

Register Number									
--------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

## DEPARTMENTAL EXAMINATIONS

TRANSLATION TEST — SECOND PAPER — TRANSLATION OF  
NEWS PAPER REPORT IN TELUGU TO ENGLISH

(Without Books)

Maximum Time : 2.30 hours

Maximum Marks : 100

Answer ALL questions.

(5 × 20 = 100)

Translate into English.

1. భారత పౌరులకు విదేశీ మానం అధిక భారంగా పరిణమిస్తుంది. ఇంధన ధరలు పెరిగిన కారణంగా విమాన ఛార్జీలు విపరీతంగా పెరిగాయి. మరోవైపు విదేశాల్లో వసతి, భోజన సౌకర్యం కోసం అధిక మొత్తంలో రూపాయిలను ఖర్చు చేయాల్సి వస్తోంది. విదేశీ వస్తువుల కొనుగోలుకు సంబంధించి డాలర్ లేదా విదేశీ కరెన్సీని వ్యయం చేయాల్సి వచ్చినప్పుడు ఆర్థిక భారం పెరుగుతుంది. రూపాయి విలువ క్షీణతకు గురికావడానికి ముందు కాలంలో 'హోలిడే ప్యాకేజీలు' బుక్ చేసుకున్న వారికి కొంత మేర ఉపశమనం కలిగినా, ఇతర ఖర్చుల విషయంలో ఎక్కువ ఇబ్బంది పడాల్సి వస్తుంది. రూపాయి విలువ క్షీణత కారణంగా దేశంలో ద్రవ్యోల్బణ పరిస్థితులు సంభవిస్తాయి. లక్షిత వర్గాల ప్రజల జీవన ప్రమాణాలు కుంటుపడతాయి. తద్వారా పేదరికం పెరుగుతుంది. ఓ స్థాయిని మించిన సాధారణ ధరల స్థాయి స్వదేశీ పెట్టుబడులను కూడా క్షీణింపజేస్తుంది. స్వదేశీ పెట్టుబడుల క్షీణత కారణంగా ఉపాధి అవకాశాలు సన్నగిల్లి నిరుద్యోగ సమస్య పెరుగుతుంది.

2. ఎదిగే పిల్లల్లో వ్యాధినిరోధక శక్తి పెద్దవారికన్నా తక్కువగానే ఉంటుంది. మన కండరాలకి నిత్యం వ్యాయామాన్ని అందిస్తే కొంతవరకు ఈ శక్తిని పెంపొందించుకోవచ్చు. ఇందుకు సైకిల్ చాలా అనువుగా ఉంటుంది. కనీసం అరగంటైనా సైకిల్ తొక్కడం ద్వారా తరచూ వచ్చే ఇన్ఫ్లెన్సాని నిరోధించవచ్చు. నేటి విద్యార్థులపై చదువుల ఒత్తిడి ఎక్కువ దీనివల్ల ఏకాగ్రత తగ్గుతుంది. వ్యాయామం ఆ రెండు సమస్యలను అధిగమించేలా చేస్తుంది. ఒకే విషయంపై ఎన్నిగంటలైనా శ్రమించే శక్తినిస్తుంది. ఇందుకు సైక్లింగ్ ఎంతో ఉపయోగపడుతుంది. దీని వల్ల దృష్టి మెదడుల సమన్వయం కూడా

[Turn over

పెరుగుతుంది. ప్రతివేడుకా, పార్టీలకీ పాస్టేపుడ్ లాగించేయడం పిల్లల్లో ఎక్కువైంది. కెలోరిలూ, కొవ్వులూ అధికంగా ఉండే ఈ ఆహారం వల్ల బరువు పెరుగుతున్నారు. దాన్ని తగ్గించే వ్యాయామాలేవీ చేయడం లేదు. ఫలితంగా వీరి జీర్ణక్రియ మందగిస్తోంది. అందుకే ప్రతి రోజూ రాత్రి పూట పడుకోవడానికి రెండు మూడు గంటల ముందు సైకిల్ తోక్కి అలవాటు చేయండి. దీని వల్ల అనవసర బరువు తగ్గడమే కాదు నిద్రలేమి సమస్యలున్నా పోతాయి.

3. భారతీయులకు ముఖ్యంగా పడతులకు బంగారం అంటే ఎంతో ఇష్టం. ఈ మోజు వెలకట్టలేనిది, విడదీయలేనిది. అటువంటి వస్తువు నేడు దేశానికి తీవ్రమైన సమస్యను తెచ్చిపెడుతోంది. దేశ ప్రజలకు ప్రాణసమానమైన బంగారమే నేడు దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థకు ప్రతిబంధకంగా మారింది. చివరకు పెరిగిపోతున్న బంగారం దిగుమతులను నియంత్రించడానికి కస్టమ్స్ సుంకాన్ని రెండు శాతం నుంచి అంచెలంచెలుగా 10 శాతానికి పెంచారు. ఇదికాక దిగుమతులపై కొన్ని కఠిన ఆంక్షలు విధించారు. ఈ చర్యల ద్వారా కొంతమేరకు బంగారం దిగుమతులను కట్టడి చేయగలిగినా, పసిడి అక్రమ రవాణాను అరికట్టగలిగినా పూర్తి స్థాయిలో మాత్రం అడ్డుకోలేకపోతున్నారు. దీనికంతటికీ బంగారం ఉన్న ఆశేకారణం. ముఖ్యంగా భారతీయ మహిళలు శుభకార్యాలలో బంగారం ఒంటిపై లేకపోతే తోటి స్త్రీలు తమను చులకనగా చూస్తారన్న భావన వారిలో అధికం. డిపాజిట్ గడువు ముగిసేనాటికి బంగారం ధర అనూహ్యంగా తగ్గిపోతే డిపాజిట్దారుడు చాలా నష్టపోతాడు. ఈ వధకానికి స్పందన తగ్గడానికి ఇదీ ఒక కారణం.

4. మనకు సాంత్వన నిచ్చే ధ్యానం చేయడానికి మూడు మార్గాలు ఉన్నాయి. ఒకటి మైండిఫుల్ బ్రీటింగ్. ఇది ఎంతో సులభం. పైగా దీని ద్వారా పొందే ప్రయోజనాలు కూడా ఎక్కువే. నిత్యం వది నిమిషాలు బ్రీడింగ్ సాధన చేయాలి. ఇది చేసేటప్పుడు మీపై, మీ ఊపిరిపై పూర్తిగా దృష్ట పెట్టి ఏకాగ్రతతో చేయాలి. దీన్ని మీరుండే హోటల్ రూములో జిబ్లో, కొండల మధ్య, పచ్చని ప్రకృతి నడుమ ఎక్కడైనా చేయొచ్చు. ఇది చేసేటప్పుడు ముక్కు ద్వారా గాలిని లోతుకంటా పీల్చు కుని వదలాలి. వెలుగుతున్న కొవ్వొత్తిని ఏకాగ్రంగా చూడడం మరో ప్రక్రియ. ఇలా చేయడం వల్ల పనిపై ఏకాగ్రంగా దృష్టి పెట్టగలరు. ఈ ప్రక్రియ చేసేటప్పుడు కాంతి తక్కువగా ఉన్న గదిలో కూర్చోవాలి. కొద్దిసేపైన తర్వాత కొవ్వొత్తిని వెలిగించి శ్వాసను లోతుకంటా పీలుస్తూ కాంతులు వెదజల్లుతున్న ఆ కొవ్వొత్తి వైపు ఏకాగ్రంగా చూడాలి. కనురెప్పలు వాల్చుకూడదు. మొదట కొద్ది సమయం అంటే ఐదు నిమిషాలతో ప్రారంభించి అరగంట వరకూ కళ్లార్చుకుండా కొవ్వొత్తి చూడొచ్చు. సాధన ద్వారా ఇది సాధ్యమవుతుంది.



5. పట్టుదల, చిత్తశుద్ధి, నిజాయతీ, లక్ష్యంకోసం పనిచేసే తత్వం ఉంటే ఏదైనా సాధ్యంమని నిరూపించారు. మండల విద్యాధికారి మంకు రాజయ్య. ఈయన సామాన్య ప్రభుత్వ ఉద్యోగి. స్కూల్ అసిస్టెంటు. ప్రభుత్వ పాఠశాలలకు సంబంధించిన అనేక సవాళ్ళను ఎదుర్కొన్నారు. ప్రాథమిక పాఠశాలల్లో విద్యార్థుల సంఖ్య క్రమంగా తగ్గిపోయి మూసివేసే దశకు చేరుకున్నాయి. ఈ పరిస్థితిని మార్చాలనుకున్నారు. గ్రామాల్లో స్థానికులతో కలిసి ఇంటింటా ప్రచారం చేశారు. 'మన బడి-మనందరి బాధ్యత' అనే నినాదంతో కదిలారు. కదిలించారు. అద్భుత ఫలితాలు సాధించారు. ఎంఈవో రాజయ్య కృషిని గుర్తించిన కేంద్ర ప్రభుత్వం జాతీయ ఉత్తమ విద్యా పరిపాలన అధికారిగా ఆయనను ఎంపిక చేసింది. ఆ ప్రతిష్టాత్మక అవార్డును ఢిల్లీలో కేంద్ర మానవ వనరుల శాఖ మంత్రి స్మృతి ఇరాని చేతుల మీదుగా అందుకున్నారు. 'ఆంగ్లం నేర్పించడం మాత్రమే మా లక్ష్యం కాదు తెలుగుకు ప్రాధాన్యం తగ్గించకుండా విద్యార్థుల్లో బడికి రావాలనే ఉత్సాహాన్ని కలిగించడం లక్ష్యంగా ముందుకు సాగుతున్నాం.

