



మహిళలు

దారి దివ్వెలు

మహిళ సుఖదుఃఖాలను తనలో దాచుకుంటుంది. సుఖాన్ని మాత్రం అందరికీ పంచుతుంది. కాని కష్టాలను మాత్రం తనలోనే కలిగించుకుంటుంది. సంవత్సరానికి ఒకసారి వచ్చే మార్చి-8వ తేదీన అందరికీ మహిళలు గుర్తిస్తారు. మహిళా దినోత్సవ సంబరాలను అందరూ అంబరాన్ని తాకేలా చేస్తారు. ప్రపంచం ఎంత సాంకేతికంగా అభివృద్ధి చెందినా, చేతిలోనే ప్రపంచం అంతా ఇమిడి ఉన్నా మహిళల సమస్యలలో మాత్రం మార్పు లేదు. ఉన్నతస్థాయి నుంచి దిగువస్థాయి మహిళల వరకు ఏవో సమస్యలతో బాధపడుతూనే ఉన్నారు. సాంకేతికత కూడా మహిళకు కొత్త కష్టాలు తెచ్చిపెట్టింది. కొంతమంది మహిళలు సాంకేతిక పరిజ్ఞానం అర్థంకాక చిక్కుల్లో చిక్కుకుంటున్నారు.

- యోగిత

మహిళ తల్లిగా, చెల్లిగా, భార్యగా ఇలా వివిధ పాత్రలను నిర్వహిస్తుంది. ఎన్ని సమస్యలున్నా పైకి మాత్రం గుంభనంగానే ఉంటుంది. అందరి బాధలను పంచుకుంటుంది. కుటుంబమే తన సర్వస్వమనుకుంటుంది. ఏమైనా సమస్యలు వచ్చినప్పుడు కుటుంబాన్ని గాడిలో పెట్టటానికి ప్రయత్నిస్తుంది. ఉద్యోగ విధులతో పాటు కుటుంబ బాధ్యతలను నిర్వహిస్తూ అందరితో సంయమనంగానే

వ్యవహరిస్తుంది. ఏదైనా సమస్య వచ్చినప్పుడు పరిష్కరించాలంటే ఎంతో ఓర్పు, సహనం అవసరం అని అంటారు. అవి మహిళలకు ఎక్కువనే చెప్పాలి. అందుకేనేమో మహిళలను భూదేవితో పోలుస్తారు. తన ఆరోగ్యాన్ని సైతం లెక్కచేయకుండా కుటుంబ భవిష్యత్ కోసం కృషి చేస్తుంది. కొంచెం ప్రేమగా, ఆత్మీయంగా మాట్లాడితే చాలు అందరూ తనవాళ్లే అనుకుంటుంది.

ఏదైనా సమస్య వచ్చినప్పుడు పురుషుడు మేధస్సుతో పరిష్కారం వెదుకుతాడు. కానీ స్త్రీ హృదయంతో వాటిని పరిష్కరిస్తుంది.

అందుకేనే ప్రపంచ భవిష్యత్తు తండ్రి మేధస్సు కన్నా తల్లి హృదయంలో భద్రంగా ఉంటుందని ఒక మహిళామణి మహిళల గురించి విశ్వవేదికపై పేర్కొన్నది. శైశవ దశ మొదలు మరణ పర్యంతం మనిషి ఇతరుల తోడు కొరుకుంటాడు. కొత్త వ్యక్తులు, కొత్త పరిసరాలు, భర్తతో ఏదైనా మనసు విప్పి చెప్పుకోవచ్చునో లేదో తెలియని అయోమ యావస్థలో స్త్రీ



ఆదివారం
అనుబంధం2 | 07 ఆదివారం,
మార్చి 2021ప్రకృతి సహజ
బిందువులు

అమ్మ సంతోషంగా ఉంటే
కుటుంబమే సంతోషంగా ఉంటుంది
అమ్మాయిలు ఆనందంగా ఉంటే
సమాజమే ఆనందంగా ఉంటుంది
అందుకే మహిళలు
ప్రకృతి సహజ బిందువులు

దేశాన్ని మోస్తున్న బిడ్డలు
ఈ సహజ బిందువులే
వేదాలు ఆనాడు
చదువుకోవడానికి హక్కు లేదంటే
వేద ప్రకారమే
నడుచుకోవాలనేది
మాకు అనవసరం అంటున్నాయి
నేటి సహజ బిందువులు

పరువుకి ప్రతిష్ఠకి
మార్కెట్ కు మతానికి
కులానికి మాగోడికి
బలిపోతున్నది ఈ సహజ బిందువులే

అందుకే
కుళ్లిపోతున్న సమాజాన్ని
సమాధి అవుతున్న మానవత్వాన్ని
సమూలంగా మార్చాలని
నినదిస్తున్నదిజి
దేశాన్ని ఆగం జేసి
వ్యవసాయ చట్టాలను
తుంచివేయాలని
రైతన్నకు బాసటగా
గొంతెత్తుతున్నది పోరాడుతున్నది
ఈ సహజ బిందువులే
సామాజిక సమానత్వం
సాధించినపుడే
అసలు సినలైన మహిళా దినోత్సవం

డా. మార్క్ శంకర్ నారాయణ
9908416664

మానసికంగా ఒంటరితనాన్ని అనుభవిస్తుంది.
ఒంటరితనం అన్ని సందర్భాలలో మంచిదికాదు.
కుటుంబం, సన్నిహితులు ఒంటరిగా బాధపడే మహిళలకు
ఆ సమస్య నుంచి బయటకు వచ్చేలా చేయాలి. ఈ సమస్య
తీవ్రమైతే మానసిక కుంగుబాటుకు దారితీస్తుంది. దాని
ఫలితంగా స్త్రీలలో హార్వెస్ట్ అసమతుల్యత ఏర్పడుతుంది.
అనారోగ్య సమస్యలు కమ్ముకొస్తాయి.

కుటుంబ భారాన్ని పంచుకోవటానికి, అలాగే
ఎన్నో కారణాలతో ఉద్యోగినులవుతున్న మహిళలు ఇటు
కుటుంబ బాధ్యతలతోను, అటు ఉద్యోగ భారంతోను
నలిగిపోతున్నారు. గడియారపు ముల్లుతో బాటుగా వారి
దినచర్య పరుగులు పెడుతుంది. కొంతమంది ఉద్యోగినులకి
ఇంటిలో మగవారి సహాయం ఉండదు. కొన్ని
కుటుంబాలలో కొంతమంది ఉన్నత వ్యక్తిత్వమున్న
పురుషులు మాత్రం వారికి సహకారం అందిస్తారు. ఇది
చాలా అరుదుగా కనబడుతుంది. అనాదిగా మనది
పురుషాధిక్య సమాజం. కొన్ని కుటుంబాలలో స్త్రీల నుంచి
కూడ సహకారం లభించదు. అందుకేనేమో స్త్రీకి స్త్రీయే
శత్రువు అంటారు. మహిళలను వేధించే వారిలో అత్త,
ఆడబడుచులు స్త్రీలే కదా! ఇంటా బయటా అందరి
దాడులను ఎదుర్కొంటూ దేన్నీ పట్టించుకోకుండా తన పని
తాను చేసుకునిపోయే ఉద్యోగిని నిజంగా సహనంలో
భూదేవియే. స్త్రీలందరూ విద్యావంతులైననాడు వారి
సంకుచిత ధోరణులు సమసిపోతాయి. ప్రస్తుతం అన్ని
దేశాల్లో జరుగుతున్న మహిళా దినోత్సవం రూపుదాల్చటానికి
కారణం జర్మనీకి చెందిన క్లారాజెట్టిన్.

“యత్ర నార్యస్త హజ్జతే రమంతే తత్రా
దేవతాః” అని ఎచట స్త్రీలు గౌరవింపబడుదురో అచట
దేవతలు సంచరిస్తారు అని స్త్రీల గౌరవాన్ని చాటారు. “
కార్యేషు దాసీ, కరణేషు మంత్రి, భోజ్యేషు మాతా, రూపేచ
లక్ష్మీ, శయనేషు రంభా, క్షమయా ధరిత్రీ, పట్నర్మయుక్తా
కుల ధర్మపత్ని”. అని మహిళ యొక్క విద్యుక్త ధర్మం
ఆనాడు నిర్దేశించబడింది. గృహకార్య విషయాలలో
దానివలెను, సంప్రదింపులు, సలహాల నిచ్చునపుడు మంత్రి
వలెను, భోజన విషయమున తల్లి వలెను, పడకగది యందు
రంభవలెను, సహనమునందు భూదేవి వలెను, రూపము
నందు లక్ష్మీదేవి వలెను మహిళలు అంతటి సామర్థ్యాన్ని
కలిగి ఉంటారు.

పద్దెనిమిదవ శతాబ్దారంభం వరకు మహిళలకు
పరదా పద్ధతి ఉండేది. ఉన్నత కుటుంబాలకు చెందిన స్త్రీలు
పరదా ధరించేవారిని ఒక విదేశీ రాముబారి పేర్కొన్నాడు.
సతీసహగమనం, బాల్య వివాహాలు, కన్యాశుల్కం వంటి
సాంఘిక దురాచారాలతో మహిళల జీవితం
దుర్భరమైపోయింది. రాజరామమోహన్ రాయలు, గురజాడ,



కందుకూరి మొదలైన సంఘసంస్కర్తలు స్త్రీల జీవితాల్లో
వెలుగులు నింపాలని కొన్ని సంస్కరణలు చేపట్టారు. ఈ
సంస్కరణలు మహిళల జీవితాల్లో కొత్త ఊపిరి పోశాయి.
“ముదితల్ నేర్వగరాని విద్యగలదే ముద్దార నేర్పించినన్”
అన్న వాక్యాన్ని నిజం చేస్తున్నారు. మహిళలు పురుషులతో
కలిసి పనిచేయటం ప్రారంభించారు. శారీరకంగా స్త్రీలు
అబలలు కావున అన్నిపనులు చేయలేరు అనుకున్నారు.
దాన్ని సవాల్ చేస్తూ నేడు అన్ని రంగాలలో మహిళలు
దూసుకెళ్తున్నారు. విమానాల వంటి భారీ వాహనాలు
నడపటం, యుద్ధరంగంలో పనిచేయటం, అంతరిక్షయానం
, శాస్త్రవేత్తలుగా ఇలా అన్ని రంగాలలో తమ
శక్తియుక్తులను, నైపుణ్యాన్ని ప్రదర్శిస్తున్నారు. ప్రపంచాన్ని
తన వైపుకు తిప్పుకుంటున్నారు. అయితే ఇది నాణేనికి ఒక
వైపు మాత్రమే కనిపిస్తుంది. దేశ జనాభాలో సగభాగం
మహిళలే. అయితే వీరిలో ఆర్థిక స్వాతంత్ర్యం
కలవారెందరున్నారో ఆలోచించాలి. కొన్ని కుటుంబాలలో
ఆర్థిక విషయాలను తనతో సమంగా పనిచేసే భార్యలకు
కూడ తెలియనివ్వరు.

అదేమంటే మీకు ఎందుకు మేముండగా అనేసే
మహాసభావులున్నారు. గతం ఎంతో ఘనం,
వర్తమానంలో తమ పురోగమనం గురించి గర్వపడే
మహిళాలోకం సిగ్గుతో తలవంచుకోవలసి వస్తుంది. నేడు
మహిళలు నిరాశా, నిస్పృహలతో చేతులు ముడుచుకుని
కూర్చోరాదు. ఎవరో వచ్చి తమ కష్టాలు తీరుస్తారని,
మేలు చేస్తారని ఆశించకూడదు. “నీ చేయి తప్పు నీ
కన్నీరు తుడవగల సాధనం వేరొకటి లేదు” అనే
రవీంద్రనాథ ఠాగూరు చెప్పిన విషయాన్ని ప్రతి మహిళ
గుర్తుంచుకోవాలి.

ప్రపంచం ఎంతగా అభివృద్ధి చెందినా
మహిళల పట్ల వివక్షత ఇంకా కొనసాగుతూనే ఉంది.

ఇటీవల మహిళలపై జరుగుతున్న దాడులను చూస్తే
ఆందోళన కలుగుతుంది. తమ హక్కుల కోసం గళం
విప్పిన మహిళలను కాలరాస్తున్నారు. కుటుంబం అనే
సంకుచిత పరిధి నుంచి మహిళ బయటకు రావాలి.
విశ్వశ్రేయస్సు కోసం నేటి మహిళ దీక్ష పూనాలి.
చెక్కుచెదరని ఆత్మవిశ్వాసంతో, మొక్కువోని ధైర్యంతో,
నిర్విరామ కృషితో మహిళ తన హక్కులను సాధించుకోవాలి.
తన స్థానాన్ని పదిలపరుచుకోవాలి. అలకలు, సాధింపులు,
దెప్పిబాడుపులు వ్యతిరేక ఫలితాలనిస్తాయి. చిరునవ్వు తన
ఆత్మంత శక్తిమంతమైన ఆయుధంగా తన పోరాటాన్ని
సాగించాలి. ప్రతి మహిళ మరో మహిళకు ప్రాణవాయువు
కావాలి. మహిళలు మాతృత్వపు మమకారం, సేవాభావం,
దయార్థమైన మనసు, చిరునవ్వుతో ఎంతటి భారాన్నయినా
సహించే ధీరగణం కలిగి ఉంటారు. మహిళలను ఆరోగ్య
సమస్యలు కూడ చుట్టుముడుతున్నాయి. కుటుంబాల
శ్రేయస్సు కోసం పాటుపడే మహిళలు తమ ఆరోగ్యాలపై
శ్రద్ధ వహించరు. సంతృప్తరానికి ఒకసారి వారు
ఆరోగ్యపరీక్షలు చేయించుకోవాలి. సరైన పోషకాహారం
తీసుకోవాలి. చాలామంది మహిళలు కుటుంబం అంతా
భోజనం చేసిన తరువాత ఉన్నదాంతో సరిపెట్టుకుంటారు.
ఇది సరైనది కాదు. గతంతో పోల్చుకుంటే మహిళల
పరిస్థితిలో కొంత పురోగమనం కనపడుతుంది.
కుటుంబం, సన్నిహితుల ప్రోత్సాహం ఉంటే మరిన్ని
విజయాలు సాధిస్తుంది. అలాంటి వాతావరణం కల్పించాలి.
ప్రతి మహిళ శక్తిసామర్థ్యాలకు చిరునామాగా ఉంటుంది.
రుద్రమదేవి, రూపీలక్ష్మిబాయి, సరోజినీనాయుడు,
మదర్ థెరిసా వంటి మహిళామణులకు వారసురాలు
కావాలి. వారు చూపిన మార్గంలో మహిళలు పయనించాలి.
ప్రతి మహిళ ఆ మార్గంలో పయనిస్తూ కష్టాల చీకటిలో
చింతించే తోటి మహిళలకు దారిచూపే దివ్యులు కావాలి.

చీకటిని మింగిన వెలుగు!

అమె నవ్వే కాదు నడక నడక
కూడా వెలుగే
వెలుగులు పంచుతూ వంచుతూ
అమె పోతూంటే
ఏ వెలుగుకీ కరగని చిమ్మ
చీకట్లు రేయనక పగలనక
అమెను చుట్టుముట్టి అఘోరాలలా
ఎర్ర కళ్ళేసుకుని చూస్తుంటాయి..
అమ్మతనంతో బొమ్మలాట ఆడు
కోవాలని.. అమె వెలుగుని తమ
చిమ్మ చీకట్లలో కలిపేసుకోవాలని
ఉవ్విళ్ళూరుతుంటాయి!
ఆ చీకట్లు తరతరాలుగా..
మిరుమిట్లు గొలిపే వెలుగునంతా
మింగేసి మీసాలు మేలేసిన
గబ్బుకంపు కొట్టే చీకటి
సామ్రాజ్యానికి ఆధునిక వారసులు..

అమె స్వేచ్ఛా రెక్కలు తొడుక్కుని
తూనీగలానో సీతాకోక చిలుకలానో
బతుకువనంలో మరిమకాలు
జల్లుకుంటూ సాగిపోతూంటే
ముళ్లపాదల్లా మాటేసి ఆ రెక్కలు
విరిచేసి ఆ వెలుగును లాగేసి చీకట్లో
పడేస్తాయి..వెలుగుని ఆర్ద్రేయడం
ఓ బాధ్యతగా భావిస్తాయా చీకటి
గుహలు!
కానీ చీకటి శాశ్వతం కాదు కదా..
దానికి ఏదో ఓ నాటికి వెలుగే
కావాలి! రేపు అంటే వెలుగే కదా!
అందుకే అమె పంచే వెలుగుకే
రేపటి స్వచ్ఛత ఎక్కువ!!
(నేడు ప్రపంచ మహిళా దినోత్సవం..)

భీమవరపు పురుషోత్తం
9949800253





స్మార్ట్ ఫోన్స్ చేతికి వచ్చాక మనిషి జీవితం పూర్తిగా మారిపోయింది. ప్రతి పనిని సెకండ్ల వ్యవధిలో వేళ్లపైనే పూర్తి చేసేస్తున్నాం. అమ్మడం, కొనడం, చూడడం, మాట్లాడడం ఇలా ఒకటేమిటి, సమస్తం స్మార్ట్ ఫోన్ ద్వారానే అయిపోతున్నాయి. మొదట్లో మాట్లాడడానికి మాత్రమే ఉపయోగపడిన ఫోన్, ఇప్పుడు చేతిలో పట్టే మిని కంప్యూటర్లా మారిపోయింది. ఒకప్పుడు ఫోన్ ఇంట్లో ఉండేది కాబట్టి మనం బయటకు వస్తే ప్రశాంతంగా ఉండేవారం. కానీ ఇప్పుడు ఎవరూ లేకున్నా చేతిలో స్మార్ట్ ఫోన్ ఉంటే చాలు అనే పరిస్థితికి వచ్చింది. ఈ స్మార్ట్ ఫోన్తో ఎన్నో అద్భుతాలు చేయవచ్చు. కానీ ప్రస్తుతం విద్యార్థులు దీన్ని కేవలం వీడియో గేమ్స్ అడుకునేందుకు, సినిమాలు చూసేందుకు, సోషల్ మీడియాలో చాట్ చేసేందుకు మాత్రమే ఉపయోగిస్తున్నారు.

మనం కొంచెం స్మార్ట్గా అలోచిస్తే స్మార్ట్ ఫోన్ను చదువులో మంచి మార్కులు తెచ్చుకునేందుకు, సజ్జెక్ట్ పై పట్టు సాధించేందుకు కూడా ఉపయోగించుకోవచ్చు. స్మార్ట్ ఫోన్ను ఎలా వాడి విద్యార్థులు, పెద్దలు ప్రయోజనం పొందవచ్చునో, అట్లే ఎలా వాడకూడదో అన్న విషయాన్ని తెలుసుకోవలసిన అవసరం ఉంది.

స్మార్ట్ఫోన్లో చాలా అప్లెస్ ఉంటాయి. వీటిని సరిగా వినియోగించుకుంటే చాలా జ్ఞానాన్ని పొందవచ్చు. ముఖ్యమైన అంశాలను నోట్స్గా రాసుకునేందుకు నోట్ పాడ్ ఉపయోగించవచ్చు. ముఖ్యమైన చిత్రాలను, దాక్యుమెంట్లను మొబైల్లో దాచడం వల్ల అవసరమైనప్పుడు చదువుకోవచ్చు. వాయిస్ రికార్డుల ద్వారా కూడా మీరు చదివిన దానిని మళ్ళీ గుర్తు చేసుకోవచ్చు. లేదా ముఖ్య అంశాలను మరోమారు వినడానికి ఉపయోగించుకోవచ్చు. మాతృభాషతో పాటు, హిందీ, ఇంగ్లీష్ భాషలు చాలామందికి వచ్చు. కానీ ఉత్సాహవంతులు మొబైల్ ద్వారా చైనీస్, ఫ్రెంచ్, జర్మన్ లాంటి ఎన్నో అంతర్జాతీయ భాషలను నేర్చుకోవచ్చు. దీని ద్వారా మీకు జ్ఞానంతో పాటు ఇతర భాషల పట్ల ఆసక్తి కలుగుతుంది. కొనకుండానే వందల సంఖ్యలో మీకు సచ్చిన పుస్తకాలను చదువవచ్చు. సాహిత్యం పట్ల అవగాహన పెంచుకుని ఉన్నతులుగా మారవచ్చు. మీరు పట్టుదలతో చదువుచున్న సందర్భంలో క్యాలెండర్ కూడా రూపొందించుకోవచ్చు. దాని ప్రకారం చదువుతూ ఉన్నత లక్ష్యాల చేరుకోవచ్చు. మీరు కూర్చున్నచోటే అన్ని రకాల, అన్ని భాషల దిన, వార, పక్ష, మాస పత్రాలు ఎప్పుడంటే అప్పుడు చదువుకోవచ్చు. ప్రస్తుతం జరుగుచున్న అంశాలను పరిశీలించి ఎప్పటికప్పుడు సమగ్ర సమాచారం తెలుసు కోవచ్చు. అందమైన ఫోటోలు దిగడానికి కెమెరాగా ఉపయోగించుకోవచ్చు. కొత్త ప్రదేశానికి వెళ్ళేటప్పుడు అడ్రస్ తెలుసు కోవచ్చు. మనం ఎక్కడ ఉన్నామో లొకేషన్ను తెలియచేసే దాని ఆధారంగా మనవారికి అడ్రస్ తెలియచేయవచ్చు. రాత్రివేళల్లో అత్యవసరానికి టార్నిలైట్ను కూడా ఉపయోగించు కోవచ్చు. ఉదయం లేవడానికి అలారమ్ కూడా ఏర్పాటు చేసు కోవచ్చు. ప్రత్యేక సందర్భంలో ఫోటోలతో కూడిన వీడియో తయారు చేసుకోవచ్చు. ఎప్పుడైనా కాలక్షేపం కోసం



స్మార్ట్ఫోన్ను

స్మార్ట్గా

వాడుకోవాలి

పాటలు వినవచ్చు మరియు వీడియోలు చూడవచ్చు. ఇప్పుడు కొన్ని అప్లికేషన్స్ ద్వారా నగదును మొబైల్ ఫోన్ నెంబర్ ద్వారా ఖాతాలోకి పంపే అవకాశం కూడా ఉంది. స్వజనాత్మకత పెంచుకోవడానికి, మీకుంటూ ఒక ప్రత్యేక హాబీ ఏర్పాటు చేసుకొనుటకు, దానికి సంబంధించిన పూర్తి సమాచారం మీ స్మార్ట్ ఫోన్ నుండి సేకరించవచ్చు. మీరు సినిమాకు వెళ్లాలంటే అక్కడ క్యూలో ఉండి, టికెట్స్ తీసుకోవలసిన అవసరం లేకుండా, మీ మొబైల్ ఫోన్ నుండి సినిమా టికెట్స్ బుక్ చేసుకోవచ్చు. అదే విధంగా బస్ టికెట్స్, రైలుటికెట్స్, దేవాలయాల్లో దర్శనం టికెట్స్కూడా ముందుగానే బుక్చేసుకొనే అవకాశం మీచేతిలోనే ఉంది. మహిళలు అల్లికలు, కుట్ల, పోతలు, రంగులద్దడం మొబైల్లో చూస్తూ నేర్చుకొని ఆర్థికంగా కూడా సంపాదించుకొనే అవకాశం ఉంది. ఒక ప్రాంత చరిత్ర లేదా ఒక వ్యక్తి చరిత్ర తెలుసుకోవాలంటే ఒక క్లిక్ తో మొబైల్లో వచ్చేలా సాంకేతికత అభివృద్ధి చెందింది.

ఈ మధ్య వెంటెరకు, బుల్లితెరకు పరిచయమైన వారు యూ ట్యూబ్ ఛానల్ ద్వారా పేరుగాంచిన వారే. వారు తమ స్వంత యూ ట్యూబ్ ద్వారా మొబైల్లో అభిమానులను సంపాదించుకుని లక్షల్లో రూపాయలు సంపాదించారు. మహిళలు తమకు వచ్చిన వంటలు, ప్రత్యేక అంశాలను కూడా ప్రపంచానికి తెలియచేస్తూ పేరుతో పాటు డబ్బు సంపాదించవచ్చు. మనకు ఏమి రాకున్నా మొబైల్ ద్వారా తెలుసుకొనే అవకాశం ఉంది. అలాగే మనకు తెలిసింది మొబైల్లో అప్లోడ్ చేయడం ద్వారా రూపాయలు సంపాదించవచ్చు. కానీ మీకుంటే తెలివైన సైబర్ మోసగాళ్ళు ఉంటారు జాగ్రత్తగా ఉండాలి. మీ బ్యాంక్ ఖాతా వివరాలు, పస్ లైన్ పాస్వర్డ్లు మాత్రం ఎవరితో పంచుకోవద్దు. తెలియని వారితో ఆన్లైన్లో స్నేహం చేయవద్దు. మీ వ్యక్తిగత సమాచారం ఎవరికి ఇవ్వకండి. మీరెంత జ్ఞానామైనా స్మార్ట్ ఫోన్తో సంపాదించవచ్చు, అయితే మీ ఆజ్ఞానం వల్ల నష్టాలు, కష్టాలు కూడా రావచ్చు. కాబట్టి జాగ్రత్త సుమా...

-రఘుపతిరావు గడప, 9963499282

పిల్లల్లో

పఠనాసక్తిని పెంచాలి

అమ్మమ్మలూ, తాతయ్యలూ పిల్లలకి కథలు చెప్పేరోజులు పోయి చాలా కాలమయ్యింది. ఆ స్థానంలో టీవీలు, వీడియోగేమ్లు వచ్చేశాయి. కానీ అలా కథలు చెప్పడమే మంచిదంటున్నారు పరిశోధకులు. పిల్లలు బడికివెళ్లడం ప్రారంభమయ్యాక 'బెడ్టైమ్' కథలు చదవడం కొనసాగించాలని, అలా కాని పక్షంలో నేర్చుకోవాలన్న ధ్యానం పిల్లల్లో పోతుందంటున్నారు.

పిల్లలను స్కూల్లో చేర్చేసాక ఇక టీచర్లే చూసుకుంటారని చాలామంది తల్లిదండ్రులు వట్టింపుకోరు. తల్లిదండ్రులు పుస్తకాలు చదువు తూంటే, పిల్లలకి ఆ అలవాటు వచ్చి తమ చదువులో మంచి ఫలితాలు సాధిస్తారని నేషనల్ లిటరరీ ట్రస్టు ఒక నివేదికలో పేర్కొంది. నిజానికి పిల్లలకి తల్లిదండ్రులు ఇచ్చే గొప్ప బహుమతి అదే. తల్లిదండ్రులు ఎంత పెద్దగా చదువుకున్నారు, ఎంత ధనవంతులు అనేదానికంటే పఠనంలో తల్లిదండ్రుల జోక్యం పిల్లలపై బాగా ప్రభావం చూపిస్తుంది అని ట్రస్టు నిర్వాహకులు అంటున్నారు. ఇంటిదగ్గర పఠనాన్ని ప్రోత్సహించడానికి ఈ ట్రస్టు ప్రచారం చేస్తుంది. అంతేకాదు ఇంట్లో పుస్తకాలు ఉంచుకొనడం- అంటే చిన్న గ్రంథాలయం ఏర్పాటు చేసుకోవడమే అవుతుంది. ఆ మాదిరిగా ఏర్పాటు చేసుకొనడం అనేది పఠనాసక్తిని పెంచుతుంది. ఇది ఆనందించదగిన కార్యకలాపం అని ఆలోచించేలా యువతీ యువకులను ప్రోత్సహిస్తుంది. సంతోషంకోసం చదివేవారు మంచి పఠనాసక్తి, శక్తి



కలిగివుంటారు. బాగా రాయగలిగి వుంటారు. మంచి జనరల్ నాలెడ్జి కలిగివుంటారు. పిల్లలు పాఠశాలల్లో చేరినంతమాత్రాన వారి పఠన అలవాట్లు విషయంలో జోక్యం చేసుకునే ప్రాధాన్యం తగ్గిపోవలసిన అవసరం లేదన్నది ఇక్కడ గుర్తించాలి.

పిల్లలు పైకి గట్టిగా చదవడం కూడా మంచిదేనంటున్నారని నిపుణులు. అలా చదవడంవల్ల స్కూల్లో చెప్పింది ఒంటబడుతుంది. వీరు చదివే మాటలను తల్లిదండ్రులు తప్పుగా ఉంటే సరిదిద్దవచ్చు. వివరించి చెప్పవచ్చు. కొన్ని సందర్భాల్లో స్కూల్లో టీచర్కన్నా కూడా తల్లిదండ్రులు బాగా చెప్పవచ్చు.

అయితే పిల్లల్లో పఠనాసక్తి తగ్గిపోతోందని ఒక నివేదిక హెచ్చరిక కూడా చేసింది. పుస్తకాలు చదవడం తమకు ఇష్టంలేదని 13 శాతం మంది పిల్లలు చెప్పారు.

11 ఏళ్ళ వయస్సులో పై క్లాసులతో సంబంధమున్నప్పటికీ ప్రాథమిక పాఠశాలలు పుస్తకాలపై ఖర్చును తగ్గిస్తున్నాయని కూడా పరిశోధకులు పేర్కొన్నారు. విద్యార్థులు స్వతంత్ర పఠనాసక్తిని ప్రోత్సహించడానికి చాలా కొద్దిమంది మాత్రమే అలోచిస్తున్నారని వారన్నారు. ఇంటర్నెట్లు, వీడియో గేమ్లు పఠనాన్ని దెబ్బ తీస్తున్నాయని వివరిస్తున్నారు.

ఎంతగొప్ప కాన్వెంట్లలో, ఎన్ని వేలుపోసి పిల్లల్ని చేర్చించినా, ఇంట్లో కాస్తేప్ప దగ్గర కూర్చోపెట్టుకుని వారిలో పఠనాసక్తి పెంచడం చాలా అవసరం అన్నది వేరే చెప్పాలి!

చిలగడదుంపల్లో పోషకవిలువలు

చిలగడదుంపల్ని తీపిదుంపలు అంటారు. గెనసుగడ్డ, ఆయగడ్డ అని కొన్ని ప్రాంతాల్లో పిలుస్తారు. వీటిని ఉడికించి తింటారు. కూరల్లోనూ వాడతారు. అయితే వీటిని తినడం వల్ల బరువు పెరుగుతారన్న కారణంతో చాలామంది వీటిని తినడం మానేస్తున్నారు. కానీ వీటిలో మంచి పోషకవిలువలు ఉన్నాయంటున్నారు పోషకాహార నిపుణులు. వీటిలో విటమిన్-ఎ, సి, బి-6, నియాసిన్, పొటాషియం, మాంగనీస్, పాంటోథెనిక్ ఆమ్లం, కాపర్ వంటి పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. వీటిలో పుష్కలంగా ఉండే పీచూ, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు జీర్ణాశయంలో ఆరోగ్యకరమైన బ్యాక్టీరియా పెరిగేలా చేస్తాయి. తద్వారా పేగుక్యాన్సర్ రాకుండా కాపాడతాయని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. ఇందులోని ఆంథోసెనిన్లు జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుతాయి. వృద్ధాప్యంలో వచ్చే మతిమరపునీ తగ్గిస్తాయని హార్వర్డ్ పరిశోధకులు చెబుతున్నారు. నారింజరంగు చిలగడదుంపల్లోని విటమిన్-ఎ కంటే ఆరోగ్యానికి తోడ్పడుతుంది. రోగనిరోధకశక్తిని పెంచుతుంది. వీటిని ఆహారంలో భాగంగా చేసుకుంటే రక్తపోటు, చక్కెరవ్యాధి నియంత్రణలో ఉంటాయని చెబుతున్నారు.



నీ వెంట
నేనున్నానంటూ...-అడిగోపుల వెంకటరత్నమ్
సెల్: 9848252946

భూతకాలం నిజం
భవిష్యత్తు నమ్మకం
మనిషి నిజం
మనిషి చుట్టూ పంచభూతాల నమ్మకం!
భూగోళానికి సరిపడే
నీటిని కూడగట్టి
నిరుపయోగంగా ఉన్నాననే
బాధను కడిగేస్తూ
సూర్యుడు వీక్షణ తీక్షణాగ్నితో
తన్ను ఆవిరిచేసి ఆకాశానికి
పంపుతాడని అంబుద్ది నమ్మకం!
ఆవిరి మేఘంగా మారి
తన ఆశ్రయం కోరుతుందని
భూమి బిడ్డలకు తన వాగ్దానం నెరవేరి
సాయం అందుతుందని
నింగి నమ్మకం!
ఆకాశం ఆధీనంలో ఉన్న
తమను గాలి
విభజించి విడుదల చేసి
సంపూర్ణ ప్రణాళికతో
నాలుగు చెరగులా పంపుతుందని
మేఘాల నమ్మకం!
వర్షం కుండపోతైనా
బట్ట తడుస్తూ
ఒక్క ప్రాంతానికే
కేంద్రీకృతం కాకుండా
నష్ట నివారణ చేబట్టి
నలుదిక్కులకు
భూమి పంచుతుందని
మనిషి నమ్మకం!
తన చుట్టూ తాను తిరుగుతూ
స్వకార్యాలు చక్కబెడుతూ
సూర్యుని చుట్టూ తిరిగితే
పగలు రాత్రిళ్ళ పంచుతాడని
భూమి నమ్మకం!
ఒకరిలో ఒకరై
ఒకరికి ఒకరై
నూరేళ్ళు నడుస్తామని
ఏడడుగుల బంధం
సప్తపది నమ్మకం!
ఉదయం మేల్కొంటాననే
నమ్మకం లేకపోతే మనిషి
రాత్రి నిద్రకు ఉపక్రమించడు!
నిన్న నిజం నేడు నిజం
రేపు నమ్మకం
నమ్మకం ఊహించలనం
జీవితం సజీవ భ్రమణం!

“ఇంట్లో వాళ్ళు కొందరు సమర్థించారు. కొందరు చీవాట్లేశారు. తమ్ముడేమో ‘చెప్పి ఉండొచ్చు కదా, ఎంత ముఖ్యమైన పేపర్లు ఉన్నాయో?’ అన్నాడు. అమ్మేమో, పోనీలే ఆడపిల్లలు అలాంటి డిటెక్టివ్ పనులు చేస్తే రేపు వాళ్ళు మనలను గుర్తుపెట్టుకొని రోడ్డులో అల్లరిపని చేస్తే కష్టమంది. అక్క మాత్రం ‘నువ్వు చెప్పకున్నా ఎవరికైనా చెప్పి ఉంటే బాగుండేదంది. ఆ మాటకు నేను ఆ ప్రయత్నం కూడా చేశాను కదా అనుకున్నది. ఆ రోజు పార్వతి కలత నిదురేపోయింది.”

కథ

పిరికితనంలో వెలిగిన తెలివి

కె.ఎల్.శైలజ, సెల్: 9440268953

రెక్కరన్ పాఠాలు వినివినీ బుర్రలు వేడెక్కిన విద్యార్థిని విద్యార్థులకు సాయంత్రపు చల్లగాలులు శ్రమంతా మరచిపోయేట్టు చేస్తున్నాయి. “హేయ్! మీ మిత్రత్రయం రేపు సినిమాకు వస్తున్నారా? లేదా? ఎదురుగా వస్తున్న ఈశ్వరి, పార్వతి, దుర్గల నడిగింది స్వీట్ స్టాల్ పర్చుల. పర్చులా వాళ్ళకు స్వీట్ స్టాల్ ఉండటం వల్ల స్వీట్ స్టాల్ పర్చుల అని పిలవటం అలవాటయింది వాళ్ళకు.

రేపు వాళ్ళ క్లాస్ వాళ్ళందరూ కొత్తగా రిలీజైన సినిమాకు వెళ్తున్నారు. ఆ పిలుపులతో బిజీగా ఉన్నారీ పర్చుల లాంటి వాళ్ళు. ఈ ముగ్గురు ఒకే జట్టుగా ఉంటారని వీళ్ళకు “మిత్ర త్రయమని” పేరు పెట్టారు క్లాస్ లోని వాళ్ళు. మేము రావడం లేదు. రేపు మా అక్క కొడుక్కు ‘నామకరణం’ అంది దుర్గ. మీ ఇంట్లో ఫంక్షన్ అయితే వీళ్ళిద్దరికేమి? అంది పర్చుల. మిగిలిన ఇద్దరి వైపు చూస్తూ. ‘ఆ..మేమెళ్ళాద్దా ఫంక్షన్ కు?’ అని దబాయంపుగా అన్నది ఈశ్వరి. వాళ్ళిద్దరూ ఊ..సరే అంటూ దీర్ఘ తీస్తూ వెళ్ళింది పర్చుల. వాళ్ళ ముగ్గురూ కూడా నవ్వుకుంటూ ముందుకు కదిలారు.

వాళ్ళ ముగ్గురి ఇళ్ళు బోసుబొమ్మ దగ్గరే కనుకనూ, డిగ్రీలో ముగ్గురూ ఒకే సజ్జెక్టు కావడం వల్లనూ ఉదయం నుంచి సాయంత్రం వరకూ కలిసే ఉంటారు కనుకనూ విడదీయరాని బంధంగా ఉండేవాళ్ళు. ఇళ్ళ కెళ్ళడానికి ఈశ్వరి బృందావనం వైపు, దుర్గ మధుర స్వీట్స్ ప్రక్క వీధి వైపు, పార్వతి రైల్వే క్వార్టర్స్ వైపు వెళ్ళేంత వరకూ వాళ్ళ మధ్య ఏదో ఒక విషయంలో మాటలు జరుగుతూనే ఉండేవి. మళ్ళీ ఉదయం బోసుబొమ్మకు విష్ చేస్తూ, కాలేజీ కెళ్ళటానికి అక్కడే బస్సు ఎక్కేవాళ్ళు.

చూడటానికి ముగ్గురు ఒకే ఎత్తులో, ఒకే అమ్మవారి పేరుతో ఒకరిని విడిచి ఒకరు ఉండలేనట్లుగా ఉన్నారు. ముగ్గురూ కలిసి ఒకరినే కట్టుకోండి అని ఈశ్వరి వాళ్ళ నాన్న వీళ్ళ స్నేహాన్ని చూసి ముచ్చటగా అనేవారు. వీళ్ళు ముగ్గురూ గల గలా నవ్వేవాళ్ళు. (కానీ ఆయన మాటల మహిమ ఏమోగానీ ఒకే పేరుగల వాళ్ళే ముగ్గురికీ భర్తలవడం జరిగింది. ఎంత కాకతాళీయం?) అలాంటి ఈ ప్రాణ స్నేహితులకు అబ్బాయిల దగ్గర్నుంచి కాక అమ్మాయిల దగ్గర్నుంచే కామెంట్స్ వచ్చేవి. వాళ్ళు వెళ్తుండగా చూసి, ‘అరుగ్..మన ముందు వెళ్తున్నారా చూడు..వాళ్ళూ అంటారని వాళ్ళు. అందుకే విడిగా ఉంటారు. అని వాళ్ళననగానే, దుర్గ “అంటారని వారివరంటే మా వెంట

రానివారు. అంటూ మాటలతో కాకుండా పాటలతో తిరిగి సమాధానం చెప్పేది. వాళ్ళ వెనుక వస్తున్న అమ్మాయిల గ్రూపుకు, నిజానికి వాళ్ళ ముగ్గురూ అగ్రకులం వాళ్ళే.

దుర్గ అలా చెప్పగానే పార్వతికెంతో సంతోషమేసేది. నిజంగా తన కంత ధైర్యం ఎప్పుడొస్తుందో అనిపించేది. తన మనసులో మాట బైటికి చెప్పడానికి తనకెంతో భయం. టీవీలో వచ్చిన ‘మనసులో మాట’ కార్యక్రమం తనలాంటి వారికోసమే అనుకుంటూ ఉండేది. మనసులో మాట బైటికి చెప్పకపోవడం ‘అహంకారం’ అని యోగా క్లాస్ లో చెప్పారు. నాకు అహంకారముందా? ఉంటే అందరినీ దురుసుగా మాట్లాడి ఇబ్బంది పెట్టేదాన్నిగా. వేరే వాళ్ళననడం కాదుకదా..తనను ఇబ్బంది పెట్టిన వాళ్ళను కూడా ఎదిరించి జవాబు చెప్పలేదు. ఇది మంచితనమా లేక పిరికితనమా? తేల్చుకోలేకపోతోంది.

డిగ్రీ మూడో సంవత్సరంలోకి వచ్చారు. పార్వతి కంటే మిగతా ఇద్దరూ ఆర్థికంగా ఉన్నతంగానే ఉన్నారు. అయినా వాళ్ళిద్దరూ ఆ

విషయాన్ని పట్టించుకోవడం లేదు.

అసలే తక్కువగా రామబాణం

లాగా మాట్లాడే దుర్గ

ఇలాంటి విషయాలు

అస్సలు పట్టించుకునేది

కాదు. వాళ్ళిద్దర్లో

పెద్దవాళ్ళ కూడా

వాళ్ళ మధ్య తేడాలు

పెట్టి మాట్లాడే వాళ్ళు

కాదు. ముగ్గురిద్దర్లో

ఎవరు ఎవరింటికి

వెళ్ళినా ఏదో ఒక

తినబందారం తింటూ

ఉండేవాళ్ళు.

అయితే ముగ్గురివీ భిన్న

మనస్తత్వాలు. ముగ్గురూ అన్ని

విషయాల్లో ఏకీభవించే వాళ్ళు కాదు.

ప్రపంచంలో ఏ ఇద్దరి అభిప్రాయాలూ అన్ని విషయాల్లో ఒకేలాగా ఉండవు అని ఇక్కడ కూడా ఋషబా తుందన్న మాట. దుర్గ తెలివి, ధైర్యం ముందు ఈశ్వరి, పార్వతిల తెలివి, ధైర్యం దిగదుడుపే. ఈశ్వరి కొంచెం ఫరవాలేదు. మరీ పార్వతికే ధైర్యం తక్కువ. చదువులో మళ్ళీ ఈశ్వరి తక్కువ, పార్వతి ఎక్కువ. అయితే దుర్గ ఇద్దరి కంటే ముందంజలో ఉంటుంది. ముందు బెంచీలో కూర్చునే వీళ్ళు...వెనుక బెంచీల వాళ్ళు వీళ్ళేనమైనా ఎక్కువ మాట్లాడినా, పట్టించుకునే వాళ్ళు కాదు. దుర్గ ముక్కుపూటి మనస్తత్వంగా ఉండేది. సంగీతపరమైన సినిమాలు ఒకరి కోసం ముగ్గురూ కలిసి చూసినా, మళ్ళీ ఇంకొకరి కోరిక ప్రకారం ప్రేమకథా సినిమాలు, సస్పెన్స్ సినిమాలు కూడా చూసేవాళ్ళు. ఒకే ట్యూషన్ కెళ్ళేవాళ్ళు. కాలేజీకి ఒకేసారి బస్సులో కలిసి పోయేవాళ్ళు. కలిసి వచ్చేవాళ్ళు. ఒక్కొక్కరిప్పుడైనా నడిచి వచ్చేవాళ్ళు,

నడిచిపోయేవాళ్ళు. అది కూడా ముగ్గురూ కలిసే. ఇంట్లో వాళ్ళ వీళ్ళ ముగ్గురిలో ఎవరైనా ఒకరు కనిపించకున్నా మిగతా గంగ, గౌరీ ఎక్కడా? అనేవాళ్ళు.. ముగ్గురి పేర్లు..ఒకే అర్థం కనుక.

పార్వతి పిరికితనం చూసి వాళ్ళిద్దర్నీ చూసినా ధైర్యం తెచ్చుకో అనే వాళ్ళు పార్వతి ఇంట్లో వాళ్ళు. ఇంకా, మా అమ్మాయికి కొంచెం ధైర్యం చెప్పండి అనేవాళ్ళు ఈశ్వరి, దుర్గలతో. ఒకరోజు కాలేజీ నుంచి బోసుబొమ్మ దగ్గరకెళ్ళే బస్సు రాగానే అందరితో పాటు వీళ్ళూ ఎక్కేశారు. అప్పటికే లేడీస్ సీట్లన్నీ నిండిపోయాయి. ఇద్దరు ఆడవాళ్ళు నిలబడే ఉన్నారు. ఫ్రంట్ సీట్లలో ఒకతని పక్కన సీట్ ఖాళీగా కనిపించింది. మా వెనకాల ఎక్కిన ఒకమ్మాయి వెళ్లి అతని పక్కన కూర్చోని స్టయిల్ గా చూస్తుండి పోయింది. చూశారా! మీరందరూ ఎంతటి పిరికివాళ్ళో! నేనెంత ధైర్యవంతురాలనో అన్నట్లు. బోసుబొమ్మ దగ్గర బస్సు దిగగానే ఈశ్వరి పొట్ట ఉబ్బిపోతున్నట్లుగా మాట్లాడటం మొదలు పెట్టింది. అబ్బా! ఏమి ధైర్యం ఆ అమ్మాయికి? చక్కగా కూర్చుంది అంటూ, నీ మొహంకాదు, మగవాళ్ళ పక్కను కూర్చుంటేనే ధైర్యం ఉన్నట్లు కాదు. ఏదో ఒక మంచిపని చేసే, ఆ మగవాళ్ళ కంటే గొప్ప ఉద్యోగాలు తెచ్చుకొనే వాళ్ళను ఓడించగలిగితే అది ధైర్యం. అప్పుడు ఎవరైనా మనలను ధైర్యస్థులమని గుర్తిస్తారు అంది దుర్గ. ఈశ్వరిని చీవాట్లు పెడుతూ. దాంతో ఈశ్వరి నోరు మూసుకుంది.

ఏయ్, పార్వతి, మనోరంజని పూలు తీసుకుందామా! అంది ఈశ్వరి. మల్లెపూల బుట్టలను భుజాలకు తగిలించుకున్న వాళ్ళ దగ్గర మనోరంజని పూలను చూస్తూ. అలాగేనని తలా ఒక పువ్వు కొనుక్కున్నారు. వాళ్ళ కాలేజీలో మనోరంజని పూల చెట్టు ఉంది. ఆకులలో దాగుకొని ఎవరికీ ఆ పూలు కనిపించవు. కాలేజీకి త్వరగా వెళ్ళిన వాళ్ళ ఆ పూలు కోసుకోవడం కోసం వెదికి వెదికి అవస్థ పడుతుంటారు. ఆ పూలు తెచ్చి ఇంట్లో గూట్లో పెడితే ఇల్లంతా మంచి వాసన వస్తూ ఉంటుంది.

పూలు కొనుక్కొని ఎవరి దారి న వాళ్ళ ఇళ్ళకు కదిలారు. ముగ్గురూ మూడు దారుల్లో కదిలారు. పార్వతి వెనుక నుంచి వస్తున్న హీరోహీరోడా నడుపుతున్న వ్యక్తి ఒక పదడుగుల దూరంలో ఎవరో తెలిసిన వాళ్ళ ఆపడంతో పార్వతి ముందుకు వెళ్లి ఆపి, మాట్లాడసాగాడు. అతని బండికి తగిలిచిన బట్టల పొపుల్లో ఇచ్చే ఫ్లాస్టిక్ కవర్ జారి అతనికి నాలుగడుగుల వెనుక, పార్వతికి నాలుగడుగుల ఎదురుగా దూరంగా పడిపోయింది. అతను గమనించుకోకుండా మాట్లాడుతూనే ఉన్నాడు. పార్వతి వెనుకే నిలబడిపోయింది. ఇంతలో ఆ కవర్ ను రెండు వెహికల్స్ తొక్కి పోవడం జరిగింది. తరువాత వచ్చిన వెహికల్ మీద వ్యక్తులు అగి ఆ కవర్ తీసుకొని బండిని

(మిగతా 5వ పేజీలో)

పక్కన అవుకొని లోపల ఏమున్నదో వెదకసాగారు. వాళ్లు కవర్ చూసుకుంటున్నా, కవర్ పోగొట్టుకున్న వ్యక్తికి అది తన కవరేనని తెలియలేదు. రెండడుగుల వెనుక జరుగుతున్న విషయం గమనించలేకపోయాడు. పార్వతి ఆ హోండా నెంబర్, కవర్ తీసుకున్న వారి బండి నెంబర్ ఒక నిమిషం గమనించింది. ఇంతలో కవర్ దొరికిన వాళ్లు బయలుదేరబోతున్నారు. పార్వతి ధైర్యం చేసి పక్కపాప్ దగ్గరకెళ్లి పాపులో ఉన్నతన్ని పిలిచి తాను చూసిన విషయం చెప్పి, హోండా అతనికి..కవర్ జారిపడ్డ విషయం చెప్పునున్నది. “మనకెందుకమ్మాయ్? అలా చెప్పామంటే, ఆ దొరికిన వాళ్లు మన మీద పగపడితే?” అన్నాడతను. పార్వతికేం చెయ్యాలి అర్థం కాలేదు. “మంచికి పోతే చెదు ఎదురౌతుందా?” అని సందేహంగా నిలబడిపోయింది పార్వతి. అంతలో కవర్ తీసుకున్నవాళ్లు, వాళ్ల బండి ఎక్కబోతూ ఉండటం గమనించింది. కవరు దాచుకొని ఇద్దరూ సీక్రెట్గా చూసుకుంటున్నారు. వాళ్లు ఆ కవర్లో ఏం చూశారో కానీ, ఆ కవర్ను పక్కనే ఉన్న పోలీస్ స్టేషన్లో ఇవ్వకుండా వాళ్లే తీసుకొని వెళ్లబోతున్నారు. ఈ హోండా అతను కూడా మాట్లాడటం అయిపోయి నట్లుంది. ముందుకెళ్లే ఉద్దేశం చూసుకొని వెనక్కు తిరిగి బండి మీద బయలుదేరబోతున్నాడు. ఏమైతే అది అవుతుందని పార్వతి హోండా అతని వైపు అడుగు వేయగానే వీళ్లిద్దరిని దాటుకొని బండి వెళ్లిపోయింది. పార్వతి హోండాకు ఎదురుగా వెళ్లి ‘మీ కవర్ జారి పోయింది కదా, వాళ్లు తీసుకెళ్లారు’ అని గబగబా చెప్పింది.

అప్పుడతను కవర్ లేని విషయం గమనించుకొని కంగారుపడ్డాడు. అతను తిరిగి చూసేటప్పటికి ఆ ఇద్దరి బండి కనిపించలేదు. అతను అటూ ఇటూ ఒక రౌండ్ వేసి వచ్చాడు. పార్వతి రోడ్ పక్కన నిలబడింది. పోలీస్ స్టేషన్లో చెప్తామా అని ఆలోచిస్తూ. పార్వతికి అయ్యో తన కళ్లముందే ఇలా జరుగుతున్నా, తాను చెప్పలేక పోయిందేమిటని తనను తనే తిట్టుకుంటూ ఉండి పోయింది. అతను మళ్లీ అటూ, ఇటూ తిరుగుతుండగా పార్వతి ఇంటికొచ్చేసింది. ‘ఒక్కక్షణం ధైర్యంచేసి నేను చెప్పి ఉండొచ్చుకదా! కోరి కప్పాల తెచ్చుకోవడమెందు కనిపించిందా? ఇంట్లోవాళ్లు ఏదైనా అంటారని భయపడటమా? అని దారి వెంట ఆలోచిస్తూనే ఉంది. ఇంటికి చేరినా ఆ రెండు బండ్లూ కళ్లలో

తిరుగుతున్నాయి. అసంకల్పితంగా ఆ రెండు బండ్ల నంబర్లు బుక్పైన నోట్ చేసి పెట్టుకోవడం గుర్తొచ్చింది.

ఇంట్లో వాళ్లు కొందరు సమర్థించారు. కొందరు చీవాట్లేశారు. తమ్ముడేమో ‘చెప్పి ఉండొచ్చు’ కదా, ఎంత ముఖ్యమైన పేపర్లు ఉన్నాయో?’ అన్నాడు. అమ్మేమో, పోలీసే ఆడపిల్లలు అలాంటి డిటెక్టివ్ పనులు చేస్తే రేపు వాళ్లు మనలను గుర్తుపెట్టుకొని రోడ్డులో అల్లరిపని చేస్తే కష్టమంది. అక్క మాత్రం ‘నువ్వు చెప్పుకున్నా, ఎవరికైనా చెప్పి ఉంటే బాగుండేదంది. ఆ మాటకు నేను ఆ ప్రయత్నం కూడా చేశాను కదా అనుకున్నది. ఆ రోజు పార్వతి కలత నిదురేపోయింది.

ఉదయాన్నే కాలేజీ కోసం బస్సు ఎక్కడానికి మళ్లీ ముగ్గురు బోసుబొమ్మ దగ్గర చేరగానే గబగబా మిగతా ఇద్దరికీ నిన్న జరిగిన విషయం చెప్పింది పార్వతి. అంతా విని ఈశ్వరి భయపడింది. ‘అమ్మో నువ్వు వాళ్ల గురించి హోండా అతనికి చెప్పడం ఆ బండి వాళ్లు చూసి ఉంటే, నిన్ను ఊరికే వదలరు. అసలే ఈ బోసుబొమ్మ దగ్గర దొంగలెక్కువ. మెళ్లీ బంగారు దండలు లాక్కుపోతారని భయంగా ఉంటుంది. ఇక ఇలాంటి పోలీస్ పనులు కూడా మనకెందుకు? అంది.

దుర్గ మాత్రం ‘వాళ్లిద్దరూ చూడకుండా హోండా అతనికి చెప్పి, నువ్వు వెళ్లిపోయింటే బాగుండేది. లేదంటే పక్కనే ఉన్న పోలీస్ స్టేషన్లో చెప్పడమో, లేదంటే బయట ఉండే లేడీ కానిస్టేబుల్కు చెప్పడమో చేసుండాల్సింది అంది. ‘అరేరే ఈ లేడీ కానిస్టేబుల్ ఐడియా నాకు రాలేదెందుకో’ అనిపించింది పార్వతికి. ‘షాప్ అంకుల్కు చెప్పే బదులు నేను పోలీస్ స్టేషన్లో చెప్పి ఉండొచ్చు కదా’ అనుకుంది. అంతలో దుర్గ ‘నేనొక ఐడియా చెప్తాను. నీ దగ్గర ఆ రెండు బండ్ల నంబర్స్ ఉన్నాయి కదా. అవి రాసి నాకివ్వు. నేను మా అన్నయ్యకు చెప్పి పోలీస్ స్టేషన్కు ఫోన్చేసి విషయం చెప్పి, అజ్ఞాత వ్యక్తిగా ఉండి పొమ్మంటాను. విషయం తరువాత కనుక్కుందాము అంది. సరేనని నోట్బుక్ పైన రాసుకున్న నంబర్స్ రాసి ఇచ్చింది పార్వతి. దుర్గ వెనక్కిళ్లి ఇంట్లో విషయం చెప్పి నంబర్స్ వాళ్లన్నయ్యకు ఇచ్చి వచ్చింది. వీళ్లిద్దరు దుర్గ వచ్చేంత వరకు ఉండి, ముగ్గురూ కలిసి కాలేజీ కెళ్లడానికి బస్సు ఎక్కారు. సాయంత్రం వరకు పార్వతికి టెన్షన్గానే ఉంది. సాయంత్రం కాలేజీ నుంచి నేరుగా దుర్గా వాళ్లింటి కెళ్లారు.

దుర్గా మొత్తానికి సాధించేశాము. కాకపోతే ‘అజాద్’

సినిమాలో ‘నాగార్జున’ లాగా రహస్యంగా చేశాము. ఈ ‘సౌందర్య’ వల్ల విషయం బయటకు వచ్చి, పోయిన విలువైన వస్తువులు దొరికాయి. అన్నాడు దుర్గా వాళ్లన్నయ్య పార్వతిని చూపిస్తూ. తరువాత విషయాన్ని వివరించి చెప్పాడు. వీళ్లు బండి నంబర్స్ ఇచ్చి వెళ్లగానే పనులన్నీ చక్కచక్క జరిగిపోయాయట. (ఈ కథ జరిగినప్పుడు సెల్ఫోన్స్ లేవు.) దుర్గా వాళ్లన్నయ్య ఇంటినుండి ఫోన్మెయ్యకుండా బయటకు వెళ్లి, తన ఫ్రెండ్స్ కూడా తీసుకెళ్లి కనకమహల్ సెంటర్లో ఒక రూపాయి కాంస్ వేసి ఫోన్స్తూ కథ నడిపించాడు. ఆ ఫ్రెండ్ వాళ్ల బాబాయ్ రాజకీయ నాయకుడు. పోలీస్ స్టేషన్కు ఫోన్లో విషయం చెప్పి, బండి నంబర్స్ ఇచ్చి, ఆ రాజకీయ నాయకునికి బంధువుల అబ్బాయి అన్నట్లుగా చెప్పి, ‘త్వరగా చూడండి’ అని అన్నారుట.

తరువాత ఇద్దరూ ఎవరూ గమనించకుండా బోసుబొమ్మ దగ్గర ఒక షాప్ దగ్గర నిలబడి గమనించారట. దాదాపు రెండు గంటల తరువాత హోండాలో ఒక అతను స్టేషన్కు రావడం ఆ తరువాత ఒక అరగంటకు పోలీసులు ఇద్దరు వ్యక్తులను జేప్తో తీసుకురావడం జరిగిందట. తరువాత కొద్దిసేపటికి హోండాలో వచ్చిన అతను చేతిలో ఒక కవర్ తీసుకొని సంతోషంగా వెళ్లడం జరిగిందట. మళ్లీ బోసుబొమ్మ దగ్గర్నుంచే పోలీస్ స్టేషన్కు ఫోన్ చేసి విషయం అడిగాడట. హోండా అతను నిన్ననే పోలీస్ కంప్లెంట్ ఇచ్చి ఉన్నాడట. వాళ్లు కూడా బండి నంబర్లు బట్టి అడ్రస్లు సులభంగానే కనుక్కున్నారుట. వాళ్లిద్దరినీ స్టేషన్కు తీసుకువచ్చి, హోండా అతన్ని కూడా పిలిపించి కవర్ ఇప్పించారట. వాళ్లు దబ్బులేమి లేవు పేపర్లు ఉన్నాయని ఇంట్లో పక్కన పడేసుకున్నారుట. ఏదైనా పోలీసు స్టేషన్లో ఇవ్వసండుకు వాళ్లను మందలించి పంపించారట. వాళ్లకు ఒక కేసు త్వరగా పరిష్కారం జరిగినందుకు సంతోషంగా ఉన్నారుట. ఆ కవర్లో అతని పాస్పోర్ట్, బ్యాంకు పాస్బుక్, చెక్బుక్, ఇన్సూరెన్స్ పాలసీ పేపర్స్ మొదలైన ముఖ్యమైన పేపర్లు ఉన్నాయట. అతను చాలా సంతోషంగా పోలీస్లకు థాంక్స్ చెప్పి వెళ్లాడట. దుర్గా వాళ్లన్నయ్య కూడా ఫోన్లో వాళ్లకు థాంక్స్ చెప్పాడట.

అంతా విన్న పార్వతి మొహంలో నవ్వు కని పించింది. అమ్మయ్య, ఎలాగైతేనేం తనవల్ల పోయిన వాళ్ల పేపర్స్ కనిపించాయి అని. ఆ నవ్వుచూసి ‘నవ్వేరా నా...ముందు రంజాను పండుగే’ అంది దుర్గ.

పిల్లలు స్కూల్లో లంచ్ తినడం లేదా?

‘అబ్బబ్బ... ప్రతిరోజూ వీడితో ఇదే గోలండీ... స్కూలుకు తీసుకువెళ్లిన లంచ్ బాక్స్లో పెట్టిన ఆహారాన్ని తినకుండా వాపసు తెచ్చేస్తున్నాడండీ.. అంటూ వాపోయిందో ఇల్లాల భర్తతో. “అక్కా, తేజస్వినితో మహావిసిగిపోతున్నాననుకో... చెల్లెలి మాటలు పూర్తికాకుండానే అందుకుంది సురేఖ.. “తేజ చాలా బుద్ధిమంతురాలు, అల్లరి చేయదు, చక్కగా చదువుకుంటుంది. దానితో విసిగిపోవడమేమిటి?”

‘ఏం చెప్పమంటావు... ఉదయం స్కూలుకు వెళ్ళేముందు పాలు తాగి, రెండు బిస్కెట్లు తింటుంది. దానికోసం లంచ్ రెడీచేసి బాక్సులో పెట్టిస్తే నిండుగా ఉన్న ఆ లంచ్బాక్సును అలాగే తెచ్చేస్తోంది. ఇలా ఆహారం తీసుకోకుండా, నీరసించి పోతోంది’ అంటూ నెత్తినోరూ బాదుకుంటూ అన్నది సుకన్య.

నిజానికి, చిన్న పిల్లలున్న ప్రతి ఇంట్లోనూ ఇదే సమస్య. పిల్లలు లంచ్బాక్స్లో పెట్టినది తినకుండా వాపసు తెచ్చేస్తున్నారని తెగబాధపడే తల్లులు, వారెందుకు తినడంలేదో ఆలోచించాలి. ఇప్పటి రోజుల్లో లంచ్ బాక్సుల్లో అన్నం, ఆహార పదార్థాలు ఎవ్వరూ తీసుకెళ్ళడం లేదు. స్కూల్లో అన్నం తినడానికి పిల్లలు ఇష్టపడటంలేదు. ఆ విషయాన్ని ప్రతి తల్లి తెలుసు కోవాలి. వాస్తవానికి అది సమస్యే కాదు. పిల్లలు ఇష్టపడే ఆహారపదార్థాలను, ఆహారంవల్ల ఏర్పడేశక్తికి సమానంగా, కాలరీలు సమకూర్చే పదార్థాలను లంచ్బాక్స్లో పెడితే పిల్లలు ఇష్టంగానూ తింటారు, వారికి శక్తి కలుగుతుంది, ఆ సమస్య తీరిపోతుంది.

చాలామంది పిల్లలు బ్రెడ్ను తినడానికి ఇష్టపడతారు. బ్రెడ్ పైసెస్ నాలుగువైపులా అంచులను తీసేసి రెండు పైసుల మధ్య జామీరాని లంచ్బాక్స్లో పెట్టవచ్చు. బ్రెడ్ పైసెస్ను పెనంమీద కాల్చి వాటిమీద వెన్నరాసి, చక్కెర చల్లి పెట్టినట్లుయితే పిల్లలు వాటిని తినకుండా వెనక్కు తీసుకురారు. అదేవిధంగా సాండ్విచ్లెస్ను తయారుచేసి ఇవ్వవచ్చు. ఫులిహోర, వెజిటబుల్ ఉప్పా లాంటివి లంచ్ బాక్స్లో పెట్టవచ్చు. చపాతీ



కూరను పెట్టవచ్చు. ఇడ్లీ,దోసెలాంటివి పెట్టినా, ఓట్స్ తో ఉప్పా చేసిపెట్టినా పిల్లలు ఇష్టంగా తింటారు. పోషక విలువలు సమృద్ధిగా లభించే పదార్థాలను లంచ్బాక్స్లో పెడితే పిల్లలకు సమతులాహారం, శక్తి లభిస్తాయి. అయితే రోజుకోరకమయిన పదార్థాన్ని లంచ్బాక్స్లో ఉంచితే వాటిని పిల్లలు ఇష్టంగా తింటారు. అలాబోండా, పూరిలాంటివి కూడా పిల్లలు లంచ్బాక్స్లో పెట్టవచ్చు. ఆహార పదార్థాలను రుచిగా చేయడమే కాకుండా ఆకర్షణీయంగా కనపడేలా చూసుకోవాలి. ఇడ్లీ పిండిని ఉడికించేటప్పుడు ఆ పిండిపైన క్యారెట్ తురుమును, సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీరను వేస్తే ఇడ్లీ కలర్ఫుల్లో ఉండటమేకాక రుచిగానూ ఉంటుంది.

లంచ్బాక్స్లు తేలికగానూ, అందంగానూ, ఆకర్షణీయంగానూ ఉండాలి. రకరకాల డిజైన్లతో, ఎన్నెన్నో బొమ్మలతో, పిల్లలను ఆకర్షించే విధంగా వివిధ రకాలయిన మెటీరియల్స్ తో లంచ్బాక్స్లు మార్కెట్లోకి వస్తున్నాయి. ఫ్లాస్టిక్ బాక్సులు తీసుకుంటే నాణ్యత కలిగినవి, మేలురకమయినవి తీసుకోవాలి. టప్పురేవేర్ బాక్స్లు బాగుంటాయి.

లంచ్బాక్స్లో పండ్ల ముక్కలను నింపి పంపవచ్చు. పిల్లలు లంచ్ తిన్నారా లేదా అని ఆయాలు గమనిస్తూ ఉంటే లంచ్ అవర్లో లంచ్ తినకుండా బాక్సులోని పదార్థాలను వెనక్కు తీసుకువెళ్ళరు. పిల్లలను అధికంగా జంక్ఫుడ్కు అలవాటు చేయకూడదు. ఆ ఫాస్ట్ఫుడ్కు అలవాటు పడితే ఇంటి పదార్థాలను వారు ఇష్టపడరు. జంక్ఫుడ్ వల్ల ఊబకాయం, జీర్ణసమస్యలు ఏర్పడటమే తప్ప శరీరానికి ఎటువంటి ప్రయోజనమూ ఉండదు. అందువల్ల తల్లిదండ్రులు ఫాస్ట్ఫుడ్స్, కేకులు, పిజ్జా, బర్గర్లాంటివి పిల్లలకు ఎక్కువగా కొనివ్వకూడదు.

ఆరోగ్యకరమయిన, ఇంట్లో శుభ్రంగా తయారుచేసే పదార్థాలనే పిల్లలకు లంచ్ బాక్స్లో ఇవ్వాలి. పిల్లలు లంచ్బాక్స్లో పదార్థాలు తినకుండా వెనక్కు తీసుకు వస్తూంటే ఆ విషయాన్ని చీచరు దృష్టిలోకి తీసుకురావాలి పెద్దలు. అప్పుడు చీచరు ఆ అబ్బాయి లేదా అమ్మాయి, లంచ్ తిన్నారా లేదా అన్న విషయాన్ని తెలుసుకుని తినకపోతే వారిని మందలించి, ఆయాతో ఆ పిల్లలు అన్నం తింటున్నారా లేదా అని గమనించమని చెప్తుంది. పిల్లలు ఇష్టపడే పదార్థాలను, ఆకర్షణీయంగా తయారుచేసి లంచ్బాక్స్లో ఉంచితే మమ్మో ఏమి పెట్టిందా? అని ఆసక్తిగా పిల్లలు లంచ్బాక్స్ చూత తెరుస్తారు. ప్రతిరోజూ లంచ్బాక్సులో వైరెటీ పదార్థాలను, పోషక విలువలు పుష్కలంగా లభించే వాటిని, పిల్లలు ఇష్టపడి, నచ్చే రుచులతో చేసిపెడితే పిల్లలు స్కూల్కు లంచ్బాక్సులో పెట్టిన పదార్థాలను తినకుండా వెనక్కు తీసుకురారు.

SUNDAY

విశాఖపత్రిక

ఆదివారం

అనుబంధం

07 ఆదివారం, మార్చి 2021

5



ఈ దుఃఖపు రుధిర రణక్షేత్రంలో..

ఒక అనివార్యపు దుఃఖ స్థితి ఏవో ఆక్రమిత దృశ్యాల్లో ముక్కలవుతూ కార్యకారణ సంవలిత కల్లోలం ఇది.

కళ్ళలో ఆకాశం చీల్చబడి నా నిజ ఆనందపు శృతులు లయ తప్పుతున్నాయి.

దురాలు దూకినా నా మట్టి నన్ను వెంటాడుతుంది.

నాలో మునిగిన పర్యత శ్రేణులు నాలో కుంగిన సూర్యోదయాలు నాలో నోళ్ళు తెరచిన లోయలు నా ప్రపంచంలో దర్శనమౌతాయి.

ఈ దుఃఖపు రుధిర రణక్షేత్రంలో అవ్యక్తాశ్రువులు ఘోషిస్తున్నాయి.

ఛేదించ సాధ్యం కాని నైరాశ్యపు లోకంలో నిట్టూర్పుల నడకల్లో క్షణాల్ని ఒంపుకుంటూ విలపిస్తున్నాను.

భక్తున వొలికే దుఃఖాన్ని నా ఊరి చిత్రంగానో నా ప్రాంత అభిమతంగానో నా నేల జ్ఞాపకాలపుటగానో నాలో ఒక వర్ణ క్షోభిత దుఃఖ జలాలు ఉబుకుతుంటాయి.

నేను విశ్వ మానవుణ్ణి అయినా వేళ్లవెంట జారుతూ ఈ దుఃఖపు రుధిర సంక్షోభంలో రాలితున్న బొట్టు బొట్టులో రగిలే మమకారపు వేదాగ్నిని నేను.

-గవిడి శ్రీనివాస్, 9966550601



స్పార్క్ప్లగ్...
ఉపయోగం?

స్పార్క్‌ప్లగ్‌ను పెట్రోల్ ఇంజనులలోని సిలిండర్లలో ఇంధనము మరియు గాలి మిశ్రమమును మండించుటకు ఉపయోగింతురు. దీనిలో రెండు ఎలక్ట్రోడులు ఉండును. పింగాణీ పదార్థంతో ఆ రెండింటినీ వేరుచేసి ఒక ఎలక్ట్రోడ్‌ను మధ్య భాగం ద్వారా టెర్మినల్‌కు కలుపుతారు. రెండవ ఎలక్ట్రోడ్‌ను ప్రూమైటల్ కేసింగ్ ద్వారా సిలిండర్‌కు అమర్చుతారు. రెండు ఎలక్ట్రోడులు స్వల్ప దూరంలో వుండును. వీనిని విద్యుత్ తీగల ద్వారా అధిక ఓల్టేజినిచ్చు ఇగ్నీషన్ కోయిల్‌కు కలుపుదురు. ఇగ్నీషన్ కోయిల్ స్టోరేజి బ్యాటరీలోని 12 ఓల్టల విద్యుత్‌ను 30,000 ఓల్టల వరకు పెంపొందించి రెండు ఎలక్ట్రోడుల మధ్య విద్యుత్ స్ఫులింగమును కలుగజేయును. తద్వారా ఇంధనము నుండి ఉష్ణశక్తి విడుదలై యంత్రమునకు శక్తి నిచ్చును. నిరవధిక విద్యుత్ స్ఫులింగము వలన స్పార్క్‌ప్లగ్‌లో ఎలక్ట్రోడుల మధ్య కార్బను, తుప్పు ఏర్పడును. దీనిని అప్పుడప్పుడు తొలగించి శుభ్ర పరచవలెను.



**బాధితులకు
కొత్త జీవితం**


ప్రే వితం వడ్డించిన విస్తరి కాదు.
 ఎప్పుడు ఎలాంటి సమస్య వస్తుందో
 ఊహించలేరు. చట్టాలు, చట్ట
 రక్షకులు, న్యాయస్థానాలూ
 ఉన్నా ఏదైనా అనర్థం
 జరిగినప్పుడు, బాధితుల్ని
 అక్కన జేర్చుకునే వ్యవస్థ కాదు
 మనది. సానుభూతికి బదులు
 తలోక రాయీ విసురుతారు. తప్పు
 చెయ్యటం వేరు. ఏ తప్పు
 చేయకపోయినా ఎవరో చేసిన నేరానికి
 బలి అవటం వేరు. మనది జనరాజ్యం. ఇక్కడ
 క్రూరమృగాల వంటి మనస్తత్వం గల వారుంటారు.
 వారు చేసే అకృత్యాల కారణంగా జీవితాలు
 నాశనం అవుతుంటాయి.

ముఖ్యంగా అత్యాచారం కేసుల్లో ఇలా జరుగుతుంది. వారు బాధితులనే గుర్తింపు ఉండదు. ఎవరో చేసిన నేరానికి వీరిని అంటరానివారుగా చూసారు. వారి జీవితాలను దుఃఖమయం చేసారు.



సమాజ దృక్కోణం మూలాలి. మానవతా దృష్టిని, సానుభూతిని పెంచుకోవాలి. ఒక ప్రమాదం (యాక్సిడెంట్) ఎలాంటిదో, ఒక అత్యాచారం కూడా అలాంటిదే. అందులో వారికి ఎలాంటి ప్రమేయమూ ఉండదు. అత్యర్థజనుకు అవకాశం ఉండదు. కేవలం బాధితులుగా ఉండిపోతారు.

ఇలాంటి వారిని 'వెలి' వేసినట్లు చూస్తున్న సంఘటనలు అధికంగా ఉంటున్నాయి. కొందరు బాధితులు అవమానంతో ఆత్మహత్యలు చేసుకుంటున్నారు. కొందరు జీవచ్ఛవాల్లా జీవిస్తున్నారు. సమాజం వారిని



అపరాధులుగా చూడటం
శోచనీయం. చాలా
కొద్దిమంది ధైర్యంగా
సమాజాన్ని ఎదిరించి
జీవిస్తున్నారు. అత్యాచార
కారణంగా గర్భవతులైన వారు
అబార్షన్లు చేసు కుంటున్నారు.
సమయం మించి పోతే, కోర్టు

అనుమతితో అబార్షను చేయించు
కుంటున్నారు. కొందరు సంతానం కలిగినా కడుపు
తీసివేసి పెంచుకుంటున్నారు. వీరంతా అక్రమ
సంతానంగా పరిగణిస్తారు. సమాజంలో ఇవొక
చీకటి కోణం. వీరిని అదుక్కునే చట్టాలు కావాలి.

బందరులో రాజేష్ అనే టీచరు, స్పెషల్ క్లాసులకు వచ్చిన ఆడపిల్ల మీద అత్యాచారం చేసిన కేసులో, తల్లిదండ్రులు, గ్రామస్థులు ఆందోళనకు దిగారు. టీచరుకి దేహశుద్ధి చేసి పోలీసులకు అప్పగించారు. పోలీసులు పూర్తి వివరాలు సేకరించి టీచరు మీద కేసు నమోదు చేశారు. మారుతున్న పరిస్థితులు, సమాజాభ్యుత్థం సాక్షిగా, బాధితురాలిని సహా విద్యార్థులు, మహిళా టీచర్లు, ప్రిన్సిపాల్ ఆదరించి, చదువు కొనసాగించడానికి ప్రోత్సహించారు. ఇది ఆహ్వానించదగిన మార్పు. బాధితులు ఇదేవిధంగా ధైర్యంగా తమ జీవితాలను గడుపుకోవాలి.

**-కాటూరు రవీంద్ర త్రివిక్రమ్,
సెల్: 9849568901**

వంటింటి రుచులు

అటుకుల పులిహోర






























కావలసినవి :

అటుకులు - రెండు కప్పులు, కొబ్బరిపాలు
- కప్పు, నిమ్మకాయ - ఒకటి, పోప్ దినుసులు
- తగినన్ని, వేరుసెనగలు - మూడు చెంచాలు,
కరివేపాకు - నాలుగు రెబ్బలు, నూనె - నాలుగు
చెంచాలు, పచ్చిమిర్చి - ఐదు, ఎండుమిర్చి - ఐదు,
ఉప్పు - రుచికి తగినంత, ఉల్లిపాయ - ఒకటి.

తయారుచేసే విధానం :

కొబ్బరి పాలలో అటుకులను పది నిముషాలపాటు నానబెట్టాలి. బాణలిలో నూనెపోసి, పొయ్యిమీద పెట్టాలి. వేడయ్యాక తాలింపు దినుసులు, పచ్చిమిర్చి, కర్వేపాకు, వేరుసెనగలు, ఉల్లిపాయ ముక్కలు, ఎండుమిర్చి వేయాలి. అవి మగ్గక నానిన అటుకులు, తగినంత ఉప్పు చేర్చి, కలియదిప్పి దింపేయాలి. వేరే పళ్లెంలోకి తీసుకొని నిమ్మరసం పిండి, పచ్చిమిర్చి, ఎండు మిరప కాయలతో అలంకరించుకోవాలి.



	1	2		3		4		
5								6
7			8				9	
		10				11		
	12				13			
14								15
16			17	18			19	
		20				21		
	22							

ಆಧಾರಾಖ್ಯಾಯಿಕೆ

గడి - నుడి

-21

ஆதாரம்

1. అంధకారమూ, వెలుతురూ.. ఒక ద్వంద్వం. (7)
7. తొమ్మిది అడ్డంలోనిదే.. పా..పా... పా.. (2)
8. అన్నగారి భార్య. (3), 9. ఏడు అడ్డంలోనిదే. (2)
12. పాతకాలపు పెద్దగైండ్‌ర్? (3)
13. శరీరం. (3), 16. గ్రీకుల ముఖ్యపట్టణం. (2)
17. వసంతం. (3)
19. విజయవాడ దేవత.. కలకత్తా దేవత కూడా. (2)
22. చావు పుట్టుకలు.. (7)

నిలువు

2. మధించు సాధనం... (2)
3. ధరతో మొదలు యువతి. (3)
4. దేవాలయం... (2), 5. గన్. (3)
6. రెండుసున్నాలతో గుర్రం (3)
10. వినుటకాదు. అటువంటి సూర్యుడు. (3)
11. సూర్యుడే. (3)
14. సరస్సున పుట్టినది.. పద్మం. (3)
15. భర్తని సతి. (3)
18. ఇది తిప్పకుండా పోరాడుతారా? (3)
20. మబ్బులు కురిసేది. (2), 21. పశుగ్రాసం. (2)

**గతవారం
సమాధానాలు**

ಅಡಂ

1. రాజమౌళి, 3. నెలవంక, 7. ధాత్రి, 8. సెగ, 9. పికం, 12. కన్నె, 13. ద్రుమం, 17. వర్షం,
18. నాటి, 19. వాత, 22. విదురుడు, 23. అనసూయ

నిలువు

1. రాజధాని, 2. మానం, 4. లక్ష్మ, 5. కలకండ్, 6. అంగన, 10. వెన్నెల, 11. కర్తవ, 14. బావకవి, 15. పినాకి, 16. చింతకాయ, 20. ఆరు, 21. సేన

విజేతల చరిత్రలు తెలుసుకోండి!

SUNDAY

విశాఖపట్నం

ఆదివారం
అనుబంధం

07 ఆదివారం,
మార్చి 2021

7

బి.సి.జి. అంటే....

బి.సి.జి. అనే పదం ప్రపంచమంతటా మారు మోగిపోతున్నది. ప్రపంచంలోని లక్షలాది శిశువులకు ఇది వరప్రసాదంలా పనిచేస్తున్నది. బి.సి.జి. అనేది క్షయవ్యాధి నిరోధానికి ఇచ్చే వాక్సిన్ షన్. అప్పుడే పుట్టిన శిశువులకు నెలదాటకముందే దీనితో మొదటి ఇంజక్షన్ చేస్తారు. నెలలోపు చేయించకపోతే, 5,6 నెలల్లో చేయించవచ్చు. మళ్ళీ రెండవ దోసును 5,6 సంవత్సరాల వయస్సులో ఇస్తారు. బి.సి.జి. అనే పాడి లక్షణాలలో ముగ్గురి పేర్లు కలిసి వున్నాయి. అందులో మొదటిది 'బాసిల్లస్', రెండవది 'కాల్మెట్', మూడవది 'గోరిన్'. మొదటి పదం సూక్ష్మ జీవి. రెండుమూడు పదాలు వ్యక్తుల పేర్లు. ఫ్రెంచి శాస్త్రవేత్తలు డాక్టర్ అల్బర్ట్ కాల్మెట్, కేమిల్ గోరిన్ అనేవారు ఈ వాక్సిన్ షన్ ను కనిపెట్టారు. అందుకని వాళ్ళ పేర్లు మీదే ఈ వాక్సిన్ ను 'బి.సి.జి.' అనే పేరు స్థిరపడి పోయింది. ఇందులో మొదటివాడు 'అల్బర్ట్ కాల్మెట్' ఫ్రెంచి నౌకాదళంలో డాక్టరుగా పనిచేశాడు. మొదటి ప్రపంచయుద్ధం ముగిసిన తరువాత 'బిల్లే'లో ఉన్న పాశ్చరీ ఇన్ స్టిట్యూట్ కు 'సబ్ డైరెక్టరు'గా పనిచేశాడు. ఆ కాలంలోనే తన సహచరుడైన 'కేమిల్ గోరిన్'తో కలిసి క్షయవ్యాధికి కారణమైన సూక్ష్మజీవులపై పరిశోధనలు చేశాడు. వారిద్దరూ కలిసి క్షయకు విరుగుడైన 'వాక్సిన్'ను రూపొందించారు. 1921 జూలై మొదటి తేదీన ఒక పిల్లవాడికి 6మిల్లీగ్రాముల వాక్సిన్ అక్కించారు. అది అతడిలో బాగా పనిచేసింది. ఆ విజయంతో తరువాత చాలా మంది పిల్లలకు ఆ ఇంజక్షన్ చేసి చూశారు. అలోచించి దానికి బి.సి.జి. అని పేరుపెట్టారు. చాలాకాలం వరకూ వారు ప్రతి ఘటన ను ఎదుర్కోవలసి వచ్చింది. 1948లో మొదటి లంతర్నాతీయ బి.సి.జి. కాంగ్రెస్ జరిగింది. దానితో ఈ వాక్సిన్ కు గుర్తింపు వచ్చింది. దీనిని ఇంజక్షన్ ము ద్వారా పిల్లలకు అక్కిస్తారు. ఇంజక్షన్ చేసేటప్పుడు నొప్పి వుండదు. తరువాత ఇతర చెడు ఫలితాలను ఏమీ ఇవ్వదు.



పేదరికంలో బతికి, పేదరికం పరిహాసం చేస్తూంటే, జీవితంలో ఎదురయ్యే ప్రతి

ఎదురుదెబ్బకు, పాతాళంలోకి కృంగిపోయి, చివరకు తమ ఉనికిని తామే మరచిపోయి, గాలివాటానికి జీవితాన్ని అప్పగించి ఆ గాలివాటం ఎటు తీసుకు వెడితే అటుగా నిరుత్సాహంతో, నిస్సత్తువుగా బాధతో కదలిపోయి జీవితం ఎంత దుర్భరమో అని భావిస్తూ బతికే బడుగు జీవులను మనం ఎందరినో చూస్తూ ఉంటాము.

మనం ఒక విషయం మరువకూడదు.

దారిద్ర్యంలో జన్మించి, పేదరికంలో బాల్యాన్ని గడిపి ప్రపంచాన్ని శాసించే స్థాయికి ఎదిగిన గొప్పవారు ఎందరో ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఉన్నారు. వారి జీవిత చరిత్రలు తెలుసుకుంటే ప్రతి ఒక్కరికి స్ఫూర్తిదాయకంగా ఉంటుంది.

విదేశీయులు

హిట్లర్: హిట్లర్ ప్రపంచాన్ని గడగడలాడించిన నియంత. అతనికొక సరూప రాక్షసుడుగా అందరికీ తెలుసు. అతడు చిన్నతనంలో మతాధిపతి కావాలను కున్నాడు. అందుకే ఒక చర్చికి సంబంధించిన పాఠశాలలో జేరాడు. 1903లో అతని తండ్రి మరణించడంతో స్కూలు చదువు ఆగిపోయింది. ఒక చిత్రకారుడు కావాలనుకున్నాడు. అతని చిత్రాల్లో ఎటువంటి ప్రత్యేకత లేకపోవడంతో ఆ రంగంలో ఎదగలేకపోయాడు.

పేదరికం వెక్కిరిస్తూంటే పొట్టచేత పట్టుకుని పెయింటింగ్లు వేసుకుంటూ పలుపురి చుట్టూ తిరిగేవాడు. పెద్దగా ఆదాయం వచ్చేది కాదు.



మొదటి ప్రపంచ యుద్ధంతో అతని జీవితం మారిపోయింది. తుపాకీ చేతపట్టాడు. ఆ తర్వాత జర్మనీకి నియంత పాలకునిగా ఎదిగి కోట్లాది మంది ప్రాణాలు బలిగొన్నాడు. **మైకేల్ డెల్:** ఇతడే డెల్ కంప్యూటర్స్ అధినేత. చిన్నతనంలో పేదరికం అతనిని వెన్నాడింది. అందుకే ఒక చైనీస్ రెస్టారెంట్ లో అంట్లుతోమి భుక్తిని సంపాదించుకునేవాడు. ఆ రెస్టారెంట్ లో యజమానిని డెల్ స్ఫూర్తిగా తీసుకున్నాడు. ఆ యజమాని తన వృత్తిని ప్రేమించడమే కాదు వచ్చిన ప్రతి కస్టమర్ ను ఎంతో మర్యాదగా పలకరించి సేవలు అందేలా చూసేవాడు. ఈ బాలుడే ఆ తరువాత కంప్యూటర్ అధినేతగా మనకు పరిచయం అయ్యాడు. ఆనాటి రెస్టారెంట్ లో యజమాని తనకు స్ఫూర్తి అని డెల్ చెప్పడం అతని నిరాడంబరతకు నిదర్శనం.

జేమ్స్ బాండ్: సీన్ కాసరే సినిమా నటుడు. అతడే జేమ్స్ బాండ్ గా నటించి ఒక సరికొత్త ట్రెండ్ ను సినీ రంగంలో సృష్టించాడు. ఈ సినిమా నటుడు సినీరంగ

ప్రవేశానికి ముందు శవపేటికలు శుభ్రం చేసి పాలిష్ పెట్టేవాడు.

అప్పట్లో అది అతని వృత్తి. సినీరంగంలో ప్రవేశించిన తరువాత తన అసమాన నటనా చాతుర్యంతో కొన్ని లక్షలమంది ప్రేక్షకుల మనసుల్లో జేమ్స్ బాండ్ గా ముద్ర వేసుకోగలిగాడు.

బెర్గెట్స్: బెర్గెట్స్ ప్రపంచంలోనే అత్యంత ధనవంతుడు. పైగా మైక్రోసాఫ్ట్ అధినేత. అతడు మొదట్లో వాషింగ్టన్ కాంగ్రెషన్ లో కార్యాలయంలో ఒక బాదుగా పనిచేశాడు. **స్టాలిన్:** జోసెఫ్ స్టాలిన్ సోవియట్ దేశాలకు గొప్ప నాయకుడుగా పేరొందిన వ్యక్తి. ది స్టాలిన్ ఒక చెప్పులు కుట్టుకునే కడు పేదవాని కుమారుడు. వీరికి ఏ రోజుకారోజే భుక్తి గడవడం కష్టంగా ఉండేది. స్టాలిన్ తన సొంత కృషితో ఆ పేదరికం నుండి సోవియట్ రష్యాకే తలమానికమైన ఒక అద్భుతమైన నాయకుడిగా ఎదిగాడు.

అబ్రహం లింకన్: ఒక కటిక దరిద్రుని ఇంట జన్మించాడు అబ్రహం లింకన్. తండ్రి పుల్లలు ఏరుకుని నాటిని అమ్ముకుని వచ్చిన ఆదాయంతో బతుకును నడుపుకునే కుటుంబం. చిన్నతనంలో తండ్రికి తోడుగా లింకన్ వెళ్లేవాడు. అటువంటి లింకన్ అమెరికాకు అధ్యక్షుడు అయ్యాడు. అంతేకాదు అప్పటివరకు ఉన్న అమెరికా అధ్యక్షులందరి కన్నా సర్వ శ్రేష్ఠుడుగా పేరు తెచ్చుకున్నాడు.

షేక్స్పియర్: కుటుంబం గడవడం కోసం అప్పులు పాలైన ఆ తండ్రి తనకున్నది అంతా మాత్రమేగాక, తన భార్య నగలు కూడా అప్పుల వారికి జమకట్టాడు. ఇతడే కుటుంబ పోషణ కోసం గుర్రాల దగ్గర కాపలావానిగా ఉద్యోగంలో చేరాడు. ఈ తండ్రి కొడుకే విలియం షేక్స్పియర్. తండ్రి కడు పేదవాడు కావడం వలన షేక్స్పియర్ ఏడవ తరగతి చదువుతో బది మానేశాడు. ఆ చిన్న వయసులో షేక్స్పియర్ నాటకాలు వేసే థియేటర్ లో ప్రేక్షకులకు పాగాకు, పానీయాలు అందించేవాడు. వారి పిల్లలను మల, మూత్రశాలలకు తీసుకు వెళ్లేవాడు. ఇటువంటి షేక్స్పియర్ ప్రపంచం



గర్వింపతగ్గ నాటక రచయితగా 38 నాటకాలు ఇంగ్లీషులో రాసి ఆ భాషకు వన్నె తెచ్చాడు. షేక్స్పియర్ 150 గీతాలు కూడా రాశాడు. ఈనాటికి షేక్స్పియర్ రచనలు నజీవంగా ఉండడమే గాక చదువుకునే విద్యార్థులకు పాఠ్యాంశాలుగా ఉన్నాయి.

మన దేశంలో:

శాంతారామ్ అనే యువకుడు

రైల్వేలో ఫిట్టరుగా పనిచేస్తూ వచ్చిన ఆదాయం సరిపోక సాయంత్రం, రాత్రి ఒక సినిమాహాలు గేటు కీపర్ గా పని చేశాడు.



ఈ శాంతారామ్ ఎవరో కాదు భారతీయ చలన చిత్రాల చరిత్రలో అంతర్జాతీయ ఖ్యాతిని తెచ్చిపెట్టిన ఎన్నో సినిమాలకు దర్శక, నిర్మాతగా ఎదిగాడు.

సినిమా హీరో: నీతి, నిజాయితీలకు మారుపేరుగా ఆయన మేజిస్ట్రేట్ గా పనిచేసి ఏ మాత్రం సంపాదన పై దృష్టి పెట్టక మరణించాడు. ఆయన భార్య పేదరికపు నీడలో నలుగుతూ కేరళ నుండి మద్రాసుకు తన ఇద్దరి పిల్లలతో వచ్చేసింది. ఆ చిన్న పిల్లలు నాటకాలలో వేషాలు వేస్తూ కుటుంబ బోషణ భారాన్ని తీసుకున్నారు. ఒకరోజున రెండవ పిల్లవాడు నాటక యజమాని ఎవరికో వంద రూపాయలు నోటు ఇవ్వడం చూసి ఆశ్చర్యపోయాడు. అంత పెద్ద నోటు ఉంటుందని అతనికి అప్పటి వరకు తెలియదు. ఆ రెండవ అబ్బాయి కోట్లాది రూపాయలు ఆర్జించి కోట్లాది రూపాయలు దానం చేసిన సినిమా హీరో ఎం.జి.రామచంద్రన్. తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రిగా పది సంవత్సరాలు పనిచేసి ముఖ్యమంత్రి ఎలా పరిపాలించాలో తెలియజేసిన ఒక గొప్ప నాయకునిగా ప్రజల్లో చెరగని ముద్ర వేసుకున్నాడు.

ప్రసాద్: ముంబాయిలోని స్టూడియోలలో

అర్ధరాత్రి వరకు పనిచేసి ఆ తరువాత నాలుగైతళ్లు నడచి వచ్చి ఒక టైలర్ షాపులో నిద్రించే వాడు. ఉదయం లేవగానే ఆ షాపు ముందు ఊడ్చి, నీళ్లు జల్లి శుభ్రం చేసేవాడు. తిరిగి నడచి స్టూడియోకి వెళ్లేవాడు. అతడే ఆ తరువాత మనందరికీ తెలిసిన కోట్ల రూపాయల ఆస్తిపరుడు ఎంతో కీర్తిప్రతిష్ఠలు ఆర్జించుకున్న దర్శక నిర్మాత ఎల్.వి.ప్రసాద్.

-డాక్టర్/సి.వి.సర్వేశ్వరశర్మ, సెల్: 9866843982

పిల్లల ఎదుగుదల, ఆరోగ్యంలో 'నిద్ర'పాత్ర!

ఎవరి వయస్సుకు ఎంత సమయం నిద్రపోవాలి అంత సమయం తగ్గకుండా నిద్రపోవడం ప్రతివారికీ అవసరం. అహారం, నీరు గాలి ఎంత ముఖ్యమో, నిద్ర కూడా అంతే అవసరమని గుర్తించి, పిల్లలకు బాల్యం నుంచే ఓ నిర్దిష్ట సమయంలో పడక చేరడం, ఉదయం త్వరగా నిద్రలేవడం అలవాటు చేయాలి. నిద్ర ద్వారా పిల్లలకు మెదడు, శరీరం విశ్రాంతి పొందుతాయి. పగలంతా చదువుతో, ఆటలతో, అల్లరితో అలసిపోయిన పిల్లలు నిద్రపోవడం ద్వారా సేదతీరుతారు. వారి వయస్సును బట్టి ఎంత నిద్ర కావల్సి ఉంటుందో, అంతసమయం పిల్లలు నిద్రపోతే, నిద్రలేవగానే వారు చురుకుగానూ, ఉత్సాహంగానూ ఉండగలుగుతారు. రాత్రి సమయంలో ఎక్కువసేపు టి.వి చూడటం, పెద్దలు పడకచేరే వరకూ, తామూ పడుకోకపోవడం వల్ల బాగా పొద్దుపోయిన తర్వాత నిద్రపోయే పిల్లలు, ఉదయం త్వరగా నిద్రలేచి, స్కూలుకు వెళ్ళడానికి సన్నద్ధం కాలేరు. అటువంటి పిల్లలకు నిద్రాసమయం సరిపోదు. నిద్రతక్కువయిన పిల్లలు బద్ధకంగా, మందకొడిగా ప్రవర్తిస్తారు. మెదడుకు కావలసినంత విశ్రాంతి లభించకపోవడంతో, ఆడపిల్లలలో మేధాశక్తి కుంటుపడుతుంది. ఏ విషయాన్నయినా సరిగ్గా మనస్సుకు ఎక్కించుకోలేరు. ఏకాగ్రత ఉండదు. మానసికంగానే కాక, శారీరకంగా కూడా నిద్రలేచి, పిల్లల ఎదుగుదలకు అవరోధమవుతుందని వైద్య శాస్త్రజ్ఞులు తెలియచేసారు. పిల్లల వయస్సును బట్టి, వారికి రోజుకు ఎన్ని గంటల నిద్ర అవసరమవుతుందో, అంత సమయమూ వారు నిద్రపోయేటట్లుగా పెద్దలు చూడాలి, ఒక నిర్దిష్ట సమయంలో ప్రతిరోజూ పిల్లలు పడక చేరే అలవాటు చేయాలి. పిల్లలకు 8 నుంచి 10 గంటలనిద్ర కావలసి ఉంటుంది. పిల్లల పడక గదిలో నైట్ లైట్ ను ఆన్ చేసి ఉంచాలి. ఎక్కువ కాంతి కానీ, అధికధ్వనులు కానీ పిల్లల నిద్రకు అవరోధం కలిగించుకుండా చూడాల్సి పెద్దలదే. నిద్రపోయేముందు పిల్లలు హార్డ్ చిత్రాలు, భయానకసన్నివేశాలు, హింసతో కూడిన దృశ్యాలను ఉన్న టి.వి పోగ్రాములు కానీ, చలనచిత్రాలను కానీ చూడనివ్వకూడదు. ఎందుకంటే, పిల్లల లేతమనసులపై వాటి ప్రభావం ప్రసరించి, వారిని నిద్రలో కూడా కల్లోల పరుస్తుంది. దుస్వప్నాలు వచ్చి నిద్రాభంగమవుతుంది. అందువల్ల పిల్లలు ఆదమరచి హాయిగా, సుఖంగా, ప్రశాంతంగా నిద్రపోయే వాతావరణం, పరిస్థితి ఉండాలి. చల్లగానిది వారి మేనిని సేదతీర్చేలా కిటికీలు తెరచిఉంచాలి. దోమలపల్ల పిల్లలకు నిద్రాభంగం కలుగకుండా మసిబోకాయల్ని, దోమతెరలు వాడాలి. పిల్లలు సుఖంగా నిద్రపోయేలా మెత్తని పడక ఉంచాలి. సుఖనిద్ర వారిని ఆరోగ్యవంతులుగా చేస్తుంది.





పర్వతాలు, కొండలకు తేడా?

600 మీటర్లకన్నా ఎక్కువ ఎత్తున్న వాటిని పర్వతాలు అంటారు. అంత కన్నా తక్కువ ఎత్తువున్న వాటిని కొండలు అంటారు. పర్వతాలపైనే భూమిమీద ప్రవహించే పెక్కునదులు పుట్టాయి. బాగా ఎత్తయిన పర్వతాలు దాదాపు 14 వరకు హిమాలయాల్లోనే ఉన్నాయి. మనదేశంలో బాగా ఎత్తయిన పర్వతం పేరు 'కాంచెన్ జంగా'. ఇది 8.586 కిలోమీటర్ల ఎత్తు కల్గి ఉంది. సౌర కుటుంబంలో అతి ఎత్తయిన పర్వతం అంగారకగ్రహంపై ఉంది. ఇది 25 కిలోమీటర్ల ఎత్తుగల అగ్నిపర్వతం. దీనిపేరు 'ఒలంపస్ మాన్స్'!

బెలూన్ ఫైకి ఎలా ఎగురుతుంది?

బెలూన్లో హైడ్రోజన్ లేదా హీలియం వాయువునిండి ఉంటుంది. ఈ వాయువులు కన్నా సాంద్రతరమైన గాలిని భూమి తనవైపుకు ఆకర్షిస్తుంది. భూమి వైపుకు బలంగా లాగబడు తున్న గాలి బెలూన్కు చోటు ఇవ్వక పైకి గెంటివేస్తుంది. ఈ విధంగా గాలి ఊర్పు పీడనాన్ని కలుగజేసి బెలూన్ను ఆకాశం వైపు పోయేటట్లు చేస్తుంది.

ఒక జాతిని అది ఉన్న స్థితినుండి అది ఉండవలసిన స్థితికి మార్చగలిగినవాడే నిజమైన రాజనీతిజ్ఞుడు.

-డబ్ల్యు. ఆర్. ఆల్బర్



ముస్తాబు తెచ్చిన ముప్పు!



సర్కస్ నుంచి ఒక ఆడ సింహం తప్పించుకు అడవిలోకి పారిపోయింది. పోతూ పోతూ మాంసంముక్కల పెట్టెను తనతో ఎత్తుకుపోయింది. అడవి లోలోపలికి పోతున్న కొద్దీ దానికి ఎక్కడ లేనంత ఆనందం.. ఇన్నాళ్లూ ఎంతో 'స్వేచ్ఛ' పోగొట్టుకున్నాను అనుకుంది. చాలీచాలని ఆహారంపడేసి సర్కస్ వాళ్ళు తనతో ఎన్ని విన్యాసాలు చేయించేవాళ్ళు? చేయకపోతే కొరడాతో ఎంతలా వాతలు తేలేలా కొట్టే వారు? ఇప్పుడు ఆ బాధలేదు. హాయిగా ఉండొచ్చు..అనుకుంటూ ఓగుహలోకి చేరింది.

ఆకలిగా అనిపించి పెట్టె తెరిచి చూసి ఆశ్చర్యపోయింది. అది మాంసంపెట్టె కాదు. సర్కస్ అమ్మాయిల ముస్తాబు సామగ్రి పెట్టె. ఎలాగో బయటకు వెళ్లి ఓ చిన్న జింకపిల్లను వేటాడి ఆకలి తీర్చుకుని తిరిగి గుహకు చేరుకుంది ఆడ సింహం. వచ్చాక - పెట్టెలో ఉన్న సామగ్రి అంతా బయటకు తీసి పరిశీలించింది.

సర్కస్కు వచ్చే ఆడవాళ్ళు, సర్కస్ లోని అమ్మాయిలు ఎలా చక్కగా ముస్తాబు అవుతారో తనకు తెలుసు కాబట్టి - తానూ చక్కగా ముస్తాబు కావాలనుకుంది. తోకకు గులాబీ రంగు రిబ్బన్ కట్టుకుంది. ముఖాన వాసనగల పౌడర్ అద్దుకుని అందంగా బొట్టు పెట్టుకుంది. కళ్ళకు కాలుక పెట్టుకుంది. వాసనగల అత్తరు నూనె ఒంటికి పాముకుంది. చెవులకు అందమైన రింగులు పెట్టుకుని ఆనందించింది. తన అందం తనకే ముచ్చట కొలుపుతోంది. బయటకు పికారు వెళదామని గుహలోంచి వెలికి వచ్చేసరికి అక్కడ డజన్ల కొద్దీ చిన్నపెద్ద జంతువులు నిలబడి ఉన్నాయి. అత్తరు నూనెల గుబాళింపుకు ఆకర్షితమై అవన్నీ అక్కడ వచ్చి చేరాయి. ముస్తాబులో ఉన్న సింహాన్ని చూసి అవి ఆశ్చర్యపోయాయి. కొన్ని మగ సింహాలు

వెనుకనుకే తిరుగుతూ దానిపై ఎనలేనిప్రేమ కురిపించాయి. ఈ అనుభవం ఆడ సింహానికి కొండంత సంతోషం కలిగించింది. తన లాంటి అందగత్తె సర్కస్లో ఎంత యష్టనం, ఎంత కాలం వృథా చేసుకుందో కదా అని విచారించింది. ఆ తర్వాత- దాని దశ పూర్తిగా మారిపోయింది. మగ సింహాలే వేటాడి దాని గుహలోకి మాంసం తెచ్చిపడేసేవి. అది ఏదికోరితే అది తెచ్చి అందించేవి. తినడం పడుకోవడమే దానిపని. ఎప్పుడన్నా ముస్తాబు చేసుకుని అడవిలో షికారు వెళ్తే దానికి చుట్టూ మగ సింహాలు పహారా కాసేవి. దాని అంద చందాలు చూడడానికి పక్షులు, చిరుతలు, ఎలుగుబంటులు, కోతులూ, కొండచిలువలూ, ఉడతలు చెట్లెక్కి మరీ కూర్చుని చూసేవి.

కాలం ఎప్పుడూ ఒకేలా ఉండదు కదా.. ఆడ సింహం ముసలిదై పోయింది. కానీ ముస్తాబు పిచ్చి మరింత పెరిగింది. ఇదివరకూ మగ సింహాలూ దాని గుహకూరవడం మానేశాయి. తిండికి మాడేపరిస్థితి. వేటాడే మెళకువలు మర్చి పోయింది. ముసలిది ముస్తాబుచేసుకుని అడవిలో తిరుగుతుంటే తక్కిన జంతువులు ఎగతాళిగా నవ్వుకునేవి. పైగా పెద్ద ఎత్తున అత్తరు కొట్టుకుని వేటకు బయలుదేరితే 'అది' వస్తోందని మిగిలిన జంతువులకు ముందే తెలిసిపోయేది. దాంతో వేటాడ దానికి ఒక్కటి కూడా దొరికేది కాదు. క్రమంగా తిండికిదూరమై అది చిక్కి శల్యమైంది. మనుషుల్లా ఈ ముస్తాబు పిచ్చి ఎక్కకుంటే తన జీవితం ఇంత దుర్భరం అయ్యేది కాదు గదా అని విచారించింది. చివరికి అడవిలో ఉండి కూడా ఆహారం దొరక్క అది ప్రాణాలు విడిచింది.

నీతి : అనుకరణలు ఎప్పటికీ ప్రమాదకరమే.

- చంద్ర ప్రతాప్, 80081 43507

వాతావరణంలోని ఉష్ణోగ్రతలను లెక్కించటం అంటే?

భూమి ఉపరితల పొరల్లోని ఉష్ణోగ్రతా వ్యత్యాసాలను శాటిలైట్లు, రాడార్లకు కంప్యూటర్ పరిజ్ఞానాన్ని ఉపయోగించి పరిశీలిస్తారు. వాతావరణంలో కిందిపొరల్లో



వివిధ ప్రదేశాలలో ఉదయం 7 నుంచి 8 గంటల సమయంలోనూ, మధ్యాహ్నం 2 గంటల నుంచి 3 గంటల సమయంలోనూ ఉష్ణోగ్రతను రికార్డుచేస్తారు. అయితే సముద్ర మట్టానికి సంబంధిత ప్రదేశం ఎంత ఎత్తులో వుందో, దాని ప్రకారం ఉష్ణోగ్రత వివరాలను సమోదు చేసే సమయాన్ని "ఇండియన్ మెటియోరాలజికల్ డిపార్ట్మెంట్" నిర్ణయిస్తుంది.

నక్షత్రచేప

ఈ చేపలకు రెక్కలు, తోకలు ఉండవు. ఇవి సముద్రపు అర్చిన్స్, శాండ్ డాలర్స్ వలె ఉంటాయి. పంచభుజి రకాలు పూర్తిగా సముద్ర జంతువులు. కొన్ని జీవులు మాత్రమే ఉప్పునీటిలో నివసిస్తాయి. చాలా చేపలు మిరుమిట్లు గొలిపే రంగులను కలిగి ఉంటాయి. శత్రువులు తమపై దాడికి దిగినపుడు వాటిని దారితప్పించి తమను తాము రక్షించుకోగల సామర్థ్యము ఉంది.

క్లాన్ ట్రిగ్గర్ ఫిష్

ఈ చేపలు ఎక్కువగా హిందూ, పసిఫిక్ మహాసముద్రాలలో నివసిస్తాయి. రాళ్ళు గల లోతులేని, పగడపు దిబ్బల ప్రదేశాల్లో కనిపిస్తాయి. పొట్ట మీద తెల్లని మచ్చలను కలిగి ఉంటాయి. పెదవులు కలిగిన చేపలు. ఈ చేపల పెదవులు నారింజరంగు కలిగి ఉంటాయి.

సీవాన్స్

ప్రపంచంలోకెల్లా ప్రమాదకరమైన జంతువు సీవాన్స్ (Sea Wasp) ఒకరక మైన జెల్లీ చేపవలె వుండే ఈ జంతువు. ఉత్తర ఆఫ్రికాయా దగ్గర అట్లాంటిక్ సముద్ర తీరంలో ఎక్కువగాను, అట్లాంటిక్ సముద్రంలోనే ఫ్లోరిడాకు దక్షిణంగా ఉత్తర కరోలిన దగ్గర, పశ్చిమ ఆఫ్రికా, హిందూ మహాసముద్రాలలో చాలా తక్కువగానూ వుంటాయి. 4-20 సెం.మీ. పొడవు, 10 సెం.మీ. ఎత్తు వుండే ఈ సీవాన్స్ 50కు పైగా టెంటికిల్స్ కలిగి వుంటుంది. వీటిలో 7,50,000 విషాన్ని కలిగిన కుట్టు కణాలుంటాయి. ఈ టెంటికిల్స్ను ఏ జీవీయైనా (మనిషికూడా) రాసుకుంటే చాలు ఐదు నిమిషాల్లో కన్ను మూయాల్సిందే. వీటి ద్వారానే ఇది ఆహారాన్ని సంపాదిస్తుంది.

