ది బొంబాయి ఆంధ్ర మహాసభ & జింఖానా

The Andhra Mahasabha & Gymkhana

తెలుగు భాషా, సాహితీ, సంస్కృతి, కళల, క్రీడల వార్తా విశేషాల ..

దర్పణం

విజయదశమి శుభాకాంక్షలతో..

సెప్టెంబర్ 2009

We deeply mourn the sad demise of

Dr. Y. S. RAJASEKAR REDDY

1949 - 2009

beloved Chief Minister of Andhra Pradesh.

THE BOMBAY ANDHRA MAHASABHA & GYMKHANA

ది బొంబాయి ఆంధ్ర మహాసభ & జింఖానా

The Bombay Andhra Mahasabha & Gymkhana

10-C, Lakhamsi Napoo Road, Dadar (E), Mumbai - 400014. Tel. 24144377 / 24144388, Fax: 24119832.

New telephone number for TTD e-seva booking enquiry : 24170131

మా మాట

అందరికీ నమస్కారం..!

ఆంధ్రప్రదేశ్ ఆత్మీయ ముఖ్యమంత్రి దివంగత డా॥ వై.ఎస్ రాజశేఖర రెడ్డి ఇక లేరంటే నమ్మశక్యం కావడం లేదు. కాని విధివశాత్తు దుర్వార్త వినక తప్పదు. దేశ వ్యాప్తంగా డా॥ యెడుగూరి సందింటి రాజశేఖర రెడ్డి మరణంతో ఆగిపోయిన గుండెలే చెబుతున్నయి, ప్రజల హృదయాల్లో ఆయన కొలువైన తీరును. కన్నీరు మున్నీరుగా యావత్ ఆంధ్రావని శోక సముద్రపు కెరటమై అతలాకుతలమయింది. లక్షలాది మంది ప్రజల విన్నపాలను విసుగు, విరామం లేక చిరునవ్వుతో స్వీకరించి అందరి మన్ననలు పొందిన మహనీయుని మహా ప్రస్థానం దేశ చరిత్రలోనే మరిచిపోలేని ఘట్టం.

వై.ఎస్.గారు ప్రవేశపెట్టిన అనేక అభివృద్ధి, సంక్షేమ పథకాలు జాతీయ స్థాయిలో ప్రారంభించాలని కేంద్ర ప్రభుత్వం భావించడం తెలుగు జాతి గౌరవాన్ని సమున్నతంగా నిలిపింది. అంతటి ముద్దు బిడ్డ వై.ఎస్‌ను తెలుగు జాతి సదా గుర్తుంచుకుంటుంది.

ఆయన కుటుంబ సభ్యులకు భగవంతుడు ఈ విషాదన్ని తట్టుకునే శక్తిని ప్రసాదించాలని, ఆయన ఆత్మకు శాంతి చేకుర్చాలని భగవంతుని ప్రార్థిస్తున్నాము.

ఇక పోతే ఆర్థికంగా వెనుకబడ్డ విద్యార్థిని, విద్యార్థులకు స్కాలర్‌షిప్స్ త్వరలోనే కల్పిస్తామని తెలియజేస్తున్నము. విద్యార్థులకు వ్యవసాయ మార్గదర్శక ప్రత్యేక అవగాహన సదస్సుల కొరకు ఈ నెల తేది 20-9-2009 నాడు డా॥ బి.వి. పట్టాభిరామ్ ద్వార మహాసభలో నిర్వహించనున్నాం. ఇట్టి కార్యక్రమాన్ని సభ్యులందరు సద్వినియోగించుకొని కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేస్తారని ఆశీస్తున్నాము.

ధన్యవాదములు.

డా॥ జి. హరికిషన్
(అధ్యక్షుడు)

భోగ సహదేవ్
(ప్రధాన కార్యదర్శి)

ఇందులో...

- స్పందనలు..
- జరిగిన కార్యక్రమాలు
- జరుగబోవు కార్యక్రమాలు
- కవితలు, కథలు
- బాల దర్పణం
- హాస్య వల్లరి
- వింతలు విశేషాలు
- ప్రత్యేక వ్యాసాలు

ఇంకా.. ఎన్నో... ఎన్నెన్నో...

సారథ్యం

డా. జి. హరికిషన్

ప్రధాన సంపాదకులు

భోగ సహదేవ్

సభ్యులందరికి విజయదశమి, దసరా శుభాకాంక్షలు

పాఠకుల లేఖలు

హమ్మయ్య !

దర్పణం మళ్లీ చూడడం భాగ్యంలో ఉందా అని అనుకొన్నాను... అద్భుతమైన ముఖ చిత్రంతో, కొత్త కార్యవర్గంతో రావడం విశేషం. మీ నూతన కార్యవర్గానికి అభినందనలు తెలుపుతూ సంవత్సరమంతా మంచి కార్యక్రమాలు జరుపుతు మహాసభ పేరు ప్రతిష్టలను ప్రపంచ స్థాయిలో నిలుపుతారని ఆకాంక్షింస్తున్నాం. అలాగే దర్పణం ప్రతి నెల మాకు వస్తుందని ఆశిస్తున్నాం.....

– సోమల్ రాజేశ్వర్ రావు

నూతన ఆంధ్ర మహాసభ కార్యవర్గానికి అభినందనలు.. దర్పణం కు మరోసారి స్వాగతం... మచ్చ ప్రభాకర్ గారు వ్రాసిన.... ముంబయి తెలుగు ప్రజల చరిత్ర దాని ప్రాధాన్యత చాల అద్భుతం... దానిని పూర్తిగ సీరియల్‌గా దర్పణంలో ప్రచురిస్తే బాగుంటుంది.

– భూపతి నాయుడు

ప్రధాన సంపాదకులు, భోగ సహదేవ్ గార్కి మొదలు నా అభినందనలు **దర్పణం** మహాసభలో మళ్లీ రావడం చాలా సంతోషకరణ విషయం. **దర్పణం** ముంబయి సాహితి అభిమానులకు, మనోదర్పణం... వింతలు,విశేషాలు, కథలు, కవితల కొరకు, భారత దేశంలో ఉన్న మన తెలుగు వారందరికి ప్రత్యేకత అంటే 'దర్పణం' దయచేసి ఎట్టి పరిస్థితిల్లో **దర్పణం** ఆగకుండా చూస్తారని మనవి.....

– మంద మల్లయ్య (ఉపాధ్యాయుడు)

దర్పణం ఒక మాస పత్రికగా అనుకున్నం కాని అది త్రైమాస పత్రికగా మారింది. దర్పణం రెగ్యులర్‌గా వస్తే ఆంధ్ర మహాసభకు ఎంతో శోభ నీయంగా వుంటుందని, ప్రతీనెల రావాలని ఆకాంక్షిస్తున్నాం. సమస్యలు ఏమైన ఉంటే మేము ఏదోవిధంగా సహకరిస్తాము.

– మహేశ్వరం నరేందర్

Coming Events

On Sunday, 20th September, 2009 At : 10.00 A.M. onwards
Personality Development Seminar By Dr. B.V. Pattabhiram

On Tuesday, 22nd September, 2009 At : 3.00 P.M. onwards
"Dussera Bommala Koluvu" by Mahila Shakha

On Saturday, 10th October, 2009 At : 7.00 P.M.
"Rela.. Rela... Re...." A musical programme of folk songs & dances by Krishnaveni Janapada Group, Vijayawada

జరిగిన కార్యక్రమాల దర్పణం

తేది 15-8-2009, శనివారము, స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు

జాతీయ పతాకాన్ని ఎగురవేస్తున్న అధ్యక్షులు డా. జి. హరికిషన్

ముంబయి మహానగరంలో స్వైన్ ఫ్లూ విజృంభిస్తున్న నేపథ్యంలో స్వాతంత్ర్య దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని శనివారము, 15 అగష్టు రోజున జాతీయ పతాకావిష్కరణ కార్యక్రమం మాత్రమే నిర్వహించారు. స్వైన్ ఫ్లూ కారణంగా వివిధ సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు, విద్యార్థులకు బహుమతి ప్రధానోత్సవ కార్యక్రమా లు రద్దు చేయడం జరిగింది.

ఉదయం 10 గంటలకు మహాసభ అధ్యక్షుడు డా॥ జి. హరికిషన్ జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా అధ్యక్షులు మాట్లాడుతూ... "జాతిపిత మహాత్మగాంధీ, నెహ్రూ మధ్య జరిగిన సంభాణాలను గుర్తు చేశారు". భారత దేశానికి స్వాతంత్ర్యం వచ్చినప్పటికీ స్వతంత్రము రాలెదని చింతిస్తు అన్ని రంగాలతో పాటు విద్యారంగంలో నూ చక్కని కృషి చేసి, భారతీయు లు ప్రపంచంలోనే అత్యున్నత స్థానంలో నిలిచినప్పుడే అది నిజమైన స్వాతంత్ర్యం అవుతుందని గాంధీజీ అప్పట్లో చెప్పారన్నారు.

ప్రధాన కార్యదర్శి భోగ సహదేవ్ మాట్లాడుతు.. దేశంలో నెలకొన్న సామాజిక రుగ్మతులు పోవాలంటే 'విద్య' ఒకటే పరిష్కారం అని అన్నారు.

ఆంధ్ర ఎడ్యుకేషన్ పాఠశాలకు చెందిన 8వ తరగతి విద్యార్థిని కూమారి అశ్విని స్వాతంత్ర్యనంతరం భారతదేశ పరిస్థితులను విశ్లేషిస్తూ చేసిన ఉపన్యాసం ఎంతో ఆకట్టుకుంది. ధర్మకర్తల మండలి కార్యదర్శి శ్రీ ఎల్.వి. రావు, ధర్మకర్త మండలి సభ్యులు శ్రీ సంకు సుధాకర్, మహిళాశాఖ కార్యదర్శి శ్రీమతి భారత లక్ష్మి, శ్రీ ఎ. మల్లికార్జున రెడ్డి మొదలగు వారు ప్రసంగించారు.

స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకల్లో ప్రసంగిస్తున్న అధ్యక్షులు..

అనంతరం కుమారి అశ్విని మరియు శ్రీ గుజ్జం బాలరాజు టీచరు గారికి మహాసభ అధ్యక్షుల చేత సన్మానం చేశారు. ఇట్టి కార్యక్రమానికి ధర్మకర్తల మండలి చైర్మెన్ శ్రీ టి. భూమేశ్వర్ గారు, సాంస్కృతిక శాఖ ఉపాధ్యక్షులు శ్రీ ఎ.వి. నాగేశ్వర్ రావు, పరిపాలన శాఖ ఉపాధ్యక్షులు శ్రీ యెనగందుల రాజేంద్ర ప్రసాద్, సంయుక్త కార్యదర్శి శ్రీ ద్యావరిశెట్టి గంగాధర్, కోశాధికారి శ్రీ యెలిగేటి రాజ్‌కుమార్, కార్యవర్గ సభ్యులు శ్రీ పిలమారపు గంగాధర్, శ్రీ దాస చంద్రకాంత్, శ్రీ బింగి సత్యనారాయణ, శ్రీ గుజ్జుల శంకర్, శ్రీ గుంటుక పరశురాం, శ్రీ బడుగు విశ్వనాథ్, శ్రీ శెకెల్లి రాములు తదితరులు పాల్గొన్నారు. ముంబయిలోని వివిధ సంస్థల ప్రతినిధులు కూడ ఈ కార్యక్రమాల్లో పాల్గొన్నారు.

తేది 30-8-2009, ఆదివారం, మహిళ శాఖ వారి 'వివాహ వేదిక'

మహిళశాఖ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన వివాహవేదిక కార్యక్రమానికి, పెండ్లి కావల్సిన పిల్లలు, వారి తల్లిదండ్రులు ఎంతో ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమములో మహిళాశాఖ అధ్యక్షురాలు శ్రీమతి వాణీరావు, కార్యదర్శి శ్రీమతి భారత లక్ష్మి, శ్రీమతి జయలక్ష్మి శర్మ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అభినందనలు.. మాజీ మహిళశాఖ అధ్యక్షురాలు శ్రీమతి టి. కమల కుమారి గారు ప్రస్తుత మహిళాశాఖ కార్యవర్గానికి గౌరవ సలహాదారిణిగా నియమితులైనందులకు మహిళాశాఖ వారి తరఫున హార్ధిక అభినందనలు.

గిడుగు రామ్మూర్తిగారి జన్మదిన వేడుకల్లో అధ్యక్షులు, ప్రధాన కార్యదర్శి

తెలుగు వెలుగుకు ఆద్యుడు, తెలుగు వ్యవహారిక భాషా వ్యాప్తికి కృషి చేసిన శ్రీ గిడుగు వేంకట రామమూర్తి గారి 146వ జన్మదిన సందర్భంగా ఆంధ్ర మహాసభలో తెలుగు భాషా దినోత్సవం ఘనంగా జరిపినారు.

కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసిన ముంబయి

కార్యక్రమానికి హాజరైన తెలుగు ప్రముఖులు

ప్రముఖ పారిశ్రామిక వేత్త మరియు ఆంధ్ర ఎడ్యుకేషన్ హైస్కూల్ చైర్‌మెన్ డా॥ మేకా పాపారావు గారు, గౌరవ అతిథిగా శ్రీ పి.వి. నరసింహం గారు, ధర్మకర్తల మండలి కార్యదర్శి శ్రీ ఎల్.వి.రావు గారు, అధ్యక్షులు డా॥ జి. హరికిషన్ గారు, ప్రధాన కార్యదర్శి శ్రీ భోగ సహదేవ్ గారు, మహిళ శాఖ అధ్యక్షురాలు శ్రీమతి వాణిరావు గారు, గురువు శ్రీ రామచంద్ర

ముఖ్య అతిథి డా॥ పాపారావును సన్మానిస్తున్న డా.హరికిషన్

మూర్తి గారు, గురువు శ్రీమతి రాధ మెహన్ గారు జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు.

ఈ సంధర్బంగా ముంబయి, భివండి నుండి పాల్గొన్న పలువురు వక్తలు వ్యవహారిక తెలుగు కోసం శ్రీ గిడుగు రామ మూర్తి పంతులు చేసిన కృషిని కొనియాడారు.

ముఖ్య అతిథి డా॥ మేకా పాపారావు మాట్లాడుతు ముంబాయిలో ఉంటున్న ప్రవాసాంధ్రులు మాతృభాషా వేడుకలను జరుపు కోవడం చాలా ఆనందంగా ఉందన్నారు. అయితే విదేశాల్లో చదవడం వల్ల తనకు తెలుగుపై పట్టు లేదని, అందువల్లనే ఆంగ్లంలో ప్రసంగిస్తున్నానని అన్నారు. తాను ఆంధ్రుడైనప్పటికీ విద్యాభ్యాసం ఇతర రాష్ట్రాలలో జరిగినందుకు మొదట తెలుగు కొంచం కూడ వచ్చేది కాదన్నారు. పట్టుదలతో తెలుగు నేర్చుకొని ప్రస్తుతం కొంచం మాట్లాడ గలుగుతున్నట్లు చెప్పారు.

మళ్ళీ వచ్చే ఏడాది భాషా దినోత్సంనాటికి పూర్తిగా తెలుగు నేర్చుకొని తెలుగులోనే మాట్లాడతానని తెలిపారు. ఆంధ్ర మహాసభ చేసే ప్రతిసేవా కార్యక్రమానికీ తనవంతు సహకారం అందిస్తానన్నారు. గౌరవ అతిథి శ్రీ పి.వి. నరసింహం గారు మాట్లాడుతూ ప్రవాసాంధ్రుల పిల్లలకు వ్యాస, ఉపన్యాస పోటీలను నిర్వహించడం ద్వారా వారిలో మాతృభాషా పరిజ్ఞానాన్ని పెంపొందించవచ్చన్నారు.

అధ్యక్షులు డా॥ జి. హరికిషన్ గారు ప్రసంగిస్తూ

ప్రధాన కార్యదర్శి శ్రీ భోగ సహదేవ్ మాట్లాడుతూ మాతృభాషా ప్రాముఖ్యాన్ని ప్రతి ఒక్కరికీ చాటి చెప్పేందుకే ఈ వేడుకలను నిర్వహిస్తున్నట్లు చెప్పారు. మహాసభ ద్వార వెలువడే వార్త విశేషాల పత్రిక 'దర్పణం'లో విద్యార్థులు రాసే కథలు, కవితలు, రచనలను ప్రచురిస్తామన్నారు.

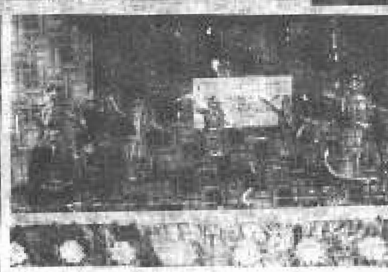
భాషా పరిజ్ఞానాన్ని పెంచుకోడానికి వారికి ఇది చక్కగా ఉపయోగ పడుతుందని చెప్పారు. వేడుకలకు హాజరైన ఆంధ్ర ఎడ్యుకేషన్ సోసైటి హై స్కూల్ ఉపాధ్యాయులు శ్రీ మచ్చ ప్రభాకర్ మాట్లాడుతూ శ్రీ గిడుగు రామ్మూర్తి వ్యవహారిక భాషా వ్యాప్తికి చేసిన కృషిని కొనియాడారు.

మహాసభ మాజీ ప్రధాన కార్యదర్శి ఎ మల్లికార్జున రెడ్డి మాట్లాడుతూ తెలుగు వారికి తెలుగు భాషపై మమకారం తగ్గుతోందని, తెలుగు భాషను యాసగా మాట్లాడినా నష్టం లేదని, భాషను మాత్రం మరువ రాదని అన్నారు. బి.ఓ.టి సభ్యుడు శ్రీ సంకు సుధాకర్ మాట్లాడుతూ తెలుగు భాషపై తెలుగు వారికి మమకారం తగ్గుతోందని, తెలుగును మర్చిపోకూడదని అన్నారు. శ్రీ పాము మనోహర్ గారి తెలుగు భాషపై చదివిన కవిత్వం, శ్రీ గట్టు నర్సయ్య గారి మాతృభాషపై పాడిన గీతం మరియు కుమారి గజ్జెల అపూర్వ ఆలపించిన మా తెలుగు తల్లికి మల్లెపూదండ గీతం సభికులను ఆకట్టుకుంది.

శ్రీ గందూరి లక్ష్మినారాయణ(భివండి), శ్రీ సంగెవేని రవీంద్ర, శ్రీ యెల్టి సుదర్శన్ తదితరులు కూడ గిడుగు రామమూర్తి వ్యవహారిక భాష వ్యాప్తికి చేసిన కృషిని కొనియాడారు.

అనంతరం ముఖ్య అతిథి డా॥ పాపారావు గారిని అధ్యక్షులు డా॥ హరికిషన్ గారు సత్కరించారు.

తెలుగు భాషా దినోత్సన వేడుకల్లో సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు



తెలుగు భాషా దినోత్సవ వేడుకలను పురస్కరించుకొని మహాసభలో ప్రత్యేక సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలను నిర్వహించారు. ఇందులో భాగంగా గురువు రామచంద్ర మూర్తి శిష్యులతో కూచిపూడి నృత్యాలు మరియు గురువు రాధమోహన్ గారి శిష్యులతో భరత నాట్యాన్ని ప్రదర్శించారు. కార్యక్రమాలు ఆహుతులను అలరించాయి

- తనపై విసిరిన రాళ్ళకింద పడి నలిగి చచ్చేవాడు పిరికివాడు. ఆ రాళ్ళతో దుర్గం నిర్మించుకుని పైకి వచ్చేవాడు విజయుడు
- విమర్శలకు కృంగక, సమస్యలకు లొంగక అనుకున్న లక్ష్యం వైపు దూసుకు పోయేవాడు - అజేయుడు
- 'నాయకత్వలక్షణాలు జన్మత: సంక్రమించవు. అవి సాధనతోనే సంపాదించ వచ్చు"

- డా॥ బి.వి. పట్టాభిరామ్

తేది 30-8-2009, ఆదివారము నాడు ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించిన విద్యార్థులకు సన్మానము

ఎస్.ఎస్.సి మరియు హెచ్.ఎస్.సి లో ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించిన సుమారు 110 మంది విద్యార్థులకు ప్రశంసా పత్రాలతో పాటు జ్ఞాపికలను ముఖ్య అతిథి డా॥ మేకా సాపారావు చేతుల మీదుగా అందజేశారు.

ప్రథమ, ద్వితియ,తృతియ స్థానాల్లో మార్కులు సాధించిన విద్యార్థులకు రూ. 5000/-, రూ॥ 3000/-, రూ॥ 2000/- నగదు అందజేశారు.

విద్యార్థులకు ప్రశంసా పత్రాలను మరియు జ్ఞాపికలను అందజేస్తున్న ముఖ్య అతిథి డా॥ సాపారావు, అధ్యక్షులు డా.జి. హరికిషన్ మరియు ప్రధాన కార్యదర్శి భోగ సహదేవ్

"నన్ను శ్రీరామ్ చిట్స్‌కు పరిచయం చేసినందుకు నా మిత్రునికి సహస్రాభివందనాలు"

మేము ఇప్పుడు ఎంతో హాయిగా ఉన్నాము. మరి మీరు?

మీ విశ్వసనీయమైన ఆర్థిక నేస్తం-నేటికీ, ఏనాటికీ!

CONTACT : PUBLIC RELATION OFFICER
A. V. NAGESWARA RAO
Mob.: 9892592722

శ్రీరామ్ చిట్స్

శ్రీరామ్ చిట్స్ (మహారాష్ట్ర) లిమిటెడ్,
ఏ-520 బెట్జోలా కాంప్లెక్స్, సుమన్ నగర్ ఎదురుగా,
సియోన్-ట్రాంబే రోడ్, చెంబూర్ ఈస్ట్, ముంబయి-71.
ఫోన్ : 2522 5470 / 2522 5378

Advt.

Following students were felicitated in Mahasabha on : 30-8-2009

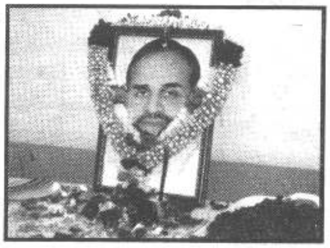
H.S.C Meritorious Students- 2009

SR NO.	NAME	PERCENTAGE
1.	Medita Suchitra Manmadharoa	88.33 %
2.	Adepu Ravi Chinnabhumayya	86.67 %
3.	Maidam Lavanya Rajanna	84.50%
4.	Sandupatla Nathasha Ravindra	84.50 %
5.	Bollavatri Shweta Bhagyarathdu	83.33 %
6.	Alle Aditya Surendher	83.17 %
7.	Bollavathri Sneha B.	82.67 %
8.	Kannuri Vijayalaxmi Loknath	82.50 %
9.	Engandhula Santosh B.	80.83 %
10.	Dyavanapelli Charanteja L.	80.50 %
11.	Gajjala Apoorva GK Mohan	80.17 %
12.	Kommuneni Anjeetha Mallesham	80.00 %
13.	Boga Srujana Jeevan	78.50 %
14.	Gajelli Bhargavi Shankar	77.00 %
15.	Ippalapalli Sneha Dubrajam	76.67 %
16.	Manur Sravanthi Poshetty	76.67 %
17.	Katkam Gouthami Lingaiah	76.67 %
18.	Neelam Nikita Vijaykumar	75.33 %
19.	Vushakola Karthik Yetirajam	75.00 %
20.	Kondabathini Shravathi L.	74.83 %
21.	Davanapelli Sanjay Mallayya	74.50 %
22.	Pasikanti Swapna Narsayyal	74.00 %
23.	Kyatam Vivek Ravindra	73.83 %
24.	Kamtam Ramu Bhumeshwar	73.33 %
25.	Kodimala Chandrashekar Rajanna	72.67%
26.	Talla Sagar Haricharan	72.50 %
27.	Regunta Kiran Chandrashekar	72.33 %
28.	Sapa Kartik Narayana	72.00 %
29.	Balla Vinayak Baburao	71.33 %
30.	Yenugandula Shivakumar R.	70.83 %

S.S.C Meritorious Students- 2009

SR NO.	NAME	PERCENTAGE
1.	Gundetti Gangeshwar Gangarajam	93.84 %
2.	Cilivery Sushant Ramesh Babu	92.30 %
3	Goutham Reddy Challa	91.40 %
4.	Joga Ashwini Ravinder	91.23 %
5.	Balla Prashant Balaraj	91.07 %
6.	Chinta Rohit Sudam	90.15 %
7.	Gajul Pooja Gopal	90.00 %
8.	G. Neeha Subhrahmanyam	89.84 %
9.	Eag Sandhyarani Soamashekhar	89.53 %
10.	Chekkala Nilesh Dharampuri	89.38 %
11.	Pillamari Pradhyumma K.S.	89.23 %
12.	Gundeti Akshay Veeresham	89.07 %
13.	Gali Sneha Manohar	88.92 %
14.	Jorrigal Ganesh Ravi	88.61 %
15.	Talari Dinesh Bhumanna	87.84 %
16.	Kommuneni Ashvini Mallesham	87.38 %
17.	Gangula Gautham Dharampuri	86.61 %
18.	Chilka Priyanka Rajendra	86.30 %
19.	Kotur Sanjana Shridhar	86.15 %
20.	Gujjula Rohit Ramdas	85.84 %
21.	Vemula Shirisha Rajamallu	85.84 %
22.	Gunda Srujana Narahari	85.07 %
23.	Yenugandula Priyanka R. P.	84.76 %
24.	Bhoga Jyothi Narayana	84.00 %
25.	Bhoga Vinaykumar Sahadev	83.84 %
26.	Mondi Saikumar Rajanna	83.53 %
27.	Yemula Vamshi Laxminarayana	83.23 %
28.	Chiluvery Archana Bhumayya	83.23 %
29.	Namani Minakshi Ramulu	83.23 %
30.	Gundety Raviraj Eshwarayya	82.92 %
31.	Gajelli Mayur Shankar	82.76 %
32.	Boddupally Prakash Yankaiah	82.46 %
33.	Dyavarshetty Krishnakanth V.	82.46 %
34.	Konda Sruthi Kanthaiah	82.15 %
35.	Avaduta Bhaskar Balraj	82.15 %
36.	Bingi Priyanka Satyanarayana	81.84 %
37.	Margam Rajita Ravi	81.69 %
38.	Kondapaka Vikaskumar Narsimulu	80.92 %
39.	Gajula Krantikumar Mallesham	80.76 %
40.	Adepu Shirisha Shivaramulu	80.76 %
41.	Vasam Divya Satyanarayana	80.76 %
42.	Alle Swathi Surender	80.61 %
43.	Chatla Sagar Gangadhar	80.61 %
44.	Dusa Lehari Sanjay	79.69 %
45	Dusa Arundhati Yellaiah	79.69 %
46.	Pula Mahesh Prakash	78.61 %
47.	Rapelli Rajeshwari Dattadri	78.61 %
48.	Papani Venkatesh Srinivas	78.61 %
49.	Choutu Yogpal Prabhakar	78.46 %
50.	Gurudu Pooja Gangadhar	78.46 %
51.	Tatipamula Navya Govardhan	78.46 %
52.	Mamidala Namrata Anand	78.00 %
53.	Bura Kishan Laxman	77.69 %
54.	Devasani Praveen Sattiah	77.07 %
55.	Mummadi Chaitanya V	76.76 %
56.	Bitla Sagar Vasudev	76.61 %
57.	Enjapuri Kishan Krishna	76.61 %
58.	Chitla Pravalika Ravikumar	76.46 %
59.	Kumdaram Vinay Ramesh	75.84 %
60.	Myaka Priyanka Haridas	75.84 %
61.	Sadula Manohar Gangarajam	75.38 %
62.	Bhairy Shrinivas Rajesham	75.07 %
63.	Vadigoppula Amit Sudarshan	75.07 %
64.	Margal Rajeshm Ravi	74.92 %
65.	Kallu Mallikarjuna Rao M.	74.76 %
66.	Kodam Dinesh Chiranjeevi	74.00 %
67.	Devarshetty Ganesh Gangaram	73.84 %
68.	Arisella Pooja Shankar	73.23 %
69.	Kokkula Gouthami Gangadhar	73.23 %
70.	Talla Saiprasad Bhoomeshwar	72.61 %
71.	Kirti Chandrakant Dasha	72.00 %
72.	Chilka Divya Suresh	71.84 %
73.	Devsani Akshay Namdeo	71.53 %
74.	Enjapuri Shravan Kumar Ramesh	71.53 %
75.	Guda Venkateshwar Baburao	71.23 %
76.	Kokkula Vishwanath Bhumeshwar	70.00 %
77.	Cheruku Pravalika Krishna	70.00%

డా॥ వై.ఎస్. రాజశేఖర రెడ్డికి ఆంధ్ర మహాసభ ఘన నివాళి



దివంగత ముఖ్యమంత్రి డా॥ వై.ఎస్. రాజశేఖర రెడ్డికి ది బొంబాయి ఆంధ్ర మహా సభ జింఖాన ఘన నివాళి అర్పించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముంబాయి నలు మూలలనుంచి అభిమానులు తరలి వచ్చారు. అధ్యక్షులు డా॥ జి. హరికిషన్, ప్రధాన కార్యదర్శి భోగ సహదేవ్ తో సహ, డా॥ పాపారావు, శ్రీమతి రాజ్యలక్ష్మి పాపారావు, శ్రీ ఎన్. విఠల్, సాక్షి గంగాధర్ రెడ్డి, కె. రమేష్ బాబు, ఎ.ఎమ్. రెడ్డి, యెల్డి సుదర్శన్, నాగరాజు సర్, సులెమ్ బాబురావు, సంగవేని రవింద్ర, గట్టు నర్సయ్య, యెల్లప్ప, మర్రి జనార్ధన్, డా॥ పాము మనోహర్, వేముల జైప్రకాశ్, ధర్మకర్తల మండలి కార్యదర్శి ఎల్.వి. రావు, కమిటి సభ్యులు, ద్వావరిశెట్టి గంగాధర్, డా॥ విజయసారథి,

దివాంగత డా.వైఎస్సార్‌కు మౌనంపాటిస్తున్న హాజరైన తెలుగు ప్రముఖులు.

గుంటుక పరశురాం, కోశాధికారి యెలిగేటి రాజకుమార్, ప్రతాప్... తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అధ్యక్షులు, ప్రధాన కార్యదర్శి వై.ఎస్ చిత్ర పటానికి పూల మాలలు అర్పించి శ్రద్ధాంజలి ఘటించారు అనంతరం 2 ని॥ మౌనం పాటించారు. ఈ సందర్భంగా జి. హరికిషన్ మాట్లాడుతూ వైఎస్సార్ సహకారంతో ఆంధ్ర మహాసభను ఎంతో అభివృద్ధి చేయాలని భావించామని, ఆయన హఠాన్మరణంతో సంతాప సభ ఏర్పాటు చేయడం దురదృష్టకరమని అన్నారు. ప్రధాన కార్యదర్శి భోగ సహదేవ్ వైఎస్సార్ వ్యక్తిత్వాన్ని వివరించారు. ఒక యోగి, కిసాన్, విద్యావేత్త, పేదలకు ఆరోగ్యశ్రీ సేవలతో పాటు ఆంధ్రప్రదేశ్ అభివృద్ధికి ఎన్నో సంక్షేమ పథకాలు ప్రారంభించిన గొప్ప వ్యక్తి వైఎస్సార్ అని కాంగ్రెస్ సీనియర్ నాయకుడు ఎన్. విఠల్ ప్రశంసించారు.

ఆయన మరణం ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోనే కాదు దేశంలో అందరినీ కంటతడిపెట్టేలా చేసిందన్నారు ఆయనకు జల నివాళి... జన నివాళి.. అని ఆంధ్రమహాసభ మాజీ ప్రధాన కార్యదర్శి ఎ మల్లికార్జునరెడ్డి పేర్కొన్నారు.

వైఎస్ హయంలోనే ఆంధ్రప్రదేశ్ అన్ని రంగాల్లో గణనీయమైన అభివృద్ధి సాధించిందని మహా సభ మాజీ అధ్యక్షుడు కె. రమేష్‌బాబు చెప్పారు పుట్టుకతోనే నాయకత్వ లక్షణాలు పుణికి పుచ్చుకున్న గొప్ప వ్యక్తి వైఎస్సార్ అని ట్రస్ట్ బోర్డ్ సభ్యుడు ఎల్.వి. రావు కొనియాడారు. ప్రవాసాంధ్రుల సమస్యలు దృష్టికి తీసుకు వచ్చిన వెంటనే స్పందించి సహాయ సహకారాలు అందించిన గొప్పవ్యక్తి ఆయన అని కష

వైఎస్సార్‌కు శ్రద్ధాంజలి ఘటిస్తున్న అధ్యక్షుడు డా. జి. హరికిషన్

యెల్డి సుదర్శన్ ప్రశంసించారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ అన్నిరంగాల్లో అభివృద్ధి చెందడం వల్లనే అక్కడ నుంచి ఇతర ప్రాంతాలకు వలసలు తగ్గాయని మహాసభ మాజీ ఉపాధ్యక్షుడు మర్రి జనార్ధన్ పేర్కొన్నారు. ఏ పార్టీకి చెందిన వారైనా ఆయన దగ్గరకు వెళితే సమా నంగా ఆదరించే గొప్పవ్యక్తి అని తెలుగు సేన నాయకుడు సూలెం బాబురావు చెప్పారు.

వైఎస్ భౌతికంగా మనమధ్య లేకపోయినా తెలుగు వారి హృదయాల్లో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోయే మహోన్నాతమైన వ్యక్తి అని డాక్టర్ విజయ సారథి వివరించారు. పాదయాత్ర ద్వారా ప్రజల మనోభావాలను తెలుసుకున్న మహానుభావుడు, ప్రజలకు మేలుచేసే ఆరోగ్యశ్రీ తదితర సంక్షేమ పథకాలతో వారికి మరింత సన్నిహితుడైన గొప్పవ్యక్తి అని మహాసభ జీవిత సభ్యురాలు రాజ్యలక్ష్మి పాపారావు పేర్కొన్నారు. నాగరాజు, ప్రతాప్ తదితరులు వైఎస్సార్‌కు అంజలి ఘటింటారు.

దివాంగతులైన ఆంధ్ర ప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రికి శ్రద్ధాంజలి అర్పిస్తున్న తెలుగు ప్రముఖులు

డా॥ బి.వి. పట్టాభిరామ్ గారి
'వ్యక్తిత్వ వికాస పాఠాలు'

తేది 20-9-2009
ఆదివారము,
ఉ॥ 10.00 గం॥ల
నుండి

"విజయం సాధించడానికి అర్హత లేని వ్యక్తినెవరినీ భగవంతుడు ఇప్పటివరకు సృష్టించలేదు"

కౌన్సిలర్‌గా నిష్ణాతుడైన, క్వాలిఫైడ్ సైకాలజిస్టు డా॥ బి.వి. పట్టాభిరామ్ అసాధ్యన్ని సుసాధ్యం చేయాలంటే ఆత్మవిశ్వాసం ఎంతో అవసరం. ఆ విధంగా అనేక అద్భుతాలను చేసి చూపించిన వారెందరో మనకు తెలుసు.

"ఏది తనంత తానే నీ దరికి రాదు శోధించి సాధించాలి" అన్నారు శ్రీశ్రీ. ఏ రంగంలోనైన ఆత్మవిశ్వాసంతో ఎలా ముందుకు సాగాలో, దానికి ఎటువంటి సాధన చేయ్యాలో వైఖరులు (Attitude) ఎలా మార్చుకోవాలి ? కాంప్లెక్సులను అధిగమించడం ఎలా ? రక్షణ తంత్రాలు (Defence Mechanism) ఎలా, ఎప్పుడు ఉపయోగించాలి? భయాలు, భ్రాంతులు, అనుమానాలు, ఆందోళనలు, నత్తి ఎలా పోగొట్టు కోవాలి? అనే ప్రశ్నలకు పూర్తిగా తృప్తి పరిచే ట్రెండ్ సెట్టర్ డా॥ బి.వి. పట్టాభిరామ్.

ప్రతి వ్యక్తి జీవితంలో ఆనందంగా, ఆరోగ్యంగా ఉండాలని కోరుకోవడం సహజమే, అయితే అందరూ అది అందుకుంటున్నరా అనేది అనుమానమే. ఆ సమస్య నుండి ఎలా బయట పడాలో.. ప్రతికూల ఆలోచనలను ఏవిధంగా అధిగమించాలో ప్రతివారు పాటించగల పద్ధతులు డా॥ బి.వి. పట్టాభిరామ్ 'కౌన్సిలింగ్‌లో' తెలియజేస్తారు.

'నేను చదవాలనుకున్నా చదవలేక పోతున్నాను', "మా తల్లి దండ్రులకు చదువు రాదు", 'నా జాతకం బాగాలేదు' 'పుస్తకం తెరవగానే నిద్ర వచ్చేస్తుందీ', 'ఎంత చదివిన జ్ఞాపకం ఉండడం లేదు', 'ఈ మధ్య ఏకగ్రత తగ్గిపోయింది', 'నా రాత ఎలా ఉంటే అలా జరుగుతుంది', అంతా నా ఖర్మ', ఇటువంటి స్టేట్‌మెంట్లు ఇచ్చే స్టూడెంట్స్ చాల మంది ఉన్నారు. అందులో మీరే ఉండవచ్చు.

మీరు జీనియస్ కావాలనే కోరిక మీలో నిజంగానే ఉంటే... రండి....

డా॥ బి.వి. పట్టాభిరామ్ గారి

'వ్యక్తిత్వ వికాస్ పాఠాలు' కార్యక్రమానికి హాజరుకండీ

విద్యార్థిని, విద్యార్థులకు -	తల్లిదండ్రులకు -
ఉ॥ 10.00 గం॥ల నుండి 1.00 వరకు.	మ॥ 2.00 గం॥ల నుండి 5.00 వరకు.

'డా॥ బి.వి. పట్టాభిరామ్ గారి 'వ్యక్తిత్వ వికాస రచనలు'

'టర్నింగ్ పాయింట్' 'గుడ్ టీచర్' ' కష్టపడి చదవొద్దు - ఇష్ట పడి చదవండి', 'జీనియస్ మీరు కూడా...', 'మాస్టర్ మైండ్', 'మీరు మారాలను కుంటున్నరా ?' మైండ్ మేజిక్, సెల్ఫ్ కాన్ఫిడెన్స్, 'విజయం మీదే' పాజిటివ్ థింకింగ్ 'గుడ్ పేరెంట్స్' ' బెటర్ టీచర్స్' 'బెస్ట్ స్టూడెంట్ – లీడర్‌షిప్' మొదలగునవి.

Personality Development Seminar : On Sunday, 20-9-2009

Our future does not depend on luck but depends more on our thinking and processes and actions. Good Fortune is not a matter of chance but a matter of choice we make.

This Seminar will give you inspiration, clear your illusions, remove the cob-webs of doubts and despair, give you helpful and Motivating Links, make you understand how to become a 'Master Mind' achieve extra ordinary success, so that you yourself can become a Role Model for others and in Turn, motivate them to become "Master Mind". Yes! All this is possible. **Let's attend the Seminar.**

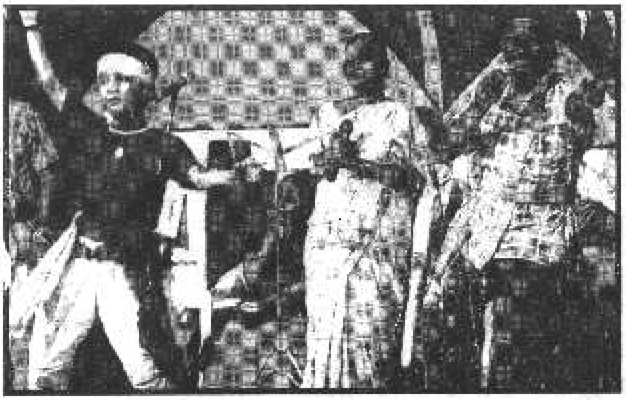
For Students : - 10 am to 1 pm   For Parents : - 2 pm to 5 pm

దర్పణం లో రేపటి కార్యక్రమాలు

తేది 22-09-2009, మంగళవారం, మహిళా శాఖ వారి ఆధ్వర్యంలో దసరా సరదాలు

దసరా బొమ్మలకొలువు ప్రత్యేకంగా బార్బీ బొమ్మలతో "సాయిబాబా" చరిత్రను కళ్ళకు కట్టినట్లుగా, కొలువు పెట్టుతున్నాము. తర్వాత కీ॥శే॥ బొడ్డుపల్లి కమలదేవి గారి పేరున పసుపు కుంకుమలు, తాంబూలాల వితరణ జరుగుతుంది. అదే సమయంలో "దేవీ సంకీర్తనార్చన" శ్రీమతి ఎన్.సి. సీతాదేవి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహింపబడు తుంది. పాటలు పాడగల్గిన, పాడదల్చిన మహిళలందరూ ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన వచ్చును. ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన దల్చిన మహిళలందరు సెప్టెంబర్ 20 వ తేదిలోపున తమ పేర్లను మాకందజేయవలయును. వివరాలకు మహిళ శాఖ ప్రెసిడెంట్ శ్రీమతి సుసర్ల వాణి ఫోన్ నం. 25281131, 9833164862 లేక సెక్రటరీ శ్రీమతి పొన్నూరి భారతలక్ష్మి ఫోన్ నం. 25226339, 9322838958 ని సంప్రదించ వచ్చును. మహిళలందరు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొని విజయవంతం చేయవలసిందిగా కోరుతున్నాము.

తేది 10-10-2009, శనివారము, సా॥ 6.30 గం॥లకు రేలా. రేలా.. రే... జానపద గాన నృత్య ప్రదర్శన



మన సంస్కృతి సంప్రదాయలు తెలియాలంటే జానపద గీతాలను వినాలి అందుకని కృష్ణ జిల్లాకు చెందిన "కృష్ణవేణి జానపద గాయక బృందం' గ్రామీణ నాగరికత ఉట్టిపడేలా గ్రామీణ వేషధరణతో "రేలా... రేలా.. రే" జానపద గానం అనే సాంస్కృతిక కార్యక్రమం ఆంధ్ర మహాసభలో జరుగనున్నది. ఇప్పటికే రాష్ట్రంలోను, రాష్ట్రేతర ప్రాంతంలోను 100కు పైగా ప్రదర్శనలు "కృష్ణవేణి జానపద బృందం" వారు ఇచ్చారు. ఈ బృందానికి ముఖ్య నిర్వాహకులు దామోదర గణపతి రావు గారు జిల్లా ఉత్తమ ఉపాధ్యయ, డా॥ రామన్ ఫౌండేషన్ ప్రజ్ఞా మరియు బంగారు నంది నాటక అవార్డు గ్రహిత. ఈ కార్యక్రమానికి తెలుగు వారందరు అధిక సంఖ్యలో హాజరయి రేలా.. రేలా... రే.... జానపద కళాకారులని ప్రోత్సహించాలని కోరుచున్నము.

PG INVESTMENT SHOP
Professional Insurance & Investment Consultant
MEMBER CHAIRMAN CLUB

Gangadhar G. Pillamarapu
Mobile : 93222 18929 / 90040 39150
OFF. TEL. : 2491 3408.
Email : pginvestus@yahoo.com
website : pginvestus.com

Can Help you with All your Financial Needs

- Life Insurance : Policy Loans, Any Changes in your policies, Online Payments, Maturity service.
- General Insurance : Mediclaim, Motor Insurance, Home Insurance, Travel Insurance.
- Income Tax : Tax Calculation, Apply New PAN Card, Tax Returns, Tax saving Schemes.
- Mutual funds : Form any company *Open Ended *Close Ended *ELSS Schemes (Tax ben. U/s 80c).
- New Passport : Related any Information & Service Provided.

FLASH NEWS

New India Just Pay Rs. 496/- p.a. Insured Rs. 10,00,000/- (Accidental Death)

Pay Your LIC Insurance Premium No "Q" spot receipt free service : 10 am to 7pm

Mediclaim Policy No Medical Test Age upto 65 yrs. Cash lnss. Maternity Coverage Tax benefit

LIC RD Scheme Pay Rs. 5000/- P.M. For 25 Years & Get Rs. 49,60,227/- added more extra benefits.

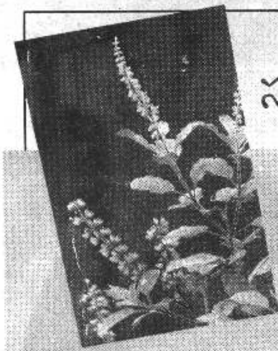
Just Phone Call away ... Feel FREE to contact anytime

LIC · Vehicle Insurance · MediClaim · New Passport · Mutual Funds · Tax Returns

Office : B.D.D. Block No.34, Shop No.20, Ground Floor, Near Jamburi Maidan, Worli, Mumbai - 400 018.

Gangadhar G. Pillamarapu
Mobile : 9004039150 / 93222 18929

సభ్యులందరికి విజయదశమి, దసరా శుభాకాంక్షలు

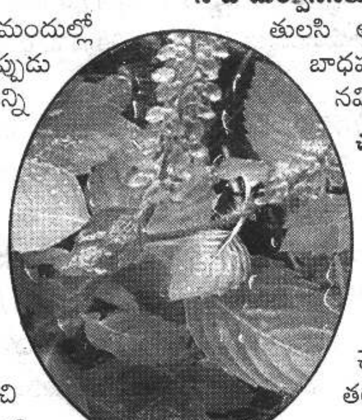


సర్వరోగ నివారిణి తులసి

తూర్పు తెలవారకుండానే స్త్రీలు ఇంటి ముందు ఉన్న తులసికి పూజ చేసి, ఆ తరువాతే రోజూవారీ కార్యక్రమాలు ప్రారంభిస్తారు. తులసి సౌభాగ్య ప్రదాయినే కాదు, ఆరోగ్య ప్రదాయిని కూడా. 'హెర్బల్ క్వీన్' గా పిలవబడే తులసిలో ఎన్నో ఔషధ గుణాలు దాగి ఉన్నాయి. ఉదయాన్నే తులసి చెట్టును చూస్తే ఆరోజంతా శుభప్రదంగా గడిచిపోతుందన్నది చాలా మంది నమ్మకం. తులసిలో మూడు రకాలున్నాయి. వీటిల్లో ఏర కాన్ని వాడినా మంచి ఫలితాల్ని పొందవచ్చు. భారతీయ సంప్రదాయంలో ఓ భాగమైపోయిన తులసి ఉపయోగాలు

జలుబు, జ్వరం – పలు జ్వరాలకు తులసి మంచి మందుగా పనిచేస్తుంది. ముఖ్యంగా ఈ వర్షాకాలంలో వచ్చే ఫ్లూ, మలేరియా, వైరల్ జ్వరాలకు మందుల కన్నా తులసి రసం లేదా ఆకులు బాగా పనిచేస్తాయి. తులసి ఆకుల నుంచి తీసిన రసాన్ని రోజుకి రెండు లేదా మూడు సార్లు తాగితే జ్వరతీవ్రత క్రమేపీ తగ్గుతుంది. ముఖ్యంగా చిన్నపిల్లలకు ఈ రసం చాలాబాగా పనిచేస్తుంది. బాగా జలుబు చేసినప్పుడు గుప్పెడు తులసి ఆకులు, కొద్దిగా ఉప్పు కలిపి నమిలి ఆ రసాన్ని మింగితే ఉపశమనం లభిస్తుంది.

దగ్గు – దగ్గుకు ఉపయోగించే ఆయుర్వేద మందుల్లో తలసిని ఉపయోగిస్తారు. దగ్గు తీవ్రంగా ఉన్నప్పుడు తులసి ఆకులు బుగ్గన పెట్టుకొని ఆ రసాన్ని మింగితే మంచి ఫలితం కనిపిస్తుంది.



మూత్రపిండాల్లో రాళ్లు – మూత్ర పిండాల పనితనంలో అనుమానాలు, రాళ్లు వంటి సమస్యలతో బాధ పడేవారు ఈ కింది విధంగా చేస్తే మంచిది. తులసి ఆకుల రసాన్ని తేనెతో కలిసి క్రమం తప్పకుండా తీసుకుంటే ఫలితం కనిపిస్తుంది.

గుండె జబ్బులకు – రక్తపోటును నియంత్రించి గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచే శక్తి తులసికి ఉంది. అంతే కాకుండా రక్తహీనతతో బాధపడుతూ, బాగా నీరసంగా ఉన్నప్పుడు కొన్ని తులసి ఆకులను నమిలి తింటే శక్తి పుంజుకోవచ్చు.

చిన్నపిల్లలకు – సహజంగా చిన్న పిల్లలకు వచ్చే దగ్గు, జలుబు, డయేరియా, జ్వరం, వాంతులు వంటి సమస్యలకు అలోపతి మందులకన్నా తులసి చాలా బాగా పనిచేస్తుంది. పై సమస్యలతో బాధపడే చిన్న పిల్లలకు తులసి రసాన్ని ఇచ్చినట్లయితే చాలా బాగా పనిచేస్తుంది. త్వరితంగా ఉపశమనం లభిస్తుంది.

ఒత్తిడి నుంచి విముక్తి – చిన్నా, పెద్దా బేధం లేకుండా అందరూ ఎదుర్కొనే ఆరోగ్యసమస్యల్లో ఒత్తిడి ఒకటి. ఒత్తిడి నుంచి బయటపడడానికి చాలా చిట్కాలు పాటిస్తుంటారు. కొందరు మందులను కూడా వాడాతారు. ఇవేవీ అక్కర్లేకుండా తులసి ఒత్తిడిని సమర్థవంతంగా ఎదుర్కొంటుందని ఇటీవల నిర్వహించిన పరిశోధనల్లో రుజువైంది. తీవ్రమైన ఒత్తిడిని ఎదుర్కోనేవారు ప్రతి రోజూ 12 నుంచి 13 తులసి ఆకులను రోజుకు రెండు సార్లు తింటే ఒత్తిడిని సులభంగా అధిగమించవచ్చు.

నోటి దుర్వాసనకు – నోటిలో పుండ్లు, దుర్వాసనను అరికట్టేశక్తి తులసి ఆకులకు ఉంది. పై రెండు సమస్యలతో బాధపడేవారు రోజూ కొన్ని తులసి ఆకులను నమిలితే వీటి నుంచి బయటపడవచ్చు.

చర్మవ్యాధులకు – చర్మం మీదే వచ్చే ఎలర్జీలు, ఇన్‌ఫెక్షన్లకు తులసి మందుగా పనిచేస్తుంది. తులసి రసాన్ని చర్మం మీద రాసినట్లయితే మంచి ఫలితం కనిపిస్తుంది.

తలనొప్పులకు – తులసి ఆకుల ముద్దను కొద్దిగా శాండిల్‌ఉడ్ పౌడర్‌లో కలిపి పేస్ట్‌గా చేసి నొప్పి ఉన్న ప్రాంతంలో రాసినట్లయితే తల నొప్పి తగ్గుతుంది.

రక్తస్రావం అరికట్టడంలో – ఋతుక్రమ సమయంలో అధిక రక్తస్రావం అవుతుంటే ఈ విధంగా చేస్తే మంచి ఫలితాన్ని పొందవచ్చు. గ్లాసు నీటిలో తులసి ఆకులను బాగా మరిగించి వడకట్టి ఆ రసాన్ని మూడు రోజులు తాగితే అధిక రక్తస్రావం ఆగిపోయే అవకాశం ఉంది.

నొప్పులకు – ప్రసవం అనంతరం ఒళ్లు నొప్పులతో చాలా మంది బాధపడుతుంటారు. వారు ఇలా చేస్తే నొప్పుల బాధ నుంచి తప్పించుకోవచ్చు. తులసి ఆకులను ముందు రోజు రాత్రి నీటిలో నానపెట్టి, ఆ నీటిలో కొద్దిగా చక్కెర వేసుకొని తాగితే చాలా మంచిది.

•••

మహాత్మా ! మళ్ళీరాకు !

(15.08.2009 నాడు ఆంధ్రమహాసభ ఆవరణలో జండావందనం సందర్భంగా కు॥ అశ్విని అనే విద్యార్థిని ఇచ్చిన ఉపన్యాసం ఎందరో పెద్దల మన్ననలను పొందింది. ఆ ఉపన్యాసం ఇక్కడ పొందుపరుస్తున్నాం- ఎడిటర్)

కు॥ అశ్విని

మన మహాత్ముడు

రవి అస్తమించని బ్రిటిష్ సామ్రాజ్య బానిస సంకెళ్ళతో కృంగిపోతున్న భరతమాత కన్నీళ్ళను చూడలేక వేలాది భారత వీరులు తమ ప్రాణాన్ని పణంగా పెట్టి ఆంగ్లేయులతో పోరాడి స్వరాజ్యం సాంధించిన రోజిది; మన స్వాతంత్రదినం.

ఎందరో రాజులు, రాణులు, వీరసైనికులు, విప్లవకారులు, అతివాదులు, మితవాదులు, తీవ్రవాదులు, శాంతికాముకులు, సత్యాగ్రహులు వారివారి పద్ధతుల్లో భరతమాతను విముక్తురాలిని చేయటకై ప్రాణాలర్పించారానాడు. పోరాడింది ఎంతమందైనా, ఎంచుకున్న మార్గాలేవైన వారందరి లక్ష్యం మాత్రం ఒక్కటే ఆనాడు. మధ్యలో ఎన్నో జాతి, మత, కుల, ప్రాంతీయ అవరోధాలు ఎదురైనా లక్ష్యసాధనకు సమిష్టి కృషి జరిపారా త్యాగశీలురు. పేద, ధనిక, పెద్ద, చిన్న, ఆడ, మగ అనే తారతమ్యాలు లేకుండా చేయీచేయీ కలిపి శత్రువు నెదుర్కొనడానికి ముందుకు సాగి చివరికి విజయం సాదించారు మననేతలు.

నిర్విరామంగా రెండొందల సంవత్సరాలపాటు సాగిన ఈ పోరాటంలో పట్టువదలని రీతిలో చివరి దశలో అనంతకృషి సల్పిన ప్రముఖ నేతల్లో తిలక్,పటేల్, ఆజాద్, నేతాజి, అంబేడ్కర్‌లే కాక శాంతిదూత జవహర్‌లాల్ నెహ్రూ, జాతిపిత గాంధీజీ చిరస్మరణీయులు. ఏమైనా చివరికి వారందరి కృషితో ఆగష్టు 15, 1947న సాధించాం స్వాతంత్రం. పేరుకు స్వాతంత్ర మనే సంబరమే గానీ ఈ అఖండభారత దేశాన్ని మూడుముక్కలు చేసి, ఐక్క చిక్కిన ఓ దరిద్ర ఆర్థికవ్యవస్థను మన చేతుల్లో పెట్టి చల్లగా జారు కొన్నారు అంగ్లేయులు.

ఆ దారిద్ర్యవ్యవస్థనుండి దేశాన్ని పునర్నిర్మింపజేయాడానికి దాదాపు 20 ఏళ్ళు పట్టింది మన నేతలకు. వెంటనే వ్యవసాయాభివృద్ధి, ఆహారోత్పత్తి, కర్మాగారాల స్థాపన, ప్రాజెక్టుల నిర్మాణం, గ్రామీణ మౌళిక సదుపాయాలు. మున్నగు వసతుల ఏర్పాటుకై పంచవర్ష ప్రణాళికలు చేపట్టాం. అభివృద్ధిని సాధించాం. వీటిసాధన కోసం నాటి నేతలు ముఖ్యంగా నాటి ప్రధాని పండిత జవహర్‌లాల్ నెహ్రూ రోజుకు 18 గంటలపాటు 18 ఏళ్ళుగా కృషిచేసి కష్టకాలం నుండి భరతమాతను ఒడ్డుకు జేర్చారు. అలా అభివృద్ధి పేరుతో ఎన్నో పథకాలు, ప్రణాళికలు రూపొందించబడ్డాయి.

నాటి నుండి ఎందరో ప్రముఖ నేతల శుభహస్తాల మీదుగా గత 60 ఏళ్ళుగా ఈ పథకాల్ని కొనసాగిస్తూ వస్తున్నాం. అయినా ఇంకా జరగాల్సింది ఎంతో మిగిలింది. పేదరికమూ నిరక్షరాస్యత, నిరుద్యోగం నేటికీ తాండవమాడుతూనే ఉన్నాయి. వాటినుండి మనకు విముక్తి లభించేదెప్పుడు ?

1945 ఆగస్టులో రెండవ ప్రపంచయుద్ధంలో హిరోషిమా, నాగసాకి పై జరిగిన అణ్వాస్త్రాల ధాటికి దాదాపు 20 సంవత్సరాల వరకు జపాన్‌లోని ఆ నగరాల్లో గడ్డిపోచ కూడా మొలువలేదు. అగ్రరాజ్యాల ఆగ్రహానికి ఆ చిన్నదేశ ఆర్థిక వ్యవస్థ ఎంతో చిన్నాభిన్నమైపోయింది. కానీ చెదరని గుండెధైర్యంతో సాహసించి ఆ పరిస్థితిని ఎదుర్కొని 1960 కల్లా మామూలు పరస్థితికి చేరుకొని అభివృద్ది చెందిన దేశాల సరసన నిలబడ గల్గింది ఆదేశం. పట్టుదల, కృషి అంటే అలా వుండాలి. కానీ మనం? హ్మ! ఏం చెప్పాలి ? లక్షల కోట్లలో బడ్జెట్ కేటాయింపులు జరిగితే అందులో పాతిక భాగం మాత్రమే గ్రౌండ్ లెవెల్‌కు చేరుతున్నాయి. మిగత 75 శాతం ఏమౌతోంది ? అది నేను చెప్పాల్సిన అవసరంలేదు. అది మీ అందరికీ తెలుసు.

సర్వం అవ్యాయ్యాలమయం. అటు నేతల్లోనూ, ఇటు ఆఫీసుల్లోనూ ఎక్కడ చూసినా మితిమీరుతున్న లంచగొండి తనం,

→

స్వార్థం, అవినీతి, దోపిడీలే ! పీకల దాకా తినింది చాలక తన తర్వాత వచ్చే పది తరాలకు కావలసినంత ధనం స్విస్ బ్యాంక్ అకౌంట్‌లో జమ చేస్తున్నారు మన నేతలు. ఈ రోజు స్విస్‌బ్యాంక్ ఖాతాల టాప్ టెన్ లిస్ట్‌లో, కాదు కాదు టాప్ ఫైవ్ ఖాతాలున్న దేశాల లిస్టులోకి భరతమాతను చేర్చి తలదించు కొనేట్టు చేశారు మన నేతలు. ఎక్కడ్నించి వచ్చిందీ డబ్బు వీరికి ? ఒక వైపు ఏటేటా ప్రపంచ బ్యాంకు పుణ్యమాయని మన అప్పుల రాసి ఆకాశాన్నంటుతోంటే ఈ ఇంటి దొంగలు వాటిని తమ స్వంత డబ్బుగా మార్చుకొని బొజ్జలు నిమురు కొంటున్నారు. దానికి లైసెన్స్ కావాలంటే ఎలెక్షన్లో గెలవాలి.

అందుకే కోట్లు ఖర్చు పెట్టి ఎలెక్షన్లలో పోటీ చేస్తున్నారు మన నేతన్నలు. నేటి చట్టసభ సభ్యుల్లో ఎక్కువ భాగం ఈ దారిలోనే పయనిస్తున్నారంటే మీరాశ్చర్యపోనవసరం లేదు. ఇలా కంచే చేనుమేసేస్తుంది. కంటిని కాయాల్సిన కనురెప్పలే కాటేస్తుంటే ఈ భరతమాత కంఠశోష వినేదెవరు ? రక్షకులే భక్షకులౌతోంటే ఆ బలిపశువుల గోడు వినే నాథుడెవడు ?

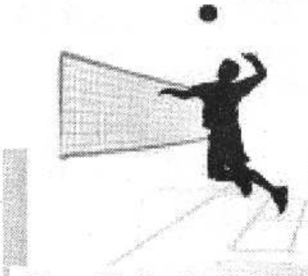
అన్నట్టు మీకింకో శుభవార్త తెలుసా ? మనకీమధ్య ప్రమోషన్ వచ్చింది. మరో టాప్ టెన్ లిస్టులో పదో నెంబరు నుండి ఇటీవల తొమ్మిదో నెంబరుకు చేరుకొన్నాం. ఎందులోనో తెలుసా ? లంచగొండి తనం అమితంగా యున్నదేశాల లిస్టులో. ఎంత తలదించుకొనే విషయం ? తల్లి భారతిని ఏం చెయ్యమంటారు ? చెప్పండి ? చెప్పండి ?? బ్రిటీషోడు మూడొందల యాభైఏళ్ళు తల్లిభారతికి పెట్టిన బాధల కంటే నేడు మన నేతన్నల ప్రవర్తన ఆమెనెంతో కుమిలి పోయేట్టు చేస్తున్నాయి. ఈ లంచగొండి తనాలు, అధికార వ్యామోహాలు లేకుండా నిస్వార్థంగా మన ప్రణాళికలు సక్రమంగా నిర్వహించిఉంటే 1980 లోనే మనం అభివృద్ధి చెందిన దేశాల వరుసలో నిలబడిఉండే వాళ్ళం.

అనంతమైన భూవనరులు, మానవవనరులు మనకున్నా, అధికార దుర్వినియోగంవల్ల పాలనా వ్యవస్థ దెబ్బతిని వివిధ కుంభకోణాలకూ, దోపిడీలకి, దౌర్జన్యానికి తావిస్తున్నారు నేటినేతలు. ఇదేంటని అడిగితే వేధింపులు, శీలానికి శిలువలు, చివరికి హత్యలకై నా గురికావల్సిందే ! ఈ అంశాలే రోజూ మన వార్తల్లో ప్రధానాంశాలై పోతున్నాయ్ ఈ దేశంలో. అలాంటప్పుడు అభివృద్ధి జరిగేదెలా ?

అలనాడు పరరాజ్యవ్యవస్థకు మనదేశంలో సమాధి కట్టేసిన ఆ త్యాగశీలురు ఆర్జించి పెట్టిన ఆ స్వాతంత్ర్యాన్ని నేటి నేతన్నలు తమ స్వంత తంత్రాలతో స్థంబింపజేస్తు వ్యవస్థను అస్తవ్యస్తంగా తయారు చేస్తున్నారు. ఇలా చెప్పుకొంటూవెళ్తే ఎన్నోఉన్నాయి. కానీ మొత్తం మీద నేటి నేతల్లో, వివిధ కార్యాలయాల్లో నాటి అంకితభావం పూర్తిగా సన్నగిల్లి, సంకుచిత స్వభావం, స్వార్థం పెరిగి రోజురోజుకూ అభివృద్ధి వేగం కుంటుపడుతోంది. ఎంతో అభివృద్ధిని సాధించామని మీరనవచ్చు కానీ ఇతరదేశాల అభివృద్ధి రేటుతో పోలిస్తే మనది చాల తక్కువ.

నాదేశం ఎలాఉందో చూడ్డానికి వస్తున్నానని ఒకవేళ మహాత్ముడు నాకు సందేశం పంపితే, మహాత్మా ! విపరీతమైన హింస, స్వార్థం, దోపిడీలతో పేరుకు పోయిన ఈ దేశాన్ని ఇప్పుడు మాత్రం చూడ్డానికి రాకు; అసలిక రాకు మహాత్మా ! అని నే జవాబిస్తా. అంతే !

కుమారి మూడ్ అశ్విని (8వ తరగతి)
ఎ.ఇ.ఎస్. హై స్కూల్, వడాల.



Sports at Andhra Mahasabha

Free Volleyball Coaching on Saturdays & Sundays
Contact : Shri N.Venugopal, 9820545446

Inter School Carrom Tournaments - October 2009
Details will be published in next Darpanam

అశ్రునివాళి

పేదల పెన్నిధి, సర్వజనరక్ష అభివృద్ధి ప్రదాత, అపరభగీరధుడు, మన ప్రియతమ నేత

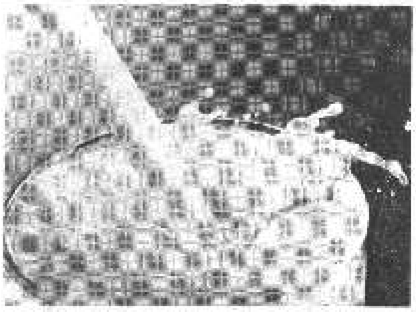
కీ॥శే॥ డా॥ వై. ఎస్. రాజశేఖరరెడ్డి గారికి

మా హృదయపూర్వక నివాళి.
మీతో ఉన్న అనుబంధం, ఆత్మీయత ఈ జన్మలో మేము మర్చిపోలేము
మీ అడుగు జాడలే మా ఆదర్శంగాను ! మీ ఆశయ సాధనే మాకు లక్ష్యంగాను !
ముందు తరాల వారికి మార్గదర్శకం కావాలని
మీ పవిత్రాత్మకు శాంతి చేకూరాలని భగవంతుని ప్రార్థిస్తూ... అశ్రునయనాలతో...

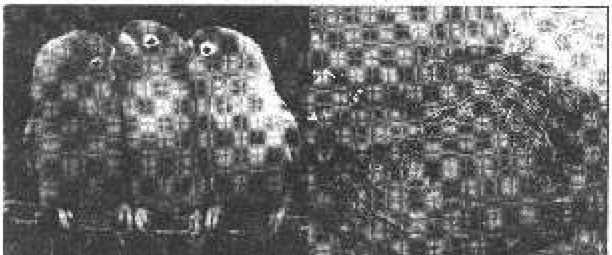
శ్రీ ఎస్. విఠల్ (S.E.O)
Managing Director ; **PRIYALI BUILDERS & DEVELOPERS**

Advt.

మీకు తెలుసా!



స్వచ్ఛమైన పాలల్లో దాదాపు 87 శాతం వరకు నీరే ఉంటుంది.



పక్షులు గూడు కట్టుకుంటాయి. కాని వాటిలో అవి నిద్రపోవు. గుడ్లు పెట్టేందుకు, పిల్లల కోసమే వాడు కుంటాయి.

గుR అ జాతెఅ! Vన్నా వా! WA....వ్వా!!

O! మహా క'V'
Uగ కవీ !!
గురజాడAA !!!
O! గక్షగు Pడుగా !!
తెLుగు వాడుKa!
భాషా పితామహా !!

బోంMభే ఆంధ్రDh మహాSaభ!
తరPున అNక్కోంD 1ంధనాలు !!
మీ Aడుగే మా Aడుగు!
మీ మాTe మా మాటA!
మీ వెNన్నంటే మేM వస్తుNన్నాం !!

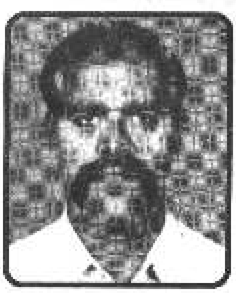
Aయ్యో!! మR్ర పోయాN!
మీ గిరీSh లు!
'V' జయనగరం నుంచీ!
ముMబైకి చేR ....కున్నారు
తSక్మత్! జాGrత్త !!

మచ్చ ప్రభాకర్

Contact : 9322676343
Resi. : 64169134

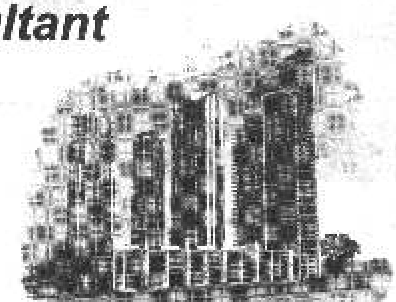
Shree Ganesh Enterprises

Real Estate Consultant



Kishan G. Vasala

Dealing in :
Sale, Purchase, Rental &
Personal Loan



Shop : PMGP Colony Bldg. No.10, Shop No.6,
Mankhurd (W), Mumbai -43.

Advt.

Resi. : Plot 12/0/5, Baiganwadi, Govandi, Mumbai - 43.

కాజు పనీర్ కర్రీ

కావలసిన వస్తువులు

పనీర్	-	150 గ్రాములు
జీడిపప్పు	-	అరకప్పు
టమాటాలు	-	3
నూనె	-	2 స్పూన్లు
అల్లం తురుము	-	1 స్పూను
నీళ్ళు	-	1 కప్పు
గసగసాలు	-	1 టీ స్పూను
పాలు	-	అరకప్పు
గరం మసాల	-	అరటీ స్పూను
కారం	-	అర టీ స్పూను
ఉప్పు	-	తగినంత

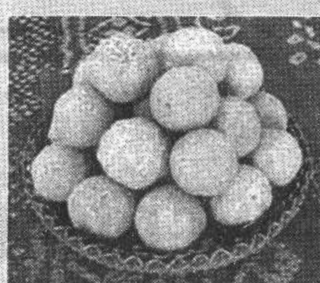
తయారుచేసే విధానం

మూకుడులో నూనే వేసి, వేడెక్కాక, 150 గ్రాముల పనీర్ వేసి గోల్డెన్ బ్రౌన్ కలర్ వచ్చే వరకూ వేయించాలి. అదే మూకుడిలో జీడిపప్పుకూడా వేసి వేయించాలి. చల్లారాక మెత్తగా పేస్ట్ చేయాలి. మూడు టమేటోలని మరుగుతున్న నీటీలో వేసి అవి మెత్తగా అయ్యే వరకూ ఉడికించాలి. చల్లారనిచ్చి, ప్యూరీ తయారు చేయాలి. ఒక టీస్పూను గసగసాలని మెత్తగా నూరి వుంచు కోవాలి. రెండు టేబిల్ స్పూన్ల నూనె మూకుట్లో వేసి, టోమేటో ప్యూరీని వేసి ఉడకనివ్వాలి. అరటీస్పూను కారంపొడి, గసగసాల పేస్ట్ వేసి బాగా కలపాలి. అరకప్పు పాలు పోసి బాగా కలపుతూ నాలుగు నిమిషాలపాటు ఉడకనివ్వాలి. అరటీస్పూను గరం మసాలా, ఉప్పువేసి కలపాలి. చిక్కటి గ్రేవీ వచ్చేలా తగినంత వేడినీరు పోసి కలపాలి. 10-12 నిముషాల వరకూ సన్నని సెగమీద ఉడకనివ్వాలి. ఇప్పుడు వేయించిన పనీర్ వేసి బాగా కలపాలి, 5 నిముషాల పాటు మగ్గనివ్వాలి, కాజు పనీర్ కర్రీ రెడీ.

బేసన్ లడ్డూ

కావలసిన వస్తువులు

శెనగపిండి	-	3 కప్పులు
బొంబయిరవ్వ	-	అరకప్పు
పాలు	-	అరకప్పు
పొడి చేసిన పంచదార	-	2 కప్పులు
నెయ్యి	-	1 కప్పు
ఏలకుల పొడి	-	అరటీస్పూను
రోజ్ ఎస్సెన్స్	-	2 చుక్కలు



తయారుచేసే విధానం

వెడల్పాటి పాన్‌లో నెయ్యి వేసి స్టవ్ మీద వుంచాలి. శెనగపిండి, రవ్వ వేసి, సన్నని సెగమీద తిప్పుతూవుండా లి. సెగ పెద్దదిగా వుంచితే, పిండి మాడిపోతుంది. అందు వల్ల నిదానంగా వేపుతూ, కమ్మగా వేగిన వాసన రాగానే స్టేవ్ మీద నుంచి దించాలి. వెడల్పాటి పళ్ళెంలో వేసి, చల్లారాక, పంచదార పొడి, ఏలకుల పొడి, రోజ్ ఎస్సెన్స్ వేసి పిండిని బాగా కలపాలి. ఇందులో అరకప్పు పాలను పోసి బాగా కలిపి లడ్డు వుండలుగా చుట్టుకోవాలి. దీనినే బేసన్ లడ్డూ అని కూడా అంటారు.

మీ సంస్కృతి కోసం

"కూచిపూడి కళాకేంద్రం" గురువు శ్రీ రామచంద్రమూర్తి గారి నిర్వాహణలో వారానికి రెండు రోజులు కూచిపూడి నృత్య శిక్షణ తరగతులు...

'అభినయ నృత్య కళాశాల' గురువు శ్రీమతి రాధామోహన్ గారి నిర్వహణలో వారానికి రెండు రోజులు భరతనాట్య శిక్షణ తరగతులు..

వివరాలకు మహాసభ కార్యాలయంలో సంప్రదించ గలరు.

సామవేదం సాంస్కృతిక సమన్వయ సమితి

204, సంస్కృతి, ప్లాట్ నం. 21, సెక్టర్-42, నెరూల్ (ప), నవి ముంబయి-400 706.
సెల్ నం. 9004098483, ఫోన్ నం. 27707112.

ఆహ్వానము

వాగ్దేవి వరపుత్ర, సమన్వయ సామ్రాట్, బ్రహ్మశ్రీ సామవేదం షణ్ముఖ శర్మగారు ముంబయి వస్తున్న సందర్భంలో, సామవేదం సాంస్కృతిక సమన్వయ సమితి వారు వివిధ సంస్థల సహకారంతో సమిష్టిగా నిర్వహిస్తున్న ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమములు.

కార్యక్రమ వివరములు

తేది	అంశం	వేదిక	నిర్వాహకులు
2-10-2009,శుక్రవారము ఉ.10.30 గం॥లకు	**శ్రీ లలితోపాఖ్యానం**	శివ-విష్ణు మందిర్ సెక్టర్ - 9ఏ, వాషి, నవి ముంబయి.	నవిముంబయి ఆర్య వైశ్య సంఘము
2-10-2009, శుక్రవారము సా. 06.30 గం॥లకు	**నారద భక్తి సూత్రాలు**	ది బొంబాయి ఆర్య వైశ్య సంఘము 403, తెలాంగ్ రోడ్, వాసవీ నిలయం, శంకర్ మఠం ఎదుట, మాటుంగా (తూర్పు), ముంబయి-400019.	ది బొంబాయి ఆర్య వైశ్య సంఘము
3-10-2009,శనివారము సా.5.00 నుండి 6.00వరకు	**శివపదం** గానం: స్థానిక కళాకారులచే రచన: సమన్వయ సరస్వతి సామవేదం షణ్ముఖ శర్మగారు	గార్డెన్ ఎన్ క్లేవ్ ఫంక్షన్ హాల్ వసంత విహార్ స్కూల్ దగ్గర, థాణే (వెస్ట్).	శ్రీమతి జయంతి రాధ మరియు భక్తులు
3-10-2009 శనివారము సా. 06.30 గం॥లకు	**దేవి రూపాలు**	గార్డెన్ ఎన్ క్లేవ్ ఫంక్షన్ హాల్ వసంత విహార్ స్కూల్ దగ్గర, థాణే (వెస్ట్).	శ్రీమతి జయంతి రాధ మరియు భక్తులు
4-10-2009 ఆదివారము ఉ.10.30 గం॥లకు	**గరుడ పురాణం** ముఖ్య విశాషాలు	శ్రీశ్రీశ్రీ బాలాజీ మందిర్ సెక్టర్ -10, ఐరోలి, నవి ముంబయి.	ఐరోలి తెలుగు అసోసియేషన్, ఐరోలి నవి ముంబయి.

తేది 4-10-2009, ఆదివారము సా॥ 06.30 గం॥లకు
సామవేదం సాంస్కృతిక సమన్వయ సమితి, తెలుగు సాహిత్య సమితి చెంబూర్ వారితో సంయుక్తంగా
నిర్వహించనున్న కార్యక్రమం : **శివపదం - సంకీర్తన యజ్ఞం**
రచన, వ్యాఖ్యానం : *సమన్వయ సరస్వతి, వాగ్దేవి వరపుత్ర బ్రహ్మశ్రీ సామవేదం షణ్ముఖ శర్మ గారు*
సంగీతం, గానం : మధుర సంగీత విద్వన్మణి, అన్నమయ్య సంకీర్తన మహతి,తిరుమల-తిరుపతి దేవస్థాన ఆస్థాన గాయకులు
గురు శ్రీ గరిమెళ్ళ బాలకృష్ణ ప్రసాద్ గారు.
వేదిక : శివస్వామి ఆడిటోరియం , ది ఫైన్ ఆర్ట్స్ సొసైటి, చెంబూర్, ముంబయి.

With Best Compliments from :- • Institute of Technology & Management Khargar, New Mumbal. • Smt. & Shri Chillara Krishnadas

కార్య నిర్వాహక సమితి

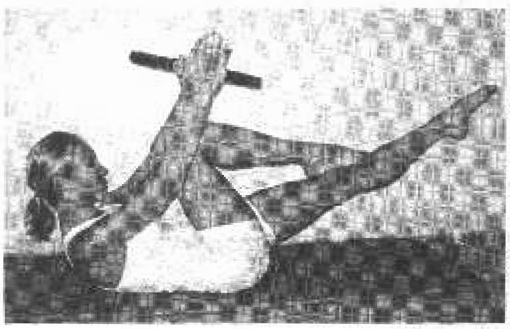
బి. నారాయణ రెడ్డి సెల్ : 9322645041	పి. సరళ రావు సెల్ : 9820418936	ఎమ్. సిద్ధారెడ్డి సెల్ : 9004098483	టి. గంగాధర్ రెడ్డి సెల్ : 9892298928	బి. మోహన్‌రావు సెల్ : 9177015222
జి. ఈశ్వర్ రెడ్డి సెల్ : 9833453332	కె. ఎస్. మూర్తి సెల్ : 9324289553	ఎమ్. శ్యాంబాబు సెల్ : 9324504885	పి.వి.ఎస్ ప్రసాద్ సెల్ : 9820528694	

Advt.

గమనిక : తేది 4-10-2009 సాయంత్రము జరుగు కార్యక్రమమునకు భక్తులకు నవి ముంబయి నుండి బస్సు సౌకర్యము కలదు.

అందరూ ఆహ్వానితులు...

పనిలో పనిగా వ్యాయామం...



'రోజూ వ్యాయామం చేయగలుగుతున్నారా ?' అనే ప్రశ్నకు.. చాలామంది నుంచి లేదనే సమాధనం. 'ఓకే'అనే మాట కూడా. కానీ మనసుంటే మార్గంమంటుందంటారు. మీతోపాటు మీ కుంటుంబాన్నీ ఆరోగ్యంగా ఉంచే మార్గాలను అన్వేషించడం మొదలుపెట్టండి.

ఆటవిడుపుగా : తాడాట ఆడేందుకు తాడు, బంతి... తక్కువ బరువున్న డంబెల్స్.. వ్యాయామం చేసే మ్యాట్... లాంటివన్నీ కొని ఇంట్లో అక్కడక్కడా ఉంచండి.. వీలున్నప్పుడల్లా మీరొక్కరే కాదు.. కుటుంబం మొత్తం వ్యాయామం చేయవచ్చు. పిల్లలు కూడా తమకిష్టమైన వాటిని ఎంచుకుని చేయడానికి ఆసక్తి చూపిస్తారు.

యోగా : అన్ని వయసులవారూ చేయదగిన వ్యాయామమిది. అయితే ముందు నిపుణుల సలహా తీసుకోవడం తప్పనిసరి. చిన్నచిన్న ఆసనాలు.. వేయగలిగేలా పిల్లలకు నేర్పించగలిగితే... కుంటుంబం మొత్తం ఆరోగ్యంగా ఉన్నట్లే. ప్రత్యేకంగా ఏ జిమ్‌కో వెళ్లాల్సిన అవసరం ఉండదు.

నడక : రోజూ వ్యాయామం కోసం కొంత సమయం అంటే మాటలు కాదు... అంటారు కొందరు అలాంటివారికో చక్కని సలహా. హాయిగా నడవండి. అందుకు గంటలుగంటలు అవసరంలేదు. రోజూ పొద్దునే ఓ ఇరవై నిమిషాలు నడిచిన చాలు. ఎంతో ప్రయోజనం ఉంటుంది. నడుస్తున్నప్పుడు పిల్లలకు మరింత ఆసక్తి కలగాలంటే... మీ దారిలో కనిపించే రంగురంగుల పువ్వులు ఆకులు... ఏరమని చెప్పండి.

ఆట : వారాంతాల్లో పిక్నిక్‌లు... కొత్తకొత్త ప్రాంతాలంటూ కుటుంబమంతా వెళ్తుంటారు కదా... అక్కడ కూర్చుని కబుర్లు చెప్పుకొనే బదులు పిల్లలతో హాయిగా ఆడండి. పార్కయినా సరే... ఓ అరగంట సేపు బంతాట ఆడితే చాలు... వ్యాయామం పూర్తయినట్లే. కుటుంబం మధ్య అనుబంధమూ పెరుగుతుంది. ఆలోచిస్తే... ఇలాంటివెన్నో మీ వ్యాయమ మార్గాలవుతాయి.

డాన్స్ : ఎక్కడికీ వెళ్లాలనిపించడం లేదు. హాయిగా ఇంట్లోనే ఉండాలనుకుంటున్నాం... అని అప్పుడప్పుడు అనిపిస్తుంది కదా ! అలాంటప్పుడు ఏం చేస్తారో తెలుసా... నచ్చిన సంగీతాన్ని పెట్టుకుని.. దానికి తగ్గట్లుగా మీకు తోచినట్లుగా డ్యాన్స్ చేయడం మొదలు పెట్టండి. ఇంట్లోనే ఉంటారు. కాల క్షేపమూ అవుతుంది. పనిలోపనిగా వ్యాయామమూ పూర్తవుతుంది. ఒప్పుకొంటారు కదూ !

చిట్టి చిట్కాలు

1. పంచదార జార్‌లో రెండు లవంగాలు వేస్తే చీమల బారి నుండి కాపాడుకోవచ్చు.
2. చపాతిగాని, పరోటాగాని మెత్తగా ఉండాలంటే 1 స్పూన్ మైదా, 1 స్పూన్ పెరుగుని గోధుమ పిండిలో వేసి తడిపితే మెత్తగా వస్తాయి.
3. అన్నం ముద్దవ్వకుండా వుండాలంటే బియ్యానికి నీరు చేర్చే ముందు నిమ్మరసం పిండండి.
4. ఫ్రిజ్ తెరిచినపుడు ఒక రకమైన వాసన వస్తుంది, అలాంటప్పుడు ఒక నిమ్మపండు రెండుగా కోసి ఫ్రిజ్‌లో వుంచండి. అప్పుడు ఏ రకమైన వాసనలు వుండవు.

సోమంచి యజ్ఞన్నశాస్త్రి స్మృతివ్యాసం

ముంబయిలో నివసిస్తున్న మనకు మహర్షి కర్వే రోడ్డనో, డా॥ అనీబిసెంట్ రోడ్డనో,డా॥ అంబేద్కర్ రోడ్డనో, ఎస్.వి. రోడ్డనో ఇలా రక రకాల పేర్లతో కొన్నింటిని వినే ఉంటాము. అట్లే, వీరితో బాటు ముంబయిలోని ఎందరో తెలుగు ప్రముఖ రాజకీయనాయకుల, సామాజిక కార్యకర్తల త్యాగాన్ని గుర్తు చేసన్తూ వారిపేర్లపై కొన్ని రోడ్లకు నామకరణం చేశారు. ఇందులో శంకర్‌రావు పుప్పాల, అమృత్‌వార్, గంటి శాస్త్రి గల్లీల పేర్లు కొన్ని పేర్కొవచ్చు. ఈ కోవలో శాస్త్రిగల్లి పేరు వినినవారు బహు అరుదు. అందులో మహాసభ సభ్యులై ఉన్న వార్లలోనే ఎంతో మందికి తెలియకపోవడం శోచనీయం (కొత్తతరం)

ఎందరో శాస్త్రులు ఉన్నారు ? అందులో ఏ శాస్త్రో మాకెలా తెలుస్తుందని కొందరికి అనుమానం రావచ్చు సహజమే. ఆ శాస్త్రి ఎవరో కాదు ఆంధ్ర మహాసభకు పితామ హుడు లాంటి వారైన ఎస్.ఎమ్.వై. శాస్త్రి. ఆ మహానుభా వుడి పూర్తిపేరు సోమంచి యజ్ఞన్న శాస్త్రి.

1940-50 దశకంలో దక్షణ భారతీయ ప్రజలైన తెలుగు, తమిళ, కన్నడ, మళయాలీ జాతుల విద్యాభివృద్ధికోసం చిత్తశుద్ధిగ భాషా భేదం లేకుండ, - అత్యున్నతస్థాయి సేవలందించిన తొలి సామాజిక, సాహితీ ఉద్యమకర్త.

ముంబయి మున్సిపల్ డిప్యూటీ కమీషనర్ హోదాలో ఉండి విద్యా, సాంస్కృతిక రంగాల్లో వీరందరి అభివృద్ధిని కాంక్షించి ఎంతో విశాల దృక్పథంతో సహాయసహకారాలు అందించిన మహావ్యక్తి. ఆయన కృషి వల్లనే ఈ రోజు మనం ఆంధ్రమహాసభ భవనాన్ని, ఆంధ్ర ఎడ్యుకేషన్ సొసైటి, ఎస్.కె.ఈ.ఎస్., ఎస్‌ఐడబ్ల్యుఎస్, షణ్ముఖానందా హాల్ లాంటి గొప్ప విద్యా, సాంస్కృతిక సంస్థలను చూడగలుగు చున్నాము. ఆ తర్వాత ప్రత్యేక భవనాలను స్థాపించుకోగలిగాము.

ఆ విషయం ఇతర భాషీ యులు మరిచిపోయినా కనీసం మన తెలుగు ప్రజలు మరవ కుండా స్మృతి చేసుకోవడం మనందరి విద్యుక్త ధర్మం.

తొలుత ఆంధ్ర, కన్నడ, తమిళ పాఠశాలలు కింగ్ సర్కిల్ స్టేషన్ క్రింద ఉన్న మిలటరీ బారక్స్‌లలో నిర్వహించే వారు అందుకు ఎస్.ఎమ్.వై. శాస్త్రి గారు ఇతోధికంగా సహాయం చేశారు. ఆ స్థలం మాటుంగా పోలీస్ స్టేషన్ నుంచి సయాన్ హాస్పిటల్ మధ్యన హైవేకు కొంత లోపల లిటిల్ ఏంజిల్ స్కూల్ ప్రక్కన ఉన్నది. శాస్త్రి మరణానంతరం ఆయన స్మృతి నిమిత్తం ఆ స్థలాన్ని, ఆరోడ్డును శాస్త్రి గల్లిగా నిర్ధారించారు. హైవేకు ఆనుకొనే బి.ఎమ్.సి. బ్లూ బోర్డు కనబడగలదు. కావాలని పట్టుపట్టి మన సభ్యులను దానిని దర్శించమనడం లేదు కనీసం అదే రూట్‌లో పలు మార్లు ఎందరో మనవాళ్ళు వెళ్ళుచూనే ఉంటారు. ఆ వేళ మన చూపు ఒకటి అటువైపు పడేస్తే మన ముల్లె! ఏమి కరిగిపోదన్నదే నా ఆవేదన.

కమీషనర్ హోదాలకన్న గొప్పగా ఎస్.ఎమ్.వై గారు సాహితీ రంగంలో, సామాజిక రంగంలో సేవ చేశారు. మహాకవి గురజాడ 'కన్యాశుల్కం' పిదప ఆధునిక తెలుగు నాటిక, నాటకసాహితీ లోకానికి పితామహుడని స్థాయిలో గుర్తింపు పొందిన వ్యక్తి. ముంబయి తెలుగు సాహిత్య తొలి కథా రచయిత, నాటకకర్త, కవి, వ్యాసకర్త సోమంచి. రాజమహేంద్ర వరంలో హాస్యబ్రహ్మ బి. కామేశ్వరరావు గారి శిష్యుడు, వాల్తేరులో అబ్బూరి రామకృష్ణరావు గారి సహచర్యం, విద్యార్థి దశలోనే పాటిబండ మాధవ శర్మ గారితో కలిసి "ఉషస్సు" మాసపత్రిక నిర్వహించడం, ఏలూరు సాహిత్యమండలి, నాటక విభాగాలలో, ప్రదర్శనల ప్రోత్సాహం లభించడం వలన గొప్ప నాటకకర్తగా, సాహితీపరుడిగా ఎదగగలిగాడు. ఆయన వ్రాసిన "రంగభూమి" (ఏకాంకిక) 1955లో ప్రథమ ముద్రణకు నోచుకున్నది. అప్పుడు ఆ మహానుభావుడు చేసిన గొప్పత్యాగం ఎలాంటిదో ఆయన మాటల్లోనే చూడండి.

"బొంబాయి నగరంలో ఆంధ్ర బాల బాలికలకు మాతృభాషలో విద్యాసౌకర్యాలు కల్గించే నిమిత్తం బొంబాయి ఆంధ్రులు ఆంధ్ర ఎడ్యుకేషన్ సొసైటి స్థాపించి హైస్కూల్ నడుపుతున్నారు. 1955లో స్కూలు ఫైనల్ క్లాసు ప్రారంభమవుతుంది. ఈ స్కూలుని పోషించడం కేవలం బొంబాయి ఆంధ్రుల శక్తికి మించిన కృషి. మాతృరాష్ట్రం నుంచి విరాళాలు కావాలి.

ఈ నాటకాన్ని ప్రదర్శించే వారు కనీసం 5 రూపాయలు స్కూలుకి విరాళంగా వ ం పి ం చాలి' "బిడ్డలు తమ కాళ్ళమీద నిలబడేదాకా తల్లితండ్రుల సహాయం ఆపేక్షించడంలో ఆశ్చర్యం, అసంగతం లేదు. కనక, దూర రాష్ట్రాలలో ఉన్న "ఆంధ్రమాత బిడ్డలం" సహాయం కోరుతున్నాము. ఆదరణతో చేరదీసి, విరాళాలిచ్చి, పాఠశాలాభివృద్ధికి తోడ్పడవలసిందని ప్రార్ధన".

ఉద్యోగరీత్యా ఎంతో ఎత్తులో ఉండి, సాహితీ పరంగ ఎంతో ఉన్నతస్థాయిలో ఉండి ఇంత మానవతావాదంతో, ఇంత సామాజిక న్యాయ దృక్పథంతో పనిచేసిన వ్యక్తి సోమంచిగారు, కుల, మత, భాషా ప్రాంతీయ భేదాల్లే

కుండా ఆ కాలంలోనే వర్లీ, ప్రభాదేవి, నాయ్‌గావ్, కామాటి పుర లాంటి తెలుగు ప్రజల స్థలాలలో విస్తృతంగా పర్య టించి, సామాన్యజనంతో సంబంధాలు కల్గిన ఏకైక వ్యక్తి సోమంచి అనడంలో ఏమాత్రం సందేహంలేదు. అటు మహారాష్ట్ర అసెంబ్లీ తొలి స్పీకర్ సయాజీరావు నుంచి ఇటు వివిధ కుల సంఘాల ప్రముఖులతో ఆకాలంలో ఆయనకు సంబంధాలుండేవి. మానవతావాది, అభ్యుదయవాది కావడం వలన తెలుగు ప్రముఖ రచయితలెందరితో ఆయనకు దగ్గరి సంబంధాలుండేవి.

విరసం కార్యదర్శి కె.వి. రమణా రెడ్డి ఆయనకు దగ్గరి మిత్రుడు. 1977లో ఆయన వలన నేరుగా జుహూలోని ఆ మహావ్యక్తి ఇంట్లో పలుమార్లు కలిసి ముచ్చటించే భాగ్యం, చర్చించుకునే అవకాశం మాలాంటి వారికి కల్గింది. అప్పుడే ఆయన మీ ప్రాంతం వారు విద్యాధి ,కుల్లై, చొరవతీసుకొని సామాజిక, సాహితీ కార్యరంగాల్లోకి రావాలని, ఆంధ్రమహాసభను సజీవంగ నడపాలని కోరుకొనేవాడు. అనుకున్నట్లే "మహాంధ్ర" పత్రిక ప్రారంభించి గొప్ప సాహిత్యాన్ని అందిసత్తా మా అందరికి ప్రోత్సాహం ఇచ్చాడు, కాని అప్పట్లో ఈ ప్రాంతాలవారం ఎదగలేకపోవడానికే వలం కారణాలున్నాయి.

బెర్నార్డ్ షా వ్రాసిన "మాన్ అండ్ సూపర్ మాన్" నాటిక ఆధారంతో ఆయన "విశ్వం పెళ్ళి" వ్రాశాడు (1954) రెండు ప్రహసనాలు, స్మృతులు, మూడు ప్రయోగాత్మక రూపాలు లాంటి ఎన్నో నాటికలను వ్రాసిన ద్రష్ట కథలు, విమర్శక వ్యాససంపుటాలు తెలుగులోనే కాక, ఇంగ్లీషు లోనూ ప్రచురితమయ్యాయి.

తెలుగు విశ్వవిద్యాలయంనుంచి 1992 వ సంవత్సరానికి ఉత్తమ నాటిక రచయితగ పురస్కారం పొందిన మహావ్యక్తి. అంతటి గొప్ప వ్యక్తి జీవిత చరిత్రను మరో సంచికలో వివరంగా పేర్కొంటాను, క్లుప్తంగ ఇప్పుడు కొంత వివరిస్తాను.

ఎస్.ఎమ్.వై. శాస్త్రి జననం, ఏలూరులో 3-11-1913. విద్యాభ్యాసం అడయారు,మద్రాసు,రాజమహేంద్రవరం, వాల్తేరు. మొదట ఉద్యోగం ఆల్‌ఇండియా రేడియాలో తెలుగు వార్తా ప్రసారం, క్విట్ ఇండియా ఉద్యమంలో పాల్గొన్నవాడు ఇండియా స్వాతంత్ర్య ఉద్యమంలో పాల్గొని, ఉద్యోగానికి స్వస్తి చెప్పి జైలు పాలైన మహాదేశభక్తుడు.

తదుపరి ముంబయికి ఎన్నో అవస్థలు పడి, చేరి కార్పొరేషన్‌లో ఉద్యోగం సంపాదించి డిప్యూటి కమీషనర్‌గా పదవీ విరమణ పొందిన గొప్ప వ్యక్తి. నిజాయితీ, నిబద్ధత లేని సాహితీపరులు పేరు కోసం తప్ప మార్పుకు దోహదపడని వ్యక్తులని గట్టిగ నమ్మిన వ్యక్తి.

బొంబాయి ఆంధ్రమహాసభ, ఆంధ్ర ఎడ్యుకేషన్ సొసైటీల తో సన్నిహిత సంబంధం కల్గి "మహాంధ్ర" పత్రిక సంపాదకునిగా పనిచేసిన వాడు. ప్రసిద్ధ షణ్ముఖానంద హాలుకి ఆరు సంవత్సరాలు అధ్యక్ష పదవి నిర్వహించిన వాడు. ప్రపంచ రచయితల సంఘానికి ఆరు సంవత్సరాలు (పి.ఈ.ఎన్.శాఖ) కార్యదర్శి. ఇంతటి గొప్ప వ్యక్తిపై "దర్పణం" ఆయన జయంతి, వర్ధంతి సందర్భాల్లో ఒక ప్రత్యేక సంచికను తీసుకొని రావాలని "ఆంధ్ర మహాసభ"ను సవినయంగ కోరుచున్నాను. ఈ అంశంపై సభలో చర్చించి త్వరలో నిర్ణయం తీసుకోవాలని ఆశిస్తున్నాను

సాహితీ దర్పణం

కవిత

వర్షం

వెయ్యి చేతులతో
నా తలుపు కొడుతూ ఉంది
వీధిలో రాడిగాలి చేతుల్లో
కొమ్మలు
విలవిల కొట్టుకుంటున్నాయి
ఎంత దూరాన్నించి
వచ్చిందో
ఏ సందేశం తెచ్చిందో
ఈ వాన
బురదలో మండూక సమూహాలు
యుద్ధాలు చేస్తున్న గోల
వర్షం వెళ్ళిపోయింది
మబ్బుల రథా లెక్కి
నాగలి భుజాన వేసుకుని
వస్తున్నాడు సూర్యుడు
కొండ శిఖరా లెక్కి
జలదానం చేసిన మేఘాలకి
జోహార్లు చెప్పాయి
చరాచరాలు
భూమిలో ఉన్న
చిన్నారి గింజ
మెడ బయటి పెట్టి
మొదట వచ్చిన రెండాకుల్ని
చేతులుగా జోడించింది
కృతజ్ఞతతో

...ఆధునిక మహాభారతము

కులపతి శ్రీ కాశీనాథుని నాగేశ్వరరావు పంతులు

"తెలుగు పత్రికా రచయితలకు కులపతి శ్రీ కాశీనాథుని నాగేశ్వరరావు పంతులుగారు. ఈనాడు తెలుగు జర్నలిజమ్ ఇంత అభివృద్ధి చెందిందంటే, ముఖ్యంగా తెలుగు దినపత్రికలు అభివృద్ధిలోకి వచ్చాయంటే, అదంతా ఆయన చలవే.

1914లో ఆయన మొదట తెలుగు దినపత్రిక స్థాపించినప్పుడు ఆయన వద్ద కల సాధన సంపత్తి బహుస్వల్పం. పత్రికలలో పనిచేయడానికి అనుభవజ్ఞులైన ప్రతిభా వంతులు లేరు. ప్రజలైనా చేయూత ఇచ్చి తోడ్పడేట్లు ఉన్నారంటే అదీలేదు. అయితే ఈ చిక్కులేమీ ఆయనను అడ్డుకోలేకపోయినవి. అచంచలమైన ఆత్మవిశ్వాసం ఆయనది.

విజ్ఞాన ధనాన్ని పంచి పెట్టాలనే ఉత్సాహం, సరస్వతీ పరిమళాన్ని గుబాళింపజేయాలనే ఉత్సాహం ఆయనలో ప్రేక్షురికింది... పత్రికా ప్రకటనలో కూడా ఆయన తెలుగువార్తలకే ప్రాముఖ్యం ఇచ్చేవారు. తెలుగు ప్రజలదైనందిన జీవితం ప్రతిఫలించడానికి పత్రిక దర్పణం కావాలని ఆరాటపడేవారు... నాగేశ్వరరావు గారు పత్రిక నెలకొల్పడంతో పాటు పత్రికా పఠనం కూడా ప్రజలకు అలవాటు చేయవలసి వచ్చింది.

ఈ నిమిత్తం ఆంధ్రదేశంలోని ప్రతి గ్రంథాలయానికి, ప్రతి పఠన మందిరానికి రెండు దశాబ్దాలపాటు ఆయన ఉచితంగా పత్రికను పంపవలసి వచ్చింది. తన ఆదర్శం ప్రకారం పత్రిక నిర్వహణ చేయడానికి అవసరమైన ప్రతిభావంతుల కోసం అన్వేషింపవలసి వచ్చింది. పత్రికలకు వ్యాసాలు వ్రాసే వారికి పారితోషికం ఇచ్చే ఆచారాన్ని మొదలుపెట్టింది వారే. ఇందువల్ల తెలుగు పత్రికా రచన దేశసేవ మాత్రమేకాక గౌరవనీయమైన వృత్తిగా పరిణమిల్లింది..."

(శ్రీ పాత్తూరి వెంకటేశ్వరరావు గారు రచించిన "నాటి పత్రికల మేటి విలువలు" నుండి)

హార్దిక అభినందనలు

శ్రీ గాజెంగి నారాయణ

శ్రీ సచిన్ భావు అహిర్,

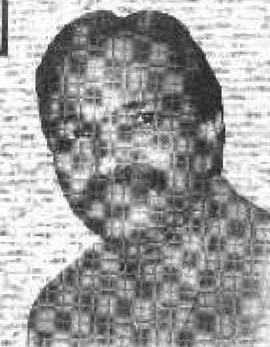
ఎమ్.ఎల్.ఎ. గారి సహకారముతో

శ్రీ గాజెంగి నారాయణ

మరియు

శ్రీ జక్కని శ్రీనివాస్

గార్లను మహారాష్ట్ర ప్రభుత్వము



శ్రీ జక్కని శ్రీనివాస్

Special Executive Officer (S.E.O.) గా నియమించినారు

శ్రేయోభిలాషులు

రాపెల్లి పరమేశ్వర్, అనుమల్ల రమేష్,
పిల్లమారపు గంగాధర్ మరియు

వేంపేట పద్మశాలి సంఘం - ముంబయి

కార్యవర్గము

చక్రపాణి, సుదర్శన్, రమేష్, భూమయ్య, వెంకటేష్, పెంటాజి, సత్యనారాయణ, ఆనందం, శంకర్, జక్కని గంగాధర్, హరీష్, జక్కుల మధు, గోనె శ్రీనివాస్, రాజగంగారాం, తాటికొండ రాజయ్య, రాజలింగం, నాగభూషణం, జగదీశ్వర్, శ్రీరాం చంద్రప్రకాష్

పద్మశాలి సమాజ సుధారక మండలి,

పద్మశాలి గ్రాడ్యుయేట్స్ & స్టూడెంట్స్ అసోసియేషన్

(PGSA) కార్యవర్గము

టైమ్ మేనేజ్‌మెంట్

ఈ రోజు చేయగలిగిన పనిని రేపటికి వాయిదా వేయకు.

నువ్వు చేయగలిగిన పనిని ఇతరులకు అప్పజెప్పి కష్టపెట్టకు.

చేతికి రాని డబ్బుని ముందే ఖర్చుపెట్టకు.

కేవలం చౌకగా వస్తుంది కదా అని నీ కవసరం లేని వస్తువుని కొనకు.

ఆకలి, దాహం కన్నా ఆత్మాభిమానం ముఖ్యం అనే సూత్రం గుర్తుంచుకో.

తక్కువ తిన్నందుకు ఎప్పుడూ ఎక్కువ నష్టపోయానని బాధపడకు.

రాని ప్రమాదాల గురించే మనం ఎక్కువ బాధపడుతూ వుంటాం అన్న విషయాన్ని గుర్తుంచుకో.

గునపాన్ని ఎప్పుడూ పడికిలి దగ్గరే పట్టుకో.

కోపం వచ్చినపుడు పది వరకూ లెక్కపెట్టు.

కష్టం వచ్చినప్పుడు అంకెలు లెక్కబెడుతూ కూర్చోకుండా పరిష్కారమార్గాన్ని ఆలోచించు.

ఇవన్నీ ప్రముఖులు చెప్పిన జీవిత సూత్రాలు. మనం టైమ్ మేనేజిమెంట్‌కి వీటిని కొద్దిగా మార్చి అన్వయించుకుందాం.

పనికోసం సమయం కేటాయించు. అది నీకు గెలుపు యొక్క సంతృప్తినిస్తుంది.

ఆలోచించటానికి కొంత సమయం కేటాయించు... అది నీకు గొప్ప మేధస్సునిస్తుంది.

చదవటానికి కొంత సమయం కేటాయించు... అది నీకు వ్యక్తిత్వాన్నిస్తుంది.

నవ్వటానికి కొంత సమయం కేటాయించు ... అది జీవితాన్ని ఆహ్లాదపరుస్తుంది.

ప్రేమించటానికి కొంత సమయం కేటాయించు ... అది జీవితానికి పరిపూర్ణత్వాన్నిస్తుంది.

కలలు కనటానికి సమయం కేటాయించు ... అది నీకు నక్షత్రాల అందాన్ని చూపిస్తుంది.

క్రీడలకి సమయాన్ని కేటాయించు ... అది నీకు యవ్వనాన్ని ప్రసాదిస్తుంది.

ప్రార్థించటానికి సమయాన్ని కేటయించు ... అది నీకు అస్థిత్వాన్నిస్తుంది.

ఇన్ని ఆహ్లాదకరమైన పనులు నిర్వర్తించటం కోసం దేవుడు మనకి "సమయం" ఇచ్చాడు. వృధాపర్చుకోకుండా సద్వినియోగపరచుకోవటం మన విధి. అదే టైమ్ మేనేజ్‌మెంట్.

దర్పణం లో ప్రకటన రేట్లు

బ్యాక్ కవర్ (ఫుల్ పేజి కలర్)	రూ|| 3,000/-	బ్యాక్ కవర్ (ఇన్ సైడ్ కలర్)	రూ|| 2,000/-
ఇన్‌సైడ్ కవర్ పేజి కలర్	రూ|| 2,000/-	బ్లాక్ & వైట్ ఫుల్ పేజి	రూ|| 1,000/-
బ్లాక్ & వైట్ హాఫ్ పేజి	రూ|| 600/-	బ్లాక్ & వైట్ పావు పేజి	రూ|| 350/-

- ప్రకటన సంబంధిత వివరాలు మాకు ప్రతి నెల 20వ తేది లోపు చేరాలి.
- చెక్కులు/డ్రాఫ్టులు 'The Bombay Andhra Mahasabha & Gymkhana' పేరుమీద తీయాలి.
- సభ్యుల ప్రకటనలకు 10% (Discount) రిబేటు ఇవ్వబడును

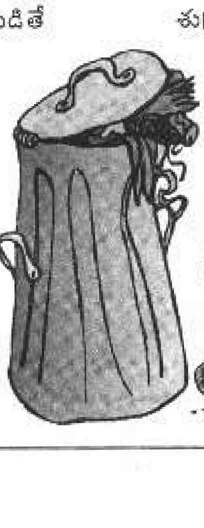
మూడు నెలలకై, ఆరునెలలకై, సంవత్సరానికై ఒకే సారి ఆర్డర్ ఇచ్చు వారికి ధరలలో రాయితీలు ఇవ్వబడును. వివరాలకు సంప్రదించండి.
ఫోన్ నం. 24144377/88.

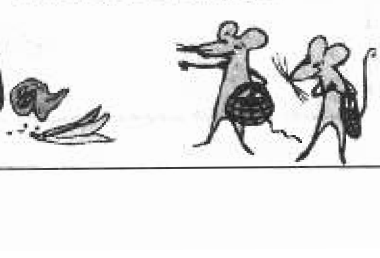
చెత్తకుండీలను ఉపయోగించండి

చాల మందికి అవగాహన లేకో, ఉన్నా నిర్లక్ష్యమో కానీ, చెత్త పారవేయటం అనేది సమస్యగా మారింది. దీనికి చదువుకున్న వాళ్లు, చదువు లేని వాళ్లు అనే తేడా లేకపోవటం శోచనీయం. 'ఇంటిని చూసి ఇంటి ఇల్లాలిని చూడు' అన్నారు పెద్దలు. అలాగే 'దేశాన్ని చూసి దేశ ప్రజల్ని చూడు' అనాలి. దేశం గొప్పతనం ఆ దేశ ప్రజల్లోనే ఉంటుంది.

మన ఇంటిని మనం ఎంత శుభ్రంగా ఉంచుతాము ! అదే రోడ్డుమీదకి వచ్చాక మన వైఖరి ఎందుకు మారిపోతోంది ? ఎందుకు ఇంటిని చూసుకున్నంత శుభ్రంగా వీధులు కూడా ఉండాలని అనుకోము ? ఇలాగే కొంతమందికి చెప్పాలని ప్రయత్నిస్తే 'మరి రోడ్లు ఊడ్చేవాళ్లకి పని ఉండాలి కదా ?' అని వితండవాదం. అంతేకాదు పాలిథిన్ కవర్లు, ప్లాస్టిక్ బాటిల్స్ రోడ్ల మీద విసిరేయటం, అవి ఎగిరి మొక్కలకి చుట్టుకోవటం జరుగుతోంది. ఆవులు, మేకలు ఆకుల్ని తింటూ మొక్కలకి చుట్టుకున్న కవర్లని కూడా తినేయటం వల్ల వాటి ప్రేగులకి కవర్లు చుట్టుకుని ప్రాణాలు పోయిన సంఘటనలు కూడా ఉన్నాయి. అలాగే ట్రైన్‌లో ప్రయాణీకులు కూడా కిటికీల్లోంచి చెత్తను విసిరేస్తుంటారు. అవి పట్టాల మీదో, వాటి పక్కకో పడతాయి. ఏవో తినే వస్తువులు అనుకుని మూగజీవులు పట్టాలమీదకి వెళ్లటం, ట్రైన్ వస్తుంటే ఒక్కొక్కసారి తప్పించుకో లేక ప్రాణాలు కోల్పోవటం కూడా జరిగాయి. ఇవన్నీ మనం పేపర్లలో చదివినా, న్యూస్‌లో విన్నా 'అయ్యో పాపం' అనుకుని ఊరుకుంటామే కానీ అసలు కారణం మనమే అని తెలుసుకోము. మనం ప్రయత్నిస్తే శుభ్రంగా ఉంచటం అనేది అసలు సమస్యే కాదు. ఏమైనా తినుబండారాలు కొనుక్కున్నప్పుడు, ఖాళీ అయ్యాక చెత్తకుండి కనిపించినప్పుడే పారేయండి.

అలాగే ట్రైన్‌లో ప్రయాణించే వాళ్లు కిటికీల్లోంచి విసిరేయ కుండా ఓ కవరులో వేసి ట్రైన్‌లోనే ఒకపక్క గా పెడితే శుభ్రపరిచే వాళ్లు పట్టుకెళతారు లేదా ట్రైన్ దిగిపోయేటప్పుడు మీ లగేజీతో పాటు చెత్త పారేసిన కవరుని కూడా బయటకు తెచ్చి ప్లాట్‌ఫారమ్ మీదే ఉండే డస్ట్‌బిన్ లో పారేస్తే మీ బాధ్యత తీరిపోతుంది. ఆమాత్రం చెయ్యలేమా ? దయచేసి ఆలోచించండి.





బాల దర్పణం

గంగయ్య - పగటి కలలు

ఒక ఊరిలో గంగయ్య అనే సదాచార పారాయణుడు న్నాడు. ఒక రోజున ఆ ఊరిలో ఒకరి ఇంటిలో వ్రతం జరుగగా ఆ ఇంటివాళ్ళు గంగయ్యకు ఒక సంచెడు ధాన్యం దానంగా ఇచ్చారు. వాటిని భుజాన వేసుకొని ఎండలోనే ఇంటి ముఖం పట్టాడు. దారిలో సేద తీర్చుకునేందుకు కుండలు చేసే కుమ్మరి వాని ఇంటివద్ద ఆగి అరుగు మీద నడుం వాల్చాడు. అందుకు వాళ్ల అనుమతి కూడా తీసుకున్నాడు.

ఆ అరుగు మీదనే కుండల దొంతర పక్కన తన వద్ద నున్న ధాన్యం మూట గురించి ఇలా ఆలోచించసాగాడు. "ఈ ధాన్యపు మూటలోని గింజల్ని విత్తనా లుగా నా పెరటిలో వేస్తే అవి కొన్నాళ్ళకు పెరిగి పెద్దదై పంట చేతికి వస్తుంది.

ఆ పంట ధాన్యాన్ని కొన్ని ఎకరాల్లో నాటితే ఎంతో చెప్పలేని ధాన్యం పండుతుంది. ఆ ధాన్యం అమ్మితే వచ్చే డబ్బుతో పాడి పశువుల్ని కొని, పాలు అమ్మితే కొన్ని వేల రూపాయలు ఆదాయం వస్తుంది. అప్పుడు నేను కాలు మీద కాలు వేసికొని మహారాజులా బతుకుతాను.

అలా సంపదలో ఉన్న సమయంలో నా బంధువులు, అందమైన తమ అమ్మాయి ల్ని ఇచ్చి వివాహం జరిపేందుకు పోటీ పడుతూ ఉంటారు. అయితే నేను మాత్రం ఛీకొట్టి నా అంతస్తుకు తగరని చెప్తాను వాళ్ళు అంతటితో ఊరు కోకుండ కాళ్లా వేళ్లా పడతారు. అప్పుడు నేను 'ఛీ, పో' అని కాలితో ఒక తన్ను తంతాను, అంటూ కుండల దొంతరలను తన్నేశాడు. కుండలన్నీ పగిలిపో యాయి. ఆ ఇంటి యజమాని గంగయ్య కుండలన్నీ పగిలిపో వడం చూసి కోపోద్రిక్తుడై గంగయ్యను పట్టుకొని నాల్గు తగిలించి అక్కడినుండి తరిమివేశాడు.

ఈ కథలోని నీతి పగటి కలలు కంటూ
గాలిలో మేడలు కట్టకూడదు.

ఆలోచించండి

ప్రతి వాళ్ళకీ ఎన్నో ఆలోచనలు మదిలో
మెదులుతూనే ఉంటాయి. వాటిలో మీ వ్యక్తిగత
జీవితానికి సంబంధించినవి భద్రంగా దాచుకోండి
సమాజం గురించీ, దేశం గురించీ, అందరికీ సమస్యలుగా
తయారయ్యే విషయాల గురించీ మీకొచ్చే ఆలోచనలని
దర్పణం లో మీ సహపాఠకులతో పంచుకోండి

వీలైతే మీకు తోచిన పరిష్కారాలు చెప్పండి
మంచి సూచనలు చేయండి

పదిమందిని ఆలోచింపజేసే ఉత్తమమైన వ్యాసానికి
పారితోషికం కూడా ఉంటుంది

మీ మనసులో మాటల్ని రెండు అరఠావు పేజీల్లో అక్షరాలుగా
కూర్చి కాగితం మీద పెట్టండి. మీ పాస్‌పోర్టు సైజు ఫోటో
జత చేయండి మీ ఆలోచనలు ఎందరికో కనువిప్పు
కలిగించవచ్చు. కొందరికి ఓదార్పునివ్వచ్చు..
సమాజానికి మేలుకొలుపూ కావొచ్చు

మీ ఆలోచనలు పంపాల్సిన
చిరునామా

దర్పణం

ప్రధాన సంపాదకుడు

ది బొంబాయి ఆంధ్ర మహాసభ & జింఖానా

10-సి. లక్ష్మీ నాపు రోడ్, కింగ్‌జార్జ్ హైస్కూల్ ఎదుట,
దాదర్ (ఈ), ముంబయి - 400 014.

ఇది మీకోసం

ఇందులో మీరే రాయాలి మరి!

మనం జీవితంలో రాణించాలంటే స్థిత ప్రజ్ఞుడిలా ఉండగలగాలి అంటే ప్రశంసలను, విమర్శలను సమదృష్టితో స్వీకరించగలగాలి

- డా॥ బి.వి. పట్టాభిరామ్

సాహితీ దర్పణం

కవిత

"ఓ మనీషి"

నిను తోసేస్తూ
వెళ్లిన వారెందరైనా
నీవు త్రోవ జూపిన వారెందరో
నీపై కత్తితో కంకణం
కట్టిన వారెందరైనా
నిను మొక్కుతూ
మొక్కమొందిన వారెందరో
నిను వంచన చేస్తూ
పిలవంచిన వారెందరైనా
నీవు పిలిపించి నీడ నిచ్చిన వారెందరో
నిను వేలెత్తి హేళన చేసిన వారెందరైనా
నీవు వేలకొరిగిన వాళ్ళ
అక్కున చేర్చుకున్న వారెందరో
నిను కాదని వాదన చేసిన వారెందరైనా
నీవు కావాలని నావారనుకున్న వారెందరో
నిను దగా జేసిన వారెందరైనా
నీవు దయజూపిన వారెందరో
నీ "వెంత" అని అన్న వారెందరైనా
నీవు నా "స్వంత" అనుకున్నా వారెందరో
నిను ద్వేషించిన వారెందరైనా
నిన్ను దేహీ అన్న వారెందరో
నిను "నేస్తమా" అన్న వారెందరైనా
నీవు అభయమిచ్చి హస్త
మందించిన వారెందరో
నిను "హర్ట్" చేసిన వారెందరైనా
నీవే "స్మార్ట్" అన్న వారెందరో
ప్రక్కకు తోయడం వారి వంతైతే
ప్రగతి బాట నీ స్వంతం
ముక్కిరవడం వారి వంతైతే
ముందుకు సాగడం నీవంతు
నీవు నీవుగా వుంటూ నిజాయితీ చాటుకో
"నిజం" నీ వెంట నీడలా వుంటుంది
నివురు గప్పిన నిప్పులా
నీ వంటే ఏంటో అని
తెలిపే ఘడియక్కై కాచుకో
"మనిషి" కీ "మనీషి" కి
మధ్య వున్న తేడా తెలుసుకో
ఇది నీవూ, నేనూ అన్న మాట కాదు
విధి అనాది నుండి ఆడుతున్న ఆట
విలువలూ, విజయాలూ నడిచే బాట
అందుకే
వీక్షించడం నీ వంతు
కటాక్షించడం
ఆ విధి వంతు

"ఆనంద భారతి"
నడిమెట్ల యెల్లప్ప

జనప్రియ రాజశేఖరా !

మృత్యుదేవత పిలుపు నీకు
ప్రజఘోషగా వినిపించిందా !
వెలుగుతున్న నీ ప్రభ చూసి
ఏ దేవతకైన కను కుట్టిందా ?

ఎవరికి చెప్పకుండా
రమ్మని పిలిచింది రచ్చబండ --
కాని నీ అకాల నిష్క్రమణకు
శకటమైంది పావురాల గుట్ట !

నీ ఆరోగ్యశ్రీ లబ్ధిదారునికి
నీవు తరతరాలుగా తరగని దైవం
నీ జలయజ్ఞంలో
పులకించిన పుడమి తల్లికి
నీవు ప్రియ నేస్తం !

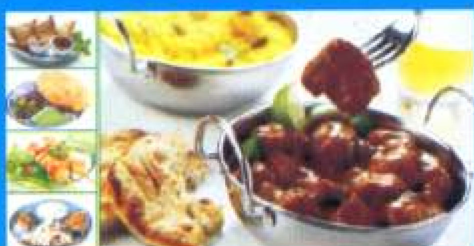
నీ ఇందిరమ్మ ఇళ్ళు
ఆంధ్ర గ్రామారాజ్య ప్రగతికి మెట్లు !
నీ సంక్షేమ పథకాలు
ఆంధ్ర ప్రజా నీకు తీర్చుకోలేని ఋణాలు !

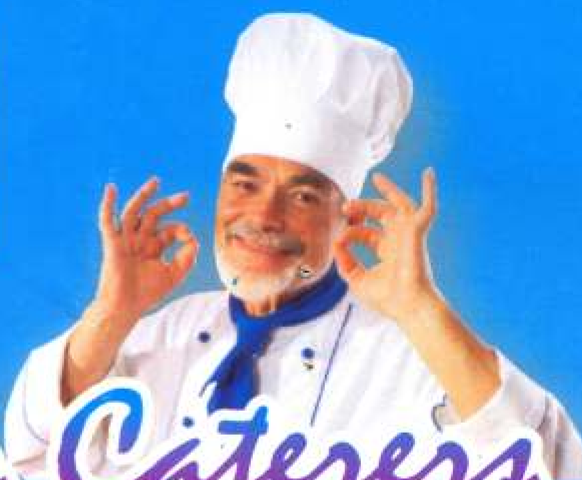
జన ప్రియ! జనపిత! ఓ రాజశేఖర!
ఆజన్మాంతరము ఆంధ్రావని నిను మరువలేదయా!

With Best Complements from:

We Wish You All
A Happy Dussera and Navratri Utsav

For Delicious Catering for Wedding, Birthday/Marriage Party, or Corporate events,





Mayur Caterers
and Decorators

Office time: 9 a.m. to 9 p.m.

Avinash Patil	:	9322224550;9821147636
Mayur Avinash Patil	:	9324923020;9987131299
Asmita Avinash Patil	:	9322905617;
Fax	:	24331927

Tavde Chawl, Room No. 5, Bhavani Shanker Road, Chitle Path, Near Vartak Hall, Behind Portuguese Church, Dadar, Mumbai – 400 028.