నేటి దినపత్రిక
సూర్య
www.suryaa.com

ఆదివారం అనుబంధం

8.2.2026

మనసుల్ని ఒకటిచేసే
ప్రేమికుల రోజు

చైర్మన్‌తో ముఖాముఖి

ఏపీ ప్రభుత్వం పౌర సేవల్ని మరింత సులభతరం చేసిందన్నది వాస్తవం. మన మిత్ర వాట్సాప్ గవర్నెన్స్ ప్రారంభించిన నాటి నుంచి ఇప్పటి వరకు ఏకంగా 50 లక్షల మంది.. ఏకంగా 2.5 కోట్ల సేవల్ని ఉపయోగించుకోవడం విశేషమే. ఈ యప్ గురించి వివరాలు తెలపగలరా?

– కె. చిరంజీవ రావు, శ్రీకాకుళం

అవును చిరంజీవిగారూ... ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం ప్రజల కోసం మనమిత్ర వాట్సాప్ గవర్నెన్స్‌ను అందుబాటులోకి తీసుకొచ్చిన సంగతి తెలిసిందే. ప్రభుత్వ కార్యాలయాల చుట్టూ తిరగకుండా వివిధ ప్రభుత్వ విభాగాల ద్వారా సేవలు పొందుతున్నారు. ప్రజలు వివిధ శాఖల నుంచి ధ్రువీకరణ పత్రాలు, పన్నులు చెల్లింపుతో పాటుగా ఆర్టీసీ బస్ టికెట్లు బుకింగ్, ఆలయాల దర్శన టికెట్లు ఇలా ఎన్నో సేవలు అందిస్తున్నారు. ప్రతి రోజూ లక్షలాదిమంది ప్రజలు మొబైల్ నుంచే వాట్సాప్ ద్వారా సేవలు పొందుతున్నారు. వాట్సాప్ ద్వారా సేవలు పొందుతన్నవారి సంఖ్య 50 లక్షలకు దాటింది. మనమిత్ర ద్వారా అందిన సేవలు 2.5 కోట్లకు పైగా ఉన్నాయి.ఏపీ ప్రజలు మనమిత్ర వాట్సాప్ గవర్నెన్స్ సేవల కోసం 95523 00009 నంబర్ సేవ్ చేసుకుని హాయ్ అని మెసేజ్ పెడితే చాలు. ప్రభుత్వం అందిస్తున్న 900కు పైగా వెయ్యి వరకు సేవలన్నీ కనిపిస్తాయి. ప్రజలు ప్రధానంగా , ఓబీసీ, కుల, ఆదాయ ధ్రువీకరణలు, ఆర్టీసీ బస్ టికెట్లు బుకింగ్, కరెంట్ బిల్లుల చెల్లింపు, ఆస్తి పన్ను చెల్లింపు, నీళ్ల పన్ను చెల్లింపు, రిజిస్ట్రేసన్ సేవల వంటివి పొందుతున్నారు. అంతేకాదు పరీక్షలకు సంబధించి ఫలితాలు, హాల్‌టికెట్లు కూడా మనమిత్ర వాట్సాప్ సేవల ద్వారా పొందుతున్నారు. దర్జాగా ఇంట్లో కూర్చొని ఈ సేవల్ని మొబైల్ నుంచే పొందొచ్చు.. ఏ ప్రభుత్వ కార్యాలయానికి వెళ్లాల్సిన పనిలేదు.

తిరుమల సహా రాష్ట్రంలో అన్ని ప్రముఖ ఆలయాలకు సంబంధించి దర్శన టికెట్లు, సేవలు, వసతి గదుల్ని కూడా బుక్ చేసుకోవచ్చు. గతంలో రెవెన్యూశాఖకు సంబంధించిన సేవలు పొందాలంటే కచ్చితంగా కార్యాలయాలకు వెళ్లాల్సిందే. ఆ సేవలు కూడా మనమిత్ర వాట్సాప్ ద్వారా అందుబాటులోకి వచ్చాయి. 1–బి అడంగల్, ఈ–పట్టాదారు పాసుపుస్తకం, ఆస్తులకు సంబంధించిన వివరాలను పొందొచ్చు. అంతేకాదు గతంలో క్యాస్ట్ సర్టిఫికెట్, ఇన్‌కమ్ సర్టిఫికెట్ పొందాలంటే ప్రభుత్వ కార్యాలయాలకు వెళ్లాల్సి వచ్చేది.. ఇకపై అవి కూడా వాట్సాప్ ద్వారా పొందొచ్చు. 95523 00009 మనమిత్ర వాట్సాప్ గవర్నెన్స్ ఇంగ్లీష్‌తో పాటుగా తెలుగులో కూడా అందుబాటులో ఉంది. అంతేకాదు టైప్ చేయడం రానివాళ్లు వాయిస్ ద్వారా కూడా ఏ సేవలు కావాలో చెప్పొచ్చు.

హైదరాబాద్ మహానగర పాలనలో సరికొత్త అధ్యాయం ముదలు కానుందనిపిస్తోంది. . ప్రస్తుత జీహెచ్ఎంసీ పాలకమండలి గడువు ఫిబ్రవరి 10తో ముగియనుండటంతో.. అదే రోజున జీహెచ్ఎంసీని మూడుగా విభజిస్తూ ప్రభుత్వం ఉత్తర్వులు జారీ చేసే అవకాశం ఉందనిపిస్తోంది. ఇటీవల పునర్వ్యవస్థీకరించిన పోలీసు కమిషనరేట్ల సరిహద్దులకు అనుగుణంగానే ఈ విభజన ఉండనున్నట్లు తెలుస్తోంది. మీరేమంటారు?

– కే. రాధాకృష్ణ, హైదరాబాద్

మీరు విన్నది నిజమే రాధాకృష్ణ గారూ... హైదరాబాద్ మహా నగరం వేగంగా విస్తరిస్తోంది. ఈ మేరకు నగరాన్ని మరింత అభివృద్ధి చేసేందుకు తెలంగాణ సర్కార్ అనేక చర్యలు చేపట్టింది. అందులో భాగంగానే ఔటర్ రింగు రోడ్డు పరిధిలో ఉన్న 27 మున్సిపాల్టీలను గ్రేటర్ హైదరాబాద్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ లో విలీనం చేసింది. దాంతో ఒక దశలో జీహెచ్ఎంసీ... దేశంలోనే అతిపెద్ద మున్సిపల్ కార్పొరేషన్‌గా అవతరించేందుకు సిద్ధమైంది. అయితే పాలనా సౌలభ్యం కోసం జీహెచ్ఎంసీని మూడు వేర్వేరు కార్పొరేషన్లుగా విభజించేందుకు తెలంగాణ ప్రభుత్వం రెడీ అయింది. ఈ మేరకు ముహూర్తం కూడా సిద్ధం చేసింది. ప్రస్తుత జీహెచ్ఎంసీ పాలకమండలి గడువు ఫిబ్రవరి 10తో ముగియనుండటంతో.. అదే రోజున జీహెచ్ఎంసీ విభజన ఉత్తర్వులు వెలువడే ఛాన్స్ ఉంది. పెరుగుతున్న జనాభా అవసరాలు, మౌలిక సదుపాయాల కల్పన,పారదర్శక పరిపాలన లక్ష్యంగా ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఇటీవల రాజధాని పరిధిలోని పోలీసు కమిషనరేట్లను తెలంగాణ ప్రభుత్వం పునర్వ్యవస్థీకరించిన విషయం తెలిసిందే. ఇప్పుడు మున్సిపల్ పరిధిని కూడా అదే పద్ధతిలో పునర్వ్యవస్థీకరించాలని భావిస్తోంది. హైదరాబాద్, సైబరా బాద్, మల్కాజిగిరి (గతంలో రాచకొండ) కొత్తగా వస్తున్న ఫ్యూచర్ సిటీ కమిషనరేట్ల భౌగోళిక సరిహద్దులకు అనుగుణంగా కొత్తగా కార్పొరేషన్లు ఏర్పడనున్నాయి. విశ్వసయనీవర్గాల సమాచారం మేరకు.. హైదరాబాద్ కార్పొరేషన్ పరిధిలోకి కోర్ సిటీ, హైదరాబాద్ పోలీసు కమిషనరేట్ పరిధిలోని ప్రాంతాలు రానున్నాయి. శేరిలింగంపల్లి పేరుతో మరో కార్పొరేషన్ ఏర్పాటు కానుడంగా.. ఇందులో ఐటీ హబ్, సైబరాబాద్, ఫ్యూచర్ సిటీ కమిషనరేట్ పరిధిలోని అభివృద్ధి చెందుతున్న ప్రాంతాలు రానున్నాయి. మల్కాజిగిరి కార్పొరేషన్ పరిధిలోకి తూర్పు హైదరాబాద్, మల్కాజిగిరి (రాచకొండ) కమిషనరేట్ పరిధిలోని నివాస ప్రాంతాలు రానున్నట్లు సమాచారం.

జీహెచ్ఎంసీ విభజన ఉత్తర్వులు వెలువడిన 6 నెలల లోపు.. అంటే ఆగస్టు 2026 నాటికి కొత్త కార్పొరేషన్లకు ఎన్నికలు నిర్వహించాల్సి ఉంటుంది. ఈ లోపు పరిపాలన సజావుగా సాగేందుకు ఇప్పటికే ఐఏఎస్ అధికారుల బదిలీలు పూర్తయ్యాయి. ప్రస్తుత జీహెచ్ఎంసీ కమిషనర్ కర్ణన్‌తో పాటు, అదనపు కమిషనర్లుగా సృజన, వినయ్ కృష్ణారెడ్డి బాధ్యతలు స్వీకరించే అవకాశం ఉంది. త్వరలోనే

అందుకు సంబంధించిన అధికారిక ఉత్తర్వులు వెలువడనున్నాయి.

పశ్చిమ్ బెంగాల్ ముఖ్యమంత్రి మమతా బెనర్జీ, ఓటర్ల జాబితా సవరణలో 58 లక్షల మందిని తొలగించారని ఆరోపిస్తూ కేంద్ర ఎన్నికల సంఘంపై సుప్రీంకోర్టులో పిటిషన్ వేపి వ్వయంగా వాదనలు వినిపించేంఉకు మళ్లీ నల్లకోటు ధరించడం విశేషం. ఈ విషయంలో మీరేమంటారు.

పి. చంద్ర జీవన్, విశాఖపట్నం

అవును జీవన్ గారూ తమ రాష్ట్రంలో జరుగుతోన్న ఓటర్ల జాబితా ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ పేరుతో బెంగాల్‌లో 58 లక్షల ఓటర్లను తొలగించారని ఆరోపిస్తూ.. సర్వోన్నత న్యాయస్థానంలో సవాల్ చేసి ఓ విధంగా కేంద్ర ఎన్నికల కమిషన్‌పై పశ్చిమ్ బెంగాల్ ముఖ్యమంత్రి మమతా బెనర్జీ యుద్ధం ప్రకటించారని చెప్పక తప్పదు సంగతి తెలిసిందే. ఎస్ఐఆర్ కేసులో స్వయంగా ఆమె సుప్రీంకోర్టుకు వెళ్లి తన వాదనలు వినిపించారు. ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్ సూర్యకాంత్ ఛాంబర్‌కు వెళ్లిన దీదీ.. తన వాదనలు వినిపించడానికి ఐదు నిమిషాల సమయం కోరారు. దీనికి సీజేఐ అంగీకరిస్తూ.. 15 నిమిషాలు తీసుకోండని చెప్పారు.

న్యాయం మూసిన తలుపుల వెనుక ఏడుస్తోందని మమతా బెనర్జీ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. 'సార్.. సమస్య ఏమిటంటే... చివరికి మాకు ఎక్కడా న్యాయం జరగడం లేదు. నేను ఈసీఐకి ఆరుసార్లు లేఖలు రాశాను.. అయినా ఇప్పటికీ ఎలాంటి సమాధానం రావడం లేదు. న్యాయం మూసిన తలుపుల వెనుక రోదిస్తోంది' అంటూ ముఖ్యమంత్రి తన వాదనలను ప్రారంభించారు. దీంతో ఈ అంశం ఎన్నికల కమిషన్‌పై పూర్తిస్థాయి దాడిగా మారింది. మమతా బెనర్జీ అభ్యర్థన నిజమైనదని ధర్మాసనం అంగీకరించింది. ప్రతి సమస్యకు పరిష్కారం ఉంటుందని హామీ ఇచ్చింది. బెంగాల్ సీఎం పిటిషన్‌పై ఎన్నికల సంఘానికి ధర్మాసనం నోటీసు కూడా జారీ చేసింది. ఏం జరగనుందో వేచి చూడాలి.

నూకారపు సూర్య ప్రకాశరావు
చైర్మన్, సూర్య తెలుగుదినపత్రిక

బహుముఖ ప్రజ్ఞాశాలి 'పంజాబ్ కేసరి'

లెజెండ్

పంజాబ్, దుడుకే గ్రామంలో ఒక సాధారణ కుటుంబంలో మున్షీ రాధా కృష్ణ – గులాబ్ దేవి దంపతులకు 28 జనవరి 1865న జన్మించిన లాలా లజపతి రాయ్ చిన్ననాటి నుంచే తల్లితండ్రుల నుంచి ప్రేరణను పొంది దేశభక్తి, అంకితభావం, క్రమశిక్షణలతో పెరిగారు. స్వంత గ్రామంలో పాఠశాల విద్యను పూర్తి చేసి లాహోర్ ప్రభుత్వ కళాశాలలో న్యాయ పట్టా పొందారు. "ఆర్య సమాజ్ ఉద్యమం" నడిపిన స్వామి దయానంద్ సరస్వతి ప్రేరణతో సంఘ సంస్కర్తగా, జాతీయ భావాలను నరనరాన జీర్ణించుకున్నారు.

పంజాబ్ కేసరి – లాలా లజపతి రాయ్:

స్వాతంత్ర్య సమరయోధుడు, సంఘ సంస్కర్త, రచయిత, దార్శనికుడు అయిన లాలా లజపతి రాయ్ ధైర్యసాహసాలు అనన్య సామాన్యమైనవి. బెంగాల్ విభజన, సహాయ నిరాకరణ, సైమన్ కమీషన్ వ్యతిరేక ఉద్యమాల్లో చురుకుగా పాల్గొని వేల మంది సాధారణ ప్రజలను స్వతంత్ర పోరాటంలో పాల్గొనే విధంగా మేల్కొలిపారు. "నా శరీరంపై తెల్లోడి ప్రతి దెబ్బ బ్రిటీష్ పాలన శవపేటికకు మేకులు అవుతాయి" అనే వాక్యం లాలా లజపతి రాయ్ దేశభక్తి, భరతమాత స్వేచ్ఛలకు నిదర్శనంగా నిలుస్తున్నాయి. స్వయం పాలన కోసం "స్వదేశీ ఉద్యమం"లో పాల్గొన్న లాలా లజపతి రాయ్ తన మిత్రులు బాలగంగాధర్ తిలక్, బిపిన్ చంద్రపాల్‌లతో కలిసి "లాల్–బాల్–పాల్" అనే పేరుతో త్రయంగా పోరాటాలు కొనసాగించారు.

సంఘ సంస్కర్త, ప్రముఖ రచయిత:

స్వతంత్ర పోరాటంతో పాటు ప్రముఖ రచయితగా "యంగ్ ఇండియా", "ఇంగ్లాండ్స్ డెట్ టు ఇండియా", "ది స్టోరీ ఆఫ్ మై డిపోర్టేషన్" అనే పుస్తకాలు రచించారు. దీనికి తోడుగా విద్య ప్రాధాన్యాన్ని ప్రచారం చేయడం, మూఢనమ్మకాలకు వ్యతిరేకంగా అవగాహన, మహిళా సాధికారత లాంటి సంఘ సంస్కరణ యజ్ఞాల్లో సమిధగా సేవలు అందించారు. అంతే కాకుండా "పంజాబ్ నేషనల్ బ్యాంక్", "గులాబ్ దేవి స్మారక ఆసుపత్రి", "సర్వెంట్స్ ఆఫ్ ది పీపుల్స్ సొసైటీ" లాంటి సంస్థలను ప్రారంభించి స్థానికపు మెప్పుపొందారు.

లాలా లజపతి రాయ్ జయంతి–2026:

28 జనవరి 2026న నిర్వహించుకుంటున్న లాలా లజపతి రాయ్ జయంతి ఉత్సవాల్లో యువతరానికి ఆయన జీవిత విశేషాలను వివరించడం లేదా పోటీలు నిర్వహించడం, నివాళులు అర్పించడం, సదస్సుల నిర్వహణ, పబ్లిక్ ర్యాలీలు లాంటి కార్యక్రమాలు అనేకం చేయవచ్చు. స్వతంత్ర భారత చరిత్రలో ఒక ముఖ్య అధ్యాయంగా లాలా లజపతి రాయ్ నిలుస్తున్నారు.

వారి ఆదర్శ, నిస్వార్థ, త్యాగమయ జీవితం నేటి భారతీయులకు,

ముఖ్యంగా యువభారతానికి దారి దీపం కావాలని ఆశిద్దాం, ఆయన జీవితం నుంచి స్ఫూర్తిని పొందుదాం.

డాక్టర్ బుర్ర మధు–
సూదన్ రెడ్డి
9949700037

సూర్య
www.suryaa.com
ఆదివారం అనుబంధం
8.2.2026

పాఠకుల లేఖలు

ముఖచిత్ర కథనం

ఈ ఆదివారం అనుబంధంలో హిందు పండుగలలో ఒకటైన మాఘ పౌర్ణమి గురించి విపులంగా ప్రచురించిన వ్యాసం బాగుంది. పలు విషయాలను మాకు అందించిన వ్యాస రచయిత కు ధన్యవాదాలు. ఇంత మంచి వ్యాసం ప్రచురించిన సంపాదకీయ వర్గానికి, పత్రిక యాజమాన్యానికి కృతజ్ఞతలు. సందర్భానుసారంగా మీ కథనాలు బాగున్నాయి. ఇదే పంథా కొనసాగించండి.

– ఎలకల రవికుమార్, విశాఖపట్నం
రావు పల్లి రమేష్, విజయనగరం
చిత్తరంజన్ దాస్ వెలగపూడి, విశాఖపట్నం

సినిమా రివ్యూలు

వారం వారం విడుదలవుతున్న సినిమాలపై మీ విశ్లేషణ బాగుంది. ధన్యవాదాలు. ఓటీటీ 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

భగవద్గీత

మనిషి అజ్ఞానుడై చరిస్తున్నపుడు:
జ్ఞానజ్యోతి
మనిషి నిశ్చేష్టుడై నిలబడ్డపుడు:
కర్తవ్యబోధ
మనిషి మనిషితనం కోల్పోయినపుడు:
తత్త్వజ్యోతి
మనిషికి గర్వం తలకెక్కినపుడు:
హితబోధ
మనిషికి లోభలాలస తాకినపుడు:
నైతికబోధ
మనిషి మనసు విచలితమైనపుడు:
ధ్యానదీపం
మనిషి అన్యాయం వైపు
మొగ్గుతున్నపుడు: ధర్మబోధ
మనిషి నిరాశలో కూరుకుపోయినపుడు:
ఆశాదీపం
మనిషిని మరణం భయపెడుతున్నపుడు:
ఆత్మబోధ
మనిషికి సంసారం కష్టాల కడలి
అయినప్పుడు: సత్యజ్యోతి
మనిషి అందరినీ కోల్పోయి
ఒంటరైనపుడు:
రహస్యబోధ
మనిషికి తనెవరో తనకు
తెలియాలన్నపుడు:
గీతాజ్యోతి

– అశోక్ గుంటుక
9908144099)

మా ఊరి మట్టి

అప్పుడెప్పుడో
బాల్యంలో పట్టుకున్న పరిమళం
గుండె పుటాల్ని వదలనంటోంది
గత స్మృతులు గుర్తొచ్చినప్పుడల్లా
మా ఊరి మట్టి మనసు విప్పి
నాతో మాటాడుతూనే వుంటోంది...!!
ఎన్ని ఆనందాలు
మరెన్ని అనుభూతులు
ఇంకెన్ని తడియారని జ్ఞాపకాలనో
తనలో కలిపేసుకుని చూస్తోంది...!!
ఆటపాటల్లో తన స్పర్శ
చెప్పుల్లేని చిన్నప్పటి పాదాల్ని
మట్టి దోసిళ్ళతో పట్టుకున్న రోజులు
మట్టిలోనే ఆడుతూ...మట్టిలోనే దొర్లుతూ
మట్టితోనే బావుండేది బాల్యం
స్వచ్ఛంగా...!!
పొట్టకూటికోసం
పట్నం దారి పట్టినప్పటికీ
అడుగు పెట్టినప్పుడల్లా
అడుగుతూనే వున్నాయి మట్టి జాడలు
ఎలా వున్నావంటూ....!!
ఏం మాట్లాడాలో తెలియక
మౌనంగా మట్టిని చూస్తూనే వుంటా
ఆనందాలెన్నో ఇచ్చిన మా వూరి మట్టి
మా అమ్మను కూడా ఇస్తే బావుండేది
నా చిన్నప్పుడే అర్థాంతరంగా
లాగేసుకోకుండా...!!

యు.ఎల్.ఎన్.సింహ
7702280542

మహాభారతం - పాత్రలు

కె.హేమచందర్ - 94400 21108

(గత వారం తరువాయి)

భీమసేనుడు : విదర్భ రాజు (కుండినపురం రాజధాని). దశార్ణ దేశ రాజు కుమార్తెను వివాహమాడాడు. దముడు, దంతుడు, దమనుడూ (కుమారులు), దమయంతి (కుమార్తె).

హంస రాయబారం : నలుడు, దమయంతులకు ప్రేమసందేశం అందించిన హంస.

నలుడు : నిషధ దేశ రాజు. వీరసేనుడి కుమారుడు. నల దమయంతుల కుమారుడు ఇంద్రసేనుడు, కుమార్తె ఇంద్రసేన

దమయంతి : నలుడి భార్య. (తర్వాత కాలంలో చేది నగరంలో సైరంధ్రిగా పనిచేసారు).

పుష్కరుడు : నలుడి పినతండ్రి కుమారుడు. మాయాజూదంలో నలుడి రాజ్యం దక్కించుకున్నవాడు.

వార్ష్ణేయుడు : నలుడి రథసారథి (జూదంలో ఓడిన అనంతరం నలదమయంతుల పిల్లల్ని విదర్భకు తీసుకువెళ్లినవాడు).

రుతుపర్ణుడు : అయోధ్యరాజు. భంగాసుర మహారాజు కుమారుడు. (నలుడి దగ్గరనుంచివచ్చిన వార్ష్ణేయుడు ఇతనివద్ద సారథిగా పనిచేశాడు. బాహుకుడికి సహాయకులుగా ఉన్న ఇద్దరిలో ఇతనొకడు).

బాహుకుడు : కర్కోటకుడి కాటుతో మరుగుజ్జుగా మారిన నలుడు. రుతుపర్ణుడి కొలువులో వంటవాడిగా, అశ్వరక్షకుడిగా పనిచేశాడు.

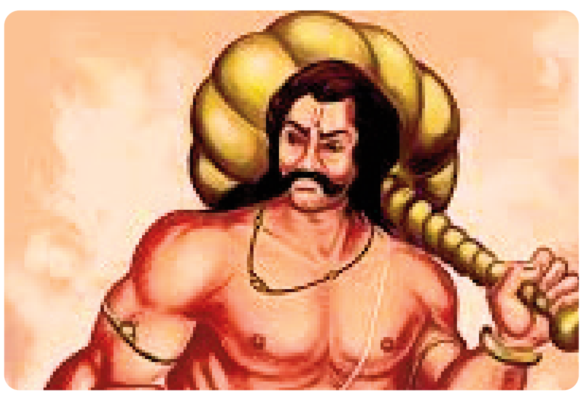
సుదేవుడు : విదర్భ నగర బ్రాహ్మణుడు. చేదినగరంలో మారురూపంలో ఉన్న దమయంతిని గుర్తుపట్టినవాడు.

సునంద : చేదినగర రాకుమార్తె. దమయంతి సైరంధ్రిగా పనిచేసింది ఇక్కడే.

పర్ణాదుడు : చేదినగర బ్రాహ్మణుడు. రుతుపర్ణుడి రాజ్యంలో బాహుకుడి సమాచారం దమయంతికి తెలిపినవాడు. దమయంతి రెండో స్వయంవరం గురించి రుతుపర్ణుడికి చెప్పినవాడు.

కేశిని : విదర్భలో దమయంతి పరిచారిక. బాహుకుడిని సమీపంగా చూసి, మాట్లాడి దమయంతికి వివరాలు చెప్పిన మహిళ. నలుడి సంతానాన్ని బాహుకుడి వద్దకు తీసుకువెళ్లి భావోద్వేగానికి గురి చేసింది.

మంకణుడు : బ్రహ్మర్షి. దర్భ తగిలి చేయి తెగి ఆకు పచ్చ రక్తం కారింది. దీంతో



అహంకారం తలకెక్కింది. శివుడు ఆ గర్వం పోగొట్టాడు. మంకణుడి ఆశ్రమం ఉన్న చోట సప్తసారస్వత తీర్థం (అరణ్యపర్వంలో ధర్మరాజు తదితరులకు నారదుడు చెప్పాడు).

ఇల్వలుడు, వాతాపి : వీరిద్దరూ సోదరులు. ఇల్వలుడు పెద్దవాడు. వాతాపి చిన్నవాడు మణిమతీపురం వీళ్ల రాజధాని. మేక రూపం ధరించిన వాతాపి మాంసాన్ని అతిథులుగా వచ్చిన బ్రాహ్మణులకు భోజనంగా పెట్టేవాడు ఇల్వలుడు. తర్వాత వాతాపి వారి పొట్ట చీల్చుకుని వచ్చేవాడు. ఆ వాతాపిని కడుపులోనే జీర్ణం చేశాడు అగస్త్య మహర్షి. అనంతరం అగస్త్యుడు కోరిన ధనాన్ని ఇచ్చాడు.

అగస్త్యుడు : మహర్షి. విదర్భ రాజు కుమార్తె లోపాముద్రను వివాహమాడాడు. వారి కుమారుడు దృఢస్యుడు. మనవడు తేజస్వి. (భార్య కోరిక మేరకు ధనార్జనకు రాజుల వద్దకు వెళ్లాడు. శ్రుతపర్వుడు అనే రాజువద్ద ధనం లేకపోవడంతో, అతనితో కలిసి బ్రధ్నశ్వుడనే రాజును కలిశాడు. అక్కడా ధనం లేకపోవడంతో పురకుత్సుడి కుమారుడు త్రసదస్యుడనే రాజును కలిశాడు. ముగ్గురు రాజుల వద్ద ధనం లేకపోవడంతో, త్రసదశ్యుడి సలహా మేరకు మణిమతీపురంలోని ఇల్వలుడి వద్దకు వెళ్లాడు.)

దధీచి : దేవతల ఆయుధాల కోసం వెన్నెముకను ఇచ్చిన మహర్షి. ఆ వెన్నెముకతో తయారైనదే వజ్రాయుధం. దాంతోనే వృతాసురుడిని ఇంద్రుడు సంహరించాడు.

సగరుడు : ఇక్ష్వాకు వంశ రాజు. భార్యల పేర్లు : వైదర్భీ, శైబ్యా. సగరుడు, వైదర్భీకి 60 వేల మంది కుమారులు. సగరుడు, శైబ్యాకు ఒకే కుమారుడు.

అసమంజుడు : సగరుడు, శైబ్యాల కుమారుడు.

అంశుమంతుడు : అసమంజుడి కుమారుడు.

దిలీపుడు : అంశుమంతుడి కుమారుడు

భగీరథుడు : దిలీపుడి కుమారుడు. (గంగను భువికి తీసుకువచ్చాడు)

రుశ్యశృంగుడు: విభాండకరుడి కుమారుడు (కశ్యపముని మనవడు). భార్య అంగదేశం రాజు కుమార్తె శాంత

రోమపాదుడు : అంగదేశం రాజు, కుమార్తె శాంత.

గాదిరాజు : కన్యాకుబ్జం రాజు. కుమార్తె సత్యవతి

రుచీకుడు : భృగుపుత్రుడు. భార్య సత్యవతి (గాదిరాజు కుమార్తె).

జమదగ్ని: రుచీకుడు, సత్యవతిల కుమారుడు. రేణుక (రాజు ప్రసేనజిత్తు కుమార్తె)

జమదగ్ని, రేణుక : వారి సంతానం రుమణ్వతుడూ, సుషేణుడు, వసువు, విశ్వావసుడు, పరశురాముడు

పరశురాముడు : జమదగ్ని, రేణుక కుమారుడు. గోవును అపహరించిన కార్తవీర్యార్జునుడిని, తండ్రిని చంపిన కార్తవీర్యుడి కొడుకులతోపాటు రాజులందరినీ చంపాడు. తాను సాధించిన భూమండలాన్ని కశ్యపుడికి దానం చేశాడు.

కార్తవీర్యుడు : వేయి చేతులు కలవాడు. జమదగ్ని ఆశ్రమంలోని హోమధేనువును బలప్రయోగంతో తీసుకువెళ్లాడు.

చ్యవనుడు : భృగువు కుమారుడు. భార్య సుకన్య (సంయాతి మహారాజు కుమార్తె) (యజ్ఞం చేసి అశ్వనీదేవతలకు సోమపాన అర్హత కలిగించారు)

మాంధాత : ఇక్ష్వాకు వంశానికి చెందిన యువనాశ్వుడి కుమారుడు.

శిబి : ఉశీనరుడి కుమారుడు. పావురాన్ని రక్షించేందుకు డేగకు తన శరీరంనుంచి మాంసం కోసి ఇచ్చిన దాత.

శ్వేతకేతు : ఉద్దాలక ముని కుమారుడు.

అష్టావక్రుడు : ఏకపాదుడు (కహోళముని) కుమారుడు. భార్య సుజా (శ్వేతకేతువు అక్కయ్య). జనకుడి ఆస్థాన పండితుడు పందిని గెలిచాడు.

భరద్వాజుడు : భరద్వాజుడి కుమారుడు యువక్రీతుడు.

రైభ్యుడు : రైభ్యుడి కుమారులు అర్వావసువు, పరావసువు. కుమారుడు పరావసువు చేతిలో ప్రాణాలు కోల్పోయాడు.

అర్వావసువు : రైభ్యుడి కుమారుడు, తన ధర్మబుద్ధితో రైభ్యుడు, భరద్వాజుడు, యవక్రీతుడు బతికించుకున్నాడు.

(మిగతా తరువాయి సంచికలో)

సూర్య
www.suryaa.com
ఆదివారం అనుబంధం
8.2.2026

బుడత

బాలల కథ

లంక మేత

ఒక ఏటి ఒడ్డుకు పశువుల మంద ప్రతిరోజూ మేతకు వెళ్ళేది. అక్కడ పచ్చిక దండిగా ఉండడంతో, అవి ప్రతిరోజూ హాయిగా మేత మేసి, ఏటి చల్లని నీరు తాగి, చెట్ల నీడలో నిశ్చింతగా విశ్రాంతి తీసుకునేవి. ఉన్నదానితో సంతృప్తి చెంది, సురక్షితమైన గట్టున ఉండడమే తెలివైన పని అని మందలోని ఎద్దులు మిగిలిన వాటికి నిత్యం చెప్పేవి. అదే మందలో ఒక దృఢమైన గిత్త కూడా ఉండేది. అది నిరంతరం ఏటి మధ్యలో దీవిలా ఉన్న లంకపై దృష్టి పెట్టేది. ఆ లంకలో పెరిగిన లేత, రుచికరమైన గడ్డి ఈ గట్టు పచ్చిక కంటే ఎంతో రుచిగా ఉంటుందని, దాన్ని ఎలాగైనా తినాలని ఉవ్విళ్లూరేది.

ఒక రోజు ఆ గిత్త మంద నాయకుడైన ఎద్దు వద్దకు వెళ్లి, లంకకు ఈదుకుంటూ వెళ్లే తన ఆలోచనను చెప్పింది. ఎద్దు ఎంతో అనుభవంతో హెచ్చరిస్తూ, గిత్తా! సురక్షితమైన దొరికిన ఆహారాన్ని వదిలి, ప్రాణాలకు తెగించి ఆశపడటం దురాశ. లంక మేత ఎంత రుచిగా ఉన్నా, దాని కోసం ప్రమాదకరమైన ఏటిని ఈదడం ఎంతమాత్రం మంచిది కాదు. ఏరు ఎప్పుడు ఉధృతమవుతుందో ఎవరికీ తెలియదు. ఈ సాహసం నీ ప్రాణాలకు ముప్పు, అని స్పష్టంగా చెప్పింది.

అయినప్పటికీ, ఆ గిత్త పెద్దల మాటను పెడచెవిన పెట్టి, ధైర్యంగా నీటిలోకి దూకింది. కష్టపడి ఈదుకుంటూ లంకకు చేరి, కోరుకున్నట్లుగా కడుపు నిండా మేసింది. తిరుగు ప్రయాణంలో అది అలసిపోయి, ప్రవాహానికి కొట్టుకుపోయి, అతికష్టం మీద, చాలా ఆలస్యంగా ఒడ్డుకు చేరగలిగింది. అపసోపాలు పడుతున్న దాన్ని చూసి ఎద్దు, ఒకరోజు ప్రాణాలకు తెగించి చూపిన ధైర్యం సాహసం అవుతుంది. ప్రమాదమని తెలిసినా పదేపదే అదే తప్పు చేయడం మూర్ఖత్వం అవుతుంది, అని మందలించింది.

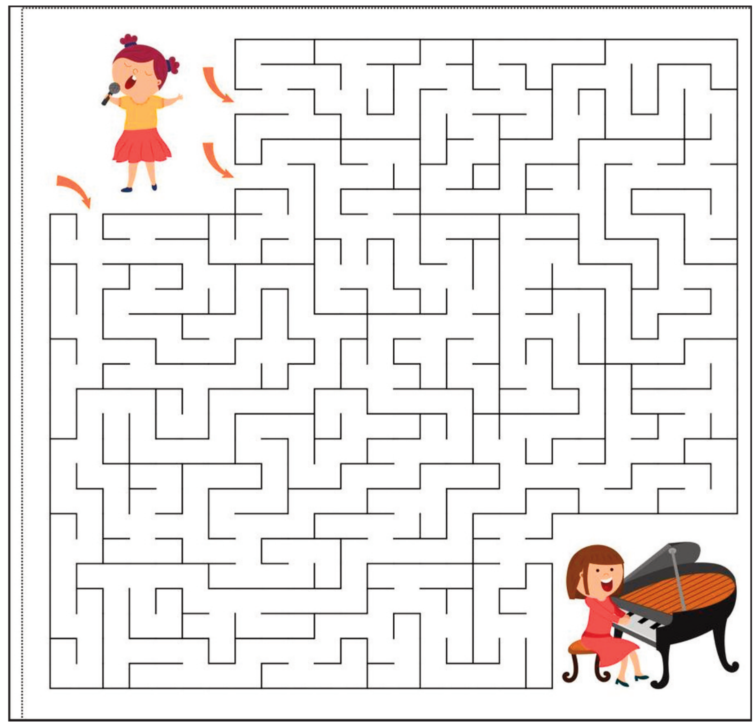
కానీ ఆ గిత్తకు లంక మేత రుచి ఒక వ్యసనంలా మారింది. మరుసటి రోజు కూడా అది మళ్లీ లంకకు వెళ్లడానికి ప్రయత్నించగా, ఎద్దు అడ్డుపడింది. నిన్ను హెచ్చరించడం నా ధర్మం. నాలుక కోరిందంతా తినాలనుకుంటే, అది కచ్చితంగా ప్రాణాల మీదకు తెస్తుంది. నీ మొండితనం మానుకో! అని గట్టిగా చెప్పింది. అయినా ఆ గిత్త వినకుండా, రహస్యంగా ప్రతిరోజూ లంకకు వెళ్లి మేసి రావడం అలవాటు చేసుకుంది. లంక మేత కోసం అది నిత్యం ప్రాణాలను పణంగా పెట్టేది.

ఒక రోజు సాయంత్రం, గిత్త ఎప్పటిలాగే లంకలో కడుపు నిండా మేసి తిరిగి వస్తుండగా, ఒక్కసారిగా ఆకాశం నల్లబడి కుండపోత వర్షం కురిసింది, ఏటిలో నీటి ప్రవాహం భయంకరంగా పెరిగింది. ప్రచండమైన వరద ఉధృతికి, భారీగా తిన్నందున వచ్చిన అలసట తోడైంది. గిత్త ఎంత శక్తి ఉపయోగించినా ప్రవాహాన్ని తట్టుకోలేకపోయింది. మంద అంతా ఒడ్డున భయంతో చూస్తుండగానే, ఆ గిత్త నీటిలో మునిగి, వేగంగా కొట్టుకుపోయింది.

ఆ గిత్త మరణాన్ని చూసిన ఎద్దు బాధగా తల దించుకుంది. చూశారా! దొరికిన దానితో తృప్తి పడకుండా, అత్యాశతో ప్రాణానికి తెగించి పోతే, దాని ఫలితం ఇలాగే ఉంటుంది. ఆ మేతను తిన్నందుకు పొందిన కొద్దిపాటి ఆనందం, విలువైన ప్రాణాన్ని కోల్పోయి తెచ్చుకున్న నష్టం ఈ రెండూ సమానం అయ్యాయి, అని మందకు వివరించింది.

ఆనాటి నుండి, కష్టంతో, ప్రాణాపాయంతో దక్కించుకున్న స్వల్ప లాభం గురించి మాట్లాడేటప్పుడు, లాభం కంటే నష్టమే ఎక్కువైనప్పుడు, ఈ కథను గుర్తు చేసుకుంటూ... ఏటి ఈతకు, లంక మేతకు సరి అన్నట్లు అనే సామెతను లోకంలో వాడటం ఆనవాయితీ అయింది.

డా.పోతగాని సత్యనారాయణ
9182531202



5	3			7				
6			1	9	5			
	9	8					6	
8				6				3
4			8		3			1
7				2				6
	6					2	8	
			4	1	9			5
				8			7	9

సూర్య
www.suryaa.com
8.2.2026

మనసు అలసిపోయినప్పుడు వినాల్సిన మాట

"ఏమి చేయాలనిపించడం లేదు
అందరూ ఉన్నా ఒంటరిగా ఉన్నట్టు ఉంది"

ఇలాంటి మాటలు ఈ రోజుల్లో చాలా మంది విద్యార్థుల మనసుల్లో తిరుగుతున్నాయి. కానీ అవి బయటకు రావడం లేదు. ఎందుకంటే...అలా అనిపిస్తే తాము బలహీనులమని అనుకుంటారేమో అన్న భయం. వాస్తవం ఏమిటంటే, మనసు అలసిపోవడం తప్పు కాదు. అది కూడా శరీరం లాగే కొన్నిసార్లు విశ్రాంతి కోరుతుంది. శరీరానికి జ్వరం వస్తే డాక్టర్ దగ్గరకు వెళ్లినట్టే, మనసు కూడా "నాకు బ్రేక్ కావాలి" అని చెప్పడం సహజమే. దాన్నే కుంగుబాటు లేదా మానసిక అలసట అంటారు. ఇది బలహీనత కాదు. మాట్లాడని అలసట మాత్రమే. చాలామందికి కుంగుబాటు అంటే రోజంతా ఏడుస్తూ కూర్చోవడమే అనిపిస్తుంది. కానీ నిజం అలా కాదు. కొందరు నవ్వుతూనే ఉంటారు, పనులు చేస్తూనే ఉంటారు. బయటికి చూస్తే ఏ సమస్య లేనట్టు కనిపిస్తుంది. కానీ లోపల మాత్రం ఏదో ఖాళీ. ఏమీ బాధ లేనట్టే అనిపించినా, ఏదీ ఆనందం ఇవ్వదు. చదువుతున్న ఒక విద్యార్థి ఎప్పుడూ నవ్వుతూ, స్నేహితులతో కలిసిమెలిసి ఉండేవాడు. కానీ పరీక్షలు దగ్గరపడగానే నిద్రలేమి, ఆకలి తగ్గడం మొదలయ్యాయి. "చదువుతున్నా, గుర్తుండడం లేదు" అన్న ఆందోళన అతన్ని కుంగదీసింది. ఎవరితోనూ చెప్పుకోకుండా, లోపలే భారం మోస్తూ ఉండిపోయాడు. చివరకు ఒక టీచర్ గమనించి మాట్లాడించడంతో, అతనికి కౌన్సెలింగ్ అవసరమని తెలిసింది. ఆ ఒక్క మాట, ఆ ఒక్క వినికిడి అతడిని మళ్లీ సాధారణ స్థితికి తీసుకొచ్చింది.

పరీక్షల ఒత్తిడి, తరచూ జరిగే పోలికలు "అతడికి అంత వచ్చింది నీకెందుకు రాలేదు?"సోషల్ మీడియా ఫోటోలు,

నిద్రలేమి, భవిష్యత్తుపై భయం : ఇవన్నీ కలిసి మనసును మెల్లగా అలసిపోనిస్తాయి. ఇక్కడ ఒక ముఖ్యమైన విషయం గుర్తించాలి. కుంగుబాటు వచ్చినవాడు ప్రాణాలు తీసుకోవాలనుకోడు. అతడు కోరుకునేది ఒక్కటే ఈ బాధ నుంచి బయటపడాలని. కానీ ఆ బాధను చెప్పుకునే చోటు, వినేవాళ్లు లేకపోతే అది ప్రమాదకరమైన దిశలోకి వెళ్లే అవకాశం ఉంటుంది. అందుకే విద్యార్థులు ఒకటి తెలుసుకోవాలి. "నేను పనికిరానివాడినేమో" అనుకోవద్దు. "నాకు ఇలా అనిపించకూడదు" అని కూడా మనసును మందలించవద్దు.అది నీ తప్పు కాదు. ఒక్క పని చేయాలి. మనసులోని మాటను ఎవరికైనా చెప్పాలి. అమ్మకి చెప్పొచ్చు. నాన్నకి చెప్పొచ్చు./ నమ్మకమైన స్నేహితుడికి చెప్పొచ్చు. టీచర్‌కి చెప్పొచ్చు. లేదంటే మానసిక నిపుణుడికి చెప్పొచ్చు.చెప్పడం అంటే ఓడిపోవడం కాదు. చెప్పడం అంటే బతకాలని ప్రయత్నించడం.

మన ఫోన్‌లో బ్యాటరీ తక్కువైతే పవర్ సేవింగ్ మోడ్ ఆన్ చేస్తాం. అలా చేస్తే ఫోన్ పనికిరాదని కాదు. కొంచెం జాగ్రత్తగా వాడితే మళ్లీ ఛార్జ్ అవుతుంది. మనసు అలసిపోయినప్పుడు కూడా అంతే. నిద్ర, ఆటలు, ఎవ రికైనా మనసు విప్పి చెప్పడం,నవ్వడం ఇవి మనసుకు మందులే. ఈ ఫీలింగ్ శాశ్వతం కాదు. ఇది కూడా ఒక దశ మాత్రమే.

పరీక్షలు జీవితానికి కొలమానం కావు.మనసు మార్కుల షీట్ కాదు. అలసిపోతే ఆగడం తప్పు కాదు. భారమైతే చెప్పడం బలహీనత కాదు. కానీ ప్రాణం మాత్రం వదలొద్దు.

. డా హిప్నో పద్మ కమలాకర్
సైకాలజిస్ట్ - హిప్నో థెరపిస్ట్
హైదరాబాద్ -
9390044031

ఏఐ వైపు 71% మంది రిక్రూటర్లు రహస్య ప్రతిభ : లింక్డ్ఇన్

భారతదేశపు నియామక మార్కెట్ వేగంగా కదులుతోంది, కానీ సరైన ప్రతిభను కనుగొనడం మాత్రం కష్టతరమవుతోంది. లింక్డ్ఇన్ నుండి వచ్చిన కొత్త పరిశోధన ప్రకారం, నియామక కార్యకలాపాలు మహమ్మారికి ముందు స్థాయిల కంటే 40% ఎక్కువగా ఉన్నప్పటికీ, 74% రిక్రూటర్లు ఇప్పుడు అర్హత కలిగిన అభ్యర్థులను కనుగొనడంలో ఇబ్బంది పడుతున్నారు. ఎందుకంటే రిక్రూటర్లు ఇప్పుడు వాల్యూమ్-క్వాలిటీ అసమతుల్యతను ఎదుర్కొంటున్నారు. నియామకం మరింత కష్టతరం అయిందని చెప్పే రిక్రూటర్ల వద్ద, ఏఐ -జనరేటెడ్ అప్లికేషన్లలో సగానికి పైగా (53%) పెరుగుదల ఉంది, అయితే చాలామంది డిమాండ్ ఉన్న నైపుణ్యాలలో (47%) నిరంతర కొరతను ఉదహరిస్తున్నారు. తక్కువ-నాణ్యత లేదా తప్పుదారి పట్టించే వాటి నుండి నిజమైన అప్లికేషన్లను వేరు చేయడం ఈ ప్రక్రియను కష్టతరం చేస్తుందని కూడా దాదాపు సగం మంది (48%) అంటున్నారు.

దీని ఫలితంగా కార్మిక మార్కెట్ మరింత రద్దీగా, పోటీగా మారుతుంది. లింక్డ్ఇన్ ప్లాట్‌ఫామ్ డేటా వెల్లడించే దాని ప్రకారం భారతదేశంలో ఓపెన్ రోల్‌కు దరఖాస్తుదారులు 2022 నుండి రెట్టింపు కంటే ఎక్కువగా అయ్యాయి. అదనంగా, 72% మంది నిపుణులు 2026లో ఉద్యోగ వేటలో చురుకుగా ఉన్నామని చెబుతుండగా, 85% మంది ఈ ప్రక్రియను నావిగేట్ చేయడానికి తాము సిద్ధంగా లేమని భావిస్తున్నారు.

రిక్రూటర్లు సరైన నైపుణ్యాలను గుర్తించడానికి, వేగంగా నియామకం చేసుకోవడానికి మరియు అభ్యర్థి ప్రయాణాన్ని మరింత సంతృప్తికరంగా మార్చడానికి ఏఐని ఉపయోగిస్తున్నారు

ఈ ఒత్తిళ్ల మధ్య, పరిష్కారంలో భాగంగా రిక్రూటర్లు ఏఐ ని చూస్తున్నారు. ఇప్పటికే దీనిని ఉపయోగిస్తున్న వారిలో, భారతదేశంలో 71% మంది , గతంలో నైపుణ్యాలను కలిగినప్పటికీ గుర్తించలేక పోయిన అభ్యర్థులను కనుగొనడంలో ఏఐ సహాయపడిందని చెబుతున్నారు, అయితే 80% మంది ఇది అభ్యర్థి నైపుణ్యాలపై పరిజ్ఞానంను పొందడం సులభతరం చేస్తుందని నివేదిస్తున్నారు. మూడు వంతుల కంటే ఎక్కువ మంది (76%) ఏఐ ఇప్పటికే నియామకాన్ని వేగవంతం చేస్తోందని నమ్ముతున్నారు.

మరింత ముందుకు చూస్తే, స్వీకరణ పెరగబోతోంది. దాదాపు 10 మందిలో 8 మంది భారతీయ రిక్రూటర్లు నియామక లక్ష్యాలకు మద్దతు ఇవ్వడానికి, దరఖాస్తుదారులను అంచనా వేయడానికి మరియు అగ్రశ్రేణి ప్రతిభను పొందడానికి ఏఐ వినియోగాన్ని విస్తరించాలని యోచిస్తున్నట్లు చెబుతున్నారు. 2026లో ప్రీ-స్క్రీనింగ్ ఇంటర్వ్యూల కోసం ఏఐ వినియోగాన్ని పెంచాలని కూడా మెజారిటీ యోచిస్తోంది, ఇది మరింత విలువైన రిక్రూటర్-అభ్యర్థి సంభాషణలకు (83%), వేగవంతమైన నియామక అనుభవం (83%) మరియు మెరుగైన రీతిలో అభ్యర్థుల పరిజ్ఞానం తెలుసుకునేందుకు (82%) దారితీస్తుందని నమ్ముతున్నారు.

లింక్డ్ఇన్ టాలెంట్ సొల్యూషన్స్ యొక్క ఏపిఏసి విపి రుచీ ఆనంద్ మాట్లాడుతూ : వంశపారంపర్య మరియు గత శీర్షికల నుండి ప్రదర్శిత నైపుణ్యాలు మరియు సామర్థ్యానికి నియామకంలో నిర్మాణాత్మక మార్పును మనం చూస్తున్నాము. ఏఐ లేకుండా ఈ మార్పును విస్తృత స్థాయిలో అమలు చేయడం కష్టం. బాధ్యతాయుతంగా ఉపయోగించినట్లయితే, రిక్రూటర్లు సరైన నైపుణ్యాలను ముందుగానే గుర్తించడం, స్క్రీనింగ్ అవరోధాలను తగ్గించడం , మరింత స్థిరమైన, న్యాయమైన మూల్యాంకన ప్రక్రియను సృష్టించడంలో ఏఐ సహాయపడుతుంది. లింక్డ్ఇన్ వద్ద మా ప్రాధాన్యత ఏమిటంటే, నియామకంలో నిర్ణయం కోసం మద్దతు పొరగా పనిచేసే హైరింగ్ అసిస్టెంట్ వంటి ఏఐ సాధనాలను నిర్మించడం, తద్వారా రిక్రూటర్లు నాణ్యత లేదా అభ్యర్థి అనుభవంపై రాజీ పడకుండా మరింత త్వరగా , నమ్మకంగా సరైన ప్రతిభను కనుగొనగలరుఅని అన్నారు.

మనస్సు - ఆయుర్వేద భావనలు

మనస్సు అనేది ఆయుర్వేదం మరియు ప్రాచీన భారతీయ వాఙ్మయంలో అత్యంత ప్రాధాన్యత గల భావన. శరీర ఆరోగ్యానికి మానసిక సమతుల్యత అనివార్యమని ఆయుర్వేదం స్పష్టంగా ప్రతిపాదిస్తుంది.

ఆయుర్వేదం మనిషిని కేవలం శరీరంగా కాకుండా శరీరంఇంద్రియాలుమనస్సుఆత్మ (ఆరోగ్యవంతుని గురించి వివరిస్తూ ప్రసన్నాత్మేంద్రియ మనః అని చెప్పారు) సమగ్ర సమ్మేళనంగా చూస్తుంది. శారీరక రోగాల వెనుక మానసిక అసమతుల్యత ప్రధాన కారణంగా పనిచేస్తుందని ఆయుర్వేద గ్రంథాలు పేర్కొంటాయి. అందువల్ల మనస్సు అధ్యయనం ఆయుర్వేద చికిత్సలో కీలకమైన అంశంగా నిలుస్తుంది.

మనస్సు ఆయుర్వేద దృష్టికోణం

చరక సంహితలో ఇలా పేర్కొనబడింది:

"శరీరేంద్రియసత్వాత్మసంయోగః పురుషః"

అంటే శరీరం, ఇంద్రియాలు, మనస్సు మరియు ఆత్మల సమ్మేళనమే జీవుడు.

మనస్సు లక్షణాలు :

అణుత్వం (అతి సూక్ష్మత్వం)

ఏకత్వం (ఒక సమయానికి ఒకే ఇంద్రియంతో సంబంధం)

చంచలత్వం ఇంద్రియ నియంత్రణ సామర్థ్యం

మనస్సు ఇంద్రియ అనుభూతులను గ్రహించి, ఆలోచనలుగా మారుస్తుంది.

చింత్యమ్, విచార్యం , ఊహ్యం , అనగా ఆలోచించడం , ప్రశ్నించడం , ఊహించడం అనేవి మనస్సు యొక్క ప్రధాన విధులు.

అంతఃకరణ భావన

ప్రాచీన భారతీయ తత్త్వశాస్త్రం ప్రకారం అంతఃకరణం నాలుగు భాగాలుగా ఉంటుంది: మనస్సు, బుద్ధి,అహంకారం,చిత్తం.

ఈ విభజన ఆధునిక మనోవిజ్ఞానంలో చెప్పే కాన్షియస్, ఇంటెలెక్ట్, ఈగో, సబ్ కాన్సియస్ భావనలకు సమీపంగా ఉంటుంది.

మనో గుణాలు :

మనస్సు మూడు గుణాల ఆధీనంలో పనిచేస్తుంది:

సత్త్వ గుణం :

శుద్ధత, ప్రశాంతత, వివేకం, కరుణ, ఆత్మవిశ్వాసం సత్త్వ గుణ లక్షణాలు.

సత్త్వం అధికంగా ఉన్న మనస్సు మానసిక ఆరోగ్యానికి ఆధారం.

రజో గుణం :

ఆవేశం, ఆతురత, అధిక ఆలోచనలు, చంచలత్వం రజో గుణ లక్షణాలు.

రజో గుణం అధికమైతే ఆందోళన వంటి సమస్యలు కనిపిస్తాయి.

తమో గుణం :

జడత్వం, అలసట, నిరుత్సాహం, మానసిక భారము తమో గుణ లక్షణాలు.

తమో గుణం అధికమైతే డిప్రెషన్, మానసిక మాంద్యం ఏర్పడుతుంది.

మానసిక రోగాల ఆయుర్వేద వివరణ

ఆయుర్వేదం ప్రకారం: రజస్సు మరియు తమస్సు మానసిక దోషాలు

సత్త్వం రక్షణాత్మక గుణం రజోతమో గుణాల వృద్ధి మరియు సత్త్వ క్షయం వల్ల మానసిక రుగ్మతలు ఉద్భవిస్తాయి.

సత్వవజయ చికిత్స : సత్వవజయ చికిత్స అంటే:

సత్త్వాన్ని పెంపొందించి రజోతమో గుణాలను నియంత్రించడం.

ముఖ్య పద్ధతులు:ధ్యానం,యోగా,సదాచారం,ఆహార నియమాలు

సానుకూల ఆలోచన విధానం.

ఇది ఆధునిక సైకోథెరపీ మరియు మైండ్ ఫుల్నెస్ చికిత్సలకు సమానంగా ఉంటుంది.

భగవద్గీత మరియు ఉపనిషత్తుల దృష్టికోణం

భగవద్గీతలో:

"మన ఏవ మనుష్యాణాం కారణం బంధమోక్షయోః" మనస్సే బంధానికి కూడా, మోక్షానికి కూడా కారణమని స్పష్టంగా పేర్కొనబడింది.

ఆధునిక సైకాలజీ మనస్సును కాగ్నిటివ్ , ఎమోషనల్ వ్యవస్థగా చూస్తే, ఆయుర్వేదం మనస్సును గుణాత్మక సమతుల్యతపై ఆధారపడిన శక్తిగా చూస్తుంది. ఈ రెండు దృష్టికోణాలు పరస్పరం విరుద్ధం కాకుండా పరిపూరకంగా ఉన్నాయి.

ఆయుర్వేదం మరియు ప్రాచీన భారతీయ వాఙ్మయం మనస్సును మానవ ఆరోగ్యానికి మూలస్తంభంగా భావించాయి. మనో గుణాల సమతుల్యత ద్వారా మాత్రమే సంపూర్ణ ఆరోగ్యం సాధ్యమని ఆయుర్వేద తత్వం స్పష్టం చేస్తుంది. ఈ సిద్ధాంతం నేటి మానసిక ఆరోగ్య సమస్యలకు కూడా సమగ్ర పరిష్కార దిశను చూపిస్తుంది.

డా. జి. మహేంద్ర కుమార్ రెడ్డి
మహేంద్రాస్ మైండ్ అండ్ బాడీ క్లినిక్
ఆయుర్వేదిక్ ఫిజిషియన్
9848482646

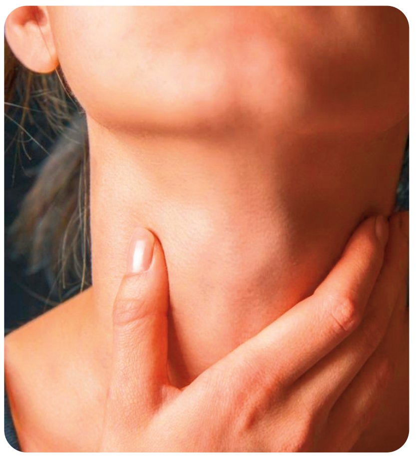
సూర్య
www.suryaa.com
8.2.2026
ఆదివారం అనుబంధం

థైరాయిడ్ క్యాన్సర్ వెనుక ఉన్న జన్యు కారణాలు

మీ మెడ ముందు భాగం లో ఉన్న ఈ చిన్న సీతాకోక చిలుక ఆకారపు గ్రంథి మీరు అను కున్నదానికంటే ఎక్కువే చేస్తుంది. ఇది మీ జీవక్రియను నియంత్రించడంలో సహాయప డుతుం ది. మీ బరువు, శక్తి స్థాయిలు మరియు మీ హృదయ స్పందన రేటును కూడా ప్రభావితం చేస్తుంది. అయిన ప్పటికీ, మెటబాలిక్ సింద్రోమ్ వంటి పరిస్థితులలో దాని పాత్ర తరచుగా గుర్తించబడదు. మీ థైరాయిడ్‌ను జాగ్రత్తగా చూసుకోవడం అనేది మెరుగైన మొత్తం ఆరోగ్యం వైపు మొదటి అడుగు కావచ్చు. మెటబాలిక్ సింద్రోమ్ ఉన్న 4 మందిలో ఒకరు హైపోథైరాయిడిజంతో బాధపడ వచ్చు. ప్రపంచ థైరాయిడ్ అవగాహన మాసంలో, ఈ సంబంధాన్ని లోతుగా పరిశీలించి అర్థం చేసుకుందాం. మీ జీవక్రియ విధులను సజావుగా నిర్వహించడానికి థైరాయిడ్‌ను ఎలా బాగా నిర్వహించవచ్చో చూద్దాం.

మెటబాలిక్ సింద్రోమ్ అంటే ఏమిటి?: ప్రపంచవ్యాప్తంగా నలుగురిలో ఒకరు మెటబాలిక్ సింద్రోమ్ బారిన పడుతున్నారు. మెటబాలిక్ సింద్రోమ్ అనేది తరచుగా వివిధ ఆరోగ్య సమస్యల సమూహం – అధిక రక్తపోటు (హై బ్లడ్ ప్రెషర్), హై బ్లడ్ షుగర్, హై బెల్లీ ఫ్యా ట్ వంటివి. అవన్నీ కలిస్తే, గుండె జబ్బులు, స్ట్రోక్, టైప్ 2 డయాబెటిస్ వంటి తీవ్రమైన పరిస్థితులకు మీ ఆరోగ్య రిస్క్‌ను పెంచుతాయి. ఒక వ్యక్తికి హై బ్లడ్ షుగర్, తక్కువ మంచి హెచ్ డిఎల్ కొలెస్ట్రాల్, అధిక ట్రైగ్లిజరైడ్లు, పెద్ద నడుము పరిమాణం, హై బీపీ వంటి మూడు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ ప్రమాద కారకాలు ఉన్నప్పుడు మెటబాలిక్ సింద్రోమ్ నిర్ధారణ అవుతుంది. ఈ కారకాలు చివరికి గుండె జబ్బులు, డయాబెటిస్, స్ట్రోక్, ఇతర ఆరోగ్య సమస్యల ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి.

హైపోథైరాయిడిజం, మెటబాలిక్ సింద్రోమ్ తరచుగా ఒకదానికొకటి ముడిపడి ఉంటాయి. ఇవి బ్లడ్ షుగర్, కొలెస్ట్రా ల్, బరువు, రక్తపోటును మీ శరీరం నిర్వహించే తీరును ప్రభావితం చేస్తాయి. థైరాయిడ్ సమస్యలు సర్వ సాధారణంగా ఉన్న భారతదేశంలో ఈ సంబంధం మరింత ముఖ్యమైనది – 10 మందిలో ఒకరు హైపోథైరాయిడిజంతో జీవిస్తున్నారు. నేటి వేగవంతమైన జీవ నశైలి – పోషకాహార లోపం, వ్యాయామం లేకపోవడం, దీర్ఘకాలిక ఒత్తిడి, క్రమరహిత నిద్ర, పర్యావరణ కారకాలు హైపోథైరాయిడిజం, మెటబాలిక్ సింద్రోమ్ రెండింటినీ ప్రేరేపించే హాని కరమైన కలయికను సృష్టిస్తాయి.



హైపోథైరాయిడిజమ్‌ను నిశితంగా పరిశీలించడం :హైదరాబాద్‌లోని పార్క్ ఎండోక్రినాలజీ కన్సల్టెంట్ ఎండోక్రినాలజిస్ట్ డాక్టర్ పి వీచిక అన్నపురెడ్డి ప్రకారం, "హైపోథైరాయిడిజం లేదా థైరాయిడ్ తక్కువగా ఉండటం అనేది మీ శరీరం సజావుగా పని చేయడానికి తగినంత హార్మోన్లు ఉత్పత్తి కానప్పుడు సంభవిస్తుంది. ఈ మందగమనం జీవక్రియను ప్రభావితం చేస్తుంది – బరువు, బ్లడ్ షుగర్, కొలెస్ట్రాల్, గుండె ఆరోగ్యంపై ప్రభావం చూపుతుంది. థైరాయిడ్ తక్కువ పనితీరు ఎల్ డిఎల్ కొలెస్ట్రాల్‌ను పెంచుతుంది, ఇన్సులిన్ నిరోధక తను ప్రేరేపిస్తుంది, డయాబెటిస్ ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది." "హైపోథైరా యిడిజం తరచుగా దాని ప్రారంభ దశలో గుర్తించబడదు. దాని లక్షణాలు జీవక్రియ సింద్రోమ్‌తో అతివ్యాప్తి చెందుతాయి కాబట్టి, మెట బాలిక్ సింద్రోమ్ లేదా సంబంధిత ప్రమాద కారకాలు ఉన్న ఎవరికైనా క్రమం తప్పకుండా థైరాయిడ్ స్క్రీనింగ్ చేయడం మంచిది. మీరు ఈ వర్గంలోకి వస్తే, మీ వైద్యుడితో క్రమం తప్పకుండా తనిఖీలు చేయడం తప్పనిసరి" అని అన్నారు.

మీ థైరాయిడ్‌ను అదుపులో ఉంచుకోవడానికి కొన్ని మార్గాలు

మీ ఆహారం: మెరుగైన ఆరోగ్యం వైపు మొదటి అడుగు.: థైరాయిడ్ ఆరోగ్యానికి సరైన పోషకాల సమతుల్యత కీలకం. చాలా తక్కువ లేదా ఎక్కువ పోషకాలు దాని పని తీరును దెబ్బతీస్తాయి. సమతుల్య ఆహారంపై దృష్టి పెట్టండి. అల్ట్రా-ప్రాసెస్డ్ ఆహారాలు, సంతృప్త కొవ్వులు, సోయా అధికంగా ఉండే ఉత్పత్తులు, జోడించిన చక్కెరలను తగ్గించడం ద్వారా ప్రారంభించండి.

తప్పనిసరిగా కోర్సు తీసుకోండి : మీ వైద్యుడు సూచించిన విధంగా మీ థైరాయిడ్ మందుల షెడ్యూల్‌కు కట్టుబడి ఉండటం వలన మీ చికిత్స ట్రాక్‌లో ఉంటుంది. మీ హార్మోన్లు సమతుల్యంగా ఉంటాయి. మీ వైద్యుడిని సంప్రదించకుండానే మీ మందుల మోతాదును ఆపడం లేదా మార్చడం మానుకోండి.

బాగా చెమట పట్టేలా వ్యాయామం : జీవక్రియను చురుగ్గా ఉంచడానికి మీ దినచర్యలో చురుకైన నడక, సైక్లింగ్ లేదా ఈత కొట్టడం వంటి తేలికపాటి వ్యాయామాలను జోడించండి. క్రమం తప్పకుండా శారీరక శ్రమ జీవక్రియ ఆరోగ్యానికి తోడ్పడుతుంది. బరువు పెరగడంతో సహా హైపోథైరాయిడిజం లక్షణాలను నిర్వహించడంలో సహాయపడుతుంది.

ప్రశాంతంగా ఉండండి, ఆరోగ్యంగా ఉండండి : ఒత్తిడి మీ మానసిక స్థితి కం టే ఎక్కువగా ప్రభావితం చేస్తుంది – ఇది మీ థైరాయిడ్‌ను కూడా ప్రభా వితం చేస్తుంది. ఒత్తిడి కార్టిసాల్ స్థాయిలను పెంచినప్పుడు, అది సాధారణ థైరాయిడ్ పనితీరుకు ఆటంకం కలిగిస్తుం ది. విశ్రాంతి, స్వీయ సంరక్షణ ద్వారా ఒత్తిడిని నిర్వహించడం హార్మోన్ల సమతుల్యతను పునరుద్ధరించడంలో సహాయపడుతుంది, మెరుగైన థైరాయిడ్ ఆరోగ్యానికి మద్దతు ఇస్తుంది.

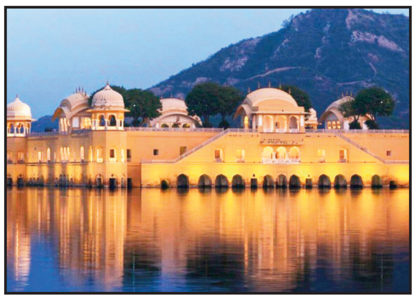
మెటబాలిక్ సింద్రోమ్, హైపోథైరాయిడిజం తరచుగా కలిసి సంభవిస్తాయి. ప్రతి ఒక్కటి మరొక దాని ప్రభావాన్ని తీవ్రతరం చేస్తాయి. ఎక్కువ అవగాహన, సాధారణ స్క్రీనింగ్, సమగ్ర సంరక్షణ అనేవి థైరాయిడ్‌ను బాగా నిర్వహించడానికి మిమ్మల్ని సిద్ధం చేయడంలో సహాయపడతాయి.

డాక్టర్ పి వీచిక అన్నపురెడ్డి
ఎండోక్రినాలజిస్ట్
పార్క్ ఎండోక్రినాలజీ కన్సల్టెంట్ –
హైదరాబాద్

ప్రేమికుల కోసం రొమాంటిక్ ట్రిప్

వాలెంటైన్స్ డే 2026 దగ్గరలోనే ఉంది. ఈ సమయంలో ప్రేమికులు, కపుల్స్ గిఫ్ట్స్, డిన్నర్స్, ట్రిప్స్ వంటివి ప్లాన్ చేసుకుంటారు. అయితే కపుల్స్ కలిసి టూర్‌కి వెళ్లడానికి, జ్ఞాపకాలను పంచుకోవడానికి ఇండియాలోనే చాలా మంచి ప్రదేశాలు ఉన్నాయి. ప్రేమించిన వారితో కొత్త ప్రదేశాలు చుట్టేస్తూ.. కొత్త జ్ఞాపకాలు పెంచుకుంటూ.. బడ్జెట్ మించకుండా వాలెంటైన్స్ డే చేసుకోవాలనుకుంటే ఇది మీకోసమే. రాజ నగరాలు, మంచుతో కూడిన కొండలు, ప్రశాంతమైన బీచ్‌లు, బడ్జెట్-ఫ్రెండ్లీ ప్రదేశాలకు అనువైన గమ్యస్థానాలు ఏమి ఉన్నాయో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

జైపూర్.. రాయల్ పింక్ సిటీ

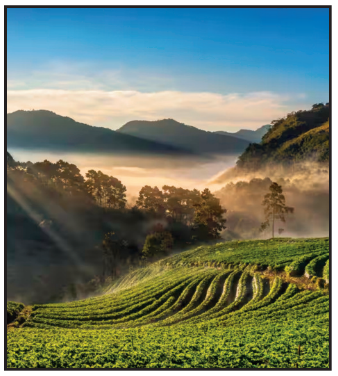


వాలెంటైన్స్ డే జరుపుకునేందుకు జైపూర్ అనువైనదిగా చెప్తారు. ఇక్కడ హిస్టరీ, రొమాన్స్ రెండూ చేతిలో చేయి వేసుకుని నడుస్తాయి. ఇక్కడ రాజభవనాలు చూడవచ్చు. ప్రశాంతమైన తోటలలో విహరించవచ్చు. పింక్ సిటీగా పిలువబడే, యునెస్కో ప్రపంచ వారసత్వ ప్రదేశంగా గుర్తింపు పొందిన జైపూర్.. జంటలకు మంచి వైబ్‌లను అందిస్తుంది.

కర్ణాటక లోని కూర్గ్

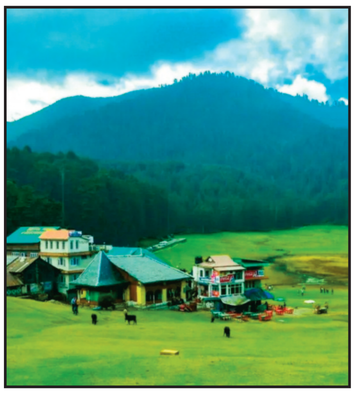
భారతదేశంపు స్కాట్లాండ్ అని కూర్గ్‌ని పిలుస్తారు. ప్రకృతిని, ప్రశాంతమైన పరిసరాలను ఆస్వాదించే జంటలకు ఇది అనువైనది. కాఫీ తోటలు, జలపాతాలు, సుగంధ ద్రవ్యాల మార్కెట్లు రొమాంటిక్ ఆహ్లాదకరమైన నేపథ్యాన్ని సృష్టిస్తాయి. బడ్జెట్-స్నేహపూర్వక స్టేలు, సులభమైన స్థానిక ప్రయాణంతో.. కూర్గ్ జంటలను ఆహ్వానిస్తోంది. పశ్చిమ కనుమల అందాన్ని ఆస్వాదించడానికి వీలు కల్పిస్తుంది.

గోవా బీచ్‌లు



గోవా కేవలం నైట్ లైఫ్, రష్ గురించే కాదు.. ప్రశాంతమైన వాలెంటైన్స్ సెలవు కోసం కూడా అనువైనది. అగోండా, పాట్నెం లేదా కోల్వా వంటి ప్రశాంతమైన బీచ్‌లకు వెళ్లండి. సాధారణ బీచ్ హట్స్, సముద్రం దగ్గర ఉదయం నడకలు, తీరం వెంట స్కూటర్ రైడ్‌లు సన్నిహిత క్షణాలను, అనుభూతిని ఇస్తాయి.

ఖజ్జియార్

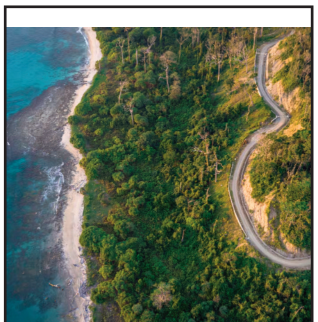


ఖజ్జియార్‌ను చిన్న స్విట్జర్లాండ్ అని పిలుస్తారు. సహజమైన సౌందర్యం, బహిరంగ ప్రకృతి దృశ్యాల గురించి మాత్రమే కాదు.. దేవదారు చెట్లు, మైదానాలతో చుట్టుముట్టిన ఈ హిమాలయ పట్టణం కపుల్స్‌కి అనువైనది. ఇక్కడ ప్రకృతిని ఎంజాయ్ చేయడంతో పాటు.. విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి, తేలికపాటి సాహస కార్యకలాపాలను ప్రయత్నించడానికి బెస్ట్.

డార్జిలింగ్

పొగమంచుతో కూడిన కొండలు, పచ్చని టీ తోటలు, పాత-ప్రపంచపు మనోజ్ఞతను మధ్య విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి డార్జిలింగ్ ఆహ్వానిస్తుంది. కంచన్‌జంగా అద్భుతమైన వీక్షణలతో తాజాగా తయారు చేసిన టీని ఆస్వాదించడం నుంచి చేతిలో చేయి వేసుకుని ప్రశాంతమైన లేన్‌లలో నడవడం వరకు.. సున్నితమైన, శృంగారభరితమైన మూడ్‌ని సెట్ చేస్తుంది. డార్జిలింగ్ హిమాలయన్ రైల్వేలో ప్రయాణించడం, శాంతి స్తూపానికి ప్రశాంతమైన సందర్శన కాలాతీతమైన ఆకర్షణను పెంచుతాయి.

అండమాన్, నికోబార్ దీవులు



ఉష్ణమండల సెలవుదినం కోసం కలలు కనే జంటలకు.. అండమాన్ అండ్ నికోబార్ దీవులు రద్దీగా ఉండే పర్యాటక ప్రదేశాల గందరగోళం లేకుండా ప్రశాంతమైన బీచ్‌లు, స్పష్టమైన నీటితో అందంగా కనిపిస్తాయి. హేవ్‌లాక్ ద్వీపం.. దాని మృదువైన తెల్లటి ఇసుక, ప్రశాంతమైన వైబ్‌తో.. లాంగ్ వాక్స్, భాగస్వామ్య సూర్యాస్తమయాలకు సరైనది. కలిసి స్నార్కెలింగ్ చేయడం లేదా తీరంలో విందును ఆస్వాదించవచ్చు.

సూర్య
www.suryaa.com
ఆదివారం అనుబంధం
8.2.2026

మనసుల్ని ఒకటిచేసే ప్రేమికుల రోజు

వాలెంటైన్స్ డే.. దీన్నే ప్రేమికుల దినోత్సవంగా పిలుస్తారు. వాలెంటైన్స్ వీక్ అనేది ఒక వారం ముందుగానే ప్రారంభమవుతుంది. ప్రతి సంవత్సరం ఫిబ్రవరి 14వ తేదీని వాలెంటైన్స్ డేగా జరుపుకుంటారు. వాలెంటైన్స్ వీక్ ఫిబ్రవరి 7న రోజ్ డేతో ప్రారంభమై ఫిబ్రవరి 14న గ్రాండ్ ఫినాలేతో ముగుస్తుంది. కానీ, వాలెంటైన్స్ డే ఎలా ప్రారంభమైంది..? అసలు ఎందుకు దీన్ని జరుపుకుంటున్నారు..? దీని వెనుక ఉన్నరియల్ హిస్టరీ ఏంటి..? అనేది ఇప్పుడు వివరంగా తెలుసుకుందాం.

వాలెంటైన్స్ డే.. దీన్నే ప్రేమికుల దినోత్సవంగా పిలుస్తారు. వాలెంటైన్స్ వీక్ అనేది ఒక వారం ముందుగానే ప్రారంభమవుతుంది. ప్రతి సంవత్సరం ఫిబ్రవరి 14వ తేదీని వాలెంటైన్స్ డేగా జరుపుకుంటారు. వాలెంటైన్స్ వీక్ ఫిబ్రవరి 7న రోజ్ డేతో ప్రారంభమై ఫిబ్రవరి 14న గ్రాండ్ ఫినాలేతో ముగుస్తుంది. కానీ, వాలెంటైన్స్ డే ఎలా ప్రారంభమైంది..? అసలు ఎందుకు దీన్ని జరుపుకుంటున్నారు..? దీని వెనుక ఉన్నరియల్ హిస్టరీ ఏంటి..? అనేది ఇప్పుడు వివరంగా తెలుసుకుందాం.

ప్రతేడాది ఫిబ్రవరి 14న మనం వాలెంటైన్స్ దేను జరుపుకుంటాం, దీనిని ప్రేమికుల దినోత్సవం అని పిలుస్తారు. ప్రేమలో ఉన్నవారికి, కొత్తగా ప్రేమను వ్యక్తపరచాలనుకునే వారికి ఫిబ్రవరి నెల చాలా ప్రత్యేకం. ఫిబ్రవరి 7 నుంచి 14 వరకు జరిగే ఈ వాలెంటైన్స్ వారంలో ప్రతి రోజుకు ఒక ప్రాముఖ్యత ఉంది. ఈ సంవత్సరం 2026లో వాలెంటైన్స్ వీక్ శనివారం ప్రారంభం కావడం వల్ల ప్రేమికులకు ప్లాన్ చేసుకోవడానికి వీకెండ్ కలిసొచ్చినట్లయింది.

వాలెంటైన్స్ డే చరిత్ర

వాలెంటైన్స్ డే చరిత్ర రోమ్‌తో ముడిపడి ఉంది. మూడో శతాబ్దంలో రోమ్‌లో సెయింట్ వాలెంటైన్ అనే వ్యక్తి ఉండేవాడు. ప్రపంచంలో ప్రేమను వ్యాప్తి చేయాలని బాగా నమ్మాడు. ప్రేమే అతని జీవితం. ప్రజలను ప్రేమించేలా ప్రేరేపించాడు. కానీ, ఆ సమయంలో రోమ్ రాజు క్లాడియస్‌కు.. సెయింట్ అలా ప్రేమను ప్రోత్సహించడం నచ్చలేదు. పెళ్లి సైనికుల బలాన్ని, తెలివితేటలను ప్రభావితం చేస్తుందని అది వారిని యుద్ధంలో బలహీనపరుస్తుందని అతను నమ్మాడు. అందుకే అతడు తన సైనికులు, అధికారులు వివాహాలు చేసుకోకుండా నిషేధించాడు.

అయితే, రోమ్ రాజు నుంచి ప్రేమపై, పెళ్లిపై తీవ్ర వ్యతిరేకత ఉన్నప్పటికీ.. సెయింట్ వాలెంటైన్ దీనిని అంగీకరించలేదు. చక్రవర్తి ఆదేశాలను అతను ధిక్కరిస్తూ రహస్యంగా ప్రేమికురాలిని వివాహం చేసుకున్నాడు. ఈ విషయం క్లాడియస్ చక్రవర్తికి తెలియగానే, సెయింట్ వాలెంటైన్‌ను అరెస్టు చేసి.. ఫిబ్రవరి 14, 269న అతనికి మరణశిక్ష విధించాడు. సెయింట్ వాలెంటైన్ తాను జైలులో ఉన్న జైలర్ కుమార్తెతో ప్రేమలో పడ్డాడని.. ఉరితీయడానికి

సూర్య
నేటి దినపత్రిక
www.suryaa.com
8.2.2026

ముందు, సెయింట్ వాలెంటైన్ జైలర్ కుమార్తెకు ఒక లేఖ రాశాడని, అందులో చివరలో 'మీ వాలెంటైన్' అని రాశాడని చెబుతారు. అప్పటి నుంచి ఫిబ్రవరి 14ను ప్రేమ, అంకితభావానికి చిహ్నంగా, వాలెంటైన్స్ డేగా జరుపుకోవడం ప్రారంభమైంది.

వాలెంటైన్స్ డే ఎందుకు జరుపుకుంటారు?

వాలెంటైన్స్ డే కేవలం ప్రేమికులకు మాత్రమే కాదు. ఇది ప్రేమ, స్నేహం లోతును సూచించే రోజు.

మన స్నేహితుడు లేదా భాగస్వామి పట్ల మన ప్రేమను, అంకితాన్ని వ్యక్తపరచడానికి ఈ రోజు ఒక అవకాశంగా ఉంటుంది.

ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఈ రోజు జంటలు ఒకరికొకరు కార్డులు, ఫ్లవర్స్, రొమాంటిక్ విషెస్ పంపుతారు. ఇది మన జీవితంలో ప్రేమను, స్నేహాన్ని పండించడానికి, వ్యక్తీకరించడానికి ఒక ప్రత్యేక సందర్భం.

గులాబీలు గౌరవాన్ని సూచిస్తాయి. మీ భాగస్వామికి, స్నేహితుడికి లేదా ప్రేమికుడికి గులాబీ ఇవ్వడం వల్ల వారు మీ జీవితంలో ప్రత్యేకంగా ఉన్నట్లు చెప్పకనే చెప్పినట్లు దీని అర్థం.

ప్రేమలు మూడుముళ్ల బంధంగా మారాలి:

భారతీయ సంస్కృతిలో ఇలాంటి పాశ్చాత్య పోకడలకు ఆదరణ తక్కువ. పాశ్చాత్య దేశాల యువతలో తల్లితండ్రులకు తెలియకుండా ఇలాంటి ప్రేమలు వ్యక్తం చేసుకోవడం ప్రేమికులకు సర్వసాధారణం. కొన్ని సందర్భాల్లో యువ ప్రేమికుల జంట కొంత సమయం ఉభయుల అంగీకారంతో తర్వాత విడిపోవడం కూడా సులభంగా జరుగుతుంది. సనాతన భారతంలో ప్రేమించుకున్న యువతీయువకులు రోడ్లు, పార్కులు, పబ్బుల్లో తమ ప్రేమలను వ్యక్తం చేసుకోకుండా ఒక పద్ధతిలో కుటుంబ సభ్యుల సమక్షంలో వివాహాలు నిశ్చయం చేసుకొని మంగళ సూత్రాల మూడు ముళ్లు పడిన అనంతరం మాత్రమే ఆలింగనాలు, ముద్దుల వర్షాలు లాంటి శారీరక స్పర్శలకు అనుమతి ఇవ్వబడుతుంది. అయినప్పటికీ నేటి ఆధునిక డిజిటల్ భారతీయ యువత ప్రేమకు, కామానికి తేడా తెలియకుండానే క్షణాల్లో ప్రేమించుకోవడం, ఆలింగన ముద్దుల హద్దులు దాటడం, అన్ని రకాల శారీరక సుఖాలను అనుభవించడం, అటు పిమ్మట వాయు వేగంగా విడిపోవడం కూడా చూస్తున్నాం.

తల్లితండ్రులు కుదిర్చిన వివాహాలు కాని ప్రేమ పెళ్ళిళ్ళు కాని ఒకరినొకరు పూర్తిగా అర్థం చేసుకున్న తర్వాతనే యువ ప్రేమికుల జంట వివాహ బంధంతో ఏకం కావాలని, తమ వైవాహిక జీవితాన్ని ఆసాంతం ఆస్వాదించాలని, ఆదర్శ జంటగా ఆనంద హరివిల్లుల కుటుంబ జీవనం గడపాలని కోరుకుందాం. కామ ఆకర్షణకు, అంతరంగిక ప్రేమకు తేడాను అర్థం చేసుకొని సన్మార్గంలో తమ జీవితాలను కొనసాగించాలని మార్గనిర్దేశనం చేద్దాం. మూడుముళ్ల బంధాలు మూడు రోజుల్లో విడిపోయి, ఆరు రోజుల్లో విడాకుల వరకు పోకుండా యువ భారతం తమ వైవాహిక జీవితాలకు కట్టుబడి అందమైన కుటుంబ భవిష్యత్తును కనులారా అనుభవించి తరించాలని కోరుకుందాం.

డా: బుర్ర మధుసూదన్ రెడ్డి
9949700037

వాలెంటైన్స్ వీక్‌లో ఏ రోజు ఏమి వస్తుందంటే..

ఫిబ్రవరి (08-02-2026) ప్రపోజ్ డే

మీరు ఎవరినైనా ఇష్టపడి.. మీ భావాలను ఇంకా వ్యక్తపరచకపోతే.. ప్రపోజ్ డే సరైన అవకాశం. ఈ రోజున ప్రజలు తమ ప్రేమను వ్యక్తపరచవచ్చు.

ఫిబ్రవరి (09-02-2026) చాక్లెట్ డే

ప్రేమను మరింత మధురం చేయడానికి చాక్లెట్ డే జరుపుకుంటారు. ఈ స్పెషల్ డే మీరు మీ భాగస్వామికి ఇష్టమైన చాక్లెట్ లేదా ఇంట్లో తయారుచేసిన స్వీట్ ట్రీట్‌ను బహుమతిగా ఇవ్వవచ్చు. సంబంధాలను బలోపేతం చేయడానికి ఇది మంచి సందేశంగా పనిచేస్తుంది.

ఫిబ్రవరి (10-02-2026) టెడ్డీ డే

టెడ్డీ డే రోజున టెడ్డీ బేర్‌ను ప్రేమించిన వారికి బహుమతిగా ఇస్తారు. దీనివల్ల మీ భాగస్వామితో మీ రిలేషన్ ఎలా ఉన్నా.. ఎక్కడ ఉన్నా.. టెడ్డీ రూపంలో వారికి తోడుగా ఉన్నామని చెప్తుంది.

ఫిబ్రవరి (11-02-2026) ప్రామిస్ డే

ప్రతి సంబంధం నమ్మకం, ప్రామిస్ డే లపై నిలబడుతుంది. ప్రామిస్ డే రోజు జంటలు.. నిజాయితీగా, నిబద్ధతతో, ప్రేమించిన వారికి పూర్తి మద్దతుగా ఉంటామని వాగ్దానం చేస్తారు.

ఫిబ్రవరి (12-02-2026) హగ్ డే

కొన్నిసార్లు హగ్ అనేది మాటల కంటే ఎక్కువ చెబుతుంది. హగ్ డే నాడు మీ ప్రియమైన వ్యక్తిని హగ్ చేసుకుని.. వారిని మీరు ఎంతగా ప్రేమిస్తున్నారో.. ఎంతగా కోరుకుంటున్నారో చెప్పవచ్చు. ఇది భావోద్వేగ సంబంధాన్ని సూచిస్తుంది.

ఫిబ్రవరి (13-02-2026) కిస్ డే

ప్రేమను వ్యక్తపరచడానికి కిస్ డే చాలా ప్రత్యేకమైన రోజుగా చెప్తారు. ఈ రోజున మీ భాగస్వామికి ప్రత్యేకంగా అనిపించేలా నుదిటిపై, చేయిపై లేదా బుగ్గపై ఒక తీపి ముద్దును ఇవ్వవచ్చు. వారికి అది ఓకేనో కాదో తెలుసుకుని ఇవ్వవచ్చు. ఇది గౌరవం, నిజమైన ప్రేమకు చిహ్నంగా పరిగణిస్తారు.

ఫిబ్రవరి (14-02-2026) వాలెంటైన్స్ డే

వారం రోజుల సెలబ్రేషన్ తర్వాత ప్రేమికుల దినోత్సవం వస్తుంది. ఈ రోజున మీరు ప్రేమించేవారితో టైమ్ స్పెండ్ చేయవచ్చు. ప్రేమను వ్యక్తం చేయవచ్చు. వారితో మీ అనుబంధాన్ని మరింత బలపరుచుకోవచ్చు.

వాలెంటైన్స్ వీక్‌లో ఏ రోజు ఏమి వస్తుందంటే..

ఫిబ్రవరి (07-02-2026) గులాబీ దినోత్సవం

వాలెంటైన్ వీక్ రోజ్ డేతో ప్రారంభమవుతుంది. గులాబీలు ఇవ్వడం అనేది పదాలు లేకుండా భావాలను వ్యక్తీకరించడానికి ఒక మార్గం. ఎర్ర గులాబీలు ప్రేమను సూచిస్తాయి. ఆప్యాయంతను సూచిస్తాయి. తె ల్ల

ఈ వారం కథ

బజార్ (వ్యంగ్య కథ)

(పిల్లా తిరుపతిరావు7095184846)

అదొక పెద్ద పల్లెటూరు. ఇంచుమించుగా ఓ పదివేల మంది జనాభా కలది. ఆ ఊరికి మద్దిన బజారు వీధి ఉంది. ఆ వీధిలో బోలెడన్ని బడ్డీ కొట్టు. బజారు మొగన కొత్తూరోలి నుయ్యి. ఆ నుయ్యి సుట్టూ సిమెంట్ తో కట్టిన పల్లెం. ఆ పల్లెమ్మీదే అందరూ కూసొని హసుక్కొట్టేవారు. ఆ నూతిలోని నీళ్ళే అక్కడకు ఆనుకొని ఉన్న ఐదారు ఈదులకు ఆదారం. కోడిగూసిన ఏల నుంచి తెల్లారి తొమ్మిదయ్యే వరకు తండోపతండాగా అమ్మలక్కవొచ్చి చేదలతో నీళ్ళు తోడుకునీవోరు. ఈ తంతు మళ్ళా సాయంత్రం నాగంటల నుంచి సీకటి పడేదాకా సాగేది. ఆ పెద్ద నూతికి ఒకపక్క పెద్ద కొట్టు. అది గోరోదుకాణం. ఆకిరసనాయిమొదకొని ఇంగ్లీసు-తెగు మందుదాకా అమ్మీవో. ఈ పెద్ద కొట్టుకు పక్కన కొంగడి పాన్ షాప్. ఈడి దగ్గర కిల్లీ కట్టించి యేసుకుంతే బలే రంజుగా ఉండీది. ఆ కిల్లీ కట్టే విద్దె ఆడికి ఆల మామ జగన్నాథం నుండి వొచ్చింది. నూతికి ఇంకోపక్క పెంటి సాయిబు టీ దుకాణం. ఇక్కడ టీ-టిఫినీ పెసగా ఉండేవి. అట్లు బలే రోస్ట్ గా కాల్చీవోడు. అందువల్ల జనం ఎగబడి తినీవోరు. అంతేనా అంటే కాదు. ఈ టీ దుకాణం దగ్గిర ఎంతకీ తెగని రాజికీయ చర్చజరిగేవి. ఊరిలో కుర్రోళ్ళు, పెద్దోళ్ళు అందరూ అక్కడికే వచ్చి పేపర్ చదివీవోరు. అందువల్ల వాదోపవాదాఎడతెరపి లేకుండా జరిగీవి. అయితే అన్నీ సరదాగానే జరిగీవి. కోపతాపాలకు అక్కడ సోటులేదు. సాయిబు మాత్రం టీ అమ్మడం మానేసైనా చర్చల్లో పాల్గొనేవాడు. అతగాడికి రాజికీయాలంటే మహాపిచ్చి. అలాగని ఒవుల్తోనూ గొడవపడీవోడుకాదు. శానా మంచోడు. దద్దీ, మావా! అనుకొని వరస కట్టి పిలిసీవోడు. ఇంకా బజార్లోని శానా బడ్డీ కొట్లుండేవి. పతాడ సిన్నడు కొట్టు, పండోకొట్టు, దొంగోడి టైలరింగ్ సాపు, అట్లు సావుకారి టీ దుకాణం, మంగలి ఎంకన్న మంగల్సాపు, బుట్టోల టీ కొట్టు, గుడ్డి ఫోర్ మేనుగోరి సైకిల్ సాపు, కాళీగోడి టీ కొట్టు, నెల్లి తిర్నాద సికెన్ సాపు, రమేసు టైలరింగ్ దుకాణం ఇలా వరసగా ఒకదాని పక్కన ఇంకొకటి ఉండీవి. బజారికి ఆ సివరన బెమ్మయ్య బడ్డీ, ఈ సివరన పిచ్చయ్య కొట్టు కాపలాలాగ

ఉండేవి. వీటికి తోడు పక్క గ్రామాల రైతుకాయగూర, ఆకుకూరతెచ్చి అమ్మీవో. వారానికి రెండు రోజుకాసిం సాయిబు మటను దుకాణం తెరిసి ఉంచీవోడు. ఆ మటను కోసం జనం పడిగాపుకాసీవోరు. సేపలోలైతే వారానికి ఒకటి రెండు రోజుసేపతెచ్చి అమ్మీవోరు. ఆ సేపలను జనం ఎగబడి కొనీవోరు. బజారు అంతే బజారు కాదు. బలే సందడి బజారు. ఆ బజార్ కి తెచ్చి సరుకులను అమ్ముకోడానికి సిన్న సిన్న బైట యేపారుపోటీపడీవోరు. ఎందుకంటే ఎక్కడ సెల్లని సరుకైనా ఇక్కడ సెకెనులో సెల్లిపోయేది. సెనాపతు, సరాబులైతే తెగ కొనీవోరు. అందుకే ఆ బజార్ అంటే అందరికీ మోజు. ఈ బజారుకి సుట్టుపక్కల నాగైదు గేమాల నుంచి సరుకుకొనుక్కోడానికి జనం వచ్చీవారు. బడికి పోయే పిల్లలకీ అదే తోవ. పిల్లబడ్డీలకు అంటించిన సినిమా వాల్ పోస్టర్లు అలాగే గంటల తరబడి సూసుకొని ఉండిపోయీవోరు. ఒక్కోసారి బడి ఎగ్గొట్టీవోరు. ఇంకా ఊళ్లో కుర్రాళ్ళైతే బజార్ లోనే ఇరవై నాల్గంటగడిపీవోరు. లవర్స్ కి అదే సూటింగ్ స్పాట్. ఇలాంటి సూటింగ్ స్పాట్ మరొకటుండేది ఆ ఊళ్లో. అది ఎంకయ్య కోనీటి గట్టు. పక్కనే పిల్లావోళ్ల పెద్ద నుయ్యి ఉంటాది. ఆ నూతిలోనే ఊళ్లోని కుర్రాళ్ళందరూ గెంతుకొని సానాచేసేవో. అక్కడే ఆలందరూ తొలాత ఈతనేర్సేవోరు. కుర్రగుంటతెల్లారిసరికి కోనీరు దగ్గిరే కాసీవోరు. సూపుల్లోనే 'ఆ గట్టున నువ్వు ఈ గట్టున నేను' అంటూ పాటపాడీవోరు. అలా ఒకరి మనసులోని బావాఒకరు మూగగానే మల్లించుకొనేవోరు. సూపుల్తోనే ప్రేమపండించుకునేవారు. ఆ రోజులే వేరబ్బా! అమాయికమైన రోజు. అమాయికమైన మనుసు. అవ్యాజమైన అంతులేని ప్రేమ సంబంధా. ఆ ప్రేమపెళ్లిళ్ల వరకు దారితీసేవి కావు. ఒకరి పట్ల ఒకరికి ఆరాధనే ఉండేది. సివరకు బగ్న పేమికుగానే మిగిలేపోయీవోరు.

ఊళ్లోని పెద్దలకీ ఈ బజారే బాతాకానీకి సోటు. బడ్డీల దగ్గిర, టీ దుకాణాల్లోని కూర్సొని ఆహసుక్కొట్టీవోరు. రాజకీయానడిపీవోరు. పదవులను పంచుకునీవోరు. గట్టు దగ్గిర పుట్ట దగ్గిర తగవు, మొగుడు పెళ్ళాగొడవుఇలా అన్నీ పంచాయితీ తగాదాలను బజార్లోనే తీర్చీవోరు. ఐతే ఏ తగువైనా పోలీసుటేసను దాకా ఎళ్లీది కాదు. పెద్ద మనుసుమద్దినే పరిసకారమయ్యేది. బడ్డీకొట్ల దగ్గిర అరువు పెట్టిన తాగుముచ్చోతగాదాఅక్కడే తీరేవి. వారికి బదుగా ఆ పెద్ద మనుసులే దుకాణదారుడుకి 'ఆడు తీర్సకపోతే నాను తీరుత్తాను' అని హామీగా ఉండీవోళ్లు. దాంతో దుకాణదారుడు ఆ మందుబాబుని ఇడిచిపెట్టీవోడు. ఆ రోజులే వేరు, పెద్దమనుసుమాటకి పెజల్లో అంత ఇలుండీది. ఆమంచైనా, సెడ్డైనా ఏదిసేసినా ఎదురుండీది కాదు.

రోజూ రాతిరి బోజనాలయ్యేక కుర్రోళ్ళందరూ బజార్ కి వచ్చి, నూతి పల్లెం గట్టు మీద కూర్సొని మాటాడుకునీవోరు. ఆ మాటసినిమాల నుంచి దేశ రాజికీయాల దాకా ఎళ్లేవి. కుర్రోడు ఒక్కొక్కడు ఒక్కొక్క సినిమా యాక్టర్కి ఫేవరేట్లుగా ఉండీవోరు. ఎవడు ఫేవరెట్ ఆడి గొప్పతనాన్ని చెప్పుకునీవో. మావోడు ఇన్ని రికార్డుకొట్టాడంతే, మావోడు ఇన్ని రికార్డుకొట్టాడేస్, ఇంకా ఏహ్ మావోడు కంటె మీవోడు ఏటి గొప్ప? అనీసి కీకలేసుకొనేవోళ్లు. అది సద్దుమనిగాక రాజికీయం అంటుకునీది. మావోడి పాలన బాగుందిరా! అని ఒకడంతే, ఓస్ పల్లకోరా! బాబూ, మీవోడు పరిపాలన గురించి గొప్పసెప్పకు, మావోడివే కాపీ కొడతన్నాడ్రా! అని ఎకసెక్కాసేయడం, దాన్కి ఆడు కౌంటర్ గా ఓసోస్, ఒల్లకోరా! బాబూ, అంతకుముందు మావోడి పాలనలోనివే మీ వోడు అచ్చం అచ్చు గుద్దుతున్నాడురా! అని ఎత్తిపొడిచీవోడు.

ఐతే ఎన్ననుకున్నా, సివరికి అందరూ అక్కన్నించి లెగిసినప్పుడు సరదాగా నవ్వుకుంటూ ఎవులింటికాఎల్లిపోయేవోరు.

ఎప్పుడూలాగే ఆరోజు రాతిరి కూడా గోపి, బద్రం, అప్పల్నాయుడు, సేఖరు, దివాకర్, రవణ, నారాయణ్రావు, జగం, తిరపతి నూతి పల్లెం గట్టు మీద డచ్చీకొడతున్నారు. కొడుతు కొడుతూ ఆరోజు సీరియస్ రాజికీయాల మీద మాటాడం మొదలెట్టారు. రవణ ఒక్కసారి లేసి, ఔనర్రా! ఈరోజు వార్త సదివారా! ఏటింత గోరం? అదికార పార్టీవోలలా పతిపక్సపోడి ఇంటి మీద పడి బాంబుఇనిరీని తగులబెట్టడమేటి? అని అన్నాడు. దాన్కి తిరపతి, అమ్మాఆలి అనీసి ఇట్టమొచ్చినట్టు తిడితే ఊరుకుంతారేటిరా! అని అనీసరికి, గోపిగోడు పుసుక్కున లేసి, ఆడికి వంత పాడుతూ, ఒసె దాన్కే అలాగయిపోతే, ఆపరిపాలించినప్పుడు ఈలని ఎన్ని పర్రాకుపెట్టార్రా! మరిచిపోనావేటి? అప్పుడు ఆపడిన కష్టం ఈలకి తెలియదా! అని అనీసరికి, గబుక్కున బద్రం లేసాడు. ఓసె, ఆసేస్తే ఈసెయ్యాలని వుందేట్రా రూ. ఎంత అదికారం ఉంతే మాత్రం మన రాజ్యాంగానికి ఎతిరేకంగా పాలిస్తారేటి? మరి మీవోడు రాజ్యాంగబద్ధంగా పాలిస్తున్నానని సెప్పుకుంతాడ్రా! గొప్ప, అనవన్నాడు. దానికి దివాకర్ లేసిపోయి, ఓసోసి, ఈవాల పెతిపక్షంలో ఉన్నోడు, ఆనాడు ఈలని ఎన్ని సికాకుపెట్టాడో! అందరికీ తెురా! నువ్వు ఇవాల నీతువొల్లించుతున్నావ్, ఆనాడు అతగాడ్ని జైల్లో పెట్టాడ్రా! అది మర్సిపోనావేటి, అతగాడ్నే కాదు లెక్క పెడితే వంద మందికి పైగా నాయికుల్ని అరెస్టు సేసాడు. రాతిరికి రాతిరే పోలీసులొచ్చి తీస్కపోడం యాదనేదేట్రా? అని గట్టిగా కౌంటర్ ఇచ్చాడు.

ఇంతలో అప్పల్నాయుడు, సేఖరు, నారయన్రావు, తిరపతి ఆల మాటల్లోకి దూరిపోనారు. అంతే ఆళ్లంతా ఎవులికి నచ్చినట్లు ఆమాటాడుకుంతన్నారు. అప్పుడె కామ్రేడ్ సూర్రావు వొచ్చాడు. అతగాడు జూట్ మిల్లీ కార్మికులకు నాయికుడు. శానా మంచోడు. ఏదైనా ఇసయమ్మీద బాగా మాటాడేవోడు. సిన్నా పెద్దా అని సూడకుండా అందరితోని కపుగోగా ఉండేటోడు. ఊల్లోనే కాదు, మిల్లీలోనూ మంచి పేరు సంపాదించాడు. ఈల డిస్కసను పూర్తిగా ఇన్నాడు. ఓరి నాయనలారా! ఒకసారి అలాగాగండ్రా! గాబరపడిపోయి, గోలసెయ్యకండిరా! ఆఆబాగానే ఉంతార్రా! మనమెందుకు ఇక్కడ కీకలేసుకొని తన్నుకోవడమూ? బజార్లో బజారెడతారేట్రా? అనంటూ, ఇంకా ఇలాగన్నాడు. పార్టీ, నాయికులఆల ఎత్తుగడఆలకుంటాయి. ఆల కులాఆలకుంటాయి. ఆల రాజికీయ పార్టీలను ఎలా ముందుకు తీసుకుపోవాలి? మల్లీ అదికారంలోకి ఎలా రావాలి? అనేదే ఆలకి పెదానంరా! దానికోసం ఆఏటైనా సేత్తార్రా! అవుసరం అనిపిస్తె ఎవుడి ఇల్లైనా తగలెడతార్రా! ఎవుడి పీకలైనా తీత్తార్రా! కులాల మద్దిన చిచ్చు పెడతార్రా! ఆలేటి సత్తెమంతుకార్రా! ఒక్కోసారి ఏద్దైనా అనుకోని సంగటన జరిగితే పూర్వపు రాజికీయ నాయికుల్లా ఆల పదవులకు రాజీనామా సేసీడానికి. అన్ని పార్టీూ, ఒక తానులోని ముక్కల్లేరా! దొందూదొందే. ఎల్లమ్మను ఎంచక్కర్లేదు పోలమ్మను పొగడక్కర్లేదురా! ఎవుడి బొడ్డులోకి ఏనెట్టినా ఒకటే కంపురా! మీరెందుకురా ఒట్టుకొట్టిన కేకలేత్తన్నార్రా? అని అన్నాడు. అంతటితో ఆగకు అసఇసయం మెల్లిగా సెప్పాడు. ఒరేయ్! ఈ మద్దిన దేశింలో బోలెడన్ని యవ్వారాజరగతన్నాయిరా! ఆటి వల్ల ఈలకి పెజల్లో సెడ్డ పేరు వత్తాదని ఈటిని తెరమీదకి తెచ్చార్రా! అంతేతప్ప దీన్ని సీరియస్ గా తీసుకోనక్కర్లేదురా! దీన్నే 'డైవర్షన్ పాలిటిక్స్' అంటార్రా! ఇంతింత సదువుసదివినారు మీరు, ఆ మర్మం ఎరక్కపోతే, ఎలాగర్రా? ఈ సిద్ధాంతం ఏ పార్టీవోలైనా పాటిత్తారు. ఈరోజు ఈ, రేపు ఆఅంతేనర్రా! అది యాదబెట్టుకొని మనెం మసకోవాలిరా! అని కామ్రేడ్ హితబోద సేసాడు. అతగాడి మాటలను అందరూ స్రద్దగా ఇని బుర్రూపారు.

ప్రేమలో ఏ గులాబీ రంగుకి ఏంటి అర్థం?

ఎరుపు గులాబీ

ఎరుపు గులాబీ ప్రేమ , అభిరుచికి బలమైన చిహ్నంగా పరిగణిస్తారు. ఇది లోతైన, నిజమైన ,పూర్తిగా అంకితభావంతో కూడిన ప్రేమను సూచిస్తుంది. మీరు హృదయ పూర్వకంగా ప్రేమించే వ్యక్తికి ఇది ఇవ్వొచ్చు

నారింజ గులాబీ

నారింజ గులాబీ ఉత్సాహం, ఆకర్షణకు చిహ్నం. ఇది స్నేహం - ప్రేమ మధ్య భావాన్ని సూచిస్తుంది. మీరు ఎవరినైనా ఇష్టపడితే లేదా సంబంధాన్ని కొత్తగా ప్రారంభించాలనుకుంటే, ఈ రంగు సరిపోతుంది.

పర్పుల్ గులాబీ

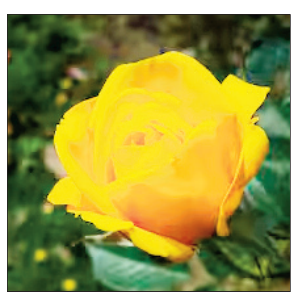
పర్పుల్ గులాబీ రహస్యమైన ప్రేమను సూచిస్తుంది. ఇది ప్రత్యేకమైన భిన్నమైన అనుభూతిని కలిగించే బంధానికి సంకేతం. లావెండర్ షేడ్ మొదటి చూపులోనే ప్రేమ , ఆకర్షణను తెలియజేస్తుంది.

ముదురు గులాబీ

ముదురు గులాబీ రంగు కృతజ్ఞతను సూచిస్తుంది, అయితే లేత గులాబీ సున్నితమైన ప్రేమ ఆప్యాయతను చూపుతుంది. ఇది కొత్త సంబంధాలకు లేదా మీ ప్రత్యేక వ్యక్తుల కోసం ఒక అందమైన ఎంపిక.

పసుపు గులాబీ

పసుపు గులాబీ ఆనందం, స్నేహం సందేశాన్ని ఇస్తుంది. ఇది ఎలాంటి శృంగార ఒత్తిడి లేకుండా ఆప్యాయత చిరు నవ్వును పంచే మార్గం. స్నేహితులు లేదా సహోద్యోగులను సంతోషపెట్టాలనుకుంటే, పసుపు గులాబీ మంచి ఎంపిక.



తెల్ల గులాబీ

తెల్ల గులాబీలు పవిత్రత, నిజాయితీ , కొత్త ప్రారంభానికి చిహ్నం. ఇవి వివాహం, సంబంధం ప్రారంభం లేదా అపార్థం తర్వాత రాజీ కోసం ఇస్తారు. సరళతలో దాగి ఉన్న లోతైన భావమే తెల్ల గులాబీ

సూర్య
నేటి దినపత్రిక
www.suryaa.com
ఆదివారం అనుబంధం
8.2.2026

'ఆపరేషన్ పద్మ' ముచ్చట ఇగో ఇట్ల ఉంది. రాజకీయ కుట్రలు, కుంభకోణాలు, డిటెక్టివ్ లొల్లి.. అంతా కలిపి ఒక మైండ్ గేమ్ లాగా డైరెక్టర్ కార్తికేయ వి మన ముందుకు తీసుకొచ్చిండు.

కథ ఏందంటే :
రాష్ట్రంలో పౌర సరఫరా శాఖలో జరిగిన ఒక భారీ స్కామ్‌ను మాజీ హోం మంత్రి నంది కిషోర్ బయటపెడతాడు. దాంతో ఆయన రాత్రికి రాత్రే జనాల్లో దేవుడైపోతాడు.. కానీ విలన్లకి మాత్రం కంటిలో నలుసు లెక్క తయారైతాడు. ఆయన్ని ఖతం చేయడానికి కుల్‌దీప్ అనే కిల్లర్ రంగంలోకి దిగుతాడు. వీళ్లని ఆపడానికి అవంతిక అనే ఆవిడ లీడ్ లో 'ఆపరేషన్ పద్మ' అనే ఒక డిటెక్టివ్ టీమ్ తయారైతది. మరి ఆ కిల్లర్ కి, ఈ టీమ్ కి మధ్య జరిగిన ఆ పిల్లి-ఎలుక ఆటలో ఎవరు గెలిచిండ్రు? అసలు ఈ పద్మ వెనక ఉన్న రహస్యం ఏంది? అనేదే అసలు కథ!

విశ్లేషణ :
ఈ సినిమా పక్కా యాక్షన్ బొమ్మ కంటే కూడా ఒక ఇన్వెస్టిగేషన్ డ్రామా లెక్క సాగుతది. ఫస్ట్ హాఫ్ సుమారు 90 నిమిషాల పాటు ఆడియెన్స్ మెదడుకి పని చెప్తూ మస్తు ఉత్కంఠగా నడుస్తది. సమాజంలో పెద్ద మనుషులు అనిపించుకునే వాళ్లు లోపల ఎంత గలీజ్ పనులు చేస్తారో ఇందులో నీట్ గా చూపించిండ్రు. డైరెక్టర్ కార్తికేయ గారు మైండ్ గేమ్ సీన్లను మస్తుగా హ్యాండిల్ చేసిండ్రు.

ప్లస్ పాయింట్స్ :
నటీనటుల రచ్చ: కిల్లర్ కుల్దీప్ పాత్రలో రణధీర్ బీసు స్టైలిష్ గా ఇరగదీసిండు. అలాగే డిటెక్టివ్ బృందంలో రఘుపతి రెడ్డి, రజిత శాండీ తమ యాక్టింగ్ తో ఆకట్టుకున్నారు. ఉమెన్ పవర్: సినిమాలో ఆడవాళ్ల క్యారెక్టర్లు అన్నీ మస్తు ఎనర్జీతో, దమ్మున్న పాత్రలుగా డిజైన్ చేసిండ్రు. టెక్నికల్ పవర్: సుభాష్ ఆనంద్ బ్యాక్ గ్రౌండ్ మ్యూజిక్ సినిమా మూడ్ ని ఎక్కడికో తీసుకెళ్లింది. కెమెరా వర్క్, ఫైట్స్ అన్నీ స్టైలిష్ గా ఉన్నాయి.
క్లైమాక్స్: చివర్లో వచ్చే సీన్లు మనం అస్సలు ఊహించని విధంగా ఉండి థ్రిల్ ఇస్తాయి.

మైనస్ పాయింట్స్ :
స్లో పేస్: అక్కడక్కడ సినిమా కొంచెం నెమ్మదిగా సాగినట్టు అనిపిస్తది.
క్లిష్టత: కథలో మైండ్ గేమ్ ఎక్కువ అవ్వడం వల్ల సామాన్య ప్రేక్షకుడికి కొన్ని సీన్లు అర్థం చేసుకోవడం కొంచెం కష్టం కావొచ్చు.
నిడివి: ఫస్ట్ హాఫ్ కొంచెం ల్యాగ్ ఉన్నట్టు అనిపిస్తది.

అసలు ముచ్చటకు వస్తే :
'ఆపరేషన్ పద్మ' అనేది అందరికీ నచ్చే రెగ్యులర్ మాస్ మసాలా బొమ్మ కాదు భయ్యా. ఇది పక్కాగా బుర్ర పెట్టి ఆలోచించే ఆడియెన్స్ కి మాత్రమే. డిటెక్టివ్ సినిమాలు, సీట్ ఎడ్జ్ థ్రిల్లర్లు ఇష్టపడే వాళ్లకి ఇది ఒక మంచి ఆప్షన్. నిర్మాతలు ఎక్కడా రాజీ పడకుండా బొమ్మను రిచ్ గా తీసిండ్రు.

బాటమ్ లైన్ : ఇంటెలిజెంట్ థ్రిల్లర్లు ఇష్టపడే వాళ్లు ఒకసారి ట్రై చేయొచ్చు!"

కథ
ముచ్చట అదిలాబాద్ జిల్లా రుద్రవరం అనే ఊరిది. అక్కడ ధర్మాన, కర్మాన అని రెండు బ్యాచ్‌లు ఉంటాయి. పొద్దున లేస్తే చాలు.. ఒకరి మీద ఒకరు కత్తులు నూరుకుంటూ ఉంటారు. కర్మాన బ్యాచ్ లీడర్ సర్పంచ్ (మురళీధర్ రావు) బిడ్డ బుజ్జమ్మ (మేఘన ముఖర్జీ), అటు సైడ్ ధర్మాన బ్యాచ్ పోరడు చందు (చంద్రహాస్) తో లవ్ లో పడతది. ఊరోళ్లు ఒప్పుకోరని గీ జంట గమ్మున కేరళకు జంప్ అవుతది. మరి అక్కడికి పోయినోళ్లు మళ్ళీ ఎందుకు రిటర్న్ వచ్చారు? వచ్చినక సర్పంచ్ గారు వీళ్ళని ఆరగించ్రా లేక హారతి ఇచ్చిండ్రా? అనేదే అసలు ముచ్చట.

విశ్లేషణ :
డైరెక్టర్ సంపత్ గారు పాత కాలం నాటి 'వర్గ పోరు' ముచ్చటనే తీసిండు కానీ, దానికి కొంచెం కేరళ టూరిజం అద్దినట్టున్నాడు. ఫస్ట్ హాఫ్ లో కాలేజ్ స్టూడెంట్స్ లొల్లి, రొమాన్స్ పేరుతో సాగదీసిండ్రు. సినిమా చూస్తుంటే "అరేయ్.. ఇట్లంటి బొమ్మలు మనం చిన్నప్పటి నుంచి మస్తు చూసినం కదా" అనిపిస్తది. సెకండాఫ్ లో విలేజ్ డ్రామా కొంచెం ఎమోషనల్ గా మార్చే ప్రయత్నం చేసినా.. క్లైమాక్స్ లో వచ్చే ఆ ట్విస్ట్ చూస్తే "ఇదా సార్ మీరు మాకు ఇచ్చే సర్ప్రైజ్?" అని తల గోక్కుంటారు జనాలు. చివర్లో ఏదో మెసేజ్ ఇచ్చిండ్రు కానీ.. అది అప్పటికే థియేటర్ నుంచి బయటికి పరుగెత్తే జనాలకి వినిపిస్తదో లేదో తెలవదు!

ప్లస్ పాయింట్స్ :
చంద్రహాస్ యాక్టింగ్: ఫస్ట్ సినిమాతో పోలిస్తే మనోడు డాన్స్, ఫైట్స్ లో కొంచెం మెరుగైనట్టే ఉన్నాడు. ఈసారి యాటిట్యూడ్ కొంచెం తగ్గించి యాక్టింగ్ మీద ఫోకస్ పెట్టినట్టున్నాడు. మురళీధర్ రావు: సర్పంచ్ గా ఆయన నటన ఎప్పటిలాగే పక్కాగా ఉంది.
విజువల్స్: అదిలాబాద్ అందాలు, కేరళ లొకేషన్లు కెమెరాలో కిర్రాక్ కనిపిస్తున్నాయి. పాటలు కూడా వినడానికి, చూడడానికి బాగున్నాయి

మైనస్ పాయింట్స్ :
రొటీన్ కథ: అవే కక్షలు, అదే ప్రేమ, అదే పారిపోవడం.. కొత్త సీసాలో పాత సారా పోసినట్టు ఉంది భయ్యా.
సాగదీత: కొన్ని సీన్లు ఎందుకు వస్తున్నాయో, ఎందుకు పోతున్నాయో అర్థం కాదు.
వెటకారం: కమర్షియల్ బొమ్మ అంటున్నరు కానీ, యూత్ కి కనెక్ట్ అయ్యే కిక్కు ఎక్కడో మిస్ అయ్యింది.

అసలు ముచ్చటకు వస్తే :
చంద్రహాస్ కి ఇది రెండో ప్రయత్నం. మనోడు స్క్రీన్ మీద కష్టపడ్డది కనిపిస్తుంది కానీ, కథలో దమ్ లేకపోతే ఆ కష్టం బూడిదలో పోసిన పన్నీరే అయితది. గ్రామీణ నేపథ్యంలో వచ్చే మామూలు కమర్షియల్ సినిమాలను ఇష్టపడే వాళ్ళకి ఇది ఒకసారి చూడొచ్చు అనిపిస్తదేమో కానీ, కొత్తదనం కోరుకునే వాళ్ళకి మాత్రం "బరాబర్ తలనొప్పి" తెప్పిస్తది. "బరాబర్ ప్రేమిస్తా.. కానీ థియేటర్ లో భరించడమే కొంచెం కష్టం భయ్యా!"

కథ
మన తూర్పు గోదావరి జిల్లా వైకుంఠపురంలో కృష్ణ (అమర్ దీప్) అనే ఒక సాదాసీదా పోరడు ఉంటాడు. ఉన్న ఊర్లోనే కిరాణా కొట్టు నడుపుకుంటూ మస్తు ఖుషీగా ఉంటాడు కానీ, ఒక్కటే లొల్లి.. ఏందంటే పోరగాడికి పెళ్లి అయితలేదు. ఊర్లోనే ఉండి కిరాణా కొట్టు నడుపుతుండటంతో పిల్లను ఇయ్యడానికి ఎవ్వడూ ముందుకు రాడు. "ఊరి జాతరలో గుడిలోనే పెళ్లి చేసుకుంటా" అని నాయనమ్మకు మాట ఇస్తాడు. అట్లాంటి టైంలనే అంగన్‌వాడీ టీచర్ సుమతి (శైలి చౌదరి) ఎంట్రీ ఇస్తది. ఆమెను చూడగానే మన కృష్ణ గాడు ఫిదా అయిపోతాడు. మరి వీరిద్దరి లవ్ స్టోరీ ఎటు పోయింది? ఆ గుడిలో పెళ్లి జరిగిందా లేదా? అనేదే అసలు కథ.

విశ్లేషణ :
డైరెక్టర్ ఎంఎం నాయుడు గారు ఒక పక్కా పల్లెటూరి కథకు కొంచెం భక్తిని, మరికొంత సెంటిమెంట్‌ని కలిపి ఈ బొమ్మను తీసిండ్రు. అమర్ దీప్ బుల్లితెర మీద ఎట్లున్నా, ఈ వెండితెర మీద మాత్రం పక్కా పల్లెటూరి పోరడిలా జీవించేసిండు. సినిమా స్టార్టింగ్ లో కొంచెం అటు ఇటు అయినా, ఇంటర్వెల్ దగ్గర నుండి మాత్రం కథలో దమ్ పెరుగుతది. మరీ ముఖ్యంగా గోదావరి అందాలను, పల్లెటూరి అమాయకత్వాన్ని మస్తుగా చూపించిండ్రు.

ప్లస్ పాయింట్స్ :
అమర్ దీప్ నటన: పోరడు కృష్ణ పాత్రలో ఇరిగిదీసిండు. లవ్ సీన్లు, ఎమోషన్ సీన్లు పక్కాగా పండించిండు.
కామెడీ రచ్చ: టేస్టీ తేజ తన స్టైల్ లో నవ్వించగా, మహేష్ విట్టా తన తెలంగాణ మార్కు పంచులు వేసిండు
పాటలు & కెమెరా: పాటల్లో ఆ పల్లెటూరి ఫీల్ కిర్రాక్ ఉంది. కెమెరా పనితనం అయితే బొమ్మను నెక్స్ట్ లెవల్ కి తీసుకెళ్లింది.

మైనస్ పాయింట్స్ :
పాత కాలం కథ: కథలో కొత్తదనం ఏం లేదు భయ్యా. అంతా మనకు ముందే తెలిసిపోతుంటది.
విలనిజం: విలన్ రోల్ చాలా డీలా పడ్డది, ఇంకాస్త గట్టిగా ఉండాల్సింది.
ట్విస్టులు లేవు: సినిమాలో షాక్ ఇచ్చే ట్విస్టులు ఏం లేవు, అంతా సాఫీగా సాగిపోతుంటది.

అసలు ముచ్చటకు వస్తే :
బుల్లితెర నుండి వెండితెరకు రావడం అంటే మామూలు ముచ్చట కాదు. అమర్ దీప్ ఆ గ్యాప్ ని సక్సెస్‌ఫుల్ గా ఫిల్ చేసిండు. పల్లెటూరి ప్రేమకథలకు మన దేవుళ్ల టచ్ ఇవ్వడం వల్ల ఫ్యామిలీ ఆడియన్స్‌కి ఈ బొమ్మ మంచి కిక్కు ఇస్తది. అక్కడక్కడ కొంచెం బోర్ కొట్టినా,

ఓవరాల్ గా మాత్రం ఒక ప్యూర్ లవ్ స్టోరీ చూసిన ఫీలింగ్ వస్తది.
ఏమి ముందే అనుకోకుండా "బొమ్మ పర్వాలేదు భయ్యా.. ఈ వీకెండ్ లో ఒకసారి చూసేయొచ్చు!"

సూర్య
www.suryaa.com
8.2.2026

ద్వాదశరాశి ఫలములు (వార ఫలాలు)

8.2.2026 నుంచి 14.2.2026 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

వారం ప్రారంభంలో కుటుంబము, ఆర్థిక, భాగస్వామ్య వ్యవహారాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి, కమ్యూనికేషన్ బావుంటుంది. జీవిత భాగస్వామి కి అభివృద్ధి. సంఘంలో గుర్తింపు గౌరవం పెరుగుతాయి. తల్లి సహకారంతో నిర్ణయాలు. వ్యక్తిగత అభివృద్ధి మీద దృష్టి సారిస్తారు. ఆకస్మిక ఖర్చులు, ఆరోగ్యం పై శ్రద్ధ అవసరం. మానసిక ఘర్షణ అధిగమించాలి. ధైర్య సాహసాలు పెరుగుతాయి.వృత్తి విషయాలలో, విద్యాపరమైన అంశాలలో అభివృద్ధి. విదేశీ వ్యవహారాలు, విద్యా నైపుణ్యాలు, పోటీలు అనుకూలిస్తాయి. కుటుంబము లోని వారితో ఆధ్యాత్మిక దూర ప్రయాణాలు. ఉన్నత విద్య కొరకు క్రొత్త ఆలోచనలు. పెద్దల, గురువుల ఆశీస్సులు సహకారం. తల్లిదండ్రులతో కలిపి భవిష్యత్ ప్రణాళికలు చర్చిస్తారు. బంధుమిత్రుల కలయిక. ఆత్మీయులైన మిత్రులతో దీర్ఘకాలిక అంశాలలో నిర్ణయాలు. మరిన్ని మంచి ఫలితాలు కొరకు హనుమాన్ ఆరాధన మేలు వారం ప్రారంభం స్నేహితుల సహకారాన్ని పొందుతారు

వృషభరాశి

కృతిక 2,3,4 పాదములు - రోహిణి 1,2,3,4

అధిక శ్రమతో అనుకున్న పనులు సాధించుకుంటారు. వృత్తిపరంగా నూతన నిర్ణయాలు ప్రణాళికలు, దూర ప్రదేశాల్లో అవకాశాలు, విదేశీ వ్యక్తులతో స్నేహ సంబంధాలు. నిత్యజీవితంలో దినచర్యలో, అలవాట్లలో మార్పులు చేసుకుంటూ రోగ నిరోధక శక్తిని పెంపొందించు కునే ప్రయత్నాలు చేస్తారు. ఆర్థిక విషయాలు వృద్ధి, సంతాన అభివృద్ధి, సమయస్ఫూర్తి నిర్ణయాలు. కమ్యూనికేషన్అనుకూలముగాఉంటుంది. ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంపొందిం చుకోవాలి. స్నేహ సంబంధాలలో, భాగస్వామ్య వ్యవహారాలలో తొందరపాటు నిర్ణయాలకి, ఘర్షణలకు దూరంగా ఉండాలి.జీవిత భాగస్వామి ఆరోగ్య విషయాలు శ్రద్ధ. వారం చివరిలో ఆర్థిక నిర్ణయాలలో కీలక మార్పులు. ముఖ్య విషయాలు, ప్రయాణాలు, వాగ్దానాలు మొదలైన వాటిలో చిన్నపాటి ఆటంకాలు ఉన్నప్పటికీఅధికమించగలుగుతారు. దంతఆరోగ్యం మీద శ్రద్ధ అవసరం. మరిన్ని మంచి ఫలితాల కొరకు సుబ్రహ్మణ్యేశ్వర స్వామి ఆరాధన మేలు.

మిథునరాశి

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

సృజనాత్మకత ఆలోచనలలో జోడించి, కొత్త నిర్ణయాలతో ముందుకు వెళతారు. సంతానం విద్యా ఉద్యోగాలలో అభివృద్ధికరంగా ఉంటుంది. ఆలోచనలు ఫలిస్తాయి. స్నేహ సంబంధాలు మీద శ్రద్ధ చూపిస్తారు. వ్యక్తిగత ఆరోగ్య విషయంలో, పూర్వ రుణముల విషయంలో ఆలోచనలు చేస్తారు. బంధు వర్గము తో మాట పట్టింపులకు దూరంగా ఉండాలి. న్యాయ సంబంధమైన విషయాలలో ప్రత్యర్థుల పై విజయం కొరకు, నిరుద్యోగులు ఉద్యోగ విషయంలోనూ, విద్యార్థులు పోటీ పరీక్షలలోనూ అధిక శ్రమ చేస్తారు. కృషి శీలతను పెంపొందించుకుంటారు. వారాంతంలో స్నేహ సంబంధాలు బలపడతాయి, నూతన పరిచయాలు ఏర్పడతాయి, సంఘంలో గుర్తింపు గౌరవం లభిస్తుంది, వృత్తిపరమైన శ్రమ బాధ్యతలు అధికంగా ఉంటాయి. ఉన్నతస్థాయి అధికారులతో అభిప్రాయబేధాలు ఏర్పడకుండా చర్చించేటప్పుడు తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి

కర్కాటక రాశి

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

వారం ప్రారంభంలో గృహ వాతావరణంలో మార్పులు చేర్పులు చేయడానికి ప్రయత్నిస్తారు. నూతన అంశాలు నేర్చుకుంటారు. స్థిరాస్తుల విషయంలో దృష్టి కేంద్రీకరిస్తారు. విద్యార్థులు విద్య పై దృష్టి సారించాలి. హైగ్రీవాయ నమః శ్లోకాన్ని పఠించాలి. తల్లి ఆరోగ్యం పై శ్రద్ధ తీసుకుంటారు.వాహన విషయాలలో ఇబ్బందులు ప్రశాంతతను తగ్గిస్తాయి. సమయానికి ఆహార స్వీకరణ, వ్యక్తిగత జాగ్రత్తలు అవసరం. స్నేహ సంబంధాలలో, భాగస్వామ్య వ్యవహారాలలో మాట పట్టింపులకు దూరంగా ఉండాలి. సంతాన విషయాలలో అధికంగా దృష్టి సారిస్తారు. మీ ఆలోచనలు వారి ఆలోచనలతో సమన్వయముకాక పోవడం వల్ల ఘర్షణలకు దారితీసే అవకాశం ఉన్నప్పటికీ,మీరు అధిక ఉద్వేగాలకు దూరంగా, వీలైనంత నిదానంగా ముందుకు సాగడం మేలు. వారాంతంలో శ్రమ, ఖర్చులు అధికం. ఆధ్యాత్మిక విషయాల మీద దృష్టి సారిస్తారు

సింహరాశి

మఖ 1,2,3,4 పాదములు - పుబ్బ 1,2,3,4

ప్రారంభంలో అధిక శ్రమతో లక్ష్యాన్ని ఏర్పరచుకొని సామర్థ్యాన్ని ఉపయోగించి అనుకున్న పనులన్నీ పూర్తి చేస్తారు.ప్రయాణాలు, ఆత్మీయ వ్యక్తుల కొరకు ఖర్చులు చేస్తారు. దూర ప్రదేశాలలో వ్యాపార వ్యవహారాలు, స్నేహ సంబంధాలు, తోబుట్టువులతో చర్చలలో కమ్యూనికషన్ సమస్యలు ఎదురవుతున్నప్పటికీ తెలివితేటల తో వాటిని అధిగమించగలరు. కళాకారులకు నూతన అవకాశాలు. ఆర్థిక విషయాలు అనుకూలం. స్థిరాస్తుల , రుణముల విషయంలో,కుటుంబంలోని స్త్రీల ఆరోగ్య విషయంలో శ్రద్ధ తీసుకుంటారు. వాహనములను నడిపేటప్పుడు తగిన జాగ్రత్తలు అవసరం. విద్యార్థులు పోటీలలో శ్రమతో విజయ అవకాశాలు. వారాంతంలో మానసిక ప్రశాంతత పెరుగుతుంది, సంతానము అభివృద్ధి, విందు వినోదాల్లో పాల్గొంటారు. ఆత్మీయుల కొరకు ఖర్చులు ఆనందాన్ని కలిగిస్తాయి. పెట్టుబడుల కొరకు ఆలోచనలు. మంచి ఫలితాల కొరకు దుర్గా దేవి ఆరాధన మేలు.

కన్యారాశి

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

ప్రారంభంలోకుటుంబంలోమాట విలువ, ఆర్థిక విషయాల కి ప్రాధాన్యత ఇస్తారు. యదార్థవాది బంధు విరోధి అన్నట్లుగా, మాట్లాడేటప్పుడు కొన్ని అభిప్రాయ బేధాలు వచ్చే అవకాశం వున్న రీత్యా ఆచితూచి వ్యవహరించడం మేలు. కొత్త ప్రదేశాల్లో ఆహారం స్వీకరించేటప్పుడు ఆరోగ్య శ్రద్ధ అవసరం. ఆర్థిక విషయాలు మిశ్రమం ఖర్చులు అధికం. వాగ్దానాలలో మాట నిలబెట్టుకోవడానికి అధిక శ్రమ. కుటుంబంలోని స్త్రీల కంటి ఆరోగ్యం గురించి శ్రద్ధ తీసుకుంటారు.రుణములు చేసి పెట్టుబడి పెట్టడానికి ప్రయత్నాలు చేస్తారు. ప్రయాణాల లో నూతన వ్యక్తులు పరిచయాలు. ఆత్మీయులతో కలిపి ముఖ్యంగా భూసంబంధ విషయాలలో చర్చలు జరిపేటప్పుడు ఉద్వేగాలను అధిగమించాలి. వ్యక్తుల సహకారం ఆశించిన స్థాయిలో లేనప్పటికీ, అందినంతవరకు సద్వినియోగ పరుచుకోవాలి. తల్లి ఆరోగ్యం అనుకూలం, స్థిరాస్తుల మీద దృష్టి కేటాయిస్తారు.

తులారాశి

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

ప్రారంభములో వృత్తిపరమైన అంశాలలో శ్రద్ధ, నూతన నిర్ణయాలు ఆలోచనలు చేస్తారు. కొత్త ఉత్సాహంతో ముందుకు వెళతారు. స్నేహ సంబంధాలు అనుకూలంగా ఉంటే. విందు వినోదాల్లో పాల్గొంటారు. ఆత్మీయులతో కలిపి చర్చలు చేస్తారు. వారి కొరకు ఖర్చులు. దూర ప్రదేశాలలో ఉన్న సంతాన విషయంలో పెట్టుబడుల కొరకు నిర్ణయాలు. సృజనాత్మకత పెరుగుతుంది. ఆరోగ్యం అనుకూలం, దీర్ఘకాలిక అనారోగ్య విషయంలో శ్రద్ధ తీసుకుంటారు. కుటుంబ సభ్యులతో మాట్లాడేటప్పుడు, ముఖ్యంగా వృత్తి వ్యాపారాలు, స్థిరాస్తుల విషయంలోనూ, ఆర్థిక నిర్ణయాల లోనూ అహం సమస్యలకు దూరంగా ఉండటం మేలు. వారాంతంలో అనుకున్న పని అనుకున్న సమయంలో సంపూర్ణ సామర్థ్యాన్ని ఉపయోగించి పూర్తి చేస్తారు. వ్యక్తుల సహకారం అనుకూలం. ప్రత్యర్థుల మీద విజయం సాధిస్తారు. దూర ప్రయాణాలకు అవకాశం.

వృశ్చిక రాశి

విశాఖ 4వ పాదము - అనురాధ 1,2,3,4

ప్రారంభంలో కుటుంబ విషయాలలో వృత్తిపరమైన అంశాలలో అధిక శ్రమ ఒత్తిడి, ఆకస్మిక దూర ప్రయాణాలకు అవకాశం. సమయానికి ఆహార స్వీకరణ, విశ్రాంతి, నిద్ర అవసరం. తండ్రి ఆరోగ్యం మీద శ్రద్ధ తీసుకుంటారు. గృహ వాహన విషయాల కొరకు ఖర్చులు. ఆధ్యాత్మిక విషయాల కొరకు ఆలోచనలు. ఇబ్బంది పెట్టడానికి ప్రయత్నం చేసిన వారి మీద విజయం సాధిస్తారు.ధైర్య సాహసాలు పెరుగుతాయి. వృత్తిలో ఉన్నత స్థాయి, పలుకుబడి కలిగిన ఆత్మీయ వ్యక్తుల సహకారం అనుకూలం. గౌరవం, పదవికి నూతన అవకాశాలు. జీవిత భాగస్వామి సలహాతో ముందుకు వెళతారు. కుటుంబ విషయాలకి, సంతాన అభివృద్ధికిఅధికంగా ఖర్చులు. ఆధ్యాత్మిక వ్యక్తుల సహకారం, ఆశీస్సులతో పనులను సాధించుకుంటారు. పనిచేసే ప్రదేశాలలో మాట విలువ పెరుగుతుంది. మంచి మాటలతో, చక్కని ఆలోచనలతో సంతానాని కి మార్గ నిర్దేశం చేస్తారు.

ధనస్సు రాశి

మూలా 1,2,3,4 పాదములు - పూర్వాషాఢ 1,2,3,4 పాదములు - ఉత్తరాషాఢ 1వ

ప్రారంభంలో ఎదురుచూస్తున్న విషయాలు, వర్తమానాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి. విదేశాలలో ఉన్న ఆత్మీయ వ్యక్తులు సహకరిస్తారు. భాగస్వామ్య వ్యవహారాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి. ధైర్య సాహసాలు, క్రీడల పై ఆసక్తి పెరుగుతుంది. నిర్ణయ సామర్థ్యం అనుకూలం. దూర ప్రదేశాలలో మిత్రులతో చర్చలు, నెట్వర్క్ పెంపొందించుకుంటారు. ఆన్లైన్ షాపింగ్, మార్కెటింగ్ చేస్తారు. ఖర్చులు అధికం. నిద్రలేమిని అధిగమించాలి. మొబైల్, కంప్యూటర్ తో అధిక సమయం కంటి ఆరోగ్యాన్ని ఇబ్బంది పెట్టే అవకాశాలు ఉన్న దృష్ట్యా తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. వారాంతంలో విందు వినోదాలు కొరకు ఖర్చులు. ఎసిడిటీని అధిగమించాలి. కొత్త ఆలోచనలు, నూతన ఉత్సాహం, వ్యక్తిగత విషయాల కొరకు ఆకస్మిక ఖర్చులు. ఇమ్యూనిటీ, ఆరోగ్య విషయంలో శ్రద్ధతో ముందుకెళ్లాలి. సంఘంలో గుర్తింపు, శ్రమకి తగిన గౌరవం పొందుతారు.

మకరరాశి

ఉత్తరాషాఢ 2,3,4 పాదములు - శ్రవణం 1,2,3,4 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో జీవిత భాగస్వామి సహకారంతో వృత్తి వ్యాపారాల మీద శ్రద్ధ తీసుకుంటారు. స్నేహ సంబంధాలు అనుకూలం. మాట విలువ, గౌరవం, ఆర్థిక విషయాలనుకులం. కమ్యూనికేషన్ బాగుంటుంది. విదేశీ ప్రయాణాలకు అవకాశం. దూర ప్రదేశాల నుంచి వర్తమానం ఆనందాన్నిస్తుంది. చిన్ననాటి మిత్రులు కలుస్తారు. నాయకత్వ లక్షణాలు పెరుగుతాయి. దంత ఆరోగ్య విషయంలో శ్రద్ధ. స్థిరాస్తులు, వాహనాలు అనుకూలం. తల్లి గారి ఆరోగ్యం, సహకారం బాగుంటుంది. విద్యార్థులకు అనుకూలం. దీర్ఘకాలిక పెట్టుబడుల విషయంలో మంచి నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. పలుకుబడి కలిగిన వ్యక్తులతో, ఉన్నత స్థాయి అధికారులతో సంప్రదించేటప్పుడు తగినట్లు వినయంగా వ్యవహరించి పనులు సాధించుకోగలగాలి. జీవిత భాగస్వామి కుటుంబ సభ్యులకు అవసరమైన చోట కొంతవరకు సహకారాన్ని అందిస్తారు.

కుంభ రాశి

ధనిష్ఠ 3,4 పాదములు - శతభిషం 1,2,3,4

వారం ప్రారంభంలో ప్రత్యర్థుల మీద విజయ సాధనకు, విద్యార్థులు పోటీలలో నెగ్గటానికి అధిక శ్రమతో ముందుకు వెళతారు. కుటుంబ వ్యక్తుల సహకారం అనుకూలం. వృత్తిపరమైన అంశాలలో ప్రయాణాలు, శ్రమ.ప్రశాంతత తక్కువ, నిద్రలేమి, అనవసర ఖర్చుల్ని నియంత్రించుకోవాలి. వాహనాల నడిపేవారు తగిన జాగ్రత్తలతో ముందుకు వెళ్లాలి. పూర్వపు రుణములను వ్యక్తుల నుంచి తిరిగి పొందడం కష్టమనే భావనకి వస్తారు. వృత్తి పరంగా అధికారులతో, కొలీగ్స్ తో ఘర్షణలకు దూరం మేలు. కోపాన్ని నియంత్రించుకోవాలి. నూతన వృత్తిల కొరకు ప్రయత్నం చేసే వారికి శ్రమకి తగిన ఫలితం. ఆశించిన ప్రయోజనాలు పొందుతారు. ఆత్మీయ వ్యక్తులతో అనుకూలం. ఆర్థిక విషయాలు లాభిస్తాయి, దూర ప్రదేశాలలోని ప్రియమైన వ్యక్తులు సహకరిస్తారు. కుటుంబము సంతానము అభివృద్ధి. మంచి ఫలితముల కొరకు నవగ్రహ ఆరాధన మేలు.

మీన రాశి

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

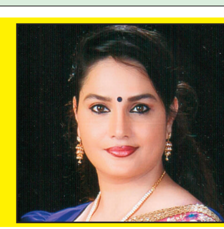
వారం ప్రారంభంలో ఆలోచనలలో అలసత్వం, మానసిక ప్రశాంతత తక్కువ. అనారోగ్యము కన్నా, అనారోగ్య భావనల అధికం. ముఖ్యమైన పనులలో ఆలస్యాలు ఆటంకాలు. భాగస్వామ్య వ్యవహారాలలో, జీవిత భాగస్వామి, సంతాన ఆరోగ్య విషయంలో శ్రద్ధ. అధిక ఖర్చులను నియంత్రించాలి. వారసత్వ ఆస్తుల విషయంలో, స్థిరాస్తులను పెంపొందించుకునే అంశంలో అధిక ఆలోచనలు. తండ్రి, పెద్దల యొక్క సహకారం అనుకూలం. ఉన్నత విద్య ప్రణాళికలు, మంచి గురువులభ్యం. అసంతృప్తిని అధిగమిస్తూ, పుణ్య బలాన్ని పెంపొందించుకుంటారు. భూ సంబంధ విషయాలలో నిర్ణయాలు. కొత్త విషయాల కొనుగోలులో నూతన వ్యక్తులను నమ్మి నిర్ణయాలు తీసుకునేటప్పుడు తగిన జాగ్రత్తలు అవసరం. వృత్తిపరమైన విషయాల అధిక శ్రమ బాధ్యతలు. అభివృద్ధి విషయాలలో జాప్యం.

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 - [illegible] (అపాయింట్ మెంట్ ద్వారానే సంప్రదించవలెను)



మానస వారణాశి