వార్త

ఆదివారం

31 మార్చి, 2024

వినోదాల జల్లు
పర్యాటక హరివిల్లు

కీర్తిసురేశ్ కొత్త సినిమా!

కీర్తిసురేశ్ ముఖ్య పాత్రలో నటించనున్న సినిమాకు 'ఉప్పు కప్పురంబు' అనే టైటిల్ ఖరారైనట్లు తెలుస్తోంది. గ్రామీణ నేపథ్యంలో సాగే ఈ సినిమాలో 'కలర్ ఫొటో' ఫేమ్ సుహాస్ మరో ముఖ్య పాత్రలో కనిపించనున్నట్లు సమాచారం. వసంత్ మురళీకృష్ణ మరింగంటి కథ అందిస్తున్న ఈ సినిమాలో కీర్తి సురేశ్, సుహాప్ జంటగా కనిపిస్తారా? లేక కీర్తిసురేశ్ అతిథి పాత్రలో కనిపించనుందా? అనే విషయం తెలియాల్సి ఉంది. అనిల్ ఐవి శశి దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ సినిమాను రాధికాలావు నిర్మిస్తున్నారు.

తారాతీరం

'గేమ్ ఛేంజర్'లో మోహన్‌లాల్?

దర్శకుడు శంకర్ దర్శకత్వంలో ప్రస్తుతం మెగా పవర్ స్టార్ రామ్‌చరణ్ హీరోగా 'గేమ్ చేంజర్' సినిమా రాబోతున్న సంగతి తెలిసిందే. అయితే ఈ చిత్రంలో మలయాళ స్టార్ కథా నాయకుడు మోహన్‌లాల్ ఒకీలక పాత్రను పోషిస్తున్నట్లు వార్తలు వినిపిస్తున్నాయి. మోహన్‌లాల్ పాత్ర నిడివి తక్కువే అయినప్పటికీ ఈ సినిమాలో అతనిది చాలా కీలకమైన పాత్ర అని సమాచారం. అయితే దీనికి సంబంధించిన అధికారిక ప్రకటన రావాల్సి ఉంది. అంజలి, ఎస్.జె.సూర్య, శ్రీకాంత్, సునీల్ మొదలైనవారు ముఖ్య పాత్రలు పోషిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని శ్రీ వెంకటేశ్వర క్రియేషన్స్ బ్యానర్‌పై దిల్‌రాజు పాన్ ఇండియా స్థాయిలో నిర్మిస్తున్నారు.

ఆదివారం వార్త

31 మార్చి, 2024

మంచి ముత్యాలు

కనికరముగలవారు ధన్యులు,
వారు కనికరము పొందుదురు.

- యేసుప్రభువు

విషయ విశేషం

మనసు దోచే చిత్రాలు... 4

'సంఘీ'భావం....5

విషతుల్యంగా మారుతున్న పండ్లు

కవర్ స్టోరీ..6

వినోదాల జల్లు
పర్యాటక హరివిల్లు

దేహానికి నీటి ప్రాధాన్యత..11

ఈవారం కవిత్వం..12

మత్స్యకార మహిళ

తరిగిపోతున్న అడవులు..14

పెరుగుతున్న 'ప్యాకేజ్‌ఫుడ్' క్రేజ్...18

కథ.. 20

ఆనందు పెళ్లి

సాహిత్యం..23

ఎగసిన సాహితీ కెరటం 'చిలకమర్తి'

కొత్త ఆశల పల్లకి 'ఉగాది'..26

ఆదాయానికి మించి ఖర్చులు?...29

ఇంకా..

పుస్తక సమీక్ష

మొగ్గ

వారఫలం

వగైరా..వగైరా..

తాజా వార్తలు

వీడిన మైట్రోకాండ్రియా గుట్టు

మన శరీరం కోట్లాది కణాలతో నిర్మితమైంది. వాటికి శక్తినిచ్చే జనరేటరే మైటోకాండ్రియా. కణంలో ఇదో భాగమే కానీ అందులో దీని కంటూ సొంత వ్యవస్థ ఉంటుంది. ప్రత్యేక 'డీఎన్ఏ' (ఎండీఎన్ఏ) ఉంటుంది. కొన్నిసార్లు ఈ ఎండీఎన్ఏ దారిమారి ప్రధాన కణంలోకి పడిపోతుంటుంది. అలా పడ్డ ఎండీ ఎన్ఏని మన శరీరంలోని రోగనిరోధక వ్యవస్థ శత్రువుగా భావించి దాడికి దిగుతుంది. దీన్నే 'ఆటో-ఇమ్యూనిటీ' అంటారు. దీని పర్యవసానమే రుమాటాయిడ్ ఆర్థ్రైటిస్, ఒళ్లంతా బుడిపెలు వచ్చే లూపస్ వంటి సమస్యలు. 'దీనికంతటికీ మూలమైన 'ఎండీ ఎన్ఏ' అసలు ఎందుకు మైటోకాండ్రియా గడపదాటి బయటకు రావాలి?' అన్నదానిపైన పరిశోధన చేస్తూ వచ్చిన శాస్త్రవేత్తలు తాజాగా ఆ గుట్ట విప్పారు. అవి తమకు తామే రావట్లేదట. మైటోకాండ్రియా లో ఒక్కోసారి అనవసరమైన ప్రొటీన్ చేరిపోతూ ఉంటుంది. అలాంటి చెత్తాచెదారాన్ని 'ఎండోజోమ్స్' అనే వ్యవస్థ శుభ్రం చేస్తుంటుంది. అలా శుభ్రం చేసేటప్పుడు కాస్త అతిగా స్పందించి 'ఎండీఎన్ఏ'ని కూడా అది బయటకు నెట్టేస్తోందట. ఇల్లు ఊడ్చేటప్పుడు చెత్తా చెదారంతోపాటు పొరపాటున ఎప్పుడైనా విలువైన వస్తువుల్ని పడేస్తుంటాం కదా...అంటున్నారు. అమెరికాలోని వర్జీనియా స్కూల్ ఆఫ్ మెడిసిన్ యూనివర్శిటీ శాస్త్రవేత్తలు. సమస్య మూలం తెలిశాక..ఇక మందుని కనిపెట్టడం సులువేనంటున్నారు.

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

మనసు దోచే చిత్రాలు

ఒక్క చిత్రం వెయ్యి భావాలకు అద్దం పడుతుంది. పదాలు, అక్షరాల్లో లిఖించలేని మనసు భావాలను ఒకేఒక్క చిత్రలేఖనంలో వెల్లడించవచ్చు. అందుకే పెయింటింగ్ చిత్రాలకు అంత విలువ, గిరాకీ. కొన్ని చిత్రాలతై కోట్లలో పలుకుతాయి. లియోనార్డో డావిన్సీ వేసిన 'మెనాలిసా' చిత్రం గురించి తెలియని వారుండరు. ప్రపంచంలోనే అత్యంత ఖరీదైన చిత్రంగా **119** మిలియన్ డాలర్లు, మన ఇండియన్ కరెన్సీలో అయితే రూ **630** కోట్లు, పలికి, చరిత్రకెక్కింది. ఇలా కొంతమంది చిత్రకారులు వేసిన పెయింటింగ్‌లు కోట్లలో పలకడమే కాదు, ప్రపంచంలోనే టాప్‌టెన్ పెయింటింగ్‌గా నిలిచాయి. మనసుదోచే చిత్రాలను మీరు చూడండి..

'సంఘీ' భావం

విషతుల్యంగా మారుతున్న పండ్లు

ఆరోగ్యంతో ఉండాలంటే ఒకప్పుడు ఎక్కువగా పండ్లు తీసుకోవాలని వైద్యులు సలహాలు ఇచ్చేవారు. ఎవరైనా అనారోగ్యం బారిన పడితే వారికి త్వరగా జీర్ణం కావడంతో పాటు అన్ని పోషకాలు అందించేందుకు పండ్లను సేవించే వారు. అయితే ఇప్పుడు పరిస్థితులు మారాయి. పండ్లు తింటే రోగాల బారిన పడుతున్నారు. గతంలో కొన్ని పండ్లను మాత్రమే రసాయనాల ద్వారా మగ్గించి విక్రయాలు చేసే వారు. ప్రస్తుతం దాదాపు అన్ని పండ్లను విషపూరిత రసాయనాలతో కృత్రిమంగా మగ్గించి అమ్ముతున్నారు. సాధారణ పరిస్థితుల్లో మగ్గిన పండ్ల కంటే ఇవే ఎక్కువ ఆకర్షణీయంగా ఉండటంతో ప్రజలు వీటిని కొనుగోలు చేసి లేనిపోని రోగాలను తెచ్చుకుంటున్నారు. కనీసం ఆయా పండ్లకు ఉండాల్సిన సహజసిద్ధమైన రుచి కూడా లేకుండా చప్పగా, గట్టిగా ఉంటాయి. ఇటీవల హైదరాబాద్ నగరంలో కొన్ని గోదాముల్లో కృత్రిమంగా మామిడి పండ్లను పండిస్తున్న విషయం గుర్తించి అధికారులు సోదాలు నిర్వహించి వారిపై కేసులు పెట్టారు. అయితే ఇలాంటి చర్యలు నామమాత్రంగానూ, చాలా తక్కువ స్థాయిలో ఉండటంతో మార్కెట్‌లో లభించే పండ్లు 99 శాతం విషతుల్యంగానే ఉంటున్నాయి. మామిడి పండ్లు, అరటిపండ్లు, యాపిల్, బొప్పాయి, సపోటా, జామ, నిమ్మ, రేగు, ఆనాస, ద్రాక్ష, పుచ్చ, దోస, దానిమ్మ ఇలా అన్ని పండ్లు కృత్రిమంగా మగ్గింపచేస్తున్నారు. పైకి పండినట్లు కనిపించినా తొక్క తీసి చూస్తే గట్టిగా, పచ్చిగా ఉంటుంది. రెండు రోజులు ఆగితే కుళ్లిపోవడం, సహజసిద్ధమైన రంగు మారిపోవడం, రసాయనాల వాసన వెదజల్లడం వంటి సమస్యలు ఎదురౌతాయి. కాల్షియం కార్బైడ్, ఇథిలిన్, సల్ఫర్ తదితర రసాయనాలను పండ్లను మగ్గించేందుకు ఉపయోగిస్తారు. మామిడి పండ్ల మధ్య కాల్షియం కార్బైడ్ ఉన్న పొట్లాలు ఉంచితే కేవలం 12 గంటల వ్యవధిలో అవి పూర్తిగా మగ్గినట్లు కనిపిస్తాయి. అదేవిధంగా అరటి పండ్లపై ఇథిలిన్ ద్రవణాన్ని పిచకారీ చేస్తారు. ఒక గోదాములో ఒకవైపు నుంచి పిచకారీ చేసుకుంటూ చివరికి వచ్చేసరికి మొదటి వరుసలో ఉన్న అరటి పండ్లు పూర్తిగా మగ్గినట్లు కనిపిస్తాయి. దీనిని బట్టి ఈ రసాయనం అరటిపండ్లపై ఏమేరకు ప్రభావం చూపుతుందో అర్థం చేసుకోవచ్చు. బొప్పాయిని మగ్గించేందుకు గ్యాస్‌ను వాడుతారు. యాపిల్ పండ్లను రసాయనాలతో మగ్గించడంతో పాటు ఎక్కువ కాలం నిగనిగలాడుతూ కనిపించేందుకు మైనం పూత పూస్తారు. కొన్ని సందర్భాల్లో ఇంజెక్షన్ ఇచ్చి వాటిని మగ్గేలా చేస్తారు. వేసవి కాలంలో తాపాన్ని అరికట్టి, శరీరంలో నీటి నిల్వలు పెంచేలా చేసే పుచ్చకాయలు కూడా ఇదే విధంగా విషతుల్యం చేస్తున్నారు. రసాయనాన్ని ఇంజెక్ట్ చేస్తే లోపల ఎర్రటి రంగు వచ్చి నోరూరేలా చేస్తుంది. ఆశపడి తింటే కేన్సర్‌ను శరీరంలో ప్రవేశపెడుతుంది.

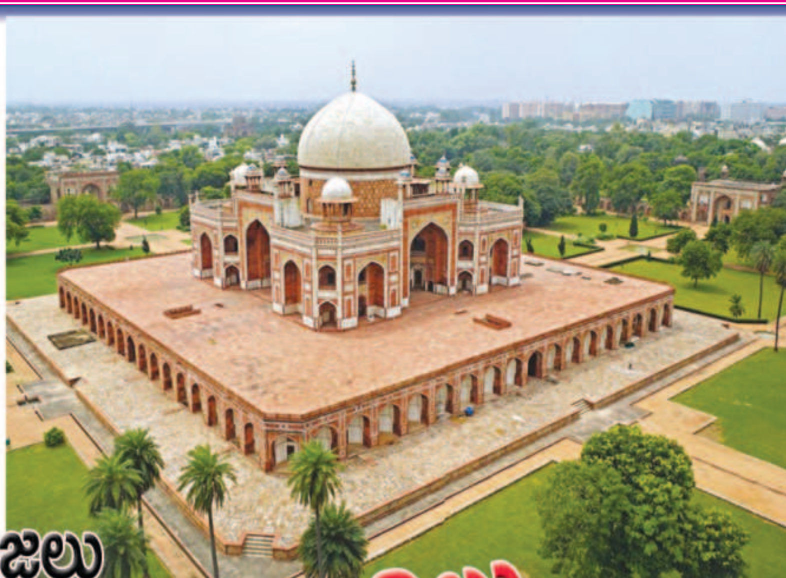
ఇలా ఒక్కొక్క పండుకు ఒక్కొక్క విధమైన అశాస్త్రీయ పద్ధతులను ఉపయోగిస్తున్నారు. ఈ విషయాలు అధికారులకు తెలిసినా పట్టించుకోకపోడంతో వ్యాపారుల ఆగడాలు మితిమీరుతున్నాయి. ఫుడ్ ఇన్‌స్పెక్టర్ల కొరత అధికంగా ఉండటం, ఉన్న కొద్దిపాటి సిబ్బందిపై పనిఒత్తిడి, అవినీతి కారణంగా వీటి జోలికి వెళ్లడం లేదు. గతంలో కొన్ని సందర్భాల్లో పత్రికల్లో వచ్చిన వార్తలకు స్పందించిన న్యాయస్థానాలు ఈ విషయంలో తీవ్రంగా పరిగణిస్తూ అధికారులకు హెచ్చరికలు చేశాయి. కొన్ని రోజుల పాటు అధికారులు సోదాలు చేసి కేసులు నమోదు చేస్తారు. మళ్లీ ఈ విషయం మరుగున పడిపోతుంది. 1955 సంవత్సరంలో ఆహార కల్తీ నివారణ చట్టం 44ఏఏ ప్రకారం విషతుల్యమైన రసాయనాలు పండ్లను మగ్గించడం వాడకూడదని నిషేధం విధించారు. కేంద్ర ఆహార భద్రతా చట్టం పరిధిలో 2011 ఆగస్టు 5వ తేదీన కాల్సియం, కార్బైడ్, మైనం వంటి రసాయనాలు వాడితే చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకునేలా మార్పులు, చేర్పులు చేశారు. కాల్షియం కార్బైడ్‌తో మాగబెట్టిన పండ్లలో విషపూరితమైన ఆర్సెలిక్, ఫాస్పరస్ హైడ్రేడ్ వంటి అవశేషాలు ఉంటాయి. ఇలాంటి పండ్లను తినడం వల్ల వాంతులు, విరోచనాలు, కడుపులో వికారం, తలనొప్పి వంటివి తక్షణం కనిపిస్తాయి. క్రమంగా రక్తహీనత రక్తపోటు వంటి రుగ్మతలు వస్తాయి. కాలిలో సూదులు గుచ్చినట్లు, అరచేతి, అరికాళ్లలో మంటలు, చర్మంపై దద్దుర్లు వంటివి వస్తాయి. ఊపిరితిత్తులు, మూత్రాశయం, మూత్రపిండాలు దెబ్బతింటాయి. ఇలాంటి పండ్లను తరచూ తింటూ ఉంటే కేన్సర్ బారిన పడతారు. కొందరికి కంటి సమస్యలు వస్తాయి. మహిళలకు బహిష్టు సంబంధమైన రుగ్మతలు వస్తాయి. పండ్లు కొనేసమయంలో వినియోగదారులు కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే కొంతవరకు ఇలాంటి విషతుల్యమైన పండ్ల బారిన పడకుండా చూసుకోవచ్చు. పండ్లపై అసహజ సిద్ధంగా మచ్చలు కనిపించినా, గట్టిగా ఉన్నా వాటిని కొనకపోవడం ఉత్తమం, అదేవిధంగా కొన్ని పండ్లపై బూడిదలా కనిపిస్తుంది. యాపిల్ పండ్లపై తొక్కను గోరుతో రాస్తే మైనం ఊడుతుంది. మార్కెట్‌లో కొన్న పండ్లను గోరువెచ్చని నీటితో కడిగి కొంతసేపు నీటిలోనే ఉంచి తినడం వల్ల కొంతవరకు రసాయనాల ప్రభావం తగ్గించవచ్చు. తాము కొనుగోలు చేసిన పండ్లు రసాయనాలతో మగ్గినట్లు అనుమానం వస్తే వాటిని తినకపోవడమే ఉత్తమం.

యాపిల్‌పండ్లను తొక్క తీసి తినడం ఉత్తమం. మార్కెట్‌లో రసాయనాలు కలిగిన పండ్లు విక్రయిస్తున్నట్లు అనుమానం వస్తే మున్సిపల్ అధికారులకు ఫిర్యాదు చేయడం కాని, జిల్లా కలెక్టర్లకు పిటిషన్ ఇవ్వడం గాని చేయాలి.

– డాక్టర్ గిరీష్‌కుమార్ సంఘీ

వినోదాల జల్లు పర్యాటక హరివిల్లు

నేడు మానవ జీవితం యాంత్రికంగా తయారైంది. వారి వారి దినచర్యలో ప్రతిఒక్కరూ పరుగులు తీస్తున్నారు. ఖాళీ దొరికితే సెల్‌ఫోన్లు, టి.వీలకు అతుక్కుపోతు న్నారు. వీటికి దూరంగా ఇంటి నుండి మనసుకు నచ్చిన సుదూర పర్యాటక ప్రాంతానికి వెళ్లి అక్కడి స్థలాలు, నిర్మాణాలు, జల పాతాలు, సరస్సులు,



నదులు, రమణీయమైన ప్రకృతి, నగరా లు, వింతలు, విడ్డూరాలు, ఆయా ప్రాంతాల ఆచారాలు, ఆహార నియమాలు, సంస్కృతీ సంప్రదాయాలు తెలుసుకుంటే మనోల్లాసం కలుగుతుంది.

పర్యాటకం అంటే ఆంగ్లంలో టూరిజం అంటారు. ఇది లాటిన్ పదమైన టోరోనస్ నుండి ఆవిర్భవించింది. 16వ శతాబ్దంలో ఈ పదానికి అర్థం చక్రంలాంటిది అని నిర్వచించారు. ఈ పదానికి నేడు ప్రపంచ టూరిజం ఆర్గనైజేషన్ సంస్థ వారు జ్ఞానాన్వేషణ కోసం ఒకచోట నుంచి మరొక చోటకి వెళ్లడం అని నిర్వచిస్తున్నారు. అనేకమంది పర్యాటకులు సందర్శిస్తే ఆ ప్రాంతంలో వ్యాపారం పెరుగుతుంది. చాలామందికి జీవనోపాధి లభిస్తుంది. గైడ్‌ల సహాయంతో అక్కడి చరిత్రను ప్రజలు తెలుసుకుంటారు. ఇలా ప్రజలు పర్యటన చేయడం వల్ల అనేక ఉపయోగాలు ఉన్నాయి. ఒకప్పుడు కేవలం సంపన్నవర్గాల వారు మాత్రమే ప్రపంచంలోని సుదూర ప్రాంతాలను పర్యటించేవారు. నేడు మధ్యతరగతి వారు కూడా ఆటవిడుపు కోసం తమకు అందుబాటులో ఉన్న పర్యాటక స్థలాలను సందర్శించి మానసిక ఉల్లాసాన్ని పొందుతున్నారు. ప్రసిద్ధ భవనాలు, గొప్ప కళాఖండాలు, కొత్త వ్యక్తులను కలవడం, కొత్త సంస్కృతులను అనుభవించడం, విభిన్న ఆహార రుచులను చూడటం, సముద్ర స్నానాలు చేయడం ఇత్యాది వాటి పట్ల ప్రజలకు మక్కువ పెరగడం వల్ల పర్యాటక రంగం దినదినాభివృద్ధి చెందుతుంది. విపరీతమైన జనం రావడం, రద్దీ పెరగడాన్ని మాస్ టూరిజం అంటారు. ఆధ్యాత్మిక ప్రదేశాలను తిలకించడాన్ని టెంపుల్ టూరిజం అంటారు. తెలుగురాష్ట్రాలతో పాటు మనదేశంలో, ప్రపంచం వ్యాప్తంగా అనేక పర్యాటక ప్రదేశాలు ఉన్నాయి. ఆర్థిక స్థోమతను బట్టి ప్రజలు నచ్చిన ప్రదేశానికి వెళ్లి సేదతీరి కొత్త ఉత్సాహంతో తిరిగి వచ్చి తమ దైనందిన కార్యక్రమాలలో నిమగ్నమౌతుంటారు. ముఖ్యంగా

వేసవి వచ్చిందంటే పాఠశాలలో చదువుతున్న పిల్లలకు సెలవులు వస్తాయి. ఆ కారణంగా వేసవిలో పర్యాటక ప్రదేశాలను సందర్శించడానికి అనేకమంది ఆసక్తి చూపిస్తుంటారు. ఇటువంటి వారు సందర్శించడానికి అనువైన అనేక పర్యాటక ప్రదేశాల వివరాలు తెలుసుకుందాం.

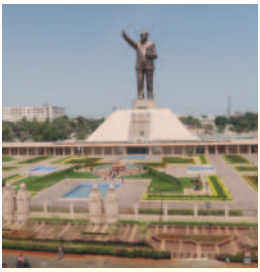
కవర్ స్టోరీ

షేక్ అబ్దుల్ వాహీం జాని

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో పర్యాటక ప్రదేశాలు

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని విశాఖపట్నం జిల్లాలోని తూర్పు కనుమలలో నెలకొని ఉన్న అరకులోయ అద్భుతమైన ప్రకృతి దృశ్యాలు పచ్చదనంతో అలరారుతుంది. ఇక్కడి గిరిజన మ్యూజియంలో స్థానిక తెగల నృత్యాలు, ఆచార వ్యవహారాలు తెలుసుకోవచ్చు. సమీపాన అనంతగిరి కొండల్లో వెలసిన అద్భుతమైన బొర్రాగుహలు ఉన్నాయి. ఇవి భారతదేశంలోని అతిపెద్ద గుహలలో ఒకటిగా పేరొందాయి. 80 మీటర్ల లోతుతో దేశంలోనే అత్యంత లోతైన గుహల్లో ఒకటిగా పేరొందాయి. మంత్రముగ్ధులను చేసే రాతి ఆకారాలను ఇక్కడ తిలకించవచ్చు.

విశాలమైన గాలికొండ రమణీయ దృశ్యాలు ఇక్కడి ప్రత్యేకత. 'ఆంధ్రప్రదేశ్ కాశ్మీర్' అని పిలవబడే ఒక విచిత్రమైన హిల్‌స్టేషన్ లంబసింగి. ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని విశాఖపట్నం జిల్లాలో ఉంది. చల్లని వాతావరణం, పొగమంచుతో నిండిన కొండలు, పచ్చని లోయలు, నారింజ తోటలు సుందరమైన ప్రకృతి దృశ్యాలు ఇక్కడి ప్రత్యేకత. రుషికొండ బీచ్ తీరంలో విశాఖ నగరం నెలకొని ఉంది. విశాఖపట్నం నుంచి 15కి.మీ దూరంలో యారాడ బీచ్ నెలకొని ఉంది. ఒకవైపు బంగాళాఖాతం అందాలు, మరోవైపు కొండలతో ప్రకృతి రమణీయత అద్భుతంగా ఉంటుంది. ఇక్కడ సూర్యోదయం, సూర్యాస్తమయ వీక్షణ ప్రకృతి ప్రేమికులకు కనువిందు చేస్తుంది. సాహస ప్రియులకు



స్వర్గధామం మారేడుమిల్లి. ఈ ప్రాంతం దట్టమైన అడవులు, జలపాతాలు ఉత్కంఠ, సుందరభరితమైన దృశ్యాలతోపాటు ట్రెక్కింగ్ ట్రయల్స్‌కు ఈ ప్రాంతం నిలయం. ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని కృష్ణానది ఒడ్డున ఉన్న విజయవాడ రాష్ట్రానికి వాణిజ్య, రాజకీయ, మీడియా రాజధానిగా పనిచేసే శక్తివంతమైన నగరం.ఇక్కడ కృష్ణాబ్యారేజ్, కనకదుర్గమ్మ గుడి, భవానీ ద్వీపం, విక్టోరియా మ్యూజియం, భారతదేశంలోనే ఎత్తైన 125 అడుగుల డాక్టర్ బాబాసాహెబ్ అంబేద్కర్ విగ్రహం, హజ్రత్‌బాల్ మసీదు, రాజీవ్‌గాంధీ పార్క్ ఇత్యాదివి చూడదగినవి. కొల్లేరు సరస్సు, మంగళగిరి కొండ, ఉండవల్లి గుహలు ఇత్యాదివి చూడదగిన పర్యాటక ప్రదేశాలు.

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని చిత్తూరు జిల్లా తిరుపతిలోని వెంకటేశ్వరస్వామి దేవాలయం ప్రపంచంలోనే అత్యంత రద్దీగా ఉండేయాత్రా స్థలాలలో ఒకటిగా ప్రసిద్ధి చెందింది. తిరుమల ఆలయం, తిరుపతి బాలాజీ ఆలయం అని కూడా పిలవబడే ఈ ఆలయం తిరుమల కొండలలో ఉంది. కర్నూలు జిల్లాలోని ఒక కొండ పట్టణం శ్రీశైలం. పవిత్రమైన మలికార్జునజ్యోతిర్లింగ, పార్వతీదేవీ పద్దెనిమిది శక్తిపీఠాలలో ఒకటిగా ఉన్నందున ఇది గొప్ప మతపరమైన ప్రాముఖ్యతను కలిగి ఉంది. కృష్ణానది ఒడ్డున ఉన్న శ్రీశైలంలో వన్యప్రాణుల అభయారణ్యం, ఆనకట్ట కూడా ఉన్నాయి. కర్నూలు జిల్లాలో 1.3కి.మీ లోతైన బెలూం గుహలు చూడదగినవి. గుంటూరు ఉత్తరాన 32 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న అమరావతి ఒక ముఖ్యమైన తీర్థయాత్ర, సందర్శనా స్థలం. అమరావతిలో ప్రాచీన నిర్మాణాలు చూడవచ్చు. ఇక్కడ అతిపెద్ద ధ్యానబుద్ధ విగ్రహం చూడముచ్చటగా ఉంటుంది. గుంటూరు సమీపంలోని మానస సరోవరం పార్క్, ఉప్పలపాడు పక్షి కేంద్రం సందర్శించదగినవి. అనంతపురం జిల్లాలోని ప్రశాంతమైన గ్రామం లేపాక్షి. చరిత్ర, సంస్కృతికి ఇది ప్రతిరూపం. ఇక్కడ పురాతన ఆలయాలు, ఏకశిలాగ్రానైట్ నంది, వేలాడే స్తంభాలు, విజయనగర తరహా శిల్పకళను ఇక్కడ చూడవచ్చు. గోదావరి నది ఒడ్డున ఉన్న నగరం రాజమండ్రి. దీన్ని రాజమహేంద్రవరం అని కూడా అంటారు. సమీపాన ధవళేశ్వరం బ్యారేజ్, గోదావరిపై లాంచిలో ప్రయాణించి అద్భుతమైన ప్రకృతి దృశ్యకావ్యం పాపికొండలను తిలకించవచ్చు. ఆంధ్రప్రదేశ్, కర్ణాటక సరిహద్దులో నెలకొని ఉన్న వేసవి విడిది హార్స్లీహిల్స్, దీన్ని ఊటీ ఆఫ్ ఆంధ్ర అని పిలుస్తారు. బంగాళాఖాతం సముద్రతీరాన రుషికొండ బీచ్, రామకృష్ణబీచ్ భీమిలి బీచ్, గంగవరం బీచ్, కళింగపట్నం బీచ్, బారువాబీచ్, మచిలీపట్నం మంగినపూడి బీచ్, క్షీరపురిగా ప్రసిద్ధి చెందిన చీరాలలోని ఓడరేవు బీచ్, బాపట్ల సూర్యలంక బీచ్, మోటుపల్లి

బీచ్, అంతర్వేది బీచ్, మైపాడు బీచ్, పేరుపాలెం బీచ్, కాకినాడ సమీపాన ఉప్పాడ బీచ్, కాకినాడకు చేరువలో హోప్‌ఐలాండ్, కేంద్రపాలిత ప్రాంతం యానం చూడదగిన ప్రదేశాలు. నెల్లూరు వద్ద పులికాట్ సరస్సు, నేలపట్టు, గుంటూరు జిల్లా ఉప్పాలపాడు, శ్రీకాకుళం వద్ద టెక్కలి పక్షికేంద్రం, అనంతపురం జిల్లా వీరాపురంలో అద్భుతమైన విదేశీ పక్షులను చూడవచ్చు. ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో బొర్రాగుహలు, బెలూం గుహలు, ఉండవల్లి గుహలు, మొగల్రాజ్‌పురం గుహలు, అక్కమహాదేవి గుహలు ఇత్యాదివి చూడదగిన ముఖ్యమైన గుహలు. నాగార్జునసాగర్ డ్యామ్, ఎత్తిపోతల జలపాతం, తలకోన, శ్రీకాకుళంలోని అరసవిల్లి సూర్యదేవాలయం, శ్రీముఖలింగం ఇత్యాది అనేక ప్రదేశాలు ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో పర్యాటకులను విశేషంగా ఆకర్షిస్తున్నాయి.

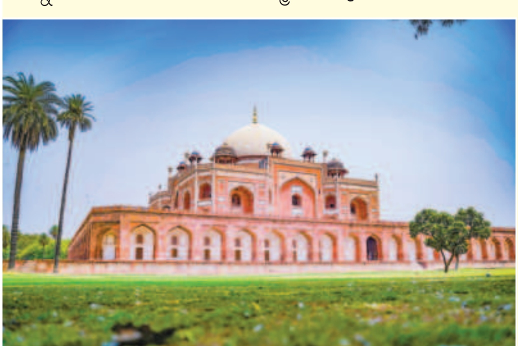
తెలంగాణలో పర్యాటక ప్రదేశాలు

తెలంగాణలో అనేక పర్యాటక ప్రదేశాలు ఉన్నాయి. ముఖ్యంగా రాజధాని నగరం హైదరాబాద్‌లో చూడదగ్గ ప్రదేశాలు అనేకం ఉన్నాయి. చార్మినార్, మక్కామస్జిద్, సాలార్జంగ్ మ్యూజియం, గోల్కొండ, దాని సమీపాన రాజవంశీయుల సమాధులు, బిర్లా మందిర్, హుస్సేన్‌సాగర్‌లో అతిపెద్ద బుద్ధవిగ్రహం, రామోజీఫిలింసిటీ, ఓషన్‌పార్క్, స్నోవాల్డ్, లుంబినీపార్కు, నెక్లెస్‌రోడ్డు, ఎన్టీఆర్‌గార్డెన్స్, తెలంగాణ ఊటీ గొట్టంగుట్ట, మహబూబ్‌నగర్ జిల్లాలోని అంపుర, నాగార్జునసాగర్, నందికొండ, వరంగల్-హన్మకొండల్లో నిర్మించిన చారిత్రక కట్టడాలు, భద్రాచలం క్షేత్రం, మల్లెలతీర్థం జలపాతం, కుంతల జలపాతం, యాదగిరి గుట్ట, మెదక్‌లోని అతిపెద్ద చర్చి, కొలనుపాకం జైనమందిరం, నల్లగొండ మృగవని జాతీయ ఉద్యానవనం, కిన్నెరసాని అభయారణ్యం, ఖమ్మం లక్నవరం చెరువు, నేలకొండపల్లి బౌద్ధస్తూపం చూడదగినవి. వేయిస్తంభాల గుడి వరంగల్‌కు సమీపాన 8కి.మీ దూరంలో ఉన్న హన్మకొండలో కలదు. ఆలయం వేయి స్తంభాలతో, ఆకట్టుకొనే తలుపులు, శిల్పకళలతో, దక్షిణ భారతదేశంలో పురాతన ఆలయా ల్లో ఒకటిగా అలరారుతున్నది. భువనగిరి కోట సముద్రమట్టానికి 500 మీ. ఎత్తున కొండమీద విస్తరించి ఉంది. సాగర్ సమీపాన ఉన్న బౌద్ధుల పవిత్రస్థలమైన బౌద్ధ ద్వీపం చూడవచ్చు. తెలుగు రాష్ట్రమైన తెలంగాణలోని చారిత్రాత్మక నిర్మాణం రామప్ప దేవాల యానికి ప్రపంచ వారసత్వ సంపదగా యునెస్కోవారి గుర్తింపు లభించింది. మనదేశంలో ప్రపంచవారసత్వ సంపదగా గుర్తింపు పొందిన వాటిలో రామప్ప దేవాలయం 39వ కట్టడం.

రామప్ప ఆలయాన్ని ప్రపంచవారసత్వ స్థలంగా యునెస్కో గుర్తించడం తెలుగువారే కాదు భారతీయులంతా గర్వించదగిన విషయం. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో వారసత్వ గుర్తింపు పొందిన తొలి కట్టడంగా రామప్ప రికార్డు సృష్టించి విశ్వఖ్యాతినార్జించింది. తెలంగాణలోని వరంగల్ సమీపాన కల ములుగు జిల్లా వెంకటాపురం మండలం పాలంపేటలో ఉన్న రామప్ప ఆలయానికి అంతర్జాతీయ స్థాయి గుర్తింపు ఇస్తున్నట్లు యునెస్కో వెల్లడించింది.

భారతదేశంలో పర్యాటక ప్రదేశాలు

భారతదేశంలో అనేక పర్యాటక ప్రదేశాలు ఉన్నాయి. ఎన్నో గొప్పగొప్ప స్మారక కట్టడాలు దేశవిదేశీ పర్యాటకులను ఆకర్షించడమే కాదు వీటి ద్వారా ఆదాయాన్ని కూడా భారీగా లభిస్తుంది. వీటిలో అనేక నిర్మాణాలు ప్రపంచ వారసత్వ సంపదగా యునెస్కో గుర్తింపు పొందాయి. మనదేశంలో దాదాపు 100కు పైగా స్మారక కట్టడాల వద్ద సందర్శకులకు ఎంట్రీ టిక్కెట్‌లు ఉన్నాయి. పర్యాటకుల నుండి ప్రవేశరుసుము కింద వసూలు చేసే ఈ మొత్తం ప్రభుత్వానికి పెద్ద ఎత్తున ఆదాయాన్ని సమకూరుస్తుంది. ఈ వంద కట్టడాల్లో టూరిజం ద్వారా మనదేశం అధిక ఆదాయం పొందే పది భారతీయ కట్టడాలు ప్రధానమైనవి. ఆధునిక ప్రపంచలోని ఏడు వింతల్లో ఒకటి తాజ్‌మహల్. మొఘల్ చక్రవర్తి షాజహాన్ తన భార్య ముంతాజ్‌మహల్ మరణించిన అనంతరం ఆమె సమాధిపై ఆగ్రాలో దీన్ని నిర్మించాడు. ఇంకా ఆగ్రాలో ఎర్రకోట, సికంద్రాలోని అక్బర్ సమాధి, ఇత్‌మత్ ఉద్‌దౌలా ఇత్యాదివి ప్రముఖమైన పర్యాటక ప్రదేశాలు. ఢిల్లీలో ఇండో-ఇస్లామిక్ నిర్మాణశైలిలో నిర్మించిన స్మారక చిహ్నం కుతుబ్‌మినార్. ప్రపంచంలోనే అత్యంత ఎత్తైన ఇటుక మినార్‌గా దీనికి గుర్తింపు ఉంది. ఢిల్లీ సుల్తానేట్ వ్యవస్థాపకుడు కుతుబుద్దీన్ ఐబక్ 13వ శతాబ్దంలో దీన్ని నిర్మించినట్లు చరిత్ర చెబుతోంది. మొఘల్ చక్రవర్తి షాజహాన్ 1638లో ఢిల్లీ నగరంలో ఎర్రకోటను నిర్మించారు. ఇది దాదాపు 2 కిలోమీటర్ల వరకు విస్తరించి ఉంది. ఇది ఢిల్లీ నగరంలో అతిపెద్ద వారసత్వ నిర్మాణంగా గుర్తింపు పొందింది. 1570లో రెండవ మొఘల్ చక్రవర్తి హుమాయున్ మృతదేహాన్ని భద్రపరచడం కోసం హుమాయున్ సమాధి ఢిల్లీలో నిర్మించారు. వాస్తవానికి ఈ స్మారక చిహ్నం తరువాత తాజ్‌మహల్ నిర్మాణానికి ప్రేరణగా మారింది.



కాశ్మీర్‌లోని శ్రీనగర్‌లో దాల్ సరస్సులో హౌస్‌బోట్ విహారం ఆహ్లాదకరంగా ఉంటుంది. వులార్‌లోని ఆకుపచ్చని సరస్సు ఆసియాలోనే అతిపెద్ద మంచినీటి సరస్సుగా ప్రసిద్ధి చెందింది. సముద్ర మట్టానికి 2730 మీటర్ల ఎత్తులో జమ్మూ కేంద్రపాలిత ప్రాంతంలోని పిర్ పంజాల్ శ్రేణిలో గుల్‌మార్గ్ పట్టణం ఉంది. దీన్ని 'హార్ట్ ఆఫ్ వింటర్ స్పోర్ట్స్ ఇన్ ఇండియా' అంటారు. శీతాకాలంలో మంచుపై అనేక క్రీడలు జరుగుతాయి. సాహస క్రీడలకు ఈ ప్రాంతం ప్రసిద్ధి చెందింది. మంచుతో కప్పబడిన ఎత్తైన హిమాలయాలు, లోతైన లోయలు, పచ్చని అడవులు కనువిందు చేస్తాయి. కాశ్మీర్‌తో పాటు సిమ్లా, హిమాచల్ ప్రదేశ్‌లోని హిల్ స్టేషన్‌లు కులూ, మనాలిలోని ప్రకృతి దృశ్యాలు భూతల స్వర్గంగా కవులు వర్ణించారు. శేష్‌నాగ్ సరస్సు సంగమ ప్రదేశాన్ని 'వ్యాలీ ఆఫ్ షెపర్డ్స్' అని కూడా పిలుస్తారు. శ్రీనగర్ నుండి 95 కిలోమీటర్ల ఎత్తులో 7200 అడుగులు ఎత్తులో ఉంది. జమ్మూ కాశ్మీర్‌లోని సుందరమైన ప్రసిద్ధ హిల్ స్టేషన్ పహిల్గామ్. ఇక్కడ అనేక సినిమాలు చిత్రీకరించారు. హనీమూన్ జంటలు ఈ ప్రాంతానికి విరివిగా వస్తుంటారు. ఆధ్యాత్మిక యాత్రలో చార్‌ధామ్, అమర్‌నాథ్ యాత్ర, శారీరకంగా బలంగా ఉంటే మానస సరోవరం యాత్ర ముఖ్యమైనవి. డార్జిలింగ్, లేహ్-లడఖ్ ప్రాంతాలు కూడా భూతల స్వర్గంగా విరాజిల్లుతున్నాయి. రివర్ రాఫ్టింగ్, హై ఆల్టిట్యూడ్ ట్రెక్కింగ్, పర్వతారోహణ, ఓపెన్ జీప్ టూర్‌లు వంటి సాహస క్రీడలకు ఈ ప్రదేశాలు ప్రసిద్ధి చెందాయి. లామయూరు మొనాస్టరీ, డిస్కిట్ గొంప, మాగ్నెటిక్ హిల్, సుబ్రా వ్యాలీ, గురుద్వారా పథర్ సాహిబ్, శాంతి స్థూపం, పాంగోంగ్ లేక్, త్సో మోరిరి సరస్సు, రాయల్ లేహ్ ప్యాలెస్,

సుబ్రా వ్యాలీ వంటి అనేక ప్రదేశాలు పర్యాటకుల్ని విశేషంగా ఆకర్షిస్తాయి. పంజాబ్‌లోని అమృత్‌సర్‌లో గోల్డెన్ టెంపుల్‌గా ప్రసిద్ధి చెందిన శ్రీ హర్మందిర్ సాహిత్ సిక్కులకు పవిత్ర క్షేత్రం. ఈ ప్రాంతంలోనే అనేకమంది భారత స్వాతంత్ర్య సమరయోధులు ప్రాణత్యాగం చేసిన జలియన్‌వాలా బాగ్ సందర్శించదగిన స్మారక చిహ్నాలున్న చారిత్రక ప్రదేశం ఉంది. మధ్యప్రదేశ్‌లో ఉన్న అపురూప ప్రాచీన దేవాలయ సంపద ఖజురహో. ముఖ్యంగా అక్కడి ఆలయాల గోడలపై చెక్కిన రతి భంగిమల శిల్పాలకు బాగా ప్రసిద్ధి చెందింది. ఎల్లోరా గుహలలో ఉన్న కైలాష్ ఆలయం ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద ఏకశిలా నిర్మాణంగా ప్రసిద్ధి చెందింది. మహాబలిపురం ఒక సముద్ర తీరంలో ఉన్న దేవాలయం. ఏక శిలా నగరంగా ప్రశంసలందుకుంటోంది. ఇక్కడ ఉన్న మూడు గ్రానైట్ దేవాలయాలను పెద్ద సంఖ్యలో టూరిస్టులు సందర్శిస్తుంటారు. యునెస్కో వారిచే సంరక్షింపబడుతున్న వారసత్వ ప్రదేశాలలో ఇది ఒకటి. మహాబలిపురం తమిళనాడు రాష్ట్రం కంచి పట్టణానికి 66 కిలోమీటర్ల దూరంలో, రాష్ట్ర రాజధాని చెన్నైకి డెబ్బై కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉంది. కోణార్క్‌లోని సూర్య దేవాలయం భారదేశంలోని ఉత్తమ సూర్య దేవాలయం. ప్రజలు ఎక్కువగా సందర్శించే దేవాలయాల్లో ఇది ఒకటి. రాజస్థాన్ రాష్ట్రంలోని పింక్ సిటీగా పిలువబడే జైపూర్, థార్ ఎడారి, సరస్సుల నగరం ఉదయ్‌పూర్, తమిళనాడు రాష్ట్రంలోని శిల్పకళా కేంద్రం మహాబలిపురం, రామేశ్వరం వంటి

ఆధ్యాత్మిక ప్రదేశాలు: కేరళ రాష్ట్రంలోని మున్నార్, త్రివేండ్రం, పలు హిల్ స్టేషన్స్; కర్ణాటకలోని బేలూరు-హాళేబీడు, జోగ్ జలపాతం, మైసూర్ ప్యాలెస్, బెంగళూరు ఇంకా అనేకం చూడదగిన ప్రదేశాలున్నాయి.

ప్రపంచంలో ప్రముఖమైన పర్యాటక ప్రదేశాలు

ఆసియా ఖండంలో అనేక పర్యాటక ప్రదేశాలు ఉన్నాయి. మన దేశానికి సమీపంలో ఉన్న మాల్దీవులు ప్రపంచ పర్యాటకుల్ని విశేషంగా ఆకర్షిస్తున్నాయి. ఒక నాణెం ఇక్కడి సముద్ర జలాల్లో పడితే స్పష్టంగా కనిపించేంత స్వచ్ఛంగా ఈ జలాలు ఉండటం విశేషం. ఇంకా శ్రీలంక, సింగపూర్, మలేషియా, బ్యాంకాక్, దుబాయ్, ఇండోనేషియా, వియత్నాం ఇత్యాది అనేక దేశాలు పర్యాటకులు ఉల్లాసంగా గడపడానికి అనువైనది. టర్కీలోని ఇస్తాంబుల్ నగరం, ప్రాచీన నగరం పెట్రా, బాగ్దాద్ నగర సమీపంలో ఉన్న బాబిలోన్, సిరియా రాజధాని

దమాస్కస్ నగరం, బాల్‌బెన్ స్తంభాలు, వీనస్ విగ్రహం, మంగోలియా దేశంలోని గోబీ ఎడారి, టర్కీ మధ్య ప్రాంతంలో ఉన్న మంచుగడ్డలు పరుచుకున్న తెల్లని పర్వతం పముక్కేల్, ఎఫెసెస్ నగరం, నెమ్రుడ్ డాగ్, పవిత్ర నగరం జెరుసలెం, తూర్పు ప్రపంచ స్వర్గపురి సమర్‌ఖండ్, దుబాయ్‌లోని బుర్జుఖలీపా, 50 మిలియన్ల పూలతో నెలకొని ప్రపంచ పర్యాటకుల్ని విశేషంగా ఆకర్షిస్తున్న దుబాయ్ ఫ్లవర్ గార్డెన్, సౌదీ అరేబియాలోని ప్రపంచ ప్రసిద్ధి చెందిన ఆధ్యాత్మిక క్షేత్రాలు మక్కా, మదీనా, యెమన్ దేశంలోని ఆకాశ హర్మ్యాల కూడలి షిబామ్, జపాన్‌లోని ప్రాచీన రాచరిక నగరం క్యోటో, ఇత్సుకుషిమా దైవపీఠం, పూజి పర్వతాలు, తైవాన్ రాజధాని నగరం తైపీ, ఆధునిక ప్రపంచ వింత, ప్రపంచంలో పొడవైన చైనా గోడ, తీన్‌మెన్ స్క్వేర్, చైనా క్షియాన్ నగరంలోని టెర్రకోట సైన్యం, ప్రపంచ పైకప్పు టిబెట్ దలైలామా భవంతి, అమెరికాలోని గ్రాండ్ క్యానియన్‌ను తలపించే చరిన్ కనియన్, మలేషియాలోని జంట భవనాలు పెట్రోనాస్, బౌద్ధ దేవాలయాల జావా, కాంబోడియాలోని ప్రాచీన దేవాలయం అంగర్‌కార్‌వాట్, థాయ్‌లాండ్‌లోని ఎమరాల్డ్ బుద్ధా, ఆకాషి కైక్యో బ్రిడ్జ్, పాకిస్తాన్ లాహోర్ నగరంలోని మొఘల్ చక్రవర్తి జహంగీర్ సమాధి, అనార్కలీ సమాధి, నూర్జహాన్ సమాధి, అత్తాబాద్ సరస్సుగా పిలుచుకునే బ్లూ లేక్, సింధూ నాగరికత చిహ్నాలు, ఆఫ్ఘనిస్తాన్ కాబూల్ సమీపంలోని బాగ్-ఏ-బాబర్ గార్డెన్ పేరుతో బాబర్ సమాధి, నేపాల్ రాజధాని ఖాట్మండు, కాంచనగంగా శిఖరం, ఎవరెస్ట్ శిఖరం, భూటాన్, మయన్మార్ ఇత్యాదివి

ఆసియా ఖండంలో చూడదగిన పర్యాటక ప్రదేశాలు.

యూరప్‌లో ఈఫిల్ టవర్, ఆఫ్రికా-ఐరోపాను వేరు చేసే జిబ్రాల్టర్ జలసంధి, బైకాల్ సరస్సు, ప్రపంచంలోనే అతి చిన్న దేశం వాటికన్ సిటి, రష్యాలోని క్రెమ్లిన్ భవనం-రెడ్-స్క్వేర్, మధ్య ఐరోపా కార్పాథియన్ పర్వతాలలో భాగంగా ఉన్న ట్రాన్సిల్వేనియా పర్వత శ్రేణులు, ఆస్ట్రియాలోని గ్లాస్ హౌస్, బెనెక్టిన్ భవనం, ప్యారిస్ నగరం, రాతియుగం నాటి పవిత్ర స్థలం స్టోన్‌హెంజ్, ఇంగ్లండ్‌లోని ఎడిన్‌బర్గ్ నగరం, థేమ్స్ నది, ఐరోపా ఖండంలోనే అతి పెద్ద వేడినీటి బుగ్గలు, స్విట్జర్లాండ్-ఫ్రాన్స్ సరిహద్దులలో ఉన్న ఆల్ఫ్స్ పర్వత శ్రేణిలోని బ్లాంక్ పర్వతం, యూరప్‌లో అతిపెద్ద మస్జిద్ కోర్డోబా ఇత్యాదివి యూరప్‌లో చూడదగిన ప్రదేశాలు. ఆస్ట్రేలియాలో అనేక పర్యాటక ప్రదేశాలు ఉన్నాయి.

అమెరికాలో చూడదగిన ప్రదేశాలలో గ్రీన్‌లాండ్, ఈస్టర్ దీవి, నయగరా జలపాతం, అమెజాన్ తీర ప్రాంత దేశాలు, హవాయి దీవులు, పసుపురాతి జాతీయ వనం, న్యూయార్క్ మహానగరం, అలాస్కా రాష్ట్రంలోని విట్నీ పర్వతం, అలాస్కా గల్ఫ్, పురాతన ప్రపంచ జీవజాతి స్థావరం గలపగోస్ దీవులు, సాన్‌ఫ్రాన్సిస్కోలోని గోల్డెన్ గేట్ బ్రిడ్జ్, కొలరాడో గుహలు, దక్షిణ డకోటాలోని మౌంట్ రష్ మోర్, స్వేచ్ఛా విగ్రహం స్టాట్యూ ఆఫ్ లిబర్టీ, పెరూలోని మచుపిచ్చు, సాహస యాత్రికుల

అందమైన రహదారి ది పాన్ అమెరికన్ హైవే, ప్రాచీన నాగరికత కన్పించే మెక్సికో ప్రాంతంలోని మాయా టోల్‌టెక్స్, కెనడాలోని సి.ఎస్.టవర్, గ్రీన్ నదీలోయలో ఉండే అతి పెద్ద గుహ కెంటుకి ఇత్యాదివి పర్యాటకుల్ని విశేషంగా ఆకర్షిస్తాయి. ఆఫ్రికా ఖండంలో పర్యాటకుల్ని ఆకర్షించే అనేక ప్రదేశాలు ఉన్నాయి.

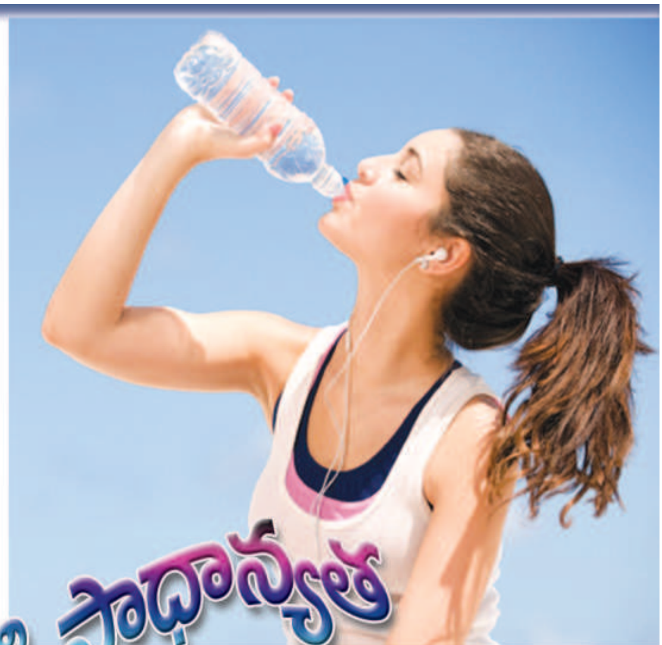
పర్యాటకులు తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు

పర్యాటకులు పలు ప్రదేశాలలో విహరించడానికి వేసవి అనువైన కాలం. విహార యాత్ర విషాదం కాకూడదంటే అనేక జాగ్రత్తలు పాటించాలి. కొత్త ఊరు, సరికొత్త వాతావరణంలోకి వెళుతున్నామని మరవకూడదు. విహార యాత్ర కోసం పక్కా ప్రణాళిక తప్పనిసరి. హడావుడిగా యాత్రకు బయల్దేరి ఇబ్బందులు

తెచ్చుకోవద్దు. వారం రోజులు ముందుగానే సిద్ధపడాలి. దుస్తులు పరిమితంగా ఉంచుకోవాలి. లేదంటే లగేజీ పెరిగిపోతుంది. దారి వెంట కనిపించిన ప్రతి ఆహార పదార్థాలను తినకూడదు. ముఖ్యంగా నూనె పదార్థాలు, మసాలాలు దట్టించిన ఆహారం తినకూడదు. వడదెబ్బ తగలకుండా నీళ్ల అధికంగా తాగాలి. కొబ్బరినీళ్లు, పళ్ల రసాలు తరచూ తాగాలి. ఐసుముక్కలు వేయని పానీయాలనే సేవించాలి. శీతల పానీయాలకు దూరంగా ఉండాలి. ప్రయాణానికి ముందు కడుపు నిండా తినడం సరికాదు. మరీ తప్పదు అనిపిస్తే ఘనాహారం కంటే తీయని పండ్ల రసాలు, మంచినీళ్లు ఎక్కువగా తాగాలి. పుల్లటి పానీయాలు తీసుకుంటే వికారానికి కారణమవుతాయి. అలాగని ఖాళీ పొట్టతో కూడా వెళ్లడం మంచిది కాదు. వేపుళ్లు, మసాలాలు ప్రయాణ సమయంలో అస్సలు తాకరాదు. వాటికి బదులు ఉడికించినవి, మిరియాల పొడి చల్లినవి అయితే పరవాలేదు, ఎలాంటి దుష్ప్రభావాలు ఉండవు.

తలపై ఎండ పడకుండా టోపీలు ధరించడం, గొడుగును తీసుకుని వెళ్లడం మంచిది. అలసిపోయినప్పుడు చెట్టునీడన చల్లగాలిలో విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. కొండ అంచులపై నిలబడి, పెద్దపులులు, విషసర్పాల పక్కన, జలపాతాల అంచున నిలబడి సెల్ఫీలు దిగడం చేయరాదు. ఇలా చేసి అనేకమంది ప్రాణాలు కోల్పోయారు. చలి ప్రదేశాలకు వెళ్లాలనుకుంటే మీరు తీసుకెళ్లే కెమెరాలు, బైనాక్యులర్లు, స్మార్ట్ ఫోన్లు జాగ్రత్తగా భద్రపరచుకోవాలి. ఫోన్‌తో పాటు చార్జర్, అదనపు బ్యాటరీ, పవర్ బ్యాంకులు వంటివి తప్పనిసరిగా ఉండాలి. వాతావరణ మార్పులకు అనుగుణంగా వచ్చే జలుబు, దగ్గు, విరేచనాలు, చక్కెరవ్యాధి, జ్వరాలు, బి.పి, తదితర వ్యాధులకు సంబంధించిన మందులను ముందుగానే డాక్టర్‌ను సంప్రదించి వారి సలహా మేరకు వెంట తీసుకెళ్లాలి. యాత్రకు వెళ్లేవారు తమ వెంట మెడికల్ కిట్‌ను తప్పనిసరిగా తీసుకెళ్లాలి. వాతావరణ మార్పుల వల్ల కలిగే రుగ్మతలతో పాటు ప్రమాదాలు జరిగినా, ఎలాంటి అనారోగ్య పరిస్థితులు వచ్చినా ఈ కిట్లు ఉపయోగపడతాయి. విహార యాత్రకు వెళ్లేవారు తమ వెంట కెమెరాను, డైరీని తప్పనిసరిగా తీసుకెళ్లాలి. ప్రతిసారీ కెమెరానే ఉపయోగించకుండా పరిసరాలను ఆస్వాదించాలి. డైరీలో ముఖ్యమైన సంఘటనలు, అనుభూతులు రాసుకోవడం ఎంతో మంచిది. మరోవైపు ప్రయాణం జరిగే తీరు, రూట్ వివరాలు డైరీలో రాసుకుంటే ఇతరులకుకూడా చక్కగా ఉపయోగపడుతుంది. బంగారు ఆభరణాలు ధరించకుండా ఉంటేనే మంచిది. చిన్న పిల్లలు ఉంటే వాళ్ల ప్యాకెట్‌లో మీ పేరు, ఫోన్ నంబర్ రాసిన స్లిప్ ఒకటి పెట్టండి. అక్కడ భాషకు తగ్గట్లు చిన్న చిన్న భాషా పద ప్రయోగాలు నేర్చుకోండి. ఇలా పలు నియమాలు పాటించి పర్యాటక విహారాన్ని ప్రమాదం కాకుండా ప్రమోదంగా జరిగేలా చేసుకుని రెట్టింపు శక్తితో సురక్షితంగా ఇంటికి చేరాలి. ●

దేహానికి నీటి ప్రాధాన్యత



నీరే ప్రాణకోటికి జీవనాధారం. అది ఒక విశ్వద్రావణి, జీవుల దప్పిక తీర్చడానికి, సాగుబడి కొనసాగడానికి పునాది నీరు. జీవకోటిలో ఒక్కొక్క జీవికి ఒక్కో విధంగా నీరు అవసరం అవుతున్నది. మనిషి ఆరోగ్య పరిరక్షణకు నీరే ప్రధానం. గొంతెండితే ప్రాణం పోయినంత పని అవుతుంది. మనిషి వయస్సు, శారీరక ధర్మాలు, చేసే పనినిబట్టి తాగవలసిన నీటి పరిమాణం ఆధారపడి ఉంటుంది. ఒక ఆరోగ్యవంతుడైన పురుషుడికి తాను తీసుకున్న ఆహారంలో నీటితోపాటు రోజుకు కనీసం 3-3.7 లీటర్లు (13-15 కప్పులు), స్త్రీకి 2.2-2.7 లీటర్ల (9-11.5 కప్పులు) తాగునీరు అవసరం అవుతుందని వైద్యుల అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. అవసరమైన పరిమాణంలో నీరు తాగనప్పటికీ ఆరోగ్యంలో వెంటనే వచ్చే ప్రమాదం ఏమి ఉండనప్పటికీ నిర్దేశించిన నీటిని తీసుకోవడం భవిష్యత్తు ఆరోగ్య సంరక్షణకు మంచిది. శరీర బరువు, వృత్తి, వయస్సును బట్టి నీటి అవసరం

మనం చేసే వృత్తి/ పనినిబట్టి కూడా నీటి అవసరం మారుతుంది. శారీరక శ్రమలో నిమగ్న మైన ప్రజలు చెమటరూపంలో దేహంలోని నీటిని కోల్పోతారు. ఇలాంటి శ్రామికుల, క్రీడాకారులకు తాగునీరు అధికంగా అవసరం అవుతుంది. వేడి ప్రాంతాల్లో నివసించే జనులు, భారీ శరీరం కలిగి ప్రజలు, కండరాల ద్రవ్యరాశి ఉన్నవారు, గర్భిణులు, పిల్లలకు రొమ్ము పాలు తాగించే అమ్మలు, మూత్ర పిండాల్లో రాళ్లు ఉన్నవారు, మూత్రపిండ సమస్యలు ఉన్నవారు నీటిని అధికంగా తీసుకోవలసి ఉంటుంది. అంతే కాకుండా వయస్సు పెరిగిన కొద్దీ కండరాలు బలహీనపడుతూ కొవ్వుల పరిమాణం పెరుగుతుంది. కండరాలు తక్కువ, కొవ్వులు అధికంగా ఉన్న శరీరాలకు నీరు తక్కువ అవసరం అవుతుంది. వయస్సు పెరిగిన కొద్ది దాహం కావడం అనే అనుభవం తగ్గుతుంది.

డా॥బుర్ర మధుసూదన్‌రెడ్డి

శరీరంలో నీరు తగ్గితే ప్రమాదం

శరీరంలో నీరు తగ్గితే నిర్జలీకరణం లేదా డీహైడ్రేషన్ జరిగి దాహం వేయడం ప్రారంభమవుతుంది. నీరు తగ్గినపుడు చర్మం పొడిపారడం, చల్లగా ఉండడం లాంటి లక్షణాలు బయటపడతాయి. శరీరం అధిక డీహైడ్రేషన్‌కు గురైనప్పుడు తలనొప్పి, కళ్లు/గొంతు పొడిపారడం, మూత్రంరాకపోవడం, ముదురు పసుపురంగులో మూత్రం రావడం, మత్తురావడం, స్పృహకోల్పోవడం, నిద్రలేమి, చికాకు, శ్వాసతగ్గడం, గుండె వేగంగా కొట్టుకోవడం మొదలైన లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. రాత్రి 6-8 గంటలు నిద్రపోయి ఉదయం లేవగానే శరీరంలో నీటి శాతం తగ్గుతుంది. ఉదయం నిద్ర లేవగానే ఒకటి రెండు గ్లాసుల నీరు తాగితే మంచిది.

శరీరంలో నీటి పాత్ర

ఆరోగ్య సంరక్షణలో నీటి పాత్ర అద్వితీయం. శరీర కణజాలాలకు ఖనిజ లవణాలను అందించడం, కీళ్లు బాగా పని చేయడం, అవయవాలను రక్షించడం, శరీర ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించడం, జీవక్రియలు సజావుగా జరగడం, దేహంలోని వ్యర్థాలను మూత్రం రూపంలో తొలగించడం, పేగుల కదలికలు లాలాజలాన్ని తయారు చేయడం, కణజాలం/ వెన్నుపూసను రక్షించడం, రక్తంలో రూపంలో ఆక్సిజన్ సరఫరా చేయడం, హానికారక సూక్ష్మజీవులను తొలగించడం, ఎలక్ట్రొలైట్ల సమతుల్యత సాధించడం, సక్రమంగా గుండె కొట్టుకోవడం, చెమట/మూత్రం/ మలం విసర్జన క్రియల నియంత్రణ, శారీరక పనితీరు పెరగడం, మలబద్ధకాన్ని కట్టడి చేయడం లాంటి ఇతర అనేక ప్రయోజనాలను తాగే నీరు కలిగి ఉంటుంది.

పండ్లు, కూరగాయల ద్వారా నీరు: మనం తీసుకునే ఆహారంలో కూడా నీటి శాతం అధికంగా ఉంటుందని గమనించాలి. పుచ్చకాయ, దానిమ్మ, ఆరెంజ్, గ్రేప్స్, ఆపిల్‌లాంటి పండ్లతోపాటు ఆకు కూరలు, బ్రకోలి లాంటి పలు రకాల కూరగాయల్లో కూడా నీరు అధికంగా ఉంటుంది. మనం తీసుకునే ఆహారం ద్వారా 20శాతం నీటి అవసరం తీరుతుంది. శరీరంలో నీటి సమతుల్యత దెబ్బతిన్నపుడు ఖనిజ లవణాలపై ప్రతికూల ప్రభావం పడి విషప్రభావం పెరుగుతుందని తెలుసుకోవాలి. నీరు అవసరం కన్న ఎక్కువ తీసుకున్నపుడు ఆరోగ్యంపై ఎలాంటి అనుకూల/ప్రతికూల ప్రభావం పడదని తెలుసుకోవాలి. వృత్తిలో పడిపోయి నీటిని తక్కువగా తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి ప్రమాదకరమని గమనించాలి. రోజు క్రమం తప్పకుండా ఉదయం నుంచి సాయంత్రం వరకు నీటిని తరచుగా తీసుకోవాలి. ఒకేసారి లీటరు నీళ్లతాగి 5,6 గంటలు తాగకపోవడం లాంటి అలవాట్లు మంచిది కాదు. శరీర అవసరం మేరకు హైడ్రేషన్‌ను కాపాడుకుంటూ, డీహైడ్రేషన్ రుగ్మతలను తరిమి కొడతాం, ఆరోగ్యకర సమాజాన్ని నిర్మించుకుందాం. ■

మత్స్యకార మహిళ

ఈవారం కవిత్వం

ఎవరో తలుపు కొడుతున్నారు?
నేను లేవను.. తలుపు తెరవను
ఈ పాత గుడిసె యొక్క నానబెట్టిన తలుపు ఎంత చలి
శరదృతువు రాత్రులు ఎంత అసౌకర్యంగా ఉన్నాయి!
దాని ఉదయాలు మరింత అసౌకర్యంగా ఉన్నాయి.

ఉధృతంగా వినిపించే శబ్దం గాలిదే కదా?
అది మిమ్మల్ని భయపెట్టవచ్చు లేదా కరకరలాడే శబ్దం చేస్తూ
కెరటాలతో జత కట్టి గుండ్రంగా పైకి లేవచ్చు, గులకరాళ్ల శబ్దమా?
లేదు, నాకు బాగా లేదు, కరువు ఉంది, అది ఎగురుతుంది.

తుఫాను అలలను తాగే వరకు వేచి చూస్తాను,
అణచివేసే వరకు, కిటికీ బయట బెంచీ మీద
బంగారు వర్ణం పడేవరకు,
నీరసించేవరకు, అక్టోబర్ నెల వచ్చేవరకు.
వెళ్లిపో! మరొక రాత్రి గడిచిపోవాలి.
అతను ధైర్యవంతుడు
గాలి, సముద్రాలకు భయపడడు.

అనువాద కవిత: ఇవాన్ బనిన్
తెలుగుసేత: జానీ తక్కెడశిల

నానీలు

అవమానించడం
నీకు అలవాటైతే
అభిమానించడం
నాకు పరిపాటి.
నిందలు వేసినా
మౌనంగా ఉన్నానంటే
చేతకాక కాదు
అదే నా వ్యక్తిత్వం.

నీ ప్రేమ నిస్వార్థమైతే
అది పొందలేనివారు
బాధపడాలి
నువ్వు కాదు.

బాధ్యతను విస్మరించావా?
అయితే
హక్కు గురించి మాట్లాడకు.

నటన అనే ముసుగు
తీయనంత కాలం
ఆప్తులను
కోల్పోవడం ఖాయం.

- కయ్యూరు బాలసుబ్రమణ్యం

అపరాజిత!

తుషారంలో ముద్దబంతి స్వచ్ఛత
సంసారంలో అనుబంధాల స్నిగ్ధత
ఉషోదయంలో భానుని నడత
ప్రతి అడుగు మగాడితో అల్లుకొన్న
బంధాలైన మగువ మనోరూపాలే
తెగువే రాణింపుగా పోరాటం
వెలుగే సందేశమైన పురోగమనం
కామపు చూపుల్ని ఖండిస్తూ
వివక్ష ఆంక్షల్ని అధిగమిస్తూ
పడిలేచే కడలి తరంగమై
బతుకు కదనాన్ని పునరుజ్జీవంతో
జయిస్తూ సాగిపోతున్న సమరాంగిణి
తన పుట్టుకనే వద్దనుకున్న
తల్లిదండ్రులతోనే
ఆమె మొదటి
సమరం
మొదలవుతుంది.
విద్యతో అస్త్రశస్త్రాలు కూర్చుకొని
ప్రతిభ సహనం సమయస్ఫూర్తితో
సర్వం సకలం జయించి నిలిచింది
స్వశక్తితో మాత్రమే అనుకున్నది
సాధిస్తూ.. పితృస్వామ్య వ్యవస్థలో
తన ఉనికిని దినదినాభివృద్ధిగా
సుస్థిరం చేసుకొంటూ ముమ్ముందుకు
సాగిపోతూనే వుంటుంది స్త్రీమూర్తి!

- భీమవరపు పురుషోత్తమ్

పుస్తక సమీక్ష

ఆకాశం వైశాల్యం..అమ్మ ప్రేమంత!

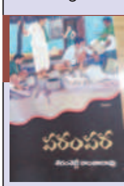
తనదైన ప్రత్యేకశైలిలో కవిత్వాన్ని కవిత్వంలా సృజించే అరుదైన కవుల్లో విల్సన్‌రావు కొమ్మవరపు ఒకరు. 69 కవితల్తో ఆయన వెలువరించిన నాలుగవ కవిత్వ పొత్తం 'నాగలి కూడా ఆయుధమే!' 'ఆకలి డొక్కలు నింపే,/ చట్టాలు చేయాల్సిన చట్ట సభలు/ నాగలిని నిలువునా చీల్చేస్తున్నప్పుడు/ సంఘర్షణ మాకేమీ కొత్తకాదు../నాగలే మా సర్వస్వం/ ఇప్పుడు నాగలే మా ఆయుధం' అంటు రైతు ప్రేమికుడైన విల్సన్‌రావు రైతును కవిని చేసి భూమిని అనుసంధిస్తు అనేక రైతుల సమస్యలను తన కవితల్లో ప్రస్తావిస్తాడు. కొన్ని సందర్భాల్లో రైతును సైనికుడిలా చేసి 'కవాతు' వినిపిస్తాడు. వివిధ సంస్థలు నిర్వహించిన పోటీల్లో బహుమతులు పొందిన కవితల్తోబాటు కరోనా నేపథ్యంలో రాసిన కొన్ని కవితల్ని పొందుపరిచారు. బాలికలు..మహిళలకు ప్రస్తుత సమాజంలో ఎదురవుతున్న ఇబ్బందుల్ని, భద్రత లేని వైనాన్ని తన కవిత్వంతో కదుపృాద్యంగా వ్యక్తమవుతాడు. విల్సన్ రావు భావకవిత్వం (ప్రేమ కవిత్వం) రాయడంలో కూడా సిద్ధహస్తుడని ఈ సంపుటిలోని కవితలు స్పష్టం చేస్తాయి. అగ్రేసర కవి కె.శివారెడ్డిని 'ఆయన సర్వాన్నీ జయించిన శాస్త' అని అభివర్ణిస్తు తన గ్రంథాన్ని ఆయనకు అంకితం గావించారు. కొలకలూరి ఇనాక్, నారాయణశర్మ, దేవీప్రియ, అయిల సైదాచారి వంటి సాహిత్య ప్రముఖులపై రాసిన కవితలు అలరిస్తాయనడంతో సందేహం లేదు. 'ఆకాశం వైశాల్యం ఎంత?/ అమ్మ ప్రేమంత..' అంటున్న కొమ్మవరపు కవిత్వం చదవడం మంచి అనుభవం. **(నాగలి కూడా ఆయుధమే..!, రచన: విల్సన్‌రావు,వెల: రూ 200, ప్రతులకు: నవోదయ బుక్‌హౌస్) – రమణ వెలమకన్ని**

చేదులేని స్వాదిష్టపు 'కాకర'

ఈ కథాసంపుటి రచయిత వంగూరి చిట్టెన్‌రాజు. కాకినాడలో మొలకెత్తినా, కాకరపాదులా అమెరికాలో విస్తరించారు. వృత్తిపరంగా పారిశ్రామికవేత్త. హాస్యవ్యంగ్య కథలు రాయటం, తెలుగు కళామతల్లిని ఆ దేశంలో ప్రవర్ధిల్ల చేస్తూ అటు అమెరికాగడ్డను, ఇటు తెలుగు గడ్డను మెప్పించేలా రాయటం, ప్రపంచవ్యాప్తంగా అనేకానేక సాహిత్య కార్యక్రమాలు నిర్వహించటం వీరి ప్రవృత్తి. మెరికలాంటి తన చురుకు'దనం'తో పాఠకుల పెదాలపై తన హాస్య కథలతో నవ్వులపూలు పూయించి, 'హాస్యబ్రహ్మ'గా పేరు తెచ్చుకున్నారు. అమెరికాలో 'వంగూరి ఫౌండేషన్'ను నెలకొల్పి నన్నయాదులు కన్న తల్లికి సన్నజాజుల మాలలు వేస్తారు. ఫౌండేషన్ ద్వారా ఇంత వరకు (ఈ సంపుటితోసహా) 116 పుస్తకమాలలు సమర్పించుకున్న సహృదయులు. ఇది వీరి 135 కథాసంపుటి. ఇందులో 14 'వ్యాసకథ'లున్నాయి. వేదవ్యాసుడిలా వీరు వెలయించిన కథలన్నీ నాలుగుకాలాలపాటు నిలిచి నవ్వు తెప్పిస్తాయి. హాస్యరస'మసాలా'ను జోడించి మన మనసులకు పసందైన విందు భోజనం వడ్డిస్తున్నారు. కొనుక్కుని, చదివి, స్వంతగ్రంథాలయంలో దాచుకుని, అప్పుడప్పుడు మళ్లీ తిరగేసి హాయిగా నవ్వుకునేందుకు బాగా పనికివచ్చే కథా కాకరకాయలే! అయినా ఏమాత్రమూ చేదులేని స్వాదిష్టాలు!

(అమెరి'కాకరకాయ' కథలూ, కమామిషులు, రచన: వంగూరి చిట్టెన్‌రాజు, వెల: రూ 100, ప్రతులకు: జె.వి.పబ్లికేషన్స్,

– కూర చిదంబరం



కంచర వృత్తికారుల నవలీకరణే 'పరంపర'

రచయిత ఈ నవలను శిరంశెట్టి సత్యనారాయణ, సక్కుబాయిగార్లకు అంకితం చేశారు. (చినబాపు, చిన్నమ్మ). డా॥ఎస్.రఘు చక్కటి ముందుమాట రాసారు. రఘు అన్నట్లుగా కాలం పొదుగుతా కదిలిపోయిన జీవన సౌందర్యాన్ని మరొకసారి కళ్లారా చూడాలంటే ఈ నవలలోకి హృదయం పెట్టి చూడాలి. కంచరవృత్తి కారుల చారిత్రక జీవనగమనాన్ని అద్భుతంగా రచయిత ఆవిష్కరించారు. ఉత్పత్తి కులాలపై నేడు రావాల్సినంత కథా, నవలాసాహిత్యం రాని ఈరోజుల్లో గొప్ప ప్రయోగం చేసారు రచయిత. దుండెరామయ్య ఉజ్జ్వల విద్యాఅభ్యాసం ఫౌండేషన్(ధృవ) ఈ పుస్తకం ప్రచురించింది. దాదాపు 62 భాగాలుగా ఈ నవల సాగుతుంది. ఒక శతాబ్దికాలంలో జరిగిన ఘటనలు– కంచరవృత్తి కళాకారుల జీవన పోరాటం అద్భుతంగా అక్షరీకరించారు. ప్రారంభం నుండి చివరిదాకా నడిచే ప్రధాన పాత్ర విశ్వరూపాచారిది. వృత్తిదారులు తయారు చేసిన వస్తువులను దుకాణాల్లో అమ్మడం, కొనుగోలుదారు దగ్గరకు వస్తువుల్ని చేర్చాలనే ఆలోచనను అద్భుతంగా కథాగమనం నడిపారు. సొసైటీల మోసాలు, గ్రామాల్లో కరణాలు, పంతుళ్లు, పట్వారీలు పెట్టే ఇబ్బందులు. యూనివర్శిటీకి తయారు చేయడం దశలవారిగా పని పద్ధతులు ఒక డాక్యుమెంటరీ చిత్రం చూసినట్లు కాంతారావు ఈ నవల అద్భుతంగా దృశ్యమానంగా రాసారు. **(పరంపర, రచన: శిరంశెట్టి కాంతారావు, వెల: రూ250, ప్రతులకు: 1-1-177, శ్రీనివాసపురం కాలనీ, పాత పాల్వంచ, భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా) – తంగిరాల చక్రవర్తి**

'గోమాత–అద్భుతశక్తి' గ్రంథ నిర్మాణకర్త, రచయిత లక్ష్మణరేఖ గోపాలకృష్ణగా తెలుగునాట లబ్ధ ప్రతిష్ఠులైన డా॥నిట్టల గోపాలకృష్ణ గోవిజ్ఞాన సర్వస్వాన్ని ఒక మహాగ్రంథంగా అపురూప గోమాహాత్మ్య సాహిత్యాన్ని సృష్టించడం అభినందనీయం.

గోమాత–అద్భుతశక్తి

600 పేజీల ఈ ఉద్గ్రంథంలో వేదాలు, ఉపనిషత్‌లు, అష్టాదశ పురాణాలు, ఇతిహాసాలు, వివిధ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రగ్రంథాల నుండి గోపవిత్రత, అమూల్యత అందరికీ అర్థమయ్యేలా సరళమైన శైలితో పొందుపరిచారు. చలనచిత్ర రంగంలో ఉత్తమ నిర్మాతగా, దర్శకునిగా పేరొందిన గోపాలకృష్ణ ఋషితుల్యునిగా వందేగోమాతరం, గోమాతవైభవం, గోవిలాపం, కామధేనువు–కల్పవృక్షం, గోమాత ప్రగతికి చేయూత వంటి గోమహాత్మ్యతత్త్వాన్ని జీవనధర్మంగా స్వీకరించే అత్యుత్తమ రచనలు వెలువరించారు. గోమాతాసేవా ట్రస్ట్ ఛైర్మన్‌గా డా॥గోపాలకృష్ణ, భారతీయ సనాతన ధర్మంలో గోమాతల ఐహిక, పారమార్థిక ఔన్నత్యాన్ని గ్రంథాల రచయితగా డాక్యుమెంటరీలు, సిడిలు, సూక్తులు, కథలు వివిధ సాంస్కృతిక, సాహితీ ప్రక్రియలలో ప్రతిబింబింప చేస్తున్నారు.

(గోమాత– అద్భుతశక్తి, రచన: డా॥నిట్టల గోపాలకృష్ణ, వెల: రూ 500, ప్రతులకు: గోమాతసేవా ట్రస్ట్, 202, శివసాయి సదన్, శ్రీనివాసపురం, రామాంతపూర్, హైదరాబాద్)

– యర్రమిల్లి

తరిగిపోతున్న అడవులు

డా॥ఓరుగంటి సరస్వతి

'వృక్షోరక్షతి రక్షితః' అన్నారు పెద్దలు. అంటే చెట్లను కాపాడితేనే అవి మనల్ని కాపాడతాయి. ప్రకృతి సంపద అనేది ఏ ఒక్కరికి ఏ ఒక్కతరానికి చెందినది కాదు అనేది సత్యం.

'చెట్టమ్మా..చెట్టమ్మా..పచ్చని చెట్టమ్మా..నీవులేక మానవ మనుగడ లేనేలేదోయమ్మ' అని ఓ రచయిత అన్నట్లుగా చెట్లు అనగా అడవులు తరిగిపోవడం వలన నేడు మానవ మనుగడ ప్రశ్నార్థకంగా మారుతున్న దుస్థితి. పెరుగుతున్న సంస్కృతికి అనుగుణంగా మారుతున్న జీవనకాల పరిస్థితులపై తరిగిపోతున్న అడవులు ప్రకృతికి అనుకూలతలను సంతరించ లేకపోతున్నాయి. 'ఫారెస్ట్' అనేపదం. 'ఫోరెస్' అనే లాటిన్ పదం నుండి వచ్చింది. ఫోరెస్ అంటే గ్రామం వెలుపలి భాగం. భారత రాజ్యాంగం ఉమ్మడి జాబితాలోని ఏడవ షెడ్యూల్‌లో అడవులు ఉన్నాయి. 1976 నాటి 42వ సవరణ చట్టం ద్వారా అడవులు, వన్యప్రాణులు, పక్షుల సంరక్షణను రాష్ట్రం నుంచి ఉమ్మడి జాబితాలోకి మార్చారు. రాజ్యాంగం లోని ఆర్టికల్ 51ఎ(జి) ప్రకారం అడవులు, వన్యప్రాణులతో సహా సహజ పర్యావరణాన్ని రక్షించడంతో పాటు పెంచడం ప్రతిపౌరుడి ప్రాథమిక బాధ్యత. రాష్ట్రవిధాన ఆదేశిక సూత్రాల్లోని ఆర్టికల్ 48ఎ ప్రకారం దేశంలోని అడవులు, వన్యప్రాణులతో పాటు పర్యావరణాన్ని పరిరక్షంచడానికి అడవులు, వన్యప్రాణులతో పాటు పర్యావరణాన్ని పరిరక్షించడానికి ప్రభుత్వం కృషి చేయాలి. జాతీయ అటవీవిధానం, 1988, పర్యావరణ సామరస్యం, జీవనోపాధిని ప్రధాన అంశంగా కలిగి ఉంది. ప్రస్తుతం భారతదేశంలోని అడవులను కూడా నియంత్రిస్తుంది. అడవులు మానవజాతికి ఎంతో మేలును చేకూర్చే పర్యావరణహితాన్ని కలిగించేవి. దేశం సగటు వార్షిక వర్షపాతం ఆధారంగా భారతదేశంలోని అడవులను సాధారణంగా ఐదువర్గాలుగా విభజించవచ్చు.

అవి: ఉష్ణమండల సతతహరిత అడవులు

- తేమతోకూడినన సతత హరిత అడవులు
- పాక్షిక సతత హారిత అడవులు
- పొడి సతత హరిత అడవులు

2. ఉష్ణమండల ఆకురాల్చే అడవులు (ఋతుపవన అడవులు)
   - తేమతో కూడిన ఆకురాల్చే అడవులు
   - పొడి ఆకురాల్చే అడవులు
   - ముళ్ల అడవులు

- మోంటేనే అడవులు

మోంటేనే తడి సమశీతోస్ట అడవులు

- మోంటేన్ ఉప ఉష్ణమండల అడవులు
- హిమాలయ అడవులు
- హిమాలయ పొడి సమశీతోష్టస్థితి
- ఆల్పైన్, సబాల్పైన్ అడవులు
- సముద్రతీర/చిత్తడి అడవులు మొదలైనవి.

మనదేశంలో వాతావణ సమతుల్యం కోసం అడవుల విస్తీర్ణం 33శాతానికి పెంచాల్సిన అవసరం ఉంది. అడవులను పెంచే కార్యక్రమం 1950లో మొదలైంది.

వనమహోత్సవం పేరుతో ఏటా జులైలో మొక్కలు నాటే కార్యక్రమం ఉంటుంది. వాతావరణ సమతుల్యాన్ని సంరక్షించడంలోను, అడవుల ప్రాధాన్యం ఘననీయమైనది.

వర్షాలు కురవాలన్నా,
ఆ వానల ధాటికి నేలలు కోతకు గురికాకుండా ఉండాలన్నా,
అరణ్యాలే ఆధారం.
అందుకే జీవరాశులన్నింటితోపాటూ మనిషి మనుగడకు ముఖ్యమైన సహజవనరులు అడవులు.

ప్రపంచ భూభాగంలో ముప్పైఒక్కశాతం అడవులు ఉన్నాయి. చాలాకాలంగా వ్యవసాయం కోసం అడవుల నరికివేత జరుగుతుంది. అందువల్ల శీతోష్ణస్థితిలో మార్పులు,

మృత్తికా క్రిమీక్షయం. నేలకోతలాంటివి సంభవిస్తున్నాయి. అడవులు ప్రపంచవ్యాప్తంగా దాదాపు 1.6 బిలియన్ల జీవనోపాధికి ఆధారభూమి. అంతేకాకుండా ప్రపంచవ్యాప్తంగా సుమారు రెండు బిలియన్ల మందికి ఇంధనం, బొగ్గుకి ప్రధానశక్తి వనరులు. ప్రజలు తమ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడే ప్రకృతివనమూలికలు అనగా ఔషధమూలికల కోసం అడవులే శరణ్యం. కెనడా, స్వీడన్, ఫిన్లాండ్‌లతో పాటు యునైటెడ్ స్టేట్స్‌లోని కొన్ని అభివృద్ధి చెందిన దేశాలలో గ్రామీణ ఆర్థిక వ్యవస్థలో అటవీరంగం ముఖ్యపాత్ర వహిస్తుంది. అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశాలలో, అటవీ ఆధారిత సంస్థలు మొత్తం గ్రామీణ వ్యవసాయం, ఇతర ఉపాధిలో పదమూడు శాతం నుండి ముప్పైఅయిదు శాతాన్ని అందిస్తున్నాయి. అడవులు వాతావరణం నుండి నేరుగా వర్షపాతం వలె భూమి నుండి వాటి మూలాల ద్వారా నీటిని గ్రహిస్తాయి. నేల స్థిరీకరణ ద్వారా అడవులు కోతను తగ్గించి, అవక్షేపణ కారణంగా, నీటినాణ్యత బలహీనతను తగ్గిస్తుంది. శీతోష్ణస్థితి చర్యల్లో అడవుల పాత్ర కీలకమైంది. వాతావరణంలోని మార్పులు, కరువులు, వరదలే కాకుండా, ఉష్ణమండల తుఫానులు, నీటి నర్వహణ, సమస్యలను తీవ్రతరం కాకుండా కాపాడేవనరు అని చెప్పవచ్చు. ప్రతి సంవత్సరం, సుమారు 12 మిలియన్ హెక్టార్ల అటవీ ప్రాంతం నాశనమవుతుంది. అమెజాన్ రెయిన్ ఫారెస్ట్‌గా జరిపిన పరిశోధన ప్రకారం చెట్లు ఒక ప్రాంతం అంతటా వర్షపాతరేటును మార్చగలదు. విచక్షణారహితంగా అడవులను కొట్టివేయడం వలన అడవుల్లో ప్రశాంతంగా బ్రతికే జంతుజాలముల మొక్క జీవనం కూడా అగమ్యగోచరంగా మారిందంటే ఎంత శోచనీయం. చెట్లు తరిగి, వాటికి రక్షణ కరువై ఊర్లపై పడి మునుషులపై దాడి చేస్తున్న జంతువులు అన్న వార్తలు ప్రతిరోజు వార్తల్లో కన్పించేవి. ప్రపంచవ్యాప్తంగా అడవుల పరిమాణం తగ్గిపోతుంది. 1997లో వరల్డ్‌రిసోర్సెస్ ఇన్స్టిట్యూట్ ప్రపంచంలోని అసలైన అడవులలో 20శాతం మాత్రమే మిగిలి ఉందని పేర్కొంది. ఫుడ్ అండ్ అగ్రికల్చర్ ఆర్గనైజేషన్ గ్లోబల్ ఫాస్ట్ రిసోర్సెస్ అసెసామెంట్ 2020 ప్రకారం 1990 నుండి అటవీ నిర్మూలన ద్వారా ప్రపంచవ్యాప్తంగా 420మిలియన్ల హెక్టార్ల అడవులు కోల్పోయినట్లు అంచనావేశారు. 2015వ సంవత్సరం నుండి 2020 సంవత్సరమధ్యకాలంలో అటవీ నిర్మూలన వార్షికరేటు 10 మిలియన్ హెక్టార్లుగా అంచనావేశారు. అడవులు భూమిపై ప్రధాన భూపర్యావరణగా వ్యవస్థ.

ప్రపంచంలోని బ్రెజిల్, కెనడా, చైనా, రష్యన్ ఫెడరేషన్, యునైటెడ్ స్టేట్స్ ఆఫ్ అమెరికాలలో మాత్రమే. యాభైశాతం కంటే ఎక్కువ అడవులను నలభై అయిదుశాతం కలిగి ఉన్నాయి. అడవులు అందించే కలప, ఔషధాలు, వివిధ రకాల వనరులను అటవీవనరులంటారు. 'అడవి అనేది గణనీయమైన మొత్తంలో భూమిని కవర్ చేసే చెట్లు, ఇతర మొక్కల దట్టమైన పెరుగుదల. మొక్కలు, జంతువులు వాటి పర్యావరణంలో సంకర్షణ చెందుతాయి.

అడవులు మానవజాతికి, ప్రయోజనాన్ని చేకూర్చు పర్యావరణ ప్రక్రియలు. కీలకమైన పర్యావరణ సేవలలో కార్బన్ నిల్వ, శోషణ, వాటేషెడ్ సంరక్షణ, ఇంకా జీవవైవిధ్య పరిరక్షణ దాగి ఉన్నాయి. మొక్కలు వాతావరణం నుండి కార్బన్‌ను గ్రహించి, కిరణజన్య సంయోగక్రియ ద్వారా పర్యావరణానికి ఆక్సిజన్‌ను తిరిగి అందిస్తాయి. ఫలితంగా అడవులు వాతావరణం నుండి కార్బన్‌ను గ్రహించి, కిరణజన్యసంయోగ క్రియద్వారా పర్యావరణానికి ఆక్సిజన్‌ను తిరిగి అందిస్తాయి. ఫలితంగా అడవులు వాతావరణం నుండి కార్బన్‌ను తగ్గిస్తాయి. ఇవి భూమి మొక్క జీవానికి అనుకూలతలను ఏర్పరుస్తుంది. నీటి విషయంలో కూడా అడవుల ప్రభావం అత్యంత ప్రధానమైనది. అధిక నీటిశోషణ, నిలుపుదల సామర్థ్యం ఉన్న అడవులు కొన్నిసార్లు క్రియరహిత అవపాతాన్ని పరీవాహక ప్రాంతాల నుండి మరింత స్థిరమైన నీటి ప్రవాహంగా మారుస్తాయి. అడవులు సమీపంలో ఉంటే, విపరీతమైన వాతావరణం, వర్షపాతం కారణంగా వరదలు తగ్గుతాయి. 1980లో భారత ప్రభుత్వం అటవీ సంరక్షణాచట్టాన్ని చేయడం జరిగింది. ఈ చట్టం కింద కొన్ని అటవీ ప్రాంతాలను రక్షిత అడవులుగా ప్రకటిస్తూ ఈ ప్రాంతాలలో వాణిజ్య కలప ఉత్పత్తికి కేంద్ర ప్రభుత్వ ముందస్తు అనుమతి ఉండాలని సూచించడం జరిగింది. పర్యావరణ, అటవీ మంత్రిత్వశాఖ, రాష్ట్రప్రభుత్వాల అటవీశాఖ. సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో మానవ కార్యకలాపాలు ఎక్కువగా ఉన్న ప్రాంతాలను రక్షిత ప్రాంతాలుగా (జాతీయ పార్కులు, అభయారణ్యాలు), బయోస్పియర్ రిజర్వ్‌గా ప్రకటించడం జరిగింది. వీటిలో అటవీవనరుల రిజర్వ్‌గా ప్రకటించడం జరిగింది. వీటిలో అటవీవనరుల సంరక్షణతోపాటు, సైంటిఫిక్ రీసెర్చ్‌లను కూడా పడుతున్నారు. ఇప్పటివరకు దేశవ్యాప్తంగా 104 జాతీయపార్కులు, 366 అభయారణ్యాలు, 18 బయోస్పియర్ ప్రాంతాలను ప్రకటించడమైనది. అడవులు ప్రకృతికి వన్నె తెచ్చె అందాల ఆకుపచ్చని ఆరపోతలు. ఆ ఆకుపచ్చతనాన్ని (అడవులను) కాపాడుకోవాల్సిన బాధ్యత ప్రభుత్వం, అటవీశాఖాధికారులకే కాకుండా భూమిపైన ఉన్న ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యతగా గుర్తించగలిగినప్పుడే అడవుల్ని కాపాడుకోగలుగుతామే. ■

కథ

విముక్తి

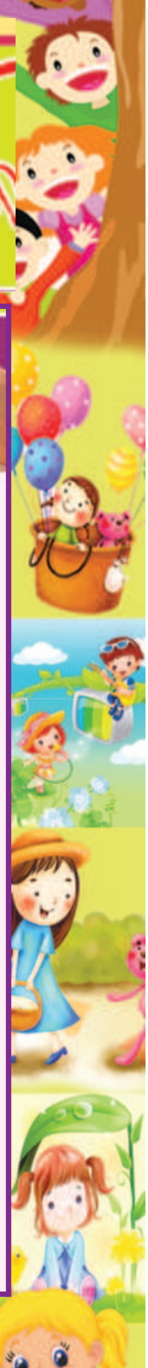
కొసల రాజ్యాన్ని వీరవర్మ జనరంజకంగా పాలించాడు. రాజ్యంలో కరవు ఉన్నప్పుడు పన్నులు రద్దు చేశాడు. వయోభారంతో తన ఏకైక కుమారుడు శూరవర్మకు ప్రజలను కన్నబిడ్డల వలెల చూసుకోవాలని రాజ్యభారం అప్పగించి మహామంత్రి మాటలు ఆలకించాలని చెప్పి భార్యతో తీర్థయాత్రలకు వెళ్లాడు. వీరవర్మ రాజ్యంలో లేకపోవడంతో శూరవర్మ ఆడింది ఆట పాడింది పాటగా సాగింది. స్త్రీలోలుడై అంతఃపుర కాంతలతో మద్యం సేవిస్తూ భవనం వదిలి వచ్చేవాడు కాదు. రైతులపై విపరీతమైన పన్నుభారం మోపాడు. పండిన పంటలో సగభాగం రాజభవనానికి తరలించాలని హుకుం జారీ చేశాడు. శూరవర్మ బలహీనతను చూసి దొంగలు పెట్రేగిపోయారు. ఆడపిల్లలకు భద్రత లేకుండా పోయింది. ప్రజలు రాజభవనం కేగి రాజుతో చర్చించాలని పడిగాపులు కాశారు. వీరవర్మ ఉన్నన్ని రోజులు ఏ ఇబ్బందులు లేవు. శూరవర్మతో మాట్లాడాలని మంత్రి ఆయన దగ్గరకు వెళ్లాడు. 'మహారాజ' అని పిలిచాడు. పదిమంది కాంతలతో మత్తులో ఉన్నాడు. ఆ దృశ్యాన్ని చూడలేకపోయాడు. 'రాజా' అన్నాడు గట్టిగానే. 'ఎవరు మహామంత్రా ఏమిటి ఇలా వచ్చారు' అన్నాడు తూగుతూ. 'ప్రజలు పన్నుల భారంతోనూ, దోపిడీ దొంగలతోను ఇంకా ఇతర సమస్యలతోను తీవ్ర ఇబ్బంది పడుతున్నారు' అనగానే శూరవర్మ నవ్వి 'ఇప్పుడు మీరు మాకు ఇబ్బంది కలిగిస్తున్నారు, వెళ్లం డి, మేము వచ్చేదాకా వాళ్లను ఉండమనండి' అంటూ ఓ కాంతను గట్టిగా వాటేసుకున్నాడు. రాజభవనం బైట ఎండకు తాళలేకపోతున్నారు ప్రజలు. ఇంతలో మహామంత్రి కనపడగానే ఆనందపడ్డారు 'ఏమన్నారు రాజుగారు' అని అడిగాడు ఓ వృద్ధరైతు. మహామంత్రి తలదించుకుని 'వస్తామన్నారు మీతోనే మాట్లాడతామన్నారు' అన్నాడు. అప్పుడే శూరవర్మ రాజుకాంతల భుజంపై చేతులు వేసుకుని తూలుతు వస్తున్నాడు. శూరవర్మను చూడగానే 'మహారాజు' అన్నారు ప్రజలు. 'మీ సమస్య మాకు తెలుసు పన్నులు తగ్గించం, కట్టవలసిందే. సగభాగం మాకు ఇవ్వాల్సి ందే. ఇందులో ఎవరైనా మాకు వ్యతిరేకంగా మాట్లాడితే శిరచ్ఛేదమే' అని వెళ్లాడు. మహామంత్రి వైపు చూసి 'మీరే ఇక మాకు దిక్కు' అంటూ వెళ్లారు.

మహామంత్రి ఆలోచనలో పడి తీర్థయాత్రలలో ఉన్న మహారాజుకు వర్తమానం పంపాడు. రాజు ఆ వర్తమానం చదివి నిట్టూర్చాడు. మహారాణికి విషయం చెప్పాడు. 'వివాహం చేస్తే మారతాడేమో' అంది. దానికి రాజు 'చూసి,చూసి స్త్రీలోలుడు అయిన వాడిని ఎవరు చేసుకుంటారు, అయినా పెళ్లి చేశాక మారకపోతే ఆ అమ్మాయికి మోసం చేసినట్లు అవుతుంది' అన్నాడు. 'మరి ఏమి చేద్దాం' అంది.

'మనకు చాలా నమ్మకమైన వ్యక్తి మహామంత్రి, కష్టకాష్టంలో రాజ్యానికి అండగా ఉన్నాడు. అతన్నే నిర్ణయం ఏదయినా సరే తీసుకోమని చెప్పుదాం. మాట వినకపోతే శిరచ్ఛేదమైన సరే' అన్నాడు. మహారాజు. వెంటనే మహామంత్రికి వర్తమానం పంపాడు రాజు. 'నీకు ఏది సబబో అది చేయి, వాడి ప్రాణం పోయినా మేం బాధపడం' ఆ వర్తమానం చదివి మహామంత్రి నివ్వేరపోయాడు. రాజ్యం కోసం, ప్రజల కోసం రాజు, రాణి తపన తెలుసుకున్నాడు. శూరవర్మ ఆగడాలు మితిమీరిపోయాయి. రాజ్యంలో అరాచకం ప్రభలింది. ప్రజలు శూరవర్మ చేసే నిర్ణయాలను భరించలేకపోయేవారు. కొత్తగా పెళ్లి అయిన దంపతులు పన్ను కట్టాలి అని వివాహంపై పన్ను వేశాడు. ఏదైనా రాజభవనం నుంచి హుకుం జారీ చేసేవాడు, బలవంతంగా వాళ్లతో సరసాలు తీర్చుకునేవాడు. ఓ రోజు రాత్రి శూరవర్మ భవనంలోకి వెళ్లాడు. మత్తులో ఉన్నాడు ..'ఏయ్ రండి' అని అంతఃపురం కాంతలను పిలుస్తు వున్నాడు. వారు భయంతో వస్తుంటే మహామంత్రి వెళ్లండి అని సైగా చేశాడు. బొడ్డులో దోపుకున్న విషం సురపానీయంలో కలిపి ఇచ్చాడు. ఆ మత్తులోనే అతని ప్రాణాలు పోయాయి. ఆ రోజు నుంచి వీరవర్మ కిరీటం, ఖడ్గం సింహాసనంపై ఉంచి మహామంత్రి పాలన చేశాడు. తీర్థయాత్రలో ఉన్న రాజు,రాణికి కుమారుని మరణవార్త కంటే రాజ్యం, ప్రజలు బాగుంటే చాలు అనుకుని, మహామంత్రిని అభినందించారు.

– కనుమ ఎల్లారెడ్డి

పిల్లల వార్త
వార్త ఆదివారం



బాలగేయం

సంతోషం

కోయిల పాటే తియ్యగ ఉంది
ఆమని తోటే
రమ్మంటుంది
వెన్నెల రేయీ హాయిగా
ఉంది
కన్నె కలువే నవ్వులూ
ఉంది
కారుమబ్బే కరుగుతూ
ఉంది
నెమల నాట్యమే
గమ్మత్తుగుంది
ఉషా కిరణమే
పలకరించింది
నిషా కమలమే
పులకించింది
నది వంపుల్లో
వయ్యారముంది
మది తలపుల్లో
తన్మయముంది
కడలి కెరటాల్లో
ఉత్తేజముంది
అడవి దారుల్లో
ఉల్లాసముంది
మురళీగానంలో
పరవశముంది
పరమత సహనంలో
సంతోషముంది.

- గుండాల నరేంద్రబాబు

హాలో ఫ్రెండ్...

చిన్నారుల ప్రశ్నలకు

వార్త సిఎండి, మేనేజింగ్ ఎడిటర్

గిరీష్ అంకుల్ సమాధానాలు

- బి.కార్తికేయ, తిరుచందూరు

ప్రశ్న: గిరీష్ సంఘీ అంకుల్ గారికి నమస్తే. వేలిముద్రలతో పోలీసులు ఎలా పరిశోధన చేస్తారు?

జవాబు: కార్తికేయ! నేరం జరిగిన వెంటనే నేర స్థలాన్ని పరిశీలించిన 'క్లూస్ టీమ్' సభ్యులు ముందుగా అక్కడి వేలిముద్రలను సేకరిస్తారు. ఆ తరువాత నేరం జరిగిన ఇంటి కుటుంబ సభ్యుల వేలిముద్రలను తీసుకుంటారు. వాటిని పోలుస్తారు. ఘటనా స్థలంలో కొత్త వేలిముద్రలు కనిపిస్తే వాటిని కంప్యూటర్ లో పొందుపరిచి పాతనేరస్థుల వేలిముద్రలతో పోలుస్తారు. తద్వారా నేరస్థులను గుర్తిస్తారు. ఆధారాలు ఉంటే డాగ్ స్క్వాడ్‌కు సమాచారం అందిస్తారు. ఇక వేలిముద్రలకు గల పరిమితులను పరిశీలిస్తే నున్నటి తాళం మీద మాత్రమే ముద్రలు పడతాయి. గరుకు తాళాల మీద వేలిముద్రలను తీయడం అసాధ్యం; చేతులకు గ్లౌజులు వాడితే ముద్రలు పడవు; చేతి ముద్రలను తుడిచివేస్తే ఉపయోగం వుండదు; నేరం జరిగిన ప్రాంతాన్ని అందరూ ముట్టుకుంటే వేలిముద్రలు చెరిగిపోతాయి. ఈ అంశాలన్నిటినీ దృష్టిలో ఉంచుకునే పోలీసులు వేలిముద్రల ద్వారా నేరస్థుల ఆచూకీకి ప్రయత్నించడానికి ఆలోచిస్తుంటారు.

- కె.పంకజం, గుంటూరు

ప్రశ్న: గిరీష్ సంఘీ అంకుల్ గారికి నమస్తే. హిమాలయాలలోని ఎత్తయిన పర్వత శిఖరాలు ఏ కాలంలో ఏర్పడ్డాయి?

జవాబు: పంకజం! హిమాలయాలలోని పర్వతాలు సుమారుగా 60 మిలియన్ సంవత్సరాల క్రితం ఆవిర్భవించడం మొదలు పెట్టాయి. హిమాలయాలలోని అత్యంత ఎత్తయిన పర్వత శిఖరాలతో కూడిన గ్రేటర్ హిమాలయాలు మాత్రం 20-25 మిలియన్ సంవత్సరాల క్రితమే ఆవిర్భవించాయి. ఇప్పటికీఎంతో కొంత కొద్ది స్థాయి లోనైనా హిమాలయాలలోని పర్వతాల సంఖ్య పెరుగుతూనే వుందని చెప్పాలి.

పెరుగుతున్న 'ప్యాకేజ్‌ఫుడ్' క్రేజ్

తరిగొప్పుల విఎల్లెన్ మూర్తి

ప్యాకేజ్‌ఫుడ్ వ్యాపారం భారతదేశంలో అత్యంత వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న ఆహార వ్యాపారాలలో ఒకటి. అన్ని ప్రాంతాల్లో, అన్ని వర్గాల్లో తేడా లేకుండా 'ప్యాకేజ్‌ఫుడ్'పై మోజు నానాటికి పెరుగుతోంది.

పెరిగిన ఆదాయ వనరులు, జీవనశైలిలో మార్పులు, పట్టణీకరణ, రిటైల్ వ్యాపారం వంటి కారణాలతో ఇప్పటికే దేశవ్యాప్తంగా 'ప్యాకేజ్‌ఫుడ్' వ్యాపారం కోట్ల రూపాయలు దాటింది. డెయిరీ ఉత్పత్తులు, స్నాక్స్, పానీయాలు, సూప్‌లు వంటివి మార్కెట్లో రంగప్రవేశం చేశాయి. ఒకప్పుడు నగరాలకే పరిమితమైన ప్యాకేజ్‌ఫుడ్ ప్యాకెట్లు శాఖాహార వంటలకే పరిమితం కాలేదు,

మాంసాహార వంటకాలూ 'ప్యాకేజీ' రూపంలో అందుబాటులో ఉంటున్నాయి. సూపర్ మార్కెట్లలోనే కాదు, కిరాణా దుకాణాల్లో సైతం వీటి అమ్మకాలు ఇటీవల కాలంలో ఊపందుకున్నాయి. అమ్మకాలు భారీగా పెరగడంతో ఈ వ్యాపారం వర్ధిల్లుతోంది. ఖనిజాలు, విటమిన్లు, అనేకానేక పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయని, నిల్వ ఉన్నా పాడయ్యే ప్రసక్తే లేదని తయారీ సంస్థలు భరోసా ఇస్తున్నాయి. ఇంగ్లిషులో 'జంక్' అంటే చెత్త లేదా పనికిరాని కుప్ప అని అర్థం. ఈమెయిల్‌లో కూడా జంక్ అనే పదాన్ని విని ఉంటారు. టీవీల్లో వచ్చే ఆకర్షణీయమైన ప్రకటనలు చూస్తూ ప్యాక్డ్‌ఫుడ్‌పై పిల్లలే కాదు, పెద్దలు సైతం మనసు పడుతున్నారు. ప్యాక్డ్‌ఫుడ్ వినియోగంలో ఇప్పటికీ పట్టణ ప్రాంత వాసులే ముందంజలో ఉన్నారని, మిగతా ప్రాంతాల్లోనూ వీటికి ఆదరణ క్రమంగా పెరుగుతోందని అధ్యయనంలో వెల్లడైంది. ఆహార పదార్థాలపై ముఖ్యంగా యువతరం ఎక్కువగా ఆసక్తి చూపుతున్నట్లు తేలింది. చిన్న కుటుంబాల సంఖ్య ఎక్కువ కావడంతో వీటి వినియోగం నానాటికి అధికమవుతోంది. ఢిల్లీ, ముంబయి, కోల్‌కత్, చెన్నై, బెంగళూరు, హైదరాబాద్ వంటి నగరాల్లో అధికశాతం మంది ఉద్యోగులు రోడ్డుపక్క తోపుడుబండ్లపై దాబాల్లో ఫుడ్‌కే ఎక్కువగా అలవాటు పడుతున్నారు.

ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారాలను కొనుగోలు చేయడం వల్ల వారు కొనుక్కుని తినే ఆహారంలో ఎంత మోతాదులో జోడించబడిందో తెలియకపోవటం వలన వారు సిఫార్సు చేసిన చక్కెర, ఉప్పు, కొవ్వుల కంటే ఎక్కువ తినడానికి దారి తీస్తుంది. ఈ ఆహారాలలో అధిక మొత్తంలో చక్కెర లేదా కొవ్వు జోడించడం వల్ల కేలరీలు కూడా ఎక్కువగా ఉంటాయి.

వినూత్న రకాలు, విభిన్న రుచులు, క్షణం తీరిక లేని గజి'బిజీ' జీవన విధానం వల్లో విభిన్న రుచులను ఆస్వాదించాలన్న జిహ్వా చాపల్యం వల్లో కారణాలేవైతేనేం..ప్యాకేజి ఫుడ్ వినియోగం నానాటికీ అధికమవుతోందన్నది కాదనలేని వాస్తవం. సంప్రదాయ వంటకాలే కాదు, వినూత్న రుచులతో ఆహార పదార్థాలు మార్కెట్లో ఇపుడు కోకొల్లలు. మాంసాహారం విషయానికొస్తే చికెన్, మటన్, మటన్ బిర్యానీ, ఇళ్లకు తెచ్చుకుని క్షణాల్లో వండుకోవడం, కొన్నింటిని వేడి చేసి తినేయడం తప్ప పెద్దగా కిచెన్‌లో శ్రమ పడాల్సింది ఏమీ లేదు. అయితే ఈ పదార్థాలన్నింటినీ 'జంక్‌ఫుడ్'గానే పరిగణించాలని, వీటి వినియోగం వల్ల అనేక ఆహార సమస్యలు తప్పవని వైద్యనిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నా వినియోగదారులు మాత్రం అంతగా చలించడం లేదు. ప్యాకేజిఫుడ్ వ్యాపారం అంతకంతకూ విస్తరిస్తూ వందల కోట్లలో 'టర్నోవర్' పెరగడమే ఇందుకు నిదర్శనం. ఇళ్లలో సొంతగా వంటకాలు తయారు చేసుకునే తీరిక, ఓపిక లేనివారికి ప్యాకేజిఫుడ్ వల్ల సమయం కలిసివస్తున్నప్పటికీ, వాటికి అలవాటు పడితే క్రమంగా కొన్నాళ్లకు ఆరోగ్యం దెబ్బతినే ప్రమాదం ఉందని పరిశోధకులు తేల్చి చెబుతున్నారు. నిద్రలేమి, గర్భస్రావం, పిల్లలు పుట్టకపోవడం లాంటి సమస్యలు వస్తాయి.

వాటితో పాటే కేన్సర్, మొదలైన రోగాల బారిన పడతారని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు. శీతల పానీయాల్లో కెఫిన్, పాస్ఫరిటిక్ ఆసిడ్, మొదలైన రసాయనాలు అధిక మోతాదులో ఉంటాయి. కెఫిన్ అనే రసాయనం సేవించడం వల్ల గంటపాటు మనుషులు ఉత్సాహంగా ఉంటారు. అనంతరం నీరసపడిపోతారు. దీనిని న్యూరో ఎలివేటరి అంటారు. కెఫిన్ ఎక్కువ మొత్తంలో తీసుకుంటే చాలా ప్రమాదక రమైని వైద్యులు అంచనా వేస్తున్నారు. మంచినీళ్ల ప్రాయంగా శీతలపానియాలు తీసుకుంటే ప్రమాదం అంటున్నారు. ఎక్కువగా నిలువ ఉన్న పచ్చళ్లు తీసుకుంటే ఇటు చిన్న పిల్లలకు, గర్భిణీలకు చాలా ప్రమాదం. ఉప్పు మోతాదుకు మించి తీసుకుంటే రక్తపోటు, గుండెజబ్బులు వచ్చే అవకాశం ఉందన్న సంగతి తెలిసిందే! అదే అధిక ఉప్పు ఊబకాయానికి దారి తీస్తుందన్న విషయం లండన్‌లో పరిశోధకులు నిర్వహించిన ఓ సర్వేలో వెల్లడైంది. ప్రతిరోజూ మోతాదుకు మించి ఉప్పు ఆహారం ద్వారా తీసుకునే వారిలో 25 శాతం ఊబకాయం వచ్చే అవకాశాలు ఉన్నాయని పరిశోధకులు చెబుతున్నారు. హృద్రోగ సమస్యల నుంచి గట్టెక్కాలంటే 2025 నాటికి ప్రపంచ దేశాలన్నీ 30శాతం మేరకు ఉప్పు వినియోగాన్ని తగ్గించాలని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (డబ్ల్యుహెచ్ఒ) తాజాగా కొన్ని మార్గదర్శక సూత్రాలను జారీ చేసింది. గుండె సంబంధ వ్యాధులు, ఆకస్మిక గుండెపోటు వల్ల విశ్వవ్యాప్తంగా ఏటా భారీ సంఖ్యలో మరణాలు సంభవిస్తున్నాయని ఆ సంస్థ ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తోంది. వంటల్లో, ప్యాకేజిఫుడ్‌లో ఉప్పు వాడకాన్ని నిర్దిష్ట కార్యాచరణ ప్రణాళికను అమలు చేసినపుడే 2025నాటికి హృద్రోగ మరణాల సంఖ్య తగ్గే వీలుందని వారు పేర్కొంటున్నారు. ప్యాకేజీఫుడ్ విక్రయాల్లో ఉప్పు శాతం గురించి వినియోగదారులకు స్పష్టంగా తెలియజేయాలని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ సూచిస్తోంది. పిల్లలు బయట దొరికే ప్యాకేజీఫుడ్ ఎక్కువగా ఇష్టపడతారనీ, వీటిల్లో మోతాదుకు మించి ఉప్పు ఉండడం వలనే వారిలో ఊబకాయం సమస్య చిన్నతనంలోనే మొదలవుతోందని, సూచించిన మేరకే ఉప్పును ఆహార పదార్థాల ద్వారా తీసుకోవాలనీ, అంతకు మించి ఒక్కగాము ఎక్కువ తీసుకున్నా ఊబకాయానికి దారి తీస్తుందని పరిశోధకులు స్పష్టం చేస్తున్నారు. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం చాలా ఖరీదు ఎక్కువై ఉంటుందనుకుంటాం. అది నిజం కాదు. జంక్ ఆహారపు ధరను ఇతర ఆరోగ్యకరమైన ఆహారంతో పోల్చిచూస్తే ఆ విషయం తెలిసిపోతుంది. పోషక విలువలు కలిగిన ఆహారం కూడా రుచికరంగా తయారు చేసుకోవచ్చు. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం అంటే కేవలం పండ్లు, ఎక్కువ ధర కలిగిన కూరగాయలు మాత్రమే కాదు. తృణధాన్యాలు, ఆకుకూరలు వంటి ఎన్నో తక్కువ ధరకే దొరికే ఆరోగ్యకరమైన ఆహారపదార్థాలు ఉన్నాయి. చక్కెరశాతం ఉన్న నానారకాలైన పానీయాల కంటే నిమ్మకాయ నీళ్లు, మజ్జిగ, కొబ్బరినీళ్ల తీసుకోవడం మంచిది. ఆధునిక యుగంలో విభిన్న రంగాల్లో అనూహ్య పరిణామాలు చోటుచేసుకున్నట్లు ఆహార పదార్థాలకు సంబంధించి కూడా అంచనాలకు అందని మార్పులు చోటుచేసుకుంటున్నాయి. టిఫిన్ వండాలన్నా, ఏది చేసుకోవాలన్నా కిచెన్‌లో ఆపసోపలు పడనక్కర్లేదు. ఇడ్లీ పిండి,

దోశెలపిండి, టిఫెన్లకూ పొట్లాలు తెచ్చుకుంటే క్షణాల్లో టిఫిన్ రెడీ.. అల్పాహారమే కాదు, భోజనంలోకి అవసర మయ్యే పదార్థాలూ 'రెడీ టూ ఈట్' ప్యాకెట్ల రూపంలో మార్కెట్లో సిద్ధం. సంప్రదాయ వంటలే కాదు, సరికొత్త రుచులను అందించే విభిన్న వంటకాలకు సంబంధించి 'రెడీ టూ ఈట్', 'హీట్ అండ్ ఈట్' ప్యాకెట్లు మార్కెట్ల ఎన్నెన్నో. ఒకప్పుడు నగరాలకే పరిమితమైన 'రెడీ టూ ఈట్' ప్యాకెట్లు నేడు పల్లెల్లోని పచారీ దుకాణాల్లోనూ దర్శనమిస్తున్నాయి. ఈ ప్యాకెట్లు శాకాహార వంటలకే పరిమితం కాలేదు, పలురకాల మాంసాహార వంటకాలూ 'ప్యాకేజీ' రపంలో అందుబాటులో ఉంటున్నాయి. పట్టణీకరణ విస్తరించడంతో సూపర్ మార్కెట్లలోనే కాదు, కిరాణా దుకాణాల్లో సైతం వీటి అమ్మకాలు ఇటీవలి కాలంలో ఊపందుకున్నాయి. 'రెడీ టూ ఈట్' సంస్కృతి పాశ్చాత్యదేశాల్లో ఎప్పటి నుంచో ఉన్నా, సంప్రదాయాలకు పుట్టినిల్లయిన మన దేశంలో దాదాపు దశాబ్దకాలం క్రితం ప్రవేశించింది. పల్లెలు, పట్టణాలనే తేడా లేకుండా అన్ని ప్రాంతల్లో, అన్ని వర్గాల్లో 'ప్యాకేజిఫుడ్'పై మోజు నానాటికీ పెరుగుతోంది. పెరిగిన ఆదాయ వనరులు, ప్రజల జీవనశైలిలో మార్పులు, పట్టణీకరణ, రిటైల్ వ్యాపారం విస్తృతి వంటి కారణాలతో దేశవ్యాప్తంగా ప్యాకేజీ ఫుడ్ వ్యాపారం వేలకోట్ల రూపాయలు దాటింది. దోశ అంటే కేవలం సాదా దోశ, రవ్వదోశ కాదు, ఓట్స్‌దోశ, సోయదోశ, ఇతర ఆహారధాన్యాల దోశలు క్షణాల్లో రెడీ..టిఫిన్ల ప్యాకెట్ల రూపంలో ఎళ్లవేళలా సిద్ధం. ఉదయం పూట శుచిగా టిఫిన్ తయారు చేసుకుని, గ్లాసుడు పాలు లేదా మజ్జిగ తాగడానికి బదులు ప్యాకేజీ రూపంలో లభించే వాటిని అల్పాహారంగా తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి బలం సంగతేమోగానీ, దీర్ఘకాలంలో అనారోగ్య లక్షణాలు తప్పవని వైద్యనిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. గోధుమలు, ఓట్స్, జొన్నలు ఇతర తృణధాన్యాలతో చేసినవి, పండ్లరసాల నుంచి తయారు చేసినవి, డెయిరీ ఉత్పత్తులను మళ్లీమళ్లీ వేడి చేయడం వల్ల అవి రసాయన ప్రభావానికి లోనై, వాటిపై పోషకాలు తగ్గడమే కాదు పరోక్షంగా ఆరోగ్యానికి చేటు కలిగిస్తాయి. కొవ్వు వంటి హానికారకాలు అసలే లేవని, పాడైపోయే గుణం ఉండదని 'ప్యాకెట్ల'పై ఎంత ఆకర్షణీయంగా ముద్రిస్తున్నా- వాటిలోపల మన ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీసే అంశాలకు లోటు లేదని, దీర్ఘకాలంలో వాటి ప్రభావం తీవ్రంగనే ఉంటుందని పోషకాహార నిపుణులు అంటున్నారు. బిస్కట్లతో గోధుమపిండి, వంటనూనెలు, పంచదార, ఉప్పు, పాలతో తయారు చేసే బిస్కట్లు రుచికరంగా ఉంటున్నా, వీటిలోనూ ఆరోగ్యానికిచేటు కలిగించే అనేక పదార్థాలున్నాయి. వంటనూనెలు సహజంగానే కొవ్వు పెరిగేందుకు కారణమవుతాయి. బిస్కట్లు, చిప్స్, సాఫ్ట్‌డ్రింక్‌లను వీలైనంత నిరోధిస్తే పిల్లలు ఊబకాయం నుంచి బయటపడే అవకాశం ఉందని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. మనదేశంలో జంక్‌ఫుడ్, ఫాస్ట్‌ఫుడ్స్‌లను తయారు చేస్తున్న ఫుడ్ ప్రాసెసింగ్ సంస్థలకు సంబంధించి సరైన నిబంధనలు లేకపోవడం మరో ప్రతిబంధకంగా మారింది. 'ప్యాకేజిఫుడ్'పై ఎలాంటి హెచ్చరికలు లేకపోవడమే ఇందుకు నిదర్శనం. ❑

ఆనందు పెళ్లి

కథ

బొందల నాగేశ్వరరావు

నలుగురు స్నేహితులు కాలేజీ క్యాంటీన్లోకెళ్లి మూలనున్న చివరి టేబుల్లో కూర్చున్నారు. అక్కడి నుండి చూస్తే క్యాంటీన్ 'వ్యూ' మొత్తం కనబడుతుంది. అంతలో...

అందగాడు ఆనంద్ బి.టెక్. ఫోర్తియర్ ఒక నోటు పుస్తకాన్ని చేతి బొటనవేళ్ల మధ్యలో వుంచుకొని తిప్పుకొంటూ లోనికొచ్చాడు.

మొదటి టేబులే అతనికి నలుగురు అమ్మాయిలతో కలర్‌ఫుల్‌గా దర్శనమిచ్చింది. ఆడపిల్లలంటే అట్రాక్టయి అతుక్కుపోయే తన పంట పండిందనుకొని జేబులో వున్న నల్ల కళ్లద్దాలను కళ్లకు తగిలించుకున్నాడు. వెనుకమాలుగా వెళ్లి ఓ అమ్మాయిని రెండు భుజాలు పట్టుకొని నొక్కి 'ఊర్మిళా' అన్నాడు.

ఆ అమ్మాయికి కోపం వచ్చింది.

"ఒరేయ్! నీకేం కళ్లు దొబ్బాయా గుడ్డోడా! నేను ఊర్మిళను కానురా! కొట్టండే వీడ్ని!" అంటూ ఆనందును వంగదీసి గుద్దింది. తతిమ్మావాళ్లుత కూడా బ్రహ్మాండంగా ఆ పనే చేసి పైకి లేచారు.

దెబ్బలకు తమాయించుకొని చేతులెత్తి దణ్ణం పెడుతూ "ఏదో చిన్న పొరపాటు జరిగింది సిస్టర్. ఊర్మిళ అనుకొని నిన్ను పట్టుకున్నాను. ఆ మాత్రానికే చెయ్యి చేసుకోవాలా? పర్వాలేదు. మిమ్మల్ని ప్రేమతో వదిలేస్తున్నాను. హాయిగా క్లాసులకు వెళ్లండి" అని కన్నుగీటి చెదిరిన జుట్టును వేళ్లతో సరిచేసుకొని అటు చివరి టేబుల్ వంక చూశాడు. అతని స్నేహితులు ఘొల్లున నవ్వారు 'రారా మామా' అంటూ.

నవ్వుకొంటూ వెళ్లి ఓ చెయిర్ లాక్కొని వాళ్ల పక్కన కూర్చున్నాడు ఆనందు.

ఆ ఫ్రెండ్సులో ఒకడు "హలో సర్వర్! మాకు ఓ అయిదు కోకులు పట్టుకురామ్మా!" అన్నాడు.

రెండు నిమిషాల్లో కోకులు వచ్చాయి. నలుగురూ ఒక్కో చుక్క సిప్ చేస్తూ అక్కడక్కడ తళుక్కుమంటున్న అమ్మాయిలను చూస్తూ వున్నారు. అయితే ఆనందు మాత్రం తల దించుకొని నలిగిన షర్టును సరిచేసుకొంటున్నట్టు మూడో టేబుల్లో వున్న ఓ అందమైన అమ్మాయిని దొంగచాటుగా చూస్తున్నాడు. అతని తీరు ఎప్పుడూ అంతే మరి.

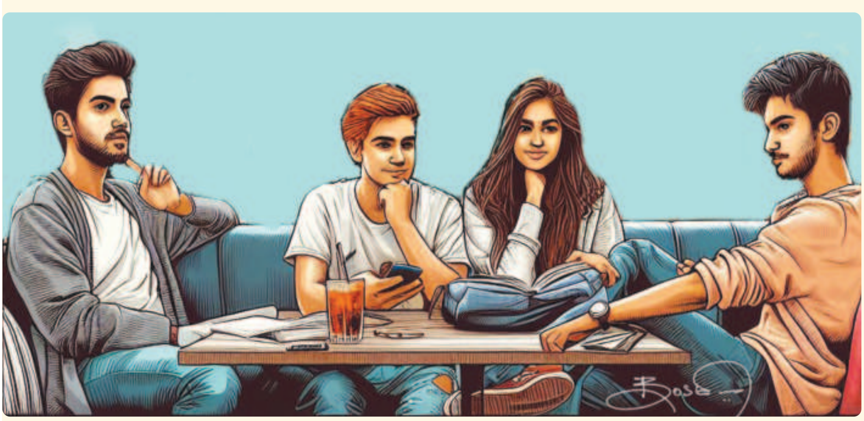
అది గమనించిన మరో ఫ్రెండు "ఏరా! ఆ నలుగురూ చితకబాదారు. అయినా నీకు సిగ్గు రాలేదు. ఆ దొంగచూపులేమిట్రా?" అడిగాడు.

"అవి దొంగచూపులు కావురా మామా! నా కళ్లను ఆ పిల్ల కళ్లతో కలపడం... తెలుసా? అవున్రా.. ఆ పిల్లకు నాకు ముసి ముసి నవ్వుల పర్వం నిన్నే జరిగిపోయింది. ఇవాళ మా కళ్లు కలిస్తే రేపు మాటలు, ఎల్లుండి బీచ్, పార్కులు. ఈ వారం ఎండ్‌కల్లా మేం కలిసిపోవటం జరుగుతాయి మరి" అన్నాడు.

"అదెలారా... పోయిన వారం థర్డ్ ఇయర్ గీతతో తిరిగావు. అంతకు ముందు వారం సెకండ్ ఇయర్ సారికతో సినిమాకెళ్లావ్. ఇప్పుడు వాళ్లనొదిలేసి కొత్త ఫిగరు కోసం ట్రై చేస్తున్నావ్. నిజంగా అది నీకే సాధ్యంరా మామా! బహుశా నీ ఒంట్లో అమ్మాయిల్ని అట్రాక్టు చేసే మచ్చుందేమో!"

"మచ్చాలేదు గిచ్చా లేదు. మాటల గారడితో పడేయటానికి ప్రయత్నిస్తాను. పడితే ఓకే. పడకపోతే సిస్టర్ అంటూ తప్పుకుంటా. ఇందాక చూశారుగా! ఊర్మిళా అంటూ ఓ అమ్మాయిని పట్టుకున్నాను. అది నేను ఊర్మిళను కాను అంటూ పిడి గుద్దులతో పెళ్లి చేసి తరిమింది. ఇదంతా సహజం" అన్నాడు ఆనంద్.

"చూడు మామా... ప్రేమ పవిత్రమైనది. ఒకమ్మాయిని ప్రేమిస్తే ఆమెనే భార్యగా చేసుకొని సుఖమో, దుఃఖమో, కష్టమో, నష్టమో ఆమెతోనే జీవితాన్ని గడిపెయ్యాలి. నువ్విలా కాదే! ఊసరవెల్లి రంగులు మార్చినట్టు అమ్మాయిల్ని అలా మార్చేస్తున్నావే! అవునూ.. ఇక ఆ గీతను, సారికను వొదిలేసినట్టేనా!?" చాలా క్రిటికల్ ప్రశ్నను సంధించినట్టు పిచ్చిగా నవ్వుతూ అడిగాడు అపర మేధావి నాలుగో ఫ్రెండు. "అవున్రాబై... అందుకు కారణం మా నాన్న. ఆయన సూత్రధారి. నేను పాత్రధారుణ్ణి. అంతే!" అని నవ్వాడు.



"ఇంట్రస్టింగ్. కానీ అర్థం కాలేదే! వివరణ అవసరమిక్కడ.." మళ్లీ ఆ ఫ్రెండే ప్రశ్నించాడు.

"ఏమీ లేదు మామా! ఒరోజు భోజనాలకు డైనింగ్ టేబుల్లో కూర్చున్నప్పుడు అమ్మాయిల పిచ్చేదని

నాకు మొదటే ముద్ర వేసిన మా నాన్న మెల్లగా ఆ ప్రస్తావన తెచ్చి తనకు ప్రయోజనం కలిగేలా క్లాసు పీకాడు. ఎలాగంటే 'చూడ్రా కొడకా! లవ్వాడ్డం తప్పుకాదు. లవ్వంటే నాకూ ఇష్టమే. అయితే ఆ లవ్వన్నది గొప్ప ఆస్తిపరుల అమ్మాయిలతోనే వుండాలి.

ఇది నా కన్సెప్ట్. నీలోనూ అలా లవ్వాడెయ్యాలని కోరికుంటే లవ్వాడేయ్.. పర్వాలేదు. కానీ అదిగో ఆ ఎదురింట్లోకి ఈ మధ్యే అద్దెకు దిగిన అలాంటి పేద కుటుంబంలోని పిల్లను మాత్రం లవ్వాడేయకు. ఇంకా చెప్పాలంటే డిగ్రీ చదువుకొంటున్న ఆ ఎదురింటి పిల్లను అస్సలు కన్నెత్తి చూడొద్దు" అని చెప్పాడు.

మనకు లైన్ క్లియర్ చేశాడు మా నాన్న. అంతే చాలనుకొని ఆ రోజు నుంచి గొప్పింటి అమ్మాయిల కోసం మాత్రమే గాలం పట్టుకొని తిరుగుతున్నాను. దాని పర్యవసానమే ఇదంతా!"

"అదేంట్రా! మీ ఎదురింటి పిల్లను నువ్వు ఎప్పుడో లైన్లో పెట్టానన్నావుగా!" అడిగాడు ఫ్రెండు.

"ఆ... దాన్ని చూసి నవ్వాను. కన్ను కొట్టాను. బదులుకి తనూ నవ్వి కన్ను కొట్టింది. ఇక దాన్ని వాడుకొని వదిలెయ్యాలన్న ఉద్దేశంతో అలా లవ్వాడుతూ లైన్లో పెట్టుకున్నా. అవసరానికి వాడుకోవచ్చు. చూడూ! నా టార్గెటంతా గొప్పింటి అమ్మాయిలే! వాళ్లకు బాగా ఆస్తుండాలి. సొంతంగా ఇల్లు, కారు ఉండాలి. అవునూ... నేను చెప్పేవన్నీ మీకున్నైగా! కావాలంటే చెప్పురా నీ చెల్లిని 'ట్రై' చేసుకుంటాను" అన్నాడు.

"ఒరేయ్! అటు తిరిగి ఇటు తిరిగి నా చెల్లి మీద పడ్డాయా నీ కళ్లు. నా చెల్లెలు నిప్పురా! నిన్ను చెప్పుతో కొట్టుద్ది. మా అమ్మ చీపురు చూపిచ్చుద్ది. మా నాన్నయితే నిన్ను చెట్టుకు కట్టేసి బడితపూజ చేసి సంసారానికి పనికిరాకుండా చేస్తాడు... ఒకేనా!?"

"అయితే వద్దులే! ఇక ఆ గీత, సారిక వివరాల్లోకెళితే– గీత అందంగా వుంటుంది. కానీ వాళ్లది చాలా పూర్ ఫ్యామిలీ. దాన్ని పెళ్లి చేసుకుంటే దాని ఇద్దరి చెల్లెళ్లకు నేనే పెళ్లి చేసి పెట్టాలి. సారికకు అమ్మా నాన్నలు లేరు. బాబాయి ఇంట్లో వుండి చదువుకుంటోంది. దాన్ని కట్టుకుంటే కట్టుబట్టలతో వస్తానంటుంది. అలాంటిదాన్ని మా ఇంటికి కోడలిగా తీసుకువెళితే మా నాన్న నన్ను మక్కెలిరగ తంతాడు. అందుకే ఇవాళ ఆ పిడిగుద్దుల అమ్మాయిని ట్రై చేసాను.

అది ఒక్కర్తే కూతురు. దానికి కారు, బంగ్లా లాంటి ఇల్లు, బ్యాంకులో బోలెడు క్యాష్ వుంది. దాన్ని లవ్వాడి చేసుకుంటే నాకు జాక్పాట్. మా నాన్నకు బోలెడు ఆస్తి.. ఏమంటావ్?" నవ్వుతూ అన్నాడు ఆనంద్.

"భలే తండ్రీకొడుకులురా మీరు. ఒకే! మొత్తంలో బాగా ఆస్తులు వున్న అమ్మాయి కోడలుగా రావాలనుకొంటున్నాడు మీ నాన్న. ప్రయత్నించు" అని నవ్వుకొంటూ లేచారు అందరూ.

....

నాలుగు రోజుల నుంచి ఎదురింట్లో ఏదో హడావుడి, ఓ రకమైన సందడితో వుందండి. బహుశా వాళ్ల పిల్లకు పెళ్లేమో!" భర్తకు కాఫీ ఇస్తూ అంది ఆనందు తల్లి.

"పిల్ల పొట్టిగా, నల్లగా ఉంటుంది కదండీ!" సంశయిస్తూ అంది.
"నువ్వు లేవా పొట్టిగా? నేను చేసుకోలేదూ.. మారు మాట్లాడకుండా వాడ్ని రడీ కమ్మను".
"పిల్లాడు రాత్రి నుంచే ఇంట్లో లేడండీ! అంది ఆనందు తల్లి.

"ఇప్పుడది అంత ముఖ్యమా మనకు? ఇదిగో.... ఎటూ మన పుత్రరత్నం గొప్పింటి పిల్లను లవ్వు చెయ్యలేక ఫెయిల్యూర్ అవుతున్నాడు కనుక వాడు నిద్ర లేస్తూనే రడీ కమ్మను. ముగ్గురం కలసి ఆ సారాయి కొట్టుసాంబడి కూతుర్ని చూడ్డానికి వెళుతున్నాం" అన్నాడు ఆనందు తండ్రి.

"అదేంటండీ! ఆ రోజు సాంబన్నయ్య గారితో తన కూతుర్ని నా బిడ్డకు చేసుకోనని ఖరాఖండిగా చెప్పి పంపానుగా!" అంది భార్య.

"కుదరదు.. వీడికి ఆ పిల్లనే చెయ్యాలి. ఆ పిల్ల కోట్ల ఆస్తికి వారసురాలు. రెండు కిలోల బంగారం పెట్టి పెళ్లి చేస్తానంటున్నాడు దాని బాబు. ఆ పిల్లను పెళ్లి చేసుకుంటే మనోడు ఓవర్ నైట్లో కోటీశ్వరుడైపోతాడు తెలుసా?" అన్నాడు ఆనందు తండ్రి.

"పిల్ల పొట్టిగా, నల్లగా ఉంటుంది కదండీ!" సంశయిస్తూ అంది.

"నువ్వు లేవా పొట్టిగా? నేను చేసుకోలేదూ.. మారు మాట్లాడకుండా వాడ్ని రడీ కమ్మను".

"పిల్లాడు రాత్రినుంచే ఇంట్లో లేడండీ! ఏదో గ్రూపు స్టడీ అని చెప్పి రాత్రి వెళ్లిపోయాడు. ఇప్పుడొస్తే రడీ కమ్మంటానులే!" అంటూ అటు ఎదురింటి వేపు చూసింది ఆనందు తల్లి.

అప్పుడే ఎదురింటి వాకిట్లో మూడు అద్దెటాక్సీలు వచ్చి ఆగాయి. వాటిల్లో నుంచి బిలబిలమంటూ ఆనందు స్నేహితులు దిగారు.

ఓ టాక్సీలో నుంచి పెళ్లయిన కొత్త జంట ఆనంద్, ఎదురింటాయన కూతురు దిగారు. వాళ్ల పనిమనిషి ఎర్ర నీళ్ల దిష్టి తీసింది. లోనికెళ్లారు నవ దంపతులు.

ఆ సన్నివేశాన్ని చూసిన ఆనందుతల్లి "ఏమండీ" అని పెద్దగా కేకేసి మైకంతో అక్కడే కుప్పకూలింది. ఇంట్లోంచి పరిగెత్తినట్టు ఆనందు తండ్రి, పనిమనిషి వచ్చారు.

ఆనందు తల్లిని మెల్లగా తీసుకెళ్లి సోఫాలో కూర్చోపెట్టారు. ముఖం మీద నీళ్లు చల్లి లేపింది పని మనిషి.

"ఏమైందే నీకు? ఎందుకలా కేకేసి కింద పడ్డావ్?" ఆనందు తండ్రి అడిగాడు.

ఆమె ఏమీ చెప్పలేదు. ఆయాసంతో ఎదురింటి వైపు చూపుడు వేలితో చూపుతోంది. ఎందుకు చూపుతుందో అర్థం కాక తల పిక్కున్నాడు ఆనందు తండ్రి.

"అసలు ఏమైందే నీకు?" అని మళ్లీ అడిగాడు.

"మన ఆనందుగాడు ఆ ఎదురింటి పిల్లను పెళ్లి చేసుకొని వచ్చాడండీ!" అంది ఆవేశంతో.

"అవునా?!" అని ఆవేశంతో ఊగిపోతూ అక్కడే వున్న కూరలు తరిగే కత్తి తీసుకొని కోపంగా "చూడు... వాడ్ని ఈ దెబ్బతో నరికేస్తా.... చంపేస్తా" అంటూ వీరంగంతో ముందుకు దూకాడు.

(మిగతా 28వ పేజీలో...)

పిచ్చుకలను కాపాడుకుందాం

తెలతెలవారుతుండగా కిచ కిచమంటూ పిచ్చుకలు చేసే శబ్దాలు వింటూ ఒకప్పుడు ఎంతో ఉల్లాసంగా నిద్ర నుండి మేల్కొనేవాళ్లం. మరి ఇప్పుడో! స్మార్ట్ ఫోన్‌లో పిచ్చుక ఫొటో చూద్దామన్నా కనిపించని పరిస్థితులు నెలకొన్నాయి.

పిచ్చుకలను రక్షించడం అంటే మనల్ని మనం కాపాడుకోవడమే. హాయి గొలిపే, ఉత్సాహపరిచే పిచ్చుకల కిలకిలా రావాలు రాబోయే తరాలకు అందించాల్సిన బాధ్యత మనందరిపైనా ఉంది.

పదివేల సంవత్సరాలుగా పర్యావరణ సమతుల్యతను కాపాడటంలో ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తోంది పిచ్చుక. పిచ్చుకల సంఖ్య నానాటికీ తగ్గిపోవడం వల్ల పర్యావరణ సమతుల్యత దెబ్బతింటోంది. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఇప్పుడు అనేక నగరాల్లో పిచ్చుకలు మచ్చుకైనా కనిపించడం లేదంటే అతిశయోక్తి కాదు. నగరీకరణ, పట్టణ, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో చెట్లను

నరికివేయడం, ఎక్కడంటే అక్కడ సెల్ టవర్లు నిర్మిస్తున్నందువల్ల పిచ్చుకల క్రమ క్రమంగా తగ్గిపోతోందని చెప్పవచ్చు.

పలురకాల పిచ్చుకల జాతులు

ప్రపంచ వ్యాప్తంగా సుమారు అరవై రకాల పిచ్చుక జాతులున్నాయి. ఇవి స్వతంత్రంగా ఉంటాయి. సొంతంగా గూళ్లను నిర్మించుకుంటాయి. పిచ్చుకల సగటు వయస్సు నాలుగు నుండి ఐదు సంవత్సరాలు.

చూడటానికి ఇవి బుల్లిపిట్టలే కానీ పర్యావరణ వ్యవస్థలో చాలా కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. మొక్కలపై వుండే తెగులును పిచ్చుకలు వాటి చిన్ని చిన్ని ముక్కులతో తిని మొక్కలను తెగుళ్ల, చీడ పీడల నుంచి కాపాడతాయి. తద్వారా మొక్కల పెరుగుదలకు సహాయపడే విత్తనాలను వ్యాప్తి చేస్తాయి.

వేగంగా తగ్గుతున్న పిచ్చుకలు

ఒక సంస్థ నివేదిక ప్రకారం భారతదేశంలోని దక్షిణ ప్రాంతంలో వీటి సంఖ్య చాలావరకు తగ్గినట్లు తెలుస్తోంది. తీర ప్రాంతాల్లో డెబ్బై నుంచి ఎనభై వరకు తగ్గిపోగా; ఇతర ప్రాంతాల్లో ఇరవై శాతం తగ్గినట్లు సమాచారం. మరో అధ్యయన సంస్థ పిచ్చుకను అంతరించిపోతున్న జాతిగా పేర్కొంటోంది. కొన్ని పట్టణాల్లో వీటి సంఖ్య తొంభై తొమ్మిది శాతం వరకు తగ్గిపోయిందని అంటున్నారు.

రాబోయే తరంవాళ్లు పిచ్చుకలను గురించి అడిగితే అంతర్జాలంలో వాటి బొమ్మలు చూపించే పరిస్థితి రాకుండా చూడాల్సిన బాధ్యత మనందరి పైనా ఉంది. కనుక పెరట్లో, పెరడు లేనివాళ్లు బాల్కనీల్లో వాటికోసం చిన్న చిన్న పాత్రల్లో కాసిన్ని నీళ్ల పెడితే వాటి దాహం తీర్చినవాళ్లమవుతాం. తృణధాన్యాలు లేదా బియ్యపు గింజలను ఆహారంగా అందించే ప్రయత్నం చేయడం మన కనీస బాధ్యత. ఆహారం కోసమో లేదా దాహం తీర్చుకోవడం వచ్చిన పిచ్చుకలు మన బాల్కనీల్లో

ఓ బుల్లి గూడు కట్టుకుంటే కలిగే సంతోషం మాటల్లో చెప్పలేం. ఏ షాపింగ్ మాల్‌కో వెళ్లి ఎంత ఖరీదు పెట్టి పిట్టగూడు కొనుక్కున్నా ఈ ఆనందం ముందు అది బలాదూర్!

జోక్స్ కార్నర్

సాయం కావాలి!

భార్య: ఏమండీ! ఈరోజు సాయంత్రం ఆఫీసు నుండి త్వరగా డి.

భర్త: సినిమా ప్రోగ్రామా?

భార్య: కాదు.. మా అమ్మ పిండివంటలు చేయడానికి ఊరు నుండి వస్తోంది. మీరు సాయం చేస్తారని.

భర్త: ఆ....

చెత్త డ్యూటీ!

రాజారావు: అప్పారావ్! రోజూ ఉదయాన్నే లేస్తానంటున్నావు... ఎందుకురా?

అప్పారావు: పొద్దున్నే వచ్చే చెత్తబండికి చెత్త వేసే డ్యూటీ నాదేగా!

- వైదా ఈశ్వరరావు

సాహిత్యం

ఎగసిన సాహితీ కెరటం 'చిలకమర్తి'

జయసూర్య

ఆధునిక గద్య వాఙ్మయ వికాసంలో జాత్యభిమానం, దేశాభిమానం పుట్టించి, సర్వస్వం జాతికోసం త్యాగం చేసే వీరగాథల సంపుటి వెలువరించిన చిలకమర్తి లక్ష్మీనరసింహం ఆంగ్ల, బెంగాలీ భాషానువాదాల ప్రక్రియలో ఆద్యులుగా సుప్రసిద్ధులు. కల్నల్ టాడ్ రచన 'ఎన్నాల్స్ ఆఫ్ రాజస్థాన్'ను రాజస్థాన్ కథావళిగా, బంగాళీ భాషానువాదం అయిన సుధాశరచ్చంద్రము వంటి కథలు, నవలలు, నాటకాలు, అనువాదాలు, స్వీయచరిత్ర రచనా ప్రక్రియలతో చిలకమర్తి తెలుగు సాహిత్యానికి మార్గదర్శకం అందించారు.

1867 సెప్టెంబరు 26న జన్మించి 1946 జూన్ 17న స్వర్గస్థులైన చిలకమర్తి కవి, నవలాకారునిగా, నాటక రచయితగా సంఘ సంస్కరణ, దేశ ప్రేమాభిమానిగా తెలుగు సాహిత్యానికి సుసుంపన్నం చేసారు. కర్పూర మంజరి, సౌందర్య తిలక, అహల్యాబాయి, హేమలత వంటి అపురూప చారిత్రక కల్పనా రచనలే కాకుండా రామచంద్ర విజయం వంటి స్వతంత్ర వాస్తవిక రచనలతో తెలుగు సాహిత్యం ప్రభావితమైన రోజులవి. నాటక సాహిత్యం జనాన్ని ప్రదర్శనలతో ఆకట్టుకొనే తొలి ఘట్టంలో చిలకమర్తి 'కీచకవధ' ద్రౌపదీ పరిణయం, శ్రీరామ జననం, సీతా కల్యాణం, పారిజాతాపహరణం 10 నాటకాలు పైగా రచించారు. నానక్, సిద్ధార్థ, నందచరిత్ర, కాళిదాస చరిత్ర, దాసికన్య ఎందరో మహామహుల జీవిత గాథలు గణపతి, నవ్వుల గని, చుర చంద్రహాసం ఎన్నో గ్రంథాలు ప్రతిభావంతంగా సంప్రదాయం ఇతివృత్తాల కథా కథనాలతో నవ్య సాహిత్యం ఆవిర్భవింపచేసారు. తెలుగునాట చిలకమర్తివారి 'గయోపాఖ్యానం' లోని పద్యాలు తెలుగు జనావళి హృదయాలను ప్రదర్శనలలో పరవశింపచేసేవి. ఈ నాటకం ఆయనను కీర్తి సంపన్నులు చేసిన కలికితురాయి.

1907లో బిపిన్ చంద్రపాల్ రాజమహేంద్రవరంలో గోదావరి మండల మహాసభలో ప్రసంగించిన వేదికపై చిలకమర్తి ఆశువుగా చెప్పిన...

"భరత ఖండంబు చక్కని పాడియావు
హిందువులు లేగదూడలై యేడ్చుచుండ
తెల్లవారను గడుసరి గొల్లవారు
పిదుచుకున్నారు మూతులు బిగియగట్టి"

దేశమాత, మనోరమ వంటి పత్రికలు ప్రచురించి సంస్కరణాభిలాషతో జాతి చైతన్యానికి శ్రమించిన లక్ష్మీనరసింహం జ్ఞానైక చక్షుష్కువుగా జీవించారు. బహు చమత్కార భాషి, అసాధారణమైన ధారణాశక్తి కలిగి వుండేవారు. 1897వ సంవత్సరంలో కందకూరి వారి నాచన సోమనాథుని ఉత్తర హరివంశం ప్రచురణ సమయంలో ప్రెస్‌లో ప్రూఫ్ రీడర్ ద్వారా చూసినంతనే అమోఘ ధారణా శక్తితో ఆ పద్యాలను వినిపించి, వీరేశలింగంని విస్మయపరిచిన ఏకసంధాగ్రాహి. చిలకమర్తి 83 ప్రహసనములు ప్రచురింపచేసారు. మొత్తం 90 గ్రంథాలు రచించారు.

వీరి చారిత్రక కథలలో కర్పూర మంజరి, కల్పిత కథలలో గణపతి ఉత్తమ స్థానాన్ని అలంకరించాయి. స్వతంత్ర నవలలతో తెలుగు సాహిత్యానికి జీవం అందించారు. కంటిచూపు అవరోధం అయినా భాస, కాళిదాసు, భవభూతి లాంటి సంస్కృత కవుల రచనలు చదివించి ఆంధ్రీకరించి భాష నాటక చక్రం, 13 నాటకాలు వెలువరించిన అనన్య సామాన్య ప్రతిభగల సాహితీవేత్త. 40 సంవత్సరాల వయస్సు తర్వాత లేఖకులకు వల్లెవేసిన మనఃఫలకం మీద తాను రాసి వుంచుకొన్న రచనలను చెప్పి రాయించేవారు. 1909 నుండి దాదాపు మూడు దశాబ్దాలు జ్ఞాన నేత్రంతో తెలుగు సాహితీ సరస్వతిని తన రచనలతో ఆరాధించిన అనన్య సామాన్య ప్రతిభామూర్తి లక్ష్మీనరసింహ కవి పీఠికాపుర సంస్థాన కవిగా ప్రసిద్ధులయ్యారు.

చిలకమర్తివారు, తనను కందుకూరి వీరేశలింగం భావ విప్లవ వారసునిగా, శిష్య పరమాణువుగా అభివర్ణించుకున్నారు. చిలకమర్తి లక్ష్మీనరసింహం హైదరాబాద్ శ్రీకృష్ణ దేవరాయాంధ్ర భాషా నిలయంలో ప్రసంగించినప్పుడు కవికోకిల సరోజినీ నాయుడు ఆయనను శాలువాతో సత్కరించారని స్వీయ చరిత్రలో పేర్కొన్నారు. చిలకమర్తి వారికి అవసాన దశలో పూర్తి అంధత్వ దైన్య స్థితి ప్రాప్తించింది. 1917లో మహాకవి జాషువా ఆయనను సందర్శించి 'నా కథలు' అనే ఖండకావ్యంలో వారిని ఈ విధంగా స్మరించుకున్నారు.

"కన్నులు లేక కండగల కమ్మని
కావ్యములల్లి భాషకున్
కన్నులొసంగినట్టి గుణగణ్యుడు
లింగ కవీంద్రు శిష్యులన్
మిన్న నృసింహ నామక మనీషి
వరేణ్యుడు చిలకమర్తివం
శోన్నతు జూడబోయితి యశోజ్జ్వలు
కొండకొకనాటి మాపునన్"

అడుగుల చప్పుడును బట్టి ఎవరూ? అన్న చిలకమర్తిని గురించి జాషువా ఇలా రాసారు.

దూరమున నుండి యెవ్వరు
వారని చనుదెంచునట్టి వారు ఫలానా
వారని గుర్తించెడు ప్ర
జ్ఞారాజసన్నేత్రుడాత్మ నయనుండు జుమీ!

చక్షులు ఎందుకు విజ్ఞాన చక్షువులకు అంటూ చిలకమర్తిని ప్రేమించిన జాషువా, తన పద్యాలు ఆయనకు విన్పించారు.

"నారసింహ విబుధుడు వదనం
బున హాసరోచి వెలుగం
ఘన సంతోషమున నన్ను కౌగిట జేర్చున్"

నవల, నాటకం, ప్రహసనం అన్ని ప్రక్రియలలో సిద్ధహస్తుడైన లక్ష్మీనరసింహ కవి స్వీయ చరిత్ర ఆంధ్ర కవుల సాహితీ చరిత్రగా నాటి సమకాలీన చరిత్రను తెలియజేస్తోంది. 1943లో ఆంధ్ర విశ్వవిద్యాలయం 'కళాప్రపూర్ణ'తో సత్కరించింది. కూచి, పానుగంటి, చిలకమర్తి.. ఈ ముగ్గురు మహాకవులను నాటి సాహితీ లోకం సింహత్రయంగా గౌరవించింది.

సింగిల్ పేజీ కథ

అభిమానవతి

సి.వి.ప్రసాద్ వర్మ

గంగమిట్ట దగ్గర చిన్న పూరిగుడిసెలో వుంటోంది పండుముసలి ముప్పాళ్ల అవ్వ. ఆత్మాభిమానం ఎక్కువ. కోడి కూసే వేళకు నిద్ర లేచి గుడిసె ముందు చెంబునీళ్లు చల్లి, ముగ్గు వేసి దినచర్యను ఆరంభిస్తుంది. చిన్న కుండను చంకన పెట్టుకుని వంద అడుగుల దూరంలోని వీధిబావి దగ్గరకు వెళ్లి నీళ్లు పోయమని ఆడపిల్లలను అడుగుతుంది. బావి చుట్టూ గుండ్రంగా మూడడుగుల ఎత్తులో పిట్టగోడ. నీళ్లు చేదుకునే ఆడపిల్లలు రాట్నం మీదుగా చాంతాడుకు కట్టిన చిన్న బిందెను అందుకోవాలి. ఈ పని ముసలివాళ్లకైతే చాలా కష్టం.

“చిన్నా చిన్నా నీళ్లు పోయండే” అని అవ్వ అడిగితే వుండు.. కొంచెంసేపు అంటూ నిలబెట్టి అడ్డం వచ్చావని కసురుకుంటూ చివరకు పోస్తారు. చంకలో కుండను పెట్టుకున్న అవ్వ కర్ర సాయంతో చిన్నగా ఇంటికి చేరుకుని వంట చేయడం ఆరంభిస్తుంది. ఇవి ఉప్పునీళ్లు. ఊరి బయట బావిలో మంచినీళ్లు దొరుకుతాయి. అంత దూరం వెళ్లలేక ఉప్పునీళ్లే తాగుతుంది అవ్వ. వంటకూ ఆ నీళ్లే వాడుకుంటుంది.

వందేళ్ల అవ్వకు కళ్లు బాగా కనిపిస్తాయి. చెవులు వినిపిస్తాయి. నాలుగు అడుగుల ఎత్తు, బోసి నోరు. ముడతల శరీరం, శరీరానికి ఒణుకు లేదు. షుగరు, బిపిలు లేవు. ఎప్పుడూ ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. కోర్కెలు లేవు. ఈరోజు ఏమి జరుగుతుందో అదే అవ్వకు కావాలి. ఇది ఒక రకంగా స్థితప్రజ్ఞత. ఇదే ఆమె ఆరోగ్య రహస్యం.

ఇంట్లో బియ్యం లేకుంటే పిడికెడు వడ్ల గింజలను తీసుకుని రోట్లో వేసి చిన్న గుండ్రాయితో నూరి గువ్వలు గింజలను వలిచినట్లు బియ్యపు గింజలను వేరు చేస్తుంది. ఈ పనికి అరగంట పడుతుంది. కట్టెల పొయ్యిని వెలిగించి ఎసరు పెట్టి బియ్యపు గింజలను వేసి ఉడికించి పిడికెడు రాగి పిండి కలిపి సంగటి చేస్తుంది.

ఊరు పక్కనే వున్న పొలంలోకి వెళ్లి అటికిమామిడి, కాశాకు, పొన్నగంటి ఆకు, పప్పెళ్లాకు, తుమ్మిపూలు తీసుకుని కూర చేస్తుంది. ఎవరూ తినని ఆకులు, పూలతో చేసిన ఆకుకూరలు తినడంతో అవ్వకు అనారోగ్యం లేదు. బడి వీధి చివరలోని బెల్గామ్ ఆమె ఇంటికి వెళ్లి మాట్లాడకుండా ఊతకర్ర పట్టుకుని నిలబడింది.

“అవ్వా? ఎందుకు వచ్చావు?”

“ఏమీ లేదు” “అన్నం తింటావా? కూర కావాలా?” అని అడిగా.

“వద్దు” ముక్తసరి సమాధానం.

వచ్చిన కారణం ఏమంటే వక్కాకు, సున్నం కావాలి అవ్వకు. అది తెలుసుకుని బెల్గామ్ ఆమె పది రోజులకు సరిపడే సున్నంను ఆకులో పెట్టి ఇస్తే సంతోషంగా తీసుకుని వెళుతుంది. ఎవరి దగ్గరా రుణం వుంచుకోకూడదని సున్నం ఇచ్చిన ఆమెకు కోడిగుడ్డును బదులుగా ఇచ్చింది. అవ్వ ఎవరితోనూ మనసు విప్పి మాట్లాడదు. తన పనేదో తనది.

భర్త చిన్న వయసులోనే పోయాడు. ఒక్కగానొక్క చెట్టంత కొడుకు కూడా పెళ్లయిన తర్వాత పోవడంతో జీవితం అంటేనే విరక్తి పుట్టింది అవ్వకు. కోడలితో పోసగక దూరంగా జరిగింది.

బొంగరం లాంటి చిన్న గుడిసె. ఎప్పుడో కప్పిన సజ్జదండు మగ్గిపోయిన దంటుతో గుడిసె పైకప్పు చిల్లులు పడి ఆకాశం కనిపిస్తుంది. గుడిసెలోకి వెళ్లేందుకు అవ్వ దూరేంత మార్గం పెట్టుకుంది. బందోబస్తుగా వెదురు పుల్లలతో చేసిన తలుపు. దానికి జనపనారతో కట్టేందుకు చిన్న గొళ్లెం. గుడిసెలో రెండు పెద్ద కుండలు, వంట చేసుకునేందుకు నాలుగు మట్టి కుండలు. గుడిసె బయట నీళ్లు పోసుకునేందుకు చిన్న తొట్టె. దానికి నాలుగు పక్కల మరుగు కోసం మూడడుగుల ఎత్తులో తాటి ఆకుల తడికెలు. అవ్వ స్నానం చేసేందుకు అది ఓ బాత్‌రూమ్ అన్నమాట. ఇది అవ్వ స్థిరాస్తులు.

యేడాదికి ఒకసారి కోడలు ఇచ్చే రెండు మూటల వడ్లు, ఇంటి మీద పండిన కాయగూరలు, కోళ్లు.. అవ్వకు ఆదాయ వనరులు.

....

ఊరి జనం గుంపులు గుంపులుగా అవ్వ ఇంటికి వెళుతున్నారు. ఏం జరిగిందో అర్థం కాలేదు వాసుకి. అందరితో పాటు అవ్వ ఇంటికి వెళ్లాడు. చూస్తే మతి పోయింది. కట్టుకున్న తెల్ల చీరెను సైకిల్ కట్టులాగా రెండు కాళ్ల సందుల్లోంచి వెనుకకు లాగి చీరెకు గట్టిగా చెక్కుకుంది. రాత్రి వెల్లకిలా పడుకున్న అవ్వ పడుకున్నట్లుగానే వుంది. అర్ధరాత్రి ఎప్పుడో ప్రాణం పోయినట్లుగా వుంది.

శవం పక్కనే రోటిరాయి, దాని మీద ఆకు నూరిన ఆనవాలు. వీటిని చూస్తే చనిపోయేందుకు వడిశాకును నూరి తిన్నట్లు అర్థమవుతుంది.

శక్తి వున్నంతవరకు పోరాడింది. ఎవరి మీదా ఆధారపడకుండా తన పని తాను చేసుకుంది. రేపు దురదృష్టవశాత్తు మంచాన పడితే చూసే దిక్కెవరు? ఇతరులకు మనం భారం కాకూడదు, అసహ్యించుకోకూడదు, మంచంలో పడితే ఎవరు చేస్తారు? తిండి ఎవరు చేసి పెడతారు? ఇలాంటి ప్రశ్నలు వేసుకున్నట్లుంది. బాగా ఆలోచించి ఆత్మాభిమానం వున్న అవ్వ చనిపోతే బాగుంటుందని తీర్మానించుకున్నట్లు వుంది. ఎవరికీ చెప్పకుండా విషం కలిగిన వడిశాకు తెచ్చుకుని తానే బండరాయి మీద నున్నగా నూరి తినేసినట్లుంది.

ఇంతవరకు వేలెత్తి చూపించుకోని బతుకు బతికింది అవ్వ. భర్త చిన్న తనంలోనే పోయినా నిప్పులా బతికింది. బతికినన్నాళ్లు రాజసంగా ఆత్మగౌరవంతో బతికింది. పోయేటప్పుడు రాజదర్బారుగానే పోవాలని నిశ్చయించుకున్నట్లుంది. సంతోషంగా మరణాన్ని ఆహ్వానించింది. మరణంలోనూ ఎవరి సాయం కోరలేదు.

చివరగా తాను చేసుకున్న విష ప్రయోగంతో అదుపు తప్పిన శరీరం గింజుకుంటే కట్టుకున్న చీరె అటు ఇటు జరిగి తన మానం ఇతరులు చూడకూడదనే భావంతో అభిమానవతి అయిన అవ్వ ముందస్తు జాగ్రత్తలు తీసుకుంది.

చీరెను గోచీగా కట్టుకుని సాహసంతో ప్రాణత్యాగం చేసిన అవ్వ పల్లె ప్రజలకు ఎప్పటికీ గుర్తుండిపోతుందని ఆ దృశ్యం చూసిన పల్లెప్రజలు కన్నీళ్లు పెట్టుకుని అవ్వా... అమర్ రహే! అని మనస్ఫూర్తిగా అనుకున్నారు.

విజయం వెనుక..

యామిజాల జగదీశ్

"సార్! ఏమిటో తీసుకెళ్తున్నట్టున్నారు" అని అడిగాను. "మల్లెపూలండి... పెళ్లానికి తీసుకుపోతున్నాను"

"అంత ప్రియమా?" అని నా ప్రశ్న. "అవునండీ... నా విజయాలన్నింటికీ ఆమేగా కారణం"

"మీ విజయాలకు మాత్రమా... అమెరికా అధ్యక్షుడిగా ఉండిన ఆండ్రూ జాక్సన్‌కి పెళ్లికి ముందు రాయడం, చదవడం తెలీదు. ఆయనకు చదువు చెప్పించిందీ, ఆయనకు అమెరికా అధ్యక్షుడయ్యే అర్హత సాధించి పెట్టింది ఆయన భార్యే". "అలాగా"

"మోటార్ కింగ్ హెన్రీఫోర్డ్ తెలుసు కదా.. ఆయన తన పరిశోధనలో ఓటమి చవిచూసినప్పుడు పక్కనున్న వారందరూ ఆయనను పిచ్చివాడని అవహేళన చేశారు"

"అయ్యో పాపం" "ఆ సమయంలో ఆయన భార్యే ఆయనను ప్రోత్సహించింది. డీలా పడకండి.. మీరు తప్పక విజయం సాధిస్తారు. మీరు నెగ్గడానికి మీకు అన్ని విధాలా అర్హతలు ఉన్నాయి. ఇది నా నమ్మకం. మీకు మీ మీద నమ్మకం ఉండాలండి.. అని ప్రోత్సహించింది. ఆ తరువాతే ఆయన మోటార్ కారుని తయారు చేశారు".

"చూసేరా.. ప్రతి మగాడి విజయం వెనుకా ఓ స్త్రీ ఉంటుందని చెప్పడం ఎంత నిజమో చూడండి".

"సరే.. ఇప్పుడు మీరు సాధించిన విజయం ఏమిటీ?" "అనుకోకుండా ఓ నవల రాయడం పూర్తి చేశానండి"

"అంటే మీరు నవల రాయడం వెనక మీ ఆవిడ ప్రోత్సాహం ఉందన్న మాట"

"అవునండీ" "ఎలా?"

"నేను నవల రాయడం పూర్తి చేసే వరకూ ఆమె తన తల్లిగారింటికి వెళ్లిపోయిందండి".

....

కొత్త రకం భయం.. "ఏమిటీ? అదోలా ఉన్నారు? ఏమైంది?"

"ఏమీ కాదండీ! అయినా ఎందుకో భయంగా ఉందండీ" "నాకూ అలాగే అనిపిస్తోందండీ.. అయినా భయమేస్తోంది" "ఇది మానసికంగా అనవసరపు కలతేనని అనిపిస్తోంది.

"అలాగంటారా" "అవునండీ... ప్యానిక్ అటాక్ అని విన్నారా?"

"లేదండీ" "అది మనసుకు సంబంధించిన ఆందోళనేనండీ.. అదొక మానసిక జబ్బండీ. నమ్మలేని ఓ భయం మనసుని పిండేస్తుంది. ఏం చేసినా భయమనిపిస్తుంది. ఈ జబ్బుని కేవలం మాటలలో వివరించలేం.. అని అమెరికా డాక్టర్లు అంటున్నారు"

"అంటే అది అంత దారుణమైనదా?"

"ముప్పై ఏళ్లు పూర్తయిన వారికి వచ్చే జబ్బు. ముఖ్యంగా ఆడవాళ్లకు ఇటువంటి భయం వస్తుందట. ఇది అదేపనిగా మాటిమాటికీ వస్తే ఫోబియా వ్యాధిగా మారవచ్చు. అయితే ఇది దాడి చేసే

సమయం తక్కువసేపు ఉంటుంది. కానీ దాని ప్రభావం ఎక్కువసేపు ఉంటుంది. గుండె లబ్ డబ్ అని వేగంగా కొట్టుకుంటుంది. భయంతో చెమట పడుతుంది. తల తిరుగుతున్నట్టు అనిపిస్తుంది"

"దీనికి కారణమేమిటి?"

"ఒక్కొక్కరికీ ఒక్కో రకమైన కారణం ఉంటుంది. అందరికీ ఒకేలా ఉండాలనేం లేదు. అయితే అలా భయాన్ని పుట్టించే కారణాన్ని కనిపెట్టగలిగితే నయం చేయొచ్చు. జీవితం మీద ఓ నమ్మకం ఉండాలి". "మా ఇంట్లో తరచూ అమెకూ, మా ఆవిడకూ మధ్య తీవ్ర స్థాయిలో గొడవ జరుగుతుంటుంది. వారి మధ్య గొడవ ఏ స్థాయికి చేరి వాళ్లేం అయిపోతారో, నేనేం అయిపోతానో అని భయమేస్తుందండీ. బహుశా ఆ భయమే నన్ను వెంటాడుతోందనుకుంటానండీ"

"మా ఇంట్లోనూ ఇలా జరుగుతుండటం సహజమే. ఆ సమయంలో నేను ఏమీ అనకుండా వారిద్దరినీ చూస్తూ ఉంటాను"

"ఇంకేం చేస్తారు?"

"వారిని మరింత రెచ్చగొడుతుంటాను. మాటలు రువ్వుకుని రువ్వుకుని వాళ్లే ఓ దశలో మాటలు కట్టిపెట్టి ఎవరి పనిలో వారు కూరుకుపోతారు. లేకుంటే వారి మధ్య గొడవను నేనెక్కడ తీర్చగలనండీ!"

....

ముఖాన కనిపిస్తుంది.....

"ఏమిటీ? పొద్దున్నే ఆ ముఖమేంటి? అలా ఉంచుకున్నారు... ఏమైందీ?"

"ఏమీ లేదే?"

"మీతో ఇరవై ఏళ్లుగా కాపురం చేస్తున్నాను. అది కూడా తెలీదా? చెప్పండి.. ఏమైంది? ఏమీ దాచకుండా విషయం చెప్పండి"

"అది... అది...అదీ"

"నా పెట్టెలోంచి ఓ వంద రూపాయలు తీసుకున్నారు కదూ...అదేగా!"

హి....హి.... "ఫ్రెనాలజీ తెలుసా మీకు?" "ఏమిటీ?"

"అది ఒక కళ. ఒకరి ముఖాన్ని తదేకంగా చూస్తూ వారి గుణాతిశయాన్ని కనిపెట్టేయొచ్చు".

"అదెలా?"

"ఒకరి ముక్కు, నోరు, దవడ, చెక్కిలి, కళ్లు, నుదురు, చెవి వంటివి చూసి ఆ వ్యక్తి కోపిష్టా లేక శాంత స్వభావా.. ప్రేమ మనస్కులా.. అనుమానపు మనిషా... లోపలొకటి అనుకుని బయటకొకటి మాట్లాడే మనిషా... కీర్తి కోరుకునే మనిషా.. . ఇలా వారి గుణగణాలను కనుక్కోవచ్చు. ఇది నిజంగా ఒక కళే"

"నీకు తెలుసా అది?" "ఇప్పుడే చదువుతున్నాను. ఓ మేరకు తెలుసు"

"నువ్వు ఇలా చెప్తుంటే నా మనసుకు ఎంత హాయిగా ఉందో తెలుసా?" "కానీ నాకు చాలా దిగులుగా ఉంది. ఈ కళ నాకు 1982వ సంవత్సరం ఆగస్టు పన్నెండో తేదీ కూడా తెలీకుండా పోయిందే అని బాధ పడుతున్నానండీ"

"ఆరోజు ఏమిటి విశేషం?"

"ఆరోజే నేను మొదటిసారిగా మీ ముఖాన్ని చూసాను".

✦

కొత్త ఆశల పల్లకి 'ఉగాది'

డాక్టర్ దేవులపల్లి పద్మజ

ఈ సృష్టి యావత్తు బ్రహ్మదేవుడు తన భూత సృష్టిని ప్రారంభించిన సృష్ట్యాది నుంచి లేక ఈ కలియుగం ప్రారంభం మొదలు నుండిగానీ పంచాంగాలలో లెక్కించటం వాడుకగా వస్తున్న ఆచారం. ఈ బ్రహ్మ సృష్టిలో ప్రళయం అయిపోయిన తరువాత తిరిగి ఆరంభించే అధ్యాయాన్ని బ్రహ్మకల్పం అని అంటూ ఈ ప్రారంభ కాలాన్ని 'కల్పాది' అని వ్యవహరిస్తారు. ప్రతీ కల్పంలోను మొదట వచ్చే 'ఆది' సమయమే 'ఉగాది' పండుగ. దీనిని గురించి 'సూర్య సిద్ధాంతం' అనే జ్యోతిష గ్రంథంలో స్పష్టంగా చెప్పబడింది. నాటి నుండి నేటి వరకు ఈ పద్ధతినే అనుసరిస్తూ ప్రతీ తెలుగు సంవత్సరం ఆరంభ దినంనాడు మనం ఉగాది పర్వదినం జరుపుకునే ఆచారం ఏర్పడింది. 'యుగాది' అన్న సంస్కృత పదం ఉచ్చారణ భేదం వలన 'ఉగాది' అనే తెలుగుమాట ఏర్పడింది.

చైత్రేమాసి జగద్బ్రహ్మ ససర్జ ప్రథమే అహని ।

వత్సరాదౌ వసంతాదౌ రసరాద్యే తథైవచ॥

సృష్టి ప్రభవం అయిన మొదటి సంవత్సరం నుండి చరితార్థంగా 'ప్రభవ' అని నామకరణం చేసి అక్కడి నుంచి 'క్షయ' నామ సంవత్సరం క్రమంలో 60 నామాలతో సంవత్సర గమనం సాగుతుంది. క్షయ నామ సంవత్సరంతో సమాప్తమవుతుంది. కనుకనే మనం జన్మించిన మొదలు ఈ నామ చక్రం మనకు 60 సంవత్సరాల వయస్సుకు చేరినపుడు తిరిగి అదే సంవత్సరంతో పూర్తి అగుటచే షష్టిపూర్తి జరుపుకుంటాం.

వేదాలను హరించిన సోమకుడు అనే రాక్షసుని వధించి శ్రీ మహావిష్ణువు తిరిగి పునరుద్ధరించిన రోజు కూడా ఉగాది ప్రాముఖ్యాన్ని సంతరించుకున్నది. తెలుగు సంవత్సరం చైత్రం నుండి శిశిరం వరకు ఆరు ఋతువులుగా విభజించబడింది. సంవత్సరం పొడవునా అనేక ఒడుదుడుకులు అనుభవించిన ప్రకృతిలో చెట్లు శిశిర ఋతువులో ఆకులు రాల్చి జడత్వాన్ని పొందుతాయి. చైత్ర మాసంలో కొత్త చిగుర్లు తొడిగి చైతన్యవంతంగా కనిపిస్తాయి.

ఈ విధంగా ప్రకృతిలో సంభవించే నూతన వత్సరం చైత్ర మాసం. అందుకే ఈ మాసారంభానికి ఉగాది అని పేరు వచ్చిందని చెప్పుకోవచ్చు. ఇది మనలో కూడా నూతన ఉత్తేజాన్ని కలిగించి నవనవోన్మేషంగా ముందుకు తీసుకుపోవటానికి దోహదం చేస్తుంది. ఉగాది పర్వదినాన అభ్యంగనం, పుణ్యకాల సంకల్పం, ఉగాది పచ్చడి సేవనం, ధర్మకుంభం, సృష్టి క్రమ వర్ణన, కల్పాది వైవస్వత మన్వంతర వివరాలతో కూడిన పంచాంగ శ్రవణం అనే ముఖ్యమైన విధులను అనుసరించవలసి ఉంటుంది.

అభ్యంగనం

సూర్యోదయానికి పూర్వమే నువ్వులనూనె తలకి పట్టించి, ఉసిరిక, పెసరపిండి, పసుపు, బావంచాలు, కచ్చూరాలు మొదలైన వాటిని ఉపయోగించి శిరస్నానం చేయాలి. ఉగాది రోజున వేడినీటి స్నానం శ్రేష్ఠం. అనంతరం తిలకం దిద్దుకుని, నూతన వస్త్రాలు ధరించి సంకల్పం చెప్పుకోవాలని ధర్మసింధు తెలియచేస్తోంది.

పుణ్యకాల సంకల్పం

సూర్యోదయానికి ఒక ముహూర్త కాలం(ఇరవై నిమిషాలు) మాత్రమే పాడ్యమి ఉన్నా సరే ఆ రోజునే పండుగ సందర్భంగా సంకల్పం చెప్పుకుని ప్రారంభించాలి. సూర్యునికి అర్ఘ్యం, దీపం, ధూపం, పుష్పాంజలి సమర్పించాలి. ఈ సంకల్పంలో ముఖ్యమైన దేశం, కాలం ధ్యానించి, బ్రహ్మ సృష్టి సంకల్పం, సంకల్ప సిద్ధిని ధ్యానించి, మనం తలపెట్టిన కార్యక్రమాలకు శుభ ఫలితాలు ఇవ్వాలని కోరుకుంటారు. హైందవ సంకల్ప మంత్రాలకు అత్యంత ప్రాముఖ్యం ఉంది. ఈ సాంప్రదాయ కృత్యంలో ముందుగా స్మరించే 'శ్వేత వరాహ కల్పం' అనబడే ఈ 'బ్రహ్మ కల్పము' సంకల్పం. ఇది పంచాంగ గణితమంతటికీ ఆధారభూతమైంది.

"శ్రీ మహావిష్ణోరాజ్ఞాయ ప్రవర్తమానస్య ఆద్య బ్రహ్మణః ద్వితీయ పరార్ధే శ్వేత వరాహ కల్పే, వైవస్వత మన్వంతరే, కలియుగే, ప్రథమ పాదే........." అని వేద కాలమానం తెలుపుతూ ఆచరించాలి.

ప్రస్తుతం నడిచే వైవస్వత మన్వంతరం ఏడవది. సూర్యుని పుత్రుడైన వైవస్వత మనువు పరిపాలన ప్రారంభమైన ఈ మన్వంతరంలో రెండు మహాయుగాలు గడిచాయి. ప్రస్తుతం కలియుగం 18'12'3102 బి.సి.లకు సరిపోయినవని చెప్పబడింది. ఏడుగురు మనువులు ప్రారంభ తిథులు కూడా వేదానికి ఉపాంగమైన జ్యోతిష శాస్త్రం వల్ల నిరూపించబడింది. ఈ విధంగా ఒక మహాయుగంలో 43,20,000 సంవత్సరాలు ఉంటాయని శాస్త్రీయంగా ఖగోళ గణితుల వలన నిరూపితమైంది.

ఉగాది పచ్చడి సేవనం..

తరువాత జరిపే అత్యంత ముఖ్యమయిన కార్యక్రమం ఉగాది పచ్చడి స్వీకరణ. దీనిని పరగడుపునే స్వీకరించాలి. షడ్రుచుల సమ్మేళనమైన ఉగాది పచ్చడికి ఎంతో ప్రాముఖ్యం ఉంది. తీపి, వగరు, చేదు, కారం, పులుపు, ఉప్పు వంటి షడ్రుచులు కలసిన ఉగాది పచ్చడి మన సొంతం. ఈ పచ్చడి ప్రాముఖ్యాన్ని వర్ణించటం బహు కష్టం.

ఎంతో మంది కవులు, పండితులు, శాస్త్రకారులు ఉగాది పచ్చడి ప్రాశస్త్యాన్ని అమోఘంగా వివరించారు. ప్రతీ మనిషి తన జీవితంలో ఎదుర్కొనే వివిధ అనుభవాలకు ప్రతీకగా దీనిని భావిస్తారు. ఈ పచ్చడి తయారు చేసుకోవటానికి, చెరకు, మామిడి కాయలు, వేపపువ్వు, అరటిపళ్లు, లవణం, చింతపండు, బెల్లం, పచ్చిమిరప మొదలైనవి వాడతారు. చూత కుసుమం, అశోక చిగురులు కలిపి సేవించే సాంప్రదాయం మనకు ఇప్పటికీ కనిపిస్తూ ఉంటుంది.

శతయుర్వజ్రదేహాయః సర్వ సంపత్కరాయచ ।

సర్వారిష్ట వినాశాయ, నింభ కుసుమ భక్షణం ॥

త్వామష్టశోక నరాభీష్ట మధుమాస సముద్భవ ॥

విభావి శోక సంతప్తాం మామశోకం సదాకురు ॥

ఈ వేప పూత లేహ్య భక్షణం సర్వారిష్టాలను నివారించి సర్వ సంపదలను కలిగించే అదృష్టాన్ని వృద్ధి చేసి, దీర్ఘాయువు, వజ్రం వంటి దేహం ప్రసాదిస్తుందని తెలియచేస్తోంది. వసంతంలో చిగురించే ఓ అశోక కలికమా! జీవితంలో శోకాలతో బాధపడుతున్న నాకు శోకం లేకుండా చేయగలవు గాక.

ధర్మ కుంభం

రానున్న రోజులలో పూర్ణ మనో రథసిద్ధి, సకల సౌభాగ్యాలు కలుగుతాయనే సంకల్ప బలంతో పంచ లోహాల పాత్రగానీ, మట్టికుండగానీ కలశంగా తీసుకుని సుగంధ జలం, చందనం, పుష్పాక్షతలు వేసి ఆవాహన చేసి పుణ్యాహా మంత్రాలతో బియ్యం పోసిన ఒక పళ్లెంలో కలశం ఉంచి నూతన వస్త్రం చుట్టి ఉపరి భాగంలో నారికేళం ఉంచి, కుంకుమ, పసుపు, చందనాలు సమర్పించి పురోహితునకు/గురువుకు లేదా గుడిలోని ఇష్టదైవానికిగానీ దానమిచ్చి వారి ఆశీర్వాదాలు పొందాలి. దీనినే 'ధర్మఘట దానం' లేక 'ప్రపాదనం' అంటారు. ఈ విధిని నేటికీ పల్లెల్లో ఆచరిస్తున్నారు.

పంచాంగ శ్రవణం

మహాపర్వదినాలైన కల్పాది తిథులు, మన్వంతర తిథులు, దశావతార పుణ్య తితులు మొదలైనవి పంచాంగంలో తిథి, వార, నక్షత్ర, యోగ, కరణ మొదలైన 5 అంగాల కలయికగా చూపబడతాయి. ఈ విధమైన పంచ అంగాల శ్రవణం వలన భవిష్యత్తులో మనకు రానున్న విశేషాలు, పండుగలు, గ్రహణాలు, వర్ష వివరాలు, కాల నిర్ణయాలు మొదలైనవి తెలుసుకోవటం జరుగుతుంది. పంచాంగ శ్రవణంలో ఆ సంవత్సరంలో సాగే ధరవరలు, వర్షపాతాలు మొదలైన ముఖ్య సమాచారం కూడా పొందుపరచబడి ఉంటుంది. ఇది రైతులకు, వ్యాపారులకే కాకుండా సామాన్య జనులకు దిక్సూచిగా ఉపయోగపడుతుంది. దీనిని ఉగాది రోజును విశేష విధిగా భావించాలి. కనుక హైందవ సాంప్రదాయంలో పంచాంగ శ్రవణం ఉగాది తిథి రోజున ప్రాముఖ్యత సంతరించుకున్నది.

తిథేచ్చ, శ్రియమాప్నోతి వారాధాయుష్య వర్ధనమ్।

నక్షత్రాత్ధరతే పాపం, యోగాద్రోగ నివారణమ్ ॥

కరణత్కార్య సిద్ధిస్తు, పంచాంగ ఫలముత్తమమ్।

కాల విత్కర్మ కృద్ధీమాన్ దేవతానుగ్రహం భవేత్ ॥

తిథి వలన సంపద, వారం వలన ఆయుష్షు, నక్షత్రం వలన పాపపరిహారం, యోగం వలన వ్యాధి నివృత్తి, కరణం వలన కార్యానుకూలత సిద్ధిస్తుంది. కాలం తెలిసి కర్మం చేసే ఆస్తికులు భగవత్ అనుగ్రహం పొంది సుఖం అనుభవిస్తారు.

తిథిర్వారం చ నక్షత్రం యోగః కరణమేవచ।

పంచాంగస్య ఫలం శృణ్వాన్ గంగాస్నాన ఫలం లభేత్ ॥

రామాయణాది పవిత్ర గ్రంథ పఠనం వలన వచ్చే విశేష ఫలం పంచాంగ శ్రవణం వలన కూడా పొందవచ్చు.

కన్యావనా కాంచన దిగ్గజానాం
సహస్రమయుతం సతతం
ద్విజేభ్యః దత్వా ఫలం యల్లభేతే మనుష్యః
తత్తత్ఫలాన్యబ్ధ ఫలంచ శ్రుణ్వాన్ ।
ఆయుర్వృద్ధం పుత్ర పౌత్రాభి వృద్ధిం
నిత్యారోగ్యం సంపదంచానపాయం
అచ్ఛినానామక్ష దానా మహసిం
యచ్ఛంత్యేతే వత్సతేరాధీశముఖ్యా ॥

భూమి, స్వర్ణం, ఏనుగులు, గోవులు, సర్వ లక్షణ యుక్తమైన కన్యను ఉత్తముడైన పాత్రునకు దానం చేస్తే కలిగినంత ఫలితంతో సమానం. శాస్త్ర విధిగా పంచాంగ శ్రవణం చేయటం వలన సూర్యునిచే శౌర్య తేజస్సులు, చంద్రునిచే భాగ్య వైభవములు, కుజునిచే సర్వ మంగళములు, బుధునిచే బుద్ధి వికాసం, గురునిచే గురుత్వ, జ్ఞానం, శుక్రునిచే సుఖం, శని దేవునిచే దుఃఖ రాహిత్యాలు, రాహునిచే ప్రాబల్యం, కేతువుచే తన వర్గంలో ప్రాముఖ్యత కలుగుతుందని శాస్త్ర వచనం.

తెలుగువారు ఉగాది పర్వదినాన్ని అత్యంత ఉత్సాహంతో, భక్తిశ్రద్ధలతో జరుపుకుంటారు. అందరు తమ తమ ఇళ్లను శుభ్రం చేసుకుని, మామిడి తోరణాలతో, రంగు రంగుల రంగవల్లులతో శోభాయమానంగా అలంకరించుకుంటారు. ప్రాంతాల వారీగా తమ తమ పంచాంగాలను, ఆచార వ్యవహారాలను అనుసరించి జరుపుకుంటున్నప్పటికీ కొత్త మాసారంభ సంకేతంగా మాత్రం ఉగాది జరుపుకుంటున్నారని గుర్తించవచ్చు. ఋతువులు కాలధర్మానికి సంబంధించినవి. రామాయణ కాలంలో వైశాఖ, జ్యేష్ఠాలు వసంత ఋతువుగాను, మహాభారత కాలంలో చైత్ర, వైశాఖ మాసాలు వసంత ఋతువుగాను పరిగణింపబడేదని మనకు తెలుస్తోంది. తెలుగువారు చాంద్రమానాన్ని ప్రమాణంగా స్వీకరిస్తారు. జ్యోతిష శాస్త్రాన్ని అనుసరించి పూర్ణిమ తిథిలో సంభవించే నక్షత్ర ఆధారంగా మాస నిర్ణయం జరుగుతుంది. ఆ విధంగా చిత్తా నక్షత్రంతో కలిసిన పూర్ణిమ తిథిని మనం చైత్రమాసంగా భావించటం జరుగుతుంది. కొన్ని ప్రాంతాలలో సౌరమానం కూడా ప్రామాణికంగా తీసుకోవటం జరుగుతోంది. ఏది ఏమైనా తెలుగువారు జరుపుకునే ఉగాది పర్వదినం చైత్ర మాస తొలి రోజుతో ప్రారంభం అవుతుంది.

మన హైందవ సంప్రదాయంలో పండుగలకు విశేష స్థానముంది. బంధుమిత్రుల సమాగమం, దైవ సందర్శనం, పేదలకు దానధర్మాలు, పశుపక్ష్యాదుల పూజలు మొదలైనవి ముఖ్యంగా కనబడతాయి. స్నేహ సౌభ్రాతృత్వాలను పెంపొందిస్తాయి. ధార్మిక వాతావరణం అభివృద్ధి చెంది సామరస్య భావాలు పెరుగుతాయి. భగవంతుడు సృజించిన ఆహారంతో అందరికీ బతికే అధికారం ఉంటుంది కనుక పేదలు కూడా తగిన ఫలాలు అనుభవించగలుగుతారు. ప్రకృతి పరిరక్షణ కూడా ఒక అంశమౌతుంది. కనుక వాతావరణ సమతుల్యత ఏర్పడుతుంది. కొత్త రుచులతో ఆహారం సేవించటం వల్ల శారీరక దౌర్బల్యాలు తొలగి కొత్త ఉత్సాహం పెరుగుతుంది. అభ్యంగన స్నానం చేయటం, కొత్త దుస్తులు ధరించటం వలన శారీరక కాంతి వృద్ధి చెందుతుంది. పండుగల వలన ప్రత్యక్షంగా, పరోక్షంగా అనేకమంది వృత్తి, వ్యాపారాలు అభివృద్ధి చెందుతాయి.

ఈ క్రోధి నామ సంవత్సరం ప్రారంభం తెలుగు సంవత్సర క్రమంలో 38వది. ప్రభవాది అరువది సంవత్సరాలలో పంచవత్సరాత్మకమగు పన్నెండు యుగాలలో 'పరివత్సర' నామధేయంలో వున్న మూడవ వత్సరం. స్థూలంగా సంవత్సరానికి అధిపతి శనైశ్చరుడు. మేఘాధిపతి కూడా శనిభగవానుడే. రసాధిపతి గురుడు, రాజు కుజుడు, సస్యాధిపతి చంద్రుడు. అపర ధాన్యాధిపతి కుజుడు. పంటలు బాగా పండినా ధరలు పెరుగుతాయి.

సంవత్సర ఫలితాలు సాధారణంగా నవనాయకుల సంచారం, గ్రహణాలు, మౌఢ్యాలు మొదలైన వాటిని అనుసరించి నిర్ధారితమవుతాయి. ఆయా సంవత్సరాలలో జన్మించిన వ్యక్తుల స్థూల జాతక ఫలితాలను కూడా ఆయా సంవత్సరాల లక్షణాలను కొంతవరకు ప్రతిబింబిస్తాయి. కానీ ప్రధానంగా జన్మించిన సమయానికున్నవారి వ్యక్తిగత జాతకాలననుసరించి ఫలితాలు నిర్దేశితమౌతాయి.

విశేషమైన సత్ఫలితాలను అందించే ఉగాది అందరి మనోభీష్టాలను నెరవేర్చి, అందరికీ సుఖశాంతులు అందించాలని కోరుకుందాం. ✦

(21వ పేజీ తరువాయి...)

ఆనందు పెళ్లి

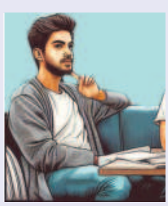
అంతలో ఎదురింట్లో నుంచి ఆనందు స్నేహితులు పరిగెత్తుకొంటూ వచ్చారు. ఆనందు తండ్రి చేతిలోని కత్తి లాక్కొని ఆయన్ను ఆపారు.

"అంకుల్! పెద్దగా అరవకండి. అరిస్తే మీ పరువే పోతుంది. ఆనందు ఎదురింటి అమ్మాయిని పెళ్లి చేసుకోవడానికి కారణం మీరే! అవును.. రోజూ ఉదయం లేచిన దగ్గర్నుంచి పడుకోబోయే వరకూ వాడ్ని

'గొప్పింటి పిల్లను లవ్వాడు... లవ్వాడని' అని చెప్పి చెప్పి ఆడపిల్లల వెంట పడేలా చేశారు.

వాడు మీ మాటను శిరసావహించి ఎదురింటి పిల్ల వెంట పడి ప్రేమించి ఇవాళ రిజిస్ట్రాఫీసులో పెళ్లి కూడా చేసుకున్నాడు" అన్నాడు ఓ ఫ్రెండు.

"అది పేద పిల్ల. నేనొప్పుకోను. తెగతెంపులు చేయాల్సిందే! నా కొడుకు నా ఇంటికి రావాల్సిందే!"



"అయితే మనవణ్ణి రావద్దంటారా అంకుల్?" అడిగాడు ఒకడు.

షాక్ తిన్నాడు ఆనంద్ నాన్న.

"మనవడా.. ఏంట్రా నువ్వంటున్నది?" ఆందోళనతో ఊగిపోతూ అన్నాడు ఆనంద్ తండ్రి.

"అవునంకుల్! ఆనందు భార్యకు ఇప్పుడు మూడవ నెల. నా మాట విని గుట్టు రట్టు కాకుండా ఆ నవదంపతులను ఇంట్లోకి పిలవండి. లేకుంటే విషయం బయటికి పొక్కి పోలీసు స్టేషన్ వరకూ వెళ్లి మీరు, ఆనందు జైలుపాలవుతారు. అది అవసరమా మీకు?" అన్నాడు ఇంకో ఫ్రెండు. వెంటనే ఊగిపోవటం మానుకొని మెల్లగా భార్య ముఖంలోకి చూశాడు ఆనందు తండ్రి.

"కొడుకుని, కోడల్ని ఇంటికి పిలుద్దామండీ!" అన్నట్టు చూసింది ఆమె. ఓ వేడి నిట్టూర్పుతో "సరే! ఇక చేసేదేముంది! ఇద్దర్ని ఇంటికి పిలుద్దామండీ.. వారిని సంతోషంగా ఆహ్వానిద్దాం. మొత్తంగా పైసా కట్నం తేకుండా నా ఇంటికి కోడలిగా రావడం అదృష్టం. నా కొడుకు ద్వారా బాగా ఆస్తిని రాబట్టుకోవాలని ఎదురు చూసిన నాది దురదృష్టం" అన్నాడు ఆనందు తండ్రి. "ఎందుకండీ! మనం నాన్నమ్మ, తాతయ్యలం అవుతున్నాంగా. అదీ అదృష్టమే! పదండి పిల్లల్ని తీసుకొద్దాం" అంది ఆనందు తల్లి.

అందరూ మెల్లగా ఎదురింటికి నడిచారు. ●

వాస్తువార్త

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

ఆదాయానికి మించి ఖర్చులు?

ఎస్.సంఘమిత్ర – ఖమ్మం

ప్రశ్న: నేను వుంటున్న ఇల్లు మా దగ్గరి బంధువులది. ఇందులో చాలా సంవత్సరాలుగా ఉంటున్నాం. కానీ మాకు ఇందులో సుఖం కనిపించలేదు. వచ్చిన ఆదాయానికి రెట్టింపు ఖర్చు అవుతోంది. ఎప్పుడూ ఏదో ఒక సమస్య ఉంటుంది. ఒకదాని తరువాత మరొకటి సిద్ధంగా టుంది. ఇరుగు-పొరుగు వారితోనూ అనుకూల వాతావరణం లేదు. ఇల్లు ఖాళీ చేయలేకపోతున్నాం. ఇక్కడే వుందామంటే మనశ్శాంతి/సుఖం లేదు. ఈ విషయాల్నీ మా బంధువులతో చెప్తే ఇల్లు అమ్మేద్దామని అన్నారు. ఇల్లు అమ్ముడు పోలేదు. సరైన సలహా ఇచ్చి, మాకు మంచి జరిగేలా చూస్తారని ఆశిస్తున్నాం.

జవాబు: మీరు ఇంటి ప్లానుని పంపించలేదు. అదీ కాకుండా మీరు వుంటున్న ఇల్లు మీది కాదు. మీకు పరిస్థితులు కలిసిరానప్పుడు ఇల్లు మారవచ్చు కదా! ఇంటి యజమాని తనే స్వయంగా ఇంటి గురించి అడిగితే మంచిదని నా అభిప్రాయం.

నీళ్లు దక్షిణం వైపు పోవచ్చా?

జి.నారాయణ రావు – ఖమ్మం

ప్రశ్న: మా ఇల్లు ఉత్తరం వైపు అంటే వంటగది వెడల్పు పది అడుగులు, ముందు వైపు దక్షిణం వైపు గదుల వెడల్పు పదకొండు అడుగులు. ఇది దోషమా? సరిచేయడం ఎలా? ఉత్తరం వైపుకు పోయినకొలదీ గదుల నేల వాలు అవుతూ వున్నాయి. ఇలా వుండవచ్చా? మా పెరట్లో నుండి నీరు కాలువ ద్వారా వీధిలోకి దక్షిణం వైపుకు పోవచ్చా?

జవాబు: ఉత్తరం వైపు గదులు దక్షిణం వైపు గదుల కంటే తక్కువ వైశాల్యం కలిగి వుండటం దోషం కాదు. ఉత్తరం వైపు పోయినకొద్దీ గదుల నేల వాలు అవటం కూడా దోషం కాదు. మంచిదే! నీళ్లు దక్షిణం ద్వారా వీధిలోకి ప్రవేశించకూడదు. ఈశాన్యం వైపు ప్రవేశించి అక్కడ నేలలోకి తవ్విన రంధ్రంలో పడి అటుగా అండర్‌గ్రౌండ్ పైప్‌లైన్‌లో నీళ్లు దక్షిణ ఆగ్నేయంగా వెళ్లిగానీ, పశ్చిమ వాయవ్యంగా గానీ వీధిలోకి వెళ్లవచ్చు. ఈశాన్యం ద్వారా నీళ్లు బయటకు పంపించేందుకు వీలుపడని పరిస్థితుల్లోనే నీళ్లను ఈ విధంగా బయటకు పంపించాలి. తూర్పు లేదా ఉత్తర ఈశాన్యాల తూముల ద్వారా నీరు బయటకు పంపించటం ప్రథమంగా శ్రేష్ఠం.

వాస్తు గోళాలు ఉండవచ్చా?

బి.వెంకటేశ్వర రావు – మంగళగిరి

ప్రశ్న: ప్రస్తుతం నేను వుంటున్న ఇంట్లో వాస్తు దోషాలున్నాయి. నాకు తెలిసిన స్నేహితుడు వాస్తుశిల్పి. ఎన్నో మార్పులు సూచించారు. ఆయా మార్పులు చేయాలంటే నా ఆర్థిక పరిస్థితికి అందుకు అనుకూలంగా లేదు. ఈశాన్యంలో బావి లేదు. అక్కడ మెట్లు వచ్చాయి. నైరుతి మూలలో చిన్న ఆర్‌సిసి రూమ్ వేసాం. వాయవ్య మూలకు లెట్రిన్, బాత్‌రూం ఆర్‌సిసి, పక్కన బావి వుంది. మనస్పర్థలు, ఆర్థిక ఇబ్బందులు, ఆస్తులు అన్యాక్రాంతం, ఇంటికి చిన్నవాండ్ల సమస్యలు రావటం, నిలకడ లేకపోవడం. అనవసరమైన ఆ బొందాలు(పడమర స్థలం తూర్పునకన్న ఎక్కువ 4') వాస్తును సరిచేయలేనప్పుడు వాస్తుగోళాలు వాడితే మంచి ఫలితాలు వుంటాయి. మాకు తగిన సలహా ఇవ్వగలరు.

జవాబు: నైరుతి మూత సరైనదే. ఎవరి ఇల్లయినా వాస్తు చూసిన తర్వాత వాళ్లకు అవసరమయితే 'వాస్తు గోళాల' గురించి నేను సలహా ఇస్తాను. చాలా మంది వాస్తుగోళాలు కావాలని వచ్చి అడుగుతున్నారు. అలా అడిగిన వాళ్లందరికీ ఇవ్వడం సాధ్యం కాదని గమనించగోర్తాను.

నైరుతిలో గ్యాసుపొయ్యి ఉండవచ్చా?

ఎల్.గీతారాణి – గుంటూరు

ప్రశ్న: ఇంటికి నైరుతి మూలగదిలో పడమర ముఖంగా గ్యాసుపొయ్యి పెట్టి వంట చేస్తున్నాం. ఇలా చేయడం తప్పా? తెలుపగలరు.

జవాబు: మీ ఇంటికి వీధి ఎటు వైపు వుందో రాయలేదు. సాధారణంగా దక్షిణ వీధి వున్నప్పుడు నైరుతి గదిలోగానీ, వాయవ్య గదిలోగానీ వంట చేసుకోవటం జరుగుతుంది. నైరుతి గదిలో వంట చేసుకోవలసి వస్తే ఆ గదిలో ఆగ్నేయ మూల తూర్పుకు అభిముఖంగానే వంట చేసుకోవాలి. మీరు పశ్చిమాభిముఖంగా చేస్తున్నారు. అది మంచిది కాదు.

తలుపులు సరైన స్థానంలో ఉన్నాయా?

ఎన్.శ్యామ్‌సుందర్ – అంతర్వేది

ప్రశ్న: మా ఇంటి వాస్తు ఎలా ఉంది?

జవాబు: మీ ఇంటికి ఒక పోర్షను దక్షిణానికి, మరో పోర్షను ఉత్తరానికి వున్నాయి. దక్షిణ పోర్షన్‌కి తలుపులు సరిగ్గానే అమర్చారు. కానీ ఉత్తరం పోర్షన్‌కి తలుపులు నీచ స్థానంలో అమర్చారు. దక్షిణ పోర్షనులాగే ఈ పోర్షనులో కూడా తలుపులు అమర్చండి. అంటే ప్రస్తుతం కిటికీలు వున్న దగ్గర వరుసగా తలుపులు రావల్సి ఉంటుంది. ప్రస్తుతం తలుపులు వున్న చోటుకి కిటికీలను మార్చవచ్చు. ✦

వారఫలం

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

మేషం

ఆర్థిక పరిస్థితి నిరాశ పరుస్తుంది. రుణాలు చేయాల్సిన పరిస్థితులు వస్తాయి. జీవిత భాగస్వామి నుంచి ధన, వస్తు లాభాలు పొందుతారు. తగాదాలకు దూరంగా వుంటే మంచిది. ప్రయాణాలలో తొందరపాటు వద్దు. చదువు ప్రావీణ్యం కోసం చేసే ప్రయత్నాలు కలిసి వస్తాయి. ప్రజల ఆదరాభిమానాలు అందుకుంటారు. శుభ వార్తలు వింటారు.

వృషభం

నూతన మిత్రులు పరిచయమై కొత్త కార్యక్రమాలకు శ్రీకారం చుడతారు. వృత్తి వ్యాపారాలు లాభసాటిగా సాగుతాయి. సన్నిహితుల నుంచి విలువైన సమాచారం అందుకుంటారు. సన్మానాలు జరుగుతాయి. పుణ్యక్షేత్రాల సందర్శనం చేసుకుంటారు. కుటుంబ సమస్యలు తీరి ఊరట చెందుతారు. సేవా కార్యక్రమాలలో చురుకుగా పాల్గొంటారు.

మిథునం

కొత్త విషయాలు తెలుసుకుంటారు. ముఖ్యమైన వ్యవహారాలు సకాలంలో పూర్తి చేస్తారు. జీవిత భాగస్వామి నుండి ఆస్తిలాభం పొందుతారు. ఉద్యోగస్తులకు కొత్త హోదాలు లభిస్తాయి. అన్నపూర్ణాదేవి శ్లోకం చదవడం శుభ ఫలితాలనిస్తుంది. బంధు మిత్రుల నుండి కీలక సమాచారం అందుకుంటారు. ఆహార, ఆరోగ్య సలహాలు పాటించండి.

కర్కాటం

శ్రమకు తగిన ఫలితాలు పొందలేకపోవచ్చు. పనులు కాస్త ఆలస్యం జరిగినా చివరికి పూర్తి చేస్తారు. గృహ నిర్మాణ ఆలోచనల్లో తొందరపాటు వద్దు. బాధ్యతలు పెరిగినా సమర్థవంతంగా నిర్వహిస్తారు. సిద్ధ గంధంతో శ్రీ వేంకటేశ్వర స్వామివారికి అర్చన జరిపించండి. జీవిత భాగస్వామితో చర్చించి కార్య ప్రణాళిక సిద్ధం చేసుకుంటారు. ప్రయాణ సూచనలున్నాయి.

సింహం

పనుల్లో ఎదురైన ఆటంకాలు తొలగుతాయి. ఇంటా బయటా ప్రోత్సాహం లభిస్తుంది. అనుకోని అవకాశాలు లభిస్తాయి. కీలక నిర్ణయాల్లో తొందరపాటు వద్దు. వృత్తి, వ్యాపారాలలో లాభాలు పొందుతారు. సుమంగళి పసుపుతో గౌరీదేవి అమ్మవారి అష్టోత్తరం చదువుతూ అర్చన చేయడం మంచిది. దైవ చింతన కలిగి వుంటారు. చర్చలు ఫలిస్తాయి.

కన్య

కొత్త వ్యక్తులతో పరిచయం ఏర్పడుతుంది. నూతన కార్యక్రమాలకు శ్రీకారం చుడతారు. ఆర్థిక పరిస్థితి మెరుగు పడుతుంది. సన్నిహితుల నుంచి కీలక సమాచారం అందుతుంది. విద్యా, ఉద్యోగ అవకాశాలు పొందుతారు. అన్నపూర్ణాదేవి శ్లోకం చదవడం మంచిది. వ్యవసాయ సంబంధమైన ఉత్పత్తుల వ్యాపారం చేసేవారికి అనుకూలంగా ఉంటుంది.

తుల

కుటుంబంలో ఏర్పడిన చికాకులు తొలగుతాయి. ఆర్థిక పరిస్థితి అంతంత మాత్రంగా ఉన్నా అవసరానికి డబ్బు అందుతుంది. ఎదురు చూస్తున్న కాంట్రాక్టులు లభిస్తాయి. క్రయ-విక్రయాలలో స్వల్ప లాభాలు పొందుతారు. గతించిపోయినవారి జ్ఞాపకాలు బాధ కలిగిస్తాయి, డిప్రెషన్‌కి కారణమవుతాయి. ఆహార, ఆరోగ్య సలహాలు పాటించడం అత్యవసరం. విలువైన వస్త్రాభరణాలు కొనుగోలు చేస్తారు.

వృశ్చికం

పనులు సకాలంలో పూర్తి చేస్తారు. కొత్త వ్యక్తులతో పరిచయాలు పెరుగుతాయి. వృత్తి, వ్యాపారాలు విస్తరిస్తారు. ఉద్యోగులకు ఇంక్రిమెంట్ లభిస్తుంది. విలువైన వస్తువులు, వస్త్రాలు కొనుగోలు చేస్తారు. శ్వాసకోశ సంబంధ సమస్యలు ఇబ్బంది కలిగిస్తాయి. అకారణంగా ఓ మిత్రుడితో విరోధం రాకుండా ముందు జాగ్రత్త వహించండి. విద్యార్థులు పరీక్షలు వత్తిడికి లోను కాకుండా సమయ పాలన పాటించండి.

ధనుస్సు

ఇంటా, బయటా ఏర్పడిన చికాకులు తొలగుతాయి. పనులు నిదానంగా సాగుతాయి. ఆరోగ్య, వాహనాల విషయంలో జాగ్రత్తలు తూచా తప్పకుండా పాటించండి. వ్యాపార లావాదేవీలు లాభసాటిగా సాగుతాయి. దైవ చింతన కలిగి వుంటారు. నూతన ఉద్యోగ అవకాశాలు కలిసి వస్తాయి. సహోదరి ద్వారా శుభ వార్తలు వింటారు. కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి శుభకార్యాల్లో పాల్గొంటారు. ప్రయాణ సూచనలున్నాయి.

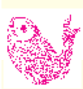
మకరం

ముఖ్యమైన వ్యవహారాల్లో విజయం సాధిస్తారు. దూర ప్రాంతాల నుంచి వచ్చిన సమాచారం ఆనందం కలిగిస్తుంది. ఆర్థిక లావాదేవీలు లాభసాటిగా సాగుతాయి. విలువైన వస్త్రాభరణాలు కొనుగోలు చేస్తారు. సంగీత, సాహిత్యాలపై ఆసక్తి కలిగి వుంటారు. సంఘంలో మీ మాటలకు విలువ పెరుగుతుంది. ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధ వహించండి. సేవా కార్యక్రమాల్లో చురుకుగా పాల్గొంటారు. విద్యార్థులకు అనుకూలం.

కుంభం

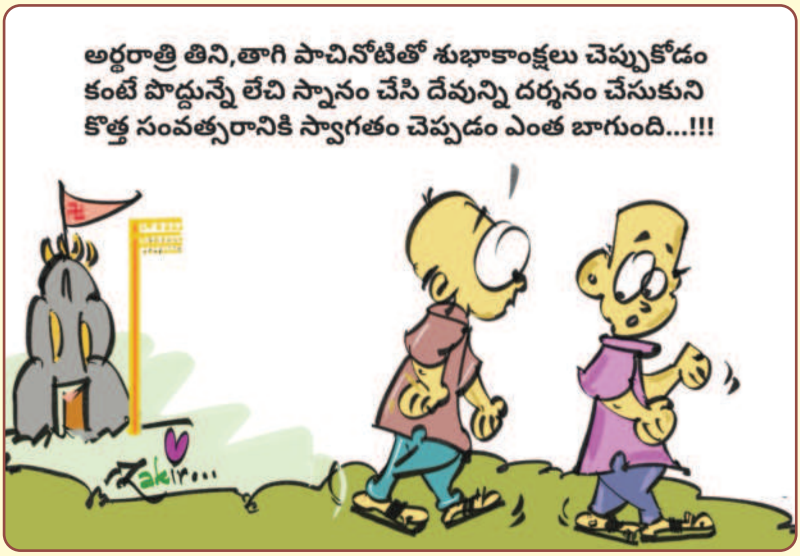
ఆస్తి వివాదాలు తీరి నూతన ఒప్పందాలు కుదురుతాయి. సన్నిహితుల నుంచి కీలక సమాచారం అందుకుంటారు. సహోదరులను కలిసి ఆనందంగా గడుపుతారు. అనుకోని విధంగా స్వల్ప ధనలాభం పొందుతారు. ముఖ్య వ్యక్తులను కలుసుకుంటారు. విలువైన సమాచారం తెలుసుకుంటారు. ఉద్యోగ ప్రయత్నాలు ఫలించే సూచనలు అధికం.

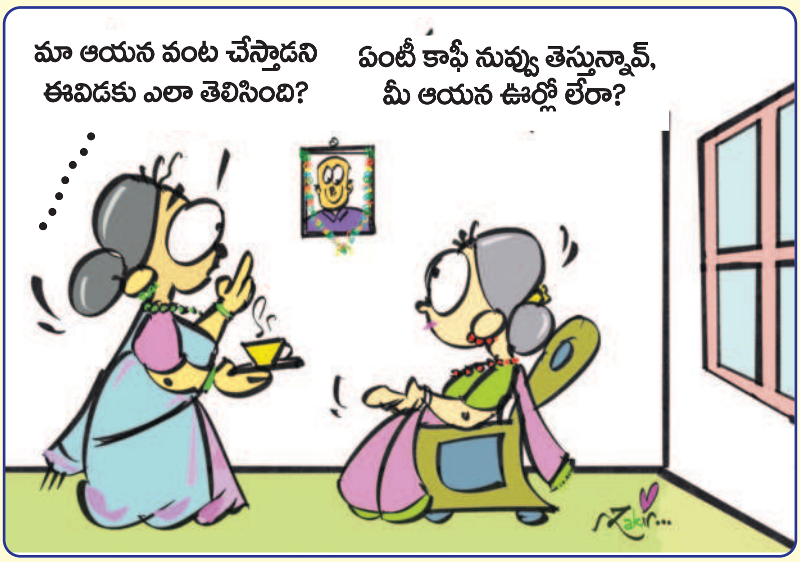
మీనం

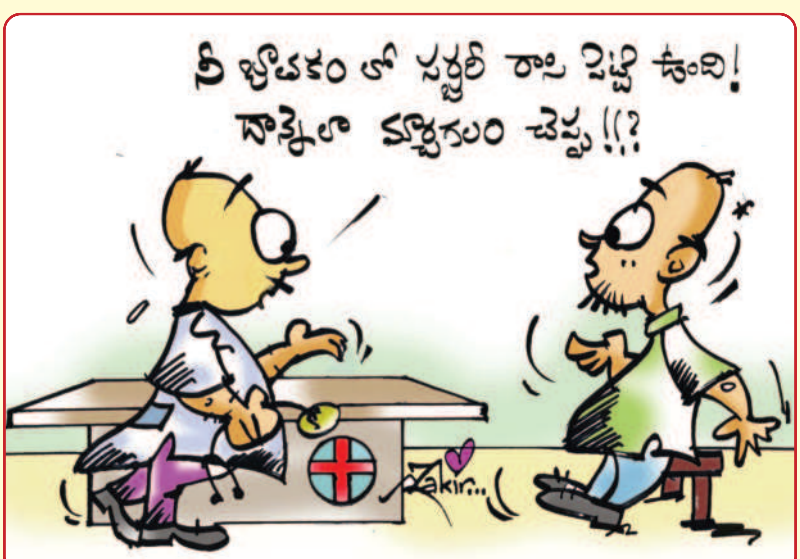


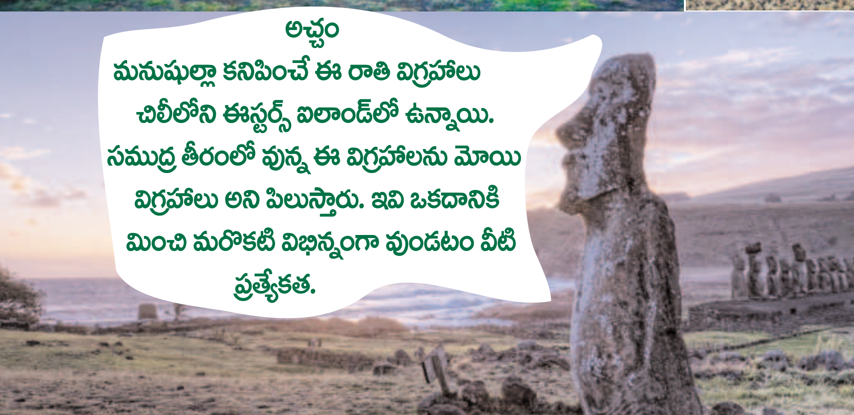
రుణాలు తీరి ఊరట చెందుతారు. గృహ నిర్మాణ ఆలోచనలు కలిసి వస్తాయి. ముఖ్యమైన వ్యవహారాలు సకాలంలో పూర్తి చేస్తారు. షేర్లు, భూముల క్రయ-విక్రయాల్లో లాభాలు పొందుతారు. నూతన ఉద్యోగ అవకాశాలు కలిసి వస్తాయి. కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి పుణ్యక్షేత్రాలు సందర్శిస్తారు. విద్యార్థులు పరీక్షల వత్తిడికి లోను కాకుండా సమయపాలన పాటించడం అత్యవసరం. ఆరోగ్యం జాగ్రత్త.

ఈ వారం కా'ర్టూన్స్'


అర్ధరాత్రి తిని, తాగి పాచినోటితో శుభాకాంక్షలు చెప్పుకోడం కంటే పొద్దున్నే లేచి స్నానం చేసి దేవున్ని దర్శనం చేసుకుని కొత్త సంవత్సరానికి స్వాగతం చెప్పడం ఎంత బాగుంది...!!!
Zakir...


మా ఆయన వంట చేస్తాడని ఈవిడకు ఎలా తెలిసింది?
ఏంటీ కాఫీ నువ్వు తెస్తున్నావ్, మీ ఆయన ఊర్లో లేరా?
Zakir...


నీ జాతకం లో సర్జరీ రాసి పెట్టి ఉంది! దాన్నెలా మార్చగలం చెప్పు!!?
Zakir...



అచ్చం
మనుషుల్లా కనిపించే ఈ రాతి విగ్రహాలు
చిలీలోని ఈస్టర్స్ ఐలాండ్‌లో ఉన్నాయి.
సముద్ర తీరంలో వున్న ఈ విగ్రహాలను మోయి
విగ్రహాలు అని పిలుస్తారు. ఇవి ఒకదానికి
మించి మరొకటి విభిన్నంగా వుండటం వీటి
ప్రత్యేకత.