర
కాచిగూడ - మూరిస్టు ప్లాజా | నిజామాబాద్ | హత్తుకొండ | కరీంనగర్ | ఖమ్మం | మంచిర్మల | మహాబూబ్ నగర్ | తమిళనాడు



జగిత్యాలలో.. జిగేలు రాణులు!

నీతాకోకచిలుకలు.. మనిషికి వరుసకు మేనత్తలు అవుతాయి. ఎందుకంటే మనకంటే ముందే, భూమిమీద ఉద్ధవించాయి. ఆ ఎగిరే పూలు.. పర్యావరణ మార్పులకు సూచికలు. అందానికి చిరునామాలు. ఆకర్షణలో అయస్కాంతాలు! కాటుక వద్దంలో కనిపించేవి కొన్నయితే.. అరుణవద్దంలో మెరిసిపోయేవి మరికొన్ని! పసుపు ఛాయలో జిగేల్మనేవి ఇంకొన్ని! ప్రకృతిలోని రంగులన్నీ నీతాకోక చిలుకమ్ముకు కోకలే!

5

కాకతమ్మ గుడి!

అలనాడు కాకతీయ సార్వభౌముల చేతుల మీదుగా పూజలు అందుకున్న ఆ విగ్రహం నేడు అనామకంగా మిగిలిపోయింది. చివరికి, శిథిల గర్భాల యంలోనూ చోటు దక్కలేదు. ఆంధ్రప్రదేశ్ గుంటూరు జిల్లా, ధరణికోటలోని చారిత్రక కాకతమ్మ ఆలయానికి పట్టిన దుష్టి ఇది.



6

జోలి

8

కరెంట్ మీటర్

7

పలుకుబడులు

20

వాస్తు

26

అల్లరి



27

రాజిఫలాలు

28

పెల్త్ బిట్స్

33

18

సినిమా మాట..



ఒక ‘మాట’ పుట్టాలంటే రచయిత మస్తిష్కంలో మధునం జరగాలి. తనది కాని లోకాన్ని ఆశ్రయించి అక్కడి మనుషులు, భావోద్యోగాలతో సహానుభూతి చెందాలి. పాత్రలతో కలిసి ప్రయాణించాలి. అప్పుడే గొప్ప మాట జనిస్తుంది.

22

ప్రయాణం

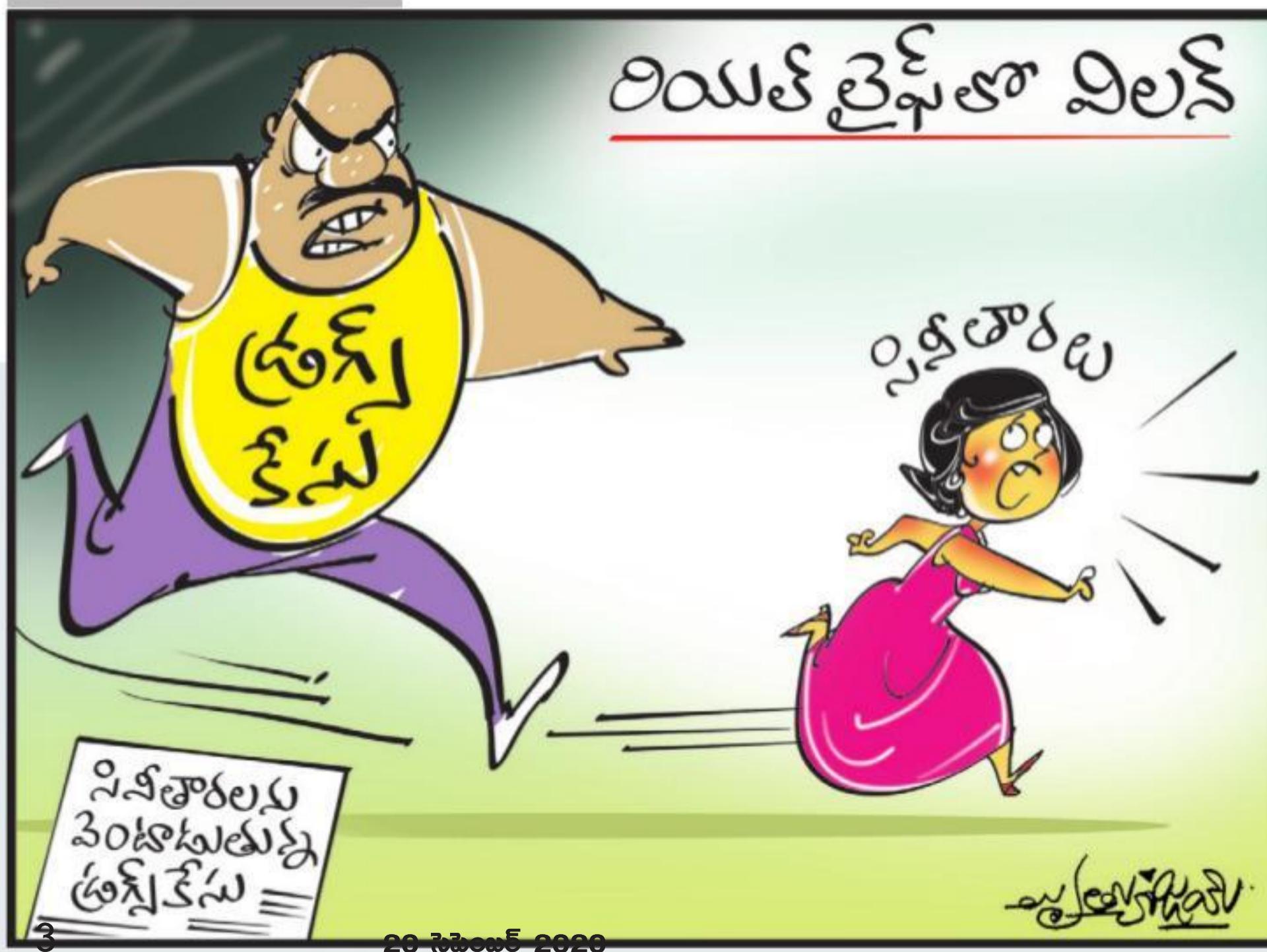
డిసెంబర్ 31...

‘అప్పుడే జరవై ఏళ్ళాచ్చినయా బిడ్డా...’ అమ్మ అంది పుట్టినరోజు విషేష చెప్పు, ‘గుడికి పాతున్నవా?’ ‘జిదిగో ఇప్పుడే గుడి లోపలికి వచ్చా...మళ్ళీ చేస్తా’ అంటూ కాల్ కట్ చేసాను.

‘మానస... పసునూరు గోత్తం..’ అన్నాను అర్పిన చేసే టికెట్ పూజారికిస్తూ..



క్యాబాత్టిప్పొ!



ఈ సంచిక్షె మీ అభిప్రాయాలను మాకు తెలియజేయండి.

పాస్పు ద్వారా: బతుకమ్మ, నమస్తే తెలంగాణ,

8-2-603/1/7,8,9,

కృష్ణాపురం, రోడ్ నంబర్ 10, బంజారాపీట్లు,

హైదరాబాద్-500034.

ఈ-మెయిల్ : sunmag@ntnews.com

బతుకమ్మ

4 అక్టోబర్ 2020

లోపలి కమ్మల్లో..

మైమరించే మలీద లడ్డు!

| వితారం పలారం



గోధుమ పిండి,
బెల్లం, కాజూ, బాదం
పప్పు, కొబ్బరి పాడి,
సోంపు, కిస్కిన్, యాలకుల
పాడి, నెయ్యితో మలీద
లడ్డులు తయారు చేస్తారు.

గుండె సమస్యలు,
మెదడు లోపాలు, మధు
మేహం, మలబధ్యకం,
శ్వాస రుగ్గుతలు, దగ్గ,
రక్తహీనత నుంచి బాదం
పప్పు ఉపశమనాన్ని
ఇస్తుంది.

గోధుమ
పిండిలో కొద్దిగా నెయ్యి వేసు
కొని, తగినంత నీరు కలిపి చపాతీ

ముద్దలూ తయారు చేసుకోవాలి. తర్వాత
పెనంపై చపాతీని కాల్పుకొని పక్కన పెట్టుకోవాలి.
మిక్కీ జార్లో డైప్రూట్స్, యాలకులు, సోంపు, ఎండు
కొబ్బరి ముక్కలు వేసుకొని పాడిలా చేసుకోవాలి. తర్వాత
చపాతీలో బెల్లం వేసుకొని గైండ్ చేసుకోవాలి. తర్వాత
దీన్ని డైప్రూట్స్ మిశ్రమంతో కలుపుకొని లడ్డుల్లా
చేసుకోవాలి. రవ్వ, పాలు, బియ్యం పిండి, చక్కెరతో
వీటిని తయారు చేస్తారు. ఈ లడ్డులు రెండు,
మూడు రోజులు నిర్మిస్తాయి.

కాజూలో

కొవ్వు తక్కువగా

ఉంటుంది. ఇందులో గుండె ఆరో
గ్యాన్ని పెంచే ఒలిక్ ఆసిడ్ ఉంటుంది.
మెగ్నీషియం పుష్టిలంగా ఉండటం వల్ల
ఎముకలు, కండరాలు, నరాలు బలో
పేతం అవుతాయి. కాజూ రక్తపోటును
తగిస్తుంది. క్యాన్సర్ ప్రమా
దాన్ని అరికడుతుంది.

సోంపు జీర్జిశక్కిని

ఇస్తుంది. రక్తపోటును
నియంత్రిస్తుంది. రక్తాన్ని
పుద్ది చేసే గుణమూ దీనికి
ఉంది. యూరినరీ ఇన్ఫెక్షన్లు
దరి చేరకుండా
కాపాడుతుంది.



మలీద ముద్దల్లో
వాడే దినములన్నీ ఆరోగ్యానికి
మేలు చేసేవే. పిల్లలకు బలవర్జక
మైన ఆహారంగా చెప్పుకోవచ్చు.
చాలా రుచికరంగా ఉండటంతో
పిల్లలు కూడా మలీద లడ్డులను
మహా ఇష్టంగా
తింటారు.

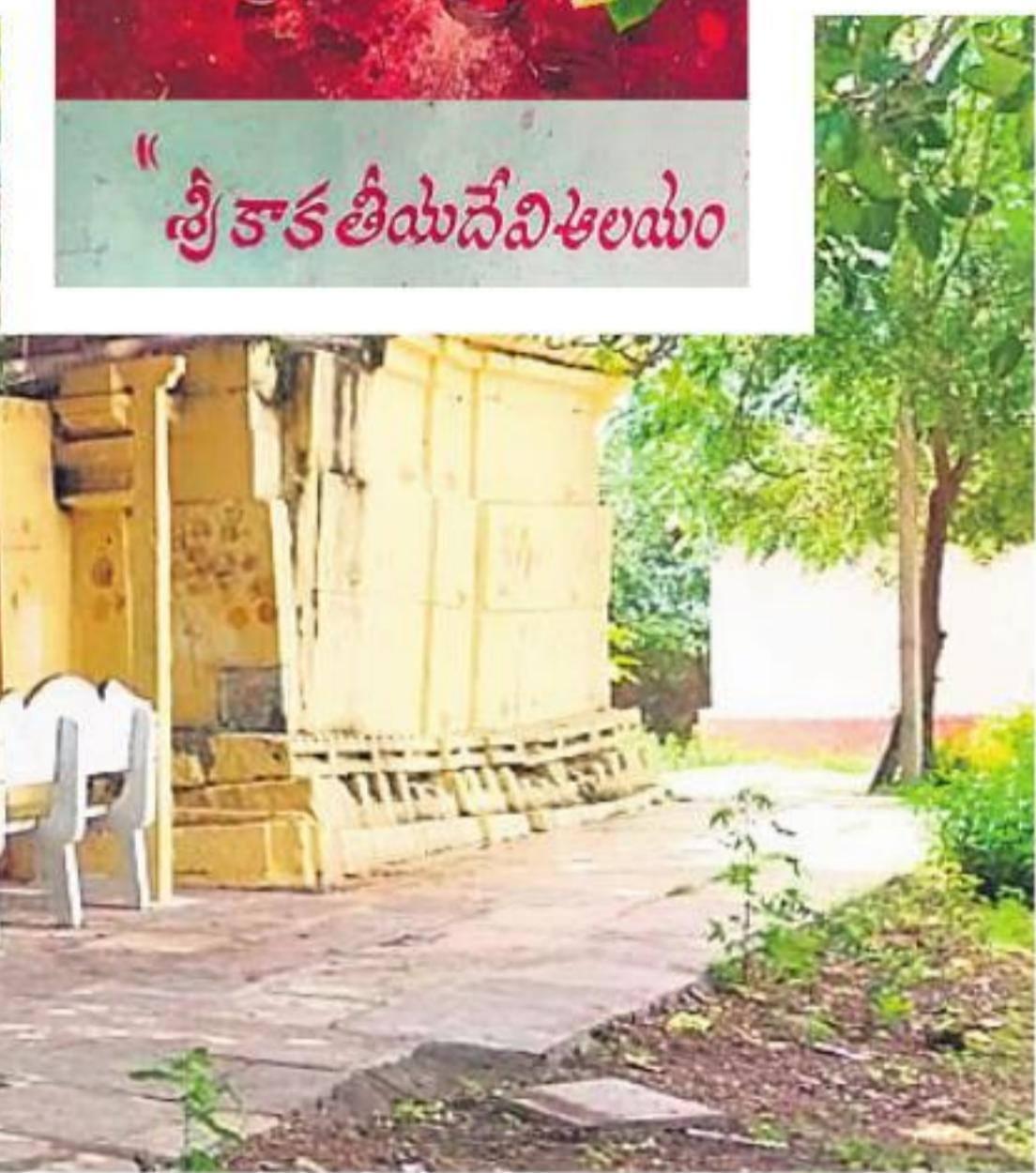
యాలకులు
చెడు కొవ్వును కరిగిస్తాయి.
శరీరంలోని హోనికారక
మలినాలను ప్రక్కాశన చేస్తాయి.
బరువును తగించడంలోనూ
యాలకులు తగిన పాత్ర
పోషిస్తాయి.

బెల్లం రోగినిరోధక

శక్కిని పెంచుతుంది. చలికాలంలో
బెల్లంతో చేసిన ఆహారం తీసుకోవడం
వల్ల శరీరానికి సరిపడా వేడి పుడుతుంది.
ఇది దగ్గ, జలుబులను నివారిస్తుంది.
బెల్లం కాలేయాన్ని పుద్దిచేస్తుంది. విష
పదార్థాలను బయటకు పంపుతుంది.
ఆస్తమా, శ్వాసనాళాల వాపు, శ్వాస
సంబంధిత సమస్యలను
తొలగిస్తుంది.

గుంటూరు నీమలో..

కాకతమ్మ గుడి!



అలనాడు కాకతీయ
సార్యభోముల చేతుల
మీదుగా పూజలు అందుకున్న
ఆ విగ్రహం నేడు అనామకంగా
మగిలిపోయింది. చివరికి,
శిథిల గర్భాలయంలోనూ చోటు
దక్కలేదు. ఆంధ్రప్రదేశ్ గుంటూరు
జిల్లా ధరణికోటులోని చాలిత్తక
కాకతమ్మ అలయానికి పట్టిన దుస్థితి ఇటి.

కాకతీదేవి..

బీరుగల్లు కోటుకు రక్క..

ఆ అమ్మ ఆశీస్సుల వల్లే.. సామాన్య సామంతు దైన తమ వంశ మూల పురుషుడు మహాసామ్రాజ్యాన్ని నిర్మించాడని ఆ ప్రభువులు బలంగా విశ్వసిస్తారు. ఆ దేవతకు సైవేద్యం పెట్టినిదే భోజనం చేయరు. ఆ తల్లికి భోనాలు వెళ్లినిడే శుభకార్యాలు ప్రారంభం కావు. ఇక గణపతిదేవ మహారాజుకు అయితే.. సకల దేవతలూ ఒక ఎత్తు, కాకతమ్మ ఒక ఎత్తు! ఆ తల్లి పేరిట మదులూ మాన్యాలూ ఏర్పాటు చేశాడు. నిత్యోత్సవాలు నిర్వహించాడు. ఆయనకు ఇద్దరు కూతుళ్లు. రుద్రాంబ (రుద్రమ దేవి), గణపాంబ. రుద్రమఖ్యాతి జగద్విఖ్యాతం. గణపాంబ గురించే, జనానికి తెలిసింది తక్కువ. చూడచక్కని రూపం గణపాంబది. సుగుణాల రాశి. వినయ సంపదలో మేటి. విద్యలలో సాక్షాత్కు చదువుల తల్లే. కాకతీయదేవే గణపాంబ రూపంలో తన ఇంట్లో పుట్టిందని గణపతిదేవుడి విశ్వాసం. కూతురికి యుక్త వయసు రాగానే తగిన వరుడి కోసం అన్వేషణ ప్రారంభించాడు. ఇరుగు పొరుగు రాజ్యాలకు వర్తమానం పంపించాడు.

రాజకీయ బంధుత్వాలు

ఏ పొలకుడైనా రాజ్యం సుఖిక్షంగా ఉండాలనీ, శాంతిభద్రతలతో విలసిల్లాలనీ కోరుకుంటాడు. ఇరుగుపొరుగు రాజులతో సభ్యతనే ఆకాంక్షిస్తాడు. అయినా ఎంతోకొంత అనిశ్చితి నెలకొనే ఉంటుంది. శక్తిమంతమైన పొరుగు రాజ్యం.. పక్కలో బల్లెం లాంటిదే అని భావిస్తారు సామంతులు. క్షణక్షణముల్ సార్యభోముల చిత్తముల్ - అన్న మాట ఉండనే ఉంది. దీంతో, ఏదో ఓ రూపంలో బలహీనపరిచే

కుట్టులూ కుతంత్రాలూ జరుగుతూనే ఉంటాయి. వీటికి కళ్ళెం వేయడానికి ఒకటే మార్గం.. వైవాహిక బంధుత్వం! పిల్లలనిచ్చి చుట్టరికం కలుపుకోవడం. అర్థశాస్త్రంలో కౌటిల్యుడు సూచించిన మార్గమూ ఇదే. నిజానికి, ఆ సమయానికి గణపతి దేవుడికి తిరుగే లేదు. తురుషులు సహ ఏ శత్రువులూ కన్నెత్తి చూసే సాహసం చేయలేని పరిస్థితి. కానీ ముందు చూపుతో సరిహద్దు రాజ్యాలతో బంధు త్వాల్ని కలుపుకోవాలని భావించాడు. అందులో భాగంగానే.. ధరణికోటును ఏలే కోట బేతరాజుకు తన గారాలపట్టి గణపాంబను ఇచ్చి వైభవంగా పెండ్లి జరిపించాడు. భార్య సోమలదేవితో కలసి అల్లుడి కాళ్లు కడిగి కన్యాదానం చేశాడు. ఘనమైన కానుకలతో అత్తింటికి సాగనంపాడు. దానదానీజ నాన్ని తోడు పంపాడు. ఇష్టమైన పిండివంటలన్నీ సిద్ధం చేయించాడు. పల్లకీ కదిలింది. చీకటిపడే సమయానికి ధరణికోటకు చేరుకున్నది. కూతురిని అప్పగించి రావడానికి సాక్షాత్కు ప్రభువులే తరలి వెళ్లారు. కోట బేతరాజు తన మామగారికి ఆత్మియంగా అతిథి సత్యారం చేశాడు. విందులూ వినోదాలతో మైమరిపించాడు. శ్రీవారి బంధుప్రీతికి

గణపాంబ కూడా పొంగిపోయింది. అంతలోనే తెల్లవారిపోయింది. కాకతమ్మును సేవించనిదే.. గణపతి దేవుడి నిత్య వ్యవహారాలు ప్రారంభం కావు. అదే అలవాటు కూతురికి వచ్చింది. కానీ, ధరణికోటలో కాకతమ్మ ఆలయం లేదే? తక్కణమే ఆలయ నిర్మాణానికి ఏర్పాట్లు చేశాడు గణపతి దేవుడు. స్తానికంగా దొరికే సున్నపురాతితో చక్కని విగ్రహం చెక్కించాడు. గణపాంబ నిత్యం ఆ ఆలయాన్ని సందర్శించేది. అలా, ఆంధ్రదేశంలో కాకతీయే తీవ్ర ఆరాధనను పరిచయం చేసిన ఘనత గణపతి దేవుడిదే!

శిథిల స్థితిలో

కాలకమంలో కాకతీయ సామూజ్యం అంతరించిపోయింది. ధరణికోట వైభవమూ కాలగర్భంలో కలిసిపోయింది. అదే క్రమంలో కాకతమ్మ ఆలయమూ శిథిలమై పోయింది. ప్రస్తుతం గర్భగుడి మాత్రమే ఉంది. మూలవిరాట్లు కూడా స్తాన భ్రంశం చెందింది. ఆ స్తానంలో బలుసులమ్మ అనే గ్రామ దేవత వెలసింది. మట్టిపాలైన కాకతమ్మ విగ్రహాన్ని ఒక యాదవ వనిత గుర్తించి..

పునః ప్రతిష్ఠించింది. దీంతో కాకతమ్ము ఆలయానికి గొల్లభామ గుడి అన్న పేరు వచ్చింది. ప్రధాన ఆలయానికి దక్షిణభాగంలో ప్రస్తుతం కాకతీయదేవి కొలువై ఉంది. కాకతీయుల హయాంలో ఓ వెలుగు వెలిగిన ఆలయాలపై పరిశోధన చేస్తున్న ఆర్ధియాలజిస్టుడి. కన్నబాబు పరిశోధనలో ఈ ఆలయ ప్రశ్నల్ని వెలుగు చూసింది. స్తానికులకు మాత్రం ఇప్పటికే అది బలుసులమ్మ గుడే!





(rkrkottam@gmail.com)

ఏంబట్టలు?

జీవి

... కొట్టం రామకృష్ణరాణి

మూ

దోస్తుగాళంత కొంటెగాళ్లు, కోతులను నేనేడ సూడలే. ఒక్క కుడు ఒక్క నమూనాగాళ్లు. ఒగడు సేర్ అంటే ఇంకొకడు సవాసేర్ అంటరు. అరె సిన్నప్పుడంటే కోతి పనులు సేసే అవ్ నువ్వుడే అనుకో వచ్చు. ఒక్క కనికి యాభై ఏండ్లు ఒచ్చినయి ఇంకా లాగులేసుకొని తిరిగే లంగ పోర గాశైక్కనే సేస్తున్నరు. రేపోమాపో ఆడివిల్లల పెండ్లిశ్లు జేసి మనుమలను, మనుమరాళ్లను ఎత్తు కొనే ఒయసిచ్చి నంకగూడ, నెత్తంత తెల్లగయ్య నంక గూడ ఆ చాతలు ఇడ్డకుంటే ఏమనాలె ఈళ్లను. మొన్నునే ఓ పాలి మూర్తిగానెంబడి ఆడ కాచిగూడల పనుండి చప్పులబజార్ గల్లీలకెల్లి పోతుంటే, అప్పటిదాంక అదీగిదీ మాట్లాడుకుంట ఉన్నోడు, నడుసుకుంట నడుసుకుంట, ‘ఆ...మల్లె మెగ్గల్.. మల్లెమెగ్గల్..’ అని ఒర్రిండు. ఆయంత నాలుగైదు ఇండ్లలక్కి అయిదారుగురు ఆడోళ్లు ఒయటికొచ్చి దిక్కులు సూడవట్టిందు. మూర్తిగాడు ఏమెరుకలేని ఎట్రిపూసలెక్క సప్పుడు సేయకుంట, ముంగలికి నడిసిండు. నాకు నవ్వాగలే. కడుపు పట్టుకోని నవ్వకుంట ఆడనే కూలవడ్డ.

అట్లనే ఒగనాడు మేమందరం దోస్తుగాళ్లు మంత గలిసి మేహదీపట్టంల ఉన్న మధుగాని దగ్గరికి పోయినం. గుడిమల్కాపూర్ గల్లీలల్ల వడి తిరుగుకుంట గప్పాలు కొట్టుకుంట నడుస్తున్నం. ఇగ మా దాంట్ల అందరి కంటే చీట్టే పోరడు, మూతిమీదమీసాలుగూడ సక్కగ రాని మా బీకే గాడు ఊకుంటడ? అని సన్నటి గొంతుతోటి, ‘ఇ సీలు బాసాన్నలు’, అనుకుంట అట్ల గల్లంత తిరిగొచ్చిండు. ఇద్దరు ముగ్గరు ఆడోళ్లు పిలుసుదామని

బయటికొచ్చి సూశి ఎవరు కాప్రాక అటిటు సూశిండు. మేమందరం కడుపులు నొచ్చిందాంక కిందవడి పొర్లి నగినం.

సిన్నగున్నపుడు పొద్దునలేశినప్పటిసంది మన గల్లీల పోంటి యాడో ఒకటి అమ్మకునేటోళ్లు తిరిగి తిరిగి పొయ్యేటోళ్లు. ఎవరొచ్చిపోయినా మనం తొంగిచూసేటోల్లం. ఎర్రటి ఎండాకాలంల ఒక్కపూట ఇస్కూల్లు అయిపోయినంక ఇంటికొచ్చి ఇంత ముద్దు తిని కిలాసు పుస్తకాలు ముంగలవెట్టు కోని కూర్చుల్లు పడుకుంట ఉన్నపుగుడు, యాడ్నే నాలుగు గల్లీల అవుతలకెల్లి అయిను పుల్లలు అమ్మకునేటాయన గొంతు ఇనవడంగనే నిద్ర మబ్బులకెల్లి ఇవుతలవడి అమ్మదిక్కు గున్నకుంట సూసేటోళ్లం. ఆ అయినుపుల్లలు అమ్మటాయన మన గల్లీలకొచ్చిందాంక ఒకటే గున్ని అమ్మ తాన నెత్తికి చారాన బిల్ల తీస్కొని ఎండకు కాళ్లుకాలంగ ఉర్కి తెల్లటి, సల్లటి, తియ్యటి పాల అయినుపుల్ల కొనుకోని నాకేటోల్లం.

మల్లెమెగ్గలు, ప్పుమెన్నలు, సీరెలు, జామకాయలు, రేగివండ్లు, పక్కబట్టలు, చెద్దర్లు, కూరగాయలు ఇట్ల ఎవలో ఒకరు మా సుట్టు తిరిగిపోయేటోళ్లు. ఒక పొడుగాటి దొడ్డు కట్టెమీద బట్టలు ఏసోగై గూడ అమ్మనీకి ఒచ్చేటోల్లు. దినాము లేకుంటే వారానికొక్కపొలి తిరిగేటోళ్లు. ఆళ్లు ఒర్లే తీరుతోటే అల్లెవరో గుర్తుపట్టేటోళ్లు.

అట్ల మల్లెమెగ్గలు, పక్కపిన్నలు, సీరెలు, జామకాయలు, రేగివండ్లు, పక్కబట్టలు, చెద్దర్లు, కూరగాయలు ఇట్ల ఎవలో ఒకరు మా సుట్టు తిరిగిపోయేటోళ్లు. ఒక పొడుగాటి దొడ్డు కట్టెమీద బట్టలు ఏసోగై గూడ అమ్మనీకి ఒచ్చేటోల్లు. దినాము లేకుంటే వారానికొక్కపొలి తిరిగేటోళ్లు. ఆళ్లు ఒర్లే తీరుతోటే అల్లెవరో గుర్తుపట్టేటోళ్లు.

ఇగ నాతిరి కాంగనే ఇంత తిన్నంక పక్కబట్టలు పర్సుకోని పండుకుంటుండంగ మా గల్లీలవతల కెళ్లి ఒక గొంతు ఇనవడుతుండేటిది. ‘అమ్మా’ అని అనుకుంట ఒగాయన ఒస్తుండేటోడు. ఆయన గొంతు ఇనంగనే మా లాగులు పచ్చిగ య్యాచేచి. అట్లనే మా యమ్మగూడ బయపెట్టేటిది. ఎత్తుపొయ్యేటోడొస్తున్నపుడు అని. ఆయన గొంతే అట్ల ఉంటుండే. ఎన్నడన్న ఇంట్ల అందరం తిన్నంక అన్నం మిగిలినాడు అమ్మ ఆయనకు అన్నం పెడుతుండేటిది. ఇప్పుడు మీకు ఆ జోలి చెపుతుంటే కూడ ఆ గొంతు ఇంకా యాడ్నే పలు కుతున్నల్లే కొడుతున్నది.

ఒగనాడు ఇస్కూలుకు తాతిల్లని అమ్మమ్మెళ్లుల్లా రికి పోయినం. తెల్లంజావునే ఒకాయన జంగమా యన తీర్గ ఒక దొడ్డు కట్టెమీద అన్ని బట్టలేసోగై ఊర్కొచ్చిండు. కీసుపిట్టె గొంతుతోటి రైకబట్టలు, కమీజబట్టలు, అంగిబట్టలు, చీరెలు, లంగబట్టలు,’ అనుకుంట సందు సందు తిరగవట్టిండు. ఇగ మా వాడకట్టల ఉన్న అమ్మలందరు ఒక్కతాన కూడి ఆయనను పిల్చి మంచిగ బ్యారమాడి ఎవ్వ లికి అక్కెరకొచ్చేది ఆళ్లు తీసుకున్నరు. ఆయన సగం మాల్ ఈడ్డె అమ్మకోని పొయ్యిండు. మల్ల ఆరం దినాలకు ‘రైకబట్టలు, కమీజబట్టలు, అంగిబట్టలు, చీరెలు, లంగబట్టలు,’ అనుకుంట ఆయన మల్లొచ్చిండు. అంతే అమ్మలక్కలందరు ఆయన మీదికి ఎగవడ్డరు. ‘ఎసోంటి బట్టలిచ్చి నపు, రైకబట్టలంటాని ఇస్తే అన్ని దగ్గరికయ్య పిగు ల్చుపాయినయి, తువ్వాలలంటాని ఇస్తే దస్తీలయి నయి, ఇసోంటి పనికిమాలిన బట్టలంటగడు తావ్’ అంటాని అందరు గయ్య గయ్య లేశిండు.

ఆడోలందరు ఎగవడ్డంతసేపు గమ్మన కూసోని అందరిది అయిపోయినంక మెల్లెగ నోరు దెర్చిండు. ‘నేను ఆయల్లనే రైకబట్టలు, కమీజబట్టలు, అంగిబట్టలు, లాగులబట్టలు, మెత్తగంశెన్న, తువ్వాలలు, చీరెలు... లంగబట్టలు, అని చెప్పిన కడమ్మా? మీరే ఇనిపిచ్చుకోలే’ అనుకుంట ఆయన మాపొయిండు.

ఆయన పోయిన అడ్డగంటకు అప్పుడు అర్థం అయ్యింది మా వాడకట్టు ఆడోల్లకు, ఆళ్లు కొను కున్నయి అన్ని ‘లంగబట్టలు’ని.



కరోట్ వీటు

1

ట్రైమ్ మ్యాగజైన్ విడుదల
చేసిన అత్యంత ప్రభావశీలుర
జాబితాలో స్థానం సంపాదించిన
బాలీవుడ్ నటుడు?



2

కరోనాకు ముక్కు
టీకా తయాలీ
కోసం వాపింగ్స్ న్
యూనివర్సిటీ ప్రత్యేక
ఒప్పందం చేసుకున్న
పైదరాబాదీ
సంస్థ పేరు?

3

‘అతని ఫిట్నెస్
విషయంలో ఎలాంటి
ఆందోళనా లేదు. డిల్లీలో
జరిగే తర్వాతి మ్యాచ్కు
అందుబాటులో ఉండక
పోవచ్చ. ఒకవేళ కోలు
కుంట తుది జట్టులోకి
రావచ్చ’ — ఏ ఆటగాడి
గురించి చెన్నె సూపర్
కింగ్స్ చేసిన ప్రకటన ఇది.

4

‘పైదరాబాద్ లో తాగు
నీటి సమస్యను తొంబై
శాతం పరిష్కరించాం’
ఎవరి ట్యూట్కు మంత్రి
కేటీఆర్ స్వందన ఇది.



8 ఈ యిల్లుబువు ఎక్కువ డండి. వార్తల్లోకి ఎందుకు వచ్చింది?

9

‘బ్రోయా-పాయా’ దేనికి సంబంధించిన పోర్టల్?

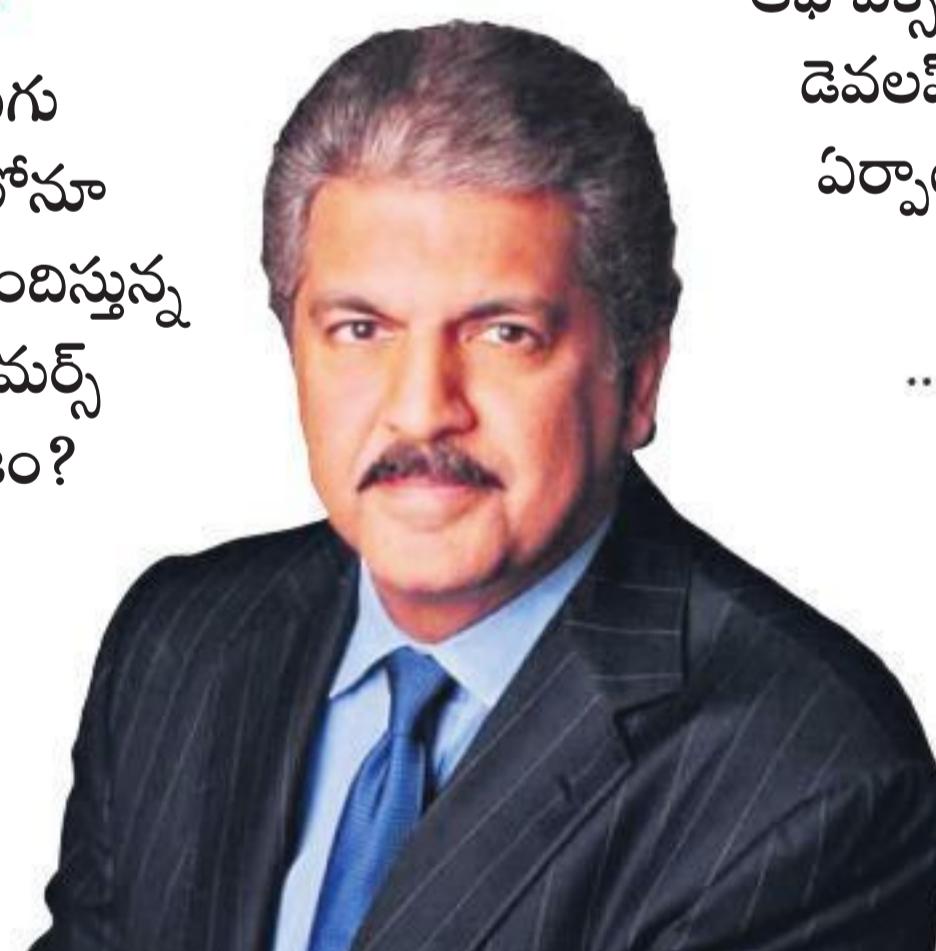


6

తెలంగాణలో జీవాల
అభివృద్ధి కేంద్రం (సెంటర్
ఆఫ్ ఎక్స్‌లెన్స్ ఫర్ లైవ్‌స్టాట
డెవలప్‌మెంట్) ఎక్కడ
ఏర్పాటు కానున్నది?

5 BIOTECH

తెలుగు
భాషలోనూ
సేవలు అందిస్తున్న
ఇ-కామర్స
దిగ్జం?



၁၀. မြို့သလ္ားမြေနှင့် ဝရနပွဲဝါ အေနနေရာတွင် ဖို့လွှဲလိုက်
၁၁. ဒုရိုးဆဲ ပို့ဆောင်ရွက်ခဲ့ရတဲ့ အေနလွှဲပြုတဲ့ အင့်၊ ထိခိုက်လွှဲ
၁၂. ဘိဝန့် ဝူသနှင့် သမောက် ကော်မြေတွင် ဂုဏ်ဆူးပြောစွဲ
၁၃. ဗြိုလ်နှင့်ဝဪမြေတွင် နိုင်ရအေ စုံမြတ် ဘို့ဝါ ဘို့ဝါ ပြောက
၁၄. ဗြိုလ်နှင့်ဝီမြေတွင် နိုင်ရအေ ဘို့ဝါ ဘို့ဝါ ပြောက
၁၅. ရို့နှုန်းမြေတွင် နှေ့ချောင်းမြေတွင် လုပ်ခနဲ ကြောင်း ပြောက

ଶ୍ରୀମଦ୍ଭଗବତ ପାଠ ପାଠିବାର ପରିପାଳନ
କାର୍ଯ୍ୟ ପାଠିବାର ପରିପାଳନ

జవాబులు

7

బతుకమ్మ

4 ଅକ୍ଟୋବର 2020

కవర్
నోర్‌
ట

సీతాకోకచిలుకలు..
మనిషికి వరుసకు మేనత్తలు అవుతాయి.
ఎందుకంటే, అతడికంటే ముందే,
భూమిమీద ఉద్ద్వించాయి.
ఆ ఎగిరే పూలు..
పర్యావరణ మార్పులకు సూచికలు.
జీవ వైవిధ్యానికి పంచప్రాణాలు.
అందానికి చిరునామాలు.
అకర్షణలో అయస్కాంతాలు!
కాటుక వర్షంలో కనిపించేవి
కొన్నయితే.. అరుణవర్షంలో
మెలిసిపోయేవి మరికొన్ని!
పనుపు ఛాయలో జిగేల్మనేవి
కొన్నయితే..
మేఘవర్షంతో
అకట్టుకునేవి ఇంకొన్ని!
ప్రకృతిలోని రంగులన్నీ
సీతాకోక చిలుకమ్మకు
అందమైన కోకలే!

... కొత్తాల మహేష్

జగిత్తాలలో.. జిగేలు రథమలు!

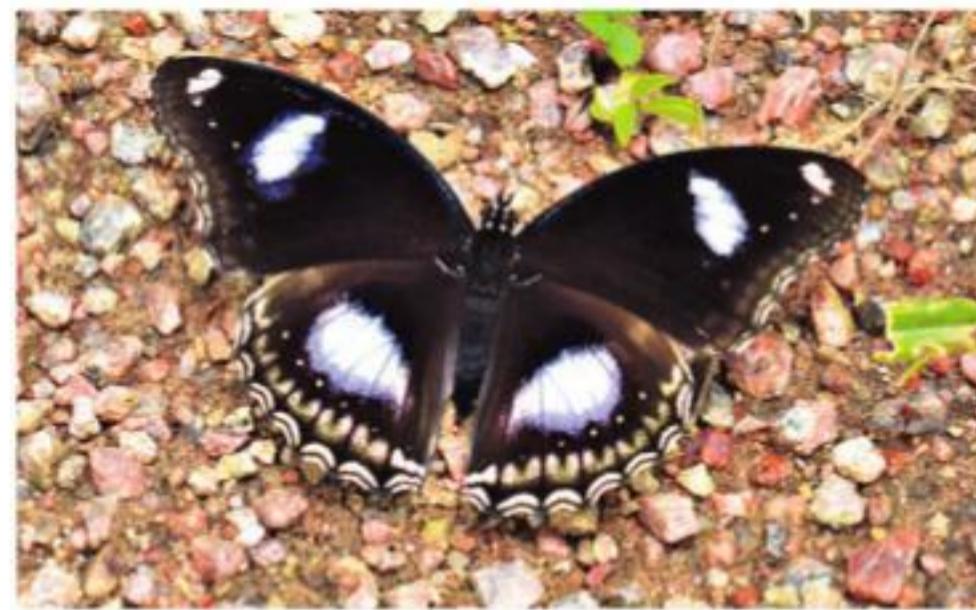
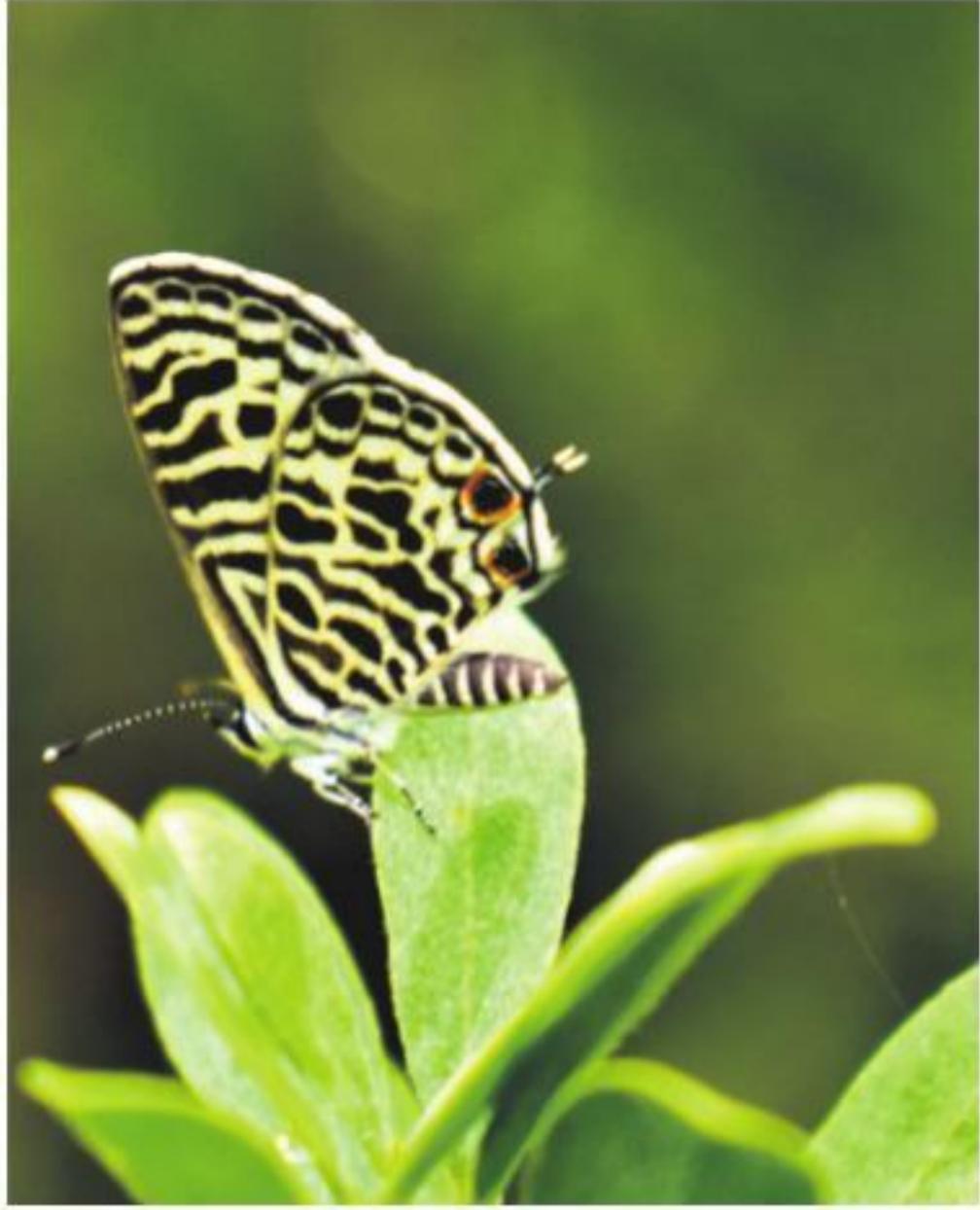
లవ్ విత్ జగిత్తాల

సీతాకోక చిలుకలు.. ప్రకృతి పేరంటాళ్లు.
పచ్చదనం ఎక్కడ ఉంటే అక్కడే
ఉంటాయి. ప్రాణవాయువు పుష్పలంగా
లభించే చోటే కాపురాలు పెడతాయి.
పిల్లల్ని కంటాయి. కాబట్టే.. సుజలాలతో,
సుఫలాలతో కళకళలాడ్పతున్న తెలంగాణ
గడ్డతో ప్రేమలో పడ్డాయి. జగిత్తాల
పరిసరాల్లోని చిట్టడవిని చిరునామగా
చేసుకున్నాయి.



పంచ వ్యాపంగా..

సీతాకోకల మనుగడ ప్రకృతి విధ్వంసం వల్ల రెండు
దశాబ్దాల నుంచి తీవ్ర ప్రమాదంలో పడింది. కానీ,
రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చేపడుతున్న పర్యావరణ పరిరక్షణ
కార్యక్రమాలతో, జలయజ్ఞాలతో, ప్రాజెక్టులతో పచ్చ
దనం పెరిగింది. దీంతో, ఆ అందమైన ప్రాణులు
రంగుల రెక్కల్ని ఊపుకుంటూ తెలంగాణ బాట
పట్టాయి. ఫలితంగా, జగిత్తాలలోని ఒక చిట్టడవిలో
ఏకంగా 160 జాతుల వేలాది సీతాకోక చిలుకలు విహా
రిస్తున్నట్టు తాజాగా ఓ యువ శాస్త్రవేత్త గుర్తించారు.



తాకోకచిలుకలు స్వతంత్రగా కీటక జాతికి చెందినవి. తేనెటగలు, చిమ్మెటులతో పొటు జీవ వైవిధ్యంలో అత్యంత కీలకపాత పోషిస్తాయి. వీటి జీవితకాలం తోమ్మిది నెలలు. అంటే, ఓ బిడ్డ తల్లికడుపులో జీవం పోసుకుని.. ఈ ప్రపంచం మీదికి ఆడుగుపెట్టే సమయానికంతా ఓ సీతాకోకచిలుక జీవిత చక్రం పూర్తి అవుతుంది. అయితేనేం, బతికినంతకాలం ఆనందంగా బతుకుతాయి. పచ్చదనాన్ని ప్రేమిస్తాయి. ప్రాణవాయు వంటే ప్రాణం ఇస్తాయి. వాటి జీవితంలో నాలుగు దశలు ఉంటాయి. మొదటిది లార్వా దశ. ఇది మొక్కల ఆకులను అంటిపెట్టుకుని ఉంటుంది. రెండోది కోశస్థ దశ. ఆరు నుంచి ఏడు రోజుల్లో ఒక నిర్మాణం ఏర్పడుతుంది. ఈ దశలో తన చర్చం ద్వారా శ్యాసిస్తుంది. దీన్నే గొంగిచి పురుగు దశ అంటారు. ఈ దశలో కండ్లు ఏమంత ప్రభావపంతంగా ఉండవు. ఆకులను తిని తన పరిమాణాన్ని పెంచుకుంటుంది. మూడోది విశాంత దశ లేదా పూర్యాపా దశ. గొంగిచి పురుగు తన చుట్టూ ఒక కోశాన్ని అల్లుకుంటుంది. మొక్కను గట్టిగా పట్టుదారంతో అంటి పెట్టుకుని ఉంటుంది. పూర్యాపా దశ నుంచి గొంగిచి పురుగు కాస్తా సీతాకోకచిలుకగా మార్పు చెందుతుంది. నాలుగోది ప్రోఢ దశ. గొంగిచి పురుగు

కోశాన్ని తోలగించుకుని, చిన్న సీతాకోకచిలుకగా బయటికొస్తుంది. త్వరలోనే ఇది ప్రోఢ సీతాకోకచిలుకగా మారుతుంది. ఆ దశలో సీతాకోకచిలుక మరింత అందంగా కనిపిస్తుంది. ఇవి వృక్షసంపద వృద్ధిలో కీలక పాత పోషిస్తాయి. ఎగీరే పూపులుగా గుర్తింపు పొందిన సీతాకోకచిలుకల ఉనికి సాభాగ్యానికి చిహ్నం, స్వచ్ఛతకు ప్రతీక, పచ్చదనానికి సాక్షి సంతకం!

ఎన్నో జాతులు

ప్రపంచవ్యాప్తంగా 2,800 సీతాకోకచాతులు ఉన్నాయని శాస్త్రవేత్తల అంచనా. ఇందులో 80 శాతం జాతులు వృక్షసంపదపై, మొక్కలపై ఆధారపడి జీవితాన్ని గడుపుతాయి. అయితే, సీతాకోకచిలుకలు సమశీతల మండలంలోనే అదికంగా జీవిస్తాయి. అలాగే ఉప్పు మండలంలోని కొన్ని చోట్ల సైతం వీటి సంచారం ఉంటుంది. 200 మిలియన్ సంవత్సరాల ప్రతితం.. భూమిపై వృక్షసంపద ఆవిర్భవించినప్పుడే సీతాకోకచిలుకలు సైతం అవతరించినట్లు శాస్త్రవేత్తలు పేర్కొంటున్నారు. ఎన్ని సీతాకోకచిలుకల జాతులు ఉంటే.. అంత వృక్షసంపద అభివృద్ధి జరుగుతున్నట్టు! సీతాకోకచిలుకలు అన్ని రకాల చెట్లపైనా గుడ్లు పెట్టివు, తమకు లవణాలను, మకరండాన్ని ఇచ్చే వృక్షాలపై మాత్రమే.. అదీ సమశీతల వాతావరణం ఉన్నప్పుడే గుడ్లు పెట్టి సంతానాన్ని వృద్ధిచేసుకుంటాయి. ఎతల్లి దండ్రులైనా తమ పిల్లలు కాలుప్పుపు జాడలేని వాతావరణంలో పుట్టి పెరగాలనే కదా కోరుకుంటారు! సీతాకోకమ్మ ఆశాఅదే! కొన్నిరకాల వృక్షాలపై, కొన్ని జాతుల సీతాకోకచిలుకలే సంచరిస్తాయి. వాటి జీవితంలో చాలా క్రమశిక్షణ ఉంటుంది.

సుట్టుప్రయాణం

సీతాకోకచిలుకలు వృక్షఫలదీకరణలో కీలక పాత పోషిస్తాయి. ఒక పూపుమీద నుంచి మరో పూపుపైకి వాలుతూ ఉంటాయి. దీని వల్ల పరాగ సంపర్కం జరుగుతుంది. ఫలితంగా, పూలు ఫలదీకరణ చెంది కమ్మని ఫలాలను ఇస్తాయి. సీతాకోకచిలుకలు కనుక పూలపై వాలి పరాగ సంపర్కం చేయకపోతే, వృక్షసంపద నశించిపోతుంది. ఈ లెక్కన జీవ, వృక్షపరిణామంలో సీతా





కోకచిలుకల పాత అత్యంత కీలకమైంది. అనేక జీవుల్లానే.. సీతాకోక చిలుకలు సైతం వలస వెళ్లాయి. ఉత్తర అమెరికా ఖండం నుంచి దక్కణ అమెరికా ఖండానికి, ఆఫ్రెన యూరప్కు సైతం వీటి ప్రయాణాలు జరుగుతాయనీ, అలాగే దక్కణ ఆసియా ఖండం వైపుగానూ వలుసలు ఉంటాయనీ నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు. ఆ ప్రయాణం నాలుగు వేల కిలోమీటర్ల వరకూ సాగుతుందనీ తొమ్మిది తరాల వరకూ వీటి గమనం ఉంటుందనీ.. వలస ఆరంభించిన సీతాకోక చిలుకలు చని పోయినా, మిగిలినవి ఆ యాత్రను పూర్తి చేస్తాయనీ పరిశోధకులు గుర్తించారు. అటవీ ప్రాంతంలోని సాలీడులు, తొండలు, బల్లులు, ఇతర మాంసా హర జీవులకు సీతాకోక చిలుకలు వివిధ దశల్లో

ఆహారంగా మారుతుంటాయి. సీతాకోక చిలుకల వృద్ధి లేకపోతే, జీవావరణంలోని కొన్ని జీవులకు తీవ్రమైన ఆహార కొరత వచ్చే ప్రమాదం ఉందని

కూడా నిపుణులు పోచ్చరించారు. సీతాకోక చిలుకలను పర్యావరణ సూచికలుగా చెప్పావచ్చు. భూ ఉపరితలం వేడిక్కితే సీతాకోక చిలుకలు అంతరించిపోతాయి. ఆ ఒక్క కారణంతోనే, గత పదేండ్ల వ్యవధిలో 53 శాతం సీతాకోక చిలుకలు నశించాయన్నది కఠోర సత్యం! మనిషి తన స్వార్థం కోసం ఆ రంగుల రెక్కల్ని ఇనుప పాదాల కింద నలిపేస్తూ న్నాడు. ఉపకారి అయిన ప్రాణికి అపకారం చేస్తూ న్నాడు. క్లమించు సీతాకోక చిలుకమ్మా!





జగిత్యాలపరిసరాల్లో పరిశోధన

ప్రతి సురేణ్ పుణిలోని భారతీయ విద్యా కేంద్రం విశ్వవిద్యాలయంలో ఎమ్మెస్టి చేస్తున్నారు. ఆమె మొదట మహారాష్ట్రలోని మహావీర్ సీతాకోక చిలుకల పార్కులో పరిశోధన చేయాలను కున్నారు. అక్కడ కొవిడ్ విజృంఖిస్తున్న నేప ధ్వంలో జగిత్యాల జిల్లాను ఎంచుకున్నారు. కొడి

మ్యాల మండలంలోని శనివారంపేట, మల్యాల మండలం ఒడ్డాడ్ మధ్య ఉన్న అటవీ ప్రాంతంలోని ఒక చెక్కడ్యామ్ ఎరియాలో అరబై రోజుల పాటు అధ్యయనం చేశారు. ఇక్కడ దాదాపు 160 జాతులకు సంబంధించిన సీతాకోక చిలుకలు ఉన్నట్లు గుర్తించారు. నీటి సామర్థ్యం పెరగడం, అటవీ ప్రాంతంలోని భూమిలో నీటి ఊటలు అధి

కంగా ఉండటంతో భూమిలోని లవణాలను స్వీకరించేందుకు పెద్ద సంఖ్యలో వస్తున్నాయని ఆమె గ్రహించారు. ప్రతి నివేదికను, ఫొటోలను పరిశీలించిన సంబంధిత శాస్త్రవేత్తలు 'స్పీక్ కాంటినెంటల్ స్వీప్ట్' అనే సీతాకోక చిలుక ఉనికి ఇంతవరకు తెలంగాణలో లేదనీ తొలిసారిగా దీన్ని ప్రతి ఆవిష్కరించినట్లు ధ్రువీకరించారు. జగిత్యాల జిల్లా అటవీ ప్రాంతంలో అరుదైన సీతాకోక చిలుకల గమనం ఆరంభమైంది. ఇక్కడ దాదాపు 160 జాతులకు సంబంధించిన సీతాకోక చిలుకలు జీవిస్తున్నాయి. పెద్ద సంఖ్యలో ప్రాణం పోసుకుంటున్నాయి. స్యాల్ గ్రాన్ ఎల్లో, టోస్సి కోస్టర్, కామ్ న్గ్రాన్ ఎల్లో, కామన్ లియాపార్ట్, డార్క్ గ్రాన్ బుల్లా, గ్రెట్ ఈగల్పెప్పె, జీబ్రా బుల్లా, లైన్ బుల్లా.. ఇలా అనేక రకాలు ఇక్కడ అనేక రకాల సీతాకోక చిలుకలు ఉన్నట్లు గుర్తించారు. నీటి సామర్థ్యం పెరగడం, ఉనికి రికార్డు నమోదు కాలేదు. అయితే జగిత్యాల ప్రాంతంలో ఈ జాతికి చెందిన సీతాకోక చిలుకల కదలికలను శాస్త్రవేత్తలు గుర్తించారు. సీతాకోక చిలుకమ్ములు ఇక్కడ ఆవాసం ఏర్పాటు చేసుకోడానికి ప్రధాన కారణం భూగర్జజలాలే అంటున్నారు. సీతాకోక చిలుకలు ప్రధానంగా పుప్పుల్లోని మకరందాన్ని ఆహారంగా స్వీకరిస్తాయి. కాక పోతే, ఆహారంగా మకరందం మాత్రమే సరి పోదు. జీవనం కోసం, పునరుత్పత్తికోసం లవణాలు, ఖనిజాలు అవసరం అవుతాయి. అయితే ఆ వనరులు మకరందాల్లో ఉండవ. దీంతో, లవణాలు, ఖనిజాలను, జంతువుల శరీరాల నుంచి సైతం గ్రహిస్తాయి. అలాగే భూ ఉపరితలంపై నీరు పుప్పులంగా చేరిన సందర్భంలో, ఆ నీటిలోని లవణాలను, ఖనిజాలను స్వీకరిస్తాయి. జగిత్యాల ప్రాంతంలోని శనివారం పేట గ్రామ అటవీ ప్రాంతంలో జరుగుతున్నది ఇదే. ఆ అందాల ప్రాణిలను ఆకట్టుకుంటున్న అయస్కాంతత్వశక్తి ఇదే!

అద్భుతం.. ఈ అటవీ ప్రాంతం

శనివారం పేట, ఒడ్డాడ్ అటవీ ప్రాంతం పచ్చడనానికి చిరునామా. కాబట్టే, అనేక జాతుల సీతాకోక చిలుకలకు ఆవాసంగా మారింది. నీటి సామర్థ్యం పెరగడం, అటవీ ప్రాంతంలోని భూమిలో నీటి ఊటలు అధికంగా ఉండటంతో సీతాకోక చిలుకలు మట్టిలోని ఉప్పును స్వీకరించేందుకు పెద్ద సంఖ్యలో వస్తున్నాయి. నా పరిశీలనలో అనేక రకాల అరుదైన జాతులు కనిపించాయి. ముఖ్యంగా అంతరించిపోతున్న ఆరు రకాల సీతాకోక చిలుకలను ఇక్కడ గుర్తించాం. తెలంగాణలో ఉనికిలోనే లేని.. కాంటినెంటల్ స్వీప్ట్స్ ను రికార్డు చేయడం గొప్ప విషయం. జలాల వృద్ధి, సమశీతల పరిస్థితులు, అటవీ సంపద వల్లే ఇదంతా సాధ్యమైంది. ఇదంతా తెలంగాణ అవతరణ తర్వాత వచ్చిన మార్పే. స్టీలు పూజించబడే చోట దేవతలు విహారిస్తారని అంటారే! అలానే, సీతాకోక చిలుకలు ఉన్నాయంటే ప్రకృతి చాలా స్వచ్ఛంగా ఉన్నట్లు లెక్క. సీతాకోక చిలుకల వృద్ధి జరిగిన చోటు జీవావరణ సమతోల్యానికి సాక్ష్యం. జగిత్యాల జిల్లాలో సీతాకోక చిలుకల వృద్ధి గణనీయంగా ఉన్నది. పూర్తి స్థాయిలో పరిశోధన చేస్తే ఇంకా అనేక విషయాలు తెలుస్తాయి.

- ప్రతి సురేణ్, పరిశోధకురాలు (పుణి)

అనందం సీతాకోక
చిలుక లాంటిబి.
అందుకోవాలని చూసిన
ప్రతిసారీ సుతారంగా
తప్పించుకుని వెళ్తుంది.
ఏ ప్రయత్నమూ చేయన
ప్పుడు.. దానంతట అదే మన
భుజాల మీద వాలుతుంది.



సీతాకోక సూత్రాలు

సీతాకోక చిలుకలు దేవదూతల అనుచరగణం.

ఆ రంగుల రెక్కల ప్రాణులు గాల్చి నాట్యం
చేస్తున్నాయంటే, ఆ పరిసరాల్లో ఎక్కడిరీ
దేవకన్యల షికార్లు చేస్తున్నట్టు

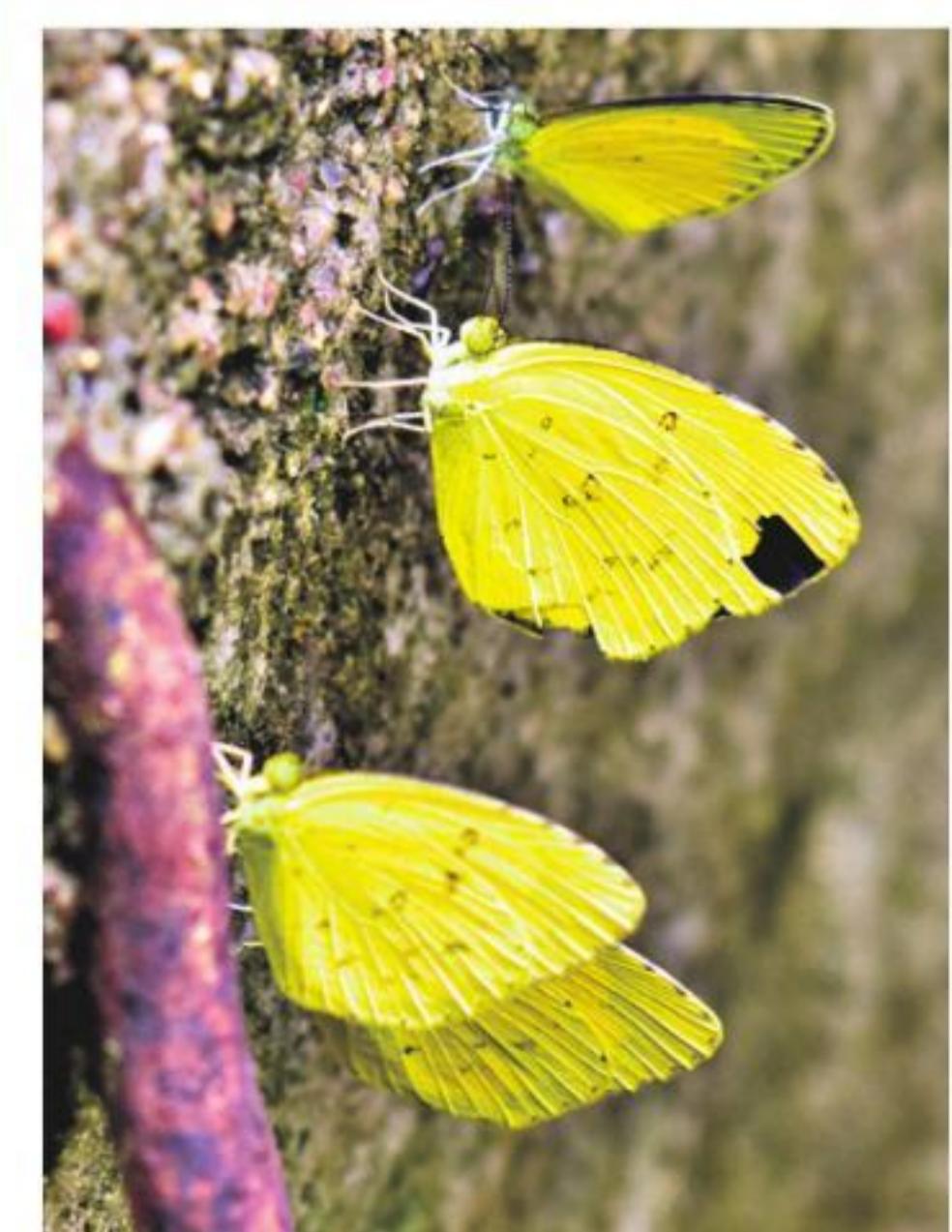
అర్థం.



జీవితంలో
అయినా,
ప్రకృతిలో
అయినా
మార్పు సహజం.
ఆ మార్పు తీర్చే
లేకపోతే అందాల
సీతాకోక చిలుక
కూడా లేదు.



నువ్వు సీతాకోక చిలుకలా
హాయిగా ఎగరాలనుకుంటో,
స్విచ్ఛగా బతకాలనుకుంటో..
సీలోని గాంగజిపురుగును
వచిలించుకోవాలి. ఇరుకిరుకు
మనస్తత్వాన్ని దూరం చేసుకోవాలి.



కొన్ని

పాందాలనుకుంటో,
కొన్ని కోలోప్పాల్చిందే.
అయినా సందేహం
ఉంటే సీతాకోక
చిలుకను అడగండి!



గాంగజిపురుగు
చిరుద్వీగి
లాంటిబి.
ఎంతో శ్రమిస్తుంది.
సీతాకోక
చిలుక
బాసులాంటిబి.
ప్రశంసలూ,
పురస్కారాలూ
అన్ని దానికే.



ఆ అందమైన జీవులు జీవితాన్ని
అంకెల్లో లెక్కించవు. అనుభూతుల్లో
కొలుస్తాయి. కాబట్టి, తొమ్మిది నెలల్లోనే
పరపూర్ణంగా జీవితాన్ని అస్వాధిస్తాయి.



అందాల పోటీ..

మిస్ ఇండియా, మిస్టర్ ఇండియా పోటీలు మనములకేనా? సీతాకోక చిలుకలకు మాత్రం ఏం తక్కువ? ఇదే ఆలోచనతో ప్రతి రాష్ట్రానికి ఓ అధికారిక సీతాకోకచిలుకను ఎంపిక చేసే ప్రక్రియ మొదలైంది. ఈ ప్రయత్నంలో భాగంగా ప్రతి రాష్ట్రం తమ భౌగోళిక సరిహద్దులలోని చూడచక్కని బట్టర్పైలను ఎంపిక చేసి కేంద్రానికి ఎంటీలు పంపాలి. నిపుణుల కమిటీ విజేతలను ఎంపిక చేస్తుంది. ఇప్పటికే ఉత్తరాఖండ కామన్హీకార్ జాతిని, కర్ణాటక సాటర్న్ బర్డ్వింగ్స్‌ను, కేరళ మల బార్ బాండెడ్ పీకార్సు, తమిళనాడు ఎల్లోమాన్సు అధికారిక సీతాకోక చిలుకలుగా ఎంచుకు న్నాయి. మళ్ళీ వీటన్మిటిలో నుంచి ఓ సీతాకోక చిలుకల జాతికి జాతీయ హోదా లభిస్తుంది. సెప్టెంబరు 11న ప్రారంభమైన పోటీ అక్కోబరు 8 నాటికి ముగుస్తుంది. 2021లో 'సేప్టెంబర్ బట్టర్పై ఆఫ్ ఇండియా' పేరును ప్రకటిస్తారు. ఆ హోదాను అందుకోడానికి తగిన అందచందాలు తెలంగాణ సీతాకోక చిలుకలకూ ఉన్నాయి.

పి.సి.పి.డి సమస్యకు కాన్సెటీట్యూషనల్ హోమోయోప్థి చికిత్స

అందాశయాల్లో నీటిబుడగల్ని తెచ్చిపెట్టే PCOD మూలంగా నెలసరి చిక్కులు మొదలుకొని పిల్లలు పుట్టక పోవడం వరకూ అనేక సమస్యలు వచ్చిపడుతూ ఉంటాయి. పుట్టణ ప్రాంతాల్లో అమ్మాయిలు మొదలుకొని నడివయస్సు మహిళల వరకు చాలా మందిలో మనం PCOD సమస్యని చూడవచ్చు. గజిబజి జీవనశైలి, గాడి తప్పిన ఆహారపు అలవాట్లు, తీర్మమైన ఒత్తిడి, అందీళన రసాయనాల ప్రభావం ఇవన్నీ నగర మహిళలకు - సమస్యను శాపంగా అంటగడుతున్నాయి.

ఖుతుచక్రం సవ్యంగా ఉన్న మహిళలలో నెలసరి అయిన 11-14 రోజుల మధ్యన రెండు అందాశయాలలో ఒక అందాశయం నుండి అండం విదుదల అయి ఫలచికరణకు సిద్ధంగా ఉంటుంది. కానీ, PCOD ఉన్న వారిలో అందాశయం నుండి అండం విదుదల కాకుండా, అవలపక్షత కలిగిన అందాలు నీటి బుడగల వలె అందాశయపు గోడల పైన ఉండిపోతాయి.

లక్షణాలు: ముఖం, వీపు, శరీరం పైన మొబిములు రావడం.

- ముఖం, ఛాతీ పైన మగవాలికి మాదిరిగా వెంటుకలు రావడం.
- బరువు పెరగడం.
- నెలసరి సరిగ్గా రాకపోవడం.

చికిత్స: జెనెటిక్ కాన్సెటీట్యూషనల్ సిమిలిషం విధానం ద్వారా, పిర్సోన్ వ్యవస్థకు పరిపుష్టం చేసి PCOD సమస్య మళ్ళీ తిరగబెట్టకుండా ఎలాంచి దుష్పాచితాలు లేకుండా పూర్తిగా నయం చేసే అవకాశం ఉంటుంది.



డా. శ్రీకాంత్ మోరాల్వర్ (CMD)



హోమోయోకేర్ ఇంటర్నేపునల్

వర్ల్డ్-క్లాస్ హోమోయోప్థి

www.homeocare.in

టోల్ ట్రీ
1800 108 1212
ఉచిత కన్సల్టేషన్
955 000 1199

మూత్రవ్యవస్థ ఇన్ఫెక్షన్ల నుండి ఉపశమనం

దాదాపు 60% మంది మహిళలు తమ జీవిత కాలంలో ఎప్పుడో ఒకప్పుడు ఎదుర్కొనే ప్రధాన సమస్య మూత్ర వ్యవస్థ ఇన్ఫెక్షన్. నిజానికి ఇది వినడానికి చిన్నాచిగా అనిపించాచ్చు. కానీ, నిర్దక్షం చేస్తే మూత్రం ఇబ్బందిగా మార్చాచ్చు. సంతానోత్పత్తి వయస్సులోనే కాదు, మెనోపోజ్ తరువాత కూడా ఈ తీవ్రత ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. మూత్ర మార్గము యొక్క భాగాలు సంక్రమణకు (Infection) గురుకావడాన్ని యూఱిన్ ట్రాక్ ఇన్ఫెక్షన్ అని అంటారు. ఇది చిన్న పిల్లలో మరియు పురుషులలో కంబే స్ట్రీలలో మూత్రాశయం ద్వారం చిన్నాచిగా ఉండటం వలన స్ట్రీలలో మూత్ర వ్యవస్థ ఇన్ఫెక్షన్ ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది.

లక్షణాలు: తరచూ మూత్రానికి వెళతే మంటగా అనిపించడం రోజులో ఎక్కువ సార్లు మూత్రానికి వెళ్ళడం లేదా ఆపుకోలేక పోవడం, పొత్తు కడుపులో నొప్పి, మూత్రం నురగగా ఉండడం, దుర్వాసన, మూత్రంలో రక్తం కనిపించడం మొదలగునవి.

కారణాలు: సంభోగము వలన

- పరిశుద్ధత పాటించకపోవడం, క్యూతెట్ర్స్, పురుషులలో ప్రోస్టేట్ గ్రంథి శీధమునకు గురుకావడం వంటి కారణాల వలన మూత్ర వ్యవస్థ ఇన్ఫెక్షన్ రావచ్చు.

చికిత్స: మూత్రవ్యవస్థకు సంభందించిన ఇన్ఫెక్షన్లకు గురుకావడానికి శరీరంలో రోగనిరీధక శక్తి బలహినపడటమే ప్రధాన కారణం. హోమోయోకేర్ ఇంటర్నేపునలో జెనెటిక్ కాన్సెటీట్యూషనల్ పద్ధతిలో వ్యాధి లక్షణాలతో పాటుగా రోగి యొక్క మానసిక, శారీరక సమస్యలను కూడా పరిగణలోకి తీసుకొని తద్వారా రోగనిరీధక శక్తిని ప్రేరించడం చేసి కిడ్నీల పనితీరు బాగా మెరుగుపరచి తద్వారా వాటి ఇన్ఫెక్షన్ తాలూకూ సమస్యలు సంపూర్ణంగా నయం చేసే అవకాశం ఉంటుంది.

సంతానలేమికి మార్గం సుగమం

పెళ్ళిన తరువాత ప్రతి జంట పండంబి జిడ్డు కోసం కలలు కనడం సహజం. మౌమూలుగా, ఎలాంచి గర్భనిరీధక పద్ధతుల్ని పాటించకపోతే, పెళ్ళిన పిడాదిలోపే చాలా మంది దంపతులకు సంతాన భాగ్యం కలగుతుంది.

అయితే, పిల్లలు పుట్టడం అన్నాది. అందరికి అంతే సహజంగా తేలికగా జరగకపోవచ్చు. స్త్రీ, పురుషుల్లో ఎన్నో రకాల పిర్సోన్లు, అవయవ వ్యవస్థలన్నీ సమస్యలుంటే పనిచేస్తేనే గానీ, గర్భధారణ అంత లావోకగా జరగదు.

అందుకే మన సంతానప్రాప్తి ఎంత సహజమో, సంతానరాహిత్యం కూడా అంతే

సహజంగా కనిపిస్తుంది. అరు జంటల్లో ఒకరికి పిల్లలు పుట్టడం లేదన్నాది చేదు నిజం. సంతానరాహిత్యం అనెబి ఇపాల చాలా కుటుంబాలలో తీరిని మానసిక వేదనకు కారణమవుతుంది.

ఆరోగ్యవంతులైన దంపతులు ఏవిధమైన గర్భనిరీధక చర్యలు చేపట్టకుండా ఒక సంవత్సరం పాటు సాధారణ శృంగార జీవితం గడిపినా గర్భధారణ జరగపోవటాన్ని సంతానలేమి అంటారు.

కారణాలు: పురుషులలో: సుక్రకొల ఉత్సత్తి లోపం వలన అంగస్తంబవ, శీప్పు స్థలనం, శైరాయిడ్, టీటోర్స్‌గ్రేడ్ ఇజాక్యులేషన్.

స్త్రీలలో: ఫ్యాలోపియెన్ ట్యూబ్స్ మూసుకుపోవడం, గర్భసంచి చిన్నాచిగా ఉండటం, పిర్సోన్లు అసమతుల్యత యొని మార్గం చిన్నాచిగా ఉండటం మొదలగునవి.

చికిత్స: హోమోయోకేర్ ఇంటర్నేపునల్లో జెనెటిక్ కాన్సెటీట్యూషనల్ చికిత్స ద్వారా స్త్రీ, పురుషులలో సంతానలేమి లోపాలను సలచేసి సంతానోత్పత్తికి శాశ్వత పరిపోక్కరం లభించే అవకాశం ఉంది. అంతేకాకుండా రెండప మరియు మూడవ సంతానానికి మార్గం సుగమం అవుతుంది.

అర్థరైటిస్కు చికిత్స ఉండా?

కీళ్ళలో ఉండే కార్బిలేజ్(మృదులాస్టి) అనే మెత్తని పదార్థం అరుగుదలకు గురు కావడంతో ఎముకలలో రాపిడి ఏర్పడి ఇన్ఫ్లమేషన్కు దారి తీస్తుంది. దీనిని ఆర్థరైటిస్కు అని అంటారు. ఇన్ఫ్లమేటర్ కారణాలు. వయస్సు పై బడటం, ఇన్ఫెక్షన్లు, ఆటో ఇమ్యూన్ డిజార్డ్రెస్, అధిక బరువు మొదలైన కారణాల చేత రకరకాల ఆర్థరైటిస్కులు వచ్చే అవకాశం ఉంది.

రకాలు:

- i) ఆస్ట్రియా అర్థరైటిస్: కార్బిలేజ్ అరుగుదల వలన ఎముకల మధ్య రాపిడి పెరగడం వలన వస్తుంది. దీనినే "డిజిసరేటివ్ అర్థరైటిస్" అని కూడా అంటారు.
- ii) రుమటాయిడ్ అర్థరైటిస్: ఇదిక ఇన్ఫ్లమేటర్ ఆర్థరైటిస్. ఈ వ్యాధి ప్రధానంగా చిన్న కీళ్ళపై ప్రభావితం చేస్తుంది.
- iii) గాటీ అర్థరైటిస్: యూఱిక్ అమ్లం అనే ముఖ్య రసాయనం ఉండాల్సిన దానికంటే ఎక్కువగా ఉండటం వలన ఈ వ్యాధి వస్తుంది.
- iv) సారియాటిక్ అర్థరైటిస్: ఇది సీరీ

କୁଳାଳ

క్రైస్తవ జర్నలు

మాత్రికు!

పిల్గ్రిమ్ ఫాదర్స్... సరిగ్గా నాలుగు వందల ఏండ్ల క్రితం అమెరికాలో అడుగుపెట్టి, ఆ ఖండం రూపురేఖలనే మార్చేశారు. 20వ శతాబ్దం నాటికి అమెరికా అగ్రరాజ్యంగా మారిపోయింది. ఇప్పుడు మరీసారి వలస విషాదం వచ్చింది. ఈసారి అది తెలంగాణ నేల నుంచి మొదలైంది. నాలుగు దశాబ్దాల క్రితం వినిపించిన కంప్యూటర్ అనే మాట, రాబోయే రీజుల్స్ ప్రపంచాన్ని శాసిస్తుందని ఉపించారు మనవాళ్లు. ఆ సామ్రాజ్యంలో భాగస్వాములయ్యందుకు సిద్ధపడ్డారు. తెలుగువాడికి అవకాశం వస్తే ఆకాశమే హద్దవుతుందని నిరూపించారు. అమెరికాలో మన నత్తా చాటిన వారిలో సాయి గుండవల్ని ఒకరు.

యి పుట్టి పెరిగింది హైదరాబాదలోని. తాత పేరుకి నిజాం దగ్గర పనిచేస్తున్నాడీ పరిస్థితి అంతంత మాత్రంగానే ఉండేది. చదువుకుంటేనే తమ జీవితాలు బాగుపడతాయని నమ్మారు సాయి తండ్రి పరమేశ్వరరావు. ఇంట్లో చెబితే ఒప్పుకోరని గుట్టుచప్పుడు కాకుండా, న్యాయవాదంలో పట్టా తీసుకున్నారు. ఆ డిగ్రీతో ఓ చిన్నపాటి ఉద్యోగమైతే వచ్చింది కానీ, జీవితాల్లో చెప్పుకోదగ్గ మార్పులేవీ కనిపించలేదు. పెరిగిన కుటుంబాన్ని నెట్టుకు వచ్చేందుకు ఓ కోళ్ళ ఫారం మొదలుపెట్టారు. చదువుకుంటూనే, తండ్రి వ్యాపారంలో సాయపడేవాడు సాయి. దీంతో అటు కష్టం తెలిసింది. ఇటు వ్యాపార సూత్రాలూ ఒంటుబట్టాయి. తన శ్రమ వృధా పోలేదు. ఉన్నానియాలో ఇంజినీరింగ్ చేసే అవకాశం వచ్చింది. స్కూలర్సిప్ కూడా దక్కింది.

ಅಮೆರಿಕಾ ಕಲ

పరమేశ్వరరావుకు అమెరికా వెళ్లాలని కోరిక.
దాన్ని నిజం చేసుకోలేకపోయారు. తన పెద్దకొ

డుకు సాయి ఆ లక్ష్మ్యన్ని అందుకోగల డనే నమ్మకం ఉండేది. దీంతో అమెరికాలో ఎదుగుదల అవకాశాల గురించి తరచూ కొడుక్కి చెబుతూ ఉండేవారు. ఎలా గైనా, తండ్రి ఆశయాన్ని తాను సాధించాలనుకు న్నారు సాయి. అమెరికాలో చదువుకునేందుకు దరఖాస్తు చేశారు. అనుమతి కూడా వచ్చేసింది. అప్పట్లో అమెరికాకు వీసా లభించడం దాదాపుగా అసాధ్యం. అదీ దక్కింది! కానీ అమెరికా పైట్ ఎక్కుందుకు టికెట్లు కొనలేని పరిస్థితి. రోజుా ఉదయాన్నే లేవడం, అప్పు కోసం బ్యాంకుల చుట్టూ తిరగడం.. ఇదే దినచర్యగా మారింది. మరో దారి లేదు మరి! చివరికి ఆ పట్టుదల చూసి ఓ బ్యాంక్ మేనేజర్ రెండుగంటల్లోనే డబ్బు చేతిలో పెట్టాడు.

2,500 వేల కిలోమీటర్లు

సాయికి ఒక్కహమా యూనివ
ర్సిటీలో మాస్టర్స్
చేసే అవకాశం
వచ్చింది. అది
1986వ సంవ



శ్వరం. ఇరాన్-అమెరికాల మధ్య సంబంధాలు తీవ్రంగా దెబ్బతిన్న సమయం. దాంతో చమురు వ్యాపారం మీద ఆధారపడిన ఒక్కపోమా ఆర్థిక వ్యవస్థ సంక్షేపంలో చిక్కుకుపోయింది. ఎటు చూసినా నిరుద్యోగం తాండవించేది. అయినా స్కూలర్సిపిప్ డక్ట్రించుకుని చదువు పూర్తిచేశారు. మరి ఉద్యోగమేలా? ఎక్కడో క్యాలిఫోర్నియా నుంచి ఓ ఆఫర్. ‘ఇక్కడికి వస్తే వసతితోపాటు చిన్నపాటి ఉద్యోగం ఇస్తాం’ అనే భరోసా వచ్చింది. అంతే! వెంటనే కారు నడుపుకుంటూ రెండున్నర వేల కిలోమీటర్లు వెళ్లి వాలిపో యారు. ఓ చిన్న సాఫ్ట్వేర్ ఉద్యోగంలో చేరారు. దాదాపుగా ఆ సమయంలోనే ప్రోగ్రామింగ్ నేర్చుకోవడం మొదలుపెట్టారు. ఇంజినీరింగ్లో మెలకువలు, లెక్కలమీద పట్టు, ప్రోగ్రామింగ్లో ఓనమాలు... ఇవన్నీ కలగలిసిన నిప్పు ణుల కోసం సిస్ట్రో అనే కంపెనీ అప్పట్లో ఎదురుచూస్తున్నది. సాయి ప్రతిభ గురించి తెలిసి, పిలిచి మరీ ఉద్యోగం ఇచ్చారు. కంపెనీలో వాటా కూడా ప్రకటించారు.

సాయి చేరికతో సిస్ట్రో అనూహ్వామైన ప్రగతిని అందుకుంది. పేర్ల ధరలు అమాంతం పెరిగిపోయాయి. 30 ఏండ్లు నిండకుండానే మిలియన్లో అయిపో యారు. వాటిని అమ్ముకుంటే చాలు. నిశ్చింతగా బతికేయవచ్చు.

జీవితాన్ని మార్చిన పుస్తకం

ఓ రోజు ఏదో పుస్తకం చదువుతూ ఉండగా ఆయన కండ్లు ఓ వాక్యం దగ్గర ఆగి పోయాయి.. ‘70 ఏండ్లు వచ్చాక వెనక్కి తిరిగి చూసుకుంటే జీవితాన్ని చూసి గర్వపడగలగాలి. దేవుడిచ్చిన సామర్థ్యాన్ని పూర్తిగా వినియోగించుకున్ననే తృప్తి కలగాలి’. ఆ మాటలు కదిలించాయి. ఆలోచింపజేశాయి. వెంటనే సిస్ట్రోను వీడి బయటకి వచ్చేశారు. ఒరాకిల్ (ORACLE)తో భాగస్వామ్య ఒప్పందం కుదుర్చుకుని, హైదరాబాద్లో ఉద్యోగులకు శిక్షణ ఇచ్చే సంస్థను నెలకొల్పారు. ఇంటర్వ్యూట్స్ ను ఓ విలాసంగా, దేటా వేగాన్ని అసాధ్యంగా భావించే సమయం అది. 1995లోనే ఓ ప్రపంచ స్థాయి సాంకేతికతను భారతీయులకు పరిచయం చేసే ప్రయత్నం చేశారు. అప్పట్లో, శిక్షణ పొందిన వేల మంది జీవితాలు మారిపోయాయి.

కానీ, హాయిగా సాగిపోయే ప్రోగ్రామ్లో ఓ బగ్ లాగా... మరో కుదుపు ఉక్కిరిబిక్కిరి చేసింది. అదే 9/11 ఉపద్రవం. ఆ ఘటనతో అమెరికన్ షేర్ మార్కెట్ కుప్పకూలింది. విప్రో, సత్యం లాంటి సంస్థలన్నీ తమ కార్యకలాపాలన్నీ తమ కార్యకలాపాలను ఇండి



కుటుంబమే బలం

1989లో సాయి పెండ్లు వీటాతో జరిగింది. అప్పటికే ఉస్కానియాలో మెకానికల్ ఇంజినీరింగ్ చేసిన వీట, అమెరికాలో సాఫ్ట్వేర్ విప్లవాన్ని అందిపుచ్చుకున్నారు. భర్తకు సాయపడుతూ, ఇద్దరు పిల్లలను తీర్చిదిద్దుతూ... డిజిటల్ షైనాన్ రంగంలో ‘ఎమాజియా’ అనే కంపెనీ స్థాపించారు. సిలికాన్ వ్యాలీ ‘ఉమెన్ ఇన్ పటి ఆవార్డు’ అందుకున్నారు. తన అత్తమామలు, అమ్మానాన్నలు కూడా అటు ఇండియాలో, ఇటు అమెరికాలో వ్యాపారం ఎదగడానికి, కుటుంబం సజావుగా సాగడానికి అండగా నిలబడ్డారని పదేపదే చెబుతారు సాయి. పిల్లలు తేజ్స్, త్రిష్ సోపల్ ఆంత్రపెన్యూర్న్గా మారారు. కష్టంలో ఉన్నవాళ్ళకీ, దాతలకీ మధ్య ఓ వారధి ఉండాలనే వాళ్ళ సూచనతో... సాయి ‘టచ్ ఐ లైఫ్’ శాండెపన్నను ప్రారంభించారు. రేడియా కార్బ్రూక్రమాలు, యాప్స్ తో ఈ సంస్థ ముందుకు సాగుతున్నది. నవంబర్ 13న ‘వరల్ క్లోన్డెన్స్ డే’ సందర్భంగా ప్రపంచస్థాయిలో సెమినార్ను నిర్వహించే ఏర్పాటులోనూ ఉంది.

ఉంటుంది. దాన్ని క్రమబద్ధంగా భద్రపరచగలిగితే, ఆ సమాచారాన్ని విశ్లేషించి నివేదికలు రూపొంది చగలిగితే, దాని ఆధారంగా సమస్యలనీ, సవాళ్ళనీ గుర్తించగలిగితే... కంపెనీ భవితవు బలం చేకూరుతుంది. అందుకనే ‘డేటా మేనేజ్మెంట్’కు సంబంధించిన సేవలనూ, సాఫ్ట్వేర్ను రూపొందించడం మొదలుపెట్టింది సాలిక్స్. అంతర్జాలానికి గూగుల్ ఎలాగో, కంపెనీలకు సాలిక్స్ అలా అనుకోవచ్చు. ఇంత ఉపయుక్తం కాబట్టి... సిటీ బ్యాంక్లాంటి బడా సంస్థలు సాలిక్స్ సేవలను వినియోగించుకోవడం మొదలుపెట్టాయి. విప్రో, పోచెసివ్ల, అమెజాన్, కాగ్జెంట్, యాక్సెంచర్... లాంటి అనేక సాఫ్ట్వేర్ సేవా సంస్థలు సాలిక్స్తో భాగస్వామ్యం కుదుర్చుకున్నాయి. ఈ రంగంలో ప్రపంచంలోనే ఉత్తమ సేవలు అందించే సంస్థగా ‘గార్ట్నర్’ నివేదిక సాలిక్స్ను ఉటంకించింది. క్యాలిఫోర్నియా, హైదరాబాద్ దలతో పాటు బ్రైట్న్, ఆస్ట్రేలియా, దుబాయ్, చైనా, బ్రెజిల్ లాంటి దేశాల్లోనూ కార్బ్రూలయాలు నెలకొల్పింది సాలిక్స్. చర్చిల్ క్లబ్, నాస్కామ్ లాంటి ప్రతిపాత్మక సంస్థలు సాయిని సభ్యునిగా చేర్చుకున్నాయి.

‘ఈ విజయం ఓ ఆరంభం మాత్రమే’ అంటారు సాయి. ఆర్టిఫీషియల్ ఇంటెలిజన్స్ ని వినియోగించుకుని, భవిష్యత్తులో డేటా మేనేజ్మెంట్లో అద్భుతాలు చేసేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నామని చెబుతారు. ఇంతకీ అమెరికాకు వెళ్లాలనే తండ్రి కల నెరవేరిందా అంటే లేకేం లెక్కలే నన్నిసార్లు, లెక్కలేనన్ని రోజులు తన తండ్రి అమె



యాకు మార్చుకున్నాయి. ఖర్చు తగ్గడంతో, అమెరికన్ సమాజం కూడా వాటిని ప్రోత్సహించి. పేర్ల ధరలతో పాటు సాయి ఆస్తులు కరిగిపోయాయి. మరోవైపు భారతీయులకు పరిచయం చేసే ప్రయత్నం చేశారు. అప్పట్లో, శిక్షణ పొందిన వేల మంది జీవితాలు మారిపోయాయి.

డేటానే బంగారం

చాలా కంపెనీల దగ్గర కోట్ల బైట్ల డేటా

రికాలోని ఇంట్లో గడిపారని తృప్తిగా చెబుతారు. ‘వయసులో ఉన్నప్పుడు తెలియని ఓ మొండి దైర్యం ఉంటుంది. దాంతో సాహసాపేతమైన నిర్ణయాలు తీసుకోగలుగుతాం. ఈ రంగంలో అనూహ్వామైన విజయాలు సాధించిన చాలామంది, యువకులే కావడం యాదృచ్ఛికం కాదు. కాక పోతే సాధించాలనే తపన ఉండాలి. అదే మనకు ఓ దారిని సూచిస్తుంది. ఈ ప్రయాణంలో ఎదుర్కొనే బలాన్ని ఇస్తుంది’ అంటారు సాయి గుండవల్లి.

అనగనగా ఒక పల్లెటూరు. ఒకప్పుడు ఆ ఊరి చుట్టూ కాకులు దూరని కారడవి ఉందేది. అక్కడి కూరమృగాలు ఆ ఊళ్లికి దూరేవి. గ్రామస్థులపై దాడి చేసి కంటిమీద కునుకు లేకుండా చేసేవి. వాటి బాలి నుంచి బయటపడటానికి ఒక ఆలోచన చేశాడు ఆ ప్రాంతాన్ని పాలించే రాజు. కలలోనూ భయపెట్టే జంతువులను కళ తోనే తరిమికొట్టాలని భావించాడు. గ్రామస్థులందలకీ ఒక మంత్రాన్ని ఉపదేశించాడు. దాన్ని త్రధ్ంగా ఆచరించారు ఆగ్రామవాసులు. స్వజనాత్మకతతో కూరమృగాలు తమ దలికి రాకుండా విజయం సాధించగలిగారు. ఇప్పుడా అడవి అంత భయంకరంగా లేదు. మృగాల దాడులూ లేవు. కానీ, ఆనాడు ఒంటబట్టించుకున్న కళను నేటికీ కొనసాగిస్తున్నారు ఆగ్రామస్థులు.



మాన్స్క విలేజ్ ఆఫ్ ఇండియా

ప్ర

శ్రీమ్ బెంగాల్ పురూలియా జిల్లాలో మూలకు విసిరేసినట్టు ఉంటుంది చరిద గ్రామం. ఈ పల్లెటూరు టూరుకు ఎక్కడ డెక్కడి నుంచో పర్యాటకులు వస్తుం టారు. ఊళ్లో వీధుల వెంట నడుస్తుంటే, ఇరువైపులా గోడలకు వేలాడుతూ కొన్ని, అరుగుల మీద ఇంకొన్ని మాస్కులు దర్శన మిస్తాయి. కరోనా నుంచి రక్షణ కల్పించడానికి తయారైన మాస్కులు కావవి. వ్యాపారమ్మాల నుంచి చరిదవాసులను కాపాడిన సిసలైన మాస్కులు, ఛవు అనే సంప్రదాయ నృత్యరీతిని కన్నలపండు వగా తీర్చిదిని అందమైన తోడుగలు.

సుమారు రెండు శతాబ్దాల కిందట ఈ తోడుగుల సందడి మొదలైంది. కోతి ముఖాలో, పిల్లి హాహావాలతో పిల్లలు ఆడుకునే తోడుగులు కావివి. రాక్షసుడి రూపంతో తయారైన మాస్కును చూస్తే మహిషాసురుడు మళ్లీ పుట్టడా అనిపిస్తుంది. ఆ అసురుణ్ణి సంహారించడానికి పక్కనే దుర్గాదేవి మాస్కు చారడేసి కండ్లతో సిద్ధంగా



చరిద గ్రామంలో

సుమారు 300 కుటుంబాలు ఈ కళనే నమ్ముకొని జీవనం కొనసాగిస్తున్నాయి. వందల మంది కళాకారులు నిత్యం మాస్కుల తయారీలో నిమగ్నమవుతారు. ఒక్కొక్క మాస్కు తయారు చేయడానికి ఒకరోజు నుంచి మూడు రోజుల సమయం పడుతుంది. కాగితం గుజ్జ పొరలు పొరలుగా వేసి, ప్రత్యేకమైన గమ్ చేర్చి వీటిని రూపొందిస్తారు. చేయి తిరిగిన కళాకారులు కండ్లు, ముక్కు, పెదాలను తీర్చిదిద్దుతారు.

చివరగా అందమైన రంగు లద్ది తుదిరూపుని స్తారు.

ఉంటుంది. అమ్మకు అండగా గణపతి రూపం దర్శనమిస్తుంది. అన్నకు చేదోడువాడోడుగా ఉండటానికి సుబ్రహ్మణ్యుడి ప్రతిరూపం మరోపక్కన గోడపై వేలాడుతూ కనిపిస్తుంది. దేవీభాగవతమే కాదు రామాయణ గాధను కండ్ల ముందుంచడానికి అందుకు తగిన పాత్రల ముఖ తోడుగులూ వరుస పెట్టి పలకరిస్తుంటాయి.

ఆన్‌లైన్ అంగట్లో అందుబాటు

అసోం, రుఘండ్, పశ్చిమ బెంగాల్ రాష్ట్రాల్లో అత్యంత ఆదరణ పొందిన సంప్రదాయ నృత్యం చమ్మ. ఈ నృత్యాన్ని ప్రదర్శించడంలో చరిద తోడుగులే ప్రధాన భూమికను పోషిస్తాయి. ఛవు కళాకారులు ముఖాలకు మాస్కులు ధరించి ఆభినయించే పనిలేకుండానే తమ కళను ప్రదర్శిస్తారు. మహిషాసుర మర్థని, రామాయణం, శివీలలు ఇతర పురాణేతిహాసాలు హృద్యంగా ఆవిష్కరిస్తారు. ప్రతి ఏడా దీ చైత్ర సంక్రమణం (ఎప్రిల్-మే) సందర్భంగా చరిదలో ప్రత్యేక కార్యక్రమాలు జరుగుతాయి. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఎక్కడ ఛవు నృత్య ప్రదర్శనలు జరిగినా అందుకు కావాల్సిన మాస్కులు చరిద నుంచి రావాల్సిందే! ప్రత్యేకమైన కళకు ప్రాణం పోస్తు.. మరో నృత్యకళను బతికిస్తున్న చరిదవాసులు ఎంతైనా ధన్యలు. వారి శ్రమకు తగిన గుర్తింపు ఇప్పుడిప్పుడే లభిస్తున్నది. ఈ అందమైన మాస్కులకు జియోగ్రాఫికల్ లడెండిటీ కూడా లభించింది. ఆన్‌లైన్లోనూ జోరుగా అమ్మడవుతున్నాయి. విదేశాలకూ ఎగుమతి అవుతున్నాయి. చరిదతో పాటు పురూలియా జిల్లాలోని పలు గ్రామాల్లోనూ వీటిని తయారు చేస్తున్నారు. అయితేనేం, ‘మాన్స్క విలేజ్ ఆఫ్ ఇండియా’ అన్న పేరు మాత్రం ఒక్క చరిదకే దక్కింది.





తెలంగాణ
సినిమా కవులు

‘పాడుస్తున్న పాద్య మీద
నడుస్తున్న కాలమా పోరు తెలం
గాణమా’ అంటూ వీర తెలంగాణ
విష్ణువత్సాహ్ని చాటి చెప్పినా,
‘నీ పాదం మీద పుట్టు మచ్చనై
చెల్లేమ్మా’ అని ఆత్మియబంధాన్ని
తెలియజెప్పినా అయి గద్దర్కే
చెల్లించి. ‘బేర్యే రిక్కా’(1995),
‘ఎర్రీడు’(1995), ‘జై బోలో
తెలంగాణ’(2011) మొదలైన
సినిమాల్లో ఆయన రాసిన
పాటలు సంచలనాన్ని
రేకెత్తించాయి.

పోరు తెలం‘గానమా’..

...

తిరునగరి శరత్ చంద్ర

6309873682

పి

ఫువకవిగా, ప్రజా వాగ్గేయకారుడిగా
సుపరిచితులైన గద్దర్ తెలంగాణ నేలల్లో
మెరిసిన పాటల మందారం. గద్దర్
అసలు పేరు గుమ్మడి విరల్ రావు.
స్వాతంత్ర్యానికి ముందు
బ్రిటిష్ పాలనను వ్యతిరేకిం

చిన ‘గదర్ పార్ట్’ మీద గౌరవంతో
తన పేరు మార్చుకున్నారు. గద్దర్
మెదక్ జిల్లాల్లోని తూప్రాన్లో
లచ్చమ్మ, శేషయ్య దంపతులకు
(1949లో) జన్మించారు. విద్యా
బ్యాసం నిజామాబాద్, మహా
బూబ్ నగర్ ప్రాంతాల్లో సాగింది.

ప్రైదరాబాద్లో ఇంజనీరింగ్ పూర్తి
చేశారు. 1969 తెలంగాణ ఉద్యమంలో
చురుగ్గా పాల్గొన్నారు. భావవ్యాప్తి కోసం ఆయన
ఊరూరా తిరిగి ప్రచారం చేశారు. దీని కోసం బుర్ర
కథను మాధ్యమంగా ఎంచుకున్నారు. ఆయన
ప్రదర్శనను చూసిన ప్రముఖ సినిమా దర్శకులు
బి.నరసింగరావు, భగత్ సింగ్ జయంతి రోజున
ఈ ప్రదర్శనను ఏర్పాటు చేశారు. ఆ తర్వాత ప్రతి
ఆదివారం గద్దర్ ప్రదర్శనలు ఇచ్చేవారు.
1971లో బి.నరసింగరావు ప్రోత్సాహంతో ‘అపర
రిక్కా’ అంటూ మొదటి పాట రాశారు. ఆయన
మొదటి ఆల్ఫం పేరు గద్దర్. ఇదే ఆయన పేరుగా
స్థిరపడింది. ఉద్యమ ప్రయాణంలోనూ తోడైంది.

అన్ని సూపర్ హిట్!

1984లో ‘రంగుల కల’ సినిమాతో సినీ రచ
యితగా పరిచయమైన గద్దర్ అద్భుతమైన
పాటల్ని అందించారు. ఆయన పాటల్లో
సముద్రమంత గాంభీర్యం ఉంటుంది.
ఉప్రాతలూపే చైతన్యం కనబడు
తుంది. పిడికిల్లే నినాదాలవుతాయి.
పాట రచనతో పాటు అతని



‘ఎర్రీడు’(1995) కోసం గద్దర్ రాసిన ‘ఏం
కొనేటట్లు లేదు, ఏం తినేటట్లు లేదు నాగులో
నాగులన్నా’ అనే పాట ఆకాశాన్ని అంటుతున్న
నిత్యావసరాల ధరల వల్ల పేదసాదల జీవితాలు
ఎంత దుర్భ రమోతున్నాయో వివరిస్తుంచి.

గానం, దరువు ఉత్తే
జపరుస్తాయి. గద్దర్కు బాగా పేరుతెచ్చిన సినిమా
‘బేర్యే రిక్కా’ (1995). అందులో ఆయన
రాసిన ‘మల్లె తీగకు పందిరి వోలె మన్మ సీకటిలో
ఎన్నెలవోలె నీ పాదం మీద పుట్టుమచ్చనై
చెల్లేమ్మా’ అనే పాట ఎంతో ప్రజాదరణ
పొందింది. ఇప్పటికే ప్రతి నోటా వినిపిస్తూనే
ఉంటుంది. ఈ పాటకు ఆత్మేయ మనస్వినీ పుర
స్వారం, ఉత్తమ గీత రచయితగా రాష్ట్రస్వాయి
నంది పురస్వారం లభించాయి. జానపదశైలిలో,
స్వచ్ఛమైన యాసలో సాగిన ఈ గీతం అన్నాచెల్లేళ్ళ

అనుబంధానికి ప్రతీకగా నిలిచింది. ‘గణగణ
మంటూ గంటలే మ్రోగి మ్రోగి కణకణమంటూ
కత్తులే మెరిసి మెరిసి’ పాట ఉద్యమాల బాటుపై
జనసందోహమై కదులుతుంది. ఇదే
సినిమాలో శ్రామికశక్తిని చాటే ‘ర
కుంతో నడుపుతాను రిక్కాను
నా రక్తమే నా రిక్కాకు
పెట్రోలు’, ‘ఆపుర రిక్కోడ్జో
రిక్కెంట నేనొస్తా’, ‘రా
జ్యాంగం చట్టమంటూ రంకె
లేసి దూకుతావు’ ... తదితర
పాటలన్నీ ఆయన రాసినవే.

ఉద్యమానికి ఉఱిరై

గద్దర్ పాటల ప్రభావంతో
పోరుబాట పట్టిన యువతీ
యువకులు ఎంతో మంది.
‘ఎర్రీడు’ (1995) సినిమా కోసం
గద్దర్ రాసిన ‘ఏం కొనేటట్లు లేదు
ఏం తినేటట్లు లేదు నాగులో నాగు
లన్నా’ అనే పాట నిత్యావసర సరుకుల అధిక
ధరల వల్ల పేదసాదల జీవితాలు ఎంత దుర్భాగ
మౌతున్నాయో వివరిస్తుంది. ‘జై బోలో తెలం
గాణ’(2011) సినిమాలో ‘పాడుస్తున్న పాద్య
మీద నడుస్తున్న కాలమా పోరు తెలంగాణమా’
తెలంగాణ మలిదశ ఉద్యమానికి శంఖారావమై
మోగిందని చెప్పువచ్చు. ఇంకా- ‘పాద్య తిరుగుడు
పువ్వు పాద్యము ముద్దాడే’, ‘అమ్మా తెలంగాణమా
ఆకలి కేకల గానమా’ వంటి పైవేటు గీతాలు
కూడా సంచలనాన్ని రేకెత్తించాయి. స్వచ్ఛాగా
నంగా, ఉద్యమగీతంగా ప్రయాణిస్తున్న గద్దర్
పాటల వేగుచుక్క.

సినిమా మాటు..

చక్కర పూరుత!

ఒక ‘మాట’ పుట్టులంటే రచయిత మస్తిష్కంలో మథనం జరగాలి. తనబి కాని లోకాన్ని ఆశ్రయించి అక్కడి మనుషులు, భావిద్దేగాలతో సహసుభూతి చెందాలి. పాత్రలతో కలిసి ప్రయాణించాలి. అప్పుడే గొప్ప మాట జనిస్తుంది. వీటన్నిటికంటే జీవితాన్ని తరచిచూసిన అనుభవం రచయితకు చాలా ముఖ్యమని అంటున్నారు లక్ష్మీ భూపాల. నాటకీయత ఎక్కువగా కాకుండా సహజత్వాన్ని స్ఫురించే సినిమా మాట లక్ష్మీ విలువ ఉంటుందని చెబుతున్నారు. ‘చందమామ’, ‘మహాత్మ’, ‘అలా మొదలైంది’, ‘నేనే రాజు నేనే మంత్రి’, ‘ఓ బేబీ’ వంటి విజయవంతమైన చిత్రాల్లో తన కలం పదును చూపించారాయన. ‘బతుకమ్మ’తో లక్ష్మీ భూపాల పంచుకున్న ముచ్చట్లు ఇవి..

సి

నిమా దృశ్యమాధ్యమం. అయితే వెండితె రపై ఓ దృశ్యం చెప్పలేని భావాన్ని మాట అభివృత్తీకరిస్తుంది. మాస్తున్న సన్నిఖేశం అర్థం కానప్పుడు మాట అవసరం ఏర్పడుతుంది. మామూలుగా సినిమా మాటను ఓ పరిధి వరకే రాయాలి. కానీ, ప్రస్తుతం ప్రతి రచయితా విస్తారంగా మాటల్ని రాస్తున్నారు. వారిలో నేనూ ఉన్నా. సన్నిఖేశంలోని ఉద్యోగాన్ని, భావావేశాన్ని విస్తృతంగా ఆపిష్టరించడానికి మాట అవసరం ఎక్కువైంది. మొత్తంగా సినిమా మాట ఓ చక్కరపూతలా మారింది. నా దృష్టిలో భావాన్ని క్షుపంగా చెప్పడమే మంచిదనుకుంటాను.

మాట ఒక్కటే గుర్తుకు రావద్దు

ప్రస్తుతం సినిమా ధోరణిలో మార్పులొస్తున్నాయి. ప్రేక్షకులు సహజత్వాన్ని కలబోసిన కథలకు పెద్ద పీట వేస్తున్నారు. ఒకప్పటి రోజుల్లో హీరోలు డైలాగ్స్ చెబితే ధియేటర్లు చప్పట్లతో మార్కోగిపో యేవి. అప్పటి సినిమాలన్నే హీరో కేంద్రంగా, కథా నాయకుడి ఇమేజ్ ప్రధానంగా ఉండేవి. నేటి ప్రేక్షకుల అభిరుచుల్లో గణనీయమైన మార్పులు కనిపిస్తున్నాయి. వాస్తవాన్ని ప్రతిబింబించే కథలు ప్రజాదరణ పొందుతున్నాయి. ఇలాంటి తరుణంలో ‘మాట’ కథలో కలిసిపోవాలి. కానీ, కథ బయటకు

వచ్చి విన్యాసాలు చేయకూడదు. సినిమాలో ఘలానా డైలాగ్ బాగుందనే ప్రశంస వస్తే రచయిత ఫెయిల్ అయినట్టే. ఎందుకంటే ప్రేక్షకులకు మాట ఒక్కటే గుర్తుండిపోకూడదు. దాని తోపాటు కథలోని సన్నిఖేశం గుర్తుకు రావాలి. మాట కథలో కలిసిపోయి ఓ ఉద్వేగాన్ని కలిగించాలి. అప్పుడే రచయిత సక్షేప అయినట్లు భావించాలి.

ఇద్దలకీ సమాన విలువ

ప్రస్తుతం చాలామంది రచయితలు దర్శకత్వం వైపు అడుగులు వేస్తున్నారు. ఆరిక భరోపోతోపాటు తమ అభిరుచుల్ని ప్రతిఫలించే కథల్ని చెప్పాలనే తాపత్రయంతో దర్శకులుగా మారుతున్నారు. తమ రచనకు దర్శకుడు సరైన విలువ ఇవ్వడం లేదనే ఆక్రోషంతోనూ కొండరు మెగాపోన్పై మక్కువ పెంచుకుంటున్నారు. ముఖ్యంగా రచన కంటే దర్శకత్వం వైస్తాయి విభాగం కాబట్టి డైరెక్టర్ ర్సగా అద్యపోన్ని పరీక్షించుకుంటున్నారు. నేను రెండింటికి సమాన విలువనిస్తాను. రచయిత భావాన్ని దృశ్యమానం చేసే కథ తెలిసిన నిపుణుడే దర్శకుడు. కాబట్టి, సినిమాలో ఇద్దరి ప్రాముఖ్యం ఒకేలా ఉంటుందన్నది నా అభిప్రాయం.

జంట

కుమ్మ



కృష్ణవంశీ
ప్రభావం

నా మాటల ప్రయాణంలో

‘చందమామ’ సినిమాను గొప్ప మజి లీగా చెప్పామ్మ. దర్శకుడు కృష్ణవంశీగా రితో కలిసి చేసిన జర్నలో ఎన్నో విషయాల్ని నేర్చుకున్నా. సెటలో ఎక్కువగా ఉండటం వల్ల సినిమా మేకింగ్, నటీనటుల అభినయం, సాంకేతిక నిపుణుల పనితీరు గురించి చక్కటి అవగాహన కలిగింది. ఇక వ్యక్తిగతంగా కృష్ణవంశీగారు నాకు పెద్దన్నయ్యలాంటి వారు. నా ఆరోగ్యం మొదలుకొని కెరీర్ వరకు ప్రతి విషయంలో ప్రత్యేకమైన శక్షిపు చూపిస్తారు. పెద్దవాళ్ళను ఎలా గారవించాలి, రాబోయే తరంలో మనం ఎలాంటి పాత్రపోషించాలి? ఎటువంటి బాధ్యత తీసుకోవాలి? వంటి ఉపయుక్తమయ్యే అంశాలపై మాట మధ్య చర్చలు జరుగుతుంటాయి. నా జీవితం మీద కృష్ణవంశీగారి ప్రభావం చాలా ఉంది.

అన్ని జోనర్స్ రాయాలి

నీరు పాత్ర ఆకారాన్ని సంతరించుకున్నట్లుగానే రచయిత కూడా అన్ని జోనర్స్లో ఇమిడిపోగలగాలి. నవరసాల్ని వ్యక్తికరించేలా సంబంధాలు రాసే చాతుర్యం ఉండాలి. నేను ఇప్పటివరకు ప్యామిలీ, పాలిటికల్, లవస్టోర్స్.. ఇలా అన్ని జోనర్స్ సినిమాలకు మాటలు రాశాను. ఏదో ఒక తరచు సినిమాలకే పరిమితమైపోతే రచయితలోని ప్రతిభ రాణించలేదని నా అభిప్రాయం.





సినిమా విలువ గొప్పాది

ప్రస్తుతం నేను ఓ వెబ్‌సిరీస్‌కు రచన చేస్తున్నా. సినిమా రచనకు, సిరీస్ రచనకు చాలా తేడాలుంటాయి. దెండున్నర గంటల నిడిపి సినిమాలో ఎన్ఫైన్సుంచి వంద నిమిషాలవరకే సంభాషణలు వినిపిస్తాయి. మిగతా భాగమంతా పాటలు, పోరాటాలు, ఉపోధ్వాత దృశ్యాలకే వెళ్లిపోతుంది. అదే వెబ్‌సిరీస్ విషయానికాస్తే మాడు నాలుగు గంటలపాటు మాటలు రాయాల్సి ఉంటుంది. విస్తృతంగా రాయడం వల్ల రిపీట్ చేస్తున్నామనే భావన కలుగుతుంది. వెబ్‌సిరీస్‌లు, ఉటీటీలీ వంటి వేదికలను ఎప్పటికే సినిమాతో పోల్చుతే.

ప్రమాణాలు తగ్గిపోతున్నాయి

గతంలో సంభాషణల రచయితలకు గొప్ప విలువ ఉండేది. ప్రస్తుత జనబాహుళ్యంలో సినిమానే లోకువగా మారింది. చాలా కిందిస్థాయికి చేరుకొని అందరికి అందుబాటులోకి వచ్చేసింది. అదే సమయంలో పోటీ వాతావరణం పెరిగిపోయింది. ఇప్పుడు ప్రతిభతో సంబంధం లేకుండా ప్రతి ఒక్కరూ రచయితలై పోతున్నారు. ఛేస్‌బుక్‌లో నాలుగు కౌటేప్స్‌న్ను, మాటలు రాసిన వాళ్ళ కూడా మేమూ రైటర్స్‌మే అని ప్రకటించుకుంటున్నారు. సినిమాకు మాటలు రాయడం వేరు అనే విషయాన్ని ఎవరూ అర్థం చేసుకోలేక షోతున్నారు. ఈ ధోరణివల్ల దర్శక నిర్మాతలు త్రుతిభతో నిమిత్తం లేకుండా అందుబాటుల్లో ఉన్నవారితో మాటల్ని రాయించుకుంటున్నాతు. ఈ త్రైండ్‌వల్ల సినిమా మాటతాత్మికు ప్రమాణాలు దెబ్బతింటున్నాయి. భూషణ, పొక్కన్న నిర్మాణం, అక్షరాల మీద ఏతూలటి ప్రాధమిక అవగాహనా లేని పొతు కూడా కలం పడుతున్నారు.

దక్షిణాది ప్రిమ్చెలి ప్రకారం ఎడమవైపు యాక్షన్, కుడివైపు సంభాషణలు రాస్తారు. అయితే కొంతమంది దర్శకులు యాక్షన్ భాగాన్ని చూడకుండా, కేవలం సంభాషణల్ని మాత్రమే చదువుతారు. దీనివల్ల సంభాషణ నేపథ్యాన్ని పూర్తిగా అర్థం చేసుకోలేకపోతారు. ఇలాంటి సంరాల్లోనే సృజనాత్మక విభేదాలొస్తాయి. ఓ సంభాషణ వెనక రచయిత ఉద్దేశ్యం, చేసిన కసరత్తు ఏమిటో తెలుసు కుంటే ఎలాంటి సమస్యలూ రావు. ప్రతి రచయితకు ఓ టైమింగ్ ఉంటుంది. దానితో దర్శకుడికి సమన్వయం కుదరాలి. అప్పుడే మంచి ప్రిమ్చెలి సిద్ధమవుతుంది.

అనుభవాలే ప్రేరణ

నేను దాటి వచ్చిన అనుభవాలు, జీవన ప్రయాణంలో తారసపడిన మనుషులు, వీక్షించిన ప్రపంచం నా మాటలకు ప్రేరణానిచ్చాయి. సినిమాలో ఒక పాత్రను తీసుకుంటే అలాంటి వ్యక్తి మన జీవితంలో ఎక్కుడో ఒకచోటు తారసపడి ఉంటాడు. జీవితానుభవాల్లోంచి మాట రాస్తే అది చాలా సహజంగా కనిపిస్తుంది. ఇక సాహిత్యభిలాష ఉండటం అన్నది మాటకు కొత్త సొబగులు అడ్డడంలో, భావాన్ని ఉన్నతికరించడంలో ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుంది. సినిమా రచనలో ముళ్ళపూడి వెంకటరమణ, జంధ్యాల, డీమీ నరసరాజు, ఆట్రే

యలను బాగా ఇష్టపడతాను. ఆట్రేయగారు గీత రచయితగా కంటే సంభాషణల రచయితగానే నాకు ఎక్కువగా ఇష్టం. అలతి అలతి పదాలతోనే అద్భుత మైన భావాన్ని పలికించడంలో ఆత్మేయ నేర్చరి. సినిమా రచన విషయంలో ఆ మహానుభావులంతా మనకు ఉన్నతమైన ప్రమాణాల్ని నిర్దేశించారు. ఇక సాహిత్యపరంగా చలం, శ్రీశ్రీ, రావిశాస్త్రి, కాళీపట్టం రామారావు, కొడవటిగంటి కుటుంబరావు, యండ మూరి వీరేంద్రనాథ్ వంటి చాలా మంది ప్రసిద్ధ రచయితలు నన్ను ప్రభావితం చేశారు.

జీవితాన్ని యథాతథంగా

నేను పరిశ్రమలోకి వచ్చి పదహారేళ్లు పూర్తయ్యాయి. అదృష్టం కొద్ది ఏ రోజుగా భాళీగా లేను. వరుసగా సినిమాలకు రాస్తూ చేతినిండా పనితో ఉన్నా. ఎలాంటి లక్ష్యాన్ని నిర్దేశించుకొని నేను పరిశ్రమలోకి అదుగుపెట్టేదు. ‘పెద్ద హీరోలతో పనిచేయాలి. స్నార్లైటర్గా ఎదగాలి’ అనే ఆశయాలు ఏమీ పెట్టుకోలేదు. నా దగ్గరకు వచ్చిన సినిమాలకు పరిపూర్ణంగా న్యాయం చేయడం గురించే ఎక్కువగా ఆలో

**టైమింగ్
తెలుసు
కోవాలి**



చిస్తా. ఎలాంటి అంచనాలు లేకుండా జీవితాన్ని యథాతథంగా స్వీకరించాలన్నదే నా ఫిలాసఫీ. భవిష్యత్తులో దర్శకత్వం చేయాలనే ఆలోచన ఉంది. ఆరు ప్రిమ్చులు సిద్ధంగా ఉన్నాయి. సరైన సమయంలో దర్శకత్వ భాధ్యత తీసుకుంటాను. త్వరలో ప్రాడక్షన్ సంస్కరణ ఆరంభించే ఆలోచన కూడా ఉంది. ప్రస్తుతం ‘గుర్తుండా శీతాకాలం’ సినిమాతో పాటు రాజశేఖర్ కథానాయకుడిగా నీలకంర దర్శకత్వం వహించే సినిమాకు సంభాషణల్ని అందిస్తున్నా. నందినిర్దేశి డైరెక్టర్ చేసే సినిమాకు కూడా డైలాగ్స్ సమకూరుస్తున్నా.

యుద్ధమైనంక బల్లెమెందుకు భయ్..!

ఇది దొరల కాలం నుంచీ విరివిగా వినిపిస్తున్న సామేత. ఆపద సమయంలో కాకుండా.. తర్వాత తీరికగా స్పృందించే వారిని ఉద్దేశించి 'యుద్ధమైనంక బల్లెమెందుకు భయ్.. మడిచి సంకన పెట్టోనికా' అని కొంచెం ఘాటుగా, వ్యంగ్యంగా అంటుంటారు. ఏ సాయమైనా సరైనా సమ యంలోనే చేయాలి అని చెప్పేందుకు ఈ సామేతను సృష్టించారు. నిజమే, యుద్ధం తర్వాత బల్లెం ఇస్తే ఏం చేసుకుంటారూ?

మన సామేత



... డప్ప రవి

ఏకాశి మరణమని

ఈత కొయ్యల్ల పడ్డడటు..

ఎవరో చెప్పిన మాటలు విని.. గుడ్డిగా వ్యవహరించే వాళ్ళను ఉద్దేశించి 'ఏకాశి మరణమని ఈత కొయ్యల్ల పడ్డడటు నీలాం టోడు' అనే సామేతను వాడుతారు. ఏకాశి అంటే.. ఏకాదశి. ఆ రోజున చనిపోతే పుణ్యం ప్రాణిస్తుందని ఎవరో చెబితే.. ఓ మహానుభావుడు ఈత మండల్లో పడి స్వచ్ఛంద మరణానికి సిద్ధపడ్డాడట. వాస్తవానికి ఈత మండల్లో పడితే చనిపోరు. ఆ సంగతి తెలియక, పుణ్యం వస్తుందనే ఆశతో.. గుడ్డిగా చనిపోవడానికి ప్రయత్నించాడు ఓ అమాయకుడు. ఇలాగే ఉంటుంది కొండరి వ్యవహారం. ఇతరులు చెప్పిన విషయాన్ని సరిగా అర్థం చేసుకోకుండా.. మొండిగా ముందు కెళ్తారు. దీనివల్ల ప్రతి పనీ బెడిసికొడుతుంది. ఆలోచనా శక్తి మందగించడమే ఇందుకు కారణం.

నేన్నమ్ముణ్ణి వికాణి ఈతకొయ్యలంటుస్వోవ్?



20 | బతుకమ్మ | 4 అక్టోబర్ 2020

పదబంధం

తాపతాపకు : మాటిమాటికి
కొత్తలు : డబ్బులు
ఏంచు : లెక్కించు
నాదాన : బలహీనం
గుపాయించు : జోరబడు
మడిగ : దుకాణం
సోంచాయించు : ఆలోచించు
కైంచిపలంగీ : మడత మంచం
మడుగుబూలు : మురుకులు
గల్చి : వేడి

పలుకుబడులు

ఏ పనీ చేయనివారు..
ఎక్కడ ఉన్న ఏం లాభం?
వారితో ఇతరులకు ఎలాంటి
ఉపయోగం ఉండదు. అందు
లోనూ పెద్దస్థాయిలో ఉన్న
వారు, ప్రజాప్రతినిధులు ప్రజ
లకు ఉపయోగపడనప్పుడు..
నిరాశతో చెప్పే సామేతే 'రాజు'



కోటలో ఉంటే ఏం? పేటలో ఉంటే ఏం?

కోటలో ఉంటే ఏం? పేటలో ఉంటే ఏం?'. ఇది కూడా కంచి గరుడనేవ లాంటి వ్యవహారమే! కొండరు నాయకులు అంతే! ఏ స్థాయికి వెళ్లినా జనానికి ఉపయోగం ఉండదు. చిన్న చిన్న సమస్యలు కూడా పరిష్కరించరు. ఆ మహానుభావులు ఢిల్లీలో ఉన్నా, గల్లీలో ఉన్నా ఎవరికి ప్రయోజనం?

అర్థ వివరణ

కార్యాన్ని: మృత్యుంజయ్

కచ్చగానివారా?

తెలంగాణలో 'ఏడు కచ్చగాడు రా' అని.. 'ఏయ్.. కచ్చగానివారా?' అనే సంబోధనలు విరివిగా వింటుంటాం. కచ్చగా అనే పదం సంస్కృత 'కచ్చరము' నుంచి వచ్చింది. దీనికి మురికి, చెత్త, మలినం, మైల అనే అర్థాలు ఉన్నాయి. కచ్చగాడు అనే

కాకుండా.. 'ఇక్కడంతా
కచ్చ ఉంది' అనే మాటా
వింటుంటాం. తెలం
గాణ వాసులు తమ
సంబాధిల్లో
అత్యంత సహజం
గాను, ఎంతో అద్భుత
తంగాను ఇటువంటి
పదాలను
సుతిమెత్తగా
సంధిస్తుంటారు.



పనిది పతకాలు...

బడిసిపట్టారు!

ఆ మైదానాలు ఉదయం ఆరు గంటలకంతా బాలబాలికల చేమటలతో తడిసిపోతాయి. ఆ అవరణలో పాద్మ పాడవకముందే గాలిలో సెపక్ తాక్రీ బంతులు ఆకాశాన్ని తాకేస్తుంటాయి. విల్లు ఎక్కుపెట్టిన బాలికల గుంపు ఓ వైపు, ఆర్థాగా టార్డెట్ పాయింట్ వద్ద బాణాల కుప్పలు మరొ వైపు. కొట్టిగా ముందుకేళ్ళ జిమ్మాస్టిక్ విన్యాసాలు.. నువ్వు నేనా అన్న ట్లుగా జూడో సాధనలు. ఇవన్నీ ప్రైఅదరాబాద్ లోని 'తెలంగాణ రాష్ట్ర క్రీడా పారశాల'లో నిత్యం కనిపించే దృశ్యాలు.



అ

క్రీడా పారశాల ఒడిలో ఎదుగుతున్న బాలబాలికలు మారుమూల గ్రామాలకు చెందిన నిరుపేదలు. ఆ చిన్నారులకు ఆటలంటే ప్రాణం. వారి క్రీడా ప్రతిభను చిరుప్రాయంలోనే గుర్తించి అక్కన చేర్చుకుండి తెలంగాణ రాష్ట్ర క్రీడా పారశాల. గ్రామీణ విద్యార్థులను ప్రాథమిక స్థాయిలోనే ఎంపిక చేసుకొని భావి భారత క్రీడా కారులుగా తీర్చిదిద్దాలనే సంకల్పంతో 1992లో రంగారెడ్డి జిల్లా (ప్రస్తుతం మేడ్జర్ జిల్లా శామీర్ పేట మండల పరిధిలోని హకీంపేట గ్రామం)లో 206.5 ఎకరాల విస్తరణలో క్రీడా పారశాలను ఏర్పాటు చేశారు. గత 28 ఏండ్లుగా పల్లెల నుంచి వచ్చిన బాలబాలికలను అంతర్జాతీయ క్రీడాకారులుగా తీర్చిదిద్దే కసరత్తు నిర్విరామంగా జరుగుతూనే ఉంది.

అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలు

తెలంగాణ రాష్ట్ర స్టోర్స్ స్కూల్లో అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో కూడిన వసతులు ఉన్నాయి. మైదానాలు, క్రీడా సామగ్రి, రెండు ఇండోర్ స్టేడియాలు, 1400 మీటర్ లాట్టెట్ ట్రూక్, పుట్బాల్ స్టేడియం, రెండు కాన్సరెన్స్ హాస్పిట్ (బాలబాలికలకు వేరువేరుగా), వాలీబాల్ గ్రౌండ్, ఒక వెయిట్ లిఫ్టింగ్ హాల్, ఒక ఆర్పరీ గ్రౌండ్, అన్నిటికి మించి.. ఆకు పచ్చని చెట్లతో కూడిన ఆప్టోడకర వాతావరణం.. రాష్ట్ర స్టోర్స్ స్కూల్ ప్రత్యేకత. 500 మంది ఒకేసారి భోజనం చేసేంత విశాలమైన డైనింగ్స్హాల్స్ ను ఏర్పాటు చేశారు. నాలుగో తరగతి నుంచి ఇంటర్ వరకు కో-ఎడ్యుకేషన్లో, స్టేట్ సిల్ బన్స్లో విద్యార్థోధన జరుగుతుంది. ఇందులో అడ్యోపన్లు పొందిన విద్యార్థులకు వసతి, భోజనం, చదువు, శిక్షణ, టోర్నుమెంట్ ఖర్చులు, క్రీడా పరికరాలు, పుస్తకాలు, పైద్యం, బీమా.. ఇలా సకల.

సౌకర్యాలనూ ప్రభుత్వం ఉచితంగానే సమకూరు స్తుంది. రోజు 850 గుఢ్లు, 850 అరటిపండ్లు, 85 లీటర్ల పాలు, 45 కిలోల గోదుమ పిండి, 130 కిలోల బియ్యం, 85 కిలోల మటన్/చికెన్ విద్యార్థులకు వడ్డిస్తారు. కాబట్టే, ఆ పిల్లల్లో పోషక విలువల లోపం కనిపించదు. అనారోగ్య సమయాలూ తక్కువే.



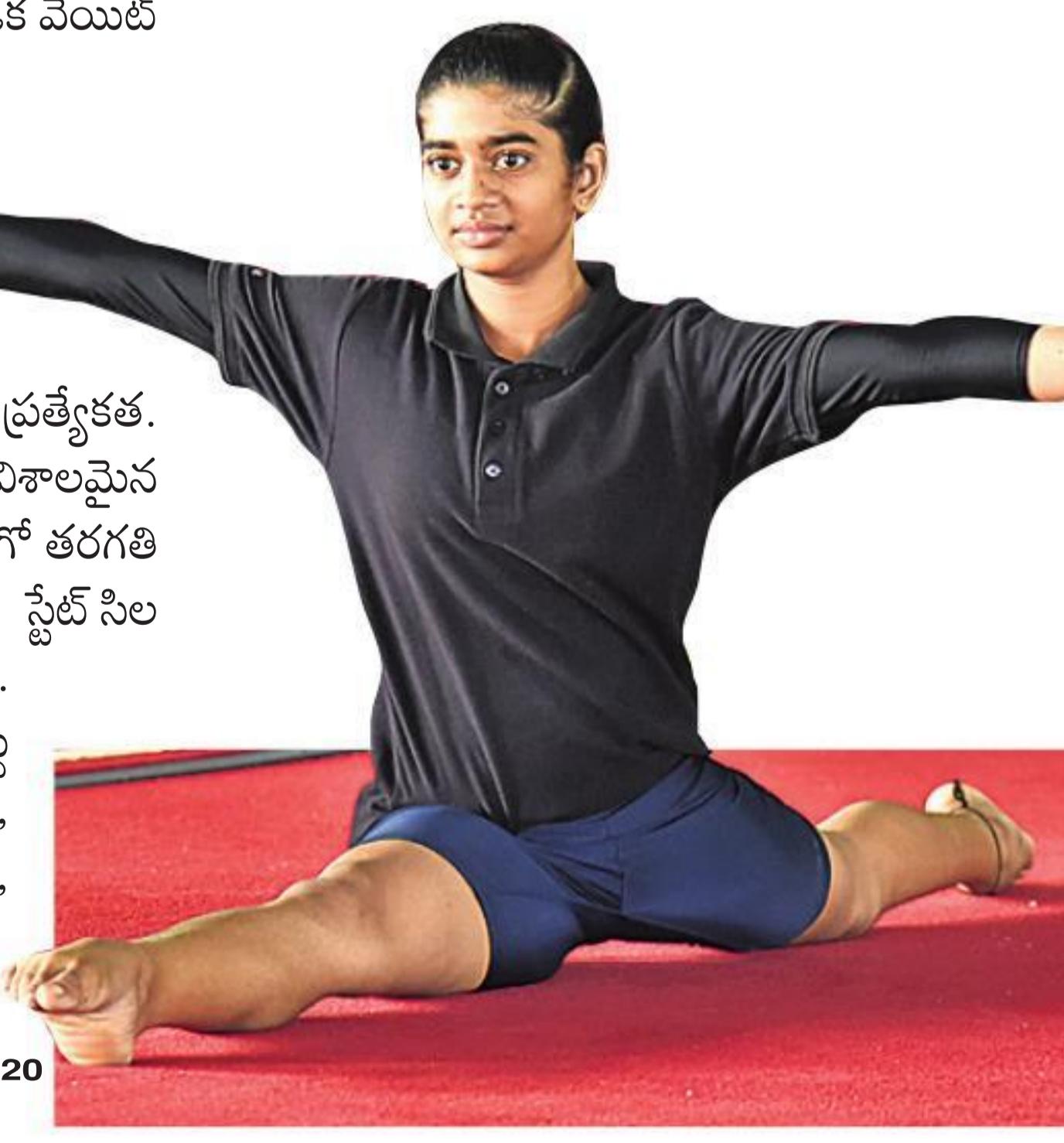
పతకాల పంట

స్టోర్స్ స్కూల్ బాలబాలికలు ఇప్పటి వరకు 168 అంతర్జాతీయ పతకాలను (బంగారు-83, వెండి-57, కాంస్య-28) సాధించారు. 2,184 జాతీయ పతకాలను (బంగారు-698, వెండి-

669, కాంస్య-816) గెలుచుకుని వచ్చారు. తెలంగాణ అవతరణ తర్వాత.. ప్రభుత్వం క్రీడా పారశాలపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ పెట్టడంతో ఆరేండ్లలోనే 50 అంతర్జాతీయ పతకాలను సాధించారు. జాతీయ స్థాయిలో 515 పతకాలు తెచ్చారు. క్రీడా పారశాలలో ఆర్పరీ, అధ్యోటిక్స్, పుట్బాల్, ఫెన్సింగ్, జిమ్మాస్టిక్స్, జూడో, వాటర్ స్టోర్స్, సెపక్ తాక్రీ, వెయిట్ లిఫ్టింగ్, వాలీబాల్ పంటి క్రీడలలో విద్యార్థులకు తర్వాదునిస్తున్నారు. ఇక్కడి విద్యార్థులు చదువుల్లోనూ మేటి. ఏటార్యాంకుల పంట కూడా పండిస్తున్నారు. కాబట్టే, ఈ క్రీడా విద్యాలయం ఉత్తమ విద్యాసంస్థగా అనేక అవార్డులు సాధించింది.

గెలుపు కథలు

దీక్షితది వరంగల్ జిల్లాలోని దిగువ మధ్యతర గతి కుటుంబం. బాస్కెట్బాల్ బాగా ఆడేది. దీంతో ఉపాధ్యాయులు ప్రోత్సహించి ఈ పారశాల గురించి చెప్పారు. తన ఇక్కడి శిక్షణలో రాటుదేలి అంతర్జాతీయంగా ఎనిమిది పతకాలు సాధించింది. జాతీయ స్థాయిలో ముప్పై పైచిలుకు విజయాలు పరించాయి. తన ప్రస్తుతం దక్షిణ మధ్య రైల్వేలో ఉద్యోగి. శ్రీకాంత్ నేపద్ధుమూ అలాంటిదే. నల్గొండజిల్లాలోని ఓ కుగ్రామం తనది. కొవిడ్కు ముందు వరకూ కేరళలో జరుగుతున్న ఫేలో ఇండియా క్యాంపలో శిక్షణ తీసుకున్నాడు. ఈ పరుగుల పీరుడి భాతాలోనూ అనేక పతకాలు ఉన్నాయి. ఈ క్రీడలబడే లేకపోతే.. ఎన్ని మాణిక్యాలు మట్టిలో కొట్టుకు పోయేవో! 'స్టోర్స్ స్కూల్ విద్యార్థులు మున్సుందు మరింత ప్రతిభను కనబరుస్తారని ఆశస్తున్నా' అంటారు స్టోర్స్ స్కూల్ ప్రత్యేక అధికారి డా.హరికృష్ణ. ఇటీవల, ఈ ఆటల బడి ఫేలో ఇండియా 'సెంటర్ ఆఫ్ ఎక్సెప్యూలెన్స్' హోదాను పొందింది.



... బూడిద సుధాకర్, మేడ్జర్, నమస్తే తెలంగాణ

ఈవారం కథ

ప్రయాణం

...

క.వి.మన్ పీతమ్, 8179306464

ది

సంబర్ 31...

‘అప్పుడే ఇరవై ఏళ్ళాచ్చినయా బిడ్డా...’ అమ్మ అంది పుట్టినరోజు విషెస్ చెప్పులు,
 ‘గుడికి పొతున్నవా?’
 ‘ఇదిగో ఇప్పుడే గుడి లోపలికి వచ్చా...మళ్ళీ చేస్తా’ అంటూ కాల్ కట్ చేసాను.
 ‘మానస... పసునూరు గోత్రం..’ అన్నాను అర్ధన చేసే టికెట్ పూజారికిస్తూ..

శోభాయామానంగా ఉన్న దేవుడి రూపం కండ్లారా చూసి, ఎన్నో ఏండ్ల కోరిక అని కళ్ళు మూసుకున్నాను.. ‘ఇన్నేండ్లోచ్చినా...ఇప్పుడికి అదే బలంగా కోరుతున్న...నాన్నని చూడాలి...ఎలా ఉంటాడో కూడా తెలీదు...కానీ ఉన్నాడని తెలుసు. ఆయన వస్తాడో రాడో తెలీదు. అందుకే నేనే నాన్న దగ్గరకి వెళ్ళన్నాను...ఎలాగైన కనిపిం చేలా చూడు స్థాపీ’.

‘రంగ్’ మని గంట చప్పుడుకి మళ్ళీ కండ్లు తెరిచాను... ‘మనో వాంఛ ఫలసిద్ధిరస్తు...’ అని ఆయన దీవించాడో లేదో తెలీదు ‘మనోవేదన ప్రాప్తి’ మాత్రం పుట్టుకతోనే వుందనిపించింది.

* * *

20 సంవత్సరాల క్రితం...

చిత్రంగా...

చాలా విచిత్రంగా నాకీ బయట ప్రపంచపు శబ్దాలేవో లీలగా వినిస్తున్నాయి... అద్వితంగా అమ్మ గుండె చప్పుడు వినిస్తున్నది. నా చుట్టూ అమ్మ పొత్తి కడుపులోని పేగులు చుట్టి ఉన్నాయి. చీకటి కుహరంలో ఉన్నాననిపించింది. ప్రతి అర గంటకొకసారీ అమ్మ చల్లని చేయి తన పొత్తి కడు పును నిమురుకుంటే.. నేను కరిగే వెన్న ముద్దనవు తున్నాను.

ఒకసారి... అమ్మ సన్నగా ఏడుస్తుంది... ఎవరో ఉదార్థుతున్నారు.

‘బిడ్డను సూడకుండానే పోతావయ్యా?’ అని ఏడుస్తుంది.

‘పోక తప్పదు లచ్చి... పోయేది పక్క రాప్పా నికి కూడా కాదు... దేశానికాయే. గప్పుడెప్పుడో అప్పికేపున్న పెట్టుకుంటే, సరిగ్గా బిడ్డ పుట్టేటప్పుటికీ పోవాల్సుత్తదని నేనూహించలేదే... శ్రీనస్తు దుబాయ్కి అన్ని ఏర్పాట్లు జేసేసిందు. రేపు

బొంబాయి పోయి, ఆడ్చుంచి దుబాయ్కి... అయినా యాడాదికో, రెండెండ్లకో రానా, నా బిడ్డని సూడనా..’ అన్నాడు అమ్మ కడుపు చుట్టూ హత్తుకున్న చేతుల స్పర్శ నాకు తెలు స్తున్నది.. అది నాన్నే.

సరిగ్గా నేను పుట్టడం... నాన్న దుబాయ్లో దిగడం.. ఒకేరోజు జిరిగాయి. అందరిలాగే నేను పుట్టాక ఏడ్చాను... కానీ నా ఏడ్పు నాన్న నా పక్కన లేడని!. అందుకే ప్రతి పుట్టినరోజుకి ఆనంద పడాలో, బాధపడాలో తెలియక నలిగి పోతుంటాను.

కాలానికీ, మనిషికీ ఉన్న విచిత్రమైన సంబంధంలో.. మంచో చెడో తెలీదు గానీ, పెరిగి ఊహ తెలిసేసరికి... ముందు జరిగినవేవి గుర్తులేవు!!!

* * *

ప్రశ్నతం...

ఏయిపోర్ట్లో... బోర్డింగ్ ప్రోసెస్లో ఏవ రాలు అడుగుతూ... ‘పాదర్స్ నేమ్ ?’ అని అడి గింది.

ఒక్కసారిగా నా ఏడెండ్ల వయసు గుర్తొ చ్చింది...

అమ్మ నన్ను బడిలో జాయిన్ చేసేటప్పుడు హెడ్ మాస్టర్ అడిగిన ప్రశ్న, ‘మీ నాన్న పేరేం టమ్మా...?’ అని. బిక్కుముఖం వేసుకొని అమ్మ షైపు చూసాను...

‘నర్సిం... నర్సింలు.. సార్’ అంది అమ్మ నా ప్రశ్నార్థకమైన ముఖం అర్థం చేసుకొని.

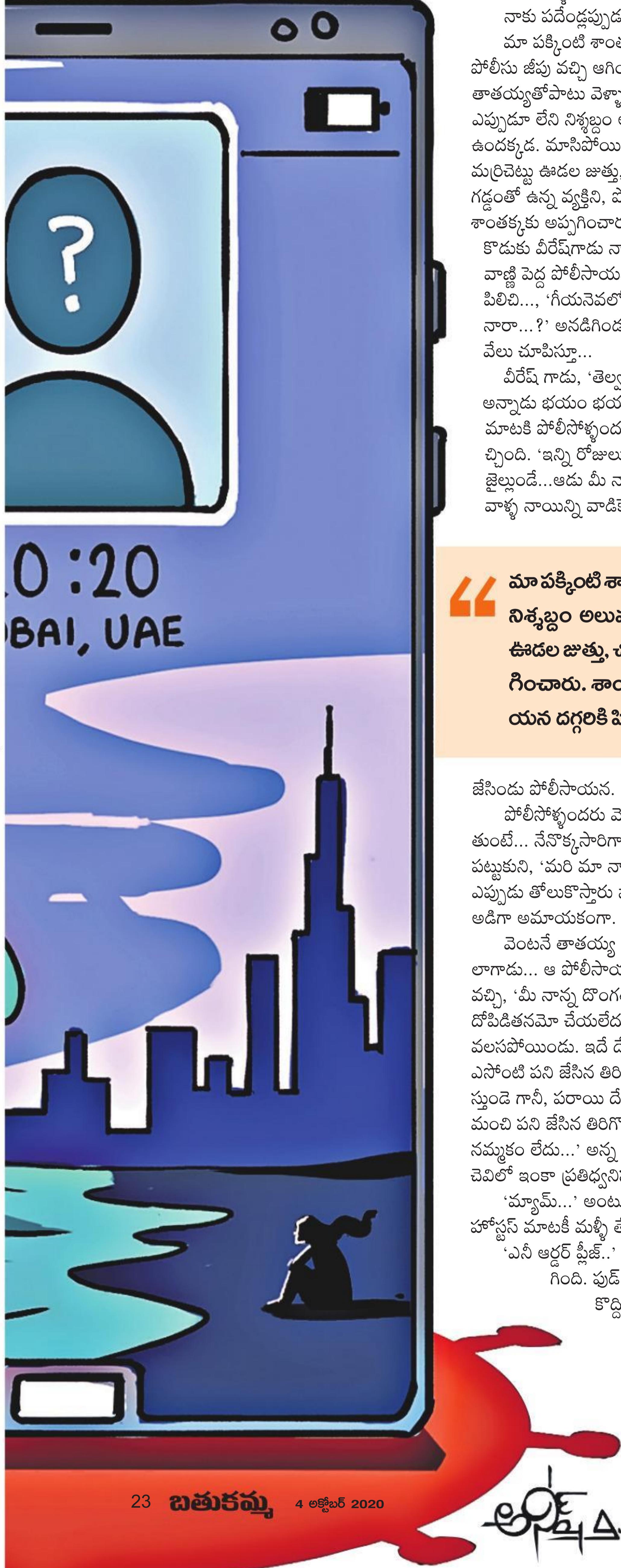
అంతే, అప్పుడొక వారం రోజులు ఎక్కడబి డితే ఆక్కడ నాన్న పేరు రాస్తుండే దాన్ని... జపి స్తుండే దాన్ని. తెలియకుండానే నా మనసులో ఆ పేరుకో ఊహ చిత్రం గీసుకున్న.

‘మేడమ్... పాదర్స్ నేమ్ స్టీస్..?’ కొంచెం గట్టిగా అడిగేసరికి మళ్ళీ ఈ లోకంలోకి వచ్చి.. ‘నర్సింలు’ అని చెప్పా.

మొత్తానికి, ఎమిరేట్స్

షైట్ ఎక్కాను... నా ఆశ లకు రెక్కలోచ్చినట్టుగా... దుబాయి షైపుగా ఎగిరాను.

అద్దంలోంచి కన్ని స్తున్న ముబ్బులను చూస్తూ తెలియకుండానే



గతంలోకి వెళ్నాను...
నాకు పదెండ్డుప్పుడు...
మా పక్కింటి శాంతక్క ఇంటికి
పోలీసు జీపు వచ్చి ఆగిందని, నేను
తాతయ్యతో పాటు వెళ్నాను...
ఎప్పుడూ లేని నిశ్శబ్దం అలుముకొని
ఉండక్కడ. మాసిపోయిన బట్టలు,
మర్చిచెట్టు ఊడల జూత్తు, చింపిరి
గడ్డంతో ఉన్న వ్యక్తిని, పోలీసులు
శాంతక్కకు అప్పగించారు. శాంతక్క
కొడుకు వీరేప్పగాడు నా తోటోడే.
వాళ్ళి పెద్ద పోలీసాయన దగ్గరికి
పిలిచి..., 'గీయనెవలో ఎరుక
నారా...?' అనడిగిందు ఆ వ్యక్తివైపు
వేలు చూపిస్తూ...

వీరేప్ప గాడు, 'తెల్యదు సార్,'
అన్నాడు భయం భయంగా. ఆ
మాటకి పోలీసోళ్ళందర్ని నవ్వు
చ్చింది. 'ఇన్ని రోజులు
జైల్లుండే... ఆడు మీ నాన్న రా' అని
వాళ్ళ నాయిన్ని వాడికి పరిచయం

సీల్ బాక్సులో తెచ్చిచ్చింది.
భయమేసింది!... 'కమ్మెసున్న బాక్సు' ఏది
చూసినా భయం... ఎందుకంటే నాకు గుర్తొచ్చేది
శవపేటిక..!

చిన్నప్పుడు, పక్కింటి మనోహర్ వాళ్ళ
నాన్న కూడా వలసపోయి, అనుకోకుండా శవపే
టికలో తిరిగొచ్చాడు. అది చూసినప్పటి నుండి
ఆకాశంలో విమానం కనిపిస్తే ఆశగా నాన్నిస్తూ
దేమో అని సంబరం కంటే, శవపేటిక వస్తుందే
మొనని భయం ఎక్కువై విపరీతంగా జ్వరం
వచ్చిన రోజులు కూడా ఉన్నాయి...!

అట ... నేను పెద్ద మనషిన రోజు.

ఇల్లంతా సందడిగా మారింది... నాన్న
లేడన్న వెలితి నాకు మాత్రం చాలా సృష్టంగా
కన్నించింది. అయినా నవ్వుతూ కూర్చున్నాను.
ఒకసారి బడి అయిపోయి ఇంటికొచ్చేస
రికి... అమ్మ ఎడుస్తూ కూర్చుంది. నన్న చూడ
గానే.. 'నాన్న నుండి ఫోన్ వచ్చిందే.. నాన్న 'కల్లి
వెల్లి' అయ్యిండటా' అని అంది. నాకు సరిగ్గ
అర్థం కాలే... అక్కడున్న వారందరూ ఏడు

**“ మా పక్కింటి శాంతక్క ఇంటికి పోలీసు జీపు వచ్చి ఆగిందని, ఎప్పుడూ లేని
నిశ్శబ్దం అలుముకొని ఉండక్కడ. మాసిపోయిన బట్టలు, మర్చిచెట్టు
ఊడల జూత్తు, చింపిరి గడ్డంతో ఉన్న వ్యక్తిని, పోలీసులు శాంతక్కకు అప్ప
గించారు. శాంతక్క కొడుకు వీరేప్పగాడు నా తోటోడే. వాళ్ళి పెద్ద పోలీసా
యన దగ్గరికి పిలిచి..., 'గీయనెవలో ఎరుక నారా...?' అనడిగిందు.**

జేసిందు పోలీసాయన.
పోలీసోళ్ళందరు వెళ్ళిపో
తుంటే... నేనోక్కసారిగా ఎన్.ఐ చేయి
పట్టుకుని, 'మరి మా నాయిన్ని
ఎప్పుడు తోలుకొస్తారు సార్' అని
అడిగా అమాయకంగా.

వెంటనే తాతయ్య నన్ను వెనక్కి
లాగాడు... ఆ పోలీసాయన నా దగ్గరికి
వచ్చి, 'మీ నాన్న దొంగతనమో,
దోషిధితనమో చేయలేదు... పని కోసం
వలసపోయిందు. ఇదే దేశంలుండి
ఎసోంటి పని జేసిన తిరిగి పట్టురావ
స్తుండె గానీ, పరాయి దేశంలుండి
మంచి పని జేసిన తిరిగొత్తరని
నమ్మకం లేదు...' అన్న మాటలు నా
చెవిలో ఇంకా ప్రతిధ్వనిస్తున్నాయి.

'మాయమ్...' అంటూ ఏయిర్
పోస్ట్స్ మాటకీ మళ్ళీ తేరుకున్నాను.
'ఎనీ ఆర్డర్ ఫీజ్..,' అని అడి
గింది. పుడ్ ఆర్డర్ పెట్టిన,
కొద్దిసేపటికి ఒక

స్తుంటే నేను ఏడ్చా... తర్వాత తెలిసింది, నాన్న
పోయిన దేశంలో అక్కమంగా వచ్చిన వాళ్ళను
'కల్లివెల్లి' అంటారని... దౌరికితే జైల్లో పెడ్తారని.
నాన్న మాత్రం తప్పించుకుని తిరుగుతున్నాడని
తెల్పింది.

ఇదంతా ఇలా ఉండగా, అనుకోకుండా
తాతయ్య చనిపోయాడు. విషయం నాన్నకెలా
చేర్చాలో కూడా తెలీదు... తెలిసినా రావడం
అసాధ్యమని అందరూ అన్నారు. దిక్కు తోచక
దూరపు చుట్టుమైన బాబాయే తలకొరివి పెట్టే
సాడు... ఆ రోజు అంత బాధతో ఉండగా, శోకం
పెట్టి ఎడుస్తూ ఒక ముసలావిడ నన్ను, 'ఇది
పుట్టగానే వాళ్ళ అయ్యుకు దరిద్రం
పట్టింది... ఊరు మొఖమే సూడకుండా యే'
అంటూ ఏడ్చేసరికి... ఎంతలా కుంగిపోయానో
నాకు మాత్రమే తెలుసు.

టెక్కాలజీ పెరుగుతున్న కొద్ది నాకు తెలియ
కుండానే నాన్నను చూస్తాన్నను నమ్మకం బలప
డింది.. కానీ మన దగ్గర మొబైల్, సిమ్, వైఫై
అన్ని ఉండి అవతల వ్యక్తి దగ్గర మాత్రం, అసలే
మున్నాయో కూడా తెలియక పోవడం... ఏ
రకంగా నాన్నను కన్టెక్ట అవ్వక పోవడం...
నన్నింకా బాధ పెట్టేవి.

అలా చూస్తాండగానే... బలహీన పడ్డ నా
అశల రెక్కలకు వెయ్యి ఏనుగుల బలం
వచ్చింది... తెలంగాణ వచ్చినప్పుడు!! ఉల్లో
కొంతమంది వలసెల్లి తిరిగొచ్చారు, అలా నాన్న
ఇప్పుడైనా తిరిగొస్తాడేమొనని నమ్మాను...

దాదాపు మూడు సంవత్సరాలు ఎదురు చూసిన లాభం లేకుండా పోయింది.

డిగ్రి రెండో సంవత్సరం చదువుతున్న రోజుల్లో... ఒక ఫ్రైండ్ చెప్పింది... టీటీర్, ఫేన్ బుక్ లాంటి సోషల్ మాధ్యమాల్లో మీ నాన్న గురించి పోస్ట్ పెట్టు... నీకు ఏదైనా సాయం అవుతుందేమోనని. కొన్ని సమస్యలు ఇలా పోస్ట్ చేయడం ద్వారానే తీరాయని తన పోన్లో చూపించింది కూడా. వెంటనే ఆ రోజు రాత్రే అన్నింట్లో ఆకాంట్ క్రీమేట్ చేసుకోని పెట్టేసా... కొన్ని బాధాకరమైన ఎమోజీలతో లైన్, పేర్న అయ్యాయి కానీ సరైన ఫలితం రాలేదు... బహుళ రోజు ఇలాంటి పోస్టులు ఎక్కువై పట్టించుకోక పోవడం లేదా నాకున్న ఫాలోయింగ్ తక్కువ ఉండడం వల్ల హెల్పు చేసినా పెద్ద రెస్టార్ట్ ఉండకపోవచ్చని కొందరు స్పుందించలేదేమో!.

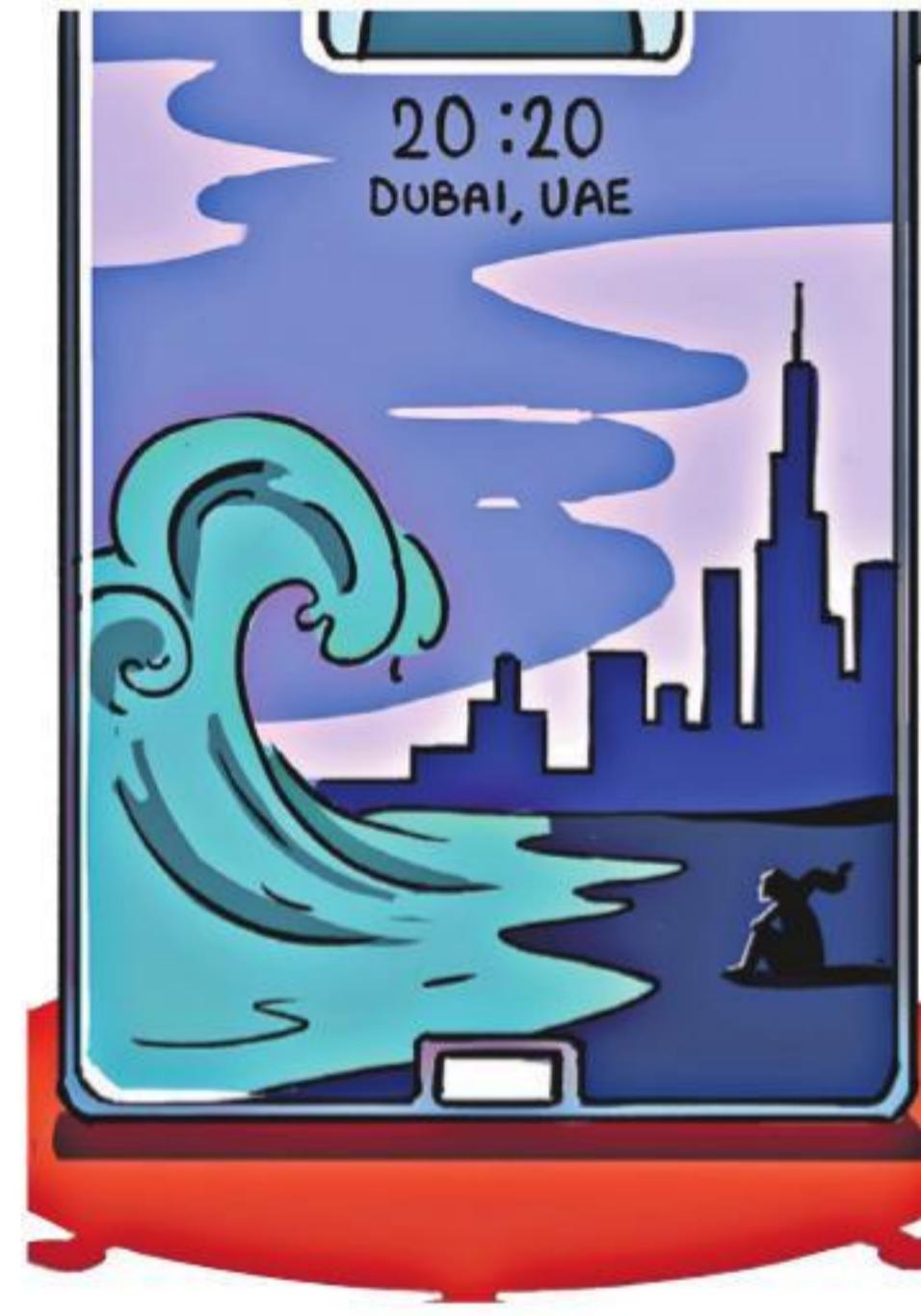
ఇంకా... ఆ పోస్ట్ ని ఆధారం చేసుకొని ఒక దుబాయ్ ఏజెంట్ నన్ను మోసం చేయాలని చూసాడు... నేను వాడికి లొంగలేదు, ఆ కోపంతో నేను పెట్టిన పోస్ట్ ఫేక్ అని దుష్టు చారం చేస్తూ పోస్టులు పెట్టుడు... ఇది నా బాధకు ఇంకా బలాన్ని ఇచ్చింది.

ఇదంతా ఇలా ఉండగా, అనుకోకుండా ఓ రాత్రి నాకో కాల్ పచ్చింది...

‘నమస్తే అమ్మి! నా పేరు మాధవ్ రెడ్డి, ఒక్కప్పటి మీ ఊర్లోని వితల్ రెడ్డి కొడుకుని. మీ సోషల్ మీడియా పోస్ట్ చూసి, మావూరి అమ్మాయి సమస్య అని పోన్ జేసిన. వారం రోజుల నుండి ఆ పని మీదనే ఉన్నా.. నాకు తెలిసిందేమిటంటే మీ నాన్నను ఒక దుబాయ్

ఉందే. ఆ మంటల్లోనే నాన్న చిన్నప్పటిచి, పెండ్లి ఫొటోలు కూడా కాలి బూడిదైనాయి. తర్వాత నేను పుట్టడం, నాన్న దుబాయ్ పోవడం, అమ్మ కొత్త రేపన్ కార్పులు అప్పయ్ చేసిన దాంటల్లో నాన్న లేకుండా పోయాడు. అలా నాన్నని ఇప్పటి వరకు చూడ్లేకపోయా.. ఇప్పుడు మీ ద్వారానే నాన్న ఆచాకీ తెల్పింది సార్,’ అన్నాను.

‘అవునా!! సర్దీ అమ్మ, నేను నా పలుకు బడి ని ఉపయోగించి అక్కడున్న మీ నాన్నను విడిపించడానికి చూస్తాను, కానీ ఆ దేశం వాళ్ళ రూల్స్ చాలా ఉంటాయి... అంత తొందరగానైతే పని అవ్యాదు... నువ్వేం కంగారు పడకమ్ము.. ఏదైనా అవసరం ఉంటే నాకు కాల్ చేయ’



సరిగ్గా ఒక జ్యేలు ముందు కారాగించి... బిగి లోపలికి వెళ్లింటే గుండె దడ పెరుగుతున్నటి... అక్కడ చెక్కింగ్ హాడావుడిలో కూడా నా చూపులన్ని నాన్న కోసమే... ఎలా ఉంటాడో తెలియకపోయినా, ఆరాటంతో వెతుకుతున్న!! కొంచెం లోపలికెళ్ళాకా, ‘కొంతమంది అనారోగ్యం కారణంగా హస్పిటల్లో చేర్చాం.. అందులో మీ నాన్న కూడా ఒకరు’ అక్కడున్న పోలీసులు చెప్పగానే వెంటనే ఆ హస్పిటల్కి వెళ్ళాం..

ఏజెంట్ తప్పుడు ఎడింటిటీలతో దుబాయ్ పంపించాడనీ... అక్కడికెళ్ళాకా కల్గివెల్లి అవ్యాదం.. తప్పించుకొని తిరగడం జరిగాయి’ అంటూ చెప్పుతూ మధ్యలో ఆగి..

‘మా అబ్బాయి అక్కడే ఎమ్మున్ చేస్తున్నాడు... వాడికి ఈ పోస్ట్ ఫేర్ చేస్తే అక్కడి ఏజెంట్ వాళ్ళ సాయంతో గాలిస్తే, ఒక బిల్డింగ్ కన్స్ట్రక్షన్ జరుగుతున్న స్థలంలో ఇద్దరు కూతీలు మీ నాన్న కు బాగా తెలుసట. ఎదారి ప్రాంతంలో తప్పించుకుంటూ తిరుగుతుంటే, అనుకోకుండా రెండు వారాల కింద అక్కడి పోలీసులకు దొరకడంతో... ప్రస్తుతం జైల్లో ఉన్నాడని తెలిసింది...’ అని చెప్పాడు. ఒక్క సారిగా నాలో ఏదో అనందం, నాన్న ఇంకా ఉన్నాడని!! అంతే బాధ, జైల్లో ఉన్నాడని!!

‘ధాంక్ సార్... మొత్తానికి నాన్న జాడ తెలిపారు. అప్పట్లో మీ నాన్న వితల్ గారిని చంపడానికి గడీలో పెట్టిన బాంబుకు కాలిపోయిన కొన్ని పక్కిశ్చలో మా పాతిశ్చకూడా

అంటూ పెట్టేసాడు.

అమ్మ కు విషయమంతా చెప్పాను... ఇద్దరికి రాత్రంతా నిద్ర పుట్టేదు. తెల్లారి డైసైండ్ అయ్యా, ‘నేనే ఆ దేశానికి వెళ్ళి నాన్నను కలిసాస్తాను’ అని.

అదే విషయం మాధవ్ రెడ్డిగారికి చెప్పి సాయం అడిగాను... నలబై రోజుల్లో అన్నీ ఏర్పాట్లు చేసుకొని... ఇప్పుడిలా అరబ్ దేశం వైపుగా...

* * *

తెల్లారేసరికి... దుబాయ్లో దిగాను.

నన్నక్కడ రిసీవ్ చేసుకుంది మాధవ్ రావు గారి అబ్బాయి సుధాన్నరెడ్డి. ఏయుర్పోర్ట్లో ఎంత మాడావుడి ఉన్నానా మనసంతా నాన్నని కలవడం మీదనే ఉంది.

కార్లో ప్రయాణిస్తూనే ఉన్నాం... అన్ని గంటలు విమానంలో ఉన్నా ఏమీ అన్నించలేదు కానీ నాన్నమీద తాపుత్రయంతో ఈ కారు ప్రయాణం విసుగొచ్చింది. అమ్మ చేసిచ్చిన

అప్పాలు, సత్తుపిండి బ్యాగుని గట్టిగా పట్టుకొని కూర్చున్నాను.

దేశం విడిచిపెట్టి రావడం వలస అనుకొన్నా... కాదు, చదువుల కోసం, హానీమూన్ల కోసం, ఇతర సుఖాల కోసం రావడం కాదు, పొట్ట చేతపట్టుకొని, బతుకుని భారంగా భుజాలపై బిల్లింగ్లను మోస్తా దొరికే నాలుగు మెతుకుల కోసం రావడమే ‘వలస’ అని క్లియర్గా బుర్జ్ భలీపా చూసాక అర్థమైంది..!!

సరిగ్గా ఒక జ్యేలు ముందు కారాగింది... దిగి లోపలికి వెళ్లింటే గుండె దడ పెరుగుతున్నది... అక్కడ చెక్కింగ్ హాడావుడిలో కూడా నా చూపులన్ని నాన్న కోసమే... ఎలా ఉంటాడో తెలియకపోయినా, ఆరాటంతో వెతుకుతున్న!!

కొంచెం లోపలికెళ్ళాకా, ‘కొంతమంది అనారోగ్యం కారణంగా హస్పిటల్లో చేర్చాం.. అందులో మీ నాన్న కూడా ఒకరు’ అక్కడున్న పోలీసులు చెప్పగానే వెంటనే ఆ హస్పిటలకి వెళ్ళాం..

అక్కడ నర్సు చెప్పిన విషయం వినగానే, నా గుండె ఆగినంత పన్చెంది! దుఃఖం తన్నుకొచ్చింది... అప్పటికి మొత్తం ప్రపంచానికి ఇంకా పూర్ణగా తెలియని పీడ.. నాన్నకు పట్టింది.. అదే కరోనా!!

నాన్నకు కరోనా వచ్చి చనిపోయారని నర్సు చెప్పగానే... నెత్తి కొట్టుకుంటూ ఏద్దీ సాను.

‘నేను నాన్నని చూడాలి..’ అని నర్సుని బతిమిలాడాను...

‘కరోనా శవాల్ని ఎవరు తాకకూడదు... అందుకే సముద్రం దగ్గరున్న శ్శశాన వాటికు తీసుకెళ్ళాడు. అప్పటికే చాలా మంది పోలీసు బందోబస్తుతో దాదాపు డెబ్బె శవాలు కాలిపోతున్నాయి... పోలీసులు దగ్గరికి కూడా పోనీయలేదు... దాంటలో నాన్న శవమేదో కూడా తెలీదు.

అలా కనీటి కెరటాలతో సముద్రం ముందు... నాదో సముద్రం ఘోషించాడు. దశబ్దాల నా దుఃఖ నిశ్శబ్దాన్ని వినిపించే లాంటాడు. అప్పటికే చాలా మంది పోలీసు బందోబస్తుతో దాదాపు డెబ్బె శవాలు కాలిపోతున్నాయి...

తూరుపు వేబిక్షై వేకువ నర్తన నీ
పాటు.. ఎక్కడో దూరాన కూర్చున్నా
వినిపించేది నీ పాటే. సందెపాండ్లు
కాడ సంపంగి పాటు.. జామురాతిల
జాబిలమ్ముకు జోలి పాడే పాటు..
మంటసాల మాస్టోల్సు ములిపించే
పాటు.. రఫ్ఫి సాబ్ ను గుర్తుచేసే
పాటు.. దొరకునా ఇటువంటి పాటు
అంటూ ప్రతి గీతాన్ని చెవులు
లిక్కించి విన్నాం. ప్రతి పదాన్ని మన
సుకు హత్తుకున్నాం. గమకాల
దొంతర్లో తేలిపోయాం.
సంగతుల మాయలో పడి ఎన్నో
సంగతులు మళ్ళిపోయాం.



నివాః

నీ పాటలు.. మాకు పాఠాలు!

'కొ

చికి పోతావ కృష్ణమ్మా.. ఆ కంచి
వార్తలేమి కృష్ణమ్మా..’ అంటూ
ఎంత లలితంగా పాడావయ్యా!
ఇది పాడిన పాతికేళ్ళకు ‘లోకం కాని
లోకంలోన ఏ..కాం..తాల వలపు’
గోదావరిపై తేలుతూ గాలివాటులో
సాగిన నావలా అంతే లీలగా ఆలపించావు
బాలు. ‘నీ గొంతులో ఏ మార్యా రాలేదంటే ‘అ
ప్పట్లనే పాడుతున్నానా! ఇన్నేండ్లలో నేనేం
నేర్చుకోలేదా’ అని కోపం వస్తుందేమో నీకు.
కానీ, నీ గాత్రం మారలేదంటే మారలేదు.
గంగ పవిత్రత, హిమశిఖరాల గొప్ప
దనం ఎలాగైతే మారవో.. నీ గొంతు
అంతే! కానీ, పాటలన్నీ మాకిచ్చేసి
వెళ్లిపోవడమే బాగోలేదు బాలు!!

చెమర్చిన కండ్లను ఒక్క
సారి మూసుకుంటే..

బడికి పోనని

మారాం చేస్తుంటే..

ఆమ్మ నా వీపు

విమానం మోత

మోగించిన

పుడు.. అప్పుడే

రేడియోలో

‘చిన్నారి పొన్నారి

కెట్టియ్య నిన్నెవరు

కొట్టారయ్యా..’ వస్తున్నది.

నా ఏడుపంతా ఉప్పు కాకి. నా

బాధంతా హంఫట్ చేసేశావు. చివర్లో తమా

పాగా ‘వెళ్ళము వెళ్ళము వెళ్ళము లేవమ్మా’ అని

పాట ముగించడం.. నేను కూడా ‘వెళ్ళను..

వెళ్ళను.. ఈ రోజు బడికి వెళ్ళను లేవమ్మా’ అన

డమూ.. అమ్మ కోపంగానే ఒప్పుకోవడం జరిగి

ఎం చేయాలో

తోచక నిరుత్సాహంలో కూరుకు

పాటయిన పూట ‘జగడ జగడ జగడం..

చేసేద్దాం రగడ రగడ రగడం.. దున్నేస్తాం

ఎగుడు బిగుడు భువనం.. మేమేరా పిడు

గులం..’ వెయ్యి వోల్లుల శక్తినిభీన పాట

ఇది. ప్రతి సందర్భాలో నీ పాటు

చెవిన మోగుతూనే ఉంటుంది.

పోయాయి.
నూనుగు మీసాల నూత్తు యొవనంలో! కన్నె
పిల్లనని కన్నులున్నవని.. వగలు పోతున్న చిన్నా
రిచి మాట్లాడే చాలు చిన్నవప్పు రువ్వే రోజులవి.
నచ్చిన చిన్నది కంటికి కానరాక దిగులుగా
కూర్చున్నాను ఉనాడు. ‘దూరమైన కొలదీ పెరు
గును అనురాగం.. విరహంలోనే ఉన్నది అను
బంధం..’ అంటూ వినిపించిన నాలోని ప్రేమికు
డికి సరికొత్త ఉత్సాహం నింపావు.

మరోసారి మా మామయ్య
పెండ్లి.. తాళికట్టు శుభవేళ, ‘శ్రీ
కారం చుట్టుకుంది పెళ్ళిపు
స్తకం..’ అని మరోపాటు
మొదలైంది. మేళాలు,
తాళాలు, మంగళవాద్యాలు
మిన్నంటి మోగుతున్నా.. ఆ
పాటలో నువ్వు వినిపించిన
మంత్రార్థాలు ఆ కొత్తదంపతుల
కాపురానికి పదివేల ఆశిస్సుల
య్యాయి. ఆ తర్వాత మరపు
రాని రేయికి ‘మానమేల
నోయి..’ అంటూ ఎదల్లో
వెన్నెల కురిపించింది నీ పాటే.

‘జీవితమే ఉ ఆట.. సాహసమే
పూబాట..’ దీన్ని మాటలుగా వింటే
పూడయం స్వందించి ఉండేది కాదేమో!
నీ గళం నుంచి గలగల జాలువారిన ఆ పదాలు
ఎందరి పథాన్ని ఉన్నతంగా మార్చేశాయో!! ఏం
చేయాలో తోచక నిరుత్సాహంలో కూరుకుపో
యిన పూట ‘జగడ జగడ జగడం.. చేసేద్దాం
రగడ రగడ రగడం.. దున్నేస్తాం ఎగుడు దిగుడు
భువనం.. మేమేరా పిడుగులం..’ వెయ్యి

వోల్లుల శక్తినిచ్చిన పాట అది. ప్రతి సందర్భానికి
నీ పాట మా చెవిన మోగుతూనే ఉంటుంది. మా
నోట పలుకుతూనే ఉంటుంది. అందులోని
భానలు మా మనసులో నాటుకుపోతుంటాయి.

‘పాడుతాతీ యగా’ అంటూ అందరివాడ
య్యాచు బాలు. ఇటీవల యూట్యూబ్ చానల్ సింపీ ఎస్టీబీ అంటూ అందరికి మరింత చేరువ
య్యావు. శుక్రవారం చచ్చిందంటే చాలు నోటిఫికేషన్ ఎప్పుడెప్పుడు వస్తుందా.. నువ్వు ఏమేం విశేషాలు చెబుతావా అని అత్రంగా ఎదురు
చూస్తూ ఉండేవాణ్ణి. అంతలోనే అన్యాయం చేసి వెళ్లిపోయావేంటి బాలు.

‘బాలూ పాడేస్తాడండి.. బాలూ ఉన్నాడు
కదండీ..’ అని సంగీత దర్జకులు కత్తిగట్టి కట్టిన
పాటలన్నీ అలవోకగా ఆలపించిన ఘనత
తెలిసి.. ‘మా బాలూ వచ్చేస్తాడు.. బాలూకు ఏం
కాదు’ అనుకున్నాం. నీ గొంతుకలోకి జొచ్చిన
కరోనా క్రీమి అక్కడున్న అమృతాన్నంతా తాగేసి
వెళ్లిపోకుండా.. నీ ఆయుష్మనూ లాగేసిందా.
భరించలేకపోతున్నాం బాలు. నువ్వులేని ఈ
కలోర సత్యాన్ని జీర్ణించుకోలేకపోతున్నాం.

* * *

నువ్వుక్కడ మేలిక్కడ
పాటిక్కడ పదమక్కడ
మనసులో మాత్రం ఎప్పటికే నిలిచిపోయి
ఉంటావు బాలు.

శతవసంతాలు.. దశ దిశాంతాలు.. నీ గానం
వినిపిస్తూనే ఉంటుంది. మకరందం కురిపిస్తూనే
ఉంటుంది. అది వింటూ జోపోరు జోపోరు నీ
పాటకు అని జేసేలు పలుకుతూనే ఉంటాం.

- ఓ అభిమాని

వాస్తు

ఈశాన్యం పెలిగితే వచ్చే ఫలితాలు

ఎమిటి? దయచేసి వివరిసారా?
- ఆదిలక్ష్మి, వెంకిరాల

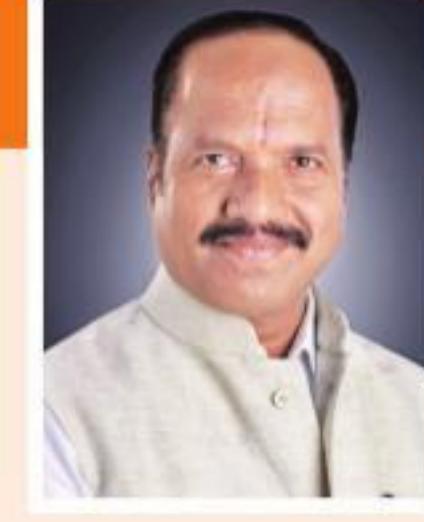
ఈశాన్యం పెరగడం అనే మాటలో చాలామంది రకరకాల అర్థాలు తీసి నిర్మాణాలు చేస్తున్నారు. ఇంటికి ఈశాన్యంలో ఇల్లు కట్ చేసి ఈశాన్యంలో ఖాళీ స్థలం పెరిగిందని గొప్పగా భావిస్తున్నారు. అలాగే.. ఇంటి ఈశాన్యం గదిని తూర్పువైపు పెంచి ఈశాన్యం పెరిగిందని అనుకుంటున్నారు.

ఇవన్నీ తెలియని వాదనలు. దక్షిణం, పడు మర, ఉత్తరం తొంబై డిగ్రీలు ఉండాలి. తూర్పు ముఖం పూద్య పోసుపోసు ఈశాన్యంలో స్థలం పెరిగితే.. అప్పుడు తూర్పు ఈశాన్యం పెరగడం అవుతుంది. అలాగే ఉత్తర ఈశాన్యంలో పెరుగుతుంది. నిర్మాణంలో ఈశాన్యం పెరుగొద్దు, తెగపోవద్దు. ఈశాన్యం పెరిగితే ఉదయం పూట సూర్యుని లేత కిరణాలు ఏటవాలుగా గృహం ముంగిలిని తాకి ఆ ఇంట్లోని వారికి ఆరోగ్యం కలుగుజేస్తాయి. తద్వారా పుత్ర, పౌత్ర వంశాభివృద్ధి జరుగుతుంది. సకల ఐశ్వర్యాలు సిద్ధిస్తాయి.

సుదాల సుధాకర్ తేజ

suddalavasthu@gmail.com

Cell: 7993467678



పైన పోర్ష్ న్కు ద్వారాలు
పెద్దవి పెట్టుకొని, కింద
పోర్ష్ న్కు చిన్నవి
పెట్టుకోవచ్చా?

- కావేరి సుజన్ కుమార్,
లింగంపల్లి

కొందరు ఆఫీసు కోసం కింద పోర్ష్ న్ను వదిలి పైన ఇంటిని కట్టుకుంటారు. ఆ రెండు భవనాల వాడకం, వాటిలో 'జన సంచారం' వేరువేరుగా ఉంటుంది. కాబట్టి కొన్ని మార్పులు, చేర్చు లతో వేరువేరుగానే కట్టుకోవచ్చు. మీరు మీ గృహంలో పెట్టే ద్వారాలన్నీ ఒక సైజులో తయారు చేయించుకోవచ్చు. కింది పోర్ష్ న్కు మీ అనుకూలత కోసం మరో సైజులో ద్వారాలు పెట్టుకోవచ్చు. అయితే ఇంటిలో సింహాద్వారం వెడల్పు వేరుగా ఉంటుంది. మిగిలిన ద్వారాలు వేరుగా ఉంటాయి. ప్రధానంగా ఎత్తు విషయంలో మాత్రం, పైన పోర్ష్ న్లోని అన్ని ద్వారాలు ఒక ఎత్తును కలిగి ఉండాలి. ఇదే విధంగా కింది పోర్ష్ న్కు పెట్టుకోవచ్చు. ఒకే పోర్ష్ న్లో భిన్నమైన కొలతలు ఉండకూడదు.

తూర్పువైపు ఇంటికి రెండు ద్వారాలు కావాలంటే ఎలా పెట్టుకోవాలి? ఆచివర,
ఈ చివర పొర్పాటు చేసుకోవచ్చా?

- వై.అనురాధ, కాట్సాన్

ద్వారాలు ఇంటికి ప్రాణవాయువుతో సమానం. వాటిని మన ఇష్టానుసారం పెట్టడం సరికాదు. శాస్త్రబద్ధంగా అమర్యకోవాలి. మీ గృహానికి తూర్పు దిశకు రెండు ద్వారాలు పెట్టుకోవాలంటే.. తూర్పు ఈశాన్యంలో ఒక ద్వారం, తూర్పు మధ్య భాగంలో హాలులోకి మరో ద్వారాన్ని పెట్టుకోవచ్చు. ఇంటి మొత్తానికి కొలత చూస్తే రెండో ద్వారం ఆగ్నేయ భాగంలోకి రాకూడదు. అవసరమైతే రెండో ద్వారాన్ని దక్షిణ ఆగ్నేయంలో పెట్టుకోవచ్చు. ఇదే విధంగా ఉత్తరం వైపు కూడా ఉత్తర ఈశాన్యంలో ఒక ద్వారం, ఉత్తర మధ్య భాగంలో ఒక ద్వారం నిర్మించుకోవచ్చు. వంటింట్లో నుంచి తూర్పు ద్వారం పెట్టవద్దు.

సెల్లార్లోకి రెండు ఎంట్లేలు ఏ బిశల్లో పెట్టుకోవాలి?

- ఉపేందర్, గొలిగూడ

పెద్దపెద్ద పొపింగ్ కాంప్లెక్స్‌లకు, సినిమా హల్స్‌కు, ఎక్కువ ప్రజా సమూహం గుమిగూడే మాల్స్ మొదలైన వాటికి సెల్లార్లు నిర్మించాలి. అది అనుకూలం. గృహ నిర్మాణ సముదాయానికి సెల్లార్ కాకుండా 'స్పీల్ వే' నేలమీద ఫ్లోర్ని వదిలి పైన ఇండ్లను ప్లాన్ చేసుకోవాలి. సెల్లార్లోకి రాకపోకలను దక్షిణం నుంచి కానీ, పడమర నుంచి కానీ ఏర్పాటు చేసుకోవాలి. తూర్పు, ఉత్తరం రోడ్లు ఉన్నా కూడా ఆ దిశల నుంచి కాకుండా, నిర్మాణం చుట్టూ వాహనం తిరగ గలిగే ప్రదేశాన్ని వదిలి లోనికి వెళ్డానికి దక్షిణ ఆగ్నేయం, బయటకు రావడానికి పశ్చిమ వాయవ్యంలో సెల్లార్ మార్గాలను పెట్టుకోవచ్చు. రాకపోకలకు ఒక మార్గం అనుకుంటే పడమర వాయవ్యంలో గానీ, పడమర మధ్యభాగంలో గానీ, దక్షిణ ఆగ్నేయంలో గానీ, దక్షిణం మధ్యలోగానీ మార్గం ఏర్పాటు చేసుకోవచ్చు.

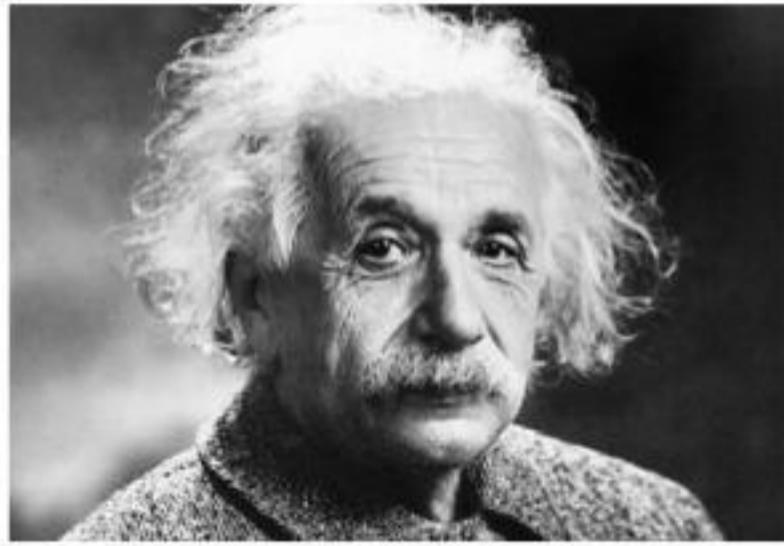
మీ ప్రశ్నలు పంపాల్సిన చిరునామా

'బతుకమ్మ', నమస్తేతెలంగాణ బినపత్రిక, ఇంటి.నం: 8-2-603/1/7,8,9,
కృష్ణాపురం. రోడ్ నం: 10, బంజారాపాల్స్, హైదరాబాద్ - 500034.





పెద్దల మాట



ఇబ్బందులు కొత్త శక్తిని తెచ్చిపెడ తాయి. మన ఆలోచనలకు పదును పెడతాయి.

- అల్బ్రెండ్ర్ ఎన్స్ట్రోస్

పాండుపు కథలు



1. ఎక్కులేని మానుకు, దిక్కులేని కాపు. ఏమిటది?
2. చిట్టుకు పొట్టుకులాడి, గోడ దుంకే లేడి. ఎవరది?
3. రసరసాలు తిన్న రాజు కడుపులో పేగుల్లేవు.
4. నూరుగురు అన్నదమ్ము లకు ఒకటే మొలతాడు.

ఇంటిల్లో. ६ లింగిల్లో. ५ వింటిల్లో. १ : కాంపాజి

పద్మం

నీచగుణములెల్ల నిర్మాలమైపోవు కొదువ లేదు సుజన గోప్పి వలన గంధమలదమేమి కంపడగినయట్లు విశ్వదాభిరామ వినురవేము.



భావం: సజ్జన సాంగత్యం వల్ల, ఉత్తముల సంభాషణ వల్ల మనలోని దుర్గుణాలు తొలగిపోతాయి. మంచి వారితో కలిసిమెలిసి తిరగడం ఒంటికి గంధం పూనుకోవడం లాంటిది. శరీరంలోని దుర్గంధాన్ని, మంచి గంధం పూత ఎలా దూరం చేస్తుందో, అలాగే మంచివారి స్నేహం మనలోని అవలక్షణాలను వదలగొడుతుంది.

నిజంగా నిజం

మామూలుగా అన్ని శునకాల నాలుకలూ గులాబీ రంగులోనే ఉంటాయి. కానీ 'చొ' అనే జాతి కుక్క నాలుక మాత్రం నీలి రంగులో ఉంటుంది.



పట్టుకోండి చూద్దాం

1. వీటికి కారణం వేరే ఉంది.
2. వాడు పరుగెడుతూనే ఉన్నాడు. ఎంతచెప్పినా ఆగడే!.
3. అతని కోసం హరి ఇటు వచ్చాడు.
- 4.. అతని దగ్గర ఉన్న మేకలు చిన్నవిగా ఉన్నాయి.

ఇంటిల్లో. ६ లింగిల్లో. ५ వింటిల్లో. १ : కాంపాజి



ఈ వాక్యాలను వెనుక నుంచి చదివితే ప్రతిదింట్లో ఒక జీవి ఉంటుంది. అదేంటో కనుక్కోండి.

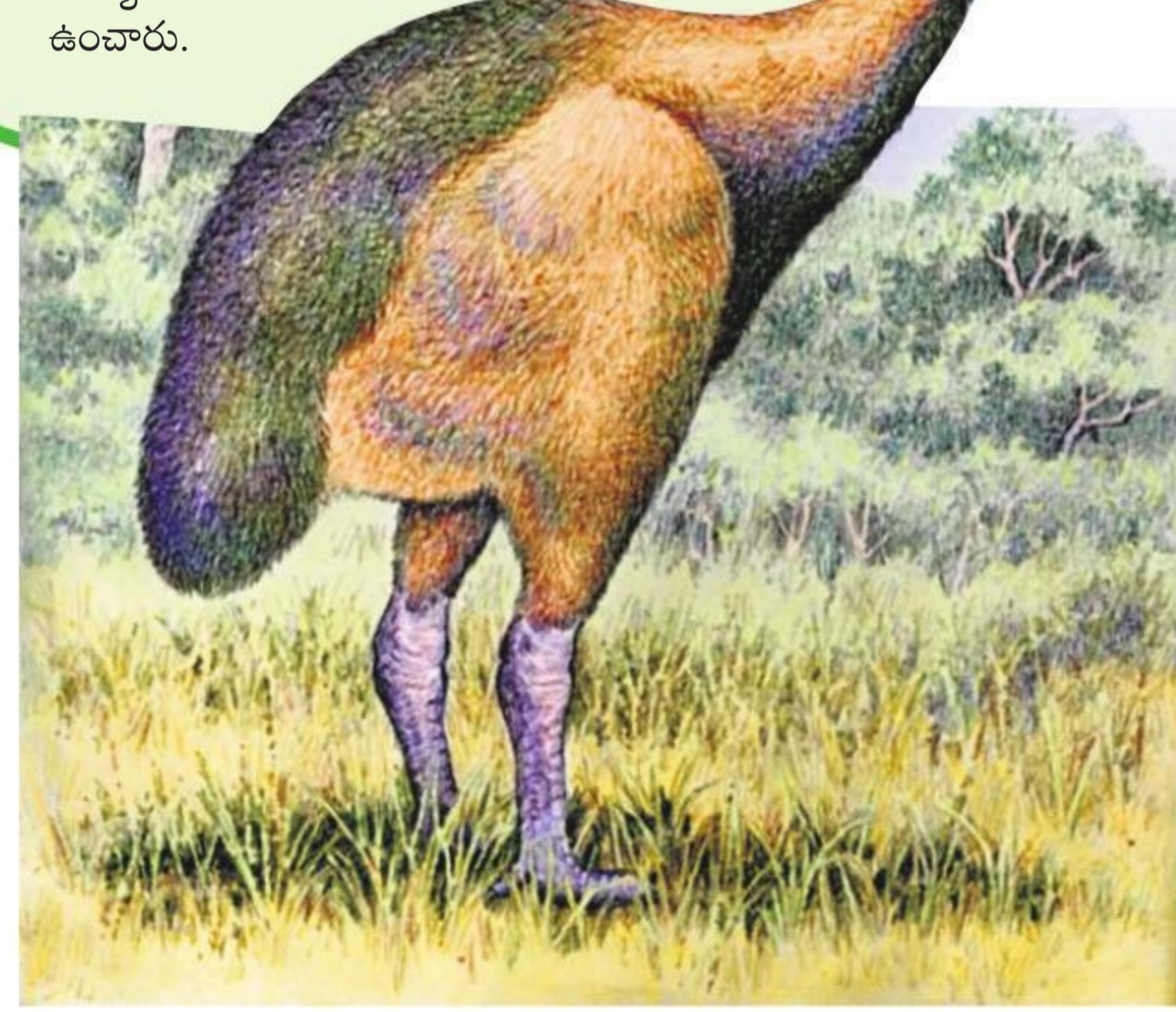


అంతరించిన పక్కి..

జెయింట్ మో

హాయ్ పిల్లలూ! మనం నిత్యం ఎన్నో పక్కలనూ, జంతువులనూ చూస్తూ ఉంటాం. కానీ మనకు తెలియకుండానే అనేక జీవులు అంతరించిపోయాయి. వాటిలో 'జెయింట్ మో'లు కూడా ఉన్నాయి.

ఇది చూడటానికి అచ్చుం ఉప్పుపక్కి(ఆప్టిచ్)లా ఉంటుంది. ఇవి ప్రపంచంలోని పక్కలన్నింటిలోనూ పెద్దవి. జెయింట్ మోలు 17వ శతాబ్దిలోనే అంతరించిపోయాయి. ఇవి న్యూజిలాండ్లో ఎక్కువగా ఉండేవి. వీటికి రెక్కులుండవు. కాబట్టి ఎగురలేవు, వేగంగా పరిగెత్తలేవు. వీటి పొడవు 4 మీటర్లు. చిన్న తల, మందమైన ముక్కు, పొడవాటి మెడ, బలమైన శరీరంతో పాటు ఎంత దూరం నుంచైనా వాసనను పసిగట్టగలవు. ఇవి ఎక్కువగా ఆకులనూ, చిన్న చిన్న కొమ్ములనూ, ఆడవుల్లో దొరికే పండ్లనూ తింటాయి. సాధారణంగా, పక్కలు ఆహారంగా తీసుకున్న వాటిని నమలేవు. అందుకని అవి జీర్ణం కావడానికి రాళ్లను మింగుతాయి. రాళ్లకింద పడిన ఆహారం మెత్తగా అయిపోయి జీర్ణమవుతుంది. అలాగే ఈ జెయింట్ మోలు కూడా ఆహారాన్ని జీర్ణం చేసుకోవడానికి రాళ్ల మింగుతాయి. పాటి మెడ ఉన్నందు వల్ల 3 మీటర్ల ఎత్తు నుంచి కూడా ఆహారాన్ని సేకరించగలవు. ఈ జాతిలో ఆడ, మగ పక్కల్లో చాలా తేడాలుంటాయి. ఆడ పక్కలు మగ పక్కల కన్నా పొడవులో 1.5 రెట్లు, బరువులో 2.8 రెట్లు అధికం. ఇవి దాదాపు 76 కేజీల నుంచి 242 కేజీల వరకు బరువు ఉంటాయి. అంటే మనిషి బరువు కన్నా మూడు రెట్లు ఎక్కువ. రోజుకు ఒకటి లేదా రెండు గుడ్లు పెడతాయి. మగ పక్కలు 34 నుంచి 85 కేజీల బరువు మాత్రమే ఉంటాయి. కిమీ పక్కల్లాగా మగ జెయింట్ మోలు గుడ్లపై కూర్చుంటాయి. ఈ పక్కలను జిరాఫీ బర్న్ అని కూడా అంటారు. పరిశోధకులు వీటి అస్ట్రోఫోలాంజీరాలను సేకరించి మ్యూజియంలో ఉంచారు.



రాశి ఫలాలు

04-10-2020 నుంచి 10-10-2020 వరకు

మేషం



ఈ వారం అనుకూలంగా ఉంటుంది. అభిరుచికి తగిన ఆహారం తీసుకుంటారు. అందరితో ప్రేమభావంతో ఉంటారు. బంధుమిత్రులను కలుసుకోవడం వల్ల ఖర్చులు పెరగవచ్చు. సాంస్కృతిక, ఆధ్యాత్మిక, సేవా కార్యక్రమాలలో పాల్గొనడం వల్ల నలుగురిలో గౌరవ మర్యాదలు ఉంటాయి. విద్యార్థులు చదువులో బాగా రాణిస్తారు. అనుకూల ఘలితాలు ఉంటాయి. పోటీ పరీక్షలలో విజయం తట్టుం. సమయానుకూలంగా నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. వ్యాపార విస్తరణలో జాగ్రత్త అవసరం. ఒప్పందాలు ఘలిస్తాయి. కొత్త పనుల ప్రారంభ విషయమై ఆలోచనలు అనుకూలిస్తాయి. ఆస్తుల కొనుగోలులో అప్రమత్తత, పెట్టుబడులలో తాత్కాలిక లాభాలు ఉంటాయి. ఖర్చులు ఉన్నా ఆర్థిక పరిస్థితి సంతృప్తిగా ఉంటుంది.

వృషభం



వారం ప్రారంభంలో ఊహించని ఖర్చులు ముందుకు రావచ్చు. మిగతా రోజులు అనుకూలంగా ఉంటాయి. ఆత్మియులతో, స్నేహితులతో సంతృప్తిగా ఉంటారు. అనుకూల వాతావరణం ఉంటుంది. తలపెట్టిన పనులు పూర్తి చేయడంపై మనసు నిలుపుతారు. ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధ అవసరం. పనులను అనుకూలంగా మలుచుకుంటారు. సోదరులు, బంధుమిత్రులతో పనులు నెరవేరుతాయి. కుటుంబ సభ్యులతో చిన్నచిన్న మనస్సుర్లు ఉండవచ్చు. ప్రతీ విషయంపై లోతుగా ఆలోచించి నిర్ణయాలు తీసుకోవాలి. సమాజంలో మంచిస్తాయిలో ఉన్న వారితో పరిచయాలు ఏర్పడతాయి. వివాదాలకు దూరంగా ఉండటం మంచిది. భూములు, వాహనాల విషయంలో కలిసి వస్తుంది. పూర్వం ఇచ్చిన డబ్బు తిరిగి రావడంలో ఇబ్బందులు ఉండవచ్చు.

మిథునం



వారం మధ్యలో ఖర్చులు ఉంటాయి. మిగతా రోజులు అనుకూలం. ఆరోగ్యం పట్ల జాగ్రత్త వహించాలి. వృత్తి, వ్యాపారాలలో పనిభారం, బాధ్యతలు పెరుగుతాయి. ప్రారంభించిన పనులు పూర్తివుతాయి. ఆత్మియులు, స్నేహితులతో కొన్ని విషయాలలో జాగ్రత్తలు పాటించాలి. అనవసరమైన విషయాలు చర్చించకుండా ఉండటం మంచిది. మంచి ఆలోచనలు స్వురిస్తాయి. కార్యరూపంలో పెడతారు. అనుకూల మైన ఘలితాలు పొందుతారు. విద్యార్థులు చదువులో అనుకున్న ఘలితాలను సాధిస్తారు. శుభకార్య ప్రయత్నాలు ముందుకు సాగుతాయి. ప్రయాణాలవల్ల ఖర్చులు ఉండవచ్చు. వాయిదా వేసుకోవడం మంచిది. పెద్దల సలహాలను గౌరవిస్తారు. ఆత్మవిశ్వాసంతో పనులు చేస్తారు. మంచిపేరు సంపాదిస్తారు. ఆకస్మిక ధనలాభం ఉండవచ్చు.

కర్కణికం



వారం ప్రారంభం నుండి అనుకూలంగా ఉంటూ, చివరలో వృధా ఖర్చులు రావచ్చు. ప్రయాణాలు కలిసి వస్తాయి. మానసికంగా దృఢంగా ఉంటారు. సమస్యలు పరిష్కారమవుతాయి. సంగీత, సాహిత్య కళారంగాలలోని వారికి తాత్కాలిక ప్రయోజనాలు ఉంటాయి. ఆలోచనలను కార్యరూపంలో పెడతారు. ఉద్యోగస్థులకు తోటి ఉద్యోగుల సహాయ సహకారాలు బాగా అందుతాయి. మంచి ఘలితాలు పొందుతారు. సంతోషంగా ఉంటూ ఉత్సాహంతో పనులు చేస్తారు. రాజకీయ, ప్రభుత్వాలో అనుకూలత ఉంటుంది. నిత్య వ్యాపార లావాదేవీలలో సంతృప్తి ఉంటుంది. ధార్మిక కార్యక్రమాలలో పాల్గొంటారు. ఉద్యోగ ప్రయత్నాలలో ఆలస్యం ఉండవచ్చు. రావలసిన డబ్బు చేతికి అందడంలో వివాదాలు ఏర్పడవచ్చు.

28 | బతుకమ్మ

4 అక్టోబర్ 2020

గుడి ఉమా మహేశ్వరశర్మ సిద్ధాంతి

ఎ.ఎస్సీ., విర్జుల పంచాంగకర్త

నల్లకుంట, హైదరాబాద్, ఫోన్: 040-27651530

ఈ మెయిల్ : nirmalsiddhanthi@yahoo.co.in



సింహం



ఈ వారం ఆదాయం అనుకూలంగా ఉంటుంది. ఆర్థిక సమస్యలు పరిష్కారమవుతాయి. పట్టుదలతో పనులు చేస్తే సత్కారితాలను పొందుతారు. శ్రమకు తగిన ప్రతిఫలం ఉంటుంది. ప్రారంభించిన పనులు సమయానికి పూర్తివుతాయి. బంధువర్గం, సోదరులతో ఆకారణ కలపోలు ఉండవచ్చు. పనులను మనస్సుగా చేయాలి. పనితీరును మార్గకుండా ఉండటం అవసరం. పెద్దలపట్ల గౌరవం, దేవతాగురుభక్తి పెరుగుతాయి. ఉద్యోగ ప్రయత్నాలు ఫలిస్తాయి. చిన్నచిన్న సమస్యలు ఎదురు కావచ్చు. రావలసిన సామ్య అవసరానికి అందుతుంది. కొత్త పనులకు ప్రయత్నాలు చేస్తారు. ఆర్థిక పరిస్థితి పూర్వం కంటే మెరుగు ఉంటుంది. ఆదాయం స్థిరంగా ఉంటుంది. సమస్యలను తెలివిగా పరిష్కారించుకుంటారు. ఆరోగ్యం పట్ల కొంత జాగ్రత్త అవసరం.

కన్య



వారం ప్రారంభంలో ఇబ్బందులు ఉండవచ్చు. క్రమేషి అనుకూలిస్తుంది. నిత్య వ్యాపారాలు లాభసాటిగా ఉంటాయి. కోర్టు వ్యవహారాలలో సంతృప్తికర ఘలితాలు ఉండవచ్చు. చిన్నమొత్తంలో పెట్టుబడులకు అనుకూలం. పెద్దల సహాయ సహకారాలు అందుతాయి. మానసికంగా సంతృప్తిగా ఉంటారు. సంగీత, సాహిత్య, కళారంగాలలోని వారికి కొత్త అవకాశాలు వస్తాయి. ధార్మిక, సేవా కార్యక్రమాలలో పాల్గొంటారు. ఇంటా బయటా అనుకూల వాతావరణం ఉంటుంది. ప్రభుత్వ, రాజకీయ పనులలో ఆటంకాలు తద్వారా ఇబ్బందులను ఎదుర్కొంటారు. కొన్ని పనులలో ఘలితాలు ప్రతికూలంగా ఉన్నా, ఆత్మవిశ్వాసంతో ముందుకు వెళతారు. పిల్లల వివాహాది శుభకార్య ప్రయత్నాలలో అందరి సహాయ సహకారాలు అందుతాయి.

తుల



వారం మధ్యలో ఖర్చులు ఉంటాయి. మిగతా రోజులు అనుకూలంగా ఉంటాయి. అన్నదమ్ములు, బంధువర్గంతో పనులు నెరవేరుతాయి. అనుకూల వాతావరణం ఉంటుంది. భూములు, వాహనాల విషయంలో తాత్కాలిక ప్రయోజనాలు ఉంటాయి. ఇంటా బయటా అనుకూల వాతావరణం ఉంటుంది. సామరస్యంతో ముందుకు వెళతారు. కొత్త వ్యక్తుల పరిచయాలు లాభదాయకంగా ఉంటాయి. పొతుమిత్రుల కలయిక సంతోషాన్వయంతో ఉన్నదిస్తుంది. శుభకార్య ప్రయత్నాలలో పెద్దల సహాయం తోడవుతండ్రి ఉంది. ఉద్యోగస్థులకు ఆఫీసులో తోటిపారితో, పై అధికారులతో చిన్న చిన్న అభిప్రాయ భేదాలు ఉండవచ్చు. కొంత మానసికంగా అసంతృప్తి కలుగవచ్చు. ప్రయాణాలు వాయిదా పడతాయి. అతిగా ఆలోచించడం వల్ల పనులు ముందుకు సాగకపోవచ్చు.

వృశ్చికం



ఈ వారం చివరిలో ఖర్చులు ఉంటాయి. మిగతా రోజులు అనుకూలం. సంతోషంతో పనులు చేస్తారు. ఉత్సాహంగా ఉంటారు. మిత్రుల



ధనుసు



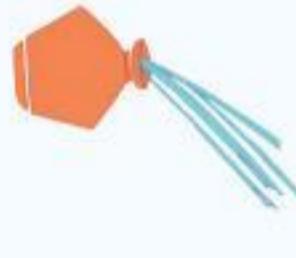
ఈ వారం ప్రారంభంలో అస్థిరత ఉన్నా క్రమేహి తాత్కాలిక ఘలితాలు ఉంటాయి. కొత్త, దీర్ఘకాలిక పనులు వాయిదా వేసుకోవడం మంచిది. ప్రయాణాలు అనుకూలిస్తాయి. రావలసిన డబ్బు చేతికి అందడంలో ఆలస్యం కావచ్చ. తద్వారా ప్రారంభించిన పనులు కూడా ఆలస్యంగా పూర్తి కావచ్చ. ఆదాయ మార్గాలపై మనసు నిలుపుతారు. నిత్య వ్యాపారం అనుకూలిస్తుంది. కోర్షు వ్యవహారాలలో అనుకూల ఘలితాలు ఉంటాయి. ఆలోచించి నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. ఉద్యోగస్తులు ఆఫీసులో మంచిపేరు పొందుతారు. ఉత్కాశంతో పనులు చేస్తారు. పనిలో శ్రద్ధ, సైపుణ్యాలను ప్రదర్శించడంతో ఆఫీసులో మంచి పేరు సాధిస్తారు. తాత్కాలికంగా కొన్ని పనులలో అదృష్టం కలిసి పన్నుంది. పెద్దల సహాయ సహకారాలు పొందుతారు.

మకరం



వారం ప్రారంభంలో ఖర్చులు ఉంటాయి. మిగతా రోజులు అనుకూలం. పనులను జాగ్రత్తగా, నిదానంగా చేస్తారు. ఆరోగ్య సమస్యల నుండి విముక్తులవుతారు. బంధుమిత్రుల సహాయ సహకారాలు బాగా ఉంటాయి. సలహాలు, సంప్రదింపులతో పనులు పూర్తవుతాయి. నలుగురిలో మంచిపేరు సంపాదిస్తారు. తాత్కాలిక లాభాలు వచ్చే పనులను చేస్తారు. వివాదాలను నేర్చుతో పరిష్కరించు కుంటారు. ఉద్యోగంలో సమయస్వాధి ఆవసరం. అందరితో సామరస్యంగా ఉండటం, అధికారులను గౌరవించడం అవసరం. ఉద్యోగ ప్రయత్నాలు తాత్కాలికంగా ఘలిస్తాయి. పనివారితో తరచుగా ఇబ్బందులు ఉంటాయి. తద్వారా పనులలో ఆలస్యం కావచ్చ. శభకార్య ప్రయత్నాలు ఘలిస్తాయి. కొన్ని దీర్ఘకాలిక పనులు వాయిదా పడవచ్చ.

కుంభం



వారం మధ్యలో ఇబ్బందులున్నా మిగతా రోజులు అనుకూలంగా ఉంటాయి. పరిస్థితులకు తగ్గ నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. బంధుమిత్రులతో సామరస్యంగా ఉండటానికి ప్రయత్నిస్తారు. ప్రముఖ వ్యక్తులతో పరిచయాలు ఏర్పడతాయి. వారితో కలిసి ధార్మిక, సాంస్కృతిక, సేవా కార్యక్రమాలో పాల్గొంటారు. ఆరోగ్యానికి ప్రాధాన్యమిస్తారు. ఆహార నియమాలు పాటిస్తారు. భార్యాపిల్లలతో సంతృప్తిగా ఉంటారు. అనవసర ఖర్చులతో కొన్ని సమస్యలు ముందుకు వస్తాయి. కొన్ని పనులలో ఆటంకాలు ఏర్పడతాయి. గృహ నిర్మాణం, వివాహం శభకార్య ప్రయత్నాలు ఘలిస్తాయి. ఖర్చులు ఉన్నా గతంతో పోలిస్తే ఆదాయం ఫీరంగా ఉంటుంది. రావలసిన డబ్బు చేతికి అందుతుంది. అవసరాలు తీరుతాయి. నలుగురికి ఉపయోగపడే పనుల గురించి ఆలోచిస్తారు.

మీనం



వారం చివరిలో అనుకోని ఖర్చులు, మిగతా రోజులు అనుకూలంగా ఉంటాయి. ఇచ్చిన డబ్బు తిరిగి వస్తుంది. పనులు సకాలంలో పూర్తవుతాయి. నిలిచిపోయిన పనులలో కడలిక వచ్చి, సమస్యలు పరిష్కారమవుతాయి. ఆట్టుయుల నుండి మంచి సలహాలు పొందుతారు. విద్యార్థులకు అనుకూలం. శ్రమిస్తే ఉత్తమ ఘలితాలు ఉంటాయి. ధార్మిక, సేవా కార్యక్రమాలలో పాల్గొంటారు. అప్రమత్తత అవసరం. ప్రత్యుర్ధులతో సానుకూలతను సాధిస్తారు. పనితనంతో నలుగురిని ఆకట్టుకుంటారు. పరిచయాలు పెరుగుతాయి. వృత్తి, వ్యాపారాలలో ఆదాయం పెరుగుతుంది. గౌరవ మర్యాదలు పొందుతారు. ఆర్థిక పరిస్థితి బలపడుతుంది. ప్రయాణాలు అనుకూలిస్తాయి.

బిస్కిట్ .. బాస్కిట్!



**నాదా
బిస్కిట్లు**

కావలసిన పదార్థాలు

మైదా : అర కేజీ

గుడ్డు : నాలుగు, పంచదార పొడి : పావు కేజీ

చాక్లెట్ పొడి : ఒక టీస్పూను, మీగడ : దెండు టీస్పూన్లు

వంటసోడా : చిటీకెడు, యాలకులపొడి : పావు టీస్పూను

తయారుచేసే విధానం

గుడ్డసాన, పంచదార పొడి, చాక్లెట్ పొడి, మీగడ, వంటసోడా, యాలకులపొడి కలిపి మిక్సీలో వేసి ఒక నిమిషం తర్వాత తీసి మైదాపిండిలో కలిపి చపాతీ పిండిలా చేసుకోవాలి. పది నిమిషాలు ఈ ముద్దను నాననిచ్చి ఆ తర్వాత మందపాటి చపాతీల్లు చేసి మనకు నచ్చిన ఆకారంలో చిన్న ముక్కలుగా కోసుకుని బాగా కాగిన నూనెలో వేయించాలి.

**జీరా
బిస్కిట్లు**



కావలసిన పదార్థాలు

మైదా : అర కేజీ

గుడ్డు : నాలుగు

పొడి చేసిన పంచదార : పావు కేజీ

జీలక్రెప్పిల్ : ఒక టీస్పూను, ఓమ : అర టీస్పూను,

వంటసోడా : చిటీకెడు, ఉప్పు : కొద్దిగా

తయారుచేసే విధానం

ముందుగా గుడ్డు, పంచదార పొడి, జీలక్రెప్పిల్, ఓమ, వంటసోడా, ఉప్పు అన్నీ కలిపి ఒక నిమిషం మిక్సీలో వేయాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని మైదాపిండిలో కలిపి చపాతీ పిండిలా చేసుకోవాలి. ఆ ముద్దపైన మూతపెట్టి ఒక పది నిమిషాలు గాలి తగలకుండా నానబెట్టాలి. ఆ తర్వాత చతురస్రాకారంలో చిన్న ముక్కలుగా కోసి వాటిపై పోర్కుతో అక్కడక్కడా గుచ్చి బాగా కాగిన నూనెలో వేయించాలి.

ఆబలా జీవితము

(పారినారాయణ్ ఆప్టే రాసిన 'పన్ లక్ష్మీ కోన్ ఫెంటో' మరాతి నవలకు తెలుగు అనువాదం)

యమున తన అన్నగాలతో, స్నేహితురాళ్ళతో మైమరచి బొమ్మలపెండ్లి ఆడుకుంటూ ఉండగా... నాన్నగారు ధుమధుమలాడుతూ వచ్చేశారు. ఆయన ఉగ్రరూపానికి కారణం తెలియక, పిల్లలిద్దరూ వణికిపోయారు. ఇంతలో అమ్మమ్ము ఊరికి వెళ్తున్నామని తెలిసించి. ఒకవైపు ఊరికి వెళ్తున్నామనే సంతోషం, మరోవైపు అందుకు కారణం ఏమిటో తెలియని అయ్యామయం. ఈ పరిస్థితుల్లో యమున ఇంట్లో వాల గుణగణాలు పరిచయం చేస్తూ కథను నడిపించించి...



...

పి.వి. నరసింహరావు

(గతవారం తరువాయా..)

మూ నాన్నగారి వర్షానతో పాటు మా అమ్మను గురించి కూడా కొంత వర్షించడం జరిగింది. కానీ తదుపరి వృత్తాంతం చెప్పక ముందు మా కుటుంబంలోని వృక్షులందరినీ వర్షించడం అత్యావశ్యకం. మా అమ్మ కూడా మంచి రూపసి. ఆమె కళ్ళూ ముక్కూ ఎంతో చక్కనివి. ఆమె మొహం చూస్తే ఉదార స్వభావం, ఉదాత్త హృదయం వ్యక్తమ య్యేవి. ఆమె వాస్తవంలోనూ ఉదార స్వభావ, ఉదాత్త హృదయ. ఆహార! ఆమె సుగుణాలెన్నని వర్షించను! ఆమె పని తనం, ఆమె మాటముచ్చటల తీరు, పిల్లలమైన మాకు మంచి సుద్ధలు చెప్పే తరహా-అన్నీ వర్షనీయాలే! నా వల్ల ఈ ప్రపంచంలో జరిగిన మంచిపనులన్నీ యిద్దరు వ్యక్తుల శిక్షణవల్ల జరిగాయి. పిన్ననాడు తల్లి శిక్షణవల్ల, పెద్దపెరిగాక- ఇంక నేను పేరుపెట్టి చెప్పడమెందుకు? ఇంకెవరి శిక్షణ అయుంటుంది? నా మనోహర్తీ మా అమ్మ శిక్షణ వల్ల తయారయినందుననే తదుపరి లభ్యమైన రెండవ శిక్షణ మన సులో ప్రతిబింబించింది. అమ్మ శిక్షణ వల్ల నమ్రత, పనితనం, వినయం, ఉద్యోగశీలత, మిత్ర్యయం ఇత్యాది గుణాలు మొదటనే నా మనసులో నాటుకొని ఉండకపోతే తదుపరి లభ్యమైన శిక్షణ జలాల వల్ల అవి అంకురించి పెరిగి, వృక్షాలై, పుప్పించి, ఘలించి ఉండేవి కావు. మా అమ్మంటే సాక్షాత్తు దేవతా స్వరూపిణి అనడంలో నాకేమాత్రం సందేహం లేదు. ఆ తల్లి గొప్పతనం ఎంత వర్షించినా తక్కువే. తన ఆప్టులు తనకు నచ్చుతారనే కారణం చేత మాత్రం నేనామెను ప్రశంసిస్తున్నానని ఎవ్వరూ అనుకోవద్దు. ముందు చరిత్ర

చదివాకనే నేననేది అక్షరాలా సత్యమని అందరికీ తెలిసివస్తుంది. ఆమె నా తల్లి అయినందున యింత సవిస్తరంగా వర్షించడంలో ఎవరికైనా అతిశయ్యాక్తి గోచరిస్తే వారు నా మీద నేరారోపణ చేయకూడదు. ఎందుకంటే మా అమ్మ ఏ విషయంలో చూచినా ఆశేష ప్రశంసాపాత్రురాలని నా దృఢ విజ్ఞాసం. అందుకని మాతృభక్తి వల్ల కూతురు తల్లిని కొంత విపులంగా వర్షిస్తే అందుకు క్షమిస్తారని ఆశిస్తున్నాను.

మా నాన్నగారు కలెక్టరు కార్యాలయంలో హెడ్జగుమాస్తా ఉద్యోగం చేస్తుండేవారు. నెలకు నూటయాభై రూపాయల జీతం. అంతేకాక మా ఉడశ్శోభముల మీద కూడా బాగానే ఆదాయం వస్తుండేది. నాన్నగారు మాతాతయ్యక్కుడై కొడుకు. కానీ వాళ్ళిద్దరికి సరిగ్గా పడివచ్చేదికాదు. అందుక నేక కారణాలుండేవి. ఇద్దరి స్వభావాల్లోని సామ్యమే ముఖ్య కారణం. ఇద్దరూ ముక్కోపులే! ఇద్దరూ పట్టిన పట్టు వదిలేవారుకారు. తానన్నది సాగించుకొని తీరాలనేది యిద్దరి స్వభావం. తాతయ్య మరీ కోపిష్టి. అచ్చంగా జమదగ్గి అవతారం. ఆయన పోలికలే నాన్నగారికి కూడా వచ్చాయని అమ్మ ఎప్పుడూ అంటుండేది. మా నాయనమ్మ కొఢోగొప్పో ఆ మాసరాకు చెందిందే. అందుకని తాతయ్యకూ నాయనమ్మకూ ఎన్నడూ పడలేదు. ఒక్కొక్కప్పుడు ఆరారు నెలలు ఒకరితో ఒకరు మాటలు మానివేసేవారు. మా నాయనమ్మ మా అమ్మతో సాగించిన సాధింపులను సవిస్తరంగా చెప్పాలంటే అదోక రామాయణమే ఔతుంది. ఆ బాధలన్నీ సహించి అంతటి రాకాసి అత్తనోట వహ్ని అనిపించుకోవడం మా అమ్మకే సాధ్యపడింది.



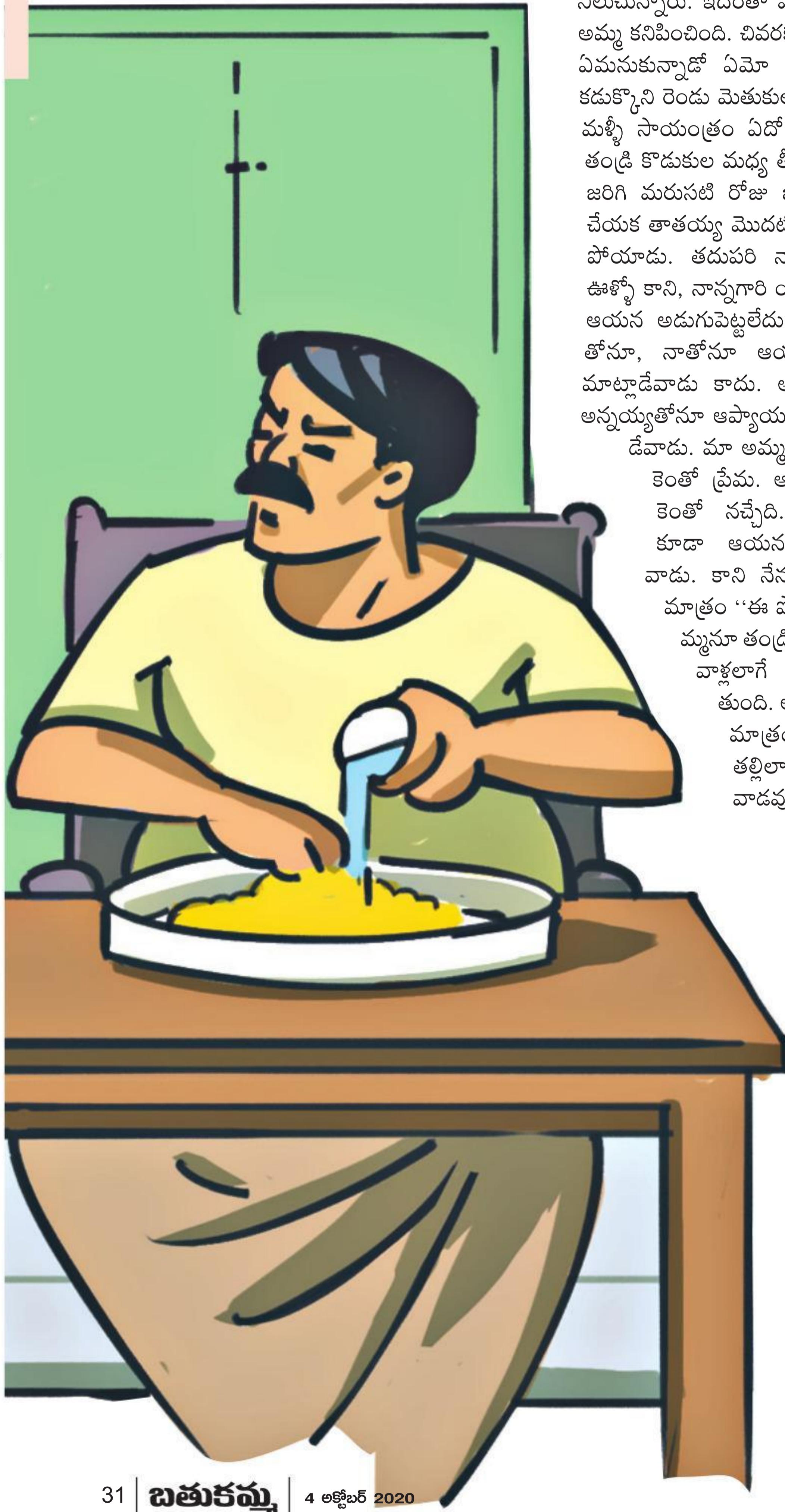
శ్రీ

తాతయ్యకూ నాన్నగారికి కుదిరేది కాదని యిదివరకే చెప్పాను. నాయనమ్మ అప్పుడప్పుడు నాన్నగారి వద్దకు వస్తూ ఉండేది. కాని తాతయ్య మాత్రం ఎప్పుడూ వచ్చేవాడు కాదు. కారణమే మంటే మా యింట్లో వైశ్వ దేవం జరగదని! నా మాట అనస్తుమనిపిస్తుందేమో కాని సత్యం చెప్పు తున్నాను. మా యింట్లో వైశ్వ దేవం జరగాలనీ, స్వయంగా నాన్నగారే చేయాలనీ, తాతయ్య కోరిక. కాని ఉద్దోగ రీత్యా తనకు వెయ్యి చోట్ల తిరుగవలసి వస్తుందనీ, అలాంటప్పుడు వైశ్వ దేవం వగైరా కుదరడం అసాధ్యమనీ, నాన్నగార

నేవారు. మాటామాటా ముదిరిపోయింది. చివరకు నాస్తికులూ, సంస్కర్తలూ వున్న యింట్లో వైవేద్యం, వైశ్వదేవం జరగని కొంపలో, భోజనం చేయడమంటే మాలవాడి యింట్లో భోంచేసినట్లని అంటూ ముసలివాడు నిజంగానే చరచరా యిల్లు విడిచి వెళ్లిపోయాడు. నాన్నగారు కూర్చున్న చోటు అలాగే కూర్చునిపోయారు. ఏ మాత్రం కదల లేదు. చివరకు మా అమ్మ మర్యాదాగిర్యాదా అటుంచి తాతయ్య వెనువెంటనే పోయి ఆయన కాళ్లావేళ్లాపడి ‘మీరు రానిదే నేను భోజనం చేయ’ నని చెప్పి ఎలాగో ఆయనను తీసుకువచ్చింది.

తక్కిన వాళ్లందరూ తమాషా చూస్తూ నిలుచున్నారు. ఇదంతా ఏమిటా అని అమ్మ కనిపించింది. చివరకు తాతయ్య ఏమనుకున్నాడో ఏమో కాళ్లచేతులు కడుక్కొని రెండు మెతుకులు తిన్నాడు. మళ్ళీ సాయంత్రం ఏదో మాటమీద తండ్రి కొడుకుల మధ్య తీవ్ర కలపం జరిగి మరుసటి రోజు భోజనమైనా చేయక తాతయ్య మొదటిర్రెలుకే వెళ్లి పోయాడు. తదుపరి నాన్నగారున్న ఊర్చో కాని, నాన్నగారి యింట్లో కాని ఆయన అడుగుపెట్టలేదు. నాన్నగారి తోనూ, నాతోనూ ఆయన సరిగా మాటల్లాడేవాడు కాదు. అమ్మతోనూ, అన్నయ్యతోనూ ఆప్యాయంగా మాటల్లా దేవాడు. మా అమ్మంటే ఆయన కెంతో ప్రేమ. ఆమె ఆయన కెంతో నచ్చేది. అన్నయ్య మీద ప్రేమ లేదని కాదు. కాని అది తక్కువే. అందుకు కారణం బహుశా అన్నయ్య తాతయ్యకు నచ్చడమే అయివుటుంది. తాతయ్య వద్దకు పోవాలంటే నాకు కొంత ఆనం దమూ, కొంత దిగులూ కలుగుతుందేది. నాయనమ్మ ఉన్నందుకు ఆనందం, తాతయ్యను స్మరిం చుకుంటే అంతులేని భయం!

మాత్రం “ఈ పోరి నాయన మ్మనూ తండ్రినీ పోలింది. వాళ్లలాగే తయారవు తుంది. ఆ కుర్రవాడు మాత్రం అచ్చం తల్లిలాగే మంచి వాడవుతాడు!”



మా నాన్నగారు కలెక్టరు కార్యాల యంలో హాంగుమాస్తా ఉద్దోగం చేస్తుందేవారు. నెలకు నూటయాజ్ఞై రూపాయల జీతం. అంతేకాక మా ఉత్సాహిభూముల మీద కూడా బాగానే ఆదాయం వస్తుందేది. నాన్నగారు మా తాతయ్యకొక్కడే కొడుకు. కాని వాళ్లద్దలకి సలగ్గా పడివచ్చేబికాదు. అందుకనేక కార జాలుండేవి. ఇద్దలి స్వభావాల్లోని సామ్యమే ముఖ్య కారణం. ఇద్దరూ ముక్కొప్పలే! ఇద్దరూ పట్టినపట్లు వదిలేవారుకారు. తాన్నది సాగిం చుకొని తీరాలనేబియిద్దల స్వభావం. తాతయ్య మరీ కోపిప్పి. అచ్చంగా జమదగ్గి అవతారం.

అని అంటూ వుండేవాడు. ఆ మాట విని మా నాయనమ్మ మండిపడేది. ఆమెకు నేనంటే ఎంతో యిష్టం. అన్నయ్య మీద ప్రేమ లేదని కాదు. కాని అది తక్కువే. అందుకు కారణం బహుశా అన్నయ్య తాతయ్యకు నచ్చడమే అయివుటుంది. తాతయ్య వద్దకు పోవాలంటే నాకు కొంత ఆనం దమూ, కొంత దిగులూ కలుగుతుందేది. నాయనమ్మ ఉన్నందుకు ఆనందం, తాతయ్యను స్మరిం చుకుంటే అంతులేని భయం!

మా కుటుంబంలోని వాళ్ల వర్షన ఇప్పటికే చాలా పొడుగై పోయింది. దాన్నింక ముగించి నేను మొదట చెప్పినట్లు ఆ రోజు జరిగిన వృత్తాంతం ప్రాయడానికి ఉపక్రమిస్తాను. ఈ సందర్భంలో ఒక్కమాట మాత్రం చెప్పి పెట్టాలి. నేను చెప్పబోయే సంఘటనలూ, తత్త్వంబంధ మైన వ్యక్తులూ, సన్నివేశాలూ అన్ని నేను ప్రత్యక్షంగా చూచినవే! అంతేకాక ఈనాటి పరిస్థితిలో అట్టి సంఘటనలూ, సన్నివేశాలూ, వ్యక్తులు ఎవ్వ రికైనా కనిపించవచ్చు. ఎవరైనా నామీద అతిశ యోక్కి ఆరోపించదలిస్తే అంతకుముందు తమ అనుభవాన్ని పరిశీలించి చూడాలి. నేను ప్రాసిం దంతా అక్కరశః సత్యం.

* * *

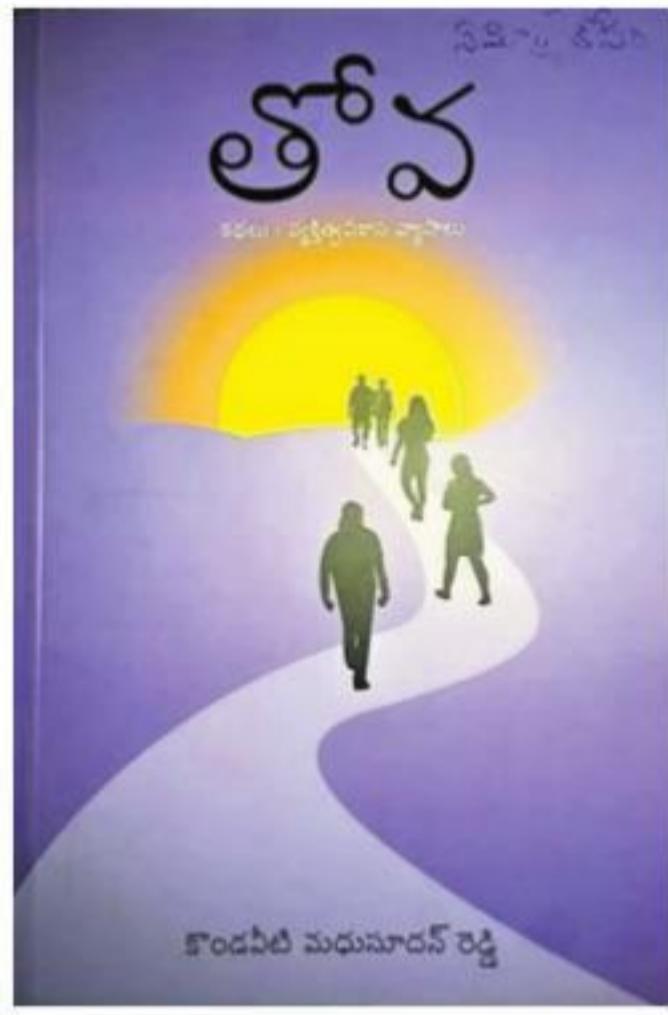
ఆనాడు నాన్నగారి కోపాన్ని గురించి నేనూ, అన్నయ్య మాటలుకుంటూ వుండగా చీకటి పడింది. రాత్రిపూట మమ్మల్ని మూడవ అంతస్థమైన ఉండనిచ్చేవారు కారు. అన్నయ్య చదువుకోవాల్ని చదువుకోవాలి. భోజనం చేసి నిద్రపోయేవరకు నేనూ వాడి వద్దనే కూర్చుండే దాన్ని. ఆనాడు మాత్రం మా యిద్దరిలో ఎవ్వరూ క్రిందికి దిగలేదు. పొట్టలో కాకులు కూస్తున్నాయి. నాకయితే ఆకలితో ప్రాణాలెగిరిపోతున్నాయి. మద్యాహ్నం ఆడుకున్నప్పుడు మా కిచ్చిన పదార్థాలైనా తినడానికి సమయం దొరకలేదు.

(మిగతా వచ్చేవారం..)

పుస్తక నవీక్



ఉపయోగపడే రచన



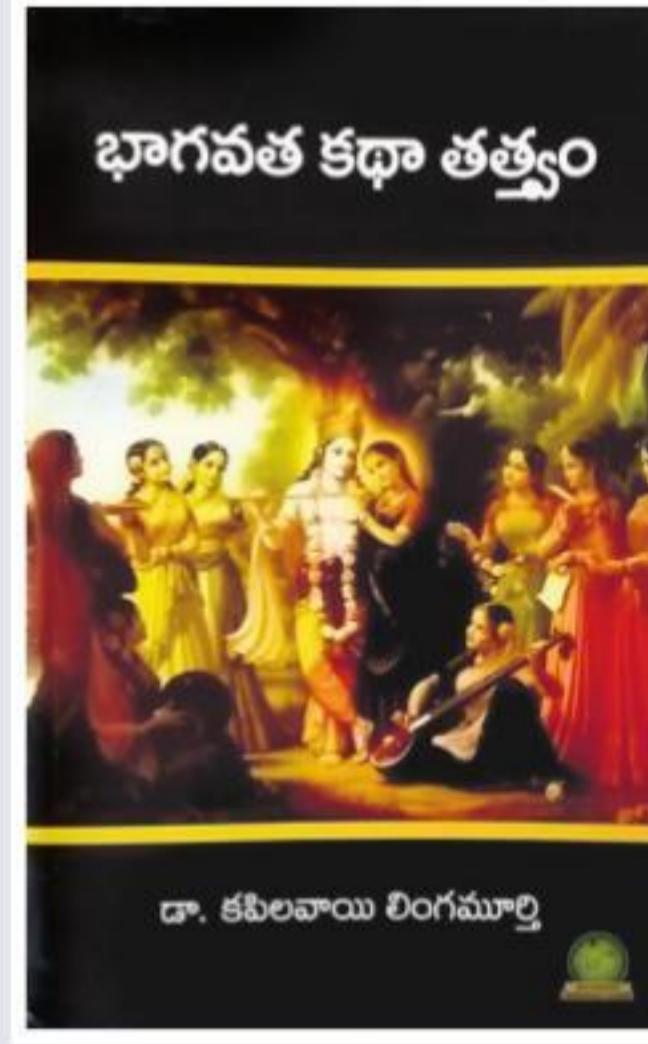
కొన్ని కథలు, కొన్ని కథల్లాంటి వ్యాసాలు, మరికొన్ని వ్యాసాల్లాంటి కథలు... వెరసి ఇందులో ప్రతి శీర్షికా ఏదో ఒక మంచిమాట చెప్పేందుకే ప్రయత్ని స్తుంది. కథలు రాయడం నాకు కొత్త

తోవ

రచన: కొండవీటి మధుసూదన్ రెడ్డి
పేజీలు: 270
వెల: 220/-
ప్రతులకు: ప్రముఖ పుస్తక కేంద్రాలు

అంటూనే రచయిత, మంచి సాహిత్యాన్నే అందించారు. జర్నలిజం, విద్యారంగాలలో తను గమనించిన విషయాలకు కాల్పనిక తను జోడించారు. లక్ష్యం మంచిది కాబట్టి, కథలూ చదివింపచేస్తాయి. పుస్తకంలోని తొలికథ 'రిమ్యా సాహన యాత్ర' తోనే రచనా శైలి ఆకట్టుకుంటుంది. నేల విడిచి సాము చేయకుండానే, సరళమైన వాక్యాలతో సమస్యలీ, దానికి సమాధానాన్ని కూడా అందిస్తారు రచయిత. పిల్లల కోసం తన సాంత కాళ్ళ మీద నిలబడిన 'ఓ తల్లి విజయగాఢ', ఓమలు సైతం మన కార్పొ రేట వైద్యాన్ని చూసి జాలిపడే 'ధూాం', నాయకుడు ఎలా ఉండాలో చెప్పే 'శ్రీపాలుడు' లాంటి కథలతో పాటు సమయపాలన, భయాన్ని జయించడం.. లాంటి జీవన సైపుణ్యాలను వ్యాసరూపంగా పరిచయం చేస్తారు.

ముక్కిమార్గం



కపిలవాయి లింగమూర్తిది... తెలంగాణ సాహిత్యంలో అరుదైన స్థానం. శతాదిక గ్రంథకర్తగా, 90 ఏండ్ల వయసులోనూ రచనను వీడని సాహితీ కార్యకర్తగా చిరస్మరణీయులు. వారి సాహిత్యంలో

భాగవత కథా తత్త్వం

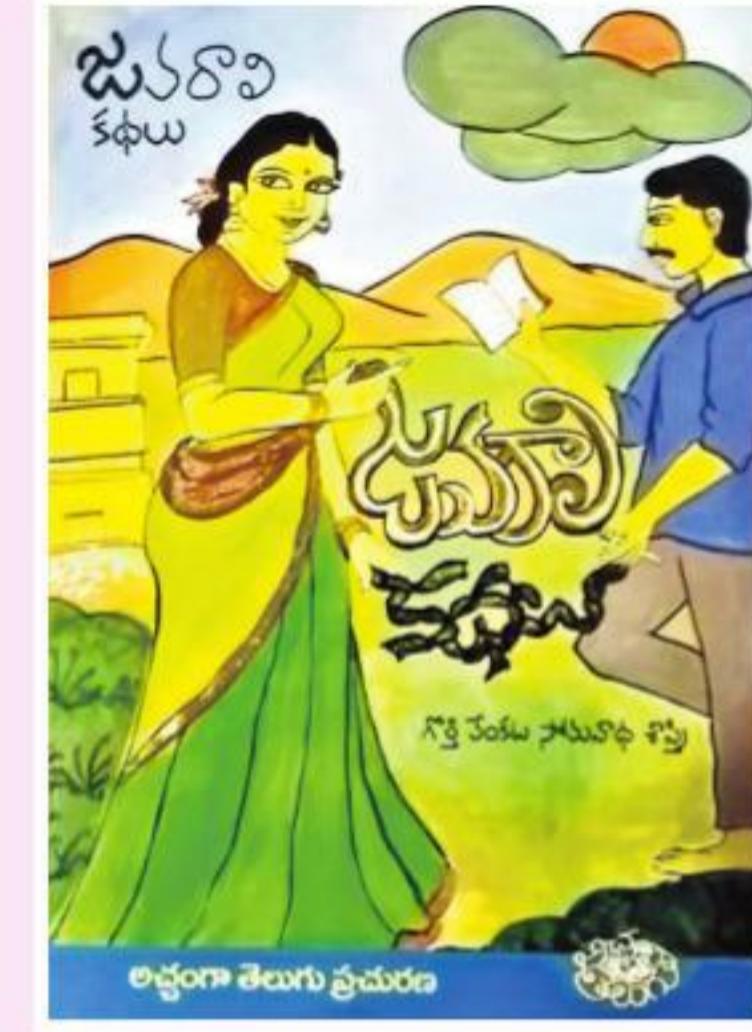
రచన: కపిలవాయి లింగమూర్తి
పేజీలు: 385
వెల: 300/-
ప్రతులకు: 87907 27772

'భాగవత కథా తత్త్వం' ఓ అరుదైన రచన. భాగవతంలోని పది ఆకర్షణీయమైన ఘట్టాలను విశేషించే ప్రయత్నమిది. రుక్మిణి కళ్యాణం, వామన చరిత్ర, గజేంద్ర మోక్షం లాంటి ప్రజాదరణ పొందిన కథలే కాకుండా 'కపిల దేవహాతి సంవాదం', 'పురంజనోపాభ్యాసం', 'భరతోపాభ్యాసం', 'నారాయణ కపచం' వంటి అరుదైన ఘట్టాలనూ సృష్టిస్తారు రచయిత. పోతన పద్మాల మకరందానికి, తన విశేషణా మధురిమను జోడిస్తా... పాతకు డికి తాత్మికత లోతులను పరిచయం చేస్తారు. కేవలం రాక్షస సంహార ఘట్టంగాతోచే 'ప్రఫోద చరిత్ర'ను సైతం జీవాత్మ, పరమాత్మల భూమికతో విశేషిస్తారు. వైరాగ్య పాతంలా, వ్యక్తిత్వ వికాసంలా సాగే ఈ రచనను మూడు దశాబ్దాల తర్వాత పునర్వృద్ధించడం తెలుగు జాతికే ఉపయుక్తం. అభినందనీయ ప్రయత్నం.

'సాహిత్యంలో అసాధారణమైన విగా పేరొందిన పుస్తకాలన్ని... సమాజంలోని లోటుపాట్లను ఎత్తి చూపేవే'

-అస్త్ర వైల్

వరాల కథలు



కాంతం కథలు, అత్తగారి కథలు అంటూ తెలుగు సాహిత్యంలో స్త్రీ పాత్రే ప్రధానంగా వచ్చిన కథలకి ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. కానీ కథలు రాయడమే అరుదైన ఈ రోజుల్లో అలాంటి ప్రయ

జవరాలి కథలు

రచన: గౌర్తి వేంకట సోమనాథ శాస్త్ర
పేజీలు: 196 వెల: 150/-
ప్రతులకు: 85588 99478

త్వాన్ని మరోసారి చేయబునడం ఆశ్చర్యమే. అందుకే జవరాలి కథలు వేరుతో వచ్చిన ఈ 24 కథల సంపుటి పాతకులను ఆకట్టుకుంటుంది. కథలన్నీ ఓ అంతర్జాల ప్రతికలో వెలుగు చూసినవే. వృత్తిరీత్యా అనేక ప్రాంతాలను, అక్కడి జీవితాలను నిశితంగా గమనించిన రచయిత... మధ్యతరగతి సంసారాలలో తరచుగా కనిపించే దృశ్యాలన్నిటినీ అక్కరబద్ధం చేసే ప్రయత్నం చేస్తారు. తొలి రేయతో మొదలయ్యే ఈ కథలు, అంచె లంచెలుగా సాగుతూ, కొత్త సంసారంలో కనిపించే కోపతాపాలు, ప్రణయకల హలు, సర్దుబాట్లు అన్నిటినీ దాటుకుని ఓ స్థిరత్వానికి చేరుకోవడంతో సంపుటి ముగుస్తుంది. కథలన్నీ భర్త దృష్టికోణంలోంచి సాగినా... స్త్రీ ప్యాడయం కూడా పరిపూర్ణంగా ఆవిష్కృతమవుతుంది. ఆమె మనసును అక్కరాల్లో చదివేస్తాం.

రేపటి వైద్యం...

చేతిలోని ఫోన్ స్నేహితుడిలా హాచ్చలిస్తుంది. అత్మహత్య వరకూ వెళ్లకుండా ఆపుతుంది. టాబ్లెట్లు మాట్లాడుతాయ్... ఎప్పుడు ఏ మందు వేసుకున్నారో ఎన్నాళ్ల తరువాతైనా చేపే స్తాయి. డాక్టర్ గుర్తించలేని రీగాన్స్ ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటిజెన్స్ కనిపెట్టేస్తుంది. మనలోని వ్యాధి నిరీధక కణాలే క్యాన్సర్ ని చంపేస్తాయ్... ఇలా ప్రపంచ వ్యావ్హరంగా వైద్యరంగంలో జరుగుతున్న పరిధినలు అందర్ని అబ్బుర పరుస్తున్నాయి.

బీర్ఫూకాలిక వ్యాధులున్నవాళ్ల రోజు రకరకాల టాబ్లెట్లు వేసుకోవాల్సి ఉంటుంది. వీటిలో కొన్ని తినక మందు వేసుకోవాలి. కొన్ని తిన్నాక వేసుకోవాలి. కానీ, ఏవి ఎప్పుడు వేసుకున్నామో చాలాసార్లు మరచిపోతుంటారు. అలా కాకుండా, టాబ్లెటే తనను వేసుకున్నది లేనిది చెబితే! ఈ అలోచన నుంచి పుట్టిందే ఇంట రైట్ ఆఫ్ మెడికల్ థింగ్స్ (IoMT). టాబ్లెట్ లోని ఒక చిన్న సెన్సర్ మన స్ట్రోఫోన్లో ఆ వివరాలను నమోదు చేస్తుంది. టాబ్లెట్ వేసుకోగానే పేపెంట్ శరీరానికి ఉండే ప్యాచ్లోకి ఆ సమాచారం చేరుతుంది. దాని నుంచి స్ట్రోఫోన్లో రికార్డయిపోతుంది. దీంతో ఎప్పుడు, ఏ టాబ్లెట్, ఏ మోతాడులో వేసుకున్నారో కూడా ఫోన్లో చూసుకోవచ్చు. స్నిహోప్రిసియాలు లాంటి మానసిక సమస్యలకు ఈ రకమైన మెడికల్ సెన్సర్లను వాడుతున్నారు.



హెల్ప్ బిట్స్

కణాల పునరుత్థాత్తీ



లించడానికి ఉపయోగపడే కార్బిలేజ్ వయసుతో పాటు అరిగిపోయి, కీలు దెబ్బుతింటుంది. కొత్త కార్బిలేజ్ను తెచ్చి అమరిస్తే..? ఆస్ట్రియో ఆర్థరోటిస్ ఉన్న ప్యాడు, పెయిన్ కిలర్లు లేదా కీలు మార్పిడి.. రెండే మార్గాలు. కానీ స్ట్రోసెల్ టెక్నాలజీతో కార్బిలేజ్ను తిరిగి పుట్టించవచ్చు. రీజనరేటివ్ మెడిసిన్ ద్వారా కణాలను వృద్ధి చేసి, దెబ్బుతిన్న వాటికి మరమ్మతు చేయవచ్చు. తీప్రమైన ఆస్ట్రియో ఆర్థరోటిస్ ఉన్నవాళ్లకు ఈ చికిత్స ఓ వరం అవుతున్నది. కీలు విషయంలోనే కాదు.. గుండపోటు వల్ల దెబ్బుతిన్న గుండెను రిపేరు చేయడానికి కూడా ఇది సాయపడుతుంది. ప్రయోగశాలలో మానవ కణాలాలనే కాదు, అవయవాలనూ అభివృద్ధి చేయడం భవిష్యత్తులో సాధ్యం అవుతుందంటే అతిశయోక్తి కాదు.

నాలుగుసార్లు గుండపోటు వ్యస్తే గుండెలోని కణజాలం దెబ్బుతింటుంది. అది క్రమంగా హార్ట్ ఫెయిల్యూర్ కి దారితీయవచ్చు. ప్రారంభంలోనే దెబ్బుతిన్న కణజాలాన్ని ఆరోగ్యవంతమైన కణాలతో రిస్టోన్ చేస్తే..? మోకాలికీలును మృదువుగా కది

డాక్టర్ ను మించిన ‘ఇంటిజెన్స్’



డిప్రైవ్ను కనిపెట్టే ఫోన్

ప్రపంచంలో 300 మిలియన్ మంది డిప్రైవ్నుతో బాధపడుతున్నారని అంచనా. వీళ్లలో 8 లక్షల మంది ఏటా ఆత్మహత్యకు పాల్గుడుతున్నారు. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ లెక్కల ప్రకారం 15 నుంచి 29 ఎండ్రుల వయసులలో మరణాలకు రెండో కారణం ఇదే. వీరిలో సగానికన్నా తక్కువే చికిత్స తీసుకునే ప్రయత్నం చేస్తున్నారు. ఈ సమస్యకు మన చేతిలోని మొబైలే పరిప్రేక్షారం చూపిస్తున్నది. ఇప్పుడు చేతిలో స్టోర్స్ ఫోన్ లేని వాళ్లండరు. అదే ఫోన్ వాళ్ల డిప్రైవ్ను, ఇతర మానసిక సమస్యలతో ఉన్నారో లేదో కనిపెట్టేస్తుందంటున్నారు క్యాలిఫోర్నియాకు చెందిన పరిశోధకులు. ఫోన్ను ఆపరేట్ చేసే విధానాన్ని బట్టి ఆ వ్యక్తి మానసిక స్థితిని అంచనా వేస్తుంది చేతిలోని మొబైల్ ఫోన్. అంతేకాదు, కొన్సెప్టింగ్ అందించే యాప్స్ ను కూడా వెంటనే సూచించే టెక్నాలజీ త్వరలోనే అందుబాటులోకి రానున్నది.

ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఏటా లక్ష 32 వేల మెలనోమా చర్చ క్యాన్సర్లు నమోదువుతున్నాయి. అయితే చాలా సందర్భాలలో దీన్ని సకాలంలో గుర్తించడం సాధ్యం కాదు. కొన్నిసార్లు అనుభవజ్ఞులైన డాక్టర్లు కూడా పొరబడుతుంటారు. డాక్టర్లు మెలనోమాను 87 శాతం కేసుల్లో మాత్రమే సరిగ్గా నిర్ధారణ చేయగలుగుతున్నారు. ఇప్పుడు ఈ రంగంలోకి ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటిజెన్స్ ప్రవేశించింది. కంప్యూటర్ ఇమేజ్ల ద్వారా 95 శాతం కచ్చితంగా మెలనోమాను గుర్తించవచ్చని చెప్పున్నారు పరిశోధకులు. ఆ వివరాలు ఆనంద్ ఆఫ్ అంకాలజీ జర్నల్లో ప్రచురితమయ్యాయి.

ప ర క శ స

పద్మవినీంద్రం

అడ్డం

1. తిరుమలలో వినిపించే నామస్తురణ (3)
4. ఎల్లప్పుడూ ((3))
6. ఆరున్నాకటి! (2)
7. తిరునాళ్ల (3)
9. వాడుకలో నఖము (2)
10. బామ్మలు రాసే కోటి! (2)
11. దేవ వేశ్యల్లో ఒకరు (4)
14. పోపుల డబ్బాలోని ఒక జౌపుద దినుసు (2)
16. వెల్లువ (3)
18. పశ్చిమ బెంగాల్ రాజధాని పూర్వనామం (4)
19. పరంతో అంతమైన గగురాటు (3)
21. ప్రథమూ విభక్తి (4)
24. రంగస్థల తెర (4)
27. ఊర్వాశి వలచిన చక్రవర్తి (4)
29. శివుడి వాహనం (2)
30. రాత్రి (2)
32. తలరాత రాసేవాడు (3)
34. కనికరంలో సగం చెయ్యి (2)
35. వడ్డి (2)
36. వైతరణిని ఈ వాగు అంటారు! (3)
37. చెప్పు వంటి సోపానం (2)

1	2	3	*	4	5	*	6
*	7		8	*		9	*
10		*	11	12		13	*
16		17	*			18	
			*	19	20	*	*
21			*	22	*	23	*
*	*	*		*	24	25	26
27		28		*	29	*	30
	*	32		33	*	*	34
35		*	36		*	37	*

నిలువు

2. మరతో వీవన (4)
3. దానం చేసేవాడు (2)
5. తండ్రి తోడబుట్టినది (3)
6. దుక్కి ప్రారంభం (4)
8. మన్మథ సతి (2)
10. కైకసి కుమారుల్లో ఒకరు (4)
12. గోడ గడియారంలో అటు ఇటు ఊగే దారం (3)
13. రాశి రూపంలో మొసలి (3)
15. తాత పిత (3)
17. తప్పెట మీద వేసే తాళం (3)
20. పారిపోవడం (4)
22. పిసినారి; కన్యాపుల్కంలో ఒక పాత్ర (5)
23. కుబ్బత్వం (2)
25. అన్న భార్య (3)
26. ఉన్నది లేనట్టు, లేనిది ఉన్నట్టు చేసే విద్య (4)
27. భూమి (3)
28. బైరవిలో దాగిన సూర్యుడు (2)
31. బాణం (2)
33. అపరాధం (2)

నిర్వహణ : విశ్వజ

గతవారం సమాధానాలు

పదకీళక

1	2	3	4	5	6
అ०	త	థ	క్క	*	స
7	రు	*	మో	హీ	ని
12	గ	బో	*	మం	*
*	ము	త	క	పూ	సా
19	*	*	పు	వి	సు
22	యం	వ	రు	*	మం
ర	*	ని	*	పం	తు
28	థ	త	*	జ	డు
*	యా	*	క్క	రు	పు
34	ద	*	సి	*	పు

సీసిమూ ప్రజల్

1	2	3	4
3			
5		6	
	7		
8			

1	2	3	4
మం	దూ	రు	జూ
ర		సి	
5	డ		స
ప్పు	మ్ము	మ్ము	సి
6			
7			
8			

అడ్డం

1. ‘అల్లుడుగారు’లో ఒక హీరోయిన్ (3)
5. ఈ వాణి ‘పెళ్ళి పుస్తకం’ నాయిక (2)
6. జూ. ఎన్.టి.ఆర్ చిత్రాల్లో ఒకటి (2)
8. వసంతాన్ని తలపించే నిన్నటి కథానాయిక (3)

నిలువు

2. రవితేజ చిత్రాల్లో ఒకటి (2)
3. తెలంగాణ మూలాలున్న ‘సమ్మాహనం’, హీరోయిన్ (3)
4. ‘అలా మొదలైంది’ అన్న దర్శకురాలు (3)
7. వెండితెర ‘అంగడి బొమ్ము’ (2)

యాక్టర్ కాకముందే డాక్టర్!



అమృ కోలక మేరకు డాక్టర్ అయిన రూప, తన కలను నెరవేర్పుకోవడానికి యాక్టర్ అయింది. ‘ఉమామేశ్వర ఉగ్రరాష్ట్రస్’ సినిమా కోసం హీరోయిస్టును వెతుకుతున్న విషయం తెలుసుకొని తన ప్రాప్తిల్ల పంపించి. దైరెక్టర్, నిర్మాత ఆడిషన్ చేసి తనను ఎంపిక చేశారు.

సుహసిని,
రాధికల సినిమాలంబ్
రూపకు ఎంతో ఇష్టం. ‘మంచి
పాత్రలు పోషించి వాళ్లలా
గొప్ప పేరు తెచ్చుకుంటాను’
అంటున్నది.

ఇటీవల విడుదలైన
ఉమామేశ్వర ఉగ్రరాష్ట్రస్
సినిమాలో జోయితి పాత్రలో సహజంగా
నటించి మంచి మార్గాలు కొట్టిసింది. మేకప్
లేకుండా, సహజ సాందర్భంతో అందలనీ
ఆకట్టుకుంచి రూప. చిత్రంలో ఓ సన్ని
వేశంలో చేసిన ఫల్పుఘాట డ్యూస్ ఆమె
ప్రతిభకు అద్దం పదుతుంది. లియల్
లైఫ్లో కూడా మేకప్ లేకుండా
ఉండటమే తనకిష్టమట.

రూప మంచి డ్యూస్ కూడా. సంప్రదాయ
నృత్యంలో శిక్షణ తీసుకుంది. ఇష్టటికే దేశవ్యాప్తంగా
వెయ్యికి పైగా భరతనాట్యం, కూచిపూడి ప్రదర్శనలు
ఇచ్చింది. డ్యూస్తో పాటు లలితకళలైపై తనకు
మక్కువ ఎక్కువ అని చెబుతూ ఉంటుంది.

‘మీరేం కావాలనుకున్నారు?’
అనగానే, దాదాపుగా నటీమణి
లంతా ‘నేను డాక్టర్ కావాలను
కున్నా’ అనే చెబుతారు. కానీ,
రూప కొడువయూర్ మాత్రం
ముందుగా డాక్టర్ అయ్యంది.
ఆ తర్వాతే, యాక్టర్గా ప్రేక్షకుల
ముందుకొచ్చింది.

రూప ప్రాథమిక
విద్య విజయవాడలో
పూర్తయింది. తల్లి
మంగలక్ష్మి సంస్కరం
లెక్కర్ల, తండ్రి రవికుమార్
ఆర్థ్రలో అధికారిగా పని
చేస్తున్నారు.

రూప ఎంసెట్కు
ప్రిపేర్ అవుతున్న
రోజుల్లో తల్లికి
క్యాస్సర్ అని
తేలింది. అప్పుడే
తాను ఆంకాలజిస్ట్
కావాలని నిర్ణయించు
కుంది. గుంటూరులో
ఎంబీబెం పూర్తి చేసింది.
ఈ డాక్టర్గా ఇష్టుడు కరోనా బాధి
తుల సేవలో చురుగ్గా పాల్గొంటున్నది.



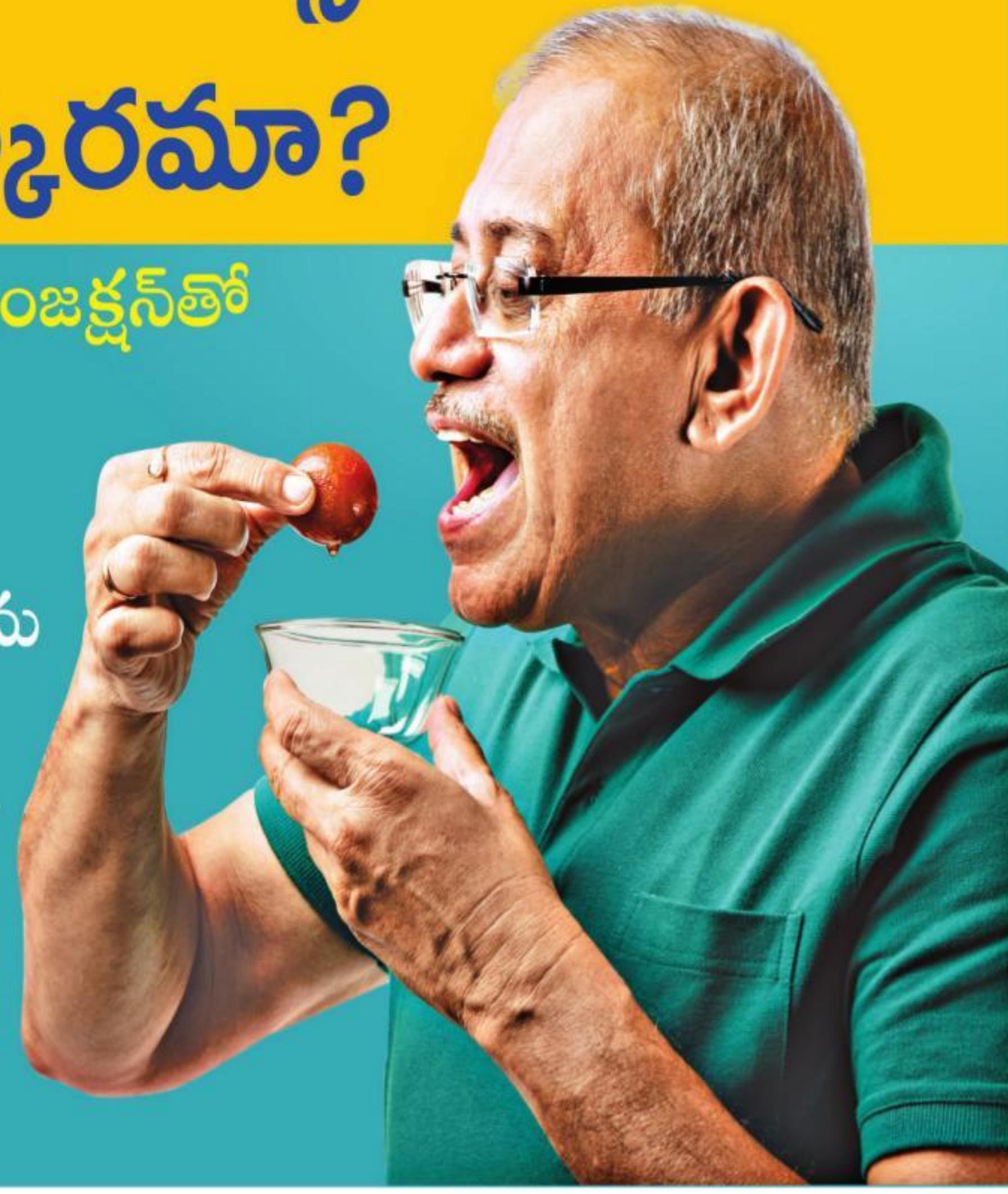
సాంతంగా యూట్యూబ్
చానెల్ కూడా నిర్వహిస్తున్నది
రూప. సాహసోరే బాహుబలి పాటను
సంప్రదాయ నృత్యాల్టితిలో అభినయించి
తన చానెల్లో అప్పలోడ్ చేసింది. ఇది ఆమెకు
మంచి గుర్తింపు తెచ్చింది. కళాతపస్సి
కె.విశ్వనాథ్ చిత్రాల్లోని పాటలకు
అద్భుతంగా నాట్యం చేసి
యూట్యూబ్లో ఉంచింది.

homeocare.in

డయాబెటిస్కి ఇన్సూలిన్ బకటే పరిష్ఠారమా?

డయాబెటిస్కి ఇన్సూలిన్ ఇంజక్షన్ తో
విసుగు చెందారా???

డయాబెటిస్కి సహజమైన
దుష్టలితాలు లేని అత్యుత్తమ
"కాన్స్టిట్యూషన్ల్ పార్మియోకేర్" చికిత్స.**



పార్మియోకేర్ మొబైల్ ఆప్
డాన్సర్డ వేసుకోండి
ఉచిత చికిత్స పొందండి*

స్పృష్టాలిటీ చికిత్సలు

డయాబెటిస్ | కిడ్డి సమస్యలు | లైంగిక బలహీనత | పెరఫెరల్ న్యూరోపతి
కొలెస్ట్రాల్ సమస్యలు | డయాబెటిక్ సమస్యలు | చర్చ సమస్యలు

*Conditions apply.

**అటల్ ద్రుఢ త్రస్తాం వ్యక్తిగత ఫుంకషన్/ఫుంకషన్ ప్రయత్నములు.



పార్మియోకేర్® ఇంటర్నేషనల్

వరల్డ్-క్లాస్ పార్మియోపతి

ఉచిత
కన్వెట్స్ నెట్ 955 000 1199

టోల్ టై 1800 108 1212

ప్రాధికారి: (ఆజిట్ | బీగంపేట | కూకట్టప్పల్ | బిలీసుథీనగర్ | జాల్ఫీప్లీస్ | మానాటీట్స్ట్సంక్ | మియాప్రార్) పానుమలొండ | కలీంగగర్ | నిజామాబాద్ | మహబూబ్‌నగర్
ఖమ్మం | విజయవాడ | వితామపట్టం | తిరుపతి | కాలినాడ | రాజమండ్రి | గుంటూరు | ఒంగోలు | నెల్లూరు | కర్నూలు | కర్నూలు | తమిళనాడు | పుదుచ్చేరు