

సంపుటి : 73 సంచిక : 38 పుటలు : 52

జాగృతి

బి 5123 - శ్రీ పైత ఆషాఢ బహుళ నవమి

02-08 ఆగస్టు 2021

వెల : ₹15/-

అమ్మపాలే అమృతం

ప్రపంచ తల్లిపాల వారోత్సవాల సందర్భంగా
'ధాత్రి' సౌజన్యంతో వెలువరిస్తున్న ప్రత్యేక సంచిక



జాగృతి చందాను చెల్లించడానికి పక్కనున్న క్యూఆర్.కోడ్ను మీ మొబైల్‌లో స్కాన్ చేయండి. లేదా <http://payit.cc/S18970> అని బ్రౌజర్‌లో టైప్ చేయండి.

73 ఏళ్లుగా వెలువడుతున్న జాతీయ తెలుగు వారపత్రిక

నెక్రా తంత్ర, బనోత్తవ
శుభాకాంక్షలు..

RAHUL
MULTI SPECIALITY HOSPITAL



తల్లిపాల వారోత్సవాలు (ఆగస్టు 1-7)
శుభాకాంక్షలు..



DR. R. RAVINDRANATH REDDY DR. R. PVARIJATHAM
BJP State Executive Member, MD.DGO
Telangana



DR. HARIN REDDY ILLURI
MS (General &
Laparoscopic Surgen)
Regd. No. 08900

SERVING TO THE PEOPLE SINCE 44 YEARS

RAHUL MULTISPECIALITY HOSPITAL

KOTHAKOTA - 509381 , Wanaparthy Dist.

Dr. Tamilisai Soundararajan



GOVERNOR
TELANGANA

RAJ BHAVAN

Hyderabad - 500 041

సందేశం

తేదీ : 17.07.2021



ప్రపంచ తల్లిపాల వారోత్సవాలను

పురస్కరించుకొని జాగృతి వారపత్రిక ప్రత్యేక
సంచికను వెలువరించడం అభినందనీయం.

ఇలాంటి మంచి కార్యక్రమాలు చేపడుతున్న
జాగృతి పబ్లిషర్స్‌కి, జర్నలిస్టులకు, సిబ్బందికి ప్రత్యేక
శుభాకాంక్షలు.

ఆగస్టు 1 నుండి 7 వరకు నిర్వహించే 'వరల్డ్
బ్రెస్ట్ ఫీడింగ్ వీక్' సందర్భంగా ఈ సంవత్సరం 'బ్రెస్ట్
ఫీడింగ్‌ను కాపాడడం మన అందరి సమష్టి బాధ్యత'

అనే ఇతివృత్తంతో ముందుకు వెళ్తున్నాం.

తరతరాలుగా భారతీయ సంస్కృతి,
సంప్రదాయాలు తల్లిపాల విలువను చాటి చెబుతూనే
ఉన్నాయి.

తల్లిపాలు పట్టడం బిడ్డ ఆరోగ్యానికి, సంరక్షణకి
ఎంతగానో తోడ్పడుతుంది. దానితో పాటు తల్లి

ఆరోగ్యం కూడా బాగుంటుంది.

ఆరోగ్యవంతమైన తల్లి, బిడ్డ, సమాజం కోసం
తల్లిపాలు పట్టడాన్ని ప్రోత్సహించడం మనందరి
బాధ్యత.

ప్రజా చైతన్యానికి కృషిచేస్తున్న జాగృతి జాతీయ
వారపత్రికకు ప్రత్యేక అభినందనలు, శుభాకాంక్షలు.

డాక్టర్ తమిళిసై సౌందరరాజన్

Printed & Published by **Nagol Sreenivas Reddy** on behalf of **Jagriti Prakashan Trust** and printed at Kala Jyothi Process Ltd, 1-1-60/5, Musheerabad, RTC 'X' Road, Hyderabad-500 020. And published at Jagriti Bhavan, 3-4-228/4/1, Lingampalli, Kachiguda, Hyderabad - 500 027.

Editor : Dr. Goparaju Narayana Rao.

సర్క్యులేషన్ వివరాలు, ఫిర్యాదులు, వ్యాపార ప్రకటనల వివరాల కోసం
(ఉ॥ 11 నుండి సా॥ 6 గంటల మధ్య) సంప్రదించండి.

బి. నాగరాజు సర్క్యులేషన్ మేనేజర్ 040-27561453/9959997013

జాగృతి చందా - సూచనలు

5 సం॥ చందా రూ.3000, సంవత్సర చందా రూ.650, విడి ప్రతి రూ.15

- ◆ అద్రస్సులో పేరు, ఇంటి నెం., గ్రామం, మండలం, జిల్లా, పిన్ కోడ్, మొబైల్ నెం. సమగ్రంగా ఉండాలి. లేకుంటే కంప్యూటర్ ఆమోదించదు.
- ◆ తాత్కాలిక రసీదు చేరిన 15 రోజుల తర్వాత చందా నెం., ప్రారంభ తేదీ వివరాలు మీకు ఎస్.ఎం.ఎస్. చేస్తాం. ఆ వెంటనే సంచిత కూడా అందుతుంది. మీరు చందా నెం. నోట్ చేసుకోవాలి.
- ◆ పత్రిక అందకపోతే వెంటనే సంప్రదించగలరు. చిరునామా మారితే కార్యాలయానికి విధిగా తెలపండి.

చందా కట్టించే వారికి సూచనలు :

- ◆ చందాలు వసూలు చేసే పంపేవారు తమ పూర్తిపేరు, సెల్ నెం. రాయాలి.
- ◆ రసీదుపై చందాదారుని పూర్తి చిరునామా, పిన్ కోడ్, సెల్ నెం., ఈమెయిల్ ఉండాలి. వివరాలు jagritiweeklysub@gmail.comకు మెయిల్ చేయాలి.
- ◆ ఆన్లైన్/చెక్ ద్వారా కూడా చెల్లించవచ్చు. డబ్బు పంపాక 040-27561453/ 9959997013 సంబర్ధకు తెలియజేయాలి.
- ◆ మరిన్ని వివరాలకు చందాపుస్తకంలో మొదటి రసీదు వెనుక చూడగలరు.

చందా పంపవలసిన చిరునామా :

- ◆ 3-4-228/4/1, కాచిగూడ, హైదరాబాద్-500 027.

జాగృతి బ్యాంకు ఖాతా వివరాలు :

- ◆ **A/c Name & No. Jagriti Prakashan Trust, 920010061405325, Axis Bank, Kothapet Branch. IFSC : UTIB0002157, PAN : AAATJ3829L**
- ◆ చెక్కు డిడిపై **Jagriti Prakashan Trust** అని ఆంగ్లంలో రాయాలి.

సంపాదక మండలితో సంప్రదింపుల కోసం
(ఉ॥ 11 నుండి సా॥ 6 గంటల మధ్య)

కె. దుర్గారెడ్డి	అసోసియేట్ ఎడిటర్	9959310103
కె. హరీష్	సబ్ ఎడిటర్	9959991304

డిజైనర్లు : సిహెచ్. కుమార్, జి. తుకారాం

తల్లిగర్భం నుంచి భూమీద్వ వడి కేరుమని ఏడిచే శిశువు నోటికి అమృతం అందుతుంది. అమృతం అమృతం. ధర్మం, సంప్రదాయం, శాస్త్రం, కాలం ఏకగ్రీవంగా ఆమోదించిన, ఆమోదిస్తున్న సత్యమిది. కాబట్టి శాశ్వత సత్యం. స్తన్యం అంటే తల్లి తనకు తాను ఇచ్చుకునే కానుకే కాదు, బిడ్డకి, పుడమికి కూడా ఇచ్చే కానుక. మానవ మనుగడ స్తన్యం మీదే ఆధారపడి ఉంది. పుట్టిన గంట తరువాత బిడ్డ లేత నాలుక రుచి చూసే ఆ మధురామృతం పుడమి గర్భంలో పవళించే వరకు, జీవిత పర్యంతం పనిచేసే దివ్య జిషధం. తల్లి గర్భం నుంచి పుడమితల్లి గర్భం వరకు సాగే మనిషి ప్రయాణానికి ఉపకరించే శక్తి. ఇది అతిశయోక్తి కాదు. శాస్త్ర సమ్మతం.

కానీ దురదృష్టం. ఆ మూడు - 'ధర్మం, సంప్రదాయం, శాస్త్రం'తో విభేదించకుండానే కాలం తల్లిబిడ్డల ఆ సహజ హక్కును త్రిశంకు స్వర్గంలోకి నెడుతున్నది. నిజమే, కాలం మారుతుంది. కానీ ఆ క్రమంలో మౌలిక ధర్మాలూ, మానవ మనుగడకు సంబంధించిన సూత్రాలూ కూడా మారిపోవచ్చునన్న భ్రమే వింత. మార్పు మాటున చొరబడే అమానవీయత పట్ల మౌనం దాల్చడం మరొక వికృతి. ఈ భ్రమకీ, వికృతికీ మొదటిగా బలవుతున్నది నవజాత శిశువులే కనుక చెప్పక తప్పదు. కాలం మారుతూనే ఉంటుందన్న స్పృహను కోల్పోకుండానే, మౌలిక ధర్మాలనీ, సూత్రాలనీ గౌరవిస్తూ ఉండడమే మానవాళి కర్తవ్యం. ఇలాంటి మేల్కొల్పు అవసరాన్ని అంతర్జాతీయంగా గుర్తిస్తున్నారు. ఏటా ఆగస్ట్ మొదటివారాన్ని అమృతపాల వారోత్సవంగా జరుపుకోవడం అందుకే. 1991లో ఇలాంటి మహోన్నత యోజనకు అంకురార్పణ జరిగింది.

చనుబాలు సక్రమంగా, సంపూర్ణంగా అందించగలిగితే ఏటా 8,20,000 పసిప్రాణాలను రక్షించుకోవచ్చునని చెబుతున్నాయి ఐక్యరాజ్య సమితి, యునిసెఫ్. అంటే ఇవి స్తన్యం అందక కొడిగడుతున్న ప్రాణాలే కదా! అభం శుభం తెలియనివారి జీవించే హక్కు ఏ కారణంగా అయినా గాలిలో కలిసిపోవడం అమానుషం కాదా! పెరిగిన హక్కుల స్పృహకు నవజాత

శాలివాహన 1943 శ్రీ ఘన ఆషాఢ బహుళ నవమి



లోపలి పేజీలలో...

అమృతం అమృతం
ప్రత్యేక సంచిక

సందేశం

డా. తమిళసై
సాందరరాజన్



3లో



సందేశం

మాతృస్తన్యము
అమృతస్థానము

6లో

జాగృతి

సంపాదక్రియం

శిశువుల ఆ తొలి ఆక్రందన కూడా వినపడాలి కదా! మానవాళిని నిస్సహాయులను చేసి యథేచ్ఛగా సాగిపోతున్న ఈ పోకడను అవధానికి 120 దేశాలు ఏకత్రాటి మీదకు రావడం నిజంగా శుభ పరిణామమే. ప్రసవవేదనానంతర స్థితి నుంచి బయటపడడానికి ఎక్కువ సమయం తీసుకునే తల్లులు ఉంటారు. గుండె స్పందిస్తున్నా, వక్షం అసహాయతతో బిడ్డకు పాలు ఇవ్వలేని తల్లులు ఉంటారు. ఈ అనావృష్టి కొందరిదైతే అతివృష్టితో బాధపడేవారూ ఉన్నారు. తల్లిపాలు అందినా ఇతర కారణాలతో మరణించిన శిశువులు ఉంటారు. కానీ ఆ పాలకు నోచుకోని శిశువుల మరణాలు వాటి కంటే ఇవి మూడు నాలుగు రెట్లు

స్తన్యమిచ్చే తల్లికి నమశ్శతములు

ఎక్కువేసంటున్నాయి అధ్యయనాలు. వీటన్నిటి మీద ఇప్పుడు వైద్యశాస్త్రం, ప్రపంచం దృష్టి పెడుతున్నాయి. కొన్ని పరిష్కారాలు వచ్చాయి కూడా. హైదరాబాద్ కు చెందిన 'ధాత్రి తల్లిపాల నిధి'తో పాటు దేశంలో పలుచోట్ల ఇలాంటి సేవాసంస్థలు స్తన్యానికి నోచుకోని నవజాత శిశువుల రక్షణ కోసం నడుం బిగించాయి. అమ్మపాలు అమ్మరారు అన్న గొప్ప నైతిక సూత్రం ఇప్పటికీ సజీవంగా ఉండడం అదృష్టమే.

భాగోళం మీద ఈ క్షణంలో కళ్లు తెరిచిన కొందరు శిశువుల పాలిట ఈ తల్లిపాల వారోత్సవాలు పండుగ రోజులే. కానీ ఈ తరం భారతీయులు ఈ వారోత్సవాలను వేరొక కోణం నుంచి కూడా చూడగలిగితే ధన్యులవుతారు. మన జ్ఞానచక్కువులు తెరుచుకుంటాయి. ఇవాళ వైద్యశాస్త్రం ఎన్నో లోతులను

తరచి చూసింది. ఇప్పుడు ఆ ఆధునిక వైద్యశాస్త్రమే తల్లిపాల ప్రాధాన్యం గురించి చెబుతున్న సత్యాలను మన ఆయుర్వేద ఆచార్యులు శతాబ్దాల కిందట ప్రవచించారు. నిజంగా ఇది రోమాంచితం చేసే సంగతి. వీటిని విస్మరించాం. మిగిలిన విషయాలు ఎలా ఉన్నా, వాటిని స్మరించుకుంటే గొప్ప ప్రయోజనమే సిద్ధిస్తుందన్నది వాస్తవం.

మొదటి ఆరుమాసాలు శిశువుకు స్తన్యం ఇవ్వాలని ఆయుర్వేద ఆచార్యులు నిర్దేశించారు. అవుపాలు పవిత్రమే. వాటిలోని శాస్త్రీయత, పోషక విలువల ఘనత మనకు శిరోధార్యమే. అయినా నెలల బిడ్డకు తల్లిపాలే శరణ్యమన్నారు వారు. మాతాశిశువుల మధ్య స్పర్శతోనే, శిశు రోదనంతోనే వక్షం పరివర్తన చెందుతుందంటూ మానసిక విశ్లేషణ చేయగలిగారు. అసలు ఆయుర్వేదమే మానసిక వైకల్య, ఉద్వేగాలకూ, శారీరక మార్పులకూ నడుమ ఉన్న అద్భుత్య లంకెను ఆవిష్కరిస్తుంది. పాలు పంపించే దమని, అక్కడ కండరాల పనితీరునూ నాటి ఆచార్యులు వివరించారు. పాలివ్వడానికి సిద్ధపడుతున్న తల్లి పాటించవలసిన పరిశుభ్రత, పాలలో ఉండే దోషాలు ఏమిటో, ఎలా ఉంటాయో తెలియచెప్పారు. దోషాలను ఎలా పరీక్షించాలో, ఎలా నివారించాలో సూచించారు. కన్నతల్లి పాలు ఇవ్వలేకపోతే మరొక తల్లి చేత ఇప్పించమన్నారు. అలా పాలిచ్చే యువతే ధాత్రి. ధాత్రినే పాశ్చాత్యులు వెట్ నర్స్ అంటున్నారు. బిడ్డ భవిష్యత్తు స్తన్యంతోనే నిర్మితమౌతుందనీ సిద్ధాంతీకరించారు. శిశువు శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యాలు రెండూ తల్లిపాల పుణ్యమేనని తేల్చారు కూడా.

పాలిచ్చే తల్లుల దేశం మనది. దానిని నిరూపించేటట్టు ఉంది మన ఆయుర్వేద ఆచార్యుల పాఠం. కానీ వర్తమాన దృశ్యమే కొంచెం బాధిస్తున్నది. తల్లిపాలు ముద్దు.. డబ్బాపాలు వద్దు అన్న సరళమైన నినాదం అందరికీ వేదవాక్యం కావాలని ఆశిద్దాం. చివరిగా ఒక్కమాట- 'సీసాపాలు బిడ్డ కడుపు నింపుతాయి. స్తన్యం ఆత్మను నింపుతుంది'. స్తన్యమిచ్చే ప్రతి తల్లికి జాగృతి నమశ్శతములు.



02 ఆగస్టు 2021, సోమవారం

అసతో మా సద్గమయ తమసో మా జ్యోతిర్గమయ మృత్యోర్నా అమృతంగమయ - బృహదారణ్యకోపనిషత్



సందేశం
అమృత స్వరూపం

8లో

స్తన్యమివ్వడం బాధ్యత
ఐచ్చికం కాదు!



14లో



ధారావాహిక నవల

ఆమె మారింది-5

- గంటి భానుమతి

26లో

కథ

నా జీవితం.. నా మేకపిల్ల

- ఇంద్రాణి మామిడిపల్లి



32లో

గర్భిణుల బాధ.. బాలింతల వ్యధ	- 10
'ధాత్రి - తల్లిపాల నిధి' ఓ విహంగ వీక్షణం	- 16
అర్బుజనని	- 18
ఆయుర్వేదం.. అమ్మపాలు	- 19
హిర్యణి	- 22
తల్లిపాలు బలం, పోతపాలు విషం	- 24
అస్సామీల జాతీయతా పునాది బలమైనది (వివరణ)	- 35

నేతాజీ-6 (ధారావాహిక)	- 38
భారత కీర్తి పతాక మీరాబాయి చాను (క్రీడ)	- 43
ఓ రెండు రక్తదీపాలు (చరిత్ర)	- 44
వారఫలాలు	- 48
ఇప్పుడు బంతి థియేటర్ల కోర్టులో! (సినిమా)	- 50

గమనిక : తల్లిపాల ప్రత్యేక సంచిక కారణంగా కొన్ని శీర్షికలను ఈవారం అందించలేకపోతున్నాం.



సత్యం సత్యం పునస్సత్యం వేదశాస్త్రార్థ నిర్ణయః ।
పూజనీయా పరాశక్తిః నిర్గుణసగుణాధవా ॥

ఏదీ ఏమైననూ, సగుణమైననూ, నిర్గుణమైననూ పరాశక్తి ఒక్కటియే పూజంపదగినదనియు, వేదశాస్త్రములలో ఈ అంశమే తెలుపబడినదనియు కాళికాపురాణోక్తి. ఆ పరాశక్తియే జగత్తుకు మూలాధారమైన తల్లి శ్రీ లలితాపరాభట్టలికా. ఆ తల్లి చేతనే ఎల్ల లోకములు పరిపాలింపబడుతూ పోషింపబడుతున్నవి. ఆమె స్తనద్వయమున నిండిన సుధాబిందువులే లోకాన జడ్డల జీవికకు ఆశ్రయములౌతున్నవి. అందువల్లనే

లక్ష్మణోమలతాధారతా సమున్నేయ మధ్యమా ।

స్తనభారదలన్తద్య పట్టబంధవలిత్రయా ॥ అని పలు

విధములుగా స్తోత్రకారులు జగజ్జననిని ప్రస్తుతించినారు. ఆ జగజ్జనని ప్రతిరూపమే తల్లి. సృష్టిలో పుట్టబడిన ప్రతి ప్రాణికి ఆదిగురువు తల్లియే. వేదములకు ప్రణవ స్వరూపమైన ఓం కారము ఏ ప్రకారంగా ఆది యందు నిలచి శోభిల్లునో అదే

రీతిన తెలుగు వర్ణక్రమము అమ్మ అను పదముతో మనోహరముగా శోభిల్లుచున్నది.

మాతృస్తన్యము అమృతస్థాన

తల్లికి గౌరవాన్ని, ప్రప్రథమస్థానాన్ని ఇచ్చి మాతృదేవోభవ అని పూజించి మాతృవైశిష్ట్యాన్ని నలుదిశలా చాటినది మన భారతీయ సంస్కృతి. అందువల్లనే మన పూర్వీకులు యత్ర నార్యస్తు పూజ్యంతే రమంతే తత్ర దేవతాః అని మాతృమూర్తి వైభవాన్ని వేనోళ్ల ప్రశంసించారు. సృష్టిలోని ప్రతి జీవిలోనూ మాతృత్వం దాగి ఉన్నదనే విషయము అక్షరసత్యము మరియు నిర్వివాదాంశము. దానికి తార్కాణములే

యా దేవీ సర్వభూతేషు

మాతృరూపేణ సంస్థితాః

సమస్తస్యై సమస్తస్యై

సమస్తస్యై సమో నమః ॥

అని చెప్పినవి మన స్తోత్రాది సమస్త వాఙ్మయములు.

మానవుడు తీసుకొనే ఆహారాన్ని బట్టి అతనికి సాత్విక, రాజన లేదా తామస ప్రవృత్తులు ఏర్పడుతున్నవి. కానీ బాల్యవస్త్రంలో తల్లి వద్ద సేవించిన క్షీరము ఎన్నడూ తామసిక, రాజసిక ప్రవృత్తులను కలిగించదు. కాళిదాసభాసాది మహాకవులు నైతము తాము బాల్యమున త్రాగిన తల్లిపాలు మరియు నరస్వతి న్ననద్వయ సేవనములే తమ పాండిత్యమునకు కారణమని తలంచి మాతృస్తన్య విశిష్టతను తమ రచనలలో కీర్తించి జీవన సార్థకతను, కీర్తిని పొందినారు. అటువంటి తల్లి వద్ద పాలు త్రాగుటవల్ల బిడ్డకు సరైన పోషకాలు అంది శారీరిక మానసిక ఎదుగుదల ఏర్పడుతున్నదని నేడు విదేశీయులు పరిశోధించి చెబితే విని ఆశ్చర్యపోయే స్థాయికి చేరినారు మన భారతీయులు. శరీరంలోని రోగ

నిరోధక శక్తి తగ్గిననాడు బాల్యంలో తల్లి వద్ద తీసుకొన్న క్షీరమే రోగ నిరోధక శక్తిని వృద్ధి చేస్తున్నదని పరిశోధకుల సత్యదూరము కాని అభిప్రాయము.

బాలుడు అంటే ఎవరు ? శిశువు అంటే ఎవరు అనే ప్రశ్నకి మన పూర్వీకులు తల్లిపాలు తీసుకొనే వానిని శిశువుగా, ఆ స్తన్యపానపు స్థాయిని దాటి ఎదిగినవానిని బాలునిగా చెప్పినారు. జన్మనిచ్చినది మొదలు నడక నేర్చేదాకా తన ఒడిలో లాలించి పాలించేది తల్లి మాత్రమే. ఆ కారణం చేతనే జగద్గురు శంకరభగవత్పాదులు వారి రచనలలో ఒకటైన మాతృపంచకంలో

ఆస్తాం తావదియం ప్రసూతినమయే

దుర్వార చూలవృథా ।

నైరుప్యం తనుశోషణం మలమయూ

శయ్యా చ సాంపత్సరీ ||
 ఏకస్వామి న గర్భభారభరణ
 క్షేతస్య యస్య క్షమో
 దాతుం నిష్కృతిమున్నతో ౨ పి
 తనయ తస్యై జనన్యై నమః||

అంటూ సంవత్సర కాలపర్యంతం బిడ్డ మలమూత్రాల మధ్య నిద్రిస్తూ, ఆ బిడ్డకు తాను ఇచ్చే పాలలో ఆనందాన్ని వెతుక్కునే మాతృహృదయాన్ని, తల్లి యొక్క ప్రేమను స్పష్టపరిచారు.

ఆధునికసమాజంలో వింతపోకడలకు లోనై శిశువులను తల్లిపాల నుండి దూరం పెట్టడము సర్వత్ర అధికముగా గమనిస్తున్నాము. డబ్బాపాలనే గొప్పవిగా భావించి, వాటిని శిశువులకు ఇచ్చే ఈ దుశ్చర్య అవశ్యం ఖండనీయము, నిర్దేశితకము మరియు అయుక్తము. ఇతఃపరమైనను మన భారతీయ స్త్రీలు అందునా మాతృమూర్తులు తమకు ఆ పరమేశ్వరి అనుగ్రహంతో లభ్యమైన అమృతతల్మ్యమైన క్షీరమును నంతటికి ఇచ్చి వారికి ఆయురారోగ్యములు కలిగించుదురని, మాతృస్థానమునకు వన్నె తెచ్చుదురని ఆకాంక్షిస్తూ శ్రీ శారదాచంద్రమౌళీ శ్వర స్మరణపూర్వకముగా ఎల్లఱకు అస్మదాశీసులు అందిస్తున్నాము.

శ్రీమభినవోద్బంధ శ్రీశ్రీశ్రీ విద్యాశంకర భారతీస్వామి శ్రీచరణులు జగద్గురు పుష్పగిరి శంకరాచార్య మహాసంస్థానాధీశులు

నము



అమృతపానం



సుశ్రుతుడు, చరకుడు, వాగ్భటుడు, కాశ్యపుడు వంటి భారతీయ పురాతన వైద్యశాస్త్రవేత్తలు చనుబాల గురించి చెప్పిన విషయాలు అద్భుతం. అమ్మపాలను అమృతంతో పోల్చారు వారంతా. స్తన్యాన్ని ప్రాణాయతన అని గౌరవించాడు భేలా అనే ఆచార్యుడు. అంటే ప్రాణ నిలయం.

షక్టోజాల మూలాల గురించి విస్తుపోయే విషయం కూడా చెప్పారు. గుండె వద్ద అనాహత చక్ర స్థానమే వాటికి మూలం. తల్లిబిడ్డల నడుమ ఉద్విగ్నతకు కేంద్రమూ అదే. స్తన్యమిచ్చే తల్లి, స్తన్యం గ్రోలుతున్న బిడ్డ మధ్య అదొక మౌన వాత్సల్య వినిమయం కూడా. ఒక తల్లిలో పాల పరిమాణాన్ని రెండు అంజులులుగా లెక్కిస్తారు. కానీ ఈ పరిమాణం స్త్రీ నుంచి స్త్రీకి మారుతూ ఉంటుంది.

బిడ్డకు ప్రకృతి ప్రసాదించిన వరం తల్లిపాలు. బిడ్డకు పాలివ్వడం తల్లికి మధురానుభూతిగా మలిచిందీ ఆ ప్రకృతే. ఇది పరస్పరం క్షేమదాయకమంటుంది ఆయుర్వేదం. అందుకే ఆ ప్రక్రియకు పవిత్ర భావననూ అద్దారు. భారతీయ జీవనంలోని విశ్వాసాలనూ రంగరించారు. ఆరోగ్యవంతమైన తల్లిపాల లక్షణాలేమిటో నిర్వచించారు.

అమ్మపాలను ఆచార్యులు ఆహారరసంగా వ్యవహరించారు. ప్రసవం అయిన తరువాత సాధ్యమైనంత శీఘ్రంగా బిడ్డకు తల్లి పాలు ఇవ్వాలనీ, ముద్రుపాలు సర్వ శ్రేష్ఠమనీ కూడా నిర్దేశించారు. ముద్రుపాల ఔషధ గుణాల గురించీ చెప్పారు. ధాత్రి- కన్నతల్లికి పాలు ఇచ్చే అవకాశం లేనప్పుడు ఆ లోటు తీర్చే మరొక స్త్రీ- ద్వారా పాలు ఇప్పించవచ్చుననే ఆ పెద్దలు సూచించారు. పాలివ్వడానికి ముందు తల్లులు పాటించవలసిన పరిశుభ్రత గురించి మరింత కచ్చితంగా శాసించారు.

మనం తూర్పు దిక్కుకు విశిష్టమైన స్థానం ఇస్తాం. తల్లి ఆ దిక్కు వైపుకు తిరిగే పాలు ఇవ్వాలని మన ఆయుర్వేద ఆచార్యులు సూచించారు. అదేకాదు, ఒక మంత్రం కూడా చెప్పారు.

ఆ మంత్రం సారాంశం-

'అధ్యష్టవంతురాలివైనా ఓస్త్రీ! నీ బిడ్డ బలం కోసం చతుస్సాగరాలు నీ స్తన్యం ద్వారా నిరంతరం పాలు సృష్టించాలి. సుందరమైన ఓస్త్రీ! అమృతపానంతో దేవతలు అమరులయినట్లే, అమృతోపమానమైన నీ క్షీరం తాగిన బిడ్డ కూడా చిరంజీవి కావాలి.'



అమృత స్వరూపం

బ్రహ్మశ్రీ సామవేదం షణ్ముఖశర్మ

విశ్వమే లలితాదేవి స్వరూపంగా దర్శిస్తూ సూర్యచంద్రులే తన వక్షస్థలంగా, జగతిని పోషిస్తున్నది అని ఆగమాలు చెప్పిన సత్యాన్ని (సూర్యచంద్రాస్తనౌ దేవ్యాః) కూడా తన స్తుతిలో ప్రస్తావించారు.

అన్న - ప్రాణశక్తులను ప్రపంచానికి అందించే సూర్యచంద్రులిద్దరూ విశ్వమాత స్తనములుగా, జీవులందరూ శిశువులుగా ఋషులు సంభావించిన అద్భుత దర్శనం... ఈ 'తల్లిపాల వారోత్సవాల' వేళ ఒక్కసారి స్మరించాలి. ఇంతటి నమున్నత భావాన్ని ప్రతిష్ఠించిన ప్రాచీన భారతీయ ఆర్ష సంస్కృతి ఔసత్వానికి అంజలిించాలి.

ప్రాచీన వాఙ్మయంలో ఒక కథను చెప్తారు:

వసితనంలోనే తల్లిని పోగొట్టుకున్న ఒక ఋషి బాలకుడు, అరణ్యంలో ఋషుల నడుమ పెరిగాక, ఒకప్పుడు ఒక ఇంటిముందు భిక్షార్థమై నిలబడతాడు. ఆ ఇంటి గృహాలక్ష్మి భిక్షున వేయడానికి వచ్చినప్పుడు, ఆమె వక్షస్థలాన్ని చూసి - “అమ్మా! అవి ఏమిటి?” అని అడుగుతాడు.

ఆ ప్రశ్నలో అమాయకత్వం, నిష్కపటుత్వం ఉందని తెలుసుకున్న ఆ తల్లి చిరునవ్వుతో... “పుట్టిన నా పిల్లవాడి కోసం భగవంతుడు ఇందులో ఆహారాన్ని సిద్ధంచేశాడు” అని సమాధానమిస్తుంది. ఆ మాటతో -అందరినీ

“అమ్మా! పర్వతతనయా! నీ హృదయం నుండి సారస్వత
మయమైన క్షీర సాగరం స్తన్యంగా ప్రవహిస్తున్నదని
ఊహిస్తున్నాను. దయతో నీవిచ్చిన స్తన్యాన్ని పానం చేసి
కుమారస్వామి గొప్ప కవిగా విరాజిల్లాడు” అని
ఆదిశంకరులు ‘సాందర్యలహరి’లో జగన్నాథను ప్రస్తుతిస్తూ
పలికారు. జ్ఞానశక్తిని తన స్తన్యంగా ప్రదానం చేసే శ్రీమాత,
జ్ఞాన సంబంధుని కూడా అనుగ్రహించిందని ఐతిహ్యం.



పోషించే ఈశ్వరశక్తి జీవుల కోసం ఎలా పోషణ
శక్తిని సిద్ధం చేస్తుందో గ్రహించిన బాలకునికి,
భగవత్పూరుణ్యం అవగతమవుతుంది.

మానవునికి శైశవంలో పోషణ శక్తినీ, పుష్టినీ
అందించే ఆహారం, మాతృస్తన్యంగా
భగవంతుని కృపారూపమైన ప్రకృతి
ఏర్పరచిందని ఈ గాథలో ఆంతర్యం.

కేవలం ఆకలి తీర్చడమే కాక, శిశువు ప్రతి
అవయవం ఎదుగుదలకీ, ఆయుర్ఘృద్ధికీ
మాతృక్షీరమే అమృతంగా పనిచేస్తుంది.
అలాంటి అమృతాన్ని శిశువుకి అందించకపోతే
సంపూర్ణమైన ఎదుగుదల అసాధ్యం.

ఈశ్వర నిర్దేశితమైన ఈ అమృతాన్ని
అందివ్వకుండా, డబ్బాపాలతో పిల్లల్ని పెంచడం
ఒక విధంగా విషంతో పోషించడమే.
విద్యాధికులు, విద్యా విహీనులు కూడా ఈ
పొరపాటు చేయడం విచారకరం.

ఆరోగ్య కారణాల రీత్యా కన్నతల్లికి పాలు
ఇవ్వలేని, పాలులేని స్థితి ఏర్పడితే, మరోతల్లి
ఆ పిల్లవాడిని తన పాలతో పోషించడం
నాటికాలంలో ఉండేది.

అలాంటిది ఇప్పటికీ కూడా కన్నతల్లులు
తమ స్తన్యాన్ని పిల్లలకు ఇవ్వకపోవడం ప్రకృతి
విరుద్ధమే.

ఆయుర్వేద శాస్త్రాలలో మాతృక్షీరంలో ఉన్న
ఔషధ విలువలు వివరించబడ్డాయి.

ప్రకృతిని దేవతగా భావించి, ఆ పరదేవతా

క్షీరం జ్ఞానాన్ని ప్రసాదిస్తుందని పురాణ
వాఙ్మయం చెప్పడంలో భావం - బుద్ధిశక్తిని
పెంచే ఔషధం మాతృక్షీరమే అని స్పష్టం
చేయడమే. క్షీరదాలైన జంతుజాలంలో కూడా
ఈ ప్రక్రియ స్వాభావికంగా కనబడుతుంది. ఆ
జంతువులను గమనించినా మాతృక్షీర
ప్రాధాన్యం అవగతమవుతుంది. నాగరికత
పెరిగాక కృత్రిమత్వం పెంచుకుంటూ, దానినే
అభ్యుదయంగా భావించే ఆధునికత కారణంగా
బలహీన మానవజాతి భావితరాలుగా
ఏర్పడుతోంది.

ఆయుర్వేదవేత్త, మహాపానకులు శ్రీ
ఈశ్వర సత్యనారాయణ శర్మగారు స్త్రీల ఆరోగ్య
సౌభాగ్యాలకు వైద్యోపదేశాలనందిస్తూ
“పుత్రవతీ హితోపదేశములు” అని పద్యరూప
రచన చేశారు. అందులో కొన్ని ముఖ్య పద్యాలు
నేటి మాతృమూర్తులు జ్ఞప్తిలో ఉంచుకో
వలసినవి:

“అమృతమే జుమ్ము చంటిపాలర్థకులకు;
భాగ్యహీనుని తల్లికే పాలకొఱత-”

తన పిల్లలు భాగ్యహీనులు కాకుండా, తల్లి
మాతృక్షీరాన్ని అందించాలి. తల్లిపాలు
ఇవ్వకపోవడమే “ఎల్ల శిశురోగములకిదే
హేతువరయ- కనుక పాలుండగ జూచికొను
మా తల్లి!” అన్నారు. తల్లి తన స్తన్య సమృద్ధికై
తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు, ఆహార నియమాలు
కూడా ఆయుర్వేదం చెబుతోంది.

తల్లికి ఏదైనా అనారోగ్యం కలిగితే దాది
పాలో, ఆవు పాలో ఇవ్వాలి. ఆ దాది కూడా
ఆరోగ్యవంతురాలై, ‘పద్మభోజిని’గా ఉండాలి.
మళ్లీ తన ఆరోగ్యం బాగు పడ్డాకనే కన్నతల్లి
శిశువుకి పాలివ్వాలి.

శిశువుకి ముఖ్య ఆహారం తన శరీరం
ద్వారానే ఏర్పడుతోంది కనుక, తన ఆరోగ్యాన్ని
జాగ్రత్తగా రక్షించుకోవాలి. అదీ ‘కన్నబిడ్డల
కోసం’ అని మరువరాదు.

“నీ హిత విహార భోజన నియమములను
వెల్లి లేనన్నినాళ్లు నీ బిడ్డ కూడ
బలము గోల్పోక నిక్కచ్చి పడకయుండు
గాన విడబోకు జాగరూకతను, తల్లి!
ఇన్నిసార్లు రాతిరి, ఇన్నిసార్లు
వగలనుచు లెక్కగా తల్లి! పాలు పెట్టు
ఏడ్చినపుడెల్ల గుడిపితివేని, హాని-
కరము; వాయువు చేరును గడువునందు”

....అంటూ ప్రాచీన భారతీయ వైద్య
విషయాలను ఎన్నిటిలో పేర్కొన్నారు.
ఇటువంటి శాశ్వత రోగ నూత్రాలను
అందించిన మన భారతీయ వైద్య విజ్ఞానాన్ని
సంగ్రహించి వ్యాపింపజేయాలి. యుగాల
నుండే సంపూర్ణ విజ్ఞానంతో తల్లి-పిల్లల
సంక్షేమానికి ఎన్నో విషయాలను బోధించే
భారతీయ వైద్యం ‘చంటిపాల’ గురించి చెప్పిన
అద్భుతాంశాలు, నియమాలు-ఈ వారోత్స
వంలో ప్రపంచానికి తెలియపరచాలి. ★



తల్లిపాల
ప్రత్యేకం

భారత్తో పాటు ప్రపంచ ప్రజానీకం ఎదుర్కొన్న ఈ శతాబ్దపు అత్యంత భయానక అనుభవం కరోనా. వైద్యశాస్త్రం గొప్ప మలుపులు చూసిన తరువాత ఈ ఆధునిక కాలంలో కంటికి కనిపించకుండా మానవాళి మీద వైరస్ చేసిన దాడి అది. వయసుతో నిమిత్తం లేకుండా, స్త్రీపురుష భేదం లేకుండా ప్రళయాన్ని అనుభవానికి తెచ్చింది. ఊరూవాడలను మరణభయంతో వణికించింది. మార్చి 11, 2020న ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (డబ్ల్యుహెచ్ఓ) నోవేల్ కరోనా వైరస్ వ్యాధిని (కొవిడ్ 19) ప్రపంచ మహమ్మారిగా ప్రకటించింది. ఈ అంటువ్యాధి దావానలంలా భూగోళాన్ని చుట్టుముట్టింది. కోట్లాదిమందిని ఆసుపత్రుల పాట్టేసింది. అనూహ్య వేగంతో సాగిన కొవిడ్ 19 వ్యాప్తి మానవ జీవితం, కార్యకలాపాలను దిగ్బంధించింది. ఆర్థిక కార్యకలాపాలు నిస్తేజమైనాయి. బాహ్య ప్రపంచం ఆంక్షల మధ్య కునారిల్లిపోయింది. ఆదాయం, జీవనోపాధి కోల్పోయి ప్రజానీకం తల్లడిల్లిపోయింది. వీటన్నిటి మధ్య మరింత మనోవేదనకు గురైనవారు - గర్భిణులు, బాలింతలు. వారి క్షోభను అర్థం చేసుకోవలసిందే. అభం శుభం తెలియకుండా ఈ లోకంలోకి వస్తున్న ఒక కొత్తతరం భవిష్యత్తు సంబంధించిన క్షోభ అది.

రక్షించుకునే క్రమంలో తల్లి గణనీయమైన శారీరక, రోగ నిరోధక పరిణామాలకు లోనవుతుంది. ఈ మార్పులు గర్భిణులలో, గర్భస్థ శిశువులలో శ్వాసకోశ వైరస్ల ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. కొవిడ్ 19 బారిన పడితే గర్భిణులలో వ్యాధి తీవ్రమై ఐసీయూ అడ్మిషన్, వెంటిలేషన్ అవసరం వరకు పరిస్థితి విషమించి, మరణానికి గురయ్యే ప్రమాదం కూడా లేకపోలేదని వివిధ దేశాల నుండి వచ్చిన అధ్యయనాలు హెచ్చరిస్తున్నాయి.

ముందస్తు ప్రసవం, తక్కువ జనన బరువు,

గర్భిణుల బాధ.. బాలింతల వ్యధ

కొవిడ్ నేపథ్యంలో గర్భిణులు,
బాలింతలు ఎదుర్కొన్న/ఎదుర్కొంటున్న
సమస్యలకు కొన్ని పరిష్కారాలు.
వ్యాక్సిన్ విషయంలో సందేహాలు,
అపోహలు.. వాటికి జవాబులు.

కొవిడ్ మరణాల గణాంకాలను గమనిస్తే ఇది మహిళల కంటే పురుషుల మీద ఆరోగ్యపరంగా తీవ్ర దుష్ఫలితాలను కలిగిస్తున్నదన్న రుజువులు, సూచనలు ఉన్నప్పటికీ, మహిళలను కూడా ఆ మహమ్మారి వదిలిపెట్టలేదు. సామాజిక, ఆర్థికకోణంలో, మానసికంగాను మహిళల మీద ఆ మహమ్మారి పెనుభారం మోపుతోందన్న ఆందోళనలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. ఆరోగ్య సంరక్షణ, మౌలిక సదుపాయాలు, మహమ్మారి నియంత్రణ విధానాల ప్రభావం తల్లుల ఆరోగ్యం మీద పడుతున్న వాస్తవం ప్రపంచ వైద్యరంగాన్ని కలవరపెడుతున్నది.

గర్భధారణ తరువాత ఎదుగుతున్న పిండాన్ని



సిజేరియన్ (సి-సెక్షన్) డెలివరీ కూడా ఆ అధ్యయనం ఎక్కువగా నివేదించిన ప్రతికూల ఫలితాలని గమనించాలి. ప్రసూతి సమస్యలు, గర్భస్రావం, రక్తపోటు, పిండం పెరుగుదలలో పరిమితి, కోగ్యులోపతి, పొరల అకాల చీలికతో సహా ఇతర ప్రసూతి సమస్యలు కొవిడ్ వల్ల తలెత్తే ప్రమాదం ఉంది.

ప్రసూతి సంరక్షణ

కొవిడ్ 19 మహమ్మారి వల్ల ఆసుపత్రులలో ఇతర ఓపీ (ఔట్ పేషెంట్) సేవలు నిలిపివేశారు. దీనితో ప్రసూతి, ప్రసవానంతర సంరక్షణ సేవలు గర్భిణులకు అందుబాటులో లేకుండా పోయాయి. పిండం శ్రేయస్సును ప్రభావితం చేసే యాంటెనాటల్ స్పాన్డకు లాక్డౌన్ కాలంలో చాలామంది తల్లులు దూరంగా ఉండిపోయారు.

కొవిడ్ మహమ్మారి ఫలితంగా 'టెలి కన్సల్టేషన్' వంటి వినాత్మ వైద్య విధానం వెలుగులోకి వచ్చింది. చాలా మంది గర్భిణులు బయటకు వెళ్లేలేని కారణంగా ఈ రకమైన సదుపాయాన్ని ఎంచుకోవలసి వచ్చింది. టెలిమెడిసిన్ ను ఒక వరంగా భావించినప్పటికీ దానితో కొన్ని సమస్యలు లేకపోలేదు. శారీరక పరీక్షలు లేకపోవడం వంటి పరిమితుల కారణంగా వైద్యులు, రోగులు ఈ కొత్త విధానానికి అలవాటుపడడం కష్టం అయింది. కాబట్టి టెలిమెడిసిన్ పట్ల అవగాహన పెంచాల్సిన అవసరం ఉంది. ఈ పద్ధతి మరణాలను తగ్గించడానికి దోహదపడుతుంది.

నవజాత శిశువుకి వైరస్ వ్యాప్తి

రక్తం, మావి ప్రసరణ ద్వారా, ప్రసవ ప్రక్రియలో తల్లి నుంచి జరిగే స్రావాలు, మలంతో బిడ్డ కలుషితం కావడం వల్ల తల్లి నుండి బిడ్డకు కొవిడ్ వైరస్ వ్యాప్తి జరగవచ్చు. కోలుకున్న 3 నెలల వరకు ఈ వైరస్ మలం ద్వారా బయటకు వెళుతుంది. అయినప్పటికీ, ఈ కారణాలు సిజేరియన్ కు సూచనగా భావించకూడదు. కానీ భయం, ఊహాగానాల ఫలితంగా మహమ్మారి ప్రారంభమైనప్పటి నుండి సిజేరియన్ రేట్లు బాగా పెరిగాయి.

ప్రసవం అనంతరం కొవిడ్ పాజిటివ్ అనేది తల్లులు ఎదుర్కొంటున్న ఒక ముఖ్యమైన సమస్య- సహాయకులను అనుమతించక పోవడం, ఆసుపత్రి నుంచి ముందే డిస్చార్జ్ చేయడం. దీనివల్ల తల్లికి సంతృప్తి తగ్గడం, ప్రతికూల ప్రసవ అనుభవం, పాలివ్వడం, బంధం నరికా లేకపోవడం, ప్రసవానంతర సమస్యలను గుర్తించడం తగ్గింది. కొత్తగా ప్రసవించిన తల్లి శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యాన్ని జాగ్రత్తగా చూసుకోవడం; కొవిడ్ ప్రోటోకాల్ ను అమలు చేయడం మధ్య సరైన సమతౌల్యం ఉండాలి.

తల్లి పాలివ్వడం

తల్లి పాల ద్వారా కొవిడ్ 19 వ్యాప్తి చెందుతుందని చెప్పడానికి ఈరోజు వరకు ఎటువంటి ఆధారాలు నమోదు కాలేదు. వాస్తవానికి తల్లిపాలు కొవిడ్ 19 వైరస్ కు వ్యతిరేకంగా రక్షిత యాంటీబాడీస్ ను అందిస్తుంది, ఇది శిశువు వ్యాధితో బాగా పోరాడటానికి సహాయ పడుతుంది. WHO, UNICEF నిరంతరాయంగా తల్లి పాలివ్వడం, ఒకే గదిలో శిశు



వుని ఉంచడం, స్కిన్ టు స్కిన్ కాంటాక్ట్ ఇవ్వడం, సంక్రమణ నియంత్రణను ఉపయోగించి కంగారూ సంరక్షణ వంటి పద్ధతులను సిఫార్సు చేశాయి. 6 అడుగుల దూరం నిబంధన పాటించి ఐసోలేషన్ వార్డులో తల్లిబిడ్డలను ఉంచవచ్చు. ఒక ఆరోగ్యకరమైన సహాయకులను తప్ప ఇతర సందర్భకులను లేదా స్నేహితులను అనుమతించ కూడదు.

పరిశుభ్రతకు సంబంధించి ఇచ్చిన కొన్ని సిఫార్సులను తల్లి పాటించాలి:

1. శిశువును తాకడానికి లేదంటే తల్లి పాలను తీయడానికి ముందు చేతులు కడుక్కోవాలి. లేదా శానిటైజర్ రుద్దుకోవాలి.
2. పాలు ఇచ్చే సమయంలో లేదా శిశువుతో సన్నిహితంగా ఉండే సమయంలో తల్లి సరిగ్గా సరిపోయే మెడికల్ మాస్క్ ధరించాలి.
3. పాలిచ్చే సమయంలో తల్లి మాట్లాడటం లేదా దగ్గడం చేయకూడదు.
4. మాస్కులు తడిగా మారినప్పుడు, ప్రతి ఫీడ్ ముందు మార్చాలి.
5. బహిర్గతమైన రొమ్ము లేదా ఛాతీపై తల్లి దగ్గుతుంటే, ఆమె రొమ్మును సబ్బు పెట్టి నీటితో కడగాలి.
6. మాస్క్ ముందు భాగంలో తాకకూడదు. వెనుక నుండి విప్పాలి.

కన్నతల్లి ప్రత్యక్షంగా పాలను ఇవ్వలేకపోతే, పిండిన మరొక తల్లి పాలను ఆరోగ్యకరమైన సహాయకుల ద్వారా శిశువుకు అందించవచ్చు. ఒకవేళ తల్లి ఆక్సిజన్, బైపాప్ లేదా వెంటిలేటర్ పై

ఉంటే, దాత తల్లి పాలు అందించడం, ఫార్ములా మొదలైన ఎంపికల గురించి కుటుంబ సభ్యులతో చర్చించాలి. తల్లులకు ఐసోలేషన్ వ్యవధి 14 రోజులు ఉంటుంది. లక్షణాలు లేకుండా ఆదనంగా 3 రోజులు, సాధారణంగా 20 రోజులకు మించదు. చాలా ఆరోగ్య సంస్థలు తల్లి, నవజాత శిశువుల విభజనను ఆమోదించరు. వేరు చేయడం తల్లిదండ్రుల బోధనకు అవకాశాలను పరిమితం చేస్తుంది. తల్లి పాలిచ్చే అవకాశాన్ని దెబ్బతీస్తుంది. తల్లి, నవజాత శిశుబంధంపై ప్రతికూల ప్రభావాలను చూపిస్తుంది.

మానసిక ఆరోగ్యం

గర్భిణుల కంటే, కొత్తగా ప్రసవించిన తల్లులు మానసిక అనారోగ్యానికి గురవుతారు. తల్లి మానసిక ఆరోగ్యాన్ని మహమ్మారి గణనీయంగా ప్రభావితం చేసింది. ఆందోళన, నిరాశ, వారి శిశువులకు వైరస్ సోకుతుందన్న భయం, ప్రసూతి సంరక్షణ వనరుల పరిమిత లభ్యత, సామాజిక మద్దతు లేకపోవడం- ఈ అనుభవాలు కొవిడ్ లేని గర్భిణి, పచ్చి బాలింతల మీద ఒత్తిడిని సృష్టించాయి.

గర్భిణులు, పాలిచ్చే మహిళలపై ఈ మహమ్మారి ప్రతికూలతలు, వీటి ప్రభావం గురించి మాట్లాడిన తరువాత, సానుకూల ఫలితాలను మెరుగు పరచడానికి, తల్లులపై శారీరక, మానసిక ఒత్తిడిని తగ్గించే వ్యూహాలపై మనం దృష్టి పెట్టాలి.

కొవిడ్ నిర్ధారణ భయం, ఆందోళనలకు కారణమవుతుంది. అప్పుడు మానసిక సామాజిక మద్దతు వారికి అవసరం. వారికి అవసరమైన



తల్లిపాల ప్రత్యేకం

సమాచారం అందించడమనేది ప్రత్యక్షంగా, పారదర్శకంగా, స్థిరంగా ఉండాలి. భరోసా కలిగించే సానుకూల స్వరం తప్పనిసరి.

గర్భిణులు, వారి నవజాత శిశువులు, ప్రసవానికి ముందు తరువాత, అధిక ఆరోగ్య సంరక్షణకు హక్కుదారులు. మానసిక ఆరోగ్య సంరక్షణ సహా, మనం సురక్షితమైన, సానుకూల ప్రసవ అనుభవం కలిగించాలి.

వీటిలో భాగంగా

1. గౌరవంగా వ్యవహరించడం
2. ప్రసవ సమయంలో సహచరుడిని అనుమతించడం
3. ప్రసూతి సిబ్బంది ద్వారా స్పష్టమైన సమాచారం
4. తగిన నొప్పి నివారణ వ్యూహాలు
5. ప్రసవ సమయంలో తగినంత కదలికలను అనుమతించటం

కొవిడ్ టీకా

గర్భిణులకూ, బాలింతలకూ టీకాలు వేయడం సర్వ సాధారణం. ఉదా, టీడాప్, ఇన్ఫ్లయెంజా. గర్భధారణ సమయంలో లైవ్ టీకాలు మాత్రమే వ్యాధికి కారణమవుతాయి. అందుబాటులో ఉన్న కొవిడ్ టీకాలు ఏవీ ఈ వర్గానికి చెందినవి కావు. గర్భధారణ ప్రారంభంలో కొవిడ్ టీకాలు వేయడం వల్ల పిండంలో వైకల్యాలు లేదా అసాధారణతలు వచ్చే ప్రమాదం ఉండో లేదో ఇంకా స్పష్టంగా నిర్ధారణ కాలేదు. అయినప్పటికీ, గర్భధారణ సమయంలో కొవిడ్ టీకా తీసుకోవడం వల్ల వచ్చే ప్రమాదం, ప్రయోజనం గురించి మనం చూసినప్పుడు, ప్రయోజనాలే అధికమన్నది సుస్పష్టం. గర్భధారణకు ప్రణాళికలు వేస్తున్న లేదా గర్భధారణ చికిత్సలు (AI, IVF మొదలైనవి) తీసుకునే మహిళలు టీకాను సురక్షితంగా పొందవచ్చు. చికిత్సలను ఆపవలసిన అవసరం లేదు. టీకాలు తీసుకునే ముందు కొవిడ్ ఇన్ఫెక్షన్ లేదా గర్భం కోసం పరీక్షించాల్సిన అవసరం లేదు. ఆరోగ్య సంరక్షణ కార్మికులు లేదా ఫ్రంట్ లైన్ యోధులు, ఊబకాయం ఉన్నవారు లేదా డయాబెటిస్ వంటి ప్రమాద కారకాలు ఉన్న గర్భిణులు కొవిడ్ టీకాను ప్రాధాన్యం ప్రాతిపదికన పొందాలి. మన దేశంలో ప్రస్తుతం 3 టీకాలు అందుబాటులో



ఉన్నాయి- కోవిషీల్డ్, కోవాక్సిన్, స్పూత్నిక్ V. వీటిలో ఏదైనా టీకాను లభ్యతను బట్టి తీసుకోవచ్చు. రెండవ మోతాదుకు సిఫార్సు చేసిన అంతరం కోవిషీల్డ్ కు 12-16 వారాలు, కోవాక్సిన్ కు 4-6 వారాలు, స్పూత్నిక్ V కి వరుసగా 21 రోజులు వ్యవధి ఉండాలి.

గతంలో కొవిడ్ ఇన్ఫెక్షన్ వచ్చిన వారు టీకాను 12 వారాల పాటు వాయిదా వేయాలి. రుతుస్రావం ఉన్న మహిళలు టీకా తీసుకోవచ్చు. తల్లి పాలిచ్చే మహిళలు సురక్షితంగా వ్యాక్సిన్ తీసుకోవచ్చు. పాలివ్వడం ఆపడం లేదా నిలిపివేయవలసిన అవసరం లేదు.

వ్యాసకర్త : Neo, Consultant
Neonatologist
Fernandez Hospital Foundation



వాకాటి పాండురంగారావు స్మారక కథల పోటీ

జాగృతి వారపత్రిక దీపావళి ప్రత్యేక సంచిక కోసం

సుప్రసిద్ధ కథా రచయిత స్వల్పీయ వాకాటి పాండురంగారావు స్మారకార్థం

'కథల పోటీ - 2021' ని ప్రకటిస్తూ రచయితలకు ఆహ్వానం పలుకుతున్నది.

1. సమకాలీనం, చారిత్రికం, సైన్స్ ఫిక్షన్ అతివృత్తంతో కూడిన కథలను పంపవచ్చు. ఇందులో భారతీయ సామాజిక జీవనమే నేపథ్యంగా ఉండాలి. సార్వమైసంత వరకు ఇంగ్లీషు వదలను వరిహరించండి.
2. ప్రథమ, ద్వితీయ, తృతీయ బహుమతులలో పాటు ఎనిమిది కథలకు రూ. 1,000 చొప్పున ప్రోత్సాహక బహుమతి, సాధారణ కథకు స్వీకరించిన ప్రతి కథకు జాగృతి పారికోషికం ఉంటాయి.
3. కథ నిడివి 1500 పదాలకు మించరాదు. ఒక రచయిత 3 కథలకు మించి పంపరాదు.
4. కథ తన స్వంతమేనని, అనువాదం, అనుసరణ కాదని, ఇతరులైనా, వెబ్ పత్రికల్లోనూ మరెక్కడా ప్రచురితం, ప్రసారం కాలేదని; పరిశీలనలో లేదని విడిగా హామీపత్రం జతచేయాలి. హామీపత్రంలో రచయిత పేరు, చిరునామా, ఇ-మెయిల్ ఐడీ, ఫోన్ నంబర్ తప్పక రాయింది. కథ రాసిన వ్యక్తులలో ఎక్కడా రచయిత పేరు గానీ, ఇతర వివరాలేవి ఉండరాదు.
5. బహుమతి పొందిన కథలను జాగృతి దీపావళి సంచికలో ప్రచురిస్తాం. కొన్నిటిని సాధారణ ప్రచురణకు స్వీకరించి, వీలునుబట్టి ఆ తరువాత రాజ్ కోయి సంచికలో ప్రచురిస్తాం.
6. కథలను తెలుగులో అను ఫాంట్ లేదా యునికోడ్ ఫాంట్ లో టైప్ చేసి jagriticompetition@gmail.com కు మెయిల్ చేయాలి. చేతి రాత అందంగా, స్వాయునిర్వేతలకు అర్థమయ్యేలా ఉంటే స్పాన్ చేసే పంపిణీ పరిచాలేదు. భాష ఇర్లంజాని, నరిగి స్పాన్ చేయని కథలు పోటీకి తీసుకోరేం.
7. కథను పోస్ట్ లేదా కొరియర్ ద్వారా పంపాలనుకుంటే జాగృతి వారపత్రిక, 3-4-228/4/1, జాగృతి భవన్, కాదిగూడ, హైదరాబాద్-500027 కు పంపొచ్చు. అయితే జాగృతికి కథల్ని చేర్చే బాధ్యత రచయితలదే. (జరోసా ధృష్టి శిష్యునినరి అయితేనే ఈ విధానం వాడుకోగలరు.)
8. కథల ఎంపికలో ఉత్తర, ప్రత్యుత్తరాలకు కావులేదు. సంపాదకునిదే అంతిమ నిర్ణయం.

ప్రథమ
ద్వితీయ
తృతీయ
బహుమతులు
వరుసగా
రూ.12,000
రూ.7,000
రూ. 5,000

కథలు జాగృతికి చేరడానికి చివరి తేదీ: 05 సెప్టెంబర్, 2021

‘ధాత్రి’



తల్లిపాలు అంటే ప్రకృతి రచించిన ఆరోగ్య ప్రణాళిక. ఇది ఒక దేశానికో, ఒక ఖండానికో పరిమితం కాదు.

కరోనా వంటి మహమ్మారిని చూసిన తరువాత ఆరోగ్యం గురించి కొత్త ప్రశ్నలు తలెత్తాయి. కొత్త భయాలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. రేపటి ప్రపంచం ఆరోగ్యం గురించిన గుబులు మొదలయిందంటే అతిశయోక్తి కాదు. మహమ్మారుల నివారణకు కనుగొనే వ్యాక్సీన్ల జీవితకాలం చాలా పరిమితం. మరి పరిష్కారం ఏమిటి? ఆరోగ్యం గగన కుసుమమేనా? కానీ, శిశువు పుట్టినప్పటి నుంచి తీసుకునే జాగ్రత్తల మీద విశ్వ మానవాళి ఆరోగ్యం ఆధారపడి ఉంది. పుట్టిన శిశువుకు తొలి వ్యాక్సీన్ తల్లిపాలే. ఈ శాశ్వత సత్యం ప్రస్తుత నేపథ్యంలో మరింత విలువైనదిగా చూడాలి. ఒక మనిషి జీవితకాల ఆరోగ్యం పసికందుగా తీసుకున్న తల్లిపాల మీద ఆధారపడి ఉందన్న సంగతి విస్మరించలేనిది. కానీ పూర్వకాలం నుంచి వస్తున్న పుట్టిన ప్రతి శిశువుకు తల్లిపాలు అనే సహజ ప్రకియ బలహీన పడుతోంది.

అలాంటి సంస్కృతి మసకబారుతోంది. ఈ పరిణామం ఫలితం ఏమిటి? ఒక బలహీన తరంతో రేపటి ప్రపంచం నిర్మితం కావడమే. ఈ ప్రమాదాన్ని గుర్తించిన ఐక్యరాజ్య సమితి, యునిస్కోప్ ప్రతి ఏటా తల్లిపాల వారోత్సవాలను (ఆగస్ట్ 1-7) నిర్వహిస్తున్నాయి. ఏటా ఒక ప్రత్యేక అంశం తీసుకుంటున్నది. ఈ ఏడాది అంశం ‘తల్లిపాల పద్ధతిని కాపాడడం సమష్టి బాధ్యత’. ఆ వారం రోజులు ప్రపంచమంతా ఆ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తున్నారు. కరోనా నేపథ్యంలో ఈ సంవత్సరం ఎక్కువగా వర్చువల్ సమావేశాల ద్వారా ప్రచారం సాగిస్తారు. రకరకాల పోటీలు కూడా నిర్వహిస్తున్నారు.

భారతదేశానికి పాలిచ్చే తల్లుల దేశంగా పేరుంది. ఇక్కడ కూడా అనేక కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నారు. ఈ సందర్భంగా హైదరాబాద్ లో పనిచేస్తున్న ధాత్రి తల్లిపాల నిధి గురించి నాలుగు మాటలు.

ప్రతి సవజాత శిశువుకు తల్లిపాలు అందాలన్న ఉద్దేశంతో హైదరాబాద్ లోని నిలోఫర్ ఆసుపత్రి కేంద్రంగా ‘ధాత్రి తల్లిపాల నిధి’ పని చేస్తున్నది. రూ. 80 లక్షల వ్యయంతో ధాత్రి తల్లిపాల నిధి దేశంలోనే అతిపెద్ద తల్లిపాల నిధిగా అవిర్భవించింది. 2016 సంవత్సరంలో డాక్టర్ సంతోష్ కుమార్ క్రాలేటి గారు, డాక్టర్ శ్రీనివాస్ గౌడ్ బుల్కాపురం గారు సామాజిక దృక్పథంతో.. ఇదే దృక్పథం కలిగిన మరికొందరి సహకారంతో ప్రారంభించారు. సుశేనా హెల్త్ ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఇది పనిచేస్తున్నది. ఏటా రూ.30 నుంచి 35 లక్షల వరకు నిర్వహణ కోసం వ్యయం చేస్తున్నారు. ఇంగ్లండ్ సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో ఈ వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేశారు.

నిలోఫర్ పిల్లల ఆసుపత్రిలో ఏటా 18,000 మంది శిశువులు జన్మిస్తారు. ఇందులో దురదృష్టవశాత్తు పది శాతం కన్ను మూస్తారు. వీరికి సకాలంలో తల్లిపాలు అందిస్తే జీవించే అవకాశం ఉంది. అలాంటి చిన్నారులకు ఊపిరి పోస్తే ఉద్దేశంతోనే ఈ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. ఇలాంటి నిధి అవసరం ఏమిటి? కొందరు కన్నతల్లులకు పాలు ఉండకపోవచ్చు. ఆ శిశువులకు పోతపాలు పట్టవచ్చు కదా! అన్న ప్రశ్న రావచ్చు. ఇప్పుడు తల్లిపాలకు ప్రత్యామ్నాయం పేరుతో వస్తున్న డబ్బా పాలు చిన్నారులకు అత్యంత ప్రమాదకరమైనవి. అరు నెలల వరకు పిల్లలకు తల్లిపాలే శరణ్యం. డబ్బా, ప్యాకెట్, పౌడర్ పాల వల్ల నెక్రోటైజింగ్ ఎంటరీ కొలైటిస్ (NEC) వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. అంటే పేగులు అతుక్కొని క్షీణించి పోతాయి. అలాంటి దుస్థితికి చేరిన చిన్నారులకు శస్త్రచికిత్స తప్ప మార్గం లేదు. అందుకే చాలామంది ధాత్రి వైపు చూస్తారు. ఇప్పటి వరకు 9,000 మందికి పైగా సవజాత శిశువులకు సంస్థ ఇలాంటి మహత్తరమైన సేవ అందించగలిగింది.

దేశంలోనే తల్లిపాల బ్యాంక్ లలో అతి పెద్దది ఇది. పాలు ఇవ్వడానికి దాతల నుంచి విశేష స్పందన ఉంది. అయితే ఎవరు క్షీరదానానికి వచ్చినా వారికి రక్తపరీక్ష సహా మూడు పరీక్షల తరువాతే స్వీకరిస్తారు. ఇక్కడి తల్లిపాలు నిలోఫర్ కే పరిమితం. ఇది పూర్తిగా సేవా దృక్పథంతో నడుస్తుంది. వాస్తవానికి ఎక్కడా

అమ్మపాలు అమ్మకానికి పెట్టరాదు. హైదరాబాద్ నగరంలో మరొక రెండు నిధులు ఉన్నాయి. త్వరలోనే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఖమ్మంలో ఒక నిధిని ప్రారంభించే యోచనలో ఉంది.

రాష్ట్ర గవర్నర్ డాక్టర్ తమిళిసై సలహాతో మా పథకాన్ని విస్తరిస్తున్నాం. త్వరలో మొబైల్ బ్రెస్ట్ మిల్క్ బ్యాంక్ ను కూడా ప్రారంభించబోతున్నాం. ప్రస్తుతం ఇలాంటి పథకం పుణేలో మాత్రమే ఉంది. అలాగే ఆంధ్రప్రదేశ్ లోని కాకినాడలో త్వరలో ఒక తల్లిపాల నిధిని ప్రారంభించ బోతున్నాం.

ఈ వారోత్సవాలను ఏటా 120 దేశాలు నిర్వహిస్తాయి. ఇందులో ఐక్యరాజ్య సమితితో పాటు వివిధ దేశాల ప్రభుత్వాలు, ఎన్నో స్వచ్ఛంద సంస్థలు కూడా తమ వంతు పాత్రను నిర్వహిస్తున్నాయి. దీనికే వరల్డ్ అలయెన్స్ ఫర్ బ్రెస్ట్ ఫీడింగ్ యాక్షన్ (డబ్ల్యుఎఫీఏ) అని పేరు. ఫిబ్రవరి 14, 1991న తల్లులు సవజాత శిశువులకు పాలిచ్చే సంప్రదాయాన్ని మళ్లీ విస్తృతం చేయాలని సంకల్పించారు. 1992 నుంచి నిర్వహించడం మొదలుపెట్టారు. 2020లో ‘ఆరోగ్యవంతమైన భూగోళం కోసం తల్లిపాలకు ప్రోత్సాహం’ అంటూ ఇచ్చిన నినాదాన్ని పరికిస్తే దీని ఉద్దేశం అవతగమవుతుంది.



ధాత్రి తల్లిపాల నిధి బృందం

డా॥ సంతోష్ కుమార్ క్రాలేటి, ఫౌండర్ డైరెక్టర్

స్తన్యమివ్వడం బాధ్యత ఐచ్ఛికం కాదు!



తల్లిపాల
ప్రత్యేకం

తల్లి తన బిడ్డకు స్తన్యాన్ని అందించడం అన్ని క్షీరదాలకు ప్రకృతి సిద్ధమైన వరం. ఇది తల్లికి, బిడ్డకు ఎంతో శ్రేయోదాయకం. మన చుట్టూ ఉన్న క్షీరదాలు తమ పిల్లలకు ఎటువంటి ఇబ్బంది లేకుండా పాలు అందిస్తాయి. మానవులు ఎంతో పరిణతి చెందినా కూడా ఇతర క్షీరదాలతో పోలిస్తే మౌలిక లక్షణాలలో వ్యత్యాసంలేదు. అతి తక్కువగా పరిణతి చెందిన క్షీరదాలు తమ సంతానం ఎదిగి తమ ఆహారాన్ని తామే సంపాదించుకునే వరకు పాలను అందిస్తాయి. మనం కూడా ఈ విషయం మీద దృష్టిసారించి చనుబాలు ఇవ్వడం చాలా ప్రకృతి సిద్ధమైనదని, ఎంతో ఉత్తమమైనదని ఎల్లప్పుడూ గుర్తుచేస్తూ, ప్రోత్సహిస్తూ ఉండాలి. ఆవశ్యకత ఉంది. మన చుట్టూ ఉన్న పిల్లి, కుక్క, ఆవు, గేదె వంటి జంతువులు తమ సంతానానికి పాలు ఇవ్వకుండా ఉండటం మీరు ఎప్పుడైనా చూశారా? కానీ కొంతమంది మనుషులు ఆ విధంగా చేస్తున్నారు.

ప్రపంచవ్యాప్తంగా 44 శాతం మంది మాత్రమే బిడ్డకు జన్మనిచ్చిన మొదటి గంటలో మురుపాలు పడుతున్నారు. డబ్ల్యుహెచ్ఓ ప్రకారం 40 శాతం మంది మాత్రమే ఆరునెలల వరకు బిడ్డకు రొమ్ము పాలు అందిస్తున్నారు. ఆఫ్రికా దేశాలలో 80 శాతం కంటే ఎక్కువ మంది బిడ్డకు స్తన్యాన్ని అందిస్తున్నారు. మనదేశంలో 41 శాతం మాత్రమే బిడ్డ పుట్టిన గంటలోపల పాలు పడుతున్నారు. ఆరు నెలల వరకు స్తన్యమిచ్చేవారు 55 శాతం మాత్రమే.

బిడ్డకు స్తన్యాన్ని అందించడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనం ఆధునిక వైద్య విధానంలోనే కాదు, అతి ప్రాచీన కాలం నుంచే ఉన్నది. కనీసం ఆరు నెలల వరకు బిడ్డకు తల్లిపాలు మాత్రమే పట్టాలని ఎన్నో పురాతన గ్రంథాలు చెప్పాయి.

ఉపనిషత్తులలోను, సుశ్రుత సంహిత, చరకసంహిత వంటి ప్రాచీన గ్రంథాలలోనూ ఈ విషయం స్పష్టంచేశారు. అంతేకాకుండా మత గ్రంథాలైన ఖురాన్, బైబిల్, బుద్ధుల బోధనలలో కూడా తల్లిపాల ఆవశ్యకతను ప్రస్తావించారు. మన వేదాలలో (అధర్వణ వేదం) కూడా తల్లిపాలు, స్తన్యం అమృతప్రాయంగాను, దీర్ఘ ఆయుష్షులకు సంకేతంగాను వర్ణించారు.



డాక్టర్ దుర్గాభవాని కలవలపల్లి

చరకసంహిత (8/52:957,8/46:950 శ్లోకాలు)లో రొమ్ము పాల ప్రాధాన్యం సుస్పష్టంగా ఉంది. కాశ్యప సంహితలో తల్లిపాల గుణాలను వర్ణించారు.

యజుర్వేద (17/87వ ఋక్కు) ప్రస్తావనలో: 'ఓ అగ్నిదేవుడా ప్రవాహ మధ్యలో, స్తనంలో భద్రపరిచి శక్తిమంతమైన కణాలతో కూడి సమృద్ధంగా ఉన్న నీటిధారను ఆస్వాదించు. సువాసనలను పైకి విరజిమ్ముతున్న ప్రవాహాన్ని ఆహ్వానించు. ఓ వేగంగల అశ్వమా నీ జలమయ నివాసానికి అరుగుదెంచు.'

సుశ్రుత సంహితలో తల్లిపాల శక్తి గురించి ఈ విధంగా ఉన్నది - 'సత్సంతానంతో దీవింపబడిన ఓ మాతృమూర్తి.. నీ స్తన్యం చతుసముద్రాలలో గల శక్తివంతమైన పాలశక్తిని పొందుగాక, నీ సంతానం ఆరోగ్యవృద్ధి పొందుగాక. జీవకణరాశితో సమ్మిళితమై, దివ్యశక్తి సంపన్నమైన నీ పాలను త్రాగి, నీ బిడ్డలు దీర్ఘాయుష్షును పొందుదురు గాక.. దేవతలు అమృతం సేవించి అమరత్వాన్ని పొందినట్లు.' (susruta iii, 10)

శిశువుకు కలిగే ప్రయోజనాలు!

బిడ్డ తల్లిపాలు తాగే ప్రక్రియలో పాలను నోటితో

పీల్చేటప్పుడు బిడ్డకు వ్యాయామం కూడా అవుతుంది. ఇది ముఖకండాలకు బలాన్నిస్తుంది. తల్లిపాలతో శిశువు పొందే ఆనందం, సంతృప్తి అనిర్వచనీయం. తల్లిపాలలో ప్రకృతిసిద్ధంగా ఉన్న dha & ARACHINODIC అమ్లం మెదడు అభివృద్ధికి సహాయపడుతుంది. ఈ అమ్లాలు శిశువులో తేలికగా జీర్ణమవుతాయి. కృత్రిమంగా లేదా సూత్రప్రకారం తయారుచేసిన పాలు అంతతేలికగా అరగవు. తల్లిపాలల్లో కొన్నిరకాల సూక్ష్మజీవులుంటాయి. ఇవి పిల్లల్లో శారీరక అభివృద్ధికి తోడ్పడుతాయి. పేగుల పనితీరును మెరుగుపరుస్తాయి.

తల్లికి..

రొమ్ముపాలు ఇవ్వడం వలన తల్లికి కూడా అనేక ప్రయోజనాలున్నాయి. ఇది ప్రకృతి సిద్ధమైనది. ప్రత్యేకంగా తయారుచేయాల్సిన పని కూడా లేదు కాబట్టి సమయం ఆదా అవుతుంది. ఎవరి సహాయం అవసరం లేదు. బిడ్డ ఆకలిని గ్రహించిన వెంటనే పాలు పట్టి బిడ్డ ఆకలి తీర్చువచ్చు. ప్రసవమైన ఒక గంటలోపల బిడ్డకు పాలు అందిస్తే గజిబిజిగా ఉన్న గర్భంనచ్చి సాధారణ స్థితికి వస్తుంది. బిడ్డకు పాలివ్వడం వల్ల తల్లి బరువు తగ్గుతుంది. తిరిగి

తన రూపాన్ని పొందుతుంది. రొమ్ము క్యాన్సర్, అండాశయ క్యాన్సర్, గర్భకోశంలోని పొరక్యాన్సర్ బారిన పడకుండా కాపాడుకోవచ్చు. ఇవి ఎముకల బలహీనతనూ నివారిస్తాయి. దీంతో వృద్ధాప్యంలో ఎముకలకు సంబంధించిన వ్యాధులు రావు.

స్తన్యం ఇవ్వడం వల్ల మానసికంగా ఉపశమనం కలిగించే హోర్మోన్లు (ఆక్సిటోసిన్, ప్రోలక్టిన్) సహజ సిద్ధంగా ఉత్పత్తి అవుతాయి. ఇవి ప్రసవానంతరం తల్లిలో కలిగే వ్యాకులతను తగ్గిస్తాయి. ఆత్మ విశ్వాసాన్ని, ఆత్మస్థైర్యాన్ని పెంచుతాయి. మానసికంగా స్వస్థత చేకూరుతుంది. తల్లి ఆత్మసంతృప్తికి కొడువ ఉండదు.

సమాజానికి..

స్తన్యమివ్వడం పర్యావరణానికి అనుకూలమైన విధానం. ప్లాస్టిక్ వలన కలిగే వాతావరణ కలుషితం స్తన్యం వలన కలుగదు. రొమ్ముపాలకు ప్యాకింగ్ అవసరంలేదు. కాబట్టి ప్రకృతిలోని వనరులను వృధా చేయనవసరం లేదు. ఖరీదైన ఆహారాలను కొనవలసిన అవసరం ఉండదు. కుటుంబం మీద ఆర్థికంగా భారంపడదు. స్తన్యం ఇవ్వడం వలన తరచూ ఆసుపత్రులకు వెళ్లాల్సిన అవసరం రాదు. ప్రభుత్వ ఆదాయం వృధా కాదు. ఆరోగ్య సంరక్షణ కేంద్రాల మీద పెట్టే ఖర్చు మిగులుతుంది.

స్తన్యం ఇవ్వడం వల్ల ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనాలు కూడా ఉన్నాయనటంలో నందేహం లేదు. ఆధ్యాత్మికమైన పరమానంద స్థితిలో విడుదల అయ్యే ఎండోర్ఫిన్స్ (endorphins peptides) వంటి రసాయనాలు స్తన్యమందించే తల్లిల్లో విడుదలవుతాయి. ఇది శాస్త్రీయంగా కూడా నిరూపితమైంది. అసలు ఎటువంటి లాభాన్ని ఆశించకుండా తల్లి బిడ్డకు స్తన్యాన్ని అందిస్తుంది. ఇందులో కూడా ఆధ్యాత్మిక తత్వం ఉంది. స్తన్యాన్ని ఇచ్చే ప్రక్రియలో తల్లి స్థిరంగా కూర్చోవడం నేర్చుకుంటుంది.

కోలోస్ట్రమ్..

ప్రసవం అనంతరం మొదటి మూడురోజులు స్తన్యం లేత పసుపురంగులో, చిక్కగా ఉంటుంది. వీటిలో మాంసకృత్తులు అధికంగా ఉంటాయి. అయితే కొందరు ఈ పాలను వ్యర్థంచేస్తారు. కానీ వీటిలోనే శిశువుకి కావాల్సిన ముఖ్యమైన పోషకాలు ఉంటాయి. COLOSTRUMలో బిడ్డకు కావాల్సిన ప్రతిరక్షకాలు (antibodies) ఉండటం వల్ల పిల్లలకు అంటువ్యాధులు సంక్రమించకుండా నిష్క్రియాత్మక రోగనిరోధకశక్తిని కలిగించి రక్షణనిస్తుంది. మొదటి రెండు, మూడు రోజుల్లో శిశువు మలం నల్లగా, జిగురుగా వస్తుంది. వినర్షించడం కూడా కష్టమవుతుంది. colostrum సులభ మలవిసర్జనకు సహాయపడుతుంది.

స్తన్యం ఇవ్వడం ఒక బాధ్యత, స్వేచ్ఛానుసారం ఎంపిక కాదు!



'ధాత్రి - తల్లిపాల నిధి'



మాతృక్షీరం అందిస్తున్న స్త్రీలు



భద్రపరచడం కోసం పాలను
వెచ్చబెట్టే యంత్రం



మూడు స్త్రీజర్ల గది. మధ్య స్త్రీజర్ పాల
పోషక విలువలను కాపాడేందుకు 20
సెల్సియస్ డిగ్రీల దగ్గర చల్లబరుస్తుంది.



మూడో స్త్రీజర్. చల్లబరిచిన పాలను
నిల్వ చేస్తారు.



నెలల తక్కువ చిన్నారికి పాలు తాగిస్తున్న సిస్టర్ లక్ష్మి

ఓ విహంగ వీక్షణం



స్త్ర్యం అందించడంలో బిడ్డకు సాయపడుతున్న సిస్టర్ మమత



కంగారూ మదర్ కేర్ విధానం (కేఎంసీ)



వైతన్యం తేవడానికి 2019లో రన్



ఈ విభాగంలో ఉపయోగించే పనిముట్లను వేడినీటితో శుభ్రం చేసే యంత్రం



అవిరి ద్వారా పాలలోని బాక్టీరియాను నిర్మూలించే యంత్రం



తల్లిపాల
ప్రత్యేకం

ఆర్యజనని

టి. లక్ష్మి
బి. సుమన

'నా జననం కోసం నా తల్లిదండ్రులు ఏళ్ల పర్యంతం ప్రార్థనలు చేశారు. సంతానార్థం తల్లిదండ్రులు ప్రార్థించాలి. ప్రార్థన వలన జన్మించిన వాడే ఆర్యుడు. శిశువు ప్రపంచంలోకి రాకముందు, తల్లి గర్భంలో ఉన్నప్పుడు తల్లి ద్వారా సంతరించుకునే ఉత్తమ సంస్కారాలు శిశువుని ఉన్నతమైన వ్యక్తిగా తీర్చిదిద్ది, సమున్నత భావిజీవితానికి జీజాలు వేస్తాయి. మంచి వైద్యశాలల కన్నా, వేలకొద్దీ గ్రంథాల పఠనం కన్నా, మేధావుల సాంగత్యం కన్నా, తల్లి గర్భంలో ఉన్నప్పుడే తల్లి ద్వారా ఉత్తమ సంస్కారం పొందడం మేలు' అన్నారు స్వామి వివేకానంద.

ఒక పరిపూర్ణ శిశువుకి జన్మనిష్ఠగలిగిన శక్తి ప్రతి తల్లికీ ఉంటుందనీ, ఉండాలనీ ఆ మహా నీయుడు ఆకాంక్షించాడు. ఇందుకు ఒక సామాజిక, సాంస్కృతిక నేపథ్యాన్ని అందించవలసి ఉంటుంది. అలాంటి సమున్నత ఉద్దేశంతో హైదరాబాద్ రామకృష్ణ మఠం కేంద్రంగా రూపొందించిన కార్యక్రమం ఆర్యజనని.

సంస్కారవంతులైన, దైవం పట్ల భక్తిశ్రద్ధలు కలిగిన తల్లుల ఇండ్లలోనే ఉన్నతమైన వ్యక్తులు జన్మిస్తారని చరిత్రలో అనేక రుజువులున్నాయి. తల్లి పాలించే లేదా నమ్మే ఉత్తమ సంస్కారాల ప్రభావం కారణంగా శిశువులు పరిపూర్ణ మానవులుగా కుటుంబానికీ, సంఘానికీ, దేశానికీ మేలు చేస్తూ ఆదర్శ ప్రాయులౌతారు. శిశువు గర్భంలో ఉన్నప్పుడు తల్లి ఆలోచనలు, మాటలు, మానసిక స్థితి, పరిసరాలు, ఉద్వేగాలు, శిశువు శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యంపై ప్రభావం చూపుతాయి. శిశువు దేహం, మనసు, తల్లి దేహం, మనసుల నుండి రూపొందుతాయి. శిశువు వినడం, తెలుసుకొనడం, ఒత్తిడిని అనుభవించడం లేదా ప్రశాంతతను అనుభవించడం జరుగుతుంది. శాస్త్ర పరిశోధనలు కూడా నేడు ఈ విషయాన్ని ధ్రువీకరిస్తున్నాయి. గర్భంతో ఉన్నప్పుడు తల్లి గడిపిన జీవిత విధానమే శిశువు జన్మించిన తరువాత బిడ్డ జీవన విధానమవుతుంది. ఈ గర్భిణులకు ఇటువంటి అవగాహనను కలిగించి, గర్భధారణ సమయంలో తల్లి మానసిక, శారీరక సంక్షేమానికి కావాల్సిన సహాయ సహకారాలు, సమాచారం అందించి గర్భధారణ, ప్రసవం, ఒక ఆనందకరమైన అనుభవంగా మలచుకోవడానికి శిక్షణనిచ్చి, ఒక మంచి మానవునికీ జన్మనిచ్చేలా తోడ్పడటమనే లక్ష్యంతో ఆర్యజనని కార్యక్రమం సాగుతోంది.

తల్లి శారీరక ఆరోగ్యానికి కావల్సిన ఆహారం, వ్యాయామం, విశ్రాంతి సమయాలు, వ్యక్తిగత పరిసరాల పరిశుభ్రతల గురించి నిపుణులైన వైద్యుల సలహాలు, సూచనలు ఆర్య జనని ద్వారా అందిస్తున్నారు. అలాగే తల్లి మానసిక ఆరోగ్యానికి అవసరమైన ధ్యానం, ప్రీనేటల్ యోగ, డీప్ రిలాక్సేషన్ టెక్నిక్ మానసిక ప్రశాంతతను కలిగించడానికి సంస్థ తోడ్పడుతున్నది. రోగ నిరోధక శక్తి, ప్రాణశక్తి వృద్ధి పొందించే సంగీతం, మానసిక ఒత్తిడిని తొలగించి సంతోషకరమైన వాతావరణాన్ని కల్పించే ప్రక్రియలు, స్ఫూర్తిదాయకమైన కథలు, సంశయాలు తీర్చి, శిశువుకు, తల్లికి మధ్య సంభాషణల ద్వారా ఒక అనిర్వచనీయ బంధాన్ని కలిగించడమే ఆర్య జనని లక్ష్యం. సత్వగుణ ప్రధానమైన దినచర్యకు తగిన సూచనలు, సలహాలు అందించి, కాబోయే తల్లులకు సంపూర్ణ సహకారాన్ని అందిస్తున్నారు. గర్భంతో ఉండగా శిశువుతో ఏర్పడిన బంధం సహజమైన సుఖప్రసవంతో పాటు, ప్రసవానంతరం శిశువుకు పాలిచ్చేటప్పుడు ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా చేస్తుంది. భవిష్యత్తులో బిడ్డకు మంచి ఆరోగ్యాన్ని, ఆనందాన్ని, తెలివితేటల్ని ప్రసాదిస్తుంది. గత కొన్ని నెలలుగా కొవిడ్ కారణంగా ఆందోళనకు, ఒత్తిడికి గురి అవుతున్న గర్భిణులకు, ఆర్యజనని వాటినుండి బయటపడేందుకు సహాయపడుతోంది.

ఆర్యజనని నిర్వాహకులు, వైద్యులు, సంగీత కళాకారులు, మనస్తత్వ శాస్త్ర నిపుణులు, యోగ నిపుణులు, కథకులు, సాఫ్ట్వేర్ నిపుణులతో కూడిన ఆర్యజనని బృందం ప్రేమ, సేవాభావం ప్రధానంగా ఈ కార్యక్రమం గత మూడేళ్లుగా నిర్వహిస్తున్నారు. సమాజానికి అత్యంత అవసరమైన మానసిక, శారీరక, ఆధ్యాత్మిక శక్తి సంపన్నులైన నవతరాన్ని అందించాలనేది ఆర్యజనని లక్ష్యం.

aryajanani website: www.aaryajanani.org





తల్లిపాల ప్రత్యేకం

నవజాత శిశువుకు తొలి కానుక తల్లి స్తన్యమేనంటుంది ఆయుర్వేదం. తల్లిపాలను స్తన్యమని వ్యవహరిస్తుంది ఆ మహా జీవనవేదం. వేదరాశి తల్లిపాలకు పవిత్ర స్థానం ఇచ్చింది. స్తన్యాన్ని ఆపాత మధురంగా, దీర్ఘాయువుగా చిత్రించింది. వక్షోజాన్ని అమృతభాండంగా కీర్తించింది అధ్వరణ వేదం. ఆ తాత్త్వికతలోని సశాస్త్రీయతను మన ఆయుర్వేద ఆచార్యులు రుజువు చేశారని అనిపిస్తుంది. సంపూర్ణంగా జీర్ణమైన ఆహారం శరీరంలో తెచ్చే మార్పులతో ఉద్భవించేవే తల్లిపాలు. అవే వక్షోజాలలోకి (స్తన్యాశయ) చేరతాయి. వక్షోజంలోకి పాలను తీసుకుపోయే దమని (స్తన్యవాహ దమని) గురించే కాక, ఆ ప్రదేశంలో ఉండే పది కండరాల పని తీరు గురించి సుశ్రుతుడు వివరించాడు. తల్లిపాల ఉత్పత్తి ప్రక్రియతో పాటు, అనేక విశేషాలను ఆచార్యులు వివరించారు. బిడ్డను కన్న తరువాత తల్లి వక్షోజంలో క్షీర సృష్టి ఎలా జరుగుతుంది (స్తన్య ప్రవర్తన)? స్తనపాన విధి (పాలు పట్టడం), తల్లిపాలు ఇవ్వడం వల్ల ప్రయోజనాలు (స్తన్య సంపత్తి), కొందరు తల్లులు పాలు ఇవ్వలేకపోవడానికి కారణాలు (స్తన్య నాశ హేతు), అలాంటి తల్లులలో పాల వృద్ధి కోసం ఔషధాలు (స్తన్య వృద్ధి ద్రవ్యాలు), పాలు మానిపించే క్రమం (స్తన్య అవనాయకాలం) వంటి అంశాలను ఆయుర్వేదం కూలంకషంగా

వివరించింది. మాతృక్షీరం అంటే రసధాతు సారం. వర్ణ, గంధ, రస, రూప, స్పర్శ అనే సహజ లక్షణాలు కలిగి నీటితో మిళితమై ఉంటుంది. ఇవి శిశువుకు అమృతతుల్యమైనవి. భారతీయ పురాతన వైద్య శాస్త్రవేత్తలు, అపర ధన్వంతరులు ప్రతిపాదించిన ఈ సూత్రాన్నే ఆధునిక వైద్యశాస్త్రం కూడా నిర్వచనంగా ఆమోదిస్తున్నది. ఏటా సంభవిస్తున్న 8,20,000 (ఐదేళ్లలోపు) చిన్నారుల మరణాలను నివారించడానికి

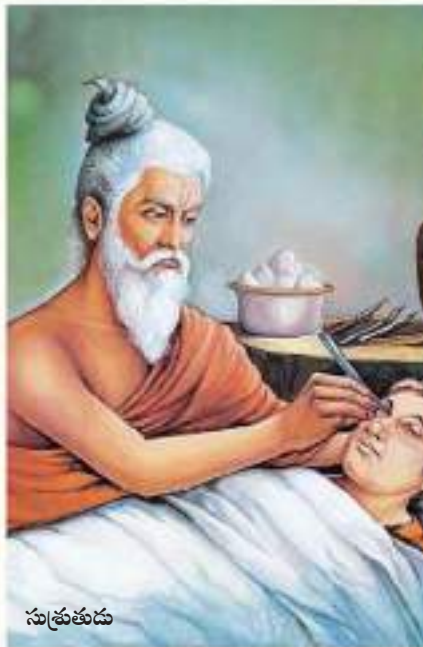
తల్లిపాలే కీలకం కాగలవని గుర్తించాలని పిల్లల ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశాల పిల్లలలో కనిపించే శ్వాస సంబంధిత ఇబ్బందులు, విరేచనాలు, అంటు వ్యాధులను తల్లిపాలతో నివారించే అవకాశం ఎంతో ఉందని నిపుణులు అంటున్నారు. ఉబ్బసం, కొన్ని పదార్థాలు ఒంటికి పడకపోవడం, 1వ రకం మధుమేహం కూడా తల్లిపాలతో నివారించే అవకాశం ఉంటుంది.

ఆయుర్వేదం.. అమ్మపాలు

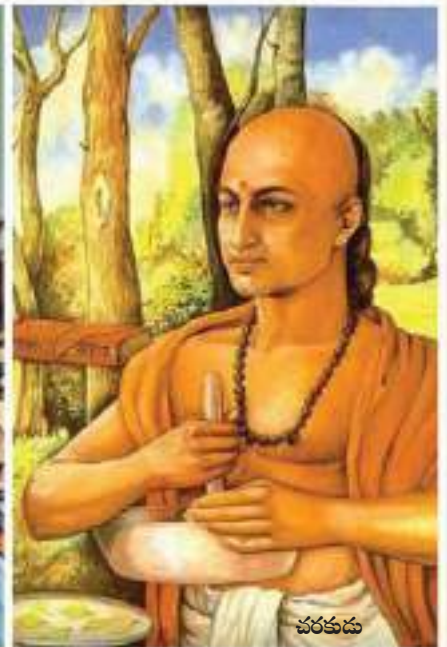
గర్భం నుంచి శిశువు బయటపడిన తరువాత సాధ్యమైనంత తొందరగా స్తన్యమివ్వాలన్నది కొంతమంది మన ఆయుర్వేద ఆచార్యుల ఆదేశం. ఆ తరువాత ఎంతకాలం ఇవ్వాల్సి? పాల పళ్లు మొలవడం ప్రారంభమయ్యేదాకా! అంటే ఆరుమాసాలు తప్పనిసరిగా ఇవ్వాల్సి. మళ్ళీ గర్భం దాల్చే వరకు తల్లి బిడ్డకు పాలు ఇవ్వవచ్చునని చెబుతోంది 'సుశ్రుత సంహిత'. ఇప్పుడు అమెరికాలో వైద్యులు బిడ్డకు సంవత్సరం వయసు వచ్చే వరకు తల్లిపాలు ఇవ్వవచ్చునని చెబుతున్నారు. 'స్తన్య ప్రవర్తన'కు కారణం తల్లికి పసికందు మీద ఉండే ప్రేమానురాగాలేనంటాడు కాశ్యపుడు. స్పర్శ, ఆప్యాయతలే పాలను స్రవింప చేస్తాయని సుశ్రుతుడు చెబుతాడు. స్తన్యం వాత, పిత్త నివారిణి. అలాగే రక్తదోష నివారిణి కూడా. అభిగతజన్యతో శిశువు కంటి దోషాలకు తక్షణ ఉపశమనం కలుగుతుంది. అంటే శిశువుకు బలాన్నే కాదు, రోగ నిరోధక శక్తిని ఆ క్షీరం ప్రసాదిస్తుంది. బిడ్డకు సంపూర్ణ ఆహారం తల్లిపాలేనని 'బృహత్తరేయి, లఘుత్తరేయి స్తన్యం' చెబుతున్నవి. చంటిపిల్లలు రోజులో కనీసం 20 గంటలు నిద్రపోవాలని వైద్యులంతా చెబుతారు. అందుకు పూర్తిగా దోహదం చేసేవీ తల్లిపాలే. వాటిలో ఉండే ట్రిప్టోఫాన్ రాత్రివేళ శిశువు ప్రశాంతంగా నిద్రించడానికి ఉపకరిస్తుంది. పాలు తల్లి రక్తం నుంచే జనిస్తాయని, ఎర్రరక్తకణాలతో కారణంగా వస్తాయని కాశ్యపుడు చెబుతాడు. చనుమొనలకు పసిబిడ్డ లేతపెదాలు తాకగానే శరీరంలో కలిగే మార్పులు, తద్వారా స్రవించే మాతృక్షీరం గురించి మన ఆయుర్వేద ఆచార్యులు వివరించడం కనిపిస్తుంది.

ఒక తల్లిలో రోజుకు సమకూరే పాలను రెండు అంజులులుగా లెక్కిస్తారు. అంటే దాదాపుగా 600 నుంచి 800 మిల్లీ లీటర్లు. బిడ్డ ఏడుపు, స్పర్శ కారణంగా సీరలు, దమనుల ద్వారా పాలు చేరతాయని కూడా ఆయుర్వేదం చెబుతోంది. పాలలో దోషం ఉన్నదో లేదో తెలియచేసే పద్ధతులను కూడా వారు సూచించారు. పారదర్శకంగా ఉన్న పాత్రలో సీరు పోసి, ఒక పాలచుక్క వేయాలి. ఆ చుక్కపాలు నీటి మీద తేలి ఒక గొడుగు ఆకృతిలో ఏర్పడితే అవి వాతజ క్షీరం. లేత పసుపు రంగుతో అధృశ్యమైతే అవి పిత్తజ క్షీరం. ఆ చుక్క అలాగే దిగిపోతే అవి కఫజ క్షీరం. ఈ లక్షణాలు ఏమీ లేకుండా నీటిలో కలసిపోతే ఆ పాలనే స్తన్యం సంపత్ అంటారు. అవే దోష రహితమైనవి. ఇంకా చెప్పాలంటే దోషరహితమైన పాలు ముత్యం రంగులో మెరుస్తూ, తీపి రుచిని కలిగి ఉంటాయని చరకుడు నిర్దేశించాడు.

సాధారణ వర్ణంలో ఉండి సహజ వాసన, రుచి ఉన్న పాలే నీటిలో సులభంగా సంపూర్ణంగా కలసిపోతాయని అంటాడు చరకుడు. అందుకు



సుశ్రుతుడు



చరకుడు

కారణం- వాటిలోని నీటి లక్షణమే. ఇలాంటి పాలు మాత్రమే బిడ్డకు పుష్టిని, ఆరోగ్యాన్ని ఇస్తాయని నిర్దేశించాడాయన. అష్టాంగ సంగ్రహ, అష్టాంగ హృదయ ఈ పరీక్షనే సమర్థించాయి. దోషం లేని పాలు అంటే పసిబిడ్డకు ఎలాంటి ఇబ్బంది కలిగించనివేనన్న తీరుతో కాశ్యపుడు చెబుతాడు. ఆరోగ్యకరమైన తల్లిపాలు నీటిలో తొందరగా కలుస్తాయనీ, తెలుపుగా ఉంటాయనీ, పల్లగా, చల్లగా ఉంటాయని 'భావప్రకాశ' నిర్వచించింది. మధుర క్షీరమే ఆరోగ్యకరమైనదంటాడు మాధవ నిదాన.

తల్లిపాల ఉత్పత్తి వెనుక ఉన్న శాస్త్రీయత గురించి విశేషంగా చర్చించిన ఆయుర్వేదం స్తన్యం శిశువు నోటికి అందించే సమయంలో తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తల గురించి కొన్ని సూచనలు చేసింది. శుచిగా స్నానం చేసి, శుభ్రమైన వస్త్రాలు ధరించి, తలకు గుడ్డతో పాలు ఇవ్వాల్సి. మొదట కుడి స్తనాన్ని బిడ్డకు అందించాలని చెబుతాడు చరకుడు. పిల్లలకు స్నానం చేయించిన తరువాత, తల్లి కూడా వక్షోజాలను నీటితో శుభ్రం చేసుకుని మాత్రమే పాలు పట్టాలని సుశ్రుతుడు సూచించాడు. పాలు ఇవ్వడానికి మంత్రం

మా

తాశిశు ఆరోగ్య రక్షణలో ప్రాచీన భారతీయుల శ్రద్ధాసక్తులు శిఖరాయమానంగా ఉన్న విషయాన్ని ఎవరూ కాదనలేరు. కానీ అంతటి చింతనకు వారసత్వం అనిపించే రీతిలో ఇవాళి భారతదేశంలో మాతాశిశు రక్షణ ఉన్నదా? ఇందుకు సంతుష్టికరమైన సమాధానం రాదు. పరిస్థితులు మారడం ఇందుకు ఒక కారణం. మరొకటి- మనదైన శాస్త్ర విజ్ఞానం మీద నిర్లక్ష్యం. భారత్ అంటే పాలిచ్చే తల్లుల దేశంగా ఖ్యాతి పొందింది. కానీ ఇప్పుడు అది గత వైభవంగా మిగిలిపోతున్నదా? తల్లిపాల గురించి అవగాహన పెంచడానికి జరుగుతున్న ఉద్యమాలు, అంతర్జాతీయ సంస్థల ప్రయత్నాలు ఆ ప్రశ్నకు సమాధానంగా నిలుస్తున్నాయి.

ఆసుపత్రులలో ప్రసవాలు జాతీయ స్థాయిలో 79 శాతం వరకు ఉన్నాయి. కానీ బిడ్డ జన్మించిన గంటలోపు తల్లిపాలు అందించాలన్న శాస్త్రీయ విధానానికి నోచుకుంటున్న శిశువులు మాత్రం 42 శాతం కంటే తక్కువ. నేషనల్ ఫ్యామిలీ హెల్త్ సర్వే-4 ఈ విషయాలను వెల్లడించింది.

ముగ్రుపాలు బిడ్డకు సర్వశ్రేష్టమన్న వాస్తవాన్ని కొన్ని గ్రామీణ ప్రాంతాలకు అందజేయడంలో మనం విఫలమయ్యామని అంగీకరించాలి. ముగ్రుపాలును విషప్రాయంగా భావిస్తూ పారబోస్తున్న గ్రామీణులు ఇప్పటికీ ఉన్నారు.

ఇప్పుడున్న హడావిడి జీవనశైలిలో పిల్లలకు పోతపాలు ఇచ్చి అన్యాయం చేయడం ఎక్కువైంది. ఇది శాస్త్ర విరుద్ధం, అసహజమే అయినా తల్లులు

అవగాహన పెరగాలి

ఇలాంటి ధోరణికి రావడానికి కారణం కుటుంబం మద్దతు లేకపోవడమేనని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. తల్లులలో పాల వృద్ధికి చిట్టాలు చెప్పే ముందుతరం స్త్రీలు కుటుంబంలో ఉండడం లేదు. దీనితో చాలామంది తల్లులు పాల లేమితో మిగిలి పోతున్నారు. ఫలితం- పోతపాల వైపు మొగ్గ వలసి వస్తున్నది. అసంఘటిత, ప్రైవేటు రంగాలలో పనిచేసే మహిళలు అనివార్యంగా బిడ్డలను స్తన్యానికి దూరంగా ఉంచుతున్నారు. భ్రమలు కల్పిస్తూ, ప్రత్యామ్నాయ

పరించి, తక్కువ పరిమాణంలోనే పట్టాలని కూడా ఆయన చెబుతాడు. వాగ్గుటుడు, మిశ్రుడు కూడా ఇలాంటి సూచనలే ఇచ్చారు. తల్లిపాల వృద్ధికి, ఆరోగ్యకరంగా ఉండడానికి బెల్లం, గుమ్మడి, కొబ్బరి, నెయ్యి, ఖర్జూరాలు వారు తీసుకోవాలంటారు ఆచార్యులు.

తల్లి మానసిక స్థితిని బట్టి బిడ్డకు పాలు ఇవ్వడం సరైన విధానమని ఆయుర్వేద ఆచార్యులు చెబుతారు. క్షుధిత (ఆకలితో ఉన్న స్త్రీ), శోకం (బాధలో ఉన్న), శ్రాంత (అలసిన స్త్రీ), ముష్టదాతు (టీవ్యూలలో లోపం) ఉంటే వారు పాలు ఇవ్వరాదు. గర్భిణి, జ్వరిత, స్థూలకాయురాలు కూడా పాలు ఇవ్వడానికి అర్హులు కారు. క్రోధంలో, బాధలో, అవాత్సల్యంలో (పసివాళ్లంటే ముద్దులేనివారు) పాల ఉత్పత్తి సరిగా ఉండదని ఆయుర్వేదం చెబుతోంది. అలాగే లంఖణం చేస్తున్న స్త్రీకి కూడా ఇదే వర్తిస్తుంది. ఎక్కువ సమయం నుంచి దేహబాధలకు లోనవుతున్నవారు కూడా పాలు ఇవ్వలేరు. తల్లిపాలు శుద్ధికావడానికి (నైనశోధన) వల మందులు ఆచార్యులు సూచించారు. ఆరుమాసాల వరకు తల్లిపాలు పట్టవచ్చునని అంటారు. తరువాత ఆవు లేదా మేక

పాలలో కొంచెం నీరు కలిపి ఇవ్వవచ్చు. తల్లిపాల ఆహారం నుంచి శిశువు పరిణామం చెందే దశగా దీనిని చూస్తారు. ఈ దశలోనే తేలికపాటి ఆహారం కూడా అందిస్తారు. ఈ అంశంలో ఆచార్యులలో భిన్నాభిప్రాయాలు ఉన్నాయి.

చిన్నారిలో యాంటీబాడీలను పెంపొందించడం, విటమిన్లు సమకూర్చడం, పౌష్టికాహారంగా ఉపయోగపడడం, జీర్ణ ప్రక్రియను సజావుగా ఉంచడం, ప్రోటీన్లు అందించడం వంటి సేవలకు మాత్రమే తల్లిపాలు పరిమితం కావడం లేదు. అంటే బిడ్డ క్షేమం వరకే అవి ఉపయోగపడడం కాదు. బిడ్డకు స్తన్యం ఇవ్వడం వల్ల తల్లుల ప్రసవానంతర జీవితం సాఫీగా ఉంటుంది. గర్భధారణతో పెరిగిన శరీర బరువు పాలు ఇవ్వడం వల్ల తగ్గుతుంది. పాలు ఇవ్వడం వల్ల ఆక్సిటోసిన్ అనే హార్మోన్ శరీరంలో విడుదల అవుతుంది. ఇదే గర్భసంచినీ ప్రసవ పూర్వస్థితికి తీసుకువస్తుంది. రొమ్ము కేన్సర్, వావేరియన్ కేన్సర్ ప్రమాదాల నుంచి రక్షిస్తుంది. పాలు ఇస్తే తల్లులలో రోజూ 500 నుంచి 700 కేలరీలు కూడా ఖర్చు కాగలవు. తల్లులలో పాలు లేకపోవడం, లేదా అధికంగా ఉత్పత్తి అయినా ఆయుర్వేదం ఔషధాలను సూచించింది. పాల లేమి సమస్యను అధిగమించేందుకు నూచించిన ఔషధాలలో శతవరి ముఖ్యమైనది. బిడ్డ పుట్టిన నెల వరకు పసుపు, వెల్లుల్లి తీసుకోమని చెప్పడం కూడా పాలిచ్చే సౌలభ్యం సమతౌల్యంతో కొనసాగడం కోసమే. పాల వృద్ధికి రాత్రంతా నానబెట్టిన బాదం గింజలను (8 లేదా 10) ఉదయమే ఒలుచుకుని, ముద్దచేసి గోరు వెచ్చని పాలలో వేసుకుని తీసుకోవాలి.

తల్లిపాలు అత్యంత శ్రేష్టమే. కానీ పాలు ఇవ్వలేని స్థితిలో కన్నతల్లి ఉంటే ఆమె కన్నబిడ్డ నంగతి ఏమిటి? అలాంటివారు ఇద్దరు ధాత్రులను (వెట్ నర్సెస్) నియమించుకోవచ్చునని వాగ్గుటుడు చెబుతాడు. అంటే తల్లి కాకున్నా, మరొక తల్లి (మనిషి) క్షీరమే అందించాలన్న శాస్త్రీయమైన పట్టింపు కనిపిస్తుంది. ఇంకా చెప్పాలంటే నెలల పిల్లలకు కేవలం మనిషి పాలే ఇవ్వాలని చెప్పారు. ఆవు పాలు తల్లిపాలతో సమానమన్న విశ్వాసం ఉన్నా ఇలాంటి సూచన కనిపిస్తుంది. కానీ ధాత్రి ఎంపికకు కొన్ని గట్టి పరీక్షలే ఆయుర్వేదం సూచించింది. వారి శారీరక, మానసిక లక్షణాలను చూసి ఎంపిక చేసుకోవాలని చెబుతోంది. ధాత్రి తమ కులానికి చెందినదై, యుక్త వయసులో ఉండి, పిల్లలంటే ముద్దు కలిగినదై ఉండడం మంచిదని అంటాడు చరకుడు. అంతేకాదు, ధాత్రి 'జీవితవత్స' (క్షేమంగా ఉన్న



తల్లిపాల ప్రత్యేకం

సంతానం) అయి ఉండాలి. ధాత్రి ఎంపికలో ఇలాంటి సూచనలే మిగిలిన ఆచార్యులు కూడా చేశారు. కానీ అనేక మంది ధాత్రుల ద్వారా పాలు ఇప్పించడం సరికాదనే ఆయుర్వేదం అభిప్రాయపడడం కనిపిస్తుంది. అలా చేస్తే బిడ్డ ఆరోగ్యం దెబ్బతినే అవకాశం ఉందని హెచ్చరిస్తోంది ఆ శాస్త్రం.

ఇవన్నీ శాస్త్రబద్ధమైనవి. కాలపరీక్షకు నిలిచినవి. కానీ ప్రస్తుత కాలంలో వీటిని ఆచరించాలంటే ప్రత్యేక శ్రద్ధతో పాటు, వెసులుబాటు కూడా అవసరమని అంగీకరించక తప్పదు. కానీ ఇలాంటి గొప్ప జ్ఞానం ఈ దేశంలో ఉందని గుర్తు చేసుకోవడం అనివార్యం. పురాతన భారతదేశం తల్లిబిడ్డల పట్ల చూపిన శ్రద్ధ, ఆ కోణం నుంచి అభివృద్ధి చేసుకున్న వైద్యశాస్త్రం ఎంతటివో అర్థం చేసుకోవడానికి ఇది ఉపకరిస్తుంది. ఇక్కడే ఒక వాస్తవం గుర్తించాలి. వారికి తెలియ కుండానే కొన్ని ఆయుర్వేద మార్గదర్శకాలను మనదేశంలో బానిసత్వం పాలిస్తున్నారు. ఏమైనా, ఇవాళ్టి హడావిడి జీవనశైలిలో నష్టపోతున్నది పసికందులే. ఈ చేదు నిజాన్ని గుర్తించాలి. బిడ్డకు తల్లిపాలు కేవలం ప్రాణం నిలపడమే కాదు, మొత్తం జీవితాన్ని మలుస్తాయి. తల్లి పాలు ఇవ్వడం వల్లనే బిడ్డ పూర్తి ఆరోగ్యంతో ఉండగలుగుతుంది. ఈ రెండు ప్రక్రియలను ఆధునిక జీవన శైలిలోనూ సమన్వయం చేసుకోవలసి ఉంటుంది. అందాన్నీ, ఆకృతిని కాపాడుకునే హక్కు తమకు ఉందని కొందరు స్త్రీలు వాదించవచ్చు. కానీ అభంశుభం తెలియని పసికందుకు తల్లిపాల మీద ఉన్న హక్కును కాపాడవలసిన బాధ్యత కూడా ఉంది. ఆరోగ్యవంతమైన సమాజం కోసం, జ్ఞానదాయకమైన తరాల కోసం ప్రభుత్వాలు, సమాజం కొన్ని వాస్తవాలను గమనించడం అవసరం. భావిభారత పౌరులలో నేర్చుకునే సామర్థ్యం కూడా చిన్నప్పటి గ్రోలిన తల్లిపాల మీదే ఆధారపడి ఉంటుందీ అంటేనే, ఆ ప్రక్రియకు ఇవ్వవలసిన ప్రాధాన్యం ఎంతటిదో ఇప్పటికైనా గమనించాలి. అందుకు కొన్ని త్యాగాలు చేయవలసి వచ్చినా సిద్ధపడడం అవసరం. తల్లిపాలు పిల్లల మానసిక, నైతిక ప్రవర్తనలను శాసిస్తాయని శాస్త్రవేత్తలు చెబుతున్నారు. ఇప్పటి సామాజిక పరిస్థితులను బట్టి ఈ వాస్తవాన్ని లోతుగా సమీక్షించు కోవలసిందే.



తల్లిపాలంటూ స్వైర విహారం చేస్తున్న కొన్ని వ్యాపార ప్రకటనలు కూడా కొందరు అమాయక తల్లులను వాటివైపు చూసేటట్టు చేస్తున్నాయి. ఆసుపత్రులలో ప్రసవాల సంఖ్య గణనీయంగా పెరిగినా, తల్లిపాలు పసికందులకు సరైన రీతిలో అందిస్తున్న వారి సంఖ్య పతనం కావడానికి ఇలాంటి పరిణామాలన్నీ కారణమే. ఈ సమస్య నుంచి బాలింతలను తప్పించి, స్తన్యం మీద చంటి బిడ్డలకు ఉన్న హక్కును కాపాడాలంటే బారిలో చైతన్యం తీసుకురావాలి. వాస్తవాలను తెలియచెప్పాలి.



సాయం సంధ్యలోని అరుణవర్ణం చెరిపేసుకుంటున్న సహ్యాద్రి పర్వత సానువులు కాటుక రాశుల్లా మారి పోతున్న సంగతి కళ్లకు స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది.

“రవంత ముందు రాలేకపోయావా తల్లీ!” చీర పట్టుకుని అమ్మ పాదాల మీద నిలబడిన చిన్నారిలా కోట మహా దర్వాజా కుడి తలుపుకి కిందనే ఉంది మరో చిన్న తలుపు. అది మూసి, తాళం వేసి వెనక్కి తిరిగాడు మావ్లా (తలుపుల అధికారి). అక్కడే కంగారుపడుతూ నిలబడి ఉంది హిర్మణి. వెంటనే అతడి నోటి నుంచి వచ్చిన మాట అదే. గొంతులో ఒకింత బాధ, అణచుకున్న ఆగ్రహం కూడా ఉన్నాయి.

“ఇంత మరుపా! అదిగో! అస్తాద్రికి సూరీడు చేరగానే కోట తలుపులు మూసుకుంటాయి! ఇక నా చేతులలో ఏమీ లేదు. మళ్లీ తూర్పున పొద్దుపొడవాలి. తలుపు తెరుచుకోవాలి. ఇది ప్రభువుల ఆజ్ఞ. వెనక్కి వెళ్లిపో. ఎక్కడైనా ఏదైనా తిని రాత్రికి పడుకో. పో!” గట్టిగా అన్నాడు మావ్లా.

“అన్నా! నేను ఒక్కర్తినే కాదు. పిల్లవాడికి రెండు నెలలు. వాడి కోసం వెళ్లాలి. ఒక్క క్షణం.. ఒక్కసారి తలుపు...” రుద్దమైన గొంతుతో అంది హిర్మణి. వెంటనే వాదనకూ దిగింది.

హిర్మణి పేడింటి యువతి. రోజూ సూర్యుడు నడిమి ఆకాశానికి చేరకుండానే కోటకు వస్తుంది. రెండు చంకలలోను రెండు పాల కడవలు. పాలు అమ్ముతుంది.

“చెప్తే నీక్కాదా అమ్మాయీ! నీ బాధ నాకు తెలుసు. కానీ నా బాధ్యతని నేను మరచిపోలేను కదా!” అరిచినంత పనిచేశాడు మావ్లా. అదే సమయంలో చేయి విసురుగా కదిలింది, ఇక్కడ నుంచి పో అన్నట్లు.

ఆ మాట తీవ్రతకి ఒక్కడుగు వెనక్కి వేసినా, మళ్లీ ధైర్యం తెచ్చుకుని, “అన్నా! బాలింతని. కాస్త కనికరించు!” అంది దీనంగా.

“ఏమనుకుంటున్నావ్! ప్రభువాజ్ఞ గాలికి వదిలేయమంటావా? తీయను గాక తీయను! ఇది కోట. నీ ఇల్లు కాదు.” అంటూనే వెళ్లిపోయాడు, వడివడిగా నడుస్తూ.

అది రాయ్గడ్ కోట. అంటే రాజుగారి కోట అని అర్థం. ఆ ప్రభువు ఛత్రపతి శివాజీ మహారాజ్.

ఎటు వెళ్లాలి! అది ప్రశ్న కాదు. రాత్రి భోజనమూ సమస్య కాదు. అది శివాజీ మహారాజ్ నివసించే నేల కాబట్టి స్త్రీకి భయం లేదు. కానీ.. కానీ ఇంటిదగ్గర ఉన్నాడు పసికందు. వాడికి తల్లిపాలు



తప్ప మరొక మార్గం లేదు. రెండు నెలల వాడు. ఇంటి పక్కనే ఉండే దగ్గర బంధువుల ఇంట్లో ఇచ్చి వచ్చింది. ఎంత ఏడుస్తున్నాడో, ఏమో! దిక్కుతోచక అక్కడే చతికిలపడింది హిర్మణి.

‘ఎలా? ఇప్పుడెలా?’ పాపం, ఈ ఒకటి రెండు ఘడియలలోనే హిర్మణి అలా అనుకోవడం ఇది పదోసారో, పదకొండోసారో.

* * *

వశ్చిమ కనుమలలో నీలాకాశాన్ని ముద్దాడుతున్నట్లు ఉండే ఆ కొండ మీద రీవిగా కనిపించే రాయ్గడ్, శివాజీ ప్రతిష్ఠకి శిఖరాయమానమనిపించే కట్టడం. మరాఠా రాజ్యాధిపతిగా ఆయన పట్టాభిషిక్తుడై, ‘క్షత్రియ కులావతంసశ్రీ రాజా శివచ్ఛత్రపతి శివాజీ’ అన్న బిరుదు స్వీకరించినది ఇక్కడే. 1674లో రాజధాని అయింది. ఏ ముహూర్తాన అది జరిగిందో.. లేకపోతే రాయ్గడ్ మట్టి గొప్పతనమో.. మరాఠా సామ్రాజ్యమే అవతరించింది.

మహా దర్వాజా దగ్గరకు చేరుకోవాలంటేనే 1,737 మెట్లు ఎక్కాలి. కోటలోకి ప్రవేశించాలన్నా, బయటకు వెళ్లాలన్నా ఒక్కటే దారి-మహా దర్వాజా.

చీకట్లు ఇంకాస్త ముసురుకున్నాయి. ఒక్కసారి మహా దర్వాజాకేసి చూసింది హిర్మణి. అటుఇటు రెండు పెద్ద పెద్ద బురుజులు. 70 అడుగుల ఎత్తు తలుపులు.

ఒక్కసారిగా వీచింది గాలి. ఉలిక్కిపడిందామె. తన పక్కనే పసిబిడ్డ ఏడుపు. గుండె బరువెక్కింది. నిజమే గుండెలు బరువుగానే ఉన్నాయి, పాలతో.

ఏదో శక్తి ఆవహించినట్లు లేచి నిలిచింది హిర్మణి. కదవలను ఒక పక్కగా పెట్టి, కళ్లు చిల్లించి చూస్తూ నడవడం మొదలుపెట్టింది. కోట లోపల వెలుగు కోసం అక్కడ అక్కడ వెలిగించిన కాగడాల కాంతి ఆ క్షణంలో ఆమెకు మధ్యాహ్న మార్తాండుడి వెలుగులా అనిపిస్తున్నది.

రాజధాని అంతా నిశ్చింతగా ఉంది, హిర్మణి గుండె నిండా గుబులు. దారు నిర్మిత ప్రధాన భవనం



తల్లిపాల
ప్రత్యేకం

కథ

హార్మోని

- కల్పణ

దాటిందామె. దాని ఎదురుగానే ఆకాశాన్నంటుతూ మూడు నిఘా స్తంభాలు. ఎవరూ లేరు వాటి మీద. కొంచెం ముందుకు వెళ్లగానే ఆరు అంతఃపురాలు. ఆ దారిలోనే కొంచెం ముందుకు వెళ్లింది. రాణివాసం కోసం ఏర్పరిచిన మేనా దర్వాజా కనిపించింది. నిలబడి చుట్టూ చూసింది. ఎక్కడా కోట దాటే అవకాశం కనిపించడం లేదు. కొంచెం ముందుకు నడిచింది. ఖుబ్లదా బురుజు, నానే దర్వాజా, హట్టి తల్వా (ఏనుగుల చెరువు)ను దాటేసింది. అక్కడా ఏమీ అవకాశం కనిపించలేదు. తన పిచ్చి గాని, పల్లి దర్వాజా దగ్గర కోట బలహీనంగా ఎందుకు ఉంటుంది? అది రాజపరివారం కోసం కదా! ఇంకొక రెండు నిమిషాలు నడిచాక విపణి వీధికి వచ్చింది. అదంతా తనకు పరిచయమే. రోజూ తాను పాలు అమ్మేది అక్కడే. ప్రధానంగా అశ్వికుల కోసం ఏర్పాటు చేసినది.

గుండెలలో అలజడి పెరిగిపోయినట్టుంది. వడివడిగా నడుస్తున్నదామె. జగదీశ్వర్ మందిర్ దాటి,

ఇంకాస్త దూరం నడిచింది ఆశగా గోడ కేసి చూస్తూ. అక్కడే ఉంది షిర్కాయి అమ్మవారి గుడి, ఒంటి స్తంభం మేడలా. తలుపులు వేసి ఉన్నాయి. యాదృచ్ఛికంగా చేతులు జోడించింది హిర్రణి. ఇంకొంచెం దూరం వచ్చింది.

అక్కడ కనిపించింది గోడ కొంచెం తక్కువ ఎత్తులో.

అవహించిన శక్తి రెట్టింపయినట్టుంది. కాగడా పెట్టిన గొట్టం పట్టుకుని కొంచెం పైకి ఎక్కింది. అక్కడే ఏదో చేతికి తగిలింది. అది పట్టుకుని ఇంకాస్త పైకి. మళ్లీ చేతికి అందిన రాతి అంచు పట్టుకుని కోట అవతలకు చూసింది, కళ్లు చిల్లింది. చేతులూ, మరాలీ సంప్రదాయంలో అంత పెద్ద చీర కట్టినా మోకాళ్ళనూ కొట్టుకుపోతున్నాయి. కాలి గోళ్లు రేగిపోయాయి.

ఆ కొండ మొదట్లోనే ఉంటాయి పచాద్, రాయ్గడ్ వాడి గ్రామాలు. వాటి కోసమే హిర్రణి కళ్లు ఆ చీకట్లో వెతుకుతున్నాయి. దూరంగా అంత

రాత్రివేళ కాగడాలతో కనిపిస్తోంది పచాద్లోని ఆ భాగం. అక్కడే పదివేల మంది సైనికుల శిబిరం ఉంటుంది. రాయ్గడ్ కోటకు వేసే మొదటి అడుగు పచాద్ నుంచే మొదలవుతుంది. అక్కడికి చేరితే చాలు, తన ఇంటికి వెళ్లిపోవడం కష్టం కాదు. ఆమె కళ్లు మెరిశాయి. కోట గోడపైకి చేరింది.

గట్టిగా శ్వాస పీల్చింది. కొంగు బొడ్డులో చొప్పించింది.

కళ్లు మూసుకుని ఒక్కసారిగా దూకేసింది.

* * *

కబురు విన్న శివాజీ మహారాజ్ కు ఒళ్లు జలదరించింది. మొగలుల మీద యుద్ధంలో తాను చేసిన అనేక సాహసాలు ఆ స్త్రీ చేసిన ఈ ఒక్క సాహసంలో ప్రతిబింబిస్తున్నాయి. రాయ్గడ్... సముద్రమట్టానికి 2,700 అడుగుల ఎత్తు. ఆ గోడ దూకిందా? ఎన్ని కొండవాళ్లు? ఎంత అడవి? కిందేమో కృత్రిమంగా నిర్మించిన గంగాసాగర్ జలాశయం. దూకి బతికే ఉందా? ఇదేదో భవానీమాత లీల తప్ప మరొకటి కాదు అనిపించింది.

పాలకుడికి రాజ్యంలోని ప్రతి అంగుళం తెలుస్తుంది. కోట గోడలో ఇమిడిన ప్రతి ఇటుక అంతరంగం తెలుస్తుంది. కళ్లు మూసుకుని ఆలోచిస్తున్న శివాజీకి కోటంతా కనిపిస్తున్నది. దీని అసలు పేరు రాయ్రి. జవాలి పాలకుడు మోరేది. బీజాపూర్ సుల్తాన్ కు సామంతుడు. ఇతని పూర్వీకుడు, మౌర్య వంశ మూలాలు ఉన్న చంద్రారావ్ మోరే దాదాపు ఆరు వందల సంవత్సరాల క్రితం కట్టాడు. 1656లో తాను స్వాధీనం చేసుకున్నాడు. బాగా విస్తరించి, ఎన్నో మార్పులు చేసి రాయ్గడ్ అని ఆయనే పేరు పెట్టాడు.

దర్బారులో కూర్చుని ఉన్నాడు శివాజీ. సింహాసనం నగర్ఖానా దర్వాజాను చూస్తున్నట్టు ఉంటుంది. ఆసనానికి కొంచెం దూరంలో బుద్ధిగా కూర్చుని ఉంది వఘ్నా, శివాజీ పెంపుడు కుక్క.

అప్పుడే ప్రవేశించారు మావ్లా, వెనుకే ఇద్దరు రక్షకభటులు, వారిద్దరి మధ్య హిర్రణి. భయంతో పణికిపోతున్నా, తామంతా ఎంతో ప్రేమించే శివాజీ మహారాజ్ ను ఎదురుగా చూడడంతో ఒక పారవశ్యం కూడా కనిపిస్తున్నది ఆమెలో.

ఆమె కేసి కొద్ది లిప్తల కాలం చూశాడు శివాజీ. రెండు చేతులకి చిన్న చిన్న కట్టు. తలకి కూడా ఒక కట్టు. ఏం తగిలినదో పాపం, ముఖం నిండా గాట్లు.

పాపం, బిడ్డతల్లి... ఈ యువతికి ఎలాంటి శిక్ష పడుతుందో అనుకున్నాడు మావ్లా. శివాజీ చూపు అతడికి అర్థం కాలేదు. హిర్రణి తాక్ మక్ టోక్ అనేచోటికి చేరుకున్నట్టు ఊహించుకుంటున్నాడు. ఇలాంటి రాజద్రోహానికి మరణ దండనను అమలు పరిచే స్థలం అదే. లేదంటే, ఇక్కడికి రెండు మైళ్ల

దూరంలో ఉన్న లింగానా కోటలో ఆమె విలపిస్తున్నట్లు అనిపిస్తున్నది. ఖైదీలను ఉంచేందుకు శివాజీ నిర్మించినదే లింగానా కోట.

ఆమె ఒంటి మీది గాయాలు చూస్తుంటే మనసు ద్రవించిపోయింది ప్రభువుకి.

“తప్పేవరిది మావా?” కొంచెం గంభీరంగా ప్రశ్నించాడు శివాజీ.

ఆమె కేసి తల తిప్పబోయాడు మావా. తల పూర్తిగా తిరగకుండానే అన్నాడు శివాజీ, “ఆమె తప్పు కాదు!”

“నాదంటారా ప్రభు!” ఎంతో అణుకువగా, జాలిగా అడిగాడు మావా.

“మనది. మనందరిదీ తప్పు!” దృఢంగా అన్నాడు శివాజీ.

ఎంతో గొప్ప నిర్మాణంగా రాయగడ్డను మలచిన వాస్తుశిల్పి, వృద్ధమూర్తి హిరోజీ ఇందల్కర్ పక్కనే ఉన్నాడు. ‘నిజం’ అన్నట్టు తల ఊపాడు, నవ్వుతూ.

“అమ్మాయి! నీవు కోట ఎలా దూకావో నాకు ఇప్పటికీ అంతుపట్టడం లేదు. ఇది చనుబాలకున్న మహాశక్తి! తల్లికీ, పాలకోసం ఏదై బిడ్డకీ మధ్య ఉన్న ప్రగాఢబంధమా? నీవు మాతృత్వం చుట్టూ కనిపించని ఒక కోటను నిర్మించి ఇచ్చావు. అదే సమయంలో ఈ మహా దుర్గంలోని పెద్ద లోపాన్నీ చూపెట్టావు. ఈ రాజ్యం పనువున నీకు ధన్యవాదాలు. నీవు చక్కగా పాలు అమ్ముకో. బిడ్డని చక్కగా పెంచుకో. వెళ్లిరా తల్లి!” అన్నాడు.

**నీవు మాతృత్వం చుట్టూ
కనిపించని ఒక కోటను
నిర్మించి ఇచ్చావు. అదే
సమయంలో ఈ మహా
దుర్గంలోని పెద్ద లోపాన్నీ
చూపెట్టావు.**



సజల నేత్రాలతో చేతులు జోడించి, ఆపై మోకాళ్ల మీద నిలిచి అక్కడే నేలకు తల ఆన్చింది హిరోజీ.

* * *

హిరోజీ కోట గోడ దూకిన చోట అనతికాలంలోనే పటిష్టమైన బురుజును నిర్మించాడు శివాజీ. అంతేకాదు. దానికి మంచి గొప్ప పేరు కూడా పెట్టాడు- హిర్నని బురుజు.

* * *

ఈ కోట అభివృద్ధి కాకముందు 16వ శతాబ్దంలో రాషివట, తనాస్ అని అనేవారు. దాని ఆకారం అలా ఉండేది- పెద్ద దీపస్తంభంలా! అందుకే నందాదీపం అని కూడా పిలిచేవారు. ఇంకో పదిహేను రకాల పేర్లు వచ్చాయి- రాయ్రి, భివ్గడ్, శివ్లంక్, ఇస్లాంగడ్, జంబూద్వీప్, బడెనూర్, రాజ్గిరి, తూర్పు ప్రాంత జిబ్రాల్టర్ ఇలా. కాలం కొన్నిటిని మార్చగలదు. కొన్నింటిని మార్చలేదు. 1689లో దీనిని జుల్పికర్ఖాన్ ఆక్రమించాడు. శివాజీ నిర్మిత హిందూ సామ్రాజ్యాన్ని పతనం చేశానని చరిత్రకు చెప్పడానికి ఔరంగజేబు దాని పేరు ఇస్లాంగడ్ అని మార్చాడు. 1707 సిద్ధి ఫతేఖాన్ ఆక్రమించాడు. 1733లో మరాఠా పాలకులు స్వాధీనం చేసుకున్నారు. 1818లో పక్కనే ఉన్న కాల్యాయి అనే కొండ మీద ఫిరంగులు అమర్చి ఈస్టిండియా కంపెనీ రాయగడ్డను పేల్చేసింది.

అయినా హిరోజీ బురుజు కూలిపోలేదు.

ఆ కోట మీద అలాగే ఉంది, ఎప్పటికీ ఉంటుంది- తల్లివక్షంలో అమృతక్షీరానికి ప్రతీక కదా! ★



నిర్వహణ :
జింకా నారాయణస్వామి

సంఖ్యాయంత్రం

ఈ స్వేచ్ఛ మాకారు కదా! ఈ స్వేచ్ఛలో నిలుపు, ఏటవాలు, ఆడ్డం, నాలుగు వంతున గదులలోని అంకెలు కూడితే మొత్తం 34 వస్తుంది. కానీ ఇక్కడ కొన్ని గదులలోనే అంకెలు ఇవ్వారు. అంటే ఆవి వూలు. మొత్తం 34 రావాలంటే ఏవి అంకెలు ఉండాలి? మీ బుద్ధిని ఉపయోగించి పూరించండి! సమాధానం రాకపోతే పచ్చే వారం దాకా ఆగండి!

	12		
8		2	
10	3		
			4

సంఖ్యాయంత్రం - 12 సమాధానాలు

1	15	4	14
12	6	9	7
13	3	16	2
8	10	5	11

మాతృత్వం ఒక వరమైతే, బిడ్డకు పాలుపట్టడం మరొక వరంగా భావించవచ్చు. బిడ్డ పుట్టిన వెంటనే గంటలోపు కచ్చితంగా మురుపాలు పట్టాలి. దీనినే గోల్డెన్ హూర్ (Golden Hour) అని కూడా అంటారు. మురుపాలలో అత్యధిక యాంటీబయాడిస్ ఉండడంవల్ల పిల్లల్లో రోగనిరోధకశక్తి పెరిగి భవిష్యత్తులో అనారోగ్య సమస్యలు దరిచేరవు. పిల్లల ఎదుగుదల కూడా బాగుంటుంది.



తల్లిపాల ప్రత్యేకం

తల్లిపాలు బలం, పోతపాలు విషం

తల్లిపాలు తాగే పిల్లల్లో Allergies, eczema and Asthaina, leckemia and bymphomes వంటి సమస్యలు చాలా వరకు కనిపించవు. Chvons disease, colitis, Diabhets Type I & II Risk కూడా తక్కువే. Speech and Orthodontic సమస్యలు కూడా రావు. Cavities formation సమస్య ఉత్పన్నం కాదు. childhood obesity రాదు. విరోచనాలు, వాంతులు, దగ్గు, జలుబు, జ్వరం వంటివి దరిచేరవు. తల్లిపాలల్లో Stencels కూడా ఉంటాయి. ఇవి భవిష్యత్తులో వారికి వేరే ఆరోగ్య సమస్యలు రాకుండా కాపాడుతాయి. Brain Maturon చాలా బాగా ఉంటుంది. విటమిన్లు, ప్రోటీన్లు, మినరల్స్ సమృద్ధిగా ఉంటాయి.

అంతేకాదు, తల్లిపాలు బిడ్డను శ్వాసకోశ వ్యాధులు, జీర్ణ సంబంధిత వ్యాధులు, మెదడువాపు, పంటి సంబంధిత వ్యాధులు, ఇంకా కొన్ని రకాల క్యాన్సర్లు నుంచి కూడా కాపాడతాయి.

నాలుగు నెలల నుండి ఆరు నెలల వరకు బిడ్డకు తల్లిపాలు మాత్రమే ఇవ్వాలి. ఎలాంటి ద్రవ, ఘన పదార్థాలు పెట్టరాదు. మంచినిరు కూడా అవసరం లేదు. ఆరు నెలలు దాటిన తర్వాత మాత్రమే ఘన, ద్రవపదార్థాలు ఇవ్వడం మెల్లమెల్లగా అలవాటు చేయాలి.

తల్లిపాలు తాగినవారు ఆరోగ్యవంతమైన జీవితం గడుపుతారు. ఉద్యోగం చేసే తల్లులు తమ పాలను చల్లగా ఉన్న వాతావరణంలో 8 గంటల వరకు,

వేడిగా ఉన్న వాతావరణంలో 4-6 గంటల వరకు నిల్వ ఉంచి బిడ్డకు ఇవ్వవచ్చు.

- ప్రసవానంతరం రక్తస్రావం తగ్గడం
- సంవత్సరం నుండి రెండు సంవత్సరాల వరకు బిడ్డకి తల్లిపాలు ఇస్తే ఆ కాలంలో తల్లికి రెండవ ప్రెగ్నెన్సీ రాకుండా ఉంటుంది.
- Natural contraceptive, Ovarian Cancer, Breast Concer, Diabetes, High BP, Obesity, Cardia vasculare వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి.
- Henatoid atentis and cupes disea, Endometrits, osteoporosis అవకాశాలు తక్కువ.
- తల్లిపాల వల్ల బిడ్డకు, తల్లికి, సమాజానికి కూడా హితం. ఆరోగ్యకరమైన బిడ్డ వల్ల ఆరోగ్యకరమైన సమాజం తయారవుతుంది.

- తల్లికి, బిడ్డకు మంచి అనుబంధం ఏర్పడుతుంది.
- బిడ్డకు పాలు ఇవ్వడం ద్వారా తల్లి మాతృత్వాన్ని అన్వేదిస్తుంది. మానసికంగా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది.

పోతపాలు (Formula feeds) వల్ల బిడ్డ తరచూ అనారోగ్యానికి గురవుతుంది. తల్లికి ఎక్కువ శ్రమ కల్గుతుంది. తరచూ బాటిళ్లు శుభ్రపరచడం, ఎవ్వటికప్పుడు కలవడం, ఆర్థికంగా కూడా కుటుంబానికి భారమే. పోతపాలల్లో ఎక్కువగా ప్రోటీన్స్ ఉండడం వల్ల బిడ్డ భవిష్యత్తులో ఊబి కాయానికి గురయ్యే అవకాశం ఉంది.

డాక్టర్ ప్రేమలత,
డిజిటి, గైనకాలజిస్ట్

ఎస్.వి.పూజ హాస్పిటల్, కూకట్‌పల్లి,
హైదరాబాద్



“ఇంక కుతుబ్‌మినార్ వెళ్దాం.”

టికెట్ తీసుకుని కుతుబ్ కాంప్లెక్స్ లోపలికి వెళ్తూనే విక్రాంత్ ఫోటోలు తీసుకోవడం మొదలుపెట్టాడు. సుధీర ఫోటోలు ఆమెకి తెలికుండా తీసాడు.

“ఇక్కడ ఈ కాంప్లెక్స్‌లో మదర్సాలు (ఉర్దూ స్కూళ్లు), మసీదులు, ఇల్లుమష్, అల్లావుద్దీన్ ఖిల్జీ సమాధులు, ఈ కూలిన గోడలు అన్నీ చరిత్రలో మిగిలిపోయిన

ఆనవాళ్లు. వీటిని కుతుబుద్దీన్ బఖ్ తరవాత ఇల్లుమష్, అల్లావుద్దీన్ ఖిల్జీ కట్టారు. ఇక్కడ కూడా అన్నీ సమాధులే. ఈ ఐరన్ పిల్లర్ ప్రత్యేకత ఏంటంటే తుప్పు వట్టదు. ఏ లోహం కలిపారో కానీ, పరిశోధనలు జరుపుతున్నా కనుక్కోలేక పోయారు దాని మీద ఉన్న అక్షరాలు ఉర్దూ, పార్శీ కాదు. మన భాష. సంస్కృతం లాగా అనిపిస్తుంది. ఏదో రాజుని చంపి, అతని రాజ్యాన్ని ఆక్రమించి, ఈ పిల్లర్‌ని అక్కడి నుంచి ఎత్తుకొచ్చి ఇక్కడ పెట్టినట్లుగా ఉంది. ఇలా ఈ చరిత్ర అంతా తెలుసుకుంటుంటే బాధ కలుగుతుంది.” అంటూ వాచి చూసుకుంది.

“మనకింక టైం ఎక్కువ లేదు. వెళ్తూ వెళ్తూ పైనుంచే హుమయూన్ టూంబ్ చూద్దాం. దాని లోపలికి వెళ్లి చూసేంత సమయం మనకి ఉండదు. ఇంక మనం బయల్దేరుదాం. ఇప్పుడు వెళ్తేనే నయం. ఎందుకంటే ట్రాఫిక్ అంత ఎక్కువ ఉండదు. అయినా ఎంత లేదన్నా ఓ గంట పడుతుంది.”

బయటికి వస్తూ, అక్కడ కాంప్లెక్స్‌లో కనిపించిన ఆర్కియాలజీ దుకాణంలో ఢిల్లీ గురించిన పుస్తకాలు ఓ నాలుగు కొన్నాడు విక్రాంత్.

దారిలో సుధీర ఏం మాట్లాడలేదు. ఇంతవరకు అంశూ, సంగీత్ గుర్తుకు రాలేదు. ఇప్పుడు ఇంటికి

ఒకళ్లా, ఇద్దరా ఎందరో రావడం ఆక్రమించు కోవడం వాళ్ల చరిత్ర రాసుకోవడం, ఆఫ్సులు, ఆఫ్సు, మొగల్స్, బానిస వంశం తుగ్లకులు, సయ్యద్ లోడీలు ఓ వంశం నుంచి, మరో వంశానికి, ఓ తరం నుంచి మరో తరానికి, ఓ యుగం నుంచి మరో యుగానికి, వాళ్ల భవనాలు, కోటలు, తోటలు, సమాధులూ, ఇరుకు సందులూ, స్మశానాలూ, వాటి మధ్య మనం, మన మధ్య అవి. ప్రపంచంలోనే అతి గొప్ప చారిత్రాత్మక పట్టణం.”

“చాలా ఇన్ఫర్మేషన్ ఇచ్చావు. థాంక్స్. గైడ్‌గా పనికొస్తావు, డిగ్రీ అయ్యాకా ట్రావెల్స్, టూరిజం కోర్సు చేసి ఉండాల్సింది, అనవసరంగా ఈ లాంగ్వేజీలు నేర్చుకుని ఉద్యోగం చేస్తున్నావు.”

సుధీర నవ్వేసింది.

“అలాగే నవ్వుతూ ఉండండి, చాలా అందంగా ఉన్నారు.”

ఆ మాటకి సిగ్గు పడింది. దాన్ని కనిపించ నివ్వలేదు. తల ఓ పక్కకి వంచి, రోడ్డు వైపు చూసింది.

“ఆకలేస్తున్నట్లుగా ఉంది. తినేసి కుతుబ్‌మినార్, హుమయూన్ టూంబ్

చూసాకా అక్కడ మిమ్మల్ని టాక్సీ ఎక్కిస్తాను. లోడీ గార్డెన్స్ బావుంటుంది కానీ లోపల చాలా దూరం నడవాలి. మరి, టైం సరిపోతుందో లేదో.” అంటూ కారుని ఓ పక్కా ఆపి టైం చూసుకుంది.

రామ్‌లీలా మైదాన్ దగ్గర నుంచి నడుచుకుంటూ అడ్డొస్తున్న రిక్షాలని మనుషుల్ని తప్పించుకుంటూ, వెళ్తున్నారు.

“ఇక్కడ రకరకాల పరాఠాలు, కచోడీలు, దహీబల్లాలు, స్వీట్లు అన్నీ ఉంటాయి.”

“అవన్నీ నాకు తెలీదు, కానీ హాయిగా తినగలిగేది, కారాలూ, మసాలాలూ అవి ఏం లేకుండా ఉండేలాంటిది చూడండి.”

“ఏం పరవాలేదు. ఏం కాదు. ఇది తినకుండా మీరు వెళ్తే ఈ డ్రీమ్ ఇన్‌కంప్లీట్ అవుతుంది.”

ఆ సన్న సందుల్లోంచి మనుషుల్ని తప్పించు కుంటూ అలాగే ఆగుతూ తింటూ తిరిగారు. ఇక్కడ ఇది తినాల్సిందే, బావుంటుంది, మరెక్కడా ఈ రుచి ఉండదు. ఇది ఇక్కడ ఫేమస్. మా ఫ్రెండ్స్‌తో చాలా సార్లు తిన్నాను, అంటూ ఓ నాలుగు రకాలు తినిపించింది. “రెండు అయింది” అని వాచీ చూసుకుంటూ అన్నాడు.



వెళ్తుంటే గుర్తుకు రాగానే ఏం మాట్లాడాలని అనిపించడం లేదు. మౌనంగా కారు నడుపుతోంది. విక్రాంత్ అమెరికా జీవితం, తన ఊరు, అక్కడి వాతావరణం, అమెరికాతో కంపేరిజన్ చెప్తుంటే నిశ్శబ్దంగా వింటోంది.

మామయూన్ సమాధిని పైనుంచే చూపించింది. ఆ తరవాత కారుని ఓ చోట ఆపింది.

“మీరు ఇంకొక్క రోజుంటే షిమ్లాకి తీసుకెళ్లేదాన్ని. ఇప్పుడు చాలా బావుంటుంది. డిసెంబరు నెలాఖరుకి వస్తే వెల్ క్రిస్టమస్ ని చూసేవాళ్లం. నేను మా కాలిగ్నతో కలిసి ఓ నాలుగు సార్లు వెళ్లాను. అంతా మంచు, కుప్రీ, నాల్గేరా అయితే ఇంకా బావుంటాయి. ఇంకో రెండు రోజులు ఉండకూడదా?”

“ఉండచ్చు. కానీ ఇప్పుడు మాత్రం కాదు.” ఈసారి ఆమె కళ్లలోకి చూస్తూ. సుధీర కలవర పడింది. చూపులు తిప్పుకుంది. మాట మార్చింది.

“నాకు ఇక్కడినుంచి నొయిడా దగ్గర, మీరు ఇక్కడినుంచి టాక్సీ తీసుకెళ్లే మంచిది. మీకు ఆడ్రెస్ తెలియ కాబట్టి, అప్పారావు అంకుల్ కి ఫోన్ చేసి టాక్సీ బుక్ చేయమని చెప్పండి.”

“ఓకే” అంటూ ఇంటికి ఫోన్ చేస్తాను, ఊబర్ బుక్ చెయ్యమని అంటూ ఫోన్ చేసాడు.

“అలాగే. యా యా... రైట్.. డెఫినిట్లీ. సీ యూ” అంటూ సెల్ ఆపేసి సుధీర వైపు చూసాడు.

“అంటే, అంకుల్ మిమ్మల్ని కూడా ఇంటికి రమ్మంటున్నారు. వచ్చేయండి.” అన్నాడు విక్రాంత్. ఇబ్బందిగా చూసింది.

“ఇంత దూరం వచ్చారు. ఇక్కడికి దగ్గరే కదా?”

“దగ్గర, దూరం అని కాదు. ఇక్కడి నుంచి అంకుల్ వాళ్లింటికి, అక్కడికి వచ్చాకా కాస్సేపు కూచోవాలి కదా, మళ్లీ అక్కడి నుంచి మా ఇంటికి.. ఇప్పుడు ట్రాఫిక్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. అంటే ఇల్లు చేరుకోవడానికి నాకు కనీసం ఓ రెండు గంటలైనా పడుతుంది. సారీ మీ టాక్సీ వచ్చే వరకూ ఉంటాను. మీరు ఎక్కాకా నేను వెళ్తాను”

ఓ పది నిమిషాల తరవాత టాక్సీ వచ్చింది. అది వచ్చే వరకూ కార్లో కూచునే ఇద్దరూ ఎన్నో విషయాలు మాట్లాడుకున్నారు.

“ఓకే. నో ప్రాబ్లం. థాంక్యూ, సుధీరా. నాకు మీ ఊరు చూపించావు. ఓ అతిథికి ప్రాముఖ్యం ఇచ్చి, అతిథి దేవో భవ అని నిరూపించుకున్నావు. నువ్వు బాగా అలసిపోయావు. వెళ్లగలను. ఓకే” మరోసారి థాంక్స్ అని కారు దిగి తలుపు వేసాడు.

కారు దిగిన మరుక్షణంలోనే మళ్లీ ఫోన్.

“సుధీరా, మీకే ఫోన్” అంటూ సెల్ సుధీర కిచ్చాడు. విక్రాంత్ సుధీరా అని పిలిస్తే కొత్తగా అనిపించింది ఆమెకి.

“సుధీరా ఇంత దూరం వచ్చావు. విక్రాంత్ ని తీసుకుని రా. మంచి చిక్కటి కాఫీ ఇస్తాను. నీ అలసట

కాస్త పోతుంది.”

“లేదాంటే, నేను వెళ్లిపోతాను. మరోసారి, ఎప్పుడైనా.”

“నీ ఇష్టం. థాంక్యూ సుధీరా. విక్రాంత్ కి సీట్ చూపించినందుకు.”

సుధీర ఏం మాట్లాడలేదు. నవ్వేసింది. విక్రాంత్ ఆమెనే చూస్తున్నాడని, గమనిస్తున్నాడని గుర్తించింది.

మరో గంటకి సుధీర ఇంటికెళ్లింది.

ఇంటికెళ్లేసరికి తలుపు తీసిన స్వర్ణ కూతుర్ని పరీక్షగా చూసింది.

“వచ్చావా, ఇప్పుడే అనుకుంటున్నాం, సుధీర ఇంకా రాలేదే అని. పాపం బాగా అలసిపోయావు. కూచో మంచినీళ్లు తెస్తాను” తల్లి మాటలు ఆశ్చర్యాన్ని కలిగించాయి.

సుధీర బ్యాగ్ ని సోఫా పక్కనున్న చిన్న టేబుల్ పైన వదేసింది. బయట అన్ని గంటలు తిరగడం



గంటి భానుమతి

చూస్తున్నాడు. ఆ మాటలు అర్థం కాలేదు.

“అంటే?”

“ముందు ఇలా కూచో, విక్రాంత్ ఎలిజిబుల్ బ్యాచిలర్. బాగా చదువుకున్నాడు, అమెరికాలో ఉద్యోగం. ఇంతకన్నా ఏం కావాలి. ఏ ఆడపిల్లకైనా”

సుధీరకి తల్లి మాటలు అర్థమయ్యాయి. కానీ కానట్లుగా ఉంది.

కాలేజీలో, ఆఫీసులో ఎన్నోసార్లు మగపిల్లల గురించి, పెళ్లిళ్ల గురించి మాట్లాడుకునే వాళ్లు. మనం వాళ్లకి అణిగి మణిగి ఉండకూడదు. మనకీ ఓ వ్యక్తిత్వం ఉంది. కట్నాలు ఇవ్వ కూడదు. అలా అడిగిన వాడిని చేసుకోకూడదు. భార్యని ఎన్నో ఊళ్లు తిప్పాలి. భార్యని గౌరవించాలి. భార్య మాట వినాలి. ఇలా ఎన్నో మాట్లాడుకునే వాళ్లు. అభిప్రాయాలు కలవాలి. అన్ని విధాలా మగవాళ్లకి సమానం అలాంటప్పుడు మనం వాళ్లకి ఎందుకు లొంగాలి? వాళ్ల ఆధిపత్యాన్ని ఎందుకు అంగీకరించాలి? ఎక్కడ ఏ వార్త వచ్చినా ముందుగా స్పందించడం, దాని గురించి వాదించుకోడం. అలాంటి తను ఈ సమయాన డిఫరెంటుగా ఆవిస్తోంది, ఎక్కడో అంతరాంతరాల్లో విక్రాంత్ ఇంటి వాళ్ల నుంచి పాజిటివ్ జవాబుకోసం ఎదురు చూస్తోంది.

మూలంగా ఒళ్లంతా చీదరగా ఉంది. ఫ్యాన్ వేసుకుని, అలసటగా సోఫాలో కూచుంది. స్వర్ణ కూడా కూతురి పక్కన కూచుంది. మరోసారి ఆశ్చర్య పోయింది.

“వచ్చావా, విక్రాంత్ కి ఏం చూపించావ్, ఎన్ని చూపించావు, ఎక్కడెక్కడికి తీసుకెళ్లావు?” అంటూ తండ్రి కూడా గదిలోంచి బయటికి వచ్చాడు.

తల్లితండ్రి విక్రాంత్ కి ఎక్కువ ఇంపార్టెన్స్ ఇస్తున్నారనిపించింది. తను కూడా ఇచ్చింది కదా. అది అంతా అమెరికా మహత్వమా!

“ఏం అంటాడు, విక్రాంత్. నీతో ఎలా ప్రవర్తించాడు. ఎక్కడ భోంచేసారు. బిల్లు ఎవరు పే చేసారు. ఏం మాట్లాడుకున్నారు?”

“ఏం లేదు. మామూలుగానే మాట్లాడుకున్నాము.” అంటూ లేచి గదిలోకి వెళ్లబోయింది. విక్రాంత్ మీద ఆలోచనలు ఆమెని వదలడంలేదు. ఓ లోకంలోకి తీసుకెళ్తున్నాయి.

“విక్రాంత్ గురించి నీ ఉద్దేశం ఏంటి?”

గదిలోకి వెళ్తున్న సుధీర ఆగి, వెనక్కి తిరిగి తల్లి కేసి చూసింది. తండ్రి కూడా సుధీరనే

“ఒక్కడే కొడుకు. అక్కలు ఇద్దరు. వాళ్ల పెళ్లిళ్లుపోయాయి. వేరే ఊళ్లలో ఉంటున్నారు. ఆస్తి అదీ బాగా ఉంది”

ఆమెకి అంతా అర్థం అయింది. కానీ వెంటనే ఉత్సాహం చూపించడం ఇష్టం లేదు.

“అయితే ఏం అంటావు ఇప్పుడు. నాకెందుకు చెప్తున్నావు ఈ విషయాలు. నేను బాగా అలసిపోయాను. నన్నిప్పుడేం అడగకు.”

“ఇంతవరకూ జరిగింది ఓ విధంగా పెళ్లిచూపుల లాంటిది. పిల్లలు అమెరికాలో ఉంటున్నాడు, పెళ్లి చేయాలనుకుంటున్నారని, నాలుగైదు సంబంధాలు వచ్చాయని వాళ్లని చూడడం కోసం ఇండియా వస్తున్నాడని విక్రాంత్ ఇంట్లో వాళ్లు అప్పారావు గారికి, సుధాకర్ కి చెప్పారట. వాళ్లకి నీ సంబంధం అయితే బావుంటుందని మాతో అన్నాడు. ఓ విధంగా సుధాకర్ మధ్యవర్తిగా ఉన్నాడు”

సుధీర ఏం మాట్లాడలేదు. కెనడా, అమెరికా, అన్నీ ఆమెని ఓ అందమైన ప్రపంచంలోకి లాక్కి తీసున్నాయి. అన్నిటి కన్నా ముందు విమానంలో

ప్రయాణం. ఇంతవరకూ ఒక్కసారి కూడా విమానం ఎక్కలేదు. ఇంతవరకూ టీవీలో చూసినవన్నీ కూడా ప్రత్యక్షంగా చూస్తుంది. ఇలా ఎన్నో ఆలోచిస్తున్న ఆమె ఆ ఊహల్లోంచి బయటికి రావడానికి ఇష్టపడడం లేదు. కూతురి మౌనం స్వర్ణకి మరోలా అర్థం అవుతోంది.

“బలవంతం ఏమీ లేదు. బాగా ఆలోచించుకో. నీకు నచ్చితేనే.”

నాకు నచ్చాదు. నాకు ఇష్టమే అని వెంటనే సుధీరకి అనాలనిపించింది. కానీ అనలేదు.

“మంచి పర్సనాలిటీ, తెలుపు కాకపోయినా నలుపు మాత్రం కాదు. చదువుంది, డబ్బుంది. ఒక్కడే కొడుకు. అన్నింటికీ మించి అమెరికా. వద్దనడానికి కారణాలేం కనపడడం లేదు.” అంది స్వర్ణ.

“వాళ్లది పల్లెటూరుట” ఏదో అనాలని అంది.

“నువ్వేం అక్కడే ఉండడం లేదు. ఏదో వెళ్లినా ఒక వారం పది రోజుల కోసం వెళ్తారు. అయినా అక్కడే ఉండే ఛాన్సే లేదు. అయినా ఈ పల్లెటూరు అదీ పెద్ద కారణాలుగా తీసుకోకు. ఇప్పుడు నీకు నచ్చడం ఒక్కటే కాదు, విక్రాంత తల్లిదండ్రులు, నాయనమ్మ అందరికీ కూడా ఈ సంబంధం నచ్చాలి. వాళ్లు అంగీకరిస్తే మంచిదే. అంగీకరించకపోతే నువ్వేం బాధ పడకు. ఇది కాకపోతే మరోటి. మనం మాత్రం కష్టపడకుండానే వచ్చింది. కుదిరిందా సరే సరి. కుదర్లేదు. మరి మంచిది.” అంది తేలికగా.

తల్లి తీసుకున్నంత తేలిగ్గా సుధీర తీసుకోలేక

పోయింది. కుదరకపోతే తప్పకుండా బాధ పడుతుంది.

తను నచ్చలేదంటే తనకి అవమానం కాదా. ఆ బాధ తల్లికి తెలీదు. తను తేలిగ్గా తీసుకోడం చాలా కష్టం.

ఈ సంబంధం కుదరాలి. ఆ ఇంట్లో వాళ్లకి తను నచ్చాలి. ఆమెకి ఆశ్చర్యం అనిపిస్తోంది. ఫ్రెండ్స్ దగ్గర ఓ ఫెమినిస్ట్ లా ఎన్నో మాటలు మాట్లాడే తను, వాళ్లకి నచ్చాలి అని తను అనుకోవడం ఏంటి, వాళ్లు తనకి నచ్చాలి అని అనుకోవాలి.

ఓ వారం రోజులు మనసు మనసులో లేదు. అన్యమనస్కుగానే ఆఫీసుకి వెళ్తోంది, వస్తోంది.

అంతాతో చాందినీ చౌక్ వెళ్లింది. సంగీతకి డాన్సు ప్రాక్టీసు చేస్తూ స్టైల్ చూస్తూ స్టైపులు చేస్తున్నా ఆలోచనలన్నీ విక్రాంత మీదనే వెళ్తున్నాయి.

విక్రాంత పెళ్లిచూపుల కోసం వచ్చాడా, తన అందాన్ని మెచ్చుకున్నాడు, ఒకసారి కాదు, రెండు సార్లు మెచ్చుకున్నాడు.

కన్నాట్ ప్లేస్ లో, కుతుబ్ మినార్ లో, ఎర్రకోట

గేటు దగ్గర, ఎన్నో ఫోటోలు తీసాడు. అంటే తను నచ్చినట్లు కాదా!

ఒకవేళ వాళ్ల ఇంట్లో వాళ్లకి నచ్చకపోతే.

అప్పుడు ఏంటి?

విక్రాంత కాకపోతే మరో

మిరాట్ అని

అనుకోగలదా! అంత

సులభంగా మనసుని

కన్ఫ్యూస్ చేయగలదా!

అయినా ఓ మనిషి నచ్చిందో లేదో, అని ఒక్క

మాట చెప్పడానికి ఇన్ని రోజులా? తెలీకుండా

వాళ్ల అభిప్రాయం కోసం ఎదురుచూసింది.

విక్రాంతకి తను తప్పకుండా నచ్చుతుంది.

ఆ విషయం అతని మాటల్లో గ్రహించింది.

మీరు చాలా

అందంగా ఉన్నారు. ఈ



కలర్ మీకు బాగా నచ్చింది, అతని చూపులు, మాటలూ అన్నీ గుర్తు చేసుకుంటూంటే, విక్రాంతకి తను నచ్చక పోవడం అన్న ప్రశ్న రానే రాదు. కాకపోతే అతనింట్లోని పెద్ద వాళ్లకి కూడా నచ్చాలి. తెలీకుండా దేవుడిని అదే కోరుకుంటోంది.

ఆమెకి తనేంటో తనకే అర్థం కావడం లేదు. ఎందుకింత ఆరాట పడుతోంది? వాళ్లకి నచ్చాలి అని ఎందుకంతగా అనుకుంటోంది? తనకి నచ్చాలి అని ఇంట్లో వాళ్లు ఎందుకనుకోవడం లేదు? ఓ విధంగా చూస్తే తను కూడా అనుకోవడం లేదు. ఓ మామూలు ఆడపిల్ల లాగా ఆలోచిస్తోంది. ఢిల్లీ లాంటి ఊళ్లో చదువుకుని, ఉద్యోగం చేస్తున్న తను డిఫరెంట్ గా ఆలోచించాలి. ఇది వరకు ఓ ఫెమినిస్ట్ లా ఆలోచించేది, మాట్లాడేది.

కాలేజీలో, ఆఫీసులో ఎన్నోసార్లు మగపిల్లల గురించి, పెళ్లిళ్ల గురించి మాట్లాడుకునే వాళ్లు. మనం వాళ్లకి అణిగి మణిగి ఉండకూడదు. మనకీ ఓ వ్యక్తిత్వం ఉంది. కట్నాలు ఇవ్వకూడదు. అలా అడిగినవాడిని చేసుకోకూడదు. భార్యని ఎన్నో ఊళ్లు తిప్పాలి. భార్యని గౌరవించాలి. భార్య మాట వినాలి.

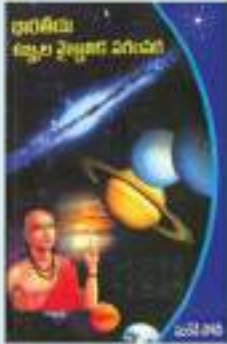
ఇలా ఎన్నో మాట్లాడుకునే వాళ్లు. అభిప్రాయాలు కలవాలి. అన్ని విధాలా మనం మగవాళ్లకి సమానం. అలాంటప్పుడు మనం వాళ్లకి ఎందుకు లొంగాలి? వాళ్ల ఆధిపత్యాన్ని ఎందుకు అంగీకరించాలి? ఎక్కడ ఏ వార్త వచ్చినా ముందుగా స్పందించడం, దాని గురించి వాదించుకోడం.

అలాంటి తను ఈ సమయాన డిఫరెంటుగా ఆవిరిస్తోంది, ఎక్కడో అంతరాంతరాల్లో విక్రాంత ఇంటి వాళ్ల నుంచి పాజిటివ్ జవాబుకోసం ఎదురు చూస్తోంది. ఓ విధంగా విక్రాంతకి సరెండర్ అయి పోయింది. అది విక్రాంతకా, అతని అమెరికాకా ఆమెకి తెలీదు.

(ఇంకా ఉంది)



జాతీయ భావాలను మేల్కొల్పే ఉత్తమ సాహిత్యం మీరు తప్పక చదివి, పదిమందిచే చదివించదగిన పుస్తకాలు



వెల : ₹. 200/-



వెల : ₹. 300/-



వెల : ₹. 200/-



వెల : ₹. 60/-



వెల : ₹. 120/-



వెల : ₹. 100/-



వెల : ₹. 90/-



వెల : ₹. 90/-



వెల : ₹. 250/-



వెల : ₹. 250/-



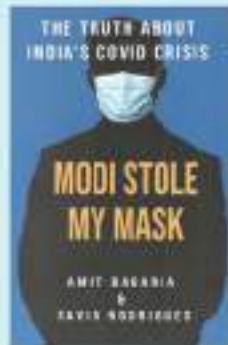
వెల : ₹. 149/-



వెల : ₹. 299/-



వెల : ₹. 395/-



వెల : ₹. 399/-



వెల : ₹. 499/-

పై పుస్తకములకు మరియు క్రొత్త, పాత నవయుగ భారతి ప్రచురణలకై సంప్రదించండి

ఫోన్ ద్వారా మీకు కావలసిన పుస్తకాలు తెలియజేయండి! రిజిస్టరుడ్ షాపులో అందుకోండి!!

సాహిత్య నికేతన్ : 3-4-852, కేశవనిలయం, బర్మన్ పురా, హైదరాబాద్ -27.

040-27563236, 9290127329

సాహిత్య నికేతన్ : ఏలూరు రోడ్, గవర్నరు పేట, విజయవాడ - 2, దూరవాణి : 63035 41244

ప్రతి బిడ్డ బోజాజి



ధాత్రికి కృతజ్ఞతలు!

23 ఏళ్ల నసీమాకు ముందస్తు ప్రసవం కావడంతో తన బిడ్డను 25.11.2019న నీలోఫర్ ఆసుపత్రిలో చేర్చారు. శిశువు బరువు 800 గ్రాములు. మా కౌన్సిలర్లు మమతా, దివ్య ఆమెకు తగినన్ని పాలు రావడం లేదని తెలుసుకున్నారు. నసీమాను తల్లిపాల బ్యాంకుకు రమ్మని కోరారు. మర్దన, యోగా పద్ధతులను నేర్పించారు. వేడినీటి కాపడం (ఫోమెంటేషన్) వంటివి చేసారు. పాలు పిండటం కోసం రోజుకు 3 సార్లు రావాలని చెప్పారు. నసీమా నిత్యం తల్లిపాల బ్యాంకుకు వచ్చింది. మేం చెప్పిన అన్ని పద్ధతులను శ్రద్ధగా పాటించింది. మా కౌన్సిలర్లు సూచించిన ఆహారాన్ని తీసుకుంది. ఫలితంగా తన బిడ్డకు 3 నుంచి 5 గంటలు పాలు పాలిచ్చింది. కంగారూ మదర్ కేర్ టెక్నిక్ వల్ల ఇది సాధ్యమైంది. నసీమా 5 గంటలపాటు కంగారూ మదర్ కేర్ (కేఎంసీ) చేసిన సందర్భాలు కూడా ఉన్నాయి. క్రమంగా ఆమె బిడ్డ ఆరోగ్యం కూడా మెరుగుపడింది. ఆమె పాల పరిమాణం కూడా పెరిగింది. 5 మి.లీ. నుండి 8 మి.లీ.; తరువాత 10 మి.లీ. వరకు పెరిగింది. నసీమా చాలా సంతోషపడింది. అంతేకాదు, కొన్నిసార్లు తన పాలను దానం కూడా చేసింది. 25.01.2020న ఆసుపత్రి నుంచి వెళ్లే సమయానికి తన బిడ్డ బరువు 1.3 కిలోలు. ధాత్రి మిల్క్ బ్యాంక్ కి, కంగారూ మదర్ కేర్ కి నసీమా కృతజ్ఞతలు తెలిపింది.

మిగులు పాలు వృథా చేయవద్దు!



22 ఏళ్ల అరుణ జగిత్యాల జిల్లా నివాసి. మూడవ కాన్పుకోసం నీలోఫర్ ఆసుపత్రికి వచ్చింది. 2.11.2019న ఎల్ఎస్ఎస్ఎస్ (క్రింది కడుపు శస్త్రచికిత్స) ద్వారా బిడ్డను ప్రసవించింది. బిడ్డ 3.240 కిలోల బరువుతో ఆరోగ్యంగా జన్మించింది. ప్రసవానంతరం ఆమెను వార్డుకు తరలించారు. కౌన్సిలర్ లక్ష్మీదేవి తన రౌండ్ల సమయంలో అరుణ రొమ్ము పాలతో నిండిపోయిందని గమనించింది. దీనివల్ల తల్లికి వచ్చే సమస్యలను వివరించారు. మిగులుపాలను పిండుకునేందుకు మిల్క్ బ్యాంకుకు రావాలని కోరారు. ధాత్రి మిల్క్ బ్యాంక్ లో అదనపు పాలు పొందుతున్న తల్లుల నుండి, లేదా పిల్లలకు పాలు వట్టని వారి నుండి పాలు ఎలా సేకరిస్తున్నారో, వాటిని శిశువులకు ఉచితంగా ఎలా అందజేస్తారో వివరించారు. మిగులుపాలను పిండుకోవడం వల్ల రొమ్మునొప్పి తగ్గించుకోవడంతో

పాలు మరొక శిశువు ఆకలి తీర్చవచ్చని తెలియజెప్పారు. అరుణ ఎంతో ఆనందించింది. తన చివరి రెండు కాన్పుల్లో అదనపు పాలను వృథా చేసిన విషయం గర్తుకు తెచ్చుకొని ఎంతో బాధపడింది. అదనపు పాలను రొమ్ముపంపు ద్వారా సేకరించడం సౌకర్యవంతంగా ఉందని, ఎలాంటి నొప్పి లేదని తెలిపింది. అరుణ డిస్చార్జ్ మొత్తం 1610 మిల్లీలీటర్ల పాలను దానం చేసింది. ఆమె పాలు ఎందరో చిన్నారుల ప్రాణాలను కాపాడటానికి దోహదపడ్డాయి. అరుణ 06.11.2019న డిస్చార్జ్ అయ్యే సమయానికి మొత్తం 1610 మిల్లీలీటర్ల పాలను దానం చేసింది.

నిండాల్లి!



తల్లిపాల
ప్రత్యేకం

పీడీహెచ్ఎం పాలు ఒక వరం!

ముమత సంగారెడ్డి జిల్లాకు చెందిన ఒక గ్రామీణ గృహిణి. వయసు 24 ఏళ్లు. ముగ్గురు శిశువులను ప్రసవించింది. వారు నెలలు నిండకముందే, తక్కువ బరువుతో పుట్టడం వల్ల నీలోఫర్ ఆసుపత్రికి తరలించారు. ముగ్గురిలో ఇద్దరు బ్రతకలేదు. బతికిన శిశువు బరువు 950 గ్రాములు. వెంటిలేటర్లో సుమారు 15 రోజులు ఉంది. తల్లికి పాలు వచ్చేవికాదు, బిడ్డ కూడా సరిగా పాలు తాగలేదు. చనుబాలివ్వడం కోసం ఆమె ధాత్రిని సంప్రదించింది. మేం రొమ్ముపంపు ద్వారా పాలను ఎలా సేకరిస్తామో వివరించాం. పాల పరిమాణాన్ని ఎలా పెంచుకోవచ్చో చెప్పాం. మద్దన, యోగ పద్ధతులు చూపించాం. పాయిశ్చరెజ్ట్ డోసర్ హ్యూమన్ మిల్క్ (పీడీహెచ్ఎం) గురించి కూడా వివరించాం. అప్పటి నుండి మమత పాల సేకరణ కోసం పాలబ్యాంకుకు వచ్చేది. తన బిడ్డకోసం పీడీహెచ్ఎం తీసుకునేది. ఆమె తిరిగి చనుబాలివ్వడానికి మేం అన్ని విధాలుగా ప్రయత్నించాం. కాని ఫలితం దక్కలేదు.



ధాత్రి నుండి సుమారు 75 రోజులు ఆమె బిడ్డకు పీడీహెచ్ఎం ఇచ్చారు. పాల సేకరణ కోసం ఆమెతోపాటు ఇతర తల్లులను పాలబ్యాంకుకు తీసుకురావడానికి, పీడీహెచ్ఎం తీసుకోవడానికి కూడా మమత ప్రోత్సహించింది. సెప్టెంబరులో ఆసుపత్రి నుంచి డిశ్చార్జ్ అయ్యే సమయానికి మమత బిడ్డ బరువు 1.5 కిలోలు. సమీక్షలో భాగంగా అక్టోబర్లో ధాత్రి నుండి మేం ఒకసారి కాలే చేశాం. అప్పుడు ఆమె 'నా బిడ్డ ఇప్పుడు 3.5 కిలోల బరువుంది. ఎంతో ఆరోగ్యంగా ఉంది. ఇదంతా మీ వల్లే.' అని ఎంతగానో సంతోషించింది. అప్పుడు మేం కూడా చాలా సంతోషించాం.

ఇలాంటి సంఘటనలు ఇంకా ఎన్నో మా దృష్టికి వచ్చాయి. చనుబాలివ్వడంలో తల్లులకు సమస్యలు సాధారణం. దీని గురించి ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదు. ఈ విషయంలో మీకు ఎలాంటి సాయం కావాలన్నా.. సలహాలు, సూచనలు అందించడానికి కూడా ధాత్రి తల్లిపాల నిధి సదా సిద్ధం.

నా బిడ్డలకు కడుపునిండా పాలిస్తున్నాను!

జౌనకి, 26 ఏళ్ల తల్లి. 9.12.2019న ఒక ప్రైవేట్ ఆసుపత్రిలో కవలలకు జన్మనిచ్చింది. నెలలు నిండకముందే ప్రసవం కావడంతో శిశువుల బరువు ఒక్కొక్కరిది 1.2 కిలోలు మాత్రమే. దీంతో చికిత్స కోసం నీలోఫర్ ఆసుపత్రిలో చేర్చారు. ఎన్ఐసియు (నియోనాటల్ ఇంటెన్సివ్ కేర్ యూనిట్)లో జానకి తన ఇద్దరు బిడ్డలకు చేతితో పాలు పిండి తాగిపిస్తున్నట్లుగా ధాత్రి కౌన్సిలర్ లక్ష్మి గమనించింది. ఆమెకు మిల్క్బ్యాంక్ రొమ్ముపంపుతో పాలు సేకరించడం గురించి చెప్పింది. మిల్క్బ్యాంక్ వద్ద మా కౌన్సిలర్లు ఆమెకు పంపింగ్ చేయడంలో సహాయం చేశారు. కానీ ఆమెకు 10 మి.లీ. పాలు మాత్రమే వస్తున్నాయి. ఇవి తన ఇద్దరు బిడ్డలకు సరిపోవు. కాబట్టి పీడీహెచ్ఎం (పాయిశ్చరెజ్ట్ డోసర్ హ్యూమన్ మిల్క్) గురించి జానకికి చెప్పారు. వారికి ఆ పాలు అందేలా చూశారు. నేచురోపతి వైద్యుల సూచనల మేరకు పాల ఉత్పత్తి కోసం జానకికి యోగా, మద్దన, వేడినీటి కావడం, కొన్ని నేచురోపతి పద్ధతులు నేర్పించారు. రోజుకు 2 నుండి 3సార్లు క్రమం తప్పకుండా వీటిని ప్రాక్టీస్ చేసింది. కఠినమైన ఆహార నియమాలు పాటించింది. దీంతో క్రమంగా జానకి తన పాల సామర్థ్యాన్ని 50 మి.లీటర్లకి పెంచుకుంది. పిల్లలకు సరిపడా పాలను ఇచ్చే స్థాయికి తన పాల సామర్థ్యానికి పెంచుకున్నది. డిశ్చార్జ్ సమయానికి ఆ కవలల్లో ఒకరి బరువు 1.6 కిలోలు. మరొకరు 1.8 కిలోల బరువు ఉన్నారు. అంతేకాదు, ఇద్దరూ ఎంతో ఆరోగ్యంగా ఉన్నారు. జానకికి 80 మిల్లీలీటర్ల పాలు పిండిన సందర్భాలు కూడా ఉన్నాయి.



ఇల్లంతా నిశ్శబ్దం. ఈక కదిలినా శబ్దం వచ్చేంత శూన్యంలా కనిపిస్తూ ఉంది. తెల్లవారుజాము అది. కోడి కూయడానికి కూడా భయపడేటంత శూన్యంలా కనిపించింది. రాహుల్ బెడ్ పై నా సాఫీ గా వదుకుని ఉన్నాడు. ఇంట్లో అమ్మకూడా ఉంది. వేరే గదిలో తనుకూడా పడుకునిఉంది. ఇంట్లో ఇంకో మేకపిల్లను కూడా వాళ్ళ పెంచు కుంటున్నారు. అది పెరటివైపు పడుకుని అక్కడే దానికి కావలసిన గడ్డి తింటూ ఉంటుంది. ఇలా అన్నీ నన్నివేశాలు రాహుల్ మెదడులో తిరుగుతూ ఉంటాయి. 41 ఏళ్లవయసున్న వాడు రాహుల్. తల్లిది అప్పుడో ఇప్పుడో పోయేలా ఉన్న కొన ఊపిరి ప్రాణం. తండ్రి కూడా లేడు.

పూర్తిగా తెల్లవారింది. రాహుల్ కి మెళుకువ వచ్చింది. బెడ్ పక్కనే ఉన్న కిటికీని తెరచి సూర్యుని వంక కోపంగా చూసాడు. “పనీ పాటా ఏం లేదా నీకు? పొద్దు పొద్దున్నే వస్తావ్” అన్నట్లుగా..” మంచి నిద్రలో ఉన్న నిద్రలో నా పని చేసుకుంటున్న నన్ను మరి ఇంత డిస్టంట్ చేస్తావెందుకు “అని. రోజూ చివాట్లు తప్పవు సూర్యుడుకి రాహుల్ చేతిలో. రాహుల్ కి సూర్యుడు అంటే చాలాకోపం. అందర్నీ మేలుకొలుపుతాడు కదా... అందుకే. తల్లికి మాత్రం దిగులు, కొడుకుకి ఇంకా పెళ్లి కాలేదు, పైగా ఏ జాబూ కూడా చేయట్లేదు అని. తన ఆరోగ్యం గురించి తనకు దిగులు లేదు. ఉన్నదంతా ఒక్కగానొక్క తన కొడుకు ఏమైపోతాడో అన్న భయం తప్ప. రాహుల్ కోసం, తన తోడుగా ఉన్న భర్త ప్రాణాలు కూడ లెక్కచేయని తల్లి. కొడుకంటే అంత ప్రేమ. రాహుల్ కి తన ఫోన్ అంటే మరి పిచ్చి. దానితో ఉంటే తనకేం గుర్తు కూడా ఉండదు. తల్లి మనసులో చాలా బెంగ ఉంది. రాహుల్ ఎప్పుడూ తన తల్లిని బాగా గమనిస్తూ ఉంటాడు, తన తల్లికి ఎందుకు అంత బెంగ తనపై అని. కానీ ఎప్పుడూ రాహుల్ కి అది అంతుపట్టని ప్రశ్నగానే మిగిలిపోయింది. ఆ ప్రశ్నకి సమాధానం వెతికే ప్రయత్నం ఎప్పుడూ తాను చేయలేదు కూడా. అమ్మను ఎలాగైనా సంతోష పెట్టాలని ఆలోచనలు బాగా మెదడులో వ్యాపించాయి. ఫోన్ చేతిలోకి తీసుకుని ఏదో వెతకడం మొదలు పెట్టాడు. ఫోన్ చేతిలోకి రాగానే నిద్రలోకి జారుకున్నాడు. మళ్లీ తలలోకి ఏవో ఆలోచనలూ ఏదో చేసేయాలన్నంత ఆశ గుండె వేగాన్ని పెంచింది. అలాగే పడుకున్నాడు.....

కొంచెం సేపటికి లేచి, చుట్టూ అంతా చూసాడు. టేబుల్ పైన గ్లాసు ఉంది. ఆ గ్లాసుపై స్టీలు గిన్నె బోర్లించి ఉంది. గిన్నెపై ఒక టాబ్లెట్ ఉంది. గ్లాస్ పక్కనే తన వాచ్ ఉంది, తీసి చేతికి తగిలించి ముఖం మీద నీళ్లు చల్లి అద్దంలో కాస్త తన చామన

ఛాయరంగు ఉన్న ముఖాన్ని చూసి చిరునవ్వు నవ్వి నెత్తిమీద నెరిసిపోతున్న జుట్టును చూసి చిన్న నిట్టార్పుతో వెనక్కితిరిగి బయటకు బయలుదేరాడు. ఇల్లు దాటడానికి ముందు ఒకసారి తల్లిగదిలోకి తొంగిచూసి, నిద్రిస్తున్న తల్లిని చూసి, బజారులోకి బయలుదేరాడు. చుట్టూ వెతికాడు చేయడానికి ఏమీ

నా జీవితం..



నా మేకపిల్ల

ఇంద్రాణి మామిడిపల్లి

కనిపించడంలేదు. చుట్టూ మళ్ళీ చూసాడు పెళ్లి చేసుకోవడానికి ఒక అమ్మాయి కూడా కనిపించలేదు. నిరాశ పెదాల పైకి వచ్చి పెదవి విరుచుకుని వెనక్కి తిరిగాడు. పెద్దగా చదువు కూడా తనకి రాలేదు అనే నిరాశ మళ్ళీ కమ్ముకుంది అతనిలో. ఛీ అంటూ సమాజాన్ని చూశాడు. ఏం పని చేయాలో అసలే అర్థం కాలేదు. అటు తిరిగి ఇటు తిరిగి పెరటిలోకి వచ్చి చూశాడు. మేక కనిపించింది. అది తనకి ఎప్పుడూ ఏ విధంగా కూడా ఉపయోగపడిందే లేదు అని ఆలోచిస్తూ దాన్ని తీసుకొని అమ్మదానికి పోయాడు. దాన్ని అమ్మితే 2000 రూపాయలు వచ్చాయి. ఆ డబ్బుతో అమ్మకి కావాల్సిన మందులను తెచ్చాడు. అమ్మకి ఇచ్చాడు. అయిన అమ్మ కళ్ళలో ఇంకా బెంగ కనిపిస్తూనే ఉంది. అమ్మకి పూర్తిగా నయం చేయించాలి అనుకున్నాడు. ఉన్న పెరటిని అమ్ముడాం అనుకున్నాడు. కానీ ఆ పెరడు తనది కాదు, ఆ ఇల్లు కూడా అద్దెకు తీసుకున్న ఇల్లు అని గుర్తువచ్చి ఆగిపోయాడు. ప్రతివెల తల్లికి వచ్చే పింఛన్ డబ్బుతో ఇంటి అద్దె సరిపోతుంది అని గ్రహించాడు. మళ్ళీ తిరిగి తన రూమ్ కి వెళ్లి పడుకున్నాడు. ఇంకా ఆలోచించాడు. అమ్మ ఇంకా అలాగే ఉంది తన మొహంలో నవ్వులేదు. అని అలాగే పడుకున్నాడు..

మళ్ళీ కాసేపయ్యాక లేచి చుట్టూ చూసాడు. అమ్మకి ఒక మంచి కోడలు కావాలని అనుకున్నాడు. కానీ తన వయసున్న వాడికి ఎవరు పిల్లని ఇస్తారు అని అనుకున్నాడు. కానీ రాత్రి చూసిన సీరియల్స్ గుర్తువచ్చి, ముసలాయనకి కూడా పెళ్లి జరిగింది, నాకెందుకు జరగదు అని మళ్ళీ బయటకు పోయాడు. రోడ్డువక్కన ఒకచిన్న టీకాట్టు దగ్గర ఒక అమ్మాయి అడుక్కుంటూ కనిపించింది. పక్కనే ఒక పూల వ్యాపారం కూడా జరుగుతుంది. చూడటానికి చాలా అందంగా ఉంది, అచ్చం పూలలాగానే ఇంకా పెళ్లి కూడా అయినట్టు లేదు అనుకుని కొన్ని పూలు కూడా కొన్నాడు. ఆ పూలు ఆ అమ్మాయి జడలో ఉంటే ఎలా ఉంటుందో ఊహించుకున్నాడు. కళ్ళలోకి సిగ్గు ఆవహించి ఉంది. వెంటనే తన చేయి పట్టుకొని తనతో వచ్చేయమని, తనకి భార్య కమ్మంటూ, తన

తల్లికి కోడలు కమ్మంటూ.... తన ఇంటికి ఇల్లాలు కావాలంటూ ఇంటికి తీసుకొనిపోయాడు. తన తల్లికి కోడలు వచ్చిందని చెప్పి, తన భార్యను అందంగా ముస్తాబు చేసి అమ్మ దగ్గరికి తీసుకుపోయాడు. కానీ ఇంకా అమ్మ కళ్ళలో మాత్రం బెంగపోలేదు. భార్యను గదిలోకి తీసుకుపోయి, ఇద్దరూ బెడ్ పైనే కూర్చున్నారు... అమ్మ మొహాన్ని ఇంకా గుర్తుకి తెచ్చుకున్నాడు. భార్య ఏమి మాట్లాడలేదు. మౌనం పాటించింది. భర్త వంక చూసింది. అలసటగా ఉంది అన్న అర్థాన్ని మొహంలో చూపించి బెడ్ పై ఒరిగింది. రాహుల్ కి అలాగే ఉంది. కానీ ఏం చేస్తే అమ్మ మళ్ళీ మామూలుగా మారుతుంది అని ఆలోచిస్తున్నాడు. అప్పుడు మళ్ళీ ఇంకో ఆలోచన వచ్చింది. అమ్మకి ఒక మనవడో, మనమరాలో కావాలేమో అనుకున్నాడు. నిద్రపోతున్న భార్యని లేపి సంగతి చెప్పాడు.



సిగ్గుతో భర్తని దగ్గరకి తీసుకుంది. ఇద్దరూ సంగమించారు. ఒకగంట దాటింది. ఇంకా నిద్రలోనే ఉన్నారు. రాహుల్ కి ఇంతలో మెలుకువ వచ్చింది. గట్టిగా కౌగిలించుకొని పడుకున్న భార్యని చూసి లేవాలనిపించలేదు. అలాగే నిద్రపోయాడు...

తెల్లవారింది అనిపించింది రాహుల్ కి. బెడ్ పై చూసాడు. తన భార్య కనిపించలేదు. స్నానంకి వెళ్లిందేమో అనుకున్నాడు. తను తొందరగా లేచాడు. అమ్మ గదిలోకి వెళ్ళాడు రాహుల్. అమ్మ ఎప్పుడో లేచి పనులన్నీ అయిపోయి మళ్ళీ పడుకుంది కూడా... రాహుల్ మొహంలో సిగ్గు తొణికిసలాడుతుంది. అయినా తల్లి కళ్ళలో ఏదో బెంగ ఇంకా కనిపిస్తూనే ఉంది..

ఎందుకో ఇంకా అర్థంకావడం లేదు. మళ్ళీ నిరాశతో తన రూంలోకి వెళ్లి బెడ్ పై కూర్చున్నాడు. ఫోన్ తీసుకున్నాడు. తనకి రోజూ జరిగింది రాయడం అలవాటు. ఆరోజు జరిగింది కూడా అందులో రాశాడు. ఎప్పటికప్పుడు అలా అన్ని రాస్తూ ఉంటాడు. ఇది తన తల్లి దగ్గర నుండి నేర్చుకున్నాడు. అమ్మకి కూడా అలవాటే. రాహుల్ కి మళ్ళీ ఏమీ అర్థం కాలేదు. భార్యకోసం చూసాడు. ఎక్కడాలేదు. బజారుకి గానీ వెళ్లిందేమో అనుకున్నాడు. ఫోన్ ని చూస్తూ ఉన్నాడు నిద్ర ముంచుకొచ్చింది రాహుల్ కి. అలాగే నిద్రలోకి జారుకున్నాడు...

చుట్టూ ఏదో అలికిడి. ఏవో కూతలు వినిపిస్తున్నాయి. తొందరగా మెలుకువ వచ్చింది. కానీ చూస్తే ఏమీలేదు. భార్య కనిపించింది. ఒక్క సారిగా లేచి హత్తుకున్నాడు. ఎక్కడికి పోయావు నువ్వు అని... చిరునవ్వు నవ్వి, పొద్దున్నే మార్కెట్ కి వెళ్లాను అని చెప్పింది. అమ్మని చూసు కున్నావా అని అడిగాడు. చూసుకున్నాను అన్నట్టుగా తల ఊపింది. సరేలే అమ్మ బతే బాగానే ఉందిగా అనుకున్నాడు. ఫోను మళ్ళీ చేతిలోకి తీసుకున్నాడు వెంటనే నిద్రపోయాడు...

యధావిధిగా తెల్లవారింది. తన బెడ్‌పక్కన ఉన్న కిటికీ తెరుస్తూ సూర్యుడిని తిట్టడం స్టార్ట్‌చేసాడు రాహుల్.” నాకు భార్య వచ్చాక కూడా నీవు తొందరగానే వేస్తే ఎలా అయ్యూ..” అని నాలుగు చివాట్లు పెట్టాడు. భార్యను పిలిచాడు. రాలేదు ఎంతకూ. పిలుస్తూనే ఉన్నాడు. అయినా రాలేదు. కోపం ముంచెత్తు కొచ్చింది. కిచెన్‌కి వెళ్లాడు అక్కడాలేదు. అమ్మతో ఉందేమో అనుకున్నాడు. అమ్మ గదిలోకి పోయాడు. అక్కడ కూడా లేదు. ఎక్కడికి వెళ్లిందో అని ఆలోచించే లోపే ఇంకో విషయం గమనించాడు. బెడ్‌పైన అమ్మ కూడా లేదూ....

ఒక్కసారిగా కళ్లు మళ్లీ అటువైపు తిప్పాడు. కనిపించలేదు. పెరటిలో వెతికాడు. అక్కడాలేదు. మళ్లీ అక్కడ కూడా ఒకవిషయం గమనించాడు. పెరటిలో కట్టేసిన మేక అక్కడే ఉంది. అమ్మి అమ్మకి మందులు తెచ్చానుగా అనుకున్నాడు. బుర్ర తిరిగిపోయింది. ఏం జరుగుతుందో అర్థం కాలేదు. బజారుకి కూడా వెళ్లాడు. రోడ్డువక్కనే ఉన్న టీకొట్టు పక్కనే పూలు అమ్మే షాపు ఉంది. అక్కడ ఇంకో విషయాన్ని కూడా చూసాడు. ఆ పూలు అమ్మే షాపు పక్కనే ఒక మహిళ అడుక్కుంటూ కనిపించింది. ఆమె తనభార్య అని గ్రహించాడు. అక్కడికి వెళ్లేలోపే ఇంకొక ఆయన వచ్చి తన భుజాలపై చేయి వేసి తనకి ప్రేమగా అన్నం తినిపిస్తున్నాడు. చూసి తట్టుకోలేకపోయాడు. అక్కడికి వెళ్లి గొడవ చేశాడు. ఆయనెవరో తనకు తెలియనే తెలియదు అంటూ మొత్తుకుంది.

కొట్టి ఇంటికి వంపారు. ఏ జరిగిందో ఎవరికి అర్థం కాలేదు. విషయం పోలీసుల దాకా పోయింది. రాహుల్ గురించి అందరినీ అడిగారు. కానీ ఒక్కరూ కూడా రాహుల్ ఎవరో చెప్పలేదు. అసలు రాహుల్ ఎప్పుడూ బయట కనిపించలేదని చెప్పారు. పిచ్చి

అమ్మడైరీ 5 నెల క్రితం ముందు రాసి ఉంది. ఆఖరి సమయంలో అమ్మడైరీలో ఇలా ఉంది”. గొంతు పూర్తిగా ఎండిపోయింది. లేవడానికి సత్తువ కూడా లేదు. కనీసం రాయడానికైన వస్తున్నందుకు సంతోషం. నా గారాల కొడుకు రాహుల్. వాడికి చిన్ననాటి నుండి ఫోన్ చూస్తే నిద్రవచ్చే రోగం వుందని నాకుతప్ప, చనిపోయిన నా భర్తకి కూడా తెలిదు. చిన్ననాడు వాడికి, మేం పనికి పోయేటప్పుడు చేతిలో ఫోన్‌పెట్టి పోయినప్పుడు వాడు చాలా బాగా ఆడుకోవడం చూసాం. అదే వాడికి అలవాటైంది. ఆఖరికి అది జబ్బుగా మారిందని తెలిసి సమయానికి పరిస్థితి చేతిలోలేదు.



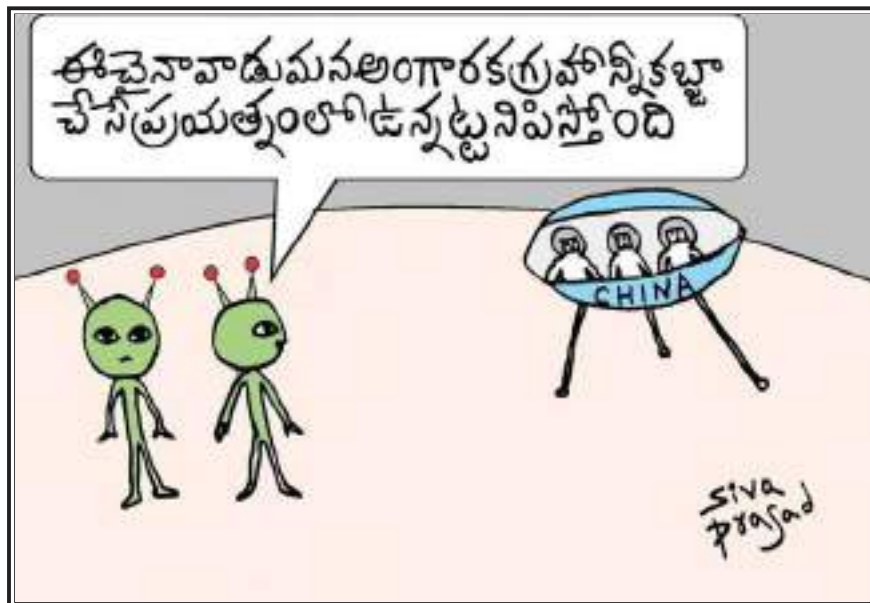
లేచినట్లయింది రాహుల్‌కి. ముచ్చెమటలు పట్టాయి. కళ్లు తిరుగుతూ ఉన్నాయి. అడుగులు వేస్తే తడబడుతూ ఉన్నాయి. చేతులకి స్పర్శ తెలికుండా ఉంది. వెంటనే ఇంటికి వెళ్లి తన ఫోన్‌ని తెరిచాడు. ఫోన్ చూడగానే నిద్ర వచ్చినట్లయింది. అందులో తాను రాసుకున్న డైరీ ఉందని చూడపోయాడు. కానీ అది చూస్తేనే తనకి నిద్రవచ్చే జబ్బు ఉందని తెలిదు తనకు. వెంటనే అమ్మ గదిలోకి వెళ్లాడు. అమ్మ డైరీ ఓపెన్ చేశాడు. అమ్మడైరీ 5 నెల క్రితం ముందు రాసి ఉంది. తను ఒక్కరోజు కూడా రాయకుండా ఉండదు కదా అనుకున్నాడు. ఆఖరి సమయంలో అమ్మడైరీలో ఇలా ఉంది”. గొంతు పూర్తిగా ఎండిపోయింది. లేవడానికి సత్తువ కూడా లేదు. కనీసం రాయడానికైన వస్తున్నందుకు సంతోషం. నా గారాల కొడుకు రాహుల్. వాడికి చిన్ననాటి నుండి ఫోన్ చూస్తే నిద్రవచ్చే రోగం ఉందని నాకుతప్ప,

చనిపోయిన నా భర్తకి కూడా తెలిదు. చిన్ననాడు వాడికి, మేం పనికి పోయేటప్పుడు చేతిలో ఫోన్‌పెట్టి పోయినప్పుడు వాడు చాలా బాగా ఆడుకోవడం చూసాం. అదే వాడికి అలవాటైంది. ఆఖరికి అది జబ్బుగా మారిందని తెలిసే సమయానికి పరిస్థితి చేతిలోలేదు. ఆ బెంగతోనే వాడి చిన్న వయసులోనే వాళ్ల నాన్నగారు మరణించారు.

ప్రతిరోజూ రాహుల్ దగ్గరకి వచ్చి చూసినప్పుడు మేం వాడికి ఏ మంచి చేయలేక పోతున్నాం అని బెంగ కళ్లలోఉండేది. తను ఆ ఫోన్‌ చూడటం, నిద్రపోవడం, వాడు చేయాలనుకున్న పని నిద్రలోనే చేయడం వాడికి అలవాటైంది. నాకు మందులు అవసరమైనప్పుడు కూడా వాడు తెచ్చానేమో అనుకున్నాడు. కానీ వాడు తెచ్చాడనే వాడికి తెలుసు. కానీ నిజం నాకు మాత్రమే తెలుసు. ఆ మందులు వేసుకుంటే గానీ నేను బతకను. అని వాడికి కూడా తెలుసు.

వాడి దృష్టిలో వాడు నాకు మందులు తెచ్చాడు, పెళ్లిచేసుకున్నాడు, మేకనీఅమ్మాడు, తండ్రి కూడా కాబోతున్నాడు.. కానీ వాడు నిద్రలో మాత్రమే ఉన్నాడని నాకు మాత్రమే తెలుసు. ఇంతటి దౌర్భాగ్యం అనుభవించాను ఇన్నిరోజులు. ఇక ఈ బాధకి నాకు విముక్తి కలుగుతుందేమో అని అనుకుంటున్న...

బతికితే రేపు కూడా ఈ డైరీలో ఇంకో పేజీ ఉంటుంది. లేదంటే ఇదే ఆఖరి పేజీ అవుతుంది” ఆ డైరీ చదువుతున్నంత సేపు రాహుల్ కళ్లల్లో నీళ్లు జలపాతంలా ఉబికాయి. డైరీని పక్కన పెట్టి తన గదిలోకి వెళ్లాడు. మోహన్ని అద్దంలో చూస్తున్నాడు. నిరాశనిండింది. తనపక్కన ఉన్న ఫోన్‌ను తగలబెట్టి దూరంగా వెళ్లిపోవాలని నిర్ణయం తీసుకొని వెళ్లిపోయాడు. ఆ మేకపిల్ల మాత్రమే తన చేతిలో ఉంది. గమ్యం తన కాళ్లకి మాత్రమే తెలుసు. తన మెదడు ఆలోచించడం మానేసింది..



లోకికవాదం గురించి భారత్కు పాఠాలా!?

పౌరసత్వ సవరణ బిల్లును పార్లమెంటులో ప్రవేశపెట్టగానే దేశంలో జరిగిన రగడ అంతా ఇంతా కాదు. కానీ ఆ అల్లరంతా కపట నాటకం. భారతీయత మీద దాడి. అప్పుడు అస్సాంలో జరిగిన ఘటనలు ప్రత్యేకమైనవి. ఆ గొడవలకూ, అయినా హిందుత్వ బలపడడానికి పెద్ద నేపథ్యం ఉంది. ఆ వాస్తవాలు చెప్పడం అవసరమని మేధావులు భావిస్తున్నారు. సిటిజన్షిప్ డిబేట్ ఓవర్ ఎన్ఆర్సీ, సీఏఏ: అస్సాం అండ్ ది పాలిటిక్స్ ఆఫ్ హిస్టరీ (ఎన్ఆర్సీ, సీఏఏపై పౌరసత్వ చర్చ: అస్సాం చరిత్ర గురించి రాజకీయాలు) గ్రంథం అలాంటిదే. ప్రొఫెసర్ నాని మహంత రాసిన ఈ పుస్తకాన్ని ఆర్ఎస్ఎస్ సర్ సంఘచాలక్ డాక్టర్ మోహన్ భాగవత్ ఇటీవల గౌహతిలో ఆవిష్కరించారు. ఆ ఆవిష్కరణోత్సవం, పుస్తక సారాంశం గురించి ఇక్కడ ఇస్తున్నాం.

లోకికవాదం, ప్రజాస్వామ్యం, భిన్నత్వంలో ఏకత్వాన్ని తమ సంస్కృతిలో భాగం చేసుకున్న భారత ప్రజలకు ఇతర దేశాల నుంచి సమీకృత తత్వాన్ని అర్థం చేసుకోవాల్సిన అవసరం లేదని డాక్టర్ భాగవత్ పునరుద్ఘాటించారు. గౌహతిలోని శ్రీమంత శంకరదేవ్ కళాక్షేత్రంలో జరిగిన 'సిటిజన్షిప్ డిబేట్ ఓవర్ ఎన్ఆర్సీ, సీఏఏ: అస్సాం అండ్ ది పాలిటిక్స్ ఆఫ్ హిస్టరీ' (ఎన్ఆర్సీ, సీఏఏపై పౌరసత్వ చర్చ: అస్సాం చరిత్ర గురించి రాజకీయాలు) పుస్తకావిష్కరణ కార్యక్రమంలో ఆయన ప్రసంగించారు. ఎంతో ఘనత కలిగిన జాతికి చెందిన పౌరులు వసుధైక కుటుంబకమ్ సూత్రాన్ని వేలాది సంవత్సరాలుగా అనుసరిస్తున్నారని గుర్తు చేశారు. ఆచరణలోనూ, వ్యక్తిత్వంలోనూ మన రాజ్యాంగకర్తలు ఉదారవాదులు, లోకికవాదులని డాక్టర్ భాగవత్ తెలిపారు.

పౌరసత్వ సవరణ చట్టం (సీఏఏ) పై నెలకొన్న వివాదాలను ప్రస్తావిస్తూ, సామాన్య ప్రజలను విశ్వాసంలోకి తీసుకోని నేతల సమూహం భారత్ను రెండుగా చేసిందని ఆయన అన్నారు. వారు ఒక ఐక్యతా భారత్ను ఆకాంక్షించినప్పటికీ, అనేక మంది తమను తాము పాకిస్తాన్ జాతీయులుగా భావించడంతో, వారి కలలు కల్లైపోయాయని డాక్టర్ భాగవత్ తెలిపారు. విభజన అనంతరం మైనారిటీల సమస్యలను భారత ప్రభుత్వం పరిగణనలోకి తీసుకుంది. కానీ పాకిస్తాన్ అలా చేయలేదు. దాంతో లక్షలాది హిందూ, సిక్కు, జైన కుటుంబాలు వారి పూర్వీకుల ప్రాంతాలను విడిచిపెట్టి భారత్లోకి ప్రవేశించారని ఆయన చెప్పారు. అలాంటి శరణార్థులకు సీఏఏ నియమ నిబంధనలు అండగా ఉంటాయని, వాటి కారణంగా భారతీయు ముస్లిములకు ఎలాంటి ఇబ్బంది ఉండదని ఆర్ఎస్ఎస్ చీఫ్ భరోసా ఇచ్చారు.



పుస్తకావిష్కరణోత్సవంలో రచయిత ప్రొఫెసర్ మహంత, డాక్టర్ భాగవత్, అస్సాం ముఖ్యమంత్రి హిమంత బిశ్మ శర్మ.

అస్సామీల జాతీయతా పునాది బలమైనది

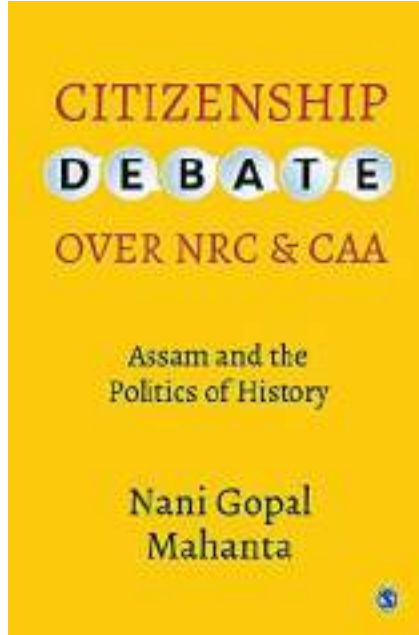
"Citizenship Debate over NRC & CAA—Assam and the Politics of History" (ఎన్ఆర్సీ & సీఏఏపై పౌరసత్వ చర్చ - అస్సాం రాజకీయాల చరిత్ర) పుస్తకంలో ప్రధానాంశాలు

విలసిల్లుతున్నది. శంకరదేవుని భక్తి ఉద్యమం, అస్సాం స్థానిక సంస్కృతుల మేలు కలయికగా అస్సామీల జాతీయత ఉందని ఈ పుస్తకం చెబుతోంది.

వేర్వేరు గిరిజన సమూహాలతో మిశ్రమమైన అస్సామీల జాతీయత తాలూకు పునాది అత్యంత పటిష్టమైనదని నిర్ధూర్ధ్వంగా చెప్పారు రచయిత, ప్రొఫెసర్ నాని మహంత. రాష్ట్రంలో 'వలసదారు కేంద్రిత' రాజకీయాలు అంతకంతకు పెరిగిపోతున్న తరుణంలో ఒక చెక్కుచెదరని ఆధారాన్ని అది పదిలపరుచుకున్నది. కాలక్రమంలో విస్తృతమైన వలసలతో కొత్త అంశాలు జత కూడుతూ వస్తున్నాయని చెప్పాల్సిన పనిలేదు. అలాంటి శరణార్థులు/వలసదారులు లేదా తూర్పు బెంగాల్కు

చెందిన ముస్లింలు సైతం ఈ జాతీయతలో భాగమైపోయారు. వీరినే ఈబీఎమ్, పామూ, భటియవోర్, అభిభాసి ముస్లింలని కూడా పిలుస్తారు. అయినప్పటికీ అలాంటి ఈబీఎమ్లు, వారి వంశీకుల చేరికతో అస్సామీల జాతీయత రూపకల్పన వైరుధ్యాలు, వివాదాల మధ్య జరిగింది. అయితే అస్సామీల జాతీయత తాలూకు ఆధారాన్ని సమూలంగా తుడిచిపెట్టి ప్రయత్నం జరిగినప్పుడు తీవ్రమైన ప్రతిఘటన వచ్చింది. తూర్పు బెంగాల్ నుంచి భారీ ఎత్తున వలసలు సాగుతున్న దశలో అలాంటి ఒక ప్రక్రియ మొదలైంది. స్వతంత్ర్యోద్యమ కాలంలో అస్సామీల మూలతత్వానికి నవాలు ఎదురైంది. వలసవాద పాలనా కాలంలో అస్సాంలో స్వరాజ్య పోరాటాన్ని మించిన సంగ్రామం చోటు చేసుకుంది. 13వ శతాబ్దంలో శంకరదేవ, మాధవదేవల నేతృత్వంలో ప్రారంభమైన భక్తి ఉద్యమం, సుకఫ ఏలుబడి నుంచి వికసిస్తూ వస్తున్న తనదైన ఆత్మ గౌరవ, సాంస్కృతిక భూమిక పరిరక్షణ కోసం అస్సామీల నాయకత్వం పోరాడింది. తూర్పు బెంగాల్లో మైమెన్సింగ్ జిల్లా నుంచి భారీగా వలసలు, ముస్లింలీగ్ రాజకీయాల ద్వారా అస్సామీల మూలతత్వంలో ఒక మౌలికమైన చొరబాటు జరిగింది.

అస్సాంలో అమల్లోకి వచ్చిన ఎన్ఆర్సీకి లోబడి చరిత్రాత్మకమైన, న్యాయపరమైన, రాజకీయపరమైన పూర్వోత్తర సంబంధాన్ని వరిశీలించడానికి ఎన్ఆర్సీపై ప్రస్తుతంలోని ఈ అధ్యాయం ప్రయత్నించింది. సుప్రీం కోర్టు ఆదేశానుసారం ఎన్ఆర్సీ రూపకల్పన, అమలు జరిగాయి. అస్సాంలో ముస్లిం లీగ్ ప్రభుత్వాల చొరవతో 1930లలో మొదలైన జనసంఖ్యాసంబంధిత మార్పు తాలూకు ఒక చారిత్రక

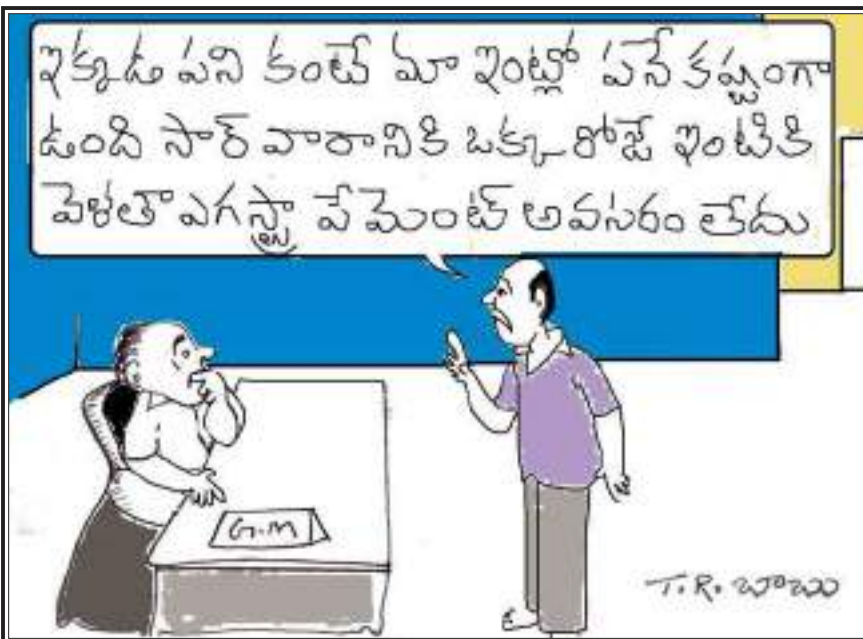


ప్రక్రియకు అది ముగింపు పలికింది. బీజేపీ, ఆర్ఎస్ఎస్ ఆశీస్సులతో హిందూత్వకరణకు ఒక ఉపకరణంగా ఎన్ఆర్సీపై ముద్ర వేస్తున్న ఒక భావనకు విరుద్ధంగా, ఎన్ఆర్ఎస్ అమల్లోకి రావడంలో ఒక చారిత్రాక పూర్వోత్తర సంబంధాన్ని వీక్షించడానికి ఈ అధ్యాయం ప్రయత్నించింది. ఎన్ఆర్సీ భావన, పరిణామ క్రమం, సృష్టికరణ, అమలు ప్రక్రియలో ప్రధానంగా పాలు పంచుకున్నవారిని పరికించింది. స్వతంత్రం, విభజనతో అస్సాంలో తలెత్తిన మతపరమైన అల్లర్ల ఫలితంగా అప్పటి తూర్పు పాకిస్తాన్ ప్రస్తుత బంగ్లాదేశ్ నుంచి శరణార్థులు, ఇతర వలసదారులు పెద్ద సంఖ్యలో భారతదేశంలోకి

ప్రవేశించారు. వలసదారుల సంఖ్య 1,50,000 నుంచి 2,00,000 మధ్య ఉంటుందని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మొదట నివేదించింది. కానీ అనంతరం ఆ సంఖ్య దాదాపు 5 లక్షలు అనే ఒక అంచనాకు వచ్చింది. భారతదేశంలో పౌరసత్వానికి సంబంధించి న్యాయపరమైన అంశాలు, దేశంలో వివాదానికి కీలకమైన 2019 నాటి పౌరసత్వ సవరణ చట్టం తీసుకువచ్చిన మార్పులను ఈ అధ్యాయం సంక్షిప్తంగా ప్రస్తావించింది.

కమల్ సిద్ధిఖీ అభివృద్ధి చేసిన డాక్యుమెంటరీ పౌరసత్వం తాలూకు సారం సహాయంతో హిందూ శరణార్థుల గురించి చర్చించిన అధ్యాయం అక్రమ వలసదారులు వారి పౌరసత్వానికి చట్టబద్ధత కోసం వాడుకున్న వేర్వేరు అక్రమ మార్గాలను ప్రతిబింబించడానికి ప్రయత్నించింది. హిందూ శరణార్థుల పట్ల భారత విధానపరమైన ప్రాధాన్యం సైతం అస్సాం మీద తనదైన ప్రభావాన్ని చూపింది. ఐఐఈఎ-1950 లాంటి పార్లమెంటరీ చట్టాలు హిందూ శరణార్థులకు పునరావాసాన్ని, న్యాయపరమైన రక్షణనూ సమకూర్చాయి. అస్సాంలో బాధిత హిందువులకు పౌరసత్వం, ప్రశ్నార్థకమైన అక్రమ వలసలపై అసెంబ్లీలో జరిగిన చర్చల లోతులను సైతం ఈ అధ్యాయం స్పృశించింది. పౌరసత్వంపై అసెంబ్లీలో చర్చలు, అస్సాంకు సంబంధించి 1950 నాటి అక్రమ వలస బహిష్కరణ చట్టం మీద చర్చలు భారత్లో పౌరసత్వ అభిభాషణకు సైద్ధాంతిక ప్రాతిపదికను సమకూర్చాయి. శాసనపరమైన అంశాలతో కూడిన ఈ రెండింటిని పరిగణనలోకి తీసుకోకుండా పౌరసత్వంపై జరిపే చర్చ అసంపూర్ణంగా మిగిలిపోతుంది. తూర్పు పాకిస్తాన్ నుంచి వచ్చిన నిరాశ్రయ హిందూ శరణార్థుల ప్రయోజనాలకు అసెంబ్లీ, పార్లమెంట్లో అస్సాం ప్రతినిధులు మద్దతు ఇచ్చిన వైనం, 'అవాంఛనీయమైన వలసదారులకు' అవే ప్రయోజనాలను నిరాకరించడంలో వారి నిబద్ధతకు సంబంధించిన విషయపరమైన అధ్యయనాన్ని ఆ అధ్యాయం సమగ్రంగా సమకూర్చింది.

అస్సాంలో శరణార్థుల అంశంతో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వ్యవహరిస్తున్న తీరును 5వ అధ్యాయం ప్రధానంగా చర్చిస్తున్నది. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం తీసుకువచ్చిన ప్రతిపాదిత పర్మిట్ సిస్టమ్ తూర్పు బెంగాల్ నుంచి నిర్దేశిత పరిస్థితుల్లో నిర్దేశిత సమూహానికి చెందిన ప్రజలు అస్సాంకు రావడానికి అనుమతించాలని ఆకాంక్షించింది. తూర్పు పాకిస్తాన్ లోని వారి స్వస్థలాల్లో పౌర కల్లోలాలకు కారణమైన వారిగా అక్కడి అధికారులు ముద్రవేసి పంపించిన నిరాశ్రయుల పట్ల ఆ పర్మిట్ సిస్టమ్ ఉదారంగా వ్యవహరించింది. అస్సాంలో శరణార్థులు, నిరాశ్రయులకు ఆశ్రయం కల్పించడంలో చట్టాలు,



ఇతర పాలనాపరమైన అంశాల చొరవపై కూడా ఈ అధ్యాయం ఒక సమగ్ర అధ్యయనం అందించింది. దస్తావేజుల్లోని సమాచారం సహాయంతో 'ముస్లిం నిరాశ్రయులకు' ఏ విధంగా పునరావాసం కల్పించిందీ ఈ అధ్యాయం వివరిస్తున్నది.

అస్సామీలు జాతీయత రూపకల్పన ప్రక్రియలో తూర్పు బెంగాల్‌కు చెందిన ముస్లింలకు (ఈబీవోఎమ్) చోటు దక్కడంపై ప్రశ్నలు తలెత్తుతున్నాయి. స్వరాజ్యం సిద్ధించిన అనంతర కాలంలో ముస్లిం రాజకీయాలు ఎలా పెచ్చరిల్లాయి? వలసవాద రాజకీయాలకు అవి ఏ రకంగా భిన్నమైనవి? విస్తృతమైన అస్సామీల అస్తిత్వానికి అనుగుణంగా అస్సాంలో ముస్లిం రాజకీయాలు ఎలా రూపాంతరం చెందాయి? అలాంటి సమీకరణం లేదా సమైక్యతా ప్రక్రియ ఏదేనీ విభిన్నతకు కారణమైందా? అస్సాంలోని ముస్లింలు గ్లోబల్ ఇస్లామిక్ నెట్‌వర్క్‌ను కలిగి ఉన్నారా? అస్సామీల అస్తిత్వంతో ముస్లిం అస్తిత్వం ఏ మేరకు విలీనమైంది? ఈబీవోఎమ్ రాజకీయాలు నేటి అస్సాంలో ఎలాంటి సవాళ్లను విసురుతున్నాయి? అస్సామీల జాతీయత, ఈబీవోఎమ్ రాజకీయాల మధ్య ఏదేనీ అంతరం ఉన్న పక్షంలో దానిని పూడ్చటం ఎలా? ఈ అధ్యాయం ప్రాథమికంగా అస్సాం ప్రజల అస్తిత్వ అంశాలకు ఈబీవోఎమ్ ఎలా స్పందిస్తుందనే దాన్ని ప్రస్తావిస్తున్నది. ఆ క్రమంలో ముస్లిం రాజకీయాల్లో యూఎమ్ఎఫ్, ఏఐయూడీఎఫ్ దశను అలాగే అస్సాం రాజకీయాల్లో జమియత్ పోషించిన పాత్రను ఈ అధ్యాయం లోతుగా ప్రస్తావిస్తున్నది. అస్సాం ఆందోళన ద్వారా ఈబీవోఎమ్ సంతరించుకున్న

అస్సామీలు జాతీయత రూపకల్పన ప్రక్రియలో తూర్పు బెంగాల్‌కు చెందిన ముస్లింలకు (ఈబీవోఎమ్) చోటు దక్కడంపై ప్రశ్నలు తలెత్తుతున్నాయి. స్వరాజ్యం సిద్ధించిన అనంతర కాలంలో ముస్లిం రాజకీయాలు ఎలా పెచ్చరిల్లాయి? వలసవాద రాజకీయాలకు అవి ఏ రకంగా భిన్నమైనవి? విస్తృతమైన అస్సామీల అస్తిత్వానికి అనుగుణంగా అస్సాంలో ముస్లిం రాజకీయాలు ఎలా రూపాంతరం చెందాయి?

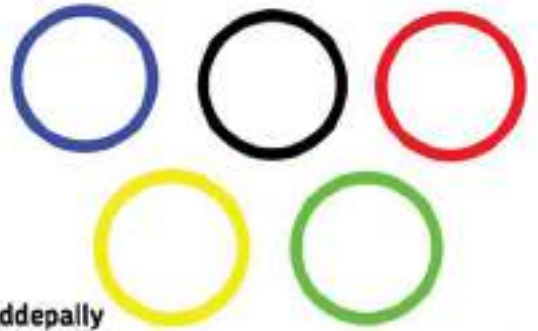
సమీకరణం, స్థల ప్రాప్తజ్ఞత, పోలీతత్వం పట్ల ఈ అధ్యాయం వెలిబుచ్చిన ప్రధాన ప్రస్తావనల్లో ఒకటిగా ఉంది. ఈబీవోఎమ్ ఊతంగా, అస్సామీ హిందువులు, ముస్లింల మధ్య అతి పెద్ద అగాధాన్ని అస్సాం ఆందోళన సృష్టించింది. ఈ అధ్యాయం ఈబీవోఎమ్తో పాటుగా స్థానిక ముస్లింల పాత్రను సైతం దర్శిస్తు చేసింది. స్థానిక ముస్లింలు తమ అస్తిత్వాన్ని ఈబీవోఎమ్తో ఏ మేరకు పోల్చుకున్నారు? 'మియా కవిత్వం', 'మియాతనం' ద్వారా ముస్లిం అస్తిత్వాన్ని నమ్మబలకుతున్న వైనం, తదితర అంశాలపై ప్రస్తుతం అస్సామీ సమాజాన్ని ఆవరించిన ఒక చర్చను ఈ అధ్యాయం ప్రస్తావిస్తున్నది. అస్సామీలపై జాత్యాహంకారులు, విదేశీయతా విముఖులు, విద్వేషకారులు, మతతత్వం కలిగినవారు, సామూహిక అత్యాచారాలకు పాల్పడేవారు. హంతకులు అని ముద్ర వేయడానికి కొందరు నియో మియా మేధావులు చేస్తున్న ప్రయత్నంతో ఆ అధ్యాయం విభేదిస్తున్నది. అస్సామీలు మియా ప్రజలకు శత్రువులు కారని వాదిస్తున్నది. వారి (మియా ప్రజలు) శత్రువులు వారిలోనే ఉన్నారు. నయా మియా మేధావులు అస్సామీలను నిందించడానికి బదులుగా అస్సామీ జాతీయతకు ఒక అభివ్రతా భావన వెనుక కారణాలపై ఆత్మ శోధన సాగించాలి. మియా ప్రజలను వెనుక నిలుపదల చేయడానికి దారి తీసిన అంశాలపై వారు ఆత్మ శోధన చేపట్టాలి. రాష్ట్రంలో చోర్-ధపోరి ముస్లింల నడుమ వాస్తవిక శాస్త్రీయ లౌకికవాద విద్యా వ్యాప్తిని ముల్లాలు, మతబాఠీలు, ప్రైవేటు మదర్సాల తాలూకు సంప్రదాయ అధికార నిర్మాణం ఏ విధంగా అడ్డుకుంటున్నదీ ఈ అధ్యాయం వివరిస్తున్నది.

అను: మహేష్ ధూళిపాళ్ల

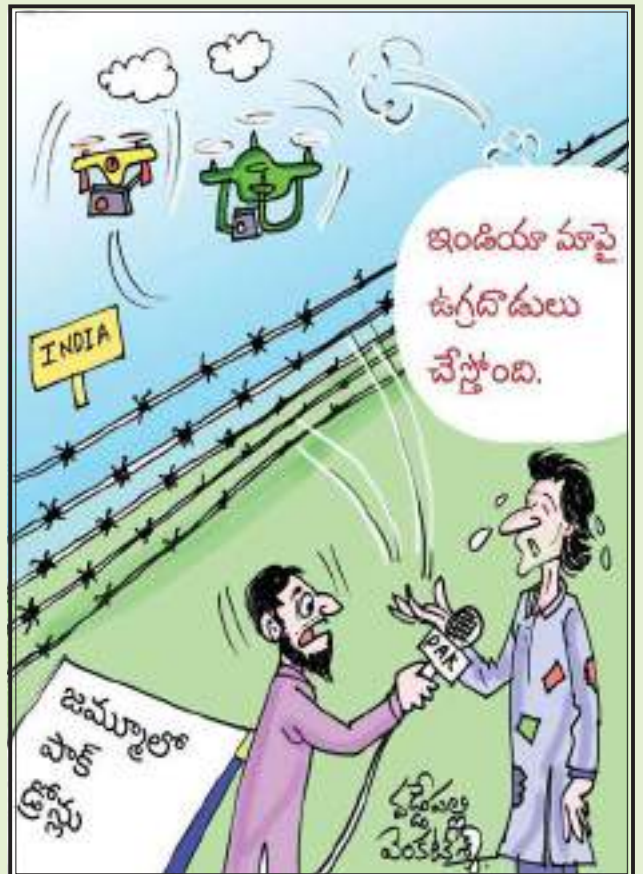
ఒలింపిక్స్ కరోనాకు ముందు



కరోనా తర్వాత



vaddepally venkatesh





స్వతంత్ర భారత ప్రభుత్వం ఎన్నడు ఏర్పడింది?

1947 ఆగస్టు 15.

స్వతంత్ర భారత ప్రభుత్వ తొలి ప్రధాని ఎవరు? జవహర్లాల్ నెహ్రూ!

- అని మనం అనుకుంటున్నాం. మన పిల్లలకు చెపుతున్నాం. బళ్ళో కూడా వాళ్లకు అదే బోధిస్తున్నారు.

నిజానికి ఈ ఆస్పర్శ శుద్ధ తప్పు. స్వతంత్ర భారత తొలి ప్రభుత్వం 1943 అక్టోబర్ 21న సింగపూర్లో ఆవిర్భవించింది. దాని అధినేత నేతాజీ సుభాష్ చంద్రబోస్.

ఏదో వట్టిగా 'గవర్నమెంటు' అని బోర్డు కట్టటం కాదు. అది అన్ని హంగులూ ఉన్న పూర్తి స్థాయి ప్రభుత్వమే. దానికి ఒక మంత్రిమండలి, సొంతంగా సాయుధ సైన్యం, సొంత బ్యాంకు ఉండేవి. ఎనిమిది ప్రపంచ దేశాలు ఆ ప్రభుత్వాన్ని గుర్తించి రాయబారులను ఇచ్చి పుచ్చుకున్నాయి. సుమారుగా రెండేళ్ల పాటు ఆ ప్రభుత్వం చక్కగా పనిచేసింది.

ఆ సంగతి రెండు తరాల కిందటి వరకూ మన దేశంలో అందరికీ తెలుసు. తమ ఆరాధ్య నాయకుడు నేతాజీ నడిపిన ఆజాద్ హింద్ గవర్నమెంటును తలచుకుంటేనే భారతీయులకు ఒళ్ళు పులకరించేది. పక్కన్నం పథకం ప్రకారం జరిగిన స్లో పాటుజనింగు వల్ల జాతికి జాతే ఉజ్వల గతాన్ని మరచిపోయింది. అసలు చరిత్ర మరుగున పడింది.

జపాన్ ప్రధాని టోజో 1943 జూలై 6న తాత్కాలిక ప్రభుత్వం ఏర్పాటుకు సుముఖత తెలిపిన వెంటనే నేతాజీ అదే మహద్భాగ్యమనుకుని ఎగిరి గంతేయలేదు. హుటాహుటిన ప్రభుత్వాన్ని ప్రకటించనూ లేదు. కావలసిన సాయుధ అంగబలం, అర్థబలం లేకుండా కేవలం విదేశీ రాజ్యం మద్దతును నమ్ముకుని ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పాటు చేస్తే అది విదేశీయుల చేతిలో కీలుబొమ్మే అవుతుందని నేతాజీకి తెలుసు. జీవిత లక్ష్యమైన భారత స్వాతంత్ర్యం సాధించేందుకు తన పరతుల మీద విదేశీ సహాయం తీసుకోవటమే తప్ప దానికోసం తన స్వాతంత్ర్యాన్ని విదేశీయులకు కుదుప పెట్టే ఉద్దేశం నేతాజీకి ఎంత మాత్రమూ లేదు. అవతలి వాడు నాజీ హిట్లర్ గానీ, ఫాసిస్టు ముస్సోలినీయే గానీ, జపానీ టోజోయే గానీ సుభాష్ చంద్రబోస్ ఎక్కడైనా, ఎన్నడైనా సర్వ స్వతంత్రంగా

సింహం లాగే మెసిలాడు. నిద్రాహారాలు మాని నిర్విరామంగా తిరిగి అవసరమైన బలగాన్ని నిధులనూ సమకూర్చుకున్నాకే ప్రభుత్వం ఏర్పాటుకు ఆయత్తమయ్యాడు.

1943 జూలై 9న సింగపూర్లో కుండపోత వానలో 60 వేల మందితో జరిగిన గొప్ప ర్యాలీతో మొదలుపెట్టి నేతాజీ మలయా, థాయిలాండ్, ఇండో-చైనా, బర్మాలో సుడిగాలిలా తిరిగాడు. వెళ్ళిన చోటల్లా స్వాతంత్ర్య సమరానికి ప్రవాస భారతీయులను సమీకరించాడు. ఇండియన్ ఇండిపెండెన్స్ లీగ్ శాఖలు లేనిచోట్ల ప్రారంభించాడు. అప్పటికే ఉన్నవాటిని పటిష్ఠపరిచాడు. సైన్యానికి రిక్రూటింగ్

స్వతంత్ర సర్కారుకు

సెంటర్లను ప్రారంభించి, విమోచన సేనలో చేరమని పౌరులను ఉద్బోధించాడు. చేరినవారికి శిక్షణ కేంద్రాలు పెట్టించాడు. సైన్యానికి సహాయంగా వాలంటీర్లను చేర్చుకున్నాడు. తాను నడపబోయే ప్రభుత్వంలో పనిచేయటానికి ప్రతిభావంతులను గుర్తించి ఎంపిక చేసుకున్నాడు. స్వాతంత్ర్య సేనకు జపాన్ వారితో సమన్వయం, సహకారం చాలా అవసరం కాబట్టి తాను వెళ్ళిన చోట్ల స్థానిక జపాన్ సైన్యాధికారులను కలిసి, పరిచయాలు చేసుకుని సుహృద్భావ సంబంధాలు పెంచుకున్నాడు. అదే సమయంలో సైన్యం పునర్వ్యవస్థీకరణ మీదా దృష్టి పెట్టాడు. పెట్టబోయే ప్రభుత్వానికి వ్యవస్థ ఎలా ఉండాలన్నదానిపైనా సమాలోచనలు చేశాడు. ఆ సమయాన సుభాష్ చంద్రబోస్కు లైజాన్ ఆఫీసరుగా వెంట ఉన్న కునిజుక అనంతరకాలంలో రాసిన Rainbow Across India Ocean గ్రంథంలో ఒక మారు బోస్ తో పర్యటన అనుభవాన్ని ఇలా వర్ణించాడు:

“బోస్ మామూలు రాజకీయ నాయకుడు కాదు. ఆయనకేదో దివ్యశక్తి ఉంది. 24 గంటల్లో ఒక్క క్షణం కూడా తనకోసం కేటాయించేవాడు కాదు. నిద్రించే రెండు మూడు గంటలు తప్ప ప్రతి నిమిషం భారత స్వాతంత్ర్యం కోసమే ఆయన పాటుపడేవాడు. ఆయనకున్న దేశభక్తి, కర్తవ్యదీక్ష చూసి నేను

ముగ్ధుడినయ్యేవాడిని.

ఒకసారి సింగపూర్ నుంచి పెనాంగ్కు విమాన ప్రయాణంలో నేను ఆయన వెంట ఉన్నాను. అంటే సింగపూర్లో ఎక్కి పెనాంగ్లో దిగామనుకునేరు! ఆ ట్రిప్ లో మాటిమాటికీ ఆపుతూ విమానాన్ని టాక్సీ లాగా వాడారు. అసలే మండువేసవి. విమానంలో ప్రయాణమే కాలే పెనం మీద కూచున్నట్లు ఉంటుంది. నేలకు దిగి తిరగటమంటే నేరుగా పొయ్యిలో పడటమే! మా షెడ్యూలు ఎంత టైటు అంటే మాకు కూడా కాస్త రెస్టు అవసరమన్న ఆలోచనే దాన్ని తయారు చేసినవారికి లేదు. ప్రతిచోటా ఉదయం వెళ్ళటం వెళ్ళటమే అక్కడి జపనీస్ మిలిటరీ కమాండు అధికారులతో స్థానిక సమన్వయ మీద చర్చలు. అక్కడినుంచి కారులో స్థానిక ఐఎన్ఎ క్యాంపుకు. మిలిటరీ సమీక్ష తరవాత ఆఫీసర్లతో సమావేశం. అది తెమలకుండానే పదేపదే ఫోన్ మోగేది- జపాన్ మిలిటరీ కమాండర్ లంచ్ టేబిల్ దగ్గర మీ కోసం వేచి ఉన్నాడంటూ! హుటాహుటిన అక్కడికి చేరాక టేబిల్ స్పీచి.

భోజనాలు అయ్యేసరికి మధ్యాహ్నం 3 దాటేది.

అక్కడినుంచి ఎకాఎకి పట్టణంలోని సెంట్రల్ ప్లాజాకు. అక్కడ ఇండియన్ ఇండిపెండెన్స్ లీగ్ (ఐఐఎల్) సభలో స్థానిక భారతీయులను ఉద్దేశించి ఉర్రూతలూగించే ప్రసంగం. చివరిలో - తనకు వేసిన పూలమాలలను బోస్ వేలానికి పెడితే ఒక్కో దండకూ పదివేలు, ఇరవై వేల డాలర్లు చెల్లించి అభిమానులు ఎగబడి కొనేవారు. అదికాక తమ దగ్గరున్న దబ్బా



ఆయన చేతికి అందివ్వటానికి జనం బారులు తీరేవారు. అక్కడినుంచి బోస్ ఐబిఎల్ లోకల్ ఆఫీసుకు చేరి అక్కడి నాయకులతో మాట్లాడి స్థానిక గొడవలు సర్దుబాటు చేసేవాడు. అవన్నీ తేలేసరికి రాత్రి అయ్యేది. అంతలో మిలిటరీ అడ్మినిస్ట్రేటర్ల నుంచి డిన్నర్ కు పిలుపు. మళ్ళీ టేబిల్ స్పీచ్. జపనీస్ సైన్యాధికారులతో యుద్ధ సమీకరణ వ్యూహాల గురించి మంతనాలు. అటునుంచి లోకల్ రేడియో స్టేషనుకు. దేశ దేశాల భారతీయుల ఒక్క పులకరించేలా ఉత్తేజకర ప్రసంగం. అంతా అయి విడిదికి చేరేసరికి అర్ధరాత్రి దాటేది. మళ్ళీ అక్కడ వగలు కలవలేక పోయిన అభిమానులు, కార్యార్థులు నాయకుడి రాక కోసం గుంపులుగా నిలబడి ఎదురు చూస్తుండే వారు. అందరితో మాట్లాడి పక్కమీదికి చేరేసరికి 3 అయ్యేది. మళ్ళీ తెల్లవారగానే తరువాయి మజిలీకి ఉరుకులు పరుగులు.

ఇలా సుడిగాలి తిరుగుళ్ళతో కొద్దిరోజులకే నేను ఈడిగల పడ్డాను. నా జీర్ణశక్తి దెబ్బతిన్నది. కాని ఆశ్చర్యం! బోస్ మాత్రం ఎన్నడు, ఏ వేళ చూసినా హుషారుగా ఉండేవాడు. రోజులు గడిచేకొద్దీ

సన్మాహాలు

ఆయనకు నీరసం లేకపోగా ఉత్సాహం ఇనుమడించేది.

మచ్చుకు ఒక సంగతి. సెంట్రల్ మలయాలో తంజోంగ్ రంపుతన్ అని ఒక ఊరు. అక్కడ ఐఎన్ఎలో చేరిన వాలంటీర్లకు శిక్షణ కేంద్రం ఉన్నది. అక్కడికి మేము చేరేసరికి రాత్రి 7-30 అయింది. అదే రాత్రి 8-30కి అక్కడికి 20 మైళ్ళ దూరంలోని



ఐపోలో బోస్ గౌరవార్థం జపాన్ సైన్యాధికారి డిన్నర్ పార్టీ పెట్టాడు. గతుకుల బాటపై అక్కడికి చేరటానికే గంట పడుతుంది. టైం బొత్తిగా లేదు. మేము వెళ్లేసరికి ఆ క్యాంపులో ఇరవై మంది దిగువస్థాయి అధికారులు మాత్రమే ఉన్నారు. బోస్ వారు ఒక్కొక్కరితో కరచాలనం చేశాడు. ఒకసారి నా వైపు చూసి “కనిజుకా! వీళ్ళు వాలంటీర్లను దేశభక్త సైనికులుగా మలిచే పెద్ద పనిలో ఉన్నారు. వీళ్ళతో నేను తీరుబడిగా మాట్లాడాలి” అని వారితో సంభాషించసాగాడు.

నాకేమో అవతల జపనీస్ ఉన్నత సైన్యాధికారులు మా కోసం కాచుకు కూచున్నారని కంగారు. అక్కడికి రెండుమూడుసార్లు సైగ చేశాను. బోస్ పట్టించుకో లేదు. 8-30 కూడా అయింది. డిన్నర్ పార్టీ సంగతి మళ్ళీ గుర్తుచేశాను. బోస్ అనిష్టంగా మాటలు ఆపి కదిలాడు. యమస్పీడుగా ఐపో చేరాం. అక్కడ కార్యక్రమం అంతా ముగించి మా విడిదికి చేరేసరికి అర్ధరాత్రి 1-30 అయింది. బట్టలు మార్చుకుని పక్కమీద వాలానోలేద్ తలుపు తట్టిన చప్పుడు. లేచి చూస్తే అర్ధర్షి. బోస్ గారు వెంటనే రమ్మంటున్నారని కబురు. ఉసూరుమంటూ వెళ్ళాను. “ఆ క్యాంపులో వాళ్ళతో నేను అసలు గంటన్నర మాట్లాడాలనుకున్నాను. మధ్యలోనే వచ్చాము కదా? మళ్ళీ అక్కడికి వెళ్లి మిగిలింది మాట్లాడదాం. ఏర్పాట్లు చేయి” అని నాయకుడి ఆజ్ఞ!

నాకు మతిపోయింది. “అయ్యా, అక్కడికి వెళ్లి రావటానికి రెండుగంటలు పడుతుంది. మనం ఉదయం 7-30 కల్లా పెనాంగ్ బయలుదేరాలి. అక్కడ ఊపిరి సలపని కార్యక్రమం. ఏదీ మార్చటానికి వీలేదు. సమయం సరిపోదు” అన్నాను. “దానికేమి? మామూలుగా 6 గంటలకు కాకుండా రెండుగంటలు ముందుగా మనం 4కే లేస్తే సరిపోతుందిలే” అని తేలిగ్గా చెప్పాడు బోస్. అప్పటికే 2 కావస్తున్నది! నేను నా గదికి తిరిగివెళ్ళి స్థానిక అధికారులను నిద్రలేపి మాట్లాడి కావలసిన ఏర్పాట్లు చేశాను. సరిగ్గా 4 గంటలకల్లా మేము క్యాంపుకు బయలుదేరాం!”

[Quoted in Netaji : From Kabul to Battle of Imphal, H.N.Pandit, pp 185-188]

వెళ్ళిన చోటల్లా ప్రియతమ నేతాజీ పట్ల స్థానిక భారతీయులు మేరలేని ప్రేమ, అభిమానం, ఆరాధనాభావం చూపించేవారు. ఆయన పలికే ప్రతి పలుకునూ మంత్రముగ్ధుల్లా వినేవారు. మహిళలు తమ ఒంటి మీదున్న నగలను, బంగారు గాజులు, దిద్దులు, ఉంగరాలు ఒలిచి ఆయనచేతిలో ఆనందంగా పెట్టేవారు. తమ సర్వస్వం ఆయనకు సమర్పించి స్వాతంత్ర్య సమరంలో సైనికులుగా చేరాలని తహతహలాడేవారు.

కరో సబ్ నిఛావర్

బనో సబ్ ఘకీర్



ఎం.వి.ఆర్. శాస్త్రి

(ఉన్నదంతా త్యాగం చెయ్యండి. దేశం కోసం బిచ్చగాళ్ళు కండి.)

ఇది తన దేశ వాసులకు నేతాజీ చేసిన ఉద్బోధ. ప్రపంచంలో అంతకుముందు బహుశా ఏ నాయకుడూ అలాంటి పిలుపు ఇచ్చి ఉండడు. మీ సర్వస్వాన్నీ నాకు దోచి ఇవ్వమని ఒక నేత జనాన్ని అడగటమే వింత అనుకుంటే అంతకంటే ఆశ్చర్యం దానికి ఆ జనాలు స్పందించిన తీరు. తమకున్నదంతా ఊడ్చి దేశ స్వాతంత్ర్యంకోసం అర్పించటానికి దేశాంతరాల్లోని సామాన్యప్రజలు అంత ఉత్సాహంతో పోటీలు పడటం బహుశా ప్రపంచ చరిత్రలోనే అపూర్వం.

ఆగ్నేయాసియాలో సుభాష్ చంద్రబోస్ చేపట్టిన నిధి సేకరణ ఉద్యమానికి విరాళాలు వెల్లువెత్తాయి. కొట్లకు పడగలెత్తిన వ్యాపారులు తమ సంపద మొత్తాన్నీ నేతాజీకి సమర్పించి భారత జాతీయ సైన్యంలో వాలంటీర్లుగా చేరిన ఉదంతాలు ఎన్నో ఉన్నాయి. ఆఖరికి అడుక్కు తినేవాళ్ళు కూడా జీవితకాలంలో తాము దాచుకున్నదంతా తమ ఆరాధ్యనాయకుడికి ఆనందంగా అర్పించారు. ఆ సమయాన బోస్ వెంట ఉన్న ఐఎన్ఎ సైన్యాధికారి మేజర్ జనరల్ ఎ.సి. చటర్జీ India's Struggle for Freedom గ్రంథంలో రాసిన ఈ వాక్యాలు మామూలు మనుషుల్లో నేతాజీ దట్టించిన స్వాతంత్ర్య కాంక్ష త్యాగనిరతి ఎంత అమోఘమో సూచిస్తాయి:

“ఆ రోజుల్లో ప్రవాస భారతీయ సమాజంలో ఉప్రొంగిన ఉత్సాహం, దేశభక్తి ఉద్వేగం అద్భుతమని చెప్పాలి. నేతాజీ రాకతో వాతావరణం మొత్తం మారిపోయింది. సాధారణ పేదలు చేసిన త్యాగాలు మరీ విలక్షణం. ఎన్నో కుటుంబాలు తమకు ఉన్నదంతా సమర్పించి, తండ్రులు, తల్లులు, కొడుకులు, కూతుళ్ళు స్వాతంత్ర్య ఉద్యమంలో చేరిపోయారు. యు.పి., బెహార్ లకు చెందిన యాదవులైతే ఒక్కొక్కటి వేల డాలర్లు విలువచేసే పాడి పశువులన్నిటినీ సంగ్రామానికి సమర్పించుకుని ఐఎన్ఎ శ్రేణుల్లో చేరారు. జలాన్ బజార్ స్టేడియం సభలో నేతాజీకి చేసిన పూలమాలను వేలం వేస్తే 5 లక్షల డాలర్లు పెట్టి ఒక దేశ భక్తుడు కొనుక్కున్నాడు.

ఈ సందర్భంలోదే ఒక ముచ్చట. నేతాజీ చేతికి విరాళాలను స్వయంగా అందివ్వటానికి వరసల్లో బారులు తీరిన వారిలో ఒక సామాన్యుడిని నేను

పలకరించాను. అతడి దగ్గర మొత్తం 200 డాలర్లు ఉన్నాయట. అందులో వంద డాలర్లు కిందటి సభలో ఇచ్చేశాడట. మిగిలినది కూడా ఇవాళ ఇచ్చేయ్యాలని పించిందట. ఇది కాక నీ దగ్గర ఎంత ఉంది అని అడిగితే ఇంతకు మించి ఏమీలేదు.. అన్నాడు. అలాంటప్పుడు అత్యవసరాలకు 20 డాలర్లయినా చేతిలో ఉంచుకోరాదా అన్నాను. అతడు ఆలోచించి సరే అన్నాడు. 80 డాలర్లు నేతాజీకి సమర్పించాడు. కాసేపటికి చూస్తే అతడు మళ్ళీ చేంతాడంత తైనులో చివర నిలబడ్డాడు. ఏమిటయ్యా అంటే “ఏమో సాబ్ నాకు మనసొప్పుటం లేదు. ఆయన మన కోసం అంత కష్ట పడుతూంటే నా దగ్గరున్నదానిలో కొంత దాచేసుకోవటం తప్పనిపిస్తున్నది. నా తిప్పలు నేను పడతాను. మళ్ళీ వెళ్లి ఈ ఇరవై డాలర్లు కూడా ఆయన చేతిలో పెడితే గాని నాకు స్థిమితం ఉండదు. నేతాజీ కోసం ఉన్నదంతా ఇచ్చానన్న తృప్తి నాకు కావాలి.” అన్నాడు. అన్నట్టే చేశాడు. వేదిక దిగి వచ్చాక అతడి మొహం ఎంత వెలిగిపోయిందో

కదిపాను. అంత దరిద్రంలో ఉన్న మనిషి దగ్గర కూడా మీరు డబ్బు ఎలా తీసుకున్నారు? అంటే ఆయన చెప్పింది:

“నిజమే. ఆమె దగ్గర ఉన్న సంపద అంతా ఆ మూడు రూపాయలే. అది కూడా నేను తీసుకుంటే పాపం ఆమె చాలా అవస్థ పడుతుంది. కానీ తాను కడుపు మాడ్చుకున్నా సరే తన దేశ స్వాతంత్ర్యం కోసం ఉన్నదంతా ఇచ్చేయ్యాలనుకుంది. ఆమె మీద జాలితో నేను వద్దు అంటే ఆమె బాధ పడుతుంది. డబ్బుగల వాళ్ళు ఇచ్చే పెద్దమొత్తాలు మాత్రమే నేను తీసుకుంటానేమో అని నొచ్చుకుంటుంది. అందుకే ఇష్టం లేకపోయినా పుచ్చుకున్నా కోటీశ్వరులు ఇచ్చే లక్షలకన్నా ఆ పేదరాలు ఇచ్చిన మూడు రూపాయలకే నా దృష్టిలో ఎక్కువ విలువ”

[INA AND ITS NETAJEE, Maj.Gen. Shah Nawaj Khan, p.x]

1942లో మొట్టమొదట ఐఎన్ఎను ప్రారంభించినప్పుడు దానిలో చేరిన సైనికుల సంఖ్య

ఆయుధాలు, యాభైవేల మందికే రేపన్న సమకూర్చ గలమని చెప్పింది. దాంతో పూర్వం భారత సైన్యంలో పనిచేసిన వారిలో నుంచి, సివిలియన్ అభ్యర్థులనుంచి జాతీయ సేన లోకి ముప్పై వేలమందిని, సివిలియన్ వాలంటీర్లను ఇరవై వేలమందిని మాత్రమే తీసుకున్నారు. వారిలో అత్యధికులు దక్షిణ భారతానికి చెందినవారు. కొత్తగా చేరిన వారికి సింగపూర్, కౌలాలంపూర్ వంటి అనేక కేంద్రాల్లో సైనిక శిక్షణ ముమ్మరంగా సాగింది. నేతాజీ శిక్షణ శిబిరాలకు తరచుగా వెళ్లి, బారక్స్లో ఆకస్మిక తనిఖీలు చేసి, వారికి పెట్టే తిండిని తానూ రుచి చూసి, శిక్షితుల యోగక్షేమాలు కనుక్కునేవాడు. వీలైనంత ఎక్కువ సమయం వారితో గడిపి వారికి గొప్ప స్ఫూర్తిని ఇస్తూండేవాడు. ఆయుధ ప్రయోగంలో, సైనిక చర్యల్లో కఠోర శిక్షణను ఇప్పించటంతో బాటు, దేశంకోసం ప్రాణాన్ని అర్పించే తెగవనూ, స్వాతంత్ర్యం కోసం ఏ త్యాగానికి ఎంతటి కష్టానికి వెనుకాడని సాహస ప్రవృత్తిని వారికి అలవరించి, దేశభక్తిని సూరిపోసి తనకు కావలసిన సైన్యాన్ని దగ్గరుండి కడు నేర్పుతో తయారుచేసుకున్నాడు.

సుభాస్ చంద్రబోస్ భయంకరమైన ఆశావాది. భూమి బద్దలు కానీ ఆకాశం తలకిందులు కానీ అతడు ఓటమిని అంగీకరించదు. అనివార్యమైన పరాజయాన్ని అద్భుత విజయంగా మలచుకుంటూ ఆశయసిద్ధి కోసం అప్రతిహతంగా ముందుకు సాగక మానడు. జపాన్ మూర్ఖ పాలకులకు మతి అనేది ఉండి, బోస్ హితవును అలకించి 1942లోనే ఆయనను తూర్పుకు రానిచ్చి సైనికంగా సహకరించి ఉంటే అప్పుడున్న అనుకూల అంతర్జాతీయ పరిస్థితులను తెలివిగా ఉపయోగించుకుని బ్రిటిష్ ఇండియాపైకి దండెత్తి మాతృదేశానికి అవలీలగా స్వాతంత్ర్యం సాధించగలిగేవాడు. జపాన్ కూ సర్వనాశనాన్ని తప్పించగలిగేవాడు. అల్పబుద్ధితో అవివేక పోకడలతో టోక్యో ప్రభువులు విలువైన ఏదాది కాలాన్ని వృథా చేయటంతో ప్రపంచ యుద్ధంలో బలాబలాలు మౌలికంగా మారాయి. మిత్రరాజ్యాలు తెప్పరిల్లి పుంజుకున్నాయి. అక్షకూటమికి ఓటమి దగ్గరపడింది. పసిఫిక్ నౌకా యుద్ధంలో జపాన్ వరస పరాభవాలతో ఆగ్నేయాసియాలోని రాజ్యాల వైఖరి మారింది. ఎటూ తప్పదని తేలిన బ్రిటన్ అమెరికాల దిగ్విజయం వల్ల తాము చిక్కున పడకుండా ఉండాలంటే జపాన్కు మెల్లిగా దూరం జరగటం మేలన్న ధోరణి ఇండో చైనా, ఇండోసియా, ఫిలిప్పీన్స్, థాయిలాండ్, బర్మా వాసుల్లో మొదలైంది. అంతదాకా ఎదురులేని జపాన్ ధాటికి దడిచి టోక్యోకు అణగి మణిగి ఉన్న చిన్న దేశాలు మెల్లిగా తల ఎగరవేయ సాగాయి. జపాన్ పనువున కొత్తగా రంగంలోకి వచ్చిన సుభాస్ బోస్ పట్లా అవి అంటే ముట్టనట్లు వ్యవహరించడం మొదలైంది.

సుభాస్ చంద్రబోస్ భయంకరమైన ఆశావాది. భూమి బద్దలు కానీ ఆకాశం తలకిందులు కానీ అతడు ఓటమిని అంగీకరించదు. అనివార్యమైన పరాజయాన్ని అద్భుత విజయంగా మలచుకుంటూ ఆశయసిద్ధి కోసం అప్రతిహతంగా ముందుకు సాగక మానడు. జపాన్ మూర్ఖ పాలకులకు మతి అనేది ఉండి, బోస్ హితవును అలకించి 1942లోనే ఆయనను తూర్పుకు రానిచ్చి సైనికంగా సహకరించి ఉంటే అప్పుడున్న అనుకూల అంతర్జాతీయ పరిస్థితులను తెలివిగా ఉపయోగించుకుని బ్రిటిష్ ఇండియాపైకి దండెత్తి మాతృదేశానికి అవలీలగా స్వాతంత్ర్యం సాధించగలిగేవాడు. జపాన్ కూ సర్వనాశనాన్ని తప్పించగలిగేవాడు.

చెప్పలేను. ఇలాంటి ఉదంతాలు ఆరోజుల్లో ఆగ్నేయాసియాలో చాలా విన్నాను.”

[India's Struggle for Freedom, Maj. Gen. A.C.CHATTERJEE, pp. 108-109]

ఇలాంటిదే ఇంకో ముచ్చట- షా నవాజ్ ఖాన్ కళ్ళారా చూసి రికార్డు చేసింది:

“సింగపూర్లో పెద్ద సభలో మాట్లాడాక విరాళాల కోసం నేతాజీ విజ్ఞప్తి చేశాడు. వేలమంది బారులు తీరారు. తమ వంతు వచ్చినప్పుడు ఎవరికి చేతనైనంత పెద్దమొత్తాలు నాయకుడి చేతికి అందిస్తున్నారు. క్యూ లైనులో ఒక పేదరాలు నాకు కనిపించింది. కూలీ పని చేసుకుని బతికేదిలా ఉంది. ఒంటిమీద బట్టలు చాలా చోట్ల చిరిగి ఉన్నాయి. ఆమె వేదిక మీదికి వెళితే అంత దరిద్రంలో ఉన్నది ఏమి ఇవ్వగలదా అని అందరూ ఆశ్చర్యంతో చూశారు. ఆమె బిడియపడుతూ 3 రూపాయలు నేతాజీ చేతిలో పెట్టి “నేను ఇవ్వగలిగింది ఇంతే. తీసుకోండి” అంది. నేతాజీ ఒక్క క్షణం తటపటాయించి, చేయి చాపి ఆ డబ్బు తీసుకున్నాడు. ఆయన కళ్ళవెంట నీళ్ళు జలజల రాలాయి. తరవాత నేను ఆ విషయం నేతాజీ దగ్గర

16 వేలు. కెప్టెన్ మోహన్ సింగ్ నివ్రుమించిన సమయానికి అది సగానికి పడిపోయింది. శ్రుతి, గతి సరిగలేని ఆ తిరుగుబాటు సైన్యంలో ఉండటం కంటే యుద్ధ ఖైదీలుగా కొనసాగటం మేలని 8 వేల మంది సైనికులు తలచారు. అలా దఫాలవారిగా వెళ్ళిపోయిన వారికి నేతాజీ రంగంలోకి వచ్చాక మనసు మారింది. ఆయన స్ఫూర్తి దాయక నేతృత్వంలో రూపుదిద్దుకుంటున్న ఆజాద్ హింద్ ఫౌజ్లో చేరటానికి యుద్ధ ఖైదీలుగా జపాన్ చేతికి చిక్కిన భారత సైనికులు, సివిలియన్లు అత్యాసక్తి చూపారు. ఆజాద్ హింద్ ఫౌజ్లో చేర్చుకోవటానికి రిక్రూట్మెంటు మొదలెట్టగానే ప్రవాస భారతీయులు నియామక కేంద్రాల వద్ద పెద్ద సంఖ్యలో మూగారు. తెగ రద్దీ వల్ల కొన్నిచోట్ల కొట్లాటలు కూడా అయ్యాయి. మలయాలో పుట్టి జన్మలో భారతదేశం చూడని వారు కూడా భారత స్వాతంత్ర్య సైనికులు కావాలని తపాతహలాడారు.

నేతాజీ ముందు అనుకున్నది మూడు లక్షల మందిని జాతీయ సైన్యంలోకి తీసుకోవాలని. కాని జపాన్ ప్రభుత్వం 30 వేలమందికి మాత్రమే

1943 జూలై 29న రంగూన్ (ఇప్పుడు దాన్ని యాంగ్‌నో అంటున్నారు) చేరినప్పుడూ ఇంచుమించు అదే పరిస్థితి. అసలు బర్మా (ఇప్పటి మయాన్మార్)కు స్వాతంత్ర్యమే ఒక ఫార్సు. ఆ దేశం మీద పట్టు వదులుకోవటం జపాన్‌కు ఎంతమాత్రమూ ఇష్టం లేదు. యుద్ధంలో చక్కెరదురు కాకుండా ఉంటే అసలు బర్మాకు స్వాతంత్ర్యం ఆలోచనే తలపెట్టేది కాదు. బ్రిటిషు వాళ్ళను వెళ్ళగొట్టటానికి మాతో చేతులు కలపండి. వాళ్ళు పోగానే మీకు స్వాతంత్ర్యం ఇస్తామని యుద్ధానికి ముందు ఆంగ్ సాన్ నాయకత్వంలోని బర్మా ఇండిపెండెన్స్ ఆర్మీతో టోక్యో ఒప్పందం కుదుర్చుకున్నది. అక్కర తీరగానే ఆంగ్ సాన్తో ఒప్పందాన్ని తుంగలో తొక్కి బర్మాను తేరగా

ఆ సమయాన జపానే కాదు, భారతీయులన్నా బర్మా వారికి ఇష్టం లేదు. ఎందుకంటే అప్పటికే బర్మాలో ప్రతి రంగంలోనూ భారతీయుల ప్రాబల్యం ఎక్కువగా ఉన్నది. ఆగ్నేయాసియాలో సంపన్న భారతీయుల ప్రమేయం ఉన్న ఆజాద్ హింద్ కార్యకలాపాలకు చోటు ఇస్తే ఏమి తంటానే అన్న భయం బర్మా నాయకులకు ఉన్నది. సుభాష్ బోస్ రంగూన్లో ఉన్న క్వార్టర్స్‌లోనే అవి అకారణ భయాలని తన విశిష్ట వ్యక్తిత్వంతో బర్మా ప్రభుత్వానికి సమృత్తం కలిగించగలిగాడు. ఇండియాపై తాను తలపెట్టిన సైనిక చర్యలకు నర్సవిధాల సహాయపడగలమని కొత్త ప్రధాని బామా నుంచి



అలా- అటు జపాన్ సైన్యంతోనూ ఇటు బర్మా పాలకులతోనూ లైన్ క్లియర్ చేసుకుని అన్ని ఏర్పాట్లూ ముందస్తుగా చేసుకున్నాకే, కావలసిన అంగబలాన్నీ అర్థబలాన్నీ సమృద్ధిగా సమకూర్చుకున్నాకే నేతాజీ స్వతంత్ర భారత తొలి ప్రభుత్వానికి చరిత్రాత్మక రీతిలో తెర లేపాడు.

మిగతా పచ్చేవారం

విందు.. చిన్దం... పెండ్లి.. పేరంటం...
అన్నింటా మీ నేస్తం.

క్రేన్
వక్క పలుకులు

వీటికి సాటి మరేవి లేవు

www.craneindia.net

జవ్వడు మీ తోసం
సరికొత్త ప్యాకింగ్లో
సరికొత్త రుచులతో

వర్ష బాధితులకు ఆండగా...



భైంసా: సేవాభారతి, శ్రీ రామకృష్ణ సేవాసమితి - భైంసా ఆధ్వర్యంలో భారీవర్షాలతో ముంపుకు గురైన నిర్మల్ జిల్లా, భైంసా మండలం, గుండేగాం గ్రామంలోని ప్రజలకు జూలై 22న సేవలందించారు. ఇళ్లలోకి నీరు రావడం వలన గ్రామ ప్రజలు భయాందోళనలకు గురి అయ్యారు. ప్రతి సంవత్సరం ముంపుకు గురి అవుతుండటంతో గ్రామప్రజలు ఇబ్బంది పడుతున్నారు. ఈ సంవత్సరం 40సంవత్సరాల తరువాత అత్యధిక వర్షం పడడం వలన ప్రజలు అనేక ఇబ్బందులకు గురి అయ్యారు. భైంసా స్వయంసేవకులు వెంటనే స్పందించి వారందరికీ దైర్యంగా ఉండాలని చెప్పతూ, ప్రతి ఇంటికి చద్దర్లు, తువాళ్లు, శాలువలు పంచారు. టీ,బిస్కట్లు, భోజనం ఏర్పాటు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా సేవాప్రముఖ్ అడెపు శ్రీనివాస్, సేవాభారతి ఆవాస కోశాధికారి ఆనిల్ చింతావార్ పాల్గొన్నారు.

మంచీర్యాల: జూన్ 18

తేదీనుండి ఎడతెడిపి లేకుండా కురుస్తున్న వర్షాల వలన మంచీర్యాల నగరంలోని లోతట్టు ప్రాంతాలలో నివసించే పేదప్రజల ఇళ్లలోకి నీళ్లు ప్రవేశించడంతో జనజీవనం అస్తవ్యస్తమైంది. ఈ సమయంలో స్థానిక సేవాభారతి కార్యకర్తలు, స్వయంసేవకులు కలిసి జూలై 24వ తేదీన ఇంటింటికి దుప్పట్లు, శాలువలు అందించారు.



కొత్తగూడెం : 101వ అఖిల భారత ఖదాన్ మజ్దూర్ సంఘ్ (బొగ్గు గనుల కార్మికుల సమాఖ్య) కార్యవర్గ సమావేశాలు జూలై 20, 21 తేదీలలో కొత్తగూడెంలో జరిగాయి. BMS బొగ్గు గనుల ఇంచార్జి కొత్తకాపు లక్ష్మారెడ్డి, సహ ఇంచార్జి సురేంద్ర కుమార్ పాండే, సంఘ అధ్యక్షులు నరేంద్ర కుమార్ సింగ్, ప్రధాన కార్యదర్శి సుధీర్ గురుదే, BMS తెలంగాణ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు రవీంద్ర రాజు వర్మ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



టోక్యో ఒలింపిక్స్ తొలిరోజునే పతకాల పట్టికలో భారత్ చోటుసంపాదించడం ద్వారా సంచలనమే సృష్టించింది. శతకోటి భారత క్రీడాభిమానులకు పట్టరాని సంతోషం కలిగించిన ఈ అపూర్వ విజయం వెనక ఓ మహిళా వెయిట్ లిఫ్టర్ ఉండటం దేశానికే గర్వకారణం. పోటీల తొలిరోజునే మీరాబాయి చాను రజతం సాధించడం ద్వారా భారత బృందంలో ఆత్మస్థైర్యాన్ని నింపింది.

భారత కీర్తి పతాక మీరాబాయి చాను

భారత క్రీడారంగంలో మహిళల పాత్ర అనూహ్యంగా పెరిగింది. ప్రపంచ క్రీడల వండుగ ఒలింపిక్స్ లో పురుష అథ్లెట్లను మించి మహిళా అథ్లెట్లు రాణిస్తూ దేశానికే గర్వకారణంగా నిలుస్తున్నారు. మగధీరులు సాధించలేని విజయాలను కూడా అలవోకగా సొంతం చేసుకుంటున్నారు.

టోక్యో వేదికగా ప్రారంభమైన ఈ దశాబ్దపు తొలి ఒలింపిక్స్ లో భారత్ మొత్తం 120 మంది అథ్లెట్ల బృందంతో 18 రకాల క్రీడల బరిలో నిలిచింది. పోటీల తొలిరోజునే నిర్వహించిన మహిళల వెయిట్ లిఫ్టింగ్ 49 కిలోల విభాగంలో మణిపూర్ మణిపూస, భారత స్టార్ లిఫ్టర్ 26 ఏళ్ల మీరాబాయి చాను అంచనాలకు తగ్గట్టుగా రాణించడం ద్వారా రజత పతకం సాధించింది. చైనా, ఇండోనేషియాతో సహా పలు దేశాల లిఫ్టర్ల నుంచి గట్టి పోటీ ఎదుర్కొని రెండోస్థానంలో నిలిచింది. మీరాబాయి చాను ఒలింపిక్స్ లో రజతం సాధించిన భారత మహిళా

లిఫ్టర్గా మాత్రమే కాదు, రెండు దశాబ్దాల విరామం తర్వాత వెయిట్ లిఫ్టింగ్ పతకం తెచ్చిన అథ్లెట్ గా రికార్డు నెలకొల్పింది.

ఒలింపిక్స్ చరిత్రలో భారత్ కు మహిళా అథ్లెట్లు పతకాలు సాధించడం ఇదే మొదటిసారి కాదు. పురుష అథ్లెట్లు విఫలమైన సమయంలో మేమున్నా మంటూ మహిళా అథ్లెట్లు ముందుకు రావడం 20 సంవత్సరాల క్రితమే సిద్ధీ వేదికగా జరిగిన 2000 ఒలింపిక్స్ నుంచే ప్రారంభమయింది. మొత్తం 65 మంది అథ్లెట్ల బృందంతో పతకాల వేటకు దిగిన భారత్ సాధించిన ఏకైక పతకం మహిళల వెయిట్ లిఫ్టింగ్ లో తెలుగుతేజం కరణం మల్లీశ్వరి సాధించినదే కావడం విశేషం.

మణిపూర్ మణిపూస!

ఈశాన్య భారత రాష్ట్రం మణిపూర్ రాజధాని ఇంఫాల్ లోని ఓ మారుమూల ప్రాంతానికి చెందిన చిరుద్యోగి కుటుంబం నుంచి వచ్చిన మీరాబాయి చాను చిన్ననాటి నుంచే తీవ్రంగా శ్రమించడం, తనకు మించిన బరువులు మోయటం అలవాటు చేసుకున్నది. ఎనిమిది మంది సభ్యుల తన కుటుంబానికి అవసరమైన వంటచెరుకు కోసం అడవికి వెళ్లి 20 కిలోమీటర్ల దూరం నుంచి కట్టెలు మోసేది. ఈ అనుభవమే తనకు వెయిట్ లిఫ్టర్ గా రాణించడానికి ఎంతగానో ఉపయోగపడిందని మీరా అనేక సందర్భాల్లో చెప్పింది.

శిక్షణ ప్రారంభించిన ఏడాది కాలంలోనే

మీరాబాయి తొలి బంగారు పతకం గెలుచుకుంది. 2009 జాతీయ వెయిట్ లిఫ్టింగ్ పోటీల యువజన విభాగంలో విజేతగా నిలిచిన మీరా కేవలం ఐదు సంవత్సరాల వ్యవధిలో 170 కిలోల బరువు ఎత్తే స్థాయికి ఎదిగింది. గ్లాస్కో వేదికగా 2014లో ముగిసిన కామన్వెల్త్ గేమ్స్ లో రజత పతకం సాధించడమే కాదు, 2016 రియో ఒలింపిక్స్ కు సైతం అర్హత సంపాదించింది. అయితే ఈ పోటీల్లో ఆశించిన స్థాయిలో రాణించలేకపోయింది.

ప్రపంచ టైటిల్

2017లో జరిగిన ప్రపంచ వెయిట్ లిఫ్టింగ్ పోటీలలో మీరాబాయి బంగారు పతకం సాధించడం ద్వారా సంచలనం సృష్టించింది. 2018 కామన్వెల్త్ గేమ్స్, థాయ్ అంతర్జాతీయ వెయిట్ లిఫ్టింగ్ టోర్నీలతోపాటు ప్రపంచ వెయిట్ లిఫ్టింగ్ పోటీలలో పాల్గొన్న మీరాబాయికి మిశ్రమ అనుభవాల్లే ఎదురయ్యాయి. 2018లో దేశ అత్యున్నత క్రీడా పురస్కారం రాజీవ్ ఖేల్ రత్నను అందుకోడం ద్వారా మణిపూర్ రాష్ట్రానికే గర్వకారణంగా నిలిచింది.

2019లో దోహ్ వేదికగా ముగిసిన ప్రపంచ వెయిట్ లిఫ్టింగ్ పోటీలలో స్వర్ణ విజేతగా నిలిచిన మీరాబాయి తన పేరుతో ఉన్న జాతీయ రికార్డును తానే మెరుగుపరచుకుంటూ వస్తున్నది. 2021 ఆసియా వెయిట్ లిఫ్టింగ్ పోటీల స్నాచ్ విభాగంలో 86 కిలోల బరువెత్తిన మీరాబాయి సరికొత్త ప్రపంచ రికార్డు నమోదు చేసింది.



క్రీడా కృష్ణ, 84668 64969

వ్యాసకర్త : సీనియర్ జర్నలిస్ట్

ఆగస్ట్ 15, 1947 తరువాత అప్పటి వరకు సర్వస్వం జాతీయోద్యమం కోసం వెచ్చించిన వారు ఏం చేశారు? కొందరు చట్టసభలకు వెళ్లారు. కొందరు మంత్రులయ్యారు. పాలకులయ్యారు. కానీ చాలా మంది స్వరాజ్య సమరయోధుల జీవితాలు స్వతంత్ర భారతంలో ఎలా గడిచాయో ఎవరూ పట్టించుకోలేదు. ఈ కింద పరిచయమవుతున్న రెండు జీవితాలు చాలా ఆసక్తి కలిగించేవే. 1947కు ముందు వారికి గొప్ప ఉద్యమ జీవితం ఉంది. తరువాత కూడా రెండు దశాబ్దాల వరకు జీవించారు. రకరకాలుగా దేశానికి సేవ చేశారు. వారు - దర్శి చెంచయ్య, అన్నాప్రగడ కామేశ్వరరావు. చరిత్రకారులు, కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వాలు వారిని పట్టించుకోవలసినంతగా పట్టించుకోకపోయినా,



దరిశి చెంచయ్య

పేరు చరిత్ర పుటలలో తగిన స్థానం సంపాదించు కోలేకపోయిందేమో ఆలోచించాలి. ఆ కారణాలతోనే ఆయన ఈ తరానికి పరిచయం కాకుండా ఉండి పోయారంటే అలాంటి సంప్రదాయం మంచిది కాదని కూడా గుర్తించాలి.

చెంచయ్య ప్రస్తుత ప్రకాశం జిల్లా కనిగిరిలో పుట్టారు. ఒంగోలులో మెట్రిక్యులేషన్ చేశారు. చెన్నైలో బీఏ చేశారు. వ్యవసాయ శాస్త్రం మీద అభిరుచితో పై చదువుల కోసం 1912లో అమెరికా వెళ్లి, లోగన్ కళాశాలలో బీఎస్సీ చదివారు. తన ప్రాంతంలో వ్యవసాయాన్ని అభివృద్ధి చేయాలన్న గొప్ప ఆకాంక్షతో ఆయన అక్కడి వరకు వెళ్లారు. ఆ గడ్డ మీదనే గదర్ పార్టీతో పరిచయం ఏర్పడింది. కందుకూరి వీరేశలింగం వంతులు ప్రభావంతో మొదట సంఘ సంస్కర్తగా సామాజిక జీవనంలో ప్రవేశించారు దర్శి చెంచయ్య. ఈ విషయంతోనే చెంచయ్య ఎంత స్వతంత్రంగా ఆలోచించగలరో అర్థమవుతుంది. నిజానికి 20 శతాబ్దం ఆరంభం నాటి చాలామంది భారత జాతీయ కాంగ్రెస్ వాదుల మాదిరిగానే రావుబహదూర్ కందుకూరి వీరేశలింగం కూడా

మారారు. గదర్ పార్టీ తరపున అమెరికా నుంచి ఆయుధాలతో కెనడా ప్రయాణమయ్యారు. మార్గమధ్యలోనే బ్రిటిష్ వారికి చిక్కి చిత్రహింసలకు గురయ్యారు. డిటెన్యూ హోదాలో ఢిల్లీ, కోల్ కతా, లాహోర్, కన్పూర్, అలీఘడ్, కోయంబత్తూరు జైళ్లలో ఆయనను విచారించారు. కానీ సాక్ష్యాలు దొరకలేదు. అయినప్పటికీ ఆయనను 1949లో విడుదల చేశారు. స్వతంత్ర భారతదేశంలో రాజకీయాల జోలికి వెళ్లకుండా సంఘ సంస్కరణ కోసం శ్రమించారు. వేశ్యావృత్తి నిర్మూలన, స్త్రీవిద్యలకు కృషి చేసి వితంతు శరణాలయాలు నిర్వహించారు. కార్మికోద్యమంలో కూడా పనిచేశారు. చెంచయ్య సతీమణి సుభద్రమ్మ కూడా విదుషీమణి. భర్త నిర్వహిస్తున్న ఉద్యమాలకు చేయూతనిచ్చారు.

రోమాంచితం గావించే ఘట్టాలతో నిండిన తన జీవితానికి చెంచయ్య అక్షరరూపం ఇచ్చారు. దాని పేరే 'నేనూ-నా దేశం'. అందులో అమెరికా నుంచి కెనడాకు ఆయన చేసిన సాహసయాత్ర కనిపిస్తుంది. తెలుగు భాషలో వచ్చిన ఆత్మకథమ స్వీయ చరిత్రలలో ఒకటిగా 'నేనూ-నా దేశం' పేర్కొంది. ఇందులో ఆయన గాడిచర్ల హరిసర్వోత్తమరావు వెల్లూరు జైలులో పడిన కష్టాలను కళ్లకు కట్టారు. ఇలాంటి ఔదార్యం జాతీయోద్యమనేతలు వెలువరించిన జీవిత చరిత్రలు, లేదా ఆత్మకథలలో అరుదుగానే కనిపిస్తుంది. కాబట్టి స్వరాజ్య సమరంలో తమదైన పంథాలో పాల్గొని

ఓ రెండు రక్తబీపాలు

వారిని స్మరించుకునే బాధ్యతను ఏ తరమూ విస్మరించ కూడదు. ఎవరి త్యాగాన్ని గాలికి వదిలేయకూడదు.

బ్రిటిష్ ఇండియా దక్షిణ భారతంలో తొలి రాజకీయ డిటెన్యూ ఎవరు? ఎవరో ఒకరు ఉంటారు. ఉన్నారు కూడా. కానీ ఆయన పేరు పెద్దగా వినిపించడం లేదు. ఆయన పేరు దర్శి చెంచయ్య. మరొక విశేషం కూడా వారి జీవితంలో ఉంది. మద్రాసు ప్రెసిడెన్సీ నుంచి గదర్ పార్టీలో పని చేసిన సాహసి చెంచయ్య (డిసెంబర్ 28, 1890 - డిసెంబర్ 30, 1964). ఎక్కువకాలం కారాగారంలో ఉండిపోవడం, విడుదలైన తరువాత, అంటే స్వతంత్ర భారతదేశంలో ఆయన వాంఛించిన సంస్కరణలు మన సమాజంలో తీసుకురావడానికి శ్రమించడంతో, లేదా వ్యవసాయాభివృద్ధి ధ్యేయంగా తాను పుట్టి పెరిగిన ప్రాంతానికి పరిమితం కావడం వల్ల ఆయన

బ్రిటిష్ పాలన పట్ల విశ్వాసంతో ఉన్నారు. ఇంకా చెప్పాలంటే భారత స్వాతంత్ర్యోద్యమాన్ని నిరసించారు. బెంగాల్ విభజన వ్యతిరేకోద్యమం నేపథ్యంలో 1907లో బిపిన్ చంద్రపాల్ రాజమహేంద్రవరం రావడం కందుకూరికి నచ్చలేదు. పాల్ సందేశం పట్ల, వందేమాతరం నినాదం పట్ల నాటి యువతరం ఆకర్షితులు కావడం కూడా ఆయనకి నచ్చలేదన్న సంగతి వారి ఆత్మకథలో స్పష్టంగానే కనిపిస్తుంది. సంస్కర్త వీరేశలింగం బాటలోనే చెంచయ్య తుదికంటా నడిచినా, దేశానికి స్వాతంత్ర్యం విషయంలో మాత్రం రాజీపడలేదు. పైగా ఆయన జాతీయ కాంగ్రెస్ పంథాలో సాగలేదు.

అమెరికాలో వ్యవసాయ శాస్త్రం చదువుతున్నప్పుడే 25 ఏళ్ల వయసులో చెంచయ్య తీవ్ర జాతీయవాదిగా

ఎన్నో త్యాగాలు చేసినప్పటికీ స్వరాజ్యంలో చిన్న పదవి కూడా ఆశించకుండా శేషజీవితం నిస్వార్థంగా, సమాజ సేవలో గడిపిన మహాన్నతులలో చెంచయ్య ఒకరని చరిత్ర గుర్తుంచుకోవాలి.

అహింసతో స్వాతంత్ర్య సాధన సాధ్యంకాదని నమ్మిన అలనాటి తరం యువకులలో తెలుగు ప్రాంతం నుంచి కనిపించే వ్యక్తి అన్నాప్రగడ కామేశ్వరరావు (అక్టోబర్ 21, 1902-జనవరి 30, 1987). గుంటూరు పన్నుల సహాయ నిరాకరణోద్యమంలోను, ఉప్పు నత్యాగ్రహంలోను, క్వీట్ ఇండియా ఉద్యమంలోను పాల్గొని పలుమార్లు కారాగారానికి

వెళ్లారు. 1946లో ఉమ్మడి మద్రాసు రాష్ట్ర శాసనసభకు తెనాలి నుంచి ఎన్నికయ్యారు.

గుంటూరు జిల్లా ప్రస్తుత నాదెండ్ల మండలం కనుపర్రులో జన్మించారాయన. తండ్రి రోశయ్య, తల్లి లక్ష్మీదేవి. మొదటి ప్రపంచ యుద్ధంలో బ్రిటిష్ ఇండియా సైన్యంలో చేరారు. వయసు తక్కువ చేసి చెప్పడం వల్ల ఇది సాధ్యమైంది. తక్కువ వయసు ఉండి, గెడ్డాలూ మీసాలూ లేకున్నా సైన్యంలో చేర్చుకున్నారా? ఇందుకు సమాధానం ఔననే! మొదటి ప్రపంచ యుద్ధం ప్రకటించిన తరువాత (1914) ఆంగ్లేయులు పిలుపునిచ్చారు. ఇబ్బడి ముబ్బడిగా సైన్యంలో చేర్చుకున్నారు. దీని మీద ప్రపంచ ప్రఖ్యాత వ్యంగ్యచిత్ర పత్రిక అసాధారణమైన కార్టూన్ వేసింది. నిక్కరేసుకుని, గెడ్డాలూ మీసాలూ లేని ఒక కుర్రాడు



సైన్యంలో చేరతానని వస్తాడు. ఇవాళ నీకు ఇంకా పదిహేడేళ్లు రాలేదు. రేపటికి వస్తాయి. చేర్చుకుంటాం. అని పరీక్షకుడు చెబుతూ ఉంటాడు. అదే వాస్తవం. ఎందరో బాలలను సైన్యంలో చేర్చుకుని బ్రిటిష్ వారు సామ్రాజ్య దాహంతో వారి ప్రాణాలు తీశారు.

అలా బ్రిటిష్ ఇండియా సైన్యంలో చేరిన కామేశ్వరరావు 1917లో బాస్రా వెళ్లారు. ఒక తిరుగుబాటును అణచడానికి వెళ్లిన సైనిక దళాలలో ఆయన కూడా ఉన్నారు. ఇంత జాతీయతా స్ఫూర్తి ఉన్న వ్యక్తి బ్రిటిష్ ఇండియా సైన్యంలో ఎందుకు చేరారు? రాణి తరపున సాటి వలసదేశాల అమాయక నిరాయుధుల పైన కూడా తుపాకీ ఎత్తడానికి ఎందుకు సిద్ధమయ్యారు? దాని వెనుక ఒక చారిత్రక దృష్టి ఉంది. ఏ విదేశీయుడి దాడిలో అయినా భారతీయులు ఓడిపోవడానికి కారణం - మన సైనిక నిర్మాణంలో ఉన్న బలహీనత. పురుషోత్తమడి దగ్గర నుంచి రాణా సంగ్రామ్, రాణా ప్రతాప్ దాకా, కంపెనీ పాలనా

కాలంలో 1857 నాటి ఘటనలో ఓటమి వరకు, బ్రిటిష్ ఇండియాలో భారతీయులు చేసిన ప్రతిఘటనల వైఫల్యం అంతా సైనికపరమైన లోపాలతోనే. దానిని అధిగమించాలన్న ఆలోచన ఆయనకు ఉన్నట్టు తెలుస్తుంది. గోపరాజు నాగేశ్వరరావు రాసిన 'ఏ బ్యాటిల్ స్టార్డ్ యోగి' పుస్తకంలో ఇందుకు సంబంధించిన భావాలు కనిపిస్తూ ఉంటాయి. ఇది కామేశ్వరరావు పోరాట జీవితం ఆధారంగా రాసిన పుస్తకం. భారతీయులను అణచి ఉంచడానికి భారతీయులకు భారత దేశపు సామ్యు చెల్లిస్తున్నారన్న స్పృహ ఆయనకు ఉంది. తరువాత సైన్యంలో ఉంటానే తిరుగుబాటు చేశారు. 1920 బాలగంగాధర తిలక్ మరణించినప్పుడు 'బ్రాహ్మ ట్రెమ్' పత్రిక ప్రచురించిన వ్యాసం కామేశ్వరరావును బాధించింది. తిలక్ అంతటి త్యాగమూర్తిని, జాతీయతా స్ఫూర్తి కేంద్రాన్ని దేశద్రోహిగా పేర్కొనడం ఆవేశానికి లోనుచేసింది. ఆ వ్యాసాన్ని ఖండిస్తూ మరొక వ్యాసం రాసి పంపారు. అది వెలువడిన తరువాత సైనిక న్యాయస్థానంలో నిలబడ్డారు. తరువాత చాలా పరిణామాలు జరిగినా సైన్యాన్ని విడిచిపెట్టారు.

1922 జనవరిలో నరసరావులో పేటలో ఆయనను అరెస్టు చేశారు. ఏడాది కారాగార శిక్ష విధించారు. రాజమండ్రి జైలుకు తరలించారు. అక్కడే గదర్ పార్టీ నాయకులు పండిట్ జగంరామ్, గణేశ్ రఘురామ్, వైశంపాయనీలతో పరిచయం ఏర్పడింది. తాము అహింసాయుత ఉద్యమాన్ని, జాతీయ కాంగ్రెస్ పంథాను వ్యతిరేకిస్తున్నప్పటికీ ఆ సంస్థ వార్షిక సమావేశాలకు హాజరై సంఘీభావం ప్రకటించే ఒక రాజకీయ సంస్కృతి అనాడు ఉండేదని చెప్పడానికి చాలా ఉదాహరణలు ఉన్నాయి. కామేశ్వరరావు జీవితంలో అలాంటి ఘటన ఉంది. జైలు నుంచి విడుదలైన తరువాత గౌహతి కాంగ్రెస్ సమావేశాలకు వెళ్లారు. కానీ ఆ సమావేశాలు ఆయనను తీవ్ర జాతీయవాద పంథా నుంచి మరల్చలేదు. గాంధీజీని పూర్తిగా వ్యతిరేకించిన వారిని కూడా కలుసుకున్నారు. 1924లో వినాయక్ దామోదర్ సావర్కర్, వీవీఎస్ అయ్యర్ల సలహాతో కరాచీ వెళ్లారు. అప్పుడు అక్కడ కోటంరాజు బ్రదర్స్ పేరు ప్రఖ్యాతులైన పత్రికా రచయితలలో ఒకరు కోటంరాజు పున్నయ్య ఉన్నారు. ఆయన సహకారంతో బెలూచిస్తాన్ వెళ్లి ఉద్యమం నిర్వహించారు. అక్కడి నుంచి బరోడా వచ్చారు. అక్కడే ప్రొఫెసర్ మాణిక్యరావు వ్యాయామకళాశాలలో శిక్షణ పొందారు. ఈ క్రమంలోనే భగత్ సింగ్, చంద్రశేఖర ఆజాద్, భటుకేశ్వరదత్తు, రాజగురులతో స్నేహం ఏర్పడింది. బరోడాలో ఉండగానే గుజరాతీ మహిళ సరళాదేవిని వర్ణాంతర వివాహం చేసుకున్నారు. లాహోర్ కుట్రకేసులో పోలీసులు అరెస్టు చేయాలని చూడగా, బరోడా సంస్థానాధీశుడు

శాయాజీరావ్ గైక్వాడ్ సాయంతో తప్పించుకున్నారు. కామేశ్వరరావు తన సొంత నేలలో అనాడే స్వతంత్ర ప్రభుత్వం నడిపేందుకు సాహసించడం చరిత్రలో చేరవలసిన అంశమనిపిస్తుంది. 1931లో కామేశ్వర రావు రహస్యంగా రష్యా చేరుకున్నారు. 1936లో కొత్తపట్నంలో రాజకీయ పాఠశాల నడిపారు. ఈ పాఠశాల ద్వారా యువకులకు విప్లవ భావాలు అందిస్తున్నారన్న ఆరోపణతో జస్టిస్ పార్టీ ప్రభుత్వం మూసివేయించింది. జీవితంలో 18 ఏళ్లు అజ్ఞాతంలోనే ఉండిపోయారు. గుంటూరు జిల్లా కలెక్టర్ టీజీ రూథర్ఫర్డ్కు సమన్యగా మారారు. కామేశ్వరరావు నాదెండ్ల ప్రాంతంలో సమాంతర ప్రభుత్వం నడిపారు. తపాలా కార్యాలయం, సొంత కరెన్సీ, స్వతంత్ర పాలన కూడా ఆరంభించారు. 1922లో నాటి గుంటూరు పన్నుల నిరాకరణోద్యమంలో పాల్గొన్నందుకు ఆయనను పోలీసులు అరెస్టు చేసినప్పుడు జరిగిన సంఘటన కూడా స్మరించుకోదగినది. ఆ అరెస్టు సమయంలోనే ఆయన తల్లి లక్ష్మీదేవి గొప్ప ఉపన్యాసం ఇచ్చారని ప్రసిద్ధి. నా బిడ్డతో పాటు నేనూ పోరాటం చేస్తాను. నా బిడ్డకు అండగా నిలుస్తాను అని ఆమె ప్రతిజ్ఞ చేశారు.

గుంటూరు జిల్లాలోనే మాచర్ల దగ్గర గల ఎత్తిపోతల వద్ద అన్నాప్రగడ కొద్దికాలం రహస్య జీవితం గడిపారు. భగత్ సింగ్ ను తప్పించాలని చూశారు. మద్రాస్ ప్రెసిడెన్సీలో పనిచేసే బీమా ఏజెంటు ఏకే రావు పేరుతో ఒక పాస్ పోర్టు సంపాదించారు. దానితో భగత్ సింగ్ ను విదేశాలకు పంపాలని ఆయన కోరిక. కానీ భగత్ సింగ్ ఇందుకు ఒప్పుకోలేదు. అదే పాస్ పోర్టుతో అన్నాప్రగడ 1931 సెప్టెంబర్ 22న భార్యాపిల్లలతో దక్షిణాఫ్రికా వెళ్లారు. వారిని అక్కడ బంధువుల ఇంట వదిలి వివిధ దేశాలలో జరుగుతున్న గెరిల్లా పోరాట రీతులు అభ్యసించడానికి వెళ్లిపోయారు. 1935-36 ప్రాంతంలో కమ్యూనిస్టు పార్టీలో చేరినప్పటికీ త్వరలోనే వారితో విభేదించారు. 1942 క్విట్ ఇండియా ఉద్యమంలో చేరారు. స్వాతంత్ర్యం వచ్చిన కొద్దికాలానికే దేశంలో ఒక కృత్రిమ రాజకీయ వాతావరణం ఏర్పడింది. అవి చాలామంది స్వరాజ్య సమరయోధులను భీన్నులను చేశాయి. వారికి మౌనం తప్ప గత్యంతరం లేకపోయింది. అలాంటి కలుషిత రాజకీయాల కారణంగా 1956లోనే కామేశ్వరరావు పూనా వెళ్లిపోయారు. అక్కడ కూడా ఆయన చేదు అనుభవాలనే చూడవలసి వచ్చింది. కానీ స్వాతంత్ర్యం సమరయోధులకు పింఛన్ ఇచ్చే కార్యక్రమంలో కామేశ్వరరావుది కీలకపాత్ర. ఇందిరాగాంధీ ఆదేశాల మేరకు అఖిల భారత స్వాతంత్ర్య సమరయోధుల సంఘానికి అధ్యక్షునిగా రెండు సార్లు పనిచేశారు. స్వాతంత్ర్య సమరయోధులకు పింఛన్ ఇప్పించడంలో కృషి చేశారు.



ఆంధ్రప్రదేశ్లో క్రైస్తవ మతమార్పిడి ప్రక్రియతో ఎన్నో రిజర్వేషన్లు పెద్ద ఎత్తున దుర్వినియోగం అవుతున్నాయనే విషయం అందరికీ తెలుసు. కాని రాష్ట్రీయ స్వయంసేవక్ సంఘ్; భారతీయ జనతా పార్టీ తప్ప ఏ రాజకీయ పార్టీ కూడా ఈ విషయంలో నోరు విప్పవు. మతమార్పిడికి వ్యతిరేకంగా మాట్లాడితే ఎక్కడ ఆయా వర్గాల ఓట్లు కోల్పోతామేమోనన్న భయమే దీనికి కారణం. దేశ రాజ్యాంగం ప్రకారం ముస్లిం, క్రైస్తవ మతాలు తప్ప

స్వీకరించిన వ్యక్తులు ఉద్యోగం పొంది పనిచేస్తున్నారు. మతం మారి ఎన్నీ పేరుతో విద్య, ఉద్యోగాల్లో రిజర్వేషన్లు పొందుతున్నారని పలువురు ఆరోపించినా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇప్పటి వరకు ఎలాంటి చర్యలు తీసుకోలేదు. తాజాగా రాష్ట్రంలో క్రైస్తవులు ఎన్నీ రిజర్వేషన్లు పొందడంతో రిజర్వేషన్లు దుర్వినియోగం అవుతున్నాయన్న ఆరోపణలపై నివేదిక సమర్పించాలని జాతీయ ఎన్నీ కమిషన్ రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని ఆదేశించింది. 15 రోజుల్లో వాస్తవిక

నిలిచే అంశాలు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఎన్నీ రిజర్వేషన్లపై ఉద్యోగం పొందిన అధికారులు, ఉద్యోగులు, ఎమ్మెల్యేలు, ఎంపీలను గుర్తించి వారిపై చర్యకు పూనుకోవాలి. వీరు చర్చిల్లో దిగిన పెళ్లి ఫోటోలు సేకరిస్తే చాలు అడ్డంగా దొరికిపోతారు. ఇదే జరిగితే దేశంలో గొప్ప సంచలనం అవుతుంది. మత మార్పిడులకు అడ్డుకట్టపడుతుంది.

ఆర్థిక భారంగా యాంత్రీకరణ పథకం

రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న యాంత్రీకరణ

రాష్ట్రంలో ఒక వర్గం ప్రజలు ఉద్యోగం కోసం ఒక ప్రపంచంలో, ఇంటి వద్ద మరో ప్రపంచంలో విహరిస్తున్నారు. తమకు అన్నం పెడుతున్న మొదటి ప్రపంచాన్ని దూషించి రెండో ప్రపంచాన్ని పొగడ్డలతో ముంచెత్తుతున్నారు. ఆ మొదటి ప్రపంచం హిందూమతమైతే - రెండో ప్రపంచం క్రైస్తవం. క్రైస్తవ మతం స్వీకరించినా హిందూ మత ఎన్నీ రిజర్వేషన్లు పొందుతూ హిందువులకు అన్యాయం చేస్తున్నారు. ఇలా అన్యాయానికి గురైన ఎన్నీ సోదరులు ఆగ్రహంతో ఎన్నీ కమిషన్ కు ఫిర్యాదు చేశారు. ఈ ఫిర్యాదును పరిశీలించిన కమిషన్ విచారణ చేపట్టాలని ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శిని ఆదేశించింది. ఇక రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్వహించిన రైతు చైతన్య యాత్రలు ప్రభుత్వానికి తలనొప్పి తెప్పించాయి. వ్యవసాయానికి ప్రభుత్వ చేయూత, సాంకేతిక సలహాలు, మేలైన యాజమాన్య పద్ధతులపై ప్రభుత్వం నిర్వహించిన రైతు చైతన్య యాత్రల్లో రైతులు కనిపించలేదు. వచ్చిన కొద్దిమంది తమ సమస్యలను ఏకరవు పెట్టుకోవడంతో ప్రజా ప్రతినిధులు నీళ్లు నమిలారు. అధికారులు బత్తర చూపులు చూశారు.

మరో ప్రపంచంలో ఒక వర్గం!

హిందూ, సిక్కు, బౌద్ధ మతానికి చెందిన వారు మాత్రమే ఎన్నీ జాబితాలో సమోదై ఉన్నారు. ఎన్నీలు వేరే మతం స్వీకరిస్తే ఎన్నీల జాబితా నుంచి తొలగిపోయి గ్రూప్ సి కిందకు వస్తారు. కాని ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మాత్రం ఎన్నీల జాబితాలో ఉన్న హిందువులను యథేచ్ఛగా మతం మార్చివేస్తున్నారు. అయినా వారంతా ఎన్నీల జాబితాలోనే కొనసాగు తున్నారు. ఫలితం ఎన్నీ జాబితాలో ఉన్న అసలైన హిందువులకు లబ్ధిచేకూరడం లేదు. రాష్ట్రంలో ఉద్యోగులు, ఉన్నతాధికారులు, ఎమ్మెల్యేలు 90 శాతం ఈ రకంగానే క్రైస్తవ మతంలోకి మారి ఇప్పుడు హిందూ ఎన్నీ సర్టిఫికేట్ తో ప్రభుత్వాన్ని మోసం చేసి ఉద్యోగాలు, పదవులు వెలగబెడుతున్నారు. బయట ప్రపంచంలో ఒకలా, లోపల మరో ప్రపంచంలో ఉంటున్నారు. క్రైస్తవ సంప్రదాయాలు పాటించడం, చర్చిల్లో ప్రార్థనలకు వెళ్లడం, అసధికారంగా క్రైస్తవ పేర్లు కలిగి ఉండటం, హిందువులను దూషించడం ఇవన్నీ వీరి రోజువారీ దినచర్యలు. అంతెందుకు తిరుమల, తిరుపతి దేవస్థానంలో హిందూ ఎన్నీ రిజర్వేషన్ల పేరుతో ఎందరో క్రైస్తవ మతాన్ని

సమాచారంతో నివేదిక అందజేయాలని ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శికి నోటీస్ జారీ చేసింది. నిర్దిత వ్యవధిలోగా సమాధానం ఇవ్వకపోతే రాజ్యాంగం లోని ఆర్టికల్ 338 ప్రకారం సివిల్ కోర్టుల అధికారాలను జాతీయ ఎన్నీ కమిషన్ ప్రయోగించాల్సి వస్తుందని హెచ్చరించింది. ఆర్టికల్ 338కి లోబడి, కమిషన్ ముందు వ్యక్తిగతంగా హాజరు కావలసి ఉంటుందని సీఎస్ కు తెలియజేసింది. కాని క్రైస్తవులకు అండగా ఉంటున్న ప్రభుత్వం నివేదిక పంపడం కష్టమే. ఒక వేళ పంపినా.. ఎలాంటి మత మార్పిళ్లు లేవనే చెబుతుంది.

ఎలా కనిపెట్టాలి?

పుట్టుక, వివాహం, మరణం వంటి కార్యాలు ఆయా మతాల సంప్రదాయాల ప్రకారం జరుగుతాయి. క్రైస్తవులు ఇంటి వద్ద ఒకపేరు, బయట మరోపేరు పెట్టుకుని మోసం చేస్తున్నా వారి మత సంప్రదాయాలు పాటిస్తారు. క్రైస్తవ సంప్రదాయంలో చర్చిలో వివాహం, వస్త్రధారణ, ఫాస్టర్ నిర్వహణ, మరణిస్తే సమాధి చేయడం వంటివి సాధారణం. ఇవే వ్యక్తులు క్రైస్తవాన్ని స్వీకరించారనేందుకు సాక్షంగా

పథకం రైతులకు వెసులుబాటు మాట అంటుంచి ఆర్థిక భారంగా మారింది. రైతుల నుంచి రెండేళ్లుగా వస్తున్న ఒత్తిడి తట్టుకోలేక ప్రభుత్వం ఎట్టకేలకు వ్యవసాయ యాంత్రీకరణ పథకాన్ని ప్రారంభించింది. కాని ఈ పథకం నిబంధనలు రైతులకు ప్రతిబంధ కంగా మారడంతో కాద్దిమంది పెద్ద రైతులు మాత్రమే వినియోగించుకోగలుగుతున్నారు. గతంలో రైతులకు వ్యక్తిగతంగా 40 శాతం రాయితీపై వ్యవసాయ పనిముట్లను అందజేసేవారు. ఇప్పుడు ప్రభుత్వం చెల్లించాల్సిన రాయితీ సొమ్మును రైతులే ముందుగా చెల్లించాలని షరతు విధించారు. ఒక పక్క వ్యవ సాయానికి పెట్టుబడిలేక ఇబ్బందిపడుతుంటే, లక్షల రూపాయల రాయితీ సొమ్ము ఎక్కడి నుంచి తెచ్చి కట్టాలని రైతులు వాపోతున్నారు.

రైతులు దూరం

రాష్ట్రంలో 10,778 రైతు భరోసా కేంద్రాలున్నాయి. ఒక్కోరైతు భరోసా కేంద్రం పరిధిలో ఒక్కోరైతు గ్రూపును ఏర్పాటు చేయాలనేది ప్రభుత్వం లక్ష్యం. దీని ప్రకారం రాష్ట్రంలోని అన్ని ఆర్బీకేల పరిధిలో రైతు గ్రూపులను ఏర్పాటు చేసి, కష్టమే

హైరింగ్ కేంద్రాలను (సిహెచ్సీ) నెలకొల్పాలి. అయితే ప్రభుత్వం 2021 బడ్జెట్లో 10246 కస్టమ్ హైరింగ్ కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేస్తామని తెలిపింది. కాని ఇప్పుడు మొదటి విడతగా 1898 రైతు భరోసా కేంద్రాల్లో 1192 కస్టమ్ హైరింగ్ కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేసేందుకు ముందుకు వచ్చింది. ఒక్కో సిహెచ్సీకి రూ.15 లక్షలు విలువ చేసే యంత్ర పరికరాలను కొనుగోలు చేయించి, ఆ గ్రామంలోని రైతులకు అద్దె ప్రాతిపదికన ఇవ్వాలి. గతంలో

మంటున్నారు. గతంలో రైతు రథం పేరుతో ట్రాక్టరును రాయితీపై ఇచ్చేవారు. కాని ప్రస్తుతం ట్రాక్టరును ఇవ్వడానికి ముందుకు రాలేదు. దీంతో కస్టమ్ హైరింగ్ కేంద్రాలు లక్ష్యంలో పదిశాతం కూడా ఏర్పాటు చేయలేకపోతున్నారు.

తలబొప్పి కట్టించిన రైతు చైతన్య యాత్రలు

రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్వహించిన రైతు చైతన్య యాత్రలు ప్రభుత్వానికి తలనొప్పి తెప్పించాయి. అదిచూసి, ఇదిచూసి అంటూ నాయకులు కాసేపు



తురగా నాగభూషణం



వ్యక్తిగతంగా వ్యవసాయ పరికరాలను రాయితీపై అందించేవారు.

ఒక్కో రైతు బృందానికి రూ.15 లక్షల పరికరాలను అందిస్తారు. ఇందులో రైతులు పది శాతం మొత్తాన్ని జిల్లా కేంద్ర సహకార బ్యాంకుకు చెల్లించాలి. దీంతోపాటు ప్రభుత్వ రాయితీ 40 శాతం. అంటే.. రూ.6 లక్షలను కూడా రైతు గ్రూపులు బ్యాంకులో జమ చేయాలి. మిగిలిన 50 శాతం సొమ్మును జిల్లా కేంద్ర సహకార బ్యాంకు రుణం ఇస్తుంది. ఒక పక్క సేకరించిన ధాన్యానికి ఇంతవరకు డబ్బులు చెల్లించలేదు. ఇప్పుడున్న క్లిష్ట పరిస్థితుల్లో విత్తనాలు, ఎరువులకే డబ్బులేక రైతులు అప్పులు చేస్తున్నారు. పరికరాలకు రూ.లక్షల సొమ్ము ఎక్కడి నుంచి తేవాలని రైతులు ప్రశ్నిస్తున్నారు. ఇలా అయితే తమకు పరికరాల్లో అవసరం లేదని రైతులు అంటున్నారు. గతంలో వ్యక్తిగతంగా ఇచ్చే యంత్రాలను రైతులు తమ స్థలాల్లో భద్రపరుచుకునేవారు. ఇప్పుడు రైతు గ్రూపులకు పరికరాల నిర్వాహణ బాధ్యతను అప్పగించడంతో వాటిని భద్రపరిచే షెడ్యూలర్ నిర్మాణానికి అదనపు ఖర్చులు భరించలే

గొప్పలు చెప్పుకుని అధికారులతో భజన చేయించు కోవాలని వచ్చారు. తీరా తమ గోడు చెప్పుకుంటున్న రైతులకు సరైన సమాధానం చెప్పలేక, అనునయించలేక హడావిడిగా చిత్తగించారు. వ్యవసాయ, ఇతర అనుబంధ రంగాలకు ప్రభుత్వం అందిస్తున్న పథకాలు, ఆయా రంగాల్లో మేలైన యాజమాన్య పద్ధతులు, సాంకేతిక అంశాలపై అవగాహన కల్పించడమే లక్ష్యంగా ప్రభుత్వం రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఉన్న ఆర్బీకేల్లో ఈ నెల 9 నుంచి 23 వరకు రైతు చైతన్య యాత్రలను నిర్వహించింది. కాని ఈ యాత్రల్లో జరిగే సభలు రైతులు లేక వెలవెలబోయాయి. ఇక్కడకు రావడానికి ఎవరూ ఆసక్తిని చూపించడం లేదు. వచ్చినవారు గిట్టుబాటు ధరలు, రాయితీ యంత్రాలపై అధికారులను ప్రశ్నిస్తున్నారు. ప్రభుత్వ పథకాలపై పెదవి విరుస్తున్నారు. రైతు భరోసా డబ్బులు రాలేదని అధికారులను నిలదీస్తున్నారు. దీంతో అధికారులు నీళ్లు నములుతున్నారు. మత్స్యపరిశ్రమలు ఉన్న ప్రాంతాల్లో రైతులు సీడ్, ఫీడ్ ధరలు ఆకాశాన్నంటు తున్నాయని, రొయ్యలకు మాత్రం ధరలు లేవని ఆక్వా రైతులు నిలదీస్తున్నారు.

క్రమబద్ధీకరణలో జాప్యమెందుకు?

రెండేళ్ల క్రితం గ్రామ, వార్డు సచివాలయాల పరీక్ష రాసి ఉద్యోగాల్లో చేరిన 1.34 లక్షల మంది సిబ్బందిని ఇప్పుడు క్రమబద్ధీకరించే సమయం వచ్చింది. ఒకేసారి అంతమందిని రెగ్యులర్ చేస్తే తమపై ఆర్థికభారం కానుందని ప్రభుత్వం భావిస్తోంది. రకరకాల నిబంధనలను పెట్టి ఈ ప్రక్రియను జాప్యం చేయడానికి ప్రయత్నిస్తోందని ఉద్యోగులు ఆరోపిస్తున్నారు. డిపార్ట్మెంటల్ పరీక్ష పాసయితేనే రెగ్యులర్ చేస్తామన్న ప్రభుత్వం, ఇప్పుడు కొత్త సిలబస్ ప్రకటించింది. అది పాసయితేనే రెగ్యులర్ చేస్తామని పేర్కొంది. ఈ సిలబస్ గ్రూప్-1 కంటే కష్టంగా ఉందని సాక్షాత్తు భాజపా రాష్ట్ర అధ్యక్షులు సోమువీరాజు పేర్కొనడం ఆందోళన కలిగించే అంశం. నెలకు రూ.15 వేలు మాత్రమే ఇస్తున్నా వీరంతా విధులు నిర్వహిస్తున్నారు. మంచి ఉద్యోగాలు వచ్చినా వదలివెళ్ళామంటే తీసుకున్న జీతం తిరిగి ఇవ్వాలని నిబంధన విధించడంతో వీరు హతాశులౌతున్నారు.

వ్యాసకర్త : సీనియర్ జర్నలిస్ట్

వారఫలాలు

2021 ఆగస్టు 02-08



సింహంభట్ల సుబ్బారావు
6300674054



మేషం : అశ్విని, భరణి, కృత్తిక 1వ పాదం

ముఖ్యమైన కార్యక్రమాలను స్వయంశక్తితో పూర్తిచేస్తారు. కొన్ని వివాదాలను పట్టుదలతో పరిష్కరించుకుంటారు. భూములు, వాహనాలు కొంటారు. ఆదాయం మెరుగ్గా ఉంటుంది. వ్యాపారులకు నూతనోత్సాహం, లాభాలు అందుకుంటారు. ఉద్యోగులు అనుకున్న పోస్టులు పొందుతారు. 7,8 తేదీల్లో లేనిపోని ఖర్చులు. కుటుంబ సమస్యలు. శ్రీరామధ్యానం చేయండి.



వృషభం : కృత్తిక 2,3,4 పాదాలు, రోహిణి, మృగశిర 1,2 పాదాలు

ఇంతకాలం వేధిస్తున్న ఒక సమస్య నుంచి బయటపడతారు. బంధువులు, స్నేహితులతో విభేదాలు సమసిపోతాయి. రావలసిన బాకీలు అందుతాయి. వ్యాపారులకు భాగస్వాములతో వివాదాల సర్దుబాటు. ఉద్యోగుల కృషి ఫలిస్తుంది. పారిశ్రామిక వేత్తలకు శుభవార్తలు. క్రీడాకారులకు సంతోషకరంగా ఉంటుంది. 4,5 తేదీల్లో ఆస్తి వివాదాలు. అనుకోని ఖర్చులు. అంగారక స్తోత్రాలు పఠించండి.



మిథునం : మృగశిర 3, 4 పాదాలు, ఆర్ద్ర, పునర్వసు 1,2,3 పాదాలు

కార్యక్రమాలలో అటంకాలు చికాకు పరుస్తాయి. నిర్ణయాలలో ఆచితూచి వ్యవహరించండి. మీ ఆలోచనలు ఇతరులకు ఉపయోగపడతాయి. భూవివాదాలతో సతమతమవుతారు. ఆదాయానికి మించిన ఖర్చులు. ఆరోగ్యం కొంత ఇబ్బంది కలిగిస్తుంది. వ్యాపారులకు లాభాలు కష్టసాధ్యమే. ఉద్యోగులకు మరింత పనిభారం. 5,6 తేదీల్లో శుభవార్తలు. అంజనేయ దండకం పఠించండి.



కర్కాటకం : పునర్వసు 4వ పాదం, పుష్యమి, ఆశ్లేష

ఆశ్చర్యకరమైన రీతిలో కొన్ని పనులు పూర్తి కాగలవు. ఆలోచనలు అమలు చేస్తారు. ఇంతకాలం పడ్డ శ్రమ కొలిక్కి వస్తుంది. పట్టుదల పెరుగుతుంది. ప్రత్యర్థులు సమస్యలు సృష్టించినా అధిగమిస్తారు. రావలసిన సొమ్ము నకాలంలో అందుతుంది. కుటుంబంలో విభేదాలు తొలగుతాయి. ఉద్యోగులకు కొత్త బాధ్యతలు ఉత్సాహాన్నిస్తాయి. 4,5 తేదీల్లో ఖర్చులు. మానసిక అశాంతి. కనకధారా స్తోత్రాలు పఠించండి.



సింహం : మఖ, పుబ్బ, ఉత్తర 1వ పాదం

ముఖ్యమైన పనులు సమయానికి పూర్తి చేస్తారు. గతంలో చేజారిన కొన్ని దాక్కుమెంట్లు తిరిగి లభించవచ్చు. వాహనాలు, స్థలాలు కొనుగోలు చేస్తారు. ఆదాయం గతం కంటే మెరుగ్గా ఉంటుంది. వ్యాపారులు మరింత ఉత్సాహంగా ముందడుగు వేస్తారు. ఉద్యోగులకు అనుకూల పరిస్థితులు. 7,8 తేదీల్లో దుబారా ఖర్చులు. కుటుంబంలో చికాకులు. దుర్గాదేవి స్తోత్రాలు పఠించండి.



కన్య : ఉత్తర 2,3,4 పాదాలు, హస్త, చిత్త 1,2 పాదాలు

యత్నకార్యసిద్ధి. కొంతకాలంగా నెలకొన్న ఇబ్బందులు తొలగుతాయి. వాహనాలు, ఆభరణాలు కొనుగోలు చేస్తారు. ఆరోగ్య సమస్యల నుంచి బయట పడతారు. వ్యాపారులకు లాభాలు. ఉద్యోగులకు అధికారుల ప్రశంసలు అందుతాయి. రచయితలు, క్రీడాకారులు తమ ప్రతిభ నిరూపించుకుంటారు. 2,3 తేదీల్లో వృధాఖర్చులు. సుబ్రహ్మణ్యార్జవం పఠించండి.



తుల : చిత్త 3,4 పాదాలు, స్వాతి, విశాఖ 1,2,3 పాదాలు

ఆదాయం అంతగా లేక అప్పులు చేస్తారు. ఆకస్మిక ప్రయాణాలు. నిర్ణయాలలో మరింత నిదానం అవసరం. వ్యాపారులు విస్తరణ యత్నాలు నెమ్మదిగా సాగుతాయి. ఉద్యోగులు విధుల్లో మరింత శ్రమ పడాలి. పారిశ్రామికవేత్తలకు ఇబ్బందులు. 7,8 తేదీల్లో శుభవార్తలు. ఆకస్మిక ధనలబ్ధి. నూతన పరిచయాలు. విష్ణుధ్యానం చేయండి.



వృశ్చికం : విశాఖ 4వ పాదం, అనూరాధ, జ్యేష్ఠ

కొన్ని కార్యక్రమాలలో ప్రతిబంధకాలు. ఆదాయం కొంత నిరాశ కలిగిస్తుంది. ఆరోగ్య సమస్యలు చికాకు పరుస్తాయి. ఆలోచనలు నిలకడగా సాగవు. వ్యాపారులు పెట్టుబడుల విషయంలో కొంత ఇబ్బందిపడతారు. ఉద్యోగులు బాధ్యతలు పెరిగి సతమతమవుతారు. రాజకీయవేత్తలకు శ్రమ పెరుగుతుంది. 3, 4 తేదీలలో విందువిన్దాలు. నవగ్రహస్తోత్రాలు పఠించండి.



ధనుస్సు : మూల, పూర్వాషాఢ, ఉత్తరాషాఢ 1వ పాదం

అందర్నీ ఆకట్టుకుని ముందుకు సాగుతారు. ఆలోచనలు అమలు చేస్తారు. రావలసిన బాకీలు



మకరం : ఉత్తరాషాఢ 2,3,4 పాదాలు, శ్రవణం, ధనిష్ఠ 1, 2 పాదాలు

చేపట్టిన పనుల్లో అటంకాలు తొలగుతాయి. దీర్ఘకాలిక రుణబాధలు తొలగుతాయి. కొన్ని కీలక వ్యవహారాలలో బంధువుల సహకారం అందుతుంది. గృహ నిర్మాణయత్నాలు కార్యరూపం దాలుస్తాయి. వ్యాపారులకు లాభాలు. ఉద్యోగులకు సంతోషకరమైన సమాచారం. 2,3 తేదీల్లో బంధువిరోధాలు. అనారోగ్యం. హయగ్రీవ ధ్యానం మంచిది.



కుంభం : ధనిష్ఠ 3,4 పాదాలు, శతభిషం, పూర్వాభాద్ర 1,2,3 పాదాలు

కష్టం మరింత పెరుగుతుంది. అనుకున్న పనుల్లో అవాంతరాలు. విలువైన వస్తువులు జాగ్రత్తగా చూసుకోండి. రాబడి నిర్మాణాహరమవుతుంది. ఆకస్మిక ప్రయాణాలు. ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ వహించండి. వ్యాపారులకు ఒడిదుడుకులు. ఉద్యోగులకు అనుకోని మార్పులు. రాజకీయవేత్తలకు కొత్త సమస్యలు ఎదురుకావచ్చు. 7,8 తేదీల్లో శుభవార్తా శ్రవణం. ధనలాభం.



మీనం : పూర్వాభాద్ర 4వ పాదం, ఉత్తరాభాద్ర, రేవతి

అనుకున్న ఆదాయం సమకూరక ఇబ్బందులు. ఆశ్చర్యకరమైన సంఘటనలు ఎదురవుతాయి. ఆరోగ్య సమస్యలు చికాకు పరుస్తాయి. వ్యాపారులకు పెట్టుబడుల్లో అవాంతరాలు. ఉద్యోగులకు మార్పులు. పారిశ్రామికవేత్తలకు కొత్త వివాదాలు. క్రీడాకారులు, పరిశోధకులకు సామాన్యంగా ఉంటుంది. 2,3 తేదీల్లో శుభవార్తలు. వాహనయోగం. ధనలబ్ధి. శివపంచాక్షరి పఠించండి. ★

ఆధారాలు

అడ్డం

1. ఓ పార్టీ గుర్తులో సుత్తితోడిది (4)
3. కౌగిలి (4)
6. శిల్పి పనిముట్టు (2)
8. అటుగా సమీపమునకు (3)
9. ఎటువంటి అభిప్రాయం చెప్పకుండా మౌనం వహించడం (3)
11. పద్యగద్యాత్మక రచనను ఈ కావ్యం అంటారు (2)
12. తలసీదాస్ రచించిన చాలీసా! (4)
13. స్వాధీనము (2)
14. అంతా, అన్నీ అని అర్థం (3)
16. నీరు పోవుదారి స్నానాలగదిలో (2)
19. కేటాయించిన భాగము (2)
21. అటుగా నూనె, పెట్రోలు వంటి దానికే వ్యవహారం (3)
22. పైకి డాబు సరిగా ఉండి లోపల ఏమి లేకపోవటం (2)
24. కొండ (2)
25. నక్షత్రము (2)
26. నవలా చిత్రాల నాయికగా పేరొందిన సినినటి (3)
27. 'శ్రీ మాత్రే నమః' మధ్యది శ్రీ భైషధ గుళికగా స్వీకరించండి అంతే! (3)
29. యవనిక (2)
31. సమవర్తి, నరలోకాధిపతి (3)
32. బి.జె.పి. నేతగా ఒకప్పుడు ప్రఖ్యాతి వహించిన నాయకురాలు (5)

నిలువు :

1. హారంలోని ప్రధానపూస (5)
2. కోరికలను తీర్పు చెయ్యి ఓ ముద్రగా! (5)
4. గుడిలో శివునిరూపు (3)
5. మహాపద్యనందుడు ఏ వంశపు మొదటిరాజు(4)
7. శంక (4)
10. భాష కన్నా ఇది ప్రధానం అంటారు (3)
15. అల్లసాని పెద్దన కావ్యము ఎవరి చరిత్ర (6)
16. బుల్లెట్, తుపాకీ గుండు (2)
17. జంధ్యాల పాపయ్యశాస్త్రి కవిగా ఇలా ప్రసిద్ధులు (4)
18. తలవూపే బసవన్న '....బసవన్న' (2)
20. లోకమాన్య బిరుదాంకిత బాల గంగాధరుడు (3)
23. నాథుడు లేని, హక్కుదారు లేని (4)
28. ఇంద్రజాలాది విద్య (2)
30. కొమ్మువాద్యము (2)

మా చిరునామా : పదరసం, జాగృతి వారపత్రిక, 3-4-228/4/1, కాచిగూడ, హైదరాబాద్-27

పదరసం-329

	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			

పదరసం - 329

పేరు :

చిరునామా:.....

పిన్ కోడ్ : మొబైల్ :

సమాధానాలు పైగడులలో వూరించి, కత్తిరించి కవర్ పై పదరసం నెం. వేసి 2021 ఆగస్టు 16 లోగా జాగృతికి పంపండి. సరైన సమాధానాలు రాసిన వారిని విజేతలుగా ప్రకటిస్తాం. ఒకరిని లాటరీ ద్వారా ఎంపికచేసి నగదు బహుమతి అందచేస్తాం. తుది నిర్ణయం జాగృతి యాజమాన్యందే.

పదరసం - 325 సమాధానాలు

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	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

విజేతలు: పులికంటి గీత, యం.కల్యాణి, కె.వి.రమణమూర్తి, సి.జి.శంకరరావు, తిరుమల ద్వారకానాథ్- హైదరాబాద్, చెరుకు మహేశ్వర శర్మ-జగిత్యాల, గడియారం రవీంద్ర, జి.రంజని-చిత్తూరు, డా॥అన్నపురెడ్డి వీరారెడ్డి-ప్రకాశం, ఇంకొల్లు బ్రహ్మాండస్వామి-ఒంగోలు, ఎస్.క్రిష్ణ మూర్తి-బెంగళూరు.

బహుమతి పొందిన విజేత :
యం.కల్యాణి-హైదరాబాద్.



అప్పుడు బంతి థియేటర్ల కోర్టులో!

కరోనా సెకండ్ వేవ్ తగ్గుముఖం పట్టిన నేపథ్యంలో థియేటర్లలో సినిమాల ప్రదర్శనకు నిర్మాతలు మొగ్గుచూపుతున్నారు. గత యేడాది థియేటర్ల యాజమాన్యం ప్రదర్శనకు తగినన్ని సినిమాలు లేవనే భావన వ్యక్తం చేయగా, ఇప్పుడు నిర్మాతలు తమ చిత్రాల విడుదలకు తగినన్ని థియేటర్లు లేవని వాపోతున్నారు. జూన్ 20వ తేదీ నుండి థియేటర్లు తెరవమని తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఆదేశాలు జారీ చేసినా, తమ సమస్యలు పరిష్కరిస్తేనే థియేటర్లు తెరుస్తామని ప్రకటించిన యాజమాన్యం ఇప్పుడు కాస్తంత దిగి వచ్చింది. సినిమాటోగ్రఫీ మంత్రి తలసాని శ్రీనివాస యాదవ్ ను గతవారం కలిసి, ఆయన ఇచ్చిన హామీ మేరకు వెంటనే థియేటర్లు తెరుస్తామని మాట ఇచ్చింది. కానీ నిజానికి అది కార్యరూపంలోకి రాలేదు. ఆదివారం నుండి తెరుస్తామన్న మాట, 23వ తేదీకి మారింది. అక్కడ నుండి 30వ తేదీకి వాయిదా వడింది. ఈ శుక్రవారం కూడా ఎన్ని థియేటర్లు తెరుస్తారన్నది అనుమానమే.

తెలంగాణలో సింగిల్ థియేటర్లలో పార్కింగ్ ఫీజు వసూలు చేసుకునేందుకు వెసులుబాటును కల్పిస్తూ ప్రభుత్వం ఇటీవల జీవో విడుదల చేసింది. మల్టీప్లెక్స్ థియేటర్లలో మాత్రం పార్కింగ్ ఫీజు వసూలుకు ససేమిరా అంటోంది. అయినా తమ గోడును ఏదో ఒక స్థాయిలో విన్న ప్రభుత్వానికి తెలంగాణ ఎగ్జిబిటర్స్ కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. కానీ నిర్మాతలు మాత్రం రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలలో థియేటర్లు పూర్తి స్థాయిలో తెరచుకుంటేనే తమకు ఉపయోగం ఉంటుందని, పాక్షికంగా థియేటర్లు తెరచుకోవడం వల్ల ఎలాంటి ఉపయోగం ఉండదని భావిస్తున్నారు. ఆ రకమైన అసంతృప్తి ఉన్నప్పటికీ చిత్రంగా ఈ నెల చివరి వారంలో ఏకంగా ఐదు

సినిమాలు విడుదలకు సిద్ధమయ్యాయి. గత శుక్రవారం 23వ తేదీ 'నేరగాడు' అనే తమిళ డబ్బింగ్ సినిమా కూడా ఒకటి అతి తక్కువ థియేటర్లలో విడుదలైంది.

ఈ శుక్రవారం సత్యదేవ్ నటించిన 'తిమ్మరుసు', తేజ సజ్జా నటించిన 'ఇస్కే', టీవీ నటుడు నందగోపాల్ హీరోగా పరిచయం అవుతున్న 'నరసింహపురం'తో పాటు 'పరిగెత్తు పరిగెత్తు', 'త్రయం' చిత్రాలు విడుదల కాబోతున్నాయి. తెలంగాణలో ఈ స్కాల్ అండ్ మీడియం బడ్జెట్ చిత్రాలకు కావలసినన్ని థియేటర్లు దొరుకుతున్నాయి కానీ ఆంధ్రప్రదేశ్ లో ఆ వాతావరణం కనిపించడం లేదు. అక్కడ ఇప్పటికీ రోజుకు మూడు అటలు ప్రదర్శించాలన్న నిబంధనే ఉంది. అలానే టిక్కెట్ రేట్లు పెంపు నిర్ణయం విషయంలో ప్రభుత్వం ఎలాంటి చొరవ చూపడం లేదు. కరెంట్ బిల్లులు సైతం ఒక్కో థియేటర్ కు ఐదు లక్షల నుండి పది లక్షల రూపాయలు పెండింగ్ ఉందని ఎగ్జిబిటర్స్ అసోసియేషన్ పెద్దలు చెబుతున్నారు. ఈ విషయం ఓ కొలిక్కి వచ్చే వరకూ థియేటర్లను తెరిచేది లేదని, ఒకవేళ కొందరు ముందుకు వచ్చినా అది నామమాత్రంగానే ఉంటుందని అంటున్నారు. ఈ పరిస్థితుల్లో పెద్ద చిత్రాల నిర్మాతలు తొందరపడి తమ చిత్రాల విడుదల తేదీలను ప్రకటించే సాహసం చేయరు. నిజానికి నాని నటించిన 'టేక్ జగదీశ్'ను ఈ నెల 30న విడుదల చేస్తారని మొదట సమాచారం వచ్చింది. కానీ ఆంధ్రలో థియేటర్లు పూర్తి స్థాయిలో తెరవకుండా రిలీజ్ డేట్ ప్రకటన చేస్తే అనవసరంగా భంగపడతామని నిర్మాతలు భావించినట్లు చెబు తున్నారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ లోని ప్రభుత్వం, అక్కడి థియేటర్ల యాజమాన్యం ఈ నెల 30న తీసుకునే నిర్ణయం బట్టి ఆగస్ట్ మొదటి వారంలో ఏయే సినిమాలు విడుదలవుతాయనేది తెలుస్తుంది. ఇప్పటికే

ఆగస్ట్ 6వ తేదీన 'ఎస్.ఆర్. కళ్యాణ మండపం', 'ఇప్పుడు కాక ఇంకెప్పుడు'తో పాటు మరో ఒకటి రెండు సినిమాలను విడుదల చేయబోతున్నట్లు వాటి నిర్మాతలు ప్రకటించారు. తెలంగాణలో మాదిరి ప్రభుత్వ పెద్దలనుండి ఏదో ఒక స్థాయిలో హామీని ఆంధ్రప్రదేశ్ ఎగ్జిబిటర్స్ సైతం పొందితే, ఆగస్ట్ నుండి వరుసగా సినిమాలు విడుదల కావడం, థియేటర్లు కళకళలాడటం జరుగుతుంది. సో... ఇప్పుడు బాల్ థియేటర్ల కోర్టులోనే ఉందని అనుకోవచ్చు. ఎందుకంటే... కరోనా థర్డ్ వేవ్ గురించి మీడియాలో భారీ ప్రచారం జరుగుతోంది కానీ జనాలలో భయం మాత్రం ఏమీ లేదు. వారు ఎంచక్కా పబ్లిక్ ప్లేస్ లో తిరిగేస్తున్నారు.

రేపు కాస్తంత ప్రజాదరణ పొందే చిత్రం ఒక్కటి వచ్చినా... ప్రేక్షకులతో థియేటర్లు పోటెత్తడం ఖాయం. అదే జరిగితే విడుదలకు సిద్ధంగా ఉన్న నాగచైతన్య 'లవ్ స్టోరీ', అఖిల్ 'మ్యాస్టి ఎలిజబెత్ బ్యాచిలర్', అవసరాల శ్రీనివాస్ '101 జిల్లాల అందగాడు', సాయిధరమ్ తేజ్ 'రిపబ్లిక్', కీర్తి సురేశ్ 'గుడ్ లక్ సఖి' వంటి చిత్రాలు క్యూ కట్టేస్తాయి. వీటిలో ఏ రెండు మూడు సినిమాలకు ఆదరణ లభించినా పెద్ద సినిమాలు సైతం థియేటర్లలో విడుదలవుతాయి. కరోనా థర్డ్ వేవ్ ప్రభావం లేకపోతే మాత్రం ఈ యేడాది ద్వితీయార్థంలో విడుదలవుతున్న సినిమాలతో చిత్రసీమ కాస్తంత కుదుట పడుతుంది. ఎందుకంటే చిరంజీవి, బాలకృష్ణ, ప్రభాస్, ఎస్వీయార్, రామ్ చరణ్, అల్లు అర్జున్, విజయ్ దేవరకొండ వంటి స్టార్స్ సినిమాలన్నీ రాబోయే ఐదారు నెలల్లో విడుదలకు రెడీ అవుతున్నాయి. వీటితో కొంతలో కొంత తెలుగు సినిమా రంగం గాడిలో పడే అస్కారం ఉంది. మరి ఏం జరుగుతుందో వేచి చూడాలి.

వ్యాసకర్త : సీనియర్ జర్నలిస్ట్

Centre for Universal Hearing Screening & Speech Therapy Program



ఉద్దేశ్యము

- ఈ ప్రాజెక్ట్ నిరోధం ఆసుపత్రి లో సక్రం ద్వారా నిర్వహించ బడుతుంది.
- పుట్టిన వెంటనే అందరి నవజాత శిశువులకు ఈ పరీక్ష ఉచితంగా చేయటం వలన చెప్పుడు మరియు మూగ రాకుండా నిరోధించవచ్చు.

- పిల్లలకు ఉచితంగా వినికేడి పరిక్ష్లు చేయబడును.
- మాటలు రాని పిల్లలకు పదాలు పలకడంలో సాధన మరియు చికిత్స అందించబడును.



Data on Number of Children Tested and Treated

27640
Screened by
DAE

570
Screened by
AABB

142
Screened by
RERA

1055
AVT and
Speech Therapy
Sessions
-given

32
Babies given
Hearing aid

Supported by

 synchrony

Implementation Partner

[illegible]

Manager: PRANAV

2nd Floor, Intensive Care Unit Block, Niloufer Hospital, Lakadi-ka-pul, Hyderabad - 500 004

Mobile: 83330 86633 , Email : pranav.saksham.hyd@gmail.com

From:

JAGRITI Telugu Weekly

Jagriti Bhavan, H.No.3-4-228/4/1,

Lingampally, Kachiguda, Hyderabad-500027

email : jagritiweekly@gmail.com, web : jagritiweekly.com

Date of Publication Every Monday : 02.08.2021

Date of Posting Every Friday & Saturday

Postal Regn. No. HSE/1052/2021-2023

RNI Regd. No. 3270/57

Volume : 73 Issue : 38



LANDMARK HOSPITALS



MCK Block 2, Next to JNTU Metro Station, Kukatpally, Hyderabad-85.

www.landmarkhospitals.net

తల్లిపాల వల్ల లాభాలు

తల్లిపాలకి

- బిడ్డకు తల్లిపాలు ఇవ్వడం ద్వారా రోజుకు దాదాపు 500 క్యాలరీలు అదనంగా ఖర్చు అవుతుంది. తద్వారా గర్భధారణ సమయంలో పొందిన బరువును తగ్గించుకొనుటకు సహాయపడుతుంది.
- పాలు ఇచ్చే స్త్రీలలో మధుమేహం, రక్తపోటు, హైడ్రోగాలు వచ్చే అవకాశం తక్కువగా ఉంటుంది.
- ఎక్సలెంట్ శిశువుకు తల్లిపాలు ఇస్తారో వారిలో రొమ్ము క్యాన్సర్, అండాశయ క్యాన్సర్ వచ్చే అవకాశాలు తక్కువగా ఉంటుంది.
- తల్లిపాలు ఇవ్వడం ద్వారా అక్సిటాక్సినాలు విడుదలవుతాయి. అవి గర్భాశయాన్ని సంకోచించి దీని ప్రసవానంతరం కలిగే రక్తస్రావాన్ని తగ్గిస్తాయి.

బిడ్డలకి

- తల్లిపాలలో పిల్లల ఎరుగుదలకు, పోషణకు కావలసిన కొవ్వు, నీరు, చెక్కిన, ప్రోటీనులు, మినరల్స్ సమృద్ధిగా ఉంటాయి.
- తల్లిపాలు సులువుగా జీర్ణమవుతాయి. తల్లిపాలు పొందుతున్న పిల్లలలో గ్యాస్, అపోర పోషణ సమస్యలు, మలబద్ధక సమస్యలు తక్కువగా ఉంటాయి.
- తల్లిపాలు రోగనిరోధకాలను కలిగి ఉండటం ద్వారా, పిల్లల్లో నెవి సంబంధిత అంటురోగాలు, అలిసార, క్వాస సంబంధిత వ్యాధుల నుండి రక్షణ లభిస్తుంది.
- తల్లిపాలు తాగుతున్న పిల్లలలో, అకస్మిక శిశుమరణాల సమస్య తక్కువగా ఉంటుంది.
- ఒకవేళ మీ శిశువు నెలలు నిండక మునుపే పుట్టినట్లైతే, తల్లిపాలు శిశువుకు స్వల్పకాలిక మరియు దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య సమస్యలను చాలా వరకు తగ్గించే అవకాశం ఉంది.

OUR SPECIALITIES

- ◆ Orthopaedics
- ◆ Joint Replacement Surgery
- ◆ Neuro Surgery
- ◆ Urology & Nephrology
- ◆ Gastroenterology
- ◆ Plastic Surgery & Burns
- ◆ Maxillofacial Surgery
- ◆ General Medicine
- ◆ General Surgery
- ◆ Vascular Surgery
- ◆ Obstetrics & Gynaecology
- ◆ Infertility
- ◆ Cardiology
- ◆ ENT
- ◆ Pulmonology
- ◆ Paediatrics
- ◆ Physiotherapy
- ◆ Dermatology
- ◆ Diabetology
- ◆ Radiology
- ◆ Dialysis

WE ARE EMPANELLED WITH ALL INSURANCE

TELANGANA GOVT.
REIUMBERSEMENT
FACILITY AVAILABLE.

ANDHRA PRADESH
EHS CASHLESS
FACILITY AVAILABLE.



For Appointment Call : 040-4545 9999, 703 666 5051