

2 రాష్ట్రం

ఇసికి చేరిన తీర్మానం

» అందించారు.
పేరు మార్పునకు ఆమోదం తెలపాలని టీఆర్ఎస్ బృందం ఈసీ విజ్ఞప్తి చేసింది. తెలంగాణ రాష్ట్ర సమితి పేరు మార్పు ప్రక్రియను ఆ పార్టీ నేతలు ప్రారంభించారు. బుధవారంనాడు శైలంగాణ భవన్‌లో పార్టీ చేసిన తీర్మానం కావేని తీసుకొని ఢిల్లీలోని కేంద్ర ఎన్నిక సంఘాన్ని కలిశారు. టీఆర్ఎస్‌ను భారత్ రాష్ట్ర సమితి- బీఆర్ఎస్‌గా మారుస్తూ చేసిన తీర్మానం కావేని ఈసీ అధికారులకు అందజేశారు. పేరు మార్పునకు ఆమోదం తెలపాలని విన్‌దించుతూ బృందం ఈసీ అధికారులకు విజ్ఞప్తి చేసింది. ఇందుకు ఎన్నికల సంఘం అధికారులు ఆమోదం తెలిపిే... అధికారికంగా టీఆర్ఎస్... బీఆర్ఎస్ పార్టీగా మారుతుంది. విన్‌దించుమార్ మీడియాతో మాట్లాడుతూ చట్ట ప్రకారం పీపుల్స్ రిపబ్లెంబ్‌న్ యూక్ సెక్షన్ 29ఏ(9)లో స్పష్టంగా ఉంది. ఏ రాజీకరు పార్టీ అయినా ఆ పార్టీ పేరును,చిరునామాను మార్చితే వెంటనే ఎలక్షన్ కమిషన్‌కు తెలియజేయాల్సి ఉంటుందని,అందుకే సమయం వృథా కాకుండా మేము వెంటనే... బుధవారం తీసుకున్న తీర్మానం పత్రాన్ని గురువారం ఈసీకి ఇవ్వడం జరిగిందన్నారు. మిగతా విషయాలు ఎలక్షన్ నిబంధనలు అనుసరించి ఉండబోతున్నాయున్నారు. కాగా,బీఆర్ఎస్ పేరుతో మూడు పార్టీలు రిజిస్టర్ అయి ఉన్నట్లుగా సమాచారంపై ఆయన స్పందిస్తూ పూర్తి పేర్లు వేరు,వాటి అభివేషన్న వేరని, పార్టీ పూర్తి పేరుకే ప్రాధాన్యత ఇస్తారని చెప్పారు. ఈసీకి సమాచారం ఇవ్వడం వరకే మాపని, పార్టీ పేరు మార్పునకు ఈసీ ఆనుమతి ఇచ్చే విషయంపై పరిశీలన జరుగుతుందన్నారు. కొత్త పార్టీ విధి విధానాలపై పార్టీ అధినేత ముఖ్యమంత్రి కల్వకుంట్ల చంద్రశేఖరరావు మీడియా సమావేశం నిర్వంచి చెబుతారని ఆయన ఒక ప్రశ్నకు సమాధానంగా చెప్పారు.బీఆర్ఎస్ ఎన్నికల గుర్తు కారు పార్టీ జెండా రంగు గులాబీలను యధాశ్ఛంగా ఉటాయని, కొత్తగా పార్టీ రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకోవాల్సి ఆవసరం ఉండదని చెప్పారు. ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో టీఆర్ఎస్ గుర్తింపు పొందిన పార్టీఅని, కేంద్రఎన్నికల కమిషన్ చట్టం ప్రకారం కేవలం పేరు మాత్రమే మార్పున్నామన్నారు. కొత్తగా ఎన్నికల కమిషన్‌లో రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకొవాల్సిన అవసరం లేదని, పార్టీ పేరు మార్పునకు ఆయా పార్టీలకు హక్కు ఉంటుందని పేర్కొన్నారు. ఇదే విషయాన్ని కేంద్ర ఎన్నికల కమిషన్ చట్టంలోని సెక్షన్ 29 ఏ ప్రజాప్రాతినిధ్యం చట్టం చెబుతోందని విన్‌ద తెలిపారు. ఇక నుంచి జాతీయ స్థాయిలో పార్టీ అధికారికంగా విస్తృత స్థాయిలో పార్టీ కార్యా కలాపాలు నిర్వహిస్తుందని విన్‌దే వివరించారు.
అలాంటికి ఉద్యమ పార్టీగా ఆవిర్భవించి, ప్రజా ఉద్యమాల ద్వారా తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని సాధించుకుని,ప్రజల ఆశీర్వాదంతో సింఘా కెసిఆర్ బాధ్యతలను చేపట్టి తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని దేశంలోనే అగ్ర స్థానంలో నిలిపారని, రాష్ట్రఆభివృద్ధి సంక్షేమకార్యక్రమాలను కేంద్ర ప్రభుత్వం,సీఐ ఆయోగ్,కేంద్ర మంత్రులు అభినందించిన విషయాన్ని విన్‌దించుమార్ గుర్తు చేశారు.
తెలంగాణ రాష్ట్రం సాధించిన అనేక రంగాల్లో విజయాలు సాధించినట్లుగానే దేశాన్ని కూడా అదే మార్గంలోకి తీసుకెళ్లేందుకు సింం కెసిఆర్ ప్రజాశిశా బద్ధంగా ముందుకు సాగున్నారని విన్‌దించుమార్ తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా టీఆర్ఎస్ పార్టీ కార్యాలయ కార్యదర్శి ప్రొఫెసర్ ఎం.శ్రీనివాసరెడ్డి కూడా ఉన్నారు.

ఫాటోలు ఆపండి.. లేకుంటే వెళ్లిపోతా!

అలయ్ బలయ్‌లో గరికపాటి, చిరంజీవి సరదా సన్నివేశం..

హైదరాబాద్,అక్టోబరు 6 ప్రభాతవార్త: దసరా వేడుకల్లో భాగంగా హర్యానా గవర్నర్ బండారు దత్తాత్రేయ కుమార్తె విజయలక్ష్మీ గురువారం నాంపల్లి ఎగ్జిబిషన్ గ్రౌండ్‌లో ఏర్పాటు చేసిన అలయ్ బలయ్‌కు టాటిఫైడ్ మోగిస్తూ చిరంజీవితో పాటు రాజీవ్‌లు, ఇతర రంగాలకు చెందిన ప్రముఖులు పెద్ద సంఖ్యలో హాజరయ్యారు. వీరిలో ప్రవచనకర్త గరికపాటి నరసింహారావు కూడా ఉన్నారు. కార్యక్రమంలో భాగంగా చిరంజీవిపై గరికపాటి ఆసహనం వ్యక్తం చేశారు. చిరంజీవి కంటే ముందుగానే ఈ కార్యక్రమానికి వచ్చిన గరికపాటి నరసింహారావు ప్రసంగం మొలుల పెట్టిన సమయంలో..చిరంజీవితో అభిమానులు సెల్ఫీలు దిగుతున్నారు. అయితే చిరంజీవి సెల్ఫీలు అకితేనే తాను ప్రసంగిస్తానని..లేకుంటే ప్రసంగం ఆపేసి...జెట్టిపోతానంటూ గరికపాటి నరసింహారావు హెచ్చరించారు. ఈ మాట విన్నంతనే చిరంజీవి సెల్ఫీలు ఆపి ఆక్రమి నుంచి వచ్చి తనకు కేటాయించిన సీట్లో కూర్చున్నారు. ఆ తర్వాత గరికపాటి తన ప్రసంగాన్ని కొనసాగించారు. అనంతరం గరికపాటి వద్దకు వెళ్లిన చిరంజీవి..ఫోటో సెషన్‌పై వివరణ ఇచ్చారు. గరికపాటి ప్రవచనాలంటే తనకూ ఇష్టమేనని తెలిపారు. అనంతరం గరికపాటి బాగద్రలలో ముంతెైన చిరంజీవి..భవిష్యత్తులో అవకాశం ఉంటే మిమ్మల్ని మాఇంటికి ఆహ్వానించుకుంటాను అని గరికపాటితో అన్నారు. దీంతో గరికపాటి కూడా ఆ ఘటనను పశ్చాత్తపిస్తే చిరుతో మాటలు సాగించారు.

అలయ్ బలాయ్ నాపావ్.. దత్తాత్రేయకు మోడి ప్రసంగం

అలయ్ బలాయ్‌తో మనషుల మధ్య పాపాలు బలోపేతమవుతాయని ప్రధాని మోడి అన్నారు. గవర్నర్ బండారు దత్తాత్రేయ నిర్వహించిన అలయ బరాయి కార్యక్రమంపై మోడి ప్రసంగలు కురిపించారు. ఈ మేరకు ఆయన దత్తాత్రేయకు లేఖ రాశారు. ఈ సందర్భంగా బతుకమ్మ, దసరా పండుగలను పుడసర్పించుకొని రాష్ట్ర ప్రజలకు మోడి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. పండుగ పూట అన్ని సామాజిక వర్గాల ప్రజలను ఏకం చేసేందుకు ఇలాంటి కార్యక్రమాన్ని చేపట్టడం గొప్ప విషయమని మోడి లేఖలో పేర్కొన్నారు. అన్ని వర్గాల ప్రజలు అన్ని జట్లకే పండుగలను జరుపుకునే సాంప్రదాయం భారత్‌లో ఉందన్న మోడి..తెలంగాణ సంస్కృతిలో అకాలయ బరాయి ఒకటి కావడం విశేషం అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో కళాకారులు ప్రదర్శించిన కళారూపాలు ఆకట్టుకునేలా ఉన్నాయని ప్రధాని కొనియాడారు.



గురువారం హైదరాబాద్‌లో అలయ్ బలయ్‌లో మాట్లాడుతున్న చిరంజీవి.

చిత్రంలో హర్యానా గవర్నర్ దత్తాత్రేయ, డాక్టర్ లక్ష్మణ్, డాక్టర్ గిరీష్ కుమార్ సంఘ్ తదితరులు

మనసులు కలిపే అలయ్ బలయ్

» కుమార్తె బండారు విజయలక్ష్మి కీలకవ్యాఖ్యలు చేశారు.
గురువారం ఎగ్జిబిషన్ మైదానంలో జరిగిన అలయ్‌బలయ్ ఫౌండేర్ ఛైర్‌పర్సన్‌గా వ్యవహరిస్తున్నారు.ఈసందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ రాజకీయాల్లో తనకు ఓజిపి అధిష్ఠానం అవకాశం కల్పింే అలంగపై తుది నిర్ణయం ఓజిపివేసినావు..ప్రతిసారిలాగే ఈ సందత్వం కూడా తెలంగాణ సంస్కృతిని అందరికీ గుర్తు చేసేందుకు అలయ్‌బలయ్ కార్యక్రమాన్నినిర్వహించామన్నారు.ఈసారి హర్యానా,పంజాబ్, తెలం గాణ రాష్ట్రాలకు చెందిన కళాకారులతో సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు నిర్వాహించారు. రాజకీయాలకు అతీతంగా వివిధ పార్టీల నేతలు,వివిధ రంగాల ప్రముఖులు కార్య క్రమంలో పాల్గొన్నారు.

చిరంజీవిపై ఆహాననం వ్యక్తం చేసిన గరికపాటి....

అయేయ్,బలయ్ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న చిరంజీవి ప్రసంగం పూర్తైన తరువాత గరికపాటిని చూసి తాను గరికపాటి ప్రవచనాలు ఎంతో ఇష్టమన్నారు.అందుకు గరికపాటి చిరంజీవి వద్దకు వచ్చి అభినందించారు.అటు,తరువాత గరికపాటి ప్రసంగిస్తున్న సమయంలో కొంతమంది అభిమానులు చిరంజీవితో సెల్ఫీలు దిగుతున్నారు.దీంతో గరికపాటి ప్రసంగాన్ని నిలిపి చిరంజీవి సెల్ఫీలు నిలిపివేయమనే తాను ప్రసంగాన్ని నిలిపి అలయ్‌బలయ్



ప్రముఖ

ప్రవచనకర్త

గరికపాటికి

అభివాదం

చేస్తున్న

మోగిస్తూ

చిరంజీవి

SINGAM KUIL RED WEDNESDAY	ROSA DEER PEARL WEDNESDAY	SINGAM KUIL VIOLET THURSDAY	ROSA DEER PLATINUM THURSDAY
DrawDate on:05/10/22	DrawDate on:05/10/22	DrawDate on:06/10/22	DrawDate on:06/10/22
DAY - SINGAM SERIES Dr.No:155	DAY - ROSA SERIES Dr.No:155	DAY - SINGAM SERIES Dr.No:155	DAY - ROSA SERIES Dr.No:155
1st Prize Rs.100000/- 439927	1st Prize Rs.100000/- 938281	1st Prize Rs.100000/- 174152	1st Prize Rs.100000/- 552134
2nd Prize Rs.7000/- 85786	2nd Prize Rs.7000/- 61167	2nd Prize Rs.7000/- 58824	2nd Prize Rs.7000/- 11791
3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-
04807 09424 33575 35745 37189	06223 08722 14008 14059 38565	01293 10258 10582 14328 14677	01993 06933 27491 35584 37002
52531 54322 56445 83634 87366	44725 55605 56824 58257 58549	16201 28671 38679 41990 60922	49180 52757 59181 71661 75217
4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-
2779 2819 4401 4565 5401 6054 7941	1149 3443 4368 4559 4604 4860 4923	0064 0860 0900 2047 2117 2826 2982	0125 0438 0661 1551 1893 2182 3529
8363 6285 9348	56195 58996 81504 86797 90075	3266 5839 7868	6985 7873 8375
5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-
0185 1099 2372 2472 4839 5247 5439	0059 0895 3405 5206 5224 5902 6671	0834 1355 1965 2539 4402 8153 8172	0637 1073 1624 1676 3340 3429 5288
7300 7355 8498	8067 9217 9358	8246 9206 9855	7334 7731 8173
6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-
0013 1410 2818 4648 6537 7973 9263	0149 1781 2638 3937 5282 7498 9043	0015 1292 2252 3653 4999 7427 8933	0055 1214 2941 3968 4957 6821 8968
0023 1411 2952 4657 6733 8001 9276	0199 1808 2882 4063 5795 7515 9179	0062 1298 2333 3655 5009 7435 9071	0128 1348 2949 4024 4975 6924 9115
0084 1540 2960 4885 6749 8093 9432	0343 1870 2979 4106 5995 7813 9259	0491 1696 3115 4541 5980 7486 8914	0163 1417 3009 4087 5215 6982 9156
0119 1618 3031 5092 6887 8458 9540	0522 1873 3013 4239 6224 8029 9366	0363 1810 3117 4284 6245 7747 9051	0166 1907 3062 4113 5612 7228 9205
0285 1620 3233 5113 6719 8518 9644	0575 1934 3110 4311 6390 8038 9400	0261 1413 2601 3894 5482 7912 9498	0211 2038 3093 4125 5613 7720 9266
0298 1668 3294 5198 7134 8680 9784	0598 1945 3171 4333 6523 8209 9507	0349 1919 3251 4355 6728 7957 9196	0976 2055 3221 4858 6217 7914 9191
0319 1673 3267 5328 7155 8782 9756	0614 2057 3397 4436 6556 8398 9603	0523 1957 3608 4356 6821 8033 9338	0406 2590 3312 4367 5995 7926 9706
0461 1829 3460 5392 7166 8887 9781	0584 2885 4408 5324 6780 8136 9871	0535 1976 3665 4629 6852 8126 9496	0411 2633 3363 4414 6095 8118 9799
0556 1856 3595 5597 7203 8931 9812	1636 2914 4475 5388 6819 8186 9875	0488 1733 2973 4269 6485 8142 9869	0429 2706 3431 4759 6205 8182 9845
0557 2110 3635 5669 7270 8951 9973	1675 2924 4485 5475 6928 8462 9964	0763 1802 3031 4293 6509 8294 9904	0737 2742 3456 4794 6320 8205 9850
0725 2130 3930 5770 7481 8999	1193 2537 3675 4714 7076 8620	0823 1812 3128 4408 6623 8409	1021 2751 3518 4826 6553 8238
0891 2373 3926 5869 7602 9027	1775 3034 4646 5752 7332 8630	0966 2745 3904 5565 7366 8492	1031 2791 3533 4859 6610 8346
1159 2494 3940 6250 7658 9049	1787 3291 4687 5824 7340 8687	1022 2130 3448 4679 6818 8661	1032 2821 3776 4988 6630 8470
1196 2551 4201 6251 7792 9058	1867 3343 4699 5992 7341 8771	1247 2876 3998 5828 7430 8582	1048 2847 3805 4925 6675 8604
1400 2788 4360 6424 7969 9129	1661 3420 4705 6128 7668 8842	1369 2999 4047 5857 7508 8646	1146 2895 3837 4943 6746 8682

THANGAM VAIRAM FORTUNE WEDNESDAY	NALLANERAM MANI FORTUNE WEDNESDAY	THANGAM VAIRAM GAME THURSDAY	NALLANERAM MANI GAME THURSDAY
DrawDate on:05/10/22	DrawDate on:05/10/22	DrawDate on:06/10/22	DrawDate on:06/10/22
DAY - THANGAM SERIES Dr.No:155	DAY - NALLANERAM SERIES Dr.No:155	DAY - THANGAM SERIES Dr.No:155	DAY - NALLANERAM SERIES Dr.No:155
1st Prize Rs.100000/- 874516	1st Prize Rs.50000/- 113138	1st Prize Rs.100000/- 783569	1st Prize Rs.50000/- 446538
2nd Prize Rs.7000/- 18368	2nd Prize Rs.7000/- 02064	2nd Prize Rs.7000/- 93399	2nd Prize Rs.7000/- 65633
3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-
04501 28292 41570 54333 55016	20216 21107 28751 33306 37882	02008 20194 24170 30689 39679	01656 05246 14619 17885 28272
68237 85658 96276 98056 99771	54251 63505 77976 87050 92951	54531 54851 79679 79930 98570	69790 77338 80323 88947 89808
4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-
1021 2304 3115 5274 6480 6791 6796	0059 0408 1130 3888 4404 5861 8948	0780 1111 1701 2739 3974 5810 7026	1669 2661 2739 2990 3905 5329 6697
6882 7752 7850	9077 9565 9732	8513 8518 9525	8466 9853 9890
5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-
0880 2529 2795 3844 6884 6986 7038	1909 3002 4124 4760 5051 5054 5843	3298 3761 5788 6728 8047 8320 9048	0259 1476 1498 1677 2119 3677 3679
7617 7663 9587	6320 7704 8746	9474 9522 9621	5724 5962 9077
6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-
0061 1307 2853 3968 5227 6394 8949	0046 1339 2877 4536 5528 7702 9035	0088 1603 3168 4481 5961 7774 8435	0143 1661 3136 4538 5900 7354 8834
0165 1341 3040 4007 5262 6401 9037	0081 1726 2963 4536 5699 7758 9078	0183 1780 3273 4536 6101 7800 8697	0149 1712 3309 4546 5939 7542 8824
0261 1403 3092 4041 5387 6553 9073	0271 1774 2979 4564 6122 7790 9180	0129 1813 3275 4590 6283 7630 8756	0159 2034 3491 4607 6289 7803 8880
0290 1497 3518 4325 5540 6713 9075	0286 1779 3139 4626 6211 7974 9232	0366 1600 3440 4664 6341 7864 9145	0239 2038 3556 4635 6424 7863 8922
0314 1524 3151 4354 5966 9087	0403 1876 3195 4874 6311 7984 9468	0417 2156 3495 4684 6447 7948 9194	0504 1698 3072 4326 4674 6553 7869 9002
0474 1617 3179 4379 5800 7275 9185	0428 2053 3406 4882 6357 8044 9480	0470 2467 3498 4794 6648 8001 9504	0596 1774 3456 5372 6839 8372 9682
0495 1750 3275 4440 5831 7385 9461	0545 2085 3446 4892 6487 8109 9640	0515 2640 3627 4965 6797 8123 9544	0732 1977 3498 5481 6939 8517 9746
0544 1840 3358 4495 5909 7404 9570	0743 2445 3586 4982 6501 8234 9576	0598 2657 3639 5023 6928 8158 9684	0753 1934 3726 5724 6973 8533 9827
0699 2029 3408 4602 5929 7542 9701	0786 2447 3729 5090 6650 8262 9834	0627 2766 3699 5070 7256 8246 9874	0791 2004 4025 5745 7050 8694 9848
0734 2168 3452 4698 5931 7801 9886	0861 2532 3781 5245 6914 8312 9934	0575 2712 3917 5150 7332 8448 9891	0880 2048 4288 5799 7170 8769 9966
0752 2554 3528 4779 5992 7859	0904 2555 3866 5267 6973 8403	1030 2815 3976 5173 7337 8354	0877 2232 4365 5945 7301 8982
0831 2656 3596 4825 6000 8054	0919 2722 4108 5296 7102 8506	1091 2848 4019 5258 7341 8365	0922 2418 4561 6097 7520 9041
0873 2667 3614 4839 6058 8129	0940 2786 4337 5350 7262 8598	1396 2948 4177 5327 7572 8369	0940 2673 4919 6104 7621 9075
1023 2672 3697 5001 6108 8152	0966 2800 4476 5482 7308 8728	2217 3486 4506 5996 7466 8824	1121 2697 4959 6313 7786 9189
1284 2741 3762 5138 6209 8811	1241 2824 4523 5522 7589 8879	2268 3491 4616 6042 7491 8834	1514 3125 4397 5789 7733 8384

KUMARAN VISHNU STAR WEDNESDAY			SWARNALAXMI LION WEDNESDAY			KUMARAN VISHNU FIRE THURSDAY			SWARNALAXMI LION SILVER THURSDAY														
DrawDate on:05/10/22			DrawDate on:05/10/22			DrawDate on:06/10/22			DrawDate on:06/10/22														
DAY - KUMARAN SERIES Dr.No:155			DAY - VISHNU SERIES Dr.No:155			DAY - LION SERIES Dr.No:14			DAY - KUMARAN SERIES Dr.No:155			DAY - VISHNU SERIES Dr.No:155			SWARNALAXMI SERIES Dr.No:155			DAY - LION SERIES Dr.No:14					
1st Prize Rs.50000/- 632759			1st Prize Rs.50000/- 434504			1st Prize Rs.50000/- 371293			1st Prize Rs.50000/- 926211			1st Prize Rs.50000/- 135532			1st Prize Rs.50000/- 527710			1st Prize Rs.50000/- 315998					
2nd Prize Rs.7000/- 58137			2nd Prize Rs.7000/- 63636			2nd Prize Rs.7000/- 36830			2nd Prize Rs.7000/- 58730			2nd Prize Rs.7000/- 32811			2nd Prize Rs.7000/- 62500			2nd Prize Rs.7000/- 94339					
3rd Prize Rs.3500/-			3rd Prize Rs.3500/-			3rd Prize Rs.3500/-			3rd Prize Rs.3500/-			3rd Prize Rs.3500/-			3rd Prize Rs.3500/-			3rd Prize Rs.3500/-					
09727 23158 49867 68429 72001			07454 20238 24407 42227 58207			15627 26709 37308 48958 59317			14715 25708 36376 47383 58110			12048 15737 19740 21002 24394			21949 22399 23324 26130 27497			16800 27352 38561 49721 51632			15508 26230 37781 48260 59331		
72027 75201 84247 91832 95590			73456 81104 83282 88555 90798			59809 61747 72226 83300 94441			58496 69227 71640 82521 93203			48343 61789 88096 93409 98910			34747 59212 69712 82702 87874			62912 73220 84419 95405 95588			61133 61548 72837 83420 94594		
4th Prize Rs.200/-			4th Prize Rs.200/-			4th Prize Rs.200/-			4th Prize Rs.200/-			4th Prize Rs.200/-			4th Prize Rs.200/-			4th Prize Rs.200/-			4th Prize Rs.200/-		
1963 2820 5978 4843 5084 5101 6547			2999 4187 4333 4620 7153 7193 7691			1391 1411 1791 3502 4605 4791 6333			2041 2835 3575 5126 6991 7837 8605			4192 0885 1825 3435 3718 4207 4743			3880 4217 5100 5125 6300 7272 7952			1131 1492 2123 3868 4457 4522 7683			1017 0988 1252 1470 7411 7864 8084		
7639 9753 9818			7845 9600 9495			7175 7753 7774			9033 9383 9764			0992 8085 8654			7733 8456 9522			8169 9166 9601					
5th Prize Rs.100/-			5th Prize Rs.100/-			5th Prize Rs.100/-			5th Prize Rs.100/-			5th Prize Rs.100/-			5th Prize Rs.100/-			5th Prize Rs.100/-			5th Prize Rs.100/-		
1151 1836 2348 3002 3074 3376 3539			0550 2701 3244 5473 7786 7842 8906			0149 2155 5117 5199 5880 6528 7003			0589 1325 3065 4250 5790 5818 6257			0341 2173 2236 2765 4191 5179 5384			0325 0540 2310 4390 6168 7102 7659			1291 2306 2469 2915 3780 4714 6498			0255 0836 0967 2902 4976 7287 7546		
4222 7965 9643			9363 9665 9867			7059 7384 8007			7492 8348 8728			5847 6381 9580			7852 8322 8549			6663 7011 9764			7913 8336 8575		
6th Prize Rs.50/-			6th Prize Rs.50/-			6th Prize Rs.50/-			6th Prize Rs.50/-			6th Prize Rs.50/-			6th Prize Rs.50/-			6th Prize Rs.50/-			6th Prize Rs.50/-		
0012 1021 3315 4554 5840 7719 9127			0103 2002 2838 4136 6026 7539 9351			0069 1691 3057 4314 6173 7140 8806			0015 1713 2442 5024 6391 7692 9126			0007 1300 2444 4696 6196 7571 9012			0052 1412 2873 3940 5855 7569 8791			0051 1384 2675 4565 6226 7933 9150			0229 2061 3227 4637 6614 7703 9061		
0029 1133 3439 4579 5778 7719 9332			0317 2015 2841 4143 6063 7812 9398			0216 1838 3099 4381 6228 7294 8901			0087 1182 2491 5049 6456 7826 9194			0107 1390 3011 4717 6500 7734 9120			0127 1489 2883 4148 5951 7580 8824			0223 1480 2729 4645 6322 8006 9270			0296 2164 3643 4650 6616 7798 9115		
0094 1231 3503 4676 6131 7948 9586			0356 2150 2849 4387 6410 8237 9438			0210 1930 3316 4592 6517 7352 9051			0133 1200 3127 5545 6784 7850 9232			0081 1421 3133 4795 6747 7897 9140			0120 1611 3171 4345 5979 7698 8882			0331 1636 2998 4685 6433 8132 9620			0306 2132 3512 4744 6837 7841 9450		
0231 1415 3653 4686 6169 8052 9592			0644 2156 2915 4456 6323 8279 9480			0514 2148 3399 4688 6571 7405 9313			0356 1202 3224 5582 6865 7866 9422			0108 1518 3175 4835 6793 8198 9174			0268 1625 3246 4358 6023 7764 9262			0454 1698 3075 4788 6643 8221 9657			0334 2345 3859 4757 7191 7987 9579		
0240 1615 3693 4770 6265 8194 9705			0709 2275 3151 4493 6536 8477 9507			0524 2152 3462 4721 6760 7520 9341			0403 1524 3286 5855 7203 8076 9303			0120 1637 3390 5005 6887 8280 9245			0290 1690 3404 4654 6204 7813 9353			0480 2602 3080 4815 6518 8380 9652			0605 2373 3899 5101 7377 8006 9644		
0291 1656 3935 4973 6309 8225 9719			1151 2294 3166 4503 6626 8514 9541			0683 2398 3471 4746 6869 7555 9513			0479 1574 3302 5618 7222 8176 9477			0189 1784 3423 5015 6905 8317 9325			0355 1787 3449 4830 6465 7915 9424			0338 2083 3296 4816 6626 8381 9775			0720 2375 3905 5152 7504 8020 9686		
0351 1838 3967 4994 6617 8229 9766			1191 2318 3182 4661 6716 8586 9583			0747 2399 3636 5911 6901 7589 9591			0499 1887 3055 5639 7238 8196 9477			0259 1828 3673 5107 6906 8408 9705			0356 1828 3466 4917 6486 7918 9487			0558 2090 3302 4931 6771 8440 9848			1118 2492 3980 5590 7509 8086 9826		
0359 2137 4206 5065 6783 8304 9837			1275 2332 3363 4929 6868 8647 9722			0823 2349 3696 5168 6917 7606 9652			0578 1899 3666 5754 7251 8200 9731			0434 1927 3706 5192 6918 8432 9876			0613 1892 3526 4937 6686 7972 9617			0586 2204 3303 4963 6944 8490 9906			1322 2532 4056 5594 7523 8106 9876		
0414 2224 4265 5300 7688 8339 9906			1300 2333 3394 5054 6885 8665 9789			0859 2601 3806 5235 6926 7611 9806			0653 1961 3912 5766 7279 8206 9762			0496 1931 3851 5325 6964 8496 9918			0735 1942 3529 4998 6703 8010 9679			0661 2224 3673 4983 7021 8539 9911			1551 2755 4269 5797 7536 8395 9935		
0487 2295 4400 5311 7161 8344 9948			1599 2364 3687 5207 6930 8777 9909			0956 2561 4049 5735 6957 7412 9942			0684 1993 3924 5825 7290 8365 9941			0743 1916 3822 5388 7052 8515 9940			0841 2212 3681 5196 6729 8013 9954			0709 2264 3698 5073 7419 8560 9976			1591 2715 4312 5975 7553 8491 9951		
0507 2392 4420 5377 7231 8583			1756 2412 3720 5375 7015 8857			1027 2638 4068 5797 6993 9885			0718 2150 4011 6105 7421 8477			0863 2012 3975 5483 7126 8523			1084 2369 3713 5312 6774 8245			0819 2416 3823 5227 7459 8581			1595 2838 4304 6222 7556 8876		
0596 2603 4429 5518 7327 8590			1813 2422 3734 5574 7040 8925			1328 2737 4069 5834 7033 8181			0768 2154 4244 6145 7471 8657			1104 2165 3996 5505 7357 8548			1092 2481 3725 5455 6780 8300			1054 2463 3843 5345 7631 8641			1618 2890 4368 6242 7556 8868		
0698 2662 4472 5649 7307 8775			1860 2685 3939 5907 7270 8972			1618 2915 4078 5868 7117 8635			0998 2376 4560 6210 7590 8685			1126 2166 4125 5520 7511 8761			1320 2630 3833 5569 6964 8670			1243 2470 3857 5614 7687 8770			1779 2990 4420 6317 7559 8918		
0746 3064 4519 5735 7439 8893			1868 2718 4031 6019 7290 9027			1640 2921 4071 5875 7129 8739			1105 2386 4836 6311 7593 8985			1225 2225 4215 5774 7542 8793			1336 2704 3844 5568 6972 8675			1300 2492 3935 5692 7217 8940			1942 3051 4549 6336 7635 8919		
0843 3154 4530 5747 7629 9013			1928 2796 4110 6024 7503 9059			1679 2969 4309 6046 7130 8792			1125 2391 5018 6343 7675 9062			1297 2245 4320 5917 7565 8883			1400 2834 3899 5807 7421 8770			1350 2502 4337 5729 7816 9144			2037 3213 4628 6585 7683 8950		

స్వయం ఉపాధి వైపు గృహిణుల చూపు



దేశంలో అత్యంత వెనకబడిన రాష్ట్రాల్లో రాజస్థాన్ ఒకటి. 'నేషనల్ డ్రైమ్ రికార్డ్స్ బ్యూరో' 2021 గణాంకాల ప్రకారం మహిళలపై అత్యధికంగా అత్యాచారాలు జరిగింది ఈ రాష్ట్రంలోనే. పేదరికం, నిరుద్యోగం అత్యధికంగా ఉండే ఆ రాష్ట్రంలో ఇప్పుడిప్పుడే పరిస్థితులు మారుతున్నాయి. ఒకప్పుడు కూలీలూ, పనిమనుషులూ, గృహిణులూ ఉన్నవాళ్ళ స్వయం ఉపాధి వైపు అడుగులు వేస్తూ ఆర్థిక స్వావలంబన సాధిస్తున్నారు. ఈ మార్పు ఎలా వస్తోందంటే..

పూర్వ రవిదాస్ కూలీగా పనిచేస్తూ రోజుకి రూ.100-200 సంపాదించేది. ఏడాది కిందట ఓ స్వయం సహాయక బృందంలో చేరి మసాలా పొదుల తయారీ మొదలుపెట్టింది. ఇప్పుడూమె అదాయం రెట్టింపైంది. అంతేకాదు. పని వాతావరణమూ మారింది. ఈమెది రాజస్థాన్లోని ప్రతాప్గఢ్ జిల్లా. ఏడాది కిందట ప్రభుత్వ అధికారులు వచ్చి వీటి గురించి చెప్పారు. ప్రయత్నించి చూద్దామనుకున్నా. మా బృందంలో 13 మందిమి ఉన్నాం. మేమంతా

మసాలా దినుసుల్ని విడివిడిగా తయారుచేస్తాం. త్వరలో మా ప్రాంతంలో ప్రఖ్యాతి అయిన 'ప్రతాప్గఢ్ మసాలా' రకాన్ని మార్కెట్లోకి తేసున్నాం' అని ఎంతో ఆత్మవిశ్వాసంతో చెబుతోంది పూర్వ. ఆన్లైన్లోనూ అమ్ముతా.. చురు ప్రాంతానికి చెందిన గృహిణి సుమిత్రా దేవీదీ ఇలాంటి కథే. ఈమె గడప దాటడం చాలా అరుదు. 2019లో సబ్బుల తయారీలో శిక్షణ తీసుకుంది. 'శిక్షణ తర్వాత సొంతంగా వివిధ రకాల సబ్బుల తయారీకి ప్రయత్నించాం. అందులో చారీతోనే సబ్బుకి బాగా ఆదర్శ వచ్చాయి. దాంతో ఎక్కువగా ఆ సబ్బులనే చేస్తున్నాం. ఒక్కో సబ్బు ధర రూ.50-80 వరకూ ఉంటుంది' అంటారు సుమిత్ర ప్రారంభంలో ఈమె బృందంలో 15 మంది ఉండగా ఇప్పుడు సంఖ్య రెట్టింపు అయింది. వ్యాపారం ఎన్నో రెట్లు పెరిగింది. సుమిత్ర నాయకత్వ లక్షణాలు మానీ తన బృందానికి నేతృత్వం వహించే బాధ్యతని అప్పగించారు. రాజస్థాన్ ప్రభుత్వ ప్రోత్సాహకాలతో స్వయం సహాయక బృందాలు ఒప్పుడిప్పుడే పుంజుకుంటున్నాయి. సులభంగా రుణాలూ పరిష్కార పథకం. ఈ అవకాశాన్ని మహిళలూ సద్వినియోగం చేసుకుంటున్నారు. హస్తకళల సబ్బులు, మసాలా దినుసులు.. ఇలా భిన్న రకాల వస్తువుల తయారీలోకి అడుగుపెడుతున్నారు. స్వయం సహాయక బృందాల ఉత్పత్తుల అమ్మకాల అమ్మకాల కోసం రాష్ట్ర, జాతీయ స్థాయిలో ఏర్పాటుచేసే ఎగ్జిబిషన్లలో స్టాళ్ళ ఏర్పాటులో ప్రభుత్వం వీరికి దన్నుగా ఉంటోంది. కార్పొరేట్, అలంకరణ వస్తువులు, ఎంట్రాయిరీ పెయింటింగ్, పచ్చిక, ఇసుప వంట సామాగ్రి.. మొదలైనవి తయారుచేసి అమ్ముతారు వీళ్ళు. అమెజాన్లోనూ వీరి ఉత్పత్తులు అందుబాటులో ఉండేలా ఆ సంస్థతో బంధం కుదుర్చుకున్నారు. రాష్ట్రంలో 2.7 లక్షల స్వయం సహాయక బృందాలు ఉండగా వాటిద్వారా 30 లక్షల మంది మహిళలు ఉపాధి పొందుతున్నారు. వీరు తయారు చేసిన వస్తువులకు సరసమైన ధర అందేట్లు చూస్తూంటున్నారు. 'రాజీవ్ గాంధీ పర్వతేశ్వరి' ఆ రాష్ట్ర వందాయతీ రాజ్ విభాగ అధికారులు, రాజస్థాన్ హస్తకళలకు ప్రసిద్ధి. కానీ ఒకప్పుడు అవన్నీ పురుషులకే పరిమితం. ఇప్పుడు మహిళలు రావడంతో అవి మరింత వెలుగులోకి వస్తున్నాయి. ఆధునిక పద్ధతుల్లో మార్కెట్ చేయడంతో ఆదాయాన్ని తెస్తున్నారు. ఆర్థిక స్వావలంబన ఈ మహిళల జీవితాల్లో వెలుగులు నింపాలని కోరుకుంటాం. □

తేలిగ్గా అరగడమే కాకుండా, వివిధ పోషకాలను అందిస్తూ.. శరీర తాపాన్ని తగ్గించడంలో సౌరకాయని మించింది లేదంటారు పోషకాహార నిపుణులు. మరి ఆ ప్రయోజనాలేంటో తెలుసుకుందాం. □

సౌరకాయలో క్యాలరీలు చాలా తక్కువ. వంద గ్రాముల కాయ నుంచి శరీరానికి అందించే 15 క్యాలరీలే. నీరు మ అరతం 96 శాతం ఉంటుంది. వీటిల్లో జీర్ణశక్తికి సహకరించే పీచు పుష్కలంగా దొరుకుతుంది. ఇది అతిగా తినే అలవాటుని తగ్గిస్తుంది. శరీర బరువుని అదుపులో ఉంచుతుంది. □

శరీరంలోని నీరు చెమట రూపంలో బయటకు పోతే, నీజ నిల్వలు తగ్గి నిన్ను త్రవ ఆవరిస్తుంది. ఈ పరిస్థితి తలెత్తకూడదంటే..



బరువుని అదుపులో ఉంచే సౌరకాయ

సౌరకాయని తరచూ తినడే మేలు. ఇది అతి దాహం తగ్గిస్తుంది. □

శరీరానికి హాని చేసే కొవ్వు ఇందులో ఉండదు. వ్యాధి నిరోధక శక్తిని పెంచే విటమిన్ సి, రైబోఫ్లేవిన్, జింక్ థయోమిన్, ఇసుము, మెగ్నీషియం, మాంగనీస్ వంటి పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి.

పుస్తకానికి మించిన నేస్తం వేదోకరు ఉండలేమో. కానీ పుస్తకంతో దోస్తీ అంత సులభం కాదు. అలాగని కష్టమూ కాదు. అయితే వీల్చినంత చిన్న వయసులోనే పిల్లలకు పుస్తకాల్ని పరిచయం చేస్తే అవి వారి జీవితంలో భాగమై పోతాయంటున్నారు నిపుణులు. అందుకంటే వాళ్ళ సూచనలెంటంటే..

అప్పుడప్పుడే పదాలు చదువుతున్న ఆరేడు నెలల పిల్లల నుంచి మాట్లాడ గలిగే రెండేళ్ళ పిల్లల వరకు ఎవరికైనా పుస్తకాల్ని పరిచయం చేయొచ్చు. చదువునుబట్టి చిన్నారల్ని వీల్చినంత తక్కువ నమయం పుస్తకాల ముందు కూర్చో



చిన్న వయసులోనే పుస్తకాల్ని

బెట్టాలి. ఎందుకంటే వీళ్ళు ఎక్కువ నమయం దేనిమీదా దృష్ట పెట్టలేరు. పుస్తకాల విషయంలోనూ అంతే. పూటకు 5-10 నిమిషాలు తేజాబున్న చాలా ఎక్కువ. □

పిల్లలకు పుస్తకాలు చదివి వినిపించేటప్పుడు వాళ్ళని ఒక్కో కూర్చోబెట్టుకోండి. అదే దగ్గరగా తీసుకోండి. ఆ సమయంలో వారికెంతో హాయిగా అనిపిస్తే చాలు. చెప్పింది శ్రద్ధగా వింటారు. □

పిల్లలను నిద్ర పుస్తే ముందు కథలు చెప్పాలంటే అందరికీ అలవాటు. అదే సమయానికి పుస్తకంలో కథ చూడమూ అలవాటు చేయండి. బ్రేక్ఫాస్ట్, మధ్యాహ్నం భోజన సమయం.. ఇలా రోజూ ఒక సమయానికి పుస్తకంలో కథ చూడమూ అలవాటు చేయండి. బ్రేక్ఫాస్ట్, మధ్యాహ్నం భోజన సమయం.. ఇలా రోజూ ఒక సమయానికి పుస్తకంలో కథలు చెప్పడం అలవాటు చేయడం మంచిది. దీనివల్ల వాళ్ళు ఆ సమయం వచ్చేసరికి మానసికంగా స్పృహపోతారు. □

పిల్లలకు చదివి వినిపించడంకంటే కూడా బోధనలు చూపిస్తూ కథ చెప్పడం చాలా ముఖ్యం. మీరు చదువుకుంటూ పోతుంటే వారి దృష్ట ఇంతో అంతం మీదకే మళ్ళకుంది. అదే బోధనలు చూపిస్తూ వివరీస్తే శ్రద్ధగా వింటారు. ఇలా కొన్నాళ్ళు అలవాటు చేస్తే చాలు. స్కూల్కి వెళ్ళాక వాళ్ళ పుస్తకాల పురుగులైపోతారు. □

పంచరత్న హల్వా..



పంచదార : పావుకప్పు, బాదం, జీడిపప్పు: 2 టీస్పూన్లు తయారు చేసే విధానం: □

- ఖర్జూరాల్లో గింజలు తీసి ఓ బాణలిలో వేయాలి. అందులోనే ఎండుద్రాక్ష కూడా వేసి అవి మునిగే వరకూ నీళ్ళ పోసి మెత్తగా అయ్యే వరకూ ఉడికించి దింపాలి.
- మిక్సిలో బాదం, జీడిపప్పు వేసి కాస్త గరుకుగా ఉండేలా పొడి చేయాలి. ఇప్పుడు దీన్ని విడిగా తీసి ఉంచాలి. అదే మిక్సిలో

చల్లారిన ఖర్జూరాలూ ఎండుద్రాక్ష వేసి మెత్తగా రుబ్బాలి. తరువాత బాదం, జీడిపప్పు పొడ కూడ వేసి ఓ సారి తిప్పి తీయాలి. □

బాణలిలో బెల్లం, పంచదార వేసి అవి మునిగేవరకూ నీళ్ళ పోసి గరిటెతో తిప్పుతూ చిక్కిని ఉండ పాకం వచ్చేవరకూ ఉడికించాలి. ఇప్పుడు అందులో కిబ్బిరి, రుబ్బిన ఖర్జూర మిశ్రమం వేసి, నెయ్యి కూడా వేసి బాగా తిప్పుతూ ఉడికించాలి. మిశ్రమం దగ్గరగా డిక్కి బాగా చిక్క బడ్డాక గసగసాలు చల్లాలి. ఇప్పుడు దీన్ని మరో సారి కలిపి నెయ్యి రాసిన ప్లేటులో వేసి అలాక ముక్కలుగా కోయాలి. □

ముఖానికి 'వెండి' పూత!

వీటిలో ముఖంగా వెండి ముఖవర్ణస్సును ఇసుమడించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుందంటున్నారు నిపుణులు. అయినా ఇది ఖరీదైన లోహం కదా.. అని మీరు అనుకోవచ్చు. కానీ సిల్వర్ లీప్స్ వీసినే 'రూపంలో' ప్రస్తుతం ఇవి అందుబాటు ధరల్లోనే లభిస్తున్నాయి. మరి, ఇంతకీ ముఖానికి వెండి పూత ఎలా



వేసుకోవాలి. దాని వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలేంటి? తెలుసుకోవాలంటే ఇది చదివేయండి. **నిమిషాల్లో మెరిసి పోతారు..**

టున్నారని నిపుణులు. ముందుగా ముఖాన్ని నీళ్ళతో శుభ్రం చేసుకొని పొడిఆ తుడుచుకోవాలి. ఆపై కలబంద గుళ్ళను ముఖంపై రుద్దుకొని.. ఆపై సిల్వర్ లీప్స్ నెమ్మదిగా అతికించుకోవాలి. నేరు చేత్తో అయితే ఇవి చేతికి అంటుకు పోతాయి. కాబట్టి వీటిని పేవర్ లోకి తీసుకొని ముఖంపై పరచు కుంటి. పావుగంట తర్వాత గుండ్రంగా రుద్దే కొద్దీ. ఇవి చర్మంలోకి ఇంకిపోతాయి. తద్వారా

మనలో చాలామందికి ఎక్కువ సమయం వంటింట్లోనే గడిచి పోతుంటుంది. నిజానికి వంటకు అంతసేపు పట్టదు. ఎందుకంటే వంటకం, తుడవటం, సామాన్లు దొరికించుకోవడం లాంటి పనులతోనే సమయం వృథా అయిపోతూ ఉంటుంది. అలా కాక పని తగ్గొంటే ..

లాంటివన్నీ తగిలించుకోవచ్చు. ఈ కడ్డి హార్డ్వేర్ దుకాణంలో లేదా రాగి సామాన్ల కొట్లలో దొరుకుతుంది. మీ వంటింట్లో ఆలా మీలు కాదనుకుంటే సొరుగుల వక్తన మేకులు కొట్టించి హ్యాండిల్ ఉన్న పాత్రలను తగిలించవచ్చు. వీటిని అరల్లో పెడితే హ్యాండిల్ అడ్డంకుంది. కనుక ఉపయోగం చేసుకోవాలి. రెండు చెంచాల పుల్లటిపెరుగులో చెంచా ఓటీమీల్ పొడి, కొద్దిగా గ్రీన్టీ పొడి, నిమ్మరసం, తేనె, అరచెంచా బొప్పిన తీసుకుని బాగా కలపాలి. ముందుగా చేతులకు సూనె రాసుకుని ఆ తరువాత

వంటింట్లో పని తగ్గాలంటే ..



- వంటింట్లో పాత్రలు పద్ధతి, పరుసక్రమం లేకుండా పెట్టినా, ఒక దాని మీద ఒకటి పేర్చినా అవసరమైనప్పుడు తీసుకోవడం కష్టం. సామాను పెట్టుకునే అల్పరతో తక్కువ ఎత్తులో అనేక అరలు ఉండేలా చేయించుకుంటే ప్రతి వస్తువూ విడివిడిగా అమర్చుకోవచ్చు. దీనివల్ల తీసుకోవడమూ అనక సర్వేయడమూ సులువే.
- పొయ్యి గట్టు కింది స్థలం వృథా కాకుండా ఆసారగులు చేయిమకోవడం తెలిసిందే. అందులోనూ అనేక అరలు పెట్టిస్తే గ్లాసులు చెంచాలూ చిన్న చిన్న గిన్నెలు లాంటివన్నీ ఎక్కడిక్కడ అమర్చుకోవచ్చు. పొయ్యికి దగ్గరగా ఉండే సొరుగులో పోపు గింజలు, దినుసులు మొదలైన చిన్న దబ్బాలన్నీ ఉండేలానూ డిజైన్ చేస్తున్నారు. పూర్వంలా పోపు దబ్బా అవసరం లేదు.
- పాల్ రయిల్ ఏర్పాటు చేసుకుంటే తాలింపు వేసే చిన్న మూకుడు, దోశల నాన్స్టిక్ ప్యాన్, టీ కాఫీ హ్యాండిల్ గిన్నె

పట్టుపు. 4. ప్రగ్భుల్లు బ్రష్లు లాంటి క్లీనింగ్ సామాన్లు ఎదురుగా ఉంటే స్థలం ఆక్రమిస్తాయి. చూడడానికి బావుండదు. వాటికి క్యాబినెట్ వక్తన స్థలంలో చిన్న బరన్ స్టాండ్లు ఏర్పాటు చేసుకుంటే అడ్డంగా ఉండవు. □

మాడు నాలుగుసార్లు పదిహేను రోజులు వేసుకుంటే చర్మం బిగుతుగా మారి, ముడతలు తగ్గుముఖం పడతాయి. రెండు చెంచాల పుల్లటిపెరుగులో చెంచా ఓటీమీల్ పొడి, కొద్దిగా గ్రీన్టీ పొడి, నిమ్మరసం, తేనె, అరచెంచా బొప్పిన తీసుకుని బాగా కలపాలి. ముందుగా చేతులకు సూనె రాసుకుని ఆ తరువాత



తేనెతో ఎన్నో ప్రయోజనాలు

అవుతుంది. కొద్దిగా అలాక సున్నిపిండి లేదా శనగపిండితో రుద్దుకుని స్నానం చేస్తే సరిపోతుంది. ఇలా వారానికి రెండు మూడుసార్లు చేయవచ్చు. ముడతల్ని తగ్గించి చేతుల చర్మం బిగుతుగా మారాలంటే ఈ పూతను వేసు కుని చూడండి. గోధుమిపిండి, పెసరపిండి, ఓటీమీల్పొడి, మైదా చెంచా బొప్పిన తీసుకుని సరిపదా పాలు, అరచెంచా తేనె చేర్చుకుని మెత్తని మిశ్రమంలా కలుపుకోవాలి. దీన్ని చేతులకు పూతలా వేసుకుని అలాక కడిగేసుకోవాలి. తరచూ వేసుకోవడం వల్ల చేతుల దగ్గర చర్మం బిగుతుగా తయారవుతుంది. ముడతలూ మాయమవుతాయి. **నిమ్మరసం:** ఇది చర్మానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. రసం లో కానీ నీళ్ళకలిపి దూదితో ముఖం, మెడ తుడిస్తే మురికి జిడ్డు దూరమవుతుంది. పొడి చర్మతత్వం గల వారు వంట నూనెలో కలిపి రాసుకుని అలాక కడిగేసుకోవాలి. స్నానానికి ముందు రాసుకొని నలుగుపెట్టుకొంటే మృతకణాలు దూరమవుతాయి. మేని కొత్త మెరుపును సంతరించు కొంటుంది. దీన్ని వాడిన వెంటనే కడిగేసుకోవడే మంచిది. శరీరంపై పుండ్లు, గాయాలు ఉన్నప్పుడు వాడకపోవడం మేలు. □

మిశ్రమాన్ని పూతలా వేసుకుంటే పట్టిననీళ్లు

ఆదిశక్తి, పరాశక్తి, జగన్మాత, సృష్టికే సర్వశక్తి మయం, స్వరూపం కలది. అమెకు ఎన్నో నామ ధేయాలూ, మరెన్నో అవతారాలు, అన్నింటికీ మూలం సర్వశక్తిమయం, శ్రీశక్తి స్వరూపం, శ్రీలలితా సహస్రనామంలో ఇటువంటివి ఎన్నో మహిమాశక్తి రూపాలు గురించి వివరించబడి వున్నాయి. రాజరాజేశ్వరిదేవి ద్రుష్ట శిక్షణ, శిష్టరక్షణ నిమిత్తం ఎన్నో అవతారాలు ధరించిన శ్రీశక్తి రూపం. ఈ స్త్రీతం. మహిళలకు ఒక ఆదర్శం ఎక్కడ ఆదర్శం గౌరవంగా చూడబడు తుంటే అక్కడ సకల దేవతలు నివసి స్తారు. అనాది నుంచి ఆదర్శం ఒక దేవతగా పూజించే దేవతా స్వరూపం. దేవి మహాదేవి అయిన లలితాదేవి చుట్టూ ఎనిమిది మంది దేవతలు నివసిస్తారు. వారిలో చక్రవర్తి, కామేశ్వరి, అరుణ, విమల, జయిని, మేధిని, సర్వ శక్తి, కొలిని అనేవారు వుంటారు. అనేక పూజాణా హోమల్లో ఈ స్త్రీతం పారాయణం చేస్తారు. శక్తి ఆరాధనలో బ్రహ్మాండ పూజాలో ఈ నామావళి విశిష్టత గురించి వివరించడం జరిగింది. మహిళలకు ఎంతో సౌభాగ్యం కలిగించే స్త్రీతం ఈ లలితా సహస్రనామం. ఈ స్త్రీతంలో శక్తికి ప్రతిరూపం. దేవీవరహస్యం గ్రహించిన వారికి ఈ లలితా సహస్రనామం ఒక మార్గదర్శి కాగలదు. అది పరాశక్తి యొక్క సామ్యరూపం అత్యంత మనో హరం. శ్రీ లలితాదేవి అమ్మ వారి రూపం చెరకు విల్లుగా, పూల బాణాలు గా గణము సుందరంగా వుండడం వలన లలిత అనే పేరు సార్వత్రికం అయింది. తనను భక్తిశ్రద్ధలతో కొలిచే వారికి సకల సౌభాగ్యాల సందర్భల సంతా ప్తిస్తాయి. లలితాదేవి సర్వశక్తి సంతమన్నాయి. లావణ్యవతి, రూపవతి సౌందర్య లావణి, సామ్య స్వరూపం కల అమ్మవారు

శ్రీలలితాదేవి అమ్మవారు 'యా దేవి సర్వ భూతేషు శక్తి రూపిణీ నన్యతా! అస్మదా శరణం నాస్తిత్వమేవ శరణ మను! తస్మాత్ కారుణ్య భావేన రక్ష రక్ష మహేశ్వరి! జగత్తుకు ఆదార మైన సృష్టి, స్థితి, లయలకు వరమే శ్వరీవై, శ్రీ విద్యా స్వరూపిణీవై, నిత్యమై, మహాశివుర సుందరీవైనువంటి శ్రీ లలితాదేవికి

శ్రీ లలితా సహస్రనామం

సమస్యలన్నూ వేదపండితులు అభివర్ణిస్తారు. శ్రీ లలితాదేవికి ఇరువైపులా శ్రీలక్ష్మి, సరస్వతి దేవీలు కొలువై వుంటారు. శ్రీచక్ర సంహిత శ్రీ లలితాదేవి సహస్ర నామావళి శక్తి ఉపాసకులకు ప్రభావితం చేయగలదు. ఈ సహస్ర నామంలో ఒక చోట 'అవరదా' అను నామం లో 'అవరలు అనగా రాక్షసులు 'దా' అనగా ఖండించునది అని అర్థం.

- ఎల్.ప్రభు చంద్ర

