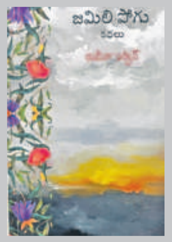
పుస్తక సమీక్ష

పుస్తకాలను మించిన ఉత్తమ స్నేహితులు లేరు

కథా సాహిత్యంలో కొత్తదారి



ఆధునిక స్త్రీలు ఉద్యోగాలు, వ్యాపారాల్లోనూ రాణిస్తున్నారు. తమ ప్రతిభతో వాటిలో రాటుదేలుతున్నారు. ఇది పట్టణ స్త్రీల బతుకు చిత్రం. ఇక గ్రామాల్లో పొలం పనులు మొదలుకుని ఇతర వృత్తుల్లోనూ స్త్రీలు తమవంతు పాత్ర పోషిస్తారు. అయితే, ఈ రెండు వాతావరణాల్లోనూ స్త్రీలకు పురుషుల నుంచి అడుగడుగునా ఇబ్బందులు తప్పడం లేదు. ఈ వాస్తవాన్ని 'జమిలి పోగు' సంకలనంలో పన్నెండు కథల్లో అక్షరీకరించారు రుబీనా పర్వీన్. సమాజంలో జరిగిన సంఘటనలనే ఈ కథలకు ఇతివృత్తాలుగా ఎంచుకున్నారు. మొదటి కథ 'ఖులా'లో దారితప్పిన భర్త నుంచి విడివడి బతకగలనని ధైర్యం ప్రకటించే స్త్రీ కనిపిస్తుంది. తమ కూతుళ్లు గొప్పగా, ఉన్నతంగా ఎదగాలని కోరుకునే ఓ తండ్రి విశిష్ట వ్యక్తిత్వాన్ని 'అబ్బాజాన్'లో చిత్రించారు. ఈ కథ ఎంతో మంది తండ్రులకు స్ఫూర్తిగా నిలుస్తుంది. కోర్టులు, చట్టాలు కాకుండా సాటి మనుషుల శిక్ష నుంచి బయటపడి తన జీవితాన్ని తీర్చిదిద్దుకున్న స్త్రీ 'మక్సూదా'లో కనిపిస్తుంది. పురుషాహంకారాన్ని తోసేసి తన జీవితాన్ని తన అదుపులోకి తెచ్చుకున్న ఓ ఆంత్రప్రెన్యూర్ కథ 'వన్ పర్సన్ కంపెనీ'. ఆడపిల్లలు పుడితే శోక ప్రకటన చేసే దుష్ట సంప్రదాయాన్ని రూపుమాపాలన్న సందేశంతో 'శోక ప్రకటన' కథ సాగుతుంది. ఇక 'దేవ్లీ' కథ సింగరేణిలో పనిచేస్తూ వంచన గురైన మహిళ అడ్డుగోడను బద్దలు కొట్టి ముందుకు సాగాలని నిర్ణయించుకుంటుంది. ఇలా రుబీనా పర్వీన్ తొలి కథా సంకలనమైన 'జమిలి పోగు'లో స్త్రీలు మొదట్లో బేలగా కనిపిస్తారు. కానీ చివరికి వచ్చేటప్పటికి ఆటంకాలను, ఆంక్షలను దాటుకుని తమదైన స్వేచ్ఛా ప్రపంచంలోకి అడుగుపెట్టే నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. విజేతలుగా నిలుస్తారు.

జమిలి పోగు

రచన: రుబీనా పర్వీన్
పేజీలు: 125; **ధర:** రూ. 145
ప్రచురణ: సైరా పబ్లికేషన్స్
ప్రతులకు: నవోదయ బుక్ హౌస్, ప్రముఖ పుస్తకాల దుకాణాలు

బుక్ షెల్ఫ్

షిరిడీ సాయిబాబా అంటే ఎవరు?

రచన: జస్టిస్ బి. చంద్రకుమార్
పేజీలు: 104;
ధర: అమూల్యం
ఫోన్: 89783 85151

వంశీ కథలు- 2024

సంకలన కర్త: డా।। తెన్నేటి సుధాదేవి
పేజీలు: 177;
ధర: రూ. 200
ప్రచురణ: వంశీ ప్రచురణలు
ప్రతులకు:
ఫోన్: 98490 23852

మనసు చెప్పిన ముచ్చట్లు

రచన: పద్మా దాశరథి
పేజీలు: 140; **ధర:** రూ. 200
ప్రచురణ: జేవీ పబ్లికేషన్స్
ప్రతులకు:
ఫోన్: 85588 99478

హెల్త్ బిట్స్

బీపీకి మంచి పండ్లు

అధిక రక్తపోటు ఉన్నవాళ్లు ఆపిల్, అరటిపండ్లు తింటే మంచిదట. 'ఫ్రాంటియర్స్ ఇన్ న్యూట్రిషన్' అనే జర్నల్‌లో ప్రచురితమైన ఓ అధ్యయనం ఈ విషయం వెల్లడించింది. వారంలో మూడు నుంచి ఆరుసార్లు ఆపిల్ గానీ లేదంటే అరటిపండ్లుగానీ తిన్నవారు అన్ని రకాలైన కారణాల వల్ల మరణించే ముప్పు 40 శాతం వరకు తక్కువగా ఉందట. అయితే దీనికి కారణం ఏంటనేది మాత్రం పరిశోధకులు ఇదమిత్థంగా తేల్చలేదు. కాకపోతే అరటిపండ్లలో పొటాషియం పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది రక్తపోటును తగ్గించడంలో దోహదపడుతుంది. కాగా పియర్స్, ద్రాక్ష, అనాస పండ్ల నుంచి ఇలాంటి ప్రయోజనాలు దక్కవట.

వీరికి నాక్టూరియా సమస్య

ఇప్పుడు ఎక్కువసేపు టీవీలు, స్మార్ట్‌ఫోన్లలో వీడియోలు చూసేవాళ్లే కనిపిస్తున్నారు. అయితే రోజుకు అయిదు గంటలకంటే ఎక్కువ వీడియోలు చూసేవాళ్లలో... రాత్రిళ్లు తరచుగా మూత్రానికి వెళ్లాల్సి వచ్చే నాక్టూరియా అనే సమస్య తలెత్తుతుందట. ఇది రాత్రి నిద్రకు ఆటంకం కలిగించడమే కాకుండా అధిక రక్తపోటు, గుండె కవాటాల వ్యాధుల ముప్పును పెంచుతుందట. టీవీలు, వీడియోలు చూడటానికి నాక్టూరియాకు మధ్య సంబంధం ఏంటనేది తెలియదు. ఎక్కువసేపు తెరలకు అతుక్కుపోయి కూర్చోవడం టైప్ 2 డయాబెటిస్ ముప్పును పెంచుతుంది. నాక్టూరియా ముప్పు కారకాల్లో టైప్ 2 డయాబెటిస్ ఒకటి కావడం గమనార్హం. అంతేకాకుండా వీడియోలు చూస్తూ నీళ్లు, ఇతర పానీయాలు తీసుకుంటూ ఉంటారు. ఇది కూడా తరచుగా మూత్రానికి దారితీస్తుందని పరిశోధకులు వెల్లడించారు. ఈ అధ్యయనం 'న్యూరో యూరాలజీ అండ్ యూరోడైనమిక్స్'లో ప్రచురితమైంది. స్క్రీనింగ్ టైం తగ్గించుకోవాలి మరి!

అది ఎవరు?

(...13వ పేజీ తరువాయి)

సమాధానం

ఇన్‌స్పెక్టర్ రుద్ర హంతకుడి కోసం ప్రశ్నిస్తున్నప్పుడు ఎవరెవరు ఏం చేస్తున్నారో చెప్పారు. అయితే, హంతకుడైన సైన్స్ లెక్చరర్‌కి ఏం చెప్పాలో తెలియక ''టర్మ్ ఎగ్జామ్ పేపర్స్ ప్రిపేర్ చేస్తున్నట్లు'' నోరు జారాడు. అసలే అది కొత్త కాలేజీ. ఆరోజే ఓపెనింగ్. అలాంటి కాలేజీలో సైన్స్ లెక్చరర్ పిల్లలకు పాఠాలు చెప్పకముందే.. టర్మ్ ఎగ్జామ్ పేపర్స్ ఎందుకు ప్రిపేర్ చేస్తాడు? ఈ లాజిక్‌నే పసిగట్టిన రుద్ర.. లెక్చరరే హంతకుడని తేల్చేశాడు.