



11

ఈ వారం కథ

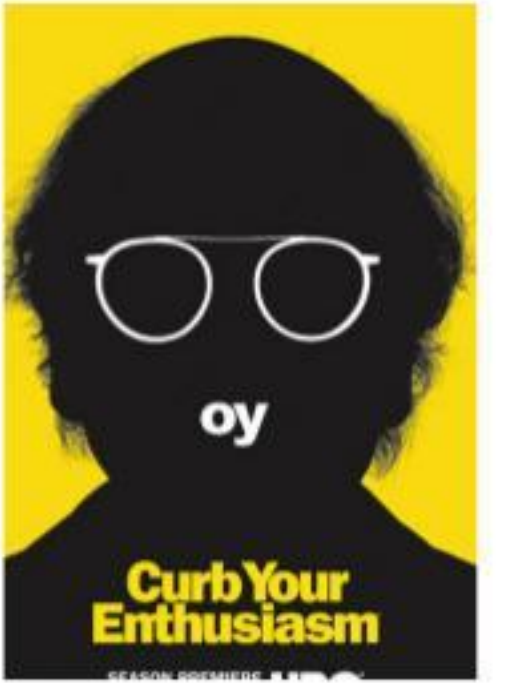
99 క్లబ్

# ఆదివారం ఆంధ్రజ్యోతి

13 డిసెంబర్ 2020

13

‘కర్ట్ యువర్  
ఎంథూసియాజమ్’



## తల్లెవా వస్తున్నాడు...

కరోనా వల్ల స్తబ్ధంగా  
మారిన తమిళనాడు  
రాజకీయాలు మరోసారి  
వేడెక్కనున్నాయా? ఎప్పటి  
నుంచో ఊరిస్తున్న  
సూపర్ స్టార్ రజనీకాంత్  
రాజకీయ సంచలనం  
సృష్టిస్తారా? తమ తల్లెవా  
ముఖ్యమంత్రి కావాలనే  
ఆయన ఆభిమానుల కల  
ఫలిస్తుందా? దేశవ్యాప్తంగా  
ఇప్పుడు అందరి దృష్టి రజనీ  
రాజకీయాలపైనే పడింది...



4

అనామకుడు  
'కథా'నాయకుడు

గల్ఫ్ ఎడారిలో గొర్రెలకాపరి.. ఒకప్పుడు  
అనామకుడు... ఇప్పుడు కథానాయకుడు. అతని  
జీవిత కథతో ఓ అద్భుత చిత్రం తెరకెక్కుతోంది...



5

ఆయన జీవితం  
పరిమళభరితం

బల్నారా పెర్ఫ్యూమ్ కు దేశాధినేతలె దాసోహం  
అయ్యారు. అందులో ఇందిరాగాంధీ కూడా ఒకరు.  
సైకిల్ తో మొదలై స్టార్ హోటల్ లో ముగిసిన అతని  
కథ... ఉత్కంఠభరితం..



15

ఎనీ టైమ్  
సీతాఫల్!

తీపి ఐస్ క్రీమ్ వెనుక చేదు కష్టాలు విన్నారా  
ఎప్పుడైనా? మీరు తినే రుచికరమైన సీతాఫల్  
ఐస్ క్రీమ్ పాలమూరు మహిళల చేతి చలవే!



16

ఆ స్కామ్ షీరో  
సుచేతానే...

ఈమధ్యనే హర్షద్ మెహతాపై వచ్చిన వెబ్ సిరీస్  
'స్కామ్ 92' దుమ్మురేపుతోంది. అప్పట్లో ఆ స్కామ్ ను  
బయటికి తీసింది ఈ దమ్మున్న జర్నలిస్ట్!





## రారండోయ్...

కరోనా దెబ్బకు చాలా దేశాల్లో ఆర్థిక వ్యవస్థ కుదేలైంది. జపాన్ కూడా దీనికి మినహాయింపు కాదు. ఆర్థిక రంగాన్ని మళ్ళీ పట్టాలెక్కించేందుకు జపాన్ ప్రభుత్వం 'గో టు ట్రావెల్' ప్రచారం ప్రారంభించింది. దీని ద్వారా పర్యాటకం, ఆహారం, ఎంటర్టెయిన్మెంట్ రంగాలకు లబ్ధి కలిగేలా చూస్తోంది. స్థానికంగా ప్రయాణించండి, బయటి ఆహారాన్ని రుచిచూడండి. షాపింగ్ చేయండి అంటూ ప్రోత్సహిస్తోంది. గో టు ట్రావెల్ క్యాంపెయిన్కు ప్రభుత్వం కొంత మొత్తాన్ని కేటాయించింది. ట్రావెల్, హోటల్లో ఓ రాత్రి బస, రవాణాకు అయ్యే ఖర్చును ప్రభుత్వమే భరించడం విశేషం. ఈ పథకం ద్వారా ఓ పర్యాటకుడికి అయ్యే ఖర్చులో యాభై శాతం ప్రభుత్వమే మినహాయిస్తుంది. అయినా మిగతా యాభై శాతం ద్వారా స్థానిక వ్యాపార, పర్యాటక రంగాలు వృద్ధి చెందుతాయన్నది అక్కడి ప్రభుత్వ ఉద్దేశం. కరోనా కష్టకాలంలో ప్రభుత్వ చేస్తోన్న సహాయం పెద్దదిగానే భావిస్తున్నారు జపనీయులు.

## హెచ్ఐవి అంటే మరణం కాదు

హెచ్ఐవి పేరు వింటేనే తెలియని భయం. ఎందుకంటే చికిత్స లేని వ్యాధి అది. నిజమే. కానీ ఇప్పుడు అద్భుతమైన మందులు అందుబాటులోకి వచ్చాయి. వైరస్ పూర్తిగా శరీరంలో నుంచి తొలగిపోకపోయినా ఆ వైరస్ ఎటువంటి ప్రభావం చూపకుండా చేసే హోమియో మందులు అందుబాటులో ఉన్నాయి. హెచ్ఐవి అంటే ఒక వ్యాధి అని చెప్పడం కన్నా వ్యాధులు రావడానికి కారణమయ్యే వాతావరణాన్ని శరీరంలో కలగజేస్తుందని చెప్పవచ్చు. అంటే చిన్న వాతావరణ మార్పులకే జలుబు చేయడం, జ్వరం రావడం, తీబీ సోకడం, విరేచనాలు కావడం జరుగుతుంది. ఫలితంగా మృత్యువు చేరువవుతుంది. అంటే రోగనిరోధక వ్యవస్థ బలహీనపడితే వ్యాధులు వచ్చిపడతాయి. బలంగా ఉంటే హెచ్ఐవి ఏమీ చేయలేదు. సరిగ్గా హోమియో చికిత్స రోగనిరోధక వ్యవస్థను శక్తివంతం చేయడం పైనే దృష్టి పెడుతుంది.

**లక్షణాలు:** హెచ్ఐవి శరీరంలోకి ప్రవేశించగానే ఎటువంటి మార్పులు కనిపించవు. కొన్ని సంవత్సరాల తరువాత అంటే సీడీ 4 కణాల సంఖ్య తగ్గిపోయిన తరువాత వ్యాధి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. కొందరిలో ఐదారేళ్ళకే సీడీ 4 కణాలు భాగా తగ్గిపోయి ఇన్ఫెక్షన్లు మొదలవుతాయి. మరికొందరిలో పదేళ్ళ పడుతుంది.

**హోమియో చికిత్స:** హోమియో మందుల వల్ల రోగనిరోధక వ్యవస్థ తిరిగి బలపడుతుంది. సీడీ 4 కణాల సంఖ్య గణనీయంగా పెరుగుతుంది.

అవకాశవాద ఇన్ఫెక్షన్లకు చోటు లేకుండా పోతుంది. ఆకలి భాగా పెరగడంతో బరువు పెరగడం ప్రారంభిస్తారు. హోమియో చికిత్స తీసుకోవడం ద్వారా అందరిలాగే సాధారణ జీవితం గడిపే అవకాశం లభిస్తుంది. హోమియో మందులు సక్రమంగా తీసుకుంటే హెచ్ఐవి ఎప్పటికీ ఎయిడ్స్గా మారదు.

**Dr. K Ravikiran**  
M.D., M.sc(psych), P.G(virology)LONDON  
గోల్డ్మెడల్ ఫర్ ఎక్సలెన్స్ ఇన్ మెడిసిన్

**మాస్టర్స్ హోమియోపతి**  
అమీర్పేట్, కూకట్పల్లి, దిల్లీసుఖ్ నగర్, సికింద్రాబాద్,  
విజయవాడ, కరీంనగర్, విశాఖపట్నం, తిరుపతి  
హన్మకొండ, రాజమండ్రి, గుంటూరు  
ఫోన్ : 7842 106 106, 9032 106 106



## సైనసైటిస్ సమస్యకు గుడ్ బై

వాతావరణ మార్పులు జరిగినప్పుడల్లా సైనసైటిస్ సమస్య మొదలవుతుంది. మళ్ళీ మళ్ళీ వస్తూ దీర్ఘకాలం వేధించే ఈ సమస్యతో కాలం వెళ్ళదీస్తున్న వారు చాలా మందే ఉంటారు. ఈ సమస్యను మూడు విభాగాలుగా చూడవచ్చు. ఒకటి ఎక్యూట్. ఇది వస్తే వారం రోజులుంటుంది. రెండోది సబ్ఎక్యూట్. ఇది నాలుగు నుంచి ఎనిమిది వారాలుంటుంది. మూడోది క్రానిక్.

**కారణాలు:** బ్యాక్టీరియా, వైరస్, ఫంగస్ ఇన్ఫెక్షన్లు, ఉపరితల శ్వాసకోశ వ్యాధులు, ముక్కులో ఎముక పెరుగుదల, అలర్జీ, పొగ, వాతావరణ కాలుష్యం, అకస్మాత్తుగా వాతావరణ మార్పులు, గాలిలో తేమ ఎక్కువగా ఉండటం, స్నిమ్మింగ్ చేయడం, జలుబు, గొంతు నొప్పి, పిప్పి పన్ను, ట్రాన్సిల్స్ వాపు, రోగనిరోధక శక్తి తగ్గడం వంటివి కారణమవుతాయి.

**వ్యాధి లక్షణాలు:** తలనొప్పి, తలంతా బరువుగా ఉండుట, ముఖంలో వాపు, సైనస్ భాగంలో నొప్పి, ముక్కు దిబ్బడ, ముక్కు దురద, నీరు కారడం, గొంతులోకి ద్రవాలు కారడం, దగ్గు, జలుబు, చెవిలో చీము వంటి లక్షణాలుంటాయి. తరచు జలుబు చేయడం, జలుబుతో ఎక్కువ రోజులు బాధపడటం అనేది సైనస్ వ్యాధి ప్రాథమిక లక్షణం. ఆ తరువాత దశలో జలుబు చేసినప్పుడు ముక్కులు బిగిడిసుకుపోతాయి. తీవ్రమైన తలనొప్పి, దగ్గు, శ్వాస దుర్గంధంతో కూడి ఉండటం కూడా జరుగుతుంది.

**హోమియో చికిత్స:** హోమియో చికిత్స వల్ల సర్వరీ అవసరం లేకుండానే సైనసైటిస్ను సమూలంగా తగ్గించుకోవచ్చు. హోమియో మందుల్లో ఎటువంటి దుష్ప్రభావాలు ఉండవు. ఇతర చికిత్సల వల్ల తాత్కాలిక ఉపశమనం కలుగుతుందే తప్ప శాశ్వత పరిష్కారం లభించదు. కానీ హోమియో చికిత్స వల్ల సైనసైటిస్ సమస్య సమూలంగా తొలగిపోతుంది. మళ్ళీ మళ్ళీ బాధించడం జరగదు.

## హెపటైటిస్, హెర్పిస్లకు చెక్

**హెపటైటిస్...** ఈమధ్యకాలంలో చాలా మందిని భయపెడుతున్న వైరస్ ఇది. ఇతర జబ్బులకు చికిత్స కోసం వెళ్ళినప్పుడు, అనుకోకుండా చేసిన పరీక్షల్లో హెపటైటిస్ ఉన్నట్లు భయటపడుతుంది. దాంతో ఇక తమ జీవితం ముగిననట్టేనని నిర్ధారణకు వస్తారు. ఈ వైరస్ శరీరంలో నుంచి పూర్తిగా పోదని, దీర్ఘకాలంలో కాలేయం దెబ్బతినే అవకాశం కూడా ఉందని వైద్యులు చెప్పడంతో వాళ్లు ఆ నిర్ణయానికి వస్తారు. నిజానికి హెపటైటిస్ వైరస్ను కట్టిడి చేసే మందులు హోమియోలో ఉన్నాయి. హెపటైటిస్ ఉందని నిర్ధారణ అయ్యాక భయపడకుండా హోమియో వైద్యం తీసుకుంటే ఆరోగ్యవంతమైన జీవితం గడిపే అవకాశం ద క్కుతుంది. ఆకలి వాంతులు వచ్చినట్లు అనిపించడం, ఒళ్ళంతా నొప్పులు, మూత్రం పచ్చగా రావడం, కామెర్లు, చర్మంపైన దద్దుర్లు రావడం జరుగుతుంది. కడుపులో ఉబ్బరంగా ఉండటం, పొట్టలో నొప్పి వంటి లక్షణాలన్నీ హోమియో మందులతో దూరమవుతాయి.

**హెర్పిస్ సింప్లెక్స్ :** పురుషాంగంపైన చెమట పొక్కుల మాదిరిగా నీటి పొక్కులు కనిపిస్తాయి. సాధారణ పొక్కులే కదా అని వాటిని నిర్లక్ష్యం చేస్తారు. కానీ ఆ నీటిపొక్కులు పగిలి ఎర్రగా వుండు మాదిరిగా తయారవుతాయి. పురుషుల్లోనే కాకుండా స్త్రీలలో కూడా యోని మీద

చిన్న చిన్న పొక్కులలాగా వచ్చి ఎర్రగా మారి విపరీతమైన నొప్పి ఉంటుంది. ఈ సమస్యకు చికిత్స తీసుకోకుండా వదిలేస్తే అనేక ఇతర సమస్యలకు దారి తీస్తుంది. అయితే హెర్పిస్ సమస్యకు హోమియో అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. హోమియో చికిత్స అనంతరం వ్యాధి మళ్ళీ తిరగబెట్టడం ఉండదు.

## నొప్పులను ఎన్నాళ్లు భరిస్తారు?

ఈ మధ్యకాలంలో నొప్పులు చాలా మందిలో కనిపిస్తున్నాయి. ఉదయం నుంచి రాత్రి వరకు తీరిక లేకుండా పనిచేసే సరికి శరీరమంతా నొప్పులతో హాసమైపోతుంది. నిజానికి తీరికలేకుండా పనిచేయడం ఒక్కటే కారణం కాదు. ఈ నొప్పులకు ఇతర కారణాలు కూడా ఉంటాయి.

### కారణాలు

గాయాలు, కండరాలుపై ఎక్కువ ఒత్తిడి పడటం, వ్యాయామం, శారీరక శ్రమ అధికంగా ఉండటం, శరీరంలో పొటాషియం, కాల్షియం మోతాదు తగ్గడం, ఏసీఈ ఇన్హిబిటర్స్, బి.పి కి వాడే మందులు, కొకైన్, స్టాటిన్స్ అంటే శరీరంలో కొవ్వుని తగ్గించే మందులు వాడటం వలన రావచ్చు. ఇన్ఫ్లూయెంజా, మలేరియా, కండరాలపై గడ్డలు, పోలియో వంటి ఇన్ఫెక్షన్ల వల్ల రావచ్చు. ప్రైట్రోమయాలియా, డెర్మటోమైటోసిస్ వంటి వ్యాధుల వల్ల వచ్చే అవకాశం ఉంది.

### లక్షణాలు

కండరాల వాపు, నొప్పి, తొందరగా అలసిపోవడం, నిద్రలేమి, తలనొప్పి, ఇతర ఇన్ఫెక్షన్ల వల్ల వచ్చినప్పుడు జ్వరం, దగ్గు, తలనొప్పి, ఆకలి మందగించడం, శరీరం సన్నబడటం వంటి లక్షణాలుంటాయి. కదలికలు కష్టంగా మారతాయి. నొప్పులు ఉన్నప్పుడు ఏ పని చేయాలని అనిపించదు.

### హోమియో వైద్యం

నొప్పి నివారణ మాత్రలు వేసుకోవడం వల్ల తాత్కాలిక ఉపశమనం ఉంటుందే తప్ప శాశ్వత పరిష్కారం లభించదు. హోమియో చికిత్స మూల కారణాన్ని తొలగిస్తుంది. కండరాల నొప్పులు శాశ్వతంగా తగ్గిపోతాయి. ఆరోగ్యవంతమైన జీవనం గడిపే అవకాశం దక్కుతుంది.

న్యూస్

మేకర్



స్టార్ ఒలంపియన్ అంజూ బాబీ జార్జ్ ఒకే ఒక్క టీటీతో అందర్నీ ఆశ్చర్యపరిచారు. లాంగ్జంప్తో అనేక విజయాలను ఒకే ఒక్క కిడ్నీతో సాధించిన అరుదైన అథ్లెట్ ఈ సాహసి.

## బుర్జ్ ఖలిఫాపై...

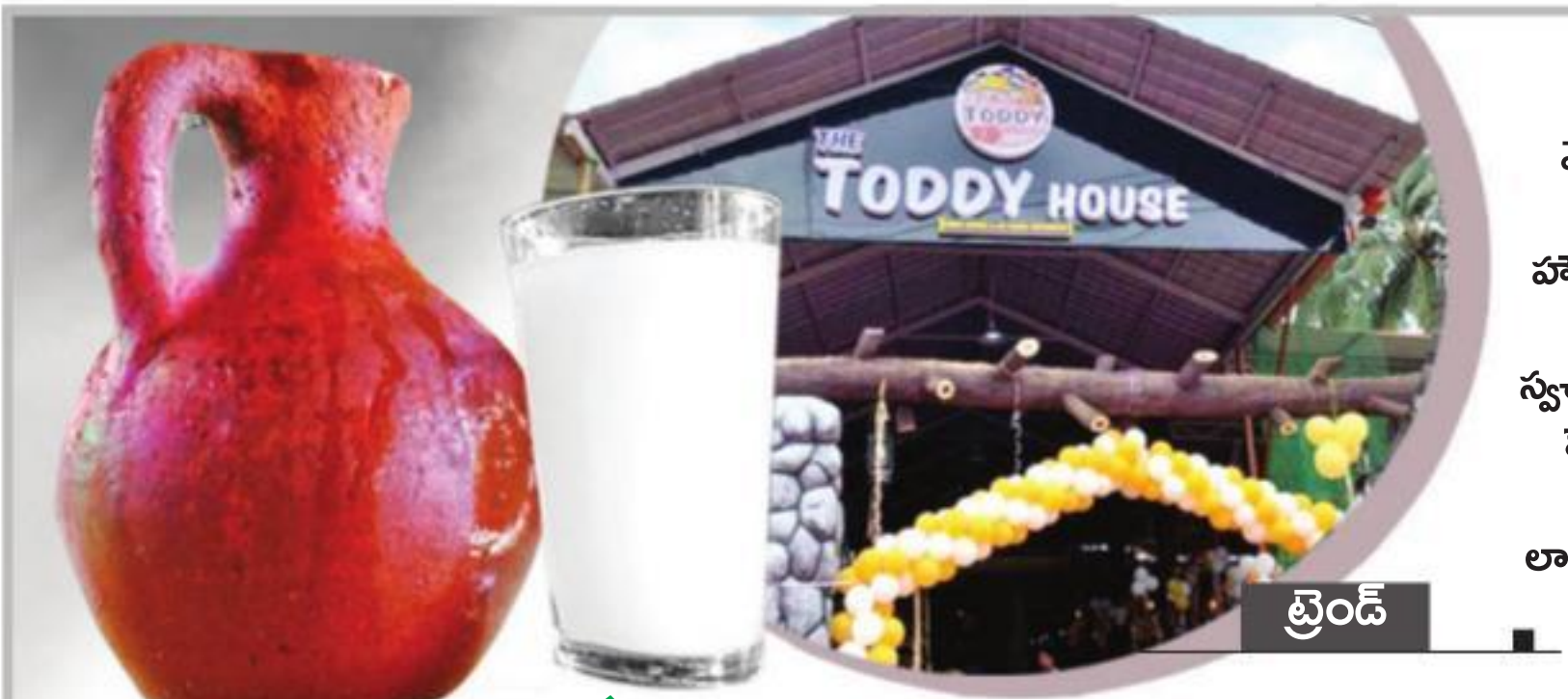
కొత్త సంవత్సరం వస్తోంది. అందరిలో కొంగొత్త ఆశలు చిగురిస్తున్నాయి. వచ్చే ఏడాది కోసం మీరేం ఆశిస్తున్నారు? మీ స్నేహితుల జీవితాలు ఎలా ఉండాలని కోరుకుంటున్నారు? మీ సన్నిహితుల కోసం ఏమని అభిలషిస్తున్నారు? మీ ఆకాంక్షలను మాకు పంపించండి వాటిని పెద్దఎత్తున ప్రదర్శిస్తామని పిలుపునిచ్చింది ప్రపంచంలోని అతి ఎత్తయిన సౌధం బుర్జ్ ఖలిఫా.

దుబాయ్లోని బుర్జ్ ఖలిఫా 829 మీటర్ల ఎత్తుతో ఆకాశాన్ని తాకుతుంటుంది. రాత్రిళ్ళ ఆ సౌధాన్నంతా ఎల్ఈడీ దీపకాంతులతో మిరిమిట్టుగొలిపేలా చేస్తారు. రంగు రంగుల దీపకాంతులలో అక్షరాలను ఎల్ఈడీ ప్యానెల్స్పై డిస్ప్లే చేస్తూ బుర్జ్ ఖలిఫా నూతన ఒరవడికి శ్రీకారం చుట్టింది.

సందర్భానుసారంగా అనేక సందేశాలను ప్రదర్శిస్తుంటారు. గత ఏడాది డిసెంబరు 31న అర్ధరాత్రి ప్రపంచవ్యాప్తంగా వీక్షకులు పంపిన సందేశాలను డిస్ప్లే చేశారు. ఈ ఏడాది కూడా సందేశాలను పంపమని కోరుతున్నారు. నూతన సంవత్సరం సందర్భంగా ఎవరైనా సరే తమ అభినందనలు బుర్జ్ ఖలిఫాపై ప్రదర్శించుకోవచ్చు. 35 అక్షరాలకు మించకుండా బుర్జ్ ఖలిఫా ట్వీట్టర్, ఫేస్బుక్, ఇన్స్టాగ్రాముల కామెంట్ సెక్షన్లలో #BurjWishes2021 హ్యాష్ట్యాగ్పై పోస్ట్ చేయాలి. దుబాయ్లో న్యూ ఇయర్ సందడికి వెళ్లే వాళ్లు వీటిని ప్రత్యక్షంగా చూడవచ్చు. ఇంట్లోనే లైవ్స్ట్రీమ్లో చూసేలా ఏర్పాటు చేశారు నిర్వాహకులు.







'కల్లు కాంపౌండ్' సీన్ ఒకసారి గుర్తుకు తెచ్చుకోండి. నగరాల్లో, పట్టణాల్లో దాని పరిసర ప్రాంతాల్లోకి కూడా వెళ్లేందుకు జంకుతారేవరైనా. అందరి దృష్టిలో అదొక మాస్ ఏరియా. అలా కాకుండా... కల్లు కాంపౌండ్కు 'ది టాడీ హౌస్' అని పోషగా పేరు పెట్టి, ఒక ఫ్యామిలీ రెస్టారెంట్లాగా అందంగా మార్చితే ఎలా ఉంటుంది? పైగా అక్కడ లభించే స్వచ్ఛమైన, సాంప్రదాయ కల్లుకు ఆధునిక రుచులను కలగలపి ఫేస్బుక్, ఇన్స్టాగ్రామ్లలో కూడా ఎప్పటికప్పుడు అవ్వడంపట్టి పెడితే... నగరవాసులు ఎగబడతారు. ఎంజాయ్ చేస్తారు. లాక్డౌన్ తర్వాత ఈ తరహా ట్రెండ్ ఇప్పటికే మొదలయ్యింది. అలాంటిదే మంగళూరులోని ఈ టాడీ హౌస్.

# ఫ్యామిలీ 'కల్లు కాంపౌండ్'

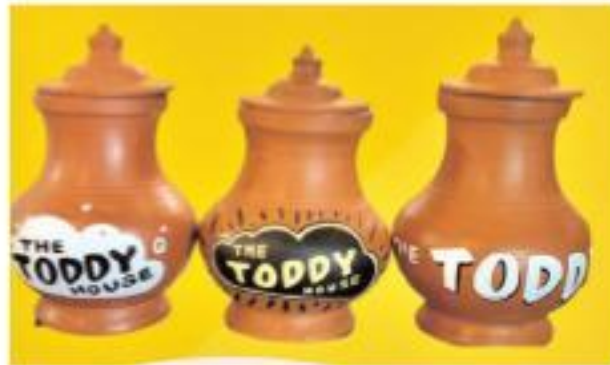
నవతరానికి నయా జిందగీ ఒకంత బోర్ కొడుతోంది. అందుకే మూలాల్ని వెదుక్కుంటూ పల్లెలకు, పాత సంప్రదాయాల వైపు పరుగులు తీస్తున్నారు. తినే ఆహారం నుంచి, తాగే పానీయాల దాకా... పురాతన పద్ధతులను, కాస్త స్టయిల్ మార్చి పోల్ అయితే... అదే నయా ట్రెండ్గా పీలవుతున్నారు. ఒకప్పుడు 'కల్లు దుకాణం' అంటే మాస్ అని దూరం జరిగిన నగరవాసులు ఇప్పుడు అదే కల్లును 'ది టాడీ హౌస్' రెస్టారెంట్లలో కుటుంబసమేతంగా సేవిస్తున్నారు. పాత కల్లు కాంపౌండ్లలాగా ఈగలు ముసేరే కల్లు సీసాలు, సీకులు కాకుండా... ముంతలో తెచ్చిన ఫ్రెష్ కల్లును ఇష్టమైన డిషెస్ తో కలిపి తీసుకోవచ్చు. కల్లు సేవనం అనేది మధ్యపానం లాగా హానికరం కాదు కాబట్టి పిల్లలు, పెద్దలు అనే తేడా లేకుండా ఇంటిల్లిపాది ఈ నయా రెస్టారెంట్లలో ఎంజాయ్ చేస్తున్నారు.

## కొత్తతరం ఆలోచన...

కేరళ, కర్ణాటకల్లో కల్లు గీత కార్మికులు ఎక్కువగా ఉంటారు. అలాంటి ఓ గీత కార్మికుడు ప్రేమ్ ప్రసాద్ శెట్టి. తరతరాలుగా వస్తున్న సాంప్రదాయ వృత్తికి నవతరం ఆలోచనలు జత చేసి 'ది టాడీ హౌస్'కు శ్రీకారం చుట్టాడు. ఎన్.హెచ్.66 రూటులో మంగళూరు తాల్పాడి చెక్పోస్ట్ వద్ద ఆయన ఈ సరికొత్త ఫ్యామిలీ రెస్టారెంట్ను ఏర్పాటు చేశారు. రెగ్యులర్ రెస్టారెంట్లలాగే అందంగా, ఆకర్షణీయంగా కనిపించే 'టాడీ హౌస్' ప్రత్యేకత ఏమిటంటే... ఇందులో కల్లు కూడా దొరుకుతుంది. "లాక్డౌన్ సమయంలో ఈ ఆలోచన నా మనసులో తట్టింది. సాంప్రదాయ కల్లును ఆధునిక పద్ధతుల్లో అందిస్తే ఇంటిల్లిపాది ఎంజాయ్ చేస్తారు కదా అనుకున్నాను. సాధారణంగా మంగళూరు నుంచి వచ్చేవారంతా ఉడిపితో పాటు కొన్ని ప్రాంతాల్లో కల్లు కోసం ఆగేవారు. అయితే రెస్టారెంట్లోనే కల్లు కూడా అందుబాటులో ఉంచితే బాగుంటుందని అనిపించింది. రెస్టారెంట్ అద్భుతంగా ఉంది" అని ప్రేమ్ ప్రసాద్ శెట్టి ఆనందాన్ని వ్యక్తం చేశారు. 34 ఎకరాలను అద్దెకు తీసుకుని, అక్కడి చెట్ల నుంచి తాజా కల్లును సేకరించి 'టాడీ హౌస్' కస్టమర్లకు అందుబాటులో ఉంచుతున్నారు. సాంప్రదాయ కల్లుతో పాటు పబ్బుల్లో దొరికినట్లే ఇక్కడ కూడా కొత్త తరానికి తగ్గట్టుగా వివిధ ప్రక్రియల్లో కల్లును సేవించొచ్చు.

## మెనూలో కల్లు కూడా...

ఆకట్టుకునే ముఖద్వారం గుండా 'టాడీ హౌస్'లోకి ప్రవేశించగానే తాటిచెట్టు, కొబ్బరి చెట్లతో పాటు అందమైన పెయింటింగ్తో ఉన్న



## ఎన్నో ఫ్లేవర్స్...

మధ్యపానం కన్నా తాజా కల్లు సేవనం ఆరోగ్యకరమైనది. కల్లీ లేని కల్లును అపరిశుభ వాతావరణంలో కాకుండా, సరైన వాతావరణంలో అమ్మితే ఇంటిల్లిపాది సరదాగా సేవిస్తారనేది ఇటీవల కేరళ, కర్ణాటకల్లో మొదలైన ట్రెండ్ ద్వారా తెలుస్తోంది. ఆయా రెస్టారెంట్లు, కేఫ్లు కల్లును ఎగ్జయిటింగ్ ఫ్లేవర్స్ తో అందిస్తున్నాయి. వాటిలో 'ఫిష్బెయిల్ టాడీ', 'జింజర్ టాడీ', 'గంధారి టాడీ', 'సబ్ గ్రాస్ టాడీ', 'మ్యూంగ్ జింజర్ టాడీ' వంటివి అనేకం ఉన్నాయి. వీటితో పాటు 'వెనీలా షేక్', 'డెబ్స్ షేక్'... పెప్పర్, లవంగా 'మాటర్స్' రూపంలో కూడా నవతరానికి కల్లు అందుబాటులో ఉంటోంది. పబ్బుల్లో కనిపించే 'మాటర్స్', 'పాట్స్' కల్లు రూపంలో కూడా దొరుకుతుంటే యువతరం ఎంచక్కా ఎంజాయ్ చేస్తోంది.



గోడలు కలర్ఫుల్గా కనిపిస్తాయి. కుటుంబమంతా ఎంజాయ్ చేసేలాగా అక్కడి వాతావరణం ఉంటుంది. ప్రతీ ఫ్రేమ్ సెల్ఫీలు దిగేందుకు అనుగుణంగా ఉంటుంది. మెనూ కార్డులో బిర్యానీలు, రకరకాల నాన్ వెజ్ రుచులతో పాటు కల్లు రేట్లు కూడా ఉంటాయి. ఆయా వెర్షన్లను బట్టి (షేక్లు, షూటర్లు) ధరలుంటాయి. లీటర్ ధర 100 రూపాయల నుంచి 160 రూపాయల దాకా పెట్టారు. అదే షాట్స్ అయితే 50

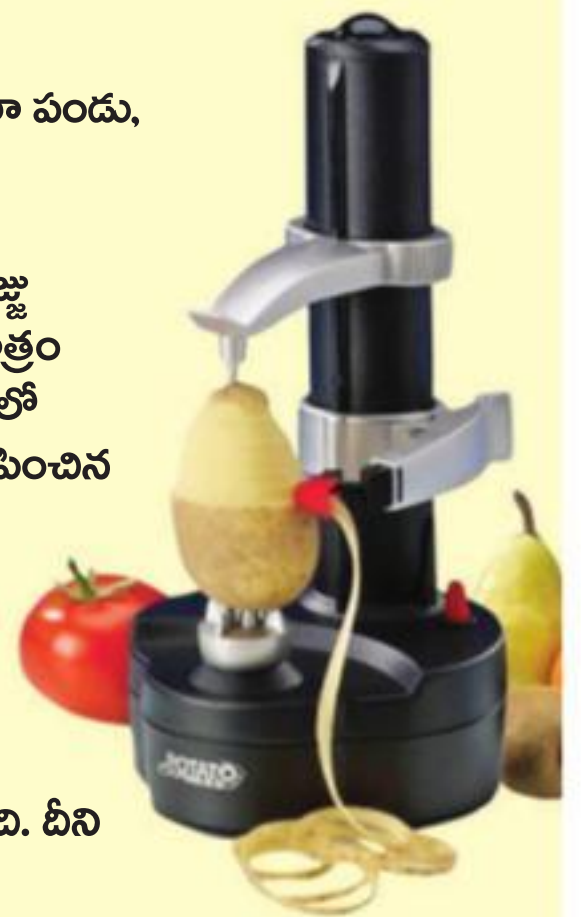
రూపాయలుగా నిర్ణయించారు. భోజనంతో పాటు కల్లు కూడా ఆర్డర్ ఇవ్వగానే ప్రత్యేకంగా డిజైన్ చేసిన ముంతల్లో తీసుకొచ్చి సర్వ్ చేస్తారు. ఇంటిల్లిపాది కల్లును సేవిస్తూ రకరకాల డిషెస్ లాంగిచొచ్చు. సాధారణంగా తాజా కల్లు సేవించాలంటే ఈత చెట్ల దగ్గరికో, తాటి చెట్ల దగ్గరికో వెళ్లాల్సి ఉంటుంది. కానీ ఈ రెస్టారెంట్కు వెళితే ఆ అనుభూతిని ఇక్కడే కుటుంబసమేతంగా పొందవచ్చు. ఈ సరికొత్త అనుభవాన్ని ఆస్వాదించేందుకే 'టాడీ హౌస్'కు కార్డులో క్యూలు కడుతున్నారు. ఆమధ్య మన హైదరాబాద్లో కూడా 'నీరా కేఫ్'ను ప్రయోగాత్మకంగా తెలంగాణ ప్రభుత్వం ప్రారంభించినప్పటికీ 'టాడీ హౌస్' స్టయిల్ వేరంటున్నారు కల్లు ప్రియలు. కేరళలో ఇప్పటికే ఇలాంటి కల్లు రెస్టారెంట్లు కళకళలాడుతుంటే... ఇటీవల కాలంలో కర్ణాటకలో టాడీహౌస్లు, కేఫ్ల సంస్కృతి ఊపందుకుంటోంది. మొత్తానికి ఈ కొత్తరకం టాడీ బార్స్, రెస్టారెంట్లు నగరవాసులకు సరికొత్త అనుభవాన్ని పంచుతున్నాయి. ఫేస్బుక్, ఇన్స్టాగ్రామ్లతో అందర్నీ ఆకట్టుకుంటున్నాయి. ❀

# మీ కిచెన్ మరింత స్మార్ట్

ఇది వంటల సీజన్. యూట్యూబ్ ఓపెన్ చేస్తే చాలు... వంటల ఛానెల్స్ దుమ్మురేపుతున్నాయి. వాటికి వచ్చే వీక్షణలూ తక్కువేమీ కాదు. అందుకే గాడ్జెట్ మేకర్స్ కూడా కిచెన్పై కన్నేశారు. రకరకాల గాడ్జెట్స్ని సృష్టించి వంటని సులభతరం చేస్తున్నారు. అలాంటి కొన్ని సూపర్ గాడ్జెట్స్ ఇవి...

## తొక్క తీసేద్దాం

బంగాళాదుంప, ఆపిల్, కమలా పండు, సారకాయ... ఇలా దేన్నీ పాట్లు తీయాలన్నా... చక్కగా తీసేస్తుంది 'స్టార్ప్రెట్ రొటాటో ఎక్స్ప్రెస్'. గుజ్జు పోకుండా పలుచగా తొక్కని మాత్రం తొలగిస్తుంది. ఈ పీలింగ్ మెషిన్లో బంగాళాదుంపని ఫోటోలో చూపించిన విధంగా పెట్టాక స్పిన్ ఆన్ చేస్తే చాలు. ఆటోమేటిక్గా బంగాళాదుంప తన చుట్టూ తాను తిరుగుతుంటే పక్కనున్న బ్లేడు పనికానిస్తుంది. కేవలం కొన్ని సెకన్లలోనే పాట్లు తీసేస్తుంది. దీని ధర 1700 రూపాయల నుంచి మొదలవుతుంది.



## వెన్న చిలికేస్తుంది

ఒకప్పుడు మజ్జిగ చిలికి వెన్న తీయడానికి చాలా కష్టపడేవారు. కవ్వంతో చిలికి చిలికి చేతులు నొప్పి వచ్చేవి. ఇప్పటికీ కవ్వాన్ని వాడే వాళ్లు చాలా మంది ఉన్నారు. వారి కష్టాలు తీర్చేందుకే వెన్న చిలికే యంత్రం వచ్చింది. ఇందులో మజ్జిగ పోసి, పక్కనున్న పిడిని తిప్పాలి. తక్కువ సమయంలోనే వెన్నను తీయవచ్చు. అంతేకాదు పెరుగును మజ్జిగగా చిలికేందుకు కూడా ఇది ఉపయోగపడుతుంది. దీన్ని 'బల్బర్ చర్నర్' అంటారు. ధర నాలుగు వేల రూపాయలు ఉంటుంది.



## సరిగ్గా అరస్యూను

ఉప్పుయినా, పంచదారయినా సరిగ్గా కొలత చూసి వాడుకోవాల్సిన రోజులు. లేకుంటే బీబీ, మధుమేహ వ్యాధులు ఇట్టే తొంగిచూస్తాయి. అందుకే ఇదిగో ఈ 'షుగర్ డిస్పెన్సర్' అందుబాటులోకి వచ్చింది. ఇందులో పంచదార లయినా, ఉప్పుయినా వేసి ఉంచుకోవాలి. అవసరమైనప్పుడు వెనుకపైపు నొక్కితే కేవలం అర టీస్పూను మాత్రమే పడుతుంది. ఆరోగ్యం పట్ల జాగ్రత్తగా పాటించే వారి కోసం తయారుచేసిన గాడ్జెట్ ఇది. దీని ధర కేవలం 150 రూపాయలు.



## కాల్షిన్ రుచి కోసం

ఆదిమ కాలం నాటి రుచులు మళ్లీ వాడుకలోకి వచ్చాయి. పనీర్, చికెన్, మటన్, చేపలు వంటివి నిప్పులపై కాల్చుకుని తినడాన్ని ఇష్టపడుతున్నారు. దీనికే బార్బిక్యూ అని పేరు పెట్టారు. అలా కాల్చినప్పుడు ప్రత్యేకమైన రుచి ఆ వంటకాలకి వచ్చింది. నిప్పుల మీద కాల్చాల్సిన అవసరం లేకుండా కాల్చిన రుచిని తెచ్చేందుకే 'సెక్వింగ్ గన్'ని తయారుచేశారు. ఇందులో ఉన్న చిన్న ఛాంబర్లో, కర్రముక్కలు వేసి మంట



వెలిగించాలి. అవి మండుతున్నప్పుడు పైపు లోంచి వచ్చే వేడి... వంటకాన్ని తాకి కాల్చిన ఫ్లేవర్ను చేకూరుస్తుంది.

# వారికీ... వ్యాయామం అవసరమే



వ్యాయామం పిల్లల దగ్గర నుంచి పెద్దల వరకు అత్యవసరమే. నడక, పరుగు, సూర్య నమస్కారాలు ఏవైనా కావచ్చు... రోజూ కొంత సమయం వ్యాయామం కోసం కేటాయించాల్సిందే. మరి గర్భిణుల సంగతి? గర్భం ధరించాక చాలా మంది విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి ప్రాధాన్యత నిస్తారు. ఎక్కడ గర్భస్రావం అవుతుందోనని భయపడుతుంటారు. కానీ అయిదోనెల దాటాక వ్యాయామాలు చేయడం ప్రారంభించవచ్చు. దీనివల్ల తల్లికే కాదు పుట్టబోయే బిడ్డకు కూడా మంచిదే. తల్లికి నెలలు నిండుతున్న కొద్దీ వచ్చే నడుమునొప్పి,

పొదాల వాపు వంటి సమస్యల నుంచి విముక్తి పొందవచ్చు. రాత్రిపాట ప్రశాంతంగా నిద్రపడుతుంది. లోపలి బిడ్డ మెదడు ఎదుగుదల కూడా బావుంటుంది. అయితే కొత్త వర్క్వుట్లు చేయకుండా సులభంగా ఉండే నడక, వైద్యుల సలహాతో కొన్ని యోగాసనాలు, వర్క్వుట్స్ చేయడం మంచిది. బ్రిస్క్, వాకింగ్, ఈత, ఇండోర్ సైకింగ్ కూడా మేలు చేసేవే. కాకపోతే ఏవీ అతిగా చేయకూడదు. ఇబ్బంది అనిపిస్తే వెంటనే ఆపేయాలి. చేసేముందు వైద్యులు, వ్యాయామ నిపుణుల సలహాలు తీసుకోవడం ఉత్తమం.



## నటిద్దాం రండి!

కొన్ని రంగులని ఒంటికి పూసుకుని మరీ కొన్ని నవ్వులని మోముకు అతికించుకుని..

విలువలన్నీ వలువలై తొలగిపోతుంటే ....

నీలో కప్పబడ్డ స్వార్థం బయట పడుతుంటే ...

జీవితం వైకుంఠసాళీలా గెలిచినట్టే గెలిచి

ఎన్నిసార్లు ఓడిస్తుందో!!

లోలోన అగాధాలు ఎన్నున్నా పూడ్చలేని గతాన్ని తవ్వకుంటూ నిన్ను నీడలా వేధించే వర్తమానం శాసిస్తుంటే...

కనుల ముందు

నిన్నుగా కప్పిపెట్టే మట్టితత్వం నీ దరికి పెనవేసుకు వస్తుంటే...

జీవితమనే రంగస్థలంలో ఎన్నిసార్లు పరకాయ ప్రవేశం చేస్తావో!!

చీకటి జీవితానికి వెలుగుల పూత పోసి కలల తీరంలో కాలు కడుపుతూ...

జీవితం పావులా మారి చదరంగంలో చెక్ పెడుతుంటే

రాజ్యం పోయిన రాజులా

ఎంతలా అతలాకుతలం అవుతావో..

మానవత్వానికి రంగులేస్తూ మనిషితత్వాన్ని కప్పిపుచ్చుతూ...

లోసుగులకి ముసుగులు వేసి నువ్వు రాసుకునే డైరీలో అక్షరాలు

సైతం వెక్కిరిస్తాయని నటిస్తూ అందంగా రాసుకుంటూ..

ఎంత కాలం నటిస్తావు ?

అయినా.. నటిద్దాం రండి !!

ఇప్పటిదాకా నేర్చుకుంది నటనేగా...

ఒక్కోసారి ఒక్కో రంగుతో

మరో సారి హంగు ఆర్పాలతో

సరి కొత్తగా నటిద్దాం రండి !!

- స్వప్న మేకల  
90522 21870



## గట్ట గాథ

ఓ ఎడారి జీవితం... ఓ బానిస బతుకు... కేరళకు చెందిన నజీబ్ అనే ప్రవాస కూలీ కష్టాలు 'అడు జీవితం' అనే నవలగా సంచలనం సృష్టిస్తే...

ప్రస్తుతం ఆ నవల ఆధారంగా సినిమా

రూపుదిద్దుకుంటోంది. ఎడారి దేశంలో మూడేళ్లకు

పైగా అతడు పడిన కష్టాలు... తెర మీద సరికొత్త

కథను ప్రేక్షకులకు పరిచయం

చేయనుంది. తెలుగు రాష్ట్రాల నుంచి

కూడా ఎంతో మంది ఎడారిదేశాలకు

వెళ్లి... గొర్రెల కాపరులుగా నలిగి

పోతున్నారు. అలాంటి విపాద

జీవితాలకు అద్దంపట్టే కథ ఇది..

బతుకుదెరువు కోసమో, మంచి

జీవితం కోసమో కేరళవాసులు గల్ఫ్ బాట

పట్టడం సాధారణమే. పాతికేళ్ల

యువకుడైన నజీబ్ మెహమ్మద్ కు కూడా

కుటుంబ కష్టాల నుంచి

గట్టెక్కాలంటే గల్ఫ్ దేశాలే

దిక్కునిపించింది. ఏజెంట్ ను

కలిస్తే సౌదీ అరేబియాలోని ఒక

సూపర్ మార్కెట్ లో

సేల్స్ మ్యాన్

ఉద్యోగాలున్నాయన్నాడు.

వెంటనే వెళితే ఉద్యోగంలో

చేరవచ్చున్నాడు. ఓవైపు భార్య

గర్భవతి... సమయానికి చేతిలో

డబ్బులు కూడా లేవు.

మరోవైపు అవకాశం పోతే రాదని ఏజెంట్ తొందర. ఇక

తప్పుదనుకుని తన పేరు మీదున్న ఐదు సెంటు భూమిని

అమ్మకానికి పెట్టాడు నజీబ్. భూమి అమ్మగా వచ్చిన 55

వేల రూపాయలను ఏజెంట్ చేతిలో పెట్టాడు. ఆ తర్వాత

సౌదీ అరేబియా విమానమెక్కాడు.

● **రోదనే మిగిలింది...**

సౌదీ రాజధాని రియాద్ లో దిగగానే అక్కడ పని

చూపించే మనిషి తన వెంట తీసుకెళ్లాడు. ఎడతెగని

ప్రయాణం. రెండు రోజుల తర్వాత నలుదిక్కులా ఎడారి

ఉన్న ప్రాంతంలో నజీబ్ ను వదిలేసిపోయాడు. కొద్దిసేపటికి

అరబ్బు యజమాని వచ్చి ఎడారిలోని ఓ గుడారం దగ్గరకు

తీసుకెళ్లాడు. కొద్ది దూరంలో మేకల గుంపు కనబడుతోంది.

కర్ర చేతికి ఇచ్చి, వాటిని కాయమని యజమాని

ఆదేశించాడు. అదేమీ అర్థం కాని నజీబ్ 'తాను సూపర్

మార్కెట్ లో సేల్స్ మ్యాన్ గా పనిచేసేందుకు వచ్చాన'ని

చెప్పగానే అరబ్బీ భాషలో తిడుతూ మేకలున్న వైపు

నెట్టేశాడు. నజీబ్ కు జరిగిన మోసం అర్థమై కన్నీళ్ల

పర్యంతమయ్యాడు. కానీ చేసేదేం లేదు. అక్కడి నుంచి

బయటపడటం చాలా కష్టమని అర్థమయ్యింది. చేసేదేం

లేక మేకలను కాయడం మొదలెట్టాడు. పైన నిప్పుల

వానలా ఎండ, కడుపులో నకనకలాడే ఆకలి. ఎడారిలో

అక్కడక్కడ ఉన్న ఎండు, పచ్చిగడ్డి దగ్గర మేకల్ని

మేపడమే అతడి పని. యజమాని గుడారంలో నుంచి ఒక

చేతిలో తుపాకీ, మరో చేతిలో బైనాక్యులర్ పట్టుకుని నజీబ్

ఎక్కడికీ పారిపోకుండా ఓ కన్నేసి ఉంచాడు. ఆ అరబ్బు

యజమాని పని మీద బయటకు వెళితే తన తమ్ముడికి

డ్యూటీ అప్పగిస్తాడు. వాళ్లు తినగా మిగిలిన ఎండిపోయిన

రొట్టెలే నజీబ్ కు ఆహారంగా పడేసేవారు. గొంతు ఎండిపోతే

మేకలు తాగి చోటే దాహం తీర్చుకోవాలి. స్నానం లేదు...

క్షవరం లేదు. మార్పుకోవడానికి మరో బట్టల జత కూడా

లేదు. మేకలతోనే బతుకు.

● **ఎడారిలో పరుగు...**

రోజులు గడుస్తున్నాయి. ఎడారి నేలలో బానిసలా... మరో

వ్యక్తి పలకరింపునకు కూడా నోచుకోలేదు. భార్య ప్రసవం

గురించి ఏమయ్యిందో తెలియదు. తాను ఇల్లు వదిలిన తేదీ



నజీబ్

అనామకుడు

# 'కథా' నాయకుడు

మాత్రం నజీబ్ కు గుర్తుంది. అది 4 ఏప్రిల్ 1992. ఇక్కడికి

వచ్చి ఎంతకాలం అయ్యిందో కూడా తెలియదు. భార్యా

బిడ్డలు గుర్తుకొచ్చి భోరున విలపించేవాడు. అయితే

కష్టాల్లోనే ఒక్కోసారి అవకాశం వలకరిస్తుంది. అరబ్బు

యజమానుల చెల్లెలికి పెళ్లి కుదిరింది. ఈ బక్కప్రాణి ఇక

ఎడారిలో తప్పించుకోలేదనే భరోసాతో ఇద్దరన్నదమ్ములు

బయటకు వెళ్లారు. ఇదే అదనుగా భావించిన నజీబ్

ఎడారిలో పరుగు మొదలెట్టాడు. అలా...

ఒకటిన్నర రోజులు పరుగెడుతూనే

ఉన్నాడు. అతడి అదృష్టం కొద్ది

చివరికి రోడ్డు కనబడింది. దారిలో

వెళుతున్న వాహనాలను భయం



నజీబ్ పై వచ్చిన నవల 130కి పైగా

ముద్రణలు పొందింది. కేరళ, కాలిఫోర్నియా,

పాండిచ్చేరి యూనివర్సిటీలతో పాటు కేరళలోని

పదో తరగతి పాఠ్య పుస్తకంగా కూడా గౌరవాన్ని

దక్కించుకుంది. 2012లో కేరళ సాహిత్య అకాడమీ

అవార్డుతో సహా ఎన్నో పురస్కారాలను పొందిన ఈ

నవల ప్రస్తుతం సినిమాగా వస్తోంది..

భయంగానే ఆపే ప్రయత్నం చేశాడు. చివరికి ఒకాయన

తన వాహనంలో ఎక్కించుకున్నాడు. నజీబ్ కు అరబ్బీ భాష

తెలియదు. వాహనదారుడు ఎక్కడికి తీసుకెళ్లాడో

తెలియదు. కొన్ని గంటల ప్రయాణం తర్వాత నజీబ్ ను

రియాద్ శివార్లలో దింపేశాడు. ఊపిరి పీల్చుకున్న నజీబ్

నడుచుకుంటూ ఒక మలయాళీ రెస్టారెంట్ కు వెళ్లాడు. తన

పరిస్థితిని వారికి వివరించడంతో, వారు కడుపునిండా తిండి

పెట్టి, క్షవరం చేయించి, కట్టుకునేందుకు జత బట్టలు

కూడా ఇచ్చారు. నజీబ్ అక్కడే ఉన్న క్యాంటెండర్ వైపు

చూశాడు. 13 ఆగస్టు 1995. అంటే మూడేళ్ల నాలుగు నెలల

నరకాన్ని అనుభవించాడన్నమాట. అతడి దగ్గర పాస్ పోర్టు,

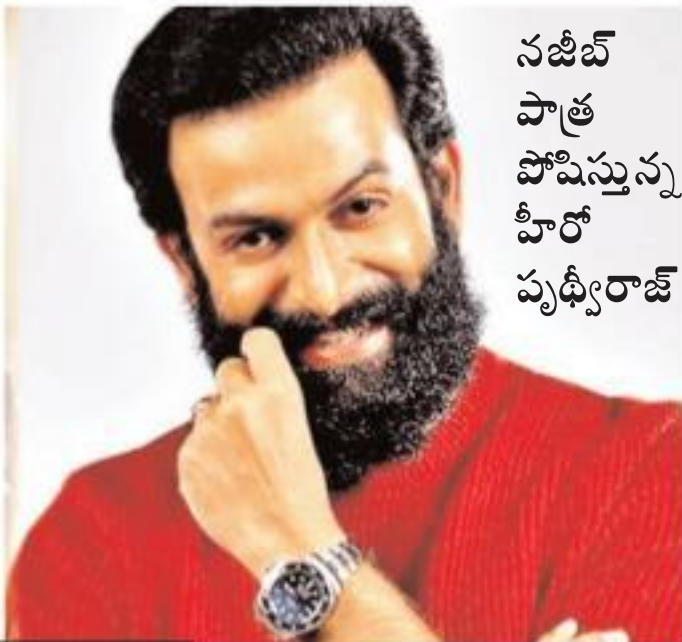
ఇతర డాక్యుమెంట్స్ లేవు. మళ్లీ అరబ్బుల చేతికి

చిక్కుకుండా పోలీస్ స్టేషన్ కు వెళ్లి తన గోడు

వెళ్లబోసుకున్నాడు. కానీ నమ్మకం కుదరక నజీబ్ ను అక్రమ చౌరబాటు దారుడిగా పరిగణించి జైల్లో వేశారు. కటకటాల వెనుక తిండికి, నిద్రకు లోటు లేకపోవడంతో ఆ నరకం కన్నా ఇదే నూరుపాళ్లు మేలనుకున్నాడు. ఎట్టకేలకు తనలాంటి కొందరితో పాటు రియాద్ లో ఉన్న బంధువుల సాయంతో మన దేశానికి అభ్యర్థన పెట్టుకోవడంతో అన్ని ప్రయత్నాలు ఫలించి సౌదీ ఇమ్మిగ్రేంట్ అధికారులు నజీబ్ ను తిరుగు ప్రయాణానికి అనుమతించారు.

● **నవలగా... సినిమాగా...**

కేరళలోని తన ఇంటికి చేరిన నజీబ్ మరో జన్మ పొందినట్టుగా ఫీలయ్యాడు. ఇన్నేళ్లుగా అతడి క్షేమసమాచారం తెలియక ఆందోళన చెందిన కుటుంబసభ్యుల ఆనందానికి



నజీబ్

పాత

పోషిస్తున్న

హీరో

పుట్టిరాజ్

హద్దులేవు. మూడేళ్ల కొడుకు సఫీర్ తండ్రి ఒడిలోకి

చేరాడు. కొన్నాళ్ల తర్వాత ఆర్థిక ఇబ్బందులు వెంటా

డటంతో మరో దారి లేక మరోసారి ప్రవాస కూలీ

అవతారం ఎత్తేందుకు సిద్ధమయ్యాడు. తన బావ

సాయంతో ఈసారి ఉచిత వీసాపై బెప్రాయిన్ కు

చేరుకున్నాడు. అక్కడ ఉద్యోగంలో చేరి, ఆర్థికంగా కొంత

స్థిరపడిన తర్వాత

కుటుంబాన్ని కూడా

తీసుకెళ్లాడు. ప్రస్తుతం

నజీర్ కొడుకు సఫీర్

ఒక ప్రైవేట్ కంపెనీలో

పనిచేస్తున్నాడు.

ఇప్పుడు నజీబ్

మొహమ్మద్ వయసు

అరవై ఏళ్లు.



నజీబ్ పై రాసిన 'అడుజీవితం'

నవల, రచయిత బెంజిమన్..

బెప్రాయిన్ లో స్థిరపడ్డ మలయాళ ప్రసిద్ధ రచయిత

బెంజిమన్ ఎప్పటి నుంచో కేరళ ప్రవాస కూలీల

జీవితాలపై ఒక నవల రాయాలని సమాచార వేటలో

ఉన్నాడు. ఆయనకు నజీర్ బావ తారసపడ్డాడు. సౌదీలో

తన బావ పడ్డ కష్టాలను చెప్పాడు. దాంతో నజీబ్

జీవితానికి ఆక్షరరూపం ఇచ్చాడు బెంజిమన్. అదే 'అడు

జీవితం' అనే నవల. 2008లో వచ్చిన ఈ నవల

పాఠకులను విపరీతంగా ఆకట్టుకుంది. ఇప్పటికీ

'అడుజీవితం' బెస్ట్ సెల్లర్ గానే నిలిచింది. ఇంగ్లీష్ (గోట్

డెస్)తో పాటు అరబ్బీ, నేపాలీ, దామోలాంటి ఎన్నో

భాషల్లోకి ఈ నవల అనువాదమైంది. అన్నీ కలిపి ఇప్పటికీ

130కి పైగా ముద్రణలు దాటాయి. కేరళ, కాలిఫోర్నియా,

పాండిచ్చేరి యూనివర్సిటీలతో పాటు కేరళలోని పదో

తరగతి పాఠ్య పుస్తకంగా కూడా గౌరవాన్ని దక్కించుకుంది.

2012లో కేరళ సాహిత్య అకాడమీ అవార్డుతో పాటు ఆ

తర్వాత ఎన్నో పురస్కారాలను పొందిన ఈ నవల

ప్రస్తుతం సినిమాగా రూపుదిద్దుకుంటోంది. బ్లెస్సి

దర్శకత్వంలో ప్రముఖ నటుడు పుట్టిరాజ్ సుకుమార్ న్

టైటిల్ పాత్రను పోషిస్తున్నాడు.

- బి.నర్సన్, 94401 28169.

చలికాలం...

బరువుతో

జాగ్రత్త



చలికాలంలో చాలామంది తమకు తెలియ

కుండానే బరువు పెరుగుతారు. చలిలో నడక,

వ్యాయామం చేయకపోవడం... ఇంట్లోనే కూర్చుని

తినడం వల్ల బరువు పెరగడం సహజం

అంటున్నారు న్యూట్రిషినిస్టులు. అయితే ఈ

ఉపద్రవం నుంచి కాపాడుకోవాలంటే కొన్ని

జాగ్రత్తలను తప్పకుండా పాటించాలి.

● సాధారణంగా చలికాలం బెడ్ దిగాలంటే

బద్దకం ఆవహిస్తుంది. బెడ్ మీదే దుప్పటి

కప్పుకుని మరీ టిఫిన్లు, స్నాక్స్ లాగిస్తుంటారు.

అన్ని అవయవాలు నిద్రాణస్థితిలోనే ఉంటాయి.

మిగతా కాలంతో పోలితే చలికాలం ప్రతీరోజూ

200 కేలరీలు అధికంగా తింటారని పరిశోధనలు

చెబుతున్నాయి. అందుకే తిండి విషయంలో కాస్త

జాగ్రత్త వహించాలి.

● చలికాలం పగటి సమయం బాగా

తగ్గిపోతుంది. శరీరానికి సూర్యరశ్మి

తగలకపోవడం వల్ల నిద్రకు సంబంధించిన

పీనియల్ గ్రంథి స్థాయి దెబ్బ తింటుంది. ఈ

గ్రంథి మెలటోనిన్ హార్మోన్ ను విడుదల

చేయకుంటే నిద్రమత్తులోనే ఉండిపోతాం.

అలాంటప్పుడు బరువు పెరుగుతారు.

● చలికి శరీర ఉష్ణోగ్రతను ఒకేలా ఉంచడానికి

కావాల్సిన శక్తిని ఇచ్చేందుకు మెటబాలిజం

పెరుగుతుంది. అధిక శక్తి కోసం తెలియకుండానే

ఆహారం ఎక్కువగా తీసుకుంటారు.

● చలికాలం చక్కెర స్థానంలో చాకోలెట్ బార్

లేదంటే ఫైబర్ తో కూడిన డ్రైఫ్రూట్స్ తీసుకుంటే

మంచిది. ఒమేగా3 ఉన్న పదార్థాలు తీసుకుంటే

మెదడు చురుగ్గా పనిచేస్తుంది.

● చలిలో ఉదయమే బయటకు వెళ్లాలంటే

కష్టమే. అలాగని వ్యాయామం పూర్తిగా మానే



# ఆయన జీవితం

# పరిమళభరితం

తన జాతకం ఎప్పుడు మారుతుందో తెలీదు, కానీ దేశాధ్యక్షులకు జాతకాలు చెప్పాడు. ప్రఖ్యాత పెర్ఫ్యూమ్ కంపెనీతోపాటు అనేక సంస్థలకు ప్రాణం పోశాడు. రూపాయి లేనప్పుడే ఆయనకు జ్ఞానోదయం అయ్యింది. కోట్లు వచ్చినా ఆశపడలేదు. పోతూ పోతూ సమాజానికి తిరిగి ఇచ్చేసి ఒంటరిగా వెళ్లిపోయాడు. 'దాదీ బెహ్రామ్ బల్సారా' జీవితం ఎంతో వైవిధ్యం...

డిసెంబర్ 1967, న్యూ ఢిల్లీ  
**ఏడీ మణి, పార్లమెంటు సభ్యుడు :** ఆస్ట్రేలియా ప్రధాని హెరల్డ్ హోల్ట్ మెల్బోర్న్ లోని బీచ్ లో అదృశ్యమై రెండు వారాలు అవుతోంది. దాదీ బల్సారా సహాయం తీసుకోమని ఆస్ట్రేలియా దౌత్య కార్యాలయం వాళ్లకు చెప్పనా మేడం?  
**ఇందిరాగాంధీ, ప్రధాని :** హస్తసాముద్రికం, జ్యోతిష్యం వంటివి ఆస్ట్రేలియా వాళ్లు నమ్ముతారు అనుకోను. అయినా ఆ దేశ ప్రధాని ఆచూకీ తెలుసుకోవడం ముఖ్యం కాబట్టి ప్రయత్నించండి.

● ● ●

బొంబాయిలోని ఒక పార్శ్వ కుటుంబంలో 1943లో పుట్టాడు దాదీ బెహ్రామ్ బల్సారా. ఎమ్మెస్సీ కెమిస్ట్రీ చదివాక ఉద్యోగవేటలో పడ్డాడు. ఏడాదిపాటు చిన్నాచితక ఉద్యోగాలు చేశాడు. ఆఖరికి నాగపూర్ లోని ఎల్ ఐ సీ ఆఫీసులో డెవలప్ మెంట్ ఆఫీసర్ గా ఉద్యోగం వచ్చింది. 1960లలో పీర్ రైస్ ఫైనాన్స్ హవా బాగా ఉండేది. జీవిత బీమా ప్రాముఖ్యం తెలియనివాళ్లే ఎక్కువ ఉండేవారు. అధిక రాబడి వచ్చే అసభికార చిట్ ల వైపు ఆసక్తి చూపేవారు. ఇలాంటి సమయంలో పల్లెలకు వెళ్లి ఎల్ ఐ సీ పాలసీల గురించి అవగాహన కల్పించేవాడు దాదీ బల్సారా. ఒకరోజు మహారాష్ట్రలోని ఓ పల్లెకు వెళ్లినప్పుడు... సైకిల్ ను చోరీ చేశారు. రాత్రి అయ్యింది. గ్రామంలో విద్యుత్ లేదు. ఆ చిమ్మచీకట్లో నడుస్తుంటే పొలిమేరల్లో ఒక గుడిసె కనిపించింది. అందులో ఉన్న సుఖ్ దేవ్ మహారాజ్ అనే సాధువు ఆశ్రయమిచ్చి ఆ పూటకు తలదాచుకోమన్నాడు.

**గుడిసెలో జ్ఞానోదయం..**

ఆ సాధువుతో మాటలు కదిపాడు. దాదీ బల్సారా ముఖాన్ని చూసి... 'నువ్వు చదివిన చదువుకి చేస్తున్న

ఉద్యోగానికి ఏమైనా సంబంధం ఉందా' అనడిగాడు. మనుషుల ముఖాలను చదివి జ్యోతిష్యం చెప్పడంలో ఆ సాధువు దిట్ట. మళ్లీ ఆయనే 'నీకు ఎంతో ఉజ్వల భవిష్యత్తు ఉంది. అదృష్టం వరించే వరకు వేచి ఉంటావో, నీ కష్టాన్ని నమ్ముకుని కొత్త మార్గాలు వెదుక్కుంటావో నీ ఇష్టం. నిర్ణయం నీదే' అని హితబోధ చేశాడు. ఆ రాత్రంతా సుఖ్ దేవ్ మహారాజ్ ఆధ్యాత్మిక విషయాలు విన్నాక... అతనిలో నూతనోత్సాహం ఆవహించింది. తరచూ ఆయన వద్దకు వెళుతూ యోగ ముద్రలు నేర్చుకున్నాడు. 'ఉద్యోగం వదిలి మీకు శిష్యుడిగా మారిపోతాను' అన్నాడు. 'భగవత్ తాదాత్మ్యాన్ని కోరుకుని మోక్షగామి అయ్యేందుకు బోలెడు సమయం ఉంది నాయనా. జ్ఞానాన్ని అన్వేషించే జిజ్ఞాసిగా మారి సమాజానికి ఉపయోగపడు' అని చెప్పి పంపించాడు సుఖ్ దేవ్.

**ఉద్యోగం, జ్యోతిష్యం..**

దాదీ బల్సారా ఎల్ ఐ సీ ఉద్యోగం చేస్తూనే ... హస్తసాముద్రికం, జ్యోతిష్యం, యోగాలలో ఆరితేరాడు. ఒకసారి ఎల్ ఐ సీ సమావేశానికి ఢిల్లీ వెళ్లాడు. అక్కడ మొరార్జీదేశాయ్ ని కలిసే అవకాశం వచ్చింది. ఆయన చెయ్యి చూసి... 'దేశం ఆర్థికస్థితిగతులు చూసే బాధ్యత మీపై పడుతుంది' అని చెప్పాడు బల్సారా. చేతిలో రేఖలు చూసి చెప్పి హస్తసాముద్రికం వ్యక్తిగత విశ్వాసానికి సంబంధించినది. అందులో నిజానిజాలను పక్కనపెడితే.. బల్సారా జ్యోతిష్యం చెప్పిన కొన్నాళ్లకే ఉపప్రధాని, ఆర్థికమంత్రి అయ్యాడు మురార్జీ. బల్సారా గురించి మురార్జీదేశాయ్ ద్వారా తెలుసుకున్న అప్పటి రాష్ట్రపతి జాకిర్ హుస్సేన్ కూడా రాష్ట్రపతి భవన్ కు పిలిపించుకున్నాడు. అది డిసెంబర్ 1967. ఆస్ట్రేలియా ప్రధాని హెరల్డ్ హోల్ట్ ... మెల్బోర్న్ న మీపంట్లోని బీచ్ వద్ద అదృశ్యమయ్యాడు. ఎంత గాలించినా జాడ తెలియడం లేదు. ప్రముఖ భారతీయ నేతలు బల్సారా గురించి ఆస్ట్రేలియా ప్రభుత్వానికి చెప్పారు. వెంటనే ఆ దేశం బల్సారాను ఆహ్వానించింది. ఎదురుగా లేని మనిషి గురించి జ్యోతిష్యం చెప్పడం సాధ్యం కాదు అంటూ... వారి విన్నపాన్ని తిరస్కరించాడు.

**దేశాధ్యక్షుల చేయి చూసి..**

ఢిల్లీలో బల్సారాకు పరిచయాలు పెరిగాయి. పీహెచ్ డీ చేయాలన్న ఆలోచన మొలకెత్తింది. ఉపకార వేతనం లభించడంతో... అమెరికా వెళ్లి మానసిక వైద్యంలో డాక్టరేట్ చదివాడు. హవాయి రాజధాని హోనోలులుకు చెందిన టీవీ ఛానల్ లో మానసిక రుగ్మతలు, ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలు చేసే అవకాశం వచ్చింది. కొన్నాళ్లు పలు రేడియో, టీవీ ప్రోగ్రామ్ లలో పాల్గొని.. అమెరికా ప్రముఖులకు ఆప్తుడయ్యాడు. 'మీరు జాగ్రత్తగా ఉండకపోతే ఒక పెద్ద కుంభకోణం వల్ల మీకు పదవీగడం పొంచి ఉంది' అని అమెరికా ప్రెసిడెంట్ రిచర్డ్ నిక్సన్ కు చెప్పాడు. బల్సారా చెప్పిన కొన్ని నెలలకే నిక్సన్ పదవీమ్యుతుడయ్యాడు. కొన్నాళ్లకు దివంగత కెన్నడీ భార్య జాక్విలీన్, ఆర్కాన్సాస్ రాష్ట్ర అటార్నీ జనరల్ గా ఉన్న బిల్ క్లింటన్, సోవియట్ యూనియన్ నాయకుడు నీకీతా క్రుచ్చేవ్ వంటి ప్రముఖులకు వ్యక్తిగత జ్యోతిష సలహాదారుడుగా ఎదిగాడు. జ్యోతిష్యశాస్త్రం కన్నా సైన్సును నమ్మే కొత్తతరం రావడం, అమెరికా దేశస్తులు కూడా జ్యోతిష్యం నేర్చుకుని పోటీ ఎక్కువ కావడం... బల్సారా చెప్పే జోస్యం అప్పుడప్పుడు తారుమారు అవుతుండటంతో అతని ప్రతిభ మసకబారింది. ఎల్ ఐ సీ, జ్యోతిష్యం వదిలేసి... విమానాలను నడిపే ఫైలెట్ కావాలనుకున్నాడు. అమెరికాలో శిక్షణ తీసుకుని

**కుబేర**

**దాదీ బెహ్రామ్ బల్సారా,**

సింగపూర్ గర్ల్ పెర్ఫ్యూమ్, ఎవరెస్ట్ మినరల్ వాటర్, వ్యవస్థాపకుడు



**తాజ్ మాన్ సింగ్ విలాసవంతమైన హోటల్. ఒక్కరోజు అయినా అందులో విడిది చేయాలని చాలామంది కలలు కంటారు. బల్సారా ఏకంగా ఇరవై ఏళ్ల పాటు అదే హోటల్ లో జీవించారు. అక్కడే మరణించారు.**



**దాదీ బల్సారా కేవలం రూ.600 జీతంతో జీవితాన్ని ప్రారంభించారు. ఆయన చనిపోయేనాటికి బ్యాంకుల్లో రూ.250 కోట్ల నగదు నిల్వలు ఉన్నాయి. ఆ డబ్బుతో 'డా.దాదీ బల్సారా ఎస్టేట్' అనే ట్రస్టును ఏర్పాటు చేసి... సేవా కార్యక్రమాలకు వెచ్చించమని ముందే నిర్ణయించారు.**

ఫైలెట్ లైసెన్స్ పొందాడు.

**అందాల సుందరితో...**

సింగపూర్ లోని ఐదు ఎకరాల ద్వీపాన్ని కొనుక్కుని ... ఆ సుందర ప్రదేశానికి 'సరాంగ్ ఐలాండ్' అని పేరు పెట్టింది క్రిస్టినా అనే యువతి. ఐదేళ్ల తరువాత ఆ ద్వీపాన్ని సింగపూర్ ప్రభుత్వం కొనుగోలు చేసి సెంటోసా ఐలాండ్ అనే పర్యాటక ప్రాంతంగా తీర్చిదిద్దింది. అప్పటికే మిస్ సింగపూర్ గా క్రిస్టినా పెద్ద సెలబ్రిటీ అయిపోయింది. ఐలాండ్ అమ్మగా



వచ్చిన డబ్బుతో ఒడియన్ అనే పెర్ఫ్యూమ్ తయారీ సంస్థను ప్రారంభించింది. బల్సారా కూడా అనుకోకుండా సింగపూర్ కు వచ్చి పెర్ఫ్యూమ్ ప్యాక్షరీ నెలకొల్పాడు. పోటీ సంస్థ యజమాని క్రిస్టినాతో పరిచయం ఏర్పడింది. అభిప్రాయాలు కలిశాయి. ప్రేమ చిగురించింది. ఇద్దరూ పెళ్లి చేసుకున్నారు. తమ రెండు సంస్థలను కలిపి 'పెర్ఫ్యూమ్స్ సింగపూర్ గా ఏకీకృతం చేశారు. 1977లో 'సింగపూర్ గర్ల్' పేరుతో వారు తయారుచేసిన పెర్ఫ్యూమ్స్ యువతను విపరీతంగా ఆకట్టుకున్నాయి. ఇక సింగపూర్ ఎయిర్ లైన్స్ లో అయితే అధికంగా అమ్ముడయ్యేవి. ఇంచుమించు ఎనభై దేశాల్లో

ఎయిర్ పోర్టు డ్యూటీ డ్రీ షాపుల్లో విక్రయాలకు అవకాశం లభించింది. అదొక రికార్డు. స్వర్ణీయ ఇందిరాగాంధీ కూడా సింగపూర్ గర్ల్ పెర్ఫ్యూమ్ నే వాడేవారు. ఆ పరిమళం అంటే ఆమెకు ఎంతో ఇష్టం. ఒక దశలో పెర్ఫ్యూమ్ కింగ్ ఆఫ్ ఆసియాగా బిరుదు పొందాడు బల్సారా.

**హిమాలయాల ఎత్తుకు...**

కేవలం పెర్ఫ్యూమ్ వ్యాపారానికి పరిమితం కావడం బల్సారాకు రుచించలేదు. మలేసియాలో దాది సిరామిక్స్ పేరుతో టైల్స్ ఉత్పత్తి వ్యాపారంలోకి ప్రవేశించాడు. భార్యతో కలిసి జ్యూయెలరీ బిజినెస్ మొదలుపెట్టాడు. ఈ రెండు వ్యాపారాలు అమెరికాకు సైతం విస్తరించాయి. విదేశాల్లోని పెర్ఫ్యూమ్ సంస్థను అమ్మేసి... భారత్ కు తిరిగి వచ్చాడు. గొలుసుకట్టు స్టార్ హోటళ్లు, రిసార్టులను ఏర్పాటు చేయాలనుకున్నాడు. స్విట్జర్లాండ్ సంస్థతో భాగస్వామిగా గుర్గావ్ లో డిజైన్ గడియారాల సంస్థను నెలకొల్పాడు. తిరిగి అమ్మేశాడు. దేశంలో బిస్త్రీ బ్రాండ్ తప్ప సరైన మినరల్ వాటర్ లేదని గమనించిన బల్సారా ... మౌంట్ ఎవరెస్ట్ మినరల్ వాటర్ లిమిటెడ్ సంస్థను స్థాపించాడు. వందల కోట్లు పెట్టుబడితో హిమాచల్ ప్రదేశ్ లో మినరల్ వాటర్ ప్లాంట్ ను ఏర్పాటుచేసి హిమాలయన్ బ్రాండ్ పేరు మీద మార్కెట్ లోకి తీసుకొచ్చాడు. అసతికాలంలోనే పేరొచ్చింది. అమ్మకాలు పెరిగాయి. హిమాలయ శివాలిక్ శ్రేణిలోని భూగర్భ జలాశయం నుంచి వచ్చే నీటిని వాడటం వల్ల ... తన మినరల్ వాటర్ కు హిమాలయన్ అనే పేరు పెట్టారు. ఇది భారతదేశం నుంచి అంతర్జాతీయంగా ఆమోదించబడిన అరుదైన సహజసిద్ధ మినరల్ వాటర్. అమెరికా, ఐరోపా దేశాలకు ఎగుమతి చేసే స్థాయికి ఎదిగింది. హిమాలయన్ బ్రాండ్ ను చేజిక్కించుకోవడానికి పెద్ద పెద్ద సంస్థలు పోటీ పడ్డాయి. వయసుపైబడటం, వారసులు లేకపోవడంతో ఈ బ్రాండ్ ను టాటా సంస్థకు అమ్మేశాడు బల్సారా.

● ● ●

**రూమ్ నెంబర్ 901, తాజ్ మాన్ సింగ్...**

ఢిల్లీలోని ఇండియా గేట్ పక్కన టాటా సంస్థకు చెందిన తాజ్ మాన్ సింగ్ హోటల్ ఉంది. సింగపూర్ నుంచి వచ్చిన తరువాత ఆ హోటల్ లో బల్సారా బస చేసేవాడు. భారత్ తిరిగొచ్చాక ఆ హోటల్ రూమ్ 901 నే తన ఇంటిగా చేసుకున్నాడు. దాదాపు 30 ఏళ్లుగా అదే అతని నివాసం. రతన్ టాటా ఢిల్లీకి ఎప్పుడొచ్చినా తమ హోటల్లో ఉన్న బల్సారా దంపతులను పలకరించి వెళ్లేవారు. అతను ఉన్నంత కాలం రోజుకి రూ.15 వేలు మాత్రమే అద్దె తీసుకోవడానికి తాజ్ హోటల్ అంగీకరించింది. బల్సారాను మొదటి సభ్యుడిగా తాజ్ ఇన్నర్ సర్కిల్ లాయల్టీ ప్రోగ్రామ్ రూపొందించారు. 2009లో బల్సారా భార్య కన్నుమూసింది. ఆ దంపతులకు పిల్లలు లేరు. కోట్ల విలువైన వ్యక్తిగత ఆస్తులు అన్నింటినీ ఛారిటీ సంస్థలకు చెందేలా వీలునామా రాశాడు బల్సారా. ఆయన చనిపోయేనాటికి అతని వద్ద ఉన్న డబ్బు రూ.250 కోట్లు. 2014, జూన్ 19 న అదే హోటల్ గదిలో తుది శ్వాస విడిచాడు. ఆయన జీవితం పరిమళభరితం, సాధువు చెప్పిన సార్థకత లభించిందన్న సంతృప్తి ధోరికిందేమో! అందుకే తన సంపదను సమాజానికి తిరిగి ఇచ్చేసి.. ఒంటరిగా వెళ్లిపోయాడు బల్సారా.

- సునీల్ ధవళ, 97417 47700 సీయివో, ద థర్ అంఫైర్ మీడియా అండ్ అనలిటిక్స్





# బాలల కోసం ఏం చేస్తున్నాం?

కరోనా కారణంగా ఇళ్లలో బందీలై పోయి, మానసికంగా బాధపడుతున్న వృద్ధుల గురించి కంటే, ఆడుకోవడానికి బయటకు వెళ్లేందుకు వీలేక అల్లాడుతున్న చిన్నపిల్లల గురించి నేను ఎక్కువ బాధపడుతున్నాను. మూడేళ్లకే బళ్లకు తోలేసి, గత తరం కంటే ఈ తరం పిల్లలకు నిశ్చింతగా గడిపే కాలాన్ని తగ్గించేశాం. ఈ కరోనా వచ్చి.. ఓ ఏడాదిని హరించేస్తోంది కదా. ఆన్లైన్ క్లాసుల ద్వారా చదువును ఎలాగోలా కొనసాగించగలం కానీ తన వయసు పిల్లలతో కలిసి ఆడుకోవాల్సిన సమయాన్ని మాత్రం ఎలా పూరించగలం?

బాలానంద సంఘం అన్నయ్యగారు, అక్కయ్య గారు ఇప్పుడు సజీవంగా వుండి వుంటే ఈ గండానికి ఏ ఉపాయం కనిపెట్టేవారా అనే ఆలోచన వస్తుంటుంది. ఆన్లైన్ క్లాసుల తర్వాత ఆన్లైన్ రిక్రియేషన్ క్లాసులు నిర్వహించేవారేమో! 80 ఏళ్ల క్రితమే వాళ్లు ఎన్నో కొత్తకొత్త కార్యక్రమాలు రూపొందించి, మా బోటి పిల్లలలో ధైర్యాన్ని నింపి, నిబిడంగా వున్న మా శక్తి యుక్తులను వెలికిదీశారు. మా బాలానంద సంఘంలోని సభ్యులందరం జీవితాల్లో చక్కగా స్థిరపడ్డామంటే వారి చలవే. 1940లో చెన్న పట్టణంలో ఆంధ్ర బాలానంద సంఘం ఏర్పాటు చేసిన న్యూపతి రాఘవరావు గారిని అన్నయ్య గారు అనేవాళ్లం. ఆయన భార్య కామేశ్వరి గారిని అక్కయ్యగారు అనేవాళ్లం. పాటలు, పద్యాలు, స్క్రిబ్లలు, అప్పుడప్పుడు క్విజ్లతో రేడియోలో వారు వారం వారం నిర్వహించే 'బాలానందం' (శనివారం), 'అటవిడుపు' (ఆదివారం) కార్యక్రమాలు పెద్దలు, పిల్లలతో సహా తెలుగు వారందరం వినే వాళ్లం. మాబోటి పిల్లలకు బాగా తర్ఫీదునిచ్చి లైవ్ ప్రోగ్రాం యిప్పించేవారు. నేపథ్య సంగీతం అన్నయ్య గారిదే. పియానో వాయింపడమే కాక, నోటితోనే సకల వాయిద్యాల శబ్దాలు వినిపించేవారు. వన్మాన్ ఆర్గెస్ట్రా అన్నమాట. పొద్దున్న 7గంటలకే బస్సు యింటికి వచ్చి పికప్ చేసుకునేది. కార్యక్రమం అయిపోగానే అందరికీ తినుబండారాలు, కూల్ డ్రింకులు యిచ్చేవారు. క్రమశిక్షణ విషయంలో చిన్న తప్పు జరిగినా ఊరుకునేవారు కారు. ఓసారి అక్కయ్యగారి ఒళ్లో కూర్చుని నేను ఓ నాటకంలో ధైలాగు చెప్పడానికి తడబడుతూ వుంటే, అక్కయ్య గారు తొడపాశం పెట్టారు. మళ్లీ తడబడితే ఒట్టు.

బాలానంద సంఘానికి 'బాల' పత్రిక వుండేది. దానిలో మా చేత కథలు రాయించేవారు, బొమ్మలు వేయించేవారు. ముళ్లపూడి వెంకటరమణ కథ,

బాపు బొమ్మ తొలిసారిగా 'బాల'లోనే పడ్డాయి. ఆ పత్రిక ప్రజాదరణ చూశాకనే 'చందమామ', 'బాలమిత్ర' వుట్టుకొచ్చాయి. రేడియో స్టేషన్లకే పరిమితం చేయకుండా మాలో స్టేజి ఫియర్ పోయి, చురుకుదనం, చొరవ పెరగడానికి వేరే వూళ్లకు కూడా తీసుకెళ్లి బహిరంగ నాటకప్రదర్శనలు ఏర్పాటు చేయించేవారు. పిక్నిక్లు సరేసరి. ఆటలతో ఉల్లాసం నింపేవారు.

1952లో మద్రాసులో చిన్నపిల్లల కాన్ఫరెన్స్ ఏర్పాటు చేశారు. దక్షిణభారతంలో అలాంటిది జరగడం అదే తొలిసారి. 1953లో ఆంధ్రప్రాంతం విడిపోయాక రాజధాని కర్నూలులో రెండవ కాన్ఫరెన్స్, మూడోది గుంటూరులో జరిగాయి. తర్వాతది ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ ఏర్పడ్డాక హైదరాబాదులో జరిగింది. సంస్థ కార్యక్రమాలు



**బాలానంద సంఘంలోని పిల్లలకు ఎంత స్టార్ స్టేటస్ వచ్చిందంటే వాళ్లు వేసిన మూడు నాటకాలను కలిపి 'బాలానందం' (1954) అనే సినిమా కె.ఎస్.ప్రకాశరావు గారి దర్శకత్వంలో విడుదలైంది. అందులోని 'బూరెల మూకుడు', 'కొంటే కిష్టయ్య', 'రాజయోగం' నాటకాలలో మూడో దానిలో జ్యోతిష్కుడి వేషం వేశాను నేను. ఆ నాటకం రాసిన ఆరుద్రగారు నన్ను కూర్చోబెట్టి కథ చెప్పి 'రాజయోగం' అని పెడదామా? 'మరణదండన' అని పెడదామా? అని అడిగారు. నేను మొదటిదే అన్నాను. అదే ఖరారైంది.**

చూసి మెచ్చుకున్న సెంట్రల్ సోషల్ వెల్ఫేర్ బోర్డు ఆర్థికసహాయం అందించింది.

బాలానంద సంఘంలోని పిల్లలకు ఎంత స్టార్ స్టేటస్ వచ్చిందంటే వాళ్లు వేసిన మూడు నాటకాలను కలిపి 'బాలానందం' (1954) అనే సినిమా కె.ఎస్.ప్రకాశరావు గారి దర్శకత్వంలో విడుదలైంది. అందులోని 'బూరెల మూకుడు', 'కొంటే కిష్టయ్య', 'రాజయోగం' నాటకాలలో మూడో దానిలో జ్యోతిష్కుడి వేషం వేశాను నేను. ఆ నాటకం కథ రాసిన ఆరుద్రగారు నన్ను కూర్చోబెట్టి కథ చెప్పి 'రాజయోగం' అని పెడదామా? 'మరణదండన' అని పెడదామా? అని అడిగారు. నేను మొదటిదే అన్నాను. అదే ఖరారైంది. ఆంధ్ర బాలానంద సంఘానికి ఉన్న పేరుప్రతిష్ఠలు గమనించిన ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం

## సవరస కందాయం

నారాయణగూడలో ఒక స్థలాన్ని లీజుకి యిచ్చి కార్యాలయం నడుపుకోమంది. పదేళ్ల తర్వాత ధనసహాయం చేసి, బిల్డింగును సొంతం చేసుకోమంది. బాలల మనోవికాసం కోసం ఏం చేయాలో, ఎలా చేయాలో చెప్పమని ప్రభుత్వం కోరగా ఆ దంపతులు పబ్లిక్ గార్డెన్లోని జవహర్ బాలభవన్ ప్రణాళిక తయారు చేసిచ్చారు.

మద్రాసులో నివాసమున్నంత కాలం బాలానంద సంఘం కార్యక్రమాల్లో నేను చురుగ్గా పాల్గొన్నాను. పెద్దవాణ్ణియ్యాక ఆ సంస్థకు తోడ్పడుతూ వచ్చాను. నాతో పాటు నా భార్య కూడా! అన్నయ్యగారు

చనిపోతూ రాసిన విల్లు ప్రకారం నా భార్య ఉప 1984లో ఆంధ్ర బాలానంద సంఘానికి సెక్రటరీ అయి 1996 వరకు ఆ విధులు నిర్వహించింది. 2004లో అన్నయ్యగారి శతజయంతి, 2008లో అక్కయ్యగారి శతజయంతి ఘనంగా జరిగాయి. వారి జీవితచరిత్ర, ఫస్ట్ డే కవర్, బాలసాహిత్య కారుల సదస్సులు, సంగీత కార్యక్రమాలు, థియేటర్ వర్క్ షాప్లు.. యిలా చాలా కార్యక్రమాలు, యిక్కడే కాదు, ఆస్ట్రేలియా వంటి విదేశాల్లోనూ జరిగాయి.

ఇటువంటి గొప్ప సంస్థలో సభ్యుణ్ణి నేను గర్వంగా చెప్పుకుంటాను. నా బాల్యం రసవత్తరంగా గడిచిందంటే, నేను అనేక సినిమాల్లో బాలనటుడిగా నటించి, పేరు తెచ్చుకున్నానంటే, పెద్దయ్యాక అనేక పోటీల్లో ధైర్యంగా పాల్గొని నెగ్గుకు వచ్చానంటే, యిప్పటికీ సంగీతసాహిత్యాల పట్ల, లలితకళల పట్ల అభిమానాన్ని, అభినివేశాన్ని నిలుపుకున్నానంటే ఆ ఘనతంతా నన్ను తీర్చిదిద్దిన బాలానంద సంఘందే. ఈనాటి పిల్లలకు యిలాంటి సౌలభ్యం లేనందుకు చింతిస్తుంటాను. స్కూలు నిలబన్ పెరిగిపోయింది. వీటికి తోడు ట్యూషన్లు, ప్రత్యేక కోర్సులు, 7వ తరగతి నుంచి ఐబిటికి తర్ఫీదులు. ఒక్క క్షణం తీరిక లేకుండా ఉక్కిరిబిక్కిరి చేసేస్తున్నారు.

కరోనా ఉధృతి తగ్గగానే యీ ఏడాది జరిగిన నవ్యాన్ని కాంపెన్సేట్ చేయడానికి వచ్చే ఏడాదిలో పిల్లల్ని ఎక్కువ సేపు ఆడుకోనివ్వాలని వాళ్ల తరపున డిమాండ్ చేద్దాం.

**డా. మోహన్ కందా**  
విశ్రాంత ఐఏఎస్ అధికారి



## గంగిరెద్దులు

- సరసి

'కెవ్వ'మని కేక పెట్టేడు కేశవులు పొద్దున్నే ఇంటి ముందు పాలు పిత్తకడానికి బట్టెని తీసుకొచ్చి. "అంత మతి మరుపైతే ఎట్లాగయ్యా? పాలు పితికేముందు శంభైజరుతో సెయ్యి కడుక్కోవాలిగా! అందుకే తన్నిందది" అంటూ సీసాలోంచి రెండు చుక్కలు మొగుడి చేతిలో పిండింది వాడి పెళ్ళాం.

కరోనా జాగర్రలు పల్లెటూళ్ళలో కూడా ఎక్కువయ్యాయి. పాకలకు కూడా పోకేయి. సుబ్రమణ్యానికి అసలే శుభ్రం ఎక్కువ. ఈమధ్య సబ్బుతో చేతులు కడుక్కున్నాకనే పిడకలు చరుస్తున్నాడు గోడ మీద!

"ఎందుకురా వూరికే అలా అచ్చోసిన ఆంబోతులా తిరుగుతావ్?" అనేవారిదివరకు. ఆవారా ఆంబోతుల వల్లే కరోనా వ్యాప్తి అవుతోందని కదా అందరి భయం! జంతువులకి కరోనా రాదని చెబితే రైతులు నమ్మడం లేదు. మనుషులకీ పశువులకీ పెద్ద తేడా లేదని కొందరి ప్రగాఢ విశ్వాసం. పశువుల సంతలో గిత్త దూడల్ని కొనేప్పుడు తుపాకీలాంటి దాన్ని తలమీద పెట్టి చూసి కొంటున్నాడొకాయన కరోనా టెస్టు చేసి. మామూలుగా అయితే కొన్ని జాగర్రలు ఉంటాయి. మునిసిపాలిటీలో పనిచేసిన అనుభవం ఉంటే ఆ ఎద్దుల్ని కొనరు. అవి ఎక్కడ కుప్పతొట్టి కనిపిస్తే అక్కడ ఆగిపోతాయని! ఇదే కాక ఆ పశువు వంశవృక్షం, కీర్తిప్రతిష్ఠలు పరీక్షిస్తారు. ఎలాగంటే వెనక్కిళ్ళి సుదులు, ముందుకెళ్ళి నోట్లో పళ్ళు చూసి!

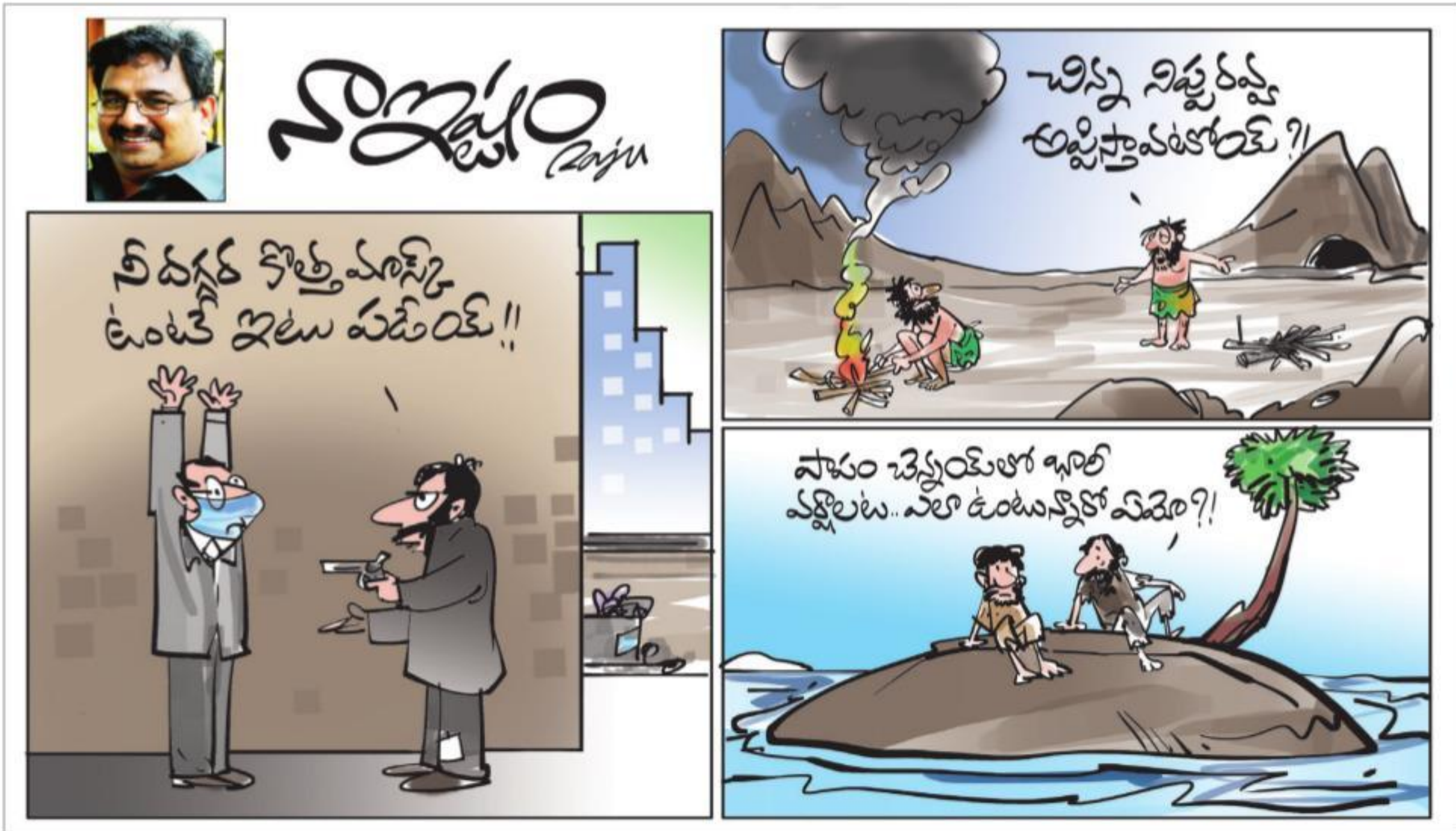
కొన్ని గిత్తలు చిన్నప్పటి నుంచే పొగరుగా ఉంటాయి. 'మనిషికైనా పశువుకైనా మగరుండొచ్చు గాని పొగరుండకూడదండి' అన్నాడొక రైతు. చిట్టెమ్మ గారి గిత్త పేరు చెబితే వూళ్ళో అందరికీ హడల్! అది ఎంతమందిని కుమ్మిందో దానికే గుర్తు లేదు. పగలంతా బండి కట్టి, రాత్రి పూట కాంపౌండ్లో కట్టకుండా వదిలేస్తుంది చిట్టెమ్మ. అది కుక్క కావలా కాస్తుంది రాత్రంతా. తెలిసిన వాడెవడూ లోపలికి దూకే సాహసం చెయ్యడు.

ఎడ్ల కాళ్ళ గిట్టలు అరిగిపోకుండా కింద నాడాలు కొడతారు మేకులతో. నారాయడు తన కూతురు పెళ్లి సమంధాల కోసం చెప్పులు అరిగేలా తిరుగుతోంటే 'చెప్పుల కింద నాడాలు కొట్టించుకోపోయావా?' అంటూ వెటకారం చేసేడొకాయన. 'ఎద్దు పుండు కాకికి ముద్దా?' అని వూరికే అన్నారా? మనకి పిండివంటలెలాగో రోజూ గడ్డి తినే పశువులకి ఉలవలు, తెలగపిండి అలాంటివి. ఇష్టంగా తింటాయి వాటిని. దానిలో ఉడికేక ఓ గుప్పెడు ఉలవలని నోట్లో వేసుకోని రైతు ఉండడు! ఉలవలు పశువులకీ మనుషులకీ కామన్ ఫుడ్డు! "సర్పంచి గారు ఓ పట్టాన దేనికి చలించరయ్యా!" అన్నాడొకాయన. "చిత్తం! వారిది వుషభరాశండి!" అన్నాడు పంచాయతీ గుమస్తా తాపీగా.

ఉప్పు చింతపండా అప్పడిగినట్టే పల్లెటూళ్ళలో బండికి ఎడ్లని కూడా అరువడుగుతారు. ఇందులో వింతేం లేదు. బండి ఉన్నవాడు ఎడ్లని అప్పడిగి తీసికెళుతూ 'ఏది వెలపల, ఏది దాపట' తెలుసుకుంటాడు. అంటే 'కుడి, ఎడమ' అన్నమాట. అది తెలుసుకోకుండా తీసికెళ్ళి అటుదిటు కట్టే ప్రయత్నం చేశాడో ఇంతే సంగతులు! బండిని రోడ్డు పక్కని ఏ వుంతలోకో లాగేస్తాయి. 'ఎడ్డే కదా కట్టిపడేస్తే నోరు మూసుకుని వింటాయి' అనుకోకూడదు!

అన్ని ఎద్దులూ తలలాడించవ ఒక్క గంగిరెద్దులు తప్ప! వీధుల్లో అయితే సంక్రాంతి రోజుల్లోనే దర్శనం ఇస్తాయవి. చాలా ఇళ్ళల్లోనూ, పార్టీ ఆఫీసుల్లోనూ అయితే ఏడాది పొడుగుతా కనిపిస్తాయి ఈ గంగిరెద్దులు తలలాడిస్తూ!!

- 9440542950







# రాకాసి పీత

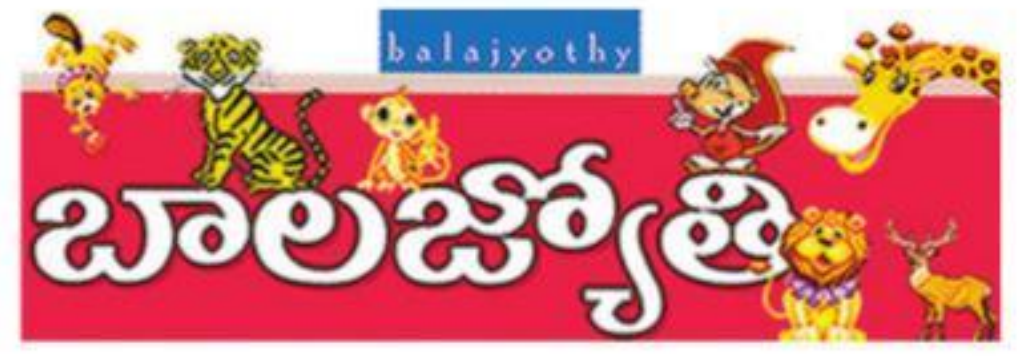
పీతల్ని పట్టి... వండుకు తింటారు చాలామంది. మరి ఈ పీతను పట్టుకుని వండుకోగలరేమో ఓసారి ఆలోచించండి. ఈ రాకాసి పీత మనిషి కన్నా ఎత్తు పెరుగుతుంది.

- కాళ్లు భుజాలు చాలా బలంగా ఉంటాయి. మనుషులను సైతం లోతుగా గాయపరచగలవు కూడా.
- స్పైడర్ క్రాబ్ ప్రమాదకరమే అయినప్పటికీ దీన్ని పట్టుకుని తినేవాళ్లు కూడా ఉన్నారు. ఇది మార్కెట్లో ఎక్కువ ధర పలుకుతుంది.
- ప్రమాదవశాత్తు కాలు విరిగిపోయినా ఎలాంటి నష్టం లేదు. ఆ కాలు మళ్లీ మెల్లగా పెరిగేస్తుంది.

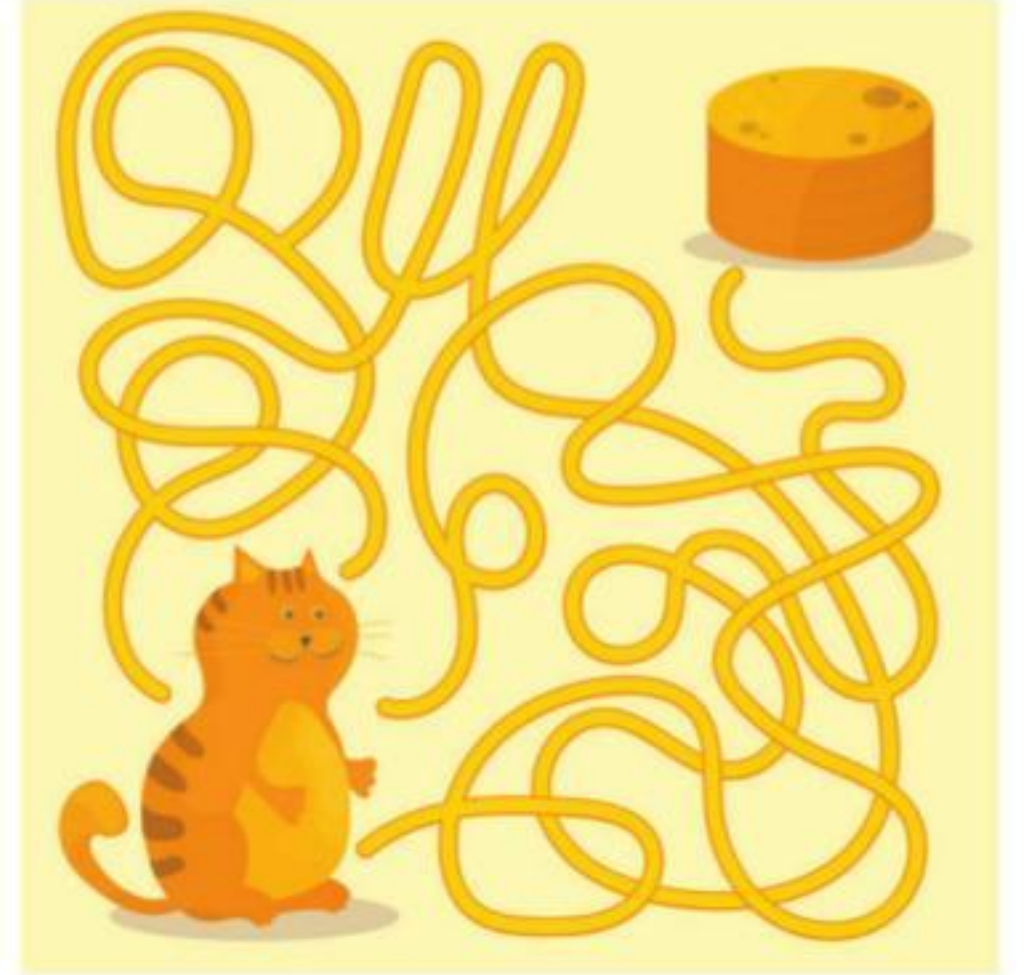


- జపనీస్ స్పైడర్ క్రాబ్... ఈ రాకాసి పీత పేరు అదే. జపాన్ చుట్టూ ఉన్న సముద్రపు లోతుల్లో జీవిస్తుంది.
- చూడటానికి సాలీడులా కనిపిస్తుంది కాబట్టి దానికి స్పైడర్ క్రాబ్ అని పేరు వచ్చింది.
- దాదాపు పన్నెండు అడుగుల పొడవు, 19 కిలోల బరువు పెరుగుతాయి.
- దీనికి నడిచేందుకు ఎనిమిది కాళ్లతో పాటూ, ఆహారాన్ని నోటికి అందించేందుకు ముందు వైపు రెండు భుజాలు ఉంటాయి. ఈ భుజాలు ఒక్కోటి అయిదుఅడుగుల పొడవు పెరుగుతాయి.
- ఇవి సముద్రానికి దాదాపు 2500 అడుగుల

- లోతున జీవిస్తుంటాయి.
- ప్రపంచంలో ఎక్కువ కాలం జీవించే జీవుల్లో ఇవి కూడా ఒకటి. దాదాపు వందేళ్ల వరకు బతుకుతాయి.
- ఇవి ఆకలేసినప్పుడు జీవిని చంపి తినడానికి ఇష్టపడవు. మొదట చేపలు, ఇతర జీవుల కళేబరాలు ఉన్నాయేమో వెతుకుతాయి. దొరికితే వాటినే తిని పొట్ట నింపుకుంటాయి. అవి దొరక్కపోతేనే దాడికి దిగుతాయి.
- సముద్రపునాచుతో పాటూ పరిమాణంలో తన కన్నా చిన్నవైన ఏ జీవినైనా ఇవి తింటాయి. ఆల్బిపులని సైతం హంఫట్ చేస్తాయి.



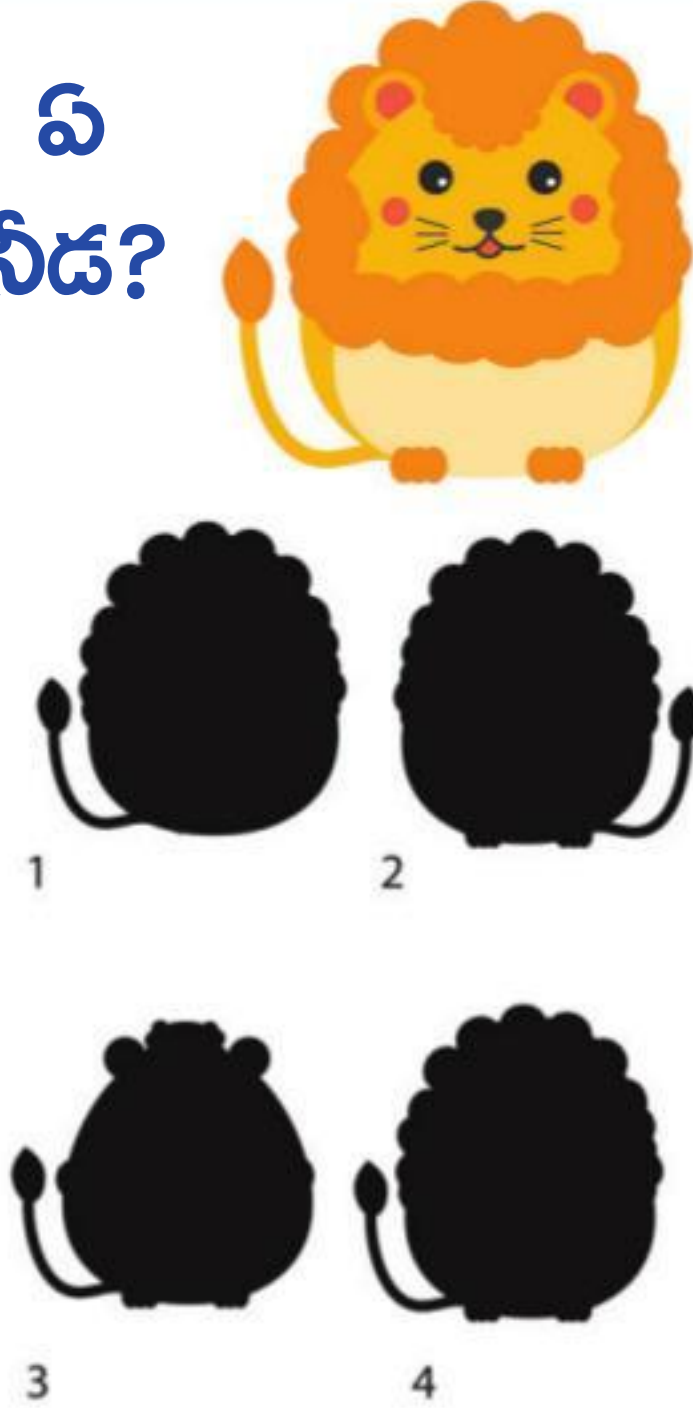
## దారి కనుక్కోండి



## అయిదు తేడాలేంటి?



## ఏ నీడ?



## చుక్కలు కలపండి



## పదాల పజిల్

ఇచ్చిన ఆంగ్ల పదాలు పజిల్లో ఎక్కడున్నాయో వెతికి పట్టుకోండి.

H	E	A	D	B	A	N	D	K	W	O	K	S	L	T
K	W	L	K	A	W	U	L	P	K	C	U	H	K	R
C	U	H	E	L	M	K	W	A	L	E	W	I	L	E
O	M	K	L	U	I	L	M	R	K	A	K	P	W	A
M	L	W	I	K	P	A	K	R	L	N	W	K	U	S
P	K	A	S	M	A	W	U	O	K	K	U	B	M	U
A	I	U	L	K	L	L	W	T	M	R	M	O	K	R
S	L	M	A	W	M	K	I	K	W	U	K	M	A	E
S	I	K	N	L	U	A	M	U	L	M	W	B	K	W
K	W	A	D	M	K	L	A	K	U	K	K	L	M	S
H	K	G	K	A	S	W	P	M	G	O	L	D	W	A
A	L	U	I	K	E	K	U	L	K	W	L	K	U	I
T	U	N	W	L	A	A	P	I	R	A	T	E	L	L
K	M	K	A	K	U	L	W	M	L	K	U	W	K	I
M	E	R	M	A	I	D	K	T	R	I	C	O	R	N



## నక్కు నక్కు

టీచర్: సీనియర్ కి, జూనియర్ కి తేడా ఏంటి?  
చింటూ: సముద్రానికి దగ్గరగా ఉండేవారు సీనియర్, జంటు ప్రదర్శనశాలకి దగ్గరగా ఉండేవాడు జూనియర్ టీచర్.

4 : బిడ్డ : గుర్రం ::



అడవిలో ఓ తెలివైన నక్క ఉండేది. ఒకరోజు దానికి బాగా ఆకలేసింది. తినడానికి ఏమీ దొరకలేదు. అడవికి అంచున ఉన్న గ్రామ శివారుల్లోని తుప్పల్లో కూర్చుని అటుగా ఏ కోడో, బాతో వస్తుందేమోనని చూడసాగింది. ఇంతలో ఒక కోడి పుంజు అటుగా వచ్చి చెట్టు కొమ్మపైన కూర్చుంది. దాన్ని చూడగానే ఇంకా నోరూరిపోయింది నక్కకి. ఎలాగోలా ఆ కోడిపుంజుని కిందకి దిగేలా చేసి పట్టి తినేయాలనుకుంది. అందుకోసం దాంతో స్నేహంగా మాట్లాడడం మొదలుపెట్టింది. 'మిత్రమా ఈ విషయం విన్నావా నువ్వు... నిన్న అడవిలో ఆకాశవాణి పలికిందట. ఇకపై భూమిపై ఉన్న జీవులన్నీ కలిసిమెలిసి స్నేహితుల్లా జీవించాలని చెప్పిందట. అందుకే మనందరం ఇప్పుడినుంచీ స్నేహంగా ఉండాలి. నువ్వు కిందకు వస్తే కాసేపు సంతోషంగా ఆడుకుందాం' అని చెప్పింది.

నక్క బుద్ధి తెలిసిన కోడిపుంజు దాని బారిన పడకుండా తెలివిగా తప్పించుకోవాలని భావించింది. నక్కతో 'అవును మిత్రమా ఆ వార్త నేను కూడా విన్నాను.... అదుగో కొత్త స్నేహితులు ఇటుగా వస్తున్నారు, రానీ వాళ్లతో కూడా

## కోడిపుంజు తెలివి

స్నేహం చేద్దాం. మనమంతా కలిసి ఆడుకుందాం' అంది. నక్క 'కొత్త స్నేహితులా... ఎవరది' అని అడిగింది. 'అదిగదిగో ఆ కాలువ పక్కన చూడు వేటగాడు తన రెండు వేటకుక్కలతో వస్తున్నాడు... నీతో స్నేహం కోసమే కావచ్చు. రానీ వారితో మనమిద్దరం స్నేహం చేద్దాం' అంది. వేటకుక్కల పేరు వినగానే నక్కకి ఒళ్లంతా చెమటలు పట్టేశాయి. నక్కను చూసి కోడిపుంజు 'ఏమైంది మిత్రమా అలా వణికిపోతున్నావెందుకు?' అని అడిగింది. దానికి నక్క 'ఏం లేదు నేస్తమా... ఆకాశవాణి చెప్పింది మనం విన్నాం కానీ, వారు విన్నారో లేదో కదా' అంటూ అడవిలోకి పరుగుడుకుంది. కోడిపుంజు నక్కబారి నుంచి తప్పించుకున్నందుకు సంతోషపడి, చెట్టుదిగి తిరిగి తన యజమాని ఇంటికి వెళ్లిపోయింది. ఒక్కసారి మోసాన్ని మోసంతోనే జయించాలన్నాది ఈ కథ సారాంశం.





డి సెంబర్ 12... నిన్ననే వెళ్లిపోయింది. తమిళనాడు ప్రజలు ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురుచూసే రోజు... పొంగల్... క్రిస్మస్.. రంజాన్ కలిసి వచ్చినంత సంబరం. ఆ రోజు తమ అభిమాన హీరో రజనీకాంత్ పుట్టినరోజు. అందుకే సంబరాలు మిస్సంటుతాయి. ఇక రజనీకాంత్ సినిమా రిలీజ్ అవుతుందంటే పక్కనున్న మలేషియా, సింగపూర్లలోనే కాదు ఆస్ట్రేలియా, అమెరికా, ఆఫ్రికాలలో కూడా సందడి సందడి. అందుకే ఆసియాలో జాకీచాన్ తరవాత అత్యధిక ఫాలోయింగ్ ఉన్న స్టార్ రజనీ సార్ అంటారు ప్యాన్స్.

**రజనీ మానియా...**  
అందరు హీరోలకి ప్యాన్స్ ఉంటారు కానీ రజనీకాంత్‌కి ఉన్న పాన్ ఫాలోయింగ్ అంతాఇంతా కాదు. ఆయన పుట్టిన రోజుంటే అభిమాన సంఘాలు అన్నదానాలు, రక్తదానాలు, పేదలకు సహాయ కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం మామూలే. ఏటన్నిటితో పాటు రజనీ సార్ ఏడైనా ప్రకటన చేస్తారా అని ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తారు. రజనీ ప్రతి చిత్రంలో రాజకీయాలకు సంబంధించి ఒక డైలాగ్ ఉంటుంది కాబట్టి, ఆ డైలాగ్‌ను పట్టుకుని.. గత ఇరవై అయిదేళ్లుగా ప్రతి డిసెంబర్ 12 న వేయి ఆశలతో ఎదురుచూస్తూనే ఉన్నారు. తన బర్త్‌డే నాడు 'బీ రెడీ.. ఐయామ్ కమింగ్ అని ఆయన ఒక్క ప్రకటన చేస్తారేమోనని చూస్తూ ఉన్నారు. కానీ అంతకుని నిరాశే మిగలేది. ఎన్నోసార్లు ఆయన రాజకీయాల్లోకి వస్తున్నట్లు సూచాయగా మాట్లాడినా... మళ్ళీ వెనకడుగు వేసేవారు. ఏదీ తేల్చేవారు కాదు. ఈ ఏడాది మాత్రం పుట్టిన రోజుకు ముందే రజనీ ప్రకటించాడు రాజకీయాల్లోకి వస్తున్నట్లు. అంతేకాదు 2021 మేలో జరిగే తమిళనాడు అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో అన్ని సీట్లకు పోటీ చేస్తున్నట్లు కూడా ప్రకటించి అభిమానుల్ని ఆనందంలో ముంచేశాడు. 'మారుద్దాం... అన్నిండ్లినీ మారుద్దాం... ఇప్పుడు కాకపోతే మరెప్పటికీ జరగదు' అంటూ శ్రేణులకు పీలుపునిచ్చాడు. డెబ్బయ్యోపడిలో తన జీవితానికి సంబంధించి అతి పెద్ద అడుగు వేయబోతున్నాడు తల్లెవా.

**బెంగళూరులో పుట్టిన మరాఠీ**

రజనీకాంత్‌గా తెరపై పరిచయం అయిన ఈ సూపర్‌స్టార్ అసలు పేరు శివాజీ రావు గైక్కాడ్. బెంగళూరులో జన్మించాడు. మరాఠీ కుటుంబం. చిన్నప్పుడే అమ్మ మరణించింది. నాన్న, అన్నయ్యలు పెంచిపెద్దేశేవారు. సాధారణ మధ్యతరగతి కుటుంబం. చిన్నప్పుడు అల్లరి పిడుగు. మొండి పుటం. సినిమాల్లోకి రాకముందు జీవనభృతి కోసం కార్కంటింగ్, కూలిగా ఎన్నో అవతారాలెత్తాడు. ఆఖరికి బెంగళూర్ ట్రాన్స్‌పోర్ట్ సర్వీస్‌లో బస్ కండక్టర్‌గా ఉద్యోగం సాధించాడు. తొలి సంపాదన రూ.750. నాటకాలంటే భరో ఇవ్వు. ఆ సమయంలోనే సినిమాల్లో నటించాలనే కోరిక బలపడింది. నాన్న వారించివా వినకుండా, స్నేహితుడి దగ్గర డబ్బులు తీసుకుని మద్రాసుకు వెళ్లిపోయి పిల్చీ ఇన్‌స్టిట్యూట్‌లో చేరాడు. ఓ నాటకు వేస్తున్న సమయంలో ప్రముఖ దర్శకుడు కె.బాలచందర్ ధృష్టిలో పడ్డాడు. తన సినిమాలో నటించే అవకాశమిస్తానని ఆభయం ఇస్తానె.. తమిళంలో మాట్లాడితేనే అంటూ ఓ పరతు పెట్టాడాయన. దాంతో తక్కువ సమయంలో తమిళం నేర్చుకోవడమే కాదు అందులో ప్రావీణ్యం సంపాదించాడు శివాజీ. బాలచందర్ అతడి పేరును 'రజనీకాంత్‌గా మార్చారు.

**తెలుగులోనే మొదట హీరోగా...**  
'అపూర్వరాంగల్‌తో 1975లో తెరంగేట్రం చేశాడు రజనీ. తొలి రెండేళ్లు అన్నీ నెగటివ్ క్యారెక్టర్లు. తమిళ చిత్రంతో హీరో అయ్యాడనుకుంటే పొరపాటే. తెలుగు చిత్రం

## పాలిటికల్ టైమ్ లైన్

- **1995 : 'ఎప్పుడు పస్తా'నవేది ఎవ్వరికీ తెలియదు. కానీ సరైన సమయంలో 'ప్రవేశిస్తాను..'**
- **1996 : 'ఆమె (జయలలిత) మళ్ళీ అధికారంలోకి వస్తే దేవుడు కూడా తమిళనాడును రక్షించలేడు..'** (తన పిలుపు మేరకే ప్రజలు జయలలితకు వ్యతిరేకంగా ఓటు వేశారని ఈనాటికీ రజనీ చెబుతారు).
- **1998 : కరుణానిధి, మూపనారలకు సఖ్యతను తెలిపారు. లోక్‌సభలో డిఎంకే-మూపనార్ వీసాని ద్వయాన్ని సమర్థించారు.**
- **1999- 2003 రాజకీయాల గురించి మౌనంగా ఉన్నారు.**
- **2004 : ఎన్.రామస్వామి స్థాపించిన పిఎంకే పార్టీ అభ్యర్థులను లోక్‌సభ ఎన్నికల్లో ఓడించమని రజనీ బహిరంగంగా పిలుపునిచ్చారు. ఆ ఎన్నికల్లో డిఎంకేతో చేతులు కలిపిన పిఎంకే పోటీ చేసిన లన్ని స్థానాల్లో గెలిచింది.**
- **2004- 2014 మౌనాన్నే ఆశ్రయించారు.**
- **2014 : లోక్‌సభ ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా నరేంద్ర మోడీ.. రజనీకాంత్ ఇంటికి వచ్చారు. రజనీ బీజేపీకి మద్దతు చెప్పలేదు మౌనంగానే ఉన్నారు. కానీ మోదీకి ఆలో ది బెస్ట్ చెప్పారు.**
- **మే, 2017 : అభిమాన సంఘాలను ప్రత్యేకంగా కలవడం మొదలు పెట్టారు. రాజకీయాల్లోకి రానున్నారనే ప్రచారం ఊపందుకుంది.**
- **డిసెంబర్ 2017 : రాజకీయ పార్టీని స్థాపిస్తానని ప్రకటించారు.**
- **మార్చి 2020 : సీఎం పదవిపై ఆసక్తి లేదని ప్రకటిస్తూనే తన రాజకీయ విజనీను ప్రకటించారు. ప్రజల బాగోగుల కోసం ఉద్యమం చేపట్టాలని రజనీ ప్రకటించారు.**



'చిలకమ్మ చెప్పింది' ద్వారా హీరోగా తొలి అవకాశం వచ్చింది. మొదటి కమర్షియల్ చిత్రం మాత్రం తమిళ 'బిల్లాన్'. అది 1980. ఇక అప్పటి నుంచి వెనక్కి చూడాల్సిన అవసరం రాలేదు. హిట్, సూపర్ హిట్లు కొడుతూ బ్లాక్‌బస్టర్లనూ సాధించాడు. 1995 'బాషా' విడుదలై సూపర్ డూపర్ హిట్లుయింది. అప్పటి ముఖ్యమంత్రి జయలలిత పీకల్లోతు అవినీతి ఆరోపణలలో మునిగిపోయింది. 'రాజకీయాల్లోకి రావడం జాయం, ఎప్పుడు వస్తానో ఎవ్వరికీ తెలియదు' అని నర్మగర్భంగా మాట్లాడాడు రజనీకాంత్.

అభిమానుల్లోనే కాదు తమిళనాడు ప్రజల్లో ఒక్కసారిగా ఆశలు రేగాయి అతడిపై. కానీ తమిళనాట కెప్పెన్‌గా ప్రసిద్ధిచెందిన హీరో విజయ్‌కాంత్ చెన్నైలోని మెరీనా బీచ్‌లో పెద్ద బహిరంగ సభ నిర్వహించాడు. దానికి కరుణానిధిని ఆతిథిగా ఆహ్వానించి ఆయనకు బంగారు కలాన్ని బహూకరించాడు. ఆ బంగారు పెన్నుతోనే కరుణానిధి సీఎంగా తొలి సంతకం చేయాలని కోరాడు. ఆ మరుసటి ఏడాది జరిగిన ఎన్నికల్లో కరుణానిధి ఆఖండ విజయం సాధించాడు. రజనీ డిఎంకేకు మద్దతు ఇవ్వడమే కాదు, ఆమె (జయలలిత) మళ్ళీ ముఖ్యమంత్రి అయితే రాష్ట్రాన్ని దేవుడు కూడా కాపాడలేడని విమర్శించాడు. ఆ తరవాత స్త్రబ్బగా ఉండిపోయాడు సీనిమాలు చేసుకుంటూ. సినిమాల్లో రజనీ మ్యాసరిజమ్మో స్టయిల్, నడక, పంచడైలాగ్స్ 50 వేలకు పైగా ప్యాన్స్ క్లబ్బి ఏర్పడేలా చేశాయి. వాళ్లందరూ ముద్దుగా 'తల్లెవా (నాయకుడు)'గా పిలవడం పరిపాటి. తెరపై స్టయిల్‌కి మరో పేరు రజనీ. అందుకే ఆయన పుట్టిన రోజుని 'పరల్లే స్టయిల్ డే'గా జరుపుకుంటారు. **అతి సామాన్యం**  
'శివాజీ' చిత్రంతో అత్యధిక పారితోషికం తీసుకున్న నటుడిగా ఆసియాలో రెండో స్థానంలో నిలిచాడు. అంత ఎదిగినా కూడా ఎంతో సింపుల్‌గా ఉండడం రజనీ నైజం. వెండితెరపై అసాధారణ హీరో కానీ బయట మాత్రం అతి సామాన్యం. నిజజీవితంలో ఎలాంటి భేషజాలు ఉండవు. కనీసం పొడవు అద్దుకున్న దాఖలాలు కూడా కనిపించవు. క్రమశిక్షణకు



మారు పేరు. రాత్రి తొమ్మిది దాటితే ఎవరినీ కలుసుకోదు. ప్రతి సినిమా విడుదల తరవాత హిమాలయాలకు వెళ్లి ధ్యానం చేయడం ఆయనకు అలవాటు. ఇలా 1995 నుంచి జరుగుతోంది. **అక్కడ అంతే**  
తమిళనాడులో సినిమాలకూ రాజకీయాలకూ అవినాభావ సంబంధం ఉంది. తెరవేల్పులనే తమ ప్రിയతమ నాయకులుగా చూడాలని కోరుకుంటారు అభిమానులు. ఎంటీఆర్, కరుణానిధి, జయలలిత ఇలా వచ్చిన వారే. సినిమాలను తమ రాజకీయ ఎదుగుదలకు బలమైన సాధనంగా మార్చుకున్న వాళ్ళే. ఇన్నేళ్ళూ గుంభనంగా ఉన్న రజనీ నేడు ఒక్కసారిగా ఎందుకు బయటికి వచ్చారు. తమిళనాడు రాజకీయాల్లో ఇప్పుడు ఒకరకమైన అనిశ్చితి. జయలలిత ఆకస్మిక మరణం అక్కడ ఓ అగాధాన్ని ఏర్పరచింది. ఎత్తుకుపైఎత్తులు వేయగల కరుణానిధి నేడు జీవించిలేరు. అందుకే ప్రవిడ పార్టీలతో పాటు మిగతా వారి కళ్లు కూడా రానున్న ఎన్నికలపై పడ్డాయి. కమల్‌హాసన్ ఇప్పటికే పార్టీ స్థాపించి ఎన్నికల బరిలో పావులు కదుపుతున్నాడు. ఇంతకాలమూ తండ్రి చాటు బిడ్డగా ఉన్న ఎం.కె.స్వామినేకు, అతడి నేతృత్వంలోని డిఎంకే పార్టీకి ఈ ఎన్నికలు ప్రతిష్టాకెవ్వనవి. రజనీకంటే స్టాలిన్ మూడేళ్లే చిన్నవాడు. ఇక 95 నుంచి



రజనీ రాజకీయ అరంగేట్రం కోసం కామకుని కూర్చున్న అభిమానులందరూ యాభైలలోకి చేరువయ్యారు. ఈ అయిదు నెలల సమయంలో వాళ్ళంత హుషారుగా రజనీకోసం పనిచేయగలరు అన్నది ప్రశ్నార్థకమే. విజయ్‌కాంత్ ప్రత్యక రాజకీయాల్లో వచ్చి, పార్టీ స్థాపించి కూడా చత్రం తిప్పలేకపోయాడు. నేడు టాప్‌హీరోలుగా ఉన్న విజయ్, అజితేలు భవిష్యత్తులో రాజకీయాల్లోకి రావచ్చునే ఊహాగాలు వినిపిస్తున్నాయి. అసలే యువ జనాభా ఎక్కువగా ఉన్న రాష్ట్రం తమిళనాడు. డిసెంబర్ 31న రాజకీయ పార్టీపేరు వెల్లడిస్తానని రజనీ అంటున్నారు. ఈ కొద్దిపాటి సమయంలో ఢిల్లిన పార్టీ అభ్యర్థులని ఎంచుకోగలరా? నేటి పోటాపోటీ రాజకీయాల్లో ఎత్తులకు పైఎత్తులు వేయగలరా? బరిలోకి రాసంతవరకే రజనీ హీరో. ఒక్కసారి పాలిటిక్స్‌లోకి వస్తే... ప్రతి ఒక్కరూ విమర్శల వర్షం కురిపిస్తారు. అసలు రాష్ట్రానికి ఏమి చేయబోతున్నావు? నీ విధానాలెంటి? కేంద్రంపై నీ వైఖరి ఏంటి? ఇలాంటివన్నీ అడిగే అవకాశం ఉంది. ప్రతి చిన్న విషయానికీ ఆచితూచి అడుగులు వేసే రజనీకాంత్... ఈ దాటికి తట్టుకోగలరా? అనేది ఆయనకు సవాలుగా మారనుంది. తక్కువ సమయంలో.. పార్టీ పేరు, గుర్తును ప్రజల్లో తీసుకెళ్లగలరా? గ్రామస్థాయిలో ప్రచారం చేయగలరా? వయసుమీద పడటం, కిడ్నీ మార్పిడి, అంతంత ఆరోగ్యం, కరోనా కారణంగా రాష్ట్రమంతా తిరిగి రజనీ ప్రచారం చేయగలరా..? ఇదివరకు సినిమావాళ్లను ఆదరించినట్లు ఇప్పుడు ఆదరించగలరా? ఇవన్నీ ప్రశ్నార్థకాలే. ఆయన నీనీ చరిష్మా ముఖ్యమంత్రి పేరం వరకూ తీసుకువెళుతుందా? మరో అయిదు నెలల వరకూ ఆగవలసిందే?.

- డి.పి.అనురాధ



## ఎంజీఆర్ -2 కాగలరా?

నేటికీ తమిళుల ఆరాధ్య తెరవేల్పు, ప్రయతమ ముఖ్యమంత్రి ఎంజీ రామచంద్రన్. ఆయన నటించిన సినిమాల్లో పాతక వంతు ద్రవిడ సిద్ధాంతంపైనే నడిచాయి. ఎంజీఆర్ రాత్రికి రాత్రే సీఎం అయిపోలేదు. ఆయన 1953 వరకూ కాంగ్రెస్ సభ్యుడు. ఖాదీనే ధరించేవాడు. సీఎన్ అన్నాదురై సిద్ధాంతాలు నట్టి డిఎంకేలో చేరాడు. కానీ పదేళ్లు వెయిట్ చేస్తే కానీ ఎన్నికలకు అవకాశం రాలేదు. ఎంఎల్సీగా 1962లో ఎన్నికయ్యాడు. అయిదేళ్ల తరవాత ఎంఎల్ఏ అయ్యాడు. అప్పుడు ఎంజీఆర్‌కి యాభై ఏళ్ల వయసు. అన్నాదురై మరణంతో కరుణానిధి ముఖ్యమంత్రి అయ్యాడు. ఎంజీఆర్ ప్రైజరీగా సరిపెట్టుకున్నారు. ఇద్దరికీ ఐభేదాలు రావడంతో 1972లో ఎంజీఆర్ బయటికి వచ్చి ఏపిఐడిఎంకేను స్థాపించారు. 1977లో కానీ ముఖ్యమంత్రి కాలేదు. అంత పెద్ద హీరో అయినా ఎంజీఆర్ సీఎం కావడానికి ఇన్నేళ్లు కష్టపడాల్సి వచ్చింది. కరుణానిధి సీనీ రచయితగా ద్రవిడ సిద్ధాంతాన్ని కీర్తిస్తూ ఎన్నో సీనిమాలకు డైలాగులు రాశారు. ఆ రంగంలో ఆయనకు ఎంతో పేరుంది. ఇక జయలలిత తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి పదవి చేపట్టక ముందు ఏపిఐడిఎంకే ప్రచార సిక్రటరీగా రాజ్యసభ సభ్యురాలిగా చేశారు. రాజకీయాల్లో అసలు ప్రవేశమే లేని రజనీకాంత్ ఆంధ్రుల ఆరాధ్యనీతుడు ఎన్టీఆర్‌లా ప్రభంజనం సృష్టించగలరా? ఎంజీఆర్‌ను 'యుగపురుషుడు' గా రజనీ కీర్తిస్తారు. మరో వెయ్యేళ్లు గడిచినా ఎంజీఆర్‌లాంటి నేత రాడు. నేను ఎంజీఆర్‌ను కాను, కాలేను. కానీ ఆయన లాంటి పరిపాలన అందిస్తా'నని రజనీ భరోసా ఇవ్వడానికి ప్రయత్నిస్తున్నాడు.

## అభిరుచులు..

ఆహారం: మసాలా దోశ  
నటులు: అమితాబ్ బచ్చన్,  
కమలేహాసన్, నిల్వెస్టర్ స్టాలిన్  
నటీమణులు: రేఖ, హేమమాలిని  
సంగీతకారుడు: ఇళయరాజా  
రాజకీయవేత్త: శి కాన్హి యా  
(సింగపూర్ మాజీ ప్రధాన మంత్రి)  
సామాజికవేత్త: అన్నా హజారే  
క్రీడ: క్రికెట్  
ప్రదేశం: హిమాలయాలు  
రంగు: నలుపు

## తొమ్మిది గంటల నిరాహార దీక్ష

సినిమాలు తప్పితే తమిళుల కోసం రజనీకాంత్ చేసేందేమీ లేదని ద్రవిడ నేతలు విమర్శిస్తున్నారు. అది నిజమని చాలా సందర్భాలలో నిరూపితమైంది. సమస్య తలెత్తినప్పుడు రజనీ గొంతు విప్పించింది కొన్నిసార్లే. 2002లో కావేరీ జలాల కోసం పెద్ద ఎత్తున ఉద్యమం జరుగుతోంది. 'రజనీ స్పందించకుండా, మాతృభూమి కన్నడనీమకు మద్దతు ఇస్తున్నాడ'ని దర్శకుడు భారతీరాజు డుమ్మెత్తిపోశాడు. ఆ మరుసటి రోజే తొమ్మిది గంటల నిరాహార దీక్ష చేస్తూ, తక్షణమే తమిళనాడుకు కావేరీ జలాలను విడుదల చేయాలని కర్ణాటకను డిమాండ్ చేశాడు రజనీ. నదీ జలాల సమస్య తీరడానికి హిమాలయ నదులతో డ్విపకల్నరుదులను అనుసంధానం చేయడానికి తన వంతుగా కోటి రూపాయలు ఇస్తానని ప్రకటించాడు. కానీ పద్దెనిమిది ఏళ్లయినా ఆ సమస్యలో కదవిక లేదు. 2008లో పతోగెనెక్కల్ ప్రాజెక్టు విషయంలో కూడా కర్ణాటకపై దాడి చేశాడు రజనీ. అయితే అతడి 'కుసెలన్' సినిమాను అడ్డుకుంటామని కన్నడిగులు ఎదురుదాడికి దిగేసరికి తన మాటలను వెనక్కి తీసుకున్నాడు. భవిష్యత్తులో ఎవరిని ఇబ్బంది పెట్టకుండా ఆచితూచి మాట్లాడతానని తెలియజేశాడు. అప్పటి నుంచి ఎన్నో సామాజిక సమస్యలు వచ్చినా మౌనంగానే ఉండిపోయాడు. తమిళనాడు ఫిల్మ్‌ఫేర్‌వేన్ గొడవల్లోనూ ఆయన మిస్సుకుండిపోయాడు. విశాల్‌లాంటి హీరోలు బయటికి వచ్చి ధైర్యంగా మాట్లాడారు.





సుహాస్, 'కలర్ ఫోటో' కథానాయకుడు

## కొబ్బరన్నం - రొయ్యల కూర

అమ్మ ప్రేమలోని స్వచ్ఛతనీ, అమ్మచేసే వంట రుచినీ వివరించడానికి బాష ఉంటుందనుకోను! అయితే, నాకంటూ ఒక అభిరుచి ఉంది కాబట్టి చెబు తాను. అమ్మ వంటల్లో నాకు బాగా ఇష్టమైనవి కొబ్బరన్నం, దానికి కాంబి నేషన్లో చేసే రొయ్యల కూర. చిన్నప్పుడే కాదు, ఇప్పుడు నేను విజయవాడ వెళ్లినా ఈ రెండూ ప్రత్యేకంగా చేయాల్సిందే. అంత రుచిగా చేస్తుంది. ఏదైనా పండగలాస్తే మటుకు నోట్లో పెట్టుకోగానే కరిగిపోయేలా పాలతాలికలు చేసేది. అమ్మచేసే మిరియాల చారు, దానికి సైడ్ డిష్గా అరటికాయో, బంగాళదుంప వేపుడే చేసిందంటే, అన్నమంతా జుర్రేస్తాను. చిన్నప్పుడు ఎంత పెట్టినా తినేవాణ్ణి కాని, పెద్దగయ్యేకొద్దీ “డైటింగ్ చేస్తానమ్మా.. ఎక్కు వగా తినకూడదంట” అనేవాణ్ణి. అమ్మ ఊరుకునేది కాదు, నాలుగు దోశల పిండిని ఒకేసారి దిబ్బరొట్టేగా వేసి ‘ఒకటే కద నాన్నా’ అని తినమనేది.

నాకు ఒక అన్నయ్య. తనెప్పుడూ ఇంట్లో ఉంటే, నేను మాత్రం ఊరిమీదే! నేనెప్పుడప్పుడు ఇల్లు చేరుకుంటూనా అని కళ్ళలో వత్తులేసుకుని



ఎదురుచూసేది అమ్మ. నేనేమో ఆటల్లో మునిగిపోయేవాణ్ణి. అలాగని నేను ఆడే ఆటలేవీ ఇంటర్నేషనల్ గేమ్స్ కాదండి - పేట కుర్రాళ్ళతో కలిసి బొంగరాలు, గోలీలు లేదంటే గిరి గీసిన సర్కిల్ మధ్యలో కూల్డిరింగ్ మూతలో, అగ్గిపెట్టె కవర్లో పెట్టి ఆడే ఆటలన్నమాట! కూల్డిరింగ్ మూతలకోసం చెత్తకుప్పల్లో, మురికి కాలువల్లో చేతులు పెట్టి వెదికేవాణ్ణి. నా చేష్టలకి అమ్మ వాపోయేది కాని ఎప్పుడూ కొట్టేది కాదు.

నేను క్లాసులో కాస్త డల్ స్టూడెంట్. అందుకని ట్యూషన్ పెట్టించేవారు. అదీ ఒక్కోసారి బోర్ కొట్టేది. ఎగ్గోట్టాలని బుర్ర గిలికొట్టి “ఈ రోజు మంగళ వారం కదమ్మా, వెళ్ళకూడదు కదా” అని ఆరిందలా అనేవాన్ని-నా పప్పులేం ఉడికేవి కాదనుకోండి! స్కూల్లో ప్రోగ్రెస్కార్డు ఇచ్చినప్పుడల్లా అమ్మనాన్నల్ని తీసుకురమ్మనేవారు కాని, నేనేదో సర్దిచెప్పి తప్పించుకునేవాణ్ణి.

అలా మెల్లమెల్లగా చదువులో పుంజుకుని ఇంటర్మీడియట్ వైతన్యలో చేరాను. ఒకసారి క్లాసులో కొందరం ఓషియన్ పార్క్ చూద్దామని క్లాసులు బంకు కొట్టి గుంటూరు వెళ్లం. తీరా అక్కడ్నుంచి కాలేజీకి వచ్చేసరికి మా డాడీతో పాటు మిగతావాళ్ళ డాడీలు కూడా మాకోసం కాచుక్కుచున్నారు. తిన్నగా ఇంటికి తీసుకొచ్చి రూమ్లోకి వెళ్ళగానే బెల్టు తీశారు. “పిల్లలన్నాక అల్లరి చేయరా, చెప్పకుండా వెళ్ళరా” అంటూ అడ్డొచ్చి నిలబడి తన్నులు తప్పించింది అమ్మ - మా అమ్మ కదా మరి!

నేను హైదరాబాదు వచ్చి సినిమాల్లో ప్రయత్నిస్తానంటే అమ్మ కాస్త ముందూ వెనకా ఆడింది. నేనెక్కడ బాధపడతానో అని పైకి చెప్పేది కాదు కాని, వీడియో అక్కడెన్ని పాట్లు పడతాడో అని లోలోన అనుకునేది.

మొన్న విడదలైన ‘కలర్ ఫోటో’ తర్వాత మాత్రం అమ్మ సంతోషం ఇంతా అంతా కాదు. ఆ మధ్య బ్యాంకు వెళ్లినప్పుడు అక్కడ ఎవరో ‘కలర్ ఫోటో’ పాటని రింగ్టోన్గా పెట్టుకుంటే విని ‘ఆ పాటలో మా అబ్బాయేనండి’ అని చెప్పాలని నోటిదాకా వచ్చేది కాని చెప్పలేకపోయా’నంది అమ్మ. ఈ మధ్య ఫోన్ చేసినప్పుడు “నా బంగారుతండ్రికి దిష్టి తగిలిద్దమ్మా.. మన అపార్ట్మెంట్లో, బయటా అందరూ నీ గురించే మాట్లాడుకుంటున్నారు” అని నా భార్యకు చెప్పి దిష్టి తీయించుకోమని చెప్పింది. అమ్మ అలా అంటున్నప్పుడు నా కళ్ళు మనకబారాయి. పిల్లలంటే అమ్మలకు ఎందుకంత ప్రేమో అనిపిస్తుంది. బహుశా నేను అమ్మనై పడితే తప్పించి దీనికి జవాబు దొరకదేమో!.

## రాక్ సాల్ట్... నల్ల బియ్యం

# మంచివేనా?

ఇటీవల ప్రధానమంత్రి ఓ ప్రసంగంలో నల్ల బియ్యం (బ్లాక్ రైస్) గురించి మాట్లాడారు. ఈ రంగు బియ్యం ఉపయోగలేమిటి?

- గౌరి, హైదరాబాద్

తెల్ల బియ్యానికి ప్రత్యామ్నాయాలుగా నేడు బ్రౌన్ రైస్, బ్లాక్ రైస్, పర్పుల్ రైస్, రెడ్ రైస్ ఇలా పలు రంగుల్లో లభిస్తున్నాయి. వివిధ రకాలైన పోషకాలు మిగతా రకాల బియ్యంలో కంటే బ్లాక్ రైస్లో ఎక్కువ. ఇందులోని ఆంథోసైయనిన్లు అనేవి యాంటీఆక్సిడెంట్లుగా, శరీరంలో ఉన్న కణజాలాల వాపును నియంత్రించే పదార్థాలుగా పనిచేస్తాయి. దీని వల్ల రక్తంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ తగ్గడమేగాక మంచి కొలెస్ట్రాల్ పెరుగుతుంది. అధిక కొలెస్ట్రాల్ వల్ల రక్త నాళాల్లో ఏర్పడే గడ్డలను కూడా తగ్గించి గుండె ఆరోగ్యానికి ఈ ఆంథోసైయనిన్లు ఉపయోగపడతాయి. పిండి పదార్థాల శోషణను బ్లాక్ రైస్లో ఉండే పీచు పదార్థం నియంత్రించి రక్తంలో చక్కర స్థాయిని కంట్రోల్ చేస్తుంది. బ్లాక్ రైస్ వల్ల పలు రకాల క్యాన్సర్ల నుండి రక్షణ పొందవచ్చు. ఈ ఆంథోసైయనిన్లు రక్తంలోని చక్కెరను అదుపులో ఉంచి, డయాబెటీస్ రాకుండా కాపాడతాయి. ఫాటీ లివర్ డిసీజెస్ నుండి నల్ల బియ్యంలోని పోషకాలు రక్షణ కల్పిస్తాయి. ఇన్ని రకాల ఉపయోగాలున్నా మామూలు బియ్యం లాగా వీటిలోనూ పిండి పదార్థాలు అధికం. కాబట్టి ఎక్కువ తీసుకుంటే బరువు పెరిగే అవకాశం ఉంది.



రాక్ సాల్ట్ వినియోగం ఎక్కువైంది. ఇది అందరూ వాడొచ్చా? నిత్యం వాడితే ఏమైనా ఇబ్బందా?

- స్వరూపరాణి, మహబూబ్ నగర్

రాతి ఉప్పు ఎప్పటి నుండో వాడకంలో ఉంది. ఉత్పత్తిని బట్టి ఉప్పులో రకాలున్నాయి. సముద్రపు నీటి నుంచి తేసేది సముద్ర ఉప్పు. రాతి ఉప్పు గనుల నుండి లభిస్తుంది. ఏ ఉప్పులోనైనా ప్రధానంగా ఉండేది సోడియం క్లోరైడ్. చాలా తక్కువ మోతాదుల్లో పొటాషియం, కాల్షియం ఉంటాయి. రాతి ఉప్పును అందరూ వాడవచ్చు. రోజూ వాడడం వల్ల ఇబ్బందులేమీ ఉండవు. ఇందులో కూడ అయోడైజ్డ్ ఉప్పు, అయోడైజ్డ్ కాని ఉప్పు అని వేరుగా లభిస్తాయి. ఏ రకమైన ఉప్పునా అధికంగా తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి మంచిది కాదు. గాయిటర్ సమస్య నివారణకు అయోడిన్ ఉన్న ఉప్పునే వినియోగించాలని ప్రభుత్వం తీర్మానించింది. అయితే సైంధవ లవణం లేదా పింక్ సాల్ట్లో మిగతా రకాల ఉప్పుతో పోలిస్తే ఖనిజాల శాతం ఎక్కువ, సోడియం శాతం తక్కువ. ఈ పింక్ సాల్ట్ వాడకం వల్ల పలు ఉపయోగాలున్నాయని చెబుతున్నప్పటికీ దానికి సరిపడా శాస్త్రీయ ఆధారాలేవు. రోజూ పింక్ సాల్ట్ వాడడం మితంగా తీసుకోవడమే మేలు. ఓ టీస్పూనుకు మించనియవద్దు. ఈ సాల్ట్లో అయోడిన్ ఉండడనేది గుర్తుంచుకోవాలి.



## మజ్జిగ వడలు

కావలసిన పదార్థాలు: అటుకులు - ఒక కప్పు, బొంబాయి రవ్వ - అర కప్పు, మజ్జిగ - ఒక కప్పు, వచ్చిమిర్చి, అల్లం తరుగు - ఒక టీ స్పూను చొప్పున, చిల్లీ ఫ్లేక్స్ - ఒక టీ స్పూను, నువ్వులు - ఒక టేబుల్ స్పూను, కరివేపాకు, కొత్తిమీర తరుగు - పావుకప్పు చొప్పున, జీలకర్ర - ఒక టేబుల్ స్పూను, బియ్యప్పిండి - పావు కప్పు, నూనె - వేగించడానికి సరిపడా, ఉప్పు - రుచికి, కొబ్బరి తురుము - 2 టేబుల్ స్పూన్లు.

తయారుచేసే విధానం : మిక్సింగ్ బోల్లో తడిపిన అటుకులు, రవ్వ, ఉప్పు, మజ్జిగ కలిపి 20 నిమిషాలు పక్కనుంచాలి. తర్వాత ఇందులోనే వచ్చిమిర్చి, అల్లం, కొత్తిమీర, కరివేపాకు, కొబ్బరి తురుము, నువ్వులు, చిల్లీ ఫ్లేక్స్ వేసి బాగా కలిపి ముద్ద చేయాలి. చిన్న చిన్న ఉండలు చేసుకుని వడలుగా ఒత్తి నూనెలో దోరగా వేగించాలి. వీటికి టమోటా సాస్ మంచి కాంబినేషన్.



## శనగపిండి బర్లీ

కావలసిన పదార్థాలు: శనగపిండి - 2 కప్పులు, నెయ్యి - ఒక కప్పు, (తీపి లేని) మిల్క్ పౌడర్ - ఒక కప్పు, దాల్చినచెక్క పొడి - పావు టీ స్పూను, పంచదార - ఒకటిన్నర కప్పు, నీరు - ఒక కప్పు, డ్రై ఫ్రూట్స్ తరుగు - పావు కప్పు.

తయారుచేసే విధానం: కడాయిలో నెయ్యి వేడి చేసి శనగపిండి కొద్దికొద్దిగా కలపాలి. తర్వాత దాల్చినచెక్క పొడి, మిల్క్ పౌడర్ కలిపి వచ్చివాసన పోయాక పక్కనుంచాలి. ఇప్పుడు కడాయిలో పంచదార, నీరు కలిపి తీగపాకం రాగానే శనగపిండి మిశ్రమం వేసి ఉండలు లేకుండా తిప్పుతూ చిక్కుబడ్డాక నెయ్యి రాసిన ప్లేట్లో వేసి సరిచేసి ఫైనె డ్రైఫ్రూట్స్ చల్లాలి. 30 నిమిషాల తర్వాత చాకుతో మీకు కావలసిన షేపులో ముక్కులుగా కట్ చేసుకోవాలి.





ఈ మధ్య చిదంబరం ఆరోగ్యం బాగుండటం లేదని తెలిసి చూడటానికి బయల్దేరాను. హైద్రాబాద్ ఎర్రమంజిల్ నుంచి మియాపూర్.. బస్ ప్రయాణం. ఎండ కరకరలాడుతోంది. బస్ వెళుతోంది. నా ఆలోచనలు చిదంబరం చుట్టూ తిరగసాగినై.

చిదంబరమూ నేనూ బాల్యమిత్రులం. ఇద్దరమూ బందరు వాళ్ళం. గొడుగుపేటలో మా ఇంటికి రెండిళ్ళ అవతల వాళ్ళ ఇల్లు. ఒకే స్కూల్లో మా చదువు. ఒకే క్లాసువాళ్ళం. చిదంబరం నాన్న శంకరయ్య. చిలకపూడిలో గోల్డ్ కవరింగ్ వర్క్స్లో నగల తయారీపని. చాలీచాలని సంపాదన. అమ్మ సుభద్రమ్మ - హోల్సేల్ షాపుల్లో బియ్యమూ, పప్పులూ బాగుచేసి నాలుగురాళ్లు తెచ్చుకొనేది. సాయంత్రం పూట ఇంట్లో ఇద్దరు ముగ్గురు ఆడపిల్లలకి సంగీతం నేర్పుతూ ఉండేది.

చిదంబరం అవస్థ చూసి “పోనీ మా ఇంటికి రా, కలిసి చదువుకుందాం” అంటే వచ్చేవాడు కాదు. మా నాయనమ్మంటే భయం. ఆమెది కొంచెం పెద్దనోరు! మా నాన్నది చిన్న స్టేషనరీ షాపు. పత్రికలూ అమ్మకానికుండేవి. మా నాయనమ్మ పేరున ఓ రెండెకరాల పొలం ఉంది. దానిమీద ఫలసాయం మాకు పెద్ద ఆదరువు! అందుకేనేమో నాకు చిదంబరం వాళ్ళకంటే మేము కొంచెం పైమెట్టువాళ్ళమనే భావన ఉండేదనుకుంటాను.

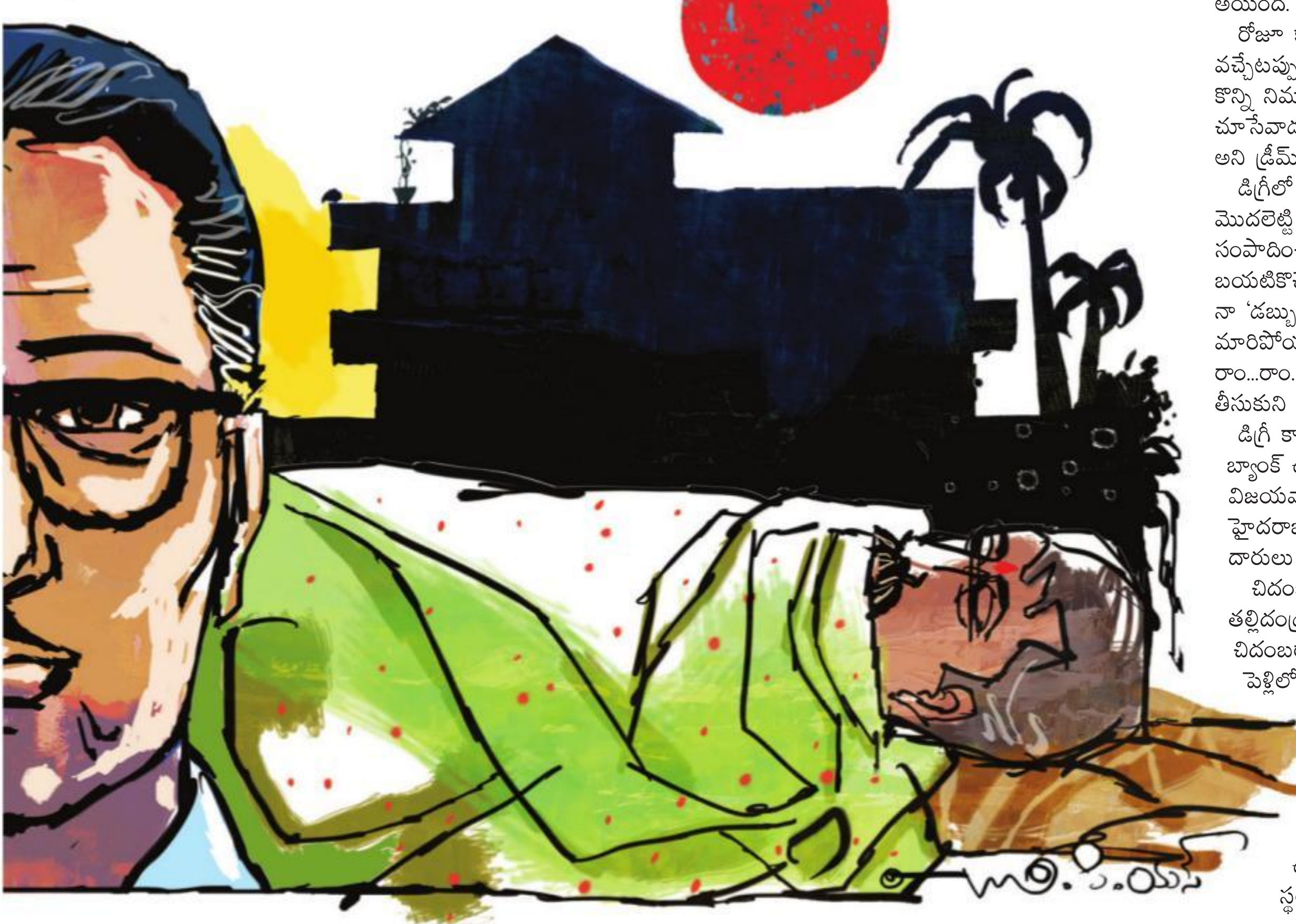
చిన్నప్పుడు చిదంబరానికి ఒక్కటే కోరిక. రాత్రిపూట చదువుకోవడానికి అనువుగా ఒక లాంతరు కావాలి.

వాళ్ళది రైలుపెట్టెలాంటి మూడు గదుల రేకులపెట్టె. అద్దె ఇల్లు. మొదటిగదికి మధ్యగదికి మధ్య తలుపు లేదు. ఆ మండిగం మీద ఉండే దీపపు బుడ్డి మాత్రమే ఆ రెండు గదులకి వెలుగు. అక్కడే చిదంబరం చదువు. తమ్ముళ్ళిద్దరూ కూడా వీడి పక్కకి చేరేవారు. చివరి చెల్లెలు రెండేళ్ళ బుజ్జి ఈ గదిలోకి ఆ గదిలోకి తిరుగుతూ చదువు సాగనిచ్చేది కాదు. రెండో బుడ్డి వంటింట్లో ఉండేది. అప్పటికీ, అక్కడికి పోయి కూచుని ఏ నోట్స్ రాసుకోవాలని ప్రయత్నించేవాడు. ఇంతలో వాళ్ళమ్మ దాన్ని తీసుకుపోయి - స్నానానికో, రోట్లో పచ్చడి నూరటానికనో పెరటిగుమ్మం మండిగం మీద పెట్టుకునేది.

ఇదీ చిదంబరం అవస్థ. అతని చిన్నమనసులో పెద్ద లాంతరు కోరిక. నాన్ననడిగితే ‘కొందాములేరా’, ‘డబ్బు కావాలిగా’ అని ఊరుకునేవాడు. ‘డబ్బు’ మాట చిదంబరం బుర్రకెక్కింది. అమ్మని సతాయిస్తే ‘చాలే సంబడం...’ అని ఏదో సామెత చెబుతూ ఉండేది. ‘డబ్బేమన్నా చెట్టుకి కాస్తోందిట్రా?’ అని కసురుకొనేది.

‘డబ్బు’ ‘డబ్బు’ ‘డబ్బు’ - మాట చిదంబరం బుర్రలో తిప్పవేసింది.

నెలాఖరున ఏ సంగీతం పిల్లో ఇచ్చిన ‘డబ్బు’ చూసి మళ్ళీ అడిగేవాడు. ‘అమ్మా లాంతరు కొనుక్కుందామే. డబ్బులివ్వవే’ అని నసపెట్టేవాడు. ఆమె మళ్ళీ కసురుకొనేది - “డబ్బు లేదు దస్యం లేదు పోరా....” అని.



# 99 కబ్

- విహారి

‘డబ్బు’ మాట చిదంబరం బుర్రని కుమ్మరిపురుగులా తొలవసాగింది. ఈ ‘డబ్బు’ చిదంబరాన్ని కుదురుగా కూర్చోనివ్వలేదు.

ఆలోచించి ఆలోచించి ‘డబ్బు’ వచ్చే దారిని కనుక్కున్నాడు. పెరట్లో ములగచెట్టు కాయల్లో, పెద్దమీద సొరకాయలో కోసుకుపోయి మార్కెట్లో అమ్మటం అది. ఇంటావిడ విసుక్కుంటూనే ‘పోనీలే. అవన్నీ ఎటూ చెట్టుకి మిగిలిపోతున్నై. ఎంతమందికని పంచిపెడతాం’ అని తనను తాను సమాధానపరచుకునేది. మొత్తానికి ఈ ‘డబ్బు’తో చిదంబరం లాంతరు కొనుక్కున్నాడు! దాన్నోకి కిరసనాయిలుకి వాడి డబ్బే సరిపోయేది.

లాంతరు కోరిక తీరిన తర్వాత, వాడికి బుక్స్ పెట్టుకోవడానికి ఒక జాజిచెక్క ర్యాక్ కావాలనిపించింది. ఇంక అదే స్వరణ. వేరే మార్గం ఆలోచించాడు. దినపత్రికల్ని సర్కిల్పేటలో ఇళ్ళల్లో వేసి వచ్చేవాడు. వేసిన పేపర్ల సంఖ్యను బట్టి ఆ ఏజంటు తృణమో పణమో ఇచ్చేవాడు. నెమ్మదిగా ‘ర్యాక్’ వచ్చింది.

ఇప్పుడు చిదంబరం కోరిక వాళ్ళ ఇంటివారబ్బాయి సైకిల్ మీదికి మళ్ళింది. దీన్ని సాధించుకోవటం ఎలా అని చాలా మధనపడ్డాడు. నన్నడిగితే నాకూ తోచలేదు. వాళ్ళమ్మ దగ్గరికి సంగీత పాఠానికి వచ్చే శుభ మా క్లాస్మేట్. ఆమెతో వాడికి చనువు ఎక్కువే! ఆమెనడిగితే, కోపంతో - ఆ పిల్ల - ‘పోయి ఏ హోటల్లోనో సర్వర్గా చేరు. చదువుకాస్తా చెట్టుక్కుతుంది’ అని ఒక్క విసురు విసిరింది. ఆ విసురుతో నిజంగానే పోయి వెంకయ్య మెనీలో పడ్డాడు. రాత్రిపూట మాత్రమే సర్వర్గా చేసేట్లు పనికి కుదిరాదు. ఎనిమిది నుండి పదివరకూ పని. నెలకు ఆరూపాయల జీతం! శంకరయ్య, సుభద్రమ్మ బాధపడేవారు. ‘ఎందుకురా నీకీ అవస్థలు. చక్కగా చదువుకో’ మనేవారు. ‘చదువుకేం ఢోకాలేదు. ఫస్ట్ క్లాస్ ఖాయంలే’మ్మని గలగలా నవ్వేవాడు. మొత్తానికి అలా ఇలా కష్టపడి, ఆ యేడాది చివరికి సెకండ్ హ్యాండ్ సైకిల్ని సాధించుకున్నాడు చిదంబరం.

## ఈ వారం కథ

సైకిల్ని సాధించుకున్న తర్వాత వాడి కల ఆ ఏడాది ఎలాగైనా సరే టెక్స్ బుక్స్ అన్నీ కొత్తవి కొనుక్కోవాలని. దీనికోసం ఉదయాన్నే సంగం వాళ్ళ పాలని తీసుకుపోయి కొన్ని ఇళ్ళల్లో పోసివచ్చేవాడు. దీనికి సంగంవాళ్లు నెలకోసారి ‘డబ్బు’లిచ్చేవారు.

ఆ రాబడితో వాడి కోరిక తీరింది! ఒక కోరిక తీరితే మరొక కోరిక తలెత్తింది. అది - ‘మంచి ఉద్యోగం!’

అప్పుడు శుభా వాళ్ళ మూడంతస్తు మేడంత ఇల్లు సంపాదించాలి!

ఇప్పుడు చిదంబరం కథ ‘ఒక సూర్యుడి కథ’లా అయింది! ఉదయాన్నే పేపర్లు వేస్తాడు. అప్పుడు కూరల మార్కెట్ వ్యవహారం. స్కూలు ... రాత్రికి సరే... మెన్! అప్పటికింకా మేం టెన్త్ క్లాస్లోనే ఉన్నాము.

‘మియాపూర్’ అన్న కేకతో ప్రస్తుతానికొచ్చాను. త్వరత్వరగా బస్ దిగి నడక సాగించాను.

‘గేటెడ్ కమ్యూనిటీ’లో ట్రిప్లెక్స్ బంగళా, భవంతిని చూసి కంగారుపడినా, సంతోషం కలిగింది. శుభా వాళ్ళ మేడకంటే అందంగా ఉంది. చిదంబరానికి తోటరాముడి కోరికలాంటి కోరిక తీరింది.

- హాల్లోనే కూచుని ఉన్నాడు. ఖళ్ళు ఖళ్ళమని దగ్గుతున్నాడు. పరామర్శలోనే ఇద్దరికీ కళ్ళు చెమ్మగిల్లినై. ఇరవై ఏళ్ళ కుర్రాడు, పేరు రాజు అట, దూరపు చుట్టం. వాళ్ళ అత్యయ్య మనవడట. అతనే కేర్ టేకర్.

ఆరేళ్ళ క్రితం చిదంబరం భార్య చనిపోయింది. విన్నాను. ఒక్కగానొక్క కొడుకు గోపి. ఆమెరికాలో సాఫ్ట్వేర్ ఉద్యోగి. అతన్ని గురించి తెలుసు. యూఎస్లోనే ఎవరో కొలీగ్, పంజాబీ అమ్మాయిని పెళ్ళిచేసుకుని సెటిలయ్యాడు. ఒక పిల్లవాడు. యూఎస్ వెళ్ళిన తర్వాత తిరిగి ఇండియా రాలేదు. ‘వాడి దిగులుతోనే శుభ చనిపోయింది.’

రాజు కాఫీ తెచ్చాడు. తాగేము. ‘డాక్టరేమన్నాడు?’ అంటూ పైలు తెచ్చి చూపించాడు రాజు. ఆ అనారోగ్య వివరాల్ని చూసి కలత చెందాను. “ఇదేవిటీ చిదంబరం. పరిస్థితి తెలిసి కూడా ఇలా దగ్గుకుంటూ, ఆయాసంతో నిమ్మకు నీరెత్తినట్లు కూచున్నావేంటి. బాగాలేదు” అని చనువుగా చిరాకు పడ్డాను.

తలని అటూ ఇటూ విదిలించి నవ్వేడు. నన్ను నోరెత్తనీయకుండా ‘డబ్బు’ గురించి పెద్దపాఠమే చెప్పాడు. బతుక్కి కొత్త అర్థాలూ చెప్పాడు.

నిస్సహాయపు చూపుతో చాలాసేపు కూర్చుండిపోయాను. ఆ తర్వాత సంభాషణలో బందరు కబుర్లు కదిలాయి. వాడు ఆ తర్వాత మౌనంగా కళ్ళు మూసూక్కుచున్నాడు. మళ్ళీ దగ్గు తెర వచ్చింది. నీళ్లు తాగాడు.

నేను నా స్తుతుల్లో.... పెద్ద విశేషాలేమీ లేకుండా పియాసీ అయింది.

రోజూ కాలేజీకి వెళ్లేటప్పుడూ, తిరిగి వచ్చేటప్పుడూ మూడంతస్తుల మేడ దగ్గర కొన్ని నిముషాలు ఆగి దాన్ని తేరిపారా చూసేవాడు. ‘రాఘవా!’ ఇదిరా ఇల్లంటే! అని డ్రీమ్ సీన్లోకి వెళ్ళిపోయేవాడు.

డిగ్రీలో ఉండగా చిదంబరం ట్యూషన్లు మొదలెట్టి ‘డబ్బు’ని బాగానే సంపాదించాడు. “నేను మా వాళ్ళ నుంచి బయటికొచ్చేశానురా. చాలా గొడవపడ్డాం. నా ‘డబ్బు’ కావాలనుకునేంతగా మారిపోయాను వాళ్ళు. ఇక వాళ్ళకీ నాకూ రాం...రాం...” అన్నాడొకరోజు. వేరే రూమ్ తీసుకుని ఉండటం మొదలెట్టాడు.

డిగ్రీ కాగానే నేనూ తనూ కూడా బ్యాంక్ ఉద్యోగంలో చేరాము. అతన్ని విజయవాడలోనూ, నన్ను హైదరాబాద్లోనూ వేశారు. మా దారులు వేరయినై.

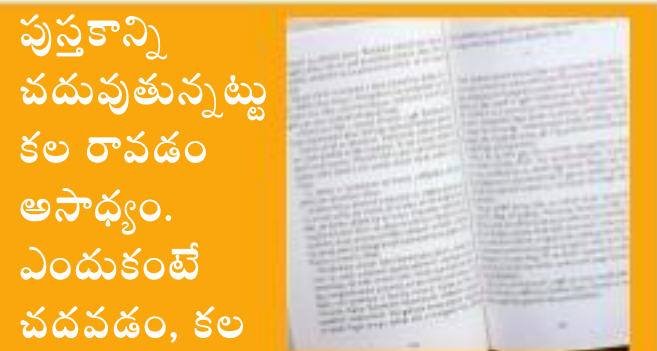
చిదంబరం పెళ్ళి శుభతోనే జరిగింది. తల్లిదండ్రులని ఒప్పించి పట్టుబట్టి చిదంబరాన్నే తన భర్తని చేసుకుందామే. పెళ్ళిలో అతని సొంత ఆర్థికసూత్రాల్ని,

విడమర్చి చెప్పాడు చిదంబరం. పిఎఫ్ లోను, సొసైటీ లోను, పెన్షివల్ అడ్వాన్స్ తీయటం ఆ ‘డబ్బు’తో ఊరికి ఉత్తరంగానైనా సరే వచ్చినంత స్థలం కొనటం, ధర పెరగనే

## మీకు తెలుసా?



బ్రిటన్లోని ఒక బస్సును మానవ విసర్జితాలతో విడుదలైన గ్యాస్‌తో నడుపుతున్నారు. ఈ బస్సు పేరు ‘బయో బస్’.



పుస్తకాన్ని చదువుతున్నట్లు కల రావడం అసాధ్యం. ఎందుకంటే చదవడం, కల కనడం రెండూ మెదడుకు చెరోవైపు జరిగే పనులు. కాబట్టి రెండూ ఒకేసారి జరగడం కుదరదు.



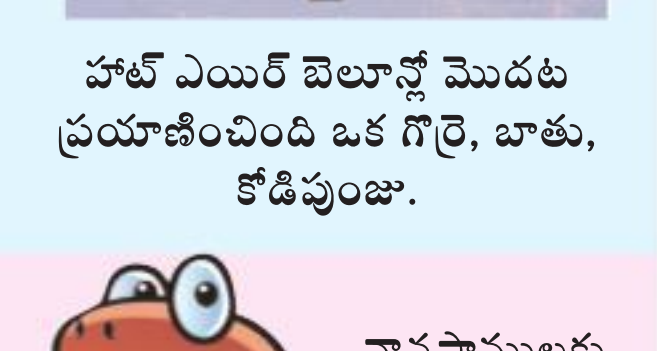
ప్రపంచంలో మిమ్మల్ని పోలిన మనుషులు ఆరుగురు ఉండొచ్చు. వాళ్ళలో కనీసం ఒకరినైనా మీరు కలుసుకునే అవకాశం 9 శాతం.



క్యారెట్లను మొదట్లో ఔషధాల కోసం పెంచేవారు. మూడు క్యారెట్లు తింటే చాలు... మూడు మైక్రో దూరం నడిచేంత శక్తి వస్తుంది.



హాట్ ఎయిర్ బెల్లాన్లో మొదట ప్రయాణించింది ఒక గొర్రె, బాతు, కోడిపుంజు.



వానపాములకు అయిదు గుండెలు ఉంటాయి.



రుద్రాక్ష పండ్లు నీలంగా ఉంటాయి. బాగా ఎండక పైన పెచ్చు తీసిస్తే మనం వాడే రుద్రాక్షలుగా మారతాయి.







దాన్ని అమ్ముటం, మరింత పెద్దదో, అనువైన చోటనో మళ్ళీ స్థలం కొనటం... దీనికి తోడు 'షేర్ లావాదేమీ'. 'ఈ మూడేళ్లలో రెండు లక్షలు టార్గెట్. ఇంకో పాతికవేల 'వెలితి' కూడాలి అంతే' అన్నాడు. 'ఇంకా చాలా గోల్డ్ ఉన్నాయి కూడా' అని నవ్వాడు.

'వెలితి' పదం - ఎందుకనో నాకు విలక్షణంగా తగిలింది. క్షణాల తర్వాత -

'శుభ వాళ్ల మేడలాంటి మేడే గదా నీ కోరిక. అదిప్పుడు నీదేగా' అన్నాను. 'అది వేరే సంగతి. నాకు నేనుగా సాధించాలి' అని 'ప్రయత్నాన్ని వదిలేది లేదులే' అన్నాడు నమ్మకంగా.

ఆ తర్వాతి ఏడాది చివర్లో నా పెళ్లికి హైదరాబాద్ వచ్చారు - వాడూ, శుభా, ఆర్మెక్స్ పిల్లవాడు గోపీ. అప్పటికి వాళ్ల అమ్మ, నాన్నా చనిపోయారు. తమ్ముళ్లూ చెల్లెలూ మేనమామ ఇంటికి గుడివాడ వెళ్లిపోయారు. వీడే కాదనుకున్నాట్టు వాళ్లని! మాతో రెండు రోజులున్నారు. నా భార్య లావణ్య కలుపుగోలు మనిషి, సరదాగా గడిపాం. మాట మధ్యలో "మీ ఫ్రెండ్ కి ఇక ఎప్పుటికప్పుడు ఇంకా ఇంత రావాలి అని ఆ 'వెలితి' మీద, 'తరుగు' మీదే దృష్టి. 'డబ్బు' గురించి ఒక అంకెమీద లక్ష్యం. దానిలో లోటుని ఎలా పూడ్చాలా అని తాపత్రయం" అని "అయినా 'చిదంబర' రహస్యాలు నీకు నేను చెప్పాలా?" అని గలగలా నవ్వేసింది!

- ఆ తర్వాత చాలా కాలం నేను చిదంబరాన్ని కలవలేదు. వాడి విశేషాలూ తెలియలేవు.

- 'టైమ్ ఒకటిన్నరయింది సార్ అని రాజు భోజనం సంగతి గుర్తు చేశాడు. ఎప్పుడు వెళ్లి టిఫిన్ కేరియర్ తెచ్చాడో తెలీదు. డ్రైనింగ్ స్పేస్ లో సిద్ధం చేశాడు. చిదంబరం నేనూ ఇద్దరమూ ఈ లోకంలోకి వచ్చాము.

- భోజనం అయింది. కొద్దిసేపటికి నేను వెళ్తానంటే 'ఫర్వాలేదు, పడుకో. చల్లబడిన తర్వాత, టీ తాగి వెళ్తామి' అని రాజుని పైన రూమ్ చూపించమన్నాడు, వెళ్తాను.

- ఫైవ్ స్టార్ రూమ్ లా ఉంది - 'గెస్ట్ రూమ్'. పడుకున్నాను. ఎదురుగా ఫోటో! గోడమీద చిదంబరం, శుభ, పడేళ్ల గోపీ మనసు తెరమీద జరిగిపోయిన ఘటనల జాపకాలు.

ఉద్యోగాల్లో బదిలీలు, సంసారం, పిల్లల బాధ్యత... కాలచక్రం వేగంగా తిరిగింది.

ఎన్నో ఏళ్లక్రితం - ఓసారి, ఢిల్లీలో మేనేజర్ల కాన్ఫరెన్స్ లో కలుసుకున్నాం. అప్పుడు 'చిదంబరం' విశాఖలో, నేను బెంగళూరులో పనిచేస్తున్నాం.

ఆ రాత్రి డిన్నర్ తర్వాత, రూమ్ లో -

"రాఘవా నీకు చెబితే నాకు సంతృప్తి. ఈ మధ్య వైజాగ్ లో మంచి ఇల్లు కొన్నాను. హైదరాబాద్ లో ట్రిప్లెక్స్ బంగళా ఉంది. విజయవాడలో, హైదరాబాద్ లో కొన్ని ఫైట్స్ ఉన్నాయి. మా గోపీ చెన్నై ఐఐటి. సాఫ్ట్ వేర్ ఫైనల్ ఇయర్. వాడికి యుఎస్ ఆఫర్ ఉంది. ఇప్పుడు నాకు ఒక్కటే కోరికరా. వాడి కోసం బెంగళూరులో ఓ మంచి ఫ్లాట్ తియ్యాలి. చూసిపెట్టు. ఎప్పుటికైనా సాఫ్ట్ వేర్ వాడికి ఆ నగరం మంచది కదా!"

వాణ్ణి వింటూ కూచున్నాను. పరీక్షగా చూస్తున్నాను. 'డబ్బు' సంపాదన గురించి ఇంకా ఏవేవో మాట్లాడాడు. మధ్యలో "నీకు తెలుసుగా రాఘవా! అంతా నా స్వయంకృషి, ప్రయోజకత్వం" అన్నాడు.

'అవునవును. నీదంతా పెద్ద ఎంటర్ప్రైజ్ అన్నాను మనస్ఫూర్తిగానే.

- ముప్పై ఏళ్ల ఉద్యోగ జీవితంలో - నా 'ప్రయోజకత్వం' గురించిన చాలా ప్రశ్నలు హఠాత్తుగా నన్ను నిలదీసివై. లావణ్య, చదువుల్లో ఉన్న ముగ్గురు పిల్లలు.. ఆనందమయమైన సంసారం. బందరులో పాత ఇల్లు. హైదరాబాద్ లో బ్యాంక్ లోన్ తో కొన్న ఒక టూబెడ్రూమ్ ఫ్లాట్! చాలు... సంతృప్తి!

- ఆ తర్వాత రిటైరయిన ఐదేళ్లకి మరోసారి కూడా చిదంబరాన్ని కలిశాను - ఒక మిత్రుడి ఇంట్లో పెళ్లి సందర్భంగా.

ఈసారికూడా 'డబ్బు' ప్రసక్తి, 'వెలితి' గురించీ మాట్లాడాడు. 'షేర్ స్ట్రీ' గాసల బీసటగా ఉన్నాయట. మార్కెట్ బాగా లేదని అమ్మి సొమ్ముచేసుకొనే పనిలో ఉన్నాట్టు. ఊరికే ఉండటం ఎందుకని ఏదో ట్రైనింగ్ ఇనిస్టిట్యూట్లో విజిటింగ్ ఫ్యాకల్టీగా చేస్తున్నాట్టు.

'ఎంతిస్తారు?' అడగకుండా ఉండలేకపోయాను.

'రోజుకు రెండు వేలు.. మూడు క్లాసులు'.

'ఎక్కడ?'

'ప్యాట్నీ సెంటర్లో'

'ఎక్కడ మియాపూర్, ఎక్కడ ప్యాట్నీరా?'

ఎందుకొచ్చిన అవస్థ?' అన్న నా అభిప్రాయానికి

నవ్వేశాడు. ఆపైన మాటు సాగలేదు. విడిపోయాం.

● ● ●

ఇదిగో ఇన్నాళ్లకిన్నాళ్లకి మళ్ళీ ఇవ్యాళ - ఇట్లా - కలిశాం.

నాలుగింటికి లేచి కిందికి వెళ్లాను. వాడేవో డాక్యుమెంట్స్ చూసుకుంటున్నాడు.

రాజు టీ తెచ్చాడు. తాగుతుండగా చిదంబరానికి బాగా దగ్గొచ్చింది. ఉక్కిరిబిక్కిరయ్యాడు. టీపాయ్ మీది టాబ్లెట్ తీసి బుగ్గన పెట్టుకున్నాడు. నాకు చాలా బాధ కలిగింది.

"ఇట్లా చాలాసార్లు ఎక్కువగా దగ్గు తెరలా వస్తుంది సార్. ప్రత్యేకంగా మందులేం లేవు. నిన్నా మొన్నా కూడా ఎండలోపడి ఎవరో బిల్డర్ దగ్గరికి వెళ్తావ్చారు. అదీ ఆటోలో. బయటి పొల్వ్యాషన్ సంగతి చెప్పేదేం వుంది? చెబితే వినరు" అన్నాడు రాజు.

నేను చిదంబరం వైపు కినుకగా చూశాను.

"తప్పుదురా. రియల్ స్టేట్ డౌన్లో ఉంది. రెండు సైట్లు కొనాలి. ఆ రెండూ కొంటే 'వెలితి' పూడుతుంది"

అన్నాడు సంజాయిషీ ఇస్తున్నట్టు!

నాకు కోపమొచ్చింది. "చూడు చిదంబరం... ఈ వయస్సులో నీకింత 'డబ్బు' దాని 'వెలితి' తాపత్రయం పనికిరాదురా. పైగా ఇళ్లు... స్థలాలూ... పెన్షనూ... షేర్లూ... బోలెడంత సంపద ... నిన్ను వదిలేసిన కొడుకూ కోడలూనేమో నీ డబ్బు మాకొద్దని, వాళ్ల డబ్బేం చేసుకోవాలో తెలీక ఛస్తున్నారు. ఎవరికోసం రా నువ్విలా కష్టపడటం?" గట్టిగానే అరిచాను,

**“చూడు చిదంబరం... ఈ వయస్సులో నీకింత 'డబ్బు' దాని 'వెలితి' తాపత్రయం పనికిరాదురా. పైగా ఇళ్లు... స్థలాలూ... పెన్షనూ... షేర్లూ... బోలెడంత సంపద ... నిన్ను వదిలేసిన కొడుకూ కోడలూనేమో నీ డబ్బు మాకొద్దని, వాళ్ల డబ్బేం చేసుకోవాలో తెలీక ఛస్తున్నారు. ఎవరికోసం రా నువ్విలా కష్టపడటం?"**

మందలింపు ధోరణిలో.

నవ్వేడు. నాకు ఇంకా చిర్రెత్తికొచ్చింది. "నవ్వుకు. నువ్ నీ ఆరోగ్యాన్నీ లక్ష్యపెట్టడం లేదు. ఘగరూ, బీపీ, హార్ట్ ఎన్ లార్డ్ మెంటున్నా భయం లేకపోతే ఎట్లా? దీన్నే మూర్ఖత్వం అంటారు."

మళ్ళీ నవ్వాడు.

"ఎట్లాగైనా పోవాల్సిన వాణ్ణి కదరా! ఇంకా ఆ హాస్పిటల్ లూ, 'డబ్బు' ఖర్చు ఎందుకు? ఒకసారి వెళ్లాస్తే ఒకరోజుకి పదివేలు బిల్లు చేశారు."

'డబ్బు... డబ్బు... కోటికి పడగలెత్తావ్ కదా? చాలదా ఏరా?' నేను గట్టిగానే విసుక్కున్నాను.

అదిగో అప్పుడు వాడన్న మాటే నన్ను పిచ్చివాణ్ణి చేసింది.

ఇంతకీ... వాడన్న మాట? -

"ఏదోలేరా... వాడెంత కాదనుకున్నా - నేను నాలుగురాళ్లు మిగిల్చిపోగలిగితే, వాడికీ వాడి కొడుక్కీ ఉంటాయ్ గదరా! అందుకూ ఈ తపన!"

ఇదీ వాడి వాంఛితం!

నోటమాట రాలేదు నాకు. ఆశించే దానికి ఇంకొంచెం 'తరుగు', ఇంకొంచెం 'వెలితి! నూటికి '99' సాధించినా ఇంకా మిగిలిన '1' కోసం ఆరాటం! అది పూడాలి! ఎక్కడ తృప్తి? బతుకుంతా 'వెలితి'ని పూడ్చుటానికి తాపత్రయమేనా? 'తరుగు'ని మిగులు చేయటానికి ఆరాటమేనా? అందునా ఏమాత్రం అవసరం లేని మనిషి 'తపన'కి అర్థమేమిటి?

నా మెదడులో పెద్ద విస్ఫోటనమే జరుగుతోంది. ఏదో అరణ్యం మధ్యలో దారి వెతుక్కుంటున్నవాడిలా దిక్కులు చూస్తున్నాను.

శుభ మాటలు గుర్తుకొచ్చాయి. 'మీ ఫ్రెండ్ కి ఇక ఎప్పుటికప్పుడు ఇంకా ఇంత రావాలి అని ఆ 'తరుగు' మీదే దృష్టి. 'డబ్బు' గురించి ఒక అంకె మీద లక్ష్యం. దానిలో లోటుని ఎలా పూడ్చాలా అనే తాపత్రయం.'

ఆ తర్వాత అక్కడ కూర్చోవాలనిపించలేదు. నా లోపలి అలజడిని అణచుకుంటూ, వాడి దగ్గర సెలవు తీసుకుని వచ్చేశాను.

ఇది జరిగిన పదిహేను రోజు తర్వాత - ఒకరోజు - తెలతెలవారుతుండగా రాజు ఫోన్ చేశాడు. 'మీరు అర్జంటుగా రావాలి సార్. తాతగారి పరిస్థితి బాగా లేదు' అని. హడావిడిగా ఆందోళనగా వెళ్లాను. లావణ్య కూడా వచ్చింది. మేం వెళ్లేసరికి చిదంబరం నిర్ణీతంగా ఉన్నాడు.

"నేను మామూలుగా ఐదింటికి చూస్తే అనుమానంగా ఉండి- గబగబా ఈ కాలనీలో ఉండే డాక్టర్ గారిని పిలుచుకొచ్చాను. రాత్రి నిద్రలోనే పోయారట. డాక్టర్ చెప్పారు."

రాజు ఏవో వివరాలు చెబుతున్నాడు.

ఎదురింటాయన అంటున్నాడు "ఇంత ఉండీ ఈ 'మనిషి' ఇలా పోవాల్సి వచ్చింది!"

ఉలిక్కిపడ్డాను.

నా మేదలో - చిదంబరం ఆస్తి వ్యవహారాలు, కొడుకు రావడం రాకపోవడం సంగతులు సరే, ముందు 'ఇప్పుడు కావసిన కార్యక్రమంలో 'వెలితి'ని ఎవరు పూడ్చాలి, ఎలా పూడ్చాలి?' అనే ప్రశ్న గిరికీలు కొడుతోంది!!

శవాన్ని మార్చురీకి తరలించాలి ముందు! రాజు నా పక్కకి వచ్చి 'నా సంగతేం తెల్పి పోయాలో తెలీదు' అన్నాడు నిస్పృహతో! నేను గతుక్కుమని అటువైపు చూసి, చూపు మార్పుకున్నాను.

దిక్కులు 'వెలితి'గా వెలా తెలా పోతున్నాయి!!

- 98480 25600

కరోనా అందరికీ జీవితాన్ని కొత్త కోణంలో పరిచయం చేసింది. లాక్ డౌన్ కారణంగా ఇంటికే పరిమితమైనవారికి ఆన్ లైన్ అనేక సరికొత్త విషయాలను నేర్పింది. విద్యార్థులు ఆన్ లైన్ క్లాసులకు అటెండ్ అయితే... మహిళలు ఆన్ లైన్ లోనే కుకింగ్ క్లాసులు, క్రాఫ్ట్ క్లాసులు నేర్చుకుంటున్నారు. అందు కోసం అనేక 'యాప్స్' వెలుగు చూశాయి. ఈ క్రమంలో మహిళలు దుండగుల నుంచి తమను తాము రక్షించు కొవడం కోసం 'సెల్ఫ్ డిఫెన్స్' టెక్నిక్స్ నేర్చుకోవడానికి కూడా యాప్స్ ను రూపొందించారు. ఇంట్లోనే వాటిని ఫాలో అయితే చాలు. ప్రస్తుతం ట్రెండింగ్ అవుతున్న ఐదు 'సెల్ఫ్ డిఫెన్స్' యాప్స్ ఇవి...

# ఇంట్లోనే 'సెల్ఫ్ డిఫెన్స్' పాఠాలు

**కాంబాక్ట్ అకాడమీ:** ఈ యాప్ ద్వారా ఎంఎంఎ, క్రాప్ మంగా, బీజెజె, కుస్తీ, జూడో, సుమో, సాంబో, ఆకిడో, బాక్సింగ్, కిక్ బాక్సింగ్ వంటివి నేర్చుకోవచ్చు. వీటిలో ప్రతీ టెక్నిక్ గురించి వివరణాత్మకంగా, శాస్త్రీయంగా తెలుపుతూ సారాంశం ఉంటుంది. గిడిలో వీటిని చూడొచ్చు. ప్లేస్టోర్, యాప్ స్టోర్ ద్వారా దీనిని డౌన్ లోడ్ చేసుకోవచ్చు.

**ఫైవర్ ట్రైనింగ్ లాభ్:** ఇది కూడా వీడియో ట్యుటోరియల్ లాంటిదే. మార్షల్ ఆర్ట్స్, వర్చువల్స్ నేర్చుకోవడానికి అనువుగా ఉంటుంది. సెల్ఫ్ డిఫెన్స్, వాటి విధానాలు, స్పారింగ్ (పోరాట క్రీడలకు ఇచ్చే శిక్షణ)పై ఈ యాప్ ఎక్కువగా ఫోకస్ చేస్తుంది. అంతేకాదు బ్యాడ్జీలు, ర్యాం లి పాయింట్స్ ఇస్తూ రోజువారీ శిక్షణను విశ్లేషిస్తుంది.



**లెర్న్ క్రాప్ మగ:** విభిన్న టెక్నిక్స్ తో అంచెలంచెలుగా బోధించే టాప్ ట్రైనింగ్ వీడియో యాప్ గా ఇది గుర్తింపు పొందింది. పాపులర్ ఇజ్రాయిలీ ఆర్మీ తరహా శిక్షణ కార్యక్రమాలు ఇందులో ఉంటాయి. ఒకరుగానీ, ఎక్కువ మందిగానీ ఒక్కసారిగా దాడిచేస్తే ఎలాంటి టెక్నిక్స్ ఉపయోగించాలో నేర్చుకోవచ్చు. దుండగుల దగ్గర ఆయుధాలుంటే ఎలా ఎదుర్కోవాలో కూడా తెలుసుకోవచ్చు.

**క్విక్ సెల్ఫ్ డిఫెన్స్:** అపాయంలో ఉన్నప్పుడు ఉపయోగించాల్సిన తొమ్మిది రకాల టెక్నిక్లు ఇందులో

**కోబ్రా డిఫెన్స్ ఇంటర్వేషనల్:** నిజ జీవిత సంఘటనల ఆధారంగా ఇందులో ప్రత్యేకమైన శిక్షణా కార్యక్రమం ఉంటుంది. 'రియాలిటీ సెల్ఫ్ డిఫెన్స్ క్యాంప్స్', 'యాక్టివ్ మాటర్ రెస్పాన్స్ ప్లాన్స్', 'టీన్ అండ్ కాలేజ్ సేఫ్టీ', 'యాంటీ అబ్జక్ట్స్', 'చైల్డ్ సేఫ్టీ'... వంటి అంశాలను ఇందులో చూసి నేర్చుకోవచ్చు. ఆయా కోర్సులకు తగ్గట్టుగా 'సెల్ఫ్ డిఫెన్స్' ఉత్పత్తులను కూడా ఈ యాప్ ద్వారా కొనుగోలు చేయొచ్చు.



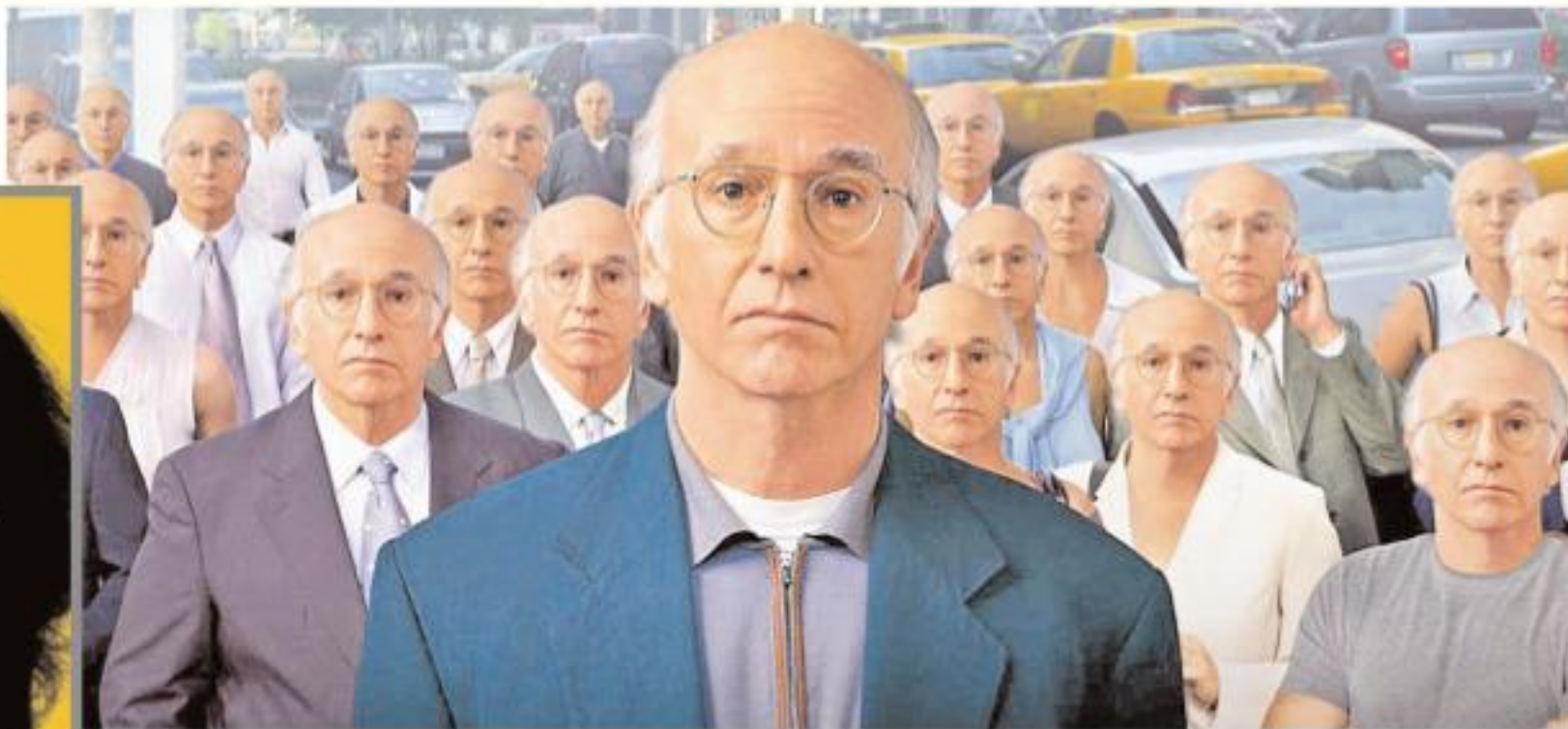
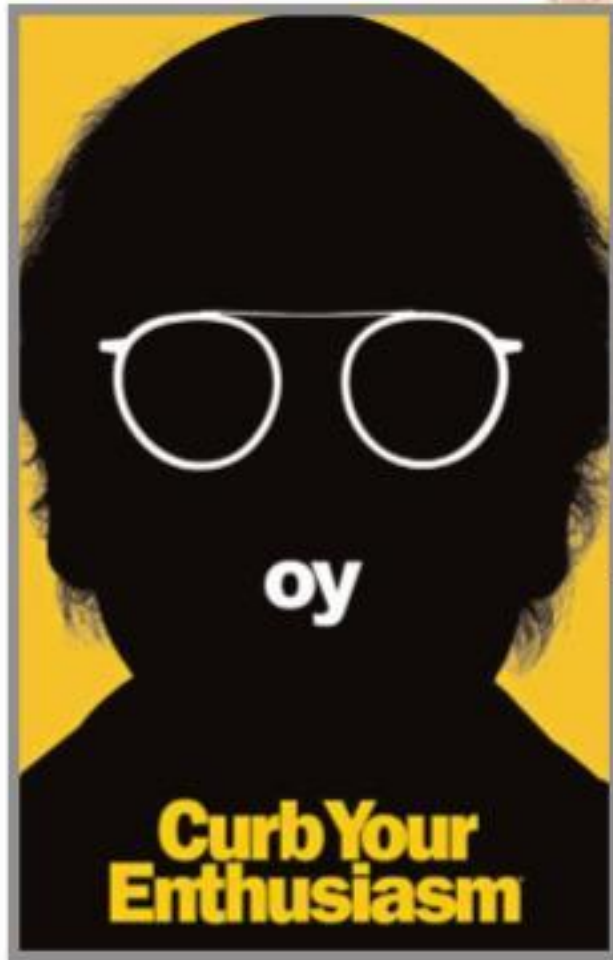


## స్ట్రీమింగ్ సీజన్..

ఓటీటీ ప్లాట్‌ఫామ్స్ వచ్చాక అన్ని దేశాల, అన్ని రకాల కంటెంట్ ఇప్పుడు మనకు అందుబాటులోకి వచ్చింది. అది ఒకవిధంగా మన అద్భుతం. ఎక్కడో ఇటలీలో వచ్చిన వెబ్ సిరీస్, టర్కీలో వచ్చిన కొత్త సినిమా, ఇజ్రాయిల్ టీవీ ఛానల్లో వచ్చిన కొత్త సిరీస్ - ఇలా ఏదంటే అది ఇప్పుడు మనం చూడొచ్చు. కానీ వీటన్నింటికీ మించి గతంలో, అంటే ఓటీటీలకు పూర్వం ప్రసారమైన టీవీ సిరీస్లు కూడా నేడు మనకు లభ్యం అవుతున్నాయి. గతంలో మిస్సయిన కంటెంట్‌ను ఇప్పుడు చూసే అవకాశం కల్పించాయి ఓటీటీ ప్లాట్‌ఫామ్స్. అలా ప్రస్తుతం డిస్నీ హాట్‌స్టార్‌లో ప్రసారమవుతున్న ఒక హాస్యభరితమైన సిరీస్- Curb Your Enthusiasm.

‘హాస్యం మానవ ఉనికిలో అంతర్భాగమ’ని అన్నాడు మనస్తత్వ శాస్త్రవేత్త సిగ్మండ్ ఫ్రాయిడ్. ‘Jokes and their relation to the unconscious’లో ఫ్రాయిడ్ అంటారు- ‘హాస్యం లేకపోతే మన మనసు పనిచేయడం ఆగి పోయేవాళ్లం. హాస్యం మన ఉపచేతనానికి ఒక కోపింగ్ మెకానిజంగా పనిచేస్తుంది’.

అందుకే దైనందిన జీవితంలో విసిగిపోయినప్పుడు, కరోనాతో జీవితం ఎటూ వెళ్లకుండా ఆగిపోయినప్పుడు, మనసుకు ఆహ్లాదకరంగా ఉండే కంటెంట్ చూడటం వల్ల ఎంతో ఉపశమనం లభిస్తుంది. అందుకోసం ‘కర్బ్ యువర్ ఎంథూసియాజమ్’ అనే టీవీ సిరీస్‌తో మొదలుపెట్టాము. ఈ సిరీస్‌లో ముఖ్య పాత్రధారి ‘ల్యారీ డేవిడ్’. అందుకే ఈ సిరీస్‌ను ‘ది ఫన్నీ అడ్వెంచర్స్ ఆఫ్ ల్యారీ డేవిడ్’ అని పిలుచుకున్నా ఎటువంటి సమస్య లేదు. ఎందుకంటే ప్రతి ఎపిసోడ్‌లో అతను చేసే వివిధ రకాల అల్లరి చిల్లరి చేష్టలు మనల్ని కడుపుబ్బా నవ్విస్తాయి. ఇంతకూ ఈ ల్యారీ డేవిడ్ ఎవరో ముందు మనం తెలుసుకోవాలి. స్టాండ్ అప్ కమేడియన్‌గా, టీవీ సీరియల్స్



# ‘కర్బ్ యువర్ ఎంథూసియాజమ్’

రచయితగా కొన్నేళ్లు పని చేసిన ల్యారీ డేవిడ్, 1998లో ‘సైన్స్’లో అనే టీవీ సిరీస్‌తో బాగా పాపులర్ అయ్యారు. సైన్స్‌లో అనే సిట్యుయేషన్‌ల కామెడీ టీవీ సిరీస్ ఎంతగా ప్రాచుర్యం పొందిందంటే ఇప్పటికీ, వివిధ ఓటీటీ ప్లాట్‌ఫామ్స్ మీద అది టాప్ టెన్ సిరీస్‌లో ఒకటిగా నమోదవుతూనే ఉంది. ఆ సిరీస్ ద్వారా వచ్చిన పాపులారిటీతో 2000 సంవత్సరంలో ‘కర్బ్ యువర్ ఎంథూసియాజమ్’ అనే టీవీ సిరీస్ మొదలుపెట్టారు డేవిడ్.

ఈ సిరీస్‌లో ప్రధాన పాత్ర పేరు కూడా ల్యారీ డేవిడ్. తన నిజ జీవితంలోని పాత్రకే కొంత ఫిక్షన్ జోడించి తన మీద తనే జోకు లేసుకుంటూ సాగే ఈ టీవీ సిరీస్, ఇరవై ఏళ్ల తర్వాత కూడా ఇంకా కొనసాగుతూనే ఉంది. ఈ ఏడాది ఫిబ్రవరిలో పదవ సీజన్ రిలీజయింది.

ఈ సిరీస్‌లోని కొన్ని ఎపిసోడ్స్‌ని పదేళ్ల క్రితం చూశాను. అయితే అప్పట్లో నాకు అందులో జోకులు అంతగా అర్థం కాలేదు. ముఖ్యంగా అమెరికా జీవితం, అక్కడి ప్రజల జీవనశైలి, వారి కష్టాలు, సమస్యలు - ఇలాంటి విషయాల గురించి పెద్దగా అవగాహన లేకపోవడం అందుకు ఒక కారణం

**వెబ్ సిరీస్:** కర్బ్ యువర్ ఎంథూసియాజమ్ (ఇంగ్లీష్)  
**క్రియేటర్ :** ల్యారీ డేవిడ్  
**నటీనటులు :** ల్యారీ డేవిడ్, చెరిల్ హైన్స్, జెఫ్ గార్సిన్  
**ప్లాట్ ఫామ్ :** డిస్నీ హాట్‌స్టార్  
**సీజన్ :** 10  
**ఎపిసోడ్స్:** 100  
**రేటింగ్:** 8.7

అయ్యుండొచ్చు. అంతే కాకుండా, హ్యాండిక్యాప్‌తో తీసినట్లుగా ఉండే ప్రొడక్షన్ క్వాలిటీ కూడా నచ్చకపోవడానికి కారణం కావొచ్చు. బహుశా ఈ కారణాల వల్ల ఆ సిరీస్‌ను పూర్తిగా చూడకుండా వదిలేశాను. కానీ ఇప్పుడు రోజూ ఒక ‘కర్బ్’ ఎపిసోడ్ అయినా చూడాల్సిందే.

ఇప్పుడొస్తున్న మిగతా వెబ్ సిరీస్‌లోలాగా ఇందులో ఉత్పరభరితమైన కథ ఏమీ ఉండదు. మన జీవితాల్లో జరిగే సాధారణ విషయాలనే కథలుగా తీసుకుని ఒక్కో ఎపిసోడ్‌లో ఒక్కో విచిత్రమైన అనుభవాన్ని మనకు అందచేసి పొట్ట చెక్కులయ్యేలా నవ్వించడం ఈ సిరీస్ ప్రత్యేకత. ఇందులో నటించిన మిగతా నటీనటులు కూడా కమేడియన్స్ అవడం వల్ల, ఒక చిన్న కథ అనుకుని, నాలుగైదు పేజీల్లో ఆ కథను రాసుకుని, అందరూ కలిసి కూర్చుని, హాస్య ప్రధానమైన డైలాగ్స్, సందర్భాలను సృష్టించుకుంటూ 30

నిమిషాలపాటు సాగే ఒక ఎపిసోడ్‌గా రూపొందిస్తారు.

ఉదాహరణకు ల్యారీ డేవిడ్ మేనేజర్ జెఫ్ ఇంట్లో కొత్తగా ఆస్కార్ అనే ఒక కుక్కను కొనుక్కుంటారు. ఆ కుక్క ఎవరైనా నల్ల జాతీయులను చూస్తే మొరుగుతుంది. అదే తెల్లవాళ్లను

చూస్తే మాత్రం వాళ్ల దగ్గరకు ప్రేమగా వెళ్తుంది. ల్యారీ డేవిడ్ ఈ విషయం గమనిస్తాడు. అదే సమయంలో అతనితో మంచి స్నేహసంబంధం కలిగిన ఒక స్వలింగ సంపర్కురాలు (లెస్బియన్), ల్యారీ డేవిడ్ కారణంగా తన ప్రియురాలి నుంచి విడిపోతుంది. దాంతో ల్యారీకి స్వలింగ సంపర్కులంటే అసహ్యం అనే ఒక రూమర్ మొదలవుతుంది. ఇలాంటి విచిత్రమైన పరిస్థితుల నుంచి ల్యారీ డేవిడ్, అస్కార్ ఎలా బయటపడ్డారనేది ఆ ఎపిసోడ్ కథ. ఈ సిరీస్‌లో మొదట మనకు ల్యారీ డేవిడ్ పాత్ర అంటే చిరాకు కలుగుతుంది. ఏ విధమైన సామాజిక అవగాహన లేని వ్యక్తిగా, రోజువారీ మర్యాద,

నియమాలను ఎల్లప్పుడూ ఉల్లంఘిస్తూ అందరికీ ఇబ్బంది కలిగిస్తుంటాడు. తత్ఫలితంగా అతను కూడా ఎన్నో ఇబ్బందికరమైన పరిస్థితులను ఎదుర్కొంటాడు. ల్యారీ ఈ సమస్యలను ఎలా అధిగమించాడో హాస్యభరితంగా చూపించే ‘కర్బ్’ ఎపిసోడ్స్ బాగా నచ్చతాయి.

వెబ్ సిరీస్ అనగానే క్రింద అనే అంశం ప్రధానంగా నడుస్తున్న ఈ రోజుల్లో, తక్కువ బడ్జెట్లో, అందరినీ మెప్పించే కంటెంట్ ఎలా తయారుచేయాలో ‘కర్బ్’ చూసి నేర్చుకోవచ్చు. ఉదాహరణకు ఒక సీజన్లో ల్యారీ డేవిడ్ మిత్రుడు రిచర్డ్ కిడ్నీ సంబంధిత వ్యాధితో బాధ పడుతుంటాడు. అతనికి కిడ్నీ ఇచ్చే దాత కోసం వెతుకుతుంటారు. అతనికి సరిపోయే కిడ్నీ ఎక్కడా దొరకదు. చివరికి ల్యారీ డేవిడ్ కిడ్నీ అతనికి సరి పోతుందని తేలుస్తారు డాక్టర్లు. ఇక అక్కడ్నుంచి కిడ్నీ ఇవ్వకుండా తప్పించుకోవడానికి ల్యారీ డేవిడ్ చేసే ప్రయత్నాలు ఈ సిరీస్‌లో ప్రధానాంశం. అయితే ప్రతీ ఎపిసోడ్‌లో ఆ విషయం గురించే కాకుండా, ఒక్కో ఎపిసోడ్‌లో ఒక్కో కొత్త కథ ఉంటుంది. ఆ కథ చివరికి కిడ్నీ కథతో కలుస్తూ ఉంటుంది. ఈ విధంగా చూస్తే మంచి హాస్య భరితమైన వెబ్ సిరీస్ రాయడానికి టెక్నిక్‌లూ పనికొస్తాయి “Curb Your Enthusiasm”.

- వెంకట్ శివారెడ్డి,  
venkat@navatarangam.com

## వైరస్ వేదనపై భిక్కార కవితలు

మానవాళి మనుగడకు పెనుముప్పు ఎదురైన వేళ, మన అస్తిత్వం ప్రశ్నార్థకమైన పరిస్థితుల్లో, లోకమంతా మృత్యు భీతితో వణికిపోతున్న లాక్‌డౌన్ రోజుల్లో కవులు తమ అక్షరాల ద్వారా మనోధైర్యమనే మౌలిక వ్యాక్సీన్ ఇచ్చే ప్రయత్నం చేశారు. డా.ఎన్. గోపి కూడా 44 రోజుల గృహ నిర్బంధంలోంచి ఇరవై ఐదు కవితలతో అలాంటి ట్రైబ్యుట్ ఇచ్చారు. “కవిత్వానికి కరోనా సోకినా/మనిషి కరుణ వీరాన్ని చిందించాలి” అంటూ తనలోని మానవీయ స్పృహను పరితలకు తగిలేలా స్పందించారు. స్వేచ్ఛగా సంచరించే మనిషి జీవితం ఒక్కసారిగా స్తంభించిపోయిన వాతావరణాన్ని ఈ కవితల్లో విభిన్న దృశ్యాలుగా వర్ణించారు. కవి కరోనా నిర్బంధంలోంచి మనిషికి కొత్త ఆశాపూరిత జీవితాన్ని అందిస్తాడు. “యుద్ధం మనకు కొత్తకాదు/ప్రపంచ జనులారా రండి! పరస్పరం ప్రేమించుకుందాం” అంటూ వైరస్‌ను ఎదుర్కొనే జీవనపాఠాన్ని బోధిస్తారు. పాలక వ్యవస్థల లోతుల్లోకి వెళ్లిపోయిన ప్రపంచీకరణ స్వభావపు వికృతి కోణాన్ని చూపిస్తూనే సంక్షోభాన్ని ఎదుర్కొనే అదృశ్య శక్తిని అందిస్తుంది ఈ కవిత్యం. “ఇది వొట్టి ప్రాణ భీతి కాదు. జీవన ప్రీతి” అనే తెలివిడిని ఇస్తారు. ఇటువంటి విపత్తుల సమయంలో కవులే సమాజానికి సానుకూల ఆలోచనలు అందివ్వాలి. గోపిగారు కూడా ఈ సంపుటిలో వాటిని పంచారు. “భయంలోనైనా సరే/నేను కవిత్వం రాస్తాను/అదే నా దైర్యం” అని అనగలిగారు. ఈ సంపుటికి రాసిన స్వీయపీఠికలో కూడా ఇంకా స్పష్టంగా “ఇంటా బయటా ఏకకాలంలో ఉండగలిగిన వాడే నిజమైన కవి. సహనం, మానవత్వాలును అలవర్చుకుంటూ అక్షరాలు అల్లుతుంటాడు” అని స్పష్టంగా కవికి ఉండవలసిన బాధ్యతను, భావోద్వేగాలను గుర్తు చేస్తారు. అందుకు తాజా దర్శనం ఈ కవిత్యం.

- ఎన్. రఘు

**ప్రపంచీకరోనా** (కవిత్యం),  
రచన: డా. ఎన్.గోపి  
పేజీలు: 61, వెల : రూ.100  
ప్రతులకు: 93910 28496, ప్రముఖ పుస్తక కేంద్రాలు

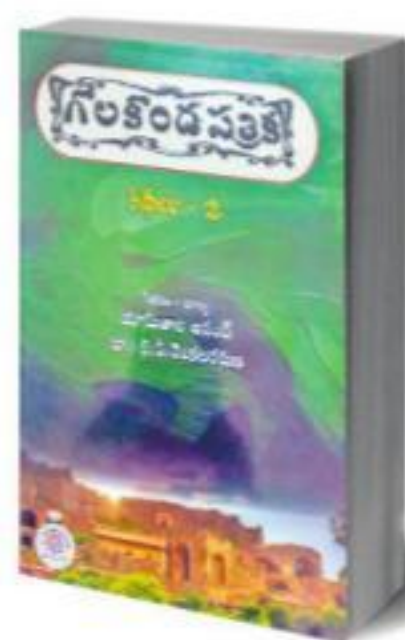


## ‘గోలకొండ’ కథా మాణిక్యాలు

గోలకొండ పత్రికలో 1936-1949 మధ్య వెలువడిన 53 కథల అరుదైన సంకలనం ఇది. తెలంగాణ కథకుల కథలే కాదు ఆంధ్రప్రదేశ్ కథకుల కథలు కూడా ఇందులో ఉండడం గమనార్హం. కాలపు మడతల్లో మరుగునపడిన విలువైన కథల్ని సేకరించి సాహిత్యలోకానికి అందించిన కర్తల కృషి అభినందనీయం. ఏడు కథలు స్త్రీలు రాసినవి కాగా మిగతావి పురుష రచయితలు రాసినవి. కథల వెంట ప్రయాణిస్తుంటే ఆనాటి దేశ, కాల, సామాజిక, రాజకీయ పరిస్థితులు, శైలి, శిల్పాలు అవగతమై కొత్తలోకానికి తీసుకెళ్తాయి. వస్తు వైవిధ్యంతో పాటు కథా కథనం ఆకట్టుకుంటాయి. కథా సాహిత్యాన్ని మరింత పరిపుష్టం చేసిన తొలితరం కథల తీరుతెన్నుల్ని, కథా పరిణామక్రమాన్ని, వికాసాన్ని, ఆనాటి తెలుగు భాష స్థితిగతుల్ని తెలుసుకోవడానికి ఇదొక ఆకర గ్రంథం. కథా సాహిత్యానికి గోలకొండ పత్రిక చేసిన సేవకు ఇదొక నిదర్శనం. భాస్కరభట్ల కృష్ణారావు, సురవరం ప్రతాపరెడ్డి, మునిమాణిక్యం నర్సింహారావు, వెల్లూరి మాణిక్యరావు లాంటి లబ్ధప్రతిష్ఠల కథలు కూడా ఉన్నాయి. కథా ప్రేమికులతో పాటు, పరిశోధకులు, పరిశీలకులు కూడా చదవాల్సిన కథలు.

- వెల్లండి శ్రీధర్

**గోలకొండ పత్రిక కథలు - 2**  
సేకరణ, కూర్పు: యామిజాల ఆనంద్,  
డా.వి.వి.వెంకటరమణ  
పేజీలు: 272, వెల: రూ. 220  
ప్రతులకు: నవచేతన బుక్ హౌస్  
అన్ని బ్రాంచీలు

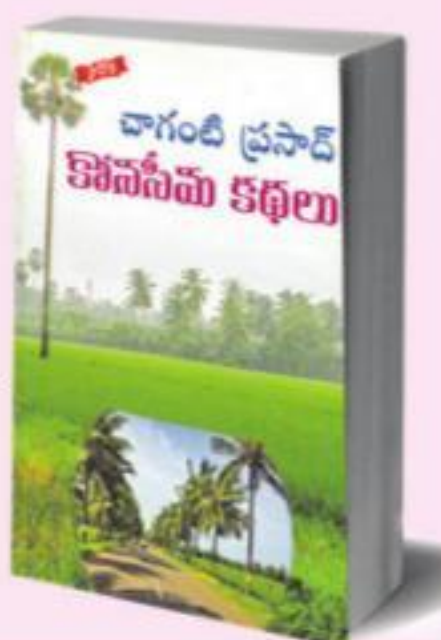


## కోనసీమ కొబ్బరాకు తోరణాలు

ఇడ్డెన్ను నరే, మీకు పొట్టిక్కలు తెలుసా? పోనీ, ఎప్పుడైనా తేనెపాకంలో దిబ్బరొట్టి సంజుకుతినారా.. అయ్యో తెలిదా! అయితే, మీరు తప్పకుండా కోనసీమకు రావలసిందేనండి. ఆయో! ఒక్కసారి వచ్చారంటే మళ్లీ వెనక్కి వెళ్లనని మొండికేసి మా ఆశ్రయపురం పూతరీకుల మడతల్లో దాగుండిపోతారండోయో! మీకు వీలుకాలేకపోతే కనీసం చాగంటి ప్రసాద్ రాసిన కోనసీమ కథలైనా చదవండి. అరచేతిలో స్వర్ణమల్లే కాచున్న దగ్గరే కోనసీమని దర్శిస్తారు. కటకటాల వసారాలో మడతమంచం మీద వాలిపోయో, ఆరుబయట వెల్లకితలా పడుకుని కొబ్బరాకుల మధ్య వెన్నెల్ని ఆస్వాదిస్తూనే కలలు కంటారు. పొట్టిక్కలే కాదు, బెల్లం జిలేబీలు, పనస పొట్టుకూర, దబ్బకాయ పూరగాయ, రేగి వడియాలు, మామిడితాండ్ర .. ఒకటేమిటి నవకాయ పిండివంటలన్నీ రుచి చూస్తారు. కోనసీమ రుచులతో పాటు అక్కడి మనుషుల మనస్తత్వాలు, వారి మర్యాదలు, పెళ్లి వేడుకలు .. అవీ ఇవీ కాదండి, కోనసీమ అందాలన్నీ మంచిగంధంలా అరగదీసి మీ ఒళ్లంతా రాసేస్తారు రచయిత. కథలు చెబుతూనే పనిలోపనిగా బాహరమణల పైనున్న తన ప్రేమనీ పంచుకున్నారు. మొదట్లోనే శ్రీరమణ కోనసీమ కథల రుచిని మీ నాలుకమీద తాటిస్తారు కాబట్టి ఈ 41 కథల్ని ఏకభిగిన చదివేస్తారంటే నమ్మండి .. ఆయో!.

- గౌరుసు

**కోనసీమ కథలు**  
రచన: చాగంటి ప్రసాద్  
పేజీలు: 184, వెల: రూ. 90  
ప్రతులకు: 90002 06163





**అశ్వినీ, భరణి, కృత్తిక 1వ పాదం**

**మేషం** కార్యసిద్ధికి పట్టుదల ప్రధానం. ఓర్పుతో యత్నాలు సాగించండి. పనులు సాగక విసుగు చెందుతారు. ప్రముఖులను కలిసినా ప్రయోజనం ఉండదు. ఖర్చులు సామాన్యం. శుక్ర, శని వారాల్లో అప్రమత్తంగా ఉండాలి. ఇంటి విషయాలు ఏకరపు పెట్టొద్దు. వివాహ యత్నాలు నిరుత్సాహ పరుస్తాయి. ఆరోగ్యం నిలకడగా ఉంటుంది. వాస్తు దోష నివారణ చర్యలు చేపడతారు. ఆధ్యాత్మికత వైపు దృష్టి మళ్లుతుంది. పత్రాలు అందుకుంటారు.

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

**వృషభం** వ్యవహారానుకూలత ఉండదు. ఆలోచనలతో సతమతమవుతారు. సోదరుల వైఖరి బాధిస్తుంది. కొన్ని విషయాలు వట్టింపుకోవద్దు. మనోధైర్యంతో ముందుకు సాగండి. మీ కృషి త్వరలో ఫలిస్తుంది. ఆది, సోమవారాల్లో ఖర్చులు విపరీతం. రాబడిపై దృష్టి పెడతారు. ఒక ఆహ్వానం ఉత్సాహాన్నిస్తుంది. వ్యాపకాలు సృష్టించుకుంటారు. పనులు హడావుడిగా సాగుతాయి. పోగొట్టుకున్న వస్తువులు లభ్యమవుతాయి. దైవకార్యంలో పాల్గొంటారు.

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

**మిథునం** బంధుమిత్రులు మీ బెన్నత్యాన్ని గుర్తిస్తారు. మీపై వచ్చిన అపోహలు తొలగిపోతాయి. మానసికంగా కుదుటపడతారు. ఆదాయం సంతృప్తి కరం. విలాసాలకు వ్యయం చేస్తారు. మంగళ, బుధవారాల్లో కొత్త వ్యక్తులతో జాగ్రత్త. ప్రలోభాలకు లొంగవద్దు. ప్రతి విషయం క్షణంగా తెలుసుకోండి. సావకాశంగా పనులు పూర్తి చేస్తారు. మీ జోక్యం అనివార్యం. వేడుకకు సన్నాహాలు సాగిస్తారు. ప్రయాణం ప్రశాంతంగా సాగుతుంది.

**పునర్వసు 4వ పాదం, పుష్యమి, ఆశ్లేష**

**కర్కాటకం** అనుకున్నది సాధిస్తారు. మీ కార్యదీక్ష స్ఫూర్తిదాయకమవుతుంది. పదవులు, సభ్యత్వాలు స్వీకరిస్తారు. తొందరపడి హామీలివ్వవద్దు. బంధుమిత్రుల రాకపోకలు అధికమవుతాయి. గృహం సందడిగా ఉంటుంది. ఖర్చులు విపరీతం. పిల్లల దూకుడు అదుపు చేయండి. కొత్త సమస్యలు ఎదురయ్యే సూచనలున్నాయి. అప్రమత్తంగా వ్యవహరించాలి. వివాహ యత్నాలు తీవ్రంగా సాగిస్తారు. ఒక సంబంధం ఆలోచింపజేస్తుంది.

**మఖ, పుబ్బ, ఉత్తర 1వ పాదం**

**సింహం** ఈ వారం అనుకూల సమయం. సంప్రదింపులు కొలిక్కి వస్తాయి. చాకచక్యంగా వ్యవహరిస్తారు. అందరితో సత్సంబంధాలు నెలకొంటాయి. ధనలాభం ఉంది. విలాసాలకు వ్యయం చేస్తారు. విలువైన వస్తువులు జాగ్రత్త. కొత్త పనులకు శ్రీకారం చుడతారు. బాధ్యతలు అప్పగించవద్దు. ప్రకటనలు, సందేశాల పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండాలి. వేడుకకు సన్నాహాలు సాగిస్తారు. పత్రాల రెన్యూవల్లో మెలకువ వహించండి.

**ఉత్తర 2,3,4; హస్త, చిత్త 1,2 పాదాలు**

**కన్య** వ్యవహార దక్షతతో రాణిస్తారు. ఎదుటివారికి మీపై గురి కుదురుతుంది. అవకాశాలు కలిసివస్తాయి. ధనలాభం ఉంది. ఖర్చులు ప్రయోజనకరం. ఆత్మీయులకు సాయం అందిస్తారు. గృహం ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. గురు, శుక్రవారాల్లో పనులు, బాధ్యతలు అప్పగించవద్దు. విలువైన వస్తువులు మరమ్మత్తుకు గురవుతాయి. పనివారల నిర్లక్ష్యం చికాకుపరుస్తుంది. కొత్త యత్నాలకు శ్రీకారం చుడతారు. వ్యాపకాలు అధికమవుతాయి.

**చిత్త 3,4; స్వాతి, విశాఖ 1,2,3 పాదాలు**

**తుల** పట్టుదలతో శ్రమిస్తే మీదే విజయం. సహాయం ఆశించవద్దు. కొంతమంది ఆంతరంగిక విషయాలు గోప్యంగా ఉంచండి. ధనయోగం ఉంది. ఊహించిన ఖర్చులే ఉంటాయి. చెల్లింపుల్లో మెలకువ వహించండి. శని, ఆదివారాల్లో పనుల సానుకూలతకు మరింత శ్రమించాలి. అయిన వారితో సంప్రదింపులు జరుపుతారు. ఆస్తి వివాదాలు కొలిక్కివస్తాయి. పత్రాలు అందుతాయి. వేడుకకు హాజరవుతారు.

**విశాఖ 4వ పాదం; అనూరాధ, జ్యేష్ఠ**

**వృశ్చికం** అప్రమత్తంగా ఉండాలి. తప్పటడుగు వేసే ఆస్కారం ఉంది. అనుభవజ్ఞుల సలహా పాటించండి. అవకాశాలను వదులుకోవద్దు. మాటతీరు అదుపులో ఉంచుకోవాలి. సోమ, మంగళవారాల్లో ముఖ్యుల కలయిక వీలుపడదు. ఆదాయం బాగుంటుంది. సకాలంలో చెల్లింపులు జరుపుతారు. ఇతరుల విషయాల్లో జోక్యం తగదు. పోగొట్టుకున్న వస్తువులు లభ్యం కావు. పిల్లల ద్వారా శుభవార్తలు వింటారు. ఒక ఆహ్వానం ఉత్సాహాన్నిస్తుంది.

**మూల, పూర్వాషాఢ, ఉత్తరాషాఢ 1వ పాదం**

**ధనుస్సు** వ్యవహారాలతో తీరిక ఉండదు. అనుకూలతలు అంతంత మాత్రమే. నిరుత్సాహం వీడి యత్నాలు సాగించండి. మీ కృషి త్వరలో ఫలిస్తుంది. కొత్త విషయాలు తెలుసుకుంటారు. ఊహించని ఖర్చులుంటాయి, ధనం మితంగా వ్యయం చేయండి. బుధవారం నాడు ప్రముఖుల ఇంటర్వ్యూ వీలుపడదు. ఆలోచనల్లో మార్పు వస్తుంది. కనిపించకుండా పోయిన పత్రాలు లభ్యమవుతాయి. పిల్లల విషయంలో అంతా మంచే జరుగుతుంది.

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

**మకరం** కార్యకమాలు విజయవంతమవుతాయి. మాటతీరుతో ఆకట్టుకుంటారు. సమర్థతకు గుర్తింపు లభిస్తుంది. సభ్యత్వాలు స్వీకరిస్తారు. బాధ్యతగా వ్యవహరించాలి. ధనయోగం, ప్రశాంతత పొందుతారు. ఖర్చులు అధికం, సంతృప్తికరం. పొదుపు పథకాలు లాభిస్తాయి. గురు, శుక్రవారాల్లో పనుల్లో చికాకులు అధికం. గృహంలో మార్పు చేర్పులు అనివార్యం. పిల్లల చదువులపై మరింత శ్రద్ధ అవసరం. ఆరోగ్యం నిలకడగా ఉంటుంది.

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

**కుంభం** ఆదాయం సంతృప్తికరం. ఊహించిన ఖర్చులే ఉంటాయి. సకాలంలో చెల్లింపులు జరుపుతారు. వివాహ యత్నాలు తీవ్రంగా సాగిస్తారు. సోదరుల మధ్య కొత్త విషయాలు ప్రస్తావనకు వస్తాయి. తొందరపాటు నిర్ణయాలు తగవు. శనివారం నాడు పరిచయస్తుల రాక ఇబ్బంది కలిగిస్తుంది. పనులు హడావుడిగా ముగిస్తారు. బాధ్యతలు స్వయంగా చూసుకోవాలి. పిల్లల చదువులపై మరింత శ్రద్ధ వహించాలి.

**పూర్వాభాద్ర 4వ పాదం, ఉత్తరాభాద్ర, రేవతి**

**మీనం** శుభకార్యానికి యత్నాలు సాగిస్తారు. పరిచయాలు బలపడతాయి. ఒక వ్యవహారంలో మీ జోక్యం అనివార్యం. ఇరువర్గాల వారు మీ సలహా పాటిస్తారు. రోజువారీ ఖర్చులే ఉంటాయి. ఆస్తులకు సాయం అందిస్తారు. పనులు చురుకుగా సాగుతాయి. ఆది, సోమవారాల్లో విలువైన వస్తువులు జాగ్రత్త. ఎదురుచూస్తున్న పత్రాలు అందుతాయి. ముఖ్యులకు వీడ్కోలు పలుకుతారు. ఆధ్యాత్మికత పెంపొందుతుంది. పుణ్యక్షేత్రాలు సందర్శిస్తారు.

**అడ్డం**

- వంటింట్లోని కీలకమైన గుడ్డ! (2)
- దొడ్డిదారిలో అవరాధి (3)
- సిగ కాదు వేడిమి (2)
- సాయంత్రపు పడమర ఆకాశం - భావుకతగా చెప్పండి (4)
- తిరుమల వెళ్లినవారు తెచ్చి పంచేది? (2)
- గుర్తు (2)
- తప్పెట (2)
- '- - - - పాలు గరిటెడైనను చాలు! (4)
- తిరగబడ్డ వివాహం! (2)
- అమానుషం (2)
- ఈ పక్షి కన్ను మహా తీక్షణమట! (2)
- హింసాయుత కార్యకలాపాలను ఈ కాండ

- అంటాం (3)
- భర్తను ఎన్నుకునే వేడుక (4)
- మోసం (3)
- వాడుకలో మశకం (2)
- దండ (2)
- మంచి మాట (4)
- వర్తమానం (3)
- జోష కాదు దొంగ (2)
- రచనను ఆస్వాదించే లక్షణం (4)
- 'పాతాళభైరవి' నాయకను పిలవండి! (3)
- దారితప్పిన పెండ్లికొడుకు (3)
- కైపు, మత్తు (3)
- ప్రళయం (3)
- ఆజ్ఞ (2)
- ఇతివృత్తం (3)
- సేన; సమూహం (2)

**నిలువు**

- దినం నడిమి భాగం (3)
- తెలుగు 'ఇంకో' (2)
- హల్లుతో మొదలైన గృహం (2)
- చిల్లంగి కాదు, దుంప కూరగాయ (3)
- విరామ దినం (3)
- కష్టంగా దొర్లే రోజులు! (2)
- సంక ఆధ్వర్యాలూగా (వార్తా) పత్రిక (3)
- గౌరవార్థం పండితుల కాలికి తొడిగే కడియం (5)
- రాజు, మంత్రి, సైనికులుండే ఆట - కిందనుండి (4)
- దాసరి 'చిల్లరకొట్టు చిట్టెమ్మ'లో నటించిన రామారావు? (3)
- ఒక విషయం పట్ల ఉండే

**ఇష్టం (4)**

- జడుపు (2)
- ఆత్రేయను ఈ కవిగా అభివర్ణిస్తారు (3)
- గొంతు (2)
- శ్రీకృష్ణుడి తండ్రి (5)
- బాల్కనీ (3)
- తప్పు చేసినవాడు (2)
- కమలహాసన్ ద్విపాత్రాభినయ చిత్రాల్లో ఒకటి (5)
- బ్రాహ్మణులకు ధనరూపంలో ఇచ్చే పారితోషికం (4)
- అనుమానం (2)
- పెండ్లి కాని యువతి (3)
- పుర రక్షకుడు (3)
- భూతం (2)
- ఐదున్నొక్కటి తిరగబడ్డది (2)
- మేలు (2)

● మీ అభిప్రాయాలు/సూచనల కోసం.. [sunday.aj@gmail.com](mailto:sunday.aj@gmail.com) **పూరణ** నిర్వహణ : గొడుసు

✳	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		✳	41			✳	42		✳	✳

**అనగనగనగా...**

**‘బంగారం’లాంటి నిర్మాత**

భారీ తారాగణం, మంచి కథ, కథనాలు, హుషారైన పాటలు, భారీ సెట్స్... జగపతి ఆర్ట్ పిక్చర్స్ సంస్థ నిర్మించే చిత్రాల్లో తప్పనిసరిగా ఉండే అంశాలు. తన దగ్గర పనిచేసే వర్కర్స్ కోసం ఏకంగా ఓ సినిమా తీసిన అరుదైన నిర్మాత ఈ సంస్థ అధినేత వి.బి. రాజేంద్రప్రసాద్. అక్కినేని నాగేశ్వరరావు నిర్మాతగా ఆయనకు పేరు ఉన్నప్పటికీ, ఎన్టీఆర్తోనూ ఓ చిత్రం నిర్మించారు. అలాగే నందమూరి నటవారసుడు బాలకృష్ణతో కూడా రెండు సినిమాలు నిర్మించారు. అక్కినేని, బాలకృష్ణ కాంబినేషన్లో వచ్చిన ‘భార్యాభర్తల బంధం’ ఒకటి కాగా, ‘బంగారుబుల్లోడు’ చిత్రం మరొకటి. రవిరాజు పినిశెట్టి దర్శకత్వంలో రూపొందిన ఈ చిత్రంలో రమ్యకృష్ణ, రవీనా టాండన్ కథానాయికలు. బాలీవుడ్ నటి రవీనాకు ఇదే తొలి తెలుగు చిత్రం. మరో విషయమేమిటంటే.. బాలకృష్ణ నటించిన ‘నిప్పురవ్వ’ చిత్రానికి పోటీగా ‘బంగారుబుల్లోడు’ చిత్రం విడుదల కావడం. ఒక హీరో నటించిన రెండు భారీ చిత్రాలు పోటీపోటీగా ఒకేరోజు విడుదలవ్వడం అరుదుగా జరిగే సంఘటన.

గత వారం జవాబులు

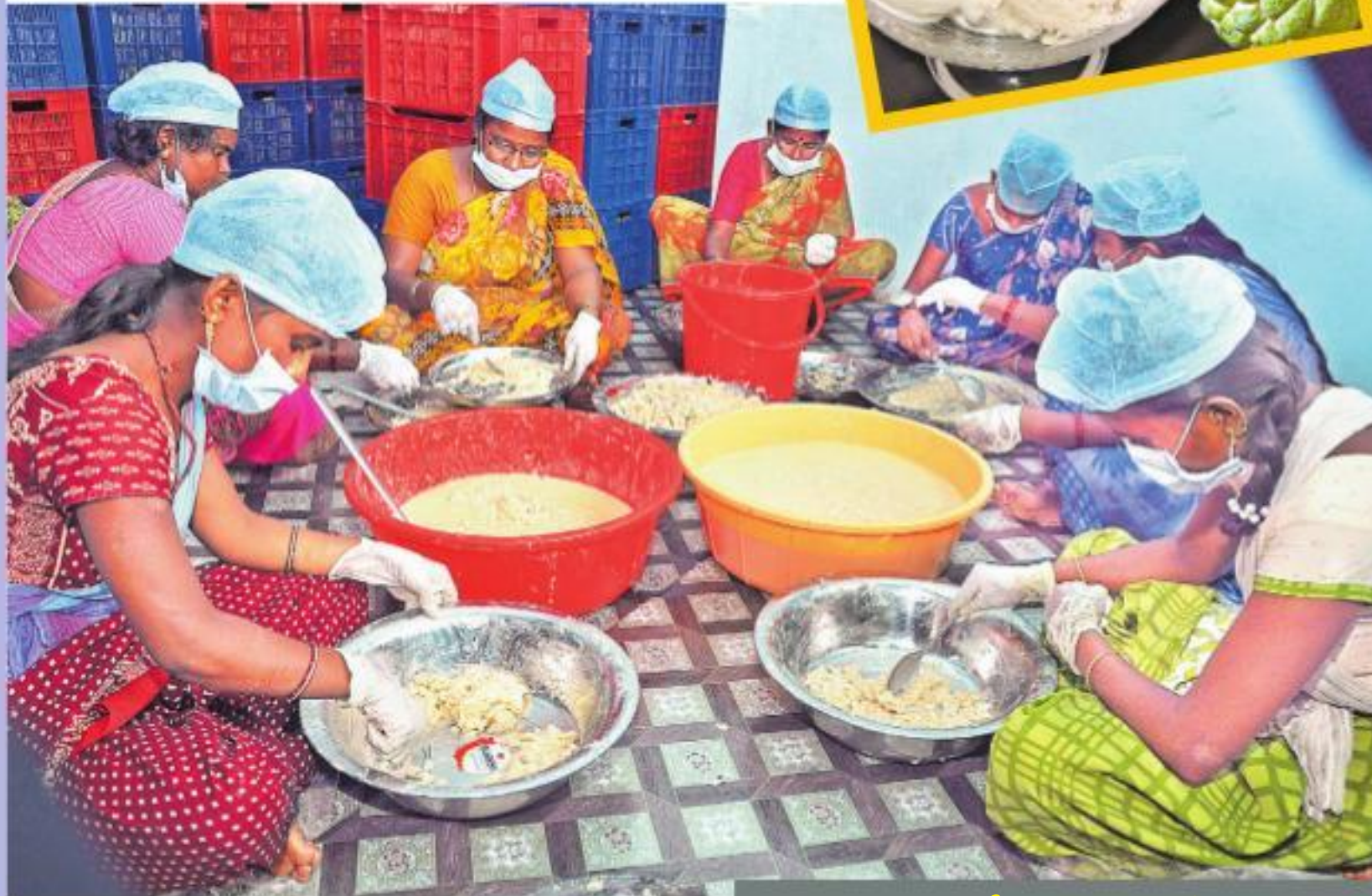
1	2	✳	3	జ	4	✳	5	భ	6	లం
ని	జాం	✳	ర	జ	తం	✳	కం	భ	ప	✳
✳	7	8	యం	✳	9	10	గ	త	✳	✳
11	ప్ర	యా	గ	✳	12	చె	ర	సా	ల	✳
తీ	✳	15	16	మృ	✳	లు	✳	17	శ	✳
18	కా	19	✳	నా	✳	20	✳	21	డి	టం
22	రం	భ	✳	లి	✳	23	మ	24	గ	✳
✳	25	26	✳	27	తొ	ల	క	రి	✳	28
వా	న	రం	✳	డి	✳	రి	✳	30	వే	రు
గ్వి	✳	గి	✳	31	32	✳	33	అ	మా	34
35	36	రు	✳	✳	37	పా	ర్వ	తి	✳	38
39	దం	మ	✳	40	తు	రా	యి	✳	41	జ్ఞం
										స



# ఎనీటైమ్ సీతాఫల్!



హైదరాబాద్ దేనికి ఫేమస్సు? ఇదేం ప్రశ్న! ఎవర్ని అడిగినా రక్కున విర్యానీ అనేస్తారు.. అనుకుంటారు మీరు. నిజమే. కానీ ఇప్పుడు అలాంటి విర్యానీలు దేశవ్యాప్తంగా చాలా చోట్ల దొరుకుతున్నాయి. భాగ్యనగరం మరొక అరుదైన సీతాఫలం ఐస్క్రీమ్ కు కూడా ప్రసిద్ధి. శీతాకాలంలో వచ్చే సీతాఫలాల సీజన్ కోసం చాలామంది కాచుకుని ఉంటారు. ఎందుకంటే... ఇప్పుడు దొరికే సీతాఫల ఐస్క్రీమ్ రుచి మరెప్పుడూ ఉండదు కాబట్టి! ఆ ఐస్క్రీమ్ లో వాడే ఫలాల గుజ్జు ఎక్కడి నుంచి వస్తుందో తెలుసా? తెలంగాణలోని నారాయణపేట జిల్లా అడవుల నుంచి. ఆ ప్రాంత గ్రామీణ మహిళలు ఎంతో కష్టపడి అడవుల్లో తిరిగి ఆ ఫలాలను సేకరించి... గుజ్జుతీసి హైదరాబాద్ లోని ప్రముఖ ఐస్క్రీమ్ కంపెనీలకు పంపిస్తున్నారు మరి..!



చేస్తోంది. ఐస్క్రీమ్ కు డిమాండ్..

పేద మహిళలు అడవుల్లో సేకరించిన సీతాఫలాలను వారి గ్రామాల్లోనే కొంటారు. కాయల సైజ్ ను బట్టి మూడు గ్రేడ్లుగా విభజిస్తారు. అక్కడి నుంచి ముద్దూరు, దామరగిద్దలోని ఫుడ్ ప్రాసెసింగ్ యూనిట్ కి తరలించి, రెండు రోజులు మాగబెట్టి పండ్లుగా మారుస్తారు. శిక్షణ పొందిన మహిళలు పండ్ల నుంచి గుజ్జును అవలీలగా తీస్తారు. తొక్క, గింజలను వేరు చేస్తారు. ఆరు కిలోల పండ్ల నుంచి కిలో గుజ్జు వస్తుంది. కిలో రూ.225 అమ్ముతారు. సెప్టెంబర్ నుంచి నవంబర్ వరకు మూడువందల మంది మహిళలు 17,506 కిలోల పండ్లను, 2,320 కిలోల గుజ్జును సేకరించడం విశేషం. ఆహారశుద్ధి కేంద్రాల్లో తీసిన గుజ్జును కిలో చొప్పున ప్యాక్ చేస్తారు. షెనన్ 22 డిగ్రీల వద్ద శీతలీకరించడంతో అది ఘన పదార్థంగా మారుతుంది. అవసరమైనప్పుడు నీటిలో వేస్తే మెత్తగా అవుతుంది. ఏడాది వరకు చెడిపోదు. ఎప్పుడు కావాలంటే అప్పుడు ఐస్క్రీమ్, జ్యూస్ లు చేసుకుని ఆస్వాదించవచ్చు. ఈ

పాలమూరు సీతాఫలాలకు దేశవ్యాప్తంగా పేరుంది. ఢిల్లీతో సహా పలు నగరాలకు ఎగుమతి అవుతున్నాయి. ఒకప్పుడు మూడు కిలోల కాయలు కాసేవి. వాటిని విమానాల్లో పంపేవారు. తొలి ప్రధాని జవహర్ లాల్ నెహ్రూ మొదలుకొని అనేక మంది భారత ప్రధానులు, ప్రముఖులు ఇక్కడి సీతాఫలాల రుచిని ఆస్వాదించిన వారే!

సహజసిద్ధంగా అడవుల్లో కాసి సీతాఫలాలతో చేసిన ఐస్క్రీమ్ కు రుచి ఎక్కువ. భాగ్యనగర వాసులు ఆ రుచికి ఫిదా అవుతున్నారు. నారాయణపేట సిర్స్ మహిళలు పాలమూరు అడవుల్లో సేకరించిన ఫలాల నుంచి తీసిన గుజ్జుతోనే మేము ఐస్క్రీమ్ ను తయారుచేస్తున్నాం. దీనికి మంచి డిమాండ్ ఉంది. ఆరోగ్యం కూడా.

- రాజ్ పాల్, స్కూప్ ఐస్క్రీమ్, హైదరాబాద్

గుజ్జును హైదరాబాద్ లోని పలు ఐస్క్రీమ్ కంపెనీలు సైతం కొంటున్నాయి. ఇప్పుడు సీతాఫల్ ఐస్క్రీమ్ బాగా ప్రాచుర్యం పొందింది.

- శ్యాంమోహన్, 94405 95858  
ఫోటోలు : ఎస్. అనిల్ కుమార్

మహిళాసంఘం నేత రేణుక...



యూనిట్ ను పరిశీలిస్తున్న కలెక్టర్

అడవుల్లో సేకరించిన సీతాఫలాలకు గిట్టుబాటు ధర ఉండేది కాదు. ప్రభుత్వం వీరందరితో ఒక బృందాన్ని ఏర్పాటు చేసింది. గ్రామాల్లోనే కొనుగోలు కేంద్రాలను నెలకొల్పాం. సేకరించిన ఫలాలకు ప్రతిఫలం చెల్లిస్తున్నాం. పండ్లను విలువ ఆధారిత ఉత్పత్తులుగా మార్చి అమ్మడం ద్వారా వచ్చిన లాభాలను కూడా వారికే ఇస్తున్నాం. గ్రామీణ మహిళల స్వయం సమృద్ధికి మరిన్ని మహిళా సంఘాలను ఏర్పాటు చేసేందుకు కృషి చేస్తున్నాం.

- హరిచందన, కలెక్టర్, నారాయణపేట జిల్లా

శీతాకాలం... మంచుకురిసే వేళ... మహిళలు నెత్తిన గంపలు పెట్టుకుని నడుస్తున్న అద్భుత దృశ్యం... చూపరులను ఆకట్టుకుంటుంది. ఈ నెలాఖరు వరకు తెలంగాణలోని నారాయణపేట జిల్లా, దామరగిద్ద, తిరుమలాపూర్ అడవుల్లో కనిపించే దృశ్యాలు ఇవి. వీరంతా ఏటా సీతాఫలాల సేకరణకు వెళతారు. ఇదే వీరికి జీవనోపాధి. దాదాపు పదికిలోమీటర్లు నడిచి, గుట్టలు ఎక్కి, ఫలాల సేకరిస్తారు. ఒక్కోసారి బస్తా పండ్లు సేకరిస్తే, వచ్చేది ముప్పయి రూపాయలే! ఇలా కాదని మహిళలందరూ కలిసి 'నారాయణపేట ఫార్వర్డ్ ప్రొడ్యూసర్స్ కంపెనీ'గా ఏర్పడ్డారు. 'జిల్లాలోని 64 చిన్న సంఘాలు కలిపి 969 మంది సభ్యులు ఉన్నాం. ఇప్పుడు మేం సేకరించిన పండ్లకు ప్రభుత్వమే గిట్టుబాటు ధర చెల్లిస్తోంది. గతంలో నూరు రూపాయలకు మించి వచ్చేది కాదు, ఇప్పుడు నాలుగు వందల వరకు సంపాదిస్తున్నాం' అంటున్నారు ఆ సంఘ నాయకురాలు రేణుక. రాష్ట్ర పేదరిక నిర్మూలనా సంస్థ వీరికి అండగా నిలుస్తోంది.

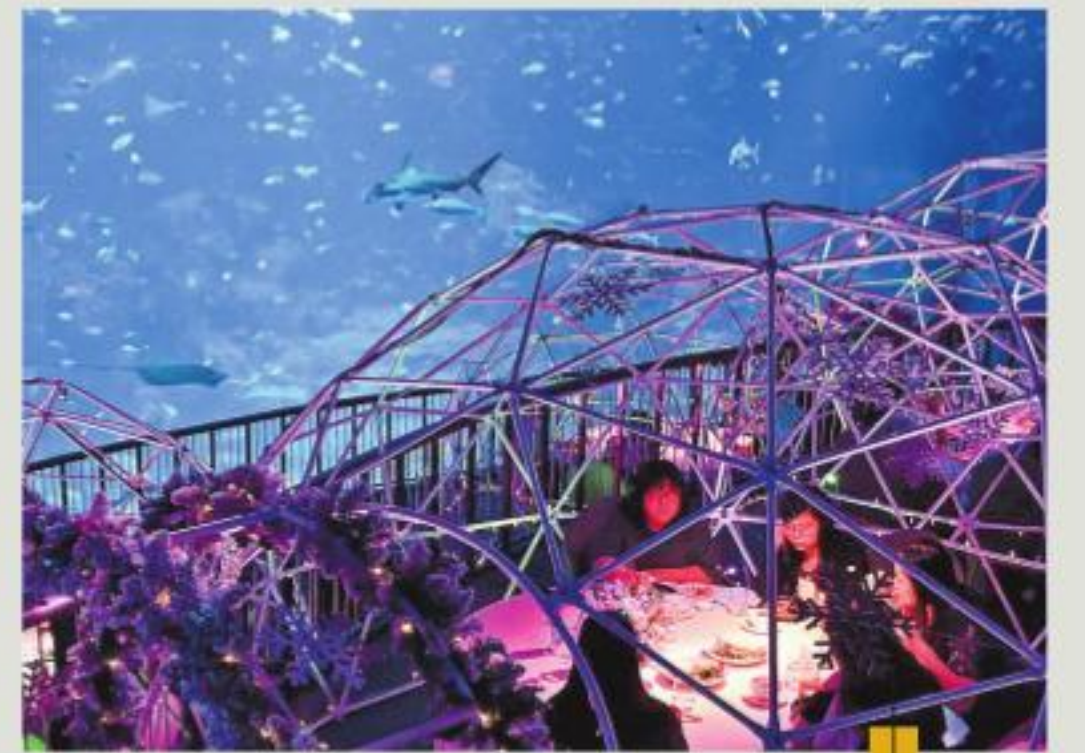
మహిళల నుంచి గిట్టుబాటు ధరకు సీతాఫలాలను కొనడం, వాటిని ఫుడ్ ప్రాసెసింగ్ ద్వారా విలువ ఆధారిత ఉత్పత్తులుగా మార్చడం సెర్చ్ సంస్థ

## 4వీక్స్ 4వ్యంక్



### సిడ్నీ ఓపెరాలలో...

'ఏ ప్రాక్టీ ఫర్ ఏ థాజెండ్ ఐస్' పేరుతో ఆస్ట్రేలియాలోని సిడ్నీ ఓపెరా హాజ్ లో ఓ నాటకాన్ని ఈమధ్యనే ప్రదర్శించారు. మహమ్మారి కొవిడ్ - 19 సమయంలో స్వర్ణ సాన్నిహిత్యం ఎలా ఉండాలన్నది ప్రధానాంశం. నేడు తెరల చాటునే స్వర్ణానుభూతిని చెందడం శ్రేయస్కరం అంటూ కళాకారులు అత్యద్భుత నటనతో వీక్షకులను ఆలోచింపజేశారు.



### చేపల తొట్టిలో విందు

సింగపూర్ లోని సాంతాసా ద్వీపంలో ఎన్నో అద్భుతాలు. ఇటీవల 'ఆక్వా గాస్ట్రోనమీ' పేరుతో ఇటీవల ఓ హోటల్ ని తెరిచారు. ఇదే ఆ దేశంలోని మొట్టమొదటి అండర్ వాటర్ రెస్టారెంట్. అంతేకాదు ఓ ఆక్వేరియం లోపల దీన్ని ఏర్పాటుచేయడం విశేషం. ఇగ్లూల మాదిరిగా పారదర్శకమైన గాజు గదులను రూపొందించి డైనింగ్ అనుభవాన్ని పంచుతున్నారు. ఎదురుగా, పైగా, కిందా అంతా లక్షల కొద్దీ సముద్ర జీవులు. వాటిని చూస్తూ విందారగించడం ఓ అద్భుతమైన అనుభూతి. ఓ ప్రయోగంగా ఆక్వా గాస్ట్రోనమీని తెరిచారు. వారంలోపే టికెట్లున్నీ అమ్ముడయ్యాయి. దాంతో కొత్త సంవత్సరం జనవరి వరకూ ఈ హోటల్ ని నడపాలని నిర్వాహకులు నిర్ణయించుకున్నారు.



### ప్రత్యేక రోబోలు

రానున్న కాలంలో రోబోలే అన్ని చోట్లా కనిపించబోతాయేమో. ఇప్పటికే కొవిడ్ పేషెంట్ల ఆలనా పాలనా కోసం కొన్ని దేశాల ఆస్పత్రులలో రోబోలను ఏర్పాటుచేశారు. ఈజిప్టు రాజధాని కైరోలో ఓ ఆస్పత్రిలోని దృశ్యం ఇది. కొవిడ్ పేషెంట్ ని రోబో పరీక్షిస్తోంది.



### చాకోలేట్ మంచూరియానా... ఏంటది?

మంచూరియా అంటే చాలా మందికి ఇష్టం. ఇక చాకోలేట్ అంటే చెవి కోసుకునే వాళ్లు ఎవరుండురు? కానీ చాకోలేట్ తో మంచూరియా చేస్తే తింటారా? ఇప్పుడదే ఇంటర్వెట్ లో హల్ చల్ చేస్తోంది. నెటిజన్లు తిట్ల దండకాన్ని అందుకుంటున్నారు. అసలేమైందంటే... ట్విట్టర్ లో ఒక మహిళ 'ఫెరారో రోచర్ మంచూరియా' అంటూ ఒక వంటకాన్ని పోస్టు చేసింది. బయటికి మంచూరియాలానే ఉన్నా... లోపల గుండ్రటి ఫెరారో రోచర్ సంస్థకి చెందిన చాక్లెట్లు ఉన్నాయట. ఈ పోస్టు వైరల్ గా మారింది. చాకోలేట్ తో మంచూరియానా ఛీ అంటూ పోస్టులు పెడుతున్నారు. మరికొందరైతే ఇంకాస్త ముందుకెళ్లి 'మ్యాగీ బీర్' 'బస్కెట్లు', బెండకాయముక్కల సాండ్ విచ్', 'బర్యానీ విత్ పీనట్ బటర్' ఇలా చిత్ర విచిత్ర ఫుడ్ కాంబినేషన్ తో ఫోటోలు పోస్టు చేస్తున్నారు. కొత్తగా ప్రయత్నించడం తప్పు లేదు కానీ చెత్త ప్రయోగాలు చేయద్దంటూ మరికొంతమంది పోస్టులు చేస్తున్నారు. మీరు మాత్రం ఇలాంటి ప్రయోగాలు చేయకండి.



# ఆ స్కామ్ షీరో సుచేతానే!

ఒక సూపర్ హిట్ సినిమా వస్తే దేశమంతా ఎలా ముచ్చటించుకుంటుందో... ఇప్పుడు ఓటీటీలో వస్తున్న 'స్కామ్ 92' వెబ్ సిరీస్ కూడా అంతే చర్చనీయాంశం అయ్యింది. ఈ ఏడాది వచ్చిన టాప్ 10 వెబ్ సిరీస్ లలో తొలిస్థానం కొట్టేసింది. ఆ రోజుల్లో హర్షద్ మెహతా స్కామ్ ను బయటపెట్టిన పాత్రికేయురాలు సుచేతాదలాల్ కథానాయకురాలు అయ్యారప్పుడు...

సుచేతాదలాల్... ముక్కునూటి మనిషి. తనకు తెలిసిన సత్యాన్ని పదిమంది వ్యతిరేకించినా రాజీపడని మొండిమటుం. అవసరం అయితే ఉద్యోగాన్ని అయినా వదులుకుంటుంది కానీ... యాజమాన్య ఒత్తిళ్లకు తలొగ్గదు. అంత గట్టి పట్టుదలకు కారణం... చిన్నప్పటి నుంచే జర్నలిస్టు కావాలనుకోవడం. సుచేతా దలాల్ ముంబయిలో పుట్టింది. ధార్వాడలో బీఎస్సీ స్టాటిస్టిక్స్ చేసింది. వ్యవస్థను ప్రశ్నించే తత్వం ఆమె సొంతం. న్యాయవిద్యలో ఆరితేరితే మరింత ధైర్యంగా నిలదీయవచ్చునుకుంది. బాంబే విశ్వవిద్యాలయంలో ఎల్ఎల్బీ చదువుకుంది. నైంటీస్ లో జర్నలిజంలో ఇప్పుడున్నన్ని అవకాశాలు లేవు. అందులోనూ మహిళా పాత్రికేయులు తక్కువే. ఏదో ఒక చిన్న పత్రికలో ఉద్యోగం వచ్చినా చాలు అనుకుని ఆఫీసుల చుట్టూ



**సుచేతాదలాల్ జర్నలిస్టుగా పనిచేస్తున్నప్పుడు ఆమె సహచరుడు దేబాషిస్ బసు ఎంతో సహాయపడ్డాడు. ఆ తరువాత పెళ్లి చేసుకున్నారు. ఇద్దరూ కలిసి 'ద స్కామ్ : హూ ఒన్, హూ లాస్ట్, హూ గాట్ అవ్' పుస్తకం రాశారు. హర్షద్ స్కామ్ పై రాసిన ఈ పుస్తకం అప్పట్లో సంచలనం సృష్టించింది. దీని ఆధారంగానే స్కామ్ 92 వెబ్ సిరీస్ ను తీశాడు హన్సాల్ మెహతా. హర్షద్ మెహతా పాత్రలో ప్రతీకంగాంభి, జర్నలిస్టు సుచేతా పాత్రలో శ్రేయ ధన్వంతరి అద్భుతంగా నటించారు.**

తిరిగింది. 'పార్క్ ల్యాండ్ ఇండియా' అనే మ్యాగజైన్ లో అడుగుపెట్టిందామె. అదే తొలి ఉద్యోగం. 1990లో బొంబాయిలోని టైమ్స్ ఆఫ్ ఇండియాలో బిజినెస్ రిపోర్టర్ గా అవకాశం వచ్చింది. **దేశంలోనే పెద్ద స్కామ్..** అప్పటికికా స్టాక్ మార్కెట్ మధ్యతరగతి ప్రజలకు పెద్దగా తెలియదు. పరిమిత సంఖ్యలోనే షేర్లు కొనేవాళ్లు. అందులోనూ గుజరాతీలు ఎక్కువ. హర్షద్

మెహతా కూడా ఒక స్టాక్ బ్రోకర్. ఇన్వెస్టర్లకు అతనొక హీరో. షేర్లను తారాజువ్వల్లా పైకి ఎగరేయాలన్నా... పాతాళానికి పడేయాలన్నా అతని దగ్గర మంత్రదండమేదో ఉండేది. బ్యాంకులను బురిడీ కొట్టింది... ఆ డబ్బుతో షేర్ మార్కెట్ ను చెడుగుడు ఆడేవాడు. అతని ఇన్వెస్టర్లకు లాభాల పంట పండేది. ఇదంతా అర్థం కావడానికి ఏళ్లు పట్టింది. అంతలోపే జరగరాని నష్టం జరిగింది. ఆ రోజుల్లోనే హర్షద్ కుంభకోణం విలువ రూ. 500 కోట్లు. అంటే ఇప్పటి విలువతో పోలిస్తే.. 24 వేల కోట్లు. ఇటీవలే జరిగిన నీరవ్ మోడీ (రూ.11,400 కోట్లు), విజయ్ మాల్వా (రూ.9,000 కోట్లు)లు చేసిన రెండు స్కామ్ లకు సమానం అన్నమాట.

**లగ్జరీ కార్లతోనే ఆలోచన..** హర్షద్ మెహతా ఏదో స్కామ్ చేస్తున్నాడని సుచేత బుర్రను తొలిచేది. తోటి పాత్రికేయులకు చెప్పినా లైట్ తీసుకో అనేవాళ్లు. "నాకు తొలిసారి సందేహం ఎప్పుడొచ్చిందో తెలుసా? ఆ రోజుల్లో హర్షద్ కు బాంబేలో 15 వేల చదరపు అడుగుల ఇల్లు, లెక్సస్ స్టార్లైట్, టాయోటా కొరోలా, టాయోటా సెరా కార్లు ఉండేవి. 1990లో కోటీశ్వరులు కూడా కొనలేని కార్లు అవి. ఇతనొక చిన్న స్టాక్ బ్రోకర్. మరి ఇతనికెలా సాధ్యం అయ్యిందన్న కుతూహలం కలిగింది. దాంతో బ్యాంకులను ఆరా తీశాను. ఉద్యోగులతో కూపీలాగడం మొదలుపెట్టాను. తవ్వకం పోతే విస్తుపోయే నిజాలు బయటపడ్డాయి. టైమ్స్ ఆఫ్ ఇండియాలో ఒక్కో కథనాన్ని రాస్తూ వచ్చాను.." అంటూ ఆమె ఒక సందర్భంలో గుర్తు చేసుకున్నారు. 1992లో సుచేతా రాసిన పరిశోధనాత్మక కథనాలు మనీమార్కెట్ డొలత్ నాన్నీ, బ్యాంకుల్లోని లోసుగుల్నీ ఎత్తిచూపాయి. ఒక్కసారిగా స్టాక్ మార్కెట్ కుప్పకూలింది. కోట్ల సంపద ఆవిరింది. రిజర్వు బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా రంగంలోకి దిగి జానకీరామన్ కమిటీ వేసింది. అప్పటికి అధికారికంగా రూ.4025 కోట్ల స్కామ్ జరిగినట్లు తేల్చింది. ప్రభుత్వం షేర్ల క్రయవిక్రయాలను తాత్కాలికంగా నిలిపివేసింది. దాంతో అనేకమంది స్టాక్ బ్రోకర్లు నష్టపోయారు. కొందరైతే ఆత్మహత్యలు కూడా చేసుకున్నారు. ప్రతిపక్షం అప్పటి ఆర్థికమంత్రి మన్మోహన్ సింగ్ ను రాజీనామా చేయమని డిమాండ్ చేసింది. సింగ్ రాజీనామా చేసేందుకు పూనుకున్నాడు.



**దేశంలోనే మదర్ ఆఫ్ స్కామ్ లాంటిది హర్షద్ స్కామ్. మనీ మార్కెట్ లో జరిగే అవినీతిని బహిర్గతం చేసింది. ఈ వ్యవస్థలోని లోసుగులతో.. బ్యాంకుల నుంచి కార్పొరేట్ సంస్థలకు, అటు నుంచి ఈక్విటీ మార్కెట్ కు నిధులు బదిలీ అవుతుంటాయి. అప్పట్లో ప్రజలు బ్యాంకుల్లో దాచుకున్న కోట్లాది డబ్బును బ్రోకర్స్ దుర్వినియోగం చేశారు. అందరికీ తెలిసి జరిగిన వ్యవహారమే ఇది. - సుచేతాదలాల్, ప్రముఖ పాత్రికేయురాలు**



హర్షద్ స్కామ్ బయటపెట్టిన సుచేతాదలాల్.. 'స్కామ్ 92'లో ఆమె పాత్రను పోషించిన శ్రేయ ధన్వంతరి... (ఎడమవైపు)

అయితే నాటి ప్రధాని పీవీ వారించారు. ఏ పత్రిక తిరగేసినా హర్షద్ స్కామ్ తాలూకు వార్తలే!.

**ఒక్క డెబ్బతో కూల్చేసింది..** సుచేతా మాత్రం అంతటితో ఊరుకోలేదు. బ్యాంకుల మీద సైతం కథనాలను రాస్తూనే ఉంది. హర్షద్ తో లాలూచీపడిన బ్యాంకర్లు సెక్యూరిటీస్ లేకుండా బ్యాంకెరిసిస్ట్ (బీఆర్)లు ఇవ్వడం, లెడ్జర్లను సరిగా నమోదు చేయకపోవడం ఒక చీకటికోణం అయితే... స్టాక్ మార్కెట్ లో ఇల్లీగల్ ఓపెనింగ్ ట్రేడింగ్ సిస్టమ్ (ఇడెక్ ఆరోపణ) అనేది మరొక దారుణం. సుచేతా బయటపెట్టిన హర్షద్ స్కామ్ తో అటు బ్యాంకర్లు, ఇటు బాంబే స్టాక్ ఎక్స్ఛేంజ్ ఉన్నతోద్యోగుల పదవులు ఊడాయి. హర్షద్ మెహతాపై 72 క్రిమినల్ కేసులు, 600 క్రిమినల్ యాక్ట్స్ సూట్స్ నమోదయ్యాయి. మూన్నెళ్లు జైలుకెళ్లి మళ్లీ బెయిలు మీద బయటికి వచ్చాడు. కొన్నాళ్ల తరువాత హర్షద్ పై ఐటీ కేసులు నమోదయ్యాయి. అతను కట్టుకున్న అవినీతి సామ్రాజ్యాన్ని పేకమేడల్లా కూల్చిన సుచేత ఒకసారి నేరుగా హర్షద్ ఇంటకేవెళ్లి ఇంటర్వ్యూ కూడా చేసింది. అతన్ని ముఖం మీదే కడిగిపారేసింది. హర్షద్ కు 1999లో బాంబే హైకోర్టు ఐదేళ్లు జైలు శిక్ష వేసింది. 48 ఏళ్ల వయసులో అతను థానే జైలులోనే కార్షియాక్ అరెస్ట్ తో చనిపోయాడు.

**నైంటీస్ లో మనీమార్కెట్ లో ఆ స్కామ్ లో అవినీతి జరుగుతుందన్న అవగాహనే అవరికీ లేదు. సుచేతా వెలికితీసిన హర్షద్ స్కామ్ తరువాత.. బ్యాంకులు, స్టాక్ మార్కెట్, ఆర్ బిఐ, సెబీ, బ్రోకింగ్, ట్రేడింగ్ లలో అనేక సంస్కరణలు వచ్చాయి. సుచేత కేవలం హర్షద్ స్కామ్ ను మాత్రమే కాదు. ఎస్టాన్ స్కామ్, ఇండస్ట్రియల్ డెవలప్ మెంట్ స్కామ్, కేతన్ ఫర్రేఖ్ స్కామ్ లను సైతం బయటపెట్టింది.**

**అప్పట్లో - నేషనల్ స్టాక్ ఎక్స్ఛేంజ్ ట్రేడింగ్ వ్యవస్థలో లోపాలున్నాయంటూ ఎన్నో కథనాలు రాసింది సుచేతాదలాల్. కొందరు బ్రోకర్స్ కే హై ప్రీక్వెన్సీ ట్రేడింగ్ సదుపాయం ఉందన్నది ఆమె ఆరోపణ. ఇది పూర్తిగా సత్యదూరమంటూ సుచేతాపై వందకోట్ల రూపాయలకు పరువునష్టం దావా వేసింది ఎస్ఎస్ఈ. కొంతకాలం కేసు నడిచాక బాంబే హైకోర్టు తీర్పు సుచేతకు ఊరటనిచ్చింది. 2017లో ఎస్ఎస్ఈ కేసును ఉపసంహరించుకుంది.**

బిజినెస్ జర్నలిస్ట్ గా ఇరవై ఏళ్లు చేసిన సుచేతా టైమ్స్ కు ఫైనాన్సియల్ ఎడిటర్ గా, ఇండియన్ ఎక్స్ ప్రెస్ గ్రూప్ కు కన్సల్టింగ్ ఎడిటర్ గా చేశారు. ఆమెను పద్యశ్రీతో పాటు చమేలీదేవి అవార్డు కూడా వరించింది. అన్ని స్కామ్ లను వెలికితీసిన ఆమె రిటైర్ అయ్యాక.. నేటి మీడియాను ఉద్దేశించి ఆలోచించాల్సిన ఒక మాట అన్నారు.. "ఈ రోజుల్లో ఏ వార్త అయినా సరే మార్కెటింగ్, అడ్వర్టైజ్ మెంట్ ల కోణంలో పరిశీలించే వరకు ప్రచురితం కాదు.." అని. లక్ష మంది హర్షద్ లను మించిన ప్రపంచీకరణ అనే అదృశ్యశక్తి ఇప్పుడు మీడియా నెత్తిన కూర్చుంది అన్నది ఆమె అభిప్రాయమేమో!. పాత్రికేయ వృత్తికి గౌరవాన్ని పెంచిన సుచేతా... అందరికీ షీరో. ✿

## ఫేస్ ఆర్ట్ ...

కాదేదీ కళకి అనర్థం. ఇదిగో... ఇది కూడా ఒక కళే. దీన్నే 'ఫుడ్ ఫేస్ ఆర్ట్' అంటారు. ముఖాకృతి ముందే అచ్చేసి ఉన్న ఓ ఫ్లేటును కొనుక్కుని దానిపై తినే పదార్థాలతో రకరకాలుగా ముఖాలను సృష్టించడం. రెండు జడల పాపలా, ఉంగరాల జుట్టున్న అందగత్తెలా, గుబురు మీసాల ముసలివాడిలా... ఇలా వైవిధ్యంగా చేసిన ఫేస్ ఆర్ట్ ఫోటోలు ఇవన్నీ.