



డా. సి.ఎం. ప్రసాద్

వెండితెర యాత్ర..

కేతకి నారాయణ్ కెరీర్లో 'యాత్ర-2' తో కొత్త జర్నీ మొదలైంది. ఇప్పటికే మలయాళ, మరాఠీ, సినిమాల్లో నటించిన ఈ మాడల్.. పరిపూర్ణ తెలుగు సౌందర్యానికి సమానం. కోటిల ముక్కు, చమత్కర మెరిసే బుగ్గలు, ఏ ఉపమానానికి అందని సిగ్గులు.. కేతకి ప్రత్యేకత. పుట్టింది మహారాష్ట్రలో అయినా... హైదరాబాద్లో స్థిరపడటానికి తన మొగ్గు చూపుతున్నది.

అంతరిక్షానికి.. మహిళా రోబో

చంద్రయాన్ విజయం తర్వాత భారత అంతరిక్ష పరిశోధన సంస్థ.. ఇస్రో పేరు మారుమోగింది. ఆ సూర్యితో ఆదిత్య ప్రాజెక్ట్ ఏకంగా సూర్యుడిని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నది. ఈ రెండు విజయాల ఆనందం నుంచి అభిమానులు తేరుకునేలోపే 'వ్యోమ మిత్ర' కబురు వచ్చేసింది. ఇస్రో రూపొందించిన ఓ రోబో పేరింది. 'వ్యోమ మిత్ర' ఈ ఏడాది అంతరిక్షంలోకి వెళ్లనుంది. ఆ వాతావరణం ఎలా ఉంటుంది, దానికి తగినట్లు ఎలా నడుచుకోవాలి, వ్యోమ నౌకను ఎలా నియంత్రించాలి, ఏదైనా ఆపద వస్తే ఎలాంటి చర్యలు తీసుకోవాలి.. ఇలా ఎన్నో అంశాలను వ్యోమ మిత్ర ద్వారా పరీక్షించ నున్నారు. ఇది ఉత్పత్తి ప్రయోగం కాదు. వచ్చే ఏడాది గగనయాన్ ద్వారా భారతీయ వ్యోమాగాములను



అంతరిక్షంలో పంపే ప్రయత్నం జరుగు తున్నది. అయితే, ఇప్పటివరకూ డేరియ వ్యోమనౌక ద్వారా ఎవరూ అంతరిక్షంలోకి వెళ్లే లేదు. రాకే శర్మ, కల్పనా చావ్లా.. ఇతర దేశాల సహకారంతోనే వెళ్లారు. ఈ పరిమితిని గగనయాన్ దాటేయనుంది. ఆ ప్రాజెక్ట్ స్పష్టంపజేయడం అద్భుతానికి ఒక రిహార్సల్ గా వ్యోమ మిత్ర సాయపడనుంది. ఈ రోబో మహిళ రూపంలో ఉండటం విశేషం.

ఎక్స్ట్రా సైజ్ లభించును!

ఆన్లైన్లో దుస్తులు ఎప్పుడో అందుబాటులోకి వచ్చాయి. కాకపోతే వాటిలో మనం కోరిన సైజు లభించడమే కష్టం. కాబట్టి, నేరుగా ఆ విభాగం మీదే దృష్టి పెడుతున్నాయి కొన్ని సంస్థలు. వాటిలో ఒకటి గురుగ్రామ్ కేంద్రంగా నడుస్తున్న ట్రూ ట్రోస్స్. ఈ సంస్థను ఉదిత బస్సల్ ప్రారంభించారు. ఇక్కడ XL, XXL మొదలు 6XL వరకూ వివిధ సైజులు లభిస్తాయి. ఆఫ్లైన్లో బెటెల్వెడ్స్ ద్వారా కూడా తమ ఉత్పత్తులను అందిస్తున్నారు ఉదిత. 'గత ఏడాది వ్యాపారం మూడు రెట్లు పెరగడమే మా విజయానికి సాక్ష్యం' అంటున్నారామె. ఈ ఆర్థిక సంవత్సరం ఆ ఫలితాలను రెట్టింపు చేసే ప్రయత్నంలో ఉన్నారు. ఉదిత సిస్ట్ నుంచి ఫ్యాషన్ టెక్నాలజీలో పట్టా అందుకున్నారు. హార్వర్డ్లోనూ చదివారు. ఆ తర్వాత కొంతకాలం రిటైల్ సంస్థల్లో కీలక బాధ్యతలు పోషించారు. పుట్టివెరిగింది డిల్లీలో. వ్యాపారవేత్తల కుటుంబం కావడంతో పెట్టుబడి పెద్ద కష్టం కాలేదు. ట్రూ ట్రోస్స్ ను నిర్వహించమంటే.. 'తనను తాను ప్రేమించే భారతీయ మహిళ ఫ్యాషన్ ప్రయాణమే ట్రూ ట్రోస్స్' అని ముక్కాయున్నారు.



వార్తల్లో మహిళ

నమస్తే తెలంగాణ

జంధగీ

11

హైదరాబాద్ | శుక్రవారం 9 ఫిబ్రవరి 2024 www.ntnews.com

'తలనీలలు ఇవ్వమని ఏ దేవుడూ అడగడు. ఇచ్చినా, ఏం చేసుకుంటాడు? నిజంగా ఇచ్చే మనసుంటే పరమాత్మకు ఇంకేమైనా సమర్పించండి. జుట్టును మాత్రం క్యాన్సర్ బాధితులకు ఇవ్వండి'
అని పిలుపునిస్తారు ధోణిరాజు ఛాయ.
కేశదానాన్ని ఆమె ఓ ఉద్యమంలా జనంలోకి తీసుకెళ్తున్నారు. అసలైన అందం జుట్టులో లేదని, మరొకరి కోసం ఆ జడను త్యాగం చేయడంలో ఉన్నదని తోటి స్త్రీలకు వివరిస్తున్నారు.



విరితే గుండుధైర్యం!

అమ్మాయి అందం జడలోనే ఉందంటారు. నేనూ ఆ మాటే నమ్మాను. చిన్నప్పుడు నాకు కూడా పొడవాటి జుట్టు ఉండేది. ముచ్చటగా జడ గంటలు కట్టుకుని, ఇష్టంగా పూలు పెట్టుకునేవాణ్ణి. అటూ ఇటూ కదిలే వాలుజడను చూసుకుని మురిసిపోయాణ్ణి. నాకు ఇద్దరు అడవిల్లులు. వాళ్లకూ జడ అల్లి ముసాయి చేసేదాన్ని. వ్యాధి దుష్ప్రభావంతో, కీమో ప్రభావంతో జుట్టు కోల్పోయిన క్యాన్సర్ బాధితులను చూసిన తర్వాత.. నా అభిప్రాయం అమ్మ రుక్మిణికి లొమ్ము క్యాన్సర్ వచ్చింది. అమ్మకి ఆమెకు ఎన్నటి ఏండ్లు, చిత్తకోకిల కోసం బెంగళూరులోని ఓ పెద్ద హాస్పిటల్ కు తీసు వెళ్ళాం. సర్దర్ చేశారు. కీమోథెరపీ అవసరం వచ్చేమో అన్నారు. రేడియేషన్ చాలని, ఈ వయసులో కీమోథెరపీతో ఆమెను బాధపెట్టడం ఇష్టం లేదని చెప్పారు. వీలైతే కీమోకు ప్రత్యామ్నాయం చూడమని అడిగారు. జుట్టు రాలి పోకుండానే ఉద్ధింతోనే మేము కీమోథెరపీ వద్ద నుకుంటున్నామని అక్కడి డాక్టర్లు భావించారు. ఆ మాటలు నా మనసుకు గుచ్చుకున్నాయి. చిత్తకోకిల పూర్ణయిన తర్వాత అమ్మను హైదరా బాద్ పంపాను. తనకు కీమో అవసరం కాలేదు.

అందం కోసం
అమ్మ వైద్యం కోసం హాస్పిటల్ కు వెళ్తున్నప్పుడు చాలామంది క్యాన్సర్ బాధితులను గమనించే వారు. ముఖమంతా పాలిపోయి, జుట్టుతొరాయిపోయి, బక్కబిళ్ళిపోయి నిరాశగా కనిపించే వారు. జుట్టు రాలిన విషయం సురాశగా కనిపించే తెలియడం ఇష్టంలేక.. స్ట్రాస్ట్ తలకు చుట్టుకునే వారు. మా అమ్మాయి శ్రావ్య క్యాన్సర్ బాధితులకు క్యాన్సెలింగ్ చేస్తుంది. దీంతో వాళ్ల కళ్ళూ పరోక్షంగా తెలిసేవి. మరింత లోతుగా ఆర్థం చేసుకునేందుకు నా వంతు రీసెర్చ్ చేశాను. 'గ్రీన్ ట్రెండింగ్' అనే సంస్థ చెప్పింది. అదయారో క్యాన్సర్ హాస్పిటల్ రోగులకు విగ్గులు అందిస్తున్నదని ఎవరో చెప్పారు. వాళ్లకు ఫోన్ చేసి నా

జుట్టు దానం చేస్తానని చెప్పాను. అలా వరుసగా రెండేండ్లు ఇచ్చాను. 2021లో బెంగళూరు నుంచి హైదరాబాద్ వచ్చాను. చెన్నైలో గ్రీన్ ట్రెండింగ్ లా, ఇక్కడ ఎవరైనా పని చేస్తున్నారా అని వెదకాను. శివ అనే అబ్బాయి గురించి తెలి

మరపురాని జ్ఞాపకం
ఓ.సారి పుణె వెళ్ళాను. ఓ రెస్టారెంట్ లో 19 ఏండ్ల అమ్మాయి మా ఎదురుగా ఉన్న టేబుల్ దగ్గర కూర్చుంది. తన దగ్గరికి వెళ్లి, 'నన్ను చాలా అందంగా ఉన్నావు' అని చెప్పాను. 'లేదండీ. నాకు జుడ్ల క్యాన్సర్. కీమోతో జుట్టుతొరాయిపోయింది' అని బాధపడుతూ చెప్పింది. 'మరి, మీ జుట్టుకు ఏమైంది?' అని నన్ను ప్రశ్నించింది. 'నేను మీలాంటి వాళ్ల కోసం దానం చేశాను' అనగానే, ఆ అమ్మాయి కంట బొటబొటా కన్నీళ్లు.

నింది. తనకు (96664 06586) ఫోన్ చేశాను. 'ఓ.సారి వచ్చి నా కార్యక్రమాలు చూడండి' అన్నారు. నిరుపేద క్యాన్సర్ రోగుల కోసం శివ చేస్తున్న ప్రయత్నాలు నాకు బాగా నచ్చాయి. వాళ్లకు క్యాన్సర్ చికిత్సే డబ్బులు ఉండవు. విగ్గులు ఎక్కడి నుంచి కొంటారు? తన వరకూ కాలేని పేదల దగ్గరికి తానే వెళ్లి విగ్గులు అందిస్తాడు. అతణ్ణి మనసారా అభినందించి, 'ఇక నుంచి నా జుట్టు నీకు దానం చేస్తాను. ఎవరో ఒకరికి ఉపయోగపడితే చాలు' అని చెప్పాను.

అందంలోనే ధైవత్వం
మా కుటుంబంలో అడవిల్లలకు పుట్టు వెంట్రుకలు తీయించారు. ఏవైనా మొక్కలుంటేనే తల

నీలలు ఇస్తారు. దీంతో ఎప్పుడూ గుండు గీయించుకోలేదు. క్యాన్సర్ బాధితుల కోసం తొలిసారి గీయించుకున్నప్పుడు.. 'అడవిట్టే, ఈ వయసులో జుట్టు తీసిస్తున్నావే?' అని అక్కడికింది అమ్మ. 'అమ్మా! తిరుపతిలో ఇస్తే ఇలా అంటావా?' అని సూటిగా అడిగాను. 'దేవుడికిస్తే ఎందుకు అంటాను?' అన్నది. 'ఈ సేవ నాకు పవిత్రమైంది, ఇదే నా ధైవం' అని స్థిరంగా చెప్పాను. మా ఇంట్లో అందరూ మెచ్చుకున్నారు. నాన్న బాగా సపోర్ట్ చేశాడు. బతికినంత కాలం, జుట్టు పెరిగినంత కాలం.. దానం చేయాలని నిర్ణయించుకున్నాను. ఏడాది స్వరలో జుట్టు భుజాల దాకా పెరిగింది. నాలుగో సారి మళ్ళీ దానం చేశాను. ఈ సారి కూడా గుండే. చూసినవాళ్లు 'తిరుపతి వెళ్ళారా?' అని అడిగారు. 'లేదు. క్యాన్సర్ పేషెంట్లకు దానం చేశాను' అని చెప్పాను. జుట్టును కూడా దానం చేయవచ్చని చాలామందికి తెలియదు. తెలిశాక, కొందరు స్వచ్ఛందంగా ముందుకొచ్చారు. కొందరు శివకు ఆర్థిక సాయం చేశారు. తాజాగా, 'షో ఆఫ్ సాలిడారిటీ' కార్యక్రమంలో అయిదో సారి దానం చేశాను. నా జుట్టుతోనే పూర్తి విగ్గు తయారు కాదు. నాలాంటి నలుగురు దానం చేస్తే ఒకరి ఆపనరం తీరుతుంది. కాబట్టి జుట్టు దానం గురించి ప్రజల్లో అవగాహన కల్పిస్తున్నాను. దానం చేయడం దీనినే నన్ను సంప్రదించమని చెబుతున్నాను. మా అమ్మ 83 ఏండ్ల వయసులోనూ ఎంతో సంతోషంగా ఉంది. నేనూ తృప్తిగా ఉన్నాను. మాలా ఇంకొందరు సంతోషంగా ఉండాలని కోరుకుంటున్నాను. బోల్ట్ ఈజ్ బ్యూటీఫుల్!

నమస్తే తెలంగాణ
ముల్కనూరు ప్రజా గ్రంథాలయం వారి **ముల్కనూరు సాహితీ పీఠం**
[ముల్కనూరు, భీమదేవరపల్లి (మం), హనుమకొండ జిల్లా] సంయుక్త నిర్వహణలో

పోటీ ప్రధాన ఉద్దేశం
సంస్కృతి, చరిత్ర, సమకాలీన జీవన వివిధ్యాలు, వైరుధ్యాలు నేపథ్యంలో కథ ఉండాలి. నవ్యతకు, సృజనాత్మకతకు పెద్దపీట వేసే కథలకు మాత్రమే అహ్వానం పలుకుతున్నాం.

పోటీకి వచ్చిన కథలలో ఉత్తమమైన కథలను ఎంపిక చేస్తాం.

బహుమతుల వివరాలు

2 ద్వితీయ బహుమతులు (ఒక్కొక్కరికి) రూ. 25,000	3 తృతీయ బహుమతులు (ఒక్కొక్కరికి) రూ. 10,000	6 కవితాల్పన బహుమతులు (ఒక్కొక్కరికి) రూ. 5,000
------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------

నియమ నిబంధనలు
ఇంతకు ముందు ఎక్కడా (ప్రింట్ పత్రికలలో కానీ, వెబ్ పత్రికలలో కానీ, వ్యక్తిగత బ్లాగులలో కానీ, సోషల్ మీడియాలో కానీ) ప్రచురితం కాని కథలను మాత్రమే పోటీకి పంపాలి. ఇప్పటికే ఎక్కడైనా పరిశీలనలో ఉన్న రచనలు పోటీకి అనర్హం. పై అంశాలను దృవీకరిస్తూ హామీపత్రం తప్పనిసరిగా జతపరచాలి. ప్రచురణకు అంగీకరించని రాతప్రతులను తిరిగి పంపడం సాధ్యం కాదు. ఒకరు ఒక కథను మాత్రమే పంపాలి. రచనకు ఏ కలం పేరు వాడినా రచయిత / రచయిత్రి అనలు పేరు తప్పనిసరిగా హామీ పత్రంలో రాయాలి. కథ అనువాదం, అనుకరణ, అనుసరణ కాదని హామీపత్రంలో స్పష్టం చేయాలి. పోటీలో బహుమతి పొందిన ఏ కథనైనా, ఫలితాలు వెలువడకే తరువాత వెనక్కి తీసుకునే ఆవకాశం రచయితలకు లేదని గమనించగలరు. బహుమతుల విషయంలో న్యాయ నిర్ణయం లేదని గమనించగలరు. ఈ విషయంలో ఉత్తర ప్రత్యక్షులకు తావులేదు. రచయితలకు ప్రాంతీయ భేదం లేదు. ఏ రాష్ట్రమైనా, ఏ దేశంలో ఉన్న తెలుగు వాడైనా కథలు పంపవచ్చు.

పంపాల్సిన విధానం
• రాత ప్రతి అయితే కథ 12 పేజీలు మించకుండా ఉండాలి. పదార్థం అయితే 1500 పదాలకు మించకూడదు. **ఈ పంపాల్సిన డాటా: పరిశీలనకు స్వీకరించబడవు.**
• ఈ-మెయిల్ ద్వారా పంపేవారు యూనికోడ్ లో వర్డ్ ఫైల్ పంపవచ్చు. దాన్ని పీడీఎఫ్ లోకి కూడా మార్చి ఎటాచ్ చేయాలి.
• పేజీవేకర్ లో డీజీటీ చేయించి కథను పంపేవారు యూనికోడ్ ఫైల్ ను, పీడీఎఫ్ ను కూడా జతచేసి ఆ రెండిటిని ఈ-మెయిల్ లో ఎటాచ్ చేసి పంపాలి.
• కథలను ఆన్లైన్ లో పంపేవారు దిగువ తెలిపిన ఐడీ మాత్రమే మెయిల్ చేయాలి.
• కథల ప్రతులపై రచయిత/రచయిత్రి పేరు ఉండరాదు. విడిగా హామీపత్రంపై మాత్రమే పేరు, ఫోన్ నంబరు, ఈ-మెయిల్ ఐడీ రాయాలి.

కథలు పంపాల్సిన చిరునామా
బతుకమ్మ కథలపోటీ, నమస్తే తెలంగాణ
8-2-603/1/7, 8, 9, 6^వ ఫోన్ నంబర్ 10, బంజారాహిల్స్, హైదరాబాద్ - 500 034.
ఈ-మెయిల్ ఐడీ: **ntmulkanookatha2024@gmail.com**

జుట్టుకు తేనె!

తేనెలోని బియ్యం లక్షణాల గురించి ఎంత చెప్పినా కొన్నా తక్కువే. ఆధునిక వైద్య విజ్ఞానం సైతం ఆ సుగుణాలను ఆమోదించింది. కేశ సమస్యలకూ తేనె పరిష్కారం చూపుతున్నది.

తేనె, కొబ్బరి నూనె.. రెండింటినీ సమపాళ్లలో కలిపి జుట్టుకు పట్టిస్తే వాటిలోని విటమిన్లు, ఖనిజాలు కుదుళ్లకు బలాన్ని ఇస్తాయి. ఈ మిశ్రమాన్ని దాదాపు 20 నిమిషాలు ఆల్జీ ఉంచిన తర్వాత చస్తే కడిగి తలస్నానం చేయాలి. దీనివల్ల కేసాలు రాలడం తగ్గి పోతుంది, కొత్త మెరుపు వస్తుంది.

ఒక పండ్ల అవకాశం. అరకప్పు పెరుగు, రెండు స్పూన్ల తేనె.. ఈ మూడింటి మిశ్రమాన్ని జుట్టుకు పట్టిస్తే చాలా ఉపయోగం. అవకాశం లోని ఫ్యాటీ యాసిడ్స్, పెరుగులోని లాక్టిక్ యాసిడ్ జుట్టుకు మేలు చేస్తాయి.

ఈమధ్యకాలంలో ఎక్కువగా వినిపిస్తున్న సౌందర్య ఉత్పత్తి- అర్గాన్ నూనె. మొరూకో, అల్లీరియాలో కనిపించే అర్గాన్ చెట్టు నుంచి తీసే ఈ తైలంలో అరుదైన పోషకాలు ఉన్నాయని చెబుతారు. ఇక అలోవెరా చర్మానికి ఎంత మేలు చేస్తుందో చెప్పనక్కర్లేదు. పావు కప్పు అలోవెరా జెల్ లో రెండు స్పూన్ల అర్గాన్ తైలం, స్పూన్ తేనె కలిపి పట్టిస్తే దృఢమైన కేసాలు మన సొంతం.

నాగవర్షం రాయల
ఐ చిన్నయదగిరి గౌడ్

ప్రథమ బహుమతి (ఒక్కొక్కరికి) రూ. 50,000

2 ద్వితీయ బహుమతులు (ఒక్కొక్కరికి) రూ. **25,000**

3 తృతీయ బహుమతులు (ఒక్కొక్కరికి) రూ. **10,000**

6 కవితాల్పన బహుమతులు (ఒక్కొక్కరికి) రూ. **5,000**

నియమ నిబంధనలు
ఇంతకు ముందు ఎక్కడా (ప్రింట్ పత్రికలలో కానీ, వెబ్ పత్రికలలో కానీ, వ్యక్తిగత బ్లాగులలో కానీ, సోషల్ మీడియాలో కానీ) ప్రచురితం కాని కథలను మాత్రమే పోటీకి పంపాలి. ఇప్పటికే ఎక్కడైనా పరిశీలనలో ఉన్న రచనలు పోటీకి అనర్హం. పై అంశాలను దృవీకరిస్తూ హామీపత్రం తప్పనిసరిగా జతపరచాలి. ప్రచురణకు అంగీకరించని రాతప్రతులను తిరిగి పంపడం సాధ్యం కాదు. ఒకరు ఒక కథను మాత్రమే పంపాలి. రచనకు ఏ కలం పేరు వాడినా రచయిత / రచయిత్రి అనలు పేరు తప్పనిసరిగా హామీ పత్రంలో రాయాలి. కథ అనువాదం, అనుకరణ, అనుసరణ కాదని హామీపత్రంలో స్పష్టం చేయాలి. పోటీలో బహుమతి పొందిన ఏ కథనైనా, ఫలితాలు వెలువడకే తరువాత వెనక్కి తీసుకునే ఆవకాశం రచయితలకు లేదని గమనించగలరు. బహుమతుల విషయంలో న్యాయ నిర్ణయం లేదని గమనించగలరు. ఈ విషయంలో ఉత్తర ప్రత్యక్షులకు తావులేదు. రచయితలకు ప్రాంతీయ భేదం లేదు. ఏ రాష్ట్రమైనా, ఏ దేశంలో ఉన్న తెలుగు వాడైనా కథలు పంపవచ్చు.

పంపాల్సిన విధానం
• రాత ప్రతి అయితే కథ 12 పేజీలు మించకుండా ఉండాలి. పదార్థం అయితే 1500 పదాలకు మించకూడదు. **ఈ పంపాల్సిన డాటా: పరిశీలనకు స్వీకరించబడవు.**
• ఈ-మెయిల్ ద్వారా పంపేవారు యూనికోడ్ లో వర్డ్ ఫైల్ పంపవచ్చు. దాన్ని పీడీఎఫ్ లోకి కూడా మార్చి ఎటాచ్ చేయాలి.
• పేజీవేకర్ లో డీజీటీ చేయించి కథను పంపేవారు యూనికోడ్ ఫైల్ ను, పీడీఎఫ్ ను కూడా జతచేసి ఆ రెండిటిని ఈ-మెయిల్ లో ఎటాచ్ చేసి పంపాలి.
• కథలను ఆన్లైన్ లో పంపేవారు దిగువ తెలిపిన ఐడీ మాత్రమే మెయిల్ చేయాలి.
• కథల ప్రతులపై రచయిత/రచయిత్రి పేరు ఉండరాదు. విడిగా హామీపత్రంపై మాత్రమే పేరు, ఫోన్ నంబరు, ఈ-మెయిల్ ఐడీ రాయాలి.

కథలు పంపాల్సిన చిరునామా
బతుకమ్మ కథలపోటీ, నమస్తే తెలంగాణ
8-2-603/1/7, 8, 9, 6^వ ఫోన్ నంబర్ 10, బంజారాహిల్స్, హైదరాబాద్ - 500 034.
ఈ-మెయిల్ ఐడీ: **ntmulkanookatha2024@gmail.com**