



ಎನ್ನಿಕಲ ವಿಶ್ವಾಛಪ್ಪ
ಇಸಿ ಬೃಂದಂ ಚರ್ಮಲು

అధికారుల బదలీలపై సూచనలు చేసిన బృందం

విజయవాడ,డిసెంబరు 22, ప్రభాకరవార్డుఅధిపతిసార్వత్రిక ఎన్నికల ప్రక్రియను కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం ముమ్మరం చేసింది. ఈ క్రమంలో ఎన్నికల్లో కమిషన్ బృందం రెండు రోజుల పాటు రాష్ట్రంలో పర్యటించనున్నది. వచ్చే ఏడాది అంధ్రప్రదేశ్ నహా అసెంబ్లీ ఎన్నికల జరగబోతున్నది రాష్ట్రాలలో భారత ఎన్నికల సంఘం కీలక అడ్డాయిలు జారీ చేసింది. ఎన్నికల విధుల్లో పాల్గొననున్న అధికారుల బదలీపై కీలక సూచనలు చేసింది. సొంత జిల్లాల్లో పనిచేసేటట్లు అధికారులను ఇతర జిల్లాలకు బదలీ చేయాలని అడేశించింది. ఒకే చోట మూడేళ్ల కంటే ఎక్కువ కాలం పనిచేస్తున్న అధికారులను తక్షణమే బదలీ చేయాలని రాష్ట్రాలను అడేశించింది. బోలీసులు నహా ఎన్నిక విధుల్లో పాల్గొన అధికారుల అందరికీ ఈ నియమాలు పరిచయమై ఉండేటట్లు కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం సూచించింది. కాగా 2024లో అంధ్రప్రదేశ్లోపాటు అరుజానాడోప్రదేశ్, నీక్కిం, ఓడికా రాష్ట్రాలకు అసెంబ్లీ ఎన్నికల జరగనున్నాయని వెల్లడించింది. ఆంధ్రప్రదేశ్ అసెంబ్లీ గడువు జూన్ 16తో ముగియనుంది ఈ సందర్భంగా కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం ప్రస్తావించింది. ఎన్నికల సన్నద్ధతలో భాగంగా ఈసే బృందం ఢిల్లీ నుంచి విజయవాడకు చేరుకుంది. ఈ నెల 22, 23 తేదీల్లో కేంద్ర జాతీయలు, ఎన్నికల ఏర్పాట్లపై రాష్ట్ర ఎన్నికల అధికారి మహేశ్ కుమార్ మీనా, సీఎస్, డీఓబీతో పాటు అన్ని జిల్లాల కలెక్టర్లతో సమావేశం కానుంది. ఈ బృందంలో సీనియర్ డిప్యూటీ ఎన్నికల కమిషనర్లు ధర్మేంద్ర కుమార్, సోనెకీ వాస్వానీ, డిప్యూటీ ఎన్నికల కమిషనర్ హిరేకీ కుమార్ ఉన్నారు. జిల్లాల వారీగా ఓటర్ల జాబితా, ఎన్నికల నిర్వహణ సన్నద్ధతపై కలెక్టర్లు నుంచి సేవీకరణ తీసుకున్నారా. మరోవైపు ఎన్నికల విధుల్లో ఉండి నిలంనడలపై విమర్శగా

ముప్పలేడు..అజాగ్రత్తవద్దు



శుక్రవారం కొవిడ్ కొత్త వేరియంట్‌పై అధికారులతో సమీక్షిస్తున్న సీఎం జగన్

కొవిడ్ కొత్త వేరియంట్‌పై ఆందోళన వద్దన్న సిఎం జగన్

గ్రామ, వార్డు సచివాలయాల వద్ద అందుబాటులో ర్యాపిడ్ టెస్టింగ్ కిట్లు

ఆస్పత్రులో 56వేల ఆక్సిజన్ బెడ్లు సిద్ధం, అత్యవసర సమీక్ష జరిపిన సిఎం

విజయవాడ, డిసెంబరు 22, వభాతవార పత్రినిది:

కోవిడ్ కొత్త వేరియంట్ జేఎన్-1 విషయంలో తుదానా చెందనవసరంలేదని వైద్యులు చెబు తున్నానని సహాయక చర్యలు విషయంలో ఎంత మాత్రం సహకరణ చేయవద్దని సీఎ సీఎం షెన్ జగన్మోహన్రెడ్డి అధికారులు ఆచరించారు. క్షేత్ర స్థాయి నుంచి వ్యాధి నియంత్రణ కోసం చర్యలు చేపట్టాలన్నారు. అన్ని స్థాయిల ఆస్తులలో కోవిడ్ ను దృష్టిలో ఉంచుకుని నాణ్యమైన మందులు, ఆక్సిజన్, ప్రత్యేక చికిత్స విభాగాలు ఇవ్వాలన్నారు. ఆరోగ్య కార్యక్రమ, ఆశాచర్యము డాంటిల్ ఫీవర్ నర్సేసు ముమ్మరం చేయాలన్నారు. మాన్యుల్ ధరించడం, శానిటైజేషన్ పద్ధతులను అనుసరించాలన్నారు. కోవిడ్ కొత్త వేరియంట్ జేఎన్-1 ప్రమాదం కావచ్చు, వ్యాధి త్వరగా విస్తరించి లక్షణమున్నందున ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలన్నారు. కోవిడ్ కొత్త వేరియంట్ జేఎన్-1 వేగంగా విస్తరించి అవకాశాలున్నాయని సమాచారంపై నుందిచిపి

సీఎం జగన్ శుభ్రవారం తన క్యాంపస్ కార్యాలయంలో అత్యంత సరసమైన ఉన్నత స్థాయి అధికారి యంత్రాంగంలో నిర్వహించారు. స్టాఫ్ వేరియంట్లకు సంబంధించి వైద్యపరమైన ఈ సమావేశంలో సీఎం జగన్ పలు విషయాల వివరిస్తూ సూత్రం వేరయింది గురించి పట్టణ భయంకరమైన పని లేదన్నది. అప్పటిలో వేరయిందేమిటా లేకుండా రికవర్ అవుతున్నారన్నాడు. డెల్టా వేరియంట్ తరహా లక్షణాలు వేరయిందేమిటా అధికారి తెల్పివివారు. అయినప్పటికీ ఈ వేరియంట్ మేగన్ నిష్పరిచే లక్షణం కలిగి వుండన్నారు. ఈ లక్షణాలు ఉన్న వారికి ప్రభుత్వ ఆస్పత్రుల్లో పరీక్షలు చేసు న్నామని తెలిపారు. పాజిటివ్ పచ్చిన సముదాయం విజయవంత జీవనం లాభంలో పరిణితి స్పష్టమైనారు. కొత్త వేరియంట్ను గుర్తించడానికి ఈ పరీక్షలు దోహదం చేస్తున్నామని తెలిపారు. గ్రామ, వార్డు సచివాలయాల పద్ధత్యాది. డిస్పెన్సరీకి వైద్యం అందజేయాలి

లోకేష్ అరెస్టుకు
అనుమతి
కోరిన సిఐడి

విజయవాడ, డిసెంబరు 22, ప్రభాతవార్తా ప్రతినిధి: టీడీపీ జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి, మాజీ మంత్రి బాబా లోకేష్ ముఖ్య విజయవాడ పసీటీ కార్యదర్శి పవీనినాథుడు మెయ్యే దాఖలు చేసింది. తరువాత విజయనగరం జిల్లాలో జరిగిన బీకాగం నభలో తమపై అనుబంధ వ్యాఖ్యలు చేయడంలో ముని, రెడ్డిబాబులలో లోటీ చేసుకుని అధికారంలోకి వచ్చిన తరువాత వారిపై చర్యలు తీసుకుంటామని పివీ సిఐడి బీకాగం ఆరోపించింది. ఆయన ను అరెస్ట్ చేసిందిగా అనుమతించి సాగున కార్యము అభ్యర్థించింది.యుగం

తిరుమలలో భారీ 'వైకుంఠ' రథ్

విర్వాట్టపై భక్తుల నిరసన.. ధర్మా



తిరుమలకొండపై శుక్రవారం ఆందోళన చేస్తున్న భక్తులు

తాల్లో భక్తులు రోడ్డుపై బైరాయించి నిరసనకు దిగారు. ప్రశాంతమైన వాతావరణంలో గోవింద

నామస్మరణలతో మారుమోగాల్సిన
తిరుమలకొండపై శుక్రవారం ఉదయం >>2

ఆటోను ఢీకొన్న కారు
నలుగురు దుర్మరణం

మరికొందరి పరిస్థితి విషమం, ప్రకాశం జిల్లాలో దుర్ఘటన

జంజీరు, ప్రధానవార్తప్రసంగి: అతి వేగంగా వెళ్తున్న ఓ కారు అటోని డ్రీకొని నలుగురు అక్కడికక్కడే మృతి చెందగా, మరో ఐదుగురిలో తీవ్ర కాయాల క్షయం అయిన సమీపిన ప్రకాశం జిల్లా షెడ్యూల్డ్ రోడ్డు మండలం అనంతపురం-అమరావతి జాతీయ రహదారిపై దేవరాజుగట్ల సమీపంలో క్షుభ్రాణం సామంతుల జరిగింది. బోల్సులు బళ్లనం ప్రకాశం ప్రకాశం జిల్లాలోని కేమర్లలో ఉండగా ఉండగా ప్రవేశ వేడుకల్లో పాల్గొని తిరిగి వెళ్తుండగా ఈ ఘోరరోడ్డు ప్రమాదం జరిగింది. గుంటూరుకు చెందిన ఈ కారు తిరుగుబాటువాణలలో ఈ ప్రమాదం జరిగింది. కారులో ప్రయాణికులన్నీ రాయ వెంకటేశ శ్రీరారావు(52), రాయ నాగేశ్వరరావు(48)లు అక్కడికక్కడే మృతి చెందారు. రాయ నాగేశ్వరరావు కారును అతివేగంగా నడుపుతూ నిర్లక్ష్యంగావున్నవనడంతో ఈ ప్రమాదం

➤2

A blue Maruti Suzuki Fronx SUV is parked on a dirt road in a scenic, hilly landscape. A man in a green jacket and sunglasses stands next to the car, looking towards the camera. The background shows rolling hills and a sunset sky. The Maruti Suzuki logo and 'MARUTI SUZUKI' text are in the top left. 'NEXA' is in the top right. The text 'AN SUV MADE TO MATCH YOUR STRIDE.' is in the upper left. Below it, 'PRESENTING FRONX THE SHAPE OF NEW' is written. A QR code is in the bottom left with the text 'Scan to know more about FRONX'. 'CREATE. INSPIRE.' is in the bottom right.



1.0L Turbo Boosterjet Engine with Progressive Smart Hybrid



360 View Camera



Head Up Display



NEXTre' Rear Combination Lights



In-Built Suzuki Connect



Wireless Charger

VISIT YOUR NEAREST NEXA DEALERSHIP TO AVAIL EXCITING OFFERS UP TO ₹30 000*.

Contact us at
1800-200-[6392]
1800-102-[NEXA]
www.nexaexperience.com
NOW YOU CAN ALSO BOOK ONLINE

CONTACT YOUR NEAREST NEXA DEALER: VIJAYWADA: NEXA RING ROAD (VARUN MOTORS PH: 0866-2541513), **NEXA MG ROAD** (PARAMSHIVA MOTORS PH: 04067263415), **NELLORE:** NEXA AYYAPA TEMPLE (BHARGAVI AUTOMOBILES PH: 04071326632), **BHIMAVARAM:** NEXA BHIMAVARAM WEST (NOVELTY REDDY AND REDDY MOTORS PVT. LTD. NEXA DIVISION PH: 04071326772), **GUNTUR:** NEXA AUTONAGAR (JAYALAXMI AUTOMOBILES PH: 04067263454), **ONGOLE:** NEXA ONGOLE NORTH (JAYALAKSHMI AUTOMOTIVES PVT. LTD. PH: 9490733433).

*Offers vary across variants. Maruti Suzuki India reserve the right to discontinue offers without notice. T&C apply. For more details, please contact your nearest NEXA dealership. Accessories and features shown may not be part of standard equipment. Black glass shade on the vehicle is due to lighting effect. Images used are for illustrative purposes only.



మరో అరుదైన రికార్డు!



యంగ్ టైగర్ యగ్గి ఆర్ఆర్ఆర్ తర్వాత గ్లోబల్ స్టాయిల్ ఇమేజ్ సొంతం చేసుకున్నారు.. హాలీవుడ్ దిగజాల మెప్పును కూడ అందుకున్నారు. అంతేకాదు ఆస్కార్ కమిటీలో స్థానం సంపాదించిన నటుడిగా పేరొందారు. ఇంటర్నేషనల్ మ్యూగజైన్స్ లో కూడ ఆయన కనిపించారు.. తెలుగు సినిమాకు ఆస్కార్ రావటంలోనూ కీలకంగా నిలిచారు. ఈనేపథ్యంలో తాజాగా మరో ఘనత సాధించారు.. ప్రఖ్యాత ఏషియన్ షీక్షీ మ్యూగజైన్ ఈస్టర్న్ ఐ 2023 పేరిట ప్రకటించిన టాప్ 50 ఏషియన్ స్టార్లలో ఎన్టీఆర్ స్థానం దక్కించుకున్నారు. ఈ జాబితాలో యంగ్ టైగర్ కు 26వ స్థానం దక్కింది. ఏషియన్ షీక్షీ న్యూస్ మ్యూగజైన్ బ్రిటన్ లో పాపులారిటీ కలిగి ఉంది... టాలీవుడ్ నుంచి ఈ ఘనత సాధించిన ఏకైక తెలుగు నటుడిగా, భారతీయుడుగా ఎన్టీఆర్ రికార్డు సృష్టించారు.

తొలిరోజే మైండ్ బ్లాక్

పార్థిభాన్ ఈ ఏడాది కంబ్యాక్ ఇచ్చారు.. దాదాపు అయిదేళ్ల అజ్ఞాతంలోకి వెళ్లిన ఆయన ఈ ఏడాది వలాన్, జవాన్ సినిమాలతో బాక్సా ఫీసుని పేజీ చేశారు. వలాన్ వెయ్యికోట్ల కలెక్ట్ చేస్తే జవాన్ అంతకుమించి 1150 కోట్ల పసూళ్లు రాబట్టి ఇండియన్ బాక్సా ఫీసు హిస్టరీలోనే ఒకే



ఏడాది రెండు వెయ్యి కోట్ల కలెక్టర్స్ అందుకున్న హీరోగా క్రేజ్ ను సంతరించుకున్నారు. కాగా గురు వారం ప్రేక్షకులు ముందుకు వచ్చిన డంకీ మూవీ కొన్నిచోట్ల నెగెటివ్ టాక్ ను మరికొన్ని చోట్ల డివైడ్ టాక్ ను సొంతం చేసుకుంది... ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఆత్యధిక థియేటర్లలో రిలీజ్ అయిన డంకీ మూవీ తొలిరోజున రూ.30 కోట్ల కలెక్టన్ను ఉంటుందని ట్రేడ్ వర్గాల సమాచారం..

‘ప్రేమకు జై’ టీజర్ లాంచ్

ఈశ్వర పరమేశ్వర క్రియేషన్స్ బ్యానర్ పై ఆనసూర్య నిర్మించిన చిత్రం ప్రేమకు జై... గ్రామీణ నేపథ్యంలో జరిగిన యధార్థ సంఘటన ఆధారంగా సూతన నటీనటులతో శ్రీనివాస్ మల్లం దర్శకత్వంలో ఈచిత్రం రూపొందింది.. యంగ్ టాలెంటెడ్ అనిల్ బురుగాని, ఆర్ జ్యులిత హీరో హీరో యిష్టగా, ప్రతినాయకుడిగా దుబ్బాక భాస్కర్ నటించారు.పోస్ట్ ప్రొడక్షన్ పూర్తిచేసుకున్న ఈ



చిత్రంనూతన సంవత్సరంలో విడుదల కానుంది.. తాజాగా ప్రఖ్యాత లిరిక్ రైటర్ శివశక్తి దత్త చేతులమీదుగా పోస్టర్, టీజర్ ను రిలీజ్ చేశారు.. ఆనంతరం ఆయన మాట్లాడారు..యంగ్ టాలెంటెడ్ బాగా చేశారన్నారు. సూతన నటీనటులు చాలా అద్భుతంగా నటించారని, డైరెక్టర్ చాలాబాగుందని అన్నారు. టీ జర్ చాలా బాగుందన్నారు. చిత్ర యూనిట్ కు శుభాకాంక్షలు అని తెలిపారు. ఈచిత్రం లో అవకాశం ఇచ్చిన దర్శక,నిర్మాతలకు హీరోయిన్లు తమ కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

స్ట్రీమింగ్ ప్లాట్ ఫామ్ లాక్

ప్రభాస్ హీరోగా దర్శకుడు ప్రకాంత్ సీల్ దర్శకత్వంలో విడుదలైన తాజా చిత్రం సలార్ సీజ్ ఫైర్.. ఇండియాన్ బిగ్ స్క్రీన్ యాక్టర్ డ్రిల్లర్ గా ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చి సాటి టాక్ అందు కుంది.. ఈచిత్రం పోస్ట్ థియేట్రికల్ రిలీజ్ ఓటిటికి సంబంధించిన డిటెయిల్స్ ఇప్పుడు కన్నర్స్ అయ్యింది అయితే ఈసినీమా ఓటిటి హక్కులను డిగ్గజ స్ట్రీమింగ్ సంస్థ నెట్ ఫ్లిక్స్ సొంతం



చేసుకుందని తెలిసింది. దీంతో సలార్ థియేటర్ల తర్వాత ఇందులో వీక్షించే అవకాశం వచ్చింది.. రవి భాస్కర్ సంగీతం అందించిన ఈచిత్రాన్ని హోంబరై ఫిర్మ్స్ ఆత్యంత ప్రతిష్టాత్మకంగా నిర్మించిన సంగతి విదితమే.

‘సైంధవ్’ ముచ్చట్లు...

విక్టర్ వెంకటేష్ హీరోగా యువ దర్శకుడు శైలేష్ కొలను దర్శకత్వం లో తెరకెక్కుతున్న తాజా పాన్ ఇండియన్ యాక్షన్ థ్రిల్లింగ్ ఎంటర్ టైనర్ సైంధవ్... ఈచిత్రంలో శ్రద్ధా శ్రీనాథ్ హీరోయిన్ గా నటిస్తోంది.. నిహారిక ఎంటర్టైన్ మెంట్స్ బ్యానర్ పై బోయినపల్లి వెంకట్ గ్రాండ్ గా నిర్మిస్తున్నారు. ఈ మూవీ నుంచి రిలీజ్ అయిన ఫస్ట్ లుక్ టీజర్, రెండు పాటలు అందరినీ ఆకట్టుకున్నాయి... మూవీ నుంచి థ్రియేటికల్ ట్రైలర్ ను జనవరి మొదటివారంలో రిలీజ్ చేసేందుకు సన్నాహాలు చేస్తున్నారని టాక్. నవాజుద్దీన్ సిద్దిఖీ ఇందులో విలన్ గా కనిపించనున్నారు.. సైంధవ్ మూవీ అన్ని కార్యక్రమాలు పూర్తిచేసుకుని జనవరి 13న గ్రాండ్ గా ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతోంది.



లేటెస్ట్ ఫోటో షూట్: పూజాపార్థి

సార్ హీరోయిన్ లోమంచి ఇమేజ్ తెచ్చుకున్న భామ తాప్సి వన్ను.. ఈ వంజాబీ బ్యూటీ తెలుగులో రుమ్మంది నాదం చిత్రంలో నటించింది.. ఆపై గ్లామర్ కీర్తిగా స్టార్ హీరోలతో కలసి పలు చిత్రాల్లో మెప్పించింది.. బాలీవుడ్ లో జేబీ సినిమాతో ఎంట్రీ ఇచ్చిన సంగతి తెలిసింది.. మొదటి సినిమా నర్సే సితో వెనక్కి తిరిగి చూసుకోలేదు.. అదే సమయంలో లేడీ ఓరియంటెడ్ సినిమాలు కూడ చేసింది.. ఇక డంకీ చిత్రంలో ఏకంగా షారుక్ సరసన నటించి బాలీవుడ్ లో ట్రేడ్



స్కూల్ డేస్ లోనే ప్రేమ కష్టాలు..

మార్క్ ను క్రియేట్ చేసింది.. కాగా డంకీ ప్రమోషన్స్ లో ఆమె తన జీవితంలో జరిగిన ఆసక్తికర విషయాలను వెల్లడించింది.. తాను స్కూల్ డేస్ లో తొమ్మిదో తరగతిలో ఉన్నప్పుడు తనకంటే సినియర్ ను ప్రేమించానని తెలిపింది.. మొదట్లో అతను కూడ నాన్న ఇష్టం చూపించేవాడని, తర్వాత వదువు డిస్టర్బ్ అవుతుందని దూరం పెట్టాడని తెలిపింది. అంతటితో ఆగకుండా బాగా వదపుకోమని బాగు సలహా ఇచ్చాడని చెప్పుకొచ్చింది.. అలా ఫస్ట్ లుక్ లో ఫెయిల్ అయ్యాక ఆ బాధ నుంచి బయటకు రావటానికి చాలా సమయం వట్టిందని తాప్సి పేర్కొంది. ఈ ముద్దుగుమ్మ చెప్పిన సంగతులు ఇప్పుడు వైరల్ అవుతున్నాయి.

‘ఆస్కార్’ రేస్ నుంచి అవుట్!

తాజాగా ‘2018’ మూవీ అందరినీ ఎంతో ఆకట్టుకుని గ్రిప్పింగ్ థ్రిల్లర్ గా నిలిచింది. ఈచిత్రం ‘మెనెలలో’ రిలీజ్ అయిన సంగతి విదితమే.. ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకోవటమే కాకుండా బాక్సా ఫీసు వద్ద మంచి పసూళ్లు కూడ రాబట్టుకుంది.. అంతేకాదు పలు జాతీయ అవార్డులను కూడ సొంతం చేసుకుంది.. ఈచిత్రం 96వ అకాడమీ అవార్డుల కోసం పంపిన విషయం తెలిసిందే.. బెస్ట్ ఫిల్మ్



కేటగిరీలో ఈసినీమా పార్ట్ లిస్ట్ కాలేదు.. 2018 అంతర్జాతీయ ఫీచర్ ఫిల్మ్ కేటగిరీలో చోటు దక్కించుకోలేక అభిమానులను ఒకింత నిరుత్సాహపరిచింది.. ఈ థ్రిల్లర్ మూవీలో లాల్, నరేన్, అవధ్ బాలమురళి, కళాయరసన్, అజా వర్మన్ తదితరులు నటించారు. ఈచిత్రానికి జేడ్ ఆంధ్రనీ జోసెఫ్ దర్శకత్వం వహించారు.. వేణు కున్నప్పిల్లి, సికె పద్మకుమార్, అంటో జోషి వన్య నిర్మించారు.

అది నా అదృష్టం...

బొలో లీపుడ్ స్టార్ భామ రాణీముఖర్జీ గురించి పరిచయం చేయాల్సిన అక్కర్లేదు.. సెకండ్ ఇన్నింగ్స్ లో కూడ ఈ సీనియర్ నటి దూసుకుపోతుంది.. వైవిధ్యమైన పాత్రలతో ప్రేక్షకులను అలరిస్తుంది. ఎక్కువగా లేడీ ఓరియంటెడ్ కథల్లోనూ కనిపిస్తోంది.. అపుడప్పుడు ఆమె అనుభవం తాజా పరిస్థితుల్ని ఉద్దేశించి హీరోయిన్లు కొన్ని విలువైన సలహాలు ఇస్తోంది.. కాగా ఆమె కెరీర్ భారీ విజయం సాధించిన ‘బ్లాక్’ మూవీ గురించి గుర్తుచేస్తోంది.. ఈసినీమా ఆమె కెరీర్ లో ఓ



మైలరాయిగా నిలిచింది.. అందులో నటనకు ప్రశంసలు దక్కాయి...నంజయీలీలా భస్మలీ డైరెక్షన్ లో తెరకెక్కిన మూవీలో నాటి సంగతులు గుర్తుచేసుకుంది.. బ్లాక్ లో అమితాబ్ సారితో తెరపై పంచుకోవటం నా అదృష్టం అని పేర్కొంది.. ఆ సినీమా నన్ను ఓ మంచి నటిగానే కాదు.. ఒక దృఢమైన వ్యక్తిగా మలిచిందని, మాటింగ్ సమయంలో ఎన్నో సవాళ్లు ఎదుర్కొన్నానని పేర్కొంది.

ఆకృతి ఆధ్వర్యంలో 24న కృష్ణవేణి శతవసంతం మహోత్సవం

కృష్ణవేణి అపురూపమైన అందమైన నటి, గాయని, నిర్మాత, స్టూడియో అధినేత్రిగా బహుముఖ ప్రజ్ఞాశాలిగా కీర్తిలబ్ధురారు.. నటిగా, గాయనిగా, వలు బాధ్యలు చేపట్టిన ఆమె ప్రపంచ వ్యాప్తంగా తెలుగువారు గర్వింపే సినీ విదపిమణి అని ప్రముఖ నిర్మాత తెలుగు ఫిల్మ్ ఛాంబర్ కార్యదర్శి టి.ప్రసన్నకుమార్ అన్నారు. శుక్రవారం ఫిల్మ్ నగర్ లోని ఫిల్మ్ ఛాంబర్ లో ప్రముఖ సాంస్కృతిక సంస్థ ఆకృతి ఆధ్వర్యం సుధాకర్, నిర్మాత అనురాధా దేవి, సీనియర్ పాత్రకేయుడు భగీరథతో కలిసి మీడియాతో మాట్లాడారు.. ఆకృతి ఆధ్వర్యంలో సాంస్కృతిక బంధం సారవల్లి



కొండలరావు సౌజన్యంతో డిసెంబర్ 24న నిర్వహించే కృష్ణవేణి శత వసంత మహోత్సవానికి సంబంధించిన ఆహ్వానపత్రానికి అవిష్కరించారు.. ఎన్టీఆర్ లాంటి మహానటుడికి మన దేశం మొదటి అవకాశంగా వేషం ఇచ్చారన్నారు.. అంతేకాదు మహానటుడు ఎన్టీఆర్ అన్నారు. ఏఎన్ఆర్ తో కలిసి మొదటిసారిగా పల్లెటూరి పిల్ల నిర్మించారని అన్నారు. ఎన్టీఆర్ గాంధీ, సూర్యకాంతం, అంజలి దేవితో పాటు సంగీత దర్శకుడు ఘంటసాలను మొదటిసారి పరిచయం చేసిన ఘనత కృష్ణవేణిదే అని అన్నారు. ఆకృతి సుధాకర్ మాట్లాడుతూ, ఈనెల 24న ప్రసాద్ లాభ్య ప్రీవ్యు థియేటర్ లో ఆకృతి నిర్వహించే ఈకార్యక్రమంలో ముఖ్యఅతిథులుగా తెలంగాణ రాష్ట్ర డిప్యూటీ సీఎం మల్లు భట్టివిక్రమారస్య, పర్వతక శాఖ మంత్రి జూపల్లి కృష్ణారావు హాజరుకానున్నారని తెలిపారు. ప్రసాద్ లాభ్య అధినేత రమేష్ ప్రసాద్ తో పాటు సినీ ప్రముఖులు మురళీమోహన్, బ్రహ్మానందం, జయ సుధ, రోజారమణి, నగిరాం ప్రీతమ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సంక్రాంతి బరిలో లేనట్టే?!



సాంత్ ఇండియా సూపర్ స్టార్ రజనీకాంత్ ముఖ్యపాత్రలో నటించిన చిత్రం లాల్ సలాం.... ఐశ్వర్య రజనీకాంత్ దర్శకత్వంలో నటులు విష్ణు, విశాల్, విక్రాంత్ సంతోష్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటించారు. టీజర్ కు మంచి స్పందన వచ్చింది.. ఈసినీమాను మేకర్స్ సంక్రాంతి బరిలో లాక్ చేశారు. అయితే డేటీసు ఇంకా కన్ఫర్మ్ చేయలేదు.. కానీ సంక్రాంతి రేసుకు ఫిట్స్ చేశారు.. కానీ ఇప్పుడు ఈ బరిలో నుంచి లాల్ సలాం తప్పుకుందనే బజ్ వినిపిస్తోంది.. దీనిపై అధికారిక క్లారిటీ రావాల్సి ఉంది. ఇప్పటికే సంక్రాంతి బరిలో చాలా సినిమాలు రాబోతున్నాయి. అన్ని సినిమాలకు కూడ టైల్ పరిస్థితి ఏర్పడిందనే టాక్ వస్తోంది..

‘సుమన్ చే ‘విక్టర్’ టైటిల్ లోగో లాంచ్

మేజింగ్ గ్లోబల్ మూవీ మేకర్స్ పతాకంపై విక్టర్ డి నెక్స్ట్ గాడ్.. టైటిల్ లోగో లాంచ్ కేవలెన్ ను ఫిల్మ్ ఛాంబర్ లో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈకార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా సీనియర్ నటుడు సుమన్ విచ్చేసి మూవీ టైటిల్ ను లాంచ్ చేశారు. దర్శకుడు ప్రీతమ్ మాట్లాడుతూ, ఇదో మెనేజ్ ఓరియంటెడ్ మూవీ అని, ప్రపంచంలోనే మొదటిసారి తెలుగు ఫిల్మ్ ఇండస్ట్రీ ఉందన్నారు.. 4కోట్ల బడ్జెట్ తో ఈసినీమా రానుందని తెలిపారు. మరిన్ని వివరాలు



త్వరలో తెలియజేస్తామన్నారు. ప్రొడ్యూసర్ వడ్డపట్ల చౌదరి మాట్లాడుతూ, ప్రీతమ్ ను తానే ఇంటర్వ్యూ చేశానని, సింగిల్ లైన్ స్టోరీ నచ్చి చాలా మంది రెయల్ లైఫ్ సపోర్టుగా వచ్చి సినీమా చేయటం జరిగిందన్నారు.. ఈసినీమాతో ఇండస్ట్రీలో మంచి గుర్తింపు తెచ్చుకుంటాడని అన్నారు. కార్యక్రమంలో లయన్ వెంకటమాట్లాడుతూ, ఎంతో సీనియర్ నటుడైనా ఇలా ప్రమోషన్ లో పాల్గొనటం ఆయన గొప్పతనానికి నిదర్శనం అన్నారు. యంగ్ స్టర్స్ ఇండస్ట్రీకి రావాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. కొత్తదనంతో కలిపిన మంచి సెట్టింగ్ ఉంటే డిపనెన్ట్ గా ఆదరిస్తారని అన్నారు. కార్యక్రమంలో చిగోటి ప్రవీణ్, వేణుగోపాలాచారి, నటుడు సుమన్ తదితరులు యూనిట్ కు ఆర్థిదైవ్య విషెస్ తెలిపారు.



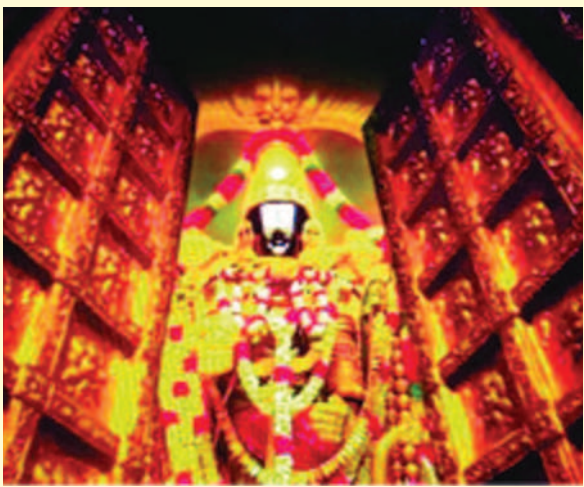
మనకు ఏడాది సమయం దేవతలకు ఒక్క రోజుతో సమానం. మనకు 6 నెలలు దేవతలకు పగలు, మరో ఆరు నెలలు రాత్రి, అంటే దక్షిణాయనం అంతా దేవతలకు ఉత్తరాయణం అంతా పగలుగా చెబుతుంటారు. ఈ విధంగా వైకుంఠ ఏకాదశి రోజున దేవతలకు రాత్రి సమయం ముగుస్తుంది. మహావిష్ణువు నిద్ర నుంచి లేచి వైకుంఠ ద్వారం, సృష్ట ద్వారాలు కూడా తెరుచుకున్న రోజు కూడా ఇదే. అలాగే ఇలాంటి ఏకాదశిల సంతృప్తి రానికీ 24 వస్తాయి. సూర్యుడు ఉత్తరాయణానికి మారే ముందు వచ్చే సుద్ధ ఏకాదశిని వైకుంఠ ఏకాదశి కోటి ఏకాదశి మోక్ష ఏకాదశి, సృష్ట ఏకాదశి, ఉత్తరద్వార దర్శన ఏకాదశి అని అనేక పేర్లతో పిలుస్తారు. సూర్యుడు ధనుస్సులోకి ప్రవేశించిన తరువాత మకర సంక్రమణం వరకు జరిగే మార్గం మధ్య ఈ ముక్కోటి ఏకాదశి వస్తుంది. ఈ రోజు మహావిష్ణువు గరుడ వాహనం మీద మూడు కోట్ల దేవతలతో భూలోకానికి వచ్చి భక్తులకు దర్శనమిస్తాడు. అందుకే దీనికి ముక్కోటి ఏకాదశి అని పేరు వచ్చింది. ఈ ఒక్క ఏకాదశి మూడు కోట్ల ఏకాదశులతో సమానమైన పవిత్రతను సంతరించుకున్నందువల్ల కూడా దీనిని ముక్కోటి ఏకాదశి అంటారు. ఈ ముక్కోటి ఏకాదశి నాడే హోలాహలం, అమృతం చెందూ పుట్టాయి. ఈ రోజున శివుడు హోలాహలం మింగాడు. మహాభారత యుద్ధంలో శ్రీకృష్ణుడు భగవద్గీతను అభ్యసనానికి ఇదే రోజున ఉపదేశించాడని పురాణాలు చెబుతున్నాయి. ఈ రోజున ప్రతి దేవాలయంలో ఉత్తరం వైపున ఉన్న ద్వారం నుంచి ప్రవేశం కల్గుస్తారు. కాబట్టి ' ఉత్తర దర్శన ఏకాదశి' అని కూడా పిలుస్తారు. ఇంకా ఇలా దర్శించుకున్న వారికి పునర్జన్మ ఉండదని మోక్షదాయకమే అని వేదహక్కి, అందుకే దీనికి 'మోక్షద ఏకాదశి' అని కూడా పేరు వచ్చింది. అలాగే ఈ రోజున భక్తి ప్రపత్తులతో స్వామిని దర్శించుకున్న వారికి నేరుగా సృష్టలోక ప్రాప్తి లభిస్తుంది. కాబట్టి దీనిని సృష్టఏకాదశి అని కూడా పిలుస్తారు.

పురాణాల ప్రకారం పూర్వకాలం 'ముర' అనే రాక్షసుడు ఉండేవాడు. శ్రీ మహావిష్ణువు నుంచి రూపాన్ని సంతరించుకున్న ఈ రాక్షసుడు దేవతలను అనేక రకాలుగా ఇబ్బందులకు గురిచేస్తుండేవాడు. ఈ రాక్షసుడు దురాగతాలను భరించలేక దేవతలందరూ కలిసి శ్రీమహావిష్ణువు వద్దకు వెళ్లి 'స్వామి మేము ఆ రాక్షసుడి అక్రమాలను భరించలేకపోతున్నాము. అలాగని మీరు ప్రసాదించిన రూపం సంతరించుకున్న వాడు కావడంతో

మేము ఆ రాక్షసుడిని ఏమీ చేయలేకపోతున్నాం. అని తమ బాధని విష్ణువుకు విన్నవించుకున్నారు. ఇలా దేవతామూర్తులు పడుతున్న బాధలు వీని కిందిట్ బాధపడ్డాడు. విష్ణు భగవానుడు ఎలాగైనా మురుడిని సంహరించాలని అనుకుంటాడు. తాను మురుడికి ప్రసాదించిన శక్తులు కారణంగా మురుడిని సంహరించడం అంత తేలిక కాదు అని గ్రహించాడు. విష్ణువు ప్రత్యేక అస్త్రంతో అతని సంహరించాలని అనుకొని బదరిక శ్రమంలోని హైమావతి గుహలోకి వెడతాడు. ఆ గుహలో ఆస్త్రాన్ని పొందేందుకు తగిన పథకం సిద్ధం చేస్తుంటాడు. ఈ విషయం తెలుసుకున్న రాక్షసుడు విష్ణువును సంహరించాలని హైమావతి గుహలోకి ప్రవేశిస్తాడు. లోపలికి వచ్చి చూడే చేయబోయే సమయానికి శ్రీ మహావిష్ణువు శరీరం నుంచి ఒక స్త్రీ శక్తి ప్రత్యేకమై తన కంటి చూపుతోనే

పాటు జరుగుతాయి. దీనిలో మొదటి భాగాన్ని ఉదయం పూజ అంటే 'పాగల్పట్టు' అని, రెండవ భాగాన్ని రాత్రిపూజ అంటే 'ఇరపట్టు' అని పిలుస్తారు. విష్ణుమూర్తి అవతారమైన రంగనాథ స్వామిని ఈ రోజు వజ్రాలతో చేసిన వస్త్రాలతో అలంకరించి వెయ్యి స్తంభాల ప్రాంగణంలోని వైకుంఠ ద్వారం నుంచి తీసుకువచ్చి అక్కడ భక్తుల దర్శనార్థం ఉంచుతారు. అలయానికి అనుకొని ఉన్న వైకుంఠ ద్వారాన్ని తెరచి ఉంచుతారు. ఈ ద్వారం గుండా వెడితే వైకుంఠ ప్రాప్తి లభిస్తుందని భక్తుల నమ్మకం. అలాగే తిరుపతిలోని వేంకటేశ్వర స్వామి వారి దేవాలయంలో కూడా వైకుంఠ ద్వార దర్శనం ఉంటుంది. ఏకాదశి ముందు రోజు అంటే దశమినాటి రాత్రి ఏకాంత సేవ అనంతరం బంగారు వాకిలి మూసివేస్తారు. ఏకాదశి తెల్లవారజామున సుప్తభాత సేవతో మొదలుపెట్టి మరుసటి రోజు ద్వాదశి రాత్రి ఏకాంత సేవ వరకు శ్రీవారి గర్భాలయానికి అనుకుని వైకుంఠ ద్వారాన్ని తెరచి ఉంచుతారు. భక్తులు

స్వర్గలోక ప్రాప్తిని ప్రసాదించే వైకుంఠ ఏకాదశి



మురుడిని సంహరిస్తుంది. ఈ దృశ్యం మొత్తాన్ని తన అంతరంగంతో గమనించిన విష్ణువు సీకు ఎం వరం కావాలో కోరుకోమని స్త్రీని అడుగుతాడు. 'స్వామి నాకు ఏకాదశి అనే పేరుతో పాలు, సంతత్యరంలోని 24 ఏకాదశుల్లో ఈ రోజుని అత్యంత శక్తివంతమైన సుదినంగా చేసి అనుగ్రహించమని వేడుకుంటుంది ఆ స్త్రీ. ' నీ కోరిక నెరవేరే విధంగా ధనుర్మాస శుక్ల ఏకాదశి నాడు నేనే స్యయంగా వెళ్లి భక్తజన కోటిని సందర్శించి నియమ నిష్ఠలతో ఉపవాసం చేసి నన్ను పూజించిన వారికి వైకుంఠ ప్రాప్తి తప్పక కలుగుతుందని అభయమిస్తాను అంటాడు అందుకే ఎంతో సంతోషించి ఆ స్త్రీ శక్తి స్వామిలో ఐక్యమైపోతుంది. శనివారం మహా విష్ణువుకు ఎంతో ప్రీతికరమైన రోజు. ఈ సంతత్యరం ముక్కోటి ఏకాదశి ఈ రోజు అంటే శనివారం రోజున వచ్చింది. ఇలాంటి రోజున ముక్కోటి ఏకాదశి రావడం వల్ల సర్వ శుభాలును ఇస్తుంది. ఈ రోజున నియమనిష్ఠలతో పూజలు చేసే వారికి పుణ్యఫలాలతోపాటు కార్యసిద్ధి చేకూరుతుంది. ఇంతటి ప్రాధాన్యత సంతరించుకున్న వైకుంఠ ఏకాదశి ఉత్తమ వైకుంఠ ఏకాదశి శుభాకాంక్షలు.

విశేషంగా వచ్చి ఈ ద్వారాన్ని దర్శించుకుని పుణ్య ఫలాలు పొందుతారు. వైకుంఠ ఏకాదశి రోజున ఉపవాసమండి నియమ నిష్ఠలతో ప్రత్యవసరించిన వారికి సర్వ శుభాలు కలిగి వైకుంఠ ప్రాప్తి లభిస్తుంది. ఈ రోజు సూర్యోదయానికి ముందే నిద్రలేచి స్నానమాచరించాలి. తెలుపు పట్టు పస్త్రాలు ధరించాలి. పూజా మందిరాన్ని ఇంటిని శుభ్రం చేసుకోవాలి. పూజా మందిరం దగ్గర రంగవల్లులతో అలంకరించాలి. పూజా మందిరంలో విష్ణుమూర్తిని, వెంకటేశ్వర స్వామి వారి ప్రతిమలను ఉంచి అలంకరిస్తారు. పసుపు అక్షతలు, తులసి దళాలు, తామర పువ్వులు, నైవేద్యానికి పాయసం, రవ్వ లడ్డు, వండ్లు సిద్ధం చేసుకుంటారు. జాజిపూలతో పూజ చేస్తే చాలా మంచిది. గోవింద నామాలు చదువుతూ తులసి దళాలతో పూజించాలి. మట్టి ప్రవిధలో కానీ పిండి ప్రవిధలో కానీ దీపారాధన చేయాలి. ఈ రోజు ఉపవాసం ఉన్నవారు బియ్యంతో చేసిన పదార్థాలు తినకూడదు. ఈ ముక్కోటి లేదా వైకుంఠ ఏకాదశి రోజున ఉపవాసం ఉంటే 23 ఏకాదశులు ఉపవాసం ఉన్నట్లే. ఈ రోజు 'ముర' అనే రాక్షసుడు బియ్యంలో నివాసం ఉంటాడు. అందువల్ల బియ్యంతో చేసిన పదార్థాలు కాకుండా పళ్ళు, పాలు, గోధుమ రవ్వతో చేసిన పదార్థాలు తీసుకుంటే మంచిది. అలాగే దేవాలయానికి వెళ్లి వైకుంఠ ద్వార దర్శనం చేసుకుంటే అన్నింటి శుభవిరణామాలే ఉంటాయి. ఈ రోజు రాత్రికి జాగరణ చేస్తూ 'ఓం నమో నారాయణాయ' అని జపిస్తుంటే విష్ణుమూర్తి అనుగ్రహం తప్పక లభిస్తుంది. ఇలా ఏకాదశి రోజు ప్రత్యవసరించి మరుసటి రోజు ఉదయం తలస్నానం చేసి పూజాధి కార్యక్రమాలు పూర్తిచేసి పిండి వంటలతో నివేదన చేయాలి. దేవాలయానికి వెళ్లి దర్శనం చేసుకుని వచ్చి ద్వాదశ తిధి వచ్చాక భోజన కార్యక్రమంతో ప్రత దీక్షని విరమించాలి. ఇలా ముక్కోటి ఏకాదశి రోజున పూజా, జపం ధ్యానం , ఉపవాసం మొదలైన సాధనల ద్వారా మనసు మాధవునిపై లగ్నం చేస్తూ ప్రతమావరన్తే ప్రతి ఒక్కరు జ్ఞానవంతులు అవుతారు. డ్రైంప్స్ అందరికీ ముక్కోటి ఏకాదశి శుభాకాంక్షలు.

- పింగళ భాగ్యలక్ష్మి

7వ పాశురం

కీచకీశైవంగమ అనై చ్చాత్రన, కలన్దు పేన సేచ్చరవమ్ కేట్టిలైయో పేయప్పణ్ణే ! కాళమ్ పిజప్పుమ్ కలకలప్ప కైపేర్దు, వాళనజంగుళల్ అయేచ్చియర్, మత్రినాల్ ఓత్తైదుత్త త్తయిరరవమ్ కేట్టిలైయో ! నాయగప్పిల్ పిళ్ళాయ్! నారాయణన్ మూర్తి, కేశవన్తైప్పాదప్పమ్ నీకేట్టే కిడత్తియో, తేశముడైయాయ్! తిజవేలో రెమ్పావాయ్



భావం: 'పేయప్పణ్ణే' అంటే పిచ్చి పిచ్చా! అని అర్థం మిగిలిన భగవద్గుర్తులతో కలుచుకుండా ఒంటరిగా భగవంతుని

తిరుప్పావై

అనుభవించుటయే పిచ్చితనం. గోపిక అట్టి పరిస్థితిలో ఉన్నది. కనుక అది తగదు. అందరితో కలుపుమని పిలుస్తుంది అందాల్. చాలామందిని చూస్తుంటాం. భగవంతుని అనుగ్రహమంతా తమపైనే వడిపోవాలని తమకొక్కరికే బోలెడంత భక్తి ఉన్నట్లు, పక్కనున్న వారందరినీ తోసేస్తుంటారు. అది తప్పు. ఇంకా కొందరు అచార్యుల వద్ద అందరి గురించి ఏదో ఒక విధంగా చెడు మాటలు చెప్పి వారు మనకొక్కరికే సొంతం అయిపోవాలని ఆలోచిస్తుంటారు. ఇలా చేసే వాళ్లంతా పిచ్చివాళ్లే. ఇంకా పైగా బుద్ధి పూర్వకంగా కావాలని తెలిసి ఇలా ప్రవర్తనై అందాళ్కు బుద్ధి పూర్వకంగా కావాలని తెలిసి ఇలా ప్రవర్తనై అందాళ్కు ఇష్టముంటుందా!

ఫలం: జ్ఞానంతో కూడిన భక్తి



ఆరోగ్య భాగ్యం

నోటిపూతతో బాధపడుతున్నప్పుడు.. దానిమ్మ గింజలకు కాస్త వత్తిర కలుపుకొని తింటూ, నోట్లో చప్పరిస్తూ ఉంటే ఆ సమస్య తగ్గుతుంది.



డాక్టర్. కె. ఉమాదేవి, తిరుపతి

అనే ఆంగ్ల పదం నుండి, రాషైటీన్ రాబిటన్ అనే గ్రీకు పదం నుండి వచ్చింది. దీన్ని ఒకటవ శతాబ్దంలో సోరెనియన్ ఆఫ్ ఎఫ్సెన్ అనే గ్రీకు ఫిజిషియన్ మొదట గుర్తించడమైంది. 1857లో జాన్ స్నో ఈ వ్యాధికి రికెట్స్ అని పేరు పెట్టడమైంది. ఇది పిల్లల్లో వచ్చే ఎముకలు, కీళ్ళ వ్యాధి, ముఖ్యంగా 6-36 నెలల పిల్లల్లో ఎక్కువగా వస్తుంది. ఇది ఆనయా ఆఫ్రికా దేశాల్లో ఎక్కువగా, ఆఫ్రికన్ల చెందిన యూరోపి దేశాల్లో తక్కువగా కనిపిస్తుంది. ఇండియాలో ప్రతి సంవత్సరం 5వేల కేసుల్ని గుర్తించడమైంది. ఇది విటమిన్ డి లోపం వల్ల, ఎముకల ఎదుగుదలకు అవసరమైన కాల్షియం., ఫాస్ఫరస్ మినరల్స్ లోపం వల్ల వస్తుంది. ఇది పిల్లల్లో పోషకాహార లోపం వల్ల వచ్చే వ్యాధిగా పరిగణిస్తారు. కాళ్ళణాలు : పిల్లల చర్మానికి సూర్యకాంతి సరిగా అందకపోవడం, ఊబకాయం, పగలు ఇంట్లో ఎక్కువగా ఉండేవారు, తల్లిపాలు ఎక్కువ రోజులు త్రాగే పిల్లలు పాలలో విటమిన్ డి ఉండదు. కిడ్నీ, కాలేయం, ఫిట్నీ పాస్ఐవికి వాడే మందుల వల్ల నెలలు నిండకుండా పుట్టేవారిలో, పొగమంచు, శీతల ప్రాంతాల్లో నివశించే పిల్లల్లో విటమిన్ డి లోపం వల్ల రికెట్స్ వస్తుంది. ఆహారంలో కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్ లేకపోవడం ముఖ్యంగా శాఖాహారంలో, సీలియాక్ డిసీజ్, ఐబిఎన్ సీస్టిర్ ప్రైట్రోసిస్, కిడ్నీ ప్రొబ్లమ్స్, లాక్సేజ్ ఇంటాలరెన్స్ అల్బురైటిస్ కల్కల్టిన్ వంటి జీర్ణకోశ వ్యాధులున్నప్పుడు మెటబాలిజమ్ లోపం, అరుగుదల లోపం ఉన్నప్పుడు ఈ వ్యాధి రావడాన్ని అక్వైర్డ్ లేదా న్యూట్రీషనల్ రికెట్స్ (89%) అంటారు. కాల్షియం లోపం వల్ల వచ్చే ఈ వ్యాధిని కాల్షిఫిసిక్ రికెట్స్ అంటారు. ఫాస్ఫరస్ లోపం వల్ల వచ్చే ఈ వ్యాధిని ఫాస్ఫోపెనిక్ రికెట్స్ అని అంటారు. అరుదుగా జెనిటిక్ కారణాల వల్ల , వంశపారం పర్యంగా తల్లి గర్భిణిగా ఉన్నప్పుడు కాల్షియం లోపం వున్నప్పుడు పుట్టుకతో రికెట్స్ రావడాన్ని ఇన్ హెరిటెడ్ లేదా కంజెనిటల్ రికెట్స్ అని అంటారు. వ్యాధి లక్షణాలు : పిల్లలు ఎదుగుదల తక్కువగా ఉండడం వల్ల పొట్టిగా ఉంటారు. దంతాలు, నడక రావడం అలస్యంగా ఉంటుంది. దంతాలు వచ్చిన ఎనామిల్ లేకపోవడం, పుచ్చిపోవడం ఉంటుంది. కాళ్ళు వంగిపోయి ఉండడం వల్ల నడకలో తేడా ఉంటుంది. కాళ్ళు వంగిపోయి ఉండడం వల్ల నడకలో తేడా ఉంటుంది. వెన్నెముక, పెల్విస్, కాళ్ళల్లో నొప్పులు, ముట్టుకరన్న బాధగా ఉండి తిమ్మిర్లు

పిల్లల్లో రికెట్స్



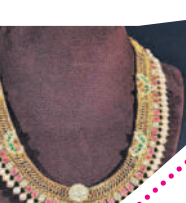
మలబద్ధకంతో కాలేయ సమస్యలు, పొట్టి ఉబ్బరం, తలకొప్పి, నరాల సమస్యలు వంటి వ్యాధి లక్షణాలుంటాయి. స్కాస్ : నల్లజాతి పిల్లలు, గర్భిణీ స్త్రీల, శాఖాహారులు, మంచ ప్రాంతాలవారు, తల్లిపాలు ఎక్కువ రోజులు త్రాగే వారు దీర్ఘకాలిక వ్యాధులకి మందులు వాడేవారు, పోషకాహార లోపం ఉన్న పిల్లల్లో రిస్క్ ఎక్కువ.

కాంప్లికేషన్స్ : పెరుగుదల లోపించి, తూని, వెన్నెముక వంపు వంటి వెన్నెముకలోపాలు, ఎముకలు పెళుసుగా, మెత్తగా ఉండి విరగడం, బోలు వారడం వంటి ఎముక సమస్యలు దంతాలు నకాలంలో రాకపోవడం, పుచ్చిపోవడం వంటి దంత సమస్యలు, ఫిట్నీ, కండరాల స్వాజిమ్మ, పెల్విక్ డిఫార్మిటీస్ బట్టతల, హైడ్రోసెఫలిస్, ఇంట్రా క్రేనియల్ హైపర్ టెన్షన్, న్యూమోనియా వంటి శ్వాసకోశ ఇబ్బందులు కిడ్నీ స్ట్రోక్, గుండె దామెజ్ కావడం, మరణం వంటి అనేక కింకేషన్స్ ఏర్పడతాయి.



అందమైన జీలేచీ వగ!

ఒకప్పుడు ప్రాచుర్యంలో ఉన్న లింక్ చైన్ నగలు ఇప్పుడు సరికొత్త సాగసులద్దకొని మార్కెట్లోకి వస్తున్నాయి. కుండవ్వు, కెంపులు, పప్పులు వంటి వాగితో ఇప్పటి తరం మెచ్చెట్టగా మరింత ఆకర్షణీయంగా సిద్ధం చేస్తున్నారు తయారీదారులు. గుండ్రంగా చుట్టినట్టగా ఉండి మగువల మనసు దోచేస్తున్న ఈ జీలేచీ నగ ఒక్కటి పెట్టుకుంటే చాలు ప్రత్యేక సందర్భాలు, శుభకార్యాలలో నిండుగా కనిపిస్తారు.



అవాలను, ఆవ పిండిని రకరకాల వంటకాల్లో వేసుకుని తినడం అందరికీ తెలిసిందే. అయితే ఇవి శరీర

అవాలతో నొప్పులు మాయం!



లోపలి ఆరోగ్యానికి ఎంత మంచిదో, శరీరం పైభాగంలో తలెత్తే రకరకాల నొప్పులు, అలసిన కండరాలకు మంచి మందులా పని చేస్తాయంటున్నారు భారత సంప్రదాయ వైద్య నిపుణులు. స్నానం చేసే ముందు సీక్లల్లో రెండు టేబుల్స్పూన్ల ఆవ పొడితో పాటు కొద్దిగా ఎప్పుమ్ సాల్ట్ను సీక్లల్ వేసి ఆ సీక్లల్ స్నానం చేస్తే నొప్పులు పోతాయి. ఆవాల్లో ఉండే సల్ఫర్ శరీరంపై చర్మ ఇన్ ఫెక్షన్స్ రాకుండా కాపాడుతుంది. నొప్పి, వాపును తగ్గిస్తుంది. చర్మంలో రక్తప్రసరణ బాగా జరిగేలా చూస్తుంది. కీళ్ల నొప్పులు, కండరాల అలసట నుంచి సాంతవ్వన పొందుతారు. □

ముత్యాల ముగ్గు



15 చుక్కలు 8 వచ్చే వరకు మధ్య చుక్కలు



కాసర సింధు జంగారెడ్డి గూడెం, తూ. గో



15 చుక్కలు 3 వరుసలు 3 వచ్చేవరకు సలి



యర్ర వడ్డావతి బుద్ధిరెడ్డి పాళెం, నెల్లూరు

బనానాతో బర్ఫీ..

తయారీకి కావల్సినవి : అరటిపండ్లు-2 (చిన్న చిన్న ముక్కలుగా తరిగి మిక్సీ పట్టుకోవాలి) కొబ్బరికాయ - ఒకటిన్నర కప్పులు, నెయ్యి - 3 టేబుల్ స్పూన్లు, మిల్క్ పౌడర్-1 కప్పు, బెల్లెం తురుము (జాందగి)-ముప్పావు కప్పు, ఏలకుల పొడి- అరటిస్పూన్ (అభిరుచిని బట్టి), చిక్లెటిపాలు - పావు కప్పు (కాచినవి). జీడిపప్పు, బాదం ముక్కలు-గార్నిష్ కి సరిపడా తయారీ విధానమిది : ఒక పాత్రలో కొబ్బరికాయ, బెల్లెం తురుము, పాలు పోసుకుని.. నిమ్ ఫ్లేమ్లో స్టవ్ మీద పుట్టుకని గురిటెత్ కలుపుతుంటాది. కాస్త దగ్గర పడుతున్న సమయంలో నెయ్యి, అరటిపండు గుజ్జు, మిల్క్ పౌడర్, ఏలకుల పొడి వేసి గరిటెత్ తిప్పుతుంటాది. మిశ్రమం మొత్తం దగ్గర పడగానే.. ఒక బౌల్లోకి తీసుకుని జీడిపప్పు,

బాదం ముక్కలతో గార్నిష్ చేసి మూడు నాలుగు గంటల పాటు ఫ్రిజ్లో పెట్టు కోవాలి. అనంతరం కావాలనిన 'పేవో' ముక్కలగా కట్ చేసుకుని సర్వ చేసుకోవాలి. □



ముగ్గులకు ఆహ్వానం.... మా చిరునామా: ఎడిటర్, వార్త (చెలిడెన్స్), 396, డిజిఆర్ మిల్స్, రోడ్, తోయరట్కాంబెండ్, హైదరాబాద్- 500080.మొబిల్: cheli@vaartha.com

