పుస్తక సమీక్ష

పుస్తకాలను మించిన ఉత్తమ స్నేహితులు లేరు

మంచి తెలుగు కథల వివరణ

ఏ భాషా సాహిత్యమైనా కథలకు మంచి ఆదరణ ఉంటుంది. నిడివి తక్కువగా ఉండటం, ఎక్కువ మలుపులు లేకుండా సూటిగా నడవడం లాంటివి కథలంటే ఇష్టపడటానికి ప్రధాన కారణాలు. తెలుగు కథా సాహిత్యం విషయానికి వస్తే సుమారు నూట పాతికేండ్ల చరిత్ర దీని సొంతం. అప్పటినుంచి ఇప్పటివరకు తెలుగులో ఎన్నో గొప్ప కథలు వెలువడ్డాయి. వీటిలో సాధారణ పాఠకులకు కొన్ని కథలు, అవీ కొంతమంది రచయితలవి మాత్రమే పరిచయం ఉంటాయి. చాలావరకు తెలియనివే ఉంటాయి. పైగా విభిన్న దశాబ్దాల్లో వచ్చిన మంచి కథలను వెతుక్కోవడం తలకుమించిన పనే. ఎవరైనా వాటి వివరాలు చెబితే బాగుంటుంది అనుకుంటాం. రచయిత ఎమ్బీయస్ ప్రసాద్ ఆ ప్రయత్నమే చేశారు. తనకు గొప్పవి అనిపించిన కథా సంకలనాలు, ప్రసిద్ధ రచయితల ప్రసిద్ధ కథలను పరిచయం చేస్తూ ఆయన 'కథా పరామర్శ' పేరుతో పుస్తకం వెలువరించారు. ఇందులో ఏడు కథా సంకలనాల పరిచయంతోపాటు ఉద్దండులైన తెలుగు కథకులకు చెందిన 40 కథల పూర్వాపరాలను ప్రసాద్ వివరించారు. కథా పరామర్శ చదివితే పాత కథల నడకతోపాటు, కథకుల గొప్పతనం తెలుస్తుంది. కథలను ఎలా అర్థం చేసుకోవాలో అవగతమవుతుంది.

కథా పరామర్శ

రచన: యమ్బీయస్ ప్రసాద్
పేజీలు: 255; **ధర:** రూ. 150
ప్రతులకు: **ఫోన్:** 040–23047638

పూలేకు కవితా పూలమాల

ఆధునిక భారతదేశ చరిత్రలో సంస్కరణ ఉద్యమాలది ఓ సువర్ణాధ్యాయం. సంస్కరణ అంటే మతపరమైన దురాచారాలు, మహిళల పట్ల వివక్ష, సమాజంలో గూడు కట్టుకున్న మూఢనమ్మకాలు మొదలైన వాటి నిర్మూలనతోపాటు ఆధునిక విద్యా విధానం ప్రవేశపెట్టడం ప్రధానంగా నడిచాయి. అయితే, పీడిత కులాలు, వృత్తి కులాల వెతల పట్ల తొలిసారిగా గొంతెత్తింది మాత్రం మహాత్మ జ్యోతిరావ్ పూలేనే. మహారాష్ట్రలో పూణే కేంద్రంగా ఆయన ప్రస్థానం సాగింది. విద్యతోనే అన్ని రంగాల్లో వికసిస్తామనే ఉద్దేశంతో ఆయన బ్రాహ్మణీయ భావజాలంపై తిరుగుబాటుగా 'సత్యశోధక్ సమాజ్'ను స్థాపించారు. భార్య సావిత్రిబాయికి చదువు నేర్పి, ఆమెను ఉపాధ్యాయురాలిగా తీర్చిదిద్దారు. వారిద్దరూ కలిసి అణగారిన వర్గాలు, స్త్రీల విద్య, అభివృద్ధి కోసం కృషిచేశారు. అలా వర్ణ వివక్ష అంధకారంలో వేల ఏండ్లుగా మగ్గిపోయిన శూద్రులు, అతిశూద్రుల్లో చైతన్యం తీసుకువచ్చారు. భారత రాజ్యాంగ రచనలో కూడా డా. అంబేద్కర్ రూపంలో పూలే స్ఫూర్తి కనిపిస్తుంది. జ్యోతిరావ్ పూలే 197వ జయంతి సందర్భంగా 'ధిక్కార' పేరుతో ప్రసాద మూర్తి, జూకంటి జగన్నాథం, అమ్మంగి వేణుగోపాల్ తదితర కవులు రచించిన 150 పైలుకు కవితలతో నెలపొడుపు సాహిత్య సాంస్కృతి వేదిక సంకలనం ప్రచురించింది. డా.సంగిశెట్టి శ్రీనివాస్, వనపట్ల సుబ్బయ్య సంపాదకత్వంలో వచ్చిన ఈ పుస్తకంలో ప్రతి కవితలోనూ పూలే స్ఫూర్తి కనిపిస్తుంది.

ధిక్కార

సంపాదకులు: వనపట్ల సుబ్బయ్య,
డా.సంగిశెట్టి శ్రీనివాస్
పేజీలు: 352; **ధర:** రూ. 350
ప్రచురణ: నెలపొడుపు సాహిత్య సాంస్కృతిక వేదిక
ఫోన్: 98492 20321

హెల్త్ బిట్స్

చురుకైన మెదడుకు చిట్కాలు

శరీర పనితీరు సవ్యంగా సాగిపోవడంలో మెదడు కీలకపాత్ర పోషిస్తుంది. ఇక వయసు పెరిగేకొద్దీ వివిధ రకాలైన ఒత్తిళ్లకు లోనవుతుంటాం. కాబట్టి మెదడు ఆరోగ్యం గురించి కూడా ఆలోచించాలి. మెదడు చురుగ్గా ఉండటానికి, విశ్రాంతిగా అనిపించడానికి కొన్ని చిట్కాలు ఉన్నాయి. రోజుకు కనీసం అరగంట వ్యాయామం చేయాలి. ఏడు నుంచి ఎనిమిది గంటల నాణ్యమైన నిద్రపోవాలి. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోవాలి. రోజూ కాసేపు పుస్తకాలు చదవడం, ఏవైనా కొత్త విషయాలు నేర్చుకోవడం, పజిల్స్ పూరించడం చేయాలి. వీటివల్ల మెదడుకు ఎప్పటికప్పుడు పదును పెట్టినట్టు అవుతుంది. ఆరోగ్యకరమైన సామాజిక సంబంధాలను పెంపొందించుకోవాలి. రక్తపోటును అదుపులో ఉంచుకోవాలి. యోగా, ధ్యానం మొదలైన ప్రక్రియల ద్వారా ఒత్తిడిని నియంత్రించుకోవాలి. ధూమపానం చేయకూడదు. మద్యం కూడా పరిమితికిలోబడే తీసుకోవాలి.

తండ్రుల నుంచే పిల్లల్లో డయాబెటిస్

ఇప్పుడు చిన్నవయసులోనే పిల్లలు మధుమేహం బారినపడుతున్నారు. దీనికి వంశపారంపర్య కారణాలు ప్రధానంగా నిలుస్తాయి. అయితే, పిల్లల్లో టైప్ 1 డయాబెటిస్ ఎలా వస్తుందనే దాని గురించి కార్డిఫ్ విశ్వవిద్యాలయం శాస్త్రవేత్తలు అధ్యయనం చేశారు. ఇందులో పరిశీలించిన వివరాలను బట్టి మిగిలిన వారితో పోలిస్తే తండ్రులకు డయాబెటిస్ ఉంటే, పిల్లలకు టైప్ 1 డయాబెటిస్ ముప్పు రెండు రెట్లు ఎక్కువని కనుక్కొన్నారు. కాగా, ఈ అధ్యయనం 'డయాబెటాలజియా' జర్నల్లో ప్రచురితమైంది. పైగా డయాబెటిస్ ఉన్న తల్లుల కంటే తండ్రుల నుంచే ఈ వ్యాధి ముప్పు ఎక్కువని శాస్త్రవేత్తలు వెల్లడించారు. ఇక గర్భిణిగా ఉన్నప్పుడు తల్లికి మధుమేహం ఉన్నప్పటికీ అది పిల్లలకు సంక్రమించే ముప్పు తక్కువగా ఉంటుందట. అయితే కడుపులో ఉన్నప్పుడే పిల్లలో డయాబెటిస్ బారిన ఎలా పడుతున్నారనే విషయమై మరింత పరిశోధన అవసరం అంటున్నారు శాస్త్రవేత్తలు.

(...13వ పేజీ తరువాయి)

అది ఎవరు?

సమాధానం:

రుద్ర డ్రైవర్ని విచారించగా ''అమ్మగారిని ఉదయాన్నే గుడిలో దించేసి, అటునుంచి అటే అయ్యగారు ఇచ్చిన చెక్కును బ్యాంకులో డిపాజిట్ చేశా'' అని సమాధానం చెప్పాడు. ఆ రోజు పంద్రాగస్టు. బ్యాంకులకు సెలవు. అలాంటప్పుడు డ్రైవర్ బ్యాంకులో చెక్కును ఎలా డిపాజిట్ చేయగలడు? కానిస్టేబుల్ భార్యాపిల్లలు స్టేషన్లోనే ఉన్నారు అనగానే.. ఆ రోజు పంద్రాగస్టు అన్న పాయింటు రుద్రకు స్ఫురణకు వచ్చింది. అసలు విషయం ఏంటంటే.. రూ. 2 లక్షలు అప్పుగా ఇవ్వమంటే తనను నానా మాటలు తిట్టిన యజమానిపై కోపంతోనే ఈ పనిచేసినట్టు డ్రైవర్ విచారణలో చెప్పాడు.