



**శిల్ప సోయగం**

చెక్కిన శిల్పం అన్నమాటకు ప్రాణమున్న నిదర్శనంలా శిల్పాశ్రయి దర్శనమిస్తుంది. ఆరోగ్యం, ఫిట్నెస్ ల మీద ఆమె చూపే శ్రద్ధ అందరిలోనూ ప్రతిఫలిస్తుంది. సినిమాల్లోనే కాదు, బయటూ ఆమెది అదే దారి. పచ్చల రంగు లాపె స్వచ్ఛమైన జకగా, గోధుమ వన్నె ఫ్రంటిడ్ కేవే ధరించి యూరోపియన్ లుకోలో... రోమన్ శిల్పంలా కనికట్టు చేస్తున్నది ఈ సుందరి.

# ఆమెను ఆపేదెవరు?

**అపోహ:** పని ప్రదేశాల్లో స్త్రీలకు విశ్రాంతి తక్కువ వాస్తవం: ఒకప్పుటితో పోలిస్తే ఇప్పుడీ పరిస్థితి లేదు. మహిళా ఉద్యోగం సంఖ్య నానాటికీ పెరుగుతున్నది. టీఎం లీడర్లుగానూ రాణిస్తున్నారు. సకాలంలో పని పూర్తి చేయడంలో పురుషుల కన్నా మహిళలు ఒక అడుగు ముందే ఉంటున్నారు. పట్టుదలతోపాటు తెలివితేటల్లోనూ సత్తా చాటుతున్నారు.

**అపోహ:** పురుషులతో సమానంగా వేతనం ఉండదు వాస్తవం: తన శక్తి సామర్థ్యాల్పై పూర్తి నమ్మకం ఉన్న మహిళలు.. వర్క్ ఫ్రైండ్ లో అసమానతలను ఎండగట్టడంలో ముందుంటున్నారు. వేతనాల విషయంలో వివక్ష చూపిస్తే.. తమ గొంతును గట్టిగానే వినిపిస్తున్నారు. పనివేళల సుంచి వేతనాల పరక రాజీపడే ప్రసక్తి లేదంటున్నారు. అవసరమైతే పోరాడి మరీ తమ హక్కులను సాధించుకుంటున్నారు.

**అపోహ:** ఉన్నత స్థానానికి చేరుకోలేదు వాస్తవం: మహిళా ఉద్యోగం పురోగతి మగవారి కంటే నెమ్మదిగా ఉంటుందని కొందరి నమ్మిక. కానీ, ఈ తరం అతివలకు సామర్థ్యానికి తగ్గ స్థానం లభిస్తున్నది. ఇప్పటికే ఎందరో మహిళలు ఈ విషయాన్ని రుజువు చేశారు. క్యాంపస్ షేరిమెంట్ లోనూ తమ ప్రతిభతో రికార్డు సృష్టించారు అందుకున్న యువకులు కోకోలు. ప్రతిభ ఉన్నవారికి ఆపదం అన్నివేళలా సాధ్యం కాదు.

ఈ రోజుల్లో అతివలు అన్ని రంగాల్లోనూ ముందుంటున్నారు. అవకాశాలను దొరకలుచుకుంటున్నారు. పని ప్రదేశంలో ఎదురయ్యే అసమానతలను ధైర్యంగా ఎదుర్కొంటున్నారు. అయితే, అంతర్జాతీయ శ్రమకు తగ్గ వేతనం పొందడం, ప్రమోషన్ విషయంలో ఇప్పటికీ వివక్ష ఎదురవుతున్నదని కొందరి అపోహ! కానీ, అన్నిచోట్లా ఇలాంటి పరిస్థితులు లేవని కొన్ని పరిశోధనలు తేటతెల్లం చేస్తున్నాయి. ఓ అంతర్జాతీయ సంస్థ అధ్యయనంలో వెలుగు చూసిన విషయాలు ఇవి..



# రంగు రాళ్లకు నగిషీ హంగు!



పసుపు పచ్చటి వన్నెలో మెరిసే పుత్తడికి రంగుల కళ రావాలంటే రాళ్ల జోడి కావాలి. అందుకే కెంపులు, పచ్చలు, నీలాలు, పగడాలు... బంగారంలో సింగారంగా ఒదిగిపోతాయి. అయితే, నగకు నగిషీ అద్దడమే ఇన్నాళ్లూ మనకు తెలుసు. ఇప్పుడు రత్నాలూ ఆ అందాన్ని అందిస్తున్నాయి. డిజైన్ల చెక్కిన రాళ్ల ఇప్పుడు నగల్లో నయా ట్రెండు. బంగారపు డిజైన్ల ఎక్కువగా కనిపించే నగలు ఒక రకం అయితే, రాళ్ల బాగా కనిపించే మరో రకం. ఈ రెండో రకంలోనూ పెద్దరాళ్ల పొదిగిన ఆభరణాలను ఇప్పుడు ఎక్కువగా ఇష్టపడుతున్నారు. అలాంటి టప్పుడు రాయిని సాదాగా ఉంచడం ఎందుకు, దానికి కాస్త నగిషీ చెక్కితే మరింత అందంగా కనిపిస్తాయి కదా అనుకున్నారు నగల డిజైన్లర్లు. ఒక పురుషుడు రాజులూ, రాణులూ పెట్టుకున్న తరహాలో పెద్ద రాళ్ల మీద డిజైన్లు చెక్కి వాటిని నగలకు జోడించడం ప్రారంభించారు. అలా తయారవుతున్నవే 'కార్నెడ్ స్టోన్ జువెలరీ'. పువ్వులు, ఆకులతో పాటు విభిన్న డిజైన్లను రాళ్ల మీద చెక్కడం నూరు. దాని సైజు, ఆకృతి తిరి బట్టి గొలుసులు, దుయ్యలు, గాజులు, ఉంగరల్లో పొదిగిన గట్టి రూపొందిస్తున్నారు. ఇక, వీటిలోనూ అసలైన రత్నాలు, వజ్రాలతో బంగారంలో రూపుదిద్దుకుంటున్న వాటితో పాటు, ఉపరత్నాలతో వెండి నగల్లోనూ, మామూలు రంగు రాళ్లతో ప్యాస్టి వాటిలోనూ ఈ తరహావి వస్తున్నాయి. నగను అందంగానే కాదు, ఆకర్షణీయంగానూ మలచడంలో ఈ రాళ్ల తమకు తామే సాటి అనిపిస్తున్నాయి. కార్నెడ్ జువెలరీకి మీరు కాన్యాను కావాలనుకుంటున్నారా... అయితే వీటిపై ఓ లుక్కేయండి!



**నగ ధగలు**

# మొటిమలు మాయం!

ముఖంపై వచ్చే మొటిమలు చూసి ఆడపిల్లలు కంగారుపడుతుంటారు. పింపుల్స్ ను అరికట్టడానికి రకరకాల క్రీములు వాడుతుంటారు. కానీ, మొటిమలు రావడానికి గల కారణాలు తెలుసుకోని, వాటిని నివారించగలిగితే ఈ సమస్యను అరికట్టవచ్చు. జిడ్డు చర్మం ఉన్నవారికి మొటిమలు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. రోజులో నాలుగైదుసార్లు చల్లటి నీటితో ముఖం శుభ్రం చేసుకుంటూ ఉండాలి. ఉదయం, సాయంత్రం రోజువారీతో ముఖం కడుక్కుంటే మొటిమల తీవ్రత తగ్గుతుంది. నూనె వంటకాలు మొటిమలకు కారణం అవుతాయి. రెగ్యులర్ డైట్ లో నూనె శాతం తగ్గించాలి. సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవాలి. నీళ్లు సమృద్ధిగా తాగాలి. డిప్రెషన్ లో ఉన్నవారికి సైకో మొటిమలు వచ్చే అవకాశం ఉందని పలు పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి. కాబట్టి, మానసికంగా సంతోషంగా ఉండాలి. ఆహారం విషయంలో సమయపాటైన పాటించకపోవడం వల్ల కాలేయంలో ఉత్పత్తి అయ్యే యాసిడ్లు మొటిమలకు దారి తీస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. సమయానికి ఆహారం తీసుకోవడం అవసరం. కొందరు మొటిమలను గిచ్చేస్తుంటారు. దీనివల్ల ఇన్ ఫ్లేక్షన్ పెరగడమే కాకుండా ఆ ప్రాంతంలో చర్మంపై గుల్లలు ఏర్పడతాయి.



# నమస్తే తెలంగాణ జంబగ్గీ 15

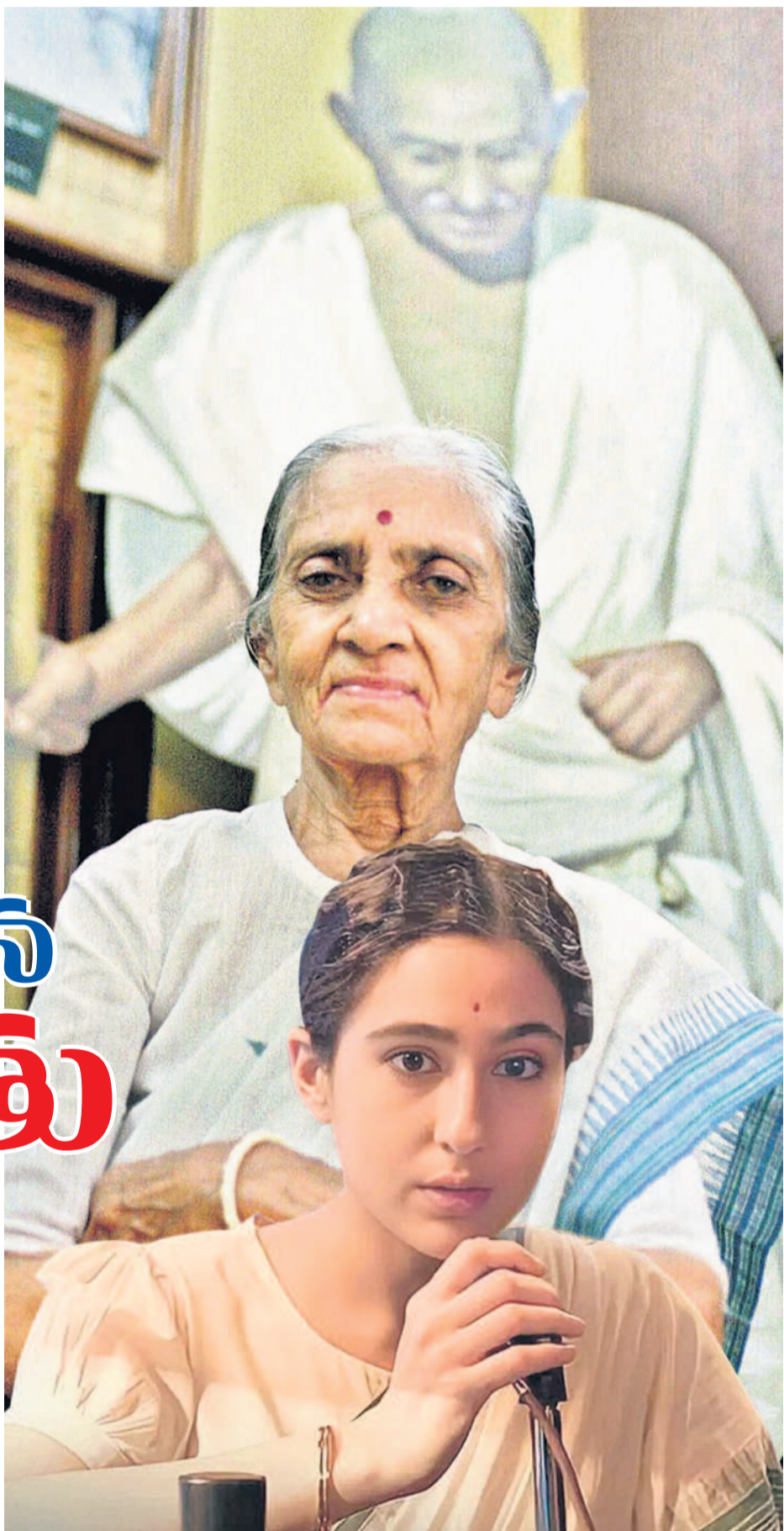
హైదరాబాద్ | శుక్రవారం 22 మార్చి 2024 www.ntnews.com

**'దిన ఈజ్ కాంగ్రెస్ రేడియో కాలింగ్ ఫ్రమ్ 42.34 మీటర్స్ ఫ్రమ్ సమ్వేర్ ఇన్ ఇండియా' ఈ మాటలు ఎక్కడ పుట్టాయో కొందరికే తెలుసు! కానీ, ఆ మాటలు బ్రిటిష్ కోటలను బద్దలు కొట్టేలా ప్రతి భారతీయుడినీ పురిగొల్పాయి. తెల్లదొరల గుండెల్లో తూటాలు పేల్చిన ఆ మాటలు పలికిన వ్యక్తి ఉషా మెహతా! స్వరాజ్య సమరంలో 'వందేమాతరం' అని నినదించిన శక్తి, ఆమె జీవితం ఆధారంగా నిర్మించిన 'యే వతన్ మేరే వతన్' సినిమా ఇప్పుడు అమెజాన్ ప్రైమ్ లో స్ట్రీమింగ్ లభిస్తున్నది. ఉష పాత్రలో సారా అలీఖాన్ మెప్పించింది. స్వాతంత్ర్యోద్యమ ఘట్టంలో పేరెన్నికగన్న 'రహస్య రేడియో' అంకం ఇప్పుడు ఓటీటీలో ట్రిండింగ్.**

# బ్రిటిషర్లను ఎణికించిన గారియో

**కొన్ని** త్యాగాలను కాలం విస్మరించిందిమో అనుకుంటాం! చరిత్ర పట్టించుకున్నట్లు అనిపించదు!! 'నాలుగోండ్ల తర్వాత నిస్సేవరూ గురువుబట్టకపోవచ్చు. కొందరికి ప్రశంసలు లభిస్తాయి. కొందరికి ప్రేమ లభిస్తుంది! కానీ, చాలామంది చరిత్ర పుటల్లో అజ్ఞాతంగా మిగిలిపోతారు..' ఈ మాటలు 'యే వతన్...' సినిమాలో వినిపిస్తాయి. ఉష జీవితానికి ఈ మాటలు అచ్చంగా సరిపోతాయి. కానీ, చరిత్రను తరచి చూస్తే ఈ అజ్ఞాత వ్యక్తి చేసిన అద్భుతం ఏ మూలో సుపర్ హీరోలతో కనిపిస్తుంది. ఇన్నాళ్లూ మనం చూడలేదంటే! అందరూ అంతగా గుర్తు పట్టుకోని ఉష కథను ఉదాత్తమైన సినిమాగా తీసుకురావడం మంచి ప్రయత్నమే! బయోపిక్ యుగం నడుస్తున్న బాలీవుడ్ లో ఈ అజ్ఞాత ఉద్యమకారిణి జీవితాన్ని చిత్రీకృత్యం చేసి మహిళా తీసుకురావడం గొప్ప విషయమే!!

**ఉషా** మెహతాది విద్యార్థిని కుటుంబం. 1920లో జన్మించింది. గుజరాత్ లోని సూరత్ జిల్లా సరన్ అమె స్వగ్రామం. గాంధీజీ పుట్టిన రాష్ట్రం. స్వతంత్ర ఉద్యమ గీతాలు వింటూ పెరిగింది. ఆటలామకునే వయసులో నిరసనకారుల ప్రదర్శనలు చూస్తూ వచ్చింది. పనితనంలోనే దేశభక్తిని అందిస్తున్న కుంది. తండ్రి బ్రిటిష్ కోస్టల్ తీర్పులు ఇచ్చే న్యాయమూర్తి. కూతురు వ్యవహారం అతనికి పెద్దగా నచ్చేది కాదు! తండ్రి వైఖరిని ఆమె కూడా పట్టించుకునేది కాదు. తన ఆరాటం అంతా స్వతంత్ర పోరాటం గురించే! అలాగని చదువులు సాధించింది. సైకాలజీలో డిగ్రీ పట్టు అందుకుంది. మరోపైపు కాంగ్రెస్ సభ్యులకు తరచూ హాజరయ్యేది. పోరాటంలో ముందుండి పాల్గొనేది. డిగ్రీ తర్వాత న్యాయవిద్యలో రాణించాలని భావించింది. కానీ, 'క్విట్ ఇండియా' ఉద్యమం మొదలుకొన్నప్పుడే అందులోకి దూకింది.



**అప్పట్లో** ప్రతికర్త ప్రచార సాధనాలు. డిల్లీలో బాహుజీ పిలుపు ఇస్తే.. మారుమూల భారతానికి చేరేసరికి రెండోజిల్లా పట్టణం. ఉద్యమకారులపై ఎక్కడైనా ఆంగ్లేయులు దాడికి దిగితే.. ఆ సంగతి ఏ మేధావుల మీద జనాలకు చేరుకునేది రేడియో ఒక్కటే మార్గం అనుకున్నారు కాంగ్రెస్ నాయకులు. వారిలో ఉషా మెహతా ఒకరు. ఆమె 1942 ఆగస్టు 14న కాంగ్రెస్ రేడియోను నెలకొల్పారు. ముంబయి లోని చౌపట్టి ప్రాంతంలో ఓ భవనంలో రేడియో కేంద్రం నిర్వహించారు. ఆగస్టు 27 నుంచి ప్రసారాలు మొదలయ్యాయి. బ్రిటిష్ పోలీసుల అనుమతను పట్టించుకోకుండా ప్రసారాలు అంతా మరో చోటికి చేరేసేవారు. ఉషతోపాటు మరికొందరు ఉద్యమకారులు పార్లమెంట్ రేడియో పనిలో తలమునకలయ్యారు. రాత్రి 7.30 గంటల ప్రాంతంలో ఓ అరగంటపాటు ఆనాటి విశేషాలను ప్రసారంచేసేవారు ఉష! మహాత్మాగాంధీతోపాటు ఇతర కాంగ్రెస్ నాయకుల ప్రసంగాలు కూడా ప్రసారం అయ్యేవి. వందేమాతరం గీతంతో ఆ పూట ప్రసారం ముగించేవారు.

**రహస్య** రేడియోగా విసతికెక్కిన కాంగ్రెస్ రేడియో.. క్విట్ ఇండియా ఉద్యమానికి ఇచ్చిన స్ఫూర్తి అంతా ఇంతా కాదు! రేడియో ప్రారంభమైన వారం నుంచే బ్రిటిష్ అధికారుల్లో కలకలం మొదలైంది. 'ఇన్నాళ్లూ ఉద్యమం సాగింది.. ఈ రేడియో ఇలాగే కొనసాగితే విప్లవం బయల్పడుతుందన్న భయం వారిలో మొదలయ్యాయి. ఉష బృందానికి అడ్డు కట్ట వేయడానికి ప్రత్యేక బలగాలు బరిలోకి దిగాయి. బొంబాయి నగరమంతా గాలించాయి. 1942 నవంబర్ 12.. సాయంత్రం యధావిధిగా కాంగ్రెస్ రేడియోలో ప్రసారాలు మొదలయ్యాయి. పోలీసులు తమపై దాడికి వస్తున్నారని ఉషకు సమాచారం అందింది. వాళ్లు రాకముందే కొన్ని డాక్యుమెంట్లు మాయం చేసింది. కానీ పటికే పోలీసులు

వచ్చారు. ఉషను పట్టుకున్నారు. ప్రసార సామగ్రిని ద్వంద్వం చేశారు. ఆమెను ఈడ్చుకెళ్లారు. మర్నాటి నుంచి వివారణ. మహిళ అని కూడా చూడకుండా చిత్రహింసలు పెట్టారు. ఉద్యమ రూపాన్ని చెప్పాల్సిందిగా చిత్రపథం చేశారు. పై చదువులకు విడిచిపెట్టిన పంపుతామని ఆశ చూపారు. రేడియోలో కంగ్రెసునే ఆమె కంటే పోలీసుల ఎదురు ముఠాబోయింది. ఉద్యమం లక్ష్యం కోసం ఒక్క మాటూ చెప్పలేదు. కోర్టులో వివారణ తర్వాత ఉషకు నాలుగోండ్ల జైలు శిక్ష వేడింది. పుణ్యలోని ఎరవాడ జైలుకు తరలించారు.

**నాలుగోండ్ల** తర్వాత 1946లో ఉష విడుదలయ్యారు. ఆ మరుసటి ఏడాది దేశానికి స్వతంత్రం వచ్చింది. ఉషా మెహతా కల నెరవేరింది. పై చదువులు చదివారు. పీహెచ్ డీ చేశారు. బొంబాయి విశ్వ విద్యాలయం విల్సన్ కళాశాలలో 30 ఏండ్లపాటు ప్రొఫెసర్ గా పనిచేసి రిటైర్ అయ్యారు. 1998లో ఆమెను ప్రభుత్వం 'పద్మవిభూషణ్' తో సత్కరించింది. తర్వాత రెండోండ్లకు ఉష మెహతా గొంతు శాశ్వతంగా మూగబోయింది. కానీ, భారత స్వతంత్ర పోరాటంలో వినిపించిన ఆమె వాణి అమరత్వాన్ని పొందింది.

యే వతన్ మేరే వతన్ చిత్రంలో..