



నన్నయ వాణి

అధికవి నన్నయ విశ్వవిద్యాలయం, రాజమహేంద్రవరం - అంధ్రప్రదేశ్

సంపుటి : 1

సంచిక : 29

03-05-2021

పుటుల : 4



భయపడవల్ల

మేమున్నామని భర్తిసా

నన్నయ”లో సైకలాజికల్ కౌన్సిలింగ్ సెంటర్

కరోనా పోయింది. మళ్ళీ వచ్చింది. తిరిగి ఎప్పుడు పోతుందో? వార్షిక పోతున్నారట? వ్యాధి లక్షణాలు కూడా తెలియడం లేదంటా? నాకు గానీ వచ్చుంటుందా? ఎందుకో ఈ మధ్య కొంచెం నీరసంగా ఉంటుందో? గుండె దడగా ఉంటుంది ఎందుకంఱావో? ఇలాంటి సందిఘ్నప్పటి చాలా మంది ప్రజలు విఫికిషోతున్నారు. అప్పగాహన, దైర్యంతో ఎదుర్కొనే వైరన్ కై ఆవసర అందోళన పెంచుకుంటున్నారు. దీని వల్ల శరీరంలో ఉన్న రోగినిరోధక శక్తి కూడా తగి ముఖ్యము తెచ్చుకుంటున్నారు. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో దైర్యం చెప్పడానికి ఆధికవి నన్నయ యూనివర్సిటీ సైకాలజీ విభాగం ముందుకుపచ్చింది. అన్ టైప్ లో సంప్రదించిన, ఫోన్ చేసినా మానసిక కౌన్సిలింగ్ ఇప్పాలని సంకల్పించినది. సైకాలజీ విభాగం ఆధ్వర్యంలో 40 మంది కౌన్సిలింగ్ సేవలందించేదుకు సిద్ధంగా ఉన్నారు.



సైకలాజికల్ కౌన్సిల్ లర్ జాబిత, వివరాలు

సమయం - 08 ఈ. సుండి 11ఈ. వరకు	సమయం - 02మి.సుండి 05సా.వరకు
1. డా. నారాయణ 9246287989	1. సి.పాచ్.భవానీ 8985726938
2. బి. ట్రేనివాసరావు 9441815973	2. రాజేష్వ భన్నా 9030160006
3. దేవి ఆత్మిలి 9391220799	3. బి. జ్యోతి 8555863767
4. కె. సుహసిని 9441607733	4. కుసుమ 8885355639
5. పి.మల్కా దేవి 7799581243	5. క.అర్పన 8333839784
6. టి.గోపాల్ 9440289036	6. ఆర్.చంద్రియా 9394234777
7. కె. రూపీస్ 9494548416	7. జి. అనుష్ 9494008853
8. సి.పాచ్.శేశవరావు 9603396666	8. కె.సత్కాళాటి 9030835730
9. అమృతాజుల్ 8074908520	9. టి. సత్యపేమంత 7501378266

వ్యక్తులకు, విభిన్న మానసిక క్లోబ్ ఉన్న విధార్యులకు ఈ సైకలాజికల్ కౌన్సిలింగ్ సేవలు ఎంతో అవసరమని తెలియజేసారు. దీపార్చ్యంలో ఆఫ్ సైకాలజీ విభాగం ఆధ్వర్యంలో 30 మంది సభ్యులు ఆస్ట్రేన్ కౌన్సిలింగ్ సేవలను అందించడానికి సిద్ధంగా ఉన్నారని చెప్పారు. వారి వివరాలను వెబ్సైట్ www.aknu.edu.in లో పొందవచ్చడం జరిగిందని తెలిపారు. కౌన్సిలింగ్ సేవలు అవసరమనై అభ్యర్థులు వారిని ఆస్ట్రేన్ ద్వారా సంప్రదించవచ్చనని సూచించారు. సంప్రదించిన వారి వివరాలు గోప్యంగా ఉంటాయి అన్నారు. ఆస్ట్రేన్ కౌన్సిలింగ్ సేవలకు సహకరించిన వారికి వీసీ అభినందనలు తెలియజేసారు.

24/7 అందుబాటులో ఉండే కౌన్సిలర్లు

- | | |
|-------------------------|------------|
| 1. ఎస్.నాగేంద్ర కిషోర్ | 9848041486 |
| 2. దౌరబాబు పివివెన్వెన్ | 9848109990 |
| 3. పి. సాయిరామ్ | 9490999055 |
| 4. కె. భారతరత్నమ్మ | 9959049008 |
| 5. ఎస్.రాధిక | 9848169091 |
| 6. టి.ఎస్.భారతి | 9490124046 |

సమయం-11ఈ. సుండి 02మి.వరకు

- | | |
|---------------------------------|------------|
| 1. డా. మణిరమణ 9885277749 | |
| 2. కె. లక్ష్మి 9397301748 | |
| 3. కె.వనజ 8374790186 | |
| 4. పి.లక్ష్మిత్రి 8897450050 | |
| 5. దుర్గాప్రసాద్ | 8500643873 |
| 6. వై.వర్షయి 9966535347 | |
| 7. కె.భాగ్యేఖ సిన్హా 9121331234 | |
| 8. క.శ్రావణ జ్యోతిష్ 9493492131 | |

సమయం-05సా. సుండి 08మి. వరకు

- | |
|---------------------------------|
| 1. డా.పి.రాజేశ్ భర్త 9985594555 |
| 2. వి.భారత్ రామ్ 9849130006 |
| 3. టి.ఎం.ప్రసాద్ 9848184113 |
| 4. పి.శోభన్ కుమార్ 8886444191 |
| 5. జి.కిషోర్ 9849220888 |
| 6. కృష్ణరాద్ధి 8074209837 |
| 7. పి. అనుష్ 8186970123 |
| 8. క. వినీత 7330926717 |

**ADIKAVI NANNAYA UNIVERSITY
RAJAMAHENDRARAM
ANDHRA PRADESH**

**ONLINE COUNSELLING SERVICES
IN THE COVID -19 OUTBREAK**

“Online Information and Support Services to Manage Crisis”

From
CENTRE FOR PSYCHOLOGICAL ASSESSMENT
& COUNSELLING (CPAC)
DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY &
SPRUHA PSYCHOLOGY ALUMNI ASSOCIATION



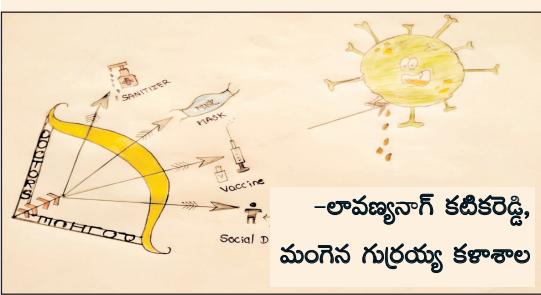
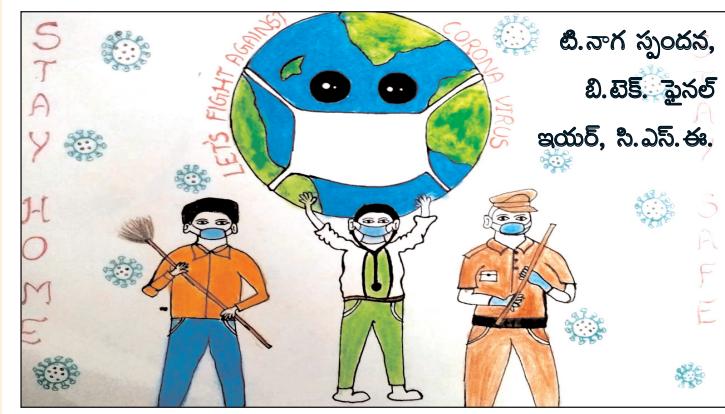
“వరంచకే కరోనా”

కరోనా! మళ్లీ ఎందుకొచ్చావ్!
కోట్ల మందిని కబళించావ్!
ఎందరినో అనాధల్ని చేశావ్!
ఉపాధిని తొలగింప చేశావ్!
రోడ్డున పదేటట్లు చేశావ్!
నిరుద్యోగుల్ని పెంచేశావ్!
ఆత్మహత్యకు పాల్పడేలా చేశావ్! అయినా
తీరలేదా నీ దాహా!
ప్రాణాలంటే ఎందుకంత మోహం!
వద్దంటే వెంట పదతావ్!
పొమ్ముంటే ఫాలో అపుతావ్!
కాదంటే కూర్చుంటానంటావ్!
గడవ తొక్కొడ్డంటే ఇంట్లోకొస్తానంటావ్!
దరికి చేరొడ్డంటే ఒంట్లో ఉంటానంటావ్!
భరించ లేసంటే నిన్నే వరిస్తానంటావ్!
గీత దాటకంటే దేశాల్ని చుట్టేస్తావ్! అందుకే...
మాస్కు పెట్టి నిన్ను మట్టు పెడతా!
నేనిటైజెం తో నిన్ను చిత్తుచేస్తా!
భౌతిక దూరంతో నిన్ను తరిమి కొడతా!
ఆవిరి పదుతూ నీ అయ్యువు తీస్తా!
టీకాతో నీకు గోరి కడతా!
చివరికి నిన్ను భూ గ్రహంపై లేకుండా చేస్తా!
- బాలచందర సాదే (చంద్రశీల)
తెలుగు శాఖాధిష్టి, పెనుగొండ.

కుపుగా పోసేస్తున్న ఈ ఓసాలి గుర్తుచేద్దరూ.. పులుముకున్నాయో ఎక్కడెక్కడో వుండే
గడ్డు కాలపు క్షణాలను ఎవరన్నా ఆ రాతరాసిన వాడికి తిరిగి ఇచ్చిరండి.
చిత్తికిన బతుకులకు మాటలు వేసే యంత్రాన్ని సృష్టించమని కాస్త గట్టిగా చెప్పిరండి.
కాలం చెల్లిన జీవితాలను భరోసా ముగిసిన ఆశల కట్టలను..
ఏ విధాత పట్టి కట్టి బాగుచేస్తాడో...
ఏ ఈశుదు గీత సరిచేసి నప్పులు పూయిస్తాడో
అడగండి.. ఎవరైనా అడిగేరండి....
రోడ్డు పక్కన పాత కుండలు ఎన్ని ఓడు పోయాయో
ఎందరి శాసులు ఓడిపోయాయో’ అగిపోయిన భవంతుల నీడల్లో ఎందరు బక్క
చిక్కిపు మనుషులు దాక్కున్నారో
ఎన్ని బిక్క చచ్చిన వ్యథలు నల్లరంగు
గుర్తు చేయండయ్యా
గుర్తు చేయండి....
-నవీన చంద్ర పెశూతా

కరోనో కిలితలు

మార్గం.
చేయి చేయి
పీడుదాం కరోనా
ని చేదిద్దాం!
బయటకు వెళ్లుట
ఆగుదాం కరోనాని
అణగడ్రాక్కుద్దాం!
ముక్కు తెరలు వాడుదాం కరోనాని మసిచేద్దాం.
మనలోని రక్కక భటులను పెంచుదాం!
మనకై పోరాదుతున్న రక్కకులకు సహకరిద్దాం!
మనలో రోగినిరోధకతను పెంచుకుండాం!
మనకై రోగినివారణకు సేవ చేస్తున్న వైద్యులను గౌరవిద్దాం!
మనకు మనం భౌతిక దూరం పాటిద్దాం..
బక్కటిగా ఏకమై కరోనా ని ఎదిరిద్దాం,
జయద్దాం....! రోగులను రక్కిద్దాం.....!



పుచురణ : మీడియా సెల్, ఆభికవి నన్నయ విశ్వవిద్యాలయం-రాజమహేంద్రవరం, తశ్మేయుల్ : - nannayavani@aknu.edu.in

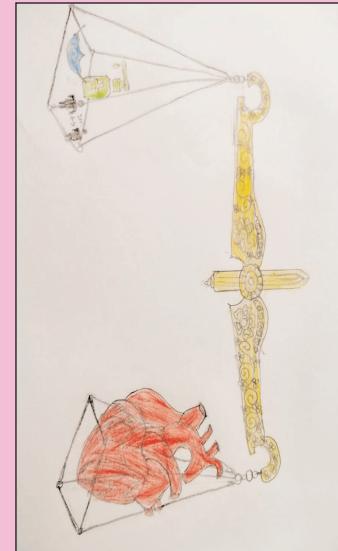
నియంత్రణ

పక్కిలా స్పేచ్గా తిరగాలంబే ఇంకొనాట్ల ఇంటి పంజరంలో అవ్వక తప్పదేమో...? దేహంలో ప్రాణముండాలి కదా. దానికి స్వీయ నియంత్రణే కొలబద్ద కావాలి. మదిమదిని జాగ్రత్తికి పట్టం కడుతూకొన్ని నిబంధనలను మెదడుకు మేతగా వేయాలి. ఊరికే బయట తిరిగి... ఉపైనను మోసుకుపచ్చే కన్న ఇంట్లోనీక్కేపంలాంటి కాలక్షేపంతో కుటుంబానికి రక్కణ చక్కాన్ని అల్లుకోవాలి... ఈ కరోనాతో పోరాట సమయాన్ని మన అనుకూలు సంఖలో వేసుకోవాలంటే పిల్లల కాలానికి ఆటలకి గేలం వేయాలి దూరం పాటిస్తా పెద్దలు కాలాన్ని ముచ్చట్లు ప్రవాహంలో ముంచాలి చిరు వంటకాల్లో ప్రతిభను చూపాలి పుస్తక ఆకురాట్ పై మస్తకానికి పదును పెట్టుకోవాలి.....!!

-ఆర్.ఎన్, బి.పెక్.సివిల్

కరోనా...

స్వచ్ఛమైన గాలిని పీటే స్వేచ్ఛను ఆపేస్తున్నావే...
ప్రాణానికి ప్రాణం అడ్డ పెట్టే వారికి ప్రాణాపాయం తెస్తున్నావే...
రక్క కలిగించే వారిపైనే కక్క సాధిస్తున్నావే...
కార్బికుల జీవితాలను నడిరోడ్డు మీద చిదిమేస్తున్నావే...
మధ్యతరగతి బ్రతుకులను ఎడారిలోకి నెట్టేస్తున్నావే...
విద్యార్థుల భవిష్యత్తు ప్రశ్నారకంగా మార్చేస్తున్నావే...
ఆత్మీయబంధాలను కనుమరుగు చేస్తున్నావే...
రక్త సంబంధికులకు చివరి చూపునే దూరం చేస్తున్నావే...
దేశ, విదేశాలలో మృత్యు కేకలు వేయస్తున్నావే ...
ఆకలితో ఉన్నపారి నోటిగ్గర అపోరాన్ని లాగేస్తున్నావే...
మూగజీవాలకు దిక్కుతోచని స్థితిని కల్పిస్తున్నావే...



భావి భారత పొరులను నిరుద్యోగులుగా మిగులుస్తున్నావే...
నీరాకతో అంటరానితనం అంటిస్తున్నావే...
అనుమానమనే పెనుభూతాన్ని స్పృష్టిస్తున్నావే...
కొత్త రూపాలుగా రూపాంతరం చెంది విజ్ఞంభిస్తున్నావే...
మా కస్తుళ్ళకు తృప్తి చెందడం లేదా! మా ఆర్తనాదాలు వినిపించడంలేదా!
ఇన్ని చేస్తున్న మాపై నీ కక్క తీరడం లేదా!

-యాక్ యామిని

మంగస గుర్తయ్య కళాశాల.