వార్త

ఆదివారం

29 జూన్, 2025

ఆరోగ్యానికి 'నకిలీ' మకిలి!

విడుదలకు ముస్తాబైన 'హరి హర వీరమల్లు'

పవన్ కళ్యాణ్ చారిత్రక యోధుడిగా కనువిందు చేయనున్న ప్రతిష్టాత్మక చిత్రం 'హరి హర వీరమల్లు'. ప్రముఖ నిర్మాత ఎ.ఎం.రత్నం సమర్పణలో మెగా సూర్య ప్రొడక్షన్స్ పతాకంపై ఎ.దయాకర్ రావు నిర్మిస్తున్న ఈ చిత్రానికి క్రిష్ జాగర్లమూడి, జ్యోతికృష్ణ దర్శకులు. ఆస్కార్ విజేత ఎం.ఎం.కీరవాణి సంగీతం అందిస్తున్నారు. నిధి అగర్వాల్ కథానాయికగా నటిస్తున్న 'హరి హర వీరమల్లు'లో బాబీడియోల్ ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తున్నారు.

పవన్ కళ్యాణ్ మొదటిసారి చారిత్రక యోధుడిగా నటిస్తుండటంతో పాటు, భారీ బడ్జెట్‌తో పాన్ ఇండియా సినిమాగా రూపొందుతుండటంతో ఈ చిత్రంపై భారీ అంచనాలు ఉన్నాయి. ప్రపంచవ్యాప్తంగా సినీ ప్రియులు, పవన్ కళ్యాణ్ అభిమానులు ఈ సినిమా కోసం ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు. ఈ చిత్రం నుంచి ఇప్పటికే విడుదలైన ప్రచార చిత్రాలు, గీతాలు విశేషంగా ఆకట్టుకున్నాయి.

'మాట వినాలి', 'కొల్లగొట్టినాదిరో', 'అసుర హననం', 'తార తార' గీతాలు ఒక దానిని మించి మరొకటి శ్రోతలను మెప్పించాయి. రికార్డు వ్యూస్‌తో సామాజిక మాధ్యమాల్లో సంచలనాలు సృష్టిస్తున్నాయి.

'హరి హర వీరమల్లు' నుంచి వచ్చే ప్రతి కంటెంట్ చిత్రంపై అంచనాలు పెంచేస్తోంది. ఆ అంచనాలకు తారాస్థాయికి తీసుకెళ్ళేలా అందరూ ఎంతగానో ఎదురు చూస్తున్న ట్రైలర్ త్వరలో విడుదల కాబోతోంది. అంతేకాదు, సినిమా విడుదల తేదీని కూడా తాజాగా నిర్మాతలు ప్రకటించారు.

తారాతీరం

ఎన్టీఆర్ జోడీగా రుక్మిణీ వసంత్!

కన్నడలో 'సప్త సాగరదాచే ఎల్లో' చిత్రంతో ఘన విజయం సాధించిన రుక్మిణి వసంత్‌కు మంచి ఆదరణ పెరుగుతోంది. ఆమె ఇంతకు ముందు నిఖిల్ సిద్దార్థ నటించిన 'అప్పుడో ఇప్పుడో ఎప్పుడో' అనే తెలుగు సినిమా చేసింది.

ప్రస్తుతం ఈ అమ్మడు మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ ప్రతిష్టాత్మకంగా ఎన్టీఆర్, ప్రశాంత్ నీల్ చిత్రం కోసం ఎంపికైంది.

రుక్మిణీ ఇటీవల 'బగీరా'లో నటించింది. ఈ చిత్రానికి ప్రశాంత్ నీల్ కథ అందించాడు. ఆమె క్యూట్‌నెస్‌తో అన్ని చోట్లా భారీ సంఖ్యలో అభిమానులను సంపాదించుకుంది. పెద్ద స్టార్స్‌తో ఆమె స్క్రీన్ షేరింగ్‌ని చూడటానికి చాలా మంది ఉత్సాహంగా ఉన్నారు. అలాగే ఎన్టీఆర్‌తో స్క్రీన్ షేర్ చేసుకునేందుకు కూడా రుక్మిణి ఉత్సాహంగా ఉంది.

ప్రశాంత్ నీల్ సినిమా ఆమెకు పాన్ ఇండియా ఎక్స్‌పోజర్‌ను కూడా ఇచ్చింది. ఆమె చాలా అందంగా కనిపిస్తోంది. ఎన్టీఆర్‌తో ఆమె జత చేయడం పెద్ద స్క్రీన్‌పై చూడటానికి అభిమానులు ఎదురు చూస్తున్నారు.

ఆదివారం వార్త

29 జూన్, 2025

మంచి ముత్యాలు

– ఎవరి బాధ్యతలు వారు సక్రమంగా నిర్వర్తిస్తే చాలు. దేశం ఆర్థికంగా ప్రగతిపథాన ఉంటుంది. – అరిస్టాటిల్

– బాధ్యతలను గుర్తించి, వాటిని సంపూర్ణంగా నిర్వర్తించిన వారికే హక్కుల గురించి పోరాడే అధికారం ఉంటుంది. – గాంధీజీ

కదంబం

'సంఘీ'భావం....5

ముదురుతున్న జలవివాదాలు

కవర్ స్టోరీ..6

ఆరోగ్యానికి 'నకిలీ' మకిలి !

ఈ వారం కవిత్వం...12

ఆ కాసేపు..

ఏకాంతం మంచిదే! 18

కథ..20

విలువైన వివాహం

సాహిత్యం.. 23

పుస్తకాన్ని ప్రేమించండి

ఇంకా...

మొగ్గ

వారఫలం

వంటలు

వగైరా.. వగైరా..

సమాచారం

తాబేళ్లకూ ఉందో పండుగ..

మహారాష్ట్రలోని రత్నగిరి జిల్లా వెలాస్ తీర ప్రాంతంలో తాబేళ్ల పండుగను నిర్వహిస్తారు. దీనిని 'కేశవ్ మహోత్సవ్' అని మరో పేరుతో కూడా పిలుస్తారు. వివిధ రకాల అవసరాల కోసం ఒకప్పుడు అక్కడ తాబేళ్లను ఎక్కువగా వేటాడేవారట. క్రమంగా వాటి సంఖ్య తగ్గుతుండటంతో వాటిని సంరక్షించుకోవాలనే ఉద్దేశంతో 2006 సంవత్సరం నుండి ఈ పండుగ జరుపుకోవడం ప్రారంభించారు. అప్పటి నుంచి వెలాస్‌ని 'తాబేళ్ల గ్రామం' అని పిలుస్తున్నారు.

ఆలివ్ రిడ్లీ తాబేళ్లను సంరక్షించడం ఈ పండుగ ప్రధాన ఉద్దేశం. తాబేళ్ల గుడ్లు పొదిగినప్పటి నుంచి వాటిని జాగ్రత్తగా చూసుకుని, పిల్లలు బయటికి రాగానే సముద్రంలో వదిలిపెడతారు. ఈ కార్యక్రమంలో చుట్టుపక్కల గ్రామాలవాళ్లు కూడా ఇందులో ఎంతో ఉత్సాహంగా పాల్గొంటారు. ఆ విధంగా ఇప్పటి వరకు సుమారు పద్నాలుగు వందల గూళ్లను సంరక్షించినట్లు తెలుస్తోంది.

మరో విషయం ఏమిటంటే ఈ పండుగను చూడాలనుకుంటే ముందుగానే ఆన్‌లైన్‌లో టికెట్లు బుక్ చేసుకోవాలట. ప్రతి సంవత్సరం జరిగే ఈ పండుగకు ప్రజలు వేలాది సంఖ్యలో హాజరవటం విశేషంగా చెప్పుకోవచ్చు.

మీ రచనల్ని ఈ మెయిల్ చిరునామాకు పంపగలరు.
sunmagvaartha@gmail.com

కెంపులకు ఎన్ని సొగసులో..

ఎంత విలువైనవైనా అమ్మమ్మల కాలంనాటి నగలు ధరించాలంటే ఓల్డ్ ఫ్యాషన్ అనుకుంటారు ఇప్పటి తరం. అయితే వాటికి కొత్త కొత్త సొబగులు జోడిస్తే పాత నగలే కొత్త అందాలతో మురిపిస్తాయి.

'సంఘీ' భావం

ముదురుతున్న జలవివాదాలు

రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల మధ్య క్రమంగా జలవివాదాలు ముదురుతున్నాయి. సామరస్యంగా పరిష్కరించుకోవాల్సిన జల వాటాల సున్నిత సమస్యలో రాజకీయాలు కీలకపాత్ర పోషించడంతో పరిస్థితి మరింత జటిలంగా మారుతోంది. ప్రధానంగా స్థానికత, వేర్పాటువాదం వంటి విషయాలను ఈ అంశాల్లో జొప్పించడంతో పీటముడి బిగుసుపోతోంది. ద్వైపాక్షిక చర్చలతో పరిష్కారం చేసుకోవాల్సిన అంశాలను రాజకీయ పార్టీలు జోక్యంతో ప్రజలకు, రైతులకు అన్యాయం జరుగుతోంది. ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్‌గా ఉన్న సమయంలో నీటి వాటాలకు సంబంధించి కొన్ని వైరుధ్యాలు ఉన్నప్పటికీ ప్రస్తుతం రాష్ట్రాల విభజన తరువాత సమస్య చిక్కుముడి విప్పడానికి లేనివిధంగా తయారైంది. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో గోదావరి, కృష్ణానదులు ప్రధానంగా ప్రవహిస్తున్నాయి. ఈ రెండు నదులపై సరైన ప్రాజెక్టులు నిర్మించకపోవడంతో ఏటా వర్షాకాలంలో మూడు వందల నుంచి 5 వందల టిఎంసి నీరు వృథాగా సముద్రంలో కలసిపోతోంది. తెలంగాణలో లక్షల కోట్లు వెచ్చించి నిర్మించిన కాళేశ్వరం ప్రాజెక్ట్ వల్ల ఆశించిన ప్రయోజనం దక్కలేదు. భారీగా నిధులు ఖర్చు చేయడంతో మిగులు బడ్జెట్‌లో ప్రారంభమైన తెలంగాణా రాష్ట్రం అప్పుల్లో కూరుకుపోయింది. ఏదైనా ప్రాజెక్ట్ నిర్మించే ముందు తగిన ప్రణాళికలు, అధ్యయనం సక్రమంగా జరగలేదన్న విషయంలో కాళేశ్వరం చక్కని ఉదాహరణగా చెప్పుకోవచ్చు. ప్రకృతికి వ్యతిరేకంగా నీటిని పారించే ప్రయత్నం చేయడం పెద్ద తప్పిదంగా చెప్పుకోవచ్చు. ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో బనకచర్ల ప్రాజెక్ట్ విషయంలోనే ఇదే సమస్య ఎదురయ్యే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. ఏకంగా 80 వేల కోట్ల అంచనాతో బనకచర్లకు పూర్తి ప్రాజెక్ట్ రిపోర్ట్(డిపిఆర్)ను సిద్ధం చేశారు. పోలవరం నుంచి సుమారు 460 కి.మీ.మేర లిఫ్టులు, సొరంగాలు, రిజర్వాయర్లు, భారీ మోటార్లు వంటివి వినియోగించాల్సి వస్తోంది. మరోపక్క లిఫ్టుల వద్ద సుమారు 5 వేల మెగావాట్ల విద్యుత్‌ను ప్రస్తుతం వినియోగించుకోవాల్సిన పరిస్థితి ఉంది. భవిష్యత్తులో విద్యుత్ వినియోగం మరింతగా పెరిగే అవకాశం ఉంది. ప్రాజెక్ట్ నిర్మాణం, నిధుల సమీకరణ అంశాలు పక్కన పెడితే ప్రస్తుతం రాజకీయాల తాకిడి అధికంగా ఉంది. గతంలో బిఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం అధికారంలో ఉన్నప్పుడు అప్పటి ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ బనకచర్ల విషయంలో ఎటువంటి అడ్డంకి తెలపలేదు. మాజీ మంత్రి రోజా ఇంటికి వెళ్లినప్పుడు కూడా కేసీఆర్ నీటి ప్రాజెక్ట్ నిర్మాణం విషయంలో తమకు ఎలాంటి అభ్యంతరాలు లేవని అన్నారు. అదేవిధంగా కాళేశ్వరం విషయంలో అప్పటి ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్మోహన్‌రెడ్డి అభ్యంతరం చెప్పలేదు. ప్రస్తుతం రెండు రాష్ట్రాల్లో గతంలో అధికారంలో ఉన్న పార్టీలు ప్రస్తుతం ప్రతిపక్ష హోదాలో ఉన్నాయి.ప్రస్తుతం బిఆర్ఎస్ బనకచర్లను వ్యతిరేకిస్తున్నట్లు ప్రకటించారు.అప్పుడు అనుకూలంగా ఉండి ప్రస్తుతం ఒక్కసారిగా ప్రాంతీయవాదాన్ని వెలుగులోకి తీసుకువచ్చి సమస్యను జటిలం చేస్తున్నాయి. ఇక తెలంగాణలో అధికారంలో ఉన్న కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కూడా బనకచర్ల విషయంలో వ్యతిరేకంగానే ఉన్నాయి. పోలవరం దాటిన తరువాత గోదావరి నది జలాలు ప్రతి యేటా మూడు వందల నుంచి 5 వందల టిఎంసీలు సముద్రంలో కలుస్తున్నట్లు గణాంకాలు చెబుతున్నాయి. ఈ జలాలను మాత్రమే తాము ఉపయోగించుకుంటామని, అది కూడా వరదల సీజన్ రోజుకు రెండు టిఎంసిల చొప్పున వంద రోజుల్లో 2 వందల టిఎంసీల వరకు ఉపయోగించుకుంటామని ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం రంగం సిద్ధం చేస్తోంది. కేంద్రంలో అధికారంలో ఉన్న బిజెపీ పార్టీయే ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో అధికారంలో ఉన్న కూటమిలో భాగస్వామ్యంగా ఉండటంతో పర్యావరణ, ఇతరత్రా అనుమతులు సులువుగా మంజూరు అయ్యే అవకాశం ఉంది. ముఖ్యంగా జలవాటాల విషయంలో రెండు రాష్ట్రాల ముఖ్యమంత్రులు సమావేశమైన కష్టనష్టాలపై చర్చించడం ద్వారా ఈ సమస్యను పరిష్కారం చేసుకోవచ్చు. అయితే ఈ లోగానే ప్రతిపక్షాలు ఈ జలవాటాల వ్యవహారాన్ని జటిలం చేసే విధంగా ప్రకటనలు చేయడంతో ఇటు రైతుల్లోను, అటు ప్రజల్లోను భయాందోళనలు కలుగుతున్నాయి. ముఖ్యంగా నరేంద్రమోడీ ప్రధానిగా వచ్చినప్పటి నుంచి నదుల అనుసంధానానికి ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారు. ఆంధ్రలో చేపట్టబోతున్న బనకచర్ల ప్రాజెక్ట్‌లో గోదావరి, కృష్ణా నదీజలాల అనుసంధానం కలుగుతుంది. ఈ కారణంగా కూడా కేంద్ర ఈ ప్రాజెక్ట్‌కు అడ్డంకులు చెప్పకుండా వ్యవహరించే అవకాశాలు ఉన్నాయి. కృష్ణానదికి ఎగువ ప్రాంతంలో పొరుగు రాష్ట్రాలు ప్రాజెక్టులు నిర్మించడం వల్ల గోదావరి నదితో పోలిస్తే ఈ నదిలో జలాలు తక్కువ మోతాదులో ఉంటాయి. గోదావరి నదికి ఎస్సారెస్పీ తరువాత పోలవరం మాత్రమే ఉన్నాయి. దీనితో వర్షాలు, తుఫానుల సీజన్‌లో భారీ మొత్తంలో నీరు వృథాగా సముద్రంలో కలుస్తుంది. ప్రధానంగా ఉభయ గోదావరి జిల్లాల్లో అనేక ప్రాంతాలు జలమయం అవుతుంటాయి. భారీగా నష్టాన్ని కలిగిస్తాయి. రెండు రాష్ట్రాల ముఖ్యమంత్రులు, నీటిపారుదల శాఖ ఇంజనీర్లు సమన్వయంగా వ్యవహరించడం ద్వారా నీటికొరత, కరువు వంటి సమస్యలను అధిగమించవచ్చు. రాజకీయ కోణంతో కాకుండా వాస్తవికత, నీటి లభ్యత వంటి అంశాలకు ప్రాధాన్యత ఇస్తే రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలకు న్యాయం జరుగుతుంది.

– డాక్టర్ గిరీష్‌కుమార్ సంఘీ

ఏ పేపర్ లేదా టి.వి. చూసినా తరుచుగా నకిలీ మందుల పట్టివేత, దగ్గు సిరప్‌లతో చిన్నారుల మరణం, మందులు వికటించడంతో మరణం, లైసెన్సులు లేని మందుల దుకాణాలు సీజ్, పట్టభద్రులు కాని డాక్టర్ల అరెస్ట్, అక్రమంగా రవాణా అవుతున్న ఖరీదైన మందుల పట్టివేత, నకిలీ డాక్టర్ల వైద్య ప్రకటనలు, నగర, పట్టణ శివార్లలో పుట్టగొడుగుల్లా వెలుస్తున్న క్లినిక్‌లు, నర్సింగ్ హోమ్స్, ఫార్మసీలపై డ్రగ్ కంట్రోల్ అథారిటీల దాడులు.. అంటూ మనం రకరకాల వార్తలు వింటుంటాం, చదువుతుంటాం.

కవర్ స్టోరీ

ఆరోగ్యానికి 'నకిలీ' మకిలి !

డాక్టర్ కె.ఉమాదేవి

అంతేగాకుండా చిన్న జబ్బులకి పవర్‌ఫుల్ ఆంటీబయాటిక్స్ వాడినా తగ్గకపోవడం, డాక్టర్లని మార్చినా, ఎన్ని వైద్య పరీక్షలు చేయించినా, ఎన్ని వైద్య విధానాల్ని ఆశ్రయించినా ఆరోగ్య విషయంలో ఎదురవుతున్నా సమస్యలకి పరిష్కారం దొరుతుందా? లేదా? లోప భూయిష్టమైన ఆరోగ్య దందాలో నకిలీ/నాసిరకం మందులు గురించి తెలుసుకుందాం.

ఆరోగ్యంగా అంటే శారీరకంగా, మానసికంగా దృఢంగా ఉంటే ఏ మందు అవసరం లేదు. జబ్బు చేసినపుడు, అంటువ్యాధులు ప్రబలినపుడు మాత్రమే మనం డాక్టర్లని, మందుల షాపుల్ని ఆశ్రయిస్తాం. డాక్టర్లు మనకు అనేక వ్యాధి నిర్ధారణ పరీక్షలు చేసి ఫలానా వ్యాధి ఉందని మందులు రాసిస్తారు. అప్పుడు మనం డాక్టర్ల సొంత/ ప్రైవేట్ షాపుల్ని ఆశ్రయిస్తాం. అసలు సమస్య ఇక్కడే మొదలవుతుంది. మందు అనేది ఒక వ్యాధిపై ప్రయోజనకరమైన ప్రభావాల్ని కలిగి ఉండేది అని అర్థం. ఇవి పేటెంట్ పొందిన అణువుపై ఆధారపడి ఉంటాయి. దీనికి ముందు ఇలాంటి ఉత్పత్తి లేనిది అని అర్థం. ఏ మందు లేదా ఔషధం లేదా మెడిసిన్ కూడా రోగనిరోధక శక్తిని కలిగి వుండదు.

ఏదైనా ఒక మందు కనిపెట్టాలంటే ఫార్మా కంపెనీ ఎన్నో సంవత్సరాలు కష్టపడి తయారు చేసి పేటెంట్ తీసుకుంటుంది. ఆ పేటెంట్ కాలం ముగిసిన తర్వాత ఆ మందు ఫార్ములా తీసుకొని ఎవరైనా మందులు తయారు చేసుకోవచ్చు. ఇతర బ్రాండెడ్ కంపెనీలతో పాటు ఊరు, పేరు తెలియని కంపెనీలు కూడా మందులు తయారు చేసి జనంపైకి వదులుతున్నాయి. ఈ మందులు ఎంత మేరకు పని చేస్తాయి? వాటి నాణ్యత ఎంత? అనేది ప్రతిదాన్ని ల్యాబ్‌లో పరీక్షిస్తేగానీ తెలియదు. వీటికి భారీ డిస్కౌంట్స్ ఇవ్వడంతో విచ్చలవిడిగా ఇవి చలామణి అవుతున్నాయి.

నకిలీ మందులు

మోసపూరితంగా ఎటువంటి క్రియాశీల పదార్థాలు లేని తప్పుడు మోతాదులో తయారు చేయబడిన/ప్యాక్ చేయబడిన మందుల్ని 'నకిలీ మందులు' అంటారు. వీటివల్ల ఎటువంటి ప్రయోజనం ఉండదు. ఇవి శరీరం ద్వారా శోషణ చెందవు. వీటినే ఫేక్ మందులు, కౌంటర్ ఫీట్ మందులు అంటారు. నకిలీ ఔషధాల చరిత్ర శతాబ్దాల నాటిదని చెప్పవచ్చు. మానవ చరిత్రలో అత్యంత పురాతనమైన నేరాలలో ఇది ఒకటి.

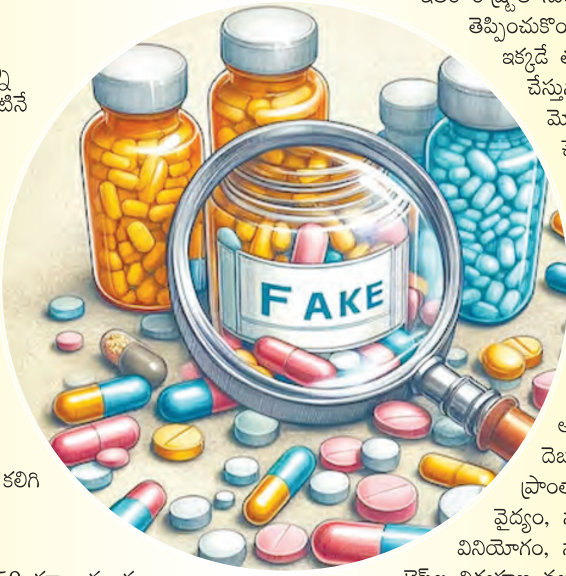
నకిలీలలో నాల్గింట ఒక వంతు నాణ్యత లేనివి. ఆరోగ్య సంరక్షణ సౌకర్యాలు సరిగా లేకపోవడం, వైద్య సంస్థలలో పేలవమైన నైతిక పద్ధతుల్ని అవలంభించడం పర్యవేక్షణ లోపాలు, ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ రంగాల్లో అవినీతి, లాభార్జన కోసం, అధిక ఉత్పత్తి, వ్యయం, చౌకైన పదార్థాల్ని ఉపయోగించడం, ఆర్థిక, సాంఘిక అసమానతలు ముఖ్యమైన కారణాలు. దీని స్థలం ప్రిస్క్రిప్షన్లు, వాగ్దానాలు, ధర, గోప్యత, ఉత్పత్తి ముఖ్యమైనవి. ఇవి ఎక్కువ, తక్కువ లేదా విభిన్న పదార్థాల్ని కల్గి ఉంటాయి. వీటి వల్ల విభిన్న లక్షణాలు దుష్ప్రభావాలు ఉంటాయి. ఇవి వేర్వేరు పరిమాణం, రుచి, రంగు కలిగి ఉంటాయి. వీటి లేబుల్ సరిగా ఉండదు. ఔషధాన్ని ఎలా నిల్వ చేయాలో సమాచారం ఉండదు. గడువు తేదీ, ప్యాకేజింగ్/ సూచనల్లో స్పెల్లింగ్ లోపాలుంటాయి. వీటిలో నిజమైన అంతర్జాతీయ ప్రసిద్ధి చెందిన నిజమైన బ్రాండ్ల నకిలీ కాపీలు, జెనెరిక్ మందుల నకిలీలు, తప్పు లేదా ప్లాసిబో ఉన్న మందులున్నాయి. ఇవి 5 వర్గాలుగా ఉన్నాయి: 1) తప్పుగా లేబుల్ చేయబడిన నకిలీలు. 2) తక్కువ క్రియాశీలత కలిగిన మందులున్న నకిలీలు ఏపిఐ. 3) తప్పు ఏపిఐ కల్గి వున్న నకిలీలు. 4) ఏపిఐ లేని నకిలీలు (ఏపిఐ అప్లికేషన్ ప్రోగ్రామింగ్ ఇంటర్ ఫేస్). 5) అధిక మొత్తంలో పాత/కొత్త మలినాలున్న మందులు. ఉదా: జెంటామైసిన్‌లో చాలా కొత్త మలినాలున్నాయి. నకిలీ మందుల వల్ల పెరుగుతున్న ముప్పు 38 శాతం పెరిగింది. అన్ని చికిత్సా వర్గాలు నకిలీ మందుల్ని కనుగొన్నాయి. నకిలీ మందుల్ని ప్రతిచోటా తయారు చేయవచ్చు. ఇవి ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఒక సమస్య అయినప్పటికీ ఆఫ్రికా దేశం ప్రమాదంలో ఉంది. ఇక్కడ 42 శాతం నాసిరకం/నకిలీ మందులున్నాయి. ఇది నకిలీ మందుల వల్ల 75 బిలియన్ల ఆదాయాన్ని కలిగి ఉంది.

వీటి వల్ల ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఒక లక్ష కంటే ఎక్కువ మరణాలకు కారణమయ్యాయని అంచనా. 1985లో డబ్ల్యూహెచ్‌ఓ అంతర్జాతీయ వాణిజ్య రంగంలో నకిలీ మందుల ఉనికిని మొదట ఒక సమస్యగా గుర్తించింది. డబ్ల్యూహెచ్‌ఓ నకిలీ వ్యతిరేక ప్రచారంలో 'నకిలీ మందులను చంపు' అనే నినాదాన్ని ఉపయోగిస్తుంది. అయినప్పటికీ చాప కింద నీరులా బహిరంగ మందుల మార్కెట్‌లో ఇవి చలామణి కావడం ఆందోళనకరమైన విషయం అనే చెప్పాలి. వీటి వల్ల ఊహించని ప్రతికూల ఔషధ ప్రతిచర్యలు కలిగే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంది. అర్హత లేకుండానే డాక్టర్లుగా చలామణి అయ్యేవారు ఎక్కువగా ఉండడం, తాము చెప్పినట్లు చేస్తే రోగాలు మాయం అంటూ ప్రచారంతో నకిలీ/నాసిరకం మందుల వ్యాపారం జోరందుకుంది. వీరు మందుల దుకాణాలతో కుమ్మక్కవుతూ ఇష్టారీతిలో ఔషధాల్ని సిఫార్సు చేస్తున్నారు.

నాసిరకం మందులు

నాణ్యతా ప్రమాణాలు నిర్దేశాలకి అనుగుణంగా లేని ఔషధ ఉత్పత్తుల్ని 'నాసిరకం మందులు' అంటారు. వీటినే 'సబ్ స్టాండర్డ్', 'నాన్ స్టాండర్డ్', 'అవుట్ ఆఫ్ స్పెసిఫికేషన్' అని పిలుస్తారు. ఇవి నమోదు కానివి, లైసెన్స్ లేనివి, తప్పుడువి. ఉద్దేశపూర్వకంగా/మోసపూరితంగా సూచించే వైద్య ఉత్పత్తులు ఇవి.

ఇవి ఆరోగ్యానికి ముప్పు, ఔషధాలకు మందుల పనితీరు లేకపోవడం, ఔషధ పరిశ్రమకి నష్టాలు, నియంత్రణ లోపాలు, కఠినమైన చట్టాలు లేకపోవడం, బలహీనమైన సరఫరాల గొలుసుని కలిగి ఉండడం, తక్కువ ధరకు దొరకడం ముఖ్యమైన కారణం.



జలుబు, జ్వరాలకు విక్రయించే 59 రకాల మందులు నాణ్యత లేనివని కేంద్ర ఔషధ నియంత్రణ మండలి తెలియచేసింది. నాసిరకం మందుల వల్ల ఆశించిన ఫలితం ఉండదు. అంతేగాకుండా జీవక్రియ, శోషణకు అంతరాయం కలిగించే ఇతర రసాయనాలు ఇందులో ఉన్నాయి.

సుద్ద, చాక్‌పౌడర్, ఆలుగడ్డ పిండి, రకరకాల కెమికల్స్ కలిపి నాసిరకం మందుల్ని తయారు చేసి వాటిని తక్కువ ధరకు మార్కెట్‌లో విక్రయిస్తున్నారు. కొన్ని ఆన్‌లైన్ పోర్టల్లని ఏర్పాటు చేసుకొని ఒక సప్లై చైన్ సిస్టమ్‌ని వాడుకుంటున్నారు. వీరు ఒరిజినల్ ప్రొడక్ట్‌లాగా ప్యాకేజ్ చేస్తున్నారని, మెడిసిన్‌ని ల్యాబ్ టెస్ట్ చేస్తే తప్ప గుర్తించలేమని డిసిఏ అధికారులు చెబుతున్నారు. ఉదా: పది కంపెనీల పేర్లతో 36 రకాల ఆంటీకేన్సర్ నాసిరకం మందులు తయారు చేసారని తెలిపారు.

జనరిక్ మందులు: చాలా మంది జనరిక్ మందులు నాసిరకానికి చెందినవి తక్కువగా చూస్తారు. వీటిని కొనడానికి ఇష్టపడరు. వీటిని 2008లో ప్రవేశపెట్టడంతో జనరిక్ మందుల వాడకం బాగా పెరిగింది. వీటిలో తక్కువ మోతాదులో మందు ఉంటుందనీ, అందుకే ధర తక్కువగా ఉంటుందనే అపోహ కొందరిలో ఉంది. ఇది తప్పు. జనరిక్ ఉత్పత్తుల్లో సైతం ఎంత మోతాదులో ఉండాలో మందు అంతే ఉంటుంది. ఇవి బ్రాండ్ నేమ్ డ్రగ్ పేటెంట్ గడువు ముగిసిన తర్వాత మాత్రమే జనరిక్ ఔషధాన్ని మార్కెట్ చేయవచ్చు. ఇవి నాసిరకం మందులు కావు. కానీ 12-25 శాతం ఇవి కలుషితమైనవే కాక, నాణ్యత లేనివి రావడం గమనార్హం. అన్ని దేశాల్లో నకిలీ, నాసిరకం ఔషధాలు తీవ్రమైన ప్రజారోగ్య సమస్య. ఇది ప్రపంచ వ్యాప్త సమస్య. నిపుణుల పర్యవేక్షణ లేకపోవడం, తయారీ ప్రక్రియలు సరిగా లేకపోవడం, తగినన్ని మౌలిక సదుపాయాలు లేకపోవడం వల్ల నాసిరకం ఉత్పత్తులు వస్తాయి, వస్తున్నాయి.

నకిలీ/నాసిరకం మందుల్ని తయారు చేసినా, వాటిని సప్లై చేసినా కఠిన శిక్షలు పడేలా చట్టాలు మన దగ్గర లేకపోవడంతో విచ్చలవిడిగా ఇవి లభ్యమవుతున్నాయి. కొన్ని సార్లు పట్టుబడిన నకిలీ/నాసిరకం మెడిసిన్‌ని సీజ్ చేసి కంపెనీల్ని మూసివేసినా కొంతమంది పక్కాగా తయారు చేస్తున్నారు. కొందరు ఇతర రాష్ట్రాల నుంచి నకిలీల మందులు తెప్పించుకొంటుంటే మరికొందరు ఇక్కడే తయారు చేసి దందా చేస్తున్నారు. వీటిని తక్కువ మోతాదులో తయారు చేయడం వల్ల జబ్బు తగ్గకపోగా ఎక్కువ రోజులు వీటిని వాడితే కొత్త సమస్యలు వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. ఇవి తక్కువ/ఎక్కువ కెమికల్స్‌తో కలపడం వల్ల కిడ్నీ, లివర్, గుండె, కాలేయం వంటి అవయవాలు దెబ్బతింటాయి. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో అర్హత లేకున్నా వైద్యం, స్థాయిని మించి మందుల వినియోగం, స్కానింగ్, ఎక్స్‌రే, ల్యాబ్ టెస్ట్‌ల నిర్వహణ వల్ల నాసిరకం/నకిలీ మందుల వాడకం ఎక్కువగా ఉంది. దీనివల్ల అనేక ప్రాణాంతక సమస్యలు ఎదుర్కోవడంలో తయారీదారులు, వినియోగదారులు ఆరోగ్య వ్యవస్థపై నమ్మకం కోల్పోవడం జరుగుతుంది.

1.24 బిలియన్లకు పైగా ఉన్న భారతదేశంలో ఆరోగ్య హక్కు ప్రాథమిక హక్కు అందరిదీ. కానీ ప్రపంచ జనాభాలో మూడింట ఒక వంతు మందికి అవసరమైన మందులు అందుబాటులో లేవు. దాంతో ప్రజలు నకిలీ/నాసిరకంవి ఇష్టపడతారు. తెలియక కొనుగోలు చేస్తారు.

ఎందుకంటే.. ఇవి చౌక ధరలో సులభంగా అందుబాటులో ఉండడం, నాణ్యత ప్రమాణాల గురించి, గడువు తేదీ గురించి తెలియకపోవడం వల్ల ఇవి బహిరంగ మార్కెట్‌లో లభ్యమవుతున్నాయి. నాణ్యత లేనివి డిమాండ్ చేయడం, నమోదు చేయని కొత్త మందులు, సున్నితమైన జరిమానాలు, చట్టాల్ని తగినంతగా అమలు చేయకపోవడం, హోల్‌సేల్ దుకాణాలపై నిఘా లేకపోవడం, రోజు రోజుకి మార్కెట్‌లో ఎస్‌ఎఫ్‌ఎస్‌సి/ఎన్‌ఎస్‌క్యూ ఔషధాల లభ్యత లేకపోవడం వల్ల నాసిరకం మందుల వినియోగం పెరగడంతో ఆరోగ్య వ్యవస్థపై ప్రజల నమ్మకం క్షీణించింది.

భారతదేశం పాత్ర

భారత్‌లో 3000 ఫార్మా కంపెనీలు, 10,500 తయారీ యూనిట్లు ఉన్నాయి. ఇది వాల్యూమ్ పరంగా ప్రపంచంలో మూడవ అతి పెద్దది. విలువ పరంగా 14వ అతి పెద్దది. భారత్ ప్రపంచ ఫార్మాస్యూటికల్స్ రంగంలో కీలక పాత్ర వహిస్తుంది.

భారతీయ వైద్య కమిషన్(ఎన్ఎమ్‌సి) ప్రకారం 13,86,136 అల్లోపతి వైద్యులు, వైద్య ఫార్మసీలు 176,784 ఉన్నాయి. ఫార్మాస్యుటికల్ శాస్త్రవేత్తలు కొత్త మందులు, చికిత్సల పరిశోధన, పరీక్షలపై దృష్టి పెడతారు. ఫార్మాసిస్ట్‌లు ఇప్పటికే ఉన్న మందుల సురక్షితమైన పంపిణీని నిర్వహించి రోగులకు తగిన మందులు ఉన్నాయని నిర్ధారిస్తారు. డాక్టర్ల ప్రిస్క్రిప్షన్ లేకుండా చాలా మంది విరివిగా మందులు వినియోగించడం మరొక ముఖ్య కారణం అని చెప్పాలి.

156 రకాల ఔషధాల్ని కేంద్ర ప్రభుత్వం నిషేధించింది.

వీటిని ప్రిస్క్రిప్షన్ చేయకుండా డాక్టర్లు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. మందుల షాపుల్లో వీటి నిల్వలు లేకుండా చూడాలి. ఇంట్లో సరుకులు కొన్నట్లే ప్రతి నెలా ప్రతి ఒక్కరూ మందులు కొనడం ఆనవాయితీ అయిపోయింది. ఆరోగ్యం కోసం ఎంత ఖరీదైన మందులైనా కొనడానికి వెనుకాడకపోవడంతో ఇవి చలామణిలోకి వచ్చాయి. 3-5 సంవత్సరాల కొకసారి మందుల రేట్లు పెరగడం, ముడి సరుకుల మీద ఖర్చులు పెరగడం మరొక కారణం అని చెప్పవచ్చు.

2009లో భారతదేశ ఔషధ నియంత్రణ సంస్థ అయిన సెంట్రల్ డ్రగ్ స్టాండర్డ్స్ కంట్రోల్ ఆర్గనైజేషన్(సిడిఎస్‌సిఓ) నిర్వహించిన సర్వేలో 24,000 నమూనాల్లో 11 నమూనాలు నకిలీవని తేల్చింది. వీటిలో 3.16 శాతం మందులు నాసిరకం అని తేల్చింది. వీటికి తగిన నిబంధనలు లేకపోవడం, పాటించకపోవడం, డ్రగ్ ఇన్‌స్పెక్టర్ల కొరత, ఔషధాల స్వచ్ఛతని తనిఖీ చేయడానికి ప్రయోగశాల సౌకర్యాలు లేకపోవడం వల్ల, నిల్వ ఔషధ పంపిణిలో అవకతవకలు, వినియోగదారుల్లో అవగాహన లేకపోవడం, చట్టాలు అమలు కాకపోవడం వల్ల నకిలీ/నాసిరకం మందులు రాజ్యమేలుతున్నాయి.

డబ్ల్యూహెచ్ఓ పాత్ర

ప్రపంచ ఔషధాలలో పది శాతం నకిలీవి అని డబ్ల్యూహెచ్ఓ(ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ) అంగీకరించింది. జపాన్, కెనడా, ఆస్ట్రేలియా, న్యూజిలాండ్, యుఎస్, యూరోప్ దేశాల్లో దాదాపు ఒక శాతం నకిలీ/నాసిరకం ఉన్నాయని నిర్ధారించింది. డబ్ల్యూహెచ్ఓ, ఇంటర్నేషనల్ ఫెడరేషన్ ఆఫ్ ఫార్మా కంపెనీలు కలిసి 1992 ఏప్రిల్‌లో జెనీవాలో నకిలీ మందులపై ప్రాజెక్ట్ చేసి మొదటి ప్రపంచ సమావేశాన్ని నిర్వహించింది. 1995లో జపాన్ ఆర్థిక సహాయంతో నకిలీ మందులపై నిఘా ప్రాజెక్ట్ చేస్తే 2006లో నకిలీ నిరోధక టాస్క్‌ఫోర్స్ స్థాపించబడింది.

2017లో 10-40 శాతం నకిలీ/నాసిరకం మందులు ఉన్నాయని డబ్ల్యూహెచ్ఓ అంచనా వేసింది. డబ్ల్యూహెచ్ఓ అంచనాల ప్రకారం నకిలీ మందుల ఆదాయం యుఎస్ఎస్ 32 బిలియన్లకు పైగా ఉందని అంచనా వేయడం ముదావహం. నకిలీ మందులలో 35-75 శాతం భారతదేశంలో, 7 శాతం ఈజిప్ట్, 6 శాతం చైనా కొంత మూలాన్ని కలిగి వుండడం విశేషం.

ఇవి ఫార్మా మోసానికి సంబంధించినవని చెప్పవచ్చు. నకిలీ మందుల ఉత్పత్తులు ఆరోగ్యానికి, భద్రతకు ముప్పు వాటిల్లే విధంగా ఉన్నాయని చాలా మంది ఆందోళన పడుతున్నారు. ఇది ఆర్థిక అంశాలకే పరిమితం కాకుండా ప్రాణాల్ని రక్షించే మందుల్ని ప్రాణాల్ని తీసే విషాలతో సమానం చేసే మానవాళికి వ్యతిరేకంగా 'నేరం' అని కూడా పిలుస్తారు.

నకిలీ మందుల వల్ల ఔషధ కంపెనీలు దాదాపు 200 బిలియన్లని కోల్పోతాయి. డబ్ల్యూహెచ్ఓ ప్రకారం అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశాల్లో ప్రతి 10 ఔషధ ఉత్పత్తుల్లో ఒకటి నకిలీది. వీటివల్ల వ్యాధి నిరోధక అభివృద్ధి చెందడం ముఖ్యమైన సమస్య. వీటి వల్ల మలబద్ధకం, నోరు, కండ్లు పొడిబారడం, పోషకలేమి, మూత్రం ఆపుకోలేకపోవడం, తల తిప్పడం, హైపోగ్లైసీమియా, జ్ఞాపకశక్తి సమస్యలు, ఎలర్జీలు, చర్మంపై దద్దుర్లు, దురదలు, వాపులు, శ్వాస సమస్యలు, గుండెపోటు, మూర్ఛలు, డయాబెటిస్, రక్తపోటు, కాలేయం, మూత్రపిండాల సమస్యలు, జీర్ణాశయాంతర సమస్యలు వంటి అనేక జీవనశైలి వ్యాధులు ఎక్కువవడం జరుగుతుంది. అంతే గాకుండా సామాన్య ప్రజల నమ్మకాన్ని కోల్పోతాయి. కంపెనీల విశ్వసనీయతని తగ్గిస్తాయి.

డాక్టర్లపై నమ్మకాన్ని కోల్పోవడం వల్ల డాక్టర్లపై అనేక వైద్య పరమైన కేసులు నమోదు అవుతున్నాయి. ఔషధ నకిలీని ఎదుర్కోడానికి బహిరంగ రహస్య, ట్రాక్ అండ్ ట్రేస్ టెక్నాలజీలు, బ్లాక్ చెయిన్ టెక్నాలజీలు.. లాంటి విభిన్న సాంకేతికతల్ని ఉపయోగిస్తున్నారు. ది లాన్సెట్ నివేదిక ప్రకారం ఆన్‌లైన్ ఫార్మసీల పెరుగుదల నకిలీ మందుల ప్రపంచీకరణకు దారి తీసింది.

ఇంటర్నెట్ పాత్ర

గత కొన్ని దశాబ్దాలుగా నియంత్రించబడని ఔషధ మార్కెట్‌గా ఇంటర్నెట్ పని చేస్తుంది. మే 29, 2017లో డబ్ల్యూహెచ్ఓ తప్పుడు ఔషధ ఉత్పత్తులు 77 శాతం ఉన్నాయని వివిధ కేసుల్ని పరిశీలించి గుర్తించడమైంది. వినియోగదారులకి చౌకధరలకి లభ్యం కావడం, నేరుగా డెలివరీ చెయ్యడం జరుగుతుంది. వీటిలో 50 శాతం మందులు నకిలీవి అని చెప్పవచ్చు. ఇది సైబర్ స్పేస్ అందించే అపరిమిత అవకాశాల్ని సద్వినియోగం చేసుకోవడానికి, వినియోగదారుల ఆరోగ్య దోపిడీకి హోల్‌సేల్, రిటైల్ నకిలీ మందుల్ని పంపిణీదారులకి, వినియోగదారులకి నేరుగా పని చేస్తుంది.

ఇంటర్నెట్ ప్రపంచ వ్యాప్తంగా నకిలీ మందుల ఉత్పత్తుల వ్యాప్తిలో ముఖ్యమైన పాత్ర వహిస్తుంది. ఎందుకంటే దాదాపు 10,000 అక్రమ వెబ్‌సైట్‌లు ఉన్నాయి. అందులో 8-9 శాతం అక్రమ ఆన్‌లైన్ ఫార్మసీలకి ప్రిస్క్రిప్షన్ అవసరం లేదు. ఇంటర్నెట్ ద్వారా బ్రౌజ్ చేయడం, నిబంధనల ప్రకారం, పారదర్శకతతో పని చేసే ఆన్‌లైన్ ఫార్మసీలపై దాడి చేయడం సులభం. స్పామింగ్ కార్యకలాపాలు, నకిలీ వెబ్‌సైట్‌లు, మోసపూరిత ఈ ఫార్మసీల్ని గుర్తించాలి. 2008లో ఆపరేషన్ పాంగియా ప్రారంభించడంతో మొదటిసారిగా అంతర్జాతీయ స్థాయిలో అక్రమ ఆన్‌లైన్ ఫార్మసీల్ని లక్ష్యంగా చేసుకున్నారు. ఇంటర్నెట్ ద్వారా నకిలీ మందుల కార్యకలాపాలు స్పష్టంగా సులభతరం చేయబడ్డాయి. ఎందుకంటే ఒక దేశంలో వెబ్‌సైట్‌ని ఏర్పాటు చేస్తే మరొక దేశంలో బ్యాక్ ఆఫీస్‌ని సృష్టించడం, మూడవ దేశంలో ఆన్‌లైన్ షాపుని ఏర్పాటు చేయడం, నాల్గవ దేశానికి చెల్లింపుల్ని సులభంగా నిర్దేశించడం వల్ల ఆన్‌లైన్ దర్యాప్తులకి ఇబ్బందిగా పరిగణించడం మరొక కారణం.

కిక్ బ్యాక్‌లు

అంటే నగదు, నగలు, వంటి గిఫ్ట్, ఫారిన్ ట్రిప్స్ వైద్య నిపుణుల్ని నిర్దిష్ట వైద్య సేవల్ని ఉపయోగించుకునేలా ప్రలోభపెట్టడానికి ఉపయోగించే ఇతర విలాసవంతమైన బహుమతులు కూడా మరొక కారణం. తక్కువ, మధ్య ఆదాయ దేశాల్లో అమ్ముడు పోతున్న మందుల్లో 10-40 శాతం నకిలీవి. ఆఫ్రికా ఆసియా దేశాల్లో 50 శాతం ఉన్నాయి.

అక్రమ మందులు

దీని వల్ల చట్టవిరుద్ధమైన మందుల్ని సులభంగా నకిలీ చేయవచ్చు. ఎందుకంటే వాటి ప్యాకేజింగ్‌కి ఎటువంటి ప్రమాణాలు లేదా నిబంధనలు నియంత్రించవు. వాటిని బ్రాండ్ పేర్లపై విక్రయించడం కద్దు. ఉదా: లాక్టోస్ పౌడర్‌ని హెరాయిన్‌గా; ఒరెగానో వంటి ఎండిన మూలికల్ని గంజాయిగా; మెథంఫేటమిన్‌ని కొకైన్‌గా విక్రయిస్తారు. చట్టవిరుద్ధమైన మందుల్లో డైల్యూయెంట్ల కల్తీల వాడకం ఆ మందుల శక్తిని తగ్గిస్తుంది. దానికి వినియోగదారులు తగిన మోతాదు స్థాయిని నిర్ణయించడం కష్టం. నకిలీ ఔషధాలు తరుచుగా నకిలీ అధునాతనమైన ప్యాకేజీలతో వస్తాయి. ఏ ప్యాకేజింగ్ వ్యవస్థ కూడా పూర్తిగా సురక్షితం కాదు.

2007లో ప్రపంచంలో మొట్టమొదటి ఉచిత యాక్సెస్ ఆంటీ కేంటర్‌ఫీట్ ప్లాట్‌ఫామ్ పశ్చిమ ఆఫ్రికా దేశమైన ఘనాలో స్థాపించబడింది. ఇది ఔషధ వినియోగదారులకు, రోగులకు వారు కొనుగోలు చేసిన మందులు ఉచిత టూవే ఎస్ఎమ్ఎస్ సందేశం ద్వారా అసలు మూలం నుండి వచ్చాయో లేదో ధృవీకరించే మార్గాల్ని అందిస్తుంది. మన దేశంలో ప్రపంచ దేశాలకి మెడిసిన్స్ సరఫరా చేసే టాప్ ఫార్మా కంపెనీలు చాలా ఉన్నాయి. నాణ్యమైన ఔషధాలు తయారు చేస్తారనే మంచిపేరు ఇండియాలోని ఫార్మా కంపెనీలకి ఉన్నప్పటికీ నాణ్యత లేని నాసిరకం/నకిలీ మందులు చలామణిలో ఉండే ముఠాలున్నాయి. ఇవి గుట్టుగా ఔషధ దుకాణాలతో సంబంధాలు పెట్టుకొని నకిలీ మందులు తెచ్చి విక్రయిస్తున్నారు. కవర్‌పై పేరులో అక్షరాల్ని అటు ఇటు చేయడం వల్ల ప్యాకింగ్‌లో తేడా కనిపించదు. నాలుగైదు స్ట్రిప్ట్‌ల మందులు కొనేటప్పుడు 1-2 నకిలీవి కలిపి అంటగడుతున్నారు.

దీనివల్ల రోగం నయం కాకపోగా సమస్య మరింత ముదిరిపోతుంది. ఔషధాల విషయంలో ఎంతో కొంత పరిజ్ఞానం ఉంటే తప్ప వీటిని గుర్తించడం కష్టం. మందుకు బదులు చాక్, సుద్దపిండి ఇతర పదార్థాలు పెట్టి ప్యాక్ చేస్తున్నారు. ముఖ్యంగా ఖరీదైన కేన్సర్, బి.పి., షుగర్ మందులు, విటమిన్ మాత్రలు, ఆంటిబయాటిక్స్, గ్యాస్ ట్రబుల్‌కి వాడే మందులు ఉదా: సెఫిక్షిమ్, కుపాన్‌డీ, వివో సిట్రిజన్, అజిత్రోమైసిన్, టెమి 40, గ్లిమికట్-ఎమ్, ప్యాంటాప్-40, డైక్లోఫినాక్ సోడియం 50 ఎంజి, క్లావెమ్ 625, ఇంజెక్షన్స్, క్యాప్సూల్స్, వాక్సిన్స్, పరికరాలు, కిట్స్, శానిటైజర్స్ నకిలీవని గుర్తించారు.

వీరు ఢిల్లీ, పూనా, గుజరాత్, ముంబై వంటి పట్టణ ప్రాంతాల్లో నుండి రా-మెటీరియల్‌ని తెచ్చి మందులు తయారు చేసి మారుమూల పల్లెలు, పట్టణ, ఊరి శివార్లలో కొన్ని మెడికల్ షాపులు, నర్సింగ్ హోమ్‌లను, ఆర్ఎంపి డాక్టర్లను ఆశ్రయిస్తారు. వీరికి భారీ ఎత్తున కమిషన్లు ఇస్తుండడం, లైసెన్సు లేని షాపులకి, సరైన గుర్తింపు లేనివారికి వీటి పట్ల సరైన అవగాహన లేక అంటగట్టడంతో రోగుల ప్రాణాలతో చెలగాటమాడుతున్నారనే చెప్పాలి. వీటిని అధిక ధరలకి అమ్మడం, వందల వేల సంఖ్యలో ఉన్న పెద్దా, చిన్నా

మందుల షాపుల్ని, నర్సింగ్ హోమ్‌ల్ని తనిఖీ చేయకపోవడం కారణం. తాజా తనిఖీల్లో అనేక నకిలీ మందుల్ని పట్టుకోవడమైంది. ముఖ్యంగా సిప్లా, అరిస్టో, ఆల్కెమ్, సన్‌ఫార్మా వంటి ప్రముఖ కంపెనీలకు చెందిన మందుల్ని పోలిన నకిలీల్ని వీటిలో గుర్తించారు.

రాష్ట్ర ఔషధ నియంత్రణ మండలి చేస్తున్న దాడుల్లో విస్తుపోయే నిజాలు వెలుగులోకి వస్తున్నాయి. వీటిలో చాలా వాటికి లైసెన్సులు లేవు. మనం వాడుతున్న మందుల్లో నకిలీవి ఏవి? మంచివి ఏవో తెలియని పరిస్థితి రాష్ట్రంలో, దేశంలో ఉంది. దీంతో ప్రజల ఆరోగ్యం దైవాధీనంగా ఉందనే చెప్పాలి.

నకిలీ మందుల్ని గుర్తించడం ఎలా? ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి?

1. ఏ అనారోగ్యం వచ్చినా సొంత వైద్యం పనికిరాదు. వైద్యుడి అనుమతి లేకుండా, ప్రిస్క్రిప్షన్ లేకుండా మందులు కొనుగోలు చేయకూడదు. దీంతో నకిలీ మందులు వాడడం వల్ల అనేక అనారోగ్య సమస్యలు వస్తాయి. వాటిలో చిన్న ఎలర్జీలు, వాపులు నుండి ప్రాణాంతక సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. దీంతో మందులు పనిచేయక, రోగం తగ్గక డాక్టర్లని మార్చడం, సరికొత్త మందుల వాడకం వల్ల రోగం కన్నా మందుల అనారోగ్యమే ఎక్కువగా వస్తుంది.

2. మెడికల్ షాప్‌లో మందులు కొనుగోలు చేసిన తర్వాత బిల్లు కచ్చితంగా అడిగి తీసుకోవాలి. నకిలీ మందులు అమ్మేవారు బిల్లు ఇవ్వరు.

3. మందుల లేబుల్‌పై వాటి నాణ్యతని, ప్రామాణికతని చెక్ చేయాలి. మందుల ప్యాకెట్‌పై 'క్యూఆర్' కోడ్‌ని స్మార్ట్ ఫోన్‌తో తనిఖీ చేయాలి. క్యూఆర్ కోడ్ లేకపోతే అది నకిలీదని అర్థం. క్యూఆర్ కోడ్‌ని కేంద్ర డేటా బేస్ ఏజెన్సీ జారీ చేస్తుంది. కనుక నకిలీ క్యూఆర్ కోడ్‌ల్ని సృష్టించడం కష్టం.

4. మందుల ప్యాకింగ్‌పై హెల్ప్‌లైన్ నంబర్‌ని తప్పకుండా ఉంటుంది. ఏదైనా సందేహం ఉంటే హెల్ప్ లైన్ నంబర్‌కి ఎస్ఎమ్ఎస్ పంపి పూర్తి సమాచారాన్ని పొందవచ్చు.

5. ప్యాకేజింగ్‌తో ఉపయోగించగల నకిలీ నిరోధక సాంకేతికలో ఉండేవి- ట్యాగెంట్ ఫింగర్ ప్రింటింగ్ (డేటా బేస్ నుండి ధృవీకరించబడిన ప్రత్యేకంగా కోడ్ చేయబడినవి). హాలోగ్రామ్‌లు, సీల్స్, ప్యాచెలు, ఫాయిల్స్ లేదా లేబుల్స్‌పై ముద్రించిన గ్రాఫిక్స్, సీరియల్ బార్ కోడ్స్, యువి ప్రింటింగ్, ట్రాక్ అండ్ ట్రేస్ సిస్టమ్స్, డిఎన్ఏ ట్రాకింగ్, ఆర్ఎఫ్ఐడి చిప్స్, 2డి బార్‌కోడ్‌లు, ఎన్ఎఫ్‌సి చిప్స్ ఉంటాయి.

6. వీటిని పక్కపక్కన పెట్టి పోల్చి చూస్తే తేడా గుర్తించడం కష్టం. స్పెల్లింగ్ లోపాలు గమనించాలి. (బాటిల్ లేబుల్స్, ప్యాకేజింగ్, ఉత్పత్తి పేరు, తయారీదారు పేరు).

7. మందుల రూపం, మందుల పరిమాణం ఆకారం మారవచ్చు. రీఫిల్స్ మధ్య ఏవైనా తేడాలున్నాయా అని గమనించాలి.

8. **మందుల నాణ్యత:** మాత్రలు పగిలిపోయి ఉన్నా, బుడగలు, పూత ఉన్నా, నలిగినా, పొడిగా, స్ఫటికాలుగా ఉన్నాయేమో గమనించాలి.

9. **ప్యాకేజింగ్:** ప్యాకేజింగ్‌లో వచ్చే ఔషధాన్ని సీలు చేయాలి. అది తెరిచి ఉన్నా, తారుమారు చేయబడినట్లు కనిపించినా, సరిగా కనిపించకపోతే ఫార్మాసిస్ట్‌ని విధిగా సంప్రదించాలి.

10. నమ్మకమైన ఫార్మసీని గుర్తించాలి. దీనికోసం నేషనల్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ బోర్డ్స్ ఆఫ్ ఫార్మసీ(ఎన్ఏబిపి) బై సేఫ్లీ సైట్‌ని, ఫార్మసీ డొమైన్‌ని చూడాలి.

ఎందుకంటే మీరు నకిలీ మందుల్ని కనుగొనే ఆన్‌లైన్ ఫార్మసీలు వేర్వేరు పేర్లని కలిగి వుండవచ్చు. కానీ అవి తరుచుగా ఒకేలా కనిపిస్తాయి. కాబట్టి యుఎస్ ఫుడ్/డ్రగ్స్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ ఎఫ్‌డిఏ వినియోగదారుల భద్రతా మార్గదర్శినిని చూడాలి.

11. మందులు నకిలీవి అని అనుమానం వస్తే దాన్ని తీసుకోకండి. మీ డాక్టర్‌కి/ఫార్మసీకి కాల్ చేసి వారిని, ఔషధ తయారీదారున్ని సంప్రదించాలి. మీరు నిర్దిష్ట లాట్ నంబర్ ఉన్న ఉత్పత్తితో కాల్ చేస్తే మీ మందులు నకిలీవో కాదో వారు మీకు చెప్పగలరు. దీనికి మెడ్ వాచ్ సైట్‌ని సందర్శించాలి.

12. ఎందుకంటే కొన్ని నకిలీ మందుల్లో పాదరసం, ఆర్సెనిక్, ఎలుకల విషం, సిమెంట్ ఉన్నట్లు కనుగొన్నారు. ఇవి చెడుగా నిల్వ చేయబడి లేదా గడువు ముగిసి ఉండవచ్చు. కాబట్టి వాటర్ టెస్ట్ చేయండి.

వాటర్ టెస్ట్: ఒక స్పూన్ సప్లిమెంట్‌ని తీసుకొని గ్లాసు వాటర్‌లో వేయండి. ఆ తర్వాత కొన్ని సెకన్ల పాటు దాన్ని కలపండి. ఒకవేళ అది ఫేక్ అయితే గ్లాస్ అడుగున పౌడర్ ఉండిపోతుంది. నిజమైన ప్రొడక్ట్ అయితే ఉండదు, వాసన రాదు.

13. ఎఫ్ఎస్ఎస్ఏఐ (ఫుడ్ సేఫ్టీ అండ్ స్టాండర్డ్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ ఇండియా అప్రూవల్ లేకపోతే అది ఫేక్ ప్రొడక్ట్ అని మీరు గమనించవచ్చు. బార్‌కోడ్‌ని సెల్స్‌లోని ఆప్స్ ద్వారా చూడాలి.

14. గుర్తింపు ఉండే రిటైలర్ దగ్గరే మందులు కొనాలి. వైద్యుల సూచనతోనే మందులు వాడడం అత్యుత్తమం.

15. ప్రతిఒక్కరు మందుల్ని కొనేటప్పుడు బ్రాండ్ పేరు, తయారీ తేదీ, చిరునామా అన్ని ప్యాకెట్లపై ఒకేలా ఉన్నాయా, లేదా? అని పరిశీలించాలి. అనుమానం వస్తే డిసిఏ అధికారుల్ని సంప్రదించాలి. అందుకే మీ దృష్టికి వచ్చిన వెంటనే డిసిఏ టోల్ ఫ్రీ 1800-599-6969కి కంప్లైంట్ చేస్తే వారు తగిన యాక్షన్ తీసుకుంటారు. వీరికి లైసెన్స్ రద్దు చేసి జరిమానాతో పాటు 2-3 సంవత్సరాల జైలుశిక్షని విధిస్తారు. ఇచ్చినవారి వివరాల్ని వీరు గోప్యంగా ఉంచుతారు. భయపడకుండా వారి దృష్టికి తీసుకువెళ్లడం మంచిది.

16. ఏ ప్రిస్క్రిప్షన్ లేకుండా అవసరానికి మించి ఒకేసారి 5-6 రకాల మందులు వాడటాన్నే 'పాలీఫార్మసీ' అంటారు. దీనివల్ల మరిన్ని వైద్య సమస్యలు తలెత్తుతాయి. జీవన శైలిలో ప్రతికూల మార్పులు ఏర్పడతాయి. ఒక మందు మరొక మందుతో కలపడం వల్ల ముప్పు పెరుగుతుంది. దీనివల్ల మందులు శరీరంపై సమర్థంగా పనిచేయవు. దీనికితోడు వృథా ఖర్చు కూడా. వీటికి ఎమ్ఆర్‌పి స్టిక్కర్, వాటి ప్రోగ్రామ్ చూడాలి. కాబట్టి ప్రజల్లో సరైన అవగాహన పెంపొందితేగానీ కలిసికట్టుగా నకిలీ/నాసిరకం మందుల నిర్మూలనలో పాలు పంచుకోలేరు. 'ప్రజాస్పందనే నకిలీ/నాసిరకం' మందుల దిగ్బంధన' అనే స్లోగన్‌తో ముందుకు కదులుదాం. మన ఆరోగ్యాన్ని మనం కాపాడుకుందాం.

సింగిల్ పేజీ కథ

తాత మనవడు

కాయల నాగేంద్ర

పద్మిని, రమణలకు పెళ్లయి ఐదు సంవత్సరాలయింది. వారి ముద్దుల కొడుకు సాకేత్. మూడేళ్ల సాకేత్ తన ముద్దు ముద్దు మాటలతో వారి మధ్య సున్నితమైన ప్రేమానురాగాలు అల్లుకున్నాయి. హాయిగా ఆనందంగా సాగిపోతున్న ఆ సంసారంలో ఉన్నట్టుండి పెనుతుఫాన్ చెలరేగింది.

తాత రఘురామయ్య అంటే సాకేత్‌కి వల్లమాలిన ప్రేమ. భార్యా భర్తలిద్దరూ ఉద్యోగస్థులు కావడం వలన వారి నడుమ సాకేత్ గడిపే సమయం చాలా తక్కువ. అందుకే తల్లిదండ్రుల కంటే తాతయ్య దగ్గరే ఎక్కువ సమయం గడిపేవాడు. ఎన్ని బంధాలున్నా తాతతో ఉండే బంధం ప్రత్యేకమైనది. ఎందుకంటే వారు మన సంస్కృతీ సాంప్రదాయాలను, విలువలను

తెలియజెప్పి, తమ జీవితానుభవంతో మనిషిగా ఎలా మసలుకోవాలో చెబుతారు. వచ్చీరాని ముద్దు ముద్దు మాటలతో తాతకు ఎక్కడలేని శక్తిని ఇవ్వగలుగుతాడు మనవడు.

తాత, మనవడి మధ్య అనురాగ బంధాన్ని చూసిన పద్మిని తట్టుకోలేకపోయింది. ఎక్కడ తన కొడుకు తనకు దూరం అవుతాడోనని మదనపడసాగింది. ఆమె ముఖంలో వున్న ప్రశాంతత స్థానంలో కోపం చోటు చేసుకుంది. రాను రాను తాతే సర్వస్వం అనే విధంగా సాకేత్ ప్రవర్తించడం ఆమె జీర్ణించుకోలేకపోయింది. “ఈ ముసలాయన మనల్ని ప్రశాంతంగా ఉండనివ్వడు. మన కొడుకును దూరం మనకు చేస్తున్నాడు” అని వేరు కాపురం పెట్టడానికి రమణ పైన ఒత్తిడి పెంచింది.

రమణకు భార్య మాటే వేదం. ఫలితంగా రఘురామయ్యను ఒంటరివాడిని చేసి వేరు కాపురం పెట్టారు. ఎంతో అన్యోన్యంగా వున్న తాత, మనవాడ్ని వేరు చేశారు. తాత-మనవల బంధం శాశ్వతమే కానీ, వాడితో కలిసుండే అవకాశం శాశ్వతం కాదని రఘురామయ్య తెలుసుకున్నాడు. పక్క మీద వాలినా నిద్ర రావడం లేదు. భవిష్యత్తు గురించి ఆలోచనలు కందిరీగల్లా రఘురామయ్యను చుట్టుముట్టాయి.

పెద్దలకు ఇచ్చే మర్యాద ఇదా? ఆక్రోశించింది మనస్సు. గుండె చెరువయ్యింది. ఆయన కళ్లల్లో నీళ్ల తెరలు కట్టాయి. పెద్దలంటే గౌరవం లేదు. కుటుంబ సభ్యులను ప్రేమగా పలకరించాలనే ఇంగిత జ్ఞానం లేదు.

తల్లిదండ్రులను నిరక్ష్యం చేస్తున్న కొడుకుల కథలు ఈ రోజుల్లో సర్వసామాన్యంగా వినిపిస్తున్నాయి. పెళ్లికాక ముందు పులిగా ఉండే కొడుకు, భార్య రాగానే పిల్లిలా మారిపోయాడు. భార్య ముందు నోరెత్తటం మానేసి, బుద్ధిగా ఆమె చెప్పేది వినటం నేర్చుకున్నాడు.

తన గురించి తాను పట్టించుకోకుండా తన వారసుడి సంతోషం కోసం కష్టపడి సంపాదించాడు రఘురామయ్య. సకల భోగాలు తన వారసుడికి అందించి తను మాత్రం సాధారణ జీవితం గడపసాగాడు. చిన్నప్పుడు కన్నకొడుకుతో ఆడుకుని, వాడు అడుగులు వేస్తే ఆనందించే తను, ఈ వయసులో తన కొడుకు చేయూత ఇవ్వనంటున్నాడు. కన్నకొడుకు సహకరించకపోయినా దిగులు పడకూడదనుకున్నాడు. అయితే తన ప్రాణమైన మనవడు దూరం కావడంతో ఇబ్బంది పడసాగాడు. ప్రతి నిమిషం వాడి గురించే ఆలోచిస్తూ, ఆదుర్దా పడుతూ మానసికంగా కుంగిపోయాడు.

మనవడిని చూడకుండా ఉండలేక ఓ రోజు కొడుకు ఇంటికెళ్లాడు రఘురామయ్య.

“అమ్మా! లోపలికి రావచ్చా?” నీళ్ల నిండిన కళ్లతో రఘురామయ్య అడగడంతో, దారికి అడ్డుగా ఉన్న పద్మిని పక్కకు తప్పుకుని మామగారిని లోపలికి రమ్మంది.

రఘురామయ్య లోపలికి రాగానే “మామయ్యా..! నన్ను క్షమించండి” అంటూ ఆయన కాళ్ల మీద పడి ఏడ్చేసింది పద్మిని.

ఎడబాటు కారణంగా కలిగిన భావోద్రేకమో లేదా మరింకేదైనా కారణం ఉందో రఘురామయ్యకు అర్థం కావడం లేదు.

మనసులో భారం తగ్గేదాకా ఏడ్వసాగింది కోడలు పద్మిని.

రఘురామయ్యకు ఏమీ అర్థం కాకపోవడంతో బెడ్ రూంలో పడుకుని వున్న మనవడి దగ్గరకి వెళ్ళాడు. సాకేత్ అస్థిపంజరంలా మూసిన కళ్ల మూసినట్లే బెడ్ మీద పడి ఉన్నాడు. ఆ స్థితిలో మనవడ్ని చూసిన రఘురామయ్యకు దుఃఖం ముంచుకొచ్చింది.

“సాకేత్, నాన్నా సాకేత్” అంటూ పిలుస్తుంటే, ఆయన కళ్లల్లో నీళ్ల సుడులు తిరిగాయి. తాత పిలుపు విన్న సాకేత్ మెల్లగా కళ్ళు తెరిచాడు. తాతను చూడగానే పెదవుల పైన చిరునవ్వు మెరిసింది. ఎక్కడలేని శక్తిని తెచ్చుకుని తాతను అల్లుకుపోయాడు. దుఃఖం ఎగదన్నుకొచ్చి చాలాసేపు ఏడుస్తూ తాతను వదలలేదు. అక్కడ కొద్దిసేపు నిశ్శబ్దం అలుముకుంది. ఆ గదిలో మనుషులు ఉన్నా, మనసు విప్పి మాట్లాడుకోవటానికి ఏవో తెరలు అడ్డు పడుతున్నాయి. “నాన్న..! సాకేత్ ఇలా కావడానికి పద్మిని తొందరపాటే కారణం. మనోవ్యాధికి మందు లేదని సాకేత్ విషయంలో రుజువయింది. మమ్మల్ని క్షమించండి నాన్నా! ఈరోజే మనింటికి వెళ్దాం” తన మనసులోని ఆవేదనను తెలియజేశాడు రమణ.

కొడుకు, కోడలులో వచ్చిన మార్పుకు సంతోషించాడు రఘురామయ్య. వారం రోజుల్లో పూర్తిగా కోలుకొని మామూలు మనిషి అయ్యాడు సాకేత్.

ఈ వారం కవిత్వం

భారమైన జ్ఞాపకాలు

ఎంతో ఇంతో అని తెలపలేని
అమూల్యం.. ఎన్నింటినో పొదివి
పట్టుకున్న భాండాగారం.
ఎంత తలచిచూచిన తనివితీరని
ఆనందం ఎన్నో మదిలో అలా ఆమోద
ముద్రితం ఏది ఏమైనా అవునసే
మరువలేని అంతరంగం.

తరుముతూ తరచి తరచి, చూడమనేవి
తన మన అందరిని తలచేలా చేసేవి
తీయతీయనివి తిరిగిరాని
తీసిపారేయలేనివి తుడవలేనివి
నీడలా వెన్నంటే నిలిచేవి.

ఎదురయ్యే ప్రతీది ఏదో
సంబంధమనేది ఎన్నింటినో
పరిచయం చేస్తూ మరుపేల అనేది.
ఎన్నో మరువలేని జ్ఞాపకాలు
మిగిల్చేది ఎదలో ఎప్పుడూ
పదిలమనే ఆణిముత్యమది.
ఎందుకో ఒకోసారి సంతోషాన్ని
మరోసారి ఎనలేని దుఃఖాన్ని
ఎదుటివారిలో ఆనందం మరొకరిలో
బాధని ఎన్నో గుర్తుకు తెచ్చుకోమనే
భారమైన జ్ఞాపకాలు.

ఎప్పుడూ మనలోనే
బరువుగా భావించిన
ఎల్లవేళలా ప్రతిధ్వనిస్తూ.
ఉక్కిరిబిక్కిరి చేస్తూ ఎండమావుల్లో
సహితం నీ మదిలో నేనున్నాననేది
ఎల్లవేళలా నెమరేసుకోమనే నిశ్శబ్దమది.

- యామిని కోళ్ళూరు

నేను.. ఆమె

నిద్ర
రావడం
లేదని
మబ్బులో లేచి కాంపౌడ్‌లో
కూర్చున్నాను.
ఆమె కూడా పరువులోంచి వచ్చి
నన్ను ఆనుకొని బంగారు జరీ వస్త్రాల
అస్త్రాల బాలసూర్యుని
ఆగమనానికి నిరీక్షిస్తూ నేను
కుండీలో సన్నజాజి పూలవాసన
ఆస్వాదిస్తూ ఆమె
ప్రకృతి లయాత్మక దృశ్యంలో నేను
రసాత్మక కావ్యంలో ఆమె
నేను.. ఆమె.

- కోటం చంద్రశేఖర్

ఆ కాసేపు..

అలానే
చూస్తున్నాను..
కళ్ల తేట
పడుతున్నాయి
మనసు లోపలి చీకటి
క్రమక్రమంగా
మాయమౌతుంది..

హృదయం మంచు
పువ్వై వికసిస్తోంది
దేహంలో ఒక
సెలయేటి ప్రవాహం
కదలాడుతుంది..

ఆ సమయంలో నేను ఉన్నానో
నన్ను నేను మరచిపోయానో
ఆ కాసేపు నా ప్రపంచంలోకి
ఒక సౌందర్య స్వరూపమై ఆవరించింది
ప్రేమరాణిలా..

వేపచెట్టు మీదుగా
పండు వెన్నెలై నిండు
జాబిల్లై
పలకరించింది. ఆ
రాత్రి
ఆ కాసేపు అలానే
చూస్తూ కూర్చున్నాను.

అన్నట్టు అది
ఉపగ్రహమా?
కాదు కాదు..
నా కవిత
పంక్తుల్లోని అందమైన
పోలిక
అది అచ్చమైన స్వచ్ఛమైన
పూర్ణోపమలంకారం
తరతరాల చందమామ మనుషుల
జీవితానికి ఒక సంజీవని మూలిక
కవులకు ప్రియమైన కానుక.

- రవి నన్నపనేని

కల్ప తరువు

దివి నుంచి భువికి
వర్షాన్ని రప్పించెదను
జీవకోటికి దాహార్తి తీర్చెదను
సమస్త జీవరాసులకి
ప్రాణ వాయువును అందించి
వాటి మనుగడకి దోహదపడెదను
మీకు మంచి ఫలాలును అందించి
మీ ఆకలిని తీర్చెదను
మీ ఇంట్లో వంట కొరకు
వంట చెరకునై మండెదను
నా కర్రలతో మీకు నివాసాన్ని ఏర్పరచి
మీకు ఒక గూడునిచ్చెదను
దారిలో వెళ్లే బాటసారులకి నీడనిచ్చి
నా ఒడిలో హాయిగా సేద తీర్చెదను
నా పువ్వుల్లోకి మకరందం స్వీకరించి
తేనెటీగలు
మీకు
తేనెనిచ్చును
ఎన్నో రకాల
పక్షులకి
నా గుటిలో ఆవాసాన్నిచ్చెదను
వృద్ధాప్యంలో మీ చేతిలో ఊతకర్రనై
మిమ్మల్ని ముందుకు నడిపించేది నేనే
మీరు కాలం చేశాక
మిమ్మల్ని పాడెనై కాటికి మోసేది నేనే
మీ చేతిలో కాలే ఆఖరి కట్టెను నేనే
మీరు నన్ను రక్షిస్తే
జననం నుంచి మరణం వరకు
సదా మీ వెన్నంటే ఉంటా.

- కోనేటి నరేష్

ప్రకృతి ఒడిలో

ఒకింత ఉల్లాసం
తూనీగలు తిరుగాడుతుంటే
ఒకింత సంతోషం
సీతాకోకచిలుకలు ఎగురుతుంటే
ఒకింత ఆనందం
కోయిలలు గానం
వింటుంటే
ఒకింత ఆహ్లాదం
పచ్చిక బయళ్లు
తలూపుతుంటే
ఒకింత
మనోహరం
పూలు పరిమళం
వెదజల్లుతుంటే
ఒకింత పులకింత
నెమళ్లు పురివిప్పుతుంటే
ఒకింత గిలిగింత
చిలుకలు
పలుకుతూ ఉంటే
ఒకింత ఆశ్చర్యం
సాలీళ్లు గూళ్లు
అల్లుతూ ఉంటే
ఒకింత ఉత్సాహం
సమీరం చల్లగా మీటుతూ
ఉంటే
ఒకింత పరవశం
వాన తుంపరలు
తాకుతూ ఉంటే
ఒకింత సంబరం
అంబరాన విహంగాలను
వీక్షి స్తుంటే
ఒకింత తన్మయత్వం
ప్రకృతి ఒడిలో సేద తీరుతుంటే.

- కయ్యూరు బాలసుబ్రమణ్యం

ఘుమఘుమలాడే వంటకాలు

విందు-పసందు

స్వీట్‌కార్న్ పకోడి

కావలసిన పదార్థాలు

స్వీట్ కార్న్-ఒక కప్పు; శనగపిండి-పావు కప్పు; పచ్చిమిర్చి-రెండు; ఉల్లిగడ్డ-ఒకటి; కారం-ఒక టీస్పూన్; ఉప్పు-తగినంత; కొత్తిమీర తురుము-కొద్దిగా; నూనె-వేయించడానికి సరిపడినంత.

తయారు చేసే విధానం

స్వీట్‌కార్న్ ఉడికించి పెట్టుకోవాలి. ఒక గిన్నెలో స్వీట్‌కార్న్, శనగపిండి, చిన్నగా తరిగిన పచ్చిమిర్చి, ఉల్లిగడ్డ, కారం, ఉప్పు, కొత్తిమీర తరుము వేసి కొద్దిగా నీళ్ల పోసి ముద్దలా కలపాలి. స్టౌ మీద కడాయి పెట్టి, వేయించడానికి సరిపడినంత నూనె పోసి, బాగా వేడయ్యాక పిండి మిశ్రమాన్ని కొద్దికొద్దిగా వేయాలి. సన్నని మంటపై దోరగా వేయించుకుంటే కరకరలాడే స్వీట్‌కార్న్ పకోడి సిద్ధం.

సజ్జల పాయసం

కావలసిన పదార్థాలు

సజ్జలు-ఒక కప్పు; సేమియా-అరకప్పు; బెల్లం-ఒక కప్పు; పాలు-నాలుగు కప్పులు; డ్రై ఫ్రూట్స్-పావుకప్పు; నెయ్యి-రెండు టేబుల్ స్పూన్లు; యాలకుల పొడి-పావు టీస్పూన్.

తయారు చేసే విధానం

సజ్జలను రెండు నిమిషాల పాటు సన్నని మంటపై వేయించి బాగా కడిగి గంటసేపు నానబెట్టాలి. స్టౌ మీద కడాయి పెట్టి నెయ్యి వేడయ్యాక బాదం, జీడిపప్పు, కిస్మిస్ వేసి వేయించి పక్కన పెట్టుకోవాలి. సేమియా కూడా వేయించి పెట్టుకోవాలి.

అదే కడాయిలో పాలు పోసి బాగా మరుగుతున్న దశలో.. నానబెట్టిన సజ్జలు జోడించి పది నిమిషాలు ఉడికించాలి. తర్వాత సేమియా, తరిగిన బెల్లం వేసి కలుపుతూ మరో ఐదు నిమిషాలు ఉడికించాలి. చివరిగా యాలకుల పొడి, వేయించిన డ్రై ఫ్రూట్స్ కలుపుకొంటే సజ్జల పాయసం రెడీ.

వెజిటబుల్ నగ్గెట్స్

కావలసిన పదార్థాలు

తురిమిన క్యారెట్, క్యాబేజీ, బీన్స్, క్యాప్సికం-ఒక టేబుల్ స్పూన్ చొప్పున; ఉడికించిన ఆలుగడ్డ-ఒకటి; ఉడికించిన స్వీట్‌కార్న్, పచ్చిబఠాణీ-టేబుల్ స్పూన్ చొప్పున; పన్నీర్ తురుము-రెండు టేబుల్ స్పూన్లు; అల్లం వెల్లుల్లి పేస్ట్-అర టీస్పూన్; మిరియాల పొడి, చిల్లీఫ్లేక్స్, ఆరిగానో, చాట్ మసాలా-అర టీస్పూన్ చొప్పున; ఉప్పు-తగినంత; బ్రెడ్‌క్రంబ్స్-ఒక కప్పు, కార్న్‌ఫ్లోర్; మైదా-రెండు టేబుల్ స్పూన్ల చొప్పున; నూనె-తగినంత.

తయారు చేసే విధానం

ఒక గిన్నెలో క్యారెట్, క్యాబేజీ, బీన్స్, క్యాప్సికం తురుము, మెదిపిన ఆలూ, స్వీట్‌కార్న్, బఠాణీ, పనీర్, అల్లం వెల్లుల్లి పేస్ట్, మిరియాల పొడి, చిల్లీఫ్లేక్స్, ఆరిగానో, చాట్ మసాలా, ఉప్పు వేసి బాగా కలపాలి. ఈ మిశ్రమంలో అర కప్పు బ్రెడ్‌క్రంబ్స్ కూడా వేసి ముద్దలా కలిపి పక్కన పెట్టాలి. ఒక గిన్నెలో కార్న్‌ఫ్లోర్, మైదా, కొద్దిగా ఉప్పు వేసి, నీళ్ల పోసి జారుగా కలపాలి. స్టౌ మీద కడాయి పెట్టి వేయించడానికి సరిపడినంత నూనె పోసి వేడి చెయ్యాలి. ముందుగా కలిపిన మిశ్రమాన్ని కొద్దికొద్దిగా తీసుకుని బుల్లెట్స్‌లా చేసుకుని ముందు మైదా మిశ్రమంలో, ఆ తర్వాత బ్రెడ్‌క్రంబ్స్‌లో దొర్లించాలి. ఇలా చేసి పెట్టుకున్న వాటిని వేడినూనెలో దోరగా వేయిస్తే వేడి వేడి నగ్గెట్స్ సిద్ధం.

కందగడ్డ హల్వా

కావలసిన పదార్థాలు

కందగడ్డలు-అర కిలో; నెయ్యి-పావు కప్పు; పాలు-ఒక కప్పు; యాలకుల పొడి-అర టీస్పూన్; చక్కెర-అర కప్పు; జీడిపప్పు, బాదంపప్పు-నాలుగు చొప్పున.

తయారు చేసే విధానం

కందగడ్డలను ఉడకబెట్టి మెత్తగా మెదిపి పెట్టుకోవాలి. స్టౌ మీద ప్యాన్ పెట్టి నెయ్యి వేసి వేడయ్యాక కందగడ్డ మిశ్రమం వేసి సన్నని మంటపై వేయించాలి. పాలు, యాలకుల పొడి, చక్కెర వేసి కలుపుతూ బాగా దగ్గం పడేలా ఉడికించాలి. పైనుంచి జీడిపప్పు, బాదం పప్పు ముక్కలు వేసుకుంటే ఘుమఘుమలాడే కందగడ్డ హల్వా సిద్ధం.

గోరింటాకు ఎర్రగా పండాలంటే..

మన దేశంలో గోరింటాకు అంటే శుభసూచకంగా భావిస్తారు. ప్రతి శుభకార్యానికి మహిళలు, పిల్లలు తమ తమ చేతులను గోరింటాకుతో రకరకాల డిజైన్లతో చూడముచ్చటగా అలంకరించుకోవడం ఆనవాయితీ. అట్లతద్దె

పండుగ రోజున, ఆషాఢమాసం వచ్చినా, ఇంటిలోని ఆడవారి అందరి చేతులలో గోరింట పూస్తుంది. పెళ్లిళ్లు, పండుగలు ఏవి వచ్చినా మహిళలు, పిల్లలు అంతా ఒకచోట చేరి చేతులకు నిండుగా గోరింటాకు విధిగా పెట్టుకుంటారు.

గోరింటాకు సౌభాగ్యానికి చిహ్నం. ఆషాఢ మాసంలో గోరింటాకు పెట్టుకోవడం వలన రుతువు మారిన సమయంలో కాళ్లు, చేతులు, గోళ్లు శుభ్రపడతాయి. ఇన్‌ఫెక్షన్ లాంటివి రాకుండా ఉంటాయి.

భారతీయుల వివాహ తంతులో ఒక్కోదానికి ఒక్కో ప్రత్యేకత ఉంటుంది. పెళ్లికుమార్తె కాళ్లకు, చేతులకు గోరింటాకు పెట్టి అలంకరించడం భారతీయుల వివాహాల్లో అతి ముఖ్యమైన సంప్రదాయ ఘట్టం. సంప్రదాయ వివాహ తంతులో భాగంగా అయిదోతనానికి గుర్తుగా పెళ్లికుమారుని తరపువారు పెళ్లికి రెండు మూడు రోజుల ముందు పెళ్లి కుమార్తెకు గోరింటాకు పంపేవారు. ఇది కొన్ని ప్రాంతాలలో ఆచారంగా ఉండేది. ఈ విధానమే ఇప్పుడు మెహందీ వేడుకగా మారింది. బంధుమిత్రుల కోలాహలాలు, వారు చేసే సందడి నడుమ నునుసిగ్గుల పెళ్లికూతురికి మెహందీ సెలబ్రేషన్స్ పెళ్లి ఘట్టంలో మధురానుభవంగా మిగిలిపోతుంది.

ఉత్తరాదిన ఈ మెహందీ పండుగ ఎంతో ప్రాముఖ్యత సంతరించుకున్నది. పెళ్లికి రెండు మూడు రోజుల ముందు తమ తాహతుకు తగ్గట్లుగా మెహందీ ఫంక్షన్ జరుపుకుంటారు. వేరు వేరు దేశాలలో గోరింటాకును హెన్నె, మెహందీ, హెన్నా, ఆల్‌హెన్నా, ఆల్‌ఖనాన, మెండీ, జమైకా, మెగ్నోనెట్టి.. ఇలా మరెన్నో పేర్లున్నాయి.

ఒక బంతి ఆకుగాని, చేమంతి ఆకుగాని, చింతాకుగాని అరచేతిలో పెట్టి, మైనం చుక్కలు వేసి దానిపై గోరింటాకు పులిమి డిజైన్లు సృష్టించేవారు ఒకప్పుడు. కాని ఇప్పుడు అలాంటి ఇబ్బందులు లేవు. కాలంతో పాటు అధునాతనంగా రెడిమేడ్ హెన్నా పౌడర్లు లభిస్తున్నాయి. అంతేగాక గోరింటాకు పేస్టు ఉండే కోన్లు ప్రతిచోట లభిస్తున్నాయి. గోరింటాకు ఎండబెట్టి మెత్తగా పొడి చేసి దానికి వేడినీళ్లు కలిపి పేస్టుగా చేసి చేతులకు పెట్టుకుంటారు. మంచి రంగులో కాంతివంతంగా పండేందుకు, ఎక్కువ కాలం పోకుండా ఉండేందుకు టీ, కాఫీ, లవంగాలు, నిమ్మరసం, చింతపండు, మజ్జిగ, పంచదార, ఆయిల్ వంటివి అందులో కలుపుతారు. ఇదంతా గోరింటాకు సందడి.

ఒక కప్పుల్లో గోరింటపొడి తీసుకుని వేడి నీటిని పోసి పేస్టులా కలుపుకోవాలి. ఈ పేస్టు మూడు లేక నాలుగు పెద్ద డిజైన్లకు సరిపోయే విధంగా చూసుకోవాలి. ఎనిమిది నుంచి పది చుక్కలు మెహందీ ఆయిల్ వేసి కలపాలి. కొద్దిసేపు అలా ఉంచితే గోరింటపొడి నీటిని, నూనెను పీల్చుకుంటుంది. అవసరమైతే మరికొంచెం నీళ్లు కలపవచ్చు. ఈ విధంగా కలిపిన పేస్టును ఒకటి రెండు గంటలసేపు ఆ మిశ్రమాన్ని నాననివ్వాలి. రంగును దించేసే కాపర్ గిన్నెలో గోరింటపొడి కలపకూడదు. ప్లాస్టిక్‌వైతే మంచిది. ఆ తరువాత అగ్గిపుల్లతోగాని, లేక కోన్‌లో గాని నింపుకుని కావాల్సిన డిజైన్లు పెట్టుకోవచ్చు. పెట్టుకున్న తరువాత కనీసం రెండు, మూడు గంటల పాటు ఉంచుకోవాలి. చేతులకు, కాళ్లకు పెట్టుకుంటే మూడు గంటల వరకు ఉంచుకోవాలి. చేతుల వెనుక వైపు

పెట్టుకుంటే ఇంకా ఎక్కువసేపు ఉంచుకోవాలి. గోరింటాకు ఎండి రాలిపోకుండా ఉండేందుకు పంచదార, నిమ్మరసం మిశ్రమాన్ని దూదితో అద్దుకోవాలి.

పండిందనుకుంటే చేతితో నెమ్మదిగా తీసేయాలి. గోరింటాకు పెట్టుకున్న చోట కొబ్బరినూనెగాని, ఆవనూనెగాని రాసుకుంటే మంచి మెరుపు వస్తుంది.

గోరింటాకు చేతుల నుండి రాలిపోయాక ఒక రంగులో ఉండి ఆ తర్వాత మంచి కలర్ వస్తుంది. ఇందుకోసం కొంత జాగ్రత్త అవసరం.

ఎనిమిది నుండి పన్నెండు గంటల వరకు పండిన గోరింటాకుకు తడి తగనివ్వకూడదు. పండిన మెహందీ ఒకటి నుండి రెండు వారాలు ఉంటుంది. త్వరగా పోవాలనుకుంటే కాస్మోటిక్ బాడీ బ్లీచ్ ఉపయోగిస్తే మెల్లగా కనుమరుగవుతుంది.

ఆషాఢంలో ఎందుకు?

ఆషాఢం రాగానే ఇప్పటికీ చాలా మంది ఆడవారు తమ చేతులకి గోరింటాకు పెట్టుకుంటారు. మిగతా రోజుల్లో పెట్టుకున్నా, పెట్టుకోకపోయినా ఆషాఢ మాసంలో మహిళలు, ఆడపిల్లలు తప్పనిసరిగా చేతులకు, కాళ్లకు గోరింటాకు పెట్టుకుని మురిసిపోతుంటారు.

ఇక ఆషాఢమాసం తరువాత వచ్చేది శ్రావణమాసం. ఈ మాసంలో పూజలు, నోములు, వ్రతాలు ఎక్కువగా జరుగుతుంటాయి. ఈ మాసంలోను వీలును బట్టి గోరింటాకు పెట్టుకుంటుంటారు. అయితే ఇది కేవలం అందంగా కనిపించేందుకు మాత్రమే కాదు, దీనివల్ల ఎన్నో లాభాలు ఉన్నాయి. మన వాతావరణం ప్రకారం ఆషాఢంలో వర్షాలు పడుతుంటాయి. దీంతో వాతావరణంతా చల్లగా మారుతుంది. సూక్ష్మక్రిములు పెరిగి అంటువ్యాధులు వ్యాపిస్తాయి. అయితే వర్షాలు పడటం వల్ల వాతావరణం చల్లబడుతుంది కానీ ఒంట్లో వేడి అలానే ఉంటుంది. బయట వాతావరణానికి సమానంగా మన శరీరం మారదు. దీంతో సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. గోరింటాకుకు వేడిన తగ్గించే గుణం ఉంటుంది. అంతేకాకుండా రోగ నిరోధకశక్తిని పెంచి, రక్తప్రసరణ సక్రమంగా జరిగేలా చేస్తుంది. అందుకే అమ్మాయిలు ఈ సమయంలో గోరింటాకు పెట్టుకుంటారు. ఇప్పుడంటే గోరింటాకు ఆడవారు మాత్రమే పెట్టుకుంటున్నారు గానీ ఇదివరకు మగవారు కూడా పెట్టుకునేవారట.

ఇక స్త్రీలు గోరింటాకు పెట్టుకోవడానికి మరో ముఖ్య కారణం.. ఆడవారు ఇంటి పనులలో డిటర్జెంట్‌లు వాడుతుంటారు. అందువల్ల గోళ్లలో నీరు చేరి చర్మ

సమస్యలు ఎదురయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. గోరింటాకు పెట్టుకోవడం వల్ల చర్మ సమస్యలు ఉండవు. గోరింటాకు ఎర్రగా పండాలంటే కొన్ని చిట్కాలు పాటించాలి. అందులో నిమ్మరసం కలపాలి. వీటితో పాటు గోరింటాకు పేస్టు చేసేటప్పుడు రవంత చింతపండు రసం వేసినా మంచి ఉపయోగం ఉంటుంది. అదేవిధంగా గోరింటాకు పెట్టుకున్నాక అది పూర్తిగా చేతిపై ఎండిపోయి రాలిపోయే స్థితిలోకి వచ్చాక తీసేయాలి. అలా తీసేసిన వెంటనే చేతులను శుభ్రం చేసుకోవద్దు. కనీసం ఓ అరగంట అయినా అలాగే ఉండనివ్వాలి. ఆ తర్వాత చేతులను శుభ్రం చేసుకోవాలి. శుభ్రం చేసుకున్న తర్వాత పొడి బట్టతో తుడిచి కొద్దిగా నూనె తీసుకుని చేతులకు సున్నితంగా రాయాలి. ఇలా చేస్తే గోరింటాకు మంచి రంగులో పండుతుంది.

- బి.మీనాక్షి

స్మార్ట్ వాటర్ బాటిల్

పని ఒత్తిడిలో పడి చాలామంది తరచుగా నీళ్లు తాగటం మరచిపోతుంటారు. పిల్లలైతే ఇక సరేసరి. అందుకే ఈ మధ్య కొన్ని స్కూళ్లలో వాటర్ బెల్ పెట్టారు. అంటే కచ్చితంగా ఆ సమయంలో మంచినీళ్లు తాగాలన్నమాట.

ఈ స్మార్ట్ వాటర్ నీటిని తీసుకోవడాన్ని ట్రాక్ చేస్తుంది. అంతేకాకుండా, అవసర మైనప్పుడల్లా చల్లబరచడానికి మంచి కూలింగ్ వాటర్‌ను అందిస్తుంది. అలాగే వ్యాయామాలు, హైకింగ్‌లు, బీచ్ దేస్‌కి తీసుకెళ్లడానికి ఈ వాటర్ బాటిల్ చాలా అనువుగా ఉంటుంది. ఇలాంటి బాటిల్స్ మార్కెట్‌లో దొరుకుతున్నాయి. అయితే రివ్యూలను చూసి తీసుకోవటం మంచిది.

మనసు దోచే పూలు

పూర్తిగా విచ్చుకున్న పూలను చూస్తే ఎవరికైనా ఆనందం కలుగుతుంది. అలాంటిది ఆ పూల అంచుల పైన కాంతి పడితే వాటి అందం మరింత ఇనుమడిస్తుంది. వాటిని చూడగానే మనసులోని ఒత్తిడంతా ఉఫ్‌మని ఊదినట్లు దూరమవుతుంది.

పాలిమర్ క్లేతో చేసిన డెస్క్‌టాప్ గ్రీన్ ఫారెస్ట్ ఫ్లోరల్ ల్యాంపులు ఆ కోవకే చెందుతాయి. వివిధ రకాల పూల అందాలతో మనసు దోచేస్తూ తక్కువ కాంతితో వెలిగే ఈ ల్యాంపులు బెడ్ రూమ్‌లో అమర్చుకోవడానికి బాగుంటాయి.

కథ

అబద్ధం చెప్పవద్దు

అడవిలో ఒకరోజు పులి జింకను పట్టుకొని తన గుహకు తెచ్చుకొని తినసాగింది. ఆ సమయంలో ఎదురుగా ఉన్న గుహలోని వృద్ధ సింహం పిలిచింది.

పులి బయటకు వచ్చి "ఏమిటి సింహం తాతా? ఏం కావాలి?" అనడిగింది

"మా పిల్లలు నాకు ఆహారం తెస్తానని వెళ్లారు. ఇంకా రాలేదు. ఆకలిగా వుంది. నీ దగ్గర ఏదైనా ఆహారం ఉంటే ఇస్తావా? పిల్లలు తెచ్చే ఆహారం నీకు ఇస్తాను" అంది వృద్ధ సింహం.

"సింహం తాతా! ఇంతకుముందు అడిగినా ఇచ్చేవాడిని. ఇప్పుడే జింక మాంసం పూర్తిగా తినేసాను. ఈసారి వేటకెళితే ఇస్తానులే" అంటూ అబద్ధం చెప్పింది.

"చాలా ఆకలిగా వుంది. వేటాడే శక్తీ లేదు" అంటూ బాధగా వెళ్లింది.

పులి గుహలోకి వెళ్లి మిగిలిన జింకమాంసం ఎక్కువనిపించినా కష్టపడి మెల్లగా తినింది.

ఒకరోజు పులి కాలుకు పెద్ద గాయం అవడంతో గుహ దాటి బయటకు రాలేక బాధతో మూలగసాగింది. పులి మూలుగు శబ్దం విని వృద్ధ సింహం వచ్చింది.

"వేటకు కూడా వెళ్లలేవు కదూ, అయ్యో పాపం ఆకలిగా ఉందా?" అడిగింది వృద్ధ సింహం.

"ఔను సింహం తాతా" అంది.

"నేను ఇంతకు ముందే తిన్నాను. మళ్లీ నా పిల్లలు ఏదైనా ఆహారం తెస్తే నీకు ఇస్తానులే" అంటూ వెళ్ళిపోయింది.

"ఆ రోజు నేను అబద్ధం చెప్పినట్లే ఈరోజు వృద్ధ సింహం ఆహారం ఉన్నా కూడా అబద్ధం చెబుతోంది" అని అనుకుంది పులి.

కొంత సమయం తరువాత సింహం లోపలికి వచ్చి "పులీ, ఇప్పుడే నా పిల్లలు కుందేలు మాంసం తెచ్చారు. నీకు ఆకలిగా వుందన్నావుగా!" తిను అంటూ కుందేలుమాంసం పులి ముందు వుంచింది.

"నన్ను క్షమించు తాతా, ఆ రోజు నేను అబద్ధం చెప్పాను. అలాగే నీవు కూడా అబద్ధం చెప్పావనుకొని పొరపాటు పడ్డాను. పచ్చ కామెర్ల రోగికి లోకమంతా పచ్చగా కనిపిస్తుందని అంటారు. నాకు అలాగే అనిపించింది" అంది.

"నీవు అబద్ధం చెప్పగానే అందరూ అబద్ధాలు చెబుతున్నారనుకొన్నావా? ఇక మీదట అబద్ధాలు చెప్పవద్దు" అని చిరునవ్వుతో అంది వృద్ధ సింహం.

- ఓట్ర ప్రకాష్ రావు

రంగులు వేయండి

బాలగేయం

అమ్మకు సాయం

చిట్టీ.. చింటూ.. లేవండి
తెల్లారింది చూడండి..
యోగా బాగా చేయండి
పాలూ గుడ్డూ తినండి..

సరే సరే.. అలాగే చేస్తాం
ముందు డాబాపైకి వెళ్లొస్తాం
పావురాలకు గింజలేస్తాం
పక్షుల దప్పిక తీరుస్తాం..

అక్కా తోటను చూద్దామా
మొక్కలకు నీళ్లు పోద్దామా
గులాబిపూలు కోద్దామా
దేవుడిబొమ్మకు పెడదామా..

టీవీ సోఫా శుభ్రం చేద్దాం
బీరువాలో దుస్తులు సర్దేద్దాం
నాన్న బండిని కడిగేద్దాం
తాతతో బజారు చెక్కేద్దాం..

నూనె పదార్థాలు తినం తినం
ఇడ్లీలే ఎంతో ఘనం ఘనం
సాత్వికం మా భోజనం

కుండనీళ్లంటే ప్రాణం..
అమ్మకు చేస్తాం పనిలో సాయం
బామ్మ కథలు ఎంతో ప్రియం.

– చెన్నాప్రగడ శర్మ

హలో ఫ్రెండ్...

చిన్నారుల ప్రశ్నలకు
వార్త సిఎండి, మేనేజింగ్ ఎడిటర్
గిరీష్ అంకుల్ సమాధానాలు

ఎస్.మాలిని, హైదరాబాద్

ప్రశ్న: వర్షాలలో ఏమైనా తేడాలుంటాయా?

జవాబు: పర్వతీయ వర్షపాతం, సంవహన వర్షపాతం, చక్రవాత వర్షపాతం అని వర్షపాతం మూడు రకాలుగా ఉంటుంది. నీటి ఆవిరి పర్వత శ్రేణులను ఢీకొన్నప్పుడు, అది ద్రవీభవించి వర్షం కురిస్తే దానిని 'పర్వతీయ వర్షపాతం' అంటారు. సూర్యకిరణాలతో భూమి వేడెక్కి దగ్గరలోని గాలి వేడెక్కి, తేలికై పైకి లేవడం వల్ల సంవహన వాయు ప్రవాహాలు ఏర్పడతాయి. ఆ గాలిలోని తేమ వర్షించినప్పుడు దానిని 'సంవహన వర్షపాతం' అంటారు. ఉదాహరణ: మన దేశంలో వేసవిలో వచ్చే వర్షం. సుడిగాలులతో వచ్చే వర్షాన్ని 'చక్రవాత వర్షపాతం' అని అంటారు.

కె.వాసుదేవ్, గన్నవరం

ప్రశ్న: రుతుపవనాలు ఏర్పడటానికి, వాతావరణానికి సంబంధం ఏదైనా ఉందా?

జవాబు: భూమి మీద వాతావరణం ఒక్కోసారి ఒక్కో రకంగా ఉంటుంది. ఇలా జరగడానికి కారణం: భూమి సూర్యుని చుట్టూ తిరిగేటప్పుడు తన కక్ష్యలో 23.5 డిగ్రీలు ఒక వైపు వంగి వుండడమే. ఇలా భూమి అక్షం వాలి వుండటం వలన భూమి మీద వాతావరణ భేదాలేర్పడి రుతువులేర్పడుతున్నాయి. ఉత్తరార్థగోళం సూర్యుని వైపు తిరిగి వున్నప్పుడు శీతాకాలం. ఉత్తరార్థగోళం సూర్యునికి ఎడంగా వెళ్లినప్పుడు అంటే దక్షిణార్థగోళం సూర్యుని వైపు వాలినప్పుడు ఉత్తరాన శీతాకాలం, దక్షిణాన వేసవి కాలం వస్తాయి. మనకు రుతువులు ఆరు. వసంత రుతువు, గ్రీష్మ రుతువు, వర్షరుతువు, శరదృతువు, హేమంత రుతువు, శిశిర రుతువు.

ఏకాంతం మంచిదే!

"ఎవరిమీదా సమ్మకం లేదని ఎవరైనా అంటే.. వారికి తమ మీద తమకి నమ్మకం లేదని అర్థం. నిన్ను నువ్వు అర్థం చేసుకుంటే ఎదుటివారు నీకు అర్థం కారు. నీతో నువ్వు స్నేహం చేస్తే తప్ప నువ్వు ఎవరితోనూ నిజమైన స్నేహం చెయ్యలేవు. వ్యక్తులైనా, వస్తువైనా ఏ ఒక్క లోపమూ లేకుండా పర్‌ఫెక్ట్‌గా ఉండాలనుకుంటావు అది అసాధ్యమని తెలియక. అందుకే నీవు ఎవరినీ నమ్మలేవు. ఫలితంగా ఒంటరిగా మిగిలిపోతావు" అంటాడో సుప్రసిద్ధ మానసికవేత్త. సామాజిక సంబంధాలు లేకపోవడం లేదా అనుభవించడం వల్ల కలిగి ఒక

భావోద్వేగం ఒంటరితం. ఇది ఏకాంతంగా ఉండటం లేదా ఒంటరిగా ఉండటం అనే అనుభవం కంటే ఎక్కువగా ఉంటుంది. కోరుకున్న సామాజిక సంబంధాలు, వాస్తవ సామాజిక సంబంధాల మధ్య అసమతుల్యంగా కూడా భావించబడుతుంది. కొందరు వ్యక్తులు ఇతరులతో ఉన్నప్పటికీ ఒంటరిగా భావించవచ్చు. ఇది వారి మానసిక పరిస్థితి, ఇతరులతో కలవలేకపోవడం వల్ల ఏర్పడవచ్చు. దీర్ఘకాలిక ఒంటరితనం వ్యక్తి మానసిక, శారీరక ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. నిరాశ, ఆందోళన, అకాల మరణం వంటి సమస్యలకు దారి తీస్తుంది. ఒంటరితనం మెదడు పనితీరును మందగిస్తుంది.

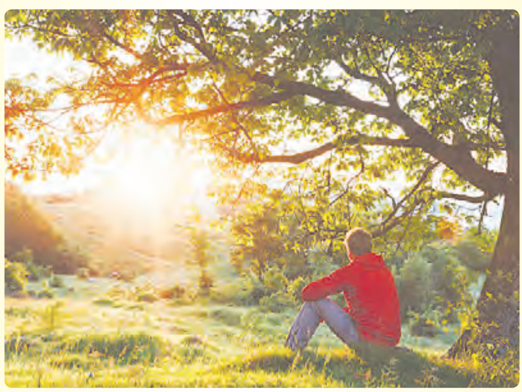
ఇది ఒకవైపు..

ఇప్పటి వరకూ "ఒంటరిగా ఉండటం అనే భావానికి డిప్రెషన్, లోన్లీనెస్, అనారోగ్యం వంటి దుష్పరిణామాలే వస్తాయని చాలా మంది అనుకుంటూ ఉంటారు. ఇందులో భాగంగానే ఎవరైతే ఇంటికి దూరంగా, తమ వాళ్లతో కలవలేని స్థితిలో ఉంటారో వారు కచ్చితంగా ఏదో ఒక సమస్యతో బాధపడుతున్నట్లే అని అనుకుంటూ ఉంటారు. ఒంటరిగా గడిపే సమయం మనల్ని మనం మరింతగా అర్థం చేసుకునే అవకాశం ఇస్తుందని ఇటీవల తెలిసింది. మన భావోద్వేగాలు, మన అభిరుచులు, మన లక్ష్యాల నిశ్శబ్దంగా మారినప్పుడు మనలోని సృజనాత్మకత, స్నేహితులు లేకపోయినా, ఒంటరితనం కోసం ఏర్పడుతుంది.

ఒంటరిగా గడిపే సమయం మనల్ని మనం మరింతగా అర్థం చేసుకునే అవకాశం ఇస్తుంది. మన భావోద్వేగాలు, మన అభిరుచులు, మన లక్ష్యాలపై స్పష్టత ఏర్పడుతుంది. మన చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచం కొంత నిశ్శబ్దంగా మారినప్పుడు మనలోని సృజనాత్మకత చిగురిస్తుంది. చాలా మంది తమ జీవితం స్థిరమైన తర్వాత. స్నేహితులు లేకపోయినా ఒంటరితనం కోసం అలానే గడిపేందుకు ఆసక్తి చూపుతారట.

ఒంటరిగా గడపడం ఆరోగ్యానికి మేలు.

మానవులు సహజంగా సాంఘిక జీవులు. కనుక పూర్తిగా ప్రపంచం నుంచి దూరం కాకుండా ఉండటం ముఖ్యం. 2024లో జరిగిన ఓ సర్వే వల్ల ఓ పది మంది ఒంటరి సమయాన్ని మానసిక విశ్రాంతిగా భావించారని తెలిసింది. మన నిత్య జీవితంలో ఉండే దౌర్భాగ్యాల నుండి బయట పడేందుకు మనం విశ్రాంతి తీసుకుని పనుల నుంచి విరామం తీసుకుని, మానసికంగా మనల్ని మను రీఛార్జ్ చేసుకోవడం అవసరం. అది ఒంటరిగా ఉన్నప్పుడు సాధ్యం అవుతుంది. ఇంటర్నెట్, సోషల్ మీడియా వేదికలు మన ఏకాంతాన్ని కొల్లగొడతాయి. అలాంటి పరిస్థితుల్లో మనం మన మనస్సుకు సమయం కేటాయించాలి. డిజిటల్ ప్రపంచానికి తాత్కాలికంగా దూరంగా ఉండటం మంచిది. ఒంటరిగా ఉండటం తప్పు కాదు. అది మనం మనల్ని ప్రేమించుకుని, ఆనందించే అవకాశం ఇస్తుంది. ఒంటరితనం తొలగించాల్సిన సమస్య కాదు. నిర్వహించాల్సిన సమతుల్యత మనశ్శాంతికి ఒంటరితనానికి మధ్య పరస్పర సంబంధం ఉంది. మన మనసు ప్రశాంతంగా ఉండాలంటే కొన్ని సార్లు మనమే మనకు సహచరులం కావాల్సి వస్తుంది. అంతే కాదు, మన అనుభవాలను అర్థం చేసుకునే ఈ ఏకాంత కాలం మన అభివృద్ధికి గొప్ప అవకాశంగా మారుతుంది. కాబట్టి, ఒంటరితనాన్ని ఓ సమస్యగా కాకుండా ఒక శక్తిగా చూద్దాం!



ఎలా అధిగమించాలి?

ఒంటరితనం నుండి బయట పడటానికి మార్గాలు ఉన్నాయి. వ్యక్తిగత సమస్యల గురించి ఇతరులతో మాట్లాడటం, సామాజిక కార్యకలాపాలలో పాల్గొనడం కొత్త అభిరుచులను అన్వేషించడం సహాయపడతాయి. ఒంటరితనం ఒక వ్యక్తి మానసిక స్థితిపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుంది కనుక, అవసరమైతే మానసిక నిపుణుల సహాయం తీసుకోవడం మంచిది.

కొత్త స్కిల్స్ నేర్చుకోవటానికి వయస్సు ఎప్పుడూ అడ్డు కాదు. ఒంటరిగా ఉండాల్సిన సమయంలో కొత్త స్కిల్స్‌ను నేర్చుకుంటే జీవితం కొత్త మలుపు తిరిగే అవకాశముంటుంది. ఉదా: మీకు ముగ్గులు వేయటం రాదనుకుందాం. ఖాళీగా ఉన్న సమయంలో ముగ్గులు వేయటం నేర్చుకుంటే ఎప్పుడో ఒకప్పుడు ఉపకరిస్తుంది. ఒంటరితనాన్ని అధిగమించాలంటే ప్రతిరోజు వ్యాయామం తప్పనిసరిగా చేయాలి. దీని వల్ల శరీరంలోని కణాలు ఉత్తకమవుతాయి. పాజిటివ్ ఆలోచనలు వీలైనంత వరకు ప్రకృతి ఒడిలో వ్యాయామం చేయటం వల్ల అనేక ప్రయోజనాలు ఉంటాయి. చాలామంది ఒంటరిగా ఉండటం ఒక రకమైన శిక్షగా ఫీలవుతుంటారు. నిజానికి ఒంటరితనం శిక్ష కాదు.. ఒంటరిగా ఉన్నప్పుడు మన శక్తి ఏంటో మనకు తెలుస్తుంది.

- ఆనంద "మైత్రేయ"మ్

ఫ్రీ పబ్లిసిటీ

తనను ఎం.డి. పోస్ట్ నుండి తొలగించడం తథ్యం.. అని తెలిసి కూడా కంపెనీ జనరల్ మీటింగ్‌కు హాజరయ్యాడు సుబ్బారావు.

"చివరగా చెప్పాల్సింది ఏమన్నా ఉందా?" అని సుబ్బారావుని అడిగారు.

సుబ్బారావ్ తోక తొక్కిన తాచులా లేచాడు. "అసలు నేను మన కంపెనీ చీరెలు మా ఆవిడకు ఇవ్వడం అనేది ఏ రకమైన దుర్వినియోగం కాదు. పైగా ఇది మన కంపెనీ చీరెలకు ఉచిత పబ్లిసిటి అవుతుంది" అన్నాడు.

వింటున్నవారు నోరు తెరిచారు.

పెట్ ఓనర్

"ఈయన ఎవరో తెలుసా?" అప్పారావు తన స్నేహితుణ్ణి చూపిస్తూ సుబ్బారావును అడిగాడు.

"తెలుసు" సుబ్బారావు జవాబు.

"ఎలా?" అప్పారావు ప్రశ్న.

"ఈయన పింకీ పెట్ ఓనర్. రోజు నా పెట్, వారి పెట్ ఇదే పార్క్‌లో ఆడుకుంటాయి" సమాధానమిచ్చాడు.

– కె.లహరి, కరీంనగర్

మేనేజర్ ఒప్పుకోడుగా!

అనిల్: "డాక్టర్‌గారూ, భోజనం చేసిన వెంటనే నాకు నిద్ర వస్తోంది".

డాక్టర్: "అలా నిద్ర రావడం అదృష్టం కదా. చక్కగా నిద్రపోండి".

అనిల్: "నిద్ర పోవచ్చు, కానీ ఆఫీస్‌లో మేనేజర్ ఒప్పుకోరుగా !"

చూసినవి తినొద్దని..

విజయ: "ఏమండీ! కళ్లు మూసుకుని భోజనం చేస్తున్నారు, ఏమైంది?"

నాని: "నాకు షుగర్ ఉంది కదా, చూసినవన్నీ తినొద్దని డాక్టర్ చెప్పారు".

తప్పించుకుంటానా?

కోయదొర: "అమ్మా, మీ ఆయన్ని ఎవరో హత్య చేస్తారు"

సావిత్రి: "ఔనా? మరి నేరం నుండి నేను తప్పించుకుంటానా?"

మారు మాట్లాడదు

నాని: "ఒరేయ్, నీ వంట విషయంలో మీ ఆవిడ ఎలా ఉంటుంది?"

అనిల్: "నేను వంట ఎలా చేసినా మారు మాట్లాడకుండా తింటుంది" అది నా అదృష్టం.

సెక్యూరిటీ

రవి: "సెక్యూరిటీ! ఒకసారి నాతో పాటు

మేనేజర్ దగ్గరికి వస్తారా?

సెక్యూరిటీ: "ఏమైంది? నేనెందుకు మీతో రావాలి?"

రవి: "లోన్ ఇవ్వాలంటే సెక్యూరిటీని తీసుకురమ్మన్నారు బ్యాంక్ మేనేజర్."

మారు మాట్లాడదు

భర్త: "తెలివైనవాడు ఎవడూ నిన్ను పెళ్లి చేసుకోడు.." అన్నాడు కోపంతో.

"అందుకేగా నన్ను మీకిచ్చి పెళ్లి చేసారు" అంది భార్య.

అప్పు తీసుకున్నాను..

నర్స్: ఏమిటి డాక్టర్? ఆపరేషన్‌కి ముందు ఈ రోజు దేవుడికి దణ్ణం పెట్టలేదు. కారణమేంటి?

డాక్టర్: ఈ పేషెంటుకి పది లక్షలు అప్పు ఉన్నాను".

– ఈ.ఎస్.మాధవన్

ఆనందం

సరోజ: కాంతంపిన్నీ! బాబాయ్‌గారు టి.వీ. చాలా శ్రద్ధగా చూస్తున్నారు. ఏదైనా ముఖ్యమైన విషయం చూపిస్తున్నారా?

కాంతం: అవునమ్మా, వార్తలు చదివే అమ్మాయిల్ని చూసి ఆనందిస్తూ ఉంటారు. ఆయనకు అదో పిచ్చి ఆనందం.

– వైదా ఈశ్వరరావు, విశాఖపట్నం

షష్ఠిపూర్తి

"సార్, షష్ఠిపూర్తి అంటే ఏమిటి?" అడిగాడు ఒక సీనియర్‌ను జూనియర్.

"పెళ్లయ్యాక నీ బానిసత్వాన్ని మరోసారి గుర్తు చేసేదేనోయ్ షష్ఠిపూర్తి అంటే" అన్నాడు ఆ సీనియర్.

"అవునా?" అంటూ నోరు వెళ్లబెట్టాడు

జూనియర్.

విడాకులు

"మొన్ననేగా మీరు విడాకులకు అప్లై చేసారు. ఈ రోజు ఎందుకు వద్దనుకుంటున్నారు?" తన క్లయింట్‌ను అడిగాడు లాయర్.

"మా ఆయన ఈరోజు సన్యాసం తీసుకుంటున్నారు సార్! అందుకే విడాకులు వద్దనుకుంటున్నాను" అంది ఆవిడ.

మోడలింగ్

"ఇప్పుడు బంగారు నగల దుకాణంలో మోడలింగ్ చేయాల్సిన అవసరం ఏం వచ్చింది?" గద్దించినట్లుగా అడిగాడు భర్త.

"మీరు ఎలాగూ నగలు చేయించరు. అక్కడైతే మోడలింగ్ చేస్తూ రోజూ రకరకాల నగలు పెట్టుకోవచ్చు" అంది.

– టి.సదాశివరెడ్డి, తిరుపతి

కథ

విలువైన వివాహం

దేవీ ప్రసాద్ ఒబ్బు

ఉదయం వాకింగులో మిత్రుడు గురునాథం నాతో అన్న మాటలు నాకు బాధ కలిగించలేదుగానీ నన్ను ఆలోచింపచేసాయి. గురునాథం పెద్దమ్మాయికి వివాహం కుదిరింది. ఇంజనీరింగు పూర్తయి రెండేళ్ల అయినా తను ఆశించిన ఉద్యోగం రాకపోవడంతో స్థానికంగా ఉన్న ఓ ప్రైవేటు జూనియర్ కళాశాలలో లెక్చరర్‌గా పనిచేస్తోంది.

గురునాథంకి తన స్థాయికి మించిన వారితో వియ్యం కలుపుకోవాలని ఆశ. వాళ్లావిడకేమో మనకు తగిన వారితో సంబంధం కుదుర్చుకుంటే అమ్మాయి సుఖంగా ఉంటుందని నమ్మకం. ఆలుమగల భిన్నాభిప్రాయాల కారణంగా అమ్మాయి వివాహం జరగడానికి యేడాది ఆలస్యం అయిపోయింది.

చివరకు గురునాథం కోరిక మేరకే వాళ్లావిడ మొగ్గు చూపడంతో ఓ మాదిరి ఆస్తిపాస్తులున్న సంబంధం కుదిరింది. అబ్బాయి బాగా పేరున్న కంపెనీలో సాఫ్ట్‌వేర్ ఉద్యోగం చేస్తున్నాడు. నెలకు లక్ష రూపాయలు వరకు జీతం. అయితే కట్నం పది లక్షలు, కానుకలు మరో పది లక్షలతో పాటు పెళ్లి కూడా చేసివ్వాలని అబ్బాయివాళ్లు చెప్పినప్పుడు మరో మాట మాట్లాడకుండా అన్నింటికీ సరేనని ఒప్పుకున్నాడు గురునాథం.

ఆ విషయం ఉదయం వాకింగ్‌లో కట్నకానుకలు, పెళ్లి గురించి నా వద్ద ప్రస్తావన తెచ్చాడు.

అప్పుడు "ఒరేయ్ గురునాథం! ఇలా అంటున్నానని ఏమీ అనుకోవద్దు. నీవు చెప్పిన ప్రకారం చూస్తే సుమారు యాభై లక్షలు ఖర్చు అవుతుంది. పెళ్లికి అంత ఖర్చుపెట్టి చేయడం అవసరమా? ఇంకొక్కసారి ఆలోచించు" అన్నాను.

అంతే! వాడి మొహం ఒక్కసారిగా వాడిపోయింది. కాసేపు మౌనంగా ఉండి, "రేయ్ రాఘవా! నేను నీ అంత కోటీశ్వరుణ్ణి కాకపోయినా, నా స్థాయికి తగిన విధంగానే చేస్తానురా. నీవేమీ భయపడవద్దు, నిన్ను డబ్బులు ఏమీ అడగనులేరా. అయినా ఇందులో ఆలోచించడానికి ఏముంది? నాకు ఇంకా ఆరేళ్ల సర్వీస్ ఉంది. ముప్పై లక్షలు పర్సనల్ లోన్ పెడతాను. ఉన్న రెండు ప్లాట్లలో ఒకటి అమ్మేస్తాను అంతే.. పెళ్లి అయిపోతుంది" అని తడుముకోకుండా సమాధానం చెప్పేసాడు.

వాడి మాటలకు నేను బాధపడలేదుగానీ కాసేపు ఆలోచించి, "మరి రెండో అమ్మాయికి ఏం పెట్టి పెళ్లి చేస్తావురా? ఆ అమ్మాయికి కూడా ఏడాదిలోగా ఇంజినీరింగు పూర్తయిపోతుంది కదా!" అన్నాను.

"అప్పుడు ఎలాగోలా చేస్తానులేరా" అంటూ వాళ్ల వీధి వైపు వేగంగా నడుచుకుంటూ వెళ్ళిపోయాడు.

....

గురునాథం అనుకున్న విధంగానే ప్లాట్ అమ్మగా వచ్చిన డబ్బులు, పర్సనల్ లోన్ పెట్టిన డబ్బులు చేతికి రావడంతో ఖరీదైన కల్యాణ మండపం, యాభై ఆరు రకాల వంటకాలు, మిరుమిట్లు గొలిపే లైటింగులు, చెవులు తూట్లు పోయే బ్యాండు మేళాలు, ఆకాశాన్నంటే తారాజువ్వలతో అంగరంగ వైభవంగా తన కూతురి పెళ్లి జరిపించాడు.

పెళ్ళికి వచ్చిన బంధువులు, మిత్రులు, శ్రేయోభిలాషులు అందరూ, "గురునాథం, మీ బంధువులలో ఇంత ఘనంగా ఎవరూ పెళ్ళి చేయలేదయ్యా, చాలా బాగా జరిగింది పెళ్ళి" అని పొగడ్తలతో ముంచెత్తడంతో ఉబ్బితబ్బిబ్బైపోయాడు గురునాథం.

గురునాథం కూతురి పెళ్లైన వారానికే నా కూతురికి పెళ్ళి కుదిరింది. నాకు ఒక్కతే కూతురు. తను ఫ్యాషన్ డిజైనింగ్ చేసి నాకున్న పెద్ద బట్టల షాపులోనే డిజైనింగ్ డిపార్ట్‌మెంట్‌లో మేనేజరుగా ఉంది.

అబ్బాయి హోటల్ మేనేజ్‌మెంట్ చేసి తనూ సొంతంగా ఓ రెస్టారెంట్ నిర్వహిస్తున్నాడు. నాకున్న ఆస్తిపాస్తులు చూసి అబ్బాయివాళ్లు భారీ మొత్తంలోనే కట్నకానుకలు అడిగారు. ఒక్కతే కూతురు కావడంతో నేను వాళ్ల అడిగిన కట్నానికి ఒప్పుకున్నాను.

అయితే పెళ్లిచూపుల్లో మా అమ్మాయి అబ్బాయితో పర్సనల్‌గా మాట్లాడాలని చెప్పడంతో ఈ కాలంలో "ఇది మామూలేగా..!" అని నేనూ సరే అన్నాను.

మా అమ్మాయి, అబ్బాయితో విడిగా మాట్లాడి వచ్చిన తర్వాత వాళ్ల అమ్మా నాన్నల చెవిలో ఏదో గుసగుసలాడాడు అబ్బాయి.

ఆ తర్వాత, "చూడండి రాఘవయ్య గారు, కట్నకానుకలు పెళ్లికి ముందే మీరు మాకు ఇవ్వవలసిన అవసరం లేదు. పెళ్లి కూడా మీకు నచ్చిన విధంగానే చేయండి. మాకు ఎలాంటి అభ్యంతరం లేదు" అని అబ్బాయి తండ్రి చెప్పడంతో నేను మా అమ్మాయి వైపు ఆశ్చర్యంగా చూసాను.

"వాళ్లు చెప్పిన దానికి ఒప్పుకోండి" అన్నట్లు కన్నులతోనే మా అమ్మాయి సైగలు చేయడంతో నేనూ సరే అన్నాను.

అబ్బాయివాళ్లు వెళ్లిపోయిన తర్వాత "అబ్బాయితో ఏం మాట్లాడావు?" అని మా అమ్మాయిని అడిగాను, దానికి అమ్మాయి చెప్పిన విషయం వినగానే నాకు ఆశ్చర్యంతో పాటు గర్వంగాను అనిపించింది.

అందుకే అమ్మాయి చెప్పిన విధంగానే సన్నిహితులైన వందమంది సమక్షంలో రాములవారి గుడిలో మా అమ్మాయి వివాహం జరిపించాను.

అనవసరమైన వంటకాలు లేకుండా రుచికరమైన పరిమిత వంటకాలతో అతిథులను చక్కగా కూర్చోపెట్టి టేబుళ్లపై భోజనాలు పెట్టించాను.

పెళ్ళైన మరుసటి రోజు ఉదయం వాకింగులో గురునాథం తారసపడగానే "రేయ్ రాఘవా, నీవు అంత పిసినారివని అనుకోలేదురా. మరీ అంత సింపుగా నీ కూతురి పెళ్లి చేస్తావని నేను ఊహించలేదు. నేనే మేలు కదరా నీ కంటే" అని వెటకారంగా మాట్లాడాడు.

"రాఘవా, నేను మా అమ్మాయి పెళ్లి అంత సింపుల్‌గా ఎందుకు చేసానో తెలుసా?" అని నేను అనగానే-

"ఎందుకు చేసావు?" ఆసక్తిగా అడిగాడు గురునాథం.

"నేను ఊహించినట్లుగానే అబ్బాయి వాళ్లు భారీ మొత్తంలోనే కట్నం అడిగారు. అంత కట్నం ఇవ్వడం మా అమ్మాయికి ఇష్టం లేదు. పైగా పెళ్లికి అంత ఖర్చు చేయడం అవివేకమైన పని అని మా అమ్మాయి అభిప్రాయం. అందుకే మా అమ్మాయి ఒక ఆలోచన చేసింది" అని నేను చెప్పగానే-

"ఏమిటి ఆ ఆలోచన?" ఉత్సుకతలో అడిగాడు గురునాథం.

"పెళ్లికి ఎక్కువ ఖర్చు పెట్టి చేసిన ఆనందం రెండు, మూడు రోజులు లేదా ఒక నెల వరకు ఉంటుంది. అదే ఆ డబ్బు పది మందికి ఉపయోగపడితే జీవితాంతం గుర్తు ఉంటుంది. అందుకే గ్రామీణ ప్రాంతాలలో పెళ్లి కూడా చేసుకోలేని నిరుపేదలకు తాళిబొట్టు, పట్టుబట్టలు, ఓ వంద మందికి భోజనాలు పెట్టి పెళ్లి జరిపిస్తే ఆ కుటుంబాలలో వెలుగులు నింపడమే కాకుండా మనకు ఆత్మసంతృప్తి కలుగుతుందని మా అమ్మాయి ఆకాంక్ష.

ఆ విషయం పెళ్లి చూపులు వరకు నాకూ చెప్పలేదు. పెళ్లి సింపుల్‌గా జరగాలని, పెళ్లికి అయ్యే ఖర్చు నిరుపేదల పెళ్లిళ్లకి ఉపయోగించాలని పెళ్లిచూపుల్లోనే అబ్బాయితో మాట్లాడి వాళ్ల తల్లితండ్రులను కూడా ఒప్పించింది మా అమ్మాయి.

"రాఘవా, నేను మా అమ్మాయి పెళ్లి అంత సింపుల్‌గా ఎందుకు చేసానో తెలుసా?" అని నేను అనగానే-
"ఎందుకు చేసావు?" ఆసక్తిగా అడిగాడు గురునాథం.

అందుకే మా అమ్మాయి పెళ్లి సింపుల్‌గా జరిపించాను గురునాథం. అంతేకాదు.. మా అమ్మాయి కోరిక మేరకు, మా అమ్మాయి పెళ్లి జరగడానికి రెండు మాసాల ముందే గ్రామీణ ప్రాంతాలలోని అలాంటి నిరుపేదలను గుర్తించి పాతిక పెళ్లిళ్ల చేసాం" అని నేను చెప్పగానే-

గురునాథం కాసేపు మౌనంగా ఉండిపోయాడు. తర్వాత ఆ షాక్ నుంచి తేరుకుని "రాఘవా, నీవు చాలా అదృష్టవంతుడివిరా! స్ఫూర్తిదాయకమైన భావాలు కలిగిన అమ్మాయి నీ కూతురుగా పుట్టడం నీ పూర్వ జన్మ సుకృతం. మా అమ్మాయి పెళ్లి అంత నేను ఘనంగా చేసినా నాకు ఆ సంతోషం లేదురా. ఎందుకో తెలుసా?

మా అమ్మాయి పెళ్ళి జరిగే రోజు ఒక వైపు భోజనాలు తుది దశకు చేరుకుంటున్నాయి. ఆ సమయంలో కల్యాణ మండపంలోనే ఉన్న వాష్ రూంలోకి వెళ్లాను యూరిన్ పాస్ చేయడానికి.

పెళ్లికి వచ్చిన ఇద్దరు అతిథులు మాట్లాడుకుంటున్నారు "ఇన్ని రకాల భోజనాలు అవసరమారా! ఎవరు తింటున్నారు? అన్ని రకాలు ప్లేట్లో ఆత్రంకొద్దీ అన్నీ వేసుకోవడం, చివరగా తినలేక డస్ట్ బిన్‌లో వేయడం. ఎంత ఆహారం వృథా అయిపోతోంది.

పైగా అమ్మాయివాళ్ల నాన్న అప్పు చేసి చేస్తున్నాడట పెళ్లి. ఇంకో విచిత్రం చూడు.. పెళ్లికి ఎవరైనా టపాకాయలు కలుస్తారా. చెవులు తూట్లు పోయే బ్యాండు మేళాలు అదొక అఘాయిత్యం. నేను మాత్రం ఇలా చేయనురా పెళ్లి.. అని మాట్లాడుకుంటుంటే నాకు గుండెల్లో సూదులు గుచ్చుకున్నట్లు అనిపించింది. నా గుండెల్లో భారం దించుకోవాలని స్నేహితుడివిగా.. ఇప్పుడు నీకు చెప్తున్నాను" అని గురునాథం బాధ వ్యక్తం చేసాడు.

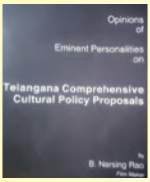
"గురునాథం, నేను అప్పుడే చెప్పాను కదరా! పెళ్లికి అంత ఖర్చు చేయవద్దని. పది మందిలో విలువ వుండాలని డాంబికాలకు పోయి గొప్పగా చేశావు. ఇప్పుడు బాధ పడుతున్నావు. ఇకనైనా మేలుకో" అని నేను చెప్పాను.

"రాఘవా! విలువ అనేది ఆర్భాటాలలో, ఆడంబరాలలో లేదని పది మందికి సహాయపడే గొప్ప మనసులోనే ఉందని నీవు చేతల్లో నిరూపించావు. అందుకే నీవు చేసిన వివాహమే విలువైనదిరా. ఇప్పుడే నేను ఒక నిర్ణయానికి వచ్చాను. మా రెండో అమ్మాయికి నీవు జరిపించిన రీతిలో విలువైన వివాహమే చేస్తాను" అంటూ తన వీధి వైపుకు మెల్లిగా నడుచుకుంటూ వెళ్లాడు గురునాథం దృఢ నిశ్చయంతో.

కార్టూన్లకు ఆహ్వానం

కార్టూనిస్టుల నుండి ఆరోగ్య కరమైన హాస్యాన్ని అందించే కార్టూన్లను స్వాగతిస్తున్నాం. అంశం ఏదైనా సరే! మంచి హాస్యాన్ని అందించాలి. కార్టూన్లతో పాటు మీ పేరు, చిరునామా, హామీ పత్రం తప్పనిసరిగా జత చేయాలి. ఎంపిక కాని కార్టూన్లను తిప్పి పంపగోరేవారు తగిన పోస్టేజీ జత చేసిన కవరు పంపించాలి.

కార్టూన్లు పంపించాల్సిన చిరునామా: ఎడిటర్, ఆదివారం వార్త,
నం.396, లోయర్ ట్యాంక్ బండ్, డిబిఆర్ మిల్స్ పక్కన, హైదరాబాద్-80.
sunmagvaartha@gmail.com



సాంస్కృతిక తెలంగాణకు సమగ్ర నివేదిక

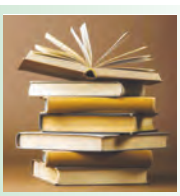
సత్యజిత్‌రే, శ్యాంబెనెగల్, అదూర్ గోపాలకృష్ణన్ వంటి మేటి సినీ దర్శక, నిర్మాతల సరసన అంతర్జాతీయ స్థాయిలో, 'మాభూమి', 'దాసి', 'మట్టిమనుషులు', 'రంగుల కల' వంటి అత్యుత్తమ సినీ దర్శక నిర్మాత బి.నర్సింగరావు 'తెలంగాణ' సమగ్ర సాంస్కృతిక విధానం రూపొందించారు. బహుముఖ ప్రజ్ఞావంతునిగా కవి, చిత్రకారుడు, సంగీతకారుడు, నటుడు, రచయిత, శిల్పి, దర్శక నిర్మాత సప్త వర్ణ శోభితంగా తెలంగాణ అస్తిత్వ, సంస్కృతి సమున్నత విలువలకు అద్దం పట్టిన ప్రతిభాశాలి బి.నర్సింగరావు తెలంగాణ సాంస్కృతిక పునరుజ్జీవానికి తాను అందించిన ప్రతిపాదనలపై, అభిప్రాయ సంపుటి ప్రచురింపచేసారు. అంబటి వెంకన్న సంపాదకునిగా 35 మంది విభిన్న రంగాల ప్రముఖులు, ప్రొ.రాజేశ్వర్ మిట్టపల్లి ఎడిటర్‌గా ఆంగ్లంలో సుమారు 50 మంది ఈ ప్రతిపాదనలపై స్పందిస్తూ తమ అభిప్రాయాలు వ్యక్తీకరించారు. సుదీర్ఘ సాంస్కృతిక, మానవీయ సృజనాత్మక చరిత్ర కలిగి తెలంగాణ మట్టిలో నిక్షిప్తమైన వివిధ అంశాల వారసత్వ సంపద పరిరక్షణ, వినూత్న సృజనకు ఒక పథకాన్ని రచించి ప్రభుత్వానికి అందించటం అభినందనీయం.

రాష్ట్రంలో పది సాంస్కృతిక సముదాయాలను నెలకొల్పటం, తెలంగాణ సినిమా రంగ పురోగతి, వారసత్వ పరిరక్షణ, సాంస్కృతిక సచివాలయం సృష్టించే పాలనా సంస్కరణలు అయిదు సంవత్సరాల వ్యవధిలో, ప్రణాళికాబద్ధంగా ఈ పథకం ప్రతిపాదించబడింది. 2024 డిసెంబర్ 5న తెలంగాణ ప్రభుత్వ ముఖ్యమంత్రి కార్యాలయానికి ఈ ప్రతిపాదనల నివేదిక అందచేసారు. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి, సమ్మత పూర్వకంగా రూపొందించబడిన ఈ పరిశోధనాత్మక ప్రతిపాదనలు చిత్తశుద్ధితో అమలు చేస్తే తెలంగాణ తల్లి సాంస్కృతిక కీర్తిపతాక విశ్వదీప్తితో ప్రపంచాన్ని సమ్మోహితం చేయగలదని, ఎంతో మేధోమథనంతో రూపొందింపచేసిన ఈ ప్రతిపాదనలు తెలంగాణ జన జీవన సాంస్కృతిక వైభవాన్ని విలసిల్లచేస్తాయని ప్రముఖులు పేర్కొన్నారు.

సాంస్కృతిక రంగంలో దేశంలోనే తెలంగాణ అగ్రశ్రేణిలో విరాజిల్లుతుందని బి.నరసింగరావు ఇచ్చిన ప్రతిపాదనలను ప్రభుత్వం మనస్ఫూర్తిగా అమలు చేయాలని కె.రామచంద్రమూర్తి అభిలషించారు. ఈ సమగ్ర సాంస్కృతిక విధానం తెలంగాణ భాష, సంస్కృతి, సాహిత్య వికాసానికి చక్కని చుక్కాని అంటూ నలిమెల భాస్కర్ తన సంపూర్ణ ఆమోదం వ్యక్తం చేసారు. వర్తమానంలో ప్రాసంగిత కల్గిన ప్రతిపాదనగా ఆచార్య ఎస్.భక్తవత్సలరెడ్డి పేర్కొన్నారు. తెలంగాణ సినిమా, కళా రంగాలకు ఈ ప్రతిపాదనలు జీవం పోస్తాయని పెద్దింటి అశోక్‌కుమార్ ప్రశంసించారు. డా॥ సుంకిరెడ్డి నారాయణ రెడ్డి ఈ ప్రతిపాదనలు న్యూవిజన్‌కు నిదర్శనమని, తెలంగాణ చిరకాల స్వప్నాలు ఫలింపచేస్తాయని ప్రతిపాదనలను ప్రభుత్వం తప్పక ఆమోదించాలన్నారు. సుద్దాల అశోక్‌తేజ, ముఖ్యమంత్రిని ఉద్దేశించి రాసిన లేఖలో నర్సింగరావు అందించిన ఈ మేథాసాగర ఫలాన్ని ఆమోదించి తెలంగాణ సాంస్కృతిక పతాకాన్ని ప్రపంచ వేదికపై ఆవిష్కరించాలని ముఖ్యమంత్రి సహృదయంతో స్వీకరించాలని ఆకాంక్షించారు. ఆంగ్ల అనుబంధంలో గంటా చక్రపాణి, మణి శంకర్, ఆంజనేయ రెడ్డి, వేదకుమార్ మణికొండ, డా॥ జె.చెన్నయ్య, లక్ష్మణ్ ఆలే, అల్లం శ్రీధర్, డా॥ అడపా సత్యనారాయణ ఎందరో మేధావులు, వివిధ రంగాల నిష్ణాతులు, ప్రతిభావంతులు ఈ ప్రతిపాదనలు చేపట్టవలసినదిగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని కోరారు. ఒక సాంస్కృతిక మేధావి ముఖ్యమంత్రి కోరికపై ఈ విధంగా ప్రతిపాదనలు అందించటం, వాటిని శతాధిక ధీమంతులు ఆమోదించి అమలు చేయమని కోరటం, ఒక బృహత్తర గ్రంథాన్ని వెలువరించటం ఈ అపురూప ప్రక్రియ, బి.నర్సింగరావు, తెలంగాణ సాంస్కృతిక వేదికపై ఒక రంగుల కలను అంకురింపచేసారని వారి సత్కృషి అభినందనీయంగా సఫలీకృతం కావాలని ఆశిద్దాం.

– జయసూర్య

(Telangana Comprehensive Cultural Policy Proposals-B.Narsing Rao, Film Maker; ప్రతులకు: బి.నర్సింగరావు, ఇందిరా నివాస్, 3/97, ఓల్డ్ అల్వాల్, సికింద్రాబాద్-500 010, తెలంగాణ)



అందాయి

అసెంబ్లీలో ఒకే ఒక్కడు
రచన: డా॥ షేక్ హసీన
ప్రతులకు:
నవచేతన బుక్ హౌస్;
అన్ని పుస్తక విక్రయ కేంద్రాలు

మళ్ళీ పెళ్ళి కథలు
రచన: లాల లింగమూర్తి
ప్రతులకు: చిట్టి పబ్లికేషన్స్
హైదరాబాద్

పగడాల దీవి
కథానికలు
రచన: రాజేశ్వరి దివాకర్ల
ప్రతులకు: రాజేశ్వరి దివాకర్ల
కేరాఫ్ శైలి గ్రాఫిక్స్
5-126/51, వెంకటాద్రి నగర్
గోవిందపల్లె,
జగిత్యాల-505 327
తెలంగాణ

రచనలకు ఆహ్వానం

రచయితల నుండి కథలు, కవితలు, సమకాలీన వ్యాసాలు స్వాగతిస్తున్నాం. రచనలతో పాటు మీ పేరు, చిరునామా, హామీపత్రం తప్పనిసరిగా జత చేయాలి. ఎంపిక కాని రచనలు తిప్పి పంపగోరేవారు తగిన పోస్టేజీ జత చేసిన కవరు పంపించాలి. ఇతర పత్రికల పరిశీలనలో ఉన్న రచనలు దయచేసి పంపించకండి. రచనలు పంపించాల్సిన చిరునామా: ఎడిటర్, ఆదివారం వార్త, నం.396, లోయర్ ట్యాంక్ బండ్, డిబిఆర్ మిల్స్ పక్కన, హైదరాబాద్-80.
sunmagvaartha@gmail.com

‘పుస్తకాన్ని ప్రేమించండి’

గంటంతో తాళపత్రాలు, రాగిరేకుల మీద, ఉలితో శిలాక్షరాలు, శాసనాలు, వాఙ్మయం యుగాల చీకటి కోణాల పౌరాణిక లేదా ప్రాచీన చారిత్రక నిక్షేపాలు బహిర్గతమైనప్పుడు అక్షర గవాక్షాలలోంచి కాంతి ప్రసరించి జ్ఞానజ్యోతి వెన్నెల వెలుగుగా ప్రసరింపచేస్తుంది. నన్నయ గంటం పట్టి మహాభారత రచన చేసినా, అన్నమయ్య రాగి రేకులపై వేంకటేశ్వరుని వైభవం దర్శింపచేసినా, త్యాగయ్య, రామదాసు శ్రీరామనామ మాధుర్య మహత్యాన్ని సంకీర్తనలుగా వినిపింప చేసినా వారి హృదయ ఆవిష్కరణలు భవిష్యత్ తరాలను తరింపచేస్తాయి. ప్రాచీన తత్త్వవేత్తలు, కవి పండితులు, రచయితలు, మహనీయులు ఎందరో. ఎన్నో దివ్యాత్మలు తమ సర్వస్వాన్ని హృదయానుగతంగా మథించి, అక్షరబద్ధం చేసిన సంపద ప్రాచీన భాండాగారాల నుంచి ఆధునిక గ్రంథాలయాలలోకి ప్రవేశించింది. దేవాలయ, విద్యా, వైద్య ఆలయాల సరసన సరస్వతీ నిలయాలుగా జనావళిని జ్ఞాన భిక్షతో అనుగ్రహించవలసిన గ్రంథాలయాలు ప్రస్తుతం నిర్మానుష్యంగా నిస్తేజంగా వున్నాయి. స్వాతంత్ర్యోద్యమ కాలంలో గ్రంథాలయోద్యమం నాటి పెద్దలు, స్వాతంత్ర్య దీక్షాదక్షతతో నిర్వర్తించారు. ఆంగ్లేయుల పాలనా కాలంలో ఆంగ్లేయ సంస్కృతి, నాగరికత ప్రభావంతో స్వదేశీ భాషలతో పోటీపడే విధంగా పాశ్చాత్య విజ్ఞానం, శాస్త్రీయ వైజ్ఞానిక దీప్తి గ్రంథాల రూపంలో ప్రసరించింది. కాలగతిలో ఇసుకలో ఓనమాలు దిద్దించే అక్షరాభ్యాసాలు ఏనాడో కనుమరుగయ్యాయి. పలక, బలపం రోజులు సహజంగా నిష్క్రమించాయి. ప్రస్తుత 21వ శతాబ్దం సాంకేతికతను శరవేగంగా అందిపుచ్చుకోవటంతో కంప్యూటర్‌లు, డిజిటల్ యుగం వెల్లివిరిసింది. సెల్‌ఫోన్‌ల ఆవిష్కరణలతో ప్రపంచం అరచేతిలో వైకుంఠం చూపిస్తోంది. అయినా రచయితలు ప్రచురణ సంస్థలు, చదువరులకు పుస్తకాల పట్ల ఆసక్తి అనురక్తి తగ్గలేదు కాని, గ్రంథాలయాభివృద్ధికి, ప్రభుత్వం వసూలు చేసే సెస్, సక్రమ రీతిలో పుస్తకాల కోసం వినియోగించబడటం లేదు. ఈ సమస్య ఇప్పటిది కాదు. ఉన్నత పాఠశాలలలో ఒకప్పుడు లైబ్రరీ పీరియడ్ వుండేది. పుస్తకాలు చదివించేవారు. పాఠ్యపుస్తకాలకే కాకుండా విద్యార్థులకు భాష, సాహిత్య పరిజ్ఞానం ఉపాధ్యాయులు శ్రద్ధాసక్తులతో నేర్పించేవారు. ప్రస్తుతం బుక్ కల్చర్ కనుమరుగై లుక్ కల్చర్ రాజ్యం చేస్తోంది. అందుకే ప్రస్తుత స్థితిగతులలో ప్రభుత్వాలు గ్రంథాలయాలను నిర్వీర్యం చేస్తున్నాయి. అనేక సంవత్సరాలుగా కొత్త నియామకాలు లేవు. పూర్తి స్థాయి ఉద్యోగులు కాకపోవటంతో, సేవలు అంతంత మాత్రంగానే నెట్టుకొస్తున్నారు. చదువరులే బీరువాల బూజు, దుమ్ము దులిపి పుస్తకాలు వెతుక్కోవలసి వస్తోంది. పోటీ పరీక్షలకు వెళ్లే విద్యార్థులు మాత్రమే నేడు పుస్తకాలు, పత్రికలు వెతుక్కుంటున్నారు. మిగిలిన చదువరులు చాలామంది గ్రంథాలయాలకు వెళ్లడం మానివేసారు. టీవీలు, సెల్‌ఫోన్‌లకు అతుక్కుపోతున్నారు. మహిళలు కథలు, నవలలు చదివేవారు కూడా పుస్తకాలు పట్టించుకోవటం లేదు. దానికితోడు మన రెండు రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు గ్రంథాలయాలకు పుస్తకాల కొనుగోలు చేయటం లేదు. గ్రామీణ గ్రంథాలయాలు మూతపడుతున్నాయి. గ్రంథాలయ పునర్వికాసం పాఠక సమితులు ఏర్పాటు చేసి, క్విజ్ పోటీలు, పుస్తక సమీక్షలు, వారానికి ఒక పుస్తకం వంటి కార్యక్రమాలతో విద్యార్థులను, యువతను ప్రోత్సహించాలి. మరొక సమస్య.. వృద్ధాప్యంలో వున్నవారికి సేకరించిన వందలాది, వేలాది పుస్తకాలు ఏం చేసుకోవాలో అర్థం కావటం లేదు. లక్షలాదిగా పుస్తకాలు వ్యక్తిగత స్వతంత్ర గ్రంథాలయాలు పేరుకుపోయి వున్నాయి. పుస్తక ప్రేమికులకు నగరాలలో ప్రతీ యేటా నిర్వర్తించే పుస్తక ప్రదర్శనలు ఎంతో ఊరట కలిగిస్తున్నాయి. వందలాదిగా జాతీయ స్థాయిలోని ప్రచురణ సంస్థలు ఈ ప్రదర్శనలలో పాల్గొంటున్నాయి. హైదరాబాద్, విజయవాడ వంటి నగరాలలో ఈ పుస్తకాల పండుగలు విజయవంతం అవుతున్నాయి. ప్రచురణ సంస్థలు అంతంగా సంతృప్తి వ్యక్తం చేయకపోయినా, జనంతో పుస్తక ప్రదర్శనలు కిక్కిరిసి పోతున్నాయి. పుస్తక ప్రియులకు, రచయితలకు ఈ ప్రదర్శనలు ఆశలు చిగురింప చేస్తున్నాయి. బాలబాలికలు పుస్తకాలు కొనటంపై చూపే ఉత్సాహం, తల్లిదండ్రుల ప్రోత్సాహం ఆదరణీయంగా వుంది. ఎటొచ్చి రచయితలు కాలానుగుణంగా స్పందింప చేసే సాహిత్యానికి ముఖ్యంగా బాల సాహిత్యానికి ప్రాధాన్యత యివ్వవలసి వుంది. పుస్తకాలు హస్తభూషణం అనే రోజులు చెల్లిపోయాయి. పుస్తకాలు మస్తిష్కాలకు పదును పెట్టే ఆయుధాలుగా ఉండాలి. ఒకటి, రెండు తరగతుల నుంచే బాలబాలికలకు పాఠ్యాంశాల ఎంపిక, లేత పిల్లల మనస్సులను ఆకట్టుకొనే విద్యా విధానం పుస్తకాలను బతికిస్తుంది. పుస్తకాల సేకరణను ప్రభుత్వం ప్రోత్సహించాలి. వ్యక్తిగత గ్రంథాలయాలు, స్వతంత్ర గ్రంథాలయాలు ఉద్యమ రూపంగా గ్రంథాలయ పునర్వికాసం బాధ్యతాయుతంగా చేపట్టాలి. అరుదైన గ్రంథాలను, అపురూపమైన సాహిత్యాన్ని జీవితాంతం శ్రమపడి సేకరించి పదిలపరిచిన రచయితలు, కవులు, మేధావులు ఎందరో ఉన్నారు. వారిని గుర్తించి ప్రభుత్వపరంగా ఆ అమూల్య నిధిని, భవిష్యత్ తరాలకు అందే సత్ఫృషికి నాందీ పలకాలి. ఎంత సాంకేతికత వెల్లివిరిసినా, గూగుల్ వంటి అధునాతన ప్రక్రియలు ఎంత జ్ఞానాన్ని ఇముడ్చుకొన్నా, ప్రాథమిక జ్ఞాన భిక్ష ఏ రంగంలో అయినా సమగ్రంగా పుట్టుపూర్వోత్తరాల వికాస పరిణామాలు వెలుగు చూసేది పుస్తక ప్రపంచం ద్వారానే. పుస్తకం జీవితాన్ని నడిపిస్తుంది. పుస్తకాన్ని ప్రేమించడం పిల్లలకు నేర్పిననాడే సమాజం స్వర్గతుల్యమవుతుంది.

- యర్రమిల్లి

భరతుడి ఉదంతం

ఋషభుడి కొడుకు భరతుడు. తండ్రి దయతో పట్టాభిషిక్తుడైన భరతుడు ఆయన హితోపదేశాన్ని తూ.చ. పాటిస్తూ వచ్చాడు. అతని పాలనలో ప్రజలు సుఖ సంతోషాలతో జీవించారు. విశ్వరూపుడు అనే ఓ రాజు కుమార్తెను పెళ్లాడాడు. ఆమె పేరు పంచజని.

భరతుడి దంపతులకు అయిదుగురు పుత్రులు పుట్టారు. వారి పేర్లు - సుమతి, రాష్ట్రభుక్, సుదర్శనుడు, ఆచరనుడు, ధూమ్రకేతువు.

భరతుడికి పూర్వం మన దేశానికి అజనాభం అని పేరు ఉండేది. అయితే ఎప్పుడైతే భరతుడు జనరంజకంగా పాలించడం మొదలుపెట్టాడో అప్పుడు మన దేశానికి భారతవర్షం అనే పేరు ఏర్పడింది. ఇది క్రమంగా వ్యవహార నామమైంది.

భరతుడు యజ్ఞయాగాదులు చేసేవాడు. హరి కృపను పొంది యజ్ఞఫలాన్ని భగవంతుడికే అర్పించాడు. ఆ తర్వాత తన కుమారులకు రాజ్యం అప్పగించి ముముక్షువుగా మారి పులహాశ్రమం చేరి తపస్సు చేయసాగాడు.

ఓ రోజు భరతుడు గండకీ నదిలో స్నానం చేసి నీటిలో నిల్చుని ప్రణవం జపించసాగాడు. ఆ సమయంలో గర్భంతో ఉన్న ఓ ఆడ జింక దాహమేసి నీరు తాగడం కోసం అక్కడికి వచ్చింది.

అది నీటిలో దిగుతుండగా ఓ సింహం అక్కడికి వస్తూ భీకరంగా గర్జించింది.

ఆ గర్జనకు భయపడిన జింక తన ప్రాణాలు కాపాడుకోవాలనుకుని దాహం తీర్చుకోకుండానే అక్కడి నుంచి పారిపోయింది.

అయితే అప్పటికే గర్భిణిగా ఉన్న ఆ జింకలోని శిశువు గర్భస్రావమై నదిలో పడింది.

మరోవైపు తప్పించుకుని పారిపోయిన జింక కాస్తా పక్కనున్న కొండ మీద నుంచి జారి పడి ప్రాణాలు కోల్పోయింది.

అది కన్న జింక పిల్లను భరతుడు తీసుకుని ఆశ్రమం చేరాడు. దాన్ని కంటికి రెప్పలా పెంచసాగాడు. తన సర్వస్వం ధారపోసి దాన్ని చూసుకుంటూ వచ్చాడు భరతుడు. కన్న ప్రేమకంటే పెంచిన ప్రేమ మిన్న అనే మాట అక్షరాలా నిజమైంది. దాన్ని విడిచి ఒక్క క్షణం కూడా ఉండలేకపోయాడు భరతుడు. దానికి అడవి మృగాల నుంచి ఏ ఆపదా రాకుండా ఉండడం కోసం భరతుడు తన భుజాల మీద మోసుకుంటూ పోతుండేవాడు.

ఓ రోజు ఆ జింకపిల్ల ఆశ్రమం నుంచి కొంత దూరం వెళ్లింది. అది తిరిగి వస్తున్నప్పుడు దారి తప్పిపోయింది. దాంతో భరతుడి బాధ వర్ణనాతీతం. తట్టుకోలేకపోయాడు. దాని కోసం అడివంతా గాలించాడు. కానీ దాని ఆచూకీ లేదు. బాధపడిపోయాడు. ఎక్కడని వెతకను.. అని అనుకుంటూ దిగాలుపడి కూర్చున్న వేళ అది ఎక్కడి నుండో పరుగున వచ్చి ఆయన ఒడిలో వాలింది. అంతే..! ఆ క్షణంలోనే భరతుడి బాధంతా మటుమాయమైంది. పట్టరాని ఆనందం కలిగింది.

రాజ్యాభిషిక్తుడైనప్పుడు చేసే గజారోహణం చేసినంత ఆనందం కలిగింది. నోట మాట రాలేదు. జింకను గాఢంగా కౌగిలించుకున్నాడు. జింక పిల్లే తన జీవితమన్నట్టు జీవించసాగాడు.

రోజులు సాగిపోతున్నాయి. భరతుడికి మృత్యుఘడియలు సమీపించాయి. ఆ సమయంలోనూ దానినే తలచుకుంటూ భరతుడు చనిపోయాడు. మరణవేళ మనసు ఏదనుకుంటే అదే గతి పడుతుందని పెద్దల మాట.

ఆ విధంగా భరతుడు తదుపరి జన్మలో ఓ జింకగా పుట్టాడు. అయితే గత జన్మలో దీర్ఘకాలం చేసిన తపోనిష్ఠ వల్ల జింకగా పుట్టినప్పటికీ అతనికి పూర్వ జన్మ జ్ఞానం లోపించలేదు. జింక మీది ప్రేమతో సరిగ్గా తపస్సు చేయలేకపోయానే..! అని బాధపడసాగాడు. మోక్షానికి దూరమయ్యాను కదా.. అనుకున్నాడు.

పులహాశ్రమం పరిసర ప్రాంతంలోనే సంచరిస్తూ అక్కడి నుంచి వినిపించే హరి నామ సంకీర్తనం వింటూ జీవితం గడపసాగాడు.

అచిర కాలంలోనే ప్రాణం విడిచాడు. జ్ఞానంతో మరణించిన కారణంగా మరుసటి జన్మలో అంగీరసుడనే మహర్షికి పుత్రుడై జన్మించాడు.

- యామిజాల జగదీశ్

లోకజ్ఞానంతో కూడిన అనుభవమే అదృష్టం.

- మాథ్యూ గ్రీన్

విషయాలను యథాతథంగా చూడగల నేర్పరితనంతో పాటు, వాటిని నిర్వహించవలసిన రీతిలో నిర్వహించడమే లోకజ్ఞానం.

- సి.ఇ.స్టొవే

- సింహద్వారం కన్నా పెరటిదోవన ప్రవేశించటం చాలా సార్లు సులభమవుతుంది.

- నెపోలియన్

వాస్తువార్త

వాస్తు విద్వాన్ సాయిశ్రీ
డా॥ దంతూరి పండరినాథ్
సెల్: **9885446501/9885449458**

ఇల్లు నిర్మించవచ్చా?

– ఎస్.కార్తికేయన్, తంజావూరు

ప్రశ్న: నేను రామభద్రాపురంలో 30 X50 అడుగుల దక్షిణ ముఖం గల స్థలం కొన్నాం. ఆ స్థలం ఇంటి నిర్మాణానికి అనుకూలమైనదో లేదో తెలియజేయగలరు. నా భార్య పేరుతో గృహ నిర్మాణం మొదలు పెట్టవచ్చా?

జవాబు: మీకు వ్యవహార నామ రీత్యా తూర్పు ముఖద్వార యోగముంది. మీ భార్యకు వ్యవహార నామరీత్యా పడమర ముఖద్వార యోగముంది. మీ ఇద్దరిలో ఏ ఒక్కరికైనా యోగించే ముఖ ద్వార గృహాన్ని మీరు నిర్మించుకొని సత్ఫలితాలు పొందవచ్చు. దక్షిణ వీధి స్థలమైనప్పటికీ అందులో 'తూర్పు సింహద్వార గృహ నిర్మాణం' గావించుకొని నివసిస్తూ కూడా ఎన్నో మంచి ఫలితాలను పొందవచ్చు.

దోష నివారణం ఎలా?

– సి.వసుధ, పాల్వంచ

ప్రశ్న: దక్షిణ దిశలో గుంతలు ఉండకూడదని అదంటారు. కాని అవి మున్సిపాలిటివి కాబట్టి ఏమీ చేయలేం. ఈ దోష నివారణకు మేం మా ఇంటిలో ఏమైనా గుంత తవ్వాలా తెలుపగలరు.

జవాబు: గృహం లోపలి దోషాలకంటే ఆవరణ నైసర్గిక (బయటివైపు) దోషాలే ఎక్కువ చెడు ప్రభావాన్ని చూపెడతాయి. మీరు పేర్కొన్న గుంతలు 'మ్యాన్‌హోల్' లాంటివయితే ఫర్వాలేదు. కాని అవి నడక దారిలోకి రాకుడదు. ప్రహరి గోడ మరింత ఎత్తుకు లేపండి. నైరుతి మూలలో, ప్రధాన గృహానికి తగలకుండా ఒక చిన్న గదిగాని షెడ్డు గాని వేయండి. తప్పకుండా ఇప్పటికంటే మెరుగైన ఫలితాలు కనిపిస్తాయి.

బాకీలు వసూలు కావాలంటే?

– టి.శిరీష్, విజయవాడ

ప్రశ్న: ఈ ఇంట్లో అంతా బాగానే ఉన్నది. కాని ఎవరికైనా అప్పుగా/ సహాయంగా గానీ ఇచ్చిన డబ్బు మాత్రం తిరిగి రావటం గగనమైపోతున్నది. ఇతరులకు సాయం చేసి మేం ఇబ్బందులు పడుతున్నాం. ఇది మా ఇంటి దోషమా?

జవాబు: మీరు పేర్కొన్న సమస్య మీ ఒక్కరిదే కాదు. చాలా మంది ఇదే సమస్యతో బాధ పడుతున్నారు. అప్పులు తిరిగి రావటానికి, రాకపోవటానికి అనేక కారణలుంటాయి. అయితే ఇతరులకు డబ్బులివ్వటానికి అప్పు చేసి డబ్బు తీసుకోవటానికి, తీసుకున్న అప్పు తీర్చటానికి.. ఇలా 'డబ్బు వ్యవహారాలలో ఆచరించవలసిన సాధారణ నియమాలు' పాటిస్తే ఇచ్చిన అప్పులు తప్పనిసరిగా తిరిగి వస్తాయి. చేసిన అప్పులు కూడా తీర్చవచ్చు. ఈ నియమాల గురించి 'ముహూర్త సంగ్రహం' అనే జ్యోతిష్య గ్రంథంలో వివరించారు.

శ్లో॥ ఋణచ్ఛేదం కుజౌకుర్యాత్
సంచయం సోమనందనే ।
ఋణం భౌమనకుర్యాత్
నదేయం బుధవాసరే ॥

తా॥ అప్పు తీర్చటానికి మంగళవారం మంచిది. అప్పు తీసుకోవటానికి సోమవారం మంచిది. మంగళవారం అప్పు ఇవ్వకూడదు/తీసుకోకూడదు. ఇలా అప్పు తీసుకున్నవారు అప్పు తీర్చటం కష్టతరమవుతుంది. అలాగే ఇచ్చిన వారికి అప్పులను తిరిగి రాబట్టుకోవటం కూడా కష్టతరమవుతుంది. వ్యవహారం కోర్టు వరకూ వెళ్ళవచ్చు. బుధవారం కూడా అప్పు ఇస్తే తిరిగి రాబట్టుకోవటం కష్టం. శనివారం డబ్బు వ్యవహారాలు పరిష్కారం చేసుకోకూడదు. బుధవారం వసూళ్లకు మంచిది. భరణీ నక్షత్ర సమయంలో ధనాన్ని పోగుచేసుకోవటం (వసూళ్లు) మంచిది. సోమవారం అప్పు యివ్వవచ్చు. అదివారం అప్పు తీసుకోకూడదు. 'సంక్రమణ దినము'నగానీ. 'హస్తా నక్షత్రం' నందుగానీ అప్పు జేసినట్లయితే లేదా అప్పు ఇచ్చినట్లయితే కూడా ఆ అప్పు తీరక ఆ వంశంలో అప్పుగానే నిలిచిపోయే అవకాశముంటుంది ('పరహస్తం గతం గతః' అన్నట్టు). కాబట్టి డబ్బు వ్యవహారాలలో పై విషయాలను తెలుసుకుని మసలకోవటం మంచిదని పెద్దలు అంటారు. 'గృహవాస్తు' దోషాల వలన కూడా అప్పులు చేయవలసి రావటం, లేదా ఇచ్చిన అప్పులు తిరిగి రాకపోవటం మొదలైన దుష్ఫలితాలు కలుగుతూ ఉంటాయి. ఈశ్వర స్థానమైన 'ఈశాన్య దిక్కున దోషం వలన లేదా కుబేర స్థానమైన 'ఉత్తర దిక్కు దోషం' వలన ఈ సమస్యలు తీవ్రమయ్యే అవకాశాలు ఎక్కువ. ఆ దోషాలు పరిశీలించి సరిజేసుకోవటం వల్ల ఇలాంటి సమస్యలను అధిగమించవచ్చు. వీలుగాని చోట ప్రత్యామ్నాయ పద్ధతులను పాటించటం వల్ల రావలసిన ధనాన్ని తిరిగి పొందవచ్చు.

వాస్తు విద్వాన్ **డా॥ దంతూరి పండరినాథ్** పాఠకుల సమస్యలకు ఆదివారం 'వాస్తువార్త'లో సమాధానాలిస్తారు. ఈ కింది కూపన్ జతచేసి సమస్యలు పంపవలసిన చిరునామా: **సాయిశ్రీ వాస్తు కన్సల్టెన్సీ, 3-2-4, కింగ్స్‌వే, రాష్ట్రపతి రోడ్, సికింద్రాబాద్-3**

వాస్తువార్త

పూర్తి పేరు : ....
పుట్టిన తేది : ....
జన్మ నక్షత్రం: ....తల్లి పేరు: ....
చిరునామా:...

విద్యాప్రదాత శ్రీ తాండవేశ్వర స్వామి

ఆలయదర్శనం

అడుగడుగున గుడి ఉంది.. ఆ గుడిలో దైవముంది.. అని ఓ కవి అన్నట్లు ప్రతి ఊరిలో కనీసం ఒకటి రెండు ఆలయాలు కనిపిస్తాయి. వాటిలో అధిక శాతం పురాతనమైనవే కావడం చెప్పుకోదగిన అంశం.

కృష్ణానదీ తీరంలో ముఖ్యంగా నేటి కృష్ణ, గుంటూరు జిల్లాల్లో కనిపించే పురాతన ఆలయాలలో అధిక శాతం వేంగి చాళుక్యుల కాలంలో నిర్మించినట్లు తెలుస్తోంది. ఈ ప్రాంతాన్ని పాలించిన ఆనంద గోత్రీకులు, కాకతీయులు రెడ్డి రాజులు, రాష్ట్ర కూటులు, విష్ణుకుండినులు, స్థానిక పాలకులు, విజయనగర రాజులు, గజపతి రాజులు, చివరగా అమరావతిని రాజధానిగా చేసుకొని పాలించిన శ్రీ వాసిరెడ్డి వెంకటాద్రి నాయుడు ఆలయాల పునః నిర్మాణం, నూతన మండపాలు నిర్మించిన అభివృద్ధి చేసి, ఆలయ నిర్వహణ నిమిత్తం భూరి విరాళాలు, భూమి సమర్పించుకొన్నట్లుగా తెలుస్తోంది.

చాళుక్యులు

కన్నడ ప్రాంతానికి చెందిన వీరు నేటి "బాదామి"ని రాజధానిగా చేసుకొని ఆరవ శతాబ్ద మధ్య కాలం నుండి ఏడవ శతాబ్ద కాలంలో పరిపాలించారు. వంద సంవత్సరాల కాలంలో వీరు భారతదేశ దక్షిణ ప్రాంతాన్ని, మధ్య భారతంలో కొంత ప్రాంతాన్ని పాలించారు.

తాము గెలిచిన ప్రాంతాలలో తమ వారిని పాలకులుగా నియమించడం వలన వారంతా వేంగి, వెలనాటి, తూర్పు పశ్చిమ చాళుక్యులుగా చరిత్రలో స్థానం పొందారు.

వీరంతా తమిళనాడును పరిపాలించిన చోళ వంశంలో వివాహాది సత్సంబంధాలు కలిగి ఉండడం వలన వీరిని కూడా చోడులు లేక చోళులు అని పిలిచేవారు.

చాళుక్య వంశం నిర్మించిన అనేక సుందర రమణీయ గుహాలయాలు, దేవాలయాలు నేటికీ కర్ణాటకలోని బాదామి, ఐహోల్, పట్టడక్కల్ ప్రాంతాలలో సందర్శించుకోవచ్చు. మన రాష్ట్ర తీర ప్రాంతాన్ని వెయ్యి సంవత్సరాలకు పూర్వం పాలించిన వెలనాటి, వేంగి చాళుక్యులు నిర్మించిన ఆలయాలు అనేకం కనిపిస్తాయి. కాలక్రమంలో కొన్ని మార్పులు, చేర్పులకు లోనైనా ఆలయ ప్రధాన నిర్మాణ శైలిలో మార్పు కనిపించదు. ఇన్ని సంవత్సరాలుగా నిత్య పూజలు జరుగుతుండటం విశేషం.

శ్రీ త్రిపుర తాండవేశ్వర స్వామి ఆలయం

తూర్పు ముఖంగా ఉండే ఈ ఆలయం రాజగోపురం, మండపాలు లేకుండా సాదాసీదాగా కనపడుతుంది. ఎత్తైన ధ్వజస్తంభం వద్ద శ్రీ కాలభైరవ స్వామి సన్నిధి దర్శించుకోవచ్చు. స్వామివారు విద్య, ఉద్యోగ ప్రదాతగా ప్రసిద్ధి. ధ్వజస్థంభం వద్దనే శ్రీ నందీశ్వరుడు ఉపస్థితులై ఉంటారు.

ఆలయ ముఖమండపం పైన శ్రీ ధ్యానేశ్వరస్వామి విగ్రహం ఏర్పాటు చేసారు.

ఆలయ విశేషాలు

ఆలయం పూర్తిగా రాతి కట్టడం. శ్రీకృష్ణ దేవరాయల వారి ఆస్థానంలో ఉండి అష్టదిగ్గజాలుగా ప్రసిద్ధికెక్కిన ఎనిమిది కవి పండితులు ఉండేవారు. వారిలో వికటకవిగా పేరు గాంచిన తెనాలి రామకృష్ణుడు ఈ ఆలయాన్ని నిర్మించారని చెబుతారు. గతంలో ఈ ప్రాంతంలో తాటి చెట్లు అధికంగా ఉండేవట. అందువలన 'తాటితోపు'గా పిలవబడిన ఈ ప్రాంతాన్ని రాయలవారు రామకృష్ణ కవికి ఇనాంగా ఇచ్చారట. అప్పటికే ఉన్న ఆలయాన్ని పునః నిర్మించినట్లు చెబుతారు. వికటకవి తరువాత అమరావతి పాలకుడు శ్రీ వాసిరెడ్డి వెంకటాద్రి నాయుడు మరమ్మత్తులు చేయించారని తెలుస్తోంది.

అభిషేక జలాలు వెలుపలికి పారే గోముఖి వద్ద శ్రీ చండికేశ్వర స్వామి వారి సన్నిధి ఉంటుంది. తమిళనాడులోని అన్ని ఆలయాలలో చండికేశ్వర స్వామి సన్నిధి కనిపిస్తుంది. ప్రస్తుతం మన దగ్గర కూడా శివాలయాలలో శ్రీ చండికేశ్వర సన్నిధి ఏర్పాటు చేస్తున్నారు. కానీ ఈ ఆలయంలో మాత్రం స్వామివారి చిత్రపటం గోముఖి వద్ద ఆలయ గోడ మీద చిత్రీకరించారు.

కృష్ణా తీరంలోని చాలా ఆలయాలలో కల్యాణ మండపం ప్రాంగణంలోనే ఈశాన్య నైరుతి దిశలలో నిర్మించడం కనిపిస్తుంది. శ్రీ త్రిపుర తాండవేశ్వర స్వామి ఆలయంలో ప్రాంగణానికి వెలుపల వాయువ్య దిశలో ఉండటం ప్రత్యేకంగా చెప్పుకోవచ్చు.

ఈశాన్యంలో నూతనంగా నవగ్రహ మండపం నిర్మించారు. నవగ్రహాలు సర్వాంగ సుందరంగా సర్వాభరణ భూషితులుగా దర్శనమివ్వడం మరింత ప్రత్యేకం. కొత్తగా గ్రానైట్ రాళ్లతో ఆధునీకరించిన ముఖమండపంలో మరో నంది విగ్రహం ఉంటుంది.

శ్రీ త్రిపుర తాండవేశ్వర స్వామి ఆలయంలో మాత్రం శ్రీ రాజరాజేశ్వరీ దేవి, శ్రీ గంగా బాల త్రిపురసుందరి దేవి ఎదురెదురు సన్నిధులలో స్థానక భంగిమలో దర్శనం ఇవ్వడం మరెక్కడా కనిపించని ప్రత్యేకత. రెండు శక్తి స్వరూపాలు ఒకే ఆలయంలో ఎదురెదురుగా ఉండటం గొప్ప విశేషంగా చెబుతారు.

గతంలో ఈ నంది తిరిగే రాతి రాట మీద ఉండేదట భక్తులు తమ కష్ట సమయంలో దీనిని తిప్పి ప్రార్థించేవారని అంటారు. విగ్రహం భిన్నం అయ్యే ప్రమాదం ఉండటంతో పీఠం మీద ప్రతిష్టించారు.

మండపంలో రెండు ఆర్చీలు మాదిరి నిర్మించిన మకర తోరణాలు కనపడతాయి. ఆలయ ప్రధాన విశేషానికి ఈ ఆర్చీలకు సంబంధం ఉన్నది. మండపానికి అనుబంధంగా ఉన్న అర్ధ మండపంలో శ్రీ భద్రకాళీ సమేత వీరభద్ర స్వామి, శ్రీ గణపతి ఉపస్థితులై పూజలందుకొంటుంటారు. ఇక్కడ మొత్తం మూడు సన్నిధులు కనిపిస్తాయి.

రెండు శక్తి రూపాలు

శ్రీ మహావిష్ణు ఆలయంలో శ్రీదేవి, భూదేవి లేక శ్రీ మహాలక్ష్మి ్మ, శ్రీ గోదాదేవి దర్శనమిస్తారు. అంటే ఇద్దరు తాయారులు స్వామివారితో కొలువై ఉంటారు. కానీ శివాలయాలలో ఒక్క అంబిక సన్నిధి మాత్రమే కనపడుతుంది.

రమణీయ పుష్ప స్వర్ణాభరణ, పట్టు పీతాంబరాలు ధరించిన అంబికలిద్దరూ ప్రసన్న వదనంతో భక్తుల పాలిటి కల్పవృక్షాలు. వివాహం సంతానం, ఉద్యోగం, ఆర్థిక సమస్యలు ఏవైనా ఇక్కడ విన్నవించుకొంటే మండలం రోజులలో పరిష్కారం అవుతాయని భక్తుల విశ్వాసం.

పానవట్టం మీద చిన్న లింగ రూపంలో శ్రీ త్రిపుర తాండవేశ్వర స్వామి వారు ప్రత్యేక దర్శనం అనుగ్రహిస్తారు. భక్తుల మానసిక స్థితిని బట్టి లింగంలో ఒక్కో రూపం కనిపిస్తుందని చెబుతారు. పడగెత్తిన నాగం, పరిగెత్తుతున్న వృషభం, మానవ వదనం. అగ్ని చిమ్మే త్రినేత్రం.. ఇలా కనిపిస్తాయి. వారి సమస్య తీరిన తరువాత ఆ రూపం కనిపించదని కూడా అంటారు.

నిత్యం విధి, విధానాల ప్రకారం పూజలు జరిగే ఈ ఆలయంలో గణపతి నవరాత్రులు, దసరా మహోత్సవాలు, త్సవాలు, కార్తిక మాస పూజలు శ్రీ భద్రకాళీ, వీరభద్ర కళ్యాణం, మహా శివరాత్రి ఉత్సవాలు రంగరంగ

వైభవంగా నిర్వహిస్తారు. ఇక్కడ జరిగే ఉత్సవాలకు భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో వస్తారు.

ఇన్ని విశేషాల నిలయమైన శ్రీ త్రిపుర తాండవేశ్వర స్వామి ఆలయం విజయవాడ నగరానికి సుమారు పది కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న తాడేపల్లిలో ఉన్నది. విజయవాడ నుండి సొంత వాహనం, బస్సులు లేదా ఆటోల్లో కూడా వెళ్లవచ్చు. రైల్వే ట్రాక్ పక్కనే ఉంటుంది ఆలయం. తాడేపల్లిలో శ్రీ విశ్వేశ్వర (శ్రీ వీరభద్ర) ఆలయం, శ్రీ వెంకటేశ్వర స్వామి ఆలయం, శ్రీ రామాలయం కూడా ఉన్నాయి. ఇక్కడికి పక్కనే ఉన్న సీతానగరంలో కూడా చక్కని పురాతన ఆలయాలు నెలకొని ఉన్నాయి.

- ఇలపావులూరి వెంకటేశ్వర్లు

అన్ని స్కూళ్లలో తన పాటే

ఎండాకాలం సెలవులు పూర్తి అయి స్కూళ్లు తెరిచిన వెంటనే కేరళలో ప్రతి సంవత్సరం 'ప్రవేశనలోత్సవం' పేరుతో ఒక ఉత్సవం నిర్వహిస్తారు. ఆ రాష్ట్రంలోని ప్రతి స్కూలుతో పాటు ప్రభుత్వం కూడా దీని కోసం ఒక పెద్ద ఉత్సవం నిర్వహిస్తుంది. ఈ వేడుకలో ముఖ్యమైన ఆకర్షణ ఏమిటంటే- పాఠశాల ప్రారంభానికి సంబంధించిన ఒక ప్రత్యేక గీతాన్ని విడుదల చేయడం. ప్రతి సంవత్సరం ఒక ప్రముఖ కవితో ఈ పాటని రాయించి, సంగీత దర్శకుడి ద్వారా ఆ పాటకు బాణీ కట్టించి ప్రతి స్కూలుకీ ఆ పాటను అందిస్తారు. స్కూలు మొదలయ్యే రోజు రాష్ట్రంలోని పిల్లలందరూ అదే పాట పాడుతారు. ఈసారి ప్రారంభోత్సవానికి **భద్రాహరి** అనే పద్నాలుగేళ్ల పాప పాట రాయడం విశేషం. ప్రారంభోత్సవ పాట రాయాలని పత్రికల్లో ప్రకటన చూసిన వెంటనే భద్ర ఓ గేయం రాసి పంపించిందట. పెద్ద పెద్ద కవుల ఎంట్రీలు వచ్చినా రాష్ట్రం ప్రభుత్వం ఈసారి ఈ పాప పాటను ఎంచుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. 'మళమేఘంగల్ పందల్ ఒరుక్కియ' (వానమబ్బుల పందిరి వేసిన కొత్త సంవత్సరం) అన్న ఆ గేయానికి సినీ సంగీత దర్శకుడు అల్ఫోన్స్ జోసఫ్ సంగీతం అందించగా ఈ మధ్యే కేరళలోని విద్యార్థులందరూ ఈ పాటను పాడారు. ఆ విధంగా కేరళ చరిత్రలో అతి చిన్న వయస్సులో ప్రారంభోత్సవ గీతం అతి చిన్న వయస్కురాలిగా భద్ర పేరు గాంచింది.

ప్రసిద్ధ నీతి కథలు 'పంచతంత్ర'

పంచతంత్ర కథలు భారతీయ సాహిత్యంలో ప్రసిద్ధమైన నీతి కథల సంకలనం. ఇవి సంస్కృతంలో విష్ణుశర్మ అనే పండితుడు రచించినవిగా పేర్కొన్నారు. క్రీ.పూ.3వ శతాబ్దంలో ఈ కథలు ఐదు భాగాలుగా విభజించబడ్డాయి. అందుకే 'పంచతంత్రం' (ఐదు వ్యూహాలు) అని పేరు. మిత్రలాభం (స్నేహ లాభం), మిత్రభేదం (స్నేహ విచ్ఛిన్నం), కాకోలూకీయం (కాకులు గుడ్లగూబల మధ్య యుద్ధం), లబ్ధప్రణాశం(అందినది కోల్పోవడం), అపరీక్షిత కారకం(పరీక్షించని చర్యలు), ఇత్యాది భాగాలుగా విభజించారు. ఈ కథలు జంతువులను పాత్రలుగా చిత్రీకరిస్తూ నీతి, రాజనీతి, జీవన విజ్ఞానం, మానవ స్వభావంపై భోధనలు అందిస్తాయి. ప్రతి కథలో ఒక నీతి దాగి ఉంటుంది. ఇవి రాజులకు సామాన్యులకు సమానంగా ఉపయోగపడతాయి ఉదా: 'సింహం, ఎలుక' కథలో చిన్నవారి సహాయం కూడా విలువైందని తెలుస్తుంది.

పంచతంత్ర కథల నేపథ్యం

ప్రపంచ సాహిత్యానికి భారతదేశం అందించిన గొప్ప రచనలలో ఒకటి పంచతంత్ర కథలు. విష్ణుశర్మ అనే గురువు సంస్కృత భాషలో రచించిన ఈ గ్రంథాన్ని ప్రపంచంలోని అనేక భాషల్లో అనువదించారు. ఈ కథలు చాలా ప్రాచుర్యాన్ని పొందాయి. చిన్నచిన్న కథలు, ఆసక్తికరమైన కథనాలు, చక్కటి నీతితో విష్ణుశర్మ పంచతంత్ర కథలను సంస్కృతంలో బోధించారు. పంచతంత్ర కథల వెనుక చిన్నపాటి చరిత్ర ప్రచారంలో ఉంది. దక్షిణ భారతంలో మహిళారూప్యమనే నగరాన్ని అమరశక్తి అనే మహారాజు పరిపాలించాడు. అతడు ప్రజల్ని కన్నబిడ్డల్లా పాలిస్తూ అందరి ప్రశంసలందుకున్నాడు. అమరశక్తి మహారాజు చాలా శక్తిమంతుడు, దయాగుణం కలిగిన వ్యక్తి. రాజకీయ చతురత తెలిసిన మహోన్నతుడు. ఇతనికి ముగ్గురు కుమారులు. వారి పేర్లు బహుశక్తి ఉగ్రశక్తి, అనంతశక్తి. వీరు అల్లరి చిల్లరిగా ఉండటంతో చదువు అబ్బకపోగా మూర్ఖుల్లా తయారయ్యారు. మహారాజు కుమారులకు చదువు చెప్పడం తనవల్ల కాదని రాజగురువు తేల్చి చెప్పేశారు. పిల్లల విషయంలో ఎంతో దిగులు పడుతున్న అమరశక్తి మహారాజుకు రాజ్యం శివార్లలో చిట్టడివిలో ఆశ్రమం ఏర్పరచుకుని నివసిస్తున్న విష్ణుశర్మ గురించి తెలిసింది. ఒకరోజు తన ముగ్గురు కుమారులను తీసుకుని విష్ణుశర్మ ఆశ్రమానికి వెళ్లాడు అమరశక్తి. తేజస్సుతో వెలిగిపోతున్న విష్ణుశర్మను చూడగానే మహారాజు కుమారులు ముగ్గురూ అతని కాళ్లకు నమస్కరించారు.

"గురువర్మా! నా కుమారులకు విద్యాబుద్ధులు అబ్బకపోవడంతో మూర్ఖుల్లా తయారయ్యారు. వీరికి రాజనీతి, రాజతంత్రమే కాదు కనీసం సాధారణ జ్ఞానం కూడా లేదు. నా బిడ్డలకు విద్యాబుద్ధులు నేర్పించి తీర్చిదిద్దవలసిందిగా సవినయంగా కోరుతున్నాను" అని ప్రాధేయపడ్డాడు అనంతశక్తి.

"మహారాజా! మీ బిడ్డలను ఆరు మాసాల్లో చక్కగా తీర్చిదిద్దుతాను" అని విష్ణుశర్మ మాట ఇవ్వడంతో బిడ్డల్ని అక్కడే వదిలేసి మహారాజు రాజ్యానికి వెళ్ళిపోయాడు.

"నాయనలారా! ఈరోజు మీరు ఆడుతూ పాడుతూ గడపండి. రేపటి నుండి మీకు విద్యాబోధన చేస్తాను" అన్నాడు విష్ణుశర్మ.

ఆ రోజంతా ముగ్గురూ సాయంత్రం వరకు ఆడుకుని అలసి, సొలసి అదమరచి నిద్రపోయారు. పొద్దున్నే నిద్ర లేవగానే స్నానపానాదులు కానిచ్చి గురువుగారి రాకకోసం ఎదురు చూస్తూ కూర్చున్నారు. ఇంతలో గురువు విష్ణుశర్మ అక్కడికి వచ్చి వారితో "నాయనలారా! నేను మీరు కొన్ని కథలను చెబుతాను. ఇందులో పాత్రలన్నీ జంతువులే. అవన్నీ మనుషుల్లా మాట్లాడతాయి. కొన్నిచోట్ల మనుషుల పాత్రలు కూడా ఉంటాయి. ఈ కథలను మీరు వింటే జీవిత సత్యాలు తెలుసుకుంటారు. వీటిని 'పంచతంత్ర కథలు' అంటారు. పంచ అంటే అయిదు, తంత్ర అంటే ఉపాయం అని అర్థం. అంటే అయిదు ఉపాయాలు అన్నమాట. వీటిలో మొదటి భాగం మిత్రలాభం, దీన్ని మిత్రుల వలన లాభం అంటారు. ఇందులో మంచి మిత్రులను ఎలా సంపాదించుకోవాలి. ఆపద సమయాలలో వారికి ఉపకారం చేయడం మంచి వారిని మిత్రులుగా చేసుకోవడం మొ॥ విషయాలపై కథలు ఉంటాయి. మంచి మిత్రులు ఆపద సమయాల్లో ఒకరికొకరు సహాయం చేసుకుంటారు. రెండవ భాగం మిత్రభేదం. మిత్రులని విడదీయటం. మిత్రుల మధ్య విభేదాలు, మంచి మిత్రులను సంపాదించుకోవడమే కాదు, చుట్టుపక్కలున్న శత్రువులను గమనించి వారి బలాన్ని అణచివేయాలి. వారి నుండి ప్రమాదం జరగకుండా మనల్ని మనం కాపాడుకోగలిగే కథలు ఇందులో ఉంటాయి. రాజనేవాడు సమయానుకూలంగా వ్యవహరించి, అవసరమైతే కాపాడటానికి, శత్రువుల నుండి వారిని రక్షించేందుకు సింహాసనాన్ని కాపాడుకునేందుకు తన శత్రువుల మధ్య మిత్రభేదం కల్పించి తాను లాభపడాలి. మూడవ విభాగంలో కాకోలూకీయం. దీనికి మరొక పేరు విగ్రహం. ఏమాత్రం పరిచయం లేని ఇద్దరి మధ్య శత్రుత్వం కల్పిస్తే దాన్నే విగ్రహం అంటారు. బలమైన శత్రువున ఓడించే పథకాలు, యుద్ధం-శాంతి ఇత్యాదివి ఈ కథల్లో ఉంటాయి.

దుష్టుల నుండి ఆపదలు కలిగినప్పుడు అందులోనే తంత్రాలను పాటించి ప్రజలతో పాటు రాజ్యాన్ని కూడా కాపాడుకోవాలి. నాల్గవ విభాగాన్ని లబ్ధ ప్రణాశం, లబ్ధ నాశనం అంటారు. దీనికి మరొక పేరు సంధి. బలవంతులతో స్నేహం చేస్తూ లాభపడటమే సంధి అంటారు. సంపదను కోల్పోవడం, ఏ నష్టమూ లేకుండా ప్రమాదాల్లో పడటం, ఇతరులను తెలివిగా ఉపయోగించుకుని లబ్ధి పొందినవాళ్లు మూర్ఖత్వంతో దానిని ఉపయోగించుకోలేకపోయిన వారి కథలు దీనిలోకి వస్తాయి.

మనుషులైనా, జంతువులైనా సరే తన కంటే బలవంతుడు తారసపడినప్పుడు సంధి చేసుకోవడం ఉత్తమం. అప్పుడు తనతో పాటు తన వారిని కూడా కాపాడుకోవడానికి వీలుంటుంది. మనతో సమానమైన వారితోనే యుద్ధం చేయాలి, మనకంటే తక్కువ వారిని ప్రేమగా అక్కున చేర్చుకోవాలి. ఇటువంటి రాజనీతి నాల్గవ భాగంలో చేర్చుకోవచ్చు. ఈ రాజనీతిని నేర్చుకుంటే సదా సుఖంగా జీవిస్తారు. అయిదవ విభాగం: అపరిక్షిత కారిత్వము. దీన్ని అసమీక్ష్కారిత్వం, అనాలోచిత కార్యాలు అని కూడా అంటారు. అనాలోచితంగా వచ్చే నష్టాలు, చెడు చేయకోరడం ఇత్యాదివి ఈ విభాగంలో ఉంటాయి. మొదటి నాలుగు భాగాలలో జంతువులు ప్రధాన పాత్రలు కాగా, అయిదవ విభాగంలో మానవులు ప్రధాన పాత్రలుగా ఉంటారు. ఈ అయిదు విభాగాలలోని కథలు మీరు తెలుసుకుంటే మానవ ధర్మ వ్యవస్థ, మానవుల మనస్తత్వం మొదలైనవి మీరు చక్కగా అవగతమవుతాయి. ఇందులోని నీతి సూత్రాలను పాటించినవాడే మంచి పాలకుడిగా ప్రసిద్ధి చెందుతాడు” అని సవివరంగా తెలియజేశాడు విష్ణుశర్మ.

ఈ అయిదు విభాగాలలో విష్ణుశర్మ అద్భుతమైన నీతి కథలను సంస్కృత భాషలో రచించారు. ఇవన్నీ కల్పిత కథలే అయినప్పటికి అద్భుతంగా ఉంటాయి. ఈ కథల్లో జంతువుల పాత్రలు ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి. ఇందులో ప్రతి భాగంలో ప్రధాన కథను కలిగి ఉంటుంది. ఒక పాత్ర మరో పాత్రకు కథ చెబుతున్నట్లు చిన్న చిన్న పిట్ట కథలు కూడా ఉంటాయి.

అవివేకులైన ముగ్గురు రాకుమారులకు నీతిని బోధించే క్రమంలో ఈ కథలు సాగినప్పటికి నేటి తరం చిన్నారుల జీవన విధానాన్ని మార్చడానికి ఇవి ఎంతగానో దోహదపడతాయి.

విష్ణుశర్మ సంస్కృత భాషలో రచించిన పంచతంత్ర కథలను ఎందరో తెలుగులోకి అనువదించారు. ముఖ్యంగా పరవస్తు చిన్నయసూరి, మొదటి రెండు భాగాలైన మిత్రలాభం, మిత్రభేదం కథలను మాత్రమే నీతి చంద్రిక పేరుతో తెనుగించారు. ఆ తరువాత ప్రముఖ సంఘసంస్కర్త కందుకూరి వీరేశలింగం పంతులుగారు మూడు, నాలుగు, అయిదు భాగాలైన కాకోలూకీయం (విగ్రహం), లబ్ధి ప్రణాశం, లబ్ధనాశనం (సంధి), అపరక్షిత కారిత్వము, అసమీక్ష్ కారిత్వం (అనాలోచిత కార్యాలు) కథలను తెనిగించారు. ఆ తరువాత బైచరాజు వేంకటనాథుడు దూబగుంట నారాయణ కవి, వేములపల్లి ఉమామహేశ్వరరావు మొదలైన వారంతా పంచతంత్ర కథలను తెలుగులోకి అనువదించారు. ఈ పుస్తకాలు ప్రజల ప్రశంసలందుకున్నాయి. నేడు పంచతంత్ర కథల్లో అక్కడక్కడా కొన్ని కల్పిత కథలు కూడా కనిపిస్తున్నాయి. అన్నీ మంచినే ప్రబోధించడం వల్ల ప్రజాదరణకు నోచుకుంటున్నాయి.

పంచతంత్ర కథలను ధారావాహికగా తెలుగులో ప్రచురించిన ఘనత చందమామ పత్రికకు దక్కింది. పిల్లలకు అర్థమయ్యే విధంగా సరళమైన తెలుగు పదాలతో కొన్ని సంవత్సరాల పాటు ఈ ధారావాహికను చందమామ మాసపత్రికలో ప్రచురించారు. కొన్ని వందల సంవత్సరాల క్రితం సంస్కృతంలో విష్ణుశర్మ రచించిన పంచతంత్ర కథలను నేడు ప్రపంచంలోని అనేక భాషల్లో అనువదించి ప్రచురించడం, టి.వి.లు, యూట్యూబ్ వంటి సామాజిక మాధ్యమాల ద్వారా అందరికీ అందుబాటులోకి తేవడంతో ఇవి ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రాచుర్యాన్ని పొందాయి.

జిత్తులమారి నక్క, బలమైన సింహం, కపట బుద్ధికల పిల్లి, తెలివిలేని కొంగ, చతురత కలిగిన ఎద్దు ఇత్యాది అనేక జంతువులు, పక్షుల పాత్రలతో కొన్ని వందల సంవత్సరాల క్రితం రచించిన ఈ కథలు చదువుతుంటే అటువంటి పాత్రలు నేటికీ మన కళ్లముందు తిరుగుతున్నట్లు అనిపిస్తుంది.

జంతువులు, పక్షులతో పాటు కొన్ని భాగాలలో మనుషుల పాత్రలు కూడా తారసపడతాయి. జీవితంలో తెలివిగా ప్రవర్తించడం అనేది పంచతంత్ర కథల ద్వారా తెలుసుకోవచ్చు. ఈ కథలను పిల్లల చేత చదివించి వారికి అవగాహన కల్పించినట్లైతే వారిలో నైతిక విలువలు పెంపొంది భావిభారత ఉత్తమ పౌరులుగా తయారౌతారని చెప్పడంలో ఎటువంటి సందేహం లేదు. పంచతంత్రంలో ఒక పాత్ర మరో పాత్రకు కథ చెబుతుంది. ఒక కథలో మరో కథ కలిసి ఉంటుంది. నేటి బాలబాలికలకు సైతం సునాయాసంగా పంచతంత్ర కథలు అర్థం కావాలని కొందరు రచయితలు సులభం శైలిలో ఏ కథకు ఆ కథను తమ పుస్తకాలలో అందించారు. ఇది వినోద విజ్ఞాన కథల భాండాగారం.

పిల్లలతో పాటు పెద్దలను చైతన్య పరచాలనే ఉద్దేశంతో అనేక మంది అనేక ప్రయత్నాలు చేశారు. ఎంతో మంది రచయితలు పంచతంత్రం కథలను కొత్తదనంతో పుస్తక రూపంలో, దృశ్య మాధ్యమాల ద్వారా కూడా అందుబాటులోకి తెచ్చారు.

- షేక్ అబ్దుల్ హకీం జాని

జూన్- 29, 2025 నుండి జులై -5, 2025 వరకు

వారఫలం

శ్రీమతి ములుగు శివజ్యోతి, ప్రముఖ జ్యోతిష్యురాలు
నారాయణ నాయక్ కాంప్లెక్స్, 2వ అంతస్తు,
గాంధీ జ్ఞానమందిర్ వెనుక, కోఠి, హైదరాబాద్-1
ఫోన్ : 98494 53449, 9440927795

మేషం

ఈ వారం నూతన విషయాలు తెలుసుకుంటారు. వివాదాలకు, కోపతాపాలకు దూరంగా వుండటం అన్ని విధాలా మంచిది. ఇతరుల విషయంలో జోక్యం తగదు. మహాతీర్థం పొడితో చేసే అభిషేకాలు, స్వశక్తితో ముఖ్యమైన వ్యవహారాలు పూర్తి చేస్తారు. రాజకీయ, కళా, పారిశ్రామిక, క్రీడారంగాలలోని వారికి సన్మానాలు, సత్కారాలు పొందుతారు.

వృషభం

ఈ వారం ఆర్థిక పరిస్థితి సంతృప్తికరంగా ఉంటుంది. ఆరోగ్య సమస్యలు ఎదురై చికాకులు పెడతాయి. ఇతరుల విషయాలలో జోక్యం తగదు. వృత్తి వ్యాపారాలలో ఆటంకాలు ఎదురైన సన్నిహితుల సాయంతో కొంతవరకు తొలగుతాయి. కాంట్రాక్టులు లాభిస్తాయి. నిత్యం దైవ కార్యక్రమాలలో ప్రథమ తాంబూలం ఉపయోగించదగినది.

మిథునం

ఈ వారం ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధ వహించండి. క్రయ విక్రయాలలో లాభాలు పొందుతారు. చేపట్టిన పనులలో ఆటంకాలు ఎదురై చికాకులు పెడతాయి. నిత్యం అరటినారవత్తులు అష్టమూలికా తైలంతో కలిపి దీపారాధన చేయటం అన్ని విధాలా మంచిది. వృత్తి సంబంధమైన వ్యవహారాలలో ఒత్తిడి అధిక, అవడం వల్ల శరీరం అలసటకు గురౌతుంది.

కర్కాటకం

ఈ వారం దూరప్రాంతాలలో వున్న బంధువుల నుండి శుభవార్తలు వింటారు. మీ గురించి చెడుగా ప్రచారం చేసే వ్యక్తుల నుండి దూరంగా వుండటం మంచిది. ఆర్థికపరమైన సమస్యలు పెద్దల సహకారం వల్ల సానుకూల పడతాయి. ఆరోగ్యంపట్ల తగు శ్రద్ధను తీసుకోవటం మంచిది. అలంకార వస్తు, సామాగ్రి కొనుగోలు చేస్తారు. క్రయ విక్రయాలలో ప్రోత్సాహం లభిస్తుంది.

సింహం

ఈ వారం జీవిత భాగస్వామి అభిప్రాయాలకు ఎక్కువగా ప్రాధాన్యత ఇవ్వవలసిన స్థితి వస్తుంది. నిత్యం లక్ష్మీతామర వత్తులు అష్టమూలికా తైలంతో దీపారాధన చేయటం వలన ఆర్థికాభివృద్ధి కలుగుతుంది. వృత్తి, ఉద్యోగాలలో వ్యాపారంలో పలుమార్పులు చేసి లాభపడతారు. చాలా కాలం పరిష్కారం కాని సమస్యలు కొంత మేర మీకు అనుకూలమౌతాయి.

కన్య

ఈ వారం కళాసాహిత్య రంగాల్లో ఉన్నవారికి ప్రభుత్వం నుండి కొన్ని అవార్డులు లభిస్తాయి. పెట్టుబడులు, మదుపులు మొదలగునవి అనుకూలిస్తాయి. సంతానం విద్యా విషయంలో మీకు కొంత ఆందోళన తప్పదు. నిత్యం సర్వదోష నివారణ చూర్ణముతో సర్వరక్షాచూర్ణము కలిపి స్నానం చేయటం వలన సర్వదోషాలు మరియు గ్రహాల వలన కలుగు బాధలు తొలగిపోతాయి.

తుల

ఈ వారం ఆర్థిక పరిస్థితి బాగుంటుంది. దూరప్రాంత ప్రయాణాలు కలిసి వస్తాయి. కళా, సాహిత్య, క్రీడా రంగానికి సంబంధించిన విషయాలు కలిసి వస్తాయి. విందులు, వినోదాలలో పాల్గొంటారు. లక్ష్మీప్రదమైన ముఖానికి, ఐశ్వర్యప్రాప్తికి ఈ లక్ష్మీచందనం ధరించడం వలన మేలు జరుగుతుంది. ఉద్యోగాలలో మీపై అధికారుల వత్తిడి అధికం అవుతుంది. ఆత్మీయులతో కలిసి పుణ్యక్షేత్రాలను సందర్శిస్తారు.

వృశ్చికం

ఈ వారం వాతావరణములో స్వల్ప మార్పుల వలన ఆరోగ్యం మీద, కొంతమేర ప్రభావము ఉంటుంది. జాగ్రత్త వహించండి. నిత్యం నాగబంధాన్ని ఉపయోగించండి. స్వంత విషయమై అధిక ఖర్చులు, చేస్తారన్న విమర్శలకు సంఘటనలే సమాధానమును చెబుతాయి. పాస్‌పోర్టు వీసాలకు సంబంధించిన విషయాలలో సాంకేతిక లోపాలు రాకుండా జాగ్రత్త వహించండి.

ధనస్సు

ఈ వారం ప్రభుత్వ పరమైన రాయితీల, మినహాయింపులు, బిల్స్‌కు సంబంధించిన కన్సెషన్స్‌ను చట్టము నిబంధనములను క్షుణ్ణముగా పరిశీలించి, చిన్న ఆధారమును పట్టుకొని, సానుకూల ఫలితములను సాధిస్తారు. నిత్యం తెల్లజిల్లేడు వత్తులతో అష్టమూలికా తైలంతో కలిపి దీపారాధన చేయుటం వలన మేలు జరుగుతుంది. క్రయ విక్రయాలలో లాభాలు పొందుతారు.

మకరం

ఈ వారం మీకుటుంబ సభ్యుల ప్రేమాభిమానములు మీ సమస్యను కదల్చి వేస్తాయి. ప్రత్యర్థుల రాజకీయ పలుకుబడి మీ విషయములో పనిచేయదు. ఏది ఏమైనా వివాదాలకు, కోపతాపాలకు దూరంగా ఉండండి. రిజిస్ట్రేషన్స్, ఇన్సూరెన్స్, లైసెన్స్‌ల పునరుద్ధరణ వంటివి సజావుగా సాగిపోతాయి. ప్రతి నిత్యం నాగసింధూరం నుదుటన ధరించడం వలన నరదిష్టి తొలగిపోయి, జనాకర్షణ ఏర్పడుతుంది.

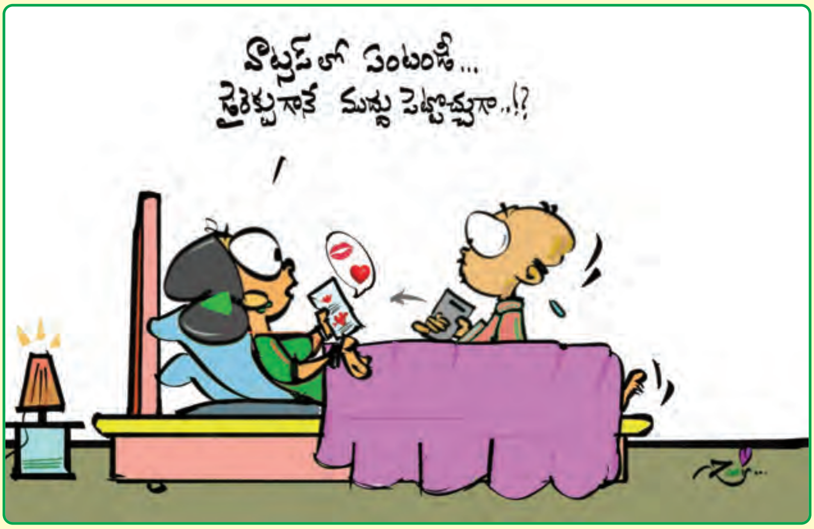
కుంభం

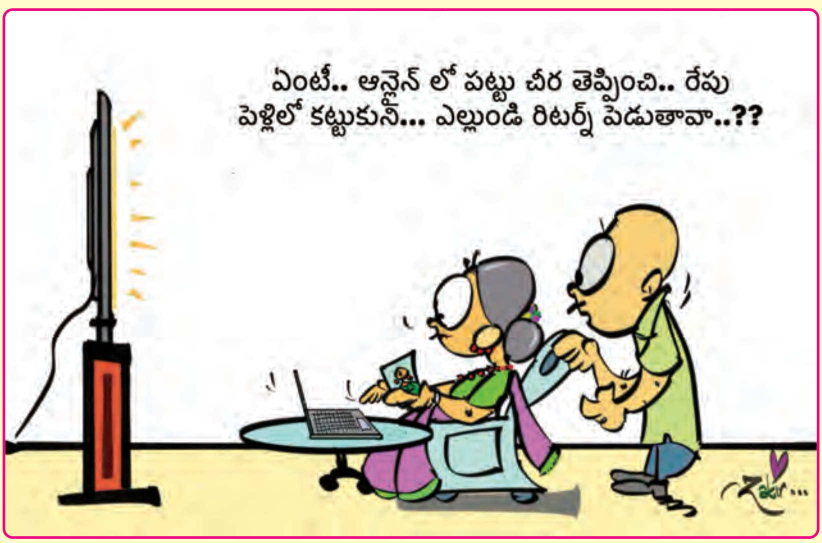
ఈ వారం మొండికేసిన స్థిరాస్తి, రిజిస్ట్రేషన్ కాకుండానే స్వాధీనములోని వచ్చుట జరుగుతుంది. ఐశ్వర్య నాగినిని ఉపయోగించడం వలన మహాలక్ష్మీదేవి అనుగ్రహం, లక్ష్మీకటాక్షం కలుగుతుంది. స్త్రీలకు సంబంధించిన వివాదములలో మీ పేరును లాగబడే అవకాశము ఉన్నది. చిన్న చిన్న ఆరోగ్య సమస్యలు ఎదురైనా అధిగమిస్తారు. వృత్తి, ఉద్యోగాలలో కొన్ని అనుకోని మార్పులు వస్తాయి.

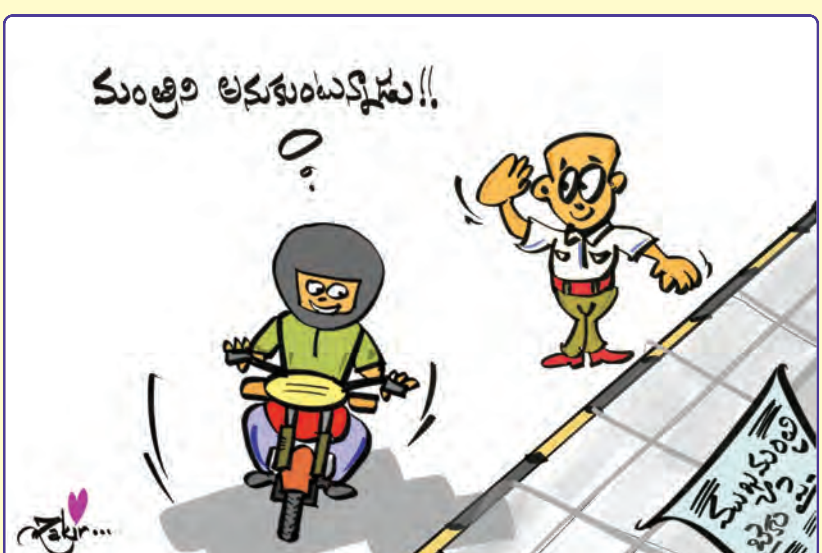
మీనం

ఈ వారం అనవసరమైన పరిశీలనలు ఉండుట చేత ప్రశాంతత తగ్గుతుంది. మీకు న్యాయం చేయవలసిన వాళ్ళు సంపూర్ణముగా న్యాయం చేయరు. కోర్టు సంబంధిత భూవివాదాలు, స్థిరాస్తులకు సంబంధించిన వివాదాలు ఒక పరిష్కార దశకు చేరుకుంటాయి. అరటినార వత్తులు అష్టమూలికాతైలంతో కలిపి దీపారాధన చేయటం వలన అన్ని విధాలా మంచిది. ఇటా బయటా అనుకూలం.

ఈ వారం కా'ర్టూన్స్'


వాట్సప్ లో ఏంటండీ...
డైరెక్టుగానే ముద్దు పెట్టొచ్చుగా..!?


ఏంటీ.. ఆన్లైన్ లో పట్టు చీర తెప్పించి.. రేపు
పెళ్లిలో కట్టుకుని... ఎల్లుండి రిటర్న్ పెడుతావా..??


మంత్రిని అనుకుంటున్నాడు!!

ఫోటో ఫీచర్

ఇరాన్‌లోని హార్ముజ్ ఐలాండ్ ద్వీపానికి సంబంధించిన చిత్రాలివి. దీనిని రెయిన్‌బో దీవి అని కూడా పిలుస్తారు. ఇక్కడి నేల వివిధ వర్ణాల్లో ఉండటం విశేషంగా చెప్పుకోవచ్చు. మట్టిలోని ఖనిజాల వల్ల నేల అనేక రంగుల్లో కనిపిస్తుంది.