

గొరవనీయాలకు...

RAMRAJ

కాటన్

భారతీయ సంస్కృతి

సంపుటి 7 • సంఛిక 11 • ఫిబ్రవరి 2025 • వెల రూ.18/-

తేటతెలుపు

తెలుగు మాసపత్రిక

భావనలు

మార్గదర్శి

ప్రత్యేక సంఛిక





India's Most Trusted
Dhoti Brand



LITTLE STARS[®]

KIDS DHOTIS • SHIRTS



SCAN QR CODE FOR
STORE LOCATION



జీవితంలో మార్గనిర్దేశకులు ఎవరనే విషయాన్ని గ్రహించి
వారు నడిపించే అత్యుత్తమ మార్గంలో పురోగమిస్తూ
అత్యున్నతస్థాయిని అందుకునేందుకు ప్రకృబలంగా ఉంటుండే



మార్గదర్శి

ప్రత్యేక సంచిక

అనే ఉపయుక్తమైన పుస్తకాన్ని మీకు అందించడాన్ని
గౌరవప్రదంగా భావిస్తున్నాము.

గౌరవనీయులకు...

సమస్యారం.

ఒక మహారాజు, తన కుమారుడైన యువరాజు విద్యతోపాటు ఇతర కళలలో నైపుణ్యతను పొందేందుకు ఒక గురువు దగ్గరకు పంపించాడు. దేశంలోనే ఒక గొప్ప జ్ఞానిగా పేరుగాంచిన ఆ గురువు, యువరాజుకు సకల విద్యలను నేర్పించాడు. యువరాజు సత్రవర్తనతో ఉత్తమ విద్యార్థిగా పేరును పొందాడు. అన్నింటినీ పూర్తిగా నేర్చుకున్నాడు. ఒకరోజు ఆ గురువు ఎటువంటి తప్పు చేయని ఆ యువరాజును పరుష పదజాలంతో తిట్టి, అవమానపరిచాడు. వీపుపై ఒక దెబ్బ కూడ వేశాడు.

ఆ రోజు నుంచి యువరాజుకు ఆ గురువుపట్ల విరక్తి భావన ఏర్పడింది. గురువు దగ్గర మర్యాదగా ప్రవర్తించినప్పటికీ, అతని మనస్సులో సదరు అవమానం బలంగా నాటుకుపోయింది. యువరాజు పెద్దయ్యాడు. తండ్రి తదనంతరం సింహాసనాన్ని అధిష్టించాడు. అతనికి మహారాజుగా పట్టాభిషేకం జరిగినరోజు, ఆ గురువు రాజభవనానికి వచ్చాడు. మహారాజును విడిగా కలుసుకుని, “అప్పుడు ఒకరోజు ఏ తప్పు చేయని మిమ్మల్ని తిడుతూ కొట్టాను, గుర్తుందా?” అని అడిగాడు.

మహారాజు వదనంలో కోపావేశాలు. “ఆ విషయాన్ని ఎలా మరచిపోగలను?” అంటూ అరిచాడు. “మహారాజా! మీరు ఏదో ఒకరోజు సింహాసనాన్ని అధిష్టించుతారని నాకు తెలుసు. అప్పుడు న్యాయం కోసం పలు సమస్యలతో ప్రజలు మీ ముందుకు వస్తుంటారు. ఎటువంటి తప్పులు చేయని అమాయకులు కూడ మీ ముందు దోషులుగా నిలబెట్టబడుతుంటారు. ఎటువంటి తప్పు చేయకుండా ఒకరు దండనకు గురైతే, అది ఎంతటి వేదనాభరితంగా ఉంటుందనే విషయాన్ని అవగతం చేసుకున్నప్పుడే, మీరు తప్పుడు తీర్పును ఇవ్వడమనేది జరుగదు. కాబట్టి అన్యాయం యొక్క వేదనను మీరు అవగతం చేసుకోవాలనే ఉద్దేశ్యంతోనే ఆవిధముగా ప్రవర్తించాను. మీరు ఆ విషయాన్ని ఎప్పటికీ మరచిపోకూడదు. అందరూ మిమ్మల్ని న్యాయాన్ని కాపాడే మహారాజుగా కీర్తించాలి” అంటూ ఆశీర్వదించాడు. గురువు యొక్క గొప్పదనాన్ని అవగతం చేసుకున్న మహారాజు, తన గురువుకు పాదాభివందనం చేశాడు.

గొప్ప మార్గదర్శకులు ఈవిధముగానే మనకు పాఠాలను బోధిస్తుంటారు. ఆ పాఠాలే మన మనస్సులలో కొత్త కొత్త భావనలను రేకెత్తిస్తుంటాయి. మన భావనలే మన జీవితాలను రూపొందిస్తూ ఉంటాయి. అందుకే, ‘ఒకరి మనస్సులో తలెత్తుతుండే భావనల

లక్షణాలే ఆ మనిషిని తీర్చిదిద్దుతుంటాయి’ అని చెప్పాడు బుద్ధభగవానుడు. ఋజువర్తనతో కూడిన ఒక మంచిభావన, బలమైన విత్తనం వంటిది. మనస్సులో పూడ్చిపెట్టినప్పటికీ, నానారకాలుగా పోరాడి, మొలిచి, పెరిగి పెద్దదై, ఒక అడవిని రూపొందించగల శక్తిని కలిగివుంటుంది.

మనస్సులో మంచి భావనలనే నాటడమనేది ముఖ్యమైన సామాజిక ధర్మం. అదే ‘తేటతెలుపు భావనలు’ మాసపత్రికను మేము ప్రారంభించేందుకు ప్రధాన కారణం. నాణ్యతతో కూడిన దుస్తులను ఇష్టపడి కొంటుండే ‘రామ్ రాజ్ కాటన్’ వాడకందారులకు, విలువైన ఆలోచనలను అందించే ఈ మాసపత్రిక నమ్మతుందని విశ్వసించాం. వస్త్రవ్యాపారంలో వాడకందారులకు ఏదైనా బహుమతిని అందించడమనేది ఒక పద్ధతి. ఆ పద్ధతిని కీర్తిస్తూ, ఒక కొత్త ప్రయత్నంగా ఈ పత్రికను ప్రతినెల అందించడాన్ని మొదలుపెట్టాము. అందరికీ ఉపయుక్తమైన సమాచారంతో, జీవితానికి మార్గనిర్దేశకత్వం చేస్తుండే భావనలతో ‘తేటతెలుపు భావనలు’ మాసపత్రికను ఒక్కొక్క నెల విడుదల చేస్తున్నప్పుడు, లభించే ప్రశంసలు మమ్మల్నను ఆనందపారవశ్యంలో ముంచేస్తున్నాయి.

రామ్ రాజ్ కాటన్ యొక్క విజయవంతమైన పయనం, ఆశావహ భావనలతోనే ప్రారంభించబడింది. ‘ఇకమీదట పంచె అమ్ముడుపోదు’ అనే నిరాశావహ భావనలు అధికంగా వ్యాప్తి చెందుతోన్న కాలంలో, ‘ప్రజల సాంప్రదాయ గుర్తింపు చిహ్నమైన పంచెను, చిన్నారుల నుంచి పెద్దల వరకు, అందరూ ఇష్టపడి ధరించే పరిస్థితిని రూపొందించాలి’ అనే ఆశావహ భావనలతో వ్యాపారాన్ని ప్రారంభించాను. ఆ భావనే నాకు మార్గదర్శి.

సాధారణంగా పారిశ్రామిక రంగంలో పోటీతత్వమే అధికంగా ఉంటుంటుంది. ‘మనం చేసే పరిశ్రమను వేరెవ్వరూ చేయకూడదు’ అనే భావనలే అధికం. పంచెకు ఒక బ్రాండ్ పేరును పెట్టి, మొట్టమొదటగా ప్రారంభించబడిన సంస్థ, రామ్ రాజ్ కాటన్.

సంస్థను నేను ప్రారంభించినప్పుడు, ప్రధానంగా పంచెను విక్రయించే ఒక్క సంస్థ కూడ లేదు. జనంలేని క్రీడామైదానంలో ఒంటరిగా ఆడుకుంటున్నట్లయితే, ఎటువంటి సంతోషం లభించదనే విషయం అవగతమయ్యింది. ‘పంచెను విక్రయించినట్లయితే తప్పకుండా విజయం లభిస్తుంది’ అనే పరిస్థితిని రూపొందించి, నమ్మకంతో పలువురు ఈ పారిశ్రామిక రంగానికి వచ్చే విధంగా శ్రమించాలనే నిర్ణయాన్ని తీసుకున్నాను. అటువంటి ఆశావహ భావనే రామ్ రాజ్ కాటన్ యొక్క



స్థిరమైన విజయానికి ప్రధాన కారణం. పలు నూతన సంస్థలు పంచెను విక్రయించేందుకు తగిన స్థానాలను ఏర్పాటు చేయడం వలన, కొన్ని వేలమంది చేనేత కార్మికులు పేదరికం నుంచి బయటపడేందుకు అండదండలుగా నిలవడమనేదే రామ్ రాజ్ కాటన్ యొక్క ప్రత్యేకమైన విజయం.

వస్త్రవ్యాపార రంగంలో పంచెకు అంటూ ఒక కొత్త మార్కెట్ ను ప్రప్రథమ మార్గదర్శిగా రామ్ రాజ్ కాటన్ పురోగమిస్తోంది. నేడు పలు సంస్థలు పంచెల విక్రయాల వ్యాపారంలో నమ్మకంతో అడుగు పెడుతున్నాయి. పలువురు చలనచిత్ర కథానాయకులు 'అడ్వర్టైజ్ మెంట్ మోడల్స్'గా ఉంటున్నారు. దృశ్య శ్రవణ యంత్రాల తెరలపై పంచెలకు సంబంధించిన వ్యాపార ప్రకటనలను తరచుగా చూడటం జరుగుతోంది. పోటీలేని ఒక వ్యాపారాన్ని ప్రారంభించి, అందులో చారిత్రక సాధనతో విజయాన్ని సాధించి, ఇంకా పలు సంస్థలు రూపొందించుకు తగిన అవకాశాలను కల్పించడం జరిగింది.

రామ్ రాజ్ కాటన్ యొక్క విజయాలన్నింటిలో ఆశావహ భావనల వంతు అధికం. ఇది ఒక పారిశ్రామిక సంస్థ యొక్క అనుభవం మాత్రమే కాదు. ఆశావహ భావనల యొక్క కార్యచరణను సాంకేతిక పరిశోధనల ద్వారా ధృవీకరించడం జరిగింది.

ఇంగ్లండ్ దేశానికి చెందిన ఆసుపత్రులలో నిర్వహించబడిన ఒక సర్వేక్షణలో, ఆశావహ భావనలు కలిగిన వ్యక్తులు ఉత్సాహవంతమైన

మానసిక స్థితితో, చక్కవైన శారీరక ఆరోగ్యంతో ఉంటున్నట్లుగా కనిపెట్టారు. అనారోగ్య సమస్యలతో బాధలు పడుతుండేవారి మనస్సులలో తలెత్తుతుండే భావనలు ఆశావహంగా ఉన్నట్లయితే, మానసిక ఒత్తిడి తగ్గిపోయి, అతనిలో రోగనిరోధక శక్తి త్వరితంగా పెరుగుతూ ఉంటుంది. నిరాశావహ భావనలతో ఉంటుండే వ్యక్తి వ్యాధి పీడితునిగా మారిపోవడం జరుగుతుంటుంది. నిరాశావహ భావనలతో ఉంటుండే వారికి మానసిక ఒత్తిడి పెరగడం వలన పలువిధాలైన అనారోగ్య సమస్యలను ఎదుర్కొంటున్నట్లుగా ఆ సర్వేక్షణ ద్వారా నిరూపితమయ్యింది. 'సైన్స్ డైరెక్ట్' అనే అమెరికన్ వైద్యశాస్త్ర పత్రిక, పిల్లల నుంచి పెద్దల వరకు ఆశావహ భావనలతో ఉండాలి అవశ్యకతను రూఢీ చేస్తోంది.

పలువురు మేధావులు అభిప్రాయాలుగా, జీవితాలుగా మనకు అందించిన పలు 'మార్గనిర్దేశక మంచి భావనలు' యొక్క సేకరణగా ఈ 'మార్గదర్శి' ప్రత్యేక సంచిక మీకు అందించబడుతోంది. మీ ఆవ్యాయతానురాగాలు, ఆదరణ ఎప్పటిలాగ కొనసాగుతుండాలి.



The Culturepreneur

గురుకృప
సర్వేజనా సుఖినోభవంతు
కె.ఆర్. నాగరాజన్
వ్యవస్థాపకులు - రామ్ రాజ్ కాటన్

మీరు కూడ



ఒక

మార్గదర్శి!

మా ర్గనిర్దేశకులు, దిక్సూచీలు, దీపాలు లేకుండాపోయినట్లయితే, మన జీవితం ఏమవుతుంది? సముద్రం మధ్య తేలుతుండే నౌకకు లైట్ హౌస్ మార్గనిర్దేశం చేస్తుంటుంది. అదే విధంగా రహదారిపై దూసుకుపోతుండే వాహనాలకు, పట్టాలపై పరుగెడుతుండే రైళ్ళకు, ఆకాశంలో ఎగురుతుండే విమానాలకు, వాటికి తగిన సాంకేతికతతో కూడిన మార్గనిర్దేశకాలు ఉన్నాయి.

జన్మించిన చిన్నారికి ప్రప్రథమ మార్గదర్శి అమ్మ. ఆ తరువాతే నాన్న, అవ్వలు - తాతలు, ఇతర బంధువర్గం. వీళ్ళందరినీ పిల్లలు, తమ మార్గనిర్దేశకుల పట్టికలో చేర్చడం లేదు. కానీ, పాఠశాల ప్రాయములో మొదటి అధ్యాపకులు, మనందరి మనస్సులలో ప్రప్రథమ మార్గదర్శిగా చివరివరకు స్థిరమైన స్థానాన్ని పొందడం జరుగుతూ ఉంటుంది. అత్యుత్తమ మార్గదర్శితో, ఎలాంటి ప్రయత్నాలైనప్పటికీ మంచి ఫలితాలను అందిస్తాయనేది పలుమార్లు నిరూపించబడిన విషయం. చదువు, ఉద్యోగం, వ్యాపారం, పరిశ్రమ, జీవితపు సమస్యలు... ఈ విషయాలకు ఖచ్చితంగా ఓ మార్గదర్శి అత్యంతావశ్యకం.

స్వయంకృషితో పురోగమించిన పలువురి జీవిత చరిత్రలను చదివినప్పుడు, ఒక నిజం స్పష్టమవుతుంటుంది. ఎవరో ఒకరు ఆయన మానసిక మార్గదర్శిగా - రోల్ మోడల్ గా - ఆయనకు తెలియకుండానే మార్గనిర్దేశం చేసిన విషయం అవగతమవుతుంటుంది. ఆ మార్గదర్శి ఒక ప్రముఖునిగా ఉండవచ్చు... విజయసారథిగా ఉండవచ్చు... ఇతని రంగంలో అగ్రగామిగా ఉండవచ్చు.

జీవితంలో మరొక మెట్టు పైకి చేరుకునేందుకు ఆత్మతపడుతుండే ఒక్కొక్కరికీ ఒక మార్గదర్శి అత్యంతావశ్యకం. ఆ మార్గదర్శి మన చేతుల్ని పట్టుకుని విజయశిఖరానికి తీసుకునివెళ్ళే పరిచయస్థునిగా ఉండొచ్చు. లేకపోతే ఏకలవ్యునికి లభించిన గురువు ద్రోణాచార్యుని వలె ఉండవచ్చు.

మహాభారతములో ఏకలవ్యుని కథను మీరు చదివేవుంటారు. విలువిద్యలో నైపుణ్యతను పొందాలని ఆశించిన ఏకలవ్యుడు, మహాగురువైన ద్రోణాచార్యుని దగ్గర ఆ విలువిద్యను నేర్చుకోవాలని ఆశిస్తాడు. ఒకరోజు వెళ్లి, ద్రోణాచార్యునికి ప్రణమిల్లి, తన కోరికను విన్నవించుకున్నాడు. అయితే, వేటగాళ్ళ కులానికి చెందిన ఏకలవ్యునికి విలువిద్యను నేర్పించడానికి ద్రోణాచార్యుడు ఏమాత్రము ఇష్టపడలేదు. ఏకలవ్యునికి విలువిద్య నేర్పించకుండా తప్పించుకునేందుకు తనకు విలువిద్యను నేర్పించేందుకు తగినంత సమయం లేదు అంటూ నిరాకరించాడు. అప్పుడు ఏకలవ్యుడు, ద్రోణాచార్యునితో “గురువర్యా, నేను విలువిద్యను ఏవిధముగా నేర్చుకోగలను?” అంటూ ప్రశ్నించాడు. అందుకు ద్రోణాచార్యుడు “నీకు నాపట్ల ఏమాత్రమైనా విశ్వాసం ఉన్నట్లయితే, నువ్వు ఎక్కడ ఉన్నప్పటికీ విలువిద్యను నేర్చుకోవచ్చు” అని చెప్పాడు.

ద్రోణాచార్యుని మానసిక గురువుగా భావించిన ఏకలవ్యుడు, తమ నివాసస్థలంలో మట్టితో ద్రోణాచార్యుని బొమ్మను చేసి, దానినే గురువుగా భావిస్తూ విలువిద్యను నేర్చుకోవడం మొదలుపెట్టాడు.

ఒకసారి కురుపాండవులు, ఏకలవ్యుడు ఉన్న అరణ్యానికి వేటకోసం వస్తారు. అప్పుడు వారి కుక్క ఏకలవ్యుడిని చూసి మొరగడంతో, అతడు దానిని బాణంతో కొడతాడు. ఏకలవ్యుని విలువిద్య ప్రతిభను చూసి ఆశ్చర్యపోయిన కురుపాండవులు ఆ విషయాన్ని గురించి 'అర్జునుని కంటే ప్రతిభావంతుడైన ఘనుడు ఉన్నాడు' అని ద్రోణాచార్యునికి చెబుతారు. ద్రోణాచార్యునికి ఆశ్చర్యం! వెంటనే ద్రోణాచార్యుడు, ఏకలవ్యుని దగ్గరకు వెళ్ళి, గురుదక్షిణగా అతని కుడిచేతి బొటనవ్రేలును ఇవ్వమని అడుగుతాడు. వెంటనే ఏకలవ్యుడు తన కుడిచేతి బొటనవ్రేలును సరికి, ద్రోణాచార్యునికి గురుదక్షిణగా సమర్పిస్తాడు. మార్గదర్శిగా ఎవరిని ఎంపిక చేసుకున్నప్పటికీ, వారిని ఏ స్థాయికి అనుసరించాలనే విషయాన్ని ఈ కథ ద్వారా మనం అర్థం చేసుకోవాలి.

మార్గదర్శి, ఒక వ్యక్తిగా ఉండాలనేమీ లేదు. మీ మార్గదర్శి ఒక అత్యుత్తమ ఉపన్యాసంగా ఉండవచ్చు... ఒక సూక్తిలాగ ఉండవచ్చు... ఒక పుస్తకంలాగ ఉండవచ్చు. పాఠ్యపుస్తకాలలోని పాఠాలను పరీక్షలకు తగినవిధంగా ఉపయోగ పడుతుండే యాదాస్తు పుస్తకానికి (నోట్‌బుక్) కూడ 'మార్గదర్శి' (గైడ్) అనే పేరునే పెట్టారు. జీవితాలను మార్చివేసిన పుస్తకాలకు సంబంధించి ఒక పెద్ద పట్టికే ఉంది. పుస్తక ప్రదర్శనలో



జవాబు చెప్పాడట. "ఈ దీపం నాకు దారిని చూపేందుకు కాదు, ఎదురుగా వస్తుండేవారు నాపై మోదకుండా, వారికి తగిన దారిని చూపించేందుకే ఈ దీపం!"

ఈవిధంగా మార్గనిర్దేశక జ్యోతిలాగ పేరు ప్రఖ్యాతులను పొందిన వనిత ఫ్లోరెన్స్ నైటింగేల్. 'లేడీ విత్ ది ల్యాంప్' గా పేరుగాంచిన ఆమె, కొరినా కాలంలో కూడ తమ ప్రాణాలను పణంగా పెట్టి వైద్య సేవలను అందించిన ఉపచారికలకు (నర్సులు) ఆమె తల్లి. వారికి మొట్టమొదటి మార్గదర్శి. విద్యుత్ సౌకర్యం లేని కాల

ములో, చేతులతో కాగడాను పట్టుకుని, యుద్ధంలో గాయపడిన సైనిక వీరులకు సేవలు అందించింది నైటింగేల్.

వినోదభరితంగా ఒక విషయాన్ని చెప్పవచ్చు... ఒకరు మనకు విరోధిగా ఉన్నప్పటికీ... జీవితంలో మనకు ఏదో ఒకవిధంగా పాఠాలను నేర్పిస్తుండేవాళ్ళందరూ మనకు మార్గనిర్దేశకులే!

మనందరికీ జీవితంలో ఒక అన్వేషణ ఉంటుంది. అది, కొంత మందికి ఆధ్యాత్మిక అన్వేషణగా ఉండొచ్చు. మరికొంతమందికి సాధన లేక విజయానికి సంబంధించిన అన్వేషణగా ఉండవచ్చు. అన్వేషణ ఏదైనప్పటికీ, అక్కడ మార్గదర్శి యొక్క ఆవశ్యకత తప్పని సరి. మార్గదర్శి సూచనలతో విజయాన్ని సులభంగా చేరుకోగల మనేది అనుభవజ్ఞుల మాట.

మనం జీవితపర్యంతం మార్గదర్శిని వెదుక్కుంటూ ఉండాలా? మనం ఏ ఒక్కరికీ మార్గదర్శిగా ఉండలేమా? కలత చెందవద్దు. గాంధీజీ చెప్పిన 'నా జీవితమే నా వార్త' అనే వాక్యం మనకు కూడ సరిపోలుతుంటుంది. జీవితంలో పలు సవాళ్ళను ఎదుర్కొని, వాటిని జయించిన సంభవాలు మన వారసులకు మాత్రమే కాదు... మన అనుభవాలను శ్రద్ధగా వింటుండే వాళ్ళందరికీ ఏదో ఒక విధంగా మార్గనిర్దేశకత్వం చేస్తుంటాయి. కాబట్టి మార్గనిర్దేశకులను అనుసరిస్తోన్న మనం కూడ ఇతరులకు మార్గనిర్దేశకులమే!



చూడండి. ఎన్నెన్నో మార్గనిర్దేశక పుస్తకాలు కనబడుతుంటాయి.

పుస్తకాలు మాత్రమే కాదు; ప్రకృతిమాత కంటే అత్యుత్తమమైన మార్గదర్శి వేరొకటి ఏమున్నది? సూర్యులంద్రులు, నక్షత్రాలు మనకు చూపించని దారి ఉందా?

ఒకరోజు, చూపుకోల్పోయిన ఒకతను చేతిలో దీపాన్ని పట్టుకుని వెళ్ళున్నాడు. అతడిని చూసిన పలువురు హేళనగా నవ్వారు. అలా నవ్వుతున్నవారిలో ఒకతను అడిగాడట... 'ఈ దీపం వలన నీకేమీ ఫలితం?' అని. అందుకు, ఆ చూపు కోల్పోయిన వ్యక్తి ఈవిధంగా



మంచి మార్గదర్శి ఎవరు?

150 సంవత్సరాలకు ముందు గుఱ్ఱపుబండే రవాణాకు ఉపయోగపడింది. అవిధంగా గుఱ్ఱపుబండిలో పాఠశాలకు వెళ్ళడం ఒక బాలుడికి అలవాటు. ఒకరోజు తరగతి గదిలో, “మీరు పెద్దయిన తరువాత ఏవిధంగా ఉండాలని ఆశపడుతున్నారు?” అంటూ విద్యార్థినీ విద్యార్థులను అధ్యాపకుడు ప్రశ్నించాడు. వకీలు, అధ్యాపకుడు, వైద్యుడు అంటూ పలువురు చెప్పారు. ఈ బాలుడు మాత్రం “సార్, నేను గుఱ్ఱపుబండిని నడిపేవానిగా మారాలని అనుకుంటున్నాను” అని జవాబిచ్చాడు. తరగతిలోని విద్యార్థినీవిద్యార్థులందరూ హేళనగా నవ్వారు. ఉపాధ్యాయుడు కూడ ఎగతాళి చేస్తూ కుర్చోమని చెప్పాడు.

ఆ సాయంత్రం శోకతప్త హృదయంతో ఇంటికి చేరుకున్న ఆ బాలుడు, తరగతి గదిలో జరిగిన విషయాన్ని తన తల్లికి చెప్పాడు. ఆ తల్లి, తన కుమారునిపై కోపగించుకోలేదు. ప్రశాంతంగా, “నువ్వు ఎందుకు గుఱ్ఱపుబండిని నడపాలని ఆశపడుతున్నావు?” అని అడిగింది. “రోజూ బడికి వెళ్తున్నప్పుడు గుఱ్ఱపుబండిని నడిపే ఆయన, చాలా చక్కగా గుఱ్ఱపుబండిని నడపడాన్ని చూస్తున్నాను. నేను కూడ అవిధంగా గుఱ్ఱపుబండిని నడపాలని ఆశిస్తున్నాను. అందుకే అవిధంగా చెప్పాను” అని జవాబిచ్చాడు సదరు బాలుడు. ఆ తల్లి పూజ గదిలోకి వెళ్ళి, మహాభారతానికి చెందిన ఓ చిత్రాన్ని తీసుకొచ్చి, కుమారునికి చూపించి, “నువ్వు గుఱ్ఱపుబండిని నడపాలని ఆశించడములో తప్పులేదు. అయితే నువ్వు ఎలాంటి గుఱ్ఱపుబండిని నడపాలి తెలుసా? మహాభారతంలో అర్జునుడి రథాన్ని కృష్ణుడు నడిపాడు కదా? కృష్ణభగవానునిలాగ నువ్వు కూడ రథసారథిగా ఉండాలి” అంటూ వివరించింది. ఆ బాలునికి అలవికానంత సంతోషం.

మంచి మార్గదర్శిని ఎంపిక చేయడం ఎలాగ అనే విషయాన్ని

తన తల్లి దగ్గర నేర్చుకున్న ఆ బాలుడే, భారతదేశపు ఔన్నత్యాన్ని ప్రపంచ వ్యాప్తంగా వ్యాప్తిచేసిన స్వామి వివేకానంద.

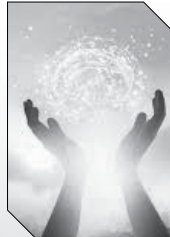
మీరు ఏ రంగంలో ఉన్నప్పటికీ, ఎటువంటి లక్ష్యాలను కలిగి వున్నప్పటికీ, మీకు ఒక మంచి మార్గదర్శి అత్యంతావశ్యకం. మంచి మార్గదర్శులు ఏవిధంగా ఉంటారో తెలుసా?

ఆశావహ భావన : ఎలాంటి సమస్యలు ఎదురైనప్పటికీ, మనకు అంటూ ఒక అవకాశాన్ని వెదికే ఆశావహభావనతో కూడిన మార్గదర్శి కావాలి. ‘దీనిని చేసేందుకు ఎట్టి పరిస్థితులలో కుదరదు’ అంటూ ఇతరులు చెప్పినప్పటికీ, దానిని చక్కగా చేసేందుకు తగిన మార్గాన్ని వెదకాలి. ఇలాంటి మార్గదర్శి లభించినట్లయితే, ఆ గుణాలు మనకూ అలవడుతుంటాయి. సమస్యలతో కూడిన ఈ ప్రపంచంలో, అవకాశాలను వెదికి పట్టుకునే పరిపక్వతను పొందుతుంటాము.



నమ్మకం: కొత్త ప్రయత్నాలను భయం లేకుండా ప్రారంభించగల నమ్మకం మార్గనిర్దేశకులకు ముఖ్యాతిముఖ్యం. ఒకరు చేస్తుండే ఒక్కొక్క పనిలో ఈ విధమైన నమ్మకాన్ని చూసేందుకు కుదురుతుంది. నమ్మకమే లేనివారు, తమ మార్గములో ఎదురవుతుండే పలు అవకాశాలను కోల్పోయి, ఆ తదనంతరం గొణుగుతూ కాలాన్ని గడుపుతుంటారు. వీరిని అనుసరించాలనుకునేవారికి ఎటువంటి నమ్మకాన్ని కలుగజేయరు.

కఠోర శ్రమ : జీవిత పర్యంతం కఠోరశ్రమ చేస్తూ, సాధించాలనుకున్న బహుకాలపు లక్ష్యాలను, పలు కలలను కంటుండేవారే





మార్గదర్శకులు. వారిలో మిగతా గుణాలు అన్నింటికంటే, కఠోరశ్రమ అనే లక్షణం తప్పకుండా ఉండాలి. శ్రమ చేయనివారు ఎట్టి పరిస్థితులలో అత్యున్నత శిఖరాలను చేరుకోవడం అనేది జరుగదు. ఇది నిరూపితమైన సత్యం. తన చుట్టూ ఉన్నవారికంటే, కఠోరశ్రమను చేస్తూ ఉండేవారే, మార్గదర్శిగా మారేందుకు

తగిన అర్హతను పొందుతున్నారు.

ప్రత్యేకత : ఒకరిని, ఇతరుల నుంచి విభిన్నముగా చూపిస్తుండేది అతని యొక్క ప్రత్యేకతే! ఒకరు ఏ రంగములో ఉన్నప్పటికీ, ఇతరులవలె ఉండిపోకుండా, విభిన్నంగా ఆలోచించినట్లయితే, అతను త్వరితంగా విజయ శిఖరాన్ని చేరుకోవడం జరుగుతుంటుంది. ఈవిధంగా విభిన్నమైన ఆలోచనలు రేకెత్తేందుకు అతని యొక్క ప్రత్యేకత ప్రధాన కారణంగా ఉంటుంటుంది. ప్రత్యేకత గలిగిన ఒకరిని మార్గదర్శిగా పొందేందుకు ప్రయత్నించండి. మీరు కూడ ఓ విధమైన ప్రత్యేకతను అభివృద్ధి పరుచుకోండి. తద్వారా అనుకున్న లక్ష్యాలను తప్పకుండా సాధించవచ్చు.



సాన్నిహిత్యముతో ఉండటం :

కొంతమంది చాలా గొప్ప విజయాన్ని సాధించి వుంటారు. కానీ, తమ యొక్క మార్గము, పయనము, విజయ సూత్రము అంటూ దేనిని గురించి మాట్లాడరు. తరువాతి తరానికి తగిన సూచనలను ఇవ్వడాన్ని గురించి కూడ ఏ మాత్రం పట్టించుకోరు. సమాజము నుంచి దూరంగానే ఉంటుంటారు. వాళ్ళు కూడ మార్గనిర్దేశకులే అయినప్పటికీ, వాళ్ళ దగ్గర నుంచి దేనినైనా నేర్చుకోవడమనేది అత్యంత కష్టమైన విషయం. అదే రంగంలో, వారిలాగ విజయాన్ని సాధించిన, అదే ప్రతిభాపాటవాలతో వేరే ఎవరైనా మనఃస్ఫూర్తిగా మాట్లాడేవిధంగా ఉంటుంటారు. సాన్నిహిత్యంతో ఉండేందుకు తగిన మార్గనిర్దేశకులుగా ఉంటే వీరిని ఎంపిక చేసుకోండి.

మర్యాదగా ప్రవర్తించడం : చిన్న, పెద్ద అంటూ ఎటువంటి తేడాలు లేకుండా అందరితో మర్యాదగా ప్రవర్తించాలి. ఒక్కొక్కరూ చెబుతుండే అభిప్రాయాలను బాగా పట్టించుకోవాలి. చిన్నదో, పెద్దదో ఒక్కొక్కరికీ తప్పకుండా ఒక్కొక్క కల ఉంటుంటుంది. దానిని గౌరవించాలి. ఎవరినీ, ఏ ఒక్క అభిప్రాయాన్ని అలక్ష్యం చేయకుండా, అక్కరతో తోడుగా ఉండటమే,



ఒక మార్గదర్శికి అందం. అటువంటి వ్యక్తి ద్వారా పలు విషయాలను సులభంగా నేర్చుకోవచ్చు. విజయాన్ని సాధించవచ్చు.

తెలివితేటలు : ఒక రంగములో

మీరు సాధన చేయాలని అనుకుంటున్నారు. అయితే దానిని గురించి ఏమాత్రం తెలియని వేరొకరిని మార్గదర్శిగా భావిస్తున్నారు. ఫలితం ఏమిటో తెలుసా? మీరొక క్లిష్టమైన సమస్యలో చిక్కుకుని అవస్థలు పడుతున్నప్పుడు, సదరు వ్యక్తి తన తెలివితేటలతో, అనుభవంతో మీకు మార్గనిర్దేశం చేసేందుకు కుదరదు. ఆయన అనుభవాలు, తెలివితేటలు మీకు ఏమాత్రం ఉపయోగపడవు. కాబట్టి, మీరు విజయాన్ని సాధించాలనుకున్న రంగంలో మంచి అనుభవం, జ్ఞానసంపదను కలిగిన అనుభవశాలిని మీ యొక్క మార్గదర్శిగా ఎంపిక చేసుకోండి. ఆ విషయంలో తగినంత స్పష్టతను కలిగివుండాలి. మీకు ఎటువంటి నష్టం కలుగకుండా ఆయన చూసుకుంటాడు.



సంపూర్ణ లక్షణాలు : నాలుగైదు

మంచి లక్షణాలు, ఎక్కువ బలహీనతలు కలిగిన ఒక వ్యక్తి మార్గనిర్దేశకునిగా ఉండేందుకు కుదరదు. 'ప్రాతఃకాలం నుంచి అర్ధరాత్రి వరకు శ్రమిస్తూనే వుంటారు, విశ్రాంతి తీసుకోరు' అనేది కూడ మంచి లక్షణం కాదు. అతను, తన శారీరక ఆరోగ్యాన్ని చెడగొట్టుకుంటున్నారని అర్థం. ఎంతో గొప్ప వ్యక్తిత్వాలు కూడ మత్తుమందులకు బానిసలైపోయిన కథలున్నాయి. ఇటువంటి వ్యక్తులకు మార్గదర్శకులుగా ఎంచుకోవడమనేది "అయనే చేస్తున్నాడు, మనం చేస్తే తప్పా ఏమిటి?" అనే తప్పుడు మార్గంలో వెళ్ళేందుకు ప్రేరేపిస్తుంటుంది. కాబట్టి మంచి లక్షణాలున్న మార్గదర్శిని ఎంచుకోవాలి.

కరుణ : అన్నివిధాలైన ప్రతిభలతో,

సకలగుణ సంపన్నుడైన ఒకతను, కరుణా హృదయంలేని వ్యక్తిగా ఉన్నట్లయితే, అది ప్రమాదం. ఉద్యోగం, వ్యాపారం, పరిశ్రమ, జీవితం అంటూ ఎలాంటి సందర్భంలోనైనా అందరితో కరుణతో ప్రవర్తించాలి. మనకంటే పైస్థాయిలోనున్నవారిపట్ల కరుణతో ప్రవర్తించడం పెద్ద విషయం కాదు; మనకంటే క్రిందిస్థాయిలోనున్నవారితో కూడ అదేవిధంగా ప్రవర్తించాలి. ఒక్కొక్కరి పరిస్థితులను అవగతం చేసుకుని కలసిపోతుండేవారే అత్యుత్తమ మార్గనిర్దేశకులు. ●





ఐదు రకాల మార్గనిర్దేశకులు!

మనం కొనుక్కోవాలనుకునేవన్నీ ఒక దుకాణంలో లభించడం లేదు. ఎన్నో దుకాణాల మెట్లను ఎక్కి, దిగుతూవుండాలి. అదేవిధంగా మనకు అవసరమవుతుండే మార్గనిర్దేశకాలు అన్నింటినీ ఒకే ఒక మార్గదర్శి పరిపూర్ణంగా నిర్దేశించేందుకు కుదరదు. 'మనకు ప్రకృబలంగా ఉంటూ, మన పురోగమనానికి సాయపడే వ్యక్తులు చాలామంది ఉన్నారు' అనే నమ్మకమే పలువురిని విజయశిఖరాలకు చేరవేస్తుంటుంది. ఆవిధంగా జీవితంలో ఒక్కొక్కరికీ ఐదు రకాలైన మార్గదర్శకులు కావాలి. సదరు ఐదుగురు మార్గదర్శకులు ఎవరెవరో తెలుసా?

1. ఒక నిపుణుడు : ఉద్యోగం, పరిశ్రమ, వ్యాపారం అంటూ ఏ రంగంలో సాధించాలని అనుకుంటున్నారో, ఆ రంగంలో గొప్ప విజయాన్ని సాధించిన వ్యక్తిని వెదకండి. ఆయన మొదటి మార్గదర్శి. ఇన్నోవేషన్లు అంటూ ఆ రంగంలో తన తెలివితేటలతో పొందిన అనుభవాన్ని అతను మీతో పంచుకోవడం జరుగుతుంది. నేరుగా పరిచయం ఏర్పడితే మంచిది. లేకపోతే వేరే మార్గాల ద్వారా ఆయన అనుభవసారాన్ని పొందగలిగితే, అదే చాలు. మీ బలం ఏమిటనే విషయాన్ని గ్రహించి, కార్యనిర్వహణ చేసేందుకు ఆయన సాయపడుతుంటాడు.

2. మీ మద్దతుదారుడు : మీ ప్రతిభను గురించి పలువురితో గొప్పగా మాట్లాడుతుండే ఒక ఆప్టమిస్టుడు లేక ఒక బంధువు ఉంటుంటారు. మీ భుజం తడుతూ ఉండిపోకుండా, ఎంతోమందిని మీకు పరిచయం చేస్తూ, మీ అభివృద్ధికి తగిన మద్దతును ఇస్తుంటారు.

3. సహ ప్రయాణీకుడు : కార్యాలయంలో మీతోపాటు కలసి పని చేస్తుండే ఒకతను, వ్యాపారం లేక పరిశ్రమలో మీలాగానే అభివృద్ధి చెందాలనుకునే వ్యక్తి, మీకు అత్యంత ఆప్తులుగా ఉంటుంటారు. అతనే మీకు మూడవ మార్గదర్శకుడు. ఇద్దరూ అనుభవాలను పంచుకుంటూ, పరస్పర అభివృద్ధిని పొందవచ్చు. మీకు, అతను మార్గనిర్దేశకునిగా ఉన్నట్లుగా, మీరు కూడ అతనికి మార్గనిర్దేశకునిగా ఉండాలి. ఈ విధముగా ఒకరికొకరు ప్రకృబలంగా విజయపథం వైపుకు సాగాలి.

4. నమ్మదగిన వ్యక్తి : ఇతను మీ రంగంలో ఉండకపోవచ్చు. ఆ రంగాన్ని గురించి తనకు ఏమీ తెలియకపోవచ్చు. అయితే, మీ గురించి తనకు పూర్తిగా తెలుసు. మీపట్ల అక్కరగల సలహాదారునిగా ఉంటుంటాడు. మీ కష్టస్థితిలను తనతో పంచుకోవడం జరుగుతుంటుంది. చీకటి ముసినీరి క్లిష్ట పరిస్థితులనుంచి బయటపడేందుకు తగిన మార్గాలను చూపించే జ్యోతి లాగ ఉంటుంటాడు. స్వాంతన వచనాలను పలుకుతూ ఆత్మ విశ్వాసాన్ని బలపరుస్తుంటాడు. ఏది ప్రధానమనే విషయాన్ని అవగతం చేసుకుని, జీవితంలో పురోగమించేందుకు ఇతని యొక్క సలహాలు ఉపయోగపడుతుంటాయి.

5. వెనుక వస్తుండే వ్యక్తి : 'మార్గదర్శి' అనగానే, మన కంటే అనుభవశాలి అని, లేకపోతే పూర్వీకులు గుర్తుకొస్తుంటారు. అయితే, మనకు వెనుక అదే రంగానికి వస్తుండే యువతరం కూడ మనకు తగినవిధంగా మార్గనిర్దేశం చేయవచ్చు. వాళ్ళకు మన కంటే అనుభవం తక్కువగా ఉండొచ్చు. చెప్పాలంటే, వాళ్ళు మనలానే మార్గదర్శకులుగా భావిస్తుంటారు. తరచుగా మనతో మాట్లాడుతుంటారు. వాళ్ళ యొక్క అనుభవాలు వేరేవిధంగా ఉంటాయి. సమస్యలకు వారి పరిష్కారాలు విభిన్నంగా ఉంటాయి. వారి ద్వారా మనం పలు విషయాలను నేర్చుకోవచ్చు. ●





ఆయనే రోల్ మోడల్!

‘నాకు ఎటువంటి మార్గనిర్దేశకులు లేరు. స్వయం కృషితో అభివృద్ధిని సాధించాను’ అని చెబుతుండే వారు కూడ తమకు తెలియకుండానే ఎవరెవరినో అనుసరిస్తూ, విజయకేతనాలను ఎగురవేసివుంటారు. ఆవిధంగా దైనందిన జీవితంలో మనం కలుస్తుండే వ్యక్తులలో, రోల్ మోడల్స్ గా మనకు మార్గనిర్దేశకత్వం చేస్తుండే గుణగణాలు ఉంటుంటాయి. వారు ఏవిధంగా ఉంటారో తెలుసా?

- చేసేది చిన్నపనో, పెద్దపనో, దేనినైనా ఒకేవిధముగా పరిపూర్ణంగా చేస్తుంటారు.
- ఎటువంటి పరిస్థితులలోనైనా బాధ్యతల నుంచి వెనక్కి తగ్గకుండా, మనఃస్ఫూర్తిగా పనులను చేసి ముగిస్తుంటారు.
- ఎంతటి గొప్ప విజయాలను సాధించినప్పటికీ, అణకువతో ఉంటుంటారు.
- విజయాన్ని అందుకునేందుకు చేసే ప్రయత్నాలలో తమ బలహీనతలు అడ్డుపడకూడదనే విషయంలో స్పష్టతను కలిగివుంటారు.
- కష్టనష్టాలు, క్షిప్రపరిస్థితులు తమను చుట్టుముట్టినప్పటికీ, ఆత్మవిశ్వాసంతో మంచి విషయాలనే మాట్లాడుతుంటారు.
- ఏమరుపాటులను, ద్రోహాలను ఎదుర్కొన్నప్పటికీ, ఎప్పటికీ నిజాయితీగానే ఉంటుంటారు.
- లభించినది కొంచెమే అయినప్పటికీ, ఆ విషయములో మానసిక తృప్తితో ఉంటుంటారు.

- తనకోసం ఏ పనినైనా చేసుకునేందుకు ముందు, ‘దీని వలన ఏ ఒక్కరికీ బాధింపు ఏర్పడకూడదు’ అనే అక్కరతో కార్యనిర్వహణ చేస్తుంటారు.
- బంధుమిత్రులతో చక్కగా కలసిపోతూ, సంతోషానందాలను, ప్రశాంతతను పొందుతుంటారు.
- ఇతరుల సమయాన్ని వృధా చేయరు. ఏ ఒక్కరి సహనాన్ని పరీక్షించరు.
- తాము అందుకున్న ఒక్కొక్క చిన్న చిన్న సాయాన్ని కృతజ్ఞతా భావంతో తరుచుగా తలుచుకుంటుంటారు.
- ఒక విజయాన్ని అందుకున్న తదనంతరం, తమలాగానే మిగతావాళ్ళకు కూడ అటువంటి అవకాశాలు లభించాలని కోరుకుంటుంటారు.
- జీవితంలో ఎంతటి ఉన్నత శిఖరాలను చేరుకున్నప్పటికీ, సమాజం గౌరవమర్యాదలను అందిస్తున్నప్పటికీ, సహజంగా, సాధారణముగా ఉంటుంటారు.
- ఇతరులకు, ఈ సమాజానికి సేవలను చేసేందుకైన అవకాశాలను రూపొందించుకుని సాయపడుతుంటారు.
- ఇటువంటి వ్యక్తులను ఎక్కడ చూసినప్పటికీ, వారిని మార్గదర్శకులుగా స్వీకరించండి. వారి యొక్క జీవితం, స్వభావం, పరిస్థితులు, అర్హత, కార్యనిర్వహణ అంటూ అన్నీ మీకు మంచి మార్గాన్ని చూపిస్తుంటాయి.

పువ్వులే మన మార్గనిర్దేశకాలు!



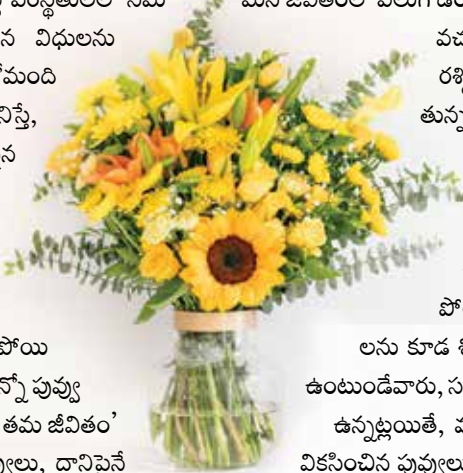
జీవిత పాఠాలను ఎక్కడైనా నేర్చుకోవచ్చు. సమాజం, పూర్వీకులు, బంధురికాలు, స్నేహాలు అంటూ ఎవరినుంచైనా అనుభవపాఠాలను నేర్చుకోవచ్చు. జీవన పరిస్థితులు, పని చేస్తుండే చోటు, పుస్తకాలు అంటూ ఎక్కడినుంచైనా మంచి విషయాలను స్వీకరించవచ్చు. ఆ పాఠాలు మనకు ఉపయుక్తంగా ఉంటుంటాయి.

‘సమాజముతో కలసిపోయి జీవించాలి, ఇతరులపై ప్రేమాభిమానాలను కురిపించాలి, జీవితములో ఎట్టి పరిస్థితులలో సమస్థితిని కోల్పోవకూడదు’వంటి సులభమైన విధులను నేర్పించేందుకు ప్రకృతిమాత ఒడిలో ఎంతోమంది గురువులు ఉన్నారు. పువ్వులను శ్రద్ధగా గమనిస్తే, మనకు, జీవితానికి తగిన ఎన్నో విలువైన పాఠాలు లభిస్తుంటాయి.

✿ సూర్యునివైపు చూస్తూ పుష్పించిన పువ్వులు, ‘జీవితములో మంచి విషయాలపైనే మన దృష్టిని కేంద్రీకరించాలి’ అనే పాఠాన్ని నేర్పిస్తున్నాయి. సూర్యరశ్మి లేకపోయినట్లయితే, వృక్షజాతీ లేదు. ఆ సూర్యరశ్మి ఎన్నో పువ్వులను వికసింపజేస్తుంటుంది. ‘ఆ సూర్యరశ్మి తమ జీవితం’ అనే విషయాన్ని అవగతం చేసుకున్న పువ్వులు, దానిపైనే తమ దృష్టిని కేంద్రీకరిస్తున్నాయి.

మనం కూడ ఈవిధంగానే ఉండాలి. మనుషులకు కాంతి అనేది వెలుగు, సూర్యుడే కాదు. మన జీవితానికి అత్యంతావశ్యకమైన విషయాలు... సంతోషం, అణకువ, కరుణ, పెద్దమనస్సు, ధర్మం, మంచి భావనలు వంటివే! ఈ మంచి లక్షణాలపైనే మన దృష్టిని కేంద్రీకరించాలి. జీవితం పలు సందర్భాలలో కఠినంగా ఉంటుంటుంది. ఏమరుపాటు చీకట్లు మనలను కప్పివేయవచ్చు. ‘ఇకపై మన జీవితంలో వెలుగే ఉండదా?’ అనే మానసిక ఒత్తిడి ఎదురుపడవచ్చు. ‘రేపు తెల్లవారుతుంది. మనకు సూర్యరశ్మి లభిస్తుంది’ అంటూ పువ్వులు నమ్ముతున్నట్లుగా, మనుషులు కూడ జీవితం పట్ల నమ్మకాన్ని పెంచుకోవాలి.

✿ భావోద్వేగాలు అన్నీ అంటు వ్యాధుల వంటివి. మన చుట్టూ ఉంటుండేవారు శోకసముద్రంలో మునిగి పోయినట్లయితే, కారణమే లేకుండా మనలను కూడ శోకం పట్టి పీడిస్తుంటుంది. మన చుట్టూ ఉంటుండేవారు, సంతోషానందాలతో, ఆశావహ భావనలతో ఉన్నట్లయితే, మనం కూడ ఆవిధంగా ఉంటుంటాము. వికసించిన పువ్వులు తమ చుట్టూ సువాసనలను వ్యాప్తి చేసినట్లుగా, మనం కూడ సంతోషానందాలను, ఆశావహ భావనలను



వ్యాప్తి చేయాలనే విషయాన్ని పువ్వుల నుంచి నేర్చుకుందాము. తద్వారా మన బంధాలు బలపడుతుంటాయి.

* మొగ్గగా మొదలై, వికసించి, ఒక తీయనైన రోజున పువ్వులను వికసించేందుకు ఎప్పుడూ తగినంత ఉష్ణోగ్రత ఉండాలి. చలికాలములో, మంచులో, వర్షములో తడుస్తున్నప్పుడు, అవి ఏమంతగా పుష్పించవు. తగినంత సూర్యరశ్మి లభించినప్పుడు, అవి పూర్తిగా వికసించి, సంతోషిస్తున్నాయి. మనుషులకు కూడ ఈ విధమైన పరిస్థితులు అవసరమవుతుంటాయి. పుట్టినప్పటి నుంచి తల్లిదండ్రులు చూపించే ప్రేమానురాగాలు, శ్రద్ధా భక్తులు దీనిని అందిస్తుంటాయి. పెద్దయిన తరువాత స్నేహ బంధాలు, బంధురికాలు, సమాజం దీనిని అందిస్తుంటాయి. ఆరోగ్యవంతముగా, సంతోషముగా జీవించేందుకు ప్రతి ఒక్కరికీ ఇది అత్యంతావశ్యకం. పువ్వులు ఈ విషయాన్ని మనకు చక్కగా అవగతం చేస్తున్నాయి. మనం ఇతరుల దగ్గర స్వీకరించినట్లుగా, వారికి కూడ మన చేతనైనంతమేరకు అందించాలనే విషయాన్ని పువ్వుల నుంచి మనం నేర్చుకుందాము.



* గులాబీపువ్వు యొక్క పలువిధాలైన రంగులను చూసి, మల్లెపువ్వు వేదన చెందడం లేదు. 'చామంతిపువ్వుకు కూడ పూజలలో చోటు దొరుకుతోంది. నాకుమాత్రం అటువంటి అవకాశం దొరకడం లేదే?' అంటూ బొగడ బంతి పువ్వులు కలత చెందడం లేదు. 'మనలను ఏ ఒక్కరూ పట్టించుకోవడం లేదు, మనం ఎందుకు వికసించాలి?' అంటూ అడవి పువ్వులు భావించడం లేదు. తమ యొక్క సహజ లక్షణాలను గురించి పువ్వులకు ఎటువంటి ఆత్మన్యూనతా భావం లేదు. పుష్పించి, పరిమళాన్ని వెదజల్లడం వాటి యొక్క సహజ లక్షణం; అందులో ఎటువంటి లోపం లేకుండా చేస్తుంటాయి. ఒక్కొక్కరూ తమకు లభించిన జీవితంలో తృప్తి చెందుతూ, తమ యొక్క ప్రత్యేకత పట్ల గొప్పగా భావిస్తూ, ఆరోగ్యవంతంగా, సంతోషా

నందాలతో జీవించాలనేది పువ్వులు మనకు నేర్పిస్తోన్న పాఠం. ఈ విధమైన పాఠాన్ని మనం పాటించినట్లయితే, మన జీవితం ఆనందమయంగా మారిపోతుంటుందనేని నిజం.

* తమ ఆయుష్షు ఎన్నిరోజులు అనే విషయాన్ని గురించి పువ్వులు కలత చెందడం లేదు. కొన్ని నిమిషాలలోనే వాడిపోయినప్పటికీ, కొన్ని రోజులు మాత్రమే ఉండగలమని తెలిసినప్పటికీ, అందుకుని తాము పుష్పించడంలో ఎటువంటి లోపాలను చేయడం లేదు. అవి తమ యొక్క లక్ష్యాలను చేరుకున్న తదనంతరమే తొడిమ నుంచి రాలిపోతుంటాయి. జీవితంలో కలలు, లక్ష్యాలు, ఆశయాలు అంటూ మనం భావించేవాటిని అందుకున్న తదనంతరమే విశ్రాంతి తీసుకోవాలనే విషయాన్ని పువ్వుల నుంచి నేర్చుకుందాము.



* కొన్ని పువ్వులు కాయలుగా మారుతుంటాయి. కొన్ని పువ్వులు విత్తనాలను విసిరివేస్తూ కొత్త మొక్కలు పెరిగేవిధంగా చేస్తుంటాయి. కొన్ని పువ్వులు ఆహారంగా మారిపోతుంటాయి. కొన్ని పువ్వులు మహిళల శిరస్సులను అలంకరిస్తుంటాయి. కొన్ని పువ్వులు పూజలలో చోటును దక్కించుకుంటున్నాయి. కొన్ని కొన్ని ఆరుదైన పువ్వులు ఐదునక్షత్రాల హోటళ్ళలోని ఆహ్వాన గదులను అలంకరిస్తుంటాయి. ఒక్కొక్క పువ్వు పుష్పించడం వెనుక ఒకానొక అర్థం ఉంటుంది. మనుషులు కూడ ఈవిధంగానే ఉంటుంటారు. ఒక్కొక్కరి జీవన పయనానికి వేర్వేరు లక్ష్యాలు ఉంటుంటాయి. ఎదుటివారిని చూస్తూవుండిపోకుండా, మన లక్ష్యాన్నే చూస్తూ వుండాలనేది పువ్వులు మనకు నేర్పిస్తోన్న పాఠం.

అపజయాల నుంచి పాఠాలను నేర్చుకోండి!



పలు అపజయాలను పాఠాలుగా స్వీకరించినవారే ఒక విజయాన్ని త్వరితంగా అందుకుంటుంటారు. 'అపజయాలను దాటుకునేందుకు తగిన మార్గాలను వెదుకుతూనే, ఒకరిని విజయం వెదుక్కుంటూ వస్తుంటుంది' అని చెబుతుంటారు. అపజయాలను మార్గనిర్దేశకాలుగా స్వీకరించినట్లయితే, విజయానికి తగిన మార్గం తెలుస్తుంటుంది. 'తప్ప చేయడమనేది మానవసహజ లక్షణం' అని చెబుతుంటారు. ప్రతిరోజూ చిన్నదో, పెద్దదో, పలువిధాలైన తప్పలను చేస్తున్నాము. ఆ యా తప్పలు మనకు అత్యుత్తమ పాఠాలను నేర్పించే అవకాశాలుగా ఉంటున్నాయి.

♦ మనం ఏమి కావాలనే విషయాన్ని, మనము ఏవిధముగా జీవించాలనుకుంటున్నామనే విషయాలను మనము ఎదుర్కొంటున్న అపజయాలే నేర్పిస్తున్నాయి. అపజయం అంటే ఏమిటి? అదొక అభిప్రాయమే. ఒక తప్పు జరిగినప్పుడు, మనం విజయం అని దేనిని అనుకుంటున్నామో, దేనికోసం ఆశపడుతున్నామో, అది లభించదు. సదరు అపజయాన్ని అవగతం చేసుకుని, మన తప్పులను ఒప్పుకుంటున్నప్పుడు, మనకు ఒక కొత్త ద్వారం తెరుచుకుంటుంది. మన దృష్టి ఆ తప్పువైపుకు మళ్ళినప్పుడు, దానిని సరి చేసేందుకు తగిన పరిష్కారం లభిస్తుంటుంది.

♦ మన బలం మరియు బలహీనతలతో మనలను అంగీకరించి మనపై ప్రేమాభిమానాలను కురిపించేందుకు అపజయాలే సాయపడుతుంటాయి. అప్పుడే మన తప్పలను గురించి ఆలోచించి, మనమే మనలను తలుచుకుంటూ నవ్వుతూ, వాటిని సరిదిద్దేందుకు ప్రయత్నిస్తుంటాము. ఒక తప్పను చేసి, అందుకోసం కృంగిపోతూ,

ఆత్మన్యూనతాభావంతో వేదన పడవలసిన అవసరం లేదు. ఒక విషయాన్ని సరిగ్గా చేసినట్లయితే, మనలను మనమే పొగడుతుంటాము. అదేవిధంగా తప్పు చేసినప్పుడు, 'ఫర్వాలేదు, ఈవిధంగా ఒక తప్పు చేసినట్లయితే అపజయం ఎదురవుతుందని కనిపెట్టావు. ఇకమీదట దీనిని సరిదిద్ది గెలుపును సాధించేందుకైన మార్గాన్ని తప్పక వెదుకబోతున్నావు అంటూ ఉత్సాహపరుచుకుంటుండాలి. అందరూ ఖచ్చితంగా ఉండేందుకు కుదరదు. తప్పులు చేయడం సహజమే. 'ఈ ప్రత్యేకమైన తప్పుల సంగమమే మనం' అనే భావన, మీ మనస్సులో తలెత్తుతుండాలి.

♦ అపజయాలే మన నిజమైన భయాలను అవగతం చేసుకుని మనం మారేందుకు అవకాశాలను అందిస్తుంటాయి. కొన్ని కొన్ని సమయాలలో మనం ఎంతగా ప్రయత్నించినప్పటికీ, అపజయం నుంచి తప్పించుకునేందుకు కుదరదు. తరుచుగా ఈవిధంగా అపజయాలు ఎదురవుతున్నప్పుడు, మనస్సుతా భయంతో నిండిపో

తుంటుంది. బయటపడలేని ఏదో ఒక క్లిష్టమైన సమస్యలో ఇరు క్యూనిపోయినట్లుగా భయం కలుగుతుంటుంది. ఆ భయాన్ని నేరుగా కలుసుకునేందుకు సిద్ధంగా ఉండండి. దీనిని వెలిగించగానే మాయ మైపోతుండే చీకటిలాగ, భయం కూడ పారిపోతుంటుంది.

◆ అపజయాలే మనలను గురించిన నిజాలను మనకు అవగతం చేస్తుంటాయి. పలువురు ఒక అపజయాన్ని ఎదుర్కొంటున్నప్పుడు, దానిని దాచిపెట్టేందుకే ప్రయత్నిస్తుంటారు. ఒక తప్పును చేసి, అపజయాన్ని అందుకున్న తరువాత, దానిని ఒప్పుకునేందుకు దృఢచిత్తం కావాలి. మన తప్పులను, బలహీనతలను అవగతం చేసుకుంటే, వాటిని సరిదిద్దేందుకైన అవకాశాలు మన కళ్ళముందే తెలుస్తుంటాయి. మనం మారేందుకైన మార్గం కనబడుతుంటుంది. మన తప్పులను ఇతరులకు చెబితే, వారు హేళన చేయవచ్చు. ఇంచుమించు ఒక అద్దం ముందు నిలబడి, మన గురించి మనకే చెప్పుకుంటూ, నిజాలను అవగతం చేసుకుంటే, తప్పుకుండా మార్పు జరుగుతుంటుంది. ఆ మార్పును మనం మనసారా స్వీకరించాలి.

◆ మనం ఎంతగా ప్రయత్నించినప్పటికీ, ఏది జరుగుతుంది, ఏది జరుగదనే విషయాన్ని అపజయాలే మనకు అవగతం చేస్తుంటాయి. ఒక అపజయం ఎదురైనప్పుడు, దాని యొక్క ఫలితాలను పరిశీలించాలి. అప్పుడు, మన ప్రయత్నాలలో దీనికి తగిన ఫలితం లభిస్తుందనే విషయం అవగతమవుతుంది. దానికి తగినవిధంగా మన ప్రయత్నాలను మార్చుకునేందుకు కుదురుతుంది. 'ఈ అనుభవాన్ని నేను ఎలా ఉపయోగించుకోబోతున్నాను? ఇంకొకసారి దీనికంటే భిన్నంగా ఎలా చేయాలి? భవిష్యత్తులో నేను ఎలా విభిన్నముగా మారగలను?' అనే ప్రశ్నలను ప్రశ్నించుకుని, నూతన పరిష్కారాలను కనిపెట్టే పరిపక్వతను అపజయాలే అందిస్తుంటాయి.

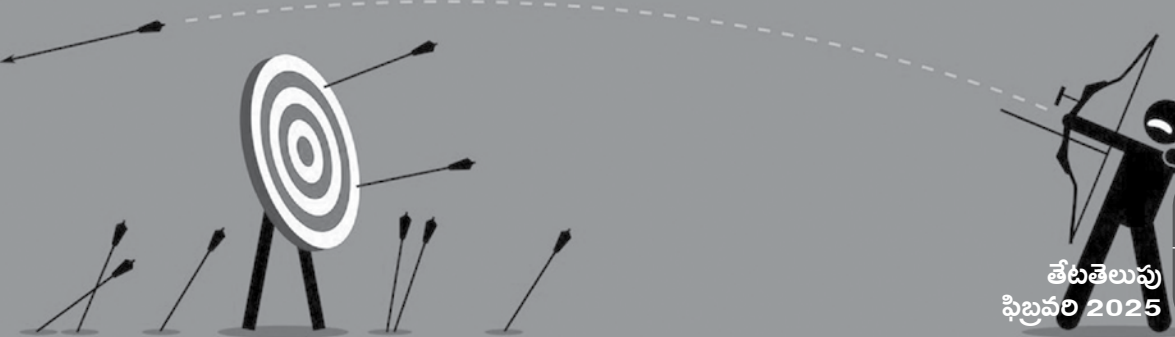
◆ అపజయాలే బాధ్యతలను స్వీకరించే పరిపక్వతను మనకు అందిస్తుంటాయి. కొన్ని సందర్భాలలో ఏదైనా అపజయం ఎదురైనప్పుడు, ఇతరులపై నిందారోపణ చేస్తూ, తప్పుకునే మనస్తత్వం పలువురిలో ఉంటుంటుంది. 'ఇది నా తప్పు కాదు', 'దీనిని గురించి నాకు చెప్పనేలేదు' అంటూ సంభాలించుకుంటుంటారు. అయితే 'అవును అని అనడం వల్లనే ఈవిధంగా జరిగింది' అని ఒప్పుకుని, 'దీనిని సరిచేసేందుకు నా ప్రయత్నాలను నేను చేస్తాను' అంటూ రంగంలోకి దిగడానికి మానసిక బలం కావాలి. ఈవిధంగా బాధ్యతను స్వీకరిస్తున్న

ప్పుడు, ఏం చేయాలనే అవకాశాలు మన కళ్ళముందు స్పష్టంగా తెలుస్తుంటాయి. ఇతరులు, మన గురించి గొప్పగా భావించడం జరుగుతుంటుంది.

◆ ఇచ్చిన మాటను నిలబెట్టుకోలేకపోయినప్పుడు, మన కళ్ళకి మించిన పనులను చేసేందుకు ఒప్పుకున్నప్పుడు, ఒక విషయంపై దృష్టిని కేంద్రీకరించలేకపోతున్నప్పుడు, సాధారణంగా అపజయాలే ఎదురవుతుంటాయి. పెద్ద పెద్ద అపజయాలు చిన్న చిన్న తప్పులనుంచే మొదలవుతుంటాయి. మన మాటలకు, చేతలకు మధ్య భేదం ఉన్నదనే విషయాన్ని ఓటములు అవగతం చేస్తుంటాయి. మన లక్ష్యాన్ని, బాధ్యతలను మరొకసారి విశ్లేషించి, మన గౌరవమర్యాదలను కాపాడుకునేందుకు, తగిన పాఠాలను అపజయాలే నేర్పిస్తుంటాయి. కాబట్టి, అపజయాలను పట్టించుకోవాలి.

◆ మనం చాలా తప్పులను చేసివుండొచ్చు. అయితే, తత్ఫలితముగా ఎదురవుతుండే అపజయాలే మన గుర్తింపు కాదు. కొంతమంది అపజయాల వలన కృంగిపోతుంటారు. ఆ తదనంతరం తమ యొక్క గుర్తింపునే కోల్పోయి ఎటువైపుకో వెళ్తుంటారు. అయితే అపజయం అనేది పురోగతికి సంబంధించిన గుర్తింపు. ఎక్కువ పనులను చేస్తుండేవారు, అధికమైన రిస్కులను తీసుకుంటుండేవారు, ఎక్కువ అపజయాలను ఎదుర్కొంటూ ఉంటారు. కొత్త ప్రయత్నాలను చేయనివారు ఎటువంటి తప్పులను చేయడం లేదు. మీరు అపజయాన్నే ఎదుర్కొంటున్నారంటే, ఏదో ఒక గొప్ప పనిని చేసే ప్రయత్నంలో ఉన్నారని అర్థం. కాబట్టి, దీనిని తలుచుకుంటూ గౌరవప్రదంగా భావించడాన్ని అపజయాలే మీకు నేర్పిస్తుంటాయి. ఈ విషయాన్ని అవగతం చేసుకుంటే చాలు. విజయం తథ్యం.

◆ అపజయాన్ని ఎదుర్కొనే మనుషులే, ఎదుటివారికి రోల్ మోడల్స్ గా ఉంటుంటారు. తమ తప్పులను బహిరంగంగా ఒప్పుకునేందుకు ఎంతో ధైర్యం కావాలి. ఆవిధముగా చేస్తుండేవారినే ఈ ప్రపంచం గమనిస్తుంటుంది. సదరు తప్పులు మరియు అపజయాలనుంచి బయటపడేందుకు సరైన మార్గం ఏమిటనే విషయానికి సంబంధించి ఆయన చెప్పే విషయాలనే ప్రజలు నమ్ముతుంటారు. తల్లిదండ్రులు, తమ పిల్లల యొక్క గెలుపు ఓటములను పట్టించుకోవాలి. వాటి నుంచి పాఠాలను నేర్చుకునే పద్ధతులను పిల్లలకు నేర్పించాలి. ఈవిధంగా అపజయాల నుంచి పాఠాలను నేర్చుకుందాం. ●



కథా సమయం



స ముద్రానికి ప్రక్కనున్న సరస్సులో, ఒక సెలవురోజులో ఓ చిన్న పడవలో పయనిస్తూ, చేపలను పట్టేందుకు ఓ యువకుడు వచ్చాడు. ఆ చిన్న పడవలో కూర్చుని గేలాన్ని విసురుతూ, పాటలను వింటూ, ఇంటి నుంచి తెచ్చుకున్న ఆహార పదార్థాలను తింటూవుండటం అతనికి కాలక్షేపం. సముద్రం ప్రక్కనే ఉన్నప్పటికీ ఆ సరస్సులో ఏమంతగా కెరటాల తాకిడి ఉండదు. లోతైన సరస్సు కనుక పెద్ద పెద్ద చేపలు కూడ గేలానికి చిక్కుతుంటాయి.

కార్యాలయ పని నిమిత్తమై కొన్ని నెలలపాటు విదేశాలకు వెళ్ళి, ఇప్పుడే స్వగ్రామానికి చేరుకున్నాడు ఆ యువకుడు. ఉరుకు చేరుకున్న మరుసటిరోజే చేపలను పట్టేందుకు సిద్ధమయ్యాడు. కొన్ని నెలలుగా ఉపయోగించకపోవడం వలన గేలము సరిగ్గా పనిచేయడం లేదు. దానిని సరిచేసేం



వ సంత, ధనుష్ బాల్య స్నేహితులు. కళాశాలలో కలసి చదువుకున్నారు. వేర్వేరు సమయాలలో ముంబయి నగరానికి చేరుకున్నారు. ఒకరు ఉంటున్నవోటు ఇంకొకరికి తెలియదు. కోటిమందికి పైగా ప్రజలు నివశిస్తోన్న ముంబయి నగరంలో ఇద్దరూ యధేచ్ఛగా కలుసుకునే అవకాశం లభించడమనేది బహు అరుదుగా జరుగుతుంటుంది.

ఆవిధముగా యధేచ్ఛగా వాళ్ళిద్దరూ ఓ షాపింగ్ మాల్ లో కలుసుకోవడము జరిగింది. కాగిలించుకుని, భావోద్వేగముగా మాట్లాడుకోసాగారు. ఎన్నో సంవత్సరాల జ్ఞాపకాలను కొన్ని



సె లవురోజు ఒక ఇంట్లో కుటుంబసభ్యులందరూ హడావిడిగా ఉన్నారు. ఎప్పుడూ ఈవిధముగా జరుగలేదు. అందుకే అందరి వదనాలలో ఆందోళన రేఖలు.

ఆ ఇంటి పెద్దాయనకు 75 యేళ్ళ వయస్సు. రోజూ ప్రాతఃకాలాన్నే బదుగంటలకు నడక వ్యాయామానికి బయలుదేరి ఏడు గంటలకు ఇంటికి చేరుకుంటాడు. ఇంటి నుంచి కాస్తంత దూరంలోనున్న ఉద్యాన వనంలో నడక వ్యాయామాన్ని చేస్తుంటాడు. అతనిలాగానే పదవీ విరమణ పొంది, చురుకుదనముతోనున్న కొందరు ఆ ఉద్యానవనానికి వస్తుంటారు. నడక వ్యాయామాన్ని చేసి, కాసేపు అలసటగా అనిపించినప్పుడు, వారితో మాట్లాడుతుంటాడు. సరిగ్గా ఏడు గంటలకు ఇంటికి వస్తుంటాడు. మనుమలు, మనుమరాళ్ళను పాఠశాలకు

దుకు, ఆ పనిలో నిమగ్నమైపోయిన అతను పడవకు ఏర్పడిన చిల్లిని గమనించలేదు. తత్ఫలితంగా కొంతసేపట్లో పడవ నీటితో నిండిపోయి, తలక్రిందులైపోయింది. అతను ఎలాగోలా తలక్రిందులుగానున్న పడవపైకి ఎక్కి కూర్చున్నాడు.

అతను చక్కగా ఈదగలడు. అయితే, ఆ సరస్సులో మనుషులను మ్రింగివేసే మొసళ్ళు ఉన్నాయని చెబుతుంటారు. ఆ విషయం గుర్తుకొచ్చిన సదరు యువకుడు, నీళ్ళలోకి దూకకుండా ఆ పడవపై అలాగే కూర్చున్నాడు. అవతలి ఒడ్డున ఒక మనిషి నిలబడివుండటాన్ని చూసి, పెద్దగా కేకలేస్తూ అతని దగ్గర మొసళ్ళను గురించి అడిగాడు. అందుకు ఆ వ్యక్తి, “ఈ సరస్సులోనున్న మొసళ్ళన్నీ నాలుగు నెలలకు ముందే కనిపించకుండా పోయాయి. వాటిని చూసేందుకు కుదరదు” అని చెప్పాడు.

వెంటనే ఆ యువకుడు ధైర్యంగా సరస్సులోకి దూకాడు.

వెంటనే అవతలి ఒడ్డునున్న వ్యక్తి దిగ్భ్రాంతికి లోనై, “తమ్ముడా, అంత ధైర్యంగా నీళ్ళల్లోకి దూకావే?” అని ప్రశ్నించాడు.

అందుకు ఆ యువకుడు, “మీరే కదా సరస్సులో మొసళ్ళు లేవని చెప్పారు” అని అన్నాడు.

“మొసళ్ళు ఈ సరస్సులోనుంచి ఎందుకు వెళ్ళిపోయాయో తెలుసా? సముద్రం నుంచి నాలుగైదు తిమింగలాల పిల్లలు ఈ సరస్సులోకి రావడంతో మొసళ్ళు పని అయిపోయింది. ఇప్పుడు ఆ తిమింగలాలకు భయపడే ఎవ్వరూ ఈ సరస్సువైపుకు రావడం లేదు. నువ్వేమో ధైర్యంగా నీళ్ళల్లోకి దూకేవు” అని అతను చెబుతుండగానే, నీళ్ళల్లో ఏవో కదలికలు.

పరిపూర్ణ మార్గనిర్దేశకత్వం లభించకముందే దేనిలోకి అడుగుపెట్టకూడదు.

గంటలలో మాట్లాడుకునేందుకు కుదురుతుందా? ధనుష్, తన ఇంటి చిరునామాను వసంతకు చెబుతూ, “రేయ్ వసంత, వచ్చే ఆదివారం మా ఇంటికి వస్తున్నావు. నాకు ఇద్దరు పిల్లలు. ఆదివారం సెలవు కాబట్టి వాళ్ళిద్దరూ ఇంట్లోనే ఉంటారు. నా భార్య కూడ ఉంటుంది...” అని అన్నాడు. వసంతకు సంతోషం.

“సరే, ఎలాగ రావాలి? దారిని చెప్పు...”

దారిని గురించి వివరించిన ధనుష్, “ఆ వీధిలో పెద్ద అపార్ట్‌మెంట్ మాదే. గేటును కాలితో కొట్టి, గేటును తెరచి లోపలకు రా. లిఫ్ట్ ఉంది. దానిలోకి ఎక్కి, నీ కుడిభుజంతో ఆరవ నెంబర్ బటన్‌ను నొక్కు. ఆరవ అంతస్తులో లిఫ్ట్ నుంచి బయటపడి నడిస్తే, మా ఇల్లు మూడవది. గడపముందు నామఫలకం ఉంటుంది. అక్కడకు వచ్చి కాలింగ్‌బెల్‌ను ఎడమ భుజంతో నొక్కు!” అని చెప్పాడు.

వసంతకు గందరగోళం... “ఎందుకు కాలితో కొట్టు; భుజముతో నొక్కు అని చెబుతున్నావు? ఆ పనులను చేతులతోనే చేయ వచ్చుగా?!” అని ప్రశ్నించాడు.

“అది కాదు వసంత, ఇన్ని సంవత్సరాల తరువాత వస్తున్నావ్. పిల్లలను చూడటానికి ఒట్టి చేతులతో వస్తావా ఏంటి? రెండు చేతుల నిండుగా పిల్లలకు తగినవి కొనుక్కుని వస్తావు కదా? అందుకే, అలాగ చెప్పాను”

కొంతమంది మార్గదర్శకులు తమ యొక్క అవసరాలను పరోక్షంగా వ్యక్తీకరిస్తుంటారు.

పంపించడం, తోట పనులను చేయడం అంటూ ఉదయాన్నే ఆయన చాలా బిజీ.

పదవీ విరమణ పొందిన 17 సంవత్సరాలలో ఆయన సమయపాలనను చక్కగా పాటిస్తుంటాడు. అయితే ఈరోజు, ఎనిమిది గంటలైన ప్పుటికీ, ఆయన ఇంటికి రాలేదు. తండ్రిని వెదుక్కుంటూ ఉద్యానవనానికి వెళ్ళిన కుమారునికి ఏమరుపాటు. ‘వయస్సు పైబడిన ఈ ప్రాయంలో ఏమైనా జరిగితే...’ అని భావిస్తూ ఆందోళనాభరితుడైపోయాడు.

అప్పుడే ఇంటిముందు ఓ పోలీస్ జీప్ వచ్చి ఆగింది. ఆ పెద్దాయనను జీపులోనుంచి జాగ్రత్తగా కిందికి దింపి, తీసుకొచ్చిన ఇన్‌స్పెక్టర్, “ఈయన తప్పిపోయాడేమోనని ఆందోళన పడుతున్నారా? మా స్టేషన్ ముందు కూర్చునివున్నాడు. కాస్తంత మతిమరుపు అనుకుంటాను. ఇంటికి వెళ్ళడం తెలియడం లేదని చెప్పాడు. చిరునామాను అడిగి, ఇక్కడకు తీసుకొచ్చాను. జాగ్రత్తగా చూసుకోండి” అని చెప్పి వెళ్ళిపోయాడు.

“ఇన్నేళ్ళుగా ఈవిధంగా జరుగలేదే?!” అని భార్య ఆందోళనచెందగా, ఆమె ఆందోళనను చూసిన ఆ పెద్దాయన, “భయపడకు, నాకు ఈరోజు ఎప్పుడూ లేనంతగా అలసటగా అనిపించింది. నడుచుకుంటూ ఇంటికి రాలేనని అనిపించింది. ప్రక్కనే పోలీసు స్టేషన్‌ను చూడగానే మనస్సులో ఒక ఆలోచన తలెత్తింది. స్టేషన్‌కు వెళ్ళి దారి తెలవడం లేదని చెప్పడంతో, ఆ పోలీసు అధికారి పైసా ఖర్చు లేకుండా, నన్ను ఇంటి దాకా తీసుకొచ్చి వదలి వెళ్ళాడు” అంటూ నిదానంగా చెప్పాడు.

దారి తెలిసినవారు ఎలాగైనా అక్కడకు చేరుకుంటారు.

జీవితం యొక్క అర్థం తెలుసుకోవాలని, ఎన్నో సంవత్సరాలుగా పలువురు గురువులను దర్శించాడు ఒకతను. ఆ యా గురువుల ఉపదేశాలను వినినప్పటికీ, అతనికి సరైన జవాబు లభించలేదు. బహుశాకాలపు అన్వేషణలో చివరగా ఒక కొండపైన అడవిలోనున్న సన్యాసిని కలుసుకున్నాడు.

అప్పుడు ఆ సన్యాసి, కొండ దిగువభాగంలోనున్న దట్టమైన అడవిని చూపిస్తూ, “అది మనుషులెవ్వరూ జీవించని అటవీ ప్రదేశం. ఏ ఒక్కరి సాయాన్ని ఆశించకుండా, ఆ అడవిలో నూరు రోజులపాటు ఉండాలి. ఎప్పుడైనా వేటగాళ్ళు లేక బాటసారులు ఆవైపు రావచ్చు. వాళ్ళతో ఒక్కమాట కూడ మాట్లాడకూడదు” అనే నిబంధనను విధించాడు.

అతనికి ఏమరుపాటు. ‘ఇదొక బోధనా లేక దండనా?’ అని భావిస్తూ, సందిగ్ధతకు లోనయ్యాడు. ఏ ఒక్కరూ లేని అడవిలో, ఏ ఒక్కరితో మాట్లాడకుండా 100 రోజులు ఉండేందుకు కుదురుతుందా? ఈ ప్రశ్నే అతడిని గందరగోళానికి గురి చేసింది. ఏం చేయాలనేది అర్థం కాలేదు.

అయితే అతని అంతరాత్మ వేరేవిధంగా ఆలోచించింది. ‘ఎంతోమంది గురువులను వెదుక్కుంటూ వెళ్ళి, ఉపదేశాన్ని అభ్యర్థించినప్పటికీ, ఇప్పటివరకు ఎటువంటి ఫలితం లేదు. ఈ గురువు ఒక కొత్త పద్ధతిని సూచిస్తున్నాడు. ఇదే జీవితం యొక్క అర్థాన్ని తెలుసుకునే మార్గం అయినట్లయితే, ఆయన చెప్పినట్లుగా ప్రయత్నించి చూద్దాము’ అనే నిర్ణయాన్ని తీసుకున్నాడు. కొండపైనుంచి కిందికి దిగి, ఆ కారడవిలో ఒంటరిగా పయనించసాగాడు.

అడవి అందించిన ప్రశాంతత, అతనిలో ఓ కొత్త భావోద్వేగాన్ని రేకెత్తించింది. ఎవరితో మాట్లాడకుండా ఉండేందుకు, తనతో తనే మాట్లాడుకోసాగాడు. పది రోజుల తరువాత, ఆ పద్ధతి అతనికి అలసటగా అనిపించడంతో, ఆ తదనంతరం

అతని దృష్టి, తన చుట్టూవున్న ప్రకృతి దృశ్యాలవైపుకు మళ్ళింది. అడవిని ప్రశాంత చిత్తంతో గమనించసాగాడు. అతను ప్రకృతి అందాలను చూస్తూ ఆనందించసాగాడు.

పలు జీవుల పుట్టుక, చావులను కట్టిమట చూస్తుండటం అనేది అతనికి ఓ కొత్త అనుభవాన్ని అందించింది. ప్రాణుల జీవన శైలిని అతను శ్రద్ధగా గమనించాడు. చెట్ల పండ్లను తింటూ ఉండే పక్షులు, చిన్న చిన్న జంతువులు, వాటి విత్తనాలను నలువైపులా విస్తరించేలాగ చేసి, కొత్తగా చెట్లు మొలిచేందుకు కారణకర్తలుగా ఉంటోన్న విషయం అతనికి అర్థమయ్యింది. ఒక జంతువు ఇంకొక జంతువుకు ఆహారంగా మారుతోన్న విషయాన్ని కళ్ళారా చూడటం జరిగింది. ఆహారంకోసం తప్ప, వేరే దానికోసం ఒక జంతువు ఇంకొక జంతువుని వేటాడటం లేదనే విషయం అర్థమయ్యింది. ప్రకృతి నియమాలను ఒక్కొక్క జీవి ఏవిధంగా పాటిస్తున్నదనే విషయాన్ని కూడ అర్థం చేసుకున్నాడు. అతనికి ఇదొక కొత్త అనుభవం.

తను కూర్చున్నచోట ఒక పెద్ద వృక్షపు విత్తనాలు నేలపై రాలిపోయి వుండటాన్ని చూసిన అతనికి, ‘ఈ చిన్న విత్తనం ఇంతటి బ్రహ్మాండమైన వృక్షం’ అనే నిజం స్పష్టమయ్యింది. ఆవిధంగా జీవితపు అర్థాన్ని అవగతం చేసుకోసాగాడు. ‘ఒకరి కొకరు సాయపడుతూ, ఎవ్వరినీ అనవసరంగా ఇబ్బంది పెట్టకుండా ఉండటమే జీవితపు పరమార్థం’ అనే విషయాన్ని గ్రహించాడు. ఆ తరువాత అతనికి ఏ గురువు యొక్క ఉపదేశం అక్కర్లేదు. జీవిత పరమార్థం అతనికి అవగతమయ్యింది.

ప్రకృతిమాతే అత్యుత్తమ మార్గదర్శి. దాని నుంచి తగిన పాఠాలను నేర్చుకోవడం మొదలుపెడితే చాలు...ఎటువంటి తపస్సు చేయకుండా ఆనందకరమైన జీవితం వరంగా లభిస్తుంది. జీవితాన్ని సంతోషమయంగా మార్చేసుకుంటూ, మనస్సుకు నచ్చిన విధంగా జీవించవచ్చు.

ప్రకృతిమాతే మార్గదర్శి!





India's Most Trusted
Dhoti Brand



Culture India™

TRADITIONAL KURTA • MATCHING DHOTIS

BY



SCAN QR CODE
FOR STORE LOCATION



SHIRTINGS & SUITINGS

COTTON • LINEN • TRADITIONAL



SCAN QR CODE
FOR STORE LOCATION



BAMBOO COTTON WHITE SHIRTS

**AN ULTIMATE
UPGRADE IN
WHITE SHIRTS.**

Presenting
Ramraj Bamboo
Cotton White
Shirts. With its
quick drying
nature, it gives
you smooth,
soft and natural
comfort.



SCAN QR CODE
FOR STORE LOCATION

Shop Online at www.ramrajcotton.in

Kokhila® 

WOMEN'S INNERWEAR

BY





మీ ఇంటికే రావలెనా?
రావాలనుకుంటున్నారా?

తేటతెలుపు

చందాదారులుగా మారిపోండి!



'ఉన్నతమైన భావనలు ప్రపంచవ్యాప్తంగా వ్యాపించాలి' అనే గొప్ప లక్ష్యంతో అత్యంత విలువైన వ్యాసాలను వరుసక్రమంలో ప్రచురిస్తోంది తేటతెలుపు. ఈ మాసపత్రిక ప్రతి ఒక్క కుటుంబంలో భద్రంగా పెట్టుకునే బోక్సెసలగా విరాజిల్లుతోంది.



ఒక సంవత్సర చందా రూ.200
రెండు సంవత్సరాల చందా రూ.380

చెక్కు/డిమాండ్ డ్రాఫ్ట్ ద్వారా పంపించవచ్చు **VENMAI** అనే పేరిట చెక్కు/డి.డి పంపించవచ్చు. వెనక మీ పేరు, చిరునామాను వ్రాయండి.

లేక

VENMAI అనే బ్యాంకు ఖాతాకు (A/C No : 1809135000000299, Karur Vysya Bank, Tirupur SR Nagar Branch - IFSC : KVBL0001809) డబ్బును చెల్లించి, దాని యొక్క నకలు ప్రతిని ఫారంత్ పాటు పంపించాలి.

- మనియార్డర్లు స్వీకరించబడవు.
- రామ్ రాజ్ షోరూములన్నింటిలో మీ చందాలను చెల్లించవచ్చు.

VENMAI

10, Sengunthapuram, Mangalam Road, Tirupur-641604.
email: venmaii@ramrajcotton.net

చందాలను చెల్లించేందుకు, తేటతెలుపు పత్రికలను మొత్తంగా కొనుక్కునేందుకు సంప్రదించండి :

ఫోన్ :

0421-4304106, 98422 74137

ఒకే నిమిషంలో తేటతెలుపు చందాదారులుగా మారిపోవచ్చు!

మీ చందాను PhonePe G Pay Net transfer ద్వారా చెల్లించండి.



UPI పరివర్తన ద్వారా మొబైల్ ఫోన్ ద్వారా వెన్మై బ్యాంకు ఖాతాకు చందా మొత్తాన్ని చెల్లించవచ్చు. వెన్మై UPI id: kvbupiqr.75626@ kvb



Bharat QR code సాకర్ము ఉన్న మొబైల్ బ్యాంకింగ్ యాప్ ఉన్నవారు, అందులో ఇక్కడ ఉన్న వెన్మై బ్యాంక్ ఖాతా QR code - ను స్కాన్ చేసి చందా చెల్లించవచ్చు.

డబ్బు చెల్లించినందుకుగాను బ్యాంకు సమాచారాన్ని Forward చేయండి. దానితోపాటు మీ యొక్క పూర్తి చిరునామాను, మీ చరవాణి ద్వారా వాట్సాప్ చేయండి. చరవాణి సంఖ్య : 98422 74137

బ్యాంకు ఖాతా వివరాలు : Venmail
A/C No: 1809135000000299

Karur Vysya Bank, Tirupur SR Nagar Branch
IFSC Code: KVBL0001809.



విద్యార్థి/విద్యార్థినులకు ప్రత్యేక తగ్గింపు

(6 వ తరగతికి పైగా చదువుతున్న విద్యార్థిని విద్యార్థులకు ఈ తగ్గింపు అందించబడుతోంది. చందాను చెల్లిస్తున్నప్పుడు విద్యార్థిని విద్యార్థుల గుర్తింపు అట్ట యొక్క నకలు ప్రతిని జతచేసి పంపించాలి).

ఒక సంవత్సర చందా : రెండు సంవత్సరాల చందా :
రూ. 200 రూ.125 మాత్రమే. | రూ. 380 రూ.250 మాత్రమే.



సీనియర్ సిటిజన్లకు ప్రత్యేక తగ్గింపు

(60 యేళ్ళు పైబడినవారికి ఈ తగ్గింపు అందించబడుతోంది. పుట్టినతేదీకి సంబంధించిన తగిన ఆధారంతో కూడిన నకలు ప్రతిని జత చేసి పంపించాలి).

ఒక సంవత్సర చందా : రెండు సంవత్సరాల చందా :
రూ. 200 రూ.125 మాత్రమే. | రూ. 380 రూ.250 మాత్రమే.

రామ్ రాజ్ షోరూములలో రూ.10,000 లకు పైగా దుస్తులను కొనుక్కునేవారికి ఒక సంవత్సర చందా బహుమతిగా అందించబడుతుంది.

అశావహద్యకృధంతో మార్గనిర్దేశం చేస్తుండే మంచి మనిషిని అనుసరించాలని అనుకుంటున్నారా? అతనిలో ఈ క్రింది లక్షణాలు ఉన్నాయా అనే విషయాన్ని గమనించండి. ఆ లక్షణాలను మీలో అభివృద్ధి పరుచుకున్నట్లయితే మీరు కూడ ఎంతోమందికి మార్గదర్శిగా మారవచ్చు.

- ఎదుటివారి అత్యుత్తమ ప్రతిభ ఏమిటనే విషయాన్ని గ్రహించి, దానిని సదరు వ్యక్తులు వ్యక్తీకరించేవిధంగా అవకాశాన్ని ఏర్పాటుచేయడం.
- ఇతరులు తప్పులను చేసినప్పుడు, ఆ తప్పు జరిగిన పరిస్థితులను అర్థం చేసుకుని, వారి పట్ల కారుణ్యంతో ప్రవర్తించడం.
- 'నేను చెప్పింది చెయ్' అంటూ ఆజ్ఞను జారీ చేయకుండా, 'ఈవిధముగా చేయడమే సరైన పద్ధతి' అంటూ కార్యనిర్వహణతో ఉపదేశించడం.
- కఠినమైన పరిస్థితులలో సహనాన్ని కోల్పోయి కోపాన్ని వ్యక్తీకరించకుండా ఉండటం.
- ఎవరెవరో చెబుతోన్న విషయాలకు బొమ్మలాగ తలాడిస్తూ నిర్ణయాలను తీసుకోకుండా, తమ తెలివితేటలతో పరిశీలించి తగిన నిర్ణయాలను తీసుకోవడం.
- కుటుంబం, స్నేహబృందం మరియు బంధురికం అంటూ అందరిపై ప్రేమాభిమానాలను కురిపించే మంచివ్యక్తిగా ఉండటం.
- నిరాశావహమైన ఆలోచనలను, భావోద్వేగాలను సృజనాత్మకముగా వ్యక్తీకరించగల ప్రతిభను కలిగివుండటం.
- తమ ప్రతిభను మెరుగుపరుచుకునేందుకు దేనినైనా ధైర్యముగా చేయడం, జీవితాన్ని మరింతగా అభివృద్ధి పరుచుకునేందుకు నిరంతర కృషి చేయడం.
- జీవితంలో స్పష్టమైన లక్ష్యాలను కలిగివుండటం, ఆ యా లక్ష్యాలను సాధించేందుకు తగిన మార్గాలను కనుగొనడం.

- తమ చుట్టూవున్న వ్యక్తుల గుణగణాలను పరిశీలించి, ఆశావహద్యకృధంతో ఉంటుండే వ్యక్తులతో కలసిపోవడం.
- తమకు తాము నిజాయితీగా ఉండటం, ఇతరులతో కూడ నిజాయితీగా ప్రవర్తించడం. 'మాటలు వేరువిధం, చేతలు వేరువిధం' అనేవిధంగా ఉండకుండా ప్రవర్తించడం.
- ఇతరుల బలహీనతలను ఉపయోగించుకుంటూ తద్వారా ఆదాయాన్ని వెదకకుండా ఉండటం.
- ఎవరితో, ఏవిధంగా ప్రవర్తించాలనే విషయంలో స్పష్టతను కలిగివుండటం.
- ఇతరులను గురించి తప్పుడు సమాచారాన్ని వ్యాప్తి చేయకుండా ఉండటం.
- కుటుంబ జీవితానికీ, వృత్తి జీవితానికి మధ్య సమస్థితి ఉండే విధంగా చూసుకోవడం. తమ సంతోషం, ఆరోగ్యాన్ని కోల్పోకుండా జీవితంలో అభివృద్ధి దిశగా ఆశావహద్యకృధంతో పురోగమించగల పరిపక్వతను కలిగివుండటం.
- ఒకరి యొక్క వస్త్రధారణ, ఆకృతి, హోదాలను చూస్తూ సదరు వ్యక్తిని గురించి అంచనా వేయకుండా, సదరు వ్యక్తి యొక్క నిజమైన లక్షణాలను అవగతం చేసుకుని, సదరు వ్యక్తితో మర్యాద పూర్వకంగా ప్రవర్తించడం.
- సరైన నిర్ణయాలను తీసుకోకుండా అందరినీ ఇబ్బంది పెట్టకుండా, ఎప్పుడూ తగిన సమయాలలో సరైన నిర్ణయాలనే తీసుకునేందుకు ప్రయత్నించడం.





**జీవితంలో
కలిగిన మైన
విషయాలు
మూడు...**

- 1 ఇతరులు చెప్పిన రహస్యాన్ని కాపాడటం
- 2 తనకు చేసిన హానిని మరచిపోవడం
- 3 విశ్రాంతి సమయాన్ని అత్యున్నతంగా ఉపయోగించుకోవడం



**జీవితంలో
ఏమాత్రం
మరువకూడని
విషయాలు
మూడు...**

- 1 నిజం
- 2 బాధ్యత
- 3 కృతజ్ఞత



**అందరూ
అణచి
పెట్టుకోవలసిన
విషయాలు మూడు...**

- 1 నాలుక
- 2 నడవడిక
- 3 కోపం



**జీవితంలో
పొందవలసిన
విషయాలు
మూడు...**

- 1 ధైర్యం
- 2 ప్రేమాభిమానాలు
- 3 ఉన్నతి

**జీవితాన్ని
తీర్చిదిద్దే**

3

విషయాలు!



**ఎదుటివారికి
అందించవలసిన
విషయాలు
మూడు...**

- 1 దానం
- 2 ఓదార్పడం
- 3 పొగడ్డలు



**జీవితంలో
వదిలేయాల్సిన
విషయాలు
మూడు...**

- 1 ద్రోహం
- 2 మొరటుతనం
- 3 కృతజ్ఞత లేకపోవడం



**జీవితంలో
ఏ ఒక్కరూ
దొంగిలించలేని
విషయాలు మూడు...**

- 1 తెలివితేటలు
- 2 విద్య
- 3 మంచి పద్ధతులు



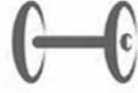
**జీవితంలో
ఉన్నతికోసం
మార్గాలు మూడు...**

- 1 క్రమశిక్షణతో ఉంటే ఆందోళన ఉండదు
- 2 బుద్ధికుశలతతో ఉంటే సందిగ్ధతలు ఉండవు
- 3 ధైర్యంగా ఉన్నట్లయితే భయాన్ని దాటేయవచ్చు



మార్గనిర్దేశకులుగా మారిపోండి

మహిళలూ!



30 యేళ్ళ ప్రాయం దాటిన మహిళలు, పెండ్లి, పిల్లలు అంటూ పరిపూర్ణతను పొందినప్పుడు, తరువాత తరానికి రోల్ మోడల్ గా మారేచోట ఉన్నారు. తమ పిల్లల యొక్క ఆరోగ్యవంతమైన జీవితానికి రోల్ మోడల్ గా ఉండేందుకు, 30 యేళ్ళ ప్రాయంలో మహిళలు కొన్ని విషయాలను ఖచ్చితంగా చేయాలి.

◆ ఏదైనా ఒక శారీరక వ్యాయామాన్ని ఖచ్చితంగా చేయండి. తత్ఫలితంగా మీ బరువు చక్కగా ఉండేందుకు కుదురుతుంది. మీకు చురుకుదనాన్ని అందిస్తుంటుంది. ప్రశాంతమైన నిద్రకు హామీ ఇస్తుంది. కాబట్టి శారీరక వ్యాయామాన్ని చేయండి.

◆ శారీరక వ్యాయామంలాగానే శారీరక శ్రమ అత్యంతావశ్యకం. గంటల తరబడి కూర్చునేవుండకుండా, అటుఇటు తిరుగుతూ పనులను చక్కబెట్టండి. ఇంట్లో-బయట ఈవిధంగా పనులను చక్కబెడుతున్నప్పుడు, తగినంత బలాన్ని పొందుతుంటారు.

◆ తగినన్ని మంచినీళ్ళను త్రాగండి. తద్వారా శరీరాన్ని శుభ్రపరిచే పని చక్కగా జరుగుతుంటుంది. చర్మాన్ని ఆరోగ్యవంతంగా ఉంచుతుంటుంది.

◆ కుటుంబానికి ఏదైనా వైద్య భీమా పథకాన్ని తప్పకుండా ఏర్పాటు చేయండి. యువప్రాయంలో ఈవిధంగా చేసినట్లయితే, భవిష్యత్తులో సాయపడుతుంటుంది. రోగాలబారిన పడినప్పుడు డబ్బులకోసం వెదికే సమస్యకు బదులుగా, దేనినైనా ధైర్యంగా ఎదుర్కోగల మనస్సును పొందుతుంటారు.

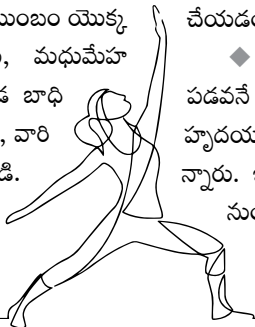
◆ మీ తల్లిదండ్రులతో మాట్లాడుతూ, మీ కుటుంబం యొక్క ఆరోగ్య చరిత్రను తెలుసుకోండి. పూర్వోగము, మధుమేహ వ్యాధులు వంటివి పారంపర్యంగా పిల్లలను కూడ బాధిస్తుంటాయి. అదేవిధంగా అత్తామామలతో మాట్లాడి, వారి యొక్క కుటుంబ ఆరోగ్య చరిత్రను తెలుసుకోండి. పిల్లలను జాగ్రత్తగా పెంచేందుకు కుదురుతుంది.

◆ ఆరోగ్యవంతమైన ఆహారాన్ని వండటాన్ని నేర్చుకోండి. కుటుంబ సభ్యులందరి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడే కేంద్రముగా వంటగది భావించబడుతోంది. పోషక విలువలతో కూడిన ఆహార పదార్థాలను వండుకుని, తినడం విషయంలో తగిన శ్రద్ధ వహించండి.

◆ శరీరానికి తగినంతగా పోషక విలువలు లభించేందుకు, అందుకు తగిన పానీయాలను త్రాగడము, విటమిన్ మాత్రలను మ్రింగడం వంటి పద్ధతులను సాధ్యమైనంతవరకు తగ్గించుకోండి. మీ శరీరానికి కావలసిన పోషకాలు ఆహారం ద్వారానే లభిస్తుంటాయి. ఆ విషయాన్ని అవగతం చేసుకోవాలి. ఈ అలవాటే మీ పిల్లలను ఆరోగ్యవంతంగా పెంచేందుకు సాయపడుతుంటుంది.

◆ సంవత్సరానికి ఒక్కసార్లైనా మహిళల ఆరోగ్యవైద్యురాలిని సంప్రదించి, పూర్తిగా శారీరక పరీక్షలను చేయించుకునేందుకు ప్రయత్నించండి. అప్పుడప్పుడు శరీరం అవగతం చేస్తుండే లక్షణాలను అలక్ష్యం చేయరాదు. మీ కుటుంబ వైద్యుల సలహాలను స్వీకరించాలి. జీవితంలో అన్నింటికంటే శారీరక ఆరోగ్యం ముఖ్యమైనది. శారీరకంగా ఆరోగ్యవంతంగా ఉన్నప్పుడే, ఏ పనినైనా చురుగ్గా చేయడం జరుగుతుంటుంది.

◆ స్త్రీలకు గుండెసంబంధ అనారోగ్య సమస్యలు ఎదురుపడవనే నమ్మకము బహుళవ్యాప్తిలో ఉంది. అందువలన తమ హృదయానికి సంబంధించిన జాగ్రత్తలను స్త్రీలు అలక్ష్యం చేస్తున్నారు. ఇది తప్పు. గుండెకు అపాయాన్ని కలిగించే అలవాట్లనుంచి బయటపడాలి.



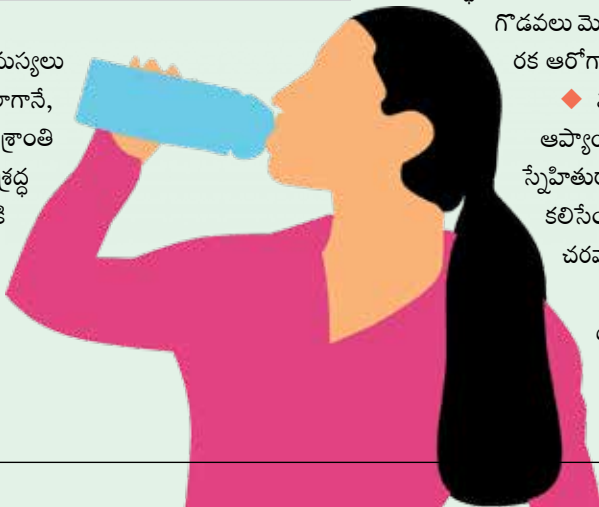
◆ నేటి ఆధునిక ప్రపంచంలో రసాయనాలను ప్రక్కకు నెట్టి జీవించేందుకు కుదరదు. అయితే, అవి మన ఆహారంలో కలసి పోకుండా చూసుకోవడం తప్పనిసరి. సాధ్యమైనంతవరకు ఈ విషయాన్ని పట్టించుకుంటూ తగిన జాగ్రత్తలను పాటించాలి.

◆ కుటుంబసభ్యులందరూ పద్ధతి ప్రకారం టీకాలను వేయించుకోవడాన్ని మరువరాదు. పిల్లలకు టీకాలు ఉన్నట్లుగానే పెద్దలకు కూడా ఉన్నాయి. పద్ధతి ప్రకారం ఈ వైద్యపరమైన రక్షణను మీ కుటుంబానికి అందించండి.

◆ పిల్లలకు లేక మీకు అనారోగ్య సమస్యలు ఎదురైనప్పుడు పద్ధతి ప్రకారం చికిత్సలను చేయించుకోవాలి. పాతమందు చీటీలను తీసుకుని చూస్తూ, మీరే వైద్యునిగా మారిపోయి, ఆ యా మాత్రలను కొనుక్కుని వచ్చి మ్రింగించకూడదు. ఈ పద్ధతి ప్రమాదకరమైనది. అదేవిధంగా 'ఇది దానంతటకు అదే తగ్గిపోతుంది' అనుకుంటూ అలక్ష్యం చేయకూడదు. ఏది ప్రమాదకరమైన లక్షణం, దేనిని పట్టించుకోవసరంలేదనే విషయాలను వైద్యులే తీర్మానించవలసివుంటుంది.



◆ అనారోగ్య సమస్యలు ఎదురైనప్పుడు చికిత్సలాగానే, శరీరానికి తగినంత విశ్రాంతి ముఖ్యాతిముఖ్యం. అశ్రద్ధ చేయకుండా శరీరానికి తగినంతగా విశ్రాంతిని కల్పించండి. ఈ విషయములో ఏమాత్రము అలక్ష్యం తగదు.



◆ మీకు ఏది తగిన గర్భనిరోధక పద్ధతి అనే విషయాన్ని మీ వైద్యురాలిని సంప్రదించి, తగిన సూచనలను పాటించండి.

◆ దేనిని చేసినప్పటికీ, మనఃస్ఫూర్తిగా చేయండి. మీ శరీరం ఒకచోట, మనస్సు ఇంకోచోట ఉండకూడదు. అది శారీరక ఆరోగ్యాన్ని బాధిస్తుంటుంది. ఏదో ఒక ఆలోచనలో మునిగిపోయి, సోఫాలో కూర్చుని చిప్స్ తినడాన్ని మొదలుపెడితే, 'ఏం చేస్తున్నారు?' అనే విషయాన్ని మీరు గ్రహించేలోపు ఆ చిప్స్ ప్యాకెట్ ఖాళీయైపోతుంటుంది. ఈ పద్ధతి అనారోగ్యాలను కలిగిస్తుంటుంది.

◆ డయట్ ను పాటించవచ్చు. అందుకని, సరిహద్దులలో విధులను నిర్వహిస్తోన్న సైనికవీరునిలాగ తీవ్రమైన పర్యవేక్షణలో ఉండాల్సిన అవసరం లేదు. ఎప్పుడైనా ఆశపడినప్పుడు కాస్తంత ఫాస్ట్ ఫుడ్స్ ను తినడంలో తప్ప లేదు. అయితే సరిమితిని మించకూడదు. ఈ విషయంలో తగినంత శ్రద్ధను పాటించాలి.

◆ రోజూ మీరు దృశ్యశ్రవణ యంత్రం తెరపై కార్యక్రమాలను చూస్తోన్న సమయం, కూర్చుని చరవాణి ద్వారా మాట్లాడుతోన్న సమయము అంటూ లెక్కించండి. శరీరానికి ఎటువంటి వ్యాయామం లేకుండా ఈవిధంగా ఎక్కువసేపు కూర్చునేవుండటాన్ని సాధ్యమైనంత వరకు తగ్గించుకోవాలి.

◆ పచ్చదనాన్ని చూస్తూ నడక వ్యాయామాన్ని చేయడం, ఆనందకరమైన దృశ్యాలను చూడటం, పక్షల కిలకిలారావాలను వినడం మనస్సుకు సంతోషాన్ని అందిస్తుంటాయి. అదేవిధంగా ఉదయం లేక సాయంత్రంపూట శరీరంపై సూర్యరశ్మి పడివిధంగా నడవడం శరీరానికి మంచిది.

◆ శరీరానికి శ్రమ ఎంత ముఖ్యమో, అదే స్థాయికి విశ్రాంతి కూడా ముఖ్యాతిముఖ్యం. రోజూ ఏడుగంటలపాటు నిద్రపోవాలి. ఈరోజు రాత్రి మీరు చక్కగా నిద్రించకపోయినట్లయితే, రేపు పొద్దుట్టుంచి సరిగ్గా పనులను చేయలేకపోతుంటారు.

◆ శారీరక ఆరోగ్యంలాగా మానసిక ఆరోగ్యం కూడా ముఖ్యాతి ముఖ్యం. కుటుంబ విషయాలకు సంబంధించి భర్తతో వాగ్వివాదాలను చేయడం కంటే, ఆయన ఏమి చేయాలనే విషయాన్ని ఆయనకు అర్థమయ్యేవిధంగా చెప్పేందుకు ప్రయత్నించాలి. ఇంట్లో గొడవలు మొదలైతే, తత్ఫలితంగా ఇద్దరి మానసిక, శారీరక ఆరోగ్యాలు బాధింపుకు లోనవుతుంటాయి.

◆ మానసిక ఒత్తిడిని తగ్గించే ఒక మంచి మందు, ఆప్యాయత. ఆప్తమిత్రురాళ్ళ బృందంలో నున్న స్నేహితురాళ్ళతో అప్పుడప్పుడు మాట్లాడండి. నేరుగా కలిసేందుకు అవకాశాలు లేకపోయినప్పటికీ, చరవాణి ద్వారా మాట్లాడేందుకు ప్రయత్నించండి. మనస్సు విప్పి స్నేహితురాళ్ళతో మాట్లాడటం వలన మీ మనస్సు ఉత్సాహపూరితమై పోతుంటుంది.

ఉన్నతమైన మార్గనిర్దేశకులు!



రోజు జంతా పనులను చేసి అలసిపోయిన ఏడుకొండలు, ఇంటికి చేరుకోగానే అతని చరవాణి మ్రోగింది. ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి నుంచి పిలుపు. మాట్లాడిన వ్యక్తి స్వరంలోని ఆత్మతను అర్థం చేసుకుని, “ఇదుగో, వెంటనే బయలుదేరి వస్తాను” అని బదులిచ్చాడు. ముఖం కడుక్కుని ఏదైనా తినాలనే ఆలోచన లేకుండా, అలాగే మురికి దుస్తులతో, ఆందోళనతో వేగంగా పరుగెత్తుకుంటూ వెళ్ళి బస్సెక్కిడు.

పాదావుడిలో డబ్బులను తీసుకోకుండా వచ్చేశామనే భావన తలెత్తడంతో పర్సులో వెదికాడు. ఈరోజు తనకు అందిన కూలి డబ్బు ఐదు నూరు రూపాయల నోట్లు భద్రంగా ఉన్నాయి.

బస్సులో విపరీతమైన రద్దీ. సాయంత్రంపూట కార్యాలయం, కళాశాల, పాఠశాల, దుకాణాల వ్యాపారం అంటూ ముగిసిన తదనంతరం ఇళ్ళకు తిరిగి వెళ్ళేన్న జనం. రద్దీ వలన ఏడుకొండలు తడబడ్డాడు. ఏడుకొండలు మురికిదుస్తులు, ఆకృతిని చూసిన పలువురు ముఖాలను చిట్టించుకుంటూ ప్రక్కకు తప్పుకున్నారు. కొంతమంది “మీదపడి రాసుకోకుండా ప్రక్కకు జరుగేమే” అంటూ అదమాయిం చారు. అతను ఏ విషయాన్నీ పెద్దగా పట్టించుకోలేదు. అతని ఆలోచన, త్వరగా ఆసుపత్రికి చేరుకోవాలనేదే.

గుంపును నెట్టుకుంటూ లోపలకు వచ్చిన కండక్టర్, “ఎక్కడకు వెళ్ళాలి?” అంటూ ఏడుకొండలు ఆకృతిని చూసి గదమాయించాడు. ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి బస్ స్టాప్ అని చెప్పి, డబ్బులను తీసుకునేందుకు

పర్సును తీసినప్పుడు, ఏడుకొండలకు దిగ్రాంతి. పర్సులో డబ్బులు లేవు. క్రింద పడ్డాయేమోనని అటు ఇటు చూశాడు.

“ఏయ్... ఏంది వెదుకుతున్నావ్?”

“పర్సులో డబ్బులు కనబడటం లేదు”

“డబ్బులు కనబడటం లేదా? ఎంత?”

“ఐదు వందల రూపాయలు సార్”

“ఏయ్, అబద్ధం చెప్పినా అతికేట్లుగా చెప్పు. ఐదువందల రూపాయలను పెట్టుకున్న ముఖం చూడు. ఈ గుంపులో టిక్కెట్ తీసుకోకుండా మోసం చేయాలని చూస్తున్నావా? దిగు... దిగు...” అంటూ అరిచిన కండక్టర్ బస్సును నిలిపించాడు.

“ఒట్టేసి చెబుతున్నాను సార్. డబ్బులు కనబడటం లేదు” ఏడుకొండలు ఆందోళనతో చెప్పాడు.

కండక్టర్ మరింతగా రెచ్చిపోతూ, “కిందికి దిగమన్నానా?” అంటూ అరిచాడు. గుంపులోనుంచి ఏడుకొండలు క్రిందికి దిగుతున్నప్పుడు, పలువురు గొణగసాగారు. “వివిధంగా మోసం చేస్తున్నాడో చూడు” అంటూ పెద్దగా అరిచాడు ఒకతను.

అదేసమయంలో ప్రయాణీకులలో ఒకతను, ఏడుకొండలను ఆపివేసి, “అయ్యా, మీరు బస్సు దిగొద్దు. కండక్టర్ సార్ ఈయనకు నేను టిక్కెట్ ను కొంటాను. బస్సుకు రైట్ చెప్పండి” అంటూ డబ్బులు అందించాడు. ఏడుకొండలు అతనికి నమస్కరించాడు.

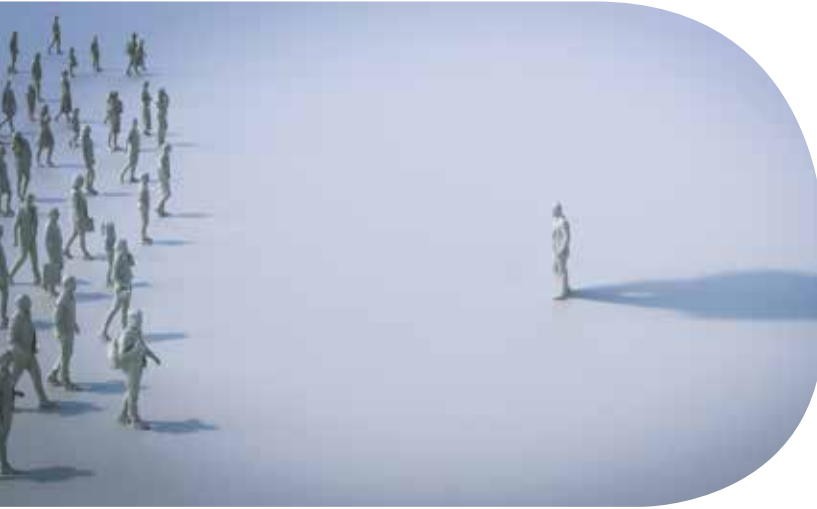
“ఫర్వాలేదండీ, నేను కూడ మీలాగ ఒక కూలీనే. మరి, తిరిగి వచ్చేందుకు డబ్బులు లేవుగా?”

“టాన్లో తెలిసినవాళ్ళున్నారు. వాళ్ళ దగ్గర తీసుకుంటాను సార్!” అని ఏడుకొండలు చెప్పగా, ఆ తదనంతరం వాళ్ళిద్దరూ మాట్లాడుకోసాగారు. కాసిపటి తరువాత బస్సులో రద్దీ తగ్గింది. ప్రక్కనున్న కుర్చీలో కూర్చున్న ఒక మహిళ, తన కాళ్ళ దగ్గరున్న ఒక ఐదు వందల రూపాయి నోటును చూసి, దానిని తీసి ఏడు కొండలకు ఇస్తూ, “కనబడకుండా పోయిన మీ డబ్బు దొరికింది” అని చెప్పింది.

ఏడుకొండలు ఆ నోటును తీసుకోలేదు.

“నేను ఐదు నూరు రూపాయల నోటులను పర్చులో పెట్టుకున్నాను. ఈ నోటు నాది కాదు” అని చెప్పాడు. ఇప్పుడు బస్సులో ఉన్న పలువురు ప్రయాణీకులు ఏడుకొండలను గౌరవప్రదంగా చూశారు. కొందరు అతడిని పొగిడారు.

ఏడుకొండలు కోసం టిక్కెట్ను కొనిన వ్యక్తి, “ఆసుపత్రికి ఎందుకు వెళ్ళున్నారు?” అని అడిగాడు. ఏడుకొండలు జవాబు చెప్పేందుకు వెనక్కి తగ్గాడు. “చెప్పండి, మీకేమైనా డబ్బుల అవసరం ఉన్నట్లయితే, ఆ సంగతిని కూడ చెప్పండి” అంటూ ప్రక్కనే ఉన్న ఇంకొకతను చెప్పాడు.



“అది...అది...నాది అరుదైన బ్లడ్ గ్రూప్ అండీ. అప్పుడప్పుడు రక్తదానం చేస్తుంటాను. ఇప్పుడొక చిన్నారికి అత్యవసర శస్త్రచికిత్సను చేస్తూ, రక్తం కావాలని అడిగారు. అందుకే త్వరగా బయలుదేరాను” అని చెప్పాడు ఏడుకొండలు. మొదట అతడిని అలక్ష్యంగా చూసిన వాళ్ళందరూ ఇప్పుడు తలలు దించుకున్నారు. ప్రతి ఒక్కరూ అతడిని మనస్సులలోనే అభినందించారు.

జీవితంలో పలు ఉన్నతమైన మార్గనిర్దేశకులు ఈవిధంగానే సాధారణంగా ఉంటుంటారు. మనకే తెలియనివిధంగా మనకు తగిన పాఠాలను నేర్పించి వెళుతుంటారు. మనం చేయవలసినది, మన జీవితంపట్ల తగిన శ్రద్ధ వహించడమే!

ఎక్కువమంది ఇతరులను చూస్తూ వాతలు పెట్టుకుంటుంటారు. ప్రక్రియలను కారును కొన్నట్లయితే, మనం కూడ కారును కొనాలి. బంధువులలో ఒక కుటుంబం విదేశీ యాత్రకు వెళ్ళినట్లయితే, మనం కూడ వెళ్ళాలి. స్నేహితుడు తన కుమారుడిని ఒక ప్రసిద్ధ ఇంజనీరింగ్ కళాశాలలో చేర్పించినట్లయితే, మన అబ్బాయిని కూడ ఆ కళాశాలలో చేర్పించాలి. వారి ఆలోచనలు ఈవిధంగా ఉంటుంటాయి.

మన అవసరాలకు కొన్ని పనులను చేయడం సరైనదే. కానీ, అన్ని సమయాలలో ఇతరులను చూస్తూ, మన జీవితానికి సంబంధించిన నిర్ణయాలను తీసుకోకూడదు. ఇతరులు ఏమేమి పొందుతున్నారనే విషయాలను గమనించడం వదిలేయాలి. మనకు ఏది ఉత్తమమైనది, మనం ఏ విషయంలో ప్రతిభను కలిగివున్నాము, మన బలం ఏమిటనే విషయాలను తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేద్దాము. వాటిని మరింతగా మెరుగుపరుచుకునేందుకు తగిన మార్గాలను వెదుకుదాం. ఆ ప్రకారం, తీసుకునే నిర్ణయాలే మనం జీవితంలో పురోగమించేందుకు సాయపడుతుంటాయి. మనలోని ఆత్మన్యూనతా భావాన్ని తొలగిస్తుంటుంది. మీ ప్రత్యేకతను మీరు అవగతం చేసుకుని, దానితో చేస్తుండే పనులే మిమ్మల్ని ఇతరుల నుంచి విభిన్నంగా చూపిస్తుంటాయి. కాబట్టి ఇతరులను గమనించడాన్ని వదిలేసి, మీలోనున్న మీ యొక్క ప్రతిభాపాటవాలను వెదకి చూడండి.

- మీ జీవితానికి సంబంధించిన నిర్ణయాలను ఇతరులను చూస్తూ తీసుకోకూడదు. ఆ విధమైన ప్రవర్తన మీకు విజయాన్ని అందించదు.
- ఎవరెవరో మిమ్మల్ని మీరు పోల్చుకుంటూ ‘నాకు మాత్రమే ఎందుకు ఈ దుస్థితి?’ అనుకుంటూ ఆత్మన్యూనతాభావంతో కృంగిపోవద్దు. మీకు అవసరమైనవన్నీ మీ దగ్గరే ఉన్నాయి. వాటిని మీరు వెదకి చేజిక్కించుకోవాలి. అంతే!
- ‘ఇది మనకు సరిపడదు’ అంటూ ఒక

పనిని వదలి వేసేందుకు ముందు, దీనిని ఎందుకు ప్రారంభించామనే విషయాన్ని గురించి ఆలోచించి చూడండి. ఆ పనిని ఉత్సాహంగా కొనసాగిస్తుంటారు.

- కాలాన్ని, డబ్బును ఎట్టి పరిస్థితులలో వృధా చేయవద్దు. ఎవ్వరిపై ఆధారపడకుండా స్వతంత్రంగా కార్యనిర్వహణ చేయడాన్ని అలవాటు చేసుకోండి.

మనస్సు

అనే మార్గదర్శి!

ఎదో ఒక నమ్మకం లేకపోయినట్లయితే, మనస్సు నీరసపడి పోతుంటుంది. 'ఆ దేవునిపైనే భారాన్ని పెడుతున్నాను' అని కొంతమంది చెబుతుంటారు. దేవుడు, తమకు మార్గనిర్దేశకత్వం చేస్తాడనే నమ్మకం. కొంతమందికి అదృష్టం తమకు మార్గదర్శకముగా ఉంటుందని నమ్ముతుంటారు. ప్రతిభాపాటవాలే, తమకు మార్గనిర్దేశకత్వం చేస్తూ, ఉన్నత శిఖరాలకు తీసుకెళ్తున్నట్లుగా కొంతమంది విశ్వసిస్తుంటారు. పూర్వీకులు, తల్లిదండ్రులు, తాము నమ్ముతుండే గురువులు, యజమానులు అంటూ ఈ మార్గనిర్దేశకుల పట్టిక చాలా పెద్దదిగా ఉంటుంది.

'మార్గదర్శి' అవసరమా అని అంటే, 'అవును' అనేదే సమాధానం. గాలి అన్నిచోట్ల వీస్తున్నప్పటికీ, చెట్టు నీడ క్రిందనే, దాని యొక్క చల్లదనాన్ని అనుభవిస్తుంటాము. అదేవిధంగా క్షిప్తపరిస్థితులలో ఇబ్బందులు పడుతుండేవారికి మార్గదర్శి అత్యంతావశ్యకం. తెలియని ఒక భాషను నేర్చుకునేందుకు, ఆ భాష తెలిసిన గురువు అత్యంతావశ్యకం కదా! అటువంటప్పుడు, జీవితంలో అలవాటులేని, పలు శ్రమలతో కూడిన దారిలో భద్రంగా పయనించేందుకు, దాని గురించి క్షుణ్ణంగా తెలిసిన వ్యక్తి యొక్క సాయం తప్పనిసరి కదా?

బయట ఎక్కడెక్కడో మార్గనిర్దేశకుల కోసం వెదుకుతుండే పలు వురు తమలోనున్న అత్యున్నత మార్గదర్శిని గురించి తెలుసుకోవడం

లేదు. 'ఒక్కొక్క మనిషికి అతని యొక్క అంతరాత్మ కంటే గొప్ప మార్గదర్శిగా ఎవరు ఉండేందుకు కుదురుతుంది? 'మనస్సు చెప్పినట్లుగా నడుచుకుంటే చాలదా... ఎందుకు వేరొకరిని వెదకాలి?' అంటూ కొందరు గురువులు చెబుతుంటారు.

ఈ ప్రశ్నలు సరైనవే. ఒక తగాదా విషయంలో న్యాయవైపు మొగ్గు చూపుతుండే పెద్దలు, 'నీ అంతరాత్మ అడిగే ప్రశ్నలకు జవాబు చెప్పేందుకు కుదురుతుందా అనే విషయాన్ని పరిశీలించు' అంటూ ప్రత్యర్థిని ప్రశ్నించి ముగిస్తుంటారు. అంతరాత్మ అడిగే న్యాయమైన ప్రశ్నలకు ఎవరి దగ్గర సరైన జవాబులు లభించవు. 'వేయిమంది న్యాయవాదులు ఒకేచోట నిలబడి ఎన్నెన్నో ప్రశ్నలు అడిగినప్పటికీ, అలసట లేకుండా జవాబులు చెబుతాను. కానీ, అంతరాత్మ అడిగే ప్రశ్నలకు జవాబులు చెప్పలేక అణగారిపోతున్నాను' అంటూ పలు వురు గొణుక్కుంటూ వుంటారు.

పలువురు, తమ తప్పులను జీవిత సహచరితో కూడ చెప్పుకుండా మనస్సులో రహస్యంగా వూడ్చిపెడుతుంటారు. అలాంటి తప్పులను తెలుసుకుంటుండే ఒకే ఒక మార్గదర్శి, అంతరాత్మ. అందుకనే పలు వురు మనస్సును జ్ఞానసంపద అదుపాజ్ఞలలో ఉంచేందుకు ఆశించుకుండా, భావోద్వేగాలకు బానిసగా మార్చేస్తున్నారు. మనస్సు చెబుతుండే మార్గంలో వెళ్ళకుండా, తాము వెళ్ళేన్న మార్గాన్ని గురించి

ప్రశ్నించకుండా ఉండమని, మనస్సును అదుపులో పెడుతుంటారు. ఈవిధంగా చేయకుండా ఉన్నట్లయితే, మనస్సే అత్యుత్తమ మార్గదర్శి.

ఒక వ్యక్తి, తనకు తగిన గురువుకోసం వెదుకుతూ, పలువురిని సందర్శించాడు. అందరూ అణకువ, నమ్మకం, ప్రేమాభిమానాలు అంటూ మాట్లాడారు. అతనికి ఆ విషయాలు నచ్చలేదు.

‘ఎవ్వరికీ నేను బానిసగా ఉండను’ అంటూ నిరాకరించాడు.

ఒకరోజు దారిప్రక్కనే కూర్చుని, ‘నేను ఇప్పటివరకు కలసిన ఏ ఒక్క గురువు కూడ నాకు సరైన మార్గాన్ని చూపించలేదు’ అంటూ మనస్సులో గొణుక్కున్నాడు. అతను ఆవిధంగా అనుకుంటూ, ఎదురుగా గడ్డిని మేస్తోన్న ఒంటెవైపు చూడగా అది తలాడించింది. ‘అహ! నేను మనస్సులో అనుకున్న విషయాలను ఈ ఒంటె చక్కగా అర్థం చేసుకుంటుందే?’ అంటూ ఆశ్చర్యచకితుడైన అతను, ఒంటె దగ్గరకు వెళ్ళాడు. “నేను అనుకుంటున్నది నీకు అర్థమవుతోందా?” అని ప్రశ్నించాడు. ఆ ఒంటె మరలా తలాడించింది. “ఇలాంటి మార్గదర్శినే నేను ఎంతోకాలంగా వెదుకుతున్నాను. నాకు గురువుగా ఉండేందుకు నీకు సమ్మతమా?” అని అతడు అడగా, ఆ ఒంటె మరలా తలాడించింది. ‘ఎప్పుడూ తలాడించడమనేది ఒంటె యొక్క సహజలక్షణం’ అనే విషయం అతనికి అర్థం కాలేదు.


ఆ తరువాత అతను ఒంటె గురువును అడగకుండా ఏ ఒక్క పనిని చేయలేదు. తమ ఇంటిప్రక్కనున్న గడ్డిమైదానానికి ఒంటెను తోలుకెళ్ళి, దానిని జాగ్రత్తగా చూసుకోసాగాడు. ఒకరోజు అతను ఆ ఒంటెతో, “నేను ఒక అమ్మాయిని చూశాను. తనను నేను పెళ్ళి చేసుకునేదా?” అని అడిగాడు. అందుకు ఆ ఒంటె తలాడించింది. కొన్ని రోజుల తదనంతరం అతను, ఆ ఒంటెను, “నేను కొంచెం మద్యపానం చేసేదా?” అని అడగా, అందుకు సహజంగా ఆ ఒంటె తలాడించడం జరిగింది. అతను ఆ విధంగా మద్యం సేవించి రావడం అతని భార్యకు కోపాన్ని తెప్పించింది. ఆమె, తన నిరసనను వ్యక్తం చేసింది.

వెంటనే అతను ఎప్పుటిలాగానే ఒంటె దగ్గరకు వెళ్ళాడు. “నేను తాగడం నచ్చక, నా భార్య నన్ను తిడుతోంది. తనతో తగాదా పడేదా?” అని అతను ప్రశ్నించగా, ఒంటె తలాడించడంతో, అతను తన భార్యతో పోట్లాడాడు.

పోట్లాట మరింతగా పెరిగింది. భార్యతో అతను తదాగాపడుతుండటాన్ని చూసిన చుట్టుప్రక్కలవాళ్ళు వచ్చారు. వాళ్ళతో కూడ అతను తగాదా పడ్డాడు. ఈ విషయం ఆనోట, ఈనోట నానుతూ వ్యాపించగా, ఒకరోజు పోలీసులు వచ్చి అతడిని ఖైదు చేశారు. అతనికి సందిగ్ధత.

“నా గురువైన ఒంటె అంగీకారంతోనే నేను తగాదా పడ్డాను” అంటూ అతను చెప్పగా, వినిన పోలీసులు బిగ్గరగా నవ్వుతూ, అతని ముందే ఒంటె దగ్గరకు వెళ్ళి, “ఇతడిని ఖైదు చేయవచ్చా?” అని అడగా, ఆ ఒంటె ‘సరే’ నన్నట్లుగా తలాడించింది.

పలువురు ఈవిధంగానే తలాడించే ఒంటెలాగ మనస్సును అలవాటు చేస్తున్నారు. కాబట్టి అది ‘తప్పా-ఒప్పా’ అని విభజించి చూడదు. ఇష్టమైన పనులు అన్నింటికీ మనస్సు పరిపూర్ణ సమ్మతిని తెలియజేస్తుంటుంది. భవిష్యత్తును గురించి అది ఆలోచించడం లేదు. ఫలితాలను గ్రహించి హెచ్చరించే మనస్సును కలిగినవారికి, అంతకంటే అత్యుత్తమమైన మార్గదర్శి వేరెవ్వరూ లేరన్నది నిజం. ●



తేటతెలుపు

భావనలు

THEATA TELUPU

తెలుగు మాసపత్రిక

సంపుటి - 7 సంచిక - 11

ఫిబ్రవరి, 2025

విలువైన ప్రచురణ - లోకజ్ఞానసూచిక

గౌరవ సంపాదకులు

కె.ఆర్. నాగరాజన్

సంపాదకుడు

టి.జె. జ్ఞానవేల్

కార్యనిర్వాహక సంపాదకుడు

ఐ. అరుణ్

పుస్తక అలంకరణ - సమాచార సేకరణ

తరు మీడియా (ప్రై) లిమిటెడ్

నెం : 10/55, రాజా స్ట్రీట్,

వెస్ట్ మాంబళం, చెన్నై - 600033.

email: contacttharu@gmail.com

ఈ పుస్తకంలోని ఏ ఒక్క భాగమూ ముద్రాపకుని వ్రాత పూర్వకమైన ముందస్తు అనుమతి పొందకుండా మలి ముద్రణ చేయడమో, అచ్చు మరియు అంతర్జాల ముద్రణ విధానాలలో మలి ముద్రణ చేయడమో, కాపీరైట్ చట్టరీత్యా నిషేధించబడినది.

Published by

K.R. NAGARAJAN

Published from

10, Sengunthapuram, Mangalam Road

TIRUPUR-641604, TAMILNADU

Phone No : 0421- 4304106

Cell No : 98422 74137

మీ జీవితాన్ని మీరు
మాత్రమే మార్చేందుకు
కుదురుతుంది. మీకోసం
దీనిని వేరెవ్వరో వచ్చి
చేయడం జరుగదు.

ఎక్కడ ఉన్నారో అక్కడి
నుంచే ప్రారంభించండి.
ఏదైతే ఉన్నదో, దానితో
మొదలుపెట్టండి. మీవల్ల
ఏది కుదురుతుందో
దానినే చేయండి.

ఈరోజు మీరు
చేస్తుండేవన్నీ మీ
యొక్క రేపటి దినాన్ని
మంచిగా
మారుస్తుంది.

మీరు చేయాలని
కోరుకుంటున్నది, చేసి
ముగించేంతవరకు,
మీరు చేయవలసిన
పనులను చేయండి.

ఒడ్డునే నిలబడి
నీటినే చూస్తూ ఉంటున్న
ట్లయితే, సముద్రాన్ని
దాటుకుని వెళ్ళేందుకు
కుదరదు.

జీవితం అనేది
తుడిచే రబ్బరే
లేకుండా చిత్రాన్ని
గీయడాన్ని
నేర్పించే కళ.

మీ ప్రతిభ,
దేవుడు మీకు ఇచ్చిన
బహుమతి. ఆ ప్రతిభతో
మీరు చేస్తుండే పనులే,
దేవునికి మీరు తిరిగి
అందిస్తుండే
కృతజ్ఞత.

ఒకటి, విజయానికి
తగిన మార్గాన్ని
కనిపెట్టండి.
లేకపోతే మీ దారిని
మీరే రూపొందించు
కోవాలి.

అపజయం
ఏర్పడటమనేది
తరువాత పనినైనా
శ్రద్ధగా చేయమనే
హెచ్చరిక!

మార్గనిర్దేశక సూక్తులు

ఎవరు
సరైనవిధంగా
చెబుతారనేది
కాదు, ఏది కరెక్ట్
అనేదే ముఖ్యం.

నిజం
ఎటువైపుకు లాక్కెళ్ళిన
ప్పటికీ, భయపడవద్దు.
దానిని ధైర్యంగా అనుసరిం
చండి. ఎట్టి పరిస్థితులలో
పిరికితనంతో
ఉండొద్దు.

ఉన్నతమైన
నిర్ణయాలను తీసుకునేం
దుకు, మీరు ఎవరనే విష
యాన్ని అవగతం చేసేం
దుకు, ముందుగా మీరు
ఎవరనే విషయాన్ని మీరు
అర్థం చేసుకోవాలి.

ఏదీ
దానంతటకు అది
జరగడం లేదు.
మనమే దానిని
చేయాలి.

మీలో లేని
ప్రతిభాపాటవాలను
ఉన్నట్లుగా నమ్మడం
లేక నమ్మించడానికి
ప్రయత్నించవద్దు.

చేసేందుకు ఎప్పుడూ
ఏదో ఒక పని
ఉంటుంది; అప్పుడే
పురోగమించేందుకు
కుదురుతుంది.

ఎదుటివారిని
తీర్చిదిద్దే ప్రయత్నం
కంటే, తనను తాను
తీర్చిదిద్దుకోవడమే
ప్రప్రథమ బాధ్యత.

జీవితం అనేది
సైకిల్ను నడిపేవిధంగా
చాలా సులభమైనది.
బ్యాలెన్స్ కోల్పోయి, అటు
ఇటు కదలకుండా
ముందుకు సాగుతూనే
ఉండాలి.

'మీ జీవితంలో
అత్యుత్తమమైన
మార్పు ఇకపై
జరుగుతుంది' అని
ఎప్పుడూ
విశ్వసించండి.



మీ చుట్టూవున్న పరిస్థితులు మీ గురించి తీర్మానించేం దుకు అనుమతించ వద్దు. మీ నిర్ణయాల్లే ఆ స్థితిని కల్పిస్తూ ఉంటాయి.

మీ చుట్టూ జరుగుతున్నవాటిలో ఏ ఒక్కటి మీకు నచ్చకపోయి నట్లయితే, వాటిని మార్చేం దుకు ప్రయత్నించండి. ఊరకనే ఉండేందుకు మీరొక చెట్టు కాదు.

మన మాటలు విత్తనాలు నాటి నట్లు. వినడం అనేది పంట పండించిన ట్లుగా అన్నమాట.

జీవితం అనేది ఒక అద్దం వంటిది. మీరు ఏమని ఆలోచిస్తుంటారో, అదే జీవితంలో జరుగుతుంది.

మన జీవితంలో రెండురోజులు గొప్పవి. ఒకటి, మన పుట్టినరోజు. రెండు, 'మనం ఎందుకు జన్మించాం?' అనే అవగాహన.

మార్గనిర్దేశక సూక్తులు

కొత్త విషయాలను శ్రద్ధగా గమనించండి. నేర్చుకునేందుకైన సమయాలు తక్కువగానే లభిస్తుంటాయి.



తప్పలు చేస్తే సందిగ్ధత లేకుండా ఒప్పకోండి. అది మిమ్మల్ని ఎట్టి పరిస్థితులలో అవమానపరుచదు.

సంతోషం అనే భావోద్వేగం లేకపోయినట్లయితే, జీవితమనేది భరించ లేని పెద్ద భారంగా అనిపిస్తుంటుంది.

మీరు ఒక విషయాన్ని గురించి కలలు కంటున్నారంటే, మీరు దానిని చక్కగా చేయగలరని అర్థం.

లక్ష్యాలు లేని జీవితం, పగ్గం లేని గుఱ్ఱం వంటిది.

అన్ని విషయాలను చెవియొగ్గి వినండి. అయితే, మీకు ఏది మంచిదిగా అనిపిస్తుంటుందో, దానిని మాత్రం గట్టిగా పట్టుకోండి.

జీవితంలో మనం నేర్చుకున్న వాటన్నింటినీ మూడే పదాలతో చెప్పవచ్చు. 'ఇది దాటి పోతుంది!'

బిడ్డలకు మార్గదర్శిగా మారండి!



బిక సంస్థలో సలహా సమావేశం జరుగుతోంది. పలువురు ఇంజనీర్లు, వాళ్ల యొక్క మేనేజర్ సీరియస్గా చర్చలు జరుపుతున్నారు. అప్పుడు ఒకతని చేయి పొరపాటున తగిలి పొడవైన మేజు బల్లపై నీళ్ళు దొర్లాయి.

అప్పుడు పారిశుధ్య పనులను చేస్తుండే ఒక మహిళ ఆ నీళ్ళను తుడిచేందుకు వచ్చింది. ఆమెకు 55 యేళ్ళ వయస్సు ఉండొచ్చు. అణకువతో లోపలకు వచ్చిన ఆమె, నీరు కారినవైపు కుర్చీలో కూర్చున్న ఇంజనీర్వైపు చూస్తూ, “సార్, కొంచెం జరగండి. నేను తుడవడానికి కుదురుతుంది” అంటూ వినమ్రంగా అడిగింది.

ఆ మహిళ అవిధంగా అడగడాన్ని చూసిన సదరు ఇంజనీర్ విభ్రాంతికి లోనయ్యాడు. కారణం, ఆ పారిశుధ్య కార్మికురాలు అతని యొక్క తల్లి. చిన్న వయస్సులో తండ్రిని కోల్పోయిన అతడిని, శ్రద్ధగా పెంచి, పలు ఇళ్ళల్లో, కార్యాలయాల్లో పారిశుధ్య పనులను చేస్తూ, అతడిని చక్కగా చదివించి, ఇంజనీర్గా ఉత్తీర్ణత పొందేంత వరకు ఆమె కష్టపడుతూనేవుంది.

ఆ సంస్థలోనే 10 సంవత్సరాలుగా ఆ తల్లి పనులను చేస్తోంది. ఇతడిని చక్కగా చదివించి, అదే సంస్థలో ఇంజనీర్గా ఉద్యోగాన్ని పొందేవిధంగా కృషి చేసింది.

తను ఉద్యోగంలో చేరిన తరువాత, తన తల్లిని ఉద్యోగాన్ని వదిలేయమని చెప్పాడు ఆ కుమారుడు. అయితే ఆ తల్లి అందుకు ఒప్పుకోలేదు. కుమారుడు ఇంజనీర్గా పని చేస్తాన్న అదే సంస్థలో

తల్లి పారిశుధ్యపనులను చేస్తుండటాన్ని ఒప్పుకోక తప్పలేదు. అయితే, తన తల్లి, తనను “సార్” అని పిలవడం అతనికి కాస్తంత వేదనగా అనిపించింది.

ఆరోజు సాయంత్రం ఇంటికి చేరుకోగానే, తన తల్లితో తన వేదనను గురించి చెప్పాడు. అందుకు ఆ తల్లి “నిన్ను సార్ అని పిలవడం నాకెంతో గర్వంగా ఉందయ్యా” అని పలికిన ఆమె, అందుకు తగిన కారణాన్ని చెప్పింది.

“నీకు ఒక సంవత్సరం వయస్సులో మీ నాన్న చనిపోయారు. నాకు చదువు లేదు. ఈ ప్రపంచాన్ని సంభాలించే తెలివితేటలు లేవు. అలాగే స్తంభించిపోయాను. నా మనస్సులో ఒకేఒక ఆలోచన తలెత్తింది. ఎలాగైనా నువ్వు సంతోషంగా ఉండేట్లుగా చూసుకోవాలి. అందుకు తగిన కృషిని చేయాలి. బంధుమిత్రులను సాయం కోసం అడిగాను. ఏ ఒక్కరి నుంచి ఎటువంటి సాయం అందలేదు. నేను ఇకపై ఒంటరిగా పోరాడక తప్పదు అనిపించింది. ఆ పోరాటం ద్వారా కష్టించి నిన్ను పెంచాను, చదివించాను. నువ్వు చదువు ముగించగానే నేను సాధించాననే భావన. అప్పుడు నన్ను అందరూ పొగడ్డలతో ముంచేశారు. ఆ తరువాత నువ్వు ఉద్యోగంలో చేరగానే, నన్ను పొగిడారు. అయితే ఆ పొగడ్డలు నాకు సంతోషాన్ని కలిగించలేదు. నేను చేసిన సాధనను ఎవరైనా నాకు చెబుతూనేవుంటే వినాలని అనిపించింది. ఒక నౌకలో పయనించి, ఒక కొత్త దేశాన్ని కనిపెట్టిన వానిని ఒకరోజు మాత్రమే పొగిడితే సరిపోతుందా? అది ఎంతటి

గొప్ప సాధన? అయితే నన్ను పొగడేందుకు ఎవ్వరూ లేరు. నేను, నిన్ను 'సార్' అని పిలుస్తున్నప్పుడు, 'చూడండి, నా కుమారుడిని ఎంత గొప్ప స్థాయికి చేరవేశానో తెలుసా?' అంటూ నన్ను నేను పొగడుకుంటూ సంతోషిస్తున్నాను" అని వివరించింది ఆ తల్లి.

ఆ మాటలను విన్న కుమారుడు, తల్లి చేతులను గట్టిగా పట్టు కున్నాడు. తల్లిని కుర్చీలో కూర్చోబెట్టి, "ఈరోజు నేను టీ పెడతాను అమ్మా" అని చెప్పి వంటగదివైపుకు వెళ్ళాడు.

పిల్లలు, మనలను చూస్తూనే పెరుగుతుంటారు. మనం చేసే పనులను, మనం మాట్లాడే మాటలను అలాగే ప్రతిధ్వనిస్తుంటారు. వాళ్ళకు మనం ఒక చక్కని మార్గదర్శిగా మారిపోవాలి.

■ ఆరోగ్యవంతమైన ఆహారాన్ని తినడం, పద్ధతి ప్రకారం శారీరక వ్యాయామాన్ని చేయడం, చెడు అలవాట్లకు బానిసగా మారిపోకుండా ఉండటం... ఇవన్నీ పిల్లలకు మంచి ఉదాహరణలుగా ఉంటుంటాయి. ఆరోగ్యవంతమైన తల్లిదండ్రులే, ఆరోగ్యవంతమైన పిల్లలను రూపొందించుతుంటారు.

■ ఒక్కొక్కరోజు కొత్తగా దేనినైనా నేర్చుకుంటుండే తల్లిదండ్రులు, తమ పిల్లల మనస్సులలో నేర్చుకోవాలనే ఆసక్తిని రేకెత్తిస్తూ ఉంటారు.

■ తాము నివసిస్తోన్న ప్రాంతంలో లేక ఏదైనా అనాధ ఆశ్రమానికి కుటుంబంతోపాటు వెళ్ళి సేవలు చేస్తుండే తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లల మనస్సులలో ప్రేమాభిమానాలను పెంచుతుంటారు.

■ తమ జీవితంలో ఏ ఒక్క విషయాన్ని రహస్యంగా దాచి పెట్టకుండా, అన్ని విషయాలను గురించి తల్లిదండ్రులు పిల్లలతో మనఃస్ఫూర్తిగా మాట్లాడుతుంటారు. తద్వారా పిల్లలు, జీవితంలో ఎదురవుతుండే ఎటువంటి సమస్యలనైనా ఎటువంటి గొడవలు లేకుండా ధైర్యంగా ఎదుర్కొంటుంటారు.

■ మానసిక ఒత్తిడి, ఆందోళన, కోపం ఏర్పడుతున్నప్పుడు కఠినమైన పదాలతో ఆ యా భావోద్వేగాలను వ్యక్తీకరించినప్పుడు మనస్సు తేలికపడుతుంటుంది. అయితే పిల్లలలో ఆ ప్రవర్తన దారుణమైన ఫలితాలను కలిగిస్తుంటుంది. భావోద్వేగాలను పరిపక్వతతో అదుపులో పెడుతుండే తల్లిదండ్రులు, తమ పిల్లలకూడ ఆవిధంగా ప్రవర్తించేందుకు మార్గనిర్దేశకులుగా ఉంటుంటారు.

■ బంధుమిత్రులలో మంచివాళ్ళు ఉంటుంటారు; చెడ్డవాళ్ళు ఉంటుంటారు. వారి ద్వారా మంచి అనుభవాలు లభిస్తుంటాయి; కొన్ని కొన్నిసార్లు వారి ద్వారా చేదు అనుభవాలు కూడ ఎదురవుతుంటాయి. వాటిని పిల్లలతో పంచుకోవాలి. ఆ విషయాలను వారికి అర్థమయ్యేవిధముగా వివరించి చెప్పాలి. బంధుమిత్రులందరితో కలిసిపోయి, సంభాలించుకుంటూ, సమస్థితో కూడిన జీవితాన్ని జీవించేందుకైన మానసిక స్థితిని కల్పించాలి. ఇది వారి మనస్సును మరింతగా దృఢపరుస్తుంటుంది.



■ అందరితో గౌరవమర్యాదలతో ప్రవర్తించడం ఎలాగ అనే విషయాన్ని, మనలను చూస్తూనే పిల్లలు నేర్చుకుంటుంటారు.

■ సమాజంలో అన్నిచోట్ల నిరాశాపహ భావనలే ఎక్కువగా వ్యాపిస్తున్నాయి. చీకటిసంతా ఒక చిన్నదీపం తరిమివేసినట్లుగా, ఆశాపహ భావనలు పిల్లల మనస్సులలో కాంతిని ఏర్పరుస్తుంటాయి.

■ చదువుతో మొదలుపెట్టి, తమకంటూ ఒక జీవితాన్ని రూపొందించుకునేంతవరకు ఒక్కొక్క దశలో లక్ష్యాలను నిర్ణయించుకుని, ఆ దిశలో పురోగమించేందుకు, మన కార్యనిర్వహణే పిల్లలకు మార్గనిర్దేశం చేస్తుండాలి.

■ పిల్లలకు చెప్పిన వాగ్దానాలను కాపాడుతుండే తల్లిదండ్రులు, తమ పిల్లలు కూడ ఆవిధముగా మారేందుకు తగిన మార్గనిర్దేశం చేస్తుంటారు.

■ పిల్లలు ఆరోగ్యవంతమైన ఆహారాన్ని స్వీకరించినట్లయితే, వారిలో శక్తి పెరుగుతుంటుంది. ఫాస్ట్ ఫుడ్స్ కు బదులుగా పోషకాలు అధికంగా ఉన్న ఆహార పదార్థాలను వారితో తినిపించాలి.

■ పిల్లలలోని ప్రత్యేక ప్రతిభను గుర్తించి, ప్రోత్సహించాలి. తత్ఫలితంగా వారు ఆ ప్రతిభను మరింతగా పెంచుకోవడం జరుగుతుంటుంది. వారి యొక్క ఆత్మవిశ్వాసం మరింతగా బలపడుతుంది.

■ పిల్లలకు కొత్త కొత్త విషయాలను నేర్పించడం ద్వారా వారికి ప్రేరణ అందించినట్లవుతుంది. వారు మరింత చురుకుదనముతో ఉంటూ సాధనలు చేయగల సామర్థ్యాన్ని పెంచుకుంటారు.

సాయం చేస్తుండే మార్గదర్శిలు



కళాశాలలో చదువుకునేందుకు గ్రామం నుంచి ఒక పెద్ద నగరానికి చేరుకుంది ఓ యువతి. యువతుల విడిది గృహంలో గదిని తీసుకుని బసచేయసాగింది. రోజూ ఉదయాన్నే నిద్ర లేవగానే విడిది గృహంలో అందించే ఆహారాన్ని తిని, కళాశాలకు వెళ్తుంటుంది. కళాశాలలో ఎంతోమంది యువకులు, యువతులు స్నేహితులుగా దొరికారు. తనతో వాళ్ళు చాలా మర్యాదగా ప్రవర్తిస్తుంటారు. తను కూడ వాళ్ళతో అలాగే ప్రవర్తిస్తుంటుంది.

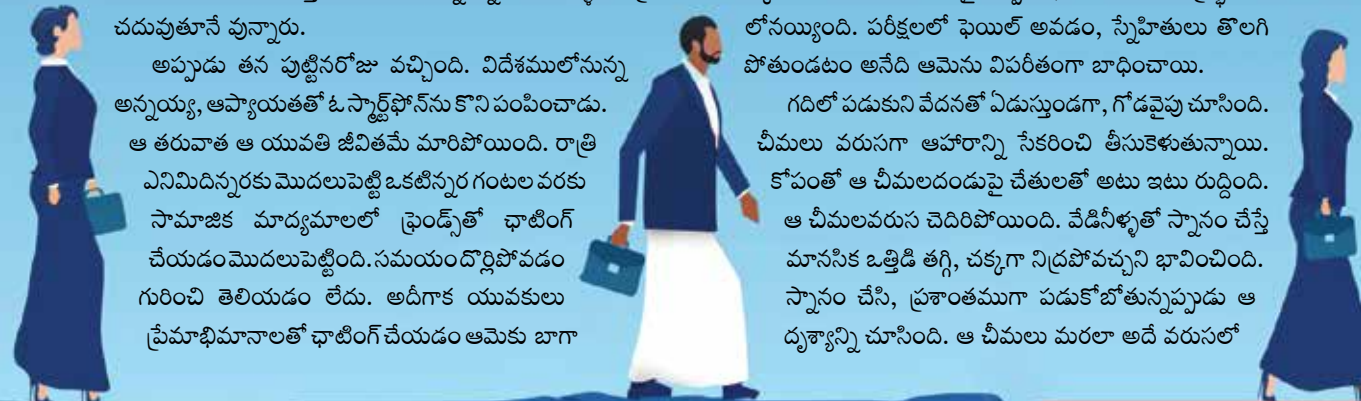
రెండు నెలలపాటు జీవితం చాలా చక్కగా కొనసాగింది. ఆ తరువాత తనకు రాత్రులలో ఒంటరితనం, విరక్తిభావన వెంటాడసాగాయి. రాత్రి ఎనిమిదిన్నరకు భోజనం చేసి ముగించగానే 11 గంటల దాకా ఏమి చేయాలనే విషయం ఆమెకు అర్థం కాలేదు. దృశ్య శ్రవణ యంత్రాన్ని చూడాలంటే బోరుగా అనిపిస్తోంది. పుస్తకాలను చదవాలంటే బోరుగా అనిపిస్తోంది. గదిలోనున్న స్నేహితురాళ్ళు మాత్రం చదువుతూనే వున్నారు.

అప్పుడు తన పుట్టినరోజు వచ్చింది. విదేశములోనున్న అన్నయ్య, ఆప్యాయతతో ఓ స్టూర్ట్ ఫోన్ ను కొనిపంపించాడు. ఆ తరువాత ఆ యువతి జీవితమే మారిపోయింది. రాత్రి ఎనిమిదిన్నరకు మొదలుపెట్టి ఒకటిన్నర గంటల వరకు సామాజిక మాద్యమాలలో ఫ్రెండ్స్ తో ఛాటింగ్ చేయడం మొదలుపెట్టింది. సమయం దొర్లిపోవడం గురించి తెలియడం లేదు. అదీగాక యువకులు ప్రేమాభిమానాలతో ఛాటింగ్ చేయడం ఆమెకు బాగా

నచ్చింది. ఒక హద్దును దాటి వాళ్ళు ఛాటింగ్ చేస్తున్నప్పుడు, ఆమె ఛాటింగ్ ను వేరే దిశకు మార్చుతుంటుంది. అయితే గుండె దడదడలాడినప్పటికీ వాళ్ళ ప్రేమాభిమాన పదాలను ఆస్వాదిస్తుంటుంది. ఒక స్నేహితుని ద్వారా పరిచయమవుతుండే స్నేహితుడు అంటూ ఆమె స్నేహబృందం బాగా పెరిగింది. ఎప్పుడూ ఆమె వాట్సాప్ చరవాణి సంఖ్యకు మెసేజీలు వస్తూనేవుంటాయి. కాస్తంత తలనొప్పి అని చెప్పినప్పటికీ, రోజంతా ఆమె క్షేమసమాచారాన్ని అడుగుతూ ప్రేమాభిమానాలను కురిపిస్తుంటారు స్నేహబృంద సభ్యులు.

మొదటి సెమిస్టర్ పరీక్ష వచ్చింది. సరిగ్గా చదవని ఆ యువతి, రాసిన ఐదు పరీక్షలలో మూడింటిలో ఫెయిల్ అయ్యింది. ఈమెతో ఛాటింగ్ చేసిన యువకులు, ఈ అమ్మాయి ఒక దశకుపైగా తమకు అనుమతి ఇవ్వదని, ఆమె స్నేహబృందం నుంచి తొలగిపోసాగారు. వాళ్ల యొక్క అంతరంగం అవగతమైనప్పుడు, ఆ యువతి దిగ్రాంతికి లోనయ్యింది. పరీక్షలలో ఫెయిల్ అవడం, స్నేహితులు తొలగిపోతుండటం అనేది ఆమెను విపరీతంగా బాధించాయి.

గదిలో పడుకుని వేదనతో ఏడుస్తుండగా, గోడవైపు చూసింది. చీమలు వరుసగా ఆహారాన్ని సేకరించి తీసుకెళ్తున్నాయి. కోపంతో ఆ చీమలదండుపై చేతులతో అటు ఇటు రుద్దింది. ఆ చీమలవరుస చెదిరిపోయింది. వేడినీళ్ళతో స్నానం చేస్తే మానసిక ఒత్తిడి తగ్గి, చక్కగా నిద్రపోవచ్చని భావించింది. స్నానం చేసి, ప్రకాశముగా పడుకోబోతున్నప్పుడు ఆ దృశ్యాన్ని చూసింది. ఆ చీమలు మరలా అదే వరుసలో





ఆహారాన్ని తీసుకోతున్నాయి.

చతుక్కున ఆమె మనస్సులో ఓ భావన.

‘అటువంటి చిన్నచీమలే ఎంతంటి అడ్డంకులు ఎదురైనప్పటికీ, వాటన్నింటినీ దాటుకుని తమ పయనాన్ని కొనసాగిస్తున్నాయి. నేను ఇక్కడకు ఎందుకు వచ్చాను? ఇప్పుడు ఏమి చేస్తున్నాను? ఇక మీదట దారి తప్పను’ అంటూ దృఢనిర్ణయాన్ని తీసుకుంది. తన చరవాణి పరికరాన్ని ఒకప్రక్కన పెట్టి, పాఠ్యపుస్తకాలను చదవడం మొదలుపెట్టింది. ఆరోజు రాత్రి తను ప్రశాంతంగా నిద్రపోయింది.

చిన్న చిన్న చీమలే మనకు మార్గనిర్దేశక ఉదాహరణలుగా మారు తున్నప్పుడు, మనుషులలో మార్గనిర్దేశకులకు ఎటువంటి కొరత ఉండదు. మార్గదర్శకులే మన భవిష్యత్తును బలపరుస్తుంటారు. మార్గదర్శకులు ఏవిధంగా మీకు సాయపడుతుంటారో తెలుసా?

● అపజయం, నిరాదరణ, నష్టం అంటూ జీవితంలో ఏదో ఒక సమయంలో ఎదురవుతుండే సమస్యలు ఎవరినైనాసరే కృంగ దీస్తుంటాయి. ఆ సమయంలో మనకు ప్రక్కబలంగా ఉంటుండేది మార్గదర్శకులే. మన గొణుగుడును ఓపిగ్గా వింటుంటారు. ‘ఈ అప జయం నీ యొక్క గుర్తింపు కాదు. ఇంతకుముందు పలు విజయాలను నువ్వు సాధించావు’ అంటూ మీ యొక్క ప్రతిభాపాటవాలను గుర్తు చేస్తుంటారు.

● మీరు, మీపట్ల కలిగివున్న నమ్మకం కంటే, వాళ్ళు మీపైన కలిగివున్న నమ్మకమే అధికంగా ఉంటుంటుంది. మీలోని ప్రతిభాపాటవాలను వారు గుర్తిస్తారు. ఒక దీపజ్వాల మరింతగా జ్వలించే విధంగా చేస్తుండే గాలిలాగ మిమ్మల్ని ప్రోత్సహిస్తుంటారు. మీకంటూ ఒక గొప్ప భవిష్యత్తు ఉన్న

విషయాన్ని తరుచుగా గుర్తు చేస్తూ, మీరు విజయశిఖరాలను అందు కునే విధంగా సాయపడుతుంటారు.

● ఒక అద్దం మిమ్మల్ని సహజంగా చూపిస్తుంటుంది. మీలో నున్న ఏ ఒక్క విషయాన్నీ అది దాచిపెట్టదు. లేనిదానిని అది చూపించదు. నిజాయితీతో కూడిన విమర్శ అనేది ఈ అద్దం యొక్క పనిలాగ ఉండాలి. అక్కరను చూపించే మార్గదర్శకులే ఈవిధంగా చేస్తుంటారు. మిమ్మల్ని తక్కువగా అంచనా వేస్తూ విమర్శించడమో, అనవసరంగా పొగడ్డల వర్షం కురిపించడమో వాళ్ళ యొక్క పని కాదు. మీ బలహీనతలను గురించి అవగతం చేసి, వాటిని సరిదిద్దేందుకు తగిన మార్గాలను చూపిస్తుంటారు.

● దిక్కు దిశ తెలియని అడవిలో ఇరుక్కుపోయినట్లుగా, ఏదైనా సమస్యలో చిక్కుకుని అవస్థలు పడుతున్నప్పుడు, మార్గదర్శకులు అండగా ఉంటుంటారు. సమస్యల నుంచి బయటపడి సరైన దిశలో వెళ్ళేందుకు తగిన సలహాలను ఇస్తుంటారు. ఎందుకంటే, మీ లక్ష్యం ఏమిటనేది మీకంటే వాళ్ళకు స్పష్టంగా తెలుసు.

● మార్గాన్ని రూపొందించుకుని పయనించడం కంటే, ఎవరో ఏర్పాటు చేసిన మార్గంలో పయనించడం సులభం. మార్గనిర్దేశకులు తన యొక్క అనుభవసారాన్ని, జ్ఞానసంపదను అలాంటి మార్గంలాగ రూపొందించి మీకు అందిస్తుంటారు.

● జీవన పయనంలో సమస్యలను ఎదుర్కోలేక కృంగిపోతుం టారు కొంతమంది. అటువంటి సందర్భాలలో, ఏవేవో సమాధానాలను చెప్పుకుంటూ స్వల్పంగా ఉండిపోతుంటారు కొంతమంది. అటు వంటి సమయాలలో మార్గదర్శకులే అండదండలుగా ఉంటూ విజయశిఖరాల వైపుకు నడిపిస్తుంటారు.

● మీరే మిమ్మల్ని ప్రశ్నించుకునేందుకు వెనక్కి తగ్గుతుండే కఠినమైన ప్రశ్నలను మార్గదర్శకులు అడుగుతుంటారు. ఆ ప్రశ్నలే మిమ్మల్ని ఆలోచన సముద్రంలో ముంచేస్తుంటాయి. కొత్త కొత్త విషయాలను నేర్చుకునేవిధంగా ప్రోత్సహిస్తుంటాయి. కొత్త ప్రయత్నాలను చేయిస్తుంటుంది. ఇంకొక మెట్టు పైకి ఎక్కే విధంగా ప్రోత్సహిస్తుంటుంది.

● మీరు ఏ రంగంలో ఉన్నప్పటికీ, అందుకు సంబంధించిన అనుభవశాలల మార్గనిర్దేశకత్వం ముఖ్యాతిముఖ్యం. వాళ్ళ యొక్క అనుభవం ‘ఏది తప్పు, ఏది ఒప్పు’ అనే విషయాన్ని మీకు అవగతం చేస్తుంటుంది. నౌక ప్రయాణంలో దిశను చూపించే పరికరంలాగ, ఆ మార్గనిర్దేశకత్వం మీ యొక్క విజయానికి సాయపడుతుంటుంది. ●





టివ్ట్టర్ మార్గదర్శి

@SahaSoundar

తక్కువ చేసి మాట్లాడుతుండేవారి మధ్య వేదనతో కృంగిపోవద్దు. నీ జీవితానికి అత్యుత్తమ మార్గదర్శకులు వాళ్ళే!

@dhanalakshmir

దేవుడా... నాకు ఏదైనా అపజయాన్ని కలిగించాలనుకుంటే, అది నువ్వే చెయ్య... బూటకపు మార్గదర్శకుల చెంతకు మాత్రం పంపించవద్దు.

@mujib989898

మనలను దాటుకుంటూ వెళ్తుండేవారు అందించే పాఠాలే మనకు తగిన మార్గనిర్దేశకాలు. సరైన పాఠాన్ని ఎంపిక చేయండి. లేకపోతే, అందరిముందు నిత్యం గొణుగుతూనే వుంటారు.

@umageetham

కళ్ళూ, చెవులు కల్పనాయిత ప్రపంచానికి మార్గదర్శిలు.

@Thiyagu_Twits

కృతజ్ఞతను మరచినవారే, మన జీవితానికి మార్గనిర్దేశకులు.

@ss_twitz

అసాధారణమైన పరిస్థితుల మధ్య చాలా సాదాసీదాగా జీవిస్తోన్న కొంతమంది మనుషులు, నడయాడే ఉపదేశకులు.

@arjundreams43

మనం మానసికంగా వ్యతిరేకిస్తుండే మార్గదర్శకులు...నాన్న, ఉపాధ్యాయులు, యజమాని / ఉన్నత అధికారి.

@Aji-twitz

ఒకరికి మార్గదర్శిగా ఉంటుండే వ్యక్తే, కొన్నికొన్నిసార్లు సదరు వ్యక్తిని చూపిస్తుంటారు.

@abhi_heartz

పయనపు మార్గదర్శిగా ఉపయోగిస్తోన్న గూగుల్‌మ్యాప్, మానవ మార్గదర్శకుల దగ్గర ఓడిపోతుంటుంది.

@iam_mohanlal

ఇతరుల మార్గనిర్దేశకత్వంతో కార్యనిర్వహణ చేయడంకంటే, ఇతరులకు మార్గదర్శిగా కార్యనిర్వహణ చేద్దాం.



@Anu-zya

చూపువున్నవారికి కేవలం ఒక కర్రగా కనిపిస్తుండేదే...చూపును కోల్పోయినవారికి మార్గదర్శి!

@pinky_pearl_ays

కష్టాలే సరైన దారులను చూపించే మార్గనిర్దేశకాలు. కష్టాలను ఇష్టపడదాము.

@aneem_jay

జీవితంలో ఆసక్తికరమైన మార్గదర్శి...వెదుకులాట మాత్రమే!

@mujib989898

ఆరోళ్ళ చిన్నారికి తండ్రి మార్గదర్శిగా ఉంటున్నాడు. తండ్రి అరవైయేళ్ళకు చేరుకున్నప్పుడు, తండ్రికి కుమారుడు మార్గనిర్దేశ కునిగా ఉన్నట్లయితే, ఆ తండ్రి యొక్క జీవితం నిత్యం ఆనంద మయంగా ఉంటుంటుంది.

@AshokMunusamy2

విజయశిఖరంపై నిలబడి, దాటుకుని వచ్చిన మార్గాన్ని తలుచుకుని కన్నీటిని కురిపించండి. మీ యొక్క ఏడుపు పలువురి జీవితాలకు మార్గదర్శకంగా ఉంటుంది.

@ranjanikovai

సుఖదుఃఖాలు అన్నింటిలో పాలుపంచుకుంటుండే ఒకే ఒక వ్యక్తి స్నేహితుడు మాత్రమే! ఒక ఆత్మీయ స్నేహితుని జీవితానికి మార్గదర్శిగా ఉంటుంటాడు. అయితే, అటువంటి అదృష్టం అందరికీ లభించడం లేదు.

@Vizhuppuraminfo

జీవితంలో ఎదురవుతుండే కష్టాలను దాటుకుని ముందుకు వెళ్ళడాన్ని నేర్చుకోండి. అయితే ఆ యా కష్టాలను మరచిపోవద్దు. ఆ కష్టాలే మీ జీవితానికి మార్గదర్శకులుగా ఉంటుంటాయి.

@Lachu_Twitz

సహనం, వివేకం లాగ వేరే ఏ ఒక్కటీ మన జీవితానికి మార్గ దర్శకంగా ఉండటం లేదు.





Inners for Winners



VESTS
BRIEFS • TRUNKS

Experience a
**Fit That
Feels Like
a Second Skin!**

the spirit of new beginnings in comfort that moves with you. Ramraj Vests are crafted from 100% fine cotton and its breathable and sweat-absorbent fabric ensures you stay cool during vibrant celebrations. Enjoy the festival in innerwear that feels like it's made just for you.

Shreyas Iyer
Shreyas Iyer - Cricketer



STORE LOCATION

SUKRA
SUPER FINE COTTON VESTS

ROMEX
SUPERIOR BANJANS

RISE-UP
PREMIUM BANJANS

ACOSTE
LUXURY INNERWEARS

Breeze
Eye Let Vests

WinStripe
STRIPED BANJANS

ARCHERY
GYM VEST

COMPACT
PREMIUM COTTON RIB VESTS

LITTLE STARS
KIDS INNERWEARS



India's Most Trusted
Dhoti Brand



SCAN QR CODE
FOR STORE LOCATION