



జ్యోతి యర్రాజి

ప్రతిభ ఎవరి సొత్తు కాదు. అంతర్జాతీయ స్థాయిలో పేరు తెచ్చుకోవాలంటే అద్భుతమైన సూక్ష్మత చదవాలి అవసరం లేదు. కడు పేదరికంలో పుట్టినా.. పట్టుదలతో దేశం గర్వించదగ్గ స్థాయికి ఎదిగొచ్చిన నిరూపిస్తున్నారా విశాఖకు చెందిన జ్యోతి యర్రాజి. ఆమె తండ్రి ప్రైవేటు సెక్టార్లో గాడు. తల్లి గృహిణి. పిల్లలకు ఆపుపాలు పట్టలేని పరిస్థితుల్లో సీసాలో గంజీనీళ్లు పోసి తాగించేవారట. అంతటి పేదరికం. ఆ పరిస్థితుల్లోనూ పెరిగేకొద్దీ పరుగును ప్రేమించారు జ్యోతి. సాధనకు సరైన బూట్లు లేక. రోడ్డు పక్కన డొరకే నాసిరకం ఛూనీతో సరిపెట్టుకునేవారు. కుటుంబం వారిందినా పరుగును వదలేదు. అందుకే, దేశంలోనే అత్యంత వేగవంతమైన హార్ట్ లెగ్ మేరు తెచ్చుకున్నారు. ఆసియా క్రీడల్లో రజత పతకంతో జ్యోతి పేరు మారుమోగింది. తాజాగా, ఏషియన్ ఇండోర్ అథ్లెటిక్స్ లో బంగారు పతకం సాధించి తనకు ఎదురులేదని నిరూపించారా పరుగుల రాణి.

రష్మిక మందన్న

హీరోయిన్ గా మారేకే పరిమితం కాకూడదు. కథానాయకులతో సమానంగా విభిన్న పాత్రలను ఎంచుకోవాలి. రష్మిక మందన్నలా. 'పుష్ప', 'యానిమల్' లాంటి సినిమాల్లో ఆమె ఎంపికకు తారాగణాలు. నటనలో తనను తాను మెరుగుచేసుకుంటూ జాతీయ స్థాయికి ఎదిగారు రష్మిక. కన్నడనాట పుట్టినా అచ్చ తెలుగు తార అన్నంతగా టాలీవుడ్ లో పేరు తెచ్చుకున్నారు. తెలుగు, కన్నడ, తమిళ, హిందీ సినిమాల్లో సత్తా చాటుతున్నారు. తొలి చిత్రం 'కిరీక పార్టీ' హిట్ కావడంతో వరుస సినిమాలు చేస్తూ తనకంటూ ఓ గుర్తింపు సాధించుకున్నారు. వ్యాపార రంగంలోనూ దూసుకుపోతున్న ఈ అమ్మడి ప్రతిభకు ఫోర్స్ పట్టం కట్టింది.



జంధానికీ 13

కరీంనగర్ | గురువారం 22 ఫిబ్రవరి 2024 www.ntnews.com



మసాలా మ్యాకరోని

కావలసిన పదార్థాలు: మ్యాకరోని: ఒక కప్పు, నూనె: రెండు టేబుల్ స్పూన్లు, వెల్లుల్లి: నాలుగు రెబ్బలు, జీలకర్ర: అర టీస్పూన్, పచ్చిమిర్చి: రెండు, ఉల్లిగడ్డ: చిన్నది, పసుపు: చిటికెడు, చిన్నగా తరిగిన ఉమాలు, క్యాప్సికం ముక్కలు: రెండు టేబుల్ స్పూన్ల చొప్పున, మిరియాల పొడి, గరం మసాలా, జీలకర్ర పొడి: పావు టీస్పూన్ల చొప్పున, కారం: అర టీస్పూన్, ఉప్పు: తగినంత, కొత్తిమీర తరుము: కొద్దిగా.



తయారీ విధానం: ముందుగా మ్యాకరోని పది నిమిషాలు ఉడికించి నీళ్లు పండి పెట్టుకోవాలి. స్టవ్ మీద పానీషెట్ నూనె వేడయ్యాక జీలకర్ర, చిన్నగా తరిగిన వెల్లుల్లి, పచ్చిమిర్చి, ఉల్లిగడ్డ ముక్కలు వేయాలి. బాగా వేగక టమాలు ముక్కలు జోడించి రెండు నిమిషాలు మూతపెట్టి మగ్గించాలి. పసుపు, మిరియాల పొడి, గరం మసాలా, కారం, జీలకర్ర పొడి, ఉప్పు, క్యాప్సికం ముక్కలు కలిపి ఒక కప్పు నీళ్లుపోసి ఉడికించాలి. మిశ్రమం ఉడకుతుంటే మ్యాకరోని వేసి నీరు ఇగి రిపోయే వరకు కలుపుతూ వేయించాలి. చివరగా కొత్తిమీర చల్లుకుని దిండుకుంటే కారంకారంగా నోరారించే మసాలా మ్యాకరోని సిద్ధం.

బంధానికీ.. రీసెట్ బటన్!

ప్రతి యంత్రానికి ఓ రీసెట్ బటన్ ఉన్నప్పుడు.. అనుబంధ మంత్రమైన బంధానికీ మాత్రం ఎందుకు ఉండకూడదు? ఏ కారణం వల్లకో ఆగిపోయిన ప్రేమ బండ్ల మళ్ళీ ఎందుకు పట్టా లెక్కకూడదు? ఆ దిశగా ప్రయత్నించడం ముందుగా నిపుణులు...  
• ఎదురుపడి గొడవపడకండి... కొన్నాళ్లు భాగస్వామికి దూరంగా ఉండండి. నింపాడిగా ఎక్కడ తప్పు జరిగిందో విశ్లేషించుకునే ప్రయత్నం చేయండి.  
• గతాన్ని తలుచుకొని ఒకరొక్కరు ఎత్తిపాడుకుంటూ కూర్చుంటే లాభం లేదు. అలా ఆని గతాన్ని పూర్తిగా మర్చిపోవడమూ కష్టమే. అందుకని, ఇద్దరూ ఓ చోట సమావేశమై ఎవరు, ఏ సందర్భంలో, ఎందుకు బాధపడ్డారో వివరించే ప్రయత్నం చేయాలి. ఆ బాధను ఎదుటి వ్యక్తితో పంచుకోవాలి. దీని వల్ల, ఆ అధ్యాయం అక్కడితో ముగుస్తుంది.  
• గతంలోని లోపాలను క్షమిస్తూ, పాతను విస్మరిస్తూ, భవిష్యత్తులో అలాంటి భిన్నాభి ప్రాయాలు ఉండేవారే అపకామా ఉండనే ఎరుకతో ముందుకెళ్లాలి.  
• కలిసి ఓ కప్పు కాఫీ, ఇంటికొస్తూ నాలుగు మూలల మల్లలు, సంతోషంగా ఉన్నప్పుడు ఓ చిన్న బహుమతి... ఇలాంటి చిన్నచిన్న విషయాలే బంధాన్ని అనుబంధంగా మారుస్తాయి.  
• భాగస్వామిని నిందించడం, తప్పులు వెతకడం తేలికే. మరి పునఃసంగతి? మనలోనూ లోపాలు ఉండొచ్చు కదా! వాటిని గుర్తించే ప్రయత్నం చేయండి. అవసరమైతే, ఓ మంచి డైరెక్షన్లు నుండి కలవండి!

మూడు పదులు నిండేలోగా చదువు, ఉద్యోగం, పెండ్లి.. ఈ మూడూ పూర్తిచేస్తే చాలు. జీవితంలో స్థిరపడినట్టే అనుకునే వాళ్లు ఎంతోమంది. అదే ముప్పైలోపు తమకంటూ ఓ ప్రత్యేక గుర్తింపు సంపాదించి.. దేశం మెచ్చే స్థాయికి చేరుకుని, విజయానికి అసలైన నిర్వచనాన్ని రచిస్తున్నవారు కూడా లేకపోలేదు. అంతటి ఉత్సాహంతో ఉన్న ముప్పై మంది యువతీ యువకుల్ని ఈ ఏటి మేటి వ్యక్తులుగా గుర్తించింది ఫోర్ట్ వత్తిక. అందులో తొమ్మిది మంది మహిళలూ ఉన్నారు. ఆ నవ యువతుల సంక్షిప్త పరిచయం..

రంగమేడైనా.. ఫిరంగులే!

ఫోర్ట్ మెచ్చిన మహిళలు



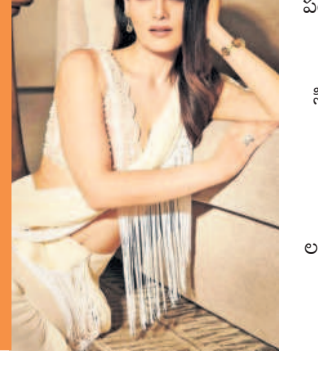
వివిధ సంస్థలకు మూలధనం సమకూర్చే ప్రైవేట్ ఇన్వెస్ట్ మెంట్ కంపెనీ ప్రైవేట్ లిమిటెడ్ హోదాలో పనిచేయడం తలపడిన నిపుణులతో సాధ్యం. కానీ, కేవలం 29 ఏండ్ల వయసులో ఆ పదవిని అందుకొని, ఆ సంస్థలో అంతటి స్థాయిలో పనిచేస్తున్న అతిపిన్న వయస్కురాలిగా రికార్డుకెక్కారు బెంగళూరు నివాసి సీతాలక్ష్మి నారాయణన్. పుస్తకై, గ్లోబల్ బీస్, క్రెడిట్ బీ, మింటిఫై లాంటి కంపెనీల్లో దాదాపు రెండున్నర వేల కోట్ల రూపాయల విలువైన పెట్టుబడులకు సంబంధించి ఓపాండ్ లో పాలుపంచుకున్న సీక. సూక్ష్మ-చిన్న తరహా పెట్టుబడులు, వెల్త్ మేనేజ్మెంట్, క్రాసింగ్ డైరెక్ట్ ఇన్వెస్ట్ మెంట్ లో భారత్ లో మరింత వృద్ధి చెందుతాయని చెబుతారామె. సలభమైన సందర్భాల్లో సొంత ఈక్విటీ సంస్థ నెలకొల్పాలన్నది తన లక్ష్యం.

పారుల్ చౌదరి



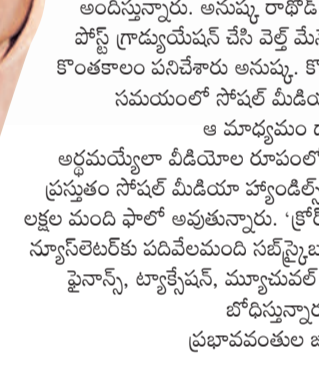
పరుగులు తీయడం చిన్నప్పుడే నేర్చుకోవచ్చు. కానీ అడ్డంకులను అధిగమిస్తూ పరుగులు తీయడం ఎలాగో కూడా నేర్చుకున్నారు ఉత్తరప్రదేశ్ కు చెందిన పారుల్ చౌదరి. అందుకే, స్ట్రీటుల్లో చేతలో ఆతి తక్కువ సమయంలో మూడువేల మీటర్ల రేస్ పూర్తి చేసిన తొలి భారతీయ మహిళగా రికార్డు సాధించారు. అంతేకాదు, గత ఏడాది జరిగిన ఏషియన్ గేమ్స్ లో కవేల మీటర్ల రేసులో దేశానికి రికార్డు పతకం తీసుకొచ్చి మరో రికార్డు సృష్టించారు. 28 ఏండ్ల పారుల్ దీని మీదే దగ్గర కుగ్రామం. వ్యవసాయం కుటుంబం. పరుగు మీద ఆసక్తితో అధ్యయనం చేసి ఆమె.. తొలక రైల్వేలో టెక్నికల్ కలెక్టర్ గా పనిచేశారు. అంతర్జాతీయ పోటీల్లో దేశానికి స్వర్ణపతకం తీసుకొస్తే డిఎస్సీ కొలువు భాయమని ఏడో వార్షిక పత్రికలో చదివాక.. మనసు భాకీ డ్రైన్ వైపు మళ్లింది. ఆ కలను నిజం చేసేటటువంటి నేందుకు ఏషియన్ గేమ్స్ లో సత్తా చాటారు. అభ్యాసాలతో పోటీ పెట్టుకుని మరి సాధన చేసేవారని చెబుతారా ఆమె కోర్. తడవడం ప్రతిసారి తనను తాను మెరుగుచేసుకుంటూ ముందుకెళ్లే పారుల్.. ఫోర్స్ వెల్లడించిన బెస్ట్ అథ్లెట్ లో ఒకరు.

రాధికా మదన్



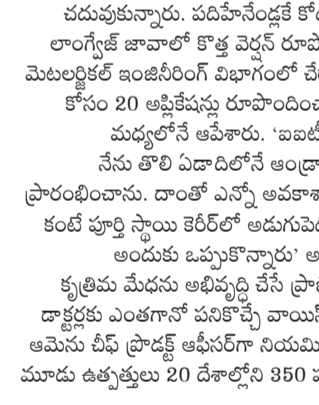
బుల్లితెర వేదికగా వెండితెరపై డీకొనడం సాహసమే. కానీ ఆ ఫీట్ ను పరీక్షిస్తూనే ఉన్న ప్రేక్షకుల మన్ననలు అందుకుంటున్నారా హిందీ కథానాయిక రాధికా మదన్. 'మేరీ ఇష్క్ కి తుమ్ హే హీ' అనే హిందీ సినిమాల్లో పరిచయమైన రాధికా ఆ తర్వాత సినిమాల వైపు దృష్టి సారించారు. తొలి సినిమా 'పటాక్ష' కు బెస్ట్ ఫీమేల్ డెబ్యూగా 'స్ట్రీట్' అవార్డు అందుకున్నారు. నెట్ ఫ్లిక్స్ సీరీస్ 'రే'లో నటనకు 'ఫిలింఫేర్' ఓటీటీ అవార్డు పరిందింది. శిర్డీ, అంగ్రేజీ మీడియం, కచ్చే లింబా.. సినిమాల్లో మూస ధోరణులకు సన్నపలుకుతూ ఆమె ధరించిన పాత్రలు ప్రేక్షకుల హృదయాలను కొల్ల గొట్టాయి. 2023లో చేసిన కచ్చే, సజ్జని షిండేకా వైరల్ వీడియో.. సినిమా లతో పాటు సాని-బునా టెర్ ఫైమిలగ్ సీరీస్ లోనూ ఆమెవి లోకైర పాత్రలే. తన కొత్త సినిమా 'సనా' అంతర్జాతీయ ఫిలిం ఫెస్టివల్స్ లో మంచి పేరు తెచ్చుకుంటున్నది. ఈ దూకుడే ఫోర్స్ ఎంటర్టైన్ మెంట్ కేటగిరీలో ఆమెకు చోటు సంపాదించి పెట్టింది.

అనుష్క రాథోడ్



సోషల్ మీడియాలో కంటింట్ క్రియేట్ చేయడం చాలామందికి ఓ ప్యాషన్. కొందరు జనాన్ని పక్కదోప పట్టించేందుకు ఆ వైఖరిని వాడుతుంటే.. మరికొందరు ప్రజలకు ఉపయోగపడే సమాచారాన్నే అందిస్తున్నారు. అనుష్క రాథోడ్ రెండో కోవలోకి వస్తారు. ట్యాక్సీ డ్రైవర్ లో పోస్ట్ గ్రాడ్యుయేషన్ చేసి వెల్త్ మేనేజ్మెంట్, ఇన్వెస్ట్ మెంట్ బ్యాంకింగ్ లో కొంతకాలం పనిచేశారు అనుష్క. కొవిడ్ మహమ్మారి ప్రపంచాన్ని కమ్మోసిన సమయంలో సోషల్ మీడియా ప్రభావం ఏమిటో తెలుసుకున్నారు. ఆ మాధ్యమం ద్వారా కంటింట్ క్రియేట్ చేసి.. జనానికి అర్థమయ్యేలా వీడియోల రూపంలో ఆర్థిక విషయాలు చెప్పాలనుకున్నారు. ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియా హ్యాండిల్స్, యూట్యూబ్ లో ఆమెను దాదాపు 18 లక్షల మంది ఫాలో అవుతున్నారు. 'క్రో' క్లబ్ పేరుతో అనుష్క రూపొందిస్తున్న న్యూస్ లెటర్ కు పదివేలమంది సబ్ స్క్రిబ్టర్లు ఉన్నారు. వీటన్నిటినీ ద్వారా పర్సనల్ ఫైనాన్స్, ట్యాక్సీ డ్రైవర్, మ్యూజిక్ ఫండ్స్, ఇన్సూరెన్స్ తదితర అంశాలను బోధిస్తున్నారు. కాబట్టే, పాతికేండ్ల వయసుకే ఫోర్స్ ప్రభావవంతం జాబితాలో చోటు సంపాదించుకున్నారు.

స్వహా బిశ్వాస్



చిన్ననాటి నుంచీ టాలీటాల గాథలు, ఆ సంస్థను అంతటి స్థాయికి తీసుకెళ్లిన దిగ్ గజాల స్ఫూర్తి కథలు వింటూ పెరిగారు స్వహా బిశ్వాస్. వాళ్లలాగే తను కూడా సొంతంగా ఏదైనా చేయాలనే తపన ఉండేది. అందుకే, చక్కగా చదువుకున్నారు. పదిహేనేండ్లలోకి డిగ్రీ రాయడం ప్రారంభించి.. సాఫ్ట్ వేర్ లాంగ్వేజీ జావాలో కొత్త వెర్షన్ రూపొందించారు. తర్వాత ఇంటి ముంబైలో వెబ్ డెవలప్ మెంట్ ఇంజనీరింగ్ విభాగంలో చేరారు. రెండేండ్లలోనే రికరకాల స్టాఫ్ కు కోసం 20 అప్లైడ్స్ రూపొందించారు. చదువు కొనసాగించడం ఇష్టంలేక మధ్యలోనే ఆపేశారు. 'ఇంటిలో అంత ప్రెసూర్ ను ప్రోత్సహిస్తూ.. నేను తొలి ఏడాదిలోనే అండ్రాయ్డ్ యాప్ ను తయారు చేసి సంస్థను ప్రారంభించాను. దాంతో ఎన్నో అవకాశాలు వచ్చాయి. చదువు కొనసాగించడం కంటే పూర్తి స్థాయి కెరీర్ లో అడుగుపెడితేనే మేలనిపించింది. అమ్మూనాన్నలూ అందుకు ఒప్పుకొన్నారు' అంటారామె. ప్రస్తుతం మనీషి కేంద్రంగా కృత్రిమ మేధను అభివృద్ధి చేసే ప్రాజెక్టులో పనిచేస్తున్నారు. వైద్య రంగంలో డాక్టర్లకు ఎంతగానో పనికొచ్చే వాయిస్ బేస్డ్ విఐసి అందిస్తున్న ఆగ్నీలో సంస్థ ఆమెను చీఫ్ ప్రాజెక్ట్ అఫీసర్ గా నియమించుకుంది. ఆమె సంస్థ తయారు చేసిన మూడు ఉత్పత్తులు 20 దేశాల్లోని 350 హాస్పిటల్స్ లో వినియోగంలో ఉన్నాయి.

నేత్ర ఆజంపూర్



యాంటియన్స్... ఇల్లు, ఆఫీస్, కాఫీషాప్, రెస్టారెంట్... ఇలా ఎక్కడికి వెళ్లినా జనం ముందుగా చూస్తున్నది, ఇష్టపడుతున్నది ఇదే. ఆ రూప కల్పనలో ఆర్కైటిక్ ల ప్రధాన పాత్ర. అలాంటి వాస్తుశిల్ప ప్రపంచానికి యూత్ ఫుల్ లుక్ తీసుకొస్తున్నారు బెంగళూరుకు చెందిన నేత్ర ఆజంపూర్. మిత్రుడు అభిషేక్ దూరానోతో కలిసి స్టూడియో సార్జెంట్ పేరిట క్రియేటివ్ స్టూడియో స్థాపించారామె. దీని ద్వారా ఆర్కైటిక్, ఇంటీరియర్ డిజైనింగ్ సేవలు అందిస్తున్నారు. వివిధ ఉత్పత్తులకూ డిజైనింగ్ సర్వీస్ జోడిస్తున్నారు. జేబీఎల్, ఎంజీ, సోనీ మ్యూజిక్, వాణిపాదమ్, రెకా కాఫీ, టోనీ అండ్ గాయ్ లాంటి సంస్థలు ఆమె క్లెంట్స్ జాబితాలో ఉన్నాయి.

అదితి సైగల్



తరం ఏదైనా రాగం మీద అనురాగం సహజమే. ఈ తరాన్ని తన గళంతో ఉర్రూతలూగించి తనకంటూ ఓ అభిమానగణం సృష్టించుకున్నారు గాయని, నటి అదితి సైగల్. డాట్ పేరుతో షేషన్ అయిన ఈ అమ్మాయి రాక్ సింగర్ అమిత సైగల్, నటి స్నేహ గామత్ రాగాల పట్ల ప్రఖ్యాత ఉడెస్టాక్ స్కూల్ లో పాటల పాఠాలు నేర్చుకున్నారు. యాకేలో సంగీతంతో పాటు సృజనాత్మక రచనకు సంబంధించిన కోర్సులు చేశారు. స్వాతంత్ర్య యుద్ధంలో ఆమె సంగీతాన్ని నెలకొల్పే లక్ష్యం మందికిపైగా వింటున్నారు. ముఖ్యంగా జోయా అజ్జర్ దర్శకత్వం వహించిన 'ఆర్మీస్' సినిమాలో అదితి పాడిన పాటలంటే జనం చెవి కొనుకుంటున్నారు. అందులో ఆమె తొలిసారిగా నటించారు కూడా. త్వరలో మరో అల్పమే విడుదల చేయనున్న అదితి.. సంగీత విభాగంలో ఫోర్స్ జాబితాకు ఎంపికయ్యారు.