

కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డికి ఉపరాష్ట్రపతి జగదీష్ ధన్యవదు

హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 3. ప్రభావవంతమైన కిషన్ రెడ్డిని ఉప రాష్ట్రపతి జగదీష్ ధన్యవదు... కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డిని ఉపరాష్ట్రపతి జగదీష్ ధన్యవదు...

ముంబయి అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయంలో మళ్ళీ పట్టుపడిన డ్రగ్స్



ముంబయి అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయంలో జైజిల్ దేశస్థుడి వద్ద పట్టుబడిన కొరెన్ క్యాబ్స్

హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 3. ప్రభావవంతమైన ముంబయిలోని డ్రగ్స్...

పాట్లలో దాచిన 1.65 కిలోల కొరెన్ క్యాబ్స్ పట్టివేత.. బైజిల్ దేశస్థుడి అరెస్టు

దిగంజీ ప్రయాణము వెళ్ళే మార్గంలో కాకుండా పాట్లలో దాచిన 1.65 కిలోల కొరెన్ క్యాబ్స్ పట్టివేత.. బైజిల్ దేశస్థుడి అరెస్టు...

25 నుంచి ఇఎపి సెట్-2025 దరఖాస్తుల స్వీకరణ

20న నోటిఫికేషన్ జారీ.. ఏప్రిల్ 4 వరకు ఆన్లైన్లో దరఖాస్తుల స్వీకరణ షెడ్యూల్ విడుదల చేసిన ఉన్నత విద్యామండలి చైర్మన్ బాలకిష్టారెడ్డి

హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 3. ప్రభావవంతమైన ఉన్నత విద్యామండలి చైర్మన్ బాలకిష్టారెడ్డి... 20న నోటిఫికేషన్ జారీ...

ప్రచారం చివరిరోజు విద్యార్థులతో ప్రధాని మోడీ ముచ్చటలు

న్యూఢిల్లీ, ఫిబ్రవరి 3. దేశ రాజధాని ఢిల్లీలో ప్రచారం చివరిరోజు విద్యార్థులతో ప్రధాని మోడీ ముచ్చటలు...



లక్షమందికిపైగా తొమ్మిదవ తరగతిలో ఫైవల్ అవుతున్నారని గతంలో కొన్ని కథనాలు వెలువడ్డాయి.

19 జిల్లాలకు కొత్త అధ్యక్షులను నియమించిన బిజెపి

హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 3. ప్రభావవంతమైన తెలంగాణలో 19 జిల్లాలకు కొత్త అధ్యక్షులను నియమించిన బిజెపి...

మాలిన ఎన్ఎస్సీ ప్రిఫైనల్ పరీక్షల టైమ్టేబుల్

మధ్యాహ్నం 12.15 నుంచి 3.15 వరకు పరీక్షలు. మార్చి 6 నుంచి 15 వరకు కొనసాగింపు. మాలిన ఎన్ఎస్సీ ప్రిఫైనల్ పరీక్షల టైమ్టేబుల్...

సమ్మిళిత అభివృద్ధి దృశ్యాన్ని ఆవిష్కరించును కేంద్ర బడ్జెట్

ప్రముఖ ట్యాక్స్ నిపుణులు పిపిఎస్ఎస్ ప్రసాద్. సామాజిక సంక్షేమం వరకు బడ్జెట్ వృద్ధిని...



చర్చ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న ప్రముఖ ట్యాక్స్ నిపుణులు పిపిఎస్ఎస్ ప్రసాద్.

మార్చి 17 నుంచి బిజె ఇసెట్-2025 దరఖాస్తుల స్వీకరణ

మార్చి 12న నోటిఫికేషన్ జారీ. హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 3. ప్రభావవంతమైన మార్చి 17 నుంచి బిజె ఇసెట్-2025 దరఖాస్తుల స్వీకరణ...

BEFORE THE HON'BLE DEBTS RECOVERY TRIBUNAL-II 1st Floor, Triveni Complex, Abids, At: Hyderabad O. A. No. 455 of 2024

BEFORE THE HON'BLE DEBTS RECOVERY TRIBUNAL-II 1st Floor, Triveni Complex, Abids, At: Hyderabad O. A. No. 455 of 2024

BEFORE THE HON'BLE DEBTS RECOVERY TRIBUNAL-II 1st Floor, Triveni Complex, Abids, At: Hyderabad O. A. No. 503 of 2024

BEFORE THE HON'BLE DEBTS RECOVERY TRIBUNAL-II 1st Floor, Triveni Complex, Abids, At: Hyderabad O. A. No. 504 of 2024

BEFORE THE HON'BLE DEBTS RECOVERY TRIBUNAL-II 1st Floor, Triveni Complex, Abids, At: Hyderabad O. A. No. 504 of 2024

BEFORE THE HON'BLE DEBTS RECOVERY TRIBUNAL-II 1st Floor, Triveni Complex, Abids, At: Hyderabad O. A. No. 504 of 2024

BEFORE THE HON'BLE DEBTS RECOVERY TRIBUNAL-II 1st Floor, Triveni Complex, Abids, At: Hyderabad O. A. No. 504 of 2024

నిర్మలమ్మ బడ్జెట్లో 'శారీ' ప్రత్యేకత

ఏటా బడ్జెట్ వేళ ఆర్థిక కేటాయింపుల పైనే కాదు... ఆర్థిక మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్ ధరించే చీరల పైనా అందరి దృష్టి నెలకొంటుంది. దేశ సంస్కృతి సంప్రదాయాల్ని ప్రతిబింబించేలా, హుందాతనాన్ని ద్విగుణీకృతం చేసేలా ఆమె ఏం చూపినా చీరలపై ఎంతో ముఖ్యత ఉంటుంది. ఆర్థిక మంత్రిగా బాధ్యతలు చేపట్టిన నాటి నుంచి ఎక్కువగా వేసే చీరలకే ప్రాధాన్యమిస్తూ నిర్మలమ్మ... ఏటా బడ్జెట్ రోజున ఎందుకునే చీరలకు ఏదో ఒక ప్రత్యేకత ఉంటుంది. తాజాగా బడ్జెట్ వేళ... అలాంటి ఓ ప్రత్యేకమైన చీరలోనే దర్శనమిచ్చారామె. అయితే ఇప్పటివరకు బడ్జెట్ రోజున ఆమె ధరించిన చీరలన్నీ తాను ముఖ్యమంత్రి కోసం కట్టినవే. ఈ ఏడాది కట్టుకున్న చీర మాత్రం ఓ కళాకారిణి తనకు బహుమతిగా అందించిన చీర కావడం విశేషం! ఇలా



ఈసారి సైతం ప్రత్యేకతను సంతరించుకున్న నిర్మలమ్మ చీరకట్టు నెట్టింట్లో వైరల్గా మారింది. ఎదుటివారు మనకు అత్యురంగా ఇచ్చే కొన్ని బహుమతుల్ని ఎంతో అపురూపంగా దాచుకుంటూ, సందర్భం వచ్చినప్పుడు వాటి గురించి అందరికీ తెలియజేస్తారు. ఈ ఏడాది బడ్జెట్ సందర్భంగా నిర్మలమ్మ కూడా అదే చేసింది. నాలుగేళ్ల క్రితం బీహార్ మధుబనీ ప్రాంతంలో జరిగిన ఓ సమావేశానికి వెళ్లారు నిర్మల. ఈ కోరికనే అక్కడి మధుబనీ కళాకారిణి దులారీ చేసి... తన సర్వసాధారణ రూపాందించిన ప్రత్యేకమైన చీరను ఆర్థిక మంత్రికి బహుకరించారు. అంతేకాదు... ఈ చీరను బడ్జెట్ రోజున కట్టుకోవాలని కోరారు. అయితే ఇన్నాళ్లూ ఈ అమూల్యమైన చీరను చీరవల్లో భద్రంగా దాచుకున్న నిర్మలమ్మ... తాజాగా దీన్ని బయటికి తీశారు. నేటి బడ్జెట్ రోజున ధరించి... దులారీకి ఇచ్చిన మాటను నిలబెట్టుకున్నారామె. క్రింద కలర్ చీరపై మధుబనీ పెయింటింగ్ వేసి ఎంతో అందంగా దీన్ని రూపొందించారామె. ఈ చీరకు మ్యాచింగ్ ఎరువు రంగు ప్లయిన్ బ్లోజ్ వేసుకున్న నిర్మలమ్మ... సింపు సూపర్ అంటూ అందరిచేత కితాబునందుకున్నారు. ఇక ఈ చీర డిజైన్ చేయడానికి తనకు నెల రోజుల సమయం పట్టిందంటున్నారు దులారీ. సీతారామన్ జీ మిగిలా చిత్రకళ సంస్థకు వచ్చినప్పుడు ఈ చీరను ఆమెకు బహుకరించాను. 'బంగ్లూర్ సిల్కగా పిలిచే ఈ శారీని రూపొందించడానికి నాకు నెల రోజులు పట్టింది. ఆమెను ఈ చీరలో చూడడం చాలా సంతోషంగా ఉంది. ఇది నాకో గొప్ప గౌరవం... అంటున్నారీ మహిళా ఆర్టిస్ట్, మధుబనీ చిత్ర కళాకారిణిగా తాను చేసిన సేవలకు 2021లో 'పద్మశ్రీ' పురస్కారం కూడా అందుకుంది. □

ఈ భూమిపై సమస్త జీవరాసులు సుఖిక్రంగా ఉన్నాయంటే అందుకు కారణం సూర్య భగవానుడే. ఈ కారణంగానే సూర్యుడిని భానుడని, కనిపించే దేవుడని అంటారు. మిగతా దేవుళ్లు మనకి ప్రత్యక్షంగా కనపడరు. సూర్యుడు ఒక్కడే మనకి ప్రతినీత్యం ప్రత్యక్షంగా కనిపిస్తాడు. ఈ భూమండలం నిత్య కళ్యాణం, పచ్చ తోరణంలా కళకళలాడుతుంటే అందుకు నిదర్శనం సూర్య భగవానుడే. అందుకే భక్తులు సూర్యుని అంతలా ఆరాధిస్తారు. మరీ ముఖ్యంగా సూర్య జయంతి రోజున భక్తులు సూర్యుణ్ణి ఎక్కువగా పూజిస్తారు. మాఘమాసం శుక్లపక్షంలో సప్తమి తిథి రోజు సూర్య జయంతి ని జరుపుకుంటారు. ఈ సూర్య జయంతిని రథసప్తమి అని, వైవత్స మన్వంతరం అని కూడా పిలుస్తారు. అంటే వైవత్స మన్వంతరం ప్రారంభమైంటుంటే రోజు. అదే సూర్య పుత్రుడైన నలువంటి వైవత్స మనువు తన పాలన ప్రారంభించినట్లు వంటి రోజు కనుక వైవత్స మన్వది ప్రారంభమైంటుంటే రోజుగా జరుపుకునే వారు. కాంగర్యంలో ఇది కలిసిపోయింది.



మహిమాన్వితమైన రథసప్తమి..



వైవత్స మి తండ్రి వివత్స మి అంటే సూర్యుడు అవతరించినట్లుంటే రోజుగా, రథసప్తమి వేడుకగా జరుపు కుంటారు. సూర్యుడు ఏడు గుర్రాలపై దర్శనం ముగించి పూర్వోత్తరాది దిశగా ప్రయాణం సాగిస్తాడు. అది ఈరోజు నుంచే ప్రారంభమవుతుంది. మాఘ సప్తమి నుంచి రానున్న అరుహణ కుర్రులకు అక్షయ ధాత్రులు కావాలని ప్రార్థనలు చేస్తారు. సూర్యుడు ఏడు గుర్రాలను ఏడు వారాలకి సంతోషాలు. ఏడు గుర్రాలను బీద చందస్సులు అంటారు. "గాయత్రీ, త్రిప్ప, జగతి, అనుష్టా, పంచీ, బృహతి, ఉష్ణిక" అనే ఏడు గుర్రాల

పత్రం అని పేరు. సౌర సంబంధమైన ఆకుగా. జిల్లేడు ఆకుల్ని, రేగు ఆకుల్ని చెప్పారు. ఏడు జిల్లేడు, ఏడు రేగు ఆకుల్ని, రేగు పళ్లని ఒంటిమీద పెట్టుకుని స్నానం చేస్తే బౌద్ధ గుణాలు లభిస్తాయి. ఇలా స్నానమాచరించిన తర్వాత కొత్త బట్టలు ధరిస్తారు. కుంపటి ఉంటే కుంపట్లో ఆవు పిడకలు వేసి వెలిగించి సూర్యునికి ప్రీతికరమైన పద్మ ముగ్గు వేసి ఆ పద్మములో కుంపటి పెట్టి అందులో పసుపు, కుంకుమ రాసిన ఇత్తడి గిన్నె పెట్టి అప్పుచాలు, కొత్త బియ్యం, బెల్లం, చిక్కుడు గింజలు వేసి పాదుసం చేస్తారు. సూర్యుని వెలుగులు పడే ప్రదేశంలో చేసిన పాదుసం మంచి అమృతమయం అవుతుంది. ఏడు చిక్కుడు కామలకి ఏడు పుల్లలని గుచ్చి రథంలా చేసి ఆ రథం మీదకి సూర్యుణ్ణి ఆవాహనం చేస్తారు. అదిత్య హృదయం, సూర్యాష్టకం వంటి ఇప్పుడు చేసిన ప్రసాదాన్ని నివేదన చేస్తారు పూజ అనంతరం. ఈ రోజున అడవిమలలంతా నోముల్ని ప్రత్యేకంగా ప్రార్థిస్తారు. కథ వదిలి అక్షయం తల మీద వేసుకొని సంవత్సరమంతా చేసే నోముల్ని ప్రార్థిస్తారు. ఇలా చేసి కుటుంబం, ఆస్తులు అయిదోగ్గో బాగుంటే అభివృద్ధిలో తలతూగుతుంది. ప్రముఖ పుణ్యక్షేత్రాలలో కూడా ఈ రోజున ప్రత్యేక పూజలు చేసి సూర్యుని రథంపై పురబిడుల్లో ఊరేగింపు అంగరంగ వైభవంగా



నిర్దిష్టంగా మారిపోతాయి. అలాగే జుట్టుకు సంబంధించి ఎక్కువ వేడిని ఉత్పత్తి చేసే పస్తులు కూడా వాడకపోవడం మంచిది. అంటే డ్రయర్స్, కర్లర్స్, డ్రయింగ్ మెషిన్లు వాడకూడదు. టవల్స్ తుడుచుకుని ఆరబెట్టుకునే విధానానికి పరిమితం కావాలి. అలాగే కండీషనర్ పెట్టుకున్న

ఈ కాలంలో జుట్టు రాలకుండా..

చల్లగాలుల వల్ల కేవలం శరీరంలోనే కాదు... శిరోజుల్లో కూడా తేమ శాతం బాగా తగ్గిపోతుంది. ఫలితంగా జుట్టుంతా అల్పకణి నట్లు పొడిగా తయారవుతుంది. అదనంగా కుదుళ్లు బలహీనపడి జుట్టు రాలిపోయే సమస్య ఆధిక్యమవుతుంది. కాబట్టి చలి బారి నుంచి శిరోజులను కూడా సంరక్షించుకుంటూ, కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే అలలాంటి ముంగురులతో అందంగా ఉండచ్చు.

తరచూ తలస్నానం వద్దు..!

శరీరం రోజూ తలస్నానం చేస్తే, మరొకందరు వారానికి మూడు లేదా నాలుగుసార్లు చేస్తూ ఉంటారు. శిశుకాలంలో తలస్నానం మరీ ఎక్కువగా లేదా తక్కువగా కాకుండా వారానికి రెండుసార్లు చేస్తే సరిపోతుంది. అలాగే తలస్నానానికి ఉపయోగించే షాంపూ కూడా శిరోజులకు సరిపడేనట్లు ఉండాలి.

కండిషనింగ్ కూడా...

తలస్నానానికి ముందు జుట్టుకు కండిషనింగ్ (ప్రీవాష్ కండిషనింగ్) తప్పకుండా అప్లై చేసుకోవాలి. ఇలా చేయడం వల్ల కుదుళ్లు బలంగా ఉంటాయి. షాంపూలో ఉండే రసాయనాల ప్రభావం కూడా జుట్టుపై అంతగా ఉండదు.

బయ్యం పడి మద్దు..

ఈ కాలంలో వాతావరణం చల్లగా ఉంటుంది, వేడినీటితో స్నానం చేయడం సహజం. అయితే స్నానానికి బాగా వేడిగా ఉన్న నీళ్లను ఉపయోగించకూడదు. గోరు వెచ్చని నీటిని ఉపయోగించాలి. ఎక్కువ వేడిగా ఉన్న నీటిని ఉపయోగిస్తే చర్మం, శిరోజుల్లో సహజ సూనెల శాతం తగ్గిపోయి పొడిగా,

పూజా సామగ్రి శుభ్రం చేద్దామా!

మెరిపిస్తాయి. మీకోసమే ఈ చిట్కాలు + టోమాటో కెప్టెక్స్ కాన్స్ బెకింగ్ సోడా చల్లి ఇత్తడి, వెండి, రాగి పప్పులను పీచుతో మృదువుగా రుద్దండి. ఇందులో అమలతత్వం నలుపు రంగుని త్వరగా వదిలివేస్తుంది. + పరిమితిలో కాన్స్ వెనిగర్ కాన్స్ పంటసోడ కలిపి ఆ పప్పులకు పట్టించండి. కాన్స్ పు ఆగి పీచుతో రుద్దండి. కొత్తపాటిలా మెరిపిపోతాయి. టూత్ పేస్ట్ కాన్స్ నిమ్మ రసం చేర్చి పూజ పప్పులను రుద్దండి. కడగి యిండి, మిల



చుట్టు కున్నా కుదుళ్లుకు మంచి పోషణ అంది బలం చేకూరుతుంది.

నూనె కూడా...

చలికాలంలో శిరోజులకు ఎంత తరచుగా నూనె పెడితే అంత మంచిది. ఇది జుట్టులోని తేమ శాతం ఎక్కువ సమయం నిలిచి ఉండటానికి బాగా ఉపకరిస్తుంది. అలాగే దుబ్బుకోవడానికి ఉపయోగించే దుబ్బున కూడా సరైనది ఎంచుకోవాలి. పళ్లె కాన్స్ దూరంగా, వెడల్పుగా ఉన్నవైతే మంచిది. □

తదితర సమస్యలు.

వీటినుంచి ఉపశమనానికి కొలాజెన్ సహకరించుతుంది. నిద్ర దీని సహజ ఉత్పత్తి దోహదం చేస్తుంది వలు ఆధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. అంతేకాదు, తగినంత నిద్రలేకుంటే కళ్లకింద నల్లటి వలయాలు, జుట్టురాలడం, మధుమేహం లాంటి సమస్యలూ మొదలవుతాయి. అయితే మారతున్న జీవనశైలిలో మానసిక, శారీరక ఒత్తిళ్లతో నిద్రకు దూరమవుతున్న మహిళలే ఎక్కువ. వీటిని నిర్మూలన అధిగమిస్తూ నిద్రపోయేయడం ఈ చిట్కాలను పాటించి చూడండి. ♦ నిల్వ పిల్లోలను ఎంపిక చేసుకోండి. ఇవి మృదువుగా ఉంటాయి. సహజసూనెల కొలిచి కూడా,

ఎండ తగలకపోవడం వల్ల..

తక్కువ వేడి సీట్లలో ముంచిన టవల్లు తలకు అందంగా కనపడాలా... అయితే మీరంత సేపు నిద్రపోతున్నారా? దానికి, దీనికి సంబంధంమేంటి అంటారా?... ఉండంటున్నారని పుణ్యం ముఖం మెరవాలంటే పక్కాగా 7 గంటలు నిద్రపోవాలి... వయసు పెరిగితే శరీరంలో వృద్ధాప్యవ్యాధులు పెరుగుతూ ఉంటాయి. దాని పర్యవసానమే చర్మం సాగడం, ముడతలు పడటం, పిగ్మెంటేషన్ దద్దుర్లు, దురదల, అలసట, కాసాడు తాయి. తిన్నాక



జీవక్రియలన్నీ అస్పష్టమవుతాయి... కాబట్టి వేళ ఆకలి అవుతుంది, రాత్రులు నిద్ర రాకపోవడం... పగలు కునుకు పొట్టు పడటం వంటివిన్నాయి. అంటే పొర పొటలు గడియారం తప్పుగా నడవడమే అని భావించకూడదు. జరిగింద నుకోండి... ఏమవు తుంది? సరిగా గమనించలేదే... వసుల్ని అస్పష్టమవుతాయి. అవునా? శరీరంలో కూడా అలాగే జరుగుతుంది. అందుకే దాన్ని గాడిన పెట్టాలి. అలా జరగా లంటే శరీరానికి ఎండ తగలాలి. అది కూడా మనం లేచిన గంట లోపు జరిగిందా మాకు కోవాలి. ఈ

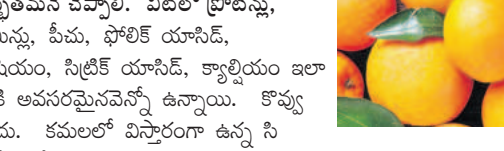
నిద్రలేమి అందానికి చేటు!



15 నిమిషాల్లో నిద్రం అలసి నిద్రపడు తుంది. ♦ కనీసం 30 నిమిషాల ముందు స్ట్రెస్ చూడకండి. బదులుగా పుస్తకంపఠనానికి ప్రాధాన్యమివ్వండి. ఒకే యాంగిల్లో ఎక్కువ సేపు కూర్చుని చదవడం వల్ల కండరాలకూ విశ్రాంతి లభిస్తుంది. నిద్రకూ సహాయపడు తుంది. ♦ సామం త్రం వేళ్లలో తాగే డి, కాఫీలకు నో చెప్పండి. వీటిల్లో ఉండే చెప్పి నిద్రను దరిచేరనిస్తారు. చంద్లా, పాలూ, సల్ఫీ తీసుకోండి. వీటిల్లో ఉండే మెగ్నీషియం స్థాయిలు మంచివినిస్తాయి. ఇవే కాకుండా ఆకుకూరలూ, డెయిర్ ఉత్పత్తుల్ని మి రోజువారీ ఆహారంలో భాగం చేసుకోండి. వైద్యుల సలహా మేరకు సప్లి మెంట్లనూ వాడొచ్చు. ఇవన్నీ క్రమం తప్పకుండా పాటించి నిద్ర తోపాటు, అందమైన ముఖవర్ణున్నూ మీ సొంతం చేసుకోవచ్చు. □

చిన్నపని జీవక్రియలన్నీ సక్రమంగా చేయడం తో పాటు సకాలంలో నిద్ర పోయేలా అది కూడా గాఢనిద్రని అందిస్తుంది. ప్రయత్నించండి మరీ!

ఆందోళన తగ్గించే కమలాలు



పంతులు, వికారం, తలపోపు తగ్గ తాయి. రక్తంలో చర్మం స్థాయి పెర గాదు. ఊబయం రాదు. ఎసిడియా బారీ నుంచి బయట పడొచ్చు. రక్త పోటు నియంత్రణలో ఉంటుంది. ఈ పండ్లు డ్రైన్ హోల్స్ను విడుదలను అరికడతాయి కనుక ఒత్తిడి, ఆందోళనల నుంచి బయట పడొచ్చు. అనేక క్యాన్సర్లను నిరోధిస్తుంది జీవిత విశేషాల్లో తేలింది. మధుమేహంతో బాధపడే వారు కూడా కమలాలు తినొచ్చు. కొందరు కమలా జ్యూస్ తాగడానికి ఇష్టపడతారు. కానీ అందులో పీచు అంతా పడకట్టేస్తూ వందార జతపెస్తూ అంతకంటే కమలతోనలు అలాగే తినడం మంచిది. □

కమాండర్ గా వ్యవహరించడం సంతోషం..



మేజర్ రాధికా సెన్... రక్షణ రంగంలో భారత్ శక్తిని, స్వావలంబననూ, సాంకేతికతనూ ఎక్రకట ప్రాంగణంలో ప్రదర్శించే భాష్యతలను దక్కించుకున్నారా. గణతంత్ర దినోత్సవం రోజున దిల్లీ లోని కర్మవ్యవహార జరిగిన పరేడ్ లో పాల్గొన్న మెకెజెడ్ ఫోర్స్ సర్కిల్ రాధికా నేతృత్వం వహించారు. 'భారత్ పోర్ట్ తయారీచేసిన, క్విక్ రియాక్టివ్ ఫోర్స్ వెబికల్ ప్రదర్శనలో కమాండర్ గా వ్యవహరించడం సంతోషంగా ఉంది. దీన్ని వ్యక్తం చేసుకోవాలి ఆనందం వహించాలి. కౌంటర్ టెర్రరిజం, ఇన్స్ట్రక్టివ్ ఇది సమర్థవంతంగా పనిచేస్తుంది. బుల్డోజర్, యుద్ధక్షేత్రంలో జరిగే భారీ పులులనూ తట్టుకుంటుంది. గాయపడిన జవాన్లను సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలించడానికి ఇది ఉపయోగపడుతుంది. వాహనంలో కూర్చోనే బయట జరుగుతున్న పరిస్థితుల్ని గమనించవచ్చు. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో కాల్పులు జరిపాలనూ దీన్ని తయారుచేశారు. ఇది ఎనిమిది మంది జవాన్లు, డ్రైవర్, కో డ్రైవర్లను తీసుకుపోతారు. దీనికి నాయకత్వం వహించడం ఆర్మీలో పెరుగుతున్న మహిళా ప్రాతినిధ్యానికి నిదర్శనం అంటున్నారు. రిపబ్లిక్ డే కాంగ్రెస్ పేదరికం, అవినీతి, అల్లర్లు, రాజకీయ దారుణాలకు సామాన్యులు బరిపోతున్న దేశాలు. అక్కడ శాంతి నెలకొల్పాలని వ్యక్తం చేసుకుంటున్న సందర్భాల్లో దీనికే మేజర్ రాధికా సేన ఎంపిక చేశారు. కానీ అమ్మాయి, అందంలోనూ ఇప్పటిదాకా స్థానిక బృందాల్లోనే పనిచేసినామె అక్కడ వివిధంగా రాజకీయంలో అని సందేహించారు. వాళ్లందరి అనుమానాల పటాంపలు చేశారు రాధికా 23023 మార్చిలో యుఎస్ఎని బట్టి 'యునైటెడ్ నేషన్స్ ఆగ్నశైలిన్



స్థిరశైలిన్ మిషన్ లో భాగమయ్యారు. ఒప్పై శాంతి భద్రతల్ని రక్షిస్తూ... మరోవైపు మహిళలూ, బిచ్చారులూ ఎక్కువగా ఉండే ప్రాంతాల్లో పెట్రోలింగ్ నిర్వహించే వారు. కమ్యూనిటీ అల్లర్లు నిల్వల్లో నన్నూ ఏర్పాటుచేశారు. రక్షకరాలిగా మారి స్థానికులకు జీవిత పాఠాలిస్తూ నేర్పారు. బిచ్చారులకు ప్రత్యేక తరగతులు నిర్వహించి అక్కడి అండ్ విద్యను బోధించేవారు. యువతకు వృత్తివైపుల్లో శిక్షణ ఇవ్వడం, మహిళలకు ఆరోగ్యంపై అవగాహన కల్పించడం వంటివి చేశారు. అంతే కాదు, అక్కడి ప్రజలకు తమ హక్కులను రక్షించే అలా పోరాడారో కూడా నేర్పారు రాధికా ఈ శాంతిదూత సేవలు మెచ్చిన యుఎస్ 2023లో 'మిలిటరీ మెంబర్ ఆఫ్ డియట్ ఆఫ్ ది ఇయర్ అవార్డు'ను అందించింది. మేజర్ సుమన్ గవానీ తర్వాత ఈ అవార్డును అందుకొన్న రెండో భారతీయ మహిళా మేజర్ రాధికా ఈమెది మహిళా ప్రదేశ్, ముంబయి ఇంటిలో మాస్టర్స్ డిగ్రీ చదివారు. బాల్యం నుంచే దేశానికి సేవ చేయాలన్నది రాధికా కల. అందుకే శాస్త్రవేత్త కాలానుకున్నారా. చదువు పూర్తి అవకాలం కోసం సిద్ధంగా ఉన్నప్పుడు, ఎన్నో నోటిఫికేషన్ విడుదలైంది. మీతో పాటు సరదాగా రాశా. విజయం సాధిస్తూ, కానీ ఈ రంగంలోకి వెళ్లాలా వద్దా అనే ఆలోచన, అప్పుడు జన్మభూమికి సేవ చేసే అవకాశం అందరికీ రాదు. దీన్ని సద్వినియోగం చేసుకుని, మా పేరు నిలబెట్టు అన్నారూ అమ్మాయిన్నూ. వాళ్లీన్ని సూర్పితో 2016లో భారత్ రక్షణ రంగంలో చేరారు. □

