వార్త
3 ఆగస్టు, 2025
ఆదివారం

గాలి పీల్చినా, నీరు తాగినా .. కడుపు కోతే!

పవన్ కళ్యాణ్ సరసన రాశీఖన్నా

ఉస్తాద్ భగత్ సింగ్ చిత్రంలో రెండో కథానాయకిగా రాశీ ఖన్నా నటిస్తున్నారు. ప్రముఖ నటి రాశీ ఖన్నా గురించి ప్రత్యేకంగా పరిచయం అవసరం లేదు. తెలుగు, తమిళ చిత్ర పరిశ్రమల్లో అగ్ర నటీమణులలో ఒకరిగా ఆమె స్థిరపడ్డారు. దాదాపు దశాబ్ద కాలంగా చిత్ర పరిశ్రమలో ఉన్నప్పటికీ, ఇప్పటివరకు ఆమెకు అగ్ర కథానాయకుడు పవన్ కల్యాణ్‌తో కలిసి నటించే అవకాశం లభించలేదు. అయితే, పవన్ కల్యాణ్ హీరోగా రూపొందుతున్న ఉస్తాద్ భగత్ సింగ్ చిత్రంలో ఇప్పటికే శ్రీలీల హీరోయిన్‌గా నటిస్తున్న విషయం తెలిసిందే.

తాజాగా, ఈ చిత్రంలో రాశీ ఖన్నా సెకండ్ హీరోయిన్‌గా ఎంపికయ్యారు. ఈ మధ్యకాలంలో టాలీవుడ్‌లో అవకాశాలు తగ్గిన రాశీకి ఇది ఒక మంచి అవకాశం అని ఆమె అభిమానులు భావిస్తున్నారు. ప్రస్తుతం ఆమె హైదరాబాద్‌లో జరుగుతున్న షూటింగ్‌లో పాల్గొంటున్నారు. పవన్ కల్యాణ్‌తో కలిసి ఆమె కొన్ని కీలక సన్నివేశాల్లో నటిస్తున్నారు. గబ్బర్‌సింగ్ విజయం తర్వాత పవన్ కల్యాణ్, హరీశ్ శంకర్ కాంబినేషన్‌లో వస్తున్న చిత్రం ఇది. నవీన్ ఎర్నేని, వై రవిశంకర్ సంయుక్తంగా మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ పతాకంపై ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు.

వరుణ్ సందేశ్ కొత్త మూవీ 'వన్ వే టికెట్'

వరుణ్ సందేశ్ హీరోగా 'వన్ వే టికెట్' అనే నూతన చిత్రం ప్రారంభమైంది. శ్రీ పద్మ ఫిల్మ్స్, రంగస్థలం మూవీ మేకర్స్ బ్యానర్స్‌పై జొరిగే శ్రీనివాసరావు ఈ మూవీని నిర్మిస్తున్నారు. ఎ.పళనిస్వామి దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. వరుణ్ సందేశ్, కుష్బూ చౌదరి హీరో హీరోయిన్లుగా తెరకెక్కనున్న ఈ మూవీ పూజా కార్యక్రమాలు జరిగాయి. "వన్ వే టికెట్ విన్న వెంటనే నాకు కొత్తగా అనిపించింది. పళని చెప్పిన కథ నాకు చాలా నచ్చింది. శ్రీనివాసరావు ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. నేను ఇందులో కొత్త పాత్రను పోషించబోతున్నాను. ఈ స్క్రిప్ట్ చాలా వైవిధ్యంగా ఉంటుంది. త్వరలో షూటింగ్ ప్రారంభించబోతున్నాం. కుష్బూ, మనోజ్ ఈ చిత్రంలో ముఖ్య పాత్రల్ని పోషించనున్నారు. మా సినిమాకు, టీంకు అందరి ఆశీస్సులు ఉండాలని" వరుణ్ సందేశ్ అన్నారు.

ఆదివారం వార్త

3 ఆగస్టు, 2025

మంచి ముత్యాలు

– మానవ జీవితంలో ఏదీ స్థిరమైనది కాదు. కనుక, సంపద వచ్చినప్పుడు పొంగిపోవడం, బాధలలో కుంగిపోవడం తగదు – సోక్రటీస్

– మాటకేగానీ మౌనానికి సాక్షులుండరు. – ఆల్డస్ హక్స్లీ

కదంబం

'సంఘీ'భావం....5
భారత్‌పై ట్రంపు అక్కసు

కవర్ స్టోరీ..6
గాలి పీల్చినా,
నీరు తాగినా..
కడుపుకోతే!

ఈ వారం కవిత్వం...12
పుష్ప విలాసం

కథ..20
చదరంగం

సాహిత్యం.. 23
అమ్మ-పెద్దమ్మ-మారు(టి)అమ్మ

యతి నియమాలు.. 24

స్నేహం ఉన్న చోటే 28

ఇంకా...
మొగ్గ
వారఫలం
వంటలు
వగైరా.. వగైరా..

సమాచారం

94 యేళ్ల వయసులోనూ పేపర్ బాయ్‌గా..

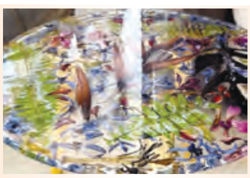
షణ్ముగ సుందరం క్రమశిక్షణకు మారుపేరుగా నిలిచి, తెల్లారి ఐదున్నరకే సైకిల్ బెల్ మోగించుకుంటూ వచ్చి న్యూస్ పేపర్‌నీ, పాలప్యాకెట్లని అందిస్తాడు. అతన్ని చూసి వాచీలు సరిదిద్దుకునే వాళ్లు చాలామందే ఉన్నారు. ఇలాంటి పేపర్ బాయ్‌లూ, పాలప్యాకెట్లు అందించేవాళ్లు చాలా మందే ఉంటారు కదా అనుకోవచ్చుగానీ షణ్ముగ సుందరం వయసు 94 యేళ్లు. అతను 25 సంవత్సరాలుగా ఇదే పని చేస్తున్నాడు. ఈ పనితోనే ఆరుగురు పిల్లలకి పెళ్లిళ్లు చేశాడు. పనే దైవం అని నమ్మే అతను ఇంతవరకూ సెలవు తీసుకోవడం చూడలేదని అంటారు అక్కడి ప్రజలు. కొవిడ్ సమయంలో కూడా పేపర్

కావాలన్న వారికి ఒక్కరోజు కూడా ఆపకుండా వేశాడని, కరుణానిధి లాంటి వారికీ పేపర్ వేసిన అనుభవం ఉందని, పేపర్ వేయడమే కాదు, అందులో ఒక్క అక్షరాన్నీ కూడా వదలకుండా చదవడమూ అతని దినచర్యలో భాగమేనని అంటున్నారు ప్రజలు. మనుమలు రెస్ట్ తీసుకో తాతయ్యా.. అన్నా 'మనుషులతో మాట్లాడకపోతే నేనుండలేనురా' అని తన పని తాను చేస్తున్నాడు ఆ పెద్దాయన.

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

రెసిన్‌తో తయారైన డిజైనర్ టేబుల్స్ ఇవి. ఒక రకమైన ప్లాస్టిక్ పదార్థం రెసిన్. గట్టిగా మారిన తరువాత మరింత దృఢంగా మారుతుంది. ఈ టేబుల్స్‌లో నిజమైన పూలను అమర్చి వాటిని మరింత అందంగా కనిపించేలా చేయడం విశేషం.

పూల అమరిక, రెసిన్ పోత వల్ల టేబుళ్ల రూపురేఖలు మారుతుంటాయి. ఈ టేబుళ్లు ఇంటి అలంకరణను ద్విగుణీకృతం చేస్తాయనడంలో ఏమాత్రం అతిశయోక్తి లేదు.



'సంఘీ' భావం

భారత్‌పై ట్రంప్ అక్కసు

భారతదేశానికి తాను మిత్రుడిగా ప్రచారం చేసుకుంటున్న అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ ఆచరణశైలి మాత్రం అందుకు పూర్తి విరుద్ధంగా ఉంది. అమెరికా ఎన్నికల్లో విజయం సాధించినప్పటి నుంచి ట్రంప్ తీసుకుంటున్న నిర్ణయాల్లో అగ్రభాగం భారత్‌ను ఇబ్బంది పెట్టేవే ఎక్కువగా ఉన్నాయి. ప్రపంచంలో అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశాలకు ధీటుగా భారత్ ఎదుగుతున్న సమయంలో ట్రంప్ తీసుకుంటున్న నిర్ణయాలు దానికి అడ్డుకట్ట వేసేవిగా ఉన్నాయన్న విమర్శలు వస్తున్నాయి. ఒక పక్క ప్రతీకార పన్నుల విషయంలో దూకుడుగా వ్యవహరించడంతో పాటు పాకిస్థానీ ఉగ్రవాదులు పెహల్గామ్‌లో మారణకాండను సృష్టించినప్పుడు ఇతర దేశాలు స్పందించిన తీరుకు వ్యతిరేకంగా ట్రంప్ వ్యవహరించారు. ఉగ్రవాద చర్యలను ఖండించకుండా పాకిస్థాన్, భారత్ తనకు రెండూ మిత్రదేశాలేనని ప్రకటించారు. భారత్‌పై యుద్ధానికి పాకిస్థాన్‌కు సహకరించిన తుర్కియేకు అమెరికా ఆయుధాలు అందించడం ద్వారా పరోక్షంగా భారత్‌పై యుద్ధానికి పాకిస్థాన్‌కు మద్దతు పలికినట్లు అయ్యింది. 79.1 మిలియన్ డాలర్ల 60 బ్లాక్ 2 క్షిపణులను కూడా తుర్కియేకు అందించి భారత్‌పై ధీటుగా పోరాడాలని ట్రంప్ పాకిస్థాన్‌కు ప్రోత్సహించారు. ఆపరేషన్ సింధూర్ కొనసాగుతున్న సమయంలో యుద్ధాన్ని ఆపాలని రెండు దేశాలు ద్వైపాక్షిక చర్చల ద్వారా పరిష్కరించుకోవాలని ప్రకటనలు చేశారు. అంతేకాకుండా రెండు దేశాల మధ్య అవగాహనతో యుద్ధం నిలిపివేస్తే తానే ఈ యుద్ధాన్ని ఆపానని ప్రపంచ దేశాలకు తప్పుడు సంకేతాలు పంపించారు. యుద్ధ వాతావరణం కొనసాగుతున్న తరుణంలో కాల్పుల విరమణ ప్రక్రియపై ఇటు భారత్‌గానీ, అటు పాకిస్థాన్‌గానీ ఈ ప్రకటన చేయాలి. అయితే అత్యుత్సాహంతో ఆయన చేసిన పలు విమర్శలను ఎదుర్కోవడంతో పాటు భారత్‌తో మిగిలిన దేశాల దౌత్య సంబంధాలకు ఇబ్బందికరంగా పరిణమించింది. అంతటితో ఆగకుండా పాకిస్థాన్ మిలటరీ చీఫ్‌ను అమెరికాకు ఆహ్వానించి అతనితో విందులో పాల్గొన్నారు. భారత్‌పై ప్రతీకార పన్నుల విషయంలో అమెరికాతో ఒప్పందం కుదిరిందని ఏకపక్షంగా ప్రకటించి ఇబ్బందులు కలిగించారు. భారత విదేశీ వ్యవహారాలకు సంబంధించిన తప్పుడు ప్రకటనలు చేయడం ద్వారా భారత్ స్థాయిని దిగజార్చే ప్రయత్నం చేశారు. ఆపిల్ సంస్థ భారత్‌తో పరిశ్రమ పెట్టడానికి ప్రయత్నాలు చేస్తుంటే బాహాటంగానే హెచ్చరికలు చేశారు. అంతేకాకుండా టెస్లా అధినేత ఎలాన్‌మస్క్ తమ కార్ల షోరూంలను భారత్‌లో ఏర్పాటు చేస్తుంటే దానిని ఎదుర్కొనే ప్రయత్నం చేశారు. చివరికి వారిద్దరి మధ్య వివాదం చోటు చేసుకుని ఏకంగా ఎలాన్‌మస్క్ రాజకీయాల్లోకి ప్రవేశించేలా చేసుకున్నారు. గల్ఫ్ దేశాల్లో పర్యటించిన సందర్భంగా ట్రంప్ అక్కడ కూడా భారత్ పట్ల ఇవే వివాదాస్పద వ్యాఖ్యలు చేశారు. అంతేకాక ప్రపంచ దేశాల ముందు భారత్‌ను తక్కువ చేసి మాట్లాడారు. ప్రస్తుతం తాజాగా వాషింగ్టన్‌లో జరిగిన కృత్రిమ మేధ సదస్సులో ఆయన మాట్లాడుతూ– భారతీయులను ఐటి దిగ్గజ కంపెనీలు ఉద్యోగాల్లో తీసుకోవడాన్ని తప్పు పట్టారు. గూగుల్, మైక్రోసాఫ్ట్ వంటి సంస్థల్లో అత్యధికులు భారతీయులు ఉన్నారని, ఇలాంటి విధానాలు ఇకపై సాగవని ఆయన హెచ్చరికలు చేశారు. అమెరికాలో ఉంటూ తమ సంస్థలను చైనాలో ఏర్పాటు చేసి అక్కడ భారతీయులను ఉద్యోగులుగా తీసుకుంటున్నారని, ఇది సరైన పద్ధతి కాదని ఆయన విమర్శించారు. అంతేకాకుండా గతంలో జరిగిన పాలనలో ఇవి కొనసాగాయని, తన హయాంలో ఇలాంటివి అంగీకరించేది లేదని స్పష్టమైన హెచ్చరికలు చేశారు. ఐటి దిగ్గజ కంపెనీలు దేశభక్తిని కలిగి ఉండాలని, అంటే అమెరికా ప్రయోజనాల కోసం మాత్రమే శ్రమించాలని, వారి సంస్థల్లో కేవలం అమెరికన్లకే ఉద్యోగ అవకాశాలు కల్పించాలని ఆయన ఆదేశించారు. ఇలాంటి ప్రకటనలు చేయడం ద్వారా భారత్‌ను ఇబ్బంది పెట్టాలన్నది ఆయన లక్ష్యంగా కనిపిస్తోంది. ముఖ్యంగా భారత్ ప్రస్తుతం తన ఆయుధ సంపత్తిని పెంచుకుంటోంది. ప్రపంచ దేశాల సాయం లేకుండానే స్వతంత్రంగా ఎదుగుతోంది. చివరకు అమెరికా సాయం కూడా తీసుకోవడం లేదు. దీంతో ట్రంప్ భారత్‌పై కక్ష కట్టినట్లు తెలుస్తోంది. అమెరికా లాంటి దేశం నుంచి సాయం పొందితే ఆ దేశం చెప్పినట్లే తోక ఆడించాల్సిన పరిస్థితిలో భారత్ లేదు. ఈ కారణంగానే ఆయన భారత్ పట్ల వ్యతిరేక ధోరణిని అవలంబిస్తున్నట్లు భావిస్తున్నారు.

– డాక్టర్ గిరీష్‌కుమార్ సంఘీ

కవర్ స్టోరీ

గాలి పీల్చినా, నీరు తాగినా.. కడుపు కోతే !

రుద్రరాజు శ్రీనివాసరాజు

ఆరోగ్యం కోసం ఆహారం అనేది ఆనాటి మాట. నేడు మాత్రం సర్వత్రా వ్యాపించి ఉన్న కల్తీ ఆహారం రోగాలకు నిలయం అన్నది నేటి మాట. ఆకలి తీర్చే ఆహారాన్ని పరబ్రహ్మ స్వరూపంగా భావించే సంస్కృతి మనది. కానీ నేడు సంస్కృతి కనుమరుగైపోయింది. ఆదాయాల యావలో పడి కల్తీ తన విశ్వరూపాన్ని ప్రదర్శిస్తోంది. ఎర్రగా ఉన్నదంతా కారం కాదు, పచ్చగా ఉన్నది పసుపు కాదు. నల్లనివన్నీ మిరియాలు కావు.. ఇలా ఏ వస్తువుని చూసినా దాని పై పై మెరుగులు రంగు చూసి మోసపోవడం అనేది పరిపాటిగా మారిపోయింది. దానిలో సహజమైన సరుకు లభించడం అనేది మృగ్యమైపోయింది. కల్తీ లేని వస్తువు దొరకడమనేది దుర్లభం అయిపోయింది. తెలిసి కొన్ని తెలియక కొన్ని తిని నీటితో కడుపు నింపుకుంటున్నాం, రోగాలను కొని తెచ్చుకుంటున్నాం. మన మనుగడకి ప్రశ్నార్థకంగా నిలిచిన ఈ మహమ్మారి కల్తీపై ప్రత్యేక కథనం.

పూర్వం ఆహార పదార్థాల కల్తీ అనేది చాలా అరుదుగా ఉండేది. ప్రధానంగా తూకంలో మోసాలు జరుగుతూ ఉండేవి. లేదా బియ్యంలో రాళ్ల కలపడం.. వంటి చిన్నపాటి కల్తీలు జరిగేవి. ఈ రకమైన మోసం లేదా కల్తీ వలన ఆర్థికంగా కొంత నష్టం జరిగినా వాటిని భర్తీ చేసుకునే అవకాశం ఉండేది. కానీ నేడు ఈ కల్తీ అనేది ఓ మహమ్మారిగా రూపు దాల్చింది. దానిని కనిపెట్టలేని, నిర్మూలించలేనంతగా తారాస్థాయికి చేరింది. ఫలితంగా అనేక రుగ్మతలతో బాధపడటమే కాకుండా కోట్లాది మంది ప్రాణాలను కోల్పోతున్న ఆహార కల్తీ అంటే.. ఆహార పదార్థాల నాణ్యతను తగ్గించేందుకు లేదా వాటి పరిమాణాన్ని పెంచేందుకు ఉద్దేశపూర్వకంగా హానికరమైన లేదా తక్కువ నాణ్యత గల పదార్థాలను కలపడం. ఇది సహజమైన పోషక విలువలను తగ్గించి, ఆదనపు విష పదార్థాలను ఆహారంలోకి చేర్చుతుంది. ఆహారంలో రంగులు, రసాయనాలు, కృత్రిమ ఫ్లేవర్లు, తక్కువ నాణ్యత గల పదార్థాలను కలపడం ద్వారా కల్తీ జరుగుతుంది.

తాగే నీరు, పీల్చే గాలి, తినే పండ్లూ, కూరగాయలు కావేవీ కల్తీకి అనర్హం. అవును... దేశంలోని చాలా ఆహార, నిత్యావసర పదార్థాలు కల్తీ బారిన పడుతున్నాయి. కల్తీ లేని ఆహారం లభించడం అనేది ఇప్పుడు అసాధ్యంగా పరిణమించింది. అక్రమార్కుల కక్కుర్తి కారణంగా పాలు, నీళ్ల వంటివి కూడా విషంగా మారి ప్రజల ఉసురు తీస్తున్నాయి. దేశంలో జనాభా పెరుగుతున్నకొద్దీ రోజువారీ ఆహార పదార్థాల వినియోగమూ అంతే స్థాయిలో పెరుగుతోంది. ఇదే ఆసరాగా కల్తీ మాయగాళ్లు అన్ని పదార్థాలను విషమయం చేస్తున్నారు. ఎవరూ ఊహించని పద్ధతుల్లో ఆహార పదార్థాలు కల్తీ చేస్తూ ప్రజల ఆరోగ్యాలతో చెలగాటమాడుతున్నారు. కల్తీ పదార్థాలు తీసుకోవడం వల్ల ప్రజల్లో తక్షణం ఎటువంటి చెడు ప్రభావాలు కనిపించకపోయినా దీర్ఘకాలంలో మాత్రం తీవ్ర అనారోగ్యం పాలవుతున్నారు.

ఆధునిక కాలంలో ప్రజల జీవనశైలి మారడం కారణంగా ఆహార అలవాట్లు మారిపోతున్నాయి. మరొకపక్క నిత్యావసరాల ధరలు పెరుగుతుండటంతో దుకాణదారుల మధ్య పోటీ తీవ్రమవుతోంది. దాంతో కొందరు కల్తీకి పాల్పడుతూ తక్కువ ధరకే సరుకులను విక్రయిస్తున్నారు.

మరోవైపు, సిద్ధం చేసిన ఆహారంవైపు ఎక్కువ మంది మొగ్గు చూపుతున్నారు. వారిని ఆకర్షించడం కోసం చాలామంది దుకాణదారులు తినుబండారాలు, ఆహార పదార్థాల తయారీలో రుచి, రంగు కోసం హానికరమైన రసాయనాలు, రంగులను ఉపయోగిస్తున్నారు. ఫలితంగా మానవ మనుగడకు అత్యవసరమైన ఆహారం, నేడు విషతుల్యంగా మారుతోంది. తయారీ మొదలు ప్యాకింగ్, నిల్వ, సరఫరా వంటి ప్రతీ దశలోనూ ఆహార పదార్థాలు, పానీయాలు నిరంతరం కల్తీ జరుగుతుంది.

ఆహారం అనేది ఆరోగ్యాన్ని తెచ్చి పెడుతుంది. కానీ ఈ కల్తీ ఆహారం రోగాలను తెచ్చి పెడుతుంది. ప్రాణాలను తీసేస్తుంది. వివిధ ఆహార పదార్థాలలో జరుగుతున్న కల్తీ విధానాలను పరిశీలిస్తే–

'పాల' కూట విషం

బలవర్ధక ఆహారమైన పాలను పిల్లలూ పెద్దలూ నిత్యం తాగుతుంటారు. టీ, కాఫీ, పాయసం ఏదైనా సరే, పాలు కలవనిదే అసలైన రుచి రాదు. అలా అందరి దైనందిన జీవితాల్లో అంతర్భాగమైన పాల విషయంలో జరుగుతున్న కల్తీ తెలుసుకుంటే తీవ్ర ఆవేదన మిగులుతుంది. పూర్వం పాలలో కల్తీ అంటే నీళ్ల మాత్రమే కలిపేవారు. ఇప్పుడు విష రసాయనాలు చేరిపోతున్నాయి. దేశంలో విక్రయిస్తున్న పాలు, పాల సంబంధ ఉత్పత్తుల్లో 68.7 శాతం నిర్దేశిత ప్రమాణాలకు తగ్గట్టు లేవు. సాక్షాత్తూ భారత రక్షి త ఆహార ప్రమాణాల సంస్థ వెల్లడించింది. ఇందుకు ప్యాకేజింగ్ సమయంలో రసాయనాలు వాడడం పాలను నింపే క్యాన్లను డిటర్జెంట్లతో కడగడం వల్ల కలుషితాలు చేరుతున్నాయి. పాలు చిక్కగా కనబడడం కోసం, ఎక్కువ కాలం విరిగిపోకుండా ఉండేందుకు యూరియా, గంజి పొడరు, గ్లూకోజ్, ఫార్మాలిన్ వంటి రసాయనాలను కలుపుతున్నారు. అంతే కాకుండా పాల దిగుబడి పెంచేందుకు పశువులకు నిషేధిత ఆక్సిటోసిన్ ఇంజక్షన్ ఇస్తున్నారు.

నెయ్యి కలుషితం

మనం తినే ఆహారంలో నెయ్యికి ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. అలాంటి స్వచ్ఛమైన నెయ్యిని సైతం కల్తీ చేస్తున్నారు. పామాయిల్, వనస్పతి, ఇతర రసాయనాలతో పాటు కేన్సర్‌కు కారకమైన వైట్ ఆయిల్‌ని నెయ్యిలో వాడుతున్నారు. జంతువుల నుంచి వేరు చేసే కొవ్వునూ, వాటి ఎముకల ద్వారా తయారు చేసే నూనెలను నెయ్యిలో కలుపుతున్నారు. ఇటీవల కాలంలో పవిత్ర పుణ్య క్షేత్రమైన తిరుమల లడ్డుకు ఉపయోగించే నెయ్యిలో కూడా కల్తీ జరిగిందని అనేక ఆరోపణలు రావడంతో విచారణ జరుపుతున్నారు.

నీటిలోనూ కల్తీయే

ఒకప్పుడు వ్యాధులకు ప్రధాన కారణం కలుషిత నీరే అయినా, ఇప్పుడు 'సురక్షి త నీరు' పేరుతో అమ్ముడవుతున్న బాటిల్ వాటర్, ప్లాంట్ల నీరు కూడా కొత్త సమస్యలను సృష్టిస్తోంది. కనీస ప్రమాణాలు పాటించకుండానే ఈ ప్లాంట్లు పుట్టగొడుగుల్లా పుట్టుకొస్తున్నాయి, దీనికి యథేచ్ఛగా అనుమతులు లభించడం మరింత ఆందోళనకరం. ఈ పరిస్థితి ప్రజల ఆరోగ్యంపై, ముఖ్యంగా కాలేయంపై ప్రభావం చూపుతుంది. లివర్ శరీరంలో ఒక ప్రధాన డీటాక్సిఫికేషన్ అవయవం, మనం తీసుకునే ఆహారం, నీరు ద్వారా శరీరంలోకి ప్రవేశించే విష పదార్థాలను, రసాయనాలను విచ్ఛిన్నం చేసి, వాటిని శరీరం నుండి బయటకు పంపే పనిని లివర్ చేస్తుంది. కలుషిత నీటిలో ఉండే విష పదార్థాలు నేరుగా లివర్‌పై భారం మోపుతాయి, దీనివల్ల లివర్ వాపు, సిర్రోసిస్, కాలక్రమేణా లివర్ వైఫల్యం వంటి తీవ్ర సమస్యలు వస్తాయి.

నూనె

నిత్యం వంటల్లో వాడే నూనెను మరీ ప్రమాదకరంగా కల్తీ చేస్తున్నారు. జంతువుల కళేబరాల నుంచి సేకరించిన ఎముకలను బట్టీల్లో అత్యధిక ఉష్ణోగ్రతపై మరిగించి తీసిన ద్రావణాన్ని వంట నూనెల్లో కలిపి విక్రయిస్తున్నారు. రైస్ బ్రాండ్ ఆయిల్స్, తౌడు ఆయిల్, పామాయిల్‌లో కల్తీ కలిపి తక్కువ ధరకు విక్రయిస్తున్నట్లు తెలిసింది. పందికొవ్వుతో తయారు చేసే దానిని పామాయిల్ పేరుతో విక్రయిస్తున్నారు. పచ్చి కుసుమ గింజలు కలిసిన ఆవనూనెలో కలుపుతున్నారు. దీంతో జీర్ణకోశ వ్యాధులు వచ్చే ప్రమాదం ఉంది.

పప్పులు.. కృత్రిమం

కేన్సర్ కారకాలైన కృత్రిమ రంగులను కందిపప్పుకు వాడుతున్నారు. ఆకర్షణ కోసం టారాటజిన్, లెమన్ ఎల్లో, మెటానికల్ ఎల్లో వంటివి వాడుతున్నారు. ఇవి నాడీ వ్యవస్థపై ప్రభావం చూపుతాయి. మినపప్పు, ఛాయా మినపప్పు, మినపగుళ్ల మెరుపు కోసం.. పురుగు పట్టకుండా నిల్వ ఉండేందుకు రసాయన పౌడర్‌ను వాడుతున్నారు. కందిపప్పులో కేసరిపప్పు, గోధుమపిండిలో మైదా, శనగపిండిలో బఠాణీ పిండి కలిపి విక్రయిస్తున్నట్లు పలు తనిఖీల్లో బయటపడింది. దీనివల్ల జీర్ణ వ్యవస్థపై చెడు ప్రభావాన్ని చూపుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

పండ్లు కల్తీ

పండ్లు ఆకర్షణీయంగా కనిపించేందుకు కార్బైడ్ హానికారక రంగులు, జిగురు యథేచ్ఛగా వాడుతున్నారు. ఎక్కువగా మాలాకైట్ గ్రీన్ అనే కెమికల్ కలర్‌ను కోటింగ్ కోసం వాడుతున్నారు. దాంతో పాటు పండ్లు, కూరగాయల మీద ఆక్సిటోసిన్, శాకరిన్, మైనం, కాల్షియం కార్బైడ్, కాపర్ సల్ఫేట్ వంటివి పూస్తున్నారు. సాధారణంగా ఏప్రిల్ మాసంలో చేతికందే మామిడి కాయలను పక్వానికి రాకుండానే కార్బైడ్, ఫైటో కెమికల్స్ ద్వారా కృత్రిమంగా పండ్లుగా మార్చేస్తున్నారు. ఇలాంటి పండ్లను తినడం వల్ల ఎసిడిటీ సమస్యలు వస్తాయంటున్నారు. అంతే కాకుండా పండ్లను తాజాగా కనిపించడానికి వాటి పైన పూత పూస్తున్నారు. ఆరోగ్యం మెరుగుదలకు పండ్లు తినాలని వైద్యులు చెబుతూ ఉంటే రసాయనాలు నిండిన పండ్లు తిని లేని పోని రోగాలను కొని తెచ్చుకుంటున్నాం.

కూరగాయలు-ఆకు కూరలు

కూరగాయలు తాజాగా కనిపించడానికి వాటిని రసాయనాల్లో ముంచుతారు. ముఖ్యంగా ఆకుకూరలు ఒక పూటలో వాడిపోతాయి. వాటిని మళ్లీ తాజాగా ఉంచడానికి రసాయనాలు స్ప్రే చేసి తాజా ఆకు కూరలా చేసి విక్రయిస్తున్నారు.

టీ పొడి

వాడిన టీ పొడి ఎండబెట్టడం లేదా చౌక ధరకు లభించే టీ పొడిలో రంపపు పొట్టు, చింత గింజల పొడి, జీడిపప్పు పిక్క లోపల ఎర్రని చారతో ఉండే పొరను తీసుకుని దానిని పిండిలా ఆడి దీనిలో కలుపుతున్నారు. దీనితో పాటు సుద్ద మట్టి, కెమికల్స్ కలుపుతూ కల్తీ టీ పొడి తయారు చేస్తున్నారు. బ్రాండెడ్ టీ పొడి కిలో రూ.600 నుంచి రూ.800 వరకు ఉండగా ఈ లూజ్ టీ పొడి కేవలం రూ.150కు విక్రయిస్తున్నారు. టీ పొడిలో ఇవి కలపడం వల్ల ఊపిరితిత్తులు పాడైపోయే ప్రమాదం ఉంది.

తియ్యటి విషం

మన దేశంలో స్వీట్సుకు ఉన్నంత క్రేజ్ మిగతా ఏ దేశాల్లో ఉండదేమో! స్వీట్లు లేనిదే ఏ శుభకార్యం జరగదు. స్వీట్లు తయారు సమయంలో వాటి రంగు మరింత ఆకర్షణీయంగా కనబడటానికి మెటానిల్ అనే కెమికల్‌ను వాడుతుంటారు. ఇవి కలిసిన పదార్థాలను తినడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థ పూర్తిగా దెబ్బతిని కేన్సర్ బారిన పడే ప్రమాదం ఉంటుంది.

పంచదార...బెల్లం

పంచదారలో సోడా, రవ్వ కలుపుతున్నారు. పంచదారను తెల్లటి విషం అని తరచూ వైద్యులు చెబుతూనే ఉన్నారు. పంచదార కన్నా బెల్లం మంచిది అని చెప్పేసరికి బెల్లానికి డిమాండ్ పెరిగింది. దాంతో కల్తీ అక్రమదారులు పంచదారను కరిగించి బెల్లం రంగు వేసి బెల్లం తయారు చేస్తున్నారు.

ఐస్‌క్రీమ్.. రసాయనాల మయం

ఐస్‌క్రీమ్స్‌లో తొంభై శాతం కెమికల్స్ వాడతారని చాలా మందికి తెలియదు. ఐస్‌క్రీమ్ తయారీలో ఇథైల్ ఎసిటేట్, ఎమిల్ ఎసిటేట్, నైట్రేట్ లాంటివి విపరీతంగా వాడుతున్నారు. ఇథైల్ ఎసిటేట్ వల్ల లంగ్స్, కిడ్నీలు, గుండెకు సంబంధించిన వ్యాధులొస్తాయి. ఐస్‌క్రీమ్ టెక్స్చర్, టేస్ట్ పోకుండా ఉండడం కోసం అందులో ఒక రకమైన గమ్ కూడా కలుపుతారు. ఆ గమ్‌ను జంతువుల తోక, ముక్కు వంటి భాగాలు ఉడికించి తీస్తారు. ఆ గమ్ ఉంటేనే అది నెమ్మదిగా కరుగుతుంది.

బియ్యం కల్తీ

ఒకప్పుడు బియ్యంలో రాళ్లు కలిపేవారు. ప్రస్తుతం ప్రజా పంపిణీ వ్యవస్థ ద్వారా ప్రభుత్వం పంపిణీ చేసే చౌకబియ్యాన్ని తక్కువ ధరకే కొనుగోలు చేసి డబుల్ పాలిష్ పట్టి సన్నబియ్యంగా మారుస్తున్న విషయం అందరికీ తెలిసిందే. ఈ మధ్య కాలంలో ప్లాస్టిక్ బియ్యం వచ్చాయనే ప్రచారం కూడా ఎక్కువగా జరిగింది.

మాంసం కల్తీ

మాంసం విక్రయాలలో చాలా మోసాలు జరుగుతూ ఉన్నాయి. లేగ దూడల మాంసం కోతులు మాంసం వేట మాంసంగా అమ్మడాన్ని అధికారులు పట్టుకున్న సందర్భాలు అనేకం ఉన్నాయి. ముఖ్యంగా ఆరోగ్య కరమైన జంతువు మాంసాన్ని 24 గంటల్లోపే వినియోగించాలి. ఇక హోటల్స్‌లో అయితే దీర్ఘకాలం పాటు డీ ఫ్రీజ్‌లో నిల్వ ఉంచిన మాంసాన్ని ఆకర్షణీయంగా రంగులు అద్ది వండి వారుస్తున్నారు.

అల్లం-వెల్లుల్లి పేస్ట్: కూరల్లో వాడే వెల్లుల్లి పేస్ట్ కోసం కుళ్లిపోయిన బంగాళదుంపలు, అరటి బోదెలు రసాయనాలతో ముద్ద చేస్తున్నారు. **పసుపు, కారంలో** వ్యాపారులు నికిల్, గిలాటిన్ అనే పదార్థాలు కలుపుతున్నారు. ఇవి శరీరంలో రక్తకణాలను దెబ్బతీస్తాయి. కడుపులో మంట, అల్సర్ కలిగిస్తుంది. ప్రాథమిక దశలో చికిత్స అందకపోతే కేన్సర్‌గా మారే ప్రమాదం ఉంది.

పచ్చి బఠాణీలు బఠానీలను రాత్రిపూట నానబెట్టి, ఆ తర్వాత వాటిని కృత్రిమ ఆకుపచ్చ రంగులో (ముఖ్యంగా మలాచైట్ గ్రీన్ వంటివి) ముంచుతారు లేదా ఆ రంగును వాటికి అద్దుతారు. ఇలా చేయడం వల్ల అవి పచ్చి బఠానీల వలె తాజాగా, ఆకుపచ్చగా కనిపిస్తాయి. వినియోగదారులను ఆకర్షిస్తాయి. ఈ రంగు కేన్సర్ కారకం, ఇవి కాలేయానికి తీవ్రమైన హానిని కలిగిస్తాయి. దీర్ఘకాలికంగా కిడ్నీ సమస్యలు, జీర్ణ సమస్యలు, ఇతర అవయవాల పని తీరుపై కూడా ప్రభావం చూపుతాయి.

కల్లు.. మద్యం కల్తీ: మద్యపాన ప్రియులు సేవించే కల్లు/మద్యం పూర్తిగా కల్తీమయం అయిపోయింది. కల్తీ కల్లు విషయం చూస్తే రోడ్డు ప్రమాదాలు, శస్త్ర చికిత్సలు, మెడికల్ ఎమర్జెన్సీలో పేషెంట్లకు నొప్పి తెలియకుండా ఇచ్చే క్లోరాల్ హైడ్రేట్, డైజోఫామ్, క్లోరోఫామ్, ఆల్ఫ్రాజోలం వంటి మత్తు మందులు కలుపుతున్నారు. ఈ రసాయనాలు చాలా అత్యంత విషపూరితమైనవి అని వైద్యులు స్పష్టం చేస్తున్నారు.

ఔషధాల కల్తీ: రోగాన్ని నయం చేసుకోవడానికి వాడే మందులు కూడా కల్తీ అవుతున్నాయంటే పరిస్థితి ఎంత దారుణంగా ఉందో అర్థం చేసుకోవచ్చు. వైద్య ఆరోగ్య రంగంలో జరిగే ఈ రకమైన మోసాలు ప్రజల ప్రాణాలతో చెలగాటం ఆడటమే. తనిఖీల సందర్భంగా ఇటువంటివి బయట పడటం ఈ సమస్య తీవ్రతను తెలియజేస్తుంది.

కల్తీ ఆహారం ప్రభావాలు: కల్తీ ఆహారం శరీరంలోకి చేరినప్పుడు జీవక్రియపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతాయి. కొన్ని రసాయనాలు హార్మోన్ల సమతుల్యతను దెబ్బతీస్తాయి. ఇది శరీరంలో కొవ్వు పేరుకుపోవడానికి దారితీస్తుంది. కల్తీ ఆహారంలో తరచుగా తక్కువ నాణ్యత గల నూనెలు, హైడ్రోజనేటెడ్ కొవ్వులు, అధిక స్థాయిలో కృత్రిమ చక్కెరలు ఉంటాయి. ఇవి ఊబకాయానికి, టైప్ 2 మధుమేహానికి, గుండె సంబంధిత వ్యాధులకు ప్రధాన కారణాలు.

కల్తీ ఆహారం పోషక విలువలు లేకపోవడం వల్ల పిల్లల రోగనిరోధక శక్తిని బలహీనపరుస్తుంది. దీనివల్ల వారు తరచుగా అనారోగ్యానికి గురవుతారు.

ప్రజలు కల్తీ ఆహారం వైపు ఆకర్షితులు కావడానికి ప్రధాన కారణాలు:

తక్కువ ధర: కల్తీ ఆహార పదార్థాలు సాధారణంగా స్వచ్ఛమైన వాటి కంటే తక్కువ ధరకు లభిస్తాయి. పేదరికం లేదా పొదుపు చేయాలనే కోరిక ఉన్నవారు తక్కువ ధరలకు ఆకర్షితులవుతారు.

అధిక లాభాలు: కల్తీ వ్యాపారులకు స్వచ్ఛమైన ఆహార పదార్థాల కంటే కల్తీ చేసిన వాటిపై ఎక్కువ లాభాలు వస్తాయి.

సులభంగా లభించడం: కొన్నిసార్లు కల్తీ ఆహార పదార్థాలు మార్కెట్‌లో సులభంగా అందుబాటులో ఉంటాయి.

అవగాహన లేకపోవడం: చాలా మంది ప్రజలకు కల్తీ ఆహార పదార్థాలను ఎలా గుర్తించాలో, వాటి వల్ల కలిగే నష్టాలు ఏమిటో తెలియదు.

ఆకర్షణీయంగా ఉండటం: రంగులు, ఇతర రసాయనాలు ఉపయోగించి ఆహార పదార్థాలను చూడటానికి తాజాగా, ఆకర్షణీయంగా కనిపించేలా చేస్తారు.

ఏటా 4.20 లక్షల మరణాలు: కలుషిత ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల ప్రపంచ వ్యాప్తంగా యేటా 4 లక్షల 20 వేల మరణాలు సంభవిస్తున్నాయి. 60 కోట్ల మంది రోగాల బారినపడి ప్రాణాల మీదికి తెచ్చుకుంటున్నారు. ముఖ్యంగా కలుషిత ఆహారం కారణంగా 70 శాతం మంది ఐదేళ్లలోపు చిన్నారులే చనిపోవడం పరిస్థితి తీవ్రతకు అద్దం పడుతోంది. కలుషిత, నాసిరకం ఆహారం, పోషకాహార లోపం కారణంగా అత్యధికంగా ఆరోగ్య సమస్యలు, వ్యాధులు తలెత్తుతున్నట్లు అంతర్జాతీయ ఆహార విధాన పరిశోధనా సంస్థ తెలిపింది.

ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ: ఆహారం కలుషితం కారణంగా విశ్వవ్యాప్తంగా బాధితుల సంఖ్య క్రమంగా పెరుగుతూనే ఉంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రతి పది మందిలో ఒకరు కలుషిత ఆహారం వల్ల అనారోగ్యానికి గురవుతున్నారు. అతిసార మొదలు.. కేన్సర్ వరకు రకరకాల వ్యాధులు ప్రబలుతున్నాయి. ఈ కారణంగానే ఏటా సుమారు 4,20,000 మంది ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారు. ఆహార కల్తీకి ఎక్కువగా అయిదేళ్లలోపు చిన్నారులే ప్రభావితం అవుతుండటం తీవ్ర ఆందోళనకరం. కలుషిత, కల్తీ ఆహారం వల్ల అతిసారం నుంచి కేన్సర్ల వరకు దాదాపు 200 రకాల ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతాయని వైద్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. నాణ్యత ప్రమాణాలు సరిగ్గా పాటించని కారణంగా ఆహారం పాయిజన్‌గా మారి సుమారు 200 రకాల వ్యాధులకు కారణ భూతంగా మారుతోంది. కల్తీ కారణంగా దేశంలో సుమారు 10 కోట్ల మంది రకరకాల వ్యాధులతో బాధపడుతున్నారని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ వెల్లడించింది. 2030 నాటికి ఈ 15 కోట్లకు చేరుతుందని అంచనా. అసురక్షి త ఆహారం కారణంగా మధ్య ఆదాయ దేశాల్లో యేటా 110 బిలియన్ డాలర్ల మేర ఆర్థిక నష్టాలు తప్పటం లేదని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ చెబుతోంది. ఈ కలుషిత ఆహారం తీసుకోవటం వల్ల ఐదేళ్ల లోపు చిన్నారుల్లో దాదాపు 40 శాతం మంది అనారోగ్యానికి గురవుతున్నారనీ, లక్షా 25 వేల మంది పిల్లలు మరణిస్తున్నారని డబ్ల్యూహెచ్‌ఓ నివేదిస్తోంది. కలుషిత ఆహారం వల్ల ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఏటా 55 కోట్ల మంది డయేరియాతో ఇబ్బందులు పడుతుండగా 2 లక్షల 30 వేల మంది ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారు.

ఐక్యరాజ్యసమితి

ఆహార పదార్థాల విషయంలో ఎవరూ ప్రమాణాలు పాటించటం లేదు. ఇదే విషయం గతంలో ఐక్యరాజ్యసమితి ఆహార విభాగం కూడా ప్రస్తావించింది. ఈ సమస్య ఎక్కువ ఉన్న దేశాల్లో భారత్ ఒకటి. పలు నివేదికలూ ఇదే స్పష్టం చేస్తున్నాయి. జాతీయ ఆహార భద్రత ప్రమాణాల మండలి విడుదల చేసిన నివేదికలో... అందరికీ ఆహారభద్రత మాట అటుంచి అసలు నాణ్యమైన ఆహారం అందటమే గగనమైపోతోందని ఆందోళన వ్యక్తం చేసింది. దేశవ్యాప్తంగా విక్రయిస్తున్న వివిధ రకాల ఆహారోత్పత్తుల్లో 28.5 శాతం నాణ్యత ప్రమాణాలకు దూరంగా ఉన్నట్టు వెల్లడించింది.

యూరోపియన్ యూనియన్ ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారుల నివేదిక ప్రకారం.. మన దేశంలో సుమారు 527 రకాల ఉత్పత్తుల్లో కేన్సర్ కారక ఇథలీన్ ఆక్సైడ్ ఎక్కువగా ఉంది. వీటిలో నిత్యం మనం వాడే పండ్లు, కూరగాయలు, పాల ఉత్పత్తులు, సుగంధ ద్రవ్యాలు, గుడ్లు వంటివెన్నో ఉన్నాయి. ఇక, సరిగా ఉడకని మాంసం, సీఫుడ్‌లో ఉండే సాల్మొనెల్లా, కాంపీలోబాక్టర్, ఈ-కోలీ వంటి బ్యాక్టీరియాలు జీర్ణాశయ ఆరోగ్యంపై ప్రభావం చూపుతాయి. ఆహార పదార్థాలను ఎక్కువకాలం నిల్వ చేయడం వల్ల తేమతో వచ్చే బూజు (అఫ్లోటాక్సిన్) కొన్ని సార్లు ప్రాణాంతకంగా మారుతుంది. కాడ్మియం, సీసం వంటి లోహాలు ఒంట్లో చేరితే కాలేయం, మూత్రపిండాలు దెబ్బతిని రోగ నిరోధక వ్యవస్థ కుంటుపడుతుంది. ఇవన్నీ మహిళల పునరుత్పత్తి సామర్థ్యంపై తీవ్రంగా ప్రభావం చూపిస్తాయి.

ఆహార కల్తీపై కఠిన చర్యలు తీసుకుంటున్న దేశాలు

చైనా: ఆహార కల్తీకి సంబంధించిన నేరాలకు మరణశిక్షతో సహా అత్యంత కఠినమైన శిక్షలు అమలు చేస్తుంది.
సింగపూర్: ఆహార భద్రతా నిబంధనలను ఉల్లంఘించిన వారికి భారీ జరిమానాలు, సుదీర్ఘ జైలు శిక్షలు విధిస్తుంది.
యునైటెడ్ స్టేట్స్: ఫెడరల్ ఫుడ్, డ్రగ్ అండ్ కాస్మెటిక్ యాక్ట్ ద్వారా కఠినమైన ఆహార భద్రతా నియమాలను అమలు చేస్తుంది. ఉల్లంఘనలకు భారీ జరిమానాలు, జైలు శిక్షలు ఉంటాయి.

యూరోపియన్ యూనియన్ (ఈయు): ఆహార కల్తీకి పాల్పడిన వారికి గణనీయమైన జరిమానాలు, వ్యాపార లైసెన్స్‌ల రద్దు వంటి చర్యలు తీసుకుంటుంది.

భారతదేశంలో ఆహార కల్తీపై చట్టం: భారతదేశంలో ఆహార కల్తీని నిరోధించడానికి ఫుడ్ సేఫ్టీ అండ్ స్టాండర్డ్స్ యాక్ట్, 2006 (ఎఫ్ఎస్ఎస్ఏ) ప్రధాన చట్టం. ఈ చట్టం దేశంలో ఆహార భద్రతా ప్రమాణాలను నిర్దేశిస్తుంది. వాటిని అమలు చేస్తుంది. ఈ చట్టం కింద ఆహార కల్తీకి పాల్పడిన వారికి జరిమానాలు, జైలు శిక్షలు నిర్దేశించడం జరిగింది. 1) నాసిరకం ఉత్పత్తులని తేలితే సెక్షన్ 51 ప్రకారం రూ.5 లక్షల వరకు జరిమానా విధిస్తారు. 2) వివరాలు సరిగా పొందుపర్చకపోతే సెక్షన్ 52 మేరకు రూ.3 లక్షలు జరిమానా వేస్తారు. 3) కల్తీ కారకం ఆరోగ్యానికి హానికరం కాకపోతే సెక్షన్ 57 ప్రకారం రూ.2 లక్షలు మించకుండా జరిమానా విధిస్తారు. ఆరోగ్యానికి హానికరం అయితే రూ.10 లక్షల వరకు జరిమానా విధిస్తారు. 4) సురక్షి తంకాని ఆహార పదార్థాలు తినడం వల్ల మరణం సంభవిస్తే సెక్షన్ 59 ప్రకారం ఏడేళ్ల తక్కువ కాకుండా జైలు, రూ.10 లక్షలకు తక్కువ కాకుండా జరిమానా విధించవచ్చు. 5) లైసెన్సు లేకుండా వ్యాపారం సాగిస్తే సెక్షన్ 63 ప్రకారం 6 నెలల వరకు కారాగారం, రూ.5 లక్షల వరకు జరిమానా ఉంటుంది.

భారతీయ న్యాయ సంహిత బిల్లు: ఆహార కల్తీని అరికట్టే దిశగా పార్లమెంటరీ స్థాయీ సంఘం 'కల్తీ ఆహార పదార్థాల విక్రేతల పట్ల మెతక వైఖరి సరికాదంటున్న హోం వ్యవహారాల పార్లమెంటరీ స్థాయీ సంఘం– వారి భరతం పట్టేందుకంటూ భారతీయ న్యాయ సంహిత (బీఎన్ఎస్) బిల్లులో కఠిన నిబంధనలను ప్రతిపాదించింది. ఆహార కల్తీకి పాల్పడే వారికి కనీసం ఆరు నెలల కారాగార శిక్ష, రూ.25 వేల జరిమానా, విక్రేతలకు ఆరు నెలల జైలుశిక్ష, రూ.10 వేల జరిమానా విధించాలంటూ ఆ సంఘం ఇటీవల సిఫారసు చేసింది.

కేంద్ర ప్రభుత్వ నివేదిక: 2021–24 మధ్య కేంద్ర వైద్య, ఆరోగ్యశాఖ దేశవ్యాప్తంగా సేకరించిన ఆహార నమూనాల్లో సగటున 22 శాతం కల్తీగా తేలినట్టు వెల్లడించింది. కల్తీ ఆహారం అనేది కేవలం ఒక వ్యక్తి సమస్య కాదు. అది సమాజం మొత్తాన్ని పట్టి పీడిస్తున్న మహమ్మారి. కల్తీని పూర్తిగా నిర్మూలించాలంటే ప్రజల్లో ఒక బలమైన చైతన్యం రావాలి. ఈ చైతన్యం ద్వారానే వినియోగదారులు ఏది స్వచ్ఛమైన ఆహారం, ఏది కల్తీ అనేది తెలుసుకుని సరైన ఎంపికలు చేసుకోగలుగుతారు. ప్రజలు స్వచ్ఛమైన ఆహారాన్ని డిమాండ్ చేయడం మొదలు పెడితే, కల్తీ చేసిన ఉత్పత్తులకు గిరాకీ తగ్గుతుంది. ఇది వ్యాపారులను స్వచ్ఛమైన ఉత్పత్తులను తయారు చేయడానికి ప్రోత్సహిస్తుంది. కల్తీని గుర్తించినప్పుడు భయం లేకుండా అధికారులకు ఫిర్యాదు చేసే ధైర్యం వస్తుంది. ఇది కల్తీ చేసేవారికి ఒక హెచ్చరికగా పనిచేస్తుంది. ఆహార పదార్థాలను ఇంట్లో నిల్వ చేయడం, వండటం విషయంలో సరైన పద్ధతులు పాటిస్తారు. ప్రజల్లో చైతన్యం కలిగించడానికి విస్తృత స్థాయిలో అవగాహన కార్యక్రమాలు అవసరం. కల్తీ చేసిన ఆహారాన్ని ఇంట్లోనే సులభంగా ఎలా గుర్తించాలో చూపించే ప్రయోగాలు, వీడియోలు, ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లాలి, పాఠ్య పుస్తకాలలో ఆహార భద్రత, కల్తీ, దాని ప్రభావాలపై పాఠాలను చేర్చాలి. ఇది చిన్న వయసు నుంచే పిల్లల్లో అవగాహన కల్పిస్తుంది. టెలివిజన్, రేడియో, వార్తాపత్రికలు, ముఖ్యంగా సోషల్ మీడియా ప్లాట్ ఫారమ్‌ల ద్వారా ఆహార కల్తీ ప్రమాదాలపై నిరంతరం ప్రచారం చేయాలి. ప్రముఖులు, ప్రజా ప్రతినిధుల ద్వారా

సందేశాలను ఇవ్వాలి. స్వచ్ఛంద సంస్థలు స్థానిక స్థాయిలో వర్క్ షాప్‌లు, సమావేశాలు నిర్వహించి ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలి.

ప్రజల్లో చైతన్యం ఎంత ముఖ్యమో, కల్తీ చేసేవారికి కఠినమైన శిక్షలు విధించడమూ అంతే అవసరం. శిక్షలు కఠినంగా ఉంటే, కల్తీకి పాల్పడటానికి భయపడతారు. బాధితులకు న్యాయం జరగడం, కల్తీ వల్ల కలిగిన నష్టానికి బాధ్యులు శిక్షి ంచబడటం సమాజంలో విశ్వాసాన్ని పెంచుతుంది. శిక్షలు కఠినంగా ఉండటంతో పాటు, వాటి అమలు కూడా వేగంగా, సమర్థవంతంగా ఉండాలి. కేసులు సుదీర్ఘ కాలం నత్తనడకన సాగకుండా, త్వరగా పరిష్కరించబడేలా చూడాలి. ఆహార కల్తీని సమర్థవంతంగా ఎదుర్కోవడానికి ప్రభుత్వ కఠిన నియంత్రణలు, శిక్షలు ఒక వైపు, ప్రజల్లో విస్తృత అవగాహన, చైతన్యం మరో వైపు సమానంగా పని చేయాలి. ప్రజలు తమ ఆరోగ్యం పట్ల బాధ్యత వహించడం, బయట ఆహారం పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండటం ఈ పోరాటంలో అత్యంత కీలకమైన అంశాలుగా గుర్తించి ఆచరణలో తీసుకు వచ్చినప్పుడే దేశ ప్రజలకు సురక్షితమైన ఆహారం లభించి ఉత్పాదకత పెరుగుతుంది. ప్రజల పైనా, ప్రభుత్వాల పైనా వైద్య ఖర్చుల భారం తగ్గుతుంది. ప్రజారోగ్యానికి భరోసా దక్కుతుంది.

చిన్న కథ

'మేఘపు చినుకులు'

ఆనందరావు విశాలమైన పార్కులో కూర్చున్నాడు. అక్కడ ఆడుకుంటున్న పిల్లలను చూస్తూ కాలక్షేపం చేస్తున్నాడు. బాధ్యతలు తీరిన ఆలుమగలు అక్కడక్కడ బెంచీకి ఇటొకరు అటొకరు కూర్చుని కబుర్లు చెప్పుకుంటున్నారు. వారిని చూసి "అదృష్టవంతులు.. పైవాడి దయకు పాత్రులు" స్వగతంలో అనుకుంటూ జేబులోంచి పర్సు తీసాడు. భార్య ఫొటో కొన్ని క్షణాలు చూసి.."నీ వద్దకు రావడానికి ఇంకెన్నాళ్లో?" అని బాధగా అనుకున్నాడు.

"వేడి వేడి పల్లీలండి! పదికి గుప్పెడు".

తినాలనుకున్నాడు. పర్సు తీసాడు. చిన్న నోట్లు లేవు. ఆరోగ్యం గుర్తు వచ్చింది. "తింటే రుచికరం. కఫం చేస్తుంది. విపరీతమైన దగ్గు వస్తుంది. రాత్రిపూట అందరికీ ఇబ్బందే! ఆస్మాతో ఊపిరి తీసుకోవడం కష్టం!" కోరిక బలహీనపడింది.

పార్కులోంచి బయటకు వచ్చేసాడు. మిక్చర్లు, చెరుకు రసాలు, ఐసు ఫ్రూట్లు, మామిడి పండ్లు, జామ కాయలు, పకోడీలు, పునుకులు, ఉడకబెట్టిన శనక్కాయలు.. అందరినీ ఆకర్షిస్తున్నాయి.

వాహనదారులు ఆగి మరీ వాటిని తింటున్నారు. మిరపకాయ బజ్జీలు చూసి నోరూరింది రావుకి. పెద్ద మూకుడులో సలసల కాగుతున్న నూనె చూసి "ఎన్నాళ్ల నుంచి ఈ నూనె వాడుతున్నాడో?" అనుకుంటూ ముందుకు కదిలాడు.

చెరుకు రసం ఐసు లేకుండా ఓ గ్లాసు తాగేడు. ప్లాస్టిక్ కవర్లలో చిన్న చిన్న పానీపూరీలను, కుండలోని ద్రావకం చూసి "నీళ్లు కూడా ఎన్నాళ్లవో? అందరూ ఆలోచించకుండా అంత ఇష్టంగా ఎలా తింటున్నారు!?" అని ఆశ్చర్యపోతూ ముందుకి నడిచాడు.

"అయ్యగారూ నమస్కారమండీ! జామపళ్లు బాగున్నాయి"

ఒక కేజీ తీసుకున్నాడు.

మామిడిపళ్లు దగ్గర ఆగాడు. "నమస్కారం సార్! ఇవి చెట్టు పండ్లండి! తియ్యని బంగిన మామిడి పళ్లండి!" అంటూ పక్కన ఉన్న గంపపై గుడ్డ తొలగించాడు.

పళ్లు తాజాగా ఉన్నాయి. బండివాడు రావుకి బాగా తెలుసు.

వాడి భార్య రావు ఇంటిలో పనిమనిషి.

"అయ్యగారూ! మీరు స్టూలుపై కూర్చుని, ఈ పండు ముక్క తిని చూడండి. బాగుంటేనే తీసుకోండి"

వాడి మాటలు రావుని ప్రభావితం చేసాయి. స్టూలుపై కూర్చున్నాడు. తినడానికి సందేహిస్తున్నాడు.

"ఏంటయ్యాగారూ! తినడం లేదు! మీలాగ మా నాన్నకూ షుగరుంది. అయితే అన్నీ కొంచెం కొంచెం తింటున్నాడు. టైముకి మాత్రం టంచనుగా మాత్రలు మింగుతాడు".

వాడి మాటలు విన్న రావుకి డాక్టరు గారి మాటలు గుర్తు వచ్చాయి.

"సీజన్లలో వచ్చే అన్ని పండ్లు మితంగా తినవచ్చు. ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది"

"ఏంటి సార్! ఇంటికాడ మీరు తింటారో.. లేదో? ఈ నాలుగు చిన్న ముక్కలను కూడా తినండి" అంటూ కాగితంలో పెట్టి రావు చేతిలో పెట్టాడు బండివాడు.

రావు తృప్తిగా తిన్నాడు. "మంచివి రెండు కేజీలు మీ పిల్లాడి చేత ఇంటికి పంపించు" అంటూ రావు డబ్బులు ఇచ్చాడు బండివాడికి.

"అందరూ తనలా ఆలోచిస్తే ఈ వ్యాపారస్తులు ఎలా బతుకుతారు? చరమాంకపు దశలో తనిలా ఆలోచిస్తున్నాడుగానీ, వయసులో ఉన్నప్పుడు తనూ అందరిలానే రోడ్లపై అన్నీ తిన్నాడు. తనలాంటి వారి ఆలోచనలు మహా సముద్రంలో మేఘపు చినుకులే!" అనుకుంటూ రావు ఇంటి వేపు అడుగులు వేసాడు.

- సుస్మితా రమణమూర్తి

కార్టున్లకు ఆహ్వానం

కార్టూనిస్టుల నుంచి ఆరోగ్యకరమైన 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

పుష్ప విలాసం!

నీళ్లు పడుతున్న శబ్దం!
అవపాతం సిల్క్‌దారాలతో నేల నింగి
దూరాలు కొలుస్తుంది నీటి ఆవిరి పులకించేలా
తడిమిపోయింది ఒళ్ళంతా పులకింత!
అగరు ధూపం చందన పరిమళం కలిసిన
మట్టివాసన లోకాన్ని చుట్టుముట్టింది
బిందు తాండవానికి పచ్చదనం
పుటం పెట్టిన బంగారంలా మెరుస్తుంది.

గాలీ వానా
బలాబలాలు
తేల్చుకొంటున్నాయి.
ఆకాశం వద్దని
అరుస్తుంది
చెట్లు కూడా
తాండవం ఆడగలవా!
ఆకాశం అమృతతత్వమై వర్షిస్తుంటే
నేల చక్కిలి గిలిగింతలై పొంగిపొర్లుతుంది
గాలి జూలు విదిల్చిన సింగమల్లే ఎటో అటు
దూస్తుకొస్తుంది
ప్రకృతి పరమానందం మనకు నేత్రానందం
లాల పోసి పచ్చదనానికి పవిత్రత అద్ది ఎలా
వచ్చిందో అలా వెళ్లిపోయింది వర్షం..!

రంగుల చీరలు కట్టుకొన్న పుష్ప కన్యలు
పచ్చదనంలో మెరిసిపోతున్నాయి..
వర్షం వెలిశాకే తెలిసింది వాటి అందం!
వాన వచ్చి వెళ్లిన ప్రతిసారీ
వాటి అందం చూసి తీరాల్సిందే!

- భీమవరపు పురుషోత్తమ్

మళ్ళీ అక్కడికే!

ఎక్కడికి వెళ్లినా,
దారులన్నీ తిరిగి అక్కడికే!
పరిగెత్తిన అడుగులన్నీ
ఆగిపోతున్నాయి తలుపు ఎదుట.

పరుచుకున్న మార్గాల్లో
కొత్త కొత్త దారుల్ని వెతికినా,
చివరికి వెనక్కి తిరిగాను
ఆ వాడిపోయిన బాటే కనబడింది.

నీడలు మారినా,
గాలులు కొత్త పేర్లతో వీచినా,
మనసులో ఊహించే గమ్యం
ఇంకా అదే పొరలో
తేలియాడుతోంది.

వెళ్లిన చోట్లన్నీ కొత్తగా అనిపించినా,
వెనకబడిపోయిన జ్ఞాపకాల కిరణాలు
నడిచొచ్చి నా నీడను తాకుతున్నాయి.

ఎప్పటికైనా..
దూరాలు ఎంత ఉన్నా
చివరికి మనం చేరేది
మన హృదయపు మూల మూలలకే!

– బాలాజీ పోతుల

మనోహరి

నా ఊహల్లో నీవే సఖి
నీ బాసలు నేను
మరువలేనే చెలీ!
నీ జ్ఞాపకాలు
గుర్తున్నాయి
ఓ నా
ప్రియురాలా!
నా జవరాలా
నీ అడుగులో నా
అడుగు
నీ చూపుల్లో నా
రూపు

నీ శ్వాసలో నేను
నా కోసం నెమలి పింఛము
చీర ధరించి ఎదురు చూస్తున్నావా?
సిగలో మల్లెలు తురుముకొని
వేణుగానంలో నన్ను
అలరిస్తున్నావా?

నీ రాగంలో నేను
మమేకమవుతున్నాలే
నీ గుండె గుడిలో నేనేలే

ప్రకృతి చిత్రమంతా నేనేలే
నా కోసం ఎదురు చూసే
మనోహరి నీవేలే!

- కనుమ ఎల్లారెడ్డి

నిశ్శబ్దం

క్షణాలు నెమ్మదిగా కదులుతున్న వేళ
సూరీడు పడమర దిక్కుకు
పయనమైనాడు
ఆశల వాకిట్లో
ఎదురుచూపులను తగిలించాను.

రోజూ వీచే గాలే
ఆ రోజు
ఊహకందని వార్తను
నా చెవిన పడేసింది.
మాట భారమై
నిలబడే సాహసం చేయనని
దేహం మారాం చేసింది.

గతమనే పూలవనంలో
విరబూసిన పూలన్నీ
నేలను తాకాయి
ఒక్కసారిగా..
కళ్ళలో మెరిసే మెరుపులకు
అమావాస్య చీకట్లు కమ్ముకొన్నాయి.

ఎదకు తగిలిన గాయం
నిశ్శబ్దపు సంద్రంలా
కన్నీటికి ఆనకట్టలు కట్టి
ఓదార్పు గీతాలకు తాళం వేస్తోంది.

- చింతా రాంబాబు

రైతాలో వెరైటీ రుచులు

సొరకాయ కొబ్బరి రైతా

కావలసిన పదార్థాలు: సొరకాయ తురుము: ఒక కప్పు, పెరుగు: రెండు కప్పులు, నూనె: రెండు చెంచాలు, ఆవాలు: చెంచా, మినప్పప్పు: అర చెంచా, ఎండుమిర్చి: రెండు, జీలకర్ర: అరచెంచా, కరివేపాకు రెబ్బలు: రెండు, ఉప్పు: తగినంత, కొబ్బరి తురుము: పావుకప్పు, పచ్చిమిర్చి: రెండు, అల్లం: చిన్న ముక్క. **తయారు చేసే విధానం:** సొరకాయ తురుములో నీరంతా పోయేలా గట్టిగా పిండి పెట్టి చెంచా నూనె వేయాలి. అందులో సొరకాయ తురుమును వేసి వేయించుకుని అయిదు నిమిషాలయ్యాక దింపేయాలి. అలాగే కొబ్బరి తురుము, పచ్చిమిర్చి, అల్లం ముక్కను మిక్సీలో వేసుకుని మెత్తని పేస్టులా చేసుకుని పెట్టుకోవాలి. ఓ గిన్నెలో పెరుగు తీసుకుని సరిపాలి. స్టవ్ మీద కడాయిని పెట్టి మిగిలిన నూనె వేసి ఆవాలు, మినప్పప్పు, ఎండు మిర్చి, జీలకర్ర, కరివేపాకు వేయించుకుని పెరుగు పైన వేసి మరో సారి కలపండి.

మామిడి కాయతో..

కావలసిన పదార్థాలు: మామిడికాయ: ఒకటి, పెరుగు: రెండున్నర కప్పులు, ఉప్పు: తగినంత, కారం: చెంచా, జీలకర్రపొడి: అరచెంచా, ఆవాలు: అరచెంచా, కరివేపాకు రెబ్బలు: రెండు, ఇంగువ: చిటికెడు: పచ్చిమిర్చి తరుగు: చెంచా, నూనె: చెంచా. **తయారు చేసే విధానం:** ముందుగా పెరుగును బాగా గిలకొట్టుకోవాలి. ఇందులో మామిడికాయ తురుము, తగినంత ఉప్పు, కారం, జీలకర్రపొడి వేసుకుని కలపాలి. స్టవ్ మీద కడాయిని పెట్టి నూనె వేసి ఆవాలు, కరివేపాకు రెబ్బలు, ఇంగువ, పచ్చిమిర్చి తరుగు వేయించుకుని పెరుగులో వేసి కలపాలి.

విందు-పసందు

మసాలా బూందీతో..

కావలసిన పదార్థాలు: తాజా పెరుగు: పెద్ద కప్పు, బూందీ: ముప్పావు కప్పు, కొత్తిమీర తరుగు: రెండు టేబుల్ స్పూన్లు, పుదీనా ఆకులు: కొన్ని, పచ్చిమిర్చి: రెండు, అల్లం: చిన్న ముక్క, జీలకర్రపొడి: అరచెంచా, ధనియాల పొడి: అరచెంచా, ఉప్పు: తగినంత, నూనె: చెంచా, జీలకర్ర చెంచా, ఎండు మిర్చి: ఒకటి. **తయారు చేసే విధానం:** ముందుగా కొత్తిమీర తరుగు, పుదీనా, పచ్చిమిర్చి, అల్లం, జీలకర్రపొడి, ధనియాల పొడి, తగినంత ఉప్పు మిక్సీలో వేసుకుని మెత్తగా గ్రైండ్ చేసుకోవాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని పెరుగులో వేసి కలపాలి. ఇప్పుడు స్టవ్ మీద కడాయిని పెట్టి నూనె వేసి జీలకర్ర, ఎండుమిర్చి వేయించుకుని పెరుగులో వేయాలి. చివరగా బూందీ కూడా వేసి కలిపితే నోరూరించే మసాలా బూందీ రైతా రెడీ.

కీరా రైతా

కావలసిన పదార్థాలు: పెరుగు: రెండు కప్పులు, కీరా: ఒకటి, ఆవాలు: టీస్పూను, పచ్చిమిర్చి: రెండు, ఆవనూనె: పావు కప్పు, కొత్తిమీర: గుప్పెడు, కారం: టీ స్పూను, పసుపు: అర టీస్పూను, ఉప్పు: రుచికి సరిపడా. **తయారుచేసే విధానం:** తొక్క, గింజలు తీసిన కీరాను సన్నగా తురిమి పక్కన పెట్టుకోవాలి. పెరుగును పెద్ద గిన్నెలో వేసి కవ్వంతో చిలకాలి. తర్వాత పావు కప్పు నీళ్లు పోసి కలపాలి. ఇప్పుడు ఆవాలు, పచ్చి మిర్చి, రుచికి సరిపడా ఉప్పు వేసి కచ్చాపచ్చాగా దంచుకోవాలి. దంచిన మిశ్రమం, కీరా తరుగును చిలికిన పెరుగులో వేయాలి. పసుపు, కారం కూడా వేసి చక్కగా కలుపుకోవాలి. దీనిని అరగంట పాటు రిఫ్రిజిరేటర్‌లో పెట్టి తర్వాత సర్వ్ చేసుకోవాలి.

బాల్యం అమూల్యం

కుటుంబం అంటే నానమ్మ, తాతయ్య, నాన్న, అమ్మ, బాబాయి, పిన్ని, పెదనాన్న, పెద్దమ్మ, అన్నయ్య, వదిన, అక్క, చెల్లెళ్లతో సందడి.. సందడి. నా అన్న వాళ్లు ఉన్నారనే భరోసా ఒక్క ఉమ్మడి కుటుంబంలోనే దొరుకుతుంది. పిల్లలు కన్న తల్లిదండ్రుల కంటే తాతయ్య, బామ్మలతో కలిసి ఉండటం వల్ల మనో వికాసాన్ని పొందగలుగుతారు. తల్లిదండ్రులకు పిల్లలతో గడిపే సమయం లేక వారికి మంచీ, చెడులు చెప్పలేని పరిస్థితి. నలుగురితో కలిసి ఉంటే మంచి–చెడు మధ్య వ్యత్యాసం, తప్పు ఒప్పులంటే ఏమిటో తెలుసుకుంటారు.

పిల్లల్లో తప్పు చేసే అవకాశాలు తక్కువగా ఉంటాయి. పిల్లల విషయంలో తల్లిదండ్రులు ఎంత బాధ్యతగా వ్యవహరించినా, వారు ఒక్కరే అన్ని విషయాలు చెప్తే సరిగా వినలేరు. బామ్మ, తాతయ్యలు నెమ్మదిగా వాళ్ల అనుభవాన్ని జోడించి ప్రేమతో ఇలా చేయకూడదు.. అలా అనే విషయాన్ని చెప్తే పిల్లలు తొందరగా ఆకళింపు చేసుకుంటారు. కుటుంబం అంటేనే అందరూ కలిసి ఉండడం.

నేటి తరంలో విడిపోయేందుకు చూపిస్తున్న మక్కువ కలిసి వుండడానికి చూపించట్లేదు. అందుకు కారణాలేవైనా కావొచ్చు. కానీ కలిసుంటే ఉండే ఆనందం, సంతోషం ముందు భవిష్యత్తులో ఏదీ దొరకదు. భవిష్యత్తులో ఉందామన్నా ఉండలేని పరిస్థితి. ఉమ్మడిగా కలిసుంటే ఎన్నో ఆనందాలు సమస్యలను ఎదుర్కొనే మానసిక ధైర్యం సొంతమవుతాయి.

రాను రాను ఉమ్మడి కుటుంబాలు విచ్ఛిన్నమై, చిన్న కుటుంబం అనే భావన ఏర్పడింది. ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో భార్యభర్తలు ఇరువురు బిజీగా ఉండటం, పిల్లల్లో విలువలు, మానసిక ధైర్యం అందించేవారు కరువయ్యారు. ఉరుకుల పరుగుల జీవితంలో ఒంటరి బతుకు సాగించే చిన్న కుటుంబాల వ్యవస్థలో సర్దిచెప్పేవారు కరువయ్యారు. ఒంటరి జీవితానికి అలవాటు కావడం, కుంగుబాటు, చిన్న చిన్న సమస్యలను పరిష్కరించుకోలేకపోవడం.. వంటి మానసిక అవలక్షణాలకు చేరువవుతున్నారు. ఎక్కడైనా బంధుత్వాలు కనిపిస్తున్నాయంటే అవి ఆర్థికపరమైనవే, తాత్కాలికమైనవి.

ప్రస్తుత పరిస్థితులను చూస్తే మానవత్వం మంట కలుస్తోంది. సామాజిక స్పృహ కరువయ్యింది. ఉన్మాదం పెరిగిపోతోంది. ప్రేమ వ్యవహారాలు ఉమ్మడిగా ఉండే కంటే ఒంటరిగా జీవించే వారిలో ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి. ఉమ్మడి కుటుంబంలో ఎక్కువ మంది సభ్యులు ఉండడంవల్ల అందరి చూపు, నిఘా నిరంతరం ఉండడం, ఎప్పుడూ ఎవరో ఒకరు గమనిస్తున్నారనే భయం వల్ల తప్పులు జరిగే అవకాశం తక్కువగా ఉంటుంది. ఒంటరి కుటుంబంలో సభ్యులు కలిసుండే సమయం తక్కువగా ఉండడంవల్ల ఎవరూ పట్టించుకోరనే భావంతో తప్పులు ఎక్కువగా జరిగే అవకాశం ఉంటుంది.

కొన్ని విషయాల్లో సర్దుబాటు, స్వేచ్ఛకు ఇబ్బంది కలిగినా బాధ్యతలు పంచుకోవడం, సహకారం, మంచి చర్చలు, అనుబంధాలు, అనురాగం, ఆప్యాయతలు మరింత పెరుగుతాయనే దిశగా ప్రస్తుత తరం ఆలోచనలు ఉమ్మడి కుటుంబాల వైపుగా పరుగులు తీస్తున్నాయనడంలో సందేహం లేదు. చాలామంది పిల్లలు తమకు ఎదురయ్యే లైంగిక వేధింపుల గురించి తల్లిదండ్రుల దగ్గర నోరు విప్పరు. ఒకవేళ చెప్పినా తల్లిదండ్రులు ఎలా స్వీకరిస్తారో, ఏమంటారో.. తెలియక ఇలాంటి సమస్యల్ని మౌనంగా భరిస్తారు. పక్కింటివారు, దగ్గరి బంధువులు, తల్లిదండ్రుల స్నేహితులు, తెలిసినవారి నుంచి లైంగిక వేధింపులకు గురవుతున్నారు పిల్లలు. ఈ సమస్య చాలా సున్నితమైనది. ఎందుకంటే పిల్లలకు ఇలాంటి సమస్య ఒకటి ఉంటుందనీ, దాన్ని ఫలానా విధంగా గుర్తించాలని, ఈ విషయాన్ని తల్లిదండ్రులకు ఎలా చెప్పాలో కూడా తెలియదు. చిన్నారులకు తల్లిదండ్రులు కూడా పిల్లల ముందు ఇలాంటి సమస్యల గురించి చర్చించరు. ఫలితంగా తమ పిల్లలకు ఎటువంటి సమస్యలు ఎదురవుతున్నాయో వారికి తెలియదు. అందుకని పిల్లల్లో ఉన్నట్లుండి అనుకోని మార్పులు సంభవిస్తే వారి ప్రవర్తనను గమనిస్తూ ఉండాలి.

సమస్యలు ఎదురైనప్పుడు కొందరు పిల్లలు బాగా భయపడిపోతారు. ఇంటికి ఎవరైనా వచ్చినప్పుడు.. ముఖ్యంగా సమస్యకు కారణమైన వ్యక్తి వస్తే పిల్లలు వారి ముందుకు రావడానికి ఇష్టపడరు. బాగా చదివే పిల్లలు ఇలాంటి సమస్య ఎదురైనప్పుడు వెనుకబడిపోతారు.

ఆటలు అవసరం

ఆటలు పిల్లల దైనందిన జీవితంలో ఒక భాగం కావాలి. ఆటలు ఆరోగ్యానికే కాదు పిల్లలకు వినోదం అందించడంలోనూ, బుద్ధి వికాసం కలిగించడంలోనూ, చురుకుదనం పెంచడంలో కూడా తోడ్పడుతాయి. బడిలో ఆటల వల్ల పిల్లల్లో చక్కటి క్రమశిక్షణ, పట్టుదల, కార్యదీక్ష, సమయస్ఫూర్తి, ఐకమత్యం వంటి గుణాలు పెంపొందుతాయి.

ప్రస్తుత కాలంలో పిల్లలు ఎలక్ట్రానిక్ ఆట వస్తువులతో ఎక్కువ సమయం గడపడం వల్ల ఎలాంటి వ్యాయామాలు చేయడం లేదు. దానితో వారు కొంత మందకొడిగా తయారవుతున్నారు. ఫలితంగా భవిష్యత్తులో చాలా అనారోగ్యాలు కలిగే అవకాశం ఉంది. నేటి పాఠశాలలు చదువు నేర్పడానికే పరిమితమవుతున్నాయి. ఆటస్థలం కొంచెం కూడా లేని భవనాల్లో పాఠశాలలను నడుపుతున్నారు. పిల్లల మానసిక ఎదుగుదలకు, వికాసానికి విద్య ఎంత అవసరమో, వారి శారీరక దృఢత్వానికి, మానసిక ఆరోగ్యానికి ఆటల ద్వారా లభించే వ్యాయామమూ అంతే అవసరం. పాఠశాలలో అన్ని సౌకర్యాలు ఉండాలి. విద్యకు సంబంధించిన పరికరాలతో పాటు, క్రీడల కోసం సామాగ్రిని ఉంచడం అవసరం. విద్యతో పాటు, క్రీడలలో కూడా పిల్లలకు తర్ఫీదును ఇవ్వాలి. అందుకోసం ప్రతీ పాఠశాలలోనూ ఆటస్థలం ఉండాలి. పాఠశాల నుంచి ఇంటికి వచ్చిన పిల్లలు తోటి పిల్లలతో కలిసి ఆటలాడటం లేదు. ట్యూషన్‌కు వెళ్ళడం లేదా హోంవర్కులు చేయడం, తర్వాత టీవీ, కంప్యూటర్ ఆటలతో గడపడం సరిపోతుంది. దీనితో వారి శరీరానికి సరైన వ్యాయామం ఉండటం లేదు. ఫలితంగా అనేక రకాల అనారోగ్య సమస్యలు. ఆటలు ఆడటం వల్ల పిల్లల శరీరానికి వ్యాయామం లభిస్తుంది. వారిలో చురుకుదనం, శారీరక, జ్ఞాపకశక్తి, దారుఢ్యం, ఏకాగ్రత కూడా పెంపొందుతాయి.

నీరెండలో ఆడటం వల్ల శరీరానికి విటమిన్ డి కూడా లభిస్తుంది. ఆటల వల్ల పిల్లల్లో ఆశావహ దృక్పథం

అలవడుతుంది. శారీరకంగా బలంగా ఉన్న పిల్లల్లో మెదడు చురుగ్గా పనిచేస్తుంది. మెదడులో ప్రతిస్పందనల వేగం కూడా ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఆటలు జీర్ణశక్తి పెంచుతాయి. మనసు ఆహ్లాదంగా ఉంటుంది. శరీరంలో కోపతాపాల్లాంటి ఉద్వేగాలు బయటకు వెళ్లిపోతాయి. ఆటల వల్ల పిల్లల్లో పరిచయాలు పెరుగుతాయి. ప్రవర్తనలో సర్దుబాటుతత్వం అలవడుతుంది. జయాపజయాలు అలవాటు అవుతాయి.

అప్పుడప్పుడూ పెద్దలు కూడా పిల్లలతో కలిసి ఆడటం వల్ల పిల్లలకు, పెద్దలు మరింత దగ్గరవుతారు. వారి మధ్య అనుబంధం చాలా ఆరోగ్యకరంగా ఉంటుంది. ఆటల్లో మంచి ప్రతిభ కనబరిచిన వారిని ప్రోత్సహించాలి. విద్యార్థుల్లో అంతర్లీనంగా ఉన్న శక్తిని ఆటల ద్వారా చైతన్యవంతం చేస్తే వారు క్రమశిక్షణగల ఉత్తమ పౌరులుగా ఎదుగుతారనడంలో ఏమాత్రం సందేహం లేదు.

పిల్లల చేతికి స్మార్ట్ ఫోన్ ఇస్తే డ్రగ్స్ ఇచ్చినట్టే అంటున్నారు నిపుణులు. పిల్లల చేతిలో స్మార్ట్ ఫోన్‌లు తల్లిదండ్రులకు పెద్ద సమస్యగా మారింది. వారిని మొబైల్ నుంచి దూరంగా ఉంచడానికి నానా యాతనలు పడుతున్నారు తల్లిదండ్రులు. పిల్లల శారీరక, మానసిక ఎదుగుదలకు మొబైల్ ఫోన్లు అడ్డంకిగా మారుతున్నాయి అంటున్నారు నిపుణులు. చాలా మంది పిల్లల్లో చాక్‌లెట్ల వ్యసనం కంటే స్మార్ట్ ఫోన్ల వ్యసనమే ఎక్కువగా ఉందని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి.

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

కథ

భయపడిన ధనవంతుడు

వృద్ధుడైన నాగయ్య ఒక పల్లెటూరిలో నివసిస్తున్నాడు. ఆ ఊళ్లో మంచినీళ్లు కూడా దొరకని కారణంగా సుదూర ప్రాంతం నుండి బిందెల్లో మోసుకుని తెచ్చుకునేవారు. ఆ ఊళ్లో రైల్వే గేట్ ఉంది. ప్రతి అర్ధ గంటకు ఒకసారి రైళ్ల రాకపోకల వలన గేట్ మూసేవారు. అది మండు వేసవి కాలం కావడంతో నాగయ్య ఉదయాన్నే సుదూర ప్రాంతానికి వెళ్లి బిందెలో మంచినీళ్లు నింపుకుని వచ్చి రైల్వే గేట్ మూసిన సమయంలో ఆగిన వాహనదారులకు అమ్మి ఆ వచ్చిన డబ్బుతో జీవనం సాగించేవాడు. ఒకరోజు రైల్వే గేట్ మూసిన సమయంలో ఖరీదైన కారు వచ్చి ఆగింది.

నాగయ్య చెంబులో నీళ్లు ముంచుకుని వెళ్లి "అయ్యా! ఈ నీళ్లతో దాహం తీర్చుకోండి. మీకు తోచినంత ఇవ్వండి" అని అర్థించాడు.

ఆ కారు నుండి సూటు, బూటు వేసుకున్న మారాజు దిగి "అరే పల్లెటూరి బైతూ, కారుపైన పడతావేంటి? ఈ కారు ఖరీదు కోటి రూపాయలు. గంజికి లేని నువ్వు బెంజికారుపై పడి దుమ్ము, ధూళీ అంటిస్తావా?" అని హేళనగా మాట్లాడాడు.

"అయ్యా! నేను కారును తాకలేదయ్యా" భయపడుతూ చెప్పాడు నాగయ్య.

ధనవంతుడు కేకలు వేస్తూ "నీ మురికి నీళ్లతో నాకు ఎటువంటి అవసరం లేదు. శుద్ధమైన జలాన్ని తాగే నాకు వీటి అవసరం లేదు" అన్నాడు.

అప్పటికే ధనవంతుడు చాలా దూరం నుండి కారులో ప్రయాణించడం వల్ల రేడియేటర్ చాలా వేడెక్కింది. ఇంతలో రైలు వెళ్లిపోవడంతో గేటు తీశారు. ధనవంతుడు బయలుదేరడానికి కారు తీశాడు. అనుకోకుండా కారు నుండి దట్టమైన పొగలు వచ్చాయి. ధనవంతుడు భయపడిపోయి కారు దిగి నాగయ్య వద్ద వున్న బిందె తీసుకుని రేడియేటర్‌లో నీళ్లు పోశాడు. వేడి తగ్గడంతో పెద్ద ప్రమాదం తప్పింది. బతుకుజీవుడా! అంటూ ధనవంతుడు నాగయ్య వైపు చూశాడు.

"పెద్దాయనా! పొరపాటు జరిగింది. ధనబలంతో మీరు చేస్తున్న సేవను గుర్తించకుండా ఇష్టానుసారంగా మాట్లాడాను. ఈ డబ్బు తీసుకుని హాయిగా జీవనం సాగిస్తూ ప్రజల దాహాన్ని తీర్చండి" అంటూ పెద్ద మొత్తంలో నాగయ్యకు డబ్బు ఇచ్చి, కృతజ్ఞతలు చెప్పి ధనవంతుడు వెళ్లిపోయాడు.

- షేక్ అబ్దుల్ హకీం జాని, తెనాలి

వార్త ఆదివారం

బాలగేయం

బడిదారి మొదలైంది!

ఆటలెన్నో ఆడుకున్నాం
పాటలెన్నో పాడుకున్నాం
కథలెన్నో చెప్పుకున్నాం
పొడుపులెన్నో విప్పుకున్నాం
పొడుపులెన్నో నేర్చుకున్నాం
పంచతంత్రం తిప్పుకున్నాం
పుస్తకాలన్నీ చదువుకున్నాం
సెలవులన్నీ అయిపోయాయి
బడిగదులు తెరుచుకున్నాయి
రేపటి నుంచి మళ్లీ బడిదారి
కొత్త బ్యాగు కొత్త పుస్తకాలు
కొత్త అధ్యాయాలు, కొత్త
వెలుగులు
మళ్ళీ కొత్త ఆటలు ఆడదాం
పాటలెన్నో పాడదాం
కథలెన్నో చెప్పుకుందాం
పొడుపులెన్నో విప్పుకుందాం
పొడుపులెన్నో నేర్చుకుందాం
కొత్త పుస్తకాలన్నీ చదువుకుందాం
గురువు మాటలు
మనసులో నాటుకుందాం
బంగారు భవిష్యత్తు దిశగా
నడుస్తూ పోదాం
జ్ఞాన దీపాలు జీవితం మొత్తం
వెలిగిద్దాం!

– చిత్రాడ కిషోర్ కుమార్

హలో ఫ్రెండ్...

చిన్నారుల ప్రశ్నలకు
వార్త సిఎండి, మేనేజింగ్ ఎడిటర్
గిరీష్ అంకుల్ సమాధానాలు

బి.మురళి, చిట్యాల

ప్రశ్న: అంతర్జాతీయ ఖగోళ దినోత్సవం ప్రాముఖ్యత ఏమిటి?

జవాబు: ఎన్ని పరిశోధనలు జరిపినా, ఎన్నెన్ని ఉపగ్రహాలను అంతరిక్షంలోకి పంపించినా మన విజ్ఞానతృష్ణకు, జిజ్ఞాసకు, తపనకు ఇంకా ఇంకా తెలుసుకోవాల్సిన అంశాలు అనేకం మిగిలే ఉంటాయి. వాస్తవం చెప్పాలంటే ఖగోళశాస్త్ర అధ్యయనానికి చరమవాక్యమంటూ ఉండదు, ఉండబోదు. అన్ని దేశాలలోని ఖగోళ శాస్త్రవేత్తలు ప్రతి సంవత్సరం ఏప్రిల్ నెల 26వ తేదీన 'అంతర్జాతీయ ఖగోళ శాస్త్ర దినోత్సవం' జరుపుకుంటున్నారు. తాము ఇంతవరకు చేసిన పరిశోధనలు ఏ స్థాయిలో ఫలితాలను అందచేసింది, సమీప భవిష్యత్తులో ఏఏ అధ్యయనాలను ఏ తీరులో కొనసాగించాలి మొదలైన అంశాల మీద సమీక్ష జరుపుతారు. విద్యాసంస్థలలో కూడా ఖగోళశాస్త్ర అధ్యయన ప్రాముఖ్యతను విద్యార్థులకు తేటతెల్లం చేయాలన్న లక్ష్యం కూడా ఉంది. మన దేశంలో పూర్తి స్థాయిలో జరగడం లేదు. పాఠశాల స్థాయి నుంచే ఖగోళశాస్త్ర ప్లానిటోరియంలకు తీసుకువెళ్లి, దీని గురించి వివరించాలని పలువురు శాస్త్రవేత్తలు చెబుతున్నారు.

ఎం. పావని, వరంగల్

ప్రశ్న: కృత్రిమ ఎమరాల్డ్‌లను తయారు చేయగలరా?

జవాబు: లేబొరేటరీలో తయారు చేస్తున్నారు. ఎమరాల్డ్‌లను తలపించే సింథటిక్ మరకతాలు తయారవుతున్నాయి. అసలైన ఎమరాల్డ్‌కీ, సింథటిక్‌తో రూపొందిన ఎమరాల్డ్‌కీ మధ్య తేడా కనిపెట్టాలంటే మైక్రోస్కోప్‌ను ఉపయోగించవలసిందే.

మేఘాలను చేతితో తాకవచ్చు!

భూమి మీద అసలు వర్షం పడని గ్రామం ఒకటి ఉంది. యెమెన్ దేశంలోని అల్ హుతైబ్ గ్రామంలో సంవత్సరం మొత్తంలో ఒక్కసారి కూడా వర్షం పడదు. యెమెన్ రాజధాని సనాకు పశ్చిమ దిశలో అల్ హుతైబ్ భూ ఉపరితలానికి 3200 కిలోమీటర్ల ఎత్తులో ఉంటుంది. ఇది మేఘాలు ఉండే ప్రాంతాని కంటే కూడా ఎత్తు. ఈ గ్రామంలో మేఘాలు కాళ్లకు తగులుతాయి. వీటిని చేతులతో తాకవచ్చు. మేఘాల కన్నా ఎత్తులో ఉండే గ్రామంలో ఎప్పుడూ వర్షం కురవదు. ఈ ప్రాంతంలో వాతావరణం కూడా చాలా భిన్నంగా ఉంటుంది. సూర్యుడు ఉదయించే వరకు చల్లగా ఉంటుంది. సూర్యుడు ఉదయించగానే ఎండ మండిపోతుంది. సూర్యుడు అస్తమించగానే ఉష్ణోగ్రతలు పడిపోతాయి. అల్‌హుతైబ్ గ్రామంలో అల్ బోహ్రా తెగలకు చెందిన ప్రజలు ఎక్కువగా ఉంటారు. వీరిని యెమెన్ కమ్యూనిటీస్‌గా పిలుస్తారు. మరో ఆశ్చర్యకరమైన విషయమేమిటంటే వీళ్ల భారత్‌లోని ముంబై నుంచి వచ్చినవారే.

ప్రపంచంలోనే అతి చిన్న రన్‌వే..

ప్రపంచంలోనే అతి చిన్న వాణిజ్య రన్‌వే నెదర్లాండ్స్ లోని సాబా ద్వీపంలోని జువాంచో ఇ.య్రాస్క్విన్

విమానాశ్రయంలో ఉంది. దీని పొడవు కేవలం నాలుగు వందల మీటర్లు.. అంటే 1,312 అడుగులు. ఈ ప్రత్యేకమైన ఎయిర్‌స్ట్రిప్ చుట్టూ కొండలు, సముద్రం ఉన్నాయి. ఇది అనుభవం ఉన్న పైలట్‌లకు కూడా సవాలుతో కూడిన ల్యాండింగ్ ప్రాంతం. వాణిజ్య విమానాలకు సాధారణంగా అవసరమైన దానికంటే రన్ వే పొడవు గణనీయంగా తక్కువగా ఉంటుంది. దీనివల్ల సురక్షితంగా ల్యాండ్ కావడం కష్టమైన విషయమే.

ఈ రన్‌వేకు రెండు వైపులా కొండచరియలు, సముద్రం విస్తరించి ఉండటంతో ఏ చిన్న పొరపాటు జరిగినా నష్టం అపారమే. జువాంచో ఇ. య్రాస్క్విన్ విమానాశ్రయం పొడవు తక్కువగా ఉండటం వల్ల చిన్న ప్రొపెల్లర్ విమానాలు, హెలికాప్టర్లు మాత్రమే పనిచేస్తాయి. నెదర్లాండ్‌లోని సబా అనే ద్వీపంలో ఉన్న ఈ విమానాశ్రయం అక్కడ ఉన్న జనాభాకు కీలకమైన అనుసంధానంగా పనిచేస్తున్నది.

వంట చేయటం ఎంతో తేలికిక..

వంట చేయడం పెద్ద పనేం కాదు.. అని చేయి తిరిగిన నిపుణులు చెబుతుంటారు. కానీ, ఇప్పుడు ఇదే మాటను వంట రానివారు కూడా చెప్పగలరు. వాళ్ల వంటగదిలో జిఇ కిచెన్ క్లబ్ ఉంటే చాలు. ఇదొక స్మార్ట్ టివి లాంటిది. 27 అంగుళాల డిస్‌ప్లేతో వస్తుంది. వంటగదిలో దీనిని అమర్చుకుంటే వంట ఎలా చేయాలో, ఏ వంటకు ఏమేం కావాలో, వండేటప్పుడు ఏయే పదార్థాలు ఎంత మోతాదులో వేయాలో ఎప్పటికప్పుడు చూపిస్తుంది. మొబైల్, ల్యాప్‌టాప్‌కు కనెక్ట్ చేసుకుని కూడా వాడుకోవచ్చు. చూశారా! వంట రాని వారికి కూడా ఈ టివి వంట నేర్పుతుందన్నమాట.

నిజంగానే..

మేనేజర్: మీ బంధువులు చనిపోయారని వారం రోజులు లీవ్ తీసుకున్నావు కదా! మళ్లీ లీవ్ అడుగుతావు ఏంటి?

ఉద్యోగి: అప్పుడు అబద్ధం చెప్పి లీవ్ తీసుకున్నాను. ఇప్పుడు నిజంగానే చనిపోయారు.

సిసి కెమెరాలున్నాయిగా..!

పూజారి: ఇంతకు ముందు మీ ఇద్దరు గుడికి తరచుగా వచ్చేవారు కదా. ఇప్పుడు రావడం లేదేంటి?

లవర్స్: ఇంతకుముందు గుడిలో సీ సీ కెమెరాలు లేవు.. ఇప్పుడు పెట్టారు కదా..!

పైకి వెళ్తారు..

శిష్యుడు: అక్రమ వ్యాపారాలు, అక్రమ సంబంధాలు మధ్య తేడా ఏమిటి?

గురువు: అక్రమ వ్యాపారాలు ఉంటే జైలుకి వెళ్తారు.. అక్రమ సంబంధాలు ఉంటే పైకి వెళ్తారు.

నిజంగానే..

అప్పారావు: సెల్‌ఫోన్ రేడియేషన్ ఎంత ప్రమాదమో తెలుసా? దాని వల్ల గుడ్డు నుండి పిల్ల బయటకు వస్తుంది.

సుబ్బారావు: కానీ నాకు పౌల్ట్రీ వ్యాపారాలు ఏమీ లేవు!

ఆఖరి కోరిక

జైలు అధికారి: రేపు నీకు ఉరిశిక్ష విధిస్తారు. నీ ఆఖరి కోరిక ఏమైనా ఉందా?

ఖైదీ: బిర్యానీతో తినాలని వుంది. దాంతోపాటు ఇంకొకటి కూడా ఉంది.

జైలు అధికారి: ఏంటది?

ఖైదీ: ఎక్కడ పడితే అక్కడ సీసీ కెమెరాలు పెట్టి మాలాంటి నేరస్తులను పట్టుకుంటున్నారు.. సీసీ కెమెరాలు వాడడం తగ్గించండి!

నేను చేసింది కరెక్టే!

పోలీస్: నువ్వు ఆ హోటల్లో బియ్యం బస్తాలు ఎందుకు దొంగతనం చేసావు?

దొంగ: నేను కరక్టే చేసాను.

పోలీస్: దొంగతనం చేయడం కరెక్టా?

దొంగ: అన్నంలో రాళ్లు వస్తున్నాయని ప్రతిరోజూ కస్టమర్లు గగ్గోలు పెడుతున్నారు. ఇప్పుడు ఆ బాధ ఉండదు కదా!

- ఎస్ కె.యాకూబ్ పాషా, ఖమ్మం

"చైన్ లాగండి, చైన్ లాగండి" అని రైల్లో ఒక వ్యక్తి అదే పనిగా అరుస్తున్నాడు.

"చైన్ లాగేశారు కదయ్యా! ఇంకా ఎందుకు అరుస్తున్నావ్?" పక్కనున్న వ్యక్తి అన్నాడు.

"అయితే ఇంకా రైలు ఆగలేదే!" అడిగాడు అరిచిన అతను.

"ఓర్నీ! నువ్వు చైన్ లాగమంది రైలు ఆపటానికా? వాడెవడో నీ మెళ్లో చైను లాక్కెళ్లాడు కదయ్యా!" పక్కనున్న అతను.

"ఆ... !" అంటూ నోరెళ్లబెట్టాడు అతను.

బ్రేక్ ఫెయిల్

"బ్రేక్ ఫెయిల్ అయిందని తెలిసీ కారు ఎందుకు నడిపావు?" డాక్టరు అడిగారు.

"అందులో మా ఆవిడ ఉంది సార్" అన్నాడు పేషెంట్.

"అంటే" అర్థంగాక అడిగాడు డాక్టర్.

"నా అదృష్టాన్ని పరీక్షించుకోవాలని అనుకున్నాను సార్.. కానీ నా బ్యాడ్ లక్" అన్నాడు పేషెంట్.

"నిజమే... బ్యాడ్ లక్. లేకుంటే నీకు కాళ్లు-చేతులు విరిగి, మీ ఆవిడ క్షేమంగా బయట పడటమేంటి?" పేషెంట్‌కు కట్లు కడుతూ అన్నాడు డాక్టర్.

- సదాశివరెడ్డి, తిరుపతి

యాచకులు

"రవీ! నీ గురించి చిరుగుల బట్టలేసుకున్న ఓ కుర్రాడు వచ్చాడురా!"

బయటకొచ్చి "నాన్నమ్మా! అతను నా ఫ్రెండ్ కోటేశ్వరరావు. చిరుగుల దుస్తులు వేసుకోవడం ఇప్పటి ఫ్యాషన్" అన్నాడు.

"ఓ... అలాగా! మా చిన్నతనంలో యాచకులు చిరుగుల బట్టలు వేసుకుని వచ్చేవాళ్లు".

హాస్య కవిత

ఎత్తు అయిదడుగులు
నల్లని పొడుగాటి జడ
జడ నిండా మల్లెలు
నీ వయ్యారాల నడకలకు
దాసుడినయ్యాను
నీ అడుగులో అడుగు వేస్తూ
నీ వెనకే నడిచాను.
నా భుజానికి నీ భుజం తగిలిస్తే
మంచి థ్రిల్ అనిపించింది.
కొంత దూరం వెళ్లిన తరువాత
బుగ్గ గిల్లితే తబ్బిబయ్యాను.
మలుపు తిరిగిన దగ్గర
ఇంకొకరి స్కూటరెక్కి
నువ్వు వెళ్లిన తరువాత
నా జేబు చూసుకుంటే
గుండె ఝల్లుమంది.

- వైదా ఈశ్వరరావు, విశాఖ

అనువాదకథ

ఎవరికి తెలుసు? నేనింకా నవ్వుతూనే వున్నాను. ఇంతకు ముందు పక్షిరెక్కలు కొట్టుకుంటున్నట్టు వస్తున్న నవ్వు నిజంగా ఆనందంతో కూడిన నవ్వే అని నువ్వు భావిస్తే సరే అలానే అనుకో. ప్రతీ రాత్రి పడుకునే ముందు మొటిమలు పోవడానికి క్రీమ్ రాసుకుంటాను. రోజూ సిల్కు చీరలే కట్టుకుంటాను. అద్దంలో చూసుకొని అసలు ఇవన్నీ ఎవరి కోసం చేస్తున్నట్టు! భర్త కూడా వదిలేసినప్పుడు అని.. నన్ను నేను ప్రశ్నించుకుంటాను. పరిస్థితి ఇంతకంటే బావుంటుందనీ అనుకోలేదు. ఎంతో ఆనందంతో పెళ్లి చేసుకున్న ఆ వ్యక్తి నుంచీ ఇంతకంటే ఏం పొందగలనని ఆశించాలి? కానీ మా ఆయన ఆ వ్యక్తిని నాకు పరిచయం చేసినప్పుడు ఏదో జరగబోతోందనే భయం లోలోపల కలుగుతున్నా పొగడ్తలలో మునిగితేలడంతో పెద్దగా పట్టించుకోలేదేం?

నాలో ప్రేమించాలన్న కోరిక పురివిప్పింది!

చదరంగం

మలయాళం : కమలాదాస్

తెలుగు అనువాదం: టి.లలిత ప్రసాద్

నేను ఎంతగానో ప్రేమించిన వ్యక్తి ముఖం మీద ముడతలు ముసలితనాన్ని చాటుతున్నాయి. నిటారుగా నిబడినప్పుడు, నడుస్తున్నప్పుడు భారంగా చేతులూపుతుంటే జీవంలేని తోలుబొమ్మ బలవంతంగా తనకు తానై కదులుతున్నట్టు అనిపిస్తోంది. ఈ ఆలోచనలతోనే ఆ చిన్న సినిమా హాల్లో చివరి వరుసలో ఒక్కదాన్ని కూచున్నాను. తెర మీద చిత్రంలో హీరో తన మాటలు, చేతలతో హీరోయిన్‌ని ఆకట్టుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తున్నాడు. కానీ నేను ఆ సీన్ మీద దృష్టి పెట్టలేకపోతున్నాను. పరిణితి చెందిన రంగం, నీరసపడిన నన్ను ప్రశ్నలతో కుళ్లబొడుస్తోంది. జీవితంలో కేవలం బాధను తప్ప ఇంకేమి ఇవ్వని ఆ మనిషినెలా ప్రేమించావని నిలదీస్తోంది. బాధను భరించలేకపోతున్నాను. స్క్రీన్ మీద నుంచి వస్తున్న వెలుగుతో కళ్లు మండుతున్నాయి. అచ్చం అతని రంగు, గొంతు, అతని శరీరం నుంచి వచ్చే వాసనా అన్నీ నా రక్తంలో కలిసిపోయినట్టుగా నా లోంచి నన్ను తీసేసి అతను నిండిపోయినట్టు, ఎవరో నీడలా నా ముందు నుంచి కదిలివెళ్లి పక్క సీట్లో కూచున్నాడు.

అతనో చైనావాడు. నా దగ్గరకు ఒక మగవాడు ఏరికోరి వచ్చినట్టు తాత్కాలికంగా ఉపశమనం పొందాను. సినిమాలో హీరో పేరు ప్రెస్లీ, అతను ఏదో పాడుతున్నాడు. ఇవాళ ఆ డాన్స్ పాటలు విసుగెత్తిస్తున్నాయెందుకో. స్క్రీన్‌కి దగ్గరగా వున్న వరుసలో కూచున్న అమ్మాయిలు రెచ్చిపోయి డాన్స్ చేస్తూ పాటలు పాడుతున్నారు. అసలు వాళ్ల ఆనందానికి నిజమైన కారణమేమిటో అర్థం గావటం లేదు. ఏదో తెలియని లోకంలోకి వెళ్ళినట్టు.. అక్కడి అర్థంకాని భాష వింటున్నట్టుంది నాకు. యవ్వనంలో ఉన్న వారంతా విని అర్థం చేసుకునే ఆ భాషని, కొన్ని నెలల క్రితం వరకూ బాగా ఎరిగినా ఇప్పుడు మర్చిపోయాను. ప్రేమ నన్ను పెద్దదాన్ని చేసిందా? యవ్వనాన్ని పారేసుకున్నానా? ఏమో చిన్న వయస్సులోనే జరిగిన పెళ్లి అందుకు సహకరించలేదు. అతను చూడ్డానికి అంతగా బాగుండడు. కానీ నమ్మదగ్గ, అభిమానించదగ్గవాడే. అతని మొహంలో గీతల గురించి ఇంతకు ముందు మీతో అన్నాను కదూ! అతని ప్రవర్తనలో నిజాయితీ లేకపోవచ్చుగానీ మాటలు మాత్రం స్నేహపూర్వకంగానే వున్నాయి. ఆ రోజు ఏం మాట్లాడుకున్నాం. కవిత్వం గురించా? ఏమో సరిగ్గా గుర్తు లేదు. విషయం కన్నా అనుభవం గొప్పది కదా.

అతని గొంతు వింటూనే వుండిపోయాను. చాలా సున్నితంగా, మెత్తగా కదిలిపోయే చక్రంలా వుందా స్వరం. అతను మాట్లాడటం గమనిస్తే ఇంద్రజాలికుడి టోపీలోంచి అంతకు ముందే వున్న వస్తువులు వరుసగా బయటికి వచ్చినట్టు ఒక ధారలా మాటలు ఉబుకుతుంటాయి. రోజూలాగా కాకుండా ఆ రోజు ముందే చీకటి పడింది. అతని గదిలో లైట్లు వెలుగుతున్నాయి. పుస్తకాలతో నిండిన షెల్ఫుకి ఆనుకుని కూచున్నాడు. గదంతా ఓ స్టేజిలా, పుస్తకాలన్నీ రంగస్థల వస్తు సామగ్రిలా అనిపించింది. తనకు తానో మేధావిలా పాత్రను సృష్టించుకున్నాడు. అదంతా చూసి అతని అమాయకత్వాన్ని క్షమించాను. అంతేకాదు.. అతని తీరుతెన్నుల్ని అభిమానించేంత వరకూ వెళ్లాను. అతన్ని ఎబ్బెట్టుగా అన్పించే మధ్యతరగతి ఆర్భాటంలో చూసి వుంటే మాత్రం ఇంతగా ఆకర్షితురాలినయ్యేదాన్ని కాదు. ఇంతవరకూ అతని నవ్వు గురించే చెప్పలేదు కదూ! పళ్లు పసుపు పచ్చగా వుంటాయి. ఒకటి కొంచెం బయటికి పొడుచుకు వచ్చినట్టుంటుంది. అయినా అతని మీద గౌరవ భావమే కలిగింది నాలో.

ఈ చైనా మనిషేంటి? ధైర్యం చేసి నా వంకే చూస్తున్నాడు? నేను ఏడుస్తున్నానన్న సంగతి అప్పటికిగానీ నేను గ్రహించలేదు. కళ్లద్దాలు తీసి మొహాన్ని చేతులతో కప్పుకున్నాను. మౌనంగా అతని పేరే జపిస్తున్నాను. సౌమ్యమూర్తి.. సౌమ్యమూర్తి ఏదో పూజ చేస్తున్నట్టు అలా అంటూనే వున్నాను. ఆహా.. ఏం పేరు! అందులో ఎంతో అందం వుంది. అసలా మాటకొస్తే అతనికి సంబంధించిన వాటిలో అందంగా లేనిదేది? ఇప్పుడు ముసలిదై, నిర్జీవంగా మారిన నా హృదయం తప్ప. ఇప్పుడతని వల్ల నాలో నిండిన ప్రేమ నా శరీరంలో ప్రతి అణువూ కోరుకుంటున్న ప్రేమే. నా చూపులు అతని మొహాన్ని చూస్తున్నాయి. 5 ముడతల్లో నిలిచిపోవాలని కోరుకుంటున్నాయి. నా చల్లని చేతులు, వేళ్ల అదే భావంతో వాటికి తోచినట్టు అవి కదులుతాయి. నా చేతులు, కాళ్లూ వాటి ప్రశాంతత కోసం వయసులో పెద్దవైన నా చేతులు, కాళ్లని పెనవేసుకోవాలనే కోరుకుంటున్నాయి.

సినిమాలో రొద పెరిగింది. నల్లని దుస్తుల్లో ఉన్న మ్యాజిక్ బ్యాండ్ గోల చేస్తూ ఏదో పాడుతున్నారు. ఆ బృందం నాయకుడు తెల్లని దుస్తుల్లో ముందు వరుసలో అచ్చం పిచ్చాడిలా గెంతుతున్నాడు. హాల్లో ప్రేక్షకులంతా అలా రెప్పవేయకుండా చేస్తున్నారు. ఆ హీరో వాళ్లను అంతగా ఆకట్టుకున్నాడు. నేను రుమాలుతో ముఖం తుడుచుకొని లేచాను. ఈ సినిమా మరో అరగంట ఇలా సాగుతూనే వుంటుంది. కానీ ఈ ఒంటరితనం మాత్రం నేను భరించలేకపోతున్నాను.

"మీరు వెళ్ళిపోతున్నారా?" పక్కన కూచున్న చైనావాడు అడిగాడు. నేను నవ్వాను. సమాజం ఏర్పరచిన కట్టుబాట్లు కొందరికి జీవితంలో ముందుకు వెళ్లేందుకు ఉపయోగపడతాయేమో కానీ నా లాంటి వారికి అవి ఎందుకూ పనికిరావు. "ఓ వ్యక్తిని మరిచిపోవాలని ఇక్కడికి వచ్చాను. కానీ ఫలించలేదు" అనేసి బయటకు వచ్చేశాను. చలికాలమైనా ఎంతో వేడిగా ఉక్కగా వుంది. కారు దగ్గరకు వెళుతూ వెనక్కి తిరిగి చూశాను.. ఆ చైనావాడు థియేటర్ బయట నిలబడి వున్నాడు. ఎండకి కళ్లు చిట్లించి చూస్తున్నాడు. వెంటనే కారు స్టార్ట్ చేశాను. నా మానసిక పరిస్థితి దాని పైనా ప్రభావం చూపింది. ఒకటి రెండు సార్లు మొరాయించి మరీ కదిలింది. కాలితో క్లచ్ గట్టిగా నొక్కి పెట్టాను. ఈ అర్థంలేని తొందరపాటు గురించి ఆలోచిస్తే నాకే నవ్వొస్తోంది.

స్ట్రాండ్ రోడ్డులో నెమ్మదిగా కారు నడుపుతూ వెళుతున్నాను. పక్కనున్న నదిలో పడవలు వెళుతున్నాయి. నీళ్లు మట్టి రంగులో వున్నాయి. దృశ్యం మొత్తం ఆయిల్ పెయింటింగ్‌లా పేలవంగా వుంది. కారు ఆపి అక్కడే ఓ చెట్టు కింద వున్న ఇనుప బెంచీ మీద కూర్చున్నాను. ఇలా అయితే నేనతన్ని మర్చిపోవడం అసాధ్యమనిపిస్తోంది.

ఒకసారి అతను మతం గురించి మాట్లాడాడు. నాకు బాగా గుర్తు. ఆరోజు చాలా ఎండగా వుంది. ఇదే బెంచ్ మీద కూచున్నాం. అతని కళ్ల కింద చారకలు, నా ఒళ్ళో రాలిపడిన ఆకు మీద గీతలు చాలా స్పష్టంగా చూశాను.

ఒక రోజున మా ఆయన నన్నడిగాడు.. "అతను నీ టీచరా?" అని. అతని గొంతులో గౌరవం, ఆనందం తొణికిసలాడాయి. అసలు నన్ను సౌమ్యమూర్తికి పరిచయం చేసింది ఆయనేగా. ఆ రోజుల్లో ఎంత ఆనందంగా వుండేదాన్నో.. నమ్మశక్యం కానంత ఆనందం. మా మధ్య సంబంధాన్ని ఇదమిద్ధంగా వివరించలేను.

చెంపదెబ్బల జ్ఞాపకాలన్నీ ఇంకా బాధిస్తున్నాయి నన్ను. అతనోసారి ఒక కథ చెప్పాడు. ఫేస్ మాస్క్ కొనుక్కొని దాన్ని ఇంట్లో దాచుకున్న వ్యక్తి కథ. ఆ వ్యక్తి నిరంతరం చదివేటప్పుడు తినేటప్పుడు ఆఖరికి పడుకునేటప్పుడు కూడా తొడుగుని చూడకుండా వుండలేడు. కానీ అది పరమ అసహ్యంగా వుండడంతో దాన్ని ధ్వంసం చేసేస్తాడు. అయినా మనసు లోంచి మాత్రం వాళ్ల తుడిచేయలేకపోతాడు. బయటికి కనిపించేవే మనసు లోపల వుంటాయి. "నీకు అంతేనని" అన్నాడు సౌమ్యమూర్తి.. తన కథని ముగిస్తూ.

నమ్మరుగానీ ఆ క్షణమే చచ్చిపోవాలనిపించింది. గూడు లాంటి ఈ శరీరాన్ని విడిచేసి, గువ్వలా అతని మనసులో వుండిపోవాలనిపించింది. చాలా యేళ్ల తర్వాత అతనూ ఆత్మ అయ్యాక ఇద్దరం ఈ చెట్టుకు రెండు గబ్బిలాల్లా ఊగుతాం. నా ఆలోచనలు ఇలా వుండగానే సౌమ్యమూర్తి నవ్వుతూ నా వంక చూశాడు. నవ్వాను, నా తన్మయత్వాన్ని గమనించలేదు.

ఒక రోజున మా ఆయన నన్నడిగాడు "అతను నీ టీచరా?" అని. అతని గొంతులో గౌరవం, ఆనందం తొణికిసలాడాయి. అసలు నన్ను సౌమ్యమూర్తికి పరిచయం చేసింది ఆయనేగా. ఆ రోజుల్లో ఎంత ఆనందంగా వుండేదాన్నో.. నమ్మశక్యం కానంత ఆనందం. మా మధ్య సంబంధాన్ని ఇదమిద్ధంగా వివరించలేను. అలాగని పేరు పెట్టలేను. ఒక విధంగా నా ప్రేమ చిన్న పిల్లల ప్రేమ లాంటిది. సాధారణ వ్యక్తి మనసు చెప్పినట్టే వింటాడు కానీ తరచి ప్రశ్నించుకోడు.

ఆ రోజుల్లో మా ఇంట్లో చీకటి గదుల్లో పచార్లు చేస్తుండేదాన్ని. ఏదో తెలియని ఆనందంలో పాటలు పాడేదాన్ని. ప్రతి అడుగూ నృత్యం చేస్తున్నట్టు ఉండేది. నన్ను నేను అద్దంలో చూసుకుని నవ్వుకునేదాన్ని. అలాంటి సమయంలో అతడు నా వెనకే వున్నట్టు అనిపించేది. నా బాల్యం తర్వాత ఒంటరితనం మొదటిసారిగా అప్పుడే మర్చిపోయాను. అల్లంత దూరంలో కథియవార్ నుంచి వచ్చిన ఓ సంచారి కుటుంబం వంటపనిలో వుంది. ఓ గోడకి అనుకుని కూచున్న ఎర్ర తలకట్టు వృక్తి నన్ను చూస్తున్నారు. ఇతరుల్లా అతనూ వున్నాడు. కానీ యవ్వనం తొడికిసలాడుతోంది.

"నువ్వు ధనవంతురాలివి, అందగత్తెవూ కావచ్చు. నీ శరీరానికి సువాసనలు వెదజల్లే సెంటు రాసి వుంటావు" అని అడుగుతున్నట్లు వున్నాయి అతని చూపులు.

చాలా ఇబ్బందిగా అనిపించింది. బెంచి మీంచి లేచి వాళ్లకు దగ్గరగా వెళ్లి నిలబడ్డాను.

ఓ మూడేళ్ల పాప పరుగున వచ్చి నా కాళ్లు పట్టుకుంది. నేను ఆ పాపను ఎత్తుకుని ముద్దు పెట్టుకున్నాను. ఆ పాప కొత్త లోకం చూసింది. అక్కడున్న ఆడమనిషి నా వైపు చూసి నవ్వింది. కానీ నవ్వులో పాప ఆనందాన్ని గుర్తించిన ఆనవాలు లేదు.

ఏం చేయాలో తోచక వెంటనే కారెక్కి అక్కడి నుండి బయలుదేరాను. ఫలానా చోటికి వెళ్లాలన్న గమ్యం లేదు.

ఓ రోడ్డు చివరికి వస్తే మరో రోడ్డులోకి తిరుగుతోంది. "ఇవాళ ఆదివారం, ఇంటికి వెళ్ళు. నెలుతురు సోకని ఆ గదిలోకి వెళ్ళు. నీకు నువ్వు గాయం చేసుకునేందుకు క్రూరత్వం నీలో వుండదు" అనుకున్నాను నాలో నేను. సౌమ్యమూర్తి పట్ల నాకున్నది ప్రేమగాక మోహమైతే ఆ రోజు అతన్ని కావలించుకునేందుకు ధైర్యం చేసేదాన్నేనా? కాదు.. అలా చేసేదాన్ని కాదు.

సౌమ్యమూర్తి నన్ను కూచోమని నా పక్కనే కూచున్నాడు. అతను వొణుకుతున్నాడని అనుకున్నాను. ఆ క్షణంలో అతనిపై గెలిచేదాన్నే నేను. అటువంటి విజయం అతనిలో కలిగే అవమాన భారాన్ని చూచాయగా చూస్తే క్రూరమైన ఆనందాన్నిచ్చేది.

"మర్చిపో.. మర్చిపో" అంటూ నాకు నేను సమాధానం చెప్పుకున్నాను. కానీ అతను మాత్రం "నువ్వు అంత త్వరగా మర్చిపోలేవు. నేనైతే అంతే!" అన్నాడు.

ఈ బేలత్వం మరణశిక్షలా నా జీవిత కాలాన్ని తగ్గిస్తున్నట్టుగా అనిపించింది. అతని చెంపల్ని ముద్దాడాను కనీసం ఈ చిన్నపాటి విజయన్నైనా పొందాలని ఆశిస్తూ. అతనలా ఎంతసేపు వుండిపోయాడో గుర్తులేదు. ఆ నిద్ర నుంచి పోనీ.. నా కౌగిలి నుంచి అంత త్వరగా విడిపోవాలని అతను అనుకోవడం లేదని తెలుసు నాకు.

"తను ఎప్పుడూ చేయదలచుకోకపోయినా ఎవరో బలవంతం చేసినట్టు మనిషి ఎందుకు తప్పు చేస్తాడు?" అని ప్రశ్నిస్తుంది భగవద్గీత. నా హృదయం భారమైంది. బాధతో తాత్కాలికంగానైనా అతని ప్రశాంతతను చెడగొట్టాను. గతంలో నేను ప్రేమించిన వారిని గుర్తు చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించాను. వేగంగా వెళ్ళే రైల్లోంచి చూసినప్పుడు చెదిరిపోయినట్టుండే మొహాల్లా స్పష్టంగా కనపడలేదు. నటులు అసలు లేని శిక్షణలో ఉన్నవారితో నాటకం రిహార్సల్స్ లాంటివిగా తోచాయి పూర్వ సంబంధాలు. ఇది అతనికి అంకితమయేందుకు చేసిందే. కానీ అతను వెనుదిరిగి వెళ్లడానికే ప్రయత్నిస్తున్నాడు.

"మనం ఇక ముందెప్పుడైనా కలుసుకుంటామా?" అని అడిగాను.

అతను నిజం చెప్పేస్తాడేమోనన్న ఆత్రుతతో మెడ చుట్టూ చేతులు వేసి "మనం తప్పకుండా కలుస్తామని ప్రామిస్ చేయి" అన్నాను. వెంటనే అప్పుడు నేను ప్రామిస్‌ను గుర్తు చేసుకున్నాను. అంతకు ముందు మా అమ్మ చనిపోనని ప్రామిస్ చేసినట్టు గుర్తు. కానీ ఆమె తన మాట నిలబెట్టుకోలేకపోయింది. ఇతని ప్రమాణమూ అంతేనేమో!

"ప్రామిస్ చేస్తున్నా! మళ్లీ మనం కలుసుకుంటాం" అన్నాడతను. ఆ తర్వాత మళ్లీ అతన్ని చూడనేలేదు. అదే మా చివరి కలయిక. ఆ రాత్రి మా ఆయన మంచం మీద కూచుని ఏడుస్తున్నాడు. బొమ్మలా కూచుని ఏడుస్తుండటం నన్ను కదిలించింది. ఆయన పక్కనే కూచున్నాను.

"నువ్వెందుకా పని చేశావ్!?" అని అడిగాడాయన.

"ఏం చేశాను?"

"అచలా! నువ్వు నన్ను ప్రేమించడం లేదు".

ఆ సాయంత్రం ఆయన సౌమ్యమూర్తిని కలవడానికి వెళ్ళాడు. ఏం జరిగిందో క్షణంలో తెలిసిపోయింది నాకు. అదో సాధారణ చర్యలా వెంటనే తీసిపారెయ్యడానికి ప్రయత్నించే అందరి మగాళ్లలో కనిపించే క్రూరత్వంలాగే అతనూ వదిలించేసుకోవాలని జరిగింది చెప్పి వుంటాడనుకున్నాను. నేను క్షమాపణలు కోరి అతన్ని అందరి కోవలో కట్టెయ్యదలచుకోలేదు.

"నేను మళ్లీ అతన్ని కలవను ప్రామిస్" అన్నాను.

నా ప్రమాణాన్ని నిలబెట్టుకోదల్చుకున్నాను. తప్పు చేశానన్న భారాన్ని ఇలా సగం నిజాలు చెప్పి తగ్గించుకోవాలని తప్పంతా సౌమ్యమూర్తిపై నెట్టి చేతులు కడిగేసుకోవాలనీ అనుకోలేదు. అతనికి భార్యా పిల్లలు వున్నారు. సంఘంలో పరువుంది. పైగా అతను యువకుడూ కాదు! తప్పు చేశానన్న భారాన్ని అతని భుజాలు మోయలేదు. కానీ నేను నన్ను నేను ప్రేమించుకోవడం కంటే, ఇతరులను ప్రేమించుకోవడం కంటే– ఇతరులను ప్రేమించడం మెదటిసారిగా తెలుసుకున్న అమాయకురాలిని. పైగా వయసులో వున్నాను. అతని అవమాన భారాన్ని విజేత పతాకంలా మోస్తాను.. ధైర్యంగా గర్వంగా.

కారు ఆపి ఇంటి మెట్లు ఎక్కి వచ్చేసరికి తలుపులు తీసే వున్నాయి. వరండాలో నీలిరంగు పూలతో వున్న కుండీ పక్కనే మా ఆయన కూర్చుని వున్నాడు. ఆయన్ని ఓదార్చే ధైర్యం చేయలేదు. తిన్నగా వెళ్లి నిద్రమాత్రలు తీసుకుని బెడ్ మీద కూచున్నాను. నా మాట నెరవేర్చుకోవాలంటే ఇదొక్కటే మార్గమా?

"ఎవరైనా చనిపోయే సమయంలో మరో వ్యక్తి రూపం గుర్తు చేసుకుంటే జ్ఞాపకాలతో ఆ రూపాన్ని పొందుతాడు" అని అంటారు. నేనిప్పుడు చనిపోతే పాపిలా అతని మనసులో వుండిపోతాను. అటువంటి మరణం నాకు వద్దు. నేను వుండదల్చుకోలేదు. అందంగా చక్కటి చిర్నవ్వులా స్వచ్ఛమైన వెలుగులా అతనిలో వుండాలని కోరుకుంటున్నాను. నిద్రమాత్రల సీసాని దాచేసి తిన్నగా వెళ్లి అద్దం దగ్గర నుంచున్నాను. "అచలా? ఓసి అమాయకురాలా! అనుకున్నాను.. తర్వాత నీ కళ్లలో నీ మొహమే ప్రతిబింబిస్తుంది. నీ చెవులు నీ గొంతునే వింటాయి ప్రామిస్.. ఈ ఒంటరితనాన్నే నువ్విక ప్రేమించాలి!" కారణం చెప్పలేనుగానీ ఎంతో ఆనందించాను. నా ఆలోచనా ధోరణిలో మార్పు వచ్చినందుకు నేనెందుకు ఇంతగా విరగబడి నవ్వుతున్నానో తెలుసుకోవడానికి ఆయన గది గుమ్మం వరకూ వచ్చాడు.

నా నవ్వుకి కారణం చెప్పలేను. ✦

> "నువ్వెందుకా పని చేశావ్!?" అని అడిగాడాయన. "ఏం చేశాను?" "అచలా! నువ్వు నన్ను ప్రేమించడం లేదు" ఆ సాయంత్రం ఆయన సౌమ్యమూర్తిని కలవడానికి వెళ్ళాడు. ఏం జరిగిందో క్షణంలో తెలిసిపోయింది.

తెలుగులో మాట్లాడుతున్నా రాయడం, చదవడం రాని తెలుగు భాషీయులు ప్రపంచం నలుమూలలా ఉన్నారు. మన దేశంలో కూడా అమ్మభాష ఇంట్లో మాట్లాడుతున్నా, రాయడం, చదవడం రానివారి సంఖ్య విపరీతంగా పెరుగుతోంది. మాతృభాషగా తెలుగును ప్రోత్సహించాలని అంటున్న యువ రాజకీయవేత్తలు ఇంగ్లీష్‌ను సొంతం చేసుకొన్నట్టే హిందీని మన భాషగా ప్రేమిద్దాం అంటున్నారు. కానీ తెలుగు ఊసు ఎత్తడం లేదు. తెలుగు అమ్మ అయితే, హిందీ పెద్దమ్మగా సంభవించాలంటున్నారు. అమ్మకు కూడు పెట్టనివాడు పెద్దమ్మను చూస్తాడా? హిందీని ఆదరించి దేశం మొత్తాన్ని ఏకం చేయాలని అనే ఆలోచన, కార్యాచరణ ఢిల్లీ పెద్దలు ఏనాడు నుంచో అమలు చేస్తున్నారు. రాజభాషగా హిందీని ఎప్పుడో కేంద్రం అవమానించుకుంటూ హిందీ, ఆంగ్లం వంటి భాషలపై ఆధారపడుతూ తెలుగు స్పృహ కోల్పోతున్నాం. తెలుగుతల్లికి మల్లెపూదండ వేసి, మంగళహారతులు పట్టాల్సిన జాతి, చిల్లర రాజకీయాల కోసం పరాయి భాషల ఆశ్రయం నిస్సిగ్గుగా కోరుతోంది. ఇక మాతృభాషా మాధ్యమం.. భారతదేశం అంతటా అంతర్జాతీయ భాషగా ఆంగ్లాన్ని అనుసరించక తప్పటం లేదు. కానీ రాష్ట్రాలలో విద్యా మాధ్యమం అస్తవ్యస్తంగా ఉంది. సాధారణంగా విద్యావంతులైన మేధావులు ఎక్కడ ఉన్నా, ప్రాథమిక స్థాయిలో తల్లిభాషలో చదువు బాలబాలికల భవిష్యత్‌ను మరింత ప్రతిభావంతంగా తీర్చిదిద్దుతుందని హెచ్చరిస్తున్నారు. ప్రైవేటు విద్యాసంస్థలు విద్యను మార్కెట్ డిమాండ్ ప్రకారం నేర్పించడం తమ హక్కుగా భావిస్తున్నాయి. ఇక రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు మాతృభాషా

అమ్మ-పెద్దమ్మ-మారు(టి) అమ్మ

సింహాసనం ఎక్కించింది. త్రిభాషా సూత్రం ప్రకారం దక్షిణాది రాష్ట్రాలలో కూడా హిందీని ప్రతిష్టింపచేయాలనే భాషాదాస్యాన్ని తమిళనాడు, బాహాటంగా వ్యతిరేకిస్తోంది. రాజకీయంగా ఆలోచిస్తే దేశానికి స్వాతంత్ర్యం వచ్చిన తర్వాత, రాష్ట్రాలుగా ఏర్పాటు చేయడమే దేశ అనైక్యతకు దారి తీస్తుందని నాటి ఢిల్లీ పెద్దలు కప్పదాటు వ్యవహారాలతో దశాబ్దాలుగా మాతృభాషలను నిర్జీవంగా చేశారు. ఆంధ్రరాష్ట్రం, ఒక కలగా మిగిలిపోవడంతో, పొట్టి శ్రీరాములుగారు, అమరజీవి అయితే గానీ తెలుగు రాష్ట్రం ఏర్పడలేదు. తెలుగు, కన్నడ, మలయాళ, తమిళభాషలు ఆయా రాష్ట్రాలలో ఐక్యత సాధించి, ఉత్తరాది రాజకీయ ఆధిపత్యాన్ని కాలుమోపకుండా చేస్తాయనే భయం ఢిల్లీ పెద్దలకు ఆనాటి నుంచే ఉంది. ఒక్క తమిళం తప్ప దక్షిణాదిన తల్లి భాషాభిమానం, తలెత్తకుండా దశాబ్దాలు గడిచిపోయాయి. ఇంతలో ప్రపంచీకరణ నేపథ్యంలో డిజిటల్ యుగం అవతరించింది. హిందీయేకాదు, ఏ భారతీయ భాషకు (తమిళం తప్ప) అవకాశం లేకుండా ఇంగ్లీష్‌కి ప్రాధాన్యత పెరిగింది. మహాకవి గురజాడ అప్పారావు, వ్యవహారిక ఉద్యమంలో కన్యాశుల్కంతో వెంకమ్మ వంటి పాత్ర ద్వారా ఆంగ్ల భాషా వ్యామోహాన్ని, వెర్రితలలు వేసే ధోరణులను గిరీశం ద్వారా ప్రదర్శింపచేస్తారు. కాళోజీ కొరడా ఝుళిపించారు. నుడి(భాష) క్షీణిస్తే జాతి నశిస్తుంది. అనేక చారిత్రక, సామాజిక, రాజకీయ కారణాల వల్ల అమ్మనుడిని

మాధ్యమంలో విద్యకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలి. కానీ తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలకు ఉద్యోగ, ఉపాధి, వ్యాపార రంగాలలో అధునాతన సాంకేతికత ద్వారా ఉజ్వల భవిష్యత్తు పొందాలనే పట్టుదల సహజంగా పరాయి భాషల ఆశ్రయానికి ప్రధాన కారణం. కేంద్రం ప్రవేశపెట్టిన జాతీయ విద్యావిధానం, ఆంగ్లం కంటే హిందీకి ప్రాధాన్యత ఇవ్వమంటోంది. కానీ రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు తను రాష్ట్ర మాతృభాష, సంస్కృతికి ప్రోత్సాహకరంగా వ్యవహరిస్తూనే ఆంగ్ల మాధ్యమానికి కొంత వెసులుబాటు కల్పించాలి. విశ్వవ్యాప్తంగా సర్వీసెస్ రంగంలో రాణించాలంటే ఆంగ్ల భాషా నైపుణ్యం అవసరం కావడంతో మధ్యతరగతి, పేదవర్గాలు కూడా ఆంగ్ల విద్యా సాధికారత కోరుతున్నాయి. ఒక విధంగా ఆర్థికంగా ఉన్నత వర్గాలకు, అత్యంత వ్యయభరితమైన, ప్రైవేట్ విద్యను భరించి, చెప్పించలేని మధ్య, పేద తరగతుల మధ్య ఈ విద్యా విధానం, సామాజిక అసమానతలకు కారణం అవుతోంది. తల్లిదండ్రులకు, పిల్లలకు వేర్వేరు మానసిక ఒత్తిడులకు కారణం అవుతున్న కార్పొరేట్ విద్యారంగాన్ని ప్రభుత్వం భుజాన వేసుకొంటే భవిష్యత్‌లో అపహాస్యం పాలయ్యే పరిస్థితులు పొంచి ఉన్నాయి. శాస్త్ర, సాంకేతిక, వైజ్ఞానిక రంగాలను సక్రమంగా అన్వయించుకొంటే మంచిదే కానీ, గుడ్డిగా అనుసరిస్తే కృత్రిమ మేధ అపరిష్కృత సమస్యలు తెస్తుంది. అమ్మ-పెద్దమ్మ-మారు(టి) అమ్మ అదీ త్రిభాషా సూత్రం.

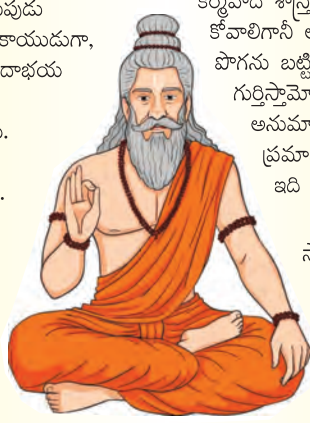
- జయసూర్య

యతి నియమాలు

సూతుడు ఒకసారి సన్యాసుల విధులను వివరిస్తూ "విభూతి రేఖలు ధరించి పంచోపచారాలతో గురుపూజ చేసి ఓం శ్రీయే నమః అని నమస్కరించుకోవాలి" అని చెప్పాడు. తర్వాత గణపతికి, దుర్గాదేవికి క్షేత్రపాలకులకు దోసిలి ఒగ్గి ఓం అస్త్రాయ ఫట్ అనుకోవాలి. విఘ్నాలు దూరం కావడం కోసం మూడు సార్లు కరతాళ ధ్వనులు చేయాలి. విఘ్నాలు పోయినట్లు భావించి ఆకాశం వైపు చూసి కూర్చుని ప్రాణాయామం చేయాలి.

హృదయగత జీవాత్మను సహస్రావంలోని పరమాత్మతో ఏకీభవింపజేసి సహస్రాలకమలంలోని అమృత ప్రవాహంతో తడపబడినవాడై సోహం అనుకోవాలి. అలా అనుకుంటూ సహస్రారగతమయిన జీవాత్మను విడదీసి హృదయ కమలంలోకి దింపి పంచ ప్రాణాలను నెలకొల్పి శంకరుడిని స్మరిస్తూ మనసులో రేగే వాంఛలను పరిహరించాలన్నారు. ప్రణవానికి ఋషి బ్రహ్మ ఛందస్సు గాయత్రి పరమాత్మ అయిన సదాశివుడు ఆకారం బీజం ఉకారం శక్తి మకారం కీలకం మోక్షార్థం వినియోగం, ఓం నమః అని కరాంగ విన్యాసాలు చేసుకోవాలి. 'అ' కారం బ్రహ్మ స్వరూపంగాను, 'ఉ' కారం విష్ణుస్వరూపంగాను, 'మ' కారం రుద్రస్వరూపంగాను భావించుకోవాలి.

అలాగే సూతుడు ప్రత్యేక శివపూజా విధి గురించి తెలియజేశాడు. యతులు శివపూజ చేసేటపుడు ముందుగా గణపతిని రక్తాభుడుగా, మహాకాయుడుగా, సర్వాభరణభూషితుడుగా, పాశాంకుశ వరదాభయ ముద్రలు దాల్చినవాడుగా, గజవదనుడిగా, సర్వవిఘ్న నాశకుడుగా ధ్యానించాలన్నారు. గంధం, పుష్పం, అక్షతలు, అరటిపళ్లు, కొబ్బరి మొదలైన వాటిని అర్పించుకోవాలి.



తర్వాత స్కంధ గాయత్రి జపిస్తూ కుమారస్వామిని ఉదయిస్తున్న బాలభాస్కరుడిగా, మయూర వాహనుడిగా, చతుర్భుజుడుగా, వరదా అభయహస్తుడిగా, మణికిరీటమకుటాది మండితుడుగాను ధ్యానించి ఉపచారాలు చేయాలి. అనంతరం అంతఃపురాధికారి అయిన నందీశ్వరుడిని మేలుసమానుడిగాను సౌమ్యుడు చతుర్భుజుడు త్రిశూలపాణి హరినటంకం బంగారుబెత్తం పట్టుకుని ఉన్నట్టుగా భావించి ధ్యానించి ఆయన కుడి వైపున మరుత్తరపుత్రిక అయిన సూయశ అమ్మవారి పాదాలంకరణ నిపుణురాలుగా భావించి గంధపుష్పాదులతో పూజించాలి. తర్వాత పంచబ్రహ్మ మంత్రాలతో శివధ్యానం చేయాలన్నారు.

శివభక్తుడైన యతి ప్రథమావరణంలో గణపతి కుమారస్వామి సద్యోజాత వాసుదేవ అఘోర తత్పురుష ఈశాన పరబ్రహ్మమూర్తులను పూజించాలి. ద్వితీయావరణంలో అనంతసూక్ష్మ శివోత్తమ ఏకనేత్ర ఏకరుద్ర త్రిమూర్తి శ్రీకంఠ శిఖండీసులను ఆరాధించాలి. మూడో ఆవరణంలో భవశర్వ ఈశాన రుద్ర పసుపతి ఉగ్రభీమ మహాదేవులనబడే అష్టమూర్తులను అర్చించాలి. చతుర్థావరణంలో విష్ణువును, వాసుదేవుడిని, అనిరుద్ధుడిని, సంకర్షనుడిని, బ్రహ్మను, హిరణ్యగర్భుడిని, విరాట్ పుష్కర కాలాలను సేవించాలి. పంచమావరణంలో లోకపాలకులను ఖడ్గపాశాంకుశ పినాక విజయ వజ్రాయుధ పరశుబాణాలను, క్షేత్రపాలుడిని కొలుచుకోవాలి.

ఆశ్రమ స్వీకారం రోజున గురువు నుంచి స్ఫటికలింగాన్ని స్వీకరించి దాన్ని నిత్యం ఆరాధిస్తుండాలి. చాతుర్మాస్యం మొదలైన పర్వరోజుల్లో ఏకాదశి రుద్రాభిషేకాది విశేష విధానాల్లో అర్చించాల్సి ఉంటుంది. పూజ తర్వాత చండీశ్వరుడికోసం ప్రత్యేకంగా శివ నిర్మాల్యం తీసి ఈశాన్య దిశయందుండాలి. శివనిర్మాల్యం స్వీకరించదగినదేకాని చండీశ్వరుడి వంతుకు వచ్చే నిర్మాల్యం మాత్రం ఎవరూ తీసుకోకూడదు. ప్రాణప్రయాణం వరకు కూడా నిత్యం శివలింగార్చన జరపనిదే శివ తీర్థ ప్రసాదాలు తీసుకోనిదే భోజనం చేయనని గురువు సన్నిధిలో ప్రతిజ్ఞ చేయాలి.

శివలింగం మీద ఉమామహేశ్వరుల విగ్రహాలను నెలకొల్పి పూజించవచ్చు. ఇది చాలా గోప్యం. కేవలం శుద్ధవిరాగులకు మాత్రమే ఇవి బోధించాలి. అలాగే సూతుడు ఒకప్పుడు వామదేవుడు ఈ సన్యాశాశ్రమం వైరాగాల్యను గురించి కుమారస్వామిని అడిగాడని అప్పుడాయన చెప్పిన సంగతులు తెలియజేశాడు. విజ్ఞానాభివృద్ధి నిమిత్తంగా కర్మవాద శాస్త్రీయవాదాలవంటి వాటిని వినాలి, తెలుసు కోవాలిగానీ అవే లోకమని పట్టుకు వేళ్లాడకూడదు. పొగను బట్టి పర్వతంలో అగ్ని ఉన్నదని ఎలా గుర్తిస్తామో అదేవిధంగా జగత్తునుబట్టి కర్త ఉన్నాడనే అనుమానం కలుగుతుందని, ఆ అనుమాన ప్రమాణంతో దైవాన్ని సాధించాలని చెబుతారు. ఇది శుద్ధమయిన తప్పని తెలుసుకోవాలి.

సాధకుడిని అనుగ్రహించి సాక్షాత్కరిస్తాడేగాని సర్వేశ్వరుడు అనుమానంతో సాధిస్తే ఏమాత్రం సాక్షాత్కరించడు. ఆరు కోశాలతో కూడుకుని ఉన్న శరీరంలో మూడు కోశాలు తల్లి వల్ల, మూడు కోశాలు తండ్రివల్ల ఏర్పడుతున్నాయి. దాన్ని బట్టి సృష్టి అంతా కూడా స్త్రీ పురుష సంయోగజన్యమేనని తెలుస్తోంది కదా! సచ్చిదానంద స్వరూపం అనే మాట స్త్రీ, పురుషుల సమరసీభూత సంయోగమూర్తి అనే అర్థాన్ని దాటుతోంది. అందువల్ల ఎల్లప్పుడూ శివశక్తి ఆత్మకమయిన శివలింగాన్ని ఆరాధించడమే శ్రేయస్కరమని తెలుసుకోవాలి. యతి పరిశుభ్రంగా స్నానం చేయాలి. భస్మ, రుద్రాక్ష ధారణ చేయాలి. ప్రణవనాదం జపించాలి. భిక్షాటనం, ఏకాంత వాసం చేయాలి. ఇవి తప్ప ఇంకేమీ చేయకూడదు. తాంబూలం, ఇత్తడి రాగి మొదలైన లోహపాత్రలుగాని, తెల్లని బట్టలుగాని, పగటినిద్ర, రాత్రి భోజనం నిషిద్ధం.

- యామిజాల జగదీశ్

సమస్యలు తీరడానికి ప్రత్యామ్నాయం?

వాస్తువార్త
వాస్తు విద్వాన్ సాయిశ్రీ
డా॥ దంతూరి పండరినాథ్
సెల్స్: 9885446501/9885449458

కె.అవినాష్, కడప

ప్రశ్న: నేను ఏ పనైనా అనుకుంటే అది సకాలంలో జరగడం లేదు. అప్పులు ఎక్కువ అవుతున్నాయి. నేను ఎవరికైనా డబ్బు అప్పుగా యిస్తే తిరిగి రావడం లేదు. ప్రస్తుతం అద్దె ఇంట్లో ఉంటున్నాను. ఏదైనా వాస్తు దోషం ఉన్నదా? నా సమస్య తీరే మార్గం చెప్పగలరు.

జవాబు: అనుకున్న పనులు నెరవేరకపోవటానికి, అప్పులు పెరగటానికి అనేక కారణాలుంటాయి. వాస్తు పరమైన దోషాల వలన ఇలాంటి ఇబ్బందులు ఎదురవుతుంటే వాస్తు దోషాలను సరిచేసుకోవటం వల్ల ఇబ్బందులు దూరమవుతాయి. వాస్తు బాగా లేనప్పుడు 'కర్మదోషాలు' తీవ్రంగా బాధిస్తాయి. అందువల్ల వాస్తు బాగా చేసుకోలేని పరిస్థితుల్లో (అద్దె ఇల్లు నివాసమైనప్పుడు) కర్మదోషాల తీవ్రతను తగ్గించుకునే సులభమైన మార్గాలను ఆశ్రయించటం ఉత్తమమైన పద్ధతి. అటువంటి అనేక మార్గాల్లో ఒక సులభతరమైన మార్గం ఆచరించి చూడండి.

శనివారం ఉదయం ఏదైనా గుడికిగానీ, మరేదైనా ప్రార్థనా మందిరానికిగానీ వెళ్లండి. ఉదయం 9 నుంచి 10.30 గం॥ మధ్యన మంచిది. దానం చేయటానికి మీకు ఇబ్బంది కలుగనంత చిల్లరను మాత్రమే తీసుకువెళ్లి అక్కడ వున్న భిక్షగాళ్లకు పంచండి. మొత్తం చిల్లరను పంచండి. మీ జేబులోగానీ, పర్సులోగానీ డబ్బులు మిగలకూడదు. అలాగే తిరిగి వచ్చేసి మీ దైనందిన కార్యక్రమాలు నిర్వర్తించుకోండి. తరువాత ఆ వారం (7 రోజులు) మీకెలా గడుస్తాయో గమనించండి. మీరే ఆశ్చర్యపోతారు.

ఉత్తర ముఖం స్థలాలే కొనాలా?

సి.వనజ, వనస్థలిపురం

ప్రశ్న: మేం ఇల్లు కట్టుకోవడానికి ఒక మంచి స్థలం కొనాలని అనుకుంటున్నాం. కానీ పడమర, దక్షిణ ముఖాలు వున్న స్థలాలే దొరుకుతున్నాయి. తూర్పు, ఉత్తర ముఖం స్థలాలే కొనాలా? లేక ఏదయినా పరవాలేదా? అలాగే మా ఇద్దరిలో ఎవరి పేరు మీద స్థలం కొంటే యోగిస్తుందో తెలియజేయగలరు.

జవాబు: వ్యవహార నామ రీత్యా మీ ఇద్దరికీ ఉత్తరం లేదా ఉత్తర ఈశాన్య ముఖద్వారం వున్న ఇళ్లు చక్కగా యోగిస్తాయి. ఖాళీ స్థలం కొంటే ఉత్తరంలో వీధి ఉన్న ఖాళీ స్థలం కొనండి. ఒకవేళ ఫ్లాట్ కొనాలనుకుంటే ఉత్తర ముఖద్వారం లేదా ఉత్తర ఈశాన్య ముఖద్వారం ఉన్న ఫ్లాట్ కొనండి. ఆ కాంప్లెక్స్‌కీ వీధి ఏ దిక్కులో వున్నా ఫరవాలేదు.

వాస్తు దోషాలున్నాయా?

ఎస్.కె., నంద్యాల

ప్రశ్న: నేను ఏదయినా పని చేయాలనుకుంటే అది పూర్తి కావడం లేదు. రోజు రోజుకీ అప్పులు పెరిగిపోతున్నాయి. నేను ఎవరికైనా డబ్బు అప్పుగా ఇచ్చినా నాకు తిరిగి రావడం లేదు. వాస్తు సమస్యలు ఏమైనా ఉన్నాయా? ప్రస్తుతం నేను ఉత్తర ముఖం ఉన్న బాడుగ ఇంట్లో ఉంటున్నాను.

జవాబు: మీ వ్యవహార నామ రీత్యా మీకు దక్షిణ సింహద్వారం గృహం చక్కగా యోగిస్తుంది. అందుకు వ్యతిరేక దిశలో ఉన్న ఉత్తర ద్వార గృహంలో మీరు ఉంటున్నారు. కాబట్టి కూడా మీకు అనేక రకాల వ్యతిరేక ఫలితాలు వచ్చే అవకాశముంది. ఒకసారి మీరు దక్షిణ ద్వారమున్న (వాస్తు సాధారణ నియమాలకు తగ్గట్టుగా ఉండాలి) గృహంలోకి మారి చూడండి. మెరుగైన ఫలితాలు తప్పనిసరిగా పొందుతారు.

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:..

సర్ప దోష నివారణ క్షేత్రం

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో విశేష ఆలయాలు ఎన్నో నెలకొని ఉన్నాయి. గ్రామ గ్రామాన ఒక పురాతన ఆలయం తప్పనిసరిగా కనపడి తీరుతుంది. ఈ కారణంగా మారుమూల పల్లెలలో కూడా హిందూమత సౌరభం నేటికీ వెల్లివిరుస్తోంది. నదీతీరాలు ఋషి వాటికలకు నిలయాలు, మహర్షులు నియమబద్ధంగా నిర్వహించుకొనే అనుష్ఠానానికి, పూజాదులకు, యజ్ఞయాగాదులు, ఇతర నిత్య కర్మలకు నీరు అత్యంత ఆవశ్యకం. అందుకే అంటారు "జలం జీవం" అని. ఒక్కరోజు నీరు లేకపోతే నిత్య జీవితాలు ఎంత తల్లకిందులు అవుతాయో మనందరికీ అనుభవమే!

కొన్ని వందల సంవత్సరాల క్రితం పావన నదీ తీరాలలో మహర్షులు తమ నిత్య పూజల నిమిత్తం ప్రతిష్ఠించుకొన్న లింగాలు, అర్చనామూర్తులు నేటికీ మన రాష్ట్రంలో అనేక ప్రాంతాలలో కనిపిస్తాయి. పెన్నా, గోదావరి, కృష్ణా, వంశధార, నాగావళి నదీతీరాలు కొన్ని వేల సంవత్సరాల నాగరికతకు, దేవదేవుని చేరుకొనే ఆధ్యాత్మిక మార్గానికి స్థావరాలు. లెక్కలేనన్ని ఆలయాలు ఈ నదీ తీరాలలో కనిపిస్తాయి. అలాంటి వాటిలో నేటి పల్నాడు జిల్లా పిడుగురాళ్ల పట్టణానికి సమీపంలో కృష్ణవేణి తీరంలో నెలకొని ఉన్న శ్రీ గంగా భ్రమరాంబ సమేత శ్రీ బుగ్గ మల్లేశ్వర స్వామి ఆలయం ఒకటి.

క్షేత్ర గాథ

తొలి ఆలయ సముదాయాన్ని ఎవరు నిర్మించారన్న విషయాలు వెలుగులోకి రాలేదు. కొన్ని వందల సంవత్సరాల క్రితం మునివాటిక అయిన ఈ ప్రదేశంలో ఎందరో తాపసులు సర్వాంతర్యామి అనుగ్రహం కోసం తపస్సు చేసి ముక్తిని పొందారన్నది క్షేత్ర గాథ. అనేక మంది అవధూతలు, పీఠాధిపతులు ఈ క్షేత్రాన్ని సందర్శించి అదే విషయాన్ని నిర్ధారించారు. కానీ ప్రస్తుత ఆలయాన్ని పద్దెనిమిదో శతాబ్దంలో అమరావతిని రాజధానిగా చేసుకొని ఈ ప్రాంతాన్ని పాలించిన రాజా వాసిరెడ్డి వేంకటాద్రి నాయుడు నిర్మించారని తెలుస్తోంది. రాజ్య సంచారం చేస్తూ వెంకటాద్రి నాయుడు ఈ ప్రాంతానికి వచ్చారట. శిథిలావస్థలో ఉన్న ఆలయం గురించి విని పునరుద్ధరణ చేసి ఆలయ నిర్వహణకు ధన, వస్తు మాన్యాలు సమర్పించుకొన్నారట. అనంతర కాలంలో స్థానిక గ్రామ పెద్ద ఆలయ నిర్వహణ బాధ్యతలు స్వయంగా తీసుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. నేటికీ వారి వంశంవారే ఆలయ ధర్మకర్తలుగా ఉన్నట్లు సమాచారం.

నాగ బంధం

ప్రధాన ఆలయం వెలుపలి గోడ పైన అరుదైన "నాగ బంధం" చెక్కబడి ఉండటం మోర్జంపాడు శివాలయంలో కనిపించే అత్యంత అరుదైన విషయం. ఈ నాగ బంధాన్ని పూజించడం వలన బుద్ధిమాంద్యం తొలగిపోతుంది, చదువులో ఏకాగ్రత పెరుగుతుంది, సర్ప దోష నివారణ కలుగుతుందని భక్తులు భావిస్తారు. భక్తులు ప్రత్యేక పూజలు చేస్తుంటారు. నాగ బంధం అన్న విషయం తిరువనంతపురంలోని ప్రముఖ శ్రీ అనంత పద్మనాభస్వామి ఆలయం ద్వారా అందరికీ తెలిసింది. ముఖ్యంగా ఆలయాలలో నాగ బంధం వేయడానికి గల కారణం రక్షణ. ఆలయానికి, ఆలయ నిర్మాణానికి, సంపదకు మంత్ర బద్ధమైన కాపలా అని చెప్పుకోవచ్చు.

గిద్దలూరుకు సమీపంలోని మోక్షగుండం గ్రామంలో కొండ పైన కొలువైన శ్రీ ముక్తేశ్వర స్వామి ఆలయంలో; గుంటూరుకు సమీపంలోని నంబూరు గ్రామంలో గల శ్రీ మల్లేశ్వర స్వామి ఆలయంలోనూ ఈ నాగ బంధాలు కనిపిస్తాయి.

ఆలయ విశేషాలు

తూర్పు ముఖంగా విశాల ప్రాంగణంలో నెలకొని ఉన్న శ్రీ భ్రమరాంబ సమేత శ్రీ మల్లేశ్వర స్వామి వారు కొలువైన మోర్జంపాడు క్షేత్రంలో ఎన్నో ఉపాలయాలు కనపడతాయి. మరెన్నో విశేషాలు, భక్తుల విశ్వాసాలతో ముడిపడి ఉన్న ప్రత్యేకతలు కనపడతాయి. మోర్జంపాడు ఆలయం శివకేశవ నిలయం. ప్రాంగణ నైరుతిలో శ్రీ సీతారామ లక్ష్మణ స్వామి వారి ఉపాలయం నెలకొని ఉంటుంది. పక్కనే క్షేత్ర పాలకుడు రుద్రాంశ సంభూతుడు అయిన అంజనా సుతుడైన శ్రీ ఆంజనేయ స్వామివారి సన్నిధి. ప్రాంగణంలో పెద్ద పెద్ద వాల్మీకాలు కనపడతాయి. అర్హులైన భక్తులకు నాగరాజ సందర్శనం లభిస్తుందని చెబుతారు. వివాహం కాని యువతీ యువకులు, పిల్లలు లేని దంపతులు ఈ పుట్టలకు ప్రత్యేక పూజలు చేయిస్తే మనోభీష్టాలు నెరవేరుతాయని భక్తుల విశ్వాసం. సుందరంగా రాతితో నిర్మించబడిన చిన్న ముఖమండపంలో ద్వారానికి ఇరు పక్కలా ద్వారపాలకులు ఉంటారు. అర్ధమండపంలో శ్రీ గణపతి, శ్రీ కుమారస్వామి, శ్రీ వీరభద్రుడు, శ్రీ భద్రకాళీ అమ్మవారు దర్శనమిస్తారు.

గర్భాలయంలో నర్మద లింగ రూపంలో శ్రీ గంగా భ్రమరాంబ సమేత శ్రీ మల్లేశ్వర స్వామి వారు చందన విభూతి, కుంకుమ లేపనలతో, రమణీయ పుష్ప అలంకరణలో నాగాభరణం ధరించి నేత్రపర్వంగా దర్శనమిస్తారు. శ్రీశైలంలో ఆకాశ గంగ ఉంటుంది. కానీ మోర్జంపాడు శివయ్య పక్కన పాతాళ గంగ కనపడుతుంది.

లింగరాజు పక్కన కొలువైన గంగమ్మ ఎక్కడి నుండి వస్తుందో తెలియదు. కానీ సర్వకాల సర్వావస్థలయందు స్వచ్ఛమైన నీరు ఆ చిన్న గుంటలో కనపడుతుంది. ఎంత తీసినా తరగదు. ఉదయం తొమ్మిది గంటల లోపల భక్తులు స్వయంగా శ్రీశైలంలో లభించే స్పర్శ దర్శనం మాదిరి స్వామివారికి అభిషేకం చేసుకొనే అద్భుత అవకాశం ఇక్కడ లభిస్తుంది. పక్కనే నీటి బుగ్గ ఉండటం వలన స్వామిని “బుగ్గ మల్లేశ్వరుడు” అని స్థానికులు పిలుస్తుంటారు.

ఉత్సవాలు

ప్రతిరోజు ఆలయం ఉదయం నుండి మధ్యాహ్నం వరకు తెరిచి ఉంటుంది. ఆ తరువాత కూడా దర్శనం లభిస్తుంది. కానీ అభిషేక అర్చనాదులకు అవకాశం లేదు. ఈ ఆలయంలో మహా శివరాత్రి పర్వదినాన్ని అత్యంత ఘనంగా నిర్వహిస్తారు.

ప్రతిరోజు దూర ప్రాంతాల నుండి వచ్చే భక్తుల కోసం దాతల సహకారంతో అన్న ప్రసాదం ఏర్పాటు చేశారు. శివ దీక్ష సమయంలో పెద్ద సంఖ్యలో దీక్ష తీసుకొన్న భక్తులు వస్తుంటారు.

పలనాటి శ్రీశైలం

ద్వాదశ జ్యోతిర్లింగ, అష్టాదశ పీఠాలలో ఒకటిగా ప్రసిద్ధికెక్కిన మహా దివ్య తీర్థ పుణ్య క్షేత్రం శ్రీశైలంతో కొన్ని పోలికలు ఉండటం ఆశ్చర్యం కలిగిస్తుంది. అవి కూడా స్పష్టంగా కనిపించేవి కావడం మరింత అబ్బురంగా అనిపిస్తుంది.

శ్రీశైలం మహారణ్యం నల్లమలలో నెలకొని ఉన్నది. కృష్ణా నది శ్రీశైల క్షేత్రానికి ఉత్తర వాహినిగా ప్రవహిస్తుంది. అక్కడ వెలసిన ఆదిదంపతులు శ్రీ భ్రమరాంబ దేవి సమేత శ్రీ మల్లేశ్వర స్వామి.

అమ్మవారు స్వామివారి ఆలయానికి వెనుక అంటే పడమర వాయువ్యంలో కొంచెం ఎత్తులో ప్రత్యేక సన్నిధిలో కొలువై ఉంటారు. ఆలయ తీర్థాన్ని ‘ఆకాశ గంగ’ అని పిలుస్తారు. ఎన్నో ఉపాలయాలు ఉన్నప్పటికీ శ్రీ వృద్ధ మల్లేశ్వర స్వామి పట్ల భక్తులు చూపే భక్తి ప్రత్యేకమైనది. దరిదాపుగా ఇవే మోర్జంపాడు శివాలయంలో కనిపిస్తాయి. ఇక్కడ కూడా కృష్ణా నది క్షేత్రానికి ఉత్తర దిశగా ప్రవహిస్తుంది. ఆలయం అటవీ ప్రాంతంలో ఊరికి దూరంగా ఉంటుంది. తూర్పు ముఖంగా ఉండే ఈ ఆలయ ప్రాంగణం విశాలంగా కనపడుతుంది.

శ్రీ మల్లేశ్వర స్వామి వారి సన్నిధి పక్కనే ఉన్న మరో సన్నిధిలో శ్రీ వృద్ధ మల్లేశ్వర స్వామి దర్శనమిస్తారు. శ్రీశైలంలో మాదిరి అమ్మవారు ప్రధాన ఆలయానికి వెనుక పక్కన వాయువ్య దిశలో ఎత్తైన ప్రదేశంలో ప్రత్యేక సన్నిధిలో దర్శనం ప్రసాదిస్తారు. స్వామివారి గర్భాలయంలో గంగాధరుని పక్కనే పాతాళ గంగ ఉండటం అత్యంత ముఖ్య విషయం. అందువల్ల శ్రీ భ్రమరాంబ సమేత శ్రీ మల్లేశ్వర స్వామి కొలువైన మోర్జంపాడు పలనాటి శ్రీశైలంగా ప్రసిద్ధి. శ్రీశైలం వెళ్లలేనివారు ఈ క్షేత్రానికి వస్తుంటారు.

గ్రామంలో శ్రీ లక్ష్మీనరసింహస్వామి ఆలయం, శ్రీ ఆంజనేయస్వామి మందిరం నెలకొని ఉన్నాయి.

ఇన్ని విశేషాల శ్రీ గంగా భ్రమరాంబ సమేత బుగ్గ మల్లేశ్వర స్వామి కొలువు తీరిన మోర్జంపాడు, గుంటూరు నుండి హైదరాబాద్ వెళ్లే దారిలో వచ్చే పిడుగురాళ్ల పట్టణానికి ఇరవై కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉంటుంది. పిడుగురాళ్లకు రాష్ట్రంలోని అన్ని ప్రాంతాల నుండి చేరుకోడానికి రైలు, బస్సు సౌకర్యం లభిస్తుంది. స్థానికంగా అందుబాటు ధరలలో వసతి సౌకర్యాలు లభిస్తాయి.

– ఇలపావులూరి వెంకటేశ్వర్లు

సరదా రచనలకు ఆహ్వానం

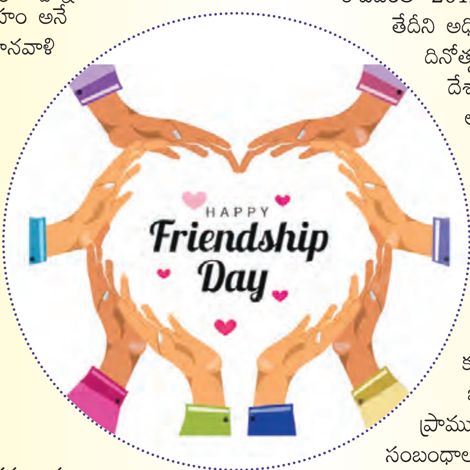
జోక్స్, ప్యారడీ పాటలు, సరదా అనుభవాలు, పంచ్ డైలాగులు వగైరాలు పంపితే పరిశీలించి, బాగుంటే ప్రచురిస్తాం. దయచేసి కాపీ రచనలు పంపకండి. మీ రచనలు పంపించవలసిన చిరునామా: నవ్వుల్..రువ్వుల్, ఎడిటర్, ఆదివారం వార్త, నం.396, లోయర్ ట్యాంక్‌బండ్, హైదరాబాద్-500 080.
sunmagvaartha@gmail.com

– శాస్త్ర పండితుడైనప్పటికీ లోకజ్ఞానం లేకుంటే మూర్ఖునితో సమానమే. – చాణక్యుడు

– తట్టెడు విద్యను ఉపయోగించడానికి బుట్టెడు లోకజ్ఞానం కావాలి. – పర్షియన్ సామెత

స్నేహం ఉన్న చోటే జీవితం

స్నేహం అనేది మానవ జీవితంలో అత్యంత విలువైన బంధం. ఇది హృదయాన్ని తాకే అనుభూతి మాత్రమే కాదు, మనిషి వ్యక్తిత్వాన్ని మలిచే శక్తివంతమైన విలువ. స్నేహం అనే భావన ఎప్పటి నుంచో మానవాళి సంస్కృతిలో ప్రాధాన్యత పొందినది. అది భాషలకు, జాతులకూ, వర్గాలకూ అతీతంగా విశ్వ మానవతను నింప గలదు. అలాంటి గుణాత్మక సంబంధానికి అంకితంగా ప్రతి సంవత్సరం జరుపుకునే అంతర్జాతీయ స్నేహ దినోత్సవం ఈ రోజుల్లో మరింత ప్రాధాన్యం సంతరించుకుంటోంది.



స్నేహం అంటే ఒకరినొకరు అర్థం చేసుకోవడం మాత్రమే కాదు, హృదయాల మధ్య నిశ్చల నమ్మకం, స్థిరమైన అనుబంధం. ఇది సమాజాన్ని పరస్పర సహకారానికి దారితీసే బంధక వలయంలా పనిచేస్తుంది. వ్యక్తిగత సంబంధాల నుంచీ, అంతర్జాతీయ రాజకీయం దాకా ప్రతి స్థాయిలో స్నేహం ఒక ప్రభావవంతమైన శక్తిగా కనిపిస్తోంది.

స్నేహబంధానికి చరిత్రతో అక్షరాలున్నాయి. పురాతన భారతీయ సాహిత్యంలో సఖ్యం అనే భావన ఎంతో ప్రాచుర్యంలో ఉంది. వేదాలలో మిత్రం ప్రియం ధర్మమిచ్ఛతి అనే వాక్యం స్నేహానికి ఉన్న ప్రాముఖ్యతను స్పష్టంగా తెలియజేస్తుంది. మహాభారతంలో కృష్ణుడు-అర్జునుడు, కర్ణుడు-దుర్యోధనుడు మధ్య ఉన్న స్నేహం ఆదర్శంగా నిలుస్తుంది. నీతి నిబద్ధతకు నిలువెత్తు ఉదాహరణగా వీటి ప్రస్తావన ప్రాముఖ్యంగా వస్తుంది. శ్రీకృష్ణుడు-కుచేలుని మధ్య ఉన్న అనుబంధం సామాజిక స్థాయిలు, ధన దౌలత్యం కంటే బంధం గొప్పదని చెప్పే సందేశంగా నిలుస్తుంది.

ఇలాంటి గొప్ప భావోద్వేగానికి గుర్తింపుగా అంతర్జాతీయ స్నేహ దినోత్సవం ఆవిర్భవించింది. దీనికి పునాది వేసింది పారాగ్వే దేశానికి చెందిన డాక్టర్ రామోన్ ఆర్టెమియో బ్రాచో 1958లో ప్రారంభించిన విశ్వ స్నేహ క్రూసేడ్. ఈ ఉద్యమం ప్రపంచంలో శాంతిని, మానవతను ప్రోత్సహించేందుకు స్నేహాన్ని ఓ సాధనంగా ఉపయోగించాలని కోరింది. ఈ ఉద్యమం విజయవంతం కావడంతో 2011లో ఐక్యరాజ్య సమితి జూలై 30వ తేదీని అధికారికంగా అంతర్జాతీయ స్నేహ దినోత్సవంగా ప్రకటించింది. అయితే కొన్ని దేశాలు, ముఖ్యంగా భారతదేశం, అమెరికా, నేపాల్, మలేషియా, బంగ్లాదేశ్, పాకిస్తాన్, అర్జెంటీనా వంటి దేశాల్లో ఈ దినోత్సవాన్ని ఆగస్టు మొదటి ఆదివారంలో జరుపుకునే సంప్రదాయం ఉంది. విద్యార్థులు, యువత, ఉద్యోగులు ఈ దినాన్ని తమ తమ భాషలో, పద్ధతుల్లో హర్షాతిరేకాలతో జరుపుకుంటారు.

ఇలాంటి రోజుల్లో స్నేహ బంధాల ప్రాముఖ్యత మరింత పెరిగింది. మానవ సంబంధాలు రోజురోజుకీ మారుతున్న సమయంలో, స్నేహం ఒక శాశ్వతమైన విలువగా నిలుస్తోంది. డిజిటల్ యుగంలో వందల మంది ఫ్రెండ్స్ ఉన్నా, మన జీవితంలో ఒక్కరయినా హృదయానుబంధం కలిగిన స్నేహితులు ఉండటం ఓ అదృష్టం. సోషల్ మీడియాలో మెసేజ్‌లు, పోస్టులు, ఫొటోలు పరస్పర బంధానికి ప్రతీకలు కావచ్చు, కానీ మానవీయత, స్పర్శ, సమయం ఇచ్చే సహచర్యాన్ని ఏమాత్రం భర్తీ చేయలేవు.

స్నేహ దినోత్సవం సందర్భంగా విద్యాసంస్థల్లో విద్యార్థులు తమ మధ్య ఉన్న బంధాలను కొత్తగా అనుభవిస్తూ, ఫ్రెండ్‌షిప్ బ్యాండ్స్, గిఫ్ట్‌లు, చిన్న చిన్న పార్టీలతో స్నేహానికి కొత్త అర్థం ఇస్తుంటారు.

కార్యాలయాల్లో సహోద్యోగుల మధ్య మానవ సంబంధాలను మెరుగుపరచేందుకు సంస్థలు ప్రత్యేక కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తాయి. సోషల్ మీడియా వేదికగా పాత జ్ఞాపకాలను పంచుకుంటూ, నా బెస్ట్ ఫ్రెండ్ అని ఫోటోలు, వీడియోలతో సందేశాలు పోస్ట్ చేస్తూ ఆనందాన్ని పంచుకుంటారు. అయితే స్నేహం అంటే కేవలం ఆనంద క్షణాల్లో మనతో ఉండే వ్యక్తి మాత్రమే కాదు, మన బాధలో భాగస్వామ్యం అయ్యే వ్యక్తి అని ఈ రోజును గడిపేటప్పుడు మనం మరచి పోకూడదు. మన అసమర్థతను అంగీకరించే, మన లోపాలను సైతం ప్రేమించే వ్యక్తులే స్నేహితులు. అటువంటి నిజమైన స్నేహితులే జీవితంలో నమ్మదగిన దారి దీపాలు.

మన సమాజంలో స్నేహం ఒక ఆధునిక సామరస్య శక్తిగా మారుతోంది. విభిన్న జాతుల, భాషల మధ్య ఉన్న గోడలను కూల్చే సామర్థ్యం దీని సొంతం. పిల్లల మధ్య పెరిగే మైత్రి, టీనేజర్ల మధ్య పుష్కలమైన ఉల్లాస బంధం, వృద్ధుల మధ్య పెరిగే అనుబంధ చైతన్యం – ఇవన్నీ మానవ సమాజంలో అసాధారణ శాంతి వాతావరణానికి ఆధార భూతమవుతాయి. అంతేకాదు, స్నేహం గల రాజకీయ నాయకులు సామాజిక కలహాలకూ, దేశాల మధ్య ఉద్రిక్తతలకూ సమాధానం చూపగలరు. ఉదాహరణకు, మహాత్మాగాంధీ, నెల్సన్ మండేలా, మార్టిన్ లూథర్ కింగ్ వంటి నేతలు ప్రేమ, స్నేహ భావనల ఆధారంగా సమాజాన్ని చైతన్యపరిచిన ఉదాహరణలు మనకు చరిత్రే చెబుతోంది. భారతీయ సంస్కృతిలో స్నేహం "మైత్రీ భావన"గా విస్తృతంగా ప్రస్తావించారు. బౌద్ధ మతంలో కూడా మైత్రీ అనే భావన ధర్మ చక్రంలో ఒక ప్రధాన భాగంగా నిలుస్తుంది. మైత్రీ మానవతను, దయను, సానుభూతిని ప్రతిబింబిస్తుంది. ఇది మానవ సంబంధాల విలువను అంతర్గతంగా బోధించే మార్గం.

ప్రస్తుత ప్రపంచ రాజకీయ, సామాజిక పరిణామాలలో ఈ దినోత్సవం మనకు గుర్తు చేసే విషయం– మన మధ్య ఉన్న భిన్నతల్ని గౌరవిస్తూ, పరస్పరం అంగీకరించే సంస్కృతి అవసరం. మతాలు, జాతులు, దేశాలు, రాజకీయం, ఆర్థిక వ్యవస్థలు ఎంత విభిన్నంగా ఉన్నా మనిషి హృదయాన్ని తాకే భావోద్వేగాలు ఒక్కటే. ప్రేమ, కనికరం, స్నేహం. ఇవి సమాజాన్ని మనిషిగా మలిచే విలువలు.

కాబట్టి స్నేహ దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని మనం కేవలం సందేశాల పరిమితిలో కాకుండా, నిస్వార్థంగా ఒకరినొకరు అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం చేయాలి. పాత కక్షలను మర్చిపోవాలి. అపార్థాలను తుడిచి పెట్టాలి. మన జీవితాన్ని వెలిగించే స్నేహితులకు ఒక చిన్న మల్లెపువ్వు అందించి, ఒక హృదయపు పలుకుతో తమ అనుబంధాన్ని నెరపాలి.

ఈ దినోత్సవం ప్రతి ఒక్కరినీ తమ హృదయాలను విప్పి పరస్పర సంబంధాలను పునఃస్థాపించేందుకు, అభివృద్ధి పరచేందుకు ఆహ్వానిస్తుంది. అది మన జీవితాలను విలువైనవిగా మార్చే ఓ మధురమైన అనుభూతికి నాంది పలుకుతుంది. ప్రపంచం నలుమూలలా ఉన్న విద్వేషాలను, సంఘర్షణలను, అసహనాన్ని మరిపించి స్నేహానికి ఓ స్వర్ణయుగం ఆహ్వానించడానికి ఈరోజు ఒక ఆహ్లాదకర ఆరంభంగా ఉండాలి.

అంతర్జాతీయ స్నేహ దినోత్సవం మనలో మానవతా

విలువలను మేల్కొలుపుతుంది. మనం ఎంత బిజీగా ఉన్నా, మనం ఎంత ప్రయోజనపరులైనా, ఎంత ఆధునికంగా మారినా.. చివరికి మనల్ని నిలబెట్టేది మన హృదయ సంబంధాలే. స్నేహం ఉన్న చోటే జీవితం ఉంటుంది. అదే అసలైన జీవనరాగం.

- రామ కిష్టయ్య సంగనభట్ల

3 ఆగస్టు, 2025 నుండి 9 ఆగస్టు, 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 కీళ్ల నొప్పులు, నడుము నొప్పి, అనారోగ్య సమస్యగా మారుతుంది. మార్కెటింగ్ లో ఉన్న వారికి కాలం అనుకూలంగా ఉంటుంది. మీరు చెప్పే విధానం మీ యొక్క ప్రవర్తన ద్వారా ఎంతో మందిని ఆకట్టుకొని వ్యాపారాన్ని అభివృద్ధి దిశలో ఉంచగలుగుతారు. నవగ్రహాల దగ్గర నవగ్రహ వత్తులతో అష్టమూలిక తైలంతో దీపారాధన చేయండి.

వృషభం

ఈ వారం ప్రేమ వివాహం పట్ల మీకున్న అభిప్రాయము ఇంట్లో ఉన్నవారు ఏకీభవించకపోవచ్చు. కొన్ని సందర్భాలలో వాళ్లను ఒప్పించలేక మీరు బాధపడటం కొన్ని కీలకమైన నిర్ణయాలను తీసుకోవాల్సిన పరిస్థితులు సంభవిస్తాయి. ప్రతిరోజు దేవి దేవతలకు ప్రథమ తాంబూలాన్ని సమర్పించండి. జీవిత భాగస్వామి అలవాట్ల పట్ల ఆందోళన కలిగి ఉంటారు.

మిథునం

ఈ వారం నూతన గృహోపకరణాలను కొనుగోలు చేస్తారు ఆధ్యాత్మిక కేంద్రాల పట్ల ఆకర్షితులవుతారు కొత్త స్నేహాలు సత్సంబంధాలు ఏర్పడతాయి ఉద్యోగరీత్యా నూతన ఒప్పందాలు కలిసి వస్తాయి. పనులలో స్వయంకృతాపరాధాలు దొర్లకుండా ఎంతగానో జాగ్రత్తలు తీసుకుంటారు. ఆధ్యాత్మిక కేంద్రాల పట్ల ఆకర్షితులవుతారు. శివాలయాల్లో సెనగలు ఇవ్వండి.

కర్కాటకం

ఈ వారం ఆర్థిక పురోగతి అంతంతమాత్రంగా ఉంటుంది. సన్నిహితుల్లో ఒకరి ఆరోగ్యం ఆందోళన కలిగించవచ్చు. దీర్ఘకాలిక సమస్యల నుండి బయటపడతారు. సహోదర సహోదరీ వర్గంతో మాట పట్టింపులు ఏర్పడతాయి. హరి చందనంతో శ్రీ విష్ణుఅర్చన చేయించి, ఆ గంధం బొట్టు రోజు ధరించండి. దూర ప్రాంత ప్రయాణాలు అనుకూలిస్తాయి.

సింహం

ఈ వారం ఆలోచన విధానం మారుతుంది. కొన్ని నూతన ఆలోచనలకు శ్రీకారం చుడతారు. నూతన వ్యాపారాలు ప్రారంభించాలన్న ఆలోచనలు కలిసి వస్తాయి. కొత్త పెట్టుబడులు అందుకో గలుగుతారు. శ్రీ ఆంజనేయ స్వామి వారి ఆలయంలో హనుమాన్ సింధూరంతో అర్చన జరిపించి నుదుటన ఈ బొట్టును ధరించండి.

కన్య

ఈ వారం మీరు ఎదురు చూస్తున్న శుభవార్తను వినగలుగుతారు. నూతన గృహం కోసం చేసే ప్రయత్నాలు అనుకూలిస్తాయి. మీ అభిరుచికి తగిన గృహాన్ని కొనుగోలు చేసే ప్రయత్నాలు, రుణ ప్రయత్నాలు అనుకూలిస్తాయి. పూజలలో ఆరావళి కుంకుమను ఉపయోగించండి. వాహన సంబంధమైన ఇబ్బందులు ఏర్పడవచ్చు తరచూ రిపేర్లకు ఖర్చులు ఏర్పడతాయి.

తుల

ఈ వారం కుటుంబ వ్యాపారాలను స్వీకరించాలని ఆలోచనలు ఏర్పడతాయి. మధ్యవర్తిత్వానికి మీకు మంచి అవకాశాలు కలిసి వస్తాయి. విలువైన వస్తువుల భద్రత విషయంలో ఖచ్చితమైన జాగ్రత్తల అవసరము. యజ్ఞ భస్మంతో శివఅర్చన చేసి ఆ భస్మంని బొట్టుగా ధరించండి. ఎక్కడో ఏదో జరిగినా కూడా అది మీకు ఇబ్బందిగా మారడం మీ పనులు ఆలస్యం అవటం చికాకులు ఏర్పడతాయి.

వృశ్చికం

ఈ వారం మీరు ఆశిస్తున్న ధనం ధాన్యం మీ వారి నుండి మీరు అందుకో గలుగుతారు. కొన్ని పరిస్థితులలో అయిన వాళ్ళతో మాట పట్టింపులు మరింత పెరుగుతాయి. కొంతమంది వ్యక్తులు మీకు నచ్చకపోవచ్చు. కొత్త వ్యక్తుల ద్వారా కొత్త విషయాలు తెలుసుకుంటారు. ప్రేమ పెళ్లిళ్ల కలిసి రావు. శివాలయాల్లో సెనగలు ఇవ్వండి. ఆవేశపడి కుటుంబ కలహాలకు నాంది పలకద్దు.

ధనస్సు

ఈ వారం చేపట్టిన పనులలో ఆటంకాలు ఎదురైనా తొలగుతాయి. బంధువులను కలిసి ఆనందంగా గడుపుతారు. తగాదాలకు దూరంగా ఉండటం మంచిది. అనుకోని అవకాశాలు లాభిస్తాయి. కుక్కలకి చపాతీలు తినిపించండి. పుస్తకాలు, మీడియా, పట్ల ఆకర్షణ కలిగి ఉంటారు. శ్రీ ఆంజనేయ స్వామి వారి ఆలయంలో హనుమాన్ సింధూరం తో అర్చన జరిపించి నుదుటన ఈ బొట్టును ధరించండి.

మకరం

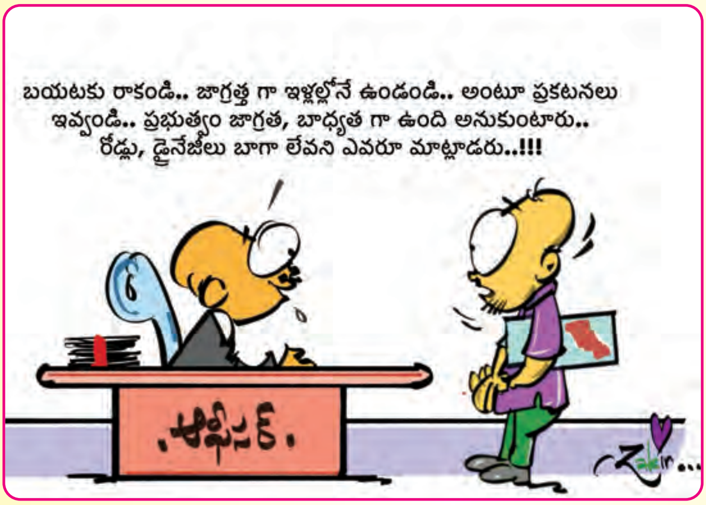
ఈ వారం అనుకున్న కార్యక్రమంలో పురోగతి సాధిస్తారు. శత్రువుల మీదే పై చెయ్యిగా ఉంటుంది. ప్రతి నిమిషం ఆలోచించి మంచి నిర్ణయాలను కష్టమైన తీసుకుంటారు. క్రమశిక్షణ అన్నింటికి మూలంగా మారుతుంది.గోమతి చక్రాలతో లక్ష్మీదేవి అష్టోత్తరాన్ని చదువుతూ అమ్మవారికి పూజ చేయండి. చెప్పుడు మాటలు వినే వారు మన వారు అయినా మనకొద్దు అనుకుంటారు.

కుంభం

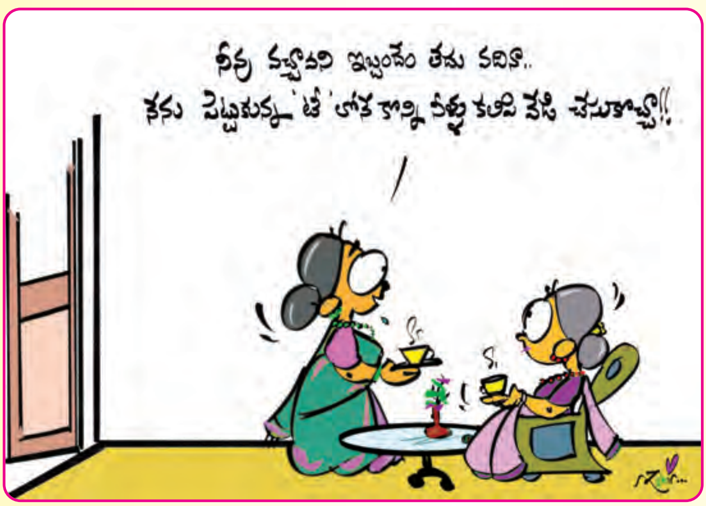
ఈ వారం పెళ్ళికాని వారు, ఉద్యోగంలేని వారు సుబ్రహ్మణ్యపాశుపత కంకణం ధరించండి. భూముల క్రయ విక్రయాలలో స్వల్ప లాభాలు పొందుతారు. రాజకీయ సంబంధమైన వ్యవహారాలలో స్వల్పమయినటువంటి ప్రయోజనాలకు సంతృప్తిపడి మీ సామాజిక వర్గాన్ని నష్టానికి దారితీసే పరిస్థితి కలిపిస్తారు. దీంతో మీకు మానసిక పరివర్తన కలుగుతుంది.

మీనం

ఈ వారం సంతానం పట్ల అధిక శ్రద్ధ కనబరుస్తారు. కొన్నాళ్ళు వాళ్లని మీరు చేరదీసి మీ సంరక్షణలో వాళ్ళను ఉంచవలసిన పరిస్థితులు ఏర్పడతాయి. కుటుంబ పురోగతి రీత్యా కీలకమైన నిర్ణయాలను తీసుకోగలుగుతారు. అరటి నార వత్తులతో అష్టమూలికా తైలంతో దీపారాధన చేయండి. వివాహాది శుభకార్యాలలో చురుగ్గా పాల్గొంటారు. బహుమతులను ఇవ్వటం తీసుకోవటము జరుగుతుంది.


బయటకు రాకండి.. జాగ్రత్త గా ఇళ్లల్లోనే ఉండండి.. అంటూ ప్రకటనలు
ఇవ్వండి.. ప్రభుత్వం జాగ్రత, బాధ్యత గా ఉంది అనుకుంటారు..
రోడ్లు, డ్రైనేజీలు బాగా లేవని ఎవరూ మాట్లాడరు..!!!
ఆఫీసర్

కుప్పకూలిన వంతెన
BREAKING NEWS
త్రిష్టి ఓపెనింగ్ అయిపోయిందా?
బ్రేకింగ్ న్యూస్ వేసెయ్యనా?!
అందరికన్నా ముందు


నీవు వచ్చావని ఇబ్బందేం లేదు వదినా..
నేను పెట్టుకున్న 'టీ' లోనే కొన్ని నీళ్లు కలిపి వేడి చేసుకొచ్చా!!

ఈ వారం కా'ర్టూన్స్'

క్రొయేషియాలోని
ప్లీట్‌వైస్ లేక్స్ నేషనల్
పార్కులోని చిత్రాలివి. ఎటు
చూసినా గ్రీనిష్‌గా, కొండల కింద
సహజంగా ఏర్పడిన సరోవరాలతో
ఆహ్లాదంగా ఉంటుంది.