తెలుగు జాతీయ దినపత్రిక
వార్త

ఆదివారం
21 డిసెంబరు, 2025

కాలుష్యాన్ని కడిగేద్దాం ..

తారాతీరం

మనసంతా ‘కాంచన’ మయం

అలనాటి వెండితెర వెలుగుల రాణి నటీమణి కాంచన తన దాతృత్వంతో అభిమానుల హృదయంలో చోటు సంపాదించింది. 1964లో తెలుగు, తమిళ, కన్నడ, మలయాళ, హిందీ, చిత్రసీమలో ఎన్నో సినిమాల్లో నటించి ఎందరో ప్రేక్షకుల అభిమానం చూరగొంది. ఎన్నో అవార్డులు అందుకుంది. తొలుత ఎయిర్ హోస్టెస్‌గా పనిచేస్తూ, ఆ తర్వాత చిత్రసీమకు చేరి 150 చిత్రాలు పూర్తి చేసింది. ఇటీవల ఎ.వి.ఎం సంస్థ అధినేత శరవణన్ పార్థివ దేహానికి నివాళులర్పించేందుకు ఎంతో నిరాడంబరంగా వచ్చి వెళ్తూ , ఈ సందర్భంగా వచ్చిన వీక్షకులందరినీ ఆత్మీయంగా పలుకరించి ప్రణామాలు అర్పించారు. 2010లో రూ.15 కోట్ల విలువ చేసే చెన్నైలోని తన ఆస్తిని తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానానికి విరాళంగా అందచేసిన దాతృత్వశీలి.

మరో లవ్ స్టోరీలో నితిన్!

‘భీష్మ’ తరువాత హీరో నితిన్‌కు హిట్ పడలేదు. ఈ మధ్యలో ఫెయిల్యూర్స్ చూశాడు. దీంతో నితిన్ తరువాత ఎవరి దర్శకత్వంలో సినిమా చేయబోతున్నాడని అందరిలో ఆసక్తి నెలకొంది. నితిన్ విషయంలో సస్పెన్స్ కొనసాగుతోంది. వేణు యెల్దండి దర్శకత్వంలో ‘ఎల్లమ్మ’ అనే సినిమా చేయాల్సి ఉండగా దాని నుండి విరమించుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. విక్రమ్ కె.కుమార్ దర్శకత్వంలో అనుకున్న సినిమా కూడా ఆగిపోయినట్లు వార్తలు వచ్చాయి. శ్రీను వైట్ల ప్రాజెక్ట్ ప్రచారం వరకే పరిమితమైంది. ‘లిటిల్ హార్ట్స్’ ఫేమ్ సాయి మార్తాండ్ దర్శకత్వంలో సినిమా అని టాక్ వచ్చింది. ప్రస్తుతం మరో పేరు వినిపిస్తోంది.ప్రముఖ కాస్ట్యూమ్ డిజైనర్ నీరజ కోన ‘తెలుసు కదా’ సినిమాతో దర్శకురాలిగా పరిచయమయ్యారు. ఈ సినిమా మొదట నితిన్ దగ్గరికే వెళ్లింది. కానీ ఏవో కారణాల వల్ల చేయలేదు. అయితే ఇప్పుడు దర్శకురాలిగా నీరజ కోన చేయనున్న రెండో సినిమాకి నితిన్ గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చినట్లు తెలుస్తోంది. ఇది లవ్ స్టోరీ అని తాజా సమాచారం.

నితిన్‌కు లవ్ స్టోరీలు బాగా కలిసి వస్తాయి. గతంలో వరుస ఫ్లాప్స్‌తో వున్న నితిన్ ‘ఇష్క్’ అనే లవ్ స్టోరీ సినిమాతో కమ్ బ్యాక్ ఇచ్చాడు. ఇప్పుడు కూడా అదే మ్యాజిక్ రిపీట్ అవుతుందేమో చూడాలి మరి!

ఆదివారం వార్త

మంచి ముత్యాలు

- సరైన సమయంలో, సరైన క్షణంలో పలికిన పలుకు తరతరాలు నిలుస్తుంది. - థామస్ కార్లైల్

- కిరీటాన్ని ధరించే శిరస్సు సుఖానికి నోచుకోదు. - షేక్స్పియర్

21 డిసెంబరు, 2025

కదంబం

'సంఘీ'భావం....5

ప్రబలుతున్న స్క్రబ్ టైఫస్ వ్యాధి

కవర్ స్టోరీ..6

కాలుష్యాన్ని కడిగేద్దాం..

ఈ వారం కవిత్వం.. 11

చాలా కాలమైంది

కథ..20

మంచి కోరేవాడే మిత్రుడు

అరుదైన బౌద్ధ విగ్రహాలు.. 24

మంచి మాటలు .. 28

ఇంకా...

మొగ్గ

పుస్తక సమీక్ష

వాస్తు

వారఫలం

వగైరా.. వగైరా..

సమాచారం

నీటిపై తేలే నేల

నీటిపై తేలే పూలు, నీళ్ల మీద తేలే వస్తువులు మొదలైన వాటిని అందరం చూస్తుంటాం. కానీ నీటిపై తేలే నేలను ఎక్కడైనా చూశారా? ఏంటీ? నీటి మీద తేలే నేలనా? ఇదెక్కడి చోద్యం అనుకుంటున్నారా? ఇది ముమ్మాటికి నిజం.

మణిపూర్‌లోని అతిపెద్ద మంచినీటి సరస్సు లోక్‌తక్ పరిసరాలకు వెళ్తే ఈ వింతను చూడవచ్చు. ప్రకృతి అందాలకు నెలవు ఈ ప్రాంతం.

సూర్యకిరణాల కాంతికి మిలమిలలాడే మంచినీటిపై తేలియాడే వృత్తాకారపు పచ్చికబయళ్లు అద్భుతమైన చిత్రాలను తలపిస్తాయి. ఇవి చిన్న చిన్న ద్వీపాలను పోలి ఉంటాయి. వీటిని స్థానికులు ఫుమిడీలు అని పిలుస్తారు. పాడైపోయిన వివిధ రకాల మొక్కలు, మట్టి, సేంద్రియ పదార్థాలు కలిసి ఫుమిడీలుగా ఏర్పడతాయి. అవే చిన్న చిన్న ద్వీపాలుగా ఏర్పడతాయి. ఇవి సరస్సు ప్రవాహానికి అనుగుణంగా ఊగిసలాడతాయి. ఇవి నీటిలో మునిగిపోతాయన్న భయం లేదు. ఎందుకంటే వీటిపైనే మత్స్యకారులు జీవనం సాగిస్తుంటారు. అంతేకాదు, సుమారు మూడు వందల మందితో ఒక గ్రామమే ఏర్పడింది. ఈ గ్రామం పేరు చంపుఖంగ్‌పోక్. దేశంలోనే నీళ్లపై తేలియాడే ఏకైక గ్రామంగా పేరు గాంచింది. అనేక పక్షులు, జంతువులకు నెలవైన కెయిబుల్ లామ్జావో నేషనల్ పార్కు ఇక్కడే ఉంది. ప్రపంచంలోనే తేలియాడే ఏకైక జాతీయ ఉద్యానవనమిది.

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

ప్యారడీ పాట

'తోటరాముడు' చిత్రంలోని 'ఓ బంగారు రంగుల చిలకా' పాటకు ప్యారడీ.

పిల్లి: ఓ కాటుక రంగుల ఎలుకా.. పలకవా
ఎలుక: ఓ కంత్రీ చూపుల పిల్లీ.. ఏమనీ..!!
పిల్లి: నా మనసు మల్లెపూవనీ నా తోటే వుండిపొమ్మనీ
ఎలుక: ఓ కంత్రీ చూపుల పిల్లీ పలకవా
పిల్లి: ఓ కాటుక రంగుల ఎలుకా ఏమనీ
ఎలుక: నీ దరికి రానే రాననీ
నీ జాతి నాదీ కాదనీ ॥ఓ కాటుక॥

చరణం: పిల్లి: గోడలెన్నో దాటుకుని
పాలు పెరుగు వదులుకుని
నీకోసం వచ్చా ఆశతో..!
ఎలుక: పాలలో విటమినులన్నీ కలగలిసి వున్నాయి
మాకన్నీ మంచీ తిండిలే
నీ మాటలకు లొంగను నేను
తొలగిపోవయా ॥ఓ కాటుక॥

చరణం : పిల్లి: కలుగులోని కమలాక్షి
గాదెలోని గజలక్ష్మి మంచోణ్ణి తిడతావెందుకే
ఎలుక : దొంగ నడకల దొరగారూ
క్రూర చూపులు కలవారు
మాటలకు కరిగే పోనయా
చాల్చాలయ్యా పోపోవయ్యా నిదరోస్తూ ఉన్నదీ ॥కాటుక॥

– దాసరి చంద్రయ్య

తెలియదు..

"మీరేం చేస్తుంటారు? అడిగాడు ఓ డాక్టర్‌ను" విలేకరి.

"అదే తెలియడం లేదు"

"అదేంటి, మీరు డాక్టర్ కదా, పేషెంట్లకు వైద్యం చేయడం మీ వృత్తి కదా!"

"అది ఒకప్పుడు.. ఇప్పుడు మారిన టెక్నాలజీతో మా బదులు రోబోలు ఆ పని చేస్తున్నాయి, దీనికి కృత్రిమ మేధ తోడయింది. ప్రస్తుతం నేను డాక్టర్‌నా? లేదా ఇంజనీర్‌నా? అసలు ఏమీ తెలియడం లేదు.

– ఎన్.లహరి, కరీంనగర్

సగం జీతం

అనిల్: "ఒరే నానీ, నాకు గీత విడాకులు ఇచ్చిందిరా, ఇక నుండి నా సగం జీతం తనకి ఇవ్వాలట".

నాని: "దానికెందుకురా ఇంత సంతోషం! సగం జీతం పోతే బాధపడాలిగానీ."

అనిల్: "ఇకనుండి సగం జీతం అయినా నేను ఉంచుకోవచ్చుగా!"

ఏ ఫ్లోర్‌లో?

రవి: "మేస్త్రీ బేస్‌మెంట్ కోసం గొయ్యి తీయాలి, వీలవుతుందా?"

మేస్త్రి: "అవుతుంది సార్, ఎన్నో ఫ్లోర్‌లోనండీ?"

ఇది అదే!

కుమార్: "మొన్న బిరియానీ బాగుంది, ఇవాళ బాగాలేదు" అన్నాడు వెయిటర్‌తో.

వెయిటర్: "అదేలా సార్, ఇది మొన్నటి బిరియానీనే కదా!"

నడుము విరిగితే?

కుమార్: "రవళీ, మా అమ్మ ఉరేసుకుంటానని నీ చున్నీ అడిగితే చున్నీ వద్దని తాడు ఇచ్చావట, ఎందుకని? అడిగాడు భర్త.

రవళి: "అది కాదండీ! చున్నీ చిరిగిపోయి అత్తయ్య కింద పడి నడుము విరిగి మంచాన పడితే చూసి నేను తట్టుకోలేనండీ!".

తెలియదు..

"లిఖితా, మీ ఆయనను చపాతీ కర్రతో ఎందుకు కొట్టావు?" అడిగింది స్నేహితురాలు విజ్జి.

"నేను చనిపోతే తాజ్‌మహల్ కట్టిస్తారా నా గుర్తుగా" అని మా ఆయనను అడిగాను.

"ఆ మాత్రందానికే గట్టిగా కొడతారా ఎవరైనా?"

"పూర్తిగా విను. నేను ఆల్రెడీ జాగా కొన్నాను. నువ్వు సహకరిస్తే తాజ్‌మహల్ కట్టేస్తాను" అన్నాడు.

నిజంగానే..

"లక్ష్మీ, నిన్న రాత్రి నేను తాగి వచ్చినప్పుడు నువ్వు అన్న మాటలు చెప్పుతో గట్టిగా కొట్టినట్లు అనిపించాయి" అన్నాడు భార్యతో.

"అయ్యో, కొట్టినట్లు కాదండీ, నిజంగానే కొట్టాను.

నా పోలికలు

"సుమతీ, మన వాడికి అన్ని పరీక్షల్లో ఫస్ట్ ర్యాంకు వచ్చింది" అన్నాడు భార్యతో.

"వాడికి అన్నీ నా పోలికలే వచ్చాయి" అంది భార్యామణి.

అన్నీ మీ బుద్ధులే!

"మనవాడు గంజాయి తీసుకున్నాడని పోలీసులు పట్టుకున్నారట!" అన్నాడు కృష్ణ భార్యతో.

"వాడికన్నీ మీ వెధవ బుద్ధులు. మరి పోలీసులు పట్టుకోక ఏం చేస్తారు?" అంది, భార్య.

– ఈఎస్.మాధవన్

'సంఘీ' భావం

ప్రబలుతున్న స్క్రబ్ టైఫస్ వ్యాధి

అతి చిన్న పురుగు కుట్టడం వల్ల వచ్చే స్క్రబ్ టైఫస్ వ్యాధి ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో వేగంగా ప్రబలుతోంది. నిజానికి ఈ వ్యాధిని జనవరిలోనే గుర్తించినప్పటికీ విజయనగరంలో ఒక మహిళ చనిపోవడంతో ఒక్కసారిగా ప్రజల్లో ఆందోళనలు పెరిగాయి. రాష్ట్రంలో విజయనగరం, చిత్తూరు, కాకినాడ, విశాఖలో స్క్రబ్ టైఫస్ కేసులు ఎక్కువగా నమోదవుతున్నాయి. అనధికారిక లెక్కల ప్రకారం గత నెలలో సుమారు 9 మంది మృతి చెందారని తెలుస్తోంది. అయితే ఈ వ్యాధి ప్రాణాంతకం కాదని, అలాగని చెప్పి నిర్లక్ష్యం చేయడం కూడా తగదని వైద్యనిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ పురుగు కుట్టడానికి ముందే కొన్ని రుగ్మతలు, అనారోగ్య సమస్యలు ఉంటే ఈ వ్యాధి వల్ల ప్రమాదం ఉంటుందని స్పష్టం చేస్తున్నారు.స్క్రబ్ టైఫస్ అనేది ఒక బ్యాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్‌గా గుర్తించారు. చిగ్గర్ మైట్ అనే నల్లిని పోలిన పురుగు కుట్టడం వలన వస్తుందని వైద్యనిపుణులు స్పష్టం చేస్తున్నారు. చిగ్గర్ మైట్స్ అనేవి లార్వా దశలో ఉండే చాలా చిన్న పురుగులు. అంటే మైక్రోస్కోప్‌లో మాత్రమే కనిపించేంత చిన్నగా సరాసరి 0.2 మిల్లీమీటర్ల పరిమాణంలో ఉంటాయి. ఎరుపు, నారింజ రంగులలో ఉంటూ చూసేందుకు నల్లి పురుగులా కనిపిస్తాయి. ఈ కీటకం వర్షాకాలంలో, ఉష్ణోగ్రతలు తక్కువగా ఉండి, నేల తడిగా ఉండే కాలంలో అంటే ఆగస్ట్ నుంచి ఫిబ్రవరిలో యాక్టివ్‌గా ఉంటుంది. ఆ సమయంలో లార్వా ప్రభావం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఈ పురుగు కుట్టినప్పుడు మన శరీరంలోకి లార్వా దశలో బ్యాక్టీరియా ప్రవేశిస్తుంది. దీనివల్ల స్క్రబ్ టైఫస్ అనే వ్యాధి సంక్రమిస్తుందని వైద్యులు తెలిపారు. నాలుగైదు రోజులు తీవ్రంగా జ్వరం ఉండి, డెంగ్యూ, మలేరియా, టైఫాయిడ్ వంటి పరీక్షల్లో నెగిటివ్ వచ్చినప్పుడు కూడా జ్వరం తీవ్రత తగ్గకపోతే కొన్ని సందర్భాల్లో స్క్రబ్ టైఫస్ వ్యాధి సోకిందని భావించవచ్చు. పొలాలు, పొదలు, గడ్డివాములు వంటి స్క్రబ్స్ ఎక్కువగా ఉండే ప్రదేశాల్లో ఉండటం, ఆ పురుగు కుట్టిన తర్వాత వచ్చే లక్షణాల్లో తలతిరగడం, గందరగోళంగా ఉండటంతో పాటు క్రమంగా తీవ్రమైన జ్వరానికి దారితీస్తుంది. ఈ ఏడాది జనవరి నుంచి నవంబర్ చివరి వరకు 6678 పరీక్షలు చేయగా, అందులో 1317 కేసులు స్క్రబ్ టైఫస్ వ్యాధి సోకినట్లు నిర్ధారణ అయ్యింది. అయితే కేవలం ఈ వ్యాధి వల్ల మరణాలు సంభవించిన దాఖలాలు లేవని వైద్యాధికారులు అంటున్నారు. ఈ కేసులు గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో ఎక్కువగా నమోదయ్యే అవకాశం ఉంది కనుక ప్రస్తుతం ఉన్న సంఖ్య కంటే ఈ కేసుల సంఖ్య ఎక్కువగానే ఉంటుందని భావిస్తున్నారు.

ఈ వ్యాధి నిర్ధారణకు సిరోలజీ పరీక్షలు చేస్తారు. రక్తంలోని యాంటీబాడీలను బట్టి వ్యాధిని గుర్తించే పరీక్షలు. ఇందులో ఎలిసా టెస్ట్‌ను ఎక్కువగా చేస్తారు. ఇండైరెక్ట్ ఇమ్యునోఫ్లోరోసెన్స్ అస్సే (ఐఎఫ్ఏ) పరీక్ష ఉంటుంది.అయితే ఇది అన్ని ఆసుపత్రుల్లో అందుబాట్లో ఉండదు. కానీ దీనిని ఈ వ్యాధికి గోల్డ్ స్టాండర్డ్ పరీక్షగా పరిగణిస్తారు. ప్రారంభ దశలో వ్యాధి నిర్ధారణ కోసం కొన్ని చోట్ల పీసీఆర్ పరీక్ష కూడా ఉందని, నిర్ధారణ గంటలో జరిగిపోతుందని వైద్యులు పేర్కొంటున్నారు. ఇది కొత్త వ్యాధి కాదని, ఎప్పటి నుంచో ఉన్నదనీ ఇప్పుడు పరీక్షలు చేయడం వల్ల ఎక్కువ కేసులు నమోదవుతున్నాయని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఇంట్లోని పాత మంచాలు, దిండ్లు, దుప్పట్లు, వాడని దుస్తులను శుభ్రం చేసుకోవాలి. తడి నేలలు, పొలాలు, గడ్డివాములు, పశువుల పాకలు, వ్యర్థాలు ఉండే చోట ఈ పురుగులు ఉండే అవకాశం ఉంది. అక్కడికి వెళ్లేవారు కాళ్లకు బూట్లు ధరించడంతో పాటు, శరీరం పూర్తిగా కవరయ్యే దుస్తులు ధరించాలి. పిల్లలు, దీర్ఘకాలిక రోగాలు ఉన్నవారు, గర్భిణులపై వెంటనే ప్రభావం కనిపించే అవకాశం ఉంది కాబట్టి ఈ పురుగు ఉండే అవకాశమున్న ప్రదేశాలకు ఇలాంటివారు వెళ్లకుండా చూసుకోవాలి.

మొక్కల దగ్గర ఇన్‌సెక్ట్ రెపెల్లెంట్స్ వాడటం మంచిది. జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే ఈ వ్యాధి బారిన పడే అవకాశం ఉండదని చెబుతున్నారు. ప్రస్తుతం రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా పలు జిల్లాల్లో ఈ వ్యాధి ప్రబలుతుండటంతో ప్రభుత్వం ప్రత్యేక చర్యలు చేపట్టింది. వ్యాధి నిర్ధారణకు కావాల్సిన సౌకర్యాలను కల్పించాలని ఆదేశాలు జారీ అయ్యాయి. పలు ప్రాంతాల్లో ప్రత్యేక వైద్య శిబిరాలను ఏర్పాటు చేసి పరీక్షలను నిర్వహిస్తున్నారు. అదేవిధంగా వ్యాధి ఏ విధంగా వ్యాప్తి చెందుతుంది, ముందుగా తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తల గురించి విస్తృత ప్రచారం చేస్తోంది.

– డాక్టర్ గిరీష్‌కుమార్ సంఘీ

కవర్ స్టోరీ

సుంకవల్లి సత్తిరాజు

కాలుష్యాన్ని కడిగేద్దాం..

"గతకాలం మేలు వచ్చు కాలం కంటెన్" అనే మాట ప్రస్తుత పరిస్థితులను బట్టి వాస్తవమేనని అంగీకరించక తప్పదు. ఏదీ ఒకప్పటి మానవ వైభవం? ఏదీ గతకాలం నాటి ప్రకృతి సౌందర్య వికాసం? ఏదీ నాటి ఆరోగ్యవంతమైన సమాజం? పచ్చదనం నిండిన ప్రకృతి నేడెందుకు అగుపించదు? భూతలంపై జీవ వైవిధ్య విన్యాసం నేడెందుకు మసకబారింది? అమృతం గరళంగా మారింది. కాలుష్యం పెరిగి, రోగాలకు జనావాసాలు నిలయంగా మారిపోయాయి.

ఒకప్పుడు పగలంతా శ్రమించి, రాతిరి నిదురించి, వేకువ జామున నిద్ర లేచేసరికి మనసు ఎంతో ఆహ్లాదకరంగా ఉండేది. ప్రకృతిలోని చెట్లు, కొండలు, జలపాతాలు, అనేక రకాల పశుపక్ష్యాదులతో కూడిన జీవవైవిధ్యం మనసుకు హాయిగొలిపి కొత్త శక్తి సంతరించుకున్న అనుభూతి కలిగేది. సజీవ, నిర్జీవ వ్యవస్థలతో భూతలం నిండకుండలా తొణికిసలాడేది. పచ్చని పైర్లతో, ఆరోగ్యవంతమైన పర్యావరణంతో, ఆహ్లాదకరమైన వాతావరణంతో పుడమి పులకరించి జనహృదిలో సంగీత ఝరి కురిపించి, మైమరపించేది. జన జీవనం ఆహ్లాదకరంగా నల్లేరుపై నడకలా సాగిపోయేది. జలపాతాల హోరులో, నదీనదాల ప్రవాహ వేగంతో, ఎగసిపడే సాగర కెరటాలతో, అరణ్యాల్లోని జంతువులు, పక్షులు, ఇతర జీవ జాలంతో ప్రకృతి సౌందర్యం ఇనుమడించేది. ఇప్పటి మాదిరిగా తిండి తింటే భయం, గాలి పీల్చితే భయం, ఏది తినాలి? ఏది తినకూడదు? అనే భయాందోళనలు నాడు ఉండేవి కావు. తిండి తినకుండా కడుపు మాడ్చుకోవడం, కొద్దిపాటి అనారోగ్యం సోకితే హడావిడి చేయడం, వ్యాయామం పేరుతో రకరకాల విన్యాసాలు చేయడం.. లాంటి పరిస్థితులు నాడు లేవు. అన్ని రకాల ఆరోగ్య సూత్రాలు నాటి జీవనశైలిలో అంతర్గతంగా మిళితమై ఉండేవి. సహజ సిద్ధమైన జీవన విధానం వలన కాలుష్యానికి తావులేని ఆరోగ్యవంతమైన సమాజం నాటి తరాలు నూరేండ్ల జీవితానికి ఆలంబనగా నిలిచింది. అయితే నాటి రోజులు కాలగర్భంలో కలిసిపోయాయి. ఆధునిక నాగరికత వెర్రితలలు వేసింది. శాస్త్రీయ ఫలితాలు, సాంకేతిక విప్లవం దుర్వినియోగమై, సహజ సిద్ధమైన ప్రకృతిని విచ్ఛిన్నం చేసింది. ఈ కారణంగానే ఎక్కడ చూసినా రోగాలు ప్రబలిపోయాయి. ఇబ్బడి ముబ్బడిగా వెలసిన ఆసుపత్రులు, రోగులతో అనునిత్యం కిటకిటలాడుతున్నాయి. దీనికంతటికీ కారణం ఏమిటని? అన్వేషిస్తే 'కాలుష్యం' సర్వాంతర్యామిలా అగుపిస్తుంది.

కాలుష్యం-కారణాలు

మన చుట్టూ ఉన్న పరిసరాలు పరిశుభ్రంగా ఉండాలి. మానవాళి, ఇతర జీవరాశుల మనుగడకు పర్యావరణం అనుకూలంగా ఉండాలి. పర్యావరణం అవాంఛనీయ పదార్థాలు, హానికరమైన వాయువులతో నిండితే మనం నివసిస్తున్న భూమి జీవరాశుల మనుగడకు అయోగ్యంగా మారుతోంది.

హానికారకమైన వాయువులు, ఇతర అవాంఛనీయ పదార్థాలు పర్యావరణంలోకి చేరడాన్ని 'కాలుష్యం' అంటారు. సజీవ, నిర్జీవ వ్యవస్థల నాశనానికి హేతువు కాలుష్యం. సహజసిద్ధమైన వ్యవస్థ కలుషిత పదార్థాల చేరికతో ప్రమాదంగా మారే ప్రక్రియను కాలుష్యంగా నిర్వచించవచ్చు. మానవ తప్పిదాల వలన మన చుట్టూ ఉన్న ఘన, ద్రవ వాయు పదార్థాలు కాలుష్యభరితంగా మారుతున్నాయి. కాలుష్యానికి మానవ తప్పిదాలే చాలా వరకు కారణమవుతున్నాయి. వంద సంవత్సరాల క్రితం ప్రపంచంలో కేవలం 200 కోట్ల జనాభా మాత్రమే ఉండేది. మన దేశంలో 31 కోట్ల

జనాభా ఉండేది. పెరిగిన వైద్య సదుపాయాల వలన రోగాల నుండి ప్రజలు కాపాడబడుతున్నారు. ఈ కారణంగానే ప్రపంచ జనాభా నేడు 800 కోట్లను దాటింది. భారత్ జనాభా 140 కోట్లకు చేరింది. రసాయనిక ఎరువులు, పురుగు మందుల వాడకం వలన భూమి, నీరు, వాయువు కూడా కాలుష్యంగా మారుతున్నది. వాతావరణం కూడా తీవ్ర ప్రభావానికి గురవుతున్నది. ఒకప్పుడు పంట చేలల్లో పెరిగే గడ్డిని కూలీలతో పెకలించేవారు. పంట గట్ల పైన ఏపుగా పెరిగిన గడ్డిని కొడవళ్లతో కోయించి, పశువులకు మేతగా వాడేవారు. అయితే ఈ పరిస్థితులు ప్రస్తుతం లేవు. పంట చేలల్లో కొన్ని గంటల వ్యవధిలోనే గడ్డిని నిర్మూలించే హెర్బిసైడ్స్, వీడ్ కిల్లర్స్ మార్కెట్లోకి వచ్చేసాయి. గడ్డిని సహజంగా నిర్మూలించే చర్యలను మాని, రసాయనిక మందులు వాడడం వలన కాలుష్యం పెరగడమే కాకుండా పంట పొలాలకు తీవ్ర నష్టం వాటిల్లుతున్నది. ఎన్నో బ్యాక్టీరియాలు, పాములు, కప్పలు, ఇతర జీవరాశులు పురుగు మందులు, కలుపు మందుల వలన చనిపోతున్నాయి. వాతావరణంలోకి విష వాయువులు చేరుతున్నాయి. వాతావరణం కలుషితమై పోతున్నది.

కాలుష్యం వర్గీకరణ

కాలుష్యం అనేక రకాలుగా విభజించబడింది. అందులో వాయు కాలుష్యం, నీటి కాలుష్యం, నేల కాలుష్యం, థర్మల్ కాలుష్యం, రేడియో ధార్మిక కాలుష్యం, ప్లాస్టిక్ కాలుష్యం మొదలైనవి ప్రధానంగా ఉన్నాయి. ఇవే కాకుండా ఇంకా ఎన్నో రకాల కాలుష్యాలతో పర్యావరణ వ్యవస్థ విచ్ఛిన్నమవుతున్నది. వాతావరణంలో అవాంఛనీయ పరిణామాలు చోటు చేసుకుంటున్నాయి.

గాలి నాణ్యత

కాలుష్యాన్ని నిర్ధారణ చేయడంలో కొన్ని సంస్థలు ఎయిర్ క్వాలిటీ ఇండెక్స్‌ని, మరికొన్ని సంస్థలు పార్టిక్యులేట్ మేటర్‌ను పరిగణనలోకి తీసుకుంటున్నాయి. పిఎమ్ 2.5, పిఎమ్ 10 వంటి కాలుష్య కారకాలను ఆధారంగా చేసుకుని అనేక సంస్థలు నివేదికలు తయారు చేస్తాయి. పిఎమ్ స్థాయి పెరిగితే అది గాలినాణ్యతలో గల లోపానికి నిదర్శనం. 151-200 స్థాయి ప్రమాదకరమైనదిగా, 300 దాటితే అత్యంత ప్రమాదకరమైనదని అంటారు. పిఎమ్ 2.5 ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీసే కాలుష్య కారకం. ఇది లక్షలాది మరణాలకు దారి తీస్తుంది. ఎక్యూఐ 50 శాతం లోపు వుంటే ఆరోగ్యకరం, 300 లేదా ఎక్కువ ఎక్యూఐ నమోదయితే ప్రమాదకరం. ఢిల్లీలో ఈ సంవత్సర ప్రథమార్థంలో గాలినాణ్యత బావున్నా, నవంబర్ నెలలో వివిధ కారణాల వల్ల ఎక్యూఐ 495గా నమోదైనది. సెంట్రల్ పొల్యూషన్ కంట్రోల్ బోర్డు నివేదిక ప్రకారం భారత్‌లో గ్రేటర్ నోయిడా అత్యంత కాలుష్య నగరంగా పరిగణించబడుతున్నది. ఇక్కడ పీల్చే గాలి ప్రమాదకరంగా మారింది.

గాలి నాణ్యత లోపం వలన ప్రజలు శ్వాసకోశ, గుండె సంబంధిత రోగాలతో బాధపడుతున్నారు. ముజఫర్ నగర్, రోహ్‌తక్, మీరట్, ఘజియాబాద్ వంటి నగరాలు భయంకరమైన కాలుష్య కోరల్లో చిక్కుకున్నాయి. ఈ నగరాల్లో గాలిలో నాణ్యత బాగా తగ్గిపోయింది. గాలి నాణ్యత క్షీణించడం కాలుష్య తీవ్రతకు అద్దం పడుతున్నది. ఘజియాబాద్‌లోని హాపూర్ లక్నో, ప్రయాగ్‌రాజ్ వంటి ఉత్తరప్రదేశ్ నగరాలు అత్యంత కాలుష్యభరితంగా మారాయి. అమృత్‌సర్, అగర్తలా, చండీఘర్, అహ్మదాబాద్, కోల్‌కతా నగరాలు తీవ్రమైన కాలుష్య నగరాలుగా పరివర్తన చెందాయి. హైదరాబాద్ నగరం అభివృద్ధితో పాటు కాలుష్యంతో కూడా పోటీ పడుతున్న సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి. పెరుగుతున్న వాహనాలు, గాలిలో నాణ్యతను తగ్గిస్తున్నాయి. గాలి నాణ్యత తగ్గడం వలన శ్వాసకోశ సమస్యలు పెరుగుతున్నాయి. హైదరాబాద్ నగరంలో ఎక్యూఐ స్థాయి ఒక్కో ప్రాంతంలో ఒక్కో విధంగా ఉంది. ఎక్యూఐ పెరిగితే కాలుష్యం పెరిగినట్లు.

భారతదేశం ప్రధానంగా వ్యవసాయిక దేశం. దేశంలోని అత్యధిక జనాభాకు వ్యవసాయమే జీవనాధారం. దేశంలోని పలు ప్రాంతాల్లో వివిధ రకాల పంటలు పండిస్తున్నారు. ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ రాష్ట్రాల్లో ధాన్యం పండించి, ఎండు గడ్డిని పశుగ్రాసంగా వినియోగిస్తున్నారు. అయితే పంజాబ్, హర్యానా, ఉత్తరప్రదేశ్ వంటి రాష్ట్రాల్లో వరి పంట వ్యర్థాలను దహనం చేయడం వలన వాయు కాలుష్యం విపరీతంగా పెరుగుతున్నది. పంట వ్యర్థాలను కాల్చడం వలన వచ్చే పొగతో ఢిల్లీ నగరం కాలుష్యానికి కేరాఫ్ అడ్రస్‌గా మారింది. శ్వాస కోస సంబంధిత సమస్యల వలన అనేక మంది ఆసుపత్రుల పాలవుతున్నారు. విచ్చల విడిగా పెరిగిన వాహనాల వలన, వాటి నుండి వెలువడే కర్బన ఉద్గారాల వలన వాయు కాలుష్య సమస్య మరింత జటిలంగా మారింది. గతంలో ఢిల్లీలో వాయికాలుష్యం పెరగడం వలన వాహనాల రద్దీ తగ్గించడానికి ఢిల్లీలో 'ఒడ్ ఈవెన్' ఫార్ములా విజయవంతంగా అమలు చేసి కొంతవరకు కాలుష్యాన్ని అదుపులో పెట్టడం జరిగింది.

పంట వ్యర్థాల కాలుష్యం ఎలా నివారించాలి?

పంట వ్యర్థాలను కాల్చడం వలన ఏర్పడే వాయు కాలుష్యాన్ని నివారించడం మన చేతుల్లోనే ఉంది. పంట వ్యర్థాలను బయోమాస్‌గా మార్చాలి. ఇప్పటికే పంట వ్యర్థాలను బయోమాస్‌గా మార్చి, థర్మల్ విద్యుత్ ప్లాంట్లలో బొగ్గుకు బదులుగా బయోమాస్‌ను వినియోగించి విద్యుదుత్పత్తి చేయడం జరుగుతున్నది.

జల కాలుష్యం

భూగర్భ జలాలతో పాటు మనకు వివిధ రూపాల్లో అపారమైన నీటి వనరులున్నాయి. సముద్రాలు, నదులు, చెరువులు, సరస్సులు, జలపాతాలు వంటి నీటి వనరుల వలన అనేక ప్రయోజనాలు చేకూరుతున్నాయి. ఇప్పటికే కొన్ని దేశాల్లో నిర్లవణీకరణ(డీసాలినేషన్) ప్రక్రియ ద్వారా సముద్ర జలాల నుండి ఉప్పును వేరు చేసి, మంచి నీరుగా మార్చి తాగునీటికి సాగునీటికి ఉపయోగించడం వలన నీటికొరత సమస్య తీరుతున్నది. నీటిపై ఆధారపడి పలు జీవరాశులు మనుగడ సాగిస్తున్నాయి. నీటి వనరులు అదృశ్యమైతే జీవరాశుల మనుగడ ప్రశ్నార్థకం. కాబట్టి నీటిని సక్రమంగా వినియోగించాలి. నీటిలో కలుషిత పదార్థాలు చేరడం వలన అనేక రోగాలు ప్రబలుతున్నాయి. పలు జీవరాశులు అంతరించిపోతున్నాయి. భూగర్భ జలాలు కూడా కలుషితమై నేల పంటలకు అననుకూలంగా మారుతున్నది. మనం తాగే నీరు కాలుష్యభరితమై అనేక రోగాలకు కారణం కావడం దురదృష్టకరం. నీటిని కలుషితం కాకుండా చూడాలి. పరిశుభ్రమైన నీటిని అందరికీ అందుబాటులో ఉంచాలి. నీటి వ్యాపారాన్ని అరికట్టి, తాగునీటి లభ్యతకు మార్గం సుగమం చేయాలి.

వాయు కాలుష్యం

పరిశ్రమలు, వాహనాలు, ఇతర మానవ ప్రేరిత చర్యల వలన కార్బన్ డై ఆక్సైడ్ శాతం పెరుగుతోంది. బొగ్గు, పెట్రోలియం ఉత్పత్తుల వినియోగం వలన కర్బన పదార్థాలు వాతావరణంలోకి ప్రవేశిస్తున్నాయి. గ్రీన్ హౌస్ వాయువుల పెరుగుదల వలన సముద్ర మట్టాలు పెరగడం, మంచు కరగడం వంటి పరిస్థితులు ఏర్పడుతున్నాయి. ఇటీవలి కాలంలో సముద్ర జలాలు వేడెక్కడం వలన ఆకస్మిక తుఫానులు, వర్షాలు, వరదలు సంభవించి మహోపద్రవాన్ని కలిగిస్తున్నాయి. కాలుష్యం కూడా ప్రకృతిలో సంభవించే ఉపద్రవాలకు కారణమోతున్నది.

థర్మల్ కాలుష్యం

మానవ చర్యల వలన నదులు, సరస్సులు, సముద్రాల్లోని నీటి ఉష్ణోగ్రతలు పెరిగి అనేక ఆకస్మిక మార్పులు సంభవిస్తున్నాయి. దీనినే 'థర్మల్ కాలుష్యం' అంటారు. థర్మల్ కాలుష్యం వలన నీటిలో ఆక్సిజన్ పరిమాణం తగ్గి, జల చరాల మనుగడకు ప్రమాదం ఏర్పడుతున్నది. పునరుత్పాదక శక్తి వనరులను ఉపయోగించడం, చెట్లను పెంచడం వంటి చర్యల ద్వారా థర్మల్ కాలుష్య ప్రభావాన్ని తగ్గించవచ్చు.

రేడియో ధార్మిక కాలుష్యం: అణుశక్తి విడుదల వలన, వినియోగం వలన, యురేనియం వంటి రేడియో ధార్మిక వ్యర్థాల వలన నీరు, వాయువు, నేల కలుషితంగా మారుతుంది. ఈ ప్రక్రియనే 'రేడియో ధార్మిక కాలుష్యం' అంటారు. దీని వలన భయంకరమైన కేన్సర్, లుకేమియా వంటి వ్యాధులు సంభవిస్తాయి.

ప్లాస్టిక్ కాలుష్యం-నివారణ మార్గాలు: ప్రతీ సంవత్సరం సుమారు 20 మిలియన్ మెట్రిక్ టన్నుల ప్లాస్టిక్ సముద్రాల్లో చేరుతున్నదని ఒక అంచనా. సుమారు 5 ట్రిలియన్ మైక్రో ప్లాస్టిక్ కణాలు సముద్ర జలాల్లో పేరుకుపోయాయి. మహా సముద్రాలన్నీ ప్లాస్టిక్‌తో నిండిపోతున్నాయి. 250 మిలియన్ టన్నుల ప్లాస్టిక్ సముద్రాల్లోకి చేరుకుందని కొన్ని నివేదికలు సూచిస్తు న్నాయి. సముద్ర ఉపరితలాలపై కొద్ది శాతం మాత్రమే ప్లాస్టిక్ తేలుతుంటే, సముద్ర గర్భం మిలియన్ల టన్నుల కొద్దీ ప్లాస్టిక్ వ్యర్థాలతో నిండిపోయింది. ప్లాస్టిక్ కాలుష్యం ఇప్పటికే విపరీతమైన ప్రభావం చూపిస్తున్నది. ప్లాస్టిక్ వలన జలచరాల మనుగడకు ప్రాణసంకటం ఏర్పడింది. ప్లాస్టిక్ వాడకాన్ని సాధ్యమైనంత తొందరగా నిషేధించాలి.

పొల్యూషన్.. సొల్యూషన్

పర్యావరణ విధ్వంసమే కాలుష్యానికి మూలకారణం. రసాయనిక పదార్థాలు, హానికరమైన వాయువులు పర్యావరణంలోకి చేరడమే ఆకస్మిక వాతావరణ మార్పులకు కారణం. ఇటీవల కాలంలో సంభవిస్తున్న పెను తుఫానులు పెను విధ్వంసం సృష్టిస్తున్నాయి. ఇటీవల ఆంధ్రప్రదేశ్‌ను దాటిన మొంథా తుఫాను తీవ్ర విధ్వంసం నుండి ప్రజలు బయటపడి ఊపిరి పీల్చుకున్నారు. అయితే తుఫాను తీరం దాటిన తర్వాత ఉభయ తెలుగు రాష్ట్రాల్లో కురిసిన భారీ వర్షాల వలన పంటలకు తీవ్ర నష్టం వాటిల్లింది. ఇలాంటి పరిస్థితులు ఎందుకు ఏర్పడుతున్నాయి? ప్రకృతిలో ఎందుకు అవాంఛనీయ పరిణామాలు సంభవిస్తున్నాయి? ఆకస్మిక వాతావరణ మార్పులకు కారణమేమిటి? ఇలాంటి కీలకమైన అంశాలపై తీవ్రమైన పరిశీలన, మేథో మథనం జరగాలి. మానవ చర్యల వలన ప్రకృతిలో సంభవించే విపత్తుల నుండి ప్రజలను కాపాడుకోవాలి.

ప్రకృతి విధ్వంస దుష్ఫలితాలను కనీస స్థాయికి తగ్గించాలి. పర్యావరణ పరిరక్షణ మనం నివసించే భూమికి నిజమైన రక్షణ. ప్రకృతిని విధ్వంసం చేయడం మనల్ని మనం ప్రమాదంలో పడేసుకోవడమే. మన చుట్టూ ఆవరించి ఉన్న ప్రకృతిని నిర్లక్ష్యం చేసి, పర్యావరణానికి ముప్పు కలగచేయడం క్షమార్హం కాదు. పర్యావరణ పరిరక్షణ ఆవశ్యకతను వివరిస్తూ– ఎన్నో అవగాహనా సదస్సులు, ఎన్నో అంతర్జాతీయ సమావేశాలు జరుగుతున్నా పర్యావరణ విధ్వంసం యథేచ్ఛగా కొనసాగుతూనే ఉంది. పర్యావరణ విధ్వంసంతో మానవ ప్రపంచం విలపిస్తున్నది. ప్రపంచాన్ని పచ్చదనంతో నింపితేనే భూగ్రహాన్ని కాపాడగలం.

స్వీడన్, ఫిన్లాండ్, న్యూజిలాండ్, ఐస్‌లాండ్, డెన్మార్క్, యు.కె, స్విట్జర్లాండ్, ఫ్రాన్స్ వంటి దేశాలు హరిత దేశాలుగా పేర్కొనబడుతున్నాయి. సహజ వనరులను పరిరక్షించి, కర్బన ఉద్గారాలను తగ్గించడం ద్వారా డెన్మార్క్ గ్రీనెస్ట్ కంట్రీ దిశగా పయనిస్తున్నది. ఖతార్, నైజర్, గ్రీన్ లాండ్ వంటి దేశాల్లో పచ్చదనం తక్కువగా ఉంది. ధరిత్రిని కలుషిత వ్యర్థాల నుండి కాపాడడం, ప్లాస్టిక్ వాడకాన్ని నిషేధించడం, పునరుత్పాదక ఇంధన వనరుల వైపు ప్రపంచాన్ని మళ్ళించడం, జీవవైవిధ్యాన్ని కాపాడడం, అడవులను సంరక్షించడం, పచ్చదనాన్ని పెంపొందించడం వంటి చర్యలతో పర్యావరణాన్ని పరిరక్షించవచ్చు, కాలుష్యాన్ని అరికట్టవచ్చు. పచ్చదనమే కాలుష్యానికి విరుగుడన్న అవగాహన ప్రజల్లో కలగాలి. పర్యావరణం శరవేగంగా విధ్వంసమౌతూనే ఉంది.

మానవ ప్రపంచాన్ని కాలుష్యమనే భూతం వెంటాడుతూనే ఉంది. పెనుప్రమాదం మన ముంగిట్లోనే ఉంది. మన చుట్టూ పంచభూతాలతో ఆవరించి ఉన్న సహజసిద్ధమైన పర్యావరణాన్ని మానవ స్వార్థంతో, తప్పిదాలతో విధ్వంసం చేస్తున్నాం. కాలుష్యాన్ని కొనితెచ్చుకుంటున్నాం. అడవులను నరికి నివాసాలను ఏర్పాటు చేసుకోవడం, పంటభూములను మానవా వసరాలకు వినియోగించడం, కాలుష్యం వెదజల్లే పరిశ్రమలను ఏర్పాటు చేయడం, శిలాజ ఇంధనాలను ఇబ్బడి ముబ్బడిగా వినియోగించడం వలన ధరిత్రిపై కాలుష్యపు క్రీనీడలు కమ్ముకుంటున్నాయి. శిలాజ ఇంధనాల వాడకం వలన, అడవులను ధ్వంసం చేయడం వలన, పారిశ్రామిక విప్లవం వలన వాతావరణంలో కార్బన్ డయాక్సైడ్, మిథేన్, నైట్రస్ ఆక్సైడ్ వంటి గ్రీన్ హౌస్ వాయువుల శాతం పెరిగి, భూ ఉపరితల ఉష్ణోగ్రత పెరుగుతున్నది. ఇదే పరిస్థితి కొనసాగితే గ్లోబల్ వార్మింగ్ సమస్య పెరిగి భూమిపై మనుగడ సాగిస్తున్న పలు జీవరాశుల భవిష్యత్తు ప్రశ్నార్థమౌతుంది. భూ ఉష్ణోగ్రతలు పెరగడానికి మానవ తప్పిదాలే కారణం. ప్రకృతిలో లభ్యమయ్యే వనరులను అవసరాలకు మించి వినియోగించడం, ధనాశతో, దురాశతో దూరదృష్టి కోల్పోయి, పర్యావరణానికి చేటు తేవడం మానవ మనుగడకు పెనుముప్పు.

కాలుష్యం మధ్య జీవిస్తూ, కలుషితాలను ఆరగిస్తూ, సుఖసౌఖ్యాలను ఆస్వాదిస్తున్నామని భ్రమించడం దురదృష్టకరం. పంచభూతాలు కలుషితమైపోయాయి. పర్యావరణం కాలుష్యంతో నిండిపోయింది. వాతావరణంలో చోటు చేసుకుంటున్న మార్పులు, పెరుగుతున్న ఉష్ణోగ్రతలు రాబోవు ప్రళయానికి సంకేతాలు. భూమండలంలో నివసిస్తున్న జీవరాశులు, ఇతర భౌతిక, రసాయనిక సంబంధిత పదార్థాలన్నీ మానవాళి చేత సృష్టించబడలేదు. ఇవన్నీ సహజసిద్ధంగా ఏర్పడి మన చుట్టూ ఆవరించబడి ఉన్నాయి.

మానవాళి మనుగడకు మూలాధారమైన ధరిత్రి పదికాలాల పాటు పదిలంగా ఉండాలంటే కాలుష్యాన్ని పారదోలాలి. ఇప్పటికే కాలుష్యం వలన మానవాళి ఆరోగ్యం పడకేసింది. ప్రకృతి ప్రకోపించింది. పర్యావరణ విధ్వంసంతో మానవ జీవనం అల్లకల్లోలంగా మారిపోయింది. ప్రపంచంలోను, భారత్‌లోను ఆకస్మాత్తుగా ప్రకృతి ప్రళయాలు సంభవిస్తున్నాయి. రుతురాగాలు అపస్వరాలు వినిపిస్తున్నాయి. అరణ్యాలు స్థానభ్రంశం చెంది కాంక్రీటు కట్టడాలతో ఆధునిక అరణ్యాలుగా రూపాంతరం చెందుతున్నాయి. సహజ సిద్ధమైన జీవన శైలి నశించింది. భూమిపై మనం వినియోగించే ప్రతీ వస్తువు కాలుష్యానికి కారణభూతం కావడం ఆందోళనకరం. ఇలాంటి పరిస్థితుల నుండి మానవాళిని కాపాడడానికి పర్యావరణ పరిరక్షణ ఒక్కటే మార్గం. పర్యావరణ వ్యవస్థను పచ్చదనంతో పునః ప్రతిష్ఠించడానికి ప్రపంచ దేశాలన్నీ చిత్తశుద్ధితో ప్రణాళికలను రూపొందించి, అమలు చేయాలి. మన నిత్య జీవితంలో ఇంధనాల ప్రాముఖ్యత గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పనవసరం లేదు. ఇంధనం లేనిదే జన జీవితం దుర్భరం దుర్లభం. అయితే మితిమీరిన ఇంధనాల వాడకం వలన వాతావరణంలో అనేక మార్పులు సంభవిస్తున్నాయి.

ప్రపంచం ఎదుర్కొంటున్న కాలుష్య సంబంధిత సమస్యలకు మూలం శిలాజ ఇంధనాల వాడకం విపరీతంగా పెరగడమే. సౌరశక్తి వాడకంపై దృష్టి సారించకుండా శిలాజ ఇంధనాల వినియోగం అధికం చేయడం పర్యావరణానికి పెద్ద దెబ్బ. ఇప్పుడిప్పుడే 'క్లీన్ ఎనర్జీ' పై దృష్టి సారిస్తున్న దేశాలను ఇతర దేశాలు ఆదర్శంగా తీసుకోవాలి. బాధ్యతారాహిత్యంగా శిలాజ ఇంధనాలను వినియోగిస్తే ప్రపంచం అందుకు తగిన మూల్యం చెల్లించుకోక తప్పదు. పెరుగుతున్న భూ ఉష్ణోగ్రతలను రెండు డిగ్రీల సెల్సియస్ దిగువ స్థాయికి తగ్గించడం, సగటు ఉష్ణోగ్రతల్లో పెరుగుదలను 1.5 డిగ్రీల సెల్సియస్‌కి పరిమితి చేయాలన్న ఆలోచనతో గతంలో పారిస్ ఒప్పందం కుదిరింది.

ఐక్యరాజ్య సమితిలోని మెజారిటీ సభ్య దేశాలు వాతావరణ మార్పులపై ఆందోళన చెంది, గ్రీన్ హౌస్ వాయువులను తగ్గించి, ఉష్ణోగ్రతలను నియంత్రించడానికి ఫ్రాన్స్ రాజధాని పారిస్‌లో ఆమోదించిన ఒప్పందం 2016వ సంవత్సరం నుండి అమల్లోకి వచ్చింది. అమెరికా అధ్యక్షుడు డోనాల్డ్ ట్రంప్ ఈ ఒప్పందాన్ని వ్యతిరేకించడం బాధ్యతారాహిత్యం. బొగ్గు, పెట్రోలియం, సహజవాయువు మొదలైనవి శిలాజ ఇంధనాలు.

భారతదేశంలో బొగ్గు తర్వాత ప్రధాన ఇంధన వనరు పెట్రోలియం. పెట్రోలియం అనే పదం పెట్రా, ఒలియం అనే లాటిన్ పదాల నుండి ఏర్పడింది. పెట్రోలియం అంటే రాతి నూనె అని అర్థం. శిలాజ ఇంధనాలు చెట్లు,

జంతువుల అవశేషాల నుండి ఏర్పడతాయి. బొగ్గు, పెట్రోలియం, సహజ వాయువు వంటి శిలాజ ఇంధనాలను వినియోగించిన తర్వాత తిరిగి భర్తీ కావడానికి వేలాది సంవత్సరాల కాలం పట్టవచ్చు. ఇవి తరిగేపోయే శక్తి వనరులు. శిలాజ ఇంధనాల వినియోగంలో చైనా ప్రపంచంలోనే అత్యధిక శాతం వాటా కలిగి ఉంది. అమెరికా కూడా చైనాతో సమానంగా శిలాజ ఇంధనాలు వినియోగిస్తున్నది. ఈ విషయంలో భారత దేశం ప్రపంచంలో మూడవ స్థానంలో ఉంది. ఈ మూడు దేశాలు ప్రపంచంలో శిలాజ ఇంధనాల వినియోగంలో సగభాగం కలిగి ఉన్నాయి. కాలుష్య కారకంగా భావిస్తున్న చమురు వినియోగంలో భారత్ చైనా స్థానాన్ని

అధిగమించబోతుందనే అంచనాలున్నాయి. బొగ్గు వినియోగంలో భారత్ ఇప్పటికే యూరప్, ఉత్తర అమెరికా దేశాలను అధిగమించింది.

భారతదేశం గ్రీన్ ఎనర్జీపై దృష్టి సారించాలని నిర్ణయించినా దీనికి తగ్గ కార్యాచరణ పూర్తి స్థాయిలో ఆచరణకు నోచుకోలేదు. ప్రపంచ ఇంధన వినియోగంలో ఎనభై శాతం పైగా చమురు, బొగ్గు ప్రధాన పాత్ర వహిస్తున్నాయి.

చైనా, అమెరికా, భారత్‌ల తర్వాత శిలాజ ఇంధనాల వినియోగంలో రష్యా, జపాన్, ఇరాన్, సౌదీ అరేబియా, దక్షిణ కొరియా ఇండో నేషియా, కెనడా, యు.కె.లు పోటాపోటీగా ముందుకు సాగుతున్నాయి. కర్బన ఉద్గారాలు గరిష్ఠ స్థాయిలో విడుదలవుతున్నాయి.

సూర్య రశ్మి, గాలి, నీరు మొదలైన వనరులను పునరుత్పాదక శక్తి వనరులుగా పిలుస్తారు. జంతువుల, మొక్కల వ్యర్థాల నుండి ఉత్పత్తి కాబడే ఇంధనాన్ని బయోమాస్ ఎనర్జీ అంటారు. ఇది కూడా పునరుత్పాదక ఎనర్జీ. పునరుత్పాదక శక్తి వనరులను వినియోగించేకొద్దీ తిరిగి భర్తీ చేయబడతాయి. సౌరశక్తి, గాలి వంటి సహజసిద్ధమైన వనరులను వినియోగించుకుని కాలుష్యాన్ని తగ్గించవచ్చు. వీటి వలన పర్యావరణం కూడా పరిరక్షించబడుతుంది. సూర్యరశ్మి, గాలి వంటి ప్రకృతి సిద్ధమైన వనరుల నుండి లభ్యమయ్యే శక్తి కారకాలను ఇబ్బడి ముబ్బడిగా వినియోగించినా తిరిగి పొందగలం. వీటిని వినియోగించడం వలన కాలుష్యాన్ని తగ్గించవచ్చు. పునరుత్పాదక శక్తి వనరులతో వాతావరణంలో గ్రీన్ హౌస్ వాయువులను తగ్గించి, కాలుష్యాన్ని అరికట్టవచ్చు. 'క్లీన్ ఎనర్జీ' వలన కాలుష్యాన్ని తగ్గించి ఆరోగ్యవంతమైన ప్రపంచాన్ని నిర్మించవచ్చు.

చాలా కాలమైంది

బతుకు చినుకులకోసం
ఆకాశంకేసి చూసిచూసి అలసిపోయి,
ఆపన్న హస్తంకోసం
అధికారులకేసి వేచివేచి వేసారిపోయి,
చానా కాలమైంది రైతన్న.

రంగుల ప్రపంచంకోసం
తనువులోని అణువణువు
ముక్కలైపోయి,
గిట్టుబాట ధరకోసం
పాలకులచుట్టూ తిరిగితిరిగి
చతికిలబడిపోయి,
చానా కాలమైంది నేతన్న.

కడుపు చల్లకోసం
మట్టి పిసికిపిసికి పాలమారిపోయి,
అస్వస్థుల
ఆరోగ్యంకోసం
ప్లాస్టిక్కులతో
పోరాడిపోరాడి
నలిగిపోయి,
చానా కాలమైంది కుమ్మరన్న.

ఉచిత పథకాలకోసం
తాత్కాలిక తాయిలాలు తీసుకుని..
తీసుకుని మోసపోయి,
తీరా సహాయంకోసం
ప్రభుత్వంపై వెర్రి అరుపులు అరిచి
అరిచి అలవాటుపడిపోయి,
చాలా కాలమైంది ఓటరన్న.

పిడికెడు మెతుకులకోసం
ఎర్రటెండలో రక్తాన్ని చెమటగా
కార్చికార్చి కలతపడిపోయి,
కష్టానికి తగ్గ ఫలితంకోసం
యజమాని విదిలించిన భిక్ష చూసి
కుంగికుంగి కుచించిపోయి,
చానా కాలమైంది కర్షకన్న
అన్నింటికీ మించి
సాటిమనిషి కష్టాన్ని మరచిపోయి
చానా కాలమైంది మనిషన్న

– దేవీప్రసాద్ ఒబ్బు

అదృశ్య చిహ్నం

నల్లని రాతి చెట్టుకు
వెన్నెల పూలు పూసినట్లు
గతానికి వర్తమానానికి నడుమ
నీ జ్ఞాపకాల రాకపోకలు
సాగిస్తున్న అద్భుత దృశ్యం
ఆ దృశ్యం అదృశ్యమైన క్షణం
ఒక కన్నీటి చుక్క
ఆత్మీయంగా ఒడిలో రాలుతుంది
అక్కడ ఎప్పటిదో
నీ స్పర్శ తాలూకు
వెచ్చటి పరిమళం
ఎప్పుడో నీవు సేద తీరినందుకు
గుర్తుగా
సన్నటి హాయితనపు ఆనవాళ్లు
అయినా..
నీవు జ్ఞాపకం వచ్చిన ప్రతీసారి
నా గుండె బరువెక్కుతూనే
ఉంటుంది
నీ రూపాన్ని చెరిపి వేయలేని
నిస్సహాయతతో!

– సునీత గంగవరపు

మాటలతోనే మనిషి

అమ్మా, మాటల తల్లీ
తెలుగు వీణ తీగెలు తెంపేస్తున్నారు
ఏ పాపం ఎరుగకపోయినా!
కనబడు తల్లీ
అంతర్వాహినిగా పారడానికి బదులు
బయట కనబడి ప్రవహించు తల్లీ!
మదుల్లో మెదులు తల్లీ!
గొంతుల్లో ఉరుము తల్లీ!
తెలుగు భాషకి
ఖనిజ కబ్జాలతో సంబంధం లేదు
గాజాతల్లుల ఆక్రోశంతో బంధం లేదు
వాతావరణ మార్పుల అకాల
రుతువులతో ముడి లేదు
మోతుబరి దేశాల స్వీయ రక్షిత
వాదాలతో పనే లేదు
వేల వేల ఉద్యోగాల తొలగింపుతో
ప్రమేయమే లేదు
అయినా తెలుగు వీణ తీగెలు
తెంపేస్తున్నారు
తెలుగు మదుల్లో పారు తల్లీ!
మాటల తల్లీ, భాషా సరస్వతీ !
మాటల్లేని మనుషులు కనబడితే
మాటలు ఆగిపోయి మూగబోతాము
కళ్ళు కన్నీటి ధారలవుతాయి
పారు తల్లీ పారు తల్లీ పలుకుల తల్లీ
సుసంస్కృతీ సప్తస్వరాలు నిరతం
పలికేటట్టు చేయు తల్లీ
వీణ తీగెలని జీవన నదులుగా
మార్చు తల్లీ ! తెలుగు తల్లీ
ముమ్మారు ముమ్మారు దండాలు
మరుగున పడకు తల్లీ
మదుల్లోని మురుగుని
తేటతెల్లం చేయు తల్లీ !

– ఒబ్బిని

ఉదయ ఔషధం!

ఉదయం..
హృదయ ఫలకంపై
తుషార బిందువై
మెరుస్తుంది లేత
కెంజాయి కిరణాలు
అలసిన ప్రతి
గుండెలో ఔషధమై
విరబూస్తాయి
రోజంతా పరుగులు
తీసి ఇంటికి వచ్చిన
సూర్యున్ని..
రాత్రి నిద్ర పుచ్చుతుందేమో!
చీకట్లో విశ్రాంతి తీసుకొని
మళ్లీ ఉదయాన్నే తన వెలుగులతో
అతడు ఆటకు సిద్ధం
ఆయన ప్రసాదించే
ప్రతి ఉదయం..
మనుషుల మనసుల్ని
సాంత్వనపరిచే
మౌనరాగమై పలకరిస్తుంది
వేనవేల
ఉదయాలు పూయించి
పరివేదనలకు
పరిష్కారోదయమై
సులివెచ్చని కిరణాలతో
స్పృశిస్తూ వెలుగులు చిమ్ముతూనే
ఉంటుంది.

– భీమవరపు పురుషోత్తమ్

సింగిల్ పేజీ కథ

జీవన విలువలు

అతనికి ప్రతీ ఉదయం ఎంతో ప్రత్యేకం. కానీ ఆరోజు మరింత ప్రత్యేకం. ఉద్యోగ ఇంటర్వ్యూ ఉంది. అతను శుభ్రంగా ఇస్త్రీ చేసిన దుస్తులు ధరించి, పాదరక్షలు మెరిసేలా వాటికి పాలిష్ పట్టించి, అవసరమైన అన్ని సర్టిఫికెట్లు ఒక ఫైలులో జాగ్రత్తగా పెట్టుకుని ఇంటి నుంచి బయలుదేరాడు. "ఈ రోజు నా జీవితం మారే రోజు కావొచ్చు" అని మనసులో అనుకున్నాడు. ఇంటర్వ్యూ సెంటర్‌కి చేరుకున్నప్పుడు, గేటు దగ్గరే అనేకమంది అభ్యర్థులు కనిపించారు. ఎవరికి వారు టెన్షన్, ఏదో చదువుతున్నట్టు నటించడం, ఫోన్‌లో మాట్లాడుతూ తిరగడం.. వీటన్నింటిని చిరునవ్వుతో గమనించాడు. అదే సమయంలో గుమాస్తా మర్యాదగా ముందుకు వచ్చి "సార్, దయచేసి మీ పేరు పిలిచే వరకు అటువైపు హాల్లో కూర్చొని వేచి ఉండండి" అన్నాడు.

అతను వెంటనే నమ్రతతో "మీ సమాచారానికి ధన్యవాదాలు" అన్నాడు. ఇతరులు ఒక్క మాట అనకుండా వెళ్లిపోయారు. కానీ అతని ఆ ఒక్క మాటలోని మర్యాద గుమాస్తా హృదయాన్ని తాకింది. హాల్లో చల్లని ఎ.సి.గాలి, ముందున్న ఉత్కంఠ, పక్కనున్న అభ్యర్థుల కలవరపు నిశ్వాసాలు.. అతను వాటన్నింటిని పక్కన పెట్టి నిశ్శబ్దంగా కూర్చున్నాడు. చిరునవ్వు, ఓపిక, ప్రశాంతత ఇవే అతని ఆయుధాలు. కొంతసేపటికి అటెండర్ 'టీ'ని అందించాడు. టీ తాగిన తర్వాత చాలా మంది కప్పులను ఏమాత్రం ఆలోచించకుండా టేబుల్ పక్కనే పడేశారు. కానీ అతను మాత్రం చుట్టూ చూసి డస్ట్‌బిన్ కనిపించకపోవడంతో, బయట కొద్దిదూరంలో ఉన్న డస్ట్‌బిన్ వద్దకు వెళ్లి, తను వాడిన కప్పును అందులో వేసి వచ్చాడు. అతను చేసిన ఇంత చిన్న పని ఎంత పెద్ద గుర్తింపును తెచ్చిపెట్టిందో అతనికి తెలియదు. తిరిగి వస్తుండగా ఒక ఖాళీ మూలలో ఫ్యాన్ అవసరం లేకపోయినా తిరుగుతూ కనిపించింది. ఎవరో వదిలేశారు అనుకుని అతను ఒక క్షణం ఆగి, "వృథా ఎందుకు?" అన్నట్టు భావించి ఫ్యాన్ ఆపాడు.

ఈ చిన్న చర్య అతడి వ్యక్తిత్వాన్ని శబ్దం లేని భాషలో చెప్పింది. కొద్ది నిమిషాల తరువాత, ఒక గర్భిణీ నెమ్మదిగా లోపలికి అడుగుపెట్టింది. ఆమె ముఖంపై అలసట స్పష్టంగా కనిపించింది. చెమట బిందువులు మెడపై జారుతూ ఉన్నాయి. అతనికి ఆ దృశ్యం కనిపించగానే ఏ సందేహం లేకుండా తన సీటు నుంచి లేచాడు.

"అమ్మా... దయచేసి కూర్చోండి. ఇక్కడ ఎ.సి దగ్గర చల్లగా ఉంటుంది" అన్నాడు.

ఆమె కొద్దిసేపు సంకోచించినా, అతని మాటల్లోని నిజమైన మమతను చూసి కూర్చుంది. వారి కళ్లలో ఆశీర్వాదపు కాంతి వెలిగింది. హాల్లో ఉన్నవారిలో చాలా మంది ఆమెను చూడటమే తప్ప, ఆమెకు సహాయం చేయాలనే ఆలోచన కూడా రాలేదు. మరికొంచెంసేపటి తరువాత అతని పేరును పిలిచారు. శాంతంగా లేచిన అతను ఇంటర్వ్యూకు వెళ్లాడు.

గదిలో నలుగురు సభ్యులు సీరియస్‌గా కూర్చున్నారు. అతను వెళ్లగానే వారిలో ఒకరు "మీ ఇంటర్వ్యూ పూర్తయింది. మీరు వెళ్లవచ్చు" అన్నారు.

అతను ఆశ్చర్యపడి నిలిచిపోయాడు.

ఇంకొక సభ్యుడు వెంటనే చిరునవ్వుతో "మీరు ఎంపికయ్యారు.. శుభాకాంక్షలు!"

అతని ముఖంలో ఆశ్చర్యంతో కూడిన ఆనందం పెల్లుబికింది. "సర్... కానీ మీరు నన్ను ఒక్క ప్రశ్న కూడా అడగలేదు కదా!"

అప్పుడు బోర్డు సభ్యులలో పెద్దవారు మాట్లాడటం ప్రారంభించారు. "వాచ్‌మన్‌ని 'ధన్యవాదాలు' అన్నది ఒక్కరే మీరు. మర్యాదగల వ్యక్తి, ఎక్కడ ఉన్నా గౌరవం పొందుతాడు. 'టీ' కప్పును డస్ట్‌బిన్‌లో వేసింది మీరు ఒక్కరే. అది మీ లోపలి క్రమశిక్షణను తెలియజేస్తుంది. ఎవరూ పట్టించుకోని ఫ్యాన్‌ను మీరు ఆపారు. సంస్థను తన ఇల్లుగా భావించే వ్యక్తి మాత్రమే ఇలా చేస్తాడు. ఒక గర్భిణికి తన సీటు ఇచ్చింది ఒక్కరే మీరు. దయ అంటే ఇదే." తర్వాత వారు "నాయకత్వానికి డిగ్రీలు కాదు.. ఇలాంటి విలువలు అవసరం, అందుకే మేము మిమ్మల్ని ఎంపిక చేశాము" అన్నారు.

అతని కళ్లల్లో ఆనంద బాష్పాలు కదిలాయి "సర్.. ఇవన్నీ నేను నేర్చుకున్నవి కాదు.. నా తల్లిదండ్రులు నేర్పిన విలువలు" అన్నాడు.

ఇంటికి చేరుకొని, ఉద్యోగం వచ్చిన విషయం చెప్పగానే అతని తల్లిదండ్రుల ముఖాలు వెలిగిపోయాయి. బాల్యంలో వారు చెప్పిన ప్రతి చిన్నమాట ఆరోజు అతని విజయంగా నిలిచింది. "చెత్తను డస్ట్‌బిన్‌లో వేయాలి, వృథాని ఆపాలి, పెద్దలను, స్త్రీలను గౌరవించాలి, మనసున్న చోట సహాయం చేయాలి" ఇవన్నీ అతన్ని ఉద్యోగానికి అనువైన, ఒక మంచి మనిషిగా తీర్చిదిద్దాయి. అతను ఆకాశం వైపు చూసి "దేవుడా... ఇలాంటి తల్లిదండ్రులను ఇచ్చినందుకు ధన్యవాదాలు" అని నిశ్శబ్దంగా అనుకున్నాడు.

– సయ్యద్ సల్మా

ఫ్లోటింగ్ హౌస్

ఇల్లు కట్టుకోవాలంటే అనుకూలంగా ఉండే స్థలం కోసం వెతుకుతారు ఎవరైనా. ఆ స్థలం ఇంటి నిర్మాణానికి అనుకూలంగా ఉంటుందా/లేదా అని పరిశీలిస్తారు. అయితే కెనడాలోని ఓ జంట మాత్రం మంచి సరస్సు కోసం అన్వేషించారు. నేలపై కాకుండా నీళ్లపై ఇల్లు కట్టుకుని నివాసం ఉండాలని వారి కోరిక. అందుకే బ్రిటిష్ కొలంబియాలోని టొఫినో తీరంలోని ఒక సరస్సు లో ఇంటిని నిర్మించుకున్నారు.

నీటిపై తేలియాడే ఆ ఇంటికి 'లిబర్టీ కోవ్' అని పేరు పెట్టారు. లిబర్టీ కోవ్‌ను 12 ప్లాట్‌ఫామ్‌లపై, మొత్తం కలపతోనే నిర్మించారు. నిర్మాణాలన్నింటిని వంతెనల ద్వారా కలిపారు. ఈ ఇంటి నిర్మాణాన్ని 1992లో ప్రారంభించారు. ఇంట్లోకి మారిన తరువాత విస్తరణ పనులు చేసుకున్నారు. అడవి జంతువుల నుంచి రక్షణ కోసం ఈ ఇల్లు చక్కటి పరిష్కారం అంటారు ఈ దంపతులు. ఫ్లోటింగ్ హౌజ్‌లో

చెట్లకు ప్రాధాన్యం ఇచ్చారు. సరస్సులోనే చేపలు పెంచుతారు. అవసరాలకు సరిపోయే విధంగా తేలియాడే తోటలలో కూరగాయల సాగు చేస్తారు. సౌరఫలకాలు, ఫొటోవోల్టాయిక్ పవర్ జనరేటర్ ద్వారా ఫ్లోటింగ్ హౌజ్‌కి సరిపడే విద్యుత్ ఉత్పత్తి అవుతుంది. ఇంటికి మారినప్పటి నుండి ఇంటి నిర్మాణంలో చాలా మార్పులు చేశారు. వాళ్ల అభిరుచులకు తగినట్లుగా ఇంటిని విస్తరించుకున్నారు. డాన్స్ ఫ్లోర్, విశాలమైన కిచెన్, కోళ్లగూడు, నీటిని శుద్ధి చేసే యంత్రం.. ఇలా అన్ని వసతులు ఉంటాయి.

2013లో నెట్ కూడా ఏర్పాటు చేసుకున్నారు. ఒడ్డుకు రాకపోకల కోసం చిన్న పడవను తయారు చేసుకున్నారు. ఫ్లోటింగ్ హౌజ్ మొత్తం కలపతో చేసింది కాబట్టి నిప్పుతో జాగ్రత్తగా ఉండాలి.

శీతాకాలంలో తుఫానులతో ఇల్లు దెబ్బతింటుంది. ఆ సీజన్ తరువాత ఇంటి పునరుద్ధరణ పనులు చేయాలి. చెక్కలు నీళ్లలో ఉన్న కారణంగా అప్పుడప్పుడు దెబ్బతింటూ ఉంటాయి. వాటిని తరచుగా మార్చాల్సి వస్తుందంటారు. ఏది ఏమైనా ఈ దంపతుల సాహసాన్ని ప్రశంసించకుండా ఉండలేం కదా!

'ద అప్పియా వే'

ఈ రోడ్డు పొడవు 360 మైళ్లు. దీనిని 2,300 యేళ్ల క్రితం నిర్మించారు. అప్పటి రోమన్ పాలకుడు అప్పియస్ క్లాడియస్ రోమ్ నుంచి బ్రిండిసికి రోడ్డు నిర్మాణాన్ని చేపట్టాడు. రోమన్ ఆధిపత్యాన్ని కొనసాగించడంతో పాటు సైనికులకు, వ్యాపారులకు, యాత్రికులకు ఈ రోడ్డు బాగా ఉపయోగపడింది. విశేషమేమిటంటే ఈ రోడ్డు యూరప్‌లో తొలి హైవేగా ప్రసిద్ధి చెందింది.

రోమన్ సామ్రాజ్య పతనంతో క్రమంగా రోడ్డు కూడా శిథిలమైంది.

ఇటాలియన్ రచయిత పాలో రుమిజ్ వల్ల 2015 నుంచి ఈ దారి వార్తల్లోకి వచ్చింది. చాలా చోట్ల అడవులు, పొలాలు, పలు నిర్మాణాలలో కలిసిపోయింది. ప్రస్తుతం పది మైళ్ల వరకే ఒక రకమైన రోడ్డుగా కనబడుతోంది. అలనాటి రోమన్ శిథిలాలను కలిపే ఆ దారిని ఇప్పుడు స్థానికులు పురావస్తు ఖజానాగా, అపూర్వంగా చూసుకుంటున్నారు. దీనిని వెడ్డింగ్ షూట్‌లకు, ఇతర కార్యక్రమాలకు వాడుతున్నారు. యునెస్కో 'వరల్డ్ హెరిటేజ్ సైట్'గా కూడా గుర్తించడం విశేషం.

14:14.qxd 12/13/2025 2:38 PM Page 1

ఆరోగ్య ప్రదాయని ఖర్జూరం

ఖర్జూరం ఎడారి ప్రాంతం వృక్షజాతి మొక్క. ఇది పామే కుటుంబానికి చెందినది. ఖర్జూరం శాస్త్రీయనామం ఫీనిక్స్ డాక్టిలిఫెరా దీన్ని మొదట 50 మిలియన్ల క్రితం ఉత్తర ఆఫ్రికా ఆగ్నేషియా ఎడారుల్లో మొదట గుర్తించారు. ఉష్ణ మండల ప్రాంతాల్లో ఎక్కువగా పెరిగే ఖర్జూరం చెట్లు 6,000 రకాలు. ఈజిప్ట్, సౌదీ, ఇరాన్, ఇరాక్, అల్జీరియా, పాకిస్తాన్, సుడాన్, లిబియా, చైనాలో పండిస్తారు. భారతదేశంలో 40 రకాల ఖర్జూరం చెట్లు ఉన్నాయి. ఖర్జూరాలు చూడడానికి ముడతలు పడ్డ చర్మం లోపల పీచుగింజలు దీర్ఘ చతురస్రాకారంలో విభిన్నంగా ఉంటాయి. ఖర్జూరంను తరుచుగా ఎండిన పండ్లగా పొరబడతారు. నిజానికి అవి తాజా పండ్లు. వీటినే రురారోహ, ఖర్జూర్, డేట్స్, ఖర్జూర డేటా పాం, శ్రేణి, కషాయ మధుర, స్వాదు మస్తకా, ఖరస్కంద, అగ్రజా అని వివిధ పేర్లతో వ్యవహరిస్తారు.

ఖర్జూరాల్లో వివిధ ఆకారాలు, రుచులలో 600 కంటే ఎక్కువ రకాలుంటాయి. తేమని బట్టి మూడు రకాలు. 1. **మెత్తని ఖర్జూరాలు** 2. **ఎండిన ఖర్జూరాలు** 3. **పూర్తిగా ఎండిన ఖర్జూరాలు.** రంగు, రుచిని బట్టి దాదాపు పది రకాలున్నాయి. **కింగ్ ఆఫ్ డేట్స్:** ముదురు రంగులో నున్నగా, పొడవుగా ఉండే మెడ్‌జూల్ రకం దీంట్లో అరటి పండు కన్నా 50 శాతం ఎక్కువగా పొటాషియం ఉంటుంది. దీన్నే కింగ్ ఆఫ్ డేట్స్ అంటారు. **బార్హీరకం:** ఇవి పసుపు రంగులో గుండ్రంగా, మృదువుగా, తియ్యగా ఉంటాయి. దీన్నే బంగారు ఖర్జూరం/హానిబాల్ ఖర్జూరం అంటారు. **డెగ్లెట్ నూర్:** చిన్నగా, మంచి ఫ్లేవర్‌తో ఎక్కువ కాలం నిల్వ ఉంటుంది. వీటినే కాంతి ఖర్జూరం అంటారు. ఖాద్రావి: మెత్తగా డార్క్ బ్రౌన్ కలర్‌లో పుడ్డింగ్ ఉపయోగిస్తారు, హానీడేట్స్: ఖర్జూరం తేనెలాగా ఉంటుంది, బ్లాక్ డేట్స్: నలుపు రంగులో నోట్లో పెట్టుకుంటే కరిగిపోయేవి, గోల్డెన్ ప్రిన్సెస్: పొడవుగా కాస్త అంబర్ కలర్‌లో నమిలేటట్లుగా ఉంటాయి. దీన్నే దిబ్ అంటారు, అజ్వాఖ: మృదువుగా, పొడిగా గోధుమ రంగులో తెల్లలైన్‌తో మధ్యరకం తీపి ఉండడం వల్ల అరబిక్ కాఫీతో తీసుకుంటారు; హల్వే డేట్స్: మెత్తగా కలర్‌లో పొడవుగా తియ్యగా ఉంటాయి; ఎండు ఖర్జూరం తూరి డేట్స్: నీళ్లన్నీ ఆవిరైపోయినట్లుగా మారి తియ్యగా ఉంటాయి. వీటిలో 50 శాతం ఎక్కువ చక్కెర, 2 శాతం కొవ్వు, ప్రొటీన్స్ ఉంటాయి. మొక్క నాటిన 4-8 సంవత్సరాలలో 70-140 కి.గ్రా. ఖర్జూరాల్ని ఉత్పత్తి చేస్తాయి. దీన్ని జీవనవృక్షం అని అంటారు. ఖర్జూర పండు ఓవల్ నుంచి స్థూపాకారంలో 3-7 సెం.మీ పొడవు 2-3 సెం.మీ. వ్యాసంతో ఉంటాయి. పండు మొత్తం బరువులో గ్లూకోజ్ 25-30 ఫ్రక్టోజ్ 19-28 శాతం పాలిశాఖరైడ్స్ (7-10) ఉంటాయి. పండని పండ్లని కిమ్రి అని పెద్దవిగా పెరిగి కరకరలాడే ఖర్జూరాల్ని ఖలాల్ అని, పక్వానికొచ్చి మెత్తబడిన వాటిని రుతాబ్ అని ఎండు ఖర్జురాల్ని తరమ్ అని అరబిక్ పేర్లతో వాడుకలో ఉన్నాయి. ఖర్జూరం విత్తనానికి రెండు వేల సంవత్సరాల తర్వాత కూడా మొలకెత్తే సామర్థ్యం ఉంటుంది. కాబట్టే దీన్నే ఎడారుల్లో కల్పవృక్షం అని అంటారు. ప్రత్యేకమైన రుచి, అధిక తియ్యదనంతో ఓవల్ ఆకారం గోధుమ నుండి నలుపు రంగులో ఉండే కిమియా ఖర్జూరం ప్రపంచ వ్యాప్తంగా అత్యంత ప్రసిద్ధమైనది. దీన్ని బామ్ డేట్స్ అని కూడా అంటారు.

ప్రతి ఖర్జూరంలో 25 కేలరీలుంటే 80 గ్రా. ఖర్జూరంలో 220 కేలరీలుంటాయి. కార్బోహైడ్రేట్స్: 68 గ్రా., ప్రోటీన్స్: 2 గ్రా. కాల్షియం: 47 మి.గ్రా., నీరు: 21 గ్రా., ఫాస్పరస్: 50 మి.గ్రా, సోడియం 1 మి.గ్రా. మాంగనీస్: 54 మి.గ్రా, కాపర్: 40 శాతం, మెగ్నీషియం: 13 శాతం ఉంటాయి.

ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు

ఖర్జూరం అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాల్ని కలిగి ఉంటుంది. తక్కువ గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ కావడం వల్ల, ఫైబర్ కంటెంట్ వల్ల జీర్ణక్రియ ఆలస్యం కావడం వల్ల డయాబెటిస్ కంట్రోల్‌లో ఉంటుంది. కిడ్నీలో ప్లాస్మా స్థాయిలు, క్రియేటినిన్ తగ్గించి మూత్రపిండాన్ని సాధారణ స్థితిలోకి తెస్తాయి. నెఫ్రోలాజికల్ వ్యాధుల వల్ల వచ్చే గాయాల్ని సమర్థవంతంగా తగ్గిస్తుంది. కిడ్నీస్టోన్స్, మూత్రం సరిగా రాకపోవటం మూత్రనాళ ఇన్ఫెక్షన్స్, సిస్టయిటిస్ మూత్రంలో మంటని తగ్గిస్తుంది. మెగ్నీషియం, సెలీనియం, మాంగనీస్, కాపర్ సూక్ష్మ పోషకాల వల్ల ఎముకల ఆరోగ్యం బాగుంటుంది. అధిక కేలరీల వల్ల తక్షణ శక్తికి, అలసట, నీరసం, నరాల బలహీనత తగ్గించే ఎనర్జిటిక్ పోషకాహారంగా ఉంటుంది, విటమిన్ సి,డిలు కొల్లాజెన్‌ని ఉత్పత్తి చేసి ఆరోగ్యంగా మెరిసేలా చేస్తుంది. పొడిచర్మం ఉన్నవారు ఖర్జూరం తీసుకోవాలి, అధిక ఐరన్, సూక్ష్మపోషకాల వల్ల స్కాల్ప్‌కి రక్త ప్రసరణ జరిగి, హెర్‌కిల్స్ బలంగా తయారు కావడం వల్ల తల వెంట్రుకలు నెరవడం, జుట్టు రాలిపోవడం తగ్గుతుంది.

ఖర్జూరంలో మినరల్స్, అమినో ఆసిడ్స్ వుండడం వల్ల స్త్రీలకు పీరియడ్స్ సక్రమంగా వస్తాయి. యాట్రిన్ కంట్రాక్షన్ వల్ల వెన్ను నొప్పి, బహిష్టు నొప్పి తగ్గుతుంది. తరచూ జ్వరంతో బాధపడేవారిలో ఇమ్యూనిటీ లెవల్స్ పెంచుతుంది. ఖర్జూరంలో పొటాషియం, మెగ్నీషియం, మాంగనీసు, కాపర్ విటమిన్ బి6 కెలు బిపిని కంట్రోల్ చేస్తాయి. విటమిన్ ఏ వల్ల రేచీకటి, కంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి.

నాన బెట్టిన ఖర్జూరాలు

ఖర్జూరాల్ని రాత్రంతా నానబెట్టాలి. లేదా వేడి లేదా మరిగే నీటిలో పది నిమిషాలు నానబెట్టాలి. వీటిని రోజూ తింటే మలబద్ధకం తగ్గుతుంది. ఫైబర్, విటమిన్స్, పొటాషియం, మెగ్నీషియం, ఎక్కువ ఉండటం వల్ల ఫ్రీ రాడికల్స్ నుంచి రక్షిస్తాయి. చిరుతిండి స్నాక్‌గా, శక్తి పెంచడానికి అలసట, నీరసం పోగొట్టడానికి, ఎముకలు బలంగా ఆరోగ్యంగా ఉండడానికి, నీరసం పోగొట్టడానికి ఉపయోగపడుతుంది. గ్లైసమిక్ ఇండెక్స్ తక్కువగా ఉండడం వల్ల షుగర్ తగ్గుతుంది. చిన్నపిల్లలకి డీ హైడ్రేషన్ లేకుండా, పోషకాహారం లోపం లేకుండా, దంత, చిగుళ్ల పరిరక్షణకు, ఎదుగుదలకి అవసరమవుతుంది. హ్యాంగోవర్ ఫిక్సే షన్- మత్తుని అరికట్టడానికి రాత్రి నీటిలో నానబెట్టిన ఖర్జూరాన్ని తీసుకోవాలి.

ఎండు ఖర్జూరాలతో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు

ఖర్జూరంలో ప్రోటీన్స్ 2 చక్కెరలు 65-70 శాతం ఉండడం వల్ల అధిక ప్రయోజనాల్ని కల్గిస్తాయి. ఆంటి ఆక్సి డెంట్స్ ఎక్కువగా ఉండడంవల్ల కంటి ఆరోగ్యానికి చర్మం జుట్టు ఆరోగ్యానికి జ్ఞాపకశక్తికి మెదడు నరాల ఆరోగ్యానికి, చర్మం, జుట్టు ఆరోగ్యానికి జ్ఞాపకశక్తికి మెదడు నరాల ఆరోగ్యానికి మంచిది. ఇవి కండరాల కణజాలాలు చెడిపోకుండా కాపాడుతాయి. మలబద్ధకం తగ్గుతుంది. మంచి విరోచనారిగా ఉంటుంది. గర్భిణులకి సూపర్ ఎనర్జీ. బిపి, షుగర్ వున్నవాళ్లకి మంచిది. కొలెస్ట్రాల్ తగ్గించి గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. ఇది ఆంటీ ట్యూమర్‌గా పని చేస్తుంది. కిడ్నీరోగులకిది మంచిది. కాలేయాన్ని రక్షిస్తుంది.

సైడ్ ఎఫెక్ట్స్: వీటిని ఎక్కువగా తింటే వేడి చేస్తుంది. లివర్, ప్లీహంలో కంతులు వస్తాయి. కండ్లు, దంతాలకు గుండెకు నష్టం. కఫం ఎక్కువ అవుతుంది. వికారం, అరుచి, కడుపుబ్బరం, మలబద్ధకం మొదలైన సమస్యలు వస్తాయి. వీటిని అధికంగా తింటే బరువు పెరుగుతారు. ఖర్జూరాల్లో వుండే అధిక ఫ్రక్టోజ్ వల్ల జీర్ణించుకోవడం కష్టం. పొత్తికడుపులో నొప్పి, కడుపుబ్బరం, గ్యాస్ట్రబుల్ ఏర్పడుతుంది. కొందరు సహజంగా అధిక తీపి వల్ల ఎలర్జీ కల్గి ఉంటారు. ఖర్జూరాల్లోని సల్ఫేట్ వల్ల కళ్లు దురద, ఎర్రబడడం, నీరు కారడం వంటి ఎలర్జీలు, విరేచనాలు, సెన్సి విటీ ఉన్న అధికంగా భోజనం చేసిన తర్వాత ఇరిటబెల్ బల్ అనే పెద్ద పేగు వ్యాధులు వస్తాయి. కొందరిలో ఎండు ఖర్జూరంలోని అధిక సల్ఫేట్స్ వల్ల కడుపునొప్పి, కడుపుబ్బరం అతిసారం, ఉబ్బసం, చర్మంపై రాష్, దద్దుర్లు వస్తాయి.

జాగ్రత్తలు

ఖర్జూరంలోని పాలీ ఫైనాల్స్ వల్ల గుండెకు జీర్ణక్రియకు మేలు చేసే పీచుపదార్థాల వల్ల ఆరోగ్య ప్రయోజనాల్ని అందించవచ్చు. చక్కెర, బెల్లంకు ప్రత్యామ్నాయంగా ఖర్జూరాల్ని 1:1 నిష్పత్తిలో వాడవచ్చు. రోజూ 5-6 ఖర్జూరాల్ని తీసుకోవాలి, వీటిని కంటైనర్‌లో, ఫ్రిజ్‌లో వుంచి 6 నెలలు నుండి 1 సంవత్సరం వరకు నిల్వ చేయవచ్చు. రోజూ మూడు ఖర్జూరాల్ని తీసుకుంటే పదహారు వారాల్లో చెడు కొలెస్ట్రాల్ తగ్గుతుంది.

ఖర్జూరాల్ని పరగడుపు తీసుకుంటే మలబద్ధకం తగ్గుతుంది. గర్భిణులు 75 గ్రాముల తీసుకుంటే సుఖ ప్రసవం అవుతుంది. వ్యాయామానికి అర్ధగంట ముందు 2-4 ఖర్జూరాలు తినడం మంచిది, ప్రతిరోజూ ఒక ఖర్జూరం తినడం వల్ల హార్ట్ ప్రాబ్లమ్స్ రావు. రోజూ 3 ఖర్జూరాల్ని తీసుకుంటే 16 వారాలు తింటే చెడు కొలెస్ట్రాల్ తగ్గుతుంది. ఖర్జూరం పేస్ట్ తేనె, నిమ్మరసం కలిపి తీసుకుంటే శరీర ఒత్తిడి, అలసట తగ్గి జీర్ణకోశానికి మందుగా పనిచేస్తుంది. ఖర్జూరాలను ఖాళీ కడుపుతో తింటే మంచిది. ఉపవాసం ఉన్నవారు ముఖ్యంగా తక్షణశక్తి కోసం నీరసం, అలసట పోగొట్టుకోవడానికి వీటిని తీసుకుంటారు. విటమిన్ డి తక్కువ ఉన్నవారు ఖర్జూరాలను తీసుకోవడం వల్ల ఎముకలు దృఢంగా తయారవుతాయి, కంటి సమస్యలు, రేచీకటి పోగొట్టుకోవడానికి ఖర్జూరం ఫేస్ కంటి చుట్టూ అప్లై చేసినా ఫలితం ఉంటుంది. గొంతునొప్పి, మంట, జలుబు, దగ్గు కఫంతో బాధపడేవారికి ఈ పండు విరోచనాలు మూత్రాశయ సమస్యలతో బాధపడేవారికి ఈ పండు గుజ్జు లేదా సిరప్ మంచి మందులా ఉపయోగపడుతుంది. రోజుకు పదిహేను ఖర్జూర పండ్లతో జీవించవచ్చు అని పరిశోధనలో తేలింది. అధిక కేలరీలు, అద్భుతమైన పోషక విలువలు, ఎక్కువ కాలం ఉండే సామర్థ్యం ఉన్న ఖర్జూరాల్ని ఆరోగ్యప్రదాయనిగా పరిగణించవచ్చు.

– డాక్టర్ కె.ఉమాదేవి

కథ

శిక్షణ

శివ, హరి కొత్తగా హాస్టల్‌లో చేరారు.

శివ పేదరైతు కొడుకు. భారీవర్షాలతో శివ వాళ్ల పొలం అంతా నాశనమైంది.

నాన్న ఎంత బాధ పడుతున్నాడో శివాకి తెలుసు. అందుకే చాల కష్టపడి చదవాలి, అందరిచేత మంచి అనిపించుకోవాలని వాడి తాపత్రయం. శివ, హరి కొత్తగా చేరటంతో ఆ బడి అధ్యాపకులు వారిపై దృష్టి పెట్టారు.

శివ లేస్తూనే కళ్లను చేతులతో మూసి నెమ్మదిగా కళ్లు తెరిచి ఆపై నేలకి దండం పెడ్తాడు. తన పక్కదుప్పటిని మడతపెడ్తాడు. ఆపై వేపపుల్లతో దంతధావనం ముగించి స్నానం చేసి క్యూలో నిలబడి పాలు తాగి ఓ గంట చదువుతాడు.

ఆ రోజు పిల్లలంతా తోటపని చేస్తున్నారు. శివ గోతిలోకి చెత్త చెదారం నెట్టి బయట బర్రెలు వేసిన పేడ తెచ్చి గోతిలో వేసి మట్టి కప్పాడు.

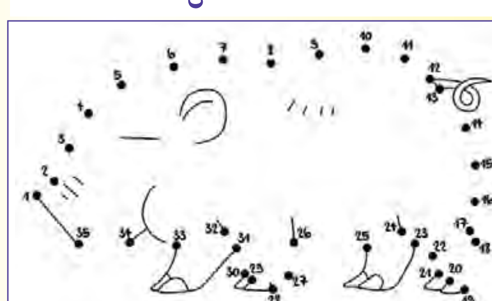
హరి "ఛ.. ఛ.. పేడకంపు నీ చేతులు?" అన్నాడు.

"నేను ఇంకా తోటపని చేయాలి. హాస్టల్ చుట్టుపక్కల ఊడ్చి చిన్న చిన్న గుంతలు చేసి గింజలు వేస్తాను. వనజీవి పద్మశ్రీ రామయ్య తాత లెక్క నేనూ పద్మశ్రీ అందుకోవాలి" అన్నాడు.

శివ మాటలు వింటున్న సార్ దగ్గరకొచ్చి "సెభాష్! శివా! నిన్ను చూసి పిల్లలంతా లేస్తూనే సూర్యుని ఎదురుగా నిలబడి అలా కళ్లు తెరిచి చూస్తూ శ్లోకాలు పద్యాలు చదువుతున్నారు. ఏ రోజు పాఠం ఆ రోజు చదివితే బాగా గుర్తుంటుంది. కంపోస్టు ఎరువుతయారీ, చిత్తుకాగితాలు రుబ్బి చిన్న చిన్న వస్తువులు చేయాలి. పాఠానికి తగిన మోడల్స్‌ని బెస్ట్ ఔటాఫ్ వేస్ట్ చేసి దసరా బొమ్మలకొలువులో పెడదాం. పూలతో గ్రీటింగ్ కార్డులు చేయటం అందరికీ నేర్పించు" అని చెప్పారు. పిల్లలంతా శివ వంక చూస్తూ చప్పట్లు కొడ్తుంటే సార్ శివ భుజాన్ని ఆప్యాయంగా తట్టారు.

– అచ్యుతుని రాజశ్రీ

చుక్కలు కలపండి



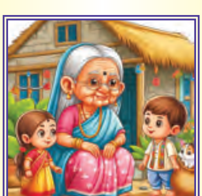
వార్త ఆదివారం

బాలగేయం

ఎంత మధురం

పాప మనసెంత మధురం
బాబు మనసెంత మధురం
కోయిల పాటెంత మధురం
చిలుకల పలుకెంత మధురం
వెన్నెల చల్లని ఎంత మధురం
పువ్వుల పరిమళం
ఎంత మధురం
వేణువురాగం
ఎంత మధురం రాగం
వీణల స్వరాలు
ఎంత మధురం
అమ్మ మనసు ఎంత మధురం
నాన్న ప్రేమ ఎంత మధురం
మాస్టారు పాఠం
ఎంత మధురం
బామ్మ అభిమానం
ఎంత మధురం

– ఎ.వెంకటరమణ



చిన్నారుల ప్రశ్నలకు
వార్త సిఎండి, మేనేజింగ్ ఎడిటర్
గిరీష్ అంకుల్ సమాధానాలు

బి.కామాక్షి, కాకినాడ

ప్రశ్న: అక్రోటు గింజను అరచేతిలో పెట్టి గట్టిగా నొక్కితే అదెంత మాత్రం పగలదు. కానీ రెండు అక్రోటు గింజలను ఒకదానికొకటి ఆనించి నొక్కితే ఒక్కటైనా పగులుతుంది... కారణం?

జవాబు: మనం ఏదైనా ఒక వస్తువు మీద ఉపయోగించే బలం లేదా శక్తి కేవలం ఆ వస్తువులోని ఎంత వైశాల్యం మీద బలాన్ని ప్రసరింపజేశారు అనే దాని మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. ఏదైనా వస్తువు ఉపరితలం మీద వున్న ఒక యూనిట్ విస్తీర్ణంలో బలం చూపించే ప్రభావాన్ని పీడనం అంటారు. శక్తి లేదా బలం పనితీరులో పీడనం ప్రధానపాత్ర వహిస్తుంది. ఎప్పుడయితే ఒకదాన్ని కాకుండా రెండు అక్రోటు గింజల్ని కలిపి నొక్కారో, మీరు వాటికి తగిలే ప్రదేశం మీద మాత్రమే బలం పని చేస్తుంది. దాంతో పీడనం ఎక్కువై రెండింటిలో తక్కువ దృఢత్వం కలిగిన అక్రోటు గింజ పగులుతుంది.

పి.మధుకర్, పాలకుర్తి

ప్రశ్న: స్వీట్ తిన్న వెంటనే టీ తాగితే చప్పగా అనిపిస్తుంది.. కారణం?

జవాబు: మన నాలుక మీద వేర్వేరు రుచులను గుర్తించే టేస్ట్ బడ్స్ (రుచికేంద్రాలు) ఉంటాయి. అధికస్థాయి తీపి పదార్థాన్ని తిన్నప్పుడు, ఈ రుచిని గుర్తించే టేస్ట్ బడ్స్ పూర్తిగా ఉత్తేజితమవుతాయి. వెంటనే టీ తాగితే అందులో తక్కువ స్థాయిలో ఉన్న తీపి రుచిని అప్పటికే పూర్తిగా ఉత్తేజితమై వున్న టేస్ట్ బడ్స్ వ్యక్తీకరించలేవు. ఈ కారణం వల్ల మనకు టీ రుచిలోని తీపిదనం తెలియక చప్పగా వున్నట్లు అనిపిస్తుంది.

ప్రభువును ఆరాధించే ‘క్రిస్మస్’ సందడి చేద్దామా!

డిసెంబర్ మాసం అంటేనే క్రైస్తవులకు ఒక ప్రత్యేకమైన మాసం. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఘనంగా క్రిస్మస్ వేడుకలను జరుపుకునేందుకు క్రైస్తవులు సిద్ధపడుతున్నారు. కేరల్స్ పాడుతూ దేవుడిని స్తుతిస్తారు. బహిరంగంగా క్రీస్తు జననసువార్తను ప్రకటిస్తారు. వీధుల్లోకి వెళ్లి సువార్త పత్రికలను పంచుతారు. సంఘాల్లోనూ, బహిరంగ సభల్లో క్రీస్తు జన్మదినాన్ని ప్రసంగిస్తారు. అయితే చాలామంది మాత్రం క్రిస్మస్ అంటేనే అదొక సరదాల పండుగగా భావిస్తున్నారు. కొత్తబట్టలు ధరించడం, పిండివంటలు చేసుకోవడం, చర్చిలను, ఇళ్లను ప్రత్యేక డెకరేషన్స్‌తో అలంకరించడం, క్రిస్మస్ ట్రీ ముస్తాబు, స్టార్.. ఇలా ఆర్భాటాలతో వేడుకలను జరుపుకోవడమే క్రిస్మస్‌గా భావిస్తున్నారు. పైవన్నీ చేసుకోవడం తప్పు కాదు. కానీ విచారించాల్సిన విషయం ఏమిటంటే వీటిని చేసుకోవడమే క్రిస్మస్‌గా భావిస్తున్నారు.

ఇక ఈ సీజన్‌లో శాంటాక్లాజ్ హంగామా అంతా ఇంతా కాదు. ఎక్కడ చూసినా అతడే కనిపిస్తాడు. అతడిని ఒక జోకర్‌గా మార్చేశారు. బహుమానాలను ఇచ్చే వ్యక్తిగా భావిస్తూ, అందరినీ నవ్వించే శాంటాక్లాజ్ సందడే అధికంగా కనిపిస్తుంది. రానురాను క్రిస్మస్ అంటేనే అన్ని పండుగలతో పాటు ఇది ఒక ఆటపాటలు, విందులు, వినోదాలకే పరిమితం చేస్తున్నారు. ఇందులో ఉన్న లోతైన ఆధ్యాత్మిక సత్యాన్ని గ్రహించే స్థితిలో లేరు.

క్రీస్తు లేని క్రిస్మస్ వేడుకలు నేడు చాలా సంఘాల్లో జరుగుతున్నాయి అనేది సత్యదూరం కాదు. ఇంతకీ క్రిస్మస్ అంటే ఏమిటి, మనం ఈ పండుగను ఏవిధంగా జరుపుకుంటే యేసుక్రీస్తు ఆనందిస్తారో గమనిద్దాం.

యేసుక్రీస్తు చెంతకు నడిపించిన స్టార్ (నక్షత్రం)

‘తూర్పు దేశపు జ్ఞానులు యెరూషలేమునకు వచ్చి-యూదుల రాజుగా పుట్టినవాడెక్కడ నున్నాడు? తూర్పు దిక్కున మేము ఆయన నక్షత్రమును చూచి, ఆయనను పూజింప వచ్చితిమని చెప్పిరి’ (మత్తయి 2:2). ‘ఇదిగో తూర్పుదేశమున వారు చూచిన నక్షత్రము ఆ శిశువు ఉండిన చోటికి మీదుగా వచ్చి నిలుచువరకు వారికి ముందుగా నడిచెను. వారు ఆ నక్షత్రమును చూచి, అత్యానందభరితులై యింటిలోనికి వచ్చి, తల్లియైన మరియను ఆ శిశువును చూచి, సాగిలపడి, ఆయనను పూజించి’ (మత్తయి 2:9,10,11). ఇక్కడ తూర్పు దేశానికి చెందిన జ్ఞానులు ఆకాశంలో నీలిరంగులో మిక్కిలి వెలుగుతో ప్రకాశించే ఒక నక్షత్రాన్ని చూసి, యేసుక్రీస్తు పూజించేందుకు బేత్లెహేముకు వచ్చారు. తర్వాత జ్ఞానులు అదే నక్షత్రాన్ని చూసినప్పుడు వీరిని శిశువుగా ఉన్న క్రీస్తు చెంతకు చేర్చింది. వారు ఇంట్లోకి వచ్చి శిశువును చూశారు, మరియను కూడా చూశారు. కానీ వారు శిశువుగా ఉన్న యేసుక్రీస్తును పూజించారు, ఆరాధించారు. మరియను ఏమాత్రం ఆరాధించలేదు, పూజించలేదు. ఆమె మనవలె ఒక సాధారణ మహిళ. కానీ ఆమె ధన్యురాలు, ఒక ప్రత్యేక స్త్రీ మాత్రమే. మనం పూజించాల్సింది ప్రభువును. ఈ క్రిస్మస్ సీజన్‌లో మనం ప్రభువు చెంతకు రావాలి. ఆయనను మనస్ఫూర్తిగా ఆరాధించాలి.

నక్షత్రం జ్ఞానులను యేసుచెంతకు చేర్చింది. మన కూడా ఈ లోకంలో నక్షత్రంవలె ప్రకాశిస్తూ, ప్రభువు చెంతకు అనేకులను తీసుకునిరావాలి. ‘క్రిస్మస్’ అంటే క్రైస్ట్+మాస్=క్రిస్మస్. అంటే సామూహికంగా క్రీస్తును ఆరాధించేందుకు కూడిరావడమే క్రిస్మస్. ఇక్కడ యేసుక్రీస్తుకు తప్ప మనం దేనికీ ప్రాధాన్యత ఇవ్వకూడదు. ఈ విధంగా ఎప్పుడు ప్రభువును ఆరాధించగలం అంటే ఆయనను సొంత రక్షకుడిగా అంగీకరించి, హృదయంలో ఆయనకు చోటు ఇచ్చినప్పుడు మాత్రమే సుమా!

శాంటాక్లాజ్‌కు ఇంతటి ప్రాధాన్యత ఎందుకు?

ఈ సీజన్‌లో క్రీస్తు కంటే శాంటాక్లాజ్ అధికంగా ఎందుకు కనిపిస్తున్నాడు? ఇంతకీ ఈయన ఎవరు. ఈయన పేరు సెయింట్ నికొలాస్. దయగల, మానవత్వంగల

వ్యక్తి. 3వ శతాబ్దానికి చెందిన సెయింట్ నికోలస్ అనే బిషప్ నుండి వచ్చింది. ఈయన టర్కీలోని మైరాలో జన్మించారు.

నికోలస్ తన సంపదను పేదలకు, అవసరమైన వారికి పంచిపెట్టేవారు. ముఖ్యంగా అమ్మాయిల పెళ్లికి డబ్బు లేకపోయినప్పుడు సహాయం చేశారు. క్రిస్మస్ వేడుకలు ప్రపంచవ్యాప్తంగా పేదలు కూడా ఆనందంగా చేసుకోవాలనే ఉద్దేశంతో అందరివద్ద కానుకలను సేకరించి, పేదలకు పంపేవాడు. ఇలా ప్రాచుర్యంలోకి వచ్చింది.

శాంటాక్లాజ్‌ను తెలుగులో 'క్రిస్మస్ తాత'గా పిలుస్తారు. ఈయన ఒక మానవతావాది తప్ప దేవుడు కాదు. కానీ నేడు క్రీస్తు కంటే అధికంగా శాంటాక్లాజ్ కనిపిస్తుండడం విచారకరం. సర్వమానవాళి పాపం కోసం మరణించిన క్రీస్తును పక్కనపెట్టి శాంటాక్లాజ్ వైపు ప్రజలు చూసేలా అతడి ఆర్భాటాలకు ఇకనైనా స్వస్తిపలుకుదాం.

క్రిస్మస్ ట్రీ

ఈ సీజన్‌లో మనకు అధికంగా కనిపించే మరొకటి క్రిస్మస్ ట్రీ. పూర్వకాలం ప్రజలు జంతువులను కొన్నిసార్లు మనుషులను బలిగా ఇచ్చి, తమ దేవతలను పూజించేవారు. వీటిని చూసిన ఓ రాజు చెట్టును వారిమధ్య తీసుకొచ్చి, ఈ చెట్టును పూజిస్తే చాలు మీరు బలి ఇవ్వాల్సిన అవసరం లేదని చెప్పాడంట. అప్పటి నుంచి క్రిస్మస్ ట్రీని పూజించడం ఆరంభించారు. ఇప్పుడు వీటికి లైటింగ్, బెలూన్స్ వంటి అలంకరణ వస్తువులతో డెకరేట్ చేస్తున్నారు.

క్రిస్మస్ ట్రీ ఒక సతత హరిత చెట్టు, తరచుగా పైన్, స్ప్రూస్ లేదా ఫిర్‌గా పిలుస్తారు. 16వ శతాబ్దంలో మార్టిన్ లూథర్ క్రిస్మస్ చెట్టును అలంకరించినట్లు ఆధారాలున్నాయి. ఇంట్లో క్రిస్మస్ ట్రీని డెకరేట్ చేసుకోవడంలో తప్పు లేదు. కానీ దీనికంటే అధికంగా ప్రభువుకే మనం ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి తప్ప ట్రీ కాదు.

తూర్పు దేశపు జ్ఞానుల కానుకలు..

తూర్పుదేశపు జ్ఞానులు బంగారు, సాంబ్రాణి, బోళంను ప్రభువుకు కానుకలుగా ఇచ్చి, పూజించారు.

బంగారం (గోల్డ్) అంటే ఇది రాజులకు ఇచ్చే బహుమతి. యేసుక్రీస్తు రాజులకు రాజు, ప్రభువులకు ప్రభువు కాబట్టి ఆయనకు ఈ చిహ్నం.

సాంబ్రాణి: ఇది దేవుడికి లేదా దైవత్వానికి చిహ్నంగా ఉపయోగించే ధూపం.

బోళం: ఇది మరణానికి, ఖననానికి ముందు శరీరాన్ని సిద్ధం చేయడానికి ఉపయోగించే నూనె లేదా పరిమళం. ఇది యేసు మానవత్వాన్ని, ఆయన త్యాగాన్ని సూచిస్తుంది. వీటిని ఇచ్చి, ప్రభువును మనస్ఫూర్తిగా ఆరాధించారు. మనకోసం సిలువలో మరణించి, పాతిపెట్టబడి మూడవరోజు తిరిగి సజీవుడిగా లేచాడు. ఆయన మరణం ద్వారా మనకు రక్షణ అనే పరిమళ సువాసనను ప్రభువు ఇచ్చాడు.

రండి క్రిస్మస్ ఆరాధన చేద్దాం

రెండు వేల ఇరవై ఐదు సంవత్సరాల క్రితం ప్రభువు ఈ లోకంలో జన్మించిన సందర్భంగా ప్రపంచమంతా ఆయన జన్మదినోత్సవాలను జరుపుకుంటున్నది. ఆయన మన కోసం మరణించేందుకే జన్మించాడు.

బైబిల్‌లో ఎక్కడ కూడా ప్రభువు పుట్టిన దినాన్ని పురస్కరించుకుని వేడుకలు జరుపుకున్నట్లుగా ఆధారాలు లేవు. అయితే విశ్వమంతా ఆయన పుట్టిన సందర్భాన్ని పురస్కరించుకుని, సత్యసువార్త వెదజల్లాలి.. అనే గొప్ప ఉద్దేశంతో క్రిస్మస్ వేడుకలకు నాంది పలికారు. కానీ రానురాను ఇదొక ఉల్లాస, ఉత్సాహభరితమైన వేడుకలకు మాత్రమే పరిమితం చేస్తూ, అల్లరితో కూడిన ఆటపాటలు, డ్యాన్సులు, మందులు, జల్సాలతో వేడుకలు జరుపుకోవడం విషాదకరం. ఇకనైనా ఈ ఆర్భాటాలకు గుడ్‌బై చెప్పి, క్రీస్తును ఆరాధించేందుకు మనందరమూ ముందుకు సాగిపోదాం.

– పి.వాణీపుష్ప

కథ

మంచి కోరేవాడే మిత్రుడు

ఎనుగంటి వేణుగోపాల్

సాకేత్ ఢిల్లీ నుండి ఫ్లైట్ దిగాక విమానాశ్రయం నుండి బయట పడ్డాడు. అరేంజ్డ్ క్యాబ్‌లో కూచున్నాడు.

మియాపూర్ చౌరస్తాలో ఆల్రెడీ బుక్ అయిన లాడ్జిలో బస చేశాడు.

ఇంజినీరింగ్ పూర్తై హైదరాబాద్ వదిలిపెట్టాక చాలా ఏళ్ళ తరువాత తిరిగి ఇక్కడకిదే రావడం.

ఒక అరగంట విశ్రాంతి తీసుకున్న తర్వాత ఇంజినీరింగ్ కాలేజీ ఫ్రెండ్ సాయినాథ్‌కి కాల్ చేశాడు. ఫోన్ రింగ్ అవుతున్నా లిఫ్ట్ చేయలేదతను. చాలాసేపు ట్రై చేశాక ఫోన్ ఎత్తాడు.

“ఏరా! సాయి... నేను... గుర్తున్నానా?”

అవతల నుండి సమాధానం రాకముందే “నేను సాకేత్‌ని...” చాలా ఉత్సాహంగా చెప్పాడు.

“సాకేతా...?” కాస్త గ్యాప్ ఇచ్చి “గుర్తుకు రావడం లేదు!”

“ఒరేయ్! క్లాస్‌లోనే కాదు... అప్పట్లో కాలేజీలోనే సాకేత్ పేరున్నవాడిని నేనొక్కడినే కదరా!” అంటూ నవ్వేడు.

“ఐ యాం సారీ! సాకేత్ ఎవరో తీరిగ్గా తర్వాత చర్చించుకుందాం. తక్షణం నన్ను వదిలేస్తే నా పనేదో నేను చూసుకుంటాను. చాలా అర్జెంటు పనులున్నాయి” మరో మాటకు తావు లేకుండా నిర్మొహమాటంగా ఫోన్ పెట్టేసాడు.

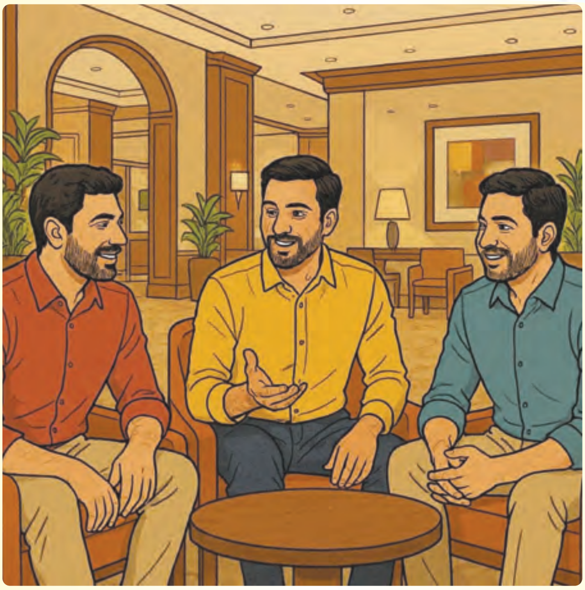
ఆ విషయాన్ని పెద్దగా పట్టించుకోలేదు సాకేత్.

ఒక సాఫ్ట్‌వేర్ డెలివరీ సెంటర్‌ని నడిపిస్తూ చీఫ్ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఆఫీసర్‌గా వ్యవహరిస్తున్నాడంటే... ఆ మాత్రం బిజీ తప్పదని మిత్రుడిని సమర్థించుకున్నాడు. మరో గంట గడిచాక తిరిగి సాయినాథ్‌కి కాల్ చేసాడు. రింగ్ అవుతున్నా లిఫ్ట్ చేయలేదతను. ఏదైనా కాన్ఫరెన్స్ అటెండ్ అవుతున్నాడేమో! “అతడిని కలవాలనుకున్నది తను... చూద్దాం! నేరుగా కలిస్తేనైనా ఈ మిత్రుడికి కాస్త టైం ఇస్తాడేమో?” అనుకుని సాయినాథ్ డీల్ చేస్తున్న ఆఫీసుకి బయల్దేరాడు.

ఆఫీస్ బాయ్‌కి తన పేరు రాసిన చీటీ ఇచ్చి సాయినాథ్‌కి పంపాడు. సహనంతో ఎదురు చూసాడు. చాలాసేపటికి లోపలికి రమ్మని కబురు వచ్చింది.

సాయినాథ్‌కి ఎదురుగా కుర్చీలో కూర్చుంటూ “ఎన్నో యేళ్లకు కలిశాం. చాలా హ్యాపీగా ఉంది” కాలేజీ మిత్రుడిని కలిశానన్న ఆనందాన్ని వ్యక్తీకరించాడు.

సాకేత్‌ని చూడగానే ఎలాంటి భావనలు వ్యక్తీకరించలేదు సాయినాథ్. మొహమాటానికి కూడా ముఖంలో నవ్వు పులుముకోలేదు. పాత మిత్రుడిలా



కాకుండా మామూలు వ్యక్తిగానే రిసీవ్ చేసుకున్నాడు. కాలేజీ కబుర్లు మాట్లాడబోతే పెద్దగా ఆసక్తి కనబరచలేదు.

“ఈ మధ్యే నీ గురించి తెలిసింది. ప్రత్యేకంగా నిన్ను కలుసుకోవాలని వచ్చాను” చెప్పాడు సాకేత్.

“ఇట్స్ ఓకే! చెప్పండి సాకేత్. ఏదైనా ఉద్యోగం కావాలంటే రెజ్యూమ్ రాసి ఇచ్చి వెళ్లండి. ప్రస్తుతానికైతే నా ఆఫీసులో ఖాళీలు లేవు”

మిత్రుల మధ్యలో కొత్తగా ఈ ‘అండీ’ ఎందుకో అర్థమవుతోంది సాకేత్‌కి. అతడి మాటతీరు వ్యవహారం చెప్పకనే చెబుతున్నాయి. మానవ సంబంధాలను ఆర్థిక సంబంధాలుగా మార్చేసుకుని బతుకుతున్నాడని.

“థాంక్యూ సాయినాథ్ గారు ఫర్ గివింగ్ జాబ్ అపార్చ్యునిటీ టు మి. ఆ విషయం పక్కన పెట్టండి. చాలా రోజుల తర్వాత కలిసాం. ఈరోజు ఈవినింగ్ ఇద్దరం కలిసి డిన్నర్ చేద్దాం”

“కుదరదండీ!”

“పర్లేదు... అవకాశం నాకివ్వండి. మీకు తగిన స్టార్ హోటల్‌ని నేనే బుక్ చేస్తాను. జస్ట్ వన్ అవర్!” స్నేహపూర్వకంగా కోరాడు, సాకేత్.

మిత్రుడి మాటల్ని సీరియస్‌గా తీసుకోకుండా లేచి నిలబడిన సాకేత్ "ఓకే మై ఫ్రెండ్! ఒక మిత్రుడిగా, చీఫ్ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఆఫీసర్ స్థాయిలో ఉన్న మీ విలువైన షెడ్యూల్ అర్థం చేసుకోగలనండీ. వీలైతే మళ్ళీ కలుద్దాం బై!" చిరునవ్వుతోనే బయటకు కదిలాడు సాకేత్.

బయటకు వచ్చి భోజనం చేసి, సాకేత్ లాడ్జికి వెళ్లి రెస్ట్ తీసుకున్నాడు. ప్రయాణ బడలిక వల్ల ఓ రెండు గంటలు హాయిగా నిద్రపోగలిగాడు.

లేచాక మరో మిత్రుడు చరణ్‌కి కాల్ చేశాడు.

అలా కాల్ వెళ్లిందో లేదో చప్పున ఫోనెత్తాడు చరణ్. "ఏవండీ చరణ్! నేను సాకేత్‌ని. ఇంజినీరింగ్ కాలేజీ ఫ్రెండ్‌ని. గుర్తుపట్టారా?" అనడిగాడు సాకేత్.

"అవునా? ఇంకెవరో అనుకున్నాను. ఒరేయ్! క్లాస్‌లోనే కాదు... అప్పట్లో కాలేజీలోనే సాకేత్ పేరున్న వాడివి నువ్వొక్కడివే కదరా!" అంటూ బిగ్గరగా నవ్వాడు చరణ్.

"హమ్మయ్య గుర్తుపట్టారన్నమాట!"

"సాయినాథ్‌లా పెద్ద సాఫ్ట్‌వేర్ కంపెనీ పెట్టి చిన్నపాటి టాటా బిర్లా కాలేదురా. ఇక్కడే ఒక సాఫ్ట్‌వేర్ కంపెనీలో లీడ్ కన్సల్టెంట్‌గా పని చేస్తున్నాను. అవునొరేయ్! మధ్యలో ఈ 'డీ'లు ఏంట్రా? ఈ మధ్య కాలంలో నువ్వు కూడా పెద్ద మనిషివి అయ్యావేంట్రా? అలాగైతే చెప్పు. నేను కూడా మీరు అనే సంబోధిస్తాను"

మారని చరణ్ స్నేహశీలతకు సంతోషం కలిగింది సాంకేత్‌కి.

"చాలా రోజులైంది కదరా మనం కలుసుకోక! ఎలా రెస్పాండ్ అవుతావో అని.." అన్నాడు సాకేత్ మామూలుగా సంబోధిస్తూ.

"పేరెంట్స్‌ని, ఫ్రెండ్స్‌ని మర్చిపోయినవాడు, కాదనుకునేవాడు మనిషెలా అవుతాడ్రా?" బదులిచ్చాడు చరణ్. ఈ మాట వింటే సాయినాథ్ ఎలా రియాక్టవుతాడో! అనుకున్నాడు సాకేత్.

వాళ్ళిద్దరి మధ్య సరదాగా చాలా కబుర్లు దొర్లాయి.

ఈ ఫ్రెండ్ కోసం కాస్త టైమివ్వరా. ఈరోజు డిన్నర్‌కి మా ఇంటికి వచ్చేసెయ్. నువ్వెక్కడున్నావో అడ్రస్ చెప్తే నేనే స్వయంగా వచ్చి నా బైక్ మీద తీసుకెళ్తాను. కాలేజీ డేస్‌లో అమ్మాయిల కలల రాకుమారుడివని మా ఆవిడకు నిన్ను పరిచయం చేయాల్రా" అంటూ నవ్వుతున్న చరణ్ నిర్మలత్వం సాకేత్ మనసుని తేలికపరిచింది.

"మరోసారి వచ్చినప్పుడు మీ ఇంట్లో తప్పక భోంచేస్తారా! ఈసారి బయట కానిద్దాం. నా ఆహ్వానాన్ని కాదనకురా!" అన్నాడు సాకేత్.

"ఇట్స్ ఓకేరా. బట్ వన్ థింగ్! చాలా రోజుల తర్వాత కలుసుకుంటున్నాం. సో... బిల్ పేమెంట్ అవకాశం నాకివ్వాల్రా!" ఒకప్పటి చరణ్‌లాగే అమాయకంగా అడుగుతున్న మిత్రుడి మాటలకు హృదయం తేలికయింది సాకేత్‌కి. "చూద్దాంరా! మనం కలుసుకోబోతున్నాం. అది చాలు. సాయంత్రంలోగా వెన్యూ చెబుతాను బై!" అంటూ ఫోన్ పెట్టేసాడు సాకేత్.

....

మై హోమ్ స్టార్ హోటల్లో కూర్చుని ఎదురు చూస్తున్నాడు సాకేత్. పదిహేను నిమిషాలు గడిచాక చరణ్ అడుగు పెట్టాడక్కడికి. వస్తూనే సాకేత్‌ని ఆప్యాయంగా కౌగిలించుకున్నాడు. ఇద్దరి మధ్య కాసేపు మాటలు లేవు.

"అవునొరేయ్! త్రీ చెయిర్స్ అరేంజ్ చేయించావేంట్రా?" ఆసక్తిగా అడిగాడు.

"మన సాయినాథ్ గారి కొరకు" అంటూ నవ్వేడు.

"ఆ సాఫ్ట్‌వేర్ డెలివరీ సెంటర్‌కి ఓనర్ అవడం ఏమోగానీ వాడితో పెద్ద చిక్కొచ్చిపడిందిరా! మనలాంటి వారితో ఎక్కువగా మాట్లాడడు. ఎక్కువగా ఏంటి? అసలు పట్టించుకోడు. టైమ్ ఇవ్వడు. పైగా మీరు అని గౌరవ వాచకాలు ఉపయోగించడమొకటి!" చిరాకు వ్యక్తపరిచాడు సాయినాథ్ పైన.

"ఆల్రెడీ నీకు అనుభవం అయిందన్నమాట!"

"మనతో టైమ్ స్పెండ్ చేయనివాడు ఫ్రెండేంట్రా? అందుకే వాడిలాగే నేను కూడా... వాడిని వద్దనుకున్నాను! ప్రేమతో నువ్వు పిలిచావేమో! కానీ వాడు మాత్రం మనని కలవడానికి రాడురా!"

"నీవన్నది నిజమే... ఇంకా రాలేదుగా!" సాకేత్ భుజాలెగరేస్తూ చెబుతుంటే బిగ్గరగా నవ్వాడు చరణ్. "ఇప్పుడు వాడిని రప్పిస్తాను చూడు" అంటూ తనూ నవ్వాడు సాకేత్.

"నీవన్నది నిజమే... ఇంకా రాలేదుగా!" సాకేత్ భుజాలెగరేస్తూ చెబుతుంటే బిగ్గరగా నవ్వాడు చరణ్.

"ఇప్పుడు వాడిని రప్పిస్తాను చూడు" అంటూ తనూ నవ్వాడు సాకేత్. "అది నీ వల్ల కాదురా. బెట్!"

"చెప్పరా. బెట్ ఏంటో? ఐ విల్ అగ్రీ!"

"నేను గెలిస్తే, రేపు నీవు మా ఇంటికి రావాలి. తప్పక నా ఆతిథ్యాన్ని స్వీకరించాలి. ఇక తమరు గెలిస్తే, నీవు ఏదంటే దానికి రెడీరా!" డీల్ చెప్పాడు చరణ్.

"నేను గెలిస్తే... చెప్పింది వినాలి. ఓకే కదా"

"డన్!" అన్నాడు చరణ్. సెల్ తీసి ఏదో నెంబర్‌కి డయల్ చేశాడు సాకేత్. "ఎస్! గుడ్ ఈవెనింగ్!

పూర్వ మిత్రుల కలయిక విలువైనదానిగా భావించడంలేదు సాయినాథ్. అందుకే పెద్దగా పట్టించుకోకుండా "నాకు తీరిక ఉండదండి. చాలా పనులుంటాయి... ఇప్పుడు కూడా..." ముభావంగానే బదులిచ్చాడు.

సాయినాథ్‌కి కాల్ చేసి గ్రూప్ ఆఫ్ 'స్టెప్ ఇన్ టు సక్సెస్' కంపెనీ అధినేత చీఫ్ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఆఫీసర్ సాకేత్.... మై హోమ్ స్టార్ హోటల్‌లో అతని కోసం వెయిట్ చేస్తున్నాడనే... ఇన్ఫర్మేషన్ పాస్ చేయండి!" గంభీరంగా తన పీఏకి ఆర్డరిచ్చి నవ్వుతూ మిత్రుడి వంక చూశాడు సాకేత్.

అప్పటికే చరణ్ నిలబడి సాకేత్ వంక అయోమయంగా చూస్తున్నాడు. స్టెప్ ఇన్ టు సక్సెస్ అనేది ఇండియాలోనే అతిపెద్ద మైక్రో ప్రాసెసర్ మానుఫ్యాక్చరింగ్ కంపెనీ. కొన్ని వందల కోట్ల టర్నోవర్! సాకేత్ అంత పెద్ద కంపెనీకి చీఫ్ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఆఫీసరా? అరే! ఎంత సింపుల్‌గా, నిగర్వంగా ఉన్నాడు? అప్పటివరకు ఉన్న చనువు బదులు బిడియం చోటు చేసుకుంది చరణ్‌లో.

"ఏంట్రా? అలా షాకింగైపోయావు. ఆ కంపెనీ ఓనర్‌నని మీ ముందు గొప్పలు పోవడానికి నేనిక్కడికి రాలేదు. నా మిత్రులని కలుసుకోవాలని వచ్చాను. మునుపటిలా చనువుగానే ఉండరా! నన్నేదో గొప్పవాడిగా ట్రీట్ చేయకు! ముందు నువ్వు కూర్చోరా! ప్లీజ్!"

చరణ్ మరో మాట లేకుండా ఒదిగి కూర్చున్నాడు.

"చాలా గర్వంగా ఉందిరా. నా మిత్రుడు అంత పెద్ద కంపెనీకి యజమాని కావడం. అలాగే మిత్రుడితో ఒకప్పటి మిత్రుడిలానే ప్రియంగా మాట్లాడడం. అందలం చేరుకోగానే అందరూ సాయినాథ్‌లా ఉండరని ఇప్పుడు నా కనిపిస్తోంది" అన్నాడు. అప్పుడు వచ్చాడు సాయినాథ్ హడావుడిగా తనకు అందిన సమాచారం ప్రకారం ఆ టేబుల్ దగ్గర సాకేత్, చరణ్‌లు కలిసి కనబడగానే ర్మాన్పడిపోయాడు. సాయినాథ్ తడబడుతూ "హాయ్! సర్!" అన్నాడు వినయంగా. "హాయ్! హాయ్! పర్లేదు. ముందు నువ్వు కూర్చో! మన ముగ్గురం మిత్రులం!" నవ్వుతూనే పలకరించాడు సాకేత్. ఎప్పటిలాగే స్నేహపూర్వకంగా చరణ్ తన మిత్రుడు సాయినాథ్ వైపు చూస్తూ చిరునవ్వు చిలకరిస్తూ చేత్తో విష్ చేశాడు. కానీ సాయినాథ్ అటు వైపైనా చూడలేదు. ప్రతిస్పందించలేదు.

సాయినాథ్ వినయంగా కూర్చున్నాడు. "ముందు చెప్పండి. తినడానికి ఎవరికేం కావాలో?" ఇద్దరి మొహాలు చూస్తూ ప్రశ్నించాడు సాకేత్. "నాకైతే పరోటా విత్ జింజర్ చికెన్" హుషారుగా తన ఐటమ్ చెప్పాడు చరణ్. సాయినాథ్ వైపు నుండి సమాధానం రాకపోయేసరికి "నీకు.." తిరిగి అడిగాడు సాకేత్. "నాకు అంటే ధిక్కరించినట్టు అవుతుందేమోనని మీరేది ఆర్డర్ చేస్తే అది..." అంటూ నసిగాడు.

"ఓకే!" అంటూ బేరర్‌ని పిలిచి చరణ్ చాయిస్‌నే ముగ్గురికి తెమ్మని ఆర్డరిచ్చాడు సాకేత్.

"ఆ...చరణ్! సాయి రాకముందు అందలం చేరుకోగానే అందరూ సాయినాథ్‌లా ఉండరని ఇప్పుడు నా కనిపిస్తోంది అన్నావ్ కదా! కుమిత్రో న భవతి! అన్నారు. అంటే చెడ్డ మిత్రుడు ఉండడు అని దానర్థం. అలాగే సాయి పరిస్థితుల ప్రభావం వల్ల అలా మనతో ప్రవర్తించాడేమో! అంతేగాని మన పట్ల మిత్రద్రోహం అయితే తలపెట్టలేదు కదా!" సాయినాథ్ పక్షాన సానుకూలంగా మాట్లాడుతూ తన సహృదయతను చాటుకున్నాడు సాకేత్.

ఆల్రెడీ వీళ్లిద్దరి మధ్య తన ప్రసక్తి వచ్చిందని అర్థమైన సాయినాథ్ ఇబ్బందిగా కదిలాడు. ఫుడ్ తినడం పూర్తయ్యాక "ఈమధ్యే మామయ్య నాకు చీఫ్ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఆఫీసర్ బాధ్యతలు అప్పచెప్పారు. మాకు చేరిన ప్రాజెక్ట్ ప్రపోజల్స్ పరిశీలిస్తున్న క్రమంలో నీ కంపెనీ తరఫున నీ పేరు కనబడింది. కాస్ట్ బెనిఫిట్ అనాలైసిస్ చేయించిన తర్వాత అందరికంటే నీ ప్రపోజల్ ఒకే అనిపించింది. మిత్రుడిని స్వయంగా కలిసి ఈ శుభవార్త చేరవేయాలని ఉత్సాహంతో ఎలాంటి అధికారపు హడావుడి లేకుండా ఢిల్లీ నుంచి సింపుల్‌గా హైదరాబాద్ వచ్చాను. కానీ నీవు మిత్రుడిగా నన్ను సరిగా రిసీవ్ చేసుకోలేకపోయావు. ఒక మిత్రుడుగా నిన్ను మన్నించగలను. కానీ ఒక కంపెనీ అధినేతగా ఇలాంటి వ్యక్తిత్వం ఉన్న వ్యక్తి కనుసన్నల్లో నడుస్తున్న కంపెనీకి ప్రాజెక్ట్ బైడింగ్ అలాట్ చేయడం నా కిష్టం లేదు" అంటూ తేటతెల్లం చేశాడు సాకేత్. గతుక్కుమన్నాడు సాయినాథ్.. "ప్లీజ్ అలా అనొద్దు సాకేత్ గారు! పాతిక కోట్ల టెండర్ ఇది. చాలా కోట్లు కంపెనీ పరంగా మిస్ అవుతాను. మీ నిర్ణయాన్ని కాస్త మార్చుకోండి" అభ్యర్థించాడు సాయినాథ్.

ఆశ్చర్యపోవడం ఈసారి చరణ్ వంతు అయ్యింది.

"సారీ! మై డియర్ సాయి! ఈ క్షణందాకా అది నీకే అలాట్ చేయాలనుకున్నాను. కానీ రెండవ పరీక్షలో కూడా నీవు ఓడిపోయావు. ఫస్ట్ టెస్ట్... ఒక మిత్రుడిగా చరణ్ విష్‌ని స్వీకరించలేకపోయావు. రెండవది: ఒక కంపెనీ అధినేతగానే ఈ నిమిషం వరకు నన్ను మీరు అని సంబోధిస్తున్నావు. అంతేకాని మిత్రుడుగా ఒరేయ్! అంటూ ఆప్యాయంగా స్వీకరించడం లేదు. సాటి మనిషిని సైతం స్నేహితుడిలా చూడగలగాలి. హితాన్ని కోరగలగాలి. మనం మన కోసమే కాదు. ఇతరులలోనూ ఉండగలగాలి. నీ ప్రవర్తనలో ఎప్పుడైతే మార్పు వస్తుందని నాకు సమాచారం వస్తుందో.. అప్పుడే నా కంపెనీపై పూర్తిగా ఆధారపడిన నీ కంపెనీకి భవిష్యత్తులో పనులు అప్ప చెప్పబడతాయి" నిర్ద్వందంగా చెప్పాడు సాకేత్.

ముచ్చెమటలు పట్టాయి సాయినాథ్‌కి.

"ఏరా! సాయిని ఇక్కడికి రప్పించి నేనే గెలిచాను కదా! సో.. నీవు నా మాటకు కట్టుబడి ఉండాలి"

మౌనంగా తలూపాడు చరణ్ "మరేం లేదు. నీలాంటివారు మా కంపెనీకే కాదు. సమాజానికి కూడా అవసరం. అందుకే మా ఆఫీసుకు ఎక్స్‌టెన్షన్‌గా హైదరాబాద్‌లో ఒక బ్రాంచ్ తెరవాలని నిర్ణయించుకున్నాను. నేను స్వయంగా ఇక్కడకు రావడానికి అది కూడా ఒక కారణం అనుకోండి. దానికి నిన్ను రీజియన్ హెడ్‌గా నిర్ణయిస్తున్నాను. శాలరీ ఉండదు సుమా! లాభాల్లో ఫిఫ్టీ పర్సంటేజ్ నీకు వాటాగా క్రెడిట్ అవుతుంది. అలాగే కొత్త బ్రాంచ్‌లో పని చేయబోయే ఉద్యోగస్తులందరికీ టు పర్సెంట్ వాటా కూడా ఇవ్వాలనే ఆలోచన ఉంది" చిరునవ్వుతో అన్నాడు సాకేత్.

ఒక్కసారిగా చరణ్ కనులు తడి బారాయి. టేబుల్ పైన ముందుకు చాచి ఉన్న సాకేత్ రెండు చేతుల్ని పట్టుకొని ఆప్యాయంగా తడిమాడు.

"అవును.. కుమిత్రో న భవతి!... చెడ్డ మిత్రుడు ఉండ(కూడదు)డు... సాకేత్‌లా ఉన్నత మనస్కుడు" మనసులో అనుకున్నాడు చరణ్.

సినారె సాహిత్యంపై 'భౌమ మార్గ' సమాలోచనం

విశిష్ట సాహితీ సేవామూర్తిగా పలు పురస్కారాల గ్రహీత అయిన ఆచార్య భూమయ్య 'సినారె' కథా కావ్య సమాలోచనం పేరిట వారి కథాత్మక గేయ కావ్యాలను నాగార్జున సాగరం, కర్పూర వసంత రాయలు, విశ్వనాథనాయడు, ఋతుచక్రం నాల్గింటిని ఒక విమర్శ గ్రంథంగా రచించి ప్రచురింపచేసారు. ఈ గ్రంథంలోని ఉత్తర భాగంలో ఆచార్య భూమయ్య తన గేయ కావ్యం 'సినారె వైభవం'లోని నవ్విన పువ్వు, కర్పూర జలపాతం, జ్ఞానగంగ, పద్మదళాలు, రసరమ్య గీతాలు, వచన వాహిని జత చేసారు. విమర్శ, సృజన రెండూ జతగూడిన ఈ గ్రంథం అత్యున్నత జ్ఞానపీఠ పురస్కార గ్రహీత సినారె సాహితీ ప్రతిభా సర్వస్వానికి దర్పణంగా తీర్చిదిద్దారు. ఈ గ్రంథం సంభాషణాత్మక శైలిలో(భౌమ మార్గ విమర్శ) రాయటం ఒక విశేషాంశం. గురు శిష్య సంవాదంగా, సరళమైన భాషణంతో అత్యంత ఆసక్తికరంగా ఈ ఉద్గ్రంథం సినారె జీవితం ప్రతిబింబింపచేస్తోంది. ఋతువులను వర్ణిస్తూ కవి సినారె తన జీవితాన్ని పొందుపరచుకోవడం ఋతుచక్రంలోని విశేషం. తెలంగాణ మాండలిక పదాలను అక్కడక్కడ పొందుపరుస్తూ, ఆయా ఋతువులలోని పండుగలు, సంఘటనలు సాంస్కృతిక జీవన విలువలు తెలంగాణ పల్లె జీవితంగా రచనా వ్యాసంగం సాగుతుంది. ఋతుచక్రం కావ్యంలో సినారె ఆత్మీయ జీవిత చిత్రణతో తెలంగాణ పల్లెలలో ఆయా ఋతువులలో పండుగలను, వసంత ఋతువులో పెండ్లి, గ్రీష్మంలో కూతురు, వర్షాకాలంలో, శరత్కాలంలో బతుకమ్మ పువ్వుల నడుమ సతీమణి దర్శనం సినారె అద్భుతంగా వర్ణించినట్లు డా॥ భూమయ్య వివరించారు.

**(సి.నారాయణరెడ్డి కథా కావ్య సమాలోచనం–
రచన: అనుమాండ్ల భూమయ్య; వెల: రూ.400/–;
ప్రతులకు: నవోదయ బుక్ హౌస్, హైదరాబాద్–500 027)**

'కొత్త సంతకం' బొల్లిముంత వెంకట రమణారావు

పుస్తక సమీక్ష

'కొత్త సంతకం' తెలుగు కవితా ప్రియులకు ప్రపంచంలోని వివిధ దేశాల కవితా మాధుర్యాన్ని, అనుభూతి సౌందర్యాన్ని స్పృశింపచేసే తుషార వీచిక. మినీ కవితా ప్రక్రియకు సంబంధించి పలు దేశాల కవితల సృజనాత్మక రూపాలను వాటి నిర్మాణ విశేషాన్ని ఉదాహరణలతో వివరించి తెలుగు కవితా లోకాన్ని రచయిత తన్మయింపచేసారు రచయిత. కాలానుగుణంగా ఆధునిక కవిత్వంలో సౌందర్యం కేవలం పదాడంబరాల అలంకారాలలో కాకుండా, భావోద్వేగాల సమ్మోహిత అనుభూతి దర్శింపచేస్తుందని ఈ కొత్త సంతకంలోని కవితలు స్పష్టం చేస్తున్నాయి. 2024 పొయిట్రీ మరథాన్ దిగ్విజయంగా పూర్తి చేసి, 24 గంటలలో 24 కవితలు అల్లిన ప్రశంసనీయత సాధించారు. ఈ పుస్తకంలో వివిధ దేశాల, భాషల కవితా ప్రక్రియలను తెలుగులో కవితాత్మ భావాల్ని, శైలి ఒడిసిపట్టుకొని నిర్మాణాత్మకంగా ఉదారణలతో పదాలు మారినా, భావాలు మారినా మధురమైన కళా కవితా రూపాలుగా అందించిన కవి బొల్లిముంత వెంకట రమణారావు అభినందనీయులు.

(కొత్త సంతకం(ఆధునిక కవితాముద్రలు)–రచన: బొల్లిముంత వెంకట రమణారావు; వెల: రూ.200/–; ప్రతులకు: నవోదయ బుక్ హౌస్, హైదరాబాద్–500 027)

'వియత్నాం పర్యటన'–సుదర్శన్

తన కలాన్ని వివేక విచక్షణతో, హేతుబద్ధమైన సత్యాన్వేషణకు అంకితం చేసిన మానవతా విలువలుగల పత్రికా రచయిత సుదర్శన్. కుమార్తెలు సుసేనా శ్రావణి, జైన్, సుస్మితా ప్రియాంకలు ఈ చారిత్రక యాత్రలో పాల్గొనటంతో పర్యటన పరిపూర్ణమైంది. తమ వియత్నాం పర్యటన అనుభవాలను 'వియత్నాం పర్యటన' పేరిట గ్రంథస్తం చేసారు. సామ్రాజ్యవాద అమెరికాలో ఉద్యోగం పేరిట ఊడిగం చేస్తున్న యువతరానికి కనువిప్పు కలిగించటానికి ఈ వియత్నాం పర్యటన పుస్తకం ఉపయోగపడకపోయినా అమెరికా వంటి అహంకారపూరిత రాజ్యానికి అంతిమంగా వియత్నాం అందించిన విలువైన సందేశం ఈ పుస్తకం ప్రతిఫలింపచేస్తోంది. గెరిల్లా సాహస పోరాటంతో అగ్ర సంపన్న దేశాన్ని ముప్పుతిప్పులు పెట్టి, సామ్రాజ్యవాదాన్ని మట్టికరిపించిన వియత్నాం వీరుల రక్తార్పణ, త్యాగసాహసిక దీక్ష, మాతృదేశాభిమానం, ప్రస్తుత స్థితిగతులు చదువరులను ఆకట్టుకొంటున్నాయి. అమెరికా వికృత హింసా క్రూర మనస్తత్వాన్ని వియత్నాం యుద్ధ బీభత్స దుష్టత్వాన్ని సుదర్శన్ కళ్లకు కట్టించారు.

(ప్రజాపత్రిక కుటుంబం.. వియత్నాం పర్యటన–సుదర్శన్; వెల:రూ.150/–; ప్రతులకు: ప్రజాపత్రిక, 21–11–14/3, కోర్లమ్మపేట, రాజమండ్రి)

– జయసూర్య

అరుదైన బౌద్ధ విగ్రహాలు

భారత బౌద్ధ వారసత్వానికి అద్దం పట్టే అత్యంత ముఖ్యమైన పురావస్తు మ్యూజియంలలో ఒకటి అమరావతిలో ఉంది. భారత ప్రభుత్వ నిర్వహిస్తున్న ఈ పురావస్తు ప్రదర్శనశాలలో అనేక ప్రత్యేకతలు ఉన్నాయి. జాతక కథలు, బుద్ధుని జీవితం, ధర్మచక్ర ప్రతీకలు అద్భుతంగా చెక్కినవి ఈ మ్యూజియంలో చూడవచ్చు. క్రీ.పూ.3వ శతాబ్దం వరకు మధ్య కాలలో ఉన్న శాతవాహనుల కాలం నాటి అనేక శిల్పాలను ఇక్కడ తిలకించవచ్చు. ప్రపంచ ప్రసిద్ధి చెందిన అమరావతి స్థూపం ఘట్టాలు, దాని నిర్మాణ శైలి, పునర్నిర్మించిన అమరావతి మహాచైత్యం నమూనాలు ఇక్కడ ప్రదర్శనశాలలో చూడవచ్చు. ధ్యానముద్రలో ఉన్న బుద్ధ విగ్రహాలు, పునర్జన్మ చక్రాన్ని సూచించే శిల్పాలు, బోధిసత్వ విగ్రహాలు మొదలైన అరుదైన బౌద్ధ విగ్రహాలు ఇక్కడ ప్రత్యేక ఆకర్షణగా చెప్పవచ్చు. అమరావతి ప్రాంతంలో పాలించిన రాజుల శాసనాలు, శిలా లేఖనాలు కూడా ఇక్కడ భద్రపరచబడ్డాయి. ఇవి ఆ కాలపు సామాజిక, ధార్మిక, ఆర్థిక పరిస్థితులను తెలియజేస్తాయి. శాతవాహన, ఇక్ష్వాకుల కాలంనాటి నాణేలు, అతి పురాతన మట్టిపాత్రలు కూడా ఇక్కడ ఉన్నాయి. అమరావతి మ్యూజియం దక్షిణ భారత బౌద్ధ మహాచైత్యాలకు ప్రతీక. అమరావతి శిల్పకళా వైభవాన్ని ప్రపంచానికి చూపించే సాంస్కృతిక ఆభరణం. పురాతన శిల్పకళ బౌద్ధ చరిత్ర, శాతవాహన సంస్కృతి.. ఇలా అన్నింటినీ ఒకేచోట చూపించే అరుదైన మ్యూజియం ఇదే. అమరామతిలో బౌద్ధమతం క్రీ.శ. 14వ శతాబ్దం వరకు ఆదరణ పొందింది. అందుకు సంబంధించిన ఆధారాలు, బుద్ధుని ధాతువులను ఉంచి, నిర్మించిన మహాచైత్యం ఇందుకు నిదర్శనం. ప్రస్తుతం ఆ చైత్యం శిథిలం అయినప్పటికీ దానిపై ఏర్పాటు చేసిన శిల్పసంపద అమరావతి శిల్పకథను ప్రపంచానికి తెలియజేసింది. వీటిన్నింటినీ ఇక్కడి మ్యూజియంలో చూడవచ్చు. అంతేకాకుండా రాతియుగంలో మానవులు వాడిన ఆయుధాలు, శిలాయుగంలో వాడిన ఆయుధాలు, నవీన యుగంలో వాడిన మట్టిపాత్రలు ఈ ప్రదర్శనశాలో ఉన్నాయి. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర చిహ్నం పూర్ణకుంభం కూడా అమరావతి శిల్పకళలో వెలుగు చూసిందే. వీటితో పాటు బుద్ధుని జీవిత ఘట్టాలు అమరావతి మ్యూజియంలోని శిల కళా సౌందర్యం వల్ల ప్రత్యక్షంగా తెలుసుకోవచ్చు. శాతవాహనుల కాలం నాటి నాణేలు, కూడా ఇక్కడ భద్రపరిచారు. మ్యూజియం ప్రవేశానికి 15 సంవత్సరాలు దాటిన వారికి రూ.5 చెల్లించాలి. శుక్రవారం సెలవు. అమరావతి పట్టణాన్ని చేరుకోవడానికి గుంటూరు, సత్తెనపల్లి, విజయవాడ, క్రోసూరు ఇత్యాది ప్రాంతాల నుండి రహదారి మార్గాలు ఉన్నాయి.

గుంటూరు జిల్లాలోని గుంటూరుకు 35 కి.మీ. దూరాన నెలకొని ఉన్న పర్యాటక క్షేత్రం, అమరావతి, ఇక్కడ ఉన్న పురావస్తు ప్రదర్శనశాలే అమరావతి మ్యూజియం. ఈ ప్రాంతంలో జరిపిన తవ్వకాలలో అనేక స్తూప అవశేషాలు, శిల్పకళా ఖండాలు బయల్పడ్డాయి. అలా వెలికితీసిన వాటిలో చాలావరకు లండన్‌లో బ్రిటిష్ మ్యూజియంకు, మరికొన్నింటిని జర్మనీ, ప్యారిస్, మన దేశంలోని కోల్‌కతా, న్యూఢిల్లీలోని సంగ్రహాలయాలకు తరలించారు. మిగిలిన వాటిలో అత్యధిక భాగం చెన్నైలోని ప్రభుత్వం మ్యూజియంలో ఉంచారు. 1958 తరువాత కూడా జరిగిన తవ్వకాలలో బయల్పడిన శిల్పాలు, కళాఖండాలను అమరావతి మ్యూజియంలో పర్యాటకుల సందర్శనార్థం భద్రపరిచారు.

శిల్పాలు

అమరావతిలోని పురావస్తు ప్రదర్శనశాల నాలుగు విభాగాలుగా ఉంటుంది. **మొదటి విభాగం:** అమరావతి మ్యూజియంలోని మొదటి విభాగంలో అమరావతి శిల్పానికి మకుటాయమానమైన పూర్ణకుంభ శిల్పాలున్నాయి. బౌద్ధులకు అత్యంత పవిత్రమైన పద్మఫలకం, జాతకకథల ఘట్టాలు సైతం ఇక్కడ ఉన్నాయి. ఇంకా అనేక విశేషాలతో మొదటి విభాగం కనువిందు చేస్తుంది. **రెండవ విభాగం:** ఇక్కడ ప్రశాంతవదనంతో ఉన్న బుద్ధభగవానుని విగ్రహం కనువిందు చేస్తుంది. మధ్య భాగంలో

శాతవాహనుల కాలంనాటి రమణీయమైన సుందర మిథునశిల్పం కనిపిస్తుంది. మరో ఫలంకపై బుద్ధభగవానుడు కపిలవస్తును సందర్శించడం, ఆయన తండ్రి అయిన శుద్ధోదనుడు మనవడైన రాహులుణ్ని పరిచయం చేయడం.. మొ॥ ఘట్టాలు రమణీయంగా శిల్పీకరించారు. త్రిరత్నాలు, జంతువుల వరుసలు గలిగిన స్తూపాలు, ఆరాధకులు, బుద్ధుని జీవితఘట్టాలతో కూడిన శిలాఫలకాలు ఇక్కడ కనిపిస్తాయి.

మూడవ విభాగం: అమరావతి మ్యూజియంలోని మూడవ విభాగంలో యక్షిణి శిల్పం క్రీ.పూ. 2వ శతాబ్దంలోని బార్హత్ కళారీతులను అనుకరించినట్లు కనిపిస్తుంది. బౌద్ధధర్మంలోని త్రిరత్నాలను స్ఫురింపజేసే ఘట్టాలను బుద్ధ (మహాబోధి), ధర్మ (ధర్మచక్రం), సంఘము (స్తూపారాధన)లతో రూపొందించిన నిలువెత్తు అండఫలకం ఈ విభాగంలో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలుస్తుంది. అల్లూరు నుండి సేకరించిన అశోకుని ధర్మశాసన స్తంభభాగం, మరికొన్ని లేఖనాలు, లింగరాజుపల్లె నుండి గ్రహించిన ధర్మచక్రం, క్రీ.పూ. 2వ శతాబ్దానికి చెందిన స్తంభ భాగాలున్నాయి. ఇంకా శ్రావస్తి, వైశాలి పట్టణాలలో ఆయా దృశ్యాలను గుర్తించే విధమైన లేఖనాలతో వున్న చతుర్ముఖ స్తంభభాగం, వజ్రయాన దేవతాశిల్పాలు, మధ్యకాలానికి చెందిన జైన తీర్థంకరవిగ్రహాలు ఆకర్షణగా నిలుస్తాయి. శాతవాహన కాలానికి చెందిన నిలువెత్తు సాలంకృత నందీశ్వర విగ్రహం ఈ విభాగంలో మరో ఆకర్షణ. దీన్ని స్థానిక అమరేశ్వరాలయం నుండి సేకరించారట.

మ్యూజియంలోని **నాల్గవ విభాగంలో** శిల్పాలంకృత మహాచైత్యం నమూనా, మహాచైత్య బృహత్ప్రాకార భాగం యథా పరిమాణాన్ని పునర్నిర్మించిన నమూనాలు కనిపిస్తాయి. ఈ నమూనాలను అనుసరించి మహాచైత్య యథా పరిమాణాన్ని ఊహించుకునే వీలుంది. ఈ ప్రాకారంలో పొందుపరిచిన నాళగిరి వృత్తాంతం, కంథకాశ్వము, మహాభినిష్క్రమణ గాథను శుద్ధోదనునికి విన్నవించే బుద్ధజీవిత కథాఘట్టం.. ఇంకా అనేక శిల్పాలున్నాయి. సిద్ధార్థుడు మహాభినిష్క్రమణ సమయాన భార్యాపుత్రులను సూతికా గృహంలో అర్ధరాత్రి కడసారి వీక్షించే హృదయవిదారక దృశ్యం అద్భుతంగా శిల్పీకరించారు. ఛద్దంత, వెస్సంతర గాథలున్న శిల్పాలు, తొలి రూపంలోని గణేశ, లక్ష్మీరూపాలను శిల్పీకరించిన ఉష్ణీష ఫలక భాగం, బుద్ధ

పాదారాధన శిల్పాలు ఉన్నాయి. భారతీయ శిల్పకళకు అమరావతి కళ శిరోభూషణమని కవికోవిదులు పేర్కొన్నారు. తనదైన శైలి ఏర్పరచుకున్న అమరావతి శిల్పకళారీతి, నేడు ప్రపంచ ప్రసిద్ధి గాంచింది. అమరావతి మ్యూజియంలోని ఈ కళాఖండాలను తిలకించడానికి అనునిత్యం వేలాది పర్యాటకులు వస్తుంటారు.

పలు మ్యూజియంలలో అమరావతి శిల్ప సంపద

ఆంధ్రప్రదేశ్‌కు చెందిన అమరావతిని శాతవాహనులు, బౌద్ధులు, జైనులు.. ఇలా అందరూ పవిత్ర స్థలంగా భావిస్తారు. సాక్షాత్తు గౌతమ బుద్ధుడు కాలచక్ర ప్రవచనం చేసిన పుణ్యస్థలం ఇది. అంత గొప్ప ప్రాంతానికి చెందిన అద్భుత కళాఖండాలు, శిల్పాలు ప్రపంచవ్యాపితంగా మ్యూజియంలలో ఉన్నాయి. వాటిని తిరిగి అమరావతి మ్యూజియంకు తరలించాలని అనేక ప్రయత్నాలు జరిగినప్పటికీ విఫలమయ్యాయి. తొలుత అమరావతిలోని బౌద్ధ కళాఖండాలను మద్రాసు మ్యూజియంకు తరలించారు. అక్కడ నుంచి లండన్‌కు తీసుకుని వెళ్లారు. లండన్‌లోని బ్రిటిషు మ్యూజియంలో అమరావతి గ్యాలరీ నంబర్ '33ఏ' లో భద్రంగా మన శిల్ప సంపద ప్రదర్శనలో ఉంచారు.

సుమారు వందకు పైగా అద్భుతమైన అతి ప్రాచీనమైన కళాఖండాలు లండన్ మ్యూజియంలో ఉన్నాయి. వాటిని మన దేశానికి తెప్పించి, మన సంపదను అమరావతి రాజధానిలో ఒక అంతర్జాతీయ స్థాయి మ్యూజియం ఏర్పాటు చేసి అందులో ప్రదర్శనగా ఉంచితే భావితరాల వారు చూసే అవకాశం ఉంటుంది. కొన్ని శిల్పాలు అమెరికాలో, మరికొన్ని శిల్పాలు జర్మనీలో ఉన్నాయి. ఇంకొన్ని శిల్పాలు ఢిల్లీ మ్యూజియంలో, అరుదైన శిల్పాలు కోల్‌కతా మ్యూజియంలోను ఉన్నాయి. వెలకట్టలేని అరుదైన శిల్పకళా సంపద అమరావతి సొంతం. దాదాపు 500 అద్భుత కళాఖండాలు చైన్నైలోని ఎగ్మోర్ మ్యూజియంలో ఉన్నాయి. ఇక్కడ గౌతమ బుద్ధుని పాదుకలు, పూర్ణ ఘట్టాలు, అమరావతి స్తూపం స్లాబ్ ఉన్నాయి. ఇంతటి అపురూపమైన మన ప్రాచీన శిల్పకళా సంపదను తిరిగి అమరావతి మ్యూజియంకు చేరితే ఇక్కడి చరిత్ర భావితరాలకు తెలుస్తుంది. నాటి శిల్ప కళాఖండాలు అందరికీ కనువిందు చేస్తాయి.

– షేక్ అబ్దుల్ హకీం జాని

పెంకుటింటిని ఎలా పంచుకోవాలి?

వాస్తువార్త

వాస్తు విద్వాన్ సాయిశ్రీ

డా॥ దంతూరి పండరినాథ్

సెల్: 9885446501/9885449458

సి.భావేశ్, నాందేడ్

ప్రశ్న: ఇది పెద్ద ఇల్లు. మేం ముగ్గురం సోదరులం. ఈ ఇంటిని ఎలా పంచుకోవాలో తెలియటం లేదు. ఇది పెంకుటిల్లు. మూడు భాగాలుగా విభజించుకొని ఒక్కొక్కరం ఒక్కో ఫ్లోర్‌ను తీసుకోవాల్సింది. కానీ వాస్తు ప్రకారం ఇది సరైన పద్ధతో/కాదో తెలియటం లేదు. మాకు వేరే మార్గం కూడా లేదు. మీ సలహా ఎలా ఉంటే అలా నడవాలని ముగ్గురం నిర్ణయించుకుని ఈ ఉత్తరం రాస్తున్నాం.

జవాబు: ప్రస్తుతం ఉన్న ఇంటికి మధ్యలో గోడలు పెట్టి మూడు భాగాలు చేసి పంచుకోవటం వలన తూర్పు వైపు పోర్షను తీసుకున్నవారికే బాగుంటుంది. మిగతా ఇద్దరికి బాగుండదు. పెంకుటింటిని పంచుకోవటానికి 'వెన్నగర్ర'ను కోయటం మహాపాతకం అవుతుంది. తప్పనిసరైన పరిస్థితుల్లో వెన్నగర్రను 'జాయింట్స్'లో నుండి విప్పి విడదీయవచ్చు. పాత ఇల్లు స్థలం పెద్దది. మీకు చాలా మార్గాలు ఉన్నాయి.

1) మీలో ఒక్కరే ఆ ఇంటిని తీసుకొని మిగతా ఇద్దరికి డబ్బులు ఇవ్వటం. 2) ఆ ఇంటిని అద్దెకిచ్చి, అద్దెని ముగ్గురూ పంచుకోవటం. 3) పాత ఇల్లే కనుక వాస్తు పద్ధతి ప్రకారం పూర్తిగా నిర్మూలించి ఆ స్థలాన్ని ముగ్గురూ పంచుకోవటం. 4) ఒక్కొక్కరికీ ఒక్క అంతస్తు వచ్చేలా కొత్త ఇల్లు కట్టుకోవటం. 5) పంచుకున్న స్థలంలో ఎవరిల్లు వారు కట్టుకోవటం.

కూపవేధ అంటే ఏమిటి?

ఎ.కల్యాణి, వేటపాలెం

ప్రశ్న: కూపవేధ అని దేనినంటారు?

జవాబు: గృహం ద్వారానికి ఎదురుగా బావి(కూపం) ఉన్నట్లయితే ఆ గృహానికి 'కూపవేధ దోషం' కలుగుతుంది. ప్రధాన ద్వారానికి ఎదురుగాగానీ, గేటుకు ఎదురుగాగానీ బావి ఉన్నట్లయితే కూపవేధ దోషం తీవ్రంగా ఉంటుంది. బావులేగాక సెప్టిక్ ట్యాంకులు, నీళ్లసంపులు ద్వారాలకు, గేట్లకు ఎదురుగా ఉన్నప్పటికీ కూపవేధ దోషం కలుగుతుంది. కూపవేధ దోషం వున్న నివసించేవారికి, ఆ యజమానికి 'అపస్మారక మూర్ఛ వ్యాధి'(ఫిట్స్) వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. మూర్ఛవ్యాధిగ్రస్తులు ఒకవేళ ఇటువంటి దోషం వున్న ఇంట్లో నివసిస్తున్నట్లయితే ఆ వ్యాధి తీవ్రతరమవుతుంది. ద్వారానికిగానీ, ప్రధాన ద్వారానికిగానీ, గేటుకిగానీ ఎదురుగా ఉన్న కూపం(బావి) సెప్టిక్ ట్యాంక్, నీళ్లసంపులను కూడా వాస్తు పద్ధతి ప్రకారం పూడ్చివేసి మరొక చోట ఏర్పాటు చేసుకొన్నట్లయితే మూర్ఛవ్యాధి తీవ్రత తప్పకుండా ఉపశమించబడుతుంది.

'కూపవేధ' దోషం వలన సంపాదన నిలకడ లేకపోవటం, వ్యాపార వ్యవహార ప్రయత్నాలు అనేక రకాలుగా విఫలమవుతుండటం, కుటుంబంలో అశాంతి మొదలైన చెడు ఫలితాలను పొందాల్సి వస్తుంది. దోషాన్ని సరిచేసుకోవటం వలన సంపాదనలో నిలకడ, వ్యాపార వ్యవహారాదులు విజయవంతం అవటం, కుటుంబంలో శాంతి నెలకొంటాయని అతిశయోక్తి కాదు. ■

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:..

– మానవ ప్రవృత్తిలోని గొప్పతనాన్ని ఎన్నడూ మరువవద్దు.

– స్వామి వివేకానంద

– మానవత్వాన్ని మించిన దైవత్వం భూమి మీద లేదు.

– లాండర్

సంతానలేమికి మగవారూ కారణమే!

దంపతులకు పిల్లలు కలగడం ఓ అద్భుత వరం. వివాహిత మహిళ తల్లిగా, పురుషుడు తండ్రిగా మారడానికి ఎంతగానో ఎదురు చూస్తారు. కొందరు దంపతులకు సంతానం కలగకపోవడంతో నిరాశ, ఆందోళన, సమాజంలో చిన్న చూపు, ఆత్మహత్య చేసుకోవడం లాంటి సమస్యలు ఎదురవుతుంటాయి. గర్భం దాల్చడంలో అసమర్థత వల్ల సంతానం కలగకపోవడాన్ని 'వంధ్యత్వం' లేదా 'ఇన్‌ఫెర్టిలిటీ' అని పిలుస్తాం. దంపతులకు పిల్లలు కలగకపోవడానికి ప్రధాన కారణం మహిళ మాత్రమే అని సమాజంలో ఒక అసత్య భావన, అపవాదు, దురాచారం నెలకొని ఉన్నాయి.

దంపతులకు సంతానం కలగక పోవడానికి మహిళలతో పాటు పురుషుడు కూడా సమాన కారణమని వైద్యశాస్త్రం పేర్కొంటున్నది. ఇది ఒక నిశ్శబ్ద సమస్యగా సమాజంలో అనవసర, అర్థరహిత అపోహలకు కారణం అవుతున్నది. సంతానం కలగని దంపతుల్లో మగవారు సంతాన సాఫల్య పరీక్షలు చేయించుకోవడానికి ముందుకు రావడం లేదు. వంధ్యత్వానికి కేవలం స్త్రీ లోపమే కారణమనే భావన నెలకొని ఉండడం విచారకరం. మగతనం లేదని సమాజం చిన్న చూపు చూస్తుందని మగ మహారాజుల భయం. సంతానం కలగకపోవడానికి 40-50 శాతం వరకు పురుషులు కారణం అవుతున్నారు. దంపతులు ఇద్దరు సరైన సమయంలో పరీక్షలు చేయించుకోవడానికి ముందుకు రాకపోతే ఈ సమస్య మనోవేదనకు, మానసిక ఒత్తిడికి కారణం అవుతుంది. వంధ్యత్వానికి పురుషుడు కూడా సమాన కారణమని గమనించాలేగాని మహిళ మాత్రమే కారణమని ముద్ర వేయకూడదు.

మగవారిలో వంధ్యత్వానికి కారణాలు

సంతానం కలగకపోవడానికి పురుషుడి అనారోగ్యం కారణం కాదని గమనించాలి. మగవారి ఇంద్రియంలో ఆరోగ్యకర స్పెర్మ్ కౌంట్ (శుక్ర కణాల సంఖ్య) తక్కువగా ఉండడంతో స్త్రీ విడుదల చేసిన ఎగ్‌తో కలవకపోవడం, హైపోథాలమస్/పిట్యుటరీ గ్రంథి సమస్యలతో హార్మోన్స్ అసమతుల్యత వల్ల స్పెర్మ్‌ల ఉత్పత్తి తగ్గడం, పునరుత్పత్తి నాళం మూసుకుపోవడం (బ్లాకేజ్ ఇన్ రిప్రొడక్టివ్ ట్రాక్), దురలవాట్లు కలిగిన జీవనశైలి (పొగ తాగడం, ఆల్కహాల్ సేవనం, నిద్రలేమి, మానసిక ఒత్తిడి, స్థూలకాయం లాంటి దురలవాట్లు) లాంటి కారణాలతో సంతానం కలగకపోవచ్చు. వీటికి తోడుగా వెరికోసిలే (వృషణములున్నా సంచిలోని రక్తనాళాల సిరులు ఉబ్బడం), ఇన్‌ఫెక్షన్లు, క్యాన్సర్ చికిత్స, అధిక బీపీ, మధుమేహం, లేదా సిస్టిక్ ఫైబ్రోసిస్ వంటి జన్యుపరమైన పలు కారణాలతో మగ వారి వల్ల సంతానం కలగదు. పురుషులు ఆరోగ్యంగా ఉండడం మాత్రమే సంతానం కలగడానికి కారణం కాదని, వారి ఇంద్రియంలో ఆరోగ్యకర శుక్ర కణాల సంఖ్య తక్కువగా ఉండవచ్చని గమనించాలి. మగ వారి ఇంద్రియంలో శుక్ర కణాలు తక్కువగా ఉన్నప్పటికీ ఆధునిక వైద్య ప్రక్రియల ద్వారా సంతాన సౌభాగ్యం పొందవచ్చని తెలుసుకోవాలి.

పురుష వంధ్యత్వ నిరోధానికి మార్గాలు

పిల్లలు కలగని పురుషుల్లో భావోద్వేగ ప్రతికూలతలు చుట్టు ముడతాయి. సంతానం కలగకపోవడం లేదా వంధ్యత్వానికి దంపతులు ఇద్దరు కారణం కావచ్చని తెలుసుకొని సరైన సమయంలో సంతాన సాఫల్య వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించుకోవాలి. ఒకరినొకరు నిందించుకోవడం మానేయాలి. సంతానం లేదని మరో పెళ్లి చేసుకునే మగ మహారాజులు కూడా ఉండడం విచారకరం. వంధ్యత్వానికి పురుషుడు కారణమని నిర్ధారణ అయిన పక్షంలో వైద్యుల సూచన మేరకు పొగ తాగే అలవాటును మానేయడం, ఆల్కహాల్‌కు దూరంగా ఉండడం, శరీర బరువును నియంత్రించుకోవడం, శారీరక వ్యాయామం చేయడం, ఒత్తిడిని అదుపులో పెట్టుకోవడం లాంటి జీవనశైలి మార్పులతో శుక్ర కణాల ఆరోగ్యం పెరిగి సంతానం కలిగే అవకాశాలు అధికం అవుతాయి.

పురుషుడి కారణంగా స్త్రీ గర్భం దాల్చకపోవడాన్ని పురుష వంధ్యత్వం అంటారు. దీనికి కారణాలుగా స్పెర్మ్ కౌంట్, శారీరక, హార్మోనల్ అంశాలు అని చెప్పవచ్చు. పురుషుడి అంగస్తంభన లోపం కారణంగా శుక్ర కణాలు స్త్రీ గర్భంలోకి చేరకపోవడంతో గర్భం దాల్చడం జరగని స్థితిని నపుంసకత్వం/ఎరెక్ట్ డిస్‌ఫంక్షన్ అని పిలుస్తాం. నపుంసకత్వానికి పురుష వంధ్యత్వానికి కొంత వరకు స్పష్టమైన తేడా ఉన్నప్పటికీ రెండింటికీ కారణాలు కొంత వరకు ఒకే విధంగా ఉంటాయి. దయాబెటిస్, హార్మోన్ల అసమతుల్యత,

(మిగతా 29వ పేజీలో..)

మంచి మాటలు - సూక్తుల శక్తి

ప్రతి మనిషి జీవితంలో మాటలకు ప్రత్యేక స్థానం ఉంటుంది. చిన్నప్పటి నుంచి మనం వింటున్న మాటలు, ఆలోచనలు, జ్ఞాపకాలు మన వ్యక్తిత్వాన్ని. విలువలను తీర్చిదిద్దుతాయి. పిల్లలు కూడా అదే విధంగా, ప్రతి మాట, ప్రతి సూచన ద్వారా చిన్న చిన్న వింతలు, ఆశలు, స్ఫూర్తులు సంతరించుకుంటారు. అందుకే, వారికి మేలైన సూక్తులు చెప్పడం, మంచి మాటలతో ప్రేరేపించడం ఒక సార్వత్రిక అవసరం.

పిల్లలకు మేలైన మాటలు

చిన్న పిల్లల మనస్సు సున్నితమైనది కాబట్టి, మాతృభాషలో, ప్రేమతో, సహానుభూతితో చెప్పే పెద్దవారి మాటలు ఎక్కువగా ఆకర్షిస్తాయి. కేవలం కాఠిన్యంతో గానీ, శిక్షా భావంతో గానీ చెప్పిన మాటలు, వారి హృదయానికి చేరవు, ఉదాహరణకు, తల్లి, తండ్రి, గురువు, పెద్ద సోదరులు, లేదా కుటుంబంలోని మిత్రులు చెప్పే ప్రేమపూర్వక, స్ఫూర్తిదాయకమైన మాటలు పిల్లల్లో సుదీర్ఘకాల ప్రభావం చూపుతాయి. వారు చెప్పే మాటలు చిన్నగా ఉన్నా, పిల్లల మనస్సులో దీర్ఘకాలిక జ్ఞాపకంగా నిలుస్తాయి.

పిల్లలు సూక్తులను అర్థం చేసుకోవడానికి సన్నివేశం ముఖ్యమైనది. చిన్నపిల్లలకు, ఆట, కథ, చిత్రలేఖనం, కదలికల ద్వారా చెప్పిన సూక్తులు ఎక్కువగా ఆకర్షణీయంగా ఉంటాయి. ఉదాహరణకు, ఒక కథలో సింహం, పక్షులు కదనం చేస్తూ చెప్పి సారాంశం పిల్లలకి ఎక్కువగా అర్థమవుతుంది.

బలమైన వాక్యాలు, కవితా శైలిలో చెప్పే సూక్తులు కూడా చిన్నారుల మనసు లోతులలోకి చేరతాయి.

ఏ దశలో స్ఫూర్తి ఎక్కువగా ఆకర్షిస్తుంది.. అనే విషయానికి వస్తే, 4-10 యేళ్ల మధ్య ఉన్న పిల్లలలో సూక్తుల ప్రేరణాత్మక ప్రభావం అత్యధికంగా ఉంటుంది. ఈ వయసులో వారు చుట్టూ ఉన్న వ్యక్తుల మాటల ద్వారా సామాజిక, మానసిక, ఆచార, నైతిక విలువలను తెలుసుకుంటారు. 11-15 యేళ్ల వయసులో, వారు అనుభవాల ద్వారా జ్ఞానం సేకరిస్తారు. అప్పుడప్పుడు చిన్న చిన్న సూక్తులు లేదా వాక్యాలు, నిస్సహాయతలోనూ ధైర్యాన్ని ఇస్తాయి. పెద్దవారి అనుభవం, నిజమైన జీవిత ఉదాహరణలతో చెప్పిన సూక్తులు ఈ వయసులో ప్రత్యేకంగా ఆకర్షిస్తాయి.

మంచి మాటలు, సూక్తులు చెప్పే విధానం కూడా ముఖ్యం. అవి సింపుల్, అర్థవంతమైన, పిల్లల భాషకు సరిపోయేలా ఉండాలి. "ప్రతి కష్టం మేలు నేర్పుతుంది", "సత్యం పట్ల ఎప్పుడూ నిలబడాలి" వంటి సూక్తులు చిన్నారులలో స్ఫూర్తిని నింపుతాయి. అలాగే, ప్రతిరోజు ఒక చిన్న సూక్తిని, చిన్న ఆట లేదా ఉదాహరణతో చెప్పడం వారిలో ఆలోచన, గుర్తింపు, ప్రేరణ పెంచుతుంది.

పిల్లలు వారి వయసు, స్వభావం, ఆసక్తులను బట్టి, వారు ఎక్కువగా వినే, ఆకర్షించే వ్యక్తులు అర్థం చేసుకోవాలి. ఒకే మాటను పలు మార్లు, వివిధ సందర్భాలలో వినడం వారిలో ఆ సూక్తి ప్రభావాన్ని మరింత బలపరుస్తుంది. ముఖ్యంగా, సానుకూల స్ఫూర్తి కలిగించే పెద్దవారి మాటలు, మమత, ఆదరణ, నిజాయితీ, ధైర్యం వంటి విలువలను పిల్లల హృదయంలో రేకెత్తిస్తాయి.

చివరగా, మంచి మాటలు, సూక్తులు కేవలం వింటి సరిపోదు. వాటి అర్థాన్ని పిల్లలు అర్థం చేసుకోవాలి, వారిలో ఆత్మీయత, ఆచరణ శక్తి రేకెత్తాలి. ఒక పిల్లవాడికి జీవితానికి మార్గదర్శకత్వం, ప్రేమతో కూడిన విలువల పునాదిని ఉంచే ప్రక్రియ ఇది. ప్రతి చిన్న మాట, ప్రతి సూక్తి, ఒక చిన్న చెల్లని మంటలా, వారి మనసులో వెలుగులు నింపుతుంది.

పిల్లలకు మాటలు చెప్పే సాంప్రదాయం

సూక్తుల విలువ, దాన్ని వినే దశలు, ఎవరి మాటలు ఎక్కువగా ప్రభావితం చేస్తాయో గమనించడం మనం ప్రతి తల్లి, తండ్రి, గురువు, పెద్దవారి కర్తవ్యమే. చిన్న చిన్న మాటలే, పిల్లల జీవితంలో పెద్ద మార్పు, స్ఫూర్తి, ధైర్యం, ప్రేమను నింపగలవు.

పిల్లల వాదయాల్లో మాటల మాయాజాలం

మనసు తల్లిదండ్రులు, గురువులు, పెద్దలు చెప్పి చిన్న మాటల్లోనూ, చిన్న సూచనల్లోనూ పెద్ద శక్తి దాగుంది. పిల్లల జీవితంలో మాటల ప్రభావం వారిని తీర్చిదిద్దడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. చిన్న వయసులో విన్న ప్రతి మాట, ప్రతి సూక్తి వారి విలువల ఆలోచనల పునాది అవుతుంది అందుకే. పిల్లలకు చెప్పే మాటలు కేవలం నిత్య జీవితపు భాగం కాదని, ఒక రూపకల్పనగా, వారి మనస్సులో నిలిచే మౌలిక స్ఫూర్తిగా ఉండాలి.

పిల్లలు ఎక్కువగా వింటారు, ఆకర్షితులవుతారు, వారి దగ్గర ప్రేమ, ఆదరణ, శ్రద్ధ చూపించే పెద్దవారి మాటలకు పిల్లల మనసు స్వచ్ఛం, విశ్వసనీయత కోరుకునే విధంగా ఉంటుంది. కాబట్టి తల్లి, తండ్రి, పెద్దవారి చెప్పి సానుకూల, నిజమైన, ప్రేమతో నిండిన మాటలు వారిలో ఎక్కువగా నిలిచిపోతాయి. అలాగే గురువులు, కథకులు, కుటుంబ మిత్రులు కూడా చెప్పి మాటలు, ఉదాహరణలు పిల్లల ఆలోచనలను ప్రభావితం చేస్తాయి.

పిల్లలు సూక్తులను అర్థం చేసుకోవడానికి సూక్ష్మమైన సందర్భాలు అవసరం. కేవలం వాక్య రూపంలో చెప్పడం చాలాకాలం ప్రభావితం చేయదు. ఆట కథ, చిత్రలేఖనం, కదలికలతో కలిపి చెప్పిన మాటలు, సూక్తులు పిల్లలకు ఆకర్షణీయంగా ఉంటాయి. ఉదాహరణకు, పుస్తకంలో ఒక జంతువు సాహసం చేస్తూ, ఓ విలువను తెలిపిన సందర్భం, పిల్లల మనసులో దీర్ఘకాలిక గుర్తుగా నిలుస్తుంది.

ఏ వయసులో ఎక్కువగా ఆకర్షణ ఉంటుంది అనేదానికి వస్తే, 3-12 యేళ్ల మధ్య పిల్లలు మాటల ద్వారా విలువలను గ్రహించడం ప్రారంభిస్తారు. 13-16 యేళ్లలో, వారు అనుభవాల ద్వారా వ్యక్తిగత జ్ఞానం, నిర్ణయాలను తీసుకోవడం ప్రారంభిస్తారు. ఈ దశలో కూడా, చిన్న సూక్తులు, స్ఫూర్తిపూర్వక వాక్యాలు, నిజ జీవిత ఉదాహరణలు వారికి ధైర్యం, సరైన దిశ చూపుతాయి. వయసు పెరుగుతున్న కొద్దీ, మాటలు కేవలం వినిపించడం మాత్రమే కాకుండా, వాటిని ఇంటర్నలైజ్ చేయడం, ఆచరణలో పెట్టడం ముఖ్యం అవుతుంది.

మాటలు చెప్పే విధానం

ఇది కూడా ప్రాముఖ్యత కలిగిన అంశం. సులభమైన, స్పష్టమైన, పిల్లల భాషకు అనుగుణమైన మాటలు ఎక్కువ ప్రభావం చూపుతాయి. "ప్రయత్నం ఎప్పుడూ ఫలితాన్ని ఇస్తుంది", "ప్రతి తప్పిదం ఒక పాఠం" వంటి సూక్తులు చిన్నారులలో ఆలోచన, ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంచుతాయి. ప్రతిరోజు ఒక చిన్న సూక్తిని, కథ లేదా ఆటల ద్వారా చెప్పడం వల్ల వారిలో విలువలపై స్థిరమైన ప్రభావాన్ని చూపిస్తుంది.

పిల్లలు ఎవరి మాటలను ఎక్కువగా అనుసరిస్తారో గమనించడం ముఖ్యం. ప్రేమ, ఆదరణ, నిజాయితీతో చెప్పిన పెద్దవారి మాటలు, వాళ్లు చూసిన కథానాయకుల ఉదాహరణలు, జీవితం నుండి తీసుకున్న పాఠాలు.. ఇవన్నీ చిన్నారులలో ధైర్యం, మానవత్వం, నిజాయితీ, సహనశీలత వంటి విలువలను పెంచుతాయి. ప్రతి చిన్న మాట, ప్రతి సూక్తి, వారి హృదయంలో ఒక వెలుగులా, ఒక చిహ్నంగా నిలుస్తుంది.

పిల్లలకు చెప్పే మంచి మాటలు, సూక్తులు కేవలం వినిపించడం కాదు, వారిలో ఆలోచన, మోటివేషన్, సానుకూల ఆచరణలకు దారి చూపించాలి. ప్రతి మాట, ప్రతి స్ఫూర్తిదాయక సూచన, వారి భవిష్యత్తు వ్యక్తిత్వానికి, ఆలోచనలకు, జీవన ధోరణికి మార్గం చూపుతుంది. మనం పెద్దలు, వారి జీవితంలో ఈ చిన్న మాట స్ఫూర్తి బిందువులు వేసి, ఒక పునాది ఏర్పరుస్తున్నాం. అది వారి జీవితంలో ఎల్లప్పుడూ వెలుగులు నింపుతుంది.

– డా॥ చిటికెన కిరణ్‌కుమార్

(మిగతా 29వ పేజీలో..)

ఒత్తిడి, ఆందోళన, డిప్రెషన్, జీవనశైలి ప్రభావం లాంటివి రెండింటికీ కారణం అవుతున్నాయి. వంధ్యత్వం/పిల్లలు కలగకపోవడం శాశ్వత శాపం కాదు. నేటి ఆధునిక వైద్యంలో సంతాన ప్రాప్తికి సరైన వైద్య చికిత్సలు లేదా మార్గాలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. ప్రతి జంట సంతానం పొందడం సుసాధ్యం అవుతున్నదని నమ్మాలి. అనుమానం వచ్చిన సమయంలో వెంటనే సంతాన సాఫల్య వైద్య నిపుణులను సంప్రదించాలి. భార్యాభర్తలు ఏక కాలంలో పరీక్షలు చేసుకోవడానికి చొరవ చూపాలి. వంధ్యత్వం శాశ్వత శాపం కాదని, పిల్లలు కలగడానికి సరైన మార్గాలు ఉన్నాయని తెలుసుకోవాలి. సంతానం కలగడానికి మగ మహారాజుల ఆరోగ్యకర కండరాలు కారణం అసలే కాదని తెలుసుకోవాలి. గొడ్రాలు అంటూ మహిళలను అకారణంగా మానసిక క్షోభకు గురి చేయడం అమానవీయమని తెలుసుకోవాలి.

– డాక్టర్ బుర్ర మధుసూదన్ రెడ్డి

21 డిసెంబరు, 2025 నుండి 27 డిసెంబరు, 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 అనుకున్న కార్యక్రమాలలో పురోగతిని సాధించగలుగుతారు. క్రయ విక్రయాలలో మంచి లాభాలను అందుకో గలుగుతారు. రుణాలను తీర్చడానికి చేసే ప్రయత్నాలు అనుకూలిస్తాయి. విందు వినోద కార్యక్రమాల్లో చురుగ్గా పాల్గొంటారు. మహా పాశుపత కంకణం ధరించండి ఉద్యోగ ప్రాప్తి కలుగుతుంది. నూతన విద్యా ఉద్యోగ ప్రయత్నాలు అనుకూలిస్తాయి.

వృషభం

ఈ వారం నూతన పరిచయాలు లాభిస్తాయి. ప్రజా సంబంధ బాంధవ్యాలు కూడిన వ్యాపారం అనుకూలంగా ఉంటాయి. కొత్త రుణాల కోసం ప్రయత్నాలు చేస్తారు అనారోగ్య సమస్యలతో బాధ పడతారు. సిద్ధ గంధంతో శ్రీ వెంకటేశ్వర స్వామి వారికి అర్చన జరిపించండి. ఆహారానియమాలు పట్ల ఖచ్చితమైన శ్రద్ధని పాటించండి. వాహనం నడిపే విషయంలో మెళకువలు అవసరం.

మిథునం

ఈ వారం పిల్లల్ని సమానంగా పెంచాలి ఒకళ్ళు ఎక్కువ ఒకరు తక్కువ కాదన్నట్టుగా మీరు భావిస్తారు. దీర్ఘ ఆలోచనలు, దీర్ఘకానికి సమస్యల గురించి ఎంత ఆలోచన చేసి కొంతమంది నిపుణులు కలుసుకున్నప్పటికీ, ఫలితాలు మాత్రం శూన్యంగా ఉంటాయి. పూజల్లో నాగ సింధూరం కుంకుమను ఉపయోగించండి. భూ సంబంధిత లావాదేవీలు అనుకూలంగా మారుతాయి.

కర్కాటకం

ఈ వారం ప్రభుత్వ పరమైన పనులు అప్లికేషన్ కలిసి వస్తాయి. ఎంత కాలంగానో పెండింగులు ఉన్న పనులు అను కూలిస్తాయి. దూరప్రాంతాలలో పెట్టుబడులు పెట్టాలని ఆలోచనలు అంతంతమాత్రంగా ఉంటాయి. హనుమాన్ వత్తులు అష్టమూలికా తైలంతో నిత్య దీపారాధన చేయండి. కొన్ని ముఖ్యమైనటువంటి కారణాల వలన ధనం పెట్టుబడిగా మార్చలేరు.

సింహం

ఈ వారం సుదీర్ఘమైన ఫోన్ సంభాషణ ద్వారా మంచి విషయాలు గ్రహించారు కోగలుగుతారు. వాహన ప్రమాదాలు జరిగే అవకాశం ఉంది అప్రమత్తంగా ఉండండి. శివాలయంలో అభిషేకం జరిపించండి. ఓం నమో నారాయణ ఒత్తులతో అష్టమూలికా తైలంతో నిత్య దీపారాధన చేయండి. నూతన గృహం కోసం చేసే ప్రయత్నాలు కలిసొస్తాయి. సంతానం విద్య ఉద్యోగాల కోసం చేసే ప్రయత్నాలు మీ వంతు సహకారం అందిస్తారు.

కన్య

ఈ వారం ప్రత్యక్షంగా కానీ పరోక్షంగా గాని రాజకీయాల పట్ల ఆకర్షితు లవుతారు. దూరప్రాంత ప్రయాణాలు కలిసి వస్తాయి. రుణ బాధల నుండి బయటపడడానికి మీరు చేసే ప్రయత్నాలు అంతంత మాత్రమే ఫలిస్తాయి. పూజలలో ఆరావళి కుంకుమను ఉపయోగించండి. వడ్డీలు చెల్లించలేక అవస్థలు పడతారు. వ్యాపార రీత్యా నూతన అంశాలు కలిసి వస్తాయి. కొన్ని కొత్త వస్తువులు అమ్మి అధిక లాభాలను పోగు చేయగలుగుతారు.

తుల

ఈ వారం మంచి లాభాలను అందుకో గలుగుతారు. భూ సంబంధమైన లావాదేవీలు అనుకూలంగా ఉంటాయి. కొంతమంది మీకు ఏమీ చేతకాదని విమర్శించడం, మనస్తాపానికి గురి చేస్తుంది. మెడలో శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తి డాలరు ధరించండి. మన గురించి అన్ని తెలిసిన వాళ్ళు ఈ రకంగా మాట్లాడటం సమన్యాయం కాదని మీరు భావిస్తారు. శుభకార్యాలకు సంబంధించిన విషయాలు అనుకూలిస్తాయి. వివాహ ప్రయత్నాలు గృహప్రవేశ ప్రయత్నాలు బాగుంటాయి.

వృశ్చికం

ఈ వారం కొంతమంది ద్వారా సహాయనాశిస్తారు అది సకాలంలో మీకు అందుతాయి. జీవిత భాగస్వామి మూర్ఖత్వం మితిమీరిన టువంటి చేష్టలు చికాకుకు గురిచేస్తాయి. గోమతి చక్రాలతో లక్ష్మీదేవి అష్టోత్తరాన్ని చదువుతూ అమ్మవారికి పూజ చేయండి. ఏ నిర్ణయాలు తీసుకోలేని పరిస్థితులకు కారణం అవుతుంది. భూ సంబంధిత క్రయవిక్రయాలలో అంతంత మాత్రమే లాభాలను అందుకో గలుగుతారు.

ధనస్సు

ఈ వారం కోర్టు వివాదాలు ఇతర లీగల్ సమస్యలు నిపుణుల పర్యవేక్షణలో మంచి నిర్ణయాలు తీసుకోగలుగుతారు. తద్వారా ప్రయోజనాలు దక్కించుకో గలుగుతారు. ప్రభుత్వపరమైన లీజులు లైసెన్సులు టెండర్లు కలిసి వస్తాయి. గోమతి చక్రాలతో లక్ష్మీదేవి అష్టోత్తరాన్ని చదువుతూ అమ్మవారికి పూజ చేయండి. కొంతమంది ముఖ పరిచేస్తుల ద్వారా కొన్ని కార్యక్రమాలు విజయవంతంగా పూర్తి చేయగలుగుతారు.

మకరం

ఈ వారం వ్యాపార విస్తరణ కోసం చేసే ప్రయత్నాలు అంతంత మాత్రమే ఉంటాయి. ఇప్పటికే ఉన్న షాపుల్లో క్రయవిక్రయాలు స్తబ్దుగా జరగడం ఆలోచింపజేస్తుంది. మీరు ఎంతగానో శ్రమించి కష్టపడి ఫలితాలు సాధిస్తారు. చేతికి కుబేర కంకణాన్ని ధరించండి లక్ష్మీ కటాక్షం ఏర్పడుతుంది. ప్రశంసలు మాత్రం మీకు ఎవరూ ఇవ్వరు. తేలికగా పక్కకు కొట్టేస్తారు. మీరు ఊహించిన పరిణామం నూతన విద్యా అవకాశాలు విదేశీ అవకాశాలు కలిసి వస్తాయి.

కుంభం

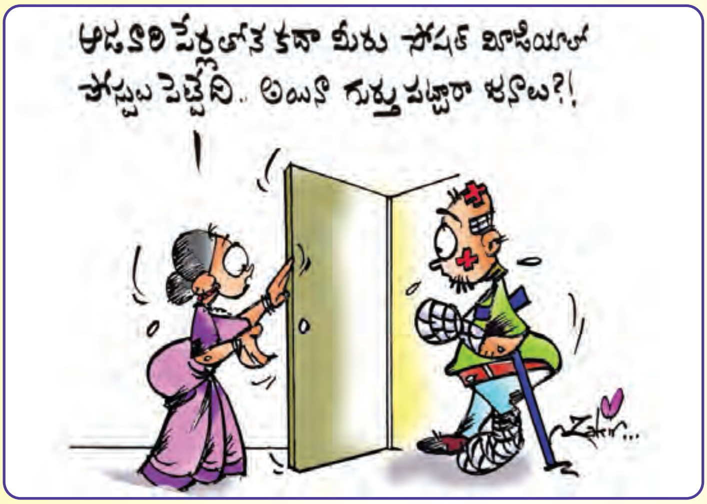
ఈ వారం అయిన వాళ్ళు సహాయ సహకారాలు అంతంతమాత్రంగానే లభిస్తాయి. సహోదర సహోదరీ వర్గంతో మీకు ఉన్నటువంటి సత్సంబంధాలు కొంతమంది వలన ఇబ్బందులకు గురవుతాయి. ఇంట్లో వ్యాపార ప్రదేశాల్లో కప్పు సాంబ్రాణి దైవికం పొడితో ధూపం వేయండి నరదిష్టి తొలగి పోతుంది. జీవిత భాగస్వామి పట్ల ఎంతో శ్రద్ధ తీసుకుని వాళ్ళ భవిష్యత్తు రీత్యా వాళ్ళకి కొన్ని అంశాలలో ప్రోత్సహించి కోర్సుల్లో చేర్పించి మంచి ఉద్యోగం కూడా ఏర్పాటు చేస్తారు.

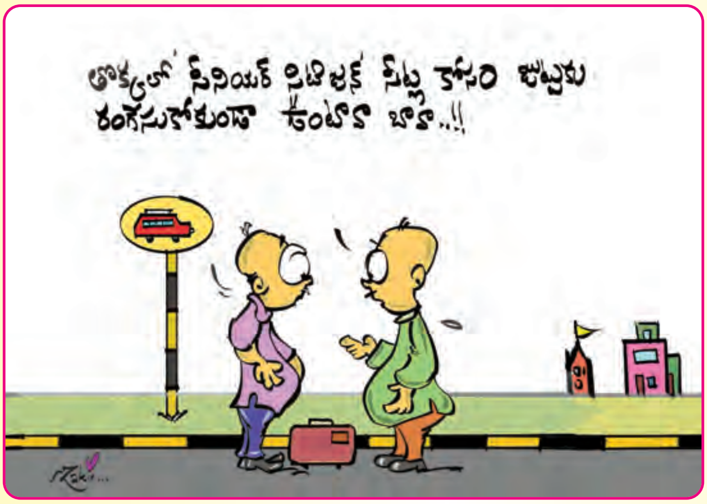
మీనం

ఈ వారం అయిన వాళ్ళతో విభేదాలు ఏర్పడవచ్చు మన ఎదుగుదల వాళ్ళకి నచ్చక రకరకాలుగా విమర్శించడం తరచుగా ఏర్పడుతుంది. పక్కనే ఉండి మన విషయాన్ని తెలుసుకుని వ్యాపారంలో మనల్ని వెన్నుపోటు పొడిచే వారు ఉంటారు అప్రమత్తంగా ఉండండి. ప్రతిరోజు దేవి దేవతలకు ప్రథమ తాంబూలాన్ని సమర్పించండి. మన కుటుంబంలో కలహాలను వాళ్ళు ఉపయోగించుకొని మనకు నష్టం వాటిల్లే విధంగా కలగజేస్తారు.

ఈ వారం కార్టూన్స్

.. అలా 'సమ్మిట్' అయిపోగానే ఇలా మన
బతుకు మారిపోదు.. పద డ్యూటీ కి..!!
Zakir...


ఆడవారి పేర్లతోనే కదా మీరు సోషల్ మీడియాలో
పోస్టులు పెట్టేది.. అయినా గుర్తుపట్టారా జనాలు?!
Zakir...


తొక్కలో సీనియర్ సిటిజన్ సీట్ల కోసం జుట్టుకు
రంగేసుకోకుండా ఉంటావా బావా..!!

నార్వేలోని స్ట్రైనీల్వా నదికి సంబంధించిన చిత్రాలివి. కొండలు, పచ్చికబయళ్లు, ఊరిని ఆనుకుని ప్రవహిస్తున్న ఈ నది అనేక ఒంపులు తిరిగి ప్రవహిస్తుంది. ఈ చిత్రాలను చూస్తుంటే అందరి మదిలో గలగలా గోదారి.. పాట గుర్తు కొస్తోంది కదూ!