



ఆంధరి రక్షణ వాళ్ల ధ్యేయం.
ఆందోళనలు శ్రుతిమించకుండా కాపుకాసిది వాళ్లే!
బందోబస్తులో ముందుండేది వాళ్లే!
ప్రజలకు, ప్రభుత్వ ఆస్తులకు రక్షణనిస్తున్న బెటాలియన్ పోలీసులు..
తమ ఇంటికి, ఇల్లాలికి అండగా ఉండలేకపోతున్నారు, కన్నవారి
అవసరాలు తీర్చలేకున్నారు. పిల్లలతో ఆనందాల్ని పంచుకోలేక
పోతున్నారు. అందుకే, బెటాలియన్ పోలీసు కానిస్టేబుళ్ల ఇల్లాళ్లు కదం
తొక్కారు. 'పక్ పోలీస్..' మా విధానమంటూ డబ్బుకొట్టి.. గడ్డెనెక్కిన
కాంగ్రెస్ సర్కార్.. తమ గోడు వినాలంటూ నినదించారు. వారిది
ఆవేశం కాదు.. ఆవేదన. లిక్విడ్ కాదు.. డిమాండ్. ఆ తడవలిన
గొంతుకట్లో వినిపించని విషాద గాథలు ఎన్నో..

ఆయనకు విడుదలెప్పడు?!

మొన్న ఆడపడుచుల ఆరనాదా లతో నవీనాలం పరిసరాలు.. నిన్న ప్రధాన రహదారులు దగ్గర ల్లాలు.. 'వియ వాంట్.. జస్టిస్!.. పోలీసు కుటుంబం నుంచి వచ్చిన రేపంతన్నా.. టీజీ ఎస్సీ భాగీని నౌకర్గా మార్చాడన్నా', 'కా వాలి కావాలి.. ఏక పోలీస్ కావాలి' అనే నినాదాలతో మహిళలు గర్జిస్తున్నారు.

అందరు పోలీసుల్లో వాళ్ళు ఒకే పరీక్ష రాశారు. ఫిజికల్ టెస్టులు పాసయ్యారు. తొమ్మిది నెలలు కఠిన శిక్షణ తీసుకున్నారు. బెటాలియన్ పోలీసులుగా విడుదల చేశాక.. విధిగా బాధ్యతలను నిర్వహిస్తున్నారు. ప్రజార క్షణలో ఆర్డెన్ ముందుండే వీళ్లతో ప్రభుత్వం గొడ్డువాకీరి చేయిస్తున్నది. రోజుల తరబడి విధుల పేరుతో సరకం చూపిస్తున్నది. 26 రోజుల డ్యూటీ అంటూ కుటుంబానికి కాంక్షా చూపుతున్నది. ఒకటింటి ఉద్దేశ్యం చేసే వెసులుబాటు లేకపోవడంతో బెటాలియన్ పోలీసుల బతుకు.. సంచార జీవితమైంది. నెల తిరిగి ఇంటికి వెళ్లాలంటే.. రెండ్రోజు లకు మళ్ళీ డ్యూటీకి వెళ్లాలంటే.. ఇంటికిపోతే 'మళ్ళీ ఎప్పుడొస్తావ్?' అని దీనిగా చూపుల తోనే ప్రసన్నున్నారు. వాళ్ల మోసప్రభుత్వ సమాధానం ఇవ్వలేక, మనసులో పెల్లుబికిన ఆవేదనను పండించడం అందరికీ వినోకం తీసుకోవడానికే దారితీస్తున్నాడు ఆ పోలీసున్ను. ఆ ఆవేదన ఇప్పుడు కట్టలు తెంచు కుంది. 'ఇదే విధానం' అని ప్రస్తావించిన బెటాలియన్ పోలీసులపై కళ్ల కట్టల ప్రభుత్వం. అందుకే, పోలీసుల ఇల్లాళ్లు, తల్లులు, పిల్లలు రోడ్లెక్కిారు.



పిల్లనిస్తేలేదు..
 'పిల్లగాడు ఏం కొలుపు చేస్తుండమ్మా..'
 'పోలీసు నౌకర్'.
 'అయితే మంచిదే'
 'ఎక్కడ ఏం డ్యూటీ చేస్తుండమ్మా..'
 'టీజీఎస్సీ కానిస్టేబులు..'
 'అవునా.. అయితే మీ సంబంధం వద్దు

లేదా? ఇదే ప్రభుత్వం రేపంతొచ్చేసారే? మూడు నెలలు ఒకవోట.. మరో మూడు నెలలు మరోవోట డ్యూటీలు చేస్తే.. మా పిల్ల లను ఎక్కడ చదివించుకోవాలి సారే?' మరో ఆడపడుచు ఆందోళన ఇది.
 ఈ బాధలన్నీ భరించలేకనే రోడ్లకి వచ్చి ఆందోళన చేస్తున్నామని చెబుతున్నారు కాని స్టేబుళ్ల భార్యలు. 'మాకు ఒక పండుగ లేదు. పంక్షన్ లేదు.. పుట్టినరోజు లేదు.. సన్నిహి త్ రోజు లేదు. ఏ శుభకార్యమైనా డ్యూటీలో ఉన్నా కుదరదని చెబుతున్నారు. కుటుంబా లతో కలుసుకు లేదు.. ఇంటికి ఎప్పుడొచ్చేది సమాచారమే లేదు' అని భార్యల విలపిస్తున్నా రు మరొకరందరు. కొంతమంది తల్లు లైతే.. 'అపేక్ష దగ్గర మా పిల్లలు గొడ్డు వాకీరి చేయాలన్నా? నా పిల్లగాడిని ప్రభుత్వ ఉద్యోగానికి రాయించింది మీ దగ్గర బానిస బతుకు బతింపించుకో కాదు' అంటూ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

నమ్మ ఓట్లీనినందుకు ఇదేనా..
 'రేపంతొచ్చే సారే.. మీరు ఎన్నికలప్పుడు 'ఏక పోలీస్' చేస్తామంటేనే నమ్మి మేముంటా మీకు ఓట్లు వేశాం. ఇప్పుడు ఆ ఏక పోలీసు వ్యవస్థ తీసుకురావాలి.. నాన్ స్టాప్ డ్యూటీలు 28 రోజులకు పెంచారు. ఇదికొద్ది అన్యాయం ముఖ్యమంత్రి గారు? మిమ్మల్ని నమ్ముకున్నందుకు మా పోలీసు జీవితాలును ఇలా రోడ్ల మీదకు ఎందుకు తీసుకోవచ్చారు. ఎంతో సరే అవుతున్నాం. ఇన్స్టిట్యూట్ సైలెంట్ గా ఉన్న మేము.. ఇప్పుడు ఆందోళన నకు దిగామంటే పరిస్థితి తీవ్రత అర్థం చేసు కోండి' అని ప్రభుత్వాన్ని, నాడు నమ్మించిన కాంగ్రెస్ నేతలను నిలదీస్తున్నారు.

లేమన్నా.. నెలలో రెండ్రోజులు మాత్రమే ఇంట్లో ఉండి పిల్లగాడికి ఇక మా పిల్లనేం ఇస్తారే..? అని ఆడపల్ల తల్లిదండ్రులు ముఖం మీద చెబుతున్నారు. ఓ కానిస్టేబుల్ తల్లి ఆర్డెన్ వెళ్లగక్కంది. 'డ్యూటీల పేరుతో రోజుల తరబడి స్టేషన్లు, ఆడపులు పట్టుకోని తిరిగితే.. సంసారం ఎప్పుడు చెయ్యాలి? కుటుంబాన్ని ఎప్పుడు చూసుకోవాలి?' అని టీజీఎస్సీ కానిస్టేబుళ్ల భార్యలు కన్నీటి పర్యంతం అవుతున్నారు. 'ఇలాంటి బాధలు ఉంటాయనే మా బిడ్డలకు కనీసం పిల్లలు ఎవరు ఇస్తేలేదు' అని ఓ తల్లి ఆవేదన.

కలిసి ఉండే హక్కులేదా?
 'మా కష్టాలను పోలీసు ఉన్నతాధికారులు, ప్రభుత్వం వినాలని ధర్మాలు చేస్తుంటే.. మా వారిని సస్పెండ్ చేశారు. ఇది ఎంతవరకు న్నాయం? మా ఆయనతో కలిసి ఉండే హక్కు నాకు లేదా? మాకు ఆ న్యాయత్వం

కుట్టా ఈ కథ తిరుగుతుంది. తల్లి, పెళ్లిడుకొచ్చిన ఆక్క.. ఇదే అతని కుటుంబం. అరటి తోలలో పనిచేయడమే ఆ నిరుపేద కుటుంబంకోసా ఉంది ప్రజల జీవనాధారం. ఉదయాన్నే లారీ రావడం, అందరు సద్దులు కట్టేసకుని అందులో వెళ్లడం.. అరటి గిలలు దింపి లోడి ఎత్తడం.. ఆ లారీపైన కూర్చుని రాత్రికి ఇంటికి చేరుకోవడం.. ఇదే వారి దైనందిన జీవితం. కాంట్రాక్టర్ దగ్గర తీసుకున్న అప్పు తీరాలంటే శివ నంద కూడా పనిచేయాల్సింది. తనకు ఇష్టం లేకున్నా.. అరటి గిలలు దింపాల్సింది? శివకు మాత్రం స్కూల్కి వెళ్లడం, చదువుకో వడం ఇష్టం. క్లాస్ లో ఎప్పుడూ షర్ట్ ఉండే శివ అంటే.. ఆ స్కూల్ టీచర్లందరికీ ఎంతో ముంది. అతనికే మాత్రం పూసగడి టీచర్ (ని ఖిలా విమల్) అంటే ఎంతో అభిమానం. పెదరకంలో మగ్గతూ.. సెలవు రోజుల్లో పనికి వెళ్తూ, బాగా చదువుకుంటున్న శివ అంటే.. ఆ టీచర్ కి కూడా ఎంతో మమకారం. ఒకరోజు శివ తల్లికి జబ్బు చేయడంతో.. ఆమెకు బదు

టమాటా క్యూటీ.. పుదీనా బ్యూటీ

టమాటాలో మన శరీరానికి మేలు చేసే గుణాలు చాలా ఉంటాయి. టమాటా రసాన్ని ముఖానికి అప్లయ్ చేస్తే.. జిడ్డు మాయమవు తుంది. దీనిని ప్ర్యబర్లా కూడా వాడొచ్చు. టమాటాని మిక్చిలో గానీ, బ్లెండర్లోగానీ వేసి గ్లౌడ్ చేసి చర్మానికి బాగా పట్టింది.. 15 నిమిషాల తర్వాత పల్లెటి నీళ్లతో కడిగిస్తే చర్మం నిగారిస్తుంది.

పుదీనాలో చాలా ఔషధగుణాలు ఉంటాయి. ఇది చర్మానికి కొత్త నిగారింపుస్తుంది. కొన్ని పుదీనా ఆకుల్ని తీసుకుని దానిని పేస్టులా చేసి అందులో మల్లూరి మట్టి, తేనె, పెరుగు వేసి బాగా కలపాలి. దీనిని ముఖానికి అప్లయ్ చేసి ఆరిన తర్వాత కడిగేయాలి. తరచుగా ఇలా చేయడం వల్ల ముఖం కాంతిమంతంగా తయారవుతుంది.

నమస్తే తెలంగాణ

జిందగీ

హైదరాబాద్ | ఆదివారం 27 అక్టోబర్ 2024 www.ntnews.com 15

రకుల్.. ఆరోగ్య మంత్ర!

'ఫిట్నెస్' అంటే.. రకుల్ ప్రీమ్ సింగ్ కు మహా ప్రీతి. నిత్యం ఏవేవో కనరత్తులు చేస్తూ.. 'ఫిట్నెస్ ప్రీమ్'గా పేరు తెచ్చుకున్నది. తాజాగా, జిమ్ లో వర్కవుట్లు చేస్తూ గాయపడింది రకుల్. ఈ క్రమంలోనే బెడ్ రెస్ట్ తీసు కుంటూ.. తన ఆరోగ్య పరిస్థితిపై సోషల్ మీడియా వేదికగా అవేడేట్ ఇచ్చింది. 'ఆరోగ్యమే మహా భాగ్యం. స్వేచ్ఛగా తిరుగుతున్నందుకు ఎంత కృత జ్ఞతతో ఉండాలో మనం తరచూ మర్చిపో తుంటాం!' అంటూ సోషల్ మీడియాలో పోస్ట్ పెట్టింది రకుల్ ప్రీమ్ సింగ్. దానికి #LifeLearning హ్యాష్ ట్యాగ్ నూ జోడించింది. వివరాల్లోకి వెళ్తే.. జిమ్ లో వర్కవుట్లు చేస్తూ ఎలాంటి సేఫ్టీ ధరించకుండానే 80 కిలోల బరువును ఎత్తింది రకుల్. దాంతో ఆమె వెన్నెము కకు గాయమైంది. ఈ గాయాన్ని లైట్ తీసుకోవ దంతో అదికాస్తా తిరుగుతున్నది. దాంతో వైద్యులు సూచన మేరకు ఇప్పుడు మంచానికే పరిమిత మైంది. తాజాగా.. తన ఆరోగ్యంతోపాటు మరి కొన్ని విషయాలను సోషల్ మీడియా వేదికగా అభిమానులతో పంచుకున్నది. 'వెన్నునొప్పిని పట్టించుకోకుండా వ్యాయామం కొనసా గించా! దాంతో గాయం తీవ్రమై.. ఆరు రోజు లుగా బెడ్ రెస్ట్ ఉన్నా. నా శరీరం కంటే.. నా మనసే ఎంతో బలమైందని నమ్ముతున్నా. నాకు ఇదోక పాఠం. మీరుకూడా మీ శరీరం ఇచ్చే సంతకాలను పట్టించుకోండి' అంటూ చెప్పుకొచ్చింది రకుల్. ఇటీవలే 'భారత యుడు 2'లో సందడి చేసిన ఈ సుందరి.. ప్రస్తుతం బాలీవుడ్ చిత్రం 'దే దీ ప్యార్ దే'లో నటించునుంది.

లీడ్ రోల్.. నా డ్రీమ్!

మల్లెకా అరోరా.. ఐదు పదుల వయసులోనూ పాతికేళ్ల పడుతులకు ఏమాత్రం తీసిపోని సౌందర్యరాశి. సినిమాలతో సంబంధం లేకుండా నిత్యం వార్తల్లో నిలిచే బాలీవుడ్ బ్యూటీ! ఆమె గురించిన ప్రతి వార్తా ఓ సినీపేసే! ఆది అల్పాక్షి ఖాన్ తో వివాహమైంది. అర్జున్ కపూర్ తో ముచ్చటైనా.. సోషల్ మీడియాలో చర్చ సాగింది! తాజాగా ఓ ఇంటర్వ్యూలో పాల్గొన్న మల్లెకా అరోరా.. తన మృగీకత, వృత్తి జీవితం గురించి కొన్ని విషయాలు పంచుకున్నది. తాను ఇప్పుడు ఎలాంటి వివారం లేకుండా జీవిస్తున్నానని వెల్లడించింది. 'నాపై వచ్చే విమర్శలు నన్నె ప్పూడూ బాధించలేదు. ప్రతి ఆ ప్రతికూలతల నుంచే ఎన్నో కొత్త విష యాలను నేర్చుకున్నా! అంతేకాదు.. వ్యక్తిగ తంగా, వృత్తిపరంగానూ నేనిప్పుడు మంచి పాజిషి న్ లోనే ఉన్నా. దానికి కారణం.. నేను తీసుకున్న నిర్ణయాల్లే! అంటూ చెప్పుకొచ్చింది. ఈ కెరీర్ గురించి మాట్లాడుతూ.. 'చాలా సినిమాలలో అతిథి పాత్రలు, ప్రత్యేక గీతాల్లోనే నటింపా. నేనే ప్రధాన పాత్రలో ఓ సినిమా చేయాలని ఉన్నది!' అంటూ తన మనసులో మాట బయటపెట్టింది మల్లెకా. అల్పాక్షి ఖాన్ తో వివాహం తర్వాత.. తనకన్నా చిన్నవాడైన అర్జున్ కపూర్ తో డేటింగ్ కొనసాగించింది మల్లెకా! తాజాగా, వీరిద్దరూ విడిపోయారనే వార్త.. బీటాన్ లో వికారం చేస్తున్నది. ఆ బ్రేకప్ ను ఉద్దేశించే మల్లెకా ఇలా మాట్లాడిందంటూ వెల్లడిం చర్చ నడుస్తున్నది.

కర విషయాలను పంచుకున్నది ఈ బాలీవుడ్ సీనియర్ హీరోయిన్.. మూడో చిత్రంతోనే చిత్రనీమకు గుడ్ బై చెప్పామని భావించానని వెల్లడించింది. ఇంకా ఏం చెప్పిందంటే.. 'నేను ఇండస్ట్రీకి వచ్చిన కొత్తలో 'ఉదాత్' జిందగీ' అనే సినిమా చేశా. అది నా మూడో చిత్రం. అప్పటికి నాకు 18 ఏండ్లు ఉంటాయేమో! అప్పుడు ఇండస్ట్రీ అంతా కొత్తగా అనిపించేది. మూడో సినిమాతో ఎంతో ఆల సేయాలన్న భావించాను. భారీస్థాయి సినిమాలు చేయలేనేమో అనుకున్నాను. దాంతో నలుగురు గుడ్ బై చెప్పాలనుకున్నా! ఆదే సమయంలో షారుక్ ఖాన్ తో 'బాజిగ' చేస్తున్నా! అప్పుడే షారుక్ నాకు ఆ అద్భుతమైన సలహా ఇచ్చాడు. అది నాకింకా గుర్తుంది. 'మీకు నలన తెలుసు. మీరు అద్భుతంగా చేస్తున్నారు. కానీ, ఇంకా నేర్చు కోవాలి!' అంటూ ప్రోత్సహించాడు. షారుక్ మూలలను స్ఫూర్తిగా తీసుకోనే.. ఇండస్ట్రీలో కొన సాగా! అంటూ నాటి విషయాలను గుర్తుచేసుకు న్నది కాజోల్. 1992లో బాలీవుడ్ లోకి ఆడుగుపె ట్టిన కాజోల్.. 90లలో లాక్ హీరోయిన్ గా కొన సాగింది. తాజాగా 'దో పట్టి' చిత్రంతో ప్రేక్షకులను పలకరించింది. ఇందులో కాజోల్ తోలిసారిగా పోలీస్ అధికారి పాత్రలో కనిపించడం విశేషం.

యదార్ల వ్యవధి:

వాళ్ల డిప్లీ+ హాట్ స్టార్: అక్టోబర్ 11 **తారాగణం:** నిఖిలా విమల్, పోస్టెల్ ఎం, కర్తీయరసన్, రమ్యం తతకరలు **దర్శకత్వం:** మారి సెల్వరాజ్ చరిత్రను ఒక్కసారి రివైవ్ చేస్తే.. విషాద సంఘటనలపై రీల్స్ లా కండ్లముందు కదలాడు తాయి. ఢీతగిలిపే యుద్ధాలు.. ప్రకృతి విపత్తులు.. షార్ల ప్రమాదాలు.. ఇలా చిత్రాల్ని గాధలన్నీ సినిమా లుగా తెరకెక్కాయి. ఆయా చిత్రాల్లోని బాధితుల వ్యవధి.. ప్రేక్షకుల గుండెలను తడుముతాయి. కళ్లను తడిపేస్తాయి. డిప్లీ+హాట్ స్టార్ లో రికార్డ్ స్ట్రీమింగ్ నమోదు చేస్తున్న 'వాళ్ల' కూడా అలాంటి చిత్రమే! తమిళనాడులోని ఓ మారుమూల గ్రామంలో 12 ఏండ్ల శివనంద (పోస్టెల్ ఎం)



కుట్టా ఈ కథ తిరుగుతుంది. తల్లి, పెళ్లిడుకొచ్చిన ఆక్క.. ఇదే అతని కుటుంబం. అరటి తోలలో పనిచేయడమే ఆ నిరుపేద కుటుంబంకోసా ఉంది ప్రజల జీవనాధారం. ఉదయాన్నే లారీ రావడం, అందరు సద్దులు కట్టేసకుని అందులో వెళ్లడం.. అరటి గిలలు దింపి లోడి ఎత్తడం.. ఆ లారీపైన కూర్చుని రాత్రికి ఇంటికి చేరుకోవడం.. ఇదే వారి దైనందిన జీవితం. కాంట్రాక్టర్ దగ్గర తీసుకున్న అప్పు తీరాలంటే శివ నంద కూడా పనిచేయాల్సింది. తనకు ఇష్టం లేకున్నా.. అరటి గిలలు దింపాల్సింది? శివకు మాత్రం స్కూల్కి వెళ్లడం, చదువుకో వడం ఇష్టం. క్లాస్ లో ఎప్పుడూ షర్ట్ ఉండే శివ అంటే.. ఆ స్కూల్ టీచర్లందరికీ ఎంతో ముంది. అతనికే మాత్రం పూసగడి టీచర్ (ని ఖిలా విమల్) అంటే ఎంతో అభిమానం. పెదరకంలో మగ్గతూ.. సెలవు రోజుల్లో పనికి వెళ్తూ, బాగా చదువుకుంటున్న శివ అంటే.. ఆ టీచర్ కి కూడా ఎంతో మమకారం. ఒకరోజు శివ తల్లికి జబ్బు చేయడంతో.. ఆమెకు బదు