జ్యోతి యర్రాజి

ప్రతిభ ఎవరి సొత్తూ కాదు. అంతర్జాతీయ స్థాయిలో పేరు తెచ్చుకోవాలంటే అద్భుతమైన స్కూళ్లలో చదవాల్సిన అవసరం లేదు. కడు పేదరికంలో పుట్టినా.. పట్టుదలతో దేశం గర్వించదగ్గ స్థాయికి ఎదగొచ్చని నిరూపిస్తున్నారు విశాఖకు చెందిన జ్యోతి యర్రాజి. ఆమె తండ్రి ప్రైవేటు సెక్యూరిటీ గార్డు. తల్లి గృహిణి. పిల్లలకు ఆవుపాలు పట్టలేని పరిస్థితుల్లో సీసాలో గంజినీళ్లు పోసి తాగించేవారట. అంతటి పేదరికం. ఆ పరిస్థితుల్లోనూ పెరిగేకొద్దీ పరుగును ప్రేమించారు జ్యోతి. సాధనకు సరైన బూట్లు లేక.. రోడ్డు పక్కన దొరికే నాసిరకం షూస్‌తో సరిపెట్టుకునేవారు. కుటుంబం వారించినా పరుగును వదల్లేదు. అందుకే, దేశంలోనే అత్యంత వేగవంతమైన హర్డ్‌లర్‌గా పేరు తెచ్చుకున్నారు. ఆసియా క్రీడల్లో రజత పతకంతో జ్యోతి పేరు మారుమోగింది. తాజాగా, ఏషియన్ ఇండోర్ అథ్లెటిక్స్‌లో బంగారు పతకం సాధించి తనకు ఎదురులేదని నిరూపించారా పరుగుల రాణి.

రష్మిక మందన్న

హీరోయిన్ గ్లామర్‌కే పరిమితం కాకూడదు. కథానాయకులతో సమానంగా విభిన్న పాత్రలను ఎంచుకోవాలి.. రష్మిక మందన్నలా. 'పుష్ప', 'యానిమల్'లాంటి సినిమాలే ఆమె ఎంపికకు తార్కాణాలు. నటనలో తనను తాను మెరుగుపరుచుకుంటూ జాతీయ స్థాయికి ఎదిగారు రష్మిక. కన్నడనాట పుట్టినా అచ్చ తెలుగు తార అన్నంతగా టాలీవుడ్‌లో పేరు తెచ్చుకున్నారు. తెలుగు, కన్నడ, తమిళ, హిందీ సినిమాల్లో సత్తా చాటుతున్నారు. తొలి చిత్రం 'కిరిక్ పార్టీ' హిట్ కావడంతో వరుస సినిమాలు చేస్తూ తనకంటూ ఓ గుర్తింపు సాధించుకున్నారు. వ్యాపార రంగంలోనూ దూసుకుపోతున్న ఈ అమ్మడి ప్రతిభకు ఫోర్బ్స్ పట్టం కట్టింది.

నమస్తే తెలంగాణ

జిందగీ

హైదరాబాద్ | గురువారం 22 ఫిబ్రవరి 2024 www.ntnews.com

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 ఉత్సుకత ఉన్న ముప్పై మంది యువతీ యువకుల్ని ఈ ఏటి మేటి వ్యక్తులుగా గుర్తించింది ఫోర్బ్స్ పత్రిక. అందులో తొమ్మిది మంది మహిళలూ ఉన్నారు. ఆ నవ యువతుల సంక్షిప్త పరిచయం..

రంగమేదైనా.. ఫిరంగులే!

ఫోర్బ్స్ మెచ్చిన మహిళలు

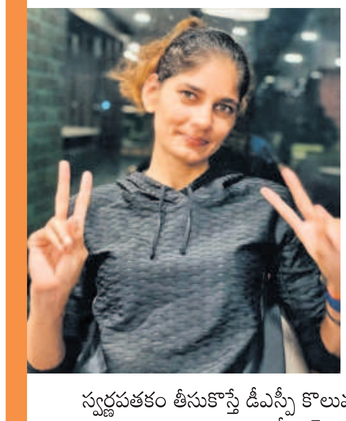
Forbes

సీతాలక్ష్మి నారాయణన్

వివిధ సంస్థలకు మూలధనం సమకూర్చే ప్రేమ్ జీ ఇన్వెస్ట్ సంస్థకు వైస్ ప్రెసిడెంట్ హోదాలో పనిచేయడం తలపండిన నిపుణులకే సాధ్యం. కానీ, కేవలం 29 ఏండ్ల వయసులో ఆ పదవిని అందుకొని, ఆ సంస్థలో అంతటి స్థాయిలో పనిచేస్తున్న అతిపిన్న వయస్కురాలిగా రికార్డుకెక్కారు బెంగళూరు నివాసి సీతాలక్ష్మి నారాయణన్. ఫస్ట్‌క్రై, గ్లోబల్ బీస్, క్రెడిట్ బీ, మింటిఫై లాంటి కంపెనీల్లో దాదాపు రెండున్నర వేల కోట్ల రూపాయల విలువైన పెట్టుబడులకు సంబంధించిన ఒప్పందాల్లో పాలుపంచుకున్నారు సీత. సూక్ష్మ-చిన్న తరహా పెట్టుబడులు, వెల్త్ మేనేజ్‌మెంట్, క్రాస్‌బార్డర్ సప్లై చైన్ మేనేజ్‌మెంట్ భారత్‌లో మరింత వృద్ధి చెందుతాయని చెబుతారామె. నలభై నిండేలోపు సొంత ఈక్విటీ సంస్థ నెలకొల్పాలన్నది తన లక్ష్యం.

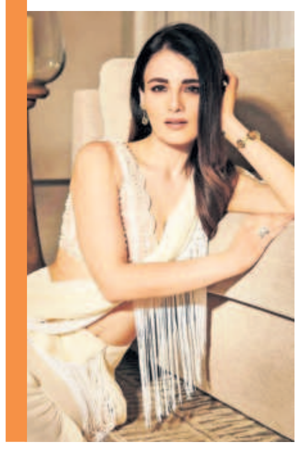
పారుల్ చౌదరి

పరుగులు తీయడం చిన్నప్పుడే నేర్చుకోవచ్చు. కానీ అడ్డంకులను అధిగమిస్తూ పరుగులు తీయడం ఎలాగో కూడా నేర్చేసుకున్నారు ఉత్తరప్రదేశ్‌కు చెందిన పారుల్ చౌదరి. అందుకే, స్టీపుల్ చేజ్‌లో అతి తక్కువ సమయంలో మూడువేల మీటర్ల రేస్ పూర్తి చేసిన తొలి భారతీయ మహిళగా రికార్డు సాధించారు. అంతేకాదు, గత ఏడాది జరిగిన ఏషియన్ గేమ్స్‌లో 5వేల మీటర్ల రేసులో దేశానికి స్వర్ణ పతకం తీసుకొచ్చి మరో రికార్డు సృష్టించారు. 28 ఏండ్ల పారుల్‌ది మీరట్ దగ్గర కుగ్రామం. వ్యవసాయ కుటుంబం. పరుగు మీద ఆసక్తితో అథ్లెట్‌గా మారిన ఆమె.. తొలుత రైల్వేలో టికెట్ కలెక్టర్‌గా పనిచేశారు.



అంతర్జాతీయ పోటీల్లో దేశానికి స్వర్ణపతకం తీసుకొస్తే డీఎస్పీ కొలువు ఖాయమని ఏదో వార్తా పత్రికలో చదివాక.. మనసు ఖాకీ డ్రెస్ వైపు మళ్లింది. ఆ కలను నిజం చేసుకునేందుకు ఏషియన్ గేమ్స్‌లో సత్తా చాటారు. అబ్బాయిలతో పోటీ పెట్టుకుని మరీ సాధన చేసేవారని చెబుతారు ఆమె కోచ్. తడబడ్డ ప్రతిసారీ తనను తాను మెరుగుపరుచుకుంటూ ముందుకెళ్లే పారుల్.. ఫోర్బ్స్ వెల్లడించిన బెస్ట్ అథ్లెట్స్‌లో ఒకరు.

రాధికా మదన్



బుల్లితెర వేదికగా వెండితెరను ఢీకొనడం సాహసమే. కానీ ఆ ఫీట్‌ను పర్‌ఫెక్ట్‌గా చేసి ప్రేక్షకుల మన్ననలు అందుకుంటున్నారు హిందీ కథానాయిక రాధికా మదన్. 'మేరీ ఆషికీ తుమ్‌సే హీ' అనే హిందీ సీరియల్‌తో పరిచయమైన రాధిక ఆ తర్వాత సినిమాల వైపు దృష్టి సారించారు. తొలి సినిమా 'పటాక్ష'కు బెస్ట్ ఫిమేల్ డెబ్యూగా 'స్క్రీన్' అవార్డు అందుకున్నారు. నెట్‌ఫ్లిక్స్ సిరీస్ 'రే'లో నటనకు 'ఫిలింఫేర్' ఓటీటీ అవార్డు వరించింది. శిద్దత్, అంగ్రేజీ మీడియం, కచ్చే లింబూ.. సినిమాల్లో మూస ధోరణులకు స్వస్తి పలుకుతూ ఆమె ధరించిన పాత్రలు ప్రేక్షకుల హృదయాలను కొల్లగొట్టాయి. 2023లో చేసిన కుత్తే, సజ్జిని షిండేకా వైరల్ వీడియో.. సినిమాలతో పాటు సాస్-బహు ఔర్ ఫ్లెమింగో సిరీస్‌లోనూ ఆమెవి లోతైన పాత్రలే. తన కొత్త సినిమా 'సనా' అంతర్జాతీయ ఫిలిం ఫెస్టివల్స్‌లో మంచి పేరు తెచ్చుకుంటున్నది. ఈ దూకుడే ఫోర్బ్స్ ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్ కేటగిరీలో ఆమెకు చోటు సంపాదించి పెట్టింది.

అనుష్క రాథోడ్

సోషల్ మీడియాలో కంటెంట్ క్రియేట్ చేయడం చాలామందికి ఓ ప్యాషన్. కొందరు జనాన్ని పక్కదోవ పట్టించేందుకు ఆ నైపుణ్యాన్ని వాడుతుంటే.. మరికొందరు ప్రజలకు ఉపయోగపడే సమాచారాన్నే అందిస్తున్నారు. అనుష్క రాథోడ్ రెండో కోవలోకి వస్తారు. ట్యాక్సేషన్‌లో పోస్ట్ గ్రాడ్యుయేషన్ చేసి వెల్త్ మేనేజ్‌మెంట్, ఇన్వెస్ట్‌మెంట్ బ్యాంకింగ్‌లో కొంతకాలం పనిచేశారు అనుష్క. కొవిడ్ మహమ్మారి ప్రపంచాన్ని కమ్మేసిన సమయంలో సోషల్ మీడియా ప్రభావం ఏమిటో తెలుసుకున్నారు. ఆ మాధ్యమం ద్వారా కంటెంట్ క్రియేట్ చేసి.. జనానికి అర్థమయ్యేలా వీడియోల రూపంలో ఆర్థిక విషయాలు చెప్పాలనుకున్నారు. ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియా హ్యాండిల్స్, యూట్యూబ్‌లో ఆమెను దాదాపు 18 లక్షల మంది ఫాలో అవుతున్నారు. 'క్రోర్ క్లబ్' పేరుతో అనుష్క రూపొందిస్తున్న న్యూస్‌లెటర్‌కు పదివేలమంది సబ్‌స్క్రైబర్లు ఉన్నారు. వీటన్నిటి ద్వారా పర్సనల్ ఫైనాన్స్, ట్యాక్సేషన్, మ్యూచువల్ ఫండ్స్, ఇన్సూరెన్స్ తదితర అంశాలను బోధిస్తున్నారు. కాబట్టే, పాతికేండ్ల వయసుకే ఫోర్బ్స్ ప్రభావవంతుల జాబితాలో చోటు సంపాదించుకున్నారు.

స్పృహ బిశ్వాస్

చిన్ననాటి నుంచీ టాటాల గాథలు, ఆ సంస్థను అంతటి స్థాయికి తీసుకెళ్లిన దిగ్గజాల స్ఫూర్తి కథలు వింటూ పెరిగారు స్పృహ బిశ్వాస్. వాళ్లలాగే తను కూడా సొంతంగా ఏదైనా చేయాలనే తపన ఉండేది. అందుకే, చక్కగా చదువుకున్నారు. పదిహేనేండ్లకే కోడింగ్ రాయడం ప్రారంభించి.. సాఫ్ట్‌వేర్ లాంగ్వేజ్ జావాలో కొత్త వెర్షన్ రూపొందించారు. తర్వాత ఐఐటీ ముంబైలో మెటలర్జికల్ ఇంజినీరింగ్ విభాగంలో చేరారు. రెండేండ్లలోనే రకరకాల స్టార్టప్‌ల కోసం 20 అప్లికేషన్లు రూపొందించారు. చదువు కొనసాగించడం ఇష్టంలేక మధ్యలోనే ఆపేశారు. 'ఐఐటీలు ఆంత్రప్రెన్యూర్లను ప్రోత్సహిస్తాయి. నేను తొలి ఏడాదిలోనే ఆండ్రాయిడ్ యాప్‌లు తయారు చేసే సంస్థను ప్రారంభించాను. దాంతో ఎన్నో అవకాశాలు వచ్చాయి. చదువు కొనసాగించడం కంటే పూర్తి స్థాయి కెరీర్‌లో అడుగుపెడితేనే మేలనిపించింది. అమ్మానాన్నలూ అందుకు ఒప్పుకొన్నారు' అంటారామె. ప్రస్తుతం మనిషి కేంద్రంగా కృత్రిమ మేధను అభివృద్ధి చేసే ప్రాజెక్టుల్లో పనిచేస్తున్నారు. వైద్య రంగంలో డాక్టర్లకు ఎంతగానో పనికొచ్చే వాయిస్ బేస్డ్ ఏఐని అందిస్తున్న ఆగ్నిటో సంస్థ ఆమెను చీఫ్ ప్రొడక్ట్ ఆఫీసర్‌గా నియమించుకుంది. ఆమె సంస్థ తయారు చేసిన మూడు ఉత్పత్తులు 20 దేశాల్లోని 350 హాస్పిటల్స్‌లో వినియోగంలో ఉన్నాయి.

నేత్ర ఆజంపూర్

యాంబియన్స్... ఇల్లు, ఆఫీస్, కాఫీషాప్, రెస్టారెంట్... ఇలా ఎక్కడికి వెళ్లినా జనం ముందుగా చూస్తున్నదీ, ఇష్టపడుతున్నదీ ఇదే. ఆ రూప కల్పనలో ఆర్కిటెక్ట్‌లదే ప్రధాన పాత్ర. అలాంటి వాస్తుశిల్ప ప్రపంచానికి యూత్‌ఫుల్ లుక్ తీసుకొస్తున్నారు బెంగళూరుకు చెందిన నేత్ర ఆజంపూర్. మిత్రుడు అభిషేక్ దురానీతో కలిసి స్టూడియో సార్టెడ్ పేరిట క్రియేటివ్ ఏజెన్సీని స్థాపించారామె. దీని ద్వారా ఆర్కిటెక్చర్, ఇంటీరియర్ డిజైనింగ్ సేవలు అందిస్తున్నారు. వివిధ ఉత్పత్తులకూ డిజైనింగ్ స్కిల్స్ జోడిస్తున్నారు. జేబీఎల్, ఎంజీ, సోనీ మ్యూజిక్, వాహ్‌దమ్, తెకా కాఫీ, టోనీ అండ్ గాయ్‌లాంటి సంస్థలు ఆమె క్లైంట్స్ 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 ఫేమస్ అయిన ఈ అమ్మాయి రాక్ సింగర్ అమిత్ సైగల్, నటి స్నేహ గామత్ రాగాల పట్టి. ప్రఖ్యాత ఉడ్‌స్టాక్ స్కూల్‌లో పాటల పాఠాలు నేర్చుకున్నారు. యూకేలో సంగీతంతో పాటు సృజనాత్మక రచనకు సంబంధించిన కోర్సులు చేశారు. స్పాటిఫై యాప్‌లో ఆమె సంగీతాన్ని నెలకు రెండు లక్షల మందికిపైగా వింటున్నారట. ముఖ్యంగా జోయా అఖ్తర్ దర్శకత్వం వహించిన 'ఆర్చీస్' సినిమాలో అదితి పాడిన పాటలంటే జనం చెవి కోసుకుంటున్నారు. అందులో ఆమె తొలిసారిగా నటించారు కూడా. త్వరలో మరో ఆల్బమ్ విడుదల చేయనున్న అదితి.. సంగీత విభాగంలో ఫోర్బ్స్ జాబితాకు ఎంపికయ్యారు.

కిచెన్ మంత్ర

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 టమాట, క్యాప్సికం ముక్కలు:** రెండు టేబుల్ స్పూన్ల చొప్పున, **మిరియాల పొడి, గరం మసాలా, జీలకర్ర పొడి:** పావు టీస్పూన్ చొప్పున, **కారం:** అర టీస్పూన్, **ఉప్పు:** తగినంత, **కొత్తిమీర తురుము:** కొద్దిగా.

తయారీ విధానం

ముందుగా మ్యాకరోనీని పది నిమిషాలు ఉడికించి నీళ్లు వంచి పెట్టుకోవాలి. స్టవ్‌మీద పాన్‌పెట్టి నూనె వేడయ్యాక జీలకర్ర, చిన్నగా తరిగిన వెల్లుల్లి, పచ్చిమిర్చి, ఉల్లిగడ్డ ముక్కలు వేయాలి. బాగా వేగాక టమాట ముక్కలు జోడించి రెండు నిమిషాలు మూతపెట్టి మగ్గించాలి. పసుపు, మిరియాల పొడి, గరం మసాలా, కారం, జీలకర్ర పొడి, ఉప్పు, క్యాప్సికం ముక్కలు కలిపి ఒక కప్పు నీళ్లుపోసి ఉడికించాలి. మిశ్రమం ఉడుకుతుంటే మ్యాకరోని వేసి నీరు ఇగిరిపోయే వరకు కలుపుతూ వేయించాలి. చివరగా కొత్తిమీర చల్లుకుని దించుకుంటే కారంకారంగా నోరూరించే మసాలా మ్యాకరోని సిద్ధం.

బంధానికి.. రీసెట్ బటన్!

ప్రతి యంత్రానికి ఓ రీసెట్ బటన్ ఉన్నప్పుడు.. అనుబంధ మంత్రమైన బంధానికి మాత్రం ఎందుకు ఉండకూడదు? ఏ కారణం వల్లనో ఆగిపోయిన ప్రేమ బండి మళ్లీ ఎందుకు పట్టాలెక్కకూడదు? ఆ దిశగా ప్రయత్నించి చూడమంటున్నారు నిపుణులు...

- ఎదురుపడి గొడవపడేకంటే... కొన్నాళ్లు భాగస్వామికి దూరంగా ఉండండి. నింపాదిగా ఎక్కడ తప్పు జరిగిందో విశ్లేషించుకునే ప్రయత్నం చేయండి.
- గతాన్ని తలుచుకొని ఒకర్నొకరు ఎత్తిపొడుచుకుంటూ కూర్చుంటే లాభం లేదు. అలా అని 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 భిన్నాభిప్రాయాలు తలెత్తే అవకాశమూ ఉందనే ఎరుకతో ముందుకెళ్లాల్సిందే.
- కలిసి ఓ కప్పు కాఫీ, ఇంటికొస్తూ నాలుగు మూరల మల్లెలు, సంతోషంగా ఉన్నప్పుడు ఓ చిన్న బహుమతి... ఇలాంటి చిన్నచిన్న విషయాలే బంధాన్ని అనుబంధంగా మారుస్తాయి.
- భాగస్వామిని నిందించడం, తప్పులు వెతకడం తేలికే. మరి మన సంగతి? మనలోనూ లోపాలు ఉండొచ్చు కదా! వాటిని గుర్తించే ప్రయత్నం చేయండి. అవసరమైతే, ఓ మంచి థెరపిస్ట్‌ను కలవండి!