నేటి దినపత్రిక
సూర్య
www.suryaa.com

ఆదివారం అనుబంధం

27.7.2025

స్నేహసంబంధాలలో

డిజిటల్ పోకడలు

(డిజిటల్ ఎరా 2.0)

సూర్య
www.suryaa.com

చైర్మన్‌తో ముఖాముఖి

అలహాబాద్ హైకోర్టు న్యాయమూర్తి జస్టిస్ యశ్వంత్ వర్మపై అభిశంసన తీర్మానంపై లోక్‌సభలో చర్చ జరగనుంది. ఆయన నివాసంలో కాలిపోయిన నోట్లు బయటపడటంతో ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ప్రతిపక్షాల తీర్మానాన్ని తొలుత వ్యతిరేకించినా, బీజేపీ ఎన్నికల వ్యూహంలో భాగంగా మద్దతు తెలిపిందనిపిస్తోంది. మీరేమంటారు.

పట్నాన రాజశేఖర్ బాబు, హైదరాబాద్

మీరన్నది నిజమేరాజశేఖర్ గారూ... అల్లహాబాద్ హైకోర్టు న్యాయమూర్తి జస్టిస్ యశ్వంత్ వర్మ అభిశంసన తీర్మానంపై లోక్సభ చర్చ చేపట్టనున్నట్టు ప్రభుత్వ వర్గాలు వెల్లడించాయి. జస్టిస్ వర్మ నివాసంలో భారీ ఎత్తున కాలిపోయిన నోట్లు బయటపడటం కలకలం రేపిన సంగతి తెలిసిందే. గత మార్చిలో ఢిల్లీలోని జస్టిస్ వర్మ నివాసంలో అగ్ని ప్రమాదం జరిగిన సమయంలో నోట్ల కట్టలు వెలుగుచూశాయి. ఈ వ్యవహారంపై తీవ్ర దుమారం రేగడంతో జస్టిస్ వర్మ అభిశంసనకు పార్లమెంట్లో తీర్మానం ప్రవేశపెట్టారు. అధికార పార్టీ తీర్మానం లోక్సభలో ప్రవేశపెట్టగా.. విపక్షాలు రాజ్యసభలో ఇచ్చిన తీర్మానాన్ని ఛైర్మన్ హెూదాలో మాజీ ఉప-రాష్ట్రపతి జగదీప్ ధన   డ్ ఆమోదిం చారు. విపక్షాలు ప్రవేశపెట్టిన అభిశంసన తీర్మానాన్ని స్వీకరించడంతో, అధికార బీజేపీ తీవ్ర అసహనం వ్యక్తం చేసింది.

పార్లమెంటు ఉభయ సభల మధ్య సమన్వయాన్ని దెబ్బతీసే చర్యగా భావించింది. తదనంతరం ఆరోగ్య కారణాలతో ధన   డ్ రాజీనామా చేసినట్టు అధికారికంగా ప్రకటించినా, వాస్తవిక కారణం రాజకీయ ఒత్తిడే అని ప్రతిపక్షాలు, విశ్లేషకులు అభిప్రాయ పడుతున్నారు ఈ, ఆరోపణలపై దర్యాప్తునకు లోక్సభ స్పీకర్ ఓం బిర్లా ఓ కమిటీని ఏర్పాటు చేసి, దాని నివేదిక ఆధారంగా నిర్ణయం తీసుకుంటారు.తగిన కారణాలు ఉంటే అభిశంసనకు సిఫార్సు చేయనున్నారు.

త్వరలోనే జరగనున్న పలు రాష్ట్రాల అసెంబ్లీ ఎన్నికలు (బిహార్, బెంగాల్, తమిళనాడు) దృష్టిలో పెట్టుకొని, న్యాయవ్యవస్థలో అవినీతిపై గట్టిగా స్పందిస్తున్న పార్టీగా నిలవాలనే వ్యూహాన్ని బీజేపీ అమలు చేస్తోంది. ఈ నేపథ్యంలో, విపక్షాల తీర్మానాన్ని కొనసాగించేందుకు అధికార పార్టీ ద్వైపాక్షిక సమ్మతి కోసం ప్రతిపక్ష ఎంపీలను ఒప్పించేందుకు ప్రయత్నించింది. దీంతో విపక్ష ఎంపీలు కూడా ప్రభుత్వ తీర్మానంపై సంతకం చేశారు. ఈ పరిణామాల మధ్య, కొత్త ఉపరాష్ట్రపతిని ఎన్నుకునే ప్రక్రియను ఎన్నికల సంఘం ప్రారంభించింది. ఆగస్టు చివరి వారంలోగా ఈ ప్రక్రియ పూర్తికానుంది. న్యాయవ్యవస్థపై ప్రజల నమ్మకాన్ని నిలబెట్టడానికి అభిశంసన ప్రక్రియలు పారదర్శకంగా రాజకీయ ఉద్దేశాలను దాటి చూడాల్సిన బాధ్యత అన్ని పార్టీలపైన ఉంది. ఇదిలా ఉండగా.. జస్టిస్ వర్మ తన అభిశంసనను నిలిపేసేలా ఆదేశించాలని కోరుతూ సుప్రీంకోర్టులో పిటిషన్ దాఖలు చేశారు. దీనిని సర్వోన్నత న్యాయస్థానం విచారణకు స్వీకరించింది. ఏం జరగనుందో చూడాలి.

పహల్గాం ఉగ్రదాడికి ప్రతీకారంగా భారత్ చేపట్టిన ఆపరేషన్ సిందూర్ కొనసాగుతోందని సీడీఎస్ జనరల్ అనిల్ చౌహాన్ స్పష్టం చేశారుకదా? ప్రపంచంలో మరో యుద్ధం రాబోతోందన్న సంకేతాలు కనిపిస్తున్నాయి అని విశ్లేషకులు చెపుతున్నారు. దీనిపై మీ విశ్లేషణ ఏంటి?

.జి.సంధ్యారాణి, విశాఖపట్నం

అవును సంధ్యా రాణిగారూ... పహల్గాం ఉగ్రదాడికి ప్రతీకారంగా భారత్ ఆపరేషన్ సిందూర్ ప్రారంభించి.. ఉగ్ర స్థావరాలపై దాడి చేసిన సంగతి తెలిసిందే. ఈక్రమంలో చీఫ్ ఆఫ్ డిఫెన్స్ స్టాఫ్ (సీడీఎస్) జనరల్ అనిల్ చౌహాన్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఆపరేషన్ సిందూర్ కొనసాగుతుందని.. పాకిస్తాన్ జాగ్రత్తగా ఉండాలని.. రెచ్చగొట్టే చర్యలకు దిగకపోతేనే దాయాది దేశానికి మంచిదంటూ అనిల్ చౌహాన్ ఘాటు వ్యాఖ్యలు సమంజసమైనవే నని చెప్పాలి. ఎందుకంటే. పాక్ నుంచి ఎలాంటి దుందుడుకు చర్యలు ప్రారంభం అయినా.. వాటిని సమర్థవంతంగా తిప్పికొట్టేందుకు బలగాలు పూర్తి అప్రమత్తంగా ఉండాలి అన్నదే వాటి సారాంశం. . .

ఆపరేషన్ సిందూర్ కొనసాగుతోందని.. ఇందుకు తగ్గట్టుగా బలగాలు పూర్తి సన్నద్ధతతో ఉండాలని చెప్పుకొచ్చారు. భారత్ 365 రోజులూ, 24 గంటలూ అత్యంత అప్రమత్తంగా ఉండాలని సీడీఎస్ అనిల్ చౌహాన్ హెచ్చరించారు. ఆయుధాలు, ఇతర పరిజ్ఞానం గురించి మిలిటరీ పూర్తిగా అప్డేట్ అయి ఉండాలని అభిప్రాయపడ్డారు. నేటి కాలంలో యుద్ధాల గతి మారిపోతోందని సీడీఎస్ వెల్లడించారు.

భవిష్యత్తులో.. దళాల్లో సమాచార-సాంకేతికతతో పాటు స్కాలర్ వారియర్స్ కలగలిసి ఉంటాయన్నారు. నేటి కాలం యుద్ధాల్లో రెండో స్థానం ఉండదని.. కేవలం విజేత మాత్రమే ఉంటారన్నారు.

అందుకే దళాలు అప్రమత్తంగా ఉంటూ.. ఏ క్షణమైనా.. ఎలాంటి ఆపరేషన్లు చేపట్టేందుకైనా సిద్ధంగా ఉండాలని పిలుపునిచ్చారు. ఆపరేషన్ సిందూరే దీనికి ఉదాహరణ అని ఆయన చెప్పుకొచ్చారు. రక్షణ రంగ సాంకేతికతలో ఇండియా చాలా మెరుగైన స్థాయిలో అభివృద్ధి సాధించిందన్నారు.

భవిష్యత్తులో భారత సైన్యానికి ఇన్ఫర్మేషన్ వారియర్స్, టెక్నాలజీ వారియర్స్, స్కాలర్ వారియర్స్ అవసరం ఎక్కువగా ఉండబోతుందని సీడీఎస్ చెప్పుకొచ్చారు.ప్రస్తుతం ప్రపంచవ్యాప్తంగా మారుతున్న పరిణామాల ఆధారంగా.. భవిష్యత్తు తరాల్లో ఆర్మీలో ఉండబోయే సైనికులు.. ఈ మూడు నైపుణ్యాల కలబోతగా ఉంటారని అనిల్ చౌహాన్ చెప్పుకొచ్చారు. ప్రస్తుతం మనం సైనిక దళాల్లో జరుగుతున్న మార్పుల మూడో విప్లవం కీలక దశలో ఉన్నట్లు ఆయన వెల్లడించారు. దీనిని తాను కన్వర్జెన్సీ యుద్ధంగా అభివర్ణిస్తానని తెలిపారు.

ఈ ఏడాది ఏప్రిల్ 22న పహల్గాం ఉగ్రదాడి తర్వాత భారత్.. పాకిస్తాన్లోని ఉగ్ర స్థావరాలే లక్ష్యంగా ఆపరేషన్ సిందూర్ చేపట్టింది. ఈ క్రమంలో రావల్పిండి, పీవోకేతో పాటు మరికొన్ని ప్రాంతాల్లో ఉన్న ఉగ్ర స్థావరాలను ధ్వంసం చేసింది. ఈ ఘర్షణల్లో పాకిస్తాన్కు చెందిన ఆరుకు పైగా వైమానిక స్థావరాలు కూడా ధ్వంసం అయ్యాయి. కొన్ని ప్రాంతాల్లో అయితే గొడవలు ముగిసి రెండు నెలలు దాటినా వాటి మరమ్మతు పనులు ఇంకా కొనసాగుతున్నాయంటే తీవ్రత ఏ స్థాయిలో ఉందో అర్థం చేసుకోవచ్చు.

నూకారపు సూర్య ప్రకాశరావు
చైర్మన్, సూర్య తెలుగుదినపత్రిక

భారత తొలి స్వాతంత్ర్య సమరయోధుడు మంగళ్ పాండే

లెజెండ్

బ్రిటిష్ పాలన నుంచి విముక్తి కోసం అలనాడు జరిగిన పోరాటంలో ఎందరో ధీరులు ప్రాణాలర్పించారు. తెల్ల దొరలపై యుద్ధాన్ని ప్రకటించిన తొలి స్వాతంత్ర్య సమర యోధుడు మంగళ్ పాండే. ప్రాణాలకు లెక్కచేయక (బ్రిటీష్ వారి మీద తుపాకీ ఎక్కు పెట్టిన ధైర్యవంతుడు.

బ్రిటిష్ వారి పెత్తనానికి తలవొగ్గి వాళ్ళు చేస్తున్న అరాచకాలు, అవమానాలు మౌనంగా భరించిన భారతీ-యుల ఆలోచనలను స్వేచ్ఛా స్వాతంత్ర్యాల వైపు మళ్లించిన ఘనత నిజంగా మంగళ్ పాండేదే.బ్రిటిష్ రాజ్ నుండి దేశాన్ని విడిపించేందుకు తన ప్రాణాలను అర్పించిన స్వాతంత్ర్య సమర యోధుడుగా మంగళ్ పాండే భారత చరిత్రలో ప్రసిద్ధి చెందాడు. 1857 నాటి తిరుగు బాటులో ఆయన కీలక పాత్ర పోషించాడు. మూడు పదుల వయసుకు చేరకుండానే ఉరికంబం ఎక్కేందుకు ఏమాత్రం వెనకడుగు వేయని ధైర్యవంతుడు, తన త్యాగం దేశంలోని యువతను మేల్కొలుపు తుందని, విశ్వసించాడు. తన ఆత్మ త్యాగం మరిందరో వీరులకు స్ఫూర్తిని కలిగిస్తుందని, అలా స్ఫూర్తిని పొంది భరతమాత దాస్య విముక్తికి అంకితం అవుతారని, ఆ దిశగా యత్నం చేస్తారని భావించాడు. సుమారు రెండు శతాబ్దాలు మన దేశాన్ని పాలించిన శ్వేత జాతీయులపై తిరుగు బాటును ప్రకటించిన తొలి స్వాతంత్ర్య సమర యోధుడు మంగళ్ పాండే. మంగళ్ పాండే 1827 జూలై 19 న నేటి ఉత్తర ప్రదేశ్ నందు గల పైజాబాద్ జిల్లాలోని సుర్హపుర అను గ్రామంలో ఒక సాంప్రదాయ బ్రాహ్మణ కుటుంబంలో జన్మించాడు. 22 సంవత్సరాల వయసులో మంగళ్ పాండే తనకు తెలిసిన వ్యక్తి ద్వారా తాను సిపాయిగా చేరాడు. శిక్షణ అనంతరం పాండేని 34 బెంగాల్ రెజిమెంట్ లోని 6వ కంపెనీకి సిపాయిగా పంపించారు. సెలవులకు ఇళ్లకు వెళ్లి వచ్చిన సైనికుల ద్వారా బ్రిటీషు వారి దోపిడీలు, దేశమంతటా చెలరేగుతున్న స్వాతంత్ర్య ఉద్యమం గురించి వార్తలు అందుతుండేవి. దేశంలోని వివిధ ప్రాంతాలలో ఉన్న స్థానిక పాలకులు సంఘటితంగా బ్రిటిషు వారిపై 1857 మే 31 న తిరుగుబాటు జరపాలని నిర్ణయించుకున్నారు. ఈ తిరుగు బాటుకు నాయకత్వం వహించిన వారిలో ఝాన్సీ రాణి లక్ష్మిబాయి, తాంతియా తోపె, బహుదూర్ షా తదితరులు ఉన్నారు. తుపాకీ తూటాల తయారీలో గోవు, పంది కొవ్వు వాడుతున్న విషయం సైనికులకు తెలిసి లోలోపల రగిలి పోయారు. గోమాంసం వాడకం గురించి తెలుసుకున్న మంగళ్ పాండే ఉడికి పోయి, తోటి సైనికులతో తిరుగు బాటుకు పథకం వేశాడు. ఈ విషయం బ్రిటిషు అధికారులు మార్చి 29 న గుర్తించారు. తమ తమ తుపాకీలను సిద్ధంగా ఉంచుకొని, కన్పించిన బ్రిటిషు అధికారినల్లా కాల్చి పారేయాలని తోటి సైనికులందర్నీ ఉత్తేజ పర్చాడు. ఈ లోగా అధికారి వాగ్ రావటం మంగళ పాండే అతని మీద తూటా పేల్చటం జరిగింది, కానీ అది గురితప్పి అతని గుర్రానికి తగిలింది. చేతి పిస్టల్ తో కాల్పులు జరిపాడు వాగ్. తప్పించుకున్న మంగళ్ పాండే తిరగబడి, తన తుపాకీ తో కొట్టబోయాడు. అప్పటికే చేరుకున్న శార్జంట్ హ్యూసన్ వచ్చి పాండే చేతిలోని తుపాకీని నెట్టి పారేశాడు. పాండేను అరెస్ట్ చేయమని అధికారులు ఆదేశించినా ఎవ్వరూ ముందుకు రాలేదు. తెల్లవారి చేతికి చిక్కటం ఇష్టం లేక, తన తుపాకీతో తానే కాల్చుకాగా, ఆ బుల్లెట్ గాయం చేసింది, కానీ ప్రాణం తీయలేదు. తర్వాత భయంతో అతన్ని బ్రిటిషు అధికారులు సమీపించి ఆస్పత్రికి తరలించారు. వారం రోజుల్లో కోలుకున్న మంగళ్ పాండే మీద రాజద్రోహం, తిరుగుబాటు నేరాలు మోపి కోర్టులో హాజరు పరిచారు. వీలైనంత త్వరగా విచారణ ముగించటం, ఉరిశిక్ష విధించటం ఆంగ్లేయ పాలకుల దుర్నీతికి పరాకాష్ఠ. అదే జరిగింది. విచారణలో మంగళ్ పాండే ధైర్యంగా ఇలా ప్రకటించాడు... "నేను చేసిన తిరుగుబాటు నా దేశం కోసం, నా ధర్మం కోసం చేశాను. ఇది నా స్వప్రేరణతో నా మాతృభూమి కోసం చేశాను, అంతే కానీ దీనికి మరెవ్వరినీ బాధ్యులని చేయొద్దు". విచారణ పూర్తిచేసి, ఏప్రిల్ 18న ఉరితీయాలని ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. అప్పటికే తిరుగుబాటు వార్త వ్యాపించి, అనేక రెజిమెంట్లలో చైతన్యం మొదలయ్యింది. మరో వైపు అనేక రాజ సంస్థానాలు, సంస్థానాల్లోని ప్రజలు తిరుగుబాటుకు ఏకమయ్యారు. భారత దేశమంతా ప్రథమ స్వతంత్ర్య సంగ్రామానికి తెర లేచింది. మంగళ్ పాండే ఉరి ప్రభావంతో సైనికుల్ని అణచి వేయటానికి ఏప్రిల్ 8 నే ఉరిశిక్షను అమలు చేశారు. మంగళ్ పాండే ప్రభావమున్న సైనిక కంపెనీని పూర్తిగా రద్దు చేశారు. 2005 లో మంగళ్ పాండే పై ఒక హిందీ సినిమా తీసారు. భారత ప్రభుత్వం మంగళ్ పాండే గౌరవార్థం, అక్టోబరు 5, 1984 న ఒక తపాళా దీని చిత్రకారుడు ఢిల్లీ కి చెందిన సి.ఆర్. ప్రకాశ్.బిళ్ళను విడుదల చేసింది.

భారత దేశ స్వాతంత్ర్య పోరాటపు తొలిసారి తిరుగుబాటు బావుటా ఎగురవేసిన వీరునిగా, మంగళ్ పాండే... 1857 నాటి తిరుగు బాటుకు మూలమైన వాడు, బ్రిటీష్ సిపాయిగా పనిచేస్తూ బ్రిటీష్ పాలకుల మీద తిరుగు బాటు చేసిన సాహసిగా, తొలి స్వాతంత్ర్య సమర యోధుడిగా చిర కాలం గుర్తుండి పోతాడు.

రామ కిష్టయ్య సంగన భట్ల...   9440595494

పాఠకుల లేఖలు

ముఖచిత్ర కథనం

దక్షిణాయన రాక గురించి విపులంగా ప్రచురించిన వ్యాసం బాగుంది. రచయితకు ధన్యవాదాలు , ఈ ఆదివారం అనుబంధంలో విపులమైన వ్యాసం ప్రచురించిన సంపాదకవర్గానికి, ప్రచురణ కర్తలకు, యాజమాన్యానికి, ప్రధానంగా రచయితకు దధన్యావాదాలు వివరణలతో కూడిన వ్యాసం ప్రచురించి తెలియని ఎన్నో విషయాలు తెలిపారు. 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

నిన్ను మారువదు ఈ దేశం

సైనిక వీరుడా నీకు వందనాలు
పేరుకే దాయాధి దేశం
ప్రతి సారి పక్కలో బళ్ళెం
తీవ్రవాదులను ప్రేరేపిస్తూ
భారత భవిత కు అడ్డుగా
కుతంత్రాలు కుయుక్తులు
1965 లో.మొదలు అయ్యి
1999 కార్గిల్ వరకు చోరబాటు
కు ప్రయత్నించి యుద్ధం చేసి
కాశ్మీర్ రాగం పాడుతూ
ముస్లిం యువత ను రెచ్చగొట్టి
రచ్చ చేస్తూ పబ్బం గడుపుకోవాలని
యత్నాలకు కోదమ సింహాలై
తూర్పు పాకిస్తాన్ ప్రజల కాంక్ష
అంకాంక్ష చేయూత నిచ్చి
రణం చేసి పా కి స్థాన్
ను లొంగది సుకున్న సుధీనం
శత్రువు ను ముచ్చెమటలు
పట్టిచ్చి బాంగ్లాదేశ్ అనే రాజ్య
ఆవిర్భావం కు ఉథం అయ్యి
ప్రపంచ చరితలో ఒక విజయ దరహాసం
ఓ సైనిక నీకు వందనం
జై జై భారత సైనిక
నీకువందనం

కుయుక్తుల పాకిస్తాన్ ఎప్పుడు
వద్దు మా జోలికి
ఒక్కొక్క సైనికుడు ఒక సింహంగా
లాంఘించి దుముకుతాడు
పంజా విసిరి పారద్రోలుతాడు
కళలో కూడా కాదు ఈ దేశం పై
ఆధిపత్యం
ఇంటిపోరు మరచి
పక్కవాడి గురించి
ఆలోచించకుండా
నిజమైన నేస్తంగా ఉండు
లేదంటే పరిపోవడానికి
రెడీ గా ఉండు
భారత్ మాత కి జై
ఓ సైనిక ఈ దేశం మరచి పోదు
ఈ విజయాన్ని

ఉమశేషారావు వైద్య
9440408080

విమానం దొంగలు

ఊహకు అందకుండా ఉక్కిరిబిక్కిరి చేసేవే మిస్టరీలు. ఇలాంటి విషయాల్లో కొన్ని వివరాలు తెలిసి.. మరికొన్ని తెలియక తలలు పట్టుకుంటాం. టెక్నాలజీ ఇంత అభివృద్ధి చెందినా.. కొన్ని మిస్టరీలను ఎటూ తేల్చలేకపోతున్నాం. అలాంటి ఒక మిస్టరీనే 23 ఏళ్లుగా మెదళ్లను తొలిచేస్తోంది. ఇద్దరు వ్యక్తులు ఒక విమానాన్ని దొంగిలించారు. అయితే టేకాఫ్ తర్వాత ఆ విమానం ఎక్కడా ల్యాండింగ్ కాలేదు. ఆ ప్లేన్ క్రాష్ అయినట్లు ఆనవాళ్లు కూడా లభించలేదు. దీంతో విమానం ఏమైందే విషయం ఇప్పటికీ మిస్టరీగానే మిగిలిపోయింది. అది దక్షిణ ఆఫ్రికాలోని ఉన్న అంగోలా దేశం. 25 మే 2003న లూవాండా అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయంలో సాయంత్రం 5 గంటలు కావొస్తోంది. ఎయిర్పోర్టులో అంతా గజిబిజిగా ఉంది. ఈ క్రమంలో ఓ ఆశ్చర్యకరమైన ఘటన జరిగింది. అందరూ చూస్తుండగానే ఓ విమానాన్ని ఇద్దరు వ్యక్తులు దొంగిలించారు. ఎయిర్ ట్రాఫిక్ కంట్రోల్ (ఏటీసీ) కు ఎలాంటి సమాచారం అందించకుండానే విమానం వేగంగా టేకాఫ్ అయింది. ఏం జరిగిందో తెలుసుకునేలోపే మేఘాల్లోకి దూసుకెళ్లి కనుమరుగైపోయింది. ఇద్దరు వ్యక్తులకు ఆ విమానం ఎలా నడపాలో కూడా తెలియదని అధికారులు చెబుతుండటం గమనార్హం.

డీజిల్ సరఫరా చేసేందుకు..

అమెరికన్ ఎయిర్లైన్స్కు చెందిన %చీ844ూూ% బోయింగ్ 727-223 విమానాన్ని 1975లో తయారు చేశారు. ఈ ప్లేన్ అమెరికన్ ఎయిర్లైన్స్కు దాదాపు 25ఏళ్ల పాటు సేవలందించింది. ఆ తర్వాత ఈ విమానాన్ని అమెరికాలోని మియామీకి చెందిన ఏరోస్పేస్ సేల్స్ అండ్ లీజింగ్ కంపెనీ కొనుగోలు చేసింది. అంగోలాలోని డైమండ్ మైనింగ్ ఆపరేషన్స్కు డీజిల్ సరఫరా చేసేందుకు వీలుగా ప్యాసింజర్ ఎయిర్క్రాఫ్ట్ నుంచి కార్గో క్యారియర్ లాగా మార్చారు.

యాజమాన్య వివాదాలు, మెయింటేనెన్స్ సమస్యలు వంటి కారణణాల వల్ల ఆ విమానాన్ని లువాండా ఎయిర్పోర్టులోనే ఓ ఏడాది పాటు ఉంచారు. పేయింట్ లేకుండా సిల్వర్ కలర్ బాడీపై.. రెడ్, బ్లూ కలర్ స్ట్రిప్లతో ఉన్న ఆ విమానం.. మే 2003 వరకు అక్కడే ఉంది. దీంతో 4 మిలియన్ డాలర్ల ఎయిర్పోర్టు ఫీజు కట్టాల్సి వచ్చింది. ఈ క్రమంలోనే అమెరికన్ ఫ్లైట్ ఇంజినీర్, ప్రైవేట్ పైలట్ బెన్ సీ పడిల్లా (%దీవఅ జ.్రుఖఎఅశ్రీశ్రీఝ%), స్థానిక మెకానిక్ జాన్ ఎం ముటాంటు (%జీశీష్ట్రఅ వీ వీఱ్ఖత్‌బ%) కలిసి ఈ విమానాన్ని దొంగిలించారు. లువాండా ఎయిర్పోర్టులో ఉన్న విమానాన్ని రిపేర్ చేసేందుకు లీజింగ్ కంపెనీ బెన్ పడిల్లాను అంగోలాకు పంపించింది. తనకు సహాయకంగా ఉంటాడని స్థానిక మెకానిక్ ముటాంటును.. పడిల్లా నియమించుకున్నాడు.

అయితే వీరిద్దరూ బోయింగ్ 727 నడపడానికి అర్హత సాధించలేదు. అంతేకాకుండా ఈ విమానాన్ని నడపాలంటే పైలట్, కో-పైలట్, ఫ్లైట్ ఇంజినీర్.. ముగ్గురు సిబ్బంది కావాలి. వీరు లేకుండానే ఫ్లైట్ టేకాఫ్ కావడం ఆశ్చర్యం కలిగించింది. ఎయిర్ ట్రాఫిక్ కంట్రోల్తో ఎలాంటి కమ్యూనికేషన్ లేకుండా, వారికి సమాచారం అందించకుండానే విమాన రన్వేపైకి వచ్చింది. లైట్లు ఆఫ్ చేసి ఉండగా.. గాల్లోకి ఎగిరింది. అట్లాంటిక్ సముద్రం వైపు దూసుకెళ్లి మాయం అయింది.

%సెర్చ్ ఆపరేషన్..

9/11 ఉగ్రదాడి తర్వాత జరిగిన ఈ ఘటన ఒక్కసారిగా ప్రపంచం మొత్తం ఉలిక్కిపడేలా చేసింది. రంగంలోకి దిగిన ఎఫ్బీఐ, సీఐఏ ప్రపంచవ్యాప్తంగా భారీ సెర్చ్ ఆపరేషన్ చేపట్టింది. వివిధ దేశాల్లోనూ గాలించింది. అయినా ఆ విమానం గానీ, అందులోని ఇద్దరు వ్యక్తుల గురించిగానీ సమాచారం దొరకలేదు. ఏ తీరానికి కూడా బోయింగ్ 727 శిథిలాలు కొట్టుకొచ్చినట్లు ఆనవాళ్లు లేవు. ఎమర్జెన్సీ సిగ్నల్స్ కూడా ఎక్కడా రిపోర్టు కాలేదు.

విమానం హఠాత్తుగా టేకాఫ్ కావడంపై ఎలాంటి సమాచారం లేకపోవడంతో అనేక థియరీలు ప్రచారంలోకి వచ్చాయి.

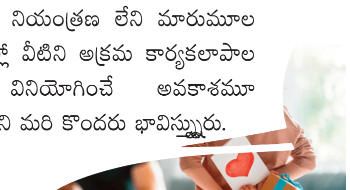
క్రాష్ అయ్యిందా?

పైలట్, మెకానిక్ ఇద్దరికీ బోయింగ్ 727 నడిపే సామ-ర్థ్యం లేదు.. టేకాఫ్ సమయంలో సరైన ప్రోసీజర్లు పాటించలేదు కాబట్టి విమానం క్రాష్ అయి ఉంటుందని చాలా మంది ఏవియేషన్ నిపుణులు, అధికారులు నమ్ముతున్నారు. అట్లాంటిక్ మహాసముద్రం చాలా పెద్దది కనుక.. విమాన శిథిలాలు కూడా దొరకడం కష్టం అని చెబుతున్నారు. టేకాఫ్ అయ్యే సమయానికి విమానంలో ఉన్న 53,000 లీటర్ల జెట్ ఇంధనంతో 2,400 కిలో మీటర్లు ప్రయాణించవచ్చు. భారీగా ఇంధనం ఉండటం వల్ల ప్లేన్ పేలిపోయి ఉండవచ్చని.. ఇక ఎప్పటికీ దొరకకపోవచ్చని అంటున్నారు.

ఆయుధాల సరఫరా కోసమా..!

అంతేకాకుండా అక్రమ ఆపరేషన్ల కోసం ఈ విమానాన్న దొంగిలించారని చాలా మంది నమ్ముతున్నారు. ముఖ్యంగా ఈ విమానాన్ని ప్యాసింజర్ నుంచి కార్గో ప్లేన్గా మార్చడం వల్ల.. వివిధ దేశాలకు భారీ స్థాయిలో డ్రగ్స్ సరఫరా, సంక్షోభ ప్రాంతాలకు ఆయుధాలు తరలించడం, మానవ అక్రమ రవాణా కోసం ఉ పయోగించేందుకే విమానాన్ని కొట్టేశారని అంటున్నారు. మరో థియరీ ప్రకారం.. విమానంలో పని చేస్తున్న క్రమంలో బెన్ పడిల్లా, ముటాంటు పాయింట్ బ్లాంక్లో గన్ పెట్టి.. అక్రమ కార్యకలాపాల కోసం వాడుకునేందుకు హైజాక్ చేసినట్లు చెబుతున్నారు. అంతేకాకుండా బ్రెజిల్ లాంటి దేశాలకు అంగోలా నుంచి అక్రమ వలసదారులను తీసుకెళ్లేందు హైజాక్ చేశారని మాట్లాడుకున్నారు.

హైజాక్ చేసి అక్రమ కార్యకలాపా కోసం వాడుకుంటున్నారు అనుకున్నా.. విమానం మళ్లీ గాల్లోకి ఎగిరితే రాడార్ వ్యవస్థకు చిక్కుతుంది. మరి అలా ఎందుకు జరగలేదని ప్రశ్నలు ఉత్పన్నమవుతున్నాయి. అయితే విమానం ట్రాన్స్పాండర్ ఆఫ్ చేసి లేదా మరొకటి మార్చేసి వాడుకోవడం.. ఫేక్ టెయిల్ నంబర్తో రిజిస్టర్ చేసి వాడుకుంటే.. కనిపెట్టడం కష్టం అని నిపుణులు అంటున్నారు. కాగా, 5%N-RIR% పేరుతో మిస్సైన విమానాన్ని రిజిస్టర్ చేశారనే వాదనలూ ఉన్నాయి. అంతేకాకుండా ఆఫ్రికాలో నియంత్రణ లేని మారుమూల ఎయిర్స్ట్రిప్లో వీటిని అక్రమ కార్యకలాపాల కోసం వినియోగించే అవకాశమూ లేకపోలేదని మరి కొందరు భావిస్తున్నారు.



సూర్య

బాలల కథ

బుడత

అవసరమైన మార్పు

పార్క్ లో తోటి పిల్లలతో ఆడుకుంటూ ఉన్నాడు శ్రేయాన్స్. అక్కడే బెంచ్ మీద కూర్చున్న కోమలి, కొడుకు ముఖంలో సంతోషాన్ని చూస్తూ చాలా ప్రశాంతంగా ఫీల్ అవుతూ ఉంది.

అప్పుడే వాకింగ్ పూర్తి చేసుకుని తిరిగి ఇంటికి వస్తున్న రాజారాం, శ్రేయాన్స్ను చూసి వడివడిగా అక్కడికి వెళ్ళాడు. వెంటనే శ్రేయాన్స్ చేయి పట్టుకొని ఇంటికి దారిపట్టాడు.

మామగారు అలా చేయడం చూసి, కోమలి కంగారుగా ఆయన వెంట ఇంటికి బయలుదేరింది.

ఇంటికి చేరిన వెంటనే రాజారాం సీరియస్గా, "అమ్మా కోమలీ.. నీకు ఎన్నిసార్లు చెప్పాను? పార్కులో ఆ మట్టిలో పిల్లాడిని ఆడించొద్దని చెప్పానా? లేదా? పైగా, ఆ పిల్లలతో కూడా అస్సలు ఆడనివ్వద్దు, అనారోగ్యాలు వస్తాయి. ఎంతసేపైనా ఇంట్లో, ఇంటి గేట్ లోపల ఆడించు. ఇంకొకసారి నాకు మీరు పార్క్ లో కనిపించద్దు" అని శ్రేయాన్స్ చేతిని వదిలిపెట్టి లోపలికి వెళ్ళిపోయాడు.

కోమలి బాధగా శ్రేయాన్స్ను దగ్గరకు తీసుకుంది. శ్రేయాన్స్ మాత్రం ఏమీ మాట్లాడకుండా తాతయ్య వెళ్ళిన వైపే చూస్తూ ఉండిపోయాడు.

***

ఆ రోజు శ్రేయాన్స్ బర్త్డే అవడంతో కేవలం సన్నిహితుల మధ్యనే బర్త్డే పార్టీని ఏర్పాటు చేశారు కిషోర్, కోమలి.

ఆ బర్త్డే పార్టీకి కోమలి స్నేహితురాలు శ్రావణి వాళ్ళ కుటుంబం కూడా వచ్చింది. శ్రావణికి శ్రేయాన్స్ వయసు ఉన్న ఒక కూతురు ఉంది, పేరు కృతి. శ్రేయాన్స్, కృతి ఇద్దరూ ఒకే వయసు వాళ్ళు కాబట్టి తొందరగా కలిసిపోయారు.

పార్టీ అంతా అయిపోయిన తర్వాత కోమలి, శ్రావణి కుటుంబాలు మాత్రమే అక్కడ మిగిలారు. పెద్దవాళ్ళు ఒకపక్క మాట్లాడుకుంటూ ఉంటే వాళ్ళ పక్కనే శ్రేయాన్స్, కృతి కూడా ఆడుకుంటూ ఉన్నారు.

ఆడుతూ ఆడుతూ అకస్మాత్తుగా శ్రేయాన్స్ కృతి వైపు చూసి, "కృతి, మీరు డబ్బులు లేనోళ్ళు కదా?" అని అడిగాడు.

ఆ మాటకి మాట్లాడుకుంటున్న కిషోర్, కోమలి, శ్రావణి షాక్ అయ్యారు.

కృతి అమాయకంగా చూస్తూ, "మాకు చాలా డబ్బులు ఉన్నాయి. ఎందుకు అలా అడిగావు?" అని అంది.

"మరి మీకు డబ్బులు ఉంటే మీరు కార్ లో రావాలి కదా! బైక్ లో వచ్చారు అంటే మీకు డబ్బులు లేవనే కదా?" అని అడిగాడు శ్రేయాన్స్.

కృతి వెంటనే శ్రావణి దగ్గరికి వెళ్ళి, "అమ్మా, మనకి డబ్బులు లేవా? మనకి కారు ఉంటేనే డబ్బులు ఉన్నట్లా?" అని ఏమీ అర్థంకాక అడిగింది.

కోమలి, కిషోర్ ఇంకా షాక్లోనే ఉన్నారు. తమ కొడుకు ఇంత చిన్న వయసులో డబ్బులు ఉన్నాయా? లేదా? అని అడుగుతాడనే ఊహ కూడా వాళ్ళకు అంది ఉండదు.

శ్రావణి చిన్నగా నవ్వి, "మనకు చాలా డబ్బులు ఉన్నాయి. కానీ మనం కార్ అవసరం లేదని కొనలేదు. అయినా అవి అందరికీ చెప్పాల్సిన అవసరం లేదు. సరే ఇంక టైం అయింది కదా! బయటికి వెళ్ళి చెప్పులు వేసుకుంటూ ఉండు. నేను వస్తాను" అని చెప్పి వాళ్ళ భర్త వైపు చూసింది.

శ్రావణి వాళ్ళ భర్త పాపను తీసుకొని బయటికి వెళ్ళాడు.

కోమలి చేతులు పట్టుకొని, "మీ ఇంటిలో మనుషుల స్వభావం బట్టి ఎందుకు ఇలా జరిగిందో నేను అర్థం చేసుకోగలను. కానీ ఇలాగే మరొకరు అర్థం చేసుకోరు కదా? డైరెక్ట్గా ఇలా అడిగినప్పుడు ఖచ్చితంగా ఎదుటి వాళ్ళు హర్ట్ అవుతారు. కాస్త జాగ్రత్తగా చూసుకో" అని చెప్పి వెళ్ళిపోయింది శ్రావణి.

లేట్ అవుతుందని రాజారాం, అతని భార్య ఇద్దరూ ముందే వెళ్ళి పడుకున్నారు. ఇప్పుడు కేవలం కోమలి, కిషోర్, శ్రేయాన్స్ మాత్రమే హాల్ లో ఉన్నారు.

"నాన్న శ్రేయాన్స్, ఒకసారి ఇలా రామ్మా" అని ప్రేమగా పిలిచింది కోమలి.

"ఏంటి అమ్మా?" అని కోమలి ఒడిలో కూర్చొని అడిగాడు శ్రేయాన్స్.

"మరేమో... ఇప్పుడు నువ్వు కృతిని అడిగావు కదా డబ్బులు ఉన్నాయా? లేవా? అని. అలా ఎందుకు అడిగావు?" అని అడిగింది కోమలి.

శ్రేయాన్స్ నవ్వుతూ, "తాతయ్య చెప్తుంటాడు కదా అమ్మా! డబ్బులు ఉంటేనే మాట్లాడమని. నేనేమో డబ్బులు ఉన్నాయో లేదో తెలియక కృతితో మాట్లాడాను. అందుకే అడిగాలని అనుకున్నాను" అని అన్నాడు.

శ్రేయాన్స్ సమాధానంతో కోమలి గుండె భయంతో వేగంగా కొట్టుకోవడం మొదలుపెట్టింది. వెంటనే సర్దుకుని, "చూడు బుజ్జి కన్నా, నువ్వు ఇంతకుముందు ఇలా ఎవరినైనా అడిగావా? లేదా ఫస్ట్ కృతిని అడుగుతున్నావా?" అని అడిగింది.

శ్రేయాన్స్ ఒక నిమిషం ఆలోచించినట్లు ముఖం పైకి చూసి, "మా క్లాస్ లో కూడా ఇద్దరు ముగ్గురిని అడిగానమ్మ. వాళ్ళు కారు లేదని చెప్పిన వెంటనే నేను అతని పక్కన కూర్చోకుండా వేరే బెంచ్లో వెళ్ళి కూర్చున్నాను" అని అన్నాడు.

ఈసారి కిషోర్ మరింత ఆశ్చర్యపోయాడు.

"నేను మీకు ముందు నుండి చెప్తూనే ఉన్నాను ఇలాంటిది ఏదో జరుగుతుందని. కానీ మీరే 'ఏం కాదు, సర్దుకుంటూ వెళ్ళు, ఆయన మాట తీరు మారుతుంది' అని నాకు నచ్చజెప్తూ వచ్చారు. ఇప్పుడు చూడండి, ఆ ప్రభావం పిల్లవాడి మీద ఎలా పడిందో!" అని భయంగా చూసింది కోమలి.

కిషోర్ కోమలిని ఆగమన్నట్టు సంజ్ఞ చేసి, "చూడు నాన్న, ఫ్రెండ్షిప్ అనేది డబ్బు చూసుకొని, ఇల్లు చూసుకొని చెయ్యకూడదు. మనకి ఎవరైతే మంచి చేస్తారో వాళ్ళతో మాట్లాడాలి. మనకు ఎవరైతే బ్యాడ్ చేయాలని చూస్తారో, వాళ్ళని దూరం పెట్టాలి" అని అన్నాడు.

"కానీ నాన్న, తాతయ్య..." అని మాట్లాడబోతున్న శ్రేయాన్స్ని ఆపి,

"తాతయ్య మాటలు పట్టించుకోవద్దు నాన్న. అమ్మని కదా నీకు. కాబట్టి నువ్వు గుడ్ బాయ్లాగా అందరితో మంచిగా ఉండు. ఎవరిని కూడా ఇంకొకసారి డబ్బు గురించి అడగకూడదు. అది చాలా తప్పు నాన్న. సంపాదన కొద్దీ ఉన్నవాళ్ళకు ఉంటుంది, లేని వాళ్ళకు ఉండదు. అంత మాత్రం చేత ఇలా ప్రతి ఒక్కరిని అడుగుతూ పోతే, వాళ్ళని గురించి ఎంత బ్యాడ్గా అనుకుంటారు?" అని అంది కోమలి.

అంత చిన్న వయసులో విషయం పూర్తిగా అర్థం అవ్వని శ్రేయాన్స్ మళ్ళీ తిరిగి మాట్లాడుతూ, "కానీ అమ్మా, డబ్బులు ఉంటే మంచిదే కదా! మనం కావాల్సినవి కొనుక్కోవచ్చు, కారులో తిరగొచ్చు" అని అడిగాడు.

శ్రేయాన్స్ తల నిమురుతూ, "మంచిదే. కాకపోతే మన అవసరాలకు మాత్రమే డబ్బు వాడుకోవాలి. ఎవరైతే డబ్బు లేక ఇబ్బంది పడుతుంటారో.. వాళ్ళకు సహాయం చేయాలి. అంతేకానీ, మన దగ్గర డబ్బు ఉంది కదా అని ఎదుటి వాళ్ళని తక్కువ చేసి మాట్లాడకూడదు. ఈ భూమి మీద అందరూ సమానమే. వాళ్ళ కష్టం కొద్దీ డబ్బు సంపాదిస్తారు అంతే. మనం దాన్ని వేలెత్తి చూపకూడదు" అని అన్నాడు.

శ్రేయాన్స్కు ఏదో అర్థం అయినట్లు, "సరే, ఇకనుంచి ఎవరిని కూడా మీకు డబ్బులు ఉన్నాయా? లేదా? అని అడగను" అని అన్నాడు.

"గుడ్! వెళ్ళి పడుకో, మేము వస్తాము" అని శ్రేయాన్ని రూమ్లోకి పంపించాడు కిషోర్.

***

మరుసటి రోజు ఉదయం టిఫిన్ తిన్న తర్వాత కోమలి, కిషోర్ ఇద్దరూ రాజారాం కోసం వెయిట్ చేస్తూ కూర్చున్నారు.

రాజారాం సోఫాలో కూర్చున్న తర్వాత కిషోర్ నిన్న జరిగిన ఇన్సిడెంట్ మొత్తం ఎక్స్ప్లెయిన్ చేసి, "నాన్న, ఇకమీదట నువ్వు పిల్లాడి దగ్గర అలాంటి మాటలు మాట్లాడకు" అని అన్నాడు.

రాజారాం కోపంగా చూస్తూ, "అంటే ఏంట్రా అర్థం? నేను అలా మాట్లాడటం వల్లే పిల్లాడు అలా తయారయ్యాడా?" అని అడిగాడు.

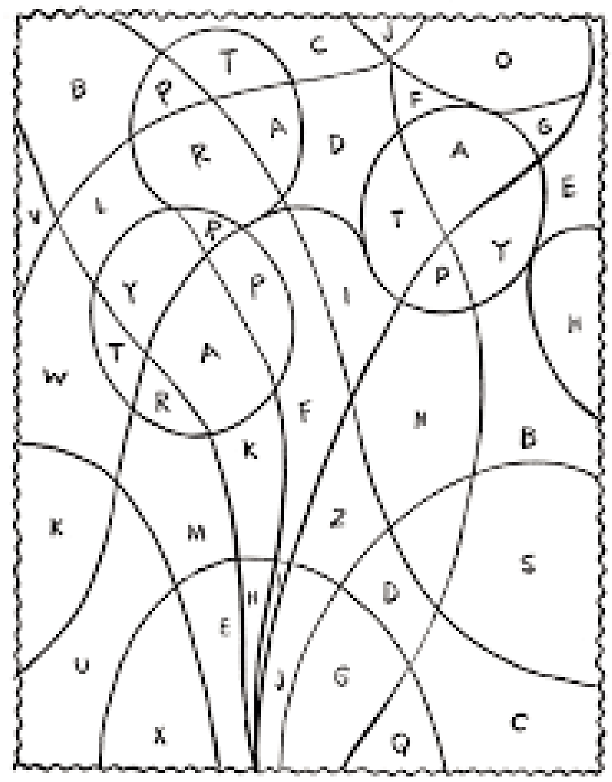
వెంటనే కోమలి ధైర్యంగా వాళ్ళ మామయ్య వైపు చూస్తూ, "ముమ్మాటికి అదే నిజం మామయ్యగారు. నేను మీకు ఎన్నోసార్లు ఈ విషయం గురించి చెప్పాలని అనుకున్నా కూడా భయంతో చెప్పలేకపోయాను. కానీ ఇవాళ నా కొడుకు ఇంత చిన్న వయసు నుంచి డబ్బు చూసి మనుషులతో మసులుకుంటుంటే, పెద్దయ్యాక డబ్బులు లేకపోతే సాటి మనిషిని పట్టించుకోకుండా ఉండే అంతగా దిగజారిపోతాడేమో అని భయమేసింది" అని చెప్పింది.

రాజారాం ఆవేశంగా "నేను పెద్దవాడిని, నువ్వు చిన్నదానివి. అలాంటిది నాకు నీతులు చెప్తున్నావా? నేను మాట్లాడింది తప్పు అంటావా?" అని అడిగాడు.

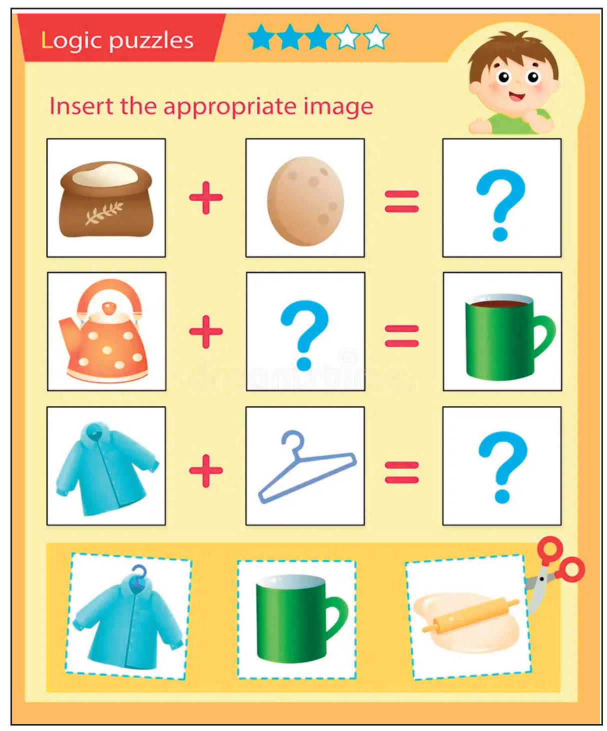
"మంచి చెడు చెప్పడానికి ఏజ్ తో సంబంధం లేదు నాన్న. తెలియని విషయం తెలుసుకోవడంలో తప్పు లేదు. తప్పుని తెలియజేయడం తప్పు అసలే కాదు" అని అన్నాడు.

"అంటే మీరిద్దరూ అప్పుడే నాకు చెప్పే అంతటి వాళ్ళు అయ్యారా? అన్ని తెలిసిన నాకంటే, నా వెనుక పుట్టిన మీకే బాగా తెలుసా?" అని కన్నెర్ర చేసి అడిగాడు రాజారాం.

కోమలి అంతే ఆత్మస్థైర్యంతో నిలబడి, "మీరు ఎలాగైనా అనుకోండి. నాకు నా కొడుకు భవిష్యత్తు ముఖ్యం. మీరు ఎలా పెరిగారు, ఎలాంటి పద్ధతులను పాటించారో... అదే పద్ధతిని నేను పెళ్ళయినప్పటి నుంచి అనుసరిస్తూ వచ్చాను. కానీ నా బిడ్డ విషయానికి వచ్చేసరికి, వాడి భవిష్యత్తు కోసం ఖచ్చితంగా మంచి దారిని ఎంచుకుంటాను" అని చెప్పింది.



Color the sections marked with these letters: P A R T Y



రాజారాం కోపంగా కిషోర్ వైపు చూసి, "నా మాటకు మాట సమాధానం చెబుతుంది నీ భార్య" అని అన్నాడు.

కిషోర్ కూడా పైకి లేచి, "కోమలి అన్నదాంట్లో తప్పు ఏం కనిపించట్లేదు నాన్న. మీకు డబ్బు విషయంలో ఎలాంటి పట్టింపులు ఉంటాయో నాకు చిన్నప్పటినుంచి తెలుసు. మీ వల్ల నేను ఎన్నో సంతోషాలు కోల్పోయాను. అయినా ఇన్ని రోజులు మిమ్మల్ని ఏమి అడగలేదు. కాకపోతే ఈరోజు నా కొడుకు భవిష్యత్తు కూడా అలా అవుతుంటే చూస్తూ ఊరుకోలేము కదా? ఎప్పుడో ఒకసారి మార్పు రావాలి. అది ఈరోజు నుంచే మొదలవుతుంది" అని చాలా స్థిరంగా చెప్పాడు.

కిషోర్, కోమలి ఇద్దరూ రాజారాంకు ఎదురు తిరగడంతో అతను దానిని తట్టుకోలేకపోయాడు. పెద్ద గొడవ చేశాడు. ముందుటిలాగా కోమలి సైలెంట్గా ఊరుకోలేదు.

పెళ్ళి అయినప్పటి నుండి డబ్బుకు విలువ ఇచ్చే మాటలు విని విని విసిగిపోయినా, నోరు మెదపలేదు కోమలి. కానీ కొడుకు కోసం ముందడుగు వేసి, ధైర్యంగా వాళ్ళ మామయ్యగారి ఆలోచనలకు ఎదురు నిలబడి, సరైన మార్గంలో తన కొడుకును నడిపించి, రేపటి భవిష్యత్తుకు ఒక మంచి పౌరుడిని సిద్ధం చేయడం మొదలుపెట్టింది.

ఒక మనిషి ఆలోచనలు చాలా ఉన్నతంగా ఉండాలంటే, అతను చుట్టూ ఉండే మనుషులు, పెరిగే వాతావరణం చాలా బాగా ప్రభావితం చేస్తాయని కోమలికి అర్థం అయ్యింది.

– మౌనిక. పేర్ల

ఆఫర్ల మాయలో అప్పుల ఊబి

మనసు వెనుక మర్మం

నేటి సమాజంలో "క్రేజీ ఆఫర్స్" అనే మాట ఒక మత్తుమందులా మారింది. "బంపర్ డిస్కౌంట్", "బై వన్ గెట్ వన్ ఫ్రీ", "లిమిటెడ్ పీరియ డ్ ఆఫర్" వంటి పదాలు వినిపిస్తేచాలు, మనసులో ఏదో తెలియని ఉద్వే గం. అవసరం లేకపోయినా, ప్లాన్ చేయకపోయినా ఏదో ఒకటి కొనేయాలన్న తపన. ఈ మోజులో పడి, అగాధంలో పడుతున్నజనాలు...

అసలు ఈ కొనుగోలు వ్యసనం వెనుక ఉన్న మనస్తత్వం ఏమిటి?

ఆడవారి చీరలు, నగలు, కాస్మెటిక్స్ మోజు: "నేను కూడా అందంగా ఉండాలి" : సీతారామయ్య గారి భార్య లక్ష్మికి చీరలంటే పిచ్చి. ఏ షాపులో కొత్త ఆఫర్ వచ్చినా, ఆన్లైన్లో "ఫ్లాష్ సేల్" అని కనిపించినా వెంటనే ఆర్డర్ పెట్టేస్తుంది. ఆమెకు ఇప్పటికే అల్మారా నిండా చీరలున్నాయి. అయిన ప్పటికీ, "ఈ డిజైన్ లేదు", "ఈ రంగు లేదు" అంటూ ఏదో ఒక కారణం చెప్పి కొనేస్తుంది. పక్కింటి పద్మ మెడలో కొత్త నెక్లెస్ చూస్తే, అలాంటిది తనకూ కావాలి అని మనసు పడుతుంది.

మానసిక విశ్లేషణ:

ఆడవారిలో ఈ ప్రవృత్తికి అనేక కారణాలున్నాయి.

సామాజిక పోలిక (Social Comparison): ఇతరులు ధరించేవి, ఉపయోగించేవి చూసి తమకూ ఉండాలి అనే కోరిక బలంగా ఉంటుంది. "వారు అంత బాగున్నారు, నేను కూడా బాగుండాలి" అనే భావన.

ఆత్మవిశ్వాసం పెంచుకోవడం: కొత్త దుస్తులు, నగలు, కాస్మెటిక్స్ ధరించడం ద్వారా తమ అందం పెరుగుతుందని, అది తమ ఆత్మవిశ్వా సాన్ని పెంచుతుందని నమ్ముతారు.

అంగీకారం (Acceptance): ఫ్యాషన్ ట్రెండ్స్ను అనుసరించడం ద్వారా సమాజంలో అంగీకారం పొందుతామని, వెనుకబడిపోమనే భావన ఉం టుంది.

మానసిక ఒత్తిడి తగ్గించుకోవడం: కొందరికి షాపింగ్ అనేది మానసిక ఒత్తిడిని తగ్గించుకునే మార్గంగా మారుతుంది. తాత్కాలిక సంతోషాన్నిస్తుంది.

పిల్లల చిరుతిళ్ళు: "నా స్నేహితుడి దగ్గర అది ఉంది"

అరుణ్ ఐదో తరగతి చదువుతున్నాడు. పాఠశాల క్యాంటీన్లో "కొత్త చాక్లెట్" వచ్చిందని స్నేహితులు చెబితే చాలు, దాన్ని కొనడానికి తండ్రిని వేధిస్తాడు. ఇంట్లో స్నాక్స్ ఉన్నా, టీవీలో వచ్చే కొత్త బిస్కెట్ యాడ్ చూస్తే, అది తనకు కావాలంటూ ఏడుస్తాడు.

మానసిక విశ్లేషణ:

తక్షణ సంతృప్తి (Instant Gratification): పిల్లలకు తక్షణ కోరికలను తీర్చుకోవాలనే తపన ఎక్కువ. ప్రకటనలు, స్నేహితుల ప్రభావం దీనికి తోడవుతాయి.

పియర్ ప్రెషర్ (Peer Pressure): తమ స్నేహితులు కలిగి ఉన్న వస్తువు లను తాము కూడా కలిగి ఉండాలనే ఒత్తిడి. లేకపోతే తాము తక్కువ అని భావిస్తారు.

తల్లిదండ్రుల ప్రేమ: పిల్లల కోరికలు తీర్చడం ద్వారా తమ ప్రేమను వ్యక్తపరు-స్తున్నామని తల్లిదండ్రులు భావించడం.

యువత వాహనాలు, సెల్ ఫోన్లు: "స్టేటస్ సింబల్"

రవికి ఉద్యోగం వచ్చి ఆరు నెలలైంది. చేతికి జీతం రాగానే కొత్త బైక్ కొనాలని ఆలోచిస్తున్నాడు. తన స్నేహితులందరి దగ్గర మంచి బైకులు, ఖరీదైన సెల్ ఫోన్లు ఉన్నాయి. తన దగ్గర లేకపోతే "నేను తక్కువ" అనే భావన. తనకు బైక్ అవసరం లేకపోయినా, కేవలం "స్టైల్" కోసమే కొనేందుకు సిద్ధపడతాడు.

గుర్తింపు కోరిక **(Need for Recognition)**: యువతలో తమకంటూ ఒక గుర్తింపు ఉండాలి, ఇతరులు తమను గుర్తించాలి అనే కోరిక బలంగా ఉం టుంది. ఖరీదైన వస్తువులు ఈ గుర్తింపును తెస్తాయని నమ్ముతారు.

సామాజిక స్థాయి (%ాశీఎఱుశ్రీ గ్ఫబం%): ఖరీదైన వస్తువులు కలిగి ఉ ఒడటం ద్వారా తమ సామాజిక స్థాయి పెరుగుతుందని భావిస్తారు. ఇవి వారికి "స్టేటస్ సింబల్స్"గా పనిచేస్తాయి.

ట్రెండ్స్ ను అనుసరించడం: సాంకేతికతలో వస్తున్న కొత్త ఆవిష్కరణలను, ఫ్యాషన్ ట్రెండ్స్ను అనుసరించాలనే తపన.

తక్కువ ఆత్మవిశ్వాసం: కొందరికి తమ ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంచుకోవడానికి ఖరీదైన వస్తువులు ఒక సాధనంగా ఉపయోగపడతాయి.

మగవారి బెట్టింగ్ లు, వెరైటీ ఆహారం: "ఉత్తేజం, కొత్తదనం"

సురేష్కు క్రికెట్ బెట్టింగ్లంటే మోజు. మొదటిసారి సరదాగా రూ.100 పెట్టాడు. అదృష్టవశాత్తు గెలిచాడు. అప్పుడు కలిగిన ఆనందం, ఉత్సాహం మళ్లీ మళ్లీ బెట్టింగ్ పెట్టేలా ప్రోత్సహించింది. నష్టపోయినా, "తర్వాత కవర్ చేయొచ్చు" అని ఆలోచిస్తాడు. అలాగే, కొత్తగా ఏదైనా రెస్టారెంట్ తెరిస్తే, వెరైటీ ఫుడ్ అని వినిపిస్తే చాలు, ఎంత ఖర్చైనా పర్వాలేదు అనుకుని వెళ్తాడు.

ఆనందం మరియు ఉత్తేజం (Pleasure and Excite-ment): బెట్టింగ్, కొత్త అనుభవాలు వారికి తక్షణ ఆనందాన్ని, ఉత్తేజాన్ని కలిగిస్తాయి.

అడ్రినలిన్ రష్ (Adrenaline Rush): గెలుపు/ఓటమిలో ఉన్న ఉత్కంఠ, తెలియనితనం ఒక రకమైన అడ్రినలిన్ రష్ను ఇస్తుంది.

డైలీ నుండి తప్పించుకోవడం: కొందరు తమ రోజువారీ జీవితంలోని ఏక రూపత నుండి తప్పించుకోవడానికి కొత్త అనుభవాలను కోరుకుంటారు.

సాహస కోరిక: కొత్తదనం, సాహసాలు చేయాలనే కోరిక కూడా దీని వెనుక ఉంటుంది.

విహారాలు, అవసరం లేకపోయినా కొనడం: "అనుభూతుల కోసం ఆరాటం"

రాము, సీత దంపతులు. తమ ఆర్థిక పరిస్థితి అంతంతమాత్రమే అయినా, సోషల్ మీడియాలో స్నేహితులు విదేశీ పర్యటనల ఫోటోలు పెడితే, వారూ వెళ్లాలని కోరుకుంటారు. "ఈ అనుభవం కోల్పోకూడదు" అనే భావనతో అప్పు చేసి మరీ వెళ్తారు. ఇంట్లో ఇప్పటికే డెకరేషన్ వస్తువులు ఉన్నా, మార్కెట్లో కొత్తది చూస్తే "ఇది ఉంటే ఇల్లు ఇంకా అందంగా ఉంటుంది" అని కొనేస్తారు.

మానసిక విశ్లేషణ:

FOMO (Fear Of Missing Out%): ఏదైనా మంచి అనుభవాన్ని లేదా వస్తువును కోల్పోతామేమోననే భయం. ఇతరులు ఆస్వాదిస్తున్న దాన్ని తాము కూడా ఆస్వాదించాలనే కోరిక.

అనుభూతుల కోరిక (Experiential Consumption): వస్తువుల కంటే అనుభవాలకు ఎక్కువ ప్రాధాన్యత ఇవ్వడం. ప్రయాణాలు, ఈవెంట్లు దీని కిందికి వస్తాయి.

ఆత్మగౌరవం (Self-Esteem): కొన్నిసార్లు, తాము మంచి జీవితాన్ని గడుపుతున్నామని, తమకు ఆర్థిక స్థోమత ఉందని ఇతరులకు చూపించుకోవాలనే కోరిక.

ప్రకటనల ప్రభావం: ప్రకటనలు వస్తువులను కేవలం వస్తువులుగా కాకుండా, ఒక జీవనశైలిగా, ఒక అనుభూతిగా ప్రచారం చేస్తాయి.

ఈ వ్యసనం నుండి బయటపడటం ఎలా?

ఈ కొనుగోలు వ్యసనం కేవలం ఆర్థిక సమస్యలకు దారి తీయడమే కాదు, మానసిక ఆరోగ్యం పైనా తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుంది. అప్పుల ఊబిలో కూరుకుపోవడం, నిరంతరం చింతించడం, సంబంధాలు దెబ్బతినడం వంటివి సంభవించవచ్చు.

ముందుకు వెళ్లే మార్గం:

స్వీయ అవగాహన (Self-Awareness): అసలు నేను ఎందుకు కొంటున్నాను? ఇది నాకు నిజంగా అవసరమా? అని ప్రశ్నించుకోవడం.

బడ్జెట్ ప్రణాళిక: నెలవారీ ఖర్చులకు ఒక బడ్జెట్ వేసుకోవడం. అనవసరమైన కొనుగోళ్లను గుర్తించడం.

కోరికలు, అవసరాల మధ్య వ్యత్యాసం: కోరికలు తాత్కాలిక సంతోషాన్ని ఇస్తే, అవసరాలు దీర్ఘకాలిక ప్రయోజనాలను ఇస్తాయి. ఈ వ్యత్యాసాన్ని అర్థం చేసుకోవడం.

ప్రకటనల పట్ల అప్రమత్తత: ప్రకటనలు మన బలహీనతలను ఎలా ఉ పయోగించుకుంటాయో తెలుసుకోవడం.

తక్షణ సంతృప్తిని వాయిదా వేయడం: ఏదైనా కొనాలనిపించినప్పుడు, వెంటనే కొనేయకుండా కొంత సమయం వేచి చూడటం.

ప్రత్యామ్నాయాలపై దృష్టి: షాపింగ్కు బదులు ఇతర ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లను అలవర్చుకోవడం. (పుస్తకాలు చదవడం, వ్యాయామం చేయడం, స్నేహితులతో సమయం గడపడం).

సోషల్ మీడియా ప్రభావం తగ్గించుకోవడం: ఇతరుల జీవితాలతో తమను తాము పోల్చుకోవడం మానేయడం.

మానసిక నిపుణుల సహాయం: కొనుగోలు వ్యసనం తీవ్రంగా ఉంటే, మానసిక నిపుణులను సంప్రదించడం మంచిది.

ఆఫర్ల మాయలో పడి మన ఆర్థిక భవిష్యత్తును అగాధంలోకి తోయకుండా, మనసును అదుపులో ఉంచుకోవడమే నిజమైన పొదుపు, నిజమైన సంతోషం!

డా.హిప్నో పద్మా కమలాకర్
కౌన్సెలింగ్ సైకో థెరపిస్ట్, హిప్నో థెరపిస్ట్
, 9390044031

భారతీయ పోర్ట్ ఫోలియోలపై 'డైవర్సి ఫైడ్ మ్యూచువల్ ఫండ్స్ ఆధిపత్యం

డైవర్సిఫైడ్ మ్యూచువల్ ఫండ్స్ అనేది విస్తృత విభాగం, ఇది మార్కెట్ రిస్క్ను తగ్గించడానికి వ్యూహంగా వైవిధ్యతను ఉపయోగించే మ్యూచువల్ ఫండ్లను కలిగి ఉంటుంది.

డైవర్సిఫైడ్ మ్యూచువల్ ఫండ్లు మ్యూచువల్ ఫండ్(ఎంఎఫ్) పోర్ట్ఫోలియోలలో పెద్ద వాటా కలిగి ఉన్నాయని, వాటికి ఇప్పటికీ చాలా డిమాండ్ ఉందని ఇటీవలి ఏఎంఎఫ్ఐ నివేదిక సూచిస్తుంది. హైబ్రిడ్ ఫండ్లు, ఫ్లెక్సీ-క్యాప్ ఫండ్లు మరియు స్మాల్-క్యాప్ ఫండ్లు డైవర్సిఫైడ్ ఫండ్ల పరిధిలోకి వస్తాయి.

డైవర్సిఫైడ్ మ్యూచువల్ ఫండ్స్ రకాలు

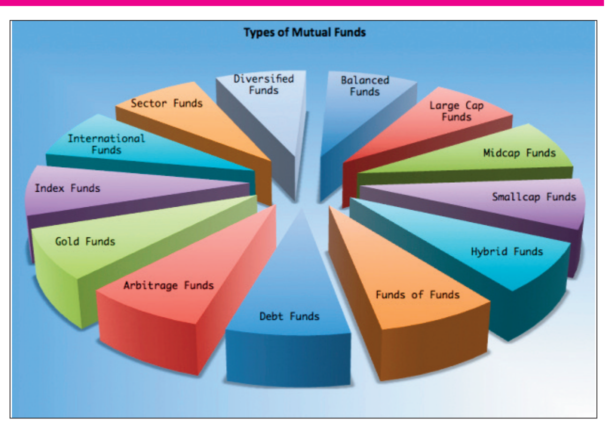
డైవర్సిఫైడ్ మ్యూచువల్ ఫండ్స్ ఈక్విటీ-ఫోకస్డ్ లేదా డెట్ లేదా హైబ్రిడ్ కావచ్చు. సాధారణంగా, చాలా డైవర్సిఫైడ్ ఫండ్స్ ఈక్విటీ-ఓరియెంటెడ్ లేదా హైబ్రిడ్ స్వభావం కలిగి ఉంటాయి. వాటిలో ప్రముఖమైనవి మల్టీ-క్యాప్ ఫండ్స్, ఫ్లెక్సీ-క్యాప్ ఫండ్స్, లార్జ్-క్యాప్ ఫండ్స్, స్మాల్- మరియు మీడియం-క్యాప్ ఫండ్స్, మల్టీ-అసెట్ కేటాయింపు ఫండ్స్ , ఇండెక్స్ ఫండ్స్.

డైవర్సిఫైడ్ కేటాయింపు

అధిక వృద్ధి సామర్థ్యం , తక్కువ రిస్క్ కారణంగా డైవర్సిఫైడ్ ఫండ్స్ పెట్టుబడిదారుల నడుమ ప్రసిద్ధి చెందాయి. ఈ డైవర్సిఫైడ్ ఆస్తి కేటాయింపు, ఫండ్ హౌస్లకు కేంద్రీకరణ ప్రమాదం నివారించడానికి సహాయపడుతుంది. క్రెడిబుల్ రిస్క్ తగ్గింపు విధానాన్ని నిర్వహిస్తుంది.

బ్యాలెన్స్ పోర్ట్ఫోలియో

డైవర్సిఫైడ్ ఫండ్స్ వాటి పెట్టుబడుల పంపిణీ స్వభావం కారణంగా మార్కెట్ అస్థిరతను సమర్థవంతంగా తట్టుకోగలవు.



అధిక వృద్ధి సంభావ్యత

పెట్టుబడుల విస్తరణ మార్కెట్ విస్తృత-ఆధారిత ర్యాలీని చూసినప్పుడల్లా, అది అద్భుతమైన వృద్ధిని , మంచి రాబడిని పొందుతుందని కూడా నిర్ధారిస్తుంది.

నష్టాలను పరిమితం చేయడం

ఈక్విటీ వంటి వృద్ధి-ఆధారిత ఆస్తులను , బాండ్లు , బంగారం వంటి స్థిరమైన ఆస్తులను సర్దుబాటు చేయడం ద్వారా, డైవర్సిఫైడ్ ఫండ్లు, ముఖ్యంగా హైబ్రిడ్ ఫండ్లు, సంభావ్య నష్టాలను పరిమితం చేస్తూ వాటి రాబడిని మెరుగు పరచగలవు.

ప్రొఫెషనల్ మేనేజ్మెంట్

చాలా డైవర్సిఫైడ్ ఫండ్లు స్టాక్ విశ్లేషణ , మార్కెట్ పరిశోధనలో మంచి జ్ఞానం , నైపుణ్యం ఉన్న నిపుణులచే నిర్వహించబడతాయి. పెట్టుబడిదారుల డబ్బు సురక్షితంగా ఉందని మరియు మొత్తం మూలధనం తుడిచిపెట్టుకుపోయే అవకాశం లేదని కూడా ఇది తెలియజేస్తుంది.

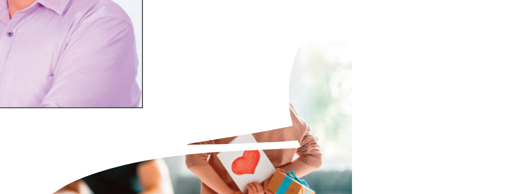
బహుళ ఆస్తులలో పెట్టుబడి పెట్టడం

మీరు వైవిధ్యభరితమైన మ్యూచువల్ ఫండ్ను ఎంచుకున్నప్పుడు, ఒకే పెట్టుబడి ద్వారా బహుళ ఆస్తులలో పెట్టుబడి పెట్టే అవకాశాన్ని కూడా ఇది అందిస్తుంది.

దీర్ఘకాలిక లక్ష్యాలకు మంచిది

డైవర్సిఫైడ్ ఈక్విటీ ఫండ్లు దీర్ఘకాలిక లక్ష్యాలకు అనుకూలంగా ఉంటాయి, ఎందుకంటే అవి గణనీయమైన ఈక్విటీ భాగాన్ని కలిగి ఉంటాయి. డైవర్సిఫైడ్ హైబ్రిడ్ ఫండ్లు లేదా డెట్ ఫండ్ల విషయంలో, వాటిని స్వల్పకాలిక లక్ష్యాల కోసం కూడా ఉపయోగించవచ్చు.

హరీష్ వి
కమోడిటీ రీసెర్చ్ హెడ్,
జియోజిత్ ఇన్వెస్ట్మెంట్స్ లిమిటెడ్



తల మరియు మెడ క్యాన్సర్ నివారణకు వ్యూహాలు

డా. ఓవిఎమ్ఎమ్ఐ రాఘవేంద్ర హర్ష
కన్సల్టెంట్ సర్జికల్ ఆంకాలజిస్ట్, హెచ్ సిజి కేన్సర్ సెంటర్
విజయవాడ

భారతదేశంలో తల మరియు మెడ క్యాన్సర్లుఅందులోనూ నోటి లోపలి భాగం, గొంతు, స్వరపేటిక, ముక్కు మార్గాలు మరియు లాలాజల గ్రంథులు ప్రభావితమయ్యే క్యాన్సర్లుతక్కువ ప్రాధాన్యత కలిగినప్పటికీ ఒక తీవ్రమైన ప్రజారోగ్య సమస్యగా నిలుస్తున్నాయి.ఇందులో నోటి క్యాన్సర్ అనేది భారతీయ పురుషులలో అత్యధికంగా కనిపించే క్యాన్సర్ల లో ఒకటి, దీని ప్రధాన కారణాలు తంబాకు మరియు మద్యం వాడకమే.

దురదృష్టవశాత్తూ, ప్రారంభ లక్షణాలు తరచూ నిర్లక్ష్యంగా వదిలేయ బడతాయి లేదా తప్పుగా అర్థం చేసుకుంటారు. దీంతో నిర్ధారణ ఆలస్యం అవుతుంది. చాలా మంది రోగులు తగిన చికిత్సకు గడువు మించిపో యిన తర్వాతే ఆసుపత్రులకు చేరుతారు. ఇది చికిత్సా అవకాశాలను తగ్గించడమే కాకుండా, రికవరీపై ప్రభావం చూపుతుంది.

ప్రారంభ లక్షణాలను గుర్తించడం: తల మరియు మెడ క్యాన్సర్ను తొందర గా గుర్తించడం చికిత్స విజయాన్ని పెంచగలదు. ఈ క్యాన్సర్ల ప్రారంభ లక్షణాలు సున్నితమైనవిగా ఉండి చాలాసార్లు గమనించకుండా పోతాయి.

ఉదాహరణకు:

మానని గాయాలు : నోటిలో ఎరుపు లేదా తెలుపు మచ్చలు, మింగుటలో ఇబ్బంది, స్వర మార్పులు, మెడలో గడ్డి వలె ఉండే కట్టు, తక్కువ సమయంలో బరువు తగ్గడం, ఒకవైపు చెవిలో నొప్పి

ఇలాంటి లక్షణాలు కొన్ని వారాలు లేదా నెలల పాటు ఉండవచ్చు. కాని, నియమిత ENT లేదా డెంటల్ చెకప్ మిస్ అవడం వల్ల వీటిని గమనించకుండా ఉండే ప్రమాదం ఉంది.

ప్రధాన కారణం: ఈ లక్షణాలను తాత్కాలిక సమస్యలుగా తీసుకుని నిర్ల క్ష్యం చేయడమే. ముఖ్యంగా తంబాకు చప్ప chew చేసే వారు, నోటిలో మార్పులను తమ అలవాట్లతో మామూలుగానే సంబంధపెట్టి పట్టించు కోరు. ఈ విభేధాన్ని తొలగించేందుకు రోగులకు మరియు ప్రాథమిక ఆరోగ్య కార్యకర్తలకు లక్షణాలపై అవగాహన కల్పించడం చాలా అవసరం.

ప్రమాదం లో ప్రజ : భారతదేశంలో తంబాకుధూమపానం లేదా నమలటం రెండింటిలోనూతల మరియు మెడ క్యాన్సర్లకు ప్రధాన కారణం. మద్యం కూడా ఇది ఎలాంగ్ సైడ్ వాడినప్పుడు ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. ఇదే సమయంలో, హ్యూమన్ పాపిలోమా వైరస్ మూలంగా వచ్చే గొంతు క్యాన్సర్లు పెరుగుతున్నాయి. అలాగే దుర్వ్విని యోగ గునపాలు, శుభ్రత లోపం మరియు దీర్ఘకాలిక సూర్య కాంతి అభివృద్ధికి కారణం అవుతున్నాయి.

అత్యధిక ప్రమాదంలో ఉన్నవారు మధ్య వయస్సు పురుషులు, కానీ ఇటీవలి కాలంలో చిన్న వయస్సులోనే దీర్ఘకాలిక తంబాకు, మద్యం వాడకం వల్ల య-ువతలో కూడా ఈ వ్యాధి పెరుగుతోంది.

HPV ఆధారిత క్యాన్సర్లు తరచూ తంబాకు వాడకం లేనివారిలో కనిపించడం ద్వారా ఈ వ్యాధి స్వరూపం మారుతోందని స్పష్టమవుతోంది.

నిర్ధారణ మరియు దశల నిర్ధారణ

ఈ క్యాన్సర్ అనుమానం వచ్చినప్పుడు ఈఎన్టి నిపుణులు లేదా ఆంకాల జిస్ట్ నుంచి పూర్తిస్థాయి పరిశీలన అవసరం.

నిర్ధారణకు వీలైన పరీక్షలు:

శారీరక పరీక్ష, ఎండోస్కోపీ, సిటి లేదా ఎంఆర్ఐ వంటి ఇమేజింగ్, బయోప్సీ వీటితో నిర్ధారణ అయిపోయిన తర్వాత, వాస్తవ దశను గుర్తించ డం అనేది సరైన చికిత్సా ప్రణాళిక రూపొందించేందుకు అత్యంత కీలకం.

చికిత్సా విధానాలు: బహుళ విభాగాల సమన్వయం

తల మరియు మెడ క్యాన్సర్లకు సరైన చికిత్స అనేది సంబంధిత నిపుణుల సమిష్టి భాగస్వామ్యంలోనే సాధ్యమవుతుంది.

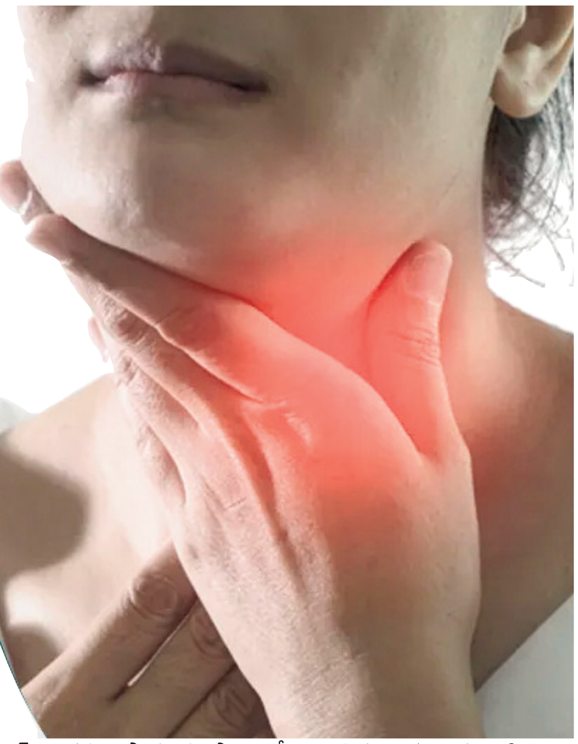
క్యాన్సర్ స్థానం మరియు దశ ఆధారంగా: శస్త్రచికిత్స (సర్జరీ), రేడి యేషన్ఎ కెమోథెరపీ, లేదా ఈవన్నీ కలిపిన చికిత్స పద్ధతులు ఉపయో గిస్తారు. ఇంటెన్సిటీ మోడ్యులేటెడ్ రేడియేషన్ థెరపీ, లక్ష్యిత థెరపీ (టార్గెటెడ్ థెరపీ), మినిమలీ ఇన్వేసివ్ టెక్నిక్ లాంటి ఆధునిక పద్ధతులు చికిత్స క్షమతను పెంచాయి.రీకన్స్ట్రక్షన్ సర్జరీ కూడా కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది, ముఖ్యంగా తీవ్రమైన గడ్డలను తొలగించిన తర్వాత ముఖ ఆకృతి, మాటలు చెప్పడం, మింగడం వంటి వ్యవస్థల పునరుద్ధరణలో ఇది ముఖ్యమైనది.

పునరావాసం (రిహ్యాబిలిటేషన్) మరియు జీవన నాణ్యత : ఆధునిక ఆంకాలజీలో జీవిత నాణ్యత కూడా చికిత్స అంతట్లో భాగమే.

చికిత్స అనంతరం రోగి పునరావాసం కోసం: మాటల మరియు మింగు వ్యాయామం, పోషణ సలహాలు, మానసిక మరియు సామాజిక మద్దతు అవసరం. మళ్లీ క్యాన్సర్ రావడం చూసేందుకు కాకుండా, దీర్ఘకాలిక దుష్ప్రభావాలను ఎదుర్కొనడానికి కూడా నియమిత ఫాలో-అప్ అవసరం.

నివారణ మరియు స్క్రీనింగ్: తల మరియు మెడ క్యాన్సర్ల ప్రమాదాన్ని తగ్గించాలంటే అవగాహన చాలా ముఖ్యం.తంబాకు, మద్యం వాడకంపై స్పష్టమైన అవగాహన, వాటిని మానేందుకు మద్దతు, హై-రిస్క్ గ్రూపుల స్క్రీనింగ్ ఇవి అన్నీ వ్యాప్తిని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి.

సెల్ఫ్ ఎగ్జామినేషన్ (ముఖ్యంగా తంబాకు వాడే వారు) మరియు నియ మిత



డెంటల్ చెకప్లు ప్రారంభ స్థాయిలో క్యాన్సర్ను గుర్తించడానికి ఉపయోగపడతాయి. హెచ్పివి టీకా, ఇవాళ్టి వరకు సర్వికల్ క్యాన్సర్ నివారణకు మాత్రమే పరిగణించబడుతోంది. కానీ ఇది ఒరోఫారిం జియల్ క్యాన్సర్లకు కూడా రక్షణ కల్పించగలదు.దీన్ని జాతీయ టీకా కార్యక్రమాల్లో చేర్చడం ద్వారా రాబోయే సంవత్సరాల్లో క్యాన్సర్ స్థాయిలు తగ్గించే అవకాశం ఉంది.

మొత్తానికి: తల మరియు మెడ క్యాన్సర్లు తొలుత గుర్తిస్తే చికిత్సకు అనుకూలమైనవి. కానీ చాలా సందర్భాల్లో ఆలస్యం వల్ల బాధితులు సవాళ్లు ఎదుర్కొంటున్నారు.

విగిలెన్స్ (జాగ్రత్త) : డాక్టర్లు మరియు ప్రజల నుంచిమేలు చేసే మార్గం. ప్రారంభ లక్షణాలపై శ్రద్ధ, తక్షణ వైద్య పరీక్ష, మరియు సరైన చికిత్సతో ఈ క్యాన్సర్లను సమర్థవంతంగా ఎదుర్కొనవచ్చు. అవగాహన పెంపొందించడం, ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని ప్రోత్సహించడం అనేవి జీవితాలను రక్షించడంలో

పునరుద్ధరణకు ఇంధనం: రెడియేషన్ థెరపీ సమయంలో ఎలా తినాలి

రెడియేషన్ థెరపీ కేవలం శరీరాన్ని చికిత్స చేయదు, అది శరీరాన్ని ఒక కఠిన పరీక్షలో పడేస్తుంది. ఇది క్యాన్సర్ కణాలను నశింపజేసే పనిని చేస్తూనే, ఆరోగ్యకరమైన కణాలపైనా ఒత్తిడి పెడుతుంది. అలసట, విరామరహిత భావం, ఆకలి కోల్పోవడం, రుచి మార్పులు మొదలైన సమస్యలు తరచూ ఎదురవుతుంటాయి. చికిత్స మధ్యలో ఆహారం తినడం కూడా ఒక పెద్ద కష్టంగా మారిపోతుంది. సాధారణమైన భోజనం కూడా జీర్ణించుకోవడం కష్టమైపోతుంది. ఇలాంటి సమయంలో లక్ష్యం పర్ఫెక్ట్ డైట్ అనుసరించడంలో కాదు, శరీరాన్ని మెల్లిగా, మేనేజబుల్గా పోషించడమే లక్ష్యం. చికిత్స అనంతరం, ఆహారం శక్తికి మూలంగా మారుతుంది. అది శరీరాన్ని నయం చేయడాన్ని మద్దతు ఇస్తుంది. కొన్నిసార్లు అది రోగికి నియంత్రణలో ఉన్న కొద్ది విషయాల్లో ఒకటిగా కూడా భావించవచ్చు.

చిన్నగా మొదలుపెట్టండి, తరచూ తినండి

రెడియేషన్ శరీరాన్ని అలసిపోవేలా చేస్తుంది. ఆకలి సంకేతాలు కనిపించకపోవచ్చు. కానీ భోజనం మానేసే సమస్య అలసటను మరింత పెంచుతుంది. పెద్ద భోజనాలు తినడం కష్టంగా అనిపిస్తే, చిన్న చిన్న భోజనాలను రోజు పొడవునా తినడం మంచిది. డాల్ ఖిచ్డీ, పెరుగు అన్నం, మాష్ చేసిన కూరగాయలు లేదా ఫ్రూట్ స్మూతీలు వంటి సులబమైన ఆహారాలు జీర్ణానికి తేలికగా ఉంటాయి. ఘన ఆహారం తినడం కష్టం అయితే, లైట్ బ్రోథ్స్ లేదా పెసరట్టు వంటి లిక్విడ్ ఫార్ములా ఆహారం తీసుకోవచ్చు.

ఆహారం ద్వారా నయం పొందండి

రెడియేషన్ సమయంలో ప్రోటీన్ చాలా అవసరం. ఇది శరీర కణాల మరమ్మత్తుకు ఉపయోగపడుతుంది. మృదువుగా ఉడికించిన గుడ్లు, పెరుగు, పప్పులు, పన్నీర్, ఫిష్ లేదా చికెన్ (తగ్గకుండా ఉంటే) వాడవచ్చు. నమలడం కష్టంగా అనిపిస్తే, మాష్ చేసి లేదా ప్యూరీ రూపంలో తినండి.

తక్కువ మోతాదులో ఎక్కువ క్యాలరీలు పొందాలంటే, ఒక టీస్పూన్ నెయ్యి లేదా నూనె చుక్కలు చాలు.

నీటి తాగడాన్ని నిర్లక్ష్యం చేయవద్దు

రెడియేషన్ వల్ల నోటిలో పొడితనమో, గొంతు నొప్పో లేదా జీర్ణ సమస్యలూ (డైరీయా) వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. ఇవి శరీరాన్ని నీరసం చేయవచ్చు. నిరంతరం నీళ్లు తాగడం అవసరం. కొబ్బరి నీరు, మజ్జిగ, నిమ్మరసం (ఉప్పుతో), హెర్బల్ టీలు తాగొచ్చు. రుచి మారినప్పుడు, నీళ్లు తాగడం ఇబ్బందిగా ఉంటే, వేడి లేత సూపులు మంచి ప్రత్యామ్నాయంగా ఉంటాయి.

సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ను ఎదుర్కొనండి – వాటికి విరుద్ధంగా పోరాడొద్దు

ప్రతి రోజు ఒకేలా ఉండదు. వికారం ఉన్న రోజుల్లో పొడి ఆహారాలు ం ముర్మురలు, టోస్ట్, ప్లెయిన్ బిస్కెట్లు %-% మెరుగుగా పడతాయి. నోరు బాగా నొప్పిగా అనిపిస్తే, మెత్తని ఆహారాలు %-% ఎక్కువ ఉడికించిన అన్నం, మాష్ కూరగాయలు, నానబెట్టిన అటుకులు తినడం మంచిది. ఎక్కువ మసాలా లేదా వేడి ఆహారం తగ్గించండి.

బరువు తగ్గడం – సహజమే కాని అప్రమత్తంగా ఉండాలి

చికిత్స సమయంలో ఆకస్మికంగా బరువు తగ్గడం సాధారణమే. కానీ అది వేగంగా జరుగుతుంది. బట్టలు లూజ్ అయ్యిపోతే లేదా తినడం కష్టంగా అనిపిస్తే, వెంటనే చర్యలు తీసుకోవాలి. న్యూట్రిషన్ షేక్స్ లేదా మీల్ రీప్లేస్మెంట్లు ఉపయోగపడతాయి, కానీ ఇవన్నీ వైద్యుడి సూచన తర్వాత మాత్రమే వాడాలి.

ప్రతి రోజు ఒకేలా ఉండదని గుర్తుంచుకోండి

రోజువారీ మనసు పరిస్థితి, ఆకలి, రుచి మారవచ్చు. నిన్న నచ్చిన ఆహారం, ఇవాళ అసహనంగా అనిపించొచ్చు. కఠినమైన డైట్ ప్లాన్ను అనుసరించే బదులు, అవసరాన్ని బట్టి మార్పులు చేసుకోండి. ముఖ్యమైనది ఏంటంటే ం పోషకాహారం నిరంతరం అందించడం, పర్ఫెక్షన్ కోసం శరీరాన్ని పీడించకపోవడం.

ఆన్లైన్లో కనిపించే డైట్ మాయాజాలానికి లోనవద్దు

జ్యూస్ క్లెన్స్, ఎక్స్ట్రీమ్ డైట్లు వంటి చాలా సలహాలు ఇంటర్నెట్లో చూస్తాం. కానీ ఇవి అన్ని సందర్భాల్లో పనిచేయవు. ముఖ్యంగా చికిత్సలో ఉన్నవారికి ఇవి హానికరం కూడా కావచ్చు. వైద్య సలహా లేకుండా మేజర్ డైట్ మార్పులు చేయడం ప్రమాదకరం. ఈ సమయంలో సాదా, తేలికపాటి భోజనం చేయడం ఉత్తమం.

ఒత్తిడి లేకుండా పోషణ

రెడియేషన్ థెరపీ తక్కువగా ఉండదు. ఆహారం దాన్ని మరింత కష్టంగా చేయకూడదు. ఇది ప్రతి లక్షణాన్ని తొలగించకపోయినా, రోజులు కొద్దిగా సునాయాసంగా ఉండేందుకు, శరీరానికి బలం ఇవ్వడంలో సహాయపడుతుంది. అదనంగా ఒక చెంచా అన్నం, ఒక గ్లాస్ మజ్జిగ, కొద్దిగా నానబెట్టిన డ్రై ఫ్రూట్స్ – ఇవి చిన్న మార్పులే అయినా, శరీరాన్ని మద్దతుగా నిలబడతాయి.

ఏ ఆహారం తినాలో, ఎంత తినాలో స్పష్టత లేకుంటే, న్యూట్రిషనిస్ట్ను కలవడం ఉత్తమం. సరైన మార్గదర్శకంతో, ఆహారం భయం కాదు – నయం చేసే మౌన సహచారి అవుతుంది.

డా. విజయ్ ఆదిత్య యదారాజు,
రేడియేషన్ ఆంకాలజీ కన్సల్టెంట్,
హెచ్ సిజి కాన్సర్ హాస్పిటల్, విశాఖపట్నం

నేటి దినపత్రిక సూర్య www.suryaa.com

స్నేహసంబంధాలలో

డిజిటల్ పోకడలు

(డిజిటల్ ఎరా 2.0)

నేటి డిజిటల్ ల్యాండ్స్కేప్లో, మన స్నేహాలు అత్యంత వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్నాయి. ఇంకా చెప్పాలంటే మన స్నేహాలు డిజిటల్ యుగానికి అనుగుణంగా మారుతున్నాయి. అయితే, ఈ పరిణామం మనని వేరుచేసినట్లొ, దూరం మరియు ఒంటరితనం యొక్క భావనకు దారితీసింది. మనం నిరంతరం మన పరికరాలకు (డివైసెస్ కి కనెక్ట్ ఐ ఉంటాము) అనుసంధానించబడి ఉంటాము, అయినప్పటికీ తరచుగా ఒంటరిగా మరియు అత్యంత ముఖ్యమైన వ్యక్తుల నుండి డిస్కనెక్ట్ అంటే ఒకరకముగా దూరము అయినట్లు భావిస్తాము.

"స్నేహితుడు అంటే ఏమిటి? రెండు శరీరాలలో నివసించే ఒకే ఆత్మ." – అరిస్టాటిల్

"స్నేహితులు అంటే మనం మనకోసం ఎంచుకునే కుటుంబం." – ఎడ్నా బుకానన్

సాంకేతికత (టెక్నాలజీ) మన జీవితాల్లో అంతర్భాగంగా మారింది మరియు స్నేహాలపై దాని ప్రభావం బహుముఖంగా ఉంటుంది. ఇది కనెక్షన్ మరియు కమ్యూనికేషన్ కోసం అవకాశాలను అందిస్తుంది, అయితే ఇది సంబంధాలను మరింతగా పెంచుకోవడానికి కూడా సవాళ్లను కలిగిస్తుంది. ఈ డైనమిక్స్ గురించి తెలుసుకోవడం ద్వారా, మన స్నేహాలను పెంపొందించుకోవడానికి సాంకేతికతను ఉపయోగించుకోవచ్చు.

స్నేహం యొక్క ప్రయోజనాలు: స్నేహాలు మన శ్రేయస్సుకు చాలా అవసరం, వీటిని అందిస్తాయి:

భావోద్వేగ మద్దతు: స్నేహితులు మన మాటలు వినటానికి సిద్ధంగా ఉంటూ,మనం మనస్ఫూర్తిగా ఏడవడానికి స్వేచ్ఛ, మద్దతు మరియు సహాయక ఉనికిని అందిస్తారు.

సామాజిక సంబంధాలు: స్నేహితులు మనం ఇతరులతో కనెక్ట్ అవ్వడానికి సహాయం చేస్తారు, ఒంటరితనం మరియు ఒంటరితనం యొక్క భావాలను తగ్గిస్తారు.

వ్యక్తిగత పెరుగుదల: స్నేహితులు కొత్త విషయాలను ప్రయత్నించడానికి, మనల్ని మనం సవాలు చేసుకోవడానికి మరియు వ్యక్తులుగా ఎదగడానికి మనల్ని ప్రోత్సహిస్తారు.

అరిస్టాటిల్ చెప్పినట్లుగా, "స్నేహితుడు అంటే ఏమిటి? రెండు శరీరాలలో నివసించే ఒకే ఆత్మ." ఈ కోట్ స్నేహితుల మధ్య ఉ ండ గల లోతైన సంబంధం మరియు అవగాహనను నొక్కి చెబుతుంది.

స్నేహితుడు అంటే ఏమిటి?స్నేహితుడు అంటే మీకు బలమైన బంధం, పరస్పర విశ్వాసం మరియు ఆప్యాయత ఉన్న వ్యక్తి. స్నేహితులు అంటే ఒకరి శ్రేయస్సు గురించి ఒకరు శ్రద్ధ వహించే, జీవితంలోని ఒడిదుడుకులలో ఒకరినొకరు ఆదరించే మరియు కలిసి సమయాన్ని గడపడం ఆనందించే వ్యక్తులు.

స్నేహం అంటే ఏమిటి?స్నేహం అనేది ఇద్దరు వ్యక్తుల మధ్య సన్నిహితమైన, మద్దతు ఇచ్చే మరియు శాశ్వతమైన సంబంధం. ఇది పరస్పర విశ్వాసం, గౌరవం మరియు ఆప్యాయతపై నిర్మించబడింది మరియు అనుభవాలు, భావోద్వేగాలు మరియు ఆసక్తులను పంచుకోవడం ఉంటుంది. స్నేహాలు ఆనందం, ఓదార్పు మరియు మన జీవితాలకు చెందినవనే భావనను తెస్తాయి.

ఆరోగ్యంపై ప్రభావం:స్నేహాలు శారీరక మరియు మానసిక ఆరోగ్యం రెండింటిపై గణనీయమైన ప్రభావాన్ని చూపుతాయి. కొన్ని ప్రయోజనాలు చూద్దాము:

- ఒత్తిడి మరియు ఆందోళన తగ్గడం
- మానసిక ఆరోగ్యం మరియు మానసిక స్థితి మెరుగుపడటం
- అనుబంధం పెరగడం
- సవాళ్లను ఎదుర్కోవడానికి మద్దతు వ్యవస్థ
- ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లు మరియు ప్రవర్తనలకు ప్రోత్సాహం
- దీర్ఘాయువు పెరిగే అవకాశం

:రోజువారీ జీవిత శ్రేయస్సులో పాత్ర:మన దైనందిన శ్రేయస్సులో స్నేహితులు కీలక పాత్ర పోషిస్తారు:

- భావోద్వేగ మద్దతు మరియు వినే చెవిని అందించడం
- విభిన్నదృక్పథాలు మరియు సలహాలను అందించడం
- అనుభవాలను పంచుకోవడం మరియు జ్ఞాపకాలను సృష్టించడం
- మనం కనెక్ట్ అయినట్లు మరియు తక్కువ ఒంటరిగా ఉన్నట్లు భావించడంలో సహాయపడటం
- అవసరమైన సమయాల్లో మనకు మద్దతు ఇవ్వడం
- మన మొత్తం ఆనందం మరియు సంతృప్తి భావనను మెరుగుపరచడం

హెలెన్ కెల్లర్ చెప్పినట్లుగా, "వెలుగులో ఒంటరిగా నడవడం కంటే చీకటిలో స్నేహితుడితో నడవడం మంచిది." ఈ కోట్ సవాలుతో కూడిన సమయాల్లో కూడా మన పక్కన స్నేహితులు ఉం డటం యొక్క ప్రాముఖ్యతను హైలైట్ చేస్తుంది.

సూర్య
www.suryaa.com

:మంచి పాత రోజులు:
గతంలో, స్నేహాలు భాగస్వామ్య అనుభవాలు, ముఖాముఖి పరస్పర చర్యలు మరియు అర్థవంతమైన సంబంధాలపై నిర్మించబడ్డాయి. ప్రజలు గంటల తరబడి మాట్లాడుకోవడం, నవ్వడం మరియు ఒకరితో ఒకరు కథలు పంచుకునేవారు.

అప్పటిలో స్నేహాలు ఈ క్రింది వాటి ద్వారా అభివృద్ధి చెందాయి:

ముఖాముఖి సంభాషణలు: స్నేహితులు వ్యక్తిగతంగా కలుసుకుంటారు, లోతైన సంబంధాలను పెంపొందించే కార్యకలాపాలు మరియు సంభాషణలలో పాల్గొంటారు.

భాగస్వామ్య అనుభవాలు: స్నేహితులు క్రీడలు ఆడటం, కార్యక్రమాలకు హాజరు కావడం లేదా అభిరుచులలో పాల్గొనడం వంటి అనుభవాలను పంచుకుంటారు.

అర్థవంతమైన సంభాషణలు: స్నేహితులు అర్థవంతమైన సంభాషణలలో పాల్గొంటారు, వారి ఆలోచనలు, భావాలు మరియు అనుభవాలను చర్చిస్తారు.

:మనం ఏమి కోల్పోయాము: మనం మరింత డిజిటల్గా కనెక్ట్ అయినందున, అర్థవంతమైన స్నేహాల యొక్క కొన్ని ముఖ్యమైన, అనుభూతులను, మాధుర్యన్ని మనం కోల్పోయాము:

లోతు మరియు సాన్నిహిత్యం: ఉపరితల ఆన్లైన్ పరస్పర చర్యల కోసం అర్థవంతమైన సంభాషణలను త్యాగం చేసాము.

భావోద్వేగ మేధస్సు: అశాబ్దిక సంకేతాలను చదవగల, ఇతరులతో సానుభూతి చెందగల మరియు సంక్లిష్ట భావోద్వేగాలను నావిగేట్ చేయగల సామర్థ్యాన్ని మనం కోల్పోయాము.

భాగస్వామ్య అనుభవాలు: భాగస్వామ్య కార్యకలాపాలు మరియు అనుభవాలను సోలో స్క్రీన్ సమయంతో భర్తీ చేసాము, ఇది డిస్కనెక్ట్ భావనకు దారితీస్తుంది.

:స్నేహాలపై సోషల్ మీడియా ప్రభావం

సోషల్ మీడియా మనం ఒకరితో ఒకరు సంభాషించే విధానాన్ని మార్చింది, అవకాశాలు మరియు సవాళ్లను రెండింటినీ ప్రదర్శిస్తుంది. ఇది స్నేహితులు మరియు కుటుంబ సభ్యులతో కనెక్ట్ అవ్వడానికి మనకు వీలు కల్పిస్తుంది, అయితే ఇది పోలిక, పోటీ మరియు అసమర్థత భావాలను కూడా పెంపొందిస్తుంది. ఈ డైనమిక్స్ను గుర్తుంచుకోవడం ద్వారా, మనం వాటి నుండి దూరం కాకుండా మన స్నేహాలను మెరుగుపరచుకోవడానికి సోషల్ మీడియాను ఉపయోగించవచ్చు.

:మానసిక ఆరోగ్యం మరియు స్నేహాలపై సోషల్ మీడియా ప్రభావం: మానసిక ఆరోగ్యం మరియు స్నేహాలపై సోషల్ మీడియా ప్రభావం బహుముఖంగా ఉంటుంది. ఇది కనెక్టివిటీని అందిస్తున్నప్పటికీ, ఇది వీటిని కూడా చేయవచ్చు:

- పోలిక మరియు ఆత్మగౌరవాన్ని తగ్గించడం
- ఒంటరితనం మరియు ఒంటరితనం యొక్క భావాలకు దోహదం చేస్తుంది
- సైబర్ బెదిరింపు మరియు ఆన్లైన్ వేధింపులు వంటివి
- క్యూరేటెడ్ మరియు అవాస్తవిక అంచనాలు ప్రమోట్ చేయటం

:ఈ ప్రభావాలను తగ్గించడానికి:

- సోషల్ మీడియా వాడకంపై సరిహద్దులు మరియు పరిమితులను నిర్ణయించండి
- స్వీయ కరుణ మరియు స్వీయ సంరక్షణను అభ్యసించండి
- ఆఫ్లైన్ కార్యకలాపాలు మరియు అవసరమైన మీ కనెక్షన్లలో పాల్గొనండి
- సోషల్ మీడియాను అవసరమైనంత వరకే ఉద్దేశపూర్వకంగా ఉపయోగించండి, అర్థవంతమైన పరస్పర చర్యలపై దృష్టి పెట్టండి

సోషల్ మీడియా ప్రభావం గురించి తెలుసుకోవడం ద్వారా, మనం దానిని మెరుగుపరచడానికి ఉపయోగించవచ్చు

:మానవులుగా మనం ఏమి కోరుకుంటున్నాము: డిజిటల్ యుగం యొక్క సవాళ్లు ఉన్నప్పటికీ, మనం వీటిపై నిర్మించబడిన అర్థవంతమైన స్నేహాలను కోరుకుంటున్నాము:

భాగస్వామ్య అనుభవాలు: మన స్నేహితులతో నవ్వుకున్న సమయాలు,చేసిన సాహసాలు మరియు జ్ఞాపకాలను పంచుకోవాటం

భావోద్వేగ మేధస్సు: ఇతరులను అర్థం చేసుకుని, సానుభూతి చెందటం, సంక్లిష్ట భావోద్వేగాలు మరియు సంబంధాలను సులభంగా నావిగేట్ చేయాలనుకోవటం ప్రామాణికత మరియు ఉనికి: సాంకేతికత యొక్క పరధ్యానం లేకుండా ఇతరులతో నిమగ్నమై, ఈ క్షణంలో మనం ఉండాలనుకుంటున్నాము.అంటే ఎప్పుడూ టెక్నాలజీ లో ఉండిపోకుండా కొంత బైటకి వచ్చి ఆ క్షణం లో ఉండటం.

:అర్థవంతమైన స్నేహాలను పునర్నిర్మించుకోవడం:ఈ స్నేహ దినోత్సవం సందర్భంగా, మన స్నేహాలను పెంపొందించు కోవడానికి ప్రయత్నం చేద్దాం. అర్థవంతమైన కనెక్షన్లను పునర్నిర్మించడానికి ఇక్కడ కొన్ని మార్గాలు ఉన్నాయి:

ముఖాముఖి పరస్పర చర్యలకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వండి: వ్యక్తిగత కనెక్షన్లకు, కార్యకలాపాలలో పాల్గొనడానికి మరియు లోతైన సంబంధాలను పెంపొందించే భాగస్వామ్య అనుభవాలకు సమయం కేటాయించండి. అవకాశముంటే వీలైనంతవరకు ముఖాముఖీ కలిసే అవకాశాలు అన్నమాట.

సాంకేతికతతో సరిహద్దులను నిర్ణయించండి: టెక్-ఫ్రీ జోన్లు మరియు సమయాలను ఏర్పాటు చేయండి, అర్థవంతమైన పరస్పర చర్యలకు అనుమతిస్తాయి మరియు పరధ్యానాలను తగ్గిస్తాయి.అంటే టెక్నాలజీ కి మీరు లిమిటషన్స్ ఏర్పరచుకోండి

చురుకైన శ్రవణాన్ని అభ్యసించండి: నిజంగా ఇతరులను వినండి, వారి దృక్కోణాలను అర్థం చేసుకోవడం మరియు

సానుభూతితో స్పందించడం. అంటే వినటానికి ప్రాధాన్యత %�డ%వారివైపునుండీ అర్థం చేసుకొని స్పందించటం.

దుర్బలత్వాన్ని అభ్యసించండి: ఇతరులతో బహిరంగంగా, నిజాయితీగా మరియు అర్థం చేసుకోవడం ద్వారా నిజమైన కనెక్షన్లను పెంపొందించుకోండి..

:దీర్ఘకాలిక స్నేహాల విలువ: దీర్ఘకాలిక స్నేహాలు స్థిరత్వం మరియు మద్దతు యొక్క భావాన్ని అందిస్తాయి, ఈ సంబంధాలను పెంపొందించుకోవడం యొక్క ప్రాముఖ్యతను మనకు గుర్తు చేస్తాయి. మన స్నేహాలలో సమయం మరియు కృషిని పెట్టుబడి పెట్టడం ద్వారా, మన జీవితాలకు ఆనందం మరియు సంతృప్తినిచ్చే శాశ్వత కనెక్షన్లను మనం నిర్మించుకోవచ్చు.

:సంస్కృతులు మరియు దూరాలకు అతీతంగా స్నేహం:
స్నేహాలు సాంస్కృతిక మరియు భౌగోళిక సరిహద్దులను అధిగమించగలవు మరియు సాంకేతికత ఈ సంబంధాలను సులభతరం చేస్తుంది. వైవిధ్యాన్ని స్వీకరించడం ద్వారా మరియు కొత్త అనుభవాలకు తెరిచి ఉండటం ద్వారా, విభిన్న నేపథ్యాలు మరియు సంస్కృతుల వ్యక్తులతో మనం అర్థవంతమైన సంబంధాలను ఏర్పరచుకోవచ్చు.

:స్నేహాలలో సానుభూతి మరియు చురుకైన శ్రవణం యొక్క పాత్ర:సానుభూతి అంటే కరుణ మరియు చురుకైన శ్రవణం అంటే ఆక్టివ్ గా వినటం అర్థవంతమైన స్నేహాలలో ముఖ్యమైన భాగాలు. మన స్నేహితుల స్థానంలో మనల్ని మనం ఉంచుకోవడం ద్వారా మరియు వారి ఆలోచనలు మరియు భావాలను నిజంగా వినడం ద్వారా, మనం

- నమ్మకం మరియు అవగాహనను పెంపొందించుకోవడం
- భావోద్వేగ మద్దతు మరియు ధృవీకరణను అందించడం
- విభేదాలు మరియు సవాళ్లను మరింత సమర్థవంతంగా నావిగేట్ చేయండి
- మన సంబంధాలను మరింతగా పెంచుకోండి మరియు ఆత్మీయ భావనను పెంపొందించుకోండి

:స్నేహంలో క్షమాపణ మరియు అవగాహన యొక్క ప్రాముఖ్యత:
స్నేహాలు అపార్థాలు ఉండచ్చు మరియు విభేదాలు తలెత్తవచ్చు. అయితే, క్షమాపణ మరియు అవగాహనను అభ్యసించడం ద్వారా, అంటే స్నేహల్లో ఎదురైనా లోపాలు అపార్థాలు **అధిగమించేప్రయత్నాలు చేయటం ద్వారా మనం:**

- మన బంధాలను బలోపేతం చేయటం
- కోపాలు మరియు ఆగ్రహాలు అదిగమించటం
- బహిరంగ సంభాషణ కోసం సురక్షితమైన మరియు మద్దతు ఇచ్చే వాతావరణాన్ని సృష్టించండి, ఓపెన్ డిస్కరషన్స్.
- ఒకరి పట్ల ఒకరు సానుభూతి మరియు కరుణ భావాన్ని పెంపొందించుకోండి

:స్నేహితులకు సందేశం: ప్రియమైన స్నేహితులకు, మీరు ముఖ్యమైనవారని మేము మీకు తెలియజేయాలనుకుంటున్నాము. మనం పంచుకున్న నవ్వులు, సంతోషాలు సాహసాలు మరియు జ్ఞాపకాలను విలువైనవిగా భావిస్తాము. జీవితంలోని ఒడిదుడుకులను కలిసి స్వీకరించడం ద్వారా మన స్నేహాలను పెంపొందించుకోవడం కొనసాగిద్దాం. మన పరస్పర చర్యలలో ప్రస్తుతం, సానుభూతితో మరియు నిజాయితీగా ఉందాం. మానవ సంబంధాల అందాన్ని మరియు స్నేహం యొక్క ఆనందాన్ని జరుపుకుందాం.

"స్నేహం అనేది ప్రపంచాన్ని కలిపి ఉంచే ఏకైక సిమెంట్." – వుడ్రో టి. విల్సన్ఈ డిజిటల్ యుగంలో, అర్థవంతమైన సంబంధాలకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వడం చాలా అవసరం. మన స్నేహాలను పెంపొందించుకోవడం మరియు ప్రస్తుత సమయంలో ఉండటం ద్వారా, మనం ఇతరులతో బలమైన, మరింత ప్రామాణికమైన సంబంధాలను నిర్మించుకోవచ్చు. మన జీవితాలకు ఆనందం, మద్దతు మరియు సంతృప్తిని తెచ్చే లోతైన మరియు అర్థవంతమైన స్నేహాలను పెంపొందించుకోవడానికి ప్రయత్నం చేద్దాం.

డాఎం ఈడ్పుగంటి పద్మజారాణి

కుజ గ్రహ కన్య రాశి ప్రవేశం

ద్వాదశ రాసులవారికి ఫలితములు

మేషరాశి.... (అశ్విని 1 2 3 4,భరణి 1 2 3 4,కృతిక 1వ పాదం) (నామ నక్షత్రములు: చూ, చే ,చొ, లా,లీ, లూ, లే, లో,అ)
మేష లగ్నానికి, ఎనిమిదవ ఇంటికి కూడా అధిపతి కుజుడు మీ జాతకంలో ఆరవ ఇంట్లో సంచరిస్తున్నాడు. కన్యారాశిలో కుజ సంచార సమయంలో, ఆరోగ్యం కూడా సాధారణంగా అనుకూలంగా ఉంటుంది. మీరు పోటీదారుల కంటే ఆత్మవిశ్వాసంతో ముందు ఉంటారు. గౌరవా న్ని పెరుగుతుంది. శని దృష్టిని బట్టి వివాదంలోకి దిగకూడదు మరియు పోటీలో అవతలవారిని తక్కువగా భావించే పొరపాటు కూడదు. కొంత ఆలోచించి, విజ్ఞానంతో చేసే విషయంలో మంచి ఫలితాలు లభిస్తాయి.

వృషభరాశి...(కృతిక 2,3,4,రోహిణి 1 2 3 4,మృగశిర 1 2 పాదాలు) (నామ నక్షత్రములు:ఈ, ఊ, ఎ, ఓ, వా, వీ, వూ, వె, వో)
లగ్నానికి, 12వ ఇంటికి, 7వ ఇంటికి కూడా అధిపతి కుజుడు మీ జాతకంలో 5వ ఇంట్లో సంచరిస్తున్నాడు.కన్యారాశిలో కుజ సంచార సమయం లో, శని దృష్టిని కూడ గమనిస్తే తగిన జాగర్తలు అవసరం. ముఖ్యముగా విద్యార్థులు విద్యాసంబంధ విషయాల్లో, డిస్ట్రాకషన్స్ (శ్రద్ధ తగ్గటం, ఆలోచనలు వేరేవిధముగా వెళ్ళిపోటాము) జాగర్త అవసరము. శ్రీ హాయగ్రీవాయనమః పఠించాలి. ప్రియమైన వ్యక్తులతో వాగ్వాదములకి దూరము మంచిది. వ్యాపారములలో, విదేశీ ప్రయాణములు, ఉద్వేగాలు లో జాగర్త.

మిధునరాశి...(మృగశిర 3 4,ఆరుద్ర 123 4,పునర్వసు 1,2,3 పాదాలు) (నామ నక్షత్రములు: కా, కి, కూ, ఖం , జ్ఞ, చ్ఛ, కే, కో, హ, హి)
లగ్నానికి, 11వ ఇంటికి, 6వ ఇంటికి కూడా అధిపతి కుజుడు మీ జాతకంలో 4వ ఇంట్లో సంచరిస్తున్నాడు. కన్యారాశిలో కుజ సంచార సమయంలో, శని దృష్టి ని కూడ గమనిస్తే విద్య, గృహ, వాహన విషయాల్లో జాగ్రత్తలు అవసరం. తల్లి ఆరోగ్య విషయంలో ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకుంటారు. గృహసౌఖ్యం, డ్రైవింగ్, స్థిరస్తులపై శ్రద్ధ అవసరము. ముఖ్యముగా కెరీర్, ఆర్ధిక, విషయము అధిక శ్రమ. కొత్త కొనుగోలు అమ్మకాల్లో ఆత్మీయుల సలహా అవసరము.తొందర పనికి రాదు. ఆహారస్వీకారణలో సమయపాలన అవసరము.

కర్కాటక రాశి...(పునర్వసు 4, పుష్యమి 1234, ఆశ్లేష 123 4 పాదాలు) (నామ నక్షత్రములు: హి, హూ, హే, హో, డా, డీ ,డూ, డే, డో)
లగ్నానికి, 10వ ఇంటికి, 5వ ఇంటికి కూడా అధిపతి కుజుడు మీ జాతకంలో 3వ ఇంట్లో సంచరిస్తున్నాడు.కన్యారాశిలో కుజ సంచారసమయంలో, అనుకూల ఫలితాలు ముఖ్యముగా ఆరోగ్యము శక్తి బాగుంటాయి. వృత్తి, సంతానఅభివృద్ధిలో ఆశించిన ఫలితాలు.వృత్తిలో నూతన మార్పులు. కొత్త నిర్ణయాలు స్థిరత్వం. శని దృష్టి ని కూడ గమనిస్తే కమ్యూనికేషన్ బాగున్నా, తోబుట్టువులతో అభిప్రాయాబేధాలకి దూరము ఉండాలి.

సింహరాశి...(మఖ 1 2 3 4, పుబ్బ 1 2 3 4, ఉత్తర 1వ పాదం) (నామ నక్షత్రములు: మా, మీ, మూ, మే, మో, టా, టీ, టూ, టే)
లగ్నానికి, 9వ ఇంటికి, 4వ ఇంటికి కూడా అధిపతి కుజుడు మీ జాతకంలో 2వ ఇంట్లో సంచరిస్తున్నాడు. కన్యారాశిలో కుజ సంచార సమయంలో, శని దృష్టిని కూడ గమనిస్తే, కుటుంబ సభ్యులతో మాటల విషయములు, ఆర్ధిక అంశములు అపార్ధములకి ఇబ్బంది అదిగమించాలి. ఉన్నత విద్య, ఆరోగ్య విషయాల్లో జాగర్త అవసరము. అధిక ఖర్చులని నియంత్రించుకోవాలి. తల్లి తండ్రులకి సౌకర్యముల విషయము, పై శ్రద్ధ.

కన్యా రాశి...(ఉత్తరఫల్గుణి 2 3 4,హస్త 4,చిత్త 1 2 పాదాలు) (నామ నక్షత్రములు: టో,పా,పి,పూ,షం,ణా,పే,పో)
లగ్నానికి, 3వ ఇంటికి, 8వ ఇంటికి కూడా అధిపతి కుజుడు మీ జాతకంలో 1వ ఇంట్లో సంచరిస్తున్నాడు. కన్యారాశిలో కుజ సంచార సమయంలో, శని దృష్టి ని కూడ గమనిస్తే, ఆరోగ్యము పై శ్రద్ధ అవసరము. ఉద్వేగాములు అధిగమించవలెను. డ్రైవింగ్, ఋణముల విషయములు, సాంఘిక సంబంధములు లో ఆచి తూచి వ్యవహారించాలి. అనుకోని ఖర్చులు ఇబ్బంది పెట్టినా మీ ఉద్వేగములని, కోపాన్ని నియంత్రించాలి.

తులా రాశి...(చిత్త 3 4,స్వాతి 1 2 3 4, విశాఖ 1 2 3 పాదాలు) (నామ నక్షత్రములు: రా, రి, రూ, రె, రో, తా, తీ, తూ, తే)
లగ్నానికి, 2వ ఇంటికి, 7వ ఇంటికి కూడా అధిపతి కుజుడు మీ జాతకంలో 12వ ఇంట్లో సంచరిస్తున్నాడు. కన్యారాశిలో కుజ సంచార సమయంలో, శని దృష్టిని కూడ గమనిస్తే, ఆర్ధిక ఆరోగ్య శ్రమ విషయాల్లో జాగర్త అవసరము. కుటుంబ వ్యాపార వ్యవహారములు భాగస్వామి ఆరోగ్యము, శ్రమ. పాత ఋణములు వెనక్కి రావటము కష్టము ఈ సమయములో. కొత్త ఋణములు ఇచ్చేముందు ఆలోచించలి.

వృశ్చిక రాశి...(విశాఖ 4,అనురాధ 1 2 3 4, జేష్ఠ 1 2 3 పాదాలు) (నామ నక్షత్రులు: తో, నా, నీ, నూ, నె, నో, యా, యీ, యు)
లగ్నానికి, 1వ ఇంటికి, 6వ ఇంటికి కూడా అధిపతి కుజుడు మీ జాతకంలో 11వ ఇంట్లో సంచరిస్తున్నాడు. కన్యారాశిలో కుజ సంచార సమయంలో, శని దృష్టి ని కూడ గమనిస్తే, ఆగిన పనులు ఆర్ధిక అంశాలు ముందుకు వెడతాయి. భూ సంబంధ వ్యవహారములు అనుకూలము, శక్తి ఉత్సాహం పెరుగుతాయి, పోటీదారులపై విజయము. ఋణములు వసులు. అయిన ఆలోచనల విషయము లో జాగర్త. తొందరపాటు నిర్ణయములు తగదు.

ధను రాశి...(మూల 1 2 3 4,పూర్వాషాఢ 1 2 3 4,ఉత్తరాషాఢ 1వ పాదం) (నామ నక్షత్రములు: యే, యో, భా,భీ, భూ, ధ, ఫ, డా, భే)
లగ్నానికి, 5ఇంటికి, 12వ ఇంటికి కూడా అధిపతి కుజుడు మీ జాతకంలో 10వ ఇంట్లో సంచరిస్తున్నాడు. కన్యారాశిలో కుజ సంచార సమయంలో,శని దృష్టి ని కూడ గమనిస్తే, వృత్తిలో శ్రమ శక్తి తో మిశ్రమ ఫలాలు. సంతానముఆరోగ్యము అభివృద్ధి, స్థిరాస్తులు వ్యవహారములు, ఇన్వెస్ట్మెంట్స్ మీదలైన వాటిపై దృష్టి. ఈ అన్ని విషయాల్లో తగిన జాగర్తలు అవసరము.గృహ వాహన కొనుగోలు డ్రైవింగ్ లో శ్రద్ధ అవసరము.

మకర రాశి...(ఉత్తరాషాఢ 2 3 4, శ్రవణం 1 2 3 4, ధనిష్ఠ 1 2 పాదాలు) (నామ నక్షత్రములు: భ,జా,జి,ఖి,ఖు,ఖే,ఖో,గా,గి)
లగ్నానికి, 4వ ఇంటికి, 11వ ఇంటికి కూడా అధిపతి కుజుడు మీ జాతకంలో 9 వ ఇంట్లో సంచరిస్తున్నాడు. కన్యారాశిలో కుజ సంచార సమయంలో, శని దృష్టి ని కూడ గమనిస్తే, సంతానము తో ఆలోచనలు సమన్వయము అవసరము. తండ్రి ఆరోగ్యము, ఉన్నత విద్య పై మిశ్రమ ఫలాలు. అసంతృప్తి ఆదిగమించాలి. తోబుట్టువుల, కుటుంబ సభ్యుల సహకారాన్ని సద్వినియోగ పరచుకోవాలి. అపార్ధములు ఆదిగమించాలి. ప్రయాణములో జాగర్త అవసరము.

కుంభ రాశి...(ధనిష్ట 3 4, శతభిషం 1 2 3 4, పూర్వాభాద్ర 1 2 3 పాదాలు) (నామ నక్షత్రములు: గూ, గే, గో, సా, సి, సు, సే, సో, దా)
లగ్నానికి, 3వ ఇంటికి, 10వ ఇంటికి కూడా అధిపతి కుజుడు మీ జాతకంలో 8వ ఇంట్లో సంచరిస్తున్నాడు. కన్యారాశిలో కుజ సంచార సమయంలో, శని దృష్టి ని కూడ గమనిస్తే, ముఖ్యముగా తోబుట్టువులు, వృత్తి, వృత్తిలో అధికారులు, కొలీగ్స్ తో అచి తూచి వ్యవహారించాలి. మాటల్లో, ఆర్ధిక అంశాలలో, వాగ్దానల్లో జాగర్త నిదానము అవసరము. ఆరోగ్యముపై ఆకస్మిక ఖర్చులపై దృష్టి అవసరము.

మీన రాశి...(పూర్వాభాద్ర 4,ఉత్తరాభాద్ర 1 2 3 4,రేవతి 1 2 3 4 పాదాలు)(నామ నక్షత్రములు: దీ , దు, ఇం, ఝ, ధా, దే, దో, చా, చి)
లగ్నానికి, 2వ ఇంటికి, 9వ ఇంటికి కూడా అధిపతి కుజుడు మీ జాతకంలో 7వ ఇంట్లో సంచరిస్తున్నాడు. కన్యారాశిలో కుజ సంచార సమయంలో, శని దృష్టిని కూడ గమనిస్తే, ఆర్ధిక కుటుంబ వ్యవహారాల్లో శ్రద్ధ అవసరము. వ్యాపార వ్యవహరల్లో వ్యక్తులతో ఆర్ధిక సంబంధ వ్యతిరేకతలకి అవకాశములు. జీవిత భాగస్వామి ఆరోగ్యము పై శ్రద్ధ, వారి తోమాట పట్టింపులకి అవకాశము ఇవ్వరాదు. ముఖ్య విషయాల్లో ఆటంకములు, వాయిదాలు ఇబ్బందిని కలిగిస్తాయి.

పరిహారములు:
కుజ గ్రహ సంచార సమయములో ముఖ్యముగా సుబ్రహ్మణ్యస్వామి ఆరాధన, దేవాలయ సందర్శన, అష్టోతర శతనామావళి మొదలైనవి ఇబ్బందులు అధిగమించటానికి శక్తి కొరకు మంచిఫలితాలు ఇస్తాయి.

డా.. ఈడుపుగంటి పద్మజారాణి
జ్యోతిష్యము & వాస్తు నిపుణురాలు /

మంగళనాధ్ ఆలయం కుజ గ్రహానికి భారత దేశంలో ఏకైక పెద్ద దేవాలయము

భారతదేశంలోని అత్యంత గౌరవనీయమైన ఏడు తీర్థయాత్ర కేంద్రాలు మరియు ప్రసిద్ధ మహాకాళేశ్వర దేవాలయం మహాకాల్ అని కూడా పిలుస్తారు ఇది పన్నెండు జ్యోతిర్లింగాలలో ఒకటి. అంతేకాకుండా, ఇది ట్రాపిక్ ఆఫ్ కర్కాటక రేఖపై ఉంది మరియు భారతదేశంలోని ఇతర పవిత్ర నగరాలతో పోలిస్తే ఇది ఎక్కువ ప్రాముఖ్యతను కలిగి ఉంది, ఎందుకంటే సమయం గణించడానికి దాని ప్రత్యేక భౌగోళిక స్థానం.కార్క్ లైన్ లేదా కర్కాటక రేఖ మంగళనాథ్ ఆలయం గుండా వెళుతుంది. శ్రీ మంగళనాథ్ ఆలయం ఉజ్జయిని భూమికి కేంద్రంగా ప్రసిద్ధి చెందింది. భూమిని రెండు సమాన భాగాలుగా విభజించే ప్రైమ్ మెరిడియన్ శ్రీ మంగళనాథ్ ఆలయం ఉజ్జయిని గుండా వెళుతుంది. అందుకే ఈ ప్రదేశం నుండి అంగారకుడిని స్పష్టంగా చూడవచ్చు. అందువల్ల, ఇది ఖగోళ శాస్త్రానికి మరియు జ్యోతిషశాస్త్రానికి ప్రసిద్ధి చెందిన ప్రదేశంగా మారింది. భారతీయ ఖగోళ శాస్త్రాలు ఉజ్జయిని కేంద్ర సూచనగా పరిగణిస్తాయి. ఇది పురాతన కాలం నుండి జ్యోతిషశాస్త్రానికి ప్రధాన కేంద్రంగా ఉంది.

మంగళనాథ్ ఆలయం భారతదేశం మొత్తం మీద అంగారక గ్రహానికి ఏకైక పెద్ద ఆలయం. మత్స్య పురాణం ప్రకారం, మంగళనాథ్ ఆలయం ఉజ్జయిని మధ్యప్రదేశ్ మంగళ్ లేదా మార్స్ పుట్టిన ప్రదేశం. శక్తివంతమైన దుష్ట శక్తితో భీకర యుద్ధం చేస్తున్నప్పుడు భూమిపై పడిన శివుని చెమట వల్ల ఈ ప్రదేశంలో అంగారక గ్రహం జన్మించిందని పురాణం చెబుతోంది. అతని కుమారుడు ఉగ్రత మరియు ఆవేశం యొక్క క్షణంలో జన్మించాడు కాబట్టి, అతను ఎరుపు రంగుతో జన్మించాడు. అందుకే, ఈ ఆలయానికి మంగళనాథ్ అనే పేరు వచ్చింది.ఉజ్జయిని శ్రీ మంగళనాథ్ ఆలయ పురాణం అంగారక గ్రహం శివుడు మరియు భూమి గ్రహం యొక్క సంతానం అని నమ్ముతారు. ఈ సమయంలో భూమి నుండి అంగారక గ్రహం బయటకు వచ్చిందని, అందుకే ఈ ప్రదేశాన్ని అంగారకుడి మాతృభూమి అని పిలుస్తారని పురాణాలు చెబుతున్నాయి. భూమి అంగారకుడి తల్లి అయినందున ఆలయ ప్రాంగణంలో ప్రతిరోజూ భూమి పూజ నిర్వహిస్తారు. అంగారక గ్రహం యొక్క చెడు ప్రభావాలను నివారించడానికి మంగళనాథ్ వద్ద వివిధ పూజలు జరుగుతాయి. మార్స్ శక్తి గ్రహం. మంగళనాథ్ ఆలయంలో దేవతలు. భక్తులు అంగారకుడిని శివుని రూపంలో పూజిస్తారు.

సూర్య
www.suryaa.com

మలయాళ స్టార్ పృథ్వీరాజ్ సుకుమారన్, బాలీవుడ్ సీనియర్ బ్యూటీ కాజోల్, సైఫ్ అలీ ఖాన్ తనయుడు ఇబ్రహీం అలీ ఖాన్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటించిన యాక్షన్ ఎంటర్టైనర్ 'సర్జమీన్'. బోమన్ ఇరానీ కుమారుడు కయోజ్ ఇరానీ ఈ సినిమాతో దర్శకుడిగా ఎంట్రీ ఇవ్వగా, ధర్మ ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్పై కరణ్ జోహార్ ఈ చిత్రాన్ని నిర్మించారు. టెర్రరిజం బ్యాక్డ్రాప్లో తెరకెక్కిన ఈ మూవీ డైరెక్ట్ గా జియో హాట్స్టార్లో హిందీ, తెలుగు, తమిళం, మలయాళం, కన్నడ భాషల్లో ఈరోజే రిలీజ్ అయింది. మరి ఈ మూవీ అంచనాలను అందుకోగలిగిందా ? అనేది రివ్యూలో చూద్దాం.

కథ

సర్జమీన్ కాశ్మీర్ నేపథ్యంలో జరిగే ఎమోషనల్, పేట్రియాటిక్ థ్రిల్లర్. ఈ చిత్రం కర్నల్ విజయ్ మీనన్ (పృథ్వీరాజ్ సుకుమారన్) అనే భారత సైన్య అధికారి చుట్టూ తిరుగుతుంది. ఆయన కాశ్మీర్లో ఉగ్రవాదాన్ని అంతం చేయడానికి ఎటువంటి త్యాగానికైనా సిద్ధంగా ఉంటాడు. దానికోసం తన వ్యక్తిగత జీవితాన్ని పణంగా పెట్టడానికి కూడా వెనుకాడడు. విజయ్ కొడుకు హర్మన్ (ఇబ్రహీం అలీ ఖాన్) %ంజూవవష్ట్ర అఎజూవుఅవత్% సమస్య ఉండడంతో%ా% సిగ్గుపడుతూ, నత్తిగా మాట్లాడుతూ ఉంటాడు. అదే విజయ్కు అతన్ని బలహీనుడిగా కనిపించేలా చేస్తుంది. విజయ్ భార్య మెహర్ (కాజోల్) తన భర్త, కొడుకు మధ్య సమస్యలను క్లియర్ చేయడానికి ప్రయత్నిస్తుంది. ఈ నేపథ్యంలోనే ఒక రోజు, హర్మన్ను ఉగ్రవాదులు కిడ్నాప్ చేస్తారు. బదులుగా ఇద్దరు ఉగ్రవాదులను విడుదల చేయమని డిమాండ్ చేస్తారు. కానీ విజయ్ తన దేశభక్తి కారణంగా ఈ డిమాండ్ను తిరస్కరిస్తాడు. ఆ తరువాత ఏం జరిగింది? చనిపోయాడు అనుకున్న కొడుకు ఎలా తిరిగి వచ్చాడు? ఆతను టెర్రరిస్టుగా మారాడా ? అతనికి నత్తి ఎలా పోయింది? అనేది మూవీని చూసి తెలుసుకోవాల్సిందే.

విశ్లేషణ

దర్శకుడు కయోజ్ దేశభక్తికి ఫ్యామిలీ ఎమోషన్స్ ను జోడించి, ప్రేక్షకులకు ఒక కొత్త ఎక్స్పీరియన్స్ ఇవ్వాలి అనుకున్నారు. కానీ మొదటి సినిమా కావడం వల్ల ఆయన తడబడ్డారు. ఫస్టాఫ్ పర్లేదు అనిపించినా%ా% సెకండాఫ్, ముఖ్యంగా చివరి 30 నిమిషాలు నెమ్మదిగా సాగుతాయి. క్లైమాక్స్ తో పాటు కొన్ని సీన్స్ లాజిక్ లెస్ గా అనిపిస్తాయి. ప్రేక్షకులు ఎమోషనల్ గా కనెక్ట్ కావడమే కష్టం అనుకుంటే డబ్బింగ్ కూడా చిరాకు పెడుతుంది.

సౌమిల్ శుక్లా, అరుణ్ సింగ్ రాసిన కథ, స్క్రీన్ ప్లే విచిత్రంగా భావోద్వేగాలకు తావు లేకుండా ఉంది. స్క్రీన్ ప్లే ఎమోషన్స్ ను రేకెత్తించడంలో విఫలమైనప్పటికీ, విశాల్ ఖురానా కె సంగీతం, కౌసర్ మునీర్ సాహిత్యం బాగున్నాయి. ఆజ్ తుక్ జా పాటను శ్రేయ ఘోషల్, సోను నిగమ్, మోహిత్ చౌహాన్ మూడు విభిన్న రీడిషన్లలో పాడగా, ఇది ఆడియన్స్ ను బాగా ఆకట్టుకుంటుంది. కానీ కొన్ని చోట్ల బ్యాక్గ్రౌండ్ స్కోర్ అవసరమా? అనే అనుమానం కలుగుతుంది.

కాశ్మీర్ లోయ అద్భుతమైన దృశ్యాలు చిత్రానికి ప్రధాన ఆకర్షణ. హిమాలయ పర్వతాలు, గడ్డి మైదానాలు, అందమైన ఆకాశం%ా% వంటి విజువల్స్ ఆహ్లాద పరుస్తాయి. %ఐూా% రాత్రి/పగలు సీన్స్ ను అద్భుతంగా బంధించాడు. ఎడిటింగ్ బాగుంది. ఇక పృథ్వీరాజ్ సుకుమారన్, కాజోల్ తమ యాక్టింగ్ తో ఆకట్టుకున్నారు. కానీ ఇబ్రహీం అలీ ఖాన్ ఎమోషన్స్ సరిగ్గా పండించలేకపోయాడు.

ప్లస్ పాయింట్స్: నటీనటులు, సినిమాటోగ్రఫీ, విజువల్స్, ,

మైనస్ పాయింట్స్ స్క్రీన్ ప్లే, సెకండాఫ్, క్లైమాక్స్

మొత్తానికి

'సర్జమీన్' పేట్రియాటిక్ థ్రిల్లర్, ఫ్యామిలీ డ్రామాలు ఇష్టపడే వారికి సింగిల్-టైమ్ వాచ్.

ప్రస్తుతం థియేటర్లలో ఎక్కడ చూసినా 'హరిహర వీరమల్లు' సందడే కన్పిస్తోంది. సాధారణంగా పవన్ కళ్యాణ్ సినిమాలకు పోటీగా మూవీని రిలీజ్ చేసే సాహసం ఏ హీరో చెయ్యడు. పవర్ స్టార్ కు ఉన్న స్టార్డమ్ అలాంటిది మరి. కానీ ఆశ్చర్యంగా ఓ యానిమేటెడ్ మూవీ 'హరి హర వీరమల్లు'కు ఒకరోజు గ్యాప్ తో థియేటర్లలోకి దిగింది. హెూంబలే ఫిల్మ్స్ నిర్మించిన మహావతార్ సినిమాటిక్ యూనివర్స్ (%వీజఖ%)లో మొదటి చిత్రం 'మహావతార్ నరసింహా'. ఈ యానిమేషన్ చిత్రం విష్ణు పురాణం, నరసింహ పురాణం, శ్రీమద్ భాగవత పురాణం ఆధారంగా రూపొందింది. 2 గంటల 21 నిమిషాల రన్ టైంతో కన్నడ, హిందీ, తెలుగు, తమిళం, మలయాళం భాషల్లో, 2%ఐ, 3ఐ% వెర్షన్లలో ఈ మైథలాజికల్ మూవీ రిలీజ్ అయ్యింది. ఆల్మోస్ట్ పవన్ సినిమాకు పోటీగా రిలీజ్ అయిన ఈ మూవీ ఎలా ఉందో రివ్యూలో తెలుసుకుందాం పదండి.

కథ

కథ విష్ణుమూర్తి భక్తుడైన ప్రహ్లాదుడు, అతని తండ్రి, రాక్షస రాజు హిరణ్యకశిపు మధ్య జరిగే సంఘర్షణ చుట్టూ తిరుగుతుంది. హిరణ్యకశిపుడు తపస్సుతో బ్రహ్మ దేవుని మెప్పించి, తనకు చావే లేకుండా ఒక వరం పొందుతాడు. ఆ తరువాత తనను తాను దేవుడిగా ప్రకటించుకుని, ప్రపంచాన్ని ఏలాలని అనుకుంటాడు. కానీ విష్ణుమూర్తిని శత్రువుగా భావిస్తాడు. అయితే అతని వారసుడు ప్రహ్లాదుడు మాత్రం, తన తండ్రి ఆదేశాలను ధిక్కరిస్తూ విష్ణుమూర్తి భక్తిలో మునిగిపోతాడు. చివరకు, విష్ణుమూర్తి తన ఉగ్రమైన నరసింహా అవతారంలో ఆవిర్భవించి, హిరణ్యకశిపుని సంహరించి, ధర్మాన్ని నెలకొల్పుతాడు. ఈ కథ ఆల్మోస్ట్ అందరికీ తెలిసిందే. ఎవర్ గ్రీన్ తెలుగు మూవీ 'భక్త ప్రహ్లాద' ఇదే స్టోరీతో రూపొందింది. కానీ యానిమేటెడ్ వర్షన్ ఎక్స్పీరియన్స్ కావాలంటే ఈ సినిమాను చూడాల్సిందే

విశ్లేషణ

'మహావతార్ నరసింహా' భారతీయ యానిమేషన్లో ఒక మైలురాయిగా నిలుస్తుంది. ఈ చిత్రంలో హిందూ పురాణాలను గౌరవప్రదంగా చిత్రీకరించారు. అదే సమయంలో ఆధునిక సాంకేతికతతో ఈ తరం యంగ్ ఆడియన్స్ ను ఆకర్షించే ప్రయత్నం చేశారు. హెూంబలే ఫిల్మ్స్ ఈ చిత్రంతో భారతీయ సంస్కృతిని గ్లోబల్ స్థాయిలో ప్రమోట్ చేసే దిశగా ఒక అడుగు వేయడం అభినందనీయం.

3డి ఫార్మాట్లో నరసింహా ఆవిర్భావ సన్నివేశం, యుద్ధ దృశ్యాలు, దైవిక నేపథ్యం అద్భుతమైన విజువల్ అనుభవాన్ని అందిస్తాయి. ప్రాచీన భారతీయ ఆలయాలు, రాజ భవనాలు, పౌరాణిక వాతావరణం సినిమాలో అద్భుతంగా ఉంది. కలర్ మిక్సింగ్, లైటింగ్ టెక్నిక్స్ సీన్స్ కు డెప్త్ తో పాటు భావోద్వేగ బలాన్ని జోడించాయి. హెూంబలే ఫిల్మ్స్ %KGF%, కాంతారా వంటి చిత్రాలతో సాధించిన విజువల్ గ్రాండియర్ను ఈ యానిమేషన్లోనూ కొనసాగించింది. తన తండ్రి హిరణ్యకశిపుతో ప్రహ్లాదుడి సంఘర్షణ, అతని అచంచలమైన విష్ణు భక్తి అన్ని వయసుల ప్రేక్షకులను ఆకర్షిస్తాయి.

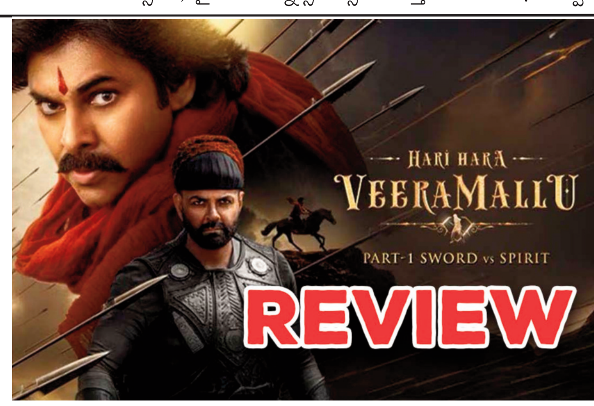
సామ్ సిఎస్ అందించిన బ్యాక్గ్రౌండ్ స్కోర్ ఎమోషనల్, యాక్షన్ సీన్స్ కు బలాన్ని చేకూర్చింది. నరసింహా ఆవిర్భావ సన్నివేశంలో సంగీతం గూస్బంప్స్ తెప్పిస్తుంది. వాయిస్ ఓవర్%ా% ముఖ్యంగా హిరణ్యకశిపుగా శరత్ కుమార్, ప్రహ్లాదుడిగా సంతోష్ వాయిస్ ఓవర్ బాగుంది. అయితే హాలీవుడ్ స్థాయి చిత్రాలతో పోలిస్తే, యానిమేషన్ క్వాలిటీ కొంత వెనుకబడి ఉంది. కొన్ని సన్నివేశాలలో పాత్రల ఫేషియల్ ఎక్స్ప్రెషన్స్, లిప్ సింక్ మ్యాచ్ కాకపోవడం వంటి చిన్న చిన్న లోపాలు కనిపించాయి. కొన్ని యాక్షన్ సీక్వెన్స్లు కూడా ఊహించినంత డైనమిక్గా లేవు. ఫస్టాఫ్ నెమ్మదిగా సాగుతుంది. ముఖ్యంగా హిరణ్యకశిపు బ్యాక్స్టోరీ, ప్రహ్లాదుడి పాత్రకు సంబంధించిన సన్నివేశాలు కొంత లాగినట్లు అనిపిస్తాయి. కొన్ని సీన్స్ పాటలు అతిగా అన్పిస్తాయి. ఇక హిరణ్యకశిపు సైన్యం లేదా ఇతర దేవతలు గురించి కథలో పూర్తిగా లేకపోవడం అన్నది కొంత లోటుగా అనిపిస్తుంది.

ప్లస్ పాయింట్స్ క్లైమాక్స్, ఎమోషనల్ సీన్స్, విజువల్స్. సంగీతం

మైనస్ పాయింట్స్ ః ఫస్టాఫ్, యానిమేషన్ క్వాలిటీ (లిప్ సింక్, ఎక్స్ప్రెషన్స్)

మొత్తానికి

యానిమేషన్, యాక్షన్ జానర్లను ఇష్టపడే ప్రేక్షకులకు%ా% ముఖ్యంగా పిల్లలకు ఈ వీకెండ్ మూవీ సెట్టు.



దాదాపు 5 ఏళ్ల పాటు షూటింగ్ చేసిన సినిమా ఇది. ఫైనల్గా పవన్ కళ్యాణ్ కెరీర్లో ఫస్ట్ టైం పీరియాడికల్ స్టోరీతో చేసిన ఈ మూవీ ప్రీమియర్స్ షో ద్వారా ఈ రోజు థియేటర్స్ లోకి వచ్చింది. భారీ బుకింగ్స్ రావడంతో సినిమాపై హైప్ పెరిగిపోయింది. మరి ఈ సినిమా ఆ హైప్ను అందుకుందా ? నిర్మాతకు పెట్టిన డబ్బులు రిటర్న్ వస్తాయా ? అనేది ఇప్పుడు ఈ రివ్యూలో చూద్దాం%ా

కథ : సినిమా 16వ శతాబ్దంలో జరిగే ఓ ఫిక్షనల్ స్టోరీ అని ముందే చెప్పారు. హరి హర వీరమల్లు (పవన్ కళ్యాణ్) వజ్రాలతో పాటు ఇతర దొంగతనాలు చేసి పేద ప్రజలకు పంచి పెట్టే దొంగ. అయితే, చిన్న దొర (సచిన్ కేడ్కర్) తన దగ్గర ఉన్న వజ్రాలను గోల్కొండ నవాబులకు ఇవ్వాల్సి ఉంటుంది. వాటిని ముందే దొంగతనం చేసి తనకు ఇవ్వాలని వీరమల్లుతో చిన్న దొర డీల్ కుదుర్చుకుంటాడు. ఇక్కడే పంచమి (నిధి అగర్వాల్) పరిచయం అవుతుంది. వజ్రాలతో పాటు పంచమిని కూడా అక్కడ నుంచి వీరమల్లు తప్పించాలి. ఈ క్రమంలో గోల్కొండ నవాబులకు వీరమల్లు దొరికిపోతాడు.

అప్పుడు గోల్కొండ నవాబు%ా% ఢిల్లీలో ఉన్న మొగల్ చక్రవర్తి ఔరంగజేబు దగ్గర ఉన్న నెమలి సింహాసనంలో ఉన్న కోహినూర్ డైమాండ్ను దొంగలించి తనకు ఇవ్వాలని అంటాడు. దీనికి వీరమల్లు ఒప్పుకోవాల్సి వస్తుంది. వీరమల్లు దీనికి ఎందుకు ఒప్పుకున్నాడు ? కోహినూర్ తీసుకురావడానికి వెళ్లిన వీరమల్లు ఎలాంటి ఇబ్బందులను ఫేస్ చేశాడు ? పంచమి ఎవరు ? అసలు వీరమల్లు ఎవరు ? అనేవి తెలుసుకోవాలంటే సినిమా చూడాల్సిందే.

విశ్లేషణ : దాదాపు రెండేళ్ల తర్వాత పవన్ కళ్యాణ్ను సిల్వర్ స్క్రీన్ పై చూశారు అభిమానులు. అందులోనూ.. పీరియాడికల్ పాత్ర. మళ్లీ సనాతన ధర్మాన్ని రక్షించే పవర్ ఫుల్ పాత్ర. ఇంకేముంది.. సినిమాలో అభిమానులకు కావాల్సిన స్టఫ్ మెంత్తం ఉన్నట్టే. అందరూ ఇలానే అనుకున్నారు. డైరెక్టర్ జ్యోతికృష్ణ కూడా ఇదే అనుకుని సినిమాను తీర్చిదిద్దాడని అనిపిస్తుంది.

ముందుగా స్టోరీ తీసుకున్న క్రిష్ జాగర్లమూడి కోహినూర్ నేపథ్యంలో కథ రాసుకున్నాడు. కానీ, జ్యోతికృష్ణ ఇప్పటి కాలానికి అనుకూలంగా, డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ క్రేజ్ కి, ఆయనకు ఇప్పుడు పరిస్థితులకు అనుకూలంగా కథలో కాస్త మార్పులు చేర్పులు చేశాడు. అవి పవన్ అభిమానులకు, ఆయనను ఫాలో అయ్యే వారికి బాగానే నచ్చుతాయి. ఫస్టాఫ్లో పవన్ అభిమానులకే కాదు%ా% అందరికీ నచ్చేలా ఉంది. కథ బాగుంది. కథనం బాగుంది. హీరోకు పడిన ఎలివేషన్ సీన్స్ బాగున్నాయి. పులి, నక్క సీన్స్ హీరోయిజాన్ని ఎలివేట్ చేశాయి. అలాగే డైలాగ్స్ బాగున్నాయి. కొల్లగొట్టినాదిరో.. అనే పాట కూడా బానే ఉంది. కాకపోతే, హీరో లుక్స్ మాత్రం కొన్ని చోట్ల సింక్ అవ్వవు. అవి పంటి కింద రాయిలా అనిపిస్తాయి. కానీ, 5 ఏళ్ల పాటు తీసిన చిత్రం కాబట్టి.. వాటిని ఎక్స్క్యూజ్ చేయొచ్చు. కానీ, సెకండాఫ్ కి వచ్చే సరికి, కథనం దారి తప్పినట్టు అనిపిస్తుంది. దీనికి కంటే ముందు సీజీ వర్క్ 'దారుణం' అనే వర్డ్ కూడా తక్కువే అనిపించేలా ఉంది. ఇన్ని కోట్లు పెట్టిన మూవీకి సీజీ వర్క్ ఇలా ఉందంటే ఎవరూ నమ్మరు. హీరో గుర్రంపై వెళ్తుంటే%ా% హీరో హెూండా బైక్ నడిపినట్టు అనిపిస్తుంది. అలాగే బ్యాగ్రౌండ్ లో వచ్చే గ్రాఫిక్స్ కూడా అస్సలు సెట్ అవ్వలేదు.

కోర్ స్టోరీ బానే ఉన్నా.. సెకండాఫ్ లో నడిపిన కథనం మాత్రం తేలిపోయింది. సీజీ వల్ల కెమెరా పనితనం కూడా వీక్ అయిపోయింది. కానీ, ఇలాంటి టైంలో హీరోకు కొన్ని ఎలివేషన్ సీన్స్ పడ్డాయి. అలాగే కీరవాణి మ్యూజిక్.. సినిమా పడిపోయిన ప్రతి సారి%ా% కీరవాణి తన భుజాలతో నిలబెట్టాడు. అలా సాగుతున్న టైంలో పవన్ కళ్యాణ్ స్వయంగా డిజైన్ చేసిన చౌకిదానా ఫైట్ మరోసారి అభిమానులకు పూనకాలు తెప్పిస్తుంది. దాదాపు 20 నిమిషాల పాటు సాగిన ఆ ఎపిసోడ్ సినిమాకు మళ్లీ కాస్త ప్రాణం పోస్తుంది. ఇక క్లైమాక్స్ వెళ్తే%ా% అసంపూర్ణం అని అనలేం.. ఎందుకంటే ఈ మూవీ రెండు పార్ట్స్ కాబట్టి.. మిగితాది రెండో పార్ట్ లో చూడండి అని చెప్పాశారు. ఇక పవన్ కళ్యాణ్ నటన గురించి అంటే, వన్ మెన్ షో. యాక్టింగ్, స్వాగ్, డైలాగ్ డెలవరీ.. ఇలా ప్రతి ఒకటి పవన్ మార్క్ చూపించాడు. ఈ పాయింట్ లో మైనస్లేం చెప్పలేం. నిధి అగర్వాల్ ప్రెజన్స్ బాగుంది. సాంగ్స్ లో కూడా పర్వలేదు అనిపించింది. విలన్గా బాబీ డియోల్ సరిగ్గా సెట్ అయ్యాడు. ఔరంగజేబు లుక్స్ బాబీ మంచి ఛాయిస్. కన్నులతోనే విలనిజాన్ని పండించాడు. అయితే, హీరో %-% విలన్ మధ్య వచ్చే సీన్స్ ఒక్కటి కూడా లేదు. అది సెకండ్ పార్ట్ లో ఉంటుంది.

ఇక మిగితా.. సునీల్, రఘుబాబు, నాజర్, సుబ్బరాజు పర్వలేదు అనిపించారు. అనసూయ ఓ సాంగ్ కు పరిమితం అయింది. అయితే ఆ సాంగ్ లో హీరో, హీరోయిన్ పై ఎక్కువ ఫోకస్ ఉండటం వల్ల ఆమెకు పెద్దగా స్కోప్ దొరలేదు. సాంకేతిక విభాగం గురించి అంటే.. ముందుగా మ్యూజిక్. పవన్ కళ్యాణ్ చాలా సందర్భాల్లో కీరవాణి మ్యూజిక్ గురించి ప్రస్తావించాడు. అన్ని సార్లు ఎందుకు గుర్తు చూశాడు అంటే.. సినిమా చూస్తే అర్థమైపోతుంది. ఒక్క మాటలో కీరవాణి ది బెస్ట్ ఇచ్చాడు అని చెప్పొచ్చు. ఎడిటింగ్ సెకండాఫ్ లో కొంత మేరక్ పని చెప్పొచ్చు అని అనిపిస్తుంది. గ్రాఫిక్స్ సెకండాఫ్ మొత్తం తేలిపోయింది.

ప్లస్ పాయింట్స్ : పవన్ కళ్యాణ్, ఫస్టాఫ్, ఇంటర్వెల్ ఎపిసోడ్ %఑% ట్విస్ట్, కీరవాణి మ్యూజిక్ జూ సాంగ్స్

మైనస్ పాయింట్స్ : వీఎఫ్ఎక్స్. సెకండాఫ్ లో కొంత ల్యాగ్

మొత్తంగా.. ఫ్యాన్స్కు వీరమల్లు మంచి విజయమే

27. 7.2025 నుంచి 2.8.2025 వరకు

ద్వాదశరాశి ఫలములు (వార ఫలాలు)

మేషరాశి

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

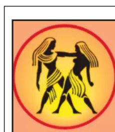
వారం ప్రారంభంలోవ్యాపార విస్తరణ కోసం, సంతాన సంబంధ విషయాలలో, నూతన ఇన్వెస్ట్మెంట్స్ కొరకు ఆలోచనలు చేస్తారు. దూర ప్రయాణానికి, ఉన్నత విద్య కొరకు ప్రయత్నం చేసే వారికి విదేశీ అవకాశా ములు. శ్రమ అధికం. కంటి ఆరోగ్య విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉండాలి, వృత్తికి సంబంధించిన విషయాలలో, భాగస్వామ్య వ్యవహారాలలో ఉన్నత స్థాయి వ్యక్తుల యొక్క సహకారాన్ని ఆశిస్తారు. ఇతరుల సహకారాన్ని తీసుకునేటప్పుడు వైరాగ్యధోరణిని వదిలేయాలి. తోబుట్టువులుతో వైరికి దూరంగా ఉండాలి. ఆర్థిక పరమైన విషయాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి. వారము చివరిలో దూర ప్రదేశాల నుంచి సమాచారాలుకొంత అందుతుంది. ప్రయాణాలలో చికాకులు, అనవసరమైన వ్యయాలు, ఆశించిన అంశాలలో చాలా శ్రమ ఫలితాలు ఇస్తాయి. పౌరుషం పెరుగుతుంది ఆకస్మిక విషయాలు, ముఖ్యమైన అంశాలలో ఆలస్యాలు ఆటంకాలు, ఆరోగ్య విషయంలో శ్రద్ధ, మరిన్ని మంచి ఫలితాల కొరకు లలితా దేవిని ప్రార్థించటమేలు.

వృషభరాశి

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

వారం ప్రారంభంలో గమనించగా గృహ వాహన రిపేర్ల కొరకు శ్రద్ధ.స్త్రీ సంతానం అభివృద్ధి. పురుష సంతానం మీద, వారి అలవాట్లు, అభివృద్ధి కొరకు ప్రత్యేక దృష్టిని కేటాయించాలి.విద్యార్థులు విద్య మీద దృష్టిని కేటాయించాలి. మానసిక ప్రశాంతత కొంత తక్కువగా ఉంటుంది. ఉన్నత స్థాయి వ్యక్తులతో విభేదాలకు దూరంగా ఉండాలి. వారం మధ్యలో పందెములు, బెట్టింగులు మొదలైన వాటికి దూరంగా ఉండాలి. గవర్నమెంట్ పనులలో ఉన్నత స్థాయి అధికారులు రాజకీయ నాయకుల సహకారాన్ని కోరుకుంటారు. ఉన్నత విద్య కొరకు విదేశీ–యానానికి శ్రమ చేస్తారు. వారం చివరిలో పనులు కొంతవరకు ముందు కదులుతాయి. కుటుంబ సభ్యుల, భాగస్వామి సహకారంతో ప్రణాళికలు సిద్ధం చేసుకుంటారు. వ్యాపారాన్ని సహకారంతో వృద్ధి చేసుకునే ఆలోచనలు, అసంతృప్తి అధికంగా ఉంటుంది వృత్తిపరమైన విషయాల అభివృద్ధి, నూతన పరిచయాలు, వ్యాపార విస్తరణ, వీలైనంతవరకు అభిప్రాయ బేధాలకు దూరంగా ఉండాలి.

మిధునరాశి



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

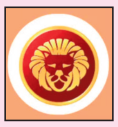
వారం ప్రారంభంలో ఫలితాంశములను గమనించగా దగ్గర ప్రయాణాలకు అవకాశం, వ్యక్తిగత ఆరోగ్యవిషయంలో, అధికఖర్చులు, ముఖ్య వ్యవహారాలలో శక్తి సామర్థ్యాలను పెంచుకుంటూ ముందుకు వెళ్ళడానికి కృషి చేస్తారు. వృత్తిపరమైన చికాకులు, ముఖ్యముగా కుటుంబ వ్యవహారాలు ఊహించని ఇబ్బందులను పెంచుతాయి. వారం మధ్యలో డ్రైవింగ్ చేసేవారు తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి, వాహనమునకు సంబంధించిన ఇబ్బందులు, అధికం. గృహ వాతావరణం అసౌకర్యం, ప్రశాంతత తక్కువగా ఉంటుంది. వృత్తిపరమైన విషయాలలో ముఖ్యంగా సమయాలు అనవసర గందరగోళం. తలనొప్పి, కంటికి సంబంధించిన అనారోగ్యాలు, నిర్లక్ష్యం చేయరాదు. ఆరోగ్య, వాహన విషయాలు జాగ్రత్త. జ్ఞాపకశక్తి తగ్గుతుంది ఆరోగ్య ఆహార శ్రద్ధ చాలా అవసరం. స్త్రీలతో విభేదాలు రాకుండా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. వృత్తిపరంగా అనవసర వ్యక్తుల జోక్యం చికాకును సృష్టిస్తుంది. మరిన్ని మంచి ఫలితాలు సత్యనారాయణ స్వామి ఆరాధన మంచిది.

కర్కాటక రాశి

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

వారం ప్రారంభంలో ఫలితాంశములను గమనించగా ఆర్థిక విషయాలలో ఆటంకాలు, వాగ్దానాలు నిలుపుకోవడంలో ఇబ్బందులు, అనవసర ఖర్చులు కుటుంబ వ్యవహారాల్లో చికాకులను పెంచుతాయి. జీవిత భాగస్వామితో, కుటుంబములోని సభ్యులతో అనవసర వాదనలకు దూరంగా ఉండాలి, వ్యాపార వ్యవహారములలో, స్నేహ సంబంధాలలో తగిన జాగ్రత్తలు అవసరం. వారం మధ్యలో పౌరుషం పెరుగుతుంది నాయకత్వ లక్షణాల శక్తి సామర్థ్యాలు పెరుగుతాయి. వ్యక్తుల సహకారాన్ని పొందుతారు. నూతన గృహ వాహనములకు, రుణముల కొరకు ప్రయత్నాలుచేస్తారు. వారాంతంలో పూర్వ రుణములు చెల్లిస్తారు. సంతానము అభివృద్ధి కొరకు, ఇన్వెస్ట్మెంట్స్ కొరకు ప్రణాళికలు అధిక ఖర్చులు నియంత్రణ అవసరం కుటుంబ స్త్రీల సహకారాన్ని పొందుతారు. మానసిక ప్రశాంతత తనే పెంచుకోవాలి. విందు వినోదాల్లో పాల్గొంటారు, మంచి ఫలితాల కొరకు దత్తాత్రేయుని ఆరాధన మంచిది

సింహరాశి



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

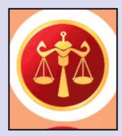
వారంప్రారంభంలో ఫలితాంశములను గమనించగా భాగస్వామి వ్యవహారాల మీద దృష్టి సారిస్తారు. జీవిత భాగస్వామి సహకరిస్తారు. ఉల్లాసంగా ఉత్సాహంగా కొత్త పనులు మొదలు పెడతారు. మానసిక ప్రశాంతతను పెంచుకోవడానికి ప్రయత్నాలు చేస్తారు, అనవసర ఖర్చులను కొంతమేర నియంత్రించుకో గలుగుతారు. ఆరోగ్య విషయంలో ఖర్చులు. రహస్య శత్రువుల విషయంలో జాగ్రత్తలు అవసరం, బాతృ వర్గంతో విభేదాలకు దూరంగా ఉండాలి. వారం మధ్యలో కుటుంబ వ్యవహారాలలో, ఆర్థిక విషయాలలో అనవసర వ్యక్తుల ప్రమేయాన్ని అధిగమించడానికి ప్రయత్నం చేస్తారు. భాగస్వామి కుటుంబ సభ్యులతో అభిప్రాయ బేధాలుకు దూరంగా ఉండాలి. దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యాలను అధిగమించాలి అన్న విధానాల్లో శ్రద్ధ తీసుకుంటారు. వారం చివరిలోనూతన వాహన కొనుగోలు కొరకు, భాగస్వామికి బహుమానాల కొరకు వెచ్చిస్తారు. విద్యార్థులకు పోటీ తత్వం పెరుగుతుంది, రు–ణములు చెల్లిస్తారు, రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది,

కన్యారాశి

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

వారం ప్రారంభంలో ఫలితములు గమనించగా ఆర్థిక ఖర్చులు నియంత్రించు కోవడానికి ప్రయత్నం చేస్తారు, సంతాన ఆరోగ్య సంబంధమైన, పెట్టుబడులు విషయాలలో, కొంత చికాకులు. ఉద్వేగాల అధికంగా ఉంటా యి. మానసిక ప్రశాంతత తక్కువగా ఉంటుంది. సమయానికి ఆహార స్వీకరణ విశ్రాంతి అవసరం, వృత్తిపరమైన ప్రయాణములు. జీవిత భాగస్వామి తోను వారి యొక్క బంధువులతో మాట్లాడేటప్పుడు, అనవసర అపార్థములకు లోను కాకుండా జాగ్రత్తలు అవసరం. పౌరుషం నాయకత్వ లక్షణాలు ఆదిపత్య ధోరణిని విడనాడాలి. చిన్న చిన్న విషయాలకి కలహములు, అపార్థములు ఏర్పడే అవకాశం ఉన్న రిత్య జాగ్రత్తలు అవసరం. మధ్యలో వాతావరణం అనుకూలంగా ఉంటుంది, ముఖ్యంగా తోబుట్టులతో, భాగస్వామితో అనవసర అపార్థములు తగ్గుతాయి ప్రయాణములు చేయునప్పుడు, ముఖ్యంగా డ్రైవింగ్ సందర్భాలలో విష్ణు: గరుడ వాహన అనే శ్లోకాన్ని పట్టించడం మేలు. వారం చివరిలోసామర్థ్యం పెరుగుతుంది,

తులారాశి



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

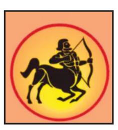
వారం ప్రారంభంలో ఫలితాంశములను గమనించగా లాభ చంద్ర సంచారముచే సంతానమ–ంతో అనుబంధము అనుకూలత, సృజనాత్మకత పెరుగుతుంది పెరుగుతుంది, షాపింగులు విందు వినోదాలు, మంచి ఖర్చులు ఆనందాన్ని ఇస్తాయి. ఎదురుచూస్తున్న వం–ృమానాలు దూర ప్రదేశాల నుంచి అందుకుంటారు. ఒక వార్త ఆసక్తిని రేకెత్తిస్తుంది. సంతానం నుంచి బహుమతులు అందుకుంటారు, గృహ వాహన, తల్లి ఆరోగ్యం, వ్యవసాయ సంబంధం అంశాలు కొంత అసౌకర్యం, మానసిక ప్రశాంతత తక్కువగా ఉంటుంది. ఆరోగ్యం మీద శ్రద్ధ తీసుకోవాలి. విద్యార్థులు విద్య మీద దృష్టి అవసరం. వారం మధ్యలో అనవసర ఖర్చులు, వాగ్వాదములకు దూరంగా ఉండాలి. దీర్ఘకాలిక పెట్టుబడుల కొరకు ప్రయత్నాలు చేస్తారు. ఆరోగ్య విషయంలో నిర్లక్ష్యము తగదు, వారం చివరిలో మాటలతో పనులు సాధించుకుంటారు. ప్రణాళికలని అమలు చేసుకుంటూ ముందుకు వెళతారుఆర్థిక విషయాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి.

వృశ్చిక రాశి

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

వారంప్రారంభంలోనూతన వాహనాలు, గృహములు సంబంధించిన అంశముల మీద విస్తృతంగా దృష్టి సారిస్తారు. ఉన్నత స్థాయి వ్యక్తులతో ఆశించిన విషయాలలో, ముఖ్యంగా గవర్నమెంట్ సంబంధించిన పనులలో సామాన్య ఫలితాలు. వృత్తిపరమైన విషయాల మీద ఎక్కువ శ్రద్ధ తీసుకుంటారు గృహ వాతావరణం, వాహన సంబంధ విషయాలు కొంత అసౌకర్యంగా ఉంటుంది. గురువులు పెద్దల ు ఆశీర్వచనాలు, ఉన్నత విద్య కొరకు విదేశీ ప్రయాణాలకి కొంత అవకాశములు. ఆర్థిక సంబంధమైన విషయాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి, ముఖ్యంగా విదేశాలలో ఉండే తోబుట్టువులు, స్నేహితులు సహకారం కూడా అందుకుంటారు. వారం చివర్లో విద్యార్థులకు విద్యాసంబంధమైన విష యం మీద దృష్టి సారించాలి. వృత్తికి సంబంధమైన విషయాలలో ఆకస్మిక ఖర్చులు, ప్రయాణాలు చికాకులు ఇబ్బంది కలిగిస్తాయి. వాహనాల నడిపేవారు తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

ధనస్సు రాశి

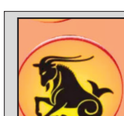


మూలా 1,2,3,4 పాదములు -
పూర్వాషాడ 1,2,3,4 పాదములు - ఉత్తరాషాడ 1వ పాదము

వారం ప్రారంభం గృహ వాతావంణంలో కుటుంబ సభ్యులతో, ఆర్థిక అంశాలలో తగిన విధంగా ఆచితూచి వ్యవహరించాలి వృత్తికి సంబంధించిన విషయాలలో ప్రయాణాలకు అవకాశం. మాటలు విషయంలో కుటుంబ వ్యవహారాలలో, బాధ్యతలు పెరుగుతాయి. సహకార లబ్ధి, ఆశించిన ఫలితాలు పొందుతారు ఆర్థిక విషయాలు అనుకూలం, ఎంతగానో ఎదురు చూస్తున్న విషయాలలో దూర ప్రదేశము నుంచి ఆసక్తికరమైన సమాచారాన్ని అందుకుంటారు. అలవాట్లకి కూడ దూరం మంచిది. ఆకస్మిక చికాకులు ఇబ్బంది పెట్టే విధానం. అనవసరమైన ఖర్చు.

ముఖ్యంగా శ్రమ అధికంగా ఉంటుం ది, ఒత్తిడి, బంధు వర్గంతో విభేదాలకు దూరంగా ఉండాలి. కుటుంబ సభ్యుల యొక్క ఆరోగ్య విషయంలో శ్రద్ధ తీసుకుంటారు. మరిన్నిమంచి ఫలితములు కొరకు గణేష్ ఆరాధన, దేవాలయ సందర్శన మంచిది

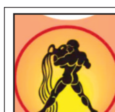
మకరరాశి



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

వారం ప్రారంభంలో ప్రయాణాలలో జాగ్రత్తలు అవసరం, ఆరోగ్యము తగిన శ్రద్ధ తీసుకోవాలి. చాలాకాలంగా ఎదురుచూస్తున్న ఆర్థిక విషయాలు, మైత్రి బంధాలు సామాన్యం.ఆర్థిక సంబంధమైన విషయాలలో వాగ్వాదాలలో, అనవసరమైన ఖర్చులకి దూరంగా ఉండాలి, వైరాగ్యాన్ని అధిగమించాలి. వృత్తిపరమైన విషయాల్లో తగిన శ్రద్ధ తీసుకొని ముందుకు వెళ్లాలి. ఆధ్యాత్మికత పెరుగుతుంది, దైవచింతన సంకల్పబలంతో అనుకున్నది సాధిస్తారు. విదేశీ వ్యవహారాలకు సంబంధించిన విషయాలలో ధన రాబడి, తండ్రి ఆరోగ్యం, ఆకస్మిక విషయాలు, విదేశీ వ్యవహారాలు, ఉన్నతవిద్య, వ్యాపారవ్యవహారాలు కొంత ఆందోళనను, అశాంతిని కలిగిస్తాయి. నిరాసా నిస్పృహాలను అధిగమించాలి, మానసిక ప్రశాంతతను పెంపొందించు కునేందుకు యోగా మెడిటేషన్ చేయాలి. ఎదురుచూస్తున్న విషయాలలో సంతోషకరమైన వార్తలు అందుకుంటారు. చివరిలో నెట్వర్క్ ను పెంపొందించు కుంటారు.

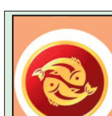
కుంభ రాశి



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

వారం ప్రారంభంలో సంఘంలో గుర్తింపు గౌరవం, ఉన్నత స్థాయి వ్యక్తులతో ఆశించిన పనుల జరగడానికి సూచనలు. మిత్రుల సహకారం, పేరు ప్రఖ్యాతలు పెరుగుతాయి. రోగ నిరోధక శక్తి, శత్రు రోగ రుణాల మీద విజయాన్ని సాధిస్తారు. ఆశించిన పనులలో విజయం, ఆర్థిక లాభం, ఆగుతూ వస్తున్న అనేకమైన మిశ్రమంగా పనులు ముందుకు వెళతాయి. అనవసరమైన ఖర్చులు నియంత్రించుకో గలుగుతారు. ప్రణాళికాబద్ధంగా ముందుకు సాగుతారు. మీ మీద మీకు నమ్మకం, స్థిరమైన అభిప్రాయాలు. మధ్యలో వ్యాపార విస్తరణ స్నేహ సంబంధాలు బలపడతాయి, నూతన పరిచయాలు విందు వినోదాలు, భాగస్వామ్య వ్యవహారాలలో పెట్టుబడులకి ఆలోచనలు, జీవిత భాగస్వామితో నూతన ప్రదేశాలకి వెళ్ళడానికి అవకాశాలు. వారం మధ్యలో ప్రయాణాల్లో చికాకుల్ని, అధిగమించాలి. వృత్తి, సంతాన సంబంధమైన విషయాలు తో అధిక శ్రమ. తదుపరి సామాజిక సేవ లో పాల్గొనుట, పెద్దల ఆశీస్సులు.

మీన రాశి



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

వారం ప్రారంభంలో కోర్టు వ్యవహారాలు, ఆర్థిక విషయాలు ,పోటీలు అనుకూలము. రుణాలు చెల్లిస్తారు, వృత్తిని పుణ్యాలను పెంచుకుంటారు. ఆరోగ్యం అనుకూలంగా ఉంటుంది, శత్రువుల మీద విజయం సాధిస్తారు. సంతానమునకు అభివృద్ధి, ఆర్థిక విషయాల కోసం ఎక్కువ ఆలోచనలు చేస్తారు. తగిన గుర్తింపు గౌరవం. భాగస్వామి వ్యవహారాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి. మైత్రి బంధాలు బలపడతాయి. కంటి ఆరోగ్యం లో శ్రద్ధ తీసుకోవాలి, ఆహార నియమాలు పాటించాలి, ఆకస్మిక: విమర్శలకు, సోదర వర్గంతో విభేదాలకు దూరంగా ఉండాలి. మధ్యవర్తిత్వం పనికిరాదు. వారం చివరిలో వృత్తి సంబంధమైన విషయాలలో అధిక శ్రమతో ముందుకు వెళతారు. ఉన్నత స్థాయి వ్యక్తులతో మాటామంతి. ప్రయాణాలకు అవకాశం, ఆలోచనలు ఫలిస్తాయి, నూతన వృత్తులకు ప్రయత్నం చేసే వారికి మంచి అవకాశాలు. మరిన్ని మంచి ఫలితాలు కొరకు విష్ణు సహస్రనామ పారాయణ మంచిది

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

డా. ఈడ్పుగంటి పద్మజారాణి

9849252852 - 7506976164 - padma.suryapaper@gmail.com

సూర్య