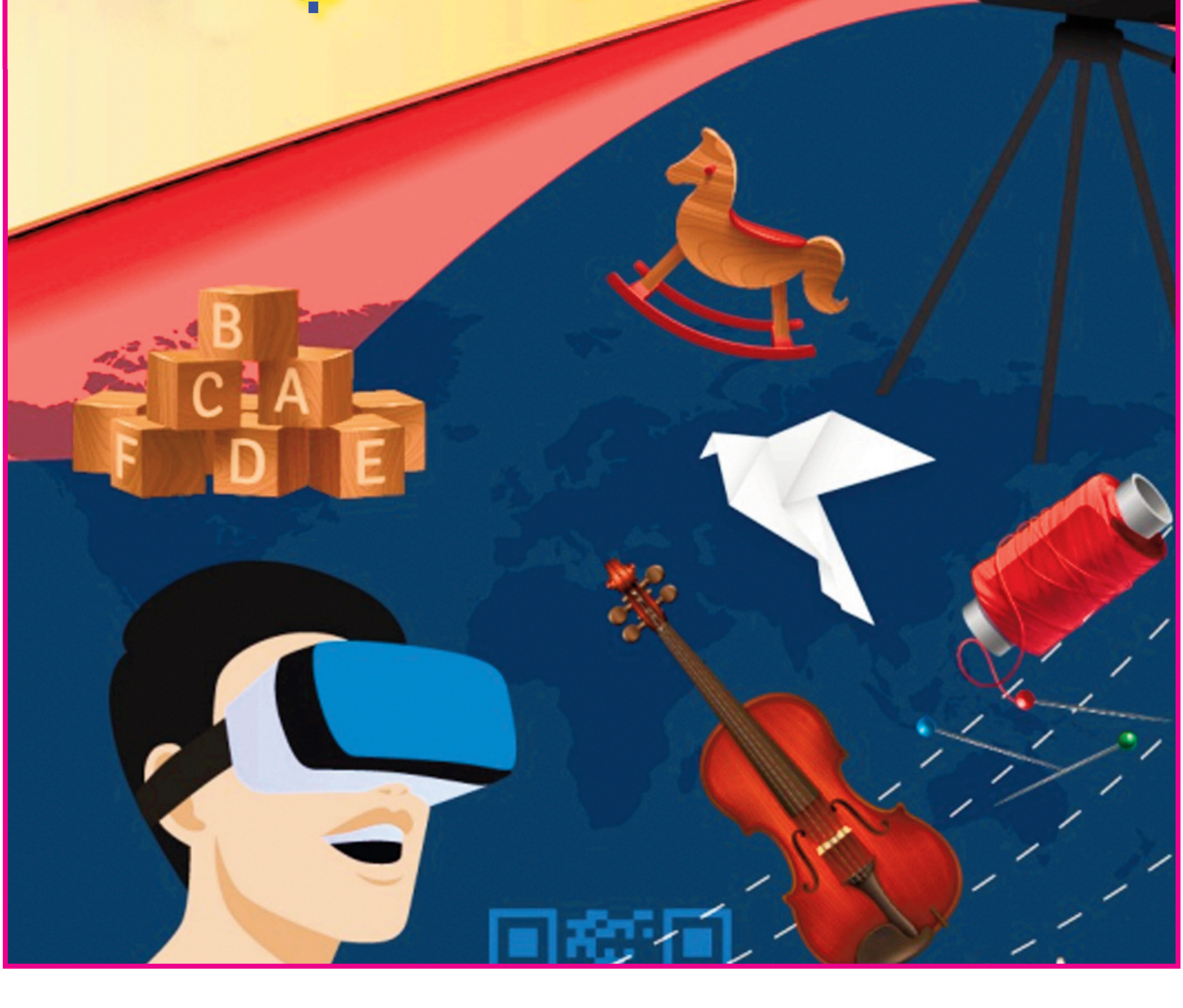
నేటి దినపత్రిక
సూర్య
www.suryaa.com

ఆదివారం అనుబంధం

సృజనాత్మక ఆర్థికవ్యవస్థలో

మనస్థానమెక్కడ?



చైర్మన్‌తో ముఖాముఖి

నూకారపు సూర్య ప్రకాశరావు
చైర్మన్, సూర్య తెలుగుదినపత్రిక

పహల్గామ్ ఉగ్రదాడి తర్వాత పాక్‌పై భారత్ అన్ని రకాలుగా ఒత్తిడి తీసుకువస్తూనే ఉంది. ఓ వైపు.. పాకిస్తాన్‌కు యుద్ధ భయం చూపిస్తూనే మరోవైపు.. ఆ దేశానికి అన్ని వనరులు, అవకాశాలను కట్ చేసే ప్రయత్నాలు మోదీ సర్కార్ చేస్తోంది. అయితే ఈసారి పాకిస్తాన్‌పై డబుల్ స్ట్రైక్‌కు భారత్ సిద్ధమైనట్లు తెలుస్తోంది. ఇందుకు పసంబంధించిన వివరాలు అందించండి.

– బొత్స నారాయణ రావు, విజయనగరం

అవును నారాయణ రావుగారూ...ఉగ్రవాదాన్ని పెంచి పోషించి.. భారత్‌పై తరచూ వదులుతున్న పాకిస్తాన్‌కు చెక్ పెట్టేందుకు భారత్ అస్త్రశస్త్రాలను సిద్ధం చేసుకుంటోంది. ఒకవైపు యుద్ధం వస్తే పాక్ను చావు దెబ్బ కొట్టేందుకు సైనిక, ఆయుధ శక్తిని రెడీగా ఉంచుకోగా.. మరోవైపు.. ఆ దేశాన్ని అన్ని విధాలుగా ఇరుకున పెట్టేందుకు తీసుకోవాల్సిన చర్యలను చేపడుతోంది. ఈ క్రమంలోనే పహల్గామ్ ఉగ్రదాడికి బదులు తీర్చుకునేందుకు.. పాక్కు రెండు ప్రధాన ఆర్థిక దెబ్బలు చూపించాలని డిసైడ్ అయింది. అందులో మొదటిది.. పాకిస్తాన్ను తిరిగి ఫైనాన్షియల్ యాక్షన్ టాస్క్‌ఫోర్స్–ఎఫ్ఏటీఎఫ్ గ్రే లిస్ట్‌లోకి తీసుకురావడానికి ప్రయత్నాలు చేస్తోంది. దాన్ని వల్ల అంతర్జాతీయంగా దాయాది దేశానికి అందే ఆర్థిక సహాయాన్ని నిలిచిపోయేలా ఒత్తిడి తీసుకురానుంది. ఇక రెండోది.. పాకిస్తాన్‌కు అంతర్జాతీయ ద్రవ్య నిధి–ఐఎంఎఫ్ అంగీకరించిన 7 బిలియన్ డాలర్ల రుణాన్ని నిలిపివేసేలా ఒత్తిడి తీసుకురావడానికి భారత్ ప్రయత్నాలు ముమ్మరం చేయనుంది.పాకిస్తాన్ ఉగ్రవాదులకు నిధులు సమకూర్చుతోందనే ఆరోపణలతో గతంలో 2018 జూన్లో ఆ దేశాన్ని.. గ్లోబల్ మనీలాండరింగ్ టెర్రర్ ఫైనాన్సింగ్ వాచ్డాగ్.. గ్రే లిస్ట్‌లో పెట్టింది. దీంతో అంతర్జాతీయంగా పాకిస్తాన్‌కు ఆర్థికంగా పెద్ద ఎదురుదెబ్బ తగిలింది. అయితే ఉగ్రవాదులకు అందే నిధులను అరికట్టేందుకు తమ దేశం అన్ని రకాలుగా కట్టుబడి ఉన్నట్లు పాకిస్తాన్ ప్రకటించడంతో.. 4 ఏళ్ల తర్వాత 2022 అక్టోబర్లో గ్రే లిస్ట్ నుంచి తొలగించడంతో ఆ దేశానికి భారీ ఊరట లభించింది. తాజాగా పహల్గామ్ ఉగ్రదాడిలో పాకిస్తాన్ హస్తం ఉందని పేర్కొంటున్న భారత్.. మళ్లీ ఆ దేశాన్ని గ్రే లిస్ట్‌లో చేర్చేలా ప్రయత్నాలు చేస్తే ఆర్థికంగా మరింత దివాళా తీస్తుందని భావిస్తోంది.ఈ నేపథ్యంలోనే నేరుగా భారత్ రంగంలోకి దిగనుంది. రానున్న రోజుల్లో ఎఫ్ఏటీఎఫ్ సభ్య దేశాలతో భారత్ చర్చలు జరపనుంది. పహల్గామ్ ఉగ్రదాడి.. దాని వెనుక ఉన్న పాకిస్తాన్ హస్తం చూపించి.. ఆ దేశంపై చర్యలు తీసుకోవాలని ఆ దేశాలకు విజ్ఞప్తి చేయనుంది. మరోవైపు.. పాకిస్తాన్‌కు 7 బిలియన్ డాలర్ల రుణం ఇచ్చేందుకు ఇటీవల ఇంటర్నేషనల్ మానిటరింగ్ ఫండ్–ఐఎంఎఫ్ ప్రకటించగా.. దాన్ని కూడా అడ్డుకునేందుకు భారత్ ప్రయత్నాలు చేయనుంది. ఈ రుణం ఆగిపోతే.. పాకిస్తాన్ మరిన్ని ఆర్థిక కష్టాల్లోకి కూరుకుపోనుంది.

దేశవ్యాప్తంగా వందేభారత్ రైళ్లు వివిధ ప్రధాన నగరాల మధ్య నడుస్తున్నాయి.. వందేభారత్ రైళు సక్సెస్ కావడంతో కేంద్రం వందేభారత్ స్లీపర్ రైళ్లను కూడా తెరపైకి తీసుకొచ్చింది. రైల్వేశాఖ లేటెస్ట్ టెక్నాలజీతో వందేభారత్ స్లీపర్ రైళ్లను కూడా తయారు చేసింది. ఇటీవల ట్రయల్ రన్ కూడా పూర్తికావడంతో త్వరలోనే ఈ వందేభారత్ స్లీపర్ రైళ్లను పట్టాలెక్కించాలని భావిస్తున్నారు అధికారులు. ఈ క్రమంలో తెలుగు రాష్ట్రాలకు వందేభారత్ స్లీపర్ రైళ్లను కేటాయిస్తారా?.. లేదా? అనే చర్చ జరుగుతోంది. వివరాలు మీకేమైనా తెలుసా?

– పట్నాన రాజశేఖర్, మైనా బాద్

దేశవ్యాప్తంగా వందేభారత్ రైళ్లు విజయవంతం కావడంతో, ఇప్పుడు స్లీపర్ రైళ్లను కూడా ప్రవేశపెట్టేందుకు సన్నాహాలు జరుగుతున్నాయి. తెలుగు రాష్ట్రాలకు ఈ స్లీపర్ రైళ్లు వస్తాయా లేదా అనే చర్చ నడుస్తోంది. ఒకవేళ వస్తే, ఏయే రూట్లలో నడుస్తాయనే ఊహాగానాలు వినిపిస్తున్నాయి. విజయవాడ నుండి అయోధ్యకు ఒక రైలు, సికింద్రాబాద్ నుండి తిరుపతికి మరొక రైలు ఉండొచ్చని అంటున్నారు. ఆంధ్రప్రదేశ్కు వందేభారత్ స్లీపర్ రైలును కేటాయిస్తే ఏ రూట్లో నడిపిస్తే బావుంటుందనే చర్చ తెరపైకి రాగా.. ఏపీకి కేటాయించే తొలి వందేభారత్ స్లీపర్ రైలును విజయవాడ నుంచి అయోధ్య / వారణాసి వరకు నడిపే ప్రతిపాదన వచ్చినట్లు సమాచారం. ఈ రైలు విజయవాడ నుంచి ప్రారంభిస్తే.. అటు తెలంగాణను కూడా కవర్ చేస్తుందనే వాదన వినిపిస్తోందట. అలాగే సికింద్రాబాద్ నుంచి తిరుపతికి మరో వందేభారత్ స్లీపర్ రైలు కేటాయిస్తారనే ప్రచారం కూడా జరుగుతోంది. ఇప్పటికే సికింద్రాబాద్ నుంచి తిరుపతికి వందేభారత్ రైలు నడుస్తోంది.. ఈ రైలుకు ప్రయాణికుల నుంచి డిమాండ్ ఉ ఒడటంతో.. వందేభారత్ స్లీపర్ ప్లాన్ చేస్తున్నారా అనే చర్చ జరుగతోంది. అయితే కేంద్రం మాత్రం తెలుగు రాష్ట్రాలకు వందేభారత్ స్లీపర్ రైళ్లను కేటాయిస్తున్నట్లు ఇప్పటి వరకు అధికారికంగా ప్రకటన చేయలేదు.. ప్రచారం మాత్రం జరుగుతోంది.

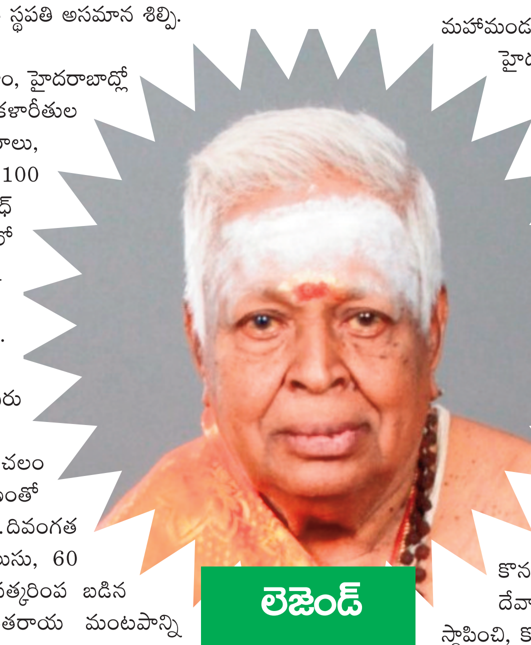
ఇటీవల పార్లమెంట్ సమావేశాల్లో అరకు ఎంపీ తనూజారాణి.. తిరుపతి–విశాఖపట్నం మధ్య వందేభారత్ స్లీపర్ రైలును నడపాలని రైల్వేమంత్రిని రిక్వెస్ట్ చేశారు. అలాగే తిరుపతి, బెంగళూరుకు వందేభారత్ స్లీపర్ రైళ్లను ప్లాన్ చేస్తున్నారని కొంతకాలంగా చర్చ జరుగుతోంది. కేంద్రంలోని ఎన్డీఏ ప్రభుత్వంలో ఏపీ అధికార పార్టీ టీడీపీ కూడా కీలకపాత్ర పోషిస్తోంది. ఈ క్రమంలో రాష్ట్రానికి చెందిన టీడీపీ, జనసేన, బీజేపీ ఎంపీల రిక్వెస్టును పరిగణలోకి తీసుకుంటుంది కేంద్రంద. రాష్ట్ర ఎంపీలు కూడా గతంలోనే వందేభారత్ స్లీపర్ రైళ్లపై రిక్వెస్ట్ చేశారు.. ఈ మేరకు మేరకు వందేభారత్ స్లీపర్ రైలుపై నిర్ణయం ఉండే అవకాశం లేకపోలేదు. మరి కేంద్రం ఏపీకి వందేభారత్ స్లీపర్ రైలు కేటాయిస్తుందా లేదా అన్నది చూడాలి.

కేంద్రం దేశవ్యాప్తంగా తొలి విడతగా 9 వందేభారత్ స్లీపర్ రైళ్లను ప్రారంభించాలని ప్లాన్ చేస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈ రైళ్లను పూర్తి స్వదేశీ టెక్నాలజీతో తయారు చేస్తున్నారు. ప్రయాణికులు రాత్రి సమయంలో ప్రయాణించేందుకు వీలుగా ప్లాన్ చేసింది. ఈ వందేభారత్ రైళ్లు 16 కోచ్లతో రూపొందిస్తున్నారు.. మొత్తం 1,128 బెర్తులు ప్రయాణీకులకు అందుబాటులో ఉంటాయని చెబుతున్నారు. ఈ వందేభారత్ స్లీపర్ రైళ్లలో ఏపీ ఫస్ట్ క్లాస్, సెకండ్ క్లాస్ ఏసీ, ఏసీ త్రీ టైర్ అందుబాటులో ఉంటాయంటున్నారు.

అసమాన శిల్పి గణపతి స్థపతి

ఆధునిక కాలంలో పలు దేవాలయాలు, అపురూప నిర్మాణాలు చూసినపుడు శిల్ప కళకు ప్రతిరూపం అయిన గణపతి స్థపతి వెంటనే స్ఫురణకు రాక మానరు. ఉలి చప్పుళ్ల మధ్య ప్రపంచంలో కళ్లు తెరిచి, ఉలి చప్పుళ్లకే జీవితాన్ని అంకితం చేసి, ఉలి చప్పుళ్ల మధ్యే కళ్లుమూసిన వందలాది దేవుళ్లకు వేలాది ఆలయాలను నిర్మించిన, శిల్పీకరించిన గణపతి స్థపతి అసమాన శిల్పి. దేశం గర్వించదగ్గ శిల్పకళా నిపుణులు.

హుస్సేన్ సాగర్లోని జిబ్రాల్టర్ రాక్పై బుద్ధ విగ్రహం, హైదరాబాద్లో బిర్లా మందిర్, చోళ, విజయనగర శిల్పకళారీతుల కలయికతో మహానంది ఆలయ గోపురాలు, పిట్స్బర్గ్లోని బాలాజీ దేవాలయం, కంచి సమీప 100 స్తంభాలతో నిర్మించిన మణి మంటపం, బద్రీనాథ్ దేవాలయ మహామండపం, తిరుమలలో వసంతరాయ మంటపం, ఇలా ఒక్కొక్క నిర్మాణంలో గణపతి స్థపతి శిల్పకళా చాతుర్యానికి సజీవ సాక్ష్యాలుగా నిలుస్తున్నాయి.



లెజెండ్

గణపతి స్థపతి (26 ఏప్రిల్ 1931 – 7 ఏప్రిల్ 2017) ప్రముఖ స్థపతి, వాస్తు శిల్పి. పూర్తిపేరు సత్తయ్య ముత్తయ్య గణపతి.

శ్రీశైలం దేవస్థాన పునరుద్ధరణ, భద్రాచలం రామాలయ మహామండప గోపురాల నిర్మాణంతో గణపతి స్థపతి పేరు తెర మీదకు వచ్చింది.దివంగత ప్రధాని ఇందిరా గాంధీ చేత బంగారు గొలుసు, 60 తులాల డాలర్ను బహూకరించప బడి, సత్కరింప బడిన గొప్పతనం ఆయనది. తిరుమలలో వసంతరాయ మంటపాన్ని పునర్నిర్మించి, ఆస్థాన స్థపతి పదవిని దక్కించుకొన్న ప్రతిభ ఆయనది.

నాటి ముఖ్యమంత్రి ఎన్టీ రామారావు కోరిక మేరకు హైదరాబాద్లో హుస్సేన్ సాగర్లోని జిబ్రాల్టర్ రాక్పై 58 అడుగుల ఎత్తు, 350 టన్నుల బుద్ధుని విగ్రహాన్ని ప్రతిష్ఠింప చేసిన ఘనత ఆయనది.

1931, ఏప్రిల్ 26న ముత్తు స్థపతి, గౌరీ అమ్మన్ లకు సంతానంగా జన్మించిన గణపతి, ఆరేళ్ల చిరుత ప్రాయంలోనే ఉలిని చేతబట్టి అలవోకగా చెక్కడం అభ్యాసం చేశారు. సాంప్రదాయ ఆలయ, వాస్తు, శిల్ప శాస్త్రాలను, కుటుంబ పెద్దల దగ్గర 17 సంవత్సరాల పాటు శిక్షణ పొందారు. శిల్పాలు చెక్కడం లోనూ, ఆలయాలను నిర్మించటం లోనూ కొత్త ఒరవడిని సృష్టించి, ప్రతిభా పాటవాలను ప్రదర్శిస్తున్న గణపతి తమిళనాడు వదిలి, తెలుగునాట కాలు మోపారు. శ్రీశైలం దేవస్థాన పునరుద్ధరణ, భద్రాచలం రామాలయ మహామండప గోపురాల నిర్మాణంతో పేరు తెచ్చుకొన్న గణపతి స్థపతి నైపుణ్యం గురించి, విన్న నాటి దేశ ప్రధాని ఇందిరాగాంధీ, బద్రీనాథ్ దేవాలయ మహామండప పని అప్పగించారు. మండప భాగాలను హైదరాబాద్లో తీర్చిదిద్ది, బద్రీనాథ్కు తరలించి నిర్మించిన తీరుకు అచ్చెరువొందిన ఆమె, ఒక బంగారు గొలుసు, 60 తులాల డాలర్ను బహూకరించి సత్కరించారు. తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానాల పిలుపునందుకొని, తిరుమలలో వసంతరాయ మంటపాన్ని పునర్నిర్మించి, ఆస్థాన స్థపతి పదవిని దక్కించుకొన్నారు.

దేవాదాయ, ధర్మాదాయ శాఖలో స్థపతిగా చేరిన గణపతి స్థపతి, ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో వందల, వేల ఆలయాలను నిర్మించి, ప్రధాన స్థపతిగా ఎదిగారు. తరతరాల ప్రాచీన వాస్తుశిల్ప సంప్రదాయం, నిరంతరం కొనసాగాలన్న తపనతో, తన ఆధ్వర్యంలో దేవాదాయ శాఖలో ఒక శిల్ప కళాశాలను స్థాపించి, కొన్ని వందల మంది శిల్పుల్ని తయారుచేసి, కొరతను తీర్చారు.

రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా, శిథిలాలయాలను పదిలం చేస్తూ, లేనిచోట కొత్త వాటిని కడుతూ తలమునకలై ఉన్న గణపతి స్థపతికి శ్రీశైలం జలాశయ నీటి ముంపు దేవాలయాల తరలింపు ఒక సవాలుగా మారింది. కర్నూలు, మహబూబ్ నగర్ జిల్లాల్లోని 102 గ్రామాల్లో ముంపునకు గురైన దాదాపు 108 దేవాలయాలను ఊడదీసి ఎగువన1978%–%89 మధ్య చారిత్రక కార్యక్రమం చేపట్టి, పునర్నిర్మించిన ఘనతను దక్కించుకొన్నారు.

వాస్తు, శిల్ప విద్యను అందుబాటు లోకి తేవడానికి పూనుకుని, తమిళ, సంస్కృత భాషల్లోనున్న వాస్తు, శిల్ప, ఆగమ శాస్త్రాలను తెలుగులోకి అనువదించే కార్యక్రమానికి శ్రీకారం చుట్టారు. పెదపాటి నాగేశ్వరరావు సహకారంతో రూపధ్యాన రత్నావళి, కాశ్యప శిల్ప శాస్త్రాలను వెలువరించారు. నిరంతర అధ్యయనంతో పాటు, పరిశోధనలపై దృష్టి సారించిన గణపతి స్థపతి, తెలుగు విశ్వవిద్యాలయం, సచివాలయం భవనాల్లో ఆధునికతకు, సాంప్రదాయ వాస్తును జోడించి, కొత్త ఒరవడిని సృష్టించారు.

ఒకసారి అమెరికా వెళ్లిన అప్పటి ముఖ్యమంత్రి ఎన్టీ రామారావుకు, న్యూయార్క్లో గణపతి స్థపతి తారస పడిన సందర్భంలో, లిబర్టీ స్టాట్యూ లాంటి పెద్ద విగ్రహాన్ని హైదరాబాద్లో నెలకొల్పే ప్రయత్నం చేయాలి అన్న ఎన్టీఆర్ కోరికను సాకారం చేసి, హుస్సేన్ సాగర్లోని జిబ్రాల్టర్ రాక్పై 58 అడుగుల ఎత్తు, 350 టన్నుల బుద్ధుని విగ్రహాన్ని ప్రతిష్ఠించారు. ఆ విగ్రహం కోసం యాదగిరి గుట్టకు సమీపంలోని రాయగిరి నుంచి 100 అడుగుల రాయిని, 100 చక్రాల వాహనంపై హైదరాబాద్కు తరలించి, గణపతి స్థపతి ప్రపంచ ఖ్యాతిని సంపాదించారు. హైదరాబాద్లో బిర్లా మందిర్ రూప శిల్పి ఆయనే. సింహాచలం, కాళేశ్వరం, వేములవాడ లాంటి అనేక ప్రాంతాల్లో పలు ఆలయాలకు కొత్త సొగసులు అద్దారు. శ్రీశైలం, మహానంది ఆలయ గోపురాలను చోళ, విజయనగర శిల్పకళారీతుల కలయికతో నిర్మింప చేశారు.

విదేశాల్లో సైతం ఆలయాలను నిర్మించి, తెలుగు శిల్పుల కీర్తిని దశదిశలా విస్తరింప చేయటలో భాగంగా, పిట్స్బర్గ్లోని బాలాజీ దేవాలయాన్ని నిర్మించారు. ఈ ఆలయం అమెరికా తిరుపతిగా ప్రసిద్ధి చెంది, రోజూ వేల మంది భక్తులను ఆకట్టుకునేలా తీర్చిదిద్దారు. గణపతి స్థపతి శిల్పకళా చాతుర్యాన్ని గుర్తించిన భారత ప్రభుత్వం, 1990లో అత్యున్నత పురస్కారమైన పద్మశ్రీ ద్వారా గౌరవించింది. ఆయన ప్రతిభకు గుర్తింపుగా, శిల్పకళానిధి, కళైమామణి, శిల్పకళా రత్న వంటి బిరుదులెన్నో వరించాయి. వందలాది దేవుళ్లకు వేలాది ఆలయాలను నిర్మించిన గణపతి స్థపతి కంచి కామకోటి పీఠ పరంపరలోని 68వ పీఠాపతులైన శ్రీశ్రీశ్రీ చంద్రశేఖర సరస్వతి స్వామికి పరమ భక్తులు. శంకరాచార్య ఆకాంక్ష మేరకు, కంచి సమీపంలో నున్న ఒరుక్కై గ్రామంలో తన అద్భుత శిల్పకల్పనా చాతుర్యంతో మలచిన 100 స్తంభాలతో నిర్మించిన మణి మంటప నిర్మాణం, తన చిరకాల వాంఛగా తరచూ పేర్కొనేవారు గణపతి స్థపతి. శంకరాచార్య ప్రమాచార్య శుభాశీస్సులతో అక్కడే శంకర శిల్పశాలను స్థాపించి, వాస్తు, శిల్ప, ఆగమ శాస్త్రాల్లో విద్యార్థులకు శిక్షణనిస్తూ గణపతి స్థపతి, ఏప్రిల్ 7న, ఈ పార్థివ దేహాన్ని వదిలి వెళ్లారు. ఆ మహాశిల్పి ఈ నేలను వదిలినా, ఆయన సృష్టించిన అపురూప, అపూర్వ శిల్పాలు, నిర్మించిన ఆలయాలు, ఆయన శిల్పకళా ప్రతిబింబాలై కళ్లముందు సజీవంగా కదలాడుతూనే ఉన్నాయి.

రామ కిష్టయ్య సంగన భట్ల...
9440595494

సూర్య
నేటి దినపత్రిక
www.suryaa.com

పాఠకుల లేఖలు

ముఖచిత్ర కథనం

ఈవారం విలపించిన కార్మీరం అంటూ ఇటీవల జరిగిన ఉగ్రదాడిపై రచయిత చాలా బాగా రాజారు. ధన్యవాదాలు తెలియని ఎన్నో విషయాలు తెలిపారు. సంపాదక వర్గానికి, యాజమాన్యానికి ధన్యవాదాలు. సందర్భానుసారంగా మీ కథనాలు బాగున్నాయి. ఇదే పంథా కొనసాగించండి.

– ఎలకల రవికుమార్, విశాఖపట్నం
– లింగమనేని రాజేష్, అనపర్తి
–వాడపల్లి గణేష్ కుమార్ హైదరాబాద్

సినిమా రివ్యూలు

వారం వారం విడుదలవుతున్న సినిమాలపై మీ విశ్లేషణ బాగుంది. ధన్యవాదాలు. ఓటిటి సినిమాలపై కూడా విశ్లేషణ చేయటం హర్షణీయం.

–కస్తూరి శివరావు, విజయవాడ

–చినవీరభద్రుడు కణపాక, హైదరాబాద్

బుడత బాగున్నాడు

చిన్నారి ప్రపంచంలా ప్రచురిత మవుతున్న బుడత పేజీలో చిన్నారులకు వుపయుక్తంగా రచయితలు రాస్తున్న కథలు బాగున్నాయి. అలాగే పజిల్స్ విజ్ఞాన వంతంగా ఉన్నాయి. తెలుగువారి శతకాలు, పద్యాలు అప్పుడప్పుడు మిస్ అవుతున్నాం. తప్పక ప్రచురించండి

–కోరుట్ల రమాదేవి, తెనాలి
–మక్కామల పద్మావతి, హైదరాబాద్

సాహిత్యం

విత్తనం పగిలిన చప్పుడు

మండుటెండల్లో చిరుజల్లు రాలినట్టు
ఎడారిదిబ్బల్లో ఒయాసిస్సు పుట్టినట్టు
ఆమె నుండి
ఓ ఆత్మీయ పలకరింపు
ఓ అమృతతుల్యపు మాట
ఎన్నో లక్షల సెకండ్ల సుదీర్ఘ కాలానంతరం

అతని కళ్ళు సముద్రాలయ్యాయి
ఏళ్ళకేళ్ళుగా... ఏళ్ళకేళ్ళుగా...
బీడుపడ్డ గుండెనేలలో
పాతిపెట్టుకున్న ప్రేమవిత్తనం
ఆమె విసిరిన వాక్యపు తడికి చలించి
చటుక్కున పేలింది

ఆ విత్తనం పగిలిన చప్పుడు మామూలుది కాదు
ఎన్ని వందల డెసిబెల్స్ శబ్దమో
అతనికే తెలుసు
వినికిడి శక్తున్న మనసులకు మాత్రమే
వినిపిస్తుందతనిలోని ఆ భావోద్వేగరాగం
ఇక ముమ్ముందు
మహావృక్షం నుండి
ఎన్ని ప్రేమకవితాఫలాలు రాలిపడుతాయో మరి
అసలే అతడు నిరతం
అక్షరోద్యానవనంలో నడయాడే కవి!!

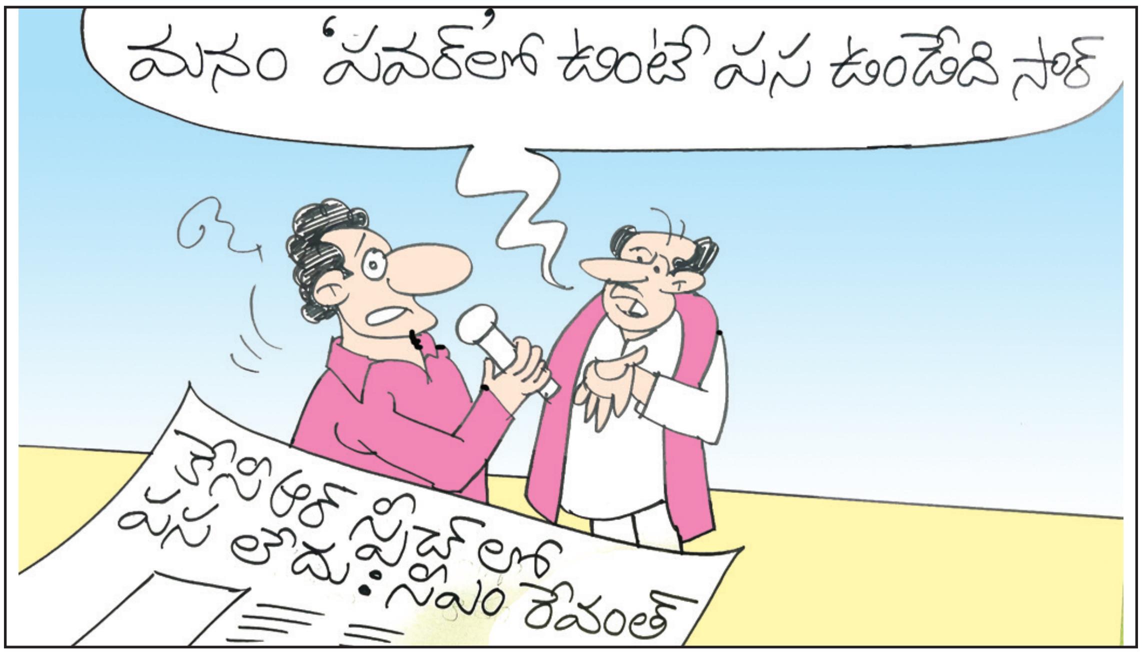
— కార్తీక రాజు
8977336447

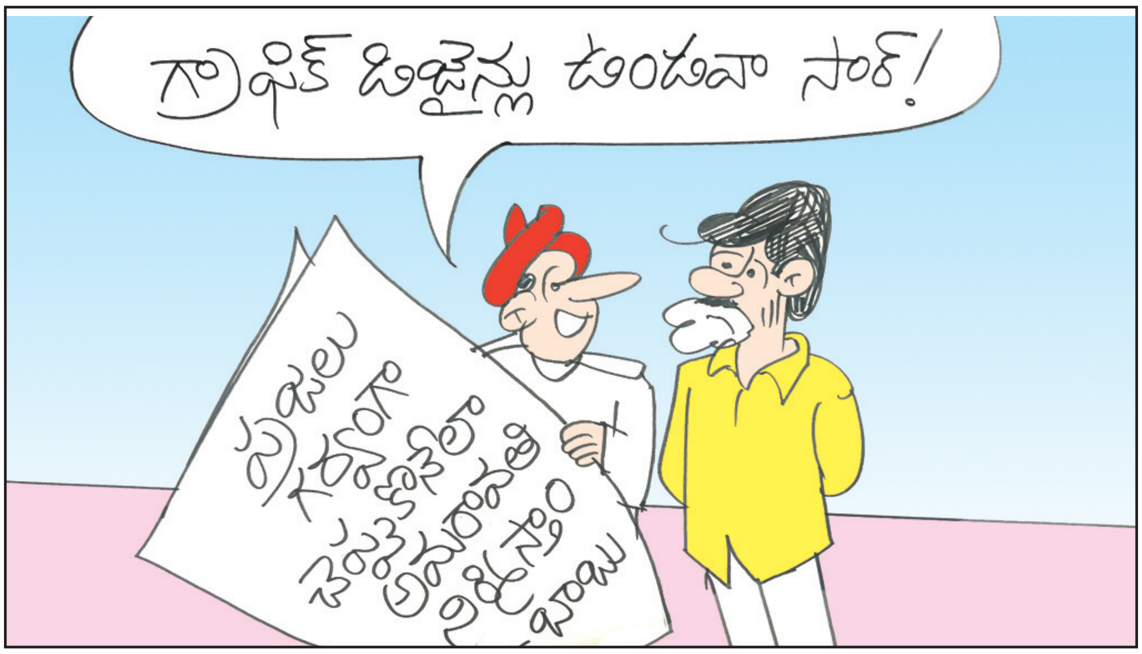
భారతీయత

కాశ్మీరును
తలపాగాగా చుట్టుకున్న
నా దేశ శిఖరంపై ఎర్రగా ఓ రోజు చిందిపడి
పచ్చని అందాలన్నీ
మత కాలుష్యానికి గురై
జ్వరంతో ముసుగుతన్ని పడుకున్నాయి.
కుంకుమపువ్వు పాదులోనే
మతరక్కసి పడగెత్తి
నుదుటి కుంకుమను కాటేసి
అమాయకుల అనందంపై
విషాదాన్ని వల పన్ని
మతం పాపం మూటకట్టుకుంది
ఉపఖండం నెత్తురు ఉడికి

ఉన్మాదం పై విరుచుకుపడి
భారతీయత సంఘటితను చాటుతుంది.

చందలూరి నారాయణరావు
9704437247





ఫన్‌చ్
నారు

బుడత

బాలల కథ

తెలివైన రాము

ఒక ఊరిలో రాము అనే ఒక చిన్న పిల్లవాడు ఉండేవాడు. రాముకి చెక్కతో బొమ్మలు చేయడం అంటే చాలా ఇష్టం, ముఖ్యంగా చిన్న చిన్న బళ్ళు తయారుచేయడం.

ఆ ఊరిలో ప్రతి సంవత్సరం పెద్ద జాతర జరిగేది. ఈసారి జాతరలో జరిగే బొమ్మల బళ్ళ పోటీలో గెలవాలని రాముకి చాలా ఆశగా ఉంది. దానికోసం ఒక మంచి బండిని తయారు చేయాలనుకున్నాడు.

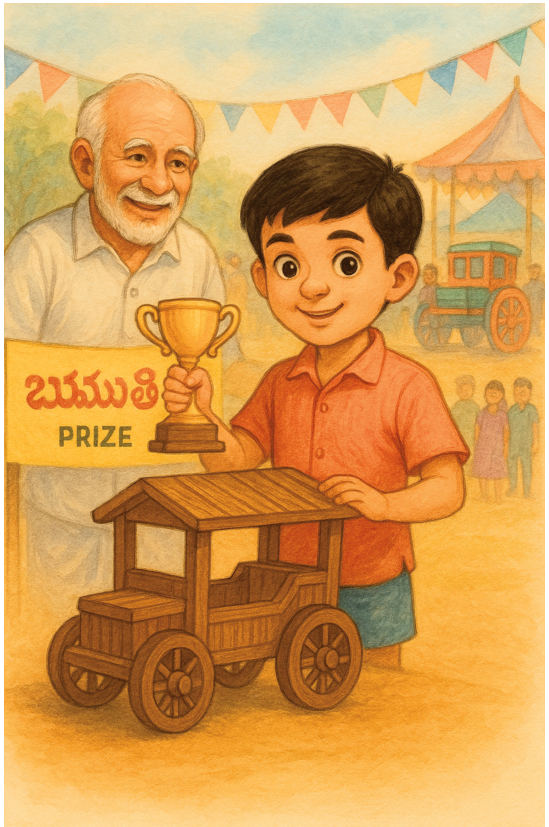
బండి చేయడానికి కర్ర కొనడానికి సంతకు వెళ్ళాడు. అక్కడ రెండు రకాల కర్రలు కనిపించాయి. ఒకటి చూడటానికి మామూలుగా ఉంది, కానీ ధర తక్కువ. రెండోది చాలా గట్టిగా, నునుపుగా ఉంది, కానీ దాని ధర కొంచెం ఎక్కువ.

“తక్కువ ధర కర్ర తీసుకుంటే డబ్బులు మిగులుతాయి కదా?” అని రాము ఆలోచించాడు. కానీ వాళ్ళ ఊరిలో తాతయ్య అనే ఒక ముసలి వడ్రంగి ఉండేవాడు. ఆయన చాలా గట్టి, అందమైన చెక్క వస్తువులు చేసేవాడు. రాముకి ఆయన మాటలు గుర్తొచ్చాయి.

వెంటనే రాము తాతయ్య దగ్గరికి పరిగెత్తుకెళ్ళాడు. తన సందేహాన్ని తాతయ్యతో చెప్పాడు.

తాతయ్య నవ్వి, “రామూ!, చూడు బాబూ, మనం ఏదైనా పనిని సరైన పద్ధతిలో, మంచి వస్తువులతో చేస్తే, దానికి కొంచెం ఎక్కువ ఖర్చు అయినా, సమయం పట్టినా సరే... చివరకు వచ్చే ఫలితం చాలా బాగుంటుంది, మనకు సంతోషాన్ని ఇస్తుంది. తక్కువ ధర వస్తువులతో త్వరగా పని అయిపోవచ్చు, కానీ అది ఎక్కువ కాలం నిలవదు, మనకు నిజమైన సంతృప్తిని ఇవ్వదు. గుర్తుంచుకో, సరైన మార్గంలో పనులు చేయడం వల్ల, ఖర్చు ఎక్కువైనా సరే, నువ్వు ఎప్పటికీ పశ్చాత్తాప పడవు,” అని చెప్పాడు.

తాతయ్య మాటలు రాముకి బాగా అర్థమయ్యాయి. అతను వెంటనే సంతకు వెళ్ళి, ఎక్కువ ధరైనా సరే, ఆ మంచి, గట్టి కర్రనే కొన్నాడు. ఇంటికి వచ్చి చాలా శ్రద్ధగా, నెమ్మదిగా,

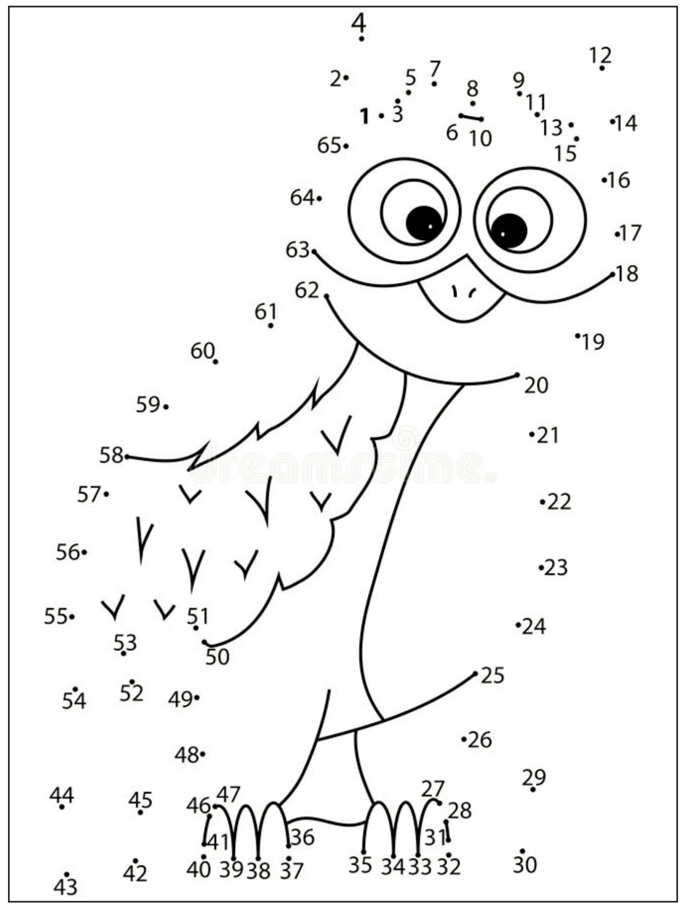


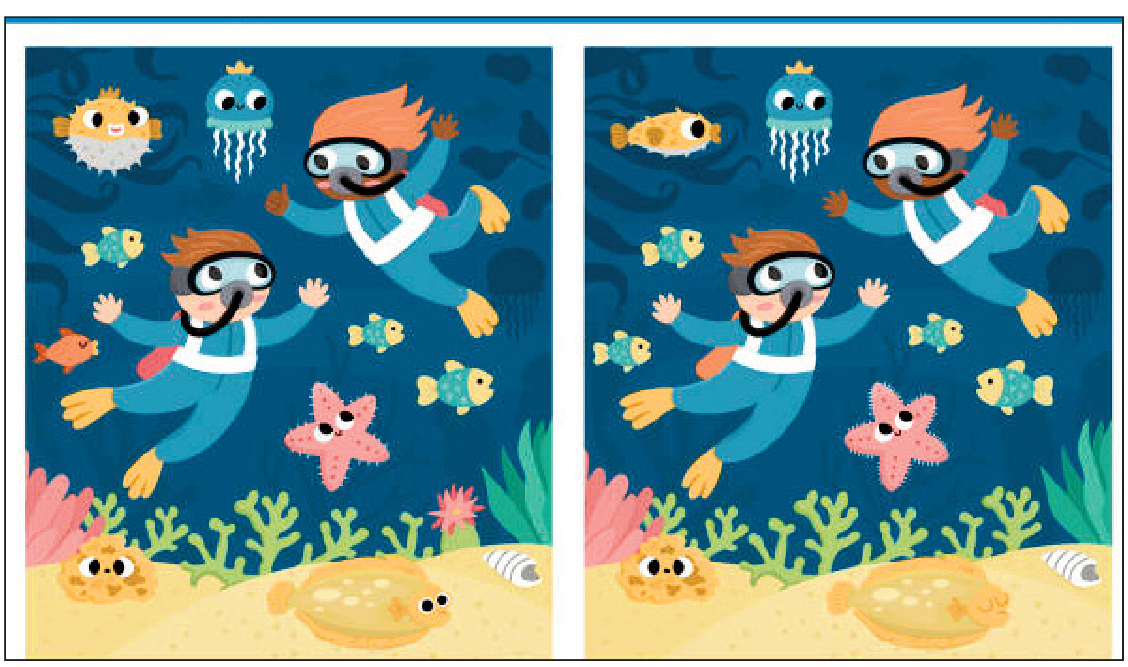
బండిని తయారుచేశాడు. బండి చాలా అందంగా, గట్టిగా తయారైంది.

జాతర రోజు వచ్చింది. రాము తన బండిని పోటీకి తీసుకెళ్ళాడు. అక్కడ చాలా రంగురంగుల బళ్ళు ఉన్నాయి. కానీ రాము బండిని చూసి అందరూ “ఆహా! ఎంత గట్టిగా, ఎంత చక్కగా ఉందో!” అని మెచ్చుకున్నారు. పోటీలో రాము బండికి ‘అత్యంత నాణ్యమైన బండి’ అని బహుమతి వచ్చింది.

రాముకి చాలా సంతోషం వేసింది. తాతయ్య చెప్పింది నిజమని తెలుసుకున్నాడు. మంచి కర్ర కొనడానికి కొంచెం ఎక్కువ ఖర్చు అయినా, దాన్ని శ్రద్ధగా తయారు చేయడానికి ఎక్కువ సమయం పట్టినా, చివరకు వచ్చిన ఫలితం చూసి రాము ఎంతో గర్వపడ్డాడు. సరైన దారిలో వెళ్ళడం ఎప్పుడూ మంచిదే అని రాము ఆ రోజు నేర్చుకున్నాడు.

బి మండా వెంకట అప్పారావు
,(9347589272)





వేమన శతకం

తన విరక్తి యనెడి దాసి చేతను జిక్కి
మిగిలి వెడలవేక మిణుకుచున్న
నరుడి కేడముక్తి వరలెడి చెప్పడీ
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ! || 2 ||

సూర్య
www.suryaa.com
4.5.2025

ఈ నిపుణుల మార్గ నిర్దేశనంలో

మీ జుట్టును వేసవిలో రక్షించుకోండి

బీచ్ వెకేషన్‌లకు, సన్‌డ్రెస్‌లకు వేసవి ఒక కలలా ఉన్నప్పటికీ, మీ జుట్టుకు అంతగా ఉండదు. ఉష్ణోగ్రతలు పెరిగి తేమ స్థాయిలు పెరిగేకొద్దీ, సూర్యరశ్మితో మంటగా, చుట్ట చుట్టకున్నట్లు, పొడిబారినట్లు, దెబ్బతినే అవకాశం ఉంది. డైసన్‌లోని బ్యూటీ రీసెర్చ్ హెడ్ షాన్ లిమ్, మీ జుట్టు అద్భుతంగా కనిపించేందుకు వేసవి చిట్కాలను పంచుకుంటున్నారు.

వేసవిలో జుట్టు సంరక్షణకు తప్పనిసరిగా చేయవలసినవి

1. లోపలి నుంచి తేమ పోకుండా చూసుకోండి

మీ జుట్టులోని తేమకు అనుగుణంగా, తేమ స్థాయిలు మారవచ్చు. అధిక వేడి మీ జుట్టును మరింత పెళుసుగా మార్చడం ద్వారా అది శిరోజాల్లోని సహజ తేమ సమతుల్యతను దెబ్బతీస్తుంది. దీనితో అది నీటిని మరింత సులభంగా పొందుతుంది లేదా కోల్పోతుంది. అధిక వేడి నష్టాన్ని నివారించేందుకు, మీ జుట్టు తేమ సమతుల్యతను కాపాడేందుకు, రూపొందించబడిన తెలివైన ఉష్ణ నియంత్రణ కలిగిన యంత్రాలను ఎంచుకోండి.

2. మాడు సంరక్షణను విస్మరించవద్దు

మీ మాడుకు కూడా చర్మం– మీ ముఖం లాగానే, వేసవిలో దీనికి అదనపు జాగ్రత్త అవసరం. సూర్యరశ్మి, చెమట, మరియు చుండ్రు రావడం తదితరాలు దాని సహజ సమతుల్యతను దెబ్బతీస్తాయి. వారానికి ఒకసారి సున్నితమైన ఎక్స్‌ఫోలియేటింగ్ స్క్రబ్ తర్వాత కూలింగ్ సీరం మీ మాడుకు ఉపశమనాన్ని, రీసెట్ చేయడంలో సహాయపడుతుంది. ఇంకా ఒక అడుగు ముందుకు వేసి, స్కాల్ప్ ప్రొటెక్ట్ మోడ్‌కలిగిన హెయిర్ డ్రైయర్‌ను ఉపయోగించండి. ఇది మాడుకు దగ్గరగా వచ్చినప్పుడు వేడిని నాజూగ్గా తగ్గిస్తుంది. ఇది మాడు ఆరోగ్యం విషయంలో రాజీ పడకుండా స్టైల్ చేసుకునేందుకు మిమ్మల్ని అనుమతిస్తుంది.

3. హీట్ అనేది స్టైల్‌కు సంబంధఇంచిన విషయం, కఠినమైనది కాదు

నష్టాన్ని తగ్గించేందుకు ఇంటెలిజెంట్ హీట్ కంట్రోల్‌తో స్టైలింగ్ టూల్స్‌ను ఎంచుకోండి. డైసన్ ఎయిర్‌ర్యాప్ ఐ.డి. మల్టీ–స్టైలర్, డ్రైయర్ మరియు డైసన్ సూపర్‌సోనిక్ న్యూరల్ హెయిర్ డ్రైయర్ వంటి పరికరాలు జుట్టు సమగ్రతను కాపాడుతూ కచ్చితమైన స్టైలింగ్‌ను అందిస్తాయి. రోజువారీ వినియోగానికి, తేమను నిలుపుకునేందుకు, విరిగిపోకుండా ఉండేందుకు టూల్స్‌ను అత్యల్ప ప్రభావవంతమైన వేడి ఉంటేలా సెట్ చేసుకోండి.

4. ప్రొటెక్టివ్ బ్యారియర్‌ను నిర్మించుకోండి

అతి నీలలోహిత (%ఖఎ%)కిరణాలుఉప్పు నీరు మరియు క్లోరినేటెడ్ ఈత కొలనులు హానికరం కావచ్చు.

బయటకు వెళ్లే ముందు హెయిర్ యూవీ ప్రొటెక్టెంట్ స్ప్రేను వినియోగించండి. ఉప్పు, రసాయనాల శోషణను తగ్గించేందుకు ఈతకు ముందు మరియు తర్వాత మీ జుట్టును మంచినీటితో శుభ్రం చేసుకోండి.

5. కఠినమైన టవల్‌తో మీ జుట్టును ఆరబెట్టడాన్ని నిలిపండి

తడి జుట్టు అత్యంత పెళుసుగా ఉంటుంది. దాన్ని టవల్‌తో రుద్దడం ద్వారా అతిగా సాగడం లేదా విరిగిపోతుంది. బదులుగా, మృదువైన టవల్‌తో తేమను మృదువుగా తుడవండి లేదా పిండండి. అలాగే వెట్–టు–డ్రై స్టైలింగ్ సాధనాలను ఎంచుకోండి. వీటిలో హాట్ ప్లేట్లు ఉండవు. ఒకేసారి ఆరబెట్టడానికి, నిటారుగా చేయడానికి నియంత్రిత గాలి ప్రవాహాన్ని ఉపయోగిస్తాయి. ఇది సమయాన్ని ఆదా చేస్తూ నష్టాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

వేసవి సవాళ్లకు స్టైలింగ్ పరిష్కారాలు

1. బై–బై ఫ్రిజ్, హలో స్మూత్

తేమ మీ జుట్టుపై సమస్యలను సృష్టిస్తుంది. తడిగా ఉన్న జుట్టుపై తేలికపాటి సీరమ్‌లు లేదా ఫ్రిజ్–కంట్రోల్ స్ప్రేలను ఉపయోగించండి. మీ డ్రైయర్ నుంచి కూల్ షాట్‌తో ముగించండి. తదుపరి స్థాయి స్మూత్‌నెస్ కోసం మీ జుట్టును వేయించకుండా పాపిడిని చక్కగా తీసుకునేందుకు కోండా స్మూతింగ్ డ్రైయర్‌ను ఉపయోగించండి.

2. ప్రయాణంలో స్టైల్ రిఫ్రెష్ చేయండి

పూర్తి వాష్ లేదా స్టైల్ చేసుకునేందుకు సమయం లేదా? కుదుళ్లకు తాజాదనాన్ని జోడించడానికి డ్రై షాంపూ మరియు లింప్ విభాగాలను పునరుద్ధరించడానికి రౌండ్ బ్రష్ అటాచ్‌మెంట్‌ను ఉపయోగించండి. వదులుగా ఉండే తక్కువ కొప్పు లేదా క్లా–క్లిప్ ట్విస్ట్ తక్కువ ప్రయత్నంతో తక్షణ పాలిష్‌ను అందిస్తుంది.

3. నిలిచి ఉండే పరిమాణం

ఫ్లాట్, నిర్జీవ జుట్టు కోసం, ట్రిక్ మీరు చేసుకునే ఏర్పాట్లలోనే ఉంటుంది. బ్లో–డ్రై చేయడానికి ముందు రూట్–లిఫ్టింగ్ స్ప్రే లేదా ఫోమ్‌ను ఉపయోగించండి. తక్షణ లిఫ్ట్ కోసం ఆరబెట్టేటప్పుడు మీ తలని కిందకు వంచండి. అదనపు బౌన్స్ కోసం, రౌండ్ వాల్యూమైజింగ్ బ్రష్‌తో స్టైల్ చేయండి– ఇది కుదుళ్ల నుంచి నిర్మాణాన్ని దృఢంగా చేసుకుంటుంది. కనుక, మీ స్టైల్ రోజంతా నిండుగా మరియు నిర్వచించబడి ఉంటుంది. హెయిర్ స్టైలింగ్ ఉత్పత్తులను, ముఖ్యంగా కుదుళ్ల దగ్గర ఎక్కువగా వాడకుండా ఉండటం కూడా ముఖ్యం. ఎందుకంటే, ఇది మీ జుట్టును బరువుగా చేస్తుంది మరియు మీరు అందంగా అలంకరించుకునేందుకు పడిన శ్రమను వృధా చేస్తుంది.

4. బీచీ టెక్చ్సర్, ఉప్పు అవసరం లేదు

సాల్ట్ స్ప్రేల క్రంచీనెస్‌ను దాటవేయండి– మృదువైన తరంగాల్లాటి శిరోజాలను సాధించేందుకు టెక్చ్సర్ క్రీమ్ లేదా తేలికపాటి కర్ల్ ఎన్‌హాన్సర్‌ను ఎంచుకోండి. మీరు మీ జుట్టు తడిగా ఉన్నప్పుడు కూడా జడ వేయవచ్చు. వేడిలేని టౌజ్డ్ లుక్ కోసం గాలిలో ఆరనివ్వవచ్చు.

హింస వెనుక నిశ్శబ్ద పగుళ్లు

కుటుంబ సంబంధాలపై మానసిక ఆరోగ్యం ప్రభావం

– డా. అట్ల శ్రీనివాస్ రెడ్డి 9703935321

బెంగళూరులో ఇటీవల సంభవించిన ఒక మాజీ డి.జి.పి. హత్య కేసు సమాజంలోని కుటుంబ హింస మరియు మానసిక ఆరోగ్య సమస్యలపై తీవ్రమైన ప్రశ్నలను లేవనెత్తింది. ఈ సంఘటనలో భార్య తన భర్తను భోజన సమయంలో కత్తితో పొడిచి హత్య చేసిన విషయం దేశం లోనే సంచలనం సృష్టించింది. వార్తా పత్రికలలో ప్రచురించిన సమాచారం ఆధారంగా ఇటువంటి హింసాత్మక చర్యలకు కారణమయ్యే మానసిక అంశాలను లోతుగా విశ్లేషిద్దాం.

హత్యాకాండకు దారితీసిన మానసిక కారణాలు:వేశ నియంత్రణ లోపం (ఇంటర్ మిట్టెంట్ ఎక్స్ ప్లోజీవ్ డిజార్డర్) తక్షణ కోపం, చిన్న విషయాలపై అత్యధిక ప్రతిచర్య, ఈ సందర్భంలో కారంపొడి చల్లడం, ఆకస్మికంగా కత్తితో పొడవడం లాంటి సంఘటనలు ఇంటర్ మిట్టెంట్ ఎక్స్ ప్లోజీవ్ డిజార్డర్ గా చెప్పవచ్చు.

దీర్ఘకాలిక మానసిక ఒత్తిడి: దాంపత్య జీవితం లోని అసంతృప్తి, భార్యకు దక్కవలసిన ప్రేమ అనురాగం లోపించడం ఇక్కడ ప్రత్యేకంగా దీర్ఘ కాలిక మానసిక ఒత్తిడికి దారి తీస్తుంది. వివాహంలోని అసంతృప్తి/అణచివేత, ఆర్థిక లేదా సామాజిక ఒత్తిడులు ఇందుకు ఉదాహరణలుగా చెప్పవచ్చు.

రిలేషన్ షిప్: నిరంతరం గొడవలు, అవమానాలు, శారీరక/ మానసిక గాయాలు. ఇతర అమ్మాయిలతో రిలేషన్ షిప్ కొనసాగించడం.

మానసిక రుగ్మతలు: డిప్రెషన్, పిటిఎస్‌డి లేదా బార్డర్లైన్ పర్సనాలిటీ డిసార్డర్, మానసిక చికిత్స తీసుకోకపోవడం వల్ల ఏమి జరుగుతుందో, ఏమి చేస్తున్నానో అనే విచక్షణ కోల్పోవడం తో ఇలాంటి దా ం ు ణ ా ల ు జరుగుతున్నాయి.

హింసకు దారితీసే సామాజిక కారకాలు

లింగ అసమానత: స్త్రీలు అణచివేయబడ్డ భావాలు సహాయ సేవల లభ్యత లేమి: మానసిక సంక్షోభ సమయంలో కౌన్సెలింగ్ లేకపోవడం, తీసుకొంటే మెంటల్ అని సమాజం హేళనగా భావిస్తుందేమోననే ఆలోచన విధానం.

న్యాయ వ్యవస్థపై అవిశ్వాసం: హింస ద్వారా మాత్రమే న్యాయం దొరుకుతుందని భావించి స్వయంగా పరిష్కరించుకునే ప్రయత్నాలు చేయడం.

నివారణ మార్గాలు

మానసిక ఆరోగ్య సేవలు: మానసిక ఆరోగ్య సేవలు అందుబాటులో ఉం డడం, మొహమాటం పడకుండా కౌన్సెలింగ్ తీసుకోవడం.

భావోద్వేగాలను బ్యాలన్స్ చేసుకోవడం: భావోద్వేగాలను నియంత్రించే సామర్థ్యం కోసం యోగా ద్యానం లాంటివి ప్రతి రోజు తప్పకుండ చేయడం.

సామాజిక భద్రతా కేంద్రాలు: సమీపంలోనే ఫ్యామిలీ కౌన్సెలింగ్ సెంటర్ లు అందుబాటు లో ఉండాలి.

చట్టపరమైన అవగాహన: హింసను నివారించడానికి చట్టాలు ఎలా సహాయపడతాయో తెలియజేయడం, చట్టం నేనున్నానే భరోసాను కల్పించే అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం చేయాలి.

ఈ సంఘటన నుండి నేర్చుకోవాల్సిన పాఠాలు

కుటుంబ వివాదాలను అణచివేయడం ప్రమాదకరం, మానసిక ఆరోగ్య సమస్యలు ఎటువంటి రూపంలోనైనా ప్రొఫెషనల్ సహాయం అవసరం, పొరుగువారి కుటుంబ సమస్యలను నిర్లక్ష్యం చేయకుండ సమాజం సామూహిక బాధ్యత గా తీసుకోవాలి.

ముగింపు: ఈ ఘటన కేవలం నేర కథనం కాదు, ఇది మన సామాజిక వ్యవస్థలోని మానసిక ఆరోగ్య అవగాహన లోపాలకు ఒక ముఖ్యమైన సందేశం. ప్రతి కుటుంబం మానసికంగా ఆరోగ్యంగా ఉండటమే నిజమైన సురక్షిత సమాజానికి మూలం. హింస ఎప్పుడూ పరిష్కారం కాదు – ఇది కేవలం మరింత బాధను సృష్టిస్తుంది.

సూర్య
www.suryaa.com
4.5.2025
ఆదివారం అనుబంధం

యవ్వనంగా, మెరిసే చర్మం కోసం

యవ్వన లిత నంతో కనిపించాలని ఎవరు కోరుకుంటారు? సమాధానం సులభం: ఎవరూ ఉండరు. కానీ వేగంగా మారుతున్న వాతావరణం మీ శారీరక ఆరోగ్యాన్ని మాత్రమే కాకుండా మీ చర్మ ఆరోగ్యాన్ని కూడా మీరు ఊహించలేని విధంగా ప్రభావితం చేస్తోంది. వాయు కాలుష్య కారకాలు, తేమ, సూర్యరశ్మి ప్రభావానికి ఎక్కువగా గురికావడం మరియు హానికరమైన యువి కిరణాలు వంటి సమస్యలు ఫైన్ లైన్స్, ముడతలు లేదా సాగిపోవటం వంటి సమస్యలకు దారితీయవచ్చు. ఈ చర్మ సమస్యలను పరిష్కరించడం చాలా మందికి కొంచెం కష్టమే అయినప్పటికీ, వాటిని పరిష్కరించడం అంతర్గత ఆరోగ్యానికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వడంతో ప్రారంభమవుతుందని స్పష్టంగా తెలుస్తుంది. దీనిపై మరింత పరిజ్ఞానం పొందడానికి, కొన్ని ఆహారాల సహాయంతో ఈ సమస్యలను ఎలా అధిగమించవచ్చో తెలుసుకోవటానికి నిపుణులను సంప్రదిస్తుంటాము.

చర్మ నిపుణురాలు మరియు కాస్మోటాలజిస్ట్ డాక్టర్ గీతికా మిట్టల్, ఆహారం మన బాహ్య రూపంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని నమ్ముతారు ! చర్మ సమస్యలకు, ముఖ్యంగా ముడతలు మరియు సన్నని గీతలకు చికిత్స చేయడానికి, మీ రోజువారీ భోజనంలో బాదం, పెరుగు వంటి పోషకమైన ఆహారాలు , ఇతర ఆరోగ్యకరమైన ఎంపికలను చేర్చుకోవాలని ఆమె సిఫార్సు చేస్తున్నారు.

నిపుణులు సూచించే ఐదు ఆహారాలు :

బాదం : చర్మ ఆరోగ్యాన్ని ప్రోత్సహించడానికి రోజువారీ ఆహారంలో తప్పనిసరిగా చేర్చవలసినవి, బాదం. ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు , విటమిన్ ఇ వంటి పోషకాలతో నిండి ఉంటుంది. యాంటీ-ఏజింగ్

ప్రయోజనాలను అందించే విటమిన్ ఇ కూడా బాదంలో సమృద్ధిగా లభిస్తుంది, చర్మపు రంగు , ఆకృతిని నిర్వహించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. బాదంను మీ దినచర్యలో చేర్చడానికి ఒక ఆహ్లాదకరమైన మార్గం వాటిని వేయించి, స్నాక్స్గా తినడం. వృద్ధాప్యాన్ని ఆలస్యం చేసే విషయానికి వస్తే, అవి ముడతల రూపాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. అంతేకాకుండా, బాదం యొక్క రోజువారీ వినియోగం యువిబి కాంతి వల్ల చర్మం పాడవకుండా కాపాడుతుంది. అందువల్ల, పోషకాలు అధికంగా ఉండే ఆహారంలో బాదంను జోడించడం చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా మరియు మెరుస్తూ ఉంచడానికి సులభమైన కానీ ప్రభావవంతమైన మార్గం.

సాల్మన్ – ఇది అత్యంత ఉత్తమమైనది! కొవ్వు చేప, సాల్మన్, మీ మొత్తం చర్మ ఆరోగ్యంపై గొప్ప ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. ఒమేగా-3 కొవ్వు ఆమ్లాలతో సమృద్ధిగా ఉంటుంది, ఇది చర్మాన్ని తేమతో కూడి ఉండేలా చేయటంతో పాటుగా మృదువుగా ఉంచడానికి సహాయపడుతుంది. యువి కిరణాల నుండి రక్షణను అందిస్తుంది . అంతేకాకుండా, ఒమేగా-3లు కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తిని వేగవంతం చేస్తాయి, చర్మ దృఢత్వాన్ని కాపాడుతూ చక్కటి గీతలు మరియు ముడతలను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి.

చిలగడదుంప – ఇవి విటమిన్లు ఇ మరియు సి వంటి యాంటీఆక్సిడెంట్లతో నిండి ఉంటాయి, ఇవి చర్మాన్ని ఫ్రీ రాడికల్స్ నుండి రక్షిస్తాయి. వీటిలో విటమిన్ ఏ కూడా ఉంటుంది, ఇది చర్మ కణాల పునరుద్ధరణకు కీలకమైనది. ఈ విటమిన్ ముడతలను తగ్గించడానికి మరియు చర్మ దృఢత్వాన్ని నిర్వహించడానికి సహాయపడుతుంది, చిలగడదుంపలను చర్మానికి అనుకూలమైన ఆహారంలో విలువైన జోడింపుగా చేస్తుంది.

సిట్రస్ పండు – నారింజ మరియు బెర్రీలు వంటి పండ్లలో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటుంది, ఇది చర్మ ఆరోగ్యానికి కీలకమైన పోషకం. విటమిన్ సి కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తికి మద్దతు ఇస్తుంది, ఇది చర్మం యొక్క దృఢత్వం మరియు స్థిరత్వంను నిర్వహించడానికి అవసరం. కొల్లాజెన్ స్థాయిలు సహజంగా వయస్సుతో తగ్గుతున్నందున, ఈ పండ్లను మీ ఆహారంలో చేర్చుకోవడం మంచిది. ముడతలు మరియు గీతలకు చికిత్స చేయడంలో సహాయపడుతుంది, యవ్వన రూపాన్ని ప్రోత్సహిస్తాయి.
సిట్రస్ పండ్లలోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు చర్మాన్ని పర్యావరణ కాలుష్య కారకాల నుండి రక్షిస్తాయి, నష్టం నుండి అదనపు రక్షణను అందిస్తాయి మరియు మొత్తం చర్మ ఆరోగ్యానికి మద్దతు ఇస్తాయి.

పెరుగు – చర్మ సంరక్షణ విషయానికి వస్తే ఇది ఒక పవిత్ర పదార్థం . ఇది ఆహారంలో విలువైన జోడింపుగా ఉంటుంది, లాక్టిక్ ఆమ్లం మరియు యాంటీఆక్సిడెంట్లను అందిస్తుంది, వీటిలో విటమిన్లు బి 2, బి 6 మరియు బి 12 ఉన్నాయి. లాక్టిక్ ఆమ్లం సహజమైన ఎక్స్ఫోలియంట్గా పనిచేస్తుంది, మృత చర్మ కణాలను తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది . బిగుతుగా, మరింత రిఫ్రెష్గా కనిపించేలా చేస్తుంది. పెరుగులో లభించే విటమిన్లు చర్మ ఆరోగ్యానికి మద్దతు ఇస్తాయి.

ముఖంపై ఈ 5 లక్షణాలు కనిపిస్తే డేంజర్

మూత్రపిండాలు.. రక్తాన్ని ఫిల్టర్ చేసే ముఖ్యమైన బాధ్యతను నిర్వహిస్తాయి. కిడ్నీలు దెబ్బతిన్నట్లయితే, శరీరం అంతటా తీవ్రమైన పరిణామాలు ఉంటాయి. దురదృష్టవశాత్తు, చాలా మంది మూత్రపిండ వైఫల్యం తీవ్రమైన దశకు చేరుకున్న తర్వాత మాత్రమే వైద్యుడిని సంప్రదిస్తారని.. ఈ విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉండాలని వైద్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.ఇటీవలి సంవత్సరాలలో భారతదేశంలో కిడ్నీ రోగుల సంఖ్య గణనీయంగా పెరుగుతోంది. అనారోగ్యకరమైన జీవనశైలి, తప్పుడు ఆహారపు అలవాట్లు ఈ సమస్యకు ప్రధాన కారణాలుగా వైద్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నాయి.. శరీరంలో ముఖ్యమైన అవయవాల్లో కిడ్నీలు ఒకటి.. ఇవి ఎన్నో విధులను నిర్వహిస్తాయి.. మూత్రపిండాలు రక్తాన్ని శుద్ధి చేయడంలో ముఖ్యమైన పనిని నిర్వహిస్తాయి. ఇవి దెబ్బతిన్నప్పుడు, అది మొత్తం శరీరంపై తీవ్రమైన ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. దురదృష్టవశాత్తు, చాలా మంది మూత్రపిండ వైఫల్యం విషయంలో.. చివరి దశలో ఉన్నప్పుడు మాత్రమే వైద్యుడిని సంప్రదిస్తారు.. కిడ్నీల వైఫల్యంపై అవగాహన.. సమాచారం లేకపోవడం వల్ల, చాలా మంది ప్రారంభ లక్షణాలను విస్మరిస్తారు. అయితే, కిడ్నీ ఫెయిల్యూర్ కి ముందు ముఖం మీద 5 లక్షణాలు కనిపిస్తాయని.. వాటిని ఎప్పుడూ విస్మరించవద్దని వైద్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

మూత్రపిండాల వైఫల్యం లక్షణాలు ఇవే..

ముఖం వాపు: మూత్రపిండాల వైఫల్యం ముఖం వాపునకు కారణవ-ఎవుతుంది.. దీని వలన ముఖం పెద్దదిగా కనిపిస్తుంది. ఈ లక్షణాన్ని విస్మరించవద్దు, వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించండి.

కళ్ళ చుట్టూ వాపు: కళ్ళ చుట్టూ వాపు తరచుగా అలసటకు సంకేతంగా భావిస్తారు. అయితే, ఇది మూత్రపిండాల దెబ్బతినడానికి సంకేతం కావచ్చు. మూత్రపిండాలు విషాన్ని ఫిల్టర్ చేయలేనప్పుడు, ప్రోటీన్ కణాలు రక్తంలో పేరుకుపోయి, కళ్ళ చుట్టూ వాపునకు కారణమవుతాయి. కళ్ల చుట్టూ ఉబ్బి కనిపిస్తుంది.

చర్మం రంగు మారడం: చర్మం పసుపు లేదా నల్లగా మారడం మూత్రపిండాల నష్టానికి సూచిక కావచ్చు. ఈ విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉండాలి..

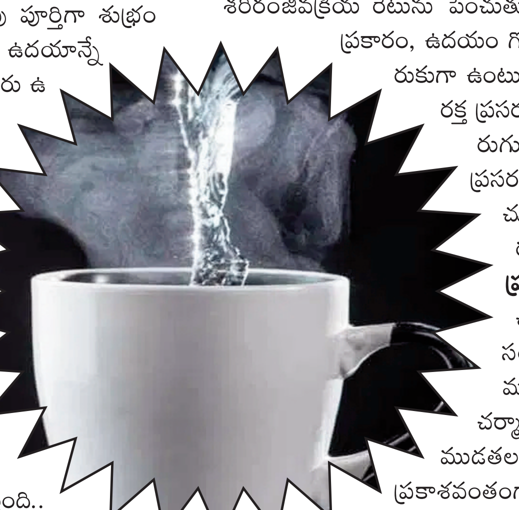
పొడి చర్మం: మూత్రపిండాలు సరిగ్గా పనిచేయనప్పుడు, శరీరం ఎలక్ట్రోలైట్ సమతుల్యత చెదిరిపోతుంది.. ఇది నిర్జలీకరణానికి దారి తీస్తుంది. దీనివల్ల చర్మం పొడిబారిపోతుంది. ఎటువంటి కారణం లేకుండా మీ చర్మం పొడిగా మారితే.. వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించండి.

దురద: మూత్రపిండాలు దెబ్బతినడం వల్ల తరచుగా చర్మం పొడిబారి, దురదకు దారితీస్తుంది. దీర్ఘకాలిక దురదను విస్మరించవద్దు.. ఈ విషయంలో వైద్య సలహా తీసుకోండి.

ఇలాంటి లక్షణాలు తరచూ కనిపిస్తే.. వైద్యులను సంప్రదించి చికిత్స పొందాలని.. ఆలస్యం చేయవద్దని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

ఒకే ఒక్క గ్లాస్ నీరు మీ జీవితాన్నే మార్చేస్తుంది

చిన్నప్పటి నుంచి ఆరోగ్య నిపుణులు, మన తల్లిదండ్రులు ఉదయం నిద్ర లేవగానే గోరువెచ్చని నీరు తాగమని సలహా ఇస్తున్నారు. ఉదయం లేవగానే ఒక గ్లాసు గోరువెచ్చని నీళ్లు తాగితే కడుపు పూర్తిగా శుభ్రం అవుతుందని చెబుతారు.. అయితే.. చాలా మంది దీన్ని లైట్ తీసుకుంటారు.. కానీ ఉదయాన్నే గోరువెచ్చని నీరు తాగడం వల్ల ఏమి జరుగుతుందో మీరు ఎప్పుడైనా ఆలోచించారా? మీరు ఉదయాన్నే గోరువెచ్చని నీరు త్రాగడం అలవాటు చేసుకుంటే%ొ% ఈ సాధారణ అలవాటు మీ జీవితంలో చాలా పెద్ద, సానుకూల మార్పులను తీసుకురాగలదు. ఇది మాత్రమే కాదు, ఆయుర్వేదం నుండి సైన్స్ వరకు, ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో గోరువెచ్చని నీరు త్రాగడం ప్రయోజనకరంగా పరిగణిస్తారు. నిద్రలేవగానే ఉదయాన్నే గోరువెచ్చని నీరు త్రాగడం వల్ల మీ శరీరంపై ఎలాంటి ప్రభావం ఉంటుంది..? ఆరోగ్య నిపుణులు ఏం చెబుతున్నారో తెలుసుకోండి..



ఉదయాన్నే గోరు వెచ్చని నీరు తాగడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు..

జీర్ణవ్యవస్థ బలంగా ఉంటుంది: ఉదయాన్నే గోరువెచ్చని నీరు త్రాగడం వల్ల మీ జీర్ణవ్యవస్థకు చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. ఇది కడుపులో పేరుకుపోయిన గ్యాస్, అజీర్ణం, ఆమ్లత్వం వంటి సమస్యలను తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. మీరు ఉదయం గోరువెచ్చని నీరు త్రాగినప్పుడు, అది మీ పేగు కండరాలను సడలించి, ప్రేగు కదలికలు సులభంగా జరుగుతాయి. ఇది మలబద్ధకం నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది.. కడుపు తేలికగా అనిపిస్తుంది.

డీటాక్సిఫికేషన్: ఉదయాన్నే గోరువెచ్చని నీరు త్రాగడం వల్ల శరీరం డీటాక్సిఫికేషన్ పొందుతుంది. గోరువెచ్చని నీరు శరీరం నుండి విషాన్ని బయటకు పంపడంలో సహాయపడుతుంది. ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో దీన్ని తాగితే, శరీరం లోపలి నుండి శుభ్రపడి, చర్మం కాంతివంతంగా మారుతుంది. కొంతమంది దీనికి నిమ్మకాయ, తేనె కలుపుకుని తాగుతారు.. ఇది నిర్విషీకరణ ప్రక్రియలో మరింత సహాయపడుతుంది.

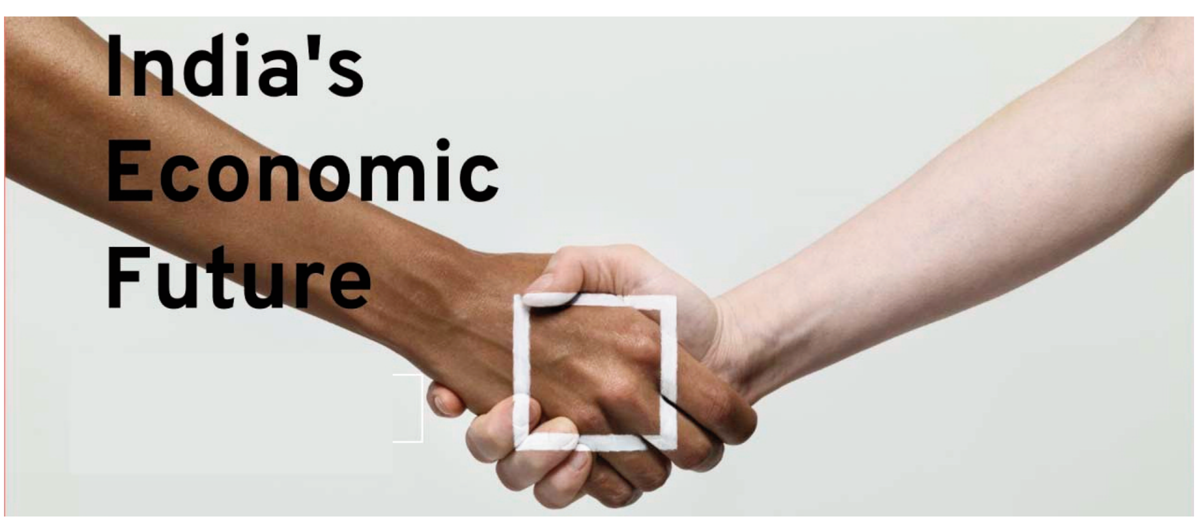
జీవక్రియను పెంచుతుంది: మీరు బరువు తగ్గాలనుకుంటే, గోరువెచ్చని నీరు మీకు సహాయపడుతుంది. ఇది శరీరంజీవక్రియ రేటును పెంచుతుంది.. దీని కారణంగా కేలరీలు వేగంగా కరుగుతాయి. సమాచారం ప్రకారం, ఉదయం గోరువెచ్చని నీరు త్రాగడం వల్ల రోజంతా శక్తి లభిస్తుంది.. శరీరం చురుకుగా ఉంటుంది.

రక్త ప్రసరణ: ఉదయం గోరువెచ్చని నీరు త్రాగడం వల్ల రక్త ప్రసరణ కూడా మెరుగుపడుతుంది. వేడి నీరు రక్త ధమనులను విస్తరిస్తుంది.. ఇది రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తుంది. ఇది గుండె ఆరోగ్యంపై ప్రత్యక్ష ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. ఇది గుండె కండరాలపై ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది.. ఇంకా రక్తపోటును కూడా నియంత్రిస్తుంది.

ప్రకాశవంతమైన చర్మం: ఉదయాన్నే గోరువెచ్చని నీరు త్రాగడం వల్ల చర్మం కూడా ప్రకాశవంతంగా ఉంటుంది. శరీరం లోపలి భాగాన్ని సరిగ్గా శుభ్రం చేసినప్పుడు, దాని ప్రభావం ముఖంపై కూడా కనిపిస్తుంది. గోరువెచ్చని నీరు చర్మాన్ని హైడ్రేట్ చేస్తుంది.. మొటిమలు, ముడతలను తగ్గిస్తుంది. చర్మాన్ని ప్రకాశవంతంగా మారుస్తుంది. చర్మ సంబంధిత సమస్యలతో బాధపడేవారు ఉదయాన్నే గోరువెచ్చని నీరు త్రాగడం వల్ల ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది.

సృజనాత్మక ఆర్థికవ్యవస్థలో మనస్థానమెక్కడ?

ప్రపంచ ఆర్థిక వ్యవస్థ రూపురేఖలు వేగంగా మారుతున్నాయి. ఒకప్పుడు వ్యవసాయం, పరిశ్రమలు మాత్రమే ఆర్థిక ప్రగతికి మూలస్తంభాలుగా భావించేవారు. ఆ తర్వాత సేవల రంగం, సమాచార సాంకేతికత రంగం ఆధిపత్యాన్ని నెలకొల్పాయి. నేడు, ఇరవై ఒకటవ శతాబ్దంలో మానవ మేధస్సు, కల్పనాశక్తి, ప్రతిభావ్యుత్పత్తుల నుండి ఆవిర్భవిస్తున్న సృజనాత్మక ఆర్థిక వ్యవస్థ ఒక నూతన శక్తిగా అవతరిస్తోంది. ఆర్థికాభివృద్ధిని, అభివృద్ధిని సృష్టించే సామర్థ్యం కలిగిన సృజనాత్మక ఆస్తుల ఆధారంగా రూపుదిద్దుకుంటున్న ఆర్థిక వ్యవస్థను సృజనాత్మక ఆర్థిక వ్యవస్థగా నిర్వచించవచ్చు.



సృజనాత్మక ఆర్థిక వ్యవస్థ – విస్తృతి:

సృజనాత్మక ఆర్థిక వ్యవస్థ ఆదాయ ఉత్పత్తిని పెంపొందిస్తుంది, ఉద్యోగాల కల్పనకు దోహదం చేస్తుంది, ఎగుమతుల ద్వారా వచ్చే ఆదాయాన్ని వృద్ధి చేస్తుంది. అదే సమయంలో సామాజిక సమ్మిళితత్వాన్ని, సాంస్కృతిక వైవిధ్యాన్ని, మానవ అభివృద్ధిని ప్రోత్సహిస్తుంది. సాంకేతిక పరిజ్ఞానం, మేధో సంపత్తి హక్కులు, పర్యాటక లక్ష్యాలతో పరస్పరం అనుసంధానమై పనిచేసే ఆర్థిక, సాంస్కృతిక, సామాజిక అంశాలను ఇది కలిగి ఉంటుంది. స్థూల, సూక్ష్మ స్థాయిలో దేశంలోని సమగ్ర ఆర్థిక వ్యవస్థతో విస్తృతమైన అనుసంధానాలు కలిగిన జ్ఞాన ఆధారిత ఆర్థిక కార్యకలాపాల సముదాయమిది. వినూత్నమైన, బహుళ విషయాలను కలిగి ఉండే విధాన ప్రతిస్పందనలను, వివిధ మంత్రిత్వ శాఖల సమన్వయంతో కూడిన చర్యలను ఇది ఆశిస్తుంది. సృజనాత్మక పరిశ్రమలలో సృజనాత్మకత, మేధో సంపత్తి ప్రధాన ముడిసరుకులుగా ఉంటాయి. సృజనాత్మక అంశాలు ఆర్థిక విలువను, మార్కెట్ లక్ష్యాలను కలిగి, కనిపించని మేధోపరమైన లేదా కళాత్మక సేవలను అందిస్తాయి. ఇది జ్ఞానంపై ఆధారపడిన పనుల సముదాయం, ప్రత్యేకించి కళలపై దృష్టి సారిస్తుంది, తద్వారా వ్యాపారం, మేధో సంపత్తి హక్కుల ద్వారా ఆదాయాన్ని ఆర్జిస్తుంది. ఇది చేతివృత్తుల రంగం, సేవల రంగం, పారిశ్రామిక రంగాల మధ్య ఒక కీలకమైన కూడలిగా పనిచేస్తుంది. సామాజిక చేరికను, సాంస్కృతిక వైవిధ్యాన్ని, మానవ అభివృద్ధిని ప్రోత్సహిస్తూ ఆదాయ ఉత్పత్తిని, ఉద్యోగాల సృష్టిని, ఎగుమతి ఆదాయాలను గణనీయంగా పెంచుతుంది. వ్యక్తిగత సృజనాత్మకత, ప్రత్యేక నైపుణ్యం, విశిష్ట ప్రతిభ ఆధారంగా అభివృద్ధి చెందే విభిన్న పరిశ్రమల సమాహారమిది. మేధో సంపత్తి ద్వారా ఇది ఆర్థిక విలువను సృష్టిస్తుంది. హస్తకళలు, చిత్రలేఖనం, శిల్పకళ, సంగ్రహాలయాలు, చారిత్రక ప్రదేశాలు వంటి కళలు సాంస్కృతిక వారసత్వంలో భాగంబీ సంగీతం, నృత్యం, నాటకం, ఒపేరా వంటి ప్రదర్శన కళలుబీ పుస్తకాలు,

నేటి దినపత్రిక సూర్య
www.suryaa.com
4.5.2025

వార్తాపత్రికలు, మ్యాగజీన్లు, రేడియో, టెలివిజన్ వంటి మీడియా ప్రచురణలుబీ చలనచిత్రాలు, యానిమేషన్, డాక్యుమెంటరీలు, వీడియో కంటెంట్బీ ఆర్కిటెక్చర్, డిజైన్, గ్రాఫిక్ డిజైన్, ఫ్యాషన్ డిజైన్, ఇంటీరియర్ డిజైన్, ప్రకటనలు, మార్కెట్ పరిశోధనబీ కంప్యూటర్ గేమ్స్, సాఫ్ట్వేర్ డిజైన్, డిజిటల్ కంటెంట్ క్రియేషన్ వంటి విభిన్న రంగాలు ఈ వ్యవస్థలో అంతర్భాగంగా ఉన్నాయి. డిజిటల్ విప్లవం, అంతర్జాల వ్యాప్తి సృజనాత్మక ఉత్పత్తులు, సేవలు ప్రపంచవ్యాప్తంగా మరింత వేగంగా చేరుకోవడానికి మార్గం సుగమం చేశాయి.

ప్రపంచంలో సృజనాత్మక ఆర్థిక వ్యవస్థ స్థితి:

సృజనాత్మక ఆర్థిక వ్యవస్థను అంచనా వేయడం ఆర్థిక సహకారం, ఉపాధి అవకాశాలు, సృజనాత్మక కార్యకలాపాలలో సామాజిక భాగస్వామ్యం వంటి అనేక అంశాలతో ముడిపడి ఉంటుంది. యునైటెడ్ నేషన్స్ కాన్ఫరెన్స్ ఆన్ ట్రేడ్ అండ్ డెవలప్మెంట్ (యుఎన్సిటిఎడి) క్రియేటివ్ ఎకానమీ ఔట్లుక్ 2024 నివేదిక ప్రకారం, 2022లో సృజనాత్మక సేవలలో ప్రపంచ వాణిజ్యం %వి%1.4 ట్రిలియన్లకు చేరుకుంది, ఇది 2017 నుండి 29% వృద్ధిని సూచిస్తుంది. సృజనాత్మక వస్తువుల ఎగుమతులు కూడా 19% పెరిగి మొత్తం %వి%713 బిలియన్లకు చేరుకున్నాయి. మొత్తంగా, సృజనాత్మక ఆర్థిక వ్యవస్థ ప్రస్తుతం వార్షికంగా %వి%2 ట్రిలియన్లకు పైగా ఆదాయాన్ని ఉత్పత్తి చేస్తోంది, ప్రపంచవ్యాప్తంగా దాదాపు 50 మిలియన్ల ఉద్యోగాలకు మద్దతునిస్తోంది. ఈ రంగానికి ప్రధాన సహకారులుగా సాఫ్ట్వేర్ సేవలు (41.3%), పరిశోధన మరియు అభివృద్ధి (30.7%), ప్రకటనలు మరియు మార్కెట్ పరిశోధన నిర్మాణం (15.5%) ఉన్నాయి. కోవిడ్-19 మహమ్మారి అనంతర కాలంలో డిజిటలైజేషన్ వేగవంతం కావడంతో ఈ రంగం మరింత ఊపందుకుంది. ఈ గణాంకాలు సృజనాత్మకత ఎంత శక్తివంతమైన ఆర్థిక వనరుగా మారిందో స్పష్టం చేస్తున్నాయి. అభివృద్ధి చెందిన దేశాలతో పాటు, అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశాలు కూడా ఈ రంగంలోని అవకాశాలను అందిపుచ్చుకుంటున్నాయి.

భారతదేశానికి ఎందుకు కీలకం?

భారతదేశం అపారమైన సాంస్కృతిక వారసత్వం, విభిన్నమైన కళారూపాలు, నైపుణ్యం కలిగిన హస్తకళాకారులతో ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద యువ జనాభా కలిగిన దేశం. మన దేశంలో సృజనాత్మక ఆర్థిక వ్యవస్థ వేగంగా విస్తరిస్తూ ప్రస్తుతం దాని విలువ %వి%30 బిలియన్లుగా ఉంది, దేశ స్థూల జాతీయోత్పత్తికి దాదాపు 2.5% తోడ్పడుతుంది, 8% మంది శ్రామిక శక్తికి జీవనోపాధిని కల్పిస్తోంది. ఒక్క ఇన్ఫ్లుయెన్సర్ మార్కెటింగ్ రంగం విలువ 3,375 కోట్ల రూపాయలుగా ఉంది. రెండు లక్షలకు పైగా పూర్తి-సమయ కంటెంట్ సృష్టికర్తలు ప్రపంచ వేదికపై భారతదేశ ఉనికిని చాటుతున్నారు. గౌహతి, కొచ్చి, ఇండోర్ వంటి నగరాలు దేశవ్యాప్తంగా వికేంద్రీకృత సృజనాత్మక విప్లవానికి ఊతమిస్తూ సృజనాత్మక కేంద్రాలుగా ఎదుగుతున్నాయి. ఇది కేవలం పట్టణ ప్రాంతాలకే పరిమితం కాకుండా, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో నివసించే కళాకారులు, హస్తకళాకారులకు కూడా ఉపాధి అవకాశాలను అందిస్తోంది. ముఖ్యంగా యువతకు, మహిళలకు ఇది విశేషమైన అవకాశాలను కల్పిస్తోంది, పర్యాటకం వంటి అనుబంధ రంగాలను కూడా ప్రోత్సహిస్తుంది. మన సృజనాత్మక ఉత్పత్తులు, సేవలకు అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో గణనీయమైన డిమాండ్ ఉంది, సరైన విధానాలు అనుసరిస్తే, ఇది మన ఎగుమతులను గణనీయంగా పెంచగలదు.

సవాళ్లు:

ఈ రంగం ప్రధానంగా అసంఘటిత రంగంగా కొనసాగుతోంది. చిన్న తరహా హస్తకళాకారులు, కళాకారులు సరైన ప్రోత్సాహం, మార్కెటింగ్ మద్దతు లేకుండా తమ కార్యకలాపాలను నిర్వహిస్తున్నారు. ఈ ఆర్థిక వ్యవస్థను సమగ్రంగా గుర్తించి, ప్రోత్సహించడానికి ఒక స్పష్టమైన, ఏకీకృత జాతీయ విధానం లేకపోవడం ఒక పెద్ద లోటు. చిన్న సృజనాత్మక సంస్థలు, వ్యక్తులు పెట్టుబడి పొందడంలో అనేక ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు, బ్యాంకులు సాధారణంగా సృజనాత్మక ప్రాజెక్టులకు ఆర్థికంగా మద్దతు ఇవ్వడానికి వెనుకాడుతున్నాయి. కాపీరైట్ ఉల్లంఘనలు (పైరసీ), పేటెంట్, ట్రేడ్మార్క్ ఉల్లంఘనలు సృజనకారుల ఆదాయాన్ని, ప్రోత్సాహాన్ని తీవ్రంగా దెబ్బతీస్తున్నాయి, బలహీనమైన చట్ట అమలు ఒక ప్రధాన సమస్య. సృజనాత్మక కార్యకలాపాలకు అవసరమైన మౌలిక సదుపాయాలు, సాంకేతిక పరిజ్ఞానం దేశవ్యాప్తంగా అన్ని ప్రాంతాల్లో అందుబాటులో లేవు. సాంప్రదాయ కళారూపాలలో నైపుణ్యం ఉన్నప్పటికీ, డిజిటల్ యుగానికి అవసరమైన నూతన నైపుణ్యాలు తగినంత సంఖ్యలో లేవు. స్థానిక, అంతర్జాతీయ మార్కెట్లకు సృజనాత్మక ఉత్పత్తులను అనుసంధానం చేయడంలో అనేక ఇబ్బందులు ఉన్నాయి, సరైన మార్కెటింగ్, బ్రాండింగ్ వ్యూహాలు లేకపోవడం ఒక పెద్ద లోటు. అంతేకాకుండా ఈ రంగం యొక్క కచ్చితమైన పరిధి, ఆర్థిక సహకారం, ఎగుమతులు, దిగుమతులపై సమగ్రమైన, నిరంతర గణాంకాలు ఇంకా అందుబాటులో లేవు, ఈ డేటా కొరత విధానాల రూపకల్పనకు తీవ్ర ఆటంకం కలిగిస్తోంది.

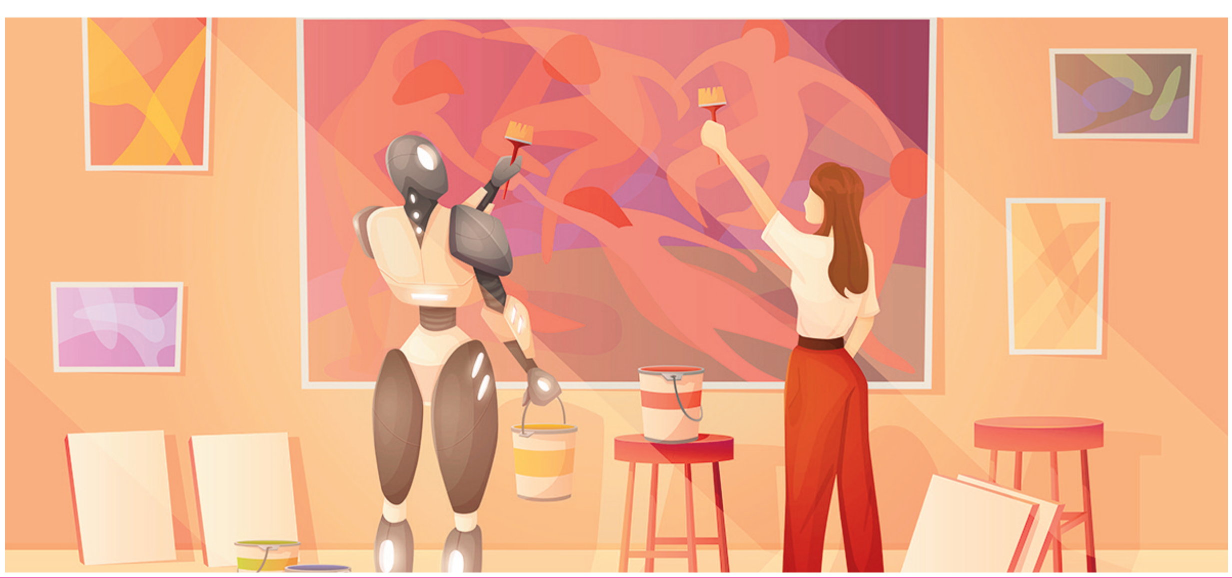
సవాళ్లను అధిగమించడం:

సృజనాత్మక ఆర్థిక వ్యవస్థను ఒక కీలకమైన రంగంగా గుర్తించి దాని అభివృద్ధికి ఒక సమగ్రమైన జాతీయ విధానాన్ని రూపొందించాలి. ఇది వివిధ మంత్రిత్వ శాఖల మధ్య సమన్వయాన్ని పెంపొందించాలి. సృజనాత్మక ప్రాజెక్టుల కోసం ప్రత్యేక నిధులు, గ్రాంట్లు, సులభ వడ్డీకి రుణాలు అందించే వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేయాలి. వెంచర్ క్యాపిటల్, ప్రైవేట్ ఈక్విటీ పెట్టుబడులను ఈ రంగంలోకి ఆకర్షించాలి. కఠినమైన చట్టాలు రూపొందించి, వాటిని సమర్థవంతంగా అమలు చేయడం ద్వారా పైరసీని అరికట్టాలి. సృజనకారులకు వారి హక్కులపై అవగాహన కల్పించాలి. సృజనాత్మక కేంద్రాలు, ఇంక్యుబేటర్లు, సహోద్యోగ స్థలాలు, ప్రదర్శన వేదికలు, డిజిటల్ ల్యాబ్లను దేశవ్యాప్తంగా ఏర్పాటు చేయాలి. సాంప్రదాయ నైపుణ్యాలతో పాటు, డిజిటల్ కంటెంట్ క్రియేషన్, గ్రాఫిక్ డిజైన్, యానిమేషన్, గేమింగ్, డిజిటల్ మార్కెటింగ్లో శిక్షణ అందించే ప్రత్యేక కోర్సులను రూపొందించాలి. పాఠశాల స్థాయి నుంచే సృజనాత్మకతను ప్రోత్సహించాలి. సృజనాత్మక ఉత్పత్తులను ప్రదర్శించడానికి, విక్రయించడానికి ఆన్లైన్, ఆఫ్లైన్ మార్కెట్ప్లేస్లను ప్రోత్సహించాలి. అంతర్జాతీయ ప్రదర్శనలలో పాల్గొనడాన్ని సులభతరం చేయాలి. ఈ రంగంపై సమగ్రమైన, కచ్చితమైన డేటాను సేకరించడానికి, విశ్లేషించడానికి ఒక పటిష్టమైన వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేయాలి. భవిష్యత్తులో సృజనాత్మక ఆర్థిక వ్యవస్థ మరింత కీలక పాత్ర పోషించనుంది. డిజిటలైజేషన్, కృత్రిమ మేధస్సు, వర్చువల్ రియాలిటీ, ఆగ్మెంటెడ్ రియాలిటీ వంటి సాంకేతికతలు సృజనాత్మక ప్రక్రియలను, పంపిణీని సమూలంగా మార్చివేయనున్నాయి, ఇది అనేక నూతన అవకాశాలను సృష్టిస్తుంది.

'వికసిత్ భారత్' కు చోదక శక్తి:

సృజనాత్మక ఆర్థిక వ్యవస్థ కేవలం కళలు, సంస్కృతికి పరిమితం కాదు. ఇది ఆర్థికాభివృద్ధికి, లక్షలాది మందికి ఉపాధి కల్పనకు, దేశ గౌరవాన్ని పెంచే శక్తిమంతమైన సాధనం. మన సాంస్కృతిక శక్తిని, యువత నైపుణ్యాలను ఉపయోగించి ఆర్థికంగా ఎదగవచ్చు. ఇది సామాజిక సమ్మిళితత్వానికి, ప్రాంతీయ అభివృద్ధికి తోడ్పడుతూ 'వికసిత్ భారత్' లక్ష్యాన్ని చేరుకోవడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది.

జనక మోహన రావు దుంగ
8247045230



సూర్య
www.suryaa.com
4.5.2025

హారీ పోర్టర్ సృష్టించిన ప్రభంజనం

ప్రపంచ సాహిత్య చరిత్రలో "హారీ పోట్టర్" నవలలు సృష్టించిన ప్రభంజనం అద్భుతం, ఆశ్చర్యకరం. హారీ పోట్టర్ శ్రేణిలో వచ్చిన ఏడు నవలలు ఆబాలగోపాలాన్ని ఒప్పించి మెప్పుపొందడం గొప్ప విషయం. ప్రజాదరణను దృష్టిలో పెట్టుకుని 2012లో యూకె ప్రధాన మంత్రి డెవిడ్ కామరూన్ చొరవతో జె. కె. రౌలింగ్ రచించిన హారీ పోట్టర్ నవలా శ్రేణి పుస్తకాలకు మరింత గౌరవం, ప్రచారం కల్పించడానికి ప్రతి ఏట 02 మే రోజున "అంతర్జాతీయ హారీ పోట్టర్ దినోత్సవం (ఇంటర్నేషనల్ హారా పోట్టర్ డే)" పాటించడం ప్రారంభం అయ్యింది. 1997తో మొదలు 2007 వరకు వరుసగా ఏడు సీరియల్ ఫాంటసీ నవలలు మార్కెట్లోకి రావడం, క్షణాల్లో లక్షల కాపీలు అమ్ముడు పోవడం చకచకా జరిగిపోయాయి. హారీ పోట్టర్ నవలల ప్రభంజనం నేటికీ తగ్గలేదంటేనే ఆ సాహిత్య మహిమ ఎంతటిదో అర్థం చేసుకోవచ్చు. హారీ పోట్టర్ నవలలు ఏకంగా 600 మిలియన్ల వరకు అమ్ముడుపోవడం వల్ల గిన్నీస్ బుక్ ఆఫ్ వరల్డ్ రికార్డును సాధించి చరిత్ర సృష్టించింది.

అంతర్జాతీయ హారీ పోట్టర్ దినోత్సవం :

02 మే 1998న జరిగిన బ్యాటిల్ ఆఫ్ హెూగార్ట్సుకు నివాళిగా ఈ దినోత్సవాన్ని నిర్వహిస్తున్నారు. 02 మే రోజున అంతర్జాతీయ హారీ పోట్టర్ దినోత్సవం సందర్భంగా ఆ నవలల్లోని పాత్రలకు అనుగుణంగా వేషాలు వేయడం, సంబరాలు చేసుకోవడం, హారీ పోట్టర్ పుస్తకాలు మరో సారి చదవడం, హారీ పోట్టర్ సినిమాలను చూడడం, పుస్తక దుకాణాలు/గ్రంథాలయాలు/అభిమాన సంఘాలు హారీ పోట్టర్ ఆధారిత పోటీలను నిర్వహించడం జరుగుతున్నది. హారీ పోట్టర్ కల్పిత కథలోని పాత్రలను గుర్తు చేసుకుంటూ మరథాన్లు నిర్వహించడం వరకు తమ అభిమానాన్ని, ప్రేమను వ్యక్తం చేయడం నేటికీ కొనసాగుతున్నది.

రచయిత్రి జె. కె. రౌలింగ్ సాహిత్య సృజన:

రచయిత్రి జొఅన్నె రౌలింగ్ సాధారణ కలం పేరు జె. కె. రౌలింగ్ ఒక గొప్ప సాహితీవేత్తగానే కాకుండా దాతృత్వం కలిగిన ప్రఖ్యాత కాల్పిత కథల రచయిత్రి. 1997లో "హారీ పోట్టర్ అండ్ ది ఫిలాసఫర్స్ స్టోన్" పేరుతో తొలి ఫాంటసీ నవల విడుదల కావడం, ప్రభంజనం సృష్టించడం, దాని తర్వాత వరుసగా మరో ఆరు సీరియల్ నవలలు విడుదల కావడం, 2007లో చివరి హారీ పోట్టర్ నవల "హారీ పోట్టర్ అండ్ ది డెడ్లీ హాల్లోస్" విడుదల కావడం, ఈ మొత్తం ఏడు నవలలు అత్యధికంగా అమ్ముడుపోవడం ఓ అద్భుతమైన సాహిత్య ఘనకార్యం. హారీ పోట్టర్ శ్రేణి ఊహాత్మక కథల పుస్తకాలతో పాటు డ్రామా, యువతకు సంబంధించిన కట్టుకథలు, నేర కల్పిత కథలు లాంటి రచనలు కూడా చేసిన రౌలింగ్ నేటికీ తన రచనలతో సాహిత్య అభిమానుల మనసులు గెలుచుకుంటున్నది. చెడుపై మంచి, చీకటిపై వెలుగుల విజయానికి, న్యాయ పోరాటానికి సూచికగా నిలుస్తున్న హారీ పోట్టర్ కల్పిత కథతో కూడిన నవలలు నేటికీ పౌర సమాజం ప్రేమ, స్నేహం, విధేయతలకు చిరునామాగా నిలుస్తూ విద్య విజ్ఞాన సంపన్న హీరోలైన వారందరూ అన్ని అడ్డంకులను ఛేధించుకుంటూ విజయతీరాలకు చేరతారనే నమ్మకాన్ని అనుభూతి పొందడం ఆశ్చర్యకరం, అభినందనీయం.

డా: బుర్ర మధుసూదన్ రెడ్డి
9949700037

వేసవిలో బెల్లం నీరు తాగితే..

వేసవిలో రూజువారి ఆహారంలో బెల్లం చేర్చుకోవడం మంచిదని వైద్యులు చెబుతున్నారు. బెల్లంలో పొటాషియం, మెగ్నీషియం, సోడియం వంటి ఎలక్ట్రోలైట్లను కలిగి ఉంటుంది. ఇవి శరీరంలో ఫ్లూయిడ్ బ్యాలెన్స్ మెయింటెన్ చేయడం, శరీరాన్ని చల్లబరచడం, డీహైడ్రేషన్ను నివారించడంలో సహాయపడతాయి. బెల్లం ఒక అద్భుతమైన సహజ స్వీటెనర్. దీనిని చక్కెరకు బదులుగా ఉపయోగించవచ్చు. వాటి వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కూడా ఉన్నాయి. బెల్లం తినడం వల్ల శరీర ఉష్ణోగ్రత అదుపులో ఉండేందుకు, వేడి వాతావరణంలో శరీరాన్ని చల్లబరిచేందుకు మంచిదని వైద్యులు చెబుతున్నారు.

శరీర ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించడం

బెల్లం నీరు తాగడం వల్ల శరీరంలో ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. వేసవిలో ఇది శరీరానికి చల్లగా ఉండటానికి సహాయపడుతుంది. అలాగే బెల్లం నీరు తాగడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. డయాబెటిస్, కడుపులో మంట, ఎసిడిటీ మరియు గ్యాస్ వంటి సమస్యల నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. ఐరన్, ఫోలేట్ పుష్కలంగా ఉండే బెల్లం తినడం వల్ల ఐరన్ లోపాన్ని సరిచేసి రక్తహీనతను నివారించవచ్చు. బెల్లం తినడం వల్ల శరీరం డిటాక్సిఫై అవుతుంది. ఇది కాలేయాన్ని శుభ్రపరుస్తుంది. కాలేయ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. అంతేకాకుండా ఇది అన్నవాహిక, ఊపిరితిత్తులు, పేగులను శుభ్రపరచడానికి పనిచేస్తుంది. యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉండే బెల్లంను ఆహారంలో చేర్చుకోవడం వల్ల రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడుతుంది.

శక్తిని అందిస్తుంది

బెల్లంలో సహజ చక్కెరలు, ఖనిజాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి త్వరగా శక్తిని అందిస్తాయి. అలాగే ఇది వేడి, ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు వేడిని తగ్గించి ఉత్సాహంగా ఉండటానికి సహాయపడుతుంది. బెల్లం రక్తం శుద్ధి చేయడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది శరీరంలోని విషపదార్థాలను తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. బెల్లంలో ఉండే జింక్, సెలీనియం వల్ల శరీరంలో ఎర్రరక్తకణాలు పెరిగి రక్తహీనతను నివారిస్తుంది. బెల్లం పొటాషియం, సోడియం కలిగి ఉన్నందున, ఇది రక్తపోటును అదుపులో ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది.

ఎముకల నిర్మాణం

క్యాల్షియం, ఐరన్ పుష్కలంగా ఉండే బెల్లం తీసుకోవడం వల్ల ఎముకల ఆరోగ్యానికి కూడా మంచిది. పాలల్లో బెల్లం కలుపుకుని తాగితే గుండె జబ్బులు దరిచేరవు.

బెల్లంలో ఉండే అధిక స్థాయి ఖనిజాలు ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. ఇంకా నెలసరి సమయంలో వివిధ రకాల ఆరోగ్య సమస్యలు ఎదుర్కొంటుంటారు. ఇలాంటి వారు కొన్ని కాకారకాయ ఆకులు, ఓ నాలుగు వెల్లుల్లి రెబ్బలు, ఒక చిన్న బెల్లం ముక్క.. ఈ మూడింటినీ కలిపి మెత్తగా మిక్సీ పట్టుకోవాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని రోజుకు రెండు సార్లు ఒక వారం రోజుల పాటు తీసుకుంటే మంచి ఫలితం ఉంటుంది.

తరచుగా పొడి దగ్గు బాధిస్తున్నట్లయితే ఒక గ్లాసు బెల్లం పానకంలో కొన్ని తులసి ఆకులు వేసి బాగా మరగనిచ్చి చల్లారనివ్వాలి. ఈ నీటిని రోజుకు రెండు లేదా మూడు సార్లు తీసుకుంటే మంచి ఫలితం ఉంటుంది.

పలు రకాల తయారి విధానాలు

బెల్లం కలిపిన గోరువెచ్చని నీళ్లలో పొటాషియం, సోడియం పుష్కలంగా ఉండటం వల్ల రక్తపోటు అదుపులో ఉంటుంది. బరువు తగ్గాలనుకునే వారు తమ ఆహారంలో బెల్లం చేర్చుకోవచ్చు. ఇందులో ఉండే పొటాషియం ఎలక్ట్రోలైట్ను బ్యాలెన్స్ చేస్తుంది. జీవక్రియ రేటును పెంచుతుంది. తద్వారా బరువు తగ్గుతారు. అంతేకాదు, వేసవిలో శరీరంలో నీటి శాతం తక్కువగా ఉండటం వల్ల కొంతమందికి మలబద్ధకం సమస్యగా మారుతుంది. బెల్లం మలబద్ధకాన్ని నివారించడంలో సహాయపడుతుంది.

వేసివిలో తరచూగా బెల్లం కలిపిన నీటిని తాగడం వల్ల ప్రయోజనం కలుగుతుంది. ఇందుకోసం ఒక పెద్ద గ్లాసు నీటిలో చిన్న బెల్లం ముక్కను వేసి కాస్త వేడిచేయాలి. బెల్లం కరిగిన తర్వాత, నీటిని వడకట్టాలి. నీరు చల్లారిన తర్వాత అందులో నిమ్మరసం కలుపుకుని తాగొచ్చు. ఎండలు అలసిపోయినప్పుడు ఈ నీళ్లను ఇంట్లోనే తయారు చేసుకుని తాగటం వల్ల శరీరానికి తక్షణ శక్తి సమకూరుతుంది.. బెల్లంలో గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ కూడా ఎక్కువగానే ఉ ంటుంది.

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.

సూర్య
నేటి దినపత్రిక
www.suryaa.com
ఆదివారం అనుబంధం
4.5.2025

2018లో విడుదలైన 'రైడ్' అనే సూపర్ హిట్ సినిమాకు సీక్వెల్ ఈ "రైడ్ 2" . రాజ్ కుమార్ గుప్తా దర్శకత్వంలో తెరకెక్కింది. అజయ్ దేవ్‌గణ్, రితేష్ దేశ్‌ముఖ్, వైష్ణవీ ధన్‌రాజ్, సౌరభ్ శుక్లా ప్రధాన పాత్రల్లో నటించారు. ఈ సినిమా మే 1న థియేటర్లలోకి వచ్చింది. ఈ హిందీ మూవీ తెలుగు డబ్బింగ్ వెర్షన్ థియేటర్లలో అందుబాటులో ఉంది. సీక్వెల్ కావడంతో సాధారణంగానే ఈ సినిమాపై అంచనాలు ఏర్పడ్డాయి. ఇక ట్రైలర్ సినిమాపై మంచి బజ్ క్రియేట్ చేసింది. మరి 'రెట్రో, హిట్' సినిమాలకు పోటీగా రిలీజ్ అయిన ఈ సినిమా ఆకట్టుకుందా? అనేది రివ్యూలో తెలుసుకుందాం.

కథలోకి వెళ్తే

%"రైడ్ 2"లో అజయ్ దేవ్‌గణ్ మళ్లీ ఐఆర్ఎస్ అధికారి అమయ్ పట్నాయక్‌గా కనిపిస్తాడు. ఈ ఆఫీసర్ నిజాయితీ, ధైర్యంతో అవినీతిని ఎదుర్కొంటాడు. ఈసారి కథ 1980ల నేపథ్యంలో సాగుతుంది. ఈ సీక్వెల్ లో అమయ్ ఒక పవర్ ఫుల్ రాజకీయ నాయకుడు, అవినీతి వ్యాపారవేత్త గుండా రాయ్ (రితేష్ దేశ్‌ముఖ్)ని టార్గెట్ చేస్తాడు. గుండా రాయ్ పొలిటికల్ సపోర్ట్ తో అక్రమ సంపదను కూడబెడతాడు. అందుకే అమయ్ ఒక భారీ రైడ్ ద్వారా అతని అవినీతి సామ్రాజ్యాన్ని కూలదోయాలని, అతన్ని ఎక్స్ పోజ్ చేయాలని డిసైడ్ అవుతాడు. ఈ క్రమంలో హీరోకి అనేక సవాళ్లు, రాజకీయ ఒత్తిడులు, సమస్యలు ఎదురవుతాయి. అధికారంలో ఉన్న పవర్ ఫుల్ పొలిటికల్ లీడర్ జోలికి వెళ్తే ఇదంతా కామన్. మరి రాయ్ హీరోని, అతని ఫ్యామిలీని పెట్టిన ఇబ్బందులేంటి? వాటిని హీరో ఎలా ఎదుర్కొన్నాడు? చివరికి రాయ్ ని ఎదిరించి హీరో సాధించింది ఏంటి? అనేది తెరపై చూడాల్సిందే.

విశ్లేషణ

కథ కొత్తదేమీ కాదు. సినిమా మొదటి సగం నెమ్మదిగా, డ్రాగ్ చేసినట్టు అన్పిస్తుంది. కథ సెటప్‌కు ఎక్కువ సమయం తీసుకోవడం ప్రేక్షకుల సహనాన్ని పరీక్షిస్తుంది. కానీ ద్వితీయార్థం ఇంట్రెస్టింగ్ గా సాగుతుంది. రితేష్ షా రాసిన స్క్రీన్ ప్లే రెండవ సగంలో ఉత్కంఠగా సాగుతుంది, ట్విస్ట్‌లతో ఆకట్టుకుంటుంది. 1980ల నేపథ్యంను డైరెక్టర్ చక్కగా వాడుకున్నాడు. ఇక సినిమాలో కొన్ని పాత్రలు ఎందుకు ఉన్నాయో కూడా అర్థం కాదు. డైలాగ్ లు పవర్ ఫుల్ గా ఉన్నాయి. అల్ఫోన్స్ రాయ్ సినిమాటోగ్రఫీ, అమర్ మొహిలే బ్యాక్‌గ్రౌండ్ స్కోర్ బాగున్నాయి. రైడ్ సన్నివేశాలు, క్లైమాక్స్ విజువల్‌గా ఆకట్టుకున్నాయి.
అజయ్ దేవ్‌గణ్ తన ఇంటెన్స్ యాక్టింగ్ తో సినిమాను ముందుకు నడిపిస్తాడు. అతని డైలాగ్ డెలివరీ, స్క్రీన్ ప్రెజెన్స్ అభిమానులను మెప్పిస్తుంది. కానీ విమర్శకులకు మాత్రం అజయ్ నటన రిపిటిటివ్‌గా అన్పిస్తుంది. రితేష్ విలన్‌గా అద్భుతంగా నటించాడు. ఆయన పాత్ర సినిమాకు డెప్త్ ను జోడించింది, అజయ్ తో తలపడే సన్నివేశాలు హైలైట్‌గా నిలిచాయి.

ప్లస్ పాయింట్స్: అజయ్ దేవ్‌గణ్, దేశ్‌ముఖ్, డైలాగ్‌లు, స్క్రీన్‌ప్లే, బ్యాక్‌గ్రౌండ్ స్కోర్

మైనస్ పాయింట్స్ : ఫస్టాఫ్ స్లోగా సాగడం, అజయ్ దేవ్‌గణ్ రిపిటిటివ్ యాక్టింగ్, అనవసరమైన పాత్రలు

చివరగా

'రైడ్' సినిమా ఇష్టపడిన వారికి, ఈ సీక్వెల్ ఒక మంచి ఫాలో-అప్. అజయ్ దేవ్‌గణ్, రితేష్ దేశ్‌ముఖ్ తలపడే సీన్స్, పవర్ ఫుల్ డైలాగ్ల కోసం ఓసారి ఈ సినిమాను చూడవచ్చు. కానీ అంచనాలతో థియేటర్లోకి వెళ్తే కష్టమే.

'కంగువా' అనే పాన్ ఇండియా సినిమాతో నిరాశ పరిచిన తమిళ హీరో సూర్య తాజాగా 'రెట్రో' అనే రొమాంటిక్ యాక్షన్ సినిమాతో ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చాడు. ఈ తమిళ రొమాంటిక్ యాక్షన్ థ్రిల్లర్ ను కార్తీక్ సుబ్బరాజ్ డైరెక్ట్ చేశారు. సూర్య హీరోగా, పూజా హెగ్డే హీరోయిన్గా నటించిన ఈ సినిమా మే 1న అంటే ఈరోజు తమిళం, తెలుగు, హిందీ భాషల్లో థియేటర్లలో విడుదలైంది. మరి ఈ సినిమా ప్రేక్షకుల అంచనాలను అందుకుందా ? మూవీ ఎలా ఉంది? అనేది రివ్యూలో తెలుసుకుందాం.

కథ

'రెట్రో' 1970 - 1980ల నేపథ్యంలో సాగే పీరియడ్ గ్యాంగ్స్టర్ డ్రామా. ఇందులో సూర్య ఒక పవర్ ఫుల్ మాజీ గ్యాంగ్స్టర్. ఆయన తన హింసాత్మక గతాన్ని వదిలేసి, భార్య (పూజా హెగ్డే)తో ప్రశాంతమైన జీవితాన్ని గడపాలని కోరుకుంటాడు. అయితే ఆయన గతాన్ని వదిలినా, గతం మాత్రం ఆయనను వదలదు. ఫలితంగా పాత శత్రువులు తిరిగి వస్తారు, అలాగే హీరో దాచిన రహస్యాలు బయటపడతాయి. దీంతో అతనిలోని మృగం మేల్కొంటుంది. శాంతి కోసం హీరో చేసే పోరాటం హింసాత్మక యుద్ధంగా మారుతుంది. మరి ఆ పోరాటంలో హీరో గెలిచాడా ? మాజీ గ్యాంగ్స్టర్ దాచిపెట్టిన సీక్రెట్స్ ఏంటి? ఆయన గతం ఏంటి? దానివల్ల హీరోయిన్ కు ఎదురైన ఇబ్బందులు ఏంటి? అనే విషయాలు తెలియాలంటే సినిమాను తెరపై చూడాల్సిందే.

విశ్లేషణ

డైరెక్టర్ కార్తీక్ సుబ్బరాజ్ స్టైలిష్ డైరెక్షన్, క్లాప్-వర్తీ డైలాగులు, క్లైమాక్స్ సినిమాకు అతిపెద్ద బలం. ఆయన 70-80ల నేపథ్యాన్ని చక్కగా తెరపై చూపించారు. ఇది సినిమాకు ఒక నాస్టాల్జిక్ ఫీల్ ఇస్తుంది. సంతోష్ నారాయణన్ సంగీతం సినిమాకు ప్రాణం పోసింది. 'కనిమా' అనే పాట యూట్యూబ్లో ఇప్పటికే 40 మిలియన్ వ్యూస్ సాధించింది. ఇక సినిమాలో ఎమోషనల్, యాక్షన్ సన్నివేశాలలో బ్యాక్గ్రౌండ్ స్కోర్ అదిరిపోయింది. శ్రేయాస్ కృష్ణ సినిమాటోగ్రఫీ 70ల శైలిని అద్భుతంగా చూపించింది. షఫీక్ మొహమ్మద్ అలీ ఎడిటింగ్ సినిమాను స్మూత్గా, ఆకర్షణీయంగా చేసింది. అలాగే ట్రైలర్లోని ఆల్ఫోన్స్ పుత్రెన్ కట్ కూడా ఆకట్టుకుంది.
అయితే సినిమా కథ విమర్శకులను అసంతృప్తికి గురి చేస్తుంది. సినిమా ప్రథమార్థం నెమ్మదిగా, కొన్ని సన్నివేశాలు అనవసరంగా సాగదీసినట్టు అన్పిస్తాయి. కథలో కొన్ని సందర్భాల్లో లాజిక్ లెస్ అన్పిస్తుంది. సూర్య మునుపటి సినిమా 'కంగువ' నిరాశపరిచిన నేపథ్యంలో, 'రెట్రో'పై భారీ అంచనాలు ఉన్నాయి. కానీ ఈ సినిమా కూడా అంచనాలను పూర్తిగా అందుకోలేకపోయింది. కథలో కొత్తదనం లేకపోవడమే దీనికి కారణం.
ఇక సూర్య ఒక హింసాత్మక గ్యాంగ్స్టర్, ప్రేమించే భర్తగా రెండు వెరియేషన్స్ లో అద్భుతమైన నటన కనబరిచాడు. ముఖ్యంగా ఆయన నటించిన ఎమోషనల్ సీన్స్, యాక్షన్ సీక్వెన్సు ఆకట్టుకున్నాయి. ఒక్క మాటలో చెప్పాలంటే టాప్-నాచ్ పెర్ఫార్మెన్స్. అలాగే పూజా హెగ్డే ఒక సాధారణ అమ్మాయి పాత్రలో మెప్పించింది. ఆమె కెమిస్ట్రీ సూర్యతో బాగా కుదిరింది. ఈ సినిమాతో ఆమెకు లాంగ్ టైమ్ తర్వాత హిట్ దక్కే అవకాశం ఉంది. ప్రకాష్ రాజ్, జోజు జార్జ్, జయరాం, నాజర్ వంటి నటులు తమ పాత్రల్లో బాగా నటించి, సినిమాకు బలమైన సపోర్ట్ ఇచ్చారు.

పాజిటివ్ పాయింట్స్: హీరో హీరోయిన్ల నటన, సంగీతం, సినిమాటోగ్రఫీ, ఎడిటింగ్, క్లైమాక్స్

నెగెటివ్ పాయింట్లు: నెమ్మదిగా సాగే కథ, స్క్రీన్ ప్లే

చివరగా

కథలో కొత్తదనం ఆశించే వారిని నెమ్మదిగా సాగే ఈ సినిమా నిరాశ పరుస్తుంది. 'కంగువ' తర్వాత సూర్య నుండి ఒక బలమైన కమ్బ్యాక్ కోరుకునే ఫ్యాన్సుకు, యాక్షన్-రొమాన్స్, నాస్టాల్జిక్ సెట్టింగ్ ఇష్టపడే వారికి ఈ సినిమా నచ్చే అవకాశం ఉంది.

విశాఖపాక్ నటుల ఇన్స్టాగ్రామ్ అకౌంట్స్ బ్యాన్

పహల్గాం ఉగ్రదాడి తర్వాత పాకిస్థాన్కు బుద్ధి చెప్పేందుకు భారత్ పలు కీలక నిర్ణయాలు తీసుకుంటోంది. ఇప్పటికే పలు విషయాల్లో పాకిస్థాన్కు చెక్ పెడుతూ వస్తున్న భారత్ తాజాగా మరో నిర్ణయం తీసుకుంది. పాక్ సెలబ్రెటీలకు సంబంధించిన పలు ఇన్స్టాగ్రామ్ అకౌంట్ను బ్లాక్ చేసింది.
పాకిస్థాన్కు చెందిన మహీరా ఖాన్, హానియా ఆమీర్ , అలీ జఫర్ అకౌంట్స్ బుధవారం సాయంత్రం బ్లాక్ చేసింది. వాళ్ల అకౌంట్స్ ఓపెన్ చేస్తే భారతదేశంలో ఈ అకౌంట్ అందుబాటులో లేదనే సందేశం వస్తుంది. కేంద్ర ప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నాం అని కనిపిస్తోంది. 'మెరే హమ్సఫర్', 'కభీ మైన్ కభీ తుమ్' వంటి పాక్ వెబ్ సిరీస్లతో ప్రజాదరణ పొందింది నటి హానియా ఆమీర్. పహల్గాం ఉగ్రదాడి తర్వాత స్పందిస్తూ తీవ్ర ఆవేదను వ్యక్తం చేశారు. 'ప్రపంచంలో విషాదం ఎక్కడ జరిగినా మనందరిదీ. పహల్గాం దాడిలో అమాయకుల ప్రాణాలు కోల్పోవడం బాధాకరం. మనం ఎక్కడివారమైనా, ఏ ప్రాంతానికి చెందినవారమైనా సరే అమాయకుల ప్రాణాలు కోల్పోతే ఆ బాధ మనందరికీ చెందినదే. మనం ఎప్పుడూ మానవత్వాన్ని ఎంచుకోవాలి' అని అన్నారు. మరో నటి మహీరా ఖాన్ 2017లో షారుక్ ఖాన్ సరసన రయీస్ చిత్రంలో భారతీయ సినీ పరిశ్రమంలో అరంగ్రేటం చేశారు. అయితే, 2016 ఉరీ ఉగ్రదాడి తర్వాత పాకిస్థాన్ నటులు బాలీవుడ్ చిత్రాల్లో పని చేయడం పూర్తిగా ఆగిపోయింది.

టాలీవుడ్లో హిట్ సినిమాల ఫ్రాంచైజీకి మంచి ఆదరణ దక్కుతోంది. తాజాగా నాని లీడ్ రోల్లో హిట్: ది థర్డ్ కేస్ తో మూడో సినిమా రూపొందింది. ప్రమోషన్స్, ఫ్రాంచైజీపై ఉన్న నమ్మకం ఈ సినిమాపై మరిన్ని అంచనాల్ని పెంచాయి. డైరెక్టర్ శైలేష్ కొలను మూడో సినిమాతో ప్రేక్షకుల్ని మెప్పించాడా? వైలెంట్ అర్జున్ సర్కార్ అనే పోలీస్ పాత్రలో నాని నటన ఎలా ఉంది? చూద్దాం!

కథేంటంటే

అర్జున్ సర్కార్ (నాని) ఐపీఎస్ ఆఫీసర్. జమ్మూకశ్మీర్లోని హోమిసైడ్ ఇన్వెస్టిగేటివ్ టీమ్ (హిట్)లో డ్యూటీలో ఉన్న క్రమంలో వైలెంట్ మర్డర్ కేస్ వెలుగులోకి వస్తుంది. అది ఎవరు చేశారో పరిశోధిస్తుండగా అచ్చం అదే తరహాలో దేశవ్యాప్తంగా 13 హత్యలు జరిగినట్లు వెలుగులోకి వస్తుంది. దీని వెనుక ఓ పెద్ద నెట్వర్క్ ఉందని అర్జున్ తెలుసుకుంటాడు. దాన్ని ఛేదించేందుకు బిహార్, గుజరాత్ తదితర ప్రాంతాలకు వెళ్తాడు. ఆ కేస్ కొలిక్కి వచ్చేలోపు అర్జున్ విశాఖకి బదిలీ అవుతాడు. అక్కడికి వచ్చాక కూడా ఈ కేస్ని ఎలా ఛేదించాడు? వరుసగా జరుగుతున్న ఈ మర్డర్స్కు కారణాలు ఏంటి? అవి చేయిస్తున్నది ఎవరు? ఆయనకీ మృదుల (శ్రీనిధి)కీ మధ్య ఉన్న సంబంధం ఏమిటి? ఇవన్నీ థియేటర్లలో చూడాల్సిందే.

ఎలా ఉందంటే

హిట్ ఫ్రాంచైజీలో ఎంక్వైరీ బ్యాక్డ్రాపే కీలకంగా ఉంటుంది. తొలి రెండు హిట్ సినిమాలు కూడా ఇదే జానర్. మూడో కేసుగా రాసుకున్న ఈ కథలో నేర పరిశోధనతో పాటు, ఓ చీకటి ప్రపంచాన్నీ ఆవిష్కరించాడు దర్శకుడు. భయపెట్టే ఆ ప్రపంచంలోకి హీరో వెళ్లడం, తను అనుకున్న టార్గెట్ ఛేదించడం ఇందులో కీలకం. అయితే ఆ చీకటి ప్రపంచాన్ని చూపించిన విధానంలోనే ప్రాబ్లమ్స్ ఉన్నాయి. నాని సినిమాలో అలాంటి ప్రపంచాన్ని చూడటం ఇబ్బందిగా అనిపిస్తుంది. సినిమాలో మితిమీరిన హింస, రక్తం ఏరులై పారే సన్నివేశాలు సున్నితంగా ఉండే ప్రేక్షకులకు అంతగా ఆకట్టుకోవు. నిజంగా మన చుట్టూ ఉన్న మనుషులకి ఇలాంటి ఆలోచనలు వస్తే పరిస్థితి ఏంటి అనే భయాన్ని కూడా పెంచుతుందీ సినిమా. హాలీవుడ్ మూవీస్ను గుర్తు చేసే నేపథ్యం ఓ మంచి క్రైమ్ థ్రిల్లర్ అనుభూతినైతే పంచుతుంది. వైలెంట్ జానర్ ఇష్టపడే ప్రేక్షకుల్ని ఇది మెప్పిస్తుంది

ఫస్ట్ హాఫ్లో సినిమా నెమ్మదిగా సాగినట్లు అలాగే కథ, కథనాలు చాలా వరకూ ఊహకు తగ్గట్టుగా సాగుతుంది. కానీ నాని నటన, అర్జున్ సర్కార్ పాత్ర సినిమాకు పాజిటివ్స్. పద్మవ్యూహంలాంటి ఓ ప్రపంచంలోకి హీరో అడుగు పెట్టడం, అక్కడ .యాక్షన్ సీన్స్ సెకండ్ హాఫ్లో కీలకం. ఓ గేమ్ తరహాలో సాగే యాక్షన్ ఎపిసోడ్స్ సినిమాకు హైలైట్. అయితే ఇందులో ఎమోషన్ యాంగిల్ను పెద్దగా టచ్ చేయలేదు. నాని అంటే క్లాస్ అవతారమే గుర్తొస్తుంది. ఇప్పటిదాకా వచ్చిన సినిమాలు ఎక్కువగా అలాగే చూపించాయి. కానీ దసరా నుంచి రూటు మారింది. నానిలో మాస్ కోణం బయటకు వచ్చింది. ఈసారి క్రైమ్ జానర్లోకి అడుగుపెట్టి, తనలోని టాప్ లెవెల్ ఆర్టిస్ట్ను పరిచయం చేశారు.

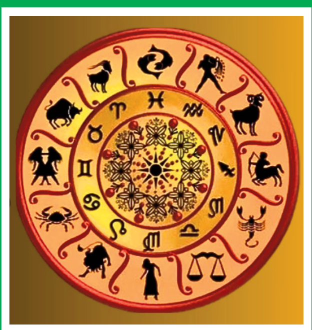
బలాలు : నాని నటన, కథలోని గాఢత, పోరాట ఘట్టాలు, ఛాయాగ్రహణం

బలహీనతలు: మితిమీరిన హింస, కొరవడిన భావోద్వేగాలు,

చివరిగా: హిట్ 3 నాని నటనలో మరో కోణం!

సూర్య
www.suryaa.com
4.5.2025

ద్వాదశరాశి ఫలములు (వార ఫలాలు)



4.5.2025 నుంచి 10.5.2025 వరకు

గమనిక: గోచారఫలాలు 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 పరిహారాలు పాటించి శుభ ఫలితాలు పొందగలరు

మేషరాశి

అశ్విని 1,2,3,4 పాదములు - భరణి 1,2,3,4 పాదములు
కృతిక 1వ పాదము

వారం ప్రారంభంలో విద్య సంబంధమైన విషయాల కొరకు, నూతన విషయాలు గ్రహించుటలో శ్రమ చేస్తారు. విద్యార్థులు జ్ఞాపకశక్తి విషయంలో శ్రీ హయగ్రీవాయ నమః మంత్రం జపించుట మేలు. తల్లి గారి ఆరోగ్య విషయంలో ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకుంటారు స్తిరాస్తుల, వ్యవసాయ సంబంధ పెట్టుబడుల కొరకు, స్వగ్రామ సందర్శన కొరకు తల్లితో సంప్రదిస్తారు. ఆలోచనలు ప్రతిపాదించుటలో ఆలస్యం కాకుండా జాగ్రత్తగా ముందుకు సాగాలి. ఇతరులకు సహకరించడంలో స్వార్థంతో ఆలోచించడం వలన ఆశించిన లాభాలు తగ్గుతాయి. సంతానం అభివృద్ధి విషయంలోని ఇంతకు ముందు పెట్టుబడులు ఇన్వెస్ట్మెంట్ విషయంలోనూ తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ఆత్మీయ వ్యక్తులతో విందు వినోదాలు, ఖర్చులు అధికంగా ఉంటాయి. వారికి బహుమానాల కొరకు, ప్రయాణాలు కొరకు అనుకోని ఖర్చులు చేస్తారు.

వృషభరాశి

కృతిక 2,3,4 పాదములు - రోహిణి 1,2,3,4 పాదములు
మృగశిర 1,2 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో వృత్తిపరమైన విషయంలో సామర్థ్యాలు పెరుగుతాయి, నిరుద్యోగులకు ఉద్యోగం కొరకు ప్రయత్నం చేసే వారికి అవకాశాలు. దూర ప్రదేశాలలో ఇంటర్వ్యూలు. రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. వ్యక్తుల సహకారంతో నూతన ఆలోచనలని అమలు పరచడానికి ప్రయత్నాలు చేస్తారు. విద్యార్థులకు విద్యాపరమైన విషయాలలో పోటీలలో అనుకున్న ఫలితాలు. స్థిరాస్తుల అభివృద్ధి కొరకు ప్రయత్నాలు సామాన్య ఫలాలు. ఎక్కువ అనవసర ఆలోచనలతో హృదయాందోళన. సంతానముతో విభేదాలు రాకుండా జాగ్రత్త వహించాలి. మీ ఆలోచనలకి వారి ఆలోచనలకి సమన్వయం లేకపోవడం వల్ల చికాకులు. ముఖ్యంగా మగ పిల్లల అభివృద్ధి విషయంలోనూ, స్నేహముల విషయంలోనూ శ్రద్ధ తీసుకుంటూ వ్యసనములకు లోను కాకుండా జాగ్రత్త వహించాలి. పాత రుణములు చెల్లిస్తారు. క్రీడారంగంలో ఉండే వాళ్ళు పోటీలపై ప్రత్యేక శ్రద

మిధునరాశి

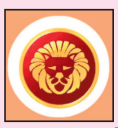
మృగశిర 3,4 పాదములు - ఆరుద్ర 1,2,3,4 పాదములు
పునర్వసు 1,2,3 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో ఎక్కువ శాతం సోషల్ మీడియా, స్క్రీన్ టైమ్ తో సమయాన్ని వృధా చేసుకోకుండా కంటి ఆరోగ్య విషయంలో శ్రద్ధ తీసుకోవాలి. కుటుంబంతో కలిసి చర్చలు, ఆర్థిక సంబంధాలలో ఆలోచనలు. ఆధ్యాత్మిక క్షేత్ర సందర్శన, దైవ దర్శనం దూర ప్రయాణాలు. వ్యాపార విస్తరణ కొరకు ఆలోచనలు. వారం మధ్యలోస్థిరాస్తులు విషయంలో తోబుట్టువులతో వాదనలకు దూరంగా ఉండాలి. సామర్థ్యం పరాక్రమం పెరుగుతాయి, మిత్ర బృందం సహకరిస్తారు, రహస్య శత్రువులు ఇబ్బంది పెట్టడానికి చేసే ప్రయత్నాల్లో వారి మీద, విజయాన్ని సాధిస్తారు. తండ్రి పెద్దలతో వాదోపవాదాలకు లోను కాకుండా తగిన విధంగా భూవిషయాలలో సలహా సంప్రదింపులతో ముందుకు వెళ్లాలి. విద్యార్థులు పోటీ పరీక్షలు, అభివృద్ధి విషయంలో తగిన విధంగా కృషి చేయాలి. రోగ నిరోధక శక్తి విషయంలో, బంధుమిత్రులతో జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

కర్కాటక రాశి

పునర్వసు 4వ పాదము - పుష్యమి 1,2,3,4 పాదములు
ఆశ్లేష 1,2,3,4 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో కుటుంబ సభ్యుల, ముఖ్యంగా సంతానము ఆరోగ్య, అభివృద్ధి విషయంలోనూ, గృహంలో స్థిరాస్తుల కొరకు లోన్ తీసుకునే విషయంలోనూ దృష్టి సారిస్తారు. ఆత్మవిశ్వాసం పెరుగుతుంది, నాయకత్వ లక్షణాలు. ఆరోగ్య విషయం అనుకూలత. కుటుంబ, ఆహార, ఆర్థిక విషయాలలో, కొత్తవ్యక్తులతో వాగ్వాదాలకు, వివాదాలకు దూరంగా ఉండాలి. ఆత్మీయుల ఆరోగ్య, అభివృద్ధి కొరకు ఉద్వేగంతో కూడిన ఆలోచనలు. దగ్గర ప్రయాణాలకి, మిత్రులతో సంప్రదింపులకు అవకాశం. వృత్తిలో కమ్యూనికేషన్ సమస్యను అధిగమించాలి. జీవిత భాగస్వామితో నిదానంగా వ్యవహరిస్తూ భవిష్య ప్రణాళికలను చర్చిస్తూ నిర్ణయం తీసుకోవడానికి అవకాశం ఉంది. ఉద్వేగంగా తీసుకునే నిర్ణయాల వల్ల అది ఆత్మీయ వ్యక్తులకు స్వార్థంగా అనిపించుటచే కొంత ఇబ్బందులకు అవకాశంమాట్లాడేటప్పుడు ఆచితూచి ముందుకు వెళ్లాలి.



సింహరాశి

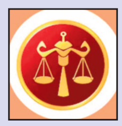
మఖ 1,2,3,4 పాదములు - పుబ్బ 1,2,3,4 పాదములు
ఉత్తర 1వ పాదము

వారం ప్రారంభంలో వ్యాపారశ్రమ విశ్రాంతిలోపం కొంత శారీరక నిస్సత్తువ కలిగిస్తుంది. విస్తరణ, ప్రయాణాలు, భాగస్వామ్య వ్యవహారాల విషయంలో జీవిత భాగస్వామి ఆరోగ్య సంతానము కొరకు ఖర్చులు, షాపింగులు అధికంగా ఉంటాయి. వారం మధ్యలోఉత్సాహంగా నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు, ముఖ్యంగా స్థిరాస్తులు అభివృద్ధి కొరకు ,విద్యార్థుల విద్యాసంబంధ అంశాలు, ఆకస్మిక లాభాలు ఇంతవరకు ఆగిన ఆర్థిక విషయాలు కొంత ముందుకు సాగుతాయి. వారం చివరిలో వ్యక్తిగత సామర్థ్యం పెరుగుతుంది, ఇతరుల సహకారం లేకుండానే సొంత నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. తోబుట్టువులతో మంతనాలు. కుటుంబంలోని సభ్యులతో మాట్లాడేటప్పుడు అభిప్రాయ బేధాలు రాకుండా జాగ్రత్త తీసుకోవాలి. మధ్యవర్తిత్వం వహించే వ్యక్తుల స్వార్థపూరిత ఆలోచనల వల్ల కూడా సంఘంలో స్నేహ సంబంధాలు, ఇబ్బందులు కలుగచేస్తాయి.

కన్యారాశి

ఉత్తర 2,3,4 పాదములు - హస్త 1,2,3,4 పాదములు
చిత్త 1,2 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో నిరుద్యోగులకు నూతన అవకాశాలు, నూతన గృహ వాహన విషయాల కొరకు చేసే ప్రయత్నాలు చాలా అనుకూలంగా ఉంటాయి. రుణము లభిస్తుంది, రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. విజయము సాధించడానికి చేసే కార్యక్రమాలలో శ్రద్ధ. ఆర్థిక విషయాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి వారం మధ్యలో దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యాల విషయంలో నిర్లక్ష్యం తగదు. అనవసర వృధా ఖర్చుల విషయంలో చూసి వ్యవహరించాలి, న్యాయ సంబంధమైన అంశాల మీద చర్చలు ముందుకు సాగుతాయి. దూరపు ప్రదేశాలలో నూతన అవకాశాలు కలిగించినప్పటికీ నిర్ణయ సామర్థ్యం లోపంతో పూర్తిగా సద్వినియోగం చేసుకోలేరు. చివరిలో కమ్యూనికేషన్ విషయంలోనూ, కొలీగ్స్ తో, పెద్దలతో వ్యవహరించేటప్పుడు తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ఘర్షణతో కూడిన మాటల వల్ల వ్యక్తులతో మాట పట్టింపులు.



తులారాశి

చిత్త 3,4 పాదములు - స్వాతి 1,2,3,4 పాదములు
విశాఖ 1,2,3 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో నిర్ణయ సామర్థ్యంలో, కమ్యూనికేషన్ విషయంలో, ఎదుగుదల సుదీర్ఘ ఆలోచనలు కలిగిస్తాయి.వృత్తి విషయంలో ఆలోచనలు. వృత్తిపరంగా ఊహించని వ్యక్తుల సహకారం కొరకు ఆకస్మిక అవకాశాలు. సంతానం ఆరోగ్యం, మీ సృజనాత్మకత అనుకూలంగా ఉంటాయి. వారం మధ్యలోఆగుతూ వస్తున్న అభివృద్ధిలో ఆత్మీయులు అనుకున్న వ్యక్తుల స్వార్థ ఆలోచనలు ఇబ్బందిని, ఘర్షణని కలిగిస్తాయి. ఆర్థిక, లాభపరమైన అంశాలలో ఎదురుచూస్తున్న వర్తమానాలు, స్థిరాస్తులు భూములు కొనుగోలు విషయంలో తొందరపాటు నిర్ణయాలు తీసుకోకుండా, కొత్త వ్యక్తులను, వారి ఆలోచనలను నమ్మే విషయంలో ఆచితూచి వ్యవహరిస్తూ అనవసర వ్యయములు, ప్రలోభాలకు లొంగకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ముఖ్యమైన పనులు వాయిదా, ఆరోగ్య శ్రద్ధ, ఔషధ సేవ అవకాశాలు, సోదరు వర్గంతో ఘర్షణ లేకుండా ముందుకు వెళ్లాలి.

వృశ్చిక రాశి

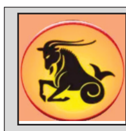
విశాఖ 4వ పాదము - అనురాధ 1,2,3,4 పాదములు
జ్యేష్ఠ 1,2,3,4 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో ఆత్మ విశ్వాసం కొంత తగ్గుతుంది దూర ప్రయాణములకి అవకాశము, మీ ఆర్థిక, ఆరోగ్య, రుణములు పోటీలు అంశాలలో పెద్దల యొక్క సలహా, సహకారం ఆశిస్తారు. ముఖ్యంగా తల్లి తండ్రుల ఆరోగ్య, సౌకర్య, అవసరాల కోసం దృష్టి సారిస్తారు. ఉన్నత విద్య కొరకు ఎదురు చూసే విద్యార్థులకి విద్యావిషయాల్లో, పోటిల్లో కొంత సామాన్య ఫలాలు. ప్రస్తుతం ఉన్న వృత్తిలోబాధ్యతలు, నూతన శ్రమ. కొత్త పనులు, వ్యక్తుల పరిచయాలు. మోసానికి అవకాశములు. జీవిత భాగస్వామికి వృత్తిలో అవకాశములు దూర ప్రదేశముల్లో, మిత్రులు కొల్లీగ్స్ తో అభిప్రాయ బేధములు రాకుండా వ్యవ హారించాలి. వారము మధ్యలో లాభములు అందినప్పటికి వాటిని ఆశతో వృద్ధి చేసే నేపద్యములో స్వార్ధపూరీత వ్యక్తుల వలన కొంత మోసపోయే అవకాశములు. వారాంతంలో కుటుంబ స్త్రీల ఆరోగ్యముకై శ్రద్ధ

ధనస్సు రాశి

మూలా 1,2,3,4 పాదములు -
పూర్వాషాడ 1,2,3,4 పాదములు - ఉత్తరాషాడ 1వ పాదము

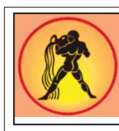
వారం ప్రారంభంలోశక్తి మించిన ఖర్చులు, ఉన్నత విద్యకు సంబంధించిన విషయాలలో దూర ప్రదేశాలలో అవకాశాలు విదేశాలలో ఉండే ఆత్మీయుల సహకారంతో అభివృద్ధి. ప్రయాణాలు చేసేటప్పుడు స్వార్థపూరి తమైన వ్యక్తుల పరిచయాల వల్ల కొన్ని ఇబ్బందులు ఎదుర్కొనే అవకాశం ఉన్న దృష్ట్యా తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. సంతానమునకు విద్య సంబంధమైన విషయాల్లో అభివృద్ధి ఆశించిన ఫలితాలు పొందుతారు. ఆత్మ శక్తి పెరుగుతుంది. వారం మధ్యలో దూర ప్రయాణాలు, కమ్యూనికేషన్ విషయంలోనూ నిర్ణయాలు తీసుకునే సందర్భంగా తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. మిత్రులతో, తోబుట్టువులతో వివాదాలకి దూరంగా ఉండాలి. మాట్లాడేటప్పుడు గౌరవం ఇచ్చి గౌరవం తీసుకోవాలి. మీ మీద మీరు శ్రద్ధ తీసుకుంటారు. వచ్చిన లాభాలను సద్వినియోగపరచుకోవడంలో మోసాలకు గురి కాకుండా తగిన జాగ్రత్త



మకరరాశి

ఉత్తరాషాడ 2,3,4 పాదములు - శ్రవణం 1,2,3,4 పాదములు
ధనిష్ఠ 1,2 పాదములు

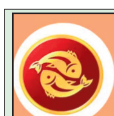
వారం ప్రారంభంలో దూర ప్రదేశాలలో వ్యాపార విస్తరణ అంశాలలో ఆలోచనలు. జీవిత భాగస్వామి అభివృద్ధి, వ్యక్తిగత వృత్తి మొదలైన వాటి కొరకు అనుకోని ఖర్చులు, ఆలోచనలు, నూతన పరిచయాలు, మైత్రి బంధాలు బలపడతాయి. ఆర్థిక సంబంధమైన అంశాలలో ఆలోచనలు అనుకూలం. వారం మధ్యలో ఆరోగ్య, ప్రయాణ, సంబంధ విషయంలో తగిన శ్రద్ధ తీసుకోవాలి. ముఖ్యమైన పనులు వాయిదా పడే అవకాశం ఉంది. రోగ నిరోధక శక్తి విషయంలో తగిన విధంగా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. కుటుంబ సంబంధ వ్యవహారాల్లోనూ, మాటలలో ఉద్వేగం కోపాన్ని నియంత్రించుకోవాలి. స్వార్థపూరితమైన ఆలోచనల వల్ల ఆత్మీయులు దూరంపెట్టే అవకాశం ఉంది. తండ్రి ఆరోగ్య విషయంలో శ్రద్ధ తీసుకుంటారు. ఉన్నత విద్య విషయంలో, పోటీ పరీక్షలలో మిశ్రమ ఫలితాలు.



కుంభ రాశి

ధనిష్ఠ 3,4 పాదములు - శతభిషం 1,2,3,4 పాదములు
పూర్వాభాద్ర 1,2,3 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో ఆరోగ్యం, ఆహారం విషయంలో శ్రద్ధ తీసుకోవాలి. శ్రమ వ్యక్తిగత అభివృద్ధి కొరకు ప్రయత్నాలు అధికంచేస్తారు. నూతన అవకాశాలు. బంధువులతో విభేదాలు రాకుండా జాగ్రత్త వహించాలి. ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణాలు, గురువుల సహకారం, ఆశీస్సులు, మధ్యలో నూతన స్నేహ సంబంధాలు, మైత్రి బంధాలు బలపడతాయి. గుర్తింపు , నూతన వాహనాల కొరకు ప్రయత్నాలు చేస్తారు. ఆర్థిక సంబంధమైన లాభం కన్నా, గౌరవం పెరుగుతుంది. వృత్తి విషయాలలో, సంతానం అభివృద్ధి ఆరోగ్య విషయాలలో ఘర్షణ. ఆలోచనలలో అధిక ఉద్వేగాలను నియంత్రించుకోవాలి. భాగస్వామి ఆరోగ్య విషయంలో శ్రద్ధ తీసుకుంటారు. ప్రయాణాల్లో జాగ్రత్త అవసరం. ముఖ్యమైన పనులు,ఆరోగ్యం శ్రద్ధ అవసరం. అనవసరమైన ఖర్చు నియంత్రణ అవసరం. గృహ అలంకార నిమిత్తం, కొత్త పుస్తకాల కొనుగోలు



మీన రాశి

పూర్వాభాద్ర 4వ పాదము -
ఉత్తరాభాద్ర 1,2,3,4 పాదములు - రేవతి 1,2,3,4 పాదములు

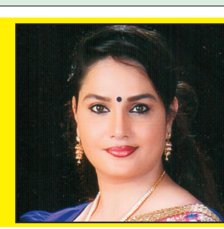
వారం ప్రారంభంలోస్థిరాస్తుల పై పెట్టుబడుల కొరకు ఆలోచనలు అధికం. రుణములు తీసుకునే ప్రయత్నాలు, ఇంతకుముందు మీ దగ్గర రుణములు తీసుకున్న వారు సమయానికి ఇవ్వడంలో జాప్యం. సంతానం అవసరాల నిమిత్తం ఖర్చు. వారి ఆరోగ్య, అభివృద్ధి అంశాలలో ప్రత్యేక శ్రద్ధ. వృత్తి చేసే ప్రదేశంలో అధిక బాధ్యతలు శ్రమ గౌరవం ఉన్నప్పటికీ అనవసర వ్యక్తుల ప్రవర్తన, జోక్యం చికాకు కలిగిస్తుంది. తల్లిదండ్రుల ఆరోగ్య విషయంలోనూ, దూరవిద్యా, న్యాయ సంబంధ విషయంలోనూ ఖర్చులు అధికంగా ఉంటాయి. అనవసర ఖర్చులు, ఇబ్బంది కలిగించే అలవాట్లకు, వ్యసన పరులైన స్నేహాలకు దూరంగా ఉండటం మంచిది. వారం చివరిలో ఆరోగ్యముకి శ్రద్ధ తీసుకోవాలి, సమయానికి ఆహారము విశ్రాంతి అవసరం. ముఖ్యమైన పనులు, ప్రయాణములు వాయిదా పడే అవకాశం.

నిర్వాహణ : స్వర్ణ కంకణ సన్మానిత, జ్యోతిష చూడామణి, జ్యోతిర్వాస్తు ప్రజ్ఞా విశారద

డా. ఈడ్పుగంటి పద్మజారాణి

ఎమ్మెస్సీ (గణితం), ఎం.ఏ(జ్యోతిషం గోల్డ్‌మెడల్), ఎం.ఏ (ఫలిత జ్యోతిషం), పిజిడిప్లమో (జ్యోతిర్వైద్యం-గోల్డ్‌మెడల్), పిజిడిప్లమో (ఇంజనీరింగ్ వాస్తు), పిహెచ్.డి (జ్యోతిషం-గోల్డ్‌మెడల్)

9849250852 - 7506976164 - padma.suryapaper@gmail.com, www.padmamkuhi.com (అపాయింట్ మెంట్ ద్వారానే సంప్రదించవలెను)



సూర్య
www.suryaa.com
4.5.2025

నూతన్