

లైంగిక వేధింపుల నుంచి
చిన్నారులకు
భద్రత ఏది?



నవ కవిత్వం నేను



నేను ఒక కవిత్వం ఒక కథ ఒక వెలుగు రేఖ ఒక చల్లని నీడ ఒక ఉదయం ఒక సాయంత్రం ఒక ఆధారం జగత్తుకు మూలం లోకమంతా నిండిన వైతన్యం నేను పుట్టినట్లువదిలి మెట్టినింటికి వచ్చి క్రొత్త బంధాలు స్వీకరించి ప్రేమ చిలకరించి నాదంటూ ఒక గూడు అల్లుకొని నా చుట్టూ అనుబంధం పెనవేసుకొని శక్తికి మారుపేరుగా కడలిలాంటి కష్టాలు ఎన్ని వచ్చినా కదలక పూదయంలో దాచిపెట్టిన

గంభీరమైన నదిలా ప్రవహిస్తూనే ఉన్నా నేనుజిప్రేమకు మారుపేరు అచంచలమైన విశ్వాసం విశాలమైన విశ్వం ఆది అంతం సమస్తం సహసం త్యాగం అతి మంచితనం అడగకుండా అన్ని అందించే జెన్నత్యం నేను స్త్రీ నారి అతివ మగువ ముదిత వెతుకుతున్నాజి నాది అనే అస్తిత్వాన్ని నాది అనే వ్యక్తిత్వాన్ని

అరుణ దేనియర్ 9000606889

లేఖలు

ముఖచిత్ర బాగుంది కథనం

యుద్ధం లో బాసటగా నిలచేందుకు ఉపాధి కోసం కిరాయి పైనికులుగా పనిచేస్తున్న భారతీయ యువకులు అర్ధంతరంగా అనువులు బాస్తున్న వారిపై ప్రత్యేక కథనాన్ని ప్రచురించిన మీకు సూర్య పత్రిక యాజమాన్యానికి, రచయిత వివి రావు గారికి ధన్యవాదాలు. ఈ తరహా మరిన్ని వ్యాసాలు ప్రచురించాలని కోరుకుంటున్నాం. ప్రచురించిన ఎడిటర్, యాజమాన్యాలకు ధన్యవాదాలు. సందర్భాను సారంగా మన పత్రికలో ప్రత్యేక వ్యాసాలు రాయించి ప్రచురిస్తున్న మీకు, సంపాదక వర్గానికి కృతజ్ఞతలు. తెలుగు భాషపైనా ఓ ప్రత్యేక కాలమ్ నిర్వహిస్తే బాగుంటుంది. భాషను మర చిపోయి బావ దారిద్రంలో ఉన్న వారికి ఉపయోగ పడుతుందని నా మనవి. - వారాంతపు రజనీ, వరంగల్ -బి మధుశేఖర్, హైదరాబాద్ సినిమా రివ్యూలు బాగున్నాయ్ వారం వారం విడుదలవుతున్న చిత్రాలలో మంచి చెడ్డలను, నటీనటులు, సాంకేతిక నిపుణులు

సూర్య ఆదివారం



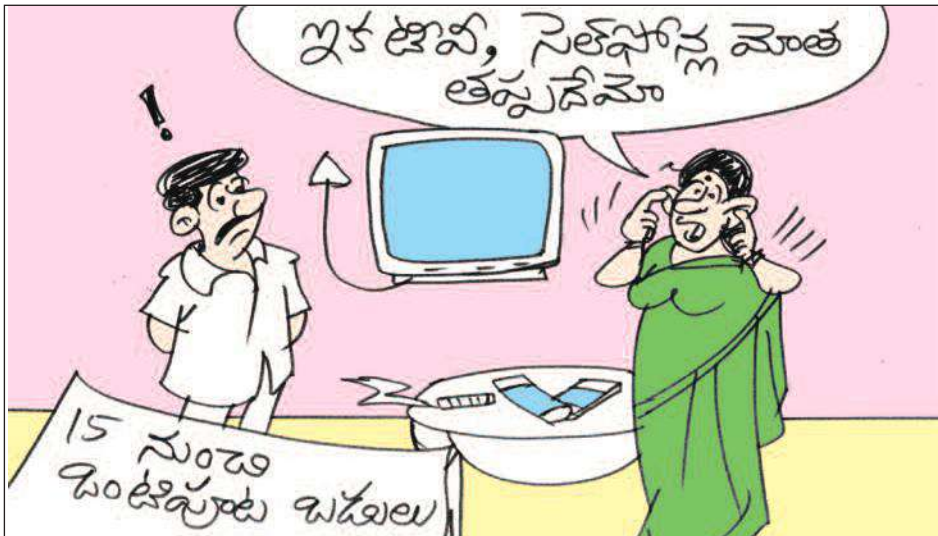
పనితీరును అర్ధవంతంగా వివరిస్తున్న విశ్లేషకు లకు ధన్యవాదాలు. ప్రధానంగా ధియేటర్లోకి రాకుండా ఓటిటికే పరిమితమవు తున్న సినిమా లపైనా విశ్లేషణలే చేస్తుండటం హర్షించదగ్గది. - ముక్కామలపద్మావతి, హైదరాబాద్ కథలు బాగున్నాయి వారం వారం ప్రచురిస్తున్న కథలు బాగున్నాయి కొత్త రచయితలకు మీరందిస్తున్న ప్రోత్సాహం బాగుంది. అలాగే ధారావాహిక మెచ్చుకోలు గా ఉంది. రచిత కథనాన్ని బాగా నడిపిస్తున్నారు. మంచి రచనలు అందిస్తున్న మీకు ధన్యవాదాలు -శ్రీవల్లి తన్వయ్, హైదరాబాద్,

రుభిరరాగాల వీణ..



అతుకుల ఒప్పుందానికి చతికిలపడ్డ దేశం పైతానుల విద్రోహానికి చిద్రమైన గాజు దేహం చితికిపోయిన బతుకులు శిథిలమై అడుగంటిన ఆశలు నెత్తుటి మరకలతో ఎర్రగైపోయింది పచ్చినెత్తుటి ముద్దగా మారిన పసిగుడ్డుల సున్నితదేహాలు తెగిపడిన అవయవాల కుప్పలు దాడిలో కుప్పకూలిన కుటుంబాలు.. ప్రపంచ రాజకీయ చదరంగక్రీడలో సమభోతున్న అమాయక పాలస్తీనా నేడు రుధిరధారల రాగాలు పలుకుతున్న వీణ.. కూలిపోయిన భారీ మంజీళ్లు నిర్ణీపదేహాల రక్తపుముద్దలు హృదయవిదారక దృశ్యాల్ని గాంచి జారిపోతున్న హృదయాలు కారిపోతున్న కన్నీళ్లు.. తనకు వ్యతిరేకమైనది ఈ జమానా చలించని ఈమాన్ ఖజానా.. ప్రతి అంగుళం రక్తంతోనే లేక కన్నీటితోనే తడిసిపోయింది విక్రత రాక్షసరక్త క్రీడను గాంచి ప్రతి హృదయం మూగబోయింది.. నర్సరాజ్ అన్నర్ 9440981198

టూ లా.బి. డాక్టర్



నారు



బుడత



బాలల కథ

చిన్న గుడిసె

జయరామరాజు రాజుగా పరిపాలిస్తున్నప్పుడు తన రాజ్యంలో ఎవరూ ఇల్లులేకుండా ఉండకూడదన్న ఉద్దేశ్యంతో ఇళ్లలేని బీద వారికి గుడిసె వేసుకొనడానికి కొంత స్థలమైనా ఇవ్వాలని నిర్ణయించుకున్నాడు .



పేద పల్లెలో ఉంటున్న ఇళ్లలేని పేదవారికి చెరువుకట్టకింద స్థలం చూపించి వారికి ఆ స్థలాలపై హక్కు ఇస్తూ గుడిసెలు నిర్మించుకొనడానికి కొంత సొమ్ములు ఇచ్చే ఏర్పాటు చేసాడు .

చెట్టుకింద కాపురముంటున్న చెంగయ్య కుటుంబానికి రాజు దయ వలన సొంతంగా గుడిసె నిర్మించుకొని అవకాశం వచ్చింది.

చెంగయ్య తాను నివసిస్తున్న చెట్టుగల స్థలమే తనకు సొంతం కావడం గొప్ప అద్భుతంగా భావించాడు .

గుడిసె నిర్మించుకొనడానికి చెట్టు కొట్టకుండా చిన్న గుడిసె నిర్మించాడు . ఇంటిలోని వారు, ఇరుగుపొరుగు వారు చెంగయ్య చేసిన పనికి నవ్వుతూ ఎగతాళి చేయసాగారు .

‘ఇంతకాలం నాకూ నాకుటుంబానికి నీడనిచ్చిన చెట్టును కొట్టడానికి నా మనసు అంగీకరించలేదు అందుకే నాకూ మీలా పెద్ద గుడిసె నిర్మించుకొనే అవకాశం వున్నా నేను చిన్న గుడిసె

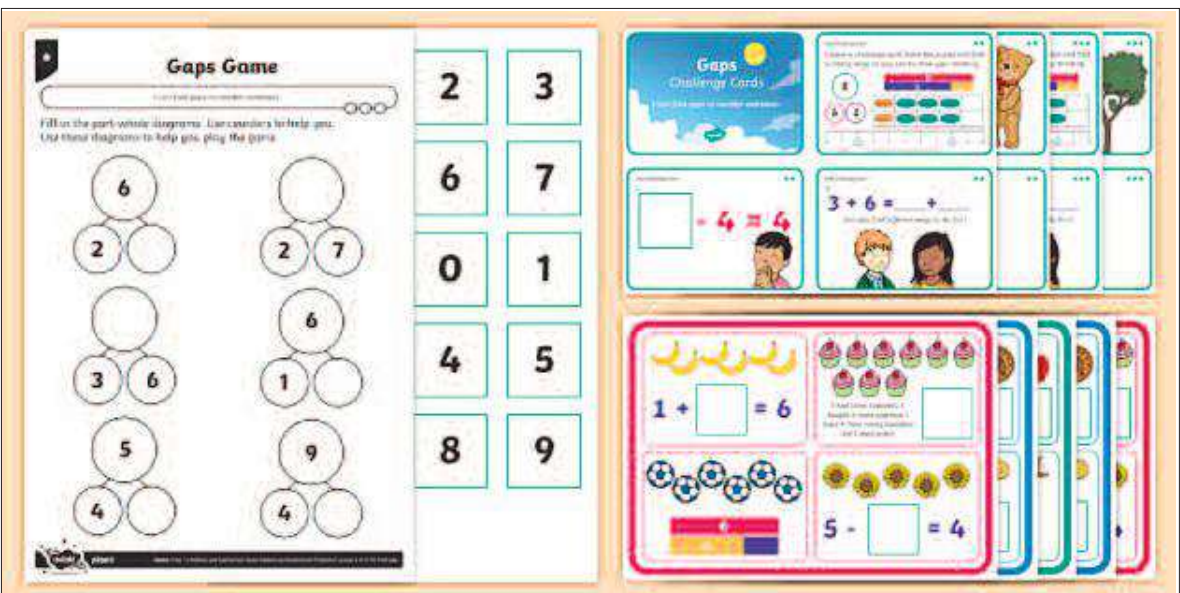
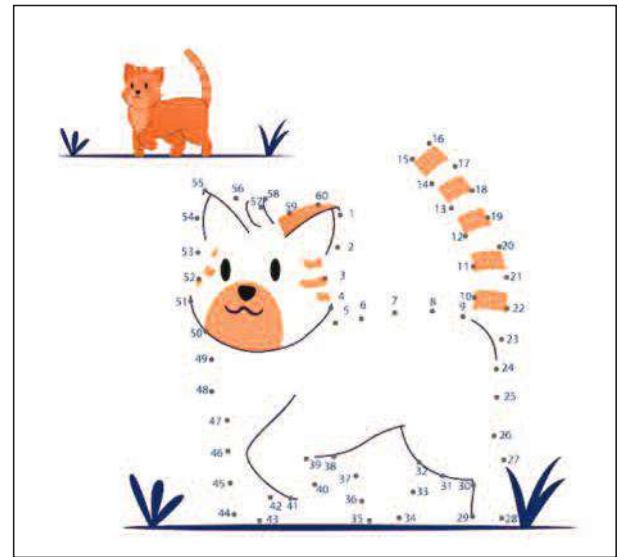
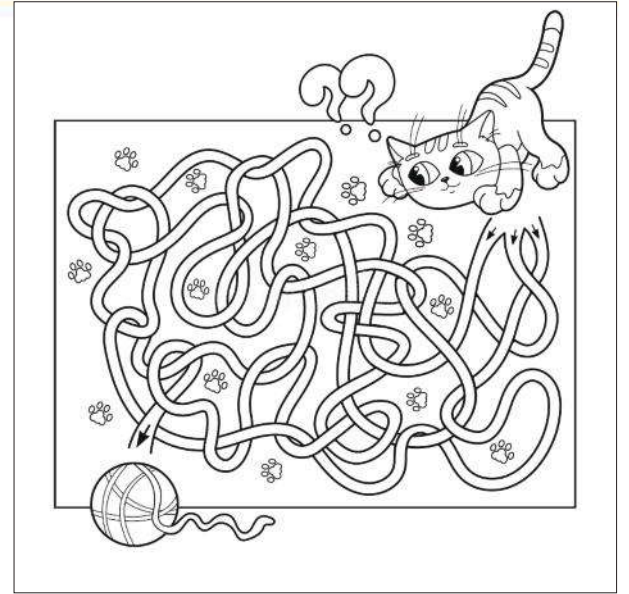
కట్టుకున్నాను ” అంటూ సమాధానమిచ్చాడు ఒకసారి పెద్ద వర్షం వచ్చి చెరువుగట్టుదగ్గరున్న గుడిసెలలో నీరు రాసాగింది

చెంగయ్య కుటుంబ సభ్యులు ఆహారధాన్యములతో చెట్టుపైన కూర్చొన్నారు .అలాగే ఇరుగుపొరుగు వారినీ కూర్చోమన్నాడు . వారూ చెట్టుపైన కూర్చొన్నారు.

“చెంగయ్య ఆ రోజు చెట్టును నీవు కాపాడావు. ఈ రోజు ఆ చెట్టు మీతో పాటు మమ్మల్నీ కాపాడింది. చిన్నిగుడిసె కట్టుకొన్నావంటూ నిన్ను ఆ రోజు ఎగతాళి చేసాము. మమ్మల్ని క్షమించు “ అన్నారు

(అయిపోయింది)

ఓట్ర ప్రకాష్ రావు
09787446026



“ క్షమించేవాడు మనిషి ,
క్షమించు అని అడిగేవాడు
పెద్దమనిషి ”



మధుమేహమున్నవారు ఉదయానే ఇవి తాగితే మంచిది

దయాబెటిస్తో ఇబ్బంది పడేవారికి ఎలాంటి ఫుడ్స్, డ్రింక్స్ తీసుకోవాలన్నా భయమే. ఎందుకంటే అవి ఎక్కడ రక్తంలోని చక్కెర స్థాయిలు పెంచేస్తాయోమో అని భయం ఉంటుంది. అయితే కొన్ని డ్రింక్స్ బ్లడ్లోని షుగర్ లెవెల్స్ కంట్రోల్ చేయవచ్చు అంటున్నారు. కానీ ఖాళీ కడుపుతోనే వాటిని తీసుకోవాలట. అయితే ఈ డ్రింక్స్ కేవలం మధుమేహమున్నవారే కాదు.. మధుమేహం రాకూడదనుకునేవారు కూడా తీసుకోవచ్చు. ఎందుకంటే ఇవి ఆరోగ్యానికి ఎన్నో ప్రయోజనాలు అందిస్తాయి. ఆరోగ్య ప్రయోజనాల కోసం మీరు ఎలాంటి డ్రింక్స్ తీసుకోవాలి.. ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

నిమ్మకాయతో..

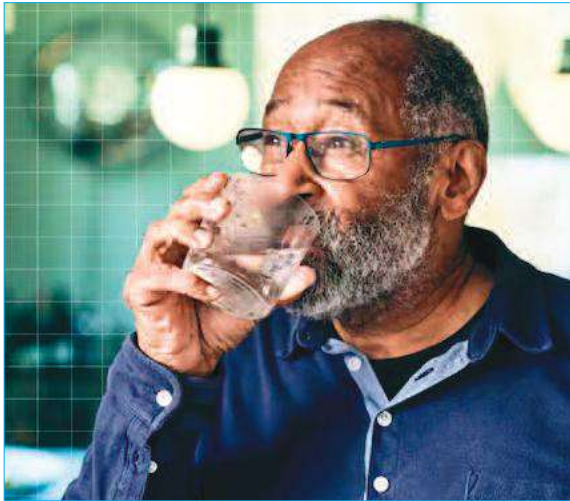
ఒక గ్లాసు గోరువెచ్చని నీటిలో.. నిమ్మరసం పిండి పరగడుపునే తాగాలి. ఈ డ్రింక్స్ శరీరాన్ని డిటాక్స్ చేస్తుంది. అంతేకాకుండా బరువు నిర్వహణలో హెల్ప్ అవుతుంది. మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు ఇది ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది.

మెంతి నీరు

మెంతి గింజల్లో కరిగే ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది రక్తంలోని చక్కెరను నియంత్రించడంలో సహాయం చేస్తుంది. కాబట్టి మీరు రాత్రి పడుకునే ముందు.. మెంతి గింజలను నీటిలో నానబెట్టాలి. ఉదయాన్నే ఆ నీటిని తాగవచ్చు.

ఉసిరి రసం

ఇండియన్ గూస్ బెర్రీలలో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది రక్తంలోని చక్కెరను కంట్రోల్ చేస్తుంది. అంతేకాకుండా రోగనిరోధక



శక్తిని పెంచుతుంది. మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు ఇది రెండు రకాలుగా పనికి వస్తుంది. కాబట్టి ఉసిరికాయలను మిక్సీ చేసి.. వాటి రసాన్ని షాట్ల తీసుకోవచ్చు.

కాకరకాయ రసం

షుగర్ పేషంట్లకు కాకరకాయ ఓ వరమని చెప్పవచ్చు. కాకరకాయలో ఇన్సులిన్ చర్మను అనుకరించే సమ్యేకనాలు ఉన్నాయి. ఇవి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను కంట్రోల్ చేయడంలో హెల్ప్ చేస్తాయి. కాబట్టి కాకరకాయ రసాన్ని ఉదయాన్నే తీసుకుంటే చాలా ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది.

కలబంద

ప్రతి ఇంట్లో ఉండే కలబంద ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు అందిస్తుంది. చర్మ సంరక్షణకు, గాయలను దూరం చేయడానికి సహాయం చేస్తుంది. పైగా దీనిలో హైపోగ్లైసెమిక్ ప్రభావాలు కూడా ఉన్నాయి. కాబట్టి దీనిని ఖాళీ కడుపుతో తాగితే మంచిది. ఇది రక్తంలోని చక్కెరను నియంత్రించడంలో సహాయం చేస్తుంది.

తులసి టీ

హిందువులు పవిత్రంగా భావించే తులసితో ఎన్ని ఆరోగ్యప్రయోజనాలు ఉన్నాయో తెలుసా? ఇవి యాంటీ దయాబెటిక్ లక్షణాలు కలిగి ఉన్నాయి. కాబట్టి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను కంట్రోల్ చేయడం కోసం తాజా తులసి ఆకులతో టీని తయారు చేసుకోవచ్చు. ఇది రెగ్యులర్గా తీసుకుంటే చాలామంచిది.

దాల్చిన చెక్క టీ

దాల్చిన చెక్క శరీరంలో ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీని మెరుగుపరుస్తుంది. కాబట్టి దాల్చిన చెక్కలను నీటిలో వేసి మరిగించి టీగా తయారు చేసుకోవచ్చు. దీనివల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు కంట్రోల్లో ఉంటాయి.

ఈ డ్రింక్స్ ఖాళీ కడుపుతో తీసుకుంటే మంచి ప్రభావాలు పొందవచ్చు. అందుకే ఉదయాన్నే పరగడుపున తీసుకోవాలి అంటున్నారు. ఇవి మధుమేహాన్ని కంట్రోల్ చేయడమే కాకుండా.. పోషకాలను, వివిధ ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తాయి. అయితే ఇవి ఎంత మంచివైనా.. మీరు ఉపయోగించాలి, తాగాలి అనుకున్నప్పుడు కచ్చితంగా వైద్యుని సలహా తీసుకోవాలి.

ఆలయాల నీడ ఇళ్లపై పడితే ఏమవుతుంది!

దేవాలయం అంటేనే పవిత్రమైన స్థలం. దేవుడి సన్నిధిలో అడుగుపెట్టగానే ఓ తన్మయత్వానికి లోనవుతారు భక్తులు. ఎందుకంటే శాస్త్రబద్ధంగా నిర్మించిన ఆలయంలో ఓ శక్తి కేంద్రీకృతమై ఉంటుంది. నిత్యం పూజలు, హోమాలు, యాగాలు జరుగుతుండడంతో అక్కడ పాజిటివ్ ఎనర్జీ నిండి ఉంటుంది. అందుకే ఆలయంలో అడుగుపెట్టేవారు పవిత్రంగా ఉండాలని సూచిస్తారు. మరి మొత్తం పాజిటివ్ ఎనర్జీ ఉన్నప్పుడు ఆ సమీపంలో ఉన్నవారందరికీ మంచి జరగాలి కదా? మరి ఆలయాల సమీపంలో ఇళ్లు ఉండకూడదని ఎందుకంటారు? ఆలయాల నీడ పడితే మంచిది కాదని చెబుతారెందుకు? ఇందులో నిజమెంత? వాస్తవ శాస్త్ర పండితులు ఏమంటున్నారు?



చూసుకోండి. ఆ ఇంట్లోకి వెళ్లినప్పటి నుంచీ ఎలా ఉన్నారో గమనించండి...అవసరం అయితే నిపుణులైన వాస్తు నిపుణులను పిలిచి చూపించి..వారి సూచనల మేరకు మార్పులు చేర్పులు ఏమైనా ఉంటే చేసుకుంటే సరిపోతుంది.

మరో వాదన ఇదే!

ఆగమశాస్త్ర ప్రకారం సంప్రదాయ బద్ధంగా ఆలయాన్ని నిర్మిస్తారు. బీజాక్రాలతో కూడిన దేవతా యంత్రాన్ని, అత్యంత పవిత్రమైన విగ్రహాన్ని గుళ్లో ప్రతిష్ఠిస్తారు. ఆలయాల్లో నిత్యం అర్చనలు, అభిషేకాలు జరుగుతాయి. కానీ ఇళ్లలో అలాకాదు.. అప్పుడప్పుడు అశుభ కార్యాలు జరుగుతాయి, ఆడపిల్లలకు నెలా నెలా ఇబ్బందులుంటాయి. ఆ ప్రభావం గుడికొచ్చే భక్తులపై పడొద్దనే ఉద్దేశం కూడా అయి ఉండొచ్చంటారు మరికొందరు పండితులు.

ఆలయానికి 200 అడుగుల దూరంలో..

ఆలయం నీడ పడే ఇంట్లో సుఖసంతోషాలు, మనశ్శాంతి ఉండదంటారు వాస్తు నిపుణులు. ఆ ఇంట్లో నిత్యం ఏదో విషయంపై వివాదాలు జరుగుతూనే ఉంటాయి. అందుకే ఆలయానికి మరీ దగ్గరగా కాకుండా కనీసం 200 అడుగుల దూరంలో ఇల్లు ఉండేలా చూసుకుంటే మంచిది. ఇంటికి, గుడికి ఉండే దూరాన్ని గర్భ గుడిలో మూల విరాట్టు విగ్రహం నుంచి పరిగణలోకి తీసుకోవాలి

ఆలయానికో నియమం

వాస్తు శాస్త్రం ప్రకారం శివాలయాలకు ఇళ్లు వెనుకవైపు..శ్రీ మహావిష్ణువు ఆలయాలకు ముందువైపు ఇళ్లు ఉండొచ్చు. శివాలయానికి దగ్గరలో ఉంటే శత్రు భయం, విష్ణు ఆలయానికి దగ్గరలో ఉంటే ఇంట్లో డబ్బు నిలవదంటారు. ఇక అమ్మవారి ఆలయానికి దగ్గర్లో ఉంటే ఆ శక్తి కారణంగా ఆ ఇంట్లోని వారు ఎవరూ వృద్ధి చెందరు, ఏ కార్యక్రమంలోనూ పురోగతి సాధించరు. విఘ్నాలు తొలగించే విషాయకుని ఆలయం ఇంటికి ఉత్తరం, వాయువ్యం వైపు ఉంటే ఈ

ఇంట్లో ఉండేవారికి ధన నష్టం, అవమానాలు ఎదురవుతాయి. వృధా ఖర్చులు పెరుగుతాయి.

ధ్వజస్తంభం నీడ పడకూడదు

ఇంటిపై ధ్వజస్తంభం నీడ కూడా పడకూడదంటారు. దేవుడి ధ్వజం శక్తి సంపన్నం, ఉగ్రరూపం అందుకే ధ్వజస్తంభం ధ్వజం దేవుడి వైపు తిరిగి ఉంటుంది. అందుకే పూర్వకాలంలో పర్వతాలు, నదీతీరంలో మాత్రమే దేవాలయాలు ఉండేవి.

ఇప్పటికే ఆలయాల సమీపంలో ఉన్నవారి పరిస్థితి ఏంటి?

ఆలయాల సమీపంలో ఉన్నవారంతా భయపడాల్సిన అవసరం లేదు. మీ ఇల్లు డైరెక్షన్ ఎటువైపు ఉందో

పాఠకులు, విశ్లేషకులు, రచయితలు తమ రచనలు క్రింది చిరునామాకు గానీ సూర్య దినపత్రిక ఎడిటోరియల్ మెయిల్ ఐడికి గాని పంపవలసినదిగా మనవి మెయిల్ : suryaeditpage@gmail.com SPR publications, Surya Soudha, Plot.No: 185, M.C.H. NO.258/1/185, siddi vinayaka nagar, Ayyappa Society Opp: Hi-Tech City, Hyderabad - 500 072.



లైంగిక వేధింపులనుంచి చిన్నారులకు భద్రత ఏది?

భర్త నుంచి కూతుర్ని కాపాడుకునేందుకు 30 లక్షలు ఖర్చు...?

“నేను చిన్నప్పుడు ఇష్టపడేదాన్ని నాపైన లైంగిక దాడి ఎంతో రహస్యంగా ప్రారంభమైనప్పుడు ప్రతిదీ నా కళ్లముందు మసకబారిపోయింది. ఆ సమయంలో ఏమి జరుగుతుందో నాకు అర్థం కాలేదు. కానీ తీవ్రమైన భయాందోళనకు గురయ్యాను. మనసులో ఎంతో గందరగోళంగా అనిపించింది. చీకటి మేఘం నాపై ఎప్పుడూ వేలాడుతున్నట్లుగా ఉంటోంది. ఆ పరిస్థితులను ఎలా పోగొట్టాలో నాకు తెలియదు. నేను ఎవరికైనా చెప్పాలనుకున్నా... ఏదో తెలియని భయం. సిగ్గు. చెబితే ఎవరైనా నన్ను అసహించుకుంటారోనన్న తీవ్ర ఆవేదన. నా వయస్సులో ఉన్న ఏ పిల్లలా ఇంత భారాన్ని మోయకూడదు. దయచేసి, మీరు మీ పిల్లలపై ఏదైనా తప్పుడు చర్యలు జరుగుతున్నాయేమో గమనించాలి. ఒక వేళ అలా జరిగితే వారి తరపున మీరు గొంతెత్తి మాట్లాడండి. వారి ఆవేదనను మీ ద్వారా వినిపించండి. లైంగిక దాడులను ఎదుక్కంటున్న చిన్నారులను నిందించకండి.. చులకనగా చూడకండి. వారిని వేధించకండి. వారికి మీరు పూర్తి రక్షణగా నిలబడండి. వారికి మళ్లీ వెలుగును చూపించడానికి మీరు సహాయపడండి” అని తన చిన్నతనంలో లైంగిక వేధింపులకు గురైన పరాజిత (పేరు మార్చబడింది) చెప్పింది. ప్రస్తుతం బహుళజాతి కంపెనీలో ఆమె హెచ్ ఆర్ హెడ్ గా పనిచేస్తున్నారు.

చిన్నారుల లైంగిక వేధింపుల కేసులో తన భర్త జైలుకు వెళ్లాడు. ఆయన తిరిగి జైలు నుండి విడుదలైన తర్వాత కూతురితో కలిసి మెలసి తిరిగితే తన పిల్లను కూడా ఏదైనా చేస్తాడనే భయాన్ని ఆ తల్లి మనస్సును చుట్టుముట్టింది. తండ్రి హెడాలో... సంబంధం పెట్టుకునేందుకు తనను గానీ, తన కూతుర్నికానీ వేధిస్తాడేమోనని మాధ్యూస్ (పేరు మార్చడం జరిగింది.) చాలా భయపడ్డారు. కూతురి విషయంలో రిస్క్ తీసుకోవడానికి ఆమెకు అసలు ఇష్టం లేదు. కూతురితో భర్తకు ఎటువంటి సంబంధం లేకుండా చూడాలంటూ ఆమె ఫ్యామిలీ కోర్టును ఆశ్రయించారు. వేల్స్ లోని కార్డిఫ్ కోర్టు బయట అటూ ఇటూ తచ్చాడుతూ కనిపించారు మాధ్యూస్. ఆమె ఎంతో టెన్షన్ గా ఉన్నారు. కోర్టుతో తన పిటిషన్ పై న్యాయమూర్తి ఎటువంటి తీర్పునిస్తారో అన్న భయం ఆమె ముఖంలో స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది. మాధ్యూస్ అంతకు ముందు ఎప్పుడూ ఫ్యామిలీ కోర్టు లోపలికి వెళ్లేవారు. ఇప్పుడు మాత్రం తప్పలేదు. తన కూతుర్ని భర్త నుంచి ఎలా రక్షించుకోవాలో అని సతమతమవుతూ తొలిసారి ఆమె కోర్టులో కాలుమోపారు. మాధ్యూస్ భర్త ప్రస్తుతం పెడోఫిలియా నేరారోపణలతో (చిన్నారులను లైంగిక వేధింపులకు గురిచేయడం వల్ల) జైలులో ఉన్నారు. పెడోఫిలియా ఉన్నవారు చిన్నపిల్లల్ని లైంగిక వేధింపులకు గురి చేస్తుంటారు. గత కొన్ని నెలల క్రితం ఆయనకు జైలు శిక్ష పడినప్పుడు, తన కూతురితో భవిష్యత్తులో ఎలాంటి సంప్రదింపులు జరపకూడదని ఆదేశాలు జారీ చేశారు. కానీ, తన సొంత కూతుర్ని కలవకుండా భర్తను అడ్డుకొనలేనని మాధ్యూస్ తీవ్ర ఆదోంశన చెందుతున్నారు. తండ్రి అనే హక్కుతో ఆయన కూతుర్ని కలిసే అవకాశం ఉంటుంది.

తన కూతురు ఆరోగ్యం, విద్యాభ్యాసం ఎలా ఉంటుందో తెలుసుకునేందుకు ఏదో ఒక సమయంలో ఏడాదిలో కనీసం ఒకసారైనా ఆయన కలుస్తారనే భయం. భర్త జైలు నుంచి విడుదలైన తర్వాత కూతురి పరిస్థితి ఏంటని మాధ్యూస్ చాలా భయపడ్డారు. తనకు తెలియకుండా కూతుర్ని సూల్ నుంచి తీసుకెళ్లిపోతే ఎలా అని ఆలోచించారు. ఈ భయమే ఆమెను ఫ్యామిలీ కోర్టు దాకా తీసుకెళ్లింది. ఇతర పిల్లలను లైంగిక వేధింపులకు గురి చేసిన విధంగానే తన కూతుర్ని కూడా చేస్తాడేమోనని మాధ్యూస్ ఎంతో భయపడ్డారు. “అప్పుడు నన్ను నేను క్షమించుకోలేను” అని కోర్టుకు వివరించారు.

తల్లిదండ్రుల మద్దతుతో, మాధ్యూస్ ఈ కీలక నిర్ణయం తీసుకున్నారు. తల్లిదండ్రుల హక్కుల నుంచి మాజీ భర్త ను తొలగించాలని కోరుతూ ఆమె కోర్టును ఆశ్రయించారు. కూతురికి 18 ఏళ్లు వచ్చేంత వరకు నేరుగా కానీ, పరోక్షంగా కానీ, సోషల్ మీడియా ద్వారా ఏ విధంగా కూడా భర్తకు ప్రమేయం లేకుండా చేయాలని ఆమె కోర్టును కోరారు. తన మాజీ భర్త



తీవ్రమైన నేరాలు చేసినప్పటికీ, ఈ ప్రక్రియ చాలా కష్టమవుతుందని భావించానన్నారు. ఎందుకంటే తన మాజీ భర్త చాలా మాని పులేటివ్ అని, కోర్టు తనవైపుకి తిప్పుకుంటాడేమోనని భయపడ్డానని మాధ్యూస్ వెల్లడించారు. తొలుత ఆమెకు ఎటువంటి న్యాయ సాయం అందలేదు. తొలి విచారణకు ముందే తన న్యాయవాది ఫీజులను రెట్టింపు చేశారు. ఈ కేసులను ఇప్పటి వరకు ప్రైవేట్ గానే విచారించే వారు. అంటే, విచారణలో ఏం జరిగిందో ప్రజలకు తెలియజేసేందుకు కనీసం జర్నలిస్టులను కూడా అనుమతించే వారు కాదు. కానీ, ఇంగ్లాండ్ లోని లీడ్స్, కార్డిఫ్, వేల్స్ లోని కార్డిఫ్ లోని ఫ్యామిలీ కోర్టులలో విచారణకు హాజరయ్యేందుకు ఈ జనవరి నుంచే అక్రిడిటెడ్ జర్నలిస్టులకు మాత్రమే అనుమతిస్తున్నారు.

గత ఆరు నెలలుగా మాధ్యూస్ కేసు విచారణను ఒక అంతర్జాతీయ మీడియా సంస్థ ప్రతినిధులు పూర్తిగా పరిశీలిస్తున్నారు. కేసు విచారణకు కూడా ఆ సంస్థ ప్రతినిధులు హాజరవుతున్నారు. ఫ్యామిలీ కోర్టులో మాధ్యూస్ స్ట్రీమ్ కు వెనుకాల కూర్చుని ఉన్నారు. తన మాజీ భర్త జైలు నుంచి వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా ఈ విచారణకు హాజరయ్యారు. ఆయనకు న్యాయవాది లేరు. పెద్ద స్ట్రీమ్ లో తన మాజీ భర్త కనిపించారు. చూడటానికి చిన్నగా ఉన్న ఆయన పెద్ద టేబుల్ వెనుకాల కూర్చుని ఉన్నారు. ఆయన ఎదురుగా టేబుల్ పై పేపర్లున్నాయి.

వెల్స్ చిల్డ్రెన్, ఫ్యామిలీ కోర్ట్స్ అడ్వయిజరీ సర్వీసుకు చెందిన సామాజిక కార్యకర్త కూడా ఈ విచారణకు హాజరయ్యారు. తీవ్రమైన నేరాలు చేయడం వల్లనే తాను జైలులో ఉన్నానని బెతాన్ భర్త అంగీకరించారు. కూతురు కోసం జైలులో ఉండాలనుకుంటున్నట్లు చెప్పారు. ప్రతి వారం ఆయన కూతురికి ఉత్తరాలు రాస్తున్నారు. కానీ, వాటిని పంపించలేకపోతున్నారు. కూతురు కోసం జైలులో ఉండాలని కోరుకుంటున్నానని చెప్పినప్పుడు ఆయన గొంతు జీరబోయింది. ఆ మాటలను మాధ్యూస్ వినేందుకు కూడా తట్టుకోలేకపోయారు. చిన్న పిల్లల్ని ఇంతటి నరకంలోకి నెట్టిన ఆ వ్యక్తిని క్షమించడం, రాజీకి రావడం అన్నది ఆమెకు భరించరానిదిగా అనిపించింది. కుటుంబ హక్కుల విషయంలో ప్రైవేట్ గా జరుగుతున్న 80 వేలకు పైగా కేసులలో మాధ్యూస్ కూమార్తె కేసు కూడా ఒకటి. 2022లో ఇంగ్లాండ్ లో ప్రైవేట్ ఫ్యామిలీ లా కేసులు సగటున సుమారు 10 నెలల పాటు అంటే 45 వారాల పాటు సాగాయి. ప్రస్తుతం ప్రైవేట్ ఫ్యామిలీ కోర్టు వ్యవస్థ సంక్షోభంలో ఉందని లా సొసైటీ (ఇంగ్లాండ్, వేల్స్ బార్ అసోసియేషన్) చెప్పింది.

(మిగతా 8వ పేజీలో)



(7వ పేజీ తరువాయి)

చట్టం ప్రకారం తల్లిదండ్రుల హక్కులనేవి సంపూర్ణమైనవి. కోర్టు ఆదేశాల మేరకే వీటిని నిర్వహించగలమని ఫ్యామిలీ లా బార్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు హన్నా మార్కమ్ అన్నారు. “ఒకవేళ ఎవరైనా తీవ్రమైన పెడోఫిలియా నేరాలు చేసి జైలులో ఉన్నప్పటికీ, తల్లిదండ్రుల హక్కులు వారికుంటాయి” అని మార్కమ్ చెప్పారు. మాథ్యూస్ ఈ కేసు పోరాటంలో చాలా తెగువను చూపించారని కొనియాడారు. ఒక సామాజిక కార్యకర్త కూడా కొన్ని వారాల పాటు కోర్టు విచారణకు హాజరయ్యారు. మాథ్యూస్ ఆమె కూతురితో పాటు జైలులో ఉన్న తన మాజీ భర్తను కలిశారు. మాజీ భర్తకు ఈ కేసు చాలా క్లిష్టమైందని, మనో వేదనకు గురిచేసిందని ఆ సామాజిక కార్యకర్త చెప్పారు. మాథ్యూస్ మాజీ భర్త ఈ విషయంలో కన్నీళ్లు పెట్టుకున్నారు. కోర్టుకు కృతజ్ఞతలు చెప్పడానికి ముందు, తన కూతురికి తగిన తండ్రీగా ఉండలేకపోతున్నందుకు చింతిస్తున్నానని అన్నారు. విడుదలైన తర్వాత తనను తాను మార్చుకుంటానని తెలిపారు. కూతురు ఎలా ఉందో, ఏం చేస్తుందో తెలియజేసేందుకు ప్రతి సంవత్సరం ఒక రిపోర్టు ఇవ్వాలని ఆయన కోరారు. ఇలాంటి పరోక్ష సంప్రదింపులను కూడా మాథ్యూస్ కోర్టులో అంగీకరించడం లేదు. ఆ రిపోర్ట్ వల్ల ఏం లాభమని న్యాయవాది అడగగా.. ఇది తనకు చాలా విలువైనదని అన్నారు మాథ్యూస్ మాజీ భర్త. ఈ కేసు నడుస్తున్నప్పుడు కోర్టు ఖర్చులు కూడా బాగా పెరిగిపోయాయి.

మాథ్యూస్ కోర్టు ఖర్చులు భరించేందుకు ఆమె తల్లిదండ్రులు వారి ఇంటిని తనాఖా పెట్టారు. ఆమె భవిష్యత్తును మారుస్తుందని వారి ఆశించారు. తమ కుమార్తె తొలి కర్తవ్యం తన కుటుంబాన్ని కాపాడటమేనని వారు భావించారు. ఈ డబ్బు కూడా దొరకని వారి పరిస్థితి గురించి తలుచుకుంటే బాధేస్తుందన్నారు మాథ్యూస్ తండ్రి. అది చాలా దారుణమైన పరిస్థితి అన్నారు. ఇతర ఫ్యామిలీ కోర్టు కేసులతో పోలిస్తే ఈ కేసు కాస్త త్వరగానే విచారణకు వచ్చింది. రెండు వారాల కంటే తక్కువ వ్యవధిలోనే తుది విచారణకు పిలుపునిచ్చింది కోర్టు.

ఈ కేసు విచారణ సమయంలో సామాజిక కార్యకర్త సేకరించిన విషయాలను జడ్జి ఒక దగ్గర క్రోడీకరించారు. తన కూతురి ఇక పూర్తిగా ఆమె వద్దనే ఉండనుందని తెలియగానే మాథ్యూస్ ఎంతో ఊరట పొందారు. మాజీ భర్తకున్న హక్కులను కోర్టు పూర్తిగా పరిమితం చేసింది. చిన్నారులను లైంగికంగా వేధించే అంశాలను చూసినట్లు, ఒక యువ బాలికను లైంగికంగా వేధించినట్లు మాథ్యూస్ మాజీ భర్త ఒప్పుకున్నట్లు న్యాయమూర్తి తెలిపారు. ఇది అత్యంత తీవ్రమైన ప్రమాదమని చెప్పారు. వార్షిక రిపోర్టుల కోసం అభ్యర్థనలు పెట్టుకునేందుకు కూడా కోర్టు అనుమతించలేదు. జైలు నుంచి విడుదలైన తర్వాత మాథ్యూస్ మాజీ భర్త విషయంలో తన నిర్ణయాన్ని మార్చుకునేందుకు ఎలాంటి అవకాశం లేకుండా కోర్టు ఆదేశాలు జారీ చేసింది. ఒకవేళ మీ కూతురు అనారోగ్యంతో ఉన్నా లేదా వేరే దేశానికి వెళ్లినా కూడా వారెక్కడున్నారో కనీసం సమాచారం కూడా ఇవ్వరని న్యాయమూర్తి చెప్పారు. కేసు తీర్పును విన్న మాథ్యూస్ చాలా సంతోషంగా ఉన్నట్లు తెలిపారు. ఆమె



తల్లిదండ్రులు కూడా కోర్టు ఆదేశాలతో సంతోషాన్ని వ్యక్తం చేశారు. “మూడేళ్లలో మొట్టమొదటిసారి నా కూతురు మాథ్యూస్ తన కూతుర్ని సాధారణ జీవితంలో సంతోషంగా, ఆరోగ్యకరమైన వాతావరణంలో పెంచనుంది” అని ఆమె తల్లి అన్నారు. ఆమె ఎంత మానసిక వేదనను భరించినో తాము వివరించలేమన్నారు. భావోద్వేగపరమైన ఈ కేసుతో 30 వేల యూరోలు అంటే దాదాపు 30 లక్షల రూపాయల ఖర్చును మాథ్యూస్ భరించారు.

పెడోఫైల్స్ కేసుల్లో జైలు శిక్ష పడిన తర్వాత తల్లిదండ్రుల హక్కులను ఆటోమేటిక్ గా రద్దు చేసేలా చట్టాన్ని మార్చి ఇతరులు ఇంత పెద్ద మొత్తంలో ఖర్చులను భరించడాన్ని తప్పించుకోవచ్చని పిటిషనర్ కుటుంబం భరిస్తోంది. పిల్లల్ని సురక్షితంగా ఉంచేందుకు తల్లిదండ్రుల హక్కులను తాము చాలా జాగ్రత్తగా సమీక్షిస్తున్నామని బ్రిటీష్ న్యాయ మంత్రిత్వ శాఖ బీబీసీకి మీడియా సంస్థ ప్రతినిధికి వెల్లడించింది. న్యాయ సాయం త్వరగా పొందేలా చేయడంతో పాటు, మాథ్యూస్ లాగా మరింత మంది తల్లిదండ్రులు కోర్టుకు వచ్చేందుకు సమర్థవంతమైన విధానాన్ని తీసుకురానున్నామని న్యాయవాది హన్నా మార్కమ్ వెల్లడించారు. ఈ విషయాలపై ఎంత

ఎక్కువగా ప్రచురితమై, ఆ విషయాలను చర్చించుకుంటారో అప్పుడు ఇతరులకు కూడా ఈ విషయంలో అవగాహన వస్తుందన్నారు. తాము చేయాల్సిన సరైన పని ఇదేనని చెప్పారు. పారదర్శకత కోసం ఫ్యామిలీ కోర్టులలోకి జర్నలిస్టులను అనుమతిస్తూ తీసుకున్న నిర్ణయం వల్ల తాము చాలా ప్రయోజనం పొందినట్లు మాథ్యూస్, ఆమె తల్లిదండ్రులు చెప్పారు. భవిష్యత్లో ఈ కేసు తీర్పు ఎంతో మందికి ఉపయోగపడుతుందన్నారు. ఇప్పటికే తన కూతురు సురక్షితమైన, సాధారణ బాల్యాన్ని గడుపుతుందని ఆమె చెప్పారు. కూతురికి ఒక వయసు వచ్చాక ఆమె తండ్రి గురించి మెల్లగా చెబుతానని, ఇది చాలా సున్నితమైన, జాగ్రత్తతో వ్యవహరించాల్సి విషయమని తెలిపారు.

(మిగతా 9వ పేజీలో)

భారతదేశంలో పిల్లల లైంగిక వేధింపులు

భారతదేశంలో బాలలపై లైంగిక వేధింపుల కేసులు అధికంగా ఉన్నట్లు రికార్డు వెల్లడిస్తున్నాయి. సమాజంలో బాల్యాన్ని తుంచేసేందుకు ఈ చర్యలు వినాశకరమైన సమస్యగా, ఎంతో దిగ్భ్రాంతికరమైన అంశంగా పరిగణించాల్సి ఉంది. దేశంలో దాదాపుగా 28.9% మంది పిల్లలు ఏదో ఒక రకమైన లైంగిక వేధింపులను ఎదుర్కొంటున్నారు. ఈ మహమ్మారి-ప్రేరిత లాక్ డౌన్ సమయంలో పిల్లలపై ఎక్కువ శాతం నమోదైంది. చిన్నారులపై లైంగిక వేధింపులు, లైంగిక దాడుల సంఖ్య మొత్తం 92,105 గా నమోదైంది.

2020 నుండి నేషనల్ క్రైమ్ రికార్డ్ బ్యూరో డేటా ప్రకారం, దేశంలో ఉన్న చిన్న పిల్లల్లో సుమారు 28.9% మంది లైంగిక దాడులను ఎదుర్కొన్నారు, అయితే ఈ నేరాలలో 65.6% మాత్రమే రికార్డులోకి చేరుతున్నాయి. మిగిలిన వాటి సంగతి అంతే. 1992లో బాలల హక్కులపై ఐక్యరాజ్యసమితి నిర్వహించిన సదస్సుతో పలు తీర్మానాలు ఆమోదించారు. వాటి ద్వారా అన్ని రకాల లైంగిక దోపిడీ, దాడుల నుండి చిన్నారులను పూర్తి స్థాయిలో కాపాడుకునేందుకు మనదేశం కట్టుదిట్టమైన చర్యలు తీసుకుంటోంది. చిన్నారులపై లైంగిక దాడులకు సంబంధించిన కేసులు 90 శాతం కుటుంబాల్లోనే ఎంతో రహస్యంగా జరుగుతాయి. మన దేశంలోని ప్రతి ఇద్దరు పిల్లలలో ఒకరు 18 ఏళ్లు నిండకముందే లైంగిక వేధింపులకు గురవుతున్నారు. ప్రధానంగా కుటుంబ సభ్యులు లేదా సంబంధితుల చేతుల్లో బాలలు లైంగిక వేధింపులకు బలవుతున్నారు. ఈ పరిస్థితులు, గణాంకాలు ఎంతో ఆందోళన కలిగిస్తున్నాయి. ఆందోళనకరమైన వెల్లడిస్తున్నాయి. మూడేళ్ల క్రితం ప్రపంచాన్ని కుదిపివేసిన కోవిడ్ తో ఏర్పడిన లాక్ డౌన్ పరిస్థితులు బాలల జీవితాలపై తీరని గాయాన్ని చేశాయి. ఆన్ లైన్ పాఠాల పుణ్యమా అంటూ... బాలలు మొబైల్ ఫోన్లకు, ట్యాబులకు అలవాటు పడటంతో లైంగిక వేధింపులు, లైంగిక చర్యల్లో పెద్దసంఖ్యలో బాలలు పాల్గొనడం లేదా వేధింపులకు గురవడం జరిగింది గణాంకాలు చెబుతున్నాయి. లాక్డౌన్ ప్రారంభమైన 11 రోజులలో, బాధిత పిల్లలకు సహాయం చేయడానికి అంతిమమైన మరియు మహిళా మరియు శిశు



అభివృద్ధి మంత్రిత్వ శాఖ మద్దతు ఉన్న చైల్డ్ లైన్ అనే సంస్థకు 3.07 లక్షల ఘోస్ కాల్స్ వచ్చాయి. అదీ తమపై లైంగిక దాడులకు తాము గురయ్యామని పెద్దసంఖ్యలో ఫిర్యాదులు... కాల్స్ వచ్చాయి. లాక్ డౌన్ కాలంలో చైల్డ్ లైన్ సహా కోరుతూ వచ్చిన ఘోస్ కాల్స్ లో 50 శాతం గణనీయమైన పెరుగుదల కనపించడం ఎంతో ఆందోళన కలిగిస్తున్న అంశం.

“పిల్లల లైంగిక వేధింపులకు గురవుతున్న సందర్భాలను కనుగొనడమే కాదు అలాంటి చిన్నారులకు పూర్తిగా మద్దతు పలకడం, చేయూతనివ్వడం ఎంతో సవాలుగా మారింది. ఎందుకంటే వీటిలో దాదాపు 90 శాతం కేసులు బాలికలకు పూర్తిగా పరిచయం ఉన్న వ్యక్తుల్లో లేదంటే, వారి సమీప బంధువుల్లో... కుటుంబ సభ్యుల్లో ఉండటం మరింత ఇబ్బందికరమైన పరిస్థితులని తేలిపోయింది.



(8వ పేజీ తరువాయి)

లైంగిక బాధితులపై జీవితకాల ప్రభావం

పిల్లలపై జరిగిన లైంగిక వేధింపులు వారి జీవితాంతం నీడలా అనుసరిస్తూనే ఉంటాయి. ఇది యుక్తవయస్సు వరకు శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యం... ఈ రెండింటిపై తీవ్ర ప్రభావం చూపిస్తోంది. “బయోలాజికల్ ఎంబెడ్డింగ్” అనేది ఆతురవాతి ఒత్తిడికి ప్రతిస్పందన సమూహాలను రూపొందించే మార్గాల్లో ప్రోగ్రామింగ్ బ్రెయిన్ సర్క్యూట్ల ద్వారా జరుగుతుంది. ఇది శారీరక మానసిక వ్యవస్థలలో విస్తరించి, దశాబ్దాల కాలం తరువాత ప్రతికూల ఆరోగ్య ఫలితాలను అందిస్తుంది. ఈ సుదీర్ఘ కాలంలో చిన్నారులు... యుక్త వయస్సు వచ్చేంత వరకూ మానసికంగా ఎంతో వేధనను కలిగించే అంశం. పిల్లల లైంగిక వేధింపులు వారికి తెలియకుండానే వాస్తవిక పరిస్థితుల నుండి కొంత వరకు దూరం చేస్తాయి. వారు సంబంధాల అంతరాయం (బ్రేక్-అప్/విడాకులు), వ్యభిచారం, లైంగికంగా పనిచేయకపోవడం అలాగే ఆరోగ్యం, ఫైబ్రోమైయాల్జియా వంటి మానసిక వ్యాధితో పాటు సామాజిక ప్రభావాలను ఎదుర్కొనాల్సి వస్తుంది. సమస్య ఏమిటంటే, మన జీవిత అనుభవాలు తరచుగా మనల్ని మనం నియంత్రించుకోలేకపోవడం, క్షీణించిన ప్రాగ్నోటిషన్, ఒంటరితనం, అహం జోడింపులలోకి తిరోగమనాన్ని సృష్టిస్తాయి. అది మనలో నుండి మనల్ని కూడా దూరం చేయడమే కాదు. ఇతరుల నుండి నుండి కూడా దూరంగా ఉండేలా చేస్తుంది. ఇది జీవితంలోని అన్ని కోణాలను ప్రతికూలంగా ప్రభావితం చేస్తుంది. చిన్ననాటి లైంగిక వేధింపులను అనుభవించే వారికే కాకుండా, వారికి ఇష్టమైన వారితోపాటు సమాజంపైన కూడా ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపిస్తుందని ముంబైలోని భాటియా హాస్పిటల్ సైకాలజిస్ట్ డాక్టర్ ఛోరమ్ మటాలియా తెలిపారు.

బాల్యంలో లైంగిక వేధింపుల ప్రభావం

పిల్లల లైంగిక వేధింపులకు గురై ప్రాణాలతో బయటపడిన వారిపై తీవ్ర మైన, దీర్ఘకాలిక ప్రభావాలను కలిగి ఉంటాయి. యుక్తవయస్సులో వారి శారీరక, భావోద్వేగ, మానసిక, సామాజిక అంశాలపైన కూడా తీవ్ర ప్రభావం చూపిస్తాయి. ఎమోషనల్, సైకలాజికల్ పరిస్థితులను పరిశీలిస్తే... పిల్లల లైంగిక వేధింపుల నుండి బయటపడినవారు డిప్రెషన్, యాంగ్ఘయిటీ, పోస్ట్ ట్రామాటిక్ స్ట్రెస్ డిజార్డర్, డిస్సోసియేషన్ కాకుండా అవమానం, నేరంగానో, పనికిరాని ఫీలింగ్స్ వంటి అనేక రకాల మానసిక ఇబ్బందులను అనుభవించవచ్చు. ఈ భావోద్వేగ సవాళ్లు భవిష్యత్తులోని సంబంధాలపై నే కాకుండా వారి జీవితాంతం ఎంతో ప్రభావితం చేస్తాయి. బాల్యంలోనే లైంగిక దాడులను ఎదుర్కొన్న వారి ఆత్మగౌరవం విషయంలోనూ మనం ఆచితూచి ఆలోచించాల్సి ఉంటుంది. పిల్లల లైంగిక వేధింపులు స్వీయ అవగాహనతోపాటు ఆత్మగౌరవానికి సంబంధించిన అంశాలను కూడా పరిగణలోకి తీసుకోవాలి. లైంగిక దాడులతో మానసిక క్షోభను భరించలేక ఆత్మహత్యలకు పాల్పడే వారు కొందరైతే... ఆ చీకటి గుర్తులను ఎప్పుటికీ చెరుపుకో లేక అను నిత్యం ఆ నరకాన్ని అనుభవించడాన్ని భరించలేక మానసిక ఆవేదనతో కృంగిపోయే వారి సంఖ్య కూడా ఎక్కువగానే ఉంది. అంతే కాదు... శారీరక ఆరోగ్య పరిణామాల్లోనూ గణనీయమైన మార్పులు జరుగుతుంటాయి. మానసిక ప్రభావంతో పాటు, పిల్లలపై జరిగిన లైంగిక వేధింపులు దీర్ఘకాలిక నొప్పి, జీర్ణశయాంతర సమస్యలతో పాటు ఇతర ఒత్తిడి సంబంధిత రుగ్మతలు వారిని పట్టి పీడించే ప్రమాదం కూడా ఉంది. ఒకసారి లైంగిక దాడికి గురైన వ్యక్తులపై పడేపడే అలాంటి దాడులు జరిగేందుకు ఎంతో ఆస్కారం ఉంది. దురదృష్టవశాత్తూ పిల్లలపై జరిగిన లైంగిక దాడులు, వేధింపుల నుండి బయటపడిన వారికి



యుక్తవయస్సులో మరింత వేధింపులకు గుర్యే ప్రమాదం ఉంది. అలాంటి సంబంధాలను సమాజం నుండి ఎదుర్కొనే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ప్రాణాలతో బయటపడినవారు మాదకద్రవ్యాలు, అల్కహాల్ను ఒక కోపింగ్ మెకానిజమ్గా మారి తమ మానసిక వేదనను మర్చిపోవడానికి ప్రయత్నిస్తుంటూ ఉంటారు. ఈ పరిస్థితులు కూడా మరోసారి లైంగిక దాడులకు దారితీసే ప్రమాదం కూడా ఉంది. పిల్లల లైంగిక వేధింపుల నుండి బయటపడినవారు వారి భావోద్వేగాలను ఎదుర్కోవేందుకు వారి శరీరంపై నియంత్రణను తిరిగి పొందడానికి ఒక మార్గంగా తీసుకునే ఆహార పదార్థాలపైనా రుగ్మతలను అభివృద్ధి చేసుకోవాలి. విద్యా, వృత్తిపరమైన సవాళ్లు కూడా ఎదురవుతుంటాయి. పిల్లల లైంగిక వేధింపుల ప్రభావం విద్యా సాధనకు మరియు కెరీర్ విజయానికి అటంకం కలిగిస్తాయి. స్ట్రెస్ఫుల్ అకడమిక్, వర్క్ సెట్టింగ్లలో ఏకాగ్రత, వ్యక్తుల మధ్య నైపుణ్యాలను సంపాదించుకోవాలి. కొన్ని సందర్భాల్లో, పిల్లలు లైంగిక వేధింపుల నుండి నుండి బయటపడిన తరువాత వారిలో నేర ప్రవర్తన అధికమయ్యే ప్రమాదం కూడా ఉంటుంది. అనుచిత ప్రవర్తనతో వీరి జీవన విధానం ఉంటుంది. బాల్యంలో వారిపై పడిన గాయాన్ని ఎదుర్కోవటానికి నేర ప్రవృత్తి ఒక మార్గంగా వారి అసంఘీక కార్యకలాపాల్లో పాల్గొంటూ ఉంటారు. అయితే... చిన్నతనంలోనే లైంగిక వేధింపులు, దాడులకు గురైన తరువాత వారిలో ప్రతి ఒక్కరూ ఈ ప్రభావాలన్నింటినీ కలిగి ఉంటారని అనుకోవడం కూడా సరైంది కాదు. పిల్లల లైంగిక వేధింపులకు వ్యక్తిగత ప్రతిస్పందనలు వేరు వేరుగా ఉంటాయి. అవి ఎప్పటికప్పుడు ఆయా పరిస్థితులకు అనుగుణంగా మారుతూ ఉంటాయి. వాటిని గమనించుకోవడం కూడా ఎంతో అవసరం. చీకటి గాయాలకు తగిన విధంగా వారికి సామాజిక మద్దతు, వైద్యం, చికిత్సతో పాటు వారికి అనువైన వాతావరణాన్ని కల్పించడం ఎంతో అవసరం. ఇటువంటి గుణాత్మకమైన మార్పుల మధ్య వారు జీవిస్తే తమ బాల్యంపై జరిగిన దాడుల నుండి బయటపడి, కాలక్రమేణా పూర్తిగా కోలుకోవచ్చు. ఇటువంటి సంఘటనలను ఎదుర్కొన్న మీ సమీప బంధువులు... తెలిసిన వారి పిల్లలపై ఏదైనా దాడి జరిగితే వారికి మీ పూర్తి మద్దతు పలకడం మీ బాధ్యత. అలా ఎవరైనా ఉంటే వారికి థెరపిస్టులు, కౌన్సెలర్లు లేదా సపోర్ట్ గ్రూప్స్ నుండి వృత్తిపరమైన సహాయం అందించడం వల్ల యుక్తవయస్సులో దాని ప్రభావాలను పరిష్కరించడానికి దోహద పడుతుంది.

-వి.వి.వెంకటేశ్వరరావు, 6300866637.

ఆరోగ్యాన్ని అంపశయ్యకు చేరుస్తున్న ధూమపానం

ప్రపంచ వ్యాప్తంగా పుగాకు ఉత్పత్తులైన బీడిలు, సిగరెట్లు చుట్టల ధూమపానం వల్ల సంభవిస్తున్న మరణాల సంఖ్య ప్రమాద స్థాయికి చేరుకుంది. ఒకప్పుడు సాంప్రదాయ బద్ధంగా మెలిగిన సమాజంలో ఎక్కడో తప్ప యువత వీటి జోలికి వెళ్ళేది కాదు. కానీ నేడు బీనేజీ నుండే సిగరెట్లు, బీడిలు, గంజాయి లాంటి దుర్వ్యసనాలకు బానిసలవుతున్నారు. సిగరెట్లలో వేల సంఖ్యలో హానికరమైన రసాయన క్రిములు ఉంటాయి. ముఖ్యంగా కాన్సర్ కారకమైన రసాయనాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. చుట్టలు, బీడిలు, సిగరెట్లు వినియోగంతో క్యాన్సర్, గుండె జబ్బులు, కాకుండా నాన్-కమ్యూనికేబుల్ (ఎన్సిడిలు) లాంటి దీర్ఘకాలిక వ్యాధులకు గురి అవుతారు. ఒకప్పుడు దేశవ్యాప్తంగా 30 శాతంలో ఉన్న ఈ వాడకం నేటి తరంలో యాభై శాతానికి విస్తరించింది. బీనేజీ యువత పెరుగుదలకు తోడ్పడే జన్యువులను ఈ ధూమపానం నాశనం చేస్తుంది. యువతను నిర్విర్యం చేస్తుంది. మెదడు యొక్క చురుకుదనాన్ని పోగొడుతుంది. యువతలో కొంత మంది స్త్రీలకు కూడా ఈ ధూమపానం అలవాటు ఉంది. వీటివల్ల గుండె, గొంతుకు, మూత్రపిండాలు, లివర్, పొత్తికడుపు, గర్భాశయము, మలద్వారము, బ్లడ్ క్యాన్సర్లకు, క్షయవ్యాధికి గురై మరణానికి చేరువవుతున్నారు. స్త్రీలకు పీరియడ్స్ సరిగా రాకపోవడం, గర్భవతులకు రక్త ప్రావమ్యే పిండం ఎదుగుదల లేక అబార్షన్లకు దారితీయడం జరుగవచ్చు. సిగరెట్లలో, బీడి ఆకుల్లో అందంగా కూర్చుంటున్న వేస్తు పుగాకు పొడివల్ల జీర్ణ వ్యవస్థలను సములంగా నాశనమవుతున్నాయి. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో పనిచేసుకునేవారు చాలామంది చుట్ట కాల్చడమే కాకుండా అదే చుట్టను నిప్పువెప్పు తిప్పి నోట్లో పెట్టుకుని ఆనందిస్తారు. తమలపాకుతో పుగాకు ఉండచుట్టి గంటలతరబడి నోట్లో ఉంచి రోడ్డుమీద ఉమ్ముతుంటారు. రోడ్డుమీద



ఉమ్ములు, టీస్టాల్స్ వద్ద, స్కూల్స్, దేవాలయాలవద్ద, పిల్లలు, పెద్దవాళ్ళు వద్ద ధూమపానం చేయడంతో వారితోపాటు అలవాటులేని వారుకూడా పాసివ్ స్మోకింగ్తో ఇన్ వెక్షన్ల బారిన పడుతున్నారు.. అందమైన ఆకర్షణీయమైన డిజైన్లతో సిగరెట్ ప్యాకెట్లపైన క్యాన్సర్ హెచ్చరికలు చేస్తున్నా , పుగాకు ఉత్పత్తుల విభాగాలలో పనిచేస్తున్న అనేక మంది కార్మికులు జీవనోపాధి కోల్పోతారనే కారణాలు చెబుతున్న ప్రభుత్వాలు వాటి ఆదాయం కోసం కూడా పుగాకు ఉత్పత్తుల నియంత్రణపై దృష్టి పెట్టడంలేదు. ప్రకటనలకే ప్రజల్లో మార్పువస్తే రకరకాల మెరసెలు సమాజంలో ఇంతగా ఉద్భవించి మరణాలు సంభవించేవి కావు. ప్రభుత్వాలు చిత్తశుద్ధితో ఈ రంగాల్లో పనిచేస్తున్న కార్మికులకు ప్రత్యామ్నాయ ఉపాధి కల్పించి, ఉత్పత్తిదారులకు మరో మార్గం చూపించి వీటిని పూర్తి నిషేధం దిశగా అడుగులు వేయవచ్చు. కరోనా మెరసె ప్రభలిన సమయంలో కూడా రోడ్లపైన విచ్చల విడిగా చేసిన ధూమపానం వల్ల అది వ్యాప్తిచెంది అమాయకులైన అనేకమంది రోగాలకు గురయ్యారు. వీటి నిషేధానికి ప్రభుత్వాలు ఎప్పుటికీ పూనుకోవనే ధ్యేయంతో ఉత్పత్తిదారుల ప్రతి సంవత్సరం కొత్త కొత్త ఉత్పత్తులను ఆకర్షణీయమైన ప్యాకెట్లలో తయారు చేస్తూ వ్యసనపరులను ప్రసార మాధ్యమాల ద్వారా ఆకట్టుకుంటూ, వినియోగదారులను చేజారిపోకుండా చూసుకుంటూ ధనార్జనలో పోటీపడుతున్నారు. ఈ కారణంగా నియంత్రణ లేని ఈ వ్యవస్థలను సమ్ముకోకుండా ఎవరికి వారే స్వీయ నియంత్రణ పాటించి, “పట్టు పట్టి ఒక దమ్ములాగితే స్వర్గానికి ఇది తొలిమెట్టు” అని పాత సినిమా పాటలో చేసిన సున్నితమైన హెచ్చరికను గుర్తుచేసుకుని ఆరోగ్యంపై పూర్తి అవగాహన కలిగి, ధూమపానం వల్ల తన ఆరోగ్యంతోపాటు ఇతరులకు హాని కలగకూడదనే భావనకు వస్తే ఈ కాలపు కారకాలకు కొంత కళ్ళెం పడి ఆరోగ్యకరమైన సమాజాన్ని ఆశించవచ్చు!

-జోస్యుల వేణుగోపాల్, 9440436806

(గమనిక: వ్యక్తిగత జాతకము అనగా వ్యక్తి పుట్టి నపుడు అతని సమయం, స్థలం, జన్మ వివరాలు ఆధారముగా నిర్మించిన జన్మకుండలి ప్రకారము వ్యక్తికి నడుస్తున్న దశలు, అంతర్దశలు ప్రధానము. గోచారం ఫలితాలు చూసుకునేటప్పుడు ప్రధానముగా వ్యక్తిగత జాతకము లోని దశ అంతర్దశలు కూడా కలిపి చూసుకోవాలి. గోచార రీత్యా రాశి ఫలాలు అశుభము గా ఉండి దోషాలు ఉన్నప్పటికీ, జననకాల దశ ఫలములు శుభము గా ఉంటే రాశి ప్రస్తుత అశుభ ఫలితాలు స్వల్పంగానే ఉంటాయి. చిన్న చిన్న పరిహారాలు పాటించి శుభ ఫలితాలు పొందగలరు)

నిర్వహణ :
స్వర్ణకంకణ సమ్మానిత,
జ్యోతిష్యు మాదామణి,
జ్యోతిర్వాస్తు ప్రజ్ఞా విశారద
డా|| ఈడ్చుగంటి
పద్మజారాణి
91 9849250852,
91 7506976164
padma.suryapaper@gmail.com



10.3.2024 నుంచి 16.3.2024 వరకు



మేష రాశి
అశ్విని 1,2,3,4
పాదములు, భరణి
1,2,3,4 పాదములు
కృత్తిక 1వ పాదము

వారం ప్రారంభంలో గవర్నమెంట్ సంబంధిత విషయాలలో రావలసిన లాభాలు కొంత ఆలస్యం ఆటంకం. వృత్తిపరంగా అధికారంలో ఉండే స్త్రీల సహకారాలు పొందుతారు. మనసులోని కోరికలు నెరవేరడం, స్థిరాసుల మీద ఆదాయం ఆలస్యంగా నైనా కొంత మొత్తం అందుకోవడం జరుగుతుంది. భాగస్వామికి అధ్యాత్మికపరమైన అంశాలలో, సాంఘిక పరమైన విషయాలలో అభివృద్ధి ఉంటుంది. స్త్రీలకు ఆదాయం అభివృద్ధి కరంగా ఉంటుంది. చిన్న నాటి మిత్రులను కలుస్తారు. విద్యార్థులు చాలా శ్రమ పడతారు. జ్ఞాపకశక్తి పెంచుకోవాలి. విద్యాపరమైన అంశాలలో ఎంతో కాలంగా ఎదురుచూస్తున్న కొన్ని విషయాలలో శ్రమకు తగిన ఫలితాలు ఆలస్యంగా వస్తుంది. సంతానమునకు వృత్తిపరమైన అవకాశాలు, ఉన్నత అధికారుల సహాయ సహకారాలు




వృషభరాశి
కృత్తిక 2,3,4
పాదములు, రోహిణి
1,2,3,4 పాదములు
మృగశిర 1,2
పాదములు

వారం ప్రారంభంలో వృత్తిపరమైన బాధ్యతలు, ప్రయాణాలు అధికంగా ఉంటాయి శ్రమ ఎక్కువగా ఉంటుంది మిత్రులు తోబుట్టువులు సహకారంతో కష్టం మీద పనులు నెరవేర్చు కుంటారు. ఆరోగ్యం మీద ముఖ్యముగా వ్యాయామ ప్రాణ-యూమాలు మీద శ్రద్ధ పెరుగుతుంది. అలంకరణ వస్తువులు కొంటారు. విద్యార్థులు అధిక శ్రమతో అశించిన ఫలితాలను పొందుతారు. వారం మధ్యలో కుటుంబంలోని స్త్రీల సహకారం పొందుతారు. ఉన్నత అధికారుల సాయం కొరకు చేయి ప్రయత్నాలలో ఆలస్యం ఆటంకం ఇబ్బంది కలిగిస్తుంది వారం మధ్యలో అత్యయితో అపార్థాలు రాకుండా జాగ్రత్త వహించాలి. దూర ప్రదేశాలలో ఉండే చిన్ననాటి మిత్రుల సహకారం బాగుంటుంది. ఒక వార్త ఆనందాన్ని కలిగిస్తుంది. విదేశీ ఉపాధి కొరకు ప్రయత్నాలు చేస్తారు.



మిథున రాశి
మృగశిర 3,4
పాదములు, ఆరుద్ర
1,2,3,4 పాదములు
వనశ్రువ 1,2,3
పాదములు

వారం ప్రారంభంలో విశ్రాంతి లేని పనుల వల్ల వాటి ఫలితాల వలన, కొత్త బాధ్యతలు, రావలసిన ఆదాయం కోసం ఎదురు చూడడం, సంతాన విద్యా విషయాలు, అధ్యాత్మిక అంశాలు, మిత్రులతో చర్చలు, నిర్ణయ సామర్థ్యం మొదలైన విషయాలలో కొంత అసంతృప్తి ఉంటుంది. ముఖ్యముగా ఆర్థికపరమైన విషయాలలో కుటుంబ పెద్దల సహకారాన్ని అశిస్తారు. భాగస్వామితో, సంతానముతో అలోచించి కొన్ని నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. ఉపాసనాపరమైన అంశాలలో కొన్ని అవరోధాలు ఎదుర్కొంటారు. ప్రయాణాలు కొంత చికాకును కలిగిస్తాయి. వారం మధ్యలో కమ్యూనికేషన్ విషయాలలో అత్యయిత మధ్య కొన్ని రకాలైన చికాకులు ఇబ్బంది పడతాయి.



కర్కాటక రాశి
వనశ్రువ 4వ
పాదము వృషభి
1,2,3,4 పాదములు
అశ్లేష 1,2,3,4
పాదములు

వారం ప్రారంభంలో ఆరోగ్య, ఆర్థిక, గృహ వాహన, విషయాలు శ్రద్ధ తీసుకోవాలి. ముఖ్యమైన పనులు వాయిదా పడతాయి ప్రతి విషయంలోన అలస్యాలు ఆటంకాలు మనసుకు చాలా చికాకును కలిగిస్తాయి. కోపం పెరుగుతుంది. భావోద్వేగాల నియంత్రించుకోవాలి. వీలైనంత మోసం మంచిది. సంబంధము లేని కొత్త వ్యక్తుల విమర్శలు మనసుని ఇబ్బంది పెడతాయి. వారము మధ్యలో సంఘంలో గౌరవం, వృత్తిపరమైన అభివృద్ధి, నూతన విదేశీ వ్యక్తుల పరిచయాలు, సంతాన మునుకు కొత్త అవకాశాలు ఉన్నప్పటికీ మీ మాటల వల్ల కుటుంబ సభ్యులలో అపార్థాలకు అవకాశము. దూర ప్రాంతాల్లో స్థిరపడిన అత్యయిత వ్యక్తులు సహాయం చేయగలిగిన వాళ్ళు చేయనందువల్ల తీవ్ర అసంతృప్తికి లోనవుతారు. రియల్ ఎస్టేట్ రంగంలో మెలకువగా వ్యవహరించాలి.




సింహ రాశి
వృశ్చ 1,2,3,4
పాదములు, వృశ్చి
1,2,3,4 పాదములు
ఉత్తర 1వ పాదము

వారము ప్రారంభంలో చాలా ఉత్సాహంగా ఉంటారు. ఇమ్మ్యూనిటీ పవర్ పెరుగుతుంది. శత్రువులపై విజయం సాధిస్తారు. భాగస్వామికి బహుమానం రూపంలో సంబంధించిన ఖర్చు అధికంగా ఉంటాయి. సంఘంలో పలుకుబడి పెరుగుతుంది సామాజిక సేవ చేస్తారు. నూతన వ్యక్తుల పరిచయాలు. విద్యార్థులకు పోటీ తత్వం పెరుగుతుంది. శ్రమకి తగిన ఫలితాన్ని పొందుతారు. ఆరోగ్య మీద శ్రద్ధ అధికంగా ఉంటుంది రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుకునే ఆహారాన్ని తీసుకుంటారు. రుణములు చెల్లిస్తారు కొత్తరణం కొరకు ప్రయత్నం చేస్తారు. సేవకులు సహకరిస్తారు. కుటుంబంలోని వ్యక్తులకు నూతన వృత్తిలో అవకాశాలు. సంతానానికి అభివృద్ధి. అత్యయిత మిత్రులతోనూ సోదరి వర్గంతోనూ సమావేశాలు చర్చలు.




కన్యా రాశి
ఉత్తర 2,3,4
పాదములు, వాస్తి
1,2,3,4 పాదములు
దిశ్చ 1,2 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో ఆలస్యం అవుతున్న రావలసిన రుణములు కొంతమేర అందుకుంటారు. విద్యార్థులు గట్టి శ్రమ మీద పరీక్షలకు సిద్ధం అవుతారు. సంతానము అభివృద్ధి కరంగా ఉంటుంది. గవర్నమెంట్ వృత్తుల కొరకు పోటీ పరీక్షలకు సంతానము చేయి ప్రయత్నాలకు మీ అత్యయిత సహకారం తోడ్పాలు అందిస్తారు. వారం మధ్యలో ముఖ్యముగా సంతానం వృత్తిపరంగా చేసే ప్రయత్నాలలో అభివృద్ధికరంగా ఉంటుంది. ఉన్నత అధికారులతో విభేదాలు రాకుండా జాగ్రత్త వహించాలి. విదేశాల నుండి భాగస్వామి ఆహ్వానాలని అందుకుంటారు. ప్రయాణాలు చేసేటప్పుడు కొత్త వ్యక్తులని వీలైనంతవరకు తొందరపడి నమ్మకపోవడం మంచిది. కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి రిసార్ట్ వంటి ప్రదేశానికి వెళ్ళా అవకాశం.




తులారాశి
దిశ్చ 3,4 పాదములు
స్వాతి 1,2,3,4
పాదములు, విశాఖ
1,2,3 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో విద్యాపరమైన విషయాలలో విద్యార్థులు చాలా శ్రమ పడతారు. సమయానికి ఆహార స్వీకరణ మంచిది తగిన విశ్రాంతి అవసరము. వాహనములు నడిపేటప్పుడు శ్రద్ధ తీసుకోవాలి. కుటుంబ వాతావరణ ఘర్షణ తృకంగా ఉంటుంది. వృత్తిపరంగా శ్రమ బాధ్యత అధికంగా ఉన్నప్పటికీ తగిన గుర్తింపుని గౌరవాన్ని పొందుతారు నూతన ప్రయత్నాలు చేస్తారు. జ్ఞాపక శక్తిని మెరుగు పరుచుకునే విషయాలలో శ్రద్ధ వహించాలి ఉపాసన అంశాలలో కొన్ని అవరోధాలు చికాకును కలిగిస్తాయి. ఆర్థిక విషయాలలో స్థిరాస్థుల అంశాలలో మట్టుపక్కల వాతావరణం కొంత చికాకుగా ఉన్నప్పటికీ, పెద్దల సహకారంతో దాన్ని అధిగమిస్తారు. భాగస్వామి వృత్తిపరమైన కొంత అభివృద్ధి మీకు సంతోషాన్ని కలిగిస్తుంది.



వృశ్చిక రాశి
విశాఖ 4 పాదము
అనూరాధ 1,2,3,4
పాదములు, శ్రేష్ఠ
1,2,3,4 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో భాగస్వామికి సంబంధించిన వృత్తిపరమైన నిర్ణయాలు, గృహ సంబంధమైన ముఖ్యమైన కార్యక్రమాలు ఆలస్యాలు, వాహనములకు సంబంధించిన చిన్నబాటి రిపేర్లు, స్థిరాస్థులు అంతములలో సోదరి వర్గంతో కొంత ఘర్షణాత్మకమైన వాతావరణం, భాగస్వామికి ఆదాయం అభివృద్ధి, వృత్తిపరమైన విషయాలలో ఉన్నత అధికారుల సహకారం, కింద పని చేస్తే సిబ్బంది సహాయం, ఆకస్మికమైన విషయాలలో కొంత లాభం, శుభకార్యాలకు ఆహ్వానాలు, వారం మధ్యలో మిత్రులను కలుస్తారు. కుటుంబ వ్యక్తుల వృత్తిపరమైన అభివృద్ధి విషయాలలో సోషల్ మీడియాలో పెట్టుబడి పెడతారు. చర్చలు సాగుతాయి. ఆ రంగంలోని స్త్రీల సహకారాన్ని పొందుతారు. వృత్తిపరంగా నూతన పెట్టుబడుల కొరకు అలోచనలు చేస్తారు. వారం చివరిలో సంతాన విద్యా విషయాలు మీద శ్రద్ధ



ధనుస్సు రాశి
మూల 1,2,3,4
పాదములు, పూర్వాషాఢ
1,2,3,4 పాదములు
ఉత్తరషాఢ 1వ పాదము

వారం ప్రారంభం సంతోషంగా, ధైర్యమైన నిర్ణయాలతో పెద్దల సహకారంతో ప్రారంభమవుతుంది. మిత్రులు తోబుట్టువులు ఆకస్మికంగా సహకరిస్తారు. కమ్యూనికేషన్ బాగుంటుంది అత్యయితతో కలిసి మంచి వాతావరణంలో చిన్నపాటి ప్రయాణాలు గెట్టు గెదర్చు. ఆదివత్సంగా మాట్లాడి మాటలతో అందరినీ ఆకట్టుకుంటారు. కానీ మాటల వల్ల అపార్థాలు రాకుండా జాగ్రత్త పడాలి. సమయస్ఫూర్తి నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. శారీరక శ్రద్ధ ఆకర్షణ పెరుగుతాయి. కళాకారులకు గుర్తింపు. వారం మధ్యలో విద్యార్థులు విద్య మీద ఎక్కువ శ్రద్ధ పెట్టాలి అనవసర విషయాలకు దూరంగా ఉండాలి. కుటుంబ వాతావరణం కొంత ఘర్షణాత్మకంగా ఉంటుంది. ఆకస్మిక ఖర్చులు పెరుగుతాయి. వృత్తిపరమైన, భూ సంబంధ అంశములలో ఉన్నత అధికారులతో ఆచితూచి వ్యవహరించాలి.




మకర రాశి
ఉత్తరషాఢ 2,3,4
పాదములు, శ్రవణం
1,2,3,4 పాదములు
ధనుస్సు 1,2 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో మాటల వల్ల అపార్థాలు రాకుండా జాగ్రత్త వహించాలి. మాట్లాడవలసిన సమయంలో మాట్లాడకపోవడం కూడా ఇబ్బందులను కొని తెస్తుంది. రుణములు ఇస్తే రావడం కష్టం. వృత్తిపరంగా రావలసినదనం సమయానికి అందడంలో కొంత ఆలస్యం ఆటంకం నిరాశను కలిగిస్తుంది కోపాన్ని నియంత్రించుకోవాలి. వృత్తిపరంగా ఉన్నతాధికారులతో వాగ్వివాదాలకు లోను కాకుండా సమయస్ఫూర్తిగా వ్యవహరించాలి. వృత్తిపరంగా అధిక శ్రమ బాధ్యతలు పెరగడం వల్ల సమయానికి ఆహార స్వీకరణ విశ్రాంతి విషయాలలో శ్రద్ధ వహించాలి. వారం మధ్యలో సామరస్యంగా పనులను వ్యక్తుల సహకారంతో సమస్యలను పరిష్కరించుకుంటూ ధైర్యంగా నిర్ణయాలు తీసుకుంటూ ముందుకు వెళతారు.



కుంభ రాశి
ధనిష్ఠ 3,4 పాదములు
శతభిష 1,2,3,4
పాదములు, పూర్వాభాద్ర
1,2,3 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో మనసుకు కొంత తేలికగా ఆహ్లాద కరంగా ఉంటుంది, విందు వినడాల్లో పాల్గొంటారు నూతన ప్రణాళికల కొరకు అలోచనలు చేస్తారు. తల్లితండ్రుల సహకారం లభిస్తుంది. వ్యక్తిగత ఆకర్షణ శ్రద్ధ పెరుగుతాయి. బద్ధకం పనికిరాదు. చేయవలసిన పనులు ప్రణాళిక బద్ధంగా చేసుకుంటూ వాయిదాలు వేసుకోకుండా ముందుకు వెళ్ళాలి. నూతన పెట్టుబడుల కొరకు గృహ వాహన మార్పుల కొరకు అలోచనలు చేస్తారు. ఇచ్చిన రుణములు తిరిగి రావడం కొంత కష్టం. భాగస్వామికి వృత్తిపరమైన విషయాలలో అధిక శ్రమ నూతన బాధ్యతలు. అధికారుల సహకారంలో అశించిన స్థాయిలో తేలికపాటి పని కొంత నిరాశ ఎదురవుతుంది. దూర ప్రదేశాలలో ఉండే వ్యక్తుల సహాయ సహకారములతో కొత్త నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు.



మీనరాశి
పూర్వాభాద్ర 4 వ
పాదము ఉత్తరాభాద్ర
1,2,3,4 పాదములు
కేసరి 1,2,3,4
పాదములు

వారం ప్రారంభంలో సోదరి వర్గంతో ఘర్షణ లేకుండా జాగ్రత్త వహించాలి. రావలసిన లాభాలు ఆదాయం అందడంలో కొంత ఆలస్యాలు ఆటంకాలు, మీ సంతానం అభివృద్ధి కొరకు అధిక ఖర్చులు చేస్తారు. వృత్తిపరమైన విషయాలు వ్యాపారవాదేవిలు కుటుంబ, గృహ, వాహన, భాగస్వామ్య అంశాలు చాలా వరకు మీకు అనుకూలంగా ఉంటాయి. వృత్తిలో అధికారంలో ఉండే వ్యక్తుల సహకారం కొంత నిరాశ కల్పించినప్పటికీ వారం మధ్యలో కొంతకాలంగా అశించిన అనుకూలతే సిద్ధిస్తుంది. సంఘంలో గౌరవము మర్యాద కీర్తి ప్రతిష్ఠలు పెరుగుతాయి. సంతానమునకు అభివృద్ధి గౌరవము, వారి విద్యలో ముందు ఉండడం మీకు కొంత ఆనందాన్నిస్తుంది. వారం మధ్యలో కవులకు కళాకారులకు అనుకూలమైన సమయం.



పూజా హెగ్డే