

ప్రాణం.. పదిలం..



ప్రజాశక్తి

ఆదివారం అనుబంధం
సెప్టెంబరు 06, 2020



జీవితంలో ఎదురయ్యే ప్రతి సమస్యకూ ఒక పరిష్కారం ఉంటుంది. అయితే ఆచరణలో మనిషి ఒక్కోసారి సహనాన్ని కోల్పోయి.. తీవ్ర మనస్తాపానికి గురవ్వచ్చు. అది నిరాశకో నిస్పృహకో దారితీయొచ్చు. తనని అర్థం చేసుకునే వారెవ్వరూ లేరని.. ఉండరని.. ఆత్మస్థయిర్యం కోల్పోయిన దశలో.. చావే శరణ్యమనే తప్పుడు నిర్ణయం పుట్టుకురావొచ్చు. నిజానికి మరణం ఏ సమస్యకూ పరిష్కారం కాదు. శ్వాసను నిలుపుకొని..

సమస్యలను అధిగమించుకొని..

మున్ముందుకు ధైర్యంగా సాగిపోవటమే జీవితం.

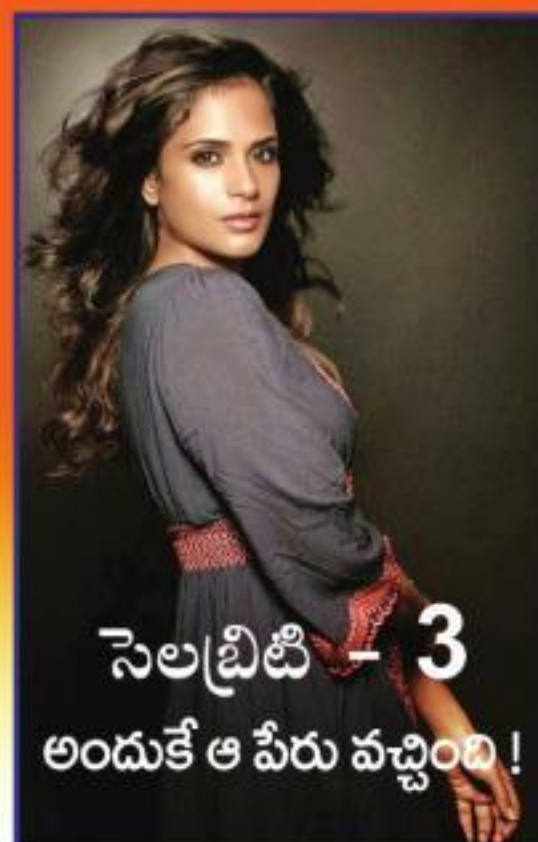
సెప్టెంబరు 10న ప్రపంచ ఆత్మహత్యా నివారణా దినం.

ఈ సందర్భంగా మనిషి ప్రాణం విలువ

లెక్కగట్టి చెప్పేదే 'అట్టమీది కథ' 4, 5 పేజీల్లో



కథ - 2
రేపటిపై ఆశ



సెలబ్రిటి - 3
అందుకే ఆ పేరు వచ్చింది!



అలల జడి - 6
సివరికి మిగిలింది



సాయంత్రం ఆరున్నర దాటింది.

షావులు బుద్ చేసే టైం కావడంతో షాప్ క్లోజ్ చేసి, చిన్న షట్టర్ని మాత్రం గాలి, వెలుతురు కోసం కాస్త తెరిచి వుంచాను. దేవుడి దగ్గర దూప్ స్టిక్ వెలిగించి లోపలి ఇంట్లో పనులు చేసుకుంటున్నాను. లావెండర్ సువాసనతో కూడిన దూపం తెలియని ప్రశాంతతను కూడా వెదజల్లుతున్నట్లు అనిపిస్తుంది. ఇళయరాజా సంగీతమో, లలిత సంగీతమో వింటూనో, పిల్లలతో కలసి చదువుకుంటూనో నాతో నేను సాధ్యమైనంత ప్రశాంతంగా ఉండడం నాకు చాలా ఇష్టం.

లాక్డౌన్ కారణంగా బయట జనాలు తిరగడం చాలా వరకూ తగ్గిపోయింది. ఇక బిజినెస్ అయితే దాదాపు లేదనే చెప్పాలి. పైకి నిశ్చలంగా కనిపిస్తున్నానే కానీ ఎన్నో వేల ప్రశ్నలు, సంఘర్షణలు. పాపం ఇక పిల్లల గురించి ఆలోచిస్తేనే మనసు చివుక్కుమంటుంది. ఆటపాటలతో స్వేచ్ఛగా ఎదగాల్సిన పిల్లలు పొద్దున లేచింది మొదలు నాలుగు గోడల మధ్యే గడుపుతున్నారు. ఎన్నాళ్లు ఇలా అని నాలో నేను కొన్ని నెలలుగా మధనపడుతూనే ఉన్నా. దాదాపు అందరి పరిస్థితి ఇంచుమించు ఇదే అయి ఉంటుంది. మా వీధిలో చాలా షావులు వ్యాపారాలు లేక, రెంటు కట్టలేక ఖాళీ చేసేశారు. ఎక్కడ చూసినా 'టూ లెట్' బోర్డులు దిగులుగా చూస్తున్నాయి. టౌనులో బతకాలని ఆశగా పల్లెల నుండి టౌనుకి వచ్చిన వారందరినీ తిరిగి పల్లెమ్మ ప్రేమగా దగ్గరకు పిలుచుకుంది. పచ్చని గాలితో అక్కన చేర్చుకుంది.

* * *

బయట ఎదో అలికిడవుతుంటే ఆలోచనలలో నుండి తేరుకుని, బయటికి తొంగి చూశాను.

సగం దించిన షట్టర్ బయట ఎవరో పెద్దావిడ ఓ పసిబిడ్డను ఎత్తుకుని నిలబడి ఉండడం కనిపిస్తుంది. చాలా సేపటి నుండి లోనికి తొంగిచూస్తుంది.. కానీ పిలవడం లేదు. సరే ఎవరికోసమైనా ఎదురుచూస్తోంది కాబోలు అనుకున్నా. కాసేపు చూశాక ఆవిడ ఏదో కంగారుగా కనిపిస్తుండడంతో నేనే బయటికి వెళ్లి "ఏం పెద్దమ్మా! మీ కోసం ఎవరన్నా రావాలా?" అని అడిగా.

"ల్యామ్మా" అంది మొహమాటంగా ఏదో ఆలోచిస్తూ.

"మరి ఏమన్నా కావాలామ్మా! మంచినీళ్లు అలా ఏమైనా" అని అడిగాను.. ఆవిడని పరిశీలనగా చూస్తూ. ఆవిడికి యాభై పైబడి ఉంటుంది వయసు. ఉప్పుర్లిన జాకెట్టు, రేగిన తలా, నలిగిన కాటన్ చీరతో బాగా అలసటగా కనిపిస్తుంది. నా చిన్న పలకరింపుకే ఆవిడికి ప్రాణం వచ్చినట్లు నా వైపు చూసింది.

"ఏం ల్యామ్మా. మాది పక్కనే వున్న కొట్టాలపల్లి. నిన్న అర్ధరాత్రి నా కోల్లిని (కోడల్ని) ఈ పక్కంనై ఆస్పత్రిలో జేర్చిన్నాము. ఇక్కడ జూచ్చే సూట్లూతా అన్నీ అంగడ్ల ఉండాయి. ఈ పసిదేమో ఓటే ఏడుపుమ్మా ఆకలికి. పొద్దున ఓటేల్లో బువ్వ దెచ్చి పెడితే అసలు తినల్వా. ఆ బువ్వ కూడా పొడిపొడిగా బియ్యం తీర్చే వుంది తల్లీ, టీ ఓటళ్లు, అంగళ్లు అన్నీ మూసేసినారు కదా. తినేకి ఏమీ దొరకల. అందుకే ఇక్కడ ఏమైనా దొరుకుద్దేమోని వచ్చే. ఇది ఫ్యాన్సీ అంగడని బయటే వుండాను. బిస్కెట్లు అన్నా దొరుకుతాయి అనుకున్నే. దూరంబోనికి కాళ్లు ఆడట్లా అమ్మయ్యా. కోల్లికి ఎట్లా ఉంటాదో అని ఒకటే మనాది" అంటూ కండ్ల నీళ్లు పెట్టుకుంది.

"అయ్యో! అలాగా వుండమ్మా! ముందు అడుగు అక్కడ ఉన్న ఆ టాప్ నీళ్లతో చేతులు బాగా కడుక్కో. ఇక్కడే కూర్చో, నేను ఇప్పుడే లోనికెళ్ళివస్తా" అంటూ వంటింట్లోకి వెళ్ళాను. ఇల్లా, షాపు ఒకటే కావడం, నాకు చాలా ఉపయోగంగా ఉంటుంది. ఇలా ఉంటేనే నా పిల్లలకు సమయానికి వండి పెట్టవచ్చున్న ఆలోచనతో రెంట్ ఎక్కువైనా చాలా ఎండగ్లు ఇందులోనే ఉంటున్నాము.

అప్పుడే అఫ్ చేసిన రైస్ కుక్కర్లో నుండి ఓ చిన్ని గిన్నెలో పిడికెడు వేడి వేడి అన్నం పెట్టి, కాస్త నెయ్యి, మా బాబు కోసం చేసిన టమాటా రసం పోశాను. స్పూన్లో మెత్తగా చేసి, చిన్ని గ్లాసులో నీళ్లు తీసుకెళ్ళి ఇచ్చాను.

తడి చేతులు కొంగుతో తుడుచుకుని, అదే కొంగువట్టి ఆ గిన్నెని అపురూపంగా అందుకుందామె. పక్కనే అరుగు మీద కూర్చుంది. బిడ్డ పాపం ఆకలికి ఆగలేక గిన్నెను చుస్తూ "ఆ ఆ" అంటూ ఒడిలో నుండి ఎగురుతూ పిచ్చుకపిల్లలా నోరు తెరుస్తుంది. ఆవిడ కండ్ల నీరు తుడుచుకుంటూ పాపకి చిన్న ముద్దలు చేసి, తినిపించింది. ఆవురాపురంటూ తిన్నాక బొజ్జ నిండగానే పాపం బుజ్జిది వెంటనే సోలిపోయినట్లు పడుకుండిపోయింది.

"పాపకు ఎనిమిది, తొమ్మిది నెలలు ఉంటాయా పెద్దమ్మా? బనా ఏమైంది మీ కోడలికి?" అని అడిగా కాస్త దూరంగా మాస్క్ కట్టుకుని, అరుగు మీద కుర్చుంటూ.

"ఏం చెప్పాలమ్మా! సన్న సన్న గొడవలే తల్లీ. నా కొడుకు అర్చినాడు అని నెత్తికి పూసుకునేదంటా అదేందో 'హనుమాల' అంటనే అది తాగేసింది. మొగుడు, పెళ్ళాల మధ్య గొడవలుండవా అమ్మయ్యా? ఇంగా ఇప్పుడు ఈ మాయదారి రోగిమోటి వచ్చిందని ఇద్దరూ ఇంట్లోనే కాలబడి ఒగరి మీద ఒగరు అరసుకున్నారు. మా బోటివాళ్ళకి పని లేకుంటే ఎట్టా అమ్మయ్యా? శేతిలో లెక్క లాక్క తిక్క లేచ్చాంది. అయినా ముందు నుండి అంతే. ఆయమ్మి బో మొండిది. ఎవరి బిడ్డ అయితే ఏం అమ్మయ్యా? సత్తె పమాణంగా నేను ఆయమ్మిని నా బిడ్డ లెక్కనే జూసుకుంటా" అంటా బోరున ఏడుస్తూనే ఉంది.

"అయ్యో! పిచ్చిది ఎంత పాడుపని చేసింది. డాక్టర్ ఏమన్నాడూ. బాగవుద్దిలే పెద్దమ్మా! ఏడవకూ.." అంటూ సమూదాయుచ్చబోయా.

"ఏమో అమ్మా! ఈ రాతిరి గడుచ్చేగానీ గండం లేదంటా.. శానా అలీసంగా వచ్చినారు అన్నాడు డాక్టరు. ఎట్లా ఉంటదో ఏమో?? అసలు ఈ కరోనా వచ్చింది అని ఏ డాక్టరూ ముందు సూడలా. మా ఆటోని లోపలికి గూడ

రానిల్వా. అంతలక్కా తిరిగి, సివరన ఈడికి వచ్చినాం. పోయోచ్చా తల్లీ. ఆడ నా కొడుకు ఎం తంటాలు పడతాన్నాడో" అంటూ లేచింది.

"ఉండమ్మా మీకు కాస్త అన్నం పెట్టి ఇస్తా!" అని విస్తరాకుల కట్ట విప్పి, ఓ ఆకులో అన్నం పెట్టి ఇస్తూ "పెద్దమ్మా! కూర తక్కువ ఉందని, మామిడికాయ ఊరగాయ పెట్టాను. ఎప్పుడు తిన్నారో ఏమో కాస్త తినండి. మీరు ధైర్యంగా ఉండండి" అని చెప్పాను.

"ఏ తల్లిగన్నె దానివో, బిడ్డలు గల తల్లివి సళ్లంగ బతుకు" అంటూ వెల్లిబోయింది.

"ఇదిగో పెద్దమ్మా! ఉదయం వుంటే ?? నా మాటకి నేను ఉలిక్కిపడి సర్దుకుని, అదే డిశ్చార్జ్ అయి వెళ్తే ఫర్వాలేదు. లేదంటే ఉండాల్సి వస్తే, ఉదయం

ఇక్కడకు రా పాపకు ఇడ్డీ పెడతా!" అన్నాను.

ఆవిడ మౌనంగా దండం పెట్టి వెళ్ళిపోయినా.. నేను అక్కడే చాలాసేపు ఆలోచిస్తూ ఉండిపోయా !

ఈ కరోనా మహమ్మారి చాలా మందిలో మానసికంగా అలజడి రేపుతుందని అనిపిస్తుంది. పనులు లేక, వ్యాపారాలు జరగక చాల్చి, చాలని జీతాలతో జీవితాలు అతలాకుతలం అవుతున్నాయి. ఇందాక పెద్దావిడ "మా బోటివాళ్లు పని లేకుంటే ఎట్లా బతుకుతారు?" అన్న ఒకే ఒక్క మాటలో ఎంత నిజం ఉంది. ఇప్పుడు అందరి పరిస్థితి దాదాపు ఒకేలా తయారయ్యింది. ఈ అయిదు నెలలు దాదాపు డెబ్బై వేల రూపాయలు అప్పు చేసి మరో షాపు బాడుగ కట్టాము. లేదంటే మా బతుకులూ రోడ్డు పాలే కదా! అన్న ఆలోచన నన్ను నిలుపునా వణికిస్తోంది.

* * *

మా షాపుకి దగ్గరలో ఓ పెద్ద హాస్పటల్ ఉంది. ఎప్పుడూ జనంతో రద్దీగానే ఉండేది. ఎవరూ తీసుకోని కేసులు కూడా తీసుకుంటారని పేరు.. ముఖ్యంగా సూసైడ్ కేసులు. అందుకే మాకు ఎప్పుడూ అంబులెన్స్ మోతలా, ఏడుపులు, పెడబొబ్బలూ వినిపిస్తూనే ఉంటాయి. వేసవి కాలం డాబా పైన పడుకుంటే ఏ అర్ధరాత్రినో ఎవరో ఒకరి హృదయ విదారకంగా వినిపించే ఏడుపు నిద్రను దూరంగా తరిమికొడుతుంది. బహుశా నేను సున్నితమైన మనస్తత్వం కలదాన్ని కావడం కూడా ఇంతలా ఆలోచించడానికి ఓ కారణమేమో!

తరువాతి రోజు ఉదయం ఆ

పెద్దావిడ వస్తుండేమో అని ఎదురుచూశా..

కానీ రాలేదు. ఎందుకోగానీ మనసంతా హాయిగా ఒడిలో నిద్రపోయిన ఆ పాపాయి ముఖమే నిండిపోయి ఉంది.

సాయంత్రం డ్యూటీ నుండి ఇంటికెళ్లే సిస్టర్ని పిలిచి "ఆ పాప వాళ్ల అమ్మకి ఎలా వుంది?" అని అడిగాను.

సిస్టర్ చెప్పిన సమాధానం వినగానే మనసంతా చేదుగా మారిపోయింది. ఆమె ఉదయమే చనిపోయిందట.

యాధృచ్ఛికంగా నా మొబైల్లో యూట్యూబ్లో నెక్స్ సాంగ్ ఆటో ప్లే అయింది.

"నానాటి బతుకూ నాటకము.." అంటూ ఎం. ఎస్ సుబ్బలక్ష్మి గారి పాట ఆర్త్రంగా వస్తుంది.

* * *

అలా ఎందరో నాకు చాలా సార్లు ఎదురుపడ్డారు. తమ వారు చేసిన క్షణికావేశంలోనో, పొరపాటుకో మానసిక క్షోభ తాము హాస్పటల్ బయట అనుభవిస్తూ, కమిలిపోతూ, నాలాగా ఓడార్చే మనిషి కనపడగానే తమ గోడు

వెళ్ళబోసుకునేవారు.

ఆరోగ్యం బాగుపడి తిరిగి

ఇంటికి వెళ్ళటపుడు మాత్రం

ఆనందంగా వచ్చి "ఇంటికి వెళ్తున్నాం అమ్మ" అని నాకు చెప్పి వెళ్ళేవారు. రాలేదు అంటేనే నాలో ఎన్నో ప్రశ్నలు.

ప్రేమించిన అమ్మాయి కాదందనో, భర్త తాగుబోతు అనో, మార్పులు తక్కువ వచ్చాయనో ఇలా ఎన్నో కారణాలతో యాక్సిడెంట్, సూసైడ్ కేసులతో ఆ హాస్పటల్ వీధి అంతా ఎప్పుడు చూసినా సుమాలూ, కార్లు, గుంపులుగా మనుషులతో రద్దీగా ఉండేది. ఆ హాస్పటల్లో పనివాళ్లు ఏ అవసరం వచ్చినా మా షాప్ కే వచ్చేవారు. ఈ కరోనా వచ్చాక జనం క్రమంగా పలచబడుతూ వచ్చారు.

ఓ రోజు అలా ఏదో పనిమీద షాప్ కి వచ్చిన సిస్టర్ "అక్కా! ఇక మేము మీకు రోజూ కనపడము" అంది.

"ఎందుకరా ?" అంటే

"త్వరలో మా డాక్టర్ గారు తన సొంత బిల్డింగ్ లోకి

హాస్పటల్ మారుస్తారు అట" అంది.

"ఓ అవునా పోనీలేరా, మంచి వార్తనేగా" అన్నాను నవ్వుతూ.

"అవును అక్కా! రెంట్ కట్టడం కూడా కష్టం అయిందట డాక్టర్ గారికి. పేషెంట్స్ కూడా బాగా తగ్గిపోయారు కదా! అందుకే మారుస్తారు అట. మా హాస్పటల్ లేకుంటే మీకు కూడా బిజినెస్ తగ్గి పోతుండేమో కదక్కా?" అంది పాపం అమాయకంగా.

"బిజినెస్ నా?? బతకడం కోసం బిజినెస్ కానీ. నిరంతరం చావు, బతుకులలో ఉన్నవారితో ఏం బిజినెస్ రా? అందరూ బాగుండాని. అందులో నేనుండాని. అనుకునే రకం నేను" అంటూ నాకు తెలియకుండానే కటువుగా సమాధానం వచ్చేసింది.

* * *

అలా కొన్ని రోజులలో హాస్పటల్ మాకు కనపడనంత దూరంగా మార్చబడింది. ఏడుపులు వినపడనంత దూరంగా తరలి వెళ్ళిపోయింది. ఇప్పుడు రోడ్డంతా విశాలంగా, నిశ్శబ్దంగా కనిపిస్తుంది. తాళం వేసిన హాస్పటల్ గేటు ముందంతా నేలరాలి పడిన ఎర్రని గుల్మోహార్ పువ్వులు.. అక్కడే రాలిపోయిన ఎన్నో జీవితాలను గుర్తుచేస్తున్నాయి. ఏడ్చి ఏడ్చి నెత్తురు చారికలు కట్టిన ఎందరో కళ్లు ఆ నలిగిన పువ్వులలో నాకు కనిపిస్తున్నాయి.

టీ ప్లాస్టో చేతిలో పట్టుకుని, ఎప్పుడూ బిజీ బిజీగా తిరిగే మస్తానీ భాయ్ ఇప్పుడు తల వాల్చి, నేల చూపులతో మౌనంగా తిరుగుతున్నాడు. పలకరిస్తే "మాది చాయ్ వాలాతో ఆ కరోనా సైతాన్ సుట్టుకుంటదట బెహేన్. ఆ సారాయ్ దుకాణం దగ్గరకు మాత్రం ఆ కరోనా పోదంటా. యా అల్లాహ్! ఎసుంటి రోజులు దాపురించాయో చూడు మనకు?" అని దిగులుగా వెళ్ళిపోతున్నా ఏమి చేయలేని నిస్సహాయత.

తన మూడు చక్రాల సైకిల్లో ఏర్పాటు చేసుకున్న వక్క, సిగరెట్, కుర్చురే, చాకలెట్లతో చిన్న సైజు కొట్టు నడుపుతూ నాలాంటి ఎందరికో ఆదర్శంగా తిరిగే నవ్వుల కరుణాకర్ ఇప్పుడు ఖాళీ సైకిల్ని మరింత బరువుగా లాగుతున్నాడు. ఎప్పుడూ అక్కడే అరుగు మీద పడుకుని తంబురా వాయిస్తూ.. గొంతెత్తి పద్యాలు, తత్వాలు పాడుకునే రామయ్య తాత మౌనంగా మారిపోయాడు. తనలోకి తాను మరింతగా ముడుచుకు పోయాడు.

రెండు అరటిపండ్లు ఇద్దామని తాత దగ్గరికి నడిచాను. "ఏం తాత నీ పాటలు వినపడడం లేదు?" అన్నాను పేపర్లో చుట్టిన అరటిపండ్లు తాత పక్కన ఉంచుతూ. నవ్వుతూ తల వూపాడు. నవ్వులో కూడా జీవం లేకపోడం మొదటిసారి చూశాను. "కరోనా అంట కదమ్మా! అన్నీ తీసేసుకుంది. ప్రపంచాన్ని సత్తని చేసింది. నాతో సహా అందరి నోర్నూ కట్టేసింది. మాయదారి జబ్బు ఆ ఒక్క ఆకలిని కూడా చంపేస్తే బాగుండమ్మా! ఎవరినీ చెయ్యి చాచి అడగక్కర్లే" అన్నాడు దిగులుగా! ఏం మాట్లాడాలో తెలియక, వెనక్కి తిరిగి వచ్చేస్తున్నాను.

తాత గొంతులో నుండి జీరతో గొణుక్కున్నట్లు ఓ చిన్న శబ్దం వెలువడి క్రమంగా "ఇచ్చోటనే లేత ఇల్లాని నల్లపూసల" వేదనగా కళ్లు మూసుకుని హరిశ్చంద్ర కాటి పద్యం పాడుకుంటున్నాడు.

హాస్పటల్ తరలి వెళ్ళిపోయినంత సులభంగా జీవితాలలో నుండి కష్టం, దుఃఖం వెళ్ళిపోతే, కనపడనంత దూరంగా ఉండిపోతే ఎంత బాగుంటుంది అనిపించింది.

కరోనా అంటే అర్థం కనపడని రోదననా???

వొక్క మా వీధిలోనే ఇంతమంది కనిపిస్తుంటే, ఇన్ని జీవితాలు అంధకారంలో మగ్గుతుంటే మరి ప్రపంచమంతా ఏమవుతుంది? ప్రభుత్వం ఏమీ చేయలేదా? దీనికి అంతం లేదా? అందరి జీవితాలను ఇంతగా అతలాకుతలం చేసిన ఈ మాయదారి జబ్బు ఎప్పటికీ పోయేను? నాలో నేను నలిగిపోతూ భారంగా ఇంటిముఖం పట్టాను. బతుకు ఎంత భారంగా మారినా, అందరినీ రేపటి పై ఆశ ఒక్కటే నడిపించేది.. నడిపిస్తుంది.



అందుకే ఆ పేరా-చ్చింది!

సినిమా స్టార్లంతా సామాజికాంశాలపై చాలానే మాట్లాడతారు. కానీ ఒక్క కులంపై మాత్రం ఆచీతూచీ గొంతు సవరించుకుంటారు. దీనికి కారణం చాలా సింపుల్. కెరీర్ పీక్ లో ఉన్న హీరోయిన్ కూడా 'ఇప్పుడున్న హీరోల్లో మీకు ఎవరిష్టం?' అని అడిగితే నీళ్లు నమిలేదెందుకో ప్రత్యేకంగా చెప్పనవసరం లేదు. మనసులో మాట చెబితే అవకాశాలు అడుగంటుతాయి గనుక. అందుకే లోపల ఎన్ని భావాలున్నా కులం మాటెత్తరు చాలా మంది సెలబ్రిటీలు. అయితే ఈ నటి అలా తడబడే వ్యక్తి కాదని బాలీవుడ్ లో నానుడి. అందుకే అక్కడ ఆమెకున్న ముద్దుపేరు 'మిస్ పెత్తిర్'. మాటల్లోనే కాదు నటనలోనూ పెత్తిర్ ఫీలింగ్ చూపిస్తుంది రిచా చడ్డా. తాజాగా ఆమె కులం గురించి టీవీ షోలో స్పందించి, వార్తల్లో నిలిచింది.



జైంతకీ విషయం ఏమంటే సామాజిక మాధ్యమాలకు దూరంగా ఉండే బాలీవుడ్ సంచలన నటి కంగనా రనౌత్ ఇటీవలే టీవీ షోలో అడుగుపెట్టింది. వచ్చిందో లేదో తన నేచరకి తగ్గట్టు సంచలన కామెంట్ చేసింది. 'ఆధునిక భారతీయులు కులవ్యవస్థని తిరస్కరించారు' అనడంతో ఆగకుండా 'రిజర్వేషన్లు' గురించి తన అభిప్రాయాన్ని వెల్లడించింది. అసలే సుశాంత్ సింగ్ ఆత్మహత్య విషయంలో బాలీవుడ్ అంతా అట్టుడికిపోతోంది. తరతమ భేదాలే ఈ అనర్థాలకు కారణాలని వాపోతున్నారంతా. దీనిపై రిచా చడ్డా కూడా పెద్ద బ్లాగ్ స్టోరీనే రాసింది. అందులో ఆమె సినీ పరిశ్రమ విషపూరితమైనదే. కానీ ఆ విషం ఎక్కడ నుంచి పుడుతుందో దాన్ని గుర్తించాలి. అద్దంలో చూసుకొని, ఈ విష కారకాల్లో నేను లేనని నిర్ధారించుకోగలవా?!' అంటూ పరిశ్రమలో ప్రతి ఒక్కర్ని ప్రశ్నిస్తుంది. ఇదే కోవలో కంగనా పెట్టిన టీవీ షో కామెంట్ కే రిచా బలంగానే ప్రతిస్పందించింది. 'కులం ఇంకా చావలేదు. కావలిస్తే ఆదివారం మ్యాటిమోనియల్ ప్రకటనలు చూడండి. అవన్నీ పట్టణ కేంద్రాల నుంచి వచ్చేవే. కులం చచ్చిపోయిందా అని అనుకోవాల్సింది ఎప్పుడంటే.. అది మనపై ఎప్పుడూ, ఎలాంటి ప్రభావం చూపనప్పుడు. నేను కాలేజీలోకి అడుగుపెట్టిన తర్వాతే రిజర్వేషన్లు అంశం గురించిన అవగాహన ఏర్పడింది' అంటూ మ్యాటిమోనియల్ ప్రకటన క్లిప్పింగ్ జత చేసింది. దీనితో నెటిజన్లు నుంచి విభిన్న స్పందనలు వచ్చాయి.



రిచాలోని సామాజిక స్పృహకు ఎంతో మంది అభినందనలు తెలిపారు.

రిచాచడ్డా సామాజిక అంశాల్లో ఎంత నిక్కచ్చిగా మాట్లాడుతుందో తన సినీ కెరీర్ లోనూ అంతే నికార్వయిన పేరు సంపాదించుకుంది. 12 ఏళ్ల సినీ ప్రస్థానంలో 25 సినీమాలతో వివిధ వెబ్ సిరీస్, ప్రయోగాత్మక చిత్రాల్లో తనకంటూ ప్రత్యేక గుర్తింపును సాధించింది. ఒకటైండు తప్ప చేసిన ప్రతి సినీమాలో తన నటనపై విమర్శకుల నుంచి అద్భుతమైన రివ్యూలను అందుకుంది. అంత విజయవంతంగాని సినీమాల్లో తనకు మంచిపాత్ర అందలేదని అన్నారూ తప్ప తన నటనను ఎవ్వరూ విమర్శించలేదు.

ప్రధాని నరేంద్రమోడీ ప్రారంభించిన 'సెల్ఫీవిత్ డాటర్' కార్యక్రమాన్ని విమర్శిస్తూ, కుమార్తెలతో సెల్ఫీలు తీసుకున్నంత మాత్రాన స్త్రీలను ఉద్ధరించినట్లు కాదు' అన్నందుకు మోడీ అభిమానుల నుంచి తీవ్రమైన బెదిరింపులను ఎదుర్కొంది.

వ్యక్తిత్వం: బోల్డ్ అండ్ బ్రేవ్. స్వతహాగా శాకాహారి, 'పీపుల్ పతిర్ ది ఎథికల్ ట్రీట్ మెంట్ ఆఫ్ ది యానిమల్స్' ప్రకటనా ప్రచారంలో కీలకపాత్ర. చేపల్ని తినడాన్ని ఆపేసి, శాకాహారులు అవ్వమని ప్రజల్ని ప్రోత్సహిస్తోంది. అయినప్పటికీ మహారాష్ట్రలో బీఫ్ తిని నిషేధించడాన్ని వ్యతిరేకించింది.



అసలు పేరు: రిచా చడ్డా
ముద్దుపేరు: మిస్ పెత్తిర్
పుట్టిన తేదీ: 28 డిసెంబరు, 1988
జన్మస్థలం: అమృత్ సర్, పంజాబ్.

- ◆ **తల్లిదండ్రులు:** తండ్రి సోమేష్ చడ్డా పంజాబీ, తల్లి కుసుమ్ చడ్డా బీహారీ.
- ◆ తండ్రి వ్యాపారస్తుడు, తల్లి ఢిల్లీ విశ్వవిద్యాలయానికి చెందిన పిజి డిపివి కాలేజ్ లో ఉపాధ్యాయుని.
- జీవిత భాగస్వామి:** అలి పతిజల్ (పత్రికీ సీరీస్ లో సహనటుడు, కథానాయకుడు)
- తెరంగేట్రం:** ఓయ్ లక్సీ! లక్సీ ఓయ్! (హిందీ చిత్రం, 2008)
- పేరు తెచ్చిపెట్టిన కొన్ని సినిమాలు:** 'గ్యాంగ్స్ ఆఫ్ మివాన్' సాగా (హిందీ, 2012), 'మసాన్' (ఇండో-ఫ్రెంచి, 2015), పత్రికీ వెబ్ సిరీస్ (2013), పత్రికీ రిటర్న్ (2017), గలియోంకీ రాస్ లీలా రామ్ లీలా (2013) మొదలైనవి.
- రచనా, దర్శకత్వం:** 20 నిమిషాల డాక్యుమెంటరీ 'రూటెడ్ ఇన్ హోప్' (2006)
- ఇష్టమైన నటి:** కరీనాకపూర్
- ఇష్టమైన నటుడు:** షారుక్ ఖాన్
- వివాదాలు:** స్కిన్ కేర్ ఉత్పత్తులను కలిగి ఉన్నందుకు ఢిల్లీ విమానాశ్రయంలో రెండు గంటలు నిర్బంధంలో ఉండటం.

పాలతో ఇగురు

కావాల్సిన పదార్థాలు: ఆకాకర కాయలు - పావు కిలో, ఉల్లిపాయలు - నాలుగు, పచ్చిమిర్చి - మూడు, ఉప్పు - తగినంత, కారం - టీ స్పూను, పసుపు - చిటికెడు, పాలు - చిన్న గ్లాసులో సగం, అల్లం వెల్లుల్లి ముద్ద - అర స్పూను, తాలింపు గింజలు (శనగపప్పు, ఆవాలు, మినప్పప్పు, జీలకర్ర) - టీ స్పూను చొప్పున, కరివేపాకు - రెండు రెమ్మలు.

తయారు చేసే విధానం:

- ఆకాకరకాయలు, ఉల్లిపాయలు, పచ్చిమిర్చిలను చిన్నచిన్న ముక్కలుగా తరిగి పక్కున పెట్టుకోవాలి.
- ఇప్పుడు స్టాప్ మీద ఒక గిన్నె పెట్టుకొని నూనె పోసి వేడిచేయాలి.
- వేడెక్కిన తర్వాత తాలింపు గింజలు వేసి వేగించాలి. • తర్వాత



ఆకాకరకాయ ముక్కలు వేసి వేగించాలి. ఇప్పుడు ఉల్లిపాయ ముక్కలు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు వేసి వేగించాలి. • అవి వేగాక ఉప్పు, కారం, పసుపు, అల్లంవెల్లుల్లి ముద్ద వేసి కలిపి మూతపెట్టి చిన్న మంటపై మగ్గనివ్వాలి. తర్వాత కొద్దిగా నీళ్లు పోసి ఉడికించుకోవాలి. • ఐదునిమిషాల తర్వాత కూరలో పాలుపోసి కూర బాగా దగ్గరగా అంటే... నీళ్లు ఇంతో వరకు ఇగరనివ్వాలి. అంతే పాలతో ఆకాకర కూర రెడీ. పాలతో ఉడికించడం వల్ల కూర ఎంతో కమ్మగా ఉంటుంది.



6 సెప్టెంబరు 2020

ఆకాకర .. అదరహా ..

కాకరను ఇష్టపడని వారుంటారేమో కానీ.. ఆకాకరని ఇష్టపడని వారంటూ ఉండరు..! అయితే సీజనల్ గా దొరికే ఆకాకరను మాత్రం మిస్ చేసుకోకుండా.. పిల్లలు, పెద్దలు అందరూ తింటే.. పోషకాలతోపాటు.. రుచికరమైన వంటకాల్ని తిన్న ఫీలింగ్ వస్తుంది కదా..! మరి కరోనా కాలంలో ఆ కాకర వంటల్ని ఆస్వాదించండి మరి..!

కారం

కావాల్సిన పదార్థాలు : ఆకాకర

కాయలు -పావు కేజీ, ఉప్పు- అర టీ స్పూను, కారం - ఒకటిన్నర స్పూను, వెల్లులి రెబ్బలు- నాలుగు, ఆయిల్ - డీప్ ఫ్రై కి సరిపడా.

తయారు చేసే విధానం :

- ముందుగా కారం, ఉప్పు, వెల్లుల్లి రెబ్బలను మిక్సీలో వేసు కోవాలి. • తర్వాత ఆకాకర కాయలను ముందు వెనుక కట్ చేసుకోవాలి. • కాయలకు నాలుగు గాట్లు పెట్టుకొని డీప్ ఫ్రై చేసుకోవాలి. • అవి వేగాక ఒక గిన్నెలోకి తీసుకుని వెల్లుల్లి కారం కలపాలి. అంతే ఆకాకర కాయ కారం రెడీ.



కావాల్సిన పదార్థాలు: ఆకాకర కాయ ముక్కలు -

రెండు కప్పులు (నిలువుగా కట్ చేసుకోవాలి), ఉల్లిపాయ ముక్కలు - కప్పు, పచ్చిమిర్చి - ఆరు, ఉప్పు - తగినంత, చింతపండు - పెద్ద నిమ్మకాయంత (రసం తీసుకోవాలి), బెల్లం - రెండు టేబుల్ స్పూన్లు, బియ్యపు పిండి - రెండు టేబుల్ స్పూన్లు, నూనె - రెండు టేబుల్ స్పూన్లు, ఆవాలు - టీ స్పూను, మెంతులు - చిటికెడు, ఎండు మిరపకాయలు - నాలుగు.

తయారు చేసే విధానం:

- ముందుగా స్టాప్ మీద

పాన్ పెట్టి నూనె వేసి వేడిచేయాలి. అందులో ఆవాలు, మెంతులు, ఎండు మిరపకాయలు వేసి వేగించాలి. • రెండు నిమిషాల తర్వాత ఆకాకర ముక్కలు, ఉల్లిపాయ ముక్కలు, పచ్చిమిర్చి వేసి వేగించాలి. • అవి

వేగిన తర్వాత చింతపండు రసం, ఉప్పు వేసి ఉడికించాలి. కూర చిక్కబడుతుందనగా బెల్లం వేసి ఉడికించాలి. • ఈ లోపు బియ్యపు పిండిని చల్లటి నీటిలో ఉండలు లేకుండా కలుపుకొని పెట్టుకోవాలి. బెల్లం కరిగిన తర్వాత బియ్యపు మిశ్రమాన్ని కలిపి ఐదు నిమిషాలు ఉడికించాలి. కూర చిక్కబడితే ఆకాకర పులుసు రెడీ అయినట్లే.



పులుసు



మనిషి సంపాదనకు విలువ కట్టగలం.. కానీ ప్రాణానికి విలువ కట్టలేం! అందుకే ఎంత విలువ చెల్లించినా ప్రాణాన్ని పదిలపరచడానికి దాదాపుగా అందరూ ఆరాటపడుతుంటారు. అయితే ఒకానొక క్షణం... క్షణికావేశం... అన్ని భావావేశాలను తలదగ్గి మనిషిని, మనసుని ఆధినింలోకి తీసుకుంటుంది. తానే ఆసరాగా బతుకుతున్న వారిని, తనకు ఆసరాగా ఉండాలనుకున్న వారిని అన్యాయం చేసి, తనకంటూ ఎవ్వరూ లేరనే అపోహలో అశువులు బాసి స్థితికి తీసుకెళుతుంది ఆ క్షణం. జీవితంలో అనుభవించిన అననుకూలతలే ముస్లిష్కంలో రాజ్యమేలుతాయుష్షుడు. ఆశించిన

ప్రవీణ్ వెలువోలు

ఈ మధ్య కాలంలో జాతీయ మీడియా దృష్టిని ఆకర్షించిన విషయాల్లో ప్రముఖ బాలీవుడ్ నటుడు సుశాంత్ సింగ్ ఆత్మహత్య ఒకటి. ఈ మరణం వెనుక చాలా పెద్ద కుట్ర దాగుందని ఆయన అభిమానులతో పాటు కొన్ని మీడియా సంస్థలూ బలంగా నమ్ముతున్నాయి. వాస్తవం బయటకు రావాలని గట్టి ప్రచారాన్నే భుజాన వేసుకున్నాయి. మరోవైపు చట్ట వ్యవస్థ పరిధిలో విచారణ కొనసాగుతూనే ఉంది. అవును, ఈ ఆత్మహత్య వెనుక నిజానిజాలు బయటకు రావాలి. వచ్చే అవకాశాలూ లేకపోలేదు. ఏది ఏలా ఉన్నా సుశాంత్ ప్రాణం మళ్ళీ రాదు. వివిధ కారణాలతో ఆత్మహత్యలకు పాల్పడి, ప్రాణాలు కోల్పోయినవారు

ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్నారు. మన దేశంలోనూ ఆత్మహత్యలు తక్కువేమీ కాదు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఆత్మహత్యల్లో మనం ముందు వరుసలో ఉన్నాము. ఆగ్నేయ దేశాల్లో మనది రెండవస్థానం. అయితే ఇక్కడ ఆత్మహత్యలకు పాల్పడుతున్న వారిలో అధిక శాతం సామాన్యులే ఉండటం ఆలోచించాల్సిన విషయం. సామాన్యుడైనా, షాపుకాల్సినా... మనిషికున్న విలువ సంగతి అటుంచితే ప్రాణం విలువ మాత్రం ఎవరిద్దినా ఒక్కటే.

ఆ మదిలో కలతలేనో...

ఆత్మహత్యా ప్రయత్నం చేసుకోవాలని నిశ్చయించుకున్న వారి మదిలో ఆ క్షణం ఎలాంటి ఆలోచనలు పరుచుకున్నాయో వివరించడం ఎంతో కష్టం. ఎందుకంటే చాలా ఆత్మహత్యల కేసుల్లో మృతులకు దగ్గరైనవారు చెప్పే మాట 'ఆత్మహత్య చేసుకునేంత పిరికితనం ఉన్న వ్యక్తి కాదు' అని! కానీ, మరెవ్వరికీ తెలియని నిస్వహాయ స్థితిలో ఆ వ్యక్తి ఇరుక్కుపోవడానికి కారణం ఏమై ఉంటుంది? నిజమే.. బలవంతంగా తన ప్రాణం తాను తీసుకోవాలంటే ఎంతో ధైర్యం కావాలి. అందుకే ఈ నిర్ణయం అంత తేలికగా

కేంద్ర హోం

మంత్రిత్వశాఖ కింద పనిచేసే నేషనల్ క్రైమ్ రికార్డ్స్ బ్యూరో (ఎన్సీఆర్బి) లెక్కల ప్రకారం గత నాలుగేళ్లలో పోల్చితే 2019లో మన దేశంలో ఆత్మహత్యలు ఎక్కువయ్యాయి. 2018లో 1,34,516గా నమోదైన మరణాలు 2019లో 1,39,123గా తేరాయి. అంటే ఏడాదిలో 3.4% ఆత్మహత్యలు పెరిగాయన్న మాట! ఇందులో 13.9% నగరవాసులే. 2019లో రోజుకి నగరవాసు 381 ఆత్మహత్యలు జరిగినట్లు లెక్కలు చెబుతున్నాయి. వీరిలో వివాహంతో సంబంధం లేకుండా కుటుంబ సమస్యలతో తనపై చాలించినవారు 32.4%, వివాహ సంబంధిత సమస్యలతో 5.5%, అనారోగ్యంతో 17.1% మంది మరణించారు. ఇక కుటుంబమంతా, లేదంటే బృందంగా ఆత్మహత్యకు పాల్పడ్డ పుటనల్లో తమిళనాడు (16) ముందుంటే ఆంధ్రప్రదేశ్ (14) రెండవ స్థానంలో, ఆ తర్వాత కేరళ (11), పంజాబ్ (9), రాజస్థాన్ (7) ఉన్నాయి. మొత్తం

పరిణమించడం. ఆ వ్యక్తి మానసికంగా కృంగిపోయేటట్లు చేసిన సామాజిక కణం ఏదో అందులో దాగుంటుంది. ప్రతి ఆత్మహత్య వెనుక వ్యక్తిగత బాధా, వేదన ఉంటాయి. అయితే పరిణితిలేని తనంతోనే ఆత్మహత్యకు పాల్పడతారని ఎక్కువ మంది అభిప్రాయం కూడా. ఏదేమైనా ఒక మనిషి ఆత్మహత్య ప్రభావం ఆ మనిషి కుటుంబంపైన, స్నేహితులపైన, ఇంకా ఆ కమ్యూనిటీపైన తప్పనిసరిగా ఉంటుంది. ప్రతి ఏడాది మనదేశంలో లక్షకు పైగానే ఆత్మహత్యలు చోటుచేసుకుంటున్నాయి. వీటికి వివిధ కారణాలు. వృత్తిపరమైన, కేరీర్కు సంబంధించిన సమస్యలు, ఒంటరితనం, హింస, నిందలను ఎదుర్కోవడం, కుటుంబ సమస్యలు, (ప్రేమ వ్యవహారాలు, మానసిక రుగ్మతలు, మత్తుపదార్థాలకు అలవాటు పడటం, ఆర్థిక నష్టం, దేహంలో తీవ్రమైన నొప్పిని తట్టుకోలేకపోవడం... ఇలా ఎన్నెన్నో కారణాలు ఈ పరిస్థితిని కల్పిస్తాయి. అయితే ఇలాంటి సమస్యలు నానాటికీ పెరిగిపోవడంలోనే ఏ ఏడాదికీ ఆ ఏడాది ఆత్మహత్యల రేటు పెరిగిపోతోంది.

సన్నిహితుల సహకారం

నిజానికి ఆత్మహత్య అనేది అతి ముఖ్యమైన, ఎక్కువగా నివారించదగిన ప్రణాళికగ్న సమస్య. అయితే మిగిలిన వాటికంటే ఇది క్లిష్టమైన సమస్య. ఆత్మహత్యకు పాల్పడాలని అనుకునేవారు మానసికంగా కృంగిపోయి ఉండటం ఏదో ఒక రూపంలో కనిపిస్తున్నే ఉంటుంది. దీన్ని సన్నిహితులు గుర్తించగలిగినపుడు ఆ అవకాశాలను గుర్తించగలిగినపుడు ఆ ప్రాథమిక మానసిక చికిత్సను అందించే విషయంలో సహాయపడాలి. ఇంటిపక్క వారో, పరిచయస్థులలో అయితే కనీసం వారు ఎదురుపడినపుడు ఒక చిరునవ్వు నవ్విగా మనసులో ఏదో ఒక మూలన వారికి జీవితంపైన ఆ ఆ చిరునవ్వుంది. నిజానికి, దాదాపుగా 70% కేసుల్లో బాధితులు ఆత్మహత్యకు ముందు తీవ్రమైన మనస్తాపానికి లోనైన సూచనలు కనిపించినట్లు కుటుంబ సభ్యులు, స్నేహితుల వాంగ్మూలంలో తెలిసింది. అందుకే సున్నిత

కుటుంబమే

కారణమైతే ఎలా?!

ఆత్మహత్యల్లో 55.0% కుటుంబ సంబంధితమైనవే కావడం గమనించవచ్చు. కుటుంబ విలువలన్నీ దేశంగా కొనియాడబడుతున్న భారతదేశంలో ఇలాంటి పరిణామం ఆశ్చర్యాన్ని అందోళనను కలిగించకమానదు. ఇక ఇక్కడ ప్రతి 100 ఆత్మహత్యలకు 70.2 పురుషులు, 29.8 స్త్రీలు ఉన్నారు. ఇందులో దాదాపు 68.4% మంది వివాహిత పురుషులే. స్త్రీల విషయంలో ఎక్కువ ఆత్మహత్యలు వివాహ సంబంధితమైనవే. వీటిలో వరకట్నానికి సంబంధించినవే అధికం. అలాగే మొత్తం 41,493 స్త్రీల ఆత్మహత్యల్లో 21,359 మంది అంటే 51.5% గృహిణులే కావడం బాధాకరం. ఇక చిన్నచిన్న కారణాలకే ప్రాణాలు తీసుకుంటున్న దీనేజీ యువతా నానాటికీ పెరిగిపోతున్నాడు. పట్టి ఆట కోసం, స్పార్ట్స్ పోస్ కోనలేదని ఆత్మహత్యలు చేసుకున్న సంఘటనలు అన్నిచోట్లా చూస్తున్నాము. ఇలాంటి పరిస్థితులకు కారణం ఈ పోటీ ప్రపంచంలో కుటుంబసభ్యుల మధ్య దూరం పెరిగిపోవడమేనని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

ఫలితం దక్కని రైతు, పోటీ ప్రపంచంలో ఊపిరాడని యువత, చేజారిని మహిళ భవిత, లకష్టాత్ముగా ఆవరించే ప్రమాదపు గాపురేక... ఇలాంటి ఎన్నో ప్రాణం విలువను ఆవిరి చేస్తాయి. మనుషులు అబద్ధపు పథంలో ఎంత ఎత్తుకు ఎదుగుతున్నారో.. ఆత్మహత్యల రికార్డు రేఖలూ అంతే ఎత్తుకు పెరుగుతున్నాయి. దేశంలో ఆత్మహత్యల పరంపరపై తాజాగా నేషనల్ క్రైమ్ రికార్డ్స్ బ్యూరో (ఎన్సీఆర్బి) వెలువరించిన లెక్కలు చూస్తే ఇది ఎంత నిజమో తేటతెల్లమవుతుంది. అయితే ఈ పరిణామాన్ని నియంత్రించలేమా? ప్రాణాన్ని పదిలపరచుకోలేమా?

రైతు కూలీలే అధికం!

ఒక్క ఆంధ్రప్రదేశ్ నుంచే 2019వ సంవత్సరానికి 1029 మంది రైతులు ఆత్మహత్యలు చేసుకున్నారు. ఇందులో మహారాష్ట్ర, కర్ణాటకల తర్వాత మన రాష్ట్రమే మూడవ స్థానంలో ఉండటం శోచనీయం. ఇందులో 438 మంది సొంత భూమి ఉన్నవారైతే 306 మంది కౌలు రైతులు, 401 మంది వ్యవసాయ కూలీలు. వీరందరిలో 839 మంది పురుషులైతే, 190 మంది స్త్రీలున్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ఈ సంఖ్య 499 ఉండటం విశేషం. పోల్చి చూసినపుడు వ్యవసాయానికి కాస్త అనుకూలంగానే ఉన్న మన రాష్ట్రంలోనే ఇంతమంది ఆత్మహత్యలు చేసుకోవడం బాధాకరం. మొత్తంగా 2019లో దేశ వ్యాప్తంగా వ్యవసాయంపై ఆధారపడి జీవిస్తున్నవారిలో 10,281 మంది బలవంతంగా ప్రాణాలు తీసుకుంటే, అందులో 5,957 మంది రైతులు, 4,324 మంది రైతు కూలీలున్నారు. ఆసక్తికరమైన విషయమేమంటే దేశంలోని 29 రాష్ట్రాల్లో అధిక జనాభా ఉన్న పశ్చిమ బంగా, బీహార్, ఒడిశాలతో పాటు ఉత్తరాఖండ్, మణిపూర్, ఛండీఘర్, కేంద్రపాలిత ప్రాంతాలైన దామన్ డయ్యూ, ఢిల్లీ, లక్షద్వీప్, పుదుచ్చేరి నుంచి ఒక్క రైతు కూడా ఆత్మహత్యకు పాల్పడలేదు.

మనస్సుల విషయంలో అప్రమత్తంగా ఉండాలి. చిన్న వయసు నుంచే జీవితంలో ఎదురయ్యే ఒడిదుడుకుల గురించి ఎప్పటికప్పుడు వారితో చర్చిస్తూ ఉండటం మంచిది. ముఖ్యంగా చిన్నతనంలో ఎదుర్కొన్న చేదు అనుభవాలకు ఆత్మహత్యకు సంబంధం ఉన్నట్లు చాలా కేసుల్లో తెలిసింది. ప్రధానంగా లైంగిక, శారీరక హింసకు, తల్లిదండ్రుల ద్వారా తీవ్రమైన దండనకు లోనయినవారిలో ఈ లక్షణాలు ఎక్కువ. అలాంటివారికి అటు కుటుంబమే కాకుండా విద్యాయుల్లో ఉపాధ్యాయుల సహకారమూ చాలా ఉపయోగపడుతుంది. అందుకే ఆత్మహత్యలు నివారణలో ప్రాంతీయ ఆరోగ్య సిబ్బందితో పాటు, తల్లిదండ్రుల్లో, ఉపాధ్యాయుల్లో అవగాహనను పెంపొందించాలి.

ప్రభుత్వాలూ మేలుకోవాలి!

ఆత్మహత్యల నివారణలో కుటుంబసభ్యులు, సన్నిహితుల పాత్ర



ఎంతంటుందో ప్రభుత్వం పాత్ర అంతకుమించి ఉంటుందని గుర్తెగాలి. ఎన్సీఆర్బి లెక్కల్లో చూసినపుడు రైతులు, రోజువారీ కూలీలు, నిరుద్యోగులు, నిరుపేదల ఆత్మహత్యలే ఎక్కువగా ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది.

వీరి పరిస్థితికి ప్రభుత్వ విధానాలే ప్రధాన కారణమని ప్రత్యేకంగా చెప్పవసరం లేదు. సంపదంతా తక్కువ మంది దగ్గర పోగయ్యి ఎక్కువ మంది నిరాశా, నిస్సహాయత ఇబ్బతపడవల్సి వస్తుంది. దీనికి ప్రధానకారణం పెట్టుబడిదారులకు, కార్పొరేట్ సంస్థలకు ప్రభుత్వాల అండగా నిలుస్తూ, సామాన్యుల అవసరాలను గుర్తించకపోవడమే. అలాగే రైతుల విషయంలోనూ ప్రభుత్వాలూ సానుకూలంగా వ్యవహరించాలి. మంచి విత్తనాల సరఫరా నుంచి నాణ్యమైన పురుగు మందులు, వంటకు నాణ్యమైన ధరను అందించడం వరకూ ప్రభుత్వాలు రైతుకు అనుకూలంగా కరిన చర్యలు చేపట్టాలి. ఈ క్రమంలో మీడియా భాగస్వామ్యమూ ఎంతో అవసరం.

ప్రభుత్వ పని తీరుపై, ప్రజా సంక్షేమంపై దృష్టి సారించాలి. ఇక ప్రభుత్వాల బాధ్యతలో భాగంగా ముఖ్యంగా ప్రయమేటు, కార్పొరేటు విద్యార్థిసంస్థలను నియంత్రించాల్సిన అవసరం ఉంది. అలాగే ఉద్యోగ కల్పన, పేదరిక నిర్మూలనపై దృష్టి సారించాలి. ముఖ్యంగా కనీస జీవన

ప్రమాణాలను అందించే ప్రయత్నం చేయాలి. అప్పుడే నానాటికీ పెరిగిపోతున్న ఆత్మహత్యల నివారణ సాధ్యమవుతుంది. ఎన్నో ప్రాణాలు పదిలంగా మనగలు గుతాయి.



అట్టమీది కథ

చట్టం సరిగ్గా అమలు కావాలి!

ఆరోగ్య పరంగా చూసినపుడు 2017లో ఏప్రిల్ 7న భారత ప్రభుత్వం మెంటల్ హెల్త్ కేర్ యాక్ట్-2017ను ప్రవేశపెట్టింది. అది 2018 మే 29 నుంచి అమలులోకి వచ్చింది. ఈ చట్టం ప్రకారం అవసరమైన ప్రతి ఒక్కరికీ మానసిక ఆరోగ్య సేవలు అందించాలి. ఈ చట్టంలోని 115 సెక్షన్ ఆత్మహత్యకు పాల్పడటం నేరపూరిత చర్య కాదని వెల్లడించింది. దీన్నిబట్టి ఆత్మహత్య నుంచి బయటపడిన వారిలో మరింత ఒత్తిడి పెరగకుండా ఉండటం వల్ల భవిష్యత్తులో వారు కాస్త ఊరటను పొందవచ్చు. ప్రభుత్వం జాతీయ మానసిక ఆరోగ్య కార్యక్రమం అమలు చేస్తున్నప్పటికీ దీనికి జాతీయ స్థాయిలో స్పందించే వ్యవస్థ లేకపోవడం ఆశ్చర్యకరమైన విషయం. ఇక్కడ నిబద్ధతగా పనిచేసే ఆత్మహత్య నివారణ వ్యవస్థ లేదు. అందుకే ముఖ్యంగా ప్రభుత్వాలకు, ఎన్సీ సంస్థలకు, ఆరోగ్య సేవల సంస్థలకు, అధికారులకు, ఇతర సంబంధిత ప్రజలకు ఈ

చట్టంపైన, అలాగే ఆత్మహత్యా నివారణా చర్యలపైనా అవగాహన కల్పించాల్సిన బాధ్యత ప్రభుత్వాలపై ఉంది. మరిముఖ్యంగా చట్టాన్ని సక్రమంగా అమలుచేయాల్సిన ఆవశ్యకత కనిపిస్తోంది.



ఉపాధి లేమీ.. ఉసురు తీస్తోంది!

ఆత్మహత్యల రిపోర్టు ప్రకారం 2019లో ప్రతి నాల్గవ ఆత్మహత్యా రోజువారీ కూలీదే కావడం గమనించాల్సిన విషయం. వీరిలో ముగ్గురిలో ఇద్దరికి రోజు కూలీ రూ.278 కంటే తక్కువే. అందుకే ఆత్మహత్యలు అన్నింటిలో 23.4% రోజువారీ కూలీలే ఉన్నారు. వృత్తిపరమైన విభాగంలో 32,500 ఆత్మహత్యలతో వీరిదే మొదటిస్థానం అయ్యింది. ఇక అప్పులు తీర్చలేనివారు, నిరుద్యోగులు, ఆత్మంత పేదరికంలో మగ్గుతున్నవారు 11,500 మంది ఆత్మహత్య చేసుకున్నారు. 2019లోని మొత్తం మరణాల్లో 15.4% గృహిణులుంటే, నిరుద్యోగులు 10.1%, స్వయం ఉపాధిలో ఉన్నవారు 11.6%, నెలజీతం సంపాదించేవారు 9.1%, విద్యార్థులు 7.4% ఉన్నారు.

ఎన్సీఆర్బి వెలువరించిన గత లెక్కల ప్రకారం సెకండరీ విద్య అభ్యసించి, ఏడాదికి లక్ష కంటే తక్కువ సంపాదించున్న వారిలో ఆత్మహత్యలు ఎక్కువగా ఉన్నట్లు తెలిసింది. అయితే ఎక్కువమంది పేదవారే ప్రాణాలు కోల్పోతున్న వాస్తవం ఇందులో కనిపిస్తుంది. వీరిలో ఉన్నత విద్య అభ్యసించినవారు ఆత్మంత తక్కువగా ఉన్నారు. ఇక నిరక్షరాస్యులు 12.6% ఉంటే, 16.3% ప్రాథమిక విద్యను అభ్యసించినవారు, 19.6% మధ్య స్థాయిని, 23.3% మెట్రిక్ విద్య పూర్తిచేసినవారు. కేవలం 3.7% మంది మాత్రమే డిగ్రీ, ఆపైన చదువుకున్న వారన్నారు. దీన్నిబట్టి ఉన్నత చదువు ప్రాణాన్ని కూడా నిలుపుతుందని రుజువవుతుంది.



“ఏమయ్యో.. వచ్చే బుదోరం సిన్నమ్మాయిని కానుపుకి తీసుకురావాల..! డబ్బులేడన్నా సూస్తన్నావా? లేదా..?” అంది మంగమ్మ. మిట్టమధ్దేనపేల అంత అంబలి తాగి, ఇంటి ముందరున్న ఏపసెట్టు కింద నులక మంచం మింద పండుకోబోతున్న రాములుకి భార్య మాటలు శూలాల మాదిరిగా తగిల్చాయి. “అవును... సిన్నమ్మాయిని కానుపుకి తీసకరావాల! సేతిలో సిల్లి కానీ లేదు...!” సిన్నగా గొనుక్కున్నాడు. ఎండన బడి ఇంటికొచ్చిన రాములుకి రొంతసేపు కళ్లు మూద్దామనుకొంటే ఈ లోపున భార్య నోటికాన్నించి వొచ్చిన మాటలకి నిద్రెట్టపొయ్యిందో గానీ అట్నే మంచం మింద పండుకొని, అట్లా ఇట్లా దొర్లతావున్నాడు శానా సేపుటిదాకా..

ఒకప్పుడు బాగా బతికిన రాములు ఉత్తరాది నించి వొలసొచ్చి రాడంతోటే ఆడుండే సేపలు పట్టేవోల్లకి తెప్పకింతని పెట్టుబడి ఇచ్చి, వోల్లు ఏటాడి తెచ్చిన సేపల్నీ, రొయ్యల్నీ తీసుకొని నెల్లూరికీ, ఇంకా ఎక్కువైతే మదరాసుకీ పంపిస్తా యాపారాన్ని పెద్దది సేసుకొన్నాడు. అప్పట్లో రొయ్యలూ, సేపలూ శానా ఎక్కువగా పడేయి. ఆ పూల్లో శానామంది యాపార్చున్నా.. బైట్టుంచొచ్చిన రాములూ, ఆయిన భార్య మంగమ్మ వద్దటి, మరియాదా నచ్చి శానామంది ఈల్లకాడ పెట్టుబడి తీసుకోడాని కొచ్చారు. ఏ సెడ్డలవాటూ లేని రాములు ఆ యాపారం మింద ఒక పడేశ్లో బాగానే సంపాదించాడు. సేతి నిండా డబ్బులుండే రేగి ఇప్పుడు రాములు ఆలోశన బూముల మింద పడింది. ఆడుండేదంతా ఇసక బూములే కాబట్టి, ఎయ్యకీ, రొండేలికీ కొనేసినాడు. అట్లా ఒక యాబై ఎకరాల దాకా కొన్నాక ఇంక సాలనుకొని, దాంట్లో సరుగుడు సెట్టేసినాడు. తరవాత వోసల కింద ఏరుసెనిక్కాయల్ని పండిచ్చినాడు. ఇట్టు కొద్దిరోజులు గెడిసినాక సీలకలు పెట్టి, యవుసాయం సేసినాడు. అట్లా యాబై ఎకరాల్ని ఏటా మూడుకార్లు పండియ్యాలంటే శానా కష్టం. అందుకని ఎప్పుడూ పదిమంది కూలోల్లు ఆయనకాడ పనిసేసేవోల్లు. ఇంత యవుసాయం సేస్తా వున్నా ముందుగా ఆయన్ని ఆదరిచ్చిన కులవుత్తి మింద యాపారాన్ని వొదలేదు. తెప్పలు తేలితే కర్రాక్కి పొయ్యి సేపలో, రొయ్యలో ఏది పడ్డే దాన్ని తీసుకొని, నెల్లూరుకి పొయ్యేవోడు. అయ్యి పడనప్పుడు సేద్దెం పన్నకాడికి పొద్దన్నపోతే సాయంకాలం సీకటిపడి పొయ్యేదాకా ఇంటిసాయి కొచ్చేవోడు కాదు.

“య్యో... పెద్దోడికి డబ్బులు కావాలని సెప్పినాడంట.. పంపేనా?” అంది మంగమ్మ.

“లేదు...!” ఇత్తనాల పప్పుల్లో వున్న బద్ద పప్పుల్ని ఏరతా అన్నాడు రాములు.

“ఇతే ఇయ్యాలన్నా రాంతీర్దానికి పొయ్యి, పోస్టులో పంపిచ్చిరా..!” నెత్తి మింద సద్దన్నం దబరని కిందకి దింపతా అంది మంగమ్మ.

“సర్దే ఎల్లుండి నెల్లూరుకి పొయ్యినప్పుడిచ్చొస్తాలే...!”

“ఏంధీ... వోడు మొన్న సెప్తే నువ్వు ఎల్లుండి పొయ్యిస్తావా...?”

“ఏం సెప్పుమంటావ్? ఈడెంత పనుందీ...! పప్పులేసే కాడ నేలేకపోతే జరుగుద్దా..?”

పెద్దకొడుకంటే ఆయినికి పేమే!. రేపొద్దన ఈ యాపారాన్నీ బుజానేసుకుని నడిపియ్యల్సినోడు. వోడు బాగా సదూకోవాలని నెల్లూర్లో ఒకాస్థల్లో పెట్టి సదివిస్తా వున్నాడు. వోడెప్పుడు ఎంతడిగితే కనీసం ఎందుకని కూడా అడక్కుండా ఇస్తా వున్నారు. దాన్నోడు అలుసుగా సేసుకొని సదూకోకుండా సిరుతిల్లకీ, సినిమాలకీ, సికార్లకీ అలవాటు సేసుకున్నాడు. సేతిలో డబ్బు లేకపోతే మల్లీ నాయిన్ని డబ్బులడగటానికి సిద్దమైపోతున్నాడు. అట్లా వోడు సోమరోడైపోతా వున్న సంగితి వోల్ల అమ్మానాయిన్నకి తెలవదు.

రాములుకి ఐదుగురు పిల్లలు. ఇద్దరు మొగపిల్లలూ, ముగ్గురు ఆడపిల్లలు. పెద్ద కొడుక్కి కాలేజి సదూ పూర్తిపోగానే పెల్లి సేసేశాడు. ఆ మరేట పెద్ద కూతురికీ, వుంకొక రొండేళ్ల తరవాత రొండో కూతురికీ పెల్లిల్లు సేసినాడు. పెజ్జెన తరవాత కూడా పెద్ద కొడుకు పొలంకాడిక్కానీ, కర్రాకు సాయిక్కానీ ఎల్లకుండా పేకాటల కాడికీ, బేందీ సాపుల సాయికీ పోవడం మొదలుపెట్టినాడు. సిన్నప్పట్టుంచీ వూరికి దూరంగా పెట్టి సదివిస్తే, ఈడిట్ట తయారైనా డేందిరా డేవుడా.. అని ఆ తల్లిదండ్రులు శానాబాద పడిపొయ్యినారు. మనిసి సూస్తే పెద్ద వొస్తాదులాగుంటాడు. యాబై కేజీల ఎరువుల బస్తాని ఒకడే ఎత్తుకొని, రెక్కల మిందేసుకొని పోయేటట్టుంటాడు. మరేడి కొచ్చిన రోగమేంది? అన్నలు పొలం సాయిక్కానీ, కర్రాకు సాయిక్కానీ తొంగైనా సూడ్తు...! అప్పుడర్థమైంది వోడి అమ్మా నాయిన్నకి సిన్నప్పట్టుంచీ యాపారం, యవుసాయం సాయిలకి పంపీకుండా ముదిగారం సేసిందానికి జెరిగిన నష్టం. సూస్తుండగానే యేల్లు దొర్లిపొయ్యి రాములు పెద్ద కొడుక్కి ఇద్దరు పిల్లలు. అప్పుడు దాకా తిరుగులేకుండా పండిన సెనక్కాయల పంట రానానూ తగ్గిపొయ్యింది. బూసారం తగ్గిందో లేక వాతావరణంలో మార్పొచ్చిందోగానీ పంటమాతరం తగ్గిపొయ్యింది. సేపల యాపారం కూడా బొత్తిగా లేకపోయింది. ఒకప్పుడు సేపలేపారం, సెనక్కాయల పంటా ఆ ఇంటిని పై ఎత్తులో నిలబెడ్డే ఇప్పుడా రొండా తగ్గిపొయ్యి, వోల్ల పరిస్థితి శానా దిగజారిపొయ్యింది. అంత బూముల్ని బీడు పెట్టుకొని, ఇంటి కర్చుల కెల్లకుండా బాదపడిపోతున్నాడు రాములు. దీనికి తోడు పెద్దకొడుకు సేసే కర్చులూ... ఒక్కొక్కసారి పట్టరాంత కోపమొస్తుంది రాములుకి.

“సూసినావంటే.. ! ఆడు పొలం పక్క కాలు పెట్టకుండా కర్రాక్కు అడుగు పెట్టనియ్యకుండా పెంచితే ఇప్పుడోడు సేసే పని సూసినావా...! అస్తమానం పేకాటా, తాగుడూ... ఎవుడు తెచ్చి పెడ్డాడంట ఈడికీ, ఈడి పెళ్లాం బిడ్డలకీ?” అన్నాడు రాములు.

“ఊరుకోయ్యో...! మనం సేసుకొందే కదా..! కొడుకు నెత్తిమింద పెట్టుకొని వూరేగిస్తాడని పొలానికీ, కర్రాక్కి రాకుండా పెంచాము. ఇప్పుడోడే ఇట్లా అడక్క తింటా వుంటే ఇంక మనల్నేం సాకుతాడు?” అంది మంగమ్మ.

వుంకొక యేడు గెడిసింది. పొలాలన్నీ ఇసుక పులుముకుని, ఎడారి మాదిరిగా మారిపొయ్యాయి.



“ఎప్పటికన్నా ఈ పొలాలు పండకుండా పోతాయా? ఈ అప్పులన్నీ తీర్చకపోతామా?” అని దింపుడు కల్లెం ఆశతో ఎదురుసూస్తా వున్న రాములుకి ఇంకా కొద్దిరోజులు గెడిసేరేగి, ఇంటి బాదలు బరించలేక బూములమ్మి, అప్పులు కట్టుకోక తప్పేటట్లు లేదనిపించింది. బాగా పండే రోజుల్లో లచ్చలో పలికిన ఎకరం పొలం యాబై, అరవై యేళ్ళకి మించి ఎవరూ అడగడం లేదు. అట్లా నలభై ఎకరాల దాకా అమ్మేశాడు. అట్లా వొచ్చిన డబ్బుల్లో ఇద్దరు కూతుల్లకి ఇయ్యల్సిన కట్నం డబ్బులూ, వోల్లి కానుపులకీ, సారెలకీ తీసుకొన్న అప్పులూ, ఇంటి కర్చుల కింద ఇప్పుడిదాకా సేసిన అప్పులు తీరిస్తే ఇంకాయిన సేతల్లోకి రూపాయి మిగల్గేదు.

ఇంకొక నాలుగు సంస్రాలకి సిన్న కూతురు పెల్లిడు కొచ్చిద్ది. పెల్లి సెయ్యాలంటే సేతల్లో డబ్బులేవు. వుండే పొలమా.. పండి సావడం లేదు. ఏం సెయ్యాలన్నో అర్థంగాక కొట్టుమిట్టాడుతుండాడు రాములు.

పోతే పొయ్యింది వున్న పొలామైనా అమ్ముదామంటే కొనేవోల్లెవరూ ముందుకి రాడం లేదు. ఒక కోమిటి సెట్టికాడ ఎక్కువ వొడ్డికి ఐదెకరాల్ని తాకట్టు పెట్టి, మూడేల్లకి వొడ్డి అసలూ కట్టేటట్లు, అప్పుటికి కట్టలేకపోతే ఆ ఐదెకరాల్ని ఆ కోమిటాయన తీసుకొనేటట్టు మాటాడుకొని, సిన్న కూతురు పెల్లిసేసినాడు. ఆ పక్కనుండే రైతులంతా యవుసాయం కొండెక్కడంతో పెల్లాం బిడ్డల్ని బతికించుకోడాని కోసం దగ్గర్లో వుండే టొన్నకి పొయ్యి బెల్లార్లగానో, మూటలు మోసే వారుగానో మారిపొయ్యినారు.

సిన్నకూతురికి కానుపు నిండిందని తెల్పి రాములూ, మంగమ్మ శానా సంతోసించినారు. తొలి కానుపు కదా! పుట్టింటికి తీసక రావాల! సేతిలో పైసా లేదు. సుకంగా పెసఇస్తే బాదలేదుగానీ అదే ఆవరేసను సెయ్యాలన్నోస్తే... కనీసం పాతికేలన్నా కావాల! మల్లీ ఆ కోమిటిసెట్టి కాడికే పొయ్యి వుంకొక ఎకరా తాకట్టు పెట్టి, ముప్పుయేలు తెచ్చినాడు. అనుకొన్నట్టుగానే ఆ బుదవారం సిన్నమ్మాయిని

ఇంటికి తీసుకొచ్చినాడు. నెల్లు నిండినాక ఆసపత్తిరికి తీసుకొని పొయ్యేరేగితే.. ఆవరేసను సెయ్యాలన్నారు. ఆ డబ్బులు పెట్టి ఆవరేసను సెయ్యిచ్చినాడు. ఒక మూన్నెల్లు ఇంటికాడ పెట్టుకొని బాగా సూసి అత్తారింటికి పంపిచ్చినాడు. ఇంకిప్పుడు సిన్న కొడుకొక్కడే మిగిలి పొయ్నాడు. వోడికీ ఏడన్నా ఒక పిల్లని సూసి, ఆ మూడు ముల్లేస్తే ఇంక తన పని ఐపోతాదని శానా రోజుల్లాకా ఆలోసిచ్చి ఒకూర్లో వున్న పిల్లని మాట్లాడి వున్న దాంట్లోనే పెల్లి జరిపిచ్చినాడు.

అప్పుటి క్యూడా ఆ పొలాలు పండనే లేదు. “ఏం సెయ్యాల? ఎట్ట బతకాల? వుప్పుద్దాకా రొండిల్లైతే మరిప్పుడ్పించి మూడో ఇల్లు కూడా వొచ్చిసేరింది. ఏ బిడ్డ పుట్టినాకనో వొచ్చి సేరిన బూములూ, డబ్బా ఏ బిడ్డ పెల్లెనాకనో ఇంట్లో నించి ఎల్లి పొయ్యింది” అని అనుకున్నాడు రాములు.

ఇట్లా ఏం సెయ్యాలన్నో తెలవక శానా రోజులు ఆలోసిచ్చినాక బోది సెట్టుకింద బుద్దుడికి తెలివొచ్చిన మాదిరిగా రాములుకొక ఆలోశన తట్టింది. “కుల వుత్తిని మించిందేదీ లేదీ లోకంలో... పుట్టింది సేపలు పట్టే కులంలో... ఆ కులవుత్తి మింద యాపారం సేసే యాబై ఎకరాల్ని కొన్నాను. ఇప్పుడదంతా పొయ్యింది. మల్లీ ఆడికే పోతాను. మా ముత్తాతలంతా దాన్ని నమ్ముకొనే కదా బతికినారు. అంత పెద్ద ఇసాలమైన సముద్రం నన్ను తోసేస్తుందా... నా ఇంటోల్లని రావొద్దంటుందా...?!” అనుకున్నాడు రాములు.

“ఏమయ్యో.. తొరగా రా.. సద్దన్నం తాగుదువుగానీ..” ఒడ్డుమింద నిలబడి భర్తని కేకేసింది మంగమ్మ. అప్పుడే తెప్పని ఒడ్డుకి తాకబెట్టిన రాములూ ఆయిన సిన్నకొడుకూ అలల్లో కొట్టుకుపోతా వున్న తెప్పని బుజాల మింద కర్రని పెట్టుకొని, దానికి తాడును సుట్టి వొడ్డు మిందకి తీసుకొస్తా వున్నారు. దాన్ని తొందరగా బైటికి లాక్కపోతే అది సముద్రంలోకి కొట్టుకొని పోతాది. దాన్ని పైకి తీసుకొచ్చినాక రాములూ ఆయిన సిన్న కొడుకూ ఆ ఇసకలో కూసొని సద్దికూడు తిన్నారు. తరవాత సిక్కంలో వున్న సేపల్ని తీసుకొని, ఇంటికి బైల్లేరినాడు సిన్నకొడుకు.

“ఒరే నాయినా... వుంక రారా ఇంటికి పోదాము..” అంటా సిన్నకొడుకు బిడ్డని కేకేసినాడు రాములు. వోడువోల్ల నాయిసమ్మతో కలిసి కర్రాక్కొచ్చిన కాన్నించీ ఆ అలలు కొట్టే సోట్టే ఆడుకొంటా వున్నాడు. అలలు కొట్టినా కొచ్చే తెల్లటి ముత్తేల్లాగుండే సురగని సూసి మురిసిపోతా వున్నాడు. ఆడ తిండిని ఎత్తుక్కోనే సిన్న సిన్న ఎండ్రకాయ పిల్లల్ని తరుముతా అల కొట్టి నీల్లు ముందుకొస్తా వుంటే ఎనిక్కి పరిగెత్తడమూ సేస్తా వున్నాడు శానా సేపుట్టింది. వోన్ని సూసేరేగి రాములు ముసలి మనసులో ఏదో తెలవని బాద సిన్నగా రగులుకొంది. “హ యాబై ఎకరాల ఆసామి కొడుకు. కాలుమింద కాలేసుకొని జీతగాల్ల సేత పనిచేయచ్చుకొని బతకాల్సినోడు... సీవరికిట్లా కర్రాక్కొచ్చినాడు. బైట అన్ని పుత్తులూ తరిమేసినా అమ్మలాగా ఆదరిచ్చేది ఈ కులవుత్తే! నిజంగానే ఈ కులవుత్తి అమ్మలాంటిదే..! నువ్వేడోడో తిరగొచ్చినా అమ్మ అన్నం పెట్టినట్టు ఆదరిస్తాది కులవుత్తి” అనుకున్నాడు. ఆ కులవుత్తిలో కొచ్చి పడ్డందుకు ఇప్పుడు రాములు మనసు పశాంతంగా వుంది. ◆

బహిరంగ ప్రదేశాల్లో కడుపుబ్బరిచ్చిందంటే పడే ఇబ్బంది అంతా ఇంతా కాదు. పోనీ అందు బాటులో ఉన్న టాయిలెట్‌ని వినియోగించు కుండా మంటే సవాలక్ష సంతయాలు. మన దగ్గరైతే పెయిడ్ టాయిలెట్‌కోకే ముక్కు మూసుకోకుండా వెళ్లలేము. ఇక ఉచిత టాయిలెట్లకు వెళితే ఎలాంటి రోగాలు మనతో పాటు ఇంటికి మోసుకుపోవాల్సి వస్తుందో?! అప్పుడు ఉబ్బరం సంగతి అటుంచి కడుపంతా దేవేసి, ముందు వాంతి చేసుకోవాల్సి వస్తుంది. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో శుభ్రంగా ఉండే టాయిలెట్లు కంటికి కనిపిస్తే ఎలా ఉంటుందో ఊహించుకుంటేనే సగం బాధ తీరిపోతుంది. మరి తలుపులు మూసున్న టాయిలెట్ ఎంత శుభ్రంగా ఉందో ఎవరికి తెలుస్తోంది? అందుకే జపాన్ లో సరికొత్త ఆవిష్కరణ ఇలాంటి సమస్యను పరిష్కరించింది. టోక్యోలో అందర్నీ ఆకర్షించే ఒకొకొక జిల్లా షిమయా. ఇప్పుడు ఇక్కడ నిర్మించిన ట్రాన్స్‌పరెంట్ పబ్లిక్ టాయిలెట్లతో మరింత ఆకర్షణీయంగా మారింది. అవును మీరు విన్నది నిజమే! పారదర్శకంగా ఉండే గ్లాస్ గోడలతో నిర్మించిన ఈ స్క్వాట్ టాయిలెట్ లోపల భాగమంతా క్రిస్టల్ క్లీయర్‌గా బయటకు కనిపించేస్తుంది. తద్వారా టాయిలెట్ ఎంత శుభ్రంగా ఉందో చూసుకొని, హాయిగా లోపలికి వెళ్లిపోవచ్చు. దీన్ని వినియోగించుకునే ప్రజలకే కాదు తరుచూ శు

స్క్వాట్ మరుగుదొడ్డి!



భ్రం చేసే పారిశుధ్య కార్యకలకూ ఎంతో సౌలభ్యంగా ఉంటుంది. అయ్యో! అదేంటి? లోపలిదంతా బయటకు కనిపించే టాయిలెట్లను ప్రజలు ఎలా వినియోగించుకుంటారని అనుకుంటున్నారా? కంగారు పడనవసరం లేదు. ఎవరైనా దాని లోపలికి వెళ్లి తలుపు బిగించిన వెంటనే చుట్టూ ఉన్న గ్లాస్ గోడలు పూర్తిగా ఖర్చిగా మారిపోతాయి. అంటే లోపల ఎవరున్నదీ బయటకు



ఎంతమాత్రం కనిపించదు. అదే ఇందులో ఉన్న ప్రత్యేకత మరి! షిగెరు బాన్ ఆర్కిటెక్ట్‌లు ఈ టాయిలెట్లను రూపొందించారు. వీటిని వినూత్న ఆవిష్కరణలు చేసే ప్రాజెక్ట్‌లో భాగంగా తయారుచేశారు. రెండు సెట్ల టాయిలెట్లను షిమయాలోని యెయోగి పులికమచి పార్క్, హరునోగవ కమ్యూనిటీ పార్క్‌లో నిర్మించారు. సామాజిక మాధ్యమాల్లో కనిపించిన వీటి ఫోటోలు ఇప్పుడు వైరల్‌గా

మారాయి. అంతుకుముందు 2002లోనే ‘టాయిలెట్ విత్ ఏ వ్యూ’ అనే కాన్సెప్ట్‌తో ఓటామకు చెందిన ఓటివీర్ రాంబెర్ట్ అనే డిజైనర్ ఇలాంటి పారదర్శక మరుగుదొడ్లను స్విట్జర్లాండ్‌లోని లావ్‌శానీలో నిర్మించాడు. సామాజిక ప్రయోగంలో భాగంగా రూపొందించిన దీన్ని ఉత్తమ విశేషగానూ ప్రకటించారు. అయితే, అక్కడి వీటిని నిర్మించడానికి మరో కారణం ఉంది. ఎవరైనా మత్తు పదార్థాలను సేవించి, ఈ పబ్లిక్ టాయిలెట్‌లో పడి మూర్ఛపోతే, పదినిమిషాల్లో దాని తలుపు ఆటోమాటిక్‌గా తెరుచుకుంటుంది. తద్వారా టాయిలెట్ లోపల ఎవరున్నదీ కనిపెట్టడం సులువవుతుంది. ఇక జపాన్‌లోని ఈ టాయిలెట్లు ‘టోక్యో టాయిలెట్ ప్రాజెక్ట్‌లో భాగంగా ఇలా నిర్మించారు. ఇక్కడ రెండు అంశాలను దృష్టిలో పెట్టుకున్నారు. ఒకటి పబ్లిక్ టాయిలెట్లు శుభ్రంగా ఉందో లేదో తెలుస్తుంది. రెండు ఎవరైనా లోపలకి వెళ్లేముందు అందులో ఇంకెవరైనా ఉన్నదీ లేనదీ ముందే గుర్తించవచ్చు. ఇక ముందే చెప్పుకున్నట్లు లోపలికి వెళ్లి లాక్ చేసుకుంటే దాని స్క్వాట్‌గ్లాస్ గోడలు అపారదర్శకంగా మారిపోతాయి. ఇలాంటి స్క్వాట్ పబ్లిక్ టాయిలెట్లు మన ప్రాంతానికీ వస్తే ఎంత బాగుంటుంది అనుకుంటున్నారా కదా! ◆



త్రఖ్యాత గాయకుడు ఎస్సీ బాలసుబ్రహ్మణ్యం కరోనాతో బాధపడుతూ చెన్నైలోని ఎంజీఎం ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్నారు. ఆయన ఆరోగ్యం విషమంగా మారింది. ప్రస్తుతం వారికి ఎక్మో చికిత్స అందిస్తున్నారు. ఇదే ఎక్మో చికిత్స తమిళనాడు మాజీ ముఖ్యమంత్రి జయలలితకీ 2016లో అందించారు. ఎక్మో (ECMO) అంటే ఎక్స్ట్రా కార్పొరెయల్ మెంబ్రేన్ ఆక్సిజనేషన్ (Extra Corporeal Membrane Oxygenation).

ఎక్మో ఆత్యాధునిక వైద్య విధానం! సుదీర్ఘ అస్వస్థత నుంచి కోలుకుంటున్న దశలో ఉన్నట్టుండి గుండెపోటు ముంచుకొస్తే.. అత్యవసరంగా 'ఎక్మో' యంత్రం మీద ఉంచి, కొన్ని గంటల పాటు చికిత్స అందిస్తారు. అసలు ఎక్మో ఏమిటి.. ఆ యంత్ర చికిత్స ఎలా ఉంటుంది? దీన్ని ఎవరికి చేస్తారు? దీంతో ఎంత క్లిష్టమైన సందర్భామైనా అధిగమించొచ్చా? ఇలాంటి ఎన్నో సందేహాలు నివృత్తి చేసుకునేందుకు ఇది చదవండి.

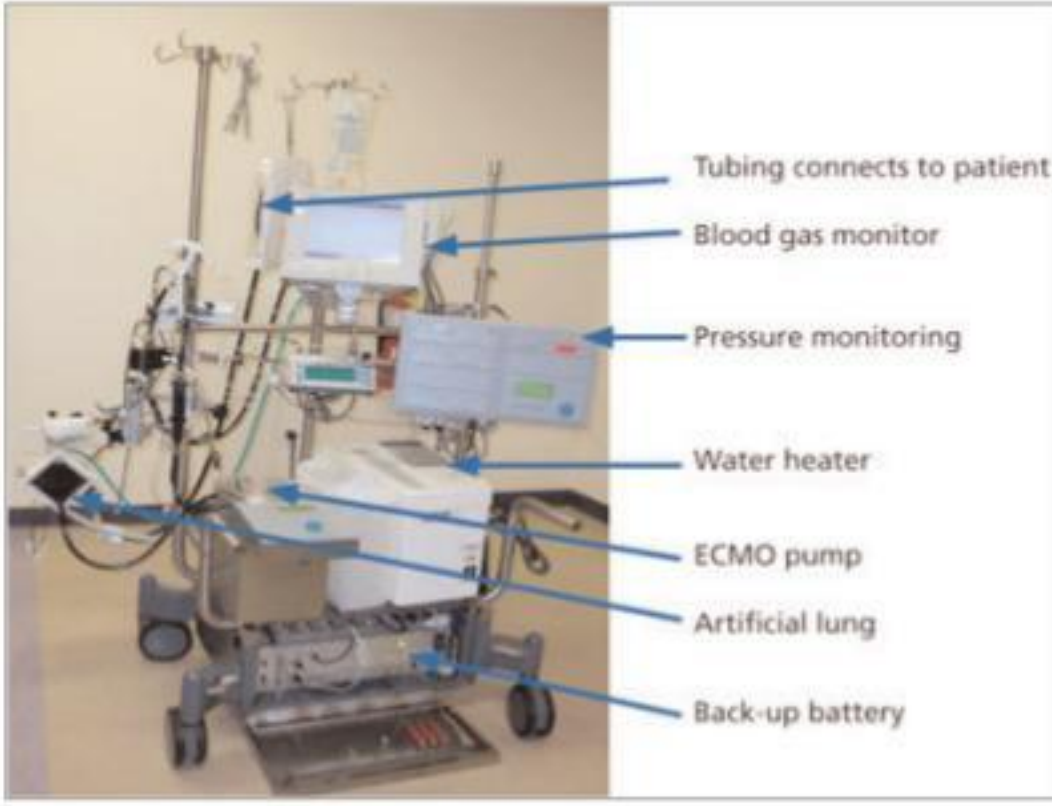
ఆపదలో ప్రాణరక్షణ

ఎక్మో ఇప్పుడు విస్తృతంగా చర్చలోకి వస్తున్నా.. వాస్తవానికి ఈ విధానం కొంత కాలంగా మన దేశంలో అందుబాటులో ఉన్నదే. పాశ్చాత్య దేశాల్లో అయితే చాలా విస్తృతంగానూ వాడకంలో ఉంది. కీలక ఘడియల్లో మన ఊపిరితిత్తుల పనినీ, అవసరమైతే గుండె పనినీ బయటే పూర్తిచేసి, మన దేహాన్ని నిలబెట్టే సంక్లిష్టమైన ప్రత్యేక చికిత్సా విధానం. అందుకే దీనికి ఇంతటి ప్రాధాన్యం. వెంటిలేటర్ల గురించి మన దేశంలో దాదాపుగా అందరికీ తెలుసు. రోగి శ్వాస పీల్చుకోలేక ఇబ్బందిపడుతున్న తరుణంలో బయటి నుంచి ఆక్సిజన్ ను ఇచ్చి, రోగిని బతికించే కీలకమైన విధానం అది. అయితే రోగి ఊపిరితిత్తులు కొంతైనా పనిచేస్తున్నప్పుడే ఈ విధానం పనికొస్తుంది. కానీ రోగి ఊపిరితిత్తులూ సరిగా పనిచేయక.. వెంటిలేటర్ తోనూ ఉపయోగం లేని సందర్భాల్లో.. రోగి ప్రాణ రక్షణ కోసం అక్కరకొచ్చే ఆత్యాధునిక విధానమే 'ఎక్మో'!

ఎందుకీ చికిత్స?

రక్తం మన శరీరంలోని ప్రతి కణానికీ అవసరం. మన శరీరంలో ప్రతి కణానికీ ప్రాణవాయువును మోసుకుపోయే అద్భుతమైనది ఈ రక్తసరఫరా. అందుకే రక్తం సజావుగా, నిరంతరాయంగా అందుతుంటేనే మన ఒంట్లోని కణాలు, అవయవాలు సజీవంగా ఉంటాయి. అవి వాటి పని సమర్థవంతంగా చేసుకుపోతుంటాయి. ఒకవేళ ఏదైనా కారణాన రక్త సరఫరా నిలిచిపోతే, అవయవాలు పనితీరు అస్తవ్యస్తమై, క్రమేపీ నిర్జీవమైపోతాయి. దీంతో మృత్యువు ముంచుకొస్తుంది. ఇంతటి కీలకమైన రక్తాన్ని మన శరీరమంతా సరఫరా చేసేది గుండె! ఈ రక్తాన్ని నిరంతరం

ఎక్మో చికిత్స అంటే?



శుద్ధి చేస్తుండేది మన ఊపిరితిత్తులు!! అందుకే ఈ రెండింటినీ మన శరీరంలో అత్యంత కీలకమైన అవయవాలుగా చెప్పుకోవాలి. ఊపిరితిత్తులు సరిగా పనిచేయకపోతే రక్తం శుద్ధి ప్రక్రియ జరగదు. ఆక్సిజన్ తగినంత అందక అవయవాలన్నీ దెబ్బతినిపోతుంటాయి. అందుకే గుండె, ఊపిరితిత్తులు.. రెండూ సమర్థవంతంగా పనిచేస్తుండటం చాలా అవసరం. ఎవరికైనా ఈ రెండూ విఫలమైపోతే ప్రాణరక్షణ కోసం వాటి పనినే బయట యంత్రాలతో చేయించే అద్భుతమైన చికిత్సా విధానమే ఎక్మో.

ఇది చేసేదేమిటి?

రోగి రక్తాన్ని ఒక గొట్టం ద్వారా బయటకు తీసుకువచ్చి, ఒక యంత్రంలో దాన్ని శుద్ధి చేస్తారు. ఆ మంచి రక్తాన్ని తిరిగి శరీరంలోకి ఎక్కిస్తుండటం ఈ విధానం ప్రత్యేకత. అంటే ఊపిరితిత్తులు చేసే పని, గుండె చేసే పని.. రెండింటినీ ఈ యంత్రమే చేస్తుంది. అదీ బయటే చేస్తుందన్న మాట.

ఇలా ఎంత సమయం?

వాస్తవానికి గుండెకు ఆపరేషన్ చేసే సమయంలో కొన్నిసార్లు గుండెను, ఊపిరితిత్తులను పూర్తిగా ఆపేసి, వాటి పనిని బయటే 'హార్ట్ లంగ్ మిషన్' అనే దానితో చేయిస్తూ.. సర్జరీ పూర్తి చేయటం పరిపాటి. అయితే ఈ మెషిన్ ను గట్టిగా 3-4 గంటలు, మరి అవసరమైతే 6-8 గంటల వరకూ వాడొచ్చు. అంతకుమించి ఈ సాధారణ హార్ట్ లంగ్ మిషన్ ను వాడటం కష్టం. కానీ కొంత దీర్ఘకాలం రక్తాన్ని శుద్ధి చేసి, ఆక్సిజన్ ను అందించాల్సిన అవసరం తలెత్తినప్పుడు

'ఎక్మో' విధానం బాగా అక్కరకొస్తుంది.

ఏమిటి ప్రయోజనం?

గుండె, ఊపిరితిత్తుల పనిని బయటే కృత్రిమంగా చేయిస్తుంటాం కాబట్టి.. ఆ రెండింటికీ పూర్తి విశ్రాంతి చిక్కి, ఆ అవయవాలు త్వరగా కోలుకుంటాయి. కృత్రిమంగానే అయినా ఒంట్లో రక్త సరఫరా తగ్గకుండా చూస్తుంటాం. కాబట్టి ఒంట్లో అవయవాలేవీ దెబ్బతినే ప్రమాదం ఉండదు. దెబ్బతిన్నా వాటితో పనిచేయించాలని చూడకుండా... గుండెకు, ఊపిరితిత్తులకు పూర్తి విశ్రాంతి ఇస్తూ, కోలుకునేంత సమయం ఇవ్వటం దీనిలోని ముఖ్య ఉద్దేశం. ఉన్నట్టుండి గుండె లేదా ఊపిరితిత్తుల పనితీరు దెబ్బతిన్న వాళ్లకు ఇది బాగా ఉపయోగపడుతుంది. క్రమేపీ దెబ్బతినే

వాళ్లకు దీనితో పెద్ద ఉపయోగం ఉండదు. వాళ్లకు గుండె మార్పిడి వంటివే సరైన మార్గాలు.

ఎంత కాలం ఉంచగలం?

ఎక్మో విధానంలో 2-3 వారాలూ చికిత్స చేయొచ్చు. ఊపిరితిత్తుల వైఫల్యం కారణంగా ఎక్మో పెట్టిన వాళ్లకు ఫలితాలు చాలా బాగుంటున్నాయి. వీరు 70-80% వరకూ కోలుకుంటారు. కానీ గుండె దెబ్బతినటం కారణంగా ఎక్మో పెట్టిన వాళ్లలో ఫలితాలు అంత గొప్పగా ఉండటం లేదు. ఇప్పుడిప్పుడే 'ఎక్మో' మన దేశంలోనూ ప్రాచుర్యంలోకి వస్తోంది.

దుష్ప్రభావాలు ఉంటాయా?

వాస్తవానికి ఈ ఎక్మో చికిత్స కోసం రక్తాన్ని బయటకు తీసుకువచ్చేందుకు, మళ్లీ లోపలికి పంపేందుకు గొట్టాలను అమర్చటమే కష్టం. అప్పటికే తీవ్ర అనారోగ్యంతో ఉన్న రోగికి ఇది కొంత సంక్లిష్టమైన వ్యవహారం. రక్తస్రావం, రక్తం గడ్డలు కట్టడం, రక్తనాళాలు చిట్టిపోవడం వంటి సమస్యలన్నీ ఉంటాయి. ఇన్ఫెక్షన్లు రావచ్చు. అలాగే రక్తాన్ని బయటే శుద్ధి చేస్తుండే క్రమంలో కొన్నిసార్లు రక్తంలోని ప్లేట్ లెట్లు, తెల్ల రక్తకణాల వంటివి దెబ్బతింటాయి. ఇది మరో సమస్య. అయితే వైద్యులు వీటన్నింటినీ నిరంతరం పర్యవేక్షిస్తుంటారు.

ఎప్పుడు తీసేస్తారు?

రోగి కోలుకుంటున్న కొద్దీ అంటే రోగి ఊపిరితిత్తులు బాగుపడుతున్న కొద్దీ, లేదా గుండె పంపింగ్ మెరుగవుతున్న కొద్దీ ఎక్మో మీద ఆధారపడటాన్ని తగ్గించుకుంటూ వచ్చి,

ఎవరికి చేస్తారు?

వాస్తవానికి ఎక్మో విధానం పుట్టుకతోనే గుండె, శ్వాస సమస్యలతో బాధపడే వసిగుడ్డల్లోనూ, చిన్నపిల్లల్లోనూ విస్తృతంగా వాడకంలో ఉంది. పెద్దలకూ ఊపిరితిత్తులు దెబ్బతిని, అవి సరిగా పనిచేయని సందర్భాల్లో ఈ విధానాన్ని ఉపయోగిస్తారు. కొందరు పిల్లలకు పుట్టుకతోనే ఊపిరితిత్తులు గట్టిగా ఉంటాయి. అలాగే కొందరికీ శ్వాస తీవ్రమైన ఇబ్బందిగా ఉంటుంది. కొందరు పిల్లలు తల్లికడుపులోనే మలం తినడం వల్ల పుట్టగానే శ్వాస సమస్యలు తలెత్తుతాయి. అలాగే కొందరు పిల్లలకు వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్ వల్ల ఉన్నట్టుండి రెండు ఊపిరితిత్తులూ గట్టిగా, పనిచేయకుండా అయిపోతాయి. ఇలాంటి వారికీ వెంటనే ఊపిరితిత్తులకు పూర్తి విశ్రాంతి ఇచ్చి, చికిత్స చేస్తారు. దీంతో క్రమేపీ ఓ వారం, పది రోజుల్లో వాళ్ల ఊపిరితిత్తులు సహజంగానే పనిచేసి, కోలుకుంటారు.

రెండోది.. కొందరికీ వైరస్ ఇన్ఫెక్షన్ల కారణంగా ఉన్నట్టుండి గుండె కండరం విపరీతంగా వాచిపోతుంది. దీంతో గుండె పంపింగ్ పూర్తిగా దెబ్బతింటుంది. ఇలాంటివారికి ఆ వైరస్ ఇన్ఫెక్షన్ తగ్గి వరకూ బయటి నుంచి సాంత్యన ఇవ్వగలిగితే మళ్లీ తమంతట తామే పూర్తిగా కోలుకుంటారు. వీరికీ 'ఎక్మో' బాగా ఉపయోగపడుతుంది. రక్తంలో ఇన్ఫెక్షన్ చేరిపోయి, తీవ్రమైన సెప్టిస్ ఉన్న వాళ్లకు, రక్తంలోని విషతుల్యాల వల్ల ఒక్కోసారి గుండె పని ఆగిపోతుంది. ఇలాంటి వారికీ తాత్కాలికంగా ఇది బాగా పనిచేస్తుంది. అలాగే గుండెపోటు సమస్య లేకుండా ఉన్నట్టుండి గుండె పనితీరు, పంపింగ్ సామర్థ్యం దెబ్బతిన్న వాళ్లకీ ఉపయోగపడుతుంది. తీవ్రమైన న్యూమోనియాతో రెండు ఊపిరితిత్తులూ పనిచేసే స్థితిలో లేనప్పుడూ ఇది ఉపయోగపడుతుంది.

చివరకు పూర్తిగా తీసెయ్యచ్చు.

ఎలా చేస్తారు?

రోగి శరీరంలోని రక్తనాళాల్లోకి లేదా నేరుగా గుండెలోకి అమర్చేందుకు ప్రత్యేకమైన గొట్టాలుంటాయి. ఈ గొట్టాలను రోగి మెడ దగ్గర నుంచి గానీ, తొడ దగ్గరగానీ లోనికి పంపి, రక్తనాళాల్లో అమరుస్తారు. అవసరాన్ని బట్టి, రోగి పరిస్థితిని బట్టి ఈ గొట్టాలను ఎలా అమర్చాలన్నది నిర్ణయిస్తారు. ఈ గొట్టాలను బయట ఎక్మో యంత్రానికి అనుసంధానిస్తారు. ఒక గొట్టం గుండా రక్తం యంత్రంలోకి వచ్చి, తగినంత ఆక్సిజన్ తీసుకుని, శుద్ధి అయిన తర్వాత.. తిరిగి మరో గొట్టం ద్వారా శరీరంలోకి వెళ్లిపోతుంటుంది. ఇది నిరంతరాయంగా జరిగే ప్రక్రియ. ♦

భూమి శుక్రుడిలా మారుతుందా?!

భూమిపై ఎప్పుడూ లేనంత వేడి రికార్డు అయ్యింది. ఇది ఎప్పుటి లెక్కలో కాదు! తాజాగా వరల్డ్ మెట్రలాజికల్ ఆర్గనైజేషన్ వెల్లడించిన రిపోర్టు. భూమిపై అత్యంత వేడి ప్రదేశమైన కాలిఫోర్నియా డెత్ వ్యాలీలో తాజాగా 130 డిగ్రీల ఫారెన్ హీట్ అంటే 54.4 డిగ్రీల సెంటిగ్రేడ్ వేడి నమోదయ్యింది. ఆధునిక చరిత్రలో ఇప్పటి వరకూ అత్యంత వేడి నమోదయిన మూడవ రోజుగా దీన్ని గుర్తించారు. ఇది ఇంతటితో ఆగుతుందని అనుకోలేం సుమా! భవిష్యత్తులో ఒకానొకరోజు ఇంతకుమించిన వేడిని భూమి ఎదుర్కోనుందని పరిశోధకులు ఆందోళన చెందుతున్నారు. ఇంతకీ ఆ వేడి ఎలా ఉండబోతుందో కదా?!

ఉత్తర అమెరికాలోని మొజావి ఎడారి ప్రాంతమది. ఇక్కడున్న ఫర్నేస్ క్రీక్ ప్రాంతంలోనే ఈ ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యాయి. నిజానికి ఇది భూమిపైన అత్యంత వేడి ప్రదేశంగా గుర్తింపు పొందింది. ఈ ఎడారి ప్రాంతం అరేబియన్ ద్వీపకల్పం, సహారా ఎడారుల్లాంటిదే. ఇది అమెరికా సంయుక్త రాష్ట్రాల్లో అత్యంత దిగువనున్న, అత్యంత పొడిగా ఉండే, అత్యంత వేడి ప్రదేశమని చెప్పొచ్చు. ఇది సముద్ర మట్టానికి 190 అడుగుల దిగువున ఉంటుంది. ఇక్కడ 2020, ఆగస్టు 16వ తేదీన మధ్యాహ్నం గం. 3.41 ని.లకు నమోదయిన ఉష్ణోగ్రత ఇదివరకెన్నడూ గుర్తించలేదని యుఎస్ నేషనల్ వెథర్ సర్వీస్ వారు తెలియజేశారు. దీన్ని వరల్డ్ మెట్రలాజికల్ సంస్థ కూడా ఆమోదించింది. అయితే ఈ రికార్డు ఇంతటితో ఆగిపోతుంది.



లేదన్న విషయమూ వారు గట్టిగానే ప్రస్తావించారు.

ముందుంది 'హాట్ హాస్'!

భూమి పుట్టిన దగ్గర నుంచి ఇంతకంటే వెచ్చని రోజులు అంతకుమునుపు ఉండుండవచ్చు. అలాగే భవిష్యత్తులోనూ ఇంతకుమించిన ఉష్ణోగ్రతలు నమోదు కావచ్చు. హరితగృహ వాయువులతో (గ్రీన్ హౌస్ గ్యాస్) వాతావరణం సూపర్ హాట్ అయినప్పుడు ఈ 'హాట్ హాస్' కాలంలో భూగ్రహం ఇప్పటికంటే మరింత వేడిగా తయారవుతుంది. అప్పుడు వీచే



వేడిగాలులు పీడకలను తలపిస్తాయని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. నిజానికి మానవ కర్మన ఉద్ధారాలు ఇంకా భూమిని హాట్ హాస్ స్థాయికి తీసుకురాక మునుపే, పర్యావరణంలో వచ్చిన మార్పు వల్ల తరచుగా, తీవ్రమైన వేడి గాలులు రావడానికి కారణమయ్యింది. డెత్ వ్యాలీలో ఈ తీవ్రమైన ఉష్ణోగ్రతలు సుదీర్ఘకాలం పాటు ఉంటాయనడానికి దీన్నే నిదర్శనంగా చెబుతున్నారు పరిశోధకులు. అయితే శుక్ర గ్రహంలా భగభగ మండుతూ, జీవనానికి అసనుకూలంగా భూమి ఇప్పుడప్పుడే

మారదు. కానీ ఉష్ణోగ్రతలు క్రమంగా పెరుగుతూ పోతే మంచు ప్రాంతమంతా కరిగిపోతుంది. తద్వారా వెలువడే వేడిని మనిషి ఏమాత్రం తట్టుకోలేని పరిస్థితి ఒక శతాబ్దంలోనే ఎదురవొచ్చుని అంటున్నారు శాస్త్రవేత్తలు. అంతా మనచేతుల్లోనే! భూమిపై ఇప్పుడున్న 'హాట్ హాస్' కాలంలో ఒక విషయం మాత్రం సాధారణంగా కనిపిస్తోంది. సముద్రగర్భంలోని

అగ్ని పర్వతాల నుంచి వెలువడే కార్బన్ డై ఆక్సైడ్ లేదంటే మిథేన్ బుడగలు వెలువడటం వంటి పరిణామాలతో పాటు ఈనాడు మనుషులూ గ్రహ పరిశోధనల కోసం అధికమొత్తంలో దాచి ఉంచబడిన కర్బన శిలాజాలను తగలబెడుతున్నారు. వాతవరణంలో కార్బన్ డై ఆక్సైడ్ స్థాయిలు పెరిగిపోవడానికి మనుషులూ కారణమవుతున్నారు. ఇది ఒకప్పుడున్న డైనోసార్ల కాలం తర్వాత ఎన్నడూ కనిపించని వాతావరణ పరిస్థితిగా పరిశోధకులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. భవిష్యత్తులో ఇంతకుమించిన దారుణమైన పరిస్థితిని భూమి చూడబోతుందని శూన్యవాదులంతా అనవచ్చు. కావచ్చుగాక, గ్రహశాస్త్రవేత్తలు చెబుతున్నట్లు యుగాలుగా సూర్యుడు మరింత కాంతివంతంగా మారుతున్నాడు. తద్వారా భూ ఉపరితలం మరింత వేడెక్కుతుంది. దీనితో సముద్రాలు సిమ్మర్ లో ఉన్న స్టాఫైన్ నీళ్లు వేడెక్కుతున్న చందానికి చేరుకుంటాయి. ఈ నీటి ఆవిరి, ఎంతో సామర్థ్యమున్న గ్రీన్ హౌస్ వాయువులు వాతావరణంలో కలిసిపోతాయి. ఈ పరిణామం కొన్ని బిలియన్ సంవత్సరాలకు మన భూగ్రహాన్ని పక్కనే ఉన్న శుక్ర గ్రహంలా మార్చేందుకు తోడ్పడుతుంది. అక్కడున్నట్లు మందంగా, రసాయనాలతో, సల్ఫర్ తో కూడుకున్న వాతావరణం, ఉపరితల ఉష్ణోగ్రతలు 900 ఫారెన్ హీట్ అంటే ఎలా ఉంటుందో ఆలోచించండి! అందుకే మనమంతా ముందే మేల్కొనాలి. భూ తాపాన్ని తగ్గించడానికి మన వంతు ప్రయత్నం చేయాలి. మానవ మనుగడను నిలిపే సైనికులు కావాలి! ♦

తీయనైన భాష



కోనా వల్ల వేసవి సెలవులు ముందే వచ్చాయి. ఇంకా కోనసాగుతూనే ఉన్నాయి.

రోజులాగే మా అపార్ట్మెంట్లో పిల్లలు సాయంత్రం ఆరు గంటలకల్లా నా దగ్గరకు చేరారు. ప్రతి రోజూ ఏదో ఒక విషయంపై నాతో చర్చ జరపడం, జవాబులు రాబట్టడం వారికి అలవాటు.

“తాతయ్య! తమరిని కొన్ని విషయాలు అడగాలి” అన్నాడు శ్రీకాంత్.
మిగతా పిల్లలు ఆసక్తికరంగా చూడసాగారు.

“ఈ మధ్య తెలుగు టీవి ఛానల్స్ స్క్రోలింగ్లో చాలా అక్షర దోషాలుంటున్నాయి. మీరు గమనించారా?” అన్నాడు శ్రీకాంత్.

“చూడు శ్రీకాంత్ అక్షర దోషాలు టీవీలోనే కాదు వార్తా పత్రికల్లోనూ, పాఠ్యపుస్తకాల్లోనూ ఉంటున్నాయి. తెలుగు మాతృభాష అయినప్పటికీ మనం మాట్లాడేటప్పుడూ అనేక దోషాలు ఉంటున్నాయి. ‘దేశ భాషలందు తెలుగు లెస్స’ అని శ్రీకృష్ణ దేవరాయలవారే మెచ్చుకున్నారు. మనది ఎంతో తీయనైన భాష. ఆంగ్ల భాష మోజులో పడి, మన భాష మీద పట్టుకోల్పొకాడదు. ప్రతి ఒక్కరం తప్పులు లేకుండా రాయడానికి ప్రయత్నం చేయాలి” అని చెప్పాను.

చిరుమువ్వలు

“అవును తాతయ్యా సూర్యలో తెలుగు సబ్జెక్ట్లో మంచి మార్కులు వచ్చినా భాషపై మాకు పట్టు రావడం లేదు” అంది సీత.

“అందుకు ఏం చేద్దాము?” తాతయ్య అన్నాడు రవి.

“మీ ఇళ్లకు వెళ్ళి నోట్బుక్, పెన్ తెచ్చుకోండి” అన్నాను నేను.

కొన్ని క్షణాల్లో పిల్లలు నోట్బులూ, పెన్నులతో నా ముందు ప్రత్యక్షమయ్యారు.

“పిల్లలూ మీకు చిన్న కథ చెబుతాను. ఆ కథ విని మీకు అర్థమైంది రాయండి” అన్నాను. ముందుగా “నాన్న- పులి” కథ చెప్పా. అందరూ ఆసక్తిగా విన్నారు. కొంత సమయం తీసుకుని రాసి చూపించారు.

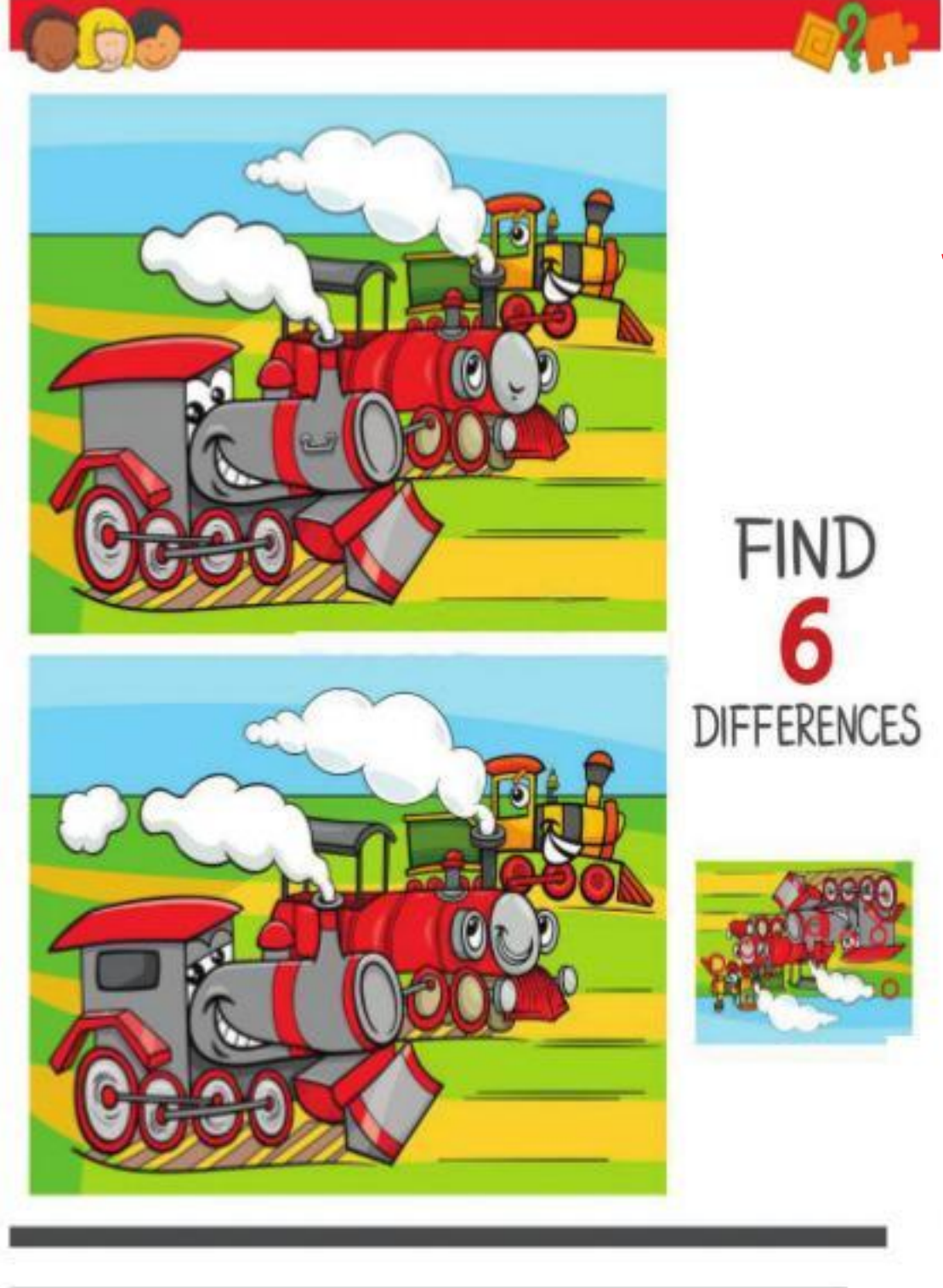
“మీ అందరికీ కథ బాగా అర్థమైంది. కానీ రాసేటప్పుడు చాలా అక్షర దోషాలు ఉన్నాయి” అని ఒక్కొక్కరిగా నా దగ్గరకు పిలిచాను. వారి రాసిన కథలోని అక్షర దోషాలను సరిచేశాను. అదే కథను మరలా చూసి రాయమన్నా. ఈ సారి అందరూ తప్పులు లేకుండా చక్కగా రాశారు.

“ఈ పద్ధతి బాగుంది తాతయ్యా!” అంది సీత.
“ఏమీ లేదు పిల్లలూ.. మనం ఒక్కసారి రాసినది పదిసార్లు చదివిన దానితో సమానం. ఇదే కీటుకు!” అంటూ నవ్వేశాను. అంతే పిల్లలంతా “తాతయ్యా నీకు థాంక్స్!” అన్నారు.

“రేపు మరో కథ చెబుతాను రండి!” అన్నాను. అందరూ తలలూపుతూ సంతోషంగా గెంతుతూ వెళ్లారు.

ఇలా కొన్నిరోజుల్లోనే పిల్లలంతా చిన్న చిన్న కథలు విని, వాటిని రాయడం వల్ల ఎక్కడ ఎలాంటి పదాలు వాడాలో తెలుసుకుని, తెలుగు భాషను తేలికగా నేర్చుకున్నారు.

- యు. విజయశేఖరరెడ్డి
9959736475



చుక్కలు కలపండి

పక్కనున్న బొమ్మలో వరుసగా ఉన్న చుక్కలన్నీ కలుపుకుంటూ పోతే ఒక బొమ్మ వస్తుంది..! ఆ బొమ్మకు ఎంచక్కా మీకిష్టమైన రంగుల్ని కూడా వేసుకోవచ్చు..
మరి చుక్కల్ని కలిపేయండి మరి..!

తేడాలు కనుక్కోండి..?

పిల్లలూ..! మీకు రైలు బొమ్మలన్నా వాటితో ఆడుకోవడమన్నా ఇష్టం కదా..! అయితే ఇక్కడున్న రైలు బొమ్మలూ ఒకేలా ఉన్నా.. ఆరు తేడాలున్నాయి. అవేంటో కనిపెట్టండి చూద్దాం..!



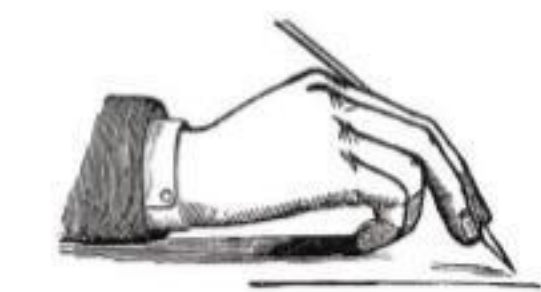
వస్తున్నా..!

అడగంటిన ఆశల మోడుల్ని చిగురింప చేయడానికి చీకటి బతుకుల జీవితాన కొత్త వెలుగు నింపడానికి వస్తున్నా!

నిస్సహాయ నిర్భాగ్యుల చెంత నీడలా అండగా నిలవడానికి ఆకలి కేకల ఆక్రందనల ముంగిట అన్నపు మెతుకై ఆకలి తీర్చడానికి వస్తున్నా!

మరణ శాసనాలు రాస్తున్న పల్లె సీమన ధాన్య రాసుల సిరులు కురిసే పచ్చని పంటనై గూడు చెదిరి ఎగిరిపోయిన రెక్కల కష్టానికి చేయూతనై చెలిమిని కలిమిని అందించాలని వస్తున్నా!

నీడ కరువై బతుకు బరువై వలసెల్లి పోతున్న



కూలీ నాలీ బతుకుపాటకు ఆర్థగీతమై పద పదమంటూ ప్రాణాలరచేత పట్టుకుని పల్లెను వీడుతున్న పల్లె జనానికి బాసటగా వస్తున్నా!

చిదిమి వేసిన ఆశల దీపాల్లో ఆశల జ్యోతులు వెలిగించే అక్షరమై వస్తున్నా..!

ఆశయ సాధనలో.. అలుపెరుగని శ్రామికుడి ఆయుధమై..! అక్షర సాయుధమై..!!

వస్తున్నా..!వస్తున్నా..!!

- ఆది ఆంధ్ర తిప్పీస్వామి ,
7780263877

గమనిక : కవిత్వం పంపదలచిన కవులు ఎఫ్బిలో పోస్ట్ చేసినవి, మరోచోట ప్రచురితమైనవి పంపకూడదు. స్థలాభావం కారణంగా పెద్దపెద్ద కవితలు ప్రచురించబడవు. - సంపాదకులు

అన్నిరోజులూ ఒకేలాతెల్లారపు అప్పుడప్పుడు ఆకలి పేగులు ఆరేసుకోవాలి కడుపులో ముద్ద దిగినరోజు బాగానే ఉంటుంది తిండిలేక పేగులు మెలిపడ్డ రోజే బాధంతా కాలమంతా ఏదోలా నెట్టుకొచ్చేశాం కరువు రోజులు చూశాం భారంగా గడిచే రోజులు చూశాం కష్టాలు చేస్తో నెట్టేసిన రోజులు చూశాం మనుషుల్ని విడదీసే రోజులు ఇప్పుడే చూస్తున్నాం మనుషులు తిరిగే రోజుల్లోనే పొట్ట గడవడం గగనమయింది మనుషులు తిరగని రోడ్డుమీద నడిచేపాదాల కోసం ఎదురు చూపులే మిగిలాయి ఇప్పుడు బాధంతా మనుషులకోసం కాదు తెగిన చెప్పులుకోసం ఇన్నాళ్ళు చెప్పుల మరమత్తుతోనే బతుకు సాగిపోయింది తోలు దేహాలు తోలుచెప్పుల మధ్యే గడిచిపోయాయి బతుకంతా మోకరిల్లినా జీవితం అక్కడే ఉంది

అనాదిగా ఆకలి కేకల నడుమ అగమ్య గోచర బతుకులు మావి మాకంటూ చరిత్రలో ఏ పేజీలూ లేని మజలీ మనసులు మావి సంస్కరణలు యేవీ మా చాయలకు చేరక చతికలు పడ్డ చీకటి చరిత్రలు మావి లోపాలు ఎక్కడంటూ వెతుక్కోలేని వెర్రికాగు మనస్తత్వాలు మావి నమ్మకపు దారుల మధ్య మిథ్యలా నలిగిపోతూ కొట్టుమిట్టాడుతున్న మధ్య తరగతి మహా భారతం మాది ఐక్యత లేమితో, జీ హుజూర్ అంటూ

ఆకలి పేగులు ఆరేసుకోవాలి



మాసిన బతుకులు మాసికల మధ్యే నలుగుతున్నాయి ఇంట్లోనే ఉండమంటే ఇల్లెలా గడుస్తుంది కాళ్ళు ముడుచుకుని ఎన్నాళ్ళు పడుండేది మనిషిని తాకొద్దంటే కడుపెలా నిండుతుంది చెప్పులైనా తాకాలి కదా? ఉన్నోళ్ళకేం బాగానే ఉన్నారు

మా బతుకులే వీధినపడ్డాయి వీధుల్లో పంచే అన్నం పొట్టాలకోసం కాళ్ళిడ్చుకుని ఎన్నాళ్ళని తిరిగేది పొయ్యిమీద కుండ ఎప్పుడు ఉడికేది? మనుషుల మధ్య చీకటి కప్పేసి కరోనా మా కడుపులు కొట్టేసింది మనుషులు రోడ్డు మీద తిరిగితేనే మా బతుకులు ఇంట్లో వెలుగుతాయి చెప్పులు రోడ్డుమీద కదిలితేనే మాగుండెల్లో ఊపిరి ఆడుతుంది చెప్పులు కుట్టికుట్టి మావేళ్ళు అరిగిపోయాయే గానీ మా జీవితాలు మారలేదు ఆకలిపేగులు ఆరేసుకుని ఎన్నాళ్ళని బతికేది

- చొక్కర తాతారావు,
6301192215

పోరు పిడికిళ్లు

పెత్తందార్ల అడుగులను అనుసరిస్తూ ఈ జీవితం ఇంతేనని సర్దుకుపోయిన సాంగత్యం మాది తరాలు మారాయి మా జీవితాలే ఇంకనూ మారలేదు? జీవన లేమితో చతికిలపడ్డ చరిత్రలకు ఇప్పుడు చరమగీతం పాడాలి నివురుగప్పిన అభివృద్ధి నిరోధక నిప్పును ఆర్పాలి బడుగు జీవుల బతుకులకు భరోసాగా నిలిచే ఆస్త్రమేదో కావాలి కొన్ని ఉదయాలు మళ్ళీ ఎర్ర కిరణాలై పుట్టుకు రావాలి



పోరు పిడికిళ్లు ప్రచండ భానుడిలా కదలి రణమై రావాలి...

- మహబూబ్ బాషా చిల్లెం
9502000415