వార్త
21 జనవరి, 2024
ఆదివారం
'పరీక్షా' కాలం!

తారాతీరం

ఫిబ్రవరిలో 'భీమా' విడుదల?

గోపీచంద్ హీరోగా ఎ.హర్ష దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న చిత్రం 'భీమా'. శ్రీ సత్యసాయి ఆర్టర్స్ పతాకంపై కేకే రాధామోహన్ ఈ చిత్రం నిర్మిస్తున్నారు. ఇందులో గోపీచంద్ పోలీస్ అధికారిగా కనిపించనున్నారు.

ఈ సినిమాలో ప్రియాభవానీ శంకర్, మాళవిక శర్మ, నాజర్, నరేశ్, పూర్ణ, వెన్నెల కిశోర్, రఘుబాబు మొదలైనవారు ఇతర పాత్రలో నటించారు. ఈ చిత్రానికి కన్నడ మ్యూజిక్ డైరెక్టర్ రవి బస్రూర్ సంగీతం అందిస్తున్నారు. ఈ చిత్రం ఫిబ్రవరిలో 16న ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది.

కీలక పాత్రలో శివరాజ్ కుమార్!

గ్లోబల్ స్టార్ రామ్‌చరణ్ ప్రస్తుతం శంకర్ దర్శకత్వం లో 'గేమ్ చేంజర్' చిత్రంతో బిజీగా ఉన్నారు. ఈ చిత్రం పూర్తయితే రామ్‌చరణ్ బుచ్చిబాబు సానా కాంబినేషన్‌లో ఓ చిత్రం ప్రారంభం కానుంది. ఇది స్పోర్ట్స్ సబ్జెక్టుతో తెరకెక్కనున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈ సినిమాలో కన్నడ స్టార్ శివరాజ్ కుమార్ నటించనున్నట్లు సమాచారం. శివరాజ్ కుమార్ గతంలో బాలకృష్ణ 'గౌతమీపుత్ర శాతకర్ణి' సినిమాలో అతిథి పాత్రలో కనిపించారు. రామ్‌చరణ్, బుచ్చిబాబు కలయికలో వస్తున్న సినిమాకి ఏఆర్ రెహమాన్ సంగీతం అందిస్తున్నారు. ఈ చిత్రాన్ని మైత్రీ మూవీ మేకర్స్, సుకుమార్ రైటింగ్స్ నిర్మిస్తున్నాయి.

ఆదివారం వార్త
21 జనవరి, 2024

మంచి ముత్యాలు

హృదయశుద్ధిగలవారు ధన్యులు,
వారు దేవుని చూచెదరు.

- జీసెస్

విషయ విశేషం

ఖనిజాల సిరి జాజికాయ... 4

'సంఘీ'భావం....5

పెరుగుతున్న గంజాయి వినియోగం

కవర్ స్టోరీ..6

'పరీక్షా' కాలం!

ముచ్చటైన బొమ్మలు...10

ఈవారం కవిత్వం..12

డెత్ వారెంట్

జగమంతా రామమయం...14

పిల్లల పెంపకం-మెలకువలు....18

కథ.. 20

సామాజిక కెరటాలు

సాహిత్యం..23

'సాహితీ మేఖల'కు 90 యేళ్లు

అరుదైన అద్భుత పర్వతాలు..25

డబ్బు నిలవ వుండాలంటే?...29

ఇంకా..

పుస్తక సమీక్ష

మొగ్గ

వారఫలం

వగైరా..వగైరా..

తాజా వార్తలు

ప్రెగ్నెన్సీ పరీక్ష!

పూర్వం గర్భం దాల్చారా లేదా అన్నదాన్ని వైద్యులు నాడి చూసే చెప్పేవారు. దాన్ని నిర్ధరించేందుకు మూత్ర లేదా రక్తపరీక్ష అవసరమయ్యేది. రక్తంలో లేదా మూత్రంలో హెచ్‌సీజీ (హ్యూమన్ కొరియోనిక్ గొనాడో ట్రాపిన్) అనే హార్మోన్ శాతాన్ని లెక్కించడం ద్వారా పరీక్షిస్తారు. ఈ రెండింటితో పనిలేకుండా లాలాజలంతోనే పరీక్షించే కొత్త పద్ధతిని రూపొందించింది 'సాలిగ్నోస్టిక్స్' బయోటెక్ కంపెనీ. కేవలం పది నిమిషాల్లో 96శాతం కచ్చితత్వంతో ప్రెగ్నెన్సీని తెలుసుకోదగ్గ తొలి పరీక్ష ఇదేనట. ఇందుకోసం 'సాలిస్టిక్' అనే కిట్‌నూ తీసుకొచ్చింది. గర్భం దాల్చిన మహిళల లాలాజలంలోనూ హెచ్‌సీజీ హార్మోన్ అధికశాతంలో ఉంటుంది. ఆ విషయాన్ని ఆధారంగా చేసుకునే ఈ కొత్త విధానాన్ని రూపొందించిందీ కంపెనీ. సిరంజిలా ఉన్న ఈ పరికరాన్ని థెర్మోమీటర్‌లానే నోట్లో పెట్టుకుని తీశాక దానికి అనుసంధానంగా ఇచ్చిన ట్యూబ్‌లో పెడితే అవునా కాదా అన్న విషయం రీడింగ్ ద్వారా తెలిసిపోతుందట.

ఫోన్‌తో పనేముంది?

స్మార్ట్‌ఫోన్ చేతిలో ఉంటే బ్రహ్మాండం ఉన్నట్లే. అవునుమరి. దీనిరాకతో మరెన్నో గ్యాడ్జెట్లకు కాలం చెల్లింది. ఇప్పుడు దీన్ని సైతం పక్కనెట్టించేవి రాబోతున్నాయి. శాన్‌ఫ్రాన్సిస్కోకి చెందిన 'హ్యూమన్' స్టార్టప్ రూపొందించిన 'ఏఐ పిన్' ఆ కోవకే చెందుతుంది. ఆపిల్ సంస్థలో కొన్నేళ్లపాటు పనిచేసిన ఇమ్రాన్ మేధతో పనిచేస్తుంది. దుస్తులకి తగిలించుకునే చిన్న మైక్రోఫోన్‌లా ఉంటుంది. కానీ ఫోన్‌లానే అన్ని పనులూ చేస్తుంది. అలాగని చేత్తో పట్టుకోనక్కర్లేదు. అందులో ఆప్‌లను డౌన్‌లోడ్ చేసుకోనక్కర్లేదు. మరెలా అంటారా..ఈ పరికరం స్నాప్‌డ్రాగన్ చిప్‌సెట్, జీపీటీ-4నతోనూ సెన్సర్లతోనూ పనిచేస్తుంది. 13 ఎమ్.పి.అల్ట్రా వైడ్ కెమెరా, స్పీకర్, లేజర్ ఇంక్ డిప్ప్లే, మైక్రోఫోన్‌లతో ఓ బాక్సులా ఉండే ఈ ఏఐ-పిన్ చూస్తుంది, వింటుంది, మాట్లాడుతుంది, అర్థం చేసుకుంటుంది. అంతేకాదు, ఇది పనిచేయడానికి ఇతరత్రా ఏ పరికరం అవసరం లేదు.

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

ఖనిజాల సిరి జాజికాయ

అబ్బ! బిర్యానీరుచి అదిరింది, వావ్..ఈ కేకు ఫ్లేవర్ సూపర్, చికెన్ కర్రీ అద్భుతం..అన్నారంటే అందులో కాస్త జాజికాయ పొడి, జాపత్రీ ఉండే ఉంటాయి. అవునుమరి..పోపులపెట్టెలో కొన్నీ..మసాలా డబ్బాలో మరికొన్ని ఇలా రోజువారీ వంటల్లో సుగంధద్రవ్యాలెన్నో వాడుతుంటాం. మాంసాహార వంటల్లోనూ బిర్యానీల్లోనూ కొన్ని మసాలాద్రవ్యాలు తప్పనిసరిగా పడాల్సిందే. అప్పుడే ఆ వంటకాలు రుచిస్తాయి. గుబాళిస్తాయి. ఈ కోవకే చెందుతాయి. ఈ జాజికాయ జాపత్రీ. అసలేమిటివి! జాజికాయ..చిన్నసైజు ఆపిల్‌లా ఉండే జాజిఫలంలోని గట్టి విత్తనం. జాపత్రి..చూడ్డానికి ఓ పువ్వులా కనిపిస్తుంది. కానీ జాజికాయని ఓ పువ్వులా కనిపిస్తుంది. కానీ జాజికాయని ఓ లేసుపొరలా చుట్టుకుని ఉండే సుగంధ ద్రవ్యం. అలాగని రెండింటి రుచీ ఒకేలా ఉండదు. జాజికాయ మట్టి రుచితో కూడిన ఘాటైన తీపి వాసనతో ఉంటే, జాపత్రి విరియం ఘాటు కలిసిన తీపి రుచితో గుబాళిస్తుంది. దేని ఫ్లేవర్ దానివే. అందుకే ఇవి రెండు రకాల మసాలాద్రవ్యాలుగా వాడుకలోకి వచ్చాయి. రెండింటినీ మసాలా వంటకాలతోపాటు స్వీట్లూ బేకరీ ఉత్పత్తులూ సాసేజ్‌లూ పుడ్డింగుల తయారీలో వాడుతుంటారు. అలాగే వీటి నుంచి తీసిన గాఢతైలాన్నీ జాజికాయ నుంచి తీసిన వెన్ననీ ఔషధాలు, పెర్‌ఫ్యూమ్స్, కాస్మెటిక్స్ తయారీలోనూ వాడతారు. నిజానికి జాజికాయ చెట్లు ఒకప్పుడు ఇండొనేషియాలోని బాండా దీవుల్లోనే కనిపించేవి. క్రమంగా శ్రీలంక, మలేషియా, సింగపూర్‌లకు చేరిన జాజికాయను కేరళ, తమిళనాడు, కర్ణాటకలోనూ పండిస్తున్నారు. ప్రపంచ ఎగుమతుల్లో రెండోస్థానంలో ఉంది భారత్. వీటికింత డిమాండ్ ఎందుకంటే ఖనిజాలూ విటమిన్లూ యాంటీఆక్సిడెంట్లూ ఉన్నాయనీ వీటిల్లోని మిరిస్టిసిన్, మేసిలిగ్నన్ అనే పదార్థాలు శక్తిమంతమైనవనీ అంటున్నారు ఆధునిక, సంప్రదాయ నిపుణులు. ఆయుర్వేదం డయేరియా, వాంతులు, పొట్టనొప్పి, గ్యాస్ సమస్యలతో పాటు నిద్రలేమి, మూత్రపిండ సమస్యలు, దగ్గు..ఇలా ఎన్నో వ్యాధుల చికిత్సలో ఈ రెండింటినీ వాడుతోంది.

జాజికాయతో..

జాజికాయ రక్తప్రసరణనీ క్లోమగ్రంథి పని తీరునీ మెరుగుపరుస్తుందనీ, రక్తంలో చక్కెస్థాయుల్ని నియంత్రిస్తుందనీ, వృద్ధాప్య సమస్యల్ని నివారిస్తుందనీ, గుండె, కాలేయ, కేన్సర్ వ్యాధుల్ని నిరోధిస్తుందనీ, జీర్ణసమస్యల్నీ బ్యాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్లనీ తగ్గిస్తుందనీ అంటారు సంప్రదాయ వైద్యులు. ఇందులోని మిరిస్టిసిన్, మెదడు చురుకుదనాన్ని పెంచడంతోపాటు అల్జామర్స్, డిప్రెషన్‌లను తగ్గిస్తుందని పరిశోధనలూ చెబుతున్నాయి. కీళ్ల నొప్పులతోపాటు కొలెస్ట్రాల్, ట్రైగ్లిజరైడ్స్‌ను తగ్గించే సామర్థ్యం జాజికాయకు ఉందట. ఇది పురుషుల్లో లైంగిక శక్తిని పెంచి శుక్రకణాల వృద్ధికి తోడ్పడుతుంది. చలికాలంలో బద్ధకాన్ని తగ్గిస్తుంది. తల నొప్పిని మాత్రకన్నా ఇదే బాగా తగ్గిస్తుందన్నది ఓ పరిశోధన. రాత్రిపూట ఆహారం లోగానీ పాలల్లోగానీ చిటికెడు పొడు వేసుకుంటే మంచి నిద్ర పడుతుందట.

జాపత్రితో: ఎరుపు నుంచి నారింజ రంగులో దారపుపోగుల్లా ఉండే జాపత్రినే జావిత్రి అనీ అంటారు. ఆస్తమా, జలుబు, దగ్గు ఫ్లూజ్వరాలకి కారణమైన వైరస్‌లతో పోరాడే గుణం ఉండటంతో దీన్ని ఆయా టానిక్కుల్లో వాడతారు. బీపీని తగ్గించడంతోపాటు గుండె ఆరోగ్యానికి జాపత్రి ట్యాబ్లెట్‌లా పనిచేస్తుంది. ❑

'సంఘీ' భావం

పెరుగుతున్న గంజాయి వినియోగం

ఇటీవల కాలంలో గంజాయి వినియోగం గణనీయంగా పెరిగింది. కొత్తకొత్త మార్గాల్లో గంజాయిని గమ్యానికి చేర్చడంతో స్మగ్లర్లు సఫలీకృతులు అవుతున్నారు. అదేవిధంగా వివిధ ఆకృతుల్లో వీటిని తయారుచేయడంతో గుర్తు పట్టడం గగనంగా మారింది. హైదరాబాద్ నగర శివారు రాజేంద్రనగర్ ప్రాంతంలో గంజాయి చాక్లెట్లు బయటపడ్డాయి. వీటిని తిన్న పిల్లలు విచిత్రంగా వ్యవహరించడంతో విషయం బయటకు వచ్చింది. గతంలో అతితక్కువ సంఖ్యలో గంజాయిని సేవించేవారు. ప్రస్తుతం గంజాయి ఇంజనీరింగ్, మెడికల్ కళాశాలలతో పాటు ఇంటర్మీడియట్, డిగ్రీ కళాశాలల విద్యార్థులకు సైతం అందుబాటులోకి వచ్చింది. దీనితో గంజాయి వినియోగం తెలుగు రాష్ట్రాల్లో గణనీయంగా పెరిగింది. ఎక్కువగా ఆంధ్రప్రాంతంలో గంజాయిసాగు జరుగుతోంది. అక్కడి నుంచి రెండు రాష్ట్రాలతో పాటు దేశవ్యాప్తంగా వివిధ ప్రాంతాలకు తరలిస్తున్నారు. పల్లె ప్రాంతాల్లో సైతం గంజాయి గుప్పుమంటోంది. ఏపీలో గోదావరి జిల్లాల్లో ఉన్న ఏజెన్సీ ప్రాంతాలతో పాటు విశాఖ, శ్రీకాకుళం ఏజెన్సీలో గంజాయి సాగు జోరుగా సాగుతోంది. తెలంగాణ - ఛత్తీస్‌ఘడ్ సరిహద్దు ప్రాంతాలు, ఉమ్మడి ఆదిలాబాద్, వరంగల్, ఖమ్మం ప్రాంతాల్లో కొంతమేర గంజాయి సాగు జరుగుతోంది. అధికారులు పలుమార్లు దాడులు చేసినా ఇతర పంటల మధ్యలో గంజాయి సాగును కొనసాగిస్తున్నారు. ఆంధ్రాలో ఉత్పత్తి అవుతున్న గంజాయి హైదరాబాద్‌తో పాటు ఉత్తర భారతదేశానికి సరఫరా అవుతోంది. దీనితో నల్గొండ సరిహద్దులో పెద్ద సంఖ్యలో గంజాయి పట్టుపడుతోంది. ముఖ్యంగా కరోనా ప్రబలిన తరువాత గంజాయి సాగు, రవాణా, వినియోగం గణనీయంగా పెరిగింది. నగరాల్లో చిన్నాచితకా పనులు చేసుకుని జీవనం సాగిస్తున్న కొందరు యువకులు కరోనా సమయంలో వారి స్వస్థలాలకు తరలివెళ్లడం జరిగింది. ఉపాధి లేకపోవడంతో వారికి గంజాయి ఆర్థికంగా ఆదుకుంది. ఎక్కువ కష్టపడకుండా గంజాయి రవాణా చేయడం, విక్రయించడం వల్ల ఎక్కువ మొత్తంలో డబ్బు చేరడంతో పెడ్లర్ల సంఖ్య గణనీయంగా పెరిగింది. లారీల్లో ప్రత్యేక క్యాబిన్లు తయారు చేయడం, కూరగాయల రవాణాతో గంజాయిని కూడా గమ్యాలకు చేర్చడం వంటి చర్యలకు పాల్పడుతున్నారు. పోలీసులకు పట్టుపడకుండా ఈ వాహనాలను దారిమళ్లించి గ్రామాల మీదుగా దూర ప్రాంతాలకు తరలిస్తున్నారు. ఆంధ్రనుంచి భద్రాచలం, ములుగు ఏజెన్సీ ప్రాంతాల మీదుగా వాటిని తరలిస్తున్నారు. గంజాయిని వేర్వేరు మార్గాల్లో తరలిస్తుండటంతో స్పష్టమైన సమాచారం ఉంటేనేగాని వాటిని పట్టుకోవడం సాధ్యపడటం లేదు. ఏజెన్సీ ప్రాంతాల్లో రాత్రి వేళల్లో గంజాయి రవాణా అధికంగా జరుగుతోంది. హైదరాబాద్‌కు, ఆదిలాబాద్ ప్రాంతాలకు తరలించిన స్మగ్లర్లు అక్కడి నుంచి రాష్ట్ర సరిహద్దులను దాటేస్తున్నారు.

ప్రస్తుతం గత రెండేళ్లుగా హైదరాబాద్ కూడా గంజాయి విక్రయాలకు మంచి మార్కెట్‌గా మారుతోంది. దీనితో రైళ్లు, బస్సులు, లారీల ద్వారా ఇక్కడకు పెద్ద ఎత్తున గంజాయిని తీసుకువస్తున్నారు. స్థానికంగా పెడ్లర్లతో గట్టి నెట్‌వర్క్ ఏర్పాటు చేసుకుని గంజాయిని తరలిస్తున్నారు. స్కూటీ సీట్ల కింద, ఐస్‌క్రీం బండ్లలో పెట్టడం ద్వారా గంజాయిని విద్యాసంస్థలకు చేరువుగా తీసుకువెళుతున్నారు. డ్రగ్స్ కొనుగోలు చేయలేని యువత గంజాయితో సరిపెట్టుకుంటోంది. ముందుగా స్నేహితుల నుంచి సరదాగా ప్రారంభమయ్యే గంజాయి తాగుడు క్రమంగా వారిని బానిసలుగా మారుతోంది. కొందరు విద్యార్థులు, యువత దానికి అలవాటు పడటమే కాకుండా అమ్మకాలలో కూడా భాగస్వాములు అవుతున్నారు. గంజాయి కొనుగోలు చేయాలంటే డబ్బు కావాలి. విద్యార్థి దశలో ప్రతిరోజూ ఇంటి నుంచి డబ్బు తీసుకువచ్చే అవకాశం ఉండదు. తాము కొనుగోలు చేసే గంజాయినే మరికొంత ఎక్కువకు అమ్మడం ద్వారా ఆర్థికపరమైన వెసులుబాటు కలుగుతోంది. గంజాయి విక్రయించే స్మగ్లర్లు కూడా దీనికి పూర్తిస్థాయిలో సహకరిస్తున్నారు. గంజాయి మెదడుపై ప్రభావం చూపుతుంది. గంజాయి సేవించే సమయంలో మరోలోకంలో విహరించినట్లు అనుభూతి పొందుతారు. బిగ్గరగా నవ్వడం, ఏడ్వడం వంటివి చేస్తారు. ఎక్కువ మోతాదులో తరచూ సేవిస్తే నాడీ మండలం దెబ్బతింటుంది. గంజాయి తీసుకున్న కొన్ని నిమిషాల్లోనే అది శరీరంపై పనిచేయడం ప్రారంభిస్తుంది. అసాధారణ స్వభావంతో పిచ్చిపిచ్చిగా ప్రవర్తిస్తుంటారు. డొపమైన అనే హార్మోన్ గంజాయితో ప్రభావితం అవుతుంది. దీనిని హ్యాపీ హార్మోన్ అని కూడా పిలుస్తారు. గంజాయి సేవించినప్పుడు ఈ హార్మోన్ పెద్ద మొత్తంలో విడుదల అవుతుంది. నాడీ మండలంపై దీని ప్రభావం ఉండటం వల్ల మెదడు మన ఆధీనంలో ఉండదు. క్రమంగాపూర్తిగా గంజాయికి బానిసలుగా మారిపోతారు. సమయానికి గంజాయి అందకపోతే నేరాలు చేయడానికి కూడా వెనుకాడని పరిస్థితి ఎదురౌతుంది. వావివరుసలు, ఇంగితం కోల్పోతారు. దీనినుంచి రక్షించబడాలంటే ముందుగా గంజాయిని ఎట్టి పరిస్థితుల్లోను తీసుకోకూడదు. స్నేహితులు, బంధువులు వత్తిడి చేసినా మొహమాటం లేకుండా తిరస్కరించాలి. మరోపక్క బంధువర్గం, స్నేహితుల్లో గాని ఎవరైనా గంజాయి సేవిస్తున్నట్లు అనుమానం కలిగితే వెంటనే పెద్దల దృష్టికి సమాచారాన్ని చేర వేయాలి. ఒకవేళ అనుకోకుండా గంజాయిని నాలుగైదుసార్లు సేవిస్తే దానికి అలవాటు పడుతున్నామని గ్రహించి వెంటనే వైద్యులను కాని సంప్రదించాలి. గంజాయి విక్రయాల గురించి సమాచారం ఉంటే పోలీసులకు సమాచారం ఇవ్వడం ద్వారా మరొకరు దీనికి బలికాకుండా చూడాల్సిన బాధ్యత యువతపై ఉంది.

– డాక్టర్ గిరీష్‌కుమార్ సంఘీ

'పరీక్షా' కాలం!

కవర్‌స్టోరీ

వాసిలి సురేష్

విద్యార్థుల బంగారు భవితకు పదో తరగతి పునాది. ఇక్కడ ఉత్తమ మార్కులతో ప్రతిభ చాటితే ఉన్నత చదువులకు బాటలు వేసుకోవచ్చు. కాబట్టి పదో తరగతి వార్షిక పరీక్షల్లో మెరుగైన ఫలితాల సాధనకు విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులు ఎంతో కృషి చేయటం జరుగుతుంది. రాబోయే నెలల్లో దేశ వ్యాప్తంగా సార్వత్రిక ఎన్నికలు ఉన్న నేపథ్యంలో పరీక్షలు ఈ సంవత్సరం కాస్త ముందుగానే జరగనున్నాయి. ఇప్పటికే పరీక్షల హడావుడి మొదలయ్యింది.

ప్రీ ఫైనల్, ఫైనల్ ఎగ్జామ్స్ అంటూ విద్యార్థులు పుస్తకాలతో కుస్తీ పడుతున్నారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో పదో తరగతి, ఇంటర్మీడియట్ పరీక్షలను మార్చి ఒకటి నుంచి 30 వరకు నిర్వహించనున్నట్లు ప్రభుత్వం ప్రకటించింది. సార్వత్రిక ఎన్నికలు ఉన్నందున విద్యార్థులకు ఇబ్బందులు లేకుండా మార్చి 31 లోపు పరీక్షలు పూర్తి చేసేలా ప్రణాళిక రూపొందించింది. సీబీఎస్ఈ, ఇతర రాష్ట్రాల ఎన్నికల షెడ్యూలు పరిశీలించిన తర్వాత ఈ పరీక్షల షెడ్యూల్ విడుదల చేయటం జరిగింది. ఈ ఏడాది ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో పదో తరగతి పరీక్షలకు 6.23 లక్షలు, ఇంటర్మీడియట్ మొదటి ఏడాది 5,29,457, రెండో సంవత్సరం పరీక్షలకు 4,76,198 మంది హాజరు కానున్నారు. ఫిబ్రవరి నెలలో ఇంటర్ ప్రాక్టికల్ పరీక్షలు జరగనున్నాయి. అదే విధంగా తెలంగాణలో ఇంటర్ పరీక్షలు షెడ్యూల్ విడుదలైంది. ఫిబ్రవరి 28 నుంచి మార్చి 19 వరకు ఇంటర్ పరీక్షలు జరగనున్నాయి. ఈ మేరకు తెలంగాణ ఇంటర్ బోర్డు షెడ్యూల్ విడుదల చేసింది. ఇంటర్ ప్రాక్టికల్ పరీక్షలు (జనరల్/వొకేషనల్ కోర్సులు) ఫిబ్రవరి 1 నుంచి 15 వరకు నిర్వహించనున్నారు. తెలంగాణలో పదవ తరగతి పరీక్షలు మార్చి 18 నుంచి ఏప్రిల్ 2వ తేదీ వరకు జరగనున్నాయి. సిబిఎస్ఈ 10వ తరగతి పరీక్షలు 2024 ఫిబ్రవరి మార్చి 15 నుంచి మార్చి 13వ తేదీవరకు, సీబీఎస్ఈ 12వ తరగతి పరీక్షలు ఫిబ్రవరి 15 నుంచి మార్చి 2 వరకు జరుగుతాయని సెంట్రల్ బోర్డు ఆఫ్ సెకండరీ ఎడ్యుకేషన్ బోర్డు స్పష్టం చేసింది.

అకడమిక్ పరీక్షలు, ప్రవేశ పరీక్షలు...

పరీక్షలు ఏవయినా అత్యుత్తమ మార్కులు సాధించాలని విద్యార్థులు తీవ్రంగా శ్రమిస్తుంటారు. పరీక్షల సీజన్ మొదలైందంటే రేయింబవళ్లు, నిద్రాహారాలు మాని పుస్తకాలే ప్రపంచంగా గడిపేస్తుంటారు. దీంతో తీవ్రమైన మానసిక ఒత్తిడికి గురవుతున్న పరిస్థితి నెలకొంటుంది. విద్యార్థులలో చదివిన అంశాలను గుర్తుంచుకోవడం ఎలా? పరీక్ష హాల్లో గుర్తుకొస్తాయా? పరీక్షలు సరిగ్గా రాయగలనా? అనే ఆలోచనలతో మరింత ఆందోళన పెరుగుతుంది. కొన్ని చిట్కాలు పాటించడం ద్వారా ఒత్తిడిని జయించవచ్చు. పరీక్షల్లో విజయం సాధించవచ్చు.

తెలుగు రాష్ట్రాల్లో త్వరలో ఇంటర్మీడియట్, పదో తరగతి పరీక్షలు, ఆ తర్వాత ప్రవేశ పరీక్షలు ప్రారంభం కానున్న నేపథ్యంలో విద్యార్థులు ఒత్తిడిని జయించి పరీక్షల్లో ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించడానికి పక్కా ప్రణాళిక ప్రకారం సిద్ధమవ్వాలి. అకడమిక్ పరీక్షల్లో అత్యధిక మార్కులు, గ్రేడ్స్ సాధించాలి. అప్పుడే భవిష్యత్తులో ఉన్నత విద్య, ఉద్యోగావకాశాలు లభిస్తాయి. ఐఐటి, జేఈఈ, నీట్ వంటి ప్రవేశ పరీక్షల్లో ఉత్తమ ర్యాంకు సొంతం చేసుకోవాలి. అప్పుడే ఆశించిన కోర్సుల్లో, కోరుకున్న విద్యా సంస్థల్లో ప్రవేశం లభిస్తుంది. నేడు విద్యార్థులు నిత్యం పుస్తకాలతో కుస్తీ పడుతూ ఒత్తిడికి గురవుతున్నారు. ఒత్తిడి ఫలితంగా సబ్జెక్ట్స్ నందు పొందిన నైపుణ్యాన్ని, పరిజ్ఞానాన్ని పరీక్ష సమయంలో ప్రదర్శించలేకపోతున్నారు. దీనికి కారణం ఎగ్జామ్ ఫోబియా అనేది నిపుణుల అభిప్రాయం. అంటే ఎగ్జామ్స్ అంటే భయపడటం. కాబట్టి విద్యార్థులు ఆ భయాన్ని అధిగమిస్తే ఎలాంటి ఒత్తిడి, ఆందోళన లేకుండా పరీక్షలు రాసి విజయం సాధించొచ్చు. అనుకున్న ఫలితాలు సాధించొచ్చు.

పరీక్షల ఒత్తిడిని అధిగమించాలి పరీక్షలంలో భయపడుతూ ఒత్తిడికి గురయ్యే విద్యార్థులు దాన్ని అధిగమించేందుకు ఆత్మవిశ్వాసం పెంచుకోవాలి. దీనికోసం తమ సామర్థ్యంపై నమ్మకం పెంచుకోవాలి. పరీక్షల్లో పోటీ గురించి అధికంగా ఆలోచించడం, తోటివారితో పోల్చుకోవడం వంటివి ఒత్తిడి పెంచుతాయి. అందుకే ముందుగా విద్యార్థులు పరీక్షల గురించి అతిగా ఆలోచించడం మానేయాలి. పోటీ, పోల్చుకోవడం అనేవి రెండూ విద్యార్థుల ఒత్తిడికి ప్రధాన కారణాలవుతున్నాయి. కాబట్టి విద్యార్థులు సహచరులతో పోల్చుకోవడం కంటే తమ సామర్థ్యాల పైన నమ్మకం పెంచుకోవడం మంచిది. తద్వారా ఒత్తిడిని జయించవచ్చు.

వివిధ రకాల అకడమిక్, పోటీ పరీక్షలకు హాజరయ్యే విద్యార్థులలో ఒత్తిడికి ప్రధాన కారణం ఫలితం గురించి ఆందోళన చెందడం. ఈ విధంగా ప్రిపరేషన్ సమయంలో ఫలితం గురించి ఆందోళన చెందడం సరియైనది కాదు. ప్రాధాన్యతా క్రమంలో సిలబస్ పూర్తి చేయటం జరగాలి. తద్వారా ఒత్తిడిని జయించవచ్చు. విద్యార్థులు తొలుత తాము చదవాల్సిన అంశాలను ప్రాధాన్యతా క్రమంలో అంటే పరీక్ష కోణంలో అతి ముఖ్యమైనవి, ముఖ్యమైనవి, ఓ మాదిరిగా చదవాల్సినవిగా విభజించుకోవాలి. మూడు వర్గాలుగా ఒక జాబితా సిద్ధం చేసుకోవాలి. వీటితో రోజువారీ ప్రణాళిక లేదా వార ప్రణాళిక సిద్ధం చేసుకొని వాటిని డైరీలోనో లేదా తమకు నిత్యం కనిపించే విధంగా వాల్ క్యాలెండర్‌లోనో నోట్ చేసుకోవాలి. చాలామంది విద్యార్థులు ప్రాధాన్యత క్రమం పాటించకపోవడంతో అన్ని చదవాలనే ఆత్రుతలో ఆందోళనకు గురవుతుంటారు. ప్రణాళిక ప్రకారం రోజువారీ చదవాల్సిన అంశాలపై దృష్టి పెట్టి సంపూర్ణ అవగాహన పెంచుకోవాలి. విద్యార్థులు తాము చదవాల్సిన అంశాలను తేలికైనవి, మధ్యస్థలం, క్లిష్టమైనవి అనే మూడు భాగాలుగా విభజించుకోవాలి. మొదట తేలికైన అంశాలు నేర్చుకోవటం ప్రారంభించాలి. తర్వాత రెండు విభాగాలను మధ్యస్థం, కష్టమైన అంశాలు నేర్చుకోవటం ద్వారా సులభంగా టాపిక్స్ అర్థమయ్యే వీలుంటుంది. అంతేగానీ కష్టమైన అంశాలతో పరీక్షలకు సిద్ధమవడం ప్రారంభిస్తే ఒత్తిడి మరింత పెరుగుతుంది.

వివిధ రకాల పరీక్షలకు సిద్ధమయ్యే క్రమంలో వారిపై చుట్టూ వున్న పరిసరాల ప్రభావం కూడా ఉంటుంది. విద్యార్థులు తాము చదివే గది వాతావరణం, పరిసరాలు ప్రశాంతంగా ఉండాలి. గదిలో టీవీ, కంప్యూటర్ వంటివి లేకుండా చూడాలి. బయటి నుంచి ఎలాంటి శబ్దాలు వినిపించకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. సహజమైన గాలి, వెలుతురు వచ్చే ప్రాంతంలో కూర్చోవాలి. మానసికంగా, శారీరకంగా ఆహ్లాదకరంగా ఉండటం ద్వారా ప్రశాంతంగా పరీక్షలకు సిద్ధమయ్యేందుకు వీలవుతుంది. పరీక్షలంటేనే విద్యార్థులు ఒత్తిడికి, ఆందోళనకు గురవుతారు. రిలాక్సేషన్ టెక్నిక్స్ పాటించడం ద్వారా విద్యార్థులు ఒత్తిడి నుంచి బయట పడవచ్చు. నిజానికి కష్టమైన అంశాలు నేర్చుకుంటున్నప్పుడు లేదా గతంలో చదివిన విషయాలు గుర్తుకు రానప్పుడు ఒత్తిడికి గురవుతుంటారు. ఇలాంటి సందర్భాలు ఎదురైనప్పుడు విద్యార్థులు ఉపశమన చిట్కాలు పాటించాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. టెన్షన్‌కు గురవుతున్న భావన కలిగిన వెంటనే పుస్తకాలను కొద్దిసేపు పక్కన పెట్టేయాలి. తమకు ఇష్టమైన సంగీతం, పాటలు వినడం, లేదా యోగా, మెడిటేషన్, గార్డెనింగ్ వంటివి చేయాలి. కొంతమంది టీవీ చూస్తుంటారు. అలాంటి విద్యార్థులు టీవీల్లో ఎంటర్టైన్మెంట్ అంశాలకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలి. డిస్కషన్స్, డిబేట్స్ వైపు దృష్టి పెట్టకూడదు. ఇవి కొంత ఉద్రేకపూరిత వాతావరణంలో సాగుతాయి. ఇలాంటివి చూడటం వల్ల మరింత టెన్షన్ తప్పితే దానివల్ల ఫలితం ఉండదు.

పరీక్షలకు సన్నద్ధమయ్యే విద్యార్థులు పూర్తిగా సానుకూల దృక్పథంతో అడుగులు వేయాలి. ముఖ్యంగా తమ చుట్టూ ప్రతికూల వాతావరణం లేకుండా చూసుకోవాలి. ప్రతికూల ధోరణితో ఉండే వ్యక్తులకు దూరంగా ఉండడం ఎంతో ముఖ్యం. దీంతోపాటు తాము గతంలో సాధించిన ఫలితాల నుంచి స్ఫూర్తి పొందాలి. ఒత్తిడికి గురైన సందర్భంలో తాము గతంలో సాధించిన విజయాలను గుర్తు చేసుకోవాలి. ఫలితంగా తాము హాజరు కాబోతున్న పరీక్షల్లో మెరుగ్గా రాణించగలమనే మానసిక ధీమా లభిస్తుంది. తమ సబ్జెక్ట్ నైపుణ్యాలపై నమ్మకం పెరుగుతుంది. ఎలాంటి ఆందోళన లేకుండా ఏకాగ్రతతో ప్రిపరేషన్ సాగించేందుకు వీలవుతుంది.

కీలకమైన పరీక్షరోజు చూపే ప్రతిభే భవిష్యత్తును నిర్దేశిస్తుందని గుర్తించాలి. వాస్తవానికి చాలామంది పరీక్ష రోజున అనవసర ఆందోళనకు గురవుతారు. దీంతో క్వొశ్చన్ పేపర్ చేతిలోకి రాగానే అలసటకు లోనవుతారు.

దీనికి పరిష్కారంగా పరీక్ష హాల్లోకి వీలైనంత ముందుగా ప్రవేశించాలి. అక్కడి వాతావరణానికి అలవాటు పడాలి. పరీక్షకు వెళ్లేందుకు అవసరమైన హాల్ టికెట్, ఇతర పత్రాలు ముందుగానే సిద్ధం చేసుకోవాలి. ఫలితంగా చివరి క్షణంలో ఆందోళన నుంచి విముక్తి లభిస్తుంది.

ఒత్తిడి నివారణలో యోగా, ధ్యానం అద్భుత సాధనాలని నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు. ప్రతిరోజు కొద్దిసేపు మెడిటేషన్ చేయడం ద్వారా ఒత్తిడిని ఎదుర్కొనే సంసిద్ధత లభిస్తుందని చెబుతున్నారు. కాబట్టి విద్యార్థులు ప్రతిరోజు కొంత సమయం యోగా, ధ్యానం వంటి వాటికి కేటాయించాలి.

మెరుగైన ఫలితాల కోసం..

కొన్ని సూచనలు పాటిస్తే భయాలను అధిగమించి పరీక్షల్లో గట్టెక్కవచ్చని మనసత్త్వ నిపుణులు చెబుతున్నారు.

తల్లిదండ్రులు చేయాల్సిన పని ఏమిటంటే, పిల్లల సామర్థ్యాలకు తగ్గట్టుగానే ప్రోత్సహించాలి. అతి అంచనాలు వేయకూడదు. అతి అంచనాల వల్ల పిల్లల్లో ఒత్తిడి మరింత అధికమవుతుంది. ఫలితాలు ఎలా ఉన్నా పరవాలేదు మేమున్నామంటూ తరచూ పిల్లలకు ధైర్యం చెప్పాలి. పిల్లలకు సమతులాహారం, సరిపడా తాగునీరు ఇవ్వడం, విశ్రాంతి కల్పించడం, స్వల్ప వ్యాయామం చేయించడం, మలబద్ధకం రాకుండా పీచుపదార్థాలు తినిపించడం చేయాలి. పిల్లల్లో ఉన్న సమస్యలు ఏమిటంటే 2-3 గంటలసేపు ఒకచోట స్థిమితంగా కూర్చోలేకపోతున్నారు. రాసే అలవాటు తప్పిపోయింది. విద్యార్థులు ఒక విషయంపై ఏకాగ్రత పెట్టలేకపోతున్నారు. తరచూ ధ్యాస మళ్లిపోతోంది. పరీక్ష అంటేనే వణికిపోతున్నారు. అది రాయనవసరం లేకుండా తప్పిపోతే బాగుండునన్నంతగా భయపడుతున్నారు. చదివిన విషయాలను గుర్తుపెట్టుకోలేకపోతున్నారు. ప్రీవియస్ తరగతుల్లో నేర్చుకోవాల్సిన ప్రాథమిక పరిజ్ఞానాలను గ్రహించలేకపోతున్నారు. ఫలితంగా పై తరగతిలో అయోమయానికి గురవుతున్నారు. ప్రత్యేకించి కొన్ని సబ్జెక్టుల విషయంలో విపరీతంగా భయపడుతున్నారు. పరీక్షలు బాగా రాయగలమని విద్యార్థులు తమకు తాముగా సానుకూల దృక్పథం అలవరచుకుంటే ఆత్మవిశ్వాసం పెరుగుతుంది. సమయానికి తగ్గట్టుగా సిలబస్‌ను విభజించి చదువుకోవాలి. కష్టమైన సబ్జెక్టులను రోజూ అరగంట లేదా గంటసేపు చదివితే పట్టు సాధించే వీలుంటుంది. చదువుకునేటప్పుడు ఫోన్లు, టీవీలకు దూరంగా ఉండాలి. వేర్వేరు చోట్లకు మారకుండా రోజూ ఒకచోట కూర్చుని చదువుకోవాలి. పిల్లలు పరీక్షలను అసాధారణ విషయంగా భావిస్తున్నారు. పరీక్షలనేసరికి కడుపునొప్పి, వాంతులు, విరేచనాలు, తలనొప్పి, నరాల బలహీనత, అలసట వంటివి వస్తున్నాయి. దీన్ని సైకోసెమటైజేషన్ అంటారు.

నిర్దేశిత సమయం లక్ష్యంగా పెట్టుకుని కుదురుగా కూర్చోవడం సాధన చేయాలి. వారి ధ్యాస మల్లుతుంటే తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులు అప్రమత్తం చేస్తుండాలి. గోడవైపు తిరిగి చదువుకుంటే ఇతర అంశాలపై దృష్టి మరలే అవకాశాలు తగ్గుతాయి. కొందరు విద్యార్థులు పరీక్షను ఎక్కువగా ఊహించుకుంటూ తమ సామర్థ్యాన్ని తక్కువగా అంచనా వేస్తున్నారు. కవేళ ఏదైనా సబ్జెక్టులో ఉత్తీర్ణులు కాలేకపోయినా మరోసారి రాసుకోవచ్చని గ్రహించాలి. దాని గురించి భయపడుతూ బాగా రాయగలిగిన మిగిలిన సబ్జెక్టులను చేజార్చుకోకూడదు. పాఠ్యాంశాలను గుర్తు పెట్టుకోవడానికి, చదవడం, పదే పదే పునశ్చరణ(రీడ్, రివైజ్) వంటి పద్ధతులను అనుసరించాలి. కాలానుగుణంగా ఆరోగ్యపరమైన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని వైద్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. అధికంగా నీరు తాగుతూ కనీసం రోజుకు అరగంటైనా వ్యాయామం చేస్తుండాలి. త్వరగా జీర్ణమయ్యే ఆహారం తీసుకోవటం మంచిదని పేర్కొంటున్నారు. ఆహారం తీసుకోవడంలో సమయపాలన పాటించాలి. మసాలాతో కూడిన ఆహారం దరిచేరనివ్వకూడదు. అరటిపండు తీసుకుంటే ఏకాగ్రత పెరుగుతుంది. పండ్లరసాలు ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. విద్యార్థులు ఉత్సాహంగా ఉండటంలో పరిశుభ్రత ఎంతో కీలకం. చదువుపై ఆసక్తి, ఆత్రుతతో స్నానం చేయడంలో నిర్లక్ష్యం తగదు.

రెండు పూటలా స్నానం చేయకపోతే చర్మవ్యాధులు వస్తాయి. అతిగా చదివి నీరసిస్తే కళ్లు లోపలికి పోవడం, అధిక దాహం, జ్వరం, మూత్రం సరిగా రాకపోవడం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. అలసినప్పుడల్లా చల్లని నీటితో ముఖం కడుక్కోవాలి. పరీక్ష సమయంలో విద్యార్థుల ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ వహించాలి. తల్లిదండ్రులు పిల్లల చదువుతో పాటు ఆహారం, ఆరోగ్యంపై దృష్టి పెట్టాలి. లేకుంటే ఏడాదిపాటు పడ్డ శ్రమ వృథా అవుతుంది. నిద్రలేమితో అవస్థలతో పాటు పలు రకాల రుగ్మతలకు లోనయ్యే అవకాశముంది. ఇప్పటినుంచే మంచి ఆహార నియమావళిని అనుసరిస్తే మంచిది. పోషక విలువలు కలిగిన ఆహారం, నిద్ర, వ్యాయామం ప్రధానమైనవి. పిల్లలు వీటిని తప్పకుండా పాటించేలా తల్లిదండ్రులు దృష్టి పెట్టాలి.

ప్రతిరోజు దినచర్యను తమకు ఇష్టమైన వ్యాపకంతో ప్రారంభించాలి. రోజూ కొద్దిసేపు యోగా, నడక, వ్యాయామం వంటివి చేయాలి. చదవాల్సిన అంశాల జాబితాలను ముందుగానే రూపొందించుకోవాలి. విసుగు, కోపం, ఆవేదన, నిరాశ, నిస్పృహలకు దూరంగా ఉండాలి. ఇతరుల విజయాలను చూసి ఆందోళన చెందకూడదు. వారు విజయం ఆసధించిన తీరుపై సానుకూల దృక్పథంతో సలహాలు స్వీకరించాలి. డెడ్‌లైన్స్, లాస్ట్ మినిట్ వరకు వేచి చూడకుండా ముందుగానే ప్రీ ప్లాన్ అప్రోచ్ అనుసరించాలి. ప్రతిరోజు తప్పనిసరిగా కనీసం ఆరు గంటలు నిద్రకు కేటాయించాలి.

మొబైల్ ఫోన్, సోషల్ మీడియా, టీవీలకు దూరంగా..

విద్యార్థులు నేడు ఆధునిక సౌకర్యాలయిన కంప్యూటర్, ఇంటర్నెట్, మొబైల్, సోషల్ మీడియాలో బందీగా మారిపోయారు. రోజంతా ఫోన్, టీవీ ముందు కూర్చుని సమయం వృథా చేయటం అలవాటైపోయింది. కాబట్టి తక్షణమే వీటి నుంచి దూరంగా ఉండేలా ప్రయత్నించాలి. అది అసాధ్యం అనిపిస్తే కనీసం క్రమంగా ప్రతిరోజూ ఒక గంట దూరం చేయాలనే లక్ష్యం పెట్టుకోవాలి. ఫోన్‌ను ఫ్లైట్ మోడ్‌లో ఉంచడం ద్వారా లేదా అంతరాయం కలిగించవద్దు మోడని ఉపయోగించడం ద్వారా అధ్యయనం చేయడానికి, చదువు పట్ల ఏకాగ్రత చూపడానికి వీలవుతుంది. నిశ్శబ్దంగా, బాగా వెలుతురు, సౌకర్యవంతమైన చోట చదువుకోవాలి. బయట నుంచి ఇతర అవరోధాలు ఎదురు కాకుండా చూసుకోవాలి. అంతరాయాలను నివారించడానికి మొబైల్ ఫోన్, టాబ్లెట్ లేదా కంప్యూటర్‌లో నోటిఫికేషన్‌లను రాకుండా మ్యూట్‌లో ఉంచాలి లేదా ఆఫ్ చేయాలి. ఫోకస్ టెక్నిక్‌లను ఉపయోగించాలి. ప్రతీ 25 నిమిషాలు ఏకాగ్రతతో చదువుకుని, చిన్న విరామం తీసుకోవాలి. అధ్యయన సెషన్‌లను స్పష్టమైన లక్ష్యాలతో నిర్వహించదగిన పనులుగా విభజించుకోవాలి. చిన్న లక్ష్యాలను సాధించడం అనేది ప్రేరణను కొనసాగించడంలో సహాయపడుతుంది. అత్యంత ముఖ్యమైన పనులను గుర్తించాలి. వాటికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి. ఇలా చేయడం నిరంతరంగా ప్రిపరేషన్‌నందు ఉండేందుకు, అధిక ఒత్తిడికి గురి కాకుండా ఉండేందుకు సహాయపడుతుంది. విభిన్న సబ్జెక్టులు లేదా అంశాల కోసం నిర్దిష్ట సమయ స్లాట్‌లను కేటాయించడానికి టైమర్ లేదా స్టడీ షెడ్యూల్‌ని ఉపయోగించాలి. ఏకాగ్రత, ఒత్తిడిని తగ్గించి సామర్థ్యాన్ని మెరుగుపరడానికి ధ్యానాన్ని రెగ్యులర్‌గా చేయాలి. సోషల్ మీడియాకు దూరంగా ఉండాలి. స్థిరమైన అధ్యయనం దినచర్యను ఏర్పరచుకోవాలి. ఒక క్రమమైన షెడ్యూల్‌ని కలిగి వుండటం వలన, నిర్ణీత అధ్యయన సమయాలలో మరింత ఏకాగ్రతతో ఉండేలా శిక్షణ పొందవచ్చు. స్టడీ సెషన్‌ల సమయంలో మొబైల్ ఫోన్, టీవీ రిమోట్ లేదా ఏదైనా ఇతర దృష్టిని మరల్చే వస్తువులను అందుబాటులో లేకుండా చూడాలి. స్టడీ సెషన్‌ను ప్రారంభించే ముందు వస్తువులను వెతకవలసిన అవసరాన్ని తగ్గించడానికి అవసరమైన అన్ని మెటీరియల్‌లను (పుస్తకాలు, నోట్స్ మొదలైనవి) ముందుగా అందుబాటులో ఉంచుకోవాలి. పనిపై దృష్టి సారించే స్నేహితులు లేదా కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి అధ్యయనం చేయడం ద్వారా సహాయక వాతావరణం ఏర్పడుతుంది. ❍

ముచ్చటైన బొమ్మలు

'వావ్! ఈ బొమ్మలన్నీ భలేగా ఉన్నాయే, ఒకటేమో గమ్మత్తుగా తొంగి తొంగి చూస్తే..ఇంకోటి పాపను వెంటేసుకుని చక్కని స్టిల్ ఇచ్చింది. మరికొన్నైతే ఫ్యాషన్ డ్రెస్సులతో తెగహొయలుపోతున్నాయి. ఈ ఫొటోల్ని చూసీ చూడగానే మీరూ ఇలాగే అనుకున్నారు కదూ. కానీ అవెలా తయారయ్యాయో తెలిస్తే, బొమ్మల అందాన్ని పొగడటం మాట అలా ఉంచి ఆశ్చర్యంతో నోరు తెరుస్తారు. అంత ఘనం ఏముందీ వీటిలో అంటే ఇదంతా పనికిరాని పొట్టువరి. కొంతమంది ఆర్టిస్టులు ఎండిపోయిన మొక్కజొన్న పొట్టుని తీరుగా మడిచి ఇలా ముచ్చటైన బొమ్మలకు రూపం ఇచ్చారు. కొందరు కళాకారులు నేరుగా ఆ పొట్టుతోనే బొమ్మల్ని తయారుచేస్తే ఇంకొందరు వాటికి రంగులు వేస్తూ ఆబొమ్మలకు అదనపు అందాన్ని తీసుకొస్తున్నారు. ఏదిఏమైనా పంట మీదతీసి పక్కన పారేసే పొట్టుతోనే రకరకాల పోజులతో కనిపించే మనుషుల్నీ, అద్భుతమైన డ్రెస్సుల్నీ అందరూ చేయలేరు. అందుకే మరి, ఈ కార్న్ హస్క్ డాల్స్‌ని చూసినవారంతా ఆర్టిస్టుల ప్రతిభకు ముగ్ధులైపోతున్నారు.

మార్కెట్లో కొత్తగా

భలే రోబో వాక్యూమ్ క్లీనర్

ఇప్పటికే మార్కెట్లో పలు రకాల రోబో వాక్యూమ్ క్లీనర్లు ఉన్నాయి. ఇవన్నీ నేలమీద, గోడల మీద ఉన్న దుమ్ము ధూళీ కణాలను సమర్థంగానే తొలగిస్తాయి. చైనాకు చెందిన బహుళజాతి సంస్థ టీసీఎల్ తాజాగా మార్కెట్లోకి తెచ్చిన ఈ 'స్వీవా' రోబో వాక్యూమ్ క్లీనర్ దుమ్ముధూళి కణాలను తొలగించడమే కాకుండా, ఉపరితలంపై వ్యాపించి ఉన్న బ్యాక్టీరియా, వైరస్ వంటి సూక్ష్మజీవులను పూర్తిగా నాశనం చేస్తుంది. దీని నుంచి వెలువడే అల్ట్రావయొలెట్-సి కిరణాలను ఎలాంటి రోగకారక సూక్ష్మజీవులనైనా క్షణాల్లో నాశనం చేసేస్తాయి. ఇది గూగుల్ అసిస్టెంట్ లేదా అమెజాన్ అలెక్సా వాయిస్ అసిస్టెంట్ ద్వారా కూడా పని చేస్తుంది. 'స్వీవా' రోబో వాక్యూమ్ క్లీనర్స్ 1000,2000,6000,6500 అనే నాలుగు మోడల్స్‌లో దొరుకుతాయి. ఎంపిక చేసుకున్న వేగాన్ని బట్టి 1500పీఏ నుంచి 2700 పీఏ సక్షన్ స్పీడ్‌తో పనిచేస్తాయి.

ఫోల్డింగ్ వాషింగ్ మెషిన్

ఉతికిన తర్వాత బట్టలను మడతపెట్టి దాచుకోవడం మామూలే. ఉతుకుడు పని పూర్తయ్యాక వాషింగ్ మెషిన్‌కు ఇంచక్కా మడతపెట్టి, సూట్‌కేసులో దాచుకోవడాన్ని ఊహించగలమా? ఊహాతీతమైన ఈ వాషింగ్ మెషిన్‌ను హాంకాంగ్‌కు చెందిన పీక్యూపీ డిజైన్ కంపెనీ రూపొందించింది. దూరం ప్రయాణాలకు వెళ్లేటప్పుడు సులువుగా తీసుకుపోయేందుకు వీలుగా దీనిని తయారు చేసింది. ఇది రీచార్జబుల్ బ్యాటరీతో పని చేస్తుంది. దీనిని ఎక్కడ కావాలంటే అక్కడ వాడుకోవచ్చు. ఇందులో ఉతకాల్సిన దుస్తులు వేసుకుని, తగినంత నీరు, డిటర్జెంట్ నింపు కొని ఆన్ చేసుకుంటే, అడుగున ఉండే వైబ్రేటర్స్ నిర్దిష్టమైన వేగంతో పనిచేస్తూ, దుస్తుల మీద ఉండే మురికిని తేలికగా వదలగొడుతుంది. పని పూర్తయిన తర్వాత దీనిలోని నీటిని బయటకు వంపేసి, నీరం తా ఆరిన తర్వాత దీనిని మడిచేసి సూట్‌కేసులో లేదా బ్యాక్‌ప్యాక్‌లో

విచిత్ర త్రిచక్ర వాహనం

ముందువైపు నుంచి చూస్తే ఈ వాహనం అధునాతనమైన కారులాగానే కనిపిస్తుంది. ఈ వాహనానికి ముందువైపు రెండు చక్రాలు ఉంటాయి. వెనుకవైపుచూస్తే మాత్రం ఒకే చక్రం ఉంటుంది. ఈ విచిత్ర త్రిచక్ర వాహనాన్ని జపాన్‌కు చెందిన బహుళజాతి ఆటోమొబైల్ కంపెనీ 'యమహా' ఇటీవల దీనిని 'ట్రైకెరా' పేరుతో రూపొందించింది. ఇది పూర్తిగా ఎలక్ట్రిక్ వాహనం. ఇందులో డ్రైవర్ సహా ఇద్దరు కూర్చుని ప్రయాణించడానికి వీలుంటుంది. దీని డ్రైవింగ్ విధానం కారు డ్రైవింగ్ మాదిరిగానే ఉంటుంది. దీనిని ఒకసారి చార్జింగ్ చేసుకుంటే, ఏకధాటిగా వందకిలోమీటర్లు. దీనిని త్వరలోనే జపాన్‌లో విడుదల చేయనున్నట్లు 'యమహా' కంపెనీ ప్రకటించింది. ఆ తర్వాత మిగిలిన దేశాల్లో కూడా దీనిని అందుబాటులోకి తేనున్నట్లు తెలిపింది. దీని ధరను మాత్రం ఇంకా ప్రకటించలేదు.

పాలస్తీనా పసిపిల్లల కళ్లల్లో
ఆఖరి మృత్యుచూపుల వేదనాయుత కన్నీళ్లు
నిన్ను కరిగించి కదిలించవు కానీ దహిస్తాయి
యుద్ధోన్మాదం విషాద విహారంగా
కరాళ నృత్యం చేస్తున్నా

డెత్ వారంట్

నిస్సహాయ దైన్య
రోగులుండే
ఆసుపత్రులపై అణుబాంబులు పడుతున్నా
నువ్వు అణుమాత్రం చలించవు
అమెరికా, ఐరాసలు
శాంతి మంత్రం వల్లిస్తూనే

సాంకేతిక సంపన్న కుహనా
వాంఛా వలయ కుహరంలో
కృత్రిమ జ్ఞానంలో లోతులలో
కోర్కెల దిగుడు బావిలో
కూరుకుపోతున్న మూలుగులు
మనిషీ!
ఏది శాంతి?/ ఏది కాంతి?
ఈవేళ
ప్రపంచం, ఉన్మత్త రక్తసిక్తం.

మృతు విలయం ఆహ్వానిస్తున్నాయి
గాజాలో హమాస్
మరో చోట నువ్వు సృష్టించే క్రూర మృత్యు హోమం
కొడికట్టిన దీపాల్లా మనుషులు
కొట్టుమిట్టాడుతున్న మనిషీ!
ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటలిజన్స్ సాధించే ప్రగతి
శాంతి, కాంతి లేని ప్రస్థానంలో
డెత్ వారంట్ అందుకుంటున్నావ్!

– వై.ఎస్.ఎన్.మూర్తి

గోరుచిక్కుడుకాయ

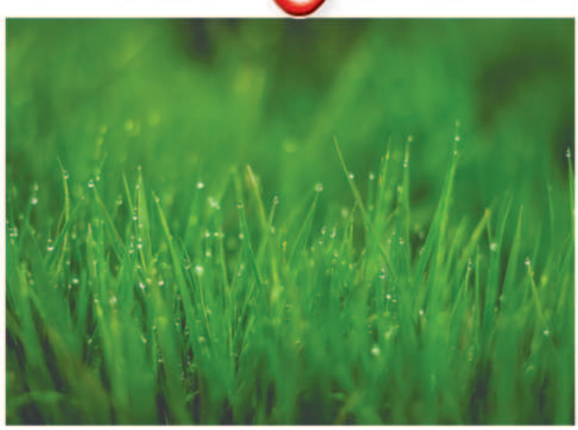
నారు తియ్యక ముందు
అది ఒకటి
తర్వాత రెండు
ఇది ద్వైతాద్వైతాల విచిత్ర క్రీడ.
ఆమె గోరులను
అందం కోసమే పెంచుకుంది
ఇప్పుడు
నారు తియ్యడానికి పనికొచ్చాయి.
దాని నిగనిగల్లో
కవిత్వం కనిపిస్తుంది నాకు
పరీక్షగా చూస్తే
బక్క సుందరిలా ఉంటుంది.
తీగకు ఊగుతుంటే
ప్రియురాలి వేళ్లు కదులూ
పిలుస్తున్నట్టుగా వుంటుంది.
మార్కెట్లో
తూచేటప్పుడు
ఒక్కటి రాలిపడ్డా
ప్రాణమొప్పదు నాకు.
తినే తొందరలో
గమనించంగానీ
కూరగాయలు కూడా
పువ్వులంత సుందరంగా వుంటాయి.

– డా॥ ఎన్.గోపి

ఋతువులన్నీ కాలానికి
శ్రమజీవన స్వప్నాలే
కల్లలేమిటి, గాలిమేడలేమిటి?
ముందడుగు నీడల్లో జనజీవన
ప్రవాహం
ఏ మబ్బుతేనేమి వెన్నెల్లో తడిశాకే
చినుకై రాలుతుంది
అపూర్వ కాలాల జీవన కాంక్ష
అగాథాల అరణ్యాలన్నీ
వసంతాలకు/ సహకరించాలనే
ఇలా ఋతువులన్నీ కాలానిక
శ్రమ జీవన సహకారాలే.
ప్రవహించే నదుల పైన
కలల నావ సాగిపోతుంది
ఉదయ సంధ్యల కాలాల్లో
కొంత అలసట, కొంత ఊరట
వెనక్కి రాలేని కాలం
ముందడుగు నీడలతో వెనక్కి
పోలేని జీవన స్వప్నం

– రవి మాగంటి

కాలమో ప్రవాహం



శ్రీనివాస్ ఆరోగ్య సూచనలు

వైద్యుల నుండి మందుల నుండి ఆసుపత్రుల నుండి దూరంగా ఉంచే జీవనవిధానం ఆచరించడానికి ప్రకృతి వైద్యరహస్యాల సారాంశాన్ని అవలంబించవలసినదిగా విజయహెల్తీ, ఫుడ్స్, 'ఆరోగ్యకవచం' పుస్తకాన్ని అందచేసారు. పుస్తకరూపకర్తగా ఈగ శ్రీనివాస్, మధ్యాహ్నం వండిన ఆహారం తినాలని ఉదయం, రాత్రి వండని ఆహారం తినాలని ఆరోగ్య సంరక్షణకు అమూల్యమైన సూచనలు అందచేసారు. ఉప్పు, నూనె, చక్కెర, మైదా, తెల్లటిబియ్యం వినియోగించే అలవాటును సహజంగా ప్రకృతిలో లభించే ఆహారంతో భర్తీ చేసుకొంటూ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవాలని ప్రకృతి వైద్య ప్రాధాన్యతను వివరించారు. 60పేజీల ఆరోగ్య కవచంలో, పచ్చికూరలు, మొలకెత్తిన గింజలు, నూనెల వలన నష్టాలు, యోగాసనాలు, ఆరోగ్య నియమావళి, ఉపవాస విశిష్టత, జీర్ణాశయ రహస్యాలు ఎన్నో అద్భుత విషయాలు వివరించారు. ఆ ఆరోగ్య కవచం శ్రద్ధాసక్తితో చదివితే మన దైనందిన జీవనంలో మనం ఆసుపత్రులు, వైద్యులను ఆశ్రయించుకొని ఎలా ఎందుకు, జీవిస్తున్నామో తెలుస్తుంది.

(ఆరోగ్య కవచం, రచన: ఈగ శ్రీనివాస్, వెల: రూ 80, ప్రతులకు: విజయ హెల్తీఫుడ్స్, శ్రీవెంకటేశ్వర ఆలయవీధి, చిక్కడపల్లి, హైదరాబాద్)

- యర్రమిల్లి

సామాజిక సుగంధాన్ని విరజిమ్మిన నానీలు

'ఎన్నాళ్లుగానో/ భావాలు నానుతున్నాయి/ ఇవాళ/ నానీలై మొలకెత్తాయి...ఒకటా..రెండా ఏకంగా మూడువందల లఘు కవితలు నానీల రూపంలో గిన్నారపు ఆదినారాయణ గుండెలోంచి ఎగిసిపడి సుగంధాలు విరజిమ్ముతున్నాయి. సామాజిక స్పృహతో తడిసి ముద్దయిన ఈ నానీలు చదువరులను అలరిస్తాయి. 'వర్షం తగ్గినా/ రోడ్లు ఉప్పొంగుతున్నాయ్! బస్తీవాసుల/ కన్నీళ్ల అవి'. చిన్నపాటి వర్షం కురిసినా లోతట్టు ప్రాంతాల్లో నివసించే పేద, బలహీనవర్గాల వారి కష్టాలను నానీకరించిన తీరుయిది. 'పంట ను/ రైతు నీటితోకాదు/ కన్నీటితో/ పండిస్తున్నాడు' 'వర్షం రాకతో/ రైతు మనసు విచ్చుకుంది/ రోజూ కురుస్తుంటే/ నొచ్చుకుంది' రైతుల వెతలు కవి మనస్సును గాయపరిచినట్టున్నాయి. చాలా కవితలే రాసాడు. 'ఈ దేహాలన్నీ/ మట్టిముద్దలే/ కులమతాల/ ఈకలెందుకు'. తాత్వికత చిప్పిల్లిన నానీ. 'కరోనాతో/ బడిగదులకు తాళం/ ఊపిరిగదులు/ అతలాకుతలం'. 'కరోనా' ముగిసిన అధ్యాయం అనుకున్నాం. కానీ మళ్లీ విజృంభిస్తున్న మహమ్మారి పట్ల అప్రమత్తంగా వుండాలని హెచ్చరిస్తున్నాడు. 'నానీ కవిత/ ఒక మిణుగురు/ చరుపే/ దీని కొసమెరుపు' నానీకి ఆయువు పట్టయిన 'చరుపు' ప్రాధాన్యతను తెలియజేస్తున్నాడు ఆదినారాయణ. నాణ్యమైన నానీలను మోసుకొచ్చిన 'నానీల సుగంధా'న్ని ఆఘ్రాణించండి..అనుభూతించండి.

(నానీల సుగంధం, రచన: డా॥గిన్నారపు ఆదినారాయణ, ప్రతులకు: 3-1-23/2, రాంశంకర్ నగర్, పాతరామం తాపూర్, హైదరాబాద్) **- రమణ వెలమకన్ని**

పుస్తక సమీక్ష

ఈ రచన స్వర్గీయ నక్కలమిట్ట నాగప్ప, పుల్లమ్మలకు (జననీ-జనకులు) రచయిత అంకితం చేసారు. డా॥కొట్టే చెన్నయ్య-బలిజ శ్రీరాములు, పట్నం రాజేశ్వరి, డా॥ పి.జి.కె. వెంకటేశ్వరరావు, జె.వి.కృష్ణయ్య, రవికుమార్, యస్.డి.వి. అజీజ్‌లాంటి పెద్దలు ఈ పుస్తక ప్రాధాన్యత తెలిసే చక్కటి ముందు మాటలు రాసారు. ఐదువేల జనాభాగల 'నాగలదిన్నె' (కర్నూలు

నక్కలమిట్ట అనుభవాలు-జ్ఞాపకాలు

జిల్లా ఎమ్మిగనూరు ప్రాంతానికి చేరువలో),లో చేనేత కుటుంబంలో పుట్టిన రచయిత జీవితాను భవాలే ఈ ఆత్మకథ..దాహార్తి తీర్చడానికి తక్కువ కులంవారికి నీళ్లు ఎత్తి దోసిళ్లలో పోయడం వడ్డెర కులాల బసివీల్లో రవిక లేని స్త్రీలకు (చీర కొంగులే ఎదకు చుట్టుకొనే స్థితి) రవికలు ధరింపచేసే స్థితికి కృషి చేయడం- బహుజన ఉద్యోగుల సమస్యలు ప్రభుత్వం దృష్టికి తీసుకెళ్లి, అవి పరిష్కరించబడ్డానికి చొరవగా శ్రీనివాసులు కృషి ఈ పుస్తకంలో కనిపిస్తుంది. మద్దూరు- రేగడగూ దూరు, వేంపెంట-గ్రామాల్లో అగ్రవర్ణ పెత్తందార్ల అమానుష చర్యల కు వ్యతిరేకంగా ప్రజాసంఘాలతో కలిసి ధర్నాల్లో పోరాటాల్లో పాల్గొ ని ఆర్థికంగా తోడ్పడటం బి.సి విద్యార్థులకు తగిన హాస్టల్ వసతి కోసం ఫీజు రీఎంబర్స్‌మెంట్స్, స్కాలర్‌షిప్స్ కోసం శ్రీనివాసులు కృషి స్ఫూర్తిదాయకమైనది. ప్రజారంగ కార్యకర్తలకు యువతకు ప్రయోజనకారి ఈ పుస్తకం. **(నా అనుభవాలు-జ్ఞాపకాలు, రచన: నక్కల మిట్ట శ్రీనివాసులు, వెల: రూ అమూల్యం, ప్రతులు: యస్. శ్రీనివాసులు, 79-94ఎ, కృష్ణానగర్, కర్నూలు)** **- తంగిరాల చక్రవర్తి**

'నవ్వునాలుగిందాల చేటు'. ఇది ఆనాటిమాట. 'నవ్వు నాలుగిందాల మేలు' ఇది నేటి మాట. నవ్వు మానసికంగానే కాదు, శారీరకంగా ఆరోగ్యాన్ని చేకూర్చుతుందని ఆర్యోక్తి. తెలుగు సాహిత్యంలో ఎందుకనో హాస్యసంబంధిత సాహిత్యం

విరించి కులాసా కథలు

రావల్సినంతగా రావటం లేదు. ఆ వచ్చిన కొద్దిమేర సాహిత్యమైనా హాస్యరసస్ఫూరితాలుగా ఉండటం లేదు. రచయిత విరించి 'నా భార్యకింకా పెళ్లికాలేదు' గిలిగింతలు పెడతాయి. ఇందులో మరో విశేషం కథల్లోని ఏదేని టైటిల్‌ను సామాన్యంగా కథల సంపుటికి టైటిల్‌గా ఎన్నుకుంటారు. ఇందులో ఇచ్చిన 24 కథల్లో ఏ ఒక్కకథకూ, ఈ టైటిల్ లేదు. రచయిత పాఠకులపై సంధించిన హాస్యాస్త్రం అనుకోవాలేమో! నిజానికి హాస్యరస కథల్ని రాయటం తేలికకాదు. అంతగా పండకపోతే రచయిత ప్రయత్నం హాస్యాస్పదం అవుతుంది. కాని ఇందులోని కథలన్నీ నవ్వులను పుష్కలంగా పండిస్తాయి. కథల్లోని శైలి శిల్పం నవ్వుల మతాబా లని వెలిగిస్తాయి. ఒక్కోకథ 'సీమటపాకాయ్'లా అనుకోని మలుపు లు తిరుగుతూ కొసమెరుపులతో ముగుస్తాయి. ఎన్.జగన్నాథశర్మ, భువనచంద్ర వంటి వారలచే 'సర్టిఫయిడ్' అయిన నిఖార్సైన కథలు, ఎలక్షన్ సమయాన పార్టీలు, వారి అభ్యర్థులు ఇచ్చే గ్యారంటీలులా కాకుండా 'గ్యారంటీగా' నవ్వులు పంచే కథలివి. **(నాభార్యకింకా పెళ్లి కాలేదు, హాస్యకథలు, రచన: విరించి, వెల: రూ 150, ప్రతులకు: ఎమ్మెస్కోబుక్స్ హైదరాబాద్)** **- కూర చిదంబరం**

జగమంతా రామమయం

డాక్టర్ దేవులపల్లి పద్మజ

శతాబ్దాల నుంచీ ఎదురుచూస్తున్న శుభతరుణం అయోధ్య నగర ప్రభువు శ్రీరామ చంద్రమూర్తి కొలువుదీరబోతున్న ఘడియలు దగ్గరకొచ్చేసాయి. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఉన్న హిందువుల ఆకాంక్ష, తరతరాల కృషి, దీక్ష, న్యాయపోరాటం, ధర్మనిరతి, ఐక్యమత్యం వెరసి అయోధ్య రాముని ఆగమనం మదిలో ఆనందం. హిందువుల ఆరాధ్యదైవం, ఆదర్శరాముని అండదండలు లభిస్తాయి ప్రతివారిలో రాంలల్లా ప్రతిష్టకోసం క్షణాలు భారంగా భావిస్తూ నిరీక్షిస్తూ ఉన్నాం.

శ్రీరామరామ రామేతి రమే రామే మనోరమే!
సహస్రనామ తత్తుల్యం రామనామ వరాననే!!

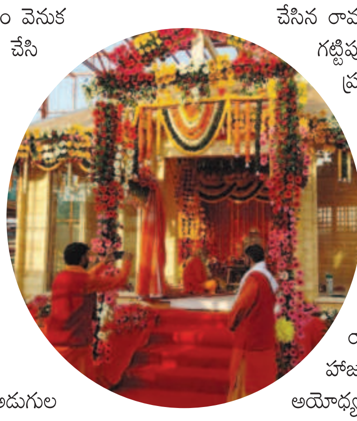
'శ్రీరామా' అంటే చాలు రామప్రభువు మనకు తోడుంటాడనడంలో సందేహం లేదు. శ్రీపదంలో సంపద, 'రా' అక్షరంలో విష్ణువు, 'మ' అక్షరంలో శివుడు ఉన్నారని తెలుస్తోంది. వెరసీ శ్రీరామ అనుకుంటే అద్వైతం. భగవత్ స్వరూపాలు అనేకమైనా తత్వం ఒకటే అని గమనించాలి. హిందూ ధర్మం ఎలా ఉంటుంది అనే ప్రశ్న వేస్తే

రామో విగ్రహవాన్ ధర్మ! సాధు పరాక్రమంః!
రాజా సర్వస్య లోకస్య దేవానామివ వాసవః!!

ఆ ధర్మజ్ఞుడు రాముని వ్యక్తిత్వం వర్ణింప రఘుకుల భూషణుడు మర్యాద పురుషోత్తముడు సాక్షాత్తు పరబ్రహ్మ, పరమాత్మ ధర్మ సంరక్షణార్థం, లోకోద్ధరణ కొరకు మానవుడై జన్మించిన విష్ణుమూర్తి. శ్రీరాముడు సద్గుణ సాగరుడు, సత్య, సౌహార్ద్ర, ఉపరతి, సంయమ, నిస్పృహత్వ, నీతిజ్ఞత, తేజోప్రీతి, త్యాగ, మర్యాద రోణ, ఏకపత్నీవ్రత, ప్రజారంజకత్వ, బ్రాహ్మణభక్తి, మాతృపితృ భక్తి, గురుభక్తి, భ్రాతృప్రేమ, మైత్రీభావం, శరణాగత వత్సలం, సరళత్వం, వ్యవహార కుశలత్వం, ప్రతిజ్ఞా పాలనం, సాధు రక్షణం, నిర్వైరత్వం, బహుజ్ఞత్వం, ధర్మ పరాయణత్వం, సద్గుణ సంపన్నత్వం కలిగి అయోధ్య పాలకుడుగా విశ్వమంతా పూజింపబడుతున్నాడు. ఇక్ష్వాకు వంశజుడైన దశరథుడు, పూర్వము ప్రతిభావంతుడు, మానవేంద్రుడు ఐన మనువు వలె అయోధ్యను రక్షించు విధమున శ్రీరామ చక్రవర్తి కూడా ఎనిమిది మంది ఆస్థాన మంత్రులు ధృష్టి, జయంతుడు, విజయుడు, సిద్ధార్థుడు, ఆర్థసాధకుడు, అశోకుడు, మంత్రపాలకుడు, సుమంత్రుడు, సర్వదా రాజకార్య ములను సమర్థవంతంగా నిర్వర్తించుచుండెను. వసిష్టుడు వామదేవుడు, జాబాలి వంటి పురోహితుడు, న్యాయశాస్త్రం, దండనీతి మొదలగు రాజవిద్యలలో నిపుణులు, స్వార్థ చింతన లేనివారు, త్రికరణశుద్ధిగలవారు, రాజ్యంలో జరుగబోవు, జరుగుతున్న విషయాలపై అప్రమత్తత

కలిగి సమయస్ఫూర్తిగా వ్యవహరించువారు రామరాజ్యంలో ప్రధాన పాత్రధారులు. 'శుచీనామ్ ఏకబుద్ధీనామ్ సర్వేషామ్ సంప్రజానతామ్' చతుర్విధ అశ్వ, గజ తురగ పదాది అస్త్ర, శస్త్ర బలగాలతో అయోధ్య సర్వ సమర్థవంతంగా సిద్ధంగా ఉండేది. శ్రీరాముడు చేతల ప్రభువే కానీ మాటలతో మభ్యపెట్టని అయోధ్య పురప్రజల మనసు దోచుకున్న మహారాజు. అటువంటి మహనీయుని అయోధ్యలో దర్శించుట ఈ జన్మ చేసుకున్న అదృష్టంగా భావించవచ్చు. సుమారు ఐదు శతాబ్దాల అనంతరం భరతభూమి పావన చరిత పునరావృతమైంది. సంతోషం, సౌభాగ్యం, ఐశ్వర్యం, కుటుంబ సౌఖ్యం, యశస్సు, బంధుమైత్రి, స్నేహధర్మం, యజ్ఞయాగ నిర్వహణలతో పునర్నిర్మాణ భవ్యభారతం భవిష్యత్.

నేటి అయోధ్యలో రాంలల్లా ఆలయ నిర్మాణం వెనుక అనేకమంది ప్రాణధన సమయాలను త్యాగం చేసి సాధించుకున్న చరిత్ర ఫలితం ఈ స్థాపన. శ్రీరాముని శిశురూపం రాంలల్లా అయోధ్య సింహాసనం అధిష్టానం మనకి సర్వశ్రేయోదాయకమని సంకేతం. మందిరం కొరకు నిర్దేశించిన నిర్మాణ స్థలంలో చదును చేసి ఆగస్టు 5, 2020 ప్రధాని, స్వర్ణ, రజిత ఇటుకలు పేర్చి భూమిపూజ చేసి, నిర్మాణ బాధ్యతలను సోంపురా కుటుంబ సభ్యులకు కేటాయించారు. సముద్రమట్టానికి 305 అడుగుల ఎత్తులో, 2.7 ఎకరాల్లో, 250 అడుగుల వెడల్పు, 380 అడుగుల పొడవు, 161 అడుగుల ఎత్తు ఉంటుంది. ప్రధాన ఆలయ నిర్మాణం మూడు అంతస్తులతో ఎత్తైన వేదికపై నిర్మించబడింది. ఆరు దేవతామూర్తుల ఆలయాలను కేంద్ర ఆలయం నిర్మాణక్రమంలో 2020 దీపావళి సందర్భంగా న్యూఢిల్లీలోని పసిఫిక్ మాల్‌లో, 32 అడుగుల రామమందిర నమూనాలు ప్రజల సందర్శనార్థం ఏర్పాటు చేశారు. రాంలల్లా విగ్రహ రూపశిల్పి, కర్ణాటక రాష్ట్రానికి చెందిన అరుణ్ యోగిరాజ్ చెక్కిన శిల్పం ప్రతిష్టింపబడుతోంది. నేపాల్‌లోని గండకి నది నుండి వరుసగా 26 టన్నులు, 14 టన్నుల రెండు పురాతన శాలిగ్రామ శిలలను పంపి నేపాల్ వారు భక్తిని తెలియజేసారు. భారతదేశంలోని ఉత్తరప్రదేశ్ రాష్ట్ర పరిధిలో 'అయోధ్య' దేశప్రజల హృదిలో స్వర్ణ ఫలకావిష్కరణ చేసుకుంది. రోలక్-కాంపాక్ట్ కాంక్రీట్ ఉపయోగించి తయారు చేయబడింది. నిర్మాణంలో ఇనుము వాడకపోవడం విశేషం. శ్రీరామ జన్మభూమి తీర్థక్షేత్ర ట్రస్ట్ పర్యవేక్షణలో శరవేగంతో నిర్మాణం సాగింది. విరాళాల సేకరణ, ఆలయట్రస్ట్, విశ్వహిందూ పరిషత్ సభ్యుల కృషితో దేశమంతటా 'సామూహిక పరిచయం, సహకారం ప్రచారం' ప్రారంభించి స్వచ్ఛంద విరాళాలను ఆమోదించబడ్డాయి. 1.1.2021న అప్పటి రాష్ట్రపతి రామ్‌నాథ్ కోవింద్ 5 లక్షల కంటే అధిక విరాళంతో శ్రీకారం చుట్టి సహకారం అందించారు. దేశ ప్రథమ పౌరులకు దేశ ప్రజల జ్ఞాన ధన్యవాదాలర్పిద్దాం. దేశంలో గల ప్రముఖ వ్యక్తులు రాష్ట్రపతిని అనుసరించారు. 2021 ఏప్రిల్ నెలకి 5000 కోట్ల విరాళం రామకార్యానికి సేకరించబడింది. హిందువులే కాకుండా ముస్లిం, క్రైస్తవ సంఘాల సభ్యుల నుంచి ఆలయ ట్రస్ట్‌కు విరాళాలు చేరడం విశేషం. రాజపథ్, 2021 గణతంత్ర దినోత్సవ వేడుకల్లో ఉత్తరప్రదేశ్ టేబుల్ లో రామమందిర ప్రతిరూపాన్ని, జనాదరణ పొందిన సంస్కృతిలో ప్రదర్శించిన విషయం తెలిసిందే. శ్రీరామ విగ్రహ ప్రతిష్ఠకి మూలకారకులు, శ్రీలాల్ కృష్ణ అద్వానీ, మురళీ మనోహర్‌జోషి, ఉమాభారతీ ముందుగా ధన్యవాద ప్రణతులర్పించాలి. వారి నిస్వార్థ కృషి, పట్టుదల అద్భుత ఫలితాలనిచ్చింది. అద్వానీ ఉపయోగించిన నినాదం 'సౌగంధ్ రామ్‌కి ఖట్-ఏహై హం, హమ్ మందిర్ వహిన్ బనాయేంగే' అని చేసిన రామునిపై ప్రతిజ్ఞ, ఈనాటి మేటి ఘడియలకు గట్టిపునాది. ఈ ప్రతిష్ట 22-1-24న పవిత్ర ప్రాణ్ ప్రతిష్ట వేడుక సన్నాహాలకు ఉత్తరప్రదేశ్ ప్రభుత్వం 'రామోత్సవ్' పేరిట వంద కోట్లు కేటాయించింది. ఈ వేడుక ఏర్పాట్లను అక్కడ ముఖ్యమంత్రి ఆధిత్యనాథ్ యోగి పర్యవేక్షిస్తున్నారు. విశ్వహిందూ పరిషత్ సభ్యులు, పారిశ్రామిక వేత్తలు, నటులు, సైనికాధికారులు, ఆధ్యాత్మికవేత్తలు, పద్మ అవార్డుగ్రహీత, శాస్త్రవేత్తలు, రామభక్తులు, రాష్ట్రీయ స్వయం సేవక్ సభ్యులు హాజరుకానున్నారు. మనందరం నాటి రామరాజ్యం అయోధ్యనగర విశేషాలు తెలుసుకుని నేటి అయోధ్యనగరాన్ని రామదర్శన భాగ్యాన్ని హనుమాన్ గర్హి, శ్రీరామజన్మభూమి తీర్థక్షేత్ర పర్యటన అవకాశం శీఘ్రమేవ రామదర్శనం ప్రాప్తిరస్తు అని కోరుకుందాం. శ్రీరామలల్లా విగ్రహప్రతిష్ట ప్రధాని ఆధ్వర్యంలో జరిగే వేడుక దూరదర్శన్‌లో వీక్షిద్దాం. అనేక ఆటుపోటుల అనంతరం సాధించుకున్న రామజన్మభూమి రాంలల్లా ఆలయంలో 70,000 మంది భక్తులు కూర్చునుటకు వీలుగా అద్భుతమైన ప్రాంగణంలో సేద తీరుదాం.



ఆపదామపహర్తారం ధాతారం
సర్వసంపదాం!
లోకాభిరామం
శ్రీరామం భూయో
భూయో
నమామ్యహం!!

అయోధ్యనగర వాసులకు, దేశప్రజలకు ప్రతిష్టాత్మకమైన రామమందిర ప్రదేశ శుభాకాంక్షలతో జైశ్రీరామ్.. ❍

కథ

పక్షి అదృష్టం

అది వర్షాకాలం. ఒక నది గలగలా పారుతోంది. అందులో చాలా నీటి ప్రవాహం ఉంది. ఆ నదిలో కొన్ని పెద్దపెద్ద బండరాళ్లు కూడా ఉన్నాయి. పైన పక్షులు ఎగురుతున్నాయి. నేలపైన ఉన్న ఒక పక్షుల వేటగాడుపైన ఎగురుతున్న పక్షులను గురి చూసి కొట్టాడు. అతని వేటుకు ఒక పక్షి రెక్కలు గాయపడ్డాయి. అది ఉధృతంగా ప్రవహిస్తున్న ఆ నదిలోని పెద్దబండ మీద పడింది. ఆ గాయాల వల్ల అది పైకి ఎగరలేకపోయింది. ఇంతలో ఆ నదీ ప్రవాహం ఎక్కువ కాసాగింది. అది ఎక్కువ అవుతున్న ఆ నదీ ప్రవాహాన్ని చూసి 'అయ్యో! ఈ బండరాయి మునిగితే నేను నీటిలో కొట్టుకొని పోకతప్పదు. ఒక ప్రమాదం తప్పిందంటే మరో ప్రమాదం పొంచి ఉంది. ఇప్పుడు నన్ను కాపాడేవారు ఎవరు? ఈ వేటగాడి నుండి అదృష్టవశాత్తు తప్పించుకున్నానంటే ఆ నది వల్ల నాకు ప్రమాదం ముంచుకొస్తున్నది' అని బాధపడింది.

ఇంతలో ఆ పక్షి ఊహించినట్లే ఆ రాయి నీటిలో మునిగిపోయింది. కానీ అదృష్టవశాత్తు అప్పుడే ఆ రాయి మునుగుతున్న సమయంలో ఒక ఎండిన టేకు చెట్టు ఈరాయి పక్కనే కొట్టుకొని వచ్చింది. ఆ పక్షి మెల్లగా ఆ చెట్టును అందుకొని దానిపైన ఎక్కింది. ఆ చెట్టునదిలో తేలుతూ కొట్టుకొనిపోసాగింది. అప్పుడు ఆ పక్షి 'అయ్యో! నేను ఎక్కడికి కొట్టుకొనిపోతానో నాకే తెలియదు. నాది గమ్యం లేని ప్రయాణం' అని చింతించింది. ఇంతలో అక్కడికి నలుగురు గజ ఈతగాళ్లు ఆ టేకు చెట్టుకొరకు కొన్ని తాళ్లతో ఈదుకొంటూ వచ్చాడు. వారు ఆ చెట్టును పట్టుకొని తాళ్లతో కట్టి దాన్ని నాలుగుపక్కల తోసుకుంటూ ఒడ్డువైపుకు తీసుకొని వచ్చారు. వారు ఆ పక్షిని గమనించలేదు. ఆ పక్షి 'అమ్మయ్య! బ్రతికాను. నీటి ప్రమాదం తప్పింది. ఇకముందు ఏమీ జరుగుతుందో! రెక్కలు రాని నా పిల్లలు నా కొరకు ఎంత చింతిస్తాయో!' అని అనుకొంది. ఇంతలో వారు ఆ చెట్టును ఒడ్డుపైన గల మరొక చెట్టుకు దానిని కొట్టుకు పోకుండా కట్టివేశారు. తర్వాత అందులో ఒకడు ఆ పక్షిని గమనించి 'అయ్యో పాపం! ఈ పక్షి గాయపడినట్టుందిరా! దీన్ని కాపాడాలి' అని తోటివాడితో అన్నాడు. అతడు ఆ మాటలను పట్టించుకోలేదు. వెంటనే ఆ మొదటి వ్యక్తి ఆ పక్షిని చేతిలోకి తీసుకున్నాడు. అతడు పక్షి ప్రేమికుడు. దాని రెక్కలను నిమిరాడు. దానిని తన ఇంటికి తీసుకొని వెళ్లాడు. అక్కడ దాని గాయానికి కట్టును కట్టాడు. తర్వాత దాని ముందు కొన్ని ధాన్యపు గింజలు చల్లాడు. ఆ పక్షి ఆకలికి తాళలేక ఆ గింజలను తిన్నది. ఆ తర్వాత అది 'ఈ మానవుల్లో మమ్మల్ని నిర్ధయతో వేటాడే వారు కొందరు ఉంటారు. అలాగే మమ్మల్ని కాపాడే దయార్ద్ర హృదయులైన వారు కొందరు ఉంటారు. ఆహా! సృష్టి విచిత్రం' అని అనుకొంది. కొన్ని రోజులకు దాని గాయం మానిపోయింది. తర్వాత అది తన రెక్కలతో పైకి ఎగిరి ఆ దయాశాలినీ దీవిస్తూ తన గూటికి ఎగిరిపోయింది. అది తన గూడును చేరిన తర్వాత అక్కడ మరొక పక్షి తన పిల్లలకు ఆహారం అందించడాన్ని చూసిన ఆ పక్షి ఎంతో సంతోషించింది. దాని పిల్లలు తమ తల్లిని చూసి కేరింతలు కొట్టాయి. ఇన్ని రోజులు వాటి ఆలనాపాలనా చూసుకొన్న ఆ పరోపకారి పక్షికి అది తన ధన్యవాదాలు తెలిపింది.

– సంగనభట్ల చిన్న రామకిష్టయ్య

బాలగేయం

చదువు విలువ

చదువు మన కోసం
చదువు మన నేస్తం
చదువు మన దీపం
చదువు మన లక్ష్యం
చదువు మన గమ్యం
చదువు మన ప్రపంచం
చదువు మన ఆశాకిరణం
చదువు మనకు
సంస్కారం
చదువు మనకు ప్రాణం
చదువే మన
జీవితాశయం
చదువుకు మన
జీవితం అంకితం
చదువు మనల్ని
గొప్పగా ఎదిగేలా
చేస్తుంది
దేశానికి చదువు
అవసరం.

– కనుమ ఎల్లారెడ్డి

హలో ఫ్రెండ్...

చిన్నారుల ప్రశ్నలకు

వార్త సిఎండి, మేనేజింగ్ ఎడిటర్

గిరీష్ అంకుల్ సమాధానాలు

- కె. భార్గవి, ఖమ్మం

ప్రశ్న: గిరీష్ సంఘీ అంకుల్ గారికి నమస్తే. కొన్ని ఆహార పదార్థాలను కలిపిగానీ, ఒకదాని తర్వాత ఒకటిగానీ తీసుకోవద్దంటారు. ఎందువల్ల?

జవాబు: భార్గవి! ఇది నిజమే. కొన్నింటిని కలిపిగానీ, ఒకదాని తర్వాత వెంటనే మరొక దానిని తీసుకుంటే అనారోగ్యం వచ్చే అవకాశం లేకపోలేదు. వాస్తవానికి మన శరీరం లోపల ఒక రసాయన ప్రయోగశాల ఉంది. తినే ఆహార పదార్థాల మిశ్రమాలు అనేకం రసాయనాలతో కూడినవే. ఆయా రసాయనాల ప్రక్రియకు ఈ అవాంఛిత కలయికలు ఇబ్బంది తెచ్చి పెడతాయి. ఉదా: పెరుగుతో చికెన్; వేడినీటిలో తేనె; పాలు తాగిన వెంటనే ఏ రకమైన మాంసం అయినా; బ్రెడ్‌తో పాటు పాలు; వేడి వేడి భోజనం తర్వాత కూలింగ్ వాటర్; ఇత్తడి గిన్నెలలో నెయ్యి; చేపల వంటకాలతో తీయని పదార్థాలు; పాలు ఉప్పుతో కలిపి; పాలు తాగిన వెంటనే పండ్లు; దోస, టమాటాను నిమ్మరసంతో; మజ్జిగ, పాలు, పెరుగుల తో పాటు అరటిపండు; చల్లటి, వేడి పదార్థాలు వెంట వెంటనే తినకూడదు.

- పి.కార్తికేయ, విజయవాడ

ప్రశ్న: గిరీష్ సంఘీ అంకుల్‌గారికి నమస్తే. సహజమైన ముత్యాలు ఎలా ఏర్పడతాయి?

జవాబు: కార్తికేయ! నత్తలు లేదా ఇతర మొలస్కన్ జీవుల్లో లోపలి అవయవాలను కప్పి వుంచేందుకు ఓ పొర ఉంటుంది. దీన్నే 'మాంటెల్' అంటారు. ఈ మాంటెల్ నుండి ఓ ప్రత్యేకమైన ద్రవం బయటకు స్రవిస్తుంటుంది. ఈ ద్రవాన్ని 'నాక్రే' అంటారు. ఏదైనా ఫారెన్ బాడీగానీ లేదా చిన్న పరాన్నజీవిగానీ, నత్త/మొలస్కన్స్‌కు తగిలినప్పుడు నాక్రే అనే ద్రవ పదార్థం గుండ్రటి పలుచని పొరలు పొరలుగా ఏర్పడుతుంది. ఇలా ఒకదాని మీద ఒకటి అనేక గుండ్రటి పలుచని పొరలు పొరలుగా ఏర్పడుతుంది. ఇలా ఒకదాని మీద ఒకటి అనేక పొరలు ఏర్పడటంతో అది ముత్యంగా రూపొందుతుంది.

పిల్లల పెంపకం-మెలకువలు

డా॥బుర్ర మధుసూదన్ రెడ్డి

నవజాతి శిశువు దశ నుంచి మేధో పరిపక్వత సాధించే స్థాయికి ఎదిగే వరకు పిల్లల పెంపకంలో తల్లిదండ్రులు బాధ్యత వెలకట్టలేనిది. బాలల పరిపూర్ణ వ్యక్తిత్వ వికాసంలో ఉపాధ్యాయులు, పౌర సమాజం, తల్లిదండ్రులు తమ తమ పాత్రను సకారాత్మకంగా పోషించాలి.

విద్యతోపాటు బుద్ధులను, చదువుతోపాటు సంస్కారాలను, విజ్ఞానంతో పాటు వివేకాన్ని సమాంతరంగా నేర్పడంలో తల్లిదండ్రుల పాత్ర ప్రధానమైనది. తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లల పెంపకానికి సంబంధించిన విషయ పరిజ్ఞానాన్ని సమీకరించుకోవాలి లేదా అవగాహన కలిగి ఉండాలి. 'ఆర్ట్ ఆఫ్ పేరెంటింగ్' నిర్వచనం దినదినం మారుతూ వస్తున్నది. ఇంట్లో పెరగవలసిన పిల్లలు హాస్టల్ వలయాల్లో అనాథలుగా గడుపుతున్నారు. పిల్లల పెంపకానికి సంబంధించిన బాధ్యతను తల్లిదండ్రులు పాఠశాల యాజమాన్యంపైన వేయడానికి ముందుకు వస్తూ లక్షల్లో ఫీజులు చెల్లించడానికి కూడా సిద్ధపడుతున్నారు. పాఠశాల సమయంతో పాటు ట్యూషన్స్ వెళ్లే సంస్కృతి పెరగడంతో పిల్లలు తల్లిదండ్రులతో గడిపే సమయాన్ని మిస్ అవుతున్నారు. తల్లిదండ్రులు ఇద్దరు ఉద్యోగాలు చేస్తేవారి పిల్లల పెంపకం అసాధారణంగా ఉంటున్నది.

తల్లిదండ్రులు చేసే పనులు, ప్రవర్తనలు, అలవాట్లు, ఆలోచనలు, మర్యాదలు, మానవ సంబంధాలు, సంభాషణల నుండి పిల్లలు పరోక్షంగా అమూల్యమైన విషయాలనే నేర్చుకుంటారు.

ఆర్ట్ ఆఫ్ పేరెంటింగ్ ప్రాధాన్యం

బాధ్యతగల విజయవంతమైన పౌరులుగా తమ పిల్లలు ఎదగడానికి తల్లిదండ్రుల పెంపకంలో తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలను 'ఆర్ట్ ఆఫ్ పేరెంటింగ్' (పిల్లల పెంపకం కళలో తల్లిదండ్రుల పాత్ర' అంటాం. ఐదేండ్లవరకు పిల్లలు ఇళ్లనే పంజరంలో తల్లిదండ్రుల చెంతనే పెరుగుతారు. తల్లిదండ్రలు అలవాట్లు, ఆచార్యవ్యవహారాలు, హీరోయిన్లుగా ఆరాధించబడారు. అమ్మనాన్న చేసే ప్రతి పని తనకు ఆదర్శం అవుతుంది. పేరెంట్స్ మాట్లాడే మాటలు ప్రత్యక్ష బోధనలుగా స్వీకరించబడతాయి. తల్లిదండ్రుల ప్రవర్తన పిల్లల వ్యక్తిత్వం మీద అధికంగా పడుతుంది. పిల్లలు ఎవరు చెడ్డవారుగా పుట్టలేదు. మన పెంకంలోనే పిల్లలు మంచి లేదా చెడ్డ వారుగా ఎదుగుతారు. పిల్లల పెంపకం అనేది ఓ అపురూప బాధ్యత. కుటుంబ పరిస్థితులే బాలల భవిష్యత్తును నిర్దేశిస్తాయి. మన అలవాట్లనే వారు ఆదర్శంగా తీసుకొని అలవరుచుకుంటారు. మన జీవన విధానమే పిల్లలకు వేదమంత్రంగా భావించబడుతుంది. ఆర్ట్ ఆఫ్ పేరెంటింగ్ తెలిసిన తల్లిదండ్రులు పిల్లలు ఎదిగి అద్భుతస్థాయికి ఎదిగి సమాజక్షేత్రంలో విజేతలుగా నిలుస్తారు. చదువు సంస్కారాలు నిండిన యువత తయారుకావడానికి అమ్మనాన్నల పాత్ర అద్వితీయమైంది. ఆరోగ్యకరమైన దినచర్యను పిల్లలు నేర్చుకోవడంలో తల్లిదండ్రుల జీవనశైలి పునాది అవుతుంది.

తల్లిదండ్రులకు మెలకువలు

పిల్లలతో తల్లితండ్రులు అధిక సమయం గడపడం, వారి ఆటపాటల్లో పాలుపంచుకోవడం, వారి అభిప్రాయాలను జాగ్రత్తగా విని

సమాధానాలు ఇవ్వడం, పాఠశాలలో జరిగే ముఖ్య విషయాలను అడిగి తెలుసుకోవడం మరువరాదు. రాత్రి పడుకునేముందు మంచి కథలను, నిజజీవిత సంఘటనలను వినిపించడంతో పాటు నైతిక విలువల ప్రాధాన్యతను వివరించగలగాలి. మొక్కల పెంపకంలో వారికి శ్రద్ధను పెంచడం, మొక్కలకు నీరు పట్టడం నేర్పాలి. పిల్లలు అడిగిన ప్రశ్నలకు నిదానంగా, ఓపికగా సమాధానాలు ఇస్తూ వారిలో ప్రశ్నించే తత్వాన్ని పెంపొందించాలి. నిత్యం ఎదురవుతున్న సమస్యల పట్ల వారి సమాధానాలను ఆహ్వానించాలి. బాలల్లో ఆలోచనాశక్తిని పంచేవిధంగా మన చొరవ, ప్రవర్తన ఉండాలి. తమ ప్లేట్లను, సాక్స్‌ను తామే శుభ్రం చేసుకోవడం నేర్పాలి. డబ్బునూ ఆదాచేయడంతోపాటు పిసినారితనానికి, పొదుపు చేయడానికి వ్యత్యాసాలను బోధించాలి. బ్యాంకులు, పోస్టాఫీసులు, పోలీస్‌స్టేషన్, షాపింగ్, మునిసిపాల్టీ ఆఫీసులు, బిల్లులు కట్టే స్థలాలకు పిల్లల్ని తీసుకువెళ్లడం మరువరాదు. ఆహార పదార్థాలను వ్యర్థం చేయడం పాపమనే భావనను నేర్పాలి. ఇంటికి వచ్చిన నిర్భాగ్యులకు ధనం లేదా వస్తు సహాయం చేసేటప్పుడు పిల్లల చేతుల మీదుగా అందించాలి. ఇవ్వడంలో ఉన్న తృప్తిని ఆస్వాదించడం అలవాటు చేయాలి. మన ప్రవర్తనలు బట్టి పిల్లలు పెద్దలను, ఉపాధ్యాయులను గౌరవించడం నేర్చుకుంటారని తల్లిదండ్రులు తెలుసుకోవాలి. పెద్దల దీవెనలు పొందడం, స్నేహితులతో సరదాగా ఆడుకోవడం, చిన్నారులతో సున్నితంగా ఆడుకోవడం లాంటివి నేర్పడం తల్లిదండ్రుల కనీస బాధ్యతగా తీసుకోవాలి. ఆకులు, రాళ్ల సహాయంతో సరళభాషలో గణితాన్ని నేర్పడం ఓ మంచి అలవాటు కావాలి. వస్తువులను జాగ్రత్తగా వాడడం, భద్రంగా దాచుకోవడం నేర్పాలి. పిల్లల ఇష్టాలను తెలుసుకొని మంచి ఆలోచచలను ప్రోత్సహించాలి. దయ, కరుణ, దానగుణం చిరుప్రాయం నుంచే అలవాటు చేయాలి. కేరింగ్ అండ్ షేరింగ్ విలువలను నేర్పాలి. పర్యాటకానికి పిల్లల్ని తీసుకువెళ్లాలి. ప్రయాణాల ద్వారా పిల్లలు పలు అనుభవాలనుచవిచూస్తారు.

ఉత్తమ జీవనశైలిని అలవాటు చేయాలి

పిల్లల శారీరక, మానసిక ఎదుగుదలకు దోహదపడే అంశాలను ఆచరణలో పెట్టాలి. ప్రకృతిని ఆస్వాదించడం, పాపభీతి, అహింస లాంటి సుగుణాలను నేర్పాలి. ప్రతిరోజు ఉదయం నిద్ర లేవగానే పిల్లలకు శుభోదయం చెప్పడం మరిచిపోరాదు. ఇలాంటి అలవాటు వారికి కూడా అలవడుతుంది. అందరితో నవ్వుతూ మాట్లాడడం అలవాటు చేయాలి. వేకువ జామున నిద్రలేపడం, స్వల్పకాలం పాటు వాకింగ్‌కు తీసుకువెళ్లడం, చదువు ప్రాధాన్యాన్ని తెలపడం తల్లిదండ్రుల బాధ్యత అవుతుంది. పిల్లల పుట్టినరోజు వేడుకలను వృద్ధాశ్రమాలు, అనాథా శ్రమాల్లో నిర్వహించడం, అనాథ పిల్లలకు మన చిన్నారుల చేతుల మీదుగా సహాయం అందించడం మంచి సాంప్రదాయం అవుతుంది. కథల పుస్తకాలను చదవడం, ఆయా కథలను చెప్పడం నేర్పండి. రోజు ఇష్టంగా ఉదయం, సాయంత్రం స్నానం చేయడం శరీరాన్ని శుభ్రంగా ఉంచుకోవడం నేర్పాలి. మంచి సందేశాత్మక సినిమాలను చూపించాలి. చదువును నిత్యజీవితానికి అన్వయం చేస్తూ, పాఠాలను అర్థం చేసుకోవడం

అలవాటు చేయాలి. మనుషుల ప్రవర్తనలను చూసి మంచి, చెడుల మధ్య అంతరాన్ని నేర్పాలి. ఆశావహ దృక్పథం, ఇష్టంగా చదువుకోవడం లాంటి గుణాలను అలవర్చాలి. అతిథులను గౌరవించడం, మర్యాద చేయడం, మంచిపనులు చేసినపుడు పొగడడం లాంటివి పిల్లల వ్యక్తిత్వాన్ని పెంచుతాయి. మన నుండి మంచి తల్లిదండ్రులు ఎలా ఉండాలో పిల్లలే నేర్చుకుంటారు. ఆదర్శ తల్లిదండ్రులుగా జీవించడం నుంచే పిల్లలు సంస్కారాలను సమృద్ధిగా నేర్చుకుంటారు. బంధువులు, మిత్రుల వేడుకలకు పిల్లల్ని వెంట తీసుకువెళ్లుతూ మానవ సంబంధాల రుచిని తెలిపారు. తాత బామ్మలతో సరదాగా గడపడం, వారికి సపర్యలు చేయడం అలవాటు చేయాలి. రోజుకు కనీసం ఒక్కపూటైనా అందరూ కలిసి భోజనం చేయడం అమ్మనాన్నల మంచి అలవాటు అవుతుంది. సమాజాన్ని ఎదుర్కొనేందుకు బాలికలకు ధైర్యాన్ని నూరిపోయడం, బాలురలకు అమ్మాయిలో సోదరిని, మహిళల్లో అమ్మను చూడమని చిన్నపాటి నుంచే నేర్పించాలి. అమ్మనాన్నలు చేయకూడని పనులు పిల్లల పట్ల కోపం ప్రదర్శించడం, దెబ్బలు కొట్టడం మంచిది కాదు. అమ్మనాన్నల పిల్లల ముందు గొడవపడడం, భౌతిక దాడులకు పూనుకోవడం, గట్టిగా వాదించుకోవడం చేయరాదు. దైనందిన జీవితంలో పిల్లల ముందు అమ్మనాన్నలు అబద్ధపు ఆడరాదు. అమ్మనాన్నల ఆహారపు అలవాట్లు పిల్లలకు కూడా అలవడతాయని మరువరాదు. పిల్లలతో తల్లిదండ్రులు ఆడుకుంటూ సెల్‌ఫోన్‌కు దూరంగా ఉంచాలి. వీడియో గేమ్స్/ దురలవాటు బారిన పడకుండా జాగ్రత్తపడాలి. పిల్లల ర్యాంకులు/మార్కులను ఇతరులతో పోల్చి నిరుత్సాహపరచరాదు. టివీ ముందు తల్లిదండ్రులు కూర్చుంటే పిల్లలు కూడా దానికి అతుక్కుపోయే అవకాశం పెరుగుతుంది. పిల్లలకు పూర్తిగా స్వేచ్ఛ ఇవ్వవద్దు. పూర్తిగా బందీగా కూడా మార్చవద్దు. పిల్లల ముందు నాన్న పొగతాగితే, ఆల్కహాలు, గుట్కా సేవిస్తే అది మంచి అలవాటు కావచ్చని పిల్లలు వాటిని నేర్చుకుంటారు.

విత్తు ఒకటి నాటికి మొక్క మరొకటి మొలవదు. అమ్మనాన్నలు ఆదర్శజీవనం గడపందే పిల్లలు వాటిని అలవర్చుకోరు. తల్లిదండ్రుల ప్రవర్తనే పిల్లల వ్యక్తిత్వ వికాసంపై ప్రత్యక్షంగా పడుతుంది. అమ్మనాన్నలు నవ్వితే పిల్లలు నవ్వుతారు. వారిలో చెడు అలవాటు ఉంటే పిలలలకు కూడా అలవడతాయి. మనం ఆదర్శంగా ఉంటేనే మన పిల్లలు అద్భుత వ్యక్తిత్వంతో విజేతలుగా వెలుగొందుతారు. మన పిల్లలకు ఆస్తికన్న ముఖ్యమైన ఆకర్షణీయ సంస్కార సంపదను అందించాలి. ○

కథ

సామాజిక కెరటాలు

బైతి దుర్గమ్

సాయంత్రం నాలుగు గంటలు. ఇంకా రెండు గంటల సమయం ఉన్నది. ఈరోజు తనకు ఎంతో ప్రత్యేకమైనది. రూమ్‌కి తాళం వేసి, గేటు దాటి బస్ స్టాప్ వద్దకు నడిచింది. ఒక్క బస్సు కూడా రాలేదు. ఇక రాదనుకుని అటుగా వెళుతున్న ఆటోని పిలిచింది.

ఆటోలో కూర్చున్నదే కానీ మనసంతా రిస్ట్ వాచ్ పైనే ఉంది. నిమిషాల ముల్లు వేగానికి ఆటో అందుకోలేకపోతోంది. ఆమె పడుతున్న ఆతృత గమనించిన ఆటో డ్రైవర్ వేగం పెంచాలని ప్రయత్నం చేసాడు. పద్మవ్యూహం లాంటి ట్రాఫిక్‌లో అభిమన్యుడిలా ముందుకు కదులుతున్నాడు.

అరగంట తర్వాత ఆటో ఆగింది. డ్రైవర్‌కు డబ్బులు ఇచ్చి సరాసరి మల్లేశం హోటల్‌లోకి వెళ్లింది. అదో చిన్న హోటల్. కౌంటర్ మీద కూర్చున్న మల్లేశం నమస్కారం చేయగానే–

"బాబాయ్, బాగున్నావా?" అంటూ చిరునవ్వుతో ప్రతి నమస్కారం చేసి రెండో వరుసలో ఉన్న టేబుల్ దగ్గరున్న కుర్చీపై కూర్చుంది. పరిసరాలను గమనించసాగింది. హోటల్ మొత్తంలో ఆరుగురు మాత్రమే ఉన్నారు. ఇద్దరు టీ తాగుతున్నారు. ముగ్గురు బాతాఖానీలో మునిగిపోయారు. మిగిలిన ఒక్కడు సెల్‌ఫోన్ చూస్తున్నాడు. బైక్ శబ్దాన్ని విని పక్కకు చూసింది.

బైక్ దిగి అతడు సరాసరి ఆమె దగ్గరకు వచ్చి "ధరణీ, వచ్చి ఎంతసేపయింది?" అన్నాడు.

"ఇప్పుడే..కూర్చో నీరజ్" అంది ధరణి.

నీరజ్ కూర్చున్నాడు. మల్లేశం వాటర్‌జగ్గు తెచ్చి టేబుల్‌పై పెట్టాడు.

"నీరజ్.. కూర్చో" అంది ధరణి.

నీరజ్ కూర్చున్నాడు. మల్లేశం వాటర్ జగ్గు తెచ్చి టేబుల్‌పై పెట్టాడు.

"నీరజ్‌బాబు చాలా రోజులయింది" అడిగాడు మల్లేశం.

"కొద్దిగా బిజీ... అంతే" నవ్వుతూ చెప్పాడు నీరజ్.

ధరణి, నీరజ్ ముచ్చట్లలో మునిగారు.

....

సాయంత్రం ఐదు గంటలు.

శంషాబాద్ ఎయిర్‌పోర్ట్‌లో ఫ్లయిట్ లాండయింది. కొద్ది సమయం తర్వాత ఆకాష్ ఎయిర్‌పోర్టు బయటకు వచ్చాడు. బయట ఎదురు చూస్తున్న డ్రైవర్ ఆకాష్ దగ్గరకు వచ్చి విష్ చేసి ఆకాష్ దగ్గరున్న లగేజి తీసుకుని కారులో పెట్టాడు. ఆకాష్ కారులో కూర్చున్నాడు. కారు బయలుదేరింది.

"అమ్మగారు నిన్ను త్వరగా తీసుకు రమ్మన్నారు బాబూ" అన్నాడు డ్రైవర్.

"నాన్నగారు ఏమీ అనలేదా?" అడిగాడు ఆకాష్.

"నాన్నగారికి ఈరోజు ఏదో మీటింగ్ ఉందట. ఉదయాన్నే హడావుడిగా వెళ్లాడు" చెప్పాడు డ్రైవర్.

"పదిహేను నిమిషాల్లో నేను అక్కడ ఉండాలి.. అర్థమైందా?" ఆకాష్ ఆదేశించగానే డ్రైవర్ వేగం పెంచాడు.

"ఇప్పుడు చూడు బాబూ, మీకు రోడ్డు మీద విమానం చూపిస్తాను" వెనక్కి తిరిగి చెప్పాడు డ్రైవర్.

"ముందుకు చూసి నడుపు" అన్నాడు ఆకాష్. కారు వేగం పెరిగింది.

సెల్ రింగయింది.

"ఇప్పుడే. కారులో ఉన్నాను. పది నిమిషాల్లో ఉంటాను" అన్నాడు ఆకాష్.

....

అరగంట తర్వాత కారు మల్లేశం హోటల్ ముందు ఆగింది. ఆకాష్‌తో పాటు దిగిన వ్యక్తిని చూడగానే నీరజ్ ఎదురుగా వచ్చి "మీరు ఎక్కడ కలిసారురా?" అడిగాడు.

"వీడు బిజీ కదరా, నేను వాడి రూమ్‌కి వెళ్లి తీసుకువచ్చానురా" చెప్పాడు ఆకాష్.

అతడు ముక్తసరిగా నవ్వాడు.

"ధరణి ఏమంటోందిరా?" అడిగాడు ఆకాష్.

"ఏముంది... సామాజిక సేవే తన ఊపిరి అంటుంది".

నీరజ్ చెప్పగానే ముగ్గురు కలిసి ధరణి దగ్గరకు వెళ్లారు. మల్లేశం ఆకాష్ దగ్గరకు రాగానే ఆకాష్ అతన్ని ఆప్యాయంగా కౌగలించుకున్నాడు.

"అమెరికా వెళ్లినా ఆకాష్ మారలేదు" నవ్వుతూ అంది ధరణి.

"నువ్వు మారావా, సోషల్ సర్వీస్ అంటూ లైఫ్ అంతా సాక్రిఫైజ్ చేస్తున్నావు కదా!" పొడుగుతూ అన్నాడు ఆకాష్.

నలుగురు టేబుల్ చుట్టూ కూర్చున్నారు. సర్వపిండి ఆర్డర్ చేసారు.

"ఆకాష్! సర్వపిండి తిని ఆరు నెలలయింది. బాబాయ్! సర్వపిండి మంచిగుండాలే" అన్నాడు అగ్నివేశ్.

"మీరే చూస్తారుగా..." మల్లేశం సర్వపిండి చేయడం మొదలెట్టాడు.

"ఇంకా ఏంటి విశేషాలు.." అడిగాడు ఆకాశ్. "ధరణి సామాజిక సేవను గుర్తిస్తూ ఒక వాలంటరీ ఆర్గనైజేషన్ అవార్డ్ ఇచ్చింది" చెప్పాడు అగ్నివేశ్.

"మొన్న మన గ్రూపులో కంగ్రాట్స్ చెప్పాం కదా!" అన్నాడు ఆకాశ్.

"వాడు కూడా ఇక్కడే ఉంటే ఎంత బాగుండేదిరా" అన్నాడు అగ్నివేశ్.

ఒక్కసారిగా అందరి మొహాలు మారిపోయాయి.... నవ్వులు మాయమయ్యాయి.

వాతావరణం గంభీరమయింది.

మల్లేశం సర్వపిండి ప్లేట్లు తెచ్చి టేబుల్‌పై పెట్టాడు.

"అవును.. అతడు లేనిది మనలో ఎవరూ లేం" అన్నాడు నీరజ్.

"పవన్‌బాబు ఎప్పుడొస్తారు" మల్లేశం అడగగానే అందరిలో అలజడి మొదలయింది.

పవన్....

పవిత్ర స్నేహానికి చిహ్నం....

ధరణి కళ్ల నుండి అప్రయత్నంగా కన్నీళ్లు వచ్చాయి. పవన్, నీరజ్, ఆకాశ్, అగ్నివేశ్, ధరణి ఇంజినీరింగ్ క్లాస్‌మేట్స్. బిటెక్ మొదటి సంవత్సరంలో ఒకరికొకరు పరిచయమయ్యారు. పవన్‌కు మొదటి నుండి దూకుడు ఎక్కువ. ఎక్కడ అన్యాయం జరిగినా నిలదీసి అడుగుతాడు. నరనరాల్లో దేశభక్తి భావజాలం ఉంది. ఆకాశ్ బడా వ్యాపారవేత్త ముద్దుల కొడుకు. ధరణి పల్లెటూరి మధ్య తరగతి అమ్మాయి. నీరజ్ సౌమ్యుడు. అగ్నివేశ్ మితభాషి. అతని మనోగతం ఎవరికి త్వరగా బోధపడదు.

విభిన్న మనస్తత్వాలు గల ఈ ఐదుగురిని కలిపింది సామాజిక సేవ. ట్యూషన్ ఫీజు చెల్లించలేని పేద విద్యార్థులకు ఫండింగ్ కోసం పవన్ ఒక ప్రతిపాదన తెస్తే ముందుగా స్పందించి సహకరించినది ఈ నలుగురే. సామాజిక సేవతో మొదలైనవారి పరిచయం ఒకరిని విడిచి ఒకరు ఉండలేనంత స్థాయికి చేరింది. ఈవ్ టీజింగ్‌ను అరికట్టడం లాంటి చర్యలతో వీరికి కాలేజీలో మంచి గుర్తింపు లభించింది. అలాగే వీరు శత్రువులను కూడా పెంచుకున్నారు.

చదువులోనూ ముందంజలో ఉన్న వీళ్లంటే కాలేజీలో అందరికి అభిమానం ఏర్పడింది. వారికి ఏ సమస్య వచ్చినా ఈ పంచమిత్రులను కలిసి వాళ్ల సహకారం పొందేవారు. పాశ్చాత్య సంస్కృతికి ఏమాత్రం తావు లేకుండా, మన దేశ సంస్కృతి, సంప్రదాయాలకు విలువనిచ్చేలా కాలేజ్ వాతావరణాన్నే మార్చేసారు. నగరం మొత్తంలో వారి కాలేజీ ఆదర్శంగా నిలిచింది. లెక్చరర్లకు, మంచి గౌరవమిచ్చేవారు. జీతం తక్కువైనా ఇక్కడ పని చేయడానికి లెక్చరర్లు పోటీ పడేవారు.

"ధరణి..

ధరణి..." అన్న పిలుపుతో ఈ లోకంలోకి వచ్చింది.

"మనం ఇప్పుడు అక్కడికే వెళ్తున్నాం కదా. డోంట్ వర్రీ" అన్నాడు ఆకాశ్.

ధరణి కళ్లు తుడుచుకుంది.

సమాజంలో పవన్‌కు పెరుగుతున్న ఆదరణ చూసిన స్థానిక రాజకీయ నాయకులు వచ్చే ఎన్నికల్లో తమ తరపున ప్రచారం చేయాలని వారికి ఆహ్వానం పంపారు. వీరు సున్నితంగా తిరస్కరించారు. ముందు తమ కెరీర్‌లో ఉన్నత స్థాయికి చేరాలన్నదే అందరి కోరిక.

బిటెక్ ఫైనలియర్ పరీక్షలు పూర్తయ్యాయి. ఆకాశ్ ఉన్నత విద్య కోసం అమెరికా వెళ్లాడు. నీరజ్, అగ్నివేశ్‌లు సాఫ్ట్‌వేర్ జాబ్‌లో జాయినయ్యారు. ధరణి జాబ్ చెయ్యకుండా సివిల్ సర్వీసెస్ కొరకు లేడీస్ హాస్టల్లో ఉండి ప్రిపరేషన్ చేస్తుంది. పాతిక లక్షల ప్యాకేజి వచ్చినా కాదనుకుని, ప్రజలను చైతన్యపరడానికి పూర్తి సమయం కేటాయించాడు పవన్.

తన అద్భుత వాగ్ధాటితో పవన్ విద్యార్థులను, యువతరాన్ని దేశాభివృద్ధిలో భాగస్వామ్యం చేసేలా నిరంతరం సామాజిక కార్యక్రమాలు చేస్తూనే ఉన్నాడు. తన మిత్రులు కూడా ఉద్యోగాలు వదిలేసి వస్తామని చెప్పినా పవన్ వినిపించుకోలేదు. "ఇది నా ఒక్కని పోరాటం కాదు. నాలో మీరందరు ఉన్నారు. మత్తుపానీయాలు, మాదకద్రవ్యాలకు, అవకాశవాద రాజకీయాల ప్రలోభాలకు లోనుకాకుండా యువతరాన్ని రక్షించడమే మన ప్రధాన కర్తవ్యం" అని చెబుతున్న పవన్‌ను చూస్తే, వివేకానందుని బోధనలు గుర్తుకు వచ్చాయి. పవన్‌కు తమ సంపూర్ణ సహకారాలు ఇచ్చి వెన్ను తట్టారు.

యువతరంలో విపరీతమైన అభిమానం సంపాదించుకున్న పవన్ రాజకీయ నాయకులకు టార్గెట్‌గా మారాడు. బెదరింపులు, వేధింపులకు గురి చేసినా పవన్ వెనుకడుగు వేయలేదు. తమ పిల్లలను సన్మార్గంలో నడిపిస్తున్న పవన్ చాలా మంది తల్లిదండ్రులకు ఆరాధ్యుడయ్యాడు.

ఒక సంవత్సరం గడిచింది. ఆరోజు ఆదివారం. సాయంత్రం ఏడు గంటలు దాటింది. విద్యార్థులకు మోటివేషన్ క్లాస్ తీసుకుని బైక్‌పై రూమ్‌కి తిరిగి వస్తుండగా పవన్‌కి యాక్సిడెంట్ అయిందని ధరణికి ఫోన్ వచ్చింది.

నీరజ్, అగ్నివేశ్, ధరణిలు ఆసుపత్రిలో కలిసారు. ఊరు నుండి పవన్ అమ్మా, నాన్నలు వచ్చారు. చాలా అవయవాలు దెబ్బతిన్నాయి. ఇది కొందరు నాయకులు కావాలని చేసారని విద్యార్థి సంఘాలు ధర్నాలు, రాస్తారోకోలు చేసాయి. ప్రభుత్వం దర్యాప్తు కమిటీని నియమించింది.

ఆకాశ్ కూడా అమెరికా నుండి వచ్చాడు. పవన్ ఆశయ సాధన కోసం ధరణి సివిల్ పరీక్షలు పక్కన పెట్టి, సామాజిక సేవ కోసం సిద్ధపడింది. పవన్ మార్గంలో అడుగేసింది.

"ధరణి..

ధరణి..." అన్న పిలుపుతో ఈ లోకంలోకి వచ్చింది.

"మనం ఇప్పుడు అక్కడికే వెళ్తున్నాం కదా. డోంట్ వర్రీ" అన్నాడు ఆకాశ్.

ధరణి కళ్లు తుడుచుకుంది.

....

సాయంత్రం ఆరున్నర గంటలు.

ఆసుపత్రి ముందు వందల మంది విద్యార్థులు గుమిగూడి ఉన్నారు. పవన్ వీల్ చైర్‌లో వారి దగ్గరికి వచ్చాడు. పవన్ వెనుక ధరణి, ఆకాశ్, నీరజ్, అగ్నివేశ్‌లు ఉన్నారు.

"పద్దెనిమిది నెలల తర్వాత మళ్లీ మీ ముందుకు వస్తున్నాను. ఈ ఆపద సమయంలో నన్ను కంటికి రెప్పలా చూసుకున్న ఈ ప్రాణ స్నేహితులున్నంత వరకు మన ఆశయానికి ప్రమాదం లేదు" ఆత్మ విశ్వాసంతో అన్నాడు.

ఆసుపత్రి నుండి ఆకాశ్ కారు పవన్ ఇంటికి బయలుదేరింది. కారులో పంచమిత్రులున్నారు.

"పవన్, మా అందరిది ఒక మాట.."

ఆకాశ్ వైపు ఆశ్చర్యంగా చూసాడు.

"ధరణి ఇన్ని రోజులు నీ ఆశయాన్ని పంచుకుంది. నువ్వు ఒప్పుకుంటే నీ జీవితాన్ని కూడా..."

కారు సడెన్‌గా ఆగింది. రెడ్ లైట్ పడింది.

నలుగురు పవన్ నిర్ణయం కోసం ఉత్కంఠతో చూస్తున్నారు. ఆసుపత్రిలో ఉన్న సమయంలో ధరణి తన ఆరోగ్యం పట్ల, తన ఆశయం పట్ల తీసుకున్న శ్రద్ధ గుర్తుకు వచ్చింది.

గ్రీన్ లైట్ పడింది. ✦

ఆలోచించేకొద్దీ దిగులే!

యామిజాల జగదీశ్

ఒకాయన చాలా దిగాలుగా కూర్చున్నాడు.

"ఏమిటి సార్! అలా ఉన్నారు? ఎప్పుడూ హుషారుగా కనిపించే మీరిలా దిగాలుగా ఉన్నారు" అని అడిగాను.

"ఏం చెప్పనండీ... భవిష్యత్తు గురించే ఆలోచనంతా. ఆలోచిస్తున్నకొద్దీ ఏమిటో తెలియని దిగులు, ఆందోళన" అన్నాడాయన.

"ఎందుకు?" అని అడిగాను.

"ఏమీ అర్థం కావడం లేదండీ.. ఆలోచిస్తున్నకొద్దీ ముందున్నదంతా అంధకారమే అనిపిస్తోంది. దారే తెలీడం లేదు. అంతా అయోమయంగా ఉంది" అన్నాడు.

"ఇప్పుడు మన యువతరంలో పలువురికి భవిష్యత్తు ఇలా చీకటిగానే కనిపిస్తోంది. అటువంటివారు ఈ కథను కాస్తంత చదివితే సరి".

అది ఓ కుగ్రామం. ఓ కొండ కిందున్న గ్రామం. కొండ చాలా ఎత్తయినది. కొండంతా చెట్లే. దట్టంగా ఉన్నాయి. పగటిపూట కూడా చీకటిగానే ఉంటుంది.

ఆ కొండ అగ్ర భాగాన ఓ ఆలయం. ముందురోజు రాత్రి బయలుదేరితేనే మరుసటిరోజు ఉదయం అక్కడికి చేరుకోగలరు.

గ్రామంలోని ఓ యువకుడు ఆ శిఖరాగ్ర భాగానికి వెళ్లవలసిన పని పడింది. చేతిలో ఓ దీపం పట్టుకుని ముందురోజు రాత్రే బయలుదేరాడు. బయలుదేరిన అతను గ్రామ పొలిమేరలో ఆగాడు. ఎందుకో తెలుసా..

అతని చేతిలో ఉన్న దీపం వెలుగు అంత స్పష్టంగా కనిపించదు. కొద్ది దూరం వరకే దారి కనిపిస్తుంది. అక్కడి వరకే దారి స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. ఆ తర్వాతంతా చీకటిమయం. దారి కనిపించని పరిస్థితి.

అతను ఆలోచించాడు. మనసులో ఓ సందేహం. పది అడుగుల దూరం వరకే వెలుగు కనిపిస్తోంది. అలాగైతే నేను పది అడుగుల దూరం వరకే పోగలను. ఆ తర్వాత అంతా చీకటే. మరి ఆ చీకట్లో ఎలా పోవాలి" అనుకున్నాడు.... అతని మనసులో కలిగిన సందేహం.

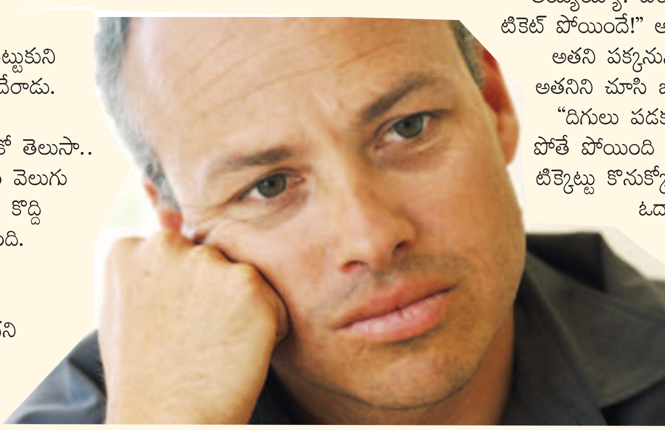
ఎప్పుడైతే ఆ సందేహం కలిగిందో అక్కడ ఆగిపోయాడు. కాస్సేపటికి అటువైపు ఓ పెద్దాయన వచ్చాడు. ఆయన చేతిలో ఉన్న దీపం ఈ యువకుడి చేతిలో ఉన్న దీపం కంటే చిన్నది. పెద్దాయన చేతిలో ఉన్న దీపం ఓ అయిదు అడుగుల దూరం వరకే కనిపిస్తుంది. ఆ పెద్దాయన కూడా శిఖరాగ్ర భాగానికే బయలుదేరాడు.

ఆయనను చూసి యువకుడు అడిగాడు.. "ఏం పెద్దాయనా.. మరీ అంత చిన్న దీపమా? ఆ దీపం వెలుగుతో కొండ మీదకు వెళ్లాలనుకుంటున్నారా?" అని.

అయితే పెద్దాయన అతని ప్రశ్నకు జవాబివ్వక, "ఏమిటీ అలా నిల్చుండిపోయావు. పైగా నీకేదో సందేహం కలిగినట్టుంది?" అని ఎదురు ప్రశ్న వేశాడు.

"నా చేతిలో ఉన్న దీపం పది అడుగుల దూరం వరకే చూపిస్తుంది" అన్నాడు. అందుకే శిఖరాగ్ర భాగానికి చేరుకోగలనా..? అనే నా సందేహం అన్నాడు యువకుడు.

ఆ మాటకు పెద్దాయన ఏం చెప్పాడో తెలుసా?



"ఇదిగో అబ్బాయి.. నీ చేతిలో ఉన్న దీపం వెలుగుతో ముందుగా పదడుగుల దూరం వరకు వెళ్లు. పదో అడుగు దగ్గర ఆగి ముందుకు చూడు. మరో పది అడుగుల దూరం కనిపిస్తుంది. అలా ప్రతి అడుగూ దాటుకుంటూ ముందుకు వెళ్లిపో" అన్నాడు పెద్దాయన.

"నువ్వు ముందుకు పోయేకొద్దీ వెలుగు కనిపిస్తుంది. అలా పోయేకొద్దీ నువ్వెన్ని కిలోమీటర్ల దూరమైనా పోవచ్చు" అన్నాడు పెద్దాయన.

పెద్దాయన చెప్పిన మాటలు యువకుడికి అర్థమయ్యాయి.

"అవును.. పెద్దాయన చెప్పింది నిజమే. ప్రతి పది అడుగూ చూసుకుంటూ తాననుకున్న గమ్య స్థానానికి చేరుకోవచ్చు కదా!" అని ముందుకు అడుగులు వేసాడు.

ఈ కథలోంచి మనం అర్థం చేసుకోవలసింది ఏంటో తెలుసా!

"దీర్ఘకాలానికి మనం వేసుకునే ప్రణాళికలో మనం ముందున్నది మరచిపోతాం. మనసుతో లేనిపోని అనుమానాలతో ఆందోళన చెందుతాం. మీ చేతిలో ఏమున్నదో అందులోనే భవిష్యత్తు దాగి ఉంది. కళ్లకు కనిపించిన మేరకు అడుగులు వేయాలి. సాగేకొద్దీ దారి తానుగా కనిపిస్తుంది" అంటారు ఓషో.

సుదూర ప్రయాణాలను ఇలానే చేపట్టాలి. ప్రతి అడుగు వేసేకొద్దీ గమ్యానికి చేరుకోవచ్చు.

నాకు తెలిసిన ఓ మిత్రుడు ఉన్నాడు. అతని ధోరణి విచిత్రంగా ఉంటుంది.

అతను దూర ప్రయాణానికి బయలుదేరాడు. రైలు పోతోంది. కొంత దూరం వెళ్లింది. సగం దూరంలో అతని దగ్గరున్న టిక్కెట్ గాలికొదిలేశాడు.

"అయ్యయ్యో! టికెట్ పోయిందే... టికెట్ పోయిందే!" అని అరవసాగాడు.

అతని పక్కనున్న పెద్దమనిషి అతనిని చూసి జాలిపడ్డాడు.

"దిగులు పడకు తమ్ముడూ.. పోతే పోయింది టిక్కెట్. మరొక టిక్కెట్టు కొనుక్కోవచ్చుగా!" అని ఓదార్చాడు.

దానికి యువకుడు ఏం చెప్పాడో తెలుసా...

"సార్.. నేను అందుకోసం బాధపడటం లేదండీ... ఆ టిక్కెట్ దొరికితేనే నేను ఏ ఊరికి పోవాలో నాకు తెలుస్తుంది సార్!" అని చెప్పాడు.

జయసూర్య

‘సాహితీమేఖల’కు 90 యేళ్లు

మాతృభాష తెలుగుకు అంధయుగం ప్రాప్తించి నిజాం పాలనలో, తీవ్ర నిరాదరణకు గురి అవుతున్న రోజులలో కవిరత్న అంబటిపూడి వెంకటరత్నం శాస్త్రి, 1934లో ‘సాహితీ మేఖల’ను స్థాపించి తెలంగాణలో, తెలుగు వెలుగు దివ్వె వెలిగించారు. తిరుగుబాటు పోరాట ఉద్యమాలకు ఖిల్లా నల్లగొండ జిల్లా చండూరు గ్రామంలో సాహితీవేత్తగా మాతృభాషా వికాసానికి సాంస్కృతిక పునరుజ్జీవానికి అంబటిపూడి ఏర్పాటు చేసిన సంస్థకు ఆయన వెన్నెముక అయితే పులిజాల హనుమంతరావు, ధవళా శ్రీనివాసరావు, సిరిప్రెగడ భార్గవరావు, మద్దోజు సత్యనారాయణ, పులిజాల గోపాలరావు, తాడిశెట్టి నర్సింహ్మగుప్త తదితర శిష్య అనుయాయులు, తెలంగాణలోని సాహితీ, సాంస్కృతిక చైతన్యమూర్తులు, ఎందరో తోడ్పాటు అందించారు.

1908 జులై 15న ప్రకాశం జిల్లాలో జన్మించిన అంబటిపూడి జీవితకాలం అంతా చండూరులోనే గడిచింది. రాయప్రోలువారి భావ కవితోద్యమం తెలంగాణలోని కవి, పండితులను ఆకర్షిస్తున్న రోజులవి. నిజాం పాలనలో తెలుగుభాష దీన స్థితిలో వున్నా, శతాబ్దాలనాటి తెలంగాణ సీమలో తెలుగు ప్రాచీన సాహితీ ఘనచరిత్ర ఉజ్వల వైభవోపేతమైన వెన్నెల వెలుగులు ప్రసరింపచేసిన శతాబ్దాల నేపథ్యం వుండనే వుంది. అణువణువునా భాషాభిమానంతో జీవించిన మహాకవులకు తెలంగాణ పుట్టిల్లుగా ఎంతో సాహితీ చరిత్ర నెలకొని వుంది. మాతృభాష పట్ల ప్రేమానురాగాలు శ్వాసగా జీవించే అంబటిపూడి వంటి సాహితీవేత్తలకు నాటి నైజాం ప్రభుత్వ అణచివేతలు ఆవేదన కలిగించాయి. నాటి ‘తెలుగు బ్రతుకు’ రచనలో ఇలా అంటారు..

“తల్లి యొసగెడి పాలు తెలుగే
తండ్రి గరపెడి పలుకు తెలుగే
తరుణి చూపెడి వలపు తెలుగే తెలియరా
మన బ్రతుకు బ్రతుకే తెలుగురా
తెలుగువాణి నిజమ్ము బాసలకు రాణి”
“ఈ తెలుగు నాలుకను ఇచ్చిన మీ ఋణమ్ము, ధాత్రి సకలం ఇచ్చినప్పటికీ తీరదు”

అంటూ వేలూరి శివరామ శాస్త్రిపై గురుభక్తి ప్రకటించుకొంటారు అంబటిపూడి.

నవ్యాంధ్ర సాహిత్య చరిత్రలో తెలంగాణ సీమలో అంబటిపూడి వెంకటరత్నం సమకాలీన కవులకు తెలుగు రచనా ప్రోత్సాహాన్ని అందించి కవికుల గురుత్వాన్ని పొందారు. చండూరు తోటమల్లయ్యతోట, కృష్ణభక్తి, అన్న, వస్త్రదాన సేవలతో పాటు తెలుగు, ప్రేమాభిమానాలకు, రచనా వ్యాసంగానికి కేంద్రమైంది. అంబటిపూడి శిష్యులు ధవళా(కోటయ్యగూడెం) పులిజాల(కొండాపురం), సిరిప్రెగడ (గుండ్రేపల్లి), మద్దోజు(చండూరు), మరొక పులిజాల(దోనిపాముల), మరొక సిరిప్రెగడ(కస్తాల) గురువుకు దీటుగా ప్రతిభావంతమైన రచనలతో నాటి తెలంగాణలో తెలుగుకు జీవం అందించారు. శాస్త్రాలు, సాహిత్య గ్రంథాలు, వ్యాకరణం, కావ్యాలు, పత్రికా రచనలు తెలుగు అధ్యయనం నిత్యకృత్యమైంది. అంబటిపూడి గురుత్వానికి నాటి ప్రముఖులు సురవరం, ముట్నూరి, కాశీనాథుని, గూడవల్లి, దేవులపల్లి, గడియారం వంటి ఎందరో విద్వత్కవుల, పత్రికాధిపతుల తోడ్పాటు ఉండేది. గురు శిష్య పరంపరగా తెలుగు కవిత్వ బీజాలను తెలంగాణ సీమలో నాటి చండూరు గ్రామం నుంచి తెలుగు సాహితీ పరిమళాలను పరివ్యాప్తి చేసిన ఘనత అంబటిపూడికి దక్కింది. 1943 మే 7న హైదరాబాద్ శ్రీకృష్ణ దేవరాయ భాషా నిలయంలో, ఆచార్య రాయప్రోలు అధ్యక్షతన ‘కవిరత్న’ బిరుదు వరించింది.

అంబటిపూడి వెంకటరత్నం పద్యం, గద్యం, వచనం, కవిత, కథానిక, గేయాలు, వ్యాసాలు, సమీక్షలు, విమర్శ, నాటకం అన్ని ప్రక్రియలలో రచనలు చేసారు. తెలుగు, సంస్కృత, ఆంగ్ల అనువాద సాహిత్యంతో చైతన్యం రగిలించారు.

‘సాహితీ మేఖల’ ఎందరో అజ్ఞాత కవుల ప్రతిభకు అద్దం పట్టింది. 1946 మేలో అంబటిపూడి అధ్యక్షతన కాళోజీకి ఘన సన్మానం, దశమ వార్షికోత్సవం తెలంగాణ సాహితీ చరిత్రలో సువర్ణ ఘట్టం. మహాకవి దాశరథి సృష్టించిన నైజాం నిరంకుశత్వంపై తిరుగుబాటు కావ్యం ‘అగ్నిధార’ను సాహితీ మేఖల ప్రచురించి సంచలనం కలిగించింది. నాటి నిజాం పాలనాంధకారంలో తెలుగు భాషావధూటికి ‘సాహితీ మేఖల’ వడ్డాణంగా స్వర్ణకాంతి ప్రసరింపచేసింది.

1946 చండూరు మహాసభలలో వానమామలై వరదాచార్యులు, దేవులపల్లి రామానుజరావు, దాశరథి, కాళోజీ, మాడపాటి, కొప్పరపు కవులు, సత్యదుర్గేశ్వర కవులు, బిరుదురాజు, యువకవి సినారె, ప్రజాకవులు ఎందరో పాల్గొన్న సభ తిరునాళ్లలా కొనసాగింది. సాహితీమేఖల అంబటిపూడి సారధ్యంలో అసంఖ్యాక పుస్తక ప్రచురణలు, సాహితీ, సారస్వత సభా సమావేశాలు, తెలంగాణ సాహితీ శక్తిగా సుప్రతిష్ఠమైంది. ఆ ఒడ్డాణంలో పొదిగిన రత్నాలు తెలంగాణా సాహితీసీమలో మణిదీపాలుగా దీప్తి ప్రసరించాయి.

వీరాంజలి, ప్రణయవాహిని, మైనాదేవి, మొరాన్‌కన్య, వత్సలుడు, వనవాటి, చంద్రశాల, ఇంద్రధనువు, కౌమాదకి, సంధ్యావిద్య, ప్రభుసపత్తి, వ్యాస తరంగాలు అంబటిపూడి ఎంతో సాహిత్యం సృష్టించారు. ఎన్నో వ్యాసాలు గ్రంథాలతో తెలంగాణ సాహిత్యాన్ని సుసంపన్నం చేసారు. 17.2.1984లో ఆయన మరణానంత రం, కొంత కాలం సాహితీమేఖలకు అధ్యక్షునిగా మద్దోజు సత్యనారాయణ కొనసాగారు. ప్రస్తుతం నాలుగు దశాబ్దాలు పైగా ప్రముఖ సాహితీవేత్త పున్న అంజయ్య (పున్నమి) ప్రధాన కార్యదర్శిగా సారధ్యం అందిస్తున్నారు. ◆

ప్రతి మనిషికీ 'నేను', 'నాది' అన్న అహంభావం కొంచెమైనా వుండకపోదు. ఇది సామాన్య మానవుల నుండి మహర్షులూ, మునులూ, తాపసులూ, మహాత్ములూ, విద్యావేత్తలూ.. ఇలా అందరిలోనూ మినప గింజంతైనా వుండకుండా వుండదు. అయితే కొందరు "తాను నిగర్విననీ, అహం తనలో ఏమాత్రమూ లేదని చెప్తుంటారు".

మనస్సుతో మాట్లాడాలి!

డా॥ పులివర్తి కృష్ణమూర్తి

మీరు పరిశీలించి చూస్తే ఒక విధంగా ఇలా చెప్పడంలోనే ఒక అహంభావ ధోరణి చూడగలిగేవారికి గోచరించకపోదు. ఎందరో మహాత్ములు పదే పదే చెప్పే మాటను మనం మరోసారి చెప్పుకుందాం....

ప్రతిరోజు నిద్రకు ఉపక్రమించే ముందు మీ గుండెల మీద చేయి వేసుకుని ఒక్కసారి నీ మనస్సును అడుగు. ఈరోజు నేను ఎవరి గురించైనా చెడుగా మాట్లాడానా? ఎవరికైనా అపకారం తలపెట్టానా? ఎవరి మనస్సైనా కష్టపెట్టానా? ఎవరికైనా సహాయం చేయగలిగినా? ఇలా మీరు ప్రశ్నించుకుంటే మీ మనస్సు హృదయాంతరాల్లోంచి శోధించి–దేతాను, సమాచారాన్ని వెలుపలకు తీసి మీకు చెబుతుంది. అంతేకాదు, నీవు అలా చేసి వుండాల్సింది కాదని కూడా తిడుతుంది. కానీ మనం మన మనస్సు చెప్పిన దాన్ని ఖాతరు చేయకుండా పక్కకు నెట్టేస్తూ ఉంటాం. పిచ్చి పిచ్చిగా సహాలివ్వబాకు.. అంటూ వార్నింగ్ కూడా జారీ చేస్తుంటాం. మన ప్రవర్తన గురించిన సమాచారాన్ని మన మనస్సే మనకు అందిస్తుంది. నేటి రోజుల్లో ఎంతో మంది ఉపాసన చేస్తున్నామనీ, భగవాన్ తనకు మార్గదర్శకత్వం వహిస్తున్నారనీ నమ్మకంగా చెబుతూ వుంటారు. అయితే ఈ రోజుల్లో ప్రతి వ్యక్తీ ఏదో ఒక అనారోగ్య సమస్యతో బాధపడుతూనే ఉన్నారు. ప్రతి చిన్నదానికీ వైద్యుణ్ణి సంప్రదించాలా? అసలు తన శరీరంలో ఎలాంటి రుగ్మత చోటు చేసుకుంటోందో తెల్సుకోవాలి. అయితే కొందరు మానసిక శాస్త్రవేత్తలు ఈ విషయంలో ఒక కొత్త విషయాన్ని ఆవిష్కరించారు.

మన మనస్సు మనతో మాట్లాడుతున్నట్లుగానే మన శరీరమూ, అందులోని భాగాలూ మాట్లాడతాయని చెబుతున్నారు. అదెలా అంటారా?

మీరు ప్రశాంతంగా ఒక చోట నేలమీద వెల్లకిలా పడుకోండి. కళ్లు మూసుకోండి. మీకు ఎలాంటి ధ్వని సంబంధమైన తదితర ఇబ్బందులు లేకుండా చూసుకోవాలి. అంటే నిశ్శబ్దంగానూ, మీకు విశ్రాంతి కలిగించే విధంగానూ వుండాల్సి వుంది. ఇక మీరు మీ శరీరంతో మాట్లాడటం ప్రారంభించండి. ఒక్కొక్క అవయవాన్నీ స్కాన్ చేయండి. మీరు ఒక్కో శరీర భాగంపై దృష్టి పెట్టండి. మీరలా మీ శరీర భాగాన్ని పలకరిస్తున్నప్పుడు, ఆ భాగంలో ఏదైనా అనారోగ్యం వుంటే, ఆ లక్షణాలుంటే, మీకు తప్పక తెలుస్తుంది.

మీ మనస్సుతో మోకాళ్లను ముట్టుకుంటే అవి తన నొప్పుల గురించి చెప్పేస్తాయి. కళ్ల గురించి వాటిని అడగండి. మనస్సు ద్వారా మీకు వాటి సమస్యను వివరిస్తాయి. మీ గుండెను కదిలించండి. అది తన విషయాన్ని కూలంకషంగా చెప్తుంది. ప్రతి అవయవాన్నీ, భాగాన్నీ పలకరించండి. విషయాలు సేకరించండి. ఈ విషయాన్ని మీరు చదువుతూ ఏదో మానవాతీత శక్తుల గురించి అనుకుంటే పొరపాటే అవుతుంది. ఎందుకంటే వేదకాలం నుండీ ఈ విషయాలు మనకు తెల్సినవే. నీవే ఒక శక్తి స్వరూపం. నీలో ఆత్మ, పరమాత్మ రూపంలో వుంది. నిన్ను నీవు ముందు తెల్సుకో. నిన్ను నీవు గ్రహించుకో. మనలో వున్న శక్తిని వెలికితీయాలి. మనలోని శక్తిని మనం గుర్తించాలి. ఏకాగ్రత, ప్రశాంతత మన జీవితానికి ఎంతో ముఖ్యం. ఆత్మ పరిశీలన అవసరం. మన మనస్సుకూ, మన శరీరానికీ, మనకు మనం సంకెళ్లు వేసుకుంటున్నాం. మనల్ని మనం గుర్తుంచుకోవడమే జ్ఞానం. అనుభూతి ఎంతో అవసరం. మనల్ని మనం పూర్తిగా గుర్తెరిగి ఈ జీవితాన్ని హాయిగా అనుభవించగలిగినప్పుడే ఈ జన్మకు సరైన విలువ లభిస్తుంది. లేదంటే ఈ జీవితం వ్యర్థం గావించుకున్నట్లే అవుతుంది.

చైనాలోని అనేక ప్రాంతాలలో అరుదైన అద్భుత పర్వతాలు ఉన్నాయి. వీటిలో కొన్ని ఆకాశాన్ని తాకుతున్నాయా? అనే భ్రమను కలిగిస్తాయి. ప్రపంచ పర్యాటకులు వీటిని తప్పనిసరిగా సందర్శించాలని తహతహలాడుతుంటారు.

షేక్ అబ్దుల్ హాకీం జాని

అరుదైన అద్భుత పర్వతాలు

మౌంట్ ఫ్యాన్జింగ్

ఆకాశాన్ని తాకుతున్నదా? అని భ్రమింపజేసే సహజసిద్ధమైన రెండుగా చీలిన రాతి శిఖరంపై రెండు బౌద్ధ ఆలయాలను నిర్మించారు. నిటారుగా ఉండే ఈ రాతి శిఖరం పైభాగాన రెండుగా చీలి రెండు శిఖరాల వలె

కనిపిస్తాయి. ఇవి ఆకాశాన్ని తాకుతున్నాయా? అనేలా చూపరులకు భ్రమను కల్పిస్తాయి. చైనాలోని గుయిజౌ ప్రావిన్స్‌లోని వులింగ్ పర్వతశ్రేణిలో నెలకొన్న ఈ రాతి శిఖరాల పై భాగాన్ని 'రెడ్ క్లౌడ్స్ గోల్డెన్ పీక్, ఫాన్జింగ్షాన్' అని పిలుస్తారు. ఈ ఆలయాలకు వందలాది సంవత్సరాల చరిత్ర ఉంది. సాంకేతిక పరిజ్ఞానం అందుబాటులో లేని ఆ కాలంలో ఈ ఆలయాలను ఇంత ఎత్తు శిఖరాలపై ఎలా నిర్మించారనేది నేటికీ వింతగానే మిగిలింది. బౌద్ధ ఆలయాలను చాలా ఎత్తులో నిర్మించారు. ఇంత ఎత్తులో బలమైన ఈదురు గాలులు వీస్తుంటాయి. నిత్యం ప్రతికూల వాతావరణం ఉంటుంది.

ఇటువంటి ప్రకృతిని తట్టుకుని ఆకాశాన్ని తాకే అనుభూతి కలిగేంత ఎత్తులో ఈ ఆలయాలను ఎలా నిర్మించారనేది మిలియన్ డాలర్ల ప్రశ్న. సముద్ర మట్టానికి 8430 అడుగుల ఎత్తులో ఈ పర్వతంపై నిర్మించిన ఈ ప్రాంతాన్ని యునెస్కోవారు 2018లో ప్రపంచ వారసత్వ ప్రదేశంగా గుర్తించి ప్రకటించారు. మెట్ల మార్గంలో నడవలేని వారి కోసం కేబుల్‌కార్లు అందుబాటులో ఉంటాయి. శిఖరం పైభాగాన ఉన్న ఈ ఆలయాలను చేరుకోవాలంటే దాదాపు ఎనిమిది వేల మెట్లను ఎక్కాలి. అక్కడ స్వర్గాన్ని తలపించే బౌద్ధ ఆలయాలు కనిపిస్తాయి. ఇది ఆధ్యాత్మికతతో కూడిన సాహస యాత్ర అనే చెప్పాలి. మెట్ల మార్గంలో నడుచుకుంటూ వెళితే తొలుత దక్షిణం వైపు ఉన్న బుద్ధుని ఆలయానికి చేరుకుంటారు. ఆ తరువాత శిఖరంపైన నిర్మించిన వంతెన దాటి ఉత్తరం వైపు వెళితే మైత్రేయ ఆలయం చేరుకోవచ్చు. వంతెన దాటే సమయంలో ఆకాశంలో విహరిస్తున్నట్లు, మేఘాలు తాకుతున్నట్లు వింత అనుభూతులు కలుగుతాయి. ఇది ఒకే పర్వతం అయినప్పటికీ మధ్యలో రెండుగా చీలి రెండు శిఖరాలుగా ఏర్పడటంతో రెండు పర్వతాలను చూసిన అనుభూతి కలుగుతుంది. రెండు శిఖరాలపై రెండు బౌద్ధ ఆలయాలు ఉన్నాయి.

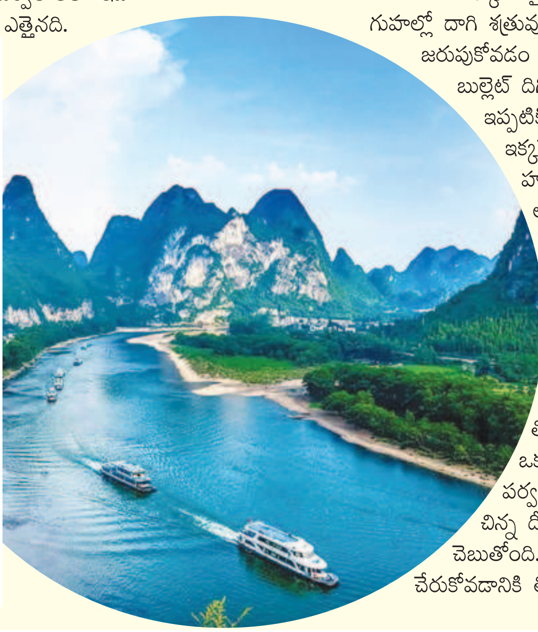
ఈ రెండు ఆలయాలలో ఒక బౌద్ధ ఆలయాన్ని శాక్యమునికి అంకితం చేయగా, రెండో ఆలయాన్ని అతని వారసుడైన మైత్రేయకు అంకితం చేశారు. శాక్యముని వారసుడిగా మైత్రేయ అందరికీ జ్ఞానోదయం కలిగిస్తాడని ఇక్కడి ప్రజల ప్రగాఢ విశ్వాసం. మైత్రేయ బుద్ధుని జ్ఞానోదయ ప్రదేశం కావడంతో ఫ్యాన్జింగ్ పర్వతం బౌద్ధమతం వారికి చాలా పవిత్రమైన స్థలం. మైత్రేయ అంటే బౌద్ధ సంప్రదాయం ప్రకారం 'భవిష్యత్తు బుద్ధుడు' అని విశ్వసించే వారున్నారు. ప్రాచీన కాలంలో ఫ్యాన్జింగ్ పర్వతం అనేక బౌద్ధ ఆలయాలకు నిలయంగా ఉండేదని చారిత్రక ఆధారాల వల్ల తెలుస్తోంది. 16వ శతాబ్దంలో జరిగిన దాడుల్లో ఈ ఆలయాలలో చాలావరకు ధ్వంసమయ్యాయి ప్రస్తుతం ఈ పర్వత శ్రేణి చుట్టూ 50 బౌద్ధ ఆలయాలు మిగిలాయి.

ఈ ప్రాంతంలో 1368-1644 మధ్య కాలంలో చైనాను పాలించిన మింగ్ రాజవంశం, 1644-1911 వరకు పాలించిన క్వింగ్ రాజవంశాలవారు వేసిన శాసనాలు కనిపిస్తాయి. కేవలం చైనీయులే కాకుండా ప్రపంచ పర్యాటకులు అనునిత్యం ఇక్కడకు తరలివచ్చి ప్రకృతిలోని ఈ వింతను ఆస్వాదిస్తుంటారు. జీవితంలో ఒక్కసారైనా ఈ ప్రకృతి అందాలను చూడాలని ఉవ్విళ్ళూరే పర్యాటకులు కోకొల్లలు అంటే అతిశయోక్తి కాదు.

పాలరాతిని తలపించే శ్వేత పర్వతాలు

తూర్పు చైనా సముద్రానికి అభిముఖంగా మధ్య వియత్నాంలోని డా నాంగ్‌కి నగరానికి ఆగ్నేయంగా 10 కి.మీ. దూరంలో పశ్చిమంగా అయిదు పర్వతాలు ఉన్నాయి. వీటిని మార్బుల్ పర్వతాలు అని పిలుస్తారు. ఇవి చూడటానికి పాలరాతి పర్వతాలవలె కనిపిస్తాయి. నిజానికి సున్నం కలిసి ఏర్పడిన సన్నని దారులు, గుహలు, సొరంగాలను ఇక్కడ తిలకించవచ్చు. కొన్నిచోట్ల తెల్లని రాళ్ల ఉంటే, మరికొన్ని చోట్ల గులాబీ, ఎరుపు రంగు రాళ్ల కనిపిస్తాయి. వియత్నాంవారు వీటిని 'గుహసల్' అని పిలుచుకుంటారు. అంటే అయిదు లోహాల పర్వతాలని దీని అర్థం.

నీరు, గాలి, భూమి, ఖనిజం, కలప.. ఇలా ఒక్కో శిఖరానికి ఒక్కో పేరు ఉంది. ఈ ఐదు మూలకాలకు ఈ పర్వతాలు ప్రసిద్ధి చెందాయని ఇక్కడివారి విశ్వాసం. ఖనిజ పర్వతంలోని గుహ పొడవు 64 మీటర్లు, 7 మీటర్ల వెడల్పు ఉంటుంది. ఈ గుహ 1956లో కనుగొనబడింది. ఈ పర్వతానికి మంత్ర శక్తులు ఉన్నాయని ఇక్కడివారి విశ్వాసం. ఇక్కడి కో కో నదిలో ప్రవహించే నీరు చాలా స్వచ్ఛంగా ఉంటాయి. ఈశాన్యంలో ఉన్న నీటి పర్వతం 108 చదరపు మీటర్ల ఎత్తులో ఉంది. ఇక్కడి మార్బుల్ పర్వతాలలో ఇదే ఎత్తైనది.



ఇక్కడ హుయెన్‌ఖోంగ్, హెల్ కేవ్, హోవాన్థిమ్ పేర్లతో సహజమైన గుహలు, తామ్‌థామ్, టు టామ్, లిన్ ఉంగ్ ఇత్యాది పేర్లతో బౌద్ధ ఆలయాలు ఉన్నాయి. ఇక్కడ పగోడాలు, బుద్ధుని విగ్రహం వల్ల పుణ్య క్షేత్రంగా విరాజిల్లుతుంది. ఇక్కడి అగ్ని పర్వతాన్ని ఫైర్ మౌంటేన్ అని పిలుస్తారు.

ఇక్కడ లభించే రాయి సంప్రదాయ శిల్పాలు చెక్కడానికి పనికి వస్తుంది. ఆ కారణంగా దాదాపు 500లకు పైబడి కుటుంబాలవారు ఈ శిల్పకళా వృత్తిని నమ్ముకుని జీవిస్తున్నారు. వీటిలో థెసన్ అనే పర్వతం అన్నింటికన్నా పెద్దది. దీనికి మెట్లమార్గం నిర్మించారు. ఈ మెట్ల దారిన నడుచుకుంటూ వెళితే థామ్‌థియో గోపురానికి చేరుకోవచ్చు. వియత్నాంలో యుద్ధం జరిగిన సమయంలో ఇక్కడి సైనికులు మధ్య గుహల్లో దాగి శత్రువులతో కాల్పులు జరుపుకోవడం వల్ల గోడలపై బుల్లెట్ దిగిన రంధ్రాలు ఇప్పటికీ కనిపిస్తాయి. ఇక్కడే ఉన్న హ్యుయాన్‌కాంగ్ అనే గుహపై ఒకప్పుడు బాంబులు పడటంతో పెద్ద కన్నం ఏర్పడింది. ఇప్పటికీ దాన్ని తిలకించవచ్చు. ఒకప్పుడు ఈ ఐదు పర్వత శిఖరాలు ఐదు చిన్న ద్వీపాలని చరిత్ర చెబుతోంది. ఈ పర్వతంపైకి చేరుకోవడానికి లిఫ్ట్ సౌకర్యం కూడా ఉంది.

గులిన్ నగరంలో పర్వతాలు

గులిన్ నగరం చైనా ఉత్తర ప్రాంతంలో ఉంది. ఈ నగరం చుట్టూ నీలివర్ణంతో కనువిందు చేసే 'లీ' నది ప్రవహిస్తుంది. ఈ నదీ తీరాన రాతి పర్వతాలు ఏర్పడ్డాయి. వీటిని క్రాఫ్ట్ పర్వతాలు అంటారు. లక్షలాది సంవత్సరాలుగా 'లీ' నది ఇక్కడి సున్నపు రాతి మైదానాల గుండా ప్రవహించడం వల్ల రాతిముద్దలు ఏర్పడి పర్వతాలుగా రూపొందాయి. నీటి ప్రవాహానికి రాళ్ల కరిగి లోయలు, గుహలు కూడా ఏర్పడ్డాయి. ఇక్కడ ఒక కొండ ఆకారం ఆశ్చర్యానికి గురి చేస్తుంది. ఒక ఏనుగు తన తొండాన్ని 'లీ' నదిలో ముంచి నీరు తాగుతున్నట్లు ఈ కొండ ఆకారం కనిపిస్తుంది. గులిన్ నగరంలో పది లక్షల మంది జనాభా నివసిస్తున్నారు.

ఈ నగరం మధ్య 500 అడుగుల ఎత్తైన పెద్ద శిఖరంతో కూడిన కొండ ఉంటుంది. శిఖరాన్ని చేరుకోవడానికి 300 మెట్లు నిర్మించారు.

ఈ శిఖరం పక్కనే దక్షిణ చైనా రాజవంశీయుల భవనాలు నిర్మించారు. కాలగతిన నేడు అవి చాలావరకు శిథిలావస్థకు చేరుకున్నాయి. గులిన్ తూర్పు ప్రాంతంలో ఈ ప్రదేశం వంద ఎకరాలలో విరాజిల్లుతోంది. ఇందులో ఏడు ఉద్యానవనాలు, ఏడు రాతి గుట్టలు కనువిందు చేస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా గుగ్‌మన్ పర్వతంలో ఏర్పడిన గుహ పెద్ద భవనంలా కనిపిస్తుంది. ఈ గుహ వెయ్యి మంది వరకు జనం పట్టే ప్రదేశాన్ని కలిగి వుండటం విశేషం.

సింగిల్ పేజీ కథ

స్వాతిముత్యాలు

ఆర్.సి.కృష్ణస్వామి రాజు

ఇంజినీరింగ్ ఫైనల్ ఇయర్ చదువుతున్నాడు అగస్త్యనంద. తను ఉండే తిరుపతి నుంచి చిత్తూరులోని తన కాలేజీకి రోజూ రైల్లో వెళ్లి వస్తాడు.

నిత్యం రైల్వే స్టేషన్‌లో కనిపించే బిచ్చగాళ్లను చూసి జాలి పడేవాడు. ఉద్యోగం వచ్చిన తరువాత వారిలో ఒకరిద్దరికైనా సహాయం చేస్తే బాగుండునని అనిపించేది.

ఎలాగైతేనేమి, చదువు పూర్తి అయిన తరువాత చెన్నైలో మంచి ఉద్యోగం దొరికింది.

ముప్పై ఒకటవ తేదీన మొదటి నెల జీతం బ్యాంకులో జమ అయినట్లు మొబైల్‌కి మెసేజి వచ్చింది. శని, ఆదివారాలు సెలవు కావడంతో అమ్మా నాన్నలను చూద్దామని చెన్నై నుంచి తిరుపతికి బయలుదేరబోయాడు. ఇంతలో మొదటి జీతంతో ఒక్క బిచ్చగాడికైనా సహాయం చేయాలనుకున్న విషయం గుర్తుకొచ్చింది.

"ఏ వస్తువు కొని వారికిస్తే వాళ్ల జీవితంలో మార్పు వస్తుంది?" అని ఆలోచనల్లో పడ్డాడు.

వాట్స్ అప్ చూస్తూ ఉంటే తళుక్కున ఓ వీడియో ప్రత్యక్షమయ్యింది.

అందులో.. రోడ్డు పక్కన బిచ్చమెత్తుకునే ఒకామెను ఆదుకోవాలనుకుంటాడు ఒక యువకుడు.

ఆమెకు వేయింగ్ మిషన్ కొనిస్తాడు. రోడ్డు మీద నడిచి వెళ్లేవాళ్లు తమ బరువును చూసుకుని ఆమెకు డబ్బులిస్తారు. దాంతో ఆమె తన వృత్తిని వదిలిపెట్టి వేయింగ్ మిషన్ ద్వారా వచ్చే ఆదాయంతో గౌరవమైన జీవితం గడుపుతుంది.

"చక్కటి ఆలోచన" అని అనుకుంటూ సిటీలోని పారిస్ సెంటర్‌కి వెళ్లాడు. రెండు వేలు పెట్టి ఒక వేయింగ్ మిషన్ కొన్నాడు. దాన్ని తిరుపతి రైల్వే స్టేషన్ ముందర ఉండే బిచ్చగాళ్లలో ఒకరికి ఇస్తే అది వారి జీవితాన్నే మార్చేస్తుందని సంతోషపడ్డాడు.

"అవునూ.. మనం ఒక్క మిషనే కదా కొన్నది.. ఒకవేళ ఎక్కువ మంది ఎగబడి "మాక్కూడా కావాలి!" అని అడిగితే ఏమి చేసేదబ్బా?" అన్న అనుమానం వచ్చింది.

"సరే..! ముందు ఒకరికి సహాయం చేసి తర్వాత చూద్దాం" అనుకున్నాడు.

మిషన్‌ని భద్రంగా బ్యాగులో పెట్టుకుని రైల్లో తిరుపతి చేరాడు. స్టేషన్ బయటకు వచ్చి నిలుచున్నాడు.

"బాబ్బాబూ.." అంటూ చాలా మంది బిచ్చగాళ్లు డబ్బుల కోసం చేతులు చాపారు.

అందరినీ తప్పించుకుని రోడ్డుకు పక్కగా వెళ్లి నిలుచున్నాడు. తను చదివిన సైకాలజీ పుస్తకాల్లోని ఫేస్ రీడింగ్ పేజీలను మనసులోనే తిరగేశాడు. ఒకటికి రెండు సార్లు ముఖాలను చూసి ఒక యువ బిచ్చగాడిని ఎంపిక చేసుకున్నాడు.

నేరుగా అతడి దగ్గరకు వెళ్లి "నీ జీవితాన్ని పూర్తిగా మార్చాలని అనుకుంటున్నాను. ఇదిగో ఈ మిషన్ తీసుకో. ప్రయాణికుల బరువు చూసి డబ్బు తీసుకో. నువ్వు నాకేమీ ఇవ్వనక్కరలేదు. ఈ మిషన్ నీదే" అని ఇవ్వబోయాడు.

అగస్త్యనందను తిక్కలోడిని చూసినట్లు చూస్తూ "డబ్బు సంపాదించడానికి అంత కష్టం అవసరం అంటారా బాబూ?" అని ఎదురు ప్రశ్న వేశాడు అతడు.

ఆశ్చర్యంగా చూశాడు అగస్త్యనంద.

"రాత్రీ పగలూ దాన్ని ఎక్కడ కాపలా కాసేది? రిపేర్లు వస్తే దాన్ని ఎత్తుకుని ఎక్కడ తిరిగేది? అది అయ్యే పని కాదులే. అయినా దార్లో కూర్చుని గుడ్డ పరుచుకుని, చేయి చాపి "బాబ్బాబూ.." అని అడుక్కుంటే పైసలు రాలుతున్నాయి. మిషన్ ముందర పెట్టుకుని, వచ్చినోళ్ల బరువు చూసి వారిచ్చే డబ్బు కోసం ఎదురు చూసేంత అవసరం నాకు లేదు బాబూ.. నన్ను వదిలేయ్" అంటూ పరిగెత్తినట్లు అక్కడి నుంచి వెళ్లిపోయాడు.

ముఖాన పచ్చి పేడ కొట్టినట్లయ్యింది అగస్త్యనందకి. చిన్నగా అక్కడి నుంచి కదలబోయాడు.

పక్కనే ఉండి ఇదంతా విన్న ఒక వృద్ధ బిచ్చగాడు "బాబ్బాబూ... ఆ మిషన్ నాకివ్వు. నేను దీన్ని ఆసరాగా చేసుకుని డబ్బు సంపాదించుకుంటాను" అని అడిగాడు.

అగస్త్యనంద సంతోషంగా ఆ వృద్ధుడి చేతికిచ్చాడు వేయింగ్ మిషన్‌ని.

"ఆకాశం నుంచి స్వాతి చినుకులు రాలడానికి సిద్ధంగా ఉన్నా ఆల్చిప్పలు నోరు తెరిచి ఉండాలి కదా. దానికి కూడా బద్ధకిస్తే ముత్యాలు ఎలా దొరుకుతాయి?" అనుకుంటూ చిన్నగా అక్కడి నుంచి కదిలాడు అగస్త్యనంద. ■

వారఫలం

శ్రీమతి ములుగు శివజ్యోతి, ప్రముఖ జ్యోతిష్కురాలు
నారాయణ నాయక్ కాంప్లెక్స్, 2వ అంతస్తు,
గాంధీ జ్ఞానమందిర్ వెనుక, కోఠి, హైదరాబాద్-1
ఫోన్: 9849453449, 9440927795

మేషం

ఆర్థిక విషయాలలో సాహస కృత్యాలు చేస్తారు. సాన్నిహిత్యం కంటే ప్రయోజనాలు ముఖ్యమని భావిస్తారు. అబద్ధాలు చెప్పే మధ్యవర్తుల వల్ల ఇబ్బంది పడతారు. ముఖ్యమైన పనులు సకాలంలో పూర్తి చేస్తారు. కట్టుదిట్టమైన ప్రణాళికలను ఏర్పరచుకోగలుగుతారు. నూతన గృహ యోగ సూచనలున్నాయి. చాలా విషయాలలో మర్మంగా వ్యవహరిస్తారు.

వృషభం

ప్రజా సంబంధాలను విస్తృతపరచుకుంటారు. ప్రకటనలు, ప్రచారం, ఆర్భాటం చోటు చేసుకుంటాయి. వ్యాపార రంగంలోని వారికి కొంతవరకు అనుకూలం. ప్రాధాన్యం లేని కొన్ని బాధ్యతలను స్వీకరించవలసి వస్తుంది. కుటుంబ సభ్యుల నిర్ణయాలను అయిష్టంగానే అంగీకరిస్తారు. జమా ఖర్చులను ఎప్పటికప్పుడు సరిచూసుకోవడం శ్రేయస్కరం.

మిథునం

శుభ వార్తలు వింటారు. పొదుపు పథకాలను అవలంభించలేరు. పోటీ ప్రపంచంతో మీరూ పోటీ పడవలసి వస్తుంది. చాలా విషయాలలో బాధ్యతంతా పైన వేసుకుని శ్రమిస్తారు. వీటి తాలూకు ఫలితాలను వారాంతంలో అందుకుంటారు. గతంలో మీపై నిందలు వేసిన వారిని నిలదీయడానికి సాక్ష్యాధారాలు లభిస్తాయి. రోజూ హనుమాన్ చాలీసా పఠించడం మంచిది.

కర్కాటకం

అనుకూలంగా ఉంటుంది. క్రయ-విక్రయాలలో నిదానం అవసరం. అధిక వడ్డీలకు ఋణాలు తీసుకునే సూచనలున్నాయి. వృత్తి, ఉద్యోగాల పరంగా అనుకూలం. అయితే నూతన ఉద్యోగ ప్రయత్నాలు ఫలించవు. వినోద కార్యక్రమాలకు ఎక్కువగా ప్రాముఖ్యతనిస్తారు. కీలక సమయంలో సహోదరీ వర్గం సహకారం లభిస్తుంది. స్థిరాస్తి కొనుగోలు వ్యవహారాలు అభివృద్ధి.

సింహం

రాజకీయంగా మీ పలుకుబడి పెరుగుతుంది. ఋణాలు లభిస్తాయి. రియల్ ఎస్టేట్ వ్యాపార రంగంలోని వారికి అనుకూలం. పనులు కాస్త నిదానంగా సాగినా తుది ఫలితాలు మేలు చేకూరుస్తాయి. మీ శక్తి సామర్థ్యాల పైనే ఆధారపడి ఉంటారు. ఎవరినీ నమ్మరు. ప్రయాణాలలో జాగ్రత్తలు అవసరం. నాగ సింధూరం ధరించడం మంచిది.

కన్య

ప్రతి విషయాన్ని కీడెంచి, మేలెంచమన్న విధంగా ఆలోచిస్తారు. చాలా విషయాలలో మీ అంచనాలు, మీ అభిప్రాయాలు ఊహలకే పరిమితమవుతాయి. ఋణాల మీద వడ్డీలు తగ్గించుకునే యత్నాలు ఫలిస్తాయి. ఒక స్త్రీ సహకారం వల్ల వివాదాల నుంచి బయట పడతారు. స్పెక్యులేషన్‌కు దూరంగా ఉండటం చెప్పదగినది. పెట్టుబడుల విషయంలో నిదానం అవసరం.

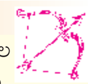
తుల

ఆర్థిక వనరులు పెంచుకునే విషయం పైనే దృష్టి కేంద్రీకరిస్తారు. గౌరవ మర్యాదలకు లోటు లేకపోయినప్పటికీ ఏదో సాధించాలన్న తపన కలిగి వుంటారు. ఆరోగ్య పరమైన ఊరట లభిస్తుంది. వివాదాస్పద అంశాలు మీ చుట్టుపక్కలనే ఉంటాయి. మితంగా మాట్లాడటం మంచిది. కుటుంబంలో ఆహ్లాదకరమైన వాతావరణం నెలకొని ఉంటుంది. రోజూ అష్టమూలికా గుగ్గిలంతో ధూపం వేయడం చెప్పదగింది.

వృశ్చికం

సమస్యలను సమర్థవంతంగా పరిష్కరించు కుంటారు. మానసిక ప్రశాంతత మాత్రం ప్రశ్నార్థకం అవుతుంది. అవసరాలకు తగినటువంటి ధనాన్ని కలిగి ఉంటారు. వృత్తి, ఉద్యోగ, వ్యాపారాల పరంగా సాధారణ ఫలితాలుంటాయి. వారాంతంలో ముఖ్యమైన కార్యక్రమాలు విజయవంతమవుతాయి. జీవిత భాగస్వామితో విభేదాలు ఏర్పడే సూచనలున్నాయి. గోప్యతకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వడం మంచిది.

ధనుస్సు



దీర్ఘకాలంగా అపరిష్కృతంగా ఉన్నటువంటి సమస్యల పైన దృష్టి సారిస్తారు. మొండివాళ్లను కార్యోన్ముఖులను చేయాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. రాజకీయ పరపతి ఉపకరిస్తుంది. కీలక స్థానాలలోని వారి నుండి ముఖ్యమైన వాగ్దానాలు తీసుకుంటారు. ఒక నిర్ణయాన్ని తీసుకునేటప్పుడు ఇతరుల సలహాలను పరిగణలోకి తీసుకోవడం చెప్పదగిన సూచన. వీసా, పాస్‌పోర్ట్ వంటి వ్యవహారాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి.

మకరం

ప్రయోజనాలను ఆశించి కొంత మంది మీతో సాన్నిహిత్యం పెంచుకునే యత్నాలు చేస్తారు. బంధువర్గం మీ పరిధులలో లేని పనులను చేసి పెట్టమని మీపై వత్తిడి తెస్తారు. శుభ కార్యాల్లో పాల్గొంటారు. రహస్య పద్దులు వెలుగు చూస్తాయి. అనిశ్చితమైనటువంటి మానసిక పరిస్థితి ఉండి బయట పడడానికి సరికొత్త వ్యూహాలను అవలంభిస్తారు. మిత్రుల సహాయ సహకారాలు లభిస్తాయి. చర్చలు, ప్రయాణాలు ఉపకరిస్తాయి.

కుంభం

వ్యాపారస్తులకు అనుకూలం. విద్యార్థులు విద్య పైన శ్రద్ధ కనబరచవలసి ఉంటుంది. ఇంత కాలం మీకు రావలసిన ప్రయోజనాలకు అడ్డు పడుతున్నటువంటి అధికారికి బదిలీ అవుతుంది. రాజీ యత్నాలలో కొంతమంది మీ మనస్సు మార్చే ప్రయత్నాలు చేస్తారు. ఆర్థిక స్థితి ఒడుదుడుకులుగా ఉంటుంది. సంతాన పురోభివృద్ధి మీకు మానసిక ధైర్యాన్నిస్తుంది.

మీనం

ముఖ్యమైన చర్చలు ఫలిస్తాయి. ఆర్థికంగా పరిస్థితులు బాగుంటాయి. రాయబారాలు, మధ్యవర్తిత్వాలు చోటు చేసుకుంటాయి. సభలు, సమావేశాలు నిర్వహిస్తారు. గతంలో ఏర్పడిన కొన్ని అవరోధాలు వారాంతంలో తొలగిపోతాయి. మీ నిర్ణయాలను సక్రమంగా అమలు చేస్తారు. జీవిత భాగస్వామి తోడ్పాటు లభిస్తుంది. అనతి కాలంలో ప్రారంభించబోయే వ్యాపార లావాదేవీలు అనుకూల దిశగా ఉంటాయి.

డబ్బు నిలవ వుండాలంటే?

వాస్తువార్త
వాస్తు విద్వాన్ సాయిశ్రీ
డా॥ దంతూరి పండరినాథ్
3-2-4, కింగ్స్‌వే, సికింద్రాబాద్
సెల్: 9885446501/9885449458

ఎ.శ్రీనివాస్ – మహబూబాబాద్

ప్రశ్న: మా ఇంట్లో ఎప్పుడూ ఎవరికో ఒకరికి ఆరోగ్యం బాగుండదు. డబ్బులు ఎన్ని వచ్చినా ఖర్చయిపోతుంటాయి.

జవాబు: ప్రస్తుతం మీరు ఆగ్నేయంలో మంచం వేశారు. అది మంచిది కాదు. ఈశాన్యంలో బాత్‌రూం, వంటగది వున్నాయి. వంటని ఆగ్నేయానికి మార్చండి. బాత్‌రూంని పూర్తిగా ఈశాన్యం నుండి తీసివేయండి. మంచాన్ని నైరుతి భాగానికి దక్షిణ తలాపి వుండేలా అమర్చుకోవాలి. తలుపులు నాభి స్థానంలో వున్నాయి. దక్షిణ ఆగ్నేయానికి తలుపులు మార్చి దానికి ఎదురుగా ఉత్తర ఈశాన్యంలో మరో తలుపు అమర్చుకోండి.

మార్పులు చేసినా ఫలితాలు?

టి.వాగ్దేవి – చిన్న చింతకుంట

ప్రశ్న: మా ఇంటిని ఒక సిద్ధాంతి గారికి చూపించి చిన్న చిన్న మార్పులు చేశాం. కానీ ఫలితం కనిపించలేదు.

జవాబు: మీ ఇంటికి పశ్చిమ నైరుతి పెరిగి వుంది. ఆ తర్వాత ఖాళీస్థలం వుంది. ఆ నైరుతిని సరిచేసి మిగిలిన స్థలాన్ని ఆ ఖాళీ స్థలంలోకి వదిలేయాలి. వంట గదిలో ఆగ్నేయ మూలలో వంట చేయాలి. నైరుతి స్థలాన్ని ఖాళీగా వదలకుండా అక్కడ ఏదైనా గది ఏర్పాటు చేసి కప్పు వేయండి. కప్పు ఉత్తరానికి లేదా

తూర్పుకు వాలుగా వుండాలి. దక్షిణ ఆగ్నేయంలో వున్న ప్రవేశ ద్వారం మంచిదే.

షాపుల ఎత్తు తగ్గించవచ్చా?

ఎస్.అప్పారావు – విజయనగరం

ప్రశ్న: మా ఇల్లు రోడ్డు కంటే నాలుగైదు అడుగులు ఎత్తులో వుంది. ఇంటికన్నా షాపులను కొంచెం డౌన్ చేద్దామనుకుంటున్నాను. అలా చేయవచ్చా?

జవాబు: ఉత్తరంలో రోడ్డు కంటే ఇల్లు ఎత్తులో వుండటం మంచిదే. అయితే ఆ ఉత్తరంలో వున్న రోడ్డు పశ్చిమం నుండి తూర్పుకు పల్లంగా వుంటే మరీ మంచిది. ఇంటి కంటే షాప్స్ నేలమట్టాన్ని తగ్గించవచ్చు. ఇల్లు దక్షిణానికి, షాపులు ఉత్తరానికి వుండడం వల్ల ఇలా చేయవచ్చు. కానీ ఇల్లు ఎల్ ఆకారంలో వుంది. కాబట్టి షాప్స్ నేలమట్టాన్ని ఎంతవరకు తగ్గిస్తారో అదే లెవెల్లో ఇంటి ఉత్తర భాగాన్ని కూడా తగ్గించాల్సి వుంటుంది. మొదటి షాపులో వ్యాపారం మీరు చేసుకోవచ్చు. అయితే రెండవ నంబర్ షాపులోనే వ్యాపారం బాగా జరుగుతుంది. (దానికి వీధిపోటు లాంటివేమీ మీరు చూపించలేదు)

ప్లాటుకు ఎదురుగా దేవాలయం?

డి.తనూజ – శ్రీకాకుళం

ప్రశ్న: మా ప్లాటుకు ఎదురుగా రెండు దేవాలయాలు ఉన్నాయి. అవి సుమారు పదిహేను అడుగుల ఎత్తులో ఉన్నాయి. ఇలా వుండటం మంచిదేనా?

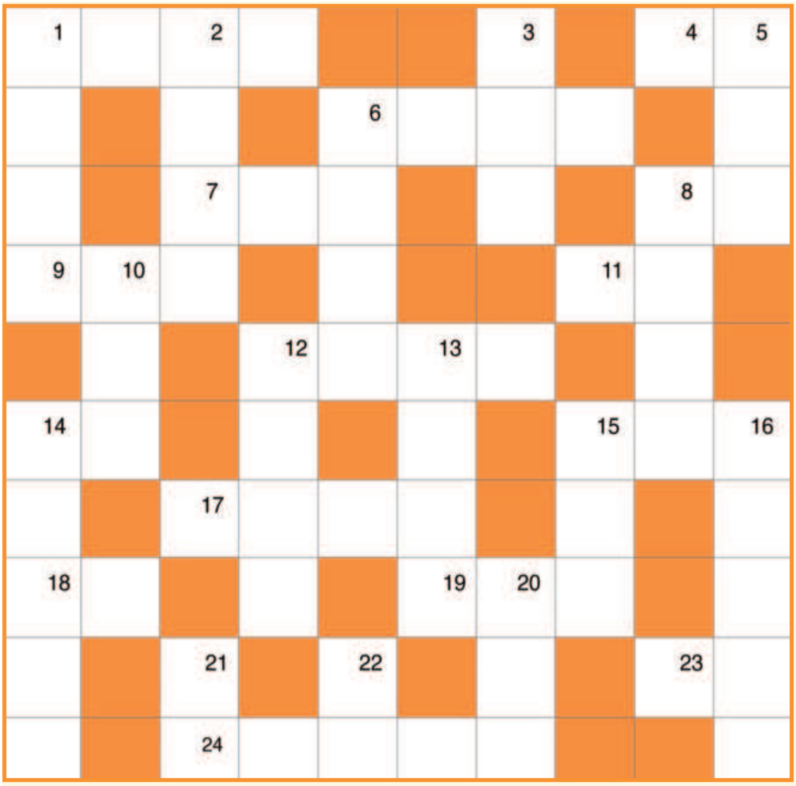
జవాబు: సూర్యోదయం సమయంలో ఆ దేవాలయాల నీడ మీ ప్లాటులో పడకపోతే అది మంచిదే. ఒకసారి గమనించండి... తెలిసిపోతుంది.

దిక్కుల ఎత్తుపల్లాల వల్ల కలిగే ఫలితాలు

దిక్కు	ఎత్తు	పల్లం
ఆగ్నేయం	నైరుతికంటే ఎత్తుంటే చాలా చెడు ఫలితాలు, వాయవ్య, ఈశాన్యాల కంటే ఎత్తుగా వుంటే ధనం.	నైరుతికంటే పల్లంగా వుంటే చాలా మంచి ఫలితాలు. వాయవ్య, ఈశాన్యాల కంటే పల్లం అయితే అగ్ని, చోర భయాలు, శత్రువుల ఆధిక్యత వల్ల కఠినమైన మనోప్రవృత్తి పెరుగుతుంది.
తూర్పు	పడమర కంటే ఎత్తుంటే పనుల్లో సానుకూలత ఉండదు.	పడమర కంటే పల్లంగా వుంటే పనుల్లో సానుకూలత.
దక్షిణం	డబ్బు, ఆరోగ్యం	దరిద్ర్యానికి దారి, వ్యాధిగ్రస్తులవుతారు.
నైరుతి	కీర్తి ప్రతిష్ఠలు, డబ్బు	వ్యాధులు, చెడ్డ అలవాట్లు, మరణాలు
పడమర	యశస్సు, సంతానం	సంతాన తరుగుదల, ధనం నష్టం
వాయవ్యం	నైరుతి, ఆగ్నేయాల కంటే ఎత్తు వుంటే అపజయాలు, ధన నష్టం, ఈశాన్యం కంటే ఎత్తుగా వుంటే ధన లాభం జయాలు.	ఈశాన్యం కంటే పల్లంగా ఉంటే పోట్లాటలు, అనారోగ్యాలు నైరుతి, ఆగ్నేయాల కంటే పల్లంగా వుంటే మంచి ఫలితాలు
ఉత్తరం	అన్నీ అరిష్టాలే	అంతా శుభమే
ఈశాన్యం	అష్టదరిద్రం	అష్ట ఐశ్వర్యాలు

పదరంగం-22

కూర్పు: పోపూరి విశ్వనాథ్



ఆధారాలు

అడ్డం

1. వేచి చూడడం (4)
4. అంతులేని సానుభూతి (2)
6. ఇంకా తుదిమెరుగులు దిద్దుకొనని చిత్తు ప్రతి/ప్రణాళిక (4)
7. మన్నించు (3)
8. పెనం మీద కాల్చిన రొట్టె (2)
9. తీవ్రమైన, భీకరమైన (3)
11. తిరగబడ్డ ఉపాయం (2)
12. థర్మామీటర్‌లోని ద్రవం (4)
14. వాడుక భాషలో ఎరుపు, కాషాయం (2)
15. గెలిచినవాడు (3)
17. మితిమీరిన ప్రయత్నం/ఆనందం (4)
18. పరిమళం (2)
19. హాని (3)
23. వాడుక భాషలో మిక్కిలి బాధ (2)
24. అయోమయం (5)

నిలువు

1. న్యాయమైన, సత్యమైన (4)
2. ప్రతి నిమిషం (4)
3. గడువు, న్యాయస్థానం నిర్ణయించే విచారణ తేదీ (3)
5. కుదువ, తనఖా (3)
6. మూసీనది అసలుపేరు (4)
8. ఓటమినెరుగనివాడు చెదరిపోయాడు (4)
10. పైకొచ్చిన పక్షపాతం (3)
12. పదమటి దేశస్థులు (4)
13. ప్రతి దినం, రాత్రి పగలు (చెదిరింది) (4)
14. ఆకస్మికం, అనుకోకుండా (5)
15. అణకువ, నమ్రత (3)
16. అనివార్యం, అవశ్యం (5)
20. కింది లోకం (3)
21. అల్లరి (2)
22. గర్వం, పొగరు (2)

పదరంగం-20 జవాబులు

కా1	ల	క్షే	పం2		వె3	ట్టి	చా	కి4	రి
గ			తం5	పు	లు			ను	
ల6	ఘు	వు7			ప8	క	ప9	క	లు10
కా		రు11	జ	తా12	ల		రు		బా
ర్యం		క		ట		రే13	వం	త్14	
	డా15	ఏ	ది16			వ		రా17	జీ
ఫ్రే18	గు		న19	డ	వ20	డి		జ	
లా			చ		డ		తా21	గు	డు22
ప23	రి	చ24	ర్య		గా		కి		గు
న		లి		అ25	లి	కి	డి		మొ

పదరంగం-20కి జవాబులు పంపించినవారు

1. ముదుగంటి విష్ణువర్ధన్‌రెడ్డి-మ్యాడంపల్లి 2. యం.వి.రమణ కుమారి-హైదరాబాద్; 3. వెలివెల శ్రీరామారావు-పెనమలూరు; 4. గుంట్రాతి సుబ్రహ్మణ్యం-రాజంపేట

జవాబులు పంపించాల్సిన చిరునామా:

పదరంగం ఆదివారం వార్త, నం.396,

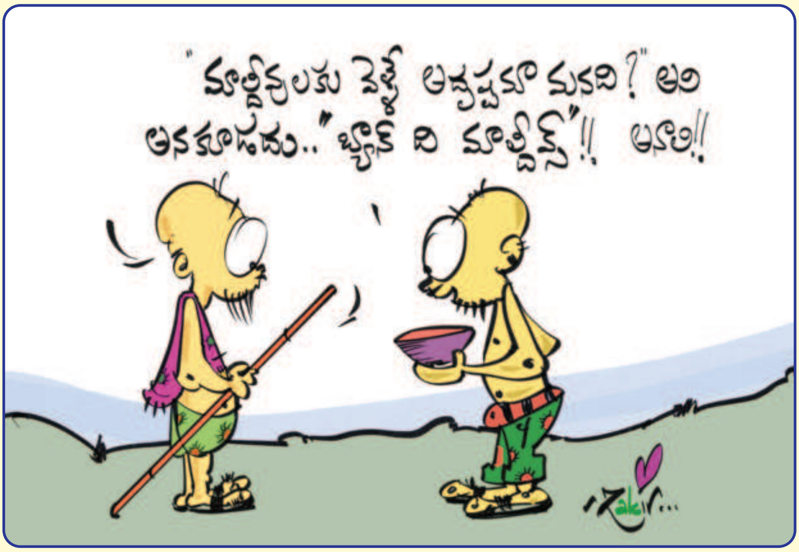
లోయర్ ట్యాంక్‌బండ్, హైదరాబాద్-500 080.

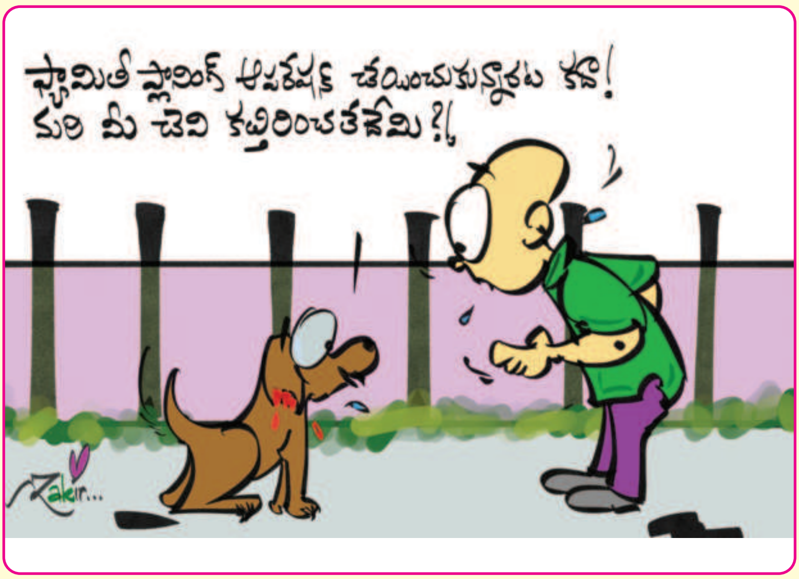
పేరు : ....

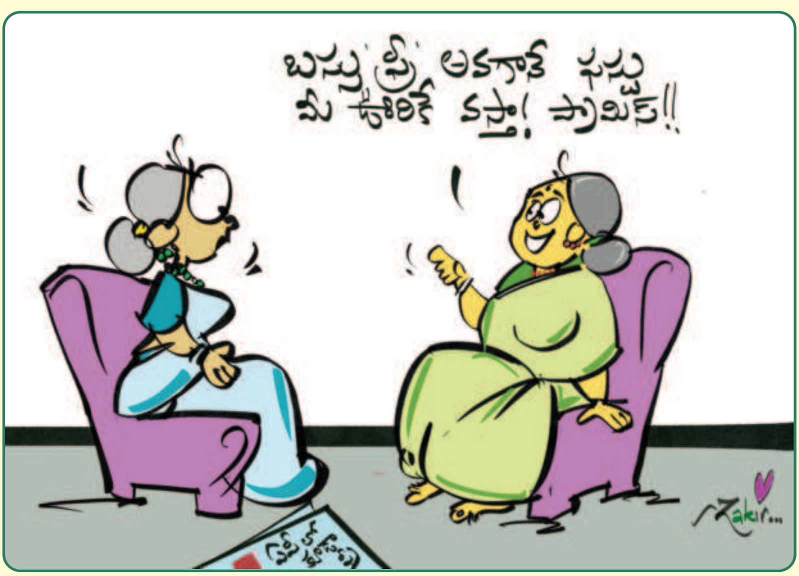
....

ఊరు : ....

ఈ వారం కా‘ర్టూన్స్’


"మాల్దీవులకు వెళ్తే అదృష్టమా మనది?" అని
అనకూడదు.. "బ్యాంక్ ది మాల్దీవ్స్"!! అనాలి!!
Zakir...


ఫ్యామిలీ ప్లానింగ్ ఆపరేషన్ చేయించుకున్నారట కదా!
మరి మీ చెవి కత్తిరించలేదేమి?!
Zakir...


బస్సు 'ఫ్రీ' అవగానే ఫస్టు
మీ ఊరికే వస్తా! ప్రామిస్!!
Zakir...

ఎన్నో వింతలు, విశేషాలతో అలరారుతున్న సుకోతాయి చారిత్రక పార్కు థాయిలాండ్‌లో వుంది. సుకోతాయి థాయిలాండ్ తొలి రాజధాని. సుకోతాయి చారిత్రక పార్కు సరికొత్త సొబగులతో పర్యాటలకును విశేషంగా ఆకర్షిస్తోంది.