నేటి దినపత్రిక
సూర్య
www.suryaa.com
25 మే 2025

ఆదివారం అనుబంధం

యుగానికి ఒక్కడు ఎన్టీఆర్!

సూర్య www.suryaa.com
ఆదివారం అనుబంధం
25.5.2025

చైర్మన్‌తో ముఖాముఖి

ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు రాష్ట్రానికి భారీ పెట్టుబడులు తీసుకొచ్చే ప్రయత్నాలు బాగానే ఫలిస్తున్నట్టు కనిపిస్తోంది. తాజా ఢిల్లీ పర్యటనలో కేంద్రం ముందు ఆయన చేసిన కీలక ప్రతిపాదనలు ఆదిశగానే అడుగులు వేస్తున్నట్టు ఉంది. ఎలక్ట్రానిక్స్, రక్షణ రంగాలలో పెద్ద ఎత్తున పరిశ్రమలు నెలకొల్పడానికి సైనిక్ స్కూళ్లు, డిఆర్డి సెంటర్ ఆఫ్ ఎక్సలెన్స్ ఏర్పాటు చేయాలని కేంద్రాన్ని కోరారు. ఈ మేరకు రక్షణ మంత్రి రాజ్నాథ్ సింగ్తో జరిగిన సమావేశంలో రాష్ట్రానికి సంబంధించిన పలు డిమాండ్లను ఆయన విన్నవించారన్నది మీడియా కథనం మీ అభిప్రాయమేంటి?

చితా ప్రభాకరరావు, వెంకటపాలెం, అమలాపురం

మీరన్నది నిజమే... కేంద్ర సర్కారు ముందు ఏపి సిఎం లేపాక్షి-మడకశిర మధ్య అందుబాటులో ఉన్న 10 వేల ఎకరాల్లో సైనిక, పౌర విమానాల తయారీ, రక్షణ రంగ ఎలక్ట్రానిక్ పరికరాల తయారీ, ఏరోస్పేస్ ఎకో సిస్టం ఏర్పాటు చేయాలని కోరారు. ఈ క్రమంలో కాంగ్రెస్ పాలిత కర్ణాటక నుంచి హిందుస్తాన్ ఏరోనాటిక్స్ లిమిటెడ్ అడ్వాన్స్ మీడియం కంబాట్ ఎయిర్క్రాఫ్ట్ , లైట్ కంబాట్ ఎయిర్క్రాఫ్ట్ ఉత్పత్తిని ఏపీకి తరలించాలని ప్రతిపాదించారు. ఈ ప్రాజెక్టు విలువ రూ.వేల కోట్లలో ఉండొచ్చని అంచనా. ఆంధ్రప్రదేశ్లో ఆర్మీ కంటోన్మెంట్ ఏర్పాటు చేయాలని, దక్షిణాదిలో తెలంగాణ, తమిళనాడు, కర్ణాటకల్లో ఉన్నా ఏపీలో లేదని ఆయన అన్నారు. కొత్తగా సైనిక్ స్కూళ్లు ఇవ్వాలని, తిరుపతి ఐఐటీలో డిఆర్డిఓ సెంటర్ ఆఫ్ ఎక్సలెన్స్ ఏర్పాటు చేయాలని కోరటం వెనుక ఆంతర్యమిదే. అలాగే జగ్గయ్యపేట-దొనకొండ క్లస్టర్లో 6 వేల ఎకరాల్లో క్షిపణులు, ఆయుధ సామగ్రి ఉత్పత్తి కేంద్రం ఏర్పాటు దో విశాఖపట్నం-అనకాపల్లి క్లస్టర్లో నౌకా రంగానికి అవసరమైన పరికరాల ఉత్పత్తి, ఆయుధాల పరీక్ష కేంద్రం ఏర్పాటు కర్నూలు-ఓర్వకల్లు మధ్య 4 వేల ఎకరాలు ఇవ్వడానికి సిద్ధంగా ఉన్నామని, అక్కడ సైనిక డ్రోన్లు, రోబోటిక్స్, ఆధునిక రక్షణ పరికరాల తయారీ కేంద్రం ఏర్పాటు చేసే ఆస్కారం ఉందని వివరించారు. అనంతపురం జిల్లాలోని భారత్ ఎలక్ట్రానిక్స్ లిమిటెడ్ను వేగంగా పూర్తి చేయాలని, మిధాని-నాల్కో ఆధ్వర్యంలో నెల్లూరులో 60 లక్షల టన్నుల వార్షిక ఉత్పత్తి సామర్థ్యంతో అల్యూమినియం ఉత్పత్తి ప్లాంట్ను త్వరగా ప్రారంభించాలని ఆయన విజ్ఞప్తి ని కేంద్రం ఎంత వరకు పట్టించుకుంటుందో చూడాలి. బెంగళూరు-హైదరాబాద్ కారిడార్లో లేపాక్షి-ఓర్వకల్లు మధ్య ఎలక్ట్రానిక్ సిటీ కోసం ఎంవోయూ చేసుకుటున్న తరుణంలో భూకేటాయింపులు త్వరగా పూర్తి చేసి ముందడుగు వేసే అవకాశం ఉంది. ఎలక్ట్రానిక్ సిటీ నిర్మాణంలో యాపిల్తో పాటు ఇతర ఉత్పత్తిదారులు కూడా భాగస్వాములు అవుతారు. బెంగళూరు, పుట్టపర్తి, ఓర్వకల్లు, హైదరాబాద్ విమానాశ్రయాలు దగ్గరలో ఉండటం, కృష్ణపట్నం పోర్టు అందుబాటులో ఉండటం కలిసొచ్చే అంశం ఇక్కడ మరో విమానాశ్రయం వచ్చే అవకాశం ఉంది. ఓర్వకల్లులో సైన్యానికి, వాణిజ్య అవసరాలకు ఉపయోగపడే డ్రోన్ల తయారీతో దేశానికి ఒక హబ్గా మారే ఆస్కారం ఉంది. శ్రీహరికోట వద్ద స్పేస్సిటీ ఏర్పాటుకు సహకరించాలని కోరారు. శ్రీహరికోట రాకెట్ ప్రయోగ కేంద్రం సమీపంలోనే 2 వేల ఎకరాల్లో క్లస్టర్ ఏర్పాటు చేసి ప్రైవేటు ఉపగ్రహాల తయారీ, ప్రయోగ కేంద్రాన్ని నిర్మించేందుకు అవకాశం ఉంది.

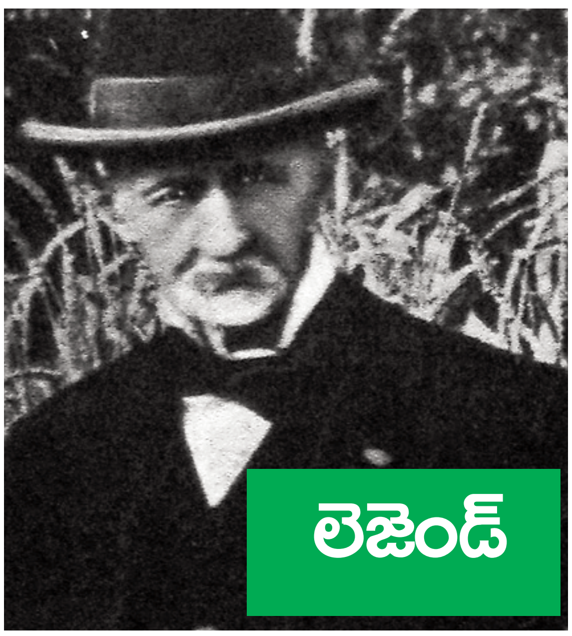
తెలంగాణ ... ల ... అత్యంత ... కీలకమైన రైల్వే ప్రాజెక్టులు శరవేగంగా కనిపిస్తున్నాయంనటంలో సందేహంలేదు. ప్రధానంగా 13 కొత్త స్టేషన్లు ఏర్పాటు జరుగుతున్నట్టు తెలుస్తోంది. ఇందుకు సంబంధించిన వివరాలు తెలుపుతారా?

– మారోజు మధుసూధన రావు, వరంగల్

అవును మధుగారూ ఈ ప్రోజెక్టులలో ఒకటైన మనోహరాబాద్-కొత్తపల్లి రైల్వే మార్గం పనులు శరవేగంగా జరుగుతున్నాయి. 151 కిలోమీటర్ల పొడవైన ఈ మార్గం మెదక్ జిల్లాలోని మనోహరాబాద్ నుంచి ప్రారంభమై గజ్వేల్, సిద్దిపేట, సిరిసిల్ల, గంగాధార మీదుగా కరీంనగర్లోని కొత్తపల్లి వరకు విస్తరించి ఉంది. ఈ ప్రాజెక్టు కోసం ఇప్పటివరకు రూ. 1400 కోట్లు ఖర్చు చేశారు. 2006లో ప్రతిపాదనలు మొదలైన ఈ ప్రాజెక్టుకు ప్రతి బడ్జెట్లోనూ నిధులు కేటాయిస్తూ వస్తున్నారు. కరీంనగర్ నుంచి సికింద్రాబాద్ వెళ్లే ప్రయాణికులకు ఈ మార్గం చాలా సౌకర్యవంతంగా ఉంటుంది. ప్రస్తుతం సిరిసిల్ల-సిద్దిపేట మధ్య గుర్రాలగొంది వరకు మాత్రమే ట్రాక్ పనులు పూర్తయ్యాయి. కరీంనగర్ జిల్లాలో భూసేకరణ పూర్తయితేనే మిగతా పనులు ముందుకు సాగే అవకాశం ఉంది. ఇటీవల గంగాధర మండలంలో 51 ఎకరాల భూములు సేకరించేందుకు ప్రజాభిప్రాయ సేకరణ విజయవంతంగా పూర్తయింది. ఇందుకోసం రూ. 58 కోట్లు వెచ్చిస్తున్నారు. వేములవాడ నుంచి బోడగుట్ట వరకు ట్రాక్ పనుల కోసం రూ. 224 కోట్లతో టెండర్లు పిలిచారు. వేసవిలో ఈ ప్రక్రియ పూర్తి చేస్తేనే 2027 చివరి నాటికి రైలు పట్టాలెక్కే అవకాశముంది. ఈ మార్గంలో 13 స్టేషన్లు నిర్మించాల్సి ఉండగా.. ఇప్పటికే 7 పూర్తయ్యాయి. మొత్తం 160 వంతెనలకు గాను 98 వంతెనల నిర్మాణం పూర్తయింది. మిగతావి సిరిసిల్ల, కరీంనగర్ జిల్లాల్లో నిర్మించాల్సి ఉంది. మనోహరాబాద్-గజ్వేల్ (32 కి.మీ), గజ్వేల్-దుద్దెడ (31 కి.మీ), దుద్దెడ-సిరిసిల్ల (49 కి.మీ) మేర ట్రాక్ నిర్మాణాలు పూర్తయ్యాయి. 49 అండర్ బ్రిడ్జిలకు 28 చోట్ల పనులు పూర్తయ్యాయి. 7 రైల్వే ఓవర్ బ్రిడ్జిలలో ఇతర జిల్లాల్లో ఐదు చోట్ల నిర్మాణం పూర్తయింది. రాజన్న సిరిసిల్ల, కరీంనగర్ జిల్లాల్లో కలిపి 55 కి.మీ మేర ట్రాక్తో పాటు వంతెనలు నిర్మించాల్సి ఉంది. సిరిసిల్లలో దాదాపు 750 ఎకరాలు, కరీంనగర్లో 107 ఎకరాలకు పైగా భూమిని సేకరించాల్సి ఉంది. రెండు జిల్లాల పరిధిలో భూమి సేకరించి రైల్వే శాఖకు అప్పగించడం రెవెన్యూ శాఖకు సవాల్గా మారింది. గతంలో చేపట్టిన సర్వే ఆధారంగా సేకరించాల్సి ఉండగా.. పలుచోట్ల రైతులు పరిహారం విషయంలో అభ్యంతరాలు వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ప్రస్తుత మార్కెట్ విలువ ప్రకారం పరిహారం లభించడం లేదని రైతులు వాదిస్తున్నారు. ఈ సమస్యలను పరిష్కరిస్తూ అధికారులు పనులు చేపడుతున్నారు. 2025-26 బడ్జెట్లో దాదాపు రూ. 200 కోట్ల వరకు కేంద్రం కేటాయించడంతో, పనులు త్వరితగతిన పూర్తి కావాలంటే ప్రజాప్రతినిధులు చొరవ చూపాల్సిన అవసరం ఉంది. సిరిసిల్ల నుంచి కొత్తపల్లి వరకు 39 కి.మీ ట్రాక్ నిర్మాణానికి ఇప్పటి నుంచే చొరవ తీసుకుంటే 6-8 నెలల్లో పనులు పూర్తవుతాయని అంచనా వేస్తున్నారు.

నూకారపు సూర్య ప్రకాశరావు
చైర్మన్, సూర్య తెలుగుదినపత్రిక

అపర భగీరథుడు ఆర్థర్ కాటన్



లెజెండ్

"నిత్య గోదావరీ స్నాన పుణ్యదోయోమహమతిః, స్మరామ్యాంగ్లేయ దేశీయం కాటనుం తం భగీరథం"ఆంధ్ర ప్రదేశ్ లోని ఉభయ గోదావరి నదీ తీర వాసులు గోదావరీ స్నానాల సమయంలో సంకల్పం చేసేప్పుడు పఠించే సాంప్రదాయం ఆచరిస్తారు. అపర భగీరథుడైన ఆంగ్లేయ ఇంజినీర్ సర్ ఆర్థర్ కాటన్ కారణంగా తాము నిత్యం ఉదయాన్నే గోదావరి స్నానమాచరించే భాగ్యం కలిగిందన్నది దాని సారాంశం.

కేవలం గోదావరి స్నానమాచరించే అవకాశమే కాదు, తమ జీవితాల్లో సమూల మార్పులకు మూలం ఆర్థర్ కాటన్ ఆలోచనే అని గోదావరి తీర వాసులు నేటికీ విశ్వసిస్తారు. అందుకు అనుగుణంగా ఆయనను నిత్యం తమ పూజా మందిరంలో కొలిచేవాళ్లు, తమ ఇంటి వద్ద, సమీపాలలో కాటన్ మహాశయుని విగ్రహాలు ఏర్పాటు చేసుకుని ఆరాధించేవాళ్లు చాలామంది కనిపిస్తారు. ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్ర ప్రగతిలో అనేక అంశాలలో గోదావరి, కృష్ణా తీరం ముందు ఉండడంలో కాటన్ శ్రమ ఉందని భావించక తప్పదు.కాటన్ దొర అని గోదావరి ప్రజలు అభిమానంగా పిలుచుకొనే జనరల్ సర్ ఆర్థర్ కాటన్ (మే 15, 1803 – జూలై 24, 1899) బ్రిటిషు సైనికాధికారి, నీటిపారుదల ఇంజనీరు. కాటన్ తన జీవితాన్ని బ్రిటిషు భారత సామ్రాజ్యములో నీటిపారుదల, నావికాయోగ్యమైన కాలువలు కట్టించడానికి జీవితాన్ని ఫణంగా పెట్టిన మేధావి, కార్యశీలి. కాటన్ 15 ఏళ్ల వయసులో ఈస్ట్ ఇండియా కంపెనీ ఇంజనీరింగు సర్వీసుల్లో చేరి శిక్షణ పొందారు. 1819లో రాయల్ ఇంజనీర్స్ దళంలో సెకండ్ లెఫ్టినెంట్గా నియమితుడైన ఆయన విధి నిర్వహణలో భాగంగా 18 ఏళ్ల వయసులో భారత దేశానికి వచ్చి మొదటిసారిగా మద్రాస్లో ఉద్యోగిగా పనిచేశారు.

అక్కడి నుంచి ఈస్ట్ ఇండియా కంపెనీ తరుపున దక్షిణ భారత చెరువుల శాఖకు ఇంజనీర్గా నియమితులయ్యారు. ఆ సమయంలో 1828-29 మధ్య కాలంలో కావేరీ నది వరద సమస్యకు శాశ్వత పరిష్కారం కోసం కృషి చేశారు.

కరువు పీడిత ప్రాంతం గోదావరి డెల్టాగా రూపాంతరం చెందడంలో ధవళేశ్వరం వద్ద నిర్మించిన ఆనకట్ట ప్రధాన పాత్ర పోషించింది. అప్పటి జిల్లా అధికారిగా ఉన్న సర్ హెన్రి మౌంట్ పంపించిన నివేదిక ఆధారంగా ఆనకట్ట నిర్మాణం ఆలోచన తెరమీదకు వచ్చింది. ఆర్థర్ కాటన్ అనే ఇంజనీరుకు సదరు ప్రతిపాదన అప్పగించి, సాధ్యాసాధ్యాలు పరిశీలించాలని బ్రిటీష్ ప్రభుత్వం అప్పగించడంతో ఆయన అందుకు అనువైన ప్రాంతం కోసం సుదీర్ఘ అన్వేషణ చేశారు.

అలా 1840లోనే కృష్ణా నదిపై ఆనకట్ట నిర్మాణ సాధ్యాసాధ్యాలపై ఆయన రూపొందించి, ప్రభుత్వానికి సమర్పించిన నివేదికను అప్పటి మద్రాసు గవర్నరు మార్కస్ ట్వేల్ డేల్ ఆమోదించారు. లండన్లోని బోర్డు ఆఫ్ డైరెక్టర్ల ఆమోదానికి పంపించారు. ప్రాజెక్టు రిపోర్టును పరిశీలించిన తర్వాత, 1846 ధవళేశ్వరం వద్ద గోదావరిపై ఆనకట్టను కాటన్ ఆధ్వర్యంలో నిర్మించేందుకు లండన్ నుంచి అనుమతి లభించింది.

1847 ఏప్రిల్ నెలలో ఆనకట్ట నిర్మాణానికి శ్రీకారం చుట్టారు. ఆనకట్ట నిర్మాణంలో పది వేలమంది కూలీలతో పాటుగా ఐదు వందల మంది వడ్రంగులు, ఐదు వందల మంది కమ్మరులను వినియో గించారు. ధవళేశ్వరం వద్ద గోదావరి సుమారుగా 6 కి.మీ. వెడల్పు ఉంటుంది. 1847 అగస్టు మూడో వారంలో రైల్వే వ్యాగన్ల ద్వారా ఉక్కు, రాయిని ధవళేశ్వరానికి తరలించారు. దాంతో యంత్ర సామాగ్రితో నిర్మాణపు పనులు ముమ్మర మయ్యాయి. నది ఒడ్డుకు చేర్చిన రాళ్లు, ఇతర సామగ్రిని పడవల ద్వారా నదిలోని నిర్మాణ ప్రాంతానికి రవాణా చేసేవారు. ఇందుకు 25 టన్నుల భారం మోయగల 18 నావలను వినియోగించారు. కాటన్ కు కూలీలతో పాటుగా ఇంజనీర్లయిన భారతీయులు కూడా కొందరు తోడుగా ఉన్నారు. వారిలో తొలి నాటి ఇంజనీర్లలో ఒకరైన రాజ్ బహుదూర్ వీణం వీరన్న కూడా ఉన్నారు. కాటన్ పర్యవేక్షణలో ఈ ఆనకట్టను వేగంగా పూర్తి చేశారు. తర్వాత 1852 గన్నవరం అక్విడక్టు పనులు కూడా కాటన్ ప్రారంభించారు. ఐదేళ్ల లోనే నిర్మాణం జరగడంతో 1852 నాటికి అందుబాటు లోకి వచ్చింది.

ధవళేశ్వరం వద్ద ప్రస్తుతమున్న సర్ ఆర్థర్ కాటన్ బ్యారేజ్కి పూర్వ రూపంగా ఆనకట్ట ఉండేది. అనేక వరదల తాకిడికి ఆనకట్ట దెబ్బ తినడంతో చివరకు 1970వ దశకంలో కొత్తగా బ్యారేజ్ నిర్మాణం చేశారు. 20వ శతాబ్దం తొలినాళ్లలోనే ఆయా ప్రాంతాల్లో వెనువెంటనే ఆరు లక్షల ఎకరాల భూమి సాగు కిందికి రావడం తో పాటు, పారిశ్రామి కాభివృద్ధి, విస్తారంగా పంటలు, రవాణా సదుపాయాలు ధవళేశ్వరం ఆనకట్ట ద్వారా గోదావరి జల ప్రవాహం ద్వారా లభించాయి.

కృష్ణానదిపై విజయవాడ వద్ద ఆనకట్టకు ప్రోద్బలం కూడా కాటన్ దే. ఆయన బెంగాల్, ఒడిసా, బీహారు, మొదలైన ప్రాంతాల నదులను మానవ ఉపయోగం చేయడానికి ఎన్నో పరిశోధనలు, పరిశీలనలు చేశాడు. తెలుగు వారే కాదు తమిళులు, ఒరియాలు, బెంగాలీలు, ఒరియాలు, బీహారీలు మొత్తం భారతీయులే ఆయనకు ఎంతో రుణ పడి ఉంటారు. తమపాలిట దుఖఃదాయినిగా ఉన్న గోదావరిని, ప్రాణదాతగా మార్చిన ఆర్థర్ కాటన్... అపర భగీరథునికి, ప్రాతః స్మర స్మరణ చేయడం తప్ప ఏమిచ్చుకో గలరు.

రామ కిష్టయ్య
సంగన భట్ల...
9440595494

పాఠకుల లేఖలు

ముఖచిత్ర కథనం

టెలికాం వ్యవస్థ గురించి విపులమైన వ్యాసాన్ని ఆదివారం ఆనుబంధంలో ప్రచురించినందుకు ధన్యవాఆదాలు 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

నవకవిత్వం

పాటల గ్రావిటీ...!

అనంత విశ్వపు శూన్యంలో
కోట్ల గుండెల అంతరంగాల
వేదికపై సిరివెన్నెల అక్షర
జలతారు ఓంకార నాదమై
కాంతివేగంతో ప్రజ్వరిల్లుతోంది..!
జీవన రవళి సరిగమలో
ఆయన పాటల గ్రావిటీ
సినిమా స్పేస్ లో స్వేచ్ఛగా
మానవీయ విలువల క్షిపణుల
ప్రయోగాల జాతరై
విజయ పతాకాన్ని ఎగరేస్తుంది..!
విధాత తలపున ప్రభవించి
ఓటమిని ఎప్పటికీ

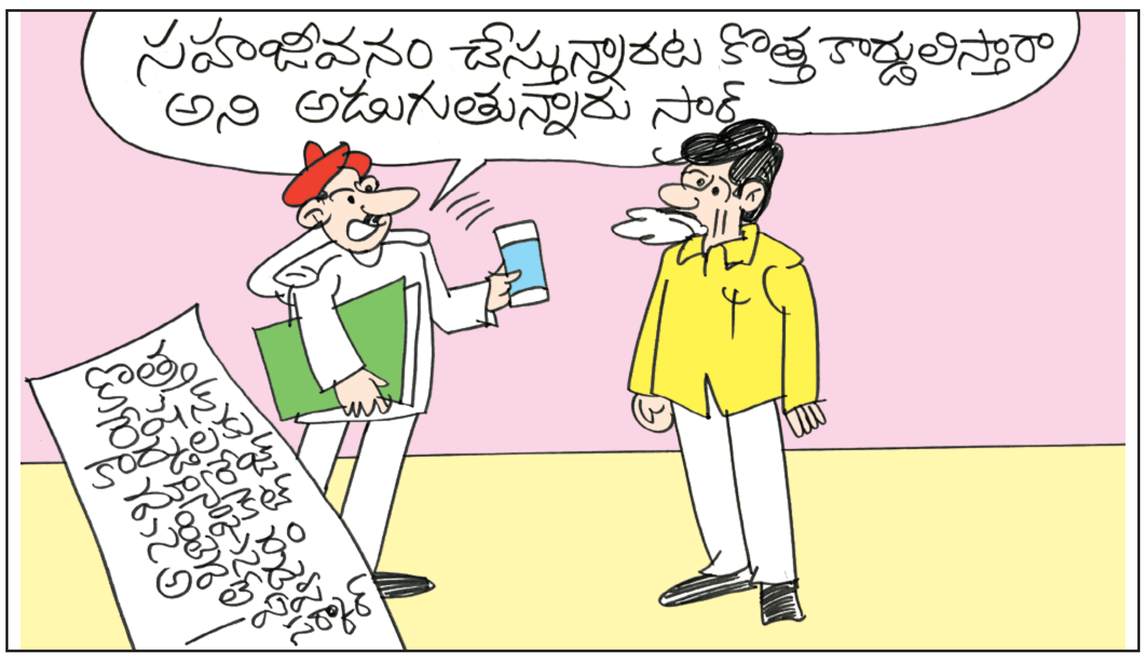
ఒప్పుకోవద్దనీ ప్రవచించి
శతాబ్దాల అజ్ఞానాన్ని ప్రశ్నించి
సమాజ జీవశ్ఛవాన్ని ఎదిరించి
ఏకాకి జీవన సంద్రంలో జీవించి
నా గుండె ఏనాడో
చేజారిపోయిందని నిర్వచించి
ప్రపంచ ప్రముఖులకే బ్రతుకు స్ఫూర్తితో
అస్తమయపు విరామమెరుగక
హృదయాల ఉదయ సామ్రాజ్యమై
ఉద్యమిస్తూనే ఉన్నారు..!
గణితపు అంకెలు
ఫిజిక్స్ సూత్రాలు
శాస్త్రి గారి రాతలు
అన్నీ సార్వత్రికమైనవి
అన్నీ సార్వజనీనమైనవి
ఆయన కవన సమరం
కాలంపై స్వారీ చేస్తూనే
ఉంటుంది నిరంతరంగా..!

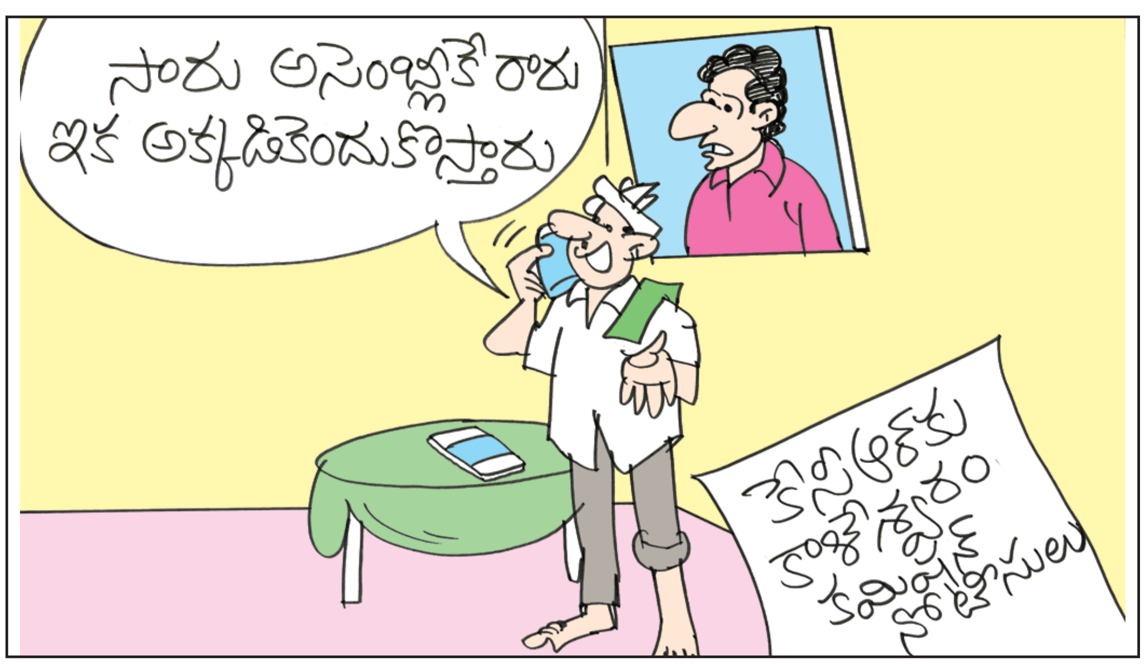
ఫిజిక్స్ అరుణ్ కుమార్
9394749536

విప్లవ గర్జన

మానవత్వం మరచిన మనుజ
సమూహంలో,
అగ్ని తీరంలో ఒంటరి యోధునిగా,
నా రక్త రాగమై, నా గీత జ్వాలమై,
పోరాడెదనురేపటి తరం కొరకై!
అమరుల ఆశయాలు
గుండెలో పొంగెను,
వారి రక్తం నరాల్లో ఉరమరమైను,
అగ్నిలో నడిచినా, అంధకారం చీల్చినా,
నా పోరు నిలవదు,
నా గీతం మూగదు!
అన్యాయ గోడల కూల్చే ప్రయత్నమిది,
మా కన్నుల కలలు, గుండెల జ్వాలలు,
స్వేచ్ఛా సూర్యుడు ఉదయించు వరకు
జ్వలించు!

రాము కోలా
9849001201





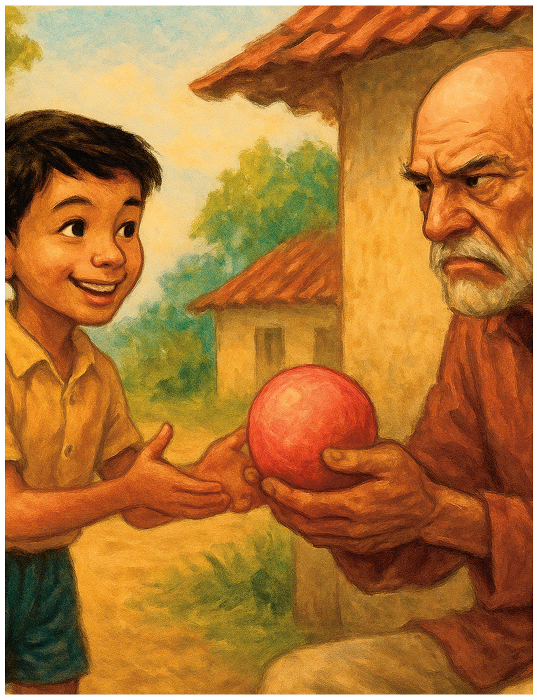
ఫన్‌చ్
నారు

సూర్య
www.suryaa.com
25.5.2025
ఆదివారం అనుబంధం

బుడత

బాలల కథ

మనవడి నిర్ణయం



హర్షవర్ధన్ వుంటున్న హాస్టలుకు వెళ్ళాడు తాతయ్య .

“ తాతయ్యా ఇక్కడ భోజనం బాగోలేదు ,దోమలవల్ల రాత్రివేళలో సరిగ్గా నిదురపట్టడంలేదు. చిన్న పొరపాటు చేసినా ఎక్కువగా కొడుతున్నారు.”కన్నీళ్లతో చెప్పాడు హర్షవర్ధన్.

“ ఎనిమదవ తరగతి చదువుతున్న నిన్ను ఈ హాస్టలునందు ఎందుకు వేసారో నీకూ తెలుసు . ఇక్కడ నీవు కష్టపడుతావని మాకూ తెలుసు “అన్నాడు తాతయ్య.

“నేను ఇంటికే వస్తాను తాతయ్యా. “

“ నీ ఆరోగ్యం, నీ చదువు దెబ్బతినకూడదనే ఈ హాస్టలునందు చేర్పించాము .నీవు మారుతావని చెప్పావంటే ఇప్పుడే నిన్ను ఈ హాస్టల్ నుండి ఇంటికి తీసుకెళ్తాను “

“ ఏమిటి తాతయ్యా మీరుకూడా నన్ను మారాలంటూ చెబుతున్నారు “

‘నీవు మారకుండా ఎవరు మారాలి “ఆశ్చర్యంగా అడిగాడు తాతయ్య

“తాతయ్యా, మొదట అమ్మానాన్నలను మారామనండి .”

“ వాళ్ళు ఎందుకు మారాలి”

“ తాతయ్యా వాళ్ళు నాకనులముందే సెల్ ఫోనులో వీడియోలు, వాట్స్ అప్ , పేస్ బుక్ చూస్తుంటే నేను చూడకుండా ఎలా ఉండగలను .”

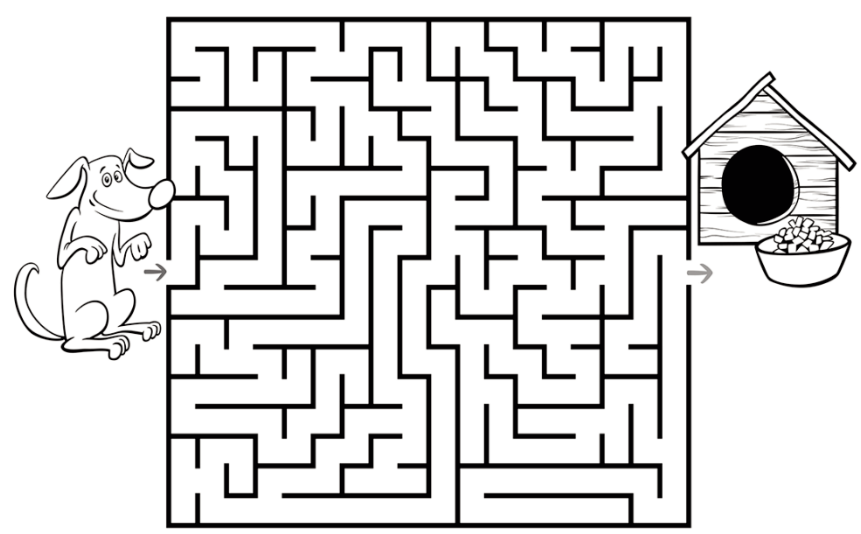
“మనం మధ్య తరగతి కుటుంబీకులం .ఒకే గది వుండటంవలన ఈ సమస్య వచ్చింది .ఒకే గదివున్న మధ్య తరగతి కుటుంబాలలో ఈ సమస్య వస్తోంది “

“తాతయ్యా, నేను చెట్టుకింద కూర్చొని తపస్సు చేసే సాధువుని కాదు. నిగ్రహ శక్తితో వుండడానికి . వాళ్ళను నా కళ్ళముందు సెల్ ఫోన్ చూడకుండా వుండమనండి .వాళ్ళు మారారంటే నేనూ మారుతాను.లేదంటే ఇక్కడే కష్టపడుతాను. “ అన్నాడు

మనవడి బాధను అర్థం చేసుకొన్నాడు. “నీవు చెప్పిన నిర్ణయం సరియైనది. ముందు మీ అమ్మా నాన్నలలో త్వరలో మార్పు తెప్పిస్తాను . ఆ తరువాత నిన్ను ఇక్కడినుండి ఇంటికి తీసుకెళ్తాను “అంటూ వెళ్ళాడు తాతాయ్య

(అయిపోయింది)

ఓట్ర ప్రకాష్ రావు – తిరుత్తణి



Numbers Sudoku Puzzle

Level 4b

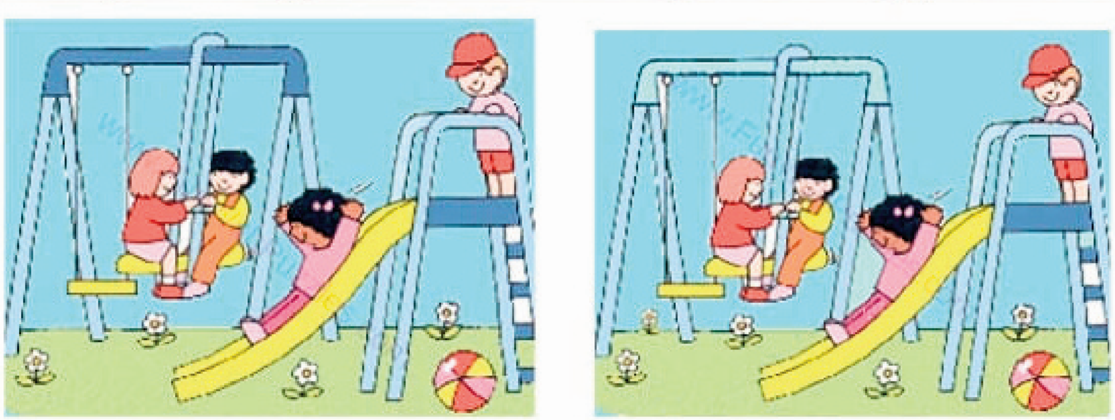
Fill in the blanks so that each row, each column, and each of the larger six rectangles contain all of these numbers

1 2 3 4 5 6

Write the missing numbers. Check your work.

	1	2		5	3
4		5	6		2
		6		3	
3	4	1	2		5
			3	2	6
2	6	3	5	4	

Find four differences in the following pictures



వేమన శతకం

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

ఆదివారం అనుబంధం
సూర్య
www.suryaa.com
25.5.2025

డయాబెటిస్ ఉన్నప్పుడు థైరాయిడ్ నిర్వహణ ముఖ్యం

భారతదేశంలో, ప్రతి 10 మంది పెద్దలలో ఒకరికి థైరాయిడ్ రుగ్మత ఉంది. ప్రతి 11 మంది పెద్దలలో ఒకరికి డయాబెటిస్ ఉంది. కానీ చాలా మందికి తెలియని విషయం ఏమిటంటే ఈ రెండు పరిస్థితులు ఎంత తరచుగా అనుసంధానించబడి ఉంటాయనేది. నిజానికి, టైప్ 2 డయాబెటిస్ ఉన్న ప్రతీ నలుగురిలో ఒకరికి హైపోథైరాయిడిజం కూడా ఉంటుంది. ఇది థైరాయిడ్ గ్రంథి పనిచేయని పరిస్థితి. ఈ అతివ్యాప్తి యాదృచ్ఛికం కాదు ఎందుకంటే ఈ రెండు పరిస్థితులు శరీరం శక్తిని ఉపయోగించుకునే తీరును ప్రభావితం చేస్తాయి.

థైరాయిడ్ మరియు మధుమేహం మధ్య సంబంధాన్ని అర్థం చేసుకోవడం

థైరాయిడ్ అనేది ఆడమ్స్ ఆపిల్ (గొంతు ముందు భాగంలో కనిపించే ఉబ్బెత్తు భాగం) క్రింద, మెడ దిగువ భాగంలో ఉండే సీతాకోకచిలుక ఆకారపు గ్రంథి. ఇది శరీరం యొక్క జీవక్రియను నియంత్రిస్తుంది. ఈ విధమైన నియంత్రణ శరీరం శక్తిని ఉపయోగించుకునే తీరును, నిల్వ తీరును ప్రభావితం చేస్తుంది. థైరాయిడ్ హార్మోన్లు, ఇన్సులిన్ అనేవి శరీర శక్తి నిర్వాహ కుల వంటివి. థైరాయిడ్ హార్మోన్లు మీ శరీరం ఎంత వేగంగా శక్తిని ఉపయోగిస్తుందో అనే దాన్ని నియంత్రించడంలో సహాయ పడతాయి. ఇన్సులిన్ మీ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నిర్వహించడానికి సహాయపడుతుంది. మీ జీవక్రియ సజావుగా సాగడంలో ఈ రెండూ కలిసి పెద్ద పాత్ర పోషిస్తాయి. కాబట్టి, థైరాయిడ్ పనితీరు దెబ్బతిన్నప్పుడు, అది రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణను ప్రభావితం చేస్తుంది.

ఈ సందర్భంగా అబాట్ ఇండియా మెడికల్ అఫైర్స్ హెడ్ డాక్టర్ రోహిత శెట్టి మాట్లాడుతూ, "డయాబెటిస్‌తో నివసించే వ్యక్తు లు సాధారణంగా వారి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిల గురించి తెలుసుకుంటారు. హెచ్చు తగ్గులను ఎలా నిర్వహించాలో తెలుసు కుంటారు. కానీ థైరాయిడ్ రుగ్మతల అనేక లక్షణాలు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను ప్రభావితం చేసినప్పటికీ, గుర్తించ బడకపోవచ్చు. థైరాయిడ్ ఆరోగ్యం, రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు మీరు అనుకున్నదానికంటే ఎక్కువగా ముడిపడి ఉంటాయి. అందుకే క్రమం తప్పకుండా థైరాయిడ్ తనిఖీలు చేయించుకోవడం చాలా ముఖ్యం. సరైన జాగ్రత్తతో, థైరాయిడ్ రుగ్మతలను సమర్థవంతంగా నిర్వహించవచ్చు, ప్రజలు ఆరోగ్యంగా, చురుకైన జీవితాలను గడపడానికి వీలు కల్పిస్తుంది" అని అన్నారు.

కేవైఎన్‌సూపర్ స్పెషాలిటీ క్లినిక్స్ (శ్రీకాకుళం) ఎండోక్రినాలజిస్ట్ డాక్టర్ పల్లె షర్మిల మాట్లాడుతూ, "థైరాయిడ్ పరిస్థితులు తరచుగా నిర్లక్ష్యానికి గురవుతున్నాయి. జనాభాలో ఎక్కువ శాతం మంది వెలుగులోకి రాని సమస్యలతో జీవిస్తున్నారు. ఫలితంగా, అవసరమైన సంరక్షణను అందుకోలేకపోతున్నారు. డయా బెటిస్ ఉన్న చాలా మందికి గుర్తించదగిన లక్షణాలు లేకుండా థైరాయిడ్ సమస్యలు ఉండవచ్చు. అలసట, జ్ఞాపకశక్తి లోపాలు, నిద్రలేమి, అధిక బరువు పెరగడం మొదలుకొని మలబద్ధకం, పొడి చర్మం, చలిని తట్టుకోలేకపోవడం, కండరాల తిమ్మిరి, ఉబ్బిన కనురెప్పలు దాకా ఈ లక్షణాలు ఉంటాయి. థైరాయిడ్ పనిచేయకపోవడం వల్ల శక్తి స్థాయిలు, బరువు, మానసిక స్థితి, హృదయ స్పందన రేటులో హెచ్చుతగ్గులు కూడా వస్తాయి. ఎందుకంటే ఈ విధులను నియంత్రించడంలో, శరీర ఆరోగ్యకరమైన అభివృద్ధికి మద్దతు ఇవ్వడంలో ఈ గ్రంథి ముఖ్యమైన పాత్ర పోషి స్తుంది. అందుకే ముఖ్యంగా టైప్ 2 డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి థైరాయిడ్ పనితీరు కోసం క్రమం తప్పకుండా తనిఖీలు చేయడం చాలా ముఖ్యం" అని అన్నారు.

థైరాయిడ్ రుగ్మతలతో కలిపిన మధుమేహం మూత్రపిండాల సమస్యలు, గుండె పనితీరు సరిగా లేకపోవడం, రక్త ప్రసరణ సమస్యల ప్రమాదాన్ని పెంచుతుందని పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి. ఇవి డయాబెటిక్ రెటినోపతి (రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అధిక స్థాయిలో రెటీనాలోని రక్త నాళాలను దెబ్బతీసినప్పుడు జరుగుతుంది), నరాల దెబ్బతినడం మరియు గుండె జబ్బులు వంటి సమస్యలకు యవచ్చునని

రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణను ప్రభావితం చేసే థైరాయిడ్ రుగ్మతల రకాలు:

హైపోథైరాయిడిజం (థైరాయిడ్ పనితీరు తగ్గడం)

హైపోథైరాయిడిజం శరీరం ఇన్సులిన్‌ను ప్రాసెస్ చేసే విధానాన్ని నెమ్మదింపజేస్తుంది. దీని అర్థం ఇన్సులిన్ రక్తప్రవాహంలో ఎక్కువసేపు ఉ ంటుంది, ఇది రక్తంలో చక్కెరలో ఊహించని తగ్గుదలకు కారణమవుతుంది. ఇది జీవక్రియను నెమ్మది స్తుంది, బరువు పెరగడానికి, ఇన్సులిన్ నిరోధకతను పెంచుతుంది. దీనివల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను అదుపులో ఉంచు కోవడం కష్టమవుతుంది. మధ-ుమేహం ఉన్నవారిలో, అత్యంత సాధారణమైన థైరాయిడ్ రుగ్మత సబ్‌క్లినికల్ హైపో థైరాయి డిజం, ఇది మీ థైరాయిడ్ గ్రంథి సాధారణంగా పనిచేయని పరిస్థితి, కానీ కనిపించే లక్షణాలు ఏవీ ఉ ండవు. రోగనిరోధక వ్యవస్థ పనితీరులో మార్పుల కారణంగా టైప్ 2 డయాబెటిస్ హైపోథైరాయిడిజం వచ్చే ప్రమాదాన్ని కూడా పెంచుతుంది.

హైపర్ థైరాయిడిజం (అతి చురుకైన థైరాయిడ్)

హైపర్ థైరాయిడిజం జీవక్రియను వేగవంతం చేస్తుంది. దీనివల్ల శరీరం ఆహారం నుండి గ్లూకోజ్‌ను త్వరగా గ్రహిస్తుంది. అయినప్పటికీ, కణాలు ఇన్సులిన్‌కు తక్కువ ప్రతిస్పందనను కలిగిస్తాయి, దీని వలన రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు (హైపర్గ్లైసీ మియా) పెరుగుతాయి. దీనివల్ల డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి స్థిరమైన గ్లూకోజ్ స్థాయిలను నిర్వహించడం సవాలుగా మారు తుంది.

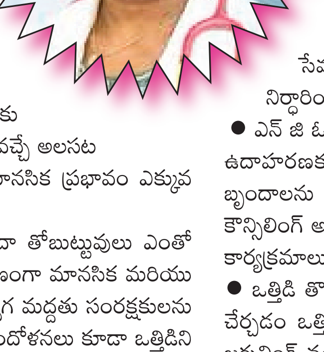
హైపోథైరాయిడిజం, హైపర్ థైరాయిడిజం రెండూ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను ప్రభావితం చేస్తాయి, కాబట్టి క్రమం తప్పకుండా పర్యవేక్షణ, నిర్వహణ అవసరం.

ద్వంద్వ నిర్ధారణను నిర్వహించడం

థైరాయిడ్ పనిచేయకపోవడాన్ని పరిష్కరించడం వల్ల మధుమేహ నియంత్రణకు సహాయపడుతుంది. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోవడం, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం, మీ వైద్యులు సూచించిన సకాలంలో మందులు వాడడం వల్ల థైరాయిడ్, రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు రెండూ అదుపులో ఉ ంటాయి. మీ వైద్యులు సూచించిన విధంగా థైరాయిడ్ పని తీరు, బ్లడ్ షుగర్ టెస్టింగ్ కోసం క్రమం తప్పకుండా స్క్రీనింగ్ చేయించుకోవడం వల్ల ఏవైనా మార్పులు ముందుగానే నిర్ధా రణ అయ్యేలా చూసుకోవచ్చు. చురుకుగా ఉ ండటం, బాగా తినడం, తగినంత నిద్రపోవడం ద్వారా మిమ్మల్ని మీరు జాగ్రత్తగా చూసుకోవడం నిజంగా సహాయపడుతుంది. మీకు థైరాయిడ్ రుగ్మతలు, మధుమేహం రెండూ ఉంటే, మీరు మీ ఆరోగ్యంపై మరింత శ్రద్ధ వహిం చాల్సి రావచ్చు. అలా శ్రద్ధ వహించడం వల్ల మీకు ఇష్టమైన కార్యకలాపాలను ఆస్వాదించడానికి మీకు మరింత శక్తి లభిస్తుంది.

ఏఎంఎల్ తో నిశ్శబ్ద పోరాటం

ఇది ఎవరు ఊహించలేనంత చిన్నదిగా ప్రారంభమవుతుంది. మీకు జరిగిందా కూడా తెలియని గాయాన్ని మీరు గమనించారు. పూర్తిగా తగ్గని జ్వరం. మీరు ఒత్తిడి నుండి ఉపశమనం పొందుతారు, బహుశా విటమిన్ లోపం కావచ్చు, తీవ్రమైనది ఏమీ లేదు. కానీ ఆ తర్వాత డాక్టర్ విజిట్, ఆ తర్వాత అనేక పరీక్షలు జరుగుతాయి. అకస్మాత్తుగా, మీరు ఎవరో చెప్పే మాటలకు ఎదురుగా కూర్చొని వింటారు, మీరు ఎప్పుడూ వినని మాటలు వినాల్సి వస్తుంది: మీకు బ్లడ్ క్యాన్సర్ ఉంది. అదే అక్యూట్ మైలోయిడ్ లుకేమియా.భారతదేశంలో చాలా మందికి, ఎఎమ్ఎల్ ఉందని గుర్తించడం వైద్యపర అత్యవసర పరిస్థితి మాత్రమే కాదు, ఇది ఎమోషనల్ గా భూకంపం లాంటిది. డాక్టర్లు స్కాన్, జీవితం ఎన్ని రోజులు మరియు చికిత్స ఆప్షన్ లపై దృష్టి పెడుతుండగా, తరచుగా అందరూ మాట్లాడే మాటలు ఆందోళనతో నిండిన ఎన్నో రాత్రులు, నిశ్శబ్దమైన క్షణాలు మరియు విపరీతమైన ఇబ్బందికరమైన భావనలు వస్తుంటాయి.



ఏఎంఎల్ వల్ల వచ్చే భావోద్వేగాలు : ఎంఎల్ వేగంగా వ్యాప్తి చెందుతుంది. చాలా మంది రోగులు వ్యాధి గుర్తించిన తర్వాత త్వరగా ఆసుపత్రిలో చేరతారు, ఏమి జరుగుతుందో ప్రాసెస్ చేయడానికి క్షణం కూడా దొరకదు. వారు "క్యాన్సర్" అనే పదం చుట్టూ తలలు పట్టుకొని, వారు కీమోథెరపీ, ఆసుపత్రి లో ఉండడం మరియు పరీక్ష ఫలితాల రౌండ్లలో లోతుగా మునిగిపోతారు. ఎక్కువ గంటలు ఆసుపత్రి గదుల్లో గడపడం, ఆత్మీయులకు దూరంగా ఉండటం,మరియు వికారం, బలహీనత, జుట్టు రాలడం వంటి దుష్ప్రభావాల వలన వచ్చే అలసట మనస్సుపై తీవ్రమైన ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. చాలా మందికి, శారీరక ప్రభావం కంటే మానసిక ప్రభావం ఎక్కువ బరువుగా అనిపిస్తుంది.

కేవలం పేషెంట్లకే కాదు, సంరక్షకులు తరచుగా తల్లిదండ్రులు, జీవిత భాగస్వాములు లేదా తోబుట్టువులు ఎంతో బాధాకరమైన, అలుపెరగని భారాన్ని మోస్తారు. భారతీయ కుటుంబాలలో, సంరక్షణ సాధారణంగా మానసిక మరియు ఆర్థిక బాధ్యతలతో కలిపి ఉంటుంది. ఆసుపత్రి సందర్శనలు, బిల్లులు, పని మరియు భావోద్వేగ మద్దతు సంరక్షకులను నిస్సహాయంగా, నీరసంగా మరియు కొన్నిసార్లు పూర్తిగా ఒంటరిగా చేస్తుంది.డబ్బు గురించి ఆందోళనలు కూడా ఒత్తిడిని పెంచుతాయి, కొన్నిసార్లు కుటుంబాలలో సంబంధాలను దెబ్బతీస్తాయి, ప్రతి ఒక్కరూ తమ వంతు ప్రయత్నం చేస్తున్నప్పుడు కూడా ఇబ్బంది పడతారు.

వేరుగా ఉంచడానికి అయ్యే తెలియని ఖర్చు : వారి బలహీనమైన రోగనిరోధక శక్తి కారణంగా, ఎఎమ్ఎల్ రోగులు తరచుగా రద్దీ ఉన్న ప్రదేశాలకు వెళ్ళకూడా మరియు ఇతరులతో సంబంధాన్ని తగ్గించాలని చెబుతారు.సామాజిక దూరం అనేది ప్రజారోగ్య పదం కంటే ఎక్కువ అవుతుంది- అది వారి జీవన విధానంగా మారుతుంది.కొత్తగా వచ్చే ఒంటరితనంతో నలిగిపోతారు. బర్త్ డేలు మిస్సవుతాయి. వారు లేకుండానే వేడుకలు జరుగుతాయి. స్నేహితులు దూరం అవుతారు. బయటి ప్రపంచం దూరంగా ఉన్నట్లు అనిపించడం ప్రారంభిస్తుంది, దానితో పాటు, సాధారణ స్థితిని కోల్పోతారు.

ఎఎమ్ఎల్ ప్రయాణంలో మానసిక ఆరోగ్యం ఎందుకు ముఖ్యమైనది : అన్నీ ఉన్నప్పటికీ, మానసిక ఆరోగ్య మద్దతు తరచుగా భారతదేశంలో క్యాన్సర్ సంరక్షణలో వెనుకంజ వేస్తుంది. చాలా ఆసుపత్రుల్లో సైకో ఆంకాలజీ బృందాలు లేవు. భావోద్వేగ శ్రేయస్సు చుట్టూ సంభాషణలు చాలా అరుదుగా ఉంటాయి. చికిత్స చేయని ఆందోళన మరియు నిరాశ వాస్తవానికి రోగులు చికిత్సకు ఎలా స్పందిస్తారో ప్రభావితం చేస్తాయని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. అయినప్పటికీ, చికిత్స లేదా కౌన్సెలింగ్ కి అవకాశం తక్కువ ఉంటుంది, మరియు అవగాహన తక్కువగా ఉంటుంది-ముఖ్యంగా మెట్రో నగరాల వెలుపల అలా ఉంటుంది.

మనం నిజంగా ఎఎమ్ఎల్ ఎదుర్కొంటున్న వారికి మద్దతు ఇవ్వాలనుకుంటే, మనం వ్యాధికి అతీతంగా చూడాలి. అది శరీరానికే కాదు మనసుకు ఏం చేస్తుందో మాట్లాడాలి. వైద్యం అనేది క్యాన్సర్ నుండి బయటపడటం మాత్రమే కాదు- ఇది ప్రతి దశలో ఆశ, మద్దతు మరియు బలం కోసం అవకాశాన్ని సృష్టించడం

మానసిక శ్రేయస్సు కోసం సహాయక సేవలు

- ప్రభుత్వ పథకాలు: కేన్సర్ కేర్, మెంటల్ హెల్త్ సేవలను మెరుగుపరిచేందుకు ప్రభుత్వం చర్యలు చేపట్టింది. ఆయుష్మాన్ భారత్ పథకం కింద ఆర్థికంగా వెనుకబడిన రోగులకు క్యాన్సర్ చికిత్సను మరింత అందుబాటులోకి తెచ్చారు. అదనంగా, నేషనల్ మెంటల్ హెల్త్ ప్రోగ్రామ్ (ఎన్ఎంహెచ్పి) ప్రాథమిక ఆరోగ్య స్థాయిలో మానసిక ఆరోగ్య సేవలను అందించాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది.అయినప్పటికీ, క్యాన్సర్ సంరక్షణలో మానసిక ఆరోగ్య మద్దతును ఏకీకృతం చేయడంలో ఇంకా చాలా దూరం వెళ్ళాల్సి ఉంది.
- సైకో-ఆంకాలజీ మరియు కౌన్సిలింగ్ పాత్ర : క్యాన్సర్ యొక్క మానసిక ప్రభావంపై దృష్టి సారించే సైకో-ఆంకాలజీ భారతదేశంలో గుర్తింపు పొందుతోంది, అనేక సంస్థలు ప్రత్యేక కోర్సులను అందిస్తున్నాయి. అంతేకాక, ఆసుపత్రులు సైకో-ఆంకాలజీ సేవలను చేర్చడం ప్రారంభించాయి, రోగులు మరియు సంరక్షకులకు కౌన్సెలింగ్ మరియు మానసిక ఆరోగ్య జోక్యాలను అందిస్తున్నాయి. ఇటువంటి సేవలను సమగ్రంగా స్వీకరించడం వల్ల మానసిక శ్రేయస్సు చికిత్స ప్రణాళికలో ఒక భాగం అని నిర్ధారించవచ్చు.
- ఎన్ జి ఓ లు మరియు మద్దతు గ్రూపులు: ఈ అంతరాన్ని పూడ్చేందుకు భారత్ లోని పలు సంస్థలు కృషి చేస్తున్నాయి. ఉదాహరణకు, ఇండియన్ క్యాన్సర్ సొసైటీ రోగులు మరియు సంరక్షకుల కోసం హెల్ప్లైన్లు మరియు సహాయక బృందాలను నడుపుతుంది. అదేవిధంగా సంజీవని - లైఫ్ బియాండ్ క్యాన్సర్ వంటి సంస్థలు సైకో సోషల్ సపోర్ట్, కౌన్సిలింగ్ అందిస్తున్నాయి. పెరుగుతున్న ఈ అవసరాన్ని తీర్చడానికి ఆన్లైన్ ప్లాట్ఫామ్లు మరియు కొన్ని పే-ఫర్-సర్వీస్ కార్యక్రమాలు కూడా అందుబాటులో ఉన్నాయి.
- ఒత్తిడి తొలగించే ప్రక్రియలు: మనసు ప్రశాంతం, ధ్యానం మరియు విశ్రాంతి పద్ధతులను రోజువారీ దినచర్యలలో చేర్చడం ఒత్తిడిని నిర్వహించడానికి సహాయపడుతుంది.లోతైన శ్వాస వ్యాయామాలు, గైడెన్స్ తో ధ్యానం మరియు జర్నలింగ్ వంటి అభ్యాసాలు ఆందోళనను తగ్గిస్తాయని మరియు మొత్తం శ్రేయస్సును మెరుగుపరుస్తాయని తేలింది.

మనసు మరియు శరీరానికి నయం చేయాలి

క్యాన్సర్ చికిత్స వ్యాధిని తొలగించడంపై మాత్రమే దృష్టి పెట్టకూడదు- ఇది మొత్తం వ్యక్తిని నయం చేయాలి. క్యాన్సర్ నిర్ధారణ రోగులకు మరియు వారి ప్రియమైనవారికి శారీరక సవాళ్లను మాత్రమే కాకుండా తీవ్రమైన మానసిక ఒత్తిడిని కూడా తెస్తుంది. చికిత్స నుండి ప్రాణాలతో బయటపడటం మరియు జీవిత ముగింపు సంరక్షణ వరకు, మానసిక శ్రేయస్సు వైద్య చికిత్స వలె ముఖ్యమైనది. సాంస్కృతిక నమ్మకాలు తరచుగా ప్రజలు ఎలా ఎదుర్కోవాలో మరియు వారు ఏ రకమైన మద్దతును కోరుకుంటారో నిర్ణయిస్తాయి. బలమైన మద్దతు వ్యవస్థ, ప్రారంభ మానసిక ఆరోగ్య స్క్రీనింగ్ మరియు కౌన్సెలింగ్ కి అవకాశం ఉన్న రోగులు మరియు సంరక్షకులకు ఒక ఆశతో ఈ ప్రయాణాన్ని నావిగేట్ చేయడంలో సహాయపడుతుంది.

భారతదేశంలో, అటువంటి మద్దతుకు ప్రాప్యత ఇప్పటికీ పరిమితం, కానీ మానసిక మరియు భావోద్వేగ సంరక్షణను క్యాన్సర్ చికిత్సలో ప్రధాన భాగం చేసే సమయం ఇది. మరింత అవగాహన మరియు మానసిక ఆరోగ్య సేవల యొక్క మెరుగైన ఏకీకరణతో, ఎఎమ్ఎల్ మరియు ఇతర క్యాన్సర్లకు చికిత్స చేయడానికి భారతదేశం మరింత సమగ్ర విధానం వైపు వెళ్ళవచ్చు. సమస్యను విచ్ఛిన్నం చేద్దాం, సంపూర్ణ సంరక్షణను స్వీకరించండి మరియు ఎవరూ ఒంటరిగా క్యాన్సర్ తో పోరాడకుండా చూసుకుందాం.

సూర్య
www.suryaa.com
ఆదివారం అనుబంధం
25.5.2025

ఎవరి ప్రభావం?

నాకు దొరికేది ఒకే ఒక్క ఆదివారం, సెలవు రోజుల్లో ఇంటి గడప దాటబుద్ది కాదు. ఎక్కడ లేని బద్ధకం అంతా ఆ రోజు ఆవహిస్తుంది. ముందు రోజు మాత్రం అక్కడికి వెళ్లాం , ఇక్కడికి వెళ్లాం , అది తిందాం , ఇది కొందాం అని రకరకాల మాష్టర్ ప్లాన్లు గిర్రున తిరుగుతుంటాయి.కానీ మరుసటి రోజు నిద్ర లేచే సమయానికి చెదిరిన కలలాగా అన్నీ కరిగిపోతాయి.

కానీ వీటన్నిటి మధ్య గత సంవత్సర కాలంగా నేను చేస్తున్న పని ఉదయం టిఫిన్ తినగానే ఒక అరగంట, సాయంత్రం టీ తాగగానే ఒక గంట సేపు మా బుల్లు గాన్ని "అట్లా...ఆఫీసుకు"తీసుకుపోవడం.అదేంటి సెలవు రోజుల్లో ఆఫీసు అనుకోకండి. మా వాడు గడప దాటి కాలు బయట పెడితే అది వానికి ఆఫీసు...ఆ అవును. అలా వాణ్ణి కాసేపు అలా బయట తిప్పితే అలసి పోయి పడుకుంటాడని అందరూ అనుకుంటారు. కానీ వాడిని బయట తిప్పి ఇంటికి తీసుకొచ్చే సమయానికి నేను అలసిపోయి ఓ కునుకు తీయాల్సిన పరిస్థితి వస్తుంది.

ఈ ఆదివారం వాణ్ణి భుజాన వేసుకొని వెళ్తుంటే అదేంటో కనపడ కూడనివన్నీ నాకే కనపడతాయి, వినపడకూడనివి అన్నీ నాకే వినపడతాయి.అలాంటి అదృష్టం నాకు ఈ మధ్య పట్టింది కాదు.నేను ప్రైవేటు గా పనిచేసే టైమ్ నుండి మొదలైంది. చీమ చిటుక్కుమన్నా అది నాకు పుటుక్కున వినపడుతుంది.

సరిగ్గా సందు చివర మా వాణ్ణి భుజాన మార్చుకునే సమయంలో ఓ ఇద్దరు మగ పిల్లోల్లు స్కూటీలో కూర్చొని ఉన్నారు. వాళ్లకు రెండు బారల దూరంలో ఓ పన్నెండు... పదమూడేండ్లు కూడా నిండని అమ్మాయి నడుచుకుంటూ వచ్చింది.

"ఓయ్... ఉండు ఎందుకు అంత ఫాస్టుగా పోతాందావ్" అన్నాడు.

"ఇంట్లో వాళ్ళు చూస్తారు.ఇంకా పో నువ్వు అంది "ఆ అమ్మాయి.

"ఇక్కడికి వాళ్ళెందుకు వస్తారు?"అన్నాడు వాడు.

"నాకు సిగ్గేస్తోంది అంది"ఆ అమ్మాయి

అసలు ఇదంతా చూసిన నాకు కలిగింది సిగ్గు .....

వాళ్ళ వయసేంది ...వాళ్ళ మాటలేంది...అసలు ఎందుకు వీళ్ళు ఇలా తయారయ్యారు అనిపించింది నాకు.

కొన్ని క్షణాలు ఆ అమ్మాయి పక్కకు చూడటం...వాడు ఆ అమ్మాయినే చూడటం.

"కాసేపటికి ఇంటికెళ్లగానే మేసేజ్ చెయ్..." అన్నాడు ఆ బక్క పలచని పిల్లోడు.

"ఆ...నువ్వు పో ఇక్కనుంచి "అన్నది ఆ అమ్మాయి.

వాడు అక్కడినుండి పోలేదు సరి కదా అమ్మాయి ఇంటిలోకి వెళ్ళే వరకు ...కాదు ఆ బండిలోని పెట్రోలు అయిపోయే వరకు ఓ ఆరేడు రౌండ్లు కొట్టి ఉంటాడు. నిజంగా అప్పుడు అనిపిస్తుంది ఇందులో తప్పు ఎవరిది? అని. ఆ తప్పు ఆ పిల్లలదా? లేద వాళ్ల చుట్టూ ఉన్న ఈ సమాజానిదా? లేక ఇంట్లో ఉన్న వాళ్ళ అమ్మానాన్నది ఒక్కసారిగా ప్రశ్నల వర్షం నా మెదడును తడిపేసింది.

అయినా వాళ్ళది ప్రేమ అన్న ఆలోచనకు కాదు..కాదు...కనీసం ఆకర్షణ అంటే కూడా సరిగ్గా తెలియని వయస్సు.అలాంటిది ఇలాంటి వింత పోకడలు ఇంకా ఎన్ని చూడాల్సి వస్తుందో.మనకు తెలిసి ఇది ..ఇంకా మనకు తెలియకుండా ఇంకా ఎన్ని గోరాలు జరుగుతున్నాయో....అనిపించింది.

ఇక తల్లి తండ్రులు తప్పు అందామా అంటే అసలు ఏ తల్లి తండ్రులు అయినా కూడా తమ బిడ్డలు తప్పుడు దోవలో నడిచి చెడ్డ పేరు తెచ్చుకుంటారని, తమ పరువు తీస్తారని ఏమైనా కలగంటారా? అందరి లాగే తమ పిల్లలు అమాయకులు, వాళ్ళకి ఏమి రాదు, చేతకాదు అనుకొని భ్రమలో బ్రతికేస్తుంటారు.

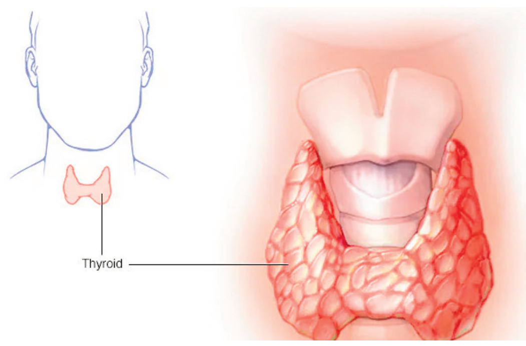
అర్థం కాని వయసులో, సమాజం, టి.వి., సినిమా,మరీ ముఖ్యంగా ఫోన్ ల ప్రభావంతో ఇదంతా జరుగుతోందని అనిపిస్తోంది.

చిన్న అడుగులతో మా బుల్లుగాన్ని పక్కనే ఉన్న వినాయకుడికి దండం పెట్టించి లోకం పోకడకు విస్తుపోయి మనం చేసేది ఏం లేదని గ్రహించి మనుషుల మనసుల్ని మార్చమని దండం పెట్టుకున్నాను.

సింగంపల్లి శేష సాయి కుమార్
8639635907

థైరాయిడ్ రుగ్మతల పట్ల నిర్లక్ష్యం ప్రమాదకరం !

థైరాయిడ్ గ్రంథికి సంబంధించిన రుగ్మతలు ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఒక బిలియన్ ప్రజలకు ఓ ప్రధాన సమస్యగా నిలుస్తున్నాయి. స్వర పేటికకు కింది భాగాన ఇరువైపుల చిన్న సీతాకోకచిలుక ఆకారంలో ఉన్న థైరాయిడ్ గ్రంథి ప్రధాన విధుల్లో శక్తి సంబంధ జీవ వ్యవస్థలను సక్రమంగా నిర్వహించడం, శరీర ఉష్ణోగ్రత నియంత్రణ, మానసిక ఆరోగ్యం, గుండె సక్రమంగా కొట్టుకోవడం, శరీర పెరుగుదలకు దోహదపడడం లాంటి ప్రధాన విధులు వస్తాయి. థైరాయిడ్ స్రవించే హార్మోన్ల మూలంగా శక్తి వినియోగ ప్రక్రియలు సక్రమంగా జరుగుతాయి. థైరాయిడ్ రుగ్మతల పట్ల సంపూర్ణ అవగాహన, ముందస్తు పరీక్షల నిర్వహణ, చికిత్స మార్గాల పరిజ్ఞానం, తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలను చర్చించడానికి ప్రతి ఏట 25 మే రోజున "ప్రపంచ థైరాయిడ్ దినం" లేదా "వరల్డ్ థైరాయిడ్ డే" పాటించడం ఆనవాయితీగా మారింది. థైరాయిడ్ రుగ్మతల పట్ల సదస్సులు, ఉచిత థైరాయిడ్ క్యాంపులు, విద్యాలయాల్లో అవగాహన కార్యక్రమాలు, థైరాయిడ్కు సంబంధించిన జాగ్రత్తలను వివరించడంతో వంటి పలు కార్యక్రమాలను ఈ వేదికగా చర్చిస్తారు.



థైరాయిడ్ రుగ్మతలకు కారణాలు, రోగ లక్షణాలు:

శరీరంలో థైరాయిడ్ హార్మోన్లు సాధారణం కన్న తక్కువగా లేదా ఎక్కువగా స్రవించడం వల్ల థైరాయిడ్ రుగ్మతలు జనిస్తాయి. శరీరంలో అయోడిన్ లోపంతో గాయిటర్, థైరాయిడిటిస్, థైరాయిడ్ వాపు, క్యాన్సర్ కారక ట్యూమర్లు, జెనెటిక్ కారణాలు, ఆటోఇమ్యూన్ వ్యాధులు కలుగుతాయి. థైరాయిడ్ అతి చురుకుదనం వల్ల హైపర్ థైరాయిడిజమ్ రుగ్మత కలిగి చికాకు, అలసట, రుతుస్రావం తగ్గడం, మలబద్దకం, చర్మం పొడిబారడం, కండరాల బలహీనత, చెమట పట్టడం, ఆకలి పెరగడం లాంటి లక్షణాలు కలిపిస్తాయి. థైరాయిడ్ చురుకుదనం తగ్గినపుడు హైపోథైరాయిడిజమ్ రుగ్మత కలిగి బరువు మారడం, ఒత్తిడి, అధిక రుతుస్రావం, మెడ వాపు, అలసిపోవడం, బలహీనత, కండరాల నొప్పి, వెంట్రుకలు ఊడిపోవడం, పొడి చర్మం దురద, ఏకాగ్రత లోపం లాంటి లక్షణాలు కలుగుతాయి.

భారత్లో థైరాయిడ్ సమస్యలు – తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు: థైరాయిడ్ రుగ్మతల భారం భారత్పై అధికంగా ఉండడం విచారకరం. మన దేశంలో దాదాపు 33 శాతం ప్రజలుగా రుగ్మతల వలయంలో చిక్కడం జరుగుతోంది. ప్రతి ఎనిమిది మందిలో ఒక్కరికి హైపోథైరాయిడిజమ్ రుగ్మత నమోదు అవుతున్నది. అయోడిన్లోపం కారణంగా 200 మిలియన్ల భారతీయులు గాయిటర్ రోగం బారిన పడుతున్నారు. అయోడిన్ లోపం వల్ల పిల్లల్లో బుద్ది మాంద్యం కూడా కలుగుతోంది. గర్భవతుల్లో థైరాయిడ్ సమస్యలు ఉత్పన్నం అయినపుడు తల్లికి, బిడ్డకు కూడా ప్రమాదం కావచ్చు. ఈ ప్రత్యేక సందర్భాల్లో నెలలు నిండకముందే ప్రసవాలు లేదా అబార్షన్ పద్ధతులను ఆశ్రయించాల్సి వస్తుంది. పోషకాహారం తీసుకోవడం, తరుచుగా థైరాయిడ్ పరీక్షలు చేయించుకోవడం, తగు వైద్య సలహాలు తీసుకోవడం, బరువు పెరగకుండా లేదా తగ్గకుండా చూసుకోవడం, విధిగా వ్యాయామం చేయడం, పాల ఉత్పత్తులు/చేపలు/గుడ్లు/బ్రెకోలీ/నట్స్, బట్టర్/ఉల్లి/వెల్లుల్లి/బెర్రీస్/ఆంటీ–ఆక్సిడెంట్లు ఉన్న ఆహారం లాంటివి అధికంగా తీసుకోవడం, అయోడిన్ లోపం రాకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం వల్ల మంచి ఫలితాలు కనిపిస్తాయి.

థైరాయిడ్ సమస్యలు పురుషుల్లో కన్న మహిళల్లో ఐదు రెట్లు అధికంగా కనిపిస్తాయి. థైరాయిడ్ రుగ్మతను నిర్ధారించడంలో ఆలస్యం అయితే సంతానలేమి, గుండె జబ్బులు, మానసిక రుగ్మతలు లాంటి ప్రమాదకర అనారోగ్యాలు కలుగుతాయి. థైరాయిడ్ రుగ్మతలకు దూరంగా ఉండడానికి కావలసిన జీవనశైలి మార్పులు చేసుకొని ఆయురారోగ్యాలతో జీవితాలను సుసంపన్నం చేసుకుందాం.

డా: బుర్ర మధుసూదన్ రెడ్డి, 9949700037

పండ్లు తినేటప్పుడు తప్పులు చేస్తున్నారా?

పండ్లు ఆరోగ్య గుళికలు అంటుంటారు. పండ్లు బాగా తింటే ఆరోగ్యానికి ఏలోటు ఉండదని అంటుంటారు. ప్రతీ రోజు ఏదో ఒక ఫ్రూట్ తీసుకుంటే ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుందంటున్నారు నిపుణులు. ఆహారంలో పండ్లను చేర్చుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. దీని వల్ల మీ శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలు లభిస్తాయి. అనేక వ్యాధుల నుంచి మిమ్మల్ని మీరు రక్షించుకోవచ్చు.పండ్లలో రకాల విటమిన్లు, ఖనిజాలు ఉంటాయి. అయితే, చాలా మంది పండ్లు తినేటప్పుడు తప్పులు చేస్తారు.

ఇది ప్రయోజనకరంగా ఉండటానికి బదులుగా, ఆరోగ్యానికి హాని కలిగిస్తుంది. చాలా మంది ఉదయం అల్పాహారం సమయంలో పండ్లు తినడానికి ఇష్టపడతారు. ఇది కూడా సరైన మార్గం, కానీ ప్రతిదీ తినడానికి సరైన సమయం ఉంది. పండ్లు తినేటప్పుడు ఈ విషయాలను జాగ్రత్తగా చూసుకోకపోతే అది మీకు హాని కలిగించవచ్చు. చాలా మంది భోజనం తర్వాత పండ్లు తింటారు, మరికొందరు సాయంత్రం లేదా రాత్రి కూడా తింటారు. ఇది మీ ఆరోగ్యానికి హాని కలిగిస్తుంది.

భోజనం తర్వాత పండ్లు తినాలా వద్దా? : మీరు ఆహారం తిన్న తర్వాత పండ్లు తీసుకుంటే, అది జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలను కలిగిస్తుందంటున్నారు నిపుణులు. నిజానికి, ఆహారం తినడం వల్ల మన శరీరంలో వేడి పెరుగుతుంది. పండ్లలో అధిక మొత్తంలో నీరు ఉంటుంది. అవి కడుపుని అలాగే శరీరాన్ని చల్లబరుస్తాయి. అటువంటి పరిస్థితిలో, ఇది జీర్ణవ్యవస్థపై చెడు ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. ఉదయం మీరు పండ్లు తినవచ్చు. ఏవైనా సమస్యలు ఉంటే వైద్యుడిని సంప్రదించండి.

అసిడిటీ : మీరు ఆహారం తిన్న తర్వాత విటమిన్ సి అధికంగా ఉండే పుల్లని పండ్లను తీసుకుంటే మీకు అసిడిటీ సమస్య ఎదురవుతుంది. ఇది మీకు గుండెల్లో మంటతో పాటు అసౌకర్యాన్ని కలిగిస్తుంది.

విష పదార్థాలు పేరుకుపోతాయి : మీరు ఆహారం తిన్న తర్వాత పండ్లు తింటే, మీ శరీరంలో టాక్సిన్స్ పేరుకుపోవడం ప్రారంభమవుతుంది. ఇది అనేక సమస్యలను కలిగిస్తుంది. అందువల్ల దీనిని తినడం మానుకోవాలి.

పండ్లు తినేటప్పుడు ఈ విషయాలను గుర్తుంచుకోండి

ఖాళీ కడుపుతో ఎప్పుడూ పుల్లని పండ్లను తినకూడదు.
అలాగే పాలతో పండ్లు తినడం మానుకోండి.
రాత్రిపూట పండ్లు తినడం ఆరోగ్యానికి హానికరం.
పండ్లు తిన్న తర్వాత నీరు త్రాగవద్దు.

సూర్య
www.suryaa.com
25.5.2025

యుగానికి ఒక్కడు ఎన్టీఆర్!

తెలుగుజాతి చరిత్రను తిరగరాసిన ఎన్టీఆర్ చరిత్ర భావితరాలకు మార్గదర్శకం అవుతుంది. ఆయన వ్యక్తి కాదు.. ఒక సంచలనం. సినీ, రాజకీయ విశ్వరూపం. సామాజిక చైతన్యం, పీడిత పాలన వ్యతిరేక ధృక్పథం, శ్రామిక జనపక్షపాతం, సమసమాజ నిర్మాణమే ఎన్టీఆర్ ఆశయం. మనం ఎక్కడ పుట్టాము, ఎలా పుట్టామన్నది ముఖ్యంకాదు. ఆ జాతికి, ఆ ప్రాంతానికి ఏం చేశామనేది ప్రజులు గుర్తుంచుకుంటారు. ప్రజాభిమానమే ఊపిరిగా శ్వాసించి ధ్యాసించి అమరుడైన అన్న ఎన్టీఆర్ 102వ జయంతి ఉత్సవాలను తెలుగువారున్న ప్రతిచోట జరుపుకుంటున్నారు.

రాజకీయాల్లో మహానాయకుడిగా, వెండితెరపై రారాజుగా వెలుగొంది తెలుగుతనానికి ప్రతిరూపంగా నిలిచారు. కృష్ణా జిల్లా నిమ్మకూరు గ్రామంలో వెంకట్రావమ్మ, లక్ష్మీచౌదరి దంపతులకు 1923 మే 28న జన్మించారు.

ఎన్టీఆర్ మహానటుడిగా తెలుగుప్రజల నీరాజనాలు అందుకున్నారు. సినీ నటుడిగా ఎన్టీఆర్ ప్రస్థానం మొదలై ఈ ఏడాదికి 75 వసంతాలు పూర్తయ్యాయి. ఈ సందర్భాన్ని పురస్కరించుకుని సినీ వజ్రోత్సవాలను అంగరంగ వైభవంగా ప్రపంచవ్యాప్తంగా నిర్వహిస్తున్నారు. నాలుగు దశాబ్దాలకు పైగా సినీవినీలాకాశంలో ధృవతారగా వెలుగొందారు. సినీరంగంలో అరుదైన సుందర సాంస్కృతిక స్వప్నాన్ని సాకారం చేశారు. ఒక అద్భుత కళావైభవ ప్రాభవాలను ఆవిష్కరించారు. హీరో అంటే అందరికీ ఎలా ఆదర్శంగా ఉండాలో భవిష్యత్ తరాలకు తెలియజెప్పిన ఘనత ఆయనకే దక్కుతుంది. అందుకే దశాబ్దాలు గడిచినా ప్రేక్షకుల మనసుల్లో ఆయన రూపు చెరిగిపోలేదు. తెలుగుతెరపై అందాల రాముడైనా, కొంటె కృష్ణుడైన, ఏడుకొండలవాడైనా ఇలా ఏ పాత్రనైనా ఎన్టీఆర్ చేస్తేనే ఆ పాత్రలకు నిండుదనం వస్తుంది. కేవలం పౌరాణిక పాత్రలే కాదు.. సాంఘిక, జానపద, చారిత్రక సినిమాలు ఏవైనా ఆయన నటిస్తే.. ఆ పాత్రకు పరిపూర్ణత చేకూరుతుంది.

సినిమాలను కేవలం వ్యాపారాత్మకంగా కాకుండా కళాత్మకంగా, సందేశాత్మకంగా, సంఘర్షణాత్మకంగా మలిచారు. ప్రేక్షకులను ఆలోచింపజేసి ఆచరణకు పురిగొల్పేటట్లు ఆయన చిత్రాలు ఉండేవి. అశాంతి, అభద్రత, ఆర్థిక అసమానతలతో జీవించే ప్రజల దుర్భర పరిస్థితులను కళ్లకుకట్టినట్లు చూపించేవారు. దాన వీర శూర కర్ణ చిత్రంలో దుర్యోధనుడి పాత్రద్వారా ఆయన నోటి నుంచి వెలువడిన మాటలతూటాలు అత్యంత సంచలనం రేపాయి. కుల,వర్ణ వ్యవస్థలే ఈ సమాజాన్ని పట్టిపీడిస్తున్న రుగ్మతులుగా అభివర్ణించారు. సమాజంలో అంతరాలు సృష్టిస్తూ, అంటరానితనాన్ని ప్రోత్సహించే విధానాలను నిరసించారు. ఆ చిత్రంలో ఆయన పోషించిన శ్రీకృష్ణ, కర్ణ, దుర్యోధన పాత్రలు అనితరసాధ్యం అని చెప్పాలి. పల్నాటి యుద్ధంలో బ్రహ్మనాయుడు పాత్రద్వారా చాపకూడు సిద్ధాంతాన్ని ప్రబోధించారు. మరికొన్ని చిత్రాల్లో కుటుంబ నియంత్రణపై ధ్వజమెత్తారు. జనాభా పెరగడం వల్ల సంపద పెరుగుతుందని ఆనాడే చెప్పారు.

మనదేశం చిత్రం ద్వారా సినీరంగ ప్రవేశం చేశారు. పాతాళ భైరవి సినిమాతో ఎన్టీఆర్ పేరు సుస్థిరమైంది. మాయాబజార్ లో తొలిసారి కృష్ణుడిగా నటించి.. ఆ తర్వాత కృష్ణుడిగా 30కి పైగా సినిమాల్లో కనిపించి అభిమానులను అలరించారు. అలాగే శ్రీరాముడి పాత్రలో అనేక చిత్రాల్లో కనిపించారు. 1963లో విడుదలైన లవకుశ సినిమా శ్రీరాముడిగా ఎన్టీఆర్ కు ఎనలేని కీర్తిప్రతిష్టలు సంపాదించి పెట్టింది. సీతారామ కల్యాణం సినిమాకు తొలిసారి దర్శకత్వం వహించి రావణాసురుడిగా నటించి మెప్పించారు.

సూర్య
నేటి దినపత్రిక
www.suryaa.com
25.5.2025

భీష్ముడు, బృహన్నల లాంటి భిన్నమైన పాత్రలు, రావణుడు, దుర్యోధనుడు లాంటి ప్రతినాయక పాత్రలను పోషించి మెప్పించారు. తాను ఎంచుకునే కథల్లో రైతులు, సమకాలీన సమస్యలు, వాటి పరిష్కారాలు ఉండేలా చూసుకునేవారు. కర్షకులే కాకుండా కార్మికుల కష్టసుఖాలను ఇతివృత్తాలుగా తీసుకుని నటించారు. ఈ తరహాలో నటించిన నటులు దేశంలో మరొకరు కనిపించరు. కృష్ణుడు, రాముడు ఎలా ఉంటారంటే.. అది వేరే చెప్పాలా.. ఎన్టీఆర్ లానే ఉంటారని చెప్పుకుంటారు. రాజకీయాల్లోకి వచ్చిన తర్వాత కూడా సినీరంగాన్ని వీడకుండా బ్రహ్మర్షి విశ్వామిత్ర, సామ్రాట్ అశోక్, మేజర్ చంద్రకాంత్, శ్రీనాథ కవిసార్వభౌమ లాంటి చిత్రాల్లో నటించారు. తన సినీ జీవితంలో 13 చారిత్రక, 55 జానపద, 186 సాంఘిక, 44 పౌరాణాక చిత్రాల్లో నటించి తెలుగుతెరపై చెరగని ముద్ర వేశారు.

నాలుగు దశాబ్దాల పాటు తనను ఆరాధించిన ప్రజలకు ఏదైనా చేయాలనే తపనతో రాజకీయరంగ ప్రవేశం చేశారు. సాంప్రదాయ రాజకీయాలను విడనాడి నూతన రాజకీయ వ్యవస్థకు, సంస్కృతికి శ్రీకారం చుట్టారు. సినీరంగంలో ఉన్నప్పుడు కూడా చైనా దురాక్రమణ జరిగిన సమయంలో అమర జవాన్ల కుటుంబాలను ఆదుకోవడం కోసం, దివిసీమ ఉప్పెన సమయంలోనూ జోలెపట్టి ఊరూరా తిరిగి బాధితులను ఆదుకున్నారు. ఎన్టీఆర్ రాజకీయ ప్రవేశం చేసేనాటికి రాష్ట్రంలో రాజకీయ శూన్యత, అస్థిరత్వం నెలకొని ఉన్నాయి. ఉజ్వల చరిత్ర కలిగిన తెలుగుజాతి ఉనికిని కోల్పోయే పరిస్థితులు వచ్చాయి. ఆనాటి కాంగ్రెస్ పెద్దలు తెలుగువాడి ఆత్మగౌరవాన్ని హస్తినాపురంలో అణాపైసలకు అమ్మకానికి పెట్టారు. ఏ క్షణం ఎవరు ముఖ్యమంత్రి అవుతారో, ఎవరు ఎంతకాలం ఉంటారో తెలియదు. ప్రజాభిప్రాయానికి, ప్రజాస్వామ్యానికి తావులేదు. ఆ పరిస్థితుల్లో తెలుగుదేశం ఆవిర్భావం చారిత్రక అవసరంగా ప్రజలు భావించారు.

తన ఆవేశపూరిత ప్రసంగాలతో ఎన్టీఆర్ ప్రజలకు దగ్గరయ్యారు. ప్రజావ్యతిరేక విధానాలపై 9 నెలలు అవిశ్రాంతంగా పర్యటించి ప్రజలను తన ఉపన్యాసాల ద్వారా చైతన్యపరిచి, ఊరడించి భరోసా నింపారు. తెలుగువాడిలో పౌరుషాగ్ని రగిలించి జనాన్ని అదిలించి, కదిలించారు. ప్రజలను తరలించాల్సిన పనిలేదు. స్వచ్ఛంధంగా మైళ్లకు మైళ్లు నడుచుకుంటూ పగలు, రాత్రిళ్లు తేడా తెలియకుండా ఎన్టీఆర్ ను కనీసం ఒక్కసారైనా చూడాలని, ఆయన ప్రసంగం వినాలని లక్షల సంఖ్యలో హాజరయ్యేవారు. తెలుగుదేశం పిలుస్తోంది.. రా కదలిరా.. అంటూ పిలుపునిచ్చారు. సమాజమే దేవాలయం.. ప్రజలే దేవుళ్లంటూ నినదించారు. ఎలాంటి రాజకీయ నేపథ్యంలేని అతి సామాన్యులను, యువత, విద్యావంతులను ఎన్నికల కురుక్షేత్రంలో నిలిపారు. ఆయన చేసిన సాహసోపేతమైన ప్రయోగం రాజకీయ రంగాన్ని ఓ కుదుపు కుదిపింది.

294 స్థానాలు గల శాసనసభలో 202 స్థానాల్లో తెలుగుదేశం అభ్యర్థులు విజయం సాధించారు. 1983 జనవరి 9న ఎన్టీఆర్ తొలి కాంగ్రేసేతర ముఖ్యమంత్రిగా గతానికి భిన్నంగా పజల మధ్య ప్రమాణస్వీకారం చేశారు. నేడు దేశంలో అమలవుతున్న సంక్షేమ పథకాలన్నింటికీ ఆయనే ఆధ్యుడు. కిలో రూ.2కే బియ్యం, పేదలకు పక్కా గృహాలు, జనతావస్త్రాల లాంటి అనేక విప్లవాత్మక నిర్ణయాలు ఆయన తీసుకున్నారు. రూ.50కే హార్స్ పవర్ విద్యుత్, వృద్ధాప్య పెన్షన్ లాంటి అనేక సంక్షేమ పథకాలకు శ్రీకారం చుట్టారు. జీవించిన కాలం ఎంతనేదాని కన్నా ఎలా జీవించామనేది ముఖ్యం. ప్రతి అడుగు ప్రజల కోసం, ప్రగతికోసం తపిస్తూ అనేక పాలనాసంస్కరణలు తీసుకువచ్చారు.

ప్రజాస్వామ్యయుతంగా ఎన్నికైన ఎన్టీఆర్ ప్రభుత్వాన్ని ఆనాటి కేంద్ర కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కూలగొట్టడంతో దేశవ్యాప్తంగా ప్రజలు నిరసన వ్యక్తం చేశారు. ఒక ముఖ్యమంత్రి కోసం యావత్ దేశం స్పందించింది. ఎన్టీఆర్ నెలరోజుల్లో తిరిగి ముఖ్యమంత్రి అయ్యారు. ఆ క్లిష్ట సమయంలో ఎన్టీఆర్ కు చంద్రబాబు బాసటగా నిలిచారు. ఇందిరాగాంధీ హత్యతో దేశమంతా సానుభూతి పవనాలు వీచినా 35 పార్లమెంట్ స్థానాలు గెలుచుకుని తెలుగుదేశం ప్రధాన ప్రతిపక్షంగా నిలిచింది. జాతీయ స్థాయిలో కాంగ్రెస్ కు ప్రత్యామ్నాయంగా నేషనల్ ఫ్రంట్ ఏర్పాటుచేశారు. దానికి ఆయనే ఛైర్మన్ గా వ్యవహరించారు. కాలక్రమంలో ఎన్టీఆర్ వారసత్వాన్ని జాతీయస్థాయిలో చంద్రబాబు కొనసాగించారు. ఎన్టీఆర్ ఆత్మగౌరవానికి ప్రతీకైతే..చంద్రబాబు ఆత్మవిశ్వాసానికి ప్రతిరూపంగా నిలిచారు. ఇరువురి వారసత్వాన్ని పుణికిపుచ్చుకుని యువనేత నారా లోకేష్ కోటిమంది సభ్యులతో తెలుగుదేశం పార్టీని అద్వితీయ శక్తిగా మలిచారు. ఈ ముగ్గురు కలిసి ఒక ప్రాంతీయ పార్టీకి జాతీయ దృక్పథం తెచ్చారు.

తెలుగుజాతి చరిత్రను సుసంపన్నం చేసి తెలుగు ప్రజలకు గమనాన్ని, గమ్యాన్ని నిర్దేశించారు. చరిత్ర సృష్టించిన శౌర్యధనుడు, చరితనే మార్చిన తెలుగువిభుండు. అందుకే తెలుగుజాతి ఉన్నంతవరకు జన హృదయాల్లో ఎప్పటికీ చిరస్మరణీయులే... ఆయన స్థానం సుస్థిరం, ఆయన కీర్తి అజరామరం. కాబట్టి మే 28న ఎన్టీఆర్ జన్మదినాన్ని ఆత్మగౌరవ దినంగా ప్రకటించి.. ప్రభుత్వం అధికారికంగా జయంతి వేడుకలను నిర్వహించడంతో పాటు సెలవు దినంగా ప్రకటించాలి. ఇంతటి విశిష్ట లక్షణాలు కలిగిన ఎన్టీఆర్ కు కేంద్రం భారతరత్న ఇచ్చి గౌరవించాలి.

మన్నవ సుబ్బారావు
9949777727

సూర్య
www.suryaa.com
ఆదివారం అనుబంధం
25.5.2025

నీలాంజనం సమాభాసం రవిపుత్రం యమాగ్రజం

(శనీశ్వర జయంతి - 26.05.2025)

(శనిగ్రహ ధ్యాన శ్లోకం)
నీలాంజనం సమాభాసం రవిపుత్రం యమాగ్రజం । ఛాయా మార్తాండ సంభూతం తం నమామి శన్కెశ్వరం ॥
తా:: నల్లనికాటుకవంటి దేహముగల వాడు, సూర్యుని పుత్రుడు, యమధర్మరాజుకు అగ్రజుడు అయిన శనీశ్వరునికి నమస్కారం.

శని జయంతిని శని అమావాస్య అని కూడా అంటారు.సూర్యుని కుమారుడు మరియు గ్రహం అయిన శని యొక్క పుట్టినరోజుని ఉత్తర భారతదేశం లో (పూర్ణిమంత్ క్యాలెండర్ ప్రకారం) జ్యేష్ఠ మాసంలో శని జయంతిని అమావాస్య తిథిలో పాటిస్తారు. దక్షిణ భారత దేశం లో (అమావాసియత్ క్యాలెండర్ ప్రకారం) శని జయంతి వైశాఖ మాసంలో అమావాస్య తిథి పడుతోంది. ఇది చంద్ర మాసం పేరు,మరియు ఇది రెండు రకాల క్యాలెండర్లలో శని జయంతి ఒకే రోజు వస్తుంది. శని జయంతిరోజున భక్తులు భగవాన్ శని యొక్క ఆశీర్వదముకు ఉపవాసము చేస్తారు మరియు శని దేవాలయాలను సందర్శిస్తారు. లార్డ్ శని న్యాయమైన దేవత లిన్యాయాన్ని నమ్ముతారనిలినమ్ముతారు మరియు శని సంతృప్తి చెందితే తన భక్తుడిని అదృష్టంతో ఆశీర్వదిస్తాడు. శని ఆశీర్వాదం లేని ప్రజలు, జీవితంలో వారు చేసిన కృషికి ప్రతిఫలం లభించకుండా సంవత్సరాలు శ్రమకు లోనవుతారని విశ్వాసం.

శని భగవంతుడిని ప్రసన్నం చేసుకోవడానికి హవన్, హెూమం, యజ్ఞాలను చేయడానికి శని జయంతి చాలాసరైనరోజు. శనితైలాభిషేకంమరియు శని శాంతి, పూజలు శని జయంతి సందర్భంగా జరిగే ముఖ్యమైన వేడుకలు. జాతకంలో సాడే సాతిగా.. (ఏలినటి శని) ప్రసిద్ధి చెందిన శని దోష ప్రభావాన్ని తగ్గించడానికి పై వేడుకలు వివిధ శనీశ్వర ఆలయాల్లో నిర్వహిస్తారు.

సాధారణంగా నవగ్రహాల లో ఎవరన్నా భయపడేది శనికి. మాములు మనుష్యులు సైతం అవతవారిపైన కోపం వస్తే 'శని' అని తిట్టటం చూస్తాము. శని అంటేనే గజగజలాడతారు. అసలు ఈ శనిదేవుని కథ ఏమిటి? ఆయనకుగల దేవాయాలు ఎక్కడ ఉన్నాయి? ఆయన జాతకరీత్యా ఇచ్చే ఫలితాలు ఎలావుంటాయి ? అని ఆలోచిస్తే చాలా ఆశ్చర్యకరమైన అంశాలు గోచరిస్తాయి.

నవగ్రహాలకు రారాజు, ప్రత్యక్షద్కెవం సూర్యుడు. ఆయన సతీమణి సంజ్ఞాదేవి. వారికిరువురు సంతానం. "యముడు, యమున". వారే యమధర్మరాజు, యమునా నది. సూర్యుని వేడికి తాళలేని సంజ్ఞాదేవి తన నీడనుంచి తనలాంటి స్త్రీని పుట్టించి ఆమెకు 'ఛాయ' అని పేరుపెట్టి తనబదులు గా తన భర్తదగ్గర ఉండమని కొంతకాలం పుట్టింటికి వెళ్ళి అక్కడ తన తండ్రి అయిన విశ్వకర్మకు తనుచేసిన పని చెప్పి రహస్యంగా ఒకచోట సూర్యుని గురించి తపస్సు చేయసాగెను. అయితే ఆమె నీడనుంచి వచ్చిన ఛాయకి శని, తపతి అను పిల్లలు పుట్టటం వలన ఆమె యమధర్మరాజుని, యమునను చిన్నచూపు చూడటం మొదలు పెట్టింది. తన ప్రేమానురాగాన్నీ తన పిల్లల పై చూపించసాగెను. ఆటలాడుకొను సమయంలో యముడు, శని మధ్య అభిప్రాయభేదాలొచ్చి యముడు శని కాలు విరిచాడు. దానికి ఛాయాదేవి కోపించి యముని శపించింది. యమునని నది కమ్మని శపించగా, యముడు కూడా తపతిని తిరిగి నది కమ్మని శపించాడు. అంతలో అక్కడికి వచ్చిన గ్రహరాజు సూర్యుడు విషయాన్ని అంతా దివ్యదృష్టితో గ్రహించి వారికి కలిగిన శాపముకు చింతించి "యమున కృష్ణ సాన్నిధ్యమున పవిత్రత పొందగల దని, లోకానికి ఉపకారిగా ఉండమని, ఎవరైనా నీ నదిని స్పృశించినా, స్నానంచేసినా వారికి సర్వపాపాలు హరిస్తాయ"ని చెప్పాడు. అలాగే యమునిని కూడా శాంతి వాక్యాతో ఓదార్చాడు. యముడిని యమలోకానికి పట్టాభిషేకము చేయించాడు. ఆకాశంలో ఛాయను కాలితో తన్నబోయిన యమధర్మరాజుని ఆమె ఆగ్రహంతో "నీ కాలు మంటలో కాలుతుంది" అని శపించగా, ఆ కాలు మంటల్లో పడకుండా మంటపై యుండును అని, రెండోకాలు ఎల్ల వేళలా నీటిలో యుండునని... ధర్మము తప్పి ప్రవర్తిస్తే ఆ కాలు భగ్గున మండిపోతుందని, నా వరంవల్ల నీ కాలు నీటిలో ఉంటే, రెండోకాలికి ఎలాంటి ప్రమాదం ఉండదని తండ్రి చెప్పెను. అందుకే యమునికి "సమవర్తి" అనే పేరుంది. (ధర్మాధర్మాను, నీళ్ళు, నిప్పును ఒకేలా చూస్తాడు కనుక). శనిని నవగ్రహాలో ఒకనిగా చేసి జ్యేష్ఠాదేవికి ఇచ్చి వివాహం జరిపించెను.

అయితే త్రిమూర్తులు శనికి కొన్ని ఆధిపత్యాలు ఇచ్చారు. ఆయువుకి అధిపతిగా, జనుల పై అతని ప్రభావం వుండేటట్లుగా. శివుడు అయితే శని, యముని ఒకటిగా చేసెను. అంటే యముడే శని, శనియే యముడులాగా.

శని అంటే నవగ్రహాలో ఒక అతి ముఖ్య గ్రహం కాగా, "శనికి సంబంధించే సాఢే సాథ్ (ఏలినాటి శని, అర్ధాష్టమ శని, అష్టమ శని ముఖ్యంగా చెప్తారు %-% గోచార రీత్యా).జాతకంలో శని సంబంధిత నక్షత్రాలు పుష్యమి, అనురాధ, ఉత్తరాభాద్ర. ప్రతివారి జాతకంలో ఈ ఏలినాటి శని, అర్ధాష్టమ, అష్టమ శనులు వస్తూ ఉంటాయి. వాటి ప్రభావాన్ని చూపిస్తూ ఉంటాయి. వారి కర్మానుసారం (వారివారి జన్మ రాశి నుబట్టి) ప్రతివ్యక్తి ఎంతోకొంత శనివలన బాధలు పొందుతారు. అయితే పరిహారాలు సక్రమంగా చేసుకొని, క్రమశిక్షణాయుతమైన జీవనం గడిపి, 'శని'గాడు అని ఎవర్నీ దూషించకుండా ఉంటే చాలావరకు ఇబ్బందులు అధిగమించవచ్చు. మనిషికి అనుకోని చిక్కులు ,ఊహించని ఇబ్బందులు ,ఆలస్యాలు, ఆటంకాలు టెన్షన్స్ అన్నీకూడా శనివల్ల జరుగుతాయి. మనసులోడిప్రెషన్ , అనారోగ్యాలు , చేద్దామనుకున్న పనులన్నీ వాయిదాలు , మానసికఅశాంతి అన్నీ శనిదేవుని ఘనతే అని చెప్పాలి. ప్రతిచోట ప్రతివారితో ఏదోరూపంలో మోసపోవటం, నష్టపోవటం, మానసిక ఘర్షణ అన్నిటికీ సూత్రధారి. అంతేకాకుండా ఈ ఏలినాటి శనిలో ముఖ్యంగా జన్మశని, వ్యయశని, ద్వితీయశనిలో దాదాపుగా రెండున్నర సం॥ర్నా చొప్పున ఏడున్నర సం॥రాల శని ఉండటంవన ఖర్చు, చిక్కు, అవమానాలు , బంధుమిత్రుల తో విద్వేషాలు 'నా' అన్నవారితో వైరాలు, మంచికెళితే చెడు ఎదురవ్వడం, అప్పు, హాస్పిటల్ దర్శనాలు ఇలా అనేకరకాల్కెన ఇబ్బందు లు కలుగుతాయి.

అంతేకాకుండా అర్ధాష్టమ, అష్టమ శనులు నడిచేటప్పుడు కార్యాల యందు అసంతృప్తి, గృహ వాహన స్థిర ఆస్తులలో, తల్లికి సంబంధఆరోగ్య ఆర్ధికఅంశాలలో చికాకులు ,విద్యార్థులకి విద్య విషయాలులొ కాన్సంట్రేషన్ తగ్గటం, వ్యక్తిగత శ్రద్ధలో,ఆరోగ్యములో లోపము, బద్దకం పెరగటం, పనులలో ఆలస్యములు, వేగము తగ్గటం, ఆకస్మిక ఖర్చులు, ముఖ్యలతో శత్రుత్వములు, ఇచ్చిన ఋణములు వసూలులో ఆటంకములు, న్యాయపరమైన అంశముల్లో చిక్కులు, వృత్తిలో చికాకులు, అసంతృప్తి, ఆలస్యాలు,అధికారులతో అభిప్రాయా భేదములు, వృత్తిలో ఎదుగుదలలో ఇబ్బందులు, ఆరోగ్యపరముగా, మాటలతో, ఆర్థిక అంశములలో, వాగ్దానాలు నిలుపుకోవటంలొ, రావాల్సిన బకాయిలలో ఆటంకాలు. సంతానముతో ఆలోచనలలో వ్యతిరేకతలు, తెలియని డిప్రెషన్,ప్రశాంతత త తక్కువ,మోకాలు , స్పాండిల్కెటిస్, నరాలుమొదల్కెనఇబ్బం దులు ,దంతరోగాలు , ఇష్టంలేని ప్రదేశాల కి వృత్తిపరమైన మార్పు, వైరాగ్యం, అనుకోని పరిచయాల వల్ల ఊహించని పరిణామాలు , మనసు అంతా వెలితి,ఏదో పోగొట్టుకున్న భావన. అంతా ఉన్నా, అందరి మధ్య ఉన్నా, మంచి హెూదా ఉన్నా తెలియని ఆందోళన, అసంతృప్తి, వేదన.ఇవేకాక ఇలా ఎన్నిటికో శనిదేవుడు కారణభూతుడు.

మరి ఆ శనీశ్వరుడుని సంతృప్తిపరచడానికి పరిష్కారాలు (రెమిడీ) అవసరం.

శని ఉన్న స్థానం బాగుండనపుడు కనీసం 'గురు' బలం అయినా అత్యవసరం. రెండూ బాగోకపోతే ఇబ్బందులు కొంత. అయితే గోచారరీత్యా రెండు గ్రహాల కీ పరిహారం అవసరం. శనివల్ల ఇబ్బందులు ఎదురైతే "నీలం" ధరిస్తే ఇబ్బందుల ను అధిగమించవచ్చు అనుకోవటం సరికాదు. 'నీలం ' శనిదేవుని రత్నమేఅయినా,అది శనిదశలో, శని నక్షత్రాలోపుట్టిన, శనిరాశులలోపుట్టినా, శని (గోచారరీత్యా) అష్టమ, అర్థాష్టమ, ఏలినాటి శనిదశ నడుస్తున్నా పెట్టుకోవటం సరికాదు. పూర్తి జాతకం చూపించుకున్నాక, ఆ జాతకానికి అవసరమైతే ధరించాలి.

నల్ల ఆవుకు బెల్లంతో కలిపిన నువ్వుండలు తినిపించాలి.

శనివారం, శని త్రయోదశి, మాసశివరాత్రి మొదల్కెన రోజులో (నవగ్రహాలో ఉన్న) శనిదేవుని త్కెలాభిషేకం అత్యంత మేలు . శివునికి రుద్రాభిషేకము కూడా చేయాలి.

౨ ప్రతి శనివారం దేవాలయ సందర్శన చాలా మేలు (నవగ్రహ దేవాల యాలు).

నూనె, నువ్వులు , మినుములు , ఇనుము మొదల్కెనవి దానం ఇవ్వవచ్చు.

ప్రతి శనిత్రయోదశికి క్రమం తప్పకుండా శని స్తోత్రం, శని చాలీసా, శని అష్టోత్తర, సహస్రనామ స్తోత్రం పారాయణం చాలా మేలు.ఆ సమయంలో ప్రత్యక్షద్కెవం సూర్యనారాయణునికి నమస్కారము చాలా మేలు .హనుమన్ చాలీసా, హనుమాన్ మందిరం దర్శనాలు, శివ పూజ, శివ మందిరాలు దర్శనము, కూడ ముఖ్యము.

శని కారకత్వాలు గా ఆయుష్షు, సేవకావృత్తి, వాత వ్యాధులు , చెడు సహవాసము, సేవ చేయటం, నపుంసకత్వం, కూలి, అరణ్య సంచారం, నీలం , మినుము, అబద్ధం, దున్నపోతు,పాపం,ఎండిపోవడం,దంతబాధలు ,మోకాళ్ళు, కఫవాతం, ఎముక దుఃఖం, వ్యసనం. ఇంకా చాలా చాలా ఉన్నాయి.

శనీశ్వరునికి గలపేర్లు : శనేశ్వరుడు, శన్కెశ్చరుడు, క్నాడు, మంద,కోణ, సూర్యపుత్ర, యమ, సౌరి, ఛాయసుత,... మొదలైనవి

ఏలినాటి శని దోష నివారణకు శని స్తోత్రం

నమస్తేకోణసంస్థాయపింగల్యాయనమోస్తుతే ।
నమస్తే భభ్రురూపాయకృష్ణాయచ నమోస్తుతే ॥
నమస్తే రౌద్రదేహాయ నమస్తే చాంతకాయచ ।
నమస్తేయమసంజ్ఞాయ నమస్తేశౌరయేవిభో ॥
నమస్తే మంద సంజ్ఞాయ శన్కెశ్చరనమోస్తుతే ।
ప్రసాదం మమ దేవేశ దీనస్య ప్రణతస్య చ ॥

ఇది ఏలినాటి శని, అష్టమ శని, అర్థాష్టమ శని, జాతకరీత్యా శని దశలు , అంతర్దశలు నడిచేవారు ప్రతిరోజు వీల్కెనన్ని సార్లు పఠిస్తే చాలా మంచి ఫలితం ఉంటుంది. గ్రహబాధ తొొగి మనశ్శాంతి తప్పక భిస్తుంది

భారతదేశంలో ముఖ్యమైన శనీశ్వరుని దేవాయాలు కొన్ని :

ఆంధ్రప్రదేశ్ మందపల్లి – అమలాపురం దగ్గర : ఇది తూర్పుగోదావరి జిల్లాలో ఉంది. ఇక్కడ 'మందపల్లి'లో లింగాకారంలో ఉన్న శనేశ్వరుని 'మందేశ్వరుని'గా పూజిస్తారు. ఈ లింగాన్ని ప్రతిష్ఠించినందుకు 'మందలింగేశ్వర స్వామి' అంటారు. ఇక్కడ శనిత్రయోదశికి అత్యంత కోలాహాంగా శనికి త్కెలాభిషేక్నా చేస్తుంటారు. అక్కడికి వెళ్ళలేనివారు పోస్టు ద్వారా రుసుము చెల్లించి త్కెలాభిషేకము చేయించుకునే అవకాశం ఉంది.చాలా మహిమగల దేవుడుఈమందలింగేశ్వర స్వామి.

యెర్దనూరు శని దేవాలయం, తెలంగాణ: ఈ ఆలయం తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని మెదక్ జిల్లాలోని ఒక చిన్న గ్రామంలో ఉంది. ఈ ఆలయంలో 20 అడుగుల ఎత్తైన శని దేవుడి విగ్రహం ఉంది.

పాండిచ్చేరి తిరువల్లార్ శనీశ్వర దేవాయము: ఇదిస్వయంభూ శని దేవాయంగా ప్రసిద్ధి. విదర్భరాజు తన కుమార్తె దమయంతికి 'స్వయంవరం' ప్రకటించాడు. దమయంతికి అందచందాలు , తెలివి ఉండడంవలన దేవతలు అంతా వచ్చారు. ఆమె మానవుల లో 'నలునుని' భర్తగా ఎంచుకుంది. ఆ కోపంతో దేవతలు ఆమె భర్త అయిన నలునునికి శని సహాయంతో ఎన్నో ఇబ్బందు కలిగించారు. జూదంలో రాజ్యం పోయేటట్లు, భార్యాబిడ్డల ను కొన్ని సం॥రాలు దూరం అయ్యేటట్లు చేశారు. నారదముని ఉపదేశంతో 'తిరువల్లార్' యాత్ర చేశారు. అక్కడ కోనేరులో స్నానం చేశారు. శని అనుగ్రహంచే బాధా విముక్తుడయ్యాడు. అంత శనిని అనుగ్రహ మూర్తిగా రాజ్యాధికారం ఇమ్మని వేడుకొన్నాడు. శని అందుకు ఒప్పుకొని, అక్కడ నల మహారాజు పేరు చెప్పిన వారిని తాకనని సెలవిచ్చెను. దీనివన అక్కడ శనిదేవుని దేవాలయం ఏర్పడిరది. ప్రతి రెండున్నర సం॥రాలు శని రాశిచక్రములో స్థానముగా మారినప్పుడు ఇక్కడ పెద్ద ఉత్స వం జరుగుతుంది. అనుగ్రహ మూర్తిగాశనిదేవుడు 'తిరువల్లార్'లో ప్రసిద్ధుడు.

శని స్థానచలనం ఒక రాశినుండి మరొక రాశికి మారితే ప్రతి మనిషి జీవితంలో (చాలా ప్రభావం ఏర్పడి) అనేక మార్పులు వస్తున్నాయి. అందరూ భయపడేది ఈ గ్రహానికే. ప్రతి ఊరిలో ప్రత్యేకంగా దేవాల యం లేకున్నా 'నవగ్రహాల 'తో ప్రతిష్ఠింపబడి ఉంటున్నాడు.

మహారాష్ట్ర శని శింగణాపూర్: బహుశ శిరిడీ తెలియనివారు ఉండరు కదా! శిరిడీ నుంచి 2 గం॥ ప్రయాణం ఈ చోటుకి. శనిదేవుడు 'స్వయంభువు'గా వెలిసాడు. చాలా రద్దీగా, కోలాహంగా కిటకిటలాడుతూ ఉంటుంది. చాలా మహిమగల ప్రదేశం. త్కెలాభిషేకం చేస్తారు. ఆరుబయట బహిరంగంగా ఒక అరుగుమీద స్థూపాకారంలో శనిదేవుడు వుంటాడు. విగ్రహ స్థూపంపైన చెట్టుకొమ్మ నీడగా పడితే ఆ కొమ్మ కాలిపోయింది. ఇంతకన్నా ప్రత్యక్ష నిదర్శనం లేదు. ఆ ఊరిలో ఇళ్ళకు తలపు ఉండవు. అక్కడ దొంగతనం జరుగదు. అలా జరిగితే శనేశ్వరుడు శిక్షిస్తాడు. నిష్టగా పూజిస్తే శనిబాధలు , పీడ తొగుతాయని అందరి నమ్మకం.

శని మందిర్, ఇండోర్: ఈ ఆలయాన్ని 300 సంవత్సరాల క్రితం పండిట్ గోపాల దాస్ తివారి నిర్మించారు. ఒకసారి శనిదేవుడు తన కలలో కనిపించి తన విగ్రహాన్ని కనుగొనడానికి కొండను తవ్వమని కోరాడని చెబుతారు. అతను అంధుడు కాబట్టి, తాను చెప్పినట్లు చేయలేనని శని దేవుడికి చెప్పాడు. షాని దేవ్ అతనిని కళ్ళు తెరవమని అడిగాడు మరియు వెంటనే అతని చూపు తిరిగి వచ్చింది. ఈ అద్భుతం తర్వాత గోపాలదాస్ శని దేవుడికి భక్తుడు అయ్యాడు. శనిదేవుడు చెప్పినట్లుగా కొండ కింద తన విగ్రహాన్ని కూడా కనుగొన్నాడు. అప్పటి నుండి ఈ ఆలయం ప్రసిద్ధి చెందింది మరియు ప్రతి సంవత్సరం శని జయంతి ఉత్సవాలు పెద్ద ఎత్తున నిర్వహించబడతాయి.

మహారాష్ట్ర గోదావరి ఒడ్డున "రాక్షస భవన్" అనే గ్రామానికి దగ్గర ఈ క్షేత్రముంది: ఈ ఆలయంలో ఆధ్యాత్మికంగా పురాతన శని దేవత విగ్రహం ఉంది. ఈ దేవాలయం యొక్క ప్రాముఖ్యత ఏంటంటే, కాల పూజ లేకుండా శని ఆరాధన జరగదు. ఇక్కడ శని దేవతతో పాటు కల్ లేదా యమ మరియు ఘటి లేదా సమయం ఏర్పాటు చేయబడ్డాయి. శని దేవతకి ఇరువైపులా రాహు, కేతువుల విగ్రహాలు ఉంటాయి. బృహస్పతి (దేవతల గురువు) విగ్రహాన్ని కూడా చూడవచ్చు.ఆలయంలోని శని దేవత విగ్రహాన్ని రామచంద్రుడు ప్రతిష్టించాడు. త్రేతాయుగంలో రాముడు చెడు గ్రహాలచే ప్రభావితమైనప్పుడు (71/2 సంవత్సరాల బాధ), అగస్తి మహర్షి అతని నుండి శని దేవత విగ్రహాన్ని ప్రతిష్టించాడు. 'ఈ ప్రదేశాన్ని సందర్శించే భక్తుడిని నేను రక్షిస్తాను' అనే పదాలు విగ్రహంలో చెక్కబడి ఉన్నాయి. అందుకే దాని పేరు రక్షోభువన్ (రక్షించడం (రక్ష)). వక్రీకరణ దానిని రాక్షసభువనంగా మార్చింది. ద్వాపరయుగంలో శ్రీకృష్ణుడు యుధిష్ఠిరుడిని ఈ ప్రదేశంలో ఆచారబద్ధంగా పూజించమని కోరాడు. తదుపరి కాలంలో శివాజీ మహారాజ్ మరియు సెయింట్ నామ్దేవ్ ఇక్కడ ఆచార పూజలు చేశారు.

ఇవి ముఖ్యమైన శని క్షేత్రాలు గా భాసిల్లు తున్నాయి. అష్టమ, అర్థాష్టమ, ఏలినాటి శని బాధితులు తప్పక దర్శించే స్థలాలు గా ప్రసిద్ధిపొందాయి.

శని ధామ్ ఆలయం, న్యూఢిల్లీ: ఈ ఆలయం న్యూఢిల్లీలోని ఛత్తర్పూర్ రోడ్డులో ఉంది మరియు ఇది ఒక ప్రధాన పర్యాటక ఆకర్షణ. ఈ ఆలయంలో ప్రపంచంలోనే అత్యంత ఎత్తైన శని దేవ్ విగ్రహం ఉంది మరియు శని యొక్క సహజ శిలా విగ్రహం కూడా ఉంది మరియు ప్రధాన దేవతగా పూజించబడుతోంది.

శనీశ్వర భగవాన్ ఆలయం, తమిళనాడు: ఈ ఆలయం భారతదేశంలోని అత్యంత అందమైన శని దేవాలయాలలో ఒకటి మరియు తమిళనాడులోని నవగ్రహ దేవాలయాలలో ఒకటిగా కూడా పరిగణించబడుతుంది.

శని దేవాలయం, దేవనార్: ఈ ఆలయం ముంబై సమీపంలోని డియోనార్ విగ్రహానికి సమీపంలో ఉంది. ఇది శనీశ్వర దేవాలయం అని కూడా పిలువబడుతుంది మరియు చాలా ప్రసిద్ధి చెందింది.

మహారాష్ట్ర పండరీపూర్: శ్రీ పాండురంగ దేవాయం వెనుక శని విగ్రహం ఉంది. పండరీపుర దర్శనంలో ఇది చాలా ముఖ్యం.

శ్రీ శని దేవాలయం, టిట్వాలా: మహారాష్ట్రలోని థానే ఉంటే జిల్లాలో ఇది మరొక ఆలయం. టిట్వాలా రెండు పవిత్ర పుణ్యక్షేత్రాలకు ప్రసిద్ధి చెందింది.

బన్నంజే శ్రీ శని క్షేత్రం, కర్ణాటక: ఈ ఆలయ సముదాయంలో 23 అడుగుల ఎత్తైన శని దేవుడి విగ్రహం ఉంది మరియు ఇది ఉడిపిలో ఉంది.

యమధర్మ రాజు మరణానంతరం చేసిన కర్మలకు తగ్గ ఫలితాలను ఇస్తుండగా, శని తన ప్రస్తుత జీవితంలోనే తన కర్మల ఫలాలను ఒక వ్యక్తికి ఇస్తాడని అంటారు. శని భగవంతుడిని మీ భక్తితో ప్రార్థించండి మరియు మీ ఆలోచనలను శనిశ్వరుడు మెచ్చుకోవడానికి మంచి పనులు చేయండి. ఆయన మన మాటలను కాదు కేవలం చర్యలను అర్థం చేసుకునే దేవుడు శని భగవానుడు . అతను మొత్తం పురాణాలలో అత్యంత నిష్పాక్షికమైన దేవుడు మరియు అతను చెడును శిక్షించేలా చేస్తాడు మరియు మంచికి ప్రతిఫలమిస్తాడు. కాబట్టి, శని దేవుడు మిమ్మల్ని చూస్తున్నాడు కాబట్టి "ఇతరుల తో ప్రవర్తన విషయాల్లో అనగా గౌరవముగ ప్రవర్తించటము,వృద్ధులకి సహాయము, బీదలకు అంగవైకల్యము కలవారికి సహకారము ,క్రమశిక్షణగా ఉండే అంశాలలో, న్యాయబద్ధముగ వ్యవహరించటం , కష్టపడి బద్ధకము లేకుండా పనులు చేయటము మొదలైనవి చేస్తూ శనిభగవానుని కృపకు పాత్రులు అయ్యేట్లు ఆలోచించండి.

డా. ఈడ్పుగంటి పద్మజారాణి జ్యోతిష్యము – వాస్తు నిపుణురాలు

సూర్య
www.suryaa.com
25.5.2025
ఆదివారం అనుబంధం

విజయ్ సేతుపతికి తెలుగులో కూడా క్రేజ్ ఉంది. ఈ మధ్య మళ్ళీ వరుసగా అతను హీరోగా సినిమాలు చేస్తున్నాడు. ఈ లైనప్ లో వచ్చిన సినిమా 'ఏస్'.

కథ :
బోల్ట్ కాశీ(విజయ్ సేతుపతి) కొన్ని ప్రతికూల పరిస్థితుల కారణంగా జైలుకి వెళ్తాడు. తిరిగి వచ్చిన తర్వాత గతాన్ని మర్చిపోయి సింపుల్ గా జీవించాలని మలేషియాకి షిఫ్ట్ అవుతాడు. అక్కడ ఫ్లైట్ దిగగానే ఎయిర్పోర్టులో జ్ఞానం (యోగి బాబు) పరిచయమవుతారు. అతని ద్వారా కల్పన (దివ్యా పిళ్లై) హోటల్లో ఉద్యోగం లభిస్తుంది. అటు తర్వాత కౌలాలంపూర్ కి వెళ్లగా అక్కడ మరో అమ్మాయి రుక్మిణిని (రుక్మిణి వసంత్) చూసి తొలిచూపులోనే ప్రేమలో పడతాడు. ఆమె ఆర్థికంగా ఇబ్బంది పడుతుంటుంది. దీంతో కాశీ గ్యాంబ్లర్ గా మారి ఆమె కష్టాలు తీర్చాలి అనుకుంటాడు. ఈ క్రమంలో ధర్మ (బీఆర్ అవినాష్) చేతిలో కాశీ మోసపోతాడు. అది ఎలా? తర్వాత కాశీ ఏం చేశాడు? అసలు జైలుకి ఎందుకు వెళ్ళాడు? అతని గతం ఏంటి? భవిష్యత్తు ఎలా మారింది? రుక్మిణి ఎవరి వల్ల కష్టాల పాలైంది? ఇన్స్పెక్టర్ రాజదురై(బబ్లూ పృథ్వీరాజ్) ఎవరు? ఈ ప్రశ్నలకి సమాధానమే మిగిలిన సినిమా?

విశ్లేషణ :
విజయ్ సేతుపతి సినిమాలో ఏదో ఒక కొత్త ఎలిమెంట్ ఉంటుంది. అయితే అతని పాత్ర విషయంలో అయినా.. లేదంటే కథ, ముఖ్యంగా సోల్ పాయింట్ అయినా..! ఇలా ఏదో ఒక కొత్త అనుభూతి చెందాలని అతను మ్యాగ్జిమమ్ ట్రై చేస్తూ ఉంటాడు.అదే అతన్ని స్టార్ ను చేసింది. 'ఏస్' టీజర్, ట్రైలర్ చూసినప్పుడు.. 'ఏస్' కూడా అదే తరహాలో ఉంటుంది అని అంచనా వేస్తాం. కానీ ఫస్ట్ హాఫ్ అయ్యేసరికి ఆ ఒపీనియన్ మారిపోతుంది అనడంలో సందేహం లేదు. స్టార్టింగ్ ఏదో కొత్తగా ఉండబోతుంది అనే ఫీలింగ్ వచ్చినా.. తర్వాత సాదా సీదాగా ఉందేంటి? అనే ఫీలింగ్లోకి మనం వచ్చేస్తాం.
కొంత కామెడీ బాగున్నప్పటికీ మిగిలిన లేయర్స్ కనెక్ట్ అవ్వకుండా, ఎంజాయ్ చేయనివ్వకుండా చేసేస్తాయి. ఇక సెకండాఫ్ విషయానికి వస్తే.. మొత్తం ఒక్కటే సీన్ ను సాగదీసిన ఫీలింగ్ కలుగుతుంది. దీంతో క్లైమాక్స్ ఎప్పుడు వస్తుందా? అంటూ ప్రేక్షకుడు నిట్టూర్పులు వదలాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. ఎండింగ్లో కూడా థియేటర్ నుండి బయటకి వచ్చే ప్రేక్షకుల మైండ్లో చాలా ప్రశ్నలు మెదులుతాయి. హీరో క్యారెక్టరైజేషన్ ను సరిగ్గా డిజైన్ చేయకపోగా.. అతను జైలుకి ఎందుకు వెళ్ళాడు? అనే ప్రశ్నకి సమాధానం లభించదు. దాని కోసం సెకండ్ పార్ట్ ప్లాన్ చేస్తారేమో చూడాలి. ఆరుముగకుమార్ సినిమాని స్టైలిష్ గా తీయాలి అనుకున్నాడు కానీ కథనంపై శ్రద్ధ పెట్టలేదు. నిర్మాత కూడా అతనే కాబట్టి.! మరింత బర్డెన్ పెట్టుకుని సరైన ఔట్పుట్ ఇవ్వలేకపోయాడేమో అనిపిస్తుంది.

నటీనటుల విషయానికి వస్తే..
ఇందులో విజయ్ సేతుపతి మునుపటితో పోలిస్తే కొంచెం స్టైలిష్ గా కనిపించాడు. యోగిబాబుతో కలిసి అతను పలికిన డైలాగులు నవ్విస్తాయి. వీరి కాంబోలో వచ్చే సన్నివేశాలు కొంతలో కొంత ఎంజాయ్ చేసేలానే ఉంటాయి. మంగళవారం బ్యూటీ దివ్య పిళ్లై ఇందులో మరింత బొద్దుగా కనిపించింది. ఆమెలో మంచి నటి ఉంది. కానీ ఆమెను చూడగానే చాలా మందికి 'మంగళవారం' లో ఆమె చేసిన బోల్డ్ పెర్ఫార్మన్స్ మాత్రమే మైండ్లోకి

వస్తుంటుంది. కొంచెం స్లిమ్ అయితే.. ఇంకాస్త బెటర్ రోల్స్ వచ్చే అవకాశం ఉంది. రుక్మిణి వసంత కి ఇప్పుడు ఉన్న క్రేజ్ కి.. ఇలాంటి సినిమాల్లో నటించడం తగ్గించుకుంటేనే మంచిదనిపిస్తుంటుంది. ఆమెకి కూడా సరైన పాత్రలు పడటం లేదు. హిట్లు కూడా ఆమడ దూరంలోనే ఆగిపోతున్నాయి. అవినాష్, బబ్లూ పృథ్వీరాజ్.. బాగానే పెర్ఫార్మ్ చేశారు. కాకపోతే వాళ్ళ పాత్రల నిడివి ఇంకాస్త ఉంటే బాగుండేది.

ప్లస్ పాయింట్స్ : విజయ్ సేతుపతి – మొదటి 15 నిమిషాలు – మంచి క్యాస్టింగ్
మైనస్ పాయింట్స్ : కథలో కొత్తదనం లేకపోవడం = సాగదీత – సరైన ఎండింగ్ లేకపోవడం

మొత్తంగా.. 'ఏస్' కొంచెం స్టైలిష్ గా మొదలయ్యింది. కానీ రొటీన్ గా ముగిసింది. సింపిల్ గా థియేటర్లలో స్కిప్ కొట్టేసి ఓటీటీలో చూసుకోవడం బెటర్ అనిపించే సినిమాల్లో ఇది కూడా చేరిపోయింది.

సుమంత్ కుమార్ హీరోగా నటించిన సినిమా 'అనగనగా'. సన్నీ సంజయ్ దర్శకత్వం వహించారు. కాజల్ చౌదరి హీరోయిన్. రాకేశ్ రెడ్డి గడ్డం, రుద్రా మదిరెడ్డి నిర్మించిన ఈ సినిమా ఈటీవీ విన్ ఓటీటీలో స్ట్రీమింగ్ అవుతోంది. ఈ సినిమా ఎలా ఉంది? ఎడ్యుకేషనల్ సిస్టమ్ గురించి ఏం చెప్పారు? అనేది రివ్యూలో చూడండి.

కథ : ఒక ప్రయివేట్ స్కూల్లో వ్యాస్ కుమార్ (సుమంత్) పర్సనాలిటీ డెవలప్మెంట్ క్లాసులు తీసుకునే టీచర్. ఆ స్కూల్ ప్రిన్సిపాల్ అతని వైఫ్ భాగీ అలియాస్ భాగ్యలక్ష్మి (కాజల్ చౌదరి). ఆ స్కూల్లో వాళ్ళ అబ్బాయి రామ్ (మాస్టర్ విహార్ష్) కూడా చదువుతాడు. అతనితో పాటు మరికొందరు ఫెయిల్ కావడంతో ఫెయిల్యూర్ బ్యాడ్జ్ ఇచ్చి మిగతా పిల్లలు అందరి ముందు అవమానిస్తుంది భాగ్యలక్ష్మి. దాంతో ఒక పిల్లాడు సూసైడ్ అటెంప్ట్ చేస్తాడు. మార్కుల కోసం పిల్లల చేత పాఠాలను బట్టీ పట్టి చదివించడం కరెక్ట్ కాదని, కాన్సెప్ట్ అర్థం అయ్యేలా పిల్లలకు పాఠాలు చెప్పాలని వ్యాస్ కుమార్ అంటాడు. చదువు చెప్పే విషయంలో, అబ్బాయి మార్కుల విషయంలో వ్యాస్, భాగ్యలక్ష్మి మధ్య గొడవలు వస్తాయి. తన ఉద్యోగానికి రాజీనామా చేసి సొంతంగా ట్యూషన్ స్టార్ట్ చేస్తాడు వ్యాస్ కుమార్. అందులో చదివిన పిల్లలు టాపర్స్ అవుతారు. దాంతో స్కూల్ స్టార్ట్ చేస్తాడు. ఆ తర్వాత ఏమైంది? ఎడ్యుకేషనల్ సిస్టంలో వ్యాస్ ఎటువంటి మార్పులు తీసుకొచ్చారు? వ్యక్తిగత జీవితంలో ఎటువంటి సమస్యలు వచ్చాయి? వ్యాస్ ప్రాణానికి ఏమైంది? అనేది సినిమా చూసి తెలుసుకోవాలి.

విశ్లేషణ : ఎడ్యుకేషనల్ సిస్టం మీద వచ్చిన తెలుగు సినిమాలు చాలా తక్కువ. హిందీలో ఆమిర్ ఖాన్ 'తారే జమీన్ పర్', '3 ఇడియట్స్' చేశారు. 'అనగనగా...' చూస్తుంటే 'తారే జమీన్ పర్' అక్కడక్కడ గుర్తుకు వస్తుంది. వ్యాస్ స్కూల్ ఆఫ్ లివింగ్ కాన్సెప్ట్ '3 ఇడియట్స్'ను గుర్తు చేస్తుంది. ఆ కథలను తెలుగు నేటివిటీకి కనెక్ట్ చేసే ప్రయత్నం చేస్తూ దర్శకుడు సన్నీ సంజయ్ 'అనగనగా' తెరకెక్కించారు.'అన్నీ బాగున్నాయని అనుకున్నప్పుడు వచ్చే కష్టాల్లో జీవితం ఉంటుంది. తల్లి జన్మనిచ్చినప్పుడు కేవలం ఒక ప్రాణం పుడుతుంది. ఎప్పుడైతే బ్రతుకు మనకు కష్టాలను ఇస్తుందో అప్పుడు ఒక జీవితం పుడుతుంది. ఆ కష్టాలను ఎదుర్కొని నిలబడినప్పుడు ఒక కథ పుడుతుంది' - 'అనగనగా'లో అనూ హాసన్ చెప్పే డైలాగ్. అందులో డెప్త్ ఉంది. కథలో కూడా డెప్త్ ఉంది. కానీ, టేకింగ్ డైరెక్షన్లో స్క్రీన్ మీద ఆ డెప్త్ తీసుకు రావడంలో దర్శకుడు ఫెయిల్ అయ్యాడు.
విద్యను వ్యాపారంగా మార్చి చాలా రోజులైంది. కార్పొరేట్ స్కూళ్లలో వేలకు వేలు ఫీజులు కట్టలేక కుమిలిపోయే పేరెంట్స్ కొందరు అయితే... అంత ఫీజులు కట్టిన తర్వాత పిల్లలకు క్వాలిటీ ఎడ్యుకేషన్ లభిస్తుందా? లేదా? అనేది మరొక ప్రశ్న. ఈ 'అనగనగా' కథలో పిల్లలకు చదువు ఎలా చెప్పాలి? అనే అంశం మీద ఎక్కువ కాన్సంట్రేట్ చేశారు. కానీ, కనెక్ట్ అయ్యేలా చెప్పడంలో ఫెయిల్ అయ్యారు. అసలు కథలోకి వెళ్ళడానికి దర్శకుడు చాలా సమయం తీసుకున్నారు. దాంతో ప్రారంభ సన్నివేశాలు చాలా బోర్ కొట్టిస్తాయి. ఆ తర్వాత సన్నివేశాలు సైతం ఫోర్స్డ్ అనిపిస్తాయి తప్ప ఎమోషనల్ డ్రైవ్ ఇవ్వడంలో సక్సెస్ కాలేదు.
'అనగనగా...' కథలో విషయం ఉంది. ప్రస్తుతం సమాజానికి అవసరమైన సందేశం ఉంది. కానీ, ప్రారంభం నుంచి ముగింపు వరకు ఆసక్తిగా చూసేంత స్టఫ్ లేదు. ఈ మూవీలో రొటీన్ సీన్స్, రొటీన్ టెంప్లేట్ స్క్రీన్ ప్లే, అంతకు మించి రొటీన్ డైలాగ్స్ %ం% పెర్ఫార్మన్స్ ఉన్నాయి. హీరో హీరోయిన్ల ప్రొఫెషనల్ లైఫ్ (స్కూల్), పర్సనల్ లైఫ్ (ఫ్యామిలీ ఎమోషన్స్)ను పిల్లాడితో కనెక్ట్ చేయడం బావుంది. తండ్రి కొడుకుల మధ్య బాండింగ్ సీన్స్ బావున్నాయి. అఫ్ కోర్స్... 'జెర్సీ'ని గుర్తు చేస్తుంది అనుకోండి. క్లైమాక్స్ వచ్చేసరికి ఆ ఎమోషనల్ డ్రైవ్ బావుంది. పాటలు కథతో పాటు సాగాయి. సాహిత్యం బావుంది. క్వాలిటీ పరంగా గొప్ప ప్రొడక్ట్ కాదు. ఓటీటీ కోసం ఈమాత్రం చాలన్నట్టు ఖర్చు చేశారు.
నటుడిగా సుమంత్ కు ఇది కొత్త క్యారెక్టర్ కాదు. ఆయనకు సవాల్ విసిరే క్యారెక్టర్ అసలు కాదు. స్కూల్ టీచర్గా కంటే తండ్రిగా ఆయన నటన కంటతడి పెట్టిస్తుంది. కాజల్ చౌదరి రూపం బావుంది. నటనలో ఇంకా పరిణితి అవసరం. ఎక్స్ప్రెసివ్ ఫేస్ ఉన్న హీరోయిన్ అయితే సీన్స్ ఎలివేట్ అయ్యేవి. శ్రీనివాస్ అవసరాల, అనూ హాసన్ తదితరులు తమ పాత్రలకు తగ్గట్టు చేశారు.
అనగనగా... ఇది కొత్త కథ కాదు. అలాగే ఇందులో కొత్త విషయం చెప్పలేదు. కానీ, ప్రస్తుత సమాజానికి, ముఖ్యంగా తల్లిదండ్రులతో పాటు పాఠశాల యాజమాన్యాలకు చక్కటి సందేశాన్ని ఇచ్చారు. అందుకు అభినందించాలి. క్లైమాక్స్లో సుమంత్, మాస్టర్ విహార్ష్ కంటతడి పెట్టిస్తారు. ఆ సీన్స్ కోసం స్టార్టింగ్ నుంచి ఎండింగ్ వరకు సినిమాను చూస్తూ ఉండటం కష్టమే. సందేశం బావున్నా... కథ, కథనంతో పాటు తీసిన విధానం ప్రేక్షకుల సమయానికి కాస్త పరీక్ష పెడతాయి. ఫార్వర్డ్ చేస్తూ చూడాల్సిన సినిమా. ఓటీటీ వరకూ డీసెంట్ సినిమా.

మే 1వ తేదీన తెలుగులో నాని హీరోగా నటించిన హిట్ 3 సినిమాతో పాటు తమిళ స్టార్ హీరో సూర్య నటించిన రెట్రో కూడా తమిళ భాషతో లపాటు తెలుగులో కూడా రిలీజ్ అయింది. అయితే అలాంటి స్టార్ హీరో సినిమా వస్తున్న సమయంలో తమిళంలో ఒక చిన్న సినిమా రిలీజ్ అయింది. సూర్య సినిమా టాక్ కొంచెం తేడాగా రావడంతో పాటు ఈ సినిమాకి అద్భుతమైన మౌత్టాక్ రావడంతో ఈ సినిమా మీద అందరి దృష్టి పడింది. నిజానికి ఈ సినిమాలో సిమ్రాన్ ఒక్కటే తెలుగు వారికి తెలిసిన ముఖం. శశి సినిమాలు కూడా కొన్ని డబ్బింగ్ చేసి రిలీజ్ చేశారు కాబట్టి కొంత పరిచయమే, కానీ సినిమా అద్భుతం అనే మాట కారణంగా ఈ సినిమా చూసేందుకు స్వతహాగా నేను ఆసక్తి కనబరిచాను. మరి ఈ సినిమా ఎలా ఉంది, ప్రేక్షకులను ఎంతవరకు ఆకట్టుకునే అవకాశం ఉంది అనేది నా వ్యక్తిగత అభిప్రాయం రివ్యూ ద్వారా తెలియజేసే ప్రయత్నం చేస్తున్నాను.

టూరిస్ట్ ఫ్యామిలీ కథ: ధర్మదాస్ (శశి) తన భార్య (సిమ్రాన్), ఇద్దరు కొడుకులతో కలిసి అక్రమంగా శ్రీలంక నుంచి భారతదేశానికి వలస వస్తాడు. తన బావమరిది (యోగి బాబు) ప్రోత్సాహంతో చెన్నైలోని ఒక కాలనీలో ఇల్లు అద్దెకి తీసుకుంటాడు. ఈ కాలనీ అయితే చుట్టుపక్కల వారు ఏం చేస్తున్నారో కూడా పట్టించుకోరు కాబట్టి మీకు సేఫ్ అనే ఉద్దేశంతో యోగి బాబు అక్కడ వీరిని సెట్ చేసే పనిలో ఉంటాడు. చుట్టుపక్కల వారు పలకరించినా పలకరించవద్దు అని తన చెల్లి కుటుంబానికి సూచనలు చేస్తాడు. అయితే అందుకు భిన్నంగా ధర్మదాస్ సహా అతని కుటుంబ సభ్యులందరూ ఇతర కుటుంబాలతో బాగా సన్నిహితం అయిపోతారు. అనుకోకుండా ధర్మదాస్ ఫ్యామిలీ ఒక బాంబు బ్లాస్ట్కి కారణమని పోలీసులు వారిని వెతికే పనిలో

పడతారు. మరి ఈ కుటుంబం పోలీసులకు దొరుకుతుందా? నిజంగానే ఈ ఫ్యామిలీ బాంబ్ బ్లాస్ట్కి కారణమైందా? చివరికి ఏం జరిగింది అనేది సినిమా చూసి తెలుసుకోవాల్సిందే.

విశ్లేషణ: మనుషులు మంచోళ్లు, అసలు మనుషులు అంటేనే మంచోళ్లు అని సీతమ్మ వాకిట్లో సిరిమల్లె చెట్టు సినిమాలో రేలంగి మామయ్య పాత్ర పలికినా, మాయమైపోతున్నాడమ్మా మనిషన్నవాడు అని అందెశ్రీ పాట రాసినా రెండూ దాదాపు నిజమే. అలా మనుషుల్లో ఉన్న మానవతా విలువలను తట్టి లేపే ప్రయత్నంగా ఈ సినిమాని ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకువచ్చిన ఫీలింగ్ కలుగుతుంది. ఈ సినిమా దర్శకుడు ఒక యూట్యూబర్. అతను ఇలాంటి ఒక ప్రయోగం చేయడం అభినందనీయం. శ్రీలంక నుంచి పారిపోయి ఇల్లీగల్గా ఇండియా వచ్చిన ఒక కుటుంబం ఒక కాలనీలో సెటిల్ అవుతుంది. నిజానికి ఆ కాలనీలో పక్కింట్లో ఏం జరుగుతుందో కూడా తెలియని పరిస్థితుల్లో జనం ఫాస్ట్ లైఫ్కి అలవాటు పడిపోయి ఉంటారు. అలాంటి కాలనీలోకి వచ్చిన ఈ కుటుంబం కారణంగా ఆ కాలనీలో ఎలాంటి పరిణామాలు చోటుచేసుకున్నాయి అనే విషయాన్ని చాలా హృద్యంగా ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకువచ్చే ప్రయత్నం చేశాడు దర్శకుడు. హ్యూమర్ విత్ హ్యూమానిటీ అనే ఒక సరికొత్త జానర్తో ప్రయత్నించి అటు కామన్ ఆడియన్స్తో పాటు విశ్లేషకులను సైతం కట్టిపడేసే ప్రయత్నం చేశాడు. నిజానికి మన ఆడియన్స్ హ్యూమర్ ఎంజాయ్ చేసినంత బాగా హ్యూమానిటీ యాంగిల్ ఉన్న సినిమాలను ఎంజాయ్ చేయలేరు, కానీ ఈ సినిమాని మాత్రం ఒకపక్క హ్యూమర్తో మరోపక్క హ్యూమానిటీని బ్యాలెన్స్ చేసిన విధానం ప్రేక్షకులను ఎంగేజ్ చేసేలా ఉంటుంది. నిజానికి సాధారణంగా ప్రతి మనిషి మంచోడే, కానీ ఆ మనిషి మంచితనం బయటకు వచ్చే పరిస్థితి మాత్రం ఇప్పుడు కనిపించడం లేదు. ఎందుకంటే పక్కింటి వాళ్లు ఏం చేస్తున్నారో కూడా తెలియనంత బిజీ లైఫ్లో గడిపేస్తున్నారు. అలాంటి వాళ్లందరి జీవితాల్లో ఒక కీలక పరిణామం చోటుచేసుకుని ఆ మానవతా విలువలను ఎలా తట్టి లేపారు అనే ఆసక్తికరమైన పాయింట్తో ఈ సినిమాని రూపొందించారు. సినిమా ప్రారంభమైన కొద్దిసేపటి నుంచి సినిమా మనల్ని నవ్విస్తూ, ఆలోచింపజేస్తూ, మనసుల్ని తడిమేస్తూ, ఒక్కోసారి అప్రయత్నంగానే కన్నీటిని జారవిడిచేలా చేస్తూ సాగుతుంది.

సూర్య www.suryaa.com
25.5.2025

ద్వాదశరాశి ఫలములు (వార ఫలాలు)

25.5.2025 నుంచి 31.5.2025 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

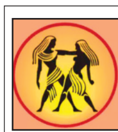
అశ్విని 1,2,3,4 పాదములు - భరణి 1,2,3,4 పాదములు కృతిక 1వ పాదము

వారం ప్రారంభం ఆశించిన ఆర్థిక,వృత్తి విషయాల్లో వృద్ధి ఉన్నప్పటికి అది వేగం వత్తిడితో కూడి ఉంటుంది. ఆత్మవిశ్వాసం తగ్గుతుంది. తల్లి ఆరోగ్యం,గ్రామీణ వ్యవసాయం, విద్యార్ధులకి ప్రాధమిక విద్య, స్థిరస్తుల సంబంధ అంశాలు ఆలోచనకి వస్తాయి. డ్రైవింగ్ చేసేటపుడు దృష్టి జాగర్త. వారము మధ్యలో ఆర్థిక విషయములు అనుకూలం. జీవిత భాగస్వామి షాపింగ్, బహుమానములకి కొరకు ఖర్చులు. వారికి దూరప్రదేశాల్లో వృత్తి అవకాశములు, బాధ్యతలు పెరుగుతాయి. కుటుంబమున బంధువుల రాక. వారితో కొంత మంచి వినోదత్మక సమయాన్ని గడుపుతారు. మాటలు మాట్లాడేటపుడు అలోచించి మాట్లాడాలి అపార్ధము లేకుండా..విద్యార్థులకి అనుకూలం. ముఖ్యముగా వ్రాత, కమ్యూనికేషన్ నైపుణ్యాలు, సృజనత్మాకత పెరుగుతాయి. గణిత,చార్టెడ్ అకౌంటెన్సీ, ఆర్ధికశాస్త్ర విద్యార్ధులకి అనుకూలం.

వృషభరాశి

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

వారము ప్రారంభములో దగ్గర ప్రయాణాలు, వత్తిడి, తోబుట్టువులతోఆకస్మిక ఘర్షణ. పెట్టుబడుల విషయం లో కొత్త వారిని నమ్మేటపుడు జాగ్రత్తలు అవసరం. ఆత్మీయుల కై ఖర్చులు, సహకారము చేస్తారు, స్వార్ధముగా ఆలోచించకుండా సహకారము చేస్తే అపార్ధములు ఉండవ్ తద్వారా గౌరవము పెరుగుతుంది. వారము మధ్యలో ఆలోచనలు బాగుంటాయి ఆర్ధిక విషయాల్లో కుటుంబ, స్థిరస్తుల అంశాలలో నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. వ్యక్తిగతశ్రద్ధ. రోగనిరోధక శక్తి బాగుంటుంది . ఋణములు తీరుస్తారు . కొత్త గవర్నమెంట్ ఋణములకి ప్రయత్నాలు. ఆలస్యమైన పనులు ముందుకి వెడతాయి. చమత్కారముగా మాట్లాడి పనులు సాధిస్తారు. విద్యార్థులకి అభివృద్ధి. ప్రియమైన వారితో అనుకూలం, గొడవలు సమసిపోతాయి. వారము చివరిలో వారసత్వపు ఆస్తులు చర్చలకి తోబుట్టువులతో, దగ్గర ప్రయాణములకి అవకాశములు.



మిధునరాశి

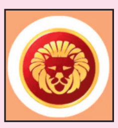
మృగశిర 3,4 పాదములు - ఆరుద్ర 1,2,3,4 పాదములు పునర్వసు 1,2,3 పాదములు

వారము ప్రారంభంలో ఆర్ధిక విషయాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి ఎదురుచూస్తున్న వర్తమానాలు అందుకుంటారు. ఒక వార్త సంతోషాన్ని కలిగిస్తుంది. మీ మాటలు, ఇతరులు స్వార్ధంగా భావించటం వల్ల విభేదాలు ఎదురయ్యే అవకాశం ఉన్నరీత్య జాగ్రత్త వహించాలి. ఆకస్మిక ఖర్చులు అధికంగా ఉంటాయి, సమయానికి ధనం చేకూరడం లో కొంత ఆటంకాలు. అనుకోని దగ్గర ప్రయాణాలు చేస్తారు. విదేశాల్లో ఉండే తోబుట్టువులు సంతానం విద్య, వృత్తి సంబంధ అభివృద్ధికి సహకరిస్తారు. మీ ఆలోచనలు ఫలిస్తాయి. ఆరోగ్య విషయంలో శ్రద్ధ తీసుకోవాలి. వారము చివరిలో ఆర్థిక విషయాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి, సంఘంలో గుర్తింపు గౌరవం పెరుగుతుంది. వృత్తిలో శ్రమ ఉన్నప్పటికీ అధిక అభివృద్ధి ఉంటుంది. భాగస్వామి వ్యవహారాలు కొంత అనుకూలిస్తాయి. వ్యాపారాన్ని ప్రారంభించడానికి ఆత్మీయులని సంప్రదిస్తారు

కర్కాటక రాశి

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

వారం ప్రారంభంలో వృత్తిపరమైన విషయాలు మీద, అభివృద్ధి కొరకు శ్రమ ఎక్కువ పడి అధిక శ్రద్ధ తీసుకుంటారు. మానసిక ఉద్వేగాలు అధికంగా ఉంటాయి. ఘర్షణతో కూడిన ఆలోచనలు ఒత్తిడిని పెంచుతాయి. ఆరోగ్యం మీద తగిన విధంగా శ్రద్ధ తీసుకొనుట మంచిది. సమయానికి ఆహార స్వీకరణ, తగిన విశ్రాంతి మంచిది. నిర్లక్ష్యం తగదు. వారం మధ్యలో కొంతవరకు అనుకూలంగా ఉంటుంది, ఆశించిన పనులు కొంతవరకు ముందు కడతాయి, గృహ, వాహన విషయాలు, ఆర్థిక విషయాలు కదలికలు కొంత ఆశ కలిగిస్తాయి. రాబడి కన్నా ఖర్చు అధికంగా ఉంటుంది. నూతన వృత్తి కొరకు ప్రయత్నాలు. గుర్తింపు గౌరవం. కమ్యూనికేషన్ స్కిల్స్ పెరుగుతాయి. ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణాల కొరకు ఆలోచిస్తారు. క్షేత్ర సందర్శన. రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుకునే విధంగా ప్రయత్నం చేయాలి.



సింహరాశి

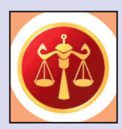
మఖ 1,2,3,4 పాదములు - పుబ్బ 1,2,3,4 పాదములు ఉత్తర 1వ పాదము

వారం ప్రారంభంలో తండ్రి ఆరోగ్య మీద శ్రద్ధ తీసుకుంటారు ఆధ్యాత్మిక క్షేత్ర సందర్శన దూర ప్రయాణాలు పెద్దల ఆశీస్సులు, ఉన్నత విద్య కొరకు ప్రయత్నం చేసే వారికి ఘర్షణ, ఖర్చు, శ్రమతో కూడిన అవకాశాలు. వృత్తిపరమైన ప్రయాణాలకు, వృత్తిపరమైన గౌరవం, అభివృద్ధికరమైన అవకాశాలు. ప్రమోషన్లు, మార్కెటింగ్ రంగంలో ఉండే వారికి బహుమానాలు, స్వయంగా బిజినెస్ చేసుకునే వారికి, ముఖ్యంగా స్త్రీలకు బ్యూటీ క్లినిక్, వస్త్రములు, మొదలైన రంగంలో ఉండే వారికి అభివృద్ధి. కుటుంబసభ్యులతో అనుకూలం. సంతానమునకు విద్యాసంబంధ అంశాలలో జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుకునే విధంగా ప్రయత్నాలు చేయాలి, లాభదాయకంగా ఉన్నప్పటికీ, వారి అభివృద్ధి కొరకు పెట్టుబడులు పెట్టడానికి ప్రయత్నం చేస్తారు. ఆర్థిక పరముగా మంచి ఆలోచనలు వస్తాయి. తల్లి రండ్రుల కొరకు వారి సౌకర్యములకొరకు గౌరవం పెరుగుతుంది

కన్యారాశి

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

వారము ప్రారంభములో ముఖ్య విషయాల్లో కొన్ని వాయిదాలు అనగా రావాల్సిన ఆర్థిక అంశాలు, ప్రయాణాలు, ఎదురుచూసే మంచి విషయాలు వాయిదావల్ల చికాకులు. రీసెర్చ్ విద్యార్థులకి అనుకూలము. భూసంబంధ పెట్టుబడులకి తోబుట్టువులని మిత్రులని సంప్రదిస్తారు. వారము మధ్యలో కొంత అసంతృప్తి పెద్దల సహకారము ఆర్థిక అంశాలలో మాట సహాయములో అందుటలో ఆలస్యాలు. స్త్రీలతో, ఉన్నత స్థాయి, రాజకీయ పలుకుబడికల వ్యక్తులు తో విబేధాలు రాకుండా జాగ్రత్త గా వ్యవహరించి నిదానముగా ముందుకు వెళ్ళాలి. వారము చివరిలో తల్లి భాగస్వామి తో సంప్రదింపులు. స్థిరస్తులకి పెట్టుబడి కై నిర్ణయాలు. భాగస్వామికి వృత్తిలో శ్రమ గౌరవం. కమ్యూనికేషన్ బాగుంటుంది ఆకస్మిక ధనలభము ఎదురుచూసిన వర్తమానాలు అందుకుంటారు. ప్రయాణాల్లో నూతన వ్యక్తులని నమ్మేటపుడు జాగర్త.



తులారాశి

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

వారము ప్రారంభములో జీవిత భాగస్వామితో కలిసి వ్యాపార అభివృద్ధి కొరకు ప్రయత్నం చేస్తారు. వృత్తిలో ఆటంకాలు, స్వార్ధపూరిత వ్యక్తుల వల్ల మిగతా వారితో గౌరవం తగ్గుతుంది. ఆ విషయంలో జాగర్త అవసరం. ఆకస్మిక లాభలు రావాల్సిన చోట రహస్య శత్రువుల వలన వాయిదాలు,విభేదాలకి కొంత అవకాశము, ముఖ్యముగా మీ వ్యాపారము లో ఆపొనెంట్స్ వలన,అలాగే స్త్రీల వలన ఘర్షణలకి అవకాశాలున్న దృష్ట్యా ఎవరితోనూ వైరము రాకుండా మాటల వల్ల జాగర్త గా ప్రణాళిక పరముగా ముందుకు వెళ్లి సమస్యలు అ దిగమించాలి. ఆరోగ్య ముపై శ్రద్ధ అవసరము. ఆధ్యాత్మికట పెరుగుతుంది. కమ్యూనికేషన్ విషయములో జాగర్త అవసరము. సహకారముతో, తెలివితేటలతో, పెద్దల ఆశీస్సులతో శత్రువులని జయిస్తారు వారాంతములో. వృత్తి పరముగా ఇబ్బంది పెట్టే స్వార్ధపరులని అధిగమిస్తారు

వృశ్చిక రాశి

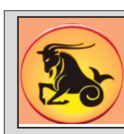
విశాఖ 4వ పాదము - అనురాధ 1,2,3,4 పాదములు జ్యేష్ఠ 1,2,3,4 పాదములు

వారము ప్రారంభములో శ్రమతో పనులు ప్రారంభిస్తారు ముఖ్యముగా గృహ సంబంధ అంశాలై, మీ వ్యక్తిగత దైనందన, వృత్తి విషయాల్లో ఆకస్మిక మార్పులు. తద్వారా అసంతృప్తి అధికము. ఆత్మవిశ్వాసం తగ్గుతుంది. వారము మధ్యలో వృత్తిలో గౌర వం బాధ్యతలు పెరుగుతాయి. ఉన్నత స్థాయి అధికారులతో విబేధాలు. నూతన పరిచయాలు,వారసత్వపు ఆస్తులపై ఘర్షణ, తండ్రి తరపు పెద్దలు తో చర్చలు. పనుల్లో జాప్యము. భాగస్వామి తో కొత్త ప్రదేశాలకి వెళతారు. ప్రశాంతతకి. కుటుంబముతో విందు, ఆధ్యాత్మిక ప్రదేశాలు. సంతానము అభివృద్ధికి వారి విద్య,వస్తువులకు,ఖర్చులుఅధికము. అయితే ఆ విషయముల్లో అభిప్రాయాబేధములు రాకుండా జాగర్త అవసరము సంతానము, ప్రియమైన వారితో. విదేశాల్లో ఉండే సంతానముతో చర్చలు. వారంతములో దూర ప్రయాణాలు, ఉన్నత విద్యాకాయి ప్రణాళికలు.

ధనస్సు రాశి

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

వారము ప్రారంభములో ఆలోచనలు బాగుంటాయి. ఆకస్మిక ఖర్చులు. సంతానం విద్య ఆరోగ్యములకి. దీర్ఘకాలిక పెట్టుబడులకి ఆలోచిస్తారు. సంతానముతో మీ ప్రియమైన వారితో మాట్లాడేటపుడు స్వార్ధరహితముగా ఆలోచిస్తే పరిస్థితులు అనుకూలము. పనులు ముందుకు వెడతాయి. వారము మధ్యలో శ్రమఅధికము. నిరుద్యోగులకి కొత్త అవకాశములు. ఉద్యోగ ప్రయత్నాల్లో ఉన్నతస్థాయి వ్యక్తులు, వ్యాపారస్తులు సహకరిస్తారు. ఋణములు అందుతాయి. స్త్రీలతో మాట పట్టింపులు విబేధాలకి అవకాశాలు, వీలైనంత జాగర్త అవసరము. తల్లి ఆరోగ్యము పై శ్రద్ధ. భాగస్వామి తో మాటపట్టింపులకి దూరముగా ఉండాలి. వారి ఆరోగ్యము కై వారి కుటుంబ సభ్యులఅవసరములకై ఆకస్మిక ఖర్చులు. సమయానికి ధనము అందుతుంది. వారంతములో అనవసర ఘర్షనలకి,చికాకులకు, ప్రయాణములకి దూరము మంచిది.



మకరరాశి

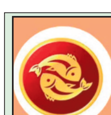
ఉత్తరాషాడ 2,3,4 పాదములు - శ్రవణం 1,2,3,4 పాదములు ధనిష్ఠ 1,2 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో జీవిత భాగస్వామితో కలిసి గృహానికి, వాహన సంబంధించిన విషయాలలో ఆలోచనలు చేస్తారు. స్థిరస్తుల, పెట్టుబడుల మీద దృష్టి సారిస్తారు. వాతావరణము ఘర్షణగా ఉంటుంది నిర్ణయ లోపములతో కొన్నిసార్లు. వారము మధ్యలో సంతాన విషయములో, వారి అభివృద్ధి, భవిష్యత్తు భాగస్వామితో కలిసి సృజనత్మక నిర్ణయాలతో ఆధ్యాత్మిక మందిరం దర్శనములు. కాని సంతాన ఆలోచనలు వారి స్వంత నిర్ణయాలు ముఖ్యనుగా ఉన్నత విద్య, విదేశీ వృత్తి సంబంధ విషయాల్లో మీ ఆలోచనలకి కొంత వ్యతిరేకతలు చికాకులని కలిగించే అవకాశమున్నా నెమ్మదిగా సర్దుకుంటాయి. తోబుట్టువులతో సంప్రదిస్తారు. ముఖ్యముగా దూరప్రదేశాల్లో ఉన్న వారితో సుదీర్ఘ చర్చలు. శత్రువులు ఇబ్బంశీ పెట్టటానికి చేసే ప్రయత్నలని మీ నైపుణ్యముతో అధిగమిస్తారు. విదేశీ ప్రయాణమునకు అవకాశములు.

కుంభ రాశి

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

వారము ప్రారంభము అనుకూలము. శక్తి సామర్ధ్యములు పెరుగుతాయి. సహకారము లభ్యము. కమ్యూ నికేషన్ బాగుంరుంది. శ్రమతో పనులు సాధిస్తారు. గృహ వాతావరణము విద్యార్ధులకి ప్రశాంతత లేక పెద్దలకి కూడ కొంత అసౌకర్యము. తల్లి తరపు బంధువులు రాక పోకలు. వారము మధ్యలో ఆర్ధికముగా బాగుంటుంది. ముఖ్య మైన పనులు వాయిదా, మాట నిలబెట్టుకోవటం కష్టము. కుటుంబములో చిన్న ఫంక్షన్,ఆ విషయములో కుటుంబ సభ్యులతో కొంత ఘర్షణ చిన్న చిన్న విషయాల్లో. సంతానము అభివృద్ధి, వారికొరకు షాపింగ్స్, ఖర్చులు, ఎలక్ట్రానిక్ పరికరాలు కొనుగోలు, కుటుంబ ఆదాయం పెరుగుతుంది వ్యాపారము వృద్ధి. వారితో కలిసి సమయాన్ని సద్వినియోగం చేస్తారు. శక్తి పెరుగుతుంది. కొత్త నిర్ణయాలు. వ్యాపార విస్తరణకి మిత్రులతో సంప్రదింపులు. మంచి ఫలితలకి దుర్గాదేవి ఆరాధన మంచిది.



మీన రాశి

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

వారము ప్రారంభము ఆర్ధిక విషయాల్లో కొంత అసంతృప్తి. కుటుంబముతో మాట పట్టింపులు వాగ్వాదములకి దూరము ఉండాలి. కుటుంబ ఆర్ధిక అంశాలలో ఉద్వేగాలు ఎమోషన్స్ అధికము. వారము మధ్యలో శక్తి సమర్ధ్యలు పెరుగుతాయి నిర్ణయాలు స్థిరము, వ్యక్తులు సహకరిస్తారు తండ్రి పెద్దలు పలుకుబడి కలవ్యక్తుల సహకారముతో పనులు సాధిస్తారు. జీవితభాగస్వామీతో నిర్ణయాలు అమలు పరుస్తారు. కమ్యూనికేషన్ బాగుంటుంది. మీపై శ్రద్ధ పెరుగుతుంది అలంకరణ విషయాల్లో ఎక్కువ శ్రద్ధ. నిరుద్యోగులకి నూతన అవకాశములు. బద్ధకముతో పనులు వాయిదా వేయకుండా ముందుకు వెడితే లాభము. చేస్తున్న వృత్తి విషయాల్లో కొత్త నిర్ణయాలు. స్వతంత్ర ఆలోచనలతో ముందుకు వెడతారు. స్వగ్రామం సందర్శనకు ఇష్టత. వారము చివరిలో సంతానముతో ప్రియమైన వారితో ఘర్షనాలకు దూరము ఉండాలి.

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)