నమస్తే తెలంగాణ
జిందగీ
హైదరాబాద్ | శనివారం 5 అక్టోబర్ 2024 www.ntnews.com

అన్నపూర్ణాదేవి

ఉర్వీ సర్వజనేశ్వరీ జయకరీ మాతా కృపాసాగరీ
నారీనీలసమానకుంతలధరీ నిత్యాన్నదానేశ్వరీ।
సాక్షాన్మోక్షకరీ సదా శుభకరీ కాశీ పురాధీశ్వరీ
భిక్షాం దేహి కృపావలంబనకరీ మాతాఽన్నపూర్ణేశ్వరీ॥

అన్నం పరబ్రహ్మ స్వరూపమని ఉపనిషత్తులు చెబుతున్నాయి. ఒక చేతిలో మధురసాలతో కూడిన మాణిక్యపాత్ర, మరొక చేతిలో అన్నాన్ని అనుగ్రహించే రతనాల గరిటె ధరించిన రూపంలో అన్నపూర్ణాదేవి దర్శనమిస్తుంది. ఈ అవతారంలో అమ్మ ఎర్రని శరీర ఛాయతో, మెడలో తారాహారాలు ధరించి, నిండు చంద్రుడిలా ప్రకాశించే ముఖంతో, విశాలమైన త్రినేత్రాలతో భాసిల్లుతుంటుంది. తన బిడ్డల ఆకలి తీర్చటానికి దుర్గాదేవి.. అన్నపూర్ణగా అవతరించింది. ఈ తల్లిని ఉపాసించిన వారికి ఏ లోటూ ఉండదు. బ్రహ్మతేజస్సు, వాక్సిద్ధి కలుగుతాయి. అంతేకాదు, తనను కొలిచినవారి సకల కార్యభారాన్నీ ఈ తల్లే వహిస్తుందని శాస్త్రాలు చెబుతున్నాయి. అన్నపూర్ణకు దద్యోజనం (పెరుగన్నం), కట్టెపొంగలి నివేదనగా సమర్పించాలి. ఈ రోజు అన్నపూర్ణాదేవి స్తోత్రాలు పారాయణం చేయాలి. శక్తికొద్దీ అన్నదానం చేయాలి.

నేటి అలంకారం

ఆమె ఆకాసమంత!

ఒక హీరో వరుస విజయాలు సాధిస్తే... పట్టుదల, స్వయం కృషితో ఎదిగాడు అని కితాబిస్తారు! అదే ఒక కథానాయిక సినీరాజ్యమేలితే.. ఆమె ప్రతిభను గుర్తించకపోగా, ఆమె కటౌట్ వెలిగిపోవడానికి 'కమిట్‌మెంట్' కారణమని కామెంట్ చేస్తారు. ఈ తరహా చౌకబారు విమర్శలు ఇండస్ట్రీ జనాలపై నాసిరకం మనుషులు ఎప్పుడూ చేసేవే!! అదేం దౌర్భాగ్యమో రాజ్యాంగబద్ధ పదవిలో ఉన్నవాళ్లూ బిగజారుతున్నారు. రాజకీయ లబ్ధి కోసం సంస్కారహీనంగా నోరుజారుతున్నారు.

ఇష్యూను డైవర్ట్ చేయాలని మూసీ గబ్బును మించి కంపుగొలిపే మాటలన్నారు. తమ పొలిటికల్ మైలేజ్ కోసం కథానాయిక సమంతను టార్గెట్ చేశారు. తన అద్భుతమైన నటనతో పద్నాలుగేండ్లుగా వెండితెరను ఏలుతున్న నటిపై బురదజల్లారు. సాటి మహిళ అని కూడా చూడకుండా మహిళా మంత్రి కొండా సురేఖ చేసిన వ్యాఖ్యలు వ్యక్తిత్వ హననమే! తన ప్రతిభతో అందనంత ఎత్తుకు ఎదిగిన నటి సమంత. ఈ వ్యాఖ్యలు ఆమె ప్రతిష్ఠను ఇసుమంతైనా కదల్చలేవు. అదే సమయంలో, మంత్రివర్యురాలు తెంపరి మాటలు హుందాగా సాగిపోయే తెలంగాణ రాజకీయాలకు 'కొండ'ంత చేటు.

తెలుగునాట పరిచయం అక్కర్లేని పేరు సమంత. ఓ పెద్దింటి కోడలు కాకమునుపే ఆమె స్టార్. ఇంకాచెప్పాలంటే తెలుగులో తన మొదటి సినిమా 'ఏ మాయ చేసావే!' మొదటి ఆటతోనే సమంత బిగ్‌స్టార్ అయిపోయింది. కేరళ తీరం నుంచి టాలీవుడ్‌కు తరలివచ్చిన వసంతంలా కనిపించింది దర్శక, నిర్మాతలకు! అందుకే, అవకాశాలు వెల్లువెత్తాయి. ఆమె కాల్షీట్ల కోసం ఎదురు చూశారు. 'ఏ మాయ చేసావే'లో మెచ్యూర్డ్ లేడీగా అలరించిన ఆమె.. రెండో చిత్రం 'బృందావనం'లో బబ్లీ పెర్ఫార్మెన్స్‌తో ముచ్చటగొలిపింది. 'దూకుడు'తో తనకు సాటెవ్వరు అనిపించుకుంది. 'ఈగ'లో బిందుగా కనువిందు చేసింది. 'బిందు జోలికొస్తే చంపేస్తా' అని సినిమాలోని ఈగ మాత్రమే కాదు.. ఆ చిత్రాన్ని చూస్తున్న ప్రేక్షకులూ ఫీలయ్యేంతలా ఆ పాత్రను పండించింది సమంత. ఇండస్ట్రీలోకి వచ్చిన రెండో ఏడాదే 'ఎటో వెళ్లిపోయింది మనసు' సినిమాకు గానూ ఉత్తమ నటిగా నంది పురస్కారం అందుకుంది.

'ఈగ' సక్సెస్ తర్వాత సమంత సినీ జర్నీ మెరుపువేగం పుంజుకుంది. తెలుగుతోపాటు తమిళ సినిమాల్లోనూ పాత్రలు వెతుక్కుంటూ ఆమె తలుపుతట్టాయి. కేవలం అందం ఒక్కటే ఉంటే.. సక్సెస్ వచ్చినంత వేగంగా వెనక్కి మళ్లిపోతుంది. అందుకు తగ్గ అభినయం పండించగలదన్న నమ్మకం కుదిరినప్పుడే.. ఇండస్ట్రీ ఆదరిస్తుంది. తన పాత్రకు ఆమె అయితేనే న్యాయం చేస్తుందన్న విశ్వాసం ఉంటేనే.. దర్శకుడి ఎంపిక అవుతుంది. ప్రతి భావాన్నీ కొలిచినట్లు పలికించే సమంత రాక సినీ సృజనశీలురకు కొత్త ఉత్సాహాన్నిచ్చింది. కథానాయకుడి చుట్టూనే కథ అల్లుకున్నా.. సమంత పాత్రను చక్కెర గుళికలా తీర్చి దిద్దేవారు. పొడిపొడిగా పలుకుతూనే మనసు తడిచేసే నేర్పరి ఆమె. అందుకే ఏడాదికి ఆరేడు సినిమాలు చేసేంత బిజీగా మారిపోయింది.

'సీతమ్మ వాకిట్లో..'

సిరిమల్లెల నవ్వులు పూయించినా, 'అత్తారింటికి దారేది'లో శశిలా మెరిసినా.. సమంత మార్కు స్పష్టంగా కనిపించింది. ఆమె నటనలో మరోకోణం ఆవిష్కరించిన సినిమా 'మనం'. 'బిట్టూ..' అంటూ కొడుకుపై అవ్యాజమైన ప్రేమ కురిపించే సన్నివేశాల్లో ఆమె అచ్చంగా అమ్మగా దర్శనమిస్తుంది. కమర్షియల్ సినిమాల్లో హొయలు ఒలికించినా, ప్రయోగాత్మక చిత్రాల్లో తన నటనకు పరిధులు ఉండవని నిరూపించింది సమంత. అందుకు ఉదాహరణే 'రాజుగారి గది 2'. ఇక సుకుమార్ దర్శకత్వంలో వచ్చిన 'రంగస్థలం' ఈ నటిని మరోమెట్టు పైకి ఎక్కించింది. హీరోయిన్ ఓరియెంటెడ్ సినిమా 'యూ టర్న్'తో సమంత కెరీర్ కొత్త మలుపు తీసుకుంది. తమిళంలో వచ్చిన 'సూపర్ డీలక్స్'లో బోల్డ్‌గా నటించి పాత్ర డిమాండ్‌కు న్యాయం చేసింది. ఇక 'ఓ బేబీ' సమంత కెరీర్‌లో ద బెస్ట్ అని చెప్పొచ్చు. పాతికేండ్ల పడుచుగా మారిన ఏడుపదుల ముదుసలి పాత్రను ఆమె పోషించిన తీరు అద్భుతం. 'ఫ్యామిలీమ్యాన్-2' వెబ్‌సిరీస్ ఈ కథా నాయిక స్టామినాను పాన్ ఇండియాకు పరిచయం చేసింది. ఇలా చెబుతూ పోతే, సమంత కెరీర్‌లో ఆల్ టైమ్ హిట్స్ ఎన్నో! సినిమాలు ఫెయిల్ అయ్యాయేమో కానీ, నటిగా మాత్రం ఆమె విఫలమైన సందర్భం లేదు!

వ్యక్తిగత జీవితంలో ఒడుదొడుకులు సహజం. సమంత జీవితంలోనూ చికాకులు ఉన్న మాట వాస్తవం. నాగచైతన్యను ప్రేమించి పెండ్లి చేసుకుంది. కొన్నాళ్ల తర్వాత ఇద్దరికీ పొసగలేదు. పరస్పర అంగీకారంతో విడాకులు తీసుకున్నారు. ఈ దశలో కొంత కుంగుబాటుకు గురైందామె! 'యశోద' సినిమా విడుదలకు ముందు మయోసైటిస్ అనే జబ్బుకు గురైంది. ఆమె తనకు వచ్చిన వ్యాధి గురించి సోషల్ మీడియాలో షేర్ చేసినప్పుడు నలుగురూ నాలుగు రకాలుగా స్పందించారు. కొందరు త్వరగా కోలుకోవాలని ఆకాంక్షించారు. కొందరు మాత్రం 'సమంత సానుభూతి కోసం ప్రయత్నిస్తున్నద'ని వెకిలిగా కామెంట్ చేశారు. ఈ వ్యాఖ్యలు తనను మరింత ఒత్తిడికి గురి చేశాయని సమంత అప్పట్లో స్పందించింది. అనారోగ్యం నుంచి కోలుకున్న ఆమె ఇప్పటికీ లైమ్‌లైట్‌లోనే ఉంది. ఇప్పుడు తన చేతినిండా సినిమాలు లేకపోవచ్చు. కానీ, ఆమె ఆల్వేస్ ఆకా'సమంతే'!

సినిమాల్లో బిజీగా ఉన్న రోజుల్లోనూ, వ్యక్తిగత జీవితంలో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నప్పుడూ, అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్నప్పుడూ.. సందర్భం ఏదైనా ఆమె ధైర్యంగానే ఉంది. హుందాగానే వ్యవహరించింది. తన వ్యక్తిత్వాన్ని కించపరిచేలా సాక్షాత్తూ ఓ మహిళా మంత్రి అనరాని మాటలన్న ఈ సందర్భంలోనూ అంతే ఔన్నత్యాన్ని ప్రదర్శించింది. తన ప్రయాణాన్ని చిన్నచూపు చూడొద్దని విన్నవించుకుంది. విడాకుల అంశాన్ని ప్రస్తావిస్తూ వ్యక్తుల గోప్యత విషయంలో జాగ్రత్తలు పాటించాలని సోషల్ మీడియా వేదికగా సున్నితంగా హెచ్చరించింది. చిరంజీవి మొదలుకొని సినిమా ఇండస్ట్రీ వాళ్లంతా సమంత వెన్నంటి ఉన్నామని ప్రకటించారు. ఇక మంత్రివర్యుల విషయానికి వస్తే.. తను చేసిన కామెంట్లను ఉపసంహరించుకుంటున్నాను అని పేర్కొన్నారు. అంతలోనే మళ్లీ వివాదానికి ఆజ్యం పోశారు. అయినా, వ్యాఖ్యలను రికార్డుల్లోంచి తొలగించడానికి ఇది చట్టసభ కాదు. మహిళా మంత్రి ప్రజాక్షేత్రంలో నోరుజారారు. దిద్దుకోలేని తప్పు చేశారు. బేషరతుగా క్షమాపణలు వేడుకున్నా.. ఆ నీతిమాలిన కామెంట్లకు నిష్కృతి ఉండదు. ఒక ఆడపిల్లను, స్వయం ప్రతిభతో ఎందరికో ఆదర్శంగా నిలిచిన మహిళను పొలిటికల్ మైలేజ్ కోసం వాడుకున్న తీరు.. సమంత అభిమానులనే కాదు, తెలుగువాళ్లందరినీ సిగ్గు సిగ్గు అనేలా చేసింది.

...✍ కణ్వస

చెరకుతో చెక్

'చెరకు రసం' అద్భుతమైన ఔషధమని ఆయుర్వేదం అంటున్నది. ముఖ్యంగా, గర్భిణుల ఆరోగ్యానికి తక్షణ రక్షణ కల్పిస్తుందని తేల్చింది. విటమిన్లు, మినరల్స్ సమృద్ధిగా లభించే 'చెరకు'తో ఎన్నో సమస్యలకు చెక్ పెట్టవచ్చు.

గర్భిణులు ఎదుర్కొనే మరో సమస్య.. మలబద్ధకం. చెరకులో ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉండి, పేగుల కదలికలను ప్రోత్సహిస్తుంది. దాంతో మలబద్ధకం సమస్య తగ్గుముఖం పడుతుంది. మలబద్ధకంగా అనిపించినప్పుడు చెరకు తినడం మంచిది.

గర్భిణులు జలుబు, దగ్గు మందులను వాడకూడదని వైద్యులు సూచిస్తారు. ఆ సమయంలో చెరకు రసం తీసుకుంటే.. జలుబు, దగ్గు తగ్గుముఖం పడతాయి.

చెరకు రసంలో ఉండే ఫోలిక్ యాసిడ్.. గర్భస్థ పిండంలో ఏర్పడే న్యూరల్ ట్యూబ్ డిఫెక్ట్ సమస్య నుంచి కాపాడుతుంది.

నీళ్లు తక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల గర్భిణులు డీహైడ్రేషన్‌కు గురయ్యే ప్రమాదం ఉంటుంది. చెరకు రసంలో శరీరానికి కావాల్సిన ఎలక్ట్రోలైట్స్ పుష్కలంగా లభిస్తాయి. డీహైడ్రేషన్‌ను తగ్గించడంలో ఇవి చక్కగా పనిచేస్తాయి.

వాంతులు, వేవిళ్ల కారణంగా.. కొందరు గర్భిణులు సరిగ్గా భోజనం చేయరు. దాంతో విపరీతమైన నీరసం ఆవహిస్తుంది. అలాంటప్పుడు గ్లాసు చెరకు రసం తీసుకుంటే.. క్షణాల్లో చురుగ్గా తయారవుతారు. అసిడిటీని తగ్గించడంలోనూ ఇక్షు రసం చక్కగా పనిచేస్తుంది.

చెరకు రసంలో అల్లం, నిమ్మరసం కలుపుకొని తాగడం మంచిది. ఈ పానీయంలో విటమిన్ సి, యాంటి ఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా లభిస్తాయి. ఇవి తల్లీబిడ్డల్లో రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచడంతోపాటు ఇన్‌ఫెక్షన్ల నుంచి కాపాడతాయి.

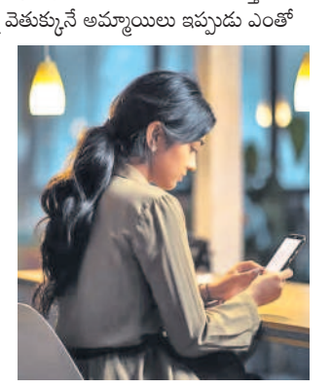
చెరకులో ఉండే యాంటి ఎమెటిక్ లక్షణాలు.. వికారం, వాంతుల నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తాయి.

పిగ్మెంటేషన్, చర్మం పొడిబారడం లాంటి సమస్యలూ గర్భిణుల్లో కనిపిస్తాయి. చెరకు రసంలో ఉండే గ్లైకోలిక్ యాసిడ్.. చర్మ సమస్యలను దూరం చేస్తుంది.

ఇందులో విటమిన్ ఎ, బి, సితోపాటు క్యాల్షియం, మెగ్నీషియం, పొటాషియం లాంటి మినరల్స్ అధిక మోతాదులో ఉంటాయి. ఇవి తల్లీబిడ్డల ఆరోగ్యానికి రక్షణగా నిలుస్తాయి. అయితే, చెరకు రసాన్ని మితంగా తీసుకుంటేనే మంచిది. పరిమితికి మించి తీసుకోవడం వల్ల ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తే ప్రమాదం ఉంది.

మీ భద్రత మీ బాధ్యతే!

కొందరికి ఒంటరిగా ఉండటం ఇష్టం! మరికొందరికి అది అనివార్యం. మనకు అందరూ దూరమైతే.. మిగిలేది ఒంటరితనం! మనమే అందరికీ దూరంగా వెళ్తే.. ఏకాంతం! ఇలా ఏకాంతంలో ఆనందాన్ని వెతుక్కునే అమ్మాయిలు ఇప్పుడు ఎంతో మంది. అయితే, అమ్మాయిలు ఇలా ఒంటరిగా జీవించడం తప్పుకాదు. సరైన భద్రతా చర్యలు పాటించకపోతేనే.. లేనిపోని ఇబ్బందులు ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుంది. నగరాల్లో ఒంటరిగా నివసించే మహిళల కోసం.. ఈ భద్రతా చిట్కాలు!



అద్దె ఇండ్లలో ఉండేవారిలో చాలామంది ఇంటి ఓనర్లు ఇచ్చిన తాళాలనే వాడుతుంటారు. ఇలాంటి సందర్భాల్లో డూప్లికేట్ తాళాలు వేరేవాళ్ల చేతికి వెళ్లే అవకాశం ఉంటుంది. అందుకే.. మీ ఇంటి తాళం మీరే కొనుక్కోండి. ఓ సెట్‌ను ఎప్పుడూ మీతోనే ఉంచుకోండి. మిగిలిన వాటిని సురక్షితంగా దాచుకోండి.

ఇంట్లో ఉన్నా.. బయట ఉన్నా.. మీ భద్రత గురించి పట్టించుకోవడంలో హోమ్ సెక్యూరిటీ సిస్టమ్ ముందుంటుంది. అందుకే, అత్యాధునిక హోమ్ సెక్యూరిటీ సిస్టమ్‌ను ఇంట్లో అమర్చుకోండి. అనుమతి లేకుండా ఎవరైనా ఇంట్లోకి ప్రవేశిస్తే.. ఇది మిమ్మల్ని అలర్ట్ చేస్తుంది. అత్యవసర సమయాల్లో మీకు సహాయపడుతుంది.

ఏ సమయంలోనైనా బయటి ప్రపంచంతో కమ్యూనికేట్ చేయడానికి మొబైల్ ఫోన్ అత్యుత్తమ మార్గం. అందుకే, వీలైతే రెండు ఫోన్లు దగ్గర పెట్టుకోండి. రెండిటినీ ఎప్పుడూ ఆన్‌లోనే ఉంచండి. ఒక మొబైల్‌లో చార్జింగ్ లేకపోయినా.. మరొకటి ప్రయత్నించే అవకాశం ఉంటుంది.

మీరు ఎంత ఆరోగ్యకరంగా ఉన్నా.. ఎప్పుడైనా మెడికల్ ఎమర్జెన్సీ రావొచ్చు. ఒంటరిగా నివసించేవారు ఇంట్లో ఫస్ట్ ఎయిడ్ కిట్‌ను తప్పకుండా ఉంచుకోవాలి. దానిని ఎలా ఉపయోగించాలో తెలుసుకోవడం కూడా ఎంతో ముఖ్యం.

అందానికి ఓట్ వేద్దాం

యవ్వనంగా కనిపించే చర్మం ఎవరికి మాత్రం ఇష్టం ఉండదు. పండుగ వేళ అలాంటి లుక్ కావాలంటే ఓట్స్‌తో దోస్తీ చేస్తే సరి. అందుకోసం మూడు స్పూన్ల ఓట్స్ పొడి, ఒక స్పూన్ పసుపు పొడి, రెండు చుక్కల విటమిన్-ఇ నూనె, ఒక స్పూన్ బాదం నూనె కలిపి మెత్తటి మిశ్రమంలా కలుపుకొని ముఖానికి రాయాలి. ఆరిన తర్వాత కడిగేయాలి. ఇది చర్మం మీది గీతల్ని, ముడతల్ని పోగొట్టి మృదువుగా ఉండేలా చేస్తుంది. ఇందులోని విటమిన్-ఇ చర్మ కణాలను రిపేర్ చేయడానికి ఉపయోగపడితే, పసుపు చర్మాన్ని యవ్వనంగా ఉంచుతుంది.

ఒక్కేసి పువ్వేసి చందమామ

శివుడికి శ్రీ గద్దె చందమామ
మాకు సారె గద్దె చందమామ
రెండేసి పూలేసి చందమామ
రెండు జాములాయే చందమామ
శివపూజ యాలాయే చందమామ
శివుడు రాకపాయే చందమామ
మూడేసి పూలేసి చందమామ
శివుడింకా రాడాయే చందమామ
శివుని పూజ యాలాయే చందమామ
గోరంట చెట్లల చందమామ
గోడపెట్ట పాయే చందమామ
నాల్గేసి పూలేసి చందమామ
నాల్గు జాములాయే చందమామ
శివ పూజ యాలాయే చందమామ
శివుడు రాకపాయే చందమామ
రుద్రాక్ష వనములో చందమామ
నిద్రించవాయే చందమామ
ఐదేసి పూలేసి చందమామ
ఐదు జాములాయే చందమామ
శివుడింకా రాడాయే చందమామ
శివుని పూజ యాలాయే చందమామ
బంతి వనములోన చందమామ
బంతులాడవాయే చందమామ
ఆరేసి పూలేసి చందమామ
ఆరు జాములాయే చందమామ
శివ పూజ యాలాయే చందమామ
శివుడింకా రాడాయే చందమామ
మల్లె వనములోన చందమామ
మాటలాడవాయే చందమామ
ఏడేసి పూలేసి చందమామ
ఏడు జాములాయే చందమామ
రత్నాల గౌరు చందమామ
నీరాసి కలుపుళ్లు చందమామ
ఎనిమిదో పువ్వేసి చందమామ
ఎనిమిది జాములాయే చందమామ
తీగె తీగల బిందె చందమామ
రాగి తీగల బిందె చందమామ
తొమ్మిదో పువ్వేసి చందమామ
తొమ్మిది జాములాయే చందమామ
రాశువాడలేసి చందమామ
రాశిగలపరారే చందమామ
పదేసి పూలేసి చందమామ
పది జాములాయే చందమామ
తీగె తీగల బిందె చందమామ
రాగి తీగల బిందె చందమామ
శివపూజ యాలాయే చందమామ
శివుడు రాకపాయే చందమామ
శివుడికి శ్రీ గద్దె చందమామ
మాకు సారె గద్దె చందమామ
శివుడికి శ్రీ గద్దె చందమామ
మాకు సారె గద్దె చందమామ

నేటి బతుకమ్మ

నానే బియ్యం బతుకమ్మ

పండుగ పూట సమర్పించే ప్రతి నివేదనలో ఒక పరమార్థం ఉన్నది. బతుకమ్మ ఆట తర్వాత ప్రసాదాన్ని అందరికీ పంచుతారు. అలసట తీరాలంటే ఆహారం తీసుకోవాలి. బతుకమ్మ ఆడి ఆడి అలసిన పిల్లలకు అమ్మకు నివేదించిన ప్రసాదం పెడతారు. ప్రసాదం అంటే పది మందితో కలిసి పంచుకునేది. రాక్షస సంహారం కోసం తొమ్మిది రోజుల పాటు పోరాడిన జగన్మాత ఆకలితో అలసిపోయి ఉంటుందనే భావనతో నాలుగో రోజు నానిన బియ్యంతో చేసిన నైవేద్యాలు సమర్పిస్తారు. బియ్యాన్ని కడిగి, నానబెట్టి, ఆ తర్వాత ఆరబెట్టి.. మెత్తని పిండిగా చేస్తారు. అందులో పాలు, చక్కెర, నెయ్యి వేసి పాలకాయల్లాగా చిన్న ఉండలుగా చేస్తారు. వీటిని పచ్చిపిండి ముద్దలని పిలుస్తారు. ఇవంటే అమ్మకు ఎంతో ప్రీతి. అందుకే నానిన బియ్యంతో చేసిన పదార్థాలు నైవేద్యం పెడతారు.

• ఆర్.కమల