

ప్రథమ
వెలుగు

ఆపివారం
07.03.2021

దివ్యజ్ఞ

సొంత వైష్ణవ

వింత అంటు?



పెయిన్ కిల్ర్స్

పెయిన్ కిల్ర్స్ తీసుకుంటే కిడ్చిల్లోని నెప్పాన్ మీద లోడ్ ఎక్కువ పడుతుంది. పెయిన్ కిల్ర్స్ తలనోపి, బాడీ పెయిన్ వచ్చినప్పుడు ఒక ట్యూబ్లైట్ వేసుకుంటే ఫ్ర్యాలేదు. కానీ, అంతకంటే ఎక్కువగా ప్రతిరోజు వేసుకోకాడదు. నాలుగు రోజులకు మించి ఎక్కువ రోజులు పెయిన్ కిల్ర్స్ వాడితే కిడ్చిల మీద ఎఫ్ట్ ఉంటుంది. అప్పుడు వాటిని ఆవడమే మంచిది. డాక్టర్ సలహా లేకుండా ఎక్కువ రోజులు పెయిన్ కిల్ర్స్ వాడకాడదు.



సైరాయిడ్స్

కోవిడ్ స్టోర్ అయినప్పటి నుంచి గూగుల్ చేసి మెడిసిన్ వాడేవాళ్ల సంఖ్య పెరిగింది. కొంతమంది సైరాయిడ్ ఉన్న మెడిసిన్ కూడా తీసుకుంటున్నారు. అవి అందరికీ అవసరం లేదు. సైరాయిడ్ వల్ల నష్టాలుంటాయి. అందుకే అవసరమైన వారికి ఇస్తారు. లంగ్ డ్యూమేషన్ అయినవాళ్లకే సైరాయిడ్ అవసరం. అవి అందరికీ అవసరం లేదు. సైరాయిడ్ వాడితే ఇమ్యూనిటీ తగ్గుతుంది. అప్పుడు కొత్త ఇన్ఫెక్షన్ వచ్చే ప్రమాదముంటుంది. అందుకే సైరాయిడ్ ని డాక్టర్ సలహా లేకుండా వాడకాడదు.

కవర్సోర్



దగ్గ మందు

ఎలర్థరాత్రీ.. పిల్లలు దగ్గుతో నిద్రపోరని పేరెంట్ భయపడతారు. ముందే దగ్గ మందు కొని పెట్టుకుంటారు. లేదంటే అంతకు ముందు ఎప్పుడే దగ్గుకు ఇచ్చిన మందునే మళ్లీ వాడతారు. దగ్గ మందులు డాక్టర్ సలహా లేకుండా తీసుకోకాడదు. ఎంత డోస్ ఇవ్వాలో డాక్టర్ చెప్పాలి. పాడి దగ్గుకు, కళ్లు పడే దగ్గుకు వేర్చే మందులు వాడాలి. ఈ నాల్డ్ర్ లేకుండా ఇస్తే ఉపయోగం ఉండదు. పైగా కొత్త సమస్యలు కొని తెచ్చుకున్నట్లే. దగ్గుమందు డోస్ ఎక్కువైతే గుండె కొట్టుకోవడం పెరుగుతుంది. కాళ్లు, చేతులు వణుకుతాయి. అప్పుడు ఏమైందోనని అర్థరాత్రి హాసిటల్కి పరుగు పెట్టాల్సి వస్తుంది.

ప్రాటీన్ లచ్ పుడ్

బరువు తగ్గాలను కునేవాళ్లే కాదు.. కండలు పెంచాలని జిమ్ కి పోయేవాళ్ల ప్రాటీన్ ఎక్కువగా ఉండే పుడ్ తీసుకుంటున్నారు. ప్రాటీన్ బాడీలో ఉపయోగపడిన తర్వాత యూరిక్ యాసిడ్ రూపంలో (వేస్ట్ గా మారి) బయటకు పోతుంది. అవసరానికి మించిన ప్రాటీన్ తీసుకుంటే బాడీలో యూరిక్ యాసిడ్ పెరుగుతుంది. ఇవి కీళలో స్టోన్స్ గా (గాట్ ఆర్థరిటిస్) మారిపోతాయి. యూరిక్ యాసిడ్ వల్ల కిడ్చిలు ఫెయిల్ అవ్వాచ్చు. బ్లడ్ లో యూరిక్ యాసిడ్ లెవల్ పెరిగితే హర్ట్ ఎటాక్ లాంటివి రావ్వాచ్చు. రెడ్ మీట్ ఎక్కువగా తీసుకున్నా, రెగ్స్ లర్గా తిన్నా బ్లడ్ లో కిట్యోన్ పెరుగుతాయి. దాని వల్ల క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం ఉంది.





మగర్ పేపెంట్స్

మగర్ తగ్గే డైట్ అంటూ కొంతమంది కీలో డైట్ పొలో అయ్యారు. మగర్ మందులు ఆపి, కీలో డైట్ పొన్నని ప్రాక్టిస్ చేసినవాళ్లన్నారు. దానివల్ల చాలా మంది హస్పిటల్లేజ్ అయ్యారు. మగర్ లెవల్స్ డేసీ లీటర్ బ్లడ్ లో 250 నుంచి 300 మిల్లి గ్రాములకు చేరిందంటే బాధీ గ్రూకోజెస్ ని యూష్ చేసుకోలేదు. వైపు మగర్ (డయాబెటిక్ కీలో ఎసిడోసిస్) వల్ల బాధీ డి ప్రైడేట్ అవుతుంది. బాధీలో యాసిడ్స్ తయారవడంతో బీఫి దౌన్ అవుతుంది. మత్తుగా ఉంటుంది. ఆయాసం వస్తుంది. కిడ్నీల మీద లోడ్ పెరిగి ఎఫ్ఫెక్ట్ అవుతాయి. ప్రాబ్లూమ్ తీవ్రంగా ఉంటే ఫిట్స్ వస్తాయి. కేరెల్నిస్గా ఉంటే ప్రాణానికే ప్రమాదం రావొచ్చు.

మగర్ పేపెంట్స్ పొస్టింగ్ చేస్తే సదెన్గా లో మగర్ సమస్య వస్తుంది. వైపు మగర్ కంటే లో మగరే ఎక్కువ ప్రమాదం.

బీపీ కంట్రోల్

బీపీ ఉన్నవాళ్లు దాక్టర్ రిప్యూ చేయకుండా ఎప్పుడూ మందులు ఆపకూడదు. అట్లా సదెన్గా బీపీ మందులు ఆపితే పొమరేజిక్ ప్రోక్ వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. బీపీ 180/120 దాటినప్పుడు రిస్క్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. బీపీ ఉన్నంతకాలం మందులు వాడాల్సిందే. డైట్ పొన్నతో బీపీ తగ్గదు. ఒకవేళ బీపీ తగ్గినా అది దాక్టర్ చెప్పాలి. అప్పుడే బీపీ మందులు ఆపేయాలి. ఒకరికి బీపీ కంట్రోల్ అయిందని ఆ మందులు ఇంకొకరికి పని చేయవు. కిడ్నీ ప్రాబ్లూమ్ ఉన్నవాళ్లకు వేరే మందులు ఇస్తారు. అలాగే ఏజ్సెని బట్టి కూడా బీపీ మందులు ఇస్తారు.



20డిక్షన్ index

- | | | |
|--|----------------|---|
| శివరాత్రి
మహాత్యం
(భక్తి) | 8
10 | చిన్న కాలేజీల
బగ్ టాలెంట్ !
(ఓ ములుపు ఓ గెలుపు) |
| అడుగు జాడలు
(కథ) | 12 | పాత సామాన్లతో
కారు
(వైరల్) |
| మినాలి
(స్ట్రీమ్ ఎంగేజ్) | 16 | పింకీ.. పింకీ..
బూచీ
(మిస్టీ) |
| ఉత్తరంలో సంప్రేషణ
(వాస్తుసిలి) | 18
21 | కాకి జీవీస్యం
(ప్రెలగాండ్లు) |
| కూల్ కూల్
కుల్లివు
(కిచెన్ తెలంగాణ) | 23
24 | సింగర్
మోహన భోగరాజు
(ఇంటర్వ్యూ) |
| స్టోర్ వెజెటుబుల్
చాపర్
(గాడ్జెట్స్ గ్యాలరీ) | 28
30
31 | ఆమె కళ్లు తీసిన
చిత్రాలు!
(చిత్రాలు చూడగా!) |

కథలు రాయిండి!

ఈ 'డర్వ్యూజ్' మీ కోసమే!
జిక్కడ మేం మీ కథల్లిస్తూ మీ జీవితాలనే చూడాలనుకుంటున్నాం. ఇప్పుడిప్పుడే కథలు రాస్తున్నాం, ఇంకా ఏ కథా రాయకున్నాం. కథలు రాయడంలో చెయ్యి తిలగిన వాళ్లయినా.. మీ కథలకు అహ్వానం పలుకుతున్నాం. తెలంగాణ జీవనాన్ని సంస్కృతిని ప్రతిజింబించే కథలకు ఎక్కువ ప్రాధాన్యం ఉంటుంది. దర్వ్యూజ్ మీ కథల కోసం ఎదురుచూస్తాంచి. మీ కథ వెయ్యి పదాలకు మించకుండా రాసి మాకు పంపండి.

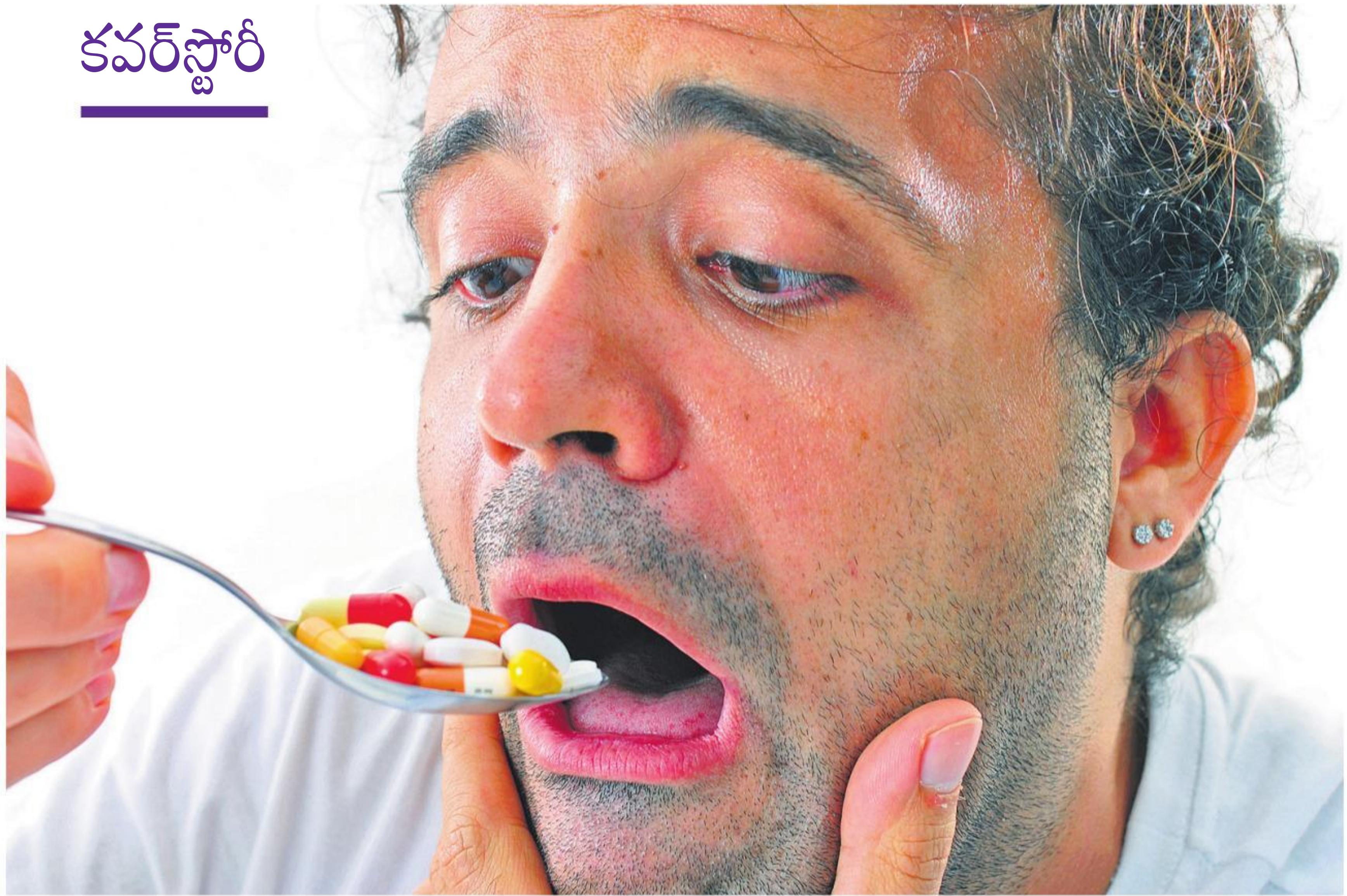
మీ కథలను darwaja@v6velugu.comకు మొయిల్ చేయవచ్చు. పోస్ట్ ద్వారా పంపాలంటే..

దీర్ఘాయి,
వెలుగు దిన పత్రిక,
ప్లాట్ నంబర్ 13/A/B/C,
ఎమ్మోల్స్ ఎక్స్పోస్షన్ కాలనీ,
రోడ్ నంబర్ 12, బంజారాహిల్స్,
హైదరాబాద్ - 500034



దర్వ్యూజ్ 3

ప్రభాత వెలుగు / ఆదివారం, 07 మార్చి 2021



తుమ్మితే యాండిబయటిక్..
దగ్గితే టానిక్..
సర్దిచేస్తే పారాసిటమాల్..
ప్రాభుమ్ ఎందుకొచ్చిందో తెలియదు.
ప్రాభుమ్ వస్తే డాక్టర్ దగ్గరకు పోవడం
మాని, ఎవరి ప్రాభుమ్కి వాళ్ళే వెల్నెన్
పేరుతో మందులు
వేసుకుంటున్నారు. లేని రోగాన్ని
డోహించుకుని సాంత వైద్యం
చేసుకుంటున్నారు. వైద్యం
నేర్చినివాళ్లే లేరిప్పుడు! సాంత
వైద్యంతో మేలుకంటే చెడే ఎక్కువని
డాక్టర్ అంటున్నారు. 'మా సలహ'
లేనిదే మాత్రలు మింగొద్దు.. డైట్ ప్లాన్
చేయెద్దుని చెప్పున్నారు డాక్టర్.
సాంత వైద్యం ఒంటికి మోసం..
కాదన్నారో, ఎమవుతుందో?
చదవండి..

4 దర్శాజ

ప్రభాత వెలుగు / ఆదివారం, 07 మార్చి 2021

సంపాద ఖ్యాతి ఒంటికి చేయా?

లేనిజబ్బిని డోహించుకోవడం, చిన్న సమయాని పెద్దగా డోహించుకోవడం కూడా జబ్బే. అది మానసికమైన జబ్బి. ఇది మనసులోకి దూరిందంటే కంటికి కునుకు ఉండదు. డాక్టర్ కి చూపించుకుంటారు. ఎన్ని టెస్టులు చేసినా రిపోర్ట్ నార్కోల్గానే వస్తాయి. జబ్బేమీ లేదని డాక్టర్ చెప్పినా నమ్మరు. అంతా మంచిగానే ఉండని, షెషన్ పడొడ్ని చెబితే ఇంకా టెస్ట్ ను వడతారు. మీడియా పెరిగింది. జనంలో హాల్ట్ అవేర్నెన్ కూడా పెరిగింది. కొంతమందికి ఏదైనా సమయస్తులు వస్తే... వాళ్ళు చదివిన, విన్న, చూసిన విషయాలే గుర్తుకొస్తాయి. అవేర్నెన్తో మేలే! కానీ, చిన్న సమయాని వచ్చినా అతిగా డోహించుకుని భయపడిపోతారు. వాటికి ఎక్కువగా రియాక్ట్ అవతారు. ఈ మానసిక సమయానే 'ప్రాపోకాండ్రియాసిన్' అంటారు. ప్రాపోకాండ్రియాసిన్ బారినపడ్డవాళ్ళు డాక్టర్ దగ్గరకు పోతారు. కొంతమంది నేరుగా ఘలానా జబ్బే అయి ఉంటుందని మనసులో ఫిక్సుయిపోతారు. జనరల్ ఫిజిషియన్సి ముందుగా కన్సల్ చేయకుండా నేరుగా స్టేషన్లిస్టుల దగ్గరికి పోతారు. సీబీపీ, ఈసీజీ,



స్నానింగ్, ఎండోస్కోపీ, ఎక్సరే.. ఎన్ని టెస్టులు చేసినా సమస్యలు తెలియదు. చూస్తే రోగిపైలా కనిపిస్తారు. ఎన్ని మెడికల్ టెస్టులు చేసినా ఫిజికల్ ప్రాబ్లమ్స్ ఉండవు. పేపెంట్ ఇట్లవతున్నాడంటే ఇది ఫిజికల్ ప్రాబ్లమ్ కాదు. మెంటల్ ప్రాబ్లముని డాక్టర్ రకు అప్పుడు అర్థమవతుంది. అప్పటి నుంచి ట్రీట్ మెంట్ వేరేలా ఉంటుంది. కానీ ఇలాంటి సమస్యలతో ఉన్నవాళ్లు డాక్టర్ ని కలవకుండా సెల్పు ట్రీట్ మెంట్ మొదలుపెడితే లెక్కలేనన్ని జబ్బులకు గేట్లు తెరిచినట్టే. ముందు జాగ్రత్త మంచిదే. అది అతి అయితేనే నష్టం.

టెస్టు మంచిదే..

సొంతంగా టెస్టులు చేయించుకుంటే నష్టం లేదు. హెల్మీగా ఉన్నామా? లేదా? చెక్ చేసుకునేందుకు ఇప్పుడు చాలా మంది ఏడాదికోసారి మాస్టర్ హెల్మ్ చెకవ్ చేయించుకుంటున్నారు. ఇలా చేయించుకోవడం వల్ల సింప్టమ్స్ లేకుండానే ముదిరిపోయే ప్రమాదకరమైన జబ్బులను ముందే పసిగట్టివచ్చు.

కొంతమందికి స్టోగా రక్తం తగ్గుతుంది. సెడెంటరీ (ఎక్కువనేపు కూర్చుని పనిచేసేవాళ్లు, శారీరకంగా అలసిపోని పసులు చేసేవాళ్లు) పీపుల్లో అది వెంటనే బయటపడదు. కణ్ణుతిరిగి పడిపోతే తప్ప గుర్తించరు. ఎక్కువ మందిలో ధైరాయిడ్ ప్రాబ్లమ్ సింప్టమ్స్ చాలాకాలం తెలియకుండా ఉంటాయి. గుండెలో కొలెస్ట్రాల్ పేరుకుపోవడం, బ్లూడ్ మగర్ లెవల్స్ పేరగడం ముందుగానే ఐడెంటిపై చేయుచ్చు. హెల్మ్ చెకవోలో వాటిని గుర్తించవచ్చు. తొందరగా తెలుసుకోవడం వల్ల వాటి నుంచి తేలిగ్గా బయటపడొచ్చు. ఈ హెల్మ్ అవేర్నెన్ అందరికీ అవసరమే.

డాక్టర్ పేపెంట్!

ఒక కథలో.. కుక్క చేసే పని గాడిద చేస్తానందట. గాడిద చేసే పని కుక్క చేస్తానందట. ఈ రెండూ చేసిన పనికి రిజల్ట్ ఏమిటో తెలుసు కదా? అట్లనే.. పేపెంట్ చేయాల్సిన పని డాక్టర్ దగ్గర చెకవ్ చేయించుకోవడం. చెప్పిన మెడిసిన్ వేసుకోవడం. పేపెంట్ డాక్టర్ అయితే గాడిద మొరిగితే ఏమైందో అలాగే జరుగుతుంది.

ఏదైనా ప్రాబ్లమ్ అనిపిస్తే వెంటనే డాక్టర్ దగ్గరకు పోవచ్చు. ఆ ప్రాబ్లమ్ రెండు, మూడు రోజులపాటు ఉంటే అప్పుడు తప్పకుండా డాక్టర్ ని కలవాలి. ఏ టెస్ట్ అయినా డాక్టర్ చెబితేనే చేయించుకోవాలి. డాక్టర్ సలహా లేకుండా టెస్ట్ చేయించుకున్న వాళ్లు ఒక్కసారి లేని రోగాలు ఉన్నవి అనుకుని అనుకుంటూ భయపడతారు. మెడికల్ రిపోర్ట్ లో ఒక పాయింట్ నార్కూల్ రెంజ్ కి అటు ఇటుగా ఉంటేనే కంగారుపడతారు. అది అబ్ నార్కూల్ కాకపోవచ్చు. అబ్ నార్కూల్ అనే విషయాన్ని డాక్టర్ మాత్రమే నిర్ణయిస్తాడు. అందుకే సొంతంగా టెస్టులు చేయించుకుంటే ప్రాపోకాండ్రియాసిన్ బారినపడే ప్రమాదం ఉంది.

గూగుల్ డాక్టర్ చెప్పేదేమిటి?

లేని రోగం ఉన్నట్లుగా ఊహించుకోవడం మొదలైన తర్వాత నిద్ర పట్టదు. వేరే ఆలోచన ఉండదు. ఎప్పుడూ ఆ రోగం గురించే ఆలోచిస్తూ ఉంటారు.

అర్థం చేసుకుంటేనే కూచర్

ప్రాపోకాండ్రియాసిన్ బాధితులు ఫ్యామిలీ పపోర్ ఉంటే తొందరగా బయటపడతారు. అదే పోతుందని వదిలేస్తే సైకలాజికల్ ప్రాబ్లమ్ తీవ్రత పెరుగుతుంది. ఇంట్లో వాళ్లని, పక్క వాళ్లని బాగా ఇబ్బంది పెడతారు. ఒక్కసారి ఆత్మహత్య చేసుకునే ప్రయత్నం చేస్తారు. సాపైటీలో అవేర్నెన్ పెరిగింది. ఇంట్లో వాళ్లు మెంటల్ ప్రాబ్లమ్ని అర్థం చేసుకునే పరిస్థితి ఉంది.

ప్రాపోకాండ్రియాసిన్తో బాధపడేవాళ్లను అర్థం చేసుకోవడం, అవగాహన కల్పించడం, పపోర్ చేయడం అందరి బాద్యత. అప్పుడే అందరూ హృషిగా ఉంటారు.

- డాక్టర్ పణికాంత్ కొండపల్, సైకియాట్టిస్, హైదరాబాద్



'ఏ మందులు వాడాలి? ఏ పుడ్ తినాలి? ఏది మానాలి?' అంటూ ఆలోచిస్తూ ఉంటారు. ఫలానా రోగం అని ఫిక్సుపోతారు. ఇంకొంతమంది గూగుల్ చేస్తారు. తమకున్న సింప్టమ్స్కి పోలిన జబ్బు ఉందని ఫిక్సుపోతారు. ఇంకొంతమంది ఊహించిన జబ్బుకు ఏదో చేయాలో వెతుకుతారు. ఇలా వెతుకుతూ టెస్టున్ ఇంకా పెంచుకుంటారు. ఇలాంటి మెంటల్ కండిషన్ని 'సైబర్కాండ్రియా' అంటారు. ఇంటర్నెట్లో భూగులు, వెబ్ సైట్లో అవగాహన కోసం ఎన్నో మెడికల్ ఇష్యూస్ గురించి రాస్తారు. ఆ లక్షణాలు పోలినంత మాత్రాన జబ్బు ఉన్నట్లు కాదు. ఆ జబ్బుకు వాడే మందులను గూగుల్ చేసి కొంటారు. సప్లైమెంట్ గురించి అవగాహన లేకుండానే వాడతారు. ప్రాటీన్ సప్లైమెంట్, మట్టి విటమిన్ సప్లైమెంట్ మింగుతారు. బాడీలో ప్రాటీన్, విటమిన్, మినరల్స్ ఎక్కువయినా జబ్బులో స్తాయినే విషయం మాత్రం డాక్టర్ గూగుల్ చెప్పినా పట్టించుకోరు.

ప్రాపోకాండ్రియాతో ఉన్నవాళ్లు ఎక్కువగా జనరల్ ఫిజిపియన్, గ్యాప్టో ఎంటరాలజిస్ట్, కార్బియాక్ సైషలిస్ట్ల దగ్గరకు పోతారు. వాళ్లు సైకియాట్టిస్ దగ్గరకు పోకపోతే ఎక్కువగా ఇబ్బంది పడతారు. యాంగ్సులు వల్ల ఎక్కువగా ఇబ్బంది పడతారు. కానీ సైకియాట్టిస్లు మాత్రమే వీళ్లకు సరైన ట్రీట్ మెంట్ ఇవ్వగలరు. వీళ్లకు మెడికెషన్స్ పాటు, సైకో థెరపీ చేస్తే సమస్య పోతుంది.

సైకో థెరపీ బెస్ట్

ప్రాపోకాండ్రియాతో బాధపడేవాళ్లను డాక్టర్ రోగులని తొందరగా గుర్తించరు. ఏ రోగులూ లేదని తిప్పి పంపుతుంటారు. లేదంటే ఏదో ఒక మందు రాసి తిప్పుకుంటూ ఉంటారు. ఇలాంటి వాళ్ల సమస్య పూర్తిగా నయం కావాలంటే పోవాల్సింది మానసిక వైద్యుల దగ్గరికే. ఎన్ని మందులు వాడినా రిజల్ట్ రాదు. ఈ మానసిక రోగానికి సైకో థెరపీ ఒక్కటే మందు. ఇది డిప్రెషన్ కారణంగా వస్తే మందుల ద్వారా తగ్గించవచ్చు. యాంటి డిప్రెషన్ మెడిసిన్ ఇవ్వాలి. డిప్రెషన్ తీవ్రంగా ఉంటే మందులతో పాటు సైకో థెరపీ కూడా అవసరమే.

దర్శాజ

5

ఓవర్ వెయిట్ తగ్గిటప్పదు..

ఓవర్ వెయిట్ ఉంటే? ఆ ప్రాబ్లమ్ కి కారణం తెలుసుకోకుండా ఒక డైట్ ప్లాన్ ని సెలక్ట్ చేసుకొని, ప్రాక్టిస్ చేయకూడదు. ఘగర్, హైరాయిడ్ ప్రాబ్లమ్ వల్ల కూడా వెయిట్ పెరగాచ్చు. ఈ విషయం తెలియక డైట్ ప్లాన్ ప్రాక్టిస్ చేస్తే ప్రాబ్లమ్ రావాచ్చు. కొంతమందిలో మెటబాలిక్ సింగ్రోమ్ ఉండిచ్చు. వాళ్ళ డాక్టర్ సలహ లేకుండా డైట్ ప్లాన్ సెలక్ట్ చేసుకుంటే కొన్నాళ తర్వాత లివర్, హార్ట్ ప్రాబ్లమ్ రావాచ్చు. బరువు తగ్గాలనుకుంటే?.. ముందు ఘగర్, హైరాయిడ్, లిపిడ్ ప్రాప్లెల్ టెస్ట్ చేయించుకోవాలి. వేరే కారణాలతో ఎప్పటి నుంచో ఓవర్ వెయిట్ ఉన్నవాళ్ల గుండెలో ఒక్కింది ఉందేమా తెలుసుకునేందుకు 2డి ఎక్స్ టెస్ట్ చేయించుకోవాలి. మెటబాలిక్ సింగ్రోమ్ ఉన్నవాళ్ల అల్లా స్థాన్ టెస్ట్ చేయించుకుని లివర్లో కొవ్వు ఉందో? లేదో? చెక్ చేయించుకోవాలి. ఆ తర్వాతే డైట్ ప్లాన్ స్టార్ట్ చేయాలి. బరువుకి తగ్గట్టు ఎన్ని క్యాలాలీ తగ్గించుకోవాలో డాక్టర్, డైటీషియన్ చెప్పాలి. బరువు తగ్గాలనుకుంటే ప్రాటీన్, పైబర్ ఉన్నపుడ్ ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. కార్బోఫ్రోడైట్ (పిండిపదార్థాలు), ఫ్యాట్ (కొవ్వు) తగ్గించాలి.

సాంత డైట్ ప్లాన్స్ లో ఎక్కువగా ప్రై ప్రాటీన్ తీసుకుంటారు. అందువల్ల లూజ్ మోపన్స్ (డయేలియా) అవుతాయి. అప్పుడు బాడీ డి పైట్ అవుతుంటి. డైట్లో కార్బోఫ్రోడైట్ ను తగ్గిస్తారు కాబట్టి పైబర్ కూడా తక్కువగా అందుతుంది. అప్పుడు మలబద్ధకం రావాచ్చు. ఒబెసిటీకి జెనెటిక్ కారణాలు కూడా ఉండిచ్చు. అప్పుడు డైట్ ప్లాన్ లో బరువు పూర్తిగా తగ్గదు.



సాంత వైద్యం ఎంత వరకు కరెక్ట్?

డాక్టర్ సలహ లేకుండా చిన్న చిన్న సమస్యలకు మెడిసిన్ తీసుకుంటే నష్టమేమీ జరగడని డాక్టర్లు అంటున్నారు. జ్యరం వస్తే పారాసిటమాల్ గోలీ వేసుకుంటారు. గాయానికి ఆయంట్ మెంట్ రాసుకుంటారు. విరేచనాలు అవుతుంటే తగ్గిందుకు ఒకమాత్ర వేసుకోవచ్చు. కడుపునొప్పిలేస్తుంటే మాత్ర వేసుకోవచ్చు. మెడిసిన్ తీసుకున్నాపోగైన్ లేకుంటే, సింప్టొమ్ పెరిగితే అలర్ట్ కావాలి. ఆ సమస్యలు ఒకటి, రెండు రోజులు ఉన్నాయంటే సాంత వైద్యం పనికిరాదు. వెంటనే డాక్టర్ని కలవాల్సిందే.

చిన్న తప్పకు పెద్ద శిక్ష

కొన్ని హెల్ట్ ప్రాబ్లమ్ వచ్చినప్పుడు ఎప్పుడూ సాంత వైద్యం పనికిరాదు. బాడీలో ప్రాణాంతకమైన ప్రాబ్లమ్ ఏదో రాబోతున్నప్పుడు కొన్ని సింప్టొమ్ ఉంటాయి. సాంత వైద్యం వాటిని పసిగట్టి అలర్ట్ కాకుండా చేస్తుంది. అప్పుడు ప్రాణానికి ప్రమాదం.

ఛాతి నొప్పి..

చాలామంది ఛాతిలో నొప్పి వస్తే గ్యాస్ ట్రుబుల్ అనుకుంటారు. గ్యాస్ బాగా ఫామ్ అయిందని వేరేవాళ్లకు కూడా చెబుతారు. వాళ్ల సలహ ప్రకారం టాబ్లెట్స్, సిరప్ తీసుకుంటారు. కానీ ఆ సమస్య గ్యాస్ వల్ల రాలేదు కాబట్టి తగ్గదు. కొన్ని గంటల్లోనే కుప్పకూలిపోతే తెలుస్తుంది అది హార్ట్ ఎటూక్ అని. చాలా మందికి ఛాతిలో నొప్పి వస్తే హార్ట్ ఎటూక్ మీదకు పోదు. అందుకే ఛాతిలో నొప్పి వస్తే కచ్చితంగా డాక్టర్ దగ్గరకు పోయి టెస్ట్ చేయించుకోవాలి.

మొదటిసారి తలనొప్పి

తరచుగా తలనొప్పితో బాధపడేవాళ్ల టాబ్లెట్ తీసుకోవచ్చు. అంతకుముందు డాక్టర్కి చూపించుకున్న దానిని బట్టి మెడిసిన్ తీసుకోవాలి. (రెగ్యులర్గా తీసుకోకూడదు. కిందీలు పాడవతాయి.) కానీ ఫస్ట్ టైమ్ హెడేక్ వచ్చిందంటే అప్పుడు చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. బ్రెయిన్లో ప్రై బ్లడ్ ప్రెజర్ వల్ల భీడింగ్ జరిగి ఉంటే తలనొప్పి వస్తుంది. బ్రెయిన్ ప్రోక్ వస్తే బాగా తలనొప్పి వస్తుంది. ఈ నొప్పి వస్తే, రెండు, మూడు రోజులపాటు పెయిన్ కిల్లర్ వేసుకుంటారు. కానీ డాక్టర్ని కలవరు. ఎవరికైనా, ఎప్పుడైనా ఫస్ట్ టైమ్ తలనొప్పి వస్తే కచ్చితంగా డాక్టర్ ని కలవాలి.

డయేలియా

వాంతులు, విరేచనాలకు మాత్రలు వేసుకున్న తగ్గకపోతే... అవే మందులు కంటిన్యూ చేసుకుంటూ నిర్క్షాం చేయుద్దు. బాడీ డి=ప్రైడ్సెప్స్ వల్ల భీపీ పడిపోతుంది. అవయవాలకు బ్లడ్ సరిగా అందరు. బ్లడ్ అందక కిందీ పెయిలవుతుంది. ఘగర్తో బాధపడేవాళ్ల ఏ హెల్ట్ ప్రాబ్లమ్ వచ్చినా సాంత వైద్యానికి దూరంగా ఉండాలి. గాయం అయినప్పుడు మందు రాసుకోవడం మంచిదే. కానీ డాక్టర్ని కలవాలి. ఆ గాయం ఎలా ఉంది? టీటీ అవసరమా? లేదా? అన్నది డాక్టర్ నిర్ణయించాలి.

చెప్పగానే నమ్ముద్దు

కొలెస్ట్రాల్, దయాబెటిస్, భీపీ వాళ్లకు డైట్ రిస్ట్రిక్షన్ ఉంటాయి. కానీ, ఫలానాది తింటే ఫలానా ప్రాబ్లమ్ పోతుందని కొంతమంది చెబుతారు. సైన్స్ బేస్

లాపైపోతారు

బ్యాలెన్స్ డైట్ తీసుకోకపోయినా, ఒక డైట్ ప్లాన్ మంచి మరే డైట్ ప్లాన్కి మారినా శరీరానికి సహజంగా ఉండే ఎలాస్టినిటీ పోతుంది. అప్పుడు ఇంకా లాప్ అవుతారు. జిమ్ కి పోయేవాళ్ల ఒక ప్రోగ్రామ్లో జాయిన్ అవుతారు. కొన్నాళ్ల చేసిన తర్వాత దాన్ని వెంటనే మానేస్తారు. ఒక్కసారిగా ఆపేస్తే బాడీ ఎలాస్టినిటీ పోతుంది. దాంతో తొందరగా లావెక్కుతారు. ఎదైనా ఫిజికల్ యాక్సివెటీని కొన్నాళ్లకు కంటిన్యూ చేస్తే వెంటనే మానేయకుండా... కేద్ది కేద్దిగా తగ్గిప్పు పోతే ప్రాబ్లమ్ ఉండదు.

- సామ్య కల్పాలి, డైటీషియన్, అపాటీలో హస్పిటల్స్, సికింద్రాబాద్



6 దర్శాజ

ప్రభాత వెలుగు / ఆదివారం, 07 మార్చి 2021

ఇష్టమొచ్చినట్టు మార్చకూడదు

మగర్, జిపీ, కిడీప్రాబ్లమ్ ఉన్నవాళ్లు ఏ చిన్న హాల్ట్ ప్రాబ్లమ్ వచ్చినా డాక్టర్ సలహాతోనే మెడిసిన్ తీసుకోవాలి. ఎవరికో తగ్గిందని ఆ మందులు వేసుకుంటే హాల్ట్ ప్రాబ్లమ్ ను పెలగిపోతాయి. రెగ్యులర్ గా వాడే మందులు కూడా డాక్టర్ చెప్పినట్టుగా మార్చుతుంగా ఉండాలి. మగర్, ఒబెసిటీ, జిపీ, హిట్, క్రైయో, కిడీప్రాబ్లమ్ ఉన్నవాళ్లు డాక్టర్ సలహా లేకుండా దైట్ ప్లాన్ మార్చుకోకూడదు.



- డాక్టర్ స్పందన కనపర్తి, జనరల్ ఫిజిపియన్,
రెగ్యూలర్ సీలిము హస్పిటల్, హైదరాబాద్

కాకుండా, ఎవిడెన్స్ లేకుండా చేపేవన్నీ టీపీలో, సోఫ్ట్ మీడియా ప్లాట్ఫార్మ్లో చూసి నమ్మకూడదు. నిజమో కాదో ఫ్యామిలీ డాక్టర్ సలహా తీసుకుని పొలో కావాలి. గుడ్డిగా నమ్మకూడదు. ఉదాహరణకు గుండె జబ్బులు ఉన్నవాళ్లు నడెన్ గా ప్రాటీన్ పుడ్ని ఎక్కువగా తీసుకుంటే రిస్క్ పెరుగుతుంది. ప్రాటీన్ పుడ్ ఎక్కువగా తీసుకుంటే భ్లూడ్లో యూరిక్ యూసిడ్ పెరుగుతుంది. ఆ విషయం పేపెంట్ కి తెలియదు. ఇట్ల మన చుట్టూ ఎంతో మంది ఎన్నో రకాల చిట్టాలు చెబుతూ ఉంటారు. వాటాప్, పేన్సబుక్లలో వీడియోలు చూసి నమ్మేయుద్ద.

రసం మంచిదే, కానీ..

మగర్ పేపెంట్లలో కొందరు యూట్యూబ్ వీడియోలు చూసి కొత్తమీర, పుదీనా రసం మంచిదని తాగుతుంటారు. ఇలా చేస్తే.. మగర్ పేపెంట్ కిడీలు పాడయ్యే ప్రమాదం కూడా ఉంది. ఆ రసాలు మంచివే. కానీ అందరికీ మంచిది కాదు. కిడీల కండిషన్ ఎలా ఉండో తెలుసుకోకుండా ఈ రసాలను తీసుకుంటే ప్రమాదాన్ని కొని తెచ్చుకున్నట్టే. అప్పటికే కిడీలు డ్యూమేష్ అయిన తర్వాత కొత్తమీర, పుదీనా రసం తీసుకుంటే రక్తంలో పాటాపియం, సోడియం లెవల్ పెరుగుతాయి. వాటివల్ల కిడీలు ఇంకా

సాంత వైద్యానికో హద్దుంది

ప్రతి చిన్న సమస్యకు హస్పిటల్కి పోవాలిన అవసరం లేదు. లక్షణాల్చి బట్టి సాంత వైద్యం ఒకబిరెండు రోజుల వరకు ఫర్మలేదు. అప్పటికే ఎటువంటి మార్పు లేకుంటే, సమస్య పెరుగుతుంటే డాక్టర్ ని కలవాలి. అయితే జ్వరం, జలబు, దగ్గు లాంటివి నాలుగు రోజుల వరకు ఉన్నా ఏమీ కాదు. సమస్య ఏమిటో తెలుసుకోవాలని సాంతంగా టెస్టులు చేయించుకుని రోగం ఉండనుకోవడం తప్ప. ప్రతి టెస్టుకి ఉండే నార్థల్ రెంజ్ కి కొంచెం అటు ఇటుగా ఒక్కసాల లిపార్ట్ రాష్ట్రం. అంతమాత్రాన ఏదో ఒక జబ్బు భాలన పడ్డట్టు కాదు. లిపార్ట్ చూసి నార్థల్ లేదా అబ్ నార్థల్ అనేబి డాక్టర్ దీస్ట్రిక్ చేస్తారు.



- డాక్టర్ గోవర్ధన్, జనరల్ ఫిజిపియన్, కేర్ హస్పిటల్, హైదరాబాద్

గుండెల్లి పిండే భయం

ఒకతనికి 30 ఏళ్లు. పెళ్లయింది. జాబ్ చేస్తున్నాడు. సదెన్గా గుండెలోనిప్పి అని హస్పిటల్కి పోయిందు. ఈసీజీ తీశారు. లిపార్ట్ 'నార్థల్' అనే పచ్చింది. కొంచెం హస్టర్ రేట్ ఉండాల్సిన దానికంటే ఎక్కువగా ఉంటుంది. టూడీ ఈకో తీసినా నార్థల్ లిపార్ట్ పచ్చింది. అటి గుండె జబ్బు కాదు. 'యాంగ్జుయిటీ' వల్ల అలా జిలగింది. ఆ యాంగ్జుయిటీ ప్రాబ్లమ్ని మొదల్లో గుర్తించలేదు. నభిలేస్ట్ సెలకోసాల వచ్చే గుండెనిప్పి పది రోజులకు ఒకసాల, తర్వాత వారానికి ఒకసాల వస్తుంది. జాబ్ డెంటల్న్స్ ఒత్తిడి వల్ల ఇలా జరుగుతోందని గుర్తించలేకపోయిందు. ఇంట్లో గొడవలు, ఆర్టిక ఇబ్బందులు వస్తే చాలా మంచిలో ఇచి సహజమే. ఒత్తిడి పెలగితే తీవ్రత పెరుగుతుంది. తనకు మెడికేషన్ చేసి, కొన్సిలింగ్ చేస్తే ఇప్పుడు ఆరోగ్యంగా ఉన్నాడు.

ఎక్కువగా డ్యూమేష్ అవుతాయి. ఎవరో మగర్ పేపెంట్ కి మంచి రిజల్ ఇచ్చిందని... అది అందరికీ మంచి రిజల్ ఇవ్వదు. ఇలా నెగిటివ్ రిజల్ కూడా ఉంటుంది. అందుకే మెడికేషన్, దైట్, లైఫ్ స్టైల్ విషయాల్లో డాక్టర్ సలహా తప్పనిసరి.

క్రైయో మందులు

బ్లూడ్లో క్రైయోష్ట్రోపల్ ని బట్టి మెడిసిన్ తీసుకోవాలి. బీపీ పేపెంట్ కూడా మందులు ఎప్పుడూ ఆవే వాడుతూ ఉండకూడదు. వయసుని బట్టి మారుస్తూ ఉండాలి. బీపీ సదన్గా పడిపోతే డోస్ తగ్గించాలి. బీపీ పెరిగితే డోస్ పెంచాలి. ఈపాటి అవగాహన లేకుండా సొంత వైద్యం చేసుకుంటూ పోతే ప్రాణాలమీదకు తెచ్చుకున్నట్టే.

డైట్ ప్లాన్ విషయంలో.. బీపీ, మగర్, కిడీస్ సమస్యలు ఉన్నవాళ్లు ఎక్కువగా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. 'అపోరమే జౌపథం' అంటూ డాక్టర్ కి చెప్పకుండా ఏడైట్ అంటే ఆడైట్ పొలో కావ్యద్ద.

నాటుమందులతో జాగ్రత్త

నాటు మందులు, హెర్పల్ మెడిసిన్ వల్ల కూడా సైండ్ ఎఫెక్ట్ ఉంటాయి. అల్లో ప్రతి మందుల వల్ల సైండ్ ఎఫెక్ట్ ఉంటాయని అందరికి తెలుసు. కానీ వేరే మెడిసిన్ తో సైండ్ ఎఫెక్ట్ ఉండవని చాలా మంది అనుకుంటారు. నాటు మందుల వల్ల బోస్ మ్యార్ట్ ప్రాడక్షన్ (ఎముక మూలగలో రక్తకణాల తయారీ) తగ్గిపోతుంది. కొన్ని రకాల నాటు మందుల వల్ల కిడీస్, లిపర్ పాడయ్యే ప్రమాదం ఉంది.

తేడా కొడితే జట్టు రాబుద్ది

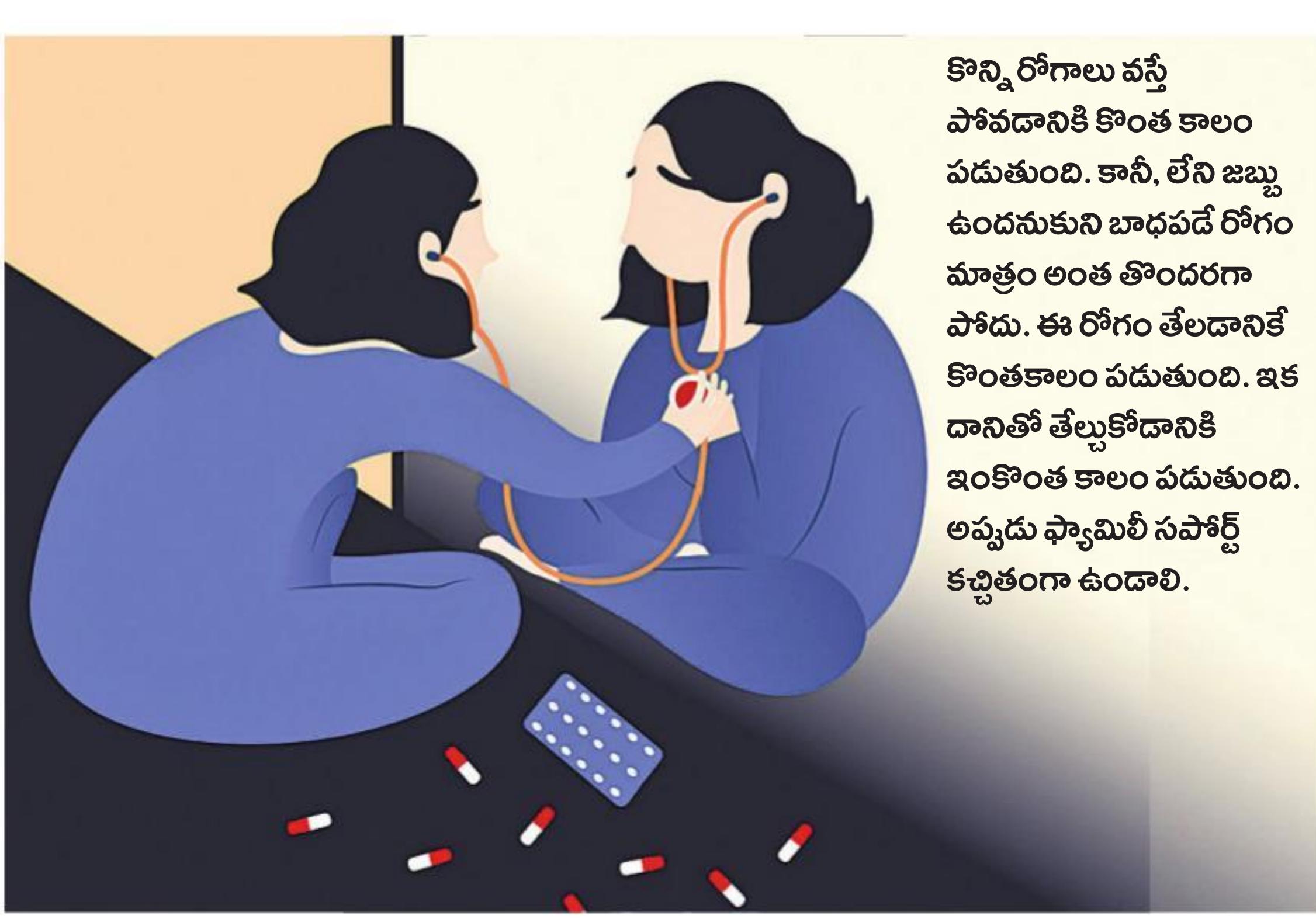
క్రానిక్ డిసీజ్ల లతో ఉన్నవాళ్లు డాక్టర్ చెప్పిన డైట్ ప్లాన్ మాత్రమే ప్రాక్సీస్ చేయాలి. సొంతంగా ఏడైనా డైట్ ప్లాన్ ని సెలక్ట్ చేసుకుని పొలో అయితే హాల్ట్ ప్రాబ్లమ్ పెరుగుతాయి. డైట్ ప్లాన్ బాడీ అవసరాల తీర్చులా బ్యాలెన్స్ లతో ఉండా? లేదా? అనేది సొంతంగా నిర్ణయించుకోవడం కష్టం. ఇలా చేస్తే విటమిన్ లోపం, మినరల్ లోపం, ప్రాటీన్ లోపం రావొచ్చు. బాడీలో ఇలాంటి లోపాలు పెరుగుతుంటే ముందుగా జట్టురాలడం మొదలవుతుంది. తర్వాత స్నిగ్ధ అవుతుంది. గోళ్లు సరిగా పెరగవు. ఈ మార్పులు కనిపిస్తే డైట్ సరిగా లేనట్టే. బాడీలో ఏదో ప్రాబ్లమ్ ఉండని అనుమానించాలి. బీ అలర్ట్

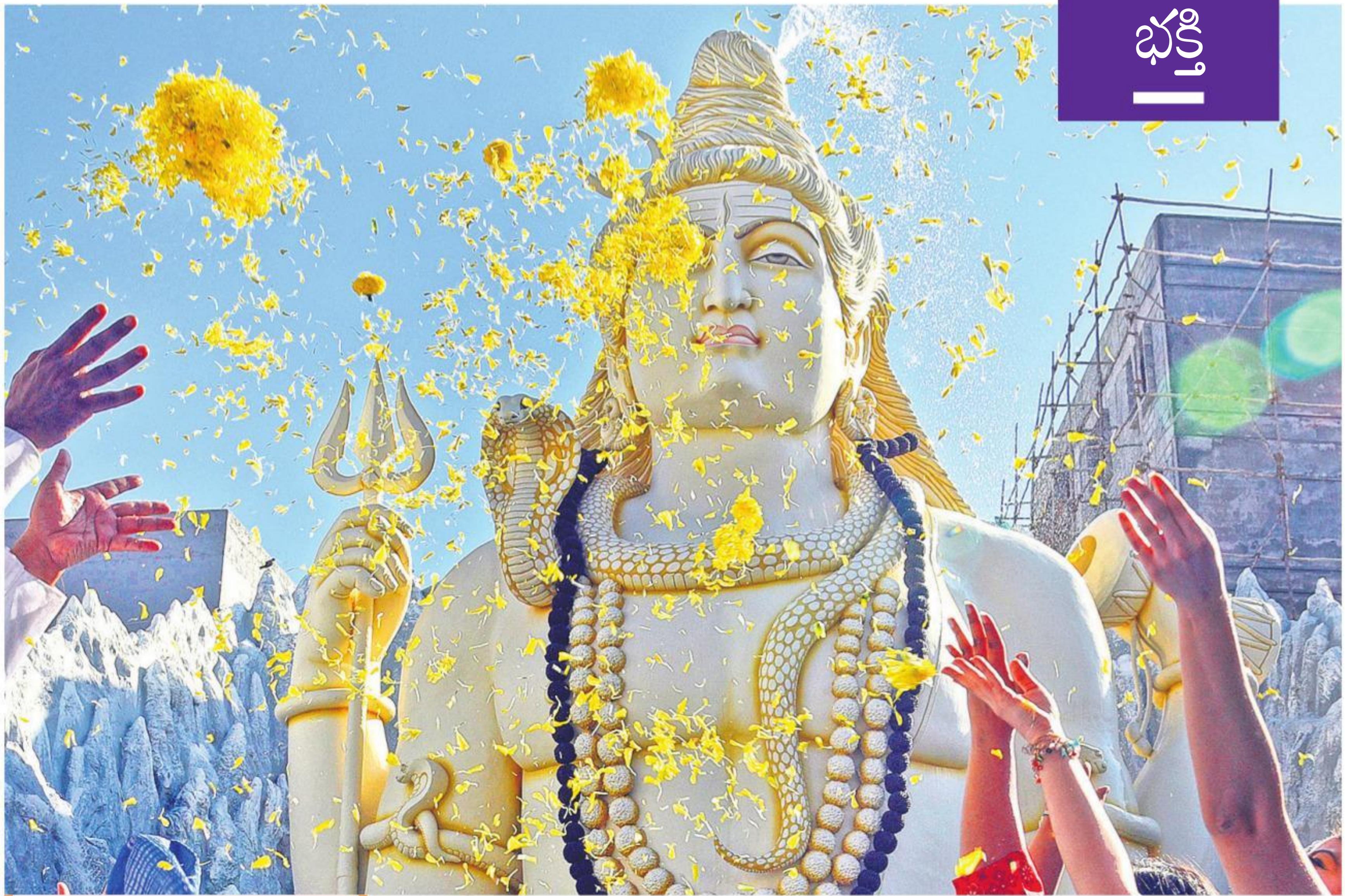
:: నాగవర్ధన్ రాయల

దర్శాజ

7

ప్రభాత వెలుగు / అదివారం, 07 మార్చి 2021





“వాగ్రావివ సంపుక్తా,
వాగ్రాప్తి పత్రయే
జగతః పితరో వందే పార్వతీ
పరమేశ్వరో”.. అన్నాడు మహాకవి
కాళదాసు. ‘బకలికి ఒకరై, అత్తియంగా,
అన్వీన్యంగా కలసిపోయే ఈ విశ్వానికి
మాతాపితలైన ఈ పార్వతి
పరమేశ్వరులకు నా వందనం’ అని
తెలిపే ఈ శ్లోకం.. శివపార్వతులు ఈ
జగత్కు తల్లిదండ్రులు అని చెప్పండి.

శివరాత్రి మహాత్మ్యం

శివరాత్రి రిధిభ్యాతి తిథిరేషామమ ప్రియ.. అంటే..
‘ఈ రోజు పవిత్రమైనది. నాకు ప్రియమైనది. ఇక
మీదట ఈ రోజు శివరాత్రిగా భ్యాతినొందుతుంది’
అని అర్థం వచ్చే ఈ మాటలు సాక్షాత్తు పరమ
శివుని పలుకులని చెబుతుంది శివపురాణం. లయ
కారుడైన పారుడు తేజోరూపాన వెలిసిన మహా
పర్వదినమే శివరాత్రి అని ఆ పురాణ ప్రవచనం.
సాకారుడు, నిరాకారుడు అయిన ఆ మహాదేవుడు
లింగ రూపంలోనే కాదు మరెన్నో రూపాల్లో, ఇంకెన్నో
ప్రత్యేకతలతో పూజలు అందుకుంటున్నాడు.
సహస్రాదిత్యులతో సమానమైన తేజస్సుతో
సృష్టి ఆదిలో బంగారు రంగులో ఓ అండం
ఆవిర్భవించింది. ఆ అండాకార జ్యోతిర్లింగానికి

8 దర్శన

ప్రభాత వెలుగు / ఆదివారం, 07 మార్చి 2021

సంకేతంగా శివలింగాన్ని పూజిస్తున్నారు. అగ్ని
స్తంభంగా ఆవిష్కారమైన మహాదేవుని యొక్క
అద్యంతాలు తెలుసుకోలేక బ్రహ్మ, విష్ణువులు
సర్వేశ్వరుణ్ణి శరణ కోరారు. మార్గశిరకృష్ణ
చతుర్ధశి నాటి అర్థరాత్రి శివుడు “లింగ” మూర్తిగా
అవతరించాడు. మహాశివరాత్రి నాడు అర్థరాత్రి
లింగోద్ఘవ కాలంలో శివార్ధన చేయడానికి
ఓ కారణం ఉండంటారు. లయకారుడైన
పరమేశ్వరానుగ్రహం వల్లే సృష్టిచక్రం సక్రమంగా
కొనసాగింది అని ఈ ఉండంతం వివరిస్తుంది.
మహేశ్వరుడు ఈ జగత్కు అధిపతి. బ్రహ్మ
సృష్టికర్త అయితే, విష్ణువు సోషకుడు అని, శివుడు
లయకారుడని ప్రతీతి.

శివుడు లింగ రూపంలో ఉద్ఘవించినది, బ్రహ్మ
దేవుడు జీవకోటిని సృష్టించడానికి అంకురార్పణ
చేసినది మాఘ బహుళ చతుర్ధశి అర్థరాత్రినాడే. ఈ
పవిత్రమైన రోజునే “శివరాత్రి” అని పిలుస్తున్నాం.

ఎప్పుడూ లింగరూపంలో ఉండే ఈ శ్వారుడు ఆ
రూపం నుంచి నిజరూపంలో సాక్షాత్కారించే
పవిత్రమైన రోజు, క్షీరసాగర మధనంలో మొదటగా
వెలువడిన హలాహలాన్ని కంఠంలో నిలుపుకొని
గరజ కంఠుడిగా, నీల కంఠుడిగా పేరొందినది
ఈ రోజే. అందుకే ప్రపంచ వ్యాప్తంగా శివభక్తులు
వేడుకలు జరుపుకుంటారు. శివరాత్రినాడు శివుడు
అఱువఱువునా వ్యాపించి ఉంటాడని ప్రతీతి.

నడుము నిటారుగా ఉంచాలి
చాలామంది శివరాత్రిని శివుడి పెళ్ళిరోజుగా
భావిస్తారు. సన్మానులు, తాపసులు ఈ రోజును
శివుడి అత్యంత అచేతన దినంగా పరిగణిస్తారు.
అంతకాల తపఃశక్తి వల్ల శివుడు హిమవత్
పర్వతంలా స్థిరమయ్యాడు. శివుడు అలా
నిశ్చల, నిర్మల స్థాషణవుగా మారిన శుభదినమే
శివరాత్రి. మాఘ బహుళ చతుర్ధశి నాడు వచ్చే
శివరాత్రి రోజును... నడుమును నిటారుగా

అర్థనాలీశ్వరతత్త్వం

సాక్షాతు భగవంతుడే రెండుగా వీడి ప్రకృతి, పురుషుడిగా మారాడని ఆ అర్థనాలీశ్వరం లోంచే సమస్త సృష్టి నిర్మాణం జరిగిందని ఇతిహాసాలు ప్రపచిస్తున్నాయి. ఈ అర్థనాలీశ్వర తత్త్వానికి ప్రతీకగా నిలిచి అజరామరంగా కొలువు తీరారు పార్వతీ పరమేశ్వరులు.

శివాబుఫేక విశిష్టతను కాశి ఖండం వైభవోవేతంగా వల్లంచింది. కోటి బిలావ్యాసాలు, లక్ష జిల్లావ్యాసాలు, సహస్ర నామాస్తానలు.. ఇలాంటివన్నీ శివపూజలో భాగాలు. వీటన్నింటికి అతితంగా ఉద్దరనేడు నీళ్ల పణ్ణే ఉజ్జ్వలజబ్బె చిట్టికెడు భస్తం పూస్తే చిదానంద భరతుడై, తిమ్మ పుపు నెత్తిన పెదితే తృప్తి పడి మారేడు దళాన్ని అలంకరిస్తే ఏకోన్ముఖం చేసి మహాదేవునికి మరల్లడమే అచ్ఛమైన శివారాధన. సర్వాత్మను, హృదయాన్ని భగవంతుడిపై నిలపడమే ఈశ్వరునికి అస్త్రాన నివేదన.



ఉంచి కూర్చున్నవాడు నిశ్చింతగా ఉంటాడని పురాణాలు చెప్పున్నాయి. మనము నడుమును అర్థంగా అంటే శయనస్థితిలో ఉంచితే మిగిలిన జీవరాశుల మాదిరిగా ఏమి ఫలితం ఉండదు. కాబట్టి శివరాత్రి నాడు నడుముని నిటారుగా ఉంచి, స్థిరాసనంలో కూర్చుంటే సునాయాసంగా స్వర్గం ప్రాప్తిస్తుందని నమ్మకం. మన శరీరంలో జీవశక్తి ఉంచ్చుముఖంగా ప్రయాణిస్తుంది. అందుకే శివరాత్రి నాడు సాధకులంతా నిటారుగా కూర్చునేందుకు ఇష్టపడతారు. ఈ రోజంతా మనం ఉపవాసం, జాగరణ చేస్తాం. అది కూడా స్థిరాసనంలో కూర్చుని చేయాలి.

ఉపవాస, జాగారాలు అందుకే

అసలు ఈ శివరాత్రి నాడు ఉపవాసం, జాగరణ ఎందుకు చేయాలి అనే విషయానికి వన్నే, ‘ఉపవాసం’ అనే పదంలోనే అసలు అర్థం దాగి ఉంది. ‘ఉప’ అంటే దగ్గరగా అని ‘వాసం’ అంటే నివసించడం అని అర్థం. అంటే ‘భగవంతునికి దగ్గరగా నివసించడం’ అని అర్థం అన్నమాట. కడుపు నిండా తిన్నవారు భగవంతుని మీద మనసు లగ్గుం చేయలేరు. కాబట్టి అల్పాహోరాన్ని లేదా పాలు, పండ్లు, నీరు లాంటివి మాత్రమే తీసుకుంటూ మనసును దేవుడి మీద లగ్గుం చేయడం కోసమే ఉపవాస దీక్ష చేస్తాం. సాక్షాత్కార్తు ఆ దేవదేవుడే తన భక్తులను అనుగ్రహించేందుకు భూమి మీద సంచరిస్తుంటే ఆ సమయంలో అయిన భక్తులమైన మనం గాఢ నిద్రలో ఉండటం భావ్యం కాదు. కాబట్టి ‘మేమంతా నీరాక కోసం వేచి చూస్తున్నాం’ అనడానికి సంకేతంగా జాగరణ చేయాలి. ఈ జాగరణ భగవంతునిపట్ల ఎరుక కోసమే కానీ, ఇతరత్రా లౌకిక వ్యవహారాల్లో నిమగ్ను కావడం కోసం మేలుకొని ఉంటే అది జాగరణ కాబోదు.. ఒక్క శివుడికి లింగ పూజ చేస్తుంటాం. మిగిలిన దేవుళ్లందరికి విగ్రహ పూజ చేస్తుంటాం. శివుడు అభిషేక ప్రియుడు. బిల్వ దళాలు అంటే ఆయునకు అత్యంత ప్రీతి. మారేడు దళాలతో శివుణ్ణి పూజించడం వల్ల కలిగే ఫలమేమిటో బిల్వాపుకంలో స్పష్టంగా ఉంది. అందుకే ఆయునకు అత్యంత ప్రియమైన పర్వదినాన శివరాత్రినాడు అభిషేకం చేసి బిల్వ దళాలతో పూజిస్తారు.

అందుకే మహశివరాత్రి

పరమేశ్వరుడికి మాత్రమే లింగపూజ, బేరపూజ

అని రెండు వేరువేరు రూపాల్లో పూజలుంటాయి. విష్ణు, బ్రహ్మలకు బేరపూజ మాత్రమే ఉంటుందని సాక్షాత్కార్తు పరమశివుడే చెప్పినట్లు ‘శివపూజలోనే శివగీతలో ఉంది. బేరపూజ అంటే మానవ రూపంలో దేవుడిని పూజించడం అని అర్థం. ప్రతి నెలలో అర్థరాత్రి దాటేవరకు కృష్ణపక్ష చతుర్థశి ఘడియలున్న నాడే శివరాత్రి. దానికి మాన శివరాత్రి అని పేరు. అన్ని మాన శివరాత్రులు పవిత్ర కాలాలే అయినా మాఘమాసంలో వచ్చే శివరాత్రికి భక్తి ప్రభావం ఎక్కువగా ఉంటుంది. అందువల్ల మాఘమాస శివరాత్రికి ‘మహశివరాత్రి’ అని పేరు. ప్రతి శివరాత్రిలోనూ చంద్రకంభక్కు వీటిని ప్రార్థించి శివరాత్రి అని పేరు. అన్ని మాన శివరాత్రుల పవిత్ర కాలాలే అయినా మాఘమాసంలో వచ్చే శివరాత్రికి భక్తి ప్రభావం ఎక్కువగా ఉంటుంది. అందువల్ల మాఘమాస శివరాత్రికి ‘మహశివరాత్రి’ అని పేరు. ప్రతి శివరాత్రిలోనూ చంద్రకంభక్కు వీటిని ప్రార్థించి శివరాత్రి అని పేరు.



ఇలా చేసుకోవాలి

త్రిమూర్తుల్లో లయకారుడైన పరమశివుడు జ్యోతిర్లింగ రూపానిగా, ఆవిర్భవించిన పరమ పవిత్రమైన రోజు ఈ మహశివరాత్రి. కాబట్టి ఈ రోజు సూర్యోదయానికి ముందే నిద్రలేచి కాలకృత్యాలు తీర్చుకుని తలస్నానం చేసి శివపూజలు, అభిషేకాలు చేయాలి. రోజంతా ఉపవాస ప్రతాన్ని పొట్టించడంతో పాటు రాత్రంతా జాగరణ చేయాలి. మొదటి జాములో పరమేశ్వరుడు ఉన్నాడని వెరుగుతూ ఉంటాం. కానీ వాటన్నింటి గొప్ప కలయికి శివరూపం. మనం జీవితంలో సంతోషం ప్రార్థించి చేసుకుంటూ భాధపడుతూ ఉంటాం. కానీ వాటన్నింటి గొప్ప కలయికి శివరూపం. పరమాత్మని ధ్యానించుకుంటూ ఈ శివరాత్రి కూడా సంతోషంగా జరగాలని ఆ పరమాత్మని వెడుకుండాం.

పదార్థాన్ని నైవేద్యంగా పెట్టాలి. నాలుగో జాములో తేనెతో అభిషేకించి పూలతో పూజించి అన్నాన్ని నైవేద్యంగా సమర్పించాలి. వీటితో పాటు లింగోద్భవ సమయంలో శివనామ స్తురణతో రాత్రంతా జాగరణ చేయాలి. మరుసటి రోజు తిరిగి శివపూజ చేసి శక్తి మేరకు నైవేద్యం సమర్పించి భోజనం చేసి ఉపవాస ప్రతాన్ని ముగించాలి.

ఇతిహాస కథ

ఒకసారి మహశ్రుత్యాలు అంచ్చింది. సకల చరాచర జగత్తు చీకటిలో చిక్కుకుంది. జీవులన్నీ అచేతనావస్తలో పడిపోయాయి. ఆ పరిస్థితుల్లో లోక క్షేమాన్ని కాంక్షించి పొర్చుతీదేవి, శివుడి కోసం ఘోర తపస్సు చేసింది. దీర్ఘకాలరాత్రిని తప్పించి, రాత్రి పగలు కొనసాగించి, సృష్టిదర్శకుల్ని నిర్వహించి, జీవులన్నీ ఉన్నాయి. ఆ పరిస్థితుల్లో లోక క్షేమాన్ని కాంక్షించి పొర్చుతీదేవి, శివుడి కోసం ఘోర తపస్సు చేసింది. వారికి సకల సౌభాగ్యాలు సిద్ధిస్తాయని ఆ పరమేశ్వరుడి దగ్గర నుండి పరం పొందిందంటారు. ప్రతయ కాలంలో దీర్ఘకాల రాత్రి వేళ పొర్చుతీ చేసిన శివపూజ ప్రశ్నయం తర్వాత శివరాత్రి నాటి శివారాధనగా పరిణతి చెందింది అంటారు.

శివుడు ఈ భూ మండలంలో మీదున్న అన్ని గుణాలకు, అన్ని అపగుణాలకు నిలయం, స్వర్గనరకాలు, బీదాగొప్పలు, అన్ని తనలోనే ఇముడ్చుకున్నవాడు. అందుకే ఆయును నమ్మితే ఈ జీవిత చక్కాన్ని అధిగమించినట్టే. అతి సుందరుడు, భయంకరుడు కూడా అయిన ఆ అభయంకరుని మనసులో నిలువుకుంటే జీవితం సుఖవంతమవుతుంది. మనం జీవితంలోనే మంచి చెడులను బేరీజు వేసుకుంటూ భాధపడుతూ ఉంటాం. కానీ వాటన్నింటి గొప్ప కలయికి శివరూపం

‘సక్కెన్ ఎప్పుడు పరిచయమైతది?’ అనడిగితే.. ‘నిమనసుకు నచ్చిన వని మొదలుపెట్టినప్పుడే!’ అని జీవితం సమాధానం చెప్పది. ఇంగ్.. ‘ఫెయిల్యూర్ ఎందుకోస్తది?’ అనే డోటే రాదు. మనసుపెట్టి చేసే వనిల దొరికే సంతృప్తి సక్కెన్. ఆ సక్కెన్ కోసం అందరూ ఆరాటంతో దేవులాడుతరు. అట్టాంటి ప్రయత్నమే లేకుండ ఎక్కుడ హ్యాపీగా ఉంటడే అక్కడికి పోయిందు శ్రీచరణ్. ఆ జర్నీ ‘ఫోర్మ్ 30 అందర్ 30 ఆసియా’ దాంక తీస్కపోయింది. స్కూల్లల మొదలైన పబ్లిక్స్ చెంత మందిని కలిపిందే చెప్పది ‘స్టుమాగ్’ స్టోర్! కష్టమైనది మాని, ఇష్టమైనదే చేసిన శ్రీచరణ్ లైఫ్ బిందాన్గ ఉందిప్పుడు.

ల్ల స్నీహాదరాబాద్ల పుట్టిందు శ్రీచరణ్.
హిందూ-ముస్లిం భాయి భాయి అనుకుంట
సంతోష్ణవగర్ల దోస్తులతో సరదాగా పెరిగిందు.
వాళ్ల బాపు లక్ష్మాజు రవీందర్ గవర్నమెంట్ సూల్
పొడమాస్టర్. శ్రీచరణ్ ని ఇంటికి దగ్గర్లనే ఉన్న
పైవేట్ బడిల చేర్చించిన్నారు. అందరిలెక్కనే బచపన్
అడుతపాడుతా నడుస్తున్నది.
“టీచర్ పిల్లలకు సదువు అబ్బిదని లోకం
అనుకుంటది. లోకులు కాకులు కదా.. ‘పండిత
పుత్ర పరమ శుంఠ’ అని కావుకావు మంటరు.
మాటలతో ఎవలో దెప్పిపొడిసింద్రని కాదుగని,
మీరట్ల కాకూడది” అమ్మాపద్మజు ఎప్పుడూ చెబుతా
ఉండేది. ఈ మాట ఏడబుట్టిందో? టీచర్ పిల్లలు
ఎప్పుడైనా ఒక్కసారి వెనుకబడ్డా వినబడతది. ‘నేనట్ల
కానే’ అనే చరణ్.. ‘పండిత పుత్ర మహా పండిత’ అని
పిలిపించుకున్నడు!

పున్ ధాలెంజ్

బడిల ఉపన్యాస పోటీ (ఎలక్యూప్స్) పెదుతరు కదా. నాలుగో తరగతిలనే ఆ మాటల యుద్ధానికి దిగిందు. ఏటా పోటీ పడుతనే ఉన్నదు. ఓపొలి.. ‘ఈ పోటీల నువ్వు గెలువలేవు రా’ అన్నదు ప్రిన్సిపల్. గెలుస్తనని చరణ ఛాలెంజ్ చేసిందు.

గాంధీ జీవితం గురించి పోటీ.. ఉపన్యాసంల ఎవలూ చెప్పునిది చెబితెనే ఎట్టాక్షన్ ఉంటది. లైబ్రరీకి పోయి కొత్త పాయింట్ పట్టిందు. ‘మొదాలు గాంధీని చంపడం గాడ్స్కి సాధ్యం కాలే. అది ఒక రక్కీలాగ యూజ్ అయింది. రెండోసారి (జనవరి 30న) కాల్చి చంపిందు’ అని చరణ చెప్పిందు. ఆరో తరగతిల మొదలైన గెలుపు... మలుపులు తిరుగుతా పోయింది.

మాట-పాట

‘కష్టపడితె రాదా ఫలితం.. పదరా సోదరా’ అని సిరివెన్నెల చరణాల్లో చెబితే, శ్రీ చరణ ప్రాక్ష్మీన్ చేసిందు. ఏడో తరగతిల ఉన్నప్పటి సంది పభీక్ స్పీకింగ్ కొత్త పుల్లవి అందుకున్నది. కొత్త ముచ్చట్లే గాదు, ఎట్రాక్షివ్ గా చెప్పాల్సి.. దగ్గర్లనే ఉన్న దిల్సుఖ్ నగర్ బస్టాండ్ కి పోయిందు. సినిమా పాటల పుస్తకాలు కొన్నాడు. ఆ పాటల్ల ఉన్న పదాల కూర్చుని ఎత్తుకొచ్చి పభీక్ స్పీకింగ్ ల చెప్పేటోడు. ‘పట్టుదలతో చేస్తే సమరం.. తప్పుకుండ నీదే



చిన్న రాలీజీలు

stumagz.com®
Digital Campus Ecosystem

సుందరోచ్చకు దీన్

విజయం' అంట ఉత్సాహాన్ని రేకెత్తించే ఉపన్యాసాలు దంచిందు.

ଚେଦିଲନ କଳ

పెన్న క్లాస్ (2004ల) పాశైందు. మ్యార్క్స్‌ల వందకు వంద, సైన్స్‌ల 99 మార్కులొచ్చినయ్. ఐఐటీల ఇంజినీరింగ్ సదవాల్ని ఎంపిసీ తీసున్నదు. కెమిస్ట్ బాగనే సదివిందు. కానీ, జేఈఈ ఎంట్రీల మాత్రం డిస్క్యూలిషై అయిందు. ‘గిదేంది?’ అని బాపు అడగలే. ‘గిట్టెందుకు జేశినవ్’ అని తిట్టలే. ఎంసెట్ ల పదహారు వేలల్ల ర్యాంక్ వచ్చింది. ముల్లోపాలి జేఈఈ రాస్తే ఐఐటీల సీటు వస్తుదన్నదు. ఇంజినీరింగ్ సదువుతనే ఐఐటీకి ప్రిపేర్ కావాల్ని వాళ్ళ బాపు

పరిచయాలే పెట్టుబడి

“ఇంగ్లీష్ పోయెట్ రాబర్ట్ ప్రాస్ట్ రాసిన ‘ద రోడ్ నాట్ టేకన్’ల అందరూ నడిచే దారి కాకుండా కొత్త దారిలో నడిస్తే అద్భుతాలు తారసపద్ధతియని చెప్పిందు. నాకూ అట్ల కొత్త తోప్పుల పోవుడే ఇష్టం. అట్ల పోతెనే పరిచయాలు పెరుగుతయ్య. ఒక మనిషిని పరిపూర్క మానవుడిగా మార్చేది పరిచయాలే. ఆర్థిక క్వాశ్చనింగ్ తెలిస్తే లైఫ్ ల ఏదైనా నేర్చుకోవచ్చు. ఈ రెండే నా పెట్టుబడి ” అంటున్నాడు శ్రీ చరణ్ లక్ష్మిరాజు.

అన్నదు. సిటీలనే ఉన్న టీకేఆర్ కాలేజ్ ఆఫ్ ఇంజినీరింగ్ అండ్ టెక్నాలజీ కాలేజ్ ల బీప్ఎక్ (ఈఎఎఎ)ల చేరిందు.

ಒಕ್ಕಟ್ ಪ್ರಯೋಗಂ.. ಎನ್ನೀ ವಿಜಯಾಲು

జేఈఈ ప్రివరేషన్ పక్కకి పోయింది. ఇంజినీరింగ్ కాలేజీల పబ్లిక్ స్టీకింగ్ మళ్ళీ ఘరువైంది. చరణ్ ఫ్రిండ్ చైతన్య కృష్ణ వేస్ట్ వాటర్ల ఉండే ఇ-కోలి బ్యాక్టీరియాతో ఒక మొబైల్ బ్యాటరీ చార్జ్ అయ్యంత పవర్ని జనరేట్ చేయుచ్చని చెప్పిందు. ఇంకొంచెం స్టడీ చేసిందు. సెకండ్ ఇయర్ల ఉన్నప్పుడు... ఫ్రిండ్స్ తో కలిసి కాలేజీల పేపర్ ప్రజెంటేషన్ ఇచ్చిందు.

ప్రైజ్ రాలే.. కానీ, చరణ్ మళ్ళీ పబ్లిక్ స్టీకింగ్ కోసం స్టేజీ ఎక్కిందు. అదే టాపిక్ ని తీస్తాని ‘శ్రీహిందు కాలేజీ’ల పేపర్ ప్రజెంటేషన్కి పోయిందు. అక్కడ ప్రైజ్ వచ్చింది. ప్రైజ్ మనీ కూడా ఇచ్చినరు. అప్పటి సంది చానా కాలేజీలకు పోయిందు. ప్రైజులు వస్తునే ఉన్నాయ్. అట్ల ఈవెంట్స్ కి పోయినప్పుడల్లా కొత్త పరిచయాలతోని నెట్ వర్, పెంచుకున్నాడు.

ಸ್ವಾದೆಂಟ್‌ನ ಸೆಲ್‌ ಹೆಲ್‌

స్వాదెంట్స్‌ల ఉన్న టాలెంట్‌కి ఎక్కుపోజర్
రావాల్చుంటే కాలేజ్ మేనేజ్‌మెంట్ ఆర్గనైజ్ చేసే
ఈవెంట్స్ దిక్కు. వాటిల్ల గూడ అన్ని టాలెంట్స్
ని ప్రూవ్ చేసుకునే ఛాన్స్ ఉండది. ‘మనకు సరైన
ప్లాట్‌ఫామ్ లేదు. మనమే ఈవెంట్స్ ఆర్గనైజ్ చేస్తే
ఎట్లుంటది’ అనుకున్నరు చరణ్, అజయ్ నాసాని,
రాజశేఖర్ వజ్రాల. మంచిగనే ఉంటదని 2009ల
‘సొన్నెటీ ఫర్ ట్రైగ్గరింగ్ ఇంజినీర్స్ డెవలప్‌మెంట్

(ఎస్.టి.ఇ.డి.) ని స్టార్క్ చేసినరు. శ్రీనిధి కాలేజీల ఎన్.టి.ఇ.డి. కళబ్ ఫార్మ్ చేసినరు. ఈ కళబ్ల మందికి కంటే ఎక్కువ మంది స్థాడెంట్స్ చేరినరు. ఫస్ట్ ఎలక్యూపన్ (ఉపన్యాసం) కాంపిటీషన్ పెట్టినరు. ఆ తర్వాత పాటల పోటీ పెట్టినరు. సింగర్ శ్రీరామచందు గెస్ట్. ఈ వెంట్స్ కి స్టాడెంట్లు అవసరం పడింది. కళబ్ లో చేరిన ప్రతి స్థాడెంట్ నుంచి 100 రూపాయలు మెంబర్ పిష్టీషన్ తీసుకున్నారు. లోకల్ గ్ సాఫ్ట్‌సర్ ని వెదుక్కున్నారు. ఇట్ల చదువుకునేప్పుడే.. స్థాడెంట్ కమ్యూనికేషన్ స్కూల్ పెంచుకున్నారు.

ఎస్.టి.ఇ.డి. కళబ్ శానా కాలేజీల ఏర్పడినయ్.

వాటిని ఆర్గనైజ్ చేయనికి కళబ్ ప్రసిదెంట్, సెక్రటరీ, ట్రైజరర్ ఉండేది. వాళ్ళ వర్క్ ఫోమ్ ప్లాన్ చేసేది. ప్రతి (కాలేజీ) కళబ్ నెలకు రెండు వర్క్ ఫోమ్ పెట్టేది. అందులో పాటల పోటీ, మాటల పోటీలే కాదు రేపటి క్యాంపస్ ఫ్లేన్స్ మెంట్స్ కోసం మాక్ ఇంటర్వ్యూలు చేసినరు. 2011ల క్యాంపస్ ఫ్లేన్స్ మెంట్స్ జిరిగినయ్. ఇన్ఫోసిస్ల జాబ్కి చరణ్ సెలక్ట్ అయిందు. మిగతా వాళ్ళకి వేరే అవకాశాలొచ్చినయ్.

స్కూల్ ట్రైనర్

ఏదైనా బిజినెస్ చేయాల్నాని చరణ్ మనసుల పెట్టుకున్నాడు. దానికి డబ్బులు కావాలె. ఆ డబ్బు కోసమైనా జాబ్ చేయాల్నానుకున్నాడు. ఇన్ఫోసిస్ ల చేరిందు. జాబ్ చేస్తున్నప్పుడే చుట్టాలమ్మాయి నిహరికతో పెంటి అయింది. ఎన్ని పసులున్నా బిజినెస్ చేయాలన్నద్దిమీని వదులుకోలే. వీకండ్స్ ల కాలేజీలకి పోయి స్థాడెంట్స్ ప్రాభ్లమ్స్ ఏంటో తెలుసుకునేడుకు స్టడీ చేసిందు. చాలామందికి జాబ్ రావట్లే. ఎక్కడ లోపం ఉండో డిప్టీ చేసి, సొల్యూషన్ చూపే బిజినెస్ చేయాల్నా అనుకుంటున్నాడు. ‘కమ్యూనికేషన్ స్కూల్ మెయిన్ ప్రాభ్లమ్’ అని స్థాడెంట్స్ అంటున్నారు. వాళ్ళకు పటీ ఇండస్ట్రీస్ ఎట్లుంటదో అవేర్నెన్ కోసం కాలేజీల సెమినార్స్ పెట్టిందు. మాక్ ఇంటర్వ్యూలు చేసిందు. ఒక రోజంతా కప్పడితే మేనేజ్ మెంట్ 3,000 రూపాయలు ఇచ్చేదట.

పెద్ద కంపెనీల చిన్న చూపు

ప్రతి కాలేజీల టూపర్స్ ఉంటరు. వాళ్ళ టూలెంట్ ఐపటియన్స్ కి తీసిపోదు. అయినా.. వాళ్ళేవరకీ పెద్ద పటీ కంపెనీల్ల జాబ్ రాదు. పెద్ద కంపెనీలు ఐపటీ, ఎన్పటీల్లనే క్యాంపస్ ఫ్లేన్స్ మెంట్కి పోతయి. మిగతా కాలేజీల్ల ఉన్న టూలెంట్ పీపుల్ని ఎందుకు పట్టించుకోని చరణ్ హెచ్ ఆర్ని అడిగిందట. ‘చిన్న కాలేజీల్ల టూలెంట్ పీపుల్ మాకెట్ల తెలవాలె. కొద్ది మంది కోసం క్యాంపస్ రిక్రూట్ మెంట్కి పోలేం’ అన్నరట. చిన్నకాలేజీల్ల సదివే స్థాడెంట్స్ టూలెంట్ పెద్ద కంపెనీలకు తెలిసేట్లు చేయాల్నానుకున్నాడు. జాబ్ మానేసి స్థాడెంట్స్ ప్రాభ్లమ్స్ కి సొల్యూషన్ చూపించాలనుకున్నాడు.

స్టార్ట్‌ప్స్ స్కూల్

జాబ్ మానేస్తనంబే ఇంట్ల ఒప్పుకోరు. ఎంబీఎ చదవనీకి మానేస్తనని చెప్పిందు. కానీ, ఎంబీఎ చేయలే. ‘బిజినెస్ ల ఫెయిలైన వాళ్ళకి అర్థమయ్య సబ్సైక్లెన్ ఎంబీఎ. ఫెయిలైనంక చేఢామనుకుంటున్న అంటడు చరణ్.

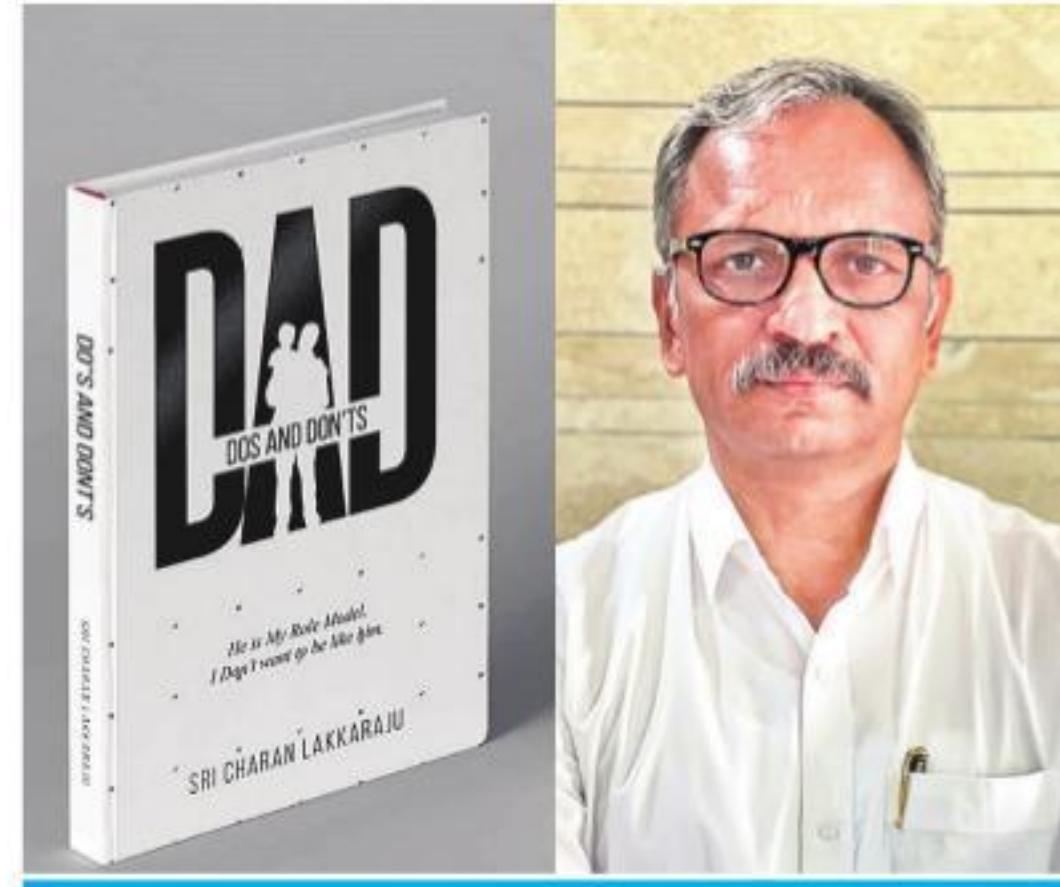
జాబ్ మానేస్త.. చేతగాకనా అన్నరని, ఎవడూ ఉద్యోగం ఇయ్యకపోతే స్టార్ట్‌ప్స్ పెడుతున్నావా?

స్టమాగ్ ఫిచర్స్

స్టమాగ్ ప్రోఫెల్ల ప్రతి కాలేజీకి ఒక మ్యాగజైన్ ఉంది. స్థాడెంట్ తోని ఆర్కిట్ల్ రాయిన్నరు. అకడమిక్, బెక్సికల్, ఆర్ట్.. సబ్జక్ట్ ఏదైనా రాయిచు. అట్లనే ఆ కాలేజీల జరిగే ఈ వెంట్ డిటెయల్ ఉంటయి. జాబ్ న్యూస్, ఇంటర్వ్యూపివ్ ఛాన్ ఉంటది. వాటితో పాటు స్థాడెంట్కి సోపల్ నాలెడ్ పెంచేందుకు డెయిలీ క్రీడ్ కాంపిటీషన్ పెడతరు. ఇందుల 330 కాలేజీలు ఉన్నాయి. ఇప్పటిదాంక 3 లక్షల మంది స్థాడెంట్ మెంబర్ ఉన్నారు.



శ్రీ చరణ్ ప్రెట్రిక్



ఫెయిల్యూర్ డాడ్.. సక్సెస్ పుల్ స్నాఫ్

‘పై డాడ్ ఈజ్ మై రోల్ మోడల్.. ఎ డోంట్ వాంట్ టు బీ టైక్ హిమ్మెన్’ ఎందుకు రాసిందంటే..

“డాడీ నస్తి ప్రీగ వటిలేసిందు. అందుకనే ఇండిపెండంట్గ థింక్ చేయడం అలవాటైంది. డాడీ గూడ జిజినెన్ చేఢామనుకున్నాడు. టైఫుల ఎట్ల ఫెయిలైటెండో చెప్పిందు. ఫెయిల్యూర్ చెప్పాలంటే గట్లు ఉండాలె. డాడీ నాతో డైరెక్ట్ గ, జన్డైరెక్ట్ గ పసందర్థంలో ఏం చెప్పిండో ఇందులో చెప్పిన. ‘కొడుకుని మంచిగ పట్టించుకోలే.. అని అమ్మ అంటే.. ‘నా కొడుకు వయసెంతో.. ఈ డాడీ వయసు అంతే.. వాడు పుట్టినప్పుడే నేను డాడీ అయిన. నాకు మాత్రం ఏం తెలుసు? తాను ఎదుగుతుంటోనేను డాడీగా హౌల్ అయిన’ అన్నాడు. ఆ ముచ్చుట్టినీ ఇందుల ఉన్నాయ్” అన్నాడు శ్రీ చరణ్.

అన్నరని కెరీర్ స్టార్ట్‌ప్స్ లో స్టగ్ వచ్చి చెప్పిందు చరణ్. నలుగురి మాటలు మేకని కుక్కని చేస్తాయి! చరణ్ ఆ మాటలు పట్టించుకోలే.

ప్రతి కాలేజీని డిజిటల్ క్యాంపస్ గా మార్చాలన్నది చరణ్ ఐడియా. ఇంటర్వ్యూట్ డాటా ప్లాన్ తగ్గుతున్నాయి. ఆన్‌లైన్ స్టాటిష్టిక్స్ పెరుగుతున్నాయి. చరణ్ని అర్థం చేసుకుంది ప్రాయిలీ. ఫ్రోంట్, యూఎస్లో ఉన్న కజిన్ హెల్ప్ చేసినరు.

క్యాంపస్ టూలెంట్

డిజెనర్ ప్రైడ్రెస్ కి కలిసి 2016ల ‘స్టమాగ్’ స్టార్ట్ చేసిందు. ప్రతి స్థాడెంట్ స్కూల్ ప్రోఫెల్ల ని కాలేజీ వెబ్ సైట్లో ఉంచాలనుకున్నాడు. ఒక కాలేజీ ఇందుల రిజిస్టర్ అయితే ఆ కాలేజీ యూజర్ ఐడీ తోటీ.

స్థాడెంట్ స్టమాగ్ ల ప్రోఫెల్ల క్రియేట్ చేసుకోవచ్చు. వాళ్ళ అకడమిక్ ఇంట్రోల్ పాటు పర్సనల్ ఇంట్రోల్, స్కూల్ గురించి ఆ ప్రోఫెల్ల రాసిపెట్టుకోవచ్చు. ‘ఎవరైనా సక్సెస్ అయితే అరె వీడు నాకు ఎర్కనే. మా కాలేజీలనే సదివిందు. మా బ్యాచ్ మేట్ అంటరు. కానీ, ప్రపంచం గుర్తించకముందే పక్కనే ఉన్నోడి టూలెంట్ని గుర్తించలేదే అనుకోరు’ ఇది పోవాల్ననే క్యాంపస్లో ఉండే అదరి టూలెంట్ తెలిసేట్టు చేఢామనుకున్నం’ అని అప్పటి ముచ్చట చెప్పిందు చరణ్. ‘అయితే అందంత తేలిగు జరగలే?’ అన్నాడు. ‘ఫస్ట్ సీఎంఆర్ కాలేజీకి పోయి, మేనేజ్ మెంట్ని కలిసినం. వాళ్ళ చెప్పినట్టు స్టాఫ్ వెర్ని మార్చినం. ఆ కాలేజీ ‘బీకే’ చేసింది. కొన్ని కాలేజీల్ల మీరు ఉంటరా? మధ్యలో వదిలేసి పోతరా?’ అన్నారు. ‘మా దేటా తీసుపోయి ఏడన్నా అమ్మకుంటరా?’ అన్నా



అదుగు జాడలు

- దొండపాటి కృష్ణ -

తు పానాచేస్తే ముందు ప్రకృతి వహించేంత నముద్రం సృష్టించేంత మౌనం, శబ్దము రూపు దాల్చలేనంత మౌనం రాజ్యమేలుతోంది అక్కడ. మౌనాన్ని ఛేదించాలంపే శబ్దం తాండవం చేయాలిందే! మౌనం మాయమై, కలహం రాజుకుంది. భార్యాభర్తల మధ్య గొడవ తారాస్తాయికి చేరుకుంది.

అవేమీ పట్టని ప్రణతి, “నాన్నా! భార్యా బొమ్మ కొనివ్వావా!” తండ్రి మురళీని అడిగింది.

“ఇక్కడ జీవితాలు తగలబడిపోతుంటే బొమ్మలు కావాలా నీకు?” చిరాకుగా కూతుర్లి పక్కకు నెట్టాడు మురళి. భయపడిన ప్రణతి ఏడవడం మొదలుపెట్టింది.

12 దర్శాజ

ప్రభాత వెలుగు / ఆదివారం, 07 మార్చి 2021

“మీ కోపాన్ని పాపమీద చూపిస్తారెందుకండి? బిజినెన్ చేతగానప్పుడు జాబ్ చేసుకోవాలి. అంతేకాని పాపనలా తోస్తారా?” కూతుర్లి పొదిగిల్లోకి తీసుకుని బుజ్జగించింది గౌతమి.

‘బిజినెన్ చేతగాక’ అన్న భార్య మాటలు మురళి అపోన్ని దెబ్బతీశాయి. అతని కళ్ళు కోపంతో ఎర్రబడ్డాయి. ప్రణతికి ఆమ్రానాన్నలెందుకు పోట్లాడుకుంటున్నారో అర్థం కావడం లేదు.

“చక్కగా ఉండే ఆ మొకానికి పని మానేశారు. ‘ఎప్పుడూ ఇలాగే ఉండాలా?’ అంటూ బిజినెన్లు పెట్టారు. డబ్బులన్నీ తగలేశారు. ఏమన్నా అంటే కోప్పడతారు. ‘నా మీద నమ్మకం లేదా?’ అంటారు. ఇలాగయతే ఎలాగండి?” నిలదీసింది గౌతమి.

“మొరటోడి చేతికి పూలివ్వకూడదు, నువ్వు చెప్పే పరిపూరం పాటించకూడదు. భారీగా ఇంటో కూర్చుని మూడు పూటలూ మెక్కడం కాదు. నంపాదించే వాడికి తెలుస్తుంది ఆ బాధేంటో...” ఆవేశాన్ని అదుపు చేసుకోలేకపోయాడతను.

“ఇలా వితండవాడం చేస్తే ఎవరు మాత్రం ఏం చేస్తారు? మీతో పోల్చుకుంటే నేనే ఎక్కువగా కష్టపడుతున్నాను. పాపని, మిమ్మల్ని, ఇంటిని చూసుకోవాలి. అప్పులోళ్ళకి సమాధానం చెప్పాలి. ఇవన్నీ చేయడమొంత కష్టమో మీకేం తెలుస్తుంది!” నహనం కోల్పోయి ఎద్దెవా చేసింది.

“అనవసరంగా పెళ్ళి చేసుకున్నారా బాబోయ్. ఇంటోంచి వెళ్ళిపోతే హాయిగా ఉంటుంది” ఆమెతో వాదించలేక అతను బెదిరింపులకు దిగడంతో “ప్రేమించానంటూ లేపకెళ్ళి పెళ్ళి చేసుకుందెవరో?” అంటూ గతాన్ని గుర్తుచేసిందామె.

ఒక్కసారిగా అతనిలో పెరిగిన ఆవేశం, ఆగ్రహ రూపం దాల్చి ఆమె చెంప చెళ్ళుమనిపించింది. ఆదవాళ్ళ కళ్ళు కన్నిటి చెలమలు! పాలపొంగులా ఉప్పాంగిపోతాయి. ఆ చెంపని నిమురుతూ దీనంగా చూసిందామె. అతను మౌనంగా అక్కడ్చుంచి బయటకెళ్ళిపోయాడు. ఏరికోరి ఎంచుకున్న జీవితముందుకిలా తలకిందులయ్యాడని బాధపడసాగింది. కష్టాలోచ్చినప్పుడు దేవుడు, గొడవలొచ్చినప్పుడు తల్లిదండ్రులు గుర్తుకొస్తారన్నట్లు తన గతం గుర్తుకొచ్చింది.

ఊరికి పదిహేను కిలోమీటర్ల దూరంలోనున్న గవర్నమెంట్ కాలేజీ పక్కనున్న అటోమ్బైల్ పోపులో మొకానికిగా పని చేస్తున్న మురళిని ఇష్టపడింది గౌతమి. అతనికి ఆమెంటే ఇష్టంఉండడంతో అప్పుడే రెక్కలోచ్చిన పక్కల్లా తిరిగారు. దిగ్గి పట్టా చేతికొచ్చిన రోజున తన మనసులో మాట తల్లిదండ్రులతో చెప్పడంతో ఆశ్చర్యంగా, కోపంగా, పరువు తీశావన్నంత తీక్కణంగా చూశాయి ఆమె తండ్రి కమలాకరరావు కళ్ళు. భయంగా, తప్పు చేసే శావన్నట్లుగా చూశాయి ఆమె తల్లి సుజాతమ్ము కళ్ళు. ఒక్కగానొక్క కూతుర్లు నొప్పించలేక ముందు చూపుతో మురళి తల్లిదండ్రుల్ని కలిశాడు కమలాకరరావు.

తర్వాతి రోజున...

“మురళి నీకు తగినవాడు కాదమ్మా! ఆ కుటుంబం కూడా మనకు తగినది కాదు. నా మాట విని అతన్ని మర్చిపో... నీకు అన్ని విధాల తగినవాడ్ని తీసుకొస్తాను” అన్నాడు కమలాకరరావు.

‘ప్రేమ యుద్ధం లాంటిది. మొదలు పెట్టడం చాలా సులభం. కానీ ముగించడం చాలా కష్టం’ అని టాల్ స్టాయ్ చెప్పింది ఎక్కడో చదివిన జ్ఞాపకమెచ్చిందామెకు. పెళ్ళి చేయరేమానని ఒక నిర్ణయానికొచ్చి మురళికి విషయాన్ని చేరవేసింది. తన న్నేహితురాలు విషయంలో జరిగినట్లుగా పిల్లలు పుట్టాక వాళ్ళే క్షమిస్తారని, ఇప్పుడే నిర్ణయం తీసుకోకపోతే ప్రేమించినేడిని వదులుకోవాలి వస్తుందని, పారిపోయి పెళ్ళి చేసుకున్నారు.

పడుకుందన్న మాటేగాని, కదిలెల్లిన జ్ఞాపకాలు రాత్రంతా ఆమెను మేల్కొనేలూ చేశాయి. తెలవారగానే ఎప్పటిలాగానే తన పనుల్లో మునిగిపోయింది. జరిగిన గొడవకు బయటకెళ్ళిన మురళి అసలు వచ్చాడో లేదోనని గదిలోకి వెళ్లి చూసింది. అక్కడ కనిపించకపోవడంతో ఇల్లంతా వెతికింది. అతను కనిపించకపోవడంతో ఇల్లంతా కొట్టానని.. తనకి మొహం చూపించలేక లేవగానే కనిపించకుండా బయటకెళ్ళిన సర్దుకుంది.

ఎంతనేపైనా రాకపోయేసరికి పోన్
చేసింది. అది ఇంట్లోనే మోగింది. పోన్ కూడా
తీసుకెళ్లకుండా ఎక్కడికి వెళ్లంటాడని ఆలోచిస్తూ
ఎదురుచూడసాగింది. చీకటి పడింది. రాలేదతను.
సమాచారం లేదు. మందు తాగి ఎక్కడన్నా
పడిపోయంటాడేమోనని తెలిసిన దుకాణాల
దరిదాపుల్లోకి వెళ్లి ఆరా తీసింది. జాడ తెలియలేదు.
అప్పుడప్పుడు వ్యాపారం పనులమీద ఎక్కడెక్కడికో
వెళ్లి వస్తుంటాడు. ఎప్పుడు వెళ్చినా చెప్పే వెళ్తాడు.
గొడవవల్ల చెప్పకుండా వెళ్తాడేమో అనుకుంది.
రెండు మూడు రోజులు గడిచాయి.

వారం రోజులయినా రాకపోయేసరికి అన్నంత పనీ చేశాడని గుండెలవినేలాగా, ఆవేశం కరిగేదాకా ఏడ్డింది. భర్తలేని ఆమె ఒంటరి జీవితంపై కొందరికి ఆశలు మొదలయ్యాయి. జీవితమెంత దుర్ఘారమైనదో ఆమెకు అనుభవంలోకాచ్చింది. ‘వివాహం ఒక పుస్తకం లాంటిది. దానిలో మొదటి అధ్యాయం కావ్యరూపంలోనూ, మిగతా అధ్యాయాలు గద్య రూపంలోనూ ఉంటాయని’ బి.నికోలస్ చెప్పిన మాటలు జ్ఞప్తికొచ్చాయి. పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేయదల్చుకోలేదు. అతని తప్పు తెలుసుకొని అతనే రావాలని కోరుకుంది. తప్పనిసరి పరిస్థితుల్లో తనను ఆదుకోగలిగే తల్లిదండ్రులను ఆశయించింది.

భయం, బాధ, అపరాధ భావం గోతమి
కళ్ళుల్లో వద్దన్నా తొంగిచూస్తున్నాయి. గోతమిని
చూస్తే భరించలేనంత కోపమూ, చెంప
చెళ్ళమనిపించాలన్నా ప్రేమూ, ప్రణతిని చూస్తే
ఎత్తుకోవాలనే ఆరాటమూ, ‘తాతా, మామ్మా’ అని
పిలిపించుకోవాలనే తపనతో ఆమె తల్లిదండ్రుల
పేగుబంధం వాళ్ళని లోపలికి అడుగుపెట్టనిచ్చాయి.

భార్యాభర్తలు విడిగా ఉన్నప్పుడు గృహిణి జీవితం తాడూ బొంగరం లేకుండా సాగుతుందని మురళి కోసం పోలీసుల చేత వెతికించాడు కమలాకరరావు. అతని ఆశలు ఆవిరే అయ్యాయి.

ప్రణతి భవిష్యత్ కోసం తండ్రి చూపించిన
ఉద్యోగంలో చేరింది గౌతమి. కూతుర్చు కార్పొరేట్
స్కూల్లో చేరి, ఇంగ్లీష్ మీడియంలోకి మార్చించింది.
క్షణాల నుంచి రోజులుగా కాలం పరిగెడుతూనే
ఉంది. ప్రణతి కాలేజీకి వెళ్తోంది. గౌతమి
నడివయసులోకి ప్రవేశించింది. ఆమె తల్లిదండ్రులు
ఒకరి తర్వాతొకరు కాలం చేశారు.

ఒకానోకరోజు సాయంత్రంపూట ఆఫీసునుంచి
ఇంటికొచ్చి తాళం తీసి లోపలికి అడుగుపెట్టింది
గోతమి. ఎదురుగానున్న టేబులుపైన జాతీయ
జెండాలు రెపరెపలాడుతూ ఓ కాగితం కనిపించేసరికి
పై ప్రాణం పైనే పోయినట్లనిపించింది. ముందు
కూతురు గదిలోకశ్శి చూసింది. ప్రణతి లేదు. ఇల్లంతా
వెతికినా కనిపించకపోవడంతో వణుకుతున్న
చేతులతో ఆ కాగితాన్ని అందుకుంది.

“ప్రియమైన అమృకు...
నాన్న లేకపోయినా నన్నెంతో ప్రేమగా పెంచావ.
లోటు తెలియకుండా చేశావ. అందుకే నువ్వంటే
నాకెంతో ఇష్టం. నాన్న ఎందుకు మనల్ని వదిలేసి
వెళ్ళిపోయాడో అదుగుదామనిపించినా నువ్వ

బాధపడతావని అడగలదమ్మా.
సరిగ్గా ఆ సమయంలోనే యశ్వంత్ పరిచయం
అయ్యాడు. మా కాలేజీనే! నేనంటే తనకెంతో ఇష్టం.

నేను బాధపడుతుంటే తట్టుకోలేదు. నా బాధను తన
బాధగా ఫీలవుతాడు. తనకి నేనంటే బోల్డంత ప్రేమ!”
అన్నది చదవగానే కుప్పుకూలిపోయింది గొతమి.
ఆమె కాళ్ళా, చేతులు వణకసాగాయి. ఇంకేం
రాసిందోనని లెటర్ చదవసాగింది.

“నాన్నది నీది లవ్ మ్యారేజ్ అని నాకు తెలుసమ్మా. మరేం కారణాలతో విడిపోయారో నాకు తెలియదు. లవ్ మ్యారేజ్ అంటే నీకు నమ్మకం పోయిందని మాత్రం తెలుసు. కానేపు ఫోన్ చూస్తున్నా, ఇంటర్వెట్ చూస్తున్నా, టీవీ చూస్తున్నా, ఫ్లైండ్స్ తో మాట్లాడుతున్నా, రాత్రి లైట్ వెలుగుతున్నా నువ్వు పడుతున్న టెష్టన్ నేనెన్నో సార్లు గమనించానమ్మా.



భయం, బాధ, అపరాధ భావం గొతమి
కళ్ళలో వద్దన్నా తొంగిచూస్తున్నాయి.
గొతమిని చూస్తే భరించలేనంత కోపమూ,
చెంప చెళ్ళమనిపించాలన్న ప్రేమా, ప్రణతిని
చూస్తే ఎత్తుకోవాలనే ఆరాటమూ, ‘తాతా,
మామ్మా’ అని పిలిపించుకోవాలనే తపనతీ
ఆమె తల్లిదండ్రుల హేగుబంధం వాళ్ళని
లోపలికి అడుగుపెట్టనిచూయి.

నిన్ననే నీకీ విషయం చెప్పి నీ పర్మిషన్
తీసుకుందామనుకున్నా. సరిగ్గా అదే సమయంలో
పద్మిని ఆంటీ అబ్బాయి సంబంధం గురించి
చెప్పావ్. తర్వాత నేనెంత చెప్పినా నువ్వు వినవని
నాకు తెలుసమ్మా. నీకు జరిగినట్టే నాకూ
జరుగుతుందేమానని నీ భయం. అందుకే ఈ పని
చేస్తున్నాను. నేనెక్కడున్నా సంతోషంగానే ఉంటాను
నాకోసం వెతకొర్కు. నన్ను క్షమించమా!

ఇట్లు - నీ కూతురు ప్రణతి” చినుకులుగా
మొదలైన కన్నీరు జోరు వానగా కురవసాగింది.
‘తనలాంటి బుద్ధులు ప్రణతికొస్తే’ అని
తలుచుకున్నప్పుడు గౌతమి గుండె గతుక్కుమనేది.
కూతురిని తప్పటడుగు వేయనీయకూడదు
అనుకునేది.

తెలిసినవాళ్ళకు ఫోన్ చేసి విషయం చెప్పింది.
మరుసటి రోజు ప్రణతి చదువుతున్న కాలేజీకి
వెళ్ళింది. లెక్చరర్లను, స్నేహితులను వాకబు
చేస్తుండగా యశ్వంత్ తల్లిదండ్రులొచ్చారు.
యశ్వంత్ కూడా అలాంటి ఉత్తరమే పెట్టి
వెళ్లిపోయాడని చెప్పారు. ముగ్గురూ కలిసి
పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేసి తమకు తెలిసిన చోట్ల
వెతకసాగారు. వాళ్ళిద్దరూ తమవెంట ఫోన్లు
తీసుకెళ్ళకపోవడంతో వాళ్ళను వెతకడం పోలీసులకు
ప్రయాసగా మారింది.

పిల్లలకోసం వాళ్ళు పడుతున్న శ్రవమకు
కదిలిపోయిన ఎన్నో ప్రమోద కేసును సవాలుగా
తీసుకున్నాడు. ఓ మెరుపులాంటి ఆలోచనను

వారితో పంచుకున్నాడు. వాళ్ళూ ఒప్పుకోవడంతో మీడియాను స్టేషనుకు పిలిపించాడు.

“ఇది మా అబ్బాయి యశ్వంత్
ఫొటో! ఎక్కడన్నా కనిపిస్తే దయచేసి చెప్పండి.
యశ్వంత్... నువ్వు కోరుకున్నట్లే ప్రణతితోనే పెళ్లి
చేస్తాం. మా మాటలిని వచ్చేయ్.” అని యశ్వంత్
తల్లిదండ్రుల నుంచి ఏడియో తీసుకున్నాక, గౌతమిని
మాట్లాడమన్నాడు ప్రమోద.

“ఆందరికీ నమస్కారం! మా అమ్మాయి యశ్వంత్ను ప్రేమించింది. ఆ విషయం మాకు చెప్పలేదు. ఎక్కడ మేం కాదంటామోనని పారిపోయారు. ఇది నా కూతురు ఫొటో! మీకెక్కడన్నా కనిపిస్తే చెప్పండి!

అమ్మాప్రణతి! నా ప్రేమ విషయం ఇంట్లో
చెప్పాను. మీ నాన్నగారి కుటుంబాన్ని కలిశాక నాకు
తగిన సంబంధం కాదని చెప్పారు. దగ్గరే ఉండి
బహించి చేసుకునే దైర్యమూ, ఓపిక లేక ఇంట్లోంచి
పారిపోయి పెళ్ళి చేసుకున్నాం. నేనే తొందరపడ్డాను.
చేతులు కాలాక ఆకులు పట్టుకుని లాభం లేదు. చాలా
ఆలస్యమైపోయింది.

మెకానిక్‌గా చేస్తున్న మీ నాన్న బిజినెస్
పెట్టాలని అప్పులు చేశాడు. ఒక బిజినెస్ దెబ్బ
తినడంతో మరోటి, మరోటి... ఏదీ మనకు
చెప్పలేదు. మనఃశ్యాంతి కరువై ఆయన ప్రవర్తనలో
మార్పులొచ్చాయి. మనల్ని పట్టించుకోవడం
మానేశాడు. అప్పులోళ్ళు గొడవకు దిగేవాళ్ళు. దాంతో
ఉద్యోగ ప్రయత్నాలు చేశాను. తెల్లారితే ఇంటర్వ్యూకి
వెళ్లాలనగా ఆ రోజు పెద్ద గొడవ జరిగింది. మర్మాదే
ఆయన మనల్ని వదిలెళ్ళిపోయారు. తర్వాత ధైర్యం
చేసి పుట్టింటికొచ్చాను.

నా మీద ఎంత కోపమున్నా నిన్ను చూసి
తాతయ్యగారు అక్కన చేర్చుకున్నారు. నాకో
ఉద్దోగం ఇప్పించి నన్ను మళ్లీ నడిపించారు. నాకు
తెలీకుండా నీకు తండ్రి ప్రేమను దూరం చేశాను.
అంతా నా స్వయంకృతాపరాధం! ఇప్పుడెంత
బాధపడినా నేను చేసిన తప్పును సరిదిద్దుకోలేను.
అలాగే మీరు కూడా సరిదిద్దుకోలేరు. మనం వేసే
అడుగులే మనల్ని గమ్యానికి చేరుస్తాయి. ఎక్కడున్న
త్వరగా వచ్చేయండమ్మా...” మాట్లాడుతూనే
ఏడేసింది గౌతమి.

ఎన్ని టేబుల్ పక్క కుర్చులో కూర్చుని అమె
బాధపడుతుంటే, అటు పక్కనే ఉన్న వైద్యుల సెల్
నుంచి ఏడుపు వినిపించడంతో అటువైపు చూసింది.

చింపిరి జుట్టు, చిరిగిపోయన బట్టలు, గుబురుగా
పెరిగిన గడ్డం, బాగా లోతుగా వెళ్ళిపోయన కళ్ళు!
ఒక మనిషిని సమాజం వెలేసినా, ఒక కుటుంబాన్ని
మనిషి వెలేసినా పర్యవసానం అతన్ని చూస్తుంటే
అరమైపోతుది

ఫోన్: 90523 26864

ధర్మజ 13



పెత్త నంమిన్నటీ కారు

చిన్నపుటినుంచి కొత్త విషయాల్ని కనిపెట్టాలనే ఆసక్తి.. ఆకురాడిని ఇంజినీర్ ని చేసింది.

పనికి రావని పడేని పాత సామాన్లతో ఏకంగా ఓ కారును తయారు చేసేలా చేసింది. ఈ కురాడిని ఒకప్పుడు 'పిచ్చేడు' అను వాళ్ళ ఇప్పుడు 'జీనియన్' అని తెగ పొగిడేష్టున్నారు. 'ఘనా ఎలన్ మన్స్'గా పేరు సంపాదించుకున్న కెల్విన్ ఒడార్టెయి సక్షేపణ్ణరీ ఇది

ఘనా ఎలన్ మన్స్ ఘుస్తు

Kల్విన్ వయసు పంతొ మ్యూడి. ఘనా దేశంలో ఓ ఓ మారుమాల పల్లె. తండ్రి బార్లో పని చేస్తుంటాడు, తల్లి చిరువ్వాపారి. కెల్విన్ కి చిన్నపుటి నుంచి పాత సామాన్ల పిచ్చి. ఏదో ఒకటి తయారు చేస్తూ ఉండేవాడు. ఏదేళ్ల వయసు నుంచే బొమ్మల మోటర్లు తీసేసి.. ట్రాయ్ ఎరోఫ్లేన్, వాక్యామ్ క్లీపర్, రోబోలు తయారు చేశాడు. పదేళ్ల వయసొచ్చే సరికి

ఇంజినీర్ కావాలని ఫిక్స్ అయ్యాడు. పదిహేనేళ్లకు ఆ కోరిక ముదిరిపోయి.. కారును తయారు చేయాలనే ప్లాన్ గేనుకున్నాడు. డాక్టర్ అవుతాడని కలలు కను ఆ తల్లి.. ఇనుప సామాన్ల మధ్య కొడుకును చూసే సరికి రగిలిపోయేది. పైసా సాయం ఇప్పుకుండా తన్ని తరిమికొట్టేది. దీంతో ప్రైండ్స్ సాయంతో ఓ చిన్న పెల్లర్ ఏర్పాటు చేసుకుని.. కారు తయారీ మొదలు పెట్టాడు.

పాత సామాన్ల అమ్ము..

చెత్త నుంచి కారును తయారు చేయడానికి కెల్విన్ కి మూడేళ్ల ప్లైం పట్టింది. కార్బ పోరూంలు, గ్యారేజ్ల చుట్టూ తిరిగి వాటి లోపలి భాగాల గురించి తెలుసుకున్నాడు. జంక్ యూర్డ్స్, కన్స్ట్రక్షన్ సైట్ల వెంట తిరిగి విడిభాగాలు ఏరుకొచ్చాడు. వాటితో పై మెరుగులు అధ్యాడు. అయితే ఇంజిన్ కోసం డబ్బు అవసరం పడింది. దీంతో రోడ్డు మీద కూల్ డ్రైంక్ అమ్మాడు. చెత్త ఏరుకుంటూ.. వచ్చిన డబ్బుతో ఎట్టకేలకు ఇంజిన్ కొన్నాడు. మొత్తానికి కారు తయారయ్యాంది. మూడు వేల డాలర్లతోనే 'లాంబాగిని' మోడల్ తరపోలో ఓ కారును తయారు చేశాడు. మొదట్లో ట్రుయల్ రన్ పైయిల్. 2020 చివర్లో ఎట్టకేలకు తన కారును రోడ్డు మీద పరుగులు పెట్టించాడు. ఆ డోరిలో అదే మొదటి కారు కావడంతో అంతా నోళ్లు వెళ్లబెట్టారు. కెల్విన్ టూలెంట్ గురించి తెలిసి కనటంక కంపెనీ సీటివో స్టౌలర్ పిఫ్ ఇప్పుడానికి ముందుకొచ్చాడు. ఆ స్టౌలర్ పిఫ్తో ఆటోమెబైల్ ఇంజినీరింగ్ కోర్సు చేయబోతున్నాడు కెల్విన్. "కలలు కనాలి. ఎవరో నవ్వుతారని వాటిని నెరవేర్చుకోవడం ఆపొద్దు. గొప్ప ప్రయత్నాలకూ ఆటంకాలు ఎదురయ్యే ఉంటాయి. అలాగని అవి ఆగిపోలేదు కదా" అంటాడు కెల్విన్.



పేరు పెట్టిందెవరు..

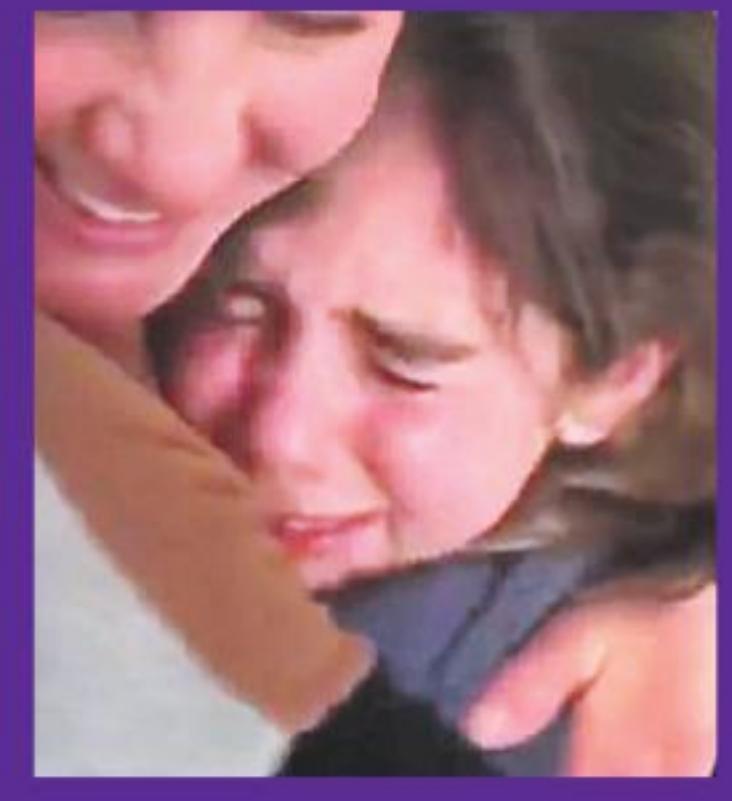
మన గ్రహానికి 'ఎర్రీ' ఆ పేరు ఎలా వచ్చిందో తెలుసా?.. సోలార్ సిస్టమ్లో గ్రహాలకు, సక్కత్తాలకు ఆభిరికి పాలపుంతలకు కూడా పేర్లు ఉన్నాయి. గ్రీకులు, రోమాను వాళ్ళ వాళ్ళ దేవులు, దేవతల పేర్లను వాటికి పెట్టారు. కానీ, మనుషులుండే మన గ్రహాన్ని మాత్రం 'ఎర్రీ' అనే పిలుస్తారు. ఈ పదాన్ని 18వ శతాబ్దపు ఆంగ్లో-సాఫ్ట్వర్ పదం 'ఎర్లో' నుంచి తీసుకున్నారు. దినికి అర్థం నేల (గ్రౌండ్) అని. అలాగే ఎర్రీ అనేది జర్వున్ పదం 'ఎర్లో', మోత్రన్ జర్వున్ పదం 'ఎర్లో', డచ్ పదం 'ఆర్లో', డానిష్ - స్వీడిష్ పదం 'జోర్లో' నుంచి తీసుకున్నారని భావిస్తారు. అయితే 'ఎర్రీ' అని పేరును ప్రతిపాదించింది ఎవరంటే మాత్రం.. సమాధానం ఎక్కడా దొరకదు.

14 దర్శాజ

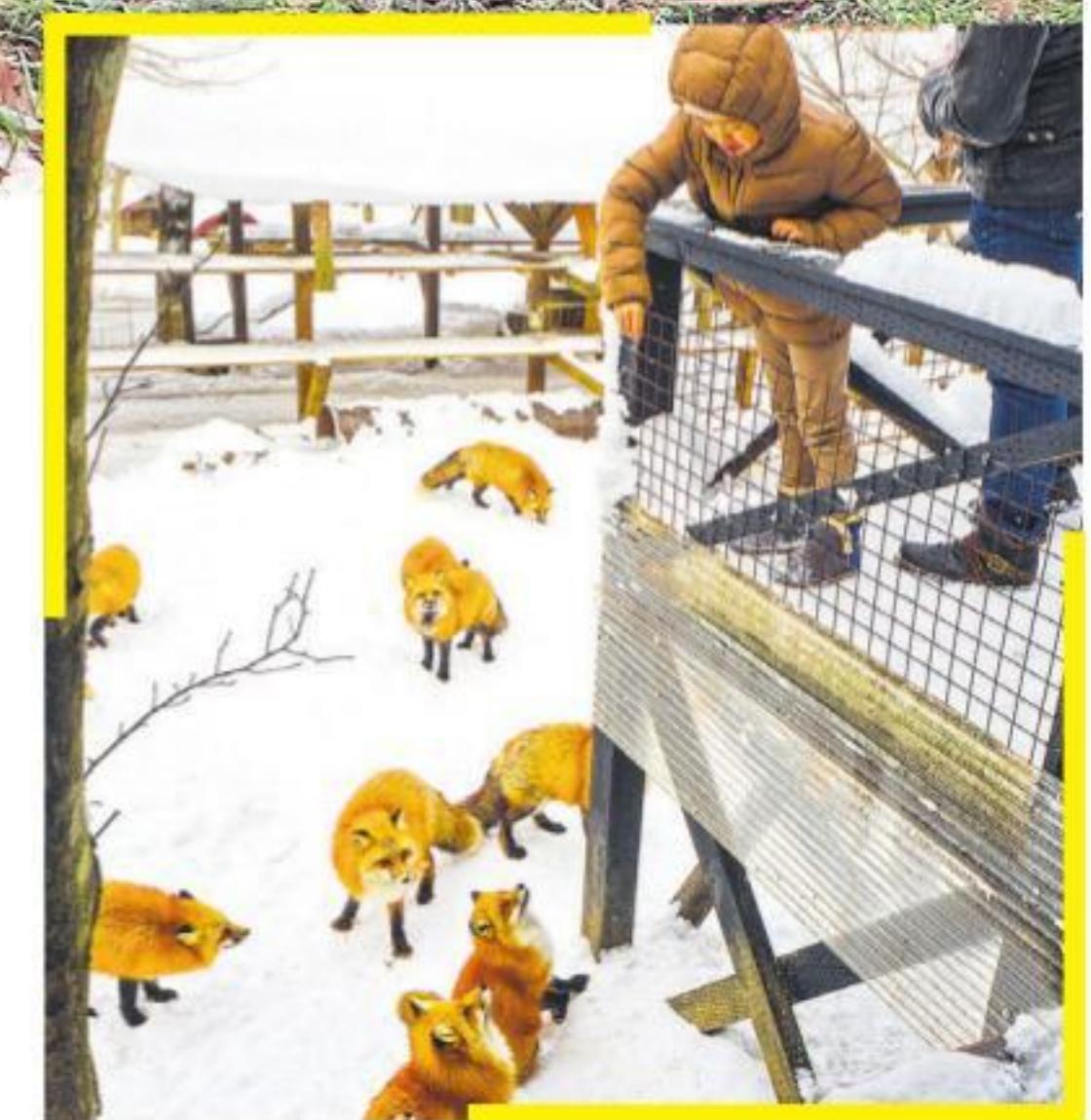
ప్రభాత వెలుగు / ఆదివారం, 07 మార్చి 2021

ఎడవట్టీ!

మామూలుగా అయితే స్టౌలర్ కి వెళ్లడానికి పిల్లలు మారాం చేస్తారు. కానీ, తొమ్మి దేళ్ల క్లారా ఏం చేసింది తెలుసా?.. పట్టరాని సంతోషపుతో పెంచింది. లీసింట్ గా సాశిపుర్ మీడియాలో ఇందుకు సంబంధించి వీడియో వైరల్ అయ్యాంది. కరోనా వల్ల కాలిఫోర్నియాలో స్టౌలర్ పిడాబిగా మూతపడ్డాయి. రెడిండో బీచ్కి చెందిన క్లారా జానొట్రో ఇంచి పట్టునే ఉంటోంది. అయితే పిడాబిగా ఈ చిన్నాలి తన ప్రైండ్స్ ని, స్టౌలర్ వాతావరణాన్ని బాగా మిస్ అవుతోందట. ఈమధ్య ఆ పిలియాలో కేసులు తగ్గడంతో పాటు పశ్చిమాటల్ నుంచి డిశ్టోజ్ అయ్యేవాళ్ల కొంట్ పెలిగింది. పీంతో సడలింపులు ఇప్పడంతో స్టౌలర్ కూడా తెరుచుకున్నాయి. ఈ విషయాన్ని క్లారా వాళ్ల అమ్మ ఓ లెటర్ లో రాసి క్లారాకు ఇచ్చింది. ఆ లెటర్ చూడగానే పట్టరాని సంతోషపుతో క్లారా కన్నీళ్ల పెట్టుకుంది.



విశ్వాసానికి మారుపేరైన కుక్కల
కోసం ఒక ఊరు ఉండడం ఓ
అందం. కానీ, జిత్తులమారిగా
పేరున్న నక్కల కోసమూ ఒక
ఊరు ఉండండీయ. జపాన్లో
మియాగి కొండల మీద 'జావో'
ఫాక్స్ విలేజ్ ఉంది. టూలిస్టులకు
ఇదీ పెరైటీ అనుభూతి పంచే
ప్రాంతం కాగా, నక్కల పాటిట
మాత్రం ఈ ఊరు ఓ స్వర్ణధామం.



జావో పాన్ జానపద కథల ప్రకారం.. ఒకప్పుడు ఈ ప్రాంతంలో మనుషులతో నక్కలు కలిసి బతికేవట. వాటికి అతీంద్రియ శక్తులు ఉండేవని జనాలు అనుకునేవాళ్లు. పింటో యినారి ఆత్మలకు, మనుషులకు మధ్య ఈ నక్కలు దూతలుగా పని చేసేవని నమ్మేవాళ్లు. 'కిట్సునె' అని పిలుచుకుంటూ వాటికి ప్రసాదాలు పెట్టేవాళ్లు. అంతేకాదు కొన్ని చోట్లు నక్కలకు విగ్రహాలు కూడా ఏర్పాటు చేశారు. అప్పటి నుంచి ఈ ప్రాంతం 'నక్కలోకం'గా పేరుగాంచింది. జపాన్లో నక్కలకు ఎంత గౌరవం ఇస్తారంటే.. కొత్త సంవత్సరం రోజున టోక్యో ఒబి ఇనారి-జింజా క్లైటంలో 'ఫాక్స్ పరేడ్'ను నిర్వహిస్తారు. ఈ పరేడ్లో మనుషులే నక్కల మాస్కులు వేసుకుని వీధుల్లో తిరుగుతారు.

జావో గురించి..

ఈ ఊర్లో ఎక్కువ రోజులు మంచు కురుస్తునే ఉంటుంది. ఆ మంచు ముద్దల మధ్య వందల సంఖ్యలో నక్కలు తిరుగుతుంటాయి. స్నేచ్ఛగా ఎక్కడపడితే అక్కడ కునుకు తీస్తుంటాయి. నలుపు, గోధుమ రంగు నక్కలతో పాటు అరుదైన తెల్ల నక్కలు కనిపించడం ఈ ఫ్లేస్లో ప్రత్యేకత. పిల్లలకు ఈ ఊర్లోకి ఎంటీ ప్రి. పెద్దలకు మాత్రం

నక్కలోకం

వెయ్యి యువాన్లు చార్ట్ చేస్తారు. మరో వంద యువాన్లు చెల్లిస్తే.. నక్కల కోసం పుడ్ బ్యాగులు ఇస్తారు. వాటిని నక్కలకు విసురుతూ.. సరదాగా ఫాటోలు దిగి సంబురపడతారు టూరిస్టులు. జావో అఫీషియల్గా ఊరు అయినప్పటికీ దీన్నాక 'శాంక్సరీ'గానే చూస్తుంటారు. అయితే అడవికి దూరంగా వాటిని పెంచడం, వాటి ఆరోగ్యం గురించి పట్టించుకోకపోవడంపై విమర్శలు వినిపిస్తుంటాయి. దీనిపై యానిమల్ వెల్ఫర్ గ్రూపులు కోర్టులో కేసులు వేశాయి కూడా. అయినప్పటికీ టూరిస్టులు మాత్రం 'క్యా' కడుతూనే ఉంటారు.

ప్రమాదాలున్నాయి!

మియాగి కొండల్లై ఊరు ఉండడంతో.. కొండరు త్రైక్యింగ్ చేస్తూ అక్కడికి చేరుకుంటారు. పిల్లలు, వయసు పైబడ్డవాళ్లు కొండ మీదకు కార్పు, బస్సుల్లో జావోకి వెళ్లారు. అయితే జావో(శాంక్సరీ)లోకి అడుగుపెట్టే ముందు కొన్ని జాగ్రత్తలు తెలుసుకోవాలి. కెమోరాలు మెడలో వేలాడతీసుకోకూడదు. టైట్

బట్టలు వేసుకోకూడదు. ఎందుకంటే నక్కలు తిండి అనుకుని దాడి చేసే ప్రమాదం ఉంది. అలాగే వాటికి తిండి వేయడానికి ఫీడింగ్ స్టేషన్స్ ఉంటాయి. వాటి నుంచి పుడ్ను విసిరేయాలి. పొరపాటున దగ్గరికి వెళ్లి నోటికి అందించాలని ప్రయత్నిస్తే అంతే. పదునైన పళ్లతో చేతి కండను పీకిప్పేస్తాయి. ఈ జాగ్రత్తలన్ను అక్కడ బోర్డుపై రాసి ఉంటాయి. కొండరు నక్కల పిల్లలను ఎత్తుకెళ్లుంటారు. అందుకే ఇక్కడ సెక్కారిటీ ఎక్కువ. అలాగే నక్కలు ఆడుకునేందుకు కొన్ని ఫ్లేసులు ఉంటాయి. ఆ ప్రాంతంలోకి మాత్రం కొండ ఎక్కుట్రా చార్ట్ అనుమతిస్తారు. ఆ ఫ్లేసుల్లో వాటి దగ్గరగా వెళ్లి.. ఫాటోలు దిగొచ్చు. ఇక్కడి స్పేషనరీల్లో నక్క ధీమతో ఉండే వస్తువుల్ని అమ్ముతారు. చలికాలంలో ఈ ఫ్లేసులో గంట, రెండు గంటలు గడపడమే ఎక్కువ. మిగతా సీజన్లలో మాత్రం ఫాటోమాట్ కి పర్ఫెక్షన్ సీజన్. హోస్టు పల్యాండ్లో పిరోయిషి మెయిన్ టాన్. జపాన్ నలుమూలల నుంచి ఇక్కడికి ట్రాన్స్పోర్ట్స్ లోకల్ వెహికల్స్ ద్వారా ఈ నక్కల ఊరికి చేరుకోవచ్చు.





సోగ్గాడి వీపు సామ్

టైటిల్: దందా చెస్తా-2

యూట్యూబ్ ఛానల్: విలేజ్ పటాన్

లాంగేజ్: తెలుగు

రన్ టైం: 18 నిమిషాల వాడు సెకండ్లు

కాస్టింగ్: అనిల్, కిషన్, యాదగిల, హరిత, లోహితా, బిష్టు తచితరులు

డైరెక్టర్: తాళ్లపల్లి అనిల్ కుమార్

ఏం లేకున్నా.. ఎచ్చులకు
పోయి ఎపోలు ఏస్తుంటారు
కొండరు. అలాంటోళ్లు
మొదట్ల ఎంత ఎంజాయ్
చేసినా.. కొనకు
బొక్కబోర్లూ వడతరు.
ఇంట్లో బంగారం లాంటి
భార్య ఉన్నా.. బయట
కథలు వదే మొగుళ్లు
ఎందరో. అలాంటి ఓ
మొగుడికి బుధ్ని చేప్పే ఓ
పెళ్లాం కథే 'దందా చెస్తా-2'.



సంపాదిస్తాడనే గ్యారంటి లేకున్నా.. మొగుడితో పెట్టువడి పెట్టించి కూరగాయలు అమ్మిపిస్తది హరిత. యాపారమైతే చేస్తడు కానీ, ఏరోజూ పైసా ఇంటికి తేడు అనిల్. పైగా ఎండలో సైకిల్ మీద కూరగాయలమ్మేదానికి మన్సు సోకులు వడుతుంటడు. ఓరోజు యాదన్న వద్దన్నా వినకుండా పోయి.. కోప్పి అక్క చేతిలో పుల్ తన్నులు వడతడు అనిల్. ఆ దెబ్బలు దులువుకుని ముందుకుపోయి 'బ్యాటీక్స్ న్' దివ్యకు లైన్ వేస్తడు. ఎప్పుడూ లేనిది సాయంత్రంపూట కూరగాయలు అమ్మనీకి ఆగమాగం పోతుంటే హరితకు అనుమానం వస్తది. ఆ అనుమానం నిజం జేస్తూ పొలం బాయి దగ్గర దివ్యతో పులిహోర కలుపుతుంటడు అనిల్. పిల్లల లవ్ ప్రపోజుల్కి 'ఓకే' జప్పే టైల్ల ఊహించని ఆపద వచ్చి వడతడి.. ఆ సోగ్గాడి వీపు సాపైతడి.

అనిల్, హరిత, దివ్య.. ముగ్గురి పర్సార్చైన్ ఈ పొర్చుఫిల్సును నిలబెట్టాయి. సింపుల్ డైలాగులు.. టైం పాస్ కామెడీతో అలరించే 'దందా చెస్తా-2' యూట్యూబ్లో మంచి వ్యాస్ రాబడుతోంది.

బక్కైపు టాప్ ఓటీటీ ప్లాట్టఫామ్స్ లో.. లోకల్ స్టీమింగ్ యావ్స్ పాటీ పదుతున్నాయి. మంచి కంటెంట్లో వెబ్ సిలీన్లు, సినిమాలు వస్తున్నాయి. మరోవైపు యంగ్ ఫిల్స్ మేకర్స్ డిఫరెంట్, అట్టాక్టివ్ కానెప్పెలతో పొర్చుఫిల్స్ తీస్తూ యూట్యూబ్లో పెదుతున్నారు. వాటన్నింటిలో అవ్డెట్ కంటెంట్ను ఒకచోట చేస్తి.. సెల్చింగ్ లో పని లేకుండా మీకంచించే కాలమ్ ఈ స్టీమ్ ఎంగేజ్.

నో లవ్బాక్

టైటిల్: ఎక్స్ అండ్ షై

యూట్యూబ్ ఛానల్: జేఎఫ్డబ్లూస్ (జస్ట్ ఫర్ ఉమెన్)

లాంగేజ్: తమిశం (ఇంగ్లీష్ సబ్ టైటిల్స్)

రన్ టైం: 9 నిమిషాల 45 సెకండ్లు

కాస్టింగ్: మాయా కృష్ణన్, అమృతా రామ్, రవి గణ్ణే

డైరెక్టర్: అదిత్యా అన్న



ప్రేమ అనేది అవసరం కాదు.. బలమైన బంధం. చిన్నచిన్న కారణాలతో, కోపాలతో, ఇగోలతో విడిపోకూడదు. ఎందుకంటే.. ఆ బేకవ్ మానసికంగా ఒక మనసుని కుంగదీస్తుంది కాబట్టి. అలా కుంగిపోయిన ఓ కుర్రాడి జీవితంలోకి మళ్లీ అదే ప్రేమ రావాలని ప్రయత్నిస్తే..

అమిత్, సాచీలు ఒకరినొకరు గాఢంగా ప్రేమించుకుంటారు. కానీ, ఇగో క్లౌపెన్స్ లో విడిపోతారు. బేకవ్ రాత్రి ఘ్రంధ్స్ టో గ్రాండ్ గా పార్టీ చేసుకుంటుంది సాచీ. ఆ తర్వాత యూకే వెళ్లిపోతుంది.

ఆరు నెలల తర్వాత మళ్లీ

ఇండియాకు వస్తుంది. రావడం

రావడమే అమిత్ ప్లాట్లకి వెళ్తుంది

సాచీ. అక్కడ మూడువర్ల ప్రైండ్

లావన్ (లావణ్య)ని చూసి పొక్క

అవుతుంది.

బేకవ్ చెప్పి తప్పు చేశానని,

తనకు అమిత్ కావాలని

అంటుంది సాచీ. అయితే 'తనతో

ఆల్చెడీ రిలేషన్లో ఉన్న అమిత్ను

ఎలా ఇస్తాన్ ని బాంబ్ పేలుస్తుంది లావన్. అది విని సాచీకి చిరెత్తుకొస్తుంది. ఆ

బ్యాచ్ లో లావణ్య టూమ్బుయాం టైప్. అలాంటప్పుడు అమిత్కి కనెక్ట్ అయ్యే ఛానే

లేదని అనుకుంటుంది సాచీ. అనులు అమిత్-లావన్ మధ్య లవ్ ఎలా? ఎందుకు?

మొదలయ్యిందో తెలుసుకోవాలని టైప్ చేస్తుంది. ఈ ప్రయత్నంలోనే సాచీ, అమిత్కు ఎందుకు 'ఎక్స్' అయ్యిందో తెలుసుంది కూడా.



గందమైన కుటుంబం

త్రట్టీ: మునాలి, **చిట్టీ:** అమెజాన్ ప్రైమ్ వీడియో (రంట్)
లాంగేజ్: ఇంగ్లీష్, కొలయన్, **డ్రెక్టర్:** లీ ఐజాక్ చుంగ్
యూక్రెంస్: స్టీవెన్ యెవున్, హన్ యె-లి, అలన్ కిమ్, నోయెల్ కేట్ చో
రన్ ట్రైం: 115 నిమిషాలు

"THIS IS THE MOVIE
WE NEED RIGHT NOW."

- LOS ANGELES TIMES

WRITTEN AND DIRECTED BY LEE ISAAC CHUNG

MINARI



కెంట్ తోపాటు అవార్డులతోనూ 'కౌరియన్ సినిమా' గోబల్గా సత్తు

చాటుతోంది. కిందటి ఏడాదిలో సన్డాస్ ఫిల్మ్ ఫెస్టివల్ నుంచి మొదలుకుని, రీసెంట్ గా గోల్డ్ బోల్ దాకా.. అవార్డులు, క్రిటిక్స్ ప్రశంసలు దక్కించుకుంది 'మినారి'.

అమెరికాలో సెటీల్ అయిన కౌరియన్ ప్యాపిలీ 'యి'. కౌరియన్ పంటల వ్యాపారంతో కొత్త జీవితాన్ని మొదలుపెట్టాలని అనుకుంటుంది. అందుకోసం ఆర్యానాస్ ఏరియాలో కొంత భూమి కొని.. భార్య మోనిక సాయంతో వ్యవసాయం మొదలుపెడతాడు జాకబ్. అయితే సాగు నీరు దొరక్కు సమస్య మొదలవుతుంది. మరోవైపు కొడుకు దేవిడ్ గుండె జబ్బు.. ఆ జంటకి మనశ్శాంతి లేకుండా చేస్తుంది. ఒకానొక

టైంలో గొడవలు
 అవుతుండడంతో
 కొడుకు, కూతురిని
 చూసుకునేందుకు
 తన తల్లిని
 రప్పించుకుంటుంది
 మోనిక. ఆ పెద్దావిడ
 రాకతో వాళ్ళ జీవితాలు
 ఎమోషనల్ టర్న్
 తీసుకుంటాయి.
 బంధాల మధ్య బీటలు..
 సెంటీమెంట్ అనే
 సిమెంట్ తో తిరిగి
 అతుక్కేవడంతో కథ
 'హ్యోప్ ఎండింగ్'గా ముగుస్తుంది.



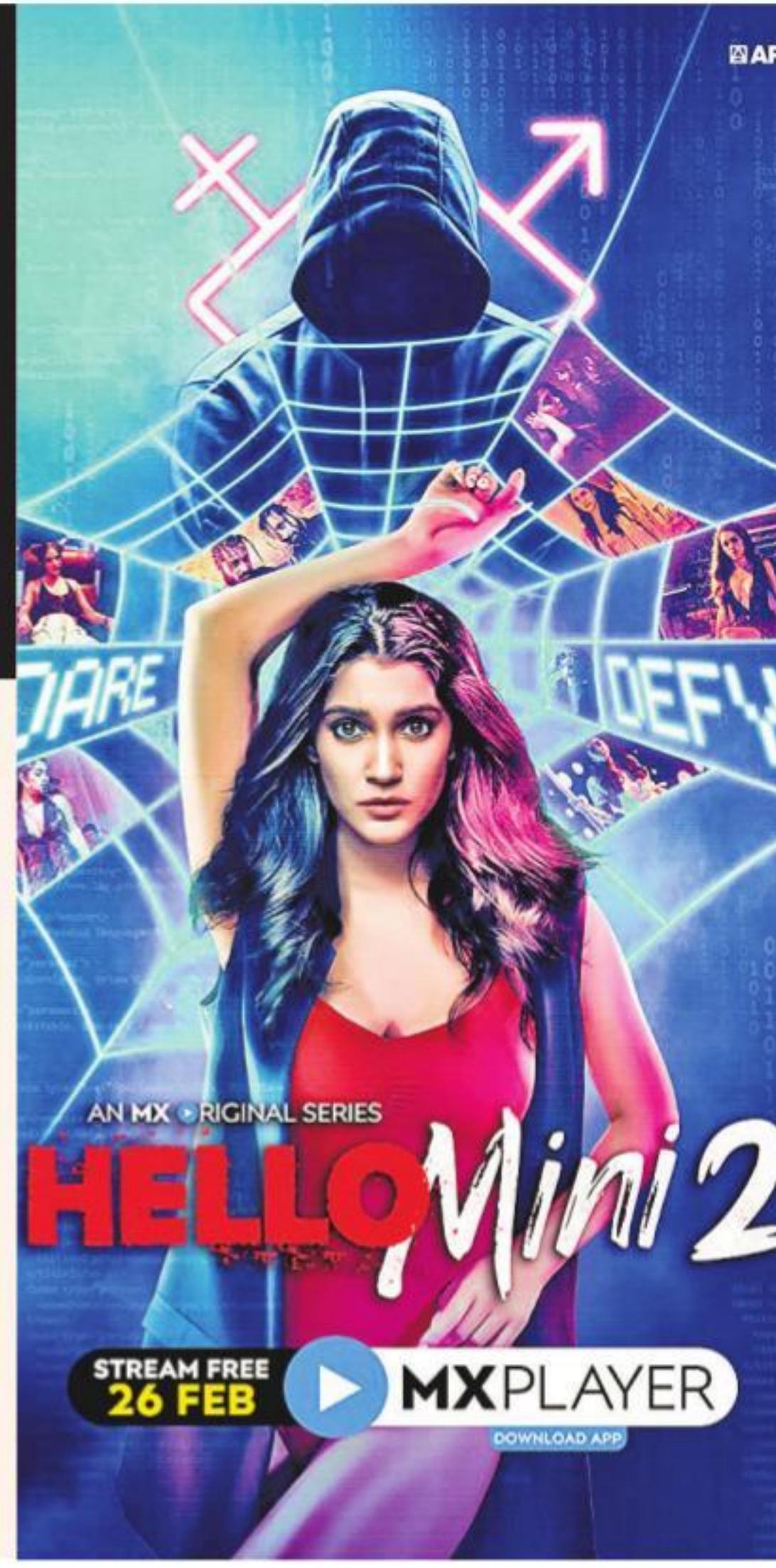
ఓ చిన్నకుటుంబంలో చిన్న చిన్న గొడవలు వాళ్ళ ఎమోషన్లని దెబ్బ తీయడం, ఆ ఇంటి పెద్ద కారణంగా తిరిగి ఒక్కటి అవ్వడం.. మినారి కథ. రెండు గంటల కథలో పట్టుమని పది క్యారెక్టర్లు కూడా ఉండవు. కానీ, ప్రతి క్యారెక్టర్ నవ్విస్తుంది.. ఏడ్చిస్తుంది. రిలేషన్ విలువేంటో తెలియజేస్తుంది. ప్రస్తుతం ఫిల్మ్ ఫెస్టివల్లో స్ట్రోనింగ్ చేస్తుండడంతో.. రెంట్ బేస్ మీద అమెజాన్ ప్రైమ్, గూగుల్ ప్లేలో ఈ మూవీని రిలీజ్ చేశారు.

నిను వీడని నీడను..

త్రట్టీ: హాలో మునీ-2, **చిట్టీ:** ఎంఎక్స్ ప్లైయర్
లాంగేజ్: హింటి, **రన్ ట్రైం:** పచి ఎపిసోడ్స్
 (బెక్షిష్టటి 25 నిమిషాలపైనే),
కాస్టింగ్: అమెజా జోపి, మృణాల్ దత్త, గౌరవ్ చోప్టా,
 అభిషేక్ శర్మ, దర్శనా బానిక్, అన్నా ల్ పాండే, నిఖితా
 చోప్టా, అంకుర్ రత్న, దర్శనా బానిక్ తబితరులు
డ్రెక్టర్: అర్జున్ శ్రీవాస్తవ

ఓటీటీల్లో యూట్యూబ్ సబ్సైబర్లకు వ్యాయర్ పివ్ బాగానే ఉంటోంది. ఆల్రెడీ హిట్ అయిన సిరీస్ లకు ఈమధ్య వరుసగా సీక్వెల్స్ కూడా వచ్చేస్తున్నాయి. రీసెంట్ గా సైకలాజికల్ డ్రిల్లర్ 'హాలో మునీ' సిరీస్ రెండో ప్యార్ట్ రిలీజ్ అయ్యింది. అడల్ కంటెంట్, డ్రిల్లర్ ఎలిమెంట్స్ తో ఫస్ట్ ప్యార్ట్ సూపర్ హిట్ అయ్యింది. మరి ఎంఎక్స్ ప్లైయర్ అందించిన రెండో ప్యార్ట్ ఆ రేంజ్ లో ఆకట్టుకోగలిగిందా?..

ఫస్ట్ ప్యార్ట్కి కొనసాగింపుగా.. ఓ కార్బోరేట్ కంపెనీలో పని చేసే రివాన చెనర్జీని అజ్ఞాతవ్యక్తి వెంటాడుతూనే ఉంటాడు. అయితే ఈసారి ఆ వ్యక్తి అమెకు ఇచ్చే టాస్సులు మరింత దారుణంగా ఉంటాయి. గుర్తు తెలియని వ్యక్తులతో పబ్లిక్ గా



సెక్స్ చేయాలని రివానాను బెదిరిస్తాడు ఆ అగంతకడు. కొన్ని మానసిక సంఘర్షణల తర్వాత.. ఆ బ్లౌక్ మెయిల్స్ నుంచి రివాన ఎలా బయటపడుతుంది? ఆ అజ్ఞాతవ్యక్తిని ఎలా కనిపెడుతుంది? అనెది పది ఎపిసోడ్స్ తో కూడిన రెండో సిరీస్ కథ.

డార్క్ వెవ్ విసిరే వలలో చిక్కుకునే యువతి కథే హాలో మినీ సిరీస్. ఒక సాఫ్ట్వేర్ మూలంగా ఆమె పదే ఇబ్బందులు, వాటి నుంచి బయటపడేందుకు చేసే ప్రయత్నాలు అసక్తిగా అనిపిస్తాయి. పైగా ఈ సిరీస్లోనూ ఎరోటిక్ కంపెంట్ ను బాగానే నింపాడు దర్శకుడు అర్ధున్ శ్రీవాస్తవ. స్టాకింగ్ ధీమతో తెరకెక్కిన హాలో మినీలో ప్రతీ ఎపిసోడ్ మొదటలో.. చివర్లో వచ్చే టీస్సులు వ్యాయర్ ని ఆకట్టుకుంటాయి. ఇక లీడ్ రోల్లో అనుజా జోపి మరోసారి మెన్స్ట్రేజ్ చేసింది. మిగతా కాస్టింగ్ లో పోలీసాఫీసర్గా వినీత్ శర్మ ఎక్కువ ఆకట్టుకున్నాడు. క్లోమార్క్స్ లో ఆ అజ్ఞాతవ్యక్తి ఎవరో తెలిశాక.. మూడో ప్యార్ట్ ఎప్పుడొన్నందా? అనే ఎగ్గయిట్ మెంట్ వ్యాయర్ లో మొదలవుతుంది.

దర్వాజ 17

ప్రభాత వెలుగు / అదివారం, 07 మార్చి 2021

MYSTERY

మిస్టర్



పింకీ.. పింకీ.. వామ్య బూఢీ

వాట్ల, వీళ్ల చెపుడమే తప్పించి.. కళ్లారా చూడని కథలు జోలెడు. ఓ ఎక్స్‌ప్లైరీ డేట్ అంటూ ఉండని ఆ కథలు.. జనాల నోళ్లలో ఎన్నోళ్ల అయినా సరే నానుతుంటాయి. అయితే వఱకు పుట్టించే నేపథ్యాల వల్ల వాటి వెనకున్న మిస్టర్ ని చేదించాలన్న ఆలోచనే బుర్ర దరిదాప్లోకే రాదసలు. అలాంటిదే 'పింకీ.. పింకీ' వ్యవహారం. సాతాప్రికాలో ఇప్పటికీ వినిపించే పింకీ కథలు.. తలుచుకుంటే.. పిల్లల్ని ఒంటరిగా బాతీరూంకి కూడా పోనివ్వాలి.

జంకీ పింకీ పాంకీ.. అని పిల్లలు సరదాగా

పాడుకుంట ఆటలాడుతుంటారు. కానీ, దక్కిణాప్రికాలో 'పింకీ' అనే పదం వినిపిస్తే చాలు.. పిల్లలు ఉలికిపుడుతుంటారు. ఆ పేరు వెనుక ఉంది అల్లాటప్పా బూచోడు కాదు. ముఖ్యంగా అమ్మాయిల్ని భయపెట్టడంతోనే సరిపెట్టకుండా.. శారీరకంగానూ హింసించే బూచోడు. వందల ఏళ్లగా రకరకాల కథలతో భయపెడుతున్న ఈ సస్పెన్షన్ క్రీచర్ క్యారెక్టర్ గురించి.. ఓ క్లారిటీ అంటూ లేదు. ఇందుకు కారణాలు.. పింకీ బాధితులెవరూ బయటికి రాకపోవడం, పింకీని కళ్లారా చూశామని చెప్పిన వాళ్లెవరూ అది నిజమని నిరూపించకపోవడం.

పింక్ అండర్వేర్..

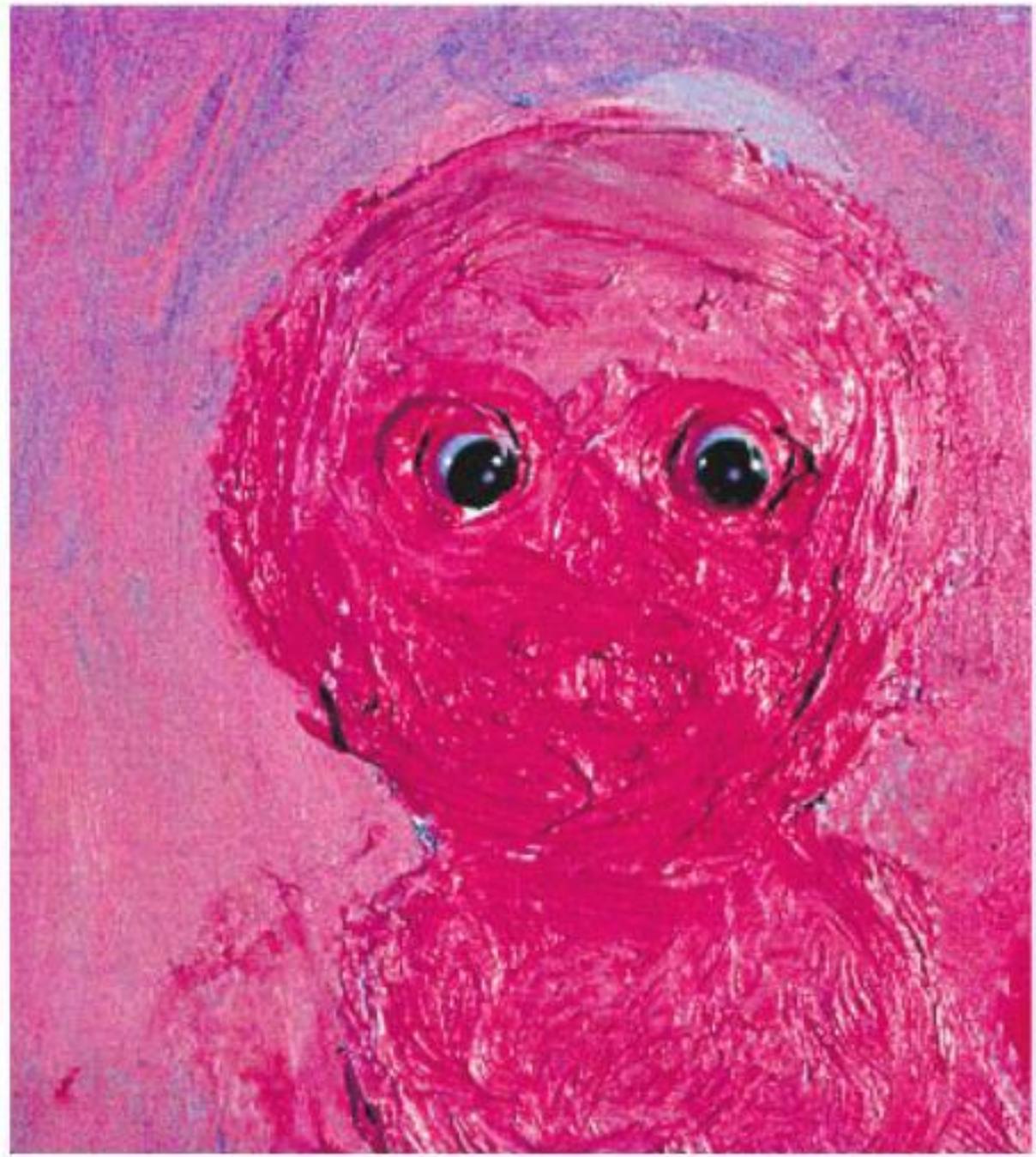
'పింకీ.. పింకీ..' ఈ పదం చాలా ఏళ్ల నుంచి సాతాప్రికాలో కథలు కథలుగా వినిపిస్తోంది. అయితే 1980-90 మధ్యకాలంలోనే దీని గురించి ఎక్కువ ప్రచారం జరిగింది. సూళ్లలో బాతీరూం అడ్డాగా చేసుకుని పిల్లలను ఇది భయపెట్టేది. అంతేకాదు పింక్ రంగు అండర్వేర్ వేసుకున్న అమ్మాయిలవైమాత్రమే దాడి చేసేది. రేవ్ చేసేది లేదంటే చంపేసేది. అలాగని ఈ భూతం మగ కాదు..

ఆద అంతకన్నా కాదు. సగం మగ, సగం ఆద లక్షణాలున్న జీవి. కేవలం అమ్మాయిలను మాత్రమే టార్టెట్ చేసే పింకీ. అబ్బాయిలకు మాత్రం కనిపించేది కాదు. కానీ, కొన్నిసార్లు అబ్బాయిల చెంపలు, చేతుల మీద గాట్లు పెట్టేది.



18 దర్శాజ

ప్రభాత వెలుగు / ఆదివారం, 07 మార్చి 2021



రెండు ధియల్లు

19 వ శతాబ్దపు జర్నల్స్ చాలా వరకు ‘పింకీ’ విచిత్రమైన జంతువు అనే కథనాలు రాశాయి. అయితే 2008 సప్పెంబర్లో ఓ ప్రముఖ న్యూస్ పేపర్. ఆస్క్రికరమైన విషయాల్ని వెల్లడించింది. ‘పింక్ వెనుక’ పేరుతో కొన్ని అనుమానాలు వ్యక్తం చేసింది. ఒకటి.. జెనెటిక్ డిజార్డర్ అల్బినిజం పేపంట్స్. టూంజానియా ఉకరివె దీవిలో వీళ్లు ఎక్కువగా సెటిల్ అయ్యారు. అయితే వీళ్లంతా సౌతాప్రికా నుంచే ఇక్కడికి వలస వచ్చి ఉంటారని భావిస్తుంటారు. అల్బినిజం డిజార్డర్ ఉన్నవాళ్లస్సిన్ పింక్ రంగులో ఉంటుంది. ఈ రంగు కారణంగానే సౌతాప్రికాలో వీళ్లు మీద రేసిజం దాడులు కూడా జరిగాయి. ఆ కోపంతోనే వీళ్లు పింక్గా దాడులకు పాల్వడుతున్నారనే అనుమానం వ్యక్తం చేసింది ఆ కథనం.

ఇకరిండ్ ధియరీ.. బ్రిటిష్ వాళ్లు అల్లిన కథ. సౌతాప్రికాలో ఆధిపత్యం చెలాయించే టైంలో బ్రిటిష్ అధికారులు చిన్నపిల్లలపై అఫూయిత్యాలకు పాల్వడ్డారు. ఆ నేరాలను కష్టపుచ్చుకోవడానికి ‘పింక్’ కథల్ని అల్లి ఉంటారని ఆ పేపర్ స్టార్ పభ్లిష్ చేసింది. అయితే ఈ రెండు ధియరీల కథనం మీద పెద్దదుమారమే చెలరేగింది.

ఆ దెయ్యానికి జిరాక్స్

గులాబీ రంగు జుట్టు, చేతిలో పెద్ద కత్తి. పంజాలాంటి పాదాలు, వాటికి పొడవైన గోళ్లు.. ఇవి ‘పింకీ’ ఆనవాలు. పిల్లల బాత్రుమ్లోనే దాక్కునే అటూ ఇటూ కానీ ఈ జీవి.. ఒంటరిగా వచ్చే పిల్లలపై దాడి చేసేదనే ప్రచారం ఉంది. పిల్లలు ఎవరొచ్చినా సరే ముందు వాళ్లను లాగి ఒక్కటి హీకేదట. వచ్చింది అమూయిత్యాలైతే దాడి చేయడం, మగపిల్లలైతే వదిలేయడం చేసేదని చెప్పంటారు. అయితే ఇది దెయ్యమా? మృగమా? వేషం వేసిన మనిషా..? అనే చిక్కుముడి మాత్రం వీడలేదు. కానీ, అక్కడి అమ్ముమ్ల నాటి కథల్లో ఎక్కువగా వినిపించే ‘టోకోలెష్ట్’ అనే దెయ్యానికి జిరాక్స్లా ఉండేదని మాత్రం కొందరు చెబుతుంటారు.

ఎ సెక్సువల్ ప్రిడేటర్, బుక్ రాశారు. ఆ బుక్లో సైంటీస్లో దక్కిణాప్రికా రూరల్ కిడ్స్ చదువుకు దూరమై పడ్డ కష్టాల గురించి వివరంగా ఇచ్చారు.

స్టైటిక్ కోసం

పింకీ విషయంలో పారానార్కుల్ ధియరీలు ‘స్టైంజ్’గా ఉంటాయి. పిల్లలు ఒంటరిగా బయటకు వెళ్లాలన్నా.. వాళ్లను పేరెంట్స్ బయటకు పంపాలన్నా భయపడేవాళ్లు. కానీ, సైకాలజిస్టులు మాత్రం ఇది జనాల ‘మాస్ హిస్ట్రియా’గా భావిస్తుంటారు. పైగా ఈ వ్యవహారానికి సంబంధించి ఒక్కటంటే.. ఒక్క కేసు కూడా రిజిస్టర్ కాలేదు. నేరం జరిగిందనడానికి కాదు.. అది కళ్లారా చూశామని చెప్పినవాళ్లూ లేదు. అందుకే పోలీసులు కూడా పెద్దగా పట్టించుకోలేదు. అలాంటప్పుడు జనాలు

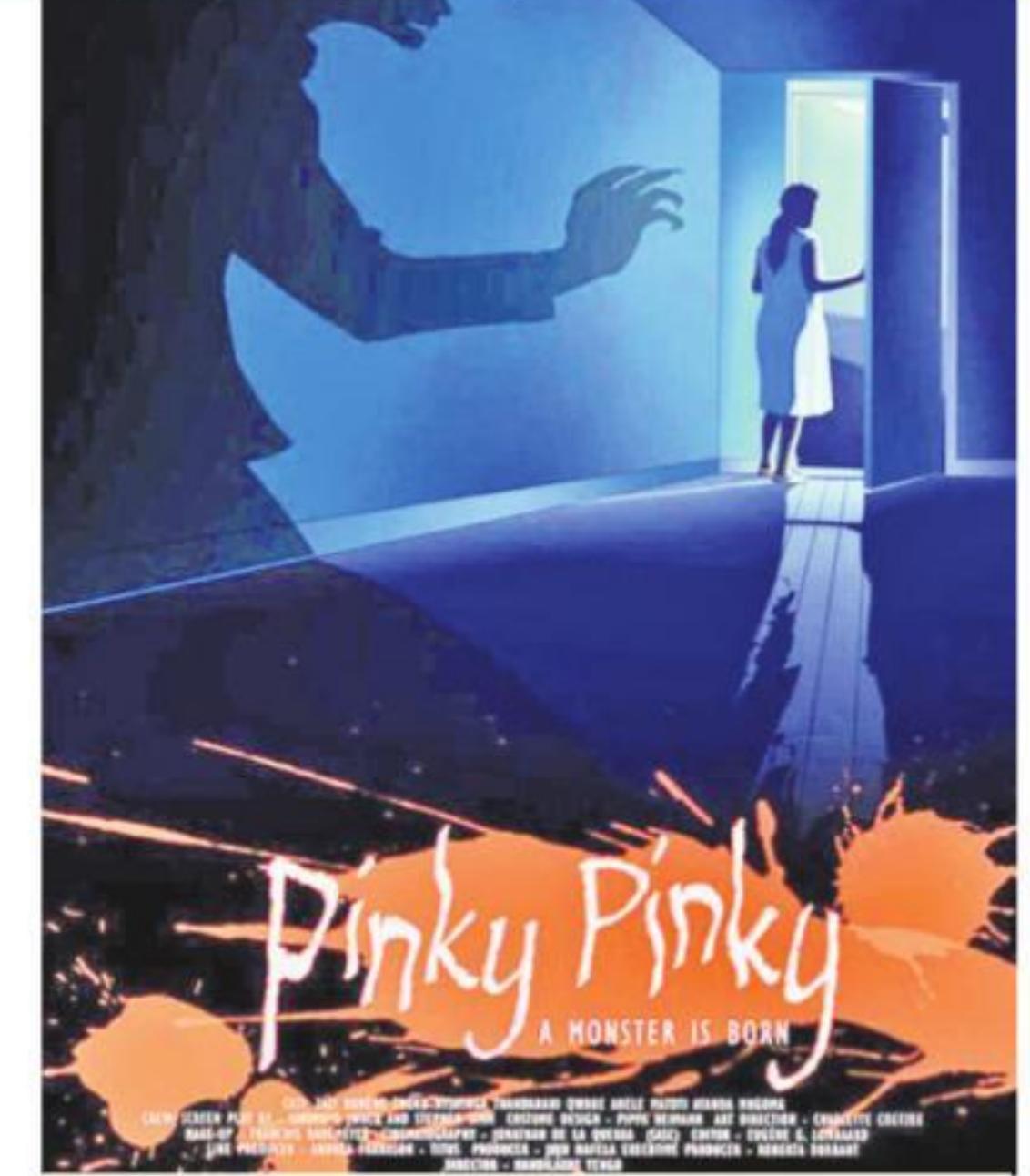


బుజు కర మీద దూసుకొచ్చే దెయ్యం ‘టోకోలెష్ట్’ కథలు ఇప్పటికీ సౌతాప్రికాలో విపరీతంగా సేల్ అవుతుంటాయి. విచిత్రం ఏంటంటే.. ఇసిజులు (జులు ప్రజలు మాట్లాడే భాష) ‘టోకోలోష్టేని దైవంగా హూజిస్తుంటారు.

బడులు మూసేసిన్తు

పింకీ భయం రాత్రిట్లు కంటే పగటి పూటే ఎక్కువగా ఉండేది. ఆరు నుంచి పదహారేళ్ల వయసున్నపిల్లలనే అది టారెట్ చేసేదనే ప్రచారం బలంగా నడిచింది. కొందరు కలలో తమకు పింకీ కనిపించిందని చెప్పేవాళ్లు. భయంతో ఎంతో మంది పిల్లలు అస్పుతుల పాలయ్యారు. మరోవైపు పిల్లలపై సెక్సువల్ అబ్బాజింగ్ భయంతో పేరెంట్స్ వణికిపోయారు. దీంతో వందల సూక్షు మూతపడ్డాయి. రోత్, స్టీఫెన్ అనేరైటర్స్.. పింకీ.. పింకీ.. ది ఆర్ప్స్ లెజెండ్ ఆఫ్

ఎందుకు సమ్మార్థో అంతు చిక్కడం లేదు. అయితే ఇదంతా కావాలని చేసిన ప్రచారం అని కొందరు అంటుంటారు. దక్కిణాప్రికాలో క్రైమ్స్ రేట్ ఎక్కువ. 15 సెకండ్లకు ఒక రేప్ కేస్ ఉంటుంది. ఈ ఇమ్మ్ ఈనాటిది కాదు.. ఎళ్ల నుంచి నడుస్తోంది. సౌతాప్రికా రూరల్ ఏరియాల్లో ఒకప్పుడు టాయిలెట్లు ఉండేవి కావు (ఇప్పటికీ కూడా). ఆడవాళ్లు, చిన్నపిల్లలు బాత్రూం కోసం బయటకు వెళ్లేవాళ్లు. ఆ టైంలో వాళ్ల మీద అమూయిత్యాలు జరిగేవి. అందుకే ఆడవాళ్లను గుంపులుగా వెళ్లమని చెప్పేవాళ్లు. అయితే పిల్లలు మాత్రం భయం లేకుండా బయట తిరిగేవాళ్లు. వాళ్లలో భయం నింపాలనే ఉద్దేశంతోనే ‘పింకీ.. పింకీ’ ప్రచారం సృష్టించి ఉంటారని అనుకుంటున్నారు.



బకరి నుంచి ఒకరికి

2002 నుంచి ‘పింకీ.. పింకీ.. పేరుతో ఆర్ట్ వర్క్ సిరీస్ నడిపిస్ట్రోంది సియోవిస్ అనే ఆర్ట్స్. పింకీ ప్రచారం తర్వాత రేపిస్టులు, సైకిల్లర్లు చెలరేగిపోయి నేరాలకు పాల్వడ్డారనేది అమె ఆరోపణ. ఇదే విషయాన్నే అమె తన ఆర్ట్ వర్క్ తో చెబుతోంది. ఆ తర్వాతి రోజ్లలో పింకీ మీద వందల బుక్ వచ్చాయి. రెండు వేబ్ సిరీస్లు, మూడు సినిమాలు వచ్చాయి. పింకీ.. పింకీ.. కి మూలం ఏంటన్నది, ఎక్కడా లేదు. కానీ, ఈ రోజుకి ఇవి పిల్లలను భయపెడుతున్న కథలు. ఇది ఉత్త్ర కథే అని కొట్టిపారే వాళ్లు ఉన్నప్పటికీ.. ఎక్కువమంది మాత్రం ‘నిష్పు లేనిదే పాగరాదు’ అనే లైన్ ను పట్టుకుని వేలాడుతున్నారు. నిజమో, కాదో తెలియని ‘పింకీ’ అనుభవాల్ని ఒకరితో ఒకరు పంచుకున్నారు. ఈ ప్రచారాల వల్లే ఒంటరిగా బాత్రూంకి పోవాలన్నా.. పిల్లలు ఇప్పటికీ భయంతో జడుసుకుంటున్నారు.

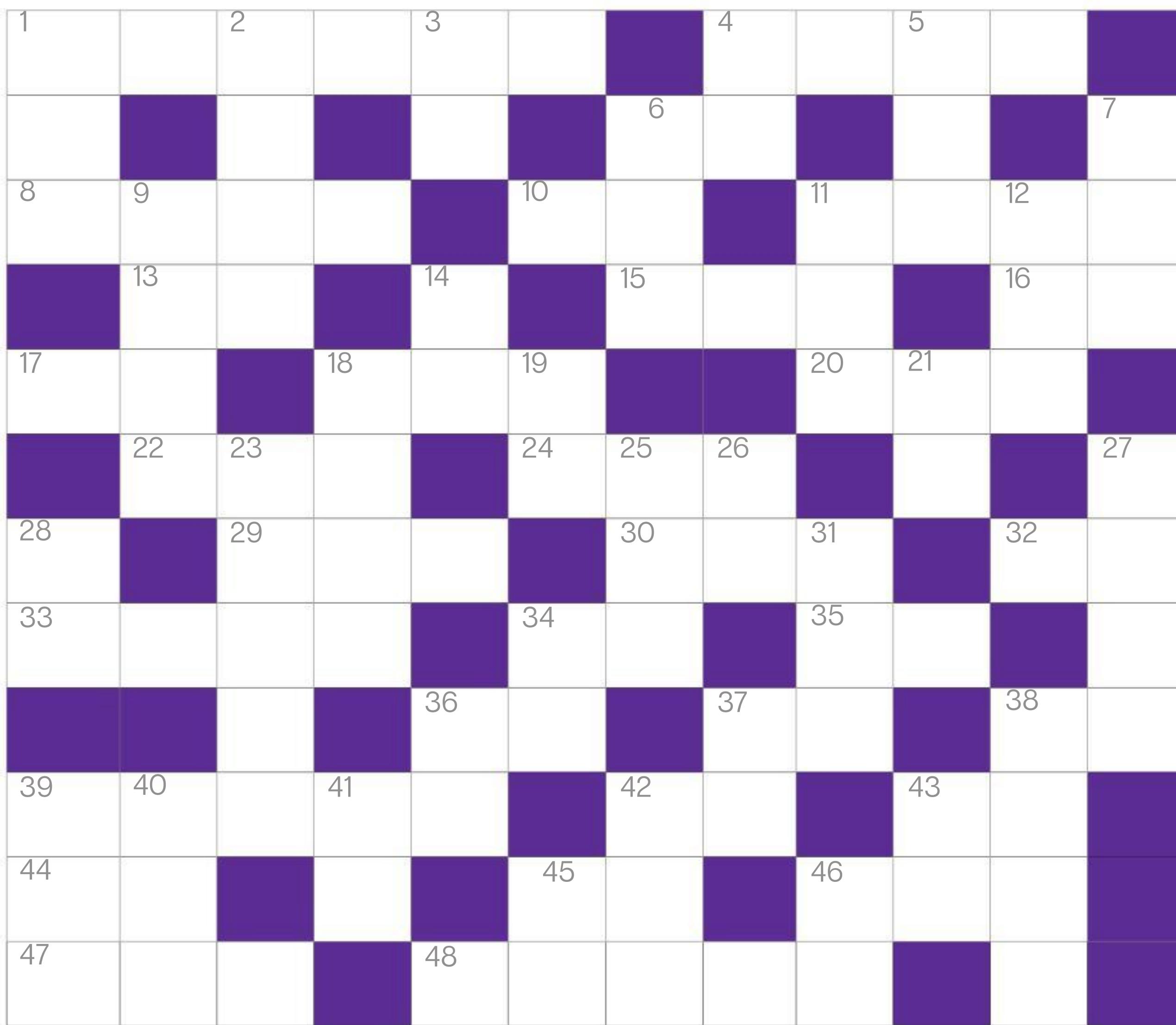
దర్శాజ 19

ప్రభాత వెలుగు / అదివారం, 07 మార్చి 2021

...మఖార్టీ

మాట—అట 79

విర్యహాణ: సుధామ



ఆధారాలు

- అడం:**
- యూనివర్సిటీ (6)
 - తోడల్లుడు (4)
 - కోవెల (3)
 - చెఱువు, కొలను (4)
 - నభము (2)
 - వీలు వెంటరా (4)
 - కీటకము అద్యంతాలు (2)
 - వెంట్రుకలు (3)
 - గళితమగు, పడు (2)
 - దావానలంలో ప్లాటర్స్ వేసేది (2)
 - స్ట్రీ (3)
 - తడబడిన నాటకం (3)
 - ఎముక, నులిపురుగు (3)
 - నుదురు (3)
 - ఈజీ (3)
 - వలదులెమ్ము (3)

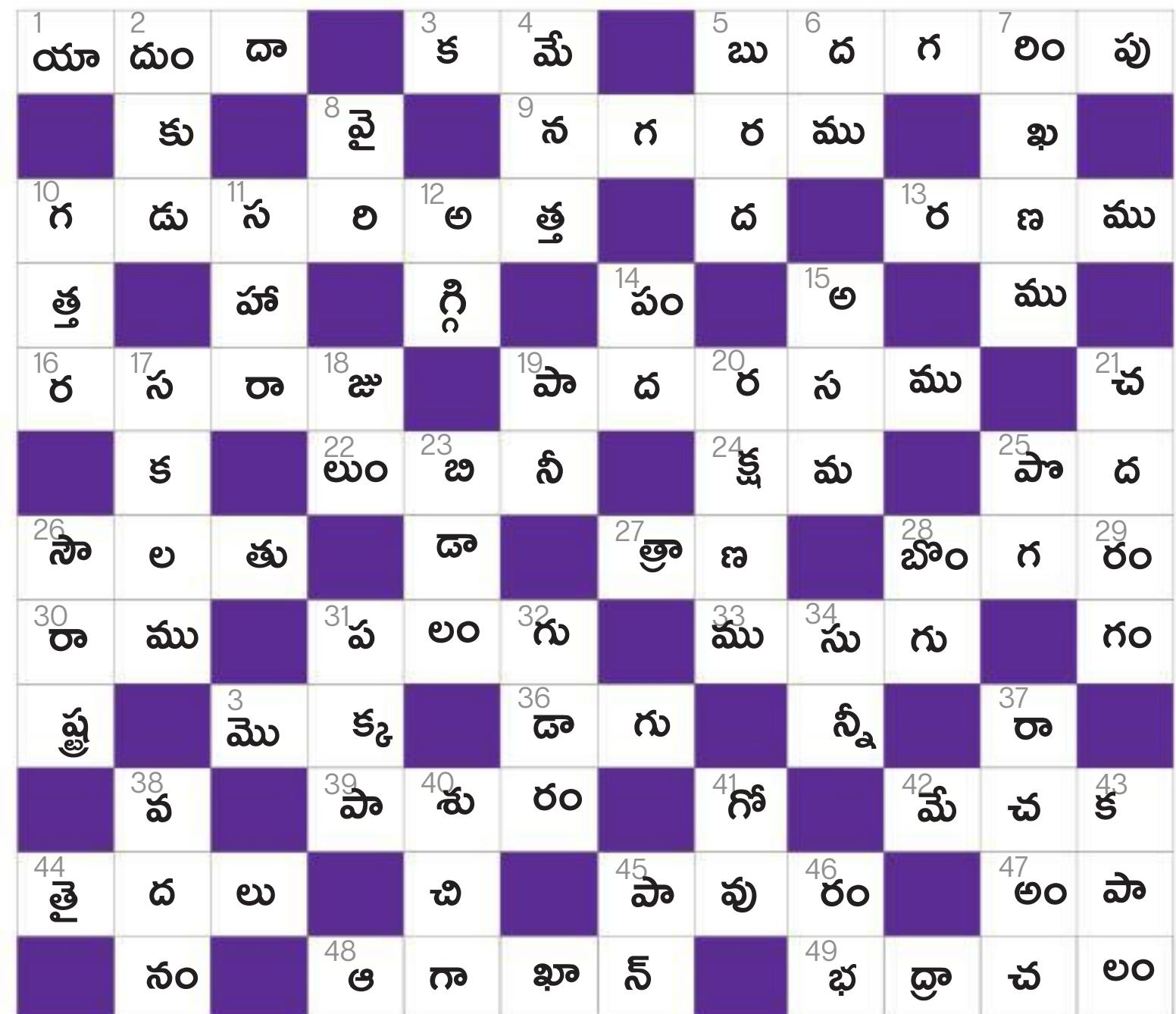
20 దర్శాజ

ప్రభాత వెలుగు / ఆదివారం, 07 మార్చి 2021

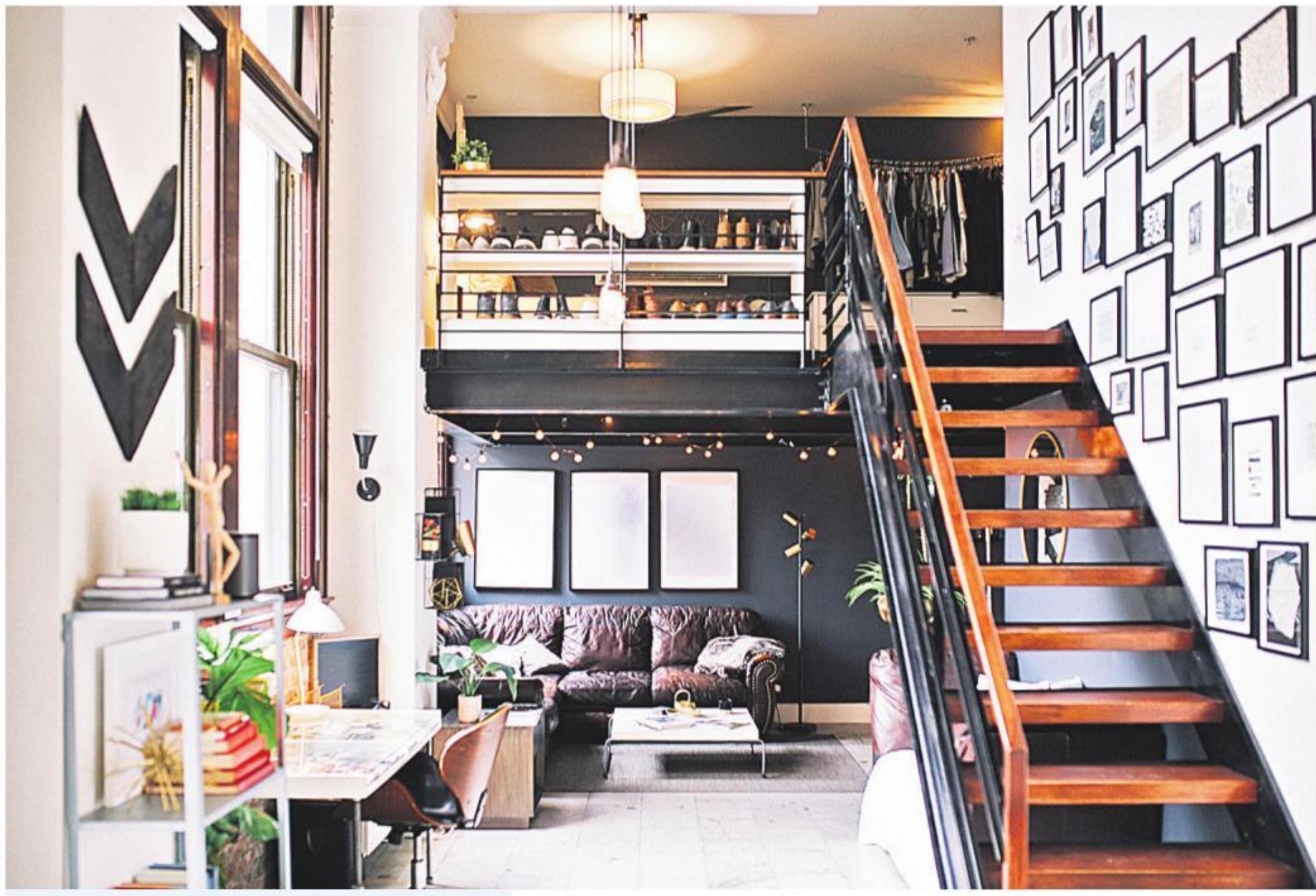
నిలువు:

- గరుత్తుంతుని తల్లి (3)
- యుక్కాయుక్క విచారము, జ్ఞానము (4)
- సిగ్గు (2)
- చప్పుడు, ధ్వని (2)
- పొడుచుట (3)

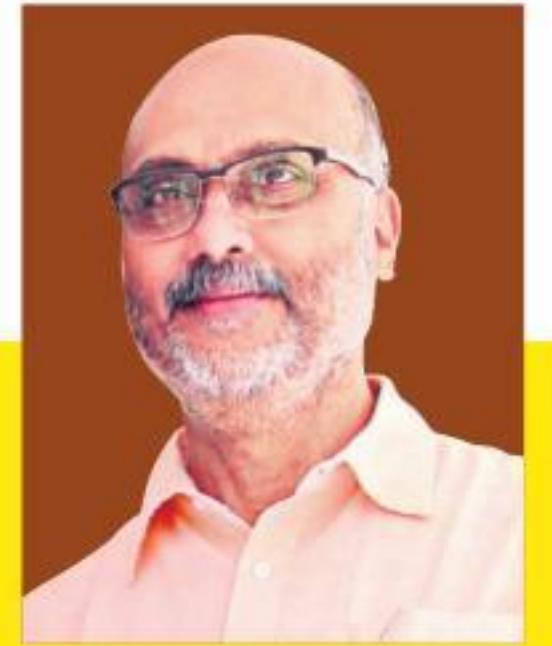
మాట—అట 78 : సమాధానం



- యాది, జ్ఞాపకము (3)
- తోటికోడలు (3)
- వాకీటాకీ అటుదిటుగా (4)
- వదరుట, వాగుట (3)
- పాత ప్రైదాబాద్లో పాతవంతెన ఈ పూల్ (3)
- వశీకృతమగు (2)
- తచ్చాడు, తిరగడు (4)
- ఉర్రూ విశ్వాసం (2)
- బోషన పాత (2)
- పిందెలు (5)
- ఉపు (3)
- చుంబనము (2)
- మడుగుబూలు (4)
- ఇది ఒక వాహనం, స్టోర్లో ఇది ఉండాలంటారు (2)
- ఇక్కడి బసవయ్య విగ్రహం ప్రసిద్ధి (3)
- కొట్టు, ప్రవహించు (2)
- జాగా (2)
- ఎడమైతే పొరపాటు లేదన్నాడు సినీకవి (2)
- ఉన్నదాంట్లో మంచిది (4)
- మురళి తయారీకి వాడేది ఈ బొంగే! (3)
- రమారమి (3)
- నాయన, తండ్రి (2)
- ప్రణయము (3)
- రొమ్ముతో జరుగు (2)
- సంవత్సరము (2)
- లత్తుక, కవర్లు సీలు చేయడానికి వాడేది (2)



వాస్తు నీరి



కాశీనాథుని శ్రీనివాస్
వాస్తు కన్సల్టెంట్
ఫోన్: 94400 88799

ఫ్స్ట్ప్లోర్లో మెట్లు ఎదురుగా..

ఒకటవ అంతప్పులో మెట్లు ఎదురుగా ప్రధాన ద్వారం ఉండిచ్చా?

- సురంగి చంద్రశేఖర్.

ఏప్లోర్లో అయినా మెట్లు ఎదురుగా మొయిన్ డోర్ ఉండకూడదు. వాస్తు ప్రకారం ఈ లోపాన్ని సరిచేసుకోవాలి. పైగా మెట్లు ఎదురుగా డోర్ ఉంటే, బయటకు వెళ్లటప్పుడు, వచ్చేటప్పుడు చాలా ఇబ్బందిగా కూడా ఉంటుంది. కాబట్టి, మొయిన్డోర్ను వాస్తు ప్రకారం, కొంచెం జరిపి కట్టుకుంటే మంచిది.



తులసి కోట్ల ద్వారం వైపు..

ఉత్తర దిక్కు ప్రధాన ద్వారం ఉంది. దక్కిణ దిక్కు మరో ద్వారం ఉంది. అయితే ప్రధాన ద్వారం ఎదురుగా కాకుండా, మరో ద్వారం ఎదురుగా తులసి కోట్ల పెట్టుకోవచ్చా?

- భాను శ్రీ, వేములవాడ

ఉత్తర దిక్కు లేదా తూర్పు దిక్కు తులసి కోట్ల కట్టుకుంటే మంచిది. ఈ రెండు దిక్కులూ వీలుకానప్పుడు దక్కిణ దిక్కులో తులసి కోట్ల పెట్టుకోవచ్చు.



పూజగది ఏప్లోర్లో..

మాకు డూష్టుక్క హాన్ (జీ + 2) ఉంది. గ్రోండ్ప్లోర్ బదులుగా ఫ్స్ట్ప్లోర్, సెకండ్ ప్లోర్లలో ఏప్లోర్లో పూజగది ఏర్పాటు చేసుకుంటే బాగుంటుంది?

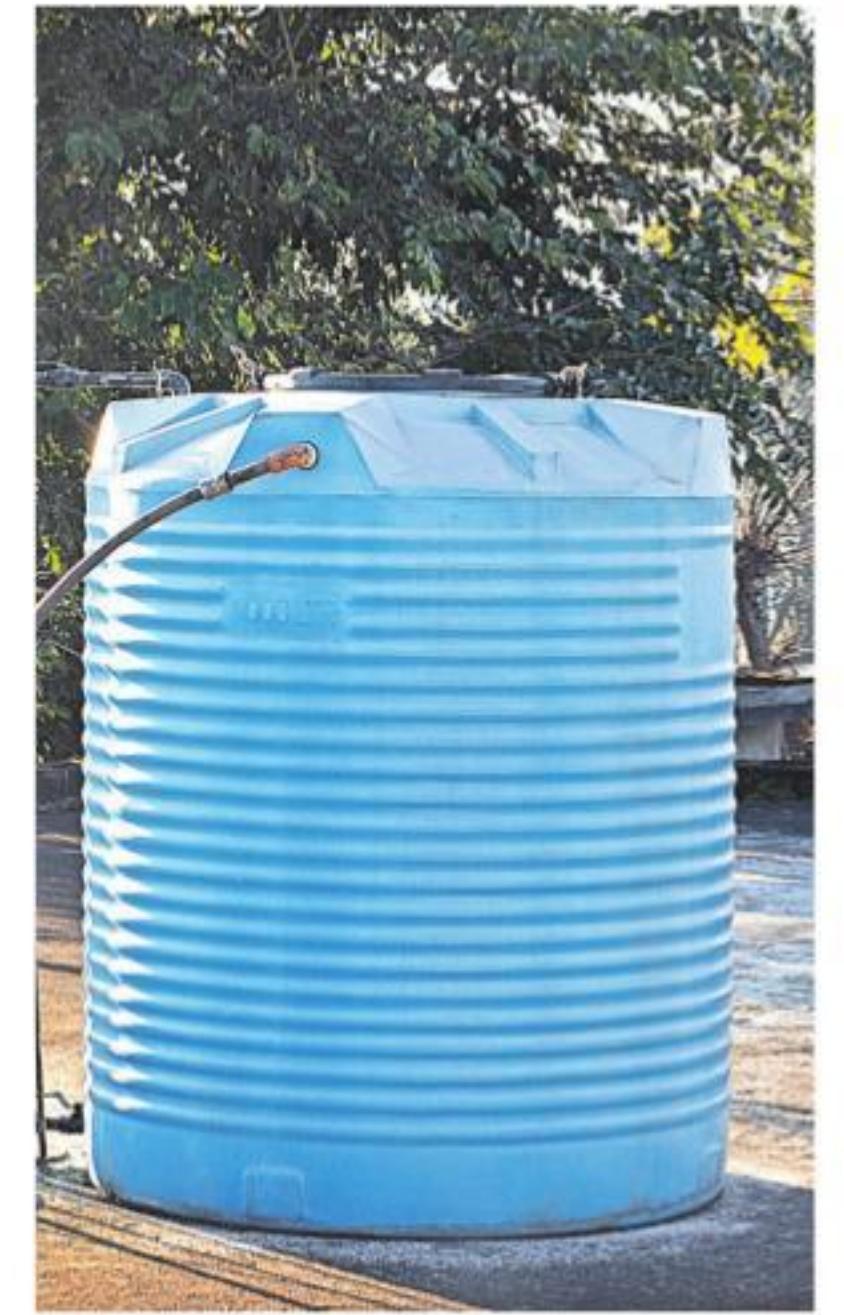
- ప్రశాంత్ రెడ్డి,
పూజగది గ్రోండ్ప్లోర్, ఫ్స్ట్ప్లోర్, సెకండ్ ప్లోర్... వీలునుబట్టి ఏప్లోర్లో అయినా ఏర్పాటు చేసుకోవచ్చు. అయితే, ఇంటి ముఖద్వారం, ఇతర నిర్మాణాల్చి బట్టి సరైన స్థానం చెప్పాచ్చు. దేవుడు తూర్పు లేదా పడమర ముఖంగా ఉండేలా చూసుకుంటే మంచిది.

వాటర్ ట్యూంక్ ఎటువైపు..

కట్టుకున్న ఇంటికి ఉత్తరం వైపు మొయిన్ డోర్ ఉంది. ఆ డోర్ పక్కనే సంవ్ ఏర్పాటు చేసుకోవడం కర్కెనా? వాటర్ ట్యూంక్ ఎటువైపు సెట్ చేసుకుంటే బాగుంటుంది?

- కమలాకర్, ఉప్పల్

ఉత్తర ఈశాన్యం లేదా తూర్పు ఈశాన్యం వైపు సంవ్ ఏర్పాటు చేసుకోవచ్చు. వాటర్ ట్యూంక్ను ఉత్తర వాయువ్యం లేదా దక్కిణ సెంటర్లో పెట్టుకోవాలి. నైరుతి దిక్కు వాటర్ ట్యూంకు పెట్టుకోకూడదు.



'వాస్తు'కు సంబంధించి మీ ప్రశ్నలను: డెంప్యుజె, వెలుగు బినపత్రిక, ప్లాట్ నంబర్ 13/A/B/C, ఎమ్మెల్స్ ఎంప్లిట్స్ ప్లాట్ఫార్మ్ నెస్ట్ కాలనీ, రోడ్ నంబర్ 12, బంజారాపీట్టా, హైదరాబాద్ - 500034కు రాయెచ్చ.

darwaja@v6velugu.com మొయిల్ చేయోచ్చు.

దర్శాజ 21

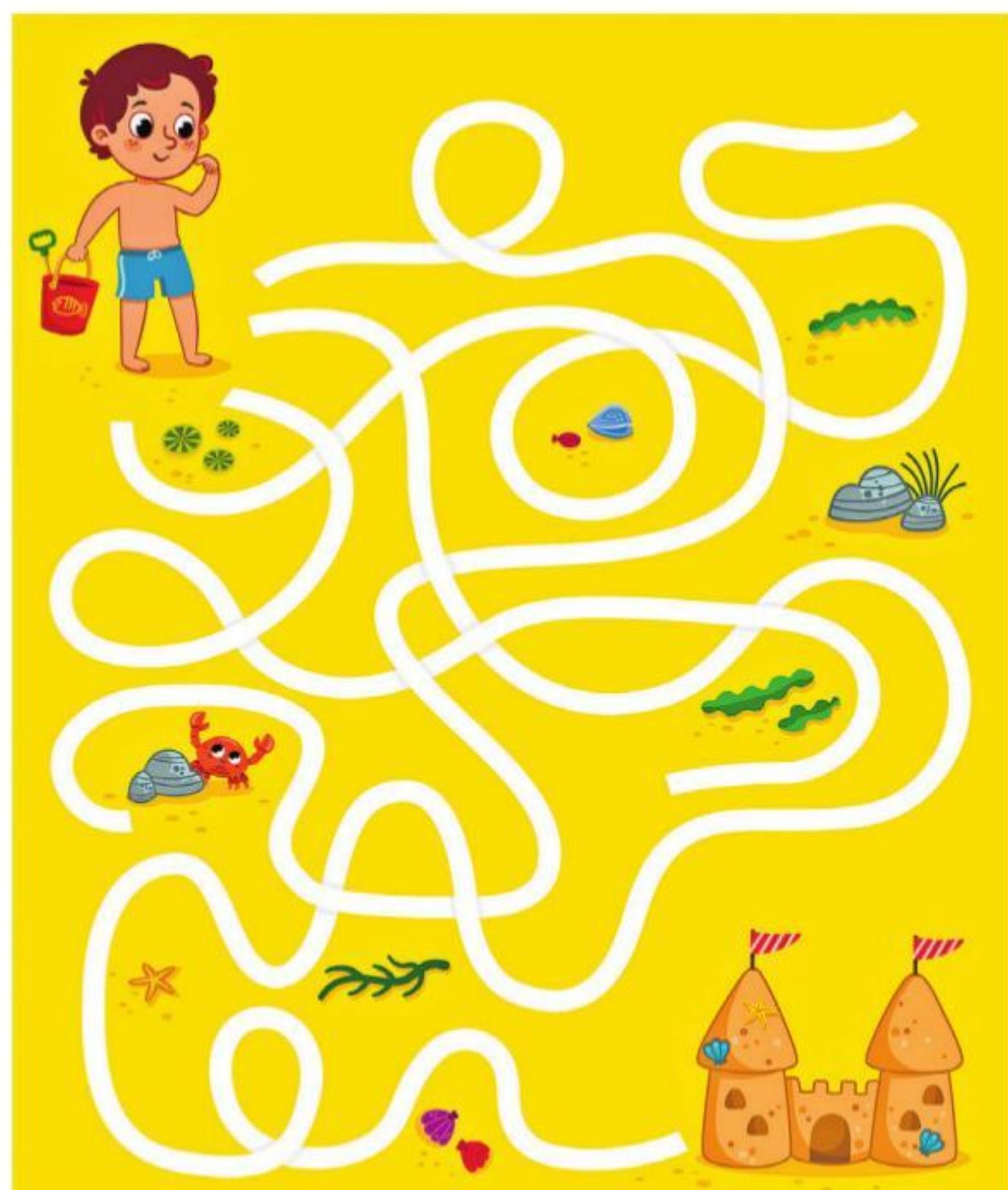
ప్రభాత వెలుగు / అదివారం, 07 మార్చి 2021

పీలగాండ్రు

రంగులు వేయండి



బొమ్మలో ఉన్న చుక్కలను పరుసగా కలిపితే
అందమైన నక్క బొమ్మ వస్తుంది. పక్కనును
రంగుల బొమ్మను చూస్తూ దానికి అవే
రంగులు వేయండి.



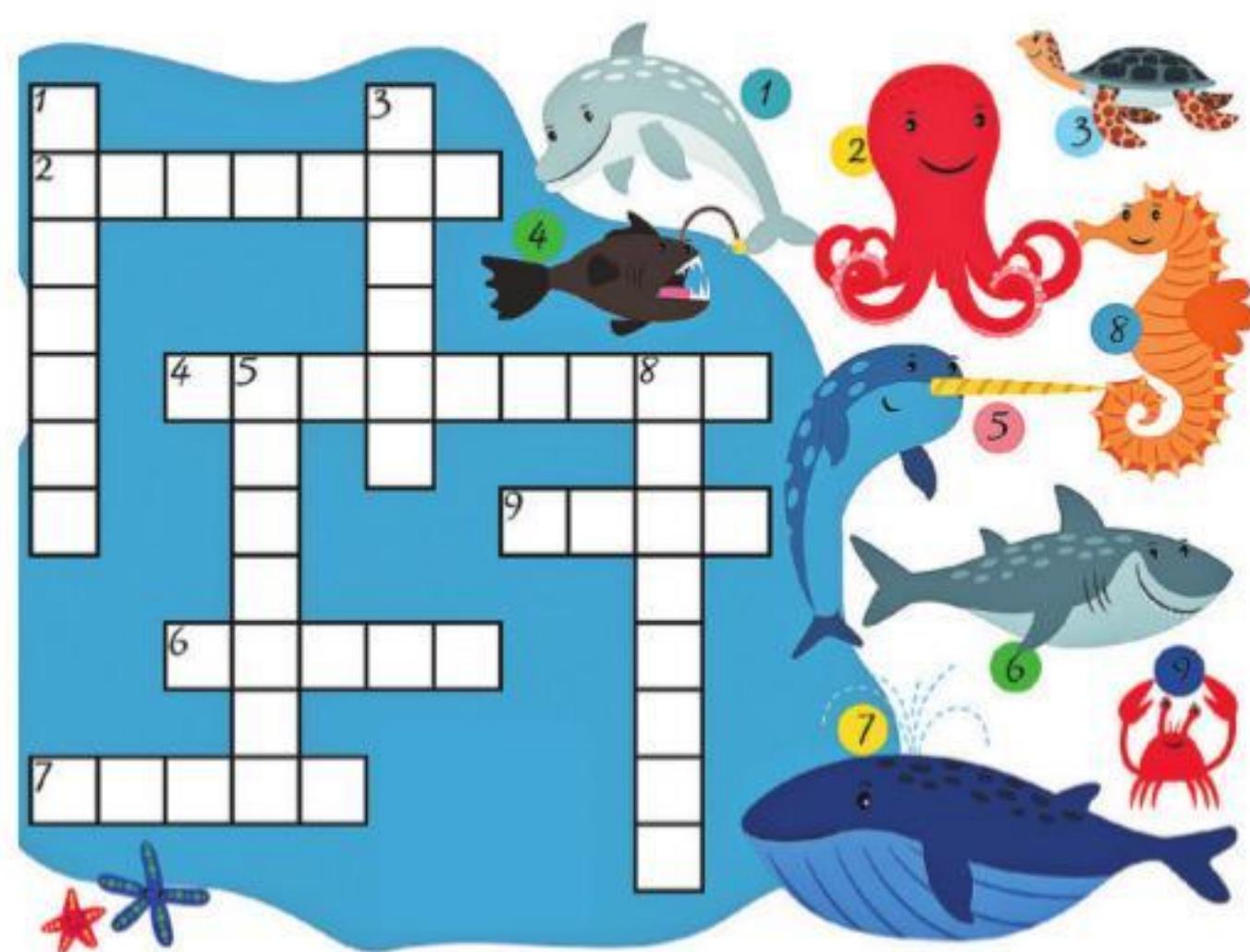
←
తేడాలు
కనుక్కోండి
ఇక్కడన్న రెండు
బొమ్మలు ఒకేలా
కనిపిస్తున్నా,
రెండింటి మధ్య
మొత్తం ఏడు
తేడాలున్నాయి.
అవేంట
కనుక్కోండి.

దారి చూపండి

ఇక్కడ కనిపిస్తున్న చిచ్చరిపిడుగు చేపల వేట కోసం
బయటిక్కొడు. కానీ.. ఇసుక కోటకు తిరిగేచే దారి
మర్చిపోయాడు. ఇక్కడన్న నాలుగు దారుల్లో ఒకటి
సరైన దారి. దాన్ని వెలికిపెట్టి, అతను కోటకు చేరేందుకు
పోల్చ చేయరూ!

ఇంగ్లీష్ నేర్చుకుందామా?

ఈ చిత్రంలో రకరకాల సముద్రపు జీవుల బొమ్మలు
కనిపిస్తున్నాయి కదా. వాటి నెంబర్ల ప్రకారం వాటి
పేర్లను ఇక్కడ సూచించిన అడ్డం, నిలువు గడుల్లో
నింపండి.



అ నగనగా వీరాపురం అనే గ్రామంలో చంద్రయ్య నివసిస్తుండేవాడు. రోజుా ఊరి బయట ఉన్న ఒక మరిచెట్టు కింద కూర్చుని మదనపడుతూ ఉండేవాడు. ఆ చెట్టు మీద ఉన్న కాకి అతడిని రోజూ గమనిస్తూ ఉండేది. అతని మనోవేదనకు కారణం ఏంటో తెలుసుకోవాలని ఒకరోజు అతడి దగ్గర వాలింది కాకి. “నేను రోజూ నిన్ను గమనిస్తున్నాను. ఇక్కడ కూర్చుని ఏదో దీర్ఘంగా ఆలోచిస్తున్నావు. కారణం ఏంటి”

అని చంద్రయ్యను అడిగింది కాకి.

“సాటి మనుషులే నా గురించి పట్టించుకోలేదు. నువ్వు నా బాధను అర్థం చేసుకుని అడుగుతున్నావు. అందుకు చాలా సంతోషం. మాది చాలా పేద కుటుంబం. పైగా నాకు ఒక చేయి పని చేయదు. కాబట్టి పెద్దగా పని చేయలేను. భార్య అనారోగ్యంతో మంచాన పడింది. బిడ్డలు లేరు. అలాగని ముఖ్యి కూడా ఎత్తుకోలేను. ఎలా బతకాలా? అని ఆలోచిస్తున్నాను” అంటూ చంద్రయ్య కంటుతడి పెట్టుకున్నాడు.

అతని బాధను కాకి చూడలేకపోయింది.

“బాధపడ్డాడ్నా. నేను ఏదైనా ఉపాయం వెతుకుతా. నువ్వు నిశ్చింతగా ఉండు” అని చెప్పి చెట్టుపైకి ఎగిరింది.

రెండు రోజులు బాగా ఆలోచిస్తే.. కాకి బుర్రకు ఒక ఉపాయం తట్టింది. వెంటనే చంద్రయ్య దగ్గరికి వెళ్లి “నువ్వు నా కోసం ఒక పంజరం తయారు చేసి, అందులో నన్ను బంధించ. ప్రతి ఊరికి నన్ను తీసుకెళ్లు. కాకి జోస్యం చెబుతుందని చాటింపు వేయించు. నీకు కావలసిన డబ్బు వస్తుంది” అంది. కాకి మాటలకు చంద్రయ్య గట్టిగా నవ్వాడు. “ఎందుకు నవ్వుతున్నావు” అడిగింది కాకి. “కాకి జోస్యం చెప్పుండంటే ఎవరైనా నమ్మతారా నీపిచ్చి కాకపోతే..” అన్నాడు చంద్రయ్య. “అదే నీ తెలివి తక్కువతనం. కొత్త విషయాలకే జనం ఎక్కువ ఆకర్షితులు అవుతారు.



కాకి జ్యేష్ఠ

ప్రయత్నం చేసి చూడు. నా మాట విను” అని కాకి చంద్రయ్యను ఒప్పించింది. కాకి చెప్పినట్టే చంద్రయ్య పంజరం తయారు చేసుకుని, అందులో కాకిని ఉంచి “కాకి జోస్యం చెప్పుంది. ఉన్నది ఉన్నట్లు, జరిగేది జరగబోయేది చెప్పుంది. రండమ్మా! రండి!!” అని అరుస్తూ ఊళ్లు తిరగడం మొదలుపెట్టాడు. అందరూ కాకి జోస్యం అనగానే ఆశ్చర్యపోతున్నారు. అది ఏం చెప్పుందో తెలుసుకుండామని అందరూ జోస్యం చెప్పించుకుంటున్నారు. ప్రతి చోటూ కాకి ఆ ఇంటి పరిస్థితులు చక్కగా చెప్పుంటే.. అందరూ

ఆశ్చర్యపోయారు. ఇంట్లో పరిస్థితిని బట్టి నమ్మగలిగే విధంగా పరిష్కారం కూడా చెబుతోంది. చంద్రయ్య డబ్బుతో పాటు మంచి పేరు సంపాదించాడు.

“నాకు చాలా ఆశ్చర్యంగా ఉంది. ప్రతి ఇంట్లో ఉండే సమస్యల గురించి చెప్పు, పరిష్కారం కూడా చెప్పావు. మనకు ఆదాయం రావడమే కాకుండా, నీ జోస్యంతో కొన్ని కుటుంబాల్లో గొడవలు తగ్గాయి. జనాల ప్రవర్తనలో కూడా మార్పు వచ్చింది. నీకు జోస్యం చెప్పడం కూడా వచ్చా” అని కాకిని అడిగాడు చంద్రయ్య. కాకి గట్టిగా నవ్వింది.

“ఎందుకు నవ్వుతున్నావు” అని అడిగాడు చంద్రయ్య. “నాకు జోస్యం చెప్పడం అస్తులు రాదు. నేను కాకిని కాబట్టి నాలుగు మెతుకుల కోసం, ప్రతిరోజూ ఒక ఇంటి పైకప్పు మీద వాలడం అలవాటు. అలా ఆ ఇంట్లో పరిస్థితులు మొత్తం తెలిసిపోతాయి. వాళ్లు ఎలాంటివాళ్లో కూడా అర్థమెపోతుంది. కాబట్టి సులువుగా చెప్పగలిగాను. చాలామందిని మంచిగా మార్చగలిగాను” అంది కాకి. చంద్రయ్య చాలా సంతోషించాడు. కాకి చేసిన మేలు వల్ల తన కష్టం తీరిపోయింది. భార్య అరోగ్యం బాగు చేయించాడు. ఆప్పటి నుంచి ఆ భార్యాభర్తలు సంతోషంగా ఉన్నారు.

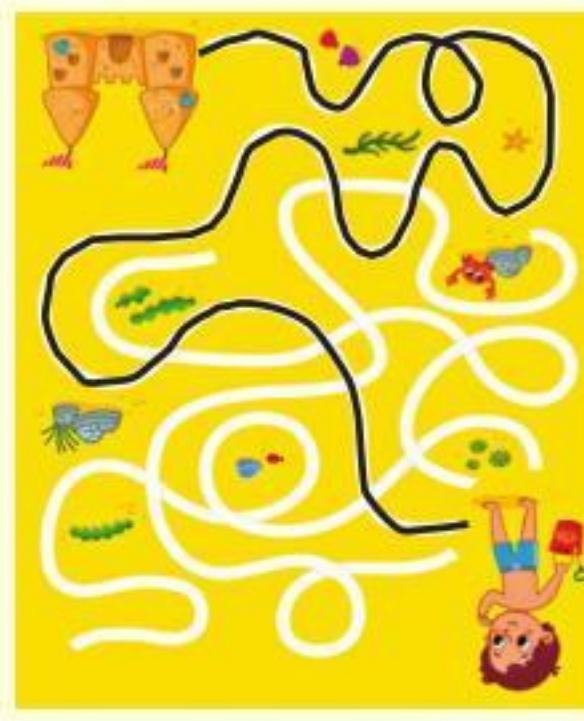
— నరెడ్డుల రాజారెడ్డి, అనంతపురం

దర్శాజ 23

ప్రభాత వెలుగు / అదివారం, 07 మార్చి 2021



శాంక్రమిక్షా నిఱితి



శాంక్రమిక్షా రూప

- 6.SHARK, 7.WHALE, 8.SEAHORSE,
- 4.ANGLERFISH, 5.NARWHAL,
- 1.DOLPHIN, 2.OCTOPUS, 3.TURTLE,

శాంక్రమిక్షా నిఱితి



రుద్రభూమిలో బూడిద రూపంలో
కనిపించినా.. గుడిలో లింగరూపంలో
దర్శనమిచ్చినా.. ఆ శివయైను
నమ్మకునే భక్తులకు మాత్రం కొంగు
బంగారమే. కోలన వెంటనే కోర్కెలు
తీర్చే భోళా శంకరుడే. ఆయనే శక్కడ
మల్లన్న రూపంలో వెలిశాదు. ఈ దివ్య
క్షేత్రంలో ఏటా ఏడు రోజులపాటు
అంగరంగ వైభవంగా జాతర
జరుగుతుంది. శివయైను
దర్శించుకునేందుకు ఎంతోమంది
ఇక్కడికి వస్తుంటారు.



24 దర్శన

ప్రభాత వెలుగు / ఆదివారం, 07 మార్చి 2021

రైల్వేలు

సిద్ధెల్



అ ధ్యాత్మిక దివ్యధామం ఈ కైవ క్షేత్రం. ఇది ఆదిలాబాద్ జిల్లాలోని ఇచ్చోద మండలంలోని సిరిచెల్కులో పాత చెరువు మధ్యలో ఉంది. ఇక్కడ శివయై మల్లికార్ణనస్వామిగా దర్శనమిస్తాడు. అందుకే ఈ క్షేత్రాన్ని ‘మల్లన్నగుడి’ అని పిలుస్తారు. తూర్ప చోళదిగా వేరుగాంచిన రాజరాజనరేంద్రుడి కాలంలో (11వ శతాబ్దం) దీన్ని కట్టారు. అంతేకాదు స్వయంగా ఆ మల్లికార్ణనుడే మట్టి తట్టి మోసి, గుడిని కట్టుకుని, గర్భగుడిలో కొలువయ్యాడని భక్తులు చెప్పుంటారు. ఆలయంలో చెక్కిన దేవతల విగ్రహాలు జీవం ఉట్టిపడేలా కనిపిస్తాయి. ఇక్కడ ఉన్న ప్రతి కళాఖండానికి ఒక చరిత్ర ఉంది.

శివలింగం ముందు రెండు నందులు
గర్భగుడిలో శివలింగం మాడుపై నొక్క ఉంటుంది.
ఛాతి బాగం కొంత లోపలికి వెళ్లి ఉంటుంది.
ఇలాంటి శివలింగం చాలా అరుదు. ఎందుకంటే
శివుడే స్వయంభువుగా వెలియడం, తన ఆలయాన్ని

తానే నిర్మించుకోవడం వల్ల లింగం ఇలా ఉండని చెప్పంటారు. ఏ శివాలయంలో అయినా ఒకే నంది ఉంటుంది. ఇక్కడ మాత్రం రెండు నందులు దర్శనమిస్తాయి. మల్లన్నగుడి దగ్గరలో సప్తరుషుల తలపై నాగశేషుడితో శివుడి విగ్రహం ఉంది. సప్త రుషులు మల్లన్నగుడు దర్శించుకున్నారు అనడానికి ఈ విగ్రహమే నిదర్శనం అంటారు భక్తులు.

వీరభద్రుడి కోసమే అగ్నిగుండాలు
ఆలయంలో వీరభద్రుడి విగ్రహం ఉంది. ఇది కూడా చాలా అరుదైనది. శ్రీశైలం, వేములవాడల్లో కూడా





ఇలాంటిది లేదు. ముఢోల్ మండలం ఎడవిడ్ తర్వాత ఇన్నోడ మల్లన్న ఆలయంలో మాత్రమే ఉంది. శివుడి కొడుకు వీరభద్రుడు. ఈ విగ్రహం ఇక్కడ ఉన్నందుకే అగ్నిగుండాలు తొక్కుతుంటారు.
ఇంకా అనేక శిల్పాలు.. అన్ని అద్భుతాలే టెంపుల్లో ఇంకా అనేక శిల్పాలున్నాయి.

ఆంజనేయుడి పాదాల

కింద శని విగ్రహం

బకప్పడు రావణాసురుడి సింహసనం కింద నవగ్రహాలు నిచ్చెన రూపంలో ఉండి, దేవతలంతా ఆయన అభీషంలో ఉండేవాళ్ల. అప్పడు పానుమంతుడు ఆ నవగ్రహాలతో పాటు దేవతలకు విముక్తి కల్పించాడు. దీంతో హనుమంతుడి శక్తికి మెచ్చిన శనిశ్వరుడు నిన్ను పూజించే భక్తులకు శని ప్రభావం కల్గించనని ఆయన పాదాల దగ్గర మోకలిల్లతాడు. అలా మోకలలో విగ్రహం జైనాథీ మండలం పెండల్ వాడలో ఆ తర్వాత సిలచెల్లో తప్ప ఎక్కడా కనిపించవు. ఇక్కడ రాపు, కేతు విగ్రహాలు కూడా ఉన్నాయి.
శ్రీకాళహస్తి తర్వాత శిచ్ఛోద మల్లికార్ణన స్వామి ఆలయంలోనే ఏడు తలల నాగుపాము రాపు, కేతు రూపంలో ఉండని అంటుంటారు.

వెంకటేశుడి చేతిలో నాటం

టెంపుల్లో వెంకటేశ్వర స్వామి విగ్రహం కూడా ఉంది. ఆ విగ్రహం చేతిలో నాటం పెడితే అతుక్కుంటే అనుకున్న కోర్కెలు నెరవేరుతాయని చెప్పంటారు.
దేవాలయ ప్రాంగణంలో అల్లుబండ ఉంది. దాన్ని పట్టుకున్నప్పుడు అది తిరిగితే కోర్కెలు నెరవేరుతాయని నమ్మకం.

మహిషాసుర మర్థని మూర్తి ఉండటం వల్ల షాక్తేయపీరం అంటారు. శ్రీకృష్ణుడు, జైన, బుద్ధ విగ్రహాలు, ద్వారపాలకులు, వినాయక, నవగ్రహాలు, తీర్థంకరుడు, కళాగ్రం, అప్పలక్ష్ములు... ఇలా ఆనేక విగ్రహాలు ఉన్నాయి.

::: ఎ.లక్ష్మేణ్ణ, ఇచ్ఛోద, వెలుగు



మూడు పాదాల భృంగి

పరమశివుడికి ఇష్టమైన భక్తుడు భృంగిశ్వరుడు బాగా నాట్యం చేస్తాడు. అతడి నాట్యాన్ని చూసిన శివుడు భృంగిని మెచ్చుకుని రెండు కాళ్లు ఉంటే జంత అద్వితంగా నాట్యం చేస్తున్నావు. మరో కాలు ఉంటే ఇంకెంత బాగా చేస్తావో' అని మరో కాలిని వరంగా ఇష్టాడు. అలా మూడు కాళ్లతో ఉన్న అరుదైన భృంగిశ్వరుడి విగ్రహం ఇక్కడ ఉంది.



అరుదైన నంది

మల్లికార్ణన స్వామి ఆలయంలో రెండు నందులు ఉన్నాయి. ఒకటి గర్జగుడికి ఎదురుగా ఉంది. ఈ విగ్రహం మీద పడిన మార్యకిరణాలే రిష్టెక్ట అయ్యా గర్జగుడిలోని మూలవిరాట్టె పడతాయి. ఇక్కడే ఉన్న హనుమంతుడి గుడిలోనూ ఒక నంది ఉంది. శ్రీశైలం మల్లికార్ణన స్వామి ఆలయంలో ఉన్నట్లుగానే ఇక్కడ ఉందన్నమాట.



KITCHEN

కిచెన్ తెలంగాణ

మిస్టర్ సూరీడు 'పశ్యే' అని కాస్త గట్టిగానే వలకలిస్తున్నాడు. ఆ వేడి తట్టుకోవడానికి చల్లగా వదైనా తినాలనిపించడం సహజం ఎవరికైనా. అందుకే ఈ కూల్ కూల్ కుల్చిలను టైచేయండి. పాలు, డ్రైఫ్రూట్స్ తో ఇంభోనే చేసుకోవచ్చు. మామిడి పండ్ల సీజన్ కూడా వచ్చేస్తోంది. మామిడి పండు గుజ్జుతో చేసుకునే మ్యాంగో కుల్చి ఈ వారం వెరైటీ.



మ్యాంగో కుల్చి

కావాలినవి

చిక్కటి పాలు: 4 కప్పులు
డ్రై మిల్క్ పొడర్: ఒకటిన్నర కప్పు
స్పీట్ కండెన్స్ మిల్క్: పావు గ్రాన్
పిస్తా, జీడిపప్పు పలుకులు:
రెండు బేబుల్ స్పూన్లు
యాలకుల పొడి: కొంచెం
కార్బోస్ట్: ఒకటిన్నర బేబుల్ స్పూన్లు
మామిడికాయ గుజ్జు: ముప్పావు కప్పు
తయారీ: అడుగు మందంగా ఉన్నిగెన్లో చిక్కటి పాలు పోసి ఓ మాదిరి మంట మీద మరిగించాలి. తరువాత మిల్క్ పొడర్ను వేసి బాగా కలపాలి. ఆ తర్వాత కండెన్స్ మిల్క్,
డ్రైఫ్రూట్ ముక్కలు వేసి 20 నిమిపాలు పాటు మరిగించాలి. యాలకుల పొడి, మొక్కజ్ఞాన్ పిండిని నీళ్లలో లేదా పాలల్లో ఉండలు లేకుండా కలపాలి. మరుగుతున్న పాలల్లో కలపాలి. తరువాత ఆ మిల్క్ మం
బాగా దగ్గరపడిన తర్వాత పక్కనపెట్టి చల్లారబెట్టాలి. మామిడి గుజ్జును వేసి బాగా కలిపిన తర్వాత కుల్చి మౌల్డ్ లో వేసి ఒక రాత్రంతా ప్రీజ్ లో పెడితే చల్లటి మ్యాంగో కుల్చిలు తినేయుచ్చు.

కూల్ కూల్ కుల్చి

- కుల్చి మౌల్డ్ లేకపోతే గ్రాసులు లేదా గినెల్లో కూడా చేసుకోవచ్చు
- కుల్చి మిల్క్ మానిస్ గ్రాసులు, మౌల్డ్ లో పాశిన తర్వాత వాటిని సిల్వర్ పాయిల్ తో కపిప్ తే కుల్చి లోకి ఐన్ పాశికుండా బాగుంటుంది.
- ప్రీజ్ లో నుంచి తీసిన తర్వాత పస్కీమ్ మంచిగా బయటికి రావాలంటే 30 – 40 సెకన్డ్లు పాటు కుల్చి మౌల్డ్ లేదా గ్రాసులు నీటిలో ఉంచాలి.

మలై కుల్చి

కావాలినవి

చిక్కటి పాలు: లీటర్ , క్రీమ్: ముప్పావు కప్పు
కోవా: మూడు బేబుల్ స్పూన్లు, మిల్క్ పొడర్: ఒక బేబుల్ స్పూన్, జీడిపప్పు, బాదం, పిస్తా పలుకులు: రెండు బేబుల్ స్పూన్లు, చక్కెర: సరిపడినంత, యాలకుల పొడి: కొంచెం (యాలకులు తొక్కు తీసి పొడి చేసుకోవాలి), తయారీ: అడుగు మందంగా



బాదం - పిస్తా కుల్చి

కావాలినవి

చిక్కటి పాలు: లీటర్
చక్కెర: పావు కప్పు
కండెన్స్ మిల్క్: పావు కప్పు
బాదం, పిస్తా, జీడిపప్పు:
కొన్ని పలుకులు
యాలకుల పొడి:
రెండు బేబుల్ స్పూన్లు
కుంకులు పుప్పు: కొంచెం
తయారీ: ఒక గిన్నెలో పాలు తీసుకుని ఓ మాదిరి మంట మీద బాగా మరిగించాలి. ఆ తర్వాత పావుకప్పు చక్కెర వేసి బాగా కలపాలి. అది పూర్తిగా కరిగిన తర్వాత. పావుకప్పు కండెన్స్ మిల్క్ వేసి కలపాలి. కొద్దిగా కుంకులు పుప్పు వేసి పాలు చిక్కబడేవరకు మరిగించాలి. తరువాత బాదం, పిస్తా, జీడిపప్పును ముక్కలు వేసి పాలల్లో వేయాలి. దగ్గరపడే వరకు మరిగించి స్ప్లైవ్ అపేయాలి. పాలు చల్లారిన తర్వాత కుల్చి మౌల్డ్ లో లేదా తొగ్గుల్లో పోసుకుని, ఐన్కీమ్ స్పిన్కును పెట్టి 8 గంటలు ప్రీజ్ లో పెడితే చల్లచల్లని బాదం పిస్తా కుల్చి రెడీ.

ఉన్నిగిన్నె తీసుకుని మీడియమ్ ఫ్లేమ్లో పాలను మరిగించాలి. ఐదు నిమిపాలు తర్వాత క్రీమ్ వేసి కలిపి ఒక పొంగు రానివ్వాలి. పాలు దగ్గరపడే వరకు సుమారు 30 నిమిపాలు పాటు కలుపుతూ మరిగించాలి. ఇప్పుడు కోవా వేసి అది కరిగెంత వరకు బాగా కలపాలి. ఆ తర్వాత చక్కెర వేసి కరిగే వరకు కలపాలి. డ్రైఫ్రూట్ తరుగు, మిల్క్ పొడర్ వేసి పాలు దగ్గరకి వచ్చాక స్ప్లైవ్ అపేయాలి. తర్వాత యాలకుల పొడి వేసి ఆ మిల్క్ మం మొత్తాన్ని చల్లారబెట్టాలి. తరువాత ఇప్పుడు వాటిని కుల్చి మౌల్డ్ లో వేసి ప్రీజ్ లో పెట్టాలి. ఒక రాత్రంతా ప్రీజ్ లో ఉంచితే మన్సు.. మన్సు మలై కుల్చి రెడీ.

మేషం (మార్చి21 – ఏప్రిల్20)



సూతన కార్యక్రమాలు చేపడతారు. ఆదాయం ఆశించినంత లభించి అవసరాలు తీరతాయి. నిరుద్యోగులు అనుకున్న అవకాశాలు సాధించే వీలుంది. ఇంటి నిర్మాణాలపై దృష్టి సారిస్తారు. ప్రముఖ వ్యక్తులు మీకు కొంత సాయపడతారు. కుటుంబస్థుల ఆశలు నెరవేరుస్తారు. వ్యాపారులు మరింతగా లాభాలు దక్కించుకుంటారు. ఉద్యోగులకు విధుల్లో అనుకూలస్తి. కళాకారులు, క్రీడాకారుల యత్నాలు సఫలం.



వృషభం (ఏప్రిల్21 – మే21)

ఆదాయం సమ్మాని. ఆలోచనలు కార్యరూపం దాలుస్తాయి. బంధువులు, స్నేహితులతో సత్యంబంధాలు. స్థిరాస్తి విషయంలో అగ్రిమెంట్లు. కొత్త కాంట్రాక్టులు కొన్ని దక్కించుకుంటారు. విద్యార్థులకు శుభవర్తమానాలు. తరచూ ప్రయాణాలు. వాహనయోగం. వ్యాపారులు లాభాల బాటలో పయనిస్తారు. ఉద్యోగులు ఇంతకాలం పడిన శ్రమ కొలిక్కి వస్తుంది. కళాకారులకు ఉపహారం అవకాశాలు.



మిథునం (మే22 – జూన్22)

కొత్త విద్యాయత్నాలు కలిసివస్తాయి. విచిత్రమైన సంఘటనలు ఎదురుపుతాయి. సేవాభావంతో ముందుగు వేస్తారు. కార్యక్రమాలు సకాలంలో పూర్తి చేసి ఒచ్చునపడతారు. బంధువుల నుంచి శుభవర్తమానాలు. ఆదాయ, వ్యయాలు సమానంగా ఉంటాయి. వాహనసౌఖ్యం. సమాజంలో ప్రత్యేక గౌరవం. వ్యాపారులకు లాభాలు ఉంటాయి. ఉద్యోగులు విధి నిర్వహణలో అవాంతరాలు అధిగమిస్తారు. కళాకారులు కొత్త అవకాశాలు దక్కించుకుంటారు. క్రీడాకారులు, పరిశోధకులకు అంచనాలు ఫలించే సమయం.



కర్కాటకం (జూన్23 – జూలై23)

రాబడి కొంత తగ్గినా అవసరాలకు డబ్బు సమకూరుతుంది. కొత్త కార్యక్రమాలు నిదానంగా సాగుతాయి. అప్పులతో మనసులోని భావాలు పంచుకుంటారు. విలువైన వస్తువులు కొనుగోలు చేస్తారు. కుటుంబస్థులతో అనందాన్ని పంచుకుంటారు. ధార్మిక కార్యక్రమాలలో పాల్గొంటారు. స్థిరాస్తి వివాదాలు పరిష్కరించుకుంటారు. వ్యాపార విస్తరణయత్నాలు కలసివస్తాయి. ఉద్యోగస్తులకు పనిభారం కొంత తగ్గవచ్చు. కళాకారులు, క్రీడాకారులకు ఉత్సాహవంతంగా ఉంటుంది.



సింహం (జూలై24 – అగస్టు22)

అదనపు రాబడి ఉత్సాహాన్ని స్తుంది. సన్నిహితులు, స్నేహితులతో కీలక విషయాలు చర్చిస్తారు. ఆస్తి వివాదాల నుంచి బయటపడతారు. వివాహ, ఉద్యోగ ప్రయత్నాలు కలసివస్తాయి. ముఖ్య కార్యక్రమాలు సకాలంలో పూర్తి. అరుదైన అహానాలు. వ్యాపారులు కొత్త పెట్టుబడులు సమకూర్చుకుంటారు. ఉద్యోగులకు ఉపహారం రీతిలో ప్రమోషన్లు. పారిశ్రామికవేత్తలకు కొత్త అవకాశాలు. క్రీడాకారులు పట్టుదలతో ఆశయాలు సాధిస్తారు.



కన్య (అగస్టు23 – సెప్టెంబర్22)

కొత్త వ్యక్తుల పరిచయం. పనులు సకాలంలో పూర్తి. సోదరులు, స్నేహితులతో కీలక విషయాలు చర్చిస్తారు. విద్యార్థుల కృషి పంచుల్లో విధుల్లో కొంత వ్యక్తులు ప్రపుక్కపోవచ్చు. రాబడి పెరుగుతుంది. వాహనాలు, గృహం కొనుగోలు చేస్తారు. కోర్టు కేసులు పరిష్కారదశకు చేరతాయి. వ్యాపారులు ఆశించిన లాభాలు అందుకుంటారు. ఉద్యోగులకు విధి నిర్వహణలో ఆటంకాలు తోలగుతాయి.



తుల (సెప్టెంబర్23 – అక్టోబర్22)

అనుకున్న కార్యక్రమాలను అటుంకాలు ఎదురైనా అధిగమిస్తారు. ఆదాయం గతం కంటే కొంత మెరుగ్గా ఉంటుంది. స్నేహితులు, బంధువులతో విభేదాలు తీరతాయి. ఆలోచనలు కార్యరూపంలో పడతారు. ఒక ప్రకటన నిరుద్యోగులకు ఊరటనిస్తుంది. ఆస్తి విషయంలో నిలిచిపోయిన అగ్రిమెంట్లు జరుగుతాయి. ప్రముఖ వ్యక్తుల నుంచి ఆహ్వానాలు. వ్యాపారులకు విస్తరణ యత్నాలు సఫలం. ఉద్యోగులకు కొత్త భాద్యతలు దక్కవచ్చు.



వృశ్చికం (అక్టోబర్23 – నవంబర్22)

రావలనిన డబ్బు సకాలంలో అంది అవసరాలు తీరతాయి. అందరిలోనూ గౌరవమర్యాదలు పొందుతారు. స్నేహితుల నుంచి ముఖ్య సమాచారం రాగలదు. కొన్ని కార్యక్రమాలు అనుకున్నట్టే సమయానికి పూర్తి చేస్తారు. శారీరక రుగ్గుతలు. దైవారాధనలో పాల్గొంటారు. పలుకుబడి పెరుగుతుంది. భాగస్వామ్య వ్యాపారాలు మరింత పుంజుకుంటాయి. ఉద్యోగస్తులకు కొంత ఉపశమనం లభిస్తుంది.



ధనుసు (నవంబర్23 – డిసెంబర్22)

ఆదాయం కంటే భర్తలు పెరుగుతాయి. ముఖ్యమైన కార్యక్రమాలలో అవాంతరాలు. కుటుంబంలో చికాకులు తప్పవు. కాంట్రాక్టుల్లో కొంత అసంతృప్తికి లోనవుతారు. దేవాలయాలు సందర్శిస్తారు. కష్టపడ్డా ఫలితం కనిపించదు. పరిస్థితులు అంతగా అనుకూలించవు. ఆరోగ్యంపై కొంత త్రష్ట చూపండి. ఆస్తి వివాదాలు కొంత ఇబ్బందిగా మారవచ్చు. వ్యాపారులకు విధుల్లో గందరగోళ పరిస్థితి. ఉద్యోగులకు అదనపు పనిభారం. వారం మధ్యలో శుభవర్తమానాలు. ఆకస్మిక ధనలాభం. వాహనయోగం.



మకరం (డిసెంబర్23 – జనవరి22)

చేపట్టిన కార్యక్రమాలు విజయవంతంగా కొనసాగుతాయి. రాబడి మరింత ఉత్సాహాన్ని స్తుంది. విద్యార్థుల నుంచి తెలుగులు సందర్శిస్తాయి. ఆస్తి విషయాలు తెలుసుకుంటారు. స్థిరాస్తి వివాదాలు కొలిక్కి వచ్చి లభిస్తారు. నిరుద్యోగుల ప్రయత్నాలు ఫలిస్తాయి. వాహనాలు, ఆభరణాలు కొంటారు. దైవారాధనలో పాల్గొంటారు. వ్యాపారులు ఉపహారం రీతిలో లభిస్తాయి. ఉద్యోగుల విభేదాలు తీరతాయి. ఉద్యోగుల ఆశించిన మార్పులు పొందుతారు.



కుంభం (జనవరి23 – ఫిబ్రవరి22)

ముఖ్యమైన కార్యక్రమాలలో మరింత పరోగతి కనిపిస్తుంది.

విద్యార్థులకు నూతనానేత్తాపాం. ఆదాయానికి ఇబ్బందిలేకుండా గడిచిపోతుంది. పలుకుబడి కలిగిన వారితో పరిచయాలు. ఉద్యోగయత్నాలు సానుకూలాలం. కొన్ని పాత సంఘటనలు గుర్తుకు వస్తాయి. ఆలోచనలు అమలు చేస్తారు. ఆస్తుల విషయంలో కొత్త అగ్రిమెంట్లు చేసుకుంటారు. వ్యాపారులు అందిన లాభాలతో ఉత్సాహంగా సాగుతారు. ఉద్యోగులు కొత్త విధులలో చేరతారు.



మీనం (ఫిబ్రవరి23 – మార్చి20)

కొంత జాప

అమృత గింతుతో శ్వామి కతిపి...

‘బాహుబలి’ సినిమా పేరు చెప్పగానే అందరికి గుర్తిచే పాటలో ఒకటి ‘మనోహరి...’. ఈ ఒక్క పాటతో సూపర్ సింగరైపోయింది మాహన భోగరాజు. ‘అరవింద సమేత’లో ‘రెడ్డమ్మ తల్లి’.. ‘శతమానం భవతి’లో ‘మెల్లగా తెల్లారిందో’ పాటలు పాడింది కూడా మాహన నే. క్లాస్, మాన్, మెలోడీ.. పాటేదైనా సరే అందంగా పలుకుతుంది ఆమె గొంతులో. అందుకే షార్ట్ ట్రైంలోనే స్టీట్ సింగర్ లిఫ్ట్ లో చేరిపోయింది. ఈ ఎన్నర్జిట్ సింగర్ ని మ్యాజిక్ అండ్ పర్సనల్ లైఫ్ గురించి అడిగితే బోలెడు కబుర్లు చెప్పకొచ్చింది.

పాటల ప్రయాణం ఎలా మొదలైంది?
 మా అమృతి పాటలంటే చాలా ఇష్టం. బాగా పాడుతుంది కూడా. నా చిన్నప్పుడు అమృత్తైట్ మ్యాజిక్ నేర్చుకునేది. ఇంట్లో రిహర్స్‌ల్స్ చేస్తుంటే అమృతో పాటు నేనూ శృతి కలిపేదాన్ని. బాగా పాడుతుంది కదా! అని ఇంట్లో వాళ్లు కూడా ఎంకరేజ్ చేశారు. సెకండ్ క్లాస్‌లో ఉన్నప్పుడు అమృతామన్ ఫ్రెంచ్ ఎవరో ఫలనా చోట కాంపిటీషన్స్ జరుగుతున్నాయని చెప్పింది. వెంటనే అమృతన్ను తీసుకెళ్లి పాట పాడించింది. లక్కిలీ నా పాటకి సబ్-జూనియర్ కేటగిరిలో ఫస్ట్ ప్రైజ్ వచ్చింది. పేపర్‌లో నా పేరు కూడా వేశారు. ఆ క్షణం నాకేం కావాలో నాకు అర్థమైంది.

ఆ తర్వాత...

“నా పాట ఇంట్లోనే ఉండిపోకూడదు.. అందరూ వినాలి” ఇవే ఆలోచనలు నా మైండ్‌లో తిరుగుతుండేవి ఎప్పుడూ. కానీ, ఆ కలని ఎలా నిజం చేసుకోవాలో తెలియదు. కానీ, కనీసం ఒక్క పాటైనా పాడాలి. అదే ట్రైమ్‌మోటీవ్ స్టోలింగ్ చూసి ప్రతి కాంపిటీషన్‌కి వెళ్లేదాన్ని. కానీ, ప్రతి కాంపిటీషన్ లో కాస్త వెనకబడేదాన్ని. అయినా సరే నిరుత్సాహపడలేదు. వచ్చిన ప్రతి అవకాశాన్ని ఉపయోగించుకుంటూ ప్లే బ్యాక్ సింగర్గా గుర్తింపు తెచ్చుకున్నా..

సినిమా కోసం మొదటి సాంగ్ ఎప్పుడు లికార్డ్ అయ్యంది? టీ.వీ.కాంపిటీషన్‌కి ఆడిషన్ ఇస్తున్నప్పుడు మహేశ్ గారు పరిచయం అయ్యారు. నాకు ట్రైనింగ్ ఇస్తే ఇంకా బాగా పాడగలనని నమ్మారు.

నాలాంటి మరో 15 మంది సింగర్ ని ట్రైమ్‌గా పామ్ చేసి ట్రైనింగ్ స్టోర్ చేశారు. ఏ అదృష్టం ఎలా వరిస్తుందో

28 దర్శాజ

ప్రభాత వెలుగు / ఆదివారం, 07 మార్చి 2021



యూట్యూబ్‌లోనూ బాటిగా ..

నాకు నచ్చిన పాటల్ని పాడుకోవడానికి యూట్యూబ్ ఛానెల్ పెట్టా. మాప్పు వీడియోలుగా వాటిని ప్రజాంట్ చేస్తున్నా. లీసెంట్‌గా చేసిన దిల్లీత్ మానియా' పేరుతో చేసిన మాప్పు కవర్ సాంగ్‌కి మంచి గుర్తింపు వచ్చింది. పూర్వచర్చలో మరిన్ని వీడియోలు చేయాలనుకుంటున్నా.



గాడ్జెట్స్ గౌలరీ

నిర్వహణ: నరేందర్ తిరుకోవెల

చార్బింగ్ కు టైమ్

‘మీ ఫాఫ్ ఎంతసేపు చార్బింగ్ అవ్వాలో ముందే డిస్టైండ్ చేయండి. మీ డెస్క్ టూప్ దగ్గర వర్క్ చేస్తూ ఇకపై పూర్వ ఎయిర్ మాత్రమే ఫీల్చండి. స్థార్ట్ చాపర్ తో కూరగాయలు కట్ చేసే పని తగ్గించుకోండి’.. వీటన్నింటికీ పనికాచ్చే స్థార్ట్ గాడ్జెట్స్ వివరాలివి.



స్థార్ట్ యూనివర్స్ రిమోట్

ఏసీ, టీవీ, మ్యాజిక్ సిస్టమ్, స్మికర్స్ వంటి డివైజెస్ కు ఒక్కొద్దానికి ఒక్కొద్ద రిమోట్ వాడాలి. ప్రతిసారీ, ఎరిమోట్ ఎక్కడుండో వెతుక్కోవడం కష్టం. అయితే, ఈ ఇబ్బంది లేకుండా ఇలాంటివాటన్నింటికి కలిపి ఒకే రిమోట్ వాడాచ్చు. ‘బీక్ రిమోట్ అల్-ఇన్-వన్ స్థార్ట్ యూనివర్స్ రిమోట్’ తో అన్నింటినీ ఆపరేట్ చేయుచ్చు. ఇది గూగుల్ వాయిస్ కంట్రోల్, అలెక్సాతో కూడా పనిచేస్తుంది. ఫ్యామిలీ పేరింగ్ ఫీచర్ ద్వారా ఒకే రిమోట్తో ఒక్కరికంటే ఎక్కువమంది కూడా వాడాచ్చు. ధర సుమారు ₹1,145

స్థార్ట్ వెజిటుబుల్ చాపర్

టోమాటో, ఉల్లిగడ్డ, వెల్లుల్లితోపాటు మిగతా కూరగాయల్ని చిన్నముక్కలుగా చేయాలంటే చాలా టైమ్ పడుతుంది. దీనికోసం రకరకాల చాపర్స్ ఉన్నా, చేతికి పని తప్పదు. అయితే, డైరెక్ట్ కట్ చేయాల్సిన పని లేకుండా చిన్న బటన్ ద్వారా స్థార్ట్ టెక్నాలజీతో కూరగాయలు కట్ చేయాలంటే ‘కిచెన్ గాడ్జెట్ పుడ్ గ్రేడ్ బేబీ పుడ్ ప్రాసెసర్’ వాడాలి. చిన్నగా ఉండే ఈ చాపర్లో కూరగాయలు, పండ్లు, మాంసం వంటివి వేసి, మూత్రపెట్టి, పైన ఉండే స్థార్ట్ బటన్ ప్రెస్ చేస్తే, అవి చిన్నముక్కలుగా కట్ అవుతాయి. దీన్ని పుట్టం చేయడం కూడా చాలా ఈజీ. ధర సుమారు ₹ 2,100



డెన్స్ ఎయిర్ పూర్వికైయర్

ఎయిర్ పొలూషన్ ఎక్కువ అవుతుండటంతో, చాలామంది ఎయిర్ పూర్వికైయర్ వాడుతున్నారు. ఇంట్లోకి కాకుండా, ఆఫీస్‌లో వాడేందుకు పర్సనల్ టైమ్ ‘స్మార్ట్ పోమ్ స్థార్ట్ డెన్స్ ఎయిర్ పూర్వికైయర్’ కూడా మార్కెట్లో ఉన్నాయి. దీన్ని పక్కనే ఉంచుకుని వర్క్ చేసుకుంటే, పూర్వ ఎయిర్తో పోల్చిగా కూడా ఉండొచ్చు. ధర సుమారు ₹1,800



స్థార్ట్ బాడీ ఫ్యాట్ సైగ్

పోల్చి లైఫ్ లీడ్ చేయాలంటే బాడీ వెయిట్ తోపాటు చాలా మెజర్మెంట్స్ పొలో అవ్వాలి. బాడీ ఫ్యాట్, బీఎమ్పి, మజిల్ మాన్, బోన్ మాన్ వంటి మెజర్మెంట్స్ కూడా చూసుకుంటే ఎంత పోల్చిగా ఉన్నారో తెలుస్తుంది. దీనికోసం ప్రతిసారీ, బయట టెస్ట్లు చేయించుకోవసరం లేకుండా ఇంట్లోనే ‘రెన్ఫో స్థార్ట్ బాడీ ఫ్యాట్ స్నేల్స్’తో చూసుకోవచ్చు. ఇది బ్లూటూట్ ద్వారా స్థార్ట్ఫోన్ యాప్ తో కనెక్ట్ అయి పనిచేస్తుంది. అమెరికాకు చెందిన ఎఫ్సెడిఎ (పుడ్ అండ్ డ్రగ్ అట్యూనిస్టేపన్) అప్రూవ్డ్ బాడీ కంపోజిషన్ గాడ్జెట్ ఇది. ధర సుమారు ₹ 7,312

30 దర్శాజ

ప్రభాత వెలుగు / ఆదివారం, 07 మార్చి 2021

13 ESSENTIAL MEASUREMENTS

- Fat-free Body Weight
- Weight
- BMI
- %
- Body Fat
- BMR
- Protein
- Muscle Mass
- Bone Mass
- Body Water
- Visceral Fat
- Metabolic Age
- Skeletal Muscle
- Subcutaneous Fat

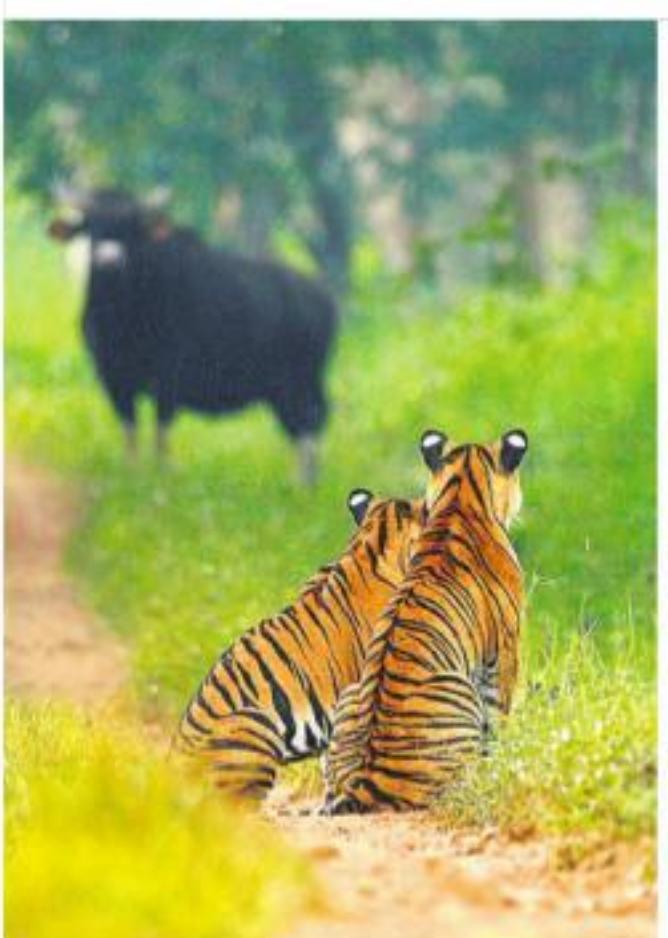
డిజిటల్ టైమర్ ప్లేమర్

స్థార్ట్ఫోన్, ల్యాప్టాప్ వంటివి చార్టింగ్ పెట్టి అలాగే వదిలేస్తుంటాం. దీంతో అవి ఓవర్ చార్జ్ అయితే త్వరగా పొడవుతాయి. చార్టింగ్ కు టైమర్ సెట్ చేసుకునే వీలుంటే బాగుంటుంది. మార్కెట్లోకి కొత్తగా వచ్చిన ‘డిజిటల్ టైమర్ ప్లేమర్’ వాడితే, కావాల్సినంతసేపే చార్టింగ్ చేసుకోవచ్చు. వీటిలో టైమర్ ఉంటుంది. ఎంతసేపు చార్టింగ్ అవసరమో ముందే టైమ్ సెట్ చేసుకోవచ్చు. ధర సుమారు ₹746



చిత్రాలు చూడగా!

- కరుణాకర్ మానెగాళ్



ఆమె కళ్లు తీసిన చిత్రాలు!

ఈమెకు ప్రకృతి అంటే ఇష్టం.
జంతువులంటే మరీ ఇష్టం.
అందుకే కొన్నెట్లుగా అడవి
జంతువులు, పక్కలను అందలకీ
అందంగా చూపిస్తాంది రతికా
రామసామి. దేశంలోని ఉపవైట్లు
లైఫ్ ఫోటోగ్రాఫర్లలో ఈమె
ఒకరు. పెద్ద పెద్ద లెన్సుల బాధగులు మోస్తూ.. కారదవ్వల్లో
తిరుగుతూ ఫోటోలు తీయడం మామూలు విషయం కాదు.
అందుకే వైట్లైఫ్ ఫోటోగ్రాఫర్లో ఎక్కువగా మగవాళ్లే ఉంటారు.
అలాంటి రంగంలో పదిహేడెళ్లుగా ఉంటూ.. తనకంటూ ఒక
ప్రత్యేక స్థానాన్ని సంపాదించుకుంది రతిక. ఈమెది
తమిళనాడులోని తేని. నాన్న ఆట్లు ఆఫీసర్. అమ్మ టీచర్. వాళ్ల
కుటుంబం ప్రతి సమ్మర్లో టూర్లకు వెళ్లేది. ఎక్కడికి వెళ్లనా రతిక
మాత్రం అక్కడున్న జంతువులనే ఎక్కువ సేపు చూసేది. రతిక
ఇంటర్ చదువుతున్నప్పుడు వాళ్ల నాన్న ఆమె అస్తకిని తెలుసుకుని
ఒక కెమెరా కొనిచ్చాడు. అలా మొదలైన ఫోటోగ్రాఫర్ జర్చు ఇప్పటికే
సక్కెన్స్పూర్లగా నడుస్తూనే ఉంది. ఈ జర్చులో ఎన్నో అవార్డులు,
ఱివార్డులు అందుకుంది రతిక.



BOUNDARY WALLS THAT DON'T NEED YOUR PROTECTION

FIBER CEMENT BOARDS FOR ALL INTERIORS AND EXTERIORS

Fire Resistant Termite Resistant Water Resistant Eco Friendly

Other Applications:

External Cladding | Facades
Duct Covering | Compound Wall Exteriors
Garden Fencing | Gate Cladding

Compound Walls with
Vplank



We have helped saved over **4,70,849** trees already using Vnext Products

08334942233 / 040-27813833

domestic.vboard@visaka.in

www.constructionnext.in

vnextbyvisaka