Fashion

• సమతా చౌదరి, డిజైనర్
wowobySamathachowdari

పూల రంగమ్మ

అసలే చేనేత. ఆపైన లినెన్ వస్త్రం. ఆ చీరకట్టు ఓ సౌందర్య అస్త్రమే. పూలపూల డిజిటల్ ప్రింట్.. ఏ ఫంక్షన్‌కు వెళ్లినా మనదైన ముద్రే. వేడుకలూ, ఉత్సవాలకే కాదు.. ఆఫీసుకూ కట్టుకెళ్లవచ్చు.

చేనేతను బతికిద్దాం

అది ముంబై సాగరతీరానికి సగర్వ ముఖద్వారంగా నిలిచే.. గేట్ వే ఆఫ్ ఇండియా. దాని ముందు మరో తోరణం నిలబెడితే.. అది కూడా మన సంస్కృతిని ప్రతిబింబించేలా ఉంటే. అదే జరిగింది కూడా. చేతి అల్లికలతో రూపొందించిన 1,008 వస్త్రాలను కలిపి ఓ 46 అడుగుల అందమైన తోరణాన్ని రూపొందించింది 'చాణక్య స్కూల్ ఆఫ్ క్రాఫ్ట్' అనే స్వచ్ఛంద సంస్థ. ఇందుకోసం 35 వేల గంటలు పట్టింది. ఆ తోరణం ముందు పరిచిన పూలమధ్య జరిగిన ర్యాంప్ వాక్ కూడా భిన్నంగానే సాగింది. భారతీయ వస్త్రధారణ ప్రతిబింబించేలా, విభిన్న చేనేత కళారూపాలతో రూపొందించిన ఆధునిక వస్త్రాలను ధరించారు మోడల్స్. ఫ్యాషన్ ప్రపంచంలో పెను సంచలనం సృష్టించిన ఈ విజయం వెనుక ఉన్న ఓ మహిళను తల్చుకుని తీరాలి. హస్తకళలకు ప్రాచుర్యం కల్పించాలనుకున్న తన తండ్రి అడుగుజాడల్లో... చాణక్య స్కూల్ ఆఫ్ క్రాఫ్ట్‌ను స్థాపించిన కరిష్మ స్వాలి ఘనత ఇది. ఆమెకు బాసటగా ఎంతోమంది కార్యకర్తలు, చేనేత కార్మికులు, హస్త కళాకారులు.. ప్రాచీన భారతీయ కళారూపాలు అంతరించిపోకుండా కృషి చేస్తున్నారు. నేతకళ, నేతన్న.. బతికి బట్టకడితేనే భారతీయ వస్త్ర పరిశ్రమకు ఓ ఉనికి అంటూ ఉంటుంది. ఎక్కడ ఏ చిన్న తేడా వచ్చినా.. మన వైభవం రాజుగారి దేవతా వస్త్రమే.

నమస్తే తెలంగాణ

జిందగీ II

హైదరాబాద్ | శనివారం 9 డిసెంబర్ 2023 www.ntnews.com

అయ్యారే.. అల్లం చాయ్!

చాయ్ మంచిదా, కాదా అనే విషయంలో నిత్యం కొత్త పరిశోధనలు వెలుగు చూస్తున్నాయి. వాటన్నిటిని పక్కన పెడితే.. ఓ గుక్క వేడివేడి టీ ఇచ్చే ఉత్సాహమే వేరు. ఉదయం నిద్రమత్తు వదలడం నుంచి.. చిరాగ్గా ఉన్న మెదడును చురుగ్గా మార్చడం వరకు.. చాయ్ ప్రభావాలు అనేకం. అందులోని యాంటీఆక్సిడెంట్స్ ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయనే వాదన ఉన్నదే. చాయ్‌లో అనేక రకాలు. ప్రత్యేకించి అల్లంచాయ్‌కి ఉన్న ఆదరణే వేరు. అందులోని ఔషధగుణాలే దీనికి కారణం.

అజీర్ణానికి చెక్
ఎలాంటి జీర్ణ సమస్యలున్నా, అజీర్తితో కడుపు నొప్పి వచ్చినా, నలుగురిలో ఇబ్బంది పెట్టే తేన్పులు వస్తున్నా... అల్లం టీ ఉత్తమం.

ఉబ్బసంలో ఉపశమనం
కాలుష్యంతో పాటు పెరిగే ఆస్తమాకు శాశ్వత చికిత్స లేదు. కానీ అల్లం వల్ల ఊపిరితిత్తుల వాపు తగ్గి, శ్వాస తేలికపడుతుంది.

గుండె పదిలం
అల్లంలోని విటమిన్-సి, అమైనో యాసిడ్స్ లాంటి పోషకాల వల్ల రక్తం గడ్డకట్టకుండా ఉంటుంది. గుండె సమస్యలను దరిచేరనివ్వదు.

వాపును అరికట్టి
కీళ్లు, కండరాలలో వచ్చే వాపుల వల్ల అథ్లెట్స్ ఫీట్, మోకాలి నొప్పులు లాంటి సమస్యలు దాడిచేస్తాయి. ఈ వాపును అరికట్టే సుగుణం అల్లం టీకి ఉంది.

వికారానికి మందు
ప్రయాణంలోనో, తలనొప్పితోనో కలిగే వికారాలకు అల్లం టీ మంచి మందు అని అనుభవపూర్వకంగా చెప్పేస్తున్నారు చాలామంది.

రుతుస్రావ ఇబ్బందులు
రుతుస్రావ సమయంలో వచ్చే కండరాల సమస్యలు, పొత్తికడుపు నొప్పి నుంచి అల్లం టీ ఊరటనిస్తుంది. అంతేకాదు. అల్లం టీతో రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుందని, ఒత్తిడి తగ్గుతుందని.. సంతానలేమి పరిష్కారానికి ఉపయోగపడుతుందనీ వైద్యులు చెబుతారు.

స్టార్టప్ స్టోరీస్

అందం ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ఇస్తుంది. ఆత్మవిశ్వాసం విజయాన్ని అందిస్తుంది. గెలుపు ఆర్థిక ప్రగతికి సోపానం అవుతుంది. కాబట్టే, సౌందర్య వ్యాపారం మునుపెన్నడూ లేనంతగా కళ కళ లాడుతున్నది. ఆంత్రప్రెన్యూర్స్ ఆ అవకాశాన్ని అందిపుచ్చుకుంటున్నారు. శుచీ చటోపాధ్యాయ అందులో ఒకరు. 'మేకప్ అండ్ హెయిర్ బై శుచీ' ఆమె కలల స్టార్టప్. ఆ మిరుమిట్లు గొలిపే ప్రయాణం ఆమె మాటల్లోనే..

మేకప్ బై శుచీ!

వైవిధ్యమైన వాతావరణానికి, విభిన్నమైన సంప్రదాయాలకు హైదరాబాద్ వేదిక. ఈ వారసత్వ నగరంలో అందానికి, అలంకరణకు అత్యంత ప్రాధాన్యం ఇస్తారు. దీనికితోడు శరవేగంతో విస్తరిస్తున్న కార్పొరేట్ కల్చర్ బ్యూటీప్రెన్యూర్‌షిప్‌ను ప్రోత్సహిస్తున్నది. రానున్న రెండేండ్లలో బ్యూటీ కేర్ స్టూడియోలు రెట్టింపు కావడం ఖాయమని నిపుణుల అంచనా. వందల మందికి ఉపాధినిచ్చే స్థాయికి సౌందర్య పరిశ్రమ ఎదుగుతున్నది.

అందానికి నగిషీ అద్దుకునేందుకు సంపన్న వర్గాలతో సమానంగా సాధారణ మహిళలూ ఆసక్తి చూపుతున్నారు. చిన్నప్పటి నుంచీ తోబుట్టువుల ఫ్యాషన్ వస్త్రాలు, ముఖాలంకరణలు చూస్తూ పెరిగాన్నేను. అదే బ్యూటీ కేర్ పట్ల ఆసక్తిని పెంచింది. వైజాగ్‌లో పుట్టినా హోటల్ మేనేజ్‌మెంట్ కోర్సు తర్వాత హైదరాబాద్‌లో స్థిరపడ్డాను. పదకొండేండ్ల పాటు ఆతిథ్య రంగంలో కొనసాగాను. తర్వాత ఫ్రీలాన్స్ మేకప్ ఆర్టిస్టుగా 'మేకప్ అండ్ హెయిర్ బై శుచీ'ని స్థాపించాను..

ఆధునికతకు ప్రాధాన్యం
చాలామంది సహజత్వంతో కళకళలాడే ముఖారవిందాన్ని కోరుకుంటున్నారు. నిజానికి హైదరాబాద్ వాతావరణం చాలా భిన్నమైంది. ఓ వైపు ముచ్చెమటలు పట్టించే ఎండలు, మరోవైపు విపరీతమైన చలి. కాలంకాని కాలంలో వర్షాలు. ఇవన్నీ చర్మ సౌందర్యంపై ప్రభావం చూపేవే. కాబట్టే 'హైదరాబాద్ వాతావరణానికి అనువైన మేకప్ కావాలి మేడమ్' అని అడుగుతారు చాలామంది. అందులోనూ కాలేజీ అమ్మాయిలు సరికొత్త మేకప్ ట్రెండ్స్ కోరుకుంటారు. సాధారణ టచప్‌తో పాటు సన్‌స్క్రీన్ లోషన్, బాడీ, లిప్ కేర్, హెయిర్ కేర్‌కు ప్రాధాన్యం ఇస్తారు. నా అభిప్రాయం ప్రకారం.. సరికొత్త ట్రెండ్స్ కోసం అర్రులు చాచడం ఆపేసి.. మన చర్మ లక్షణాల్ని బట్టి మేకప్ చేసుకోవడం ఉత్తమం. ఎవరికైనా మేకప్ చేసే ముందు ఆ వ్యక్తి శరీరతత్వం, చర్మ సౌందర్యం, అప్పటికే వాడుతున్న ఉత్పత్తులు, ఆరోగ్య సమస్యలు.. తదితర అంశాలను పరిగణనలోకి తీసుకుంటాను. ఆ తర్వాతే మేకప్ మొదలుపెడతాను. ఏ బ్యుటీషియన్ అయినా అనుసరించాల్సిన ప్రాథమిక సూత్రం ఇది.

సోషల్ మీడియా వేదికగా
తొలిదశలో కుటుంబసభ్యులు, మిత్రులు, సన్నిహితులకు మాత్రమే మేకప్ చేసేదాన్ని. సోషల్ మీడియా అకౌంట్ ప్రారంభించిన తర్వాత వ్యాపారం అనూహ్యంగా పెరిగింది. కొత్త కొత్త క్లయింట్స్ పరిచయం అయ్యారు. మేకప్ అండ్ హెయిర్ బై శుచీ @makeupandhairbyshuchi ఇన్‌స్టా పేజ్ ద్వారా వ్యాపారాన్ని విస్తరించాను. ఎక్కువ మందికి చేరువయ్యేందుకు ఇది సరైన వేదిక కూడా. క్లయింట్స్‌కు అందించిన సేవలను సోషల్ మీడియాలో పోస్ట్ చేస్తూ వ్యాపారంపై దృష్టి సారించాను. మేకప్ ఆర్టిస్ట్‌గానే కాకుండా కార్పొరేట్ సంస్థలకు మేకప్ అడ్వైజర్‌గా, బ్యూటీ ట్రైనర్‌గా ఉపాధి పొందుతున్నాను. నాకు రిపీటెడ్ కస్టమర్స్ ఎక్కువ. ఇన్‌స్టా పేజీ ద్వారా వచ్చేవారి సంఖ్య కూడా చాలానే ఉంటుంది. రానున్న రోజుల్లో ఓ మేకప్ స్టూడియో ప్రారంభించే యోచన ఉంది. వ్యాపార విస్తరణపైనా దృష్టి పెట్టాను. 'శుచీ మేడ్ మై డే స్పెషల్. షి ఈజ్ వెల్ స్పోకెన్. యూజ్డ్ బెస్ట్ ప్రాజెక్ట్స్.. టు మేక్ మి లుక్ గార్జియస్ ఆన్ మై స్పెషల్ డే' అంటూ ఓ క్లయింట్ నాకిచ్చిన కితాబు నూటికి నూరుపాళ్లు నిజం. కస్టమర్ ఈజ్ గాడ్ అంటారు. నేను మాత్రం కస్టమర్ ఈజ్ ఏంజెల్ అంటాను. తనను మనవైన సేవలతో మురిపించాలి.

> ఏ వ్యాపారంలో అయినా నిజాయతీ ముఖ్యం. కస్టమర్ మనసును అర్థం చేసుకోవాలి. ఎదుటి మనిషి అంతరంగాన్ని చదవగలగాలి. విమర్శల్ని స్వీకరించే గుణం ఉండాలి. సామాజిక మాధ్యమాల్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలి. స్తోమతకు మించిన ఆర్భాటాలు మంచివి కాదు. అతి తక్కువ కాలంలో అనూహ్యంగా ఎదిగిపోవాలని అనుకోవడమూ సరికాదు. విస్తరణ విషయంలోనూ అచితూచి అడుగు వేయాలి. అదే సమయంలో పోటీ సంస్థలను ఓ కంట కనిపెడుతూ ఉండాలి. వ్యాపార వ్యూహాలకు పదునుపెట్టుకుంటూ ముందుకెళ్లాలి.

భవిత బ్యూటీప్రెన్యూర్స్‌దే..
హైదరాబాద్ బ్యూటీప్రెన్యూర్స్‌కు ఎంతో అనుకూలమైంది. మోస్ట్ హ్యాపెనింగ్ సిటీ కావడంతో నిత్యం ఏదో ఓ వేడుక జరుగుతూనే ఉంటుంది. దీంతో బ్యూటీప్రెన్యూర్స్‌కు డిమాండ్ పెరుగుతున్నది. కాకపోతే, ఈ రంగంలో నిలబడాలంటే కచ్చితంగా నైపుణ్యాలను అభివృద్ధి చేసుకోవాలి. పర్సనల్ బ్యూటీ కేర్‌లో శిక్షణ పొందేందుకు చాలామంది ఆసక్తి చూపుతున్నారు. కార్పొరేట్, హాస్పిటాలిటీ సంస్థల ప్రవేశంతో మేకప్ ఆర్టిస్టులకు డిమాండ్ అధికమైంది.సౌందర్య శిల్పులకు ఇది స్వర్ణ యుగం.

... కడార్ల కిరణ్

చంకల్లో దుర్వాసనా?

డాక్టర్ గారూ నమస్తే. నేను ఓ ప్రైవేట్ సంస్థలో పని చేస్తున్నాను. రోజూ పది కిలోమీటర్లు ప్రయాణించి ఆఫీసుకు వెళ్తాను. సీట్‌లో కూర్చునేసరికి జాకెట్ తడిచిపోయినట్టు ఉంటుంది. చంకల్లో విపరీతమైన చెమట. దాంతోపాటు దుర్వాసన. నాకే కాదు, చుట్టుపక్కల వారికి కూడా ఇబ్బందిగా ఉంటుంది. ఈ సమస్యకు పరిష్కారం ఏమిటి?

• ఓ పాఠకురాలు

ఈ ఇబ్బందిని హైపర్‌హైడ్రోసిస్ అంటారు. చాలామందిలో కనిపించే సమస్యే. మీ విషయంలో కొంత తీవ్రంగా ఉంది. దీనివల్ల ఆత్మవిశ్వాసం దెబ్బతింటుంది. నలుగురిలోకి వెళ్లడానికి మొహమాట పడతారు. బ్యాక్టీరియా ఇన్ఫెక్షన్లు, ఒత్తిడి, జన్యుపరమైన కారణాలు, ఔషధాల ప్రభావం కూడా ఓ కారణం కావచ్చు. ఈ సమస్యను ప్రాథమిక స్థాయిలోనే తప్పించుకోడానికి కొన్ని మార్గాలున్నాయి. అల్లం, వెల్లుల్లి, క్యాలీఫ్లవర్, క్యాబేజీ తగ్గించాలి. అలా అని పూర్తిగా మానేస్తే పోషక విలువల్ని కోల్పోతాం. మద్యం, రెడ్ మీట్ కూడా ఓ కారణమే. మసాలా దినుసులను దూరం పెట్టడం ఉత్తమం.

డాక్టర్ అనున్యా రెడ్డి
కాస్మటిక్ సర్జన్
ఇ.ఎన్.టి సర్జన్,
ఎలర్జీ స్పెషలిస్ట్

సౌందర్య చికిత్స

ఓ అమ్మ..
'అరుదైన' పోరాటం

తన బిడ్డకు వచ్చింది సాధారణ రుగ్మత కాదనీ.. లక్షల మందిలో ఒక్కరికి దాపురించే అరుదైన వ్యాధి అనీ, దానికి వైద్యమే లేదనీ తెలిసినా ఆ తల్లి వెనక్కి తగ్గలేదు. ప్రయత్నాన్ని ఆపలేదు. ఆ వ్యాధికి వ్యతిరేకంగా ఓ పెద్ద ఉద్యమమే లేవదీశారు శారద అనే మాతృమూర్తి.

కర్ణాటక హుబ్లీకి చెందిన శారదకు ఓ పండంటి పాప. పేరు నిధి. బిడ్డను చూసుకుని ఎంతో మురిసిపోయింది ఆ తల్లి. ఆ సంతోషం ఎంతోకాలం నిలబడలేదు. పాపకు తరచూ న్యుమోనియా వచ్చేది. ఏ మాత్రం ఎదుగుదల లేదు. నడక రాలేదు. ఎంతమంది వైద్యులను సంప్రదించినా కారణం చెప్పలేకపోయారు. ఏడేండ్ల తర్వాత కానీ, నిధికి 'పాంపె' అనే అరుదైన వ్యాధి ఉన్నట్టు నిర్ధారణ కాలేదు. పదిలక్షల మందిలో ఒకరికి మాత్రమే దాపురించే మహమ్మారి ఇది. ఒక ఎంజైమ్ లోపంతో కణాలలో గ్లైకోజిన్ పేరుకుపోవడం వల్ల ఉత్పన్నం అయ్యే ఈ సమస్యకు చికిత్స లేదని తేలింది. మన దేశంలో అధికారికంగా ఇదే తొలి కేసు. క్రమంగా బాధితుల కండరాలు బలహీనపడతాయి. నడవలేకపోతారు. ఊపిరితిత్తుల సమస్య వస్తుంది. గుండె పనితీరులో అవరోధం ఏర్పడుతుంది. అయినా, శారద ఆశ వదులుకోలేదు. ఉద్యోగం వదిలేసుకుని.. భర్తతో కలిసి నిధిని తీసుకుని బెంగళూరు చేరుకున్నది. అక్కడ వ్యాధికి నివారణ లేకపోయినా, కనీసం ఉపశమనం లభిస్తుందనే ఆశ. కూతురి కోసం ఓ ప్రత్యేకమైన కుర్చీని రూపొందించి బడికి పంపింది కూడా. నిధి కూడా సమస్యను నిబ్బరంగా ఎదుర్కొన్నది. హైస్కూల్ చదువు పూర్తిచేసింది. వయసుతో పాటు నిధి ఆరోగ్యం క్షీణిస్తున్న కొద్దీ కూతుర్ని దక్కించుకునేందుకు మరింత ప్రయత్నించింది శారద. ఓ నెదర్లాండ్స్ వైద్యుడు ఎంజైమ్ థెరపీ కనుగొన్నారని తెలిసి... నిధిని క్లినికల్ ట్రయల్స్‌లో భాగస్వామిని చేసింది. ఓవైపు కూతురి కోసం పోరాడుతూనే పాంపెలాంటి అరుదైన వ్యాధుల గురించి జనానికి అవగాహన కలిగించేందుకు ఓ స్వచ్ఛంద సంస్థను స్థాపించింది. ఆ తల్లి ఆరాటంతో

సంబంధం లేకుండా.. కాలం తన పని తాను చేసుకుపోయింది. 18 ఏళ్ల వయసులో నిధి గుండెపోటుకు గురైంది. ప్రాణం నిలబడినా.. ఆరేళ్ల పాటు కోమాలోనే ఉంది. అయినా శారద ధైర్యం కోల్పోలేదు. తన గదినే ఐసీయూగా మార్చి కాపాడుకునే ప్రయత్నం చేసింది. గత నవంబర్‌లో నిధి కన్నుమూసే వరకు, కూతుర్ని రక్షించుకునేందుకు శాయశక్తులా ప్రయత్నించింది. నిధి మరణం వృథా కాకూడదనే సంకల్పంతో బిడ్డ కార్నియాలను దానం చేసింది. పాంపె మీద పరిశోధనలకు నిధి మెదడును ప్రయోగశాలకు దానంగా ఇచ్చింది. ఇలాంటి అరుదైన వ్యాధులను గుర్తించేందుకు ఖరీదైన ఎంజైమ్ పరీక్షలు చేయాలనీ, మరిన్ని పరిశోధనలు జరగాలని శారద కోరుతున్నది. ఆ దిశగా ప్రభుత్వాలను, వైద్య సంస్థలను కదిలించే ప్రయత్నం చేస్తున్నది ఆ మాతృమూర్తి.