



విద్యార్థులకు మానసిక
ప్రశాంతత అవసరం



అమరావతి మునక ప్రాంతం అని తెలిసినా ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుకత్వంలోని ఎన్డీయే ప్రభుత్వం రాజధాని రక్షణ కోసం ప్రకాశం బ్యారేజీ నుండి వైకుంఠపురం వరకు కృష్ణానదికి కరకట్ట నిర్మాణం చేపట్టనున్నట్లు వార్తలొచ్చాయి. దానివల్ల రాయలసీమకు ఇబ్బందులు వస్తాయంటున్నారు. నిజమేనంటారా?

- పి.చంద్రశేఖర్ రెడ్డి, కడప

అవును శేఖర్గారూ... నేనూ విన్న వార్తల ప్రకారం ఈ కరకట్ట సుమారు 22కిలోమీటర్లు ఉంటుందట! దీనిలో 18.5కిలోమీటర్లు అమరావతి రాజధాని ప్రాంతంలోనే ఉండటం! తొలిదశలో కేవలం 7.2 కిలోమీటర్ల కరకట్టకు రెండు వైపులా రిటెయినింగ్ వాల్స్ నిర్మిస్తారు. అదే విధంగా నాలుగు వరుసల రోడ్లు నిర్మాణం జరుగుతుంది. దీనికి రు. 1300కోట్లు ఖర్చు అవుతుందని ఈ ప్రభుత్వ అంచనా.

ఇంత ప్రజాధనం దుర్వినియోగం చేస్తూ అక్కడ రాజధానిని నిర్మించడం ఆంధ్రప్రదేశ్ కు మంచిది కాదని 2014నుండి రాయలసీమ ఉద్యమకారులేకాదు, మేధావులు కూడా చెబుతూనే ఉన్నారు. కృష్ణానది పై సిద్దేశ్వరం దగ్గర కేంద్రం నిర్మించతలపెట్టిన తీగల వంతెన నిర్మాణం బదులుగా 'బ్రిడ్జ్ కమ్ బ్యారేజీ' నిర్మించాలని కేంద్రాన్ని కోరలేని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇలా వేల కోట్లు రాజధాని రక్షణ కోసం కృష్ణానది గట్టున కుమ్మరించాలనుకోవడం విచిత్రంగా లేదా. రాయలసీమ ప్రాంతం నుండి పారిపోయే వరద జలాలను రాయలసీమ ప్రాంతంలో ఉన్న రైతాంగానికి అందించడానికి మన తుంగభద్ర కృష్ణానదుల పై ప్రాజెక్టులను నిర్మిస్తే విజయవాడ అమరావతి ప్రాంతాలకు వరద ముప్పు తగ్గించవచ్చు అనేది. ఇప్పటికైనా ఈ ప్రభుత్వం గ్రహించి కరకట్టకు పెట్టే వేల కోట్లను రాయలసీమ ప్రాంతంలో ప్రాజెక్టులను నిర్మించడానికి పెడితే శాశ్వతముగా అమరావతి విజయవాడ నగరాలను రక్షించవచ్చును.

చిత్రమేమిటంటే, రాయలసీమ మీద బ్రిటిష్ వాళ్లే ఎక్కువ దృష్టి పెట్టి ఈ ప్రాంతంలో కరువుకష్టాలు తగ్గించేందుకు చాలా ప్రయత్నించారు. స్వాతంత్ర్యం వచ్చాకే రాయలసీమను నిర్లక్ష్యం చేయడం ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. ఈ ప్రాంతంలో 18వ శతాబ్దంలో దాతు, డొక్కల కరవులు వచ్చాయని చెబుతారు. వేలా మంది ఆకలితో మాడి చచ్చిపోయారని పెద్దలు గుర్తు చేస్తుంటారు. డెక్కల కరువులు కథలూ పూరూర వినబడతాయి. రాయలసీమ ప్రాంతంలో ఉన్న ప్రజలు 'అన్నమో రామచంద్ర' అని అలమటిస్తున్నప్పుడు, అప్పటి పాలకులుగా ఉన్న తెల్లొళ్లకు దయ కలిగి మెకెంజీ అనే అధికారి ఆధ్వర్యంలో నల్లమల దట్టమైన అడవులలో గుర్రాల పై వెళ్లి సర్వే చేయించి ప్రాజెక్టుల కట్టే సాధ్యసాధ్యదాలను పరిశీలించారు. క్రిష్ణానది సిద్దేశ్వరం దగ్గర, సప్తనదుల కలయిక తర్వాత, భారీ రెండు కొండల మధ్య చిన్న పాయగా ఉద్యతంగా పారుతూ పోయే ప్రదేశంలో అలుగు నిర్మించాలని భావించారు. రాయలసీమ, తెలంగాణ ప్రాంతంలో ఉన్న ప్రజలకు వరద నీటిని మట్టించి కాపాడాలనే చిత్త శుద్ధితో వాళ్లు ఆపని చేశారు. సిద్దేశ్వరం-అలుగు నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన చేయడం జరిగింది.

నూకారపు సూర్యప్రకాశరావు
చైర్మన్, నేటి దిన పత్రిక సూర్య

ఉమ్మడి మహబూబ్ నగర్ జిల్లా నారాయణపేటలో జరిగిన బహిరంగసభలో రేవంత్ మాట్లాడుతుంటే కేసీఆర్ వల్లే చంద్రబాబునాయుడుతో పంచాయితీ మొదలైనట్లు ఆరోపించాడు. ఏపీ ప్రభుత్వం ప్రతిరోజూ 10 వేల క్యూసెక్కుల నీటిని తరలించుకుపోతున్నట్లు మాజీమంత్రి హరీష్ రావు పెద్దఎత్తున రేవంత్ పై ఆరోపణలు చేసిన విషయం తెలిసింది. చంద్రబాబుతో రేవంత్ కున్న వ్యక్తిగత స్నేహంవల్లే నీటిని తరలించుకుని వెళుతున్నా తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఏమీ మాట్లాడటంలేదని హరీష్ తీవ్రంగా ఆరోపించారు నిజంగానే రేవంత్ చంద్రబాబుల మధ్య పంచాయితీ జరుగుతుందా?

వి. సంధ్యారాణి, హైదరాబాద్

అవును నేనూ విన్నాను సంధ్యగారూ అప్పట్లో జగన్ కు అనుకూలంగా కేసీఆర్ వ్యవహరించారనే కాసేపు అనుకుందాము. కేసీఆర్ ఉదాసీనంగా వ్యవహరించబట్టే ఏపీలో ప్రాజెక్టులకు తెలంగాణ నీళ్ళని తరలించుకుని పోతున్నది నిజమే అనుకుందాం. మరిపుడు రేవంత్ చేస్తున్నదేమిటి ?

చంద్రబాబు ముఖ్యమంత్రి అయినదగ్గర నుండి ప్రతిరోజూ 10 వేల క్యూసెక్కుల నీటిని ఏపీ ప్రభుత్వం తీసుకుంటోందని హరీష్ చేసిన ఆరోపణలు వాస్తవమే అని అర్థమవుతోంది. ఎందుకంటే ఇప్పుడు రోజుకు చంద్రబాబు ప్రభుత్వం తీసుకుంటున్న 10 వేల క్యూసెక్కుల నీటికి కేసీఆర్ నిర్వాహక కారణమని రేవంత్ అనటమే ఆశ్చర్యం. అంటే, ఇప్పుడు ఏపీ ప్రభుత్వం ప్రతిరోజూ 10 వేల క్యూసెక్కుల నీటిని తరలించుకుపోతున్నదని రేవంత్ అంగీకరించినట్లే కదా.

ఇప్పుడు చంద్రబాబు ప్రభుత్వం నీటిని తరలించుకుపోవటానికి అప్పట్లో కేసీఆర్ ఉదాసీనంగా వ్యవహరించడమే కారణమని రేవంత్ అనటంలో అర్థమేలేదు. పదేళ్ళు అధికారంలో కేసీఆర్ తప్పులుచేశారనే కదా జనాలు ఓడించి కాంగ్రెస్ కు అధికారం కట్టబెట్టింది. అప్పట్లో కేసీఆర్ చేసిన తప్పునే ఇప్పుడు తానూ చేస్తానని రేవంత్ అనటంలో అర్థమిందా ? తెలంగాణ ప్రయోజనాలకు కట్టుబడి ఉండటమే నిజమయితే, ఏపీ ప్రభుత్వం తీసుకుపోతున్న నీటివల్ల నిజంగానే తెలంగాణకు అన్యాయం జరుగుతున్నట్లయితే వెంటనే ఏపీ ప్రభుత్వం తీసుకువెళుతున్న నీటిని రేవంత్ అడ్డుకోవాలి. అప్పుడు కదా తెలంగాణకు రేవంత్ న్యాయంచేసినట్లయ్యేది. ఒకవేళ ఏపీ ప్రభుత్వం తీసుకెళుతున్న 10 వేల క్యూసెక్కుల నీటి విషయంలో హరీష్ ఆరోపణలు తప్పుయితే అదే విషయాన్ని రేవంత్ బహిరంగంగా జనాలకు చెప్పాల్సింది. హరీష్ ఆరోపణలు ఏ విధంగా తప్పి జనాలకు వివరించుండాలి. చంద్రబాబుతో ఇప్పుడు తనపంచాయితీకి పదేళ్ళ కేసీఆర్ అధ్యాన్నపాలనే కారణమని రేవంత్ సమర్థించుకుంటే తెలంగాణ జనాలు క్షమించరు.



ఆంధ్రా ప్రాసాద్ అన్నపురెడ్డి

తెజెండ్

ధిక్కుడై మనస్తత్వ శాస్త్రంపై, బౌద్ధధమ్మంపై ఎన్నో ప్రామాణికమైన గ్రంథాలు విరచించిన ప్రతిభా శాలిగా నిలిచారు. ఎంతో మందికి విజ్ఞానపు వెలుగులు అందించారు. పదహారేళ్ల సుదీర్ఘకాలం మిసిమి పత్రికకు సంపాదకునిగా పని చేశారు. ఒక మనో విజ్ఞాన శాస్త్ర వేత్తగా, సామాజిక శాస్త్రవేత్తగా, విశ్లేషకునిగా, బౌద్ధ తత్వవేత్తగా, సాహిత్య విమర్శకునిగా, భాషా శాస్త్రవేత్తగా, అనువాదకునిగా, సంపాదకునిగా... లోతైన అంతర దృష్టిని, పాండిత్యాన్ని కలిగిన వ్యక్తిగా పేరెన్నిక గన్నారు. ఆయనే "ఆంధ్రా కార్ల మార్ష" గా గుర్తింపును పొందిన అన్నపురెడ్డి.

గుంటూరు జిల్లా తెనాలి తాలూకా తూములూరు గ్రామంలో అన్నపరెడ్డి తన అమ్మమ్మ గారింట్లో 1933, ఫిబ్రవరి 22న పుట్టారు. తల్లి గోవిందమ్మ, తండ్రి అప్పిరెడ్డి. అన్నపరెడ్డి ఏడాది బిడ్డగా ఉన్నప్పుడే అతని తల్లిని ఆత్మ కూరులో ఉన్న తన ఇంటి నుంచి తండ్రి వెళ్లగొట్టాడు. దాంతో ఆమె నిస్సహాయస్థితిలో అన్నపరెడ్డిని చంక నెత్తుకుని పుట్టిల్లు చేరి, తల్లి తండ్రి తానై, అన్నపరెడ్డిని పెంచింది.

నిరుపేద కుటుంబం రెక్కాడితేగానీ డొక్కాడని పరిస్థితి. ఎన్నోరకాల ఈసడింపుల మధ్య బాల్యం సాగింది. నాలుగైదేళ్ల వయసులోనే గొడ్లకాపరిగా జీవితం మొదలైంది. నెలకు రెండు రూపాయలొచ్చే గొడ్లకాపరి పనిలో అన్నపరెడ్డి ఉండి పోవడంతో అతని చదువు గురించి ఎవరూ పట్టించు కోలేదు.

రోజుకు ఒక అణా (రూపాయిలో 16వ వంతు)కి కూలీకి వెళ్లే మా అమ్మ, ఒక కాణీ (రూపాయిలో 64వ వంతు) పెట్టి పలక కాని బడికి పంపలేక పోయింది. ఆమె నిరక్షరి కావటంతో నన్ను బడికి

పంపాలనే ఆలోచనా ఆమెకు పొడమలేదు. పక్కంటి పిల్లవాని పెద్ద పలక పగిలి రెండు చెక్కలైతే... ఒక చెక్క నాకిచ్చి వాడు నన్నా బడికి వాడు నన్ను ఆ బడికి తీసు పోయిన సంఘటన జీవితంలో మరిచి పోలేనేదని ఒక సందర్భంలో పేర్కొన్నారు. సమాజంలో కుల, మతాలు అంటే ఏమిటో తెలియని రోజుల్లోనే చిన్ననాడే అన్నపరెడ్డికి కుల వివక్ష ఎదురైంది.

ఎప్పుడూఎవరి జీవితమూ పూల బాట కాదు. అలాగని ముళ్లబాటా కాదు అని ఆయన నమ్మేవారు. బాల్యం నుంచీ ఎదురైన ఎన్నో జీవితానుభవాలు అన్నపరెడ్డిలో ఆలోచనా వికాసానికి పునాదులు వేశాయి. అన్నపరెడ్డి వెంకటేశ్వర రెడ్డి ప్రముఖ రచయిత, తత్వవేత్త, అధ్యాపకుడు, సంపాదకుడు, బౌద్ధమతావలంబి.

ప్రాముఖ్య తెలుగు చేసిన వాడిగా, 'మిసిమి' సంపాదకుడిగా, బౌద్ధ రచనల మీద విశేష కృషి చేసి తన పేరునే అన్నపరెడ్డి బుద్ధ ఘోష దుగా మార్చుకున్న 'కళారత్న', 'బౌద్ధరత్న', 'సద్గర్భ మహోపా ధ్యాయ' అన్నపురెడ్డి వెంకటేశ్వర రెడ్డి. ఆయన 1933, ఫిబ్రవరి 22వ తేదీ మహాశివరాత్రి నాడు, గుంటూరు జిల్లా, కొల్లిపర మండలం తూము లూరు గ్రామంలో జన్మించారు. విద్యాభ్యాసం కొల్లిపర హైస్కూల్లో, గుంటూరు హిందూ కళాశాల, ఆంధ్ర విశ్వ విద్యాలయం వాల్తేరులలో గడచింది. తెనాలి లోని వి.యస్. ఆర్. కళాశాల, వి.యస్.ఆర్ %% యస్.వి.ఆర్. కళాశాల, గుంటూరు లోని జె.కె.సీ. కళాశాలలో 1957 నుండి 1991 వరకు అధ్యాపకుడి గా సామాజిక శాస్త్రాలను బోధించారు. ఆ తరువాత వడ్లమూడి లోని విజ్ఞాన్ డిగ్రీ కళాశాలలో కొంతకాలం పనిచేశారు. (మిగతా వచ్చేవారం)

రామ కిష్టయ్య సంగస భట్ల...
9440595494

కష్టాలు, కన్నీళ్ల మధ్య గడిపిన బాల్యం ఆయనది. కుల వివక్షతో కలిచి వేయబడ్డ సున్నిత మనసు ఆయనది. తండ్రి నిర్లక్ష్యానికి గురై, బడికెళ్లాల్సిన వయసులో గొడ్లను కాయడానికే పరిమితమై, ఒక బాలుని సగం విరిగిన పలక ముక్క పొంది, పాఠశాలలో అడుగుపెట్టిన ఆయన ఆ తర్వాత కాలంలో విద్యా

నవ కవిత్వం
తెంగ్లీష్ తెగులు



తెలుగుకు పట్టింది ఇంగ్లీష్ తెగులు
ఆంగ్లము లేనిదే ఆంగ్లము లేదు
తెలుగు సంక్రమణ తెంగ్లీష్ మారె
ఆంగ్లము అనాధగా దిగులు చెంది
తెలుగు వాక్యం బంగారమైపోయే !

తొడుగుతున్నాయి విదేశీ రెక్కలు
ఆంగ్లం మాత్రమే మాట్లాడేటోడు..
అతి తెలివి తెలుగోడై మురిసె !

తెలుగు మాట్లాడితే అజ్ఞానులని..
అవహేళన చేసే అకాలాలోచ్చె
అమ్మ భాష అంటే అలుసైపోయే
అంతరిపోతున్నాయి ఆంగ్ల పదాలు
తెలుగు విద్యను అడిగే నాధుడే
కరువు !

మాతృభాష అమృత కమ్మన..
అమ్మ నేర్పిన పలుకు బహుముచ్చట
తెలుగు తల్లి మెదన వేయాలి..
ఆంగ్ల అక్షర నిరాజనాల మాల
ప్రపంచమంతటా ప్రతిధ్వనించాలి..
అచ్చ తెలుగు తేట పలుకుల
ఊటలు
అమ్మ ఆప్యాయత పంచిన దేవత..
తెలుగు తెలివిన పెంచిన తల్లి !

ఆంగ్లము నందన పనంలో..
ఆంగ్లము కలుపు మొత్తై మిగిలె
ఇంగ్లీషు మీడియా చదువులే..

మధుపాణి
9949700037

లేఖలు

ముఖచిత్ర కథనం
ఈ వారం మొబైల్
వరల్డ్ 2025 గురించి
మాకు తెలియని ఎన్నో
వివరాలు అంబించిన
రచయిత వియ
కుమార్త క ధన్య
వాదాలు సందర్భాను
సారం ఈ రచన
ప్రచురణ బాగుంది.
అన్ని పత్రికలకు
విభిన్నంగా భిన్న
అంశాలను ముఖపత్ర
కథనాలుగా ప్రచురి
స్తున్న మీకు, సంపాద
క పర్సనలికి,

యాజమాన్యానికి ధన్యవాదాలు. ఈ
తరహా మరిన్ని కథనాలు
ప్రచురించాలని కోరుతున్నా ము.
సందర్భాను సారంగా మన పత్రికలో
ప్రత్యేక వ్యాసా లు రాయించి
ప్రచురిస్తున్న మీకు, సంపాదక వర్గానికి
కృతజ్ఞతలు. తెలుగు భాషపైనా ఓ
ప్రత్యేక కాలమ్ నిర్వహిస్తే బాగుం
టుంది. భాషను మర చిపోయి భావ
దారిద్రంలో ఉన్న వారికి ఉపయోగ
పడుతుందని నా మనవి.

- వారాంతపు రజనీ, వరంగల్
-బి మధుశేఖర్, హైదరాబాద్

సినిమా రివ్యూలు బాగున్నాయ్
వారం వారం విడుదలవుతున్న చిత్రా
లలో మంచి చెడ్డలను, నటీ నటులు,



సాంకేతిక నిపుణుల పనితీరును
అర్థవంతంగా వివరి స్తున్న విశ్లేషకు
లకు ధన్యవాదా లు. ప్రధానంగా
ధియేటర్లలోకి రాకుండా ఓటిటికే
పరిమితమవు తున్న సినిమా లపైనా
విశ్లేషణలే చేస్తుండటం హర్షించదగ్గది.

- ముక్కామలపద్మావతి,
హైదరాబాద్
కథలు బాగున్నాయి
వారం వారం ప్రచురిస్తున్న కథలు
బాగున్నాయి కొత్త రచయితలకు మీరం
దిస్తున్న ప్రోత్సాహం బాగుం ది. .
రచిత కథనాన్ని బాగా నడిపిస్తున్నారు.
మంచి రచ నలు అందిస్తున్న మీకు
ధన్యవా దాలు
-శ్రీవల్లి తన్మయ్, హైదరాబాద్,

మౌన రాగం

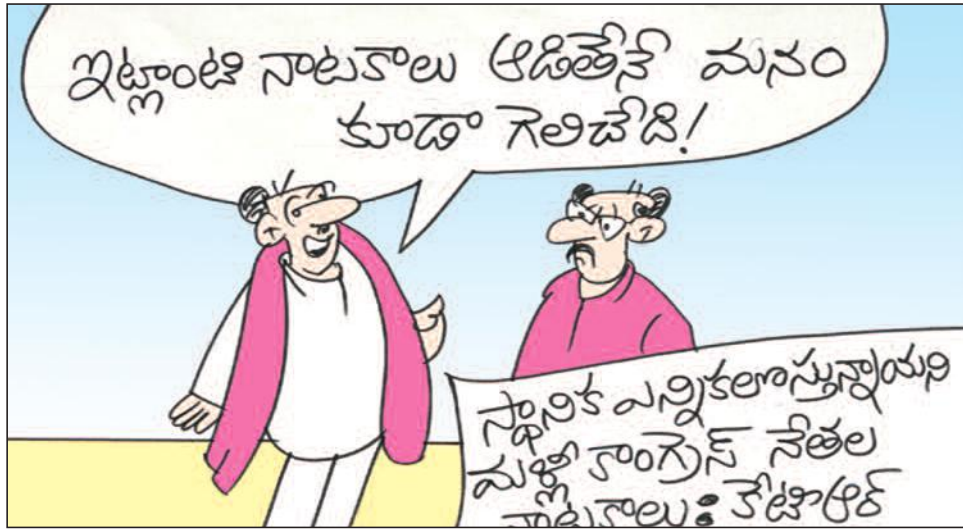
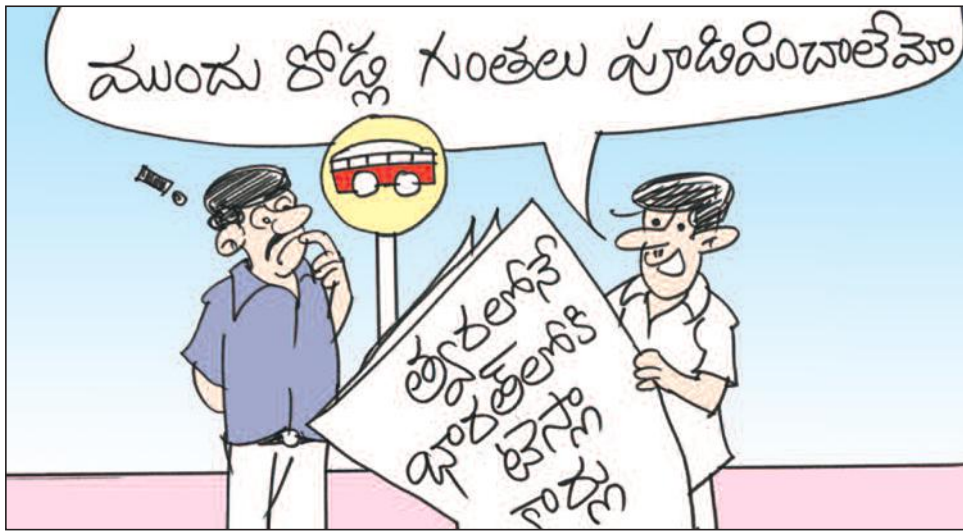


జీవితాంతం ఒకరికొకరు
కోడుంటామని
ఆలుమగలు పెళ్లినాడు చేసుకున్న
భాసలు
అనురాగపు పొదరింట్లో పిల్లలతో
కలిసి
ఆనందభరితంగా చెప్పుకునే ఊసులు
కష్టాలెన్ని ఎదురైనా ఆ కడలిని
ఈడేందుకు
ఇద్దరూ కూడదీసుకునే శక్తిసామర్థ్యాలు
అయినవారి భీత్యారం.. కానివారి
కనికరం
ఎల్లవేళలా వెన్నుదన్నుగా నిలిచే
హితులు
కుట్రలు కుతంత్రాలకు పథక రచన
చేస్తూ

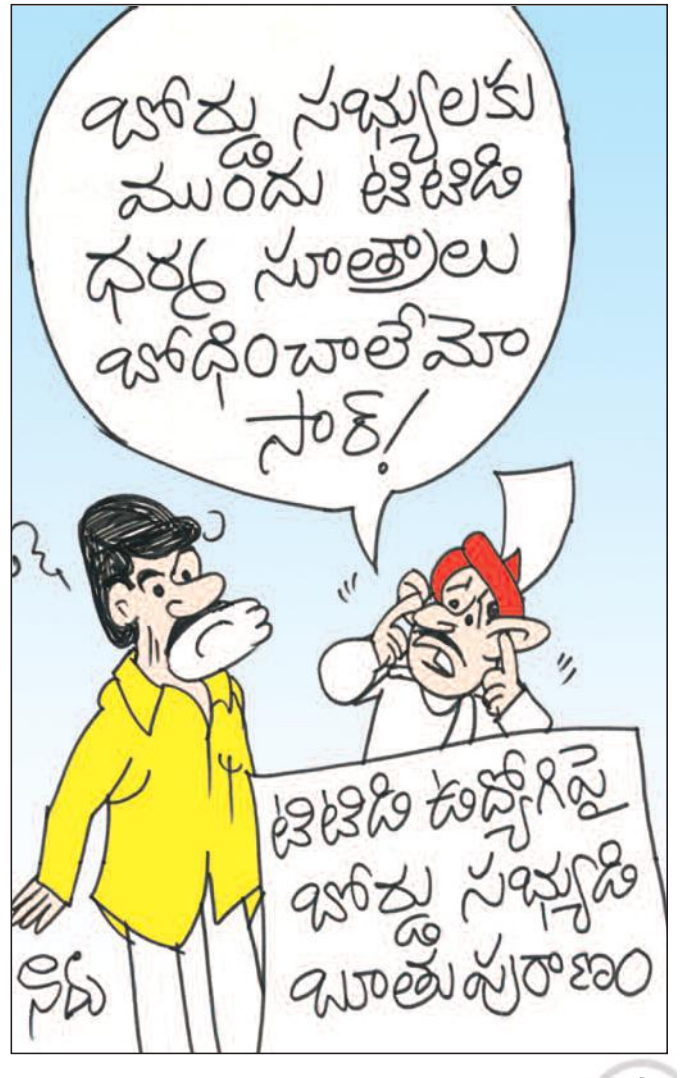
సంతోషంగా ఉంటే పుల్లలు పెట్టే
ప్రబుద్ధులు
జీవితమనే చదరంగం ఆటలో
ఎవరినెప్పుడు మింగుతాయో
పాములు
పునాదులపై సమాధులు కట్టే మేధాణ్ణి
వీధిన పడుతున్న ఎన్నెన్నో
కుటుంబాలు
ఇంతింత వటుడింతై అన్నట్లు
ఇంతిపై ఇంటాయన కోపతాపాలు
తలపుల తలుపులు మూసిన వేళ
ఎదలో పలికేవి మౌనరాగాలే
తామరాకు మీద నీటి బిందువుల్లా!

- శర్మ సీహెచ్.,
9440587567

వ్యాఖ్య



నారు





సూర్య

బాలల కథ

బుడత



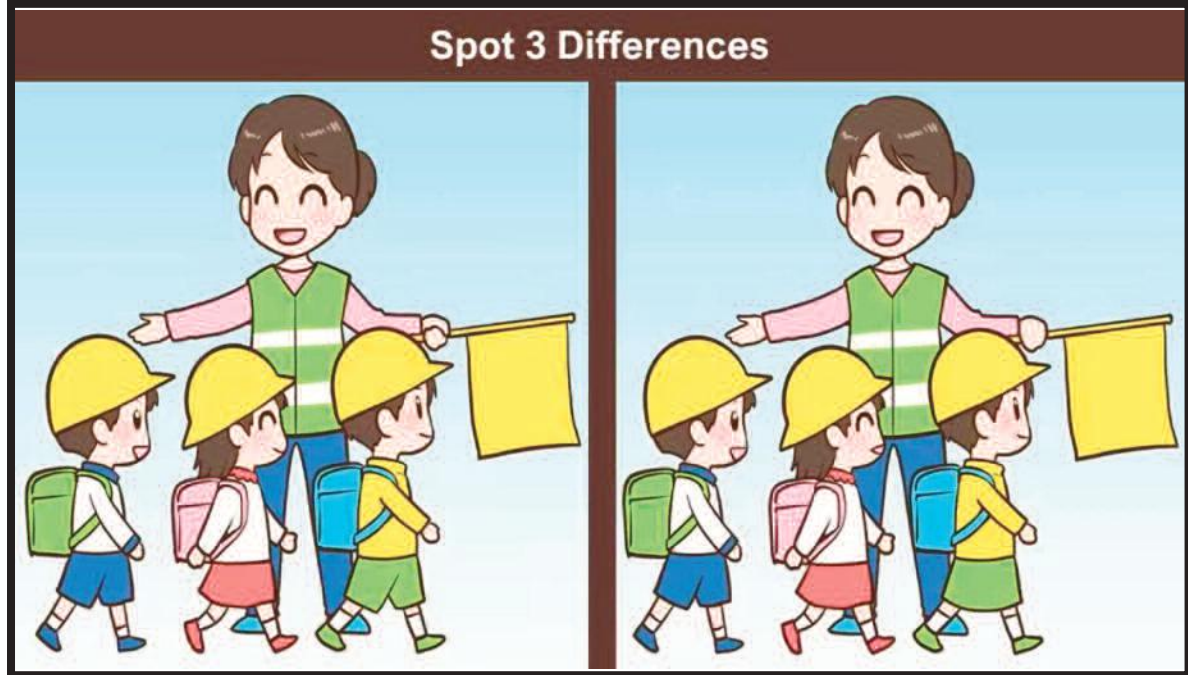
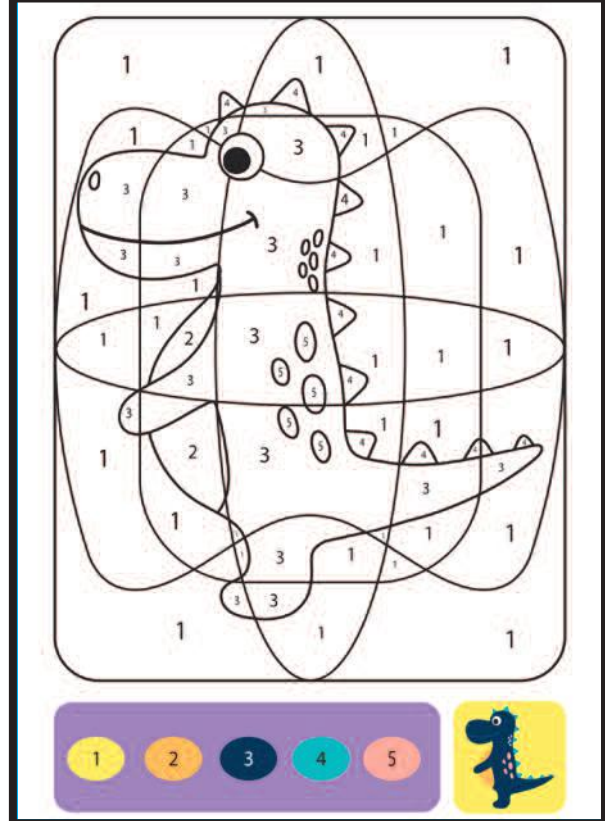
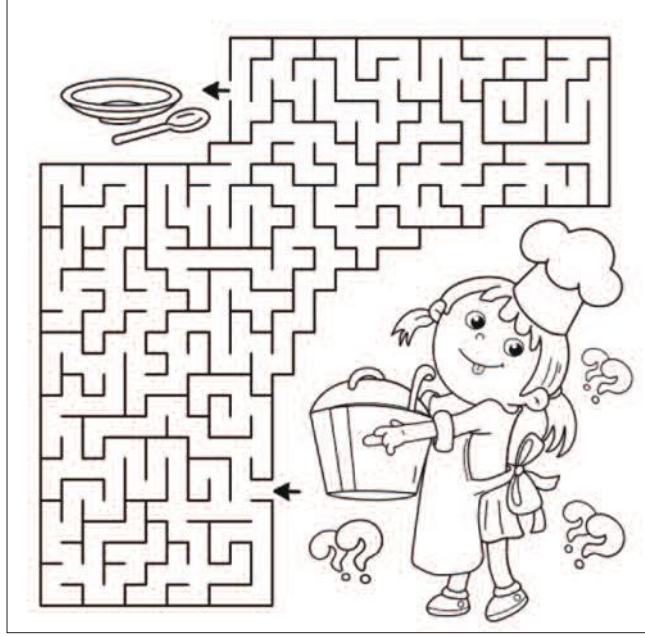
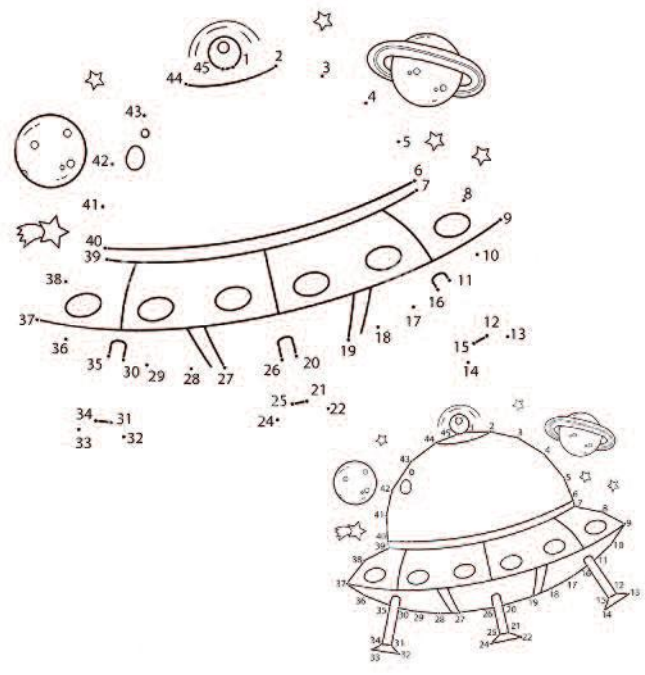
అపకారికి ఉపకారం

అనగనగా ఒక అడవి. ఆ అడవిలో పెద్ద మర్రిచెట్టు. ఆ చెట్టుపై ఎన్నో పక్షులు నివసిస్తుండేవి. చెట్టు మీద పక్షులు గుళ్ళు కట్టుకుని పిల్లాపాపలతో సుఖంగా జీవించసాగాయి. పిల్లలే సర్వసంగం పక్షులు బతికేవి. సూర్యోదయానికి పూర్వమే పక్షులన్నీ నిద్ర లేచి పిల్లలకు పాలిచ్చి గుంపులుగా ఆహారం కోసం బయటికి వెళ్ళేవి. పక్షి పిల్లలు దగ్గర వృద్ధ, అవిటి పక్షులను కాపలా ఉంచేవి. పొద్దుగుంకినాక తిరిగి ఆహారంతో గూటికి చేరేవి. ఆ ఆహారాన్ని పిల్లలకు తినిపించేవి. తమ పిల్లలకు రక్షణగా ఉన్న వృద్ధ, వికలాంగ పక్షులకు కొంత భాగం తాము తెచ్చుకున్న ఆహారంలో ఇచ్చేవి. తమను పోషి చుతున్న పక్షుల పిల్లలను ప్రాణ సమంగా ఆ వృద్ధ, అవిటి పక్షులు చూసుకునేవి. ఇలా కాలం అటు పక్షులకు, పక్షి పిల్లలకు, రక్షణగా ఉన్న పక్షులకు గడిచిపోతుండేది. పక్షుల కిలకిలరావాలతో మర్రిచెట్టు ఆ మర్రిచెట్టు కింద ఒక పెద్ద పుట్ట ఉండేది. అందులో ఓ పెద్ద పాము తన పిల్లతో కలిసి కాపురముండేది. ఆ పాముక మాయావి. తన జాతితో వైరమున్న పక్షి పిల్లలు, పక్షి గుడ్లు పై పాము కళ్ళు ఎప్పుడూ ఉండేవి. ఉదయం నుంచి సాయంకాలం వరకు పాము చెట్టు పైనున్న పక్షి పిల్లల వైపే చూసేది. ఎప్పుడు అపకాశం దొరుకుతుందని పాము చూసేది. కాని అపకాశం చిక్కేది, దక్కేది కాదు. కాపలా ఉన్న పక్షులు అంత జాగ్రత్తగా కామకు కూర్చునేవి. కొంతకాలానికి ఊసరవెల్లిలా రంగులు మార్చే పాము తన కుటిల బుద్ధి ఉపయోగించి కాపలా పక్షుల కళ్ళు కప్పి చెట్టుపైనున్న పిల్ల పక్షులను, పక్షిగుడ్డులను తినేసేది. తిని చల్లగా చడిచప్పుడు కాకుండా ఏముకులను కాపలా పక్షుల గూడులో పడ వేసేది. పిల్ల పక్షులు, పక్షి గుడ్లు మాయమవటం మొదట్లో పక్షులు గమనించలేదు. తరువాత గమనించి లబోదిబోమన్నాయి. కాపలా పక్షుల గూటిలో ఉన్న ఏముకులను బట్టి అవే తమ పిల్లలను, గుడ్డును తింటున్నాయని భావించి తమ గోళ్ళతో పొడిచి మర్రిచెట్టు నుండి తరిమేసాయి. అవి ఎంత చెప్పినా వినుపించుకోలేదు. ఆహారానికి వెళ్లే పక్షుల్లో కొన్ని వాంతులువారీగా కాపలా ఉండేవి. ఒక సారి పాము ఎప్పటిలాగే చెట్టుపైకి రావడం చూసి, తరిమి తరిమి కొట్టాయి. అన్నీ పక్షులుకు పాము విషయం తెలిసి అప్పటి నుంచి చాలా జాగ్రత్తగా వున్నాయి. పాము నోటిలో పడకుండా పిల్లలను పక్షులన్నీ కాపాడుకున్నాయి. పాము పక్షులు బాధ పడలేక చెట్టు వైపుకు చూడడం మానేసింది. అనవసరంగా వృద్ధ, అవిటి పక్షులును తరిమినందుకు పక్షులన్నీ బాధపడ్డాయి.



ఒకరోజు పాములు పట్టేవాడు మర్రిచెట్టు మొదట్లో ఉన్న పుట్టదగ్గరకు వచ్చాడు. బూర ఊది పామును, పాము పిల్లను పట్టి బుట్టలో వేసుకుని పోతున్నాడు. ఈ విషయాన్ని చెట్టుపై నున్న పక్షుల న్ని చూసాయి. వెంటనే ఆ పాములవాణ్ణి తమ వాడి ఐన గోళ్ళతో రక్కడం, పొదవడం చేశాయి. పాములు వాడిపై పాములన్నీ గుంపుగా నాలుగువైపులనుండి దాడి చేశాయి. ఊహించని ఈ పరిణామానికి పాములు వాడు తట్టుకోలేక బుట్టతో సహా పాములును కిందపడవేయడంతో పాములు తప్పించుకున్నాయి. తమకు ప్రాణభిక్ష పెట్టిన పక్షులతో పాములు “మేము మీకు అపకారం చేసినా మీరు మాకు ఉపకారం చేశారు. మీ బుణం ఈ జన్మలో తీర్చలేనిద”ని అన్నాయి. అప్పుడు పక్షులు “ఉపకారికి ఉపకారం చేయడం గొప్ప విషయం కాదు. అపకారికి ఉపకారం చేసేవాడే నేర్పరి “అన్నాయి.” మానవులెంత అపకారం చేసిన చెట్లు ఉపకారం చేస్తూనే ఉంటాయి. మానవులు చెట్లను నరికినా మరల చిగురించి అమృతం పంచుతాయి. చెట్లు ఉపకారంతో పోల్చితే మేము చేసింది ఎంత “అని పక్షులు పాములతో అన్నాయి.” ఐనా మీకు మాకు జాతి వైరం వుంది కదా “అన్నాయి పాములు. దానికి పక్షులు “మనందరం అడవి తల్లి బిడ్డలం. కలిసిమెలసి అన్నదమ్ముల్లా ఉందాం. జాతి వైరం అనుకుని ఎదుటి జీవులు దగ్గర చులకన కావద్దు” అని పలికాయి. పక్షుల విశాల హృదయానికి పాములు సంతోషిస్తూ అప్పటి నుండి జాతి వైరం వదిలి వాటితో కలిసి హాయిగా జీవించసాగాయి.

రాళ్లబండి సంగంనాయుడు , 9490935258





ఎవరైనా బరువు తగ్గాలని అనుకుంటే వారు చేసే మొదటి పని ఆహారం తినడం తగ్గించి నుండి రోటీ తినడం. రోటీ, అన్నం రెండూ శరీరాన్ని శక్తివంతం చేయడంలో సహాయపడే కార్బోహైడ్రేట్లు కలిగిన వనరులు. రోటీ, అన్నం అధికంగా తినడం వల్ల మీ బరువు వేగంగా పెరుగుతుంది. కార్బోహైడ్రేట్లతో పాటు, ఇందులో అధిక కేలరీలు కూడా ఉంటాయి. అందుకే ఫిట్నెస్ ప్రియులు తక్కువ కేలరీలు కలిగిన, శరీరానికి శక్తిని అందించే ఆరోగ్యకరమైన ఫుడ్ లేదా డ్రింక్స్ కోసం చూస్తారు. మీరు మీ బరువు తగ్గించే ప్రయాణంలో రోటీ, అన్నానికి బదులుగా ఆరోగ్యకరమైన ప్రత్యామ్నాయం కోసం చూస్తున్నట్లయితే మీకు కొన్ని ఆరోగ్యకరమైన డ్రింక్స్ చాలా బాగా ఉపయోగపడతాయి. అంతే కాకుండా ఇవి బరువు తగ్గడానికి చాలా మేలు చేస్తాయి. ఈ బరువు తగ్గించే డ్రింక్స్ మీ శరీరంలోని కొవ్వును వేగంగా తగ్గించుకోవడానికి సహాయపడటమే కాకుండా, మీ కడుపుని ఎక్కువసేపు నిండుగా ఉంచడానికి కూడా సహాయపడతాయి. మరి ఆ డ్రింక్స్ ఏంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

పసుపు పాలు: పసుపు పాలులో అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. పసుపు

బెల్లీ ఫ్లాట్ మాయం!

పాలు జలుబు, దగ్గు వంటి వాటిని తగ్గించడానికి మాత్రమే కాకుండా బరువు తగ్గడానికి కూడా దివ్యవృద్ధిగా పరిగణించబడుతుంది. ఇది కొవ్వు నిల్వను నియంత్రిస్తుంది. అంతే కాకుండా శరీరాన్ని సరళంగా చేస్తుంది. దీనిని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల కొవ్వును కరిగించే ప్రక్రియ వేగవంతం అవుతుంది.

మజ్జిగ : వేసవిలో తీసుకునే మజ్జిగ కూడా మీ బరువు తగ్గించేందుకు చాలా బాగా ఉపయోగపడుతుంది. ప్రోటీన్ అధికంగా ఉండే మజ్జిగ మీ కడుపు చాలా సేపు నిండిన ఉండే అనుభూతిని కలిగిస్తుంది. పెరుగుతో మజ్జిగ తయారు చేస్తారు. ఇది శరీరంలో ప్రోబయోటిక్స్, ప్రోటీన్ లోపాన్ని తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. దీనిని తరచుగా తీసుకోవడం వల్ల మీకు 3-4 గంటల పాటు ఆకలి వేయదు. భోజనం



తర్వాత మజ్జిగ కూడా తీసుకోవచ్చు. బరువు తగ్గాలని అనుకునే వారు తరచుగా మజ్జిగ తీసుకోవడం చాలా మంచిది.

మునగకాయ తినడం వల్ల అనేక ప్రయోజనాలు ఉంటాయి. కొన్ని రకాల ఆరోగ్య సమస్యలు రాకుండా ఉండాలంటే మునగ కాయ తినడం మంచిది. వేసవి కాలం వచ్చేసరికి మన శరీరానికి తాజాదనం, పోషకాల అవసరం పెరుగుతుంది. ఈ సీజన్లో, రుచికరంగా ఉండటమే కాకుండా ఆరోగ్యాన్ని మురుగు పరిచే కూరగాయలను తినాలి. వేసవిలో అనేక రకాల కూరగాయలు లభిస్తాయి. వాటిలో ప్రధానమైన కూరగాయలలో ఒకటి మునగకాయ, దీనిని 'మోరింగ్' అని కూడా పిలుస్తారు. ఇది వేసవిలో శరీరాన్ని చల్లగా ఉంచడంలో మునగ సహాయపడుతుంది. అంతే కాకుండా పోషకాలతో కూడా ఇది సమృద్ధిగా ఉంటుంది. ఇందులో లెక్కలేనన్ని విటమిన్లు, ఖనిజాలు లభిస్తాయి. మరి మునగకాయ మీ ఆహారంలో భాగంగా చేర్చుకోవడం వల్ల ఎలాంటి లాభాలుంటాయనే విషయాలను గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

మునగ కాయ తింటే..

మునగ యొక్క ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు:

మునగకాయ రసం తాగడం వల్ల త్వరగా బరువు తగ్గవచ్చు. ఈ రసంలో విటమిన్ సి, విటమిన్ ఎ (బీటా-కెరోటిన్), విటమిన్ కె, అనేక బి విటమిన్లు (బి1, బి2, బి3, బి6, మరియు ఫోలేట్) ఉంటాయి. మునగకాయలో మంచి మొత్తంలో ఫైబర్, విటమిన్లు ఉంటాయి. ఇవి జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి. విటమిన్ బి12, థియామిన్, నియాసిన్ జీర్ణ రసాల ఉత్పత్తిని ప్రోత్సహిస్తాయి. తద్వారా జీర్ణక్రియ ప్రక్రియ మెరుగుపడుతుంది.

మునగకాయలో బయో యాక్టివ్ సమ్మేళనాలు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో మంటను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. ఇది హానికరమైన ఫ్రీ రాడికల్స్ తటస్థీకరించడం ద్వారా శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.

మునగలో యాంటీ బాక్టీరియల్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఇవి బ్యాక్టీరియాతో పోరాడటానికి సహాయపడతాయి. ఇది ఉబ్బం, శ్వాసకోశ సమస్యలను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. అంతే కాకుండా శరీర రోగనిరోధక శక్తిని బలోపేతం చేస్తుంది. మునగకాయలో లభించే ప్రోటీన్ కొల్లాజెన్ చర్మ నాణ్యతను మెరుగుపరుస్తుంది. అంతే కాకుండా రక్తాన్ని శుద్ధి చేస్తుంది. తద్వారా మొటిమలు, వీటి వల్ల వచ్చే మచ్చలను తగ్గిస్తుంది.



మునగ కాయ తింటే..

మునగకాయ శరీరం నుండి వ్యర్థ పదార్థాలను బయటకు పంపి రక్తాన్ని శుద్ధి చేస్తుంది. తద్వారా రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడుతుంది. అంతే కాకుండా ఇది శరీరంలోని నిర్విషీకరణ ప్రక్రియను ప్రోత్సహించడం ద్వారా మొత్తం ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. మునగ ఇన్సులిన్ సామర్థ్యాన్ని పెంచుతుంది. ఇది రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. అంతే కాకుండా ఇది మధుమేహాన్ని నిర్వహించడంలో సహాయపడుతుంది. మునగకాయలో అధిక నీటి శాతం ఉంటుంది. ఇది శరీరంలో సరైన హైడ్రేషన్ నిర్వహిస్తుంది. అంతే కాకుండా మునగకాయను ఆహారంలో చేర్చుకోవడం వల్ల శక్తి స్థాయిలు కూడా పెరుగుతాయి.

మునగకాయలో లభించే పోషకాలు :

సమ్మర్ లో హైడ్రేటెడ్ గా, తాజాగా ఉంచే కొన్ని ఆహారాలను తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. మునగకాయ వేసవిలో తినదగిన ఒక ముఖ్యమైన కూరగాయ. ఇది మెగ్నీషియం, ఇనుము వంటి ఖనిజాలతో సహా అనేక ముఖ్యమైన పోషకాలతో సమృద్ధిగా ఉంటుంది. అలాగే ఫైబర్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లతో సమృద్ధిగా ఉంటుంది. అందుకే ఇది అనేక ఇతర ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. మునగ కాయలను మీరు కూరలు, సూపు, సలాడ్లు, జ్యూస్లు, స్మూతీలు లేదా ఊరగాయలు వంటి వివిధ రూపాల్లో తినవచ్చు.

అరటిపండు ఒక రుచికరమైన, పోషకాలు కలిగిన పండు. అరటి పండులో ఫైబర్, విటమిన్లు, ఖనిజాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి ఇవి మన ఆరోగ్యానికి చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటాయి. ఇదిలా ఉంటే అరటిపండ్లు చాలా తక్కువ జీవితకాలం కలిగి ఉంటాయి. అందుకే చాలా త్వరగా పండి చెడిపోతాయి. మరి అరటిపండ్లను ఎక్కువ కాలం తాజాగా ఉంచడానికి, వాటిని సరిగ్గా నిల్వ చేసుకోవడం ముఖ్యం. మీరు అరటి పండ్లను ఎక్కువ కాలం తాజాగా ఉంచాలనుకుంటే, అరటి పండ్ల తాజాదనాన్ని, రుచిని కాపాడుకోవడానికి కొన్ని సులభమైన, ప్రభావ వంతమైన పద్ధతులు ఉన్నాయి. అరటి పండ్లను సరిగ్గా నిల్వ చేయడం వల్ల వాటి పోషకాలు సంరక్షించబడటమే కాకుండా వాటి రుచి, నాణ్యతను కూడా కాపాడుతుంది. అరటిపండ్లను నిల్వ చేయడానికి 6 మార్గాలు:

అరటి పండ్లను విడిగా వేలాడ దీయండి: అరటి పండ్లను ఒకే చోట కలిపి ఉంచే బదులు విడిగా వేలాడ దీయడం ఒక ప్రత్యేక మార్గం. అరటి పండ్లు ఇథిలీన్ వాయువును ఉత్పత్తి చేస్తాయి. దీని వలన అరటి పండ్లు త్వరగా పక్వానికి వస్తాయి. మీరు అరటి పండ్లను ఒకదానికొకటి విడివిడిగా వేలాడుతూ ఉంచితే, ఈ వాయువు ఒకే చోట పేరుకుపోదు. ఇలా చేయడం వల్ల అరటి పండ్లు నెమ్మదిగా పక్వానికి వస్తాయి. దీని కోసం మీరు అరటి పండ్ల గుత్తిని హ్యాంగర్ లేదా అరటిపండు హ్యాంగింగ్ స్టాండ్స్ వేలాడ దీయవచ్చు. ఈ విధంగా అరటి పండ్లు ఎక్కువ కాలం తాజాగా ఉంటాయి.

కాండాన్ని ప్లాస్టిక్ చుట్టలో చుట్టండి: అరటి కాండం భాగం ఎక్కువ ఇథిలీన్ వాయువును విడుదల చేస్తుంది. ఇది అరటిపండ్లు వేగంగా పండడానికి సహాయపడుతుంది. అందుకే మీరు అరటి కాండాన్ని ప్లాస్టిక్

అరటి పండ్లు త్వరగా..

చుట్ట లేదా అల్యూమినియం ఫాయిల్లో చుట్టవచ్చు. ఇది ఇథిలీన్ వాయువును తగ్గిస్తుంది. ఇలా చేస్తే.. అరటి పండ్లు ఎక్కువ కాలం తాజాగా ఉంటాయి. మీరు అరటి పండ్లను చాలా రోజులు తాజాగా ఉంచాలనుకున్నప్పుడు ఈ పద్ధతి చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది.

ఫ్రిజ్లో ఉంచండి: అరటి పండ్లు పూర్తిగా పండినప్పుడు, మీరు వాటిని మరికొన్ని రోజులు తాజాగా ఉంచాలనుకుంటే, మీరు వాటిని ఫ్రిజ్లో కూడా ఉంచవచ్చు. ఇలా చేస్తే కేవలం అరటిపండు యొక్క బయటి చర్మం నల్లగా మారుతుంది. కానీ అరటి పండ్లు చెడిపోయాయని దీని అర్థం కాదు. అరటిపండు గుజ్జును ఫ్రిజ్లో ఉంచడం వల్ల అది తాజాగా ఉంటుంది.

పండ్లను కోసి ఫ్రిజ్లో ఉంచండి: అరటి పండ్లు ఎక్కువ కాలం తాజాగా ఉండాలంటే, మరొక మార్గం ఏమిటంటే అరటిపండు తొక్క తీసి, చిన్న ముక్కలుగా కోసి ఫ్రిజ్లో ఉంచండి. ఇలా చేయడం వల్ల మీరు అరటి ముక్కలను చాలా రోజులు తాజాగా ఉంచవచ్చు. మీరు ఈ ముక్కలను గాలి చొరబడని కంటైనర్లో లేదా జిప్ లాక్ బ్యాగ్లో కూడా ఉంచవచ్చు. మీరు ఈ అరటి ముక్కలను స్మూతీస్ లేదా ఫ్రూట్ సలాడ్లలో ఉపయోగించవచ్చు.

తెల్ల కాగితం లేదా క్లాజ్లో చుట్టండి: అరటి పండ్లను తాజాగా ఉంచడానికి మరొక మార్గం ఏమిటంటే వాటిని తెల్ల కాగితం లేదా క్లాజ్లో చుట్టి ఉంచడం. ఇది అరటి పండ్ల తాజాదనాన్ని కాపాడుకోవడంలో



అరటి పండ్లు ఎక్కువ కాలం.. నిల్వ ఉండాలంటే ?

సహాయపడటమే కాకుండా, అరటిపండ్ల ఆకారాన్ని చెక్కుచెదరకుండా ఉంచుతుంది. అంతే కాకుండా ఇలా చేయడం వల్ల పండ్లు త్వరగా చెడిపోవు. ఈ విధంగా, అరటిపండ్లు చాలా త్వరగా పక్వానికి రాకుండా చల్లని ప్రదేశంలో ఉంచండి.

చల్లని ప్రదేశంలో ఉంచండి: అరటి పండ్లను నిల్వ చేయడానికి సరైన స్థలాన్ని ఎంచుకోవడం కూడా చాలా ముఖ్యం. అరటి పండ్లను చల్లని, పొడి ప్రదేశంలో నిల్వ చేయండి. అరటి పండ్లను చాలా వేడిగా లేదా ఎండ తగిలే ప్రదేశంలో ఉంచితే, అవి త్వరగా మగ్గి, తాజాదనాన్ని కోల్పోతాయి. వంట గదిలో చల్లని, గాలి వచ్చే ప్రదేశంలో అరటి పండ్లను ఉంచడం ఉత్తమ మార్గం.



ఇండోర్ గాలికి సంబంధించిన వాస్తవాలు

మీరు నమ్మడం మానేయాల్సిన 5 అపోహలు

ఇండోర్ గాలి కాలుష్య కారకాలతో నిండిపోతుందని, కాలక్రమేణా మన ఆరోగ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తుందని చాలా మంది అర్థం చేసుకోరు. మనం 2025లోకి అడుగుపెట్టినప్పటికీ, వాయు కాలుష్యంతో భారతదేశం పోరాటం మరింత దిగజారుతోంది. గత 2024లో, %౪౫x.౫౫% అధ్యయన నివేదిక ప్రకారం, ప్రపంచంలో మూడవ అత్యంత కలుషిత స్థానంలో మన దేశం ఉంది. కలుషితమైన గాలి ప్రభావం చాలా ఎక్కువగా ఉన్నప్పటికీ అనేక అపోహలు కొనసాగుతున్నాయి. అటువంటి వాటిని తొలగించేందుకు, డైసెన్ ఇంజనీర్ షాన్ నవరెడ్డుం సాధారణ వాయు కాలుష్యానికి సంబంధించిన అపోహలను తోసిపుచ్చారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా అధ్యాత్మమైన గాలి నాణ్యత కలిగిన 145 నగరాల్లో, ఆశ్చర్యకరంగా 125 నగరాలు భారతదేశంలోనే ఉన్నాయి.

అపోహ 1: ఇంట్లోనే ఉంటే వాయు కాలుష్యం బారిన పడకుండా మీరు తప్పించుకోవచ్చు

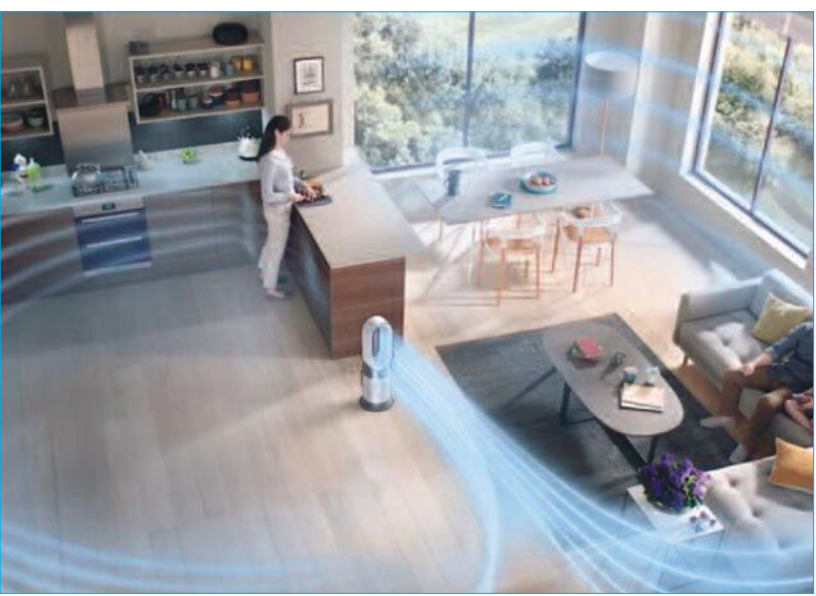
వాస్తవం: ఇంట్లో ఉండటం వల్ల హానికరమైన గాలి నుంచి మీకు రక్షణ లభించదు. వంట, శుభ్రపరిచే ఉత్పత్తులు మరియు పేలవమైన వెంటిలేషన్ కారణంగా ఇంటి లోపల గాలి బయటి గాలి కన్నా 10 రెట్లు ఎక్కువ కలుషితం అవుతుంది. తలుపులు, కిటికీలు మూసివేయడం వల్ల కాలుష్యం బయటకు రాకుండా ఉంటుందని చాలామంది నమ్ముతారు. కానీ, అది లోపల కాలుష్య కారకాలను బంధించి, పేరుకుపోయేందుకు అవకాశం కల్పిస్తుంది.

అపోహ 2: కాలుష్యం శీతాకాలపు సమస్య మాత్రమే

వాస్తవం: ఇది సంవత్సరం పొడవునా ఉండే సమస్య! ఉష్ణోగ్రత, వాతావరణం, మానవ కార్యకలాపాల కారణంగా కాలుష్య కారకాలు సీజన్లు బట్టి మారుతూ ఉంటాయి. డైసెన్ గ్లోబల్ కనెక్టెడ్ ఎయిర్ క్వాలిటీ డేటా ప్రాజెక్ట్ భారతదేశం అత్యధిక వార్షిక ఇండోర్ PM 2.5 స్థాయిలను నమోదు చేసిందని గుర్తించింది - 55.18 µg/m³ - ప్రతి నెలా ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ రోజువారీ మార్గదర్శకాన్ని ఇది అధిగమించింది. వాయు కాలుష్యం కారణంగా ప్రతి ఏడాది దాదాపు 7 మిలియన్ల మంది అకాల మరణాల బారిన పడుతున్నారని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ నివేదిక పేర్కొనగా, ఇది నిరంతరం ఆందోళన కలిగిస్తుంది.

అపోహ 3: మీరు కాలుష్యాన్ని చూసినప్పుడు మాత్రమే చర్య తీసుకోండి

వాస్తవం: కాలుష్యం ఎల్లప్పుడూ కనిపించదు. అయినప్పటికీ దాని ప్రభా



వాలు వాస్తవమైనవి. నైట్రోజన్ ఆక్సైడ్లు వంటి అదృశ్య కాలుష్య కారకాలు ఏడాది పొడవునా ఉంటాయి. అలాగే అవి హాని కలిగిస్తాయి. అదృశ్య వాయు కాలుష్యాన్ని ఎదుర్కొనేందుకు ఒక మార్గం ఎయిర్ ప్యూరిఫైయర్లు ఉపయోగించడం. డైసెన్ ఎయిర్ ప్యూరిఫైయర్లు మూడు-దశల ప్రక్రియను ఉపయోగిస్తాయి - సెన్స్, క్యాప్చర్ మరియు ప్రాజెక్ట్. ఇవి 0.1 మైక్రాన్ల వరకు చిన్న కణాలలో 99.95% మేర తొలగిస్తాయి. వీటిలో PM10, PM2.5, NO2, VOCలు, అల్ట్రా ఫైన్ కారకాలు, బ్యాక్టీరియా మరియు H1N1 వంటి వైరస్లు ఉన్నాయి.

అపోహ 4: ఇండోర్ మొక్కలు మాత్రమే గాలిని శుద్ధి చేయగలవు

వాస్తవం: సౌందర్యపరంగా ఆహ్లాదకరంగా ఉన్నప్పటికీ, మొక్కలు గాలిలో కాలుష్య కారకాలను సమర్థవంతంగా తొలగించలేవు. అర్థవంతమైన శుద్ధీకరణను సాధించేందుకు చదరపు మీటరుకు 10 నుంచి 1,000 మొక్కలు అవసరమని 2019 అధ్యయనం పేర్కొంది - ఇది ఆచరణాత్మకం కాని పరిష్కారం. డైసెన్ తాజా ఎయిర్ ప్యూరిఫైయర్, డైసెన్ ప్యూరిఫైయర్ బిగ్-ఎక్స్ప్లెట్, కేవలం 56 డెసిబెల్స్ వద్ద పనిచేస్తూ 10

మీటర్ల ప్రొజెక్షన్ కోసం కోసం ఏరోడైనమిక్కు ఉపయోగించి 1,000 చదరపు అడుగుల వరకు కవర్ చేస్తుంది - డైసెన్ నిశ్శబ్దంగా పని చేసినా అత్యంత శక్తివంతమైన ప్యూరిఫైయర్.

అపోహ 5: గది నుంచి గదికి గాలి నాణ్యత ఒకేలా ఉంటుంది

వాస్తవం: కార్యకలాపాలు, పదార్థాల ఆధారంగా గదుల మధ్య కాలుష్య స్థాయిలు మారుతూ ఉంటాయి. ఫర్నిచర్, పరుపులు, బయటి నుంచి వచ్చే కాలుష్యం భిన్నంగా ఉంటుంది. అయితే వంట లేదా పెంపుడు జంతువుల చర్మం కొన్ని ప్రాంతాలలో స్థాయిలను పెంచుతుంది. డైసెన్ ప్యూరిఫైయర్ పరిధి మొత్తం గదిని సమర్థవంతంగా శుద్ధి చేస్తుంది. అల్ట్రాఫైన్ కాలుష్య కారకాలను సంగ్రహిస్తుంది. చెడు గాలిని తొలగించడంతో పాటు

ఫార్మాల్డిహైడ్లు నాశనం చేస్తుంది. పరుపులు, పరుపు పైబర్లు మరియు ముద్దుగా ఉండే బొమ్మలు వంటి వివిధ కణ కాలుష్య వనరులు ఇండోర్ గాలి నాణ్యతను దెబ్బతీస్తాయి. ఈ వస్తువులను తరలించడం లేదా పునర్వ్యవస్థీకరించడం వల్ల స్థిరపడిన ధూళిని విడుదల చేయవచ్చు. ఇవి కాలుష్య స్థాయిని పెంచడంతో ఇది మీకు అసౌకర్యాన్ని కలిగిస్తుంది. ఎయిర్ ప్యూరిఫైయర్ని ఉపయోగించడం ద్వారా, వ్యక్తులు గాలిలో కాలుష్య కారకాలను సమర్థవంతంగా తొలగించి పరిశుభ్రమైన వాతావరణాన్ని సృష్టించవచ్చు.

ఇండోర్ గాలి నాణ్యత మన ఆరోగ్యంలో ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. ఈ అపోహల వెనుక ఉన్న సత్యాన్ని అర్థం చేసుకోవడం అనేది శుభ్రమైన, ఆరోగ్యకరమైన జీవన స్థలాన్ని సృష్టించే దిశగా మొదటి అడుగు. ఈ అపోహలను తొలగించడం ద్వారా, మీరు మీ ఇంట్లో గాలిని మెరుగుపరచేందుకు, ఆరోగ్యకరమైన స్థలాన్ని సృష్టించేందుకు ఉపయుక్తమైన చర్యలు తీసుకోవచ్చు.

నల్లగా మారిన పాత్రలు కూడా క్షణాల్లోనే తెల్లగా మెరిసిపోతాయి !

మహిళలు వంటకాలను తయారు చేయడం ఈజీగా అనిపించినప్పటికీ వండిన పాత్రలను క్లీన్ చేయడం కష్టం అనే చెప్పాలి. ప్రతి రోజు వంటలు చేస్తున్నప్పుడు వాడిన పాత్రలను శుభ్రం చేయడం పెద్ద టాస్క్. ముఖ్యంగా డిష్ డ్రై చేసినప్పుడు పాత్రలు మరింత నల్లగా మారతాయి. వీటిని తిరిగి తెల్లగా మార్చడానికి ఎక్కువ సమయం పడుతుంది. ముఖ్యంగా ప్లాస్టిక్ నల్లగా మారినప్పుడు సాధారణ డిష్ వాష్ బాల్తో శుభ్రం చేయడానికి బదులుగా ఇంట్లోనే ఉండే కొన్ని రకాల పదార్థాలు వాడటం ముఖ్యం. మరి ఎలాంటి హెంసా రెమెడీస్ పాత్రలపై ఉన్న జిడ్డును త్వరగా తొలగించేందుకు ఉపయోగ పడతాయనే విషయాలను గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

వేడి నీటితో శుభ్రం చేయండి:

మీరు నల్లగా మారిన ప్లాస్టిక్ లేదా పాత్రలను శుభ్రం చేయడానికి సులభమైన మార్గాలలో ఒకటి ఒక పెద్ద పాత్రలో నీళ్లు పోసి బాగా మరిగించాలి. ఇప్పుడు మీరు క్లీన్ చేయాలని అనుకున్న పాత్రలో నీటిలో ఉంచండి. ఇది పాస్ మీద మిగిలి పోయి ఉన్న మొండి మరకలను తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇలా చేసిన తర్వాత ఇప్పుడు రెగ్యులర్ గా మీరు వాడే నబ్బు, స్రబ్బో మురికి ఉన్న చోట రుద్దండి. ఇలా చేయడం వల్ల కొద్ది సేపటికే మీ ప్లాస్టిక్ మెరుగుస్తుంది. అంతే కాకుండా కొత్త దానిలాగా తయారవుతుంది.

ఉప్పుతో రుద్దడం:

ఉప్పు లేదా సోడియం క్లోరైడ్ మంచి స్రబ్బింగ్ ఏజెంట్లా పని చేస్తుంది. నల్లగా మారిన పాత్రలపై డిష్ వాషింగ్ జెల్ పాటు కొంచెం ఉప్పు చల్లి రుద్దండి. ఇదే కాకుండా దీనికి నిమ్మరసం లేదా వెనిగర్, ఉప్పుతో కలిపిన మిశ్రమాన్ని రుద్ది కాసేపు వదిలేయండి. 5 నిమిషాల తర్వాత స్రబ్బిస్తే శుభ్రం చేయండి.

ఇలా చేయడం వల్ల ఎంత నల్లగా ఉన్న ప్లాస్టిక్ అయినా తెల్లగా మెరిసిపోతుంది.

వంట సోడా:

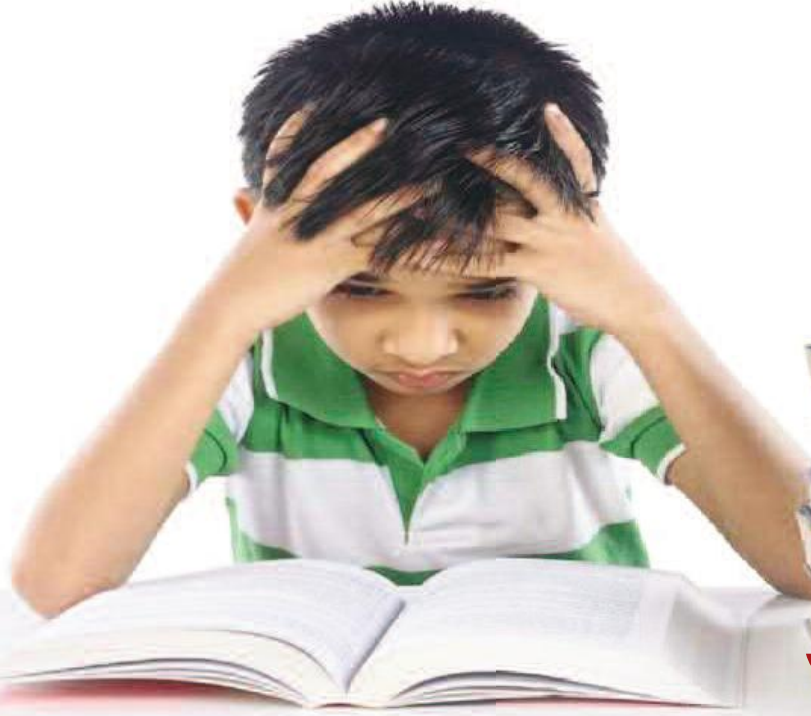
వంట సోడా పాత్రల నుండి మొండి మరకలను తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. సోడా పాత్రలను శుభ్రం చేయడానికి మంచి ఏజెంట్లా పరిగణించబడుతుంది. ప్లాస్టిక్ శుభ్రం చేయడానికి కొంచెం నీరు తీసుకుని అందులో బేకింగ్ సోడా వేయండి. తర్వాత ఈ మిశ్రమాన్ని మురికిగా ఉన్న పాత్రలపై రుద్దండి. కాసేపు వదిలేసి స్రబ్బిస్తే శుభ్రం చేయండి. తరువాత పాస్ ని నీటితో శుభ్రం చేసుకోండి. ఇలా చేయడం ద్వారా మంచి ఫలితం ఉంటుంది.

టమాటో కెచప్:

టమాటో కెచప్ పాత్రలపై ఉండే కఠినమైన మరకలను తొలగించవచ్చు. ఇందుకోసం కాస్త టమాటో ప్యూరిని లేదా టమాటో ముక్కను తీసుకుని నల్లగా మారిన పాత్రలపై రుద్దండి. దీని తరువాత, 10-20 నిమిషాల తర్వాత ప్లాస్టిక్ సాధారణ నీటితో శుభ్రం చేయండి. ఇప్పుడు ప్లాస్టిక్ కొత్తవాటిలాగా మెరిసిపోతుంది.

నిమ్మరసం:

నిమ్మరసం పాత్రలపై ఉన్న మరకలు, దుర్వాసనలను తొలగిస్తుంది. ఇందుకోసం మీరు చేయాల్సిందల్లా ప్లాస్టిక్ ను నిమ్మరసం, నీరు కలిపి మరిగించిన నీటిలో చిన్న చిన్న వ్యర్థ పదార్థాలు తేలే వరకు ఉడకబెట్టడం, తరువాత దానిని కడిగి, సాధారణ డిష్ వాషింగ్ జెల్తో శుభ్రం చేయండి. ఇలా చేయడం వల్ల మంచి ఫలితం ఉంటుంది. అంతే కాకుండా ఎంత మురికిగా ఉన్న పాత్రలయినా తెల్లగా మెరిసిపోతాయి.



విద్యార్థులకు మానసిక ప్రశాంతత అవసరం

విద్యార్థులకు పరీక్షలు అనగానే ఆందోళన చెందడం మానసిక ఒత్తిడికి, మానసిక ఆందోళనకు గురి కావడం చేస్తుంటారు. మార్చి 5, 2025 నుంచి ఇంటర్మీడియట్ మొదటి సంవత్సరం, ద్వితీయ సంవత్సరపు పరీక్షలు, మార్చి 6, 2025 నుంచి పదవ తరగతి ప్రీపైనల్ పరీక్షలు, మార్చి 21, 2025 నుండి పదవ తరగతి వార్షిక పరీక్షలు జరగనున్నాయి.

ఇంటర్మీడియట్ కు తొమ్మిది లక్షలకు పైగా పదవతరగతి పరీక్షలకు పది లక్షలకు పైగా విద్యార్థులు హాజరవుతుండడంతో అధికారులు ఇంటర్మీడియట్, పదవతరగతి పరీక్షలకు కావలసిన అన్ని ఏర్పాట్లను పూర్తి చేశారు. విద్యార్థులకు హాల్ టికెట్లను డౌన్లోడ్ చేసుకోవడానికి వెబ్ సైట్ లను అందరికీ అందుబాటులో ఉంచారు.

తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఉద్యోగ, ఉపాధ్యాయ పోస్టుల కోసం ఎదురు చూస్తున్న నిరుద్యోగులకు వరుసగా నోటిఫికేషన్ లు జారీ చేస్తుండడంతో పాటు జాబ్ క్యాలెండర్ విడుదల చేయడంతో ఎన్నో సంవత్సరాల నుండి ఎదురు చూస్తున్న వారికి మానసిక ఒత్తిడికి గురౌతున్నారు.

నిద్ర లేకుండా రేయింబవళ్ళు కష్టపడుతూ

విద్యార్థులు పరీక్షలు అనగానే భోజనాలు మాని వేయడం, నిద్ర లేకుండా రేయింబవళ్ళు కష్టపడుతూ చదవడం వల్ల ఆరోగ్యం పై ప్రభావం చూపుతుంది. అనేకమంది విద్యార్థులకు జ్వరం రావడం, కొంత మంది విద్యార్థులకు నీరసంగా ఉండటం మరికొంత మంది విద్యార్థులకు తల తిరగడం, వాంతులు చేసుకోవడం చేస్తున్నారు. మానసిక శాస్త్ర వేత్తలు, వైద్య నిపుణులు, డాక్టర్ లు విద్యార్థులకు పరీక్షల సమయంలో కనీసం 6 నుండి 7 గంటల వరకు నిద్ర అవసరమని అంటున్నారు. ఎంత ప్రతిభ కలిగిన విద్యార్థులైన నిద్ర లేమి వల్ల చదివింది మరచిపోవడం, చదివిన ది జ్ఞాపకం రాక సమయం వృధా కావడం జరుగుతుంది. పరీక్ష హాల్ లో నిద్ర పోవడం లాంటివి జరుగుతుంటాయి. కంటినిండా నిద్ర, కడుపు నిండా భోజనం చేయడం వల్ల పరీక్ష లోని ఇన్వ్జిలెటర్ పేపర్ ఇవ్వగానే గబగబా రాయకుండా మొత్తం ఒకసారి ప్రశాంతంగా చదవాలి. ప్రశ్నపత్రం చేతికి రాగానే ముందు మంచిగా వచ్చిన ప్రశ్నలను టిక్కు పెట్టుకోవాలి తర్వాత మిగిలిన ప్రశ్నలను రాయాలి. ఈ విధంగా పూర్తిగా ప్రశ్నలు పూర్తి చేయాలి. 20 మార్కుల కోసం అర్థగంట ముందు ఆబ్జెక్టివ్ ప్రశ్నలతో కూడిన ప్రశ్న పత్రం ఇస్తారు. అబ్జెక్టివ్ ప్రశ్న పత్రం ఇవ్వగానే మెయిన్ పేపర్ కు కట్టి రాయాలి. చివరి నిమిషం లో ఆబ్జెక్టివ్ ప్రశ్న పత్రం ను కట్టకపోవడం వలన కంగారు ఎక్కువవుతుంది. అసలు పేపర్లు కిందికి మీదకు అవుతాయి.

మార్కులు, ర్యాంకులు అంటూ మానసిక ఒత్తిడి

తల్లిదండ్రులు విద్యార్థులకు మార్కులు, ర్యాంకులు అంటూ మానసిక ఒత్తిడికి గురి చేయరాదు. కొంతమంది తల్లిదండ్రులకు తమ పిల్లలను వేరే పిల్లలతో పోల్చడం సరికాదు. విద్యార్థులు ఆత్మన్యూనతా భావం కలుగుతుంది. చివరి నిమిషం వరకు చదవడం శ్రేయస్కరం కాదు. కొంత మంది విద్యార్థులు బస్సులలో వెళ్తూ, ఆటోలలో వెళ్తూ, స్కూటర్ మీద వెళ్తూ చదువుతూనే ఉంటారు. పరీక్షహాల్ లో వెళ్లే నిమిషం ముందు వరకు చదువుతూ ఆందోళన పడుతుంటారు. పరీక్షకు వెళ్ళే అర్థగంట ముందు చదవడం పూర్తిగా ఆపివేసి ప్రశాంతంగా ఉండాలి.

పరీక్షలకు ఏమేమి తీసుకెళ్ళాలి

పదవ తరగతి, ఇంటర్మీడియట్, పోటీ పరీక్షలు దేనికైనా వెళ్లేముందు హాల్ టికెట్ తప్పకుండా తీసుకొని పోవాలి. రెండు పెన్నులు, మంచినీటి బాటల్, దస్తీ (చిన్న టవల్ లాంటిది) తీసుకొని పోవాలి. పరీక్ష సమయం కంటే అర్థ గంట ముందు పరీక్ష కేంద్రానికి చేరుకోవడం మంచిది. పరీక్ష కేంద్రంలో ప్రశాంతంగా ఉండాలి. ప్రశ్న తీరును బట్టి జవాబులు రాయాలి. ప్రశ్నల మార్కు లకు తగినట్లు సమాధానం ఉండాలి. కేవలం ఒకే ప్రశ్నను పట్టుకొని సమయం వృధా చేయకుండా ఏ ప్రశ్నకు ఎన్ని మార్కులు కేటాయించారు ఎంత సమయం కేటాయించుకోవాలి అనేది ప్రణాళికలు రూపొందించుకోవాలి.

పరీక్షల ముందు ఎలా చదవాలి ?

పదవ తరగతి, ఇంటర్మీడియట్ విద్య అనేది విద్యార్థులకు భవిష్యత్తును నిర్ణయించే పరీక్షలు. పరీక్షల ముందు ఎలా చదవాలి అనే ప్రశ్న అనేక మందిని వేధిస్తుంటుంది.

(మిగతా 8వ పేజీలో)





(7వ పేజీ తరువాయి)

ఇప్పటికే దాదాపు అన్ని పాఠాలను పూర్తి చేసుకొని పరీక్షలకు సిద్ధం అయి ఉంటారు. దాదాపు అకాడమిక్ పరీక్షలలో గత ఐదు, ఆరు సంవత్సరాల నుండి వచ్చిన ప్రశ్నలు మళ్ళీ వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. గతంలో జరిగిన పరీక్ష పేపర్లు ఒక్కసారి క్షుణ్ణంగా చదవాలి. పదవ తరగతి, ఇంటర్మీడియట్ విద్యార్థులు ఎక్కువగా చేసే తప్పు ఏమిటంటే ప్రశ్నలను సరిగ్గా చదవకపోవడం, చదివిన అర్థం చేసుకోవడం లో తొందరపాటు, ఆతృత వలన తెలిసిన విషయాలను కూడా తప్పుగా జవాబులు రాసే అవకాశం ఉంది. వివరించండి? సమర్థించండి?, విశదీకరించండి?, మీరు ఏకీభవిస్తారా? విభేధిస్తారా? అంటూ రకరకాలుగా అడిగే అవకాశం ఉంది. సమయం అనేది కూడా చాలా ముఖ్యం చిన్న ప్రశ్నలకు చిన్నగా, వ్యాసరూప ప్రశ్నలకు పెద్దగా జవాబులు రాయాలి. తెలుగు, హిందీ, ఇంగ్లీష్ భాషలలో వ్యాకరణం, ఉత్తరాలు

రాసే విధానం తెలుసుకోవాలి. గణితంలో చాలామంది బెంబేలెత్తి పోతారు. ప్రణాళిక ప్రకారం ప్రతిరోజు ఐదు, ఆరు చిన్న లెక్కలు, ఐదు, ఆరు పెద్ద లెక్కలను చేస్తుండడంతో పరీక్షల సమయంలో ఒత్తిడిని తగ్గించే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. భౌతిక, రసాయన, బయోలజీ సబ్జెక్ట్ లలో ఎక్కువగా ఫార్ములాలు, ఈక్వేషన్స్, డయాగ్రామ్స్, రియాక్షన్ ప్రత్యేకంగా నోట్స్ రాసుకొని చదివితే మంచి మార్కులు సాధించడానికి అవకాశాలు ఉంటాయి. సాంఘిక శాస్త్రం లో భారత దేశం, ప్రపంచం పటాలను, తేదీలు, సంఘటనలు, సమకాలీన అంశాలతో ముడిపెట్టి చదవడం కథల మాదిరిగా చదివితే మంచి మార్కులు సాధించడానికి అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. కష్టపడి చదివే కన్నా ఇష్టపడి చదివితే ఏ సబ్జెక్టైన సులభంగా కనిపిస్తుంది. పరీక్ష హాల్ లోకి వెళ్ళగానే ప్రశాంతంగా ఉండండి. పక్కవారు తమకంటే ఎక్కువ చదివారనో? లేదా పక్కవారు ఏమి చేస్తున్నారో అని సమయం వృధా చేసుకోకుండా పరీక్ష పేపర్ ఇవ్వగానే

క్షుణ్ణంగా చదవండి. తెలిసిన ప్రశ్నలను మొదలు నెంబరు వేసి రాయండి. కొట్టివేతలు, రాసిన దాని మీద తిరిగి రాస్తూ దిద్దడం లాంటివి జవాబు పత్రాలలో లేకుండా చూడాలి. పరీక్షలకు సమయం చాలా తక్కువగా ఉన్నందున ఇంట్లో సెల్ ఫోన్ వాడటం, వాట్సాప్, ట్విట్టర్, ఇంటర్నెట్, స్నాప్ షాట్ లని సమయం వృధా చేసుకోకుండా చదువు పై దృష్టి పెట్టడం అన్ని రకాల శ్రేయోష్రుం. టి.వి లు, సినిమా లు పరీక్షలు పూర్తి అయ్యేవరకు దూరం పెట్టండి. కొత్త విషయాలను, చదవని విషయాలను చదివే కంటే గతంలో చదివిన మీకు ముఖ్యమనుకున్న విషయాలను నోట్స్ రూపంలో రాసుకున్నవి, గత ఐదు, ఆరు సంవత్సరాల పరీక్ష పేపర్లను మాత్రమే చదవడం వల్ల ప్రశాంతంగా పరీక్ష రాసేందుకు వీలుగా ఉంటుంది. పరీక్ష లను మానసిక ప్రశాంతత తో రాయండి.

డాక్టర్. ఎస్. విజయ భాస్కర్., 9290826988

హెాలీ శుభ సమయం, ప్రాముఖ్యత

సనాతన ధర్మంలో హెాలీ అతి పెద్ద పండగ మాత్రమే కాదు ముఖ్యమైన పండగ కూడా. రంగుల పండగగా పిలవబడే హెాలీని ప్రతి ఏడాది ఫాల్గుణ మాసంలో శుక్ల పక్ష పౌర్ణమి రోజు జరుపుకుంటారు. ఈ సారి హెాలీ మార్చి 14, 2025 న జరుపుకోనున్నాము. హెాలీ దహనం పౌర్ణమి రోజు రాత్రి జరుగుతుంది. హెాలీ పండగనను అధర్మంపై ధర్మం సాధించిన విజయానికి గుర్తుగా జరుపుకుంటారు. హెాలీ శుభ సమయం: పంచాంగం ప్రకారం ఈ ఏడాది పాల్గుణ మాసం పౌర్ణమి తేదీ మార్చి 13, 2025 న ఉదయం ప్రారంభం అవుతుంది. ఇది మార్చి 14 న మధ్యాహ్నం 12:23 కి ముగుస్తుంది. ఉదయం తిథిని పరిగణలోకి తీసుకుంటే మాత్రం మార్చి 14న రాత్రి 11:26 నుండి 15 వ తేదీ తెల్లవారు జామున 12:30 వరకు. అంటే హెాలీ దహనం మొత్తం సమయం దాదాపు 64 నిమిషాలు .

హెాలీ పండగను ఎందుకు జరుపుకుంటారు ? ఒక పురాణాల ప్రకారం పూర్వం హిరణ్యకశ్యప అనే రాక్షస చక్రవర్తి ఉండేవాడు. అతని కుమారుడు ప్రహ్లాదుడు ఇతడు విష్ణువు పట్ల అత్యంత భక్తితో ఉండేవాడు. అది రాజుకు నచ్చలేదు. హిరణ్యకశ్యపుడు తన ప్రజల మాదిరిగానే, తన కొడుకు కూడా తనను భగవంతుని రూపంగా అంగీకరించాలని కోరుకున్నాడు. కానీ అతను తన కొడుకును ఒప్పించడంలో విఫలమయ్యాడు. ఆ తర్వాత తన కొడుకయిన ప్రహ్లాదుడిని చంపడానికి చాలా ప్రయత్నాలు చేశాడు. కానీ విష్ణువు భక్తుడు కావడం వల్ల ప్రహ్లాదునికి ఏమీ జరగలేదు. చివరగా, హిరణ్యకశ్యపుడు తన సోదరి హేాలికను ప్రహ్లాదుని ఒడిలో ఉంచుకుని అగ్నిలో కూర్చోమని కోరాడు. ఇలా ప్రహ్లాదుడు మరణించాడు. నిజానికి, హేాలికకు బ్రహ్మ దేవుడు ఒక వరం ఇచ్చాడు. ఆమె అగ్నిలో కాలిపోదు. అందువల్ల, హిరణ్యకశ్యపుని ఆజ్ఞ మేరకు ఆమె ప్రహ్లాదుడితో కలిసి అగ్నిలో కూర్చుంది. కానీ విష్ణువు దయ ఎంతగా ఉందంటే హేాలిక అగ్నికి ఆహుతి అయి మరణించింది. కానీ ప్రహ్లాదుడు మళ్ళీ రక్షించబడ్డాడు. అందుకే ప్రతి సంవత్సరం హేాలిక దహనం చేస్తారు.

దీపావళి తర్వాత హిందువులు రెండవ అతిపెద్ద పండగ అయిన హేాలీని దేశ వ్యాప్తంగా ఘనంగా జరుపుకుంటారు. జ్యోతిష్య శాస్త్రం ప్రకారం, హేాలీ రోజున తమ తమ రాశి ప్రకారం వివిధ

రంగుల దుస్తులు ధరిస్తే, అది వారికి శుభ ఫలితాలను తెస్తుంది. మరి ఏ రాశుల వారు ఏ రంగు దుస్తులు ధరించాలో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

- ప్రేమ, శక్తికి చిహ్నంగా చెప్పుబడే హేాలీ రోజున మేష రాశి వారు ఎరుపు రంగు దుస్తులు ధరించడం వల్ల శుభం జరుగుతుంది.
- వృషభ రాశి వారు హేాలీ రోజున తెల్లని రంగు దుస్తులు ధరించడం శుభం, ఇది శాంతి, స్వచ్ఛతకు చిహ్నంగా చెబుతారు.
- కొత్త జీవితానికి చిహ్నంగా చెప్పుబడే హేాలీ రోజున మిథున రాశి వారు ఆకుపచ్చ రంగు దుస్తులు ధరించడం మంచిది.
- కర్కాటక రాశి వారు తెల్లటి దుస్తులు ధరించి హేాలీ ఆడాలి. ఈ రంగు శాంతి, స్వచ్ఛతను సూచిస్తుంది.
- సింహ రాశి వారు హేాలీ నాడు పసుపు, నారింజ, ముదురు ఎరుపు, బంగారు రంగు దుస్తులు ధరించడం శుభప్రదం.
- కన్యా రాశి వారు ఆకుపచ్చ, గోధుమ, నారింజ రంగు దుస్తులు ధరించి హేాలీ ఆడాలి. ఇది మంచి ఫలితాలను ఇస్తుంది.
- తులా రాశి వారు తెలుపు, గులాబీ రంగు దుస్తులు ధరించి హేాలీ ఆడాలి. జ్యోతిష్య శాస్త్రం ప్రకారం ఇది శుభప్రదం.
- వృశ్చిక రాశి వారు ఎరుపు, మెరుాన్, పసుపు రంగు దుస్తులు ధరించి హేాలీ జరుపుకోవాలి.
- ధనస్సు రాశి వారు ఆకుపచ్చ, ఎరుపు రంగు దుస్తులు ధరించి హేాలీ జరుపుకోవాలి. ఇది మీకు ఆనందాన్ని తెస్తుంది.
- మకర రాశి వారు నీలం, నలుపు రంగు దుస్తులు ధరించి హేాలీ జరుపుకోవాలి. ఇది శుభప్రదంగా ఉంటుంది.
- కుంభ రాశి వారు హేాలీ రోజున నీలం లేదా ముదురు రంగు దుస్తులు ధరించాలి. ఇది వారి రాశి అధిపతి శనిని సంతోష పరుస్తుంది.
- మీన రాశి వారు హేాలీ రోజున పసుపు రంగు దుస్తులు ధరించి హేాలీ ఆడాలి. ఇది రాశి అధిపతి అయిన బృహస్పతిని సంతోష పరుస్తుంది.

ప్రకృతి వ్యవసాయానికి మార్గదర్శిగా బాలచంద్ర



రసాయనిక వ్యవసాయం సర్వసాధారణమైన ఈ రోజుల్లో, చెన్నూరు మండలంలోని కనపర్తి గ్రామానికి చెందిన దండబోయిన బాలచంద్ర, ప్రకృతి వ్యవసాయానికి ఆదర్శంగా నిలిచారు. జువాలజీలో బీఎస్సీ పూర్తి చేసి, తొమ్మిదేళ్ల వ్యవసాయ అనుభవాన్ని కలిగి ఉన్న బాలచంద్ర, ప్రకృతి వ్యవసాయాన్ని స్వీకరించి, పర్యావరణానికి అనుకూలమైన విధానాలు లాభదాయకమని నిరూపించారు. తన తండ్రి నుంచి ఐదు ఎకరాల భూమిని స్వీకరించిన బాలచంద్ర, సంప్రదాయ వ్యవసాయం చేస్తుండగా, రసాయనిక వ్యవసాయంలోని లోపాలను గమనించారు. అధిక పెట్టుబడులు, తక్కువ దిగుబడులు, నేల నాణ్యత తగ్గడం, వ్యవసాయ ఖర్చులు పెరగడం, రసాయనాల ప్రభావంతో భూమి నశించడం, ఈ పరిస్థితులన్నీ రైతుగా తన ప్రయాణంలో ఆయనను ఆలోచనలో పడేశాయి. 2018లో గుంటూరులో ప్రభుత్వం జీవో బడ్జెట్ ప్రకృతి వ్యవసాయం నిర్వహించిన సుభాష్ పాలేకర్ శిక్షణలో పాల్గొని, మహారాష్ట్రలో ప్రకృతి వ్యవసాయ విధానాలను ప్రత్యక్షంగా పరిశీలించిన అనంతరం, ప్రకృతి వ్యవసాయాన్ని స్వీకరించాలని నిర్ణయించుకున్నారు. అలాగే యూట్యూబ్ వీడియోలు మరియు వేద వ్యవసాయ పద్ధతుల అధ్యయనం ద్వారా మరింత జ్ఞానం సంపాదించారు. ప్రస్తుతం బాలచంద్ర తన భూమిలో పసుపు, వరి వంటి ప్రధాన పంటలతో పాటు, టమోటా, మిరప, కాకర, వంకాయ వంటి అంతర పంటలను సాగు చేస్తున్నారు, ముఖ్యంగా రెండు ఎకరాల్లో సాగు చేస్తున్న పసుపు పంట అతని విజయం గురించి ప్రతిబింబిస్తోంది. ప్రకృతి వ్యవసాయాన్ని అనుసరిస్తూ, పసుపు నాటడానికి ముందు పసుపు కొమ్ములను బీజామ్మతంతో శుద్ధి చేయడం వల్ల మొలక శాతం పెరిగింది, అలాగే భూమి ద్వారా విత్తనం ద్వారా పంటలకు సంక్రమించే తెగులు అరికట్టింది. ఎకరాకి 400 కిలోల చొప్పున మొత్తం 800 కిలోల ఘనజీవామ్మతం విత్తనంతో పాటు కలిపి వేసుకోవడం ద్వారా విత్తనానికి కావలసిన తేమ అంది సమర్థవంతంగా మొలకెత్తడానికి

దోహదపడింది. అలాగే జీవ ఉద్దీపన (%ఎఐశీ-ఓఐఎబిక్రియేట్%) చేయించి తద్వారా భూమిని సారవంతం చేసింది. ప్రవజీవామ్మతాన్ని ప్రతి 15 రోజులకు ఒకసారి నీటితో కలిపి పొలంలో వాడటం ద్వారా మొక్కలకు ఆరోగ్యకరమైన వృద్ధి కలిగింది. అదనంగా, దశపద్ధి కషాయం, పంచగవ్య గ్రోత్ ప్రమోటర్లు, మట్టి ద్రావణం వాడటం వల్ల తెగుళ్లను నివారించగలిగారు,

ప్రకృతి వ్యవసాయానికి మరింత తరువాత బాలచంద్ర అద్భుత ఫలితాలను సాధించారు. రూ.2.7 లక్షల పెట్టుబడితో పసుపు సాగు ప్రారంభించినప్పటికీ, రూ.10 లక్షలకు పైగా ఆదాయం వచ్చే అవకాశముందని అంచనా వేస్తున్నారు. మహారాష్ట్ర, బెంగళూరు, భోపాల్ వంటి ప్రాంతాల నుండి అతని పసుపు పంటకు డిమాండ్ పెరిగింది, మహారాష్ట్రకు చెందిన ఒక సంస్థ 25 క్వింటాళ్ల పసుపు కొమ్ములకు ముందస్తు ఆర్డర్ ఇచ్చింది. బాలచంద్ర వ్యవసాయ పద్ధతుల్లో తేడా స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది. తన పొలంలో జూన్ 27న నాటిన పసుపు పంట ఇప్పటికీ నిలకడగా పెరుగుతోంది, కానీ ఇతని కంటే తరువాత నాటిన ఇతర రైతుల పొలాలు వారి పోయాయి, ఇది ప్రకృతి వ్యవసాయం ఎంత ప్రతిస్పందనీయమైనదో నిరూపిస్తోంది. అలాగే, బాలచంద్ర పొలంలో పండిన పసుపు కొమ్ములు బరువులో, నాణ్యతలో విశేషంగా మెరుగుపడినట్లు స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది. బాలచంద్ర విజయాన్ని పలువురు జిల్లా యంత్రాంగం గుర్తించారు. రిపబ్లిక్ డే ప్రదర్శనలో తన ఉత్పత్తిని ప్రదర్శించి, వైఎస్ఆర్ కడప జిల్లా కలెక్టర్ డా.శ్రీధర్ చేకూరి, జిల్లా వ్యవసాయ శాఖ అధికారి నాగేశ్వరరావు, జిల్లా ప్రాజెక్టు మేనేజర్ ప్రవీణ్ కుమార్ ప్రశంసించారు, ప్రొద్దుటూరు, గుంతకల్, వరంగల్ ప్రాంతాలకు వెళ్లి రైతులకు ప్రకృతి వ్యవసాయంపై అవగాహన కల్పిస్తున్నారు. అతని విజయాన్ని చూసి గ్రామంలోని మరికొందరు రైతులు వచ్చే సీజన్ లో ప్రకృతి వ్యవసాయం ప్రారంభించేందుకు సిద్ధమవుతున్నారు.



దండబోయిన బాలచంద్ర, రైతు



“రసాయనాలను ఉపయోగించి నేలను పాడుచేయవద్దు. తల్లి తొమ్మిది నెలలు మాత్రమే మమ్మల్ని మోయగలదు, కానీ భూమి మన జీవితకాలం మనకు పోషణ ఇస్తుంది. అందుకే, భూమిని కాపాడండి, ప్రకృతిని సంరక్షించండి” అని బాలచంద్ర రైతులకు సందేశం ఇస్తున్నారు. భవిష్యత్తులో ప్రకృతి వ్యవసాయాన్ని మరింతగా ప్రచారం చేసేందుకు, మరింత మంది రైతులను ప్రకృతి వ్యవసాయ విధానాల్లో శిక్షణ ఇచ్చేందుకు, ప్రకృతి వ్యవసాయం ద్వారా రైతులకు మెరుగైన జీవన ప్రమాణాలను అందించేందుకు బాలచంద్ర కృషిచేస్తున్నారు. ప్రకృతి వ్యవసాయాన్ని తన జీవన విధానంగా స్వీకరించి, రైతులకు మార్గదర్శకత్వం అందిస్తూ, భారతీయ వ్యవసాయానికి కొత్త ఆశను కలిగిస్తున్న బాలచంద్ర, నిజమైన మార్పు తెచ్చే రైతుగా నిలిచారు.

లక్ష ఎకరాలను సేంద్రియ పద్ధతిలో సాగులో తేనున్నాం..!

జిల్లాలో వచ్చే ఏడాదిలోపు లక్ష ఎకరాలను సేంద్రియ పద్ధతిలో సాగులోకి తేవాలనే లక్ష్యంతో ముందుకెళుతున్నాం. జిల్లా నీటి యాజమాన్య సంస్థ, వ్యవసాయ అనుబంధ శాఖల సమన్వయంతో గ్రామాల్లో ఉద్యాన పంటల సాగును పెంపొందించే దిశగా చర్యలు చేపడుతున్నాం. వ్యవసాయంలో అంతర్భాగమైన ఉద్యాన, ప్రకృతి సాగు, పాడి, మత్స్య సంపదను గ్రామాల్లో అభివృద్ధి చేసే లక్ష్యంగా ప్రణాళికలు రూపొందిస్తున్నాం. సాగులోకి తీసుకువచ్చిన వ్యవసాయ భూముల్లో సహజ పద్ధతుల ద్వారానే సేంద్రియ వ్యవసాయ సాగును అనుసరించి దిగుబడులను సాధించాలని సూచించారు. సేంద్రియ సాగుబడిలో పండించిన దిగుబడులకు ఇప్పుడిప్పుడే పట్టణ ప్రాంత ప్రజల నుండి ఆదరణ మరింత పెరుగుతోంది. భవిష్య తరాలకు ప్రకృతి వ్యవసాయం యొక్క అవసరం, ఆవశ్యకత ఎంతో ఉంది. ప్రకృతి వ్యవసాయ సాగుబడి, అందులో లాభాలపై గ్రామీణ ప్రాంత ప్రజలకు విస్తృత స్థాయి అవగాహన పెంపొందించాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది. సేంద్రియ పద్ధతిలో ఆరోగ్యకర దిగుబడులను ఉత్పత్తి చేసేందుకు ప్రతి ఒక్కరూ ఆసక్తి చూపాలి. మన ఇంటి పరిసరాల్లోనే.. మనకు సరిపడా కూరగాయలను పండించుకోవచ్చు. తడి,పొడి చెత్త వేరు చేసుకుని.. ఇంటివద్దే సేంద్రియ ఎరువును తయారు చేసుకోవాలి. అంతేకాకుండా.. 5 అంతస్తుల పంటల విధానం, ఎస్సీ, ఎస్టీ భూముల్లో ప్రకృతి వ్యవసాయం, సుస్థిర మెట్ట సేద్య పద్ధతి, స్వయం సహాయక సంఘ సభ్యులకు న్యూట్రీ గార్డెన్స్, అంగన్నాడీ కేంద్రాలలో న్యూట్రీ గార్డెన్స్ పెంపకంపై దృష్టి సారించాం. డా. శ్రీధర్ చెరుకూరి, జిల్లా కలెక్టర్, వైఎస్ఆర్ జిల్లాల్లి.



పాఠకులు, విశేషకులు, రచయితలు తమ రచనలు క్రింది చిరునామాకు గానీ సూర్య దినపత్రిక ఎడిటోరియల్ మెయిల్ బాక్కి గానీ పంపవలసినదిగా మనవి మెయిల్ : suryaeditpage@gmail.com

SPR publications, Surya Soudha, Plot.No: 185, M.C.H. NO.258/1/185, siddi vinayaka nagar, Ayyappa Society Opp: Hi-Tech City, Hyderabad - 500 072.

సినిమా లివ్వా

2022లో అమెజాన్ ప్రైమ్ వీడియోలో డైరెక్ట్ గా రిలీజ్ అయిన క్రిమ్ డ్రెస్ వెబ్ సిరీస్ 'సుజల్ ది వార్డ్స్'. అప్పట్లో దీనికి ప్రేక్షకుల నుంచి మంచి రెస్పాన్స్ దక్కింది. ఇందులో 'సంక్రాంతికి వస్తున్నాం' షేమ్ బళ్ళర్స్ రాజేష్ మెయిన్ లీడ్ గా నటించగా, ఈరోజు నుంచే అమెజాన్ ప్రైమ్ వీడియోలో 'సుజల్ ది వార్డ్స్ సీజన్ 2' ప్రీమింగ్ మొదలైంది. ఈ సిరీస్ తమిళంతో పాటు తెలుగు, కన్నడ, మలయాళం, హిందీ భాషల్లో కూడా అందుబాటులో ఉంది. ప్రముఖ క్రియేటర్స్ వుప్పర్ %-% గాయత్రి కలిసి ప్రేక్షకులు ముందుకు తీసుకొచ్చిన ఈ సిరీస్ అంచనాలను అందుకుండా అనే విషయాన్ని రివ్యూలో తెలుసుకుందాం.

కథ

'సుజల్' సీజన్ 1లో నందిని తన చెల్లిని చంపిన వాడిని హత్య చేసి జైలుకెళ్తుంది. అయితే సీజన్ 2 కాళీపట్టంలో మొదలవుతుంది. ఎస్బి చక్రవర్తికి సన్నిహితుడైన లాయర్ చెల్లప్ప నందిని కేసును వాదించడానికి ముందుకు వస్తాడు. కానీ ఊహించని విధంగా ఆయన హత్యకు గురవుతాడు. అయితే చెల్లప్ప ఇంట్లో ముత్తు ఆయుధంతో పోలీసులకు దొరుకుతుంది. దీంతో ఆమె హత్య చేసిందనుకొని ఎస్బి చక్రవర్తి అరెస్ట్ చేస్తాడు. కానీ మరోవైపు చెల్లప్పను హత్య చేశామని ఏడుగురు



అమ్మాయిలు పోలీస్ స్టేషన్ కు వెళ్లి తమంతట తాముగా లొంగిపోతారు. అసలు ఈ ఏడుగురు అమ్మాయిలు ఎవరు? లాయర్ ను హత్య చేసినట్టుగా ఎందుకు ఒప్పుకున్నారు? చివరికి నందిని బయటపడగలిగిందా లేదా? అనే ఇంట్రెస్టింగ్ విషయాలను తెలుసుకోవాలంటే ఈ సిరీస్ ను చూడాల్సిందే.

విశ్లేషణ

మొదటి సీజన్లో చెల్లిని చంపిన వ్యక్తిని ఎస్బి చక్రవర్తి సర్వేలతో నందిని హత్య చేస్తుంది. ఆ తర్వాత ఆమె స్వయంగా పోలీస్ స్టేషన్లో వచ్చి లొంగిపోతుంది. అయితే సీజన్ 2 మాత్రం మరో కొత్త కేసు ఆధారంగా ముందుకు సాగుతుంది. నందిని ఈ కేసులో నుంచి బయట పడేయాలి

విభిన్న కథాంశాలతో కూడిన సినిమాలు చేస్తూ యంగ్ హీరోల్లో తనకంటూ ఓ ప్రత్యేకత కలిగిన నటుడు సందీప్ కిషన్. ఇటీవలికాలంలో కొన్ని సినిమాల్లో ప్రత్యేక పాత్రల్లో, మరికొన్ని సినిమాల్లో సోలో హీరోగా నటిస్తూ మంచి పేరు తెచ్చుకుంటున్నారు. సందీప్ హీరోగా నటించిన మా ఊరు భైరవకోన కమర్షియల్ మంచి సక్సెస్ అయింది. అలాగే ధనుష్ డైరెక్షన్లో వచ్చిన రామన్లో కూడా కీలక పాత్ర పోషించారు. తాజాగా 'మజాకా' చిత్రంతో ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చారు. త్రినాథరావు నక్కిన సక్సెస్ఫుల్ డైరెక్షర్లగా ఎన్నో సినిమాలు రూపొందించారు. వీరిద్దరి కాంబినేషన్లో వచ్చిన 'మజాకా'తో ప్రేక్షకుల్ని ఎలా ఎంటర్టైన్ చేశారు? సందీప్ కిషన్కి ఈ సినిమా ఎంతవరకు ప్లస్ అయింది? ఈ సినిమాలో ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకున్న అంశాలు ఏమిటి? అనేది ఈ సమీక్షలో తెలుసుకుందాం.

కథ: ఓపెన్ చేస్తే ఇద్దరు వ్యక్తులు రక్తపు మరకలతో సముద్ర తీరాన పడి ఉంటారు. అది చూసిన ఓ వ్యక్తి పోలీసులకు ఫోన్ చేస్తాడు. అక్కడికి వచ్చిన ఇన్స్పెక్టర్(అజయ్) ఇద్దరి బాడీలను పరిశీలించి వాళ్ళు చనిపోలేదని, మందు ఎక్కువై పడి ఉన్నారని గ్రహించి ఇద్దరినీ తట్టి లేపుతాడు. వారిద్దరూ తండ్రి కొడుకులు. అలా వారు తప్ప తాగి పడిపోవడానికి చాలా కారణాలు ఉన్నాయని చెబుతారు. తను ఓ నవల రాస్తున్నానని, దానికి మంచి పాయింట్ కావాలని ఇన్స్పెక్టర్ చెప్పడంతో ఆ తండ్రికొడుకులు వారి కథ చెప్పడం మొదలుపెడతారు. తండ్రి పేరు రమణ(రావు రమేష్), కొడుకు పేరు కృష్ణ (సందీప్ కిషన్). తల్లి లేని కొడుక్కి పెళ్లి చేస్తే తమకూ ఓ ఫ్యామిలీ ఏర్పడుతుందని భావించిన రమణ.. కృష్ణకు సంబంధాలు చూస్తుంటాడు. కానీ, ఇద్దరు మగాళ్ళున్న ఇంటికి ఆడపిల్లని ఒంటరిగా ఎలా పంపిస్తామనే కారణం వచ్చిన సంబంధాలన్నీ వెనక్కి వేలిపోతాయి. అయితే కొడుక్కి పెళ్లి చేయాలంటే తను పెళ్లి చేసుకోవాలని పంతులు చెప్పిన మాట విని రమణ ఓ తోడు కోసం చూస్తుంటాడు. ఆ సమయంలోనే యశోద(అన్న) తారసపడు తుంది. కుర్రాడిలా ఫాలో చేస్తూ ఆమెకు ల్యాప్ వేస్తుంటాడు. మరోపక్క మీరా అనే అమ్మాయిని తొలి చూపులోనే ప్రేమించేస్తాడు కృష్ణ. కానీ, వారి ద్దరూ రమణను, కృష్ణను ప్రేమించరు. కానీ, ఒక విచిత్రమైన పరిస్థితిలో వారి ప్రేమలో పడిపోతారు. ఆ సమయంలోనే యశోద, మీరా మేనత్త, మేనకోడలు అనే విషయం బయటపడుతుంది. అయితే వారిద్దరి మధ్య పచ్చగడ్డి వేస్తే భగ్గుమనేంత ద్వేషం ఉంటుంది. ఆ ఇద్దరినీ పెళ్లి చేసుకుంటే ఒక మంచి ఫ్యామిలీ ఏర్పడుతుందని భావించిన రమణ, కృష్ణ షాక్ అవుతారు. వారిని పెళ్లి చేసుకుంటే ఇంట్లో గాడవలు తప్పవని భావించిన తండ్రికొడుకులు వారి మధ్య గ్యాప్ తొలగించి పెళ్లి చేసుకోవాలనుకుంటారు. మరి ఆ ప్రయత్నంలో ఎలాంటి అవాంతరాలు ఎదురయ్యాయి? బద్ధశత్రువులుగా ఉన్న మేనత్త, మేనకోడలు ఒక్కటయ్యారా? రమణ, కృష్ణలను పెళ్లి చేసుకున్నారా? ఈ క్రమంలో కథలో వచ్చే ట్విస్టులు ఏమిటి? అనేది మిగతా కథ.

ఎనాలసిస్ : గతంలో ఈ తరహా కథతో ఎన్నో సినిమాలు వచ్చాయి. ఎంటర్టైన్మెంట్ ప్రధానంగా ఒక ఫ్యామిలీ డ్రామాను ప్రేక్షకులకు



ఆకట్టుకునేలా తియ్యాలని చేసిన ప్రయత్నమే ఈ సినిమా. కామెడీ టచ్ ఇచ్చేందుకు 'మజాకా' అనే ట్యూటిల్ పెట్టినప్పటికీ ఇది పూర్తి స్థాయి కుటుంబ కథా చిత్రంగా కనిపిస్తుంది. ఓ సాదా సీదా సినిమాగా ప్రారంభమై ఓ అరగంట పాటు పేలవమైన కథనంతో, అతి పేలవమైన డ్యాలగులతో నడుస్తుంది. కామెడీ చేస్తున్నామని రావు రమేష్, సందీప్ కిషన్ చెప్పే డ్యాలగులు అక్కడక్కడా పేలాయి తప్ప మిగతా అంతా పరమ రొటీన్లు అనిపించింది. ఆ తర్వాత మరో 40 నిమిషాలు మంచి ఎంటర్టైనింగ్ అనిపిస్తుంది. కొన్ని డ్యాలగులు కూడా కామెడీగా ఉన్నాయి. ఎవరూ ఊహించని ఓ ట్విస్ట్ ఫస్ట్ హాఫ్ ముగుస్తుంది. సెకండాఫ్లో తాము ఇష్టపడిన అమ్మాయిల్ని పెళ్లి చేసుకునేందుకు తండ్రి కొడుకులు పడే తిప్పలు పరమ రొటీన్లు అనిపిస్తాయి. కొన్ని సందర్భాల్లో సినిమాను అనవసరంగా లాగుతున్నారనే భావన కూడా కలుగుతుంది. సెకండాఫ్లో వచ్చే కొన్ని ట్విస్టులు.. తర్వాత ఏం జరగబోతోంది అనే ఆసక్తిని రేకెత్తిస్తాయి. ఫక్తు కమర్షియల్ సినిమాలో మాదిరిగా లాజిక్కి ఏమాత్రం అందని ఎత్తులు, పైఎత్తులు చాలా ఉంటాయి. పూర్తి స్థాయి ఎంటర్టైన్మెంట్ ప్రేక్షకులకు అందించాలని దర్శకుడు త్రినాథరావు చేసిన ప్రయత్నం మంచిదే అయినా పాత ఫార్ములా కావడంతో ఓ కొత్త సినిమా చూస్తున్నామనే భావన ప్రేక్షకుల్లో కనిపించదు.

నటీనటులు: సినిమా ప్రారంభం నుంచి చివరి వరకు ఎక్కువగా కనిపించే క్యారెక్టర్లు రమణ, కృష్ణ. సందీప్ కిషన్ చేసిన క్యారెక్టర్ కొత్తగా ఏమీ ఉండదు. అంతకుముందు కొన్ని సినిమాల్లో ఆ తరహా క్యారెక్టర్ చేశాడు. అందుకే దానిలో వైవిధ్యం కనిపించదు. ఈ సినిమాలో రావు రమేష్ క్యారెక్టర్ గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పుకోవాలి. ఇప్పటివరకు అతని ఈ తరహా క్యారెక్టర్ చెయ్యలేదు. కుర్రాడిలా అమ్మాయి వెంట పడుతూ, స్టెప్పులేస్తూ, జాలీగా మాట్లాడుతూ చేసిన క్యారెక్టర్ అతనికి స్పెషల్ అనే చెప్పాలి. ఈ క్యారెక్టర్ని రావు రమేష్ సమర్థవంతంగా పోషించారనే చెప్పాలి. ఇక రీతు వర్మ, అన్న చేసిన క్యారెక్టర్లలో కొంత వైవిధ్యం ఉంది. అయితే ఈ ఇద్దరి వల్ల సినిమాలో గ్లామర్ అనేది పూర్తిగా

అనుకున్న లాయర్ చెల్లప్ప ఊహించని విధంగా మర్డర్ కావడం, ఆ తర్వాత ఎనిమిది మంది అమ్మాయిలు ఈ కేసులో నిందితులుగా ఉండడం, వారు చెల్లప్పను హత్య చేసినట్టుగా ఒప్పుకోవడానికి గల కారణం వంటి విషయాలను దర్శావు చేసే పోలీస్ వంటి ఇంట్రెస్టింగ్ అంశాలతో సెకండ్ సీజన్ నడుస్తుంది.

ఇందులో అష్ట కాళీ కాన్స్టేబ్లె మెయిన్. కాబట్టి స్ట్రీమ్ ఫ్లే, నరేషన్ ఇందులో కీలకపాత్రను పోషిస్తాయి. అయితే వుప్పర్ అండ్ గాయత్రి రాసిన స్క్రిప్ట్ ప్లే పెద్దగా ఆసక్తికరంగా అనిపించదు. స్టోరీ గడిచే కొద్దీ ఇది తెలిసిన కథే కదా అని ఫీలింగ్ రాకమనదు. ఒక్కో ఎపిసోడ్ ఏకంగా 40 నుంచి 50 నిమిషాలు సాగదీశారు. ఈ సిరీస్లో కొన్ని ఊహించని ట్విస్టులు, టర్న్ ను ప్రేక్షకులను ఎంగేజ్ చేస్తాయి. అయితే మొదటి 5 ఎపిసోడ్స్ వరకు మంచి ఇన్స్పెక్టివ్ డ్రెస్టింగ్ ఫీలింగ్ ఇచ్చే ఈ సిరీస్ ఆ తర్వాత పూర్తిగా నరేషన్ ట్రాక్ తప్పడంతో ఇంట్రెస్ట్ పోతుంది. ముఖ్యంగా ఎనిమిదవ ఎపిసోడ్ నిరాశ పరుస్తుంది. సినిమాటోగ్రఫీ, సామ్ సిఎస్ బీజిఎం మెయిన్ హైలైట్స్. ఐశ్వర్య రాజేష్ తో పాటు ఎస్బి ఖదీర్ పర్ఫామెన్స్ డీసెంట్ గా ఉంటాయి. ఇక న్యాయవాదిగా, తండ్రిగా లాల్ నటన ప్రత్యేకంగా నిలుస్తుంది. ఆ 8 మంది అమ్మాయిలు ఎవరి పాత్రల్లో వారు జీవించారు.

చివరగా

విమర్శకుల నుంచి యావరేజ్ టాక్ వస్తున్న 'సుజల్ ది వార్డ్స్' సీజన్ 2' అంచనాలు పెట్టుకోకుండా చూసే వారికి మాత్రం మంచి డ్రిల్లింగ్ ఫీలింగ్ ఇస్తుంది.

లోపించింది అనే భావన కలుగుతుంది. రీతువర్మ అందంగా కనిపించాల్సిన ఎన్నో సీన్స్ భయంకరంగా కనిపించి ఆడియన్స్ కంగారు పెట్టింది. ఇక అన్న తన ఏజ్ తగిన క్యారెక్టర్ అయినా ఆమెలో నిండుతనం కనిపించలేదు. ఫలితంగా హీరోయన్స్ విషయంలో ప్రేక్షకులు నిరాశ చెందుతారు. మిగతా క్యారెక్టర్లలో మురళీశర్మ చేసిన విచిత్రమైన క్యారెక్టర్ అక్కడక్కడా ఎంటర్టైన్ చేస్తుంది. సైకో తరహా క్యారెక్టర్ అతను తన పాత్రకు న్యాయం చేశాడు. శ్రీనివాసరెడ్డి, హైపర్ ఆది, రఘుబాబు వంటి వారిని సినిమాలో ఉండాలి కాబట్టి పెట్టినట్టు ఉంది తప్ప వారి క్యారెక్టర్లకు అంత ప్రాధాన్యం లేదు.


సాంకేతిక నిపుణులు: సాంకేతిక పరంగా సినిమాకు ఎక్కువ మార్పులు వేయలేం. మొదట ప్రేక్షకుల్ని నిరాశపరిచేది సినిమాటోగ్రఫీ. సినిమా ప్రారంభం నుంచి చివరి వరకు ఏ సీన్లోనూ అద్భుతం అనిపించే ఫోటోగ్రఫీ కనిపించదు. ఇక ఎడిటింగ్ విషయానికి వస్తే.. అందులోనూ ఎలాంటి మెరుపులు కనిపించవు. రెండున్నర గంటల సినిమాలో ఫలానా సీన్ లేకపోయినా కథకు ఎలాంటి నష్టం లేదు అనుకునే సీన్ కట్ చేసి ఉంటే లెంగ్త్ కాస్త తగ్గి ఉండేది. సినిమాలో పాటలకు అంత ఇంపార్టెన్స్ ఇచ్చినట్టు కనిపించలేదు. సినిమాలో పాటలు ఉండాలి కాబట్టి కొన్ని పాటలు పెట్టారు. 'సామ్మసిల్లి పోతన్ననే..' అనే పాట ఒక్కటే ఆకట్టుకునేలా ఉంది. బెజవాడ ప్రసన్నకుమార్ రాసిన కామెడీ డ్యాలగ్స్ కొన్ని చోట్ల నవ్వు తెప్పించాయి. కొన్ని సెంటిమెంట్ డ్యాలగ్స్ కూడా అక్కడక్కడా ఆకట్టుకున్నాయి. ఇక బ్యూక్రౌండ్ మ్యూజిక్ కూడా చెప్పుకోదగినట్టు లేదు. ముఖ్యంగా చాలా సీన్స్ ఆర్టిస్టులు చెప్పే డ్యాలగుల్ని బ్యూక్రౌండ్ సౌండ్ దామినేట్ చేసింది. దాంతో చాలా డ్యాలగులు అర్థం కావు. సినిమాలో రెండు మూడు ఫైట్స్ ఉన్నాయి. వాటిని మాత్రం ఫైట్ మాస్టర్ పుట్టి వెర్రిటిగా డిజైన్ చేశాడని చెప్పొచ్చు. డైరెక్టర్ త్రినాథరావు గురించి చెప్పాలంటే.. కథలో తను అనుకున్న పాయింట్ ప్రేక్షకులకు కొత్తగా చెబితే బాగుండేది. ఈ తరహా కథాంశాలతో గతంలో చాలా సినిమాలు వచ్చాయి. ఆ ధోరణిలోనే ఇతనూ వెళ్లిపోయాడు. అయితే కొన్ని చోట్ల ఇచ్చిన ట్విస్టులు, కొన్ని సెంటిమెంట్ల సీన్స్ ప్రేక్షకుల్ని ఆకట్టుకుంటాయి. ప్రొడక్షన్ వేల్వూస్ ఫర్వాలేదు అనిపించాయి.

పర్ఫొమెన్స్: పాత కథనే కొత్త ఫార్మాట్ చూపించాలని చేసిన ప్రయత్నం పార్శులు పార్శులుగా సక్సెస్ అయింది తప్ప పూర్తి స్థాయిలో ప్రేక్షకుల్ని ఆకట్టుకోలేదు. సినిమా ప్రారంభమే ఒక పేలవమైన సీన్ ఉంటుంది. ఆ తర్వాత రొటీన్ కామెడీ డ్యాలగ్స్ ప్రేక్షకుల్ని ఎంటర్టైన్ చెయ్యాలని చూసినా అది పర్ఫుట్ కాలేదు. సినిమాలో రావు రమేష్, సందీప్ కిషన్, మురళీశర్మ క్యారెక్టర్లు, వారితో చెప్పించిన డ్యాలగులు సినిమాని కొంత బాగుం వరకు లాక్కెళ్లాయి. కుటుంబ కథ, సెంటిమెంట్లోపాటు చక్కని ఎంటర్టైన్మెంట్ కావాలనుకునే వారు ఒక్కసారి చూడొచ్చు.

(గమనిక: వ్యక్తిగత జాతకము అనగా వ్యక్తి పుట్టి నపుడు అతని సమయం, స్థలం, జన్మ వివరాలు ఆధారముగా నిర్మించిన జన్మకుండలి ప్రకారము వ్యక్తికి నడుస్తున్న దశలు, అంతర్దశలు ప్రధానము. గోచారం ఫలితాలు 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 చిన్న పరిహారాలు పాటించి శుభ ఫలితాలు పొందగలరు)

2.3.2025 నుండి 8.3.2025 వరకు ద్వాదశ రాశి ఫలితాలు

నిర్వహణ :
స్వర్ణకంకణ సహానిత,
జ్యోతిష్య చూడామణి,
జ్యోతిర్యాస్తు ప్రజ్ఞా విశారద
డా|| ఈడ్చుగంటి
పద్మజారాణి
91 9849250852,
91 7506976164
padma.suryapaper@gmail.com

మేష రాశి
అశ్విని 1,2,3,4
పాదములు, భరణి
1,2,3,4 పాదములు
కృత్తిక 1వ పాదము

వారం ప్రారంభంలో సమయానికి ఆహార స్వీకరణ నిద్ర విశ్రాంతి తగ్గిన విధంగా అవసరం. బంధువర్గంతో మాట పట్టింపులు లేకుండా ముందుకు వెళ్లాలి. అధిక ఒత్తిడి శ్రమ, ముఖ్యముగా వ్యాపార భాగస్వామి వ్యవహారాలలోనూ ప్రయాణాలలోనూ అధికంగా ఉంటాయి. జీవిత భాగస్వామి తరుపు బంధువులతో ఆర్థిక, సహకార సంబంధమైన విషయాలలో చికాకులు రాకుండా, వివాదాలు లేకుండా ముందుకు వెళ్లాలి. మీ ఆలోచనలు గౌరవనీయంగా ఉంటాయి, సంతాన అభివృద్ధికరంగా ఉంటుంది. వారి తరఫునుంచి శుభవార్తలు మీకు ఆనందాన్ని కలిగిస్తాయి. వారం మధ్యలో జీవిత భాగస్వామితో చర్చించేటప్పుడు, నిర్ణయాలు తీసుకునేటప్పుడు, ముఖ్యంగా వారి ఆరోగ్య విషయం మీద శ్రద్ధ చూపుతూ అనవసర వివాదాలకు, అపార్థ ములకు దూరంగా




వృషభరాశి
కృత్తిక 2,3,4
పాదములు, రోహిణి
1,2,3,4 పాదములు
మృగశిర 1,2
పాదములు

వారం ప్రారంభంలో పడిన శ్రమకి తగిన ప్రతిఫలం లభిస్తుంది సంఘంలో గుర్తింపు గౌరవం లభిస్తుంది అగిన పనులు ముందుకు సాగుతాయి చిన్ననాటి మిత్రులను కలుస్తారు. వృత్తి సంబంధమైన విషయాలు కొంతవరకు అనుకూలం. ఆర్థిక అంశాలు, పెద్దల సహకారం లభిస్తాయి. శత్రు రోగ రుణాలు మీద విజయం సాధిస్తారు. రుణాలు పనులు అవుతాయి రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది పోటీలలో విజయాలు సాధిస్తారు. వారం మధ్యలో వృత్తిలో శ్రమ, ఖర్చులు, సమయానికి విశ్రాంతి లోపం. కొలిగ్ని సహకారంతో సమయానికి పనులు నిర్వహించడానికి, పై అధికారులతో మాట పడకుండా ఉండడానికి అధిక శ్రమ చేస్తారు. తదుపరి ఆరోగ్యము, ఆర్థిక అంశాలు కొంత ఇబ్బంది, పనులు వాయిదా వేస్తారు.




మిథున రాశి
మృగశిర 3,4
పాదములు, ఆరుద్ర
1,2,3,4 పాదములు
వనరుస 1,2,3
పాదములు

వారం ప్రారంభంలో ఆర్థిక అంశాలు అనుకూలం. వృత్తిపరమైన విషయాలలో మీ ఆలోచనలు ఆశించిన స్థాయిలో ఫలితములు కొంతవరకు ఉంటాయి. శ్రమ బాధ్యతలు అధికంగా ఉంటాయి గౌరవం దక్కుతుంది వృత్తి సంబంధించిన విషయాలలో మార్గదర్శకులతో పెద్దలతో కొలిగ్ని తో విభేదాలు రాకుండా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. ప్రశాంతత తక్కువగా ఉంటుంది. ఆత్మీయలైన ఇష్టమైన వ్యక్తులు సంప్రదించులు సామాన్యం. వారం మధ్యలో ఎదురు చూస్తున్న పరమానాలు అందుకుంటారు, అగిన పనులు ముందుకెడతాయి. ఆర్థిక విషయాలు, సంతాన విషయాలు, ఉపాసన అనుకూలంగా ఉంటాయి. తల్లితరపు బంధువులతో తో మీ ఆలోచనలు అనుకూలంగా ఉంటాయి.



కర్కాటక రాశి
వనరుస 4వ
పాదము వృషభి
1,2,3,4 పాదములు
అశ్లేష 1,2,3,4
పాదములు

వారం ప్రారంభంలో ఉన్నత విద్య కొరకు ప్రయత్నం చేసే విద్యార్థులకు శ్రమతో ఫలితాలు. దూర ప్రయాణాలు ఒత్తిడి అలసటతో కార్యాల ప్రారంభిస్తారు కుటుంబ కార్యక్రమాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి. ఆర్థిక సంబంధమైన విషయాలు, శుభకార్యాల నిమిత్తం చర్చలు జరుగుతాయి. కుటుంబ పెద్దల్ని శ్రేయోలిలాపనలు కలిసి వారి ఆశీస్సులు తీసుకుంటారు. వారం మధ్యలో వృత్తి సంబంధమైన విషయాలు. మీ సృజనాత్మకత, కొలిగ్ని సహకారంతో పనులు పూర్తి చేయడం, వ్యాపార వ్యవహారాలు అనుకూలంగా ఉండడం, ఆశించిన ఫలితాలు. ఎదురుచూసిన వార్తలు అందుకుంటారు ఆలోచనలు ఫలితాలు. శత్రువుల మీద విజయం సాధిస్తారు రుణసంబంధమైన విషయాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి నైపుణ్యాల పెరుగుతాయి




సింహ రాశి
మఖ 1,2,3,4
పాదములు, పుష్య
1,2,3,4 పాదములు
ఉత్తర 1వ పాదము

వారం ప్రారంభంలో అనుకోని ఆందోళనలు చికాకులు ఇబ్బంది కలిగిస్తాయి. మానసికంగా ఏదో తెలియని నిరాశ గందరగోళం. మాటల విభేదాలు రాకుండా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. కుటుంబ సభ్యులతో ఘర్షణాత్మకమైన వైఖరి. ముఖ్యమైన కార్యక్రమాలు వాయిదా. ఆరోగ్యం ప్రత్యేక శ్రద్ధ ప్రశాంతత కొరకు మెడిటేషన్ దైవారాధన అధ్యాత్మిక ప్రదేశ సం దర్శన. అన్నదమ్ములతో మాట పట్టింపులు రాకుండా జాగ్రత్త వహించాలి. వారం మధ్యలో ఉన్నత విద్య కొరకు ప్రయత్నం చేస్తే విద్యార్థులకు మిత్రుల సహకారంతో అవకాశాలు. జీవిత భాగస్వామి తరుపు బంధువుల సహకారంతో కుటుంబ లోని వ్యక్తులకు ప్రయత్నాలు ఫలిస్తాయి. వృత్తిపరమైన విషయాలలో అధికారులతో రాజకీయ నాయకులతో చర్చించి కొత్త నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు.




కన్య రాశి
ఉత్తర 2,3,4
పాదములు, హస్త
1,2,3,4 పాదములు
దిశ 1,2 పాదములు

ప్రారంభంలో మైత్రి బంధాలు బలపడతాయి. గుర్తింపు గౌరవం. ఇంతకుముందు ఇచ్చిన వ్యక్తుల దగ్గర నుంచి రావలసిన ధనాన్ని అందుకుంటారు. ఆకస్మికమైన అధ్యాత్మిక పరమైన ఖర్చులు డౌనేషన్లు చారిటబుల్ ట్రస్టుల విషయంలో శుభ కార్యాల నిమిత్తం అధికంగా ఉంటాయి. ఉద్యోగాలు చాలా అధికంగా ఉంటాయి. ఆర్థిక సంబంధమైన విషయాలు అనుకూలంగా ఉంటే కుటుంబ సభ్యులతో అనుకూలమైన వాతావరణం. వారం మధ్యలో ఆరోగ్య విషయంలో శ్రద్ధ తీసుకోవాలి. ముఖ్యంగా పనులు వాయిదా అటంకాలు చికాకును కలిగిస్తాయి మానసిక ప్రశాంతత తగ్గుతుంది. ఉద్యోగాలను నియంత్రించుకోవాలి. రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుకుంటూ, యోగ మెడిటేషన్ మొదలైంది చేయడానికి ప్రయత్నం చేయాలి.



తులారాశి
దిశ 3,4 పాదములు
స్వాతి 1,2,3,4
పాదములు, విశాఖ
1,2,3 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో ఆరోగ్య విషయంలో శ్రద్ధ అవసరం రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుకోవాలి నైపుణ్యాల పెరుగుతాయి. సంతృప్తి తక్కువగా ఉంటుంది. శ్రమతో కార్యక్రమాలు ప్రారంభిస్తారు. వృత్తికి సంబంధించిన విషయాలు కొంతవరకు లాభదాయకంగా ఉంటాయి. శ్రమతో గౌరవాన్ని ఆదాయాన్ని పెంచుకుంటారు. శత్రువుల మీద విజయం సాధిస్తారు. న్యాయ సంబంధమైన విషయాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి. నూతన వృత్తుల కొరకు ప్రయత్నాలు ఒక కొలిక్కి వస్తాయి. వారం మధ్యలో మైత్రి బంధాలు బాగుంటాయి సంఘంలో గుర్తింపు గౌరవం అభివృద్ధికరంగా ఉంటుంది. జీవిత భాగస్వామితో అనుకూలమైన వాతావరణం. తదుపరి వారాంతంలో మానసిక ఆందోళన అధికంగా ఉంటుంది. ముఖ్యమైన పనులు కొంత వాయిదా



వృశ్చిక రాశి
విశాఖ 4 పాదము
అనూరాధ 1,2,3,4
పాదములు, శ్రేష్ఠ
1,2,3,4 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో సృజనాత్మకత బాగుంటుంది.. వృత్తిపరమైన విషయాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి. ఆదాయం కన్నా శ్రమకి తగిన గౌరవము గుర్తింపు లభిస్తుంది. ఇష్టమైన వ్యక్తుల కొరకు, లేదా సంతానము అభివృద్ధి కొరకు అధికమైన ఖర్చులు చేస్తారు. తల్లితండ్రుల సహకారంతో భవిష్యతు ప్రణాళికలు రూపొందించుకుంటారు. వారం మధ్యలో శత్రువుల మీద విజయం సాధించడానికి ఆరోగ్య మీద శ్రద్ధ రుణములు చెల్లించడానికి ఖర్చులు అధికంగా ఉంటాయి. తదుపరి వ్యాపార భాగస్వాములతో మైత్రి బంధాలు బాగుంటాయి. శ్రమకి తగిన గుర్తింపు గౌరవం లభిస్తుంది. వ్యాపారాన్ని విస్తరించే ఆలోచనలో ఉంటారు. ఆత్మవిశ్వాసం పెరుగుతుంది. సోషల్ మీడియా మొదలైన షాప్స్ మీ నెట్వర్క్ ఉపయోగించి వృత్తి వ్యాపారాల్లో అభివృద్ధి కొరకు కొత్త కమ్యూనికేషన్ విధానాలు రూపొందిస్తారు.



ధనుస్సు రాశి
మూల 1,2,3,4
పాదములు పూర్వాషాఢ
1,2,3,4 పాదములు
ఉత్తరషాఢ 1వ పాదము

వారం ప్రారంభంలో చంద్రుడు చతుర్థ స్థానంలో ఉండటం వల్ల నిరాశ్చలు, తల్లి ఆరోగ్యం, విద్యా సంబంధమైన విషయాలు, గృహ వాహన అంశాల మీద ఎక్కువ ఘోకస్ చేస్తారు. ప్రశాంతత తక్కువగా ఉంటుంది. ముఖ్యంగా ఉన్నత విద్య, దూర ప్రయాణాలు మొదలైన విషయాలలో తండ్రి పెద్దల సహకారం అందుతుంది. అధ్యాత్మిక ఆలోచనలు అధికంగా ఉంటాయి. వారం మధ్యలో సంతానం యొక్క అభివృద్ధి ఎదుగుదల కొరకు ఆందోళన అధికంగా ఉంటుంది. మీ ఆలోచనలు ఫలితాలు సృజనాత్మకత బాగుంటుంది. వృత్తిపరమైన విషయాలలో మీ సోదరుల సహకారంతో కుటుంబములోని వారికి నూతన అవకాశాలు. దీర్ఘకాలికంగా పడిన శ్రమకి గుర్తింపు గౌరవం నూతన అవకాశాలు. పెండింగ్ లో ఉన్న రుణములను తీర్చగలుగుతారు.



మకర రాశి
ఉత్తరషాఢ 2,3,4
పాదములు, క్రవణం
1,2,3,4 పాదములు
ధనుస్సు 1,2 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో నిర్ణయ సామర్థ్యం ఉంటుంది ప్రశాంతత పెరుగుతుంది వృత్తిలో నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. మీ సామర్థ్యానికి తగిన గుర్తింపు. వ్యక్తుల సహకారం బాగుంటుంది రహస్యశత్రువుల వల్ల ఇబ్బందికరంగా ఉన్నప్పటికీ ఆత్మీయలైన వ్యక్తులతో చర్చించి సమస్యయపరిచి పరిస్థితులను అధికమించగలుగుతారు. కుటుంబములోని ముఖ్య వ్యక్తులతో, వారి యొక్క సహకారంతో వ్యాపారంలో అభివృద్ధి సాధిస్తారు. వ్యాపార అంశాలు శ్రమతో తో, అధిక ఒత్తిడితో కూడాకొని ఉన్నప్పటికీ మీ సహజ సృజనాత్మకతతో మంచి ఆలోచనలతో సరియైన కమ్యూనికేషన్ తో అనుకున్నవి సాధించగలుగుతారు. విద్యార్థులు విద్యాసంబంధమైన విషయాలలో కొంత శ్రద్ధ చూపించాలి ముఖ్యంగా తల్లి ఆరోగ్యం గృహ వాతావరణం పెట్టుబడులు.



కుంభ రాశి
ధనిష్ఠ 3,4 పాదములు
శతభిష 1,2,3,4
పాదములు, పూర్వాభాద్ర
1,2,3 పాదములు

వారం ప్రారంభంలో ఉద్యోగాలు నియంత్రించుకోవాలి. ప్రయాణ విషయాలు, తొందరపాటు నిర్ణయాలు, డ్రైవింగ్ సంబంధించి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. పరుషమైన మాటల వల్ల, ఆర్థిక సంబంధమైన అంశాలు అపార్థాలు చికాకులు రాకుండా కుటుంబ సభ్యులతో జాగ్రత్త వహించాలి. సంతానానికి విద్యా సంబంధమైన విషయాలలో అభివృద్ధి, జీవిత భాగస్వామికి వృత్తికి సంబంధించిన అంశాలలో తగిన గుర్తింపు గౌరవం, నూతన అవకాశాలు. పలుకుబడి కలిగిన వ్యక్తులను సాధించగలుగుతారు. వారం మధ్యలో మంచి నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు పరాక్రమం పెరుగుతుంది, కింద వ్యక్తులు మీకు సహకారము ఇస్తారు. వృత్తికి సంబంధించిన విషయాలలో అధికారులతో ఆకస్మిక చికాకులు వివాదాలు.



మీనరాశి
పూర్వాభాద్ర 4వ
పాదము ఉత్తరాభాద్ర
1,2,3,4 పాదములు
కేసరి 1,2,3,4
పాదములు

వారం ప్రారంభంలో ఆర్థిక విషయాలు హెచ్చుతగ్గులు. రుణముల విషయంలో రుణదాతలు ఒత్తిడి అధికంగా ఉంటుంది. ఆరోగ్య సంబంధమైన ఖర్చులు అధికంగా ఉంటాయి ఆకస్మిక నిర్ణయాలు. సంతానము విద్యా విషయాలు, ప్రశాంతతని తగ్గిస్తాయి. కుటుంబ వాతావరణం, ఆర్థిక అంశాలు చర్చలు ఘర్షణాత్మకంగా ఉండే అవకాశం వీలై సంత మౌనం మంచిది. మాటల వల్ల అపార్థాలు రాకుండా ఉండడం మేలు. తదుపరి మీ సామర్థ్యం పెరుగుతుంది, తండ్రిగారి సహకారం లభిస్తుంది. ఇతరుల సహాయంతో మీ పనులు సులభంగా నెరవేరుకోగలుగుతారు, తండ్రి ఆరోగ్యం మీద శ్రద్ధ తీసుకుంటారు. ఉన్నతస్థాయి వ్యక్తులతోనూ రాజకీయ నాయకులతోనూ సలహా సంప్రదింపులు చేసేటప్పుడు కమ్యూనికేషన్ బ్రాండు లేకుండా జాగ్రత్త



మీనాక్షి చౌదరి

