

2

● మినిట్స్
కీర్తి సురేష్

'పెంగ్విన్' అశించినంత
ఆనందం ఇచ్చిందో లేదో కానీ..
పెంగ్విన్లా నాజుగ్గా, సన్నగా
మారానంటోంది కీర్తి...



ఆదివారం ఆంధ్రజ్యోతి

13 సెప్టెంబర్ 2020

3

● సంచలనం
క్రమ్

అతను అమెరికాలో పేరు మోసిన లాయరు.
అక్కడున్న అట్టడుగు వర్గాలకు
అపద్ధాంధవుడు.. ఇప్పుడాయన
నల్లజాతికి కొత్త హీరో..



4

● కళ
ఒగ్గు రవి

కళను కళ్ళకద్దుకుని లోకమంతా చుట్టేస్తున్న
ఈ కుర్రాడు.. ఒగ్గుకథ 2.0 తో కొత్త వైభవం
తీసుకొస్తున్నాడు..



5

● కుబేరా
బినేష్ చంద్ర
అగర్వాల్

ప్లాట్ అమ్మితే కానీ జీతాలివ్వలేని అతని
గెలుపు కథ వింటే.. మనం ప్లాట్
అయిపోవాల్సిందే!



15

● విశేషం
నన్నారి
సేద్యం

నన్నారి షర్వత్ ఎంత కూల్గా
ఉంటుందో.. వీరి నన్నారి
సేద్యం కూడా అంతే చల్లగా,
రుచిగా సాగుతోంది..



16

● టాక్ షో
జూహి
చతుర్వేది

కళ్ళతో చూస్తే కానీ కలంతో
రాయనంటున్న ఈ
ఫిల్మ్మేటర్.. కనువిందైన
కథలతో దూసుకెళ్తుంది..



కరోనా ఐపీఎల్ వస్తోంది...

కరోనా
కల్లోలంలో
కనువిందు చేసే
క్రికెట్
పండగొస్తోంది.
అరబ్బు నేలపై
అబ్బురపరిచే
ఐపీఎల్ కోసం
అందరం
ఎదురుచూస్తున్నాం.
ఆ క్రీడోత్సవ
విశేషాలే ఈ వారం
కవర్ స్టోరీ..

అమ్మ నా ధైర్యం

‘మహానటి’ ఒక్కటి చాలు.. కీర్తి సురేష్ ప్రతిభను కొలవడానికి. ఈ మధ్యనే ఓటీటీ ప్లాట్‌ఫాంలో విడుదలైన పెంగ్విన్‌లో కూడా ఆమె అందర్నీ కంటతడి పెట్టించింది. ఒక తల్లిగా సున్నితమైన భావోద్వేగాన్ని అద్భుతంగా పలికించింది. సరే, ఆ సినిమా సంగతి అటుంచితే... ఈ కరోనా కాలంలో ఆమె ఏం చేస్తోంది.. ఆమె మూడే ఎలా ఉంది.. పలకరిద్దాం..



- 1. ‘పెంగ్విన్’కు మీరిచ్చే రేటింగ్?**
నేను ఎమోషనల్‌గా చేసిన సినిమా కదా.. ఎంతయినా ఇచ్చుకుంటా!
- 2. ఫస్ట్ ఎవరితో చూశారు?**
అమ్మతో...
- 3. అందులో మీకు నచ్చిన సీన్?**
తప్పిపోయిన బిడ్డ కోసం తల్లి ఇంతగా తల్లడిల్లిపోతుందా.. అన్న దృశ్యాలు.
- 4. ఆ ఫిల్మ్‌పై వచ్చిన తాజా కాంప్లిమెంట్..**
నిజంగా కన్నతల్లివి నువ్వే అన్నంత భావోద్వేగంతో చేశావు... అంది అమ్మ.
- 5. అంతగా నచ్చలేదన్న వ్యక్తి?**
నా సోదరి రేవతి..
- 6. కరోనా కాలాన్ని ఎలా భరిస్తున్నారు..**
ఖాళీ లేకుండా ఏదో ఒక పనిచేస్తున్నాను. ఊరికే ఉంటే బోర్ కొడుతుంది. బరువు తగ్గడానికి చాలా చేశాను.
- 7. ఈమధ్య ఏం వంట వండారు?**
పప్పు, రసం, ఉల్లి దోశ
- 8. ఇప్పుడు ఏదైనా పుస్తకం చదువుతున్నారా.. ?**
ఏమీ చదవడం లేదు. ఏదో నాకొచ్చిన ఐడియాతో ఒక చిన్న కథ రాశా.
- 9. మిమ్మల్ని ఫిదా చేసిన వెబ్‌సీరీస్..**
చాలానే ఉన్నాయి.. ఒక్కటంటూ ఏమీ లేదు..
- 10. కరోనా నేర్చిన పాఠం. ఒక్కముక్కలో..**
డబ్బు కాదు.. మానవత్వం మనిషికి చాలా అవసరమని నేర్చింది.
- 11. ఖాళీ టైమ్‌ను ఎలా సబ్బినయోగం చేసుకున్నారు**
ఖాళీగా ఉండకుండా ప్లాన్ చేసుకుంటా!
- 12. బాగా బోర్‌గా ఫీలైన రోజు..**
లాక్‌డౌన్‌లో మొదటి వారం రోజులు, సెట్‌లో అయితే టేకికి టేకి మధ్య గ్యాప్ వచ్చినప్పుడు..
- 13. మీరు ఫాలో అవుతున్న టైట్ ప్లాన్.**
మోతాదుకు మించకుండా నచ్చింది తింటా..
- 14. లాక్‌డౌన్ తరువాత షూటింగ్.. తొలి సినిమా ఏది**
రజనీకాంత్ సర్‌తో చేస్తున్న సినిమా!
- 15. చైనా యాక్స్ నిషేధంపై మీ కామెంట్**
ప్రభుత్వం తీసుకున్న నిర్ణయాన్ని గౌరవించాలి.



- 16. కరోనా పోయాక వెళ్లే తొలి టూర్ ఎక్కడికి**
నాకు ఇష్టమైన యూరప్. ఈ పరిస్థితుల్లో ఏ ప్లాన్ లేదు.
- 17. బరువు పెరిగారా.. తగ్గారా?**
బాగా తగ్గాను...
- 18. మహానటిని ఎన్నిసార్లు చూశారు**
లెక్కెసుకోలేదు.. నాకు బాగా కనెక్ట్ అయిన సీన్స్ మాత్రం తరచూ చూస్తా.
- 19. కరోనా భయానికి మీరిచ్చే అభయం**
ఎప్పుడు ఏ అవసరం వచ్చినా నాకు ముందుగా గుర్తొచ్చేది అమ్మే. కరోనా కాలంలో ప్రతి ఇంట్లో ధైర్యం చెప్పేది అమ్మ ఒక్కతే. ‘నీకే కాదు’ అనే మాట అమ్మ నోట వస్తే మనకు వెయ్యేసుగుల బలం. అది నాకెప్పుడూ ఉంటుంది.. లాక్‌డౌన్ టైమ్‌లో ఇంకొంచెం ఎక్కువంది. అమ్మతో ఇంట్లోనే ఉంటూ, కొత్త విషయాలు నేర్చుకున్నాను.
- 20. మీకు ఇష్టమైన ఫెర్వూయమ్**
క్రిస్టియన్ డియోర్
- 21. ఆన్‌లైన్ గేమ్ ఆడతారా? ఏది?**
ఇన్‌స్టాగ్రామ్ మాత్రమే ఎక్కువ ఉపయోగిస్తా. పని ఉంటే తప్ప ఫోన్ పట్టుకోను.
- 22. మీ ఫేవరైట్ పెట్?**
నా కుక్క పిల్ల నైకీ. అలాగే బర్డ్ కూడా!
- 23. తరచూ వీడియోకాల్స్‌లో మాట్లాడే ఆత్మీయులు?**
నా స్కూల్ ఫ్రెండ్ ఆర్తి.
- 24. ఇష్టమైన హీరో**
సూర్య.

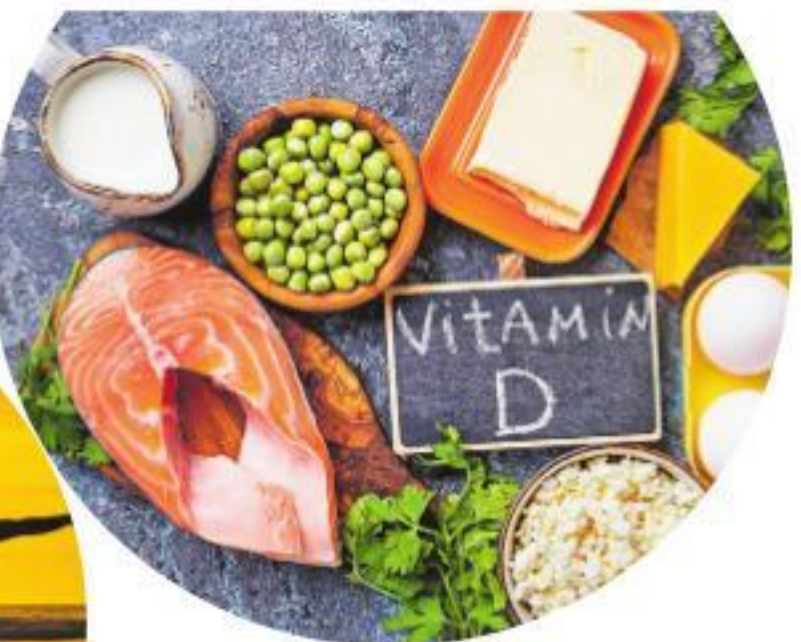
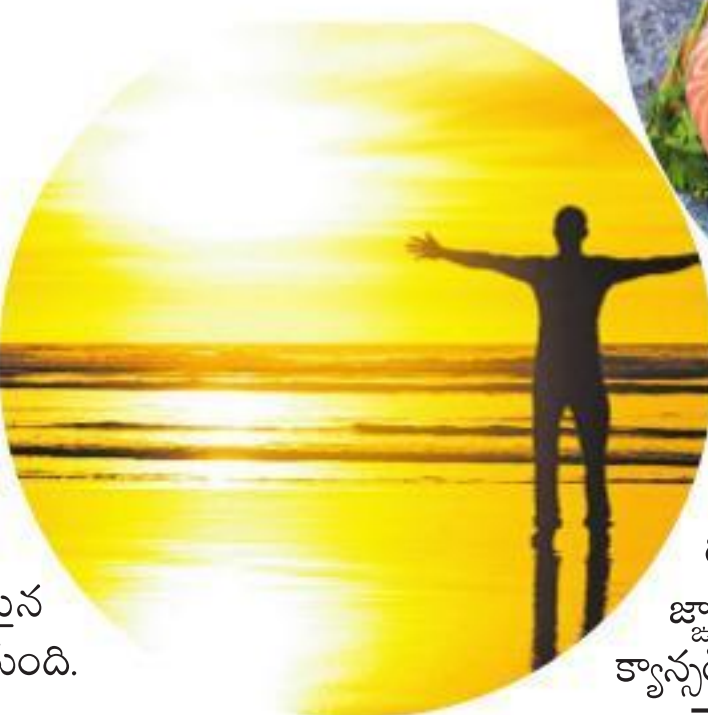
- ఆలపాటి మధు

విటమిన్-డి ఉత్పత్తి చేస్తున్నారా?

ఉదయం ఎనిమిది గంటల నుంచి పదకొండు గంటల లోపు మీరేం చేస్తున్నారు? తల్లులైతే ఇంటి పనులు.. తండ్రులైతే టీవీ చూస్తూ, న్యూస్ పేపర్ తిరుగేస్తూ.. పిల్లలు ఆన్‌లైన్ క్లాసులు, వర్క్ ఫ్రమ్ హోమ్ చేస్తున్న వాళ్ళు ల్యాప్‌టాప్‌లతో, కాలేజీలేని యువతేమో మొద్దు నిద్రతో గడిపేస్తున్నారా? అర్థంబుగా మీ టైం టేబుల్‌లో మార్పులు చేసుకోండి. ఈ సమయంలో ఓ ఇరవై నిమిషాలు బ్రేక్ తీసుకుని ఎండలో గడవడం అలవర్చుకోండి.

తెలుగు రాష్ట్రాల ప్రజలలో విటమిన్ డి తక్కువగా ఉందని ఆరోగ్య రిపోర్టులు తెలియజేస్తున్నాయి. ఈ లాక్‌డౌన్ కారణంగా ఇళ్ల నుంచి బయటకు రావడం మానేశారు. పైగా ఇళ్ల నుంచే పనులు చేస్తూ సూర్యరశ్మి అనేది ఒకటుందనే సంగతే మరచిపోయారు. అసలు ఈ విటమిన్ - డి ఏం చేస్తుంది? గుణాలేమిటి?

- **ఎలా?**
సూర్యరశ్మిలో రోజూ 20 నిమిషాల పాటు గడిపితే చర్మం విటమిన్ - డి ని ఉత్పత్తి చేసుకుంటుంది. దీనికి ఉదయం, సాయంత్రం ఎండలు మంచివి. రోజూ కుదరకపోతే వారానికి కనీసం నాలుగు రోజులైనా ఎండలో గడిపితే అవసరమైన విటమిన్ - డి తయారవుతుంది.
- **ఎందుకు?**
బలమైన ఎముకల కోసం, మధుమేహాన్ని కట్టడి చేసేందుకు, ఇన్‌ఫెక్షన్ సోకకుండా ఉండేందుకు, ఇన్‌ఫ్లూయెంజాను అరికట్టేందుకు, హృద్రోగాల నివారణకు.
- **ఏ ఆహారం?**
పాలు, గుడ్లు, పెరుగు, వెన్న, పిష్ లివర్ ఆయిల్, సాల్మన్, తునా చేపలు, బీన్స్, సోయా బీన్స్, ఆకుకూరలు.



- **ఏ ఆరోగ్య సమస్యలు?**
ఎముకలు పెళుసుబారడం; పిల్లల్లో రికెట్స్; కాల్షియం తగ్గడం; గుండె వ్యాధులు, జ్ఞాపకశక్తి మందగించడం, కొన్ని సమయాల్లో క్యాన్సర్ బారినా పడొచ్చు.
- **ఎలా తెలుసుకోవాలి?**
మన శరీరంలో విటమిన్- డి లోపం ఏర్పడిందా లేదా అనేది సులభంగానే తెలుసుకోవచ్చు. ఒళ్లు నొప్పులు; కీళ్ళు; కండరాల నొప్పులు; బీపీ పెరగడం; అలర్జిలు; సాధారణ బలహీనత.
- **అతి ప్రమాదం**
వైద్యుల సలహాలు లేకుండా విటమిన్ - డి సప్లిమెంట్లను మోతాదుకు మించి వాడితే కిడ్నీ సమస్యలు తలెత్తవచ్చు.

న్యూస్ మేకర్

కాళోజీ నారాయణరావు పుట్టినరోజు వేడుకలు జరుపుకున్నాం. ఆ ప్రజాకవి ప్రతి కష్టంలోనూ మన వెంట నడుస్తున్నట్లే ఉంటుంది.. మన తరపున గొంతెత్తుతున్నట్లే అనిపిస్తుంది..

కాళోజీ నారాయణరావు పుట్టినరోజు వేడుకలు జరుపుకున్నాం. ఆ ప్రజాకవి ప్రతి కష్టంలోనూ మన వెంట నడుస్తున్నట్లే ఉంటుంది.. మన తరపున గొంతెత్తుతున్నట్లే అనిపిస్తుంది..

అమెరికాలో ఇప్పుడొక కొత్త హీరో అన్ని పత్రికల్లో కనిపిస్తున్నాడు. ఈ మధ్యనే శ్వేతజాతి పోలీసు చేతిలో చనిపోయిన జార్జ్ ఫ్లాయిడ్ కేసు వదిస్తున్నదీ అతనే! నల్లజాతి గుండెల్లో నల్ల కోటు లాయర్ గా నిలిచిన ఆ అమెరికా లాయరు బెంజిమన్ క్రంప్.. అట్టడుగువర్గాల ఆరాధ్యయోధుడు...

అది జనవరి 2006.. పద్నాలుగేళ్ల మార్షిన్ లీ అండర్సన్ సరదాగా పనామాలోని ఒక బూట్ క్యాంప్ కు వెళ్లాడు. ఏం జరిగిందో తెలీదు. కుప్పకూలిపోయాడు. వైద్య పరీక్షల్లో బ్లడ్ డిజాస్టర్ అని తెలిసింది. అతని తల్లి ప్రముఖ న్యాయవాది బెన్ క్రంప్ దగ్గరికెళ్లి గోడు వెళ్లబోసుకుంది. అతను రంగంలోకి దిగి శోధించాడు. రెండోసారి శవపరీక్షకు పట్టుబట్టాడు. అదేశించింది కోర్టు. సెక్యూరిటీ వీడియో ఫుటేజీలో.. కొందరు తెల్లజాతి సెక్యూరిటీగార్డులు అండర్సన్ను కాళ్లతో తన్నుతూ.. పిడిగుద్దులు కురిపిస్తూ కనిపించారు. ఆ వీడియోను మీడియాకు విడుదల చేశాడు క్రంప్. అమెరికానియాను పీల్చునుని ఆ కుర్రాన్ని బలవంతం చేస్తే, నిరాకరించినందుకు చంపేశారు వాళ్లు. అదీ వాస్తవం. ఏడాది న్యాయపోరాటం తరువాత.. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఐదు మిలియన్ డాలర్ల పరిహారం చెల్లించక తప్పలేదు. క్రంప్ కోర్టులో పొరాడకపోతే.. ఆ సత్యం సమాధి అయ్యేది.

ఫ్లోరిడాలోని ఒక గేటెడ్ కమ్యూనిటీలో బంధువులుంటే అక్కడికి వెళ్లాడు ఓ నల్లజాతి విద్యార్థి బ్రెవాన్ మార్షిన్. అక్కడొక శ్వేతజాతి వ్యక్తితో వాగ్వాదం జరిగింది. నన్నే ఎదిరిస్తావా? అంటూ జైలులోని తుపాకీతీసి నిర్దాక్షిణ్యంగా కాలేజీ వద్దను. మార్షిన్ అక్కడికక్కడే ప్రాణాలు వదిలాడు. పత్రికల్లో వార్తను చదివిన క్రంప్.. ఆ కేసును బలమైన ఆధారాలతో వాదించి.. కోర్టు ద్వారా పరిహారం రాబట్టాడు.

● **లీగల్ క్రూసిడ్..**

మాకు ఎవరూ దిక్కులేరు అనుకునేవాళ్లకు క్రంప్ దిక్కువృతాడు. పేదలు, నల్లజాతీయులకు ఏ కష్టం వచ్చినా.. నల్లకోటు తొడుక్కుని అక్కడ వాలిపోవడం అతని నైజం. ప్రతి క్షణం ఖరీదైన కాలంగా భావించే అమెరికాలో.. ఫీజులేని లాయర్లను ఊహించగలమా? ఒక్కడున్నాడు.. అని వాషింగ్టన్ పోస్టు, బ్లాక్స్ హీరో అని న్యూయార్క్ టైమ్స్, లీగల్ క్రూసిడ్ అని మరో అగ్రపత్రిక కీర్తిస్తున్నాయంటే.. అదంతా క్రంప్ న్యాయసేవల్లోని మంచితనమే! ఈ మధ్య తెల్లజాతి పోలీసు చేతిలో చనిపోయిన జార్జ్ ఫ్లాయిడ్ కుటుంబం తరపున వదిస్తున్నదీ ఇదే లాయరు. దీంతో నల్లజాతీయుల్లో హాల్వుడ్ హీరోకంటే క్రేజ్ సంపాదించుకున్నాడు బెంజిమన్ క్రంప్.

ఒకప్పుడు చేగువేరా బొమ్మల్ని టీషర్లుపై వేసుకున్నట్లే.. ఇప్పుడు నల్లజాతి గుండెల్లో ఆ నల్లకోటు క్రంప్ కనిపిస్తున్నాడు.

● **బాల్యం నుంచే బాధలు..**

నార్త్ కరోలినాలోని లంబర్ట్స్ లో పెరిగాడు క్రంప్. రైలు పట్టాల పక్కనున్న ప్రభుత్వ సబ్సిడీ గృహాల్లో ఉండేది కుటుంబం. ఒకరకంగా మన దేశంలో పక్కకు విసిరేసినట్టుండే దళితవాడల్లాంటివి ఆ ఇళ్లు. అమెరికాలో జాతివివక్షను చిన్నప్పటి నుంచే అనుభవించాడు. స్కూల్ లో తోటి

తెల్లజాతి విద్యార్థులు ధనవంతులు. వంద డాలర్లు పెట్టి ఖరీదైన బోజనం చేసేవారు. తను మాత్రం ఉచిత బోజనం కోసం క్యూలో నిల్చోవాల్సి వచ్చేది. ఒక బోజనానికి వాళ్లు పెట్టే వంద డాలర్ల కోసం తన తల్లి వారం రోజులు పనిమనిషిగా చేసేది. ఆమె ఒక హోటల్ లో అంటు తోమేది, చెప్పుల ప్యాక్షర్ లో పనిచేసేది. “మేము నివసించే నగరంలో కూడా వాళ్లు (శ్వేతజాతి) ఒకవైపు, మేము ఒక వైపు ఉండేవాళ్లం. ఆ జాతి విభజన ఇళ్లకే పరిమితం కాలేదు. ఎక్కడికెళ్లినా కనిపించి కనిపించని ఒక చిన్న గీతలాంటి అడ్డుగోడ ఉండేది. ఆ వ్యత్యాసం నన్ను ఎంతో బాధించేది..” అన్నాడు. నీ ఆవేదన అక్కడితోనే ఆగిపోకూడదు. ఆలోచనకు దారితీసి, ఆచరణకు పూనుకోవాలి.. అంది అమ్మ. ఆమె - ధూర్ గుడ్ మార్షల్ గురించి చెప్పుకొచ్చింది. అతను పౌరహక్కుల న్యాయవాది. ఆ రోజుల్లో నల్లజాతి, శ్వేతజాతి విద్యార్థులకు సమానమైన విద్య అందేది కాదు. అందుకోసం ఆయన న్యాయపోరాటం చేసి విద్యా సమానత్వం సాధించాడు. “నాకు అతనే ప్రేరణ. ఆ రోజు నుంచి ఈ రోజు వరకు అమెరికాలో అట్టడుగు బలహీన వర్గాల కోసమే నేను బతుకు తున్నాను..న్యాయం ఇప్పుడు నా చేతిలో ఉన్న అస్త్రం..” అని చెప్పుకొచ్చాడు.

● **ముక్కుపిండి వసూలు..**

హైస్కూలు చదువు పూర్తి కాగానే.. ఫ్లోరిడా స్టేట్ యూనివర్సిటీలో స్కాలర్ షిప్ తో చదువుకున్నాడు. అక్కడ ప్రగతిశీల భావజాలం కలిగిన విద్యార్థి నేతలతో జత కుదిరింది. హైస్ స్ అనే చిన్న పట్టణం నుంచి వచ్చిన డారిల్ పార్సో పరిచయం అయ్యాడు. ఇద్దరూ లా చదివారు. ఇద్దరి లక్ష్యం ఒక్కటే- పేదల పక్షం. డిగ్రీ చదివాక న్యాయసేవల సంస్థను ప్రారంభించారు. అప్పట్లో అమెరికాలో ఏ సంఘటన జరిగినా -

తెల్లవాళ్లకు ఒక న్యాయం, నల్లవాళ్లకు ఒక న్యాయం ఉండేది. ఎందుకంటే అన్ని రంగాల్లో తెల్లవాళ్లే ఆధిపత్యం కనుక. డెటోనాలో ఒక డేకేర్ సెంటర్ వాళ్లు రెండేళ్ల పాపను స్కూల్ వ్యాన్ లోనే మరిచి పోయారు. ఆ పాప చనిపోయింది. వాళ్లమ్మకు లాయర్లకు డబ్బులు చెల్లించి, కోర్టుకు ఎక్కే స్థోమత లేదు. క్రంప్ వాళ్ల తరపున



అమెరికాలో

తెల్లజాతి పోలీసు చేతిలో మరణించిన జార్జ్ ఫ్లాయిడ్ సంఘటన.. పెద్ద ఉద్యమానికి ప్రాణం పోసింది. ఇప్పటికీ అమెరికాలో ఏదో ఒక చోట ఉద్యమం ఉడుకుతూనే ఉంది. ఫ్లాయిడ్ కుటుంబం తరపున న్యాయపోరాటం చేస్తున్న బెంజిమన్ క్రంప్ ఆ ఉద్యమంలో ప్రముఖపాత్ర పోషిస్తున్నాడు. అగ్రరాజ్యంలోని అణగారిన వర్గాలకు ఇప్పుడు అతనికొక ఆరాధ్య న్యాయవాది. ఎంతోమంది పేదలకు అండగా నిలుస్తున్న లాయరు. లక్షల రూపాయల ఫలిహారాన్ని రాబట్టిన మొండిఘటం.

సంచలనం

నల్లజాతి గుండెలో నల్లకోటు...



కోర్టుకు వెళ్లాడు. 2.4 మిలియన్ డాలర్ల పరిహారం రాబట్టాడు. అదే అతని తొలి న్యాయ విజయం. ఇంకోసారి.. ఒక ఆటోడీలర్ తన ఖరీదైన కారులో అతివేగంగా వెళుతూ.. ఒక సామాన్య మహిళను డీకొట్లాడు. ఆమె తీవ్రంగా గాయపడింది. ఆమె తరపున ఎవరూ లేరు. క్రంప్ అండగా నిలిచి, ఆ ఆటోడీలర్ పై కేసు వేశాడు. 3.5 మిలియన్ డాలర్ల జూరీ అవార్డు గెలిచాడు. కోర్టుల ద్వారా వచ్చిన పరిహారమంతా బాధితులకే. క్రంప్ ఫైసా ఫీజు తీసుకోడు.

● **సొంత గళం..**

కార్పొరేట్ కంపెనీలు, ధనవంతుల కోసం ఎంతోమంది పేరుమోసిన లాయర్లు ఉన్నారు. నల్లజాతి పేదలకు అవసరమైనంత మంది లాయర్లు లేరు. ఆ కొరతను తీర్చేందుకు - అమెరికాలో భావసారూప్యత కలిగిన లాయర్లతో నెట్ వర్క్ ఏర్పాటు చేశాడు క్రంప్. కాలిఫోర్నియా, జార్జియా, ఇల్లినాయిస్, టెక్సాస్, వాషింగ్టన్ లకు అతని సేవలు విస్తరించాయి. అమెరికాలో ప్రధాన మీడియా కూడా శ్వేతజాతి

“అమెరికాలో జాతివివక్ష అనుభవిస్తేనే అర్థం అవు తుంది. అధికారిక నేర సమాచారాన్ని నేను అధ్యయనం చేశాను. అత్యరక్షణ కోసం నల్లజాతీయులపై తెల్లవాళ్లు కాల్పులు జరిపితే.. పదిహేడు శాతం సమర్థనీయం. అదే ఆత్యరక్షణ పీరుతో తెల్లవాళ్లను నల్లవాళ్లు చంపితే.. కేవలం ఒక శాతం సమర్థనీయం. ఇది అధికారిక గణాంకాలు చెబుతున్న సత్యం. ఆధిపత్య భావజాలం కంటికి కనిపించని శత్రువు. నిర్ణయాత్మక స్థాయిల్లో అది చేయాల్సిన పని చేస్తుంటుంది. ఇదేమీ అమెరికాకే పరిమితం కాదు. ప్రపంచ దేశాల్లోని అట్టడుగు వర్గాలన్నీ అనుభవిస్తున్న బాధ..”

ఆధిపత్యంలోనే ఉంటోంది. తన భావాలు, ఆలోచనలకు అనుకున్నంత చోటు దక్కేది కాదు. బ్రూక్ లిన్ మీడియా పేరుతో సొంత టీవీ ఛానల్ మొదలుపెట్టాడు. అందులో జాతివివక్షకు మూలాలు వెతుకుతూ ప్రత్యేక డాక్యు మెంటరీలను ప్రసారం చేయడం మొదలు పెట్టాడు. కమర్షియల్ టీవీల్లో వచ్చే స్పిన్ షోలు, ఊకదంపుడు చర్చలు, వికృతమైన హాస్యం.. ఇవేమీ ఉండవు. అణగారిన వర్గాల గళం.. బడుగుల వేదన.. న్యాయ పోరాట విజయాలు.. ఇవే ప్రసారం అవుతుంటాయి. కొన్ని సంఘటనలు జరిగినప్పుడు.. ప్రధాన మీడియాలో పడి కొట్టుకుపోదు తన ఛానల్. వర్తదృక్పథంతో న్యాయాన్యాయాలను బేరీజు వేస్తుంది. బాధితుల పక్షా న నిలబడుతుంది.

● **న్యాయంలోనూ వివక్ష..**

లూసియానాలోని ఒక కిరాణాకొట్టులో ఒక నల్ల జాతీయుడు అక్రమంగా సీటీలు అమ్ముతున్నాడంటూ.. అతన్ని ఒక తెల్లపోలీసు కాల్చి చంపాడు. ఆ సంఘటన అన్యాయమైనదంటూ తోటి పోలీసైన నాకియా జోన్స్ పేసేబుకోల్ ఒక పోస్టు పెట్టింది. పోలీసు వ్యవస్థలోని లోపాలను ఎత్తి చూపింది. అందుకు ఆగ్రహించిన పోలీసుశాఖ ఆమెను ఉద్యోగం నుంచి తొలగించింది. ఇప్పుడామె తరపున కోర్టులో వదిస్తున్నాడు క్రంప్. ఇలా.. ప్రభుత్వంలోనూ ప్రశ్నించే స్వరాలకు.. ఆయన న్యాయవరమైన అండ లభిస్తోంది.

- సండే డెన్స్

‘ఇరవై గ్రాముల మిరియాలు కొనుక్కురండి, అక్కడా ఇక్కడా కాదు, మామ కొట్టులోనే తీసుకురండి’... రేపు ఆదివారం కలుసుకుందాం, పదకొండు గంటలకు మన మామ పాపు దగ్గరికే రండి’... ఈ మామ కొట్టు ఉంది అనకాపల్లిలోనో, అమ్రాబాద్ లోనో కాదు, సింగపూర్ లో. ఆ మహానగరంలోని పురాతన స్టోర్స్ లో ఇది కూడా ఒకటి కావడం విశేషం. కస్తూర్బర్ర నోళ్లలో ‘మామ పాపు’గా వాడుకలో ఉన్న ఈ కొట్టు అసలు పేరు ‘ఏవీఆర్ స్టోర్స్’. పాతికేళ్ల వివేకరాజు దీని ఓనర్. ఎప్పుడో యాభైలలో వివేక తండ్రి ఈ కొట్టును స్థాపించాడు. తమిళనాడుకు చెందిన ఆయన 13 ఏళ్ల వయసులో ఓడలో సింగపూర్ కి వచ్చారట. తండ్రికి ఎనభై ఏళ్లు దాటడంతో గత కొన్నేళ్లుగా వివేక స్టోర్స్ ను

సింగపూర్ లో మామ కొట్టు..

చూసుకుంటున్నాడు. లండన్ లో మార్కెటింగ్ అండ్ ఇన్నోవేషన్ సబ్జెక్టులో మాస్టర్స్ డిగ్రీ చేశాడు వివేక్. చాంగై రోడ్డులో ఉన్న ఈ పాపు ప్రస్తుతం సింగపూర్ ల్యాండ్ మార్కెగా మారింది. అక్కడి ప్రభుత్వం హౌజింగ్ అండ్ అర్బన్ డెవలప్ మెంట్ ప్రాజెక్టులో భాగంగా రెసిడెన్షియల్ అపార్ట్ మెంట్ల మధ్యలో కిరాణా కొట్టుకు స్థలాన్ని కేటాయించింది. అలా 97 చదరపు అడుగుల స్థలంలో ఈ పాపు ఏర్పడింది. తొంభైల నుంచి పుట్టుకొచ్చిన సూపర్ మార్కెట్లను తట్టుకుని నిలబడింది. అలాగే యాభైలలో ఏ లుకతో ఉందో ఇప్పటికీ అలాగే ఉంది. అరల మధ్య, డబ్బాలలో విడివిడిగా దినుసుల్ని పోసి



అమ్ముతుంటారు. ఎంత కావాలో అంత తూచి ఇవ్వడం ఇక్కడ ప్రత్యేకత. హామ్ డెలివరీ సదుపాయం కూడా ఉంది. అతి తక్కువగా ఇరవై సెంటుకు కూడా దినుసుల్ని విక్రయిస్తుంటారు. అన్నీ తాజాగా అందిస్తారు. ప్యాక్డ్ అనే మాటే ఉండదు. ఆనాటి లుక్కే ఉంది కానీ ఈ పాపు అనేక రకాల వస్తువులతో సూపర్ మార్కెట్ కు ఏమాత్రం తీసిపోదు. ఇక్కడ యాభై రకాల ఉప్పులు, వంద రకాల నూనెలు లభిస్తాయి. ఇంకా పత్రికలు, వార్తాపత్రికలు, సిగరెట్లు, కర్రీ పవ్ లు, సమోసాల్లాంటివి దొరుకుతాయి. భారతీయ సంతతి ప్రజలు ఈ మామ స్టోర్స్ తమ ఊరి కొట్టుగానే భావిస్తారట. ఒక్కోసారి అప్పుగా కూడా తీసుకువెళుతుంటారట. లాభాల కన్నా నమ్మకం పైనే కొట్టును నడిపిస్తామంటాడు యజమాని. ఎన్నో జాతుల సమ్మేళనమైన సింగపూర్ లో మన కిరాణా కొట్టు ఇంతలా పేరు తెచ్చుకోవడం విశేషమే!.



‘ఒగ్గుకథ’ అనగానే మిద్దె రాములు, చుక్క సత్తయ్య పేర్లు వినిపిస్తాయి. అది ఒకప్పుడు... నవతరంలో ఈ కళారూపాన్ని తన ఇంటి పేరుగా మార్చుకున్నాడు ‘ఒగ్గు’రవి ఉర్రఫ్ చౌదరపల్లి రవికుమార్ (35). ఏళ్ల తరబడి వస్తున్న సంప్రదాయ కళకు ఆధునిక సాబగులు అద్ది... పల్లె నుంచి ప్రపంచానికి సరికొత్తగా పరిచయం చేయాలని కలలు కంటున్నాడు. అంతరించిపోయే ప్రమాదం ఉన్న ఒగ్గుకథను ఒడుపుగా పట్టుకుని, ‘ఒగ్గుడోలు’తో ఓ ఉప్పెనలా ముందుకు దూకుతున్నాడు. కుగ్రామంలో తాత నుంచి నేర్చుకున్న విద్యను విశ్వవ్యాప్తం చేసే దిశగా ముందుకు సాగుతున్నాడు. ఈ అరుదైన కళలో కొందరు మెరికలనూ తయారుచేస్తున్నాడు...

ఒగ్గు కథ 2.0

కళ

2007లో ‘ఒగ్గుకథ’ అరంగేట్రం చేశాడు రవి. అక్కడ వారం రోజుల పాటు జరిగిన పండుగకు 750 రూపాయల పారితోషికం అందుకున్నాడు. అయితే

అనేక ప్రదర్శనలు ఇచ్చే అదృష్టం నాకు దక్కింది’ అన్నాడు రవి. ఈ క్రమంలో తాతల నాటి కళారూపాన్ని, దాని ఆత్మను చెడగొట్టకుండా ఈ తరానికి తగ్గట్టుగా మార్పులు చేర్పులు చేశాడాయన. ఐదేళ్లు పరిశోధన చేసి ఒగ్గుకథకు నాటక లక్షణాలున్నాయని గ్రహించాడు. అప్పటిదాకా మౌఖికంగా ఉన్న కథలకు స్క్రిప్టు రాశాడు. ఎల్లమ్మకథలో పరుశు రాముడు తల్లి రేణుక ఎల్లమ్మ తల కొట్టే సన్నివేశాన్ని తీసుకుని ‘ధర్మాగ్రహం’ పేరిట రవీంద్రభారతిలో ప్రదర్శన ఇచ్చాడు. అనేక హంగులతో ఏర్పాటు చేసిన ఆ ప్రదర్శనకు ఆహాతులు నీరాజునాలు పలికారు.

ఎక్కడ ఒగ్గుకథ కార్యక్రమానికి ఒప్పుకున్నా ప్రసిద్ధ ఒగ్గు కళాకారుడు చుక్క సత్తయ్య తన ఊరికి రావాల్సిందే. తన బృందంతో రిహార్సల్స్ చేయాల్సిందే. జనగామ జిల్లా లింగాల మనవురం మండలంలోని మాణిక్యపురంలో ఉన్న తన ఇంటి ఆవరణలో ఆయన ఒగ్గుకథ రిహార్సల్స్ జరుగు తుంటే... పిట్టగోడ ఎక్కి, తాత చెబుతున్న బీరపుకథను ఆసక్తిగా గమనించేవాడు రవి. అప్పుడతనికి ఏడెనిమిదేళ్లు ఉంటాయి. తాత గళం, కాళ్లకు గజ్జెలతో నృత్యం, డోలు కొట్టే తీరు, కథ చెప్పే విధానం... అన్నీ అద్భుతంగా అనిపించేవి. తన తోటి పిల్లలను వెంటేసుకుని, పగిలిన కుండల మూతికి పాలిథిన్ కవర్ బిగించి డోలుగా, తుమ్మకాయలను కాళ్లకు గజ్జెలుగా కట్టుకుని తాతలాగే కథ చెబుతూ అనుకరించేవాడు. 12 ఏళ్లు వచ్చేసరికి ‘ఒగ్గుకథ’ చెప్పడంలోని మెళకువలు నేర్చుకున్నాడు.

తాత ప్రోత్సాహంతో...

ఒకసారి బీరపు పండుగకు ఖమ్మం జిల్లాలో ప్రదర్శన కోసం ఊర్లో కొందరు ఒగ్గు కళాకారులను ఎంపిక చేస్తున్నారు. రవి బాబాయి “వీడిని కూడా తీసుకుపోదాం” అని చుక్క సత్తయ్యతో అన్నారు. దానికాయన 12 ఏళ్ల రవిని చూసి ‘డోలు కొడతావా’ అన్నారు. వెంటనే రవి ఉత్సాహంగా పాట అందుకుని, తన ప్రతిభను తాత ముందు ప్రదర్శించాడు. దానికాయన మెచ్చుకోవడంతో

‘ఈ కళ బువ్వ పెట్టదు’ అనేది రవి నాయన అభిప్రాయం. “కానీ నాకు కాస్త పట్టుదల ఎక్కువ. కళాకారుడిగానే ఉండాలనుకున్నా” అని తొలినాళ్లను గుర్తు చేసుకున్నాడు రవి. హన్మకొండలో డిగ్రీ తర్వాత ఒగ్గు కళాకారుడిగా తన ప్రతిభను చాటుకునేందుకు తాతతో పాటే తిరిగేవాడు. 2010లో చుక్క సత్తయ్య కాలవిరిగి ఇంటికి పరిమితం కావడంతో ఇక ఒగ్గుకథ చరిత్ర ముగిసిందని అంతా భావించారు. కానీ ఈ సంప్రదాయ కళను బతికించేందుకు కంకణం కట్టుకున్నాడు రవి. తెలంగాణ ఉద్యమంలో సైతం తన ఒగ్గుడోలు విన్యాసాలతో ఒక ఉప్పెనలా మారాడు.

ఆధునిక హంగులు...

ఒగ్గు కళా సాంప్రదాయం ముఖ్యంగా మూడు విధానాలుగా ఉంటుంది. పట్నాలు వేయడం, కథ చెప్పడం, ఒగ్గుడోలు విన్యాసాలు. యువరక్తంతో మంచి ఊపు మీద ఉన్న రవి ఈ తరానికి కనెక్ట్ అయ్యేవిధంగా ‘ఒగ్గుడోలు’ విన్యాసాల వైపు దృష్టిసారించాడు. పల్లె నుంచి పట్నానికి పరిచయం చేసి, మోడ్రన్ థియేటర్లో దానిని కొత్త వుంతలు తొక్కించాడు. ఆహార్యం నుంచి ప్రదర్శన వరకు మార్పులు చేసి... పిరమిడ్స్, స్టంట్స్ తో ఆద్యంతం ఉత్కంఠ భరితంగా మార్చాడు. ఈతరం భాషలో చెప్పాలంటే ఒగ్గుకథ 2.0 అన్న మాట. “నా ఆలోచనలకు తెలంగాణ భాషా సాంస్కృతిక శాఖ తోడ్పాటును అందించింది. తెలంగాణ ఉత్సవాల్లో 40 మందితో కలిసి ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ గారి సమక్షంలో చేసిన ప్రదర్శనను అంతా మెచ్చుకున్నారు. ఆ తర్వాత నేను వెనుదిరిగి చూసుకోలేదు. దేశవ్యాప్తంగా



తాతే నా హీరో!
“నా చిన్నతనంలో మా ఊళ్లో ఉన్న పాల కేంద్రంలోని రేడియోలో తాత (చుక్క సత్తయ్య) ‘ఒగ్గుకథ’ వినేవాణ్ణి. దూరదర్శన్ లో ఆయన ప్రదర్శన చూసేవాణ్ణి. ఢిల్లీ, బెంగళూరు, మద్రాస్... ఇలా ఎక్కడ తాత ప్రోగ్రామ్ పెట్టినా ఆయన రిహార్సల్స్ కోసం హైదరాబాద్ నుంచి మా ఊరికి వచ్చేవాడు. ఆయనకొక టీవీఎస్ ఛాంప్ మోపెడ్ ఉండేది. దాని మీద తాత తీవీగా వచ్చేవాడు. అప్పట్లో ఆయన మా హీరో. అప్పటికే తాత పెద్ద సెలబ్రిటీ కావడంతో ఊరు ఊరంతా ఆయన చుట్టూ మూగేది. నా తోటివారిలా ఇంజనీరో, డాక్టరో అవ్వాలనుకోకుండా, కళాకారుణ్ణి కావాలనుకోవడానికి తాత స్ఫూర్తి. పైగా పాట్లీ శ్రీరాములు విశ్వవిద్యాలయంలో తాత ఇన్ స్ట్రక్టర్ గా ఉండేవారు కాబట్టి నా అడుగులు సహజంగానే ఒగ్గుకథ వైపు పడ్డాయి.

ఒకవైపు ఒగ్గుడోలు విన్యాసాలు చేస్తూనే మరోవైపు యువతరాన్ని ఈ కళ పట్ల ఆకర్షితులను చేసేందుకు ప్రభుత్వ సహకారంతో అనేక వర్క్ షాపులను ఏర్పాటు చేశాడు రవి. ‘ఒగ్గు’ ప్రక్రియలో చేస్తున్న కృషికి 2016-17 సంవత్సరానికి సంగీత నాటక అకాడమీ నుంచి ప్రఖ్యాత ‘ఉస్తాద్ బిస్మిల్లాఖాన్ యువ పురస్కారం’ అందుకున్నాడు. ఆ మరుసటి ఏడాది ‘నేషనల్ స్కూల్ ఆఫ్ డ్రామా’ విద్యార్థులకు గెస్ట్ షాకల్ గా ఒగ్గుకథపై 15 రోజుల పాటు శిక్షణ ఇచ్చాడు. “నాకు 21 ఏళ్లకే ఇంట్లోవాళ్లు పెళ్లి చేశారు. ఇప్పుడు నా ఇద్దరు బిడ్డలు (గౌరీ సన్నిధి, కీర్తి సన్నిధి) కూడా ఒగ్గు డోలు విన్యాసాలు చేస్తున్నారు...” అన్నాడు ఒగ్గు రవి (98669 81809).

వాగ్దానం

కవి కవిత్వం కడలి కెరటం
కవి రాజులకడ కిరీటం
ఆలపిస్తే మధుర గానం
సంధిస్తే వాగ్దానం

నా కవిత్వం నవత మార్గం
యువతను నడిపించే దుర్గం
స్వార్థ రహిత నిస్వార్థ జననం
కార్యదీక్షలో సమిధ దహనం

కాసులకై కవిత రాయను
కాలాన్ని వంచించదలువను
కారుమబ్బులు కమ్ముకున్న
కాంతి మెరుపుల ఖడ్గమవుత

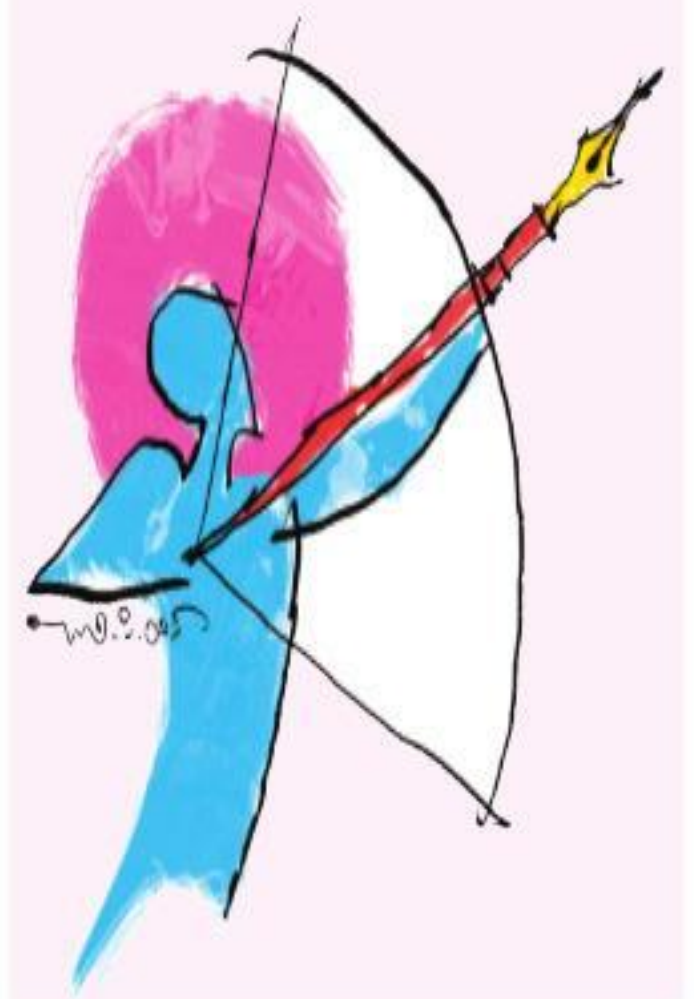
చావు సత్యము గాదు బ్రతకు!
సాగిసందాకేర సమరం
ఈ లోకం నీ ఇల్లు
జనమంతా నీ వాళ్లు
ప్రగల్భాలు మార్పుకో ప్రకృతి
నుంచి నేర్చుకో

అదును తప్పను పదును కత్తులు
అక్షరాలని మరిచిపోను
ఆద మరవను మేధ నాదని
సాధు సజ్జన పాదు మరువను

రాసుకున్నదె కాదు చరిత
రాయబడనిది కూడా చరితే
రాతలతో రగిలించు నిప్పు
రాజి పడకు రానియ్యి ముప్పు

కవికున్నది దివ్య దృష్టి
కలంబడితే మరో సృష్టి
కవికన్నులకందని దృశ్యం
కలదా! ఈ విశ్వమందు

- అందెశ్రీ



ఒగ్గుకథపై పీహెచ్ డీ...

ఒగ్గు కళారూపాన్నే తన జీవితంగా మలుచుకున్న ఒగ్గు రవి ఒకవైపు ప్రదర్శనలు ఇస్తూనే ఎం.ఎ, ఎంఫిల్ చేశాడు. ప్రస్తుతం తెలుగు యూనివర్సిటీలో ‘ఒగ్గు కథ- నాటక లక్షణాలు’ అంశంపై పీహెచ్ డీ చేస్తున్నాడు. ఒగ్గు కళా రూపాన్ని అంతర్జాతీయ స్థాయికి తీసుకువెళ్లాలనే అతని ఆశయం. సంప్రదాయం చెడకుండానే ఈ కాలానికి తగ్గట్టుగా ‘సూక్ష్మంలో మోక్షం’ చూపాలనే ప్రయత్నాలు చేస్తున్నాడు. అందుకు తగ్గట్టుగా సమకాలీన అంశాలను ఒగ్గుకథలోకి మేళవించి ప్రదర్శనలు ఏర్పాటు చేస్తున్నాడు.



క్రీడా సమయం

గత ఆరు నెలలుగా మూసి ఉన్న మైదానాలను ఇప్పుడిప్పుడే తెరుస్తున్నారు. క్రీడా సమయం మొదలైందంటూ వివిధ రంగాల ఆటగాళ్లు ప్రాక్టీస్ చేయడం ప్రారంభించారు. 2016లో రియో పారా ఒలింపిక్స్ లో పాల్గొన్న ఫ్రెంచ్ అథ్లెట్ జీన్ బాప్టిస్ట్ అలైజీ ఇటీవల ఓ మైదానంలో కనిపించాడు. తన కృత్రిమ కాలుతో ప్రాక్టీస్ చేస్తూ క్రీడా స్ఫూర్తిని మరోసారి గుర్తుచేశాడు.



కరోనా తరవాత

చైనాలో జనజీవనం సాధారణ స్థితికి వచ్చేసింది. రాజధాని బీజింగ్ లో గత నెలలో ఓ పార్క్ లో ‘ఇంటర్నేషనల్ టైట్ ఫెస్టివల్’ని నిర్వహించారు. ఆరు బయట జరిగిన ఆ ఉత్సవాల్లో పెద్ద ఆకర్షణగా నిలిచింది ‘ఇమ్మర్సివ్ ఎగ్జిబిషన్’. ఇందులో నృత్యం చేస్తూ ఓ యువతి తన్నయత్నం చెందుతోంది.

బిట్ బ్యాంక్

ఒక్క డాలర్ షో



కరోనా కారణంగా మెక్సికోలోని కుస్తీ పరిశ్రమపై పెద్ద దెబ్బపడింది. జిమ్మీలు, కుస్తీ వెన్నూలు మూతపడ్డాయి. వస్త్రాదు లందరూ ఓ తరుణిపాయాన్ని ఆలోచించారు. సోషల్ మీడియాలో తమ విన్యాసాలను ప్రదర్శించడం మొదలుపెట్టారు. దీనికి ఒక్క డాలర్ ను ఫీజుగా పెట్టారు. ‘లుచా లిబర్ షో’ పేరుతో లింగ్ లో కుస్తీ విన్యాసాలను చేస్తూ తమ కళను కాపాడు కుంటున్నారు.

వేల చేపల ఎగ్జిబిషన్



వేల చేపలున్నా గోల్డ్ ఫిష్ కి సాటి ఏదీ రాదు. అందుకే ప్రతి నీటి తొట్టిలో ఈ చేపలు తప్పనిసరి. ఈ మధ్య జపాన్ రాజధాని టోక్యోలో 2020 ఆల్ట్ అక్టేబరియమ్ ఎగ్జిబిషన్ నిర్వహించారు. ఇందులో ఏకంగా ముప్పై వేల గోల్డ్ ఫిష్ లను ప్రదర్శనలో ఉంచడం విశేషం. పెద్ద మొత్తంలో చేపల్ని చూడడానికి ప్రేక్షకులు పోటీపడ్డారు.

జీతాల కోసం ప్లాట్ అమ్మాడు..

కాలానికంటే ముందుంటే అద్భుతాలు చేయొచ్చు. కానీ, ఒక్కోసారి ఎదురీదే పరిస్థితులే రావొచ్చు. ధైర్యంగా నిలబడితేనే విజయం సాధించగలం అని చెబుతోంది ఇండియా మార్ట్ వ్యవస్థాపకుడు దినేష్ చంద్ర అగర్వాల్ జీవితం. ఆయన ఒక అడుగు ముందుకు వేయాలని సంకల్పిస్తే.. పది అడుగులు వెనక్కి వేసేలా చేశాయి పరిస్థితులు. అయినా కుంగిపోలేదు. ధైర్యాన్ని వీడలేదు..



టెక్నాలజీస్ సంస్థ దినేష్ కు తమ అమెరికా కార్యాలయంలో ఉద్యోగమిచ్చింది. ఆ సంస్థ క్లయింట్ అయిన బ్యాంక్ ఆఫ్ అమెరికా లాంటి కొన్ని కంపెనీలలో పనిచేసే అవకాశం దొరికింది. ఓరోజు ఆఫీసులో సహోద్యోగిని కంప్యూటర్ స్క్రీన్ చూసి ఆశ్చర్యపోయాడు. కొత్తగా వచ్చిన తొలి గ్రాఫిక్ వెబ్ బ్రౌజర్ 'మొజిలైట్'లో ఏ విషయం గురించి అడిగినా పలు వెబ్ సైట్లు దర్శనమిచ్చేవి. రోజూ ఇంటర్నెట్ మీద కొంత సమయం వెచ్చించి ముచ్చటపడేవాడు. ఇక, ఇంటర్నెట్ దే భవిష్యత్తు అని తీర్మానించుకున్నాడు. ఇంటర్నెట్ ఆధారిత వ్యాపారం సొంతగడ్డపై చేయాలనుకుని.. మాతృ దేశం వచ్చేశాడు. కొత్త కంప్యూటర్ కొన్నాడు. అదే అతని తొలి పెట్టుబడి.

నెట్ తొలినాళ్లలో..

ఇంటర్నెట్ తో ఏ వ్యాపారం చేద్దామన్నా దేశంలో పదిహేను వేలకు మించి కనెక్ట్ లేవు. గవర్నమెంట్ ఆఫీసులు, కంప్యూటర్ ఇనిస్టిట్యూట్లలో తప్ప కంప్యూటర్లు ఉన్న కార్యాలయాలు, ఇళ్లు అరుదు. ఇప్పుడు వెబ్ సైట్ డొమైన్ రూ.500 కి కూడా లభ్యమవుతోంది కానీ.. అప్పుడు రూ.6 వేలు చెల్లించాల్సి వచ్చేది. ఇంటి కోసం టెలిఫోన్ కనెక్ట్ తీసుకుంటే పెద్ద టెలిఫోన్ డైరెక్టరీని ఇచ్చింది టెలికాం డిపార్ట్ మెంట్. అంత పెద్ద బుక్కును చూడగానే పాదరసం లాంటి ఆలోచన తట్టింది. విదేశాలలో భారతీయ ఉత్పత్తులకున్న డిమాండ్ ను గమనించాడు కానీ ఎగుమతిదారుల సమాచారం తెలుసుకుని వారితో సంప్రదింపులు జరపడం పెద్ద సమస్య అయ్యింది. భారతీయ ఎగుమతి దిగుమతి దారుల వివరాల జాబితాతో వెబ్ సైట్లు పెడితే విదేశీ వాణిజ్య సంస్థలకు ఉపయోగపడుతుందని అనుకున్నాడు. అలా వుట్టింది 'ఇండియా మార్ట్'. బాబాయ్ కోడుకు బ్రిజేష్ అగర్వాల్ కూడా భాగస్వామిగా చేరాడు. ఎగుమతి-దిగుమతిదారుల వివరాల కోసం వాణిజ్య మంత్రిత్వశాఖ కార్యాలయాలకు చెప్పులు అరిగేలా తిరిగినా ఫలితం లేదు. అయినా నిరుత్సాహపడలేదు. మొండి పట్టుదలతో రెండు వేల పోస్ట్ కార్డులు కొన్నాడు. టెలిఫోన్ డైరెక్టరీ, వార్తాపత్రికల్లోని ప్రకటనలను చూసి వాటి అడ్డంకుల పోస్ట్ కార్డులు రాసి పంపేవాడు. తల్లి భార్య కూడా సహకరించేవాళ్ళు. ఇండియా మార్ట్ కామ్ వెబ్ సైట్లో మీ వ్యాపారం, వస్తు-సేవలు ఉచితంగా నమోదు

డి సెంటర్ 2001, న్యూఢిల్లీ - ఇండియా మార్ట్ ఉద్యోగుల గుసగుసలు..

'ఈ నెలా జీతం వచ్చేట్టు లేదు. మన సారు ఇంటిని అమ్మకానికి పెట్టారట, అది అమ్ముడయ్యాక ముందు అప్పులు తీర్చాలి, సప్లయర్లకు ఇవ్వాలి తరువాతే మన వంతు' ఆర్మెక్ కిందట చేరిన ఉద్యోగి ఆందోళన చెందాడు.

'చూడు బ్రదర్.. మేమందరం బిడెళ్లుగా పనిచేస్తున్నాం, ఏ ఒక్క నెల కూడా ఇలా జరగలేదు. మూడు నెలల జీతం రాకపోయినా అదే ఉత్సాహంతో పనిచేస్తున్నాం.. ఎందుకంటే ఈ సంస్థ ఎప్పుడూ అన్యాయం చెయ్యదు' ధైర్యం చెప్పారు సాటి ఉద్యోగులు.

....అదీ తొలినాళ్లలో కంపెనీ పరిస్థితి..

దార్శనికుడు..

ఉత్తరప్రదేశ్, బహ్రాయిన్ జిల్లాలోని నాన్ పరాలో నివసించే వ్యాపారస్థుల కుటుంబంలో పుట్టాడు దినేష్ చంద్ర అగర్వాల్. తాత, తండ్రి, పినతండ్రులు చిన్నాచితకా వ్యాపారాలు చేసేవారు. చిన్నప్పటి నుంచే చదువులో రాణించాడు. కాన్పూర్ లో కంప్యూటర్ సైన్స్ లో బీటెక్ పూర్తి చేశాడు. సెంట్రల్ టెక్ రైస్ రిజర్వేషన్ సిస్టమ్ సాఫ్ట్ వేర్ ప్రాజెక్ట్ చేపట్టింది అప్పటి ప్రభుత్వ సంస్థ 'కంప్యూటర్ మెయింటెనెన్స్ కార్పొరేషన్'. ఆ ప్రాజెక్ట్ లో (1990) ఇంజనీర్ గా ఉద్యోగం వచ్చింది. కొన్నాళ్ళకు సెంటర్ ఫర్ డెవలప్ మెంట్ ఆఫ్ టెలిమాటిక్స్ (సి-డాట్)లో చేరాడు. ఆయన అనుభవాన్ని చూసిన హెచ్ సిఎల్



చేసుకోండి' అన్నది ఆ పోస్ట్ కార్డుల సారాంశం. ఇందులో ఉన్న ఎగుమతిదారుల ఉత్పత్తులను కొనడానికి కొన్ని విదేశీ వ్యాపార సంస్థలు ఈ మెయిల్ ద్వారా సంప్రదించేవి. కానీ స్వదేశీ ఎగుమతి వ్యాపార సంస్థలకు ఈ మెయిల్ లేకపోవడం వల్ల ప్యాస్ట్, పోస్ట్ కార్డు, పోస్ట్ ద్వారా సంప్రదించి విదేశీ వ్యాపార సంస్థలతో పరిచయం చేసుకున్నాడు.

వెబ్ సైట్ నిర్వహణ..

మరో రెండేళ్లకు ఇంటర్నెట్ సేవలను అందించేందుకు ప్రయత్నం సంస్థలకు అనుమతిచ్చింది ప్రభుత్వం. ఇంటర్నెట్ వాడకం పెరగడం మొదలయింది. వ్యాపార సంస్థలకు వెబ్ సైట్ లు రూపొందిస్తే అటు ఆదాయమూ వస్తుంది, ఇటు ఇంటర్నెట్ వాడకందారులను పెంచుకుంటూ పోవచ్చు.. అని ఓ నిర్ణయానికొచ్చాడు. ఢిల్లీలో 'నిరులాస్' అనే ప్రముఖ గౌలుసుకట్టు రెస్టారెంట్ కి వెబ్ సైట్ ను రూపొందించి మెయింటెనెన్స్ చేయడానికి ఒప్పించాడు. ఏడాదికి రూ.32 వేలీస్తామన్నారట. తొలి ఏడాది 50 సంస్థలకు వెబ్ సైట్లు రూపొందించి ఆరు లక్షలు సంపాదించాడు. ఆ తరువాత గిరాకీ పెరగడంతో ఒక్కో వెబ్ సైట్ కు రూ.50 వేలు

భార్య చేతన అగర్వాల్.
దినేష్ కు తాడూ బొంగరం లేని రోజు నుండి నేటి వరకు అండగా వెన్నుదన్ను గా ఉంటోంది. గోరఖ్ పూర్ లోని ప్రఖ్యాత గీతా ప్రెస్ వ్యవస్థాపకుడి మనవరాలే దినేష్ భార్య చేతన.

కుబేర దినేష్ చంద్ర అగర్వాల్

ఇండియా మార్ట్ వ్యవస్థాపకుడు

కొన్నింటికి వెబ్ సైట్ పెట్టుకొనే స్తోమత, అనుభవం లేవు, మరికొన్ని పెట్టుకున్నా అవ్డెట్ చేయకపోవడం వల్ల ఆన్ లైన్ బేరాలు వచ్చేవి కావు. సవాలక్ష కంపెనీల వెబ్ సైట్లను చూసి కొనే సమయం, ఓపిక పెద్ద వ్యాపార సంస్థలకు లేదు. ఈ పరిస్థితిని తిరగరాసి చిన్న, మధ్యతరహా పరిశ్రమల ఉత్పత్తులు-సేవలను మార్కెట్ చేయడంలో సహాయపడి చేయూతనివ్వాలని ఆలోచన చేశాడు దినేష్. మొదట్లో వెబ్ సైట్ ల ఉద్దేశ్యం అందరికీ అర్థం



కంప్యూటర్లు లేకపోయినా చిన్న వ్యాపారస్థులు సులభతరంగా ఉపయోగించేటట్టు మొబైల్ ఆధారిత ఇండియా మార్ట్ కామ్ వెబ్ సైట్లను సృష్టించాడు. వ్యాపారం పుంజుకొనే సరికి వాటా కొనడానికి వెంచర్ క్యాపిటల్ సంస్థలు క్యూ కట్టాయి. దిగ్విజయ సంస్థలూ ప్రయత్నించాయి కానీ అమ్మనని తెగేసి చెప్పాడు దినేష్. అనేక ఒత్తిళ్లను అధిగమించి ఆఖరికి నిలబడ్డాడు.



వసూలు చేసేవాడు. నేటికీ అదే ధరను వసూలు చేస్తోంది ఇండియా మార్ట్. దేశంలో 50 శాతం ఎస్ ఎంఈ సంస్థల వెబ్ సైట్లు ఇండియా మార్ట్ చేత రూపొందించబడ్డాయి. బుడిబుడి నడకలు వేస్తూండగానే డాట్ కామ్ బబుల్ వెబ్ సైట్లు వ్యాపారాన్ని దెబ్బతీసింది. చేసేదేలేక ఉన్న డబ్బుని, ఉద్యోగులను జాగ్రత్తగా కాపాడుకున్నాడు. ఏడాదిలో వ్యాపారం పుంజుకొంది. చిన్న అద్దె గదిలో కార్యాలయం వుంటే ఎప్పటికీ సంస్థను విస్తరించలేమని నోయిడాలో రెండేకరాల స్థలం కొని కార్యాలయం కోసం సెప్టెంబర్ 10 నాడు శంకుస్థాపన చేశాడు. మరుసటి రోజే అమెరికాలో (9/11) అల్-ఖయదా దాడులు జరిపింది. దెబ్బతో 50 శాతం వ్యాపారం పడిపోయింది.

మార్కెటింగ్ కోసమే..

ఉద్యోగులకు ఆరు నెలల వరకు జీతాలు కూడా ఇవ్వలేని పరిస్థితి. దినేష్ మీద ఉన్న నమ్మకంతో ఒక్క ఉద్యోగి కూడా సంస్థను విడిచిపెట్టి వెళ్ళలేదు. చివరికి తన ప్లాట్ అమ్మి అప్పులు తీర్చి, జీతాలు ఇచ్చాడు. 2008లో ప్రపంచ ఆర్థిక మాంద్యం వచ్చినపుడు మళ్ళీ వ్యాపారం దెబ్బతినింది. ఇలాంటి ఆటంపాట్లు తట్టుకోవాలంటే కేవలం ఎగుమతి-దిగుమతి ఆధారిత సప్లయర్ మీద ఆధారపడకుండా భారతదేశం కేంద్రీకృత బి2బి మార్కెట్ వైపు దృష్టి కేంద్రీకరించాలని నిర్ణయించుకున్నాడు. ఇంటెల్ కాపిటల్ నుండి పెట్టుబడి తీసుకుని సంస్థను బలోపేతం చేశాడు. దేశంలోని చిన్న, మధ్యతరహా పరిశ్రమలు వేల సంఖ్యలో వెలిశాయి.

5 కోట్ల వస్తు సేవలు

- నేడు 80 శాతం కొనుగోళ్ళు- అమ్మకాలు స్మార్ట్ ఫోన్ మాధ్యమం నుండి జరుగుతున్నాయి. సంస్థను బలోపేతం చేసేందుకు 2019లో ఐపీఓ లో షేర్ ఒక్కింటికి రూ.970 చొప్పున రూ.470 కోట్లను ప్రజలనుండి సేకరించింది. ఏడాది లో ఒక షేర్ రూ.3100 కి చేరుకుంది.
- నేడు దేశవ్యాప్తంగా 50 కార్యాలయాలు 2,500 మంది సిబ్బంది ఉన్నారు.
- 40 లక్షల వ్యాపారస్థులు, ఐదు కోట్ల కొనుగోలుదారులతో.. ఐదు కోట్ల రకాల వస్తు-సేవల లావాదేవీలు ఇండియా మార్ట్ కామ్ లో జరుగుతున్నాయి. వార్షిక ఆదాయం వెయ్యి కోట్లు.
- అనేక అంకుర సంస్థల్లో పెట్టుబడి పెట్టి చేయూతనిస్తున్నాడు దినేష్ అగర్వాల్.

కాలేదు. ఇండియా మార్ట్ లో తమ ఉత్పత్తులు పెట్టినంత మాత్రాన అది వారికి వ్యాపారాన్ని సృష్టించగలదన్న నమ్మకం లేదు. అయితే తక్కువ కాలంలోనే బిజినెస్ లీడ్స్ సృష్టించి అందర్నీ ఆకట్టుకుంది. కొన్నాళ్ళకు ఎస్ ఎం ఈ సంస్థల్లో ఇంటర్నెట్ అంటే ఇండియా మార్ట్ అనే భావం పాతుకుపోయేలా ఎదిగింది సంస్థ. నేడు 20 లక్షల సంస్థల వస్తు - సేవలను ఒకే వెబ్ సైట్ లో ప్రదర్శించి వివిధ ఉత్పత్తులు- సేవల జాబితా, అమ్మకం దారుల వివరాలు పొందుపరచి ఆన్ లైన్ బి2బి మార్కెట్ కే షహాన్ షాగా అవతరించింది. దినేష్ ప్రయాణం విన్నాక ప్రతి వ్యాపారికీ ఒకటి అర్థం కావాలి. నేటి కష్టం రేపు ఉండదని..!

- సునీల్ ధవళ, 97417 47700 సీయివో, డ థర్డ్ అంపైర్ మీడియా అండ్ అనలిటిక్స్

శనివారం నాన్ వెజ్ తినొచ్చా?

వీగన్ (తెలుగులో ఏమిటో?) ఉద్యమం పడమట ప్రారంభమై 75 ఏళ్లుగా మన దేశంలో గత 20 ఏళ్లుగా దాని గురించి అవగాహన పెరిగింది. విరాట్ కోహ్లా, వీనస్ విలియమ్స్ వంటి సెలబ్రిటీలు తాము వీగన్లమని ప్రకటించుకోవడం వలన చాలామందికి ఆసక్తి కలిగింది. ప్రపంచంలో శాకాహారులు అత్యధికంగా వున్న దేశం మనదే. మాంసాహారం కంటే శాకాహారం ఉన్నతమైనదీ, పవిత్రమైనదీ అనే భావమూ మనలో వుంది. పుణ్యదినాల్లో, తీర్థస్థలాలలో, మొక్కులతో దేవుణ్ణి సంతృప్తి పరచాలనుకున్నప్పుడు మాంసాహారానికి దూరంగా వుండి శుచిగా వున్నామని భావిస్తుంటాం. అందువలన వీగన్ సంగతి వినగానే 'కొత్తేముంది? మన శాకాహారానికే పాశ్చాత్యులు ఆ పేరు పెట్టారు' అనేసుకుంటాం. నిజానికి శాకాహారాల్లోనే తేడాలున్నాయి. కొంతమంది కోడిని తినకపోయినా కోడిగ్రుడ్డు తింటారు. దాన్ని ఆమెట్ వంటి రూపాల్లో తినకపోయినా కేక్లో వేస్తే తింటారు మరి కొందరు. ఇంకొందరు అదీ తినరు కానీ నీరుల్ని, వెల్లుల్లి తింటారు. జైనులకైతే ఉల్లిపాయలతో బాటు భూమి కింద పండే దుంపలన్నీ నిషిద్ధం. కానీ పాలూ, పెరుగుూ తీసుకుంటారు. వీగన్లయితే జంతు సంబంధమైనవేవీ, అంటే పాలుపెరుగుతో సహా, తీసుకోరు. తిండి విషయంలో కానీ, జంతువుల విషయంలో కానీ, అనేక రకాలుగా వారు జాగ్రత్తలు పాటిస్తారు. అదీ తేడా!

మనం శాకాహారాన్ని గౌరవిస్తామని చెప్పుకుంటాం కానీ జంతువుల విషయంలో చాలా నిర్లక్ష్యంగా వుంటాం. వాటి చర్మాలతో తయారు చేసిన చెప్పులు, హ్యాండ్ బ్యాగ్లు, కంబళ్లు, స్వెటర్లు వాడతాం. వాటిని 'జూ'లలో పెట్టి వినోదంగా చూస్తాం. సర్క్యూలలో వాటి చేత ఆటలాడిస్తాం. దంతాల కోసం ఏనుగుల్ని, గోళ్ల కోసం, చర్మం కోసం పులుల్ని వేటాడుతుంటే పెద్దగా పట్టించుకోం. కొన్నిరకాల వైద్యాల కోసం రకరకాల జంతువులను వేటాడి, ఎగుమతి చేస్తారని తెలిసినా విని పూరుకుంటాం. ఆహారం కోసం జంతువులను, పక్షులను చంపడం వేరు, వాణిజ్యావసరాల కోసం క్రూరంగా చంపడం వేరు. ఆహారం కోసమైతే ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఏటా ఆరు వేల కోట్ల జంతువులను, లక్ష కోట్ల జలజీవాలను తింటారట. ఇదంతా ఆగిపోవాలని, మనలాగే స్వేచ్ఛగా బతికే హక్కు సమస్త ప్రాణులకు ఉండాలని వీగన్ల నినాదం.

అయితే వీగన్ ఆహారం కారణంగా కొలెస్ట్రాల్, స్థూలకాయం అదుపులో ఉంటాయనే లాభమున్నా శరీరానికి దక్కవలసిన స్థాయిలో ప్రోటీన్లు,

కాల్షియం, అయోడిన్, కొన్ని విటమిన్లు, ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ దక్కవట. అందువలన అవి వుండే పదార్థాలను ఎక్కువగా తీసుకోవాలట. ఏది ఏమైనా వీగన్ ఆహారానికి ఒక క్రేజ్ వచ్చింది. రోజూ కాకపోయినా, ఎప్పుడైనా వెరయిటీ కోసం వీగన్ హోటల్కు వెళ్లడం ఫ్యాషన్లైంది. ఆ మధ్య మా బావమరిది తన మారేజ్ యానివర్సరీకి వీగన్



ఓ రోజు రోమ్లో కలిసి అవకాశం వచ్చింది. కలిసి డ్రింక్ తీసుకుందాం అన్నాడు సీతారాం ఏచూరి. సరేనని ఆర్డర్ వుబోతూండగా ఆవేశ శనివారమని సడన్ గా గుర్తుకొచ్చింది. 'ఒరేయ్, తాగనురా' అన్నాను. వాడు చాలా నిరుత్సాహపడిపోయాడు. 'ఇవాళ ఇండియాలో శనివారమా, యిక్కడ శనివారమా, ఎక్కడ కాదో దాన్ని లెక్కలోకి తీసుకుందాం, మామా' అన్నాడు. రెండు చోట్లా శనివారమేరా అన్నాను. 'మనవాళ్లు ప్రతీదానికీ శాపవిముక్తి, ప్రాయశ్చిత్తమో ఏదో ఒకటి పెడతారుగా, ఆ మార్గమేదో చూడు తప్ప మూడ్ పాడుచేయకు' అన్నాడు.

హోటల్లోనే విందు ఏర్పాటు చేశాడు. పదార్థాలు రుచిగా వున్నాయి కానీ రోజూ వాటి మీదే బతకాలంటే కష్టమే.

మా తల్లిదండ్రులు శాకాహారులే అయినా నేను నాన్ వెజ్ కూడా తీసుకుంటాను. లోకులంతా శాకాహారులే అయి వుండాలనే చాదస్తం నాకు లేదు. ఎయిర్ ఇండియా వాళ్లు 'ఇకపై మా ఫ్లయిట్లలో శాకాహారమే పెడతాం' అన్నప్పుడు నొచ్చుకున్నాను కూడా. మనకు నచ్చినది ఎదుటివాళ్లపై రుద్దడం తప్పు. కస్టమర్ దేవుడితో సమానం అన్నప్పుడు

నవరస కందాయం

ఎంచుకునే అవకాశం ఆ దేవుడికి యివ్వాలి కదా. 'ఎరువు రంగు పంచె కట్టుకుని మాత్రమే నా ఎదుట ప్రత్యక్షం కా' అని దేవుణ్ణి నిర్బంధిస్తే ఎలా? పైగా అది బిజినెస్ ను దెబ్బతీస్తుంది కూడా. ఎక్కడికైనా వెళ్లేటప్పుడు ఏ ఎయిర్లైను ఎంచుకోవాలి? అని ఆలోచించినప్పుడు యితర సౌకర్యాలతో బాటు ఫలానా దానిలో మీల్స్, డ్రింక్ బాగున్నాయని తెలిస్తే దానివైపు మొగ్గుతాం. పైగా అందరూ శాకాహారులే అయితే వారికి సరిపడా మొక్కలున్నాయా? ఓ పక్క చెట్లు, మొక్కలు కొట్టేసి కాంక్రీటు అరణ్యాలు తయారుచేస్తున్నారు. పొలాల్ని అగ్నినీ రియల్ ఎస్టేటు వెంచర్లుగా మార్చేస్తున్నారు. మరో పక్క కూరగాయలు మాత్రమే తింటాం అంటే అవి ఎక్కణ్ణించి ఊడిపడతాయి?

నాకు నాన్ వెజ్ విషయంలో పట్టించు లేకపోయినా డ్రింక్ విషయంలో నియమం పెట్టుకున్నాను - కొన్నాళ్లపాటు శనివారం నాడు డ్రింక్ తీసుకోనని మొక్కుకున్నాను. సీపీఎం పార్టీ జనరల్ సెక్రటరీ సీతారాం ఏచూరి మా మేనల్లుడు. మా యింట్లోనే పెరిగాడు. నాకు చాలా ఆత్మీయుడు. వాడు రాజకీయాల్లోకి వెళ్లిన తర్వాత, నేను దిల్లీ వెళ్లినప్పుడు ఇద్దరం బీజేగా వుండేవాళ్లం. కలవడమే గగనమై పోయింది. చివరకు ఓ రోజు రోమ్లో కలిసి అవకాశం వచ్చింది. కలిసి డ్రింక్ తీసుకుందాం అన్నాడు. సరేనని ఆర్డర్ వుబోతూండగా ఆవేశ శనివారమని సడన్ గా గుర్తుకొచ్చింది. 'ఒరేయ్, తాగనురా' అన్నాను. వాడు చాలా నిరుత్సాహపడిపోయాడు. 'ఇవాళ ఇండియాలో శనివారమా, యిక్కడ శనివారమా, ఎక్కడ కాదో దాన్ని లెక్కలోకి తీసుకుందాం, మామా' అన్నాడు. రెండు చోట్లా శనివారమేరా అన్నాను. 'మనవాళ్లు ప్రతీదానికీ శాపవిముక్తి, ప్రాయశ్చిత్తమో ఏదో ఒకటి పెడతారుగా, ఆ మార్గమేదో చూడు తప్ప మూడ్ పాడుచేయకు.' అన్నాడు. 'సరే, పాపపరిహారార్థం యికపై శనివారం రాత్రి భోజనం మానేస్తాను' అని సంకల్పం చెప్పుకుని వాడి ముచ్చట తీర్చాను. అది యిప్పటికీ



పాటిస్తున్నాను. శతకోటి దరిద్రాలకు అనంతకోటి ఉపాయాలని మనవాళ్లు ఊరికే అనలేదు. ✿

డా. మోహన్ కండా

విశ్రాంత ఐఏఎస్ అధికారి



విన్నవాడే విన్నర్ !

- సరసి

“ఏదైనా ఎదురుగా ఉండి చెప్పింది వేరు, గోడ చాలు నుంచి చెప్పింది వేరు” అన్నాడొకాయన ఆన్లైన్ పాఠాల గురించి పెదవి విరుస్తూ. “అలా అనకండి, నేర్చుకునే జిజ్ఞాస ఉన్నవాడు ఎక్కణ్ణించి చెప్పినా వింటాడు” అన్నాడు పక్కాయన.

ఓ లాయర్ గారు ముందు గదిలో క్లయింటుతో మాట్లాడి పంపించేసేక వంటింట్లోంచి ఆయన భార్య వచ్చి ఏ పాయింటు మీద వాదించాలో చెప్పేది ఆ ట్యూబులైట్ లాయరు గారికి. వంట వండుతూ ఓ చెవి ఇలా పడేసేదావిడ.

ఒకసారి వినగానే గుర్తు పెట్టుకోగల మేధావులున్నారు. వాళ్ళు ఏకసంతాగ్రాహాలు. స్కూల్లో మేష్టారు అడిగేరు ‘ఏకసంతాగ్రాహి’ అంటే అర్థం ఏమిటని. దానికో బుద్ధిశాలి ఇలా చెప్పాడు. ‘ఒకే సంతలో సరుకులు కొనుక్కొచ్చి గ్రహించేవాడు’ అని. ‘అహ నా పెళ్ళంట’ సినిమాలో రాజేంద్ర ప్రసాదు ‘కిటికీలోంచి చూసి డాన్సు పట్టేసా’ అంటాడు. మా సత్తిపెన్ని ఎవరింట్లోనా వెళ్లిందంటే ఒక్క చూపులో ఆ ఇంట్లో ఏమేమి వస్తువులున్నాయో కనిపెట్టేస్తుంది తరవాత అప్పుకెళ్ళొచ్చుని!

సాధారణంగా ‘అనడం’ అలవాటైనవాళ్ళకి ‘వినడం’ ఇష్టం ఉండదు. వాగుడు వినికిడికి శత్రువు! సొంత డబ్బా కొట్టుకునే వాళ్ళకి పరుల డబ్బా వినబడదు. ‘వినదగు నెవ్వరు చెప్పిన’ అంటే ‘నెవ్వర్’ అనేవాళ్ళు వీళ్ళకి వీళ్ళకి అదేం ఖర్మమో వినేవాళ్ళు ఎప్పుడూ లోకువే!

అయితే, వినేవాడు ఎప్పుడూ ఆస్తిపరుడే! వాగేవాడే ఖర్చు మనిషి!! బాస్ చెబితే గుమస్తా వింటాడు. ఆ బాస్ ఇంటి కెళ్ళేక పెళ్ళాం మాట వింటాడు. అలాగే ఇంటి ఓనరు చెబితే అద్దెవాడు వినాలి. డాక్టర్ చెప్పేది పేషంటు వినాలి. మృదంగిష్టు చెబితే ఘటం వాయించేవాడు వింటాడు. పడవ నడిపేవాడు చెబితే పండితుడు వినాలి.

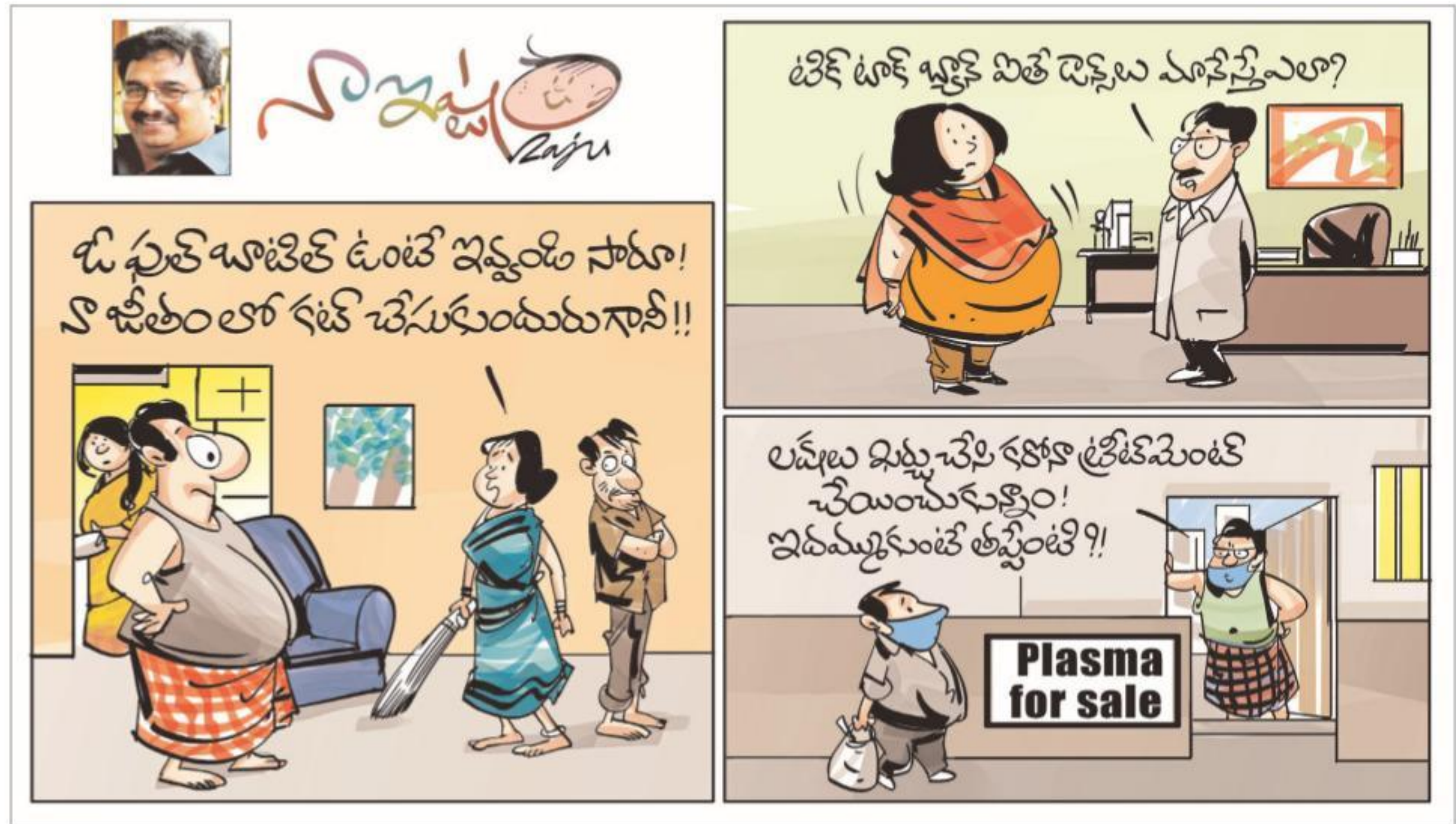
మా హైస్కూలు రోజుల్లో తెలుగు మేష్టారు సుబ్బారావు గారు. బ్రహ్మచారి. ఆయన తమ్ముడు మూర్తి. ఇంట్లో వుండేది వాళ్లిద్దరే. వంట వొండటం, బట్టలుతకడం వాడి పని. వాడు మా క్లాసు మేటు. రోజూ పెన్ను స్క్రూ తీసి రెండు చుక్కలు ఇంకు పొయ్యిరూ రేపిచ్చేస్తా’ అంటూ ఉంటాడు. స్క్రూ రాకపోతే నోటితో తీస్తాడు. అందువల్ల పెదాలు, చేతివేళ్ళూ ఎప్పుడూ ఇంకు మయం! పైగా కోతి చూపులు చూసేవాడు. అయితే వాడు జీనియస్!

హాఫ్ ఇయర్లీ పరీక్షల్లో ఆ రోజు తెలుగు పేపర్. అందరికీ ప్రశ్నాపత్రాలు ఇవ్వడంలో ఎలా జరిగిందో పొరబాటుగా మూర్తికి ఎనిమిదో తరగతి పేపరుకి బదులు ఎనెనెల్వీ పేపరిచ్చారు. వెంటనే ‘నాది కాదిది’ అని చెప్పాలి కదా? చెప్ప లేదు. రెండు గంటల్లో పేపరు రాసేసి ఇచ్చేసి వెళ్ళిపోయాడు. తరవాత పేపర్లు దిద్దేటపుడు పొరబాటు తెలిసింది. పేపర్ దిద్దితే డెబ్బై మూడు మార్కులు వచ్చాయి నూటికి. అందరూ ఆశ్చర్య పోయారు. ‘తుంటరి పని’ అని తెలుగు మేష్టారు తమ్ముడిని కొట్టబోతే, టీచర్లందరూ ఆపేరు. ‘తప్పు వాడిది కాదు మనది’ అని. అయితే ఎనిమిదో తరగతి కుర్తాడు ఎనెనెల్వీ పేపర్ అంత గొప్పగా ఆస్సరెలా చెయ్యగలిగేదన్నది కొళ్ళను! దానికి జవాబు ‘వనికిడి!!

రోజూ మేష్టారింటికి అన్ని క్లాసుల కుర్రాళ్ళు ఫ్రైవేటుకి వచ్చేవాళ్ళు. మూర్తి లోపల వంట వండుతూ, బట్టలు ఉతుకుతూ ఆ పాఠాలు వినేవాడు. అలా విన్నవే అవి! కేవలం వనికిడి జ్ఞానంతో అన్ని మార్కులు తెచ్చుకుని ‘జెరా’ అనిపించుకున్నాడు!

మాస్కులు పెట్టుకోమని, చేతులు కడుక్కోమనీ పదే పదే చెబుతున్నారపుడు. అది వినాలి, పాటించాలి. అలాగే ఆన్లైన్లో చెప్పిన పాఠాలైనా, అనుభవం చెప్పిన గుణపాఠాలైనా వినాలి. విన్నవాడే ఎప్పటికీ విన్నర్!!

- 9440542950





ఎడారుల్లో కనిపించే పాడవాటి కాక్టస్ మొక్కలు తెలుసుగా. చుట్టూ ముళ్లతో ఉండే ఈ మొక్క మధ్యలో బొలియ చేసి అందులో నివాసం ఉంటుంది 'గిలా వుడ్ పెక్టర్'. ఇవి ఓ రకం వర్షంగి పిట్టలు అనే చెప్పుకోవాలి. కాక్టస్ లపై ఉన్న ముళ్ల వీటి గూడుకు రక్షణ. అందుకే తెలివిగా ఇవి ముళ్ల మొక్కల్నే ఆవాసాలుగా చేసుకుంటాయి.



పూర్వకాలంలో వాడే మట్టి పొయ్యిలు గుర్తున్నాయిగా. 'ఓవెన్ బర్డ్' అని పిలిచే పక్షులు ఆ పొయ్యి ఆకారంలో తమ గూడును కడతాయి. ఇందుకు మట్టి, గడ్డి, చిన్న కర్ర పుల్లల్ని వాడతాయి. ఎంత గట్టిగా కడతాయో వాటిని వానొచ్చిన ఆ చిట్టి గూళ్లు కూలిపోవు. చలికాలంలో వెచ్చగా, వేసవిలో చల్లగా ఉండడం ఈ గూడు ప్రత్యేకత.

అందమైన గూళ్లు అల్లడంలో ముందుంటాయి 'బ్లాక్ హెడెడ్ వీవర్' పక్షులు. చెట్టు చివరన చిన్న కొమ్మకి పచ్చని ఆకులు, తీగలు, గడ్డితో గుండ్రని గూడును నిర్మిస్తాయి. కాలితో తీగల్ని అదిమిపెడుతూ, ముక్కుతో వాటిని అల్లుతూ చాకచక్యంగా కట్టేస్తాయి. ఒకే చెట్టుకి వేలాడే వీటి గూళ్లను చూడటానికి రెండు కళ్లు చాలవు.

చిన్నపాటి గుడిసెనే కట్టేస్తాయి 'బోవర్' పక్షులు. అందునా కేవలం ఆడపక్షి గూడు నిర్మిస్తుంది. కనిపించిన ప్రతి పుల్లని, ఆకుని, గడ్డిని ఏరుకొచ్చి గూడుని భారీగా నిర్మిస్తుంది. అంతేకాదు గూడు ముందు అందంగా ఉండాలని అనేక రంగుల్లోని వస్తువులను తీసుకొచ్చి పడేస్తుంది. నీళ్లబాటిల్ క్యాప్లు, పువ్వులు, మెత్తటి ఆకులు ఇలాంటివన్నీ దాని గూడు ముందు కనిపిస్తాయి.



గొప్ప ఆర్కిటెక్ట్లు

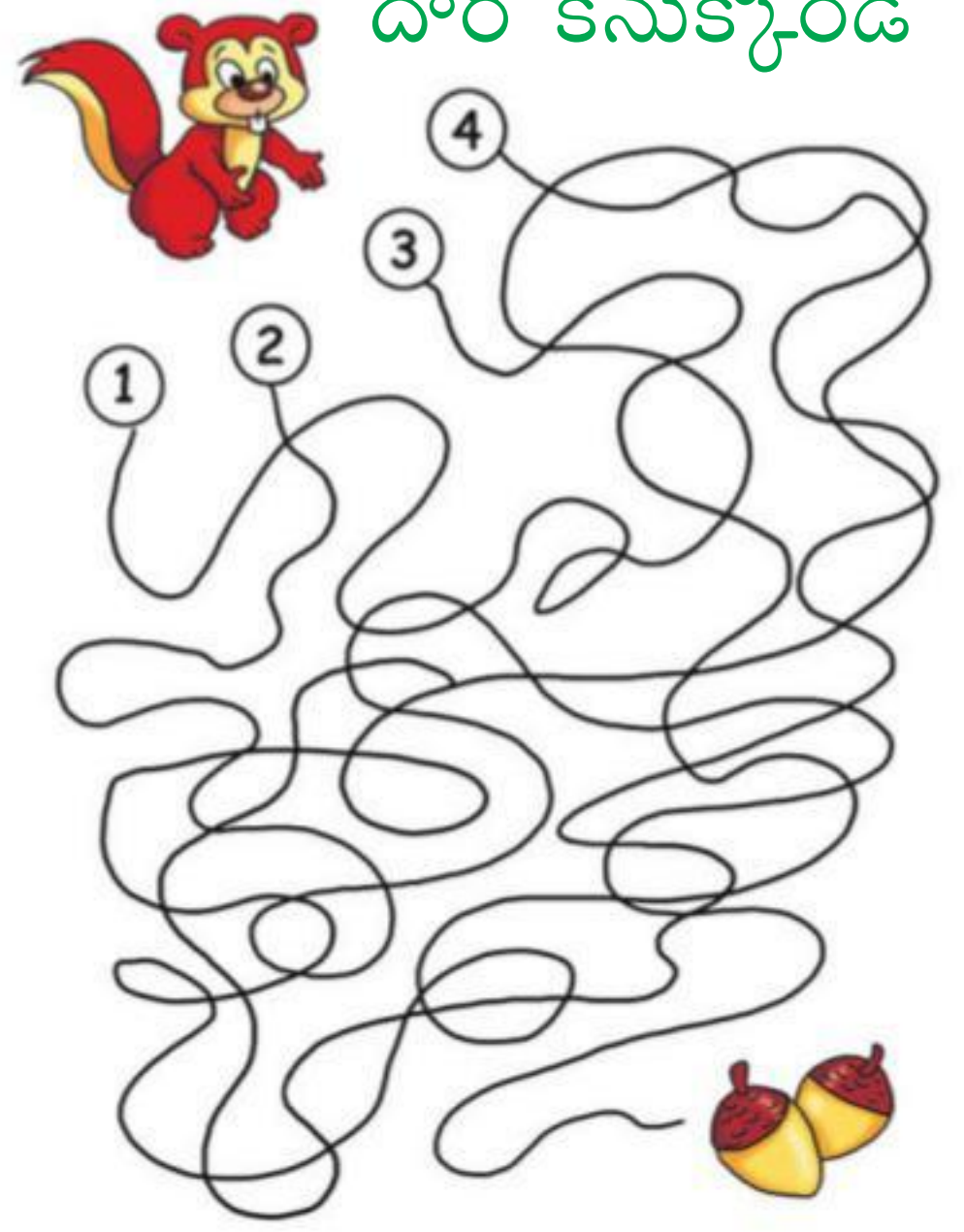
నిర్మాణ కౌశలంలో మానవుడిని మించిన వారు లేరనుకుంటాం కానీ... నిజానికి ఈ పక్షులను మించిన ఆర్కిటెక్ట్లు లేరని చెప్పాలి. ఉన్నంతలో తమ గూడును ఎంత పటిష్టంగా కట్టుకున్నాయో చూడండి.

పక్షుల గూళ్ల గురించి చెప్పుకుంటే... ముందుగా ఎవరికైనా గుర్తొచ్చేది గిజిగాడు అనే పిట్ట గూడే. ఈ పిట్టలను ఆంగ్లంలో 'బయా వీవర్ బర్డ్' అంటారు. చెట్లు కొమ్మలకు సంచిత వేలాడేలా కట్టే ఈ గూడు చూడటానికి ఎంతో చక్కగా ఉంటుంది. గడ్డిపోచల్ని చీల్చుకొచ్చి వాటితో గూడు అల్లుతుంది మగ పక్షి. అంతేకాదు అందులో నివాసం ఉండే ముందు ఓసారి ఊపి చూస్తుంది. గాలివాటుకు ఏమాత్రం తట్టుకుంటుందో పరీక్షిస్తుంది.

ఎత్తయిన ప్రదేశాల్లో గూళ్లను కట్టుకుంటాయి తెల్ల కొంగలు. చెట్టు చివరన, కొండ శిఖరాగ్రాన, ఇంటి పై కప్పు మీద ఇలాంటి ప్రదేశాలనే అవి ఎంచుకుంటాయి. గూడు కూడా ఎత్తుగా కడతాయి. ఎండుపుల్లలను గుండ్రంగా చుడుతూ గూడును పూర్తి చేశాయి. కొన్ని కొంగలు తాము బతికినంత కాలం ఒకే గూడులో నివసిస్తాయి.



దారి కనుక్కోండి



కనుక్కోండి

ఇచ్చిన ఆంగ్ల పదాలు పజిల్లో ఎక్కడ ఉన్నాయో వెతకండి.

S G H T E N J D I R T Y R J Y T
E P A E H C E G L H I S F W W E
T B S A L I H T G E R N F O H G
N C L R H O C I K C D R R R I H
I R E O A X R K A A I X O R T C
Y O E S P B M A O E M T E S E L
O O P I M N X W N O X T B R E O
U A E N T A D D A N G E R O U S
N E F H V T L U E K W I A E F E
G N I K E Y I L H S N U V H U D
E G H E A L T H Y G F Q E M N I
K H I O K L N E R V O U S U I R

- | | | |
|---------------|----------|-----------|
| 1: THIN | 6: AWAKE | 11: CLEAN |
| 2: UNFRIENDLY | 7: CALM | 12: OPEN |
| 3: EXPENSIVE | 8: BIG | 13: BLACK |
| 4: SAFE | 9: SICK | 14: LOUD |
| 5: AFRAID | 10: DARK | 15: OLD |

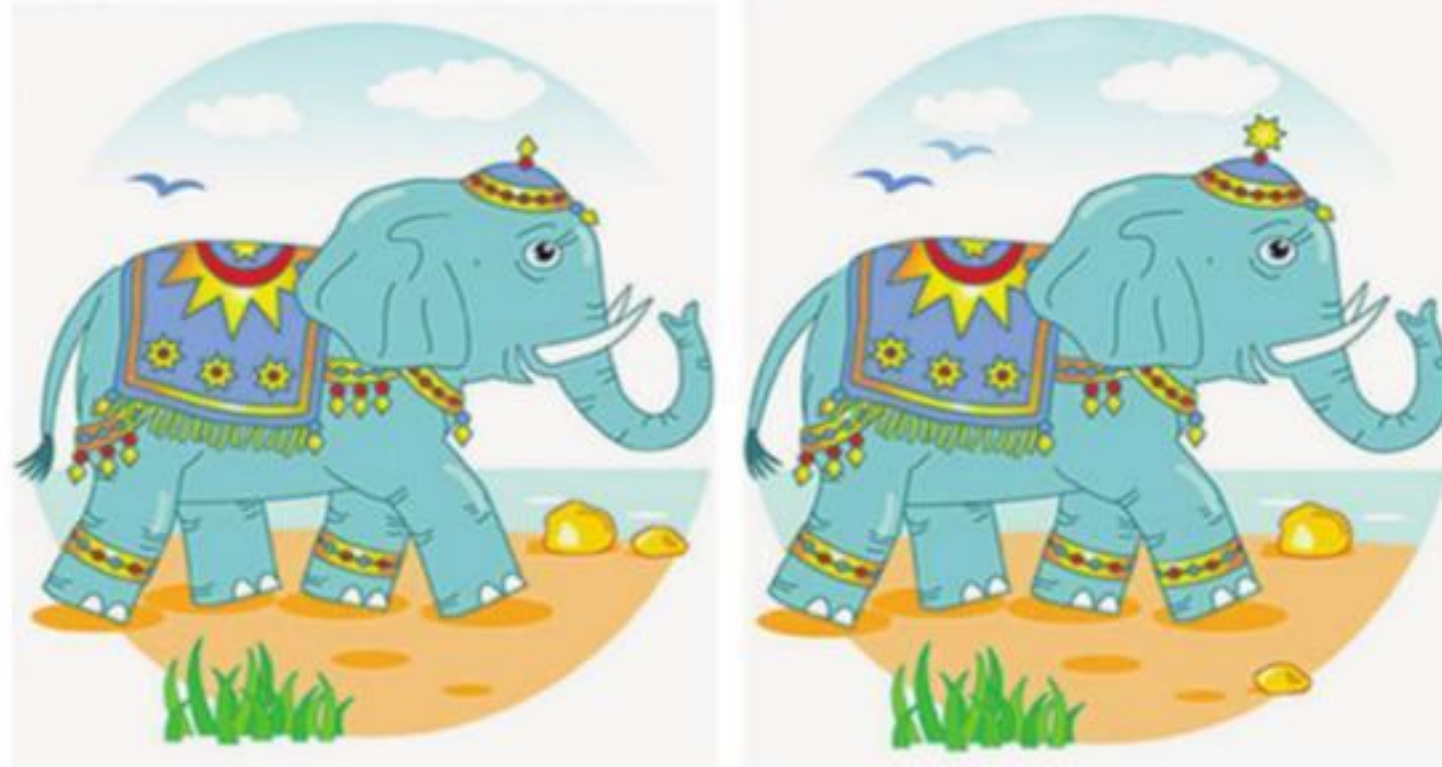
టీవర్: 'నేను యాపిల్ పండు తింటున్నాను' ఈ వాక్యాన్ని ఆంగ్లంలో చెప్పు చింటూ.
చింటూ: ముందు యాపిల్ పండు ఇవ్వండి టీవర్. తింటూ చెబుతాను.

నవ్వుల్ నవ్వుల్

టీవర్: హోం వర్క్ చేయక పోతే ఇంటికి పంపించేస్తా అని చెప్పానా లేదా?
ఎందుకు చేయలేదు?
చింటూ: ఇంటికెళ్లి పోవచ్చు కదా అని.



ఏడు తేదాలేంటి?

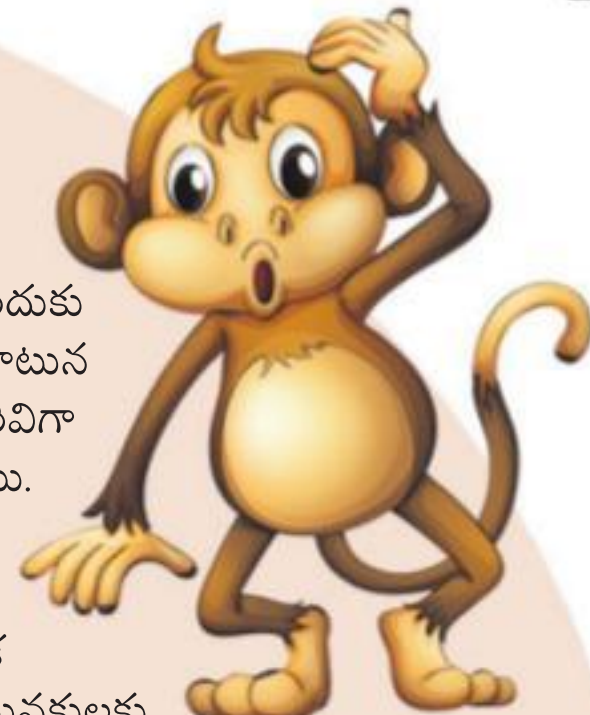


కోతి కప్పాలు

ఒక అడవిలో కోతి ఆనందంగా జీవించేది. ఎవరినీ ఇబ్బంది పెట్టేది కాదు. కాకపోతే ప్రతిది తెలుసుకోవాలన్న కుతూహలం ఎక్కువ. అదే అడవిలో నివసించే తోడేలును కోతి బాగా గమనిస్తూ ఉండేది. రాత్రిపూట ఆ తోడేలు పక్కనున్న గ్రామంలోకి వెళ్లి మేకలను చంపి తిని వచ్చేది. ఆ విషయం కోతికి తెలిసింది. ఒకరోజు తోడేలుతో 'నువ్వు చాలా తెలివైనదానిలా ఉన్నావే. మనుషుల కళ్లగప్పి మేకల్ని భలే తినేసి వచ్చేస్తున్నావ్' అంది. అది విని తోడేలు 'మరేమనుకుంటున్నావ్ నేనంటే' అంటూ పొంగి పోయేది. కోతికి తన గురించి ఎప్పుడూ ఏవేవో గొప్పలు చెప్పుకునేది. పాపం కోతి అవన్నీ నిజమనుకుని కళ్లంతవి చేసుకుని వినేది.

ఒకరోజు కోతి తోడేలుతో 'ఈసారి నువ్వు మేకల కోసం వెళ్లినప్పుడు నన్ను కూడా తీసుకెళ్లవా...' నువ్వెలా మేకల్ని దొంగిలించి తింటున్నావో చూడాలనుంది' అంది. దానికి సరేనంది తోడేలు. ఆరోజు రాత్రి తోడేలుతో సహా ప్రయాణమైంది కోతి. కాకపోతే రోజూ ఒక మేక మాయమవుతుండడంతో ఆ గ్రామస్థులంతా ముందే ఒక ఉపాయం ఆలోచించారన్న సంగతి వీటికి

తెలియదు. మేకల్ని పట్టుకెళ్తున్నదెవరో తెలుసుకునేందుకు యువకులంతా చెట్లు, గోడల చాటున మాటు వేశారు. తోడేలు, కోతి రీతిగా నడుచుకుంటూ ఊళ్లోకి వచ్చాయి. నేరుగా మేకలున్న చావిడికి వెళ్లాయి. వాటిని చూశాక మేకలు మాయమవ్వడం వెనుక రహస్యం ఏంటో అర్థమైంది యువకులకు. ఇంకేముంది కర్రలతో వాటిపై దాడి చేశారు. పాపం కోతి లబోదిబోమంటూ 'నేను మాంసం తినను... వాటిని తినడానికి వచ్చింది తోడేలు. నన్నదిలేయండి' అంటూ వేడుకుంది. దానికి 'తోడుగా వచ్చావు'గా అంటూ మరో రెండు తగిలించారు యువకులు. వారి నుంచి తప్పించుకుని అడవిలోకి పరుగుతీసింది కోతి. తోడేలును మాత్రం బాగా ఉతికి ఆరేశారు గ్రామస్థులు. ఆ రోజు కోతి అడవిలో తన పనేదో తాను చేసుకుని బతుకుతోంది. ప్రతిది తెలుసుకోవాలన్న కుతూహలాన్ని వదిలేసింది. అనవసర విషయాల్లో జోక్యం చేసుకోకూడదని తెలుసుకుంది.




మీకు తెలుసా?

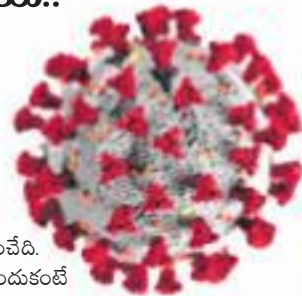
✧ సర్కస్ లో అంత ఎత్తున తాడుపై బ్యాలెన్స్ చేస్తూ నడిచే వారిని 'ప్యూనంబలిస్టు' అంటారు.
✧ 1788లో జరిగిన ఓ యుద్ధంలో ఆస్ట్రేలియా సైనికులు పొరబాటున వేరే రెజిమెంట్లకు చెందిన తమ సైన్యంపైనే దాడి చేశారు. దీని వల్ల దాదాపు పదివేల మంది సైనికుల్ని కోల్పోయారు.
✧ ప్రపంచంలో ఎక్కువమంది తింటున్న చిరుతిండి చిప్స్.

కరోనా ఐపీఎల్ వసోంది...

జీవితమే ఒక ఆట. ఆ ఆటకు కరోనా విరామం ప్రకటించింది. భూగోళానికి ఎవరో అదృశ్యశక్తి వచ్చి తాళం వేసినంత స్పష్టత అవహించింది. ఆటపాటల్లేవు.. ఎందువినోదాల్లేవు. క్రీడాభిమానులు లేని మైదానాల్లా.. ఆనందోత్సాహాల్ని పండుకోలేని జైలు పక్షుల్లా, ఎవరికివారే ఒంటరిగా, భయంగా బతకాల్సిన పరిస్థితి. ఆ కరోనా భయం ఇప్పుడిప్పుడే మెల్లగా మాయమవుతోంది. మళ్ళీ ఆట మొదలైంది. ఆ ఆట ఐపీఎల్ అయితే కొంత ఊరట! ఈసారి ఎడారి ప్రాంతాలైన దుబాయి, షార్జా, అబుదాబిలలో (ఈ నెల 19 నుంచి) జరగనుంది. ఈ నిశ్శబ్ద వాతావరణాన్ని బద్దలుకొట్టేందుకు.. మళ్ళీ మన జీవితాన్ని ఆటలా మార్చేందుకు సన్నద్ధం అవుతున్నారు క్రికెటర్లు. ఇంట్లో కూర్చుని టీవీల్లో ఐపీఎల్ వీక్షించేముందు.. ఇదింత పెద్ద క్రీడా వేడుకో ఒకసారి నెమరేసుకుందాం..

ఐపీఎల్ అలా మొదలైంది..


ఇండియన్ ప్రీమియర్ లీగ్ (ఐపీఎల్) పుట్టుకకు కారణం? ఇండియన్ క్రికెట్ లీగ్ (ఐసీఎల్) అనే చెప్పొచ్చు. 2007లో వెలుగుచూసిన ఐసీఎల్ను జనీసీఐ నిషేధించింది. ఇందులో ఎవరు ఆడినా వారి కెరీర్ అంతటితో ముగిసినట్లేనని ప్రకటించింది. అసలు తామే అధికారికంగా ఓ లీగ్ను ఎందుకు ప్రారంభించకూడదని బోర్డు భావించింది. అనుకున్నదే తడవుగా అదే సంవత్సరం సెప్టెంబరు 13న ప్రాంచైసీ ఆధారిత టీ 20 టోర్నమెంటును ప్రకటించింది. అదే ఇండియన్ ప్రీమియర్ లీగ్. మరుసటి ఏడాది ఏప్రిల్లో అట్టహాసంగా ప్రవచించానికి పరిచయం అయ్యింది. అప్పటి జనీసీఐ ఉపాధ్యక్షుడు అలిట్ మాఝీ ఈ లీగ్ వెనకకున్న మార్కెట్వేర్ అని చెప్పొచ్చు. ఏడుగురు సభ్యుల (మాజీ ఆటగాళ్లు, ఆఫీసు బేరర్లు)తో కూడిన పాలక మండలి ఈ లీగ్ను అజమాయిషీ చేస్తుంది. ఇక ప్రాంచైజీలను కొనుగోలు చేసేందుకు నాలుగిండ్ల మిలియన్ డాలర్ల కనీస ధరతో 2008, జనవరిలో వేలం వేశారు. బెంగళూరు, హైదరాబాద్, ముంబై, చెన్నై, ఢిల్లీ, జైపూర్, కోల్కతా, మొహాళీ నగరాలతో కూడిన జట్లున్న.. ఆయా పాలిత్రామవేత్తలు కొనుగోలు చేశారు. ఈ డెబ్బతో ఏడాది వ్యవధిలోనే ఐపీఎల్ కనుమరుగైంది. మరో రెండేళ్లకు పుణె, కొచ్చి పేర్లతో మరో రెండు జట్లు చేరినా.. వీటి ఉనికి స్వల్ప కాలమే.



ఐపీఎల్లో కొత్తగా తెరమీదకి వచ్చిన అంశం.. బయో బబుల్. ఈసారి దీని ద్వారానే లీగ్ను నిర్వహిస్తారు. సింపుల్ గా చెప్పాలంటే.. బయటి వ్యక్తులతో సంబంధం లేకుండా...

ఆటగాళ్లందరినీ ఒక సురక్షిత వాతావరణంలో ఉంచడం, ఇందులో ఫ్లెయర్లతోపాటు సహాయక సిబ్బంది, మ్యాచ్ అధికారులు కూడా ఉంటారు. ప్రతి జట్టూ విడివిడిగా ఈ బబుల్ రక్షణలో ఉంటుంది. ఇంగ్లండ్కు చెందిన సెక్యూరిటీ సొల్యూషన్ కంపెనీ రెస్టాటూ వీటిని రూపొందించింది. ఐపీఎల్ విడి విధానాల ప్రకారం హోటళ్లు, ప్రాక్టీసు సెన్టర్లు మ్యాచ్లు, రవాణా సమయాల్లో ఈ బబుల్ నిబంధనలే అమల్లో ఉంటాయి.

ఇది ఎలా పనిచేస్తుందంటే.. రక్షణ వలయం బబుల్లో అడుగుపెట్టడానికి ముందే ఎనిమిది జట్లు ఆటగాళ్లు, సిబ్బందికి మూడుసార్లు కరోనా

ప్రాంచైజీలకు ఆదాయం ఎలా?

ఐపీఎల్ ఆటగాళ్లపై ప్రాంచైజీలు కోట్లకు కోట్లు కుమ్మరిస్తున్నాయి కదా..! మరి వీటికి లాభాలు ఎలా వస్తాయి? అనే కుతూహలం ప్రతి ఒక్కరికీ కలగడం సహజం. ఐపీఎల్ అంటేనే ఒక భారీ ప్రాజెక్టు, ఆటగాళ్ల ఫీజులు పక్కనపెడితే.. వారికి వసతి, రవాణా, సిబ్బందిపై పెట్టే ఖర్చులన్నీ ప్రాంచైజీలే భరించాలి. ఇంత డబ్బును పెట్టుబడిగా పెడుతోంది లాభాలను ఆర్జించడానికే అనేది జగమెరిగిన సత్యం. ఐపీఎల్ స్పాన్సర్ల నుంచే మెజాంటీ ఆదాయం లభిస్తుంటుంది. గత ఏడాది వరకు టైటిల్ స్పాన్సర్ గా ఉన్న చైనా కంపెనీ వివో నుంచి బోర్డుకు ఏడాదికి రూ.440 కోట్లు ఆదాయం వచ్చింది. ఈసారి లీగ్ కోసం డ్రీమ్ 11 సంస్థ రూ.222 కోట్లతో ఒప్పందం కుదుర్చుకుంది. ఇక, అధికారిక భాగస్వాములుగా ఉన్న టాటూ మోటర్స్, అసీ లకాడమీ, క్లెడ్ డ్యారా రూ.120 కోట్లు, అంపైర్ స్పాన్సర్ నుంచి రూ.28 కోట్లు, పూహాత్మిక సమయాన్ని స్పాన్సర్ చేసే కంపెనీ నుంచి రూ.30 కోట్లు రాబోతున్నాయి.

వైద్య పరీక్షలు చేస్తారు. ఒక్కసారి ఇందులోకి ప్రవేశించాక స్టేడియం, హోటల్ కు తప్ప వేరే చోటికి వెళ్లే అవకాశం ఉండదు. బయటి వ్యక్తులు, అభిమానులను కలుసుకోవడానికి వీల్లేదు. టీమ్ బస్సులో కానీ, విమానాల్లో కానీ బౌతికదూరం పాటేస్తూ ప్రయాణించాలి. కుటుంబ సభ్యులను ఆటగాళ్లతో అనుమతించినప్పటికీ.. వారికి టీమ్ బస్సులో వెళ్లే అవకాశం లేదు. వారు కూడా బబుల్ పరిధిలోనే ఉండాలి. ఇక, టీవీ బ్రాడ్ కాస్టింగ్ గ్రూప్ నకు వేరే బబుల్ ఉంటుంది. బయో బబుల్ నిబంధనలను అతిక్రమిస్తే? బీసీసీఐ కఠినచర్య తీసుకుంటుంది. అలాంటి ఆటగాళ్లను కొన్ని మ్యాచ్ లకు దూరం పెట్టే అవకాశం ఉంది. ఇటీవలే ఇంగ్లండ్ పేసర్ ఆర్చర్ ఇలాగే తన ఇంటికి వెళ్లినందుకు.. టెస్టు మ్యాచ్ నుంచి తప్పించారు. ఇక ఐపీఎల్లో రూలేసు అతిక్రమించిన ఆటగాడు మార్కం రోజుల పాటు ఐసోలేషన్ లో ఉండాలి. వైద్యపరీక్షల్లో

రెండుసార్లు నెగిటివ్ అని తేలితేనే.. తిరిగి బబుల్ లోకి వస్తాడు.

క్రీడాకారులు తమ కంప్లెక్సిమెంట్ జోన్ ను దాటి వెళ్లకూడదు అనేది బయోబబుల్ ముఖ్య ఉద్దేశ్యం. అందుకే ఆటగాళ్లందరి చేతులకు జీవీఎస్ ఆధారిత ట్రాకర్లు, మెడలో బడి కార్డులు ఉంటాయి. వీరి కదలికలను ఎప్పుటికప్పుడు సిబ్బంది మానిటర్ చేస్తుంటారు. బౌతికదూరం పాటించకపోతే బ్లాటూక్ పరీకరంతో శబ్దం వచ్చే ఏర్పాటు చేశారు.

బయోబబుల్ రక్షణలో బుకిలకు కష్టకాలం వచ్చింది. ఆటగాళ్లతో బయటి వ్యక్తులు ఎవరూ కలిసే అవకాశమే లేదు. వాళ్లతో కాంటాక్ట్ కావాలంటే ఉన్న ఏకైక మార్గం సోషల్ మీడియా ఒక్కటే. ఆటగాళ్లు సోషల్ ఖాతాలపై కూడా బీసీసీఐ ఓ ఉన్నదని ఉంచుతుంది కాబట్టి బుకిలు, ఫిక్చర్లకు ఛాన్స్ లేదు.



టీవీ ఛానళ్లకు రికార్డు రేటింగ్..

అసలే ఇది కరోనా కాలం. వివోనం కరువైంది. సినిమాపోళ్లు ఇంకా తెరుచుకోలేదు. పర్యాటకం మొదలవ్వలేదు. ప్రజలందరూ ఇళ్లకే పరిమితం అయ్యారు. ఇలాంటి సమయంలో ఐపీఎల్ దేశ ప్రజలను అమితంగా ఆకర్షించే వీలుంది. మైదానాలకు వెళ్లె ప్రత్యక్షంగా చూసే అవకాశం లేదు కాబట్టి.. ఇళ్లలో టీవీలకు అతుక్కుపోవడం ఖాయం. ఆపురాపురుమంటూ ఎదురుచూస్తున్న క్రీడాభిమానుల వల్ల బ్రాడ్ కాస్టింగ్ పంట పండనుంది. లీగ్ చరిత్రలోనే ఈసారి టీవీ ఛానళ్లకు అత్యధిక టీఆర్పీ రేటింగ్స్ వస్తాయనే ఆశతో ఉన్నారు. టీవీ, ఇంటర్నెట్, మొబైల్ డ్యారా ఎక్కువ మంది మ్యూచేలను వీక్షించే అవకాశం ఉంది. సహజంగానే ఈ ధోరణి ప్రకటనకర్తలను విశేషంగా ఆకర్షించనుంది. తద్వారా స్టార్ గ్రూప్ నకు భారీ ఆదాయమే సమకూరనుంది. గత ఏడాది ఈ లీగ్ వ్యూయర్ షిప్ లెక్కలన్నీ తిరగరాసింది. 12వ సీజన్ ను 46.2 కోట్ల మంది వీక్షించినట్లు బార్క్స్ ఇండియా ప్రకటించింది. ఇది 2018తో పోలిస్తే వన్సెండు శాతం ఎక్కువ. ఈ మ్యూచేలను ఎనిమిది భారతీయ భాషల్లో ప్రత్యక్ష ప్రసారం చేయడం.. ఇంత ఆదరణకు కారణం, ఈ సారి కరోనాతో అందరూ ఇళ్లలోనే ఉంటున్నారు కాబట్టి.. టీవీ రేటింగ్స్ లో కొత్త రికార్డులు నమోదుకానున్నాయని చెబుతున్నారు విశ్లేషకులు.

అమ్మె.. జరిపి తీరాల్సిందే!

కరోనా వల్ల సకంగా ఒరింపిక్స్, అంతర్జాతీయ స్థాయి క్రీడలు సైతం వెనక్కివేశాయి. ఐపీఎల్ ను జరిపే బీసీసీఐ మాత్రం మొండిపట్టుదలతో ముందుకే వెళ్లింది. దీనికి కారణం? లీగ్ డ్యారా వచ్చే వేలకోట్లు రూపాయల ఆదాయమే! బీసీసీఐని సంపన్న బోర్డుగా మార్చడంలో ఐపీఎల్ దే కీలకపాత్ర. ఒకవేళ లీగ్ ను రద్దు చేసుకుంటే బోర్డుకు వచ్చే నష్టం సుమారు నాలుగువేల కోట్ల రూపాయలు. ఈ స్థాయి సంపాదన ప్రపంచ క్రికెట్ లో మరో టోర్టిల్ నుంచి కూడా రాదు. మీడియా ప్రసార హక్కులు, బ్రాడ్ కాస్టింగ్ డ్యారా స్టార్ గ్రూప్ నుంచే ఇంచుమించు రూ.3,300 కోట్లు బోర్డుకు సమకూరుతుంది. చైనాతో విభేదాల కారణంగా ఆ దేశానికి చెందిన వివో కంపెనీ టైటిల్ స్పాన్సర్ షిప్ నైట్రాలగడంతో రూ.440 కోట్లు పోయినా.. ఆ స్థానంలో వచ్చిన డ్రీమ్ 11 డ్యారా రూ.222 కోట్లు రాబోతున్నాయి. మరో రూ.170 కోట్లు ఇతర స్పాన్సర్ల రూపంలో అందుతాయి. అందుకనే ఎలాగైనా సరే ముందుకెళ్లాలని నిర్ణయం తీసుకుంది బీసీసీఐ. తాజాగా షెడ్యూల్ ప్రకటించడంతో.. ఇక ఐపీఎల్ నిర్వహణ ఖాయం అయిపోయింది.

మధ్యలో కరోనా వస్తే?

ఆటగాళ్లకు కరోనా రాకుండా బీసీసీఐ పకడ్బందీగా చర్యలు తీసుకున్నా.. లీగ్ ను కూడా మహమ్మారి వెంటాడుతోంది. క్వారంటైన్ లో ఉన్న సమయంలోనే చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ జట్టులో షకంగా 13 మందికి పాజిటివ్ గా తేలడం అందర్నీ బెంబేలెత్తించింది. దీనికి భయపడే స్టార్ బ్యాట్స్ మన్ సురేష్ రైనా భారతీకు వచ్చేకాదనే కథనాలు వెలువడ్డాయి. ఆ తరువాత బీసీసీఐ మెడికల్ టీమ్ లోని సభ్యుడికి కూడా కరోనా సోకింది. టోర్నీ ఆరంభం అయ్యాక బయో బబుల్ లో ఉన్న ఏ క్రికెటర్ కైనా కరోనా సోకితే.. రెండు వారాలపాటు ఐసోలేషన్ లో ఉంచుతారు. ఆ తరువాత 24 గంటల వ్యవధిలో రెండుసార్లు కొవిడ్ పీసీఆర్ పరీక్షల్లో నెగిటివ్ గా తేలితే బబుల్ లోకి ఆహ్వానిస్తారు.

ఫ్యామిలీతో ఆ నలుగురు..

ఐపీఎల్ ను క్రికెటర్లు ఒక పిక్టిక్ గా భావిస్తూ.. తమ భార్యా పిల్లలను వెంట తెచ్చుకుంటారు. కానీ, ఈసారి కరోనా భయంతో అంతా తారుమారైంది. కుటుంబ సభ్యులను బయోబబుల్ లో అనుమతించే విషయం ఆయా ప్రాంచైజీలకే బీసీసీఐ వదిలేసింది. అయితే ఫ్యామిలీతో కలిసి వచ్చేందుకు ఆటగాళ్లే వెనకడుగు వేశారు. కానీ, ముంబై కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మ తన భార్య రిజ్జా, కూతురు సమైరాతో వచ్చాడు. ఆరీసీఐ సారథి విరాట్.. అనుష్క శర్మతో కలిసి వచ్చాడు. ధావల్ కులకర్ణి, సూర్యకుమార్ యాదవ్ లు కూడా తమ భార్యలతో వచ్చారు.

టీ-ట్యంటీ పోయి లీగ్ వచ్చే..

కరోనా డెబ్బకు హోటళ్లు, థియేటర్లు, వినోద కేంద్రాలు మూతపడ్డాయి. మైదానాలు కూడా బోసేపోయాయి. ఒక రకంగా చెప్పాలంటే కరోనా వల్ల.. ఒక్కసారిగా క్రీడాల్లోకం మూగబోయింది. ఐపీఎల్ పైనా ఆ ప్రభావం పడింది. షెడ్యూల్ ప్రకారం 13వ సీజన్ మార్చి 29 నుంచి ప్రారంభం కావాల్సి ఉంది. క్రీడాభిమానులు అందరూ జట్లందరూ ఎదురుచూస్తున్నారప్పుడు. సరిగ్గా అదే సమయంలో లాక్ డౌన్ ప్రకటించింది ప్రభుత్వం. దాంతో లీగ్ నిరవధికంగా వాయిదా పడుతూ వచ్చింది. వివరికి ఆస్ట్రేలియాలో జరగాల్సిన టీ20 ప్రపంచకప్ 2022కి వాయిదా పడటంతో.. ఐపీఎల్ కు ప్రాణం వచ్చినట్లయింది. ఈ విడోలో జరిపేందుకు బీసీసీఐ నిర్ణయించింది. యూఏఈ మ్యాచ్ ల నిర్వహణకు గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇవ్వడంతో.. ఐపీఎల్ భారత్ నుండి అక్కడికి తరలింది. వివరికి కేంద్రం కూడా ఓకే చెప్పొక. క్రికెట్ జట్లన్నీ ఎడారి దేశానికి తరలాయి. కరోనాతో వినిగివేసారిన క్రీడాభిమానులు ఇళ్లలో కూర్చుని తిలకించేందుకు సన్నద్ధమయ్యారు. ఇదొక ఊరట కలిగించే విషయం.

ప్లేయర్	టీమ్	ధర
విరాట్ కోహ్లా	బెంగళూరు	రూ.17 కోట్లు
ప్యాట్ కమిన్స్	కోల్కతా	రూ.15.5 కోట్లు
ఎంఎస్ ధోనీ	చెన్నై	రూ.15 కోట్లు
రోహిత్ శర్మ	ముంబై	రూ.15 కోట్లు
డేవిడ్ వార్నర్	హైదరాబాద్	రూ.12.5 కోట్లు
స్టీవ్ స్మిత్	రాజస్థాన్	రూ.12.5 కోట్లు
సునీల్ నెర్తన్	కోల్కతా	రూ.12.5 కోట్లు
జెన్ స్టాక్స్	రాజస్థాన్	రూ.12.5 కోట్లు
సురేశ్ రైనా	చెన్నై	రూ.11 కోట్లు
డివిల్విర్	బెంగళూరు	రూ.11 కోట్లు



ప్రసార హక్కులతో వేల కోట్లు..

2018-2022 మధ్య కాలానికి స్టార్ గ్రూప్ రూ.16,345 కోట్లతో ఐపీఎల్ ప్రసార హక్కులను తీసుకుంది. ఈ మొత్తం నుంచి కూడా 60 శాతం ప్రాంచైజీలు పంచుకుంటాయి. మిగిలింది బోర్డుకు వెళుతుంది.

టీమ్ స్పాన్సర్లు..

ప్రతి జట్టుకు ప్రత్యేకంగా స్పాన్సర్లు ఉంటారు. ఇది జట్టులో ఉండి స్టార్ ఆటగాళ్లను బట్టి ఎక్కువ, తక్కువలుంటాయి. టీమ్ సభ్యులు ధరించే జెర్సీపై లోగోలు, కంపెనీల పెద్దను మనం గమనించవచ్చు. ఇలాంటి ఆదాయం ఆయా ప్రాంచైజీల శక్తిసామర్థ్యాల మేరకు ఉంటుందని చెప్పొచ్చు.

టీకెట్లను విక్రయిస్తే?

ఇప్పుడైతే మైదానాల్లోకి ఆభిమానులకు అనుమతి లేదు కానీ.. కరోనాకు ముందు లీగ్ లలో టికెట్లు ద్వారానే మంచి ఆదాయం సమకూరింది. ఆ మొత్తం హోమ్ టీమ్ లకు అందుతుంది. ఆయా నగరస్థాయిని బట్టి ప్రాంచైజీనే ఈ రెట్లను ఫిక్స్ చేస్తుంది. పెద్ద మైదానం అయితే జట్టుకు పండగే. అందుకే ఈడెన్ గార్డెన్ స్టేడియం (75 వేల మంది)లో మ్యాచ్ ల ద్వారా కోల్కతా జట్టు ఎక్కువ లాభాలు ఆర్జిస్తుంటుంది. ఇది కాకుండా తమ హోమ్ గ్రౌండ్ లో ఒక్కో మ్యాచ్ కు ఆయా ప్రాంచైజీలకు బోర్డు కోటి రూపాయలు ఇస్తుంది. అంతేకాకుండా స్టేడియంలో షుడ్, కూల్ డ్రింకుల స్పాళ్ల ద్వారానూ కొంత ఆదాయం వస్తుంది. క్రికెట్ టీమ్ అధికారిక జెర్సీలు, క్యాచులు, రిస్కు వాచీల అమ్మకాలతో ఎంతోకొంత ఆదాయం సమకూరుతుంది.

ప్రైవేటుని తగ్గింది..

ఐపీఎల్ టైటిల్ గెలిచిన విజేతలకు బారీ మొత్తం డక్కుతుంది. గతేడాది విజేతకు రూ.20 కోట్లు, రన్స్ కరెక్టు రూ.12.50 కోట్లు ఇవ్వారు. కానీ, ఈ సారి కరోనాతో కోత పడింది. దీంతో ప్రైవేట్ స్థులు వరుసగా రూ.10 కోట్లు, రూ.6.25 కోట్లు తీసుకోనున్నారు. ఇందులో సగం మొత్తం విజేతగా నిలిచిన ఆటగాళ్లకు వెళుతుంది.

ఇరవై వేల కరోనా టెస్టులు..

ఐపీఎల్ జరిగినన్ని రోజులూ క్రికెటర్ల వైభోగం చెప్పునలవి అయ్యేది కాదు. అయితే ఇదంతా ఒకప్పటి మాట. ఇప్పుడా పరిస్థితి లేదు. గతంలో మ్యూచేలు పూర్వపుతూనే పార్టిల్లో మునిగితేలేవారు. ఎక్కడికి వెళ్లాని అనిపిస్తే అక్కడికి స్వచ్ఛగా వెళ్లేవారు. ప్రస్తుతం కరోనా కారణంగా అలా వెళ్లడం కుదరదు. కుటుంబాలకు దూరంగా, గదిలో ఒంటరిగా గడపాల్సి వస్తుంది. ఎప్పటికప్పుడు కరోనా పరీక్షలు కూడా చేయించుకోవాలి. ఒక రకంగా మానసిక ఆందోళనకు ధారి తీయవచ్చు. ఇది ఆటపై కూడా ప్రభావం చూపిస్తుంది. కరోనా పరీక్షల్లో నెగిటివ్ వచ్చాక భారతీ నుంచి యూఏఈ వచ్చేందుకు అనుమతి లభించింది. ఎనిమిది జట్ల ఆటగాళ్లు దుబాయ్, అబుదాబి చోరాకొ.. వారిం రోజులపాటు క్వారంటైన్ లో ఉన్నారు. మళ్లీ మూడుసార్లు టెస్టులు జరిపారు. ఈ తరువాత ప్రాక్టీసుకు అవకాశం కల్పించారు. ఇక, లీగ్ ప్రారంభమయ్యాక ప్రతీ ఐదు రోజులకు ఒకసారి ఆర్బి పీసీఆర్ టెస్టులు చేస్తారు. ఆటగాళ్లందరికీ ముఖానికి మాస్కులు, భౌతికదూరం, శానిటైజర్లు తప్పనిసరి.

- రంగేల నరేందర్ గౌడ్, స్పొర్ట్స్ డెస్క్, ఆంధ్రజ్యోతి



సుధాకర్ కోమాకుల, నటుడు
komakulastudios@gmail.com

జ్వరం కూర 'భర కాయ'

మా అమ్మ ఇందన శాంతకుమారికి రాని వంటంటూ లేదు. అందుకు కారణం మా అమ్మమ్మ. మాది యలమంచిలి. అక్కడే తాతయ్య ఆయుర్వేద వైద్యం చేసేవారు. వచ్చిపోయే ప్రజలు అభిమానంతో చేపలు, మాంసం, పండ్లు, తాజా కూరగాయలు ఇచ్చేవారట. అందువల్ల అమ్మమ్మ అన్ని రకాల వంటల్లో ఆరితేరి, అమ్మకు కూడా నేర్పించారు. ఆ తర్వాత నాన్నగారు రామ్ గోపాలరావు ఉద్యోగరీత్యా మేమంతా వైజాగ్ వచ్చేశాం. ఆయన పోర్ట్లెట్లో చేసేవారు. రంగస్థల నటులు కూడా. ఆ వారసత్వమే నాకూ అభివృద్ధింది. అందుకే అందంగా కనిపించాలనే తపనవల్ల నూనెలు, ఉప్పు, కారం వంటి మసాలాలు తగ్గించడం అలవాటు చేసుకున్నాను. పాపం, అమ్మ నాకోసం ప్రత్యేకంగా అన్నీ తగ్గించి విడిగా వండేది. ఇక అమ్మచేసే వంటల్లో ఏదని చెప్పను? ఏ పండగొచ్చినా మేం నిద్ర లేచే సరికే వంటలన్నీ సిద్ధం చేసేది. ముఖ్యంగా పులిహోర, పూర్ణం బూరెలు, పరమాన్నం, తీపి గారెలు, పెరుగు వడలు .. వీటితో పాటు జంతికలు, సున్నుండలు, కారపూస, రవ్వలడ్లు ముందే చేసేది. ఎప్పుడు ఏది చేసినా అన్నీ ఫర్ ఫెక్ట్ గా వచ్చేవి. ఆదివారాల్లో మాత్రమే ఇంట్లో నాన్ వెజ్ తినేవాళ్ళం. అమ్మ చికెన్, మటన్, పిప్ .. ఏదైనా అద్భుతంగానే చేసేది. పైగా వైజాగ్ తీరప్రాంతం గనక రకరకాల చేపలు దొరికేవి. వంజురాలు.. వీటి పెద్దక్క కోణంతో పాటు నెత్తళ్లు, సావళ్లు, కానా కడతలు, పండుగప్ప, కవ్వళ్లు, పొలస, పిత్తపరిగలు, జెల్ల .. వీటితో పాటు రొయ్యలు, పీతలు షరా మామూలే. ఏ రకం చేప ఎలా వండాలో అమ్మకు బాగా తెలుసు. కొన్ని పులుసుకే పనికొస్తాయి. మరికొన్ని ఇగురుకే, ఇంకొన్ని కేవలం వేపుడుకే. ఏ చేప వండినా అదరాల్సిందే. అన్నట్లు బీరకాయ కూరంటే కూడా చాలా ఇష్టం నాకు. నా చిన్నప్పుడు దాన్ని జ్వరం కూర అనేవారు. ప్రసవం అయిన వాళ్ళకీ, జ్వరంతో ఉన్నవాళ్ళకీ పథ్యంగా పెట్టేవారు. అప్పట్లో ఇష్టపడేవాన్ని కాదు కాని, బీరకాయలోని న్యూట్రీషియన్స్ గురించి తెలిసిన తర్వాత బాగా తినడం మొదలెట్టాను. అలాగే, గేదె పాలు కొని అమ్మ ఇంట్లోనే నెయ్యి కాచేది. అప్పుడు మాత్రం నాకు పండగ. నెయ్యి కాచిన దాక అడుగున ఉండే మాడంటే నాకు చాలా చాలా ఇష్టం. గోకిన గోదావరినంతా పంచదారలో కలుపుకుని ఒక్కడ్నే తినేవాడ్ని. అయితే, అమ్మకు కొత్త వంటలు అంతగా తెలియవు. కాకపోతే, ఫలూనా ఐటమ్ తినాలని ఉందనిచెబితే చాలు వెంటనే ప్రయత్నం చేసి వండేది. సరిగ్గా రాకపోతే ముందే చెప్పేసేది. అమ్మతో పాటు వంటింట్లో ఉండటం వల్ల నాకూ తెలియకుండానే వంట చేయడం వచ్చేసింది. మా అన్నయ్య మురళి, తమ్ముడు ఉదయ్ కిరణ్ లు తింటారు కాని, వంటకు దూరమే. నా చదువయ్యాక హైదరాబాద్ వచ్చేసి బ్యాచిలర్ గా ఉండేవాన్ని. అప్పుడు అమ్మ వచ్చినా తనే వంట చేసేది. నేను వైజాగ్ వెళ్ళినా తనే చేసేది. కాబట్టి అమ్మకు నా చేతి వంట తిని పించడం కుదరేదు. నేను వెజ్ న్యూడిల్స్, చికెన్ కబాబ్ లు, స్మూతీ జూస్ లు బాగా చేయగలను. ఎప్పటికైనా అమ్మను కూర్చోబెట్టి ఇవన్నీ చేసి ఆమెతో తినిపించి అమ్మ రుణం తీర్చుకోవాలనేది నా కోరిక. చూద్దాం ఆరోజులు తర్వాత రావాలని ప్రార్థిస్తున్నాను. అన్నట్లు అమ్మ చేసిచ్చిన సున్నుండల గుండ అమెరికా తీసుకొచ్చి నేనే ఉండలు చేసుకుని తింటుంటాను. సున్నుండలు తింటున్నప్పుడల్లా అమ్మచేతివంట అమెరికాలో కూడా తింటున్నానన్న అనుభూతి కలిగి కళ్లు చెమ్మగిల్లుతాయి.



వీగన్నకు ప్రాటీన్లు ఎలా?

వీగన్ ఫుడ్ తినేవారికి ప్రాటీన్ కొరత రాకుండా ఎలా చూసుకోవాలి?

- వెంకటేశ్వరర్లు, విజయవాడ

వీగన్ అంటే పూర్తి శాకాహారం. జంతువుల నుండి లభించే ఆహారానికి ఈ విధానంలో చోటు లేదు. అందువల్లే పాలు, పెరుగు, పాల పదార్థాలు, తేనె, గుడ్లు, మాంసాహారం ఉండవు. ఆవు పాలు, గేదె పాలు, ఆ పాల నుండి తయారయ్యే పస్టీర్, పెరుగు, బీజీ మొదలైన వాటిని పూర్తిగా మానెయ్యడం వల్ల ప్రాటీన్లు, కొన్ని రకాల ఆవశ్యక అమైనో యాసిడ్లు, కాల్షియం, కొన్ని రకాల విటమిన్లు తగిన మోతాదుల్లో పొందలేకపోవచ్చు. అయినా, వీగన్ ఆహార నియమాలు పాటించే వారు పాలు, పాల పదార్థాల నుండి వచ్చే పోషకాలను వేరే శాకాహారం నుండి పొందవచ్చు. ప్రాటీన్ల కోసం అన్ని రకాల పప్పు ధాన్యాలు, సెనగలు, అలసందలు, సొయా బీన్స్, కిడ్నీబీన్స్, ఉలవలు మొదలైనవి తీసుకోవచ్చు. సొయా పాలతో చేసిన పస్టీర్ (టోఫు) ద్వారా చక్కని ప్రాటీన్ లభిస్తుంది. సొయా పాలు, బాదం పాలు తీసుకోవచ్చు. కూరగాయల్లో, ముఖ్యంగా బ్రోకలి, పాలకూరల్లో, బాదం, పిస్తా, వేరుశనగ లాంటి గింజల్లో కూడా ప్రాటీన్ ఉంటుంది.

సమతుల ఆహారం అంటే ఏమిటి?

- చైత్రవి, హైదరాబాద్

సమతుల ఆహారం అంటే మన శరీరానికి అవసరమయ్యే పోషక పదార్థాలను తగ్గ పాళ్ళలో అందించే ఆహారం. కార్బోహైడ్రేట్లు, ప్రొటీన్లు, కొవ్వు పదార్థాలు, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, నీరు మొదలైన పోషకాలను ఈ ఆహారం అందించాలి. సగటు వ్యక్తికి రోజూ సుమారు 2,000 క్యాలరీలు అవసరం, అయితే ఇది వయస్సు, లింగం, శారీరక శ్రమ స్థాయిని బట్టి మారుతుంది. మగవారికి ఆడవారి కంటే ఎక్కువ క్యాలరీలు అవసరం. వ్యాయామం చేసేవారికి ఎక్కువ క్యాలరీలు కావాలి. అలాగే గర్భిణులకు, బాలింతలకు కూడా. బాగా ఆటలాడే వారికి కార్బోహైడ్రేట్లు ఎక్కువగా అవసరం. అదే శారీరక శ్రమ తక్కువగా ఉండి, ఎక్కువ సేపు కూర్చుని పని చేసేవారికి క్యాలరీలు, కార్బోహైడ్రేట్లు తక్కువ కావాలి. ఎదిగే పిల్లలకు ప్రాటీన్లు, క్యాలియం ఇంకా పలు రకాల విటమిన్లు అత్యవసరం. టీనేజీ దాటిన ఆడపిల్లలకు ఐరన్ ఎక్కువ ఉండే ఆహారం అవసరం. ప్రత్యేకించి ఒక పోషకపదార్థం కోసం, అంటే కేవలం ప్రాటీన్ కోసం షేక్స్, విటమిన్ కోసం సప్లిమెంట్లు మీద ఆధారపడకూడదు. వీలున్నంత వరకు తీసుకునే ఆహారం ద్వారానే పొందాలి. దీనికి సమతుల్యమైన ఆహారం అవసరం. అందుకే వివిధ రకాల ధాన్యాలు, పప్పులు, గింజలు, కాయగూరలు, ఆకుకూరలు, పండ్లు, పాలు, పాలపదార్థాలు రోజువారీ ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి.



పుడ్ & న్యూట్రీషన్



ఇంటి నుండే పని చేయడం వల్ల శారీరక శ్రమ ఎక్కువగా ఉండడం లేదు. ఈ సమయంలో బరువు పెరగకుండా ఏ జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి?

- స్నేహ, కరీంనగర్

శారీరక శ్రమ లేకపోతే బరువు పెరగడంతో పాటు జీవనశైలికి సంబంధించిన వ్యాధులైన బీపీ, షుగర్, హై కొలెస్ట్రాల్ సమస్యల బారిన పడే అవకాశం లేకపోలేదు. ఇంటి నుండి పని చేసేప్పుడు ఆహారం విషయంలో కొన్ని నియమాలు పాటించాలి. ఓ సమయం నిర్ధారించుకుని కేవలం అప్పుడు మాత్రమే ఆహారం తీసుకోండి. ఊసుపోక, బోర్ కొట్టి తినే అలవాటు మానుకోవాలి. ఆఫీసు పని కానీ, టీవీలు, ఫోనులు చూస్తూ తింటే ఎక్కువగా భోంచేసే ప్రమాదం ఉంది. అలాగే పండ్లు, గింజలు లాంటి ఆరోగ్యకరమైన స్నాక్స్ తప్ప బిస్కెట్స్, వేయించిన చిరుతిళ్ళు, స్వీట్స్ అందుబాటులో పెట్టుకోకూడదు. పిల్లలకు కూడా పాలు, పండ్లు, మొలకెత్తిన ఉడికించిన గింజలతో చేసిన చాట్, ఆమ్లెట్, సూప్ స్నాక్స్ గా ఇవ్వాలి తప్ప జంక్ ఫుడ్స్ వద్దు. శారీరక శ్రమ తక్కువగా ఉన్నప్పుడు క్యాలరీలు కూడా తగ్గించకపోతే నెమ్మదిగా బరువు పెరుగుతారు. వర్క్ ప్రమ్ హోం చేసేప్పుడు ఆఫీసు ప్రయాణాలు తగ్గుతాయి. కాబట్టి రోజూ కనీసం 30 నిమిషాలైనా వ్యాయామం తప్పనిసరిగా చేయాలి.

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



ఆంధ్ర జ్యోతి ఆంధ్ర కడలు

కావలసిన పదార్థాలు: అలసందలు - 250 గ్రా., ఉప్పు - తగినంత, పచ్చిమిర్చి - 4, అల్లం - అంగుళం ముక్క, జీలకర్ర - ఒక టేబుల్ స్పూను, కరివేపాకు, కొత్తిమీర తరుగు - అరకప్పు చొప్పున, నూనె - వేగించడానికి సరిపడా.
తయారుచేసే విధానం: అలసందలను 7 గంటలు నానబెట్టి నీరు వడకట్టాలి. తర్వాత కల్లుపు కలిపి బరకగా రుబ్బుకోవాలి. ఇందులో పచ్చిమిర్చి, అల్లం, జీలకర్ర కలిపి రుబ్బిన పేస్టు, కరివేపాకు, కొత్తిమీర తరుగు వేసి బాగా కలిపాలి. తర్వాత వడలుగా వత్తి, మధ్యలో రంధ్రం పెట్టి కాగిన నూనెలో వేసి దోరగా వేగించాలి. వీటికి అల్లం పచ్చడి మంచి కాంబినేషన్.



కావలసిన పదార్థాలు: క్యాబేజీ - పావు కేజీ, శనగపప్పు - ముప్పాపు కప్పు, అల్లం తరుగు, పచ్చిమిర్చి తరుగు - ఒక టేబుల్ స్పూను చొప్పున, కరివేపాకు తరుగు - అరకప్పు, ఉప్పు - రుచికి సరిపడా, కారం, గరం మసాలా - అర టీ స్పూను చొప్పున, కొత్తిమీర తరుగు - అరకప్పు, బియ్యప్పిండి - పావు కప్పు, నూనె - వేగించడానికి సరిపడా.
తయారుచేసే విధానం: ఒక తపేలాలో నీరుపోసి మరిగించి విడదీసిన క్యాబేజీ ఆకులు వేసి 3 నిమిషాల తర్వాత తీసి చల్లనీటిలో ముంచి ఆరబెట్టాలి. 4 గంటలు నానబెట్టిన శనగపప్పులో పావు కప్పు పక్కనుంచి మిగతాది మిక్సీలో బరకగా రుబ్బాలి. ఒక పాత్రలో క్యాబేజీ ఆకుల తరుగు, పక్కనుంచిన శనగపప్పు, రుబ్బిన శనగపప్పు, అల్లం, పచ్చిమిర్చి, కరివేపాకు తరుగు, ఉప్పు, కారం, గరం మసాలా, కొత్తిమీర, బియ్యప్పిండి వేసి గట్టిగా నీరు పోయకుండా కలుపుకోవాలి. తర్వాత కొద్ది కొద్ది మిశ్రమం తీసుకుని వడలుగా వత్తి బాగా కాగిన నూనెలో వేసి దోరగా వేగించాలి.

క్యాబేజీ కడలు



కాసెపుల్

- వెల్లండి శ్రీధర్

ఈ వారం కథ



కోపంగా
చూస్తూనే మళ్ళీ
తలుపేసుకుని పది
నిమిషాల తరువాత
చీరలో వచ్చింది.
“ఎక్కడికెళ్తున్నావ్ శకుంతలా?”
ఆ మాట వినపడనట్టే మౌనంగా
చెప్పులు వేసుకొని లిఫ్ట్ దిగి రోడ్
మీదికి వెళ్లిపోయింది.

రమణకు ఏమీ అర్థం కాలేదు.
వెంటనే బట్టలు మార్చుకుని తను
కూడా కిందికి దిగి రోడ్ మీదికి వచ్చాడు.
శకుంతల దూరంగా వెళ్తూ కనబడింది.
పెద్ద పెద్ద అడుగులు వేస్తూ దాదాపుగా
పరుగెత్తుతున్నట్లుగా వెళ్లి శకుంతలను చేరుకొని “ఆగు
శకుంతలా.. ఎక్కడికెళ్తున్నావ్?” అన్నాడు.
శకుంతల మాట్లాడకుండా ఇంకా వేగంగా అడుగులు

కళ్లు ఎర్రగా మారి ఉబ్బిపోయి
ఉన్నాయి. బజారుకు వెళ్టపుడు
బాగానే ఉంది వాతావరణం.
వచ్చేసరికి ఇలా తుపాను ముందరి
నిశ్శబ్దం అలుముకుంది.
“ఎవ్వైంది శకుంతలా.. జ్వరం ఏవైనా
వచ్చిందా?” అడుగుతూనే నుదురు మీద చేయి
పెట్టుబోయాడు. ముట్టుకోవద్దన్నట్టు దూరం జరిగింది.
“ఎవ్వైంది అలా ఉన్నావ్?” అని మళ్ళీ అడిగాడు.
శకుంతల సమాధానం చెప్పలేదు. రమణను

భళ్ళుమన్న శబ్దానికి ఒక్కసారిగా ఉలిక్కిపడి
కళ్ళు తెరిచాడు వాచ్మెన్. తనకు కొద్ది దూరంలో
కంప్యూటర్ మానిటర్, సిపియూ, కీబోర్డ్ పగిలి పడి
ఉన్నాయి. వాటిల్లో ఒక ముక్క తన కాళ్ళకు తాకిం
ది కూడా. ఆశ్చర్యంతో అది ఏ ఫ్లోర్ నుంచి
పడ్డాయో అర్థం కాక బిక్క మొహంతో పైకి
చూశాడు. ఎవరూ కనిపించలేదు. ఇంతలో ఇంటి
సరుకుల కోసం బజారుకు వెళ్లి తిరిగి వచ్చిన
రమణ టూ వీలర్ ను అపార్ట్మెంట్ పార్కింగ్ లో
పెట్టి, కంప్యూటర్ ముక్కలు చూస్తూ “వీటిని
ఇక్కడెవరు వేసిండ్లు యాదగిరి?” అన్నాడు,
మాస్సును కొంచెం కిందికి జరిపి, కళ్ళజోడు
సరిచేసుకుంటూ.

“ఎమో సార్! ఇప్పుడే ఎవరో పై నుండి కింద
పడేసిండ్లు. నేను అదే సూస్తున్న ఎవరేసిండ్లనని”
అన్నాడు దూరంగా పడ్డ కీబోర్డు ముక్కనొకదాన్ని
తీసుకొస్తూ.
రమణ ప్రగతి అపార్ట్మెంట్ వెల్వేర్ అసోషియేషన్
అధ్యక్షుడు. ఒక కాలేజీలో లెక్చరర్ గా పనిచేస్తున్నాడు.
బయట లాక్ డౌన్ నడుస్తుండడంతో వారం పది రోజుల
తరువాత ఇవాళే సరుకులైపోయాయని బజారుకు వెళ్లి
మళ్ళీ పదిహేను రోజులకు సరిపడ సరుకులు తీసుకొని
వచ్చేసరికి ఊహించని విధంగా కనిపించింది పగిలిన
కంప్యూటర్.
“సరే, యాదగిరి.. ఎవరు వేశారో తెలుసుకో. నేను
కూడా ఆరా తీస్తాను. అసలేం జరిగిందో” అని సరుకుల
సంచి బలవంతంగా లిఫ్ట్ దాకా లాక్కెళ్ళాడు. తనుండేది
ఐదో ఫ్లోర్ లో. లిఫ్ట్ ఎదురుగానే తన ఫ్లాట్. సంచి
కిందికి దించి కాలింగ్ బెల్ నొక్కాడు. కొద్దిసేపటికి
తలుపు తెరిచిన నానీగాడు అదో రకంగా మొహం పెట్టి
“తాతయ్య.. నాయనమ్మ బెడ్రూంలోకి పోయి
తలుపేసుకుంది. చాలా సేపైంది” అన్నాడు.
కొడుకు వాసు సాఫ్ట్వేర్ ఇంజనీర్. వర్క్ ఫ్రం
హోంలో భాగంగా లాప్ టాప్ పట్టుకొని కూర్చున్నాడు.
కూతురు చైత్రిక - ఆమెది ఇంటర్మీడియేట్
అయిపోయింది. జెఈఈ మెయిన్స్ కు ప్రిపరేషుతూ
ఏదో కార్పొరేట్ కాలేజీ వాళ్లు అందించే వీడియో లెసన్స్
వింటోంది. కోడలు నీరజ ఏదో ఫ్రైవేట్ స్కూళ్లో సైన్స్
టీచర్. సెల్ లో జూమ్ ఆప్ ద్వారా వీడియో లెసన్
చెబుతోంది. నానీగాడు థర్డ్ క్లాసు. వాడు కూడా
వీడియో లెసన్స్ వింటున్నాడు. వింటున్నాడంటే సెల్
ఆన్ చేసి పెట్టి కుక్క పిల్ల ‘మ్యాగ్’తో
ఆడుకుంటున్నాడు.
గత రెండు నెలల నుంచి ఎప్పుడు సరుకులు
తెచ్చినా వాటిని బయటే పెట్టించి వాష్ ఏరియాకి
తీసుకుపోయి సానిటైజర్, డెటాల్, పసుపు కలిపిన
నీళ్లలో బాగా కడిగి కాని లోపలికి తీసుకుపోయేది
కాదు శకుంతల. కాని ఇప్పుడు ఆమె కనిపించక
పోయేసరికి చేసేదేం లేక తనే మెల్లగా ఏ వస్తువునూ
తాకకుండా బాతరూంలోకి వెళ్లి స్నానం చేసి వచ్చాడు.
“ఎవ్వైందిరా మీ నాయనమ్మకు?” అంటూ డోర్ నాక్
చేశాడు. తెరుచుకోలేదు. ఏవ్వైందో అర్థం కాలేదు.
కొద్దిసేపటికి మళ్ళీ కాస్త గట్టిగా తలుపు బాదాడు.
చాలా సేపటికి తలుపు తెరిచింది శకుంతల. ఏడ్చి ఏడ్చి

వేస్తోంది. రమణకు ఏం చేయాలో అర్థం కాలేదు. “అరే!
ఆగు.. అసలేవ్వైంది? ఇలా ఎక్కడికని వెళ్తావ్?” అంటూ
ఆమె చేయి పట్టుకొని ఆపాడు. అప్పటికే ఇద్దరు
ముగ్గురు వీళ్ల వైపు వింతగా చూస్తూ పోతున్నారు.
“నన్ను వదలండి. నా చావు నన్ను చావనీయండి”
అంటూ చేయి వదిలించుకుంది.
“రోడ్ మీద ఎవరైనా చూస్తే బాగోదు. ఇంటికి వెళ్లి
మాట్లాడుకుందాం” అంటూ బతిమిలాడినంత పని
చేశాడు రమణ.
శకుంతల కొరకొర చూస్తూనే ఇంటి వైపు నడిచింది.
గేటు దగ్గర చెప్పులు విడుస్తూనే “చేసి చేసి నా
రెక్కలిర్ని పోతున్నయ్. చేతులు అరిగిపోతున్నై. ఇంట్లో
నలుగురు ఉన్నట్టే గని ఒక్కరు గుడ పాపమనరు.
నాకు గింత సాయం చేయమంటే చేయనే చేయరు.
నేనొక్కదాన్ని ఎంతకని చెయ్యాలి. పొద్దున లేచిన
కాన్నుంచి పండుకునే దాకా గడియారం లెక్క.
ఆగకుండ చేస్తనే ఉన్న. నేనెప్పుడన్నా గిట్టే అర్పినపుడు
రెండు రోజులు ఏవో నాలుగు పనులు చేసినట్టే చేస్తరు.
మల్లా ఎప్పటిలెక్కనే. ఏం పాడు కాలమొచ్చింది. పని
మనిషి, వంట మనిషి, బట్టలు ఉతికే మనిషి ..
అందరు బంధైండ్లు. అన్ని పనులు నా ఒక్కదాని
మీదనే పడి నడుముల్ని పోతున్నయ్” అని ఏడుస్తూ
గట్టి గట్టిగా అరుస్తూ “అయినా మిమ్మల్ని సాయం
చేయమని అడుగుడు నాడే బుద్ధి తక్కువ. చెప్పితోని
చెంపలేసుకోవాలి” అంటూ తన చెంపల్ని తానే రెండు
అరచేతులతో గట్టిగా వేసుకుంది.
ఈ గొడవకు ఏవ్వైందోనని మూడు గడుల్లో నుంచి
కొడుకు వాసు, కోడలు నీరజ, కూతురు చైత్రిక
వచ్చారు. వాళ్లకు ఏవ్వైందో అర్థం కాలేదు. నీరజకు
కొంత అర్థమైంది కానీ ఏమీ తెలియనట్టే
ఉండిపోయింది.
“రోజంతా ఇంట్లోనే ఉంటున్నాం కదా! తలా ఒక
పనిలో ఆసరా అయితే ఇంత గొడవే కాదు.
మీకెన్నిసార్లు చెప్పాల్సి. గొంతు చించుకొని చెప్పినపుడు
తలూపుతున్నారు. తర్వాత మళ్లా కుక్క తోకకు రాయి
కట్టినట్టే చేస్తున్నారు” రమణ ముగ్గుర్ని చూస్తూ
విసుక్కున్నాడు. నానీగాడు వాళ్లమ్మ దగ్గరికి పరుగెత్తి
ఆమె చేయి పట్టుకొని నిల్చున్నాడు.
“అది కాదు డాడీ.. నాకు ఆన్ లైన్ క్లాసులున్నాయి.
మీకు తెల్పు కదా” అంది చైత్రిక కొంచెం చీకాకు
పడుతూ.
“నాక్కూడా జూమ్ క్లాసులున్నాయి. మీరు చూస్తూనే
ఉన్నారు కదా అంకుల్” అంది నీరజ. నేను మాత్రం
ఊర్లో కూర్చుని తింటున్నానా అనే ధ్వనితో.
“నేను వర్క్ ఫ్రం హోం చేస్తున్నా కద డాడీ.
ఆఫీసుకు పోయినప్పటి కంటే ఇంకో నాలుగు గంటలు
ఎక్కువే పని చేయాల్సి వస్తుంది” వాసు.
“అదే నేననేది. మీరందరూ ఆఫీసర్లు. నేను మాత్రం
పని మనిషిని మీకు” అంటూ శకుంతల తనను తాను
ఏదో తిట్టుకుంటూ వంట గదిలోకి వెళ్లింది. శకుంతల
కోపానికి వణికిపోయి ఏదో పాత్ర కిందపడి ఇల్లంతా
శబ్దమైంది.
రమణ ఏదో గుణుక్కుంటూ తాను కూడా ఏవో
వీడియో లెసన్స్ తయారు చేయాలని తన గదిలోకి
వెళ్ళాడు. అక్కడ కంప్యూటర్, సిపియూ కనబడలేదు.

ఈ బ్యాగు ధరెంతో తెలుసా?



వేసుకున్న స్లింగ్ బ్యాగు గురించే చర్చంతా.
ప్రముఖ సెలెబ్రిటీ బ్యాగుల బ్రాండ్ గుపీ
తయారుచేసిన బ్యాగు అది. లేత గులాబీ రంగులో
చక్కగా ఉంది. దాని ధరెంతో తెలుసా? అక్షరాలా
లక్షా డబ్బై అయిదు వేల రూపాయలు. మహా
అయితే అందులో చిన్న వాలెట్, ఓ ఫోను తప్ప
ఇంకేమీ పట్టవు. అయినా రేటు మాత్రం
అదిరిపోయేలా ఉంది.



వెంటనే కారిడార్‌లోకి పరుగెత్తుకొచ్చి కిందికి చూశాడు. వాచ్‌మెన్ ముక్కలన్నింటినీ కవర్లో ములైకట్టి అప్పుడే వచ్చిన ముస్లింపల్ చెత్తబండిలోకి విసిరేస్తున్నాడు. ఎంత కష్టకాలంలో కంప్యూటర్ కొన్నాడో గుర్తుకొచ్చి కన్నీటి పొర వచ్చి మాయమైంది. “పిల్లా జెల్లా ఇంటికాడా ఎట్లు ఉండ్రో... నా ముసలి తల్లి

ఏమిబెట్టి సాదుతుండో...” సెల్ మోగుతుంటే లిఫ్ట్ చేసి “హలో.. రామారావుగారు ఎలా ఉన్నారు?” అన్నాడు, కంప్యూటర్‌లాగా లోలోపల పగిలిపోతూనే. రామారావు ప్రగతి అపార్ట్ మెంట్ సెక్రటరీ. ఏదో పార్కా కంపెనీకి మేనేజర్ కూడా. ఈ మధ్యే అపార్ట్ మెంట్‌లోని ప్రతి ఫ్లాట్‌కి లీటర్ సానిటైజర్ బాటిల్ ప్రీగా ఇచ్చాడు. దీంతో ఆయన మీద గౌరవం మరింత పెరిగిపోయింది.

“రమణగారూ, ఏమీ లేదండీ! రేపు సాయంత్రం మన అపార్ట్‌మెంట్ కమ్యూనిటీ హాల్లో నా బర్త్‌డే పార్టీ ఉంది. అందరూ వస్తున్నారు. మీరు కూడా తప్పకుండా రావాలి” అన్నాడు రామారావు.

రమణకు ఏం చెప్పాలో అర్థం కాలేదు. “మంచిది సార్” అని పెట్టేశాడు.

●●●

కంప్యూటర్ లేకపోవడంతో రమణకు కాలు, చేయి విరిగినట్లుంది. వీడియో లెసన్స్ తయారు చేసి యూట్యూబ్‌లో అప్‌లోడ్ చేయమని ప్రిన్సిపాల్ ఆర్డర్. సెల్ ఫోన్‌తో తంటాలు పడుతున్నాడు. కాని పిపిటి వస్తే, వాయిస్ రావడం లేదు. వాయిస్ వస్తే పిపిటి రావడం లేదు. రెండూ కుదిరితే ఓవర్‌గా మాట్లాడిన వాయిస్‌ను ఎడిటింగ్ చేయొస్త లేదు. ఎలా చేయాలో తల పట్టుకుంటున్నాడు. అక్కడికి వాసును అడుగుతూనే ఉన్నాడు. వాసు విసుక్కుంటూనే చాలా స్పీడ్‌గా చెప్పి పోతున్నాడు. కొంచెం అర్థమవుతున్నట్టే అయి మళ్ళీ మొదటికి వస్తుంది. పైగా ఆడ్ ఆన్స్‌ను ఎలా లింక్ అప్ చేయాలో అస్సలే తెలియడం లేదు. తల నొప్పి వస్తోంది. విసిగిపోయి సెల్ అక్కడ పడేసి టీవీ ఆన్ చేశాడు. వందల కిలోమీటర్ల నుండి వలస కూలీలు పాదాలకు చెప్పులు లేకుండా నడిచి పోతున్నారు. చంకలో పిల్లను, నెత్తి మీద మూటను పెట్టుకొని ఆయాస పడుతూ పోతున్నారు. కొందరి పాదాలు పగిలిపోయి రోడ్డు మీద రక్తంతో పాదముద్రలు వేసినట్లుగా గుర్తులు పడుతున్నాయి. ఇంకొంత మంది ఎక్కడైనా చెట్టు నీడ కనిపిస్తే ఆగి సేదతీరుతున్నారు.

ఇంతలో రామారావు గారి ఫోన్ “సార్.. బయల్దేరారా?” అని. హడావిడిగా కారిడార్‌లోకి వచ్చి కిందికి చూశాడు. దూరంగా కనిపిస్తున్న కమ్యూనిటీ హాల్లో అప్పటికే చాలా మంది హాజరయ్యారు. ఇక తప్పదన్నట్లు ముఖం కడుక్కొని శకుంతలను కూడా తయారు కమ్మని చెప్పి కొద్ది సేపటికి ఇద్దరూ బయల్దేరారు.

పార్టీ చాలా గ్రాండ్‌గా జరుగుతోంది. కొంత మంది మాస్కుతో వచ్చారు. కొంత మంది ఎందుకులే అని మాస్కు లేకుండానే వచ్చారు. ఎంట్రన్స్ లోనే పెద్ద సానిటైజర్ బాటిళ్లు రెండు పెట్టారు. కొంత మంది జాగ్రత్తగా చేతులకు రాసుకుంటున్నారు. కొంత మంది దాన్ని పట్టించుకోవడమే లేదు. రామారావు చాలా హషారుగా అందరి బైస్పింగ్ అందుకుంటూ, షేక్ హ్యాండిస్తూ, అలాయి బలాయి తీసుకుంటూ, ఫోటోలు దిగుతూ ఉత్సాహంగా తిరుగుతున్నాడు. అనుకున్నదాని కంటే కాస్త ముందుగానే పార్టీ అయిపోయింది. డిన్నర్ అయిపోయాక ఎక్కడివాళ్లక్కడ వెళ్లిపోయారు.

●●●

వారం రోజు తరువాత “రామారావు గారికి ‘పాజిటివ్’ అట గాంధీ హాస్పిటల్ లో జాయిన్ అయ్యారట” అని మెల్లగా అపార్ట్ మెంట్‌లో బాంబు పేల్చాడు రమణ. అందరి గుండెల్లో భూకంపం వచ్చినంత పని అయింది. ఆ రోజు బర్త్ డే పార్టీకి అటెండ్ అయిన వారందరి ముఖాలు వాడిపోయాయి. వెంటనే ఒకరికి తెలియకుండా ఒకరు

అందరూ టెస్ట్ చేయించుకున్నారు. ముప్పయి ఎనిమిది మందికి ‘పాజిటివ్’ వచ్చింది. శకుంతలకు కూడా ‘పాజిటివ్’ రావడంతో రమణ భయంతో కూలిపోయాడు. గాంధీకి పోతే బెడ్స్ లేవన్నారు. నాలుగైదు ప్రయివేటు హాస్పిటల్స్‌లో ప్రయత్నం చేశాడు, కాని బెడ్ దొరకలేదు. మళ్ళీ అపార్ట్ మెంట్‌కి తీసుకొచ్చాడు. 501, 503 ఫ్లాట్ వాళ్ళు పెద్ద గొడవకు దిగారు.

“మీకొచ్చిన రోగాన్ని మాకు కూడా అంటించి మనుషుల్ని చంపేస్తారా?”

మీరు అపార్ట్‌మెంట్‌లో ఉండడానికి వీల్లేదంటే వీల్లేదని తిట్టిపోశారు. ఇంట్లో కోడలు, కొడుకు కూడా దూర దూరంగా ఉంటూ మూతులకు మాస్కులు కట్టుకున్నారు.

“అక్కడే ఏదైనా హాస్పిటల్‌లో జాయిన్ చేయకుండా మళ్ళీ ఇంటికెందుకు తీసుకువచ్చారు అంకుల్?” అంటూ పనికి రాని వస్తువునేదో ఇంటికి తీసుకొచ్చినట్టు కోడలు అసహ్యంగా చూసింది.

“పాజిటివ్ వస్తే ఏమవుతుందమ్మా? కాస్త జాగ్రత్త తీసుకుంటూ ఆన్‌లైన్ ట్రీట్మెంట్ తీసుకుంటే అదే పోతుంది. దానికెందుకింత గొడవ చేస్తున్నారో నాకైతే అర్థం కావడం లేదు” అన్నాడు రమణ.

శకుంతలకు ఏం చేయాలో అర్థం కావడం లేదు. జ్వరం ఇంతకింతా పెరిగిపోతోంది. దగ్గు వస్తూ ఊపిరి తీసుకోవడం కష్టమవుతోంది. రమణ చేష్టలుడిగి అలాగే నిల్చుండిపోయాడు. ఆ పక్క, ఈ పక్క ఫ్లాట్ల నుండి తిట్లు దండకం ఆగకుండా వినిపిస్తూనే ఉంది.

ఎవరు ఫోన్ చేశారో తెలీదు కాని కొద్ది సేపటికి ఇద్దరు పోలీసులు వచ్చి శకుంతలను కిందికి తీసుకుపోమ్మని గట్టి గట్టిగా అరిచి కొట్టినంత పని చేశారు.

లిఫ్ట్‌లో కిందికి తీసుకుపోదామని వస్తుంటే లిఫ్ట్ ముట్టడానికి వీల్లేదని పక్క ఫ్లాట్ వాళ్లు వచ్చి లిఫ్ట్‌కు

ఇంట్లో కోడలు, కొడుకు కూడా దూర దూరంగా ఉంటూ మూతులకు మాస్కులు కట్టుకున్నారు. “అక్కడే ఏదైనా హాస్పిటల్‌లో జాయిన్ చేయకుండా మళ్ళీ ఇంటికెందుకు తీసుకువచ్చారు అంకుల్?” అంటూ పనికి రాని వస్తువునేదో ఇంటికి తీసుకొచ్చినట్టు కోడలు అసహ్యంగా చూసింది.

“పాజిటివ్ వస్తే ఏమవుతుందమ్మా? కాస్త జాగ్రత్త తీసుకుంటూ ఆన్‌లైన్ ట్రీట్మెంట్ తీసుకుంటే అదే పోతుంది. దానికెందుకింత గొడవ చేస్తున్నారో నాకైతే అర్థం కావడం లేదు” అన్నాడు రమణ.

అడ్డంగా నిలబడ్డారు. రమణకు ఏడుపొచ్చినంత పని అయింది. మెల్లగా మెట్ల మీదుగానే శకుంతలను కిందికి తీసుకు వచ్చాడు. అక్కడ అప్పటికే దాదాపు మరో ఇరవై మంది దాకా ‘పాజిటివ్’ కేసులున్నాయి. వాళ్లకు కూడా ఎటు పోవాలో, ఏం చేయాలో అర్థం కాక పార్కింగ్ ప్లేసులో, అపార్ట్‌మెంట్ చుట్టూ వదిలిన ఖాళీ ప్రదేశంలో కూర్చుండి పోయారు. దగ్గులు, తుమ్ములు, ఊపిరి ఆడక మెలి తిరిగి పోవడాలు .. వాళ్ల వెంట వచ్చిన వాళ్లు కూడా మెల్లగా వాళ్లను అక్కడే వదిలిపెట్టి జారుకున్నారు.

చూస్తుండగానే సాయంత్రమైంది. రాత్రి కూడా అయింది. వీళ్లను పలకరించిన వాళ్లు లేరు. కనీసం కొన్ని మంచి నీళ్లు ఇచ్చిన వాళ్లు కూడా లేరు. కొద్ది సేపటికి సన్నగా వర్షం మొదలై చూస్తుండగానే జడివాసలూ మారిపోయింది. ‘పాజిటివ్’ కేసులకు ఏం చేయాలో అర్థంగాక బిత్తర చూపులు చూస్తున్నారు. కొందరు ముసలి వాళ్లయితే ఏడువందుకున్నారు. వాళ్ల ఏడుపు శబ్దం కూడా ఆ వర్షంలో కలిసిపోయింది. అపార్ట్‌మెంట్‌లో అందరూ తలుపులు బిగించుకున్నారు. ఇంతలో కంటేటూ కూడా పోయింది. వాస్తో పాటు చలి పెరిగిపోయింది. అందరూ ఎటూ పాలుపోక మెల్లగా ఒక్కొక్కరు కమ్యూనిటీ హాల్లోకి వచ్చి తలో మూలకు నక్కిపోయారు.

తెల్లారే సరికి ఊపిరాడక, ఆక్సిజన్ అందక ఒకరు, గుండె

పోటుతో మరొకరు చనిపోయారు. శవాలను కమ్యూనిటీ హాల్లోనే వదిలేసి అందరూ బయటకు పరిగెత్తారు. వర్షం ఇంకా సన్నగా కురుస్తూనే ఉంది. మధ్యాహ్నం కల్లా ఎవరో ఫోన్ చేస్తే ముస్లింపాలిటీ వాళ్లు వచ్చి ట్రాక్టర్లో శవాలను తీసుకుపోయారు.

శకుంతలకు దగ్గులు, తుమ్ములు పెరుగుతూనే ఉన్నాయి. రమణ మళ్ళీ వెనక్కి తిరిగి చూడలేదు. ఆమెకు ఏడుపొచ్చింది. కొంగుతో కళ్లు తుడుచుకొని తన జీవితాన్నంతా జ్ఞప్తికి తెచ్చుకుంది.

అలోచించుకుంటూనే ఎప్పుడో తనకు తెలీకుండానే నేల మీదికి వాలిపోయి ఏదో మగతలోకి జారిపోయింది.

●●●

“పెద్దమ్మా.. పెద్దమ్మా..” అంటూ ఎవరో గట్టిగా పిలుస్తుండడంతో చాలా అలసటగా కళ్ళు తెరిచింది శకుంతల. ఎదురుగా ఎవరో కుర్రాడు ముక్కుకు మాస్కు, కళ్లద్దాలు, దేహానికి ఫాలితిన్ కోటులాంటిది వేసుకొని పిలుస్తున్నాడు. ఎవరో గుర్తు పట్టలేదు.

“నేను పెద్దమ్మా.. మీ చెల్లె శారద కొడుకును. రాహుల్‌ను” అని లేపి కూర్చోబెట్టి, కొంచెం దూరంలో నిలబడ్డాడు.

“నువ్వారా నానీ? ఇవన్నీ ఉండడంతో గుర్తు పట్టలేదు. రెండు రోజుల్నుంచి పలకరించే వాళ్లు కూడా లేక గిన్ని నీళ్లు కూడా ఇచ్చేవాళ్లు లేక ఇట్లా కూలవడిపోయినా. గిన్ని మంచి నీళ్లు తెచ్చిస్తావా? లోపల పేగులన్నీ ఆకలికి ఒర్లుతున్నాయి” అంది ఆయాస పడుతూనే. పోతున్న ఊపిరిని బవంతంగా అందుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తోంది.

“ఇదిగో తాగు పెద్దమ్మా!” అంటూ నీళ్ల బాటిల్ అందించాడు రాహుల్.

“రమణ పెద్దనాన్న ఫోన్ చేస్తే వచ్చాను. నీకేం కాలేదు పెద్దమ్మా. ఇదిగో ఈ బ్రెడ్ పాలు తిను ముందు” అంటూ పాల గ్లాసు, బ్రెడ్ అందించాడు.

కళ్లలో నీళ్లు తిరుగుతుంటే శకుంతల మెల్లగా రెండు ముక్కలు తిని ఆపేసింది.

“కమ్యూనిటీ హాల్లోకి పద.. అక్కడ అందరూ ఉన్నారు” అంటూ చేయి పట్టి లేబట్టాడు. శకుంతల కొంత మీదికి లేచి కూలబడిపోయింది. లేవలేదని అర్థమై రాహుల్ రెండు చేతుల మీద మోసుకు వచ్చి కమ్యూనిటీ హాల్లో ఒక బెడ్ దగ్గర దింపాడు. అప్పటికే అక్కడ ‘పాజిటివ్’ వచ్చిన వాళ్లకి ఎవరో ఇద్దరు డాక్టర్లు ట్రీట్‌మెంట్ అందిస్తున్నారు. కమ్యూనిటీ హాల్ లోపలా, బయటూ, అపార్ట్ మెంట్ పరిసరాల్లో ముస్లింపాలిటీ వాళ్లు సానిటైజ్ చేస్తున్నారు.

శకుంతలను పడుకోమని చెప్పి రాహుల్ వెంటనే ముక్కుకు ఆక్సిజన్ పెట్టి గ్లాకోజ్ ఐపి పెట్టాడు. శకుంతల ఆశ్చర్యంగా చూస్తోంది. “వాళ్లిద్దరు కూడా నాతో పాటు చదువుకుంటున్న జూనియర్ డాక్టర్లు పెద్దమ్మా! ఈ అపార్ట్‌మెంట్‌లో ఒక్కసారి ఇంత మందికి ‘పాజిటివ్’ వచ్చిందని తెలిసి నాతో పాటు మిమ్మల్ని కాపాడడానికి వచ్చారు” అన్నాడు.

రాహుల్ డాక్టర్ కోర్సు చదువుతున్నాడని లీలగా గుర్తుకొస్తుంటే రెండు రోజుల్నుంచి నిద్ర లేక శకుంతల మెల్లగా మగతలోకి జారుకుంది.

పది రోజులు గడిచిపోయాయి. రాహుల్ టీం అందిస్తున్న ట్రీట్‌మెంట్‌తో చాలా మంది కోలుకున్నారు. ఒకరిద్దరు ముసలి వాళ్లు చనిపోయారు. వన్యెండ్ రోజు శకుంతల బ్లడ్ రిపోర్టు వచ్చింది. అందులో ‘నెగెటివ్’ అని చూసి శకుంతల ముఖంలో ఒక్కసారి వెలుగు వచ్చింది.

“పెద్దమ్మా! ఈ రోజు నిన్ను డిశ్చార్జ్ చేస్తాం” అన్నాడు రాహుల్ నవ్వుతూ.

“డాక్టర్ ఈజ్ ఏ గాడ్ అంటే ఏమోననుకున్నానా! నువ్వే లేకపోతే ఈపాటికి నా సమాధి మీద ఎప్పుడో పూల మొక్క మొలిచేది” అంది ఉబికి వస్తున్న కన్నీళ్లను ఆపుకుంటూ.

“అయ్యో.. అదేంటి పెద్దమ్మా! ఇది మా డ్యూటీ. ఎంత ప్రాణాపాయ స్థితిలోనైనా మా పని మేం చేయాలి. లేదంటే మేం చదివిన చదువుకు విలువేముంది?” అన్నాడు, చెవిలో స్టెత్ పెట్టుకొని శకుంతల గుండె చప్పుడు వింటూ.

“ఇవాళ ఇంటికి వెళ్తావా మరి? రమణ పెద్ద నాన్న కూడా వచ్చాడు” అంటూ కమ్యూనిటీ హాల్‌కు ఇరవై ముప్పై మీటర్ల దూరంలో నిల్చున్న రమణను చూపించాడు రాహుల్.

“నన్ను మళ్ళీ ఆ గానుగెద్దు బతుకులోకి నెట్టేయకు రా! నేను పోను. మళ్ళీ అదే రొంపిలోకి వెళ్లేటట్లయితే నువ్వు బతికించిన ఈ ప్రాణాలకు విలువే లేదు. నేను ఏ వడ్డాశమంలో కైనా వెళ్లి అక్కడే ప్రాణాలు విడుస్తాను. లేదంటే నన్ను కాశీలో వదిలి రా! నీకు పుణ్యముంటది” అంది శకుంతల విరక్తిగా.

రాహుల్‌కి ఏం మాట్లాడాలో అర్థం కాక నిశ్శబ్దంగా చూస్తుండి పోయాడు.

- 98669 77741

జస్ట్ ఫాలో

చాకోలేట్ కేకు తయారుచేయాలంటే తప్పనిసరిగా చాకోలేట్ కరిగించాలి. ఇంట్లో ఓవెన్ లేనప్పుడు హెయిర్ డ్రెయ్యర్‌తో చాక్లెట్‌ను కరిగించవచ్చు. హెయిర్ డ్రెయ్యర్ నుంచి వచ్చే వేడి గాలికి చాక్లెట్ త్వరగానే కరిగిపోతుంది.



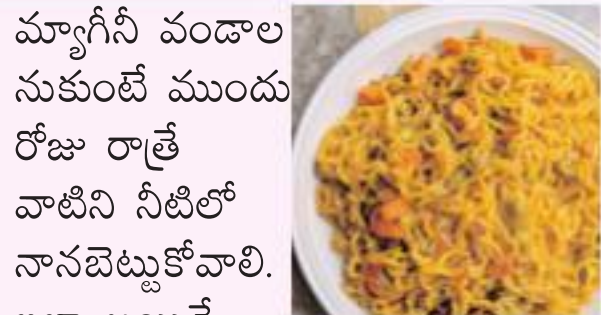
తేనె గడ్డ కట్టి నట్టు అయ్యిందా? అయితే మరిగించిన నీళ్ల మధ్యలో తేనె సీసాను అయిదు నిమిషాలు ఉంచండి. మళ్ళీ తాజాగా జాలువారినట్టు అవుతుంది. ప్లాస్టిక్ సీసాలు మాత్రం వాడకండి.



ఓవెన్‌లో పిజ్జాని రీహీట్ చేసేటప్పుడు, ఓవెన్‌లో పక్కన గ్లాసులో నీళ్ళు కూడా పెట్టండి. దీని వల్ల పిజ్జా ఎండినట్టు కాకుండా తాజాగా మారుతుంది. దాంతో తినాలనిపిస్తుంది.



కూరల్లో నీళ్లు ఎక్కువైనప్పుడు, గస గసాలను వేయించి, పాడిలా చేసి కూరలో వేసి కాసేపు ఉడికించండి. కూర చిక్కగా మారడంతో పాటు, రుచిగా ఉంటుంది.



మ్యాగీనీ వండాలనుకుంటే ముందు రోజు రాత్రి వాటిని నీటిలో నానబెట్టుకోవాలి. ఇలా అయితే వండే ముందు వాటిని వేడినీళ్లలో ఉడికించాల్సిన అవసరం రాదు.



చపాతి పిండి కలపాలంటే వేళ్లు నొప్పిస్తున్నాయా? పెద్ద మిక్సిజార్‌ను చపాతి పిండి కలిపేందుకు ఉపయోగించవచ్చు. మరి ఎక్కువ పిండి వేస్తే జార్ బ్లెడులు పాడవుతాయి... జాగ్రత్త.

లూజర్

1985

క్రికెట్ మైదానంలో విల్సన్ బాల్ వెయ్యడానికి సిద్ధంగా ఉన్నాడు. అతనికి ఎదురుగా స్టంప్స్ కనిపిస్తున్నాయి. అంతేకాదు దూరంగా కూర్చున్న నేషనల్ సెలెక్షన్స్ కూడా కనిపిస్తున్నారు. ఇవాళ విల్సన్ బొలింగ్ సరిగ్గా చేసి సెలెక్షన్స్ కి నచ్చితే చాలు... ఇండియన్ టీంలో అతడికి చోటు దక్కడం దాదాపుగా ఖాయమైపోయినట్టే. విల్సన్ బాల్ విసిరాడు. అతని బొలింగ్ ధాటికి బ్యాట్స్మన్ తట్టుకోలేకపోయాడు, విల్సన్ బొలింగ్ లోని పవర్ చూసి సెలెక్షన్స్ ఆశ్చర్య పోయారు. కానీ అంతలోనే వర్షం. మ్యాచ్ మధ్యలో ఆగిపోయింది. కొంతమంది జీవితాలంతే! దురదృష్టం వారిని జీవితాంతం వెంటాడుతూనే ఉంటుంది.

1993

పాతబస్తీలోని ఒక ముస్లిం ఇల్లు. పన్నెండేళ్ల షబానా స్కూల్ బ్యాగ్ సర్దుకుంది. అటకపైన దాచిపెట్టిన కాన్వాస్ మాస్ని రహస్యంగా బ్యాగ్ లో పెట్టుకుంది. అమ్మనడిగి డబ్బులు తీసుకుని బయటకెళ్తుండగా, “ఈ రోజు నాన్న ఇంట్లోనే ఉన్నాడు, సాయంత్రం త్వరగా వచ్చేయ్” అని మెల్లగా చెప్పింది అమ్మ. బయట నాన్న మేకలకు గడ్డి తినిపిస్తున్నాడు. ఏమీ తెలియనట్టు ఇంట్లో నుంచి బయటకెళ్తుండగా తండ్రి స్పోర్ట్స్ షూస్ చూశాడు. ముందు భయపడింది. అంతలోనే తేరుకుని అవి తన స్నేహితురాలివని, అంతకుముందు రోజు గ్రౌండ్లో ఆడుతూ తన వద్ద మర్చిపోయిందని అబద్ధం చెప్పేసింది. “అవునా? నువ్వు ఆటలు గీటలు అంటూ

స్ట్రీమింగ్ సీజన్..

తిరగడం లేదు కదా?” అన్నాడు నాన్న. లేదని తలూపి పరిగెత్తుకుంటూ వీధిలోకి వచ్చి, సైకిల్ అద్ది కు తీసుకుని బయల్దేరింది షబానా. కొంచెం దూరం వెళ్లి ఒక పెద్ద భవంతి ముందు సైకిల్ ఆపి లోపలికెళ్లింది. షటిల్ రాకెట్ పట్టుకుని అక్కడున్న మిగిలిన వాళ్లతో కలిసి ప్రాక్టీస్ మొదలుపెట్టింది.

2007

పెయింటర్ సూరి హడావుడిగా రైఫిల్ అసోసియేషన్ ఆఫీస్ లోకి అడుగుపెట్టాడు. ఏమైందో ఏమో తెలియదు. చేస్తున్న పెయింటింగ్ పని మధ్యలో ఆపేసి వచ్చాడు. చేతులకు అంటిన రంగులు ఇంకా పూర్తిగా ఎండిపోలేదు. అనుమానంగానే అక్కడ కూర్చుని కబుర్లాడుతున్న తన స్నేహితుల వద్దకు వెళ్లాడు. అతన్ని చూడగానే స్నేహితులు లేచి నుంచున్నారు.

“సూరి, నీ మీద అసోసియేషన్ లో ఎవరో కంప్లెంట్ ఇచ్చారు” అన్నాడు ఒక స్నేహితుడు. “అరే నేనేం చేశానా” అని ఆశ్చర్య పోయాడు సూరి. “ఏమో చూద్దాం రా! నోటిస్ బోర్డ్ లో కూడా పెట్టారు” అంటూ సూరిని నోటిస్ బోర్డ్ వద్దకు తీసుకెళ్లారు. నోటిస్ బోర్డ్ లో ఉన్నది చదివి సూరికి నోటమాట రాలేదు. ఎయిర్ రైఫిల్ షూటింగ్ విభాగంలో నేషనల్ టీంకి సెలెక్షన్ అయ్యాడన్న వార్త చూసి ఎగిరి గంతులేశాడు. మూడు కథలు... ముగ్గురి కలలు... మూడు వేర్వేరు కాలాలు... మూడు వేర్వేరు ఆటలు. జీవితం ఆడిన ఆటలో ఈ కథలన్నింటినీ



కథగా చెప్పుకోడానికి పెద్ద బ్రిలింగ్ అంశాలు లేకపోయినప్పటికీ, ఒక్కో ఎపిసోడ్ చూస్తుంటే ఈ ముగ్గురి పాత్రలు మనకి దగ్గరై వారి విజయాన్ని కోరుకుంటాం. సాధారణంగా తెలుగు సినిమాల్లో ఉండే నాటకీయత, బీవీ సీరియల్స్ లో ఉండే సాగతీత లేక పోవడం ఇప్పుడొస్తున్న వెబ్ సీరియల్స్ ప్రత్యేకత. అంతే కాకుండా కథను సహజత్యానికి దగ్గరగా చూపించే ప్రయత్నం కూడా మనం ఈ వెబ్ సీరియల్స్ గమనించ వచ్చు. ప్రధాన పాత్రలైన ఈ ముగ్గురి ఆశయాల కథలే కాకుండా .. సూరి ప్రేమకథ, షబానా భర్త కథ, విల్సన్ కొడుకు కథ, సూరి తమ్ముడి కథ - ఈ ఉప కథలు కూడా ఒక్కో కథకు ఒకటి అల్లుకుంటూనే ముఖ్యకథ నడవడంలో ఉపయోగపడుతుంటాయి.



ముడివేసేది గెలుపోటములు. సూరి చిన్నప్పుడు ఎగ్జిబిషన్లో రైఫిల్ షూట్ చేసిన దగ్గర్నుంచి ఇరవై ఏళ్లు పైగా శ్రమ

పడ్డాడు. అతని కల నిజమయ్యే రోజు దగ్గరకొచ్చింది. కానీ ఆ కల నిజం కావాలంటే డబ్బులు కావాలి. నేషనల్ టీంకి సెలెక్షన్ అయిన సూరికి రైఫిల్ కొనేంత డబ్బులేక్కర్తొచ్చుచి వస్తాయి? తండ్రికి తెలియకుండా బ్యాడ్మింటన్ నేర్చుకుంటున్న షబానా ఈ రహస్యం తండ్రికి తెలియకుండా ఎన్ని రోజులు దాచగలదు? దురదృష్టం వెంటాడుతున్న జీవితానికి ఎంతని ఎదురిదగలదు విల్సన్?

జీవితమే ఒక ప్రశ్న! ఓటమి మనకి ఎదురుగా నిల్చున్నప్పుడు సూటిగా చూసి దాన్ని ఎదుర్కోవడానికి ధైర్యమొక్కటే సరిపోదు. విజయం సాధించాలంటే ప్రతిభ ఒక్కటే సరిపోదు, అన్నింటికంటే ముఖ్యం ప్రయత్నం. ఆ ప్రయత్నానికి సహకరించే పరిస్థితులు - ఇవి మరి ముఖ్యం.

సాధారణంగా సినిమాల్లో, సీరియల్స్ చూపించని

లైంగిక వేధింపులు, మైనారిటీల సమస్యలు లాంటి అంశాలపై దర్శకులు, రచయితలు ధైర్యంగా తమ భావ ప్రకటన చేసుకునే స్వేచ్ఛ ఇప్పుడు ఈ వెబ్ సీరియల్ ద్వారా కలగడం మంచి పరిణామం. అన్నపూర్ణ ఫిల్మ్ స్కూల్లో చదువుకున్న కొంతమంది యువకులు ఒక బృందంగా ఏర్పడి ఈ వెబ్ సీరియల్ పనిచేశారు. దర్శకుడు అభిలాష్ రెడ్డి, సినిమాటోగ్రాఫర్ నరేష్ రామదురై ఈ సీరియల్ ఎంతో నైపుణ్యంగా తీర్చిదిద్దారు. మూడు వివిధ కాలాల్లో జరిగే కథ అయినప్పటికీ ఎక్కడా కన్ఫ్యూజన్ లేకుండా, ఆయా కాలాలను ఆసక్తికరంగా తెరమీద ప్రతిబింబించారు. ప్రియదర్శితో పాటు ‘రాజన్న’ చిత్రంలో అందరినీ అలరించిన బాల నటి యానీ షబానా పాత్ర పోషించింది. శశాంక్ క్రికెటర్ విల్సన్ పాత్రలో మెప్పించాడు. పాయాజీ పిండే, కల్పిత గణేష్, పావని గంగిరెడ్డి, అభయ్ లాంటి తెలిసిన నటీనటులే కాకుండా చాలామంది నూతన నటీ నటులు కూడా ఈ సీరియల్ ద్వారా పరిచయం అయ్యారు. మనం గతంలో ఎన్నో స్పోర్ట్స్ సంబంధిత సినిమాలు చూసుండొచ్చు కానీ, ఎయిర్ రైఫిల్ షూటింగ్ ప్రధానంగా వచ్చిన మొదటి వెబ్ సీరియల్ ఈ ‘లూజర్’.

- వెంకట్ శిద్ధారెడ్డి, venkat@navatarangam.com

వెబ్ సీరియల్: లూజర్ (తెలుగు)

దర్శకుడు : అభిలాష్ రెడ్డి
నటీనటులు : ప్రియదర్శి, కల్పిత, యానీ, శశాంక్
ప్లాట్ ఫామ్ : జీ 5
సీజన్ : 1
ఎపిసోడ్స్ : 10
రేటింగ్ : 7.5/10



దర్శకుడు : అభిలాష్ రెడ్డి

పుట్టుక నుంచి నేటి వరకు

మనకు తెలియకపోయినా మనం ఒక శాస్త్రీయమైన జీవన విధానంలో బతుకుతున్నాం. మనం, మన శరీరం, చుట్టూ ఉన్న జంతుజాలం, వృక్షసంపద, ప్రపంచం, విశ్వం... అన్నీ ఒకదానితో ఒకటి ముడిపడి క్రమపద్ధతిలో అమరి ఉన్నాయి. ఎందరో శాస్త్రజ్ఞులు, పరిశోధకులు సృష్టి ప్రారంభం నుంచి నేటి వరకు ఆ అమరికలోని రహస్యాల గుట్టు విప్పే ప్రయత్నం చేశారు, చేస్తున్నారు. ఈ పరిణామ క్రమంలో సాధించిన విజయాలను, ఓటములను వ్యాసాల రూపంలో ‘సైన్స్ వెలుగులు’ పేరుతో పుస్తకంగా తీసుకొచ్చారు కె.బి. గోపాలం. మొత్తం నలభై వ్యాసాలున్న ఈ గ్రంథంలో ప్రతి అంశమూ ముఖ్యమైనదే. భూగోళ, వైద్య, రసాయన, జంతు, ఖగోళ శాస్త్రాల అభివృద్ధిని మన కళ్లముందు నిలుపుతుంది. ‘సృష్టి ఎలా మొదలైంది?’, ‘విశ్వానికి కేంద్రం’, ‘కొత్త రసాయనశాస్త్రం’, ‘రాక్షసి బల్లులు’, ‘వేడి యంత్రాలు’, ‘రేడియో ఆక్టివిటీ’, ‘జైషదాలు - అద్భుతాలు’, ‘ఇవాళ్లి సైన్స్’ లాంటి ఎన్నో వ్యాసాలు నమ్మకాల నుంచి వాస్తవికతవైపు నడిపిస్తాయి. కోపర్నికస్, న్యూటన్, డార్విన్, పాశ్చర్, మేరీ, ఐన్ స్టీన్, మెండల్, స్టీవ్ జాబ్స్ వంటి ఎందరో శాస్త్రవేత్తల ప్రయోగాలు సైన్స్ ఉనికిని ముందుకు నడిపిన తీరును చారిత్రక పద్ధతిలో చెప్పారు రచయిత. మొత్తంగా ఈ పుస్తకం విశ్వం పుట్టిన నాటి నుంచి నేటివరకు జరిగిన సైన్స్ సంగతుల సమాహారం. ఈ గ్రంథాన్ని చదువుతుంటే సినిమా చూసిన అనుభూతి మాత్రమే కాదు ఎంతో విజ్ఞానం కూడా అందుతుంది.

- ఎ. రవీంద్రబాబు

సైన్స్ వెలుగులు నాటి నుంచి నేటివరకు ...

రచన: కె.బి.గోపాలం

పేజీలు: 328, వెల: రూ.350

ప్రతులకు: నవ తెలంగాణ 94900 99378



తొలిపాడ్లు చరిత్ర

తెలుగునేలపై వ్యవసాయ విద్యలో తొలిపాడ్లు బాపట్ల అగ్రికల్చరల్ కళాశాల. ఆ సంస్కృతికి అక్షర రూపమే ‘ఒక నేల.. అనేక ఆకాశాలు’. స్వాతంత్ర్యోద్యమ స్వప్నం సాకారానికి ముందే కోస్తా ప్రాంతంలో సాగు వెలుగులు విరజిమ్మిన ఈ కళాశాల చరిత్రను తెలుసుకోవడమంటే, ఆ ప్రాంత సామాజిక, ఆర్థిక, సాంస్కృతిక, రాజకీయ పరిణామాలను స్పృశించడమే. బాపట్ల వ్యవసాయ కళాశాల ప్లాటినం జూబ్లీ వేళ ఆ నేల అస్త్రిత్యాన్ని ఒడిసిపట్టి మన చేతిలో గుమ్మరించిన ప్రచురణ కర్తల ప్రయత్నం అభినందనీయం. 1945 నుంచి 2015 వరకు... పూర్వ విద్యార్థుల సమగ్ర సమాచారం సేకరించడమే కాదు, వాళ్ల జ్ఞాపకాలనూ అక్షరీకరించడం మంచి ప్రయత్నం. అంతర్జాతీయ పరిశోధనా రంగంలోనేగాక సివిల్స్, సీసీ, రాజకీయ రంగాలలో మేటిగా నిలిచిన పూర్వ విద్యార్థుల విశేషాలూ ఆసక్తికరం. 75 ఏళ్లలో తెలుగు నేలను కుదిపిన కొన్ని ఘటనలనూ ఈ పుస్తకం మనకు పరిచయం చేస్తుంది. రైతన్నల స్వేదానికి పట్టంకట్టిన తెలుగు కవిత్వంలోని కొన్ని పంక్తులను పుస్తకంలో పొందుపరచడం ఆ సంచికకు మరింత వన్నెతెచ్చింది. వ్యవసాయ కళాశాల స్థాయి నుంచి ఆచార్య ఎన్.జీ రంగా విశ్వవిద్యాలయంలో భాగస్వామ్యమైన తీరును సోదాహరణంగా వివరించడం బావుంది. మొత్తంగా ‘ఒక నేల...అనేక ఆకాశాలు’ పుస్తకం కాఫీ టేబుల్ బుక్ ను తలపిస్తుంది.

- వెంకటేష్

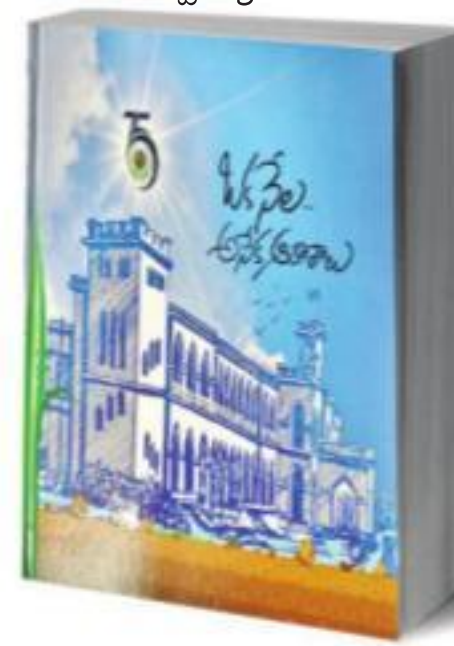
ఒక నేల ... అనేక ఆకాశాలు

సంకలనం : వొలేటి గోపీచంద్ (1980 బ్యాచ్)

పేజీలు : 244, వెల: రూ.350

ప్రతులకు: రైతునేస్త్రం పబ్లికేషన్స్, 6-2-959, దక్షిణ భారత హిందీ ప్రచార సభ కాంప్లెక్స్, ఖైరతాబాద్, హైదరాబాద్ - 500004.

ఫోన్ : 96767 97777, 94412 76770.



ఇవీ వచ్చాయి

జీవితం గీసిన చిత్రాలు

రచన: సతీష్ గొల్లపూడి

పేజీలు: 92, వెల: రూ.100

ప్రతులకు: 040-27678430

కవిసంధ్య

ఆధునిక కవితా వేదిక

రజతోత్సవ సంచిక

పేజీలు: 120, వెల: రూ.100

ప్రతులకు: 8639270575

కందిలి... మరికొన్ని కవితలు

రచన: లేదాళ్ళ రాజేశ్వరరావు

పేజీలు: 184, వెల: రూ.100

ప్రతులకు: 9848787284

నాన్న అడుగుజాడల్లో...

రచన: మొవ్వ రామకృష్ణ

పేజీలు: 223 వెల: రూ.100

ప్రతులకు: 8096310140

తెనాలి రామకృష్ణుని

పాండురంగ మహాత్మ్యం

రచన: బాలాంశ్రపు వేంకటరమణ

పేజీలు: 264, వెల: రూ.200

ప్రతులకు: 8558899478



అశ్విని, భరణి, కృత్తిక 1వ పాదం

మేషం

పట్టుదలకు పోవద్దు. ఎదుటి వారి ఆంతర్యం గ్రహించండి. చీటికిమాటికి అసహనం చెందుతారు. ఓర్పుతో వ్యవహరించాలి. ఖర్చులు సామాన్యం. చెల్లింపుల్లో జాగ్రత్త. గురు, శుక్రవారాల్లో ముఖ్యుల కలయిక వీలుపడదు. ఆలోచనలతో సతమతమవుతారు. పనులు అస్తవ్యస్తంగా సాగుతాయి. అయిన వారు మీ అశక్తతను అర్థం చేసుకుంటారు. ఆత్మీయుల సలహా పాటించండి. ఒక సమాచారం ఉపశమనం కలిగిస్తుంది.



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

వృషభం

నిరుత్సాహం వీడి యత్నాలు సాగించండి. సన్నిహితుల ప్రోత్సాహం ఉంది. అవకాశాలు చేజారినా ఒకండుకు మంచిదే. త్వరలో అనుకూల పరిస్థితులు నెలకొంటాయి. కొత్త పనులు ప్రారంభిస్తారు. ఆదాయ వ్యయాలకు పొంతన ఉండదు. పెద్ద ఖర్చు తగిలే అస్సారం ఉంది. శనివారం నాడు నగదు డ్రా చేసేటపుడు జాగ్రత్త. పెద్దల ఆరోగ్యం ఆందోళన కలిగిస్తుంది. సోదరులతో సంప్రదింపులు జరుపుతారు.



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

మిథునం

అన్ని విధాలా బాగుంటుంది. వ్యవహారానుకూలత ఉంది. మాట నిలబెట్టుకుంటారు. ఆదాయం సంతుష్టికరం. కొత్త యత్నాలకు శ్రీకారం చుడతారు. పనులు సానుకూలమవుతాయి. బంధువుల వైఖరి ఇబ్బంది కలిగిస్తుంది. ఆది, సోమవారాల్లో కొన్ని విషయాలు పట్టించుకోవద్దు. ఆధ్యాత్మికత, గౌరవ ప్రతిష్టలు పెంపొందుతాయి. పూర్వ విద్యార్థులను కలుసుకుంటారు.



పునర్వసు 4వ పాదం, పుష్యమి, ఆశ్లేష

కర్కాటకం

మాటతీరు ఆకట్టుకుంటుంది. మీ అభిరుచికి తగ్గ పరిచయాలేర్పడతాయి. అవిశ్రాంతంగా శ్రమిస్తారు. మీ కష్టం ఫలిస్తుంది. ఆశలోదిలేసుకున్న డబ్బు అందుతుంది. ఉల్లాసంగా గడుపుతారు. గృహం ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. శుభకార్యానికి యత్నాలు సాగిస్తారు. మంగళ, బుధవారాల్లో బాధ్యతలు అప్పగించవద్దు. ఆభరణాలు, నగదు జాగ్రత్త. పిల్లల చదువులపై శ్రద్ధ అవసరం. ఒక సంఘటన మీపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుంది.



మఖ, పుబ్బ, ఉత్తర 1వ పాదం

సింహం

అన్ని విధాలా కలిసివస్తుంది. అంచనాలు ఫలిస్తాయి. అవకాశాలను దక్కించుకుంటారు. ధనలాభం ఉంది. ఖర్చులు విపరీతం. మీ ఉన్నతిని చాటుకుంటారు. వ్యవహారాలు మీ చేతుల మీదుగా సాగుతాయి. గురు, శుక్రవారాల్లో అప్రమత్తంగా ఉండాలి. ఎవరినీ అతిగా విశ్వసించవద్దు. పిల్లల విషయంలో శుభపరిణామాలున్నాయి. ఆత్మీయులకు ముఖ్య సమాచారం అందిస్తారు. బంధువుల వైఖరి మనస్తాపం కలిగిస్తుంది.



ఉత్తర 2,3,4; హస్త, చిత్త 1,2 పాదాలు

కన్య

పరిస్థితులను అనుకూలంగా మలుచుకుంటారు. పరిచయాలు బలపడతాయి. వ్యాపకాలు సృష్టించుకుంటారు. పనులు సానుకూలమవుతాయి. ఖర్చులు విపరీతం. డబ్బుకు ఇబ్బంది ఉండదు. శనివారం నాడు ధనసహాయం తగదు. అయిన వారితో సంప్రదింపులు జరుపుతారు. ఒత్తిళ్లు, ప్రలోబాలకు లొంగవద్దు. ప్రతి విషయం క్షణంగా తెలుసుకోండి. చిన్ననాటి పరిచయస్తులను కలుసుకుంటారు. కొత్త ప్రదేశం సందర్శిస్తారు.



చిత్త 3,4; స్వాతి, విశాఖ 1,2,3 పాదాలు

తుల

పరిస్థితులు అనుకూలిస్తాయి. మీదైన రంగంలో రాణిస్తారు. కుటుంబీకుల ప్రోత్సాహం ఉంది. అవకాశాలను చేజిక్కించుకుంటారు. ఖర్చులు విపరీతం. పెద్దమొత్తం సాయం తగదు. పనులు హడావుడిగా సాగుతాయి. వ్యవహారాలతో తీరిక ఉండదు. ఆది, సోమవారాల్లో శ్రమాధిక్యత, అకాల భోజనం. పిల్లల విషయంలో శుభదాయకం. శుభకార్యానికి యత్నాలు సాగిస్తారు. అపరిచితులతో జాగ్రత్త. గృహమార్పు కలిసివస్తుంది.



విశాఖ 4వ పాదం; అనూరాధ, జ్యేష్ఠ

వృశ్చికం

పట్టుదలతో శ్రమిస్తే మీదే విజయం. విమర్శలు పట్టించుకోవద్దు. చిన్నచూపు చూసిన వారే మీ సమర్థతను గుర్తిస్తారు. పనుల్లో అవాంతరాలు తొలుగుతాయి. ఉత్సాహంగా గడుపుతారు. ఆదాయం బాగుంటుంది. మంగళ, బుధవారాల్లో నగదు డ్రా చేసేటపుడు జాగ్రత్త. ఊహించని సంఘటనలు ఎదురవుతాయి. ఎవరినీ అతిగా విశ్వసించవద్దు. బాధ్యతలు స్వయంగా చూసుకోవాలి. సంస్థల స్థాపనలకు అనుకూలం.



మూల, పూర్వాషాఢ, ఉత్తరాషాఢ 1వ పాదం

ధనుస్సు

పరిస్థితులు అనుకూలిస్తాయి. ధనలాభం ఉంది. రోజువారీ ఖర్చులే ఉంటాయి. ప్రణాళికలు రూపొందించుకుంటారు. అంచనాలు ఫలిస్తాయి. అర్ధాంతరంగా నిలిపివేసిన పనులు పూర్తి చేస్తారు. సోదరులతో అవగాహన నెలకొంటుంది. ఒప్పందాలు కుదుర్చుకుంటారు. గురు, శుక్ర వారాల్లో ఇతరుల విషయాలకు దూరంగా ఉండాలి. గౌరవానికి భంగం కలిగే అస్సారం ఉంది. లైసెన్సుల రెన్యూవల్లో అలక్ష్యం తగదు.



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

మకరం

ఆలోచనల్లో మార్పు వస్తుంది. రాజీమాగ్గంలో సమస్యలు పరిష్కరించుకుంటారు. గృహం ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. వ్యాపకాలు సృష్టించుకుంటారు. డబ్బుకు ఇబ్బంది ఉండదు. శనివారం నాడు పనుల్లో ఒత్తిడి, శ్రమ అధికం. ముఖ్యుల కలయిక వీలుపడదు. ఇతరుల విషయాల్లో జోక్యం తగదు. పత్రాలు, నగదు జాగ్రత్త. పిల్లల చదువులపై మరింత శ్రద్ధ వహించాలి. ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాల్లో పాల్గొంటారు.



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

కుంభం

మీ వాక్కు ఫలిస్తుంది. అవాంతరాలను అధిగమిస్తారు. చర్చలు ప్రశాంతంగా సాగుతాయి. సముచిత నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. పరిచయాలు బలపడతాయి. ఉల్లాసంగా గడుపుతారు. ఖర్చులు అదుపులో ఉండవు. విలాసాలకు వ్యయం చేస్తారు. చెల్లింపుల్లో జాగ్రత్త. ఇంటి విషయాలపై శ్రద్ధ వహించాలి. ఏ విషయాన్నీ తేలికగా తీసుకోవద్దు. పనుల్లో ఒత్తిడి, శ్రమ అధికం. చిన్ననాటి పరిచయస్తులను కలుసుకుంటారు.



పూర్వాభాద్ర 4వ పాదం, ఉత్తరాభాద్ర, రేవతి

మీనం

ఈ వారం ఏమంత అనుకూలం కాదు. శమించినా ఫలితం ఉండదు. ఊహించని ఖర్చులు, ధననష్టం ఎదుర్కొంటారు. మనోనిబ్బరంతో వ్యవహరించండి. సలహాలు, సహాయం ఆశించవద్దు. పనుల్లో ఒత్తిడి అధికం. ఆవుల కలయిక ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. వ్యాపకాలు సృష్టించుకోండి. త్వరలో అనుకూల పరిస్థితులు నెలకొంటాయి. అనవసర జోక్యం తగదు. లైసెన్సుల రెన్యూవల్లో మెలకువ వహించండి.

- ఆడం**
1. తోక చుక్క (5)
 4. గోళ్లున్న పులి పాదం (2)
 6. ఇది వచ్చినవాళ్లు నీటిలో మునగరు (2)
 8. వాడుకలో వరాహం (2)
 9. ఏలు ఆద్యంతాలుగా ఒరిగినది (4)
 11. లోహపు పొడి (3)
 13. పూజకు వాడే ఒకరకం పువ్వు (3)
 17. దొడ్డిదారినొచ్చిన ప్రళయం (3)
 18. గుసగుసగా వినిపించే మసాలాదీను (5)
 20. ఓడలు ఆగే స్థలం - అటుగా (2)
 22. తల లేని శ్రీమతి (2)

23. తరువాతి (3)
27. కిటికీ (3)
29. మిలట్రీ కటింగ్ (2)
30. కెరటంతో మొదలైన కల్లోలం (4)
32. భోజనం వడ్డించే ఆకు (4)
34. చెల్లు పత్రము (3)
35. దేవాలయంతో పాక ఇల్లు (3)
37. ప్రతిజ్ఞ (3)
39. చేతి గుడ్డ (3)
41. నలుడిని వరించిన విదర్భ రాజపుత్రి (4)
42. అడుగు వంటి కొలను (3)
43. పూజలందుకునే పాలిచ్చే జంతువు (2)

- నిలువు**
1. సువాసన గల పొగ (2)
 2. మద్యం (3)
 3. గాలివాన హోరు (3)
 4. పొలంలో వేసేది; కృషి (2)
 5. ఇండోనేషియాలోని ఒక దీవి (2)
 7. రవీంద్రుడి కథకు 'రే' సినిమా - కిందనుండి (4)
 9. ముండ్ల పంది (2)
 10. శీర్షానంతలో భార్యాభర్తలు (5)
 12. రావణుడితో పోరాడిన పక్షి (4)
 14. ఒకరకం తర్కవాదం (3)
 15. ఉత్తరాది జీవనది (2)
 16. ప్రపంచం (3)
 19. ముఖాముఖి (3)
 21. పరి పండే నేల (3)

24. సికింద్రాబాదు, గుంటూరు మధ్యలో రైల్వే జంక్షన్ (4)
25. మండూకం (2)
26. ఈ రాముడు శ్రీకృష్ణుడి సోదరుడు (2)
28. కొద్దిగా (2)
30. పద్మం (4)
31. నీరు నిల్వచేసే ఆనకట్ట (4)
32. అంబిక దాసికి వ్యాసుడి వలన పుట్టినవాడు (4)
33. తైదలు లేదా సోళ్లు (3)
34. గుర్రాలు లాగే శకటం (2)
36. విడుపు దినం (3)
38. సతి వ్యతిరేకం (2)
40. వేగు కాదు, బాగా పండడం (2)

● మీ అభిప్రాయాలు/సూచనల కోసం.. 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			✱	43	

అనగనగనగా...



'వారసుడు'... ఎన్ని గొడవలో!

కృష్ణ, నాగార్జున తొలి కాంబినేషన్లో వచ్చిన చిత్రం 'వారసుడు'. ఈవీవీ సత్యనారాయణ దర్శకత్వంలో నటుడు మురళీమోహన్ ఈ చిత్రాన్ని నిర్మించారు. ఇందులో కృష్ణ, నాగార్జున తండ్రి కొడుకులుగా నటించారు. తండ్రిని అనప్యాచుకొనే పాత్ర నాగార్జునది. కృష్ణ స్టార్డమ్ను తక్కువగా అంచనా వేసి, దర్శకనిర్మాతలు పెట్టిన కొన్ని సీన్లు చిత్రం విడుదలయ్యాక ఆయన అభిమానుల ఆగ్రహానికి గురయ్యాయి. తమ అభిమాన కథానాయకుడిని అప్రతిష్ట పాలు చేసే సన్నివేశాలను వెంటనే తొలగించాలని, వారం రోజుల్లో కృష్ణ పాత్రకు ఓ పాట జత చేయాలని అభిమానులు ధర్నా చేశారు. 'కృష్ణ పని ఇక అయిపోయింది. ఆయనకు ఫాలోయింగ్ లేదు' అని అనుకుంటున్న చాలా మంది సినీ ప్రముఖులకు ఈ పరిణామాలు ఆశ్చర్యపరిచాయి. చివరకు అభిమానుల ఆగ్రహానికి దర్శకనిర్మాతలు తలవంచాల్సి వచ్చింది. పాత్రపరంగానే తప్ప సీనియర్ హీరో కృష్ణను అగౌరవ పరచాల్సిన ఉద్దేశం తనకు లేదని హీరో నాగార్జున కూడా పత్రికా ప్రకటన ఇచ్చారు. అభిమానుల అభిమతం మేరకు పతాక సన్నివేశాలను రీ మూట్ చేయడం గమనార్హం. హైదరాబాద్లో జరిగిన 'వారసుడు' వంద రోజుల వేడుకకు చిరంజీవి, డాక్టర్ రాజశేఖర్, వినోద్కుమార్ అతిథులుగా హాజరయ్యారు.

- విनाయకరావు

గత వారం జవాబులు

1 పం	క	2 జం	✱	3 క్ష	4 తి	✱	5 వా	6 ర	ది
క్షి	✱	7 ధ్యా	8 స	✱	9 నే	ల	10 మా	లి	గ
✱	11 ప	ల	మ	నే	రు	✱	గా	✱	12 డ
14 బి	✱	✱	వ	✱	✱	15 వా	జి	16 క్షి	✱
17 మా	త్వ	18 మూ	ర్తి	✱	19 క్ష	ర	✱	20 క్షే	పం
✱	✱	ల	✱	21 అ	రు	22 చ	లం	✱	23 ద్వా
24 వ	సు	ద	✱	మ	✱	25 సి	రి	✱	✱
ర	✱	నం	✱	26 రా	ద	✱	27 త్రి	28 యో	29 ద
30 ద	31 డి	✱	32 చే	వ	✱	33 ఉం	✱	34 గం	✱
✱	35 క్షా	36 మ	✱	37 తి	38 రు	గ	లి	✱	39 క్ష
41 వ	రం	గ	ల్	✱	42 చి	రం	✱	43 డు	రు

మధురం.. ఈ నన్నారి సేద్యం



విశేషం

రాయలసీమలో రాగి సంగటి ఎంత ఫేమస్సో... సీమ కోలాగా చెప్పుకునే 'నన్నారి' కూడా అంతే ఫేమస్. మిగతా కూల్డ్రింక్లకు 'నన్నారి'కి తేడా ఏమిటంటే... ఇది అరుదైన వేర్ల నుంచి తయారవుతుంది. అడవుల నుంచి సేకరించే ఈ వేర్లే అక్కడి గిరిజనులకు జీవనాధారం. అంటే వారికి ఇవి 'రూట్ బ్యాంకు'లన్నమాట. ఇంతకీ వాటిని గిరిజనులు ఎలా సేకరిస్తారు? సరికొత్తగా వాటి సాగు ఎలా చేస్తున్నారో తెలుసుకోవాలంటే రాయలసీమలోని చెంచు గూడెలా వైపు వెళ్లాల్సిందే...

అడవిని కాపాడే దిశగా...

'నన్నారి' సేకరణ నుంచి సేద్యం దిశగా గిరిజనులు అడుగులు వేస్తే వారి ఉపాధికి ధోకా ఉండదని గ్రహించింది 'కోవెల్' ఫౌండేషన్. నన్నారి మొక్కలను శాస్త్రీయంగా సేకరించి, సాగుచేసే పద్ధతులను రైతులకు నేర్పింది. అడవిలో ఫలసాయాన్ని వ్యవసాయంలోకి మార్చి, రైతులు సొంతభూముల్లో వీటిని సాగు చేసుకునేలా ఒక పైలెట్ ప్రాజెక్టును కర్నూలు జిల్లాలో ఈ సంస్థ మొదలుపెట్టింది. ఆళ్లగడ్డ మండలం డి.వనిపెంట పంచాయితీలోని చెంచుగూడెంలో రైతులను ఎంపిక చేసి, శిక్షణ ఇచ్చి నన్నారి సాగు నేర్పింది. వారు సక్సెస్ కావడంతో మరో 32 మంది మహిళా రైతులు ముందుకొచ్చారు. వారందరికీ విత్తనాలిచ్చి సర్గరీలు ఏర్పాటుచేశారు. ఆర్గానిక్ ఎరువులతో పాటు, పనిముట్లను కూడా సమకూర్చారు. "నన్నారి అంతరించి పోకుండా కాపాడి, పారెన్స్ పామ్గా అభివృద్ధి చేశాం. గిరిజనుల సొంత భూముల్లో వాటిని సాగుచేసేలా ప్రోత్సహిస్తున్నాం. నన్నారి సహా 25 రకాల అటవీ ఉత్పత్తులను సేకరించి, వాటిని మార్కెట్కు అనుగుణంగా తయారుచేయడానికి శిక్షణ కూడా ఇస్తున్నాం" అని వివరించారు 'కోవెల్' ఫౌండేషన్ సీకబో కృష్ణారావు. వీరు చేస్తున్న కృషిని 'జాతీయ ఔషధ మొక్కల బోర్డ్' గుర్తించింది. నన్నారిని ఔషధ మొక్కగా పేర్కొని సాగు కోసం ఈ ఏడాది నుంచి హెక్టారుకు 75 వేల రూపాయల సబ్సిడీని కూడా అందిస్తోంది.

ఎన్నో ప్రత్యేకతలు...
నన్నారికి విశిష్టమైన లక్షణాలున్నాయి. ఈ చెట్టు ఏపుగా పెరగవు. భూమిపై తీగలా పాకుతాయి. తీగ నుంచే భూమిలోకి వేర్లు వెళతాయి. వీటిని అనుభవమున్నవారు

గొజుగ్గాసులో కేవలం రెండంటే రెండు మూతల 'నన్నారి' పోసి... నిమ్మకాయ పిండి... సోడాను గ్లాసులో పోయగానే నురగలు కక్కుతూ 'నన్నారి' పానీయం నోరూరిస్తుంది. కొంచెం తీపి, కొంచెం వగరు, కొంచెం పులుపు కలగలిసిన ఆ రుచిని ఒక్కసారి చూస్తే వదలరు. ఇది రాయలసీమలో మాత్రమే దొరికే టేస్టీ డ్రింక్. అడవిలో లభించే అరుదైన వేర్లతో తయారుచేసే ఈ లోకల్ షర్బత్ వెనుక, అడవి బిడ్డల అంతులేని శ్రమ ఉంది.

అడవుల్లో ఎలా గుర్తిస్తారు?

చెంచు గూడెంలోని గిరిజనులు సూర్యోదయానికి ముందే అడవిలోకి వెళ్తారు. దట్టమైన అడవుల్లో రాళ్ల మధ్య పెరిగే అరుదైన ఔషధ గుణాలున్న మొక్క నన్నారి. నల్లమల, శేషాచలం, భద్రాచలం అడవుల్లో... తక్కువ వర్షపాతం ఉన్న ప్రాంతాల్లో మాత్రమే ఈ మొక్క కనిపిస్తుంది. ఏ కాస్త వానపడినా ఇది ఏపుగా ఎదుగుతుంది. దాని వేర్లు భూమిలో రెండు మీటర్లదాకా విస్తరిస్తాయి. వాటిని గిరిజనులు సేకరించి ఎండబెట్టి అమ్ముతుంటారు. అటవీ ఫలసాయం మీద ఆధారపడిన గిరిజనులకు 40 ఏళ్లుగా నన్నారి బతుకుదెరువుగా మారింది. అయితే గత పదేళ్లలో ఈ మొక్కలు క్రమంగా తగ్గిపోతూ, అంతరించిపోయే దశకు చేరుకున్నాయి. దాంతో వారి ఆదాయం కూడా తగ్గిపోవడంతో వలసలు తప్ప వారికి వేరే దారి లేదు.



మీ నాలుక ఏ రంగులో ఉంది?

- వైద్యుల వద్దకు వెళితే కచ్చితంగా నాలుక చూపించమని అడుగుతారు. నాలుక రంగుని బట్టి మీ ఆరోగ్యాన్ని అంచనా వేస్తారు. మీరు ఆరోగ్యంగా ఉన్నారో లేదో నాలుకను చూసి తెలుసుకోవచ్చు.
- సంపూర్ణ ఆరోగ్యవంతుడైన వ్యక్తి నాలుక లేత గులాబీ రంగులో ఉంటుంది. తేమగా ఉంటుంది.
- నాలుక తెల్లగా పాలిపోయినట్టు కనిపిస్తే సమస్య ఉందని అర్థం. రక్తంలో హిమోగ్లోబిన్ తక్కువగా ఉన్నప్పుడు కూడా నాలుక తెల్లగా మారుతుంది.
- శరీరానికి ప్రోటీన్లు, ఇనుము తగినంత అందకపోయినా నాలుక తెల్లగా కనిపిస్తుంది.
- నాలుక ఊదా రంగులో ఉంటే మాత్రం రక్తం సరిగా చేరడం లేదని అర్థం. అలాగే కొవ్వు శాతం శరీరంలో ఎక్కువగా ఉన్నా కూడా నాలుక ఊదా రంగులోకి మారిపోతుంది.



గోరువెచ్చని నీళ్లే పరమాషధం

ఏదో ఒక ఆరోగ్య సమస్య వచ్చాక మందులు వాడే బదులు, అసలు అనారోగ్యానికే దూరంగా ఉండడం ఉత్తమం కదా. అసలే ఇది కరోనా కాలం కూడా. ఎలాంటి వైరస్లు దరిచేరకుండా భౌతికపరమైన జాగ్రత్తలు తీసుకోవడంతో పాటు, ఒకవేళ అనుకోకుండా వచ్చినా దాన్ని తట్టుకునే రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుకోవడం మంచిది. అందుకోసం మీరూ రోజూ చేయాల్సినదల్లా గోరు వెచ్చని నీళ్ల తాగడం. దీని వల్ల అనేక ప్రయోజనాలు కూడా ఉన్నాయి. రక్తప్రసరణ కచ్చితంగా మెరుగుపడుతుంది. గొంతు, ముక్కు, సమస్యలు రావు. ఊపిరితిత్తుల వ్యాధులకు ఉపశమనం కలుగుతుంది. రోజూ ఉదయాన్నే గోరువెచ్చని నీళ్లలో నిమ్మరసం కలుపుకుని తాగితే మరి మంచిది. ఇదొక అలవాటుగా మారాలి.



ఆదివారం

13

గ్రాండ్ పేరెంట్స్ డే: తాతయ్య, నానమ్మల సేవల్ని కొనియాడేందుకు ఈ రోజును ఏర్పాటుచేశారు. శేషజీవితం గడుపుతోన్న వారిని చులకనగా చూడకూడదని, వాళ్లు సంతోషంగా గడిపేలా చక్కటి వాతావరణం కల్పించాలని నిర్దేశించే రోజు.

సానుకూల దృక్పథ దినం: 2003 నుంచి ఈరోజును జరుపుకుంటున్నాం. ఎన్ని కష్టనష్టాలు ఎదురైనా సానుకూల దృక్పథాన్ని వీడకూడదని చెప్పే రోజిది.



మంగళవారం

15

ఇంజినీర్స్ డే: భారత రత్న మోక్షగుండం విశ్వేశ్వరయ్య జయంతినే ఇంజినీర్స్ డేగా జరుపుకుంటాం. ఎన్నో డ్యూటీలు, బ్రిడ్జిలు నిర్మించి 'బిల్డర్ ఆఫ్ ఇండియా'గా ఆయన పేరు తెచ్చుకున్నారు.

అంతర్జాతీయ ప్రజాస్వామిక దినోత్సవం: ఐక్యరాజ్యసమితి నిర్దేశించిన రోజిది. ఈ సందర్భంగా ప్రజాస్వామ్య గొప్పదనం గురించి గుర్తు చేసుకుంటారు.

ఓజోన్ డే: పలుచబడుతోన్న ఓజోన్ పొర పరిరక్షణకు పాటుపడాలని 1987లో ఇదే రోజున వివిధ దేశాలు తీర్మానించాయి. ఈ సందర్భంగా కాలుష్య నివారణకు, ఓజోన్ పొర రక్షణకు సంబంధించిన చర్యలు జరుగుతాయి.

సోమవారం

17

మహాలయ అమావాస్య: భాద్రపద అమావాస్యనే మహాలయగా పిలుస్తారు. పితృదేవతలకు శ్రాధ్ధకర్మలు నిర్వహిస్తారు.

ప్రపంచ నీటి పర్యవేక్షణ దినం:

నీరు లేని ప్రపంచాన్ని ఊహించలేం. నీటి నిల్వల్ని పర్యవేక్షించుకుంటూ, కాపాడుకోవాల్సిన అవసరాన్ని గుర్తు చేసే రోజిది.

శుక్రవారం

18

శనివారం

19



తిరుమల శ్రీవారి బ్రహ్మోత్సవాలు
ఆరంభం: ఏటా జరిగే తిరుమల శ్రీవారి బ్రహ్మోత్సవాలు ప్రారంభమయ్యే రోజిది. సెప్టెంబరు 27 న చక్రస్థానం, ధ్వజారోహణంతో ముగుస్తాయి.

ఫన్ ఫ్యాన్స్
ఎప్పుడు ఏం జరుగుతుందో తెలియదు. అందుకే దేనికైనా సన్నద్ధంగా ఉండాలని పెద్దలు చెబుతారు. ఓ రోజును దీని కోసమే కేటాయించారు. అదే సెప్టెంబరు 17. గేట్ రెడీ డే.

జూహి చతుర్వేది... బాలీవుడ్ అగ్ర
సిని రచయిత. అత్యధిక పారితోషికం
తీసుకుంటున్న వారిలో తను ఒకరు.
తొలి సినిమా 'విక్కి డోనార్' కి ఫిల్మ్ ఫేర్
'బెస్ట్ స్టోరీ' అవార్డు అందుకుంది.
అమితాబ్ బచ్చన్ 'పీకు'కు బెస్ట్
డైలాగ్స్, బెస్ట్ ఒరిజినల్ స్క్రీన్ ప్లే
జాతీయ అవార్డులను సాధించింది.
సినిమాలో అర నిమిషం ఉండే
పాత్రకైనా ఒకటిన్నర గంట నిడివి గల
పాత్రకైనా పూర్తిగా ఆకలింపు
చేసుకోనిదే పేపరు మీద పెట్టదు
జూహి. అందుకే ఆమె సృష్టించిన
పాత్రలు వెండి తెరపై కుంచెతో గీసిన
చిత్రాల్లా ఉంటాయి....

ఒక్క రచయిత...

టాక్ షో

భిన్న నేపథ్యాలు

'గులాబో సితాబో' ఓటీటీలో విడుదలైన తొలి
చిత్రం. కురు వృద్ధుడిగా అమితాబ్ బచ్చన్,
యువకుడిగా ఆయుష్మాన్ ఖురానా
పోటీపడుతూ నటించారు. లక్ష్మీ నగర
జీవితాల్ని కళ్ళకు కట్టినట్టుగా తెరకెక్కించిన
చిత్రం. దీనికి కారణం జూహి చతుర్వేది. ఆమె
పుట్టింది, పెరిగింది, చదువుకుంది లక్ష్మీ
నగరంలోనే. అక్కడి మనుషులు, సంస్కృతిపైనే
కాదు.. అక్కడి గాలి, నీరూ రుచి వాసనా
కచ్చితంగా చెప్పగలనంటుంది జూహి.

సాంస్కృతిక నగరంతో...

లక్ష్మీలోని మహానగర్ ప్రాంతంలో వాళ్ళ
తాతగారి ఇల్లు ఉండేది. రెండన్నల అ
భవనంలో పంతుమ్మిది గదులు... ఇంటి వెనకా
ముందు పెద్ద తోట. తన చిన్నతనంలో బ్రష్
చేసుకోవడానికి అరగంట పట్టేదట. బ్రష్ చేత
బట్టుకుని పెరట్లోకి వెళ్లి మొక్కల మధ్య ఉన్న
బోరింగ్లో నీళ్ళ పంప్ చేసుకుని పళ్ళ
తోముకుని వచ్చేదట. మామిడి చెట్ల నీడలో
పిల్లలు క్రికెట్, బాడ్మింటన్ ఆడుకునేవారట.
అక్కడి చుట్టుపక్కల రిక్తావాళ్ళ వేసవిలో
ఊరకెళ్తూ తమ రిక్తాలను వీళ్ళ మొహల్లాలో
విడిచిపెట్టి భరోసాతో వెళ్లేవాళ్ళట. 'అక్కడి

తోటలోని రజనిగంధ, గులాబీ, మల్లెపూల
సువాసనలు ఈనాటికీ నా మనసులో గుబాళిస్తూనే
ఉంటాయంటుంది' జూహి. డిగ్రీ పూర్తయిన తరవాత
లక్ష్మీలోనే ఓ ప్రముఖ వార్తాపత్రికలో ఫ్రీలాన్స్
ఇలస్ట్రేటర్గా చేరింది. కొంత కాలానికి
అడ్వర్టయిజ్మెంట్ రంగంలో ఆర్ట్ డైరెక్టర్ గా తన
అదృష్టాన్ని పరీక్షించుకుంటూ దిల్లీకి వీడ్చి అయింది. ఆ
రంగంలోనే అంచెలంచెలుగా ఎదుగుతూ ముంబయికి
చేరుకుంది.

ఎలాంటి కోర్సు చేయకుండానే...

దర్శకుడు మాజిత్ సిక్కార్తో పరిచయం జూహి
జీవితాన్ని మార్చేసింది. ఆయనతో కలిసి టైటాన్
వాచెస్, సఫోలా బ్రాండ్లకు యాడ్స్ రూపొందించింది.
2013లో మాజిత్ 'విక్కి డోనార్' చిత్రానికి కథ రాసే
అవకాశం వచ్చింది. తొలిసారిగా దిల్లీలోని లక్ష్మీ
నగర్లో నివసించిన అనుభవాల్ని 'విక్కి డోనార్'లో
చక్కగా వినియోగించుకుంది. మంచి పేరు తెచ్చుకుంది.
వరుసగా అవకాశాలు తలుపుతట్టాయి. 'మద్రాస్ కెఫే',
'పీకు', 'అక్టోబరు', 'గులాబో సితాబో' ఇలా అన్నీ
జూహికి చక్కటి పేరు తెచ్చినవే. ఇవన్నీ మాజిత్
దర్శకత్వం చేసినవే కావడం విశేషం. తను ఫిల్మ్
స్కూల్లో కోర్సు చేయలేదు, స్క్రీన్ ప్లే రాయడంలో
తర్ఫీదు తీసుకోలేదు. కథలు కూడా ఎక్కువగా
చదవలేదు. వాళ్ళ నాన్న హిస్టరీ ప్రొఫెసర్. చిన్నప్పటి
నుంచీ నాన్న చెప్పిన చారిత్రక కథలు మనసులో
ముద్రించుకుంది. లక్ష్మీ నేపథ్యం వల్ల భాష పట్ల
అమితమైన మక్కువ ఉండేది. మాండలికాలను ఇట్టే

ఒడిసిపట్టుకునేది. వీటన్నిటినీ అవసరానికి తగినట్టుగా
తన సినిమాల్లో చక్కగా వినియోగించుకుంటోంది. సిని
రచయితగా ఏ పాత్ర చిత్రించినా ప్రామాణికతతో
తీర్చిదిద్దడం ఆమె నైజం.

నిజ జీవిత పాత్రలే...

జూహి రెండో తరగతిలో ఉన్నప్పుడు అమ్మకు
బ్రెయిన్ హెమరేజ్ అయింది. 2012లో ఆమె మరణించే
వరకు ఆస్పత్రికి తరచూ వెళుతూ ఉండేది. ఆ మానసిక
స్థితిని 'అక్టోబరు' చిత్రంలో హీరోయిన్ పాత్రలో
చొప్పించింది. ఇక 'పీకు'లో అమితాబ్ పాత్రలో తన
తండ్రి స్వభావాన్నే పూర్తిగా దించేసింది. 'ఇప్పటికీ మా
నాన్న నా పట్ల చాలా పొసెసివ్గా ఉంటారు. నాకు
నలభై ఏళ్ళ దాటాయి నాన్నా, స్వతంత్రంగా
ఆలోచించగలను' అని చెప్పినా ఆయన ఒప్పుకోరట.
'కథలో ఏ పాత్రను పెట్టినా, ఆ పాత్ర చేత ఓ డైలాగ్
చెప్పించాలని అనుకున్నా నా మనసులో ఉండేది ఒకటే..
ఈ పాత్ర ద్వారా, డైలాగ్ ద్వారా సినిమాకు ఒనగూరే

● భావవ్యక్తీకరణలో ఎంతో సృజనాత్మకమైంది
వ్యంగ్యం, సెటైర్. వీటి వైపు నా మనసు
ఎక్కువగా మళ్ళుతుంటుంది. వాస్తవాన్ని
మార్చడానికి అసాధ్యమైనప్పుడు ఓ చురక
అంటించడం తప్ప మరేం చేయగలం.

● ఏదైనా రాయగలను కానీ మర్చిపో లాంటివి
రాయడం అసాధ్యం. ఓ మనిషిని చంపాలనే
ఆలోచన మెదడులో ఎలా తలెత్తుతుందనేది
నాకిప్పటికీ అర్థం కానీ విషయం. అవగాహన
లేని విషయాల గురించి అస్సలు రాయలేను.
అదే నా పెద్ద బలహీనత.

లాభం ఏమిటనేదే. అది పాజిటివ్ లేదా నెగటివ్
క్యారెక్టర్ అయినా నేను ఇదే విధంగా ఆలోచిస్తా.
ఫిల్మ్మేకర్స్ నమ్మి పని ఇస్తున్నారు, ఈ ప్రాజెక్టుపై
డబ్బు వెచ్చిస్తున్నారు అంటే ఆ మాత్రం బాధ్యత
మనకు కచ్చితంగా ఉండాలి' అంటుంది జూహి.

ముంబయిలోని ఉరుకుల పరుగుల జీవితాన్ని చూసి
మొదట జూహి చతుర్వేది భయపడిపోయింది. ఈ
నగరాన్ని అర్థం చేసుకోవడం కష్టమే అనుకుంది. అక్కడే
కూతురు పుట్టడంతో ఆమె దృక్పథం మారింది. భర్త
అనీష్ మల్హోత్రా ఓ మల్లి నేషనల్ యాడ్ ఏజెన్సీకి
ముంబయి హెడ్గా బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్నారు.
'చిన్నప్పుడు నేను లక్ష్మీను ఎలా ప్రేమించానో మా
అమ్మాయి ముంబయిని అలా ఇష్టపడడం చూసి
ఆశ్చర్యపోయాను. నేనూ ఆమె కళ్ళతో ఈ మహానగరాన్ని
చూడడం నేర్చుకున్నాను' అంటూ నవ్వుతుంది జూహి.
మగవారి ఆధిపత్యమే ఎక్కువగా ఉన్న సిని రచయితల
జాబితాలో జూహి పేరు చేరడమే కాదు ఉన్నత
స్థానంలో ఉండడం మహిళలందరికీ గర్వకారణం. ❀

హాయిగా నవ్వండి

రోజూ కనీసం అరగంటైనా
మనసారా నవ్వండి. నవ్వు రాకపోతే
కామెడీ సీన్లు పెట్టుకుని చూసి
నవ్వుకోండి. తరచూ నవ్వే వారికి
గుండె జబ్బులు వచ్చే అవకాశం
తక్కువట. రోగినిరోధక శక్తి కూడా
పెరుగుతుంది. నవ్వడం వల్ల
ఊపిరితిత్తుల సామర్థ్యం, రక్తంలో
ఆక్సిజన్ స్థాయిలు పెరుగుతాయి.
మైగ్రేన్ వంటి సమస్యలు దరి చేరవు.
ఆస్తమా రోగులకు మరి మంచిది
నవ్వు. ముక్కు, శ్వాసకోశాల్లోని
పొరలు, నాళాలు ఆరోగ్యంగా
ఉంటాయి. నవ్వడం వల్ల ఒత్తిడి
కూడా ఉఫ్ మని ఊదేసినట్టు
పోతుంది.



ఆ తిండి వద్దే వద్దు..

ఫాస్ట్ ఫుడ్ అతిగా తింటున్నారా
అమ్మాయిలా? అయితే మీరు ఇది
చదవాల్సిందే. ఫాస్ట్ ఫుడ్ అతిగా తినే
వారిపై అడిలైడ్లోని రాబిన్సన్ రీసెర్చ్
ఇనిస్టిట్యూట్ వారు పరిశోధన చేశారు.
అందులో ఫాస్ట్ ఫుడ్ తింటున్న
మహిళల్లో సంతానపరమైన సమస్యలు
తలెత్తుతున్నట్టు బయటపడింది.
దాదాపు అయిదువేల మంది
మహిళలపై పరిశోధన సాగగా... వారిలో
ఫాస్ట్ ఫుడ్ అతిగా తినే అలవాటున్న
వారిలో మాత్రమే ఇలాంటి సమస్యలు
కనిపించాయి. జంక్ ఫుడ్ అతిగా
తినేవారిలో గర్భం దాల్చే అవకాశాలు
తక్కువగా ఉన్నట్టు పరిశోధన తేల్చింది.
ఆకుకూరలు, పండ్లు, కూరగాయలు,
చేపలు మహిళల్లో సంతాన సామర్థ్యాన్ని
పెంచుతాయని అధ్యయనకర్తలు
చెబుతున్నారు.



ఫ్యాషన్
సఫారీ!

ఫ్యాషన్ డిజైనర్లంతా
ఇప్పుడు జంతు
పులనే స్ఫూర్తిగా
తీసుకుంటున్నారు.
అందుకు ఇదిగో ఈ
యాక్సెసరీలే సాక్ష్యం.
స్వరోస్మీ, ఇషర్య వంటి
అంతర్జాతీయ స్థాయి
ఫ్యాషన్ సంస్థల
ఉత్పత్తులు ఇవి..



అడవి చిలుక నెక్లెస్
(స్వరోస్మీ), ధర -
రూ.10,900



జీబ్రా
చెవిరింగులు
(బాన్టీ), ధర - రూ.1,800



లయన్ హెడ్
మెష్
చెవిరింగులు
(గుఫీ), ధర -
రూ.65,000



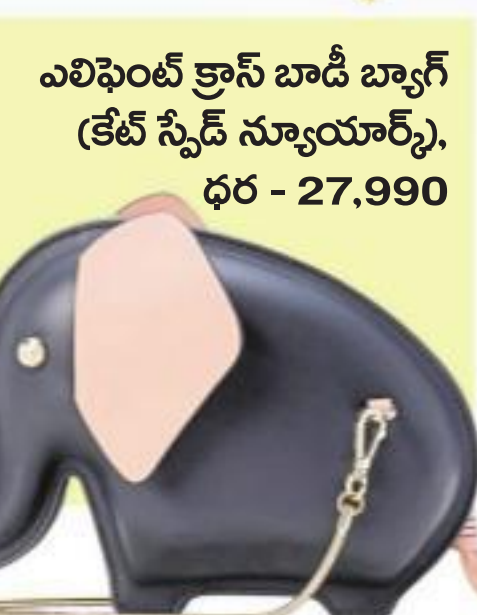
పాంథర్ బ్రాస్ లెట్ (కార్మయర్)



హెక్టార్ డాగ్ బ్యాగ్
(థోమ్ బ్రాన్)
ధర - మూడు
లక్షల
రూపాయలకు
పైగా



రెక్స్ బ్యాగ్
చార్జ్ (కోచ్)



ఎలిఫెంట్ క్రాస్ బాడీ బ్యాగ్
(కేట్ స్పీడ్ న్యూయార్క్),
ధర - 27,990



లేడీ బగ్ క్రాస్బాడీ బ్యాగ్
(చార్లెస్ అండ్ కీత్)
ధర - 6,999

