- మన పురాణాల్లోనూ, ఇతిహాసాల్లోనూ,వేదాల్లోనూ ఎన్నో అమూల్యమైన ఆచారాలూ,నమ్మకాలతోపాటు, ఆరోగ్యానికి సంబంధించిన విషయాలు పొందుపరచబడి ఉన్నాయి.వాటిని తెలుసుకుని ఆచరించటం ద్వారా ఆరోగ్యమూ, జ్ఞానమూ, పుణ్యం. వాటిలోని అంతరార్థములను తెలిపే అచ్చ తెలుగు శీర్షిక 'మన తాళపత్ర గ్రంథాల్లో...'
- సిల్వర్ స్క్రీన్ ముందు వెనుక 'కదిలే బొమ్మల కబుర్లు' ప్రతి వారం హాట్ టాపిక్స్
- పాఠకులే గన్‌లా పేల్చే ఫన్ ప్రశ్నల సమాధానాల శీర్షిక 'ఈ శీర్షిక మీదే'

కథలు

- వంశీ వారం వారం అందించే తీయ తేనియ పట్టు 'మా దిగువ గోదావరి కథలు'
- వయసును తగ్గించి, తేనెలూరించి, వెన్నెల కొలనులో స్నానం చేయించి, గుండె ధమనులలో, సిరలలో నరనరాన స్ర్రున రక్తాన్ని సరఫరా చేయించే హెల్దీ స్టోరీ 'సరసమైన కథ'
- తెలుగువారికి హాస్యమంటే ఆరో ప్రాణం. అందుకే ప్రతి వారం ఓ 'కామెడీ కథ'

సీరియల్స్

- విభిన్నమైన ఇతివృత్తాలతో మిమ్మల్ని ఆకట్టుకుని, వారం వారం చదివించే 'సీరియల్స్'

ఇలా ఎన్నో ఎన్నెన్నో మీ అందరికీ ఇష్టమైన నవరస సమాహారం సపరివార సమేతంగా చదవాల్సిన స్వాతి సపరివార పత్రిక సాహితీమాత కంఠసీమలో మణిహారం

29.1.2010 సంచిక విశేషాలు

స్పెషల్ ఫీచర్స్

- **ఆదిదేవ నమస్తుభ్యం :** మాఘమాసంలో శుద్ధపక్షంలో వచ్చే సప్తమిని 'రథసప్తమి' అంటారు. ఆ రోజునే సూర్యుడు అదితి-కశ్యపులకు పుత్రునిగా జన్మించాడు. ఈ సప్తమినాడు సూర్యుడు తాను ప్రయాణించే రథపు చక్రాలను ఉత్తరదిశకు మళ్ళిస్తాడు. జనవరి 22న రథసప్తమిని పురస్కరించుకుని ప్రత్యేక వ్యాసం.

- **నెంబర్లలో మీ వ్యక్తిత్వం :** సంఖ్యాశాస్త్రం అంటే కేవలం మీ పుట్టిన నెంబర్‌నో, మీ పేరు తాలూకు నెంబర్‌నో మాత్రమే చెబుతుందనుకుంటే మీరు పొరబడినట్లే. మీ వ్యక్తిత్వానికి కూడా ఓ నెంబర్ ఉంటుంది. ఆ నెంబర్‌ని కనుక్కుంటే మీ వ్యక్తిత్వం ఏమిటో మీరు తెలుసుకోవచ్చు.

- **కలవారి అల్లుళ్ళకు రోల్ మోడల్ :** కలవారి కోడళ్ళనిపించుకోవడం అమ్మాయిలకైతే గర్వంగా ఉంటుందేమోకానీ, అబ్బాయిల విషయం మాత్రం అలాకాదు. కలవారింటి అల్లుడనిపించుకోవడం వారికి ఎంత ఇబ్బందిగానైనా ఉంటుంది. మరి అలాంటి ఇబ్బందిని ఎంతో హుందాగా ఎదుర్కొంటూ, కలవారి అల్లుళ్ళకు రోల్ మోడల్‌గా నిలిచాడు సోనియాగాంధీ అల్లుడు రాబర్ట్ వాద్రా.

- **హలో! హలో! :** నలుగురినీ మెప్పించేలా మాట్లాడటం ఒక కళ. కొంతమందికి ఈ కళ స్వతహాగా అబ్బితే, మరి కొందరు పట్టుదలతో కృషిచేసి అలవరచుకుంటారు. 'హలో! హలో!' అంటూ అందరినీ పలకరించేస్తూ, కబుర్ల పోగుగా మార్చి వేయగల కిటుకులు కొన్ని మీకోసం.

- **స్ట్రెస్ మనల్ని గెలిపిస్తుంది :** జీవితంలో బరువుబాధ్యతలను నెరవేర్చడంలో ఎదురయ్యే ఒత్తిడి ఇప్పుడు మరింత పెరిగింది. ఈనాటి పోటీ ప్రపంచంలో స్ట్రెస్‌కు గురికానివారు లేరు. అయితే దానినే ఒక వరంగా, విజయానికి సోపానంగా మలుచుకోవచ్చు. మరి అది ఎలాగో తెలుసుకోండి.

- **అందరూ 'అదుర్స్' అంటున్నారు :** కన్నుల్లో వెన్నెల తిన్నెలు దాగున్నట్లుగా మెరిసిపోయే తార నయనతార. ఏ పాత్రలోనైనా సహజంగా ఒదిగిపోయే ఈ తారామణి చేసిన సినిమాలు తక్కువే అయినా, పెద్ద హీరోలందరితో నటించింది. తాజాగా తాను ఎన్టీఆర్ సరసన చేసిన 'అదుర్స్' చూసి అందరూ అదుర్స్ అంటున్నారని తెగ మురిసిపోతోంది.