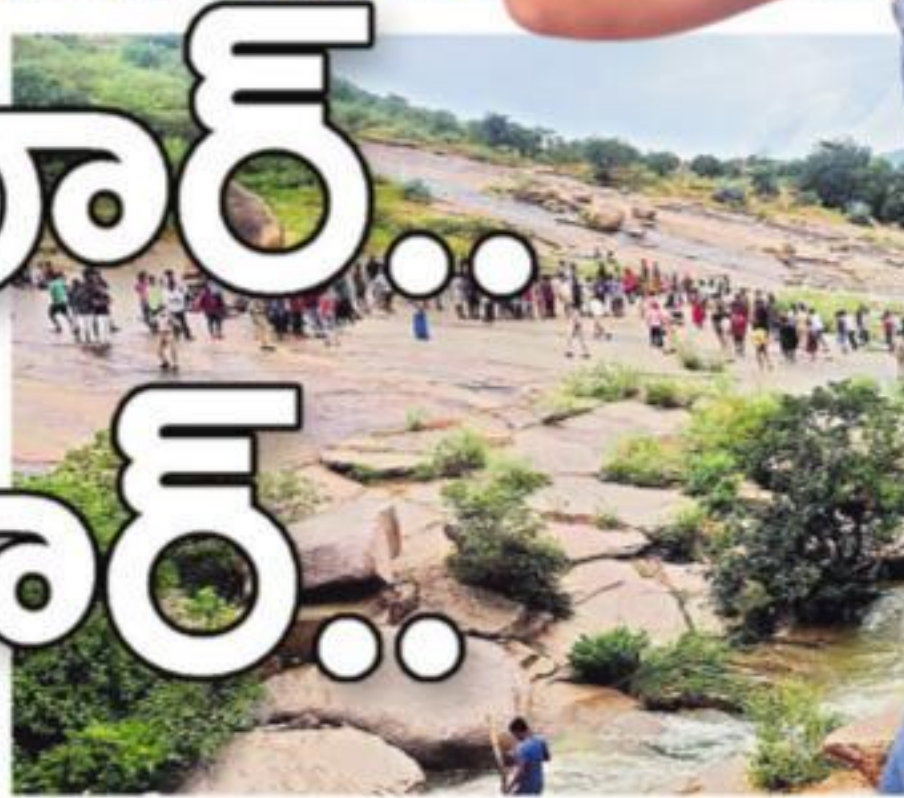
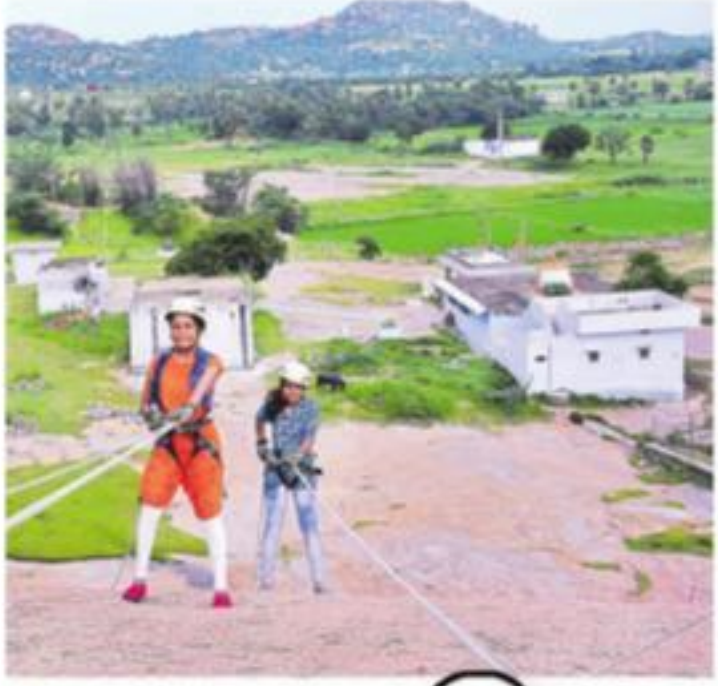




ఆదివారం ఆంధ్రజ్యోతి

27 సెప్టెంబర్ 2020



లోకల్ టూర్.. చలోయార్..



2 నేను
ఎగ్జిక్యూటివ్



3 'మాల్గుడి'
మ్యూజియం



5 హెర్బల్ క్విస్..
షహనాజ్



15 'స్టాచ్యూ మ్యాన్'
కదిలాడు..



16 గ్లోబల్
దేశీగర్ల్!

నేను ఎగ్జిబిషన్

టాలీవుడ్ లో
ఎగిసిపడుతున్న కన్నడ
కెరటం రష్మిక మందన్న. చేతిలో
చాలా సినిమాలతో సూపర్ బిజీగా
ఉంది ఈ బ్యూటీ. పెద్ద కళ్లతో, క్యూట్
లుక్స్ తో లక్షల మందిని
అభిమానులుగా మార్చుకున్న ఈ
ముద్దుగుమ్మ తన అందం కోసం
ఏం తింటుందో
తెలుసా?

నీళ్లతో మొదలు

ఉదయం లేవగానే
చేసే మొదటి పని నీళ్లు
తాగడం. దాదాపు
వీటరు నీళ్లు గడగడ
తాగేస్తా. ఈ మధ్యే నా
డైటీషియన్ నీళ్లతో
పాటూ కాస్త యాపిల్
సిడర్ వెనిగర్ తాగమని
సలహా ఇచ్చింది.

ఇష్టమైన బ్రేక్ ఫాస్ట్

నాకు అవకాడో టోస్ట్ అంటే
చాలా ఇష్టం. కానీ నా డైటీషియన్
తినొద్దని చెప్పింది. అందుకే
మానేశా. ఆమె ఏం చెబితే అదే నా
బ్రేక్ ఫాస్ట్. ఒక బౌల్ నిండుగా
రకరకాల పండ్ల ముక్కలు తింటా.
బొప్పాయి, అరటి పండు, ఆపిల్,
నల్ల ద్రాక్ష, డ్రాగన్ ఫ్రూట్, దానిమ్మ
గింజలు, ఫిగ్ పండ్లు ఇవన్నీ నా
ఫ్రూట్ బౌల్ లో కనిపిస్తాయి.

లంచ్, డిన్నర్...

అన్నం ఎక్కువ తినను. ఒక
కప్పులో కూరలన్నీ కలిపి
తింటాను. అలా అయితే
ఎక్కువ కూరగాయలు,
ఆకుకూరలు తిన్నట్టు
అవుతుంది కదా. డిన్నర్ లో
చాలా తేలికపాటి ఆహారాన్ని
తీసుకుంటాను. రైస్ ఐటెమ్స్
మాత్రం తినను.

వ్యాయామం చేశాక...

నిజానికి నేను పక్కా మాంసాహారిని
కానీ ఏడాది క్రితం శాకాహారిగా మారా.
కూరగాయలు, ఆకుకూరలు, పండ్లు
ఎక్కువ తింటున్నా. అన్నట్టు ఉడకబెట్టిన
గుడ్డు బాగా తింటా. వ్యాయామం చేశాక
కచ్చితంగా రెండు గుడ్డు తినాల్సిందే.
అందుకే నేను ఎగ్ టేరియన్ని అని
చెబుతా.

శాకాహారిగా ఎందుకు మారానంటే...

చికెన్ వంటకాలంటే పడి చచ్చే నేను
వాటిని మానేశానంటే కాస్త ఆశ్చర్యంగానే
ఉంది. సినిమాలలో నిలబడాలంటే
అందం చాలా ముఖ్యం. నాజుగా
కనిపించాలనే నాన్ వెజ్ మానేశా.

అవంటే అలర్జి

వెజిటేరియన్ గా మారాక నాకు ఫుడ్
అలర్జి ఉన్న సంగతి బయటపడింది.
టొమాటోలు, క్యాప్సికం, కీరాదోస,
బంగాళాదుంపలు వంటివి తరచూ
తింటే ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తున్నాయి.
అవి దాదాపు నా మెనూలో లేకుండా
చూసుకుంటా.

డైటింగ్ ఉన్నా...

దాదాపు నా డైటీషియన్ చెప్పిన ఆహారాన్నే
రోజూ తింటా. డైటింగ్ లో ఉన్నప్పుడు
నిజాయితీగా ఉండాలనే నియమం నాది.
అందుకే డైటీషియన్ కళ్లుగప్పి ఏవీ తినను.

తినాలని కోరుకునేవి

ఐస్ క్రీములు, చాకొలెట్ కేకులంటే చాలా
ఇష్టం. డైటింగ్ మొదలుపెట్టాక వాటిని పక్కన
పెట్టా. అప్పుడప్పుడు డైటీషియన్ అనుమతితో
తింటా.

ఒక చెడు అలవాటు...

రాత్రి ఒక సమయానికంటూ తినను.
నచ్చినప్పుడు తింటా. ఒక్కోసారి చాలా
ఆలస్యమవుతుంది. ఇది అంత మంచి
అలవాటు కాదు. మీరు మాత్రం అలా
చేయకండి.

పాజిటివ్ ఆలోచనలు..

కేవలం ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం వల్లే
అందంగా ఉంటారనుకోవద్దు.
పాజిటివ్ ఆలోచనలతో ఆనందంగా
ఉండేందుకు ప్రయత్నించాలి.
మనసు ఆనందంగా ఉంటే
మనిషి అందంగా కనిపిస్తాడు.

ఉల్లిని పచ్చిగా తింటే...

ఉల్లి చేసే మేలు తల్లి కూడా చేయదని సామెత. అది
నిజమేనని చెబుతోంది వైద్య శాస్త్రం కూడా. ఉల్లిపాయని పచ్చిగా
తినా, వండుకుని తినా... ఎలా తినా ఆరోగ్యమేనట. కరోనా
కాలంలో రోగనిరోధక శక్తిని
పెంచుకోవడం చాలా అవసరం.
కాబట్టి రోజూ ఉల్లిపాయలు
తినడం అలవాటు
చేసుకోవాలి. ముఖ్యంగా
ఉల్లిని పచ్చిగా తింటే
ఔషధ గుణాలు పూర్తిగా
శరీరానికి అందుతాయి.
ఉల్లిలో సల్ఫర్, యాంటీ
ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా
ఉంటాయి. కాలేయం సక్రమంగా
పనిచేయాలంటే రాత్రి భోజనం తరువాత వెనిగర్ లో ఉల్లిపాయ
ముక్కలు, చిటికెడు ఉప్పు, మిరియాల పొడి వేసుకుని తినాలి.
కాలేయం ఎలాంటి సమస్యల బారిన పడకుండా చక్కగా
పనిచేస్తుంది. కడుపులో సులిపురుగుల సమస్య పెద్దల నుంచి
పిల్లల వరకు వేధిస్తుంది. అలాంటివారు గోరు వెచ్చటి నీటిలో ఒక
స్నానుడు ఉల్లిరసం వేసుకుని తాగితే మంచి ఫలితం ఉంటుంది.



ఆముదంతో అందం

క్రీస్తు పూర్వమే ఆముదంతో అందాన్ని పెంచుకునేవారని
ఆముదం సహజంగానే క్లెన్సర్ లా ఉపయోగపడుతుంది. దీన్ని
ముఖానికి పట్టించి పదినిమిషాల పాటూ ఆవిరిపడితే చర్మకణాలు
శుభ్రపడతాయి. ముఖంపై పేరుకున్న
మురికి పోతుంది. చర్మం కూడా
కాంతివంతంగా మారుతుంది.
మోచేయి, మెడ భాగంలో
నలుపుదనం ఉన్నవాళ్లు
ఆముదంలో కాస్త ఆలివ్
నూనె, నిమ్మరసం కలిపి
రోజూ ఆయా భాగాలలో
మర్దన చేయాలి. ఇలా చేస్తే
నెల రోజులకు మంచి ఫలితం
కనిపిస్తుంది. పాదాల పగుళ్ల
సమస్యకు కూడా ఆముదంతో చెక్ పెట్టచ్చు. ఆముదంలో కాస్త
పసుపు కలిపి పగుళ్ల మీద రాయాలి. కొన్ని రోజులకు పగుళ్లు
మాయమవుతాయి. పొడిచర్మంతో ఇబ్బంది పడే వారు రోజూ రాత్రి
పడుకోబోయే ముందు ఆముదంతో మర్దన చేసుకోవాలి. ఉదయం
లేచాక గోరువెచ్చటి నీటితో కడిగేసుకోవాలి. ఇలా చేస్తే సమస్య
తీరడమే కాకుండా, చర్మంపై ఉన్న ముడతలు, మచ్చలు పోతాయి.



రెండింటిలో ఏది బెటర్?

పంచదార, బెల్లం... రెండూ తీపికి కేరాఫ్ అడ్రస్ లే. బెల్లంతో
చేసే వంటకాలన్నీ పంచదారతోనూ చేయవచ్చు. అయితే
రెండింటిలో ఏది మంచిది? అని ఎప్పుడైనా ఆలోచించారా? చక్కెరలో
అధికంగా కెలోరీలు ఉంటాయి. కాబట్టి
ఆరోగ్య సమస్యలు కలుగుతాయి.
కానీ బెల్లం ఆరోగ్యంపై ఎలాంటి
చెడు ప్రభావాన్ని చూపించదు.
పంచదారను తయారు
చేసేటప్పుడు రసాయనాలు
వాడతారు. దీని వల్ల పోషక
విలువలు పోతాయి. అదే
బెల్లాన్ని తయారు చేసేటప్పుడు
మాత్రం రసాయనాలు అంతగా
వాడరు. పంచదార ఎక్కువ తింటే
బరువు పెరుగుతారు. అదే బెల్లం తింటే బరువు తగ్గుతారు. అయితే
రంగు కోసం బెల్లానికి కూడా కాస్త రసాయనాలను కలుపుతారు.
కాబట్టి రంగు వేయని బెల్లాన్ని కొనుక్కోవడం ఉత్తమం. బెల్లం
తింటే శరీరంలో వేడి తగ్గుతుంది. జీర్ణక్రియ మెరుగవుతుంది.
కాలేయ సమస్యలు కూడా దూరమవుతాయి. కాబట్టి సందేహం
లేకుండా చక్కెరకు బదులు బెల్లాన్నే వాడడం ఉత్తమం.





గురుతులు

మూడు దశాబ్దాల క్రితం... ఒక సీరియల్ ద్వారా ఆ మారుమూల రైల్వేస్టేషన్ ప్రసిద్ధి చెందింది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా సీరియల్ను ఆదరించిన వారంతా ఆ రైల్వేస్టేషన్ను చూసేందుకు వచ్చేవారు. దాంతో క్రమక్రమంగా అధిక పర్యాటక ప్రాంతంగా మారింది. షాటింగ్ జరిగిన ఆ రైల్వేస్టేషన్లోనే తాజాగా

అలనాటి సీరియల్ జ్ఞాపకాలను పదిలపరుస్తూ రైల్వేశాఖ ఒక మ్యూజియాన్ని కూడా ఏర్పాటు చేసింది. అంత గొప్ప గౌరవాన్ని దక్కించుకున్న ఆ సీరియల్ 'మాల్యడి డేస్'... ఆ రైల్వేస్టేషన్ 'అరసాళు'. సీరియల్లోనే కాదు... నిజంగానే ఇప్పుడది 'మాల్యడి' రైల్వేస్టేషన్.

'మాల్యడి' మ్యూజియం

ఎనభయ్యవ దశకంలో... 'మాల్యడి డేస్' సీరియల్ వస్తోందంటే అందరూ టీవీల ముందు కూర్చునేవారు. ప్రసిద్ధ రచయిత ఆర్.కె.నారాయణ్ 1943లో రచించిన చిన్న కథల ఆధారంగా రూపొందిన 'మాల్యడి డేస్'లోని పాత్రలే కాదు... ప్రదేశాలు కూడా అందరి మనసుల్లో చెరగని ముద్రవేశాయి. సీరియల్లో ప్రధానంగా కనిపించే 'మాల్యడి' రైల్వేస్టేషన్ కర్ణాటకలోని 'అరసాళు' రైల్వేస్టేషన్. ఇక్కడే అప్పట్లో సీరియల్ షాటింగ్ జరిగింది. ఆ తర్వాత ఇది 'మాల్యడి' రైల్వేస్టేషన్గా ప్రసిద్ధి చెందింది.

లోకేశన్ మరపురాని పాత్రగా...

ఆర్.కె.నారాయణ్ కథలు రాసినప్పుడు మాల్యడి అనేది ఒక కల్పితగ్రామం మాత్రమే. అయితే ఇందులోని కథలు చదివితే మాల్యడిని కూడా అమితంగా ప్రేమిస్తారేవైనా. కన్నడ నటుడు, దర్శకుడు శంకర్ నాగ్ 1986లో 'మాల్యడి డేస్'ను సీరియల్ గా తీయాలనుకున్నప్పుడు ఆయన మాల్యడిని ప్రతిబింబించేలా అరసాళు గ్రామాన్ని షాటింగ్ కోసం ఎంచుకున్నారు. కర్ణాటకలోని శివమొగ్గ జిల్లా హొసనగర తాలూకాలో ఉండే కుగ్రామం అరసాళు. 'మాల్యడి డేస్' షాటింగ్ లో చాలా భాగం ఈ పరిసరాల్లోనే చిత్రీకరించారు. ముఖ్యంగా సీరియల్ లో రైల్వేస్టేషన్ ప్రధానపాత్రగా కనిపిస్తుంది. గ్రామీణ వాతావరణంలో అప్పటి జీవన స్థితిగతులకు అద్దంపట్టేలా సాగే సీరియల్ లో స్వామిగా ప్రధాన పాత్రలో మాస్టర్ మంజునాథ్ పాటు గిరిశ్ కర్నాడ్, వైశాలీ కాసరవల్లి, అనంత్ నాగ్, విష్ణువర్ధన్, శంకర్ నాగ్ వంటి ఉద్దండలు నటించారు. 1986 సెప్టెంబర్ 24 నుంచి 54 వారాలపాటు ప్రసారమైన 'మాల్యడి డేస్' అప్పట్లో దేశవ్యాప్తంగా విశేష ప్రజాదరణ పొందింది. దాంతో అరసాళు



సంఖ్యలో పర్యాటకులు వస్తున్నారని స్థానికులు అంటున్నారు. దీనికి సమీపంలోనే ప్రపంచ ప్రఖ్యాత 'జోగ్' జలపాతం కూడా ఉంది.

కథనం : అబ్దుల్ రజాక్, బెంగళూరు

'కరో(నా)డ్ పతి'

కాన కొత్తగా..!

గేమ్ షురూ

'కొ'నబనేగా కరోడ్ పతి' అంటూ బిగ్ బి అమితాబ్ విసిరిన ఒక ఛాలెంజ్ కు కోట్లాది భారతీయులు పాటయ్యారు. ఒకటి కాదు... రెండు కాదు... ఇరవయ్యేళ్లుగా ఈ గేమ్ షో నిరంతరాయంగా కొనసాగుతూనే ఉంది. 11 సీజన్లు పూర్తి చేసుకుని... ఇదిగో ఇప్పుడు 12వ సీజన్ కు సిద్ధమయ్యింది. రేపటి నుంచి (సెప్టెంబర్ 28న) ప్రారంభమయ్యే 'కేబీసీ' కూడా కరోనా నిబంధనల నేపథ్యంలో కొన్ని మార్పులు

ఫిఫ్టీ, 'ఆస్కా' ది ఎక్స్ పర్ట్, 'ఫ్లిప్ ది క్వశ్చన్'. అయితే కరోనా నిబంధనలను దృష్టిలో పెట్టుకుని ఈసారి సెట్లోకి ఆడియెన్స్ కు అనుమతి లేదు కాబట్టి 'ఆడియెన్స్ పోల్'ను తీసేశారు. దాని స్థానంలో గతంలో 'ఫోన్ ఎ ఫ్రెండ్ లాగా ఈసారి 'వీడియో ఎ ఫ్రెండ్ ను ప్రవేశ పెట్టారు. అంటే ఏదైనా ప్రశ్నకు సమాధానం తెలియకుంటే వారి ఫ్రెండ్ కు వీడియోకాల్ కలుపుతారన్నమాట.



చేర్చులకు గురికాక తప్పలేదు. సెట్లో ఆడియెన్స్ లేకున్నా 'షో' రెట్టింపు జోష్ తో ఆకట్టుకుంటుందంటున్నారు నిర్వాహకులు.

ఒకవైపు 'ఐపీఎల్' మరోవైపు 'బిగ్ బాస్' జోరు కొనసాగుతుండగానే బిగ్ బి అమితాబ్ బచ్చన్ 'కొ'నబనేగా కరోడ్ పతి' అంటూ ప్రశ్నల వర్షం కురిపించేందుకు సిద్ధమయ్యారు. అత్యంత ప్రజాదరణ పొందిన గేమ్ షోగా పేర్కొనే కేబీసీ 12వ సీజన్ రేపటి నుంచి ప్రారంభం కాబోతోంది. స్టేడియంలో ప్రేక్షకులు లేకుండా ఐపీఎల్, సెట్లో ప్రేక్షకులు లేకుండా బిగ్ బాస్ దుమ్మురేపుతున్నట్టే... కేబీసీ కూడా 'ఆడియెన్స్ పోల్' లేకుండా సరికొత్త అనుభవాన్ని వీక్షకులకు అందించనుంది. 20 ఏళ్ల కేబీసీ చరిత్రలో ఇలా జరగడం ఇదే మొదటిసారి. కరోనా నేపథ్యంలో ఈసారి కేబీసీ టీమ్ కొన్ని కీలక మార్పులు చేసింది.

ఇవీ మార్పులు...

ఈ గేమ్ షోలో అమితాబ్ అడిగే ప్రశ్నలకు సమాధానం తెలియకుంటే హాట్ సీట్ మీద కూర్చున్న వ్యక్తికి సాధారణంగా నాలుగు లైఫ్ లైన్లు ఉంటాయి. అవి 'ఆడియెన్స్ పోల్' ఫిఫ్టీ

కరోనా కారణంగా ఈసారి ఆన్ లైన్ రిజిస్ట్రేషన్ ద్వారానే అభ్యర్థుల ఎంపిక జరిగింది. అలాగే సోషల్ డిస్టెన్స్ కారణంగా హాట్ సీట్ కోసం పోటీపడే 'ఫాస్టెస్ట్ ఫింగర్ ఫస్ట్' పోటీదారుల సంఖ్యను కూడా పది నుంచి ఎనిమిది మందికి తగ్గించారు. హాట్ సీట్ పైకి వచ్చిన అభ్యర్థి వీడియోను మునుపటిలాగా కేబీసీ టీమ్ మాట్ చేయకుండా తగిన సూచనలు, సలహాలు ఇస్తూ వారితోనే తీయించారు. సెట్ లో కూడా కొన్ని మార్పులు చేశారు. అమితాబ్ కు హాట్ సీట్ కు మధ్య దూరాన్ని పెంచారు. హాట్ సీట్ పై ఉన్న అభ్యర్థితో పాటు ప్రేక్షకులు కూడా స్క్రీన్ ఫోన్ లో సమాంతరంగా కేబీసీ గేమ్ ఆడొచ్చు. "ప్రస్తుత పరిస్థితులకు అనుగుణంగా కొన్ని మార్పులు చేసినప్పటికీ కేబీసీ ఎప్పటిలాగే బుర్రకు పదును పెడుతూ ప్రేక్షకుల హృదయాలకు కనెక్ట్ అవుతుంది. ఆయా వ్యక్తుల జీవితాలను తెరపై హృద్యంగా ఆవిష్కరిస్తుంది" అని కేబీసీ సీజన్ 12 కన్సల్టంట్ గా ఉన్న సిద్ధార్థ బసు అంటున్నారు. సో... ఐపీఎల్, బిగ్ బాస్ లతో పాటు ఇప్పుడిక కేబీసీని కూడా ఎంజాయ్ చేయండి.

కీటకాలు కరిచిన వేళ...

కొన్ని రకాల దోమలు, కీటకాలు కరిస్తే చర్మం ఎర్రగా మారిపోయి, విపరీతంగా దురద వచ్చేస్తుంది. అలాంటప్పుడు ఏం చేయాలంటే...

- ఎర్రగా మారి, దురద మొదలైన వెంటనే ఆ భాగాన్ని సబ్బుతో శుభ్రంగా కడిగేయాలి. దురదను తగ్గించే క్రీమును రాయాలి.
- భరించలేని దురద, మంట పుడితే వెంటనే



ఐసుముక్కలను పెట్టాలి. చల్లదనానికి అక్కడి నరాలన్నీ మొద్దుబారి మంట, దురద మీకు తెలియనివ్వవు.

- లావెండర్, టీ ట్రీ నూనెలను కలిపి కీటకం కుట్టిన చోట రాయాలి. వీటిలో యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీ ఇన్ ఫ్లమేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. దురదను త్వరగా తగ్గిస్తాయి.
- దురదను తగ్గించడంతో ఓట్స్ ముందుంటాయి. ఓట్స్ పొడిని నీళ్లతో కలిపి రాయాలి. తేనె కూడా ఉత్తమ ఫలితాన్ని ఇస్తుంది.

కడుపునొప్పి అనగానే అమ్మలకి ముందుగా గుర్తొచ్చేది వాము. ఈ కరోనా సమయంలో వాడుక పెరిగిన దినుసుల్లో వాము కూడా ఒకటి. వాము సుగుణాల గురించి ఎంత చెప్పినా తక్కువే. అందుకే సర్వరోగ నివారిణిగా పేరు తెచ్చుకుంది వాము.

- భోజనానికి ముందు ఉప్పు, మిరియాలతో కలిపి పొడి చేసిన వామును కాస్త తీసుకుంటే అజీర్ణ తగ్గుతుంది.
- గొంతు నొప్పికి వామే దివ్యౌషధం. నోట్లో పెట్టుకుని చప్పరిస్తూ ఆ రసాన్ని తాగితే చాలు.

సర్వరోగ నివారిణి



- వాము నూనెతో రోజూ మర్తన చేసుకుంటే కీళ్ల నొప్పులు మాయం.
- రాత్రంతా వాము నానబెట్టిన నీటిని రోజూ తీసుకుంటే మూత్రపిండాల్లో రాళ్లు కరుగుతాయి.
- విరేచనాలతో బాధపడుతున్న వాళ్లు ఓ స్నానం వామును నీటిలో బాగా మరిగించి ఆ నీటిని వడగట్టి తాగితే ఉపశమనం కలుగుతుంది.
- తిన్న ఆహారాన్ని త్వరగా జీర్ణం చేసే సుగుణం వాముకు ఉంది.
- షైగ్రయిన్ నొప్పి, సాధారణ తలనొప్పి, జలుబుకు వాము చక్కగా పనిచేస్తుంది. ఓ గుడ్డలో ఓ స్నానం వామును వేసి చుట్టి వాసన చూస్తే సరి.



అమెరికా వెళ్లగానే అన్నం పెట్టిన ఊరినే కాదు, తల్లిదండ్రుల్ని మరిచిపోయేవాళ్లున్న కాలం ఇది. ఇతను మాత్రం ఆ డాలర్ల పరుగులో పడి, పల్లెటూళ్లను మరిచిపోలేదు. అప్పుడప్పుడూ పరుగుపోటీలో (మారథాన్) పాల్గొని.. పేద రైతులకు అండగా నిలుస్తున్నాడు... నల్లగొండ జిల్లాలోని మామిళ్లగూడెం వాసి శ్రీనివాస్ రణబోతు. అమెరికాలోని న్యూజెర్సీలో పనిచేస్తూ.. తెలుగురాష్ట్రాల్లో ఆత్మహత్యలు చేసుకున్న రైతు కుటుంబాలను ఆదుకుంటున్నాడు..

నేను సైతం

కొనలేని పరిస్థితిలో ఉన్నారు. బతుకులు ఘోరంగా ఉన్నాయి..” అన్నాడు తండ్రి. అమెరికాలో తన చుట్టూ ఉండే తెలుగుమిత్రులతో తమ ఊరి ఆవేదన చెప్పాడు శ్రీనివాస్. అప్పటికప్పుడే తలా కొన్ని డాలర్లు ఇచ్చారు. ఆ మొత్తంతో ఊళ్లోని పేదలందరికీ ఉచిత రేషన్ సరఫరా చేయించాడు. అక్కడి నుంచి సేవాద్యక్షుడం వైపు అడుగులు వేశాడీ యువకుడు. “ప్రముఖ జర్నలిస్టు పాలగుమ్మి సాయిరావు ప్రతికల్లో రాసే కరువు కథనాలు చదివేవాణ్ణి. ఆయనతో కలిసి కొన్ని గ్రామాల్లో కూడా తిరిగాను. ఆ

బుక్కులు కొనివ్వలేక బడి మాన్పించేస్తున్నారు పేదలు. అలాంటి పిల్లలకు సహాయం చేసి, తిరిగి బడికి పంపించింది సంస్థ. ఆత్మహత్యలు చేసుకున్న కౌలు రైతుల కుటుంబాలకు ఆసరాగా నిలబడింది. చనిపోయిన రైతుల భార్యలకు స్వయం ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించింది. “నేను అమెరికాలో మారథాన్ చేసినప్పుడు దాతలైన స్నేహితులు రూ.8.5 లక్షలు అందించారు. ఆ మొత్తాన్ని - ముప్పయివేల



అన్నదాత కోసం.. అమెరికాలో మారథాన్..

అమెరికాలోని ఫిలడెల్ఫియా.. 42 కిలోమీటర్ల మారథాన్.. విజిల్ వేశారు. పరుగు మొదలైంది. అమెరికా మారథాన్ల నడుమ ఒక తెలంగాణ కుర్రాడు మెరుపు వేగంతో దూసుకెళ్లాడు. శక్తిసంతా కూడదీసుకుని, ఐదుగంటలపాటు ఏకబిగిన పరిగెడుతూనే ఉన్నాడు. ఆయాసం అతన్ని ఆవదం లేదు, సీరసం అతన్ని నిలువరించడం లేదు. ఆ పరుగు పేరు కోసం కాదు.. ఫ్రైజ్ మనీ కోసం అంతకంటే కాదు. ఆ మారథాన్ తెలుగురాష్ట్రాల్లో ఆత్మహత్యలు చేసుకున్న రైతు కుటుంబాల కోసం! ‘డియర్ ఫ్రెండ్స్.. చనిపోయిన అన్నదాతల భార్యపిల్లల్ని ఆదుకునేందుకు అండగా నిలవాలనుకున్నాను. అందుకే ఈ మారథాన్ చేస్తున్నాను. మీరిచ్చే ప్రతి డాలరూ.. వారికి జీవనాధారం అవుతుంది..’ అని ఫేస్ బుక్ ఫ్రెండ్స్ ను కోరాడు శ్రీనివాస్ రణబోతు. అలా మారథాన్ చేసి.. సుమారు ఎనిమిదిన్నర లక్షల రూపాయల్ని పోగుచేశాడు. ఆ డబ్బుతో తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్ రైతు కుటుంబాలకు సాయం చేశాడు.

ఉచిత రేషన్ తో మొదలై..

శ్రీనివాస్ సొంతూరు.. తెలంగాణలోని నల్లగొండ జిల్లా, మోతే మండలంలోని మామిళ్లగూడెం (కొత్తగూడెం). తండ్రి ఉపాధ్యాయుడు. హైదరాబాద్ లో బీటెక్ పూర్తిచేసి 2001లో అమెరికా వెళ్లాడు. సరిగ్గా అదే ఏడాది ఊరిలో ఎన్నడూలేని కరువొచ్చింది. ఒక రోజు ఫోన్ లో “ఒరే.. ఈ ఏడాది కరువొచ్చింది. వానల్లేవు, పంటల్లేవు. పశువులకు మేత లేదు. ఊళ్లోని చాలామంది రేషన్ బియ్యాన్ని కూడా

తరువాత లోక్ సత్తా, కొండల్ ఆధ్వర్యంలోని రైతుస్వరాజ్య వేదికల ద్వారా వ్యవసాయ సంక్షోభాన్ని అర్థం చేసుకున్నాను. ‘సెంటర్ ఫర్ సస్టెనబుల్ అగ్రికల్చర్’ సంస్థ నిర్వాహకులు డా.రామాంజనేయులు చేస్తున్న కృషిని పరిశీలించాను. అమెరికా నుంచి ఎప్పుడు ఇండియా వచ్చినా.. ఇలాంటి సంస్థల ప్రతినిధులతో కలిసి వల్లెల్లో పర్యటించేవాణ్ణి..” అన్నాడు శ్రీనివాస్.

అమెరికా నుంచే..

ఇప్పటికీ ప్రవాసాంధ్రులు ఎన్నో రకాల సామాజిక సేవలు చేస్తున్నారు. తను మాత్రం ప్రత్యేకించి నిరుపేద రైతుల కోసం ఓ సంస్థను ఏర్పాటు చేయాలనుకున్నాడు. అమెరికాలో ఉన్నప్పుడే 2013లో ‘ఐ4ఫార్మర్స్’ను నెలకొల్పాడు. శ్రీనివాస్ తోపాటు అతని ప్రతినిధి బృందం ఆదిలాబాద్, మహబూబ్ నగర్, నల్లగొండ, వరంగల్ తదితర ప్రాంతాలు తిరిగి.. ఆత్మహత్యలు చేసుకున్న రైతు కుటుంబాల స్థితిగతుల మీద డాక్యుమెంటరీలు రూపొందించింది. ఒక ఇంట్లో రైతు చనిపోగానే- వారి పిల్లలకు చిన్న చిన్న పుస్తకాలు, పెన్నలు, నోటు

చొప్పున ముప్పయి కుటుంబాలకు సహాయం చేశాం. కుట్టు మిషన్లు, గేదెలు, కిరాణాపావులకు ఆ డబ్బు పనికొచ్చింది..” అన్నాడు శ్రీనివాస్. కడప జిల్లాలోని అడవి చెర్లొవల్లిలోని నిరుపేద రైతులకు బోర్లు వేయించి, డ్రిప్ ఇరిగేషన్ సౌకర్యం కల్పించాడు. సిద్దిపేటలోని నేలమ్మ మహిళా సహకార సంస్థకు కొంత మూలధనం చెల్లించి.. వడ్డీలేని రుణాలు అందించాడు. ఇలా సహాయం పొందిన వాళ్లందరూ సేంద్రీయ సేద్యం సాగు చేయాలన్నది నిబంధన. అమెరికాకు వెళ్లినా అన్నం పెట్టే అన్నదాత కష్టాలను తీర్చేందుకు కృషి చేస్తున్న శ్రీనివాస్ అభినందనీయుడు.

- సండ్ డెన్స్

వరంగల్ జిల్లా వర్ధన్ పేట మండలంలోని ఒక పల్లెటూరికి వెళ్లాను. అక్కడ కిష్టయ్య అనే రైతు ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడు. ఆయనకు రెండేకరాల పొలం ఉంది. ఇంట్లో రెండు గిన్నెలు, రెండు జతల పాత బట్టలు తప్ప ఇంకేమీ లేవు. భర్త దినాలకు భోజనం పెట్టడానికి కూడా జియ్యం లేవు. అంత పేదరికం. కొత్తబట్టలు కొనివ్వలేక.. బతుకమ్మ వేడుక వద్దకు కూడా పిల్లల్ని పంపిడి కాదామె. ఒకసారి ఆమెకు చెయ్యి విరిగింది. ఆస్పత్రికి వెళ్లి కట్టుకట్టించుకుంటే.. కూలి పనులకు రానివ్వరని.. అలాగే వదిలేసింది. దాంతో చెయ్యి వంకరపోయింది. ఆ బాధలన్నీ విన్నాక.. నా మనసు వికలం అయ్యింది. తెలంగాణలో రైతుల ఆత్మహత్యలు ప్రభుత్వం దృష్టికి వస్తున్నాయో లేదో నాకు తెలియ కానీ.. ఇప్పటికీ చనిపోతున్నారు. వినే మనసు ఉండాలే కానీ ప్రతి కుటుంబానిది ఒక కన్నీటి కథనే. ఇలాంటి పేదలకు మేము ఎంతో కొంత అండగా ఉండాలనుకున్నాం.

- శ్రీనివాస్ రణబోతు, ఐ4ఫార్మర్స్, న్యూజెర్సీ, అమెరికా



ఆక్సన్ కు రెడీ

టైరన్నోసారస్ రెక్స్ అసిపంజరం ఇది. 188 ఎముకలతో దక్షిణ డకోటాలో లభ్యమైన ఈ అసిపంజరాన్ని మూడేళ్లు శ్రమించి పూర్తి రూపాన్ని తెచ్చారు. ప్రస్తుతం న్యూయార్క్ నగరంలో ప్రదర్శనలో ఉంచారు. వచ్చే నెలలో వేలం వేయడానికి నిర్వాహకులు సిద్ధమవుతున్నారు. ఆ వేలం రికార్డు సృష్టించగలదని భావిస్తున్నారు.



ఆఫ్ ది నార్త్’గా ప్రసిద్ధిచెందిన ఈ శిల్పం లండన్ శివార్లలో ఉంది. కరోనా కారణంగా ఇంత కాలమూ బోసిపోయిన సందర్శన ప్రదేశాలలో పర్యాటకుల సందడి మొదలైంది అనడానికి ఇదే రుజువు.

బిట్ బ్యాంక్

కొండల్లో ఫ్యాషన్ వీక్

కరోనా కారణంగా స్తంభించిన జనజీవనం ఇప్పుడిప్పుడే సాధారణ స్థితికి వస్తోంది. అక్కడక్కడా ఫ్యాషన్ సందడి మొదలైంది. ఆఫ్రికన్ దేశం క్రియాలలో ‘వైట్ రాక్’ పర్వతం దగ్గర ఆరుబయట నిర్వహించిన ఫ్యాషన్ వీక్ లో మోడళ్లు ఇలా అలరించారు.



సందర్శనకు సిద్ధం

అదో విగ్రహం.. 200 టన్నుల ఉక్కుతో నిర్మించారు. 66 అడుగుల ఎత్తు, 177 అడుగుల వెడల్పుతో ఇట్టే ఆకట్టుకుంటుంది. ‘యాంజెల్



బీచ్ ఉత్సవాలు

ఆస్ట్రేలియాలోని కుర్మమ్ బీచ్ బీచ్ లో ఇటీవలే శిల్పకళా ఉత్సవం జరిగింది. ఇందులో స్థానిక, జాతీయ, అంతర్జాతీయ కళాకారులు తమ కళా ఖండాలను ప్రదర్శించారు. వాటిలో ‘మెన్ ఆఫ్ ది నార్త్’ పేరున ఇవాన్ లోవాట్ రూపొందించిన శిల్పం విపరీతంగా ఆకట్టుకుంది.

ఎట్లా?

ఓ నా దీపశిఖా!
తమ నరాలను
ఒత్తులుగా తాల్చి
తమ నెత్తురును
చమురుగా పోసి
నిన్నింత దీపంగా మారిస్తే
చిన్న చిరుగాలికే
అర్ధాంతరంగా
ఆరిపోతానంటే ఎట్లా?

ఓ నా పూలతీగ!
తమ రక్తమాంసాలనే
ఎరువుగా వేసి
తమ చెమట చుక్కలను
నీరుగా పోసి
నిన్నింత పూలతోటగా
విస్తరింప చేస్తే
చిన్న ఈడురుగాలికే
రాలిపోతానంటే ఎట్లా?

ఓ నా పంటచేనా
తమ కన్నీళ్లనే
పంట కాలువగా మార్చి
నిను సోకిన అనేక
చీడవీడలకూ
తమ నెత్తురునే
పిచికారి చేసి
నిన్నింత చేతికొచ్చిన పంటగా
తీర్చిదిద్దితే
చిన్న జడివానకే
నేలపాలవుతానంటే ఎట్లా?

దీపశిఖా
ఈ లోకానికింత
వెలుగు పంచుతావనుకుంటే
చీకటిని చల్లి పోతే ఎట్లా?

పూలతీగమా
ఈ లోకాన్ని
పరిమళభరితం చేస్తావనుకుంటే
చావు కంపు రేపి పోతే ఎట్లా?

పంటచేనువు
ఈ లోకం
ఆకలి తీరుస్తావనుకుంటే
తీరని కరువు శోకాన్ని
మిగిల్చి పోతే ఎట్లా?

మిమ్మల్నింత వాళ్లను చేసి
మీపై ఇన్ని ఆశలు పెట్టుకున్న
మీ రూపశిల్పులను మరిచి
నిర్దయగా ఈ లోకం నుండి
నిష్క్రమిస్తామంటే ఎట్లా?

మరణమెప్పుటికీ తప్పదు
మరణించేవరకూ
పోరాడుతూ
బతికుండటమే కదా
యోధుల లక్షణం!
- చిత్తలూరి సత్యనారాయణ
82474 32521

కవిత్వం

హెర్బల్ క్వీన్...

షహనాజ్ హుస్సేన్

ఇందిరాగాంధీ, నైజయంతిమాల, అగ్రరాజ్యాల ప్రధానులు, అధ్యక్షుల సతీమణులు... ఆమె చెప్పే రహస్య చిట్కాలు పారాల్లా ఓపిగ్గా వింటారు. ఆమె ఉత్పత్తుల్ని ఎంత దూరం నుంచైనా తెప్పించుకుంటారు. ఆమె పేరే ఒక బ్రాండ్. సౌందర్య సాధనాల ప్రపంచంలో తిరుగులేని మహారాణి.. షహనాజ్ హుస్సేన్.. ఈ వారం కుబేర..

డిసెంబర్ 1982, ప్రధాని నివాసం, సఫ్టర్ జంగ్ రోడ్, న్యూఢిల్లీ
“హలో షహనాజ్, ఇందిరని మాట్లాడుతున్నా. కిందటి సారి నువ్విచ్చిన ఫేస్ క్రీమ్ అయిపోయింది. ఎన్నికల ప్రచారం కోసం ఆంధ్రప్రదేశ్ వెళ్తున్నాను. నాల్గు ఫేస్ క్రీమ్ ప్యాకెట్లు పంపగలవా”
“నమస్తే మేడం, తప్పకుండా ఈ రోజే మొత్తం కిట్ పంపుతాను.

..అదీ షహనాజ్ స్థాయి.

సాంప్రదాయిక ముస్లిం కుటుంబంలో జన్మించింది షహనాజ్ హుస్సేన్. తండ్రి జస్టిస్ నాసిర్ ఉల్లా బేగ్ అలహాబాద్ హైకోర్టుకి ప్రధాన న్యాయమూర్తి. తల్లి సయీదా బేగం, హైదరాబాద్ నిజాం పాలనలో

ముఖ్య సైన్యాధికారి కూతురు. తాత హైకోర్ట్ ప్రధాన న్యాయమూర్తి. ఆమె తల్లిదండ్రుల వివాహాన్ని హైదరాబాద్ నిజాం జరిపించారు. షహనాజ్ని కూడా న్యాయవిద్య చదవమన్నాడు తండ్రి. ఇంట్లో నల్లకోట్లు, న్యాయ గ్రంథాలు చూసి చూసి ఆ వృత్తి మీద ఆమెకి ఆసక్తి పోయింది. ప్రయాగ్ రాజ్ లోని సెయింట్ మేరీస్ కాన్వెంట్లో ప్రాథమిక విద్య, లక్నోలో మాధ్యమిక విద్య చదువుకుంది.

చిన్న వయసులో పెళ్లి...

ఓ నిర్దిష్ట వయస్సు తర్వాత ఆ రోజుల్లో ఆడపిల్లలకు పెళ్లిళ్లు చేసేవారు. ఇష్టం లేకపోయినా ఇంట్లో పెద్దల ఒత్తిడికి లొంగి 15 ఏళ్ళకే షహనాజ్ పెళ్లి జరిపించారు తల్లిదండ్రులు. స్టేట్ ట్రేడింగ్ కార్పొరేషన్తో విదేశీ వాణిజ్య డైరెక్టర్గా పనిచేసేవాడు భర్త నాసిర్ హుస్సేన్. కూతురు నీలోఫర్ పుట్టిన తరువాత భర్తకు లండన్లో పోస్టింగ్ వచ్చింది. కూతుర్ని కాన్వెంట్లో వేశారు, పక్కనే ఉన్న హైస్కూల్లో షహనాజ్ చేరింది. లండన్లో ఉన్నప్పుడే కృత్రిమ పదార్థాలతో చేసిన సౌందర్య సాధనాల వల్ల అలర్టీ రావడం చూసింది. చాలా మంది సింథటిక్ సౌందర్య సాధనాలను వాడడం వల్ల చర్మ రుగ్మతలు ఏర్పడేవి. ఆయుర్వేద మూలికల నుండి చర్మ సౌందర్య ఉత్పత్తులను తయారుచేయాలని ఆలోచించింది. ఆయుర్వేద గుణం ఉన్న సహజ పదార్థాలతో సౌందర్య సాధనాలు చేయడం, చిట్కాలపై మక్కువ పెంచుకొని వాటి గురించి అధ్యయనం చేసింది.

కొన్నేళ్ళకు భర్తకు టెక్నోనీక్ బదిలీ అయింది. కొత్త ప్రదేశంలో తోచేది కాదు. సౌందర్య సాధనాల అభిరుచిని వృత్తిగా మలుచుకోవాలని నిర్ణయించుకుంది. అక్కడి ట్రీబ్యూన్ పత్రికకు సౌందర్యంపై వ్యాసం రాసింది. పాఠకులను ఆకట్టుకోవడంతో ఓ రెగ్యులర్ కాలమ్ రాయమని ఆ పత్రిక కోరింది. ఆ తరువాత లండన్, పారిస్, న్యూయార్క్, జర్మనీ, డెన్మార్క్లకు వెళ్లి ప్రపంచ ప్రఖ్యాత బ్యూటీ ఇన్స్టిట్యూట్ల నుండి కాస్మోటిక్ థెరపీ, కాస్మోటాలజీలో శిక్షణను పూర్తిచేసింది. రచనల నుండి సంపాదించిన డబ్బు ఆమె విద్యకు తోడ్పడింది.

దిల్లీలో బ్యూటీ సెలూన్

పుస్తకాలలో ఉన్న మూలికా వైద్యంపై నమ్మకాన్ని పెంచుకొని ఆధునిక సౌందర్య సంరక్షణలో వ్యాపారం చేద్దామని 1971లో భారతదేశానికి తిరిగి వచ్చింది. దిల్లీలోని ఇంటి వరండాని బ్యూటీ సెలూన్గా మార్చి హెర్బల్ క్లినిక్ తెరచింది. అక్కడి నుంచి వెనుదిరిగి చూసుకోలేదు. మొట్టమొదటి ప్రాంబైజ్ షహనాజ్ హుస్సేన్ సెలూన్ 1979లో కోల్కతాలో ప్రారంభమైంది. ఐదేళ్ళలో



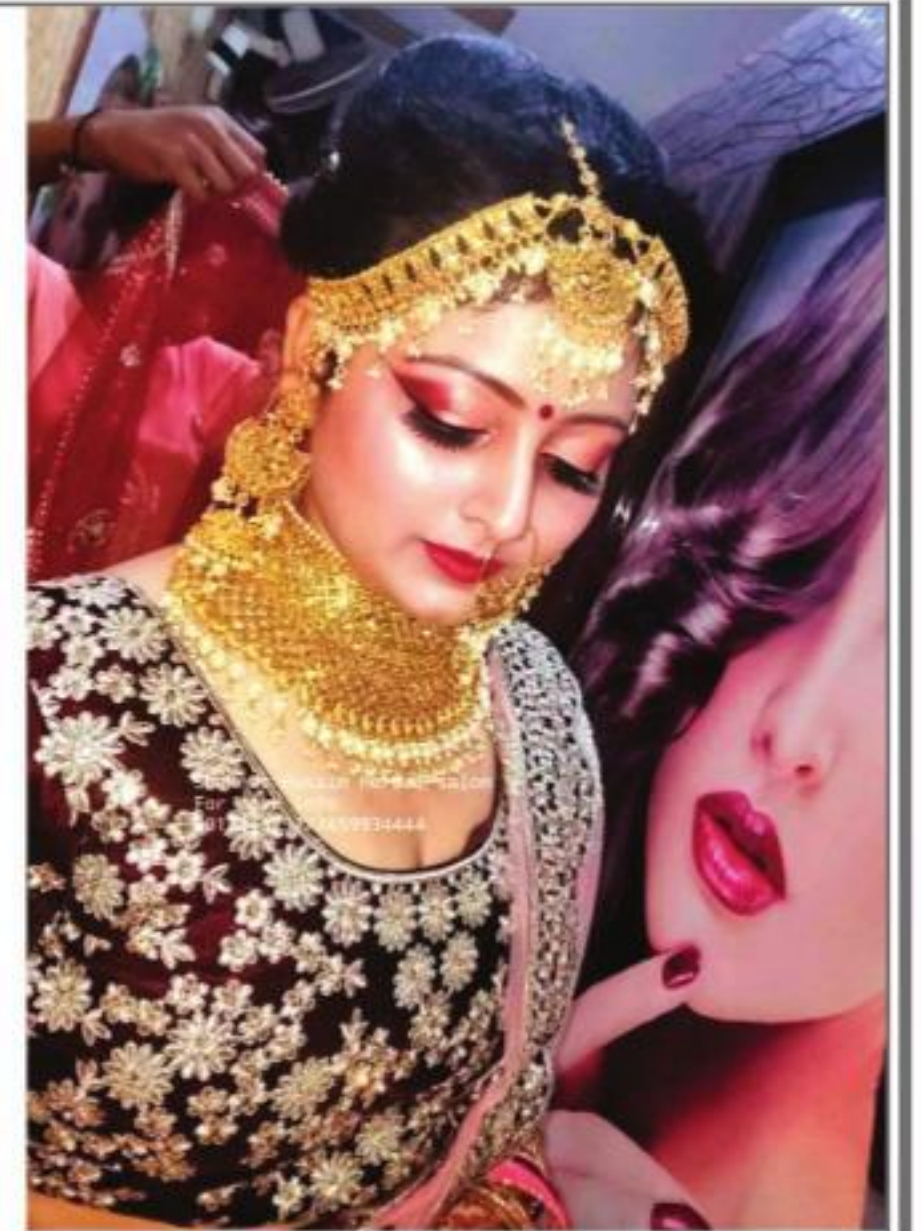
● షహనాజ్ నిబద్ధత, క్రమశిక్షణకు మచ్చు తునక 1983 నవంబర్లో జరిగిన ఓ ఘటన. కామన్వెల్త్ దేశాల శిఖరాగ్ర సమావేశానికి న్యూఢిల్లీలో ఇందిరాగాంధీ ఆతిథ్యమిచ్చారు. అదే వేదికలో కామన్వెల్త్ దేశాధ్యక్షుల భార్యలకు ఆయుర్వేదం మీద ప్రసంగించమని షహనాజ్ హుస్సేన్ను ఇందిరాగాంధీ కోరారు. అదే రోజు పాద్మన తండ్రి గుండెపోటుతో మరణించాడు. అయినా 12 దేశాల ప్రథమ మహిళలను నిరుత్సాహ పరచకుండా సమావేశానికి హాజరయింది. వివిధ దేశాధ్యక్షుల భార్యలు సౌందర్య చిట్కాల కోసం ఆమెను చుట్టుముట్టారు ఆ రోజు.

● మడోన్నా ప్రిన్స్ డయానా, చెరి బ్లైర్, హిల్లరీ క్లింటన్ లాంటి ప్రముఖులు షహనాజ్ చెప్పిన బ్యూటీసీక్రెట్స్ పాటిస్తారు.

విభిన్న మహిళల శరీరతత్వం, వ్యక్తిగత అవసరాల ఆధారంగా సంరక్షణ చికిత్సలు, ఉత్పత్తి శ్రేణుల సమగ్ర వ్యవస్థను రూపొందించింది. ఆమె పేరు పైనే క్లినిక్లను, ఉత్పత్తులను పెట్టి ‘షహనాజ్ హుస్సేన్’ గొప్ప బ్రాండ్గా మలిచింది. తన పేరు మీద ఉత్పత్తులు అమ్మడం వలన కష్టమర్హతే నమ్మకం, విశ్వాసం పెంపొందాయి. ఆ నోటా ఈ నోటా తెలుసుకుని ఇందిరా గాంధీ సైతం షహనాజ్ను సందర్శించింది. ఆమెది పొడి చర్మం కాబట్టి గంధం, ప్రత్యేక మూలికలతో మాయిశ్మరైజర్ చేసి ఇచ్చింది. అప్పట్నుంచి ఇందిర.. షహనాజ్ ఉత్పత్తులు లేకుండా బయటికి వెళ్లేవారు కాదు. రాజకీయాల్లో చేరమని, మంత్రి పదవినిస్తానని ఆమెని ఒప్పించడానికి ఇందిరాగాంధీ ప్రయత్నించారు. కానీ చేరలేదు. నటి వైజయంతిమాల కూడా షహనాజ్ ఉత్పత్తులను వాడి స్నేహితురాలిగా మారింది. అలా ఆమె ఉత్పత్తులు ఇటు వ్యాపారవేత్తల నుండి హాలీవుడ్ తారల వరకు పాకాయి. 1980 నుండి ఏడా జరిగే ఇంటర్నేషనల్ బ్యూటీ కాంగ్రెస్కు దేశం తరపున ప్రాతినిధ్యం వహించింది.

బ్రాండ్ వాల్యూ వచ్చింది..

తొలి రెండు దశాబ్దాలు షహనాజ్ హుస్సేన్ ఉత్పత్తులు ఆమె నిర్వహించే



కుబేర షహనాజ్ హుస్సేన్
షహనాజ్ హుస్సేన్ గ్రూప్ వ్యవస్థాపకురాలు

సెలూన్లు, ప్రాంబైజ్ల ద్వారా మాత్రమే లభ్యమయ్యేవి. 1990లలో రీటైల్ మార్కెట్లోకి ప్రవేశించాలన్న నిర్ణయం వల్ల ఆమె బ్రాండ్ మరింత ప్రసిద్ధి కెక్కింది. సంస్థ భారీ లాభాలను ఆర్జించింది. వెంటనే అంతర్జాతీయ మార్కెట్లోకి ఉత్పత్తులను ప్రవేశపెట్టింది. విదేశాల్లో కాస్మోటిక్ అమ్మకాల రికార్డును బద్దలు కొట్టింది. ఆమెకు ‘హెర్బల్ క్వీన్’గా బీబీసీ కితాబిచ్చింది. జాతీయ, అంతర్జాతీయ మార్కెట్ల డిమాండ్కు అనుగుణంగా ఉత్పత్తి సరఫరా చేయడానికి రూర్కీ, నోయిడా వద్ద అదనపు కర్మాగారాలను స్థాపించింది. నేడు షహనాజ్ హెర్బల్ బ్రాండ్తో 7000 ప్రాంబైజ్ క్లినిక్లు, 800 డిస్ట్రిబ్యూషన్ పార్ట్నర్లు, 70 బ్యూటీ శిక్షణ అకాడమీలు ఉన్నాయి. ఐదువేల మంది ఉద్యోగులకు ఉపాధి దొరికింది. 140 దేశాలకు ఆమె ఉత్పత్తులు విస్తరించాయి. ఒక్క వ్యాపార ప్రకటన కూడా లేకుండా కేవలం ఓ వ్యక్తి బ్రాండ్ ఇమేజ్ ఆధారంగా ఇంత విజయవంతమవడం గొప్ప విషయమే.

బ్యూటీ స్కూల్..

భారతీయ గృహిణులను ప్రేరేపించి, ప్రోత్సహించాలని షహనాజ్ ఆరాటపడేది. ‘ఉమెన్స్ వరల్డ్ ఇంటర్నేషనల్’ అనే బ్యూటీ స్కూల్ను ఏర్పాటు చేసి విస్తృత అంశాలలో మహిళలకు వృత్తి శిక్షణ ఇప్పిస్తోంది. వారి ఇళ్లలోనే సొంతంగా షహనాజ్ హెర్బల్ సెలూన్లను తెరవడానికి ప్రోత్సహించింది. నైపుణ్య అభివృద్ధి ప్రభుత్వ పథకం కింద షహనాజ్ హుస్సేన్ ఇంటర్నేషనల్ బ్యూటీ అకాడమీ పలు రాష్ట్రాల్లో సౌందర్య సేవల్లో నైపుణ్యం, వృత్తి శిక్షణ ఇస్తూ గృహ ఆధారిత పార్లర్ల కోసం టూల్ కిట్లను పంపిణీ చేస్తూ, గ్రామీణ మహిళలను చైతన్యవంతం చేస్తోందామె. నేడు నలభై వేల మంది మహిళలు బ్యూటీ థెరపిస్టులుగా ఉపాధి పొందుతున్నారంటే అదంతా షహనాజ్ చలవే..!

- సునీల్ ధవళ, 97417 47700 సీయోవో, ద థర్డ్ అంపైర్ మీడియా అండ్ అనలిటిక్స్



ఆ రోజుల్లో మాజీ ప్రధాని ఇందిరాగాంధీ సైతం షహనాజ్ ఉత్పత్తి చేసే క్రీములను ముఖానికి రాసుకునేవారు. ఇందిర ఎప్పుడూ రాజకీయ పర్యటనలకు వెళ్లినా.. ఇవే సౌందర్య ఉత్పత్తులను వెంట తీసుకెళ్లేవారు. వాళ్ళిద్దరి మధ్యా ఉన్న పరిచయంతోనే ‘సువ్య రాజకీయాల్లోకి వస్తే ఎంపీ సీటు ఇస్తాను.. వస్తావా’ అంటూ షహనాజ్ను అడిగారు ఇందిర. ఇక, అందాలనుండరి వైజయంతిమాల కూడా ఇవే క్రీములు వాడేవారట.



విదేశీ చదువులు

విదేశాల్లో ఉద్యోగం చేయడమే కాదు, చదవడం కూడా గొప్ప అనే అభిప్రాయం మనలో బలంగా పాతుకుపోయి వుంది. కానీ, అది ఎల్లవేళలా కరక్టు కాదు. పైగా విదేశీ విద్యాసంస్థల్లో కొన్ని మాత్రమే ప్రామాణికమైనవి. అమెరికాలో, యూరోప్‌లో నామమాత్రంగా నడిచే అనేకానేక యూనివర్సిటీలలో క్లాసులకు వెళ్లనక్కరలేదు, వెళ్లినా చదువు చెప్పేందుకు ప్యాకల్టీ వుండదు. విద్యార్జన పేరుతో వీసా సంపాదించి, అనుమతి లేకుండా ఉద్యోగాలు చేస్తూ డాలర్లు, పౌండ్లు, యూరోలలో ధనార్జన చేయడానికై వచ్చే విదేశీ విద్యార్థుల కోసం వెలసిన బోగస్ యూనివర్సిటీలవి. వారిపైన, అక్కడ చదివే విద్యార్థులపైన అమెరికా ప్రభుత్వం అప్పుడప్పుడు కొరడా ఝుళిపిస్తూ వుంటుంది. ఆ మధ్య కొందరు తెలుగు కుర్రవాళ్లు అలా పట్టుబడినప్పుడు మన మీడియాలో చాలా చర్చ జరిగింది.

అమెరికా ప్రభుత్వం వీరినెలా అరికట్టాలని చాలాకాలంగా చూస్తోంది. ఇప్పుడు కరోనా వారికి అందివచ్చింది. 'ఎలాగూ స్వయంగా క్లాసులకి రాలేరు. ఆన్‌లైన్ క్లాసుల ద్వారా మాత్రమే చదువు చెప్పించుకోవాలి. ఇక మీరు కష్టపడి యీ దేశం రావడం దేనికి?' అంటోంది ట్రంప్ ప్రభుత్వం. భౌతికంగా ఆ దేశం వెళ్లకపోతే అక్కడి పెట్రోలు బంకుల్లో, సూపర్ మార్కెట్లలో పనిచేయడం ఎలా, డాలర్లు సంపాదించుకోవడం ఎలా? అని మన యువతలో కొంతమందికి బాధ. ఎందుకంటే వాళ్లకు నిజంగా కావలసినది చదువు కాదు, ఆ పేరుతో అక్రమంగా ఉద్యోగం చేసే అవకాశం! ఈ ఆన్‌లైన్ క్లాసుల విధానం ద్వారా అది హరించుకుపోతోంది. 'ఉన్న ఊళ్లోనే వుంటే పుస్తకంలో ఒక పుట వద్దే వుండిపోయినట్లు, దేశమంతా తిరిగితే పుస్తకం మొత్తం చదివినట్లు, అందువలన విద్య నేర్చుకోవాలంటే విద్యార్థి దేశాటన చేసి తీరాలి' అనేవారు మన పెద్దలు. ఇది కొంతవరకు కరక్టే కానీ, ఊరు కదలకపోతే జ్ఞానం రాదనేది సరైనది కాదు. ప్రపంచమంతా తెలిసిన తత్వవేత్త ఇమ్మాన్యుయేల్ కేంట్ తన స్వగ్రామం కదిలి ఎక్కడికీ వెళ్లలేదట. అలాగే షేక్స్పియర్ నాటకాలు దేశదేశాలూ పర్యటించాయి కానీ, షేక్స్పియర్ మనలిన, తిరిగిన ప్రాంతం విస్తీర్ణంలో అతి చిన్నది. అయినా చిరకాలం వుండే నాటకాలు రాశాడు కదా! నేను కాలేజీ చదువుకి వచ్చినప్పుడు ఏదైనా విదేశీ యూనివర్సిటీలో చదువుకునే అవకాశం నాకుంది. కానీ మా నాన్నగారు 'ఆ పాటి చదువు మన దేశపు విద్యాసంస్థలు తప్పకుండా చెప్పగలవు. ఇక్కడ చదివితే తెలివితేటలు రావని ఏమీ లేదు. ఇక

ఫారిన్ వెళ్లడమంటావా, బాగా చదువుకుని మంచి ఉద్యోగం తెచ్చుకుంటే, విదేశాలు వెళ్లడం పెద్ద కష్టమేమీ కాదు' అన్నారు. ఆయన అన్నట్లుగానే ఉద్యోగంలో చేరాక నేను దాదాపు 30 దేశాలకు వెళ్లాను. పబ్లిక్ సర్వీసులో కానీ, కార్పొరేట్ రంగంలో కానీ వుంటే టైనింగ్‌కో, వర్క్‌షాపులకో, సెమినార్లకో, స్టడీ టూర్లకో విదేశాలు వెళ్లడం సహజం. గతంలో



అక్కడి పెట్రోలు బంకుల్లో, సూపర్ మార్కెట్లలో పనిచేయడం ఎలా, డాలర్లు సంపాదించుకోవడం ఎలా? అన్నది మన యువత బాధ. ఎందుకంటే మనవాళ్లకు నిజంగా కావలసినది చదువు కాదు, ఆ పేరుతో అక్రమంగా ఉద్యోగం చేసే అవకాశం!

అయితే విదేశీ మారకద్రవ్యం నిలువలు ఎక్కువగా లేక ఆంక్షలు పెడుతుండేవారు. ఇప్పుడైతే ఆ బాధ లేదు.

నేను ఉద్యోగంలో వుండగానే బర్మింగ్‌హామ్ యూనివర్సిటీ (యుకె)లో రూరల్ డెవలప్‌మెంట్‌పై పది నెలల కోర్సుకి వెళ్లమన్నారు. కానీ నేనే ఆసక్తి లేక వద్దనేశాను. అక్కడికి వెళ్లి నేర్చుకునే దేముందనుకున్నాను. తర్వాత కొన్నాళ్లకు హార్వర్డ్‌లో టైనింగ్ కాకుండా స్టడీ విజిట్ అవకాశం వచ్చింది. నాకూ, నా భార్యకూ రానుపోను ప్రయాణపు ఖర్చులు, అక్కడి వసతి ఖర్చులు అన్నీ యిస్తామన్నారు. నేను సరేనన్నాను. ప్రయాణానికి కొద్ది రోజుల ముందు షిప్ సెక్రటరీ జయభారతరెడ్డి గారికి చెప్పి వెళదామని కలిశాను. చెప్పగానే

సవరస కందాయం

ఆయన కాస్త యిబ్బందిగా ఫీలయ్యారు. "అఫ్ కోర్స్, నీకు సెలవు మంజూరైందనుకో, ప్రభుత్వం అన్ని క్రియరెన్సులు యిచ్చేసింది కూడా. కానీ రాష్ట్రంలో ప్రస్తుతం కరువు తాండవిస్తోంది. అగ్రికల్చర్, కో-ఆపరేషన్ డిపార్టుమెంటులో సెక్రటరీగా వున్న నువ్వు యీ సమయంలో యిక్కడ లేకపోవడం.... నువ్వు లేని లోటు తప్పకుండా తెలుస్తుంది. అలా అని వెళ్లవద్దని నేనేమీ చెప్పటం లేదు. నీ యిష్టానికే వదిలేస్తున్నాను." అని అన్నారు.

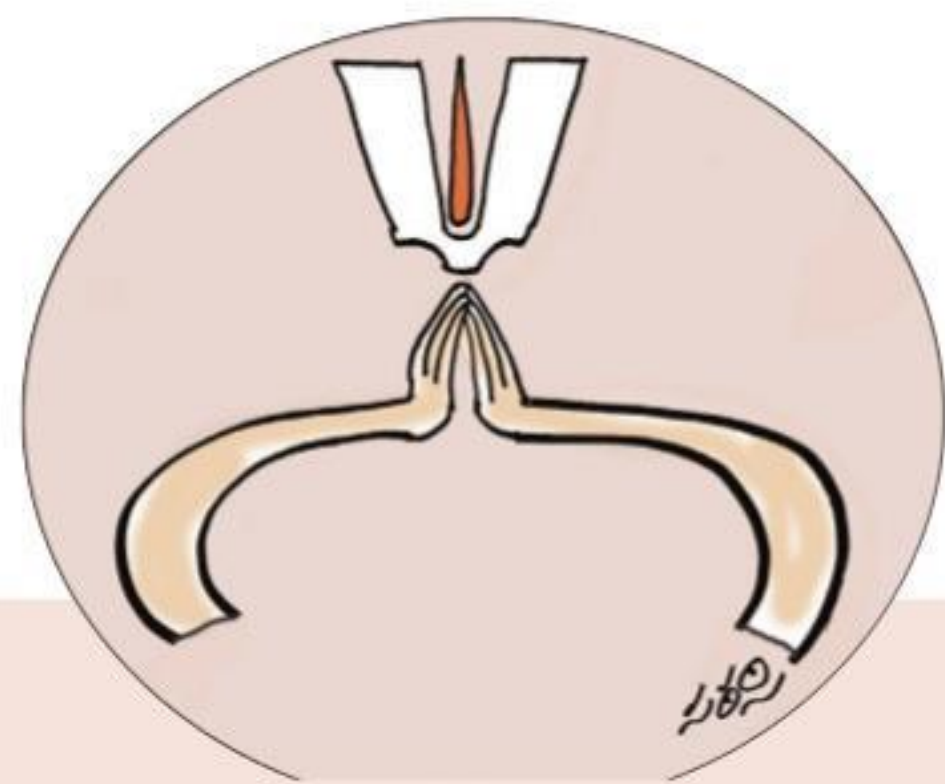
ఓ పక్క హార్వర్డ్ వంటి విశ్వవిఖ్యాతమైన యూనివర్సిటీలో స్టడీ విజిట్, మళ్లీ రాకపోవచ్చు. మరో పక్క కరువురోజుల్లో కీలకమైన పదవిలో వుంటూ చేయవలసిన పనులు. హార్వర్డ్‌కు వెళ్లనని నా అంతట నేనే రాసిచ్చేశాను. కానీ ఆ నిర్ణయానికి నేనెప్పుడూ చింతించలేదు. ఎందుకంటే ఆ కరువు సహాయకార్యక్రమాల్లో నా వంతుగా నేనెంతో చేసి లక్షలాదిమందికి సాయపడగలిగాను. ఆ పదవిలో వుండగా నేను చేసిన ఒకే ఒక విదేశీ పర్యటన - మలేసియా పామ్ ఆయిల్ రిసెర్చ్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఏర్పాటు చేసిన కాన్ఫరెన్సులో పాల్గొనడానికి మలేసియా వెళ్లడం. ఆ సమయంలో మన రాష్ట్రం దేశంలోనే మొదటిసారిగా పామ్ ఆయిల్ సాగు ప్రారంభించదలచి నన్ను పంపింది. ఆ తర్వాత మన దగ్గర పామ్ ఆయిల్ సాగు ఎంత పెరిగిందో, రైతులకు ఏ మేరకు లాభాలు తెచ్చిపెట్టిందో మీ అందరికీ తెలుసు.

ఏది ఏమైనా రాష్ట్రప్రభుత్వంలో ఉండగా నేను విదేశాలకు వెళ్లినది తక్కువే. కేంద్రానికి వెళ్లకనే చాలా దేశాలకు వెళ్లవలసి వచ్చింది. వాటి గురించి మరోసారి. ఇక విదేశీ చదువుల విషయానికి వస్తే యిప్పుడు ఇంటర్నెట్ వచ్చాక, దేశదేశాల టైలర్‌లు మన లాప్‌టాప్‌లోనే అందుబాటులోకి వచ్చాక, 30-40 లక్షలు ఖర్చుపెట్టి విదేశాలకు వెళ్లి

చదువుకోవలసిన పని లేదు, నిజంగా చదువే లక్ష్యమైతే! మధ్యతరగతి తలిదండ్రులందరూ యీ విషయం అర్థం చేసుకోవాలి. ❀



డా. మోహన్ కండా
విశ్రాంత ఐఏఎస్ అధికారి



ఈ గండం గడిస్తే చాలు

- సరసి

కరోనా వల్ల చాలామంది 'టీకా వచ్చేవరకూ బతికించు దేవుడా' అంటూ ఆపద మొక్కులవాడికి అర్థి లెక్కువయ్యాయట!!

వెంకన్న దేవస్థానంలో పోలీసు ఇనస్పెక్టరుగా పని చేస్తున్న ఒకాయన సంగీత ప్రియుడు. కళాకారుల్ని పిలిపించి మేనకోడలి పెళ్ళిలో 'అన్నమయ్య పదసుధ' కార్యక్రమం పెట్టించాడు. కచేరీ అయ్యేక కళాకారులకి ధైర్యదర్శనం చేయిస్తాడని తెలిసి మృదంగిష్టు గారి బావమరిది పవను "బావా నేను కూడా మీ ట్రూపులో మెంబరుగా వస్తా" అన్నాడు.

"గాత్రం, వైలెను, మృదంగం, ఘటం ఆర్టిష్టులం ఇప్పటికే ఉన్నాం. నీకు చోటేదీరా?" అంటే పవను బుర్ర గోక్కున్నాడు. "పోనీ సహకార గాత్రం అని చెప్పు బావా" అన్నాడు.

కచేరీ ప్రారంభిస్తూ ఉండగా గాత్రం ఆర్టిష్టు హెచ్చరించాడు. "నీకు సంగీతంలో సావాసాలు తెలియవు. నీ నోట్లోంచి సవండు వస్తే అది ఖచ్చితంగా అపశబ్దమే! కాబట్టి నోరు మూసుకుక్కార్చే" అని. "సరేనండీ. శబ్దం రాకుండా నోరు మెదుపుకుంటా" అన్నాడు పవను. "నీకు కొంపకి తాళం వెయ్యడమే తప్ప కీర్తనలకి తాళం వెయ్యడం చేతకాదు. అంచేత చేత్తో తాళం వేసే ప్రయత్నం చెయ్యకు, నా లయ దెబ్బ తింటుంది" అని మృదంగిష్టు బావ గట్టి వార్నింగ్‌చ్చాడు.

కచేరీ ప్రారంభం అయ్యింది. గాత్రం గారికి పక్కన కాకుండా, వెనక కాకుండా సైడుగా సర్దుక్కుర్చున్నాడు పవను. ఇనస్పెక్టరు గారు ఎదురుగా కుర్చీ వేసుక్కుర్చున్నారు. పెళ్ళి పెద్దలు పాతికమంది దాకా ఉన్నారు వినడానికి. ఒక కీర్తన అయ్యేక మైకు సెట్టు వాడిని పిలిచి "ఆ సహకార గానం ఆర్టిస్టుకి మైకు పెట్టలేదే?" అని కేకలు వేశాడు ఇనస్పెక్టరు. "వద్దన్నారండీ" అంటూ మైకు బిగించాడాయన. పవను గుండెల్లో రాయి పడింది!

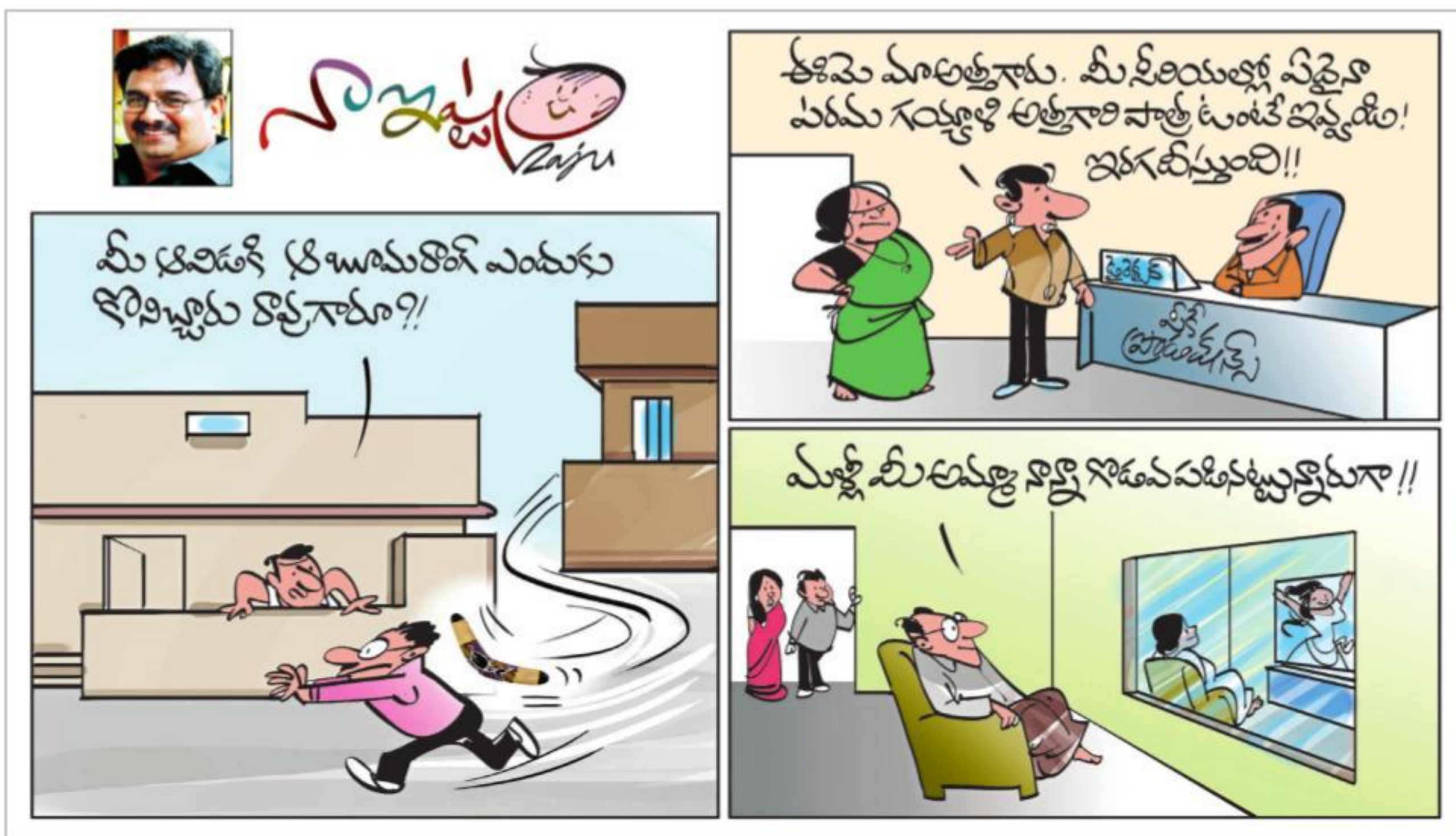
తనకి అసలు గిట్టని వ్యవహారాల్లో సంగీతం ఒకటి. అన్నమయ్య పాటల మాట దేవుడెరుగు. అసలు అన్నమయ్య ఎవరో త్యాగరాజు ఎవరో కూడా తెలియదు. ఇప్పడెలా? నోరు తెరిస్తే గాత్రం ఆర్టిస్టు చంపేస్తాడు! మైకులో వినబడక పోతే ఇనస్పెక్టరు ఊరుకోడు! తాళం వేస్తే బావ డొక్క చీరేస్తాడు! నిశ్చలంగా కూర్చుని కచేరీ చేస్తున్నట్లు నమ్మించడం ఎలా? వచ్చే చావొచ్చింది! గొంతు సవరించుకుని, మొహం తుడుచుకుని, కాళ్ళు మడతలు మార్చి రకరకాల విన్యాసాలు చేస్తున్నాడు కాని వర్కవుట్ కావట్లేదు. ఒళ్లంతా చెమటలు పట్టసాగేయి. అప్పుడు దేవుడు గుర్తుకొచ్చాడు. 'దేవుడా నీ దర్శనం ఉచితంగా చేయిస్తారన్న ఆశతో ఇలా వచ్చి ఇరుక్కుపోయాను. నువ్వే కాపాడాలి, తల నీలాలిచ్చుకుంటా' అని అప్పటికప్పుడు వేడిగా మొక్కుకున్నాడు.

ఎవరో వచ్చి "పెళ్ళి కూతురిని బుట్టలో తేవాలి ఇక్కడ కూర్చున్నావేంటి?" అని ఇనస్పెక్టరుని తీసుకుపోయారు. 'బతికేంరా దేవుడా' అనుకున్నాడు పవను. కచేరీ చివరలో ఇనస్పెక్టరు వచ్చేరు. ఎలాగో అలా అయిందనిపించి బయట పడ్డాడు పవను.

దర్శనం కోసం కళాకారుల్ని గుడిలోకి తీసికెళుతూ "ఈయన ఎవరూ?" అని అడిగేడు ఇనస్పెక్టరు ఒక గుండు మనిషిని చూసి. "సహకారగానం అండి" అన్నాడు పవను తల రాసుకుంటూ. "ఓ మీరా! ఏమీ అనుకోకండి. మా వాళ్ళ మీకు సరైన మైకు పెట్టలేదు. మీ గాత్రం వినలేకపోయాను" అన్నాడు ఇనస్పెక్టరు నొచ్చుకుంటూ. "ఫరవాలేదండీ. అప్పుడప్పుడు మా కళాకారులకి ఇటువంటివి అలవాటే" అన్నాడు పవను గంభీరంగా, దేవుడి వైపు తిరిగి నమస్కారం చేస్తూ.

ఏతావాతా చెప్పేదేవిటంటే, కచేరీ నుంచే కాదు కరోనా నించి కూడా కాపాడతాడు వెంకన్నబాబు, దణ్ణం పెట్టుకుంటే.

- 94405 42950



September 1752						
Su	M	Tu	W	Th	F	Sa
-	-	1	2	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

పదకొండు రోజులు నిద్రపోయిన బ్రిటన్

క్యాలెండర్లో రెండో తేదీ తరవాత మూడో తేదీ వస్తుంది. కానీ ఓసారి బ్రిటన్లో రెండో తేదీ తరువాత 14వ తేదీ వచ్చింది తెలుసా?

ప్రపంచమంతా ఉపయోగిస్తున్న క్యాలెండర్ను రూపొందించింది ఇటలీకి చెందిన జూర్జిగ్రెగిరియన్. అందుకే ఈ క్యాలెండర్ను గ్రెగిరియన్ క్యాలెండర్ అంటారు. దీన్ని ప్రపంచానికి 1582 అక్టోబర్లో పరిచయం చేశాడు గ్రెగిరియన్. అంతకు ముందు వరకు ప్రపంచ దేశాలన్నీ జూలియన్ సీజర్ రూపొందించిన క్యాలెండర్ను అనుసరించేవారు. క్రీస్తు పూర్వం 46లో సీజర్ ఏడాదికి 365 రోజుల 6 గంటలుగా లెక్కగట్టి క్యాలెండర్ను రూపొందించాడు. కానీ సూర్యుడి గమనాన్ని బట్టి లెక్క పెడితే ఏడాదికి 365 రోజుల 5 గంటల 49 నిమిషాలు మాత్రమే. దీంతో ఏడాదికి పదకొండు నిమిషాల



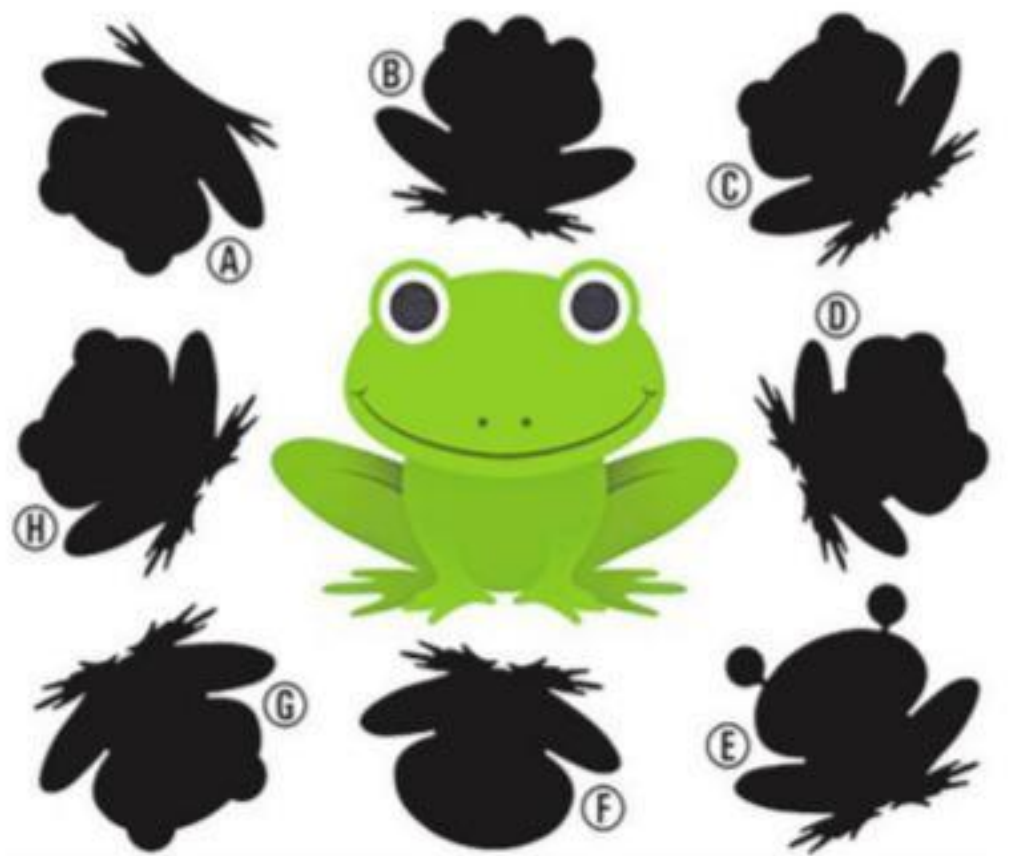
అంతరం ఏర్పడుతూ వచ్చింది. ఆ లోపాన్ని సరిచేసి గ్రెగిరియన్ కొత్త క్యాలెండర్ను రూపొందించాడు. ప్రపంచదేశాలు గ్రెగిరియన్ క్యాలెండర్ ను అనుసరించడం మొదలుపెట్టాయి. బ్రిటన్ అధిపతులు గ్రెగిరియన్ క్యాలెండర్ను అనుసరించేందుకు నిరాకరించారు. దీంతో ఏళ్లు గడిచేకొద్దీ మిగతా దేశాలతో తేదీల విషయంలో బ్రిటన్కు తేడా లోపాన్ని. పదకొండు రోజులు తేడా రావడంతో బ్రిటన్ కూడా గ్రెగిరియన్ క్యాలెండర్ అనుసరించాలని నిర్ణయించింది. 1752 సెప్టెంబర్ 2 రాత్రి బ్రిటన్ ప్రజలు నిద్రపోయారు. మరుసటి రోజు లేచేసరికి తేదీ సెప్టెంబర్ 14కు మారిపోయింది. మధ్యలో పదకొండు రోజులను తొలగించింది బ్రిటన్. అలా ప్రపంచదేశాలతో సమానమైన తేదీకి వచ్చేసింది. అలా 11 రోజులను కోల్పోయారు బ్రిటన్ ప్రజలు.

మీకు తెలుసా

- ప్రపంచంలో మొట్ట మొదట తయారుచేసిన కెమెరాతో ఫోటో బిగాలంటే దాదాపు గంటలు కదలకుండా నిల్చిపోవల్సి వచ్చేదట.
- సైన్స్ స్టడీ ప్రకారం కంప్యూటర్లో గేమ్స్ ఆడేవారికి నిద్రలో వచ్చే కలలను కూడా కంట్రోల్ చేసే సామర్థ్యం ఉంటుందట.
- ప్రముఖ శాస్త్రవేత్త ఐన్ స్టీన్ రోజుకు 10 గంటలు నిద్రపోయేవాడట.
- అతిసీలలోహిత కిరణాల వెలుగులో తేళ్లు మెరుస్తాయి.
- ఈజిప్టు కంటే పెరూలోనే ఎక్కువ పిరమిడ్లు ఉన్నాయి.



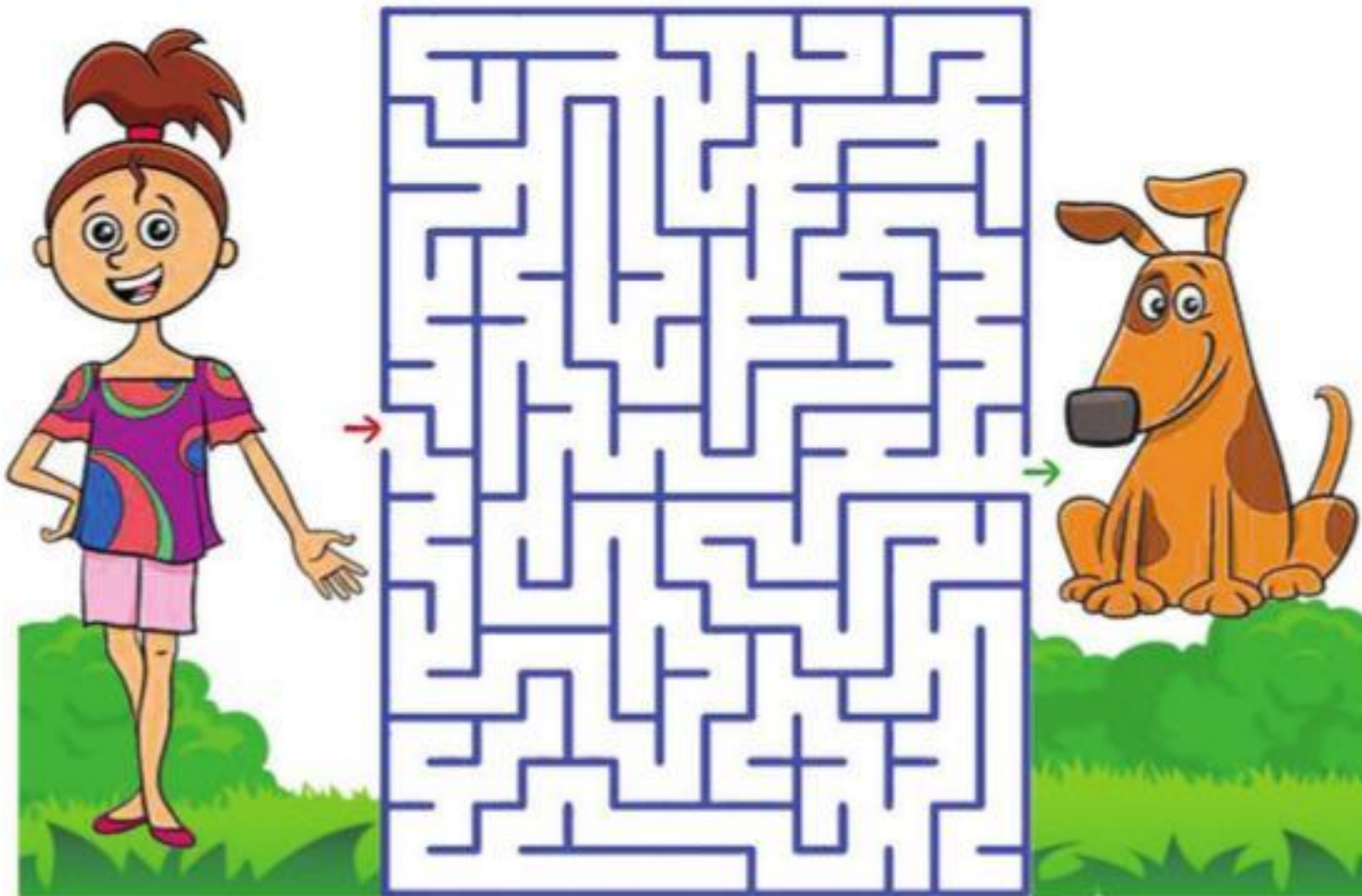
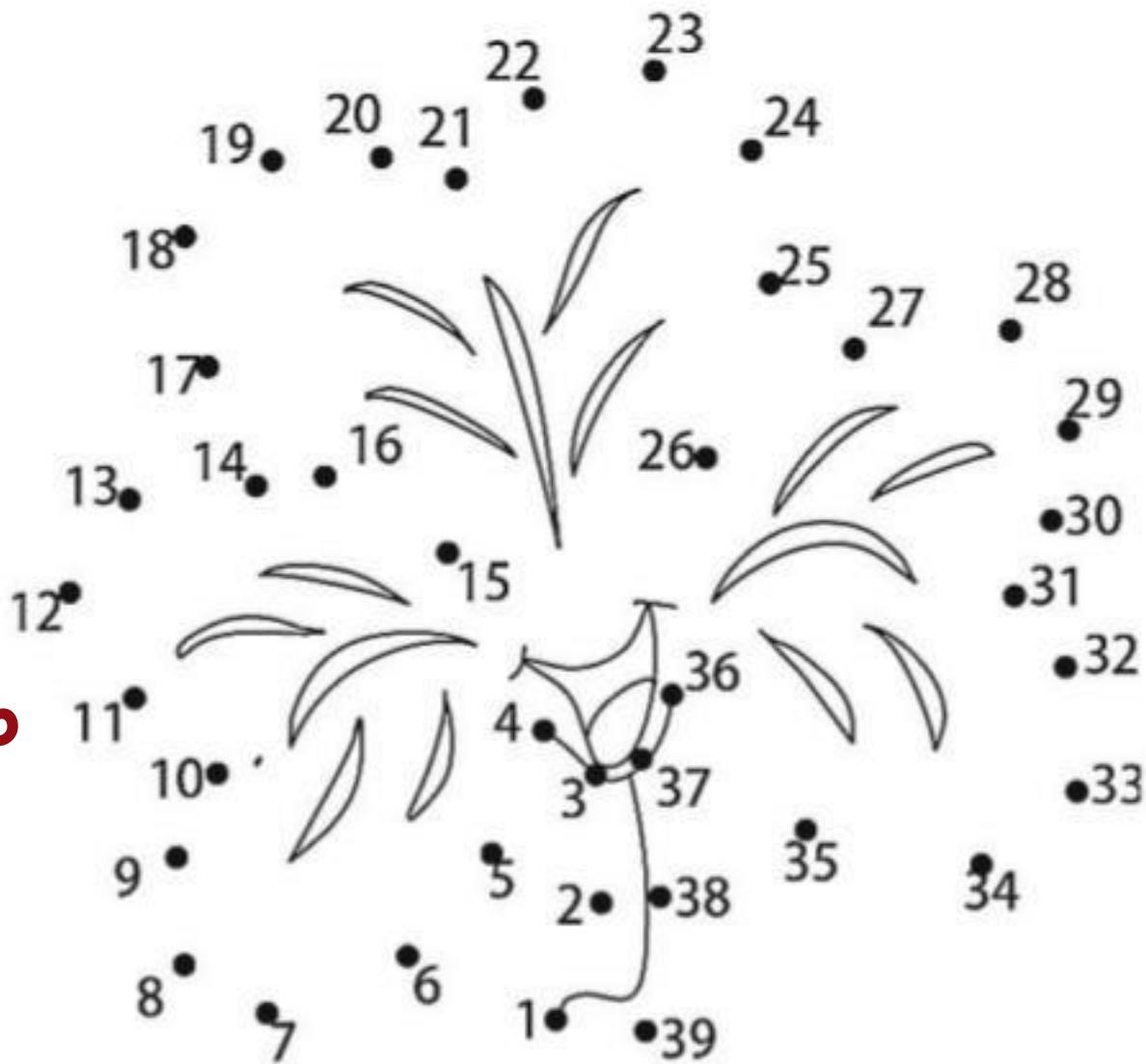
ఏ నీడ?



రంగులు వేయండి



చుక్కలు కలపండి



ఐదు తేడాలేంటి?

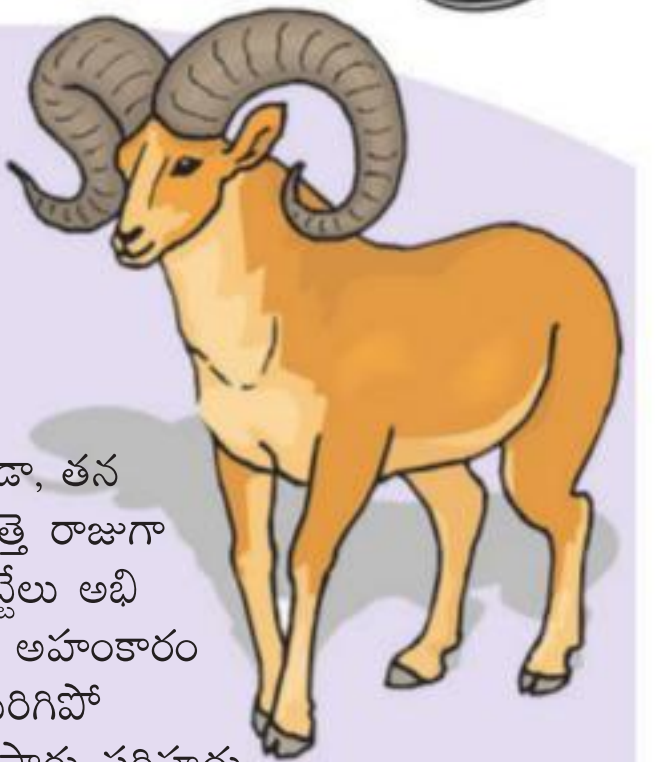


- పొడుపు కథలు**
1. కాళ్లు చేతులు ఉన్నా నడవలేనిది?
 - 2 కన్ను ఉన్నా తల లేనిది?
 - 3 చూస్తే గజిబిజి... తింటే కరకర..



జ : ఓల్డె ట్
నానానానా
'లయ్య
'గొల్ల
: నానానా
నానానానా
నానానానా

పొట్టేలు గర్వం



ఊరికి అల్లంత దూరాన ఓ కారడవి ఉండేది. ఆ అడవిలో సాధుజంతువులు, క్రూర జంతువులు కలిసి ఉండేవి. క్రూర జంతువులకు ఆకలేసినప్పుడల్లా సాధు జంతువులను చంపి తినేసేవి. దీంతో సాధు జంతువుల రాజైన ఆవు... అడవికి రారాజైన సింహం వద్దకు వెళ్లి మొరపెట్టుకుంది. సింహం అడవిని రెండు భాగాలుగా విభజించింది. ఒక భాగంలో సాధు జీవులు, మరో భాగంలో క్రూర జంతువులు నివసించాలి. ఎప్పుడైనా సాధు జంతువులు సరిహద్దును దాటి తమ ప్రాంతంలోకి వస్తే వాటిని క్రూర జంతువులు చంపి తినేయచ్చు. ఒక జిత్తులమారి నక్కను సరిహద్దుకు కాపలాదారుగా ఉంచారు. కాగా సాధు జంతువుల్లో ఒక పొట్టేలు ఉంది. ఆ పొట్టేలు చాలా అందగత్తె. దాని వంపులు తిరిగిన కొమ్మలను చూసి మిగతా జంతువులను తెగ పొగడేవి. దీంతో పొట్టేలుకు గర్వం వచ్చేసింది.



ఆవు కాకుండా, తన లాంటి అందగత్తె రాజుగా ఉండాలని పొట్టేలు అభిప్రాయం. దాని అహంకారం రోజురోజుకు పెరిగిపో సాగింది. ఎన్నోసార్లు సరిహద్దు అంచుల దాకా వెళ్లి వచ్చేది. ఆవు ఎన్నిసార్లు చెప్పినా వినేది కాదు. బలిసిన పొట్టేలును చూసి నక్కకు నోరూరేది. దాన్ని ఎప్పుడెప్పుడు తిందామా అని చూసేది. సరిహద్దుకు వచ్చినప్పుడు మెల్లగా దాంతో మాటలు కలిపింది. 'రా మిత్రమా... మా ప్రాంతంలోకి వచ్చి చూడు. నీకు నచ్చిన ఆహారం ఉందిక్కడ. వచ్చి తిను' అని ఆహ్వానించింది. 'మరి సరిహద్దు నియమం ఉంది కదా... మేం వస్తే చంపేస్తారు కదా' అంది పొట్టేలు. దానికి నక్క 'నీలాంటి కొమ్మలు తిరిగిన బలవంతులకు ఆ నియమం వర్తించదు... వచ్చి నీకు నచ్చిన ఆకులు తినిపో' అంది. నక్క మాటలు నమ్మిన పొట్టేలు సరిహద్దు దాటి లోపలికి వెళ్లింది. ఇంకేముంది సింహం పొట్టేలుని చంపేసి సగం తినేసింది. మిగతా మాంసాన్ని నక్క పొట్ట నిండా ఆరగించింది. విషయం తెలిసిన ఆవు, సాధు జంతువులను నక్కతో మాట్లాడకూడదన్న నియమాన్ని పెట్టింది.

ఇచ్చిన ఆంగ్ల పదాలు పజిల్లో ఎక్కడున్నాయో వెతకండి.

కనుక్కోండి



- | | | | |
|-----------|--------|-------|--------|
| BUNNY | BASKET | GRASS | BONNET |
| EGGS | SPRING | CANDY | SUNDAY |
| CHICK | FLOWER | HUNT | PEEPS |
| JELLYBEAN | EASTER | DYE | LAMB |

కడపలో 'గ్రాండ్ కాన్యన్'

నేలకు సమాంతరంగా ఉన్నట్లుంటుంది. నాలుగు అడుగులు ముందుకేసి చూస్తే... బారీ అగాడం దర్శనమిస్తుంది! అందులో... గంభీరంగా ప్రవహించే నది... ఈ వర్తన చూడగానే మీకు కచ్చితంగా అమెరికాలోని 'గ్రాండ్ కాన్యన్' గుర్తుకొస్తుంది కదూ! కానీ, అది చూసేందుకు అమెరికా దాకా వెళ్లాల్సిందే మాటలా! అలాగని నిరాశపడకండి. మనకూ ఉంటే కాన్యన్. అదే... గండికోటలోని పెన్నా నదీ లోయ. కడప జిల్లా జమ్మలమడుగుకు కేవలం 14 కిలోమీటర్ల దూరంలోనే ఉంది. ఏడున్నర కిలోమీటర్ల పొడవు... 300 మీటర్ల వెడల్పు ఉన్న కాన్యన్లో పెన్నా నది వరవళ్లు తొక్కుతుంటుంది. లోయ పొడవునా ఎర్రటి రాళ్లు అరలు అరలుగా పెరిగినట్లు అబ్బురపరుస్తాయి. లోయకు ఒకవైపున గండికోట జలాశయం, దిగువ భాగంలో మైలవరం జలాశయం ఉండటంతో పెన్నా నదీ లోయ నిత్యం జలకళతో కనువిందు చేస్తుంది. ఇక్కడి ఎత్తైన ఎర్ర రాళ్లపైన కూర్చుని, పక్షుల కిలాకిలా రావాలు వింటూ... సూర్యోదయం, సూర్యాస్తమయాన్ని ఆస్వాదిస్తూ.. ప్రపంచాన్నే మరిచిపోవచ్చు. సమీపంలోని కాకతీయులు, కుతుబ్‌షాహీల పాలనలో నిర్మితమైన కోట, మాధవరాయ స్వామి, రంగనాథ ఆలయాలు, జుమ్మా మసీదు, కాపలి మంటపం, దాన్యాగారం, కారాగారాలనూ చూడవచ్చు. చుట్టుపక్కల వాళ్లు పొద్దున వెళ్లి సాయంత్రం వచ్చేయొచ్చు.



భీలా... కొండపల్లి ఖిలా!

జన్మ ఊహించుకోండి! చిక్కటి పచ్చటి అడవి, మలుపులు తిరిగే హాట్ రోడ్డు, వైదాకా వెళ్తూ అక్కడ ఒక కోట, అడవుల్లో ట్రిక్కింగ్ ట్రయల్స్, బారీ వర్రాలు కురిసినప్పుడు జలపాతాల సందడి. ఇవన్నీ విజయవాడ నగరానికి 16 కిలోమీటర్ల దూరంలోనే ఉన్నాయంటే నమ్ముతారా? నమ్మి తీరాల్సిందే! అదే... కొండపల్లి కోట. 'కొండపల్లి' పేరు వినగానే చెక్కతో చేసే సుందరమైన బొమ్మలు గుర్తుకొస్తాయి. విజయవాడ నుంచి హైదరాబాద్ వెళ్లే దారిలో ఇబ్రహీంపట్నం దాటిన వెంటనే... కొండపల్లి ఖీలా దారి పస్తుంది. దాదాపు ఆరు కిలోమీటర్ల పాటు హాట్ రోడ్లో ప్రయాణం సాగుతుంది. పైన... కోట దర్శనమిస్తుంది. విస్తీర్ణంలో గోల్కొండ అంత పెద్దది కాబోవచ్చు కానీ... చారిత్రక ప్రాధాన్యం, నిర్మాణం, అందంలో కొండపల్లి ఖీలా తక్కువేమీ కాదు. ఈ కోటను రెడ్డి రాజులు శత్రు దుర్భేద్యంగా నిర్మించారు. ఆ తర్వాత... ఇది ఒరిస్సా గజపతి రాజులు, విజయనగర రాజులు, కుతుబ్ షాహీలు, నిజాంల చేతులు మారి... ఫ్రెంచ్ వలస పాలకుల చేతికి చిక్కింది. బ్రిటిష్ పాలకులు దీనిని సైనిక శిక్షణ కేంద్రంగా ఉపయోగించారు. ప్రకృతితో ప్రయాణంతోపాటు చారిత్రక అనుభవం కావాలంటే... చలో కొండపల్లి ఖీలా!.

ఎగిరే పైకెగిరే.. ఉప్పలపాడు పక్షి కేంద్రం

బారడేసి రెక్కలు... పొడవాటి ముక్కు... ఎగురుతుంటే ఒక అందం... కిందకు వాలుతుంటే మరో అందం! కాసిపు అలా ఆ పక్షులను చూస్తుంటే... మనసు పులకెస్తుంది. ఒత్తిడి మాయమవుతుంది. అందమైన పక్షుల రకరకాల విన్యాసాలను చూడాలంటే... ఏదైనా పక్షి సంరక్షణ కేంద్రానికి వెళ్లాల్సిందే. ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో... కొల్లేరు, నేలపాడు వంటి పక్షి సంరక్షణ కేంద్రాలు ఉన్నాయి. అయితే, మరీ మారుమూల ప్రాంతంలో కాకుండా... విజయవాడకు 36 కిలోమీటర్లు, గుంటూరు నుంచి కేవలం 7 కిలోమీటర్ల దూరంలో జాతీయ రహదారికి అత్యంత సమీపంలోనే ఉంది... ఉప్పలపాడు పక్షి సంరక్షణ కేంద్రం. శ్రీలంక, ఆస్ట్రేలియా, యూరప్ దేశాల నుంచి ఇక్కడికి 25 రకాల పక్షులు తరలి వస్తాయి. చుక్కలముగ్గు చింక బాతు, ఎర్రకాళ్ల కొంగ, చింతవాణి, తెరపిముక్కు కొంగ, నల్లతల కంకణం, పాముబాతు, చిన్న గీటికాకి, కంచురెక్కల జకాన, తెల్లకొంగ, దొసికొంగ, చిన్న మునుగకొడి... ఇలా అనేక రకాల పక్షులు ఇక్కడికి వస్తాయి. 30 ఎకరాల చెరువులో తొమ్మిది ఎకరాల్లో పక్షి కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేశారు. సెప్టెంబరు నుంచి పక్షుల రాక మొదలుపుతుంది.

‘ఆంధ్రా అజంతా...’ గుంటుపల్లి

శిలపై శిల్పాలు చెక్కడమే కాదు... కొండలనే గుహలుగా మలిచి, వాటిని అవాసాలుగా, ఆరామాలాగా, విద్యాలయాలుగా మార్చుకున్న ఘనత బౌద్ధ బిక్షువులది. 'ఇలాంటి గుహలు చూడాలంటే... అజంతా వెళ్లాల్సిందే' అనుకుంటున్నారా? అంతదూరం వెళ్లక్కర్లేదు. ఏలూరుకు 50 కిలోమీటర్ల దూంలోని గుంటుపల్లి (జీలకర్రగూడెం) గుహలకు వెళితే చాలు. 1889లో బ్రిటిష్ పురాతత్వ శాస్త్రవేత్త అలెగ్జాండర్ రే వీటిని గుర్తించారు. ఇక్కడ సుమారు 11 కిలోమీటర్ల విస్తీర్ణంలో గుహారామాలు, చైత్యాలు వెలిశాయి. 400 అడుగుల ఎత్తైన కొండపై ఉన్న ఆరామాలకు వెళ్లేందుకు మూడు వైపుల నుంచి మెట్ల మార్గాలున్నాయి. కొండపైన ఉన్న పాలరాతి స్థూపం ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలుస్తుంది.

ఎల్లోరాను పోలిన భైరవ కోన

బొద్దులు కొండరాళ్లను తొలపి ఆరామాలాగా మలుచుకున్నారు. మహాబలిపురంలో పల్లవులు కొండలనే గుహాలయాలుగా, శిల్పాలుగా చెక్కించారు. అదే పల్లవులు ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోనూ ఒక గుహాలయాన్ని నిర్మించారు. అదే భైరవకోన! ఇది 'మిసీ ఎల్లోరా'. ఎత్తైన కొండలు, పచ్చని చెట్ల మధ్య వెలిసింది శ్రేత్రం. ఒకే రాతిలో ఎనిమిది గుహాలయాలు ఉన్నాయి. ఇక్కడి ప్రధాన ఆలయం శివాలయం. అలాగే... బ్రహ్మ ముఖాన్ని పోలినట్లుగా... త్రిముఖ దేవీ (లక్ష్మి, సరస్వతి, పార్వతి) ఆలయం ఇక్కడి ప్రత్యేకత. శిల్ప కళ తమిళనాడు సంప్రదాయాన్ని గుర్తు చేసేలా ఉంటుంది. ఆలయానికి సమీపంలోనే సుందరమైన జలపాతం కూడా ఉంది. నెల్లూరు, కడప జిల్లాల సరిహద్దుల్లో... ప్రకాశం జిల్లా సీఎస్ పురం మండల కేంద్రం నుంచి 25 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉంది శ్రేత్రం. భైరవకోనకు వెళ్లి వారు... ఇక్కడికి 10 కిలోమీటర్ల దూరంలో మైలిపర్ల గ్రామంలో ఉన్న మూడు శతాబ్దాల కిందటి మెట్ల బానిసీ దర్శించుకోవచ్చు.

కోరింగలో... 'లంకాబీ'

అల్లంత దూరాన విశాలమైన సముద్రం... దానిని సందానినూ బ్యాక్ వాటర్స్, అటూ ఇటూ గీత గీసినట్లుగా పచ్చటి మడ అడవులు. ఆ నీళ్లలో హీరో, విలన్ల మధ్య 'చేజింగ్ సీన్'! ఈ దృశ్యాలను చిత్రీకరించడానికి మనవాళ్లు మలేషియాలోని లంకాబీకో, లేకుంటే కేరళకో వెళుతుంటారు. అన్నలు అక్కర్లేదు. కాకినాడ దగ్గరున్న కోరింగ్ మడ అడవులు ఇంతకుముందైన ఉత్సాహంను రేకెత్తిస్తాయి. నది సముద్రాన్ని చేరే చోట సహజ సిద్ధంగా ఏర్పడేవే మడ అడవులు. గోదావరికి సంబంధించి 58 వేల ఎకరాల్లో మడ అడవులు విస్తరించాయి. కోరింగ్ వద్ద దాదాపు 48 చదరపు కిలోమీటర్ల విస్తీర్ణంలో ఉన్నాయి. సుందర్‌బన్ తర్వాత అత్యంత విశాలమైన మడ అడవులు ఉన్నది ఇక్కడే. ఇందులో అటవీ శాఖ వారు పర్యాటకుల కోసం ఏర్పాటు చేసిన బోట్లలో సురక్షితంగా విహారించవచ్చు. కోరింగ్ అభయారణ్యంలో 35 జాతుల మడ చెట్లు ఉన్నాయి. కొక్కిరాయలు, చెకుముకి పిట్టలు, నారాయణ పక్షి, గీటి కాకి, గునపం కోడి, గువ్వలు, గద్దలు... ఇలా 120 రకాల పక్షులను కూడా చూడవచ్చు.



లోకల్ టూర్.. చలోయూర్..

శ్రాలోబ్యాగిలు, పాన్‌పోర్లు, కెమెరాలతో పనిలేదు. రెండు నీళ్లబాళిళ్లు, మూడు పులిహోర ప్యాకెట్లు తీసుకుని బయలుదేరితే చాలు. పొద్దున వెళ్లి సాయంత్రానికి తిరిగిచ్చే పర్యాటక ప్రదేశాలు మన చుట్టూ బోలెడన్ని ఉన్నాయి. కరోనా వల్ల .. ఆరేడు నెలలుగా ఇంటికే అతుక్కుపోయిన మనకు.. ఇప్పుడు ఏ చిన్న కొత్త ప్రదేశం చూసినా యూరప్‌లా కనిపిస్తుంది.. అమెరికాలా అలరిస్తుంది. అందుకే లాంగ్‌టూర్లకు వెళ్లేలేమన్న బాధను పక్కన పెట్టి.. లోకల్‌టూర్లకు వెళ్ళండి. ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణలో అబ్బురపరిచే అందాల ప్రదేశాలెన్నో కనువిందు చేస్తున్నాయి. నేడు 'ప్రపంచ పర్యాటక దినోత్సవం'. ఈ సందర్భంగా స్థానిక పర్యాటక ప్రదేశాలను గుర్తుచేసుకుందాం..



అభయారణ్యంలో కిన్నెరసాని..

'కిన్నెరసాని వచ్చిందమ్మ.. వెన్నెల పైటినీ..' ఆ పాటను ఒక్కసారి వింటే మరిచిపోలేం. అభయారణ్యానికి ఆభరణంగా శోభిల్లుతున్న కిన్నెరసాని ప్రాజెక్టు అందాలను చూసినా అలాంటి మధుర జ్ఞాపకమే మనసులో పదిలంగా ఉండిపోతుంది. గోదావరి నదికి ఉపనది కిన్నెరసాని. తెలంగాణలోని వరంగల్ జిల్లా మేదారం-తాడ్వాయి కొండసానువుల్లో పుట్టి.. ఆగ్నేయ దిశగా పరవళ్లు తొక్కుతూ.. కొత్తగూడెం-భద్రాద్రి జిల్లాలోని భద్రాచలానికి కాస్త దిగువన బూర్గంపాడు, వేలేరు గ్రామాల మధ్య గోదావరిలో కలుస్తుంది. పాల్వంచ మండలంలోని యానంబైలు గ్రామం వద్ద కిన్నెరసాని ప్రాజెక్టును నిర్మించారు. దీని చుట్టూ పచ్చటి పట్టుచీర కట్టినట్లు.. అభయారణ్యం చుట్టేసింది. మనుబోతులు, మచ్చలజింక, కృష్ణజింకలు, కింగ్‌ఫిషర్, గిజాడు వంటి జంతుజాలం, పక్షులు.. ఆ పట్టుచీరపై బుట్టబొమ్మలా కనిపిస్తాయొక్కడ. పాల్వంచ పట్టణం నుంచి తొమ్మిది కిలోమీటర్లు వెళితే.. కిన్నెరసాని ప్రాజెక్టును చూడొచ్చు.



తెలంగాణ అమెజాన్ అదిలాబాద్

ఆదిలాబాద్ అల్లంత దూరంలో ఉంటుంది కానీ.. తెలంగాణ అమెజాన్ అడవుల జిల్లా అని చెప్పుకోవచ్చు. సుమారు 40 శాతం అటవీ విస్తీర్ణంతో.. తెలంగాణలోనే అత్యధిక అడవులు కలిగిన ప్రాంతం ఇది. ఉత్తరం, తూర్పు, పశ్చిమం ఇలా మూడు వైపుల మహారాష్ట్రలోని దట్టమైన అటవీ సరిహద్దులతో అల్లుకుని ఉంటుంది జిల్లా. దక్షిణాన గోదావరి, తూర్పున ప్రాణహిత, ఉత్తరాన వార్లా, పెన్‌గంగా పోటీపడి పరవళ్లు తొక్కుతుంటాయి. జిల్లాలో కుంతల, పొచ్చెర, కడెం జలపాతాలు... సహ్యాద్రి, సత్యాల్ కొండలు ప్రకృతికోణకు ప్రతీకలు. ఎక్కడో తయారైన నాసిరకం ప్లాస్టిక్ వైనాటాయ్సు కొనడం కంటే.. ఇక్కడ డొరికే ప్రకృతి ప్రసాదిత నిర్మల్ కొయ్య బొమ్మల్ని కొనడం మేలు. ఇవెంత ప్రఖ్యాతి అంటే.. విదేశీయులు సైతం వాటిని ప్రేమగా కొని తీసుకెళుతుంటారు. ఎందుకంటే ఈ బొమ్మలకు 400 ఏళ్ల చరిత్ర ఉంది మరి. అడవులు, నదులు, నీళ్లు, జలపాతాలు, కొండలు, బొమ్మలు... ఆ సహజ అందాల అదిలాబాద్ పర్యాటకులకు ఆనంద నిలయం.



అలనాటి లీదీ.. రాచకొండ రాజధాని

ఎప్పుడూ చూసిన ప్రదేశాలనే చూస్తే ఏమంత డ్రిల్ ఉండదు. ఈసారి రాచకొండ కోటకు వెళ్ళండి. హైదరాబాద్‌కు దగ్గర్లోనే ఉన్న రాచకొండ అలనాటి తెలంగాణ రాజధాని. శత్రుదుర్భేద్యమైన ఈ కోట 7.8 చదరపు కి.మీ. మేర విస్తరించింది. యాదాద్రి-భువనగిరి జిల్లా సంస్థాన్ నారాయణపురం మండలంలో నెలకొంది. ఈ కోటది అవురూప చరిత్ర. 13వ శతాబ్దంలో రేచర్ల పద్మనాయకులు రాచకొండను రాజధానిగా చేసుకుని పాలించారు. అప్పటి ఆస్థాన కవులలో గౌరవ, పోతన ప్రసిద్ధులు. కోట ప్రాంతంలో రాయసముద్రం, అనపోతన అనే చెరువులు, వీరభద్ర, రామస్వామి, దుర్గాదేవి ఆలయాలు ఉన్నాయి. ఇక్కడి నుంచి హైదరాబాద్‌కు చేరుకునేందుకు రహస్యసాగరంగం ఉండన్న ప్రచారం ఉంది. ఇబ్రహీంపట్నం నుంచి ముప్పయి కి.మీ. వెళితే రాచకొండ వస్తుంది. ఇదే యాదాద్రి జిల్లాలో కొలనుపాక జైనదేవాలయం, ఏకశిలపై వెయ్యేళ్ల కిందట నిర్మించిన భువనగిరికోట వంటివన్నీ చూడొచ్చు. ఈమధ్య పర్యాటకుల తాకిడి పెరిగింది.



- మారబోయిన మధుసూదన్ - తొమ్మండ్రు సురేష్ కుమార్ (ఆంధ్రజ్యోతి ప్రతినిధుల సహకారంతో)

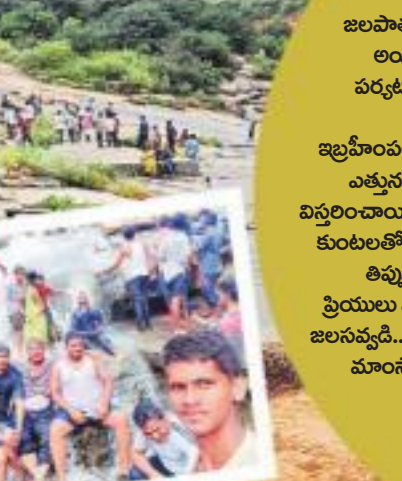
ఓరుగల్లు కోటలో..

ఒకవేళ మెట్రో రైలులా టైమ్‌మిషన్ ఉంటే, అందులో కూర్చుని కాకతీయుల రాజ్యానికి వెళితే... ఎంత బావుణ్ణు? వరంగల్‌లోని ఓరుగల్లు కోట ప్రవేశద్వారం బొర్డుపైనున్న క్యూఆర్ కోడ్ స్కాన్ చేసి.. లోపలికి వెళితే చాలు. మీరు కాకతీయుల రాజ్యంలోకి అడుగుపెట్టినట్లే. అక్కడ రాతికట్టచాలు రాజుల కథలు చెబుతాయి.. శిల్పాలు నాట్యం ఆడతాయి.. స్తంభాలు జ్ఞాన బాండగారాల్లా భ్రమింపజేస్తాయి. తెలంగాణ చరిత్రకు ఓరుగల్లు కోట నిలువెత్తు తోరణం. కాకతీయ వంశానికి చెందిన గణపతిదేవుడు ఆ కోట నిర్మాణాన్ని ప్రారంభిస్తే.. రాణిరుద్రమ్ పూర్తి చేశారు. కాకతీయ కీర్తితోరణాలు, స్వయంభూ శివాలయం, ఏకశిలగుట్ట, గుండుచెరువు, ఖుష్‌మహల్...ఇలా ఎన్నో అపురూప కట్టడాలు ఉన్నాయి. కోట ద్వారంపైన ఉన్న కీర్తితోరణం.. నేటి తెలంగాణ రాష్ట్ర అధికార చిహ్నం. కాకతీయుల కాలంలో ఈ కోట 19 చదరపు కిలోమీటర్ల విస్తీర్ణంలో వ్యాపించి ఉండేది. ఇక్కడున్న వెయ్యిస్తంభాల గుడి, భద్రకాళీ విగ్రహం చూడాల్సిందే. అలాచూసి ఇలా వచ్చేది కావీ ప్రాంతం. చరిత్ర పుస్తకంలోని ప్రతి పేజీని శ్రద్ధగా చదివినట్లు మనసుతో చదవాలి. అప్పుడే టైమ్‌మిషన్‌లో రాజుల కాలానికి వెళ్లి అనుభూతి కలుగుతుంది. చరిత్రతో ప్రయాణించిన సంతృప్తి మిగులుతుంది.



అలనాటి లీదీ..

అలనాటి లీదీ.. రాచకొండ రాజధాని



- మారబోయిన మధుసూదన్ - తొమ్మండ్రు సురేష్ కుమార్ (ఆంధ్రజ్యోతి ప్రతినిధుల సహకారంతో)



ఆక్సిజన్ గని అనంతగిరి..

అవసరమైనంత ఆక్సిజన్ దొరకడమే .. భాగ్యనగరవాసులకు మహా భాగ్యం. ఊపిరినలవనంత బీజ్‌లో పడిపోయిన వాళ్లు.. గుండెలనిండా ఊపిరి పీల్చుకోవాలంటే అనంతగిరి కొండలకు వెళ్లాల్సిందే! హైదరాబాద్ నుంచి 90 కిలోమీటర్లు, వికారాబాద్ నుంచి 10 కిలోమీటర్లు వెళితే అనంతగిరికి చేరుకోవచ్చు. కరోనా ఒత్తిడికి వక్కటి ఉపశమనం లభిస్తుందిక్కడ. వచ్చటి రంగేసినిట్లున్న కొండలు, చిట్టడపులు, ప్రశాంతమైన వాతావరణం మనసుకు సొంతమైన కలిగిస్తాయి. మనలో ఇన్‌స్టెబిల్ ఎనర్జీకి ప్రకృతి ఏదో కొత్త టానిక్ ఇచ్చిన కొత్త ఉత్సాహం కలుగుతుంది. వర్షపాతంహోమోలో వేడిక్కిన కంప్యూటర్లను రిస్టార్ట్ చేస్తే ఎలా ఉంటుందో.. ఒత్తిళ్ల మధ్య అలసిపోయిన వాళ్లు తమను తాము రిస్టార్ట్ చేసుకోవచ్చుక్కడ. ఎందుకంటే అనంతగిరిపై ఆక్సిజన్ వైఫల్యా మన చుట్టూ తిరుగుతుంటుంది కాబట్టి. వసలోపనిగా 1300 సంవత్సరాల చరిత్ర కలిగిన అనంత పద్మనాభస్వామి ఆలయం, మూసీ జన్మస్థానం వంటివన్నీ చూడొచ్చు.



బోడకొండ చూడతరమా!

హీరో హీరోయిన్లు డ్యాన్స్ చేస్తున్నప్పుడు.. వాళ్ల వెనక్కున్న జలపాతాన్ని కళ్లంతలు చేసుకుని చూస్తాం. ఆ సుందర జలపాతం ఎక్కడో ఉండదు. వెతికితే మనకు దగ్గర్లోనే ఉంటుంది. అయినా మనమెప్పుడూ చూసుండం. అలాంటిదే బోడకొండ పర్యటక ప్రదేశం. రంగారెడ్డి జిల్లా మంచాల మండలంలో ఉంటి ఘాటింగ్ స్పాట్. హైదరాబాద్‌కు 40 కిలోమీటర్ల దూరం. ఇబ్రహీంపట్నం- గునగల్- బోడకుంటకు చేరుకోవచ్చు. వంద మీటర్ల ఎత్తున ఉండే బారీ గుట్ట మీద వందల ఎకరాల్లో పచ్చటి పొలాలు విస్తరించాయి. అందమైన మూడు గ్రామాలు ఉన్నాయొక్కడ. చెరువులు, కుంటలతో పాటు గుట్ట నుంచి కిందికి జారే వరదనీటి దృశ్యాలు కళ్లు తిప్పుకోనివ్వవు. అదివారం వస్తే చాలు.. ఓ వెయ్యిమంది ప్రకృతి ప్రియులు వారిపోతుంటారొక్కడ. ఆ గుట్టల్లోని పచ్చదనం, ఆ ప్రవాహ జలసవ్వడి.. కొత్త అనుభూతిని మిగుల్పుతాయి. హోటళ్లలో వేడివేడిగా మాంసాహారం, శాఖాహారం లాగించొచ్చు. గతంలో ఇక్కడ టీవీ సీరియళ్లను చిత్రీకరించారు. ఈ మధ్యనే నాగచైతన్య, సాయిపల్లవి జంటగా ఒక దృశ్యాన్ని తెరకెక్కించడంతో.. మరింత ప్రాచుర్యం పొందింది.



అమ్మ చేతి వంట

స్వాతంత్ర్యం తెచ్చిన పూర్ణం బూరెలు

అమ్మ చేసిన వంట విలువ తెలిసేది, మనం బయట తిండి తిన్నప్పుడే! అమ్మ పేరు కనకలక్ష్మి. ఆమె సంప్రదాయ వంటలన్నీ అద్భుతంగా చేసేది. గుల్లగా ఉండే మైసూరు పాక్, సున్నుండలతో పాటు పూర్ణం బూరెలు చేసిందంటే అదరహో! పలుచోట్ల బూరెలు తిన్నాను కాని, అమ్మచేతి రుచి ఉండేది కాదు. వేడి బూరెకు వేలితో కన్నువెట్టి అందులో నెయ్యి నింపి నోట్లో పెట్టుకుంటే.. స్వర్గం బెత్తెడు దూరమే! 'బూరెలోకి పూర్ణం ఎలా వెళ్లిందో' తెలియక బ్రిటిష్ వాడు మనకు స్వాతంత్ర్యం ఇచ్చేసి వెళ్లిపోయాడనే జోక్ మీకు తెలిసే ఉంటుంది. పిండి వంటలే కాదు, అమ్మ నాన్ వెజ్ వండినా అంతే. ఎందు రొయ్యలు, బీరకాయ కాంబినేషన్, కొబ్బరన్నం చెప్పక్కర్లేదు. ఇక కొరమీను వండిందంటే, మంచి గడ్డపెరుగు తిన్నప్పుడు వేళ్లకు అంటుకునే వెన్న జిగురులా కూర జిడ్డు వదిలేది కాదు. నాన్న నా పదిహేనో ఏట పోయినప్పటి నుండి నన్నూ, మా ఇద్దరు చెల్లెళ్లనీ ఏలోటూ లేకుండా అమ్మే పెంచింది. ఎంతో పొదుపుగా సంసారం చేసేది. ఇది అమ్మలకే సాధ్యం. అలా ఎలా మెయింటైన్ చేస్తారో ఇప్పటికీ నాకాశ్చర్యమే. ఇక నా తెలియని వయసులో అల్లరితో అమ్మను బాగా ఏడి పించేవాణ్ణి. భరించలేక చిన్న కృష్ణుడిని యశోద రోలుకు కట్టేసినట్టు నా బట్టలిప్పేసి నన్ను మంచానికి కట్టేసి తన పని చూసుకునేది. మా అమ్మమ్మకు చిన్న పచారీ కొట్టుండేది. సీసాల్లో అమ్మే పిప్పర మెంట్లు, కొబ్బరుండలు, జంతికలు వంటివి సీసాతో పాటు ఎత్తుకుపోయి ఆటల్లోని నా ఫ్రెండ్స్ అందరికీ పంచేసే వాణ్ణి. ఒకసారి నా మూడో తరగతిలో 'వి చిత్ర కుటుంబం' సినిమాని శ్రీరామన వమి సందర్భంగా మా వీధిలో వేశారు. సినిమా చూసి, మరుసటి రోజు 'సావిత్రిని తెచ్చి నాకు పెళ్లి చేస్తే తప్ప స్కూల్ కు వెళ్లన'ని మొరాయించాను. అవాక్కయిన అమ్మ, అమ్మమ్మలు 'నీకు సావిత్రి కావలె' అని బరిగెత్తి నిజం పెళ్లి చేసి వాతలెట్టారు. అంత క్రష్ ఉండేది సావిత్రిగారంటే! అమ్మ నా అభిరుచికి ఎప్పుడూ అడ్డు చెప్పలేదు. నేను ఏ పని చేసినా నీ ఇష్టమనేది. అలా నా జీవితాన్ని నేను వెతుక్కోగలిగాను. పదేళ్లక్రితం ఒక దినపత్రికలో 'జాలి లేని జబ్బు - కోరుతుంది డబ్బు' అనే శీర్షిక చదివాను. తన కొడుకుకి 'తలసేమియా' ఉందని, సహాయం కోసం ఆ పిల్లాడి తండ్రి ఇచ్చిన ప్రకటన అది. చదివి మనసు పాడైంది. ఏలూరులో ఉన్న అమ్మకు పంపాల్సిన ఆ నెల డబ్బులన్నీ ఆ పిల్లాడి తండ్రికి ఇచ్చేశాను. అమ్మ అడిగితే విషయం చెప్పాను. "నీవిచ్చినట్టు పేపర్లో వేశారా?" అంది. "పేరు కోసం సహాయం చేస్తామా?" అన్నాను చిరాగ్గా. "కాదమ్మా, అది చదివి మరో పదిమంది ఆ పిల్లాడికి సాయం చేస్తారు కదా" అంది. అదీ అమ్మతనమంటే! ఆమాటతో గుండె చెమ్మగిల్లింది.

జాపకశక్తి పెరుగుతుందా?

వేడి నీళ్లు ఎక్కువగా తాగడం వల్ల ఉపయోగలేమైనా ఉన్నాయా?
- సుందరి, వరంగల్

వేడి లేదా సాధారణ ఉష్ణోగ్రత వద్ద ఉన్న నీరు తాగటం మంచిది. చల్లటి నీరు తాగడంతో పోలిస్తే వేడి నీరు జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. దీని వల్ల బరువు నియంత్రణలో ఉంటుంది. తగినంత నీరు తాగటం వల్ల చర్మం, కండరాలు, కీళ్ల ఆరోగ్యానికి తోడ్పడుతుంది. శరీర కణాలు పోషకాలను గ్రహించడానికి, వ్యాధులతో పోరాడటానికి నీరు సహాయపడుతుంది. రోజూ కొన్ని గ్లాసుల వేడి నీటిని తాగడం వల్ల మరిన్ని ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి. వేడి నీటిపై శాస్త్రీయ పరిశోధనలు చాలా తక్కువ. అయితే దీర్ఘకాలికంగా వేడినీళ్లు తాగుతున్నవారిలో సాధారణంగా కొన్ని ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కనబడతాయి. జీర్ణక్రియ సక్రమంగా జరుగుతుంది. ఇది సాధారణ ప్రేగు కదలికలకు సహాయపడడం ద్వారా మలబద్ధకాన్ని తగ్గిస్తుంది. ముక్కు కారటం, దగ్గు, గొంతు నొప్పి, అలసట నుండి త్వరగా ఉపశమనం లభిస్తుంది. బాగా ఎక్కువ వేడిగా ఉన్న నీళ్లు తాగడం వల్ల నాలుక, నోరు కాలడం, గొంతులో కణాలు దెబ్బతినడం వంటి ప్రమాదాలు జరిగే అవకాశం ఉంది కాబట్టి గోరు వెచ్చని నీళ్లను మాత్రమే తీసుకుంటే మేలు.

మాకు మూడేళ్ల కవల పిల్లలు. వారికి రోజూ గుప్పెడు గుమ్మడి గింజలు, పది బాదం గింజలు, కొద్దిగా 3 ఒమేగా- 3 టానిక్ ఇస్తున్నాం. భవిష్యత్తులో వీరి ఐక్య, జ్ఞాపకశక్తి బాగా పెరుగుతాయా?
- వేణు, నెల్లూరు

పిల్లలకు ఆరోగ్యకరమైన ఆహారపు అలవాట్లు చేయడం మంచి పని. సప్లిమెంట్లు మాత్రమే కాక గుమ్మడి గింజలు, అవిసె గింజలు, ఆక్రోట్ గింజలు మొదలైనవాటిలో కూడా ఒమేగా-3 ఫాటీ ఆసిడ్స్ ఉంటాయి. ఒమేగా-3 ఫాటీ ఆసిడ్స్ లో చేప నూనెలో లభించే డేకోసాహెక్సానోయిక్ యాసిడ్ (DHA), ఐకోసాపెంటానోయిక్ యాసిడ్ (EPA) మొదలు ఆరోగ్యానికి ఉపయోగపడతాయి. బాదం, ఆక్రోట్, పిస్తా, గుమ్మడిలాంటి పప్పుల్లో ఫాటీ యాసిడ్స్ తో పాటు వివిధ రకాల విటమిన్లు, ఖనిజాలు, పీచు పదార్థాలు ఉంటాయి. పిల్లల దినసరి ఆహారంలో వీటిని భాగం చేస్తే మంచిది. వీటితో పాటుగా కాయగూరలు, పండ్లు, ఆకుకూరలు, పాలు, పెరుగు మొదలైనవి కూడా తప్పనిసరిగా ఇవ్వాలి.



పుడ్డి న్యూట్రిషన్
కొవ్వు పదార్థాల్లో మంచి, చెడు అని ఉన్నాయా? అవేంటో ఎలా తెలుస్తాయి?
- తులసి, విజయవాడ

కొవ్వు శరీరానికి ప్రధాన శక్తి వనరు. ఆహారంలోని కొవ్వు కొన్ని విటమిన్లు, ఖనిజాలను గ్రహించడంలో సహాయపడుతుంది. రక్తం గడ్డకట్టడం, కండరాలు, రోగనిరోధక వ్యవస్థ పనితీరుకు కూడా కొవ్వు కావాలి. ఆహారం నుండి లభించే కొవ్వులలో రసాయనిక భేదాలను బట్టి మంచి, చెడులుగా పిలుస్తారు. కొవ్వులలో అత్యంత ప్రమాదకరమైనవి ట్రాన్స్



ఫ్యాట్స్. ఇవి అధికంగా ఉన్న ఆహారాన్ని తినడం వల్ల రక్తంలో హానికరమైన LDL కొలెస్ట్రాల్ పెరిగి ప్రయోజనకరమైన HDL కొలెస్ట్రాల్ తగ్గుతుంది. ట్రాన్స్ ఫ్యాట్స్ గుండె జబ్బులు, స్ట్రోక్, డయాబెటీస్ తదితర దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు వచ్చే ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. అధికంగా ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారంలో, పాస్ట్ ఫుడ్స్ లో, డాల్డా, వనస్పతి, మార్గరీన్ లాంటివి వాడి తయారు చేసే బేకరీ ఫుడ్స్ లోనూ ఇవి ఉంటాయి. సాచ్యురేటెడ్ ఫ్యాట్స్ అనే రకం కొవ్వులు మధ్యస్థమైనవి. సాచ్యురేటెడ్ కొవ్వులు సాధారణంగా జంతు సంబంధిత ఆహారం అంటే - పాలు, వెన్న, నెయ్యి, చికెన్, మటన్ తదితర ఆహారాల నుంచి లభిస్తాయి.

డా. లహరి సూరవసేని
న్యూట్రీషనిస్ట్, వెల్ నెస్ కన్సల్టెంట్
nutrifulyou.com
(పాఠకులు తమ సందేహాలను sunday.aj@gmail.com కు పంపవచ్చు)

పరిమితిలో తీసుకుంటే వీటి వలన ఇబ్బంది ఉండదు. ఇక మంచి కొవ్వులు అంటే పాలీఅన్ శాచ్యురేటెడ్, మోనో అన్ శాచ్యురేటెడ్ ఫ్యాట్స్, గింజలు, పప్పుల నుండి వచ్చే నూనెలలో ఉంటాయి. ఆహారంలో అధిక భాగం మంచి కొవ్వులు, కొంత వరకు మధ్యస్థ కొవ్వులను తీసుకుంటే ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చు. ట్రాన్స్ ఫ్యాట్స్ ను మాత్రం దూరంగా ఉంచాలి.

కావలసిన పదార్థాలు: పనీర్ క్యూబ్స్ - 6, అల్లం వెల్లుల్లి పేస్టు - ఒక టీ స్పూను, కారం - ఒక టీ స్పూను, చాట్ మసాలా - ఒక టేబుల్ స్పూను, కసూరి మేతి - ఒక టీ స్పూను, ఉప్పు - రుచికి, శనగపిండి - ఒక కప్పు, బియ్యప్పిండి - 2 టేబుల్ స్పూన్లు, పసుపు - పావు టీ స్పూను, ఇంగువ - అర టీ స్పూను, బేకింగ్ సోడా - పావు టీ స్పూను. నూనె వేగించడానికి.

తయారుచేసే విధానం: ఒక పాత్రలో అర టీ స్పూను చొప్పున కారం, చాట్ మసాలా, నలిపిన కసూరి మేతి, ఉప్పు కలిపి పనీర్ ముక్కలకు పట్టించాలి. శనగపిండిలో బియ్యప్పిండి, పసుపు, మిగిలిన కారం, చాట్ మసాలా, ఉప్పు, ఇంగువ, సోడా వేసి నీటితో జారుగా కలపాలి. ఈ బాటర్ లో పనీర్ ముక్కలు ముంచి నూనెలో దోరగా వేగించాలి. వీటికి గ్రీన్ చట్నీ మంచి కాంబినేషన్.

క్రిస్ప్ ట్రిప్
బ్రెడ్ పకోడి
కావలసిన పదార్థాలు: బ్రెడ్ స్లయిస్ - 6, బంగాళదుంపలు - 3, పచ్చిమిర్చి, అల్లం తరుగు - ఒక టీ స్పూను చొప్పున, కొత్తిమీర - అరకప్పు, కారం - ఒక టీ స్పూను, ఆమ్లచూర్ - అర టీ స్పూను, చాట్ మసాలా - అర టీ స్పూను, ఉప్పు - రుచికి సరిపడా, శనగపిండి - ఒక కప్పు, బియ్యప్పిండి - రెండు టేబుల్ స్పూన్లు, ఇంగువ - అర టీ స్పూను, నూనె - కాల్చడానికి, గ్రీన్ చట్నీ - తగినంత.

తయారుచేసే విధానం: ఉడికించిన బంగాళదుంప గుజ్జులో పచ్చిమిర్చి, అల్లం తరుగు, కొత్తిమీర, అర టీ స్పూను కారం, ఉప్పు, ఆమ్లచూర్, చాట్ మసాలా వేసి కలిపి పక్కనంచాలి. ఇప్పుడు శనగపిండి, బియ్యప్పిండిలో మిగిలిన కారం, ఉప్పు, ఇంగువ వేసి నీటితో జారుగా కలపాలి. బ్రెడ్ స్లయ్స్ లపై గ్రీన్ చట్నీ పట్టించి క్రాస్ గా కట్ చేయాలి. ఒక ముక్కపై ఆలూ మిశ్రమం పెట్టి మరో ముక్క పైన ఉంచి బ్యాటర్ లో ముంచి నూనెలో దోరగా వేగించాలి.

ఆ కారులో ఐదుగురున్నారు. మంచు కమ్ముకున్న రహదారిమీద కారు వెళుతోంది. అందులో ఉన్నవాళ్లలో ఇద్దరు భారతీయులు, మిగిలిన ముగ్గురూ ఉగాండాకు చెందినవాళ్లు. కారు నడుపుతున్న వ్యక్తి అందరికన్నా చాలా చిన్నవాడు. ముహంగా పేరు కలిగిన అతనికి పద్దెనిమిదేళ్లు ఉండొచ్చు. కానీ మనిషి చాలా ధృఢంగా, ఆరడుగులకన్నా ఎత్తు కలిగి ఉన్నాడు. రాత్రి శిల్పంలా తీర్చిదిద్దినట్టున్న శరీరం. అతను కారు నడపుతుంటే ఒక యంత్రం నడుపుతున్నట్టుగానే ఉంది.

ఉగాండా తూర్పు ప్రాంతంలో ఉన్న బుసోకా ఉప ప్రాంతంలోని జింజాలో ప్రవహించే నైలు నదికేసి సాగుతున్నది వాళ్ల ప్రయాణం.

ఉగాండా దేశపు శాశ్వత ప్రజలుగా మారిపోయారు. వాళ్లలో కొందరు భారతదేశ స్వాతంత్ర్య పోరాటానికి నిధులు సమకూర్చి ఇవ్వటమే కాక, భారతీయుల కోసం ఒక ప్రత్యేకమైన సంచికను కూడా నడుపుతూ వచ్చారు.

కారు ముందుసీట్లో ఉన్న చార్లీకి యాభైఏళ్ల వయసుండొచ్చు. సన్నని రింగులతో కూడిన తల వెంట్రుకలు. పగిలిన కింది పెదవి. నుదుటిమీద కత్తిగాటులాంటి గాయపు మచ్చ. పెద్దపెద్ద చెవులు. ఆయన కొంతకాలం తపాలా శాఖలో పనిచేసినందువల్ల భారతీయులతో చక్కటి సంబంధ బాంధవ్యాలున్నాయి.

చార్లీ కుటుంబం చాలా పెద్దది. ఆయనకు ఇద్దరు

దాన్ని ఆయన చాలా ఆస్వాదించాడు. ప్రత్యేకించి ఉగాండాలో నివసించిన భారతీయ మహిళల గుండ్రటి ముఖాలూ, వాళ్లు చీరలు ధరించిన విధమూ ఆయనకు బాగా నచ్చింది.

చార్లీతో పాటు కూర్చోని ఉన్న ఒబాడే యువకుడు, కాలేజీ చదువును మధ్యలోనే ఆపేసినవాడు. ఫుట్బాల్ క్రీడపై ఆసక్తి కలిగినవాడు. రాత్రిపగలూ తాగటమే అతని జీవితం. కార్లోకి ఎక్కటానికి మునుపే చార్లీ అతనితో 'ప్రయాణంలో తాగకూడదని' గట్టిగా హెచ్చరించాడు. కానీ అతను జేబులో ఒక చిన్న బాటిల్ను పెట్టుకున్నాడు. దాన్ని బయటికి

అడిగాడు "ఇంకా ఎంత దూరముంది?" "నదీ తీరాన్ని చేరుకోవటానికి ఇంకో రెండుగుంటలు పట్టొచ్చు!" అన్నాడు చార్లీ. ఒబాడే తన అసంతృప్తిని తెలియపరుస్తూ "శవం ఊరేగింపులా కారు చాలా నెమ్మదిగా వెళుతోంది. ఇలా వెళితే నదీ తీరాన్ని చేరేలోపు మధ్యాహ్నమైపోతుంది" అన్నాడు.

"ఇదీ ఒక శవం ఊరేగింపు లాంటిదే!" శుక్లా ఒబాడేకు ఆయనేం చెబుతున్నాడో అర్థం కాలేదు. అతను చార్లీకేసి తిరిగి "నిజంగా మనమెందుకు నైలు నది కేసి వెళుతున్నాం. అక్కడ నాకేం పని?" ప్రశ్నించాడు. "నదిలో అస్థికలను కలిపేందుకు పడవను నడపాలి. అదే నీ పని" అన్నాడు చార్లీ. "నాకు ఆకలేస్తోంది. తలనొప్పిగా కూడా ఉంది. ముసలివాళ్లతో ప్రయాణించటమన్నది చచ్చిన పశువును కాపలా కాస్తున్నట్టు నిరుత్సాహంతో కూడుకున్నది" ఒబాడే.

గిద్వానీ ప్రశాంతమైన గొంతుతో "అందరూ ఒకరోజు ముసలివాళ్లు అవుతారు. అప్పుడు నువ్వు వృద్ధాప్యపు బాధను అర్థం చేసుకుంటావు" అన్నాడు.

"మేము వయస్సును పట్టించుకోము. వయస్సును లెక్కించటమన్నది తెల్లవాడు చేసిన తంత్రం. ఒంట్లో ప్రవహించే రక్తం ఉష్ణంతో ఉన్నంతవరకూ మేము యవ్వనవంతులమే" చార్లీ.

"మేము మబ్బులాంటివాళ్లం. మబ్బులు ఎప్పుడూ యవ్వనంతో ఉన్నవే కదా, మనుషులు తప్ప ఇంకే జీవరాశీ తమ వయస్సును లెక్కించవు" ఒబాడే.

"అలాకాదు. చెట్లకుకూడా వయస్సుంటుంది. చెట్లు బెరడును చూసి వాటి వయస్సును లెక్కిస్తారు" గిద్వానీ.

"భారతీయులకు గణితంపై ఆసక్తి ఎక్కువ" చార్లీ. "ఒకటి రెండు మూడు నాలుగు ఆపైన అన్నీ కూడికలేగా. ఆ మాత్రం లెక్కలొస్తే చాలు" నవ్వాడు ఒబాడే.

"నీ నవ్వును ఆపు. కాసేపు నోర్మానుకుని ఉండు" కాస్త కోపంతో శుక్లా.

దారిలోని గుంతలోకి కారు ఎక్కి దిగటంతో ఆయన ఒళ్లో ఉన్న చెక్కపెట్టె ఊగినలాడింది. పసిబిడ్డను పట్టుకున్నట్టుగా శుక్లా దాన్ని గట్టిగా పట్టుకున్నాడు. "ఈ పెట్టెలో ఉన్నది చనిపోయిన మనిషి బూడిదా?" అని అడిగాడు ఒబాడే.

"మహాత్మా గాంధీ అస్థికలు" గిద్వానీ. "ఆయనెవరు, మీ తండ్రిగారా?" ఒబాడే. "కాదు. ఇండియాకే తండ్రి. కోటాను కోట్లు భారతీయులు ఆయనను తండ్రి అనే పిలిచారు" శుక్లా. "ఒక వ్యక్తి ఎలా ఇండియాకే తండ్రి కాగలడు?" ఒబాడే.

"తండ్రిలాగా ఆయన నడుచుకున్నారు. తండ్రి అంటే బాధ్యతకు చిహ్నం. ప్రతిఫలం ఆశించకుండా ప్రేమను కురిపించే మార్గం. యేసును మీరు తండ్రిగానే కదా భావిస్తారు?" శుక్లా.

"ఆయన దేవుడు" చార్లీ. "ఈయన దేవుడులాంటి మనిషి" గిద్వానీ. "చనిపోయిన మనిషి బూడిదను ఎందుకు నదిలో

నైలు నది సాక్షిగా...

తమిళ మూలం: ఎస్. రామకృష్ణన్, అనువాదం: జిల్లేళ్ళ బాలాజీ

అనువాద కథ

కంపాలా నుండి వాళ్లు రోడ్డుమార్గం గుండా ప్రయాణిస్తున్నారు. కారులో ఉన్న భారతీయులిద్దరూ వయస్సు పైబడ్డవాళ్లు. వాళ్లు ఉగాండాలో నివాసమేర్పరచుకుని ముప్పై ఏళ్లకు పైగానే కాపస్తున్నది.

నరేష్ గిద్వానీకి ఏడుపదులు దాటాయి. ఆయన తలపై తెల్లటి ఖద్దరు కుళ్లాయి పెట్టుకున్నాడు. అదే రంగులోని ఖద్దరు జుబ్బా. పైజమా! విశామైన నుదురు. తలంతా నెరిసినప్పటికీ పెద్దగా రాలిపోలేదు. ఆయన ముఖానికి తగ్గట్టుగా పెద్ద కళ్లద్దాలు ధరించాడు. ఆయనతో ఉన్న శుక్లాకు అరవై ఏళ్లుండొచ్చు. మనిషి పొట్టిగా ఉన్నాడు. నల్లని పెదాలు. బాన కడుపు. పొడవైన ముక్కు. ఆయన కూడా ఖద్దరు బట్టలే ధరించాడు.

ఆయన ఒడిలో ఒక చెక్కపెట్టె ఉంది. దాన్ని ఎంతో జాగ్రత్తగా, బాధ్యతగా పట్టుకొని ఉన్నాడు.

శుక్లా, గిద్వానీ లిద్దరూ ఏమీ మాట్లాడుకోలేదు. తమకు అప్పగించిన బాధ్యతను సక్రమంగా పూర్తిచెయ్యాలన్న ఆలోచన కలిగినవాళ్లలాగా కారులో కూర్చోని ఉన్నారు. కారు మితమైన వేగంతోబే వెళుతున్నది.

ఇంపీరియల్ బ్రిటీష్ ఒప్పందదారుడు అలీబాయ్ ముల్లా జివాంజి సాయంతో 19వ శతాబ్దపు ద్వితీయార్థంలో ఉగాండాకు సిక్కులను కూలీగా తీసుకురావటం జరిగింది. ఉగాండా రైల్వేను మొంబసా నుండి కిసుము వరకూ 1901 వ సంవత్సరంలోనూ, 1931 వ ఏడాది మధ్యలో కంపాలాలోనూ వాళ్లు ఏర్పరిచారు. ఆ కఠినమైన రైల్వేలైను వేసే పనిలో భారతీయులెందరో మరణించారు. కొందరు చేతులూ కాళ్లూ పోగొట్టుకున్నారు.

రైల్వేలైను ఏర్పాటు పూర్తికాగానే కొన్ని కుటుంబాలు తమ ఒప్పందం పూర్తయిందని భారతదేశానికి తిరిగి వెళ్లాయి. కానీ మిగతావాళ్లు ఉగాండాలోనే ఉండి పోవాలని నిర్ణయించుకున్నారు. వీళ్లెకాక వ్యక్తిగత వ్యాపారాలు చేసుకోవటానికి వచ్చిన గుజరాతీయులు

భార్యలు. తొమ్మిదిమంది సంతానం. చార్లీకి ఒక్కసారైనా ఇండియాకు వెళ్లిరావాలన్న కోరిక ఉండేది. అందుకు ముఖ్యమైన కారణం భారతీయ స్త్రీ అందం.



తియ్యలేదు. వాళ్లెందుకు నైలు నదికేసి ప్రయాణిస్తున్నారోనని ఒబాడే ప్రశ్నించలేదు. అతనికి ఈ ప్రయాణం అసహనాన్ని కలిగిస్తోంది. చార్లీ బవంతంమీదే అతను ఈ ప్రయాణానికి అంగీకరించాడు. అతనికి పడవ నడవటం తెలుసన్న ఒకే కారణంతో తమ వెంట తీసుకొచ్చారు. విప్పారిన కళ్లతో గిద్వానీ

ఏ దేశంలో ఎంత సైన్యం?

చైనా, భారతదేశాల మధ్య నేడు ఉద్రిక్త వాతావరణం నెలకొంది. అటూ ఇటూ ఉన్న సైనిక శక్తి గురించి మాట్లాడుకుంటున్నాం. దేశ పటిష్టతలో కీలక పాత్ర వహించేది సైన్యమే. అందుకే ప్రతి బడ్జెట్లో సైన్యం కోసం ప్రత్యేక కేటాయింపులు ఉంటాయి. సంఖ్యాపరంగా ఏయే దేశాల్లో ఎంత సైన్యం ఉందో, మొదటి ఎనిమిది స్థానాల్లో ఏయే దేశాలు ఉన్నాయో తెలుసుకుందాం.

చైనా: పీపుల్స్ రిపబ్లిక్ ఆఫ్ చైనా మిలిటరీ పరంగా మొదటి స్థానంలో ఉంది. ఈ దేశంలో అత్యధికంగా 21.8 లక్షల మంది సైనికులు సేవలందిస్తున్నారు.

ఇండియా: చైనా తరువాతి స్థానం భారతదేశానిదే.

మన దేశంలో 13.6 లక్షల మంది సైనికులు అహర్నిశలూ దేశ భద్రతలో తమ జీవితాలను పణంగా పెట్టారు.

అమెరికా: అంతర్జాతీయంగా పెద్దన్న పాత్ర వహించాలని ఆరాటపడే అమెరికా మిలిటరీ పరంగా మూడో స్థానంలో ఉంది. ఈ దేశంలో సైన్యం సంఖ్య 12.81 లక్షలు.

ఉత్తర కొరియా: కిమ్ జాన్ ఉంగ్ నియంతృత్వంలో ముందుకెళుతోన్న ఉత్తర కొరియా నాలుగో స్థానంలో ఉంది. అమెరికా కంటే కాస్త వెనుకబడింది ఈ దేశం. ఇక్కడ సైన్యంలో పనిచేస్తున్న వారి సంఖ్య 12.8 లక్షలు.

రష్యా: ఇటీవలే రెండో ప్రపంచ యుద్ధ ప్లాటినం



జూబ్లీ సంబరాలని జరుపుకున్న రష్యా మిలిటరీ పరంగా శక్తివంతమైనదే. 10.13 లక్షల మంది సైనికులు ఈ దేశ సొంతం. మిలిటరీ బలగంలో అయిదో స్థానంలో ఉంది.

పాకిస్థాన్: రోజుకో రకంగా భారతదేశానితో కయ్యానికి దిగడానికి ప్రయత్నించే పాకిస్థాన్ ఆరో స్థానాన్ని ఆక్రమించింది. ఇక్కడ 6.54 లక్షల మంది

సైన్యంలో సేవలందిస్తున్నారు.

దక్షిణ కొరియా: ఏ క్షణంలో ఏమవుతుందో తెలియక సైన్యాన్ని ఎల్లప్పుడూ అప్రమత్తంగా ఉంచే దేశం దక్షిణ కొరియా. కారణం ఉత్తర కొరియాతో సరిహద్దు పంచుకోవడమే. పక్కలో బల్లెంలా ఉండే ఆ దేశాన్ని ఎదుర్కోవడానికి 6.25 లక్షల సైన్యం ఉంది. వీరిది ప్రపంచంలో ఏడో స్థానం.

ఇరాన్: అనిశ్చితితో రగిలిపోయే పశ్చిమ అసియా దేశాలలో ఇరాన్ ఒకటి. ఇరాక్తో గిల్లికజ్జాలు ఎల్లప్పుడూ ఉండనే ఉంటాయి. అందుకే సైనిక పరంగా బలోపేతంగా ఉండాలని ఆకాక్షిస్తుంది. ఈ దేశంలో ప్రస్తుతం 5.23 లక్షల మంది సైన్యంలో పనిచేస్తున్నారు. ఈ పెద్ద మొత్తంతో ఇరాన్ ఎనిమిదో స్థానాన్ని ఆక్రమించుకుంది.



ఎన్. రామకృష్ణన్ ఆధునిక తమిళ సాహిత్యంలో పేరెన్నికగన్న రచయిత. మూడు దశాబ్దాలకు పైగా కథలు, నవలలు, నాటకాలు, బాల సాహిత్యం, అనువాద రచనలు చేస్తున్నారు. 1966లో తమిళనాడులోని విరుధునగర్ జిల్లా, ముల్లంగినార్ గ్రామంలో జన్మించారు. 'యామం', 'ఉప పాండవం', 'నెడుం కురుచ్చి', 'పూర్ పసి' వంటి నవలలు పేరుతెచ్చాయి. సృజనాత్మక సాహిత్యంతో పాటు, 'ఉలగ సినిమా' పుస్తకాన్ని తీసుకొచ్చారు. కొన్ని తమిళ చిత్రాలకు మాటల రచయితగా సహకారం అందించారు. కేంద్ర సాహిత్య అకాడెమితో పాటు అనేక పురస్కారాలు అందుకున్నారు. వీరి రచనలపై డాక్టరేట్లు ప్రధానం చెయ్యటం జరిగింది. పలు యూనివర్సిటీల్లో వీరి రచనలు సిలబస్‌లో చేర్చటం జరిగింది.

మెయిల్ : writerramki@gmail.com

కలపాలనుకుంటున్నారు?” ఒబాడే.

“చనిపోయాక ఆ మనిషి ప్రపంచానికి సొంతమైపోతాడు.

అతని బూడిదను ముఖ్యమైన నదులలో కలపటం ద్వారా

ప్రపంచానికి ఆయనను మళ్ళీ అప్పగిస్తాం. ఈ నదులు

ఉన్నంతవరకూ ఆయన జ్ఞాపకాలూ ఉంటాయి” శుక్లా.

“నదికి జ్ఞాపకాలు ఉండవు” ఒబాడే.

“నది తన జ్ఞాపకాలను గులకరాళ్ళపై రాస్తాయి” చార్లీ.

“నిజం. బాగా చెప్పారు. గులకరాళ్ళపై ఉన్నవి నది

జ్ఞాపకాలే” గిద్వానీ.

“గాంధీ ఎప్పుడైనా నైలు నదిని నేరుగా చూశారా?”

ఒబాడే.

“లేదు. ఆయన బూడిదే నదిని దర్శించబోతున్నది.”

“తన జీవితంలో చూడని నదిని మరణానంతరం

దర్శించటం విచిత్రం” చార్లీ.

“ఢిల్లీలో ఆయన హత్య చెయ్యబడ్డారు. అక్కడే

అంత్యక్రియలు జరిగాయి. గాంధీ అస్థికలు ఓడ ద్వారా

దక్షిణాఫ్రికాకు తీసుకురావటం జరిగింది. గాంధీ కుటుంబ

స్నేహితుడైన విలాస్ మెహతా దాన్ని స్వీకరించి విశేష

ప్రార్థనకు ఏర్పాటు చేశారు. ఆయన నుండే ఈ అస్థికలను

మేము తీసుకున్నాం. మాకు ఇవ్వబడిన ఆజ్ఞ ప్రకారం

గాంధీ అస్థికలను నైలు నదిలో నిమజ్జనం చెయ్యాలన్నదే.

ఇక్కడే కాదు, ప్రపంచంలోని వేర్వేరు నదుల్లోనూ,

సముద్రాలలోనూ గాంధీ అస్థికలు నిమజ్జనం

చెయ్యబడతాయి” గిద్వానీ.

“మీరు గాంధీని నేరుగా చూశారా?” చార్లీ.

కారు ఒక మలుపులో తిరుగుతున్నప్పుడు రెండు

కుక్కలను గొలుసుతో పట్టుకొని ఒక

మహిళ వెళుతోంది. గుండ్రటి పైకప్పు

కలిగిన ఒక కుగ్రామం కనిపించింది.

ఉగాండాలోని గ్రామాలు భారతీయ

గ్రామాలాగే ఉన్నాయి.

“గాంధీని ఫోటోల్లోనే చూశాను. ఆయన

గొంతు ఎలా ఉంటుందో కూడా

తెలియదు” శుక్లా.

“ఒక్కసారికూడా నేరుగా చూడని

గాంధీని ఇప్పుడు బూడిద రూపంలో ఒళ్లో

మోస్తున్నారు. గాంధీ బరువును

గ్రహిస్తున్నారా” ఒబాడే.

“గాంధీ ఇప్పుడు బరువు లేకుండా

ఉన్నారు” శుక్లా.

“బూడిద బరువును మనం లెక్కించలేం.

ప్రాణమున్న మనిషి చెయ్యలేనివి కూడా చనిపోయిన

మనిషి చెయ్యటానికి వీలవుతుంది. చని పోయిన వారిని

గురించి చులకనగా భావించవద్దు” చార్లీ.

“అదీ నిజమే. ఒక మనిషి మరణం అతని శరీరానికి

మాత్రమే ముగింపునిస్తుంది. అతని సత్కార్యాలు లోకంలో

చిరకాలం జీవించే ఉంటాయి. ఆ భావాలను, కార్యాలను

చేపట్టే చివరిమనిషి ఉన్నంతవరకూ మనిషికి మరణం

లేదు. గాంధీగారు కూడా అలాంటి వ్యక్తి” శుక్లా.

“గాంధీ ఇండియాకు ఏం చేశాడనీ?” ఒబాడే.

“నీతీ, ప్రేమా, అహింసా, భారతీయ ఉదార గుణం

మొదలైనవాటికి ఆయనే దారి చూపించారు. భారతీయుల

మనస్సాక్షితో మాట్లాడిన ఒకే ఒక వ్యక్తి ఆయనే.

ప్రపంచంలో ఏ దేశంలోనైనా కోటానుకోట్ల ప్రజలచేత

ప్రేమించబడ్డ ఒక నాయకుడు తన పాయఖానాను తానే

శుభ్రం చేసుకున్నాడా? నడుముకు క్రింది భాగం మాత్రం

వస్త్రం చుట్టుకుని సామాన్య వ్యక్తిలాగా జీవించారా? తానే

నూలు వడికి ఖద్దరు దుస్తుల్ని ధరించారా? ఆయన

పోరాట అస్త్రాలు అంతకు మునుపు ఇండియా

చూడనటువంటివి. ఆయన ప్రేమను ఒక అస్త్రంగా

మలిచాడు. బ్రిటీష్ ప్రభుత్వం దాన్ని చూసి భయపడ్డది.

సామాన్య ప్రజల గొంతుగానే ఆయన ఎప్పుడూ

ప్రతిధ్వనించాడు. గాంధీ పోరాటం దక్షిణాఫ్రికాలోనే

ప్రారంభమైంది. ఆయన జాత్యహంకారానికి వ్యతిరేకంగా

పోరాడాడు. జైలుకు వెళ్ళాడు.”

ఈ మాటల్ని వినగానే ఒబాడే ముఖం మారిపోయింది.

“ఆయన నల్లవాడా?” ప్రశ్నించాడు.

“నల్లవాడే. కానీ భారతీయుడు” అన్నాడు శుక్లా.

“ఆయన ఏ ఆయుధాన్నీ ఉపయోగించకుండా ఎలా

పోరాడాడు?” ఆశ్చర్యంగా అడిగాడు చార్లీ.

“అహింసే ఆయన మార్గం” గిద్వానీ

ఈ మాటల్ని వినగానే అప్పటివరకూ మౌనంగా కారును

నడుపుతూ వచ్చి మువాంగా సన్నని గొంతుతో “ఆయన

దేవదూత కాదుగా” అన్నాడు.

“దేవదూతలూ మనుషుల్లాగానే కనిపిస్తారు” గిద్వానీ.

“గాంధీ ఎలా చనిపోయారు? ఒంట్లో బాగోలేదా?”

మువాంగా.

“కాదు. గాంధీ కాల్చి చంపబడ్డాడు” శుక్లా.

“బ్రిటీష్‌వాడి చేతిలోనా?” ఒబాడే.

“కాదు. ఇంకో భారతీయుడే ఆయన్ను చంపాడు”

దిగులుతో కూడిన కంఠంతో చెప్పాడు శుక్లా.

“చిత్రంగా ఉన్నదే. ఇండియా తండ్రిని ఒక ఇండియన్

ఎందుకు చంపాలి?”

“అదే మాకూ అర్థం కావటం లేదు” గిద్వానీ.

“ప్రార్థనకు వెళ్లే దారిలో ఆయన చంపబడ్డాడు. ఆయన్ను

కాల్చి చంపినవాడు కూడా ఆయనకు చేతులు జోడించి

నమస్కరించాకే తన తుపాకీని పైకెత్తాడు.”

“హంతకుడు ఎందుకు ఆయనకు నమస్కరించాడు?”

అయోమయంగా అడిగాడు ఒబాడే.



“.. గాంధీ అస్థికలు ఓడద్వారా దక్షిణాఫ్రికాకు తీసుకురావటం జరిగింది. గాంధీ కుటుంబ స్నేహితుడైన విలాస్ మెహతా దాన్ని స్వీకరించి విశేష ప్రార్థనకు ఏర్పాటుచేశారు. ఆయన నుండే ఈ అస్థికలను మేము తీసుకున్నాం. మాకు ఇవ్వబడిన ఆజ్ఞ ప్రకారం గాంధీ అస్థికలను నైలు నదిలో నిమజ్జనం చెయ్యాలన్నదే.”

“అతనికి ఆయన తండ్రి కదా!” మృదువైన కంఠంతో

చెప్పాడు శుక్లా.

“వినటానికే బాధగా ఉంది. మంచి మనుషులు ఎందుకు

అన్యాయంగా చంపబడతారు? యేసుకు కూడా ఇలాగే

జరిగింది” మువాంగా.

శుక్లా ఏదో చెప్పటానికి ప్రయత్నించి మాట్లాడలేక

ఆయన కళ్ళలో నుండి కన్నీళ్లు కిందికి జారిపడ్డాయి. దాన్ని

చార్లీ గమనించినట్టున్నాడు. ఒబాడేను చూస్తూ మౌనంగా

ఉండమన్నట్టుగా సైగ చేశాడు.

కారు మెల్లగా వెళుతోంది. కారును నడుపుతున్న

మువాంగా “మహాత్మాని ఛాయాచిత్రం మీ దగ్గరున్నదా?

నేను దాన్నొకసారి చూడాలనుకుంటున్నాను” అన్నాడు.

“నదీ తీరానికి వెళ్ళగానే తప్పకుండా చూపిస్తాను” శుక్లా.

“నైలు నది దేవుడు చెప్పిన ఒక అబద్ధం కారణంగా

రూపొందించబడింది. ఆ విషయం మీకు తెలుసుగా?”

అన్నాడు చార్లీ. “ఇదేంటి కొత్త కథ?” అని అడిగాడు గిద్వానీ.

“ఔను. నైలు నది రూపొందటానికి ఒక కథ ఉన్నది.

జియస్ అన్న గ్రీకు దేవుడికి హీరా అన్న అందమైన భార్య

ఉండేది. ఆమె కళ్ళగప్పి ఎవరూ దేన్నీ దాచటానికి

వీలుకాదు. జియస్ ఒకరోజు ‘లో’ అన్న యువతిని

కలుసుకున్నాడు. ఆమెమీద ప్రేమ కలిగింది. దాన్ని భార్య

దగ్గర దాచటానికి ఎన్నో తంత్రాలు చేశాడు. అబద్ధం

ఆడాడు. దీన్ని అర్థంచేసుకున్న హీరా... ‘లో’ ను ఎడారిలోకి

తరమగొట్టింది. జియస్ అబద్ధమాడిన కారణంచేత

పెనువర్షం కురిసింది. సంవత్సరాల తరబడి వర్షం కురిసి

నీళ్లు ఒక పెద్ద చెరువులాగా నిలిచిపోయాయి. ఎడారిలో

ఉండే ‘లో’ కోసం ఆ నీళ్లు ఒక నదిలాగా మారి

ప్రవహించింది. అదే నైలు నది” చార్లీ.

“అన్ని నదులకూ ఇలా ఏదో ఒక విచిత్రమైన కథ

ఉండనే ఉంటుంది” శుక్లా.

“కథలు లేని చెరువులే లేవు. వాన అన్నది దేవుడు కార్చే

కన్నీళ్లేగా” కారు డ్రైవరు మువాంగా.

“దేవుడు ఎందుకు కన్నీళ్లు కారుస్తాడు?” గిద్వానీ.

“మనుషుల ప్రవర్తన చూసే.. ఇంకెందుకు?” మువాంగా.

“గాంధీ మనుషుల ప్రవర్తనను చూసి కావాలనే కన్నీళ్లు

కార్చలేదు. వాళ్ళ ఆవేదనను పోగొట్టటానికి పాటుపడ్డాడు.

గాలిలాగా ఇండియా మొత్తం విస్తరించాడు.

నిరాడంబరత్యమే ఆయన బలం.”

“మీ మాటల్ని వింటుంటే ఆ మనిషి మీద మిక్కిలి

గౌరవం కలుగుతున్నది” మువాంగా.

“నీలాగే మేమూ ఆయన్ను చూడకుండానే ఆయన్ను

ప్రేమించాం. ఆయన మార్గంలో నడిచాం. ఆయన చర్యను

అనుసరించాం. ఆయన మరణం మమ్మల్ని కలిచి వేసింది.”

“గాంధీ చంపబడి ఉండకూడదు” దృఢమైన గొంతుతో

అన్నాడు మువాంగా.

“గాంధీతోపాటు ఆయన బోధించిన సూక్తులను,

మార్గాలను కప్పెట్టేయాలని చూస్తున్నారు. అదే బాధను

కలిగిస్తున్నది” గిద్వానీ.

“ఇక ఇండియా ఏమవుతుందోనని ఆలోచిస్తుంటే

భయంగా కూడా ఉంది” శుక్లా.

“ఇక నమ్మకం నెహ్రూనే. కానీ ఆయన్ను స్వేచ్ఛగా

పనిచెయ్యనివ్వరు” గిద్వానీ.

“గాంధీ స్నానాన్ని ఎవరివల్లా భర్తీ చెయ్యటానికి వీలు

కాదు. గాంధీ మునుపు శరీరంతో ఉన్నారు. ఇక కాంతిలా

ఉంటారు” శుక్లా.

“బాగా చెప్పారు. గాంధీ కాంతే. వెలుతురు లోకానికంతా

సమానమైనది కదా. ఒక్కో దేశానికీ వేర్వేరు వెలుతురు

అంటూ ఉంటుందా ఏం?” గిద్వానీ.

ఆ తర్వాత వాళ్లు మాట్లాడుకోలేదు. నది ముఖద్వారం

వెతుక్కుంటూ వాళ్ళ కారు ప్రయాణించింది. ఒకచోట

కారును ఆపి వాళ్లు నడవటం మొదలుపెట్టారు.

కొంతసేపటికి నదీ తీరపు నివాసాలు కంటబడ్డాయి.

మువాంగా ఆ అస్థిక కలశం ఉన్న పెట్టెను తాను

మోసుకురానా అని అడిగాడు. శుక్లా ఒక్కక్షణం

ఆలోచించాడు. తర్వాత అతని భుజంమీదికి

పెట్టెను మార్చాడు.

“మనం గాంధీని మోసుకుంటూ

వెళుతున్నాం” అన్నాడు చార్లీ. వాళ్లు మౌనంగా

నడిచారు.

“గాంధీ శరీరంకన్నా ఆయన ఆస్థిక బరువు

అధికంగానే ఉండొచ్చు. కారణం, అది

కోటానుకోట్ల భారతీయుల కన్నీళ్లనూ కలిగి

ఉందిగా!” అన్నాడు శుక్లా.

మువాంగా నది ముఖద్వారం వరకూ ఆ

అస్థికలను మోసుకుంటూ వచ్చాడు. ఒబాడే

ఒక పడవను ఏర్పాటు చేసుకొని వచ్చాడు.

వాళ్లు ఆ పడవలోకెక్కి నైలు నదిలో

ప్రయాణించటం మొదలుపెట్టారు. నురగలు

కక్కుతూ ప్రవహిస్తున్న నది. స్వచ్ఛమైన నీళ్లు. సముద్రమే

ప్రవహిస్తున్నట్టుగా అనిపించింది. ప్రవాహపు వేగంలో

పడవ ఊగినలాడుతూ వెళ్ళసాగింది.

ప్రవాహం మధ్యలో పడవను ఆపి శుక్లా చెక్కపెట్టెలో

ఉన్న వెండి కలశాన్ని బయటికి తీశాడు. దాన్ని తన

చేతులతో తాకి కళ్ళకద్దుకున్నాడు. చార్లీ, గిద్వానీ,

మువాంగాలు కూడా దానికి నమస్కరించారు. వెండి

కలశంలో ఉన్న గాంధీ అస్థికలను వాళ్లు నీటిలో కలిపారు.

గాలి వేగంలో అస్థికలు ఎగురుతూ మువాంగా కళ్ళలో

పడ్డది. అతను దాన్ని తుడుచుకోలేదు. ప్రపంచంలోనే

ఎంతో పెద్దదైన నైలు నదిలో గాంధీ కలిసిపోయారు.

ఎందరో రాజులను, రాజ్యాలను చూసిన నైలు నది

మహాత్ముణ్ణి తనలో కలుపుకొని ప్రవహిస్తోంది.

వాళ్లు తీరానికి రాగానే గద్గదమైన గొంతుతో మువాంగా

“తండ్రిని చంపటం మహా పాపం. అది మీ దేశాన్ని ఊరికే

విడిచిపెట్టడు” అన్నాడు.

శుక్లా దీనమైన ముఖంతో “గాంధీనే ఇండియాను

కాపాడాల్సి” అన్నాడు బాధగా.

దాన్ని అంగీకరిస్తున్నట్టుగా దూరంగా ఉన్న చెట్టునుండి

ఒక పక్షి గొంతు గట్టిగా వినిపించింది.

- 98666 28639

జస్ట్ ఫాలో

మిక్సీజార్‌లను

శుభ్రం

చేయాలంటే...

జార్‌లో కాస్త

వేడిగా ఉన్న

నీళ్లు పోసి, అర

స్కూను లిక్విడ్

సోప్ వేసి..

ఓసారి మిక్సీ ఆన్ చేయండి. బ్లేడుల

మూలల్లో ఉన్న మురికి పోయి



స్ట్రీమింగ్ సీజన్..

మామూలే. కానీ పెరిగి పెద్దయ్యేకొద్దీ వారితో మన సంబంధ బాంధవ్యాలు అంతంత మాత్రమే అవుతాయి. ఉద్యోగం, పెళ్లి, కుటుంబ పోషణ, బాధ్యతలు లాంటి ఇతర అంశాలు మనల్ని జీవితమనే మైదానంలో ఫుట్ బాల్ ఆడేస్తున్నప్పుడు మనం కలిసి పెరిగిన వాళ్లతో కలిసి రోడ్ ట్రిప్ అంటే చాలా విచిత్రమైన అనుభవం అవుతుంది. ఆ అనుభవాల్ని హృద్యంగా చిత్రీకరించిన వెబ్ సిరీస్ -

మహల్లో మహారాణిలా జీవిస్తున్న చంచల్ దగ్గరకి వెళ్తే తమ సమస్యలు కొంత తీరుతాయని చిత్వాన్ అభిప్రాయం. కానీ తన జీవితంలో జరిగిన సమస్యల గురించి అందరికీ చెప్పుకోవడం ఇష్టం లేకే తమ్ముడు దగ్గరకొచ్చిన చందన్, జోధ్ పూర్ వెళ్ళడానికి ఇష్టపడడు. కానీ గత్యంతరం లేని పరిస్థితుల్లో అతను జోధ్ పూర్ వెళ్లాల్సి వస్తుంది. అక్కడ వీరు ఊహించినట్లుగానే చంచల్ రాజభోగాలు అనుభవిస్తూ ఉంటుంది. కానీ రాజైనా పేదైనా



మొదట్లో బుర్రకథలు, హరికథలు ఉండేవి. వాటితో పాటు తోలుబొమ్మలాటలు వచ్చి చేరాయి. నాటకాలొచ్చాయి. రేడియో వచ్చింది. తర్వాత సినిమాలొచ్చాయి. టీవి రావడంతో సీరియళ్లు వచ్చాయి. ఇప్పుడు కొత్తగా చేరిన వినోద సాధనం 'వెబ్ సిరీస్'. సినిమాలకంటే ఎక్కువగా అందరూ వీటి గురించే మాట్లాడుకునే పరిస్థితి వచ్చేసింది. ముఖ్యంగా కరోనా లాక్ డౌన్ కారణంగా వెబ్ సిరీస్ అనే కొత్త ప్రక్రియ గురించి దాదాపు అందరికీ తెలిసొచ్చింది. ఇతరదేశాలలో ఈ ప్రక్రియ గత దశాబ్దంగా కాలంగా పాపులర్ అయినప్పటికీ, భారతీయ భాషల్లో మాత్రం రెండు మూడేళ్ల నుంచే మన దర్శకులు, నిర్మాతల దృష్టిపడింది. కానీ మన దేశంలో ఈ ప్రక్రియకు శ్రీకారం చుట్టింది, పాపులారిటీ తెచ్చింది మాత్రం 'ది వైరల్ ఫీవర్ (TVF)' అనే నిర్మాణ సంస్థ. దీని నుంచి వచ్చిన ప్రతి వెబ్ సిరీస్ ని ఎటువంటి అనుమానం లేకుండా చూసెయ్యొచ్చునంత మంచి పేరు తెచ్చుకుంది సంస్థ. అలా వీరి నిర్మాణంలో వచ్చిన ఒక ఆసక్తికర వెబ్ సిరీస్ - 'ట్రీప్లింగ్'.

రోడ్ ట్రిప్ లో..

మనం 'జిందగీ న మిలేగీ దొబారా' వంటి రోడ్ మూవీస్ చూసి ఉంటాం. మన జీవితంలో కూడా ఫ్రెండ్స్ తో చాలా రోడ్ ట్రిప్స్ చేసి ఉంటాం. 'ట్రీప్లింగ్' కూడా దాదాపు అలాంటిదే. కాకపోతే ఇక్కడ రోడ్ ట్రిప్ లోని ప్రయాణికులు - ఒక అన్న, ఒక తమ్ముడు, ఒక అక్క. ఇక్కడే TVF క్రియేటివ్ టీం ప్రతిభ మనకి అర్థమైపోతుంది. చిన్నప్పుడు అమ్మా నాన్నలతో కలిసి మన తోబుట్టువులతో విహారయాత్రలకు వెళ్లడం

ట్రీప్లింగ్.

తోబుట్టువుల కథలు..

జీవితంలో కష్టాలు ఎదురైనప్పుడు అందరికంటే ముందు మనకి గుర్తొచ్చేది మన కుటుంబ సభ్యులే! పెళ్లైన కొద్ది రోజులకే భార్యతో విడాకులు తీసుకుని, జీవితం ఎటుపోతుందో తెలియని పరిస్థితుల్లో ఇండియా తిరిగి వచ్చాడు చందన్. ముంబైలో పైట్ దిగి తన తమ్ముడు చిత్వాన్ పనిచేసే పబ్ కి వచ్చాడు. పబ్ లో కనిపించిన వాళ్లందరికీ తన బాధలు చెప్పుకుని రాత్రంతా తాగి పబ్ లోనే కూలబడిపోయాడు. అన్నకు పెళ్లొందన్న విషయం కూడా గుర్తులేని చిత్వాన్, అన్నతో కలిసి తన ఫ్లాట్ కి వెళ్లాడు. అక్కడ కార్ లోన్ కట్టలేదని బ్యాంక్ వాళ్లు తనకోసం ఎదురు చూస్తుండటంతో ఏం చెయ్యాలో తెలియక, ఇంకా మత్తులో మునిగిపోయిన అన్నను వెనక సీట్లో పడేసి, కారులో జోధ్ పూర్ లోని ఒక పెద్ద సంస్థానానికి కోడలైన తన అక్క చంచల్ దగ్గరకు బయల్దేరాడు. చేతిలో రూపాయి లేని తన దగ్గరకంటే, జోధ్ పూర్ లో పెద్ద

జీవితం అందరినీ

ఫుట్ బాల్ ఆడుకోవడం మాత్రం ఖాయం. వీరిద్దరూ ఊహించని రీతిలో చంచల్ సమస్యల సుడగుండంలో ఇరుక్కుని ఉంటుంది. చందన్, చిత్వాన్, చంచల్ అనే ఈ ముగ్గురు తోబుట్టువులు కలిసి చేసిన రోడ్ ట్రిప్, అందులో ఎద్వేవచర్చ, వాటి ద్వారా నేర్చుకున్న జీవితపాఠాలు, అనుభవాలు ఈ వెబ్ సిరీస్ ముఖ్య కథాంశం.

మూసకు బ్రేక్..

ఇది తోబుట్టువుల మధ్య జరిగే రోడ్ ట్రిప్ అయినప్పటికీ, వాళ్లు కలిసి ప్లాన్ చేసుకున్న విహారయాత్ర మాత్రం కాదు. జీవితాన్ని పక్కాగా ప్లాన్ ప్రకారం ముందుకు నడిపించాలనుకునే చందన్, రేపేమవుతుందో ఏ మాత్రం పట్టించుకోని చిత్వాన్, ఎన్నో కలలతో తన క్లాస్ మేట్ ని పెళ్లి చేసుకుని స్వేచ్ఛగా జీవితం గడపాలనుకుని ఒక పంజరంలాంటి కోటలో ఇరుక్కుపోయిన చంచల్ - ఒక్కొక్కరూ ఒక్కొక్కరకం. ఒక్కొక్కరిదీ ఒక్కొక్కరకమైన సమస్య. ఈ రోడ్ ట్రిప్ వాళ్ల జీవితాలను ఏ కొత్త గమ్యాలను చేరుస్తుందో చూడాలంటే ట్రీప్లింగ్ చూసి తీరాలి.

ఇంటర్నెట్ వచ్చాక ఎన్నో సరిహద్దులను చెరిపేసింది. శాటిలైట్ టెలివిజన్ వచ్చి సినిమాని ప్రభావితం చేసిన మాట నిజం. కానీ టీవీలో కంటెంట్ పరంగా పెద్దగా సంచలనాత్మకమైన మార్పులేమీ రాలేదు. అప్పుడప్పుడో రెండు దశాబ్దాల క్రితం మొదలైన మెలోడ్రామా సీరియళ్లు ఇప్పటికీ కొనసాగుతూనే ఉన్నాయి. అలాంటి సమయంలో ఇంటర్నెట్ ఆధారంగా వచ్చిన ఓటీటీ అనే

TVF నిర్మించిన వెబ్ సిరీస్ లో తప్పక చూడాల్సినవి..

1. పర్సనెంట్ రూమ్మేట్స్ (8.6/10)
2. ఫ్లేమ్స్ (9.2/10)
3. పంచాయత్ (8.8/10)
4. కోటా ఫ్యాక్షరీ (9.1/10)
5. పిచ్చర్స్ (9.1/10)

సరికొత్త మాధ్యమం కంటెంట్ పరంగా ఎన్నో సంచలనాత్మకమైన మార్పులు తీసుకొచ్చింది. ముఖ్యంగా సినిమా అంటే అర్థం పర్థం లేని కేవలం వినోదం, టీవి అంటే కేవలం

మెలోడ్రమాటిక్ సీరియళ్లు అని ఎప్పుట్నుంచో పేరుకుపోయిన పాత ధోరణులు చేధించుకుని సరికొత్త కథలు చెప్పడానికి, వాస్తవికత ప్రధానమైన విషయాల నిర్మోహమాటంగా చర్చించడానికి అవకాశం కల్పించడమే కాకుండా, సెన్సార్ కారణంగానో లేదో ఇతర కారణాల చేత స్క్రీన్ మీద రాకుండా నిరోధించబడిన ఎన్నో భావోద్వేగాలను ప్రెజెంట్ చేయడానికి అవకాశం దొరికింది. TVF సంస్థ రూపొందించిన ఏ సిరీస్ చూసినా ఆ విషయం కొట్టొచ్చినట్టు అర్థమవుతుంది.

ఐఐటిలో చదువుకుని బయటకొచ్చిన కొంతమంది యువతీయువకులు కలిసి స్థాపించిన TVF సంస్థ, ఈ తరం యువతీ యువకుల మనస్తత్వాలను పూర్తిగా అర్థం చేసుకుని, వారికి అందుబాటులో లేని సరికొత్త కంటెంట్ ని అందించడంలో ముందున్నారు. అందుకే ఈ రోజు భారతదేశంలో పన్నున్న ఉత్తమ వెబ్ సిరీస్ లు ఆ సంస్థ నుంచే ఎక్కువగా వస్తున్నాయి. అందులో కొన్ని తెలుగులో కూడా రిమేక్ అవబోతుండడం విశేషం.

- వెంకట్ శివారెడ్డి, venkat@navatarangam.com

తృతీయ ప్రకృతి వాస్తవాల కథా కడలి

వాళ్ల రూపం వేరు. లోపలి ఆలోచనలు వేరు. ప్రవర్తన వేరు. అందుకే థర్డ్ జెండర్ అని వాళ్లను వెలిపేస్తున్నారు. ఆ తృతీయ ప్రకృతి జీవితాలు, సమస్యలు, ఆ సమస్యలకు పరిష్కారాలను సాహిత్యం ద్వారా చూపే ఉద్దేశ్యంతో 2019లో కథల పోటీ నిర్వహించింది సమన్విత సంస్థ. ఆ కథలను 'అస్మిత' పేరుతో ప్రకటించింది. 19 కథలున్న ఈ సంకలనంలో ప్రతి కథా ట్రాన్స్ జెండర్స్ ఆలోచనలను, వ్యక్తిత్వాలను, అనుభవాలను ప్రతిబింబిస్తుంది. 'కసారా నుండి రైలు' కథలో ట్రాన్స్ జెండర్ ప్రీతి జీవితాన్ని తెలుసుకున్న శ్రీహరి సొంతగా ఓ గార్మెంట్ ఇండస్ట్రీ పెట్టి వాళ్లకు చేదోడుగా నిలబడతాడు. 'తోటమాలి చమత్కారం' కథ వాళ్లకు వైద్యం చేయడమే కాకుండా, వాళ్లను అన్నివిధాలా ఆదుకున్న డాక్టర్ ఔన్నత్యాన్ని కళ్లకు కడుతుంది. ఈస్ట్ డిల్లీలోని త్రిలోక్ పురిలో 2014 అక్టోబర్ 24న ఓ వివాహానికి హిజ్రాలు వెళ్లినప్పుడు జరిగిన యధార్థ సంఘటన ఆధారంగా రాసిన 'మానవత్వం' కథ హిజ్రాలపై సానుకూల దృక్పథాన్ని ఏర్పరుస్తుంది. 'పంజరం' కథలో డాక్టర్ కావాలనుకున్న మహేష్ మహేశ్వరిగా పేరుమార్చుకుని హిజ్రాలలో కలిసిపోయిన తీరు హృదయాన్ని ద్రవీభరింపజేస్తుంది. ఓ పురుషుడి ప్రేమకోసం స్త్రీగా మారి, వివాహం చేసుకుని మోసపోయిన ఛమేలీ జీవితంలోని ఒడిదుడుకులు పాఠకుల మనస్సుపై గాఢంగా ముద్రవేస్తాయి. ఈ కథల్లోని మలుపులు, భాష, స్పష్టమైన తీరు ఆకట్టుకుంటాయి. ఈ కథల కడలిలోకి తీసుకెళ్లే మూడు ముందుమాటలు వీటిపై అవగాహననే కాదు, తృతీయ ప్రకృతికున్న పౌరాణిక, చారిత్రక, సాంస్కృతిక, రాజకీయ, న్యాయ చట్టాల గురించి తెలియజేస్తాయి. మొత్తంగా ఈ పుస్తకం మనలో కొత్త ద్వారాలు తెరుస్తుంది అనడంలో సందేహం లేదు.

- ఎ. రవీంద్రబాబు



అస్మిత (ట్రాన్స్ జెండర్స్ పై కథానికల సంకలనం)
ముద్రణ: సమన్విత, ఐద్యూ, కోహరి ట్రస్ట్
పేజీలు: 162, వెల: రూ. 200, ప్రతులకు: సమన్విత నెం: 3-274/207, శ్రీరామ్స్ స్నేహ అవెన్యూ, కుంచనపల్లి, అమరావతి, ఆంధ్రప్రదేశ్; ప్రజాశక్తి బుక్ హౌస్. సెల్: 94900 98620

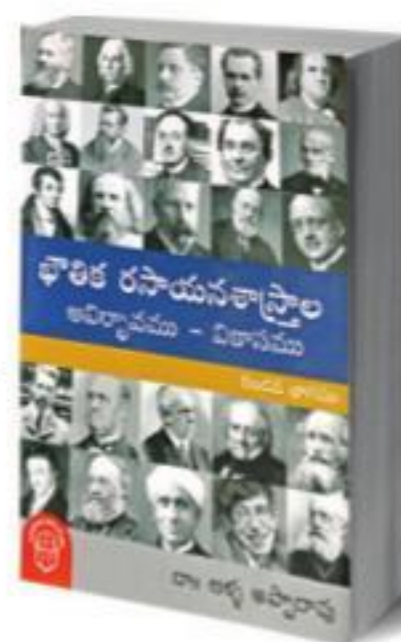


మానవాళికి సైన్స్

ఈ రోజు ఎన్నో అధునాతన సౌకర్యాలతో ఎంతో సుఖంగా జీవిస్తున్నామంటే దీని వెనుక చాలా మంది శాస్త్రవేత్తల కృషి ఉందనేది కాదనలేని సత్యం. తమ విలువైన జీవితాలను త్యాగం చేసి ఎన్నో ఆవిష్కరణలు చేశారు సైంటిస్టులు. అలాంటి ఎంతో మంది భౌతిక, రసాయన శాస్త్రవేత్తల పరిచయం కలుగుతుంది ఈ పుస్తకం ద్వారా. ముఖ్యంగా రసాయన ప్రాథమిక సూత్రాల నుంచి పరమాణు నిర్మాణ శిల్పం, పరమాణు సంయోగం, పదార్థ నిర్మాణం, విద్యుత్ కృత్తి, ఉష్ణము, పని, ఇంద్రధనస్సు ఇలా ఎన్నో విషయాల సమగ్ర అవగాహన కలుగుతుంది. కృష్ణ బిలాన్ని వివరించిన స్టీఫెన్ హాకింగ్ గురించిన ఒక చాప్టర్ పెట్టడం బావుంది. పర్యవరణం మీద రాసిన చివరి అధ్యాయం చాల ఆసక్తి కలిగిస్తుంది. రోజు రోజుకు పెరుగుతున్న భూతాపం దాని పర్యవసానాల్ని రచయిత చాలా లోతుగా చర్చించారు. కాలుష్యాన్ని పెంచడంలో అమెరికా, చైనాల పాత్ర ఎలాంటిది. మనిషి తాను కూర్చున్న కొమ్మను తానే ఎలా నరుక్కుంటూ పోతున్నాడు, వేడికొద్దీ వినాశనం ఎలా జరుగుతోంది, రుతువుల అపసవ్య గమనం ఎలాంటి తీవ్ర ఫలితాలనిస్తుంది అనే విషయాలు భయాన్ని కలిగిస్తాయి. ఇజ్రాయిల్, కెనడాలతో పోల్చితే చెట్ల పెంపకంలో మనమెంత వెనకబడి ఉన్నామో అర్థమై మనిషి మనుగడ రాను రాను మరింత సంక్లిష్టం కానుందని తెలుస్తుంది.

- వెల్లండి శ్రీధర్

భౌతిక రసాయన శాస్త్రాల ఆవిర్భావం - వికాసం, రచన: డా. ఆళ్ళ అప్పారావు
పేజీలు: 416, వెల: రూ. 350
ప్రతులకు: విశాలాంధ్ర పబ్లిషింగ్ హౌస్



ఇవీ వచ్చాయి

ఎద్దు ఎవుసం సురుకుల వైద్యం
రచన: గులాబీల మల్లారెడ్డి
పేజీలు: 136, వెల: రూ.100
ప్రతులకు: 9848787284

కరోనా... అనుభవాలు-వాస్తవాలు
రచన: అలపర్తి పిప్పయ్యచౌదరి
పేజీలు: 50, వెల: అమూల్యం
ప్రతులకు: 9177013845

తింగరొడు
రచన: శ్రీమతి ఉదయశ్రీ ప్రభాకర్
పేజీలు: 56, వెల: రూ.100
ప్రతులకు: 9866687134

వీరగాధ
రచన: మల్లవరపు రాజేశ్వరరావు
పేజీలు: 120, వెల: రూ.125
ప్రతులకు: 9989265444

విరోధాభాస
రచన: రూప్సి కొప్పిశెట్టి
పేజీలు: 164, వెల: రూ.150
ప్రతులకు: 040-27678430



అశ్వినీ, భరణి, కృత్తిక 1వ పాదం

మేషం కష్టమనిపించినా యత్నాలు కొనసాగించండి. మీ కృషి త్వరలో ఫలిస్తుంది. కొత్త ఆలోచనలు స్ఫురిస్తాయి. ఆత్మీయుల సలహా పాటిస్తారు. ఆందోళన కలిగించిన సమస్య సద్దుమణుగుతుంది. ఆదాయానికి తగ్గట్టుగా ఖర్చులుంటాయి. పొదుపునకు ఆస్కారం లేదు. పెట్టుబడుల విషయం వునరాలోచించండి. గురు, ఆదివారాల్లో పనుల్లో అవాంతరాలు ఎదురవుతాయి. ఇతరుల పిల్లల విషయంలో శుభ ఫలితాలున్నాయి.



కృత్తిక 2,3,4; రోహిణి, మృగశిర 1,2 పాదాలు

వృషభం పరిస్థితులు అనుకూలిస్తాయి. అవిశ్రాంతంగా శ్రమిస్తారు. సంప్రదింపులకు అనుకూలం. ముందుచూపుతో తీసుకున్న నిర్ణయం సత్ఫలితమిస్తుంది. ఉల్లాసంగా గడుపుతారు. ధన లాభం ఉంది. ప్రణాళికలు రూపొందించుకుంటారు. బుధవారం నాడు చెల్లింపుల్లో జాగ్రత్త. గృహం ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. బాధ్యతలు అప్పగించవద్దు. గత తప్పిదాలు పునరావృతమయ్యే ఆస్కారం ఉంది. ఇంటి విషయాలపై శ్రద్ధ వహిస్తారు.



మృగశిర 3,4; ఆర్ద్ర, పునర్వసు 1,2,3 పాదాలు

మిథునం ఆర్థికంగా నిలదొక్కుకుంటారు. రుణ ఇబ్బందులు తొలగుతాయి. ఖర్చులు సామాన్యం. అనుకున్నది సాధిస్తారు. సంప్రదింపులతో తీరిక ఉండదు. గురు, శుక్రవారాల్లో వ్యవహారాల్లో జాగ్రత్త. భేషజాలు, మొహమాటాలకు పోవద్దు. మంచి చేయబోతే చెడు ఎదురవుతుంది. బంధు మిత్రులు మీ వైఖరిని తప్పుపడతారు. పనుల్లో అవాంతరాలు ఎదురవుతాయి. మనోధైర్యంతో ముందుకు సాగండి. జూదాల జోలికి పోవద్దు.



పునర్వసు 4వ పాదం, పుష్యమి, ఆశ్లేష

కర్కాటకం కొన్ని విషయాలు అనుకున్నట్టే జరుగుతాయి. ఆలోచనల్లో మార్పు వస్తుంది. పెద్దల సలహా పాటిస్తారు. ఆందోళన కలిగించిన సమస్య సద్దుమణుగుతుంది. శని, ఆదివారాల్లో ఒత్తిడి, శ్రమ అధికం. కొత్త యత్నాలకు శ్రీకారం చుడతారు. అంతరంగిక విషయాలు వెల్లడించవద్దు. ధనలాభం ఉంది. సకాలంలో చెల్లింపులు జరుపుతారు. రశీదులు జాగ్రత్త. బాధ్యతలు స్వయంగా చూసుకోవాలి. చిన్ననాటి పరిచయస్తులను కలుసుకుంటారు.



మఖ, పుబ్బ, ఉత్తర 1వ పాదం

సింహం సమర్థతను చాటుకుంటారు. గౌరవమర్యాదలు పెంపొందుతాయి. పదవులు, బాధ్యతల స్వీకరణకు అనుకూలం. ఖర్చులు అదుపులో ఉండవు. విలాసాలకు వ్యయం చేస్తారు. మంగళ, బుధవారాల్లో విలువైన వస్తువులు జాగ్రత్త. మీ ఆలోచనలను తప్పుదారి పట్టించేందుకు కొంత మంది యత్నిస్తారు. వ్యవహారాలు మీ చేతుల మీదుగా సాగుతాయి. ఇరువర్గాల వారు మీ సలహా పాటిస్తారు. ఆత్మీయుల క్షేమం తెలుసుకుంటారు.



ఉత్తర 2,3,4; హస్త, చిత్త 1,2 పాదాలు

కన్య ఈ వారం అనుకూలదాయకమే. అనుకున్నది సాధిస్తారు. కొంత మొత్తం ధనం అందుతుంది. ఖర్చులు విపరీతం. పరిచయస్తులు ధనసహాయం అర్థిస్తారు. పెద్దమొత్తం సాయం తగదు. మీ ఇష్టాయిష్టాలను సుస్థిరంగా వ్యక్తం చేయండి. అవగాహన లేని విషయాల్లో జోక్యం తగదు. పిల్లల ద్వారా శుభవార్తలు వింటారు. పనులు హడావుడిగా సాగుతాయి. పూర్వ విద్యార్థులను కలుసుకుంటారు. పరిచయాలు బలపడతాయి.



చిత్త 3,4; స్వాతి, విశాఖ 1,2,3 పాదాలు

తుల కలిసివచ్చే కాలం. వ్యవహారానుకూలత ఉంది. కొన్ని ఇబ్బందులు తొలగుతాయి. మనస్సు ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. ఖర్చులు అధికం, డబ్బుకు ఇబ్బంది ఉండదు. ఆస్తులకు సాయం అందిస్తారు. ఆలోచనలు కార్యరూపం దాల్చుతాయి. కొత్త పనులు చేపడతారు. పెట్టుబడులకు అనుకూలం. పత్రాలు అందుకుంటారు. బాధ్యతలు అప్పగించవద్దు. పరిచయం లేని వారితో జాగ్రత్త. ఏజెన్సీలు, కాంట్రాక్టులు దక్కించుకుంటారు.



విశాఖ 4వ పాదం; అనూరాధ, జ్యేష్ఠ

వృశ్చికం సంప్రదింపులు ముందుకు సాగవు. ఆలోచనలు చికాకుపరుస్తాయి. ఏ విషయంపై ఆసక్తి ఉండదు. తప్పుటడుగు వేస్తారు. అవకాశాలు చేజారిపోతాయి. మీ అశక్తతను కుటుంబీకులు అర్థం చేసుకుంటారు. స్థిమితంగా ఉండటానికి యత్నించండి. గురు, ఆదివారాల్లో ఖర్చులు విపరీతం. రుణాలు, చేబడుళ్లు స్వీకరిస్తారు. సన్నిహితుల కలయిక ఉత్సాహాన్నిస్తుంది. మనోధైర్యంతో ముందుకు సాగుతారు. ప్రయాణ లక్ష్యం నెరవేరుతుంది.



మూల, పూర్వాషాఢ, ఉత్తరాషాఢ 1వ పాదం

ధనుస్సు లక్ష్యాన్ని సాధిస్తారు. ఆదాయం బాగుంటుంది. ప్రణాళికలు రూపొందించుకుంటారు. అంచనాలు ఫలిస్తాయి. సమర్థతను చాటుకుంటారు. కొత్త పరిచయాలేర్పడతాయి. శుక్ర, శనివారాల్లో ఒత్తిడి, శ్రమ అధికం. ప్రముఖుల సందర్శనం వీలు పడదు. అయిన వారితో సంప్రదింపులు జరుపుతారు. పెట్టుబడులకు అనుకూలం. వేడుకకు సన్నాహాలు సాగిస్తారు. బంధుత్వాలు బలపడతాయి. వాహనం నడిపేటపుడు జాగ్రత్త.



ఉత్తరాషాఢ 2,3,4; శ్రవణం, ధనిష్ఠ 1,2 పాదాలు

మకరం చర్యలు పురోగతిని సాగుతాయి. మీ ఆలోచనల్లో మార్పు వస్తుంది. సముచిత నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. ఆదాయం బాగుంటుంది. కొన్ని ఇబ్బందులు తొలగుతాయి. పనుల సానుకూలతకు మరింత శ్రమించాలి. ఆది, సోమవారాల్లో అప్రమత్తంగా ఉండాలి. బాధ్యతలు అప్పగించవద్దు. నమ్మకస్తులే తప్పుదారి పట్టించేందుకు యత్నిస్తారు. కావలసిన పత్రాలు సమయానికి కనిపించవు. ఆత్మీయుల క్షేమం తెలుసుకుంటారు.



ధనిష్ఠ 3,4; శతభిషం, పూర్వాభాద్ర 1,2,3 పాదాలు

కుంభం కొత్త యత్నాలకు శ్రీకారం చుడతారు. అవిశ్రాంతంగా శ్రమిస్తారు. కష్టానికి తగ్గ ఫలితం ఉంది. వ్యతిరేకులు సన్నిహితులవుతారు. రోజువారీ ఖర్చులే ఉంటాయి. మంగళ, బుధవారాల్లో ఫోన్ సందేశాలను విశ్వసించవద్దు. పనులు మందకొడిగా సాగుతాయి. ఆరోగ్యం పట్ల జాగ్రత్త వహించాలి. పెద్దలతో సంప్రదింపులు జరుపుతారు. భేషజాలు, మొహమాటాలకు పోవద్దు. పాత మిత్రులను కలుసుకుంటారు.



పూర్వాభాద్ర 4వ పాదం, ఉత్తరాభాద్ర, రేవతి

మీనం ప్రతికూలతలు అధికం. అవకాశాలు అందినట్టే అంది చేజారిపోతాయి. స్థిమితంగా ఉండండి. ఏ విషయాన్ని తీవ్రంగా తీసుకోవద్దు. ఈ చికాకులు తాత్కాలికమే. త్వరలో పరిస్థితులు చక్కబడతాయి. రావలసిన ధనం అందుతుంది. గురు, శుక్రవారాల్లో నగదు స్వీకరణలో జాగ్రత్త. పనులు మందకొడిగా సాగుతాయి. పత్రాల రెన్యూవల్లో మెలకువ వహించండి. బంధు మిత్రుల ఆతిథ్యం ఆకట్టుకుంటుంది.

● మీ అభిప్రాయాలు/సూచనల కోసం.. sunday.aj@gmail.com

పూరణ నిర్వహణ : గౌరవ

అడ్డం

- అహింసే వీరి ఆయుధం! (2)
- పడవ (2)
- ఒక తెలుగు సంవత్సరం; సదా నిండు పాత్ర (3)
- హర్షం వెలిబుచ్చడం (4)
- హంస (3)
- వందతో సమస్యారం (3)
- నాగలి (2)
- నూటికి సమానం (2)
- పగలు లేదా అంత్యభిర్య (2)
- కర్మలను ఆచరించేవాడు (4)
- (గడ్డి) కుప్ప (2)
- అర్థభాగం (2)
- రామాయణ పద్యకావ్య కవయిత్రి (2)
- తింటే గారెలు, మరి వింటే! (3)
- ఉరుముతో పడే నిర్ణాతం (3)
- - ని తప్పించుకోవడం ఎవరి తరం? (2)
- సేవకురాలు, విరాట కొలువులో సైరంధ్రీ (3)
- కవిత్రయంలో ఒకరు (3)
- తిరగబడ్డ రాధేయుడు (2)
- జేబ్ తగిలిస్తే ఒక మొగల్ చక్రవర్తి (3)
- వలయంతో కలువ (4)
- ఉర్దూ వీవన (2)
- తప్పెట (2)
- శిరస్సు (2)
- అటుగా వచ్చిన అన్న భార్య (3)
- తిరగబడ్డ తప్పు (4)
- గరంతో పట్నం (3)

నిలువు

- అర్జునుడి విల్లు (3)
- బొడ్డు (2)
- కవనంలో దాగిన అడవి (2)
- అగ్ని (3)
- నరకలోకపు రాజు (4)
- మంగళసూత్రం (2)
- అంతులేనిది; శ్రీశ్రీ ఆత్మకథ (3)
- కాల్పుట (3)
- పదవ తిథి (3)
- భూమి, ఆకాశం కలిసే చోటు (3)
- అబద్ధం (2)
- వీరుడు (3)
- బ్రహ్మసతి (3)
- బాసరలో కొలువైన

దేవత (4)

- వాడుకలో మకరం (3)
- - - - - కథతో సినారె సినీ ప్రస్థానం మొదలైంది (6)
- తిరస్కారం (3)
- మనిషితనం (4)
- నిశ్చితాభిప్రాయం (3)
- తిరగబడ్డ శునకం (2)
- మూలికల మందు (3)
- ద్యారబంధం (3)
- ల ద్వయంతో స్త్రీ (3)
- వాడుకలో వరాహం (2)
- బాకీ, ఇది ఎప్పటికైనా ముప్పు - కిందనుండి (2)
- - లేనిది నాలుక, ఒక నానుడి! (2)

1		✳	2	3	✳	4		5	✳	6
	✳	7			8		✳	9		
10	11		✳	✳	12		✳		✳	✳
✳	13		✳	14		✳	15		16	
17		✳	18		✳	19		✳		✳
	✳	20		✳		✳	21		22	
23	24	✳		✳	25		26	✳	✳	
✳		✳	27	28		✳	29		✳	
30		31	✳	32		33		✳	34	
	✳	35	36	✳	37		✳	38		
39				✳	✳	40			✳	

అనగనగనగా...



ఊర మాన్ పాత్రలో నాగార్జున

తెలుగులో వచ్చిన ద్వీపాత్రాభినయ చిత్రాలన్నీ దాదాపుగా హిట్టే. ఒకే పోలికలు ఉన్న ఇద్దరు హీరోల్లో ఒకరు సాఫ్ట్, మరొకరు ఊర మాన్... ద్వీపాత్రాభినయ చిత్రాల కథలన్నీ ఇలా ఒకేరకంగా ఉంటాయి. నాగార్జున తొలిసారిగా ద్వీపాత్రాభినయం చేసిన 'హలో బ్రదర్ చిత్రం కథ కూడా ఇంతే. ఇలాంటి ద్వీపాత్రాభినయ చిత్రకథలకు మూలం ఎన్నో ఆర్ నటించిన 'రాముడు-భీముడు'. ఆ చిత్రకథనే అటుఇటు తిప్పి, రకరకాలుగా మార్చి కొత్తకథలు వండి వారుస్తున్నారు రచయితలు. ఈవీవీ సత్యనారాయణ దర్శకుడు కావడంతో 'హలో బ్రదర్ చిత్రంలో కామెడీ డోస్ ఎక్కువైంది. ముఖ్యంగా దేవాగా నాగార్జున పోషించిన మాన్ పాత్ర సినిమాకు హైలైట్ అయింది. గోదావరి జిల్లాల యానతో నాగార్జున డైలాగులు చెప్పిన తీరు అందరినీ అలరించింది. అలాగే బ్రహ్మానందంతో కలసి ఆయన చేసిన కామెడీ బాగా కుదిరింది. ఈ చిత్రంలో రమ్యకృష్ణ, సౌందర్య హీరోయిన్లుగా నటించారు. నాగార్జున సరసన తొలిసారిగా ఈ చిత్రంలోనే నటించారు సౌందర్య.

- వినాయకరావు

గత వారం జవాబులు

1	అ	శ్వ	తృ	2	మ	✳	3	షి	4	హం	5	స	ధ్వ	ని
6	క	✳	✳	7	క	✳	8	మి	✳	9	గ	జ్జ	✳	✳
10	✳	✳	✳	11	రం	✳	12	రి	✳	13	క్ష	✳	14	హ
15	✳	✳	✳	16	దం	✳	17	డ	✳	18	ప	✳	19	క్కు
20	✳	✳	✳	21	✳	✳	22	✳	✳	23	✳	✳	24	✳
25	✳	✳	✳	26	✳	✳	27	✳	✳	28	✳	✳	29	✳
30	✳	✳	✳	31	✳	✳	32	✳	✳	33	✳	✳	34	✳
35	✳	✳	✳	36	✳	✳	37	✳	✳	38	✳	✳	39	✳
40	✳	✳	✳	41	✳	✳	42	✳	✳	43	✳	✳	44	✳

'స్వామ్యమ్యాన్' కదిలాడు!

ఒకేచోట కదలకుండా బొమ్మలా గంటల తరబడి నిల్వడమంటే మాటలు కాదు. పైగా చుట్టూ మూగిన జనం వెకిలి చేష్టలు చేస్తున్నా, అరుస్తున్నా... ఏకాగ్రత ఏమాత్రం చెదరకుండా 35 ఏళ్లుగా 'స్వామ్యమ్యాన్'గా ఉద్యోగం చేస్తున్నాడు అబ్దుల్ అజీజ్. చెన్నైలోని 'వీజీపీ గార్డెన్స్'కు వెళ్లినవారికి ఈ 'స్వామ్యమ్యాన్' సుపరిచితుడే. సామాన్యుల నుంచి సెలబ్రిటీల దాకా లక్షలాది మంది ఆయనను నవ్వింపాలని చూసి విఫలమైన వారే. అయితే సుదీర్ఘకాలంగా ఇక్కడే 'డ్యూటీ' చేస్తున్న ఈ 'స్వామ్యమ్యాన్' కరోనా కారణంగా నిరుద్యోగిగా మారి ... అక్కడి నుంచి కదలాల్సి వచ్చింది..

చెన్నైలోని పర్యాటక ప్రాంతాల్లో 'వీజీపీ గార్డెన్స్' ముందువరుసలో ఉంటుంది. దాని ప్రధాన ద్వారం వద్ద ద్వారపాలకుడిలాగా ఒక శిల్పం కనిపిస్తుంది. దగ్గరికెళ్తేగానీ అది శిల్పం కాదని, ద్వారపాలకుడి వేషధారణలో ఉన్న ఒక వ్యక్తి అని తెలిసి ఆశ్చర్యపోతారు సందర్శకులు. ఏమాత్రం కదలకుండా, కనీసం కనురెప్పలు కూడా కదల్చకుండా అచ్చంగా బొమ్మలా గంటల తరబడి నిల్వడం అబ్దుల్ అజీజ్కు మాత్రమే సాధ్యమైన విద్య. అందుకే ఆయనను భారతీయ 'స్వామ్యమ్యాన్'గా పిలుస్తారు. ఈ ఉద్యోగాన్ని ఆయన గత 35 ఏళ్లుగా చేస్తున్నారు. ఆరుగంటల పాటు కదలకుండా నిలుచోవడమే అజీజ్ రోజు వారీ డ్యూటీ. విధి నిర్వహణలో ఆయన ఇప్పటిదాకా కొన్ని లక్షల మంది సందర్శకులకు వినోదాన్ని పంచినప్పటికీ కరోనా కారణంగా ఈ ఏడాది మార్చి నుంచి పార్క్ మూసేయడంతో ఉపాధి కోల్పోయారు. "లాక్డౌన్ కారణంగా కంపెనీ తాత్కాలికంగా మూసేశారు. నేను ఇప్పటికీ వీజీపీ గార్డెన్స్ ఉద్యోగినే. కానీ డ్యూటీకి మాత్రం వెళ్లడం లేదు. యజమానులను అడిగితే అక్టోబర్ 1 నుంచి పార్క్ ప్రారంభం కావచ్చని అంటున్నారు. మార్చిలో నా చివరి జీతం తీసుకున్నా. ఏప్రిల్లో సగం జీతం మాత్రమే ఇచ్చారు. ఆ తర్వాత అది కూడా మానేశారు. దాంతో బతకడానికి ఇంట్లో ఉన్న వస్తువులు అమ్ముకోవాల్సి వస్తోంది" అని బాధను వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

1985 నుంచి...

వీజీపీ గార్డెన్స్లో చేరకముందు అజీజ్ వాచ్మ్యాన్గా పనిచేసేవారు. ఆయనకన్నా ముందు 'స్వామ్యమ్యాన్'గా సుబ్రహ్మణ్యన్ అనే వ్యక్తి చేసేవారు. "ఆయనను చూసే నాకు ఆసక్తి కలిగింది. నేను కూడా 'స్వామ్యమ్యాన్'గా చేస్తానని కంపెనీలో అప్లికేషన్ పెట్టుకున్నా. 1985లో నాకు ఈ ఉద్యోగం ఇచ్చారు. ఇన్నేళ్ల విధి నిర్వహణలో సామాన్యుల నుంచి సెలబ్రిటీలదాకా కొన్ని లక్షల మందికి వినోదాన్ని పంచాను. వారిలో శివాజీ గజేశన్, విజయ్కాంత్, విక్రమ్, అర్జున్ వంటి హీరోలు కూడా ఉన్నారు. వారంతా నా ఏకాగ్రతను దెబ్బతీయాలని ప్రయత్నించి విఫలమయ్యారు" అంటూ నవ్వుతూ గతాన్ని గుర్తుచేసుకున్నారాయన.

వ్యాయామాలు, పవర్ యోగా...

చూడటానికి సరదాగా కనిపించినప్పటికీ

'స్వామ్యమ్యాన్' ఉద్యోగం అనేది అత్యంత క్లిష్టమైనది. సాధారణంగా ఒక అరగంట, గంట పాటు ఒకేచోట కూర్చుంటేనే, నిలుచుంటేనే శరీరంలో రక్తప్రసరణ ఆగిపోయినట్టుగా ఉంటుందెవరికైనా. అలాంటిది ఎలాంటి కదలిక లేకుండా ఆరుగంటల పాటు నిల్చున్న చోటే శిల్పంలా ఉండాలంటే దానికి ఏకాగ్రతతో పాటు శరీరదారుడ్యం కూడా ఉండాలి. "నేను యుక్తవయసులో ఉన్నప్పుడు తిన్న తిండి నన్ను ఒకవిధంగా శక్తిమంతంగా మార్చింది. నేను రోజూ ఉదయం పవర్ యోగా, వ్యాయామాలు తప్పనిసరిగా చేస్తుంటా. తిండి విషయంలో జాగ్రత్తలు తీసుకుంటా. నేను సుమారు ఏడు గంటల పాటు కనీసం నీళ్లు తాగకుండా, టాయిలెట్కు వెళ్లకుండా షోరూమ్లో బొమ్మలా నిల్వేవాలి. ఎంతోమందికి వినోదాన్ని పంచే నా ఉద్యోగం వెనుక ఇంత కష్టం దాగుంది" అన్నారాయన. ఒకానొక దశలో 'స్వామ్యమ్యాన్'ను నవ్వింపినా, కదిలేలా చేసినా 10 వేల రూపాయల బహుమానాన్ని కూడా నిర్వాహకులు పార్క్ సందర్శకులకు ప్రకటించారు. అయితే ఒక్కరు కూడా విజేత కాలేకపోయారు.

'స్వామ్యమ్యాన్' అజీజ్ వయసు ప్రస్తుతం 57 ఏళ్లు. ఆయనకు డిగ్రీ చదివిన ముగ్గురు కొడుకులున్నారు. వాళ్లను మాత్రం ఇలాంటి ఉద్యోగం వైపు రావద్దని కోరుతున్నా అన్నాడు. సుదీర్ఘకాలం ఒకేచోట నిలబడి ఉండటం, వయసు మీద పడటంతో .. ఆయనలో క్రమక్రమంగా శక్తి సన్నగిల్లుతోంది. కరోనా సంక్షోభం ఈ 'స్వామ్యమ్యాన్'ను కదిలించినా... పరిస్థితులు కుదుటపడి పార్కు తెరుచుకున్న తర్వాత అజీజ్ వారసడేవరనేది మిలియన్ డాలర్ల ప్రశ్న. ✿

కరోనా ఎఫెక్ట్..

ఆయన తరువాత ఎవరు..

వయసు రీత్యా కరోనాకు ముందే అజీజ్ రెండుసార్లు ఉద్యోగం మానుకోవాలనుకున్నారు. అయితే మేనేజ్మెంట్ బుజ్జగించి జీతం రెండు వేల రూపాయలు పెంచింది. అజీజ్ కంపెనీ విజ్ఞప్తి మేరకు తన వారసుడిని వెదికే ప్రయత్నంలో ఉన్నారు. తన స్థానాన్ని భర్తీ చేసేవారి కోసం శిక్షణ కార్యక్రమం కూడా మొదలెట్టారు. ఎట్టకేలకు ఐదుగురికి శిక్షణ ఇచ్చి, అందులో ఒకరిని ఎంపిక చేసుకున్నారు. అతను నిలబడతాడో లేదో కాలమే నిర్ణయించాలి.



మీవారం
SAVE THE DATE
2020 ■ **27-5**
సెప్టెంబర్- అక్టోబర్

ప్రపంచ పర్యాటక దినోత్సవం: దేశాల మధ్య స్నేహబంధాన్ని గట్టిపరుస్తుంది పర్యాటక రంగం. ఆర్థికాభివృద్ధికి కూడా దోహదపడుతుంది. ఈ సందర్భంగా వివిధ దేశాలు పర్యాటకాన్ని పెంపొందించే కార్యక్రమాల్ని చేపడతాయి.

ఆదివారం 27
కూతుర్ల దినోత్సవం: సెప్టెంబరులో ఆఖరు ఆదివారాన్ని కూతుర్ల దినోత్సవంగా అంతర్జాతీయంగా జరుపుకుంటాం. కొడుకూ కూతురికీ మధ్య వివక్ష ఉండరా దంటూ భారతదేశం నిర్దేశించిన ఈ రోజుని మిగతా దేశాలన్నీ అనుసరిస్తున్నాయి.

ప్రపంచ ర్యాబిన్ వ్యతిరేక దినం: ఈ రోజునే ర్యాబిన్ వ్యాధికి బీకా కనుగొన్నాడు లూయిస్ పాచ్చర్. కుక్కకాటు వల్ల వచ్చే ఈ వ్యాధి గురించి అవగాహనా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తారు.
సంగళికారం 29 ప్రపంచ హృదయ దినం: 1999 నుంచి ఈ రోజును జరుపుకుంటున్నాం. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా హృద్రోగ కారణంగానే అత్యధిక మరణాలు సంభవిస్తున్నాయి. గుండెఆరోగ్యాన్ని కాపాడాల్సిన అవసరాన్ని చెప్పే రోజిది.

సూర్యారం 1
జాతీయ స్వచ్ఛంద రక్తదాన దినం: రక్తదాన గొప్పదనాన్ని చాటే దినమిది. మన దేశ 'రక్తమార్పిడి పితా మహుడి'గా పేరుతెచ్చుకున్న డా. జి.జి. జెల్లి జయంతినే ఈవిధంగా జరుపుకుంటున్నాం.
అంతర్జాతీయ కాఫీ దినోత్సవం: ప్రపంచ వ్యాప్తంగా మన్ననలు పొందిన చక్కటి పానీయం కాఫీ. మార్కెట్ నిండా ఎన్నో రకాల కాఫీలు లభిస్తున్నాయి. కాఫీ ప్రేమికులకే కాకుండా వాణిజ్యవేత్తల కోసం ఏర్పరచిన రోజిది.
ప్రపంచ శాఖాహార దినోత్సవం: శాఖాహార ఔన్నత్యాన్ని చాటే రోజిది. సంపూర్ణ ఆరోగ్యానికి శాఖాహారమే చక్కటి చిరునామా అని అనేక పరిశోధనలు తెలియజేస్తున్నాయి.

అంతర్జాతీయ అహింసా దినం: మహాత్మా గాంధీ జయంతి నేడు. అహింస అనే ఆయుధంతో ఆ మహానుభావుడు జరిపిన పోరాటం జగద్విదితం. 2007లో ఐక్యరాజ్య సమితి ఈరోజును అంతర్జాతీయ అహింసా దినంగా ప్రకటించింది.
ఘట్టారం 2
ప్రశ్నలన్నీ అర్థవంతంగానే ఉండాలని లేదు. తరగతి గదిలో చెత్త ప్రశ్నలైనా అడగండి అంటుంది సెప్టెంబరు 30. ఆరోజు 'అస్కే ఎ స్టూపిడ్ క్వశ్చన్ డే' మరి. పిల్లల్లో భయాన్ని తొలగించడమే ముఖ్యోద్దేశం.

మాస్కో, శానిటైజర్, హ్యాండ్ వాష్... 'కొవిడ్ 19' కారణంగా వీటితో సహజీవనం తప్పడం లేదు. కరోనా రాకుండా తమను తాము కాపాడుకోవడానికి ప్రతీ ఒక్కరూ రకరకాల ప్రయత్నాలు చేస్తూనే ఉన్నారు. ఇలాంటి సమయంలో ఆ మహమ్మారిని అరికట్టే 'యాంటీ వైరల్' దుస్తులు వస్తున్నాయంటే... ఎవరికైనా ఆసక్తిగానే ఉంటుంది. భవిష్యత్తులో అలాంటి దుస్తులు మార్కెట్ను ముంచెత్తడానికి సిద్ధం అవుతున్నాయి.

'యాంటీ వైరల్' దుస్తులు వచ్చేస్తున్నాయి!

థిల్లీకి చెందిన బిజినెస్మ్యాన్ 36 ఏళ్ల మణిందర్ సింగ్ నయ్యర్ను ఇంటర్నెట్లో ఒక వీడియో ఆకర్షించింది. 'కొవిడ్ 19' నుంచి బయటపడిన ఆయన యాంటీవైరల్తో తయారైన 'కోవెస్ట్' స్మార్ట్ జాకెట్ను చూడగానే ఆర్డర్ ఇచ్చాడు. కేవలం జాకెట్లే కాదు... రకరకాల వైరస్ల బారిన పడకుండా రక్షణ కవచంలా మారే ఇలాంటి 'యాంటీ వైరల్' దుస్తులను కూడా సిద్ధం చేస్తున్నారు డిజైనర్లు.



సాంకేతిక 'కళ'బోత!
కరోనా మహమ్మారి నుంచి కాపాడుకునేందుకు ఏ చిన్న మార్పునైనా అందిపుచ్చుకునేందుకు సిద్ధంగా ఉన్న జనం కోసం... మార్కెట్ వర్గాలు రకరకాల వ్యాపార ప్రయత్నాలు చేస్తూనే ఉన్నాయి. అందులో భాగంగా అహ్మదాబాద్లోని 'సేవనల్ ఇనిస్టిట్యూట్ ఆఫ్ డిజైన్' (ఎన్ఐడి) మాజీ ప్రొఫెసర్, 'క్రాఫ్ట్ విలేజ్' అండే ఇండియా క్రాఫ్ట్ పీక్ సహ వ్యవస్థాపకుడైన సోమేశ్ సింగ్ చేసిన బృహత్తర ప్రయత్నమే 'కోవెస్ట్' జాకెట్. దీనికి శరీర ఉష్ణోగ్రతకు సంబంధించిన డిస్ ప్లే ఉంటుంది. ఈ జాకెట్ను ధరిస్తే దీనిలోని ఎన్ఐడి ప్లస్ సెన్సర్ టెక్నాలజీ వల్ల ఎవరైనా రెండు మీటర్ల దూరంలో ఉండగానే మనల్ని అలర్ట్ చేస్తుంది. దీనికున్న ప్యాకెట్టు ఫోన్, వాచీ, రింగులు మొదలైనవాటిని శానిటైజ్ కూడా చేస్తాయి. ఈ కోవెస్ట్ రూపకల్పనలో ఎన్ఐ 9 ఎక్స్ టెన్-18 (ఒక రకమైన శానిటైజర్ మిశ్రమం) అనే స్పైస్ టెక్నాలజీని ఉపయోగించారు. ఈ టెక్నాలజీ వల్ల దుస్తుల పైభాగం శానిటైజ్తో కూడి ఉంటుంది. ఫలితంగా దీనిని ధరిస్తే వైరస్, బ్యాక్టీరియాల బారిన పడకుండా కాపాడుకోవచ్చు. అరోమాథెరపీ ద్వారా చక్కని సువాసనలు కూడా వెదజల్లుతుంది. అలాగే జాకెట్ కాలర్లో ఫేస్ మాస్క్ ఉంటుంది. ఇది ఈ నెలాఖరులో రిటైల్ మార్కెట్లోకి వస్తుంది. క్యాజువల్, ఫార్మల్, ఎడ్మిక్... ఇలా మూడు వేరియంట్లలో లభించే దీని ధర సుమారుగా రూ.5 వేలు ఉండొచ్చని అంటున్నారు.

బెడ్షీట్స్ కూడా...
కేవలం 'యాంటీ వైరల్' దుస్తులే కాదు... ఇళ్లలో బెడ్షీట్స్ను కూడా తయారుచేస్తున్నారు. యాంటీ మైక్రోబియల్ బెడ్షీట్స్ అనేక రకాల ఇన్ ఫెక్షన్ల నుంచి కాపాడుతాయని చెబుతున్నారు. "స్పిర్మిడ్గాండ్కు చెందిన ప్రత్యేకమైన రసాయనాలతో ప్యాట్రీక్ను ట్రీట్ చేసిన తర్వాత బెడ్ షీట్స్ను రూపొందిస్తున్నాం. 15 ఉతుకుల వరకు కూడా వాటి ప్రభావం అలాగే ఉంటుంది" అంటున్నారు 'శ్యాస్' సహ వ్యవస్థాపకులు సుధా ఆనంద్. కాటన్ శాటిన్ ప్యాట్రీక్తో రూపొందించిన ఈ ప్రత్యేక దుప్పట్లు ధర సుమారుగా మూడువేల రూపాయలు ఉంటుంది. వీటిని చల్లటి నీళ్లతో మాత్రమే ఉతకాల్సి ఉంటుంది. వీటికి కిట్నోతో కరోనా బారిన పడకుండా కాపాడుకునే అవకాశం ఉన్నప్పటికీ, వాటిని ధరించాలంటే కొన్ని ఇబ్బందులు తప్పవు. దీనిని గమనించిన 'నాన్ కెమిక్స్' నీకావో సాశా బోస్ 'నాన్ టెక్నాలజీ'తో సరికొత్త 'జంప్ సూట్'కు రూపకల్పన చేశారు. వీటిని ధరిస్తే చెమటలు పట్టకుండా హాయిగా ఉండొచ్చు. పైగా వీటికి కిట్టలాగా కాకుండా ఈ 'జంప్ సూట్'ను 30 సార్లు వాడొచ్చు. ✿

ప్రియాంక చోప్రా...
మహిళా సాధికారతకు
అంతర్జాతీయ
చిరునామా.
విజయానికి దగ్గరి
దారంటే అలుపెరగని
పరిశ్రమే అని
నిరూపించిన ధీర.
గల్లీ నుంచి
మొదలుపెట్టినా
హాలీవుడ్ స్థాయికి
ఎదిగింది. కలల
రాకుమారుడిని
పెళ్ళిచేసుకుంది. వచ్చే
ఏడాది ఆస్కార్
బరిలోకి దిగేందుకు
సిద్ధమవుతోంది
ప్రియాంక చోప్రా.

టాక్ షో

గోబల్ దేశీగర్!

ఇరవై ఏళ్ల కిందట ప్రపంచ సుందరి కిరీటాన్ని కైవసం చేసుకోవడంతో ప్రియాంక చోప్రా పేరు ఒక్కసారిగా వెలుగులోకి వచ్చింది. ఆమె పుట్టింది జార్జియాలో. వాళ్లది పంజాబీ కుటుంబం. అమ్మానాన్నలు సైన్యంలో వైద్యాధికారులుగా పనిచేసేవారు. వృత్తిరీత్యా అనేక ప్రాంతాల్లో నివసించారు. పదమూడేళ్లప్పుడు అమెరికాలోని అత్త దగ్గరికి వెళ్లింది చదువుకోవడానికి. అక్కడే ఆమెకు ప్రపంచం తెలియవచ్చింది. పాశ్చాత్య సంగీతాన్ని నేర్చుకుని గాయనిగా మారింది. జాత్యహంకారానికి గురైంది. ప్రియాంక రంగు, కాళ్లను చూసి కొంత మంది పిల్లలు గేలి చేసేవారట. 'అప్పట్లో చాలా బిడియస్తురాలిని. గట్టిగా

మాట్లాడాలంటే భయం. వాళ్లందరి ముందు ఎలా నిలబడ్చుకోవాలో తెలిసేది కాదు. బాగా కష్టపడి పని చేయడం మాత్రం తెలుసు. ఏ కాళ్లను చూసి వాళ్లు ఆనాడు గేలి చేశారో ఇప్పుడు ఆ కాళ్లే పన్నెండు ట్రాండ్లను ప్రమోట్ చేస్తున్నాయి' అని చిన్నప్పటి అమెరికా రోజుల్ని గుర్తుచేసుకుంటుంది.

ప్రపంచ సుందరి

కొన్నేళ్ల తరవాత ఇండియా తిరిగి వచ్చేసింది. ముంబయి కాలేజీలో చేరింది. తల్లి ప్రోద్బలంతో 'మిస్ ఇండియా' పోటీలలో పాల్గొని రెండో స్థానాన్ని సాధించి 'మిస్ వరల్డ్ పోటీలకు' ఎంపికయ్యింది. 2000లో ప్రపంచ సుందరి కిరీటాన్ని సాధించిన అయిదో భారతీయురాలిగా చరిత్రకెక్కింది. అంతే.. సినిమా ఆఫర్లు వెతుక్కుంటూ వచ్చాయి. ప్రియాంక తెరంగేట్రం చేసింది తమిళ చిత్రం 'తమిజా'తో. విజయ్ హీరో. ఇందులో ప్రియాంక ఓ పాట కూడా పాడడం విశేషం. ఆ తరవాతే 'ది హీరో' తో హిందీ చిత్రసీమలోకి అడుగుపెట్టింది. తొలి సినిమా ఫ్లాప్ అయినా ఆమెకు అవకాశాలు ఆగలేదు. 'అందాజ్', 'క్రిష్', 'డాన్' లాంటి కమర్షియల్ చిత్రాల్లో దూసుకుపోయింది. 'ఫ్యాషన్'

సినిమాతో జాతీయ ఉత్తమ నటి అవార్డును సాధించింది. లుక్స్ పరంగానే కాదు, స్వశక్తితో..

పాత్రల పరంగా ప్రయోగాలు చేయగల అణిముత్యంలా పీసీని బాలీవుడ్ విమర్శకులు ప్రశంసించారు. 'అగ్నిపథ్', 'బర్ఫీ', 'మేరీకోమ్', 'బాజీరావ్ మస్తాన్' ఆమెలోని నటిని ఆవిష్కరించాయి. గాడ్పాదర్ లేకుండా బాలీవుడ్లో స్వశక్తితో ఎదిగింది. అమెరికా వెళ్ళాక.. అక్కడి ఏబీసీ థ్రీల్లర్ 'క్వాంటికో' సీజన్లలో నటించి విజయం సాధించింది. 'బేవాచ్', 'ఈజిప్ట్ ఇట్ రొమాంటిక్ లలో' నటించి అంతర్జాతీయ స్టార్ గా ఎదిగింది. ప్రస్తుతం రెండు భారీ హాలీవుడ్ ప్రాజెక్టులు చేతిలో ఉన్నాయి, అందులో 'మాట్రిక్స్ 4' ఒకటి. సొంత నిర్మాణ సంస్థ 'వర్చుల్ పెబల్ పిక్చర్స్' అమెజాన్ తో టైఅప్ పెట్టుకుంది, 'ది వైట్ బైగర్' సినిమా నెట్ఫ్లిక్స్ లో విడుదలకు సిద్ధమవుతోంది. 2021లో ఆస్కార్ సహాయనటి అవార్డుకు పోటీపడే పాత్రగా వార్తలున్నాయి. త్వరలో మరో చరిత్ర సృష్టించడానికి సిద్ధమవుతోంది. ఆల్ ది బెస్ట్ ప్రియాంక చోప్రా.



కెమెరాలంటే సరదా

- ఇటలీలోని ప్రసిద్ధ సాల్వతోర్ ఫెర్రాగామో మ్యూజియం ప్రియాంక పాదముద్రల్ని సేకరించింది. ఈ ఖ్యాతి పొందిన తొలి భారతీయ నటి ప్రియాంక కావడం విశేషం.
- పద్మశ్రీ అవార్డు గ్రహీత.
- అమెరికన్ నటి, బ్రిటీష్ రాజకుటుంబీకురాలు మేఘన్ మార్కెట్ కు ప్రియాంక మంచి స్నేహితురాలు.
- గాడ్డెట్ ప్రేమికురాలు, రకరకాల కెమెరాలను సేకరించడం అంటే సరదా.
- హాస్యం బ్యాగ్ లో ఎప్పుడూ కొవ్వొత్తులను తీసుకెళుతుంది.
- పెంపుడు కుక్క పేరు 'డయానా'. ఇన్స్టాగ్రామ్ లో ఈ డయానాకు ప్రత్యేక పేజీ ఉంది. దానికి వేల సంఖ్యలో ఫోటోవర్షు ఉన్నారు.
- జంతు ప్రేమికురాలు. రాంచీలోని బయోలాజికల్ పార్క్ లో ఓ సింహాన్ని పులిని దత్తత తీసుకుని వాటి తిండికయ్యే ఖర్చులను భరిస్తోంది.
- నాసిక్, పెదవుల అందాన్ని మెరుగుబద్ధడం కోసం ప్లాస్టిక్ సర్జరీలు చేయించుకుంది.
- 'అన్ ఫినిష్డ్' పేరుతో రాసిన బయోగ్రఫీ త్వరలో ఆవిష్కరించబోతోంది ప్రియాంక.

స్టయిలిష్ కపుల్

ప్రపంచంలో ప్రసిద్ధ సెలబ్రిటీ జంటల్లో ప్రియాంక, నిక్ జోనాస్ ముందున్నారు. స్టయిలిష్ కపుల్ గా వీరిని పిలుస్తారు. నిక్ జోనాస్ అమెరికాలో పేరున్న గేయ రచయిత, గాయకుడు, నటుడు. ప్రియాంక కంటే పదేళ్లు చిన్నవాడు నిక్. 2018లో జోన్ థూర్ లో అంగరంగ వైభవంగా వీరి పెళ్లి జరిగింది. నాటి పెళ్లి దుస్తుల గురించి నేటికీ చర్చిస్తుంటారంటే వీళ్లు సృష్టించిన ట్రెండ్ ను అర్థం చేసుకోవచ్చు. ఈ జంట ద్వారా తమ ఉత్పత్తులను ప్రమాట్ చేసుకుంటున్నాయి అనేక కంపెనీలు. కాలిఫోర్నియాలో పెద్ద బంగ్లాలో వీరు నివసిస్తున్నారు. 'మా ఇంటి మల్లెపూవు విచ్చుకుందోచ్' అంటూ ఫోటోలు షేర్ చేసేంది ఈ మధ్యే ప్రియాంక. అంత అత్తుకు ఎదిగినా మట్టి మానస మాత్రం మరువదు.

పట్టిందల్లా బంగారమే

స్వశక్తితో అంతర్జాతీయ స్థాయికి ఎదిగిన ప్రియాంక చోప్రా ఇప్పటి వరకూ అరవై చిత్రాలలో నటించింది. ఆమె సిరాసి విలువ 367 కోట్ల రూపాయలు. సినిమాలు, టీవీ షోలు, వెబ్ సీరీస్ లతో పాటు అనేక కంపెనీలకు బ్రాండ్ అంబాసిడర్ గా సేవలందిస్తోంది. ఇన్స్టాగ్రామ్ లో ఒక్కో ప్రమోషనల్ పోస్ట్ కి దాదాపు రెండు కోట్ల రూపాయలు ఛార్జ్ చేస్తుందట. ఇండియన్ సెలబ్రిటీలలో మొదటి స్థానంలో ఉన్న విరాట్ కోహ్లా తరవాత ప్రియాంకకే ఇన్స్టాలో అత్యధిక ఫోలోవర్లు ఉన్నారు. బాలీవుడ్ లో ఒక్కో సినిమాకి రూ. 12 కోట్లు పారితోషికం పొందుతోంది. హాలీవుడ్ సినిమాలకు ఈ రేటు మారుతుంది. అమెరికాలో ఎబీసీ 'క్వాంటికో' సీజన్స్ లో ప్రతి ఎపిసోడ్ కి రూ. 4 కోట్లు పొందింది. మూడేళ్లపాటు ఆ సీజన్ నడిచింది. అనేక ఛారిటీ సంస్థలకు విరాళాలు అందిస్తోంది. సొంతంగా నెలకొల్పిన 'ది ప్రియాంక చోప్రా ఫౌండేషన్ ఫర్ హెల్త్ అండ్ ఎడ్యుకేషన్' సంస్థ ద్వారా పలు సేవా కార్యక్రమాల్లో పాలుపంచుకుంటోంది.



సూపర్ సైసర్స్

పుచ్చకాయ ముక్కలుగా కోయడానికి కత్తితో పాట్లు పడక్కర్లేదు...ఎంచక్కా ఓ 'మెలన్ సైసర్' తెచ్చుకుంటే చాలు. అరసెకనులో పుచ్చకాయని పదిముక్కలు చేసేస్తుంది. టమోటాలు, అరటిపండు, యాపిల్, పైనాపిల్, కివీ, నిమ్మకాయలు, కీరదోస... ఇలా చాలా పండ్లు, కూరగాయలు ముక్కలు చేసేందుకు సైసర్లు సిద్ధంగా ఉన్నాయి. ఇంకే మాత్రం కష్టం పడకుండా కట్ చేసేయండి మరి.

