1179

ఆలమూరు

# గ్రామపునర్నిర్మాణకరపత్రము

11/79
1930

గ్రంథకర్త:—

కుసుమ ధర్మన్న కవి

P.No. 168
S.No. 29

రాజమండ్రి.

— DEC 1930

3708
21

ప్రకాశకుడు

నరసింహదేవర సత్యనారాయణ

1930

6-DEC 1930
MADRAS

# పీఠిక

ఈ కరపత్రముకు తూర్పుగోదావరిజిల్లా మద్యపాన నిషేధసంఘమువారి పోటీపరీక్షలో ప్రథమబహుమానముగ బంగారుపతకము నొసగిరి. దీనిగ్రంథకర్తలగు మ. రా. శ్రీ కుసుమ ధర్మన్నగారు నాకు చిరకాల పరిచితులు. సంఘసేవ యందు యుత్సాహకులు. వ్యాసముయొక్క యోగ్యతలు మద్యపానసంఘమువారి ప్రథమబహుమానము బడయుటచే వేరుగ ప్రశంసింప నక్కరలేదు. మద్యపానమువలన దేశము లోని బీదప్రజలు దుర్భరదారిద్ర్యమునకు లోనై యెట్టి యిడుమల బడుచున్నారో యెల్లరకు విదితమె. త్రాగుడు నివారణచేయుటకు అభిమానముగల ప్రచారకులు యీ కరపత్రము విరివిగ వ్యాప్తిచేసి త్రాగుడుపిశాచమును వదలగొట్ట కృషి సలుప ప్రార్థించుచున్నాను.

నరసింహదేవర సత్యనారాయణ

ఆలమూరు.

# మద్యపాన నిషేధము

## తొలిపలుకు

మానవదేహము ఒక అద్భుతమగు గృహమువంటిది. భగవంతుడు దీనిని రక్తము, ఎముకలు, నరములు, నాడులతో నిర్మాణముచేసియున్నాడు. యెముకలే యీ యింటికి స్తంభములు, దూలములు, వాసములు, మొదలగుకలప. కండరములే యీ యింటి గోడలు. మానవుడే యీ యింట నివసించుయజమాని. గుండె, కార్జము, ఊపిరితిత్తులు, కాళ్లు, చేతులు, నేత్రములు దేహమునకు కావలసిన కార్యములను చక్కబెట్టును. రక్తము వీటినన్నిటిని పోషించును. మెదడు వాటిని ప్రభువువలె పాలించి ఆయావనులకు ఆజ్ఞాపించును. నరములద్వారా తంతివలె వర్తమానములను అందుకొనుట, పంపుట జరిగించును. మెదడునకు నరములులోబడి అవయములద్వారా శరీరమునందు నెరవేరవలసిన కార్యములను క్రమముగా జరిగించును. దైవప్రసాదితమగు ఆత్మతో మన మీ యిహపరసాధనమగు దేహమును కాపాడుకొనవలసియున్నాము.

జీవగణములయొక్క విలువ

మనరక్తములో నొకబిందువునుగాని మాంసములో నొక చిన్నముక్కనుగాని శరీరమం దేభాగమునుగాని తీసి

సూక్ష్మదర్శికయంత్రములతో పరీక్షించినట్టయితే ఆయాభాగములు పూర్తిగా జీవగణములతో ఆవరింపబడి యుండుట మనము చూడగలము. ఈ గణములు జీవాధారమగు పదార్థముతో నిర్మింపబడియున్నవి. ప్రాణమునకు నివి చాలాముఖ్యాధారములు. మనకే గాక సమస్త జీవులకును యీ జీవగణములు ముఖ్యావసరమైయున్నవి. మనమాంసము, ఎముకలు, రక్తము, వెంట్రుకలు, పళ్లు, కండరములు, నరములు, మెదడు సర్వావయవములును కోట్లకొలది జీవగణములతో నిర్మింపబడియున్నవి. మనదేహారోగ్యమునకును, జీవగణముల ఆరోగ్యమునకు మద్యపానము పెట్టుమందువంటి దగుచున్నదని గ్రహించవలయును.

మద్యసారమనగా నేమి ?

కల్లు గీచినతోడనే దానియందు మద్యసార ముండదు. అది కొంతసేపు నిలువయున్న పిమ్మట పులిసి చాలా పుల్లని వాసనగొట్టును. అప్పుడు దానియందు నూటికి రెండు మొదలు పదిభాగములవరకు మద్యసార ముండును. ఆ మద్యసారమే దానిని త్రాగువారికి నిషా కలుగజేయును. నూరింట రెండు మొదలుకొని పదిభాగముల వరకుండునదే అంతకీడు చేయును. బ్రాంది మొదలయిన విశేష సారాయములు అంతకంటె నెక్కు మద్యసారమును కలిగియుండునుగాన అవి మరింతహానికర బ్రాందియందు 'యాభై మూడుభాగముల మద్యసార



ముండునని పరిశోధకులు చెప్పుచున్నారు. ఇది కటువైన వాసనకొట్టును. గాన దానిని సులభముగ గుర్తుపట్టవచ్చును

మద్యము_దాని గుణము

(జ్ఞాపక ముంచుకొనదగిన నాలుగు విషయములు)

(1) మానవశరీరమునకు నూటికి 75 భాగములు జలము కావలసియుండును. అట్టి జలమును మద్యము హరింపజేయుటచేత తాగినవాడు దాహమునకై పరితపించుచుండును.

(2) అది ప్రాణవాయువును కోరినదై దేహమునందుగల వాయువు నంతయు హరించును.

(3) మద్యసారము దేహమునం దేభాగమున చేరినను అచ్చటగల వాయువును, జలమును హరించుటయేగాక వాటి పొరలను కందిపోవునట్లుచేసి ఆయాచోట్ల రక్తమును అధికముగా కూడునట్లు చేయును.

(4) ముఖ్యముగా మద్యము స్పర్శజ్ఞానమును చంపి అది మనకుచేయు హానిని తెలియకుండగ జేయును. రక్తనాళములలోని జీవకణములను చంపును. అవి చచ్చుటచేత మనకును చావు మూడును.

కావున మనము జ్ఞప్తియందుంచుకొనవలసినదేమనగా, మద్యసారమునకు జీవవాయువును జలమును కావలసియుండును. మన దేహమునకు మిక్కిలి అగత్యమైనవి ఈరెండే. మద్యసారము రక్తమును గడ్డపడజేయును. మద్యపానము స్పర్శజ్ఞానమును మందగిలజేయును.

### మద్యము—ఆహారముకాదు

మద్యసారము ఆహారముకాదు. ఆహారమనునది దేహములోనికి దీసుకొనినప్పుడు దేహమున కేవిధముగాను హాని చేయక దానికి వేడిని శక్తిని పెరుగుటకు పదార్థమును యిచ్చుచుండును. మద్యసారమో అట్లుగాక ఆహారపు కాల్వలో ప్రవేశించి జీర్ణముకాక యెట్టిమార్పునుగాని పొందక రక్తములో ప్రవేశించినప్పుడుగూడ మద్యముగానేయుండును. శరీరములో నేభాగమునకైన తగిలినప్పుడు మద్యము దానిని ముడుచుకొనునట్లుచేయును. శరీరమునకు బలము నేమాత్రము నియ్యదు. అదిగాక అన్నకోశ మారోగ్యముగ నున్నపుడు మామూలుభోజనము చేసినపుడు అది భరించునుగాని మద్యమును మొదటనే సేవించినపుడు అన్నకోశము దానినివీలయినంతతొందరగా వదల్చుకొనయత్నించును. దీనివలన కొందరు వాంతులచే బాధపడుట తటస్థించును.

ఆహారము శరీరము పెంచునుగాని మద్యము యెదుగుట ఆపనైన ఆపును. లేకున్న యెదుగుట అభ్యంతర పెట్టును. మద్యమును పిల్లల కిచ్చినయెడల దానిని త్రాగకుండనున్నపు డెదుగునంత యెదుగరు.

### మద్యసారము ఔషధముకాదు

కొంతకాలముక్రిందటివరకు వైద్యులు రోగము కుదుర్చుటకు సారాయి సహాయపడునని తలచి రోగుల కిచ్చుచుండెడువారు, కాని యిప్పుడు వైద్యులు సారాయిని ఔష



ధముగ నుపయోగించుట బొత్తిగా మానుకొనిరి. సారాయి రోగమును కుదర్చదు సరికదా హెచ్చుచేయునని యిప్పుడు తెలుసుకొనబడినది. సారాయి కొన్ని రోగములలో చర్మముపై రుద్దుటకుతప్ప మరొకవిధముగా ఔషధముగా నుపయోగించదు. వార్తాపత్రికలు తరచుగా కొన్ని రకముల సారాయిలు జీర్ణశక్తిని వృద్ధిచేసి మంచి బలము నిచ్చునని ఆర్భాటముగా ప్రకటించుచుండును. అట్టి ప్రకటనలు వట్టిదగా. మత్తుద్రవముల నుపయోగింపకుండుటే రోగికి క్షేమకరమయిన విధము.

### మద్యము ఆయుర్దాయమును తగ్గించును

కొన్ని సంవత్సరములక్రిందట ఫ్రాన్సులో దేశాభిమానులా దేశములోని జనసంఖ్య ప్రతి సంవత్సరము వృద్ధియగుటకు మారుగా తగ్గుచున్నట్లు కనిపెట్టిరి. ప్రతిసంవత్సరము పుట్టుచున్న వారిసంఖ్యకంటె చనిపోవుచున్న వారి సంఖ్య యేల యెక్కువగా నున్నదో కనుగొనుటకు నిశ్చయించుకొనిరి. వారు పరీక్ష చేసినతరువాత దీని కనేకకారణము లున్నను అన్నిటికంటె ముఖ్యకారణము మద్యము సేవించుటయని కనిపెట్టినట్లు చరిత్రవలన తెలియుచున్నది.

అన్ని దేశములలోని భీమాకంపెనీలలోను మద్యపానము చేయువారి ఆయుర్దాయము చేయనివారి ఆయుర్దాయముకంటె తక్కువయని కనిపెట్టబడెను. త్రాగనివారిలోగల రోగములకంటె సమానసంఖ్యగల త్రాగువారిలో రోగములు రెట్టింపు కనబడుచున్నవనియు, చావులు త్రాగనివారిలో

కంటె సమానసంఖ్యగల త్రాగువారిలో ఒకటిన్నరరెట్లు అధికముగా నున్నవనియు భీమాకంపెనీలు చెప్పుచున్నవి.

ఒక దృష్టాంతరము

మద్యము ప్రకృతిలోనుండు పదార్థముకాదు. అది కుళ్లిపోయిన పదార్థములోనుండి వచ్చును. మద్యము చాలా తీవ్రమైనవిషము. పరిశుభ్రమైన సారాయి తక్షణము మనుష్యుని జంపును. ఏలుగుపామునుగాని, చేపనుగాని నూటి కొకపాలు సారాయియున్న నీటిలో వేసిన చనిపోవును. కోడి గ్రుడ్డులలోని తెల్లనిపదార్థము బలమైన సారాయిలో వేసి నపుడుగాని, మరుగుచున్న వేడినీటిలో వేసినపుడుగాని, వేడియినుమునిూద వేసినపుడుగాని అది పేరుకొని గట్టి పడును. అన్నకోశము, గుండెలు, కార్జము, కండరములు, కోడిగ్రుడ్డులోని తెల్లని పదార్థమువంటి పదార్థముతోనే చేయ బడినవి. అందుచేత మద్యము వాటినిగూడ కోడిగ్రుడ్డులోని తెలుపుపదార్థమును మార్చినట్లు మార్చుననుటకు సందియము లేదు.

మద్యసారము_కలుగురోగములు

మద్యపానము ప్రాణప్రదములగు మెదడు, కడుపు, ఊపిరితిత్తులు, కండరములు, గుండెలు మొదలగు ముఖ్యావ యములను జెరుపును. అనేకఘోరవ్యాధులకు పాలుజేయును. రోగమును అడ్డుపెట్టగల శరీరశక్తిని మద్యము పాడుచేయును. మద్యపానమువలన పక్షవాతము, అన్నకోశము, కార్జము, మూత్రజనితములు, ఉబ్బుట, క్షయ, ఉబ్బసము, న్యూ



మోనియా, పిచ్చితనము, రక్తనాళములు జబ్బుపడుట, ద్వందము, కలరా, బొబ్బ, జిగటవిరోచనములు మొదలగు రోగములు తెచ్చిపెట్టును. మద్యపానము చేయువాని కేరోగ మైనను సులభముగా వచ్చును. అతడు రోగియైనపుడు త్రాగనివానికంటె యితడు శీఘ్రకాలములో బాగుపడ లేడనియు, ప్రాణములమిూద నెట్టియాశయు నుండదనియు వైద్యులు చెప్పుచున్నారు. మద్యపానము చేయువారి సంతా నము దుర్బలముగాను, రోగపీడితులుగాను నుండుట మనము చూచుచున్నాము.

మద్యము - దానిమజా

శ్లో॥ "శుకం, పికం, బకంచైవా హనుమాన్ రావణ స్తథా
కర్ణంచ కుంభకర్ణంచా సప్తైతే డోసులక్షణం॥

ఒక్క_డోసుతో చిలుకపలుకులు, రెండవదానితో గోరింక కేరింతలు, మూడవదానితో కొంగజపము, నాలుగవ దానితో ఆంజనేయ కుప్పిగంతులు, అనగా (కోతిచేష్టలు) అయిదవదానితో రావణబ్రహ్మ ప్రతాపములు, ఆరవదాని తో దానకర్ణుడు, ఏడవదానితో కుంభకర్ణుడు. మద్యపానము చేయువాడీయేడవతారములు అవతరించుట తప్పదు.

త్రాగినవానిని మద్యము యేమిచేయుచున్నదో చూడుడు. పాడించి, ఆడించి పకపకా నవ్వించును. తూలించి, సోలించి దొర్లజేయును. తిట్టించి, కొట్టించి, స్థిరము తప్పించును. వలవలా యేడ్పించి వాగజేయును. కంపుగొట్టించి, మత్తు గల్పించి ధీరత పోగొట్టును. తెలివితేటలు మాపి తెగనీల్గు

పుట్టించును. కైపెక్కించి కన్ను లెఱ్ఱజేయును. తలదిమ్మ పుట్టించి తైతక్కలాడించును. మాట తడబడజేసి తందనాలాడించును. మొలమీదగుడ్డను తొలగజేయును. మానాభిమానములను మంటగలుపును. ఆయుర్దాయము నంతమొందించును.

క. "త్రాగుడు మానముఁ జెరచును
త్రాగుడు దుర్మార్గుఁజేయు ద్రవ్యముఁ బాపున్
త్రాగుడు పాపము గూర్చును
త్రాగుడు సుగుణములనెల్ల దగ్ధముఁ జేయున్"

త్రాగుడు యిల్లు, వళ్లును గుల్ల జేయును. సంసారములను నేలగూల్చును. కూటికి గుడ్డకు దూరముచేయును. భార్యాపిల్లలను గొల్లుమనిపించును. అప్పులపాలు జేయును. పరపతి పాడుజేయును. పరువుప్రతిష్ఠలను భంగపరచును. ఆలిమెడలో పుస్తుల నమ్మించును.

త్రాగుడు పార్టీలుపుట్టించును. స్నేహితుల నెడబాపును. కోర్టుగుమ్మ మెక్కించును. కారాగృహవాసమునకు నడిపించును. ఉరిశిక్షలకు దారితీయును.

త్రాగుడు రంకు, బొంకులకు రాజబాట. కన్నము, కలహములకు కన్నతల్లి. కూనీలకు కులదేవత. పాపములకు పుచ్చపాదు. చేతబడులకు, భూతప్రేతపిశాచములకు హుపారు. అమ్మవారి కొలుపులకు బలేజోరు.

## ఉపసంహారము

సోదరా! మృగరాజు సింహము, మృగములమేటియగు ఏనుగు పరిశుద్ధజలమును త్రాగి మహాబలముతో, శక్తితో



ప్రకాశించుట చూచుచున్నాము. క్షుద్రజంతువులకంటె మనము నీచులమా?

త్రాగుడుముందు - చల్ల, పెరుగు, పాలు, నేయి సాటిరావా? ఇవి దేహారోగ్యమును రక్షింపజాలవా? నిన్ను గుణవంతునిగా జేయలేవా? చీమలు, జెఱ్ఱెలు, తేళ్లు, ఈగలు, దోమలు, బల్లులు, తొండలు, ఎలుకలు, పాములు, యెన్నో పురుగులు పడి చచ్చి కుళ్ళిపోయిన కల్లును త్రాగుటకు నీకళ్లు, నీముక్కు, నీనాలుక యెట్లు సహించుచున్నవో తెలియదు. నీకళ్లుచూచి సహించకపోయినను, నీముక్కు ఆవాసన భరించకపోయినను, నీనాలుక దానిని రుచింపకపోయినను మనస్సును ఒప్పించి ఈవిషము నీవు మ్రింగి మిడుకుచున్నావు. పంచమహాపాతకములలో నొకటగు దీనిని నీచెంతకు రానివ్వకుము.

ఆరోగ్యభాగ్యము నందగోరెదవా?
చిరకాలము సుఖముగా జీవింప వాంఛించెదవా?
పదిమందిలో పరువుగలిగి బ్రతుకదలంచెదవా?
గుణవంతుడనని పిలిపించుకొనెదవా?

అయితే మద్యపానము మానుము.

వంశము ప్రఖ్యాతి బడయవలయునన్నా
పుణ్యమార్గమున బోవవలయునన్నా
ధర్మపదమున వర్తింపవలయునన్నా
మద్యపానము మానుము మానుము ముమ్మాటికి మానుము.

సంపూర్ణము

"సర్వజనే స్సుఖినోభవంతు"

## రోగములు — మృత్యుదేవత ఏజంట్లు

మీ రెవరైనా!

"కుసుమ" (తెల్లబట్ట లేక ప్రదరము)

"శగ"

"సవాయి"

"శ్వాసకాస"

"పక్షవాతము"

"ఉబ్బసము"

మొదలగు ఘోరవ్యాధులచే బాధపడుచున్నారా?

అయితే

"చింతామణి" వైద్యశాలకు రండు. గ్యారంటీగా బాగుచేయబడును. ఎందరో చికిత్సను పొంది సుఖము సంతోషము ననుభవించుచున్నారు. ఆలసింపకుడు. వివరములకు వ్రాయుడు.

## నిర్లక్ష్యము—రోగబలమునకు కారణమని నమ్ముడు

"చింతామణి" వైద్యశాల,

నెం 9/323 రు లక్ష్మీవారపుపేట,

రాజమండ్రి.

సరస్వతీ పవర్ ప్రెస్, రాజమహేంద్రవరము