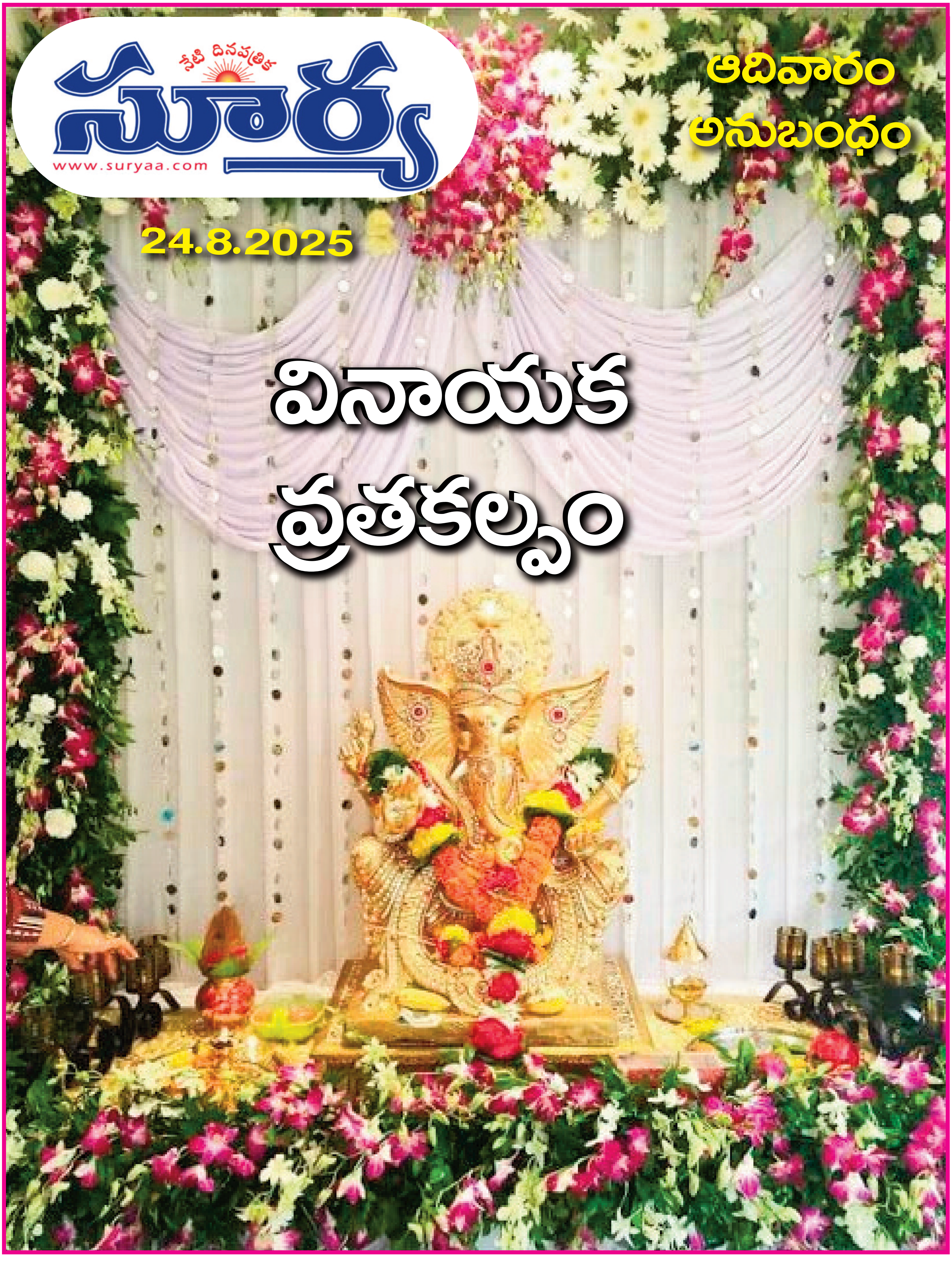
నేటి దినపత్రిక
సూర్య
www.suryaa.com

ఆదివారం అనుబంధం

24.8.2025

వినాయక వ్రతకల్పం



www.suryaa.com

24.8.2025

ఆదివారం అనుబంధం

చైర్మన్‌తో ముఖాముఖి

ఈ శుక్రవారం పార్లమెంటు భవనం వద్ద భద్రతా ఉల్లంఘన ఘటన చోటు చేసుకుంది. ఆగంతకుడు ఒకరు శుక్రవారం నాడు.. పార్లమెంటు భవనంలోకి ప్రవేశించడానికి ప్రయత్నించాడు. ఒక వ్యక్తి గోడ దూకి పార్లమెంటు భవనంలోకి ప్రవేశించేందుకు ప్రయత్నించినట్లు అధికారులు తెలపారు. అయితే పార్లమెంటు భవనం ఆవరణలో ఉన్న భద్రతా దళాలు ఆ వ్యక్తిని అదుపులోకి తీసుకున్నట్లు సమాచారం. ఇది కచ్చితంగా భద్కతా లోపంగానే చెప్పాలి. మీరే మంటారు

– శ్రీమతి వనజాక్షి మారెం. వరంగల్

మీరు చెప్పింది నిజమే వనజ గారూ... మీరన్నది నిజమే వనజగాకూ శుక్రవారం ఉదయం 6.30 గంటల ప్రాంతంలో చెట్టు సహాయంతో గోడ ఎక్కి పార్లమెంటులోకి ఓ అగంతకుడు ప్రవేశించాడని భద్రతా వర్గాల సమాచారం ప్రకారం అతను రైల్ భవన్ వైపు నుండి గోడ దూకి కొత్త పార్లమెంటు భవనం గరుడ్ గేట్ వరకు చేరుకున్నాడు. అయితే పార్లమెంట్ లోపల ఉన్న భద్రతా సిబ్బంది ఆ వ్యక్తిని పట్టుకున్నారు. ప్రస్తుతం అతడిని విచారిస్తున్నారు. పార్లమెంట్ వర్షాకాల సమావేశాలు ముగిసిన మరుసటి రోజు ఈ సంఘటన వెలుగులోకి రావడం సంచలనంగా మారింది. ఈ ఏడాది పార్లమెంటు వర్షాకాల సమావేశాలు జూలై 21న ప్రారంభమై ఆగస్టు 21న ముగిశాయి. 32 రోజుల వ్యవధిలో మొత్తం 21 సెషన్లు జరిగాయి. గత సంవత్సరం ఆగస్టులో కూడా ఇలాంటి భద్రతా ఉల్లంఘన సంఘటన జరిగింది. 20 ఏళ్ల ఒక వ్యక్తి గోడ దూకి పార్లమెంటు అనుబంధ ప్రాంగణంలోకి ప్రవేశించిన సంగతి తెలిసిందే. తాజాగా మరోసారి అలాంటి సంఘటనే చోటు చేసుకోవడంతో దేశం ఒక్కసారిగా ఉలిక్కిపడింది. దీనిపై పెద్ద ఎత్తున ఆందోళన వ్యక్తం అవుతోంది.ఢిల్లీ పోలీసులు ఈ సంఘటనను తీవ్రంగా పరిగణిస్తున్నారు. దీనిపై కేసు నమోదు చేసి విచారణ ప్రారంభించారు. ఈ వ్యక్తి ఎవరు.. ఎందుకు రహస్యంగా పార్లమెంట్ గోడ ఎక్కేందుకు ప్రయత్నం చేశాడు.. ఏదైనా కుట్రలో భాగంగా ఇలాంటి పని చేశాడా అనే కోణంలో దర్యాప్తు చేస్తున్నారు. పూర్తి స్థాయిలో విచారించిన తర్వాత మరిన్ని వివరాలు తెలిసే అవకాశం ఉ ందని అంటున్నారు.ార్లమెంట్లోకి ఇలా అక్రమంగా ప్రవేశించేందుకు ప్రయత్నించడం ఇది రెండో సారి. దాదాపు రెండేళ్ల క్రితం ఇలాంటి సంఘటనే చోటు చేసుకుంది. రెండు సంవత్సరాల క్రితం అనగా 2023 డిసెంబర్ 13న, ఇద్దరు వ్యక్తులు లోక్‌సభ ఛాంబర్‌లోకి దూకిన ఘటన దేశవ్యాప్తంగా సంచలనం సృష్టించిన సంగతి తెలిసిందే. 2001 పార్లమెంట్ మీద ఉగ్రదాడి జరిగి 22 సంవత్సరాలు పూర్తైన రోజునే ఈ సంఘటన చోటు చేసుకోవడం గమనార్హం. మరేం జరగనుందో చూడాలి.

ప్రజలకు ఏది కావాలన్నా గూగుల్‌ను ఆశ్రయిస్తున్నారు. ఇటీవల వచ్చిన ఏఐ మరింతగా ఉపయోగించుకుంటున్నారు. కానీ ప్రమాదం పొంచి ఉందని గూగుల్ వినియోగదారులను హెచ్చరిస్తోంది. సైబర్ భద్రతా ముప్పు గురించి గూగుల్ 1.8 బిలియన్ల %+ఝుఅశ్రీ% వినియోగదారులకు హెచ్చరిక జారీ చేసింది. ఈ విషయం కాస్త విపులంగాఇ చెప్పగలరా?

– నాగమల్లేశ్వరి తిరునగరి, హైదరాబాద్

అవును నాగమల్లేశ్వరిగారూ... నేను చదివిన మెన్స్ జర్నల్ ప్రచురించిన ఒక నివేదిక ప్రకారం.. ఈ లోపం కృత్రిమ మేధస్సులో పురోగతిని ఉపయోగించుకుంటుంది. దీనిని 'పరోక్ష ప్రాంప్ట్ ఇంజెక్షన్లు' అని పిలుస్తారు. దీనిలో లక్ష్యం ఎవరైనా కావచ్చు. ప్రభుత్వాలు, వ్యక్తులు, వ్యాపారాలు.గూగుల్ అధికారిక బ్లాగ్ పోస్ట్‌లో హ్యాకర్లు క్యాలెండర్ ఆహ్వానాలు, పత్రాలు, ఇమెయిల్‌లు వంటి వాటి ద్వారా హానికరమైన సూచనలు జారీ చేసి హ్యాకింగ్‌కు పాల్పడతారని హెచ్చరిస్తోంది.

ఈ సూచనలు అమలు తర్వాత సున్నితమైన సమాచారాన్ని బహిర్గతం చేయడానికి వ్యవస్థను మోసగించవచ్చు. ఇంకా అనధికార లావాదేవీలు చేయడానికి వ్యవస్థను మోసగించవచ్చు. జనరేటివ్ AI వేగంగా స్వీకరించడంతో పరిశ్రమ అంతటా కొత్త బెదిరింపులు తలెత్తుతున్నాయి' అని గూగుల్ తెలిపింది. వ్యక్తిగత, వృత్తిపరమైన పనులలో కృత్రిమ మేధస్సు (%ూ×%)ను విస్తృతంగా ఉపయోగించడం వల్ల ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉందని కంపెనీ హెచ్చరించింది. సమస్యను అరికట్టడానికి, గూగుల్ ఇప్పటికే రక్షణ చర్యలు చేపడుతోంది. ఈ మార్పులు జెమిని 2.5 మోడల్‌ను ఆ రకమైన దాడికి వ్యతిరేకంగా బలోపేతం చేస్తాయి.

అనుమానాస్పద ప్రాంప్ట్‌లను గుర్తించడానికి మోడల్ మెషిన్-లెర్నింగ్ సిస్టమ్‌లను ఉ పయోగిస్తుంది. ముందుగా జెమిని నుండి వచ్చే ప్రతిదాన్ని మీరు విశ్వసించకూడదని నిర్ధారించుకోండి. అది సారాంశం లేదా హెచ్చరిక పాప్-అప్ అయినా పర్వాలేదు. ఏదైనా ఇమెయిల్ పంపినవారు అనుమానాస్పదంగా అనిపిస్తే దానిని జెమిని ద్వారా సంగ్రహించడం మానుకోండి. బదులుగా కొంత మాన్యువల్ పని చేయండి. అలాగే అదే సమయంలో అది ముఖ్యమైనదిగా, అనుమానాస్పదంగా కనిపిస్తే మెయిల్ చదవండి. మీ మోడల్ రాజీ పడిందని మీకు ఏవైనా సందేహాలు ఉంటే Google Workspace కోసం జెమిని స్మార్ట్ ఫీచర్‌లను ఆఫ్ చేయండి.

నూకారపు సూర్య ప్రకాశరావు

చైర్మన్, సూర్య తెలుగుదినపత్రిక

లెజెండ్

"శాంతిదూత అమ్మ మదర్ థెరిసా "

"శాంతిదూత అమ్మ మదర్ థెరిసా "

"మదర్ థెరిసా " ఈ పేరు "అమ్మ" అనే పదానికి మారుపేరు. పశుపక్ష్యాదులు సైతం ఈపేరు వింటే చాలు అవి కూడ 'అమ్మా' అని పిలిచే%శీ%త గొప్ప సంఘ సేవకురాలు. ఆమె శాంతిదూత, దేవునికి ప్రతి రూప%శీ%గా ఆమెను అభివర్ణించవచ్చు. తన జీవితమంతా బాధా సర్పదస్టులను అక్కున చేర్చుకొని ఆదరించి, ప్రేమను పంచిన త్యాగశీలి ఈమె. సమాజ సేవకు కొత్త నిర్వచనం చెప్పి మదర్ థెరిసా అందించిన స్ఫూర్తి అపూర్వం, అమోఘం, అనిర్వచనీయం. అందుకే ఆమె జీవితం అనేకమందికి ఆదర్శం. ఆమె చేసిన సేవలు మరేంతోమందికి మార్గదర్శ%శీ%. మాటలు చెప్పడం కన్నా క్రియలు చేయడం మిన్న అని నిరూపించిన గొప్ప సంఘ సేవకురాలు. ఈ సంఘ సేవకురాలు అమ్మ మదర్ థెరిసా 1910 ఆగస్ట్ 26వ తేదీన మాసిటోనియాలో నీకోలే, డ్రానా బొజాక్షీహ్యు పుణ్య దంపతుల ఇంట జన్మించారు. ఈమె అసలు పేరు ఆగ్నేస్ గో%శీ%క్సే బొజాక్షీహ్యు. ఆల్బేనియా భాషలో 'గో%శీ%క్సే' అనే పదానికి 'గులాబీ మొగ్గ అని అర్థం.

ఆమె తాను చదువుకొనె వయసులోనే మత ప్రచారకులు, వారి జీవిత గాథలు, వారి సేవలపట్ల ఆఖర్షితురాలై ఆమె 12సంవత్సరాల వయసులోనే తన జీవితాన్ని దీనుల సేవకు అంకితం చెయ్యాలని నిర్ణయించుకుంది. 18 సంవత్సరాల వయ-సులోనే ఇల్లు వదిలి "సిస్టర్ సాఫ్ట లోరెటో" అనే ప్రచారకుల శాఖలో చేరారు. ఆ తర్వాత 1929 లో భారతదేశంలోని హిమాలయ పర్వతాల వద్ద నున్న డార్జిలింగ్ కు వచ్చారు. ఆ తర్వాత ఆమె తన పేరును "థెరిసా"గా మార్చుకున్నారు. ఆమె 1937లో తూర్పు కలకత్తాలోని 'ఫ్లోరెటో కార్మిట్' పాఠశాలలో ఉపాధ్యాయురాలుగా చేరారు. ఈ పాఠశాలలో పని చేస్తున్నపుడు మురికివాడల్లో నివసించే బీదవాళ్ళను చూసి మనసు చెలించిపోయి వారితోనే వుంటూ వారికీ సేవ చెయ్యాలని తలచి1948లో ఆమె తన సహృదయ ఫ్లోరెటో అలవాటును వదిలి నిరాడంబర నీలపు అంచుగల తెల్లటి నూలు చీరను ధరి%శీ%చి%శీ%ది. భారతదేశ పౌరసత్వమును స్వీకరించి

మురికి వాడల్లో ప్రవేశించిచారు. ఆమె మొదట ఒక పాఠశాలను స్థాపించి పేద పిల్లలకు చదువు చెప్పారు. అనారోగ్యులకు సపర్యలతోపాటు వైద్యం కూడ చేసేవారు మదర్. దిక్కులేని అనాధలకు పెద్దదిక్కు అయ్యారు. ఆలా 1950లో కలకత్తాలో మెషినరీ ఆఫ్ ఛారిటీని ప్రారంభించారు. ఇలా ప్రారంభించి కుష్ఠ వ్యాధి గ్రస్తులు, ఎవరులేని ఆనాధలు ఇలా అందరిని ఆదుకొని సేవలందించారు.

ఆమె చేస్తున్న సేవా కార్యక్రమాలు ఎందరికో నచ్చాయి. చాలామంది ఆమెతో కలిసి పని చెయ్యడానికి ముందుకు వచ్చారు. కొద్ది కాలానికే భారతదేశమంతా ఆమె సేవలు విస్తరించాయి. తర్వాత ఆమె "నిర్మల్ హృదయ్" అనే కార్యక్రమాన్ని చేపట్టి మరణావస్థలో వున్న వారికీ అంతిమ యాత్రను ఆనందంగా తమను ఆరాధించే వారి మధ్య జరిగేలా చేసింది. థెరిసా ఆశ్రయమిస్తున్న వారి సంఖ్య రోజు రోజుకు పెరగసాగింది. అప్పట్లో కుష్ఠ వ్యాధి భయంకరంగా వ్యాపించింది. అప్పుడు కుష్ఠవ్యాధి నిర్మూలనకు అవసరమైన వైద్య విధానాన్న%శీ%తటిని నేర్చుకొని తన పూర్తి జీవితకాలాన్ని కుష్ఠ వ్యాధి నిర్మూలనకు కేటాయించి%శీ%ది. ఇలా బీద, అనాధ రోగులకు అవసరమైన సేవలనన్నిటిని తానే అందించేది. ఇలా నిరంతరంగా సేవ చేస్తూనే ఎన్నో సేవా సంస్థలను స్థాపించి ది.

ఎవరికి అక్కర్లేని, ఎవరు పట్టి%శీ%చుకోని, ఎవరి ప్రేమకు పాత్రులుకాని, అభాగ్యులు, బాధా సర్పదష్టులు, ఎందుకు బతుకుతున్నామా అని ఆక్రోశించే శాపగ్రస్తులు, రోగగ్రస్తులు ఇలా ఎంతోమందిని తన సొంత బిడ్డలుగా భావించి అక్కున చేర్చుకొని కంటికి రెప్పలా కాపాడారు. ఇలా మాతృ ప్రేమని పంచి ప్రపంచానికి ప్రేమ అంటే ఏమిటో చాటి చెప్పింది. సేవ అంటే ఏమిటో నేర్పి%శీ%చి%శీ%ది. సాటి మనిషిని ఆదుకోవడంలో అందరికి స్ఫూర్తిదాయకంగా నిలిచి ది. అందుకే ఈ అమ్మను ఎన్నో అవార్డులు వరించాయి . భారత ప్రభుత్వం నుంచి పద్మశ్రీ, భారతరత్న, ప్రపంచ అత్యున్నత పురస్కారం 'నోబెల్ శాంతి బహుమతి ' లభించాయి. ఇంకా ప్రపంచం వ్యాప్తంగా ఎన్నో పురస్కారాలను సొంతం చేసుకొని ఆ పురస్కారాలకె వన్నె తెచ్చారు. ఆమె వయసు మీద పడుతున్నా కూడ సేవా కార్యక్రమాలను చేస్తూనే ఆరోగ్యం క్షీణించి 1997 సెప్టెంబర్ 5న తనువు చాలించారు. అమ్మ మదర్ థెరిసా సేవా నిరతికి వేల వేల వందనాలతో.........

పింగళి భాగ్యలక్ష్మి,

9704725609

పాఠకుల లేఖలు

ముఖచిత్ర కథనం

ఈవారం సైనిక పాఠశాలలు గురించి అందులో విద్య, క్రమశిక్షణ, దేశ భక్తి పెంపొందేలా అందించే పాఠాలు, శారీరక ధృఢత్వం ఇలా అనేక అంశాలపై విపులండా చర్చిస్తూ వివరించిన రచయితకు ధన్యవాదాలు తెలియని ఎన్నో విషయాలు తెలిపారు. సంపాదక వర్గానికి, యాజమాన్యానికి ధన్యవాదాలు. సందర్భానుసారంగా మీ కథనాలు బాగున్నాయి. ఇదే పంథా కొనసాగించండి.

– ఎలకల రవికుమార్, విశాఖపట్నం

– లింగమనేని రాజేష్, అనపర్తి

–వాడపల్లి గణేష్ కుమార్ హైదరాబాద్

సినిమా రివ్యూలు

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

–కస్తూరి శివరావు, విజయవాడ

–చినవీరభద్రుడు కణపాక, హైదరాబాద్

బుడత బాగున్నాడు

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

–కోరుట్ల రమాదేవి, తెనాలి

–మక్కామల పద్మావతి, హైదరాబాద్

నవకవిత్వం

నోబెల్ శాంతికి ట్రంప్ ఆరాటం

నోబెల్ శాంతికి
ట్రంప్ ఆరాటం
విశ్వశాంతిని, విశ్వశ్రేయస్సుని
విస్మరించి
'నోబెల్ శాంతి' కోసం ఆరాట
పోరాటం
చిన్నపాటి విజయాలను
ఘనకార్యాలుగా వల్లెవేస్తూ
శాంతి దూతగా˜ర్తించమంటూ
విన్నపాలు..వేడుకోలు..
తనకు వత్తాసు పలకని
దేశాలకు
అంతులేని సుంకాలతో
బెదిరింపులు
దేశ సార్వభౌమాధికారాన్ని
ధిక్కరించే వాణిజ్య ఆంక్షలు%ో
%అగ్రరాజ్యాధిపతి సాగించే
అంతులేని దుర్నీతి చర్యలు..!
యుద్ధ జ్వాలలతో రగిలిపోతున్న
రాజ్యాల మధ్య సంధి
ప్రయత్నాలంటూ
తానే పెద్దన్న పాత్రధారియై
నియంతృత్వ రీతిలో
నిర్ణయాలను రుద్దడం
మాట వినని దేశంపై
ప్రత్యక్ష దాడులు చేయడం
సుంకాలు మీద సుంకాలు
పెంచడం
శాంతికి సంకేతమా?
రోజుకోనిర్ణయంతో అశాంతిని
సృష్టిస్తున్న
ట్రంప్ శాంతికాముకుడా?
నోబెల్ శాంతి బహుమతికి
అర్హుడా?

పి.వి.ప్రసాద్
9440176824

సముద్ర రాక్షసి

ఆకాశం ఎందుకో చీకటిగా
సూర్యుడు దాగుడు మూతలతో
తారచుక్కల వెలుగు కనబడక
కారుమబ్బుల మెరుపుల గోల
సముద్రంలో సుడిపుట్టి
కడలి కెరటాలు ఎగిసిపడుతూ
అల్పపీడనం ఉద్రేకంగా
నేలకు చేరిన తుఫాన్ !
జోరువానల ఉప్పెనతో
గుండె గుడిసెలను కుదుపుతూ..
తీరవాసులను పరుగులు పెట్టిస్తూ..
అన్నదాతల ఆశలను నిర్వీర్యం చేస్తూ...
రహదారులు సముద్రం తలపిస్తూ...
వాగు వంకల చిత్తడితో
కార్మిక కర్షక చెమట చుక్కలను
గుండె గుడిసె జీవన చిత్రాలను
వాయుగుండ తుఫానులతో...
భారీవర్షాలు బతుకులను
ఆగమాగం చేస్తున్నాయి!!

డాక్టర్ పగిడిపల్లి సురేందరు
8074856063

మా కళాశాల...ఒక ఓపెన్ చెరసాల....

నేను 1983 లో ఏపీ గురుకుల జూనియర్ కళాశాల, నాగార్జున సాగర్ లో సీటు దొరికింది అని తెలిసిన వెంటనే ఇదే ఫీల్ అయ్యాను. రాష్ట్రంలో అప్పటికి అదొక్కటే ఆ తరహా కళాశాల. రాష్ట్ర స్థాయి ర్యాంకుల్లో ఎప్పుడూ నెంబర్ వన్.అందువల్ల ఒక వైపు ఆనందం.ఇంకోవైపు కించిత్ గర్వం..అందరి అభినందనలు అందుకుంటూ ఉద్వేగం..లైఫ్ సెటిల్ అయిపోతుందని ధైర్యం.స్కూల్ లో మొక్కయిపోవడం కొంచెం ఇబ్బందిగా ఉండేది.నిరంతరం హోమ్ సిక్ నెస్ పీడిస్తుండేది.ఉన్నంతలోనే అల్లరి,ఉపశమనం వెతుక్కొనేది.

అలాంటి స్థితి నుండి జూనియర్ కళాశాల కు రావడం జరిగింది.అయితే వారంలోనే అది ఓపెన్ చెరసాల కాదు,ఉత్తమ భవిష్యత్ తయారీ శాల అని అర్థమై గొప్ప ఊరట కలిగింది.ఊరట కాదు..ఉత్సాహం.హోమ్ సిక్

విన్నంత మేరకు, ర్యాగింగ్ ఉంటుందేమోనని..సందేహం. వెరసి నవరసాలతో ఆ మూల ఉత్తరాంధ్రలోని మారుమూల పల్లె సాలూరు నుండి పల్నాడు చివర నాగార్జున సాగర్ కి పయనం సాగింది. అంతవరకూ తాడికొండ గురుకుల పాఠశాల లో గడిపిన మూడేళ్ల రోజుల్ని సెంట్రల్ జైలు గా భావించిన నేను,' ఇంతకు మించి ఏముంటుంది లే ,బహుశా ఓపెన్ జైలు లా ఉండొచ్చు' ని అనుకుంటూ కాలేజీలో అడుగుపెట్టాను.

అంతదాకా,అంటే స్కూల్ లో, మిత్రులతో బాగానే కలిసిపోయినా, అక్కడి క్రమశిక్షణ, జీవితంలో మొదటిసారి ఇంటికి చాలా దూరంలో ఉండాల్సిరావడం, ఊరి బడిలో ఆముదం వృక్షం లా బతికి,ఇక్కడ మామూలు అన్న పదమే మరిచిపోయినంత.

అన్నిటికన్నా అప్పుడు నాకు బాగా నచ్చిన విషయం ప్రతీ ఆదివారం సెలవు కావడం,ఆరోజు బయట తిరగడం నిషేధం కాకపోవడం.ఒక్క సారి రెక్కలు వచ్చిన ఫీలింగ్.ఆదివారం తో బాటు,పండగ సెలవొస్తే చాలు... విజయపురి సౌత్ లో రామకృష్ణ థియేటర్,అందులోంచి ఆట మొదలవ్వడానికి ముందు వినిపించే నమో వేంకటేశ పాట తెచ్చిన ఉత్సాహం, భాను వీడియో అంటూ బస్టాండ్ దగ్గర ఉన్న వీడియో థియేటర్, డామ్ కి అటు చివర మూడు కిలోమీటర్ల దూరంలోని హిల్ కాలనీ వరకూ క్రమం తప్పని పాదయాత్ర అన్నీ నిన్నమొన్నటి విషయాల్లాగానే ఉన్నాయి తప్ప మధ్యలో రెండుతరాల కాలం గడిచిపోయినట్లు లేదు.

ఇక,మా సీనియర్ లెవ్వరూ ర్యాగింగ్ చెయ్యలేదు..కాకపోతే అందరినీ సర్ అని పిలవాలి..ఒక్క సంవత్సరమే పెద్ద అయినా.

ఆ రెండు సంవత్సరాలు మంచి మిత్రులు,మంచి అనుభవాలు,రానున్న భవిష్యత్ కి పునాది వేశాయి.మా బోటనీ సర్ సత్యనారాయణ రెడ్డి గారు ఎప్పుడూ ' ఇలాగే చదువు, నువ్వు డాక్టర్ అయిపోయినట్టే ' అంటూ ప్రోత్సహించే వారు.అభిమానం కనబడేది.రెండు సార్లూ టీచర్స్ డే కి నేను బోటనీ క్లాస్ తీసుకున్నాను.(పిల్లలతో ఆ రోజు చెప్పించేవారు).క్లాస్ లాస్ట్ లో ఆయన్ని అనుకరిస్తూ గొంతు మార్చి కామెడీ చేస్తే ఒక్కడు కూడా నవ్వలేదు.ఏమిటా అని చూస్తే ఆయన ఎప్పుడు వచ్చి కూర్చున్నారో తెలియదు కానీ లాస్ట్ బెంచ్ నుండి లేచి వచ్చారు.బిక్క చచ్చిన నన్ను వెరీ గుడ్ అంటూ కదిలిపోయారు. ఇంకోసారి ఇంగ్లీష్ సర్ దివాకర్ గారు బోర్డు వైపు తిరిగి క్లాస్ చెప్తుంటే ఏదో చిన్నతనపు అల్లరి చేశాం.ఆయన చూడలేదనుకున్నాం. కానీ ముద్దాయిలందరినీ లేపారు.నన్నులేపి ' చేసిందంతా చేసి,ఎంత అమాయకపు మొహం పెట్టావు రా నాయనా' అని నవ్వి, తర్వాత ఈజీ గా తీసుకున్నారు.

తాడికొండలోనే పనిచేసి ట్రాన్స్ఫర్ పై వచ్చిన పీడీ సర్,పాపయ్య రాజు గారు ఉదయాన్నే మా వింగ్ లో అందరినీ లేపి గ్రౌండ్ కి పరిగెత్తించే డ్యూటీ నాకే ఇచ్చారు..దొంగ చేతికి తాళాలు ఇచ్చినట్టు.

అందరూ ఫ్రెండ్లీ గా ఉండేవారు.చదువు చెప్పడం తో బాటు ప్రశ్నించడాన్ని ప్రోత్సహించేవారు.

టీచర్స్ అంటే, ప్రిన్సిపాల్ శ్రీనివాస రెడ్డి గారితో సహా,వారి పట్ల పిల్లలందరికీ ఎంతో గౌరవం ఉండేది గానీ భయం ఉండేది కాదు.అది వారి గొప్పదనం.

చాలా చిక్కని స్నేహాలు.అరమరికలు లేనివి. ఇంట్లోంచి తెచ్చుకున్న ఊరగాయలు, జంతికలు ఉమ్మడి ఆస్తి.కలిసి పోటీగా చదువుకోవడం,ఒకరి డౌట్లు ఒకరు తీర్చుకోవడం మాత్రమే కాదు...ఆటలైనా,పాటలైనా,షికార్లయినా, జట్లు గానే.రష్యా,ఉక్రెయిన్ స్థాయిలో గొడవపడినా రెండో రోజుకి సంధి కుదిరిపోవాల్సిందే.

ఒక హోలీ రోజు రంగులు పూసుకుంటూ నిలబడి చూస్తుండగా నన్ను ఒక్క సారిగా నలుగురు వెనక నుండి వచ్చి నీళ్ల టబ్బులో ఎత్తి పడేశారు. ముంచి ముంచి పడేశారు.

ఇంకోసారి సెలవులు ఇచ్చిన టైమ్ కి వరదలు.ట్రైన్లు లేక బస్సుల్లో బయలుదేరాం.అవి కూడా డైరెక్ట్ గా లేవు.ఉత్తరాంధ్ర వాళ్ళం నలుగురం కలిసి రాజమండ్రి చేరుకున్నాం.ఎవరిదగ్గరా డబ్బులు మిగల్లేదు.అయినా భయం లేదు.అందులో రవి ది వైజాగ్.ధైర్యం చెప్పాడు..నా చేతికి వాచీ ఉందిరా,ఏం ఫర్వాలేదు అని.

బస్టాండ్ లో ఒకాయన్ని పరిచయం చేసుకుని,పరిస్థితి చెప్పి మా నలుగురికీ టికెట్స్ తీయమని చెప్పాడు.తన వాచీ ఉంచుకుంటే,తర్వాత రోజు కలిసి డబ్బులిచ్చి రిటర్న్ తీసుకుంటానన్నాడు.ఆయన' అదేమీ వద్దులే ' అని చెప్పి మాకు టికెట్స్ తీసి ఇచ్చాడు. మేం వైజాగ్ లో రవి ఇంటికి చేరిపోయి,వారి ఆతిథ్యం పొంది,నెక్ట్స్ డే మా ఇళ్లకు చేరాం.

ఇంకోసారి నేను సెలవుల నుండి కాలేజీ కి వచ్చినపుడు బస్ పైలాన్ వైపు అర్ధరాత్రి దింపింది.చేతిలో భారీ లగేజీ.డామ్ కి మూడు కిలోమీటర్ల అటువైపు హాస్టల్. వెళ్ళేందుకు ఏ వాహనమూ లేదు.అటుగా వెళ్లే లారీలు ఎక్కడికి అని అడిగి మరీ ' మేం రాం' అని అంటున్నారు.లాభం లేదని ఒక లారీ వస్తే,మాచర్ల కు అని చెప్పి ఎక్కేసాను.దారిలో ' కాదు, విజయపురి సౌత్ ' కి అని చెప్తే డ్రైవర్ కి కోపం వచ్చింది.లారీ ఆపేసి ' నిన్ను ఈ సాగర్ లో పడేస్తే దిక్కేంటని 'గదమాయించి, మాచర్ల కి సరిపడా టికెట్ డబ్బులు తీసుకున్నాడు.నేను దిగి నడిచి వస్తుండగా మళ్ళీ లారీ ఆపి,డబ్బులు వెనక్కి ఇచ్చి ' ఇలా అబద్ధాలు ఆడకు' అని తిట్టి వెళ్ళాడు.

ఒక సారి ఒక మిత్రుడు పక్కనే ఉన్నాడని గమనించక మిగతా వాళ్లం వాడి మీద తెగ చాడీలు మాట్లాడాం.తర్వాత తీరిగ్గా వాడు రూమ్ లోంచి వచ్చాడు.అదో జీవిత పాఠం.సబ్జెక్ట్ దరిదాపుల్లో లేడని ఎప్పుడూ రెండు మూడు సార్లు కన్ఫర్మ్ చేసుకున్నాకే చాడీలు చెప్పాలని.

ఇలా చెప్తూ పోతే బోలెడు.నా పేరు అచ్చులో చూసుకోవడం మొదటిసారి అక్కడే.ఆశాజీవులు అని కవిత రాస్తే ఆ సంవత్సరం మేగజైన్ లో అచ్చయింది.చదువుతో బాటు అందమైన అనుభవాలు,స్నేహాలు,జీవిత పాఠాలు మిగిల్చిన మా ఏపీ గురుకుల జూనియర్ కళాశాల మా అందరికీ ఉన్నతి కలుగ జేసిన మేధో తయారీ శాల.

(1975 లో ఉమ్మడి ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో నెలకొల్పబడ్డ ఏపీ గురుకుల జూనియర్ కళాశాల ఈ ఏడు ఏభై సంవత్సరాల వేడుక జరుపుకోబోతోంది.వేలాది మంది విద్యార్థుల్ని దేశవ్యాప్తంగా ఉన్నత స్థానాల వైపు నెట్టిన ఈ ప్రతిష్టాత్మక విద్యా సంస్థ నేటికీ తన గొప్పదనం నిలుపుకుంటూనే ఉంది.)

డా.డి.వి.జి. శంకరరావు,మాజీ ఎంపీ.
9440836931.

సూర్య
www.suryaa.com
24.8.2025
ఆదివారం అనుబంధం

బుడత

బాలల కథ

కాకి నాట్యం

– పల్లా వెంకట రామారావు 9949043019

లంకమల అడవిలో ఒక పాత గుడి ఉంది. ఆ గుడికి దగ్గర్లో ఉన్న ఒక పెద్ద మర్రిచెట్టు మీద చాలా కాలం నుండి ఒక కాకి నివసించేది. దానికి ఆ గుడిలో జరిగే కార్యక్రమాలను చూడటం అంటే చాలా ఇష్టం. అది ఎప్పుడు అడవిలో నుంచి ఆహారం వెతుక్కోవడానికి వెళ్ళినా, గుడి దగ్గర ఆగి, అక్కడ మనుషులు చేసే పనులను గమనించేది.

ఒకరోజు సాయంత్రం, గుడిలో దీపాలు వెలిగాయి. ఆ సమయంలో గుడిలోపల ఒక నర్తకి, దేవుని ఎదుట నృత్యం చేస్తోంది. ఆమె అందంగా, అద్భుతంగా కదులుతూ, రకరకాల భావాలను చూపుతూ నాట్యం చేసింది. ఆ నర్తకి యొక్క ప్రతి కదలికలో, చేతి సైగలో ఒక ప్రత్యేకమైన అందం ఉంది. కాకి ఆ నాట్యాన్ని చూసి ఆశ్చర్యపోయింది. దాని మనసులో ఒక ఆలోచన మెరిసింది. “నేను కూడా ఇలా నాట్యం చేయగలను!” అని అనుకుంది. ఆ సమయంలో దానికి, నెమలి తన పురివిప్పి నాట్యం చేసినప్పుడు అడవిలోని జంతువులన్నీ ఎంతగా మెచ్చుకున్నాయో గుర్తుకు వచ్చింది.

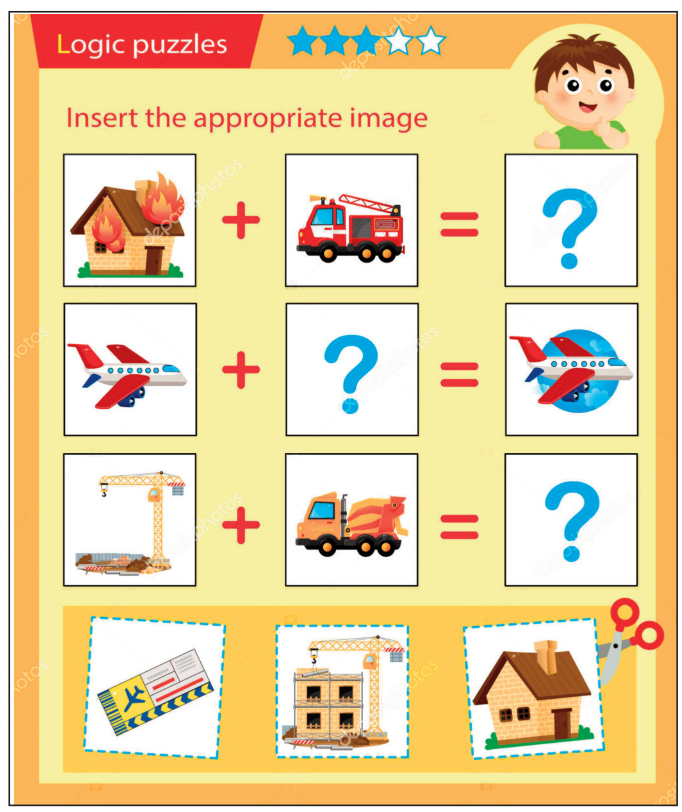
“నేను కూడా ఇలాంటి నాట్యం నేర్చుకుంటే, అందరూ నన్ను మెచ్చుకుంటారు” అని ఆలోచించింది. అది ఆ గుడిలో నుంచి బయటకు వచ్చి, ఆ నర్తకిని అనుకరిస్తూ నృత్యం చేయడానికి ప్రయత్నించింది. నాలుగు అడుగులు వేయగానే నాట్యం వచ్చేసింది అనుకుని ఆనందంతో గెంతులు వేసింది. మరుసటి రోజు, అది అడవిలోని తన స్నేహితులందరినీ పిలిచి, “నేను నిన్న ఒక గొప్ప నాట్యం నేర్చుకున్నాను. చూడండి నా నాట్యం!” అని చెప్పింది. అది నెమలిలాగే పురివిప్పినట్లు తన రెక్కలు విప్పి గెంతులు వేయడం మొదలుపెట్టింది. కానీ దాని ప్రయత్నం ఎవరినీ ఆకట్టుకోలేదు. నాట్యం పేరుతో అది వేసిన గెంతులు, అరుపులు చాలా ఎబ్బెట్టుగా ఉన్నాయి.

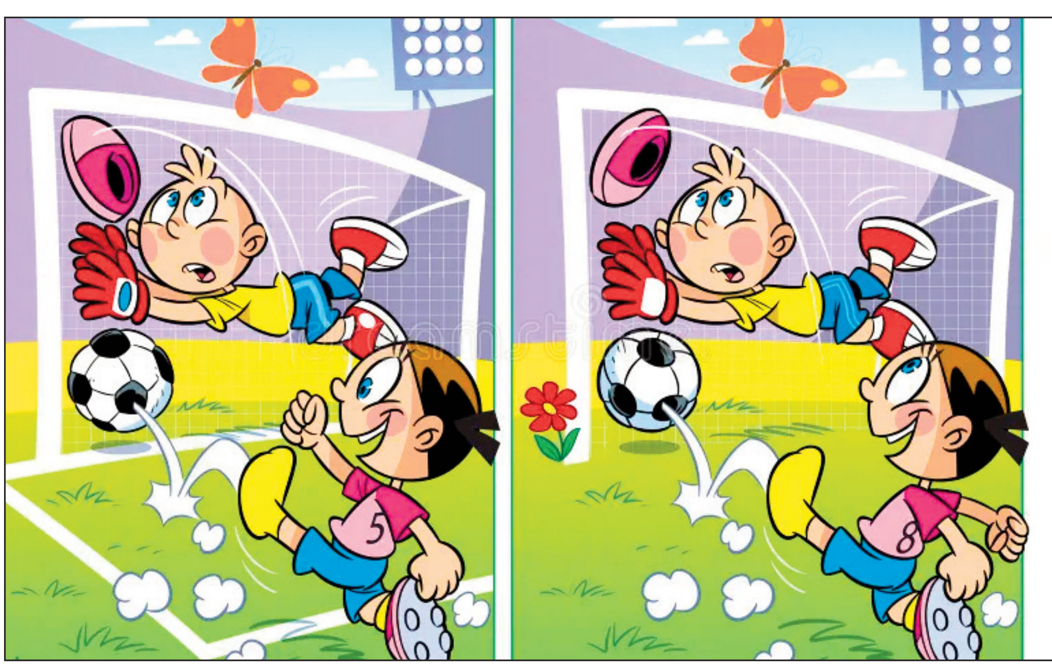
ఆ నాట్యాన్ని చూసిన జంతువులన్నీ నిశ్శబ్దంగా ఉన్నాయి. ఎవరూ మెచ్చుకోలేదు. వారిలో ఎవ్వరూ చప్పట్లు కొట్టలేదు. ఏనుగు, జింక, కోతి, కుందేలు... అన్నీ ఒకరి ముఖం ఒకరు చూసుకున్నాయి.

దీంతో కాకికి కోపం వచ్చింది. “ఏంటి, ఎవరూ మాట్లాడట్లేదేంటి? నా నాట్యం బాగుండలేదా? నెమలి నాట్యం కంటే నా నాట్యం ఏమైనా తీసిపోయిందా?” అంటూ ఇతరుల ప్రతిభను అవహేళన చేయడం మొదలుపెట్టింది. “నెమలి గంతులు వేయడం తప్ప మరేం చేస్తుంది? దాని నాట్యం కంటే నాదే గొప్పది!” అని గట్టిగా అరిచింది.

ఇదంతా చూస్తున్న ఏనుగు నెమ్మదిగా ముందుకు వచ్చింది. గంభీరమైన గొంతుతో ఇలా చెప్పింది: “కాకమ్మా! నీ ప్రతిభను నువ్వు మెచ్చుకోవడం మంచిదే. కానీ నిజమైన ప్రతిభను ఇతరులు గుర్తించాలి. నీవు చేసే పనిని జంతువులంతా మెచ్చుకోలేదని, ఇతరుల ప్రతిభను తక్కువ చేయడం మంచిది కాదు. నీకు నువ్వు కీర్తించుకోవడం కన్నా, నిశ్శబ్దంగా సాధించి, ప్రశంసలు స్వయంగా సంపాదించడం గొప్ప విషయం”.

ఆ మాటలకు అంగీకారంగా మిగిలిన జంతువులన్నీ తల ఊపాయి. ఏనుగు మాటల్లో నిజం ఉందని వాటికి తెలుసు. దాంతో కాకికి కూడా తన తప్పు తెలిసొచ్చింది. అది సిగ్గుపడింది. ఇకపై ఎవరి ప్రతిభనైనా గౌరవించాలని, మొదట తనను తాను మెరుగుపరచుకోవాలని నిర్ణయించుకుంది. తన గొప్పతనాన్ని తానే చెప్పుకోవడం కాకుండా, ఇతరులు మెచ్చేలా మంచి పనులు చేసి, ప్రశంసలు పొందాలని భావించింది.





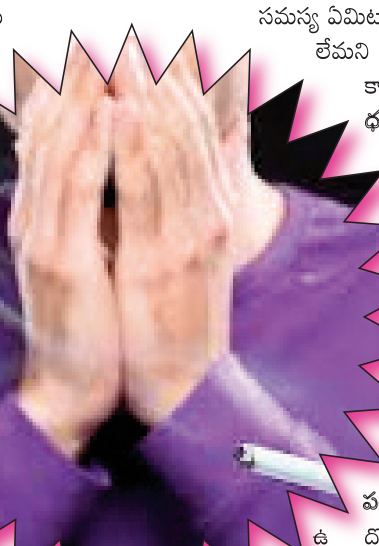
వేమన శతకం

తనదు మనసుచేత దర్కించి జ్యోతిష
మెంత చేసే ననుచు నెంచి చూచు,
తన యదృష్టమంత దైవ మెఱుంగడా?
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!

సూర్య
నేటి దినపత్రిక
www.suryaa.com
24.8.2025

ధూమపానం చేయని వారిలో కనిపించే

ఊపిరితిత్తుల క్యాన్సర్ రకాలు



మన ఊపిరి పీల్చే గాలి మన ఆరోగ్యం మరియు శ్రేయస్సుకు కీలకం. ప్రతి శ్వాసతో మన శరీరాన్ని పోషిస్తున్నాం లేదా ప్రమాదకరమైన అంశాలను లోపలికి తీసుకుంటున్నాం. చిన్నప్పటి నుండి పెద్దదాకా ఊపిరితిత్తులు మనకు కావలసిన ఆక్సిజన్‌ను అందిస్తూనే ఉంటాయి. కానీ ఈ సహజమైన రీతిని ఏదైనా వ్యతిరేకం చేస్తే?

దశాబ్దాలుగా ఊపిరితిత్తుల క్యాన్సర్‌ను "ధూమపాన వ్యాధి"గా భావిస్తూనే ఉన్నారు. కానీ వాస్తవం వేరే. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రతి నాలుగు కేసుల్లో ఒకటి ఎప్పుడూ ధూమపానం చేయని వారిలోనే వస్తోంది. వీరిలో చాలామంది యువకులు, ఆరోగ్యంగా ఉన్నవారు, ఎటువంటి స్పష్టమైన రిస్క్ ఫాక్టర్లు లేని వారు కూడా ఉంటారు.

వాయు కాలుష్యం, పాసివ్ స్మోకింగ్, జన్యు పరిణామాలు, వృత్తిపరమైన హానికరమైన పరిసరాలు – ఇవన్నీ నిశ్శబ్ద శత్రువులుగా మారుతున్నాయి. ధూమపానం చేయని వారిలో లక్షణాలు ఆలస్యంగా బయటపడటం వల్ల చికిత్స సవాలుగా మారుతోంది. కాబట్టి ముందుగానే లక్షణాలను గుర్తించడం, ప్రమాదాలను అర్థం చేసుకోవడం చాలా ముఖ్యం.

ఎందుకు ధూమపానం చేయని వారిలో ఊపిరితిత్తుల క్యాన్సర్‌పై దృష్టి పెట్టాలి?

ఊపిరితిత్తుల క్యాన్సర్‌ను "స్మోకర్‌ల వ్యాధి"గా ముద్ర వేయడం వల్ల అవగాహన తక్కువైంది.

భారతదేశంలో పెరుగుతున్న పట్టణీకరణ, వాయు కాలుష్యం, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో వంటకు బయోమాస్ ఇంధనాల వాడకం – ఇవన్నీ ప్రధాన కారణాలు.

జన్యు పరిణామాలు కూడా ధూమపానం చేయని వారిలో క్యాన్సర్ వచ్చే అవకాశాలను పెంచుతున్నాయి.

సమస్య ఏమిటంటే, ధూమపానం చేయని వారు తమను రిస్క్‌లో లేమని భావించి, లక్షణాలను పట్టించుకోరు. అందువల్ల క్యాన్సర్ ఆఖరి దశల్లోనే గుర్తించబడుతోంది.

ధూమపానం చేయని వారిలో ఊపిరితిత్తుల క్యాన్సర్‌కు కారణాలు

సెకండ్-హ్యాండ్ స్మోకింగ్ – ఇంట్లో లేదా ఆఫీసుల్లో ధూమపానం వల్ల వచ్చే పాసివ్ ఎక్స్‌పోజర్.

ఎయిర్ పొల్యూషన్ – పట్టణాల్లో పెరుగుతున్న కాలుష్యం, పారిశ్రామిక వ్యర్థాలు.

ఇండోర్ పొల్యూషన్ – గ్రామీణ భారతదేశంలో బయోమాస్ వంటవేళ్ళ వల్ల.

జన్యు **కారణాలు – కొన్ని వారసత్వ పరిణామాలు.**

ఉ ద్యోగ సంబంధిత ప్రమాదాలు – ఆస్బెస్టాస్, రాడాన్ వంటి కార్సినోజెన్ల దీర్ఘకాలిక పరిచయం.

ధూమపానం చేయని వారిలో ఊపిరితిత్తుల క్యాన్సర్ రకాలు

అడెనోకార్సినోమా

ధూమపానం చేయని వారిలో, ముఖ్యంగా మహిళల్లో మరియు యు-వతలో కనిపించే సాధారణ రకం.

ఊపిరితిత్తుల బాహ్య భాగాల్లో ఉత్పన్నమవుతుంది, మెల్లగా పెరుగుతుంది.

వాయు కాలుష్యం, పాసివ్ స్మోకింగ్, జన్యు పరిణామాలు ప్రధాన కారణాలు.

స్క్వామస్ సెల్ కార్సినోమా

సాధారణంగా ధూమపానం చేసే వారిలో ఎక్కువగా ఉన్నా, బయోమాస్ వంటవేళ్ళ ధూళి వంటి కాలుష్యం వల్ల ధూమపానం చేయని వారిలో కూడా వస్తుంది.

ఊపిరితిత్తుల మధ్య ప్రాంతాల్లో మొదలవుతుంది. దగ్గు, ఛాతి నొప్పి వంటి లక్షణాలు ముందుగానే కనిపిస్తాయి.

లార్జ్ సెల్ కార్సినోమా

అరుదుగా ఉన్నా చాలా వేగంగా పెరుగుతుంది. ఊపిరితిత్తుల ఏ భా గ ం లో న్నై నా రావచ్చు.

ధూమపానం చేయని వారిలో వస్తే త్వరగా లక్షణాలు పెరుగుతాయి. ముందుగానే గుర్తిస్తే చికిత్స విజయవంతమవుతుంది.

స్మాల్ సెల్ లంగ్ క్యాన్సర్ (%ూజూజ)

%ఎక్కువగా ధూమపానంతోనే వస్తుంది. కానీ అప్పుడప్పుడూ ధూమ-పానం చేయని వారిలో కూడా వస్తుంది.

చాలా వేగంగా వ్యాపిస్తుంది. అరుదు అయినా పూర్తిగా రక్షణ లేనని గుర్తుచేస్తుంది.

నివారణ మరియు ముందస్తు గుర్తింపు

ఇంట్లో వంట చేసే సమయంలో గాలి ఆడేలా చూడటం.

పాసివ్ స్మోకింగ్‌కి దూరంగా ఉండటం.

వృత్తిపరమైన పరిసరాల్లో రక్షణ పరికరాలు ధరించడం.

ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలి అలవాటు చేసుకోవడం.

అధిక కాలుష్యం ఉన్న నగరాల్లో నివసించే వారు, లేదా కుటుంబంలో ఊపిరితిత్తుల క్యాన్సర్ చరిత్ర ఉన్న వారు నియమిత వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలి.

ముగింపు: అవగాహననే రక్షణ

ధూమపానం చేయని వారిలో ఊపిరితిత్తుల క్యాన్సర్ పెరుగుతున్న సమస్య. అడెనోకార్సినోమా నుండి లార్జ్ సెల్ కార్సినోమా వరకు వేర్వేరు రూపాల్లో ఇది వస్తోంది.

లక్షణాలను గుర్తించడం, ప్రమాదాలను అర్థం చేసుకోవడం, సమయానికి వైద్య సహాయం పొందడం – ఇవే దీన్ని ఎదుర్కొనే ఉత్తమ మార్గాలు.

సందేశం

మీరు ధూమపానం చేయకపోయినా మీ ఊపిరితిత్తులను రక్షించుకోవాలి. హెచ్చరిక సంకేతాలను గమనించండి, విషపూరిత వాతావరణం నుండి దూరంగా ఉండండి, రెగ్యులర్ చెక్-అప్స్ చేయించుకోండి.

డాక్టర్ ఆర్.వి. రఘునందన్,
సీనియర్ కన్సల్టెంట్
– రేడియేషన్ ఆంకాలజిస్ట్,
HCG MNR క్యూరీ క్యాన్సర్ సెంటర్,
ఒంగోలు

నీటి పరిరక్షణ సామాజిక బాధ్యత

నీరు ప్రకృతిలో ఉన్న సమస్త జీవులకు ప్రాణాధారము. ప్రకృతి సమస్త జీవులకు ప్రసాదించిన ఒక అపరూపమైన పదార్థము. మనిషి జీవించడానికి గాలి ఎంత అవసరమో నీరూ అంతే అవసరం. నీరే లేకపోతే పచ్చని చెట్లు, పారే నదులు, జీవులు, మహాసముద్రాలు ఏమీ ఉండవు. ఇవేమీ లేకుండా ఎండిపోయిన మట్టి గడ్డలా ఉంటుంది భూమి. భూమిమీద వృక్షాలు, జంతువులు, మానవాళి మనుగడకు, వాటి పెరుగుదలకు గాలి తరువాత ముఖ్యమైనది నీరు.

నీరు మూడు రూపాలలో... ఘన రూపం అంటే మంచు గడ్డల రూపం లోను, ద్రవ రూపం, సముద్రాలు, నదులు, తటకములు మొదలగునవి, వాయు రూపంలో భూమండలం పై 71 శాతానికి పైగా ఆవరించి ఉ ంది. క్రొత్త క్రొత్త సమ్మేళన పదార్థముల తోను, విష పూరిత రసాయన పదార్థాల తోను నీరు కలుషిత మౌతున్నది. అలా కలుషితమైన జలము జల చక్రము ద్వారా తిరిగి ఆవిరి రూపం ధరిస్తుంది. ఈ క్రమంలో ఆ జలం తనలోని ఇతర కలుషిత పదార్థములను, అనగా రసాయన పదార్థములను కూడా కలుపుకొని వాయు రూపంలో మేఘాలుగా మారి అక్కడి వాతావరణం అనుకూలించ గానే ద్రవించి తిరిగి వర్ష రూపంలో తిరిగి భూమిని చేరుతున్నది. ఆ కలుషిత మేఘాలు వర్షించినపుడు రంగులలో వర్షము కురవడము, ఆమ్ల వర్షాలు కురవడ ము సర్వ సాధారణము. దాంతో ప్రకృతికి అపార నష్టము జగురుతున్నది.

జీవ వ్యవస్థలో నీరు

మంచి ద్రావణి, ఇందులో చాలా వరకు లవణాలు కరుగుతాయి. అందుకే దాన్ని విశ్వవ్యాప్త దావణి అంటారు. ఇంచుమించు అన్ని జీవ రసాయ నాలు నీటిలో కరుగుతాయి. ఇందువల్ల నీరు జీవ పదార్థాల రవాణాకు తోడ్పడుతుంది. నీటి ఎద్దడిని ప్రపం చంలో 80 దేశా లు ఎదుర్కొం టున్నాయి. గొంతు తడుపుకునే చుక్క నీటికోసం మైళ్లకు మైళ్లు నడిచి పోవాల్సిన పరిస్థితిలో కూడా ప్రజలు ఉన్నారు. మంచి నీల్లు దొరకక కుంటల్లో, గుంటల్లో అడుగు బొడుగు మురికి నీటినే తాగాల్సిన దుస్థితిలో ఎంతో మంది ఉన్నారు. వేసవిలో చాలా చోట్ల నీటి కొరత మూలంగా, కనీసం తాగు నీరు దొరకక ఎంతో మంది బిందెలతో బహు దూరం కిలో మీటర్ల వరకు నడిచి వెళ్లి త్రాగు నీటిని తెచ్చుకునే అనివార్య పరిస్థి తు లను చూస్తూనే ఉన్నాం.

మంచినీటి కంటే సముద్రపు నీరు చాలా ఎక్కువ పరిమాణంలో ఉంది. మనం నివసించే భూగోళంలో ఉన్న నీటి వనరులలో 99% ఉన్నది ఉ ప్పునీరే. ఇది 97% సముద్రాల్లోనే ఉంది. మిగతాది నదులు, చెరువుల్లో ఉంది త్రాగడానికి పనికొచ్చే నీరు 1% మాత్రమే. ఇందులో చెరువుల్లో 0.86%, నదుల్లో 0.02% ఉండగా మిగిలినవి భూగర్భ జలాలు. ప్రపం చ వ్యాప్తంగా త్రాగడానికి ఉపయోగపడే నీరు 0.3% మాత్రమే.

నీటితో జీవం అంకురించింది. ప్రకృతి మనుగడ నీటితోనే కొనసాగు తోంది. జీవవైవిధ్య పరిరక్షణ. జీవం జలంతోనే సాధ్యమవుతుంది. ఇవన్నీ తెలిసినా..నీటిని వృధా చేస్తున్నాం..నీటి వనరుల్ని వ్యర్థాలతో కలుషితం చేస్తున్నాం. ప్రపంచంలో కోట్లాది మంది తాగడానికి నీరు లేక దాహంతో అల్లాడి పోతుంటే..మనకు అందుబాటులో ఉన్న నీటిని వృధా చేస్తున్నాం. ఈ పరిస్థితి ఇలాగే కొనసాగితే..2050 నాటికి ఈ భూమ్మీద తాగడానికి పుష్కలమైన నీరు ఉండనే ఉండదని, ప్రజలు స్నానాలు చేయడం మానేసి శరీరానికి రసాయనిక లేపనాలు రాసుకుంటారనీ (కెమికల్ బాత్), వాటితోనే స్నానాలు చేస్తారనీ..దేశ సరిహద్దుల్లో కాపలా కాయాల్సిన సైనికులు నీటి వనరుల చుట్టు కాపలా కాసా పరిస్థితి ఉంటుందని.. తలంటు కోవడానికి నీరు సరిపోక ప్రజలందరూ బోడి గుండుతో జీవిస్తారనీ, స్త్రీ పురుషులందరూ రోజు తల షేవ్ చేసుకునే పరిస్థితి వస్తుందని దివంగత మాజీ రాష్ట్రపతి అబ్దుల్ కలాం వ్యాఖ్యానించారంటే పరిస్థితిని ఎలా ఉంటుందో అంచనా వేయొచ్చు.

భారత్‌లో సింధు నాగరికత, ఈజిప్టులో నైలు నది నాగరికత ఇలా ప్రపంచ నాగరికతలు నదీ తీరాలు, నీటి వనరులకు సమీప ప్రాంతంలో విలసిల్లాయి. భారత చరిత్రంతా జలవనరుల తోనే ముడిపడి ఉంది. నీటిని పరిరక్షించు కోవాలనే నినాదాన్ని ప్రాచీన నాగరికతలు వెల్లడించాయి.

భారతీయులకు నీటి విలువ తెలుసు కనుకే నదులను పూజించే ఆచారం ఉంది. నీటిని పూజించి, నదులకు, చెరువులకు, జలాశయాలకు హారతులిస్తారు. నారం అంటే నీరు. నీటిలో ఉంటాడు కాబట్టి శ్రీమహా విష్ణువుకు నారాయణుడు అని పేరు. నీటినే రూపంగా స్వీకరించి విష్ణువు నీటి విలువను చెప్తున్నాడు. శివుడు ఏకంగా గంగను తన తలపై ధరించి గంగాధరుడయ్యాడు. నీటిని వృధా చేయడం సృష్టికి, భగవత్తత్వానికి, సమస్త ప్రాణకోటికి వ్యతిరేకమని పురాణాలు, ప్రాచీన గ్రంధాలు స్పష్టం చేస్తున్నాయి.నీటి సంరక్షణ చర్యల్లో భాగంగా.. ఉన్న నీటిని సద్వినియోగం చేసు కోవడం, వృథాను అరికట్టడం, పొదుపుగా వాడటం, పునర్వినియో గం..తదితరాలన్నింటికీ ప్రాధాన్య మివ్వాలి.

రామ కిష్టయ్య సంగన భట్ల. 9440595494

సూర్య
www.suryaa.com
24.8.2025
ఆదివారం అనుబంధం

వైవాహిక బంధం పై అంచనాలు, వాస్తవాలు

భార్యాభర్తల మధ్య సంబంధాలు అనేవి ఎంతో సంక్లిష్టమైనవి, కానీ వాటిని బలోపేతం చేసుకోవడం వల్ల జీవితం సంతోషంగా సాగిపోతుంది. ఆధునిక దంపతుల మధ్య తలెత్తే సమస్యలను ఒకరినొకరు అర్థం చేసుకుంటున్నారా...

బాల్య సమస్యలు (Unresolved Childhood Issues)

% పెరిగిన వాతావరణం, బాల్యంలో అనుభవాలు వ్యక్తిత్వ నిర్మాణాన్ని, సంబంధాలను ప్రభావితం చేస్తాయి. ఒక వ్యక్తి చిన్నతనంలో తల్లిదండ్రుల నుండి తగినంత ప్రేమ లేదా అంగీకారం పొందకపోతే, పెద్దయ్యాక వారి జీవిత భాగస్వామి నుండి నిరంతరం అదే ప్రేమ, గుర్తింపును ఆశిస్తారు. భాగస్వామి అలా చేయనప్పుడు, వారికి భద్రతా రాహిత్యం పెరుగుతుంది.

ఉదాహరణ: ఒక భర్త/ భార్య తన తల్లిదండ్రుల నుండి తగినంత ప్రశంసలు పొందలేక పెరిగారు అనుకోండి. పెళ్లయిన తర్వాత, తాను చేసే ప్రతి చిన్న పనికీ ప్రశంసలు కోరుకుంటారు. ఒకవేళ భర్త/భార్య అలా చేయకపోతే, "నాకు ఏమాత్రం విలువ ఇవ్వడం లేదు" అని అనుకుంటారు. ఈ బాల్య సమస్యలు భార్యాభర్తల మధ్య అనవసరమైన గొడవలకు కారణం అవుతుంది.

లి పెళ్లి బంధంలోకి అడుగుపెట్టే ప్రతి ఒక్కరూ తమ భాగస్వామిని పూర్తిగా అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించాలి. వారి ఆలోచనలు, భావాలు, పరిస్థితులను తెలుసుకుంటే సమస్యలు తలెత్తకుండా చూసుకోవచ్చు. ఒకవేళ ఏవైనా ఇబ్బందులు వస్తే, వాటిని ఇద్దరూ కలిసి పరిష్కరించుకోవాలి. మీ జీవిత భాగస్వామిని అర్థం చేసుకోవడమంటే, వారితో పాటు వారి కుటుంబ సభ్యులను, స్నేహితులను కూడా అర్థం చేసుకోవడం. ప్రతి ఒక్కరి జీవితంలోనూ భావోద్వేగాలు ఉంటాయి. వాటిని గౌరవించి, పంచుకున్నప్పుడు ఆ బంధం మరింత బలపడుతుంది.

అంచనాల వైఫల్యం

పెళ్లికి ముందు, ప్రతి ఒక్కరికీ తమ జీవిత భాగస్వామి గురించి, వైవాహిక జీవితం గురించి ఒక నిర్దిష్టమైన అంచనాలు ఉంటాయి. ఈ అంచనాలు కొన్నిసార్లు వాస్తవానికి దూరంగా ఉంటాయి. సినిమాలు, సోషల్ మీడియా ప్రభావం వల్ల అంచనాలు మరింత పెరిగిపోతున్నాయి. భాగస్వామి తమ అంచనాలకు తగ్గట్టు లేనప్పుడు, నిరాశ, కోపం వంటి భావోద్వేగాలు తలెత్తుతాయి.

ఉదాహరణ: ఒక భార్య తన భర్త ప్రతి రోజు రాత్రి ఇంటికి రాగానే పువ్వులు తీసుకొస్తారని, సినిమాల్లో లాగా రొమాంటిక్ సర్ప్రైజ్ లు ఇస్తారని ఆశిస్తుంది. కానీ ఆమె భర్త ఒక సాధారణ మనిషి. ఆయన పని ఒత్తిడి వల్ల, లేదా అలవాట్లు

లేకపోవడం వల్ల అలా చేయలేకపోవచ్చు. అప్పుడు ఆ భార్య "నా జీవితం ఇంతేనా?" అని నిరాశపడి, భర్తపై కోపాన్ని పెంచుకుంటుంది. ఇక్కడ సమస్య భర్త ప్రవర్తన కాదు, ఆమె అవాస్తవిక అంచనాలు.

అసూయకు చోటివ్వొద్దు

ప్రేమ, బంధం ఉన్న చోట అలకలు సహజం, కానీ వాటికి అసూయ, ద్వేషం తోడైతే చిన్న సమస్యలు కూడా పెద్దవిగా మారుతాయి. గతంలో జరిగిన సంఘటనలను మనసులో పెట్టుకుని, వాటిని ఎప్పటికప్పుడు గుర్తు చేయడం సరికాదు. ఎందుకంటే, ఆ పాత బాధలు మీ అనుబంధాన్ని దెబ్బతీస్తాయి. ఎక్కడైనా తప్పు జరిగితే, పశ్చాత్తాపం పడి దాన్ని సరిదిద్దుకునే ప్రయత్నం చేయండి. మీ మనసులోని బాధలను దాచుకోకుండా, మీ భాగస్వామితో మాట్లాడి పరిష్కరించుకోవాలి. ఈ విషయంలో మీరే చొరవ తీసుకుంటే మీ బంధం పదిలంగా ఉంటుంది.

భావోద్వేగ నియంత్రణ లేకపోవడం

%కొన్నిసార్లు చిన్న చిన్న సమస్యలు పెద్ద గొడవలకు దారితీయడానికి కారణం, వ్యక్తులకు తమ భావోద్వేగాలను సరిగా నియంత్రించుకోవడం తెలియకపోవడమే. కోపం, బాధ, నిరాశ వంటి భావాలను అదుపు చేసుకోలేక, అవి మొత్తం సంబంధాన్ని ప్రభావితం చేసేలా ప్రవర్తిస్తారు.

ఉదాహరణ: భార్య తన స్నేహితులతో బయటకు వెళ్లడానికి అనుమతి అడిగితే, భర్తకి కోపం వస్తుంది. ఆ కోపాన్ని నియంత్రించుకోలేక, "నీవు ఇల్లుని నన్ను పట్టించుకోవడం లేదు, నీకు స్నేహితులే ముఖ్యం" అని విమర్శించడం మొదలు ఎడతాడు. నిజానికి అతడికి భార్య బయటకు వెళ్లడంపై భద్రతా రాహిత్యం ఉ ండొచ్చు, కానీ దాన్ని కోపంతో వ్యక్తపరచడం వల్ల గొడవ పెద్దది అవుతుంది. తమ భావోద్వేగాలను గుర్తించి, వాటిని ఎలా నియంత్రించుకోవాలో తెలుసుకోవడం ఇక్కడ చాలా ముఖ్యం.

ఇతర బంధాలకు ప్రాముఖ్యత ఇవ్వండి

భార్యాభర్తలుగా ఒకరికొకరు ఎంతో ముఖ్యం. అయినంత మాత్రాన, ఇతర కుటుంబ సభ్యులను, స్నేహితులను దూరం పెట్టడం సరికాదు. తల్లిదండ్రులు, తోబుట్టువులు, బంధువులతో మంచి సంబంధాలు పెట్టుకోవడం ముఖ్యం. మీ భాగస్వామికి వారు కూడా ముఖ్యమైనవారేనని గుర్తించాలి. ఈ బంధాలను అర్థం చేసుకుని, గౌరవించినప్పుడు మీ బంధం మరింత సంతోషంగా ఉంటుంది. ఎందుకంటే, మీ స్థానాన్ని మరెవరూ భర్తీ చేయలేరు. ఈ విషయాన్ని గుర్తించకుండా ఇతరులపై అసూయపడితే అపార్థాలు పెరిగిపోతాయి.

లోపభూయిష్టమైన కమ్యూనికేషన్

చాలా సమస్యలకు మూల కారణం సరిగా కమ్యూనికేట్ చేసుకోకపోవడమే. మనసులో ఉన్న భావాలను, అవసరాలను స్పష్టంగా చెప్పకపోవడం, లేదా భాగస్వామి చెప్పేది శ్రద్ధగా వినకపోవడం వల్ల అపార్థాలు ఏర్పడతాయి.

ఉదాహరణ: భర్తకి కార్యాలయంలో ఒక ప్రాజెక్ట్ గురించి ఒత్తిడి ఉంది. కానీ అతను ఆ విషయాన్ని భార్యతో చెప్పలేదు. ఇంటికి రాగానే, చిరాగ్గా, కోపంగా ఉంటాడు. భార్య "ఏం జరిగింది?" అని అడిగితే, "ఏం లేదు" అని సమాధానం ఇస్తాడు. భర్త ప్రవర్తన చూసి, భార్య "నా మీద కోపంగా ఉన్నాడేమో" అని బాధపడుతుంది. నిజానికి, భర్త భావాలు వేరు, భార్య అర్థం చేసుకుంది వేరు. ఇలా అపార్థాలు పెరిగిపోతాయి. తమ భావాలను స్పష్టంగా వ్యక్తం చేయడం, భాగస్వామి చెప్పేది నిజంగా వినడం ద్వారా చాలా సమస్యలను నివారించవచ్చు.

ఈ మానసిక అంశాలను అర్థం చేసుకుంటే, భార్యాభర్తల మధ్య సమస్యలు కేవలం "భూతద్దంలో చూసి గొడవలు" పడటం మాత్రమే కాదని తెలుస్తుంది. దీనివల్ల వారి మధ్య దూరం పెరుగుతోంది. ఒకరిపై మరొకరికి నమ్మకం, గౌరవం ఉన్నప్పుడు ఏ సమస్యనైనా సులభంగా పరిష్కరించుకోవచ్చు. బంధాలను కాపాడుకోవడానికి ఒక జట్టుగా పని చేస్తే ఏ సమస్య అయినా పరిష్కారమవుతుంది. సమస్యల మూలాలు లోతైన మానసిక అవసరాలు, గత అనుభవాలలో దాగి ఉన్నాయి. వాటిని గుర్తించి, ఒకరితో ఒకరు ప్రేమతో, సహనంతో మాట్లాడుకుంటే బంధం మరింత బలపడుతుంది. ప్రతి సమస్యకూ పరిష్కారం ఉంటుంది.

డా. పద్మ కమలాకర్
సైకాలజిస్ట్ & హిప్నో థెరపిస్ట్
93900 44031

జెన్ ఎస్ లైఫ్ వేడుకగా ఉన్నతంగా జీవించిన వారి జీవిత గాథలు

60 ఏళ్ల అనంతరం జీవితాన్ని గడుపుతున్న వారి 17 ఎపిసోడ్ల పాడ్‌కాస్ట్ సిరీస్ కహానీ అభి బాకీ హై ని ప్రారంభించింది. ఆగస్టు 29న షెమారూ లైఫ్‌స్టైల్ యూట్యూబ్ ఛానెల్‌లో ప్రీమియర్‌లు ప్రతి శుక్రవారం సాయంత్రం 4 గంటలకు కొత్త ఎపిసోడ్ విడుదల అవుతుంది

ముంబయి, 22 ఆగస్టు 2025: భారతదేశంలో పెరుగుతున్న 60o సముదాయానికి గౌరవాన్ని అర్పించేందుకు, ప్రపంచ సీనియర్స్ దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని, సీనియర్ల జీవితాలను సుసంపన్నం చేసేందుకు అంకితమైన జీవనశైలి యాప్ జెన్ ఎస్ లైఫ్ (%+వఅ ా ాఱబవ%), తమ ఒరిజినల్ పాడ్‌కాస్ట్ సిరీస్ కహానీ అభి బాకీ హై ని ప్రకటించింది. ఈ సిరీస్ ఆగస్టు 29, 202025న ప్రత్యేకంగా షెమారూ లైఫ్‌స్టైల్ యూట్యూబ్ ఛానెల్‌లో ప్రసారం కానుంది. ఈ ఛానెల్‌కు 12 లక్షలకు పైగా సబ్‌స్క్రైబర్‌లు ఉన్నారు. నేరుగా యూట్యూబ్‌లో విడుదల చేయడం ద్వారా, ఈ షో 60o వయసు ఉన్న ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకునే విధంగా వ్యూహాత్మకంగా రూపొందించారు.

తన విలక్షణ స్వరం, ఆకట్టుకునే రూపం, ఆకర్షణీయమైన భారతీయ నటి, ప్రముఖ రేడియో జాకీ (%=జీ%) తారాన రాజా, కహానీ అభి బాకీ హైకి హోస్ట్‌గా, ఇప్పటి వరకు ఎక్కడా చెప్పుకోని కథలను, ఫిల్టర్ చేయని, ప్రతిబింబాలకు తలుపులు తెరుస్తోంది. ఈ సిరీస్ 60o ఏళ్లవారి జీవిత అనుభవాలు, జ్ఞానం, హాస్యం, వారి స్థిరత్వాలపై వెలుగుచల్లుతుంది. వారి కథలు కాలంతో పాటు రూపుదిద్దుకోగా, అవి నేటికీ చాలా సందర్భోచితంగా ఉన్నాయి.

%ప్రతి శుక్రవారం సాయంత్రం 4 గంటలకు షెమారూ లైఫ్‌స్టైల్ యూట్యూబ్ ఛానెల్‌లో కొత్త ఎపిసోడ్‌లు విడుదలవుతాయి. ఇందులో దివంగత ఊర్మిళా ఆషర్ (గుజ్జుబెన్), టికు తల్సానియా, రాకేష్ ఓంప్రకాష్ మెహ్రా, పద్మశ్రీ భవన సోమయ, డాక్టర్ పవన్ అగర్వాల్, ప్రహ్లాద్ కక్కర్, సందీప్ సోపార్కర్, అయాజ్ మెమన్, బినోద్ ప్రధాన్, దారియస్ ష్రాఫ్, మధు రాజా, చిన్మయ్ సేన్‌గుప్తా, షబీ-ఎమ్ అక్తర్, శశాంక ఘోష్, పుష్ప, సోహ్రాబ్ అర్దేషిర్ మరియు అవంతిక అకేర్కర్ వంటి విభిన్న నేపథ్యాల నుంచి వచ్చిన 17 మంది స్ఫూర్తిదాయక వ్యక్తులు పాల్గొంటారు. ప్రతి అతిథి వృద్ధాప్యం అనేది కథకు ముగింపు కాదని నిరూపించే ప్రత్యేకమైన జీవిత కథలను, దృక్పథాలను పంచుకుంటారు: ఇది చెప్పడానికి వేచి ఉ న్న కొత్త అధ్యాయం.

జనరల్ ఎస్ లైఫ్ వ్యవస్థాపకురాలు మీనాక్షి మీనన్ మాట్లాడుతూ, "ఈ ప్రపంచ సీనియర్ సిటిజన్స్ దినోత్సవం రోజు, మనం కేవలం వయస్సును మాత్రమే కాకుండా, మన పెద్దలు ప్రపంచానికి అందించిన అనుభవ సంపదను, ప్రేరణను వేడుకగా ఆచరించుకుంటాము. కహానీ అభి బాకీ హై అనేది 60o ఏళ్ల వయసు ఉన్న వారిని నిమగ్నం చేసి వినిపించాలనే మా నిబద్ధతకు పొడిగింపు. ప్రతి కథలో లోతు, జ్ఞాపకాలు, ఆశ ఉంటాయి. గొప్ప జీవితాలను గడిపిన ఈ అద్భుతమైన సీనియర్లకు, వారు నిజంగా అర్హులైన స్పాట్‌లైట్‌ను ఈ పాడ్‌కాస్ట్ అందిస్తుంది. కథలనేవి తరాలకు వారధిగా నిలిచే శక్తి ఉందని మేము నమ్ముతున్నాము. ఈ సిరీస్‌ను చేసేందుకు మేము హృదయపూర్వక ప్రయత్నం చేశాము. ఆశ, స్థితిస్థాపకత, ప్రేమ మరియు జీవిత కథలను ఇవి మన కళ్ల ముందుకు తీసుకువస్తాయి" అని వివరించారు.

ఈ పాడ్‌కాస్ట్‌ను ప్రఖ్యాత టెలివిజన్ నిర్మాత, రచయిత అనిర్బన్ భట్టాచార్య నిర్మించి, దర్శకత్వం వహించారు. ఆయన తన కథ చెప్పే శైలిని, నిర్మాణ నైపుణ్యాన్ని ఉపయోగించుకుని ఈ ప్రాజెక్టుకు తీసుకువస్తున్నారు. సృజనాత్మక ప్రయాణాన్ని ప్రతిబింబిస్తూ, అనిర్బన్ మాట్లాడుతూ, "కహానీ అభి బాకీ హై ని నిర్మించడం ఒక సుసంపన్నమైన అనుభవం. మేము

కదిలించే, హాస్యభరితమైన, వ్యామోహపూరితమైన, వాస్తవికమైన కథలను సేకరించాము. ప్రతి ఒక్కటీ బాగా జీవించిన వారి జీవితాన్ని ఒక కిటికీ ద్వారా చూపిస్తుంది. ఈ కథలు శక్తివంతమైనవి, వ్యక్తిగతమైనవి. ప్రపంచం వాటిని ఆలకించేందుకు అర్హమైనవి" అని తెలిపారు.

వినండి, నవ్వండి, ప్రేరణ పొందండి అని జెన్ ఎస్ లైఫ్ (%+వఅ ా ాఱబవ%) మిమ్మల్ని ఆహ్వానిస్తుంది- ఎందుకంటే కథ ఉన్న ప్రతి సీనియర్ కోసం, కహానీ అభి బాకీ హై. ఈ కాలాతీత స్వరాల నుంచి ప్రేరణ పొందేందుకు 29 ఆగస్టు 2025 నుంచి షెమారూ లైఫ్‌స్టైల్ యూట్యూబ్ ఛానెల్‌కు ట్యూన్ చేయండి.

వినాయక వ్రతకల్పం

భాద్రపద శుద్ధ చవితి రోజున విఘ్నేశ్వరుడు పుట్టిన రోజని కొందరు, గణాధిపత్యం పొందిన రోజని ఇంకొందరు భావిస్తారు. మహేశ్వరాది దేవతా గణాలకు గణపతి ప్రభువు. అంటే సకలదేవతలకు ఆయనే ప్రభువన్న మాట. అందుకే ఏ పూజ చేసినా గణపతినే మనం తొలుత పూజించాలి. గణపతిని తలచుకుంటే చేపట్టిన కార్యక్రమం, మంచి పనులు ఆటంకం లేకుండా సాగిపోతాయని హిందూ పురాణాలు పేర్కొంటున్నాయి. అందుకే హిందువులకు తొలి పండుగ కూడా వినాయక చవితే.

శివపార్వతుల ముద్దుల తనయుడు వినాయకుడు. ఆ స్వామిని తలచుకుంటే చాలు తలపెట్టిన కార్యక్రమం ఏద్కెనా దిగ్విజయంగా సాగుతుంది. ఏటా భాద్రపద చవితి నాడు దేశంలోని ప్రతి ఇంట్లో పాలవెల్లి కట్టి గణేషుని పూజించి, వీధుల్లో పందిళ్లు వేసి సంబరంగా వినాయక నవరాత్రులను జరుపుకోవడం ఆనాదిగా వస్తున్న ఆచారం. ఏ కార్యంలోన్కెనా ప్రథమ పూజలందుకునే వినాయకుడంటే అందరికి ఎంత భక్తిభావమో, తన భక్తుల పట్ల గణపతికి కూడా వల్లమాలిన వాత్సల్యం. ఆ స్వామి రూపం, ఆ స్వామి నామాలు మనకు ఎన్నో విషయాలను ప్రబోధిస్తాయి.హిందువులకు తొలి పండుగ వినాయక చవితే. అందుకు ప్రతి ఒక్కళ్లూ తమ ఇంట్లో ఆ స్వామిని పూజిస్తారు. వినాయక వ్రతం, పూజా విధానం ఎలా చేయాలో పండితులు చెబుతున్నారు. వినాయక చవితి రోజున ప్రాతఃకాలమే లేచి ఇంటిని శుభ్రం చేయాలి. తర్వాత తలంటు స్నానం చేసి ఉతికిన లేదా కొత్త వస్త్రాలను ధరించాలి. మామిడాకులు తోరణాలు కట్టి, ఇంటిని అలంకరించారు. ఓ పీటకు పసుపు రాసి ఇంటికి ఈశాన్య భాగంలో లేదా ఉత్తర దిక్కులో ఉంచాలి. ఓ పళ్లెంలో బియ్యంవేసి వాటిపై తమలపాకులు పెట్టుకోవాలి. అగరువత్తులు వెలిగించి, దీపారాధన తర్వాత..

‘ఓం దేవీంవాచ మజనయంత దేవాస్తాం విశ్వరూపా: పశవో వదంతి సానో మంద్రేష మూర్జం దుహానాధే నుర్వాగాస్మానుప సుష్టుతైత్తు అయం ముహూర్తస్సుముహూర్తోస్తు’

శ్లోకం: శ్శివో నామరూపాభ్యాం యా దేవీ సర్వ మంగళా తయో స్సంస్మరణా త్సుంసాం సర్వతో జయమంగళం అని చదవాలి. పీటపై వినాయక ప్రతిమను ఉంచి, పాలవెల్లికి పసుపు రాసి, కుంకుమతో బొట్టు పెట్టి విగ్రహం తలపై వచ్చేలా దాన్ని వేలాడదీయాలి. దీనిపై పత్రి వేసి నలువైపులా మొక్కజొన్న పొత్తులు, పళ్లతో అలంకరించాలి. ఉండ్రాళ్లు, కుడుములు, పాయసం, గారెలు, పులిహోర, మోదకులు, జిల్లెడుకాయలు మొదలైన పిండివంటలు సిద్ధం చేసుకోవాలి. రాగి లేదా ఇత్తడి పాత్రను తీసుకుని పసుపు రాసి, అందులో నీళ్లువేసి, పైన టెంకాయ, జాకెట్టు ఉంచి కలశం ఏర్పాటు చేయాలి.

పూజకు కావాల్సిన సామాగ్రి

పసుపు, కుంకుమ, గంధం, అగరవత్తులు, కర్పూరం, తమలపాకులు, పూలు, అరటిపండ్లు, కొబ్బరికాయలు, బెల్లం, తోరం, కుందులు, నెయ్యి, నూనె, వత్తులు, 21 రకాల పత్రి, ఉద్దరిణ, నైవేద్యాలు.

పూజా విధానం..

ఓం కేశవాయ స్వాహాః, ఓం నారాయణాయ స్వాహాః, ఓం మాధవాయ స్వాహాః అని మూడుసార్లు చేతిలో నీరు వేసుకొని ఆచమనం చేసుకోవాలి. అనంతరం ఈ కింది శ్లోకాలను ఉచ్చరించాలి.

గోవిందాయ నమః, / విష్ణవే నమః, /మధుసూదనాయ నమః, / /త్రివిక్రమాయ నమః,/ వామనాయ నమః, /శ్రీధరాయ నమః, హృషీకేశాయ నమః,/ పద్మనాభాయ నమః, /దామోదరాయ నమః, సంకర్షణాయ నమః, /వాసుదేవాయ నమః, /ప్రద్యుమ్నాయ నమః, అనిరుద్దాయ నమః,/ పురుషోత్తమాయ నమః,/ అధోక్షజాయ నమః, నారసింహాయ నమః, /అచ్యుతాయ నమః, ఉపేంద్రాయ నమః, /హరయే నమః, శ్రీ కృష్ణాయ నమః, / శ్రీకృష్ణ పరబ్రహ్మణే నమః/

ఈ కింది మంత్రాన్ని చెబుతూ కుడి చేతితో అక్షంతలు దేవునిపై చల్లాలి.

ఓం శ్రీలక్ష్మీ నారాయణాభ్యాం నమః, ఓం ఉమామహేశ్వరాభ్యాం నమః, ఓం వాణీ హిరణ్యగర్భాభ్యాం నమః, ఓం శచీపురందరాభ్యాం నమః, ఓం అరుంధతీ వశిష్టాభ్యాం నమః, ఓం శ్రీ సితారామాభ్యాం నమః, నమస్సర్వేభ్యోం మహాజనేభ్యః అయం ముహూర్త స్సుముహూర్తోస్తు

భూతోచ్చాటన: ఉత్తిష్టంతు భూతపిశాచాః ఏతే భూమి భారకాః ఏతాషామ విరోధేనబ్రహ్మకర్మ సమారభే అనే మంత్రాన్ని చదువుతూ అక్షతలు తలపై నుంచి వెనుక వేసుకొవాలి.

ప్రాణాయామం: ఓం భూః, ఓం భువః, ఓగ్ సువః, ఓం మహాః, ఓం జనః, ఓం తపః, ఓగ్ సత్యం, ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్, ఓమా పోజ్యోతీరసోమృతం బ్రహ్మభూర్భు వస్సువరోమ్/ అపవిత్రః పవిత్రోవా సర్వావస్థాంగతోపినా యః స్మరేద్వై విరూపాక్షంస బాహ్యాభ్యంతరశ్శుచిః అని నాలుగు దిక్కులా ఉద్ధరనితో నీళ్లు చల్లి శుద్ధిచేయాలి.

సంకల్పం: మమ ఉపాత్త సమస్త దురితక్షయ ద్వారా శ్రీ పరమేశ్వర ప్రీత్యర్ధం శుభేశోభనే ముహూర్తే, శ్రీ మహావిష్ణోరాజ్ఞాయా ప్రవర్తమానస్య అద్య బ్రాహ్మణ: ద్వితీయపరార్థే, శ్వేతవరాహకల్పే, వైవస్వత మన్వంతరే, కలియుగే, ప్రథమపాదే, జంబూ ద్వీపే, భరతవర్షే, భరతఖండే, మేరోర్ధ క్షిణదిగ్భాగే, . నదీ సమీపే (శ్రీ శైలస్య) నివాసిత గృహే అస్మిన్ వర్త మాన వ్యావహారిక, చాంద్రమానేన శ్రీ శుభకృత్ సంవత్సరే, దక్షిణాయనే, వర్ష ఋతౌ, (భాద్రపద) మాసే, (శుక్ల) పక్షే, (చతుర్థ్యాం) తిథి సౌమ్య వాసరే, శుభ నక్షత్రే, శుభయోగే శుభకరణే, ఏవంగుణ విశేషేణ విశిష్టా యాం, శుభతిధౌ శ్రీమాన్– గోత్ర: .నామధేయ (వారివారి గోత్రం, పేరు చదువుకోవాలి) ధర్మపత్నీ సమేతోహం సకుటుంబస్య క్షేమస్థైర్య విజయ అభయ ఆయురారోగ్య ఐశ్వర్యాభి వృధ్యర్థం, ధర్మార్ధ కామ మోక్ష చతుర్విధ ఫల పురుషార్ధ సిద్ధ్యర్ధం, పుత్రపౌత్రాభివృద్ధ్యర్ధం సకలకార్యేషు సర్వదా దిగ్విజయసిద్ధ్యర్ధం, శ్రీ వరసిద్ధి వినాయక దేవతా ముద్ధిస్య శ్రీ వరసిద్ధి వినాయక దేవతాపూజాం కరిష్యే అదౌ నిర్విఘ్న పరిసమాప్త్యర్ధం శ్రీ మహాగణాధిపతి పూజాం కరిష్యే అంటూ కుడిచేయి ఉంగరం వేలితో నీళ్లు ముట్టుకోవాలి.

భవసంచిత పాపౌఘ విధ్వంసన విచక్షణమ్ విఘ్నాంధకార భాస్వంతం
విఘ్నరాజ మహంభజే
ఏకదంతం శూర్పకర్ణం గజవక్త్రం చతు–
ర్భుజం పాశాంకుశధరం దేవమ్
ధ్యాయేత్సిద్ధి వినాయకమ్
ఉత్తమం గణనాథస్య

నేటి దినపత్రిక
సూర్య
www.suryaa.com
24.8.2025

వ్రతం సంపత్కరం శుభం భక్తాభీష్టప్రదం తస్మాత్ ధ్యాయేత్తం విఘ్ననాయకం

షోడశోపచార పూజ

ధ్యాయేత్గజాననం దేవం తప్తకాంచనసన్నిభం, చతుర్భుజం మహాకాయం సర్వాభరణ భూషితం. శ్రీ మహా గణాధిపతయే నమః ధ్యాయామి
అత్రాగచ్ఛ జగద్వంద్య సురరాజార్చితేశ్వర అనాథనాథ సర్వజ్ఞ గౌరీగర్భ సముద్భవ.. ఆవాహయామి:
మౌక్తికైః పుష్యరాగైశ్చ నానారత్నైర్విరాజితం రత్నసింహాసనంచారు ప్రీత్యర్థం ప్రతి గృహ్యతాం.. ఆసనం సమర్పయామి:
గౌరీపుత్ర నమస్తేస్తు శంకర ప్రియనందన గృహాణార్ఘ్యం మయాదత్తం గంధ పుష్పాక్షతైర్యుతం.. ఆర్ఘ్యం సమర్పయామి:
గజవక్త్ర నమస్తేస్తు సర్వాభీష్ట ప్రదాయక భక్త్యాపాద్యం మయాదత్తం గృహాణ ద్విరదానన.. పాద్యం సమర్పయామి:
అనాథనాథ సర్వజ్ఞ గీర్వాణ వరపూజిత గృహాణాచమనం దేవ, తుభ్యం దత్తంమయా ప్రభో.. ఆచమనీయం సమర్పయామి:
దధిక్షీర సమాయుక్తం ధామద్వాజ్యేన సమన్వితం మధుపర్కం గృహాణేదం గజవక్త్రం నమోస్తుతే.. మధుపర్కం సమర్పయామి:
స్నానం పంచామృతైర్దేవ గృహాణ గణనాయక అనాథనాథ సర్వజ్ఞ గీర్వాణ గణపూజిత.. పంచామృత స్నానం సమర్పయామి:
గంగాదిసర్వతీర్థేభ్యః ఆహృతైరమలిర్జలైః స్నానం కురుష్వభగవానుమాపుత్ర నమోస్తుతే.. శుద్ధోదక స్నానం సమర్పయామి:
రక్తవస్త్రద్వయం చారు దేవయోగ్యంచ మంగళం శుభప్రదం గృహాణత్వం లంబోదరహరాత్మజ..వస్త్రయుగ్మం సమర్పయామి:
రాజితం బహ్మసూత్రంచ కాంచనం చో త్తరీయకం గృహాణ సర్వదేవజ్ఞ భక్తానామిష్టదాయక.. యజ్ఞోపవీతం సమర్పయామి:
చంద నాగరు కర్పూర కస్తూరీ కుంకుమాన్వితం విలేపనం సురశ్రేష్ఠ ప్రీత్యర్థం ప్రతిగృహ్యతాం.. గంధాన్ సమర్పయామి:
అక్షతాన్ ధవళాన్ దివ్యాన్ శాలీయాంస్తండులాన్ శుభాన్, గృహాణ పరమానంద ఈశపుత్ర నమోస్తుతే.. అక్షతాన్ సమర్పయామి:
సుగంధాని సుపుష్పాణి జాజీకుంద ముఖానిచ ఏక వింశతి పత్రాణి సంగృహాణ నమోస్తుతే.. పుష్పాణి పూజయామి:

అథాంగ పూజ.. పుష్పాలతో పూజించాలి.
గణేశాయ నమః - పాదౌ పూజయామి
ఏకదంతాయ నమః - గుల్ఫౌ పూజయామి
శూర్పకర్ణాయ నమః - జానునీ పూజయామి
విఘ్నరాజాయ నమః - జంఘే పూజయామి
అఖువాహనాయ నమః - ఊరూ పూజయామి
హేరంబాయ నమః - కటిం పూజయామి
లంబోదరాయ నమః - ఉదరం పూజయామి
గణనాథాయ నమః - నాభిం పూజయామి
గణేశాయ నమః - హృదయం పూజయామి
స్థూలకంఠాయ నమః - కంఠం పూజయామి
గజవక్త్రాయ నమః - వక్త్రం పూజయామి
విఘ్నహంత్రే నమః - నేత్రం పూజయామి
శూర్పకర్ణాయ నమః - కర్ణౌ పూజయామి
ఫాలచంద్రాయ నమః - లలాటం పూజయామి
సర్వేశ్వరాయ నమః - శిరః పూజయామి
విఘ్నరాజాయ నమః - సర్వాణ్యంగాని పూజయామి

ఏకవింశతి పత్రపూజ

ఏకవింశతి పత్రపూజ: 21 రకాల పత్రాలతో పూజించాలి.
సుముఖాయనమః - మాచీపత్రం పూజయామి,
గణాధిపాయ నమః - బృహతీపత్రం పూజయామి |
ఉమాపుత్రాయ నమః - బిల్వపత్రం పూజయామి,
గజాననాయ నమః - దుర్వాయుగ్మం పూజయామి
హరసూనవేనమః - దత్తూరపత్రం పూజయామి,
లంబోదరాయనమః - బదరీపత్రం పూజయామి,
గుహాగ్రజాయనమః - అపామార్గపత్రం పూజయామి,
గజకర్ణాయనమః - తులసీపత్రం పూజయామి,
ఏకదంతాయ నమః - చూతపత్రం పూజయామి,
వికటాయ నమః - కరవీరపత్రం పూజయామి,
భిన్నదంతాయ నమః - విష్ణుక్రాంతపత్రం పూజయామి,
వటవేనమః - దాడిమీపత్రం పూజయామి,
సర్వేశ్వరాయనమః - దేవదారుపత్రం పూజయామి,
ఫాలచంద్రాయ నమః - మరువకపత్రం పూజయామి,
హేరంబాయనమః - సింధువారపత్రం పూజయామి
శూర్పకర్ణాయనమః - జాజీపత్రం పూజయామి,
సురాగ్రజాయనమః - గండకీపత్రం పూజయామి,
ఇభవక్త్రాయనమః - శమీపత్రం పూజయామి,
వినాయకాయ నమః - అశ్వత్థపత్రం పూజయామి,
సురసేవితాయ నమః - అర్జునపత్రం పూజయామి,
కపిలాయ నమః - అర్కపత్రం పూజయామి,
శ్రీ గణేశ్వరాయనమః - ఏకవింశతి పత్రాణి పూజయామి.
అగజానన పద్మార్కం గజాననమహర్నిశమ్
అనేక దంతం భక్తానాం ఏకదంతముపాస్మహే
దశాంగం గుగ్గలోపేతం సుగంధం, సుమనోహరం, ఉమాసుత నమ-స్తుభ్యం గృహాణ వరదోభవ.. ధూపమాఘ్రాపయామి

అష్టోత్తర శతనామ పూజావళి

ఓం గజాననాయ నమః
ఓం గణాధ్యక్షాయ నమః
ఓం విఘ్నరాజాయ నమః
ఓం వినాయకాయ నమః
ఓం ద్వైమాతురాయ నమః
ఓం ద్విముఖాయ నమః
ఓం ప్రముఖాయ నమః
ఓం సుముఖాయ నమః
ఓం కృతినే నమః
ఓం సుప్రదీప్తాయ నమః
ఓం సుఖనిధయే నమః
ఓం సురాధ్యక్షాయ నమః
ఓం సురారిఘ్నాయ నమః
ఓం మహాగణపతయే నమః
ఓం మాన్యాయ నమః
ఓం మహాకాలాయ నమః
ఓం మహాబలాయ నమః
ఓం హేరంబాయ నమః
ఓం లంబజఠరాయ నమః
ఓం హయగ్రీవాయ నమః
ఓం ప్రథమాయ నమః
ఓం ప్రాజ్ఞాయ నమః
ఓం ప్రమోదాయ నమః
ఓం మోదకప్రియాయ నమః
ఓం విఘ్నకర్త్రే నమః
ఓం విఘ్నహంత్రే నమః
ఓం విశ్వనేత్రే నమః
ఓం విరాట్పతయే నమః
ఓం శ్రీపతయే నమః
ఓం వాక్పతయే నమః
ఓం శృంగారిణే నమః
ఓం ఆశ్రితవత్సలాయ నమః
ఓం శివప్రియాయ నమః
ఓం శీఘ్రకారిణే నమః
ఓం శాశ్వతాయ నమః
ఓం బల్వాన్వితాయ నమః
ఓం బలోద్ధతాయ నమః
ఓం భక్తనిధయే నమః
ఓం భావగమ్యాయ నమః
ఓం భావాత్మజాయ నమః
ఓం అగ్రగామినే నమః
ఓం మంత్రకృతే నమః
ఓం చామీకర ప్రభాయ నమః
ఓం సర్వాయ నమః
ఓం సర్వోపాస్యాయ నమః
ఓం సర్వకర్త్రే నమః
ఓం సర్వ నేత్రే నమః
ఓం నర్వసిద్ధిప్రదాయ నమః
ఓం పంచహస్తాయ నమః
ఓం పార్వతీనందనాయ నమః
ఓం ప్రభవే నమః
ఓం కుమార గురవే నమః
ఓం కుంజరాసురభంజనాయ నమః
ఓం కాంతిమతే నమః
ఓం ధృతిమతే నమః
ఓం కామినే నమః
ఓం కపిత్థఫలప్రియాయ నమః
ఓం బ్రహ్మచారిణే నమః
ఓం బ్రహ్మరూపిణే నమః
ఓం మహోదరాయ నమః
ఓం మదోత్కటాయ నమః
ఓం మహావీరాయ నమః
ఓం మంత్రిణే నమః
ఓం మంగళసుస్వరాయ నమః
ఓం ప్రమదాయ నమః
ఓం జ్యాయసే నమః
ఓం యక్షికిన్నరసేవితాయ నమః
ఓం గంగాసుతాయ నమః
ఓం గణాధీశాయ నమః
ఓం గంభీరనినదాయ నమః
ఓం వటవే నమః
ఓం జ్యోతిషే నమః
ఓం అక్రాంతపదచిత్ప్రభవే నమః
ఓం అభీష్టవరదాయ నమః
ఓం మంగళప్రదాయ నమః
ఓం అవ్యక్త రూపాయ నమః
ఓం పురాణపురుషాయ నమః
ఓం పూష్ణే నమః
ఓం పుష్కరోత్ క్షిప్తహరణాయ నమః
ఓం అగ్రగణ్యాయ నమః
ఓం అగ్రపూజ్యాయ నమః
ఓం అపాకృతపరాక్రమాయ నమః
ఓం సత్యధర్మిణే నమః
ఓం సఖ్యై నమః
ఓం సారాయ నమః
ఓం సరసాంబునిధయే నమః
ఓం మహేశాయ నమః
ఓం విశదాంగాయ నమః
ఓం మణికింకిణీ మేఖలాయ నమః
ఓం సమస్తదేవతామూర్తయే నమః
ఓం సహిష్ణవే నమః
ఓం బ్రహ్మవిద్యాది దానభువే నమః
ఓం విష్ణవే నమః
ఓం విష్ణుప్రియాయ నమః
ఓం భక్తజీవితాయ నమః
ఓం ఐశ్వర్యకారణాయ నమః
ఓం సతతోత్థితాయ నమః
ఓం విష్వగ్దృశేనమః
ఓం విశ్వరక్షావిధానకృతే నమః
ఓం కళ్యాణగురవే నమః
ఓం ఉన్మత్తవేషాయ నమః
ఓం పరజయినే నమః
ఓం సమస్త జగదాధారాయ నమః
ఓం సర్వైశ్వర్యప్రదాయ నమః

సూర్య
www.suryaa.com
24.8.2025

సాజ్యం త్రివర్తిసంయుక్తం వహ్నినాద్యోజితం మయా, గృహాణ మంగళం దీపం ఈశపుత్ర నమోస్తుతే.. దీపందర్శయామి ।

సుగంధాసుకృతాంశ్చైవమోదకాన్ ఘృతపాచితాన్, నైవేద్యం గృహ్యతాంచణముద్గైః ప్రకల్పితాన్, భక్ష్యం చ లేహ్యంచ చోష్యం పానీయ-మేవచ, ఇదం గృహాణ నైవేద్యం మయాదత్తం వినాయక.. నైవేద్యం సమర్పయామి.

సచ్చిదానంద విఘ్నేశ పుష్కరాని ధనానిచ, భూమ్యాం స్థితాని భగవాన్ స్వీకురుష్వ వినాయక.. సువర్ణపుష్పం సమర్పయామి.

పూగీఫల సమాయుక్తం నాగవల్లీ దళైర్యుతం, కర్పూర చూర్ణసంయుక్తం తాబూలం ప్రతిగృహ్యతాం.. తాంబూలం సమర్పయామి.

ఘృతవర్తి సహస్రైశ్చ శకలైస్థితం నీరాజనం మయాదత్తం గృహాణవరదోభవ.. నీరాజనం సమర్పయామి.

అథ దూర్వాయుగ్మ పూజా.. గణాధిపాయ నమః దూర్వాయుగ్మం పూజయామి.
ఉమాపుత్రాయ నమః దూర్వాయుగ్మం పూజయామి.
అఖువాహనాయ నమః దూర్వాయుగ్మం పూజయామి.
వినాయకాయ నమః దూర్వాయుగ్మం పూజయామి.
ఈశపుత్రాయ నమః దూర్వాయుగ్మం పూజయామి.
సర్వసిద్ధి ప్రదాయకాయ నమః దూర్వాయుగ్మం పూజయామి.
ఏకదంతాయ నమః దూర్వాయుగ్మం పూజయామి.
ఇభవక్త్రాయ నమః దూర్వాయుగ్మం పూజయామి.
మూషిక వాహనాయ నమః దూర్వాయుగ్మం పూజయామి.
కుమారగురవే నమః దూర్వాయుగ్మం పూజయామి.
ఏకదంతైకవదన తథామూషిక వాహనాయ నమః దూర్వాయుగ్మం పూజయామి.
కుమారగురవే తుభ్యం అర్పయామి సుమాంజలిం మంత్రపుష్పం సమర్పయామి.

నమస్కారం, ప్రార్థన

ప్రదక్షిణం కరిష్యామి సతతం మోదకప్రియ నమస్తే విఘ్ననాశన.. ప్రదక్షిణ నమస్కారాన్ సమర్పయామి,
అర్ఘ్యం గృహాణ హేరంబ సర్వ భద్ర ప్రదాయక గంధ పుష్పాక్షతైర్యుక్తం పాత్రస్థం పాపనాశన.. పునరర్ఘ్యం సమర్పయామి,
ఓం బ్రహ్మవినాయకాయ నమః
నమస్తుభ్యం గణేశాయ నమస్తే విఘ్ననాశన, ఈప్సితంమే వరం దేహి పరత్రచ పరాంగతిమ్.
వినాయక నమస్తుభ్యం సంతతం మోదక ప్రియ.. నిర్విఘ్నం కురుమే దేవ సర్వ కార్యేషు సర్వదా.

వినాయక వ్రత కథ

వ్రతకథ చెప్పుకునే ముందు కొన్ని అక్షతలు చేతిలో ఉంచుకోవాలి. కథ పూర్తయిన తరవాత వాటిని శిరసుపై వేసుకోవాలి. పూర్వం చంద్రవంశానికి చెందిన ధర్మరాజు దాయాదుల వల్ల రాజ్యాన్ని, సిరిసంపదలన్నీ పోగొట్టుకున్నాడు. భార్య, తమ్ములతో వనవాసం చేస్తూ ఒకనాడు నైమిశారణ్యానికి చేరుకున్నాడు. అక్కడ శౌనకాది రుషులకు అనేక పురాణ రహస్యాలను బోధిస్తున్న సూతమహామునిని దర్శించి 'రుషివర్యా, మేము రాజ్యాధికారాన్నీ సమస్త వస్తు వాహనాలనూ పోగొట్టుకున్నాం. ఈ కష్టాలన్నీ తీరి, పూర్వవైభవం పొందేలా ఏదైనా సులభమైన వ్రతాన్ని చెప్పండి' అని ప్రార్థించాడు. అప్పుడు సూతుడు ధర్మరాజుకు... వినాయకవ్రతం చేస్తే కష్టాలు తొలగిపోయి, సమస్త సౌఖ్యాలూ కలుగుతాయంటూ ఇలా చెప్పసాగాడు.

'ఒకసారి కుమారస్వామి పరమశివుణ్ణి దర్శించి 'తండ్రీ! మానవులు ఏ వ్రతం చేయడం వలన వంశవృద్ధిని పొంది, సమస్త కోరికలూ తీరి, సకల శుభాలనూ విజయాలనూ వైభవాలనూ పొందగలుగుతారో అటువంటి వ్రతాన్ని చెప్పండి' అని కోరాడు. అందుకు శివుడు 'నాయనా! సర్వసంపత్కరం, ఉత్తమం, ఆయుష్కామ్యార్థ సిద్ధిప్రదమూ అయిన వినాయక వ్రతమనేదొకటుంది. దీన్ని భాద్రపద శుద్ధ చవితినాడు ఆచరించాలి. ఆరోజు ఉదయమే నిద్రలేచి, స్నానం చేసి, నిత్యకర్మలు నెరవేర్చుకుని తమ శక్తిమేరకు బంగారంతోగానీ, వెండితోగానీ లేదా మట్టితోగానీ విఘ్నేశ్వరుడి బొమ్మను చేసి, తమ ఇంటికి ఉత్తర దిక్కులో బియ్యాన్ని పోసి మండపాన్ని నిర్మించి, అష్టదళ పద్మాన్ని ఏర్పరచాలి. అందులో గణేశుని ప్రతిమను ప్రతిష్ఠించాలి. అనంతరం శ్వేతగంధాక్షతలు, పుష్పాలు, పత్రాలతో పూజించి, ధూపదీపాలను, వెలగ, నేరేడు మొదలైన ఫలములను, రకమునకు ఇరవైఒకటి చొప్పున నివేదించాలి. నృత్య, గీత, వాద్య పురాణ పఠనాదులతో పూజను ముగించి, యథాశక్తి వేదవిదులైన బ్రాహ్మణులకి దక్షిణ, తాంబూలాదులు ఇవ్వాలి. బంధుజనంతో కలిసి భక్ష్య భోజ్యాదులతో భోజనం చేయాలి. మరునాడు ఉదయం స్నానసంధ్యలు పూర్తిచేసుకుని గణపతికి పునఃపూజ చేయాలి. ఈ విధంగా ఎవరైతే వినాయక వ్రతాన్ని చేస్తారో వాళ్ళకి గణపతి ప్రసాదం వలన సకల కార్యాలూ సిద్ధిస్తాయి. అన్ని వ్రతాల్లోకీ అత్యుత్తమమైన ఈ వ్రతం త్రిలోక ప్రసిద్ధమై దేవ ముని గంధర్వాదులందరిచేతా ఆచరింపబడింది'అని పరమశివుడు కుమారస్వామికి చెప్పాడు. కనుక ధర్మరాజా, నువ్వు కూడా ఈ వ్రతాన్ని ఆచరించినట్లయితే– నీ శత్రువులను జయించి సమస్త సుఖాలనూ పొందుతావు. గతంలో విదర్భ యువరాణి దమయంతి ఈ వ్రతం చేయడం వల్లనే... తాను ప్రేమించిన నలమహారాజును పెళ్లాడ గలిగింది. శ్రీకృష్ణుడంతటివాడు ఈ వ్రతం చేయడం వల్లనే శమంతకమణితోబాటుగా జాంబవతీ సత్యభామలనే ఇద్దరు కన్యామణులను కూడా పొందగలిగాడు. ఆ కథ చెబుతాను విను' అంటూ ఇలా చెప్పసాగాడు.

పూర్వం గజముఖుడయిన గజాసురుడు శివుడి కోసం తపస్సు చేశాడు. అతని తపస్సునకు మెచ్చి పరమేశ్వరుడు ప్రత్యక్షమై వరం కోరుకోమన్నాడు. గజాసురుడు 'స్వామీ నువ్వు నా ఉదరమందే నివసించాలి' అని కోరాడు. దాంతో భక్తసులభుడైన శివుడు అతడి కుక్షి యందు ఉండిపోయాడు. జగన్మాత పార్వతి భర్తను వెదుకుతూ ఆయన గజాసురుని కడుపులో ఉన్నాడని తెలుసుకుంది. ఆయన్ను దక్కించుకునే ఉపాయం కోసం శ్రీమహావిష్ణువును ప్రార్థించినది. శ్రీహరి బ్రహ్మాది దేవతలను పిలిపించి చర్చించాడు. గజాసుర సంహారానికి గంగిరెద్దు మేళమే తగినదని నిర్ణయించారు. నందీశ్వరుణ్ణి గంగిరెద్దుగా అలంకరించారు. బ్రహ్మాది దేవతలందరూ తలకొక వాయిద్యాన్ని ధరించారు. మహావిష్ణువు చిరుగంటలు, సన్నాయిలు ధరించాడు. గజాసుర పురానికి వెళ్ళి గంగిరెద్దును ఆడిస్తుండగా గజాసురుడది విని, వారిని పిలిపించి తన భవనం ఎదుట గంగిరెద్దును ఆడించమని కోరాడు. బ్రహ్మాది దేవతలు రసరమ్యంగా వాద్యాలను వాయిస్తుండగా జగన్నాటక సూత్రధారియైన హరి చిత్రవిచిత్రంగా గంగిరెద్దును ఆడించాడు.

గజాసురుడు పరమానందభరితుడై 'ఏమి కావాలో కోరుకోండి... ఇస్తాను' అన్నాడు. అంతట శ్రీహరి గజాసురుణ్ణి సమీపించి 'ఇది శివుని వాహనమైన నంది, శివుణ్ణి కనుగొనడానికి వచ్చింది, శివుణ్ణి అప్పగించు' అని కోరాడు. ఆ మాటలకు గజాసురుడు నివ్వెరపోయాడు. వచ్చినవాడు రాక్షసాంతకుడైన శ్రీహరి అని తెలుసుకున్నాడు. తనకు మరణం నిశ్చయ మనుకున్నాడు. తన గర్భంలో ఉన్న పరమేశ్వరుణ్ణి ఉద్దేశించి 'స్వామీ, నా శిరస్సును త్రిలోక పూజ్యముగా చేసి, నా చర్మాన్ని నువ్వు ధరించు' అని ప్రార్థించాడు. తన గర్భంలో ఉన్న శివుణ్ణి తీసుకోవచ్చునని విష్ణు మూర్తికి అంగీకారం తెలియజేశాడు. అంత శ్రీహరి నందిని ప్రేరేపించగా, నంది తన కొమ్ములతో గజాసురుని ఉదరాన్ని చీల్చాడు. బ్రహ్మాది దేవతలకు వీడ్కోలు చెప్పి శ్రీహరి వైకుంఠానికి వెళ్ళగా, శివుడు నందినెక్కి కైలాసానికి వెళ్లాడు.

తన భక్తుడైన గజాసురుని కోరిక మేరకు అతడి ఉదరంలో ఉన్న పరమేశ్వరుని శ్రీమహావిష్ణువు విముక్తి కల్పించడంతో భర్త రాకకు పార్వతి కైలాసంలో ఎదురుచూస్తోంది. శివుడి కోసం ఎదురు చూస్తూ స్నానానికి సిద్ధమైంది. స్నానానికి వెళుతూ దేహానికి నలుగుపిండిని అద్దుకుంది. పరధ్యానంలో ఆ పిండితోనే ఓ ప్రతిమను తయారుచేసింది. చూడ ముచ్చటైన ఆ బాలుడికి తండ్రి ఉపదేశించిన మంత్ర సాయంతో పార్వతి ప్రాణం ప్రతిష్ఠ చేసింది.

దివ్య సుందరమైన ఆ బాలుని వాకిట కాపలా ఉంచి తాను స్నానానికి వెళ్లింది. అంతలో అక్కడికి వచ్చిన శివుడిని ఆ బాలుడు అడ్డుకున్నాడు. ఆగ్రహావేశాలకు లోనైన రుద్రుడు....ఆ బాలుడి శిరస్సును తన త్రిశూలంతో ఖండించాడు. ఆ శబ్దానికి బయటికి వచ్చిన పార్వతీ దేవి, జరిగిన ఘోరం చూసి కన్నీళ్లు పెట్టుకుంది. దీంతో శివుడు...గజముఖుడి శిరస్సును తెప్పించి ఆ బాలుడికి అతికించి ప్రాణం పోసి గజాననుడు అనే నామకరణం చేశాడు. అతడి శక్తి సామర్థ్యాలను పరిశీలించి భాద్రపద శుద్ధ చవితి నాడు గణాధిపత్యం కట్టబెట్టాడు. ఆ రోజున తనకు భక్తితో సమర్పించిన ఉండ్రాళ్లు, కుడుములు, పిండివంటలు, పండ్లను సుష్టిగా తిన్న వినాయకుడి నడవటానికి ఇబ్బందిపడుతూ కైలాసం చేరుకున్నాడు. శివుని శిరస్సుపై ఉన్న చంద్రుడు గణనాథుని అవస్థలు చూసి ఫక్కున నవ్వాడు. రాజదృష్టి సోకితే రాళ్లు కూడా నుజ్జవుతాయని విఘ్ననాథుని ఉదరం పగిలి అందులోని ఉండ్రాళ్లు, కుడుములు బయటకు వచ్చి అచేతనుడయ్యాడు. దీంతో ఆగ్రహించిన పార్వతి దేవి.. పాపాత్ముడా నీ దృష్టి సోకి నా కుమారుడు అచేతనంగా పడివున్నాడు.. కాబట్టి నిన్నుచూసినవారు పాపాత్ములై నీలాపనిందలు పొందుదురు గాక అని శపించింది.

ఋషి పత్నులకు నీలాపనిందలు

పార్వతీదేవి చంద్రుని శపించిన సమయంలో సప్తఋషులు భార్యలతో కలిసి యజ్ఞం చేస్తూ, అగ్నిదేవునికి ప్రదక్షిణం చేస్తున్నారు. అగ్నిదేవుడికి ఋషిపత్నుల మీద మోహం కలిగింది. కోరిక తీరక, శపిస్తారేమో అనే భయంతో అగ్ని క్షీణింపసాగాడు. భర్త కోరిక తెలుసుకున్న స్వాహాదేవి ఋషుల భార్యల రూపంలో అగ్నిదేవుడిని చేరింది. అగ్నిదేవునితో ఉన్నది తమ భార్యలేనని భ్రాంతి చెందిన ఋషులు, వారిని విడిచిపెట్టారు. శాపగ్రస్తుడైన చంద్రుని చూడటం వలనే ఋషుల భార్యలు నీలాపనిందలకు గురయ్యారని దేవతలు గ్రహించారు. వీరందరూ బ్రహ్మదేవునితో కలిసి కైలాసానికి వెళ్లారు. మరణించిన విఘ్నేశ్వరుడిని బ్రహ్మదేవుడు తిరిగి బతికించాడు.

తర్వాత పార్వతీదేవితో 'అమ్మా నీవు చంద్రునికి ఇచ్చిన శాపం వలన ఆపద కలిగింది. కావున శాపాన్ని ఉపసంహరించుకో' అని కోరాడు. అప్పుడు పార్వతీదేవి 'ఏ రోజున చంద్రుడు విఘ్నేశ్వరుడిని చూసి నవ్వాడో ఆ రోజు చంద్రుణ్ణి చూడకూడదు' అని శాపాన్ని సవరించింది. ఆ రోజునుంచి అందరూ భాద్రపద శుద్ధ చవితి నాడు చంద్రుణ్ణి చూడకుండా జాగ్రత్తగా ఉండి, సుఖంగా ఉన్నారు. ఇలా కొంతకాలం గడిచింది.

శమంతకోపాఖ్యానం

ద్వాపరయుగంలో ద్వారకలో నివాసం ఉన్న శ్రీకృష్ణుడిని నారదుడు కలిశాడు. కాసేపు పిచ్చాపాటి మాట్లాడాక 'స్వామీ! ఈ రోజు వినాయక చవితి. పార్వతి శాపం కారణంగా చంద్రుని చూడకూడదు. నేను వెళ్తాను'

అని కృష్ణుడికి చెప్పి నారదుడు వెళ్లిపోయాడు. ఆ రోజు రాత్రి ఎవ్వరూ చంద్రుణ్ణి చూడకూడదని పట్టణంలో శ్రీకృష్ణుడు చాటింపు వేయించాడు. శ్రీకృష్ణుడికి పాలంటే ఇష్టం. ఆ రోజు రాత్రి శ్రీకృష్ణుడు ఆవు పాలను తాగుతుండగా పాత్రలోని పాలలో చవితి చంద్రుడి ప్రతిబింబాన్ని చూశాడు. దాంతో తనకెలాంటి అపనింద వస్తుందో అని చింతించాడు. కొన్ని రోజులు గడిచాయి. సత్రాజిత్తు సూర్యుని వరంతో శమంతకమణిని సంపాదించాడు. రోజుకు పది బారువుల బంగారాన్ని ఇచ్చే ఆ మణిని తీసుకుని ద్వారకకు వెళ్లాడు. శ్రీకృష్ణుడు సత్రాజిత్తుకు అతిథి మర్యాదలు చేసి ఆ మణిని తనకు ఇవ్వమని కోరాడు. అందుకు సత్రాజిత్తు ఒప్పుకోలేదు. తర్వాత ఒక రోజు సత్రాజిత్తు తమ్ముడు ప్రసేనుడు శమంతకమణిని మెడలో వేసుకుని అడవికి వేటకు వెళ్లాడు. అడవిలో ఒక సింహం ఆ మణిని చూసి మాంసం ముక్క అనుకుని ప్రసేనుణ్ణి చంపింది. మణిని నోట కరచుకుని పోతూన్న సింహాన్ని జాంబవంతుడు చంపాడు. శమంతకమణిని కొండగుహ లో ఉన్న తన కూతురు జాంబవతికి ఆట వస్తువుగా ఇచ్చాడు. మరుసటి రోజు సత్రాజిత్తు తమ్ముడి మరణవార్త విన్నాడు. శ్రీకృష్ణుడే తన తమ్ముడిని చంపి శమంతకమణిని అపహరించాడని నిందించాడు. శ్రీకృష్ణుడు అది విన్నాడు. భాద్రపద శుద్ధ చవితి రోజు చంద్రబింబాన్ని చూసిన దోషంవల్ల తన మీద నింద పడిందనుకున్నాడు. శమంతకమణిని వెదుకుతూ అడవికి వెళ్లాడు. ఒక చోట ప్రసేనుడి శవం కనిపించింది. అక్కడి నుంచి సింహం అడుగులు కనిపించాయి. అలా వెదుకుతూ వెళ్లి ఒక పర్వత గుహలోకి ప్రవేశించాడు. అందులో ఉన్న ఉయ్యాలకు కట్టిన మణిని చూసి, దానిని తీసుకుని బయటకు రాసాగాడు. వెంటనే జాంబవతి పెద్దగా ఏడ్వసాగింది. కూతురి ఏడుపు విని జాంబవంతుడు కోపంతో శ్రీకృష్ణుడిపై యుద్ధానికి తలపడ్డాడు. వారిద్దరి మధ్య ఇరవై ఎనిమిది రోజులు యుద్ధం జరిగింది. జాంబవంతుని శక్తి తగ్గిపోయింది. తనతో యుద్ధం చేస్తున్నవాడు శ్రీరామచంద్రుడని తెలుసుకున్నాడు. త్రేతాయుగంలో జాంబవంతుడు శ్రీరాముడితో యుద్ధం చేయాలని కోరాడు. ఆ కోరికను ఇప్పుడు శ్రీకృష్ణుని రూపంలో వచ్చి తీర్చాడని గ్రహించాడు

శ్రీకృష్ణుడికి నమస్కరించి శమంతకమణితో పాటు తన కుమార్తె జాంబవతిని కూడా ఆయనకు సమర్పించాడు. శ్రీకృష్ణుడు శమంతకమణిని తెచ్చి సత్రాజిత్తుకు ఇచ్చాడు. నిజం తెలుసుకున్న సత్రాజిత్తు తనను క్షమించమని శ్రీకృష్ణుడిని వేడుకున్నాడు. తన కుమార్తె సత్యభామను ఇచ్చి వివాహం జరిపించాడు. శమంతకమణిని కూడా శ్రీకృష్ణుడికి ఇచ్చాడు. ఆ సమయంలో అక్కడకు వచ్చిన మునులు శ్రీకృష్ణుడితో 'మీరు సమర్థులు కనుక మీపై పడిన నిందను పోగొట్టుకోగలిగారు. మావంటి వారికి ఏది గతి?' అన్నారు. 'భాద్రపద శుద్ధ చవితినాడు యథావిధిగా వినాయకుని పూజించి ఈ శమంత కోపాఖ్యానాన్ని విని అక్షతలు తలపై వేసుకున్న వారికి, ఆరోజు చంద్ర దర్శనం అయినా కూడా అపనిందలు కలగవు' అని శ్రీకృష్ణుడు చెప్పాడు. ఆ నాటి నుంచి ప్రతి సంవత్సరం భాద్రపద శుద్ధ చవితి రోజు దేవతలు, మహర్షులు, మనుషులు తమ శక్తికి తగినట్లుగా గణపతిని పూజించి తమ కోరికలు తీర్చుకుంటున్నారు. ఈ కథను చదివి గాని, విని గాని తలపై అక్షతలను వేసుకొని వినాయక వ్రతాన్ని ముగించాలి. చివరగా వినాయకుని ఎదుట వీలైనన్ని గుంజీలు తీసి, సాష్టాంగ నమస్కారాలు చేయాలి.

సర్వేజనాః సుఖినోభవంతు

అనుపమ పరమేశ్వరన్ లీడ్ రోల్ పోషించిన 'పరదా' అనేక కారణాల వల్ల ఆలస్యం అవుతూ మొత్తానికి ఆగస్టు 22న విడుదలైంది. రివ్యూలు చూశాకే మా సినిమాకి రండి అని టీం చెప్పడంతో 'పరదా' చర్చల్లో నిలిచింది. రివ్యూల కోసమే అన్నట్టు రిలీజ్ కి 2 రోజుల ముందు నుండి ప్రీమియర్స్ వేశారు. మరి సినిమా వారి నమ్మకానికి తగిన విధంగా ఉందో లేదో ఈ రివ్యూ ద్వారా తెలుసుకుందాం రండి :

కథ :

పడతి అనే ఒక గ్రామంలో ఒక వింత ఆచారం ఉంటుంది. అది ఆచారం అనకూడదు.. మూఢ నమ్మకం అనాలేమో. అక్కడి అమ్మాయిలు ఈడొచ్చినప్పటి నుండి ముఖాన్ని పరదాతో కప్పుకోవాలి. ఆ అమ్మాయి ఇంట్లో వాళ్ళు తప్ప.. బయటవాళ్ళు ఎవ్వరూ ఆ అమ్మాయి ముఖం చూడకూడదు. ఇక అమ్మాయిలు బయటకి వచ్చినప్పుడు పొరపాటున పరదా తీస్తే.. 'ఆ టైంలో మగాళ్లు ఆమెను చూస్తే ఊరికి అరిష్టం.. ఆ ఊర్లో కడుపుతో ఉన్న ఆడవాళ్లు తమ బిడ్డల్ని కోల్పోతారు' అనేది అక్కడి జనాల నమ్మకం. కాబట్టి ఆ పరదా తీసిన అమ్మాయిలను ఆత్మాహుతి చేసి చంపేస్తారు. దీనికి కూడా ఓ కథ ఉంటుంది. మరోపక్క సుబ్బలక్ష్మి(అనుపమ పరమేశ్వరన్) పరదాలు అమ్ముకునే కుటుంబానికి చెందిన అమ్మాయి. ఆమె రాజేష్ (రాగ్ మయూర్) ని ప్రేమిస్తుంది. వీళ్ళు పెద్దల్ని ఒప్పించి పెళ్ళికి రెడీ అవుతారు. అయితే సుబ్బలక్ష్మి ఒక చోట ఉన్నప్పుడు గాలి ఎక్కువగా వేయడం వల్ల ఆమె పరదా ఎగిరిపోతుంది. వెంటనే అక్కడ ఎవ్వరూ లేరు కదా అని భావించి పరదా మళ్ళీ కప్పేసుకుంటుంది. తర్వాత పెళ్లి టైంలో ఆమె మొహం ఒక మ్యాగ్జైన్ లో పడుతుంది. దాన్ని రాజేష్ సోదరుడు తీసుకొచ్చి పెళ్లి ఆపేస్తాడు. తర్వాత సుబ్బలక్ష్మిని ఆ ఊరి జనాలు ఆత్మాహుతి చేయాలని డిసైడ్ అవుతారు. ఆ తర్వాత ఏమైంది? సుబ్బలక్ష్మి ఆ గండం నుండి ఎలా తప్పించుకుంది. అసలు ఆమెను ఫోటో తీసిన వ్యక్తి ఎవరు? ఈ ప్రశ్నలకి సమాధానమే మిగిలిన సినిమా.

విశ్లేషణ :

థియేటర్ కు వచ్చే ప్రేక్షకుడిని పావుగంటలో కథలోకి అంటే.. దర్శకుడు అనుకున్న ప్రపంచంలోకి తీసుకెళ్లాలి. ఇది చాలా మంది దర్శకులు చెప్పిన పాఠం. దర్శకుడు ప్రవీణ్ కాండ్రేగుల కూడా ఈ విషయాన్ని సీరియస్ గానే తీసుకున్నాడు అని చెప్పాలి. సినిమా మొదలైన పావుగంటలోనే.. తాను అనుకున్న ప్రపంచంలోకి ప్రేక్షకుడిని తీసుకెళ్తాడు. ఆ తర్వాత వచ్చే హీరోయిన్ లవ్ ట్రాక్, ఊరి జనాల స్వభావాలు తెలుపడం వంటివి కూడా బాగున్నాయి. సుబ్బలక్ష్మి పరదా ఎప్పుడైతే ఎగిరిపోయిందో ఆ సీన్ కి ప్రేక్షకుడు నెక్స్ట్ ఏం జరగబోతుందో గెస్ చేసేస్తాడు. అయినా దర్శకుడు ప్రవీణ్ పెళ్లి సీన్ వరకు ఆసక్తిగా కథనాన్ని నడిపించాడు. ఆ తర్వాత వచ్చే ఆత్మాహుతి సీక్వెన్స్ కూడా అలరిస్తుంది. కానీ ఎప్పుడైతే ఊరి జనాలు హీరోయిన్ పాత్రపై సింపతీ చూపించి ఆమెకు ఇంకో అవకాశం ఇస్తారో.. అక్కడి నుండి కథ పట్టుతప్పింది. చెప్పాలంటే కథ అక్కడితో అయిపోయింది అనే చెప్పాలి. ఆ తర్వాత సంగీతని వేసుకుని అనుపమ ధర్మశాలకి వెళ్లడం అనే పాయింట్ తోనే సినిమా క్లైమాక్స్ వరకు సాగుతుంది. క్లైమాక్స్ కూడా ఆశించినట్టే ఉంటుంది. సో సినిమా ఫస్ట్ హాఫ్ లో 40 నిమిషాలకే అయిపోయిన ఫీలింగ్ కలుగుతుంది. అక్కడి నుండి దర్శకుడు ల్యాగ్ రాసుకున్నాడన్న మాట. మొన్నామధ్య వచ్చిన 'కోర్ట్' కథ కూడా ఆల్మోస్ట్ ఫస్ట్ హాఫ్ కే చాలా వరకు కంప్లీట్ అయిపోతుంది. కానీ సెకండాఫ్ లో దర్శకుడు కథనంపై దృష్టి పెట్టాడు. ప్రేక్షకులని థియేటర్లలో కూర్చోబెట్టగలిగాడు. 'పరదా' విషయానికి వస్తే సెకండాఫ్ ను దర్శకుడు గ్రిప్పింగ్ గా డిజైన్ చేసుకోలేకపోయాడు. ఇది ప్రతి సన్నివేశంలో తెలుస్తూనే ఉంటుంది. అయితే టెక్నికల్ గా మాత్రం ఇది చిన్న సినిమాలా అనిపించదు. మ్యూజిక్ కానీ, సినిమాటోగ్రఫీ కానీ క్వాలిటీ గానే ఉన్నాయి. నిడివి కొంచెం ట్రిమ్ చేసుంటే బాగుండేది.

నటీనటుల విషయానికి వస్తే..

అనుపమకి చాలా రోజుల తర్వాత మంచి పాత్ర దొరికింది. సంగీతకి కూడా అంతే. అమిష్ట పాత్రకి మంచి బిల్డప్ ఇచ్చారు. ఆమె బాగా నటించింది కూడా. కానీ తర్వాత ఆమె పాత్రకి ఆరంభంలో ఇచ్చిన బిల్డప్ అంతా సైడ్ అయిపోతుంది. రాగ్ మయూర్ బాగా చేశాడు. హర్ష వర్ధన్ ట్రాక్ కొంచెం నవ్వించింది. మిగతా నటీనటులు ఓకే.

ప్లస్ పాయింట్స్ : మొదటి 45 నిమిషాలు, సినిమాటోగ్రఫీ, టెక్నికల్ వాల్యూస్

మైనస్ పాయింట్స్ : సెకండాఫ్, సాగదీత

మొత్తంగా

'పరదా' ఇంట్రెస్టింగ్ స్టార్ట్ అయ్యింది. మంచి పాయింట్ తీసుకున్నారు. కానీ గ్రిప్పింగ్ నెరేషన్ లేకపోవడం వల్ల.. ప్రేక్షకుల భారం పెట్టినట్టు అయ్యింది. చివర్లో ఇచ్చే మెసేజ్ కూడా ప్రేక్షకులు పట్టించుకోలేనంతగా సాగదీసి వదిలాడు దర్శకుడు.

సూర్య
www.suryaa.com
24.8.2025

ద్వాదశరాశి ఫలములు (వార ఫలాలు)

24.8.2025 నుంచి 30.8.2025 వరకు

గమనిక: గోచారఫలాలు చూసుకునేటప్పుడు ప్రధానముగా వ్యక్తిగత జాతకము లోని దశ అంతర్దశలు కూడా కలిపి చూసుకోవాలి. గోచార రీత్యా రాశి ఫలాలు అశుభము గా ఉండి దోషాలు ఉన్నప్పటికీ, జననకాల దశ ఫలములు శుభము గా ఉంటే రాశి ప్రస్తుత అశుభ ఫలితాలు స్వల్పంగానే ఉంటాయి. చిన్న పరిహారాలు పాటించి శుభ ఫలితాలు పొందగలరు

మేషరాశి

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

వారం ప్రారంభంలో సంతాన సంబంధ విషయాలలో, నూతన ఇన్వెస్ట్మెంట్స్ కొరకు ఆలోచనలు చేస్తారు, మానసిక ప్రశాంతత తక్కువ. శ్రమ అధికం. విద్యార్థులకి అలక్ష్యము తగదు.దూర ప్రయాణానికి, ఉన్నత విద్య కొరకు ప్రయత్నం చేసే వారికి విదేశీ అవకాశా ములు. కంటి ఆరోగ్య విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉండాలి, వృత్తికి సంబంధించిన విషయాలలో, భాగస్వామ్య వ్యవహారాలలో ఉన్నత స్థాయి వ్యక్తుల సహకారాన్ని ఆశిస్తారు. ఇతరుల సహకారాన్ని తీసుకునేటప్పుడు వైరాగ్య ధోరణిని వదిలేయాలి. తోబుట్టువులు తో వైరికి దూరంగా ఉండాలి. ఆర్థికపరమైన విషయాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి. వారము చివరిలో ప్రయాణాలలో చికాకులు, అనవసరమైన వ్యయాలు, ఆశించిన అంశాలలో చాలా శ్రమ ఫలితాలు ఇస్తాయి. పౌరుషం పెరుగుతుంది ఆకస్మిక విషయాలు, ముఖ్యమైన అంశాలలో ఆలస్యాలు ఆటంకాలు, ఆరోగ్య విషయంలో శ్రద్ధ,

వృషభరాశి

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

వారంప్రారంభంలో గమనించగాగృహ వాతావరణం అసౌకర్యంగా ఉంటుంది, అసంతృప్తి అధి కంగా ఉంటుంది వృత్తిపరమైన విషయాల అభివృద్ధి, కొరకు తీవ్రంగా ప్రయత్నం చేస్తారు.స్త్రీ ంతానం అభివృద్ధి విద్యా ర్థులు విద్య మీద దృష్టిని కేటాయించాలి. పురుష సంతానం మీద, వారి అలవాట్లు, అభివృద్ధి కొరకు ప్రత్యేక దృష్టిని కేటాయించాలిమానసిక ప్రశాంతత కొంత తక్కువగా ఉంటుంది. గృహ వాహన రిపేర్ల కొరకు శ్రద్ధ 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 విదేశీయానానికి శ్రమ చేస్తారు. వారం చివరిలో పనులు కొంతవరకు ముందు కదులుతాయి. కుటుంబసభ్యుల, భాగస్వామి సహకారంతో ప్రణాళికలు సిద్ధం చేసుకుంటారు.

మిధునరాశి

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

వారం ప్రారంభంలో ఫలితాంశములను గమనించగాదగ్గర ప్రయాణాలకు అవకాశం, ముఖ్య వ్యవహారాలలో శక్తి సామర్థ్యాలను పెంచుకుంటూ ముందుకు వెళ్ళడానికి కృషి చేస్తారు. ప్రయాణాలలో అధికశ్రమ, నూతన వ్యక్తుల పరిచయాలు. మిత్ర, సోదర వర్గముతో విభేదాలు రాకుండా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. వ్యక్తిగత ఆరోగ్యవిషయంలో, అధికఖర్చులు,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 విషయాలలోఅనవసర గందరగోళం.తలనొప్పి, కంటికి సంబంధించిన అనారోగ్యా లు, నిర్లక్ష్యం చేయరాదు. ఆరోగ్య, వాహన విషయాలు జాగ్రత్త. వృత్తిపరంగా అనవసర వ్యక్తుల జోక్యం చికాకును సృష్టిస్తుంది.

కర్కాటక రాశి

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

వారం ప్రారంభంలో ఫలితాంశములను గమనించగా రవి కేతువుతో కలయిక మానసిక ప్రశాంతతను పెంచుకోవాలి. చంద్రసంచారముతో ఆర్థిక విషయాలలో అనవసర ఖర్చులు కుటుంబ వ్యవహారాల్లో చికాకులను పెంచుతాయి.జీవిత భాగస్వామితో, కుటుంబములోని సభ్యులతో అనవసర వాదనలకు దూరంగా ఉండాలి ఆటంకాలు, వాగ్దానాలు నిలుపుకోవడంలో ఇబ్బందులు, , వ్యాపార వ్యవహారములలో, స్నేహ సంబంధాలలో తగిన జాగ్రత్తలు అవసరం. వారం మధ్యలో పౌరుషం పెరుగుతుంది నాయకత్వ లక్షణాల శక్తి సామర్థ్యాలు పెరుగుతాయి. వ్యక్తుల సహకారాన్ని పొందుతారు. నూతన గృహ వాహనములకు, రుణముల కొరకు ప్రయత్నాలు చేస్తారు. వారాంతంలో అధిక ఖర్చులు నియంత్రణ అవసరం కుటుంబ స్త్రీల సహకారాన్ని పొందుతారు. విద్యార్థులు విద్య మీద దృష్టి సారించాలి.

సింహరాశి

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

వారం ప్రారంభంలో ప్రతి విషయంలో, బంధుమిత్రులతో మాట్లాడేటప్పుడు ఆచితూచి నిర్ణయాలు తీసుకోవాలి. స్థిరాస్తుల సంబంధ విషయాలు తగిన జాగ్రత్తలు అవసరం.మానసిక ప్రశాంతతను పెంచుకోవడానికి ప్రయత్నాలు చేస్తారు,జీవితభాగస్వామి సహకరిస్తారు. ఉల్లాసంగా ఉత్సాహంగా కొత్త పనులు మొదలు పెడతారు భాగస్వామి వ్యవహారాల మీద దృష్టి సారిస్తారు. అనవసర ఖర్చులను కొంతమేర నియంత్రించుకో గలుగుతారు. ఆరోగ్య విషయంలో ఖర్చులు. రహస్య శత్రువుల విషయంలో జాగ్రత్తలు అవసరం,. 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.

కన్యారాశి

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

వారం ప్రారంభంలో చంద్రసంచారం ఫలితములు గమనించగాముఖ్యంగాఆర్థిక ఖర్చులు నియంత్రించుకోవడానికి ప్రయత్నం చేస్తారు, సామర్థ్యంపెరుగుతుంది. తోబుట్టులతో, భాగస్వామితో అనవసర అపార్థములు తగ్గుతాయి మానసిక ప్రశాంతత తక్కువగా ఉంటుంది. సమయానికి ఆహార స్వీకరణ విశ్రాంతి అవసరం, సంతాన ఆరోగ్య సంబంధమైన, పెట్టుబడులు విషయాలలో, కొంత చికాకులు. ఉద్వేగాల అధికంగా ఉంటాయి. వృత్తిపరమైన ప్రయాణములు. జీవిత భాగస్వామి తోను వారి యొక్క బంధువులతో మాట్లాడేటప్పుడు,అనవసర అపార్థములకు లోను కాకుండా జాగ్రత్తలు అవసరం. పౌరుషం నాయకత్వ లక్షణాలు ఆదిపత్య ధోరణిని విడనాడాలి. చిన్నచిన్న విషయాలకి కలహములు, అపార్థములు ఏర్పడే అవకాశం ఉన్న రిత్య జాగ్రత్తలు అవసరం.

తులారాశి

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

వారం ప్రారంభంలో లాభ చంద్ర సంచార ము చేఫలితాంశములను గమనించగా ఎదురు చూస్తున్న వర్తమానాలు దూర ప్రదేశాల నుంచి అందుకుంటారు సంతానముతో అనుబంధము అనుకూలత, ఒక వార్త ఆసక్తిని రేకెత్తిస్తుంది. సృజనాత్మకత పెరుగుతుంది, షాపింగులు విందు వినోదాలు, మంచి ఖర్చులు ఆనందాన్ని ఇస్తాయి. 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 కుటుంబ సభ్యులతో వాగ్వాదములకు దూరంగా ఉండాలి. దీర్ఘకాలిక పెట్టుబడుల కొరకు ప్రయత్నాలు చేస్తారు.అనవసర ఖర్చులు, ఆరోగ్య విషయంలో నిర్లక్ష్యము తగదు, వారం చివరిలో, ఆర్థిక విషయాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి.

వృశ్చిక రాశి

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

వారం ప్రారంభంలో దశమ చంద్రసంచారం వృత్తిపరమైన విషయాల మీద ఎక్కువ శ్రద్ధ తీసుకుంటారు. కోపాన్ని పౌరుషాన్ని నియంత్రించుకోవాలి. వృత్తికి సంబంధమైన విషయాలలో ఆకస్మిక ఖర్చులు, ప్రయాణాలు చికాకులు ఇబ్బంది కలిగిస్తాయి.తల్లి ఆరోగ్యం అనుకూలంగా ఉంటుంది.గృహవాతావరణం, వాహన సంబంధ విషయాలు కొంత అసౌకర్యంగా ఉంటుంది. ఉన్నత స్థాయి వ్యక్తులతో ఆశించిన విషయాలలో, ముఖ్యంగా గవర్నమెంట్ సంబంధించిన పనులలో సామాన్యఫలితాలు. నూతనవాహనాలు, గృహములు సంబంధించిన అంశముల మీద విస్తృతంగా దృష్టి సారిస్తారు. గురువులు పెద్దలు ఆశీర్వచనాలు, ఉన్నత విద్య కొరకు విదేశీ ప్రయాణాలకి కొంత అవకాశములు. ఆర్థిక సంబంధమైన విషయాలు అనుకూలంగాఉంటాయి, ముఖ్యంగా విదేశాలలో ఉండే తోబుట్టవులు, స్నేహితులుసహకారం అందుకుంటారు.

ధనస్సు రాశి

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

వారం ప్రారంభం నవమ చంద్రుడు ఫలితాంశములు గమనించగా కుటుంబ సభ్యుల ఆరోగ్య విషయంలోశ్రద్ధతీసుకుంటారు.అలవాట్లకి కూడ దూరం మంచిదిబాధ్యతలు పెరుగుతాయి. .ఆకస్మిక చికాకులు ఇబ్బంది పెట్టే విధానం. అనవసరమైన ఖర్చు.ఒత్తిడి, బంధు వర్గంతో విభేదాలకు దూరంగా ఉండాలి.ముఖ్యంగా శ్రమ అధికంగా ఉంటుంది, సహకార లబ్ధి, ఆశించిన ఫలితాలు పొందుతారు ఆర్థిక అంశాలలో తగిన విధంగా ఆచి తూచి వ్యవహరించాలి గృహ వాతావరణంలో కుటుంబసభ్యులతో, వృత్తికి సంబంధించిన విషయాలలో ప్రయాణాలకు అవకాశం. మాటలు విషయంలో కుటుంబ వ్యవహారాలలో,ఆర్థిక విషయాలు అనుకూలం, ఇంటర్నెట్ ,మొబైల్ వాడకము కంటికి సంబంధించిన ఆరోగ్య విషయంలో తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.ఎంతగానో ఎదురు చూస్తున్న విషయాలలో ఆసక్తికరమైన సమాచారాన్ని అందుకుంటారు.

మకరరాశి

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

వారంప్రారంభంలో చంద్రుడు అష్టమ స్థానంలో సంచారం ఫలితాంశములను గమనించగా మానసిక ప్రశాంతతను పెంపొందించు కునేందుకు యోగా మెడిటేషన్ చేయాలి. వృత్తిపరమైన విషయాల్లో తగిన శ్రద్ధ తీసుకొని ముందుకు వెళ్లాలిఆరోగ్యము తగినశ్రద్ధతీసుకోవాలి. ఆధ్యాత్మికపెరుగుతుంది, దైవచింతన సంకల్ప బలంతో అనుకున్నది సాధిస్తారు. జీవిత భాగస్వామి కుటుంబసభ్యులకి సహకారం, మీ ప్రయాణాలలో జాగ్రత్తలు అవసరం, చాలాకాలంగా ఎదురుచూస్తున్న ఆర్థిక విషయాలు, మైత్రి బంధాలు బల పడతాయి.ఆర్థిక సంబంధమైన విషయాలలోవాగ్వాదాలలో, అనవసరమైన ఖర్చులకి దూరంగా ఉండాలి, వైరాగ్యాన్ని అధిగమించాలి. . విదేశీ వ్యవహారాలకు సంబంధించిన విషయాలలో ధన రాబడి, తండ్రి ఆరోగ్యం, ఆకస్మిక విషయాలు, విదేశీ వ్యవహారాలు, ఉన్నతవిద్య, వ్యాపార వ్యవహారాలుకొంతఆందోళన

కుంభ రాశి

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

వారం ప్రారంభంలో ఫలితాంశములను గమనించగా మిత్రుల సహకారం, పేరు ప్రఖ్యాతలు పెరుగుతాయి. మీ చుట్టూ ఉన్న సంఘంలో గుర్తింపు గౌరవం, ఉన్నత స్థాయి వ్యక్తులతో ఆశించిన పనుల జరగడానికి సూచనలు. అనవసరమైన ఖర్చులు నియంత్రించుకో గలుగుతారు. ప్రణాళికాబద్ధంగా ముందుకు సాగుతారు. మీ మీద మీకు నమ్మకం, స్థిరమైన అభిప్రాయాలు. మధ్యలో వ్యాపార విస్తర ణ స్నేహ సంబంధాలు బలపడతాయి, నూతన పరిచయాలు విందు వినోదాలు, భాగస్వామ్య వ్యవహారాలలో పెట్టుబడులకి ఆలోచనలు, జీవిత భాగస్వామితో నూతన ప్రదేశాలకి వెళ్ళడానికి అవకాశాలు. వారం మధ్యలోప్రయాణాల్లో చికాకుల్ని, అధిగమించాలి. ముఖ్యమైన విషయాలు వాయిదా మానసిక అశాంతి. ఆకస్మికంగా అనవసరమైన ఖర్చు, ఆరోగ్య సంబంధమైన విషయాలలో శ్రద్ధ, వృత్తి, సంతాన సంబంధమైన విషయాలు తో అధిక శ్రమ.తదుపరి సామాజిక సేవ లో పాల్గొనుట

మీన రాశి

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

వారం ప్రారంభంలో కోర్టు వ్యవహారాలు, ఆర్థిక విషయాలు, పోటీలు సామాన్యము. రుణాలు చెల్లిస్తారు, శ్రమతో వృత్తిని పుణ్యాలనుపెంచుకుంటారు. ఆరోగ్యం సామాన్యము గా ఉంటుంది, ఇబ్బందిపెట్టే వ్యక్తులతో చికాకులు, సంతానమునకు అభివృద్ధి, ఆర్థిక విషయాల కోసం ఎక్కువ ఆలోచనలు చేస్తారు. తగిన గుర్తింపు గౌరవం. భాగస్వామి వ్యవహారాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి. మైత్రి బంధాలు బలపడతాయి. కంటి ఆరోగ్యంలో శ్రద్ధ తీసుకోవాలి, ఆహార నియమాలు పాటించాలి, ఆకస్మిక: విమర్శలకు, సోదర వర్గంతో విభేదాలకు దూరంగా ఉండాలి. మధ్యవర్తిత్వం పనికిరాదు. వారం చివరిలోనూతన వృత్తులకు ప్రయత్నం చేసేవారికి మంచి అవకాశాలు. ప్రయాణాలకు అవకాశం ఉన్నత స్థాయి వ్యక్తులతో మాటామంతి.వృత్తి సంబంధమైన విషయాలలో అధిక శ్రమతో ముందుకు వెళతారు. ఆలోచనలు ఫలిస్తాయి.

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)