తెలుగు జాతీయ దినపత్రిక
వార్త

ఆదివారం

5 ఏప్రిల్, 2026

మృత్యు దారుల్లో

రక్తాశ్రువులు !

వెంకటేష్, కల్యాణ్‌రామ్‌లతో మల్టీస్టారర్

టాలీవుడ్ హిట్ మెషిన్ దర్శకుడు అనిల్ రావిపూడి, బాక్సాఫీస్ వద్ద తన అన్‌బీటెన్ రికార్డును కొనసాగిస్తున్నాడు. స్టార్ హీరోలతో సినిమాలు చేస్తూనే, కమర్షియల్ ఎలిమెంట్స్‌తో ప్రేక్షకులను అలరించడంలో విజయం అందుకుంటున్నాడు. ఇప్పటివరకు అపజయం ఎరుగని ఈ యంగ్ డైరెక్టర్, ఇప్పుడు మరో క్రేజీ మల్టీస్టారర్ ప్రాజెక్ట్‌తో ప్రేక్షకుల ముందుకు రావడానికి సిద్ధమవుతున్నాడు.

విక్టరీ వెంకటేష్, నందమూరి కళ్యాణ్ రామ్ ప్రధాన పాత్రల్లో అనిల్ రావిపూడి ఒక భారీ చిత్రాన్ని ప్లాన్ చేశాడు. గతంలో అనిల్ రావిపూడికి 'పటాస్'తో దర్శకుడిగా తొలి అవకాశం ఇచ్చింది కళ్యాణ్ రామ్ కాగా.. 'ఎఫ్ 2', 'ఎఫ్3' వంటి బ్లాక్ బస్టర్ హిట్స్ ఇచ్చింది వెంకటేష్. ఇప్పుడు ఈ ఇద్దరు హీరోలను ఒకే స్క్రీన్‌పై చూడబోతుండటంతో అభిమానుల్లో అంచనాలు ఆకాశాన్ని తాకుతున్నాయి. ముఖ్యంగా దగ్గుబాటి-నందమూరి కాంబినేషన్ అనగానే టాలీవుడ్ వర్గాల్లో ఆసక్తి నెలకొంది.

ఈ సినిమా రెగ్యులర్ షూటింగ్ జూన్ నుండి ప్రారంభం అయ్యే అవకాశం ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈ చిత్రాన్ని సంక్రాంతి 2027 కానుకగా విడుదల చేయడానికి సన్నాహాలు జరుగుతున్నట్లు టాక్. ఎప్పుడూ వినోదాన్నే నమ్ముకునే అనిల్, ఈసారి ఈ ఇద్దరు హీరోలతో ఏ జానర్ కథను టచ్ చేస్తారో చూడాలి మరి.

తారాతీరం

ప్రత్యేక పాటలో మృణాల్ ఠాకూర్

గ్లోబల్ స్టార్ రామ్‌చరణ్, డైరెక్టర్ బుచ్చిబాబు సానా కాంబినేషన్‌లో వస్తున్న భారీ యాక్షన్ డ్రామా 'పెద్ది' సినిమాపై ఓ ఆసక్తికర ప్రచారం జరుగుతోంది. ఈ చిత్రంలోని ఓ ప్రత్యేక గీతంలో ప్రముఖ నటి మృణాల్ ఠాకూర్ కనిపించనున్నట్లు ఊహాగానాలు వినిపిస్తున్నాయి. ఈ స్పెషల్ సాంగ్‌లో మృణాల్‌తో పాటు మరో ఇద్దరు హీరోయిన్లు కూడా ఉంటారని కొందరు అంటుండగా, కేవలం ఆమె మాత్రమే ఉంటుందని మరికొన్ని వార్తలు వినిపిస్తున్నాయి. అయితే, ఈ వార్తలపై చిత్రబృందం నుంచి ఇప్పటివరకు ఎలాంటి అధికారిక ప్రకటన రాలేదు. ప్రస్తుతం 'పెద్ది' చివరి దశ షూటింగ్, పోస్ట్ ప్రొడక్షన్ పనులతో శరవేగంగా ముందుకు సాగుతోంది.

ఈ చిత్రంలో జాన్వీకపూర్ హీరోయిన్‌గా నటిస్తుండగా, శివ రాజ్‌కుమార్, జగపతిబాబు, దివ్యేందు, బోమన్ ఇరానీ వంటి సీనియర్ నటులు కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. ఆర్ రత్నవేలు సినిమాటోగ్రఫీ, నవీన్ నూలి ఎడిటింగ్ బాధ్యతలు నిర్వర్తిస్తున్నారు.

ఆదివారం వార్త

మంచి ముత్యాలు

– మనకి నచ్చినట్టు మనం బతకాలంటే ఏకాంతంతో జతకట్టాలి. నాయకత్వ లక్షణాలుండాలంటే మానవత్వం అనే బడిలో శిక్షణ తీసుకోవాలి నిరంతరం.

5 ఏప్రిల్, 2026

కదంబం

'సంఘీ'భావం....5
అభివృద్ధి దిశగా జాతీయ రహదారులు

కవర్ స్టోరీ..6
మృత్యు దారుల్లో రక్తాశ్రువులు

ఈ వారం కవిత్వం.. 11
నా స్వరం మాత్రమే

చదువు-సంస్కారం.. 13

కథ..20
మౌనరాగం

ఇంకా...

మొగ్గ

పుస్తక సమీక్ష

వాస్తు

వారఫలం

వగైరా.. వగైరా..

సమాచారం

సంవత్సరంలో రెండే రైళ్లు!

ఏ రైల్వే స్టేషన్ అయినా వచ్చీ పోయే ట్రైన్లు, ప్రయాణికులతో సందడిగా ఉంటుంది. అయితే వీటికి భిన్నంగా మన దేశంలోనే ఓ రైల్వే స్టేషన్ ఉంది. పంజాబ్‌లోని హుస్సేనీవాలా రైల్వే స్టేషన్ అది. దీని ప్రత్యేక ఏమిటంటే ఈ స్టేషన్ ఏడాదిలో రెండుసార్లు మాత్రమే ట్రైన్ వస్తుంది. విచిత్రంగా అనిపిస్తోంది కదా! ఈ రైల్వే స్టేషన్ పంజాబ్‌లోని ఫిరోజ్‌పూర్-హుస్సేనీవాలా సరిహద్దులో ఉంది. ఈ రైల్వే దారిలో ఇదే ఆఖరి స్టేషన్. సంవత్సరానికి రెండుసార్లు మాత్రమే ఇక్కడికి రైలు వస్తుంది. మొదటిది: మార్చి 23న భగత్‌సింగ్ అమరుడైన రోజు. ఆ సందర్భంగా ఫిరోజ్‌పూర్ సందర్శకులు అధిక సంఖ్యలో వస్తుంటారు. ఇక రెండవది: ఏప్రిల్ 13న జరుపుకునే 'వైశాఖి' పండుగ. ఈ సమయాల్లో మాత్రమే స్టేషన్ ప్రయాణికులతో స్టేషన్ కళకళలాడుతూ ఉంటుంది. ఈ ట్రాక్ మీదుగా ఇతర రైళ్లేవీ ప్రయాణించవు. దాంతో స్థానికులు మిగిలిన రోజుల్లో దీనిని రోడ్డుమార్గంగా ఉపయోగిస్తారు.

వాడిపోని పూలు

ఎండాకాలం రాగానే పర్యాటకులకు గుర్తొచ్చే ప్రాంతాల్లో కొడైకెనాల్ ఒకటి. కొడైకెనాల్ పేరు విన్న వెంటనే చక్కన నీలకురింజి పూలు కళ్లముందు కదలాడుతాయి. వీటితో పాటు కొడైకెనాల్‌కు మరో ప్రత్యేకత ఉంది. అవే డ్రై ఫ్లవర్ బొకేలు. వీటిని ఎవర్ లాస్టింగ్ బొకేలని కూడా పిలుస్తారు. ఎటువంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోకపోయినా మూడు సంవత్సరాలు ఈ బొకేలు వాడిపోకుండా ఉంటాయి. అదీ వీటి ప్రత్యేకత. అంతమాత్రాన ఇవి ప్లాస్టిక్ పూలు అని పొరపాటు పడకండి. అచ్చంగా సహజమైన పూలు సుమా. స్ట్రాఫ్లవర్స్, ఎవర్ లాస్ట్ పూలు అని పేరు గాంచిన ఈ పూలు నారింజ, ఎరుపు, తెలుపు, గులాబీ మొదలైన రంగుల్లో లభిస్తాయి. ఎండబెట్టినా రంగు మారదు. నీటికరువుని తట్టుకుని ఈ పూలు పెరుగుతాయి. కనుకనే వీటిని స్థానికులు బొకేలుగా తయారు చేసి ఉపాధి పొందుతున్నారు.

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

దురద

టీచర్: "పిల్లలూ నిన్న చెప్పిన కంద పద్యం అందరూ చదువుకొచ్చారా?" ప్రశ్నించింది టీచర్.

పిల్లలు: "చదువుకొచ్చాం టీచర్"

చింటు: "నేను చదువుకురాలేదు టీచర్"

టీచర్: "ఎందుకని?"

చింటు: "కంద కదా నోరు దురద పెడుతుందని"

టీచర్: ఆ .....!

మా. శ్రీ. రాజు, పాల్వంచ

నిద్దట్లో నడక..

అర్చన: "విజ్జీ, వాడకుండా ఉన్న ఆ నుయ్యి దగ్గర శుభ్రం చేసావు, ఎందుకు?"

విజ్జీ: "మా అత్తగారికి నిద్దట్లో నడిచే అలవాటు బాగా ఉంది".

సెక్యూరిటీ

బ్యాంకు మేనేజర్: "పరంధామయ్యగారూ, మీ లోన్ పాస్ కావాలంటే సెక్యూరిటీ కావాలి.. తెలిసిందా?"

పరంధామయ్య: "నేను ఒక ప్రవేట్ కంపెనీలో సెక్యూరిటీగా చేస్తున్నాను సార్".

దొంగతనం చేస్తే..

"మీ జైల్లో నాకు ఉద్యోగం ఇప్పించండి సార్" అన్నాడు దొంగ, జైలర్‌తో.

"నువ్వు దొంగతనం చేసి రా మంచి జీతం, భోజన వసతి ఇస్తాను".

తెలియకుండా..

"ఆపరేషన్ గదిలో మాస్క్ వేసుకుని ఎందుకు ఆపరేషన్ చేస్తారు?" అంది నర్స్, డాక్టర్‌తో.

"అపరేషన్ చేసినప్పుడు సూది, సిజర్స్, దూది లాంటివి లోపల పెట్టి ఎవరు చేసారో తెలియకుండా ఉండడానికి.

గ్యాస్ దొరకటం లేదు..

"కాయగూరలు ఉడకబెట్టకుండా తింటే పోషకాలు బాగా లభిస్తాయి" అన్నాడు డాక్టర్, అర్చనతో.

"వారం రోజుల నుండి అలాగే తింటున్నాను డాక్టర్" అంది.

"ఔనా? అయితే చాలా మంచిది. మీరు హెల్త్ టిప్స్ చదువుతున్నారు కదా!"

"కాదు డాక్టర్! ప్రతిరోజూ న్యూస్ పేపర్ చదువుతున్నాను, గ్యాస్ దొరకటం లేదు".

చాటింగ్

రమణి: "లిఖితా, ఒకసారి గోడ దగ్గరికి రావే.. మాట్లాడుకుందాం"

లిఖిత: "ఆ.. ఏమి మాటలు, చాలా పనుంది.. మొబైల్‌లో చాట్ చేద్దాం, సరేనా?"

- ఈ.ఎస్.మాధవన్

చెబితే బాగోదు..

టీచర్: "రవీ! మీ నాన్న చేత నిజం చెప్పించడానికి మీ అమ్మ ఏం చేస్తుందిరా?"

రవి: "వద్దు సార్, చెప్తే బాగోదు"

టీచర్: "పర్వాలేదు చెప్పు"

రవి: "మా నాన్న చెంప మీద కొడుతుంది".

వడ్డాణం మనింట్లో..

"ఏమండీ, పక్కింట్లో దొంగలు పడ్డారండీ, మనింట్లో పడినా బాగుండు" అంది భర్తతో, భార్య.

"ఎందుకలా అంటున్నావు?"

"కామాక్షి ఆంటీ వాళ్ల బంగారు వడ్డాణం మనింట్లో పెట్టిందండీ, దొంగలో మనింట్లో పెడితే దొంగలు వడ్డాణం తీసుకెళ్లారని చెప్పేవాళ్లం కదా!"

వంద రూపాయలేగా!

"నీ జబ్బు తగ్గడానికి మందులు రాయమంటావా? చిట్కాలు చెప్పమంటావా?" అన్నాడు డాక్టర్, పేషెంట్‌తో.

"చిట్కాలు చెప్పండి" అన్నాడు, పేషెంట్.

"అయితే రెండు వందలు ఫీజు"

"మందులు రాయడానికి రెండు వందలు, చిట్కాలు చెప్పడానికి వంద రూపాయలేగా!" అంటూ వంద రూపాయలు ఇచ్చి ఎంచక్కా వెళ్లిపోయాడు.

కళ్లజోడు

"ఏంటమ్మగారూ, కళ్లద్దాలు ఇచ్చారు?" అన్నాడు యాచకుడు.

"నీవేగా కళ్ల కనిపించడం లేదు, ధర్మం చెయ్యండి అన్నావు, అందుకే కళ్లజోడు ఇచ్చాను".

ఓటర్లే అడుగుతున్నారు

"ఒకప్పటి రాజకీయాలకు ఇప్పటి రాజకీయాలకు పోలికే లేదు, చాలా మారిపోయాయి" అన్నాడు సోమనాథం మిత్రుడు రామనాథంతో.

"నీవు అన్నది నిజమే. ఒకప్పుడు రాజకీయ నాయకులు ఓట్లకోసం అడగకపోయినా డబ్బిచ్చేవారు. ఇప్పుడు ప్రజలే అడిగి తీసుకుంటున్నారు.

- వైదా ఈశ్వరరావు, విశాఖ

'సంఘీ' భావం

అభివృద్ధి దిశగా జాతీయ రహదారులు

తెలుగు రాష్ట్రాల్లోని జాతీయ రహదారుల అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు శరవేగంగా సాగుతున్నాయి. ముఖ్యంగా హైదరాబాద్-విజయవాడ, హైదరాబాద్-కర్నూలు- బెంగళూరు రహదారులు ఆరు లైన్లుగా కొన్ని ప్రాంతాల్లో 8 లైన్లుగా విస్తరణ కార్యక్రమాలు జోరుగా సాగుతు న్నాయి. మరో సంవత్సర కాలంలో ఇవి పూర్తిస్థాయిలో అభివృద్ధి చెందే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. ఇప్పటికే పలు ప్రాంతాల్లో విశాలమైన రహదారులు దర్శనమిస్తున్నాయి. హైదరాబాద్ నుంచి విజయవాడకు సుమారు 280 కిలోమీటర్ల దూరం ఉండగా గతంలో ప్రయాణ సమయం ఆరు నుంచి ఏడు గంటలుగా ఉండేది.నాలుగు లైన్ల రహదారిగా అభివృద్ధి చేసిన తరువాత అయిదు నుంచి ఆరు గంటలకు తగ్గింది. ప్రస్తుతం ఆరు లైన్లుగా పూర్తిస్థాయిలో అభివృద్ధి చెందితే నాలుగు నుంచి ఐదు గంటల్లోగా గమ్యాన్ని చేరే అవకాశం ఉంటుంది. రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో ఈ రహదారి మీదుగా ప్రయాణం చేస్తూ ఉంటారు. వీరికి ఈ రహదారి విస్తరణ ఎంతో ప్రయోజనంగా మారుతుంది. హైదరాబాద్-విజయవాడ 6 లేన్ల విస్తరణతో పాటు ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో 12 ప్రధాన రహదారుల విస్తరణకు కేంద్రం సుమారు రూ.5233 కోట్ల రూపాయలు ఖర్చు చేస్తోంది. హైదరాబాద్-విజయవాడ జాతీయ రహదారిపై పలు ప్రాంతాల్లో ఫ్లైఓవర్ల నిర్మాణం జోరుగా సాగుతోంది.

అదేవిధంగా కర్నూలు-బెంగళూరు జాతీయ రహదారి (44) విస్తరణ పనులు కూడా వేగంగా జరుగుతున్నాయి. ప్రస్తుతం ఉన్న నాలుగు వరుసల రోడ్డును 6 లేన్లుగాను, (కొన్ని చోట్ల 8 లేన్ల వరకు విస్తరించే ప్రక్రియ జోరుగా సాగుతోంది. ఈ రహదారిని యాక్సెస్‌కంట్రోల్డ్ హైవేగా మారుస్తున్నారు. ఈ ఆధునీకరణతో, కర్నూలు -బెంగళూరు ప్రయాణ సమయం బాగా తగ్గి, ప్రయాణం సురక్షితంగా, వేగంగా మారనుంది, ఇది దక్షిణ భారతదేశ అనుసంధానాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. ఈ రహదారిపై తరచూ ప్రమాదాలు జరుగుతూ ఉండటంతో అనేక ఆధునిక విధానాలను రోడ్డు నిర్మాణంలో అమలు చేస్తున్నారు. ప్రధానంగా జనావాసాలు ఉన్న ప్రాంతాల్లో పై వంతెనలను నిర్మిస్తున్నారు. దీనివల్ల రహదారిపై వేగంగా వెళ్లే వాహనాలకు ఎలాంటి అంతరాయం, ఇబ్బందులు కలగవు. గరిష్టంగా 120 కిమీ/గంటకు వేగంతో ప్రయాణించేలా నిర్మాణం చేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం ఈ రహదారిపై గరిష్టంగా 80 కిలోమీటర్ల వేగంతో వాహనాలు ప్రయాణించేందుకు వెసులుబాటు ఉంది. ముఖ్యంగా కర్నూలు పట్టణం సమీపిస్తున్న సమయంలో పుల్లూరు టోల్‌గేటు దాటిన తరువాత స్థానిక వాహనాల రద్దీ అత్యధికంగా ఉంటోంది. దీనితో వాహనాల వేగం గణనీయంగా తగ్గుముఖం పడుతోంది. అదేవిధంగా తరచూ ప్రమాదాలు చోటు చేసుకుంటున్నాయి. ఈ సమస్యను అధిగమించేందుకు కర్నూలు ఔటర్ రింగ్ రోడ్ నిర్మాణాన్ని శ్రీకారం చుట్టనున్నారు. నగరంలో ట్రాఫిక్ రద్దీ తగ్గించడానికి 17 కి.మీ మేర ఔటర్ రింగ్ రోడ్డు ప్రతిపాదనను తీసుకువచ్చారు. ఈ రోడ్డు పూర్తయితే బెంగళూరుకు వెళ్లే వాహనాల సమయం కనీసం అరగంటకు పైగా తగ్గే అవకాశం ఉంటుంది. ఈ ప్రాజెక్ట్ పూర్తయితే రాయలసీమ, బెంగళూరు మధ్య రవాణా వ్యవస్థ మెరుగుపడి, పారిశ్రామిక అభివృద్ధికి దోహదపడుతుంది. దీనితో పాటు ఇతర నగరాలకు వెళ్లే రహదారుల అభివృద్ధి పనులు కూడా జోరుగా సాగుతున్నాయి. హైదరాబాద్ నుంచి ఖమ్మం వెళ్లాలంటే గతంలో కనీసం 5 గంటల సమయం పట్టేది. ప్రస్తుతం సూర్యాపేటకు సమీపంలో నుంచి నాలుగు లైన్ల రహదారిని అభివృద్ధి చేయడంతో కేవలం మూడున్నర గంటల్లో వాహనాలు ఖమ్మం చేరుకుంటున్నాయి. దీనివల్ల సమయం ఆదాతో పాటు ఇంధనం కూడా పొదుపు అవుతోంది. అనంతపురం నుంచి తిరుపతికి వెళ్లడానికి గతంలో ఎనిమిది గంటల సమయం పట్టేది. ప్రస్తుతం రహదారి విస్తరణతో కేవలం 5 నుంచి ఆరు గంటల వ్యవధిలో తిరుపతి చేరుకుంటున్నారు. అదేవిధంగా తిరుపతి నుంచి కడప మీదుగా హైదరాబాద్‌కు వచ్చే రహదారిలో అభివృద్ధి పనులు చేపడుతున్నారు. ముఖ్యంగా తిరుపతి నుంచి కడప వరకు ఉన్న సుమారు 150 కిలోమీటర్ల రోడ్డు అటవీ ప్రాంతం మీదుగా ఉండటంతో వాహనాల వేగం గణనీయంగా తగ్గుతోంది. ప్రస్తుతం అటవీ శాఖ నుంచి అనుమతులు. కేంద్రం నుంచి క్లియరెన్స్ రావడంతో త్వరలోనే ఈ రహదారిని నాలుగు లైన్లకు విస్తరించే పనులు చేపట్టనున్నారు. రహదారులు అభివృద్ధి చెందితే ఆయా ప్రాంతాల్లో సర్వతోముఖాభివృద్ధిని సాధిస్తాయి.

– డాక్టర్ గిరీష్‌కుమార్ సంఘీ

కవర్ స్టోరీ

జంధ్యాల శరత్‌బాబు

మృత్యు దారుల్లో రక్తాశ్రువులు!

ప్రాణం తీస్తే హత్య.
తన ప్రాణం తానే తీసుకుంటే ఆత్మహత్య.
ఉన్నపళంగా ప్రాణం పోతే? అదీ రోడ్డు ప్రమాదంలో!
ఏమనాలి? ఏ పేరు పెట్టాలి? ఎవరు కారకులని తేల్చాలి?
ఏ దేశంలోనైనా రవాణా రంగానికే ప్రధాన స్థానం. ఆర్థిక వ్యవస్థతోనే ముడివడి ఉంటుంది. ప్రథమంగా భద్రతా భావాన్ని పెంచి పోషిస్తుంది.

రోడ్డురవాణా అంటే వ్యక్తుల ప్రయాణం, వస్తువుల తరలింపు. సర్వసహజంగా అనేక వాహనాల్లో.

వీటికి ప్రత్యేకించి కేంద్రంలో మంత్రిత్వ శాఖ అంటూ ఉంది. రోడ్డురవాణా అంతటినీ చూసుకుంటుంది. ఈ మంత్రిత్వశాఖ పేర్లు కార్యాలయ పరంగా ఎన్నో మార్లు మారాయి. తీరుతెన్నులలోనూ మార్పు చేర్పులు చోటు చేసుకుంటున్నాయి. మరోవైపు రోడ్ల మీద ప్రమాదాలూ పెరిగిపోతున్నాయి. ప్రయాణిస్తుంటే మార్గమధ్యంలో ప్రాణాలు పోవడం. శవాలు, జీవచ్ఛవాలుగా మిగలడం! పోయిన ప్రాణం తిరిగిరాదు కదా!

మోటారు వాహనాలు అందులోనూ.. కార్లు, ట్రక్కులకు సంబంధించి ప్రమాదాలు బోలెడు. ఎన్ని చక్రాలున్నా, బండి ప్రమాదానికి గురైతే అంతే! ఘోర ప్రమాదం అంటుంటాయి సమాచార, ప్రసార సాధనాలు. ఘోరం అంటే భయంకరం, భీకరం, దారుణం. అదుపు తప్పిన వాహనాల వల్ల ప్రాణ పోవడమంటే నిశ్చయంగా అది ఘోరమే. అందుకే 'భద్రత' అంటూ మొత్తుకుంటారందరూ.

'అతివేగం ఎంతో అపాయం
వేగం కన్నా ప్రాణం మిన్న
నిదానమే ప్రధానం.
సురక్షిత ప్రయాణమే సరైన విధానం.

రోడ్డు ప్రమాదాలు నివారిద్దాం. ప్రాణరక్షణ సాధిద్దాం”

ఇలా వందలాది నినాదాలు. ఇంటా బయటా మోగుతూనే ఉంటాయి. కీలక అంశాలతో ముడివడినవీ మరికొన్ని.

హెల్మెట్ ధరించండి-ప్రాణం కాపాడుకోండి.

తాగి బండి నడపొద్దు.. ప్రాణం తీయొద్దు, తీసుకోవద్దు.

డ్రైవ్ చేస్తూ ఫోన్.. అది ఎంతో పరేషాన్.

సీట్ బెల్టు మరిస్తే తుది గమ్యం మృత్యువే.

నిద్రమత్తులో డ్రైవింగ్ వద్దు, మరణాన్ని కోరి తెచ్చుకోవద్దు”

ఇటువంటివే ఇంకెన్నో సూచనలూ, చురకలూ వింటుంటాం. ట్రాఫిక్ నిబంధనల ప్రచారాలు ఇన్నీ అన్నీ కావు. ఎన్ని చెప్తున్నా, ఎంతగా దండిస్తున్నా రోడ్డు ప్రమాదాలు తగ్గడం లేదు. ఎందుకు? అనేది ఏ రోజుకారోజు ప్రశ్నగానే ఉంటోంది.

'భద్రతా హెచ్చరికలు పాటించకుంటే మీ కుటుంబాన్ని శోక సముద్రంలో ముంచినట్లే' అంటున్నా చెవికెక్కని వ్యక్తుల వల్లనే ఎన్నో ఘోర ప్రమాదాలు జరుగుతున్నాయి.. వాళ్లు చోదకులైనా, ప్రయాణికులైనా.

భద్రతే అంతిమం, శాశ్వతం అని చెప్తున్నా పట్టించుకోకుంటే ఎలా? ఆగి, ఆలోచించి కదలండి.. అనడంలో ఉద్దేశం ప్రాణ రక్షణ చేయాలనీ, చేసుకోవాలనీ అర్థం. అది తెలియనప్పుడు అంతే సంగతి. ఆచి తూచి అడుగు వేయాలన్న ఇంగితం లేకుంటే శూన్యతను కోరి పిలిచినట్లే.

తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ఉన్న కొన్ని రోడ్లను గుర్తు చేసుకుందాం.

ప్రపంచ వ్యాప్త మహమ్మారి

రోడ్డు ప్రమాదాలు అంతర్జాతీయంగా పెను సంక్షోభాన్ని సృష్టిస్తున్నాయి. ఏటా పదమూడు లక్షల మంది ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారని, ప్రాణాంతక గాయాల తీవ్రతతో అరకోటి మంది అణువణువునా తల్లడిల్లుతున్నారనీ ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ ఇటీవలి నివేదిక వెల్లడించింది. వివిధ దేశాల్లో నమోదైన గణాంక వివరాలు, లిఖిత సమాచారాల ఆధారంగా ఈ ప్రకటన చేసింది. మరుక్షణంలో ప్రాణం కోల్పోయి/ఆస్పత్రికి చేర్చేలోగా మరణించి/అక్కడ చికిత్స జరుగుతుండగానే ఆ ప్రయత్నమంతా విఫలమై ఎందరెందరో అసువులు బాస్తున్నారు. ప్రమాదాల రక్కసి బారిన పడి శారీరక వైకల్యం, మానసిక రుగ్మతలతో అల్లాడుతున్నవారి సంఖ్య లక్షల్లో ఉంటోంది.

రోడ్డు ప్రమాదాల కారణంగానే అనేకానేక దేశాలు సామాజిక, ఆర్థిక కష్ట నష్టాల ఊబిలో చిక్కువడుతున్నాయి. మానవ వనరులు మటుమాయమై స్థూల దేశీయ ఉత్పత్తిలో చాలా శాతం నష్టపోతున్నాయి. మానవ వనరులు మటుమాయమై స్థూల దేశీయ ఉత్పత్తిలో చాలా శాతం నష్టపోతున్నాయి. ప్రమాద మృతులకు పరిహార మొత్తాలు, క్షతగాత్రులకు వైద్య చికిత్స ఖర్చులు, ఇతరత్రా కలగలిసి ప్రభుత్వాలను ఉక్కిరిబిక్కిరి చేస్తున్నాయి. అందుకే ట్రాఫిక్ ప్రమాదాల వల్ల దాపురించే నష్టతీవ్రతను గణనీయంగా తగ్గించాలన్న లక్ష్యాన్ని ఐక్యరాజ్యసమితి నిర్దేశించుకుంది. సంఖ్యను సగానికి తగ్గించితీరాలన్న నిశ్చయానికి వచ్చి గడువు సంవత్సరాన్ని **2030**గా ఎంచుకుంది.

తెలంగాణలోని రాజీవ్ రహదారి మీద ఎన్నెన్ని ప్రమాదాలో.. అప్పట్లో! ఒక్కసారిగా ఇరవై మంది ప్రాణాలు పోగొట్టుకున్న సందర్భాలూ ఉన్నాయి.

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోనూ కొన్ని మృత్యు రహదారులున్నాయి. పెద్ద వాహనాల్లో ప్రయాణిస్తున్నవారంతా ఆ సంఘటనల్లో విగతజీవులైన ఉదంతాలు ఇప్పటికీ ఆవేదన నింపుతున్నాయి. ఏమిటి కారణం? అంటే– ఒకటి కాదు, అనేక కారణాలున్నాయి. అందులో ముఖ్యమైనవి: రోడ్డుపనులు సరిలేకపోవడం, అర్ధరాత్రి, తెల్లవారుజాము వేళల్లో నిద్రమత్తులో వాహనాలు నడపడం, డ్రైవింగ్‌లో నేరపూరిత నిర్లక్ష్యం. నియమ నిబంధనలను బేఖాతరు చేయడం. తగినంత అవగాహనా లేమి.

వీటన్నింటివల్లా రహదారులు ప్రమాద వేళల్లో నెత్తురోడుతున్నాయి. కుటుంబాలకు కుటుంబాలను దిక్కులేనివారిగా చేస్తున్నాయి.

మన దేశంలో రోడ్డు ప్రమాదాల తీవ్రత(సంఖ్య)

2023.. ఈ ఒక్క సంవత్సరంలోనే 4,80,583 రోడ్డుప్రమాదాలు జరిగినట్లు తెలుస్తోంది. మృతులు: లక్షా డెబ్బై రెండు వేలా ఎనిమిది వందల తొంభై మంది. ఈ ప్రమాదాల్లో గాయపడినవారి సంఖ్య: 4,62,825.

2024 సంవత్సరంలో.. రోడ్డు ప్రమాద మృతుల సంఖ్య 2.3 శాతం పెరిగింది. అంటే సంఖ్యా పరంగా అది లక్షా డెబ్బైయ్ ఏడు వేలకు పెరిగినట్లు. ప్రతిరోజూ 485 మందికి పైగా ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారు.

2025 సంవత్సరంలో.. ఈ సంవత్సరం తొలి మూడు నెలల్లోనూ ప్రమాదాలు, మృతుల సంఖ్య ఎంతో ఆందోళన కలిగిస్తున్నాయి. గత సంవత్సరం మొదటి ఆరు నెలల్లోనే జాతీయ రహదారుల మీద ప్రమాదాలు మొత్తం 27,000 మంది ప్రాణాల్ని హరించాయి.

ప్రస్తుత ఏడాదిలో ఇప్పటివరకు గమనిస్తే మృతుల సంఖ్య కొద్దిగా మాత్రమే తగ్గింది. కేంద్రం, సంబంధిత రాష్ట్రాల, ప్రభుత్వాల ముందు జాగ్రత్తల ఫలితం ఇదని అనుకోవచ్చు. అయితే పారిశ్రామిక ప్రాంతాలు, మరికొన్ని చోట్ల ప్రమాదాల తాకిడి ఆందోళనకర స్థాయిలోనే ఉంది ఇంకా.

దేశ వ్యాప్తంగా వంద జిల్లాల్లో పరిస్థితి ఇపుడపుడు కంటి మీద కునుకు లేకుండా చేస్తోంది. ప్రధానంగా.. ఉత్తరప్రదేశ్, తమిళనాడు, మహారాష్ట్ర.

అంతర్జాతీయంగా పరిశీలిస్తే– రోడ్డు ప్రమాదాల మృతుల శాతం ప్రతి లక్ష మందికీ సంబంధించి చైనాలో 4.3 శాతం; అమెరికాలో 12.76 శాతం; ఇండియాలో ఆ శాతం 11.89.

ఈ గణాంకాలన్నింటినీ ఇదివరకే ‘వరల్డ్ రోడ్ స్టాటిస్టిక్స్’ వెల్లడి చేసింది.

భారత్‌లో రోడ్డుభద్రత గురించిన శిఖరస్థాయి సదస్సు మార్చి నెలలో ముగిసింది. ‘రోడ్డు భద్రత, బాధ్యతాయుత పౌరత’ పేరిట దేశ రాజధానిలోని ఆనంద విహార్‌లో..

విహార్‌లో పలువురు సమావేశమయ్యారు. వారిలో అన్ని రంగాల ప్రతినిధులూ ఉన్నారు. సమస్య పూర్వాపరాలను సవివరంగా చర్చించారందరూ.

మూలల వైపు దృష్టి సారిస్తే- రోడ్డు నిర్మించే గుత్తేదారు నుంచి పర్యవేక్షణ, నియంత్రణ వరకు అందరూ బాధ్యులే. నిర్మాణం సక్రమంగా ఉంటే ఎటువంటి ఇబ్బందులూ రావు. ఇంజినీరింగ్ రీత్యా నియమాలు, నిబంధనలు అనేకమున్నాయి. వాటిని పాటించేవారెందరు?

సాంకేతిక పరిజ్ఞానం ఏమాత్రం వినియోగమవుతోంది? రోడ్ల మీద గుంతలు.. వాటిల్లోనే వాహనాల రాకపోకలు. మలుపుల దగ్గర ఏ విధమైన సూచనలూ ఉండవు.

నిర్వహణకు దీటుగా తాను నిర్మాణ వ్యయాన్నీ దశలవారీగా వసూలు చేసుకోవచ్చు. దీనివల్లనే ఎప్పుడు ఎక్కడ రోడ్డు మీద గుంతల ఏర్పడ ఎదురైనా చక్కదిద్దే పని అతనికుంది. అది జరగకుంటే జరిగేవి రోడ్డు ప్రమాదాలే.

కన్నూ మిన్నూ కానకుండా బండ్ల మీద దూసుకెళ్లిపోయే ప్రబుద్ధులున్నారు. ట్రాఫిక్ సిగ్నల్స్ కేసి చూడకపోవడం వాళ్లకి అలవాటు. బండి లైట్లు పని చేయకున్నా, టైర్లు సరిలేకపోయినా, బ్రేకులు ఉన్నాయో లేవో తెలియకున్నా, కంటిచూపు ఆనకున్నా వాళ్ల వ్యవహారం దారుణంగా ఉంటుంది. ప్రమాదం జరిగి ఏదో అయిపోతే తప్ప వాళ్ల కాళ్లు నేలకు ఆనవు. హారన్ మోతల శబ్ద హింస మినహా ఇంకేమీ ఆనదు. తన ప్రాణం పోవడమో, ఇతరుల ప్రాణాల్ని తీయడమో!

కొన్ని సందర్భాల్లో.. పాదచారుల లోపం, ఇతర వాహనదారుల తొందరపాటు సైతం ప్రమాదంలో పడేస్తుంది. ఎవరు కారకులైనా, అక్కడ వినిపించేది మృత్యుఘోష.

ఆరేళ్ల క్రితం.. ఆ ఒక్క ఏడాదిలోనే దరిదాపు లక్షా యాభై ఐదు వేల మంది రోడ్డు ప్రమాదాల మృతులుంటే; డెబ్బై మరణాలకు మూలకారణం ద్విచక్ర వాహనాలే. దీని గురించే నేషనల్ క్రైమ్ రికార్డ్స్ బ్యూరో ఎంతో దిగ్భ్రాంతి ప్రకటించింది. అతివేగంతో కలిగే మరణాల శాతం ఏడేళ్ల క్రితం 67.30గా ఉంటే, ఇప్పుడది 72 శాతానికి చేరుకుంది.

దేశంలో ప్రతీ మూడు నిమిషాలకీ ఒకరు ప్రమాద మృతుల జాబితాలో చేరుతుండటం రోడ్డు దుర్ఘటనల రీతిని వెల్లడిస్తోంది. సాయంత్రం ఆరు నుంచి రాత్రి తొమ్మిది మధ్య ఆ మూడు గంటల్లోనే అధిక శాతం ప్రమాదాలు జరుగుతున్నాయన్నది మరొక గణాంక సహిత అంచనా.

దేశీయంగా కల్లోల స్థితి

రాష్ట్రాల వారీగా పరిస్థితులు ఆవేదనాగ్ని రగిలిస్తున్నాయి. కేంద్ర మంత్రిత్వ శాఖ ఉన్నతాధికారులను కదిలించిన ఒక సంఘటన ఇది: కళాశాలకు వెళ్లేందుకు ఓ యువకుడు ఇంటి నుంచి బయల్దేరాడు. దారిలో ఒక వాహనం ఢీకొని కాలుకు తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. ఫ్రాక్చర్ కావడంతో, వైద్యులు ఒక మెటల్ రాడ్‌ను అతని కాలులో అమర్చారు. అందుకు మూడు లక్షల రూపాయలు ఖర్చయ్యాయి. బాధితుడి తండ్రి ఓ చిరుద్యోగి. కుటుంబం పుణెలో ఉంటోంది. ఆ రాడ్‌ను కొంత కాలం తర్వాత తీసివేయక తప్పదు కాబట్టి, మరో సర్జరీ అవసరమన్నారు డాక్టర్లు. అందుకు మరో **3** లక్షలు వ్యయమవుతుందన్నారు. అంతటి వ్యయభారం, కుటుంబమంతటికీ కలిగిన మానసిక క్షోభ, యువకుడికి ఎదురైన దుష్పలితాలు ఊహాతీతం. వీటన్నింటి విపరీత తాకిడికి మొత్తం కుటుంబ పరిస్థితే అన్ని విధాలుగా ఛిన్నాభిన్నమైంది. ఇటువంటి పరిణామాలు దేశంలో ఇంకా ఎన్నో చోట్ల! రోడ్డు ప్రమాదం ఎన్నో రాష్ట్రాల్లో ఎంతో మందికి శాశ్వత శాపం. ప్రభుత్వ, ప్రభుత్వేతర, స్వచ్ఛంద సేవా సంస్థల సహృదయ స్పందనలే చిరు ఆశాజ్యోతులు.

ప్రమాదాలు జరగవా మరి!

జాతీయ రహదారిలో నిర్ణీత ప్రాంతంలో ఏడాదికి ఒకటికి మించి ప్రమాదాలు దాపురిస్తూ అవి ప్రాణహరణకు కారణాలైతే..

కాంట్రాక్టరుకు జరిమానా వడ్డన తప్పదు. ఉన్న విధానం ప్రకారం రోడ్డు నిర్మాణానికి ముందుగానే కొంత పెట్టుబడి పెట్టేది గుత్తేదారే. నిర్మాణం తదుపరి రాకపోకల వాహనాల నుంచి టోల్ రూపంలో వసూలు చేసుకునేది తనే. అంటే అర్థమేమిటి?

పరిసరాలు, వాతావరణ స్థితిగతులు, నియమ ఉల్లంఘనలు, మానవ తప్పిదాలు కలగలిసి కల్లోలాన్ని సృష్టిస్తున్నాయి. రాత్రిళ్లు, తెల్లవారుజాము వేళల్లో చోదకుల కునికిపాట్లు మరణ మృదంగాల్ని మోగిస్తున్నాయి.

నిదర్శన ఉదాహరణలు

రోడ్డు దాటుతున్న 65 యేళ్ల వృద్ధుడిని కారు ఢీకొట్టింది. ఎగిరి అదే వాహనం అద్దం మీద పడ్డాడు.

గతంలోని ఘోరాతిఘోర ఘటన గుర్తుందా? బెంగళూరు నుంచి హైదరాబాద్ వెళ్తున్న బస్సు మార్గమధ్యంలో ఒక వాహనాన్ని ఓవర్‌టేక్ చేయబోయింది. ఆ ప్రయత్నంలో అక్కడి కల్వర్టును ఢీకొట్టి మంటల్లో చిక్కుకుంది. ప్రయాణికులు 45 మంది సజీవ దహనమయ్యారు. ఈ దారుణాన్ని విశ్లేషించిన విషయ నిపుణుల సంఘం పలు కీలక అంశాలతో తక్షణ నివేదికను అందించింది. దాని ప్రకారం: ప్రయాణ వాహనాల రాకపోకలు, నిర్వహణ నియంత్రణలకు ఏ సంస్థా బాధ్యత వహించడం లేదు. ఏ శాఖ, ఏ విభాగం కూడా కనీస పర్యవేక్షణను తలచుకోని దుర్గతి!

ఉభయ తెలుగు రాష్ట్రాల్లో..

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని విజయనగరం ప్రాంతంలో ఒడిశాకు చెందిన ప్రైవేట్ వాహనం కాలి బూడిదైపోయింది. టైరు ఒక్కసారిగా పంక్చర్ కావడం, మంటలు రేగి వాహనమంతటినీ ఆక్రమించడం నిమిషాల్లో జరిగింది. అందులోనూ 40 మందికి పైగా ప్రయాణికులున్నారు. గాఢనిద్రలో ఉన్న వారంతా డ్రైవర్ తక్షణ స్పందనతో మృత్యురక్కసి నుంచి బతికి బయట పడ్డారు. అతను ఆ పని చేయకుంటే,, సకాలంలో అప్రమత్తంగా వ్యవహరించకుంటే ఏం జరిగేదో! తలచుకుంటేనే ఒళ్లంతా గగుర్పొడుస్తుంది.

ముందు జాగ్రత్తతో ఎందరి ప్రాణాలనైనా కాపాడవచ్చుని, సమయస్ఫూర్తి ఎంతైనా ప్రాణదానం చేస్తుందనీ, ఆ ప్రయాణికుల్లోని శాసనసభ్యుడు భావోద్విగ్నత వ్యక్తపరిచారు. పాలకులు, పాలితులు గ్రహించాల్సింది ఇదే!

ప్రమాద ధాటికి అతని తల ఆ కారు సీట్లో పడింది. మిగిలిన మొండెం రోడ్డు మీద పడిపోయింది (హైదరాబాద్).

కొన్ని రోజుల క్రితం..

కర్నూలులోని ఒక కుటుంబానికి చెందిన వారందరూ ప్రమాదంలో అక్కడికక్కడే ప్రాణాలు కోల్పోయారు. వారిలో ఒక చిన్నారి పసి శరీరం నామరూపాలు లేకుండా పోయింది (తమిళనాడులో).

ఒక మోటారు సైకిలును ఢీకొట్టిన బస్సు నుంచి ఇంధన ట్యాంకు పేలింది, మంటలు క్షణాల్లో వ్యాపించాయి. అప్పుడు ఆ బస్సులో 45 మంది ఉన్నారు. బైకర్ మద్యం మత్తులో ఉన్నాడు. చెలరేగిన అగ్నిజ్వాలలతో 20 మంది సజీవ దహనమయ్యారు. ఆ బస్సులోని లగేజీ స్థలంలో లెక్కకు మిక్కిలి మొబైల్ ఫోన్లు ఉండటంతో, లోపలి బానయటరీల కారణంగా మంటలు బస్సునంతటినీ చుట్టుముట్టి బూడిద మిగిల్చాయి. (కర్నూలు ప్రాంతంలో).

లారీ–కారు ఢీ వల్ల ఒకే కుటుంబంలోని ఐదుగురు అక్కడికక్కడే తుది శ్వాస విడిచారు. బెంగళూరు–చెన్నై జాతీయ రహదారిపైన దుర్ఘటన ఇది(చిత్తూరు పరిసరాల్లో).

ఆరుగురు ప్రయాణికులతో వెళ్తున్న వాహనం దారిలో డివైడరును ఢీకొట్టి పక్క లైనులోకి దూసుకెళ్లింది. ఎదురుగా వస్తున్న మరో రెండు బండ్లను ఢీకొనడంతో ముగ్గురు మరణించారు. నలుగురు తీవ్ర గాయాలపాలయ్యారు (తూర్పు గోదావరి పరిసర ప్రాంతంలో).

ఇలా చేస్తేనే భద్రత

ట్రాఫిక్ పద్ధతుల గురించిన అవగాహన బాల్య దశ నుంచీ తెలియాలి. తెలియచేసేలా బడిపిల్లల

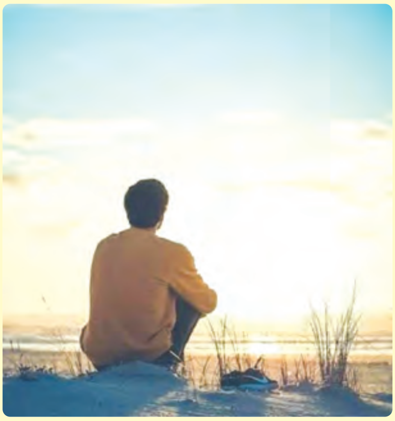
పాఠాల్లో ఉండాలి. ప్రమాద రహితంగా బండ్లు నడిపే వారికి ప్రోత్సాహకాలు, సత్కార పురస్కారాలు ఎంతైనా అవసరం. రోడ్డు రవాణా సంస్థ అనుసరిస్తున్న ఈ విధానం ఇతర తరహా వాహనాల వారికీ విస్తరిస్తే అన్ని విధాలా మేలు. తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులు, పోలీసులు, న్యాయ సంస్థలవారు, స్వచ్ఛంద సంస్థల నిర్వాహకుల ఉమ్మడి కృషి ఎంతో మిన్న. స్థానికంగా ఉండే ట్రాఫిక్ చట్టాల మీద అవగాహన కావాలి.. రావాలి. ఇది ఎవరికి వారు అనుసరించాల్సిన విధి. ఇతరత్రా రద్దీగా ఉండే వాహనాల్లో ప్రయాణించకూడదు. బరువుల రవాణాల బండ్లను ప్రయాణాలకు ఎంచుకోకూడదు. పాదచారుల కర్తవ్యాలూ అనేకం. రోడ్డు ప్రమాదాల నివారణ కన్నా ముందు జాగ్రత్తలు పాటించడం కన్నా మించింది మరేదీ ఉండదు.

"రెప్పపాటులో మృత్యుకాటు ఎందరికి ఎన్ని రకాల అనర్థాలను తెస్తుందో, ఎన్ని కుటుంబాలను ఛిన్నాభిన్నం చేస్తుందో చూస్తూనే ఉన్నాం, చదువుతున్నాం, వింటున్నాం. వీటిన్నింటి కంటే– సామాజిక బాధ్యతగా గుర్తించడం, సదవగాహన పెంచే ప్రయత్నాలు చేయడం ప్రధానం.

ఇవన్నీ ఏ ఒక్కరో చేయాల్సినవి కావు. అందరూ గుర్తించి, గమనించి, అనుసరించి, ప్రోత్సహించి, ముందుకు తీసుకువెళ్లాల్సినవి. అన్ని వైపుల నుంచీ తెలివిడి విస్తరిస్తే, రోడ్డు ప్రమాదాల సంఖ్యను గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు. ఎవరో ఎవరినో శాసిస్తే వచ్చేది కాదు భద్రత. ఎవరికి వారికే అదొక బాధ్యత. చిన్న పొరపాటు పెద్ద ప్రమాదానికి దారి తీస్తుంది. అసలు ఏ పొరపాటుకీ ఆస్కారం ఇవ్వరాదన్న గట్టి సంకల్పమే వ్యక్తికి, సమాజానికి పరిపూర్ణ రక్షణ. ✦

నా స్వరం మాత్రమే

పేరు మరుగున పడవచ్చు
ముఖం మారిపోవచ్చు
నా స్వరం మాత్రమే గుర్తుపట్టగలవు
ఇంటికి చేరుకోవడానికి.
సమయం వేసే శిక్ష చాలా
అందమైనది



ఈ రోజు ఇక్కడ రేపు
ఎక్కడో తెలీదు
కాలం రెక్కలపైన ప్రయాణం
చేసి
ఒకనాడు కలుసుకున్న
నా స్వరం మాత్రమే గుర్తుపట్టగలవు
ఇంటికి చేరుకోవడానికి.

గడిచిపోయిన కాలం
నిన్నలలో కలిసిపోయింది
ఇంక సమయం మిగలలేదు
కొన్ని క్షణాలు మిగిలితే
నా స్వరం మాత్రమే
గుర్తుపట్టగలవు
ఇంటికి చేరుకోవడానికి.

పొద్దు వాలిపోతోంది
చీకటిరాత్రి సమీపిస్తోంది.
జీవితం ఇంకా ఎంతో లేదు
ఇల్లు గుర్తుకువస్తే
మనసు కష్టపెట్టుకోకు
నా స్వరం మాత్రమే
గుర్తుపట్టగలవు
ఇంటికి చేరుకోవడానికి.

– అరుణ డేనియల్

నా చెలిమినై.. తోడుగా.. నీడగా..

మరుమల్లెలు ముంచెత్తి ప్రణయ
పరిమళాలు కురిసినట్లు
ఇంద్రనీలమునై నా ముంగురులు
నిర్మల చంద్రికలలోసేద దీరినట్లు–నీ
ఎద సవ్వడి పరవశించింది..
ప్రకృతినై పులకరిస్తాను!నా పలుకుల
పల్లవుల వెల్లువలో.. నిను అల్లుకుని
అలరిస్తాను. నీ మౌనాన్ని
ఆచ్ఛాదనగా కప్పుకున్నప్పుడునీ
నిర్మోహపు మనసు నీడను
ఆశ్రయిస్తాను..నింగి అంచులు
ఎక్కడో నేలను తాకుతున్నప్పుడునా
చూపులను మలచుకున్న...నీ
నీలకునాలను మత్తు
తటాలునకమ్మినప్పుడు నీ మనుగడనై
నీ చేరువలో ఉంటాను.నీ
సహచర్యంలో తోడుగా...
నీడగాచెలియనై.. నీ చెలిమినై..
నిన్ను అంటి ఉంటాను.

– అన్నవరపు శ్రీనాథవర్మ

ఆశావహం

కన్నీటి వర్షంలో
తడవకుండా నేను
చిరునవ్వు గొడుగేసుకొని
తిరుగుతూ ఉంటా.
అవమానాలకు
కుంగిపోకుండా
నేను.. ఆత్మవిశ్వాసపు పాదరక్షలతో
అడుగులేస్తూ ఉంటా.

ఒంటరితనంలో
కూరుకుపోకుండా
నేను ఊహల
రహదారుల్లో
విహరిస్తూ ఉంటా.
విజయానికో..
ఓటమికో పొ(కృ)ంగి
పోకుండా నేను రేపటి కొత్త
ఉషోదయానికై వేచి ఉంటా.

– రఘు కందుకూరు

ఈ వారం కవిత్వం

యుద్ధంలో పావులం

ఈ నేల పై నాకిక కాలం చెల్లింది
ఈ పచ్చని గడ్డి
ఈ చల్లని గాలి
నాకిక తోడు ఉండదు
యుద్ధం మొదలయ్యింది.
సద్దుమణిగాక
సగటు పౌరుడిగా చర్చించుకుందాం
ఇప్పుడు మనమంతా
యుద్ధంలో పావులం.

– బాలాజీ పోతుల

నిశ్శబ్ద ప్రవాహాలు

క్షణం తీరికలేని సమయాల్లోంచి
బయట పడ్డాక
నది ఒడ్డున కూర్చున్న
నాలో నిశ్శబ్ద ప్రవాహాలు
అలలు అలలుగా తడిపి
పోతున్నాయి.
స్వేచ్ఛను వెతుక్కుంటున్న
నాలో ప్రకృతి పరవళ్ళు మురిసి
పోతున్నాయి.
ఎక్కడా చూడని ఆనందమేదో
సాక్షాత్కరిస్తున్నట్లు
నా చుట్టూ పక్షులు ఆనందాన్ని
నింపిపోతుంటాయి.
నా చుట్టూ పువ్వులు
పరిమళాల్ని రువ్వుతుంటాయి.
ఈ రసానుభూతుల్లో ఒదిగిపోతూ
చెరగని అనుభూతుల్ని
ముద్రించుకుంటాను.
తూనీగలు నాపై ఎగురుతూ
తుమ్మెదలు నాలో పాడుతూ
కాసింత నిశ్శబ్దాన్ని ఛేదిస్తుంటాయి.
ఈ నిశ్శబ్ద ప్రవాహంలో భాగమై
ఆకాశాన్ని హత్తుకుంటాను.
గాలినుండి ప్రేమగా తాకుతుంటాను.
పువ్వుల్ని ప్రేరణగా ఆస్వాదిస్తున్నాను
నన్ను నేను నిర్మించుకోవడంలో
ప్రకృతి పాఠాలెన్నో నడిపిస్తుంటాయి
ఇన్ని పంచిన ప్రకృతికి
మొకరిల్లి సంరక్షణగా నిలవటం
తప్ప.. నేనేమివ్వగలను.

– గవిడి శ్రీనివాస్

లావణ్యా ప్రభా ఘోష్

లావణ్య ప్రభా ఘోష్ గాంధేయవాది. బెంగాలీలో లావణ్య ప్రభా ఘోష్ అని అంటారు. ఆమెను గురించి పశ్చిమ బెంగాల్‌లోని పురూలియా ప్రాంతంలో ఇప్పటికీ చెప్పుకుంటూ ఉంటారు. శాసనోల్లంఘన ఉద్యమంలో పాల్గొన్నందుకు జైలుశిక్ష అనుభవించారు. లావణ్యా ప్రభా ఘోష్ 1897 ఆగస్టు 14న పురూలియాలో జన్మించారు. నలుగురి పిల్లల తల్లిగా కుటుంబ బాధ్యతలను నిర్వర్తిస్తూనే దేశం కోసం ఉద్యమించిన సంఘటనలనేకం. ఆమె తండ్రి, రుషి నబరున్ చంద్ర కూడా స్వాతంత్ర్య సమరయోధుడే.

పురూలియా వాసులు ఆమెను 'మంభుం జనని' (మంభుమ్ తల్లి) అని పిలుస్తారు. ఆమె పాఠశాలకు వెళ్ళి చదువుకోలేదు. కానీ ఆమెకు తండ్రి ఇంటివద్ద చదువు చెప్పారు. పదకొండేళ్ళ వయస్సులో ఆమెకు అతుల్ చంద్ర ఘోష్‌తో పెళ్ళి చేశారు. లావణ్య ఘోష్ పురూలియా పట్టణంలోని తెల్‌కల్‌పరా వద్ద 'శిల్పాశ్రమం' (ఆశ్రమ జీవన విధానంలో గ్రామీణ పరిశ్రమల అభివృద్ధి)కి ఇరుసులా ఉండేవారు. 'శిల్పాశ్రమం' మంభూమ్ ప్రాంతం స్వాతంత్ర్య పోరాటానికి, అనుబంధ సామాజిక కార్యక్రమాలకు కేంద్రంగా ఉండేది. సుభాస్ చంద్రబోస్‌తో సహా అనేకమంది స్వాతంత్ర్య సమరయోధులు ఈ ఆశ్రమంలో సమావేశమయ్యేవారు. చిత్తరంజన్ దాస్, కొన్ని సందర్భాలలో మహాత్మా గాంధీ కూడా ఈ ఆశ్రమాన్ని సందర్శించారు.

1926లో అప్పటి మంభూమ్ జిల్లా నుంచి జిల్లా కాంగ్రెస్ కమిటీకి ఆమె ప్రతినిధిగా కొనసాగారు. గాంధీజీ విధానాలను ఆదర్శంగా తీసుకుని తన కార్యకలాపాలు కొనసాగించారు. 1930లో మహాత్మా గాంధీ పిలుపు మేరకు ఉప్పు సత్యాగ్రహంలో, 1945లో కోనపర వద్ద 'పతాక సత్యాగ్రహం'లోను ఆమె ప్రధాన పాత్ర పోషించారు. జన్మతః నాయకురాలి లక్షణాలున్న ఆమె కలకత్తాలో అరెస్టయిన వారికి సత్యాగ్రహ బృందానికి నాయకత్వం వహించారు. అవిభక్త మంభూమ్ జిల్లాలోని బెంగాలీ మాట్లాడే ప్రజల సంక్షేమం కోసం ఆమె పోరాడుతుండేవారు.

బ్రిటిష్ ప్రభుత్వం ఆమెకు చాలాసార్లు జైలుశిక్ష విధించింది. స్వాతంత్ర్యం తరువాత, బెంగాలీపై హిందీ భాషను బలవంతంగా రుద్దడాన్ని వ్యతిరేకిస్తూ అప్పటి మంభూమ్ జిల్లాలో 'భాషా ఆందోళన్' కార్యక్రమాన్ని ముందుండి నడిపారు. బీహార్ ప్రభుత్వం ఆమెను చాలాసార్లు జైలుకు పంపింది. ఆరు వందల రూపాయల జరిమానా కూడా విధించింది.

'భాషా ఆందోళన్' ఫలితంగా, కొత్త జిల్లా పురూలియా మంభం జిల్లా నుండి విడివడింది. బీహార్ నుండి పశ్చిమ బెంగాల్‌లో చేరింది. 1975లో ఎమర్జెన్సీ కాలంలో ఆమె జైలుకెళ్లారు. ఆమె 'ముక్తి' పత్రికలో అనేక వ్యాసాలు రాసారు. పురూలియా జిల్లాలో మొదటిసారిగా ఆమె పురూలియా అసెంబ్లీ నియోజకవర్గం నుంచి ఎమ్మెల్యేగా ఎన్నికయ్యారు. ఆమెకు వివిధ సందర్భాలలో మూడుసార్లు జైలు శిక్ష విధించారు. పురూలియా, హజారీబాగ్, భాగల్పూర్ ప్రాంతాలలో జైలు జీవితం గడిపారు. తర్వాత రాజకీయ వ్యవస్థ పట్ల తీవ్ర అసహ్యంతో, వేదనతో క్రియాశీల రాజకీయాల నుంచి తప్పుకున్నారు.

ఆమె మరణించే వరకు శిల్పాశ్రమంలోని తన గదిలో గడిపారు. స్వాతంత్ర్య సమరయోధుల కోసం ఇచ్చే పెన్షన్‌తో మాత్రమే ఆమెకు ఆదాయ వనరుగా ఉండేది. ఈ ఆధునిక రోజుల్లో కొనసాగుతున్న కార్యకలాపాలేవీ ఆమెకు నచ్చలేదు. తాను కన్న కలలేవీ నెరవేరలేదని భావించి బాధపడేవారు. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల విధానాలను ఆమె తీవ్రంగా విమర్శించారు. శిథిలావస్థలో ఉన్న గదుల్లో కొన్ని అత్యవసర గృహోపకరణాలు తప్ప కుటుంబానికంటూ ఏమీ నిల్వ చేసుకో లేదు.

లావణ్యా ప్రభా ఘోష్ 2003 ఏప్రిల్ 11న 106 సంవత్సరాల వయస్సులో మరణించారు.

స్వాతంత్ర్య సాధన కోసం ఆమె జీవితంలో ఎన్నో సంవత్సరాలను త్యాగం చేసారని ఆమె గురించి తెలిసినవాళ్ళు చెప్పుకుంటూ ఉంటారు. ఆమె జీవిత కథనం భారతదేశానికి స్వాతంత్ర్యానికి ముందు, స్వాతంత్రం తరువాత అని రెండు కోణాల్లో చూడాలి.

లావణ్య ప్రభాఘోష్ జీవితమంతా త్యాగానికి అద్దం పడుతుంది. సామాన్యుల న్యాయం కోసం, హక్కుల కోసం ఆమె ఎప్పుడూ పోరాడుతుండేవారు. ఆమె కుమారుడు అరుణ్ చంద్ర ఘోష్, కుమార్తె ఊర్మిళ మజుందార్ కూడా స్వాతంత్ర్య సమరయోధులు. భాషా ఉద్యమానికి (భాషా ఆందోలన్) ఆమె చేసిన కృషికి గుర్తుగా భాషా సాహిద్ స్మారక్ సమితి తరపున ఫిబ్రవరి 2003లో సునీల్ గంగోపాధ్యాయ ఆమెను సత్కరించారు. పురూలియాలో ఆమె విగ్రహాన్ని చూడవచ్చు.

–యామిజాల జగదీశ్

సింగిల్ పేజీ కథ

ఉచిత వైద్యం

కాలింగ్ బెల్ శబ్దానికి కళ్లు తెరచి గడియారం వైపు చూసాను. తొమ్మిది గంటలు అయింది. "పది నిమిషాలు బాగా నిదురపోయాను" అనుకొంటూ లేవబోతుంటే, వంట గదిలో వున్న మా ఆవిడ వెళ్లి తలుపు తీసింది.

"అన్నా, ఆయన ఇప్పుడే విశ్రాంతిగా పడుకొన్నారు. బెల్ శబ్దం

వినగానే లేచి కూర్చున్నారు. లోపలకు రండి" అంది మా ఆవిడ. "పని చేస్తున్నప్పుడు నైట్ షిఫ్ట్ అంటే సరే అనవచ్చు, ఇప్పుడేమిటి నిదుర" అంటూ లోపలకు వచ్చి నా ఎదురుగా ఉన్న కుర్చీలో కూర్చొన్నాడు. బాబు మా ఎదురింటిలో ఉంటున్నాడు.

"రిటైర్ అయినప్పటి నుండి టిఫిన్ తిన్నాక చిన్న కునుకు తీసే అలవాటయింది బాబూ" అన్నాను

"సార్, మన వీధిలో క్యాంపు ఒకటి ప్రారంభించారు. అరవై సంవత్సరాలు పూర్తి అయిన వారికి ఉచిత వైద్యం పథకంలో పేర్లు నమోదు చేసుకొంటున్నారు. అందులో మీ పేరు నమోదు చేసుకొని రండి. ఏ ఆసుపత్రికి వెళ్లినా ఐదు లక్షల రూపాయల వరకు ఉచితంగా వైద్యం చేసుకోవచ్చని చెప్పారు. మీ ఆధార్ కార్డు, మీ ఫోన్ తీసుకొని రండి. ఓటీపీ వచ్చిందంటే మీ పేరు రిజిస్టర్ చేసుకొంటారు. ఇప్పటికే చాలా మంది వరుసలో నిలబడ్డారు. వరుసలో మీరు కనబడకపోవడం గమనించిన మా ఆవిడ చిత్రా చెప్పగానే మీతో చెప్పాలని వచ్చాను" అన్నాడు.

"అన్నా, ఆయన ప్రైవేటు కంపెనీలో పనిచేసినందువలన రిటైర్ అయ్యాక వైద్య ఖర్చులు మేమే భరించాలి. ఆ మధ్య ఆయనకు చెవినొప్పి రావడంతో ఒక డాక్టరు దగ్గరకు వెళ్లి మూడు వేల రూపాయలు ఖర్చుపెట్టవలసి వచ్చింది" బాబు వైపు చూస్తూ అంది మా ఆవిడ. "ఆదాయంతో సంబంధం లేకుండా, 70 యేళ్లు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ వయస్సు ఉన్న సీనియర్ వ్యక్తులందరికీ కేంద్ర ప్రభుత్వం ఆయుష్మాన్ వయ వందన కార్డును ప్రారంభించింది. ఇప్పుడు ఆ వృద్ధులు సంవత్సరానికి ఐదు లక్షల రూపాయల వరకు ఉచితంగా చికిత్స పొందవచ్చున్న సంగతి నాకూ తెలుసు. కానీ నాలా అరవై నిండిన వారికి కూడా ఇలాంటి విధానం వుందని ఇప్పుడే తెలుసుకొంటున్నాను. ఎక్కడా ప్రకటించినట్లు చూడలేదు' అన్నాను.

"సార్, ఇప్పుడు ఆ చర్చ మనకు అనవసరం. ఈ కలియుగంలో ఏ క్షణం ఎవరికి ఎటువంటి రోగం వస్తుందో చెప్పలేం. మనకొక ఉచిత వైద్య అవకాశం ఇస్తున్నప్పుడు ఉపయోగించుకొందాం" అన్నాడు బాబు. నేను లేచి ఆధార్ కార్డు, సెల్ ఫోన్ తీసుకొని మా వీధిలో వున్న గుడి ఆవరణ దగ్గరకు వెళ్ళాను. అప్పటికే చాలామంది వరుసలో వున్నారు. కొంతసేపు తరువాత నేను వారి దగ్గరకు వెళ్లాను. నా పేరు చిరునామా అడగగానే చెప్పాను. కాస్సేపటికి నా ఫోనులో వచ్చిన ఓటీపీ నంబరు చెప్పగానే "ఓకే సార్, మీ పేరు రిజిస్టర్ అయింది" అని, నా వెనుక నున్న అతని ఆధార్ కార్డు తీసుకొన్నాడు.

ప్రశ్నలు అడగడానికి అవకాశం లేదు. వరుస పెద్దగా వుంది. ఆ తరువాత అడగాలనుకొన్నాను. నా దగ్గర సంతకం తీసుకోలేదు. ఆధార్ కార్డు ఓటీపీ నంబరుతోనే పని పూర్తయింది. ఇంటికెళ్ళాక నా సెల్ ఫోను నందు వచ్చిన మెసేజ్ చూసి ఉలిక్కిపడ్డాను. ఆ పార్టీ రాజకీయ నాయకులు ఎంతగా దిగజారిపోయాయారో తలచుకొంటే బాధ, కోపం కలగసాగింది. ప్రభుత్వం ప్రకటించని ఉచిత వైద్యం పేరు చెప్పి పార్టీలో సభ్యతం చేర్చుకోవడం కోసం ఇలా ప్రవర్తించడం వల్ల ఆ పార్టీకే పెద్ద నష్టం అని ఎవరూ చెప్పలేదా? మరలా మెసేజ్ చూసాను..

"మీకు మా అభినందనలు. మీరిప్పుడు మా పార్టీలో సభ్యత్వం పొందారు" అన్న మెసేజ్ వుంది. అరవై సంవత్సరాల వయసు దాటిన వారికి ఉచిత వైద్యం అన్న వార్త ఎక్కడా లేదు.

– ఓట్ర ప్రకాష్ రావు

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

చదువు, సంస్కారం

మనిషి జీవితంలో ఎదుగుదలకి పునాది చదువు. అయితే చదువు మాత్రమే సరిపోదు; దానికి తోడు సంస్కారం ఉండాలి. ఈ రెండూ కలిసినప్పుడే వ్యక్తి సమగ్ర అభివృద్ధిని సాధించగలడు. నేటి సమాజంలో చదువుకు ప్రాధాన్యం పెరిగినా, సంస్కారం విషయంలో కొంత వెనుకబడుతున్నామనే భావన కలుగుతోంది. అందుకే 'చదువు, సంస్కారం' అనే అంశంపై లోతుగా ఆలోచించడం అత్యవసరం.

చదువు అనేది కేవలం పాఠ్యపుస్తకాల పరిధిలో ఉండే జ్ఞానం మాత్రమే కాదు. అది మన ఆలోచనా విధానాన్ని, ప్రపంచాన్ని చూసే దృష్టిని మార్చే శక్తి. చదువు మనకు వృత్తి అవకాశాలను కల్పిస్తుంది, జీవనోపాధిని మెరుగుపరుస్తుంది. కానీ, చదువు మాత్రమే ఉంటే అది యంత్రంలా మారిపోతుంది. సంస్కారం అనే విలువల పునాది లేకుండా ఉన్న చదువు సమాజానికి ఉపయోగపడకపోవచ్చు.

సంస్కారం అనేది మన వ్యక్తిత్వాన్ని నిర్మించే మూలాధారం.

అది మనం పెద్దలను గౌరవించడం, చిన్నవారిని ప్రేమించడం, సమాజానికి బాధ్యతగా వ్యవహరించడం, నైతిక విలువలను పాటించడం వంటి లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది. సంస్కారం మనిషిని 'మనిషి'గా నిలబెడుతుంది. చదువుతో మనకు జ్ఞానం వస్తే, సంస్కారం మనకు మనసు ఇస్తుంది.

ఇటీవలి కాలంలో చదువులో ప్రతిభ కనబరుస్తున్న విద్యార్థులు ఎక్కువగా కనిపిస్తున్నా, సామాజిక బాధ్యతల్లో కొంత లోపం కనిపిస్తోంది. ఇది ఆందోళన కలిగించే విషయం. పరీక్షలలో మార్కులు సాధించడం మాత్రమే లక్ష్యంగా పెట్టుకుని, వ్యక్తిత్వ వికాసాన్ని పక్కన పెట్టడం వల్ల ఈ పరిస్థితి ఏర్పడుతోంది. విద్యాసంస్థలు కూడా కేవలం మార్కులకే ప్రాధాన్యం ఇస్తూ, విలువల బోధనను కొంతవరకు నిర్లక్ష్యం చేస్తున్నాయి. మన పురాతన విద్యా వ్యవస్థలో గురుకుల పద్ధతికి ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. అక్కడ విద్యార్థులకు పాఠ్య జ్ఞానంతో పాటు జీవన విలువలను కూడా నేర్పించేవారు. గురువులు విద్యార్థుల వ్యక్తిత్వాన్ని తీర్చిదిద్దే బాధ్యతను తీసుకునేవారు. కానీ నేటి విద్యా విధానంలో ఈ కోణం కొంత మసకబారింది. దీనిని పునరుద్ధరించడం అవసరం. తల్లిదండ్రులు కూడా పిల్లల్లో సంస్కారం పెంపొందించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తారు. చిన్నప్పటి నుంచే మంచి అలవాట్లు, నైతిక విలువలు నేర్పితే, పిల్లలు భవిష్యత్తులో సమాజానికి ఉపయోగపడే పౌరులుగా మారుతారు. ఇంట్లో పెద్దలను గౌరవించడం, నిజాయితీగా ఉండడం, ఇతరులను గౌరవించడం వంటి లక్షణాలు పిల్లలకు కుటుంబం నుంచే వస్తాయి. సాంకేతిక పరిజ్ఞానం అభివృద్ధితో ప్రపంచం చిన్నదైపోయింది. సమాచారానికి అందుబాటు పెరిగింది. అయితే ఈ సమాచారాన్ని సక్రమంగా ఉపయోగించుకునే సంస్కారం లేకపోతే, అది నష్టాన్నే కలిగిస్తుంది. సోషల్ మీడియా వినియోగంలో కూడా ఇదే విషయం వర్తిస్తుంది. బాధ్యతాయుతమైన వినియోగం లేకపోతే వ్యక్తిగతంగానే కాక సమాజపరంగానూ దుష్ప్రభావాలు కలుగుతాయి. చదువు, సంస్కారం రెండూ సమానంగా అవసరమైనవి. ఒకటి లేకుండా మరొకటి అసంపూర్ణం. చదువు మనకు ఉన్నత స్థానాలను అందిస్తే, సంస్కారం ఆ స్థానాలను నిలబెట్టే శక్తిని ఇస్తుంది. చదువు ఉన్నా సంస్కారం లేకపోతే అహంకారం పెరుగుతుంది; సంస్కారం ఉన్నా చదువు లేకపోతే అవకాశాలు తగ్గిపోతాయి. కాబట్టి ఈ రెండింటి సమతుల్యత ఎంతో ముఖ్యం.

ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో విద్యా విధానంలో మార్పులు తీసుకురావాలి. పాఠ్యాంశాలతో పాటు విలువల విద్యను కూడా తప్పనిసరిగా చేర్చాలి. విద్యార్థులలో సేవాభావం, సామాజిక బాధ్యత, పర్యావరణ పరిరక్షణ వంటి అంశాలపై అవగాహన పెంచాలి. విద్య అనేది కేవలం ఉద్యోగం కోసం కాదు, మంచి మనిషిగా మారేందుకు కూడా అవసరం అనే భావనను బలపరచాలి. సమాజ అభివృద్ధి వ్యక్తుల అభివృద్ధిపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

వ్యక్తులు చదువుతో పాటు సంస్కారం కలిగి ఉంటేనే సమాజం ఆరోగ్యకరంగా ఎదుగుతుంది. అందుకే ప్రతి ఒక్కరూ చదువు మాత్రమే కాక, సంస్కారాన్ని కూడా సమానంగా ప్రాముఖ్యత ఇవ్వాలి. ఇది వ్యక్తిగతంగానే కాక సామూహికంగా కూడా మేలును కలిగిస్తుంది. ముగింపుగా చెప్పాలంటే, చదువు సంస్కారం మన జీవితానికి రెండు రెక్కలవంటివి. ఈ రెండూ కలిసినప్పుడే మనిషి విజయ శిఖరాలను అధిరోహించగలడు. కాబట్టి చదువుతో పాటు సంస్కారాన్ని పెంపొందించడం మన అందరి బాధ్యత. ఇదే సమాజానికి నిజమైన పురోగతి దారి చూపే మార్గం.

– తిప్పర్తి శ్రీనివాస్

మనసుని వికసింపజేసే దీపం 'దయ'

మనిషి హృదయంలో వెలిగే అత్యంత మృదువైన జ్యోతి దయ. అది సూర్యకాంతిలా మండదు, కానీ చీకటిలో తారల వలె మార్గం చూపుతుంది. మనసు కఠినమైపోయే ప్రతి దశలో, దయ మాత్రమే మనిషిని తిరిగి మానవత్వపు తీరాలకు నడిపిస్తుంది. ఈ దయే మన జీవితాన్ని సార్థకం చేస్తుంది, దానిలేని మనసు ఒక రాతిబండవలె నిశ్చేష్టంగా మారుతుంది. దయ ఉన్నచోటే సౌందర్యం ఉంటుంది, సంతోషం ఉంటుంది, అనుబంధాల పరిమళం ఉంటుంది. దయ అనే గుణం మనిషిలో సహజంగా పుట్టినప్పటికీ, దాన్ని కాపాడుకోవడం, పెంచుకోవడం మాత్రం జీవితాంతం కొనసాగే సాధన. చిన్నతనంలో తల్లి చూపే సానుభూతి, తండ్రి చూపే అండ, గురువు చూపే ప్రేమ.. ఇవన్నీ దయకు మూలాలు. కానీ పెద్దవాడయ్యాక మనిషి ఆ గుణాన్ని క్రమంగా మర్చిపోతాడు. స్వార్థం, పోటీ, కోపం, అసూయ వంటి మేఘాలు ఆ జ్యోతిని మూసివేస్తాయి. అయినా మనసు లోతుల్లో దయ విత్తనంలా దాగి ఉంటుంది; ఒక సున్నితమైన సందర్భం వచ్చినపుడు అది మొలుస్తుంది.

దయ అనేది పేదరికానికీ, అధికారానికీ, మతానికీ, వర్ణానికీ అతీతం. దయ చూపేవాడు ఏ స్థితిలో ఉన్నా అతని మనసు ఎల్లప్పుడూ పరిమళిస్తుంది. ఒక రైతు తన పొలంలో పామును చంపకుండా దూరంగా వదిలిపెట్టినా అది దయే. ఒక విద్యార్థి పక్కవాడికి పుస్తకం ఇచ్చినా అది దయే. ఒక వృద్ధుడి చెయ్యి పట్టి రోడ్డు దాటించినా అది దయే. చిన్న కృప కూడా మనిషిని మహోన్నతుడిని చేస్తుంది.

మన చరిత్రలో దయను తమ జీవితమంతా ఆచరించిన మహనీయులు ఎందరో ఉన్నారు. వారు పెద్దగా ప్రసంగాలు చేయలేదు, కానీ వారి చర్యలే మానవత్వం అంటే ఏమిటో చూపించాయి. గౌతమ బుద్ధుడు పాముకాటుతో బాధపడుతున్న మేకను కాపాడి జీవజాలంపై ప్రేమను నేర్పాడు. మహాత్మా గాంధీ తన శత్రువులపైనా క్షమాభావంతో నడుచుకున్నాడు. త్యాగరాజు కీర్తనల్లో 'దయచేసి' అన్న పదమే తరచుగా వినిపించేది. ఇవన్నీ మన సంస్కృతిలో దయ ఎంత లోతుగా నాటుకుపోయిందో తెలియజేస్తాయి.

దయ అనేది కేవలం ఇతరుల పట్ల చూపే సానుభూతి మాత్రమే కాదు, అది మన అంతరంగాన్ని కూడా స్వచ్ఛం చేసే శక్తి. మనం ఎవరికైనా సహాయం చేసినప్పుడు ఆ క్షణంలో మనలో ఒక తేలిక, ఒక సంతోషం పుడుతుంది. అది దయ అనే దీపం వెలుగుతో మనసు నిండిపోవడమే. అలాంటి క్షణాల్లో మనకు మనమే సాక్షిగా అనిపిస్తుంది. మన జీవితం ఎందుకో అర్థమవుతుంది. దయ మనిషిని లోపల నుంచి మార్చగల అద్భుతమైన ఔషధం.

ప్రపంచం నేడు విజ్ఞానంలో ముందుకెళ్తున్నా, హృదయాల మధ్య దూరం పెరుగుతోంది. ఒక మనిషి బాధపడుతుంటే మరోవాడు దాన్ని కేవలం వార్తగా చూస్తున్నాడు. ఇది మన సమాజం ఎదుర్కొంటున్న అత్యంత పెద్ద నిస్సహాయత. ఈ చల్లబడిన ప్రపంచానికి మళ్లీ తాపం ఇచ్చేది దయే. మనం ఒక్కరికి దయ చూపితే, అది మరొకరికి స్ఫూర్తి అవుతుంది. ఇలా ఒక చిన్న కాంతి మరో దీపాన్ని వెలిగిస్తూనే చివరికి చీకటంతా తొలగిపోతుంది.

దయ ఉన్న చోట ద్వేషం నిలవదు. మనం ఎవరికైనా క్షమిస్తే అది బలహీనత కాదు, అది దయతో కూడిన ధైర్యం. కొన్నిసార్లు మనం బాధపడినా, దయతో స్పందించినప్పుడు మన హృదయం మరింత బలపడుతుంది. ప్రతీకారాన్ని వదిలి క్షమించగల మనసు ఉన్నదే నిజమైన మనిషి మనసు. దయ మనిషిని శాంతి మార్గంలో నడిపిస్తుంది.

ప్రతి మనిషిలోనూ దయ అనే చిన్న దీపం వెలిగిపోతూనే ఉంటుంది. కాని అది గాలి తాకిడికి కొన్నిసార్లు మసకబారుతుంది. అప్పుడు మనం మనల్ని మనమే గుర్తు చేసుకోవాలి మనిషిగా పుట్టిన కారణం దయ చూపడమే అని. ఒక మాటతోనే ఎవరి బాధ తగ్గవచ్చు. ఒక చిరునవ్వుతోనే ఎవరి మనసు ఉల్లాసమవుతుంది. అందుకే దయను పెద్దదిగా చూపాలనక్కర్లేదు, చిన్నచిన్న క్షణాల్లో దయను ఆచరించడం చాలు.

దయ అనేది మానవ సంబంధాల కాపురం నిలబెట్టే పునాది. మనం ఎంత జ్ఞానవంతులైనా, ధనవంతులైనా, అధికారవంతులైనా దయ లేకపోతే మనం ఖాళీగా ఉంటాం. దయ ఉన్నచోట మాటలు స్నేహంగా మారతాయి, చూపులు కాంతిగా మారతాయి, మనసులు ఒకరికొకరు చేరుతాయి. అది మనిషి మనసును పుష్పంలా వికసింపజేసే శక్తి. ప్రకృతిలో కూడా దయ కనపడుతుంది.

వర్షం పొలాన్ని తడిపి పంటకు జీవం ఇస్తుంది. చెట్లు నీడనిస్తాయి, పక్షులు పాడుతాయి, గాలులు సేదతీరుస్తాయి. ఇవన్నీ తమ తమ దయారూపాలు. మనిషి కూడా ఈ ప్రకృతిలా నిరంతరం ఇవ్వడం నేర్చుకోవాలి. ఇవ్వడంలో ఉన్న ఆనందమే అసలైన జీవసారం. మన సమాజం ముందుకు సాగాలంటే దయ మన పయనానికి దీపమై ఉండాలి. ప్రతి కుటుంబంలో, పాఠశాలలో, కార్యాలయంలో, దయను విలువగా నేర్పించాలి. దయతో పెరిగిన తరాలు హింసను మర్చిపోతాయి, హృదయాన్ని వినడం నేర్చుకుంటాయి. దయ ఉన్న మనిషి ఎప్పుడూ సమాజానికి శాంతి తెస్తాడు.

దయతో నిండిన మనసు మానవత్వపు నిజమైన రూపం

మనిషి ఎంత ఉన్నత స్థితికి చేరుకున్నా, అతని విలువ దయలోనే కొలవబడుతుంది. మనసులో దయ లేకపోతే సాధించిన విజయం సైతం వెలితిగానే ఉంటుంది. దయ అంటే కేవలం కన్నీటి భావం కాదు, అది అంతర్ముఖంగా పుట్టే సహజ స్పందన. ఆ స్పందన మనిషిని మరొక మనిషి బాధను తనదిగా అనిపించే స్థితికి తీసుకెళ్తుంది. ఆ అనుభూతి వచ్చిన చోటే మానవత్వం మొదలవుతుంది. ప్రపంచం మారుతోంది. టెక్నాలజీ మన జీవితాలను సులభతరం చేసింది కానీ మన హృదయాలను కొంత దూరం చేసింది. ఎవరినైనా చూడగానే వాళ్ళు ఎలా ఉన్నారో? అని మనసులో తళుక్కుమనిపించే ఆ ఆలోచన దయ రూపమే.

దయ అనేది కేవలం కరుణ కాదు, అది మనిషిలోని విశ్వసనీయతకు మూలం. దయతో నిండిన వ్యక్తి ఎప్పుడూ మోసం చేయడు. అతనిలో స్వార్థం తగ్గిపోతుంది, హృదయం సాఫల్యంగా మారుతుంది. ఒక చిన్నపిల్ల పక్షిని చేతిలోకి తీసుకుని దానికి నీళ్ల ఇస్తే అది సులభమైన కృపలా అనిపించినా, ఆ క్షణంలో మనిషి ప్రకృతి మధ్య స్నేహం పుడుతుంది. దయ అన్నది మనిషి మరియు సృష్టి మధ్య ఉండే అంతర్గత బంధం. దయ ఉన్న చోట భయం తగ్గుతుంది. పిల్లలకు మనం దయ చూపితే వారు సౌమ్యంగా పెరుగుతారు. జంతువుల పట్ల దయ చూపిన వ్యక్తి క్రూరతను మరచిపోతాడు. వృద్ధుల పట్ల, అనారోగ్యంతో బాధపడేవారి పట్ల దయ చూపిన మనిషి జీవిత విలువను అర్థం చేసుకుంటాడు. దయ మనిషిలో ఉన్న చిన్న చిన్న అణువులకూ సానుభూతి నేర్పిస్తుంది. ప్రతి దయాగుణం వెనుక ఒక అద్భుతమైన ఆత్మవిశ్వాసం ఉంటుంది. దయతో నిండినవాడు ఎప్పుడూ నష్టపోడు. మనం ఒక చిన్న సహాయం చేసినా అది ఎప్పటికీ ఎవరో మనసులో దీపంలా వెలుగుతూనే ఉంటుంది. ఇలాంటి క్షణాలే ప్రపంచాన్ని మానవత్వం వైపు మళ్లిస్తాయి. దయ అనేది మనిషి జీవనశైలిగా మారినప్పుడు ప్రపంచం కొత్త రూపం దాలుస్తుంది. ప్రతి మనిషి నా వల్ల ఎవరికైనా కొంచెం ఉపశమనం కలిగిందా? అని ఆలోచిస్తే, ఈ భూమి మీద చీకటి ఉండదు. మనం రోజూ ఎదుర్కొనే సవాళ్లను అధిగమించేందుకు దయే మనకు శక్తినిస్తుంది. కఠిన పరిస్థితుల్లో కూడా దయతో స్పందించగల మనసే ధైర్యమైన మనసు.

మన పిల్లల్లో దయను నాటడం అత్యవసరం. వారు పెద్దవారయ్యాక ఆ గుణం సమాజానికి దారి చూపుతుంది. పాఠశాలల్లో పుస్తకాలతో పాటు దయ పాఠం కూడా ఉండాలి. వృక్షాన్ని ప్రేమించమని నేర్పడం కూడా దయకు సంబంధించినది. ప్రాణి, పక్షి, మనిషి అన్న భేదం లేకుండా దయ చూపడం ద్వారా మనం మానవత్వపు అసలు అర్థాన్ని జీవిస్తాం. దయ అనేది ఇచ్చినవారికి మాత్రమే కాదు, పొందినవారికీ బలాన్ని ఇస్తుంది. ఒక బలహీన మనసు దయను పొందినప్పుడు అది ధైర్యంగా మారుతుంది. ఒక దారిద్ర్యపు మనిషి సహాయం పొందినప్పుడు అతని కళ్లలో కృతజ్ఞత కనిపిస్తుంది. ఆ కృతజ్ఞతే దయకు ప్రతిఫలం. దయ అంటే దానం చేయడం కాదు. మన మాట, మన చూపు.. దయగా మారవచ్చు. ఒక నిస్సహాయుడిని గమనించడం, ఒక బాధపడుతున్న వ్యక్తికి శాంతి మాట చెప్పడం. దయకు రూపం ఉండకపోయినా, దాని ప్రభావం అంతులేనిది. ఈ కాలంలో మనిషి రోబోట్లలాగా జీవిస్తున్నాడు. మనసులు బిజీగా, హృదయాలు ఖాళీగా ఉన్నాయి. అలాంటి సమయంలో దయనే మనసుని మేల్కొలిపే శబ్దం. మనం ఒకరికి ఒక్కసారి సాయం చేసినా మనసు విరబూస్తుంది. ఆ ఆనందం డబ్బుతో రాదు. అది దయతోనే లభిస్తుంది. దయ మనిషిని భూమిపై దేవుని ప్రతిరూపంగా నిలబెడుతుంది. దయతో నిండిన జీవితం పవిత్రమైనది.

మనం ప్రతిరోజూ ఒక చిన్న దయా చర్య చేయాలని సంకల్పించాలి. అది మాట రూపంలోనైనా, కృత్య రూపంలోనైనా, లేదా మనసు రూపంలోనైనా కావచ్చు. చివరికి, మన జీవితం గడిచిపోయాక మిగిలేది మన కరుణ జ్ఞాపకం మాత్రమే. మనం ఎంత మంది హృదయాల్లో కాంతి నింపామో అదే మన అసలైన సంతానం. దయతో నిండిన మనసే మానవత్వపు నిజమైన రూపం. ఈ దీపాన్ని మనలో వెలిగిస్తే, మన చుట్టూ ప్రపంచం పుష్పంలా వికసిస్తుంది.

– డా. చిటికెన కిరణ్‌కుమార్

కథ

నిజమైన సంపద

ఒక ఊరిలో రవి, వంశీ అనే ఇద్దరు స్నేహితులు ఉండేవారు. ఇద్దరూ ఒకే తరగతి. రవి ఎప్పుడూ పుస్తకాలతో కుస్తీ పడుతూ, ఉపాధ్యాయులు చెప్పే పాఠాలను శ్రద్ధగా వినేవాడు. కానీ వంశీకి మాత్రం చదువంటే అశ్రద్ధ. "ఇప్పుడేం చదువుతాంలే, పరీక్షల ముందు చూసుకోవచ్చు" అని ఆటలతో, కాలక్షేపంతో సమయాన్ని వృథా చేసేవాడు.

ఒకరోజు ఆ ఊరికి ఒక స్వామీజీ వచ్చారు. ఆయన దగ్గర చాలా వింతైన వస్తువులు ఉన్నాయని తెలిసి పిల్లలందరూ ఆయనను చూడటానికి వెళ్లారు.

రవి, వంశీ కూడా వెళ్లారు. వారికి స్వామీజీ తన దగ్గర ఉన్న రెండు సంచులను చూపిస్తూ "ఈ రెండు సంచుల్లో ఒకదానిలో బంగారు నాణేలు, మరోదానిలో జ్ఞానం ఉంది. మీకు ఏది కావాలో కోరుకోండి" అని అన్నారు.

వంశీ వెంటనే ఆశగా "నాకు బంగారు నాణేల సంచీ కావాలి!" అన్నాడు.

రవి మాత్రం నిదానంగా "నాకు జ్ఞానమే కావాలి స్వామీ" అని అడిగాడు.

స్వామీజీ నవ్వి అలాగే ఇచ్చారు.

కాల చక్రం తిరిగింది...

కొన్ని ఏళ్ల తర్వాత, వంశీ దగ్గర ఉన్న బంగారం ఖర్చయిపోయింది. తనకి చదువు రాకపోవడంతో ఏ పని చేయాలో తెలియక, తెలివితేటలు లేక మోసపోయి పేదవాడిగా మిగిలిపోయాడు. కానీ రవి తన జ్ఞానంతో గొప్ప పండితుడై, అందరిచేత గౌరవించబడుతూ, సంపదను కూడా సంపాదించుకున్నాడు.

ఒకరోజు వంశీ దీనస్థితిలో రవిని కలవడానికి వచ్చాడు. అప్పుడు రవి తన స్నేహితుడికి ఇలా వివరించాడు "వంశీ, మనం చిన్నప్పుడు చదువును నిర్లక్ష్యం చేస్తే, అది మనల్ని జీవితాంతం వెనక్కి లాగుతుంది. డబ్బు దొంగిలించబడవచ్చు లేదా ఖర్చయిపోవచ్చు. కానీ మనం నేర్చుకున్న చదువు (జ్ఞానం) ఎవరూ తీసుకోలేరు. అది పెరిగేకొద్దీ మనకు గౌరవం, సుఖం లభిస్తాయి" అని అన్నాడు.

వంశీకి తన తప్పు తెలిసొచ్చింది. సమయం మించిపోలేదని గ్రహించి, అప్పటి నుండి కష్టపడి పని చేస్తూ కొత్త విషయాలు నేర్చుకోవడం మొదలుపెట్టాడు.

"చదువు అనేది మనం ధరించే అలంకారం కాదు, అది మన జీవితాన్ని నడిపించే వెలుగు. ఈరోజు అశ్రద్ధ చేస్తే రేపు అంధకారం తప్పదు" అనే విషయం మనం విద్యార్థి దశలో గుర్తెరిగి మెలిగితే జీవితంలో ఉన్నత స్థానానికి చేరగలమని, చదువు విలువ గుర్తించాలని బడికి వెళ్లకుండా ఉండిపోయే పిల్లలకు ఉద్బోధ చేస్తూ బడిలో చేర్పిస్తూ విద్యాభివృద్ధికి తన వంతు సాయం అందించసాగాడు వంశీ.

– మొర్రి గోపి, కవిటి

వార్త ఆదివారం

బాలగేయాలు

బాల్యపు ఆటలు

స్నేహానికి వారధులు
దేహధారుఢ్యానికి దేవతలు
మనోవికాసానికి పునాదులు
మతసామరస్యానికి వెలుగులు.

సమతకు అంకురాలు
మమతకు మార్గదర్శకాలు
కులవివక్షకు అంకుశాలు
ధనిక పేద అంతరాలకు
అవాంతరాలు.

మానవజన్మకు మధురగుళికలు
జీవిత కదనరంగానికి
స్వాగత తోరణాలు
మధుర జ్ఞాపకాలకు
ప్రియనేస్తాలు
బాల్యపు ఆటలు !

– సురేంద్ర రొడ్డ(యస్.ఏ)

చిన్నారుల ప్రశ్నలకు

వార్త సిఎండి, మేనేజింగ్ ఎడిటర్

గిరీష్ అంకుల్ సమాధానాలు

ఎస్.సుభాష్, కేసముద్రం

ప్రశ్న: ఎయిర్ కండిషనర్ ఆరోగ్యానికి చేటు కలిగిస్తుందా?

జవాబు: వేసవిలో అమ్మకాల జోరందుకునే ఎయిర్ కండిషనర్ల ద్వారా కొన్ని ప్రమాదకరమైన రసాయనాలు, వొలటైల్ ఆర్గానిక్ కాంపౌండ్స్ కూడా గదుల్లో సరఫరాల అవుతాయనీ, అందుకని ఏసీ రూముల్లోకి మిగతా సమయాల్లో గాలి ధారాళంగా ఆడేలా చూసుకోవాలని పరిశోధకులు సూచిస్తున్నారు. ఇంతకీ అసలు ఏసీలు పుట్టింది మనకు చల్లదనాన్ని ఇవ్వడానికి కాదు, 1902, జులై 17న తొట్టతొలి ఏసీ మిషన్‌ను ప్రారంభించింది.

బ్రూక్లీన్ ప్రింటింగ్ ప్రెస్‌లో ముద్రిస్తున్న కాగితం. వేడి కారణంగా వ్యాకోచం చెందకుండా వుండేందుకు. 1920లలో అమెరికా సినిమా హాళ్లలో ఏసీలు అమర్చారు. దీనితో వేసవిలో టిక్కెట్ల కోసం జనం ఎగబడ్డారు. వాస్తవానికి మన ఇళ్లలో వాడేది, సినిమా థియేటర్లలో వాడేది ఎయిర్ కండిషనర్ కాదు. ఎయిర్ కూలర్ మాత్రమే. ఇది శరీరానికి తాత్కాలిక ఉపశమనం ఇస్తుందే కానీ ఆరోగ్యానికి మంచిది కాదు.

ఇ.భాను, తాడిపత్రి

ప్రశ్న: వజ్రం అలంకరణకేనా? ఇతర ప్రయోజనాలు ఉన్నాయా?

జవాబు: వజ్రాన్ని ఏ లోహంతోనూ కట్ చేయలేం. వజ్రాన్ని వజ్రంతోనే కోయగలం. వజ్రం పొడితో తయారు చేసిన రూపంతో వజ్రాలను కోస్తారు. ముల్లును ముల్లుతోనే తియ్యాలి; వజ్రాన్ని వజ్రంతోనే కోయాలి అన్న సామెత తెలిసిందే!

స్వయంభు క్షేత్రం 'పుష్పాద్రి'

లోక సంరక్షణార్థం త్రిమూర్తులలో లోకరక్షకుడైన శ్రీమన్నారాయణుడు ధరించిన అనేకానేక అవతారాలలో అత్యంత విశిష్టమైనది శ్రీ నరసింహ రూపం. క్రౌర్యం, రౌద్రం, ఉగ్రత్వం, ప్రసన్నత, ఆశ్రితవత్సల, సంగీత ప్రియత్వం, యోగ, మోక్ష.. ఇలా అనేక గుణాల కలయిక శ్రీస్వామివారి ఆకారం.

మన తెలుగు రాష్ట్రాలలో అహోబిలం, వేదాద్రి, యాదాద్రి. మట్టపల్లి, మంగళగిరి, వాడపల్లి, కేతవరం, స్తంభాద్రి, సింహాచలం, అంతర్వేది.. ఇలా ఎన్నో నరసింహ క్షేత్రాలు నెలకొని ఉన్నాయి. ప్రత్యేకంగా చెప్పుకోవలసిన విశేషాలు కొన్ని నరసింహ క్షేత్రాలలో కనిపిస్తాయి. స్వయం వ్యక్తగా కొలువైన క్షేత్రాలలో స్వామి నివాసం కొండ గుహలే! ఆ క్షేత్రాలలో స్వామి పైన పేర్కొన్న ఏదో ఒక రూపంలో ఒక్కరి దర్శనమిస్తారు. అమ్మవారు విడిగా సన్నిధిలో కొలువై ఉంటారు.

ప్రతిష్ఠిత ఆలయాలలో మాత్రమే శ్రీవారు లక్ష్మీ సమేతులై గర్భాలయంలో కనపడతారు. కానీ శ్రీ లక్ష్మి దేవితో కలిసి స్వామి స్వయం వ్యక్తగా కొలువైన ఒక క్షేత్రం ఆంధ్రప్రదేశ్, గుంటూరు నగరానికి అత్యంత సమీపంలో నాలుగు శతాబ్దాలుగా నెలకొని ఉండటం మనం తెలుసుకోవలసిన విషయం.

మన తెలుగు రాష్ట్రాలలో అనేక పుణ్య, తీర్థ స్థలాలు, పావన క్షేత్రాలు మారుమూల ప్రాంతాలలో స్థానికంగా కూడా పెద్ద ప్రాచుర్యం లేని పరిస్థితులలో నెలకొని ఉన్నాయి. కానీ ఆయా క్షేత్రాల పౌరాణిక గాథలు, చారిత్రక ప్రత్యేకతలు గత వైభవం ఎంతో గొప్పవిగా తెలుస్తుంది. ప్రస్తుత పరిస్థితి మాత్రం స్థానిక భక్తులు కూడా అరుదుగా రావడం.. ఆయా ప్రదేశాల ప్రత్యేకతలను తెలుసుకొని సందర్శించడం వలన ఆధ్యాత్మిక పర్యటనలకు మరింత శోభ కలుగుతుంది, పురాతన గ్రామ ఆలయాల అభివృద్ధికి దోహదం చేస్తుంది.. అని తప్పక తెలుసుకోవలసిన విషయం.

క్షేత్ర గాథ

బ్రహ్మమానస పుత్రులైన సనక, సనంద, సనత్కుమార, సనాతనులు నలుగురు నిత్య బాల్య, కౌమార దశలను వరంగా పొందిన గొప్ప తపస్సంపన్నులు. నిరంతరం తపస్సులో కాలం గడుపుతారు/ వీరి ప్రస్తావన అనేక పురాణాలలో కనపడుతుంది. వైకుంఠ ప్రవేశాన్ని అడ్డుకొన్న ద్వారపాలకులైన జయవిజయులను శపించడం వలన వారు విష్ణు శత్రువులుగా మూడు జన్మలు ఎత్తారు. వారిని తిరిగి వైకుంఠానికి చేర్చడానికి వరాహ, నరసింహ, రామ, శ్రీకృష్ణ అవతారాలను వైకుంఠవాసుడు ధరించారని విష్ణు పురాణం తెలుపుతుంది.

శ్రీ నరసింహ అవతార విశేషాలను విన్న వీరు ఆ రూపంలో అమ్మవారితో కలిసి స్వామి దర్శనాన్ని ఆకాంక్షిస్తూ 'పుష్పాద్రి' మీద తపస్సు చేశారట. వారి భక్తికి సంతసించిన శ్రీహరి దేవేరితో కలిసి శ్రీ లక్ష్మీ నరసింహునిగా దర్శనమిచ్చారట. మహర్షులు స్తోత్ర గానాలతో స్వామిని స్తుతించి సుందరమైన పుష్ప వనాలతో నిండిన ఈ పుష్పాద్రి మీద కొలువు తీరి సమస్త ప్రజలను కాపాడమని ప్రార్థించారట. అందుకు సమ్మతించిన జగన్నాథుడు ఇక్కడే స్థిర నివాసం ఏర్పరచుకున్నారని క్షేత్ర గాథ తెలుపుతోంది. నాలుగు వందల సంవత్సరాల క్రిందట 'పరాశరం' వంశానికి చెందిన శ్రీవైష్ణవ భక్త కుటుంబ పెద్దకు స్వప్న దర్శనమిచ్చిన పరంధాముడు క్షేత్ర గాథ తెలిపి, తాను ఉన్న తావు తెలిపారట. తమ అదృష్టానికి సంతసించిన వారు పుష్పాద్రి చేరుకొని స్వామి వారి సేవలో నిమగ్న మైనారు. నేటికీ ఆ వంశం వారే అర్చకత్వం వహించడం విశేషం.

పుష్పాద్రి

తొలి యుగంలో నేడు పిచ్చిమొక్కలతో కళావిహీనంగా కనపడుతున్న ఈ చిన్న పర్వతం అందమైన ఎన్నో రకాల పుష్పాలకు నిలయం అయినందువల్ల 'పుష్పాద్రి/ పుష్పగిరి' అని పిలవబడుతున్నది. పైన విశాలమైన స్థలం అన్ని ఉత్సవాలను జరుపుకోడానికి అనువుగా ఉంటుంది. పైకి చేరుకోడానికి సోపాన మార్గం ఏర్పాటు చేసారు.

పర్వత శిఖరం పైన దక్షిణా ముఖంగా శ్రీ లక్ష్మీ నరసింహ స్వామి, తూర్పు ముఖంగా శ్రీ రాజరాజేశ్వరీ సమేత శ్రీ ఆకాశ మల్లేశ్వర స్వామి ఆలయాలు ఉంటాయి. శిఖర ఉత్తర భాగాన శ్రీ లలిత పరమేశ్వరి ఆలయం, శ్రీ ఆంజనేయస్వామి, నవగ్రహ

మండపం ఉంటాయి.

శ్రీ లక్ష్మీ నరసింహ సన్నిధి

పుష్పాద్రి మీద దక్షిణ ముఖంగా ఉన్న గుహలో శ్రీ మహాలక్ష్మి సమేతంగా శ్రీ నరసింహ స్వామి కొలువై ఉంటారు. స్వామి దర్శనమిచ్చే గుహ ఆది శేషుని పడగలతో ఏర్పడిన ఛత్రం మాదిరిగా కనపడటం విశేషం. చిన్న ముఖ మండపంలో శ్రీ రాజ్యలక్ష్మి, శ్రీ గోదాదేవిని అనంతర కాలంలో ప్రతిష్టించారు. తొలి ఆలయాన్ని నాలుగు వందల సంవత్సరాల క్రిందట గుంటూరు నగరానికి చెందిన భక్తులు నిర్మించారట.

కాలక్రమంలో భక్తుల సంఖ్య పెరగడం. వారి మనోభీష్టాలు నెరవేరడం జరిగింది. తమ జీవితాలు స్థిరపడటానికి కారణం స్వామివారి ఆశీస్సులే కారణం అన్న విశ్వాసంతో వారంతా కలిసి అనేక నూతన నిర్మాణాలు ఏర్పాటు చేసారు. ముఖమండపం పైన సుందర విగ్రహాలను అమర్చారు. రమణీయమైన వర్ణాలతో తీర్చిదిద్దారు. పచ్చని పరిసరాలతో కాలుష్యానికి దూరంగా, ప్రశాంత ఆధ్యాత్మిక వాతావరణానికి చిరునామా పుష్పాద్రి.

శ్రీ లక్ష్మీ నరసింహ స్వామి కొలువు తీరిన క్షేత్రం అయినప్పటికీ అనంతర కాలంలో స్థానిక భక్తులు శివలింగాన్ని కూడా ప్రతిష్ఠించడంతో పుష్పాద్రి శివకేశవ నిలయంగా దర్శనమిస్తోంది.

శ్రీ రాజరాజేశ్వరి సమేత శ్రీ ఆకాశ మల్లేశ్వర స్వామి సన్నిధి శ్రీ లక్ష్మీ నరసింహ స్వామి ఆలయ నిర్మాణం జరిగిన తరువాత గ్రామస్థులకు ఒక శివ సన్నిధి ఉంటె బాగుంటుంది అన్న ఆలోచన వచ్చింది. అందరూ కలిసి ఏకాభిప్రాయంతో వారణాసి నుండి లింగాన్ని తెప్పించి ప్రతిష్టించారు. అమ్మవారు శ్రీ రాజరాజేశ్వరీ దేవిని, శ్రీ గణపతి, శ్రీ సుబ్రహ్మణ్యేశ్వర స్వామి ని ప్రతిష్టించారు. వాయువ్య భాగంలో నవగ్రహ మండపాన్ని కూడా ఏర్పాటు చేసారు. నాటి నుండి పుష్పాద్రి శివకేశవ నిలయంగా భాసిల్లుతోంది అన్ని హిందూ పర్వదినాలను, మహాశివరాత్రి. వైకుంఠ ఏకాదశి, కార్తిక, ధనుర్మాస పూజలు, గణపతి, దేవీ నవరాత్రులు, శ్రీ సుబ్రహ్మణ్య షష్టి.. ఇలా అన్ని ఉత్సవాలను కలిసి మెలిసి జరుపుతారు. స్వాతి నక్షత్రం రోజున శ్రీ నరసింహ జయంతి వైభవంగా నిర్వహిస్తారు. ఈ క్షేత్రంలో జరిగే ఉత్సవాలలో పాల్గొనడానికి భక్తులు అధిక సంఖ్యలో తరలి వస్తారు.

శ్రీ లలిత పరమేశ్వరి దేవి ఆలయం

కొంత కాలం క్రితం శ్రీచక్ర మహాపీఠం వారి ఆధ్వర్యంలో శ్రీ లలితాంబిక అష్టోత్తర శక్తి స్తంభ స్థాపన, శ్రీ లలితా పరమేశ్వరి ద్వి విగ్రహ ప్రతిష్టాపన జరిగింది. అమ్మవారి ఆలయానికి దారి సోపాన మార్గం ద్వారా చేరుకోవచ్చు. శ్రీ ఆంజనేయ స్వామి విగ్రహ ప్రతిష్ట జరిగింది. ఇక్కడ నవగ్రహాలను విడివిడిగా ఒక్కో చిన్న మందిరంలో ఉంచారు. ఇలా కొలువైన నవగ్రహాలను అరుదుగా చూస్తాం. అయితే నవగ్రహ మండపంలో ఎలా దర్శనమిస్తారో అవే దిశలలో కొలువుతీరి ఉండటం గమనించవలసిన విషయం. ఇక్కడ నుండి చూస్తే శ్రీ నరసింహ స్వామి గర్భాలయం పైన స్వర్ణవర్ణంతో శోభించే విమాన గోపురాన్ని నిర్మించడం జరిగింది. సహజంగా ఏ ఆలయ విమాన గోపురాన్ని చూసినా తూర్పు వైపున గర్భాలయ ప్రధాన అర్చనామూర్తి రూపం, మిగిలిన మూడు దిశలలో సృష్టి కర్త బ్రహ్మ, జ్ఞాన ప్రదాత శ్రీ దక్షిణామూర్తి, శ్రీలక్ష్మీనారాయణుల రూపాలతో అలంకరిస్తారు. మిగిలిన భాగాలను వివిధ దేవీదేవతల రూపాలను అమరుస్తారు. కానీ ఇక్కడ మాత్రం శ్రీ లక్ష్మీనరసింహ, శ్రీ యోగ నరసింహ, శ్రీ ఉగ్ర నరసింహ రూపాలలో దర్శనమివ్వడం ప్రత్యేకం.

శ్రీ లలిత పరమేశ్వరి ఆలయంలో కూడా నిత్య పూజలు నిర్వహిస్తున్నారు. దసరా నవరాత్రులను ఘనంగా నిర్వహిస్తారు. మన హిందూ ధర్మ పరిరక్షణకు మూలమైన దేవాలయాలు ప్రతి చిన్న గ్రామంలోనూ దర్శనమిస్తాయి. అలాంటి ఆలయాలలో కొన్ని విశేష చరిత్రకు, పౌరాణిక నేపథ్యానికి, మరికొన్ని ప్రత్యేకతలకు సాక్షులుగా కనపడతాయి అనడానికి గుంటూరు పట్టణానికి సమీపంలో పుష్పాద్రి మీద నెలకొని ఉన్న శ్రీ లక్ష్మీ నరసింహస్వామి ఆలయమే ఉదాహరణ. శ్రీ సుబ్రహ్మణ్య, నాగ ఆరాధన శ్రీ సుబ్రహ్మణ్య స్వామిని సర్ప రూపంలో ఆరాధించడం కనపడుతుంది.

పుష్పాద్రి పాదాల వద్ద ఉన్న వాల్మీకం వద్ద గ్రామస్థులు దంపతి సమేతంగా ప్రతి నెలా మొదటి ఆదివారం విశేష నాగ ఆరాధన చేయడం కనిపిస్తుంది. వివిధ రకాల ద్రవ్యాలతో నాగ ప్రతిష్టలకు అభిషేకం చేస్తారు. చక్కగా అలంకరించి పొంగలి వండి నివేదన చేస్తారు. ఇలా చేయడం వలన జాతకరీత్యా జన్మ రీత్యా సంక్రమించిన సర్పదోషం తొలగిపోతుందని భక్తుల నమ్మకం.

వివాహం కానివారికి వివాహం, సంతానం లేనివారికి సంతానం కలుగుతుంది అని భక్తులు విశ్వసిస్తారు. ఆర్థికసమస్యలు తొలగిపోతాయని, ఉద్యోగ ప్రయత్నాలు విజయవంతమవుతాయని అక్కడి వారు చెబుతారు. వెరసి ఎన్నో విశేషాలకు, భక్తుల ఇహలోక సమస్యలకు పరిష్కారం లభించే క్షేత్రంగా పుష్పాద్రి స్థానికంగా ప్రసిద్ధి చెందినది అని చెప్పవచ్చు. ఈ క్షేత్రానికి గుంటూరు నుండి సులభంగా
చేరుకోవచ్చు.

– ఇలపావులూరి వెంకటేశ్వర్లు

కథ

మౌనరాగం

కొమ్మెర వెంకట సుబ్బయ్య

సోమవారం క్లయింట్‌కు ఇవ్వాల్సిన ప్రెజెంటేషన్ కోసం శనివారం మధ్యాహ్నం హైదరాబాదులోని వాళ్ళ ఆఫీసులో ప్రిబ్రీఫింగ్ పెట్టుకుంది అంజలి. బెంగుళూరు నుండి శనివారం ఉదయం రైల్లో వచ్చింది. ఆరు నెలలుగా తను కష్టపడుతున్న ప్రాజెక్ట్. అనేక అవకాశాలలో ఉత్తమమైన దాన్ని వెతికే మార్గాన్ని కనుగొనడం ఆమె పని. మీటింగ్ బాగా జరిగింది. మనసు తేలికగా ఉంది. సాయంత్రం ఇంటికి చేరేసరికి తలుపు తీయగానే అడుగులు నెమ్మదించాయి. హాల్లో కొత్త పూలకుండీలు. మారిన కుషన్ కవర్లు. నేల తడిగా ఉంది, ఇప్పుడే తుడిచినట్లు. వంటగదిలో నుండి బూరెల వాసన, జంతికల వాసన, నెయ్యి ఘుమఘుమలు. స్టీలు గిన్నెల్లో లడ్డూలు, మిఠాయిలు వరుసగా. ఇల్లంతా ఒక ప్రదర్శన వేదికలా తయారవుతోంది. సాధారణ వారాంతానికి ఇదంతా ఎందుకు?

"ఇదంతా ఎందుకు?" అంజలి బ్యాగ్ నేల మీద పెట్టింది. "రేపు ఉదయం పెళ్ళి చూపులు" అమ్మ నెమ్మదిగా చెప్పింది. వంటగదిలో నుండి, ఆమె వైపు కూడా చూడకుండా.

"అందుకా ఎదురు చూశారు నేను వచ్చేదాకా! నాకు చెప్పకుండా"

"చెబితే వచ్చేదానివా?" అంజలి ఏమీ మాట్లాడలేకపోయింది. నిజమే. చెబితే రాకపోను. అది అమ్మకూ తెలుసు. ఈ ఇంట్లో అందరికీ తెలుసు. అందుకే నాన్న ఎప్పటిలా టీవీ ముందు కూర్చుని ఏమీ ఎరగనట్లు ఉన్నారు. తమ్ముడు రోహిత్ తన గదిలో హెడ్‌ఫోన్లతో, బయటి ప్రపంచంలో. ఈ కుట్ర అంతా అమ్మదే. కానీ నాన్న, రోహిత్ మౌనంగా సహకరించారు.

భోజనం మౌనంగా ముగించింది. లోపలి కోపమంతా మింగేస్తూ తన గదిలోకి వెళ్ళిపోయింది.

ల్యాప్‌టాప్ తెరిచి సోమవారపు ప్రజెంటేషన్ స్లైడ్‌లు చూస్తూ కూర్చుంది. ఆఫీసు పనిలో మునిగిపోతే ఈ కోపం మర్చిపోవచ్చు అనుకుంది. కానీ తెర మీద స్లైడ్‌లు కదులుతున్నా మనసులో అమ్మ మాటలు తిరుగుతున్నాయి.

"చెబితే వచ్చేదానివా?" ఆ నిజాయితీ కోపంలో కూడా గుచ్చుకుంటోంది.

రాత్రి పదకొండు దాటింది. నిద్ర రావట్లేదు. మంచినీళ్ళ కోసం వంటగదికి వెళ్ళింది.

అమ్మ అక్కడే ఉంది. ఇంకా! రేపటి గారెల పిండి సిద్ధం చేస్తోంది. ట్యూబ్‌లైట్ తెల్లటి వెలుగులో ఆమె ముఖం అలసటగా కనిపించింది. కళ్ళ కింద నలుపు, నుదుటి మీద చెమట, జుట్టు ముంగురులు నుదుటికి అంటుకుపోయాయి. ఉదయం నుండి ఈ ఒక్కరోజులో ఎంత కష్టపడిందో. ఇదంతా ఎవరి కోసం? తనను మోసం చేసిన అమ్మ మీద కోపం ఉంది. కానీ ఈ అలసిన ముఖం చూస్తే... కోపం ఒక్కసారిగా జాలిగా మారింది. ఒక్క క్షణమే, మళ్ళీ కోపంలోకి.

అమ్మ పెదవులు కదులుతున్నాయి. ఏదో పాట. మెల్లగా హమ్ చేస్తోంది, అలవాటుగా. పూజలో శ్లోకాలు, బట్టలు మడతపెడుతూ సినిమా పాటలు. చిన్నప్పటి నుండి అంజలి ఆ స్వరం విన్నది. ఇంటి నేపథ్య సంగీతంలా, గమనించనంత సహజంగా. కానీ ఈ రాత్రి, ఈ నిశ్శబ్దంలో, అమ్మ స్వరం ఎందుకో వేరుగా వినిపించింది.

"నిద్ర రావట్లేదా?" "రాదు. రేపటి డ్రామాకు నిద్రెలా వస్తుంది? డ్రామా కాదు... కూర్చో.

లక్ష్మి ఎదురుగా స్టూలు చూపించింది. నా పని చేసుకుంటూ చెబుతాను. విను. తర్వాత నీ ఇష్టం"

అంజలి కూర్చోలేదు. వంటింటి అరుగుకు ఆనుకుని నిలబడింది. ఎప్పుడైనా వెళ్ళిపోగలనన్నట్లు.

"ఆ అబ్బాయి ఎలాంటివాడో నాకు అనవసరం అమ్మా. సమస్య అది కాదు"

"మరి?"

"ప్రియను చూశానుగా. నా రూమ్మేట్. ప్రేమ వివాహం, ఒకే కంపెనీ, ఒకే అభిరుచులు. 'కలల జంట' అన్నారు. ఫేస్ బుక్‌లో వెయ్యి లైకులు. ఆరు నెలల్లో విడాకుల పత్రాలు. ఆ అమ్మాయి రాత్రుళ్ళు తల దిండులో దాచుకుని ఏడ్చేది, నాకు వినపడకూడదని. కానీ వినపడింది అమ్మా. మూడు నెలలు, ప్రతి రాత్రి. ఆ శబ్దం ఇంకా నా చెవుల్లో ఉంది".

"మా ఆఫీసులో రెండేళ్ళలో ఐదు పెళ్ళిళ్ళు, మూడు ఇప్పటికే చెరో దారి. పెళ్ళి అనేది ఒక జూదం. నేను ఆ జూదం ఆడలేను" లక్ష్మి చేతులు ఆగాయి. పిండిలో ముంచిన వేళ్ళు అలాగే నిలిచిపోయాయి. "నీ భయాలు జాగ్రత్తగా వింటున్నాను". "నావి భయాలు కాదమ్మా, వాస్తవాలు" "రెండూ ఒక్కటే అంజూ. నిజాల ముసుగు వేసుకున్న భయం కూడా భయమే"

"అమ్మా ప్లీజ్. రేపటి గురించి వద్దు"

"రేపటి గురించి కాదు బంగారం. నిన్నటి గురించి చెబుతాను. నా నిన్నటి గురించి. ఇప్పటివరకు ఎవరికీ చెప్పని నా కథ" లక్ష్మి సింక్‌లో చేతులు కడుక్కుని, తువ్వాలతో తుడుచుకుంటూ కూతురి ఎదురుగా కూర్చుంది. ఆ చిన్న వంటగదిలో తల్లీకూతుళ్ళ మధ్య ఒక అడుగు దూరం కూడా లేదు.

....

"ఇది నా ఇరవై రెండో ఏట జరిగిన సంఘటన. అమ్మ స్వరం మారిపోయింది. ఎప్పుడూ వినని రాగం. పాత టేపురికార్డరులో భద్రపరచిన పాట ఇప్పుడు మొదటిసారి వినిపిస్తున్నట్లు. ఆకాశవాణి విజయవాడ కేంద్రం వాళ్ళు గాయనీ గాయకుల ఎంపిక పరీక్షలు పెట్టారు. జిల్లా స్థాయి సంగీత పాఠశాల ద్వారా నా పేరు వాళ్ళకు చేరింది. ఆడిషన్‌కు ఆహ్వానం వచ్చింది" "అమ్మా, నీకు ప్రొఫెషనల్‌గా పాడడం వచ్చా" ఆశ్చర్యంగా అడిగింది అంజలి. "జిల్లా స్థాయిలో రెండు బంగారు పతకాలు. ఇంటర్ స్కూల్ కాంపిటీషన్స్‌లో మూడేళ్ళు వరుసగా ఫస్ట్"

"మా ఆఫీసులో రెండేళ్ళలో ఐదు పెళ్ళిళ్లు, మూడు ఇప్పటికే చెరో దారి. పెళ్ళి అనేది ఒక జూదం. నేను ఆ జూదం ఆడలేను".. లక్ష్మి చేతులు ఆగాయి.

లక్ష్మి కళ్ళల్లో ఏదో మెరిసింది. ఆ ఒక్క క్షణం ఆమె ఇరవై ఏళ్ల అమ్మాయిలా కనిపించింది.

"ఒక పాట సిద్ధం చేశాను. 'సిరిమల్లె పువ్వా, సిరిమల్లె పువ్వా, చిన్నారి చిలకమ్మా..' ఏకాగ్రతగా ప్రతిరోజూ సాధన. ఆహ్వాన పత్రాన్ని పెట్టెలో దాచుకుని ఎన్ని సార్లు తీసి చూసుకున్నానో. ఆ కాగితం చేతిలో ఉంటే భవిష్యత్తు చేతిలో ఉన్నట్లు". అంజలి చుట్టూ చూసింది. గోడల మీద అందంగా ఫ్రేమ్ కట్టించిన నాన్న డిగ్రీ సర్టిఫికెట్లు, తను వివిధ పోటీల్లో సాధించిన మెమెంటోలు, రోహిత్ క్రికెట్ ట్రోఫీ. కానీ అమ్మవి? ఆ బంగారు పతకాలు ఎక్కడ? ఒక్క ఆనవాలు కూడా లేదు. ఇన్నేళ్ళూ ఈ గోడల కింద తిరిగింది. ఆ ఖాళీని ఎప్పుడూ గమనించనేలేదు. ఆ ఖాళీ ఇప్పుడు ఒక్కసారిగా కనిపించింది. అది గోడ మీద ఖాళీ కాదు, అమ్మ జీవితంలో ఖాళీ. "ఆడిషన్ రోజు దగ్గరపడుతోంది. కానీ ఆ వారమే మీ తాతయ్య ఒక సంబంధం తెచ్చారు. మీ నాన్న సంబంధం"

"అదే సమయంలో?" "అవును. మంచి కుటుంబం, మంచి ఉద్యోగం. కానీ వాళ్ళది సంప్రదాయ కుటుంబం అంజూ. కోడలు వేదికల మీద పాడడం, బయట పేరు రావడం వాళ్ళకు ఇష్టం ఉండదు. భార్య 'గృహలక్ష్మి'గా ఉండాలి, గాయనిగా కాదు అనే కుటుంబం. ఆడిషన్‌కు వెళ్తే పెళ్లి ఆగుతుంది, ఆగితే సంబంధం పోతుంది".

"మరి నువ్వు?" "మా అమ్మా నాన్నలే నచ్చజెప్పారు.."

"ఇలాంటి సంబంధం మళ్ళీ రాదు, పాటలు ఎప్పుడైనా పాడొచ్చు" అన్నారు.

"పాటలు పాడి బతికేదా? కుటుంబం కంటే పాట గొప్పదా?" అన్నారు మా అమ్మ. వాళ్ల మాటల్లో ప్రేమ ఉంది, భయం కూడా ఉంది. ఆ భయం నాకూ అంటుకుంది" "మరి ఆడిషన్?"

లక్ష్మి నవ్వింది. ఆ నవ్వులో ముప్పై రెండేళ్ల వెలితి కరిగిపోతున్నట్లు. "భయం అంజూ. సంబంధం వదిలేస్తే ఇంకోటి వస్తుందా? అమ్మాయికి వయసు పెరుగుతోంది అంటారేమో? ఊళ్లో మాటలు? ఆ భయం ముందు నా కల చిన్నదైపోయింది". లక్ష్మి లేచింది. వంటగది మూలన ఉన్న పాత డబ్బా తీసింది. లోపల నుండి మడత పడిన పసుపురంగు కాగితం బయటికి తీసింది. చేతివేళ్ళు తడబడుతున్నాయి. ఆ కాగితాన్ని ప్రేమగా, జాగ్రత్తగా పట్టుకుంది. ఎన్నో సంవత్సరాల పరిచయం ఉన్న వస్తువును తాకినట్లు. "ఇది ఆ ఆడిషన్ ఆహ్వానం. ముప్పై రెండేళ్లుగా దాచుకున్నాను.. వెళ్లలేకపోయాను. కానీ పారేయలేకపోయాను". అంజలి ఆ కాగితాన్ని చేతిలోకి తీసుకుంది. మడతల్లో నలిగిపోయి, రంగు మారిపోయి, కానీ అక్షరాలు ఇంకా కనిపిస్తున్నాయి. "ఆకాశవాణి, విజయవాడ కేంద్రం.." ఇరవై ఏళ్ల అమ్మాయి చేతిలో భవిష్యత్తులా ఉన్న ఆ కాగితం, యాభై రెండేళ్ల స్త్రీ చేతిలో ఒక జ్ఞాపకంగా మిగిలిపోయింది.

....

గడియారం టిక్ టిక్‌మంటోంది. ఫ్రిడ్జ్ సన్నగా శబ్దం చేస్తోంది. "అమ్మా... అంటే నీకు బాధగా ఉందా? పెళ్లి చేసుకున్నందుకు?"

"బాధా? లక్ష్మి చిన్నగా నవ్వింది. నేను ఈ కుటుంబంతో సంతోషంగా ఉన్నాను"

"మరి?" "కానీ ఒక్కోసారి... రాత్రిళ్ళు మెలకువ వచ్చినప్పుడు, ఈ వంటగదిలో ఒంటరిగా నిలబడినప్పుడు... "ఆ వేదిక మీద నిలబడుంటే ఎలా ఉండేదో" అనిపిస్తుంది.

అంజలి కళ్లల్లో నీళ్లు. ఇన్నేళ్లు ఈ ఇంట్లో అమ్మను చూసింది. వంటగదిలో, పూజగదిలో, బడి సమావేశాల్లో. కానీ 'గాయని లక్ష్మి'ని ఎప్పుడూ ఊహించలేదు. అర్థమైంది. వంటదిలో హమ్ చేస్తూ పాడే పాటలు, పూజలో అరమోడ్పు కనులతో భక్తిపారవశ్యంతో ఆలపించే శ్లోకాలు, బట్టలు ఆరేస్తూ ఏదో హమ్మింగ్.. అవన్నీ ఒక అసంపూర్ణ గాయని అసంకల్పిత ఆనవాళ్లు. ఇన్నేళ్లూ చెవులతో విన్నది, కానీ హృదయంతో ఎప్పుడూ వినలేదు.

"నేను అప్పుడు భయపడ్డాను. "సంబంధం తప్పిపోతే ఎలా?" అని. నువ్వు ఇప్పుడు భయపడుతున్నావు... "సంబంధం కుదిరి బంధం విఫలమైతే ఎలా?" అని. వేర్వేరు భయాలు, ఒకే ఫలితం. ఇక్కడ భయం.. భయం నిర్ణయిస్తోంది అంజూ, మనం కాదు".

"అంటే నేను ఒప్పుకోవాలా?"

"కాదు. నేను భయంతో పెళ్లికి ఒప్పుకున్నాను. నువ్వు భయంతో పెళ్లిని వద్దనకు. రెండూ ఒకటే, రెండూ తప్పే".

"మరి సరైన నిర్ణయం ఏంటి?"

"తెలియదు. ఆ సమాధానం నా దగ్గర లేదు. కానీ భయం వదిలి ఆలోచిస్తే లోపల సమాధానం కనిపిస్తుంది. భయం లోపలి స్వరాన్ని మూగదాన్ని చేస్తుంది".

అంజలి చేతిలో ఆ పాత ఆహ్వాన పత్రం వైపు చూసింది. రంగు మారిపోయిన ఆ కాగితంలో ముప్పై రెండేళ్ల కల బతికి ఉంది.

"అమ్మా, ఈ కాగితం ముప్పై రెండేళ్ళు దాచుకున్నావు. మరి ఆ పాట? అది కూడా ఇంకా దాచుకునే ఉన్నావా?"

లక్ష్మి ఒక్క క్షణం ఆగింది. కూతురి కళ్ళల్లో ఎప్పుడూ చూడని ఉత్సుకత ఏదో కనిపించింది. అడుగుతోంది, కాదు... వేడుకుంటోంది. కళ్ళు మూసుకుంది. చాలాసేపు ఏమీ జరగలేదు. వంటగది గడియారం టిక్ టిక్ మంటోంది. తర్వాత, నెమ్మదిగా, పెదవులు కదిలాయి.

"సిరిమల్లె పువ్వా.. సిరిమల్లె పువ్వా... చిన్నారి చిలకమ్మా.."

అంజలి ఊపిరి బిగపట్టింది.

ఆ స్వరం వంటగదిలో అప్పుడప్పుడు సాధారణంగా విన్న స్వరమే. కానీ ఈ రాత్రి హమ్మింగ్ కాదు, రాగం. సానబెట్టిన కత్తికి ఉన్న పదునులా మెరిసింది.

ఆ చిన్న వంటగదిని ఆకాశవాణి స్టూడియోలా నింపేసింది. ముప్పై రెండేళ్ల మౌనం చీల్చుకుని ఆ రాగం సజీవంగా బయటికి వచ్చింది. ఆహ్వాన పత్రాన్ని పెట్టెలో దాచగలిగారు, కానీ ఆ స్వరాన్ని ఎక్కడా దాచలేకపోయారు.

పాట ఆగింది. లక్ష్మి కళ్లు తెరిచింది. కూతురి కళ్లల్లో నీళ్లు చూసి తడబడింది.

"ఏంటి?" "అమ్మా..." అంజలి స్వరం జీరబోయింది. "ఇన్నేళ్లూ ఈ వంటగదిలో పాడుతూనే ఉన్నావు. నేను ఎప్పుడూ...అసలు వినలేదు".

"అలవాటు.." లక్ష్మి మెల్లగా అంది.

"మనసు మర్చిపోమంటుంది. అయినా స్వరం మాత్రం మర్చిపోదుగా". ఆ రాత్రి ఆ వంటగది ఒక వేదిక అయింది. పిండి గిన్నె, నూనె సీసా, గారెల ప్లేటు. ఈ సామాన్యమైన వస్తువుల మధ్య అంజలి మొదటిసారి తను అమ్మను చూసింది, వంటలక్ష్మిని కాదు. గారెల పిండి కలిపే చేతుల్ని కాదు. ఒకప్పుడు మైకు ముందు నిలబడబోయి, భయంతో వెనక్కి నడిచిన ఇరవై ఏళ్ల అమ్మాయిని. ఆ పాత డబ్బాలో, ఆ మడత పడిన కాగితంలో బతికే ఉంది.

....

ఆదివారం ఉదయం. కిటికీ తెరిచింది. వెలుగు గదిలోకి ప్రవహించింది. గోడ మీద పదవ తరగతి ఫోటో. జడ వేసుకుని భయంగా నవ్వుతున్న అమ్మాయి. అప్పటి భయాలు వేరు, ఇప్పటి భయాలు వేరు.

అమ్మ హాల్లో పూలు సర్దుతోంది. కళ్ళల్లో ఆందోళన. కూతురు ఏమంటుందో అని.

"అమ్మా, ఆ అబ్బాయి ఫోటో ఉందా?" లక్ష్మి ఆశ్చర్యంగా చూసింది. నెమ్మదిగా ఫోన్ తీసి ఫోటో చూపించింది. మామూలు ముఖం, కళ్ళద్దాలు, చిన్న చిరునవ్వు. వెనుక పుస్తకాల అల్మరా కనిపిస్తోంది. ఒక అరలో తెలుగు పుస్తకాలు. భయం కాకుండా ఆసక్తి కదిలింది. ఒక్క క్షణమే, కానీ నిజమైనది.

"బలవంతం చేయట్లేదు అంజూ"

అంజలి అమ్మ చేతులు పట్టుకుంది. బూరెలు చేసిన, జంతికలు పెట్టిన, తనను పెంచిన, ఇన్నేళ్ళూ ఒక కలను దాచుకున్న చేతులు. "మాట ఇవ్వట్లేదు. కానీ చూస్తాను. భయం లేకుండా చూస్తాను" లక్ష్మి కళ్ళు తడిబారాయి.

"ఇంకో మాట అమ్మా"

"ఏంటి?"

"ఈ సాయంత్రం వాళ్ళు వెళ్ళిపోయాక, ఆ పాట పాడాలి. పూర్తిగా. "సిరిమల్లె పువ్వా.." మొదటి నుండి చివరి వరకు. ఈసారి వంటగదిలో కాదు, హాల్లో. అందరి ముందు.. పాడతావా?"

లక్ష్మి ముఖం చూడాల్సింది. ఆశ్చర్యం, భయం, ఆనందం. పెదవులు వణుకుతున్నాయి. నెమ్మదిగా తలూపింది.

అంజలి వంగి నేల మీద పడిన పూల దండను ఏరి అమ్మ చేతిలో పెట్టింది.

....

పెళ్ళి చూపులు ఎలా జరిగాయో, ఆ అబ్బాయి ఏం మాట్లాడాడో... అది వేరే కథ. కానీ ఆ సాయంత్రం, అతిథులు వెళ్ళిపోయాక, ఆ ఇంట్లో ఒక అపురూపమైన దృశ్యం. హాల్లో కూర్చున్న లక్ష్మి కళ్ళు మూసుకుని "సిరిమల్లె పువ్వా..." పాడుతోంది. మొదట తడబడుతూ, తర్వాత నెమ్మదిగా, తర్వాత నిండుగా.

ముప్పై రెండేళ్ల తర్వాత ఆ స్వరం ఆ ఇంట్లో నెమ్మదిగా ధ్వనించింది. ఎదురుగా అంజలి ఫోన్‌లో రికార్డు చేస్తోంది. కళ్లల్లో నీళ్ల, పెదవుల మీద నవ్వు.

నాన్న వంటగది తలుపు చాటు నుండి తొంగి చూస్తున్నారు. ఆయన ముఖంలో ఆశ్చర్యం, ఏదో తెలియని అపరాధ భావం, ఆ వెనుకే మెత్తదనం. ఇన్నేళ్లూ ఈ ఇంట్లో ఉన్నారు. ఈ స్వరం ఈ రూపంలో ఎప్పుడూ వినలేదు. తమ్ముడు రోహిత్ తన గదిలో నుండి బయటికి వచ్చి హెడ్‌ఫోన్లు తీసి వింటున్నాడు.

బయట రోడ్డు మీద ట్రాఫిక్ శబ్దాలు, పక్కింటి టీవీ ఎవరో పిల్లల కేరింతలు... ఎవరికీ తెలియదు, ఈ ఇంట్లో ఒక అపురూపమైన రాగం మొదలైందని. అంజలి జీవితంలో ఏం జరుగుతుందో ఎవరికి తెలుసు. కానీ ఒక్కటి మాత్రం ఖాయం. ఇక నుండి ప్రతి నిర్ణయం తనది, భయానికి కాదు. ఆ మౌనం రాగం ఇక మౌనంగా ఉండదు. అమ్మ స్వరంలో, కూతురి నిర్ణయంలో.

ఆరోగ్యం

పొట్ట ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే?

వేసవి వచ్చేసిందంటే అంటే మనకు గుర్తొచ్చేది ఎండ, చెమటలు, దాహం మాత్రమే. కానీ వైద్య శాస్త్రం చెప్పే కారణం మరొకటి. ఈ కాలంలో మొదట ప్రభావితమయ్యేది మన పొట్టలోని మంచి సూక్ష్మజీవుల సమతుల్యత. అందుకే వేసవిలో కనిపించే విరేచనాలు, గ్యాస్, అసిడిటీ, అలసట, చిరాకు, చర్మ సమస్యలు- ఇవన్నీ వేర్వేరు వ్యాధులు కావు.

చాలా సార్లు ఇవన్నీ ఒకే మూలానికి సంకేతాలు. పొట్టలోని సూక్ష్మజీవుల అసమతుల్యత. ఇటీవలి పరిశోధనలు పొట్టను 'రెండో మెదడు'గా పేర్కొంటున్నాయి. అంటే జీర్ణక్రియ మాత్రమే కాదు.. మన మూడ్, నిద్ర, రోగనిరోధక శక్తి, చర్మం కూడా పొట్ట ఆరోగ్యంపై ఆధారపడి ఉంటాయి.

పొట్ట-మెదడు సంబంధం

మన జీర్ణవ్యవస్థలో నివసించే సూక్ష్మజీవులు మెదడు పనితీరును ప్రభావితం చేస్తాయి. ముఖ్య ప్రభావాలు:

1. రోగ నిరోధక వ్యవస్థ నియంత్రణ: కొన్ని సూక్ష్మజీవులు నరాలకు సంకేతాలు పంపి శరీర రక్షణ వ్యవస్థను నియంత్రిస్తాయి.

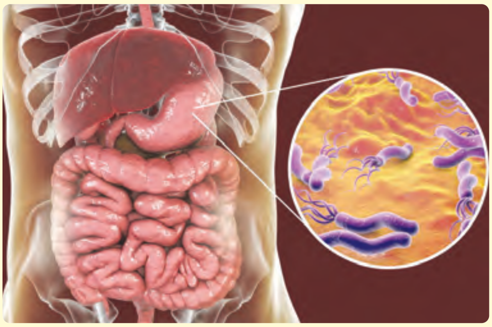
2. మెదడు అభివృద్ధి: శిశు దశలో మెదడు ఎదుగుదలకు పొట్టలోని సూక్ష్మజీవులు కీలకం.

3. ఆనంద హార్మోన్ ఉత్పత్తి: సెరొటోనిన్ అనే ఆనందాన్ని కలిగించే రసాయనం ప్రధానంగా పొట్టలోనే తయారవుతుంది.

4. పొట్టమెదడు నాడీ సంబంధం: పొట్టను మెదడుతో కలిపే ముఖ్య నాడుల ద్వారా రెండు దిశల కమ్యూనికేషన్ జరుగుతుంది.

ఉదా: ఒక ప్రత్యేక మంచి బ్యాక్టీరియా ఆందోళన, నిరుత్సాహాన్ని తగ్గించగలదని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. కానీ మెదడుపొట్ట నాడీ సంబంధం తెగిపోయినప్పుడు ఆ ప్రభావం కనిపించలేదు. దీనివల్ల పొట్ట-మెదడు సంబంధం ఎంత ముఖ్యమో స్పష్టమవుతుంది.

పొట్టలోని సూక్ష్మజీవులు అంటే ఏమిటి?



మన శరీరంలో లక్షల కోట్ల సూక్ష్మజీవులు ఉంటాయి. వాటినే 'సూక్ష్మజీవ సముదాయం' అంటారు. ఇవి కేవలం బ్యాక్టీరియా కాదు, మన శరీరాన్ని కాపాడే కనిపించని రక్షక సైన్యం. పొట్ట బాగుంటే శరీరం బాగుంటుంది.

వేసవిలో పొట్ట ఎందుకు బలహీనపడుతుంది? దానికి మూడు ముఖ్య కారణాలు: 1) నీరు 2) లవణాలు తగ్గిపోవడం, 3) మంచి బ్యాక్టీరియా బలహీనపడుతుంది.

అధిక వేడి వల్ల చెడు సూక్ష్మజీవుల పెరుగుదల, ఫుడ్ పాయిజనింగ్ ఎక్కువ, చల్లని పానీయాలు, మసాలా ఆహారం ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల పొట్టలో వాపు పెరుగుతుంది. వేడి వాతావరణం పొట్ట గోడలను బలహీనపరచి ఇన్ఫెక్షన్లకు దారితీస్తుంది.

వేసవిలో చిరాకు ఎందుకు పెరుగుతుంది? సాధారణంగా కనిపించే లక్షణాలు: కోపం, అలసట, దృష్టి లోపం, నిద్రలేమి మొదలైనవి. ఇవి వేడి వల్ల మాత్రమే కాదు.. పొట్టలోని సూక్ష్మజీవుల మార్పులు కూడా కారణమని చెప్పవచ్చు. పొట్ట చెడితే ఆనంద హార్మోన్ తగ్గుతుంది, మూడ్ మారుతుంది.

సాధారణ సమస్యలు

విరేచనాలు- చెడు సూక్ష్మజీవులు

అసిడిటీ-నీటి లోపం

బొప్పి-జీర్ణక్రియ మందగింపు

చర్మ అలర్జీ-పొట్ట వాపు

అలసట-లవణ లోపం

పొట్టను కాపాడే ఆహారం- పులియబెట్టిన ఆహారం. పెరుగు, మజ్జిగ, గంజి మొదలైనవి పొట్టలో మంచి బ్యాక్టీరియాను పెంచుతాయి. పుచ్చకాయ, దోసకాయ, కొబ్బరినీళ్ల చల్లదనాన్నిచ్చి పొట్టను రక్షిస్తాయి. జీలకర్ర గ్యాసు తగ్గిస్తుంది. పుదీనా చలువ చేస్తుంది. సోంపు జీర్ణక్రియను పెంచుతుంది.

ఐస్ వాటర్, బయటి ఆహారం, సోడాలు హాని కలిగిస్తాయి. రాత్రిపూట తేలికపాటి ఆహారం తీసుకోవడం మంచిది. శరీరంలో నీటిశాతం తగ్గినా జీర్ణక్రియ మందగిస్తుంది. ఇమ్యూనిటీలో పెద్ద భాగం పొట్టలోనే ఉంటుంది. ధ్యానం, ప్రశాంతత, మంచి నిద్ర, ఆహార నియమాలు పాటించడం అత్యవసరం.

– డా॥ అజారుద్దీన్

సుమో వీరుల కుస్తీమే సవాల్

సుమో అనే పోరాటాలు జపాన్‌లో ప్రాచీన కళ. ఇది శరీర బలం, సాంకేతికత, సాంస్కృతిక ఆధారాలతో కూడిన పోరాటం. మనదేశంలో కుస్తీ, మల్లయుద్ధం అని పిలిచే క్రీడే ఈ సుమో పోరాటాలు అని చెప్పవచ్చు. జపాన్ సూమో అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఈ పోటీలు జరుగుతాయి. జపాన్‌లోని సుమో పోరాట యోధులను సుమో రెజ్లర్లు, రికిషి అని అంటారు. జపాన్ సంస్కృతి, సంప్రదాయం, ధర్మం, క్రీడా చరిత్రలో సుమో వీరులు అత్యంత గౌరవనీయమైన స్థానం కలిగి ఉన్నారు.

సుమో కుస్తీ అనేది జపాన్‌కు చెందిన సాంప్రదాయ మల్లయుద్ధ క్రీడ. ఇద్దరు భారీ కాయులు, గుండ్రటి వలయంలో (డోవో) తమ బలాన్ని, నైపుణ్యాన్ని ప్రదర్శిస్తూ ప్రత్యర్థిని బరి చుట్టూ ఉన్న రింగు నుండి బయటకు నెట్టడం లేదా కింద పడేయడం ద్వారా విజయం సాధిస్తారు. జపాన్‌లో దీనికి అత్యంత ప్రాధాన్యత ఉంది. సుమో పోరాటాన్ని జపాన్‌లో 'జాతీయ క్రీడ'గా పరిగణిస్తారు.

పోటీలు 'దోహో' అని పిలిచే మట్టితో చేసిన వృత్తాకార వేదికపై జరుగుతాయి. జనం ఈ పోటీ క్షేత్రం చుట్టూ కూర్చుని ఈ మల్లయుద్ధాన్ని తిలకిస్తుంటారు. ప్రత్యర్థిని వలయం బయటకు నెట్టడం, ప్రత్యర్థి పాదాలు కాకుండా శరీరంలోని ఏ ఇతర భాగం (మోకాలు, చేయి) నేలకు తగిలినా అది ఓటమిగా పరిగణిస్తారు. సుమోలో ఎలాంటి పంచ్లు, కిక్‌లు (కాళ్లతో తన్నడం) అనుమతించరు. కేవలం నెట్టడం, లాగడం, పట్టుకోవడం వంటివి మాత్రమే చేస్తారు. పోటీకి ముందు వేదికపై ఉప్పు చల్లడం, కాళ్లు విదిలించడం వంటి ఆచారాలను అనుసరిస్తారు.

సుమో చరిత్ర

సుమో కళ చాలా పురాతనమైనది. దాదాపు 1500-2000 సంవత్సరాల చరిత్ర ఉంది. క్రీ.శ.710-1185 మధ్య కాలంలో జపాన్ చక్రవర్తులు తమ దర్బార్లలో ఈ పోటీలను నిర్వహించడం ప్రారంభించారు. రాజ దర్బార్లల్లో వినోదంగా, శక్తి ప్రదర్శనగా సుమో పోరాటాలు జరిగేవి.

ప్రాచీన గ్రంథాల్లో సుమో గురించి ప్రస్తావన ఉంది. సుమో గురించి మొదటి రాతపూర్వక సమాచారం 'కోజికి' అనే 8వ శతాబ్దపు జపాన్ చరిత్ర గ్రంథంలో కనిపిస్తుంది. అందులో నోమి నో సుకునే అనే యోధుడు మొదటి సుమో పోరాట వీరుడిగా పేర్కొన్నారు. జపాన్ గ్రంథాల ప్రకారం అక్కడి ద్వీపాలపై అధికారం కోసం ఇద్దరు దేవతల మధ్య జరిగిన పోరాటమే సుమోకు పునాది అని నమ్ముతారు. పురాతన కాలం క్రీ.శ.3వ శతాబ్దం నుంచి షింటో మత ఆచారాల్లో భాగంగా సుమో మొదలైంది. దేవతలను ప్రసన్నం చేసుకోవడానికి, మంచి పంటలు పండటం కోసం ఈ పోటీలు అప్పట్లో నిర్వహించేవారు. 12వ శతాబ్దం నుండి యుద్ధ విద్యల శిక్షణలో భాగంగా సమురాయ్‌లు సుమోను అభ్యసించేవారు. నేటి సుమో నిబంధనలు చాలా వరకు ఈ కాలంలోనే రూపొందాయి. ఇది క్రీడకు ఒక క్రమశిక్షణను, గౌరవాన్ని తెచ్చిపెట్టింది.

ప్రారంభంలో సుమో ఒక క్రీడ మాత్రమే కాదు, మంచి పంటలు పండాలని దేవతలను కోరుకుంటూ చేసే ఒక షింటో మతపరమైన ఆచారం. అందుకే నేటికీ సుమో రింగ్ పైన ఆలయ శిఖరం వంటి పైకప్పు బొమ్మ ఉంటుంది. సమురాయ్ కాలం కమాకురా నుంచి యుద్ధ నైపుణ్యాల శిక్షణగా ఉపయోగపడింది.

సమురాయ్ కాలం యోధుల శక్తి, క్రమశిక్షణ పెంచేందుకు కూడా సుమో ఉపయోగించారు. 1603-1868 మధ్య ఎడో కాలం సుమో ప్రజల వినోదంగా, ఒక వృత్తిపరమైన క్రీడగా మారింది. మారింది. సామాన్య ప్రజలు కూడా ఈ పోటీలను చూడటం ప్రారంభించారు. నేడు మనం చూస్తున్న సుమో యోధుల ఆహార్యం (జుట్టు ముడి, వస్త్రధారణ) ఈ కాలం నాటిదే. ఆ తరువాత వృత్తి పరమైన సుమో రెజ్లర్లు తయారయ్యారు. ఆధునిక కాలంలో జపాన్ సుమో అసోసియేషన్ ఏర్పడింది.

సుమోకు స్పష్టమైన నియమాలు, ర్యాంకులు వచ్చాయి. సుయో పోరాట స్థలాన్ని దోహ్యో (మట్టి వేదిక) అంటారు. ప్రత్యర్థిని బయటకు నెట్టడం, నేలపై పడేయడం లక్ష్యంగా ఈ క్రీడ సాగుతుంది. ఈ క్రీడలో విజయం సాధిస్తే యోకోజునా అనే అత్యున్నత హోదా దక్కుతుంది. ఇప్పటికీ జపాన్ ప్రజలు సుమోను పవిత్రంగా భావిస్తారు. యోకోజు అనేది సుమోలో అత్యున్నత స్థాయి. 1884లో ఎంపరర్ మెయిల్ అనే వ్యక్తి టోర్నమెంట్..

నిర్వహించి సుమోను జాతీయ చిహ్నంగా మార్చాడు. ఇప్పుడు జపాన్ సుమో అసోసియేషన్ ఏర్పడింది. ఒకప్పుడు ఏటా రెండు టోర్నమెంట్లు జరిగేవి. నేడు అవి ఆరుకు పెరిగాయి 1970ల నుండి హవాయ్, మంగోలియా నుండి విదేశీ యోధులు ప్రవేశించారు. 2026 నాటికి ఓనోసాటోవంటి కొత్త తరం యోధులు ఈ రంగంలో దూసుకుపోతున్నారు.

సుమో యోధుల ప్రత్యేకతలు

సుమో యోధులు ప్రత్యేక శిక్షణా కేంద్రాలలో నివసిస్తూ, కఠినమైన జీవనశైలి, ఆహార నియమాలు, క్రమశిక్షణను పాటిస్తారు. జపనీస్ సంప్రదాయ క్రీడ అయిన 'సుమో'కు వేల ఏళ్ల చరిత్ర ఉంది. ఈ యోధుల (సుమో రిక్లర్లు) జీవనశైలి, శిక్షణ. ఆహారపు అలవాట్లు చాలా ప్రత్యేకంగా క్రమశిక్షణతో కూడి ఉంటాయి. సుమో యోధులను ' రెకిషి' అని పిలుస్తారు. వీరు చాలా ఎక్కువ శరీర బరువుతో, ప్రత్యేకమైన

కేశాలంకరణతో ఉంటారు. సుమోయోధులు బరువు పెరగడానికి రోజుకు రెండుసార్లు మాత్రమే భోజనం చేస్తారు. చాలా ఎక్కువగా ఆహారాన్ని తింటారు. 'చంకో వాబే' అనే ప్రత్యేక ఆహారాన్ని వారు సేవిస్తారు. ఇది సుమో యోధుల ప్రధాన ఆహారం. ఇందులో చికెన్, చేపలు, మాంసం, కూరగాయలతో కూడిన అధిక ప్రోటీన్లు ఉంటాయి. తిన్న వెంటనే వారు నిద్రపోతారు. దీనివల్ల తీసుకున్న ఆహారం త్వరగా కొవ్వుగా మారి శరీర బరువు పెరుగుతుంది. వీరి శిక్షణ ఉదయాన్నే తెల్లవారుజామున 5 గంటలకే ప్రారంభమవుతుంది. ఈ కఠినమైన శిక్షణను షికో అంటారు. కాళ్లను గాలిలోకి ఎత్తి నేలకేసి బలంగా కొట్టడం అనేది కండరాల బలానికి, సమతుల్యతకు చాలా ముఖ్యం. ఒక చెక్క స్తంభాన్ని అరచేతులతో బలంగా నెట్టడాన్ని టెప్పో అంటారు. సుమో వీరులు ఖాళీ కడుపుతోనే గంటల తరబడి సాధన చేస్తారు. సుమో యోధులు 'హేయా' అని పిలిచే శిక్షణ శిబిరాల్లో నివసిస్తారు. ఇక్కడ అందరూ కలిసి ఉమ్మడి కుటుంబంలా ఉంటారు. జూనియర్ యోధులు సీనియర్లకు సేవలు చేయడం, వంట చేయడం, పాత్రలు శుభ్రం చేయడం వంటి పనులు చేయాలి. వారు ఎల్లప్పుడూ సంప్రదాయ జపనీస్ దుస్తులనే ధరించాలి. సుమో యోధుల జుట్టు శైలి చాలా విశిష్టమైనది. దీనిని ' చోన్మేజ్ అంటారు. వీరు జుట్టును పొడవుగా పెంచి, పైన ఒక ముడిలా కడతారు. రిటైర్ అయ్యేవరకు వారు జుట్టు కత్తిరించుకోరు. రిటైర్మెంట్ సమయంలో వేడుకగా ఆ జుట్టును కత్తిరిస్తారు. ప్రస్తుతం అంతర్జాతీయ గుర్తింపు రావడంతో జపాన్ వారే కాకుండా మంగోలియా, ఐరోపా దేశాల నుండి కూడా యోధులు వచ్చి ఈ పోటీల్లో పాల్గొంటున్నారు. ఆ కారణంగా కొందరు శిరోజాలు లేకుండా బోడి గుండుతోనే ఈ పోటీల్లో పాల్గొంటున్నారు. సుమో కేవలం ఆట మాత్రమే కాదు, అది ఒక ఆధ్యాత్మిక మార్గం. సుమో పోరాట వేదిక రింగును దోహ్యో అంటారు. ప్రవేశించే ముందు వారు వేదికపై ఉప్పును చల్లుతారు. ఇది రింగును శుద్ధి చేస్తుందని వారి నమ్మకం. సుమో వీరులు రింగులో గెలిచినా, ఓడిపోయినా ఎలాంటి భావోద్వేగాలను (కోపం లేదా అతి సంతోషం) ప్రదర్శించకూడదు. ఎల్లప్పుడూ ప్రశాంతంగా ఉండాలి.

ఏడాదికి ఆరు గ్రాండ్ టోర్నమెంట్లు

జపాన్ సంస్కృతికి అద్దం పట్టే ఈ సుమో కుస్తీ ప్రపంచవ్యాప్తంగా గుర్తింపు పొందిన ఒక ప్రత్యేకమైన క్రీడ. ఇప్పటికీ జపాన్‌లో సుమో పోరాటాలు పూర్తి స్థాయిలో కొనసాగుతున్నాయి. ఇది జపాన్ జాతీయ క్రీడగా గుర్తింపు పొందింది. ప్రొఫెషనల్ సుమో అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఏటా ఆరు గ్రాండ్ టోర్నమెంట్లు జరుగుతున్నాయి.

– షేక్ అబ్దుల్ హాకీం జాని

అన్ని బాధలను అంతం చేసేది యోగ. నియబద్ధమైన ఆహారం, అలవాట్లు గలవారే యోగవిద్యను ఆర్జించగలరు.

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

'గృహ ఛాయ వేధ' వల్ల కలిగే ఫలితాలు?

బి.స్కంధన్, పుత్తూరు

ప్రశ్న: 'గృహఛాయ వేధ' అంటే ఏమిటి? దానివల్ల కలిగే ఫలితాలు వివరించగలరు.

జవాబు: ఛాయా వేధలలో అనేక విధాలున్నాయి. నీడ పడటం వలన కలిగే దోషం వల్ల వచ్చే వేధలను 'గృహ ఛాయా వేధ' అని చెప్పవచ్చు. 'గృహ ఛాయ వేధ' అంటే గృహం నీడ అదే ఇంటి బావిపై పడటం వల్ల ఏర్పడే దోషం' అని అర్థం. అయితే దానికి ఒక 'కాలపరిమితి' కూడా ఉన్నది.

ఉదయం, సాయంత్రం, సూర్యోదయ, సూర్యాస్తమయ సమయాలలో నీడలు బారుగా చాలా దూరం విస్తరిస్తాయి. ఆ సమయాలలో నీడలు పడటం వల్ల ఏ విధమైన ఛాయా వేధ దోషం కలగదు.

పగటి రెండు యామములయందు (అంటే ఉ.10.48 నుండి 1.12 మధ్యాహ్న కాలం, మధ్యాహ్నం 1.12 నుండి 3.36 వరకు అపరాహ్నం), ఉ.10.48 గం॥ నుండి మ.3.36 గం॥ వరకు గృహం నీడ బావిపైన పడినట్లయితే ఆ ఇల్లు 'గృహ ఛాయా వేధ' దోషం కలిగి ఉంటుంది.

కళత్ర పీడలో అనేక విధాలున్నాయి. పెళ్లి జరగకపోవటం, పెళ్లి జరిగినప్పటికీ భార్యా భర్తల మధ్యన సఖ్యత కుదరకపోవటం, బలవంతంగా కాపురం చేయటం, ఒకరి వలన మరొకరు మనస్తాపం చెందటం, ఇద్దరి మధ్యన అన్యోన్యత వున్నప్పటికీ ఎడబాటు ఎక్కువగా కలగటం, భార్యా భర్తలలో ఒకరి దీనస్థితికి మరొకరు కుంగిపోవటం, లేదా ఒకరి విపరీత ధోరణి మరొకరు బాధపడటం... మొదలైన అనేక విధాలైన కళత్ర పీడలు 'గృహఛాయ వేధ' వలన పొందవలసి రావచ్చు.

ఈ కారణం వల్లనే కాబోలు.. కాంపౌండు గోడకి దగ్గరగా, గృహానికి దూరంగా ఉండేలా బావి నిర్మాణం గావించాలని వాస్తు నియమం ఉన్నది. అయితే స్థలాభావం వల్ల గృహానికి దగ్గరగా కూడా బావులు తవ్వుతుంటారు. అటువంటప్పుడు మాత్రమే 'గృహఛాయ వేధ' దోషం కలిగే అవకాశం ఉంటుంది. నీళ్లు పడినచోట బావి తవ్వాల్సి వస్తుంది. ఆ స్థానం గృహానికి తూర్పు, ఈశాన్య, ఉత్తరం దిక్కుల్లో వున్నప్పుడు– ఇంటికి దగ్గరగా బావి తవ్వినప్పుడు, 'గృహఛాయ వేధ' దోషం కలిగినట్లయితే కళత్ర పీడ, పశు నష్టం 'సాధారణ స్థాయి'లో కలుగుతాయి.

అలాగాక పశ్చిమ, వాయువ్య, దక్షిణం, నైరుతి, ఆగ్నేయం దిక్కుల్లో తవ్విన బావుల వల్ల కలిగే 'గృహఛాయ వేధ' దోషం వలన కలిగే గృహఛాయ వేధ దోషం వలన మారతం దోష తీవ్రత ఎక్కువగా ఉంటుంది. కళత్ర పీడ, పశునష్టం అనూహ్యంగా వున్నా ఆశ్చర్యపడాల్సిన పని లేదు.

ఎవరైనా మిక్కిలి కళత్ర పీడను అనుభవిస్తూ బాధలు పడుతుంటే ఇటువంటి దోషం వుందేమోనని గృహావరణ గమనించి సరిచేసుకోవటం వలన కళత్ర పీడ నుండి విముక్తి పొందగలరు. అయితే సాధారణంగా భార్యాభర్తల మధ్యన జరిగే చిన్న చిన్న గొడవలకు, అపార్థాలకు, మనస్తాపాలకు ఇదే వేధ కారణమని అనుకోకూడదు. వ్యక్తుల మూల స్వభావాలకు వాస్తును తప్పుపట్టకూడదు. ■

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, సికిందరాబాద్-3

వాస్తువార్త

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

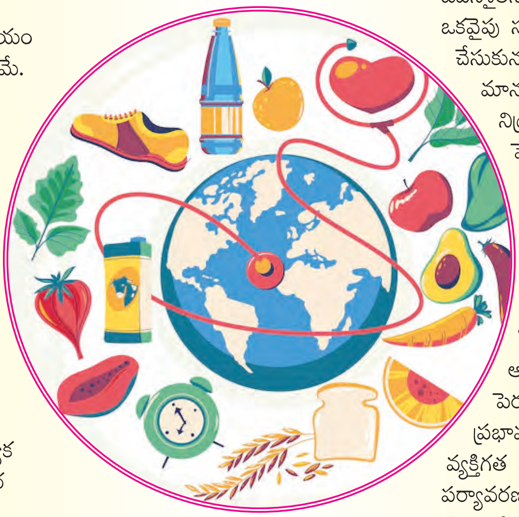
డిజిటల్ యుగంలో మానసిక ఆరోగ్యానికి సవాళ్లు

ప్రపంచ వ్యాప్తంగా మానవ సమాజ అభివృద్ధి పథంలో ఆరోగ్యం అనేది ప్రాథమిక మూల స్తంభం. ఈ సత్యాన్ని ప్రపంచానికి గుర్తు చేస్తూ ప్రతి సంవత్సరం ఏప్రిల్ 7న ప్రపంచ ఆరోగ్య దినోత్సవాన్ని నిర్వహించడం అనేది యాదృచ్ఛికం కాదు; అది చరిత్రాత్మక అవగాహనతో కూడిన నిర్ణయం.

1948 ఏప్రిల్ 7న ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ స్థాపించబడిన రోజుగానే ఈ దినోత్సవానికి ప్రాతిపదిక ఏర్పడింది. 1950 నుండి ఇది అధికారికంగా జరుపుకుంటూ వస్తున్నారు. ఆరోగ్యం అంటే కేవలం వ్యాధుల లేమి కాదు; శారీరక, మానసిక, సామాజిక సమతుల్యతతో కూడిన సంపూర్ణ క్షేమం అనే భావనను ప్రపంచానికి పరిచయం చేసినది కూడా ఈ దినోత్సవమే. వ్యక్తి ఆరోగ్యం సమాజ శక్తిని నిర్ణయిస్తుందనే అవగాహన పెంపొందించడంలో దీని పాత్ర విశిష్టమైనది.

ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ అంచనాల ప్రకారం ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ప్రతి సంవత్సరం కోట్లాది మంది నివారించగల వ్యాధుల వల్లనే ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారు. గుండె జబ్బులు, స్ట్రోక్, క్యాన్సర్, మధుమేహం వంటి అసంక్రామిక వ్యాధులు మరణాలకు ప్రధాన కారణాలుగా నిలుస్తున్నాయి. మరోవైపు మలేరియా, ట్యూబర్క్యులోసిస్, డెంగ్యూ వంటి అంటువ్యాధులు పూర్తిగా నిర్మూలించబడక పోవడం అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశాలకు పెద్ద సవాలుగా ఉంది. ఈ నేపథ్యంలో ఆరోగ్య రంగంలో సమగ్ర సంస్కరణలు, సమాన వైద్య సేవలు, ప్రజలకు చేరువైన ఆరోగ్య విధానాలు అత్యవసరంగా మారాయి.

భారతదేశం వంటి విస్తారమైన దేశంలో ఆరోగ్య రంగం విభిన్న సమస్యలను ఎదుర్కొంటోంది. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో వైద్య సదుపాయాల కొరత, నిపుణులైన వైద్యుల లేమి, సరైన మౌలిక వసతుల లోపం వంటి అంశాలు ఇప్పటికీ కొనసాగు తున్నాయి. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ ప్రమాణాల ప్రకారం ప్రతి వెయ్యి మందికి ఒక వైద్యుడు అవసరమని సూచించినప్పటికీ, భారతదేశంలో ఈ నిష్పత్తి పూర్తిగా సాధ్యంకాలేదు. ముఖ్యంగా గ్రామీణ భారతంలో ప్రజలు ప్రాథమిక వైద్య సేవల కోసం కూడా పట్టణాలపై ఆధార పడాల్సిన పరిస్థితి ఉంది. ఆరోగ్య సేవలలో ఈ అసమానత సామాజిక న్యాయానికి కూడా



సవాలుగా మారుతోంది. ఇటీవలి కాలంలో మానసిక ఆరోగ్యం ఒక అత్యంత కీలక అంశంగా ఎదిగింది. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ప్రతి ఎనిమిది మందిలో ఒకరు మానసిక సమస్యలతో బాధపడుతున్నారని నివేదికలు సూచిస్తున్నాయి. ఒత్తిడి, ఆందోళన, డిప్రెషన్, ఆత్మహత్యా ప్రవృత్తులు వంటి సమస్యలు పెరుగుతున్నాయి. ఉద్యోగ ఒత్తిడి, కుటుంబ సమస్యలు, ఆర్థిక ఇబ్బందులు, సామాజిక ఒత్తిళ్లు ఇవన్నీ కలిసి మానసిక ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా యువతలో ఈ సమస్యలు వేగంగా పెరుగుతున్నాయి. అయినప్పటికీ మానసిక ఆరోగ్యంపై అవగాహన ఇంకా పరిమితంగానే ఉంది. సమాజంలో ఉన్న అపోహలు, అపహాస్య భావనలు కారణంగా చాలామంది తమ సమస్యలను దాచి పెడుతున్నారు. దీని వల్ల చికిత్స ఆలస్యమవుతోంది.

డిజిటల్ యుగం ఈ సమస్యను మరింత సంక్లిష్టం చేసింది. స్మార్ట్ ఫోన్లు, సోషల్ మీడియా, నిరంతర ఆన్‌లైన్ జీవనం మనుషుల జీవనశైలిని పూర్తిగా మార్చేశాయి. ఒకవైపు సమాచార విప్లవం చోటు చేసుకున్నప్పటికీ, మరోవైపు మానసిక ఒత్తిడి, ఒంటరితనం, నిద్రలేమి వంటి సమస్యలు పెరిగాయి. సోషల్ మీడియాలో ఇతరులతో పోల్చుకోవడం వల్ల అసంతృప్తి, ఆత్మ విశ్వాస లోపం పెరుగుతున్నాయి. ముఖ్యంగా యువతలో 'వర్చువల్ ప్రపంచం'పై ఆధారపడే స్వభావం పెరగడం ఆందోళనకరం. దీని ప్రభావం చదువు, ఉద్యోగం, వ్యక్తిగత సంబంధాలపై పడుతోంది. పర్యావరణ మార్పులు కూడా ఆరోగ్య రంగానికి పెద్ద సవాలుగా మారాయి. గాలి, నీటి కాలుష్యం పెరుగుతున్న శ్వాసకోశ వ్యాధులు, అలర్జీలు, హృదయ సంబంధ సమస్యలు పెరుగుతున్నాయి.

ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ అంచనాల ప్రకారం గాలి కాలుష్యం వల్ల ప్రతి సం॥ లక్షలాది మంది మరణిస్తు న్నారు. వాతావరణ మార్పుల కారణంగా కొత్త రకాల వైరస్‌లు,

జూనోటిక్ వ్యాధులు పుట్టుకొస్తున్నాయి. కోవిడ్ 19 మహమ్మారి ఈ అంశాన్ని ప్రపంచానికి స్పష్టంగా తెలియజేసింది. ప్రకృతి సమతుల్యతకు భంగం కలిగితే మానవ ఆరోగ్యంపై తీవ్ర ప్రభావం పడుతుందని ఈ సంఘటన చూపించింది.

ఆరోగ్య రంగంలో ఎదురవుతున్న ప్రధాన సవాళ్లలో వైద్యుల కొరత ఒకటి. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ సూచించిన ప్రమాణాలకు అనుగుణంగా వైద్యుల సంఖ్య పెరగాల్సిన అవసరం ఉంది. మానసిక ఆరోగ్య సేవలు అందించే నిపుణుల కొరత మరింత తీవ్రంగా ఉంది. మరోవైపు ఆరోగ్య సేవల ఖర్చులు పెరగడం వల్ల పేద మరియు మధ్యతరగతి ప్రజలు ఆర్థికంగా ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. ఆరోగ్య బీమా అందుబాటులో ఉన్నప్పటికీ, అందరికీ సమానంగా చేరడం లేదు.

ఈ నేపథ్యంలో 'నివారణే ఉత్తమ వైద్యం' అనే సూత్రం మరింత ప్రాధాన్యం పొందుతోంది. వ్యాధులు వచ్చిన తర్వాత చికిత్స చేయడం కంటే ముందుగానే నివారించడం ద్వారా ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చు. ఇందుకోసం వ్యక్తిగత స్థాయిలో జీవనశైలిలో మార్పులు తీసుకురావడం అవసరం. సమతుల్య పోషకాహారం తీసుకోవడం, రోజువారీ వ్యాయామం చేయడం, సరైన నిద్రపోవడం, మానసిక ప్రశాంతతను కాపాడుకోవడం వంటి అంశాలు కీలకం. చిరుధాన్యాలు, పండ్లు, ఆకుకూరలు వంటి సహజ ఆహారాన్ని అలవాటు చేసుకోవడం ద్వారా అనేక వ్యాధులను నివారించవచ్చు.

డిజిటల్ డిటాక్స్ అనేది ఈ రోజుల్లో అత్యవసరమైన ఆరోగ్య అలవాటుగా మారింది. రోజుకు కొంత సమయం మొబైల్, కంప్యూటర్లకు దూరంగా ఉండడం ద్వారా మనసుకు విశ్రాంతి కలుగుతుంది. కుటుంబ సభ్యులతో గడపడం, పుస్తకాలు చదవడం, ప్రకృతితో సన్నిహితంగా ఉండడం మానసిక ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. అలాగే 30 యేళ్ల దాటిన ప్రతి ఒక్కరూ క్రమం తప్పకుండా రక్తపోటు, చక్కెర, గుండె సంబంధ పరీక్షలు చేయించుకోవడం ద్వారా వ్యాధులను ప్రారంభ దశలోనే గుర్తించవచ్చు.

భారత ప్రభుత్వం ఆరోగ్య రంగంలో అనేక పథకాలను అమలు చేస్తోంది. ఆయుష్మాన్ భారత్, జన ఆరోగ్య యోజన వంటి పథకాలు పేద ప్రజలకు వైద్య సేవలను అందుబాటులోకి తీసుకు వచ్చాయి. అయినప్పటికీ ఆరోగ్య రంగంలో ఇంకా పెట్టుబడులు పెరగాల్సిన అవసరం ఉంది. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో ఆసుపత్రుల సంఖ్య పెరగాలి. ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాలను బలోపేతం చేయాలి. వైద్యుల నియామకంలో పారదర్శకత, సమర్థత అవసరం.

కోవిడ్ 19 మహమ్మారి ప్రపంచ ఆరోగ్య వ్యవస్థలకు ఒక పెద్ద పరీక్షగా నిలిచింది. ఈ సమయంలో వైద్య సిబ్బంది చేసిన సేవలు అపారమైనవి. శాస్త్రవేత్తలు తక్కువ సమయంలోనే వ్యాక్సిన్లు అభివృద్ధి చేయడం మానవ చరిత్రలో ఒక గొప్ప విజయంగా నిలిచింది. అయితే ఈ మహమ్మారి ఆరోగ్య వ్యవస్థల లోపాలను కూడా బహిర్గతం చేసింది. భవిష్యత్తులో ఇలాంటి సంక్షోభాలను ఎదుర్కొనేందుకు ఆరోగ్య రంగంలో బలోపేత చర్యలు అవసరం.

ఆరోగ్యంపై పెట్టుబడులు పెట్టడం అనేది ఖర్చు కాదు; అది దేశ భవిష్యత్తుకు పెట్టే పెట్టుబడి. ఆరోగ్యవంతమైన ప్రజలు ఉన్నప్పుడే దేశం అభివృద్ధి చెందుతుంది. అందుకే ప్రభుత్వాలు ఆరోగ్య రంగాన్ని ప్రాధాన్యంగా తీసుకోవాలి. సమాన వైద్య సేవలు అందరికీ అందేలా విధానాలు రూపొందించాలి.

మొత్తం మీద ప్రపంచ ఆరోగ్య దినోత్సవం మనకు ఒక స్పష్టమైన సందేశాన్ని ఇస్తుంది ఆరోగ్యం లేకుండా అభివృద్ధి అసాధ్యం. వ్యక్తిగత స్థాయిలో ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లు అలవరచుకోవడం, సమాజ స్థాయిలో అవగాహన పెంపొందించడం, ప్రభుత్వ స్థాయిలో సమగ్ర విధానాలు అమలు చేయడం ఈ మూడు కలిసి పనిచేసినప్పుడే ఆరోగ్యవంతమైన ప్రపంచాన్ని నిర్మించగలం. 'సర్వేజనా సుఖినోభవంతు' అనే మన సంస్కృతి మూలవాక్యం అందరికీ ఆరోగ్యం, సుఖం కలగాలని ఆకాంక్షిస్తుంది. ఆ లక్ష్యం సాధించడానికి ప్రతి ఒక్కరూ తమ వంతు బాధ్యతను నిర్వర్తించాలి. రేపటి ఆరోగ్యవంతమైన ప్రపంచానికి నేటి చైతన్యమే పునాది.

– రామకిష్టయ్య సంగనభట్ల

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

దూరదర్శన్ చరిత్ర

చిత్ర దర్శకుడు కీర్తి, కీర్తి నంది అవార్డుల గ్రహీత డా॥ నిట్టల గోపాలకృష్ణ, సుదీర్ఘ కాలంగా సినిమా, టి.వి.రంగాలతో ఉన్న అనుభవ సాన్నిహిత్యం దృష్ట్యా టెలివిజన్ చరిత్రను తెలుగు పాఠకులకు అందించారు. సమాచారం, విద్య, విజ్ఞానం, వినోదం ప్రధాన అంశాలుగా దూరదర్శన్, డిజిటల్ ప్రస్థానంలో ప్రస్తుత సమాజాన్ని చైతన్యపరుస్తోంది. సాంకేతికత, ప్రస్తుత టి.వి.రంగాన్ని మరింత అధునాతన ప్రగతికి చేరువ చేస్తోంది. డా॥ గోపాలకృష్ణ 19 అధ్యాయాలుగా టెలివిజన్ ఆవిర్భావం, వికాసం, తీరుతెన్నులు, చానల్స్, ఇన్‌స్టిట్యూట్స్, ఆ రంగంలోని ప్రముఖుల విశేషాలు, నంది అవార్డులు ఎంతో సమాచారాన్ని సేకరించి పొందుపరిచారు. డిజిటల్ థియేటర్‌లతో సినిమా సంబంధిత సామాజిక, కళాత్మక రంగాల ఆర్థిక అనుబంధాన్ని వివరించే ఆంగ్ల వ్యాసాన్ని కూడా పొందుపరిచారు. దూరదర్శన్ సినీ ప్రముఖులు, కళాకారుల జీవితాలలో తెచ్చిన ప్రభావాన్ని విపులీకరించారు. తెలుగు కార్యక్రమాలు చేసే ఛానెళ్ల వివరాలు అందించారు. సినిమా, టి.వి. రంగంతో నిర్మాత, దర్శకునిగా విశేష అనుభవం గల డా॥ గోపాలకృష్ణ జాతీయ, అంతర్జాతీయ స్థాయిలోను, తెలుగునాట టెలివిజన్ ప్రస్థానాన్ని గ్రంథస్థం చేయటం అభినందనీయం.

(టెలివిజన్ చరిత్ర–రచన: డా॥ నిట్టల గోపాలకృష్ణ; వెల: రూ.100/–; గోమాత సేవా ట్రస్ట్, రామంతాపూర్, హైదరాబాద్)

పుస్తక సమీక్ష

హృదయంతో రాసిన కవితలు

‘కవిత్వం రాసే చేతులు’ సంపుటిలో కవి చలపాక ప్రకాష్, లొంగి ప్రజా జీవనంలోకి వచ్చిన వాళ్లకు, చచ్చి శవమై మరిన్ని మెదళ్లలో ఉద్యమ బాట రగిలించిన వాళ్లకి ‘లొంగుబాటు’లో లాల్ సలాం చేస్తారు. ‘కవిత్వం రాసే చేతులు’ కవితా సంపుటిలో చలపాక ప్రకాష్. వివిధ పత్రికలలో ప్రచురితమైన 97 కవితలున్నాయి. “జీవిత రైలు–ఎన్ని ప్రయాణాల్ని గుర్తించకుండా మరిచిపోయుంటుందో కదా!” అంటారు మైమరుపులో.

“కవిత్వం కవితత్వాన్ని బోధించే విశాల భావజాలగాలమే” అంటారు. “యుద్ధమంటే అసలు గిట్టని దేశమే ఇష్టం” అంటారు ‘ఇష్టం’లో. ‘కొత్త చిగురు’లో కవి, రేవుకోసం ఆశాకిరణం మిణుకు మిణుకుమంటూ మెరుస్తూంది.. అంటారు. బాల్యం ఎప్పుడూ ఎదగాలనే తొందరే పరుగెత్తికెళ్లి జీవితపు ఆటలలో గెలవాలన్న సందడే అంటారు బాల్యం కవితలో. యుద్ధం గురించి కవి, కోల్పోయిన ఒక జీవిత కాలానిది అంటూ మానవతా వాదం వినిపిస్తారు. “కన్నీరెప్పుడూ ఉన్నవాడి దరి చేరదని పేదవాడి కంటిరెప్పల్లోనే నేస్తంగా పడి ఉంటుందని” ఎన్నో వైవిధ్యభరితమైన జీవన సత్యాలను ‘కవితా హృదయంతో ‘కవిత్వం రాసే చేతులు’ కవితా సంపుటిలో ప్రశంసనీయంగా చలపాక ప్రకాష్ ఆవిష్కరించారు.

(కవిత్వం రాసే చేతులు–రచన: చలపాక ప్రకాష్; వెల: రూ.150/–లు; ప్రతులకు: చలపాక ప్రకాష్, 1-4/3-36, సంజయ్ గాంధీ కాలనీ, విద్యాధరపురం, విజయవాడ–520 001)

ఉత్కంఠభరితంగా చదివించే నవల

భూమిని నమ్ముకున్న మట్టిమనిషి కన్నీళ్ల, జీవన వేదన దైన్య దీన నిస్సహాయత, ఆత్మహత్యల విషాద కథనాలతో తెలుగు రచయితలు, సాహితీ పరంగా హృదయాల్ని కదిలిస్తుంటాడు. ఆర్.సి.కృష్ణస్వామి రాజు, రైతుల్ని నమ్ముకున్న అటువంటి అతిసామాన్య బాడుగ సేద్యగాని, కథనాన్ని కొత్త కోణంలో ఆవిష్కరించి, ‘చింతల చేను’ నవలలో చదివింపచేస్తున్నారు.

నడ్డి విరక్కొట్టే అప్పులు, వడ్డీలు, బకాయిల నేపథ్యంలో కృష్ణస్వామి రాజు, సరికొత్త బతుకుకు ఆశలు చివురింపచేసారు. ఈ నవలలో సూత్రధారి ప్రధాన పాత్ర గుణశేఖరుడైనా సిద్ధిరాజు, వెంకటముని, సోషియల్ అయ్యోరు, బాలాజీ వంటి పాత్రలు కథని ఒడిదుడుకులతో గట్టెక్కించినా, యింకా ఎన్నో పాత్రలు, విచిత్ర చిత్రణలు నవలను రక్తి కట్టిస్తాయి. ప్రతీ పాత్ర ఆసక్తికరమైన విశేష వివరం వినిపిస్తుంది. ఏదీ కల్పితం కాదు. అవన్నీ రాయలసీమ పల్లెల్లోని మనుషుల కష్టాలు, కన్నీళ్ల, పేదరికం కోరలలో చిక్కుకుంటున్న బడుగు వృత్తిజీవుల సమస్యలు రచయిత చింతచేను ‘చింతలచేను’గా మారుతున్న పోలికగా ఈ నవలలో చిత్రీకరించారు. రాయలసీమ పల్లెల్లోని సామాన్యుల జన జీవితాలలోకి తొంగిచూసి, సజీవ జీవన కథా చిత్రాలతో తెలుగు కథా రచనను ప్రభావితం చేస్తున్న ఆర్.సి.సృజనాత్మక చాతుర్యం అనన్య సామాన్యం.

(చింతలచేను–రచన: ఆర్.సి.కృష్ణస్వామి రాజు; వెల: రూ.100/–; ప్రతులకు: ఆర్.సి.కృష్ణస్వామి రాజు, 22-4-71, బ్యాంక్ ఎంప్లాయీస్ కాలనీ, అక్షరాంపల్లి పోస్ట్, తిరుపతి–517 507)న

– జయసూర్య

5 ఏప్రిల్, 2026 నుండి 11 ఏప్రిల్, 2026 వరకు

వారఫలం

శ్రీమతి ములుగు శివజ్యోతి, ప్రముఖ జ్యోతిష్కురాలు

నారాయణ నాయక్ కాంప్లెక్స్, 2వ అంతస్తు, గాంధీ జ్ఞానమందిర్ వెనుక, కోఠి, హైదరాబాద్-1

ఫోన్ : 98494 53449, 9440927795

మేషం

ఈ వారం ఉపయుక్తంలేని అంశాల పట్ల ఎంతమాత్రం శ్రద్ధ చూపరు. మీ కార్యక్రమాలను విజయ పథంలో నడిపించ డానికి కావలసిన హిత, సన్నిహిత సహచర వర్గం అందుబాటులో ఉంటారు. వెన్ను పోటురాజకీయాలు వెగటు పుట్టిస్తాయి. నరదృష్టి అధికంగా ఉంటుంది. శుభకార్యాలలో పాల్గొంటారు. కాగల కార్యం గంధర్వులే తీర్చారన్న విధంగా ఓ పని ఆకస్మికంగా సానుకూల పడుతుంది. సనాతన విద్యలపట్ల మక్కువ చూపుతారు.

వృషభం

ఈ వారం ప్రయాణాలు, క్రయవిక్రయాలు, ముఖ్యమైన పనులలో నిదానం అవసరం. ప్రారంభించ బోయి వ్యాపారాలు లేక నూతన కార్యక్రమాలకు కావలసిన పనురులను సమకూర్చుకో గలుగుతారు. అయితే పనులు నిదానంగా సాగుతాయి. మంచి వారు ఎవరో! చెడ్డవారు ఎవరో! గుర్తించడం కష్టసాధ్యంగా పరిణ మిస్తుంది అధికంగా శ్రమించవలసి రావడం వలన శారీరక, మానసిక వత్తిడికి లోనవుతారు. వ్యాపారస్తులకు అనుకూలమైనకాలం కాదు.

మిథునం

ఈ వారం ఆర్థిక పరిస్థితి అనుకూలంగా వుంటుంది. కుటుంబ సమస్యలు ఎదురై చిరాకు కలిగిస్తాయి. అనుకున్నదొకటి జరిగినది వేరొకటిగా వుంటుంది. ముఖ్యమైన పనులలో ఆటంకాలు ఎదురైనా అధిగమిస్తారు. అనుకోని ఆహ్వానాలు అందుకుంటారు. ప్రముఖులను కలుసుకుంటారు. మీ గురించి చెడుగా ప్రచారం చేసే వ్యక్తులకు దూరంగా ఉండడం మంచిది. నిత్యం గణపతి అష్టోత్తరం పఠించండి మంచి జరుగుతుంది.

కర్కాటకం

ఈ వారం ఆర్థిక లావాదేవీలు కాస్త ఊరటను కలిగిస్తాయి. దూరప్రాంతాల నుండి విలువైన సమాచారం అందుకుంటారు. పనులలో ఎదురైన ఆటంకాలు తొలగుతాయి. బాధ్యతలు సమర్థవంతంగా నిర్వహిస్తారు. ప్రయత్నాలు అనుకూలిస్తాయి. భూ, వివాదాలు తీరి లబ్ధిని పొందుతారు. కుటుంబంలో శుభకార్యాల ప్రస్తావన ఉంటుంది. జీవితభాగస్వామి సలహాతో నూతన కార్యక్రమాలను చేపడతారు.

సింహం

ఈ వారం పనులు అప్రయత్నంగా పూర్తి కాగలవు. పెట్టుబడులకు తగిన సహాయం లభిస్తుంది. శత్రువులు సైతం మిత్రులుగా మారతారు. ఆర్థిక పరమైన లావాదేవీలు ఆశాజనకంగా ఉంటాయి. దీర్ఘకాలిక ఋణాలు తీరతాయి. భాగస్వామ్య వ్యాపారాలు విస్తరిస్తాయి. ఉద్యోగాలలో చికాకులు తొలగుతాయి. దీర్ఘకాలిక సమస్యల నుండి బయటపడతారు. ఆరోగ్యం పట్ల మెలకువ అవసరం. విందు, వినోదాలలో పాల్గొంటారు.

కన్య

ఈ వారం కాంట్రాక్టు పనులలో ప్రత్యక్ష పర్యావేక్షణ అవసరమవుతుంది. పోటీ పరీక్షలలో మంచి ఫలితాలను సాధిస్తారు. ముఖ్యులతో చర్చలు, సంభాషణలు భవిష్యకార్యక్రమాలకు సంబంధించిన అంశాలు సుస్థితమైన అంశాలతో ముడిపడి ఉంటాయి. విజ్ఞాన సంబంధిత అంశాలపట్ల ఆకర్షితులవుతారు. రహస్యమైన ఒప్పందాన్ని కుదుర్చుకుంటారు. దాన, ధర్మాలు చేస్తారు. చేతి వృత్తి పనివారికి అనుకూలంగా ఉంటుంది. నిత్యం లక్ష్మీతామర వత్తులో దీపారాధన చేయండి.

తుల

ఈ వారం అప్రయత్నంగా కార్యక్రమాలు పూర్తి కాగలవు. ఆర్థికపరిస్థితి మెరుగుపడుతుంది. దీర్ఘకాలిక ఋణాలు తీరతాయి. బంధువులను కలిసి ఆనందంగా గడుపుతారు. శ్రమకు తగిన ఫలితం దక్కుతుంది. దూరప్రాంతాల నుండి వచ్చిన సమాచారం సంతోషం కలిగిస్తుంది. పదవులు, హోదాలు లభిస్తాయి. భూ వివాదాలు పరిష్కారమై లబ్ధి పొందుతారు. కొత్త కార్యక్రమాలకు శ్రీకారం చుడతారు. వివాహ యత్నాలు ఫలిస్తాయి. ఇంటర్వ్యూలు, పోటీ పరీక్షలు విజయం సాధిస్తారు. ఉద్యోగులకు ఆర్థిక లాభం.

వృశ్చికం

ఈ వారం చిట్టిపొట్టి సమస్యలు చికాకు కలిగిస్తాయి. మీకు ఎంతమాత్రం సంబంధంలేనటువంటి వివాదాలలోకి మిమ్మల్ని లాగే ప్రయత్నాలు జరుగుతాయి. ప్రయాణాలు వాయిదా వేసుకోవడం మంచిది. వృత్తి, ఉద్యోగ వ్యాపారాల పరంగా చెప్పుకోదగిన మార్పులు, చేర్పులు చోటు చేసుకోవు. అందరూ మంచి వారు కారు. అందరూ చెడ్డవారు కారని గ్రహించండి. నిత్యం రుద్రకవచం పఠించడం, సర్వరక్షా చూర్ణంతో స్నానమాచరించడం చెప్పదగినది.

ధనస్సు

ఈ వారం దేవాలయ సందర్శనం చేసుకుంటారు. కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి ఆనందంగా కాలాన్ని గడపగలుగుతారు. రచన ప్రాధాన్యంగా కలిగినటువంటి రంగంలోని వారికి నూతన అవకాశాలు లభిస్తాయి. నూతన పరిచయాలు ఏర్పడతాయి. ఉపయుక్తంగా పరిణమిస్తాయి. మంచి చెడులను విడమరచి చెప్పే సన్నిహిత వర్గం అందుబాటులో ఉంటారు. శ్రద్ధాభక్తుల తోటి శ్వేతార్కగణపతిని పూజించడం మీకు చెప్పదగిన సూచన.

మకరం

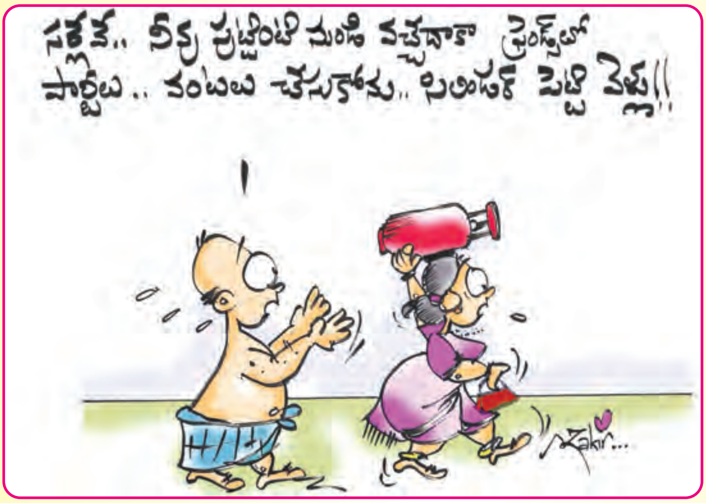
ఈ వారం ఊహించని సమస్యలు తప్పక పోవచ్చు. కీలక నిర్ణయాలలో ముఖ్యుల సలహాలు పాటిస్తారు. వివాదాలకు దూరంగా ఉండటం మంచిది. ఆర్థిక పరిస్థితి అంతంత మాత్రంగా ఉంటుంది. బంధువులు, మిత్రులతో విభేదాలు ఏర్పడతాయి. ఒప్పందాల విషయంలో ఆచితూచి వ్యవహరించండి. వృత్తి వ్యాపారాలలో మరింత శ్రద్ధ అవసరం. పేనుకు పెత్తనమిస్తే తలంతా కొరికిందన్నట్లుగా ఇతరులకు బాధ్యతలను అప్పగించడం వలన కష్టపడి నష్టపోవలసిన పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది.

కుంభం

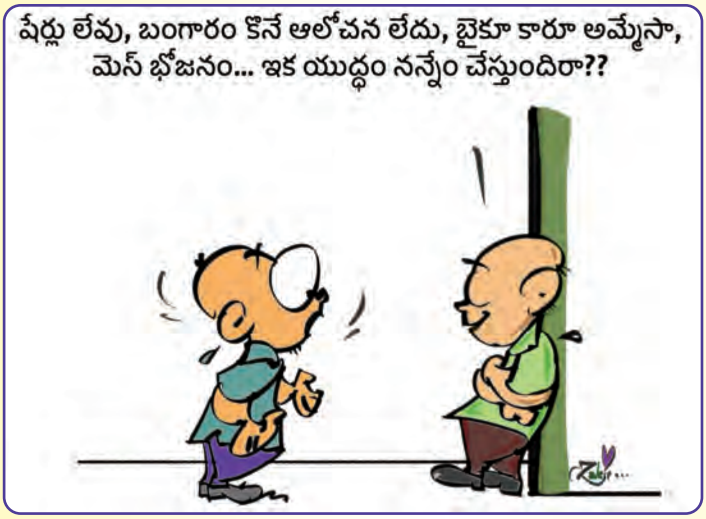
ఈ వారం ఆప్తుల ప్రోత్సాహం మీద ఇష్టం లేకపోయినా కొన్ని కార్యక్రమాలు నిర్వహించవలసి వస్తుంది. మధ్యవర్తిగా మంచి పేరును గడిస్తారు. మీలోని జిజ్ఞాస, పట్టుదల, కృషి ఈవారం మీ కార్య విజయానికి కారణం అవుతాయి. కొనుగోలు రిజిస్ట్రేషనుకు సంబంధించిన పనులు సానుకూల పడతాయి. బ్యాంక్ లావాదేవీలను ఎప్పటికప్పుడు పరిశీలించుకుంటూ తగు జాగ్రత్తలు పాటించండి. ప్రత్యర్థులకు గట్టిపోటీనిస్తారు.

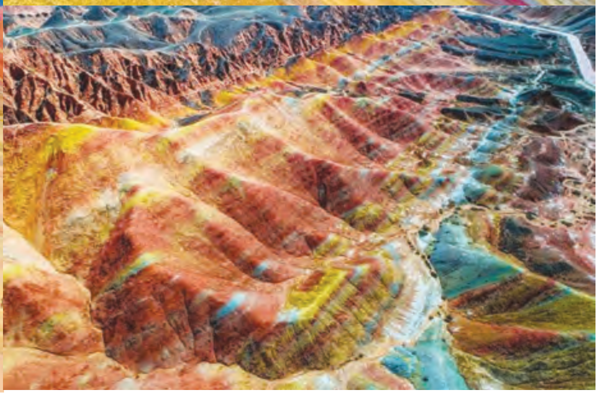
మీనం

ఈ వారం ఆర్థిక పురోగతి ఆశాజనకంగా ఉంటుంది. మీరు అపార్థం చేసుకున్న వ్యక్తులలో మార్పులను గమనిస్తారు. చెప్పుడు మాటలు విని, త్వరపడి నిర్ణయానికి రాకూడదని భావిస్తారు. అన్యభాషలకు సంబంధించిన విషయాలు, పోటీలు నూతన విద్యాభ్యాసం, నూతన బాధ్యతలు అనుకూలిస్తాయి. ఎక్కడా అడ్డంకులు రావు. మనోధైర్యం పెరుగుతుంది. మీకు అండగా ఉండే వ్యక్తులు మరింత బలపడతారు. కుటుంబ పురోగతి, ఆర్థిక స్థితి బాగుంటుంది.


సత్యవే.. నీవు పుట్టింటి నుండి వచ్చేదాకా ఫ్రెండ్స్‌తో
పార్టీలు.. వంటలు చేసుకోను.. సిలిండర్ పెట్టి వెళ్లు!!
Zakir...

పర్శ్యన్ జలసంధి నుండి గ్యాస్ తో వస్తున్న ఓడను
హైజాక్ చేయడం ఎందుకురా.. మనకు రెండు సిలిండర్లు చాలు కదా?!
Robbinhood.Com
Zakir...


షేర్లు లేవు, బంగారం కొనే ఆలోచన లేదు, బైకూ కారూ అమ్మేసా,
మెస్ భోజనం... ఇక యుద్ధం నన్నేం చేస్తుందిరా??
Zakir...

ఈ వారం కార్టూన్స్

ఇంద్రధనుస్సు రంగులను తలపిస్తున్న ఈ పర్వతాలు అమెరికాలోని ఉటాలో ఉన్నాయి. ఎంతో అరుదైన ఈ కొండలు కొన్ని వేల సంవత్సరాల క్రితం ఏర్పడ్డాయి. అగ్నిపర్వతాల నుంచి వచ్చిన బూడిద, ఖనిజాల వల్ల ఇలా రంగులు సంతరించుకున్నాయి.