



శుభాకాంక్షలు

శ్రీవిశ్వావసు ఉగాది సందర్భంగా మా పాఠకులు, ప్రకటనకర్తలు, ఏజెంట్లు, శ్రేయోభిలాషులకు శుభాకాంక్షలు

-డా. గిరిజీ కుమార్ సంఘ్
'వార్త' చైర్మన్ & మేనేజింగ్ డైరెక్టర్

ఆదివారం అనుబంధం బదులుగా నేటి సంచికతో శ్రీవిశ్వావసు పంచాంగం అందుకోండి.

-సర్దులేపన్ మేనేజర్

మండుతున్న ఎండలు

35 మండలాలలో తీవ్ర వడగాల్లులు

విజయవాడ, మార్చి 29 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి: ఎవీలో ఎండలు మండుతున్నాయి. శనివారం ఏపీ వ్యాప్తంగా 35 మండలాలలో తీవ్రస్థాయి వడగాల్లులు, 233 చోట్ల వడగాల్లులు వీచాయని రాష్ట్ర వివేక నిర్వహణా సంస్థ తెలిపింది. శ్రీకాకుళం జిల్లాలో 6 మండలాలు, విజయనగరం9, పార్వతీపురం మన్యం 12, అల్లూరి సీతారామరాజు3, కాకినాడ3, తూర్పుగోదావరిలో2 మండలాలలో తీవ్ర వడగాల్లులు వీచినట్లు వెల్లడించింది. శ్రీకాకుళం జిల్లాలో 19, విజయనగరం16, పార్వతీపురం మన్యం2, అల్లూరి సీతారామరాజు8, విశాఖపట్నం3, ఆనకాపల్లి16, కాకినాడ15, కోనసీమ12, తూర్పుగోదావరి 17, పశ్చిమగోదావరి10, ఏలూరు17, కృష్ణా 15, ఎన్టీఆర్12, గుంటూరు17, బాపట్ల8, పల్నాడు24, ప్రకాశం9, నెల్లూరు1, తిరుపతి2 మండలాలలో మొత్తంగా 223 మండలాలలో హీట్ వేప్స్ పీచీయని వివరించింది. ఇక ఆదివారం నాడు 85 మండలాలలో హీట్ వేప్స్ ప్రభావం

సంక్షోభాలెదురైనా.. ముందుకే

విజయవాడ, మార్చి 29 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి: తెలుగుదేశం పార్టీ ఆవిర్భావం నుంచి ఎన్నో సంక్షోభాలు ఎదురైనా ఎన్నడూ వెన్నుమా పలేదని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు అన్నారు. 43 ఏళ్లుగా సంక్షోభాలను అవకాశాలుగా మార్చుకుంటూ ముందుకు సాగుతుందని వెచ్చారు. మంగళగిరిలోని ఎన్టీఆర్ భవన్ లో నిర్వహించిన పార్టీ 43వ ఆవిర్భావ దినోత్సవాల్లో పాల్గొన్న చంద్రబాబు పసుపు జెండాను ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ తెలుగు వారి ఆత్మ గౌరవం కోసం పుట్టిన జెండా అని అన్నారు. తెలుగు వారిని అభివృద్ధి పథాన నడిపిందిదన్నారు. తెలుగు వారి ఆత్మగౌరవాన్ని చాటిన, తెలుగు వారికి ప్రపంచ వ్యాప్త గుర్తింపు ఇచ్చిందన్నారు. పార్టీనే ప్రాణంగా బతికే పసుపు సైన్యానికి పాదాభివందనం చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. తెలుగుదేశం పార్టీ ఆవిర్భావ దినోత్సవం సందర్భంగా పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలకు అధినేత, ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. 43 ఏళ్లుగా తెలుగు ప్రజలు తమ గుండెల్లో పెట్టుకున్న పార్టీ మన తెలుగుదేశం పార్టీ అని అన్నారు. అన్న నందమూరి తారకరామారావు దివ్య ఆశీస్సులతో సంచలనంగా ఆవిర్భవించిన తెలుగుదేశం దేదీప్య మనంగా వెలుగుతున్నదంటే అందుకు కారణం కార్యకర్తల తిరుగులేని ఘోషం, నిబద్ధత, త్యాగగుణముని అన్నారు. ఓకేపై కత్తిపెట్టినా 'జై తెలుగుదేశం' నినాదం తప్ప వేరే మాట వినిపించని గొంతుక ఉండే కార్యకర్తలు ఉన్న ఏకైక రాజకీయ పార్టీ తెలుగుదేశమని కొనియాడారు. పేదల సంక్షోభానికి నాంది పలికిన మహాసభాపుడ ఎన్టీఆర్ అని కొనియాడిన చంద్రబాబు తెలుగువారు ఉన్నంతవరకు పార్టీ ఉంటుందని ఉద్ఘాటించారు. **వాణ్ణి కాక కార్యకర్తలతో కలిసిపోయాం:** తెలుగుదేశం వారసత్వాన్ని భావితలకాల అందించాలని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు ఆకాంక్షించారు. తెలుగువారు ఉన్నంతవరకు టీడీపీ శాశ్వతంగా ఉంటుందని స్పష్టం చేశారు. పార్టీకి మనమంతా వారసులమే కానీ పెత్తందారు



శనివారం మంగళగిరిలో టీడీపీ ఆవిర్భావ సభనుంచి అభివాదం చేస్తున్న చంద్రబాబు

లం కాదన్నారు. టీడీపీని లేకుండా చేస్తామన్న వాళ్లు కాలగర్భంలో కలిసిపోయారని అన్నారు. కార్యకర్తలు కేవలం కాగితాలు ఇస్తే పదవులు రావని, క్షేత్రస్థాయిలో పని చేయాల్సిందేనని సీఎం చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. పార్టీకి మనమంతా వారసులమే కానీ పెత్తందారులం కాదన్నారు. పార్టీనే ప్రాణంగా బతికే పసుపు సైన్యానికి సీఎం చంద్రబాబు పాదాభివందనం తెలిపారు. పశంసించారు. భావితలకాల భవిష్యత్తుకు అందగా నిలిచే పాలసీలు తెచ్చిన జెండా మన పసుపు జెండా అని చంద్రబాబు తెలిపారు. ప్రతి కులానికి న్యాయం చేసే ఏకైక పార్టీ తెలుగుదేశం మాత్రమేనని తెలుగుదేశం అధినేత చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. రాజకీయాల్లో ఎప్పుడూ లేని సంస్కృతి గత 5 ఏళ్లలో చూశామన్నారు. ఆస్తుల విధ్వంసం జరిగినా, రాజకీయ హత్యలు చేసినా, ఆర్థిక మూలాలు దెబ్బతీసినా కార్యకర్తలు ధైర్యంగా ఎదుర్కొన్నారు గుర్తుచేశారు. మంచికి మంచిగా ఉండే మనం, తప్పు చేసి తప్పించుకోవాలనుకునే వారినీ మాత్రం ఉపేక్షించమని చంద్రబాబు హెచ్చరించారు. చెడును శిక్షించకపోతే మంచిని కాపాడలేమని అన్నారు. కార్యకర్తలు మాషారుగా ఉంటే తెలుగుదేశం పార్టీకి తిరుగలేదని తెలిపారు. కార్యకర్తల్లో హుషారు తగ్గినప్పుడే విపక్షం పుంజుకునే ప్రయత్నం చేస్తుందన్నారు. ప్రతి తెలుగుదేశం కార్యకర్తకు తప్పనిసరిగా గుర్తింపు ఇవ్వమన్నారు. ప్రజల మట్టు తిరిగి కార్యకర్తలకు, >>2

మృతులు 1700 పైనే..



మయన్పూర్ లో శిథిలాలను తొలగిస్తున్న దృశ్యం

మయన్పూర్ లో మళ్లీ కంపించిన భూమి శిథిలమైన పలు అంతస్తుల భవనాలు, బీటలు వాలిన రోడ్లు కొనసాగుతున్న సహాయక చర్యలు

ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో సహాయక చర్యలు కొనసాగుతున్నాయి. కాగా శనివారం కూడా భూమి కంపించింది చెబుతున్నారు. ఉదయం 11.53 గంటలకు 4.3 తీవ్రతతో భూమి కంపించింది. మధ్యాహ్నం 2.30 గంటల తర్వాత 3.8 తీవ్రతతో ఒకసారి కాశాగా 2.50 గంటల సమయంలో 4.7 తీవ్రతతో మరోసారి ప్రకంపనలు వచ్చినట్లు భారత్ లోని సీస్మాలజీ కేంద్రం ప్రకటించింది. కాగా రెండవదశాను అనుకునేందుకు అంతర్జాతీయ సమాజం ముందుకు వచ్చింది. భూగర్భంలో విస్తరించిన ప్రమాదకర ఫలకాల వల్లనే ఈ భూకంపాలు సంభవిస్తున్నాయి. **80 మంది ఎన్టీఆర్ ఎఫ్ సిబ్బందిని పంపిన భారత్ స్వాస్థీ, మార్చి 29:** భారత్ భూకంపాలతో మయన్పూర్, థాయ్ లాండ్ లు వణికిపోతున్నాయి. అక్కడి ప్రజల జీవన విధానం అప్రయత్నంగా మారింది. ఇప్పటివరకు మయన్పూర్ లో 1000 మందికి పైగా ప్రాణాలు కోల్పోయారు. ప్రకృతి విపత్తులో అలాడిపోతున్న ఆ దేశానికి సాయం చేసేందుకు మరోసారి భారత్ ముందుకొచ్చింది. 80 మంది ఎన్టీఆర్ ఎఫ్ సిబ్బందిని అక్కడికి పంపిస్తుంది. ఈ విషయాన్ని సంబంధిత అధికారులు వెల్లడించారు. మయన్పూర్ కు సాయం అందించేందుకు భారత్ సిద్ధమైంది. ఈ విషయంపై సమావేశమై చర్చించారు. సహాయక చర్యల్లో పాల్గొనేందుకు సిద్ధమయ్యారు. మరికొన్ని గంటల్లో 80 మంది ఎన్టీఆర్ ఎఫ్ సిబ్బంది అక్కడికి బయలుదేర నన్నారు అని సీనియర్ అధికారి ఒకరు మీడియాకు >>2

రెడ్ బుక్ పేరు వింటేనే కొందరికి గుండెపోటు

టిడిపి ఆవిర్భావ సభలో మంత్రి లోకేశ్



టిడిపి ఆవిర్భావ సభలో ప్రసంగిస్తున్న మంత్రి నారా లోకేశ్

విజయవాడ, మార్చి 29 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి: రాజకీయాల్లో రికార్డులు సృష్టించాలన్నా, ఆ రికార్డులు బద్దలు కొట్టాలన్నా ఆది కేవలం ఒక్క తెలుగుదేశం పార్టీతోనే సాధ్యమని టీడీపీ జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి, ఏపీ విద్యాశాఖా మంత్రి నారా లోకేశ్ అన్నారు. మూడు అక్షరాలు తెలుగువారి ఆత్మగౌరవం కోసం తోడగా డ్యాయి. అవి తెలుగు ప్రజల గుండె వప్పుడుగా మారాయి. ఆయనే విశ్వవిఖ్యాత నలుసార్వభౌమ స్వర్ణయ ఎస్. టీ.ఆర్ అన్నారు. కేంద్రప్రభుత్వాలకు శాసించే అవకాశాలు వచ్చినా రాష్ట్ర ప్రయోజనాల మేరకు పని చేశామన్నారు. తెలుగుదేశం పార్టీ జెండా పీకేస్తారని ఎంతో మంది అన్నారు. అలాంటివాళ్లు ఈ రోజు ఆడ్రస్ లేకుండా పోవడం మనం చూస్తున్నాం. క్లెయిమ్ చేసిన

పోలీసు కస్టడీకి వల్లభనేని

విజయవాడ మార్చి 29 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి: కృష్ణా జిల్లాలోని అత్యున్నత భూ కట్టా కేసు లో వైకాం గ్రెస్పాల్ మాజీ ఎమ్మెల్యే వల్లభనేని వంశీని పోలీసులు ఒకరోజు కస్టడీకి తీసుకున్నారు. వైద్య పరీక్షల అనంతరం ఆయన్ను కంకిపాడు పీఎస్ కు తరలించారు. ఈ కేసుకు సంబంధించి ఆయనను పోలీసులు ప్రశ్నిస్తున్నారు. వైకాపా నేత వల్లభనేని వంశీని గన్నవరం కోర్టు శుభ్ర వారం ఒక రోజు పోలీసు కస్టడీకి అనుమతించింది. అత్యున్నత పోలీస్ స్టేషన్ వరదల్లో ఓ భూ వివాదానికి సంబంధించి శ్రీధర్ రెడ్డి అనే వ్యక్తి ఫిర్యాదుతో ఉంగుటూరు పోలీస్ స్టేషన్ లో పంకేపై కేసు నమోదైంది. గన్నవరం తెదేపా కార్యాలయంపై దాడి కేసులో ప్రస్తుతం పంకే విజయవాడ జైలులో రిమాండ్ ఖైదీగా ఉన్నారు.

మరో భారీ ఎన్కౌంటర్ 17 మంది మావోయిస్టులు హతం



మావోయిస్టులనుంచి స్వాగీనం చేసుకొన్న ఆయుధాలు

చర్ల, మార్చి 29 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి: దండకారణ్యంలో (ఆడవి) లో ఆకు రాతే కాలం అన్నలకు కష్టం కాలం ఈ వేసవి నాలుగు నెలల వ్యవధిలో ఉద్యమంలో అనేక అటూర్లును ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుంది. ఇంతటి దారుణ పరిస్థితిలో తలదాచుకోవడం సవాళ్లతో కూడిన అంశం ఇటువంటి క్షిప్ర సమయంలో మావోయిస్టుల ఏరివేత సునాయంగా సాధించడం వచ్చిన కేంద్రం ప్రభుత్వం మరింత దూకుడు ప్రదర్శిస్తుంది. కేంద్రం చీఫ్ సెక్యూరిటీ రాష్ట్ర ఇంటిలిజెన్స్ వర్గాల సూచనలకు అనుగుణంగా భద్రతా బలగాలు అదవులను జర్రెడ పడుతున్నావు. ఈ క్రమంలో వరస ఎన్కౌంటర్లు జరుగుతున్నాయి. చీఫ్ సెక్యూరిటీ రాష్ట్రంలోని

మృతుల్లో ఎన్ జి డీ సి సభ్యుడు జగదీష్ ఇద్దరు జవాన్లకు గాయాలు కొనసాగుతున్న సెర్ట్ ఆపరేషన్

సుక్మా జిల్లా తెరలే పాల్ పోలీస్ స్టేషన్ వరదల్లోని గోగుండ గోండ సమీపంలోని ఉప్పంపల్లి అటవి ప్రాంతంలో మావోయిస్టులే లక్షంగా చేసుకొని 9:00 అవరేషన్ చేపట్టిన భద్రతా బలగాలు నక్కల్ స్థావరం కాలూలు జరిపారు. భద్రతా బలగాలు జరిపిన కాలూలకు మావోలు సైతం ఎదురకాలూలకు దిగారు. ఈ ఎదురు కాలూల్లో 17 మంది మావోయిస్టులు మృతిచెందగా నలుగురు జవాన్లకు గాయాలైయ్యాయి. మృతిచెందిన మావోయిస్టుల్లో 11 మంది మహిళలు ఉండగా 6 గురు పురుషుల ఉన్నారు. **ముగిసిన జగదీష్ ప్రస్థానం:** మృతుల్లో మావోయిస్టు అగ్రనేత >>2

అమరావతిలో ఐకానిక్ బ్రడ్డి నిర్మాణానికి గ్రీన్ సిగ్నల్

సమగ్ర ప్రాజెక్టు నివేదిక సిద్ధం చేసేందుకు టెండర్లు నాణ్యత, ఆర్డర్, మార్చి 29 ప్రభాతవార్త: సాతన తెలుగు సంవత్సరం విశాఖపేట ఉగాది శుభవేళ కూకుమి >>2

త్వరలో వివిధ దర్శనాల వేళల్లో మార్పు!

తిరుమల, మార్చి 29 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి: తిరుమల ఆలయంలో సామాన్యభక్తుల దర్శనాలకు పెద్దపీట వేస్తున్న, సంకల్పస్థిరంగా శ్రీవారి దర్శనం చేయాలని టీడీపీ పాలకపంధి నిర్ణయించింది. ఇందులో భాగంగా ప్రస్తుతం అమలవుతున్న వివిధ శ్రేణి దర్శనాల సమయాన్ని కూడా మార్పుచేసి, మళ్లీ గతంలో అమలైన పాత విధానాన్ని తీసుకురావాలని ఆలోచన చేశారు. ఇప్పుడు ఉదయం వేళ 8 గంటల నుండి మధ్యాహ్నం 12 గంటలవరకు కొన్ని రోజులు, కొన్ని రోజులు ఉదయం 10 గంటల నుండి ఏకంగా మధ్యాహ్నం 1 గంట వరకు కూడా వివిధ శ్రేణి దర్శనాలు అమలవుతున్నాయి. ఈ కారణంగా సామాన్యభక్తులు గంటల తరబడి వైకుంఠం కంపార్టుమెంట్ లో నిరీక్షించడం, క్యూలైన్ లో భారులుతీరడం జరుగుతుంది.

టిడీపీ పాత విధానం అమలుచేశాగా అడుగులు వేసవినలవుల్లో భేక్ దర్శనాలు కుదించు భక్తుల నుండి వస్తున్న విభ్రులతో సామాన్యభక్తులకు మరింత త్వరితగతిన, గంటల తరబడి నిరీక్షణ లేకుండా చూడాలని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబునాయుడు ఆదేశాలతో టీడీపీ పాలకపంధి వివిధ శ్రేణి దర్శనాల సమయాన్ని మార్పు చేయాలని >>2

సభ్యులకు, ఏజెంట్లకు మరియు శ్రేయోభిలాషులకు

కపిల్ చిట్స్

వారి

ఉగాది శుభాకాంక్షలు

Creating Value | Cultivating Trust

45 years

Visit Us: www.kapilchits.com

కపిల్ చిట్స్ మీ కలలకు సాకారం

ఉగాది రుచులు

జీవితమంటేనే కష్టసుఖాల సమ్మేళనం. తీపి, చేదు వగదు, పులుపు.. ఇలా జీవితంలో ఎడరయ్యే వివిధ అనుభవాలకు ప్రతీకగా నిలిచే ఉగాది పచ్చడితో కొత్తసత్ సంవత్సరాన్ని సరికొత్తగా ప్రారంభించడం మనందరికీ ఆలవాటే. మరి ఉగాదిని మరింత ఉత్సాహంగా జరుపుకోవడానికి మీరూ సిద్ధమయ్యారా? ఈ శుభవేళ మనవైన సంప్రదాయ రుచులతో మీ ఇంటిల్లిపాడికి విడు చేయండి.



పళ్ళసుంవాలి. కడాయిలో గనగసాల, జీడిపప్పు, బాదం పప్పులను తక్కువ సెగ మీద వేయించాలి. దోరగా వేగక దించి.. చల్లగాక మెత్తగా పొడి చేయాలి. పిస్తా, కిసీమిసలను నేతిలో వేయించాలి. కొబ్బరి తురుమును ఆర కప్పు సీగ్ల పోసి గ్రెండ్ చేయాలి. ఒక మందపాటి గిన్నెలో కప్పున్నర సీగ్ల, బెల్లం వేసి రెండు నిమిషాలు మరిగించాలి.

ఉగాది పచ్చడి..

కావలసిన పదార్థాలు : కొత్త బియ్యంపిండి- కొద్దిగా, వేపపూత-తగినంత, తురిమిన కొత్త బెల్లం-సరిపడినంత, చిన్న తరగిన మామిడికాయ ముక్కలు కొద్దిగా, సీగ్ల - ఒక లీటరు.

తయారు చేసే విధానం :

బియ్యంపిండిని గింజలు, నార లేకుండా శుభ్రం చేసి కొద్దిసేపు ఓ గిన్నెలో నానబెట్టాలి. ముందుగా వేపపూతను నీటిలో పోసి కడగాలి. మామిడి ముక్కలు, బెల్లం తురుము సిద్ధంగా ఉంచుకోవాలి. ఓ పాత్రలో చల్లబడి నీటిని తీసుకోవాలి. అందులో సిద్ధంగా పుంచుకున్న బియ్యంపిండి రసం, బెల్లంతురుము, మామిడిముక్కలు వేయాలి. తరువాత కొద్దిగా వేపపూత వేయాలి. వడీ పడనట్లుగా విడిచి ఉప్పు వేసి బాగా కలిపితే బెల్లం తురుము కరిగి ఉగాది పచ్చడి తయారువుతుంది. తాగే సమయంలో ఒకప్పుడు పుట్టాలపప్పు వేసుకుంటారు. మరికొంతమంది వెరకుముక్కలు, కొబ్బరి పొడి, పండుముక్కలు కలుపుకుంటారు.



చేసిన కొబ్బరి వేసి.. కలియ తిప్పాలి. ఇంకో రెండు నిమిషాలు సన్న సెగ మీద ఉంచి, దించేస్తే సరిపోతుంది. గరంగరంగా గనగసాల పాయసం తిని ఆనందించడమే తరువాయి.

బొబ్బట్లు

కావలసిన పదార్థాలు : మైదా-అరకిలో, పచ్చి సోసగపప్పు- పావు కిలో, బెల్లం-పావు కిలో,



యాలకుల పొడి-కొద్దిగా, నెయ్యి - సరిపడినంత.

తయారు చేసే విధానం :

మైదాపిండి జల్లించి పెట్టుకోవాలి. మైదా పిండిలో సరి పడినన్ని సీగ్ల పోసి ముద్దగా కలిపి పక్కన పెట్టుకోవాలి. ఒక పాత్రలో సెనగపప్పును వేసి మెత్తగా ఉడికించుకోవాలి. పప్పు ఉడికిన తర్వాత మిగిలిన నీటిని పూర్తిగా పంపేయాలి. ఈ పప్పులో బెల్లం తరుము, యాలకుల పొడి వేసి బాగా కలపాలి. కలపిన తర్వాత చిన్న చిన్న ఉండలుగా తీసుకొని రేడి చేసి పెట్టు కున్న సెనగపప్పు ముద్దని మధ్యలో పెట్టి మట్టి ఉండలుగా చేసి కాస్త మందంగా చపాతీలా చేసి పెనంపై నెయ్యి వేసి కల్పాలి.

మామిడి బజ్జీలు

కావల్సినవి : బియ్యంపిండి- కప్పు, శెనగపిండి-ముప్పావు కప్పు, మామిడికాయ తురుము- అరకప్పు, ఉల్లిపాయలు-అరకప్పు, ఉల్లికాడలు-అరకప్పు, కొత్తిమీర-పావు కప్పు, చాల్ మసాలా-అర టీస్పూను, కరివేపాకు-టేముల్సూను, పుడినా-టేముల్ సూను, అల్లం-అంగుళం ముక్క, వెల్లుల్లి-రెండు రెబ్బలు, జీలకర్ర పొడి- అర టీస్పూను, పచ్చిమిర్చి-ఒకటి బేకింగ్ సోడా-చిటికెడు, వామ-పావు టీస్పూను, నూనె-డిమ్మెక్రెకి సరిపడా, ఉప్పు తగినంత,

తయారు : ముందుగా అల్లం, వెల్లుల్లిని మెత్తని పేస్ట్లా చేసుకొని పెట్టుకోవాలి. అన్ని మిగిలిన పదార్థాలనిసనంటిని ఒక తోటలో వేసి సీగ్ల పోస్తూ బజ్జీలు పిండిలా జారుడుగా తురుము- అరకప్పు, ఉల్లిపాయలు-అరకప్పు, ఉల్లికాడలు-అరకప్పు, కొత్తిమీర-పావు కప్పు, చాల్ మసాలా-అర టీస్పూను, కరివేపాకు-టేముల్సూను, పుడినా-టేముల్ సూను, అల్లం-అంగుళం ముక్క, వెల్లుల్లి-రెండు రెబ్బలు, జీలకర్ర పొడి- అర టీస్పూను, పచ్చిమిర్చి-ఒకటి బేకింగ్ సోడా-చిటికెడు, వామ-పావు టీస్పూను, నూనె-డిమ్మెక్రెకి సరిపడా, ఉప్పు తగినంత, తయారు : ముందుగా అల్లం, వెల్లుల్లిని మెత్తని పేస్ట్లా చేసుకొని పెట్టుకోవాలి.

అన్ని మిగిలిన పదార్థాలనిసనంటిని ఒక తోటలో వేసి సీగ్ల పోస్తూ బజ్జీలు పిండిలా జారుడుగా



కలుపుకోవాలి. ఆ తర్వాత నూనె వేడి చేసి ఈ మిశ్రమాన్ని మనకు నచ్చిన సైజులో బజ్జీలా వేయకొని వేయించుకోవాలి. బంగారం రంగు వచ్చిన తర్వాత దిండి నర్వేస్తే సరి.

గనగసాల పాయసం

కావలసినవి : గనగసాల-3 టేబుల్ స్పూన్లు, బియ్యం-అర కప్పు, జీడిపప్పు, బాదం-పావు కప్పు, బెల్లం-ముప్పావు కప్పు, యాలకుల పొడి-పావు చెంపా, కొవ్వరి తురుము-కప్పు, నెయ్యి-2 చెంపాలు, పిస్తా-12, కిసీమిస-2 టేబుల్ స్పూన్లు.

తయారు :

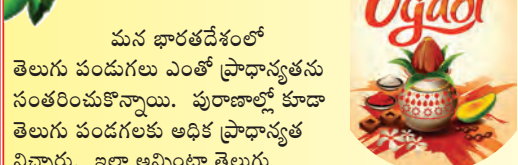
అన్నం వండి చల్లనాన్ని అందించడమే కాదు.. ముఖంపై ఏర్పడిన మొటిమలు, ముప్పలను తగ్గించడంలోనూ కలబందను మించిన ఔషధం మరొకటి లేదని చెప్పవచ్చు. అందుకే దీన్ని వివిధ రకాల సౌందర్య ఉత్పత్తుల తయారీలో ఉపయోగిస్తారు. ఈ

వర్షానికి కలబందతో పాలు ఇంట్లో లభించే కొన్ని పదార్థాలను కలిపి ఫేస్ ప్యాక్ ఎలా తయారు చేసుకోవాలో చూద్దాం.. కావాల్సినవి: కలబంద గుజ్జు -మూడు టేబుల్ స్పూన్లు పసుపు- రెండు టేబుల్ స్పూన్లు, 'రోజ్ వాటర్'- రెండు టేబుల్ స్పూన్లు

మొటిమల్ని తగ్గించే 'కలబంద' ప్యాక్



శనగపిండి - టేబుల్ స్పూన్ ప్యాక్ తయారీ: కలబంద గుజ్జు, పసుపు, రోజ్ వాటర్... ఈ మూడింటినీ గ్రెండ్లో చేసి మిక్సీ పట్టుకోవాలి. అన్ని ఇందులో శనగపిండి వేసి మరోసారి మిక్సీ పట్టుకోవాలి. అవసరమైతే ఇందులో ఇంకాస్త రోజా వాటర్ లేదంటే శనగపిండి వేసుకొని పేస్ట్ చేసుకోవాలి. 20 నిమిషాల్లో ఉంచి.. అపై గోరువెచ్చటి సీగ్లతో శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఇలా చేయడం వల్ల మొటిమల సమస్యను ఇట్టే తగ్గించు కోవచ్చు అన్నాడు నిపుణులు.



మన భారతదేశంలో తెలుగు పండుగలు ఎంతో ప్రాధాన్యతను సంతరించుకొన్నాయి. పురాణాల్లో కూడా తెలుగు పండుగలకు ఆధిక ప్రాధాన్యత నిచ్చారు. ఇలా అన్నింటా తెలుగు పండుగలకు పెద్దపీట వేశారనే చెప్పాలి. పండుగ వచ్చేదంటే లోగిళ్ళన్నీ మామిడి తోరణాలతో, రంగమబ్బలతో, పసుపు కుంకుమలతో కళకళలాడుతూ ఊరంతా దేదీప్యమానంగా వెలిగిపోతుంటుంది.

కొత్త అల్లుళ్ళతో, కొత్త కోడళ్ళతో ఊరు వాడ నందదే నందది. చిన్నారులతో, బోసినప్పల బామ్మతాతయ్యలతో ఇల్లంతా నవ్వులుపువ్వులు విరబూస్తాయి. ఇంతటి ప్రాధాన్యతను సంతరించుకున్న పండుగలో ఉగాదిని మనమంతా ఎంతో ఇష్టమైన పండుగగా జరుపుకుంటాము. ఉగాది అనగానే మొదటగా మనకి గుర్తు వచ్చేది తెలుగు నూతన సంవత్సరం, ఉగాది పచ్చడి. మన తెలుగు కొత్త సంవత్సరం పేరు "విశ్వావసు" నామ సంవత్సరం. విశ్వావసు నామ సంవత్సరము అంటే 'విశ్వ ఆ పసు' అంటే స్థిరత్వము, పోషకాలు, కరువు కాటకాలు లేకపోవడం. ఇవన్నీ కూడా అంటే ప్రతికూటాలు ఏమీ లేకుండా ఈ సంవత్సరం అనుకూలంగానే ఉంటుంది అందరికీ. ఈ సంవత్సరంలో భూమి తన శక్తిని పుంజుకుంటుంది.

మలయాళీలు :విష్ణు అని, సిక్కులు 'వైశా' అని, బెంగాలీలు 'హాయిలాబాయి శాఖ' గాను, అస్సాంలోని 'బిహూ' అని, కేరళలో 'కొల్లవర్షం' అని జరుపు కుంటారు. అలాగే చైత్ర శుద్ధ పాడ్యమిరోజే కలి యుగం ప్రారంభమైంది. రాజుల సంహారం తర్వాత నీతాలక్ష్మణ సమేతుడైన శ్రీ రామచంద్రుడయ్యాడట అయితే తిరుగు ప్రయాణమైంది ఈరోజే. శక పురుషుడైన



వైద్య వరంగా వ్యాధి నిరోధక శక్తిని ఇస్తుంది. ఇక పోతే ఉగాది పచ్చడి తినిపెట్టుకుంటే పటిష్టతను సంతరించుకొంటాము. పురాణాల్లో కూడా తెలుగు పండుగలకు ఆధిక ప్రాధాన్యత నిచ్చారు. ఇలా అన్నింటా తెలుగు పండుగలకు పెద్దపీట వేశారనే చెప్పాలి. పండుగ వచ్చేదంటే లోగిళ్ళన్నీ మామిడి తోరణాలతో, రంగమబ్బలతో, పసుపు కుంకుమలతో కళకళలాడుతూ ఊరంతా దేదీప్యమానంగా వెలిగిపోతుంటుంది.

సరికొత్త శోభతో

'శ్రీవిశ్వావసు' నామ ఉగాది

శాలివాహనుడు పట్టాభిషేకం చేసుకుంది, శాలివాహన శకం మొదలైంది ఉగాది రోజే. ఉగాది రోజున మనం ఏం చేస్తాము అంటే ఇల్లు శుభ్రం చేసుకుని నువ్వుల నూనెను తలకు రాసుకొని తలంటు పోసుకుంటాం. నూతన వస్త్రాలు

పెద్దలు చెబుతారు. మధు మాసంలో వచ్చే సోక బాధలను మన దగ్గరకు రాకుండా చేయడానికి, బాధలు లేకుండా చూడాలని దేవుని కోరడమే ఈ శోభక ఆర్ధం. ఈరోజు పంచాంగ శ్రవణం కూడా ముఖ్యం. ఇది వేద కాలం నుండి ఆనవాయితీగా వస్తున్న ఆచారం. మనకు 15 తిథులు, ఏడు వారాలు, 25 నక్షత్రాలు, 27 యోగాలు, 11 కరణాలు ఉన్నాయి. వీటన్నింటి గురించి పంచాంగం వివరిస్తుంది. వీటితోపాటు నవగ్రహాల సంచారం, వివాహాది శుభకార్యాల సమూహాలు, ధరణులు, వర్షాలు, వాణిజ్యం... ఇలా ప్రజలకు అవసరమైన వాటికి అధిపతి ఎవరు, అందువల్ల కలిగే రాజ్యసమృద్ధి ఏమిటి అన్న విషయాలతో పాటు వేద శాస్త్ర నిబంధనలను సాధించాలి అంటుంది. ఇది వేద కాలం నుండి ఆనవాయితీగా ప్రస్తావిస్తారు. ఇలా ఈ ఐదు అంశాలను ప్రతినిత్యం అనుభవించు ఏ పని చేసినా మంచిగా చేయాలి, మంచి ఫలితాలను సాధించాలి, అందరికీ మంచిని పంచాలి ఇదే పంచాంగంలోని పరమార్ధం. ఇక



దారిస్తాము. గుమ్మాలకు మామిడి తోరణాలు కడతాము. ఇష్ట దైవాన్ని ప్రార్థించాలి. ఈ ఆచారాల వెనుక ఉన్న ఆంతర్యాలు ఏమిటో చూడండి పర్యటిస్తూ తెలుగు లక్ష్మీదేవి, నీటిలో గంగాదేవి నివాసం ఉంటారు. అందుకని పండగ రోజు తలకి నూనె రాసుకుని తలస్నానం చేస్తే లక్ష్మి, గంగా మాతల అనుగ్రహం నమస్కరిస్తా లభిస్తాయి. ఇక ఉగాది విధానాన్ని తెలిపేది ఉగాది పచ్చడి. జీవితంలో జరిగే వివిధ అనుభవాలకు ప్రతీక. జీవితం అన్న అనుభవాలు కలిగినదైతే ఆర్ధవంతం అని చెప్పే భావం ఇమిడి ఉంది. పచ్చడిలో ఉండే ఒక్కో పదార్ధం ఒక్కో అనుభవానికి ప్రతీక. బెల్లం తీపి, ఆనందానికి సంతకం. ఉప్పు జీవితంలో ఉత్సాహం, రుచికి సంతకం. వేప పువ్వు చేదు, బాధ కలిగించే అనుభవాలకి సంతకం. చింతపండు పులుపు, నేర్చుగా వ్యవహరించవలసిన పరిస్థితులు. పచ్చిమామిడి ముక్కలు వగరు కొత్త సవాళ్ళు. కాకం సహనం కోల్పోయేట్లు చేసే పరిస్థితులు. ఇలా ఇది

ప్రకృతి పరంగా చూస్తే మోడువారిం చెట్టు చిగురిస్తూ పూలు పరిమళాలతో గుఱాణిస్తూ పుడమి తల్లిని పులకించేసే వసంత బుతువు కూడా చైత్ర శుద్ధ పాడ్యము నుండే మొదలవుతుంది. అలాగే ఉగాదిలో వేసవికాలం మొదలవుతుంది కాబట్టి వేసవిలో నూరుదే నుండి వెలువడే ఆధిక ఉష్ణోగ్రత వేడిని తట్టుకోవడా నికి పాననం లాంటి ప్రవచనాలు అవసరాన్ని ఇది గుర్తు చేస్తుంది. పెనరపప్పు ఇది శరీరానికి చల్లదనాన్ని ఇచ్చి వేసవి తాపం నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. ఇంతటి విశిష్ట కలిగిన ఈ "విశ్వావసు" ఉగాది నామ సంవత్సరం సర్వ జనులకు అయురారోగ్యాలు, ఆరోగ్యాలు, జీవితాన్ని కలిగించి సంపదలు, సుఖమును జీవనాన్ని అందించి జనమిత్రులకు బంగారు బాటలు వేసే శక్తి గలదిగా ఉండాలని కోరుకుంటా.. మిల్లలందరికీ శ్రీ విశ్వావసు నామ ఉగాది పర్యటన శుభాకాంక్షలు, జేజీలు, వందనాలు.

- పింగళ భాగ్యలక్ష్మి

పండగంటేనే

పప్పుపప్పు తోరణాలు- రంగురంగుల పూలతో అలంకరించిన గుమ్మాయి..

రంగవల్లికలతో తీర్చిదిద్దిన ముంగిళ్ళ.. ఇలా ప్రతి ఇల్లా ఓ సరికొత్త కళకు సంతరించు కుంటుంది.

అలాంటి కొత్త సంవత్సరాది ఉగాది అంటే ఇంటి అలంకరణలో మరింత శ్రద్ధ వహిస్తుంటాం. ఆప్పుడు పండగ శోభ రెట్టింపువుతుంది.

ఈ సంతోషం ఏదాడంతా మనతోనే ఉంటుంది. మరి శ్రీ విశ్వావసు సంవత్సర ఉగాదికి ఇంటిని అలా ముస్తాబు చేసుకోవాలో చూద్దాం.

పచ్చటి తోరణాలు-ముచ్చటైన ముగింపు..

పండగైనా, శుభకార్యమైనా, ఉదయాన్నే ఇంటి ముంగిళ్ళో ముచ్చటైన ముగింపు తీర్చిదిద్దడం మన సంప్రదాయం, అలాగే ఉగాది రోజునా ఇంటి ముంగిళ్ళో రంగులు, పూలతో ముగింపు తీర్చిదిద్దితే ఇంటికి సంగం పండగ కళ పచ్చేసినట్లే. ఇక ముగ్గు త్వరగా వేయడానికి మీలుగా ప్రస్తుతం వివిధ డిజైన్లలో రూపొందించిన రంగులీ స్టెన్లీల్స్ మార్కెట్లో దొరుకుతున్నాయి. ఇక పండగ రోజున ఉదయాన్నే లేచి, తలస్నానంచేసి, కొత్త బట్టలు ధరించి.. ఇంటి గుమ్మాలకు పండగ పచ్చటి మామిడాకు తోరణాలు కట్టాలి. తద్వారా ఈ పచ్చటి

ఇంటికి 'పండగ' శోభ !



అకుల్లాగే మన సంసారం ఎప్పుడూ పచ్చగా, సుఖసంతోషాలతో, ఆయురారోగసయలతో, ధనధాన్యాలతో తలతూగు తుంది చాలామంది నమ్ముతారు! ఇక మామిడాకులతో పాటు పూల దండల్ని కూడా గుమ్మాలకు వేలాడదీయచ్చు. ఇక రాత్రి పూలు పండగ శోభ ఉట్టవడేలా ఫ్లోరసెంట్ లైట్లతో ఇంటి ముంగిలిని అలంకరించచ్చు.

పూజాకి ముస్తాబు ఇలా..

ప్రతి పండగ్ల పూజగదికి చేసే అలంకరణే ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలుస్తుంటుంది. ఉగాది రోజున కూడా దీన్ని కొనసాగిస్తుంటాం. ఉదయాన్నే చక్కగా తల స్నానం చేసిన తర్వాత పూజ గదిని శుభ్రం చేసి ముగ్గులు వేయాలి. అపై దేవుడి విగ్రహాలను శుభ్రం చేసి.. పసుపు, కుంకుమ, పూలతో అలంకరించాలి. ఆనంతరం గది గుమ్మాలకి పచ్చటి మామిడాకులు కట్టి, పూలదండలతో అలంకరించాలి. ఇందులోనూ కాస్త

వైవిధ్యం

కోరుకునే వారు పూలు, మామిడాకులు కలిపి సరికొత్తగా లభిస్తున్న తోరణాలను ఇంటి గుమ్మాలకి, పూజ గది గుమ్మాలకి వేలాడదీస్తే పండగ శోభ ఉట్టిపడుతుంది. రాత్రిపూట శోభా యమానంగా కనిపించడానికి, చిన్న చిన్న ప్లెటోలను కూడా మందిరానికి ఆమర్చవచ్చు. అలాగే గుమ్మాలకు టెరాకోటాలో రూపొందించిన దోరే హ్యాంగింగ్స్ ని కూడా వేలాడదీయచ్చు. ఇక సాధారణంగా పూజగదిలో రోజూ ఇట్టిది సామగ్రిని ఉపయోగించడం మనకు అలవాటు! అయితే ఈ పండగ రోజున మీకు వీలుంటే వీటికి బదులుగా వెండి, రాగి వంటి వస్తువుల్ని వాడచ్చు. ఇక పూజ పూర్తయ్యాక నైవేద్యాల కోసం రాగి, చెక్కతో తయారుచేసిన ప్లేట్స్/ బౌల్స్ వంటివి ఎంచుకుంటే వింటేజ్ లుకని తీసుకురావచ్చు.

పూలతో కొత్త లుక్కూ..

అలంకరణలో పాటు ఆవర్ణం కోసం ఇప్పుడు చాలామంది ఇండోర్ ప్లాంట్స్ ని పెంచుకోవడం కావచ్చును. అలాగే కొంతమంది బయటదోరే ఫలవర్షిణిని ఇంట్లో అలంకరించుకుంటారు. అయితే ఈ పండగ సందర్భంగా వీలవితే ఉండే ప్లాస్టిక్ పూలును తొలగించి.. వామంతి, బంతి.. వంటి నిజమైన పూలను ఆమర్చుకోవచ్చు. అంతేకాదు బయట దోరే బ్లమ్స్ ప్లంట్స్ ని మధ్యమధ్యలో చేర్చుకుంటే మరింత ఆకర్షణీయంగా ఉంటుంది. ఇక ఇంటి ముంగిట ఏర్పాటు చేసే పాత్రలోనూ సీగ్ల మార్చి రంగురంగుల పూలతో అలంకరిస్తే ఇంటికోస్తే ఆతిథులకు స్వాగతం పలికిపోట్లుగా ఉంటుంది. □



మన ఉగాది ముచ్చట్లు

ఉగాది ఆగమనం తెలుగుకళ్ళకు సంతోషం తెలుగువారి తొలిపండగం తెలుగుజాతి పెద్దపేడక

చైత్రమాసం ఆరంభం వసంతకాలం ప్రారంభం బుతువు మార్చు కొత్త సంవత్సరం మొదలు

మల్లె గుఱాణింపులు కోలలకు కూకూకుపూలు పంచాంగ శ్రవణాలు, షడ్రుమల ఆరగింపులు కవితల సమ్మేళనాలు కవులకు సన్మానాలు శుభాకాంక్షలు చెప్పటాలు, కలసి యుగాదిసంబరాలు

కొత్తబట్టల దరించటం గడవలకు తోరణాకట్టలకు కొత్తకట్ట కొడకానికిరావటం సలిపిందివందరాలు ఉగాది సంప్రదాయం

గుళ్ళల్లో పూలు దేవుళ్ళ ఊరేగింపులు భాషాభివృద్ధి భజనలు

కోలాటకోలాటాలు మధుమాసమాధ్యాయులు శివ్యావసు ఉగాదికి ఆహ్వానం చేలకుదాం నూతన సంవత్సరాన్ని ఆనందంగా గడుపుకుదాం

- గుండ్రపల్లి రాజేంద్రప్రసాద్

ఉగాది ఉషోదయం

తెలుగుదనం నిడుంగా వెలుగొందిన తెలుగువారి తొలి పండగ ఉగాది

శ్రీ విశ్వావసు నామ సంవత్సరం కొత్త ఆశలకు కొంగ్రత్త కాంక్షలకు మధుర ఊపాలకు సుమధుర భావాలకు తీయని అనుభవాలకు నాంది

నవ జీవనానికి పునాది ఈ శుభ మూహూర్తమే ఉగాది

వసంతాన్ని ఆహ్వానిస్తూ మామిడి నవ్వుతోంది కొత్త చిగుళ్ళతో కోయలు పాడుతోంది కమ్మని రాగాలతో షడ్రుమల కమ్మదనం కష్ట జీవులకు శుభదినం శ్రావ్యమైన పంచాంగ శ్రవణం ఉగాది పండుగ చిహ్నాలు ఉగాది ఉషోదయం తెలుగునాట శుభదయం

- కాయల నాగేంద్ర

పండగ పని తేలిక !



బయటకు పోయేలా. అలా చేసేటప్పుడు నూనె మీదికి చిందినా చిందిచ్చు. అలా జలగతుడైనా ఉండాలంటే.. ఈ ప్రెస్సర్ మధ్యలో ఉంచి పైనున్న పిడితో ఒత్తితే బిల్లులు నుంచి నూనెండా బయటకు పోతుంది. బిల్లులు పచ్చడే కన్నలు, కళ్ళకాయలు చేయడానికి చెక్కలు, కళ్ళకాయల మేకర్లు, గులాబీ గుత్తులు కూడా ఎక్కువ వెతకాల్సిన అవసరం లేకుండా ఆన్లైన్లో దొరుకుతున్నాయి. □

తెలుసుకుందాం.

లోనట. ♦ సెన్స్ విభాగంలో భార తీయ మహిళలు ఉపయోగించు శిఖరాలను అధిరోపించారు. తింగ వివక్ష పరిమితి అవకాశాలు.. వీటి మధ్యనే తమ కలల్ని నిజం చేసుకుంటున్నారట. □

