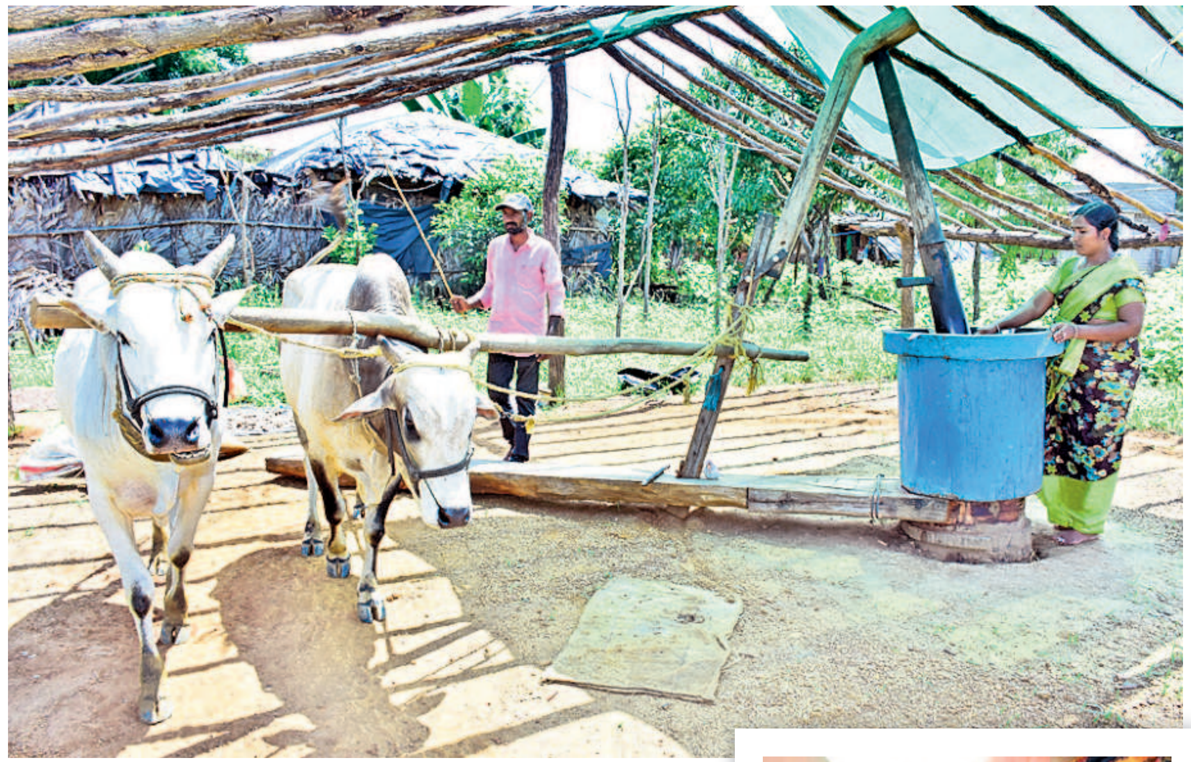
రసాయనాలతో ఆకర్షించే ప్యాకెట్లతో వచ్చే రిఫైన్డ్ ఆయిల్ మన ఆరోగ్యానికి ఎంత ప్రమాదమో అందరికీ తెలుసు. కానీ ఒకప్పటిలా స్వచ్ఛమైన, సహజసిద్ధమైన నూనెలు దొరుకక అందుబాటులో ఉన్నవే వాడుతున్నారు. భూపాలపల్లికి చెందిన గిరిజన యువకుడు బౌతు రాజు సైతం స్వీయానుభవంతో కొత్త ఆలోచనకు తెరతీశాడు. మారుతున్న జీవనశైలికి అనుగుణంగా రసాయనాలతో కూడిన ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల తండ్రి దూరమవడం, తన ఆరోగ్యమూ దెబ్బ తినడంతో రిఫైన్డ్ ఆయిల్‌కు స్వస్తి చెప్పాడు. అందరికీ ఆరోగ్యం పంచాలనే సంకల్పంతో పూర్వకాలం నాటి గానుగ నూనెను పరిచయం చేశాడు. ఇందుకోసం అవసరమైన శిక్షణ తీసుకొని తన స్వగ్రామం ఆముదాలపల్లిలో చెక్క గానుక యూనిట్‌ను నెలకొల్పాడు. భార్య అశ్వినితో కలిసి పల్లి, నువ్వులు, కొబ్బరి, కుసుమ, ఇప్ప నూనెలను శాస్త్రీయ పద్ధతిలో తయారుచేస్తున్నాడు. వీటిని ఇటు స్థానికులకు, దూరప్రాంతాల వారికి ఆర్టీసీ కార్గో ద్వారా చేరవేస్తున్నాడు. ఇలా అతడు 'గానుగ నూనె'కు కేరాఫ్‌గా మారగా, అన్నిఖర్చులు పోను నెలకు రూ.30వేల వరకు ఆర్జిస్తున్నానని చెబుతున్నాడు. కొవిడ్ తర్వాత ప్రతి ఒక్కరిలో ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ పెరిగిన తరుణంలో అందరూ గానుగ నూనె రుచి కోసం ఉత్సాహం చూపుతుండగా, ఎద్దులతో నడిచే ఇలాంటి యూనిట్ ఉమ్మడి జిల్లాలో మొదటిది కావడం విశేషం.

- జయశంకర్ భూపాలపల్లి. సెప్టెంబర్ 30(నమస్తే తెలంగాణ)


గానుగ పరికరంలో ఎద్దుల ద్వారా నూనె తయారు చేస్తున్న రాజు దంపతులు

గానుగ నూనె కేరాఫ్ రాజు

- ప్రజలకు ఆరోగ్యం పంచుతున్న గిరిజన యువకుడు
- స్వీయానుభవం నుంచి మొలకెత్తిన ఆలోచన
- ఆముదాలపల్లిలో యూనిట్ ఏర్పాటు
- ఉమ్మడి జిల్లాలో ఇదే మొదటిది
- రోజూ 20 లీటర్ల సహజసిద్ధ నూనె తయారీ
- ఆర్టీసీ కార్గోలో పలు ప్రాంతాలకు రవాణా
- ఖర్చులు పోను నెలకు రూ.30వేల ఆదాయం

జయశంకర్ భూపాలపల్లి. సెప్టెంబర్ 30 (నమస్తే తెలంగాణ) : గానుగ నూనె రాజు అలియాస్ బౌతు రాజు. భూపాలపల్లి జిల్లాలో ఇప్పుడు ఎక్కడ విన్నా ఇదే పేరు వినిపిస్తోంది. రసాయనాలతో పండించిన ఆహార పదార్థాలు, జీవన శైలి మూలంగా తండ్రి అనారోగ్యానికి గురై మృతి మృతి చెందడం, తనకు బీపీ రావడం కారణమని తెలుసుకుని రిఫైన్డ్ ఆయిల్‌కు స్వస్తి చెప్పాలనుకున్నాడు. గానుగ నూనె గురించి తెలుసుకున్నాడు. సహజసిద్ధ నూనెను గానుగ పరికరంతో తయారు చేయాలని భావించాడు. శిక్షణ పొంది తన స్వగ్రామంలో ఎద్దు గానుగ (చెక్క గానుగ) యూనిట్‌ను నెలకొల్పాడు. ప్రారంభించి ఏడాదైనా అంతగా ప్రాచుర్యంలోకి రాలేదు. ఎమ్మెల్యే గండ్ర వెంకటరమణారెడ్డి ఒకసారి ఈ యూనిట్‌ను చూసి అభినందించి వ్యాపార అభివృద్ధికి రుణం మంజూరు చేయిస్తానని హామీ ఇచ్చారు. దీంతో రాజు యూనిట్ వ్యాపారం వెలుగులోకి వచ్చింది. వ్యాపార అభివృద్ధికి బ్యాంకు రుణం కావాలని రాజు కోరగా అప్పటి కప్పుడు బ్యాంకు అధికారులతో మాట్లాడి రుణం అందించాలని కోరారు. అప్పటినుంచి ఎమ్మెల్యే గానుగ నూనెను తెప్పించుకుంటూ వాడుతున్నారు. రాజు అతడి భార్య అశ్విని ఇద్దరూ రోజుకు 20 లీటర్ల నూనె తయారు చేస్తూ భూపాలపల్లితో పాటు ఆర్టీసీ కార్గో ద్వారా వరంగల్, హనుమకొండ, గోదావరిఖని, ములుగు, ఏటూరునాగారం తదితర పట్టణాలకు రవాణా చేస్తూ ప్రజలకు ఆరోగ్యాన్ని పంచుతున్నారు. అన్ని ఖర్చులు పోను నెలకు రూ.30వేల వరకు ఆదాయాన్ని ఆర్జిస్తున్నారు.

నూనె తీసిన తర్వాత బయటికి వచ్చిన వ్యర్థాలు

ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు

గానుగ నూనె ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుందనే విషయం మన పూర్వీకులే నిరూపించారు. గానుగ యూనిట్‌పై తయారు చేసే పల్లి, నువ్వులు, కొబ్బరి, కుసుమ, విప్ప ఇలా ఒక్కో నూనెకు ఒక్కో ప్రత్యేకత ఉంది. నువ్వుల నూనెల ద్వారా క్యాల్షియం లభిస్తుందని, కుసుమ నూనెలతో చర్మవ్యాధులు నయమవుతాయని వైద్యులు తెలుపుతున్నారు. చిన్న పిల్లల మసాజ్‌కు నువ్వుల, కుసుమ నూనెలను వాడుతుంటారు. ఈ సంప్రదాయ గానుగ నూనెలను తక్కువ ఉష్ణోగ్రతల వద్ద తయారు చేస్తారు. అందుకే వాటికి చక్కటి రుచి, సువాసనతో పాటు పోషకాలు చెక్కు చెదరకుండా ఉంటాయి. సహజంగా నూనె గింజల్లో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్ ఇ, ఒమేగా 3, ఒమెగా 6, ఫ్యాటీ యాసిడ్లు, బయోఫ్లెవనాయిడ్లు మొదలైనవన్నీ గానుగ నూనెల్లో పుష్కలంగా ఉంటాయి. అయితే కరెంటు యంత్రం ద్వారా తయారయ్యే గానుగ నూనె యంత్రం వేడికి పోషకాలు హరించుకుపోతాయని నిపుణులు తెలుపుతున్నారు. అందుకే సంప్రదాయ పద్ధతిలో చెక్క గానుగ ద్వారా తయారయ్యే నూనెలు ఆరోగ్యానికి మేలని చెబుతున్నారు.

రోజుకు 20 లీటర్ల నూనె తయారీ

గానుగ యూనిట్ ద్వారా రోజుకు 20 లీటర్ల నూనెలను తయారు చేస్తున్నారు. మూడు కిలోల పల్లీలతో ఒక లీటరు పల్లి నూనె, మూడు కిలోల నువ్వులతో ఒక లీటరు నువ్వుల నూనె, రెండు కిలోల కొబ్బరితో ఒక లీటరు కొబ్బరి నూనె, మూడున్నర కిలోల కుసుమలతో ఒక లీటరు కుసుమ నూనె, రెండున్నర విప్ప పరకలతో ఒక లీటరు విప్ప నూనె తయారవుతుందని రాజు చెబుతున్నాడు. ఒక లీటరు పల్లి నూనెకు రూ.420, ఒక లీటరు నువ్వుల నూనెకు రూ.620, ఒక లీటరు కొబ్బరి నూనెకు రూ.520, ఒక లీటరు కుసుమ నూనెకు రూ.550, ఒక లీటరు విప్ప నూనెకు రూ.500 తీసుకుంటున్నారు. రోజుకు 20 లీటర్ల నూనె తయారు చేసి విక్రయిస్తున్నారు. అన్నీ ఖర్చులు పోను రోజుకు రూ. 1000 మిగులుతున్నాయని రాజు తెలిపాడు. నూనెలను ప్రత్యేక టిన్‌లలో ఆర్టీసీ కార్గోలో రవాణా చేస్తున్నారు. నూనె తయారీ తర్వాత వచ్చే వ్యర్థాలను సైతం విక్రయిస్తున్నారు.

గానుగలో తయారైన పల్లి నూనె

తయారీపై ప్రత్యేక శిక్షణ

గానుగ నూనె తయారీపై రాజు ప్రత్యేక శిక్షణ పొందాడు. మహబూబ్‌నగర్ జిల్లా జక్లపల్లి గ్రామంలో 15రోజుల పాటు గానుగ నూనె తయారీ, యూనిట్‌పై ఏయే నూనెలు తయారు చేస్తారు, గానుగ యంత్రం(కరెంటు మిషనరీ)తో చేసే నూనెలు, ఎద్దు గానుగ యూనిట్‌తో చేసే నూనెలకు తేడా.. ఎద్దుగానుగ నూనెలో పోషకాలు, నూనెల మార్కెటింగ్ తదితర అంశాలపై పూర్తిస్థాయిలో శిక్షణ తీసుకున్నాడు. ఆ తర్వాత తన గ్రామంలో ఎద్దు గానుగ యూనిట్ నెలకొల్పాడు. ఆర్థిక స్థోమత లేక సుమారు 3 లక్షల వరకు అప్పు తెచ్చాడు. చిత్తూరుకు చెందిన కోదండచారి ని తీసుకువచ్చి చెక్క గానుగ పరికరాన్ని తయారు చేయించాడు. వరంగల్, కర్ణాటక, జహీరాబాద్‌ల నుంచి నూనెలకు కావాల్సిన ముడిసరుకు(రసాయన రహిత) తెచ్చి గానుగ నూనె తయారీని ఏడాది క్రితం ప్రారంభించాడు

బాటిళ్లలో నువ్వులు, పల్లి, విప్ప, కుసుమ, నల్లనువ్వుల, కొబ్బరి నూనెలు

గానుగలో పోసిన పల్లీలు

ఎమ్మెల్యే గండ్ర సహకారం మరువలేనిది

- బౌతు రాజు

ఎమ్మెల్యే గండ్ర వెంకటరమణారెడ్డి సహకారం మరువలేనిది. సార్ మా గానుగ యూనిట్ వద్దకు వచ్చి చూసి అభినందించి ప్రోత్సహించారు. రూ.10 లక్షలు బ్యాంకు నుంచి రుణం కావాలని అడిగిన. సార్ వెంటనే బ్యాంకు అధికారులకు ఫోన్ చేసి చెప్పారు. రుణం మంజూరైతై పెద్ద షెడ్డు నిర్మాణం చేసి మరో గానుగ యూనిట్‌ను ఏర్పాటు చేస్తా. ప్రజలకు గానుగ నూనెను మరింత చేరువ చేస్తా. భూపాలపల్లి పట్టణంలో యూనిట్ ఏర్పాటు చేయడం ఖర్చుతో కూడిన పని. ఎడ్ల మేతకూ ఇబ్బందే. అందుకే నేను ఉంటున్న ఊరు ఆముదాలపల్లిలోనే ఏర్పాటు చేసుకున్నా. కలుషిత వాతావరణానికి దూరంగా ఇక్కడ ప్రశాంతంగా ఉంది. నాకు బీపీ వ్యాధి ఉండె. మందులు వాడేవాణ్ణి. ఇప్పుడు గానుగ నూనె వాడుతున్నా. బీపీ కంట్రోల్ అయింది. మందులు బంద్ చేసిన. బయట దొరికే కల్తీ నూనెలు మానేసి గానుగ నూనె వాడితే ఎలాంటి రోగాలు రావు. సింగరేణి అధికారులు కూడా నూనెలు తీసుకెళ్తున్నరు. 30 కిలోమీటర్ల పరిధిలో ఉచితంగా డోర్ డెలివరీ చేస్తా. ఫోన్ చేస్తే ఎక్కడికైనా ఆర్టీసీ కార్గోలో పంపిస్తున్నా. ఈ నూనె ఆరు నుంచి తొమ్మిది నెలల పాటు నిల్వ ఉంటుంది. ఆయిల్ తీసిన తర్వాత వచ్చే వ్యర్థాలు పశువుల దాణాగా, పంటల్లో సేంద్రియ ఎరువులుగా ఉపయోగపడుతాయి. చాలా మంది ఈ వ్యర్థాలను కొనుగోలు చేసుకుని వెళ్తున్నారు.

ఉదయం లేచింది మొదలు.. రాత్రి పడుకునే దాకా అరచేతిలో సెల్‌ఫోన్ పట్టుకొని సామాజిక మాధ్యమాల్లో ప్రపంచాన్ని వీక్షిస్తున్న రోజులివి.. అయినా ఓ వృద్ధుడు నాటి తరం ఫేమస్ అయిన రేడియోనే ఇప్పటికీ వాడుతూ 'ఔరా' అనిపిస్తున్నాడు. పొద్దున నుంచి రాత్రి వరకు దానితోనే కాలక్షేపం చేస్తుంటాడు. దాదాపు 60 ఏండ్లుగా రేడియోనే అట్టిపెట్టుకొని తిరుగూ ఊరిలో 'రేడియో తాత'గా పేరు పొందాడు.

- బయ్యారం, సెప్టెంబర్ 30

- నేటి ఆధునిక యుగంలోనూ రేడియోను వీడని వృద్ధుడు
- 60ఏండ్లుగా తనవెంటే బుల్లిపెట్టె
- సుప్రభాతం మొదలు రాత్రి వార్తల వరకు వింటూ కాలక్షేపం
- గ్రామంలో అందరికీ 'రేడియో తాత'గా సుపరిచితుడు
- రూ.2వేల పింఛనే ఆధారం

రేడియో వింటున్న ఆనందరావు

రేడియోతోనే ఆనందం

మహబూబాబాద్ జిల్లా బయ్యారం మండలం కంబాలపల్లికి చెందిన చిలకబత్తిని ఆనందరావు(75)కు ఇప్పటికీ రేడియో అంటేనే ప్రీతి. చిన్నతనం నుంచే రేడియో అంటే మక్కువ పెంచుకున్న ఆయన, ఇప్పుడు రేడియో తాతగా పిలిపించుకునేంతగా గుర్తింపు పొందాడు. పూర్వం రేడియోకి ఉన్న ఆదరణ అంతా ఇంతాకాదు. అర్థం కాకపోయినా రేడియోలో వచ్చే సంస్కృతం వార్తలను చెవులు రిక్కించి వినేవాళ్లు. పట్టణ ప్రాంతాల్లో అడపాదడపా టీవీలు కనిపించినా, పల్లెల్లో మాత్రం రేడియోనే అతిపెద్ద ప్రసారమాధ్యమం. రేడియోలో వచ్చే వార్తలు, ఇతర సాంస్కృతిక కార్యక్రమాల ద్వారానే ప్రజలు సమాచారం తెలుసుకోవడంతో పాటు వినోదం పొందేవారు. ఇప్పుడు సాంకేతిక పరిజ్ఞానం ఎంతో అభివృద్ధి చెందింది. అత్యాధునిక స్మార్ట్ టీవీలు, సెల్‌ఫోన్లు అందుబాటులోకి వచ్చాయి. అనేక చానల్స్ మార్మోగుతున్నాయి. ప్రపంచమే ఇప్పుడు స్మార్ట్‌ఫోన్‌లోకి వచ్చేసింది. ఇలాంటి రోజుల్లోనూ ఆనందరావు రేడియోనే పంచప్రాణంగా భావిస్తూ దానితోనే కాలక్షేపం చేస్తున్నాడు. ఉదయం సుప్రభాతం మొదలు రాత్రి పడుకునే వరకు పాటలు, వార్తలు, అనేక నాటకాలు వింటూ గడుపుతున్నాడు. సుమారు 60 ఏండ్లుగా రేడియోనే వినియోగిస్తున్నాడు. టీవీ అసలే చూడడు. రేడియో పాడై పోతే వెంటనే మరో రేడియో కొంటాడు. ఇలా ఇప్పటివరకు సుమారు 20 రేడియోల దాకా మార్చాడు. తాను ఎక్కడికి వెళ్లినా రేడియోను వెంట తీసుకెళ్తాడు. రోజూ రేడియోతోనే కాలక్షేపం చేస్తున్న ఆనందరావును పిల్లలు, గ్రామస్తులు 'రేడియో తాత' అని పిలుస్తుంటారు. అయినవాళ్లు అందరూ ఉన్నా ఒంటరిగానే జీవనం సాగిస్తున్నాడు. చాలా ఏండ్ల క్రితమే భార్య దూరం కాగా పిల్లలు లేకపోవడంతో గ్రామంలోని ఓ పాత ప్రభుత్వ భవనం వరండాలోనే తలదాచుకుంటున్నాడు. గతంలో గ్రామంలోని మంచినీటి బావి నీటిని వదిలే పని ద్వారా నెలకోసారి ప్రజలు ఇచ్చే 5, 10తో కాలం వెల్లదీసేవాడు. ఇప్పుడు తెలంగాణ ప్రభుత్వం అందిస్తున్న రూ.2వేల వృద్ధాప్య పింఛన్‌తో బతుకుతున్నాడు.

రేడియోనే దోస్తు

రేడియో అంటే నాకు చాన ఇష్టం. చిన్నప్పటి నుంచీ రేడియో వినడం అలవాటు. అందులో వచ్చే పాటలు, నాటకాలు, వార్తలు వింటూ కాలక్షేపం చేస్త. టీవీ అంటే ఇష్టం ఉండదు. ఇప్పటికి 20కి పైగా రేడియోలు వాడిన. వయస్సు మీద పడ్డ నాకు రేడియోనే దోస్తు. తెలంగాణ సర్కారు ఇస్తున్న పింఛనుతోనే బతుకుతున్న. ఊరోళ్లు సొంతమనిషిలా చూసుకుంటరు.

– చిలకబత్తిని ఆనందరావు, కంబాలపల్లి, బయ్యారం మండలం

అల్లరి

ALLARI

చెప్పుకోండి

1. భారతదేశంలో పగులు లోయలో ప్రవహించే నదులు ఏవి?
2. ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో జరిగిన రంప తిరుగుబాటు నాయకుడు ఎవరు?
3. మానవ శరీరంలోని రక్తంలో ఐరన్ శాతం ఎంత?

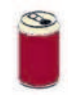
పెద్దల మాట

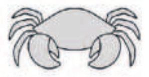
గొప్పదనం బలంలో లేదు. ఆ బలాన్ని వాడుకోవడంలో ఉంది.

- సర్వేపల్లి రాధాకృష్ణన్

పూరించండి

బొమ్మల ఆధారంగా ఖాళీలను పూరించండి.


_an


_rab

పదసృష్టి

కింది పదంలోని అక్షరాల సాయంతో ఎన్ని కొత్త పదాలను సృష్టించగలరో చూడండి.

Around

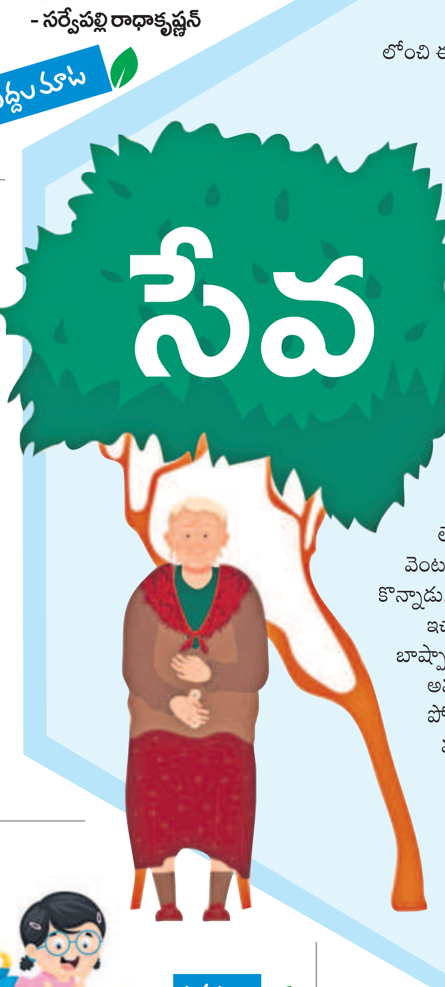
Ex : Run

సుడిగుండం

O	R	M	G	U	T	E	N	T
P	T	T	S	S	H	O	V	O
E	I	A	T	U	R	T	L	E
U	C	R	P	K	I	T	G	N
K	K	F	E	O	V	U	A	E
W	E	I	S	V	O	L	O	L
H	T	H	U	M	E	I	C	P
R	S	L	S	T	A	P	E	N
N	T	I	G	E	R	S	S	N

కింది పదాలు ఈ గడుల్లో ఎక్కడెక్కడ ఉన్నాయో గుర్తించండి.

TICKETS, TURTLE,
TIGER, TENT,
TULIPS



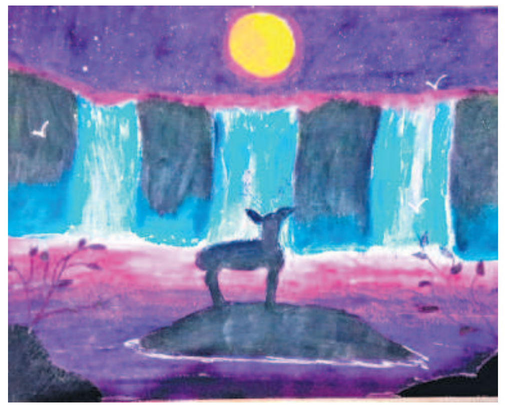
సేవ

డిసెంబర్ నెల కావడంతో విపరీతమైన చలి వేస్తున్నది. ఇంట్లో పడుకున్న రాము.. చలికి గజగజా వణుకుతున్నాడు. అమ్మ తెచ్చిన దుప్పటి కప్పుకొని ముడుచుకుని పడుకున్నాడు. కిటికీ లోంచి ఈదురుగాలులు వీస్తుంటే, చలి ఇంకా ఎక్కువ కాసాగింది. అందుకే, కిటికీలు మూద్దామని వెళ్లాడు. కిటికీ తలుపులు మూస్తుండగా, తమ ఇంటి పక్కనే ఉన్న చింతచెట్టు కింద ఓ ముసలవ్వ కనిపించింది. ఆ అవ్వ చలికి వణుకుతూ, చాలీచాలని దుప్పటి కప్పుకొని ముడుచుకుని పడుకున్నది. ఆ దుప్పటికి అక్కడక్కడా రంధ్రాలు ఉన్నాయి. దాంతో ఆ అవ్వ ఇంకా వణికిపోతున్నది. ఆ దృశ్యాన్ని చూసి రాము చలించిపోయాడు. 'ఇంత చలిలో ఎలా ఉంటుందో పాపం!' అనుకుంటూ, ఆ అవ్వ గురించే ఆలోచిస్తూ ఎప్పటికో నిద్రపోయాడు. మరుసటి రోజు తను ఎప్పటినుంచో జమచేసిన గల్లాపెట్టె తాళం తీశాడు. పైసలన్నీ లెక్క పెడితే.. వెయ్యి రూపాయల దాకా ఉంది. వెంటనే ఆ డబ్బు తీసుకుని వెళ్లి, ఓ మంచి దుప్పటి కొన్నాడు. దాన్ని తీసుకువచ్చి చెట్టు కింద ఉన్న అవ్వకు ఇచ్చాడు. దాన్ని చూసిన ఆ అవ్వ కళ్లలో ఆనంద బాష్పాలు రాలాయి. అప్పుడే ఇంటికి వచ్చిన రాము అమ్మానాన్న.. ఇంట్లో గల్లాపెట్టెలో డబ్బులు లేకపోవడం చూసి కంగారు పడ్డారు. ఇంతలో ఏవో మాటలు వినిపిస్తుంటే.. కిటికీలోంచి బయటికి చూశారు. వాళ్లకు చెట్టు కింద రాము, అవ్వ కనిపించారు. ''అవ్వా! ఈరోజు నుంచి నీకు చలి ఉండదు. దీన్ని చక్కగా కప్పుకొని నిద్రపో!'' అన్నాడు రాము. ''చల్లగా ఉండు నాయనా!'' అంటూ దీవించింది అవ్వ. అది చూసి రాము తల్లిదండ్రులు.. చిన్న వయసు లోనే తమ కొడుకు చేస్తున్న మంచి పనికి ఎంతో సంతోషించారు.

- కనుమ ఎల్లారెడ్డి

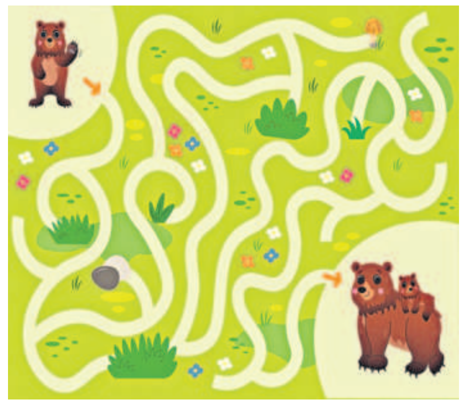
చిట్టి చేతులు

మణికంఠ అనితేజ్
ఎల్లారెడ్డి.



దారిచూపండి

**పిల్ల ఎలుగుబంటి..
తన తల్లిని చేరే మార్గం చెప్పండి.**



టంగ్ ట్విస్టర్స్

Near a ear, a nearer ear,
a nearly eerie ear.

చెప్పుకోండి : 1. నర్మద, తపతి, 2. అల్లూరి సీతారామరాజు, 3. 60–70 శాతం, **పూరించండి :** CAN, CRAB

పిల్లలూ! మీరు గీసిన బొమ్మలు, రాసిన కథలు, జోక్స్ మాకు పంపండి. బాగుంటే ప్రచురిస్తాం. మా చిరునామా :
zindagi@ntnews.com