ఓ దెయ్యం కథ

అది అటు చిన్నదీ, ఇటు పెద్దదీ కాని ఓ మోస్తరు పల్లెటూరు. అక్కడి మనుషులు అమాయకతకూ మూర్ఖత్వానికి మధ్య ఉన్నారు. రాజులూ, రాజరికాలూ నశించి చాలా ఏళ్ళు గడిచాయి..... కాని భూపతి మటుకు ఆ గ్రామానికి 'మకుటం లేని భూపతి.' దేశమంతటా భూపరిమితి చట్టం వచ్చింది. కాని భూపతి మాత్రం తన పేరును నిలబెట్టుకున్నాడు. (అతని భూములు పోలేదు!)

చట్టం రాకమునుపే అది వస్తుందని తెలిసిన భూపతి, తన భూములన్నిటినీ కొడుకులు, కూతుళ్ళు, అల్లుళ్ళ పేరిట రిజిస్టర్ చేయించాడు.

భూములు ఇంకా మిగిలితే – తన మీసాలు చూసి బెదిరే ఇంటి నౌకర్లు – సారీ–దానిసల పేర్లతో భూమి పట్టాలు వ్రాయించాడు.

ఆ ఊరి పొలిమేర దాటగానే పంటపొలాలు కనబడతాయి. ఆ పొలాల మధ్యగా ఓ మైలున్నర దూరం కాలి బాటన నడిస్తే ఆ ఊరి చెరువు ఉంది.

ఆ చెరువు నెవరో పూర్వం మహారాజు కట్టించాడు. కాని దానిని అందరూ 'భూపతి చెరువు'

అని పిలుస్తారు. ఎందుకంటే—భూపతి ఆ చెరువును తన వంశీకులే కట్టించారని చెబుతాడు. చెరువులోని నీళ్ళు సగానికి పైగా భూపతి పొలాలకే మళ్ళించబడతాయి.

ఆ చెరువు గట్టుకి ఎడమ ప్రక్కగా వెళ్ళితే, చెట్టుచేమలతో ఆ ప్రదేశమంతా ఓ చిట్టడవిలా కనబడుతుంది.

అక్కడ దేశంలోని ప్రధాన పరిశ్రమ లన్నిటినీ తన కైవసం చేసుకుని మార్కెట్‌ను కంట్రోలు చేస్తూ విర్రవీగే గుత్త పెట్టుబడిదారునిలాగా శాఖోపశాఖలుగా విస్తరించి, ఊడలు పాతుకు పోయిన ఓ పెద్ద మర్రిచెట్టు అందరినీ ఆకర్షిస్తుంది. ఆ దారిన సాగిపోయే బాటసారులు ఆ చెట్టును ఆశ్రయించి విశ్రాంతి తీసుకోటానికి వీలుగా పెద్ద పెద్ద కొండరాళ్ళు అక్కడ వేయబడ్డాయి.

*

'రంగడు చచ్చాడు!'

'నిన్న మాపటేళ వరకూ ఉక్కు కడ్డీలా ఉన్న వాడు రాత్రికి రాత్రి ఎట్లా చచ్చాడేంటి?'

'పాపం వాడికి దేముడు రాసిన ఆయుస్సు తీరిపోయిందేమో! చీకటేళ పొలంకాడినుండి వస్తుంటే మర్రిచెట్టు దగ్గర దయ్యం పీని కేసిందట!'

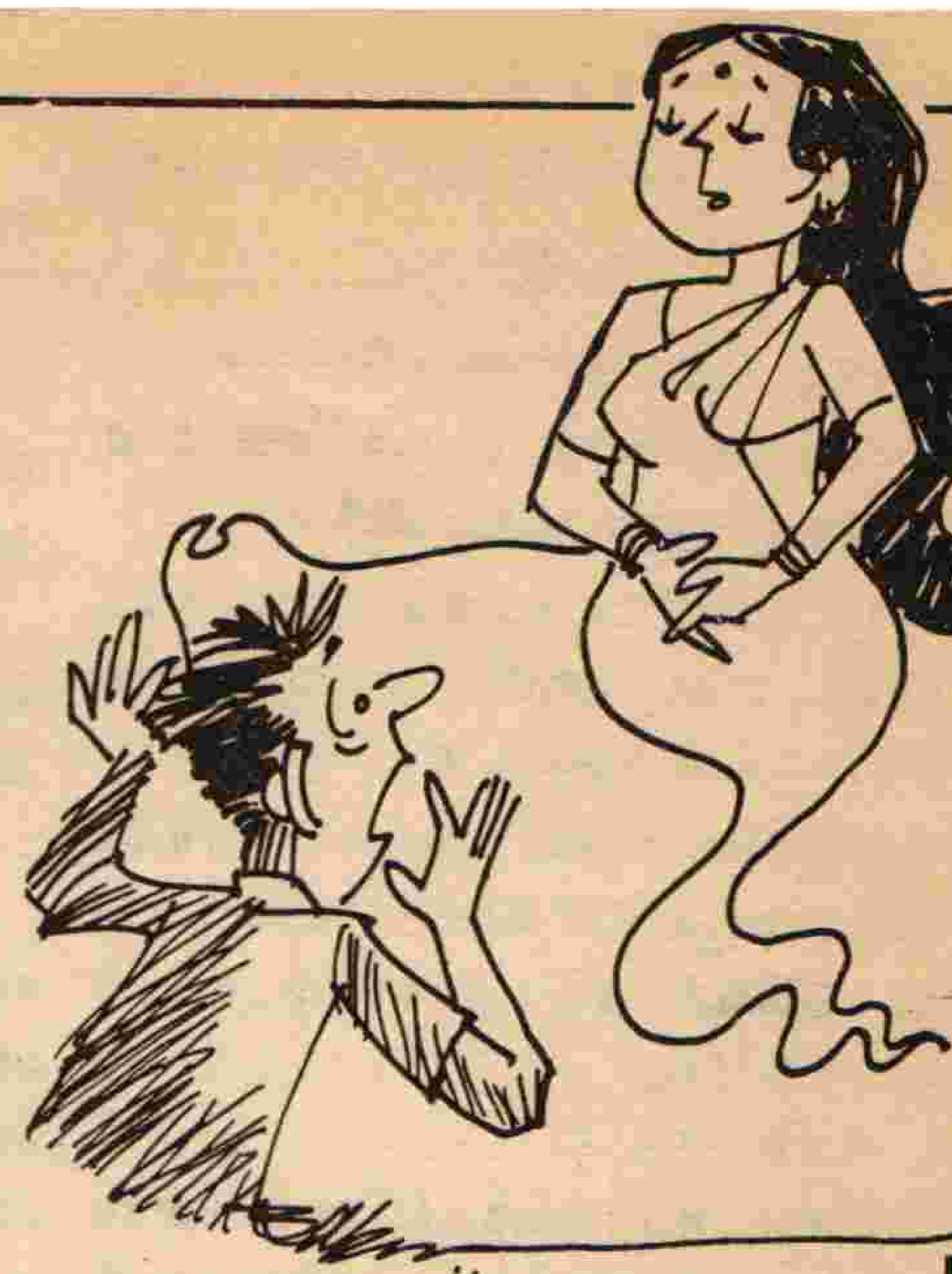
ఏ నోట విన్నా ఇదే వార్త 'పొగలా' గప్పుమని ఆ ఊరంతా వ్యాపించింది. కాని వీరయ్య మాత్రం ఆవరించిన ఆ పొగను 'ఉఫ్' మంటూ ఊదేసినట్లుగా తేలిగ్గా తీసి పారేస్తూ, పకపకా నవ్వాడు.

'దెయ్యాలు భూతాలు మన భ్రమలేరా తిక్క సన్నాసుల్లారా! మనుషుల్ని మించిన దెయ్యాలు ఏవీ లేవు! వాడిని మా దొరబాబే (భూపతి) సంపించాడు' అని అన్నాడు.

రంగయ్య తండ్రి ఓసారి భూపతి దగ్గర నూరు రూపాయలు అప్పు చేశాడు. దానికి వడ్డీనే సరిగా చెల్లించలేని అతడి దుర్భర పరిస్థితి చూసి భూపతి చాలా బాధ పడిపోయాడు (అప్పు తీరదేమోనని). తన దగ్గరే పనికి కుదుర్చుకున్నాడు.

ఆ విధంగా భూపతికి తన శరీరాన్నే అర్పించిన రంగడి నాన్నకి చివరికి ఎముకలు మాత్రం మిగిలాయి.

కాలవాహినిలో .... మిగిలిన ఆ ఎముకల్ని



ఒక పెద్ద మనిషి అనారోగ్యంతో బాధ పడుతున్న తన భార్యను ఆసుపత్రిలో చేర్చాడు. చేర్చిన పదిహేను రోజుల తర్వాత అతను ఆసుపత్రికి వెళ్ళి చూస్తే, ఆమె—ఆమె కోసం కేటాయించిన బెడ్ మీద లేదు! అక్కడ డ్యూటీలో ఉన్న నర్సు ఆ బెడ్ మీది రోగి రెండు రోజుల క్రితం చనిపోయిందని చెప్పింది. అది విని ఆ పెద్ద మనిషి ఇంటికి తిరిగి వచ్చి భార్యకు శ్రాద్ధకర్మ జరిపించాడు. మరో రెండు రోజుల తర్వాత అతని భార్య యింటికి వచ్చింది. తాను అప్పుడే ఆసుపత్రినుంచి వస్తున్నట్టు ఆమె చెప్పినా ఆ భర్త నమ్మలేదు. నమ్మకపోగా ఆమెను ఇంట్లోకి రానివ్వలేదు. దాంతో ఆమె పుట్టింటికి వెళ్ళింది. భర్త ప్రవర్తనతో ఆమె జబ్బు తిరగబెట్టి మరుసటి రోజే ఆమె మరణించింది.

ఈ సంఘటన ఇటీవల పశ్చిమ బెంగాలులోని మిద్నపూర్‌లో జరిగింది.

మట్టిలో కలిపేందుకు భూపతి రంగడికి అప్పిచ్చి దిక్కులేని రంగడిని తన బానిసగా చేసుకుని దిక్కు కల్పించాడు.

ఆ బానిస బ్రతుకులోనే పదేళ్ళ రంగడు పాతికేళ్ళవాడయ్యాడు.

పెరిగిన వయస్సుతో పాటు తన చుట్టూ ఉన్న పరిస్థితుల్ని, సమాజంలో వస్తున్న నిజమైన మార్పుల్ని, సమవాదపు నినాదాల్ని ఆకళింపు చేసుకున్నాడు రంగడు.

ఇంత కాలం అనుభవించిన బానిస బ్రతుకుపై అతనికి ఏవగింపు కలిగింది. తనూ ఓ మనిషే నన్న విషయం తొలిసారిగా తెలుసుకున్న తర్వాత అతనిలోని 'విప్లవ హృదయం' మేల్కొని దౌర్జన్యానికి ఎదురు తిరిగింది.

బానిస బ్రతుక్కి స్వస్తి చెప్పి, చట్టానికి భయపడి భూపతి తన పేర వ్రాసిన భూమిని

'ఆశానీరజ'

అమ్మి పట్నం వెళ్ళి బ్రతకాలనుకున్నాడు. కాని, పాపం....ఆ నిర్ణయం తీసుకున్న మరుసటి రోజే దయ్యం వాత బడ్డాడు!

వీరయ్య అనిన మాటలు విని, అక్కడున్న వారతడిని పిచ్చివాడిని చూసినట్లు చూసి, తెలివిగా నవ్వారు.

దయ్యాలు లేవని వాదించే వీరయ్య ధోరణి—అక్కడున్న రక్తం చల్లారిన వృద్ధ మహాజనుల రక్తాన్ని వేడెక్కించింది.

'ఒరేయ్! నీ పిచ్చి వాగుడుతో దేముడు లాంటి దొరగారిపై లేని నిందలు వేయకు! ఆయనగారు వాడిని కన్న బిడ్డలా చూసుకున్నారు. వాడి అబ్బ చచ్చాక తన యింట పని యిచ్చారు. దిక్కులేని వాడని వాడిపేరిట పొలం రాశారు. చేసిన మేలుని మరిచి కొవ్వెక్కి వాడు ఎదురు తిరిగినా దొరగారు పల్లెత్తు మాట అనలేదు. వాడిని మర్రి చెట్టుకాడ దయ్యం సంపనే లేదంటుండవ్ గదా....? నీకు నిజంగా మగతనం ఉంటే ఇయ్యాళ అర్ధరాత్రికాడ ఆ మర్రిచెట్టుకాడి కెళ్ళి దానిమీన మేకు కొట్టి రావాలె! ఐదొందలు ఊరి

తరవున నీతో పందెం కాస్తున్నాం!' అన్నారు వాళ్లు.

*

అర్ధరాత్రి పన్నెండు గంటల సమయం....

నిండు అమావాస్య. దట్టమైన కారు చీకటి ఎటు చూచినా స్వైర విహారం చేస్తోంది.

'ఏ క్షణంలో ఏం జరుగుతుందో'నని ఊపిరి బిగబట్టి తొంగి తొంగి చూస్తున్నట్లున్నాయి మిణుకుమిణుకు మంటున్న నక్షత్రాలు.

ఎన్నికలకు ముందు ప్రజలకు వాగ్దానాలుచేసి గెలిచిన తర్వాత ఐదేళ్ళవరకూ ప్రజలతో నాకేం పని అనుకునే ప్రజానాయకుడిలాగా చంద్రుడి అచూకీయే లేదు.

ఆ సమయంలో....

పొలాల గట్ల వెంబడి ఓ తెల్లటి ఆకారం విసవిసా నడిచి వెళుతున్నది. ఎవరైనా చూస్తే దాన్ని దయ్యమని భావించి హడలిపోయే ప్రమాదముంది.

కాని....అతడు వీరయ్య! తెల్లటి జుబ్బా. తెల్లటి పంచె ధరించి ఉన్నాడతను. ఆ భయంకర నీరవ నిశ్శబ్దంలో అతని చెప్పుల 'కిర్రు' చప్పుడు మాత్రం స్పష్టంగా వింతగా వినబడుతోంది!

దేహమంతా వంకరలు తిరిగి పోవాల్సిన ఆ చలిలో అతను అదేం పట్టనట్లు హుషారుగా నడుస్తున్నాడు.

కారణం...అంతకు క్రితమే పిచ్చి పిచ్చి ఆలోచనలు రాకుండా హుషారుగా ఉండడం కోసమై రెండు సీసాల సారా పట్టించి మరీ వచ్చాడతను.

వీరయ్య వడివడిగా నడుస్తున్నాడు.

కీచురాళ్ళ రొద....చెరువు నీరు కాలువల గుండా ప్రవహిస్తున్న గలగలమనే ధ్వని.... కప్పల బెక బెకలు...పంట పొలాలను సున్నితంగా ఊపుతూ చలిగాలి చేస్తున్న వింత సవ్వడులూ మౌనం రాజ్యం చేస్తున్న ఆ వాతావరణంలో తెలియని అనుభూతులను కలిగిస్తున్నాయి.

అతనికి అకస్మాత్తుగా "జాగ్రత్తగా వెళ్ళిరా మావా!" అంటూ కనుల నిండా నీరు నింపుకుని....తనను సాగనంపిన భార్య లచ్చి గుర్తుకి వచ్చింది.

"దెయ్యాలతో చెలగాటాలేవిటి మావా! లేనిపోని పందాలతో నీ పానానికే ముప్పు తెచ్చుకుంటుండవ్! ఆ రంగడిని సంపిన దెయ్యమే నిన్ను సంపదని మాటేవిటి?"

లక్ష్మి అనిన ఆ మాటలకి తనేం జవాబు చెప్ప లేదు! ఏం చెప్పినా ప్రయోజనం లేదు!

'తన భార్య లచ్చి...ఆ ఊరి ప్రజలు! ఈ అమాయకత, మూర్ఖత్వం వేళ్ళతో సహా నాశనమయ్యేదాకా సమ సమాజ – నవ సమాజ నిర్మాణం సాధ్యం కాదేమో!'

వీరయ్య తన నడుముకు బిగించుకున్న తువ్వాలులో దోపుకున్న బాకును ఓసారి తడిమి చూసుకున్నాడు.

దానిని ముందు జాగ్రత్త కోసం తెచ్చాడు!

రంగడిని భూపతే 'ఖతం' చేయించాడని తన విశ్వాసం. ఒక వేళ తనూ ఇప్పుడా పరిస్థితి నెదుర్కొనవలసి వస్తే? ఫరవాలేదు! తన చేతిలో ఆయుధమున్నంత వరకూ ఎవరూ తన ఛాయలకు కూడా రాలేరు! వీరయ్య తన గుండె నిబ్బరానికి అనుగుణంగా తనకు లేలేక తానే మీసాలు ఓసారి దువ్వుకున్నాడు. అతని మెదడుని ఆలోచనలు ఈగల్లా ఝుమ్మని ముసురుతున్నాయి. తనింత వరకూ దయ్యాలు లేవనీ విశ్వసిస్తూ, అదే ధైర్యంతోనే పందెం కట్టాడు! రంగడు భూపతిని ప్రతిఘటించడమూ, భూపతి ఎత్తుగడలూ తెలిసిన తను 'ఇది దెయ్యం పనికాదు. భూపతే చంపించాడు!' అని చెప్పాడు. కాని ఒక వేళ భూపతి కాకుండా ఇది నిజంగా దయ్యం పనే అయి ఉంటే! రంగడిని చంపిన దయ్యమే తన ఎదుటికి వస్తే?!

అకస్మాత్తుగా మనసులో జనించిన ఈ ఆలోచన వీరయ్యను ఆపాదమస్తకం ఓ విచిత్రమైన అనుభూతికి లోనుచేసింది. అతని 'హృదయ స్పందన' విచిత్రంగా మారిపోయి, మెదడూ–మనసూ ఎందుకో బరువుగాతోచాయి....

అతను ఒక్కసారిగా ఉలిక్కిపడ్డాడు. దగ్గరలోనే ఎక్కడో నక్క కూత వినబడింది. వాస్తవ ప్రపంచంలోకి వచ్చి చుట్టూ పరిశీలనగా చూశాడు. చెరువు దగ్గరికి వచ్చేశాడు తను. అస్తవ్యస్తపు ఆలోచనలతో తన ఉనికిని తానే మరిచిపోయిన వీరయ్యకు తాను అంతదూరం నడిచాడన్న విషయం అప్పుడే గుర్తుకు వచ్చింది.

తనలో మానసికంగా వస్తున్న మార్పులు, భావాలు – అతనికి ఆశ్చర్యం, సిగ్గు ఒకేసారి కలిగించాయి. ఓ క్షణం అలాగే నిలబడి, బీడీ తీసి వెలిగించుకున్నాడు. తిరిగి తన కర్తవ్యం స్ఫురించి ముందుకు అడుగు వేయబోయిన వాడు గబుక్కున వెనుకడుగు వేశాడు. నల్లటి కృష్ణ సర్పం అతని కాళ్ళ ముందు నుండి జరజరా ప్రాకుకుంటూ వెళ్ళిపోయింది. దాన్ని త్రొక్కవలసిన ప్రమాదం తృటికాలంలో తప్పిపోయింది.

వీరయ్య తిరిగి వడివడిగా చెరువుకి ఎడమ వైపుగా నడువసాగాడు. అతను చేరవలసిన గమ్యం–మర్రిచెట్టు వచ్చేసింది. బీడీని ఆర్పి చెట్టు వైపు అతను పరికించి చూశాడు. తీవ్రమైన గాలి తాకిడికి ఆ విశాలమైన చెట్టు ఆకులన్నీ గలగలమంటూ శబ్దం చేశాయి. ఎందుకో ఆ సవ్వడి వీరయ్య మనస్సుకి ఎవరో తనని చూసి నవ్వినట్లుగా తోచింది.

అతను క్రింద వేయబడ్డ రాళ్ళ పైకి ఎక్కి మ్రానును పట్టుకుని పైకి ఎగబ్రాకాడు. చాలా ఎత్తువరకు ఎక్కిన తర్వాత చెట్టు మధ్య భాగంలో కూచుని, కొద్ది క్షణాలు స్తిమితంగా, విశ్రాంతిగా కనులు మూసుకున్నాడు. ఆ తర్వాత జేబులో నుండి మేకును తీసి ఆ చీకటిలో తను కూచున్న ప్రదేశాన్ని కళ్ళు చిట్లించి చూసి ఓ చోట దాన్ని బాకు పిడితో దిగగొట్టాడు.

'ఈపాటి పనికి నాయాళ్ళు ఐదొందలు పందెం గట్టారు. పొలిమేర దాటగానే సొమ్ము వసూలు చేసి, రంగడిని దయ్యం సంపనేలేదని దండోరా వేయిస్తాను!' అని అనుకుంటూ వీరయ్య చెట్టు దిగే ప్రయత్నం చేయసాగాడు. అతను మ్రానును పట్టుకుని కొద్దిగా క్రిందకు జారాడో లేదో కాని.... పైనుండి అతని పంచె నెవరో లాగినట్టయింది....

ఆ ఒక్క క్షణం!

ఆ ప్రదేశంలోని చీకటి అంతా వీరయ్య మెదడునే చొచ్చుకుని వచ్చినట్లు తోచింది. అతని గుండె విపరీతమైన వేగంతో కొట్టుకోసాగింది.

అతనికి ఆపాదమస్తకం చెమటలు పోయసాగాయి. తను పైకి ఎక్కినప్పుడక్కడ ఎవరూ లేరు. ఈ కొద్దిసేపట్లో తన వస్త్రాన్ని లాగుతున్న దెవరు?!

ఎక్కడో మూల దాగిన ఒకే ధైర్యపు కిరణాన్ని పుంజుకుని అతను దృష్టిని పైకి సారించాడు....అక్కడ ఉన్నదే కటిక చీకటి. ఆ చీకటిలో, మసకబారిన అతడి కళ్ళకి ఏమీ కన్పించలేదు! భూమికి చాలా ఎత్తులో ఉన్నాడు అతను. క్రింద వేయబడ్డ కొండరాళ్ళు మటుకు అతని కళ్ళకు మసక మసకగా కనిపించ సాగాయి.

అతను మరోసారి క్రిందికి దిగే ప్రయత్నం చేయసాగాడు.

ఈసారి మరింత గట్టిగా తన పంచెను ఎవరో లాగినట్టుగా తెలుసుకున్న మరుక్షణమే వెయ్యి కిలోవాట్ల విద్యుత్తు ఒక్క సారిగా తన దేహంలో ప్రవహించినట్లయింది అతనికి. భయం ముందు ధైర్యం ఓడిపోయింది. మ్రానును పట్టుకున్న చేతులు పట్టు తప్పాయి.

ఒక హృదయ విదారకమైన కేకతో పాటు భళ్ళుమంటూ రక్తం క్రక్కుకొని వీరయ్య మర్రి చెట్టు క్రింద కొండ రాళ్ళపై పడిపోయాడు.

*

తెల్లవారింది.

ఇంకా యింటికి తిరిగిరాని భర్త గురించి మనస్సుకీడు శంకిస్తుండగా లచ్చి—గ్రామస్థులను తోడు తీసుకుని మర్రిచెట్టు దగ్గరకు బయలు దేరింది. ఇంకా కొద్ది దూరంలో ఉండగానే చెట్టు కింద కొండరాళ్ళపై గుర్తు పట్టడానికి వీల్లేకుండా రక్తసిక్త దేహంతో చచ్చి పడి ఉన్న వీరయ్యని చూసి 'మావా!' అంటూ అరిచి, స్పృహ తప్పి కుప్పలా కూలిపోయింది.

వీరయ్య కోరి దయ్యం వాత బడ్డాడని, చావు తెచ్చుకున్నాడని ఊరంతా సానుభూతి చూపింది.

వీరయ్య చచ్చినా, పందెం ప్రకారం చెట్టుపై మేకు కొట్టాకే చచ్చాడని పందెం డబ్బు ఐదువందలు లచ్చి చేతికిచ్చారు.

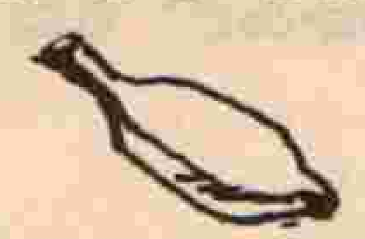
ఆ డబ్బుతో లచ్చి — వీరయ్య అంతిమ యాత్రలు ఏలోటు లేకుండా జరిపించింది. ఈ కార్యక్రమాలు చేసిన ఆ ఊరి శాస్త్రిగారే రంగడు, వీరయ్యల దయ్యాలు తిరిగి వూర్లో ప్రవేశించకుండా గ్రామశాంతికై 'దిగ్బంధనం' చేశాడు.

ఆ రోజు నుండి పగటివేళ ఒంటరిగా గాని, చీకటి వేళల్లో కలిసి కట్టుగా గుంపుగాగాని ఎవరూ చెరువు పక్కగా వెళ్ళడమే మానివేశారు. తర్వాత ఆ వూళ్ళో అప్పుడప్పుడూ రంగడు, వీరయ్యల దయ్యాలను చూసినట్లు కథలుగా కూడా చెప్పుకున్నారు.

కాని....యింతవరకూ కూడా వీరయ్య ఎక్కిన చెట్టుపై, మేకుతో పాటు దిగగొట్టబడ్డ అతని పంచె తాలూకు గుడ్డముక్కను మాత్రం ఎవరూ గమనించలేదు! □

వంటయింట్లో...

మనం తినే ఆహారంలో కూరగాయలు అతి ముఖ్యస్థానం వహిస్తాయి. ఈ కూరగాయలలో ప్రోటీన్లు, విటమిన్లు అధికంగా వుంటాయి. కూర గాయలు కొనేటప్పుడు లేతవి, తాజావి ఎంచు కోడంలో ఎంత జాగ్రత్త అవసరమో కోసుకొనే టప్పుడు లేదా తరుగుకొనేటప్పుడు కూడా అంత జాగ్రత్త అవసరం.



అరటికాయలు ఉంటాయి చూడండి. అవి తరిగేటప్పుడు చేతులకి నూనె రాసుకొని, కాయలను నీళ్ళలో ముంచి తరగాలి. లేకపోతే చేతినిండా జిగురు అంటుకొంటుంది. తరిగిన ముక్కలు కూడా నీళ్ళలోనే తరగాలి. లేకపోతే నల్లగా అవుతాయి. ఇలాగే అరటి పువ్వులు కూడా తరిగి కూరకి సిద్ధం చేసేముందు చేతులకి నూనె రాసుకొని చేయాలి. అరటి దవ్వ (దూట) తరిగేటప్పుడు, కొద్దిగా మజ్జిగ—నీళ్ళలో కలిపి దానిలోకి తరిగిన ముక్కలు వెయ్యాలి. అలా అయితే కూర నల్లబడకుండా వుంటుంది.

తాజా దొండకాయలు తరిగినప్పుడు కూడా చేతులకి కొద్దిగా నూనె రాసుకోవాలి. కాయలలో నించి వచ్చే నీరు చేతులకి అంటుకొని, చిన్న మట్టి రంగుగా అయి, వ్రేళ్ళపై చర్మం బిగుసు కున్నట్లు అవుతుంది. చాలాసేపటివరకు పోదు.

ఇక-వంకాయలు తరిగినప్పుడు-తరిగిన ముక్కలు, నీళ్ళలోకే తరగాలి. లేకపోతే నల్లబడతాయి. వేసంగిలో వచ్చే వంకాయలు చిన్న చేదు (కనరు) గా వుంటాయి. ఇవి తరిగేటప్పుడు, నీళ్ళలో కొద్దిగా ఉప్పువేసి, ఆ నీళ్ళలోకి తరగాలి. ఉడికించేటప్పుడు కూడా ఉప్పు, వసుపుతోబాటు కొద్దిగా బెల్లం కాని, పంచదార కాని వేసి ఉడికించితే, ఆ చేదు పోతుంది.

బెండకాయలు కొన్నింటికి నూగు ఉంటుంది. అది మన చేతులకి ముళ్ళలా గుచ్చుకొంటుంది. అటువంటి బెండకాయలని—ముచ్చికలు పట్టుకొని, గోనె గుడ్డమీద గట్టిగా రాయాలి. అలాచేస్తే కాయలపైని ఉండే నూగు పోతుంది. బెండకాయల కూర వండేటప్పుడు కొద్దిగా మజ్జిగకాని, కొద్దిగా చింతపండుగాని వేసి ఉడికించాలి. అలా చేస్తే ముక్కలు విడిపోకుండా వుంటాయి. ఈ పులుపు తగిలితే బెండకాయ జిగురు కూడా పోతుంది.

కాకరకాయలు సన్నగా, తెల్లగా, పొడవుగా వుండేవే ఎంచుకోవాలి. వీటికి ఎక్కువ చేదు ఉండదు. ముదురాకు పచ్చగా, పొట్టిగా ఉండే కాయలు ఎక్కువ చేదుగా ఉంటాయి. ఇవి కూడా కూర వండేటప్పుడు కొద్దిగా పంచదారగాని, బెల్లం గాని వేసి ఉడికిస్తే, చేదు తగ్గుతుంది.

ఉల్లిపాయలు వొలిచేటప్పుడు, నీళ్ళలో ముంచి వొలిస్తే తొక్కలు సులువుగా వస్తాయి. ఉల్లి తొక్క ఇంటినిండా ఎగరకుండా కూడా వుంటుంది.

పొటల్సు. అరటికాయలు మనం ఇంటికి తెచ్చాక నీళ్ళలో పడేసి ఉంచాలి. అలా అయితే తాజాగా ఉండి, వాడకుండా, పండిపోకుండా ఉంటాయి.

కూరలు వండేటప్పుడు, కొద్దిగా నీరుపోసి ఉడికించాలి. కూరలలోని విటమినులు ఆ నీటిలో చేరుతాయి. ఆ నీరు అలా—కూరలలోనే ఇగిరించాలి. లేదా చారు, పులుసు వంటి వాటిల్లో వాడాలి; కాని బైట వొంపకూడదు. అలావొంపుతే, కూరలలోని బలం అంతా పోతుంది.

కంద, పారకంద, చేమ మొదలైన దుంప కూరలైతే మాత్రం ముందు ఉప్పువేసి, ఉడికించి వార్చేయాలి. (నీరు వొంపేయాలి) లేకపోతే నోటికి దురదగా వుంటుంది.

పొట్లకాయ కూర చేసినప్పుడు, అందులో కొద్దిగా నువ్వుల పప్పుపొడిగాని, మసాలాగాని వేసి వండు కొంటే, ఆ వాసన ఉండదు.

పాలు ఇత్తడి గిన్నెలతో కాచినపుడు, చల్లారాక గాజు వాటిల్లోకైనా, స్టీలు గిన్నెలలోకైనా తీసెయ్యాలి. లేకపోతే ఆకు పచ్చగా అయిపోయి, కిలుం పడతాయి. పాలు తోడుపెట్టినప్పుడు సిల్వరు గిన్నెలో తోడు పెట్టినట్టైతే చాలా తక్కువ మజ్జిగ వెయ్యాలి. సిల్వరు గిన్నెలలో ఎక్కువగా పులుపెక్కుతుంది. స్టీలువిగాని, గాజువికాని అయితే కొద్దిగానే పులుస్తుంది.

—బులుసు రామలక్ష్మి