

...8వ పేజీ తరువాయి

క్రమంలోనే వరుడు పాడుకలు ధరించి ఒక గొడుగు, చేతికర్ర చేతబూని కాశీయాత్రకు బయలుదేరుతాడు. సంసార వలయంలో చిక్కుకోకుండా భగవంతుని సేవించి, తరించేందుకు సంసార కార్యక్రమాలపై అయిష్టత ప్రకటిస్తూ కాశీయాత్రకు వెళతానని బయలుదేరతాడు. వధువు సోదరుడు ముందుకు వచ్చి తన సోదరిని ఇచ్చి వివాహం చేస్తానని కాశీయాత్ర మానుకోవలసిందని వరుని గడ్డం పుచ్చుకుని బతిమాలు తాడు. అలా కొంతసేపైన తరువాత వరుడు ఇందుకు సమ్మతిస్తాడు. తరువాత వధువు సోదరుడు వరుని కాళ్ళు కడిగి కొత్త బట్టలు ఇస్తాడు. వరుడు కూడా తనకు కాబోయే బావమరిదికి సరికొత్త బట్టలు ఇస్తాడు. ఈ కార్యక్రమం పరిహాసాలతో, ఆహ్లాదభరితంగా సాగు తుంది. పెళ్ళికి ముందు వధువు తల్లిదండ్రులు కొంత మంది బంధువులను తోడ్కొని వధువు తరపువారి విడిదికి వెళ్ళి వరపూజ జరిపి అందరినీ పెళ్ళికి రావలసిందని ఆహ్వానిస్తారు. వరుని కుటుంబ సభ్యులు, బంధుమిత్రులు కల్యాణమంటపానికి రాగానే వధువు కుటుంబసభ్యులు ఎదురేగి స్వాగతం పలుకుతారు. వధువు తల్లిదండ్రులు వరుని కాళ్ళు కడిగి హారతి ఇచ్చి న తరువాత వధువు సోదరుడు వరుని చేయిపుచ్చుకుని వివాహవేదిక వద్దకు తీసుకువెళతాడు. గతంలో వివాహం తతంగమంతా వధువు ఇంటిలోనే జరిగేది. ఈ సందర్భంగా ఆమె ఇంటిముందు పెద్ద పందిరివేసి, మామిడి ఆకుల తోరణాలు కట్టి వివాహం జరుగు తున్నట్లు తెలిపేవారు. పూలతో, అరటిబోదెలతో ద్వారాలకు ఇరువైపుల అలంకరించేవారు. నేడు కల్యాణమంటపాలలో లేక ఫంక్షన్ హాల్స్ లోనో వివాహాలు జరుగుతున్నందున ఆ హాల్స్ లోనే ఇటువంటి అలంకరణలు చేస్తున్నారు.

కల్యాణ వేదిక వద్ద వధూవరుల తల్లిదండ్రులు



ఆశీనులై ఉంటారు. వివాహ కార్యక్రమంలో భాగంగా తొలుత వరుడు గణేశపూజ నిర్వహిస్తాడు. విష్ణులను తొలగించే వినియోగాన్ని పూజించినతరువాత ఏ కార్యక్రమమైనా ప్రారంభించడం ఆచారం. తరువాత పురోహితుడు కంకణధారణ కార్యక్రమం నిర్వహిస్తారు. సభ్యులలో లేదా ఆకులో కొద్దిగా బియ్యం పోసి దానిమీద చిన్న వెండికలశం పెడతారు. కలశంపై ససుపు పూసిన టెంకాయ పెడతారు. ఈ సందర్భంగా పురోహితుడు వేదమంత్రాలతో దేవతలను ప్రార్థించిన తరువాత కంకణ ధారణ కార్యక్రమం జరుగుతుంది. వరుని చేతికి కంకణం అంటే చందనం పూసిన ససుపుకొమ్ము కట్టిన దారాన్ని కడతారు. వరుడు పీటల మీద కూర్చున్న తరువాత తెరసెల్లా అనే తెల్లటి వస్త్రంతో అడ్డు తెర కడతారు. తరువాత చేతిలో కొబ్బరిబొండాంతో

ఆరోగ్యం

చిరుతిండితో చక్కెరవ్యాధి!

కొన్ని ఆహారపు అలవాట్ల కారణంగా చిన్నపిల్లలు ఊబకాయంస్తువుతున్నారు. ఈ ఊబకాయం వల్ల వారిలో మధుమేహవ్యాధి వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువ అని వైద్యునిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. చిరుతిండిని ఎక్కువగా తినేపిల్లలు స్థూలకాయంతో బాధపడుతుంటారు. ఇలాంటివారిలో చక్కెర వ్యాధి కూడా సులభంగా వచ్చే అవకాశం ఉందని వారు పేర్కొంటున్నారు. తప్పనిసరిగా మధుమేహవ్యాధి వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉందని వైద్యునిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. పిల్లల్లో ఈ విషయమై అవగాహన కల్పించకపోతే ప్రమాదమేనని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు. పిల్లలకు సరైన ఆహార పద్ధతులు అలవాట్లు చేయకపోతే ఇలాంటి ఇబ్బందులు వస్తాయని వైద్యులు పేర్కొంటున్నారు. చాకొలెట్లు, పిజ్జాలలాంటి వాటిని వివరీతంగా తినడం వల్ల ఇలాంటి ఇబ్బందులు వస్తాయని వారు హెచ్చరించారు. పుట్టినప్పుడు పిల్లలు తక్కువ బరువు ఉన్నా సమస్యలు వస్తాయని వారు తెలిపారు. పిల్లలకు సరైన పోషకాహారం అందించడమేకాకుండా వారికి సరైన ఆహారపద్ధతులను నేర్పించే బాధ్యత పెద్దలపైనే ఉందని వైద్యులు సలహా ఇస్తున్నారు. ఆహారం జీర్ణించేసమయంలో శరీరం నుంచి హార్మోన్లు విడుదల అవుతాయని అందువల్ల దానికి అనుగుణంగా ఆహారపు అలవాట్లు ఉండాలని వారు సూచించారు.