

# Telugu Jyothi

A Literary Magazine from  
The Telugu Fine Arts Society

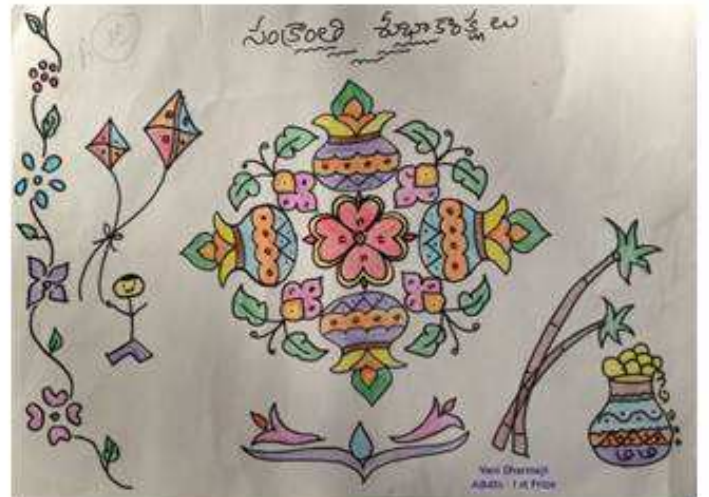
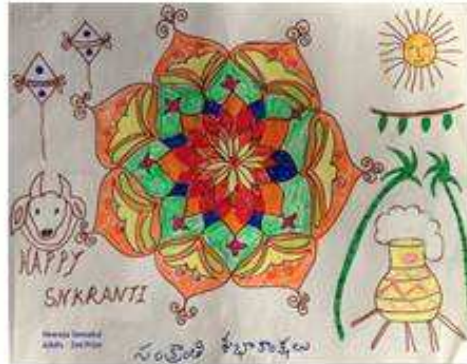
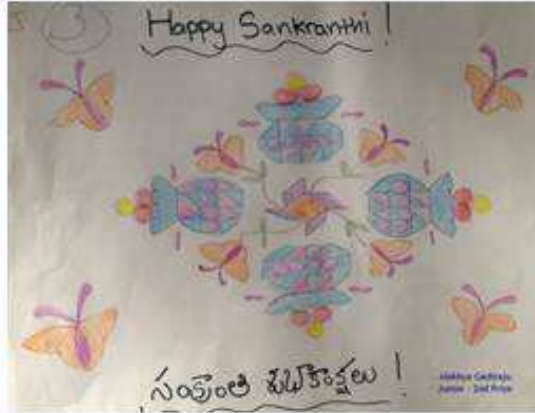


# తెలుగు జ్యోతి

తెలుగు కళా సమితి వారి  
సారస్వత పత్రిక

<http://www.tfas.net> <http://www.TeluguJyothi.com>

January – February 2013



Rangoli Prize Winners – Sankranti Program - January 27, 2013

# DENTISTRY FOR THE ENTIRE FAMILY

Member of ADA, NIDA & AEGD



## DENTAL ILLUMINATIONS

Madhavi V. Kadiyala DDS & Associates  
General and Cosmetic Dentistry

- Digital Radiography X-Ray with Less Radiation
- Oral Hygiene, Sealants, Fluoride
- Bonding, Porcelain Veneers & Lumineers
- Teeth Whitening
- Periodontal Treatment
- One Visit Root Canals
- Metal Filling Replaced with White Restorations
- Surgical & Non Surgical Extractions
- Porcelain Crowns, Bridges & Complete Dentures

**Walk-ins & New Patients Welcome Most Insurance Plans Accepted**

**Please Call For Appointments at Two Convenient Locations**

660 Princeton Meadows

Hopewell Crossing

Shopping Center,

**609-275-9688**

800 K Denow Road **609-303-0571**

Plainsboro Road

(Next to Stop & Shop)

Plainsboro, NJ 08536

Pennington, NJ 08534

## PLAINSBORO PRINCETON MEDICAL ASSOC.



**Dr. Aruna Chakrala, MD**

BOARD CERTIFIED INTERNAL MEDICINE

**Dr. Sureka Reddy, MD**

BOARD CERTIFIED FAMILY MEDICINE

**Dr. Sangeeta Buddala, MD**

BOARD CERTIFIED INTERNAL MEDICINE

**Dr. Pramila Veera Swamy, MD**

BOARD CERTIFIED INTERNAL MEDICINE

**OPEN 7 DAYS A WEEK!**

Blood Draws • 2D Echo Cardiograms • EKG • All Immunization Including  
Travel Vaccines • Minor Skin Procedures Including Wart Removals, **LASER SERVICES**,  
Dietician, Diabetic Management, Joint Injections, Pap Smears

666 Plainsboro Road, Suite 1020 • Plainsboro, NJ 08536

**CALL TODAY 609-799-5000**

**OFFICE HOURS: MON-FRI 8AM-8PM, SAT & SUN 8AM-2PM**

**LANGUAGES: ENGLISH, TELUGU, HINDI, MARATHI, SPANISH**

**AGE GROUPS : 8 YEARS & ABOVE**



# తెలుగు కళా సమితి

**The Telugu Fine Arts Society, Inc**  
(A tax exempt and not for profit corporation)

54 Erie Ave, Rockaway, NJ 07866



# తెలుగు జ్యోతి

సంపుటి: 30      సంచిక: 1

జనవరి - ఫిబ్రవరి 2013

**Board of Trustees**  
April 2012 – March 2014

**President**

**Manju Bhargava**

54 Erie Ave  
Rockaway, NJ 07866  
(973) 983-0596  
president@tfas.net

**Vice-President**

**Vasant Naidu Tanna**

287 Pinelli Drive  
Piscataway, NJ 08854  
(732) 319-8155  
vicepresident@tfas.net

**Secretary**

**Srinivasarao Gandhi**

208 Margaret Ct.  
South Plainfield, NJ 07080  
(732) 221-8017  
secretary@tfas.net

**Treasurer**

**Suresh Makam**

13 Alexis Lane  
Edison, NJ 08820  
(732) 494-1370  
treasurer@tfas.net

**Annual Events**

**Bindu Madiraju**

(732) 609-1836  
events@tfas.net

**Youth Services**

**Kanaka Tatikola**

(908) 720-5050  
youth@tfas.net

**Membership Services**

**Ananta Sudhaker Uppala**

(908) 251-5330  
membership@tfas.net

**IT Services**

**Satya Nemana**

(732) 762-7104  
info@tfas.net

**Community Affairs**

**Ramesh Chandra**

(732) 900-2109  
community@tfas.net

**Advisors**

**Dr. Murty Bhavaraju**

**Mr. Damodar Gedala**

**Dr. Suneetha Kanumuri**

**Founder Editor:**

**Late Kidambi Raghunath**

**Editor: Murty P. Bhavaraju, Phone (908) 252-9434**

Mail articles to: 231 Marcia Way, Bridgewater, NJ 08807 or [murty.bhavaraju@gmail.com](mailto:murty.bhavaraju@gmail.com)

**Associate Editors: Anantha Sudhaker Uppala; Diwakar Peri - Production Support; Radha Kasinadhuni - Essays & Community News; Syamaladevi Dasika - Stories; Dr. Vaidehi Sasidhar – Poems.**

**Kanaka Tatikola and Vasant Naidu Tanna** representing TFAS Board of Trustees.

**మా మాట**

తెలుగుజ్యోతికి సన్నిహితులు, సహృదయులు, శ్రీ పెమ్మ రాజు వేణుగోపాలరావు గారు తన ఎనభయ్యవ ఏట కాలధర్మం చెందారు. ఇది యావత్తు విదేశాంధ్ర లోకానికే గొడ్డలి పెట్టయిన వార్త. వీరికి తెలుగుజ్యోతి అంజలి ఘటించి నివాళులర్పిస్తోంది. వీటితో పాటుగా డా. పెమ్మరాజు వేణుగోపాల రావు గారి జీవిత విశేషాలను 17,18 పేజీల్లో చదవచ్చు. మన సమాజంలో ఎందరో గుర్తింపు కోసం ఎదురు చూడకుండా మౌనంగా మన సంస్కృతి, సాంప్రదాయాల కోసం కృషి చేస్తూంటారు. ఎక్కడో వున్న వాళ్ళని వెతికి తెచ్చి వేదికనెక్కించి సత్కరించే మనం ఇల్లాంటి వారిని మన పక్కనే ఉన్నాగుర్తించడం, గౌరవించడం చెయ్యాలి. ఇల్లాంటి ముగ్గురమ్మల పరిచయ విశేషాలు ఈ నెల శ్యామలాదేవి గారి రచన “ముగ్గురమ్మల...”. ఈ ముగ్గురమ్మలని స్వయంగా కలవాలంటే మార్చి 17న బ్రిడ్జి వాటర్ టెంపుల్ లో జరిగే “శ్రీ మూర్తి దినోత్సవం” వానికి రండి. ఆత్మీయంగా వున్న వాళ్ళని వదలి ఒంటరిగా వుండాలని అపార్ట్ మెంట్ కి తరలివెళ్లిన ఓ జంట పడ్డ పాట్లు జొన్నల గడ్డ లలితా గారి రచన “అరవై ఇళ్ళ లోగిలి లో” ఇవ్వాలి. ఎక్కడ చూసినా ఒళ్ళు పెరిగిపోతోందని, మధుమేహవని, మరోటని బాధ పడేవాళ్ళ కోసం ఆరోగ్యం గా వుండాలంటే ఏం తినాలి చెప్పడవే కాకుండా ఇంకా తెలుసుకోడానికి రిఫరెన్సు లిచ్చిన రచన డా. గవరసాన గారి “తినదగు దేది?” అమెరికాలో తెలుగు సాహిత్యం గురించిన సమగ్ర విశేషాలతో కూడిన డా. తన్నీరు కల్యాణ కుమార్ గారి రచన మిగతా భాగం ఈ సంచికలో చదవండి. ఇంకేముంది మన దేశం ఇంకాసేపట్లో అగ్ర రాజ్యమయి పోతుందనుకునే వాళ్ళకి భారత దేశం లో ఆర్థిక స్థితి గురించిన నిజాన్ని విప్పి

**విషయసూచిక**

మామాట	3
TFAS President's Message	5
2013 Samkranti Celebrations	5
Sangeetha Murthythria Dinthsavam	6
మెరపులు - వేమూరి వేంకట రామనాథం	8
ముగ్గురమ్మల...- శ్యామలాదేవి దశిక	11
నివాళి - డా.వైదేహి, డా. గవరసాన సత్యనారాయణ	16
డా. చిట్టెన్ రాజు, డా. చెరుకుపల్లి నెహ్రూ	17
అరవై ఇళ్ళ లోగిలి లో... జొన్నలగడ్డ శ్యామల	18
తినదగుదేది? - డా. గవరసాన సత్యనారాయణ	22
సంక్రాంతి - మనోహర	29
మాతృమూర్తి - ఝాన్సీ యలమంచి	29
The twinkle and the Wrinkle - Bhasurao	29
తేనెతుట్ట - జయలక్ష్మి గన్నవరపు (పేరి)	30
అమెరికాలో తెలుగు సాహిత్యం - డా. టి. కళ్యాణ్ కుమార్	32
స్టాట్ ఫారం కర్ణుడు	38

**Cover: సంక్రాంతి రంగవల్లులు 2013**

చెప్పే రచన శ్రీ వేమూరి రామనాథం గారి మెరపులు. ఇంకా మనోహర, ఝాన్సీ, జయలక్ష్మి, భాసురావు గారి కవితలు ఈ సంచిక లో విశేషాలు. మీ విలువయిన సమయం కొంచెం వెచ్చించి మీరు తెలుగు జ్యోతిని అంతర్జాలంలో చదవాలనుకుంటున్నారో, పుస్తక రూపంలో కావాలనుకుంటున్నారో తెలియచెయ్యండి. ఇది తెలుగు జ్యోతి ప్రచురణ, రవాణా ఖర్చుల్ని తగించడం లో సహాయపడుతుంది. తెలుగు జ్యోతి అంతర్జాలంలో వుంచ గానే మీకు ఈ మెయిల్ వస్తుంది. మీరు చదివి, మీ స్నేహితులతో చదివించండి. మీ అభిప్రాయాలు మాకు తెలియ చెయ్యండి. చేస్తారు కదూ...

భవదీయుడు - దివాకర్ పేరి

The articles published and the views expressed are those of the authors and not necessarily reflect the opinions of the editors or TFAS.





Stephen R. Shapiro, MD



Lawrence S. Kluger, MD



Jeffrey S. Unger, MD



Surya P. Irakam MD  
FACP, FACG



Robert S. Wiesen, MD

# Gastromed Healthcare, P.A.

Excellence in Gastroenterology

## PREVENTION & TREATMENT OF DIGESTIVE DISEASES:

- Abdominal Pain Evaluation
- Acid Reflux & Ulcer Treatment
- Liver Disease Treatment & Evaluating
- Colon Cancer Screening
- Gastrointestinal Bleeding Management
- Hemorrhoid & Fissure Treatment
- Irritable Bowel Syndrome
- Ulcerative Colitis & Crohn's Disease
- Gallstones & Gall Bladder Disease
- Pancreatic Diseases

[www.gastromedhealthcare.com](http://www.gastromedhealthcare.com)

[Gastromed@aol.com](mailto:Gastromed@aol.com)

286 East Main Street, Somerville, NJ  
(908) 231-1999

515 Church Street, Bound Brook, NJ  
(732) 356-0420

203 Towne Center Dr., Hillsborough, NJ  
(908) 359-1639

1140 Stelton Rd., Suite 101, Piscataway, NJ  
(732) 339-8810



Dear Friends and Members, On January 27, 2013 despite of subzero Telugu Kala Samithi celebrated Sankranthi Sambaralu in a very Grand manner. Many performance and competetions were successfully organized by many

youth volunteers under the guidance and supervision of the entire Executive Committee.

Approximately, 200 children and adults participated in various competitions. They varied in different age categories. Approximately over 500 people attended the function. We have now begun the preparation for our next event Trimurthy Day with support

from HTCS, on March 17, 2013 at Bridgewater Community Center.

Following this we will begin our preparations for Ugadi Utsavalu tentatively scheduled for April 13, 2013. We will be posting more details about both programs on our web site [www.tfasnj.org](http://www.tfasnj.org). With Ugadi program this board of trustees will be completing a year in our two year term. At our Ugadi event we will be conducting a General Body meeting to all our membership. After this event we will begin the preparation for Election process. Before I bid adieu, I would like to thank all the volunteers, and supporters for all their unconditional help that they are rendering to our team.

Sincerely,  
**Manju Bhargava**

### 2013 TFAS Sankranthi Celebrations

TFAS Celebrated Sankranthi Samabaralu in a very festive atmosphere on January 27, 2013 at Bridgewater Hindu Temple Community Center. All day event with many performances and competitions were successfully organized by many youth volunteers under the guidance and supervision of the entire Executive Committee. Approximately, 200 children and adults participated in various competitions in different age categories with over 500 people in attendance. People of all age groups enjoyed the performances and a nice Vindu Bhojanam.

Our Youth Chair, Kanaka Tatikola and Events Chair, Bindu Madiraju did an excellent job conducting various on-stage performances with the help of youth volunteers. Young children starting from ages 4 participated enthusiastically and entertained everyone with various songs, dances and instrumental music performances. On-stage fancy dress competitions were held for very young children.

In parallel, there were other competitions held in various categories. IT Chair, Satya Nemana and Membership chair Sudhakar Uppala conducted competitions in Telugu Speaking, Reading and Poem recitations. President, Manju Bhargava and Secretary, Srinu Gandhi conducted competitions in Rangoli, Bommala Koluvu and Posters. Vice President, Vasant Tanna led the competitions in Vantakalu(cooking). Everyone wanted to be a judge

for Vantakalu to taste the mouth-watering garelu, boorelu, bobbatlu, etc. Winners were selected by judges in each category. Community Chair Ramesh Chandra took the leadership in serving Vindu Bhojanam to all attendees.

Our Treasurer, Suresh Makam with the help of many volunteers looked after registrations while carefully tallying total points of all participants and putting together prizes for all winners and volunteers.

At the conclusion of all cultural programs, our pPast TFAS executives, Murthy Bhavaraju, RamaKrishna Seethala, Bandaru Raja Rao, and Rohini Kumar were invited on to the stage to distribute prizes to winners. Medals and participant certificates were given to all participants. All the youth volunteers were awarded community hours for their service. The prizes and medals were sponsored by Dr. Satyaveni Rao, Kasinadhuni family, and Damu Gedala.

The evening concluded with vote of thanks from Secretary, Srinu Gandhi who thanked all volunteers, participants, judges, vendors, cash donors, local restaurants, TV Asia and many others for their valuable time and support throughout the program.

Overall, it was a very successful program with overwhelming participation! For photos of this program please visit our website [www.tfasnj.org](http://www.tfasnj.org).

**TFAS Executive Committee**

“వీరా ! నీకు కవల తమ్ముళ్ళు పుట్టిరని మీ పంతులు గారితో చెప్పేవా? నీకో రోజు సెలవిస్తారు “ విసినాధం అయిదేళ్ళ బుడుగుతో అన్నాడు. “ఒక తమ్ముడు సంగతి చెప్పిసెను నానా. ఇవ్వాళ్ళ సెలవిచ్చేహారు. రెండో తమ్ముడు గురించి మళ్ళీ వారం చెప్పి ఇంకో రోజు సెలవ గుంజేస్తా!!” ఆనందం గా అన్నాడు బుడుగు.





**Telugu Fine Arts Society Inc (TFAS)**  
&  
**Hindu Temple and Cultural Society of USA Inc**  
**(HTCS)**

**Cordially Invite you to celebrate**  
*Sangeetha Murthythraya Celebrations*



**Sunday, March 17, 2013**

**Sri Venkateswara Temple and Community Center, Bridgewater, NJ**

**Time: 8:30 am - 5:30 pm**

**The following items will be sung for the Trimurthy Seva:**

*Vatapi gana pathim - Hamsadhvani ragam- Muthuswamy Dikshitar*

*Jagadanandakaarka - Naata ragam - Tyagaraja Kriti*

*Duduku gala - Gowla ragam - Tyagaraja Kriti*

*Sadhinchene - Arabhi ragam - Tyagaraja Kriti*

*Bhairavi Swarajathi - Shyama Shastri*

*Please look for updates and registration on the*

*Telugu Fine Arts society website*

*<http://www.tfasnj.org>*



## ANAND & RAO TEAM

Ready to serve your **real estate** needs !!!

Middlesex, Mercer, Somerset, Burlington, Monmouth & Ocean Counties

NEW CONSTRUCTION!! SINGLE FAMILY HOMES FROM MID 300'S!!

ALSO 55+ NEW TOWN HOMES FROM HIGH 200'S

**Selling:** Call us for free market analysis of your home and our **listing incentive!!!**  
Take advantage of the spring home selling market and We'll get your  
Home **SOLD!!! FOR TOP DOLLAR \$**

**Buying:** We will do everything in our power to find you your dream home.  
If you want to sell your existing home and buy another home, we will  
guide you all the way. We are Top Rental Agents as well.

**Govind Anand  
Nacharaju "Rao"**  
Sales Associates

**ERA Properties Unlimited**

301 North Harrison Street, Suite 31  
Princeton, NJ 08540  
Tel # 609-921-2200 (Off)  
609-915-9441 (Direct George)  
[govindanand@hotmail.com](mailto:govindanand@hotmail.com)  
732-208-4389 (Direct Rao)  
[raobombay@gmail.com](mailto:raobombay@gmail.com)



**Don't Delay Call Govind or Rao Today**

*" Our goal is to establish life long relationship with clients and their families"*

**EXPERIENCE, KNOWLEDGE & RESULTS OF 30 YEARS**  
100'S OF HOMES LISTED AND SOLD IN MIDDLESEX, MERCER,  
SOMERSET, MONMOUTH, OCEAN & BURLINGTON COUNTIES



## మెటప్పులు : భారతదేశంలో ఆర్థికప్రగతి

వేమూరి వేంకటరామనాథం

నా వెచ్చిక శాఖకు చెందిన ఆర్థిక -అభివృద్ధి విషయాలపైన "తెలుగుజ్యోతి" కి నేను వ్యాసం వ్రాసి కొంతకాలమయింది. భారతదేశం యొక్క ఇటీవలి ప్రగతి పరిస్థితులను గమనిస్తూ, వాటి పైన ఒక చిన్న సమీక్ష వ్రాయ వలెనన్న కోరిక చెలరేగి యీ వ్యాసం వ్రాస్తున్నాను. క్లుప్తంగా, సాధ్యమైనంత వఱకు అంకెలను తగ్గించి.

తొలుదొల్తగా అతిప్రధానమైన అంశం ఒకటి పేర్కొంటాను. దేశంలో వృద్ధి పథం, ఆశించిన రీతిని లభ్యమవుతున్నట్లు లేదు. ప్రభుత్వం యొక్క ఆశయంలో కాని, ఆశలో కాని లోటులేదు, కాని అవి రూపం దాల్చిన విధానాల కారణంగానో, అంతకుమించిన లోతు క్లిష్టత వలననో, సమస్యలు రేకెత్తుతున్నాయి, ఫలితాలు తలచిన తీరున సవ్యంగా సంపూర్ణతృప్తికరంగా లభ్యం కావటం లేదు. ప్రప్రథమంగా, దేశం యొక్క అభివృద్ధి శాతం (growth rate) గమనించుదాం. 2012కు చెందిన అంచనాల ప్రకారం, ఇది 6.5 శాతం! 2011లోని 8.4 శాతం కన్న ఎంత నిడివియైన తగ్గుదలయో ఆర్థిక విద్యార్థులకు చెప్పనవసరం లేదు.

మరొక సూచి: ప్రస్తుత ప్రభుత్వం అధికారంలో ఉన్న క్రిందటి ఏడేనిమిది సంవత్సరాలలో వస్తు-సౌకర్యాల ధరలు మొత్తం మీద సుమారు 63 శాతం పెరిగినట్లు అంచనా వేయ బడుతున్నది. లెక్కల సందర్భంలోను, అంకెల కలయిక లోను భిన్నపద్ధతులు సవ్యతరమని భావించేవారు కూడ ఇలాంటి అంతిమ ఫలితాన్నే సూచించ వలసి వస్తుంది. ఈ ధరల పెరుగుదలను గూర్చి కొంచెం లోతుగా దృష్టి బఱప వలసి ఉంటుంది. సాంఖ్య శాస్త్రజ్ఞుల లెక్కల ప్రకారం ఈ పెరుగుదల తిండి పదార్థాలపై అత్యధికంగా ఉంది. వాటి ధరలు దాదాపు రెట్టింపు అయినాయి. ఈ ఫలితం రెండు విధాలుగా అరిష్టకారకం అని మనం గమనించాలి. ఒకటి, ధరల పెరుగుదల ఎవరికీ వాంఛ నీయంగా తోచక పోవచ్చును; కాని - రెండు, ఈ పెరుగుదల బీదవర్గాలకు మరింత బాధాకరంగా ఉంటుంది. బీదవారు - అనగా సంపాదించే ధనం తక్కువగా ఉన్నవారు తమకు గిట్టిన పైకంలో ఎక్కువశాతం ఆహారం మీద వెచ్చించవలసియుంటుంది. ఈ దురవస్థ ధనోల్పణము

గంతువేసే తరుణంలో మరింత బాధాకరం ఉంటుంది. ఆహారం తప్పనిసరిగా సేకరించవలసి యుంటుంది. సరే మిగత వస్తుసౌకర్యాలను తమ అధీనంలో ఉంచుకొనగల్గు శక్తి క్రమంగా వెనుకటి కన్న విపరీతంగా సన్నగిల్లుతుంది. పెద్దసంసారాలున్న వారికి ఈ బాధ విపరీతంగా పరిణమిస్తుంది.

దేశానికి ప్రస్తుతం సంభవిస్తున్న ఒక క్లిష్ట దుస్థితి ఏమంటే, మన దిగుమతులు ఎగుమతుల కంటే దారుణంగా ఎక్కువవుతున్నాయి. ఫలితం: మన విదేశవ్యాపారస్వరూపం మనకు అనుచితంగా ఉంది. విదేశవ్యాపారం లోని లోటు (deficit) 2010 -11 - 2011-12 ల మధ్య 56 శాతం ఎక్కువ అయింది. అనగా మన ఎగుమతులకు లభించే ద్రవ్యం కన్న మనం దిగుమతి చేసికొనే సరుకులకై చెల్లించ వలసిన పైకం ఎంతో ఎక్కువ శ్రేణిలో ఉంది. మన ఎగుమతులు తీసికొనే యూరోపియన్ దేశాలు వారివారి ఆర్థికబాధల కారణంగా ఇవి కొనటం చాల వఱకు తగ్గించారు; పోనీ ఆసియాలోని వివిధ దేశాలకు అవి పంప వచ్చును గదా అనుకుంటే, ఒక పెద్ద సమస్య ఉంది: వారి స్వంత ఉత్పత్తిలో కాని, వారికి ఇతరత్రా లభ్యమయ్యే సరుకులతో గాని మన ఎగుమతులు పోటీ చేయలేవు. అనగా వారు తమ దేశాలలో ఉత్పత్తి చేయగల వ్యయముల లెక్కను గాని, మిగత దేశాలనుండి వారు దిగుమతి చేసికొనగల ధరల మట్టం లెక్కను గాని, మన ఎగుమతులకు అవకాశం దారుణంగా క్షీణిస్తున్నది.

పోనీ, మన దిగుమతులను తగ్గించుకొనకూడదా, ఎగుమతుల తగ్గుదలకు సమానాంతరంగా, అని తర్కం సాగించ వచ్చును; కాని అది కేవల తర్కం స్థాయిని మించిన ఆర్థిక సార్థక్యం లేని వాదనగా తేలుతుంది. ఏమంటే మనం అత్యధికంగా దిగుమతి చేసికొనే పెట్రోల్ వంటి వస్తువుల ధరలు ఎక్కువ అవుతూ ఉండటమే కాక, ఆ దిగుమతులను మనం విరమించుకొనలేని దుస్థితిలో ఉన్నాము. ఇండియా తనకు వలసిన ముడి నూనెలలో (crude oil) 80 శాతం దిగుమతుల మీద ఆధార పడియుంది. ఈ దిగుమతిని తగ్గించుకొనటం బొజ్జ మీది పుండు వలన వలసిన తిండి మానటం వంటి చికిత్స అనిపించుకుంటుంది.



పైగా, మన రూపాయి విలువ ఇటీవల బాగా తగ్గిపోతున్నది. ఈ తగ్గుదల సుమారు అయిదవ వంతును (20%) మించి పోయింది. దీని దుష్ఫలితం ఏమంటే మనం దిగుమతి చేసికొనే వంద రూపాయల సరుకుకు ఇప్పుడు ఏ నూటయిరువది రూపాయలో చెల్లించవలసి యుంటుంది. తగ్గింపు అంతగా వీలులేని దిగుమతి సందర్భంలో ఇది ఎంత దురదృష్టకర ఆర్థికపరిణామమో గమనించండి.

ఇటువంటి పరిస్థితులలోక వైపు; దేశంలో ఆదాయ-వ్యత్యాసములు దారుణంగా పెరిగిపోతున్నాయి. బీదల పరిస్థితి క్షోభాకరంగా ఉన్నది. వారి ఆదాయాలకు ధనవంతుల ఆదాయాలకు మధ్య వ్యత్యాసములు మునుపటికన్న మోరంగా రూపొందుతున్నాయి. కోటీశ్వరుల సంఖ్య 2010 నుండి ఒక్క సంవత్సరం 2011 లో 134,000 నుండి 162,000 కు పెరిగిందని బోస్టన్ కన్సల్టింగ్ గ్రూప్ వారు అంచనా వేశారు. అత్యధిక భాగ్యవంతులు (అనగా 100 మిలియన్ డాలర్లకు పైగా భాగ్యం కలవారు) ఈ రెండు సంవత్సరాలలో 15.35శాతం ఎక్కువ అయినారు - 241 నుండి 278 కి! ఆకశమంటుతున్న తినుబండారాల ధరలకు తట్టుకొనలేని సాధారణ ప్రజ యొక్క పరిస్థితి క్షీణదశలో ఉండగా, అతిధనవంతుల సంపదమాత్రం పెరుగుతున్నది. ప్రభుత్వం యొక్క దృష్టి ప్రధానంగా జి.డి.పి. (మొత్తం ఉత్పాదనకు చెందిన సాంఖ్య చిహ్నం) ఎక్కువ చేయవలెనన్న మార్గంలో ప్రసరించబడుతోంది కాని ఆర్థిక-అభివృద్ధి-ఫలితాలను సవ్యంగా - అనగా వివిధవర్గాల క్షేమసంరక్షణకు దోహదంగా రూపొందించవలెనన్న దృష్టికొంతగా వెనుక మెట్టులో ఉంది. ఇంతే కాదా ఆర్థికరంగంలో అత్యవసరమైన అజమాయిషీ (control) బలహీనంగా ఉన్నట్లు చాలమంది అభిప్రాయపడుతున్నారు.

ఈ సందర్భంలో వ్యాపారస్థుల అంగడి - దుశ్చర్యలను విచారించే ప్రభుత్వసంస్థ - మొనాపలీస్ అండ్ రిస్ట్రిక్షన్ ప్రాక్టీసిస్ కమిషన్ ఇటీవల రద్దు చేయబడింది, కాని దాని బదులుగా కాంపిటీషన్ కమిషన్ కు శీఘ్రంగా వలసిన విధంగా నియంత్రణ చేయగల అధికారం ఎంతవఱకు ఈయబడినదో చర్చనీయాంశమే. దేశంలో అనేకరీతుల మొనాపలీ (గుత్త) వ్యాపారాలు తలయెత్తు

తున్న సందర్భంలో ప్రభుత్వం తగిన నియంత్రణ సంస్థ వలని ప్రయోజనం ప్రజలకు అందజేయలేక పోతున్నదన్న సందేహం రేకెత్తుతోంది.

మరొక దురదృష్టమేమంటే, దేశంలో ఎన్నో ప్రాంతాలలో పరిపరి విధాల లంచగొండితనం అనేకరూపాలలో విజృంభించి యున్నా, మధ్య మధ్య ప్రజ గొంతెత్తినా, ప్రభుత్వానికి నివేదించినా, వలసినంతగా పరిశీలనచేసి ప్రజలసొత్తు అయిన వివిధ సంపదలను సంరక్షించి దుర్మార్గకార్యాలకు దిగిన వ్యాపారస్థుల యెడ తీవ్రమైన చర్యలు తీసికొనటం వలసినంతగా లేదని ఎందఱో విమర్శిస్తున్నారు. ఈ మధ్య ఒక పత్రిక రెండు అవినీతికరములైన చర్యలు తటస్థించినట్లు, వాటి విషయంలో ప్రభుత్వం తీవ్రదృష్టి బహుపలేదని, వెలిబుచ్చింది. సౌత్ ముంబాయిలోని ఆదర్శ హౌసింగు సొసైటీవారు స్థలసంబంధమైన చట్టాలకు లోబడనట్లు, న్యూఢిల్లీలో కామన్ వెల్త్ గేమ్స్ నిర్వహణలో అవకతవకలు చెలరేగినట్లు, (India Abroad జూన్ 8, 2012) మనకు విదితమవుతున్నది. దేశంలో వ్యాపారానికి ధన వ్యయానికి సంబంధించు ప్రజాచర్యలలో ఎగుడుదిగుడులు ఉండకపోవు; కాని వాటిని సమీక్షించి దేశానికి నష్టం రాని విధంగా నియంత్రణ చేయవలసిన విధి ప్రభుత్వానికి ఉంది. ఆవిధి నిర్వహణ కుంటు బడితే, ప్రజకు నష్టం వాటిల్లుతుంది, అవినీతి స్వారీ చేస్తుంది.

వ్రాయటానికి ఎంతైనా ఉన్నది కాని, యీ వ్యాసం రెండుమూడు సమాపన వాక్యాలతో పూర్తి చేస్తాను. దృష్టి ప్రజలకు ఆరోగ్యసంపద కలిగించటం మీద, బహుజన వ్యాప్తంగా విద్యను అందించటం మీద, విపరీతమైన పేదరికంలో ఉన్న ప్రజావర్గాలకు ఏదో విధంగా ధన లేక వస్తు సహాయం చేయటం మీద, ప్రభుత్వం దృష్టి సారించాలి.

ఇది అనుకున్నంత సులభం కాదు, నిజమే, కాని ఏదో నాడు బాధలలో మునిగిన ప్రజావర్గాలకు ఈ సౌలభ్యాలు కల్పించక తప్పదు. లేని పక్షంలో వారి దౌర్భాగ్యం అలాగే నిలిచియుంటుంది; దాని వలన సంభవించగల రాజకీయ దుస్థితులను గూర్చి నేను ప్రత్యేకంగా వ్రాయనక్కఱలేదు.

“ఈ మధ్య నామీద మా ఆవిడకి ప్రేమ ఎక్కువయిందోయ్! అంటు గిన్నెలు తోమడానికి వేన్నీళ్ళు పెడుతోంది.” ఆనందంగా అన్నాడు వామన రావు.

**Roopa Nampally**

**Weichert Sales Associate**



Your Local Neighborhood Specialist

Weichert Realtors

431 Route 18 East Brunswick, NJ 08816

732-547-7800 (Office)

732-397-9185 (Cell)

Website: [www.roopanampally.net](http://www.roopanampally.net)

E-Mail: [nroopa@comcast.net](mailto:nroopa@comcast.net)

Fluent in Telugu and Hindi



## *Internal Medicine Group*



**Board Certified**

Dr. Arvind Doshi M.D.

Dr. Priti Mehta M.D.

Dr. Sujatha Muppala M.D.

Health is the only everlasting wealth. An ounce of Prevention is worth a pound of cure

- High Blood Pressure, Diabetes and High cholesterol are “Silent Killers” and tight control will prevent heart attacks and stroke
- Hospital affiliations with St. Peter Hospital, JFK Medical Center and Princeton Hospital
- Learn the Secrets of Nutrition to achieve desired Weight Loss
- Learn about all the Cardiovascular risk factors responsible for clogging the arteries

**Office Hours:**

Monday – Friday : 9.00 AM to 5.00 PM

Saturday : 9.00 AM to 2.00 PM

5 Stanworth Road  
Kendall Park, NJ 08824  
Phone: (732) 297-2343

906 Oak Tree Road, Suite K  
South Plainfield, NJ 07080  
Phone: (908) 822-2277



## ముగురమ్మల ...

శ్యామలాదేవి దశిక, North Brunswick, NJ

నేను అమెరికా వచ్చిన కొత్తల్లో ఎవరిని కలిసినా “మేము అక్కడ కొన్నాళ్ళు వున్నాం.. ఇక్కడ కొన్నేళ్ళు వున్నాం” అంటూ బోలెడు రాష్ట్రాల పేర్లు, వాళ్ళ అనుభవాలు చెప్పారు. అలా విని వినీ నేను “ఓహో” అయితే మనం కూడా ఇలాగే అమెరికా అంతా చుట్టి వస్తాం కాబోలు అనుకున్నా. కానీ మేము రాష్ట్రం కాదుకదా వున్న ఊరు ... వున్న వీధి ... వున్నసండు ... కూడా మారలేదు. వచ్చిన చోటులోనే చతికిలబడిన అతితక్కువ వాళ్ళలో మేమూ ఒకళ్ళం అయిపోయాం. ఇలా ఒకేచోట పాతుకుపోవటంతో కొంతమందిని చాలా కాలంగా గమనించే అవకాశం మాకు దొరికింది. సంఘానికి వారు చేసే సేవా, అందించే సహాయం, వారి వ్యక్తిత్వం వాటితాలుకు ప్రభావం నా మీద బాగా వుండిపోయింది.

నేను అమెరికా వచ్చినప్పటినుంచీ అంటే 1976 నుంచీ ఈ రోజువరకు నేను ఏ కల్చరల్ ప్రోగ్రాంకి వెళ్ళినా, కచేరికి వెళ్ళినా, సాహితీ సమావేశానికి వెళ్ళినా, దేవాలయానికి వెళ్ళినా “లక్ష్మీ-పార్వతీ-సరస్వతీ” లాంటి ఓ ముగ్గురు మహిళలు నాకు కనిపించి తీరుతారు. ఏ కారణం చేతనైనా వాళ్ళు కనిపించక పోతే ఏదో వెలితిగా...బోసగా...కొంచెం దిగులుగా... గుబులుగా అనిపిస్తుంది.

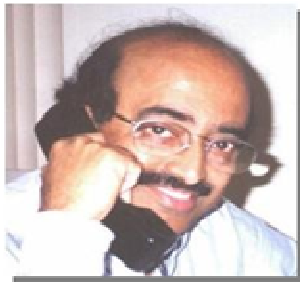
నాకు తెలిసిన సీమంతిని-ప్రభ-భారతి అనే ఈ ముగ్గురు మాణిక్యల్లాంటి ముదితలు. ఈ నాటికీ వాళ్ళ దగ్గరనుంచి ఎన్నో నేర్పు కుంటూ....వాళ్ళను చూసి ఎన్నో తెలుసుకుంటూ, వారిని ఆదర్శంగా తీసుకుంటూ వుంటాను. నా అమెరికా ఇల్లాలి ముచ్చట్లలో “కల్పరు” అన్న ఓ ముచ్చటకు ప్రేరణ అచ్చంగా ఈ ముగ్గురే! నాకు తెలిసి, వీళ్ళకు ఏ పదవులు కానీ ఎటువంటి బిరుదులు కానీ లేవు. ఈ ముగ్గురు వేదికలెక్కి ఉపన్యాసాలు గట్టా ఇవ్వటం నేను ఎప్పుడూ చూడలేదు. కానీ మా న్యూజెర్సీలో తెలుగుతనం ఎంతో పచ్చగా కళకళలాడుతూ వుండటానికి కారకులైన వాళ్ళలో ఈ ముగ్గురూ అత్యంత ముఖ్యమైన వాళ్ళు.

నేను మొట్టమొదటగా చూసింది కలుసుకొన్నది కౌతా సీమంతిని గారిని. ఆరోజుల్లో T.L.C.A. నిర్వహించే సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలకు మేము న్యూయార్క్ వెళ్ళేవాళ్ళం. అప్పట్లో ఆవిడ

గురించి, ఆవిడ శక్తి సామర్థ్యాలు గురించి ఏవీ నాకు తెలియక పోయినా, తెలుగుతనం వుట్టిపడుతూ బాపుగారి బొమ్మలా అటుఇటు తిరిగే సీమంతిని గారిని కళ్ళు అప్పగించి చూసేదాన్ని (ఇప్పుడూ అదే చేస్తుంటాను)

నాకు బాగా గుర్తు, ఒక ఫంక్షనులో తను తర్ఫీదు ఇచ్చిన పిల్లలికి మేకప్ వేసి కార్యక్రమానికి వాళ్ళను సిద్ధం చేసి, వెంటనే డైనింగ్ హాల్ కు వెళ్ళి అక్కడ ఫుడ్ ఎరేంజ్ మెంట్స్ చూడడం మొదలుపెట్టారు. ఇంతలో సూటు బూటు టై వేసుకున్న కొత్త ప్రెసిడెంట్ గారు కంగారుపడటం మొదలు పెట్టారు! ప్రేయర్ పాడాల్సిన ఆవిడ రాలేదని, ఇప్పటికే చాలా ఆలస్యం అయిపోయిందని బిక్కమొహంతో బెంబేలు పడుతుంటే పులిహార కలుపుతున్న ఆవిడ కామ్ గా చెయ్యి కడిగేసుకుని సరాసరి వేదికమీదకు వెళ్ళి విష్ణుశ్వరుడి మీద అద్భుతంగా పాట పాడేశారు. సంగీత విద్వాంసురాలైన ఆవిడ, కమ్మగా పాడటమే కాదు కమ్మగా వంట చేసి పెట్టగల అన్నపూర్ణ కూడా! మన తెలుగు వంటలకు మొహం వాచిపోయి వున్న ఆ రోజుల్లో ఓ సాంస్కృతిక కార్యక్రమానికి ఆవిడ ఆచ్చ తెలుగు భోజనం ప్లాన్ చేసారు. కార్యక్రమం మాట ఎలావున్నా సీమంతినిగారి ఆధ్వర్యంలో తయారైన గుత్తివంకాయ కూర, ఆవకాయ పచ్చడి, రోకటిబండకు బదులుగా బేస్ బాల్ బ్యాట్ తో బ్రహ్మాండం గా చేసిన బందరు లడ్డులు తినడానికి పోలోమని అందరం వెళ్ళాం! ఆ భోజనం నేను ఎప్పటికీ మర్చి పోలేను.

నాకు తెలిసి ఇక్కడ మొదట త్యాగరాజస్వామి ఆరాధన ఉత్సవాలు మొదలు పెట్టింది సీమంతిని గారే. సీమంతిని గారు ఏ విషయంలో నైనా “ఏదోలే పని అయితే చాల్లో” అని సరిపెట్టుకోరు. నిజం చెప్పాలంటే ఆవిడ అభిరుచికి ఎవరూ సాటి రారు. తన సొంత కచేరీ అయినా, పిల్లల చేత పాడించినా, ఆడించినా, పదిమంది తినే భోజనం అయినా, బొమ్మల కొలువైనా, ఇంకొకటైనా పెర్ఫెక్షన్ అనేది వుండి తీరుతుంది. ప్రతి ఏడాది రొటీన్ గా జరిగే కార్యక్రమం లో కూడా తప్పకుండా ఓ కొత్తదాన్ని చూపించేవారు.



**Raja Kanukollu  
Broker Associate**

**Need a full-time, TOP PRODUCING,  
award winning Real Estate Broker?**

**Put experience to your advantage.....**

**Call Raja!**

*Fluent in Hindi,  
Telugu and Tamil!!*

Call Raja for a **FREE**  
Market Analysis....just  
20 minutes of your time!



**John Anthony Agency  
1815 Oak Tree Road  
Edison, NJ 08820**

**Office: (732) 906-2300, x13  
Cell: (732) 762-1076  
rajaedison@hotmail.com**

**Meet Rajagopal Kanukollu.....**

- ◆ Century 21 Centurion Honor Society
- ◆ NJAR Silver Award 2005
- ◆ 15 Years Real Estate experience
- ◆ Broker Associate
- ◆ Centurion Award Winner (1999 - 2005)
- ◆ Trained in mortgage qualification
- ◆ Insurance licensed
- ◆ Serving Middlesex & Somerset Counties
- ◆ Edison resident for 20 years



**Rajeev K. Upadya, DMD**

**Columbia Commons, Suite 107**

**256 Columbia Turnpike**

**Florham Park, NJ 07932**

**(973) 822-1200**

***Designing the smile of your life... TO LAST A LIFETIME***

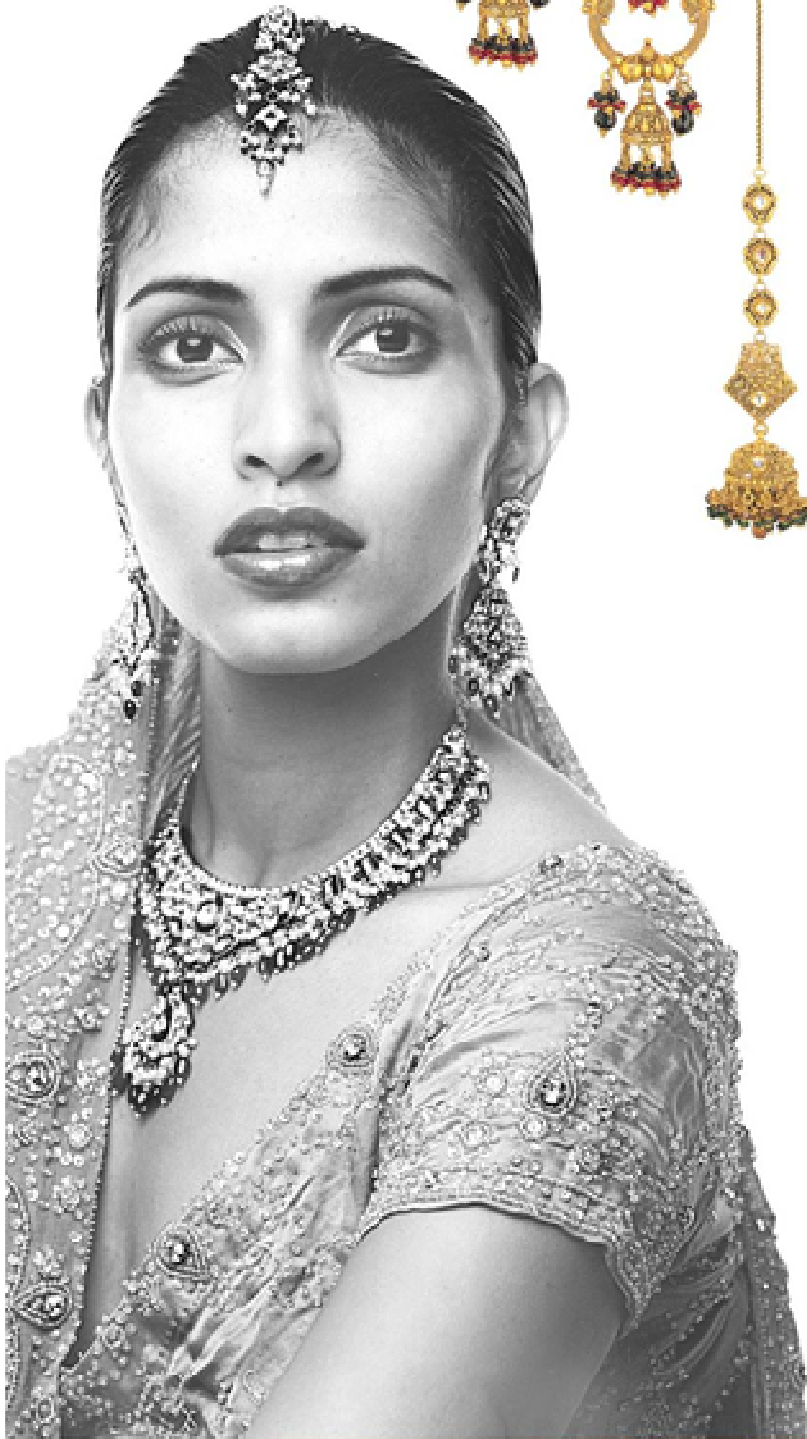


ఆ తర్వాత పరిచయమయిన వ్యక్తి శ్రీమతి ప్రభా రఘునాథ్ గారు. ఆ పరిచయం తర్వాత మా మధ్య స్నేహం గా మారింది. మొదట ఆవిడను కూడా న్యూయార్క్ ఫంక్షన్లో చూడడం జరిగింది. ఆ తర్వాతనుంచీ న్యూ జెర్సీలో ఏ తెలుగు కార్యక్రమమైనా జంట కవుల్లా ప్రభా - సీమంతిని గార్లను చూడడం మా అందరికీ అలవాటై పోయింది. ఈ ఇద్దరిలో వున్న సంగీత జ్ఞానం, కళల మీద వీళ్ళకున్న గౌరవం, పనిపట్ల వారికున్న శ్రద్ధ, వీళ్ళలో వున్న నిజాయితీ, నిస్వార్థం, నాయకత్వ సామర్థ్యం, సమర్థత ఆ రోజుల్లో జరిగిన ప్రతి ఒక్క కార్యక్రమంలో స్పష్టంగా కనిపించేవి. నేను తల్లిని అందులోనూ ఆడపిల్లకు తల్లిని అయిన తర్వాత నాకు తెలియకుండానే ప్రభ గారిని ఎడ్మెర్ చెయ్యడం మొదలు పెట్టాను. ఎలాగైనా పిల్లలకు మన భాషా, మన పద్ధతులు నేర్పాలి అని తాపత్రయపడే నా లాంటి తల్లులందరూ ప్రభగారిని ఆదర్శంగా తీసుకునే వారు. భాషలో, సంగీతంలో, నాట్య, సంప్రదాయంలో తల్లిగా నూటికి నూరు మార్కులు తెచ్చుకున్న ఘనత ఒక్క ప్రభ గారికే చెందుతుంది. వారి అమ్మాయి ఉష నాట్య రంగప్రవేశ కార్యక్రమానికి తల్లి అయిన ప్రభగారు గాయనిగా వుండటం ఎంతో అపురూపమైన విషయం. అందరం ఇక్కడికొచ్చాక మన కట్టుబొట్టులో, ప్రవర్తనలో, మాటల్లో ఎంతో కొంత మారిన వాళ్ళమే. నాకు తెలిసి ఇన్నోళ్ళుగా ఈ దేశంలో వుంటూ, మాటలో కానీ ప్రవర్తనలో కానీ వస్తూ ధారణ లో ఏమాత్రం భేషజం లేకుండా వుంటున్న వ్యక్తి ప్రభగారు. “నిరాడంబరం” అన్న మాట ఆవిడకు వర్తించినట్లు ఇంకెవరికీ వర్తించదు. మా న్యూజెర్సీలో “త్రిమూర్తి దినోత్సవం” ఇప్పటికీ నిరాటంకంగా నడవడానికి కారకురాలు ప్రభగారు. ఆవిడ ఎంత సన్నగా నాజుగ్గా ఉంటారో ఆవిడ కంఠం అంత మాధుర్యంగా పవర్ ఫుల్ గా వుంటుంది. ఆమె గళం విప్పారంటే ప్రేక్షకులు మంత్రముగ్ధులు అయిపోవాల్సిందే. హైదరాబాద్ లో శ్రీ రఘునాథ్ గారి చేతులమీదుగా ప్రారంభమైన “వేగేశ్” సంస్థకు ప్రభగారు ప్రతి ఏటా తన సహాయ సహకారాలు అందిస్తూ వుంటారు.

ఇంక భావరాజు భారతి గారి దగ్గరకు వస్తే, మొదట ఆవిడ ఎవరో నాకు తెలీదు. కాని కర్ణాటక మ్యూజిక్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ నార్త్ అమెరికా ఫంక్షన్స్ లో చూస్తువుండేదాన్ని. ఆరోజుల్లో

సాంప్రదాయ సంగీతం నేర్చుకుంటున్న పిల్లలకు ఈ అసోసియేషన్ ఒక చక్కని వేదిక గా వుండేది. మా అమ్మాయి పాడినప్పుడు “జ్యోతి చాలా బాగా పాడింది” అని నన్ను “యు డిడ్ ఎ గుడ్ జాబ్ “ అని మా అమ్మాయిని ఎంకరేజ్ చేస్తూ వుండేవారు. ప్రభ గారిని మన సంస్కృతి - సంప్రదాయాల విషయంలో ఆదర్శంగా తీసుకున్న నేను, ఈ సమాజంలో పెరిగే పిల్లల్ని ఎలా అర్థం చేసుకోవాలో, వాళ్ళతో ఎలా మెలగాలో భారతి గారిని చూసి నేర్చుకున్నాను. “ఇక్కడ పుట్టి ఇక్కడ పెరిగే పిల్లల్ని వాళ్ళు మారటం లేదు అని బాధపడకుండా మనమే మారాలి” అన్న ఆవిడ మాట నాకు ఎంత గానో వుపయోగించింది. అప్పటివరకు ప్రతి విషయం నా వైపు నుంచే చూసే నేను, ఆ పద్ధతి మార్చుకుని మా అమ్మాయి వైపు నుంచి ఆలోచించడం మొదలు పెట్టా. నేను రాసిన “జానకి” కథలో ఆ పాత్రను అలా స్పష్టించడానికి కారణం భారతిగారే. ఆ రోజుల్లో సిటీస్ లో పెరిగి ఇక్కడికి వచ్చిన అతి తక్కువ ఆడవాళ్ళలో భారతి గారు ఒకరు. అందువలనే భిన్నమైన వాతావరణం లో పెరిగే పిల్లలికి మన సంస్కృతిని - సంప్రదాయాల్ని ఎలా అందించాలో, ఎంతవరకు అందించాలో, ఆవిడకు బాగా తెలుసు. పాశ్చాత్య నాగరికతను, మన నాగరికతను రెంటిని సమన్వయం చేసుకోగల సమర్థత, సంస్కారం నిండుగా వున్న వ్యక్తి. భారతిగారు మంచి చిత్రకారిణి. తెలుగు మహా సభల్లో చక్కని చిత్రాలతో మన తెలుగుభాషా - సంస్కృతిని ప్రతిబింబించే ఎగ్జిబిషన్స్ పెట్టే వారు. ప్రత్యేక సంచికలను అందంగా తీర్చి దిద్దడంలో నిపుణురాలు. బొంబాయిలో పెరిగినా మాతృభాష అంటే మమకారం. రఘునాథ్ గారి హయాములో ఆమె తెలుగులో టైప్ చెయ్యడం నేర్చుకుని ఆయనకు సాయపడుతుండేవారు. ఇంక, ఇప్పుడు “తెలుగుజ్యోతి” పత్రికకు ఆవిడ చెయ్యని సహాయం లేదు. ఆవిడకు తెలియని విషయం లేదు. అవాంతరాలతో ఆగిపోయిన తెలుగు సాహితీ సదస్సును కాశీనాధుని రాధ గారితో కలిసి నిర్వహిస్తున్నారు. ఏ అంశం మీద సదస్సు జరుగుతుందో ఆ విషయాన్ని చక్కగా సేకరించి పోస్టర్స్ తో సహా అందంగా అమరుస్తారు. కాసేపు ఆవిడతో మాట్లాడితే, మనకు తెలియకుండానే మన మనసులో భారం తగ్గిపోతుంది.

Make  
every  
moment  
precious.



**SONA**  
JEWELERS

GIA GRADING CENTER TACORI

16, Marconi Avenue, Iselin, New Jersey - 08830. Tel : 732 - 2832607, 2832501. Fax : 732 - 2837383. E-mail : info@sonajewelers.com Website : www.sonajewelers.com



ఈ ముగ్గురు నాకు పరిచయం అయినప్పుడు వీళ్ళు శారీరకంగా, మానసికంగా, ధృఢంగా, ఉత్సాహంగా వున్నవాళ్ళు. జీవితంలోని మాధుర్యాన్ని ఆస్వాదిస్తున్నవాళ్ళు. అప్పట్లో చిన్నపిల్లలకి తల్లులుగా వున్నవాళ్ళు. ఆ తల్లులే ఇప్పుడు అమ్మమ్మలు - నానమ్మలు అయి ఇంకో తరానికి మన తెలుగు తనాన్ని అందిస్తున్నారు. వీళ్ళకూ అందరిలాగే ఎన్నో కుటుంబ బాధ్యతలు, బరువులు, సమస్యలు, ఇబ్బందులు వుండేవి, వున్నాయి కూడా. ఈ ముగ్గురు ఎంతో మంది ఆడవాళ్ళలాగే వుద్యోగాలు చేసి బాధ్యతలు పంచుకున్నవారే. ఇన్నోళ్ళ ఈ జీవిత ప్రయాణంలో ఈ స్త్రీలు కూడా పెనుతుఫాను లాంటి సవాళ్ళకు, సమస్యలకు గురి అయిన వాళ్ళే. వాళ్ళ జీవితాల్లోనూ ఎన్నో మార్పులు, చేర్పులు చోటు చేసుకున్నాయి. మనలాంటి వాళ్ళం వీటన్నిటినీ కారణంగా తీసుకుని పక్కకు తప్పుకోవడమో లేక “ఇప్పటికే చాలా చేసాం, ఎప్పుడూ మనమే చెయ్యాలా” అనే భావన (అహంభావం) తోనే చేతులు కట్టుకు కూర్చుంటాం. కానీ ఈ ముగ్గురు ఈ రోజువరకు ఎవరినించీ ఎటువంటి ప్రతిఫలం ఆశించకుండా నిస్వార్థంగా, నిష్కల్మషంగా సంగీత-సాహిత్య-నాట్య కళామ తల్లికి వారి సేవల్ని అందిస్తూనే వున్నారు. వీరిలో శారీరక ధృఢత్వం తగ్గిందేమో కానీ మానసికమైన ధృఢత్వం, ఉత్సాహం ఏమాత్రం తగ్గలేదు. ఎంతో మంది ఎన్నెన్నో పదవులు చేపట్టుతూ వుంటారు. పదవిలో వుండి కూడా పని చెయ్యని వారు కొందరైతే, పదవిలో వుండి పని చేస్తున్నాం అని హంగామా చేసేవారు

మరికొందరు. పదవిలో వున్నప్పుడు అదేపనిగా కనిపించేవారు కొందరైతే, పదవి పోగానే పత్రా లేకుండా పోయేవారు మరికొందరు. కానీ నాకు తెలిసిన ఈ ముగ్గురు ముదితల త్రోవ వేరు. వీళ్ళకు పదవితో పనిలేదు. సంఘం మనల్ని గుర్తిస్తున్నారా పోగుడు తున్నారా లేదా అని పట్టించుకోరు.

ఇటువంటి వారు ఆ రోజుల్లో రాబట్టే ఇలాంటి సీమంతిని, ప్రభా, భారతులు ప్రతి రాష్ట్రంలో వుండటం వల్లనే ఈ అమెరికా దేశంలో మన తెలుగుతనం ఈనాటికీ ఎంతో ఆరోగ్యంగా వుంది. ఈ దేశంలో ఏ తెలుగు సంఘాలు, సంగీత కేంద్రాలు, నాట్య శాలలు, తెలుగుబడులు ఏర్పడక ముందునించే వీళ్ళు వారిపని వారు చేసుకుంటూ వచ్చారు.

ఎక్కడెక్కడి వాళ్ళనో భారీ ఖర్చులు భరించి మరీ సత్కరిస్తూ వుంటాం. కానీ “పెరట్లొ చెట్టు వైద్యానికి పనికి రాదని” ఇటువంటి తల్లుల్ని గుర్తించి సత్కరించటానికి మనకి మనసు రాదు. ఎన్నో ఏళ్ళుగా వందల మందిని ఆదరించి అన్నం పెడుతున్న ఈ అన్న పూర్ణలను ఆదరంగా చూడటానికి మన అహం అడ్డొస్తుంది.

“ముగ్గురమ్మల మూలపుటమ్మ చాల పెద్దమ్మ” అన్నట్టు, పెద్దమనసుతో... ముందుచూపుతో ఆనాడు తమ కొంగులు బిగించి మన తెలుగుతనానికి లోతైన పునాదులు తవ్విన ఈ తల్లులందరూ నిజంగా చాల పెద్ద(మనసున్న అ)మ్మలే!

**వీరికి మనం ఎంతైనా రుణపడి ఉన్నాం!!**

**With Compliments from:**



475 Jersey Avenue, New Brunswick, NJ 08901

Tel: (732) 937 5400 Fax: (732) 937 6969 [www.cosmicstone.com](http://www.cosmicstone.com)

**Wholesale distributors of:**

**Slabs & Tiles of granite, marble, onyx, crystal glass & engineered stone & Tiles of polished or glazed porcelain, ceramic & concrete**

## నివాళి

డా.వైదేహి శశిధర్



పెమ్మరాజు వేణుగోపాల రావు గారితో తెలుగుజ్యోతి అనుబంధం దాదాపుగా పాతికేళ్ళు. తెలుగుజ్యోతి వ్యవస్థాపక సంపాదకులు కిడాంబి రఘునాథ్ గారి కోరికపై తరచుగా కవితలు, సైద్ధాంతిక వ్యాసాలూ

పంపి తెలుగు జ్యోతి కి సహాయ సహకారాలు అందించిన వారిలో పెమ్మరాజు గారు ప్రముఖులు. సైన్స్ పట్ల ప్రగాఢమైన ప్రేమ, సాహిత్యంపై అపారమైన గౌరవం ఒక్కరిలో చూడటం అరుదనే చెప్పాలి. ఎన్నో సైన్స్ కి సంబంధించిన విషయాలపై ఆయన కవిత్యం వ్రాసారు కూడా. ఇందుకు నిదర్శనమే వారి 'కాస్మిక్ కవిత' కవితా సంకలనం. వారి మరొక సంకలనం "లోకానికి చాటింపు" లో ఒక కవితను ప్రచురించటానికి వారిని పర్మిషన్ అడిగితే మొత్తం పుస్తకం మా ప్రధాన సంపాదకులు భావరాజు మూర్తిగారి కిచ్చి మీ ఇష్టమైన కవితల మీరు ప్రచురించుకోవచ్చు అని మా సంపాదకవర్గానికి చెప్పటం జరిగింది. రఘునాథ్ గారి తర్వాత సంపాదకత్వ బాధ్యతలు స్వీకరించిన భావరాజు మూర్తి

గారితో కూడా పెమ్మరాజు గారికి ఎంతో హార్దిక స్నేహం ఉండేది. మేము ప్రేమ అనే ప్రత్యేక తెలుగు జ్యోతి సంచిక తీసుకువస్తున్న సందర్భంలో వారితో నాకు ఈ మెయిల్ ద్వారా పరిచయం కలిగింది. మా సంచికకు వచ్చిన వ్యాసాల పోటీలో న్యాయనిర్ణేతగా ఉండమని వారిని అడిగినప్పుడు ఎంతో ఉత్సాహం తో సహకరించటమే కాకుండా వారికి వ్యాసాలు పంపిన వెంటనే వాటిని ఓపికగా చదివి అదే రోజు అభిప్రాయాలి విపులీకరిస్తూ తన నిర్ణయం తెలిపినప్పుడు నేను ఆశ్చర్యపోయాను. నా నిద్రితనగరం కవితాసంకలనం వారికి పంపినప్పుడు ఎంతో ఉత్సాహంగా చదివి ఫోన్ లో నాకు అభినందనలు తెలపటమే కాకుండా అట్లాంటా రమ్మని ఆహ్వానించటం ఇంకా గుర్తే. వారిని ప్రత్యక్షంగా కలవలేకపోయినందుకు చాలా బాధపడుతున్నాను. వారి సహృదయత, స్నేహశీలత, స్వచ్ఛమైన ఉత్సాహం మరువలేనివి.

పెమ్మరాజు వేణుగోపాలరావు గారి మరణంతో తెలుగుజ్యోతి ఒక మంచి స్నేహితుడిని కోల్పోయింది. వారి కుటుంబానికి మా తెలుగుజ్యోతి సంపాదకవర్గం తరఫున ప్రగాఢ సానుభూతి .

### Prof. Pemmaraju Venugopala Rao (Dr. P.V.Rao)

Dr. Rao was born on September 1, 1932 at Tirupatipuram near Attili, (A.P.) in India and died at the age of 80 years, due to heart failure, on December 25, 2012 in Decatur, GA, USA. Subbarao Pemmaraju, his father, was an advocate at Eluru town (India) and mother was Satyavathi. He was the eldest of six children, with a brother Sriramarao (now in USA) and sisters Srilakshmi, Rajeswari, Sitamahalakshmi and Umasundari. He married Manchiraju Swarajya Lakshmi on June 6, 1958 in India. They had two daughters: Nalini and Saleena. Venugopala Rao studied B.Sc. in 1953 and M.Sc. in 1954 at Andhra University, Waltair, India. He worked as a Fellow in the department of Atomic Energy, India from 1957-58. He proceeded to Eugene, Oregon, USA to do Ph.D. in 1959. In 1964 he was Awarded Ph.D., in Nuclear Physics for his

thesis "L/K/ X-ray Intensity Ration in the decay of TI204 and L-Shell Fluorescence yields of Hg".

He moved to Atlanta, GA and he rose to the rank of Associate Professor in Emory University, Atlanta. He retired from Emory University in 2012. When I arrived in USA in 1966, Dr. Rao was the first Telugu speaking person I met. In those days very few Indians, let alone Telugu speaking persons, were living in Atlanta. His creative genius resulted in a hand-written Telugu magazine called 'Telugu Bhasha Patrika' (1970), promoting Science. His personality was multifaceted. He was a noted writer in Telugu and English languages, painted original themes from Hindu mythology, sculpted Vighrahas (Idols) of Hindu Gods, lectured on Hinduism, Astrology and Astronomy. He was the editor of all publications emanating from Vanguri Foundation of America. The



Dalai Lama called him and requested him to teach Buddhist monks about science. He was in Dharmashala and Bangalore, India and taught the monks. He was the pivot around which Emory-Tibet initiative was built. These were in addition to his duties at Emory University as an Associate Professor of Physics. He chose to live in Decatur, Georgia and the city of Atlanta, GA, benefited from his stay.

A number of institutions, helping Indian-Americans, were brought into existence with his advice and active help. He will be remembered for his sage advice and for his unflinching devotion to Telugu culture. His books in Telugu and English were cherished by all the literature loving persons. Subhadra and I had the privilege of printing 'Lokaaniki Chaatinpu' in Telugu. His rendering of

**వంగూరి చిట్టెస్ రాజు, వంగూరి ఫౌండేషన్ ఆఫ్ అమెరికా:**

“ఉత్తర అమెరికాలో తెలుగు సాహిత్యానికి భీష్మాచార్యుల వంటి సాహితీవేత్త, కవి, అమెరికా తొలితెలుగు పత్రిక సంస్థాపకులు, నాటకరంగ నిష్ణాతులు, నృత్య నాటక నిర్మాత, దర్శకులు, చిత్ర కారులు, ప్రపంచ ప్రసిద్ధిగాంచిన న్యూక్లియర్ శాస్త్రవేత్త, వంగూరి ఫౌండేషన్ ఆఫ్ అమెరికాకు ఆదినుంచీ గౌరవ సంపాదకులు డా.

**Nehru E. Cherukupalli:**

With the departure of Pemmaraju Venugopala Rao garu, we say good bye to a person who has done much to keep us the legacy of Telugus. I have known him personally and even had to opportunity to stay in his residence in Atlanta for a night. I am thankful to Rao garu and Lakshmi garu for their hospitality. Subsequently I met them in several occasions. With the passage of time comes the end of the era of the first generation of Telugus in this country. The first generation came here with hopes and aspirations and succeeded in their attempts to make them a reality. They were the pioneers of many things in this part of the world. The first generation of Telugus had many poets, writers, dramatists, and musicians. They have strived to establish a home away from home in this country and propagated the language, culture and art.

స్నేహశీలి, నిరాడంబరుడు, నిగర్వి, కవి, రచయిత, నాటక ప్రయోక్త , శాస్త్రవేత్త శ్రీ పెమ్మరాజు వేణుగోపాలరావు గారి మరణంతో అమెరికా తెలుగు సమాజం ఒక గొప్ప తెలుగు వాడిని, తెలుగు జ్యోతి మంచి స్నేహితుడిని కోల్పోయింది. తెలుగు జ్యోతి తో శ్రీ పెమ్మరాజు వారికి గల అనుబంధం విస్మరించజాలనిది. శ్రీ పెమ్మరాజు గారి ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని ప్రార్థిస్తూ, వారి కుటుంబానికి మా ప్రగాఢ సానుభూతి తెలియజేస్తున్నాం.

- (తెలుగు జ్యోతి సంపాదక వర్గం)

Tiruppavai (a classic) into English was exceptional and Srungara Satakam of Barthruhari elegant.

He was a host, par excellence, and hosted many a noted person from India, including Bapu and Vempati China Satyam and Olga. Rao garu said, “Creativity is a necessity. In order to be a true human being, you must possess creativity.” His life reflects this motto in full measure and he will be remembered as a creative genius. I do not believe that Rao garu is no more as he lives in our hearts and minds. His gracious wife Srimati P.S. Lakshmi Rao, his daughters Nalini and Saleena and grandson Joseph, remind us of Rao garu. His monumental contribution to the society and literature is a reminder of his greatness.

పెమ్మరాజు వేణుగోపాల రావు గారు మొన్న అట్లాంటాలో పరమపదించారు. నేను ఎక్కడో దూరంగా ఇండియాలో ఉండగా ఆయన పోయిన కబురు రావడం మరింత బాధగా ఉంది. ఆయనతో మా అనుబంధం, ఆయన వ్యక్తిత్వంలో ఉన్న లోతులు అందరికీ తెలిసినది కొంత, చాలామందికి తెలియనిది కొండొంత. శ్రీ రావు గారి శ్రీమతికీ, వారి కుటుంబానికి నా ప్రగాఢ సానుభూతులు.

Not to be taken lightly is their contributions to the educational institutions in this country and their research efforts. To name a few of the old timers we miss around are Dr. Parinam Srinivasa Rao of St. Louis and New York area, Dr. Nallamothu Satyanrayana from Detroit area and now Dr. Venugopala Rao of Atlanta. Each of them contributed a lot in their own way. There are many of us belonging to this generation and looking forward at the younger generation to continue the struggle and achievements and build on them for future generations to enjoy and cherish. Next generation will now have to take on the responsibility and carry the torch for all immigrant Telugus in this country and elsewhere. I pray for Dr. Venugoapala Rao's soul rest in peace. My heartfelt condolences to his family.

“సుగుణా! వుయి ఆర్ వెరీ లక్కీ “స్వాప్నిక” అపార్ట్ మెంట్స్ని సరికోత్తవి. ఈ మధ్యనే కట్టడం పూర్తి చేసారు. దాంట్లో కింది ఫ్లాట్ దొరికిందోయ్. దీంతో ఇల్లు కొత్తగా వుండాలనే నా కోరికా, కింద వాటాలోనే వుండాలనే నీ కోరికా కూడా తీరాయి. అడ్వాన్స్ కూడా ఇచ్చే సాను. ఆదివారం నూతన గృహప్రవేశం చేద్దాం” ఉత్సాహంగా భార్యకు చెప్పాడు జయరామ్. “హమ్మయ్య ఇన్నాళ్ళకు ఈ ఇంటి చెర వదలబోతోందన్న మాట, లేకపోతే ఇంటి వాళ్ళు నాకు అత్తమామా కన్నా ఎక్కువైపోయారు. పిల్లలు సరేసరి చూయింగ్ గమ్ అల్లే అక్కడే అతుక్కు పోతారు. చీ!చీ!” బాధను వెళ్ళగక్కింది సుగుణ.

“ష. మెల్లిగా” వారించాడు జయరామ్. “లేరు లేండి. అంతా కట్టకట్టుకుని చుట్టాలింటికి ఊరేగారు” చెప్పింది సుగుణ. “ఇంకెంత మూడ్లోజులు.. ఆ ఎపార్ట్ మెంట్స్ లో అయితే హోటల్ రూముల్లో వున్నట్టే. ఒకడి గొడవ ఒకడికి పట్టదు. మనకిక హాయ్ హాయి” వూరించాడు జయరామ్. ఆదివారం నాడు “స్వాప్నిక “ అపార్ట్ మెంట్స్ లోని తమ ఫ్లాట్ లో సామాన్లు సర్దుకుంటున్నారని సుగుణ, జయరాం. “మనం హటాత్తుగా ఇల్లు ఖాళీ చేసామని ఇంటి వాళ్ళకు కోపమొచ్చి నట్టంది. ఇక్కడేం తక్కువైందంటూ గుచ్చి గుచ్చి అడిగాడాయన” అన్నాడు జయరామ్. “అవును, పిల్లలు కూడా అలిగారు. మీతో మాట్లాడం పొండి అన్నారు. అతి చనువు భరించడం కష్టమని ఎలా చెబుతాం రెండు రోజులు పోతే వాళ్ళే సర్దుకుంటారు లేండి” అంది సుగుణ.

పొద్దున్నే సుగుణ గుమ్మంలో ముగ్గేద్దామని తలుపు తీసింది. బెత్తెడు ఖాళీ కూడా లేకుండా స్కూటర్లు, మోపెడ్లు, సైకిళ్ళు అడ్డంగా అగుపించాయి. “ఏమిటి చెయ్యడం” అనుకుంటూ వెళ్ళి జయరామ్ ని లేపి సంగతి చెప్పింది. జయరామ్ లేచి వచ్చి చూసాడు. పొద్దున్నే వెళ్ళి ఎవరి తలుపులు తట్టి ఎవర్ని అడగాలో అర్థం కాక తనే కష్టపడి వెహికిల్స్ ను పక్కకు నెట్టి ‘ముగ్గేసుకో’ అని సుగుణకు చెప్పి వాహనదారుల కోసం వెయిట్ చేయసాగాడు. ఎవడూ రాడు. నిద్రంతా చెడిపోయింది. బాత్రూం క్కూడా వెళ్ళకుండా ఇదేం ఖర్చు అనుకుంటూ లోపలికెళ్ళి పోయాడు. ఈ

లోపల రెండు వెహికిల్స్ వెళ్ళి పోయాయి. ఆ తర్వాత కాపు కాసి మెట్లు దిగుతున్న ఒకతన్ని చూసి చూడటం తోనే ‘ఇలా మా వాకిలి కడ్డంగా వెహికిల్స్ పెడితే ఎలా సారీ’ అంటూ ఆవేశపడి పోయాడు. అతనో చిన్న నవ్వు నవ్వి “నాకేం తెలుసు సారీ, నాకు వెహిక లుంటే గదస్సారీ, ఏమైనా బీ కూల్, బీ కూల్” అంటూ శాంత పరిచి మరీ వెళ్ళాడు. చీ చీ అని తనపై తనే విసుక్కుని ఇలా కాదు ఈ సారి మీటింగ్ కెళ్ళి అరిచి మరీ చెప్పాలి అని తీర్మానించుకున్నాడు జయరామ్.

“హల్లో జయరామ్ గారు! చిన్న రిక్వెస్ట్” మూడో అంతస్తులో వుండే సాయిప్రసాద్ అడిగాడు. “చెప్పండి” అన్నాడు జయరామ్. “ఏంలేదు మా వాపింగ్ మిషన్ చెడిపోయింది. రిపేరింగ్ షాప్ కు తీసుకెళ్ళితే మూడు వందలవుతుంద న్నాడు. గతంలో మూడుసార్లు రిపేరు చేయించాం. ఇక నా వల్ల కాదని బాగు చేయించకుండానే వెనక్కు తెచ్చాను. మా కొలీగ్ ఒకడు ఇదివరకు కొంటానన్నాడు. ఆ డీల్ కుదిరే దాకా మీ ఇంట్లోనే వుంచుతా. నాలుగు రోజుల భాగ్యానికి మళ్ళీ పైకి మోయడం ఎందుకనీ” చెప్పాడతను. “సర్లేండి. అలాగే పెట్టుకోండి” ఒప్పేసుకున్నాడు జయరామ్. సాయి ప్రసాద్ వాపింగ్ మిషన్ తెచ్చి పెట్టాడు. నాలుగు రోజులు కాదు నాలుగు వారాలైనా వాపింగ్ మిషన్ అక్కడ్నించి కదలలేదు...

“ఏమండీ సుగుణ గారూ, ఏం చేస్తున్నారూ” అడిగింది పైనుండే పావని. “పనయిపోయింది. కొత్త చీరెకు ఫాల్ కుట్టుకుందామని మొదలెట్టా” బదులిచ్చింది సుగుణ. ‘అలాగా. మిమ్మల్ని చూస్తే అచ్చు మా అక్కను చూసినట్టే వుంటుంది. అన్నట్టు మా సిలెండర్ అయిపోయింది. మీ ఇంట్లో పడేస్తా. కాస్త గ్యాస్ వాడొస్తే తీసుకుందురూ’ అంది పావని. అప్పటికే అయిసయిపోయిన సుగుణ “అలాగే లేండి” అంటూ అభయమిచ్చింది. ముందు గదిలో సిలెండర్ చోటు చేసుకుంది. పది రోజులు దాటినా గ్యాస్ వాడు రానేలేదు. “సొంత వస్తువుల్ని కనబడకుండా నీట్ గా సర్దుకోవడం, పరాయి వస్తువుల్ని ముందుగదిలో ప్రదర్శించడం” తనలో తనే సణుక్కుంది సుగుణ.



## *Would you like to straighten your smile?*

### **5 Reasons why braces at our orthodontic practice is right for you**

- ★ ***Ask Friends and Neighbors who they use or who they've heard is the best.***  
We've earned our reputation in the community with over 25 years of more than satisfied parents and patients. We're confident that when you ask... our name will be the one they mention.
- ★ ***The Atmosphere is one that your child likes and you like.***  
Ours is a friendly, family atmosphere (Check us out...Anytime)
- ★ ***The Doctor always communicates with the patient and parent.***  
You always receive clear, consistent and understandable communication ... Every Visit!
- ★ ***Your needs are considered when scheduling and rescheduling appointments.***  
We're open 5 days a week, and we have early AM (7am) and evening hours (until 9:00 p.m.) available weekly to accommodate your child's after school activities and/or your hectic schedule.
- ★ ***You receive assistance with insurance and payment plans.***  
We offer in-house interest free budget plans and we can charge your credit card, debit card or flex card monthly for your convenience. We also participate with Care Credit.

We Are In-Network providers with:



and many more



Somerville/Bridgewater  
Branchburg  
901 U.S. Hwy 202  
Raritan, NJ 08869  
908-231-1860

[www.fivestarorthodontics.com](http://www.fivestarorthodontics.com)

## **\$500 off Orthodontic Treatment**

Must present this ad at consultation. Not valid with any other offer or prior services.  
offer expires July 31, 2011



“సుగుణా! ఇక్కడ నా గ్లాసెస్ వుండాలి. ఏవీ?” అడిగాడు జయరామ్. “అవా, మద్యాహ్నం పైనుంటారే కాత్యాయనిగారు పిల్లలతో వచ్చింది. నేనేదో వంటింట్లో పనిలో వున్నాను. అంతలో ఆ పిల్లలు గ్లాసెస్ పగల గొట్టారు” చెప్పింది సుగుణ. “ఆవిడ చూస్తూ కూచుందా?” కోపంగా అడిగాడు జయరామ్. “పనికి రానివనుకున్నాను. మీవారెప్పుడూ గ్లాసెస్ పెట్టుకోగా నే చూశేదు” అంది. ఏమంటాన్నేనిక అంది సుగుణ. “నేనెక్కడో పుస్తకాల వెనగ్గా దాచినవి వాళ్ళ కళ్ళల్లో ఎలా పడ్డాయి. వాళ్ళు పిల్లలా? వాళ్ళని కాదు ముందు ఆవిడ్ని అనాలి. తల్లికి లేని బుద్ధి పిల్లల కెలా వస్తుంది. ఇంకోసారి వాళ్ళను గుమ్మంలోకి రానిచ్చా వంటి వూర్కొను” ఉగ్ర నరసింహావతారమెత్తాడు జయరామ్. “బాగుంది వరస. అయినా మొన్న మీరుండగానే ఫారీన్ పెన్ నిట్ విరగ్గడితే ఏం చేశారు. రావద్దని ఎలా అంటాం. ఏమిటో అపార్ట్ మెంట్స్ అని ముచ్చట పడ్డాం. కానీ అడుగడుగునా అశాంతే” వాపోయింది సుగుణ.

జయరామ్ ఫ్రెండ్ ఇంటికెళ్ళి వచ్చేసరికి ముందు గదిలో ఒక ముసలమ్మ ప్రత్యక్షమైంది. ‘ఈవిడెవరూ’ అనుకుంటూ ‘సుగుణా’ అంటూ కేక పెట్టాడు. లోపల్నుంచి సుగుణ వచ్చి జయరామ్ చూపుల్ని అర్థం చేసుకుని ‘నాలుగో అంతస్తులో రావ్

గారు లేరూ వాళ్ళ అమ్మగారు. ఊర్నుంచి వచ్చారు. వాళ్ళేమో నాగార్జున సాగర్ వెళ్లారు. రాత్రికి గాని రారుకదా’ అంటూ మిగిలింది జయరామ్ గ్రహింపుకే వదిలి పెట్టింది, “సలవు పెట్టుకుని సరదాగా గడపాలన్న ఆలోచనకు పురిట్లోనే సుధి కొట్టింది అనుకుని నీరస పడ్డాడు జయరామ్. అది మొదలు రాత్రి దాకా సుగుణ ఆవిడ చుట్టూ బామ్మగారు భోజనం చేస్తారా? బామ్మగారు కాఫీ తాగుతారా? ఇదుగోండి బాత్ రూం, ఇదుగోండి టవల్ అంటూ తిరగసాగింది. ఆ ముసలవిడెమో తన కొడుకులు, కోడళ్ళు, మనుమల బిడ్డలు, వాళ్ళు ఏ వూళ్ళ లో ఉన్నదీ ఏం చేస్తోందీ, గతించిన తన భర్త పదవి, పరపతి, తన జబ్బులు వంటి అనేకానేక టాపిక్ లు అనంతంగా చెప్పసాగింది. రాత్రి పదింటికి కాబోలు రావు గారు వచ్చి “థాంక్స్” అనేసి తల్లిని తీసుకెళ్ళాడు. “సుగుణా, అమ్మతాంజనం అందుకో” మంటూ పడక మీద వాలాడు జయరామ్. అమ్మతాంజనం రాస్తూ సుగుణ “ఇల్లు మారదామండీ” అంది. “మనలాంటి వాళ్ళు ఎక్కడికెళ్ళినా ఇంతే. సిలెండరు పెడతాము అన్నా, ముసలమ్మ ఉంటానన్న ఒప్పుకుంది నువ్వు కదూ” ఎత్తి పొడిచాడు జయరామ్.

“ఆ... ఆ... చెడిపోయిన వాషింగ్ మిషన్ కు ఆశ్రయమిచ్చిందెవరో” దెప్పి పొడిచింది సుగుణ.

ARE YOU OR YOUR FAMILY MEMBERS SUFFERING FROM SEIZURES OR FITS?  
HAVE YOU BEEN DIAGNOSED WITH EPILEPSY?  
I CAN HELP.

**GAUTAMI K. RAO, MD**

**MEDICAL DIRECTOR, COMPREHENSIVE EPILEPSY UNIT  
ASSISTANT PROFESSOR OF EPILEPSY  
BOARD CERTIFIED NEUROLOGY  
JFK NEUROSCIENCES INSTITUTE  
EDISON, NJ 08818  
732-321-7010**

**APPOINTMENTS AVAILABLE IMMEDIATELY. CALL TODAY!**

We offer comprehensive epilepsy evaluations, at our LEVEL 4 epilepsy center, including state of the art neuroimaging, neuropsychological evaluations and epilepsy surgery.

**HELP US TO HELP YOU CHANGE YOUR LIFE FOR THE BETTER  
LANGUAGES: TELEGU, HINDI, FRENCH, ENGLISH**

# For the if in life<sup>®</sup>



- |   |   |                                       |
|---|---|---------------------------------------|
| <b>Employee Benefit Plans</b>             | ✦ | <b>Life Insurance</b>                 |
| <b>Executive Benefit Plans</b>            | ✦ | <b>Long-Term Care Insurance</b>       |
| <b>Pension &amp; Profit Sharing Plans</b> | ✦ | <b>Disability Income Insurance</b>    |
| <b>401(k), 403(b), SEP, 412(i) Plans</b>  | ✦ | <b>IRA, Roth IRA &amp; Annuities</b>  |
| <b>Health Insurance</b>                   | ✦ | <b>Retirement Planning</b>            |
| <b>Business Buy Sell Insurance</b>        | ✦ | <b>Estate Conservation Strategies</b> |
| <b>Commercial Insurance</b>               | ✦ | <b>Auto and Home Insurance</b>        |



**George Joseph**  
Financial Services Representative  
Investment Adviser Representative  
e-mail: [gjoseph@metlife.com](mailto:gjoseph@metlife.com)  
CA Lic.# OE85378

## MetLife<sup>®</sup>

One Blue Hill Plaza, 2nd Floor  
P.O. Box 1666, Pearl River, NY 10965  
[www.joseph.metlife.com](http://www.joseph.metlife.com)

Tel. : 845-620-3115  
Cell. : 845-323-3666

Get a Quote  
**FREE**

Metropolitan Life Insurance Company (MLIC), New York, NY 10036.

Some health insurance products offered by unaffiliated insurers through the Enterprise General Insurance Agency Inc. (EGA), 300 Davidson Avenue Somerset, NJ 08873-4175. Securities and investment advisory services offered by MetLife Securities, Inc. (MSI) (member FINRA/SIPC), and a registered investment advisor. Auto and Home Insurance offered by Metropolitan Property and Casualty Ins. Co. (Met P&C®) and affiliates, Warwick, RI. MLIC, the EGA, MSI and Met P&C® are MetLife companies.

L1210150024[exp0112][AZ,CA,CT,FL,GA,MA,MD,NC,NJ,NY,OK,PA,TX,VA]

## తినదగుదేది?

డాక్టరు గవరసాన సత్యనారాయణ

“ఆకలి రుచి ఎరుగదు” ఇదీ తెలుగు సామెత. ఈసామెత అమెరికాలో చెల్లుబడి అవుతుందా? ‘ఆకలికి రుచి తెలియదు’ కాబట్టి ఏ వస్తువైనా ఆహారంగా ఇవ్వవచ్చును అని చెప్పినపుడు ‘తినదగుదేది?’ అన్న ప్రశ్నకు సమాధానం చెప్పగలమా? కొద్దిగంటలు (లేక రోజులు) భోజనం లేక పోవటంవల్లన వచ్చే బాధని ఆకలిబాధ అందాం. ఈ ఆకలిబాధను తీర్చటానికి ఏమి చ్చినా తినగలరా? వగరు, తీపి, ఉప్పు, కారము, చేదు, పులుపు అన్నవి షడ్రుచులు. అందరికీ అందుబాటులో ఉండే ఆహారంలో ఈ ఆరురకాల రుచులతో భోజనం రుచికరంగా ఉంటుంది. షడ్రుచులు ఉన్న భోజనం తింటే ఆరోగ్యముగా ఉంటారా? హెచ్చుగా రక్తపోటు (బి .పి) ఉన్నవారు ఉప్పును వేసుకోవచ్చునా? మధుమేహం (డయాబెటీసు) ఉన్నవారు తీపిని తినవచ్చా? స్థూలకాయులు కేలరీలను తగ్గించి భోజనము చేస్తే సన్నబడతారా? భారతదేశ తీరాన్ని దాటిన వెంటనే, కట్టుబాట్లను అక్కడికక్కడే వదిలివేసిన వారు ఏంతోమంది ఉన్నారు. విమానము ఎక్కిన వెంటనే మంచినీళ్ళకు బదులు మందును సేవించేవారు, పప్పు కూరకు బదులు ఆవుమాంసము కోరుకునే వారిని చూసాను. ‘మితముగా భోజనము చేయటము,’ లేక ‘ఉపవాసము ఉండటము’ అనే మాటలు మర్చిపోయాము. కొందరికి నిజముగా ‘ఆకలి’ అంటే ఏమిటో తెలియదు. అమెరికాలో పుట్టి పెరిగిన పిల్లలకు ఉపవాసం అనే ‘కాన్సెప్ట్’ తెలియదు.

**స్థూలకాయులు బరువు తగ్గాలంటే?** అమెరికాలో పిల్లలో, పెద్దల్లో స్థూలకాయులు 33% వరకు ఉన్నారని లెక్కలు చెబుతున్నాయి. ఆహారంవల్లనే బరువు పెరిగారని డాక్టర్లు చెపితే, ఆహారం లో మార్పుచేయాలి. స్థూలకాయులు బరువుతగ్గాలని ఎన్నోరకాల ఆహారపధకలను చేపట్టినా మొదట్లో సన్నబడి, తగ్గిన బరువును మరల తెచ్చుకుంటున్నారు. కొంతమంది బొద్దులు శాకాహారాన్ని స్వీకరిస్తారు, హిందువులలో కొన్ని కులాలవారు శాకాహారాన్ని భుజిస్తారు; ముస్లిములు పంది మాంసాన్ని తినరు; యూదులు పంది మాంసాన్ని, రొయ్యలను తినరు. కోషరు పద్ధతిలో వండిన వంటలే యూదులు తినాలి. క్రైస్తవులు కూడా ఆహారనియమా

లను పాటిస్తారు. నాస్తికులకు ఆహార నియమాలు ఉన్నట్లు నాకు తెలియదు. అన్ని మతాలవారికి సమ్మతము ఉపవాసం. ఉపవాసం ముఖ్యోద్దేశము ‘స్థూలకాయులు సన్నబడాలి’ అన్నది కాకపోయినా, తగ్గించి కేలరీలను తీసుకోనుటవల్లన సన్నబడతారు. భారత దేశములో పుట్టిపెరిగినవారు కూడా ఉపవాసము వల్ల వచ్చేలాభాలను మరచిపోతున్నారు. అమెరికాలో పుట్టినవారికి, ‘ఉపవాసము’ అంటే తెలుసుకోవాలని కోరుకునేవారికి, సాంకేతిక విశ్లేషణ కావాలనేవారికి ‘పుబ్మెడ్’(PUBMED) లో తగినన్ని వైద్య వ్యాసాలు ఉన్నాయి. అప్పుడప్పుడు ఉపవాసము చేయటము వల్లన, తక్కువకేలరీలు ఉన్న ఆహారాన్ని తీసుకోవటమువల్లన, ఆయుష్షమాణము పెరుగుతుందని, హైడ్రోగాలనుండి, నరాల జాడ్యములనుండి, రక్షణ కలుగుతుందని ఎం.పి. మెట్సన్, ఆర్. వాన్ అనే శాస్త్రవేత్తలు (నేషనల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఏజియింగ్ ఇంట్రామ్యూరల్ రిసెర్చి ప్రోగ్రాం) చెప్పారు. మేసాచుసేట్స్ జెనరల్ ఆసుపత్రిలో సర్జికల్ న్యూట్రిషన్ విభాగములో పనిచేసినప్పుడు గ్రహించిన విషయాలను, ఇటు అమెరికాలో, అటు భారత దేశములో డాక్టరుగా పనిచేసినపుడు లభించిన సమాచారాన్ని మీముండు ఉంచుతాను.

**ఉపవాసం ఎలా చేయాలి?** స్థూలకాయులు బరువు తగ్గాలంటే: ఉదయమే 240 మిల్లీలీటర్లు (ఒక గ్లాసు) నీళ్ళల్లో 15 మిల్లీలీటర్లు (పెద్ద చెంచా) తేనె, సగభాగం నిమ్మకాయ నుండి తీసిన రసం కలపి తీసుకోవాలి. ఇది బ్రేక్ఫాస్ట్. లంచి సమయములో ఉప్పు వేసిన ఒకగ్లాసు మజ్జిగను (హెచ్చు బి.పి. ఉన్నవారు ఉప్పును వేసుకోరాదు) తీసుకొనవలెను. రాత్రి భోజనములో ఒక కప్పు అన్నము (205 కేలరీలు), ఒక కప్పు ఆకుకూర (25 కేలరీలు), పప్పు(30 గ్రాములు - 230 కేలరీలు), కప్పు కాయకూర (40 కేలరీలు), కప్పు పెరుగు (130 కేలరీలు) వేసుకొనవలెను. ఈ ఆహారముతో పాటు ఒక మల్టీ-మినరల్, మల్టీ-విటమిన్ మాత్రను వేసుకోవాలి. తక్కువ ఆహారాన్ని తీసుకునేవారికి మలబద్ధకము రావచ్చును. అటువంటివారు సబ్బగింజల (psyllium) పొడి (Isabgul powder) ని తీసుకోవాలి.



Pediatric and Adolescent Care Associates  
**Ravi S. Chennapragada, MD, FAAP**  
Board Certified in Pediatrics  
Experienced and individualized care

Daytime, evening, or weekend appointments available

On call 24 hours a day, 7 days week for emergencies  
Free pre-natal consultation  
Most insurance plans accepted

**Attending pediatrician at:**  
Robert Wood Johnson University Hospital • St. Peter's Medical Center  
JFK Medical Center • Somerset Medical Center

▪ Two convenient locations ▪

676 Route 202-206 North, Building 2  
Bridgewater, New Jersey  
(908) 927-1155

1667 Oak Tree Road  
Edison, New Jersey  
(908) 927-1155

ఈ విధముగా ఆహారాన్ని తీసుకుంటే ఆహారం ద్వారా తక్కువ కేలరీలు లభిస్తాయి. ఆకలిబాధను తట్టుకోలేనివారు తక్కువ కేలరీలు ఉన్న శాకాహారాన్ని [డోసకాయ (cucumber) ముక్కలు, కేరట్ ముక్కలు] బ్రేక్ఫాస్ట్, లంచ్, డిన్నర్ మధ్యన భుజించాలి.

**బరువు తగ్గాలని కోరుకునేవారికి:** తక్కువ కేలరీల ఆహారముతో పాటు, రోజూ వ్యాయామం చేయాలి. అంటే రోజుకి ఒక గంట నడవాలి. ప్రతి ఆదివారము శరీరబరువు ఎంత ఉందో చూడాలి. తీసుకొన్న ఆహారము, వ్యాయమానికి వెచ్చించిన సమయం, బరువు ఉన్న ఒక జర్నల్ ను రాయాలి. ఆ జర్నల్ ను తమ డాక్టర్లకు చూపించాలి. ఖర్చులేని ఆహార పథకము ఇది. అమెరికాలో లభిస్తున్న పథకాలు ఖర్చుతో కూడుకొన్నవి. ఖర్చులేని వ్యాయామం నడక. 'డబ్బు ఖర్చుచేస్తేనే విలువ ఉంటుంది' అనుకునే వారికి, నియమిత ఆహార పద్ధతి (ఉపవాసం వంటివి), ఖర్చులేని వ్యాయామం నచ్చవు. ఉండదగిన బరువు చేరుకొన్నతరువాత, రోజుకు 1500 కేలరీల ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి. వ్యాయామం చేయటం మానరాదు. నీడపట్టున ఉండి లేక ఏదైనా ఆఫీసులో పనిచేసేవారిని ఉద్దేశించి రాసిన వ్యాసమిది. ఎండలో, పొలంలో పనిచేసేవారికి, కార్మికులకు ఇది వర్తించదు. కర్షకులు, కార్మికులు వంటి వారు రోజుకు 2000 కేలరీలు ఆహారం తీసుకోవాలి. వారి

పనిలోనే వ్యాయామం ఉంది కాబట్టి వేరే వ్యాయామకార్యక్రమాన్ని చేపట్టవలసిన అవసరం లేదు.

**తీపి - మధుమేహం:** పద్మచులలో తీపి ఒకటి. తీపివస్తువులలో (sweets) అధిక కేలరీలు ఉంటాయన్నది నిర్వివాదం. పటిక బెల్లము (ఖండ), బెల్లము, చీనా (కేన్ షుగర్) లను చెరకు నుండి తయారుచేస్తారు. చెరకును పెంచి, పటిక బెల్లము(ఖండ)ను మొట్టమొదట తయారుచేసిన ఘనత భారతీయులదే. పంచదార కు బదులు అమెరికాలో 'హై-ఫ్రక్టోస్ సీరప్' ను మొక్కజొన్ననుండి తయారుచేసి, పానీయాల్లో, తినుబండారాల్లో వాడుతున్నారు. ఎక్కువ తీపిగా ఉన్న పానీయాలను సేవిస్తే స్థూలకాయు లవుతారన్న నమ్మకముతో, న్యూయార్కు నగరములో 'పెద్ద సైజు సీసాలలో ఉన్న పానీయాలను అమ్మరాదు' అని శాసనం చేసారు. ఈ శాసనానికి మూలం అమెరికాలో అధికులు స్థూలకాయులు కావటం వల్లనే. తీపి ఎక్కువ తింటే మధుమేహము (diabetes) వస్తుంది అని నమ్మేవారు ఉన్నారు. ఇది నిజం కాదు. మధుమేహము (diabetes) రావటానికి కారణాలు: ఊబకాయం, వయస్సు ముదురుట, వంశపారంపర్యం (genetic basis). పల్లె ప్రజలు పట్టణాలకు వలస వచ్చినపుడు, వారు ఉదయమే చద్ది అన్నం బదులు, ఉప్పా కాఫీలను సేవించి, పనిలోనికి పోతు

# RDS Service Center

1189 Englishtown Rd, Old Bridge, NJ 08857.

Complete car care or repair, Foreign and domestic cars.

www.Andhragarage.com, PH: (732) 723-0095



**Summer car care \$49.95\***

Lube oil; filter change, top off fluids  
Inspect hoses and belts.  
Inspect battery  
Tire rotation, check tread depth,  
Tire pressure, Check brakes.



**Oil Change with Filter**

Includes up to 5 quarts of oil.  
Free 14 point safety check.  
**ONLY \$19.95**

## Brake Special

2 Wheel front or rear brakes  
Only \$129.95\*

\*Most 2 wheel drive cars, 4 Wheel and hub type rotors, Ceramic pads, Resurface rotors extra.

న్నారు; వారి ఆహారంలో వచ్చిన మార్పువల్లనే మధుమేహం వస్తోందని లేటు సుసర్ల మహాదేవశాస్త్రి గారు, 'సర్వే' చేసి చెప్పారు. మధుమేహము వచ్చినవారు రోజూ రక్తములో ఎంత గ్లూకోస్ ఉందో పరీక్షచెయ్యాలి. రక్తములో గ్లూకోస్ 100 మిల్లీగ్రాములలోపు ఉండాలి, కాని 60 మిల్లీగ్రాములలోపు ఉంటే 'హైపోగ్లయిసీమియా' అని గ్రహించి, వెంటనే నారింజ రసం లేక గ్లూకోస్ పొడిని నీళ్ళల్లో కలపి ఇవ్వాలి. కళ్ళు తిరగ టం (డిజ్జి ఫీలింగ్), చెమటలు పట్టటం, సరిగా నడవలేకపోవ టం మొదలగు చిహ్నాలు హైపోగ్లయిసీమియా ఉన్నవారిలో కనిపిస్తాయి. రక్తములో గ్లూకోస్ 120 మిల్లీగ్రాములకు పైన ఉంటే వారికి తగినంత (డాక్టరు చెప్పినంత) ఇన్సులిన్ ఇంజక్షన్ ఇవ్వాలి. ఆరోగ్యముగా ఉన్నవారిలో, రక్తములో, గ్లూకోస్ 80మిల్లీగ్రాముల నుండి-100 మిల్లీగ్రాముల వరకు ఉంటుంది. రక్తములో గ్లూకోస్ 126 మిల్లీగ్రాముల కన్న ఎక్కువ ఉంటే ఆ వ్యక్తికి మధుమేహము ఉన్నట్లు తేల్చాలి. మధుమేహము ఉందో, లేదో తెలుసుకోవాలి అనుకునేవారికి 'గ్లూకోస్ టాలరెన్స్ టెస్ట్' అనే పరీక్ష చేయాలి. మధుమేహము ఉందని డాక్టరు నిర్ణయము చేసిన తరువాత

మందులతో పాటు ఆహార నియమము పాటించాలి. రోజూ వ్యాయామం చేయాలి. మధుమేహము ఉన్నవారు గ్లైకోటిడ్ హీమోగ్లోబిన్ ( A1c ) ఎంత ఉందో పరీక్ష చేస్తే మధుమేహము అదుపులో ఉందో లేదో తెలుస్తుంది. పనిచేయాలి అంటే రక్తములో గ్లూకోస్ అవసరం. గ్లూకోస్ మెదడుకు, కండరాలకు శక్తినిస్తుంది. మనం తీసుకునే ఆహారములో పిండి పదార్థాలు (carbo hydrates), ప్రొటీన్లు, కొవ్వు ఉంటాయి. పిండిపదార్థాల నుండి గ్లూకోస్ లభిస్తుంది. ఈ గ్లూకోస్ ను శక్తిగా వినియో గించాలి అంటే 'ఇన్సులిన్' అవసరం. వ్యక్తకము (పింక్తి యాస్) అనే వినాశగ్రంథి నుండి ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి అవుతుంది. కొందరిలో వ్యక్తకము పనిచేయక, ఇన్సులిన్ విడుదల కాదు. అటువంటి వారిలో టైపు -1 మధుమేహం వస్తుంది. ఇన్సులిన్ విడుదలకాక వచ్చే మధుమేహానికి ఇన్సులిన్ ఇంజక్షన్ ఇవ్వాలి. లావుగా ఉన్నవారిలో, వయస్సుముదిరిన వారిలో కనిపించే మధుమేహాన్ని, టైపు-2 మధుమేహం అంటారు. టైపు -2 మధుమేహం ఉన్నవారు ఆహార నియమాన్ని పాటించి, మందులు

# SUMA FOODS

Teluguvaari Abhimaana Ruchi

Quality, Taste  
and Service

Ganesh  
Murti



## Snacks & Sweets by mail

For all your festival needs

Bobbatlu, Khaja, Kajjikaya  
Mixture, Burelu and more

Fine Indian catering (Veg/Non-veg)

Event planning & management

Welcome packs & Gift packs

On-site preparation for

Weddings, Munj and

other large events

We ship anywhere  
in the world

1184 Cozzens Lane, North Brunswick, NJ 08902 (732) 940-1300 [sumafoods.com](http://sumafoods.com)

## Asalatha "Asha" Vikuntam

Realtor Associate



Community Expert

2005 Member of Mercer County Board of Realtors

Cranbury Resident since 1999

Marketing Specialist



**Abrams, Hutchinson & Associates**

10 Schalks Crossing Road

Plainsboro, NJ 08536

609-750-7300

Cell Phone 732-470-4717



వేసుకుని రోజు వ్యాయామం చేయాలి. ఆవిధముగా మధుమేహాన్ని అదుపులో ఉంచవచ్చును.

**మధుమేహం-2 ఉన్నవారు తీసుకోవలసిన ఆహారం**

ఆహారములో పిండిపదార్థములు రెండు రకాలుగా ఉంటాయి: సింపుల్ కార్బోహైడ్రేట్స్, కాంప్లెక్సు కార్బోహైడ్రేట్స్. గ్లూకోస్ పొడి, సుక్రోస్ (పంచదార), ఫ్రక్టోస్ (పళ్ళలో ఉండే చక్కర), లాక్టోస్ (పాలలో ఉండే చక్కర) అన్నవి సింపుల్ కార్బోహైడ్రేట్స్. వరిఅన్నములో, గోధుమ రొట్టెలో ఉండేవి కాంప్లెక్సు కార్బోహైడ్రేట్స్. అన్నిపళ్ళలో, కాయకూరల్లో కూడా కాంప్లెక్సు కార్బోహైడ్రేట్స్ ఉంటాయి, కార్బోహైడ్రేట్స్ ను తిన్నతరువాత, అవి రసాయనక్రియ వల్లన గ్లూకోస్ గా మారి రక్తములో కలసిపోతాయి. పిండి పదార్థాలతో పాటు, కొవ్వు పదార్థాలను, మాంసక్తులను తినవలసి ఉంటుంది. ఏది ఎంత తినాలో ఒక వ్యక్తిగా తెలుసుకోవాలి అంటే రిజిస్టర్డు డయటిషియన్ ను సంప్రదించాలి.

**మధుమేహం ఉన్న తెలుగు వారికి సీఎల్ బోజనం:**

**(1526 కేలోరీలు)**

ట్రైక్ ఫాస్ట్ (అల్పాహారం): 388 కేలోరీలు

రెండు ఇడ్డీలు = 160 కేలోరీలు

పచ్చడి = 20 కేలోరీలు

ఒక గ్లాసు మజ్జిగ = 98 కేలోరీలు

{లేక ఒక గ్లాసు స్కిం మిల్క్ తో చేసిన కాఫీ = 84 కేలోరీలు (పంచదార లేకుండా)}

ఒక కప్పు నారింజ రసం (240 మిల్లీలీటర్లు) = 110 కేలరీలు

లంచ్ (మధ్యాహ్న భోజనం) = 598 కేలోరీలు

ఒక కప్పు అన్నం = 205 కేలోరీలు

ఒక కప్పు ఆకు కూర = 25 కేలోరీలు

ఒక కప్పు కాయకూర = 40 కేలోరీలు

ఒక కప్పు ఉడికించిన పప్పు (lentils ) = 230 కేలోరీలు

ఒక గ్లాసు మజ్జిగ = 98 కేలోరీలు

డిన్నర్ (రాత్రి భోజనం ) = 540 కేలరీలు

రెండు చపాతీలు = 210 కేలరీలు

కాయకూర (ఒక కప్పు) = 200 కేలరీలు

పెరుగు (ఒక కప్పు) = 130 కేలరీలు

షరా : ఆకలి తట్టుకోలేనివారు దోసకాయ ముక్కలు తినాలి. కాఫీ, టీలకు అలవాటు పడినవారు: పంచదార లేని కాఫీ, లేక ఆకుపచ్చని తేనీరు ( గ్రీన్ టీ) తాగవచ్చు. అమెరికాలో ఉన్నవారు ఈ సూచనను గమనించాలి : అమెరికాలో చదువుకున్న డైయటిషి యన్లకు తెలుగువారి భోజనపద్ధతులు తెలియక పోవచ్చు. అందువల్లన శాంపెల్ భోజనం ఏమిటో చెపితే వారు అర్థము చేసుకోగలరు. హైదరాబాద్ లో ఉన్న నేషనల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ న్యూట్రిషన్ (NIN) వారు చేసిన పరిశోధనలు చదివితే భారతీయులు తినే భోజనం గురించి తెలుస్తుంది. శ్రీమతి పి. ఎస్. లక్ష్మి రావు 'ఆంధ్ర వంటలు' ఎలా చేయాలో తెలుగురాని వారికోసం ఇంగ్లీషులో చక్కటి పుస్తకం రాసారు.

**హెచ్చురక్తపోటు ఉన్నవారు:** హెచ్చురక్తపోటు (బి. పి.) ఉన్న వారు కూరలలో, మజ్జిగలో ఉప్పు(Sodium Chloride)ను వేసుకోరాదు. ఉప్పుఉన్న పచ్చళ్ళను తినకూడదు. 'డేప్' అన్నది 'రక్తపోటు రాకుండా ఆహారంలో మార్పు చేయుట కోసం' ప్రవేశ పెట్టిన పద్ధతి [Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH)]. ఈపద్ధతిని ఆచరించవలెను. ఆకుకూరలు, పళ్ళు తింటే ఉప్పులో ఉండే సోడియంకు బదులు పొటాషియం, మేంగనీసువంటి లవణాలు లభిస్తాయి. హెచ్చురక్త పోటుకి కారణం రక్తనాళాలు గట్టి పడటం (atherosclerosis). రక్తనాళాలు గట్టిపడటానికి కారణం ఆహారంలో కొలెస్ట్రాల్ అనే రసాయనం హెచ్చుగా ఉండటమే. కొవ్వు పదార్థాలలో హెచ్చుగా కొలెస్ట్రాల్ ఉంటుంది కాబట్టి నూనెలు, కొవ్వు ఉండే పదార్థాలను తినరాదు. ఉబకాయంవల్లన హెచ్చురక్తపోటు వస్తుంది. బరువుతగ్గటం వల్లన హెచ్చురక్తపోటు తగ్గుతుంది.

**ఆరోగ్యముగా ఉండాలనుకునే వారికి:** అమెరికాలో అన్నిదేశాల వంటకాలు లభిస్తాయి. ఇంటిదగ్గర తెలుగుభోజనం చేసేవారు పార్టీ కి గాని లేదా ఏదైనా రెస్టారెంటుకి వెళ్ళినపుడు ఏమి తినాలా అని సంశయపడనక్కరలేదు. నేషనల్ హార్ట్ లంగ్ అండ్ బ్లడ్ ఇన్స్టిట్యూట్ (యు.ఎస్.ఎ.) వారు 'పుడ్ ఎక్స్పెంజి' జాబితాలను ప్రకటించారు. లేదా డయటిషియన్లు సంప్రతించి ఏది ఎంత తినాలో తెలుసుకోవచ్చును. ఈ వ్యాసంలో శాకాహారం గురించే ప్రస్తావించాను కాని మాంసాహారం గురించి రాయలేదు. 'అతి సర్వత్ర

వర్జయేత్ ' అని మాంసాహారులు గుర్తుపెట్టుకొని మాంసము తినటం తగ్గించాలి. చేపలలో ఒమేగా-3 ఫాటీ ఆసిడ్స్ ఉంటాయి కాబట్టి మాంసాహారులు చేపలను తినవచ్చును.

**తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు:** కడుపును కొంచం ఖాళీగా ఉంచి తినాలి.

ఆకుకూరలు, కాయకూరలు సేలడ్స్ రూపములో లేదా కూరలుగా

తినవచ్చును. ఉప్పును తగ్గించి తినవలెను. వారానికి ఒక రోజు ఉపవాసం చేస్తే మంచిది. 'వీడికి నూకలు నిండా' అన్నసామెతలో ఉన్న రహస్యం 'తగ్గించి తింటే ఎక్కువకాలం బతుకుతారు' అని గ్రహించాలి.

#### References:

1. A Taste Test for Hunger. <http://www.nytimes.com/2011/07/10/opinion/sunday/10gray.html>
2. David L Katz, Director, Yale Prevention Research Center. Author: 'The way to Eat.'
3. Beneficial effects of intermittent fasting and caloric restriction on the cardiovascular and cerebrovascular systems. J Nutr Biochem. 2005 Mar;16(3):129-37.
4. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15741046>
5. [http://en.wikipedia.org/wiki/List\\_of\\_diets](http://en.wikipedia.org/wiki/List_of_diets)
6. <http://www.livestrong.com/article/313183-how-many-calories-in-a-vegetable/>
7. <http://caloriecount.about.com/calories-kitchens-india-mashed-vegetable-curry-i116820>
8. Diabetes. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMH0002194/>
9. <http://diabetes.webmd.com/sample-meal-plan>
10. <http://www.diabetesindia.com/>
11. [http://www.nhlbi.nih.gov/health/public/heart/obesity/lose\\_wt/fd\\_exch.htm](http://www.nhlbi.nih.gov/health/public/heart/obesity/lose_wt/fd_exch.htm)
12. [http://en.wikipedia.org/wiki/Calorie\\_restriction](http://en.wikipedia.org/wiki/Calorie_restriction)
13. [http://en.wikipedia.org/wiki/Glycated\\_hemoglobin](http://en.wikipedia.org/wiki/Glycated_hemoglobin)
14. <http://www.ninindia.org/index.asp>
15. Lakshmi's Table (a book) by P.S. Lakshmi Rao. Vanguri Foundation of America, Houston, TX, 2012

**THIS PAGE IS SPONSORED BY VENKAIAH DAMA**

## **VENKAIAH DAMA MS PE. CLU. ChFC**

143-02 45<sup>th</sup> AVE. FLUSHING, NY 11355  
PHONE: (718) 886 4077 FAX: (718) 886 7007  
PHONE: (718) 762 7173 E-mail: venkaiah.dama@nmfn.com

**(In Financial Services since 1976)**



### **TAX SAVINGS and/or DEFERRALS**

JOINT COMPLIFE INSURANCES  
529 COLLEGE SAVINGS PLAN  
FIXED & VARIABLE ANNUITIES  
IRAS: REGULAR, ROTH, SEP, SIMPLE & NON-QUALIFIED  
KEOGH & CORPORATE PENSION PLANS  
REQUIRED MINIMUM DISTRIBUTIONS  
FOUR WAYS TO REDUCE CAPTIAL GAIN TAXES

# **BALACHANDAR JAYARAMAN**

**CERTIFIED PUBLIC ACCOUNTANT**

**BUSINESS CONSULTANT**

**282 SAVOY AVENUE**

**EDISON, NJ 08820**

**Email: balajayaraman@msn.com**

**732-539-0924 (tel)**

**732-382-3151 (fax)**

**Member: AICPA**

**Member: NJSCPA**

**Licensed as CPA in NJ & IL**

---



**Free Initial Consultation**

**Low Cost / High Quality Service**

**Prompt & Individual Attention by a CPA**

**On-Time Performance**

**High Customer Satisfaction**

---

- Tax Planning and Preparation
- Accounting and Auditing Services
- New Business Setup
- Financial Statements: Compilations, Reviews & Audits
- Sales Tax and Payroll Tax Returns
- Financial and Compliance Services for Government Programs
- For Corporations, Partnerships, Individuals, LLC/ LLP & Non-Profits

**CALL ME AT 732-539-0924**



గాదెల్లు నిండాళి, గడపల్లు తొక్కాళి సంక్రాంతి పండగే రావాలి...!	సంక్రాంతి పండగే రావాలి!!! బసవన్న రావాలి హరిదాసు పాడాలి	ఆనందనందనమై పోవాలి రంగు రంగు నీళ్ళతో వసంతోత్సవం ఆడాలి, వసంతోత్సవం ఆడాలి....!!	ఇల్లంతా ముగ్గులతో కోలాటమే ఆడాలి.... కోలు కోలాటమే ఆడాలి.
గాదెల్లు నిండాళి, గడపల్లు తొక్కాళి సంక్రాంతి పండగే రావాలి...!	బసవన్న రావాలి హరిదాసు పాడాలి హరిలో రంగ హరి....	ఊరంతా జాతరై పోవాలి.... ఊరు ఊరంతా జాతరై పోవాలి..!	గాదెల్లు నిండాళి గడపల్లు తొక్కాళి సంక్రాంతి పండగే రావాలి....
ఇల్లంత ముగ్గులతో కోలాటమే ఆడాలి గాదెల్లు నిండాళి, గడపల్లు తొక్కాళి	హరిలో రంగ హరి గంగిరెద్దులే ఆడాలి ఆనందనందనమై పోవాలి ఇల్లు ఇల్లంతా ...	గాదెల్లు నిండాళి గడపల్లు తొక్కాళి సంక్రాంతి పండగే రావాలి... సంక్రాంతి పండగే రావాలి!!	సంక్రాంతి పండగే రావాలి. గాదెల్లు నిండాళి గడపల్లు తొక్కాళి

మాతృ మూర్తి-ఆరాధనా మూర్తి

ఝాన్సీ యలమంచి

కంటి పాపలా కాచి కలకాలం కన్నప్రేమకు అంకితమయ్యే మాత కామధేనువు కల్పవృక్షము కనిపించే దైవమే కనిపించిన కమ్మని అమ్మ నవమాసాలు మోసి నవలోకాన్ని చూపి బోసినవ్వుకు వేదనంతా మరచి మధురామృతం కురిపించే	పాలవెల్లిగా కనిపించే దైవమే కనిపించిన కమ్మని అమ్మ లాలపోసి జోలపాడి వడిలోన మోసి ఒడిదుడుకులు ఓర్చి కడలి లాగ బడబాగ్నినైనా గుండెలో దాచి బ్రతుకును పండించు పైడి తల్లిగా కనిపించే దైవమే కనిపించిన కమ్మని అమ్మ గోరుముద్దలతో	బుద్ధులెన్నో నేర్చి తప్పటడుగులలో తప్పులెన్నో తీర్చి భావికి పునాది వేసి ఆదిగురువుగా కనిపించే దైవమే కనిపించిన కమ్మని అమ్మ రక్తమంతా రాగంగా మార్చి రేయిపగలు తపియించి రిక్త హస్తాలతో తాను మిగిలినా జ్ఞాన మూర్తులను జగతికి అందించు జననిగా	కనిపించే దైవమే కనిపించిన కమ్మని అమ్మ దివ్వెలాగ కరిగిపోతూ చిరునవ్వుతో చిరుదివ్వెలను వెలిగిస్తూ మమతలు పంచి మానవతను పెంచి తనజన్మకు పరమార్థం చూపే మాతృ మూర్తి ఆరాధనామూర్తి కనిపించే దైవమే కనిపించిన కమ్మని అమ్మ
--	---	--	--

The Twinkle and the Wrinkle

Bhasurao, Visakhapatnam

As a child I was playing with *marbles*  
As an adult I was looking for the *durable*  
As I grew older I recollect the *memorable*  
As a child I liked *butter scotch ice cream*  
As I grew older, I gave up *butter and cream*  
And settled well on *scotch and ice*  
As a child my aim was *learning*

As an adult my aim was *earning*  
When I became old, I was *yearning* for company  
As a childhood  
I looked at the *twinkle, twinkle* little star  
As I grew  
I looked for the *twinkle* in the partner's eye  
As I grow older, I tried to retain the *twinkle in the wrinkl*

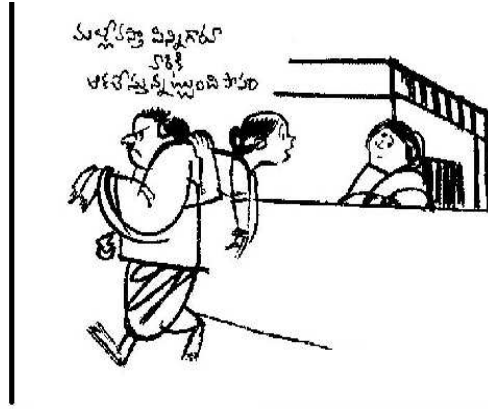
## తేనె తుట్ట

జయలక్ష్మి గన్నవరపు ( పేరి )

కన్నమయ్యా!  
తేనెతుట్టలాంటి  
మనస్సు కెన్ని రంధ్రాలో  
అందుకే తీయని ప్రేమ  
సవిస్తుందెల్లప్పుడూ  
కనులు మూస్తే కనుమరుగవుతావని  
కాపలా కాస్తున్నాయి కనురెప్పలు  
ఎందుకీ తపన ?  
ఆరాటంలో  
ఆరాధ్యదైవాన్ని చూడాలనా ?

పరిచర్యలో చరిత్ర ధన్యమవ్వాలనా  
ఏలనీ నిరసన?  
పదేపదే దరిచేరి పలకరించినందుకా?  
ఎద ఎదలో చిలకరించే చిరునవ్వుకొరకా?  
సరసన నీవుంటే ప్రేమతో బంధించి  
మోహన యజ్ఞంలో సమిధగా మారాలని  
లోతులు తెలియని సంద్రంలో  
ఈత రాక తలమున్నగ్నవుతున్నా  
తలపు తలపుకూ  
తబ్బిబ్బవుతున్నా

కనులకు కానరాని నిన్ను నావైపుకు  
మరలించుకొందామని  
ఆద్యంతాలు ఎరగని  
ఈ జీవన యాత్రలో నీ పాద ముద్రలే  
అనుసరణీయంగా అడుగులేస్తున్నా  
కలసి నడుస్తున్నావనే బలిమే  
నా వెన్నును వెన్నంటిరాగా  
వింటిని కమ్మని వేణుగానం  
గాయమైన వెదురులోని గేయమై  
ఈ గోహానికి ప్రాణ నిలయమై



## Simhadri M Gupta MD

Board Certified in Neurology since 1998

Trained at Mt Sinai Hospital, NY city  
Subspecialty Neuromuscular disease

### Office Locations

2 Lincoln Highway, Suite 302  
Edison, NJ 08820

Telephone: 732-548-1770; 732-548-1778

81 Veronica Avenue, suite 201  
Somerset, NJ

Fax 732 548-1772

Languages: English, Telugu, Gujarati, Hindi, Kannada and other translations

SIMPLIFYING IMMIGRATION LAW



## LAW OFFICES OF JANETHA R. KANCHARLA

### SERVICES AVAILABLE

- Business Immigration
- Family Based Immigration
- Consular Processing
- Immigrant Visas
- Non-Immigrant Visas
- Naturalization

### IMMIGRATION SOLUTIONS THAT WORK FOR YOU.

The Law Offices of Janetha R. Kancharla is located in Herndon Virginia / Washington DC. Firm handles a variety of immigration matters, including employment and family based cases, as well as the areas of adjustment of status and naturalization.

The mission of the Law Offices of Janetha R. Kancharla is to continue to provide our clients with the highest level of personal and professional service for their Immigration needs. Please contact us to discuss any specific situation to see how we may be able to assist in reaching a resolution.



13800 COPPERMINE RD, SUITE # 177, HERNDON, VA 20171  
PHONE: (703) 890-6409

EMAIL: [JANETHA@JANETHALAW.COM](mailto:JANETHA@JANETHALAW.COM)

[WWW.JANETHALAW.COM](http://WWW.JANETHALAW.COM)



**(గత సంచిక తరువాయి)**

**2. వికాసదశ:** 1990 తరువాత అమెరికాకు వచ్చే తెలుగువారి సంఖ్య గణనీయంగా పెరిగింది. తెలుగు సంఘాలు, తెలుగు పత్రికలు, తెలుగు ఫౌండేషన్ల ఆవిర్భావంతో అప్పటికే అమెరికాలో పురుడుపోసుకున్న తెలుగు సాహిత్యం ఒక్కసారిగా వెల్లివిరిసింది. అక్కడి సాహితీ ప్రేయులందరిని ఒకే వేదిక పైకి తీసుకొనిరావడానికి అక్కడ నిర్వహించబడిన సాహితీ సదస్సులు దోహదం చేసాయి.

**2.1 ఫౌండేషన్లు** తెలుగు సాహిత్యం అమెరికా గడ్డపై పురోభివృద్ధి చెందటంలో అక్కడి ఫౌండేషన్లు ప్రముఖమైన పాత్రను పోషించాయి. అక్కడి తెలుగు రచయితలలో నిగూఢమైన రచనాసక్తిని మెల్కొలిపి, సాహితీ సృజన పట్ల వారిని కార్యోన్ముఖులుగా తీర్చిదిద్దటానికి ఈ ఫౌండేషన్లు చేసిన కృషి గణింపదగినది.

**వంగూరి ఫౌండేషన్:** వంగూరి చిట్టెనరాజుగారు అధ్యక్షులుగా నడపబడుతున్న ఈ ఫౌండేషన్ అమెరికా ఆంధ్రుల సాహిత్యానికి, ఇంకా స్పష్టంగా చెప్పాలంటే విదేశాంధ్ర సాహిత్యానికి ప్రధాన ప్రతినిధిగా చెప్పుకోవచ్చు. ఉత్తర అమెరికాలోని తెలుగు రచయితలను ప్రోత్సహించాలనే సదుద్దేశంతో 1994లో స్థాపించబడిన ఈ ఫౌండేషన్ ఇప్పటి వరకు దాదాపు 28 పుస్తకాలను ప్రచురించింది. 1995లో వీరు ప్రచురించిన అమెరికా తెలుగు కథానిక(మొదటి సంకలనం) విషయ నేపథ్యం దగ్గర నుండి అచ్చు వేసే వరకు సంపూర్ణంగా ఉత్తర అమెరికాలో రూపు దిద్దుకున్న మొదటి పుస్తకంగా చెప్పుకోవచ్చు. ఇప్పటి వరకు 11 కథా సంకలనాలను ఈ ఫౌండేషన్ వారు ప్రచురించారు. ఈ ఫౌండేషన్ వారు ఉత్తర అమెరికాలో ఉన్న రచయితలకు ప్రత్యేకంగా కథానిక, కవితల పోటీలను నిర్వహిస్తూ, ఉత్తమ రచనలను సేకరించి అమెరికా తెలుగు కథానిక, అమెరికా తెలుగు కవిత అనే పుస్తకాలను ప్రచురిస్తున్నారు. అమెరికాలో కథలు, కవితలు, నాటకాలు రాసే రచయితలు సుమారుగా 250 మంది దాకా ఉండవచ్చునని ఒక అంచనా. వీరిలో కొందరు తమ రచనలను వంగూరి ఫౌండేషన్ సహకారంతో ప్రచురించు కుంటున్నారు. కథ, కవిత, పద్యకావ్యం, అనువాదం మొదలైన పుస్తకాలను ఈ సంస్థ ప్రచురించింది.

**ఇకో ఫౌండేషన్:** వేమూరి వెంకటేశ్వరావు గారి ఆధ్వర్యంలో మొదలైన ఇకో ఫౌండేషన్ తెలుగు భాషలో విజ్ఞాన వికాసానికి సంబంధించిన రచనలపై ఆసక్తి చూపుతుంది. జీవనాడి అనే పుస్తకంతో పాటు ఇంగ్లీషు - తెలుగు; తెలుగు - ఇంగ్లీషు నిఘంటువులను ప్రచురించింది.

**శొంతి పబ్లికేషన్:** ఈ సంస్థ 'బ్రహ్మి' అనే అంతర్జాతీయ సారస్వత పత్రికను నవంబర్ 2002 నుండి ప్రారంభించింది. దీని

వ్యవస్థపకురాలు శారదాపూర్ణ. అట్లే శారదాంబ బ్రస్ట్, వేమూరి చంద్రావతి బ్రస్ట్ మొదలైన సంస్థలు చాలా పుస్తకాలను ప్రచురించాయి. 1993 సంవత్సరం వేసవిలో న్యూయార్కులో జరిగిన ప్రపంచ మహాసభల సందర్భంలో తెలుగు అసోసియేషన్ ఆఫ్ నార్త్ అమెరికా వారు **మచ్చుతునకలు** అనే ఒక కవితా సంకలనం, **మేజ్ ఆఫ్ ఇమేజెస్** అని కొన్ని ఆరుద్ర కవితలకు ఆంధ్రానువాదం, **తెలుగు కథ** అనే ఒక కథల సంపుటిని ప్రచురించారు. అమెరికాంధ్రుల సాహిత్యాభిమానానికి ఇది ఒక చక్కని ప్రమాణంగా చెప్పవచ్చు. ఆటా, తానా సభలవారు కథారచన, నవలా రచన పోటీలు జరిపి ఆంధ్రదేశంలోని తెలుగు రచయితలకు ప్రోత్సాహం కలిగిస్తూ తెలుగు భాషపై తమ అభిమానాన్ని ప్రకటిస్తున్నారు.

రామినేని ఫౌండేషన్, అప్పాజోసుల - విష్ణుభొట్ల ఫౌండేషన్ వారి పుస్తక ప్రచురణలు, కార్యక్రమాలు ఈ కోవకి చెందినవే. శ్రీ వి.వి.రామనాథం, శ్రీ దువ్వూరి నారాయణరావు గారు తమ ఫౌండేషన్ల ద్వారా ఆంధ్రదేశంలోని తెలుగు రచయితలను ప్రోత్సహిస్తున్నారు. చికాగోలో అన్నమయ్య ఫౌండేషన్ ద్వారా తెలుగు ప్రచురణకి శొంతి శారదాపూర్ణ, శ్రీరామ్లు చేయూతనిస్తున్నారు.

1998 మే నెలలో అట్లాంటాలో ప్రప్రథమ తెలుగు సాహితీసదస్సు జరిగింది. సుమారు రెండు వందల మంది ఈ రెండు రోజుల సదస్సులో పాల్గొని తమ రచనలను చదివి వినిపించారు. తెలుగు భాషా పోషణ అమెరికాలో నిర్విఘ్నంగా జరగడానికి కావాలసిన పథకాలు, ప్రణాళికలను గూర్చి చర్చించారు. అమెరికన్ విశ్వవిద్యాలయాలలో తెలుగు భాషా బోధన జరగటానికి తెలుగువారు పూనుకొని కృషి చేయాలని నిర్ణయించారు. ఈ సదస్సు రెండో సమావేశం 2000 సంవత్సరం ఆగస్టులో చికాగోలోను, మూడవ సదస్సు 2002 సంవత్సరం డిట్రాయిట్లోను జరిగాయి. అమెరికా రాష్ట్రాలలోని ముఖ్య నగరాలలో స్థానిక తెలుగు భాషాభిమానులు తరచుగా సాహితీ సదస్సులు జరుపుతుంటారు. టెక్సాస్లో ప్రతి ఆరు నెలలకి ఒక ముఖ్య నగరంలో జరిగే సదస్సులు, డిట్రాయిట్ తెలుగు సంస్థ వారి సాహితీ విభాగం వారు నిర్వహించే సదస్సులు, న్యూజెర్సీ, అట్లాంటా, లాస్ ఏంజెల్స్ వారు వీలున్నప్పుడల్లా జరుపుకొనే సమావేశాలు చెప్పుకోదగినవి.

**2.2. డెస్పోరా భావనలు:** డెస్పోరా అనే మాట మొదట్లో జ్యూయన్ వాళ్ళ స్థితిని వర్ణించడానికి వాడిన మాట. అనాదిగా వాళ్ళుంటున్న చోటు నుంచి బయటకి తరమబడి ఇతర ప్రాంతాలలో, పరాయి వాళ్ళ మధ్య నివసించడం వల్ల వాళ్ళ జీవితాలలో, వాళ్ళ సంస్కృతిలో మార్పులు రావడం చారిత్రకమైన విషయం. ఆ తరువాత ఆ మాటని పై దేశాలలో

నివాసం ఏర్పరుచుకున్న అన్ని జాతుల వారికీ, మన భారతీయులకు, అందులో కూడా తెలుగు వారికి అన్వయించడం సహజమే. ఆ చారిత్రక విశేషాన్ని ఆధారంగా చేసుకొని ఇప్పుడు ఎవరయినా తమ దేశం వదిలి మరొక దేశంలో స్థిరపడినప్పుడు వారి డైస్పోరిక్ అవస్థని గూర్చి చెప్పుకుంటారని అర్థమవుతుంది. ప్రవాసత్వంలో నివసిస్తున్న ప్రజల దృక్పథంలో వచ్చిన మార్పులను డైస్పోరాగా చెప్పవచ్చు.

ఈ డైస్పోరా అనే పదాన్ని జాతికి బదులుగా సాహిత్యానికి కూడా అన్వయించి, తెలుగు సాహిత్యానికి మరొక నూతన ప్రక్రియను ఆపాదించవచ్చుననే ఆలోచన 1998లో అట్లాంటాలో జరిగిన ప్రప్రథమ అమెరికా తెలుగు సాహితీ సదస్సు తరువాతనే కలిగింది. తమ అనుభవాల్నించి వ్రాస్తున్నామే గాని, తమ రచనలకు ఒక దారీ దిక్కు ఉన్నాయనే విషయం అక్కడి తెలుగు రచయితలకు తొలిసారిగా ఈ సాహితీ సదస్సుతోనే తెలిసిందని చెప్పవచ్చు. అమెరికన్ తెలుగు రచయితల భావజాలానికి సంబంధించిన సాంప్రదాని పెంచడంలో అట్లాంటా సాహితీ సదస్సు చక్కగా ఉపకరించిందని చెప్పవచ్చు. ఈ సాహితీ సదస్సుల స్ఫూర్తితో డైస్పోరా రచనల కోసమే పోటీలు నిర్వహించడం, నిరంతరాయంగా ప్రచురణలను తీసుకురావడం జరిగాయి. డైస్పోరా వెనుక ఈ విధమైన సామూహిక భావనను కలిగించడం ద్వారా చికాగో సదస్సు మరో మూలమలుపయింది. ఈ సదస్సుకు అటూఇటుగా వెలువడిన **ఈమాట** వెబ్ మాగజైన్ రచనలకు బలాన్నిచ్చాయి.

ఈ రెండు సదస్సులు, **ఈమాట** తెలుగు డైస్పోరాకి ఊపిరినందిస్తే, పెమ్మరాజు వేణుగోపాలరావు గారి సంపాదకత్వంలో వంగూరి ఫౌండేషన్ వారు వరుసగా ప్రచురిస్తూ వస్తున్న అమెరికా తెలుగు కథానిక సంకలనాలు ఈ కొత్త సంప్రదాయానికి ఊతమిచ్చాయి. ఈ క్రమంలో వంగూరి ఫౌండేషన్ ప్రచురించిన మొదటి కథా సంకలనం 1995లో వెలువడింది. గత జ్ఞాపకాల నుండి బయటపడి, అమెరికన్ సమాజంతో కలుపుకోలుగా వుంటూ, వాటి ప్రభావంతో తెలుగువాళ్ళు తమ జీవితానుభవాల్ని కలగలిపి రాసే ధోరణి 1990ల నుంచి గట్టిగానే వున్నా, తమలోని సాహిత్య భిన్నత్వాన్ని తరచి చూసుకొనే సందర్భం 2000 సంవత్సరం దాకా రాలేదని తెలుస్తుంది. 1998 అట్లాంటా సమావేశాల్లోనే తెలుగు డయాస్పోరా ప్రాధాన్యాన్ని ఇక్కడి రచయితలు గుర్తించారు. ఆ తరువాత రెండేళ్ళకు చికాగోలో జరిపిన అమెరికా తెలుగు సాహితీ సదస్సులో **తెలుగు డయాస్పోరా** గూర్చి ప్రత్యేక చర్చాగోష్ఠులు జరిగాయి. ఇక తాము ఇమిగ్రెంట్లం కాదని, డయాస్పోరా అనే బలమైన వాదనను ముందుకు తీసుకొచ్చారు. 1995 సంవత్సరంలో వంగూరి ఫౌండేషన్ వారు ప్రచురించిన మొదటి కథా సంకలనానికి ముందుమాట రాస్తూ పెమ్మరాజు వేణుగోపాలరావు గారు రాసిన మాటలు డైస్పోరా ఏర్పడిన క్రమాన్ని వివరిస్తాయి. **మన మాతృభాషలో మనకున్న పరిచయాన్ని పోగొట్టుకోకుండా, మన**

**ఆలోచనలను, మన సమస్యలను, మన అనుభవాలను ఆ భాషలో పదిలపరచడానికి ప్రయత్నం. ఈ రచయితలలో అందరూ తెలుగు భాషా పండితులు కాదు. కాని వీరు తమ భావాలను తాము వాడుకొనే, వాడగలిగే భాషలో వ్రాయగలిగిన వారు. ఈ రచనల్లో గ్రాంథిక భాష వుంది. వ్యవహారిక భాష వుంది. తెలుగుతో పరిచయం సన్నగిల్లడం వల్ల అలవాటయిన పరభాషా సమన్వితమైన భాష వుంది.**<sup>1</sup>

పెమ్మరాజు గారు చెప్పిన పై లక్షణాలు రెండు సాహిత్య సంస్కృతుల మధ్య అక్కడి తెలుగు రచయితలు అనుభవిస్తూన్న పెనుగులాటను తెలియజేస్తుంది. అంటే అప్పటికింకా డైస్పోరా సంస్కృతి నిర్దిష్టం కాని స్థితి పై మాటల్లోను, ఆ సంకలనంలోని కథల్లోను ప్రతిబింబిస్తుంది. తమకు అలవాటయిన ప్రాంతాన్ని, సంస్కృతిని వదిలి దూరప్రాంతాల్లో జీవిస్తున్నప్పుడు, తమ కొత్త అనుభవాలనూ-పాత అనుభవాలనూ సమన్వయం చేస్తూ, కొత్త కళ్ళతో ప్రతి విషయాన్ని పరిశీలిస్తూ వ్రాసే సాహిత్యం డైస్పోరా సాహిత్యం. స్థానిక సామాజిక స్పృహ, సమాజ విశేషాలు, సమాజంలోని వ్యక్తుల మానసిక సంఘర్షణలు ఇత్యాది అంశాలు కథా వస్తువులుగా ఉన్న రచనలను తెలుగు డైస్పోరా రచనలుగా పేర్కొనవచ్చు. ఇవి కథలు కావచ్చు, కవితలు కావచ్చు, నవలలు కావచ్చు. ఈ రచనలు గ్రాంథిక భాషలో ఉండవచ్చు. వ్యవహారికంలోను ఉండవచ్చు. ఈ విధంగా వెలువడిన సాహిత్యాన్ని ఉత్తర అమెరికా డైస్పోరా రచనలుగా పేర్కొనవచ్చు. ఇట్టే ఆస్ట్రేలియా, ఇంగ్లాండు, సౌదీ అరేబియా దేశాలలోను స్థానిక సమాజాన్ని ప్రతిబింబించే డైస్పోరా సాహిత్యం ఉంటుంది. ఏ మాండలికంలో నైనా కానీ, వ్యవహారికంలో గానీ, సంప్రదాయపరంగా కానీ ఎలా వ్రాసినా తమ రచనలు కలకాలం నిలబడాలనే సదుద్దేశ్యంతోనే అమెరికన్ తెలుగు డైస్పోరా రచయితలు తమ రచనలను కొనసాగిస్తున్నారు. వేమూరి, వేలూరి, చెరుకూరి రమాదేవి, పెమ్మరాజు వేణుగోపాలరావు, చిట్టెన్ రాజు, కోలగొట్ల సూర్యప్రకాశరావు, భావరాజు పరబ్రహ్మమూర్తి, గవరసాన సత్యనారాయణ, మందపాటి సత్యం, కొమరవోలు సరోజ, సుధేష్ రెడ్డి, పరిణయం శ్రీనివాస్, గల్లా అరుణా, పుచ్చా అన్నపూర్ణ, రాణి సంయుక్త, జయప్రభ, కాకరాల సుబ్బారావు మొదలైన రచయితలు వ్రాసిన రచనలు ఈ కోవలోకే వస్తాయి. కలశపూడి శ్రీనివాసరావు **తూర్పు బడి - పడమర గుడి**, సుధేష్ **నర్తకి**, సత్యం మందపాటి సత్యం **బీకటిలో చందమామ**, వడ్లమాని కార్తీక్ **పడమట గాలులు** నవలలు డైస్పోరా రచనలే.

అమెరికా తెలుగు డైస్పోరా సంస్కృతి వున్నట్టుండి చుక్కలా రాలిపడలేదు. దీనికి ముందు సుదూర చరిత్ర, తక్షణ చరిత్ర రెండూ ఉన్నాయి. సుదూర చరిత్రలో తొలితరం రచయితలు

<sup>1</sup>. వేణుగోపాలరావు, పెమ్మరాజు; **కథానిక తత్వవిచారణ**; మొదటి అమెరికా తెలుగు కథానిక; జూలై 1995; పుట - iv

తల ప్రయత్నాలు 1990ల తరువాత గానీ ఒక స్థిర రూపం దాల్చడం మొదలెట్టాయి. అమెరికాలోని తెలుగు సమూహాలు స్థిరపడటానికీ, సాహిత్య సంస్కృతి స్థిరత్వానికీ దగ్గర సంబంధం ఉంది. రెండో తరం రావడం, వ్యక్తి గతంగా అమెరికా నేలకి దగ్గర కావడం, వీరి ఎదుగుదలకి అక్కడి స్థానికతతో పునాదులుండటం, ఇల్లా వాకిలీ, ఇరుగు పొరుగు, కుటుంబం, వృత్తి, వ్యక్తిత్వం, అభిరుచి లాంటి మౌలిక భావనల్లో పూర్తి స్థాయి మార్పురావడం ఈ దశలో కనిపిస్తుంది.

ఈ మార్పు మంచిరాజు సావిత్రి మాటల్లో 1970లలో రాసిన కథలకీ, ఇప్పుడు రాస్తున్న వాటికీ చాలా తేడా వున్నది. అప్పుడు చాలా మటుకు అప్పుడే ఇండియా వదిలి వచ్చిన వాళ్ళు రాసిన కథలు. అప్పుడు ముఖ్యంగా చాలా నాస్టాలిక్ గా వుండే కథలు వచ్చేవి. అంటే ఇండియాలో వున్నప్పటి జీవితాలను తల్చుకొని మళ్ళీ ఆ వాతావరణం, ఆ అనుభూతి సృష్టించాలనే ఉద్దేశ్యంతో రాసిన కథలివి. ఈ కథలు చాలా మటుకు ఇండియాలో నే జరిగేవి. తరువాత క్రమక్రమంగా అమెరికాలో జీవితాలను గురించి, ఇక్కడ వచ్చే సమస్యలను గురించి రాస్తున్నారు.<sup>2</sup> సావిత్రి గారు గమనించిన ఈ మార్పునే తెలుగుదనానికీ, అమెరికన్ తెలుగుదనానికీ మధ్యనున్న తారతమ్యంగా చెప్పవచ్చు. ఈమె మాటల్లోనే నాస్టాలియా సాహిత్య లక్షణం కూడా చెప్పబడింది. అమెరికన్ తెలుగు రచయితలు నాస్టాలియా నుంచి బయటపడటం అంత తేలికగా జరిగిన మార్పు కాదు. అక్కడి తెలుగు సమూహాలు వ్యక్తిత్వ స్థాయి నుండి సంఘ జీవితం వరకూ ఉమ్మడిగా వస్తున్న మార్పు. అట్లే ఇది కేవలం కొద్ది మంది బుద్ధి జీవుల ఆలోచనల్లో వచ్చిన మార్పు కూడా కాదు, స్థలకాలాల దూరాలతో సంబంధం లేకుండా అందరిలో ప్రత్యక్షంగా కలిగిన మార్పు. ప్రవాసంలో వున్నవారు ఏంరాసినా ప్రవాస సాహిత్యమవుతుందా లేక ప్రవాస జీవితం గూర్చి రాసిందే ప్రవాసాంధ్ర సాహిత్యమవుతుందా అన్న విషయం పై గత అయిదారేళ్ళుగా చర్చలు సాగుతున్నాయి. అమెరికాలో ఉంటూ మాతృదేశంలో గడిపిన జీవితాన్ని గూర్చిన జ్ఞాపకాలను రాస్తే అది ప్రవాసాంధ్ర సాహిత్యం కాదని, అమెరికా జీవితాన్ని గూర్చి వ్రాస్తేనే ప్రవాసాంధ్ర సాహిత్యంగా పరిగణించాలని కొందరి అభిప్రాయం. ప్రవాసంలో ఉన్నప్పడే నాస్టాలియా బయటకు వస్తుంది. నాస్టాలియా చాలా కాలం పాటు అమెరికన్ తెలుగు రచనలకు చాలా బలమైన ప్రేరణగా నిలిచింది. కావున నాస్టాలియా ప్రతిబింబించే రచనలను కూడా ప్రవాసాంధ్ర సాహిత్యంలో ఒక భాగంగా భావించవచ్చు. నాస్టాలియా పాత నీరు వంటిది. పాత నీరంతా పోయాక కొత్త నీరు వచ్చినట్లు నాస్టాలియా చెప్పడం అయ్యాక రచయితలు వర్తమానంలోకి వచ్చి ప్రస్తుత పరిస్థితులను గూర్చి మాట్లాడుకుంటున్నారు.

<sup>2</sup> సావిత్రి, మంచిరాజు; ఎన్.ఆర్.ఐ. సాహిత్యానికి డయన్ పోరా సాహిత్యానికి తేడా;

ప్రస్తుతం వెలువడుతున్న అమెరికన్ తెలుగు సాహిత్యంలో నాస్టాలియా లేదని కొందరు విమర్శకులు అభిప్రాయ పడుతున్నప్పటికీనీ కొన్ని కథల్లోను, కవితల్లోనూ నాస్టాలియా కనిపిస్తూనే ఉంది. అట్లే అమెరికా నుండి స్వదేశానికి వచ్చినప్పుడు ఇక్కడ ప్రస్తుటంగా కనిపించే మార్పులను గురించో, ఆ మార్పులకు వెనుకనున్న సామాజిక కారణాల గురించో, వాటన్నింటితో ముడిపడి వున్న తమ జీవితాలకు సంబంధించిన మూలాల్ని వెతుక్కోనే క్రమంలో రాసిన రచనల్ని కూడా ప్రవాసాంధ్ర సాహిత్యంలో భాగంగా చూడవచ్చు. నిజానికి సామాజికంగా వచ్చిన మార్పుని గూర్చి చెప్పడానికి అమెరికా తెలుగు రచనలు నివేదికలాంటివి. నివేదికలన్నంత మాత్రన వాటిల్లో ఉన్న కళాత్మకతని తక్కువ అంచనా వేయడం కాదు. ప్రస్తుతానికి డయాస్పోరా సాంస్కృతిక చరిత్రను గూర్చి తెలుసుకోవడానికి ఇంతకంటే మంచి ఆధారాలు లేవనే చెప్పాలి. అక్కడి తొలితరం రచయితల్లో గత జ్ఞాపకాల బరువు క్రింద తెలుగుదనాన్ని, తెలుగు సంస్కృతినీ ఏకపక్షంగా పరామర్శించడం కన్పిస్తే, నేటి డయాస్పోరా రచయితల్లో విమర్శనాత్మక ధోరణి కూడా కనిపిస్తుంది.

తెలుగు దేశంలోని రచయితల రచనలకీ, అక్కడి రచయితల రచనలకీ శైలి లోను, ఆలోచనాసరళిలోను, ఊహల ప్రపంచల్లోను చెప్పుకోదగిన తేడా స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. దేశం వదిలి రావడం వల్ల వారికి కలిగిన ఎడబాటు వీరిలో స్వతంత్రతకీ, ధైర్యానికీ, కొత్త అనుభవాలను గూర్చి చెప్పడానికి, కావాలసిన మాటలు ప్రయోగించడానికి అవకాశాన్నిచ్చింది. తెలుగు డైస్పోరా రచయిత సాంస్కృతికంగా చాలా స్వతంత్రమైన వ్యక్తి. డైస్పోరా రచనలపై పడమటి ప్రభావం కనిపిస్తుంది. డయాస్పోరా రచయితలకు ఈ స్వతంత్రమే ముఖ్య లక్షణంగా మారింది. ఇది నేటి అక్కడ సృజనాత్మక రచనల్లోను, ఇతర అంశాల్లోను, అభిప్రాయాల వ్యక్తీకరణలోను చాలా పదునుగా కనిపిస్తుంది. ఈమాట వెబ్ సైట్ లో ప్రస్తుతం వెలువడుతున్న వ్యాసాల్లోను, గల్పికల్లోను ఈ ధోరణి బాగా కనిపిస్తుంది. తెలుగు డైస్పోరా సాహిత్యం యొక్క రెండో లక్షణం : కాస్మాపాలిటివిజం. అనగా జాతి/జాతీయ/భాషల అధికారిక సరిహద్దులను చెరిపేయడం. ఒకే ఒక్క భారతీయత లేదనీ, అనేక రకాల భారతీయతలున్నాయన్న భావన ఈ మధ్య రచనల్లో వ్యక్తమవుతుంది. అట్లే ఒకే విధమైన ప్రామాణిక భాష కూడా లేదన్న భావన కూడా నేటి రచయితలు వాడుతున్న శిల్పంలో కనిపిస్తుంది. తెలుగు డైస్పోరా సాహిత్య మూడవ లక్షణం : మిశ్రమ సాంస్కృతికత. అమెరికన్, తెలుగు సంస్కృతులు రెండింటినీ కలగలిపే సందర్భాలు ఈ రచనల్లో ఎక్కువగా కనిపిస్తున్నాయి. తెలుగు డైస్పోరా సాహిత్య నాల్గవ లక్షణం : సాహిత్య చర్చలలో డైస్పోరా స్వరం బలపడటం. వెబ్ చర్చావేదికల మీదనే కాకుండా స్వదేశం నుండి వెలువడే పత్రికల్లోను డైస్పోరా రచయితలు, విమర్శకులు గట్టిగా మాట్లాడటం ఈ మధ్యే



# KRISHNA TOURS & TRAVELS

Latest Models for Comfort & Convenience

Manish Parikh

908-420-1784

[www.manishtaxiandlimo.com](http://www.manishtaxiandlimo.com)

Safe and courteous drivers with over 10 years experience

All major credit cards accepted

- Airport Services to JFK, Newark, Lagaardia, Philadelphia and other airports
- Casino Trips to Atlantic City, NJ, Foxwoods and Mohegan, CT
- US and Canada sight seeing, Tour Packages (includes Washington D.C., Hershey Park, PA, New York City, Niagara Falls etc)
- Weddings, Sweet 16, Social and Bachelor Parties group transportation.



[www.manishtaxiandlimo.com](http://www.manishtaxiandlimo.com)  
[manish@manishtaxiandlimo.com](mailto:manish@manishtaxiandlimo.com)



# KRISHNA TOURS & TRAVELS

Latest Models for Comfort & Convenience

Manish Parikh

908-420-1784

ALL AIRPORTS AND CASINO TRIPS  
SIGHT SEEING TOUR PACKAGE |  
FOR NEW YORK, WASHINGTON, D.C.,  
NIAGARA FALLS  
AND MANY OTHER DESTINATIONS  
NEW YORK NIGHT LIFE  
SWEET 16 & GIRLS/LADIES NIGHT OUT  
SOCIAL & BACHELOR PARTIES



[www.manishtaxiandlimo.com](http://www.manishtaxiandlimo.com)

[manish@manishtaxiandlimo.com](mailto:manish@manishtaxiandlimo.com)

Safe and courteous drivers with over 10 years experience



మొదలైంది. కొన్ని సందర్భాల్లో స్వదేశంలో స్థిరపడిన అభిప్రాయాలను, వాదనలను ప్రశ్నించే స్వభావం కన్పిస్తుంది. అదే విధంగా చరిత్రని స్థిరపడిన చట్రంలో నుండి గాక ప్రత్యామ్నాయ దృష్టితో చూడటం డైస్పోరా సాంస్కృతికతలోని మరో ముఖ్య లక్షణం.

నేడు అమెరికాలోను, ఇతర దేశాల్లోను క్రమక్రమంగా తెలుగు సమాహాలు బలపడుతున్నాయి. స్థల కాలాల ప్రాధాన్యత బాగా సన్నగిల్లుతున్న ప్రస్తుత స్థితిలో భావ ప్రసారానికి వేగం పెరిగింది. సాంస్కృతికపరంగా ఇంతకు ముందున్న కట్టుబాట్లు, ఒత్తిళ్ళు ఇప్పుడు లేవు. స్వయం నిర్మిత చట్రాలు నెమ్మదిగా వదులవుతున్నాయి. పొరుగు సంస్కృతులను విలీనం చేసుకుంటూ, ఒక స్వతంత్ర భావన వైపు ఈ తెలుగు సమాహాలు ముందుకు సాగుతున్నాయి. సంస్కృతి, సంప్రదాయాలు రెండింటినీ ఏక ముఖంగా మలిచే ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయి. అవి సాహిత్య సామాజికతను పెద్దగా శాసించలేక పోతున్నాయి. భిన్నత్వం అనేది తెలుగు డైస్పోరా జీవ లక్షణంగా మారుతుంది. పెరుగుతున్న రచయితల సంఖ్య, ప్రచురణ సౌకర్యాలు, స్థానికంగా ఏర్పడుతున్న సాహితీ సమాహాలు తెలుగు డైస్పోరా సాహిత్యానికి బలాన్నిస్తున్నాయి. ఇవి క్రమంగా మిగిలిన దేశాలలో తెలుగు వాళ్ళతో అనుబంధాన్ని పెంచుతాయి. తెలుగు డైస్పోరా భూతల స్వర్ణమా, త్రిశంకు స్వర్ణమా, అందని ఆశాఫలమా? ఇలాంటి ప్రశ్నలకు సమాధానం కావాలంటే ఇంకా కొన్నాళ్ళ చరిత్ర గడిచి తీరాలి. ఈ లోగా డైస్పోరా రచయితలు తమ జీవితాలను శోధించి తమ రచనలు కొనసాగించటం అత్యవసరం. అమెరికాలోని ఆంధ్రులకు తెలుగు భాష మీద గల మమకారం పెల్లబికి వరదలై ప్రవహించకపోయినా వారి జీవితంలో ఒక స్థానాన్ని సంపాదించుకుదని మాత్రం చెప్పవచ్చు. ఈ విదేశాంధ్రసాహిత్యంలోనే రకరకాల ప్రక్రియలు, పద్ధతులున్నాయి. అమెరికాలో వెలువడుతున్న తెలుగు సాహిత్యాన్ని మూడు రకాలుగా విభజించవచ్చు.

1. ప్రాచీన కాలం నుండి గ్రాంథిక భాషలో రచించబడిన శైలిని అనుకరిస్తూ చేసిన రచనలు, ఛందోబద్ధమైన కవితాల్పా మొదలైనవి.
2. ఆధునిక సాహిత్యంలో వెలువడిన, వెలువడుతున్న ధోరణులలో వ్రాయబడిన కథలు, కవితలు మొదలైనవి.
3. అమెరికా జీవితంలో నుంచి పుట్టుకొచ్చి, ఆ భిన్న సంస్కృతిని ప్రతిబింబించే అంశాలనే వస్తువులుగా తీసుకుని సృజించే సాహిత్యం. అంటే డయాస్పోరా తెలుగు సాహిత్యం.

ఉత్తర అమెరికాకు వచ్చి స్థిరపడిన తెలుగువారు తమ జీవన విధానాన్ని గూర్చి ఫోటోలు, వీడియోలు, ఉత్తర ప్రత్యుత్తరాలు మొదలైన వాటి ద్వారా రికార్డ్ చేసుకుంటూ ఉండవచ్చు. కానీ ఇవన్నీ కూడా వ్యక్తుల స్వంత ఆస్తి గానే మిగిలిపోతాయి.

సాహిత్యరూపంలో వాటిని పదిల పరుచుకున్నప్పుడే వాటికి శాశ్వతమైన విలువ చేకూరుతుంది. అమెరికా ఆంధ్రుల జీవితాలలో తరుచుగా తారసపడే పరిస్థితులనూ, సమస్యలనూ, వాటి పరిష్కారాలనూ నవలలుగా, కథలుగా, కవితలుగా రాస్తున్న రచయితలు అభినందనీయులు.

పుస్తక రూపంగా తమ రచనలని ప్రచురించుకున్న అమెరికాంధ్రులు కొందరున్నారు. మాచిరాజు సావిత్రి (అంతర్జాతీయం), రాఘవేంద్ర ప్రసాద్ సూద్దుగుంట(కవితా కళ్యాణి), తూములూరి ప్రసాద్(అక్షరాకాశం), ఇందిర(జీవిత కోణాలు), పెమ్మరాజు వేణుగోపాలరావు(కాస్మిక్ కవిత, లోకానికి చాటింపు), కె. సరోజ(స్వర్ణంలో మొగ్గలు, మంచుపూలు), వి.వేమూరి(రసగంధాయ రసాయనం, జీవరహస్యం, కంఠాపూటర్లు), వెల్చేరు నారాయణరావు(తెలుగుజ్యోతిలో కవితా విప్లవాల స్వరూపం), వారణాసి దుర్గాప్రసాద్(మాధవ శతకం), తిరుమల కృష్ణ(దేశికాచార్యులు, ఋతుసంహారం), కోట సుందర రామశర్మ(శతరుద్దీయాను నమఃశతకం) వీనిలో ఒకటో రెండో తప్ప అన్నీ కూడా భారతదేశంలోనే స్వంత ఖర్చులతో ప్రచురించబడినవి.

ఇక కథలు వ్రాసిన వారిలో కొమరవోలు సరోజ, నిడదవోలు మాలతి, నోరి రాధిక, పూడిపెద్ది శేషశర్మ, ఉమా దేశభిట్ల, చెరుకూరి రమాదేవి, మాచిరాజు సావిత్రి, చిమట కమల, పుచ్చా వసంతలక్ష్మి, పుచ్చా అన్నపూర్ణ, సుధేష్ట, వసుంధర కలశపూడి, రాధికా శాస్త్రి, యార్లగడ్డ కిమీర, కల్పనారెంటాల, శారదపూర్ణ శౌంఠి మొదలైన రచయిత్రులు. వంగూరి చిట్టెన్కాజు, సత్యం మందపాటి, అక్కినపల్లి సుబ్బారావు, వేమూరి వెంకటేశ్వరావు, ఆరి సీతారామయ్య, పెమ్మరాజు వేణుగోపాలరావు, గవరసాన సత్యనారాయణ, మురళి చందూరి, మాచిరాజు వెంకటరత్నం, కలశపూడి శ్రీనివాసరావు, వేలూరి వెంకటేశ్వరావు, దామరాజు సచ్చిదానంద మూర్తి, కనక ప్రసాదు, శ్రీనివాస ఫణి కుమార్ డొక్కా, భాస్కర్ కొంపెల్ల, కిరణ్ ప్రభ, చంద్ర కన్నెగంటి, రామారావు కన్నెగంటి, నందివాడ ఉదయ భాస్కర్, విన్నకోట రవిశంకర్, యస్వీ రామారావు, సాయి బ్రహ్మానందం గొర్తి, శ్రీనాథ్ జొన్నవత్తుల, కె.వి.యస్. రామారావు, జెయుబివి ప్రసాద్, డాక్టర్ వేద, తాడికొండ శివకుమార శర్మ, మహేష్ శనగల మొదలగు అనేక మంది కథారచయితలు ఉన్నారు. అలాగే పైన పేర్కొన్న రచయితలు చాలా మంది చక్కని కవితలు వ్రాస్తున్నారు. అట్టే పోదూరి జగదీశ్వరన్ ఆశువుగా ఛందోబద్ధమైన పద్యాలు చెప్పడంలో దిట్ట. అంతేకాదు ఆయన అష్టావధానం చేసిన కవి. పెమ్మరాజు వేణు గోపాలరావు, వెల్చేరు నారాయణరావు, నిడదవోలు మాలతి మొదలైన వారు తెలుగు సాహిత్యాన్ని ఆంగ్లంలోకి అనువదించారు. వంగూరి చిట్టెన్కాజు, శ్యాంసుందర్ యల్లం రాజు, సత్యం మందపాటి, దామరాజు సత్యనారాయణమూర్తి,



పెమ్మరాజు వేణు గోపాలరావు ప్రభృతులు ఎన్నో నాటికలు, నాటకాలు వ్రాసి ప్రదర్శించారు.

వంగూరి చిట్టెన్ రాజుగారు వ్రాసిన నాటికలు అనేకం అమెరికాంధ్రుల మన్ననలను పొందాయి. ఈ నాటకాలు అమెరికాలోని పెక్కు నగరాలలోనే గాక లండనులోనూ, ఇండియాలోనూ ప్రదర్శించబడ్డాయి. మరువాడ రాజేశ్వరరావుగారు వ్రాసిన నాటికలు, యర్రగంటి రఘునాథరావుగారు ఉత్సాహంగా ప్రదర్శించే నాటకాలు, గుమ్మలూరి శాస్త్రిగారి ప్రయత్నాలు ఈ కోవకు చెందినవే.

అమెరికాలో తెలుగు సాహిత్య సదస్సులు ఎన్నో జరుగుతున్నాయి. టెక్సాస్ లో సంవత్సరానికి రెండు సార్లు తెలుగు సాహిత్య సదస్సులు గత పదేళ్ళ నుండి విజయవంతంగా జరుగుతున్నాయి. ఆస్టిన్, హ్యూస్టన్, డల్లాస్, టెంపుల్, శానాంటోనియా నగరాలలో ఇప్పటికి 20కి పైగా సదస్సులు నిర్వహించబడ్డాయి. ప్రతి సదస్సుకీ డెబై నుండి వంద మంది దాకా సాహితీ ప్రేమికులు హాజరు కావడం విశేషం. అలాగే డెట్రాయిట్ లోనూ, కాలిఫోర్నియాలోనూ సదస్సులు జరుగుతున్నాయి. డల్లాస్ లో నెలనెలా **వెన్నెల** పేరుతో సాహితీ సదస్సులు నిర్వహిస్తున్నారు. ఇట్లు అమెరికాలో ఎన్నో చోట్ల ప్రాంతీయ స్థాయిలో సదస్సులు జరుగుతున్నాయి. వంగూరి ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో రెండేళ్ళకు ఒకసారి అమెరికా తెలుగు సాహిత్య సదస్సులు జరుగుతున్నాయి.

గత నాలుగు శతాబ్దాలుగా ఉత్తర అమెరికాలో ఇంచు మించు 800 కథలు, 1000 కవితలు, 1200 వ్యాసాలు, 100 పుస్తకాలు (సంకలనాలు, నవలలు) ప్రచురించబడ్డాయి. వీటన్నింటినీ కలిపి **సమగ్ర అమెరికా తెలుగు సాహిత్యం** అని అనవచ్చు.

ఇక్కడ మరో ముఖ్య విశేషం ఏమిటంటే అమెరికా తెలుగు రచయితలలో చాలా మంది అమెరికా వెళ్ళిన తరువాత తమ రచనా వ్యాసంగం మొదలుపెట్టారు. ఏ కొద్దీ మందో తప్ప చాలా మంది తెలుగు, ఆంగ్ల సాహిత్యాలను మధించి, భాషను ప్రత్యేకంగా నేర్చుకొని రచనలు చేయలేదు. రచయితలు తమకు తోచిన భావాలను, తమకు తెలిసిన భాషలో వ్యక్తీకరిస్తూ రచనలు చేశారు. ఈ రచనల ద్వారానే తెలుగువారి డైస్పోరా గురించి ముందు ముందు తెలుసుకోవడానికి వీలవుతుంది.

**ఉపయుక్త వ్యాసాలు**

1. అప్పర్.2006-జూన్. తెలుగు డయాస్పోరా:సాహిత్యం, సంస్కృతి; ATA 2006 ప్రత్యేక సంచిక వ్యాసాలు [www.eemaata.com](http://www.eemaata.com)
2. కల్పన,రెంటాల.2006. ప్రవాసాంధ్ర రచయిత్రుల సొంత గొంతుక; ATA2006 ప్రత్యేక సంచిక వ్యాసాలు [www.eemaata.com](http://www.eemaata.com)
3. చిట్టెన్ రాజు,వంగూరి. అమెరికాలో తెలుగు సాహిత్యం - ప్రసంగవ్యాసం; [www.telugudiaspora.com](http://www.telugudiaspora.com)
4. వేంకటేశ్వరావు,వేలూరి. “నా భావనలో తెలుగు డయాస్పోరా”; [www.telugudiaspora.com](http://www.telugudiaspora.com)
5. సావిత్రీ, మాచిరాజు.2004. “ఎన్.ఆర్.ఐ. సాహిత్యానికీ డయాస్పోరా సాహిత్యానికీ తేడా”; తెలుగు పలుకు-ఆక్టోబర్ సంచిక
6. వేణుగోపాలరావు,పెమ్మరాజు.1993. “అమెరికాలో తెలుగు సాహితీ వ్యాసంగం”; తెలుగు వెన్నెల(ఆస్ట్రేలియా-తెలుగు పలుకు 5వ జన్మదిన సంచిక); సిడ్నీ:తెలుగు పలుకు

# Livingston Pediatrics

*You are our top priority!*

American Academy of Pediatrics

**About Us . . .** We handle the health care needs of infants, children and adolescents. Prenatal counseling is also available.

We will do our best to see that your child's health needs are served appropriately and quickly. Our practice has an experienced staff available to answer your questions.

Full modern office with electronic medical records.

**Dr. Ramalakshmi Yeramilli, MD**  
Member of the AAP,  
Board Certified in Pediatrics □  
Robert Wood Johnson University Hospital  
St. Peters University Hospital, New Brunswick

**New Patients Welcome!**

We handle the health care needs of infants, children and adolescents.

**732-246-7171**  
345 Livingston Ave.  
New Brunswick, NJ 08901  
Fax: 732-246-8974  
Habla español, Hindi, Telugu

**Office hours:**  
Monday - Saturday  
Evening appts. available  
By appointment only

Accepting Most Insurances

[www.livingstonpediatrics.com](http://www.livingstonpediatrics.com)



## ఫ్లాట్ ఫారం కర్ణుడు

ఈతాకులను  
వింజామరగా పట్టుకుని  
ప్రతి రైలుపెట్టె లోనూ  
వాడు కనబడతాడు  
తల్లెవరో, తండ్రెవరో  
పేరేమిటో తెలియదు  
వాడే ఫ్లాట్ ఫారం కర్ణుడు  
దేశం లో న్యూసెంసంతా  
రైలు బోగీల్లో  
అసహ్యం గా పరచుకోగా -  
మన కాళ్ళను  
సున్నితంగా తప్పించుకుని  
మన సామాను  
భద్రం గా పక్కకి జరిపి  
వాడు బోగీని అద్దంలా  
ముస్తాబు చేస్తాడు  
ముచ్చటగా తయారైన బోగీని

మెచ్చుకోలుగా వీక్షించే  
పెద్ద మనసులు  
చిల్లర అడిగే  
ఆ పసిచేతులను  
చూడగానే అసహ్యం గా చూస్తూ  
తలలు పక్కకు తిప్పుకుంటాయి  
వాడు జాలి కళ్ళతో చూస్తూ  
నీరసమైన గొంతుతో అర్థిస్తూ  
వింజామరను చంకనేసుకుని  
రైలు పెట్టెంతా కలయతిరిగేలా  
ఆకలి చూపులు చూస్తాడు  
తల్లిప్రేమను పొందని వాడు  
తండ్రంటే తెలియనివాడు  
కాన్వెంటు గుమ్మం తోక్కనివాడు  
కడుపునిండా తిండెరగనివాడు  
ఎలక్షన్ అయిన తరవాత  
నినాదాలతో

మురికయినా గోడల్లా  
కావి రంగుకు  
మారిన వాడి బట్టలు  
చేతులు చాపి దీనంగా చూసే  
కళ్ళలో  
మదర్ థెరస్సా, చాచా నెహ్రూ  
జాలిగా కనిపిస్తూ  
వాడి జీవిత కావ్యానికి  
'ముందు మాటలు ' గా  
నిలబడతారు  
దయగల చేతులు  
చిల్లర దండీగా వేసినా  
ముష్టి వాళ్ళ నాయకుడు  
మామూలు కొట్టిసాక  
వాడికి మిగిలేది  
ఓ చల్లటి పాచి ఇడ్డీ  
గోరు వెచ్చటి టీ నీళ్లు



A young boy asked his father, "Dad, do lawyers ever tell the truth?"  
The father thought for a moment, "Yes son, sometimes a lawyer will do anything to win a case!"

*Science Teacher:* Oxygen is a must for breathing & for life. It was discovered in 1773.  
*Student:* Thank God! I am born after 1773 otherwise; I would have died without it.

# **SUBRAHMANYAM GANTI**

**M.D., F.A.A.P**

*Kind and gentle care for your child*

**Board Certified in Pediatrics**

Limited to infants, children and adolescents

*906 Oak Tree Road*

*Suite E*

*South Plainfield, NJ 07080*

*(908) 822-1181*

*OPEN – Monday to Saturday  
Weekends & Evenings Available*

*By Appointment Only  
Most Insurances Accepted*

*Affiliated to JFK, St. Peters & Robert Wood Johnson Hospitals*

**Telugu Fine Arts Society (TFAS)  
c/o Uppala Anantha Sudhakar  
193 Linda LN, EDISON, NJ 08820**

PRSR STD  
US Postage PAID  
Permit #6  
New Brunswick, NJ

**Return Service Requested**

\*\*\*\*\*

## *Shanthi Travel, Inc.*

194 Diamond Bridge Ave., Hawthorne, New Jersey 07506

Ph. 973-423-4444; FAX: 973-423-4459

[Shanthitravel\\_99@yahoo.com](mailto:Shanthitravel_99@yahoo.com)

**SATYAM SRIKONDA, PRESIDENT**

Authorized ticket agent for all major airlines to  
India, Europe, Asia and anywhere worldwide.

Full Service cruise, tours & travel service office -  
part of American Express Travel Network of  
1700 travel offices worldwide offering personalized attention.

Professional planning from beginning to end.  
FEE-FREE AMERICAN EXPRESS TRAVELLERS CHECKS.  
Comes with free passport and credit card replacement assistance.

Ask us about additional benefits and special prices available  
for booking tours and cruises for American Express cardholders.

Experiences travel counselors to plan, assist and help  
for group travel for families, reunions, and Continuing Education programs.

Hours:

Monday – Friday: 10 AM – 5 PM

Saturday: 10 AM – 12 Noon

For Emergencies Please Call:

973-423-4444 any time