Published by Telangana

TS-25-0034017

సత్యమేవ జయతే

తెలుగు దినపత్రిక

- ధర్మం నిలబడాలి, సత్యం గెలవాలి, సత్యం మాత్రమే గెలవాలి జైహింద్

సంపుటి : 01 సంచిక : 53 ప్రచురణ : తెలంగాణ, ఎడిటర్ : జె. భాస్కర్ బుధవారం19-2-2025 పేజీలు : 12 వెల : 2/-

విలేకరులు కావలెను

తెలంగాణ రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా "సత్యమేవ జయతే" తెలుగు దినపత్రికలో బ్యూరో మండలాల రిపోర్టర్గా పనిచేయుటకు జిల్లాల నియోజకవర్గ స్థాయిలో ఉత్సవంతులు అయిన యువతి యువకులు కావలెను కొత్త వారికి మరియు అనుభవం ఉన్నవారికి అవకాశం ఇవ్వబడును. రిపోర్టర్లుగా అపాయింట్మెంట్ అయిన తర్వాత వారికి లైన్ అకౌంట్ కూడా ఇవ్వబడును. సంప్రదించవలసిన

ఫోన్ నెంబర్ : 9959479375

- మొత్తం రాజస్థాన్ బీహార్ గుజరాత్ వాళ్ళతో...
- పని చేసేవాళ్ళు దొరకని స్థితిలోకి తెలుగు రాష్ట్రాలు.
- ఇతర రాష్ట్రాల పని వాళ్ళ చేతిలో కీలక రంగాలు.
- ఉచితాలకు అలవాటు పడుతున్న తెలుగు ప్రజలు..

తెలుగు రాష్ట్రాల్లో రాబోతున్న సంక్షోభం..

ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణలో బయట రాష్ట్రము నుండి మార్వాడి రావడంతో రాబోయే కాలంలో పని సంక్షోభం తప్పదని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఇప్పటికే పలు కీలక రంగాల్లో ఇతర రాష్ట్రాల ప్రజలు పాతుకుపోయారని, ఇది ఇలాగే కొనసాగితే తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ఆర్థిక సంక్షోభం ఏర్పడే అవకాశం ఉందని నిపుణుల అభిప్రాయం.

ఇతర రాష్ట్రాల పని వారు, వారు చేసే పనులు:
బీహార్ వాళ్లు : ఇటుక బట్టి నుండి , వరినాట్లు, పత్తి ఏరే దాకా అన్ని రకాల కూలి పనులు చేస్తున్నారు.
ఒరిస్సా వాళ్లు : అన్ని రకాల కార్మికులు గా వంటకాల తయారీదారులు గా చేస్తున్నారు.
రాజస్థాన్ వాళ్లు: టీ స్టాల్ మరియు హెూటల్, సానిటరీ షాప్ల నిర్వహణ చేస్తున్నారు రెండు తెలుగు రాష్ట్రము వీళ్లది షాప్ లే ఎక్కువ ఉత్తరప్రదేశ్ వాళ్లు:-టైల్స్ వేసే పని నుండి పెయింటింగ్, అన్ని రకాల ఇంటి లోపలి అలంకరణలు చేస్తున్నారు .
కేరళ వాళ్లు: ఇంగ్లీష్ బోధించు టీచర్లు గా పని చేస్తున్నారు.
కర్ణాటక వాళ్లు: భవన నిర్మాణ కూలీలు గా పని చేస్తున్నారు.
ఇలా ఇతర రాష్ట్రాల నుండి ఇక్కడికి వచ్చి ఎంతో మంది ఉపాధి పొందుతున్నారు. రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల వాళ్లు మాత్రం మందు, మాంసం ఎవడు పంచుతాడు ఎవడు ఎక్కువ డబ్బులు ఇస్తాడు అంటూ పూటకో జెండా చేతిలో పట్టుకుని తెలిసిన పనిని, చేతిలో ఉన్న వృత్తిని వదిలేసి సమయాన్ని వృధా చేస్తూ ఉచితాలకు, వ్యసనాలకు బానిసలై జీవితాలను నాశనం చేసుకుంటున్నారు.
ఇది ఇలాగే కొనసాగితే రాబోయే కాలంలో ఆంధ్రప్రదేశ్ మరియు తెలంగాణ సంపదను గణనీయ భాగం ఇతర రాష్ట్ర ప్రజలు తీసుకు పోతే మన వాళ్ళు దివాలా స్థితికి వస్తారు.వారు పని చేసే అలవాటు Work Culture కూడా మర్చి పోతారు. ఆ తరువాత పని చేస్తామన్నా ఎవరూ పని ఇవ్వని పరిస్థితి వస్తుంది. ఇది రాబోయే కాలంలో ఏపీ, తెలంగాణ లో పని చేసే వారిని (labourని) సంక్షోభ స్థితికి నెట్టి వేస్తుందని నిపుణులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

మహాకుంభ మేళా మృత్యు కుంభమేళాగా మారింది: మమతా బెనర్జీ

ప్రయాగ్‌రాజ్ : మహాకుంభమేళాలో జరిగిన తొక్కిసలాట సంఘటనల్లో చాలా మంది మరణించారని, మరణించిన వారి సంఖ్యను సరిగా చూపెట్టడంలేదని, మహాకుంభ్ కాస్త మృత్యుకుంభమేళాగా మారిందని పశ్చిమబెంగాల్ ముఖ్యమంత్రి మమతా బెనర్జీ మంగళవారం విమర్శించారు. గత నెల ప్రయాగ్‌రాజ్‌లో జరిగిన తొక్కిసలాటలో 30 మంది చనిపోగా, 60 మందికి గాయాలయ్యాయని, ఇటీవల న్యూఢిల్లీ రైల్వే స్టేషన్ వద్ద రద్దీ కారణంగా 18 మంది మరణించారని ఆమె తెలిపారు. 'మహాకుంభ్ కాస్తా మృత్యు కుంభమేళాగా మారింది. మరణసంఖ్యను తగ్గించి చూపేందుకు వారు(బిజెపి ప్రభుత్వం)

మిగతా 2లో

ప్రధాని మోడీ, ఖతార్ అమీర్ ద్వైపాక్షిక చర్చలు

న్యూఢిల్లీ : ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ, ఖతార్ అమీర్ షేక్ తమీమ్ బిన్ హమద్ అల్‌థని మంగళవారం ఢిల్లీలో విస్తృత శ్రేణిలో చర్చలు జరిపారు. ఉభయ దేశాల మధ్య 'ప్రగాఢ, సాంప్రదాయక అనుబంధాన్ని' మరింత పటిష్ఠం చేస్తూ వాణిజ్యం, పెట్టుబడులు, టెక్నాలజీ, ఇంధన శక్తి, ప్రజల మధ్య సంబంధాలపై దృష్టితో 'వ్యూహాత్మక భాగస్వామ్యం'గా భారత్ ఖతార్ సంబంధాలను మార్చడానికి ఉభయ నేతలు నిర్ణయించారు. వారు పరస్పర ప్రయోజనకర 'ప్రాంతీయ, ప్రపంచ సమస్యల'పై కూడా అభిప్రాయాలు తెలుసుకున్నారని విదేశాంగ మంత్రిత్వశాఖ (ఎంఇఎ) వెల్లడించింది. ప్రధాని మోడీ ఆహ్వానంపై ఖతార్ అమీర్ రెండు రోజుల పర్యటన చోటు చేసుకున్నది. ఇది ఆయనకు రెండవ భారత పర్యటన.ఆయన లోగడ 2015లో

మిగతా 2లో

కోర్టులో వాదనలు వినిపిస్తూ.. న్యాయవాది మృతి

హైదరాబాద్: కోర్టులో వాదనలు వినిస్తూ.. న్యాయవాది మృతి చెందిన విషాద ఘటన తెలంగాణ హైకోర్టులో చోటు చేసుకుంది. వివరాల్లోకి వెళితే.. వేణుగోపాల్ రావు అనే న్యాయవాది 21 కోర్టు హాలులో వాదనలు వినిపిస్తు.. అకస్మాత్తుగా కుప్పకూలిపోయారు. ఇది గమనించిన తోటి లాయర్లు ఆయన్ని అంబులెన్స్‌లో ఉస్మానియా ఆస్పత్రికి తరలిచారు. కానీ, అప్పటికే వేణుగోపాల్ రావు మృతి చెందినట్లు వైద్యులు నిర్ధారించారు. దీంతో కోర్టు ఆవరణలో విషాదఛాయలు అలుముకున్నాయి. వేణుగోపాల్ రావు మృతికి సంతాపంగా 21వ కోర్టులో పిటిషన్ల విచారణను, మిగితా కోర్టుల్లో అత్యవసర, పాస్ ఓవర్ పిటిషన్లను విచారించి.. రెగ్యులర్ పిటిషన్లను వాయిదా వేశారు.

నేరాల శైలీ మారుతోంది.. మనమూ మారాలి : సిఎం

హైదరాబాద్: సైబర్ నేరాలను అరికట్టేందుకు తెలంగాణలో ప్రత్యేకంగా సైబర్ సెక్యూరిటీ బ్యూరో ఏర్పాటు చేశామని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. సైబర్ నేరాల పరిష్కా రం కోసం హెచ్ఐసిసిలో ఏర్పాటు చేసిన 'షీల్డ్ 2025'లో ఆయన పాల్గొన్నారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. "సైబర్ నేరాల్లో కోల్పోయిన సొమ్ముని తిరిగి తీసుకురావడంలో సైబరాబాద్ పోలీసులు ముందంజలో ఉన్నారు. సైబర్ నేరాలను అరికట్టేందుకు గత ఏడాది 7 కొత్త పోలీసు స్టేషన్లను ఏర్పాటు చేశాం. ఒకప్పుడు ఇంట్లో ఉండే సొమ్మును దొంగలు దోచుకొనేవారు..
కానీ ఇప్పుడు ఏక్కడి నుంచి దోపిడి చేస్తు న్నారో తెలుసుకోవడం కష్టంగా మారిపోయి ంది. నేరాల శైలీ మారుతోంది, దానికి అనుగుణంగా ప్రజలు, ప్రభుత్వం మారాలి' అని

మిగతా 2లో

పాపులారిటీ ఉంటే ఏదైనా మాట్లాడతారా? : యూట్యూబర్‌పై సుప్రీం కోర్టు ఆగ్రహం

న్యూఢిల్లీ : ఇండియాస్ గాట్ లాటెంట్ (ఐజీఎల్) కార్యక్రమంలో వివాదాస్పద వ్యాఖ్యలు చేసిన యూట్యూబర్ రణ్‌వీర్ అల్హాబాదియాపై సుప్రీం కోర్టు అసహనం వ్యక్తం చేసింది. పాపులారిటీ ఉంటే ఏదైనా మాట్లాడతారా ? ఇలాంటి భాషను ఎవరైనా ఇష్టపడతారా? అంటూ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. 'ఇదంతా అసభ్యత కాకపోతే ఇంకేంటి ? మీ మెదుడు లోని చెత్తనంతా ఆ ప్రోగ్రామ్ ద్వారా బయటపెట్టారు. ఇలాంటి ప్రవర్తన ఖండించదగినది. మీరు పాపులర్ అని చెప్పి ఏదైనా మాట్లాడతా అంటే సమాజం ఆమోదించదు. ఇలాంటి భాషను ఎవరైనా ఇష్టపడతారా ? ఇలాంటి వ్యక్తులకు కోర్టు ఎందుకు రక్షణ కల్పించాలి " అని సుప్రీం కోర్టు ప్రశ్నించింది. రణ్‌వీర్‌ను తీవ్రంగా మందలించిన కోర్టు ఆ తర్వాత ఊరట కల్పించింది. ఇక ఈ వ్యవహారంలో మరో పోలీస్ కేసు నమోదు చేయొద్దని ఆదేశాలు ఇచ్చింది. కోర్టు అనుమతి లేకుండా

మిగతా 2లో

కెసిఆర్ పుట్టిన రోజు వేడుకలు చేస్తే హెడ్ మాస్టర్‌ను సస్పెండ్ చేస్తారా..?:కెటిఆర్

2

విద్యా వ్యవస్థలో భారీ మార్పులు చేస్తాం

- మంత్రి నారా లోకేష్

2

ప్రధాని మోడీ, ఖతార్ అమీర్ ద్వైపాక్షిక చర్చలు

భారత్‌ను సందర్శించారు. ఆయన పర్యటన 'వృద్ధి చెందుతున్న మన బహుళ దశ భాగస్వామ్యానికి మరింత ఊపు' ఇస్తుందని ఎంఇఎ సోమవారం ఆయన పర్యటన ప్రారంభం కాక ముందు తెలియజేసింది. మంగళవారం ఉదయం ఖతార్ అమీర్‌కు రాష్ట్రపతి భవన్‌లో సాంప్రదాయక గౌరవ వందనం సమర్పించారు. ఖతార్ అమీర్‌కు రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము స్వాగతం పలికారు. ప్రధాని మోడీ కూడా ఆ కార్యక్రమానికి హాజరయ్యారు.

ఆ తరువాత మోడీ, అమీర్ హైదరాబాద్ హౌస్‌లో పలు ద్వైపాక్షిక అంశాలపై చర్చలు జరిపారు. రెండు దేశాల మధ్య వ్యూహాత్మక భాగస్వామ్యం ఏర్పాటుపై భారత్, ఖతార్ మంగళవారం ఒక ఒప్పందం కుదుర్చుకున్నాయి. ప్రధాని మోడీ, ఖతార్ అమీర్ సమక్షంలో ఖతార్ ప్రధాని, విదేశాంగ శాఖ మంత్రి షేక్ మొహమ్మద్ బిన్ అబ్దుల్ రెహ్మాన్ బిన్ జస్సిమ్ అల్ థని, విదేశాంగ శాఖ మంత్రి ఎస్ జైశంకర్ పత్రాలు మార్చుకున్నారు. 'భారత్, ఖతార్ ప్రగాఢ, సాంప్రదాయక అనుబంధాన్ని మరింత పటిష్ఠం చేస్తూ ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ, ఖతార్ అమీర్ షేక్ తమీమ్ బిన్ హమద్ అల్‌థని మంగళవారం హైదరాబాద్ హౌస్‌లో విస్తృత శ్రేణిలో చర్చలు జరిపారు. వాణిజ్యం, ఇంధన శక్తి, పెట్టుబడులు, సృజన, టెక్నాలజీ, ఆహార భద్రత, సంస్కృతి, ప్రజల మధ్య సంబంధాలపై దృష్టితో భారత్ ఖతార్ సంబంధాలను వ్యూహాత్మక భాగస్వామ్యం స్థాయికి పెంచేందుకు నిర్ణయించారు.

వారు పరస్పర ప్రయోజనకర ప్రాంతీయ, ప్రపంచ సమస్యలపైకూడా అభిప్రాయాలు పరస్పరం తెలియజేసుకున్నారు' అని ఎంఇఎ అధికార ప్రతినిధి రణ్‌ధీర్ జైశ్వాల్ 'ఎక్స్' పోస్ట్‌లో వెల్లడించారు. భారత్, ఖతార్ మధ్య ప్రగాఢ చారిత్రక మైత్రి, విశ్వాసం, పరస్పర గౌరవంతో కూడిన సంబంధాలు ఉన్నాయని, ఇటీవలి సంవత్సరాల్లో వాణిజ్యం, పెట్టుబడి, ఇంధన శక్తి, టెక్నాలజీ, సంస్కృతి, ప్రజల మధ్య సంబంధాలతో సహా రెండు దేశాల మధ్య అనుబంధం దృఢతరం అవుతూనే ఉందని ఎంఇఎ అంతకుముందు తెలియజేసింది. ఉభయ నేతలు హైదరాబాద్ హౌస్‌లో చర్చలు జరుపుతుండగా, ఈ 'ప్రత్యేక భారత్ ఖతార్ భాగస్వామ్యం'లో 'కొత్త మైలురాయి' నెలకొనబోతున్నదని ఎంఇఎ 'ఎక్స్' పోస్ట్‌లో సూచించింది. భారత్, ఖతార్ మధ్య రెండు పన్నుల విధానాన్ని తప్పించేందుకు, ఆదాయంపై పన్నుల విషయంలో ద్రవ్యం ఎగవేతను నివారించేందుకు సవరించిన ఒక ఒప్పందాన్ని కూడా కుదుర్చుకున్నట్లు హైదరాబాద్ హౌస్‌లో ఒప్పందాల మార్పిడి కార్యక్రమంలో ప్రకటించారు.

ఖతార్ ప్రధాని, కేంద్ర ఆర్థిక శాఖ మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్ పరస్పరం ఒప్పందం అందజేసుకున్నారు. ప్రధాని మోడీ నిరుడు ఫిబ్రవరిలో గల్ఫ్ దేశం ఖతార్‌ను సందర్శించిన దాదాపు ఏడాది తరువాత ఖతార్ అమీర్ సోమవారం సాయంత్రం ఢిల్లీ చేరుకున్నారు. ఆయనకు అరుదైన మర్యాదపురస్సరంగా ప్రధాని మోడీ సోమవారం సాయంత్రం ఢిల్లీ విమానాశ్రయంలో సాదర స్వాగతం పలికారు. ఆ తరువాత ఖతార్ అమీర్‌ను విదేశాంగ శాఖ మంత్రి ఎస్ జైశంకర్ కలుసుకున్నారు.

కెసిఆర్ పుట్టిన రోజు వేడుకలు చేస్తే హెడ్ మాస్టర్‌ను సస్పెండ్ చేస్తారా..?:కెటిఆర్

హైదరాబాద్: 14 ఏండ్లు అహింసాయుత పోరాటంతో తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని సాధించి, తెలంగాణ ఆత్మగౌరవాన్ని నిలబెట్టి, అస్థిత్వాన్ని చాటిన మాజీ ముఖ్యమంత్రి కెసిఆర్ పుట్టినరోజున విద్యార్థులకు మిఠాయిలు పంచితే తప్పా..? అని బిఆర్‌ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కెటిఆర్ ఎక్స్ వేదికగా ప్రశ్నించారు. కెసిఆర్ పుట్టిన రోజు వేడుకలు చేస్తే సరూర్ నగర్ పాఠశాల హెడ్ మాస్టర్‌ను సస్పెండ్ చేస్తారా..? అని నిలదీశారు. ఆయన పుట్టిన రోజున హైదరాబాద్‌లో ఫ్లెక్సీలు కడితే చించేస్తారా..? అని మండిపడ్డారు. సిఎం రేవంత్‌రెడ్డికి ఐఎఎస్, ఐపిఎస్‌లు అంటే గౌరవం లేదు..సహచర మంత్రుల మీద నమ్మకం లేదని ఆరోపించారు. సిగ్గు సిగ్గు%ా%అత్యున్నత పదవిలో ఉండి ఇంత అభద్రతా భావమా..? అని సిఎం రేవంత్‌రెడ్డిని ప్రశ్నించారు. వార్డు మెంబర్ కూడా కాని రేవంత్ రెడ్డి సోదరుడు తిరుపతి రెడ్డికి కలెక్టర్ సలాం కొట్టొచ్చు..పోలీసులు ఎస్కార్ట్ ఇవ్వొచ్చు.. ఆయన కళ్యాణలక్ష్మి చెక్కులు పంచొచ్చు..అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపన, ప్రారంభోత్సవాలు చేయొచ్చు..ఆయనకు పాఠశాల విద్యార్థులను నడిఎండలో నిలబెట్టి పూలుచల్లి స్వాగతం పలకొచ్చు, వారితో ఆయనకు అధికార యంత్రాంగం దగ్గరుండి సెల్యూట్ కొట్టించ వచ్చు.. ఏ అర్హత లేకున్నా అధికారిక వేదికపై కలెక్టర్‌ను వెనక్కు నెట్టి వేదికను పంచుకోవచ్చా..? అని నిలదీశారు. పొంగు లేటి పుట్టినరోజున విద్యార్థులను ఎండలో నిలబెట్టి శుభాకాంక్షలు తెలియజేయవచ్చు..ఉప ముఖ్యమంత్రి మల్లు భట్టివిక్రమార్క సతీమణికి ఎస్కార్ట్ సదుపాయం కల్పించచ్చా..? అని అడిగారు.

పచ్చకామెర్ల వానికి లోకమంతా పచ్చగానే కనిపిస్తుంది : కెటిఆర్

ఐఎఎస్, ఐపిఎస్ అధికారులు మన దేశ ప్రజాస్వామ్యానికి వెన్నెముకలు అని కెటిఆర్ ఎక్స్ వేదికగా వ్యాఖ్యానించారు. పచ్చకామెర్ల వానికి లోకమంతా పచ్చగానే కనిపిస్తుందని పేర్కొన్నారు. మీరు బ్యాగులతో దొరికారని..అందరూ మీ లాగానే బ్లాక్‌మెయిల్ దందాలు చేస్తారని సెటిల్‌మెంట్లు, దందాలు చేస్తూ బ్రతుకుతున్నారని అనుకోవడం తప్పు అని సిఎం రేవంత్‌రెడ్డిని ఉద్దేశిస్తూ ట్వీట్ చేశారు.

విద్యా వ్యవస్థలో భారీ మార్పులు చేస్తాం - మంత్రి నారా లోకేష్

అమరావతి: ఏపీలో విద్యారంగాన్ని దేశంలోనే నెంబర్ వన్ గా తీర్చిదిద్దడమే లక్ష్యమని విద్య, ఐటీ, ఎలక్ట్రానిక్స్ శాఖల మంత్రి నారా లోకేశ్ అన్నారు. ఇప్పటి వరకు అమలు చేస్తోన్న మూస పద్ధతులకు స్వస్తి చెప్పి సృజనాత్మకత పెంపొందించేలా కేజీ టు పీజీ విద్య కరిక్యులమ్ సమూల మార్పులు తెస్తున్నామన్నారు.జాతీయ విద్యావిధానం లక్ష్యసాధనలో భాగంగా రాష్ట్రంలో విద్యానైపుణ్యాలు అభివృద్ధి చేసేందుకు సులోచనాదేవి సింఘానియా స్కూల్ ట్రస్టుతో ఏపీ ప్రభుత్వం ఒప్పందం కుదుర్చుకుంది. మంత్రి నారా లోకేష్ సమక్షంలో ఉండవల్లిలోని ఆయన నివాసంలో ఏపీ ప్రభుత్వంతో సింఘానియా గ్రూప్ (రేమండ్స్), ఏపీ ప్రభుత్వ ప్రతినిధుల మధ్య అవగాహన ఒప్పందం కుదిరింది. తిరుపతి జిల్లాలోని 14 పాఠశాలల్లో ఉపాధ్యాయుల పనితీరు, నాణ్యత, ఉపాధ్యాయ శిక్షణ, స్పోకెన్ ఇంగ్లీషు శిక్షణతో పాటు జాతీయ విద్యావిధానంతో సమాంతరంగా సాంకేతికత అనుసంధానం వంటి అంశాల్లో విద్యా నైపుణ్యాన్ని తీసుకురావడం ద్వారా పాఠశాలల నిర్వహణలో మార్పులు తేవాలని నిర్ణయించారు. ఈ సందర్భంగా లోకేష్ మాట్లాడుతూ, కొత్త కారిక్యులమ్ తో కళాశాల నుంచి బయటకు వచ్చే విద్యార్థికి వెనువెంటనే ఉద్యోగం లభించేలా నైపుణ్యాలను అభివృద్ధి చేస్తున్నామని వెల్లడించారు. ఇక నేడు కుదుర్చుకున్న ట్రస్ట్ ఒప్పందం ప్రకారం ఐదేళ్ల వ్యవధిలో అమలుచేసే ఈ కార్యక్రమం ద్వారా లక్ష మంది విద్యార్థులకు మెరుగైన విద్య అందనుంది. ఆ తర్వాత అమరావతి, విశాఖపట్నం, కాకినాడకు కూడా ట్రస్ట్ సేవలను విస్తరించనున్నారు. విద్యార్థులను ఉన్నత సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో నైపుణ్యవంతంగా తయారు చేయడమే లక్ష్యమని సింఘానియా గ్రూప్ చైర్మన్ తెలిపారు. విద్యార్థులకు మరింత ప్రభావవంతమైన, ఆకర్షణీయమైన అభ్యసన విధానాల్లో బోధన చేసేందుకు వీలుగా ఉపాధ్యాయుల సామర్థ్యాలను బలోపేతం చేసేందుకు విజయవాడ, వైజాగ్, అమరావతిలో శిక్షణ ఇవ్వనున్నట్లు చెప్పారు. పాఠ్యాంశాల్లో సాంకేతికతను మెరుగుపరచడం, ఆంగ్లంలో విద్యార్థుల కమ్యూనికేషన్ నైపుణ్యాలను బలోపేతం చేయడం ద్వారా విద్య నాణ్యతను పెంచడమే లక్ష్యమని పేర్కొన్నారు

నిరుద్యోగులే టార్గెట్

నిరుద్యోగులతో నేరస్థులు ఆటలు ఆడుకుంటున్నారు, కంపెనీలు లేఆఫ్స్ ప్రకటించడంతో దానిని నేరస్థులు ఉపయోగించుకుంటున్నారు. నేరస్థులు నిరుద్యోగులకు మల్టీనేషనల్ కంపెనీల్లో ఉద్యోగాలు ఇప్పిస్తామని ఆశ చూపిస్తున్నారు. వీరి మాటలు నమ్మిన నిరుద్యోగులు లక్షలాదా రూపాయలు ఇచ్చి నిండామునుగుతున్నారు. ఇటు ఉన్న డబ్బులు పోయి, ఉద్యోగం లేకపోవడంతో నిరుద్యోగుల పరిస్థితి ఆగమ్య గోచరంగా మారుతోంది. ఇలాంటి నేరాలు తరచూ జరుగుతున్నా కూడా నిరుద్యోగులు మారడంలేదు. తాజాగా జూబ్లీహిల్స్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో మరో జాబ్ మోసం బయటపడింది. నిరుద్యోగులే టార్గెట్‌గా జగదీష్ అనే వ్యక్తి కార్యాలయం తెరిచాడు. కార్యాలయాన్ని, ఉద్యోగులు రిచ్‌గా ఉండేలా చూసుకున్నాడు. నిరుద్యోగులను టార్గెట్‌గా చేసుకుని, తమ వద్ద ఉద్యోగానికి కావాల్సిన శిక్షణ ఇవ్వడమే కాకుండా, మల్టీ నేషనల్ కంపెనీలో ఉద్యోగం ఇప్పిస్తామని చెప్పారు. కార్యాలయం, ఉద్యోగులను చూసిన నిరుద్యోగులు తమకు ఉద్యోగం వస్తుందని ఆశపడి చేరారు. ఇలా చేరిన వారి వద్ద నుంచి రూ.2లక్షల చొప్పున 1,200మంది నుంచి రూ.25కోట్లు వసూలు చేశాడు.

డబ్బులు ఇచ్చి చాలా రోజులు అవుతున్నా కూడా ఉద్యోగాలు ఇప్పించకపోవడంతో డబ్బులు కట్టి చేరిన వారు ఒత్తిడి చేయడం ప్రారంభించారు. వారి ఒత్తిడి రోజు రోజుకు ఎక్కువ కావడంతో నిందితుడు సంస్థ కార్యాలయానికి తాళం వేసి పరారయ్యాడు. అప్పుడు కాని నిరుద్యోగులకు తాము మోసపోయామని అర్థం కాలేదు. నగరంలోని నల్లకుంటకు చెందిన యువతి ఓ ప్రముఖ సాఫ్ట్‌వేర్ కంపెనీలో ఇంజనీర్‌గా పనిచేసేది. ఈమధ్య పలు సాఫ్ట్‌వేర్ కంపెనీలు లేఆఫ్ ప్రకటిస్తుండడంతో యువతి ఉద్యోగం పోయింది. అప్పటి నుంచి ఖాళీగా ఉన్న యువతి మరో ఉద్యోగం కోసం ఆన్‌లైన్‌లో నౌకరీ. కామ్‌లో తన ప్రొఫైల్‌ను అప్‌లోడ్ చేసింది. ఇది చూసిన సైబర్ నేరస్థులు బాధితురాలిని సంప్రదించారు. తాము ఢిల్లీ నుంచి మాట్లాడుతున్నామని ప్రముఖ కంపెనీలో మంచి ప్యాకేజీతో ఉద్యోగం ఇప్పిస్తామని చెప్పారు. కానీ దానికి కొన్ని డబ్బులు ఖర్చుల కింద చెల్లించాల్సి ఉంటుందని చెప్పారు. మంచి ఉద్యోగం అంటున్నారు కదా అని భావించిన యువతి వారు చెప్పినట్లు వివిధ ఫీజుల కింద రూ.1.70లక్షలు పంపించింది. మీకు కంపెనీ నుంచి కాల్ వస్తుందని ఫోన్‌లోనే ఇంటర్వ్యూ నిర్వహిస్తారని చెప్పింది. వీరి మాటలు నమ్మిన బాధితురాలు కంపెనీ ఫోన్ కోసం ఎదురుచూస్తోంది.డబ్బులు కట్టి చాలా రోజులు అవుతున్నా కూడా ఎలాంటి ఫోన్ రాలేదు. దీంతో తనను సంప్రదించిన వారి ఫోన్ నంబర్‌కు కాల్ చేయడంతో స్విచ్ ఆఫ్ వచ్చింది. దీంతో తాను మోస పోయానని గ్రహించిన యువతి హైదరాబాద్ సైబర్ క్రైం పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేసింది. నాంపల్లికి చెందిన యువకుడికి సైబర్ నేరస్థులు ఫోన్ చేశారు. ఎయిర్ పోర్టులో ఉద్యోగం ఉందని చెప్పారు, ముందుగా రిజిస్ట్రేషన్ తదితరాలకు డబ్బులు చెల్లించాలని చెప్పడంతో రూ.2లక్షలు పంపించాడు. డబ్బులు అందిన తర్వాత సైబర్ నేరస్థులు స్పందించడం మానివేశారు. దీంతో బాధితుడు హైదరాబాద్ సైబర్ క్రైం పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశాడు. ఉత్తరప్రదేశ్‌కు చెందిన ముఠా సభ్యులు నోయిడాలో అపార్ట్‌మెంట్‌లో ఇంటిని అద్దెకు తీసుకుని దందా చేస్తున్నారు. అక్కడి వారికి అనుమానం రాకుండా ఉండేందుకు బ్యాంకుల రికవరీ చేస్తున్నామని వారికి చెబుతున్నారు. కానీ నిందితులు వివిధ జాబ్ వెబ్ సైట్ల నుంచి నిరుద్యోగుల డాటా తీసుకుని వారికి ఫోన్లు చేస్తున్నారు. అందులో కూడా అందరికి ఫోన్లు చేయకుండా ఆసక్తి కనబర్చిన వారికి మాత్రమే మళ్లీ ఫోన్లు చేసి హెచ్‌సిఎల్, హిందూస్తాన్ లివర్, టిసిఎల్, ఐసిఐసిఐ తదితర కంపెనీల్లో ఉద్యోగాలు ఉన్నాయని చెబుతున్నారు.

వాటిని నమ్మిన వారి నుంచి వివరాలు తీసుకుని ఉద్యోగానికి కావాల్సిన ప్రాసెస్ చేస్తున్నారు. ఇవి అన్నీ కూడా ప్రైవేట్ కంపెనీల్లో చేస్తున్న మాదిరిగా ఉండడంతో నిరుద్యోగులు నమ్ముతున్నారు. ఈ క్రమంలోనే సైబరాబాద్ పోలీస్ కమిషనరేట్ పరిధిలోని చందానగర్, దుండిగల్, నార్సింగి పోలీస్ స్టేషన్ల పరిధిలోని అమాయకులు లక్షలాది రూపాయలు ఇచ్చి మోస పోయారు. గతంలో కూడా చాలామంది నిరుద్యోగులు దేశానికి చెందిన ప్రముఖ సాఫ్ట్‌వేర్ కంపెనీల్లో ఉద్యోగాలు ఉన్నాయని సైబర్ నేరస్థులు చెప్పడంతో నమ్మి మోసపోయారు. గతంలో ఎస్‌ఆర్ నగరలో ఓ సంస్థ సాఫ్ట్‌వేర్ ఉద్యోగాలు ఇప్పిస్తామని చెప్పడంతో చాలామంది నిరుద్యోగులు ఒక్కొక్కరు చొప్పున రూ.1.50లక్షలు కట్టారు. డబ్బులు కట్టి నెలలు దాటుతున్నా కూడా ఉద్యోగాల కోసం ఒత్తిడి తెచ్చారు. దీంతో ఒత్తిడిని తట్టుకోలేని సదరు సంస్థ రాత్రికి రాత్రి కార్యాలయాన్ని మూసివేసి బిచాణ ఎత్తివేసింది.

ఆన్‌లైన్‌లో ప్రకటనలు...

%చాలామంది నిరుద్యోగులు ఉద్యోగాల కోసం ఆన్‌లైన్‌లో రెజ్యూమ్‌ను పెట్టి మోసపోతున్నారు. వీరి అవసరాన్ని ఆసరాగా చేసుకుంటున్న సైబర్ నేరస్థులు లక్షలాది రూపాయలను దోచుకుంటున్నారు. డబ్బులు వారికి అందగానే ఫోన్‌ను స్విచ్ ఆఫ్ చేసి పారిపోతున్నారు. ఇలాంటి కేసుల్లో ఎక్కువగా ఉత్తరాదికి చెందిన వ్యక్తులు ఉంటున్నారు. వీరు మల్టీ నేషన్ కంపెనీల్లో ఉద్యోగాలు ఉన్నాయని సోషల్ మీడియాలో ప్రకటనలు ఇచ్చి ఆకట్టుకుంటున్నారు. వీటిని చూసిన ఉద్యోగం పోయిన నిరుద్యోగులు వెంటనే వారిని సంప్రదిస్తున్నారు. ఇలాంటి కేసులు మూడు పోలీస్ కమిషనరేట్ల పరిధిలో ఇటీవలి కాలంలో ఎక్కువగా అవుతున్నాయి. ఇలా ఉద్యోగాల పేరుతో మోసం చేస్తున్న ముఠాను సైబరాబాద్ పోలీసులు అరెస్టు చేశారు. ఈ నిందితులు మల్టీ నేషనల్ కంపెనీల్లో ఉద్యోగాలు ఉన్నాయని చెప్పి పలువురు నిరుద్యోగుల నుంచి డబ్బులు వసూలు చేస్తున్నారు. ఉద్యోగాలు ఇప్పిస్తామని ఆన్‌లైన్ వచ్చే ప్రకటనలను నమ్మ వద్దని పోలీసులు ఎన్నిసార్లు చెప్పినా కూడా నిరుద్యోగులు మారడంలేదు. ఉద్యోగం వస్తుందనే ఆశతో వెనుకా ముందు చూడకుండా వారిని నమ్మి నిండా మునుగుతున్నారు.

మల్టీనేషనల్ కంపెనీల పేరుతో...

%మల్టీ నేషనల్ కంపెనీల్లో ఉద్యోగాలు ఇప్పిస్తామని చెప్పడంతో నిరుద్యోగులు గుడ్డిగా నమ్మి మోసపోతున్నారు. డబ్బులు ఇస్తే మంచి ఉద్యోగం వస్తుందని ఆశపడి లక్షలాది రూపాయలు ఇస్తున్నారు. నిరుద్యోగుల నుంచి కోట్లాది రూపాయలు వసూలు చేసిన తర్వాత నిందితుడు దుకాణం ఎత్తివేస్తున్నారు. నిరుద్యోగం పలువురు నిందితులకు వ్యాపారంగా మారింది, ఖరీదైన ప్రాంతంలో కార్యాలయం ఏర్పాటు చేసి, ఉద్యోగులను నియమించుకుని లక్షలాది రూపాయలు తీసుకుని నిండాముంచుతున్నారు. ఇలా కార్యాలయం ఏర్పాటు చేసిన నిందితులు వారి వద్ద పనిచేసిన సిబ్బందికి కూడా జీతాలు ఇవ్వకుండా మోసం చేస్తున్నారు.

మహాకుంభ మేళా మృత్యు కుంభమేళాగా మారింది: మమతా బెనర్జీ

వందలాది భౌతిక కాయాలను దాపెట్టింది' అని మమతా బెనర్జీ పశ్చిమ బెంగాల్ అసెంబ్లీలో ప్రసంగిస్తూ తెలిపారు.ఆమె బిజెపి ఎంఎల్‌ఏలపై విరుచుకుపడుతూ 'నన్ను ఎదుర్కొనడానికి బిజెపి ఎంఎల్‌ఏలు భయపడుతున్నారు. అందుకే నేను ప్రసంగించేప్పుడు వారు సభను బాయ్‌కాట్ చేసి వెళ్లిపోతున్నారు' అని తెలిపారు. తనను ముస్లిం లీగ్‌తో లింక్ చేయడాన్ని కూడా ఆమె ఖండించారు. 'నేను లౌకికవాదాన్ని, సహజీవనాన్ని నమ్ముతాను, అన్ని సముదాయాల వారు అభివృద్ధి చెందాలని కోరుకుంటాను' అన్నారు.

బంగ్లాదేశీ తీవ్రవాదులతో తనకు సంబంధాలున్నాయన్న ఆరోపణను కూడా మమతా బెనర్జీ ఖండించారు. 'ఒకవేళ బిజెపి కనుక దానిని రుజువుచేస్తే నేను వెంటనే రాజీనామా చేస్తాను' అన్నారు. 'బంగ్లాదేశ్‌లో రాజకీయ సంక్షోభం ఏర్పడినప్పటికీ పశ్చిమ బెంగాల్‌లో శాంతి, సామరస్యాలు నెలకొని ఉండడానికి కారణం తమ ప్రభుత్వ విధానమే' అని ఆమె వివరించారు.

నేరాల శైలీ మారుతోంది.. మనమూ మారాలి : సిఎం

అన్నారు. ఈ సమావేశంలో 14 రాష్ట్రాల నుంచి పోలీసు అధికారులు పాల్గొన్నారు. ఈ సమావేశం ఇంత విజయవంతం కావడం చాలా సంతోషంగా ఉందని సైబర్ సెక్యూరిటీ బ్యూరో డైరెక్టర్ శిఖా గోయల్ అన్నారు. 2024లో సైబర్ నేరాల్లో కాజేసిన రూ.350 కోట్లను సీజ్ చేశామని.. అందులో రూ.183 కోట్లు 18 వేల మంది బాధితులకు అందించామని పేర్కొన్నారు.

పాపులారిటీ ఉంటే ఏదైనా మాట్లాడతారా? : యూట్యూబర్‌పై సుప్రీం కోర్టు ఆగ్రహం

దేశం విడిచివెళ్లే ప్రయత్నాలు చేయొద్దని రణవీర్‌ను హెచ్చరించింది. అలాగే యూట్యూబర్ తన పాస్‌పోర్టును మహారాష్ట్ర లోని థాణె పోలీసులకు అప్పగించాలని ఆదేశించింది. తదుపరి ఉత్తర్వులు ఇచ్చేవరకు ఎలాంటి షోలు చేయకూడదని తేల్చి చెప్పింది. ఐజీఎల్‌లో పాల్గొన్న ఓ వ్యక్తిని తల్లిదండ్రుల గురించి శృంగారం పైన ప్రశ్నించడంతో ప్రముఖ యూట్యూబర్ రణ్‌వీర్ అల్హాబాదియాపై తీవ్ర నిరసనలు వ్యక్తమయ్యాయి. అతడి వ్యాఖ్యలపై పలువురు పార్లమెంట్ సభ్యులు కూడా తీవ్ర అభ్యంతరం వ్యక్తం చేశారు సమయ్ రైనా షోలో రణ్‌వీర్ ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. దీంతో అతడిపై పలు రాష్ట్రాల్లో ఎఫ్ఐఆర్‌లు నమోదయ్యాయి. వాటిపై ఇటీవల యూట్యూబర్ సుప్రీం కోర్టును ఆశ్రయించారు. తనపై నమోదైన ఎఫ్ఐఆర్‌లు అన్నిటినీ క్లబ్ చేయాలని ఓ పిటిషన్‌లో పేర్కొన్నాడు. దానిపై నే తాజాగా విచారణ జరిగింది.

రోజూ పైనాపిల్ పండ్లను తింటే ఎన్ని లాభాలు కలుగుతాయో తెలిస్తే ఆశ్చర్యపోతారు..!

పైనాపిల్ పండ్లు మనకు ఏడాది పొడవునా అన్ని సీజన్లలోనూ లభిస్తాయి. బయటకు వెళ్తే చాలా మంది పైనాపిల్ పండ్ల జ్యూస్‌ను తాగుతుంటారు. ఇది చాలా రుచిగా ఉంటుంది. అయితే ఇలా జ్యూస్‌లను తాగడం అంత మంచిది కాదు. నేరుగా పండ్లనే తినాలి. పైనాపిల్ పండ్లు తియ్యని, పుల్లని రుచిని కలిగి ఉంటాయి. పైనాపిల్ పండ్లలో బ్రొమెలెయిన్ అనే ఎంజైమ్ ఉంటుంది. ఇది ప్రోటీన్లను విచ్ఛిన్నం చేస్తుంది. కనుకనే మనం పైనాపిల్ పండ్లను తిన్నప్పుడు నాలుక మండుతుంది. అయితే ఇలా జరుగుతుందని చెప్పి చాలా మంది పైనాపిల్ పండ్లను తినేందుకు అంతగా ఆసక్తిని చూపించరు. కానీ జ్యూస్‌ను మాత్రం తాగుతారు.

అయితే పైనాపిల్ పండును అడ్డంగా ముక్కలుగా కట్ చేసి వాటిపై కాస్త ఉప్పు చల్లి తినాలి. దీంతో ఆ పండులో ఉండే బ్రొమెలెయిన్ శక్తి తగ్గుతుంది. దీంతో నాలుక మండదు. ఇలా పైనాపిల్‌ను రోజూ తింటే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు.

చర్మ సంరక్షణకు..

పైనాపిల్ పండ్లలో విటమిన్ సితోపాటు యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తికి సహాయం చేస్తాయి. కొల్లాజెన్ మన చర్మాన్ని సంరక్షిస్తుంది. చర్మం సాగే గుణాన్ని పొందేలా చేస్తుంది. దీంతో చర్మం కాంతివంతంగా మారి మృదువుగా ఉంటుంది. చర్మంపై ఉండే ముడతలు, మచ్చలు పోయి యవ్వనంగా కనిపిస్తారు. ఫ్రీ ర్యాడికల్స్ వల్ల కణాలకు జరిగే డ్యామేజ్ తగ్గుతుంది. దీంతో చర్మ కణాలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. ఎల్లప్పుడూ యవ్వనంగా కనిపిస్తారు. పైనాపిల్ పండ్లలో ఉండే బ్రొమెలెయిన్ అనే ఎంజైమ్ మనం తిన్న ఆహారాన్ని జీర్ణం చేసేందుకు ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుంది. ముఖ్యంగా మనం తినే ఆహారంలో ఉండే ప్రోటీన్లను ఇది విచ్ఛిన్నం చేస్తుంది. దీంతో ఆహారం సులభంగా జీర్ణమవుతుంది. గ్యాస్, అసిడిటీ, కడుపు ఉబ్బరం వంటి సమస్యలు ఉండవు. జీర్ణ వ్యవస్థ పనితీరు మెరుగు పడుతుంది.

బరువు తగ్గవచ్చు..

పైనాపిల్ పండ్లలో యాంటీ ఇన్‌ఫ్లామేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. దీని వల్ల మన శరీరంలో ఏర్పడే వాపులు, నొప్పుల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ముఖ్యంగా ఆర్థరైటిస్ నుంచి ఉపశమనం పొందవచ్చు. అలాగే సైనస్ నుంచి విముక్తి లభిస్తుంది. గాయాలు త్వరగా మానుతాయి. శరీరంలో నీరు అధికంగా ఉన్నవారు పైనాపిల్ పండ్లను తింటుంటే సమస్య నుంచి బయట పడవచ్చు. ఈ పండ్లు సహజసిద్ధమైన డైయురెటిక్‌గా పనిచేస్తాయి. దీంతో శరీరంలో అధికంగా ఉన్న నీరు బయటకు పోతుంది. దీంతో బరువు తగ్గుతారు. ఉత్సాహంగా ఉంటారు. పైనాపిల్ పండ్లలో అనేక రకాల విటమిన్లు ఉంటాయి. ముఖ్యంగా విటమిన్ సి ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది శరీర రోగ నిరోధక వ్యవస్థను పటిష్టంగా మారుస్తుంది. దీంతో సీజనల్‌గా వచ్చే దగ్గు, జలుబు, ఫ్లూ వంటి వ్యాధుల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది.

గుండె జబ్బులు రాకుండా..

పైనాపిల్ పండ్లలో అధికంగా ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి, వాపులను తగ్గిస్తాయి. దీంతో గుండె జబ్బులు రాకుండా చూసుకోవచ్చు. ఈ పండ్లలో ఉండే విటమిన్ సి బీపీని తగ్గిస్తుంది. గుండె సంబంధ సమస్యలు రాకుండా చూస్తుంది. దీంతో గుండె పనితీరు మెరుగు పడుతుంది. పైనాపిల్ పండ్లలో మాంగనీస్, క్యాల్షియం అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి ఎముకలను దృఢంగా, ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. ఎముకల సాంద్రతను పెంచుతాయి. దీంతో ఎముకలు త్వరగా విరిగిపోయే స్వభావం నుంచి బయట పడతాయి. ఇలా పైనాపిల్ పండ్లను రోజూ తింటే అనేక లాభాలను పొందవచ్చు.

హైదరాబాద్ఎల్ ఓప్ల ధమిక సహకార సంఘం ద్వారా రైతులకు అందించే సేవలు విస్తృత పరచాలి

హైదరాబాద్ హైదరాబాద్ఎల్ ఓప్ల ధమిక సహకార సంఘం ద్వారా రైతులకు అందించే సేవలు విస్తృత పరచాలి

నాణ్యమైన హైదరాబాద్ఎరువులు పురుగు మందులు అందుబాటులో ఉంచుకోవాలి.

డిజిటల్ క్రాప్ బుకింగ్ వేగవంతం చేయాలి

సత్యమేవ జయతే ల్చారం మండలం లో కలెక్టర్ విస్తృత పర్యటన, ప్రాథమిక వ్యవసాయ సహకార సంఘం, ఎరువులు పురుగుమందుల గోడౌన్ పరిశీలన, క్షేత్రస్థాయిలో డిజిటల్ క్రాప్ బుకింగ్ తీరును వ్యవసాయ అధికారులను అడిగి తెలుసుకున్న కలెక్టర్జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్ ప్రాథమిక సహకార సంఘం ద్వారా రైతులకు అందించే సేవలు విస్తృతపరచాలని జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్ తెలిపారు. గురువారం క్షేత్రస్థాయి పర్యటనలో భాగంగా మెదక్ జిల్లా కుల్చారం మండలంలో కలెక్టర్ విస్తృతంగా పర్యటించి ప్రాథమిక సహకార సంఘం ఎరువుల గోడౌన్ ని తనిఖీ చేశారు. ఎరువులు నాణ్యత, పంట విస్తీర్ణానికి అనుగుణంగా రైతులకు సరిపడా ఎరువులు అందుబాటులో ఉంచుకోవడం సంబంధిత వివరాలను అధికారులు అడిగి తెలుసుకున్నారు. అనంతరం వసురం తండా కు సంబంధించి రైతుల పొలాలకు నేరుగా కలెక్టర్ వెళ్లి మండల వ్యవసాయ అధికారుల ద్వారా డిజిటల్ క్రాప్ బుకింగ్ సర్వే వివరాలను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ పంట సర్వే జిల్లాలో పగడ్బందీగా అమలు జరుగుతుందని, పంట డిజిటల్ సర్వేలో ద్వారా, పంటల విస్తీర్ణం, పంట దిగుబడి, పంట నష్టం, , సంబంధించిన సమగ్ర వివరాలను సేకరిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఈ సర్వే ద్వారా పంటల ప్రణాళికలు రూపొందిస్తున్నట్లు వివరించారు. దీని కనుగుణంగా పంటలకు సంబంధించిన అవసరాలను గుర్తించవచ్చు అని పేర్కొన్నారు పంటల సర్వే ద్వారా . పంటల సాగుకు సంబంధించిన వివరాలను సేకరించి అంచనా వేయడంలో మండల వ్యవసాయ అధికారులు వారి పనిలో నిమగ్నమై ఉన్నారని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా వ్యవసాయ అధికారి వినయ్ సంబంధిత మండల వ్యవసాయ అధికారులు , తదితరులు పాల్గొన్నారు.

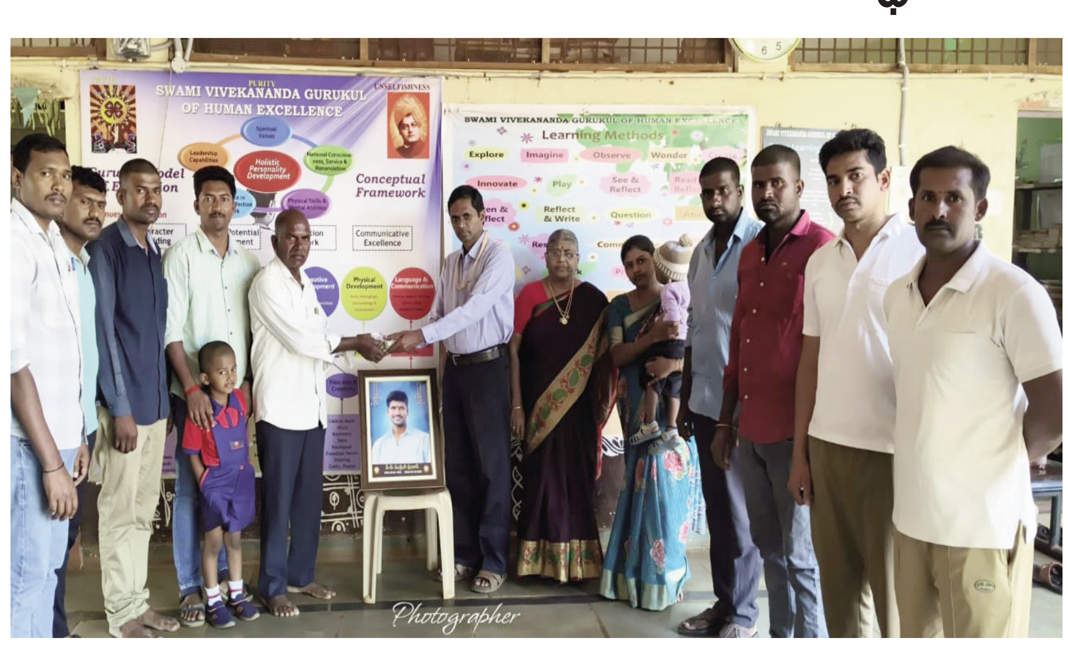
మందపల్లి శ్రీదేవిని పరామర్శించిన రిపబ్లికన్ పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా (అంబేద్కర్)రాష్ట్ర అధ్యక్షులు మరియు జాతీయ కార్యదర్శి పిట్టా వరప్రసాద్

సత్యమేవ జయతే – కాకినాడ కాకినాడ :- సోమవారం మధ్యాహ్నం కలెక్టరేట్ ప్రాంగణంలో పురుగుల మందు త్రాగి కాకినాడ జిజిహెచ్ లో చికిత్స పొందుతున్న దళిత మహిళ మందపల్లి శ్రీదేవిని కలిసి పరామర్శించారు. డాక్టర్లను ఆమె ఆరోగ్య పరిస్థితిపై ఆరా తీశారు. మెరుగైన వైద్యసేవలు అందించి ఆమెను కాపాడాలని కోరారు. కుమార్తెలను బంధువులను అడిగి సంఘటన వివరాలు తెలుసుకున్నారు. బంధువులు చెప్పిన వివరాలు ప్రకారం ముత్తా త్తా గోపాలకృష్ణ ఎమ్మెల్యేగా ఉండగా వీరికి ఇళ్ల పట్టాలు ఇవ్వడం జరిగిందన్నారు. ఆర్టీసీ కాంప్లెక్స్ వద్ద వేసిన ఫ్లైఓవర్ నిర్మాణ సమయంలో వీరి స్థలం ఫ్లై ఓవర్ లో పోయిందన్నారు.

ఆ పక్కనే వేరొక స్థలాన్ని వీరికి అప్పటి ఎమ్మార్వో గారు 200 గజాల స్థలం ఇవ్వగా దాంట్లో నివాసం ఉంటున్నామని చెప్పారు.

జగన్ ప్రభుత్వం వచ్చిన తర్వాత నల్లమిల్లి వెంకట రామరెడ్డి, కాపు సమాజానికి చెందిన గుర్రాల నాగేంద్రప్రసాద్, అతని కుమారుడు గుర్రాల సత్య అనిల్ కుమార్ దొంగ డాక్యుమెంట్ సృష్టించి స్థలం ఖాళీ చేయాలని కోర్టు నుంచి ఆర్డర్ వచ్చిందని వారిని బెదిరించడం బెదిరించారు అన్నారు. ఆర్డర్లో వీళ్ళు ఉన్న సర్వే నెంబర్ కాకుండా వేరే సర్వే నెంబరు ఉందని మీ భూమి ఇది కాదని ఎంత చెప్పినా వినకుండా తమకున్న రాజకీయ పలుకుబడితో ఖాళీ చేయించడానికి విశ్వ ప్రయత్నాలు చేస్తున్నారని ఈ విషయం కలెక్టర్ గారి దృష్టికి తీసుకువచ్చి వారి హామీ ఇచ్చినా న్యాయం జరగదేమో ఉన్న ఆందోళనతో పురుగుల మందు తాగినట్లు చెప్పారు. శ్రీ కలెక్టర్ గారు పూర్వపరాల పరిశీలించి దస్తావేజు డాక్యుమెంట్స్ అన్నీ పరిశీలించి బాధితురాలు కుటుంబానికి న్యాయం చేయాలని వరప్రసాద్ డిమాండ్ చేశారు.

పోలీసు కానిస్టేబుల్ శ్రీనివాస్ జ్ఞాపకార్థం అనాధ ఆశ్రమానికి రూ.1,10,100 ఆర్థిక సాయం చేసిన స్నేహితులు.....



సత్యమేవ జయతే వికారాబాద్ టౌన్ ... ఫిబ్రవరి 6న రోడ్డు ప్రమాదంలో శంకర్ పల్లి మండలం బుల్కపురం గ్రామానికి చెందిన ఏఆర్ కానిస్టేబుల్ శ్రీనివాస్ మృతి బాధాకరమని అతని స్నేహితులు అన్నారు. 2018 కానిస్టేబుల్ బ్యాచ్ కు చెందిన శ్రీనివాస్ స్నేహితులు అతని కుటుంబానికి ఆర్థికంగా ఆదుకోవాలని అనుకున్నారు. అందులో భాగంగా స్నేహితుల నుంచి రూ. 1,10,100 లను కలెక్ట్ చేశారు. ఆ డబ్బును కుటుంబ సభ్యులకు ఇవ్వాలని వెళ్లగా వారు నిరాకరించి,ఏదైనా అనాధ ఆశ్రమానికి డోనేట్ చేయాలని శ్రీనివాస్ కుటుంబ సభ్యులు సూచించారు. దీనితో కుటుంబ సభ్యుల సమక్షంలో మంగళవారం వికారాబాద్ మున్సిపల్ పరిధిలోని దన్నారంలో ఉన్న యజ్ఞ ఫౌండేషన్ వివేకానంద గురుకుల పాఠశాల ప్రిన్సిపాల్ ఉజ్వల్ రాజ్ కు ఆ అమౌంట్ అందజేశారు. అలాగే విద్యార్థులకు మధ్యాహ్న భోజనం ఏర్పాటు చేశారు. స్నేహితుని కుటుంబాన్ని ఆదుకోవాలని అనుకొని వారు మంచి మనసును చాటుకుంటే,కుటుంబ సభ్యులు అమౌంట్ ను అనాధ ఆశ్రమానికి ఇవ్వాలని సూచించి గొప్ప ఉదార స్వభావాన్ని చాటుకున్నారని పలువురు అంటున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మృతి చెందిన శ్రీనివాస్ సోదరుడు బుచ్చి రాజ్,2018 కానిస్టేబుల్ బ్యాచ్ స్నేహితులు శ్రీశైలం, తదితరులు పాల్గొన్నారు

విద్యార్థుల గోసలు ఎవరు పట్టించుకోవడంలేదని పోస్ట్ కార్డు రూపంలో విద్యార్థుల ఆవేదన

సత్యమేవ జయతే – పెద్దపల్లి

పెద్దపల్లి : మంగళవారం రోజు పెద్దపల్లి పట్టణం శ్రేయా వోకేషనల్ జూనియర్ కాలేజ్ లో విద్యార్థుల సమస్యలను పోస్ట్ కార్డ్ రూపంలో తెలుసుకున్న పెద్దపల్లి నియోజకవర్గం బీఆర్ఎస్ నాయకురాలు దాసరి ఉష గారు విద్యార్థులు మాకు ఇచ్చిన హామీలను మాత్రమే అమలు చేయండి మేము ఎక్కువ ఏమి అడగడం లేదు ఎన్నికల సమయంలో ఇచ్చిన హామీలను వెంటనే నెరవేర్చాలని డిమాండ్ చేస్తూ మాకు ఇస్తానన్న స్కూటీలు ఎక్కడ? 2500/- రూపాయలు ఎక్కడ? తులం బంగారం ఎక్కడ? మేము మోసపోయాం అంటూ తమ బాధను పోస్ట్ కార్డ్ ద్వారా నిరసన వ్యక్తం చేయడం జరిగింది.

పోలీసుల కస్టడీలో అక్రమంగా భూమిని ఆక్రమించిన నిందితులు

సత్యమేవ జయతే-కరీంనగర్ కరీంనగర్ జిల్లా కట్టరాంపూర్ కు చెందిన సర్వేనెంబర్ 954 లో నకిలీ ధ్రువపత్రాలు సృష్టించి తప్పుడు హద్దులు చూపుతూ అసలు యజమాని అయిన బాధితుడి భూమిని పలువురికి విక్రయించిన ఘటనలో 13 మందిపై కేసు నమోదు కాగా, వారిలో ప్రధాన నిందితులైన నలుగురిని 1. కరీంనగర్ మొగ్దుంపూర్ గ్రామానికి చెందిన బల్మూరి రమణ రావు (50), 2. కరీంనగర్ గణేష్ నగర్ కు చెందిన దాసరి సంజీవ రెడ్డి (38), 3. దాసరి బుచ్చి మల్లా రెడ్డి (67), 4. కరీంనగర్ క్రిస్టియన్ కాలనీ కి చెందిన మొహమ్మద్ బషీర్ (54) లను కరీంనగర్ వన్ టౌన్ ఇన్స్పెక్టర్ బి కోటేశ్వర్ ఈ నెల 14వ తేదీ శుక్రవారంనాడు అరెస్ట్ చేసి కోర్టులో హాజరు పరిచి, రిమాండు విధించగా కరీంనగర్ జైలుకు తరలించిన విషయం విధితమే.

అయితే ఈ కేసుకు సంబందించిన మరింత సమాచారం సేకరించేందుకుగాను అందులో ముగ్గురు నిందితులను 1. కరీంనగర్ మొగ్దుంపూర్ గ్రామానికి చెందిన బల్మూరి రమణ రావు (50), 2. కరీంనగర్ గణేష్ నగర్ కు చెందిన దాసరి సంజీవ రెడ్డి (38), 3. కరీంనగర్ క్రిస్టియన్ కాలనీ కి చెందిన మొహమ్మద్ బషీర్ (54) లను మంగళవారం ఉదయం 10గంటల నుండి సాయంత్రం 6 గంటల వరకు పోలీసు కస్టడీ కి తీసుకుని నిందితుల ఇళ్లల్లో సోదాలు నిర్వహించి ఈ కేసుకు సంబందించిన పలు కీలక డాక్యుమెంట్లను స్వాధీన పరుచుకున్న కరీంనగర్ వన్ టౌన్ ఇన్స్పెక్టర్ బి కోటేశ్వర్ మరియు ఎస్సై రాజన్న.

అవాస్తవాలు వైరల్ చేయరాదు -డీఎస్పీ సత్తయ్య

సత్యమేవ జయతేసంగారెడ్డి సంగారెడ్డి జిల్లా మునిపల్లి మండలం పరిధిలోని అంతారంలో ఈ నెల 11న జరిగిన సంఘటన క్షణికావేశంలో జరిగింది. వీటిని కొందరు సోషల్ మీడియాలో అనవసరంగా, అవస్తవాలను వైరల్ చేస్తున్నారు. ఇప్పటికే సోమవారం నాడు నిందితులపై హత్య కేసు నమోదు చేసి రిమాండ్ కు తరలించిజైలుకు పంపించారు బాధితులకు పూర్తి న్యాయం చేయడం జరుగుతుందని సంగారెడ్డి డి ఎస్ పి సత్తయ్య తెలిపారు. అవస్తవాలను వైరల్ చేసి శాంతి భద్రతలను విఘాతం కలిగిస్తే కఠిన చర్యలు తీసుంటామని డీఎస్పీ సత్తయ్య హెచ్చరించారు.

కుల గణన సర్వే అందరికీ ఉపయోగపడాలిౣ శేర్లింగంపల్లి కాంగ్రెస్ పార్టీ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ శ్రీమతి శిరీష సత్తూర్.

సత్యమేవ జయతే – హైదరాబాద్

హైదరబాద్ : సమగ్ర కుల సర్వే నిర్వహించి, ఓబీసీల సాధికారత కోసం డేటాను ఉపయోగించాలనే చారిత్రాత్మక నిర్ణయం తీసుకున్నందుకు తెలంగాణ ప్రభుత్వం చేపట్టిన కుల గణన కార్యక్రమం దేశానికి దిశా నిర్దేశంగా మన ప్రియతమ ముఖ్యమంత్రి శ్రీ రేవంత్ రెడ్డి గారి ఆధ్వర్యంలో దేశంలోనే ప్రధమంగా మొదలుపెట్టి రికార్డ్ సృష్టిస్తూ విజయవంతంగా పూర్తి చేసిన బీసీ కుల గణన సర్వే సందర్భంగా శేర్లింగంపల్లి కాంగ్రెస్ పార్టీ వైస్ ప్రెసిడెంట్ శ్రీ కూన సత్యం గౌడ్ గారు, శేర్లింగంపల్లి కాంగ్రెస్ పార్టీ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ శ్రీమతి శిరీష సత్తూర్ గారు తెలంగాణ రాష్ట్ర బీసీ సంక్షేమ మరియు రవాణా శాఖ మంత్రి శ్రీ పొన్నం ప్రభాకర్ గౌడ్ గారిని మర్యాదపూర్వకంగా కలవడం జరిగింది.

ఈ సందర్భంగా శిరీష సత్తూర్ గారు మాట్లాడుతూ ఓబీసీల సాధికారత, అభివృద్ధి కోసం, 42 శాతం రిజర్వేషన్లు చట్టబద్ధత కల్పించేందుకు చర్యలు తీసుకోవాటానికి ప్రతి ఒక్కరూ సహకరించాలని ఆమె కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో బాలాగౌడ్, కిషోర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బిమామూళ్ల ముసుగులో ఖాకీలు

సత్యమేవ జయతే వరుస ఏసీబీ రైడ్స్ తో సంచలం సృష్టిస్తున్న పోలీస్ శాఖ ఇప్పటికే అనేక మంది పోలీసు అధికారులు ఏసీబీ వలలో చిక్కారు. గ్రామీణ ప్రాంతాలలో పోలీస్ శాఖ లో ఏం జరుగుతుంది అని రిపోర్ట్ తయారు చేస్తున్న రాష్ట్ర స్థాయి అధికారులు.లంచం.. లంచం... రూ. 20,000/- లంచం తీసుకుంటూ మహబూబ్‌నగర్ ACB టీమ్‌కు రెడ్ హ్యాండెడ్‌గా పట్టుబడిన మక్తల్ సర్కిల్ CI జి. చంద్రశేఖర్ మరియు ఇద్దరు కానిస్టేబుళ్లు శివరెడ్డి, నరసింహ.

వికారాబాద్ ... జిల్లా పోలీస్ అధికారులతో సమావేశమైన ఎస్పీ నారాయణ రెడ్డి..

సత్య మేవ జయతే వికారాబాద్ టౌన్ నేడు జిల్లా ఎస్పి కె.నారాయణ రెడ్డి , జిల్లా పోలీస్ అధికారులతో సమీక్షా సమావేశం ఏర్పాటు చేయడం జరిగింది. ఇట్టి కార్యక్రమం లో ఎస్పి మొదటగా జిల్లా నందు నమోదు అయిన కేసుల యొక్క వివరాలు అడిగి తెల్సుకోవడం జరిగింది. ఇట్టి కార్యక్రమం లో ఎస్పి మాట్లాడుతూ ఎలాంటి ఫైల్ లు పెండింగ్ లో ఉంచవద్దు, ఎప్పటికప్పుడే అప్డేట్ చేసుకోవాలని అదేవిధంగా ఆన్లైన్ నందు కూడా ఎలాంటి ఫైల్స్ పెండింగ్ లో పెట్టవద్దు, ప్రతి యొక్క పోలీస్ అధికారి %ఖీబఅవ్షిఱశీఖుశ్రీ జవతీఱమ్ఖుశ్రీ% ల పైన ప్రత్యేక దృష్టి కేటాయించాలని యూఐ కేసులు,%చీదీఔ%, పాత పెండింగ్ కేసులు,%ూూజూూ% కేసులు,%ూజ ూ% కేసులు మరియు %చీణూూ% ఆక్ట్ కేసుల పైన ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలని, కోర్ట్ డ్యూటి ఆఫీసర్స్ తో పోలీస్ అధికారులు ఎప్పటికప్పుడు సమన్వయం లో ఉండి కేసులలో కన్విక్షన్ శాతాన్ని పెంచాలని జిల్లా ఎస్పి తెలిపినారు. పోలీస్ అధికారులు ప్రతి శనివారం పోలీస్ స్టేషన్ సిబ్బంది తో సమావేశాలను తప్పని సరిగా ఏర్పాటు చేసుకొని అందరూ పోలీస్ సిబ్బందితో పోలీస్ అధికారులు మాట్లాడాలి పోలీస్ అధికారులందరు రోడ్డు ఆక్సిడెంట్ లు, ఆత్మహత్యలు జరుగుటకు కారణాలు తెలుసుకొని వాటిని తగ్గించాలని ప్రజలలో సిసిటివి ల పైన అవగాహన కల్పించాలని,పోలీస్ అధికారులు ప్రజలతో మమేకం అయి పని చేయాలని, డైల్ 100 కాల్స్ పైన నిర్లక్ష్యం చేయవద్దు అని,చోరీ కేసులపైనా ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలని,దొంగతనాలపైన ప్రజలలో అవగాహన కల్పించాలని ఎస్పీ తెలిపినారు.

ఇట్టి కార్యక్రమం లో అదనపు ఎస్పి శ్రీ టివి హనుమంత్ రావు , తాండూర్, పరిగి ,వికారాబాద్,డిసిఆర్బి డిఎస్పి మరియు ఏఆర్ డిఎస్పి గార్లు, జిల్లా ఇన్స్పెక్టర్ లు, సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ లు, పోలీస్ స్టేషన్ ఎస్హెచ్ఓ అధికారులు, సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొనడం జరిగింది.

డంపు యార్డ్ పోరాటం ప్రజల జీవనర్మరణ సమస్య

చెత్త వల్ల జననివాసాలు విధ్వంసం

పంటలు, పర్యావరణం పాడయ్యే ప్రమాదం

ప్రజాభిప్రాయానికి భిన్నంగా జీహెచ్ఎంసీ నిర్ణయం

పోలీస్ నిర్భందం పోరాటాల్ని ఆపలేవు

గుమ్మడిదల పోరాటాన్ని రాష్ట్ర వ్యాప్తం చేస్తం

డంపు యార్డ్ రద్దు కోసం 20న కలెక్టరేట్ ముట్టడి

ఇతర రాజకీయ పార్టీలూ కలిసి రావాలని పిలుపు

ు సీపీఐ(ఎం) రాష్ట్ర కార్యదర్శి వర్గ సభ్యులు చుక్క రాములు

సత్యమేవ జయతే - గుమ్మడిదల ప్యారానగర్లోని డంపింగ్ యార్డ్ను రద్దు చేయాలని గుమ్మడిదల ప్రాంతంలోని 40 వేల మంది ప్రజలు చేస్తున్న పోరాటం జీవనర్మరణ సమస్య అని, చెత్త వల్ల జన నివాసాలు విధ్వంసం అవుతాయని ఇప్పటికే జవహార్నగర్ ప్రాంతం కాలుష్యమయంగా మారిందని సీపీఐ(ఎం) రాష్ట్ర కార్యదర్శి వర్గ సభ్యులు చుక్క రాములు అన్నారు. డంప్ యార్డ్ను రద్దు చేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ 14 రోజులుగా జేఏసీ ఆధ్వర్యంలో జరుగుతున్న పోరాటానికి సీపీఐ(ఎం) మద్దతు పలుకుతూ మంగళవారం ఆ పార్టీ ప్రతినిధుల బృంధం గుమ్మడిదల, నల్లవల్లిలో జరుగుతున్న దీక్షా శిబిరాల్ని సందర్శించారు. మద్దతు తెలిపి దీక్షల్లో కూర్చుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా సీపీఐ(ఎం) రాష్ట్ర కార్యదర్శి చుక్క రాములు మాట్లాడుతూ చెత్త డంపింగ్యార్డ్ వల్ల ఆ చుట్టుపక్కల ప్రాంతాలోని నివాస గ్రామాలన్నీ ఖాళీ చేసి పోవాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడుతుందన్నారు. ఇప్పటికే జవహార్నగర్లో 400 ఎకరాల్లో పోస్తున్న చెత్త వల్ల ఆ ప్రాంతమంతా పర్యావరణం దెబ్బతిన్నదని, వాయు, జల కాలుష్యం వల్ల ప్రజలెవ్వరూ అక్కడ ఉండే పరిస్థితిలేదన్నారు. ప్యారానగర్లో ప్రజాభిప్రాయానికి భిన్నంగా జీహెచ్ఎంసీ, రాష్ట్ర ప్రభుత్వం డంపింగ్ యార్డ్ను పెట్టాలని నిర్ణయించడం సరైందికాదన్నారు. ప్యారానగర్లో డంపింగ్ యార్డ్ పెట్టి చెత్త పోయడం వల్ల జనవాసాలు, పంటలు, పర్యావరణం దెబ్బతినడమే కాకుండా పక్కనే ఉన్న ఎయిల్లైన్స్ శిక్షణా కేంద్రానికీ ముప్పు వాటిల్లుతుందన్నారు. ఎయిర్ఫోర్స్ అకాడమి అధికారులు సైతం డంపింగ్ యార్డ్ పెట్టొద్దని కలెక్టర్కు లేఖ రాసినా అధికారులు పట్టించుకోకపోవడం బాధ్యతారాహిత్యమన్నారు. ఊర్లను ఖాళీ చేసే పంట పొలాల్ని పడావు పెట్టే చెత్త కుంపటిని ప్యారానగర్లో కాకుండా జనజీవనం, పంట పొలాల్లేని గుట్టలు కొండల్లో పెట్టుకోవాలని సూచించారు. అధికారులు చెబుతున్న టెక్నాలజీ ఏమిటో దాని వల్ల చేకూరే మేలు ఏమిటో ప్రజలకు అవగహన కల్పించి ఇప్పటికే ఏర్పాటు చేసిన జవహార్నగర్ డంపింగ్ యార్డ్ను సరి చేయాలన్నారు. డంపింగ్ యార్డ్ వ్యతిరేక పోరాటం న్యాయబద్ధమైనదని, ప్రజలు ప్రజాస్వామ్యయుతంగా ప్రశాంతంగా ఆందోళనలు చేస్తున్నారన్నారు. సీపీఐ(ఎం) ప్రజల పోరాటానికి సంపూర్ణ మద్దతు తెల్పడమే కాకుండా ప్రత్యక్ష కార్యాచరణలో ఉంటుందన్నారు. ఈ నెల 20 సంగారెడ్డి కలెక్టరేట్ ఎదుట ధర్నా నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. ప్రభుత్వం డంపింగ్ యార్డ్ను రద్దు చేయకపోతే రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ప్రజల్ని సమీకరించి గుమ్మడిదల పోరాటాన్ని రాష్ట్ర వ్యాప్తం చేస్తామని హెచ్చరించారు. ప్రజల చేత ఓట్లేసుకుని ఎంపీ, ఎమ్మెల్యే, జెడ్పీటీసీ ఇతర ప్రజా ప్రనతినిధులుగా గెల్చిన పార్టీలు, నాయకులు ఈ పోరాటంలో కలిసి రావాలని పిలుపు నిచ్చారు. ఊర్ల నిండా పోలీస్ బలగాల్ని మోహరించి ప్రజలు కదలకుండా నిర్బందం ప్రయోగిస్తున్నారన్నారు. అరెస్టులు, కేసులు, నిర్బంధాల వల్ల ప్రజా పోరాటాలు ఆగవన్నారు. మరింత చైతన్యంతో ప్రజలు తిరగబడే పరిస్థితి రాకుండా ప్రభుత్వమే బాధ్యత వహించాలని సూచించారు. ప్రజల న్యాయమైన పోరాటానికి ఈ ప్రాంతంలోని కార్మిక వర్గం కూడా మద్దతుగా నిలుస్తుందని పేర్కొన్నారు. సీపీఐ(ఎం), సీఐటీయూలు ప్రజాందోళనలో పాల్గొంటాయన్నారు. సీపీఐ(ఎం) సంగారెడ్డి జిల్లా కార్యదర్శి గొల్లపల్లి జయరాజు, జిల్లా కార్యదర్శి వర్గ సభ్యులు కె.రాజయ్య, అతిమేల మాణిక్ మాట్లాడుతూ ప్రజాభిప్రాయం సేకరించకుండా ఏకపక్షంగా ప్యారానగర్లో డంపింగ్ యార్డ్ను పెట్టడం అప్రజాస్వామికమన్నారు. నివాస గ్రామాలకు రోడ్డు వేసుకునేందుకు అనుమతులివ్వడని అటవీ శాఖ అధికారులు డంపింగ్యార్డ్ కోసం మాత్రం రాత్రికిరాత్రే చెట్లు నరికి రోడ్డు వేసేందుకు అనుమతి ఎలా ఇస్తారని ప్రశ్నించారు. డంపింగ్ యార్డ్ వల్ల ఏలాంటి పర్యావరణం దెబ్బతినదంటూ పీసీబీ అధికారులు అనుమతులివ్వడం బాధ్యతారాహిత్యమన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీపీఐ(ఎం) జిల్లా కమిటీ సభ్యులు నాగేశ్వర్, రాయిని లలిత, ప్రజా సంఘాలు, సీఐటీయూ నాయకులు పాండురంగారెడ్డి, నాయిని నర్సింహ్మారెడ్డి, సునీత, వీరస్వామి, శ్రీధర్రెడ్డి, బాస్కర్రెడ్డి, శేఖర్, లక్ష్మణ్, తలారీ శ్రీను, వెంకటేశ్, సదాశివరెడ్డి పాల్గొన్నారు.

కేంద్ర జలశక్తి సదస్సులో రాష్ట్ర అవసరాలపై మంత్రి సీతక్క ప్రజెంటేషన్

సత్యమేవజయతేతెలంగాణ తెలంగాణ తాగునీటి స్థిరీకరణ కోసం నిధులు మంజూరు చేయండికనీసం రూ.16 వేల కోట్ల నిధులివ్వండి ఇంటింటికి సురక్షిత మంచినీటి సరఫరా కోసం వేల కోట్లు వెచ్చిస్తున్నాంకేంద్రం తన భాధ్యతను నెరవేర్చాలిరాజస్తాన్ లోని ఉదయ్పూర్ లో ఇండియా2047 %-% ఏ వాటర్ సెక్యూర్ నేషన్ ప్రారంభ సదస్సులో ప్రసంగించిన మంత్రి సీతక్కతెలంగాణలోని తాగునీటి వ్యవస్థ స్థిరీకరణ కోసం అవసరమైన నిధులు మంజూరు చేయాలని పంచాయతీరాజ్, గ్రామీణాభివృద్ధి శాఖ మంత్రి దాక్టర్ దనసరి అనసూయ సీతక్క కేంద్ర ప్రభుత్వాన్ని విజ్ఞప్తి చేశారు. తెలంగాణ తాగునీటి అవసరాలు తీర్చేందుకు నీతి ఆయోగ్ గతంలో సిఫార్సు చేసిన విధంగా కనీసం రూ.16 వేల కోట్లను మంజూరు చేయాలని కోరారు. ప్రతి ఏటా తాగు నీటి అవసరాల కోసం తెలంగాణ ప్రభుత్వం సుమారు రూ. 5 వేల కోట్లను వెచ్చిస్తుందని గుర్తు చేశారు. కేంద్ర జలశక్తి మంత్రిత్వ శాఖ ఆధ్వర్యంలో రాజస్తాన్ లోని ఉదయ్పూర్ లో రెండు రోజుల పాటు జరుగుతున్న అన్ని రాష్ట్రాల తాగు, సాగునీటి పారుదల శాఖ మంత్రుల రెండో సదస్సులో మంత్రి సీతక్క మంగళవారం నాడు పాల్గొని ప్రసంగించారు. కేంద్ర జల శక్తి శాఖమంత్రి సీఆర్ పాటిల్, పలు రాష్ట్రాల ముఖ్యమంత్రులు, అన్ని రాష్ట్రాల మంత్రులు పాల్గొన్న సదస్సులో, తెలంగాణ అమలవుతున్న మిషన్ భగీరథ, ఇతర తాగు నీటి పథకాలను వివరించడంతో పాటు రాష్ట్ర అవసరాలపై ప్రజెంటేషన్ ఇచ్చారు.

దేశ స్వాతంత్రం నుంచి నేటి వరకు దేశంలో, తెలంగాణ ప్రాంతంలో తాగు నీటి సరఫరా కోసం ఆయా ప్రభుత్వాలు చేపట్టిన చర్యలను మంత్రి సీతక్క ప్రస్తావించారు. మారిన జీవన పరిస్థితులు, ప్రజల అవసరాల నేపథ్యంలో ఊరుమ్మడి బావి నుంచి ఇంటింటికి నల్లా ఏర్పాటు వరకు సాధించిన పురోగతిని వివరించారు. తెలంగాణలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత వేయి కోట్ల ఖర్చుతో చేపట్టిన మిషన్ భగీరథ పనుల వివరాలను ప్రస్తావించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి సీతక్క మాట్లాడుతూ నీరు కేవలం ఒక వనరు మాత్రమే కాదని..అది మానవాళి మనుగడకు జీవనాధారమని పేర్కొన్నారు. స్వచ్ఛమైన, సురక్షితమైన తాగు నీటిని పొందడం ప్రజల ప్రాథమిక రాజ్యాంగ హక్కు అని, ఆ హక్కుని కాపాడాల్సిన భాధ్యత ప్రభుత్వాలదే అన్నారు. వేగంగా మారుతున్న వాతావరణ పరిస్థితులు, పెరుగుతున్న అవసరాల నేపథ్యంలో తాగు నీటి కొరతను తీర్చేందుకు రాష్ట్రాలు, కేంద్ర ప్రభుత్వం సమన్వయంతో పనిచేయాలని సూచించారు.

గ్రామీణ తాగు నీటి సరఫరాను పెంపొందించడంలో పంచవర్ష ప్రణాళికలు ఎంతో దోహద పడ్డాయని మంత్రి సీతక్క గుర్తు చేశారు. కేంద్రంలో గత ప్రభుత్వాలు ముందు చూపుతో వ్యవహరించడం వల్ల 1980 నాటికే.. 83% గ్రామీణ ప్రాంతాలకు కనీసం ఒక తాగునీటి వనరు అందుబాటులో కి వచ్చిందని పేర్కొన్నారు. రాజీవ్ గాంధీ నేషనల్ డ్రింకింగ్ వాటర్ మిషన్ (%=+చీఔజీవీ%), నేషనల్ రూరల్ డ్రింకింగ్ వాటర్ ప్రోగ్రాం (%చీఐఆ%) వంటి కార్యక్రమాలుసురక్షితమైన మంచినీటిని అందించడానికి కృషి చేసాయని తెలిపారు. దానికి కొనసాగింపుగా కేంద్ర ప్రభుత్వం జల్ జీవన్ మిషన్ ద్వారా ఇంటింటి నల్లా నీళ్లిచ్చే పథకాన్ని అమలు పరుస్తోందన్నారు మంత్రి సీతక్క.ప్రతి వ్యక్తికి సురక్షిత మంచి నీరు అందించే లక్ష్యంతో తెలంగాణ ప్రాంతంలో గ్రామీణ నీటి సరఫరా (%=జూ%) వ్యవస్థను వేల కోట్ల ఖర్చుతో అప్పటి ప్రభుత్వాలు బలోపేతం చేశాయని గుర్తు చేశారు సీతక్క. ఇందులో భాగంగా 1,59,312 చేతి పంపులను, 14,054 సింగిల్ విలేజ్ స్కీములు (%ూూ%), 149 మల్టీ విలేజ్ స్కీములు (%వీఎూ%), వేలాది పైప్ వాటర్ సప్లై (%ూఔ%) స్కీంలు, ఓవర్ హెడ్ ట్యాంకులు, లక్షలాది నల్లా కనెక్షన్లతో ప్రజల తాగు నీటి అవసరాలు తీర్చాయన్నారు. అయితే గతంలో ఉన్న తాగు నీటి సరఫరా పథకాల, మౌలిక సదుపాయాలను అనుసంధానం చేస్తూ ప్రతి మనిషికి రోజుకు సగటున వంద లీటర్ల నీటిని సరఫరా చేసే లక్ష్యంతో మిషన్ భగీరథ పథకం 2016 లో మొదలయ్యిందని చెప్పారు. రూ. 28 వేల కోట్ల రుణాలతో ప్రారంభమైన మిషన్ భగీరథ పథకంలో ఉన్న లోపాలను సరిదిద్ది, మరింత పటిష్ట పరిచేందుకు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్రెడ్డి నేతృత్వంలోని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కృషి చేస్తుందని తెలిపారు. మరీ ముఖ్యంగా తమ ప్రభుత్వం తాగునీటి స్థిరీకరణ లక్ష్యంగా పనిచేస్తుందన్నారు. సుదూర ప్రాంతాల నుంచి నీటిని సరఫరా చేసే క్రమంలో కొన్ని సార్లు సమస్యలు తలెత్తుతున్నాయని, ఆయా రిజర్వాయర్లలో నీ%

ఏసీబీ వలలో ఫారెస్ట్ రేంజర్

సత్యమేవ జయతే భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా, ఇల్లందు ఫారెస్ట్ సబ్ డివిజన్ పరిధిలోని కొమరారం రేంజర్ ఉదయ్ కిరణ్, బీట్ ఆఫీసర్ సునావత్ హరిలాల్ ఏసీబీకి చిక్కారు. ఫారెస్ట్ భూమి నుంచి గ్రావెల్ తోలుకునేందుకు ఓ వ్యక్తిని 30వేల రూపాయలు డిమాండ్ చేయగా.. ఏసీబీని ఆశ్రయించాడు కాంట్రాక్టర్. దీంతో పక్కా ప్లాన్ వేసిన ఏసీబీ.. బాధితుడి నుంచి రూ.30 వేలు లంచం తీసుకుంటుండగా ఫారెస్ట్ రేంజర్ ను పట్టుకుంది.

అంత్యక్రియలకు హాజరైన జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు

సత్యమేవజయతే నాగల్ గిద్దనాగలిగిద్ద మండల పరిధిలోని ఉట్ పల్లి గ్రామానికి చెందిన మాజీ సర్పంచ్ విట్టల్ రెడ్డి అనారోగ్యంతో మృతి చెందిన విషయం తెలుసుకొని వారి అంత్యక్రియలకు హాజరైన జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు అంత్యక్రియల్లో పాల్గొనడం జరిగింది వారితోపాటు దేవా రెడ్డి. గాల్ రెడ్డి. శివారెడ్డి. రాంరెడ్డి. శ్రీకాంత్ రెడ్డి. అంజిరెడ్డి. మల్ రెడ్డి. గణపతి. అనిల్. తదితరులు అంత్యక్రియలో పాల్గొనడం జరిగింది.

20 నుంచి బివిఆర్ఐటీలో ఈబాహాసే ఇండియా

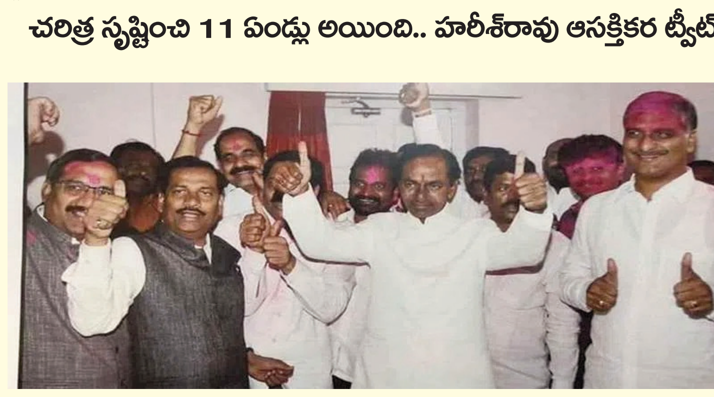
సత్యమేవ జయతే/నర్సాపూర్: నర్సాపూర్ పట్టణంలోని బివిఆర్ఐటి కళాశాలలో ఫిబ్రవరి 20 నుంచి 25 వరకు ఈబాహాసే ఇండియా కార్యక్రమం నిర్వహిస్తున్నట్లు నిర్వాహకులు మంగళవారం మీడియా సమావేశంలో తెలిపారు. ఆటోమేటివ్ ఇంజనీరింగ్ రంగంలో విద్యార్థులలో నైపుణ్య అభివృద్ధిని పెంపొందించే లక్ష్యంతో ఈబాహ ఎలక్ట్రిక్ కేటగిరీ 2015 లో 8 జట్లు పాల్గొనగా ఎలక్ట్రిక్ రంగంలో ఉన్న క్రేజీతో ప్రస్తుతం దేశంలోని వివిధ రాష్ట్రాల నుండి 85 జట్లు ఆసక్తి చూపుతున్నట్లు ప్రిన్సిపల్ సంజయ్ దుబే తెలిపారు. నూతన ఆవిష్కరణలకు వేదికగా బివిఆర్ఐటి నిలుస్తుందని అన్నారు. ఫ్యూజన్ 4 ఫ్యూచర్ థీమ్ తో భాహాసే ఇండియా 2025 నిర్వాహనతో నూతన ఆవిష్కరణలు, ఎలక్ట్రిక్ వాహనాల తయారీలో విప్లవాత్మక మార్పుల ప్రదర్శన జరుగుతుందని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో నిర్వాహకులు పాల్గొన్నారు.

గ్రామ దేవతలను దర్శించుకున్న మాజీ ఎమ్మెల్యే మెతుకు ఆనంద్...

సత్యమేవ జయతే వికారాబాద్ టౌన్ దారూర్ మండలం మోమిన్ కుర్దు గ్రామాన్ని సందర్శించిన వికారాబాద్ జిల్లా బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షులు, మాజీ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ మెతుకు ఆనంద్........ అనంతరం నాయకులు మనోహర్ రెడ్డి ఇంట్లో బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ నాయకులు %ఐ% కార్యకర్తలతో సమావేశమయ్యారు.

ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ నాయకులు వేణుగోపాల్ రెడ్డి మండల పార్టీ అధ్యక్షులు శ్రీకాంత్ రెడ్డి మాజీ మార్కెట్ చైర్మన్లు రాములు, సంతోష్ కుమార్ మాజీ ఎంపిపి వైస్ చైర్మన్ రాజుగుప్తమండల బీసీ సెల్ అధ్యక్షులు యాదయ్యమాజీ సర్పంచ్ వెంకటరామిరెడ్డి, సీనియర్ నాయకులు లింగారెడ్డి మోమిన్ కుర్దు గ్రామ కమిటీ అధ్యక్షులు రవీందర్ రెడ్డి మాజీ ఉపసర్పంచ్ కృష్ణ గౌడ్ నాయకులు రవి కుమార్, శేఖర్ రెడ్డి, ప్రభు గౌడ్, వెంకటరెడ్డి, నరసింహారెడ్డి శ్రీనివాస్ గౌడ్, రవీందర్ గౌడ్, వెంకటయ్య గౌడ్, యువ నాయకులు శశాంక్ మహేష్, వంశీ శీను, సతీష్ రెడ్డితదితరులు పాల్గొన్నారు.

చరిత్ర సృష్టించి 11 ఏండ్లు అయింది.. హరీశ్రావు ఆసక్తికర ట్వీట్



సత్యమేవ జయతే - హైదరాబాద్ హైదరాబాద్ : స్వరాష్ట్ర సాధన కోసం ఉవ్వెత్తున ఉద్యమించిన తెలంగాణలో సరిగ్గా 11 ఏండ్ల క్రితం నవ చరితకు పునాది పడింది. 2014 ఫిబ్రవరి 18న లోక్సభలో తెలంగాణ బిల్లు ఆమోదం పొందింది. బీఆర్ఎస్ అధినేత, తెలంగాణ తొలి ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ కృషి, తెలంగాణ ప్రజల ఆకాంక్షలు ఫలించిన రోజది. దేశ చరిత్రలోనే మైలురాయిగా నిలిచిన ఆ సందర్భాన్ని గుర్తుచేస్తూ మాజీ మంత్రి, సిద్దిపేట ఎమ్మెల్యే హరీశ్రావు మంగళవారం ట్వీట్ చేశారు. 'చరిత్ర సృష్టించి 11 ఏండ్లు అయింది. కేసీఆర్ నేతృత్వంలోని ప్రజా ఉద్యమం ఫలితంగా 18-02-2014న లోక్సభలో తెలంగాణ బిల్లు పాస్ అయ్యింది' అని ఆ ట్వీట్లో పేర్కొన్నారు. నాడు బిల్లు పాసైన తర్వాత జరిగిన సంబురాల ఫోటోను ట్వీట్కు జత చేశారు హరీశ్రావు.

సత్యమేవ జయతే

బుధవారం19 ఫిబ్రవరి 2025

బడుగుల బాంధవుడు దక్కన్ పూలే భాగ్యరెడ్డివర్మ 86.వ. వర్ధంతి

హైదరాబాద్ : డి హెచ్ పి ఎస్ ఆధ్వర్యంలో మంచిర్యాలలో విద్యాప్రదాత భాగ్యరెడ్డి వర్మ వర్ధంతిని ఘనంగా జరుపుకోవాలని జరిగింది

డి హెచ్ పి ఎస్ జిల్లా కార్యదర్శి దేవి పోచన్న మాట్లాడుతూ , హైదరాబాద్ కేంద్రంగా దళిత ఉద్యమానికి దారి చూపిదేశవ్యాప్తంగా దళితహక్కుల కోసం దళితుల అభివృద్ధి కోసం ఎనలేని సేవలు చేసి,అనేకపోరాటాలను చేసినటువంటి వ్యక్తి భాగ్యరెడ్డివర్మ.

మేము పంచములము కాదు ఈ దేశం మూలవాసులం అని ఎలుగెత్తి చాటిన దక్కన్ పూలే భాగ్యరెడ్డి వర్మ

సత్యమేవ జయతే - హైదరాబాద్ ఉద్యమకారుడిగా హక్కుల కార్యకర్తగా రచయితగా పాత్రికేయుడుగ సంఘ సంస్కర్తగా బహుముఖ ప్రజ్ఞాశాలి అయినటువంటి భాగ్యరెడ్డివర్మ హైదరాబాదు సంస్థానంలో 26 దళిత బాలికల పాఠశాలను స్థాపించి విద్య ద్వారానే దళితులు సమాజంలో గౌరవ మర్యాదలు పొందుతారు అని విద్య ద్వారానే మార్పు దళితుల్లో వస్తుందని భాగ్యరెడ్డివర్మ హైదరాబాదులో అనేక పాఠశాలలు ఏర్పాటు చేసి నిజాం ప్రభుత్వ కాలంలో ఉర్దూ రాజభాషగా ఉన్న రోజుల్లో తెలుగు భాషాభివృద్ధికి కృషి చేస్తూ హైదరాబాద్ మహానగరంలో తెలుగు లో విద్యాబోధన చేయించి,దళితుల విద్యాభివృద్ధికి కృషి చేసినటువంటి గొప్ప మానవతావాది సంఘ సంస్కర్త తెలంగాణ వైతాళికుడు భాగ్యరెడ్డి వర్మ .

బాల్య వివాహాలు అంటరానితనం వంటి దురాచారాలపై ఉద్యమించి గట్టి పునాదులు వేశాడు అహింస సమాజాన్ని స్థాపించి సంఘ సంస్కరణ కృషి చేశాడు మద్యపానం నిషేధము, గ్రంథాలయాలు ఏర్పాటు చేసి అనేక కార్యక్రమాలను తనదైన ముద్ర వేశాడు భాగ్యరెడ్డివర్మ .

తెలంగాణలో జోగిని, దేవదాసి, బాల్య వివాహాలు వ్యతిరేకిస్తూ అంటరానితనం వంటిదురాచారాలను రూపుమాపేందుకు ఉద్యమించాడు పేద బడుగు బలహీన వర్గాల అభ్యున్నతికి పాటు పడ్డారు . బ్రాహ్మణీయ వ్యవస్థపై అగ్ర కుల వ్యవస్థ పై అనేక పోరాటాలు చేసి ఆది ఆంధ్ర మహాసభను ఏర్పాటు చేసి ఆర్యసమాజం బ్రహ్మ సమాజంలో కార్యకర్తగా పనిచేస్తూ భాగ్యనగర్ పత్రిక ఏర్పాటుచేసిన భాగ్యరెడ్డివర్మ స్ఫూర్తితో బహుజనులు అందరూ అనేక పోరాటాలు చేయాలని కులాలకు మతాలకు ప్రాంతాలకు అతీతంగా హక్కుల సాధన కోసం పోరాడాలని అందుకు ప్రజలంతా ముందుకు రావాలని రావాలని కోరారు

ఈ కార్యక్రమంలో దేవి పోచన్న డిహెచ్పిఎస్ జిల్లా కార్యదర్శి, మొగిలి లక్ష్మణ్ ఏఐవైఎఫ్ జిల్లా వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్, మాడిశెట్టి సత్యనారాయణ, కీర్తి రాజు, వెన్న మండి, మాడిశెట్టి లక్ష్మణ్, మాడిశెట్టి సురేష్, తదితరులు పాల్గొన్నారు

బాధితురాలు లక్ష్మీ కున్యాయం చేకూర్చాలి వీర నారి మణుల. ఆశయ సాధన సమితి డిమాండ్

ఖమ్మం ఫిబ్రవరి 18 : బాధిత మహిళ పందుల లక్ష్మి కు న్యాయం చేకూర్చాలని వీరనారీమణుల ఆశయ సాధన సమితి డిమాండ్ చేసింది. మంగళవారం సమితి జిల్లా కార్యాలయంలో ఈ మేరకు సమితి జిల్లా అధ్యక్షురాలు భూక్య ఉపేంద్ర బాయి , సమితి జిల్లా కార్యదర్శి స్పందన డిమాండ్ చేస్తూ మాట్లాడారు. పువ్వాడ ఉదయ్ నగర్ కాలనీలో కిరణా షాపు నడుపుకుంటున్న లక్ష్మీను పువ్వాడ ఉదయ్ నగర్ కాలనీకే చెందిన మాజీ సర్పంచ్ కొంపాటి లలిత సోదరుడు సంగపంగా నరసింహారావు ప్రలోభ పర్చి , శ్రీశైలంలో వివాహం సైతం చేసుకొని మోసం చేశాడని ఆరోపించారు. అప్పటికే వివాహమైన ఆమెకు కుమార్తె ఒక కుమారుడు ఉన్నారని , ఈ కారణంగా లక్ష్మీ భర్త ప్రసాద్ లక్ష్మీ ను వదిలి వేశాడని తెలిపారు. జరిగిన ఘటనలతో లక్ష్మి జీవితం చిన్న భిన్నం అయిపోయిందని , ఈ విషయంలో ఆమెకు న్యాయం చేకూర్చాలని డిమాండ్ చేశారు. వివాహం చేసుకోవడంతోపాటు అన్ని విధాలుగా ఆదుకుంటానని ఇల్లు కట్టిస్తానని తన రెండో భార్యగా ఏలుకుంటానని చెప్పి , ప్రలోభాపర్చి లొంగదీసుకున్న నరసింహారావు తో తన వివాహాన్ని చట్టబద్ధత కల్పించాలని కోరారు. లేనిపక్షంలో ఆమె భవిష్య జీవితం అంధకారం అవుతుందని , ఆమెతో పాటు ఆమె పిల్లల జీవితాలు కూడా దెబ్బ తింటాయని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఈ విషయంలో తగిన న్యాయం కల్పించాల్సిన బాధ్యత , బాధితు రాలిని ఆదుకోవాల్సిన నైతిక ధర్మం పెద్దలపై ఉందని పేర్కొన్నారు. బాధిత మహిళ ఆమె పిల్లల జీవితాలను , వారి భవిష్యత్తును దృష్టిలో పెట్టుకొని , సత్వరమే తగిన న్యాయం చేకూర్చాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ విషయంపై రఘునాధ పాలెం పోలీస్ స్టేషన్ లో ఫిర్యాదు కూడా చేసినట్లు ప్రకటించారు. బాధిత మహిళ లక్ష్మీ మాట్లాడుతూ తనను ప్రలోభ పర్చి , వివాహం చేసుకున్న నరసింహారావు తనను భార్యగా స్వీకరించాలని , తనను పోషించాలని డిమాండ్ చేశారు. ఇదంతా మాజీ సర్పంచ్ లలిత , ఆమె భర్త రవి సైతం తెలుసు , తాను ఈ విషయం లో తనకు న్యాయం చేయాలని కోరగా వాడు నన్ను బెదిరించాలని , హత్య చేస్తామని హెచ్చరించారని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. అందుకే పోలీస్ స్టేషన్ లో కేసు ఫిర్యాదు చేయటం జరిగిందన్నారు. తనకు న్యాయం చేయని పక్షంలో అతనిపై కేసు నమోదు చేసి , శిక్షించాలని కోరారు. ఈ సమావేశంలో సమితి ఉపాధ్యక్షురాలు జ్యోతి సహాయ కార్యదర్శి త్రివేణి జిల్లా కమిటీ సభ్యులు కవిత, సరిత, విజయ, సుశీల బాయి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చేతకాని రేవంత్‌రెడ్డికి.. చిల్లర వేషాలు ఎక్కువయ్యాయి : దాసోజు శ్రావణ్

సత్యమేవ జయతే - హైదరాబాద్ హైదరాబాద్ : చెల్లని రూపాయికి గీతలెక్కువ అని.. చేతకాని రేవంత్‌రెడ్డి చిల్లర ప్రచారాలు, చిల్లర వేషాలు ఎక్కువ అయ్యాయంటూ బీఆర్ఎస్ నేత దాసోజు శ్రావణ్ కుమార్ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. బీఆర్ఎస్ పార్టీపై అసత్య ప్రచారాలు చేస్తున్న తెలుగు వైబ్ ట్విట్టర్ హ్యాండిల్‌పై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని సైబరాబాద్, సైబర్ క్రైమ్ స్టేషన్‌లో దాసోజు శ్రావణ్, డాక్టర్ ఆర్ఎస్ ప్రవీణ్ కుమార్, ఎర్రోళ్ల శ్రీనివాస్, అభిలాష్ రంగినేని, కురువ విజయ్ కుమార్ ఫిర్యాదు చేశారు. ఈ సందర్భంగా దాసోజు మాట్లాడుతూ తెలుగు వైబ్ అనే ట్విట్టర్ హ్యాండిల్ సృష్టించి బీఆర్ఎస్ నేతలు, నాయకత్వంపై కాంగ్రెస్ చిల్లర ప్రయత్నాలు చేస్తుందని మండిపడ్డారు. కేసీఆర్, హరీశ్‌రావుల మధ్య విభేదాలు ఉన్నట్లుగా విష ప్రచారం చేస్తోందన్నారు. హరీశ్‌రావు, కేసీఆర్‌పై తప్పుడు పోస్టులు పెట్టడం ద్వారా బీఆర్ఎస్‌ను బద్నామ్ చేయాలని రేవంత్‌రెడ్డి కుట్రకు తెరలేపారని ఆరోపించారు. బీఆర్ఎస్ కేడర్ మనోస్థయిర్యాన్ని అబద్ధపు కథనాలతో దెబ్బతీస్తున్న తెలుగు వైబ్‌పై ఐటీ చట్టం ప్రకారం చర్యలు తీసుకోవాలని.. దాని వెనుకున్న వ్యక్తులను గుర్తించి వారిపై చట్ట ప్రకారం చర్యలు తీసుకోవాలని సైబర్ క్రైమ్ పోలీసులను కోరామన్నారు.

హరీశ్‌రావు ప్రతిష్ట దెబ్బతీసేందుకు కాంగ్రెస్ ప్రయత్నాలు : ఆర్ఎస్ ప్రవీణ్ కుమార్

తెలంగాణ ఉద్యమంలో కీలక పాత్ర పోషించి, బీఆర్ఎస్ కీలక నేతగా ఉన్న మాజీ మంత్రి హరీశ్‌రావు ప్రతిష్ట దెబ్బతీసేందుకు కాంగ్రెస్ ప్రయత్నిస్తోందని ఆర్ఎస్ ప్రవీణ్‌కుమార్ ఆరోపించారు. సోషల్ మీడియాను దుర్వినియోగం చేస్తూ కాంగ్రెస్ పార్టీ తమ నేతల వ్యక్తిత్వ హననానికి పాల్పడుతోందని మండిపడ్డారు. సోషల్ మీడియాలో

బీఆర్ఎస్‌పై అసభ్య పోస్టులు పెడుతున్న వారిపై ఎన్నిసార్లు ఫిర్యాదు చేసినా పోలీసులు స్పందించడం లేదన్నారు. కనీసం ఈ రోజు తాము ఇస్తున్న ఫిర్యాదు ఆధారంగానైనా ఎఫ్ఐఆర్ నమోదు చేయాలని పోలీసులను కోరామన్నారు. బీఆర్ఎస్ సోషల్ మీడియా కార్యకర్తలపై అక్రమ కేసులు పెడుతున్న పోలీసులు.. కాంగ్రెస్ సోషల్ మీడియా కార్యకర్తలు ఎన్ని దారుణాలు చేసినా పట్టించుకోవడం లేదని మండిపడ్డారు. బీఆర్ఎస్‌కు మద్దతుగా పోస్టులు పెడుతున్న వారిపై వరుసగా కేసులు పెడుతున్నారని.. కొందరిపై మళ్లీ.. మళ్లీ కేసులు పెడుతున్నారని ఆరోపించారు. పోలీసులు వెంటనే నిష్పాక్షిక చర్యలు చేపట్టాలని.. ఐఏఎస్, ఐపీఎస్ అధికారులపై సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి అనుచిత వ్యాఖ్యలు చేశారని.. గతంలో కేటీఆర్‌పై వ్యక్తిగత ఆరోపణలు చేసినందుకు ఐఏఎస్, ఐపీఎస్ అధికారుల సంఘాలు స్పందించాయన్నారు. సీఎం రేవంత్ వ్యాఖ్యలపై సంఘాలు ఎందుకు మౌనంగా ఉన్నాయో చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు.

మేడిగడ్డను వాడుకోక తెలంగాణను ఎండబెడుతున్నారు.. రేవంత్ సర్కార్‌పై ఎమ్మెల్సీ కవిత ఫైర్

సత్యమేవ జయతే - సూర్యాపేట మేడిగడ్డను వాడుకోక తెలంగాణను ఎండబెడుతున్నారని రేవంత్ రెడ్డి సర్కార్‌పై బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్సీ కవిత ఫైర్ అయ్యారు. సాగుకు నీళ్లివ్వక రాష్ట్రంలో పంటలు ఎండిపోతున్నాయి.. కాంగ్రెస్ పార్టీకి రైతుల ఉసురు తప్పక తగులుతుంది అని కవిత పేర్కొన్నారు. సూర్యాపేట జిల్లాలో ఎమ్మెల్సీ కవిత మీడియాతో మాట్లాడారు. తక్షణమే మేడిగడ్డ ప్రాజెక్టును వినియోగంలో తేవాలని ఆమె డిమాండ్ చేశారు. ప్రభుత్వానికి జల విధానం లేదా..? అని ప్రశ్నించారు. తెలంగాణ నీళ్లు మలపాలన్న సోయి లేని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి. మరోపక్క ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం 199 టీఎంసీలతో బనకచర్లలో ప్రాజెక్టుకు శ్రీకారం చుట్టింది. కానీ మన ముఖ్యమంత్రి మాత్రం నాగార్జున సాగర్‌ను కూడా మన ఆధీనంలోకి తీసుకురాలేకపోయారు అని కవిత పేర్కొన్నారు.కాళేశ్వరం ద్వారా సూర్యాపేట జిల్లాలో గోదావరి జలాలను కేసీఆర్ పారించారని కవిత గుర్తు చేశారు. కృష్ణా పరివాహక ప్రాంతంలోనూ గోదావరి నుంచి నీళ్లు ఇచ్చిన ఘనత కేసీఆర్‌ది. కేసీఆర్ హయాంలో కోదాడ నియోజకవర్గానికి కాళేశ్వరం ద్వారా లక్షా 22 వేల ఎకరాలకు నీళ్లు అందించారు. ఇప్పుడు నీళ్లు ఎందుకు తేవడం లేదని ఇరిగేషన్ మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డిని సవాలు చేస్తున్నాను. ఇప్పుడు నీళ్లు ఎందుకు తేవడం లేదు..? మేడిగడ్డ పాడయిందా..? రాజకీయ కక్షతోనే మేడిగడ్డ ప్రాజెక్టును వినియోగించడం లేదని ఇంజనీర్లు చెబుతున్నారు. మరో 40 రోజుల పాటు నీళ్లు ఇస్తేనే పంటలు చేతికొచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. పోయిన ఏడు నీళ్లు ఇవ్వక సూర్యాపేట, మహబూబాబాద్ జిల్లాల్లో 4 లక్షల ఎకరాల్లో పంట ఎండిపోయింది. ఈ మొత్తం వ్యవహారానికి మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి బాధ్యత వహించాలి అని కవిత డిమాండ్ చేశారు.సూర్యాపేట జిల్లాలో పంటలు ఎండిపోతున్నాయంటే ఆ పాపం, ఉసురు మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డికి తగులుతుంది. జిల్లా మంత్రియే కాకుండా సాగునీటి శాఖ మంత్రిగా ఉండి ఈ ప్రాంతానికి నీళ్లు ఇవ్వని మంత్రి ఉన్నా ఒకటే లేకున్నా ఒకటే. రోజంతా కేసీఆర్‌ను తిట్టుకుంటూ తిరిగితే కాంగ్రెస్ నాయకులకు ఒరిగేదేమీ లేదు. కేసీఆర్ ప్రజల పట్ల, రాష్ట్రం పట్ల ప్రేమతో పరిపాలించారని కవిత తెలిపారు.

- సీఆర్ హయాంలో నేరాలు చేయాలంటే వెన్నులో వణుకు పుట్టేది : ఎమ్మెల్సీ కవిత

కేసీఆర్ హయాంలో మహిళలపై నేరాలు చేయాలంటే వెన్నులో వణుకుపుట్టేది అని బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్సీ కవిత తెలిపారు. కానీ ఇప్పుడు రాష్ట్రంలో మహిళలకు భద్రత లేని పరిస్థితి ఏర్పడిందని కవిత మండిపడ్డారు. సూర్యాపేట జిల్లా కేంద్రంలో ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సమావేశంలో కవిత మాట్లాడారు. 14 నెలల్లో 30 సార్లు ఢిల్లీ వెళ్ళిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అని కవిత పేర్కొన్నారు. ఎవరు ఏమనుకున్నా ఢిల్లీ వెళ్లి కాంగ్రెస్ పెద్దల కాళ్లు

పట్టుకుంటా అన్నట్లుగా సీఎం వ్యవహరిస్తున్నారు. ఏ ఒక్క అంశంపై ముఖ్యమంత్రి ఆలోచన చేయకుండా పాలిస్తున్నారు. మహిళలకు ఒక్క కార్యక్రమాన్ని కూడా చేయని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం. మహిళల అంశాలపై ముఖ్యమంత్రి కనీసం ఒక సమీక్ష చేయలేదు. మహిళలకు ప్రభుత్వం ఏమి చేయలేదు. చర్చలకు రావాలని ప్రభుత్వ పెద్దలకు సవాలు చేస్తున్నాను. కేసీఆర్ హయాంలో మహిళలకు పెద్దపీట వేశాం. మహిళా అభివృద్ధి, సంక్షేమం కోసం కేసీఆర్ ఎంతో కృషి చేశారని కవిత గుర్తు చేశారు.

మతకల్లోలం లేని ప్రాంతం లేదు రాష్ట్రంలో. కాంగ్రెస్ పార్టీ పాలనలో శాంతి భద్రతల సన్నగిల్లాయి. ఎస్సీ, ఎస్టీ, బీసీలతో పాటు ఏ వర్గానికి కాంగ్రెస్ చేసిందేమీ లేదు. ఎస్సీ వర్గీకరణ కోసం కేసీఆర్ అసెంబ్లీలో తీర్మానం చేసి కేంద్రానికి పంపారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం మాత్రం ఎస్సీ, బీసీల జనాభాను తక్కువ చేసి చూపిస్తున్నది. గందరగోళం.. కాకిలెక్కలతో రేవంత్ రెడ్డి కాలం వెల్లదీస్తున్నారు. బీఆర్ఎస్ పార్టీ గల్లా పట్టుకొని అడిగితే రైతు రుణమాఫీని ప్రభుత్వం ప్రకటించింది. కానీ ఎవరికీ సంపూర్ణంగా రుణ మాఫీ కాలేదు. రైతుభరోసా ఒక్కో గ్రామంలో సగం మంది రైతులకు కూడా రాలేదు అని కవిత తెలిపారు.

రేవంత్ ప్రతీ నిర్ణయం బూమరాంగే

సత్యమేవ జయతే - ఖమ్మం, వరంగల్, నల్గొండ ఖమ్మం, వరంగల్, నల్గొండ : కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై తీవ్ర స్థాయిలో విమర్శలు గుప్పించారు ఎంపీ ఈటెల రాజేందర్. కాంగ్రెస్‌కు నిజాయితీ, చిత్తశుద్ధి ఉంటే అధికారికంగా లెక్కలు స్పష్టం చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. రేవంత్ రెడ్డి ప్రతి నిర్ణయం భూమరాంగ్ అవుతోందన్నారు. ఖమ్మం, వరంగల్, నల్గొండ ఉపాధ్యాయ ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల బీజేపీ అభ్యర్థి సరోత్తం రెడ్డి ఎన్నికల ప్రచారం కొనసాగుతోంది. ఈ ఎన్నికల ప్రచారంలో ఎంపీ ఈటెల రాజేందర్ పాల్గొని ఉపాధ్యాయులతో సమావేశమయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఎంపీ మాట్లాడుతూ.. ఉపాధ్యాయులు బీజేపీకి మద్దతు పలుకుతున్నారని తెలిపారు. రేవంత్ రెడ్డి ఇచ్చిన ఎన్నికల హామీలు ఏమయ్యాయని ప్రశ్నించారు. పీఆర్సీ ఏమైంది... డీఏలు ఏమయ్యాయని నిలదీశారు. సీపీఎస్ విధానంపై ఎటువంటి నిర్ణయం తీసుకున్నారని అడిగారు. గతంలో యూటీఎఫ్ అభ్యర్థిని గెలిపిస్తే ఒరిగింది ఏమీ లేదని విమర్శించారు. బీజేపీ పాలనలో దేశం సుభిక్షమని.. అన్ని రంగాల్లో అభివృద్ధి పథంలో పరుగులు పెడుతోందన్నారు. ఉపాధ్యాయుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలలో బీజేపీకి ఓటు వేస్తామని ఉపాధ్యాయులు చెబుతున్నారని తెలిపారు. ఉపాధ్యాయలకు అండగా ఉంటామని.. సమస్యల పరిష్కారానికి కొట్లాడతామని స్పష్టం చేశారు. కులాన్ని విస్మరించలేమని.. కుల గణన జరగాలన్నారు. కాంగ్రెస్‌కు నిజాయితీ, చిత్తశుద్ధి ఉంటే అధికారికంగా లెక్కలు స్పష్టం చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. రేవంత్ రెడ్డి ప్రతి నిర్ణయం బూమరాంగ్ అవుతోందన్నారు. 2011 జనాభా లెక్కలకు ఇప్పటి లెక్కలకు పొంతన లేకుండా చేస్తున్నారని వ్యాఖ్యలు చేశారు. ప్రజల జీవితాలతో ఆడుకోవద్దని..

డ్రామా కంపెనీలా చేయవద్దని హితవుపలికారు.

తునిలో టెన్షన్.. టెన్షన్

ఈ దేశాన్ని అత్యధిక కాలం పరిపాలించిన పార్టీ కాంగ్రెస్ అని అన్నారు. ఈ దేశంలో ఎన్నడైనా ఎక్కడైనా కాంగ్రెస్ బలహీన వర్గాలకు పదవులు కట్టబెట్టిందా అని ప్రశ్నించారు. ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో లేదా ఇప్పుడు బలహీన వర్గాలకు చెందిన నేతలు ముఖ్య మంత్రులయ్యారా అని నిలదీశారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం బయ్యారం ఉక్కు ఫ్యాక్టరీ ఏర్పాటుకుకి సిద్ధంగా ఉందని వెల్లడించారు. కానీ.. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అందుకు సిద్ధంగా లేదన్నారు. హైడ్రా, మూసీ ప్రక్షాళన, లగచర్ల భూములు ఇలా ప్రతి విషయంలోనూ రేవంత్ ప్రభుత్వం ప్రజలకు అన్యాయం చేసిందన్నారు. రాబోయే రోజులలలో కాంగ్రెస్ ఎన్నికల హామీలపై ప్రభుత్వాన్ని నిలదీస్తామని, కొట్లాడతామని ఎంపీ ఈటెల రాజేందర్ స్పష్టం చేశారు.

రేవంత్ రెడ్డికి రియల్ ఎస్టేట్ తప్ప.. స్టేట్ ఫికర్ లేదు : కేటీఆర్

సత్యమేవ జయతే – అమంగల్ అమంగల్ : రేవంత్ రెడ్డికి స్వార్థం తప్ప ఇంకోటి తెలియదు.. రియల్ ఎస్టేట్ తప్ప.. స్టేట్ ఫికర్ లేదు అని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. ఆమన్‌గల్‌లో ఏర్పాటు చేసిన రైతు దీక్షలో కేటీఆర్ పాల్గొని ప్రసంగించారు. అన్నదాతలు, మహిళలు జాగ్రత్తగా, చైతన్యవంతంగా ఉండాలి. నాగర్‌కర్నూల్ జిల్లాలో రుణమాఫీ కాక చందు అనే రైతు బ్యాంక్ ముందు బైక్ కాలబెట్టి నిరసన చెప్పిండు. ఆదిలాబాద్‌లో జాదవ్ రావు అనే రైతు బ్యాంకులోనే ఎండ్రిన్ తాగి ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడు. మేడ్చల్‌లో సురేంద్ రెడ్డి అనే రైతు వ్యవసాయ శాఖ కార్యాలయంలోనే సూసైడ్ చేసుకున్నాడు. చివరకు రియల్ ఎస్టేట్ ఏజెంట్ వేణోగోపాల్ రెడ్డి ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడు. ఈ దరిద్రపు పాలనలో ఏ ఒక్క వర్గం కూడా సంతోషంగా లేదు. దయచేసి మళ్లీ మోసపోవద్దు అని కేటీఆర్ సూచించారు.

మళ్లీ ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ, పంచాయతీ ఎన్నికలు వస్తున్నాయి కాబట్టి.. ఎకరం, అర ఎకరానికి పైసలు వేస్తుండు. ఒక్క విషయం గుర్తు పెట్టుకోండి.. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం రైతులకు బాకీ పడ్డది ఒక్కొక్క ఎకరానికి రూ. 17500. మళ్లా నమ్మి మోసపోతే.. మనల్ని ఎవరు కాపాడలేదు. పంచాయతీ ఎన్నికల్లో ఓట్ల కోసం ఇంటికొచ్చే కాంగ్రెస్ నాయకులను గల్లా పట్టి అడగండి.. రైతు బంధు, తులం బంగారం, 2500 ఎక్కడా అని అడగాలి.. స్కూటీలు ఏమైనయ్ అని ప్రశ్నించాలి. స్కూటీలు లేవు కానీ లూటీ మాత్రం బాగా నడుస్తుంది. తుక్కుగూడ నుంచి ఇక్కడి దాకా.. రేవంత్ రెడ్డి ఆయన సోదరులు ఫోర్త్ సిటీ.. ఫ్యూచర్ సిటీ.. ఏఐ సిటీ అని డ్రామా చేస్తుండ్రు. వెల్దండ వద్ద రేవంత్ కుటుంబానికి 500 ఎకరాలు ఉండే. మళ్లా 1000 ఎకరాలు సంపాదించిండు. మళ్లీ కొత్త కథ పెట్టిండు.. అత్తగారి ఊరికి కొత్త రోడ్డు వేసుకుంటడ. 1200 ఎకరాల రేట్లు పెంచుకునేందుకు కథలు పడుతుండు రేవంత్ రెడ్డి.. ఆయనకు స్వార్థం, తప్ప ఇంకోటి తెలియదు. రియల్ ఎస్టేట్ తప్ప స్టేట్ ఫికర్ లేదు. ఇలాంటి రేవంత్ రెడ్డిని అసలు నమ్మకండి అని కేటీఆర్ సూచించారు.

బిల్లులు రాక సర్పంచ్‌లు ఆగం అవుతున్నారు. వారి గోస పుచ్చుకుంటున్నడు రేవంత్ రెడ్డి. సచివాలయం చుట్టూ తిప్పించుకునంటున్నడు. 600 కోట్ల ఇస్తే అయిపోతది. పాడి రైతులు ఇప్పటి వరకు పైసల్లేవు. మాటలు మాత్రం కోటలు దాటుతున్నయ్ అని రేవంత్ రెడ్డిపై కేటీఆర్ నిప్పులు చెరిగారు.

– రేవంత్ రెడ్డి నిజాయితీ గల్ల మోసగాడు.. కేటీఆర్ సెటైర్లు

తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి నిజాయితీగల్ల మోసగాడు అని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ సెటైర్లు వేశారు. ఆమన్‌గల్‌లో బీఆర్ఎస్ పార్టీ ఏర్పాటు చేసిన రైతు దీక్షలో కేటీఆర్ పాల్గొని ప్రసంగించారు. ప్రపంచానికి అన్నం పెట్టే అన్నదాతకు కులం, మతం ఉండదు. అన్ని వర్గాల్లో రైతులు ఉంటరు. 70 లక్షల మంది రైతులను కేసీఆర్ కడుపులో పెట్టుకుని చూసుకున్నడు. ఎన్నికల్లో ఓట్ల కోసం మాట ఇవ్వకపోయినా.. 12 సీజన్లలో రూ. 73 వేల కోట్ల రైతుబంధు వేశాడు. రైతు చనిపోతే ఆ కుటుంబం ఆగం కావొద్దని చెప్పి.. తొలిసారి స్వతంత్ర భారతదేశ చరిత్రలో రూ. 5 లక్షల బీమా ప్రవేశపెట్టిన నాయకుడు కేసీఆర్. ఆడబిడ్డ లగ్గానికి లక్ష రూపాయాలు కల్యాణలక్ష్మీ, షాదీ ముబారక్ కింద కానుకగా అందించారు. 200 ఉన్న పెన్షన్‌ను 2 వేలు చేసిండు. ఇవన్నీ చూసి జీర్ణించుకోలేక.. నంగనాచి, దొంగ, మోసపు మాటలు చెప్పి అధికారంలోకి రావాలని అరచేతిలో స్వర్గం చూపించి గెలిచారు అని కేటీఆర్ అన్నారు.

రేవంత్ రెడ్డి నిజాయితీగల్ల మోసగాడు.. ప్రజలు మోస పోవాలని కోరుకుంటారు.. మోసగాళ్లను నమ్ముతరు.. అందుకే మోసం చేస్తున్నానని అన్నడు. ఇక తెలుగు భాషలో ఇన్ని తిట్లు ఉంటాయను కోలేదు. కొందరు తిట్లను చూస్తే రోషం ఉన్నోడు అయితే పాడుబాడ్డ బావిలో దుంకి చనిపోతేడు. సిగ్గు లజ్జ లేని బతుకు కాబట్టి బతుకుతుండు రేవంత్ రెడ్డి. ఇన్ని తిట్లు తిన్న సీఎంను ఇప్పటి వరకు చూడలేదు అని కేటీఆర్ పేర్కొన్నారు.

కులగణన పేరిట బీసీలను మోసం చేసిండు. 420 రోజుల్లో 430 మంది రైతులు ఆత్మహత్య చేసుకున్నారు. మన పిల్లలు విదేశాలకు పోయి ఉన్నత చదువులు చదువుకోవాలనే ఉద్దేశంతో తెలంగాణలో 1022 గుకులాలు స్థాపించి, ఒక్కో విద్యార్థి మీద లక్షా 20 వేలు ఖర్చు పెట్టారు. గురుకుల విద్యార్థులంతా ఐఐటీ, నీట్, ఐఐఎంలో పాసై పెద్ద చదువులు చదివారు. ఈ సన్నాసికి గురుకులాలను నడపడానికి వస్తలేదు. గురుకులాల్లో 56 మంది పిల్లలు చనిపోయారు. దీన్ని బట్టి కాంగ్రెస్ పాలన ఎంత నికృష్టంగా ఉందో తెలుస్తుంది అని కేటీఆర్ మండిపడ్డారు.

ఐదు నెలల్లో బీజేపీదే అధికారం : బండి సంజయ్

జయతే – మంచిర్యాల మంచిర్యాల : తెలంగాణలో మరో ఐదు నెలలు మాత్రమే రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వం ఉంటుందని కేంద్ర హోం శాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ జోస్యం చెప్పారు. అనంతరం రాష్ట్రంలో బీజేపీ ప్రభుత్వం ఏర్పాటువుతుందన్నారు. అలాగే కాంగ్రెస్ పార్టీ అధిష్టానానికి కేసీఆర్ సారథ్యంలోని బీఆర్ఎస్ పార్టీ ఏటీఎంగా మారిందని ఆయన అభివర్ణించారు. కేంద్ర హోం శాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. తెలంగాణలో మరో 5 నెలలు మాత్రమే కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికారంలో ఉంటుందని జోస్యం చెప్పారు. ఆ తర్వాత బీజేపీ అధికారంలోకి వస్తుందన్నారు. మంగళవారం మంచిర్యాలలో బీజేపీ ఆధ్వర్యంలో పట్టభద్రుల ఆత్మీయ సమ్మేళనం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. సందర్భంగా కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ మాట్లాడుతూ.. కాళేశ్వరం ప్రాజెక్ట్‌పై విజిలెన్స్ విచారణ ముగిసినా బీఆర్ఎస్ అధినేత, మాజీ సీఎం కేసీఆర్‌ను ఎందుకు అరెస్టు చేయడం లేదని ఆయన ప్రశ్నించారు. అలాగే డ్రగ్స్, ఫోన్ ట్యాపింగ్, ఫార్ములా రేసు కేసులు ఎందుకు నీరుగారుతున్నాయని ఆయన పేర్కొన్నారు. కాంగ్రెస్ అధిష్టానానికి బీఆర్ఎస్ పార్టీ ఏటీఎంలా మారిందన్నారు. న్యూఢిల్లీకి వెళ్లగానే.. కేసులన్నీ ఆగి పోతున్నాయని ఆయన వ్యంగ్యంగా పేర్కొన్నారు. 317 జీవో రద్దు కోసం కోట్లాడింది బిజేపీ పార్టీనేనని ఆయన తెలిపారు. ఎన్నికల్లో ఓట్లు అడిగే హక్కు.. కేవలం బీజేపీకి మాత్రమే ఉందని స్పష్టం చేశారు. కేసీఆర్ తప్ప తాగి.. బండి సంజయ్ ఆఫీస్‌ను జేసిబితో కూల్చమని ఆదేశాలు జారీ చేశారని బండి సంజయ్ చెప్పారు. గ్రూప్ –1 పేపర్ లీకైందని తాను నిరసనలు చేస్తే, 10 వ తరగతి హిందీ పేపర్ లీకు చేశారంటూ కేసీఆర్ కేసులు పెట్టారని వివరించారు. ఇక ఈ ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీకి అభ్యర్థులు సైతం దొరక లేదని ఎద్దేవా చేశారు. నిరుద్యోగులకు, టీచర్‌లకు ఇచ్చిన హామీలలో ఏ ఒక్క హామీ ఈ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం నేటికి నెరవేర్చ లేదన్నారు. కాంగ్రెస్‌కి ఎందుకు ఓటు వేయాలని.. ఆ పార్టీ నేతలను నిలదీయండంటూ ప్రజలకు ఈ సందర్భంగా ఆయన పిలుపు నిచ్చారు. తెలంగాణలోని మూడు ఎమ్మెల్సీ స్థానాల్లో బీజేపీ గెలవబోతోందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో బీజేపీ ఎమ్మెల్యేలు వెంకటరమణారెడ్డి, పాల్వాయి హరీష్ బాబు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఇదిలా ఉంటే.. రంజాన్ భక్తులకు డ్యూటీ మినహాయింపును కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ తప్పు పట్టారు. మా అయ్యప్ప, హనుమాన్ భక్తులు చేసిన పాపమేంది? అంటూ రేవంత్ సర్కార్‌ను నిలదీశారు. రంజాన్ భక్తులకు మాత్రమే డ్యూటీ మినహాయింపు ఇస్తారా?.. అయ్యప్ప, భవానీ, మనుమాన్ భక్తులకు మినహాయింపు ఎందుకివ్వరంటూ ప్రభుత్వాన్ని ఆయన సూటిగా ప్రశ్నించారు. కాంగ్రెస్ నేతలారా... అసలు మీలో హిందువుల రక్తం ప్రవహిస్తుందా? అంటూ సందేహం వ్యక్తం చేశారు. ముస్లింలను బీసీ జాబితాలో చేరిస్తే స్పందించరా? అంటూ కాంగ్రెస్ పార్టీ కేడర్‌పై ఆయన నిప్పులు చెరిగారు. పోని ఇవన్నీ ప్రశ్నిస్తుంటే.. తమపై మతతత్వ ముద్ర వేస్తారా? అంటూ కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ తీవ్ర అసహనం వ్యక్తం చేశారు.

26న చిట్టచివరి స్నాన ఘట్టం... హై అలర్ట్

సత్యమేవ జయతే – మహాకుంభ్ నగర్

మహాకుంభ్ నగర్ : ఈనెల 26వ తేదీతో కుంభమేళా ఆధ్యాత్మిక సంబరం ముగియనుండటం, అదే రోజు చివరి షాహి స్నాన్ (పవిత్ర స్నానం) కావడంతో అధికారులు అప్రమత్తమయ్యారు. సున్నితమైన ప్రాంతాల్లో భారీగా సిబ్బందిని మోహరిస్తున్నారు. ప్రయాగ్‌రాజ్‌లో వైభవంగా కొనసాగుతున్న కుంభమేళా మరి కొద్దిరోజుల్లో చివరి ఘట్టానికి చేరుకుంటోంది. మంగళవారం సాయంత్రానికి 55 కోట్ల మందికి పైగా భక్తులు త్రివేణి సంగమంలో పుణ్యస్నానాలు చేసినట్టు ఉత్తరప్రదేశ్ ప్రభుత్వం అధికారికంగా వెల్లడించింది. ఫిబ్రవరి 26వ తేదీ నాటికి ఈ సంఖ్యం 60 కోట్లు దాటే అవకాశం ఉందని అంచనా వేస్తోంది.

ఇదే సమయంలో 26వ తేదీతో ఆధ్యాత్మిక సంబరం ముగియనుండటం, అదే రోజు చివరి షాహి స్నాన్ (పవిత్ర స్నానం) కావడంతో అధికారులు అప్రమత్తమయ్యారు. సున్నితమైన ప్రాంతాల్లో భారీగా సిబ్బందిని మోహరిస్తున్నారు.

కుంభమేళా చివరి రోజున 'షాహి స్నాన్' కు పెద్ద సంఖ్యంలో భక్తులు తరలివచ్చే అవకాశం ఉండటంతో అధికారులను అప్రమత్తం చేసినట్టు మహాకుంభ్ డీజీఐ వైభవ్ కృష్ణ తెలిపారు. నవంబర్ 26న అన్ని సున్నితమైన ప్రాంతాల్లోనూ అదనపు పోలీసు బలగాలను మోహరిస్తున్నమని చెప్పారు. ఒకవేళ ఏదైనా పరీక్షా కేంద్రం సమీపంలో ట్రాఫిక్ డైవర్షన్ పాయింట్ ఉంటే, విద్యార్థులకు పరీక్షా కేంద్రాలకు వెళ్లేందుకు అనుమతిస్తామని చెప్పారు. విద్యార్థులకు ఎలాంటి సమస్యలు లేకుండా చూస్తామన్నారు. రెగ్యులర్ రూట్లలోనే భక్తులను అనుమతిస్తామని వివరించారు.

కాగా, ప్రయాగ్‌రాజ్ మహాకుంభ్ భద్రతా ఏర్పాట్లను సీఆర్‌పీఎఫ్ డైరెక్టర్ జనరల్ జీపీ సింగ్ స్వయంగా సమీక్షించారు. ఉత్తరప్రదేశ్ పోలీసులు, సీఆర్‌పీఎఫ్, ఇతర ఏజెన్సీల చక్కటి సమన్వయంతో పనిచేస్తున్నాయని ప్రశంసించారు.

ఈనెల మంగళవారం నాడుజెడ్ పి హెచ్ ఎస్, తేర్పోల్, కొండాపూర్ మండలం పాఠశాలను సందర్శించిన గౌరవనీయ మండల విద్యాధికారి "శ్రీ సిహెచ్ దశరథ్" గారు ఎన్నో అమూల్యమైనటువంటి విషయాలను తెలియజేసి విద్యార్థిని,విద్యార్థులకు సరి అయిన సూచనలు, సలహాలు ఇవ్వడం జరిగింది

పంచాయతీ కార్యదర్శి సస్పెండ్.

సత్యమేవ జయతే – సంగారెడ్డి సంగారెడ్డి: ఇచ్చిన విధులను సరిగా నిర్వర్తించకుండా, నిధులు దుర్వినియోగం చేసినందుకు కంది మండలం తూనికల తండా పంచాయతీ కార్యదర్శి రేఖను సస్పెండ్ చేస్తూ కలెక్టర్ వల్లూరు క్రాంతి సోమవారం ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. సదాశివపేట మండలం వెల్టూరు పంచాయతీ కార్యదర్శిగా పని చేసిన సమయంలో రూ.4 లక్షలు దుర్వినియోగమైనట్లు ఉత్తర్వుల్లో పేర్కొన్నారు. పుస్తకాల నిర్వహణలో కూడా నిర్లక్ష్యం వహించినట్లు తెలిపారు.

జనరల్ నాలెడ్జ్ -12

1. దృశ్య వర్ణపటం యొక్క తరంగదైర్ఘ్యం ఎంత?
2. జూలై 1994లో ఏ తోకచుక్క వ్యవస్థ శకలాలు బృహస్పతిని ఢీకొన్నాయి?
3. భారతదేశంలో నేషనల్ హౌసింగ్ బ్యాంక్ పూర్తిగా ఏ బ్యాంకుకు అనుబంధంగా స్థాపించబడింది?
4. వైన్ ఉత్పత్తి ప్రధానంగా సహజ ప్రాంతంలో జరుగుతుంది?
5. ప్రాచీన భారతీయ సమాజాన్ని భూస్వామ్య సమాజంగా మార్చడంలో ఏది అత్యంత ముఖ్యమైన అంశం?
6. శారీరక మరియు మానసిక సామర్థ్యాల పరంగా ఏ జంతువు మానవులను ఎక్కువగా పోలి ఉంటుంది?
7. పార్లమెంటు సభ్యుడు ఎక్కడి నుండి రోగనిరోధక శక్తిని పొందగలడు?
8. ఏ మూలకం యొక్క లవణాలు బాణసంచాకు రంగులను చూపుతాయి?
9. పోస్టాజ్ సమశీతోష్ణ గడ్డి భూములు ఎక్కడ ఉన్నాయి?
10. శ్రీలంక ఉత్తర భాగాన్ని జయించి తన సామ్రాజ్యంలో ఒక ప్రావిన్స్‌గా మార్చుకున్న చోళ రాజు ఎవరు?
11. ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద ఆటోమొబైల్ తయారీ కేంద్రం ఎక్కడ ఉంది?12. ఓరల్ రీహైడ్రేషన్ థెరపీ ఏ వ్యాధి చికిత్సతో ముడిపడి ఉంది?
13. ఒక యువకుడికి హెచ్ఐవి/ఎయిడ్స్ అనుమానం రావడానికి, ఏ లక్షణం ఎక్కువగా సంబంధం కలిగి ఉంటుంది?
14. ఆఫ్ఘనిస్తాన్ యొక్క ప్రధాన పరిశ్రమ ఏది?
15. ముహమ్మద్–బిన్–తుగ్లక్ తన రాజధానిని ఢిల్లీ నుండి దౌలతాబాద్‌కు ఎందుకు బదిలీ చేశాడు?
16. సమకాలీన విషయాలకు సంబంధించిన కార్యనిర్వాహక అధికారం దేనితో ఉంటుంది?
17. పొగమంచు సమయంలో మనం చూడలేము. ఎందుకు?
18. ఏ పరిస్థితి సంస్థను అత్యంత సమర్థవంతంగా చేస్తుంది?
19. పట్టు వస్త్రాలు ప్రధానంగా ఏ దేశాలలో ఉత్పత్తి చేయబడతాయి?
20. పోర్చుగీస్ యాత్రికుడు, నునిజ్ ఏ పాలకుడి పాలనలో విజయనగరాన్ని సందర్శించాడు?

– సమాధానాలు :

1. 3900–7600 %ా% 2. షూమేకర్–లెవీ 9 3. రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా 4. మధ్యధరా ప్రాంతం 5. భూమి మంజూరు విధానం 6. చింపాంజీ 7. సివిల్ కేసుల నుండి మాత్రమే 8. స్ట్రోంటియర్ మరియు బేరియం 9. హంగేరీ 10. రాజరాజు 11. డెట్రాయిట్ 12. విరేచనాలు 13. దీర్ఘకాలిక విరేచనాలు 14. కార్పెట్ తయారీ 15. దక్షిణ భారతదేశాన్ని బాగా నియంత్రించడానికి 16. కేంద్రం 17. కాంతి చెదరగొట్టడం వల్ల 18. అత్యల్ప సగటు ఖర్చులు 19. చైనా మరియు భారతదేశం 20. అచ్యుత రాయ

మీకు ముందుంది మృత్యుకుంభ్... మమతకు అఖిల భారత సంత్ సమితి వార్నింగ్

సత్యమేవ జయతే – న్యూ ఢిల్లీ న్యూ ఢిల్లీ : మమతా బెనర్జీ చేసిన 'మృత్యుకుంభ్' వ్యాఖ్యలపై అఖిల్ భారతీయ సంత్ సమితి తీవ్ర ఆక్షేపణ తెలిపింది. మమతా బెనర్జీ రాజకీయ ఆశలకు రాబోయే పశ్చిమబెంగాల్ ఎన్నికలే చివరివవుతాయని హెచ్చరించింది. ప్రయాగ్‌రాజ్‌లో కనీవినీ ఎరుగని రీతిలో జరుగుతున్న మహాకుంభ్‌ను 'మృత్యుకుంభ్'గా సంబోధిస్తూ అసెంబ్లీలో తీవ్ర వ్యాఖ్యలు చేసిన పశ్చిమబెంగాల్ ముఖ్యమంత్రి మమతా బెనర్జీ పై విమర్శలు వెల్లువెత్తున్నాయి. బీజేపీతో పాటు పలు హిందూ ధార్మిక సంస్థలు మమత వ్యాఖ్యలను ఖండిస్తున్నాయి. మమతా బెనర్జీ చేసిన వ్యాఖ్యలపై అఖిల్ భారతీయ సంత్ సమితి తీవ్ర ఆక్షేపణ తెలిపింది. మమతా బెనర్జీ రాజకీయ ఆశలకు రాబోయే పశ్చిమబెంగాల్ ఎన్నికలే చివరివవుతాయని హెచ్చరించింది.

పశ్చిమబెంగాల్, జారా□ండ్, బీహార్, ఒడిశా హిందువులంతా మహాకుంభ్ అమృత స్నానాలకు తరలివచ్చారని, ఇంత పెద్దఎత్తున మహాకుంభ్‌రకు వస్తుండటంతో సహజంగానే మమతకు దిక్కుతోచడం లేదని అఖిల్ భారతీయ సంత్ సమితి చీఫ్ స్వామి జితేంద్రానంద సరస్వతి వ్యాఖ్యానించారు. రాబోయే అసెంబ్లీ ఎన్నికలు ఆమె రాజకీయ ఆకాంక్షలకు 'మృత్యుకుంభ్' అవుతాయని హెచ్చరించారు.మమత ఏమన్నారు?పశ్చిమబెంగాల్ అసెంబ్లీలో మమతా బెనర్జీ మంగళవారంనాడు మాట్లాడుతూ, ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని ప్రయాగ్‌రాజ్‌లో మహాకుంభ మేళా నిర్వహణలోపాలపై కూడా అక్కడి బిజేపీ ప్రభుత్వాన్ని, కేంద్ర ప్రభుత్వాన్ని మమత తప్పుపట్టారు. నిర్వహణా లోపాల వల్ల మహాకుంభ 'మృత్యుకుంభ్'గా మారుతోందంటూ విమర్శించారు. "ఇది మృత్యుకుంభ్... నేను మహాకుంభ్‌ను గౌరవిస్తాను, గంగామాతను గౌరవిస్తాను. కానీ అక్కడ సరైన ప్లానింగ్ లేదు. ఎంతమంది కోలుకున్నారు? డబ్బున్న వాళ్లు, వీఐపీలకు క్యాంపులు (టెంట్లు) దొరుకుతున్నాయి. పేదలకు ఎలాంటి ఏర్పాట్లు లేవు. మేళాలో తొక్కిసలాట జరగడం సహజమే అయినా అలా జరక్కుండా ఏర్పాట్లు చేయడం ముఖ్యం. అందుకు మీరు ఎలాంటి ప్లానింగ్ చేశారు" అంటూ కేంద్రం, యూపీలోని బీజేపీ ప్రభుత్వాన్ని మమత నిలదీశారు.

కుల రక్కసి కరాళ నృత్యం అంతం చేద్దాం!

కర్నూలు జిల్లాలో కులరక్కసి కరాళ నృత్యం చేస్తోంది. కెవిపిఎస్ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన సర్వేలో వళ్ళు గగుర్పొడిచే నిజాలు బయటపడ్డాయి. సుమారు ఎనభైతొమ్మిది గ్రామాల్లో పదిహేను రకాల కులవివక్షలు కనిపించాయి. అరవైనాలుగు గ్రామాల్లో దళితులకు దేవాలయ ప్రవేశంలేదు. ముప్పయి గ్రామాల్లో దళితులు రచ్చబండపై కూర్చోవడానికి వీల్లేదు. ఇప్పటికీ అక్కడ ఏడు గ్రామాల్లో టీ కొట్లలో రెండు గ్లాసుల పద్ధతి కొనసాగుతూ ఉంది. ఆరు గ్రామాల్లో దళితుల్ని హొటళ్ళలోకి అసలే అనుమతించరు. ఇరవైఏడు గ్రామాల్లో చాకలివారు దళితుల బట్టలు ఉతకరు. తొమ్మిది గ్రామాల్లో క్షురకులు దళితులకు క్షవరం చేయరు. ఈ పనుల కోసం వారు సమీపంలోని పట్టణాలకు వెళుతున్నారు.

"జుట్టు కత్తిరించడం మంగలి యొక్క పవిత్రమైన ధర్మం కాదు. ఇది ఒక వ్యాపారం. చెప్పులు కుట్టడం మాదిగవాడి పవిత్ర ధర్మం కాదు. అది కూడా వ్యాపారమే! ప్రదర్శించే పూజలు, హొమాలు, ఉత్సవాలలో కూడా అది జరుగుతోంది. ఇది బ్రాహ్మణుడి పవిత్రమైన ధర్మమేమీ కాదు. అలా అనుకోవడం మన అజ్ఞానం. మన అజ్ఞానం మీదే బ్రాహ్మణుడికి తిని కూర్చునే పెద్ద వ్యాపారం జరుగుతూ ఉంది!" అని అన్నారు మహాత్మా జ్యోతిరావు ఫూలే. ఆధునికులుగా మనకు తోచకపోతే పోయింది. కనీసం కొందరు మహానుభావులు చెప్పిన దాంట్లోంచి సారాంశమైన గ్రహించాలి కదా? ఇదే విషయం మీద డాక్టర్ రామ్ మనోహర్‌లోహియా ఏం చెప్పారో గమనించండి... "బ్రాహ్మణులు, కోమట్లు, షేక్‌లు, సయ్యద్‌లు పెద్ద కులాలకు చెందినవారు. కమ్మరి, కుమ్మరి, మంగలి, చాకలి, సాలె, మాల, మాదిగలు చిన్న కులాల వారు. వీరి సంఖ్య 90శాతం దాకా ఉంది. కుల భేదాల వల్ల వీరి మేధస్సు బందీ అయిపోయింది. వీరిని పైకి తెస్తే తప్ప, దేశ పునర్నిర్మాణం జరగదు. కాళ్ళూ, చేతులూ కదిలించకపోతే శరీరానికి పక్షవాతం వచ్చినట్లు... దేశానికీ పక్షవాతం వచ్చింది. దేశంలోని ఈ 90శాతం ప్రజలకు రెండువేల సంవత్సరాలుగా పక్షవాతం వచ్చింది. సమాజంలో వీరిని ఎక్కడికక్కడ పాతరేసి స్థిరపరిచారు. కదలిక లేకుండా చేశారు. బానిసత్వానికి మూల కారణం ఇదే. ఇప్పటికైనా మారకపోతే మరోసారి బానిసలమయ్యే ప్రమాదముంది." ఇలాంటి హెచ్చరికల్ని మనం ఇప్పటికైనా పట్టించుకోవాలా? వద్దా? ఇరవై ఒకటవ శతాబ్దపు అత్యాధునికులమని గొప్పలు పోవడం కాదు, అందుకు తగిన విధంగా ఆలోచనా సరళిని మార్చుకోవాల్సి ఉంది.

మంత్రాలయ మఠంలో– చదువుకున్న దళితులైనా సరే, కేవలం ఉడ్చడానికే అర్హులు! ఆ పని తప్ప మరో పని చేయనివ్వరు. బిల్లులు రాయడానికి గానీ, రిసెప్షనిస్టులుగా పని చేయడానికి గానీ వారికి అవకాశమివ్వరు. అక్కడవారు చదువుకున్న చదువు వృథా కావల్సిందే! కొన్ని ఊళ్ళలో దళితులు మోటారు వాహనాలపై తిరగకూడదు. పెళ్ళి ఊరేగింపులు సైతం వాహనాలపై చేసుకోగూడదు. కాలి నడకన వెళ్ళాల్సిందే. మంచి నీటి బావుల్లోకి సైతం దిగనివ్వరు. బావిలోంచి నీరే తోడుకోనివ్వనప్పుడు, ఇక నీళ్ళలోకి దిగి పనులు చేయనిస్తారా? దళితులతో కలిసి సహపంక్తి భోజనం చేయడమన్నది ఊహకు అందని విషయం. మంత్రాలయ మండలంలోని బసాపురంలో పెత్తందార్ల కార్లు వెళుతూ ఉంటే ఎంతటి విద్యావంతులైన, దళితులయినా సరే... టక్కున లేచి నిలబడి వంగి నమస్కారం పెట్టాల్సిందే. కర్నూలు మండలం దేవమడ గ్రామంలోనూ ఇంకా కొన్ని చుట్టుపక్కల గ్రామాల్లోనూ గ్రామ వాలెంటీర్‌లు దళితుల ఇండ్లకు వెళ్ళరు. వాళ్ళనే తమ ఇళ్ళకు పిలిపించుకుంటారు. ఉళ్ళోని ప్రతి ఇల్లూ తిరగడమన్నది గ్రామ వాలంటీర్ల ఉద్యోగ ధర్మం. దాన్ని పక్కన పెట్టి వ్యవహరించడం ఎంత తప్పూ? అయితే వారిని అడిగేవారు లేరు. మన తెలుగు రాష్ట్రాల్లోనే ఇంకా కొన్ని ప్రాంతాల్లో ఇంతటి వివక్ష కొనసాగుతూ ఉందంటే... మనుషులుగా మనమంతా తలవంచుకోవాలి. అన్ని వర్గాల వారికి సమన్యాయం చేస్తున్నామని గొప్పలు చెప్పుకునే ప్రభుత్వోద్యోగులు, పరిపాలకులు సిగ్గుపడాలి!

కర్నాటకలో కొప్పల్ జిల్లా మయాపూర్ గ్రామంలో అగ్రవర్ణం వారు దళిత కుటుంబానికి ఇరవై అయిదు వేల రూపాయల జరిమాన విధించారు. ఎందుకంటే ఒక దళితుడు గుడి బయట నిలబడి, కళ్ళు మూసుకుని దేవుడికి దండం పెట్టుకుంటున్నాడు. ఆ సమయంలో వెంట ఉన్న అతని రెండేండ్ల కొడుకు గబుక్కున గుళ్ళోకి వెళ్ళిపోయాడు. తను దళితుడినని, తను గుళ్ళోకి వెళ్ళకూడదని ఆ పసివాడికి తెలియదు. ఆ రోజు ఆ పసివాడి పుట్టిన రోజు. అందుకే వాణ్ణి తీసుకుని తండ్రి గుడికి వెళ్ళాడు. వాణ్ణి చల్లగా చూడమని కోరుకుంటూ ఆ దళితుడు దండం పెట్టుకుంటూ ఉండగా... ఆ "ఘోర ప్రమాదం" జరిగిపోయింది. ఒక దళితుడు గుళ్ళోకి జొరబడ్డాడని, గుడి మైల పడిందనీ, దాన్ని ప్రక్షాళన చేయాలని... అందుకు 25వేలు ఖర్చు అవుతుందనీ పూజారులు బెదిరించారు. తనకు అంతశక్తి లేదని, తను ఒక నిరుపేదనని దళితుడు ఎంత మొత్తుకున్నా లాభం లేకపోయింది. అగ్రవర్ణ అహంకారం తగ్గలేదు. పెద్ద గలాటా జరిగింది. ప్రభుత్వాధికారుల చొరవతో విషయం సద్దుమణిగింది. ఇంగిత జ్ఞానం లేక, మానవత్వం లేక మనుషులు ప్రవర్తిస్తున్నప్పుడు – గోరుతో పోయేది గొడ్డళ్ళదాకా వస్తుంది. ఇది 2021 సెప్టెంబర్ సంఘటన. ఇలాంటి సంఘటనే తమిళనాడులో జరిగింది. ఒక గుళ్ళోకి దళిత మహిళను రానియ్యలేదు. ఆ విషయం రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి స్టాలిన్‌కు తెలిసింది. వెంటనే ఆ గుడికి సంబంధించిన ఇరవైమంది పూజారుల మీద ఎస్సీ, ఎస్టీ చట్టం కింద కేసు పెట్టించి వారిని జైలుకు పంపాడు. ఇతర రాష్ట్రాలలో కూడా అలా చేయగలిగే అవకాశం ఆయా మంత్రులకు, ముఖ్యమంత్రులకు ఉంటుంది. రాజ్యాంగం గురించి అందరూ గొప్పగా మాట్లాడుతారు కానీ, ఎవరైనా అలా చేస్తున్నారా?

మహిళల అభ్యున్నతికై తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి స్టాలిన్ స్త్రీలకు బస్సు ప్రయాణం ఉచితం చేశాడు. ఒకరోజు కన్యాకుమారి జిల్లా వాణీయం కుడి గ్రామానికి చెందిన సెల్వం అనే డెబ్బయేండ్ల మహిళ తన చేపల బుట్టతో బస్సు ఎక్కింది. చేపలు వాసన వస్తున్నాయంటూ కండక్టర్ బలవంతంగా ఆమెను బస్సు నుండి దింపేశాడు. అవి నిలువ చేపలు కావని, ఆ రోజు పట్టినవేనని, చేపలన్నాక కొంచెం వాసనొస్తాయనీ, అయినా తను ఎక్కువ దూరమేమీ రావడం లేదని ఆ వృద్ధురాలు ఎంత మొత్తుకున్నా కండక్టర్ వినలేదు. 'పాపం పోనీయండి' – అని తోటి ప్రయాణీకులు చెప్పినా, అతను వినిపించుకోలేదు. బలవంతంగా దింపేశాడు. ఆమె కుళచ్చళ్ బస్టాండ్‌లో అందరికీ తనకు జరిగిన అన్యాయం చెప్పుకుంది. ఆనోటా ఆనోటా అది సోషల్ మీడియాకెక్కింది. రవాణాశాఖ అధికారులకు, తర్వాత ముఖ్యమంత్రికీ తెలిసింది. ఆ వృద్ధురాలి హక్కును కాదన్నందుకు ఆ బస్సు కండక్టర్, డ్రైవర్‌లను సస్పెండ్ చేశాడు స్టాలిన్. అణగారిన వర్గాలకు ఎక్కడికక్కడ న్యాయం జరగాలంటే చిత్తశుద్ధి ఉన్న నాయకులు కావాలి. ఉట్టి 'భాషణ్'లిచ్చే నాయకులు వృథా కదా మిత్రోఁ?

మనుస్మృతి ప్రకారం మహిళలందరూ శూద్రులే. మహిళలకు పుట్టిన వారంతా శూద్రులే అవుతారు కానీ, మళ్ళీ అందులో బ్రాహ్మణులు, క్షత్రియులు, వైశ్యులు ఎలా పుట్టగలరూ? పుట్టిన వాళ్ళందరూ శూద్రులే అయినప్పుడు అగ్ర–నిమ్న వర్గాలెందుకూ? ఇదంతా బుద్ధి తక్కువ వ్యవహారంగా అనిపించడం లేదూ? అది అలా ఉండనిచ్చి మరొక విషయం చూద్దాం. హిందూ దేవుళ్ళలో బ్రాహ్మణులు లేరు. అధిక భాగం క్షత్రియులే. అలా అయినప్పుడు బ్రాహ్మణ వర్గానికి మొదటి స్థానం ఎవడిచ్చాడు? ఇదంతా కాదు. మహిళలు శూద్రులయినప్పుడు, ఉన్న జనాభా అంతా శూద్రులే – అందరూ సమానులే. విజ్ఞాన శాస్త్రం అదే చెప్పింది – మానవజాతి అంతా ఒక్కటే కాబట్టి, అందరూ సమానులే – అని అంది. మనుధర్మ శాస్త్ర ప్రకారం కూడా మనుషులంతా సమానులే– అని మనం అర్థం చేసుకోవాలి. మనమంతా బాల్యంలో బాలకులం. యవ్వనంలో యువకులం. వృద్ధాప్యంలో పండుటాకులం... అంతే! మనువును తిరస్కరిస్తేనే ఎవరికైనా కాస్త బుద్ధిజ్ఞానం పెరుగుతుంది. రైల్లో ప్రయాణిస్తున్నప్పుడు ఒక పెద్దాయన పక్కనున్న యువకుణ్ణి ఊహించని ప్రశ్న అడిగాడు. మీ కేస్ట్ ఏమిటీ అని! యువకుడు అందగాడే కాదు తెలివైనవాడు కూడా. విషయం గ్రహించి వెంటనే 'సాఫ్ట్‌వేర్' అండీ అన్నాడు.

"భలే జోకులేస్తావు బాబూ నేను అడిగింది వేరు. నువ్వు చెప్పేది వేరు. పోనీ, మీ నాన్నగారి కులమేమిటీ" అని మళ్ళీ అడిగాడు పెద్దాయన.

"ఆయనా? ఆయన ఎలక్ట్రికల్ అండీ" అన్నాడు యువకుడు.

'పోనీలే – నీకు చెప్పాలని లేనట్లుంది! ఈ మధ్య ఏమిటో కుర్రవాళ్ళు చిత్రమైన జవాబులు చెపుతున్నారు. కులం చెప్పుకుంటే నామోషీయేమో" – అని ముఖం మాడ్చుకుని, ముఖం కూడా తిప్పుకున్నాడు.

"మీరు పెద్దవారు. మీకు తిక్కతిక్కగా సమాధానాలు చెప్పాలని నాకు లేదు. విషయేమిటంటేనండీ... భగవద్గీతలోని నాలుగో అధ్యాయంలో పదమూడవ శ్లోకం ఒకసారి నెమరు వేసుకోండి. మీకే అర్థమవుతుంది!" అన్నాడు.

"అవునూ ఏముందు అందులో?" ఈ కుర్రాడికి గీతలోని విషయాలు కూడా తెలుసా? అని ఆశ్చర్యపోతూ అడిగాడు.

"గుర్తులేకపోతే ఫరవాలేదు. ఇంటికెళ్ళాక చూసుకోండి!" నవ్వుతూ బదులిచ్చాడు యువకుడు.

"సరే బాబూ చెబుదూ అందులో ఏముందో" అన్నాడు పెద్దాయన.

"ఏముందంటే... కులమనేది పుట్టుకతో కాదు, చేసే వృత్తితో వస్తుంది– అని ఉంది. దాని ప్రకారమే చెప్పానండీ అంతే – మిమ్మల్ని ఆటపట్టించాలని కాదు – మీకేమో కోపం వచ్చేసింది" అని నవ్వుకొనసాగించాడు. పెద్దాయనకు ఎక్కడో కలుక్కుమంది. 'జ్ఞానం' వయసు పెరిగితే రాదు – బుద్ధి పెరిగితేనే వస్తుందని అప్పుడే తెలుసుకున్నాడు. పాత తరహాలో ఇక మాట్లాడ గూడదని కూడా అనుకున్నాడు.

మనుస్మృతి ప్రకారం– (త్రిన్ష:9/93) పురుషులు 24–30ఏళ్ళ వయసులో 8–12ఏళ్ళ వయసులో ఉన్న బాలికల్ని పెండ్లి చేసుకోవాలి. ఇదే కాదు 3–4 ఏళ్ళ బాలికలకు 7–8ఏళ్ళ బాలురకు కూడా పెళ్ళిళ్ళు చేసిన ఆచారం ఈ దేశంలో కొనసాగింది. మరి సమకాలీనంలో దాన్ని కొనసాగించడం లేదు కదా? అందుకే సంప్రదాయం ముసుగులో పనికిరాని ఆచారాల్ని వదిలేయాలి. అన్నీ ఆలోచించే డాక్టర్ బి.ఆర్. అంబేద్కర్ మనుస్మృతిని దహనం చేశాడన్న విషయం గుర్తుంచుకోవాలి!

నేను విప్లవ కారుణ్ణి. అన్ని దేశాలూ నావే. నిజమైన విప్లవ కారుడు ఓ అద్భుతమైన ప్రేమికుడై ఉంటాడని నేను చెప్తే మీకు కాస్త ఆశ్చర్యంగానే ఉండొచ్చు. కానీ, ప్రేమించే గుణాన్ని కోల్పోయిన వాడు ఎన్నటికీ గొప్ప విప్లవకారుడు కాలేడు. ప్రపంచంలో ఎక్కడ ఎవరికీ అన్యాయం జరిగినా మనం గాఢంగా ప్రతి స్పందించడం చాలా అవసరం. ప్రతి వారికీ ఉండి తీరాల్సిన అద్భుతమైన లక్షణం అదే!

పుత్తడిబొమ్మ

పరిమళిస్తూ పువ్వులు పూస్తున్నాయ
పవన తరంగాలు పలుకరిస్తున్నాయ
పిల్లకాలువ పరుగులు పులకరిస్తున్నాయ
కోకిలమ్మ పాటలు వీనులవిందు
చేస్తున్నాయ
కానీ మనసు దోచిన పుత్తడిబొమ్మ
కానరాదే?
మమతల కోవెలలోని తలపులు
తెరవలేదే?

గోదారమ్మ హొయలు
పరుగులెడుతున్నాయ
చెట్లు కదిలి వానచినుకులు
తడిపేస్తున్నాయ
అందెల సవ్వడులు ఘల్లుమంటున్నాయ
అందమైన కురులు
సిగ్గులొలుకుతున్నాయ
కానీ మనసు దోచిన పుత్తడిబొమ్మ
కానరాదే?
కొలనులో విరిసిన తామరులు
పలుకలేదే?

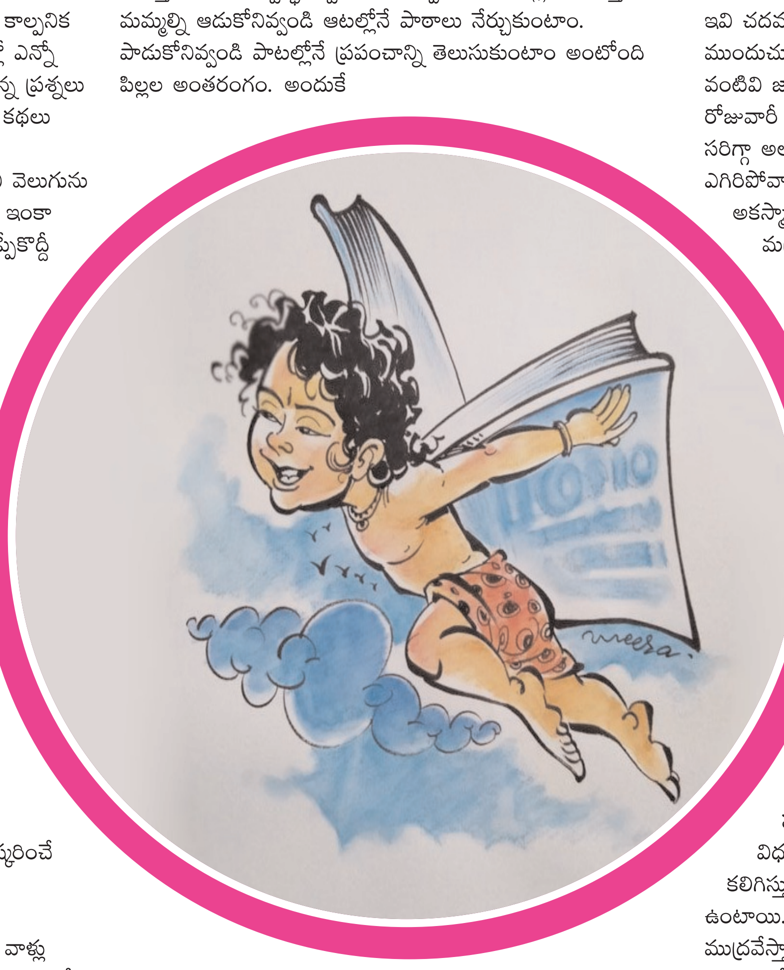
ఇంద్రధనుస్సులోని రంగులు
కుంచెకంటాయ
పురివిప్పి మయూరములు
ఆటలాడుతున్నాయ
గువ్వా గోరింకలు గూటికి చేరుతున్నాయ
కానీ మనసు దోచిన పుత్తడిబొమ్మ
కానరాదే?
కమ్మని కలలుగన్న నా కంటికి
నిదురలేదే?

లేగదూడలు పాలకు చిందులేస్తున్నాయ
కడలి కెరటాలు తీరాన్ని తాకుతున్నాయ
తారకలు నింగిలో
మిలమిలమెరుస్తున్నాయ
కానీ మనసు దోచిన పుత్తడిబొమ్మ
కానరాదే?
తరుముతున్న తరంగాలు నిలకడగ
నిలువలేదే?

ఉత్తరాలన్నీ పుస్తకాలుగా మారుతున్నాయ
చెదలు పట్టిన కాగితాలు
చిరిగిపోతున్నాయ
ఎదురుచూపులతో కళ్ళు
అలసిపోతున్నాయ
కానీ మనసు దోచిన పుత్తడి బొమ్మ
కానరాదే?
కథ కంచికి చేరుతుంటే చివరి చరణం
పాడలేదే!

బాలసాహిత్యంలో కాల్పనిక కథల పాత్ర

తెలుగులో కథ లేదా కత ఒక సాహితీ ప్రక్రియ. తెలుగు అకాడమీ నిఘంటువు ప్రకారం కథ అనగా కొంత సత్యాంశతో కూడిన కల్పిత గద్యగ్రంథం. కథ అంటే నీతి. కథ ఒక రీతి. కథ అంటే నిజాయితీ. పిల్లలను చేరదీసి కథలు చెప్తే ఆ కథలే పిల్లలను వేలుపట్టి నడిపిస్తాయి. నీతి చంద్రికలై దారి చూపుతాయి. రోబోటిక్ యుగంలో ఉన్నా అంతరిక్షం లో విహరించిన బేతాళ కథలు చెప్పాల్సిందే. చందమామ వంటి పుస్తకాలు చదవాల్సిందే ఎందుకంటే ఆ కాల్పనిక శక్తే మానవజాతిని ఇంతవరకు నడిపించింది. పసిమనసుల్లో ఎన్నో ఆలోచనలు రేకెత్తింపచేసింది. ఎందుకు? ఏమిటి? ఎలా అన్న ప్రశ్నలు ఉదయింపచేసి పరిష్కారాలను ప్రసరింప చేసింది. అందుకే కథలు చెప్పకు అని పిల్లలను చిన్నబుచ్చకూడదు. వాళ్ళు చెప్పింది సావధానంగా వినాలి. మెచ్చుకోవాలి అప్పుడే వారి కళ్ళల్లోని వెలుగును మనం చూడగలుగుతాం. కథలు మేలుకొలుపులు. వినేకొద్దీ ఇంకా వినాలనిపిస్తాయి. చదివేకొద్దీ ఇంకా చదవాలనిపిస్తాయి. చెప్పేకొద్దీ ఇంకా చెప్పాలనిపిస్తాయి. తాతయ్య కథ చెప్తూ ఉంటే చందమామకి కునుకు రావాలి కాని మనవలకి రాదు. జీవితాంతం చెప్పినా తరగని కథలు పిల్లలకి దారిచూపే వెలుగురేఖలు. "జ్ఞానం కంటే ఊహాశక్తి చాలా గొప్పది" అన్నాడు ఆల్బర్ట్ ఐన్‌స్టీన్. ఈ మాట అక్షరాల నిజం. పిల్లల్లో ఊహాశక్తిని పెంపొందించడానికి కథ చెప్పడం ఓ చక్కని మార్గం. ఆయన మరొక మాట కూడా చెప్పారు" మీ పిల్లలు తెలివైనవాళ్లుగా ఎదగాలనుకుంటే వాళ్లకు మంచి కాల్పనిక కథలను చదివి వినిపించండి అని. కాల్పనిక కథలకు ఉండే గొప్పతనం అటువంటిది. అనగా అనగా అనగానే పిల్లలు ఊహా ప్రపంచంలోకి వెళ్ళిపోతారు కథలోని పాత్రల్లో తమని తాము ఊహించుకుంటారు. దృశ్యాన్ని చూస్తే అనుభూతి లభిస్తుంది కానీ ఆలోచించే అవసరం ఎక్కువ ఉండదు. అయితే కథ చెప్పడం, చదవడం, వినడం వల్ల పిల్లల్లో కాల్పనిక జగత్తు విస్తృతవౌతుంది. సృజనాత్మక సామర్థ్యం పెరుగుతుంది. కథ వింటూ ఎన్నో ప్రశ్నలు అడుగుతూ ఉంటారు. దానివల్ల ఆలోచనా పరిధి పెరుగుతుంది. ప్రశ్నించే తత్వంతో పాటు సమస్యలను పరిష్కరించే సామర్థ్యం పెరుగుతుంది. అన్నిటికీ మించి వివిధ పదాలను పరిచయంచేస్తూ భాషా సంపత్తిని పెంచడానికి కథలు దోహదపడతాయి.పిల్లల్లో కల్పనాశక్తి అధికంగా ఉంటుంది. వాళ్లు చిత్రవిచిత్రంగా ఊహించగలరు. ఆ ఊహలకు ప్రాణం పోయగలిగితే ఆ కల్పనాశక్తి బయటకు లాగగలిగితే వాళ్ళు కవులుగా, కళాకారులుగా, భావకులుగా తయారుకాగలరు. మానవత కలిగిన మంచి మనుషులుగా రూపు దిద్దుకుంటారు. సరియైన సూచన కాని ఆధారంకాని లేకుండా వారి కల్పనకు ఊపిరిపోయలేము. కొన్ని ఆధారాలు ఇచ్చి కథలు అల్లమనాలి. ఈ కథలు మనం అనుకున్న విధంగా ఉండాలని భావించకూడదువారికి ఇష్టమైన రీతిలో ఊహించనివ్వాలి. వాటిని భాషా నైపుణ్యపు అభ్యసనాలుగా మార్చగూడదు.మాస్టారూ మేం పిల్లలం పువ్వుల్లాంటిపిల్లలం, పిట్టల్లాంటి పిల్లలం, మమ్మల్ని పువ్వులానే చూడండి గుభాళిస్తూ వికసిస్తాం. పిట్టల్లానే ప్రేమించండి రెక్కలువిప్పి దూసుకెళతాం మమ్మల్ని భయపెట్టకండి ఆలోచించనివ్వండి ఆకాశపుటంచులు చూస్తాం. మాకు స్వేచ్ఛనివ్వండి పురివిప్పి రంగులజల్లు కురిపిస్తాం. మమ్మల్ని ఆడుకోనివ్వండి ఆటల్లోనే పాఠాలు నేర్చుకుంటాం. పాడుకోనివ్వండి పాటల్లోనే ప్రపంచాన్ని తెలుసుకుంటాం అంటోంది పిల్లల అంతరంగం. అందుకే



ఉపాధ్యాయులైనా తల్లిదండ్రులైనా వారికి తగిన స్వేచ్ఛనిచ్చి భయంలేకుండా మాట్లాడనివ్వాలి. కథలవల్ల పఠనాసక్తి పెరుగుతుంది. వ్యక్తిత్వ నిర్మాణం జరగాలంటే కాల్పనిక కథలు తప్పనిసరిగా చదివించాలి. అందుకే బాలసాహిత్యంలో కాల్పనిక కథలకే పట్టం కట్టడం జరిగింది. అందులోనూ పేదరాసిపెద్దమ్మ కథలన్నా, పంచతంత్ర కథలన్నా, భేతాళ కథలన్నా పిల్లలు చెవికోసుకుంటారు. రాకుమారులు మాంత్రికుల కథల్లో చాలాసార్లు పేదరాసి పెద్దమ్మ కనిపిస్తుంది. మంచి వాళ్లందరికీ తలలో నాలుకలా ఉండే ఆమెకి తెలియని విషయమే ఉండదు. తన దగ్గరికి వచ్చేవారికి తగిన సలహాలనిస్తూ సమస్యలనుంచి గట్టెక్కిస్తుంది. ఇలాంటి కథలు చదవడం, వినడం వల్ల పరోపకారబుద్ధి సమస్యా పరిష్కారం పిల్లల్లో అలవడతాయి. పిల్లల్ని ఊహాలోకాల్లో విహరింపచేసే కథల్లో ముఖ్యమైనవి జానపద కథలు. ఇవి చదవడం వల్ల రాజుల సాహసాలు, విశాల హృదయం, ముందుచూపు, మంత్రుల బుద్ధికుశలత, విదూషకుల హాస్యచతురత వంటివి జానపద కథల్లో చదివి పిల్లలు ఉత్తేజితులౌతారు. రోజువారీ దినచర్యలో విసుగెత్తిపోయినపుడు ఊహాశక్తి మందగిస్తుంది సరిగ్గా అలాంటప్పుడే రెక్కలు కట్టుకుని ఎక్కడికైనా ఎగిరిపోవాలనిపిస్తుంది. ఆ సమయంలో కాల్పనిక కథ చదివినట్లయితే అకస్మాత్తుగా ఏ పిల్ల పిశాచమో ప్రత్యక్షమై అడవిలోకి తీసుకెళ్లి మర్రిచెట్టు తొర్రలోని రత్న రాశులని చూపించవచ్చు. కోరిన చోటికి చిటికెలో చేర్చే పావుకోళ్ల సొంతం కావచ్చు. రెక్కల గుర్రాలు, పుష్పకవిమానాలు, పరకాయప్రవేశాలు ఇంకా అనేకానేక అలౌకిక అనుభూతుల్ని కలుగజేసే సమ్మోహనాశక్తి కాల్పనిక కథలకుంది. "చీమలచేత, పక్షులచేత మాట్లాడించడంలోనే గొప్పతనముంది" అంటారు గోల్డ్‌స్మిత్ అనే రచయిత. పిల్లలు సాధారణంగా జానపద కథలు ఇష్టపడతారు. జానపదకథలన్నీ అద్భుతరసాన్ని కలిగి ఉంటాయి. ఈ కథలు పిల్లల్ని కొత్త ప్రపంచంలోకి తీసుకుని పోతాయి. వాళ్ళల్లో ఊహాశక్తిని పెంపొందింపచేస్తాయి అందువల్ల పిల్లలు ఎక్కువగా ఇష్టపడతారు. మామూలుగా కనిపించనటువంటి ఆకాశంలో ఎగిరే చాప, మంత్రదండం, నీళ్లను మంత్రించి జల్లితే మనిషి జంతువుగా మారడం లాంటివి పిల్లలకి ఆశ్చర్యాన్ని కలిగిస్తాయి. భేతాళ కథలని కూడా పిల్లలు ఎంతగానో ఇష్టపడతారు. ఈ కథల్లోని భేతాళుని ప్రశ్నలకు రకరకాల సమాధానాలు ఊహిస్తారు పిల్లలు. పిల్లల ఊహలకందని విధంగా జవాబు చెప్తాడు విక్రమార్కుడు. అదే పిల్లలకి ఆసక్తిని కలిగిస్తుంది. ఈ కథల్లో తార్కికభావన ధర్మసందేశం మొదలగునవి ఉంటాయి. ఈ రకమైన కాల్పనిక కథలు పిల్లల మనసులమీద చెరగని ముద్రవేస్తాయి. అదే విధంగా వారి వ్యక్తిత్వ వికాసానికి కూడా ఎంతగానో దోహదపడతాయి. చదువులో రాణించినా రాణించకపోయినా ఈ బాలసాహిత్యం చదివినవారు మాత్రం గొప్ప వ్యక్తులుగా తయారు అవుతారు. పిల్లల మనోవికాసానికి, ఆనందానుభూతికి, కలలను సాకారం చేసుకోవడానికి కాల్పనిక కథలు ఎంతగానో దోహదపడ తాయనడంలో ఎలాంటి సందేహం లేదు.అందుకే కాల్పనిక కథలకు బాలసాహిత్యంలో ప్రత్యేకమైన స్థానముంది.

తాజా ఫ్రూట్స్‌తోనే వేసవిలో ఆరోగ్యం..

- మండే ఎండకు పండే రక్ష - పండ్లు, పండ్ల రసాలతో శరీరానికి పోషకాలు

మండే కాలమ్‌లో.. పండే బలం..!! మరి ఈ పండ్లలో ఉన్న పోషకాలు ఏంటో తెలుసా..?వేసవి నుంచి ఈ పండ్ల ద్వారా ఎలా రక్షణ పొందవచ్చో తెలుసా..?ఫిట్‌నెస్ కోసం యోగా, వాకింగ్, జాగింగ్, జిమ్ చేయడం, ఫిట్‌నెస్ సెంటర్లకు పరుగులు తీయడం మాత్రమే కాదు.
మండే కాలమ్‌లో.. పండే బలం..!! మరి ఈ పండ్లలో ఉన్న పోషకాలు ఏంటో తెలుసా..?వేసవి నుంచి ఈ పండ్ల ద్వారా ఎలా రక్షణ పొందవచ్చో తెలుసా..?ఫిట్‌నెస్ కోసం యోగా, వాకింగ్, జాగింగ్, జిమ్ చేయడం, ఫిట్‌నెస్ సెంటర్లకు పరుగులు తీయడం మాత్రమే కాదు.. ఆయా కాలాల్లో విరివిగా లభించే పండ్లను, పండ్ల రసాలనూ తీసుకోవడంతో ఆరోగ్యాన్ని ఫిట్‌గా ఉంచుకోవచ్చు. అంతేకాదు ఈ ఎండాకాలంలో 'పండంటి' ఆరోగ్యాన్ని మీ సొంతం చేసుకోవాలంటే 'మండే ఎండకు పండే రక్ష' అని మీరు తెలుసుకోక తప్పదు. అందుకే ఈ వేసవిలో లభించే పండ్లను, వాటిలో ఉండే పోషకాలను మీ కోసం అందిస్తున్నాం..

పుచ్చకాయతో ఎంతో చలువ..

వేసవిలో లభ్యమయ్యే పుచ్చకాయ శరీరాన్ని చల్లబరచడంలో బాగా ఉపకరిస్తుంది. అత్యధిక శాతం నీరు కలిగి ఉండే పుచ్చ ప్రధానంగా వేసవిలో ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ముదురు ఎరుపు లేక గులాబీ రంగు పుచ్చకాయ గుజ్జులో కెరోటినాయిడ్స్, బీటా కెరోటిన్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. వీటిని శరీరం 'ఏ' విటమిన్‌గా మార్చుకుంటుంది. ఇంకా పుచ్చకాయలో బీ6, 'సీ', పీచు పదార్థాలు బాగా లభిస్తాయి. నీటి శాతం ఎక్కువగా ఉండటంతో శరీర ఉష్ణోగ్రతను తొందరగా తగ్గించి చల్లబరచడంలో ప్రముఖ పాత్ర పోషిస్తుంది. సుక్రోజ్, గ్లూకోజ్, ఫ్రక్టోజ్‌లు పుచ్చకాయలో ఎక్కువగా లభిస్తాయి.

పోషకాల సపోట..

సపోట మంచి పౌష్టికరమైనదని వైద్యులు చెబుతారు. కాల్షియం, ఐరన్‌లు ఈ పండు లో సమృద్ధిగా లభిస్తాయి. బీ1, బీ6, బీ12తో పాటు విటమిన్ ఈ విటమిన్ కూడా సపోటలో లభిస్తుంది. ఈ పండులో నీటి నిల్వ ఎక్కువగా ఉండటంతో వేసవి తాపం తీర్చడంలో బాగా ఉపకరిస్తుంది. జీర్ణం అయ్యేందుకు కాస్త ఎక్కువ సమయం తీసుకున్నా శరీరానికి ఎంతో మేలు చేసే పండుగా సపోటకు పేరుంది.

దానిమ్మతో రక్తహీనత దూరం..

దానిమ్మ పండు రక్తహీనతను దూరం చేస్తుంది. రక్తం సరిపడ లేక ఇబ్బంది పడుతున్న వారు దానిమ్మ రసాన్ని ప్రతి రోజూ ఓగ్లాసు తాగితే రక్త హీనత నుంచి బయటపడొచ్చు. అలాగే ఈ పండు వేసవిలో వడ దెబ్బ నుంచి రక్షణ కల్పిస్తుంది. ఈ పండులో పొటాషియం 666 మిల్లీ గ్రాములు, పాస్ఫరస్ 102 మిల్లీగ్రా, మెగ్నీషియం 34 మిల్లీ గ్రా, కాల్షియం 28 మిల్లీ గ్రా ఉంటాయి.

అరటితో జీర్ణం..

అరటి పండు సులభంగా జీర్ణమై రక్తంలో కలుస్తుంది. ఇది మలబద్ధకాన్ని నివారించడంలో బాగా పని చేస్తుంది. శరీరంలోని కొలెస్ట్రాల్ తగ్గించి అధిక రక్తపోటును కంట్రోల్‌లో ఉంచుతుంది. మినరల్స్, పొటాషియం అరటిలో ఎక్కువగా లభిస్తాయి. ఈ పండులో 70.1 గ్రాముల నీరు ఉంటుంది. ప్రోటీన్లు 1.2 గ్రాములు, కొవ్వు 0.3 గ్రాములు, పిండిపదార్థాలు 27.2 గ్రాములు, కాల్షియం 17 మిల్లీ గ్రాములు, ఇనుము 0.4 మిల్లీ గ్రాములు, సోడియం 37 మిల్లీ గ్రాములు, పొటాషియం 88మిల్లీ గ్రాములు, జింక్ 0.15 మి.గ్రాలు, క్రోమియం 0.004 మి.గ్రాలు, కెరోటిన్ 78 మైక్రోగ్రాములు, థయామిన్ 0.0.5 మిల్లీ గ్రాములు, శక్తి 116 కిలో కాలరీలు ఉంటాయి.

పైనాపిల్‌లో ఎన్నో విలువలు..

పైనాపిల్‌లో బోలెడన్ని విలువలున్నాయి. 100 గ్రాముల పైనాపిల్(అనాస) పండులో 87.8 శాతం నీరు ఉంటుంది. 0.4 గ్రాముల ప్రోటీన్లుంటాయి. కొవ్వు 0.1 గ్రాము మాత్రమే ఉంటుంది. పిండి పదార్థాలు 10.8 గ్రాములు, కాల్షియం 20 మిల్లీ గ్రాములు వంద గ్రాముల పైనాపిల్‌లో లభిస్తాయి. అలాగే పాస్ఫరస్ 9 మిల్లీ గ్రాములు, ఇనుము 2.4 మిల్లీగ్రాములు, సోడియం 34.7 మిల్లీ గ్రాములు, పొటాషియం 37 మిల్లీ గ్రాములు, మాంగనీస్ 0.56 మిల్లీ గ్రాములు, కెరోటిన్ 18 మైక్రో గ్రాములు, శక్తి 46 కిలో కాలరీలు ఉంటాయి. వేసవి కాలంలో చల్లదనాన్ని చేకూర్చే ఈ పండును ఎక్కువగా జ్యూస్ రూపంలోనే సేవిస్తారు.

జామతో జీవకణాల వృద్ధి..

జామ పండులో యాంటీ యాక్సిడెంట్లు చాలా ఎక్కువగా ఉంటాయి. జామ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ఇవి ఎంత ఎక్కువగా తింటే అంతమంచిదని వైద్యులు చెబుతున్నారు. మనిషి వయసుతోపాటే శరీరంలో ఉండే కొన్నిరకాల జీవ కణాలు పాడిబారిపోతాయి. జామలో ఉండే యాంటీ యాక్సిడెంట్లు ఈ ప్రత్యేకమైన కణాలను పాడవకుండా కాపాడుతాయి. వయసు పెరుగుతున్న కొద్దీ ఏర్పడే డీ-జనరేటివ్ వ్యాధులను, క్యాన్సర్ వ్యాధిని, ముసలితనాన్ని దరిచేరకుండా చేస్తుంది. బాగా ఎక్కువగా యాంటీ యాక్సిడెంట్లు లభించే 100 గ్రాముల పండులో 496 మిల్లీ గ్రాముల యాంటీయాంటీ యాక్సిడెంట్లు లభిస్తాయి.

శరీర వేడి తగ్గించే కర్బూజ..

దోస జాతికి చెందిన ఈ పండు తినడం వల్ల వేసవిలో ఎంతో చలువ చేస్తుంది. శరీరంలో వేడిని గణనీయంగా తగ్గించడంలో కర్బూజ దిట్ట. కేలరీలు లేని తీపిదనం కర్బూజలో లభిస్తుంది. ఆకలి మందగించడం, బరువు తగ్గడం, మలబద్ధకం, మూత్రనాళ సమస్యలు, ఎసిడిటీ, అల్సర్‌లాంటి సమస్యలున్నవారు ఈ పండు గుజ్జును తగిన నీళ్లలో కలుపుకుని తాగితే ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ఆకలి పెంచడంతో పాటు అలసటా తీరుస్తుంది. రక్తపోటు, గుండె పనితనం పెంచడంలో బాగా సహకరిస్తుంది. కిడ్నీల్లో రాళ్లు ఏర్పడకుండా నివారిస్తుంది. ఎముకలకు బలం చేకూర్చడంతో పాటు శరీరానికి విటమిన్ 'సీ', ఫోలిక్ ఆమ్లం ఎక్కువగా అందుతాయి.

యాపిల్‌కు సాటిలేదు..

రోజుకో యాపిల్ తింటే అసలు డాక్టర్‌తో పనే ఉండదు. పెక్టిన్ అనే రసాయనం దండిగా లభించే ఈ పండు పేగులను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. క్రమం తప్పకుండా ఎక్కువ కాలం తింటే బ్యాక్టీరియా ఎక్కువగా వృద్ధి చెంది కొన్ని రకాల కొవ్వు ఆమ్లాల ఉత్పత్తిలో సాయం చేస్తుంది. యాపిల్ తినడం ద్వారా పేగులకు హాని చేసే సూక్ష్మక్రిముల నియంత్రణ జరుగుతుంది. అంతేకాదు దేహాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచేందుకు అవసరమైన బ్యూటీరేట్ రసాయనాన్ని యాపిల్ పండు ఉత్పత్తి చేస్తుందని శాస్త్రవేత్తలు చెబుతున్నారు. రక్తాన్ని వృద్ధి చేయడంలో ఈ పండుకు మరేదీ సాటిరాదని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. వేసవిలోనూ చాలా ఉపయోగకరం.

నిమ్మకు తిరుగులేదు..

రోగ నిరోధక శక్తిని ఇనుమడింపజేయడంలో నిమ్మకు మరే పండూ సాటిరాదని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఇందులో ఉండే యాంటీ యాక్సిడెంట్ గుణాలు వ్యాధికారక క్రిములతో పోరాడే శక్తిని పెంచుతాయి. జీర్ణక్రియను వృద్ధి చేయడంతో పాటు చర్మ సౌందర్యాన్ని పెంచుతుంది. ఇందులో పిండి పదార్థాలు 9 గ్రా, చక్కెర 2.5 గ్రా, పీచు పదార్థాలు 2.8 గ్రా, కొవ్వు పదార్థాలు 0.3 గ్రా, మాంసకృత్తులు 1.1 గ్రా, నీరు 89 గ్రా, విటమిన్ సి 53 మిల్లీ గ్రాములు, సిట్రస్ యాసిడ్ 5 గ్రాములు ఉంటాయి. ఎండా కాలంలో ప్రతీవ్యక్తికి నిమ్మ రసం ఎంతో ఉపశమనం ఇస్తుంది. శరీర ఉత్తేజానికి సహకరిస్తుంది.

రక్త ప్రసరణ పెంచే ద్రాక్ష..

ద్రాక్ష పండ్లలో రక్త ప్రసరణను పెంచే గుణముంది. శరీర వ్యవస్థల్లో కీలకమైన పాత్ర పోషించే మూత్ర పిండాల పనితనాన్ని పెంచడంతో పాటు కిడ్నీల్లో రాళ్లు రాకుండా ఈ పండ్లు కాపాడతాయి. అజీర్తి, మలబద్ధకం తగ్గించడంలో ద్రాక్ష పండ్లకు ఏవీ సాటిరావు. నోరు, గొంతు భాగాలకు ఈ పండ్లలో ఉండే అనేక విటమిన్లు, ఖనిజాలు రక్షణ కల్పిస్తాయి. వీటిలో ఉండే పాలిఫినాల్‌లు కొలెస్ట్రాల్‌ని అదుపు చేయడంలో, క్యాన్సర్‌ను ఎదుర్కోవడంలో సహకరిస్తాయి. సోడియం, ఉప్పు పదార్థాలు ద్రాక్షలో చాలా ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఈ ద్రాక్ష పండ్ల ద్వారా శరీరానికి విటమిన్ 'సీ'తోపాటు విటమిన్ 'కే' కూడా అందుతుంది.

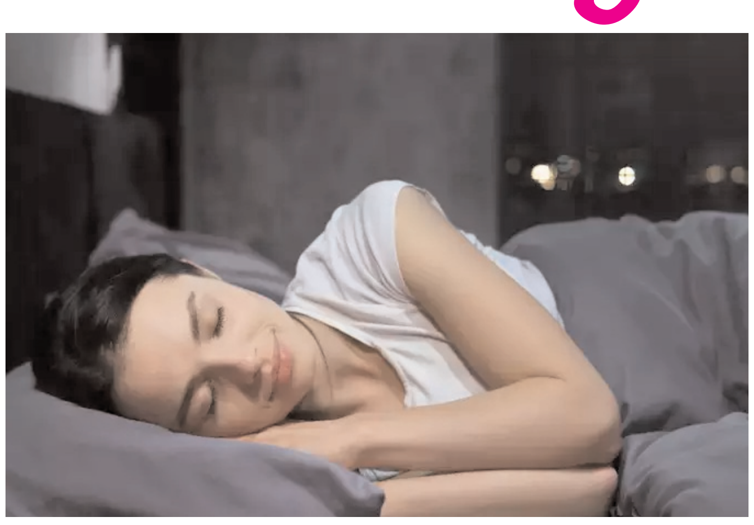
బొప్పాయిలో 'ఏ' విటమిన్ పుష్కలం..

బొప్పాయిలో 'ఏ' విటమిన్ పుష్కలంగా లభిస్తుంది. కెరోటిన్, ఏ, బీ, సీ, ఈ విటమిన్లు కూడా ఇందులో బాగానే లభిస్తాయి. ఇక ఖనిజాలు, ఫ్లేవోనాయిడ్లు, పొలేట్లు, పాంథోనిక్ ఆమ్లాలు, పీచు పదార్థాలు వంటి పోషకాలు బొప్పాయిలో దొరుకుతాయి. మామిడి తర్వాత అధికంగా 'ఏ' విటమిన్ బొప్పాయిలోనే లభిస్తుంది. బీ1, బీ2, బీ3, సీ విటమిన్, కాల్షియం, ఇనుము, భాస్వరంవంటి ఖనిజాలు బొప్పాయిలో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇందులో ఉండే బిటాకెరోటిన్ కంటి సంబంధిత వ్యాధులు రాకుండా తోడ్పడుతుంది. అస్తమా, కీళ్ల వ్యాధులు రాకుండా కాపాడుతుంది.

మామిడితో మజా..

మామిడిలో క్యాన్సర్ కణాలను అరికట్టే గుణం ఉంది. ఇందులో ఉండే పాలీఫినోల్ ఇందుకు ఉపకరిస్తుంది. తాజా మామిడిలో 15శాతం చక్కెర, ఒక శాతం మాంసకృత్తులు, ఏ,బీ,సీ విటమిన్లు ఉంటాయి. పిండి పదార్థాలు 17.00 గ్రాములు, చక్కెర 14.8 గ్రాములు, పీచు పదార్థాలు 1.8 గ్రాములు, కొవ్వు పదార్థాలు 0.27 గ్రా, మాంసకృత్తులు 51 గ్రా, థయామిన్ 0.058 గ్రా, సియాసిన్ 0.584 గ్రా, పాంటోథినిక్ ఆమ్లం 0.160 మిల్లీ గ్రా, విటమిన్ బీ6 0.134 మిల్లీ గ్రా, సీ విటమిన్ 27.7 మిల్లీ గ్రా, కాల్షియం 10 మిల్లీ గ్రా, ఇనుము 0.13 గ్రా, మెగ్నీషియం 9 గ్రా, బాస్వరం 11 మిల్లీ గ్రా, పొటాషియం 156 మిల్లీ మామిడి పండులో ఉంటాయి.

ఈ అలవాట్లు మీ ఆరోగ్యానికి హానికరం..!



పౌష్టికాహారం తినడం, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం, భోజనం చేసిన తర్వాత బ్రష్ చేయడం.. అన్నీ ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లు అనిపించవచ్చు. ఇవి హెల్తీ అలవాట్లే అయినా.. మన దైనందిన జీవితంలో పాటించే కొన్ని ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లు, మన శరీరానికి హాని చేస్తాయి. నిజానికి, కొన్ని ఆరోగ్యకరమైన రోజువారీ అలవాట్లు మీ ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపుతాయి. మనం ఆరోగ్యం అని పాటించే.. అన్‌హెల్తీ హ్యాబిట్స్ ఏమిటో ఈ స్టోరీలో చూద్దాం.

తిన్న తర్వాత.. బ్రష్ చేయడం..

కొంతమందికి తిన్న వెంటనే బ్రష్ చేసే అలవాటు ఉంటుంది. ఏదైనా ఎసిడిక్ ఆహార పదార్థా తిన్న తర్వాత.. అరగంట పాటు బ్రష్ చేయకూడదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. నారింజ, ద్రాక్షపండ్లు, నిమ్మకాయ వంటి సిట్రిక్ యాసిడ్ ఉన్న పండ్లు.. పంటి ఎనామిల్‌ను బలహీనపరుస్తాయి. సిట్రస్ పండ్లు తిన్నతర్వాత.. బ్రష్ చేస్తే పళ్లపై ఎనామిల్ దెబ్బతింటాయి.

వీకెండ్ రోజు ఎక్కువగా నిద్రపోతున్నారా..?

వారం అంతా పని చేసి అలసిపోయి... కొంతమంది వీక్ఎండ్స్‌లో ఎక్కువగా నిద్రపోతూ ఉంటారు. జర్నల్ ఆఫ్ క్లినికల్ ఎండోక్రినాలజీ మెటబాలిజమ్‌లో ప్రచురించిన అధ్యయనం ప్రకారం వీక్ఎండ్‌లో అతిగా నిద్రపోవడం ఆరోగ్యానికి హాని చేస్తుంది.
దీని కారణంగా.. అనేక వ్యాధుల ముప్పు పెరుగుతుంది. వీక్ ఎండ్‌లో నిద్రను పూడ్చుకునే బదులు, ప్రతి రోజు రాత్రి 7 నుంచి 8 గంటలు ప్రశాంతంగా నిద్రపోండి.

భోజనం స్కిప్ చేస్తున్నారా..?

కొంతమంది బరువు తగ్గడానికి, క్యాలరీ ఇన్‌టెక్ తగ్గించుకోవడం కోసం మధ్యాహ్నం పూట భోజనం మానేస్తూ ఉంటారు. కాని ఈ అలవాటు మంచిది కాదు. ఒక పరిశోధన ప్రకారం, రోజంతా తరచుగా తినే వారి కంటే క్రమం తప్పకుండా భోజనం దాటవేసే వ్యక్తులు ఎక్కువ బరువు పెరుగుతారు. మధ్యాహ్న భోజనాన్ని స్కిప్ చేస్తే.. ఆకలి తర్వాత పెరుగుతుంది, దీని కారణంగా మీరు ఎక్కువగా తింటారు.

వ్యాయామం తర్వాత ప్రోటీన్ షేక్..

వ్యాయామం తర్వాత.. ప్రోటీన్ షేక్ తాగితే కండరాల పెరుగుదలను ప్రోత్సహిస్తుంది, నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. కానీ మీరు పని తర్వాత, రాత్రి పూట వ్యాయామం చేసి ప్రోటీన్ షేక్ తీసుకోవడం మంచిది కాదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. భోజనం, ప్రోటీన్ రెండూ మీ కడుపుకు హెవీగా ఉంటాయి. ఇది జీర్ణం కావడమూ చాలా కష్టంగా ఉంటుంది.

యాపిల్ తొక్క తీస్తున్నారా..?

చాలా మంది ఆపిల్‌పై తొక్క తీసి తింటూ ఉంటారు. కానీ ఆపిల్ చర్మంపై దాదాపు రెండింతలు ఫైబర్, 25% ఎక్కువ పొటాషియం, 40% ఎక్కువ విటమిన్ ఎ ఉంటాయి. యాపిల్‌లోని దాదాపు 100% క్వెర్సెటిన్ పై తొక్కలో ఉంటుంది. యాపిల్ తొక్కతో పాటు తినాలని నిపుణులు సూచిస్తూ ఉంటారు.

ఈ అలవాట్లు మానుకోండి..

చాలా మంది డైట్ సోడా మంచిదని తాగుతూ ఉంటారు. డైట్ సోడా ఎక్కువగా తాగితే బరువు పెరిగే అవకాశం ఉంది.
జిమ్‌లో ఎక్కువ వ్యాయామం చేయడం మంచిదని భావిస్తారు, కానీ ఇలా చేయడం వల్ల కండరాలు రిపేర్ చేయడానికి సమయం దొరకదు, ఇది నిద్రకు భంగం కలిగించవచ్చు.
బాటిల్ వాటర్ తాగడం, బాటిల్‌లో బ్యాక్టీరియా, రసాయనాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయని పరిశోధనలో తేలింది, బదులుగా ఫిల్టర్ చేసిన, శుద్ధి చేసిన పంపు నీటిని తాగండి.

గమనిక: ఆరోగ్య నిపుణులు, అధ్యయనాల ప్రకారం ఈ వివరాలను అందించాం. ఈ కథనం కేవలం మీ అవగాహన కోసమే. ఆరోగ్యానికి సంబంధించిన ఏ చిన్న సమస్య ఉన్నా వైద్యులను సంప్రదించడమే ఉత్తమ మార్గం.

ఎండాకాలంలో మీ గుండె ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే..!

వాతావరణం కూడా గుండె ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీస్తుంది. అందుకే ప్రతి సీజన్ లో గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచే చిట్కాలను ఫాలో కావాలని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఎద్దలు చాలా సరదాగా గడుపుతారు. అయినప్పటికీ వేడి మన ఆరోగ్యాన్ని ముఖ్యంగా మన గుండెను దెబ్బతీస్తుంది. వేడి గుండెను ఎన్నో రోగాల బారిన పడేస్తుంది. వేడి వాతావరణంలో రక్త నాళాలు విస్తరించడానికి, గుండె రక్తాన్ని పంప్ చేయడానికి బాగా కష్టపడుతుంది. ఇది రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది. ఇది తేలికపాటి తలనొప్పి, మూర్ఛ, కొన్ని సందర్భాల్లో గుండెపోటుకు కూడా దారితీస్తుంది.
అంతేకాదు వేండి నిర్జలీకరణానికి దారితీస్తాయి. ఇది రక్తం గడ్డకట్టడం, గుండె దడ పెరగడం, గుండె ఒత్తిడి ప్రమాదాన్నిపెంచుతుంది. అందుకే ఎండాకాలంలో గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ఇందుకోసం హైడ్రేటెడ్ గా ఉండాలి. పలుచని, కాటన్ దుస్తులను వేసుకోవాలి. మీ శారీరక కార్యకలాపాల పట్ల జాగ్రత్త వహించాలి. మందును ఎక్కువగా తాగకూడదు. ఒత్తిడిని అదుపులో ఉంచుకోవాలి. ఎండాకాలంలో గుండె ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే ఏం చేయాలో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం..

హైడ్రేటెడ్ గా ఉండండి

ఎండాకాలంవేడి మనకు సాధారణం కంటే ఎక్కువ చెమట పట్టేలా చేస్తుంది. ఇది నిర్జలీకరణానికి దారితీస్తుంది. నిర్జలీకరణం మీ రక్తం చిక్కగా మారడానికి కారణమవుతుంది. దీంతో మీ గుండె రక్తాన్ని పంప్ చేయడానికి బాగా కష్టపడుతుంది. అందుకే ఇలాంటి సమస్య రావొద్దంటే పుష్కలంగా ద్రవాలు ముఖ్యంగా నీటిని తాగడం చాలా ముఖ్యం. శారీరకంగా చురుగ్గా ఉంటే రోజుకు కనీసం 8 గ్లాసుల నీటిని తాగండి. మీరు హైడ్రేట్ గా ఉండటానికి పండ్లు, కూరగాయలు వంటి వాటర్ కంటెంట్ ఎక్కువగా ఉండే ఆహారాలను తినండి.

శారీరక కార్యకలాపాలు

ఎండాకాలంలో చాలా మంది బయటకు వెళ్లి స్విమ్మింగ్, హైకింగ్ లేదా బైకింగ్ వంటి కొన్ని శారీరక కార్యకలాపాలను ఆస్వాదిస్తుంటారు. కానీ ఇవి మీ గుండెను రిస్క్ లో పడేస్తాయి. ముఖ్యంగా గుండె జబ్బులు ఉన్నవారికి. మీరు ఏం చేయాలి? ఏం చేయకూడదో డాక్టర్ ను అడిగిన తర్వాతే చేయండి. ఏదైనా పని చేసేటప్పుడు మైకంగా అనిపించినా లేదా ఛాతీ నొప్పి వచ్చినా వెంటనే హాస్పటల్ కు వెళ్లండి.

వాతావరణానికి తగ్గ దుస్తులు

ఎండాకాలంలో మీ గుండెను రక్షించడానికి తగిన దుస్తులను వేసుకోవడం చాలా అవసరం. వదులుగా ఉండే, లేత రంగు దుస్తులు చల్లగా ఉండటానికి, మీ శరీరం వేడెక్కకుండా ఉండటానికి సహాయపడతాయి. టోపీలు, సన్ గ్లాసెస్ కూడా సూర్యుని హానికరమైన కిరణాల నుంచి మీ తల, కళ్లను రక్షించడానికి సహాయపడతాయి. మీరు ఎక్కువ సేపు బయట ఉంటే మీ చర్మాన్ని రక్షించడానికి సన్‌స్క్రీన్ ను ఉపయోగించండి. మందును అతిగా తాగడం అస్సలు మంచిది కాదు. ఎందుకంటే మందు మీ గుండె ఆరోగ్యాన్ని రిస్క్ లో పడేస్తుంది. మందును ఎక్కువగా తాగడం వల్ల అధిక రక్తపోటు, సక్రమంగా లేని హృదయ స్పందన, మీ గుండె కండరాలు దెబ్బతింటాయి. ఒకవేళ తాగినా లిమిట్ లోనే తాగండి. అలాగే హైడ్రేట్ గా ఉండండి. శారీరక ఆరోగ్యం ఎంత ముఖ్యమో మానసిక ఆరోగ్యం కూడా అంతే ముఖ్యం. ముఖ్యంగా గుండె విషయానికొస్తే.. ఒత్తిడి, ఆందోళన, నిరాశ అన్నీ మీ గుండె ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపుతాయి. అందుకే వీలైనంత ఎక్కువ సేపు రెస్ట్ తీసుకోండి. అలాగే పుస్తకాన్ని చదవడం, యోగా చేయడం, వాకింగ్ కు వెళ్లడం వంటి పనులను చేయండి.

ఎడమవైపు నిద్రపోవడం వల్ల ఎన్నో ప్రయోజనాలు..
తెలిస్తే మీరు కూడా ఇలానే నిద్రపోతారు..

తల తూర్పు వైపు పెట్టి పడుకోవాలని కుదరకపోతే దక్షిణం వైపు తలపెట్టి పడుకోవాలని చెప్పారు.. అంతేకాని.. ఉత్తరం వైపు తలపెట్టి పడుకోకూడదని నియమం పెట్టారు. ఇక కుడివైపు నిద్రపోవడం మంచిది కాదని.. ఎడమవైపు మాత్రమే నిద్రపోవాలని కూడా చెప్పారు. ఈరోజు ఎడమవైపు తిరిగి నిద్రపోవడం కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు గురించి తెలుసుకుందాం..మన పూర్వీకులు పెట్టిన నియమాలు, సాంప్రదాయాలు నేటి తరానికి చాదస్తంగా కనిపించవచ్చు.. కానీ ఆ నియమాల్లో శాస్త్రీయ కోణం దాగి ఉందని ఇప్పటికే అనేక విషయాల్లో రుజువైన సంగతి తెలిసిందే. ఇక ఆహారం తినే విషయంలోనే కాదు..శరీరానికి విశ్రాంతినిస్తూ నిద్ర పోయే విషయంలో కూడా మన పెద్దలు కొన్ని నియమాలను పెట్టారు.

తల తూర్పు వైపు పెట్టి పడుకోవాలని కుదరకపోతే దక్షిణం వైపు తలపెట్టి పడుకోవాలని చెప్పారు.. అంతేకాని.. ఉత్తరం వైపు తలపెట్టి పడుకోకూడదని నియమం పెట్టారు. ఇక కుడివైపు నిద్రపోవడం మంచిది కాదని.. ఎడమవైపు మాత్రమే నిద్రపోవాలని కూడా చెప్పారు. ఈరోజు ఎడమవైపు తిరిగి నిద్రపోవడం కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు గురించి తెలుసుకుందాం..

భోజనం చేసిన అనంతరం జీర్ణం చెయ్యటానికి జఠరాగ్ని యాక్టివేట్ అవుతుంది. మెదట మెదడు లోని రక్తం , తర్వాత ఇతర అవయవాల్లోని రక్తమంతా తిన్న ఆహారాన్ని పచనం చేయడానికి పొట్ట భాగానికి చేరుతుంది. అపుడు మెదడు విశ్రాంతిని కోరుకుంటుంది. అందువలన నిద్ర వస్తుంది. తగినంత నిద్ర విశ్రాంతి శరీరానికి మంచిది.

ఉదయం లేక మధ్యాహ్న భోజనం తర్వాత 30 నుండి 40 నిమిషాల వరకు ఖచ్చితంగా నిద్ర పోవలెను. ఏ కారణం చేతనైనా విశ్రాంతి తీసుకునే అవకాశం లేని వారు కనీసం 10 నిమిషాల పాటు వజ్రాసనం వేయాలి. ఇక రాత్రి భోజనం తర్వాత వెంటనే నిద్ర పోకూడదు. కనీసం రెండు గంటల గ్యాప్ ఇచ్చిన అనంతరం నిద్రపోవాలి. రాత్రి భోజనం చేసిన వెంటనే నిద్రపోతే డయాబెటీస్, హార్ట్ ఎటాక్ వంటి వ్యాధులు వచ్చే ప్రమాదం ఉంది.

పడుకునే విధానం: ఎడమ ప్రక్కకు తిరిగి , ఎడమ చెయ్యి తలకిందకు వచ్చే విధంగా పడుకొని విశ్రమించాలి . ఇలా నిద్రపోవడాన్ని వామ కుక్షి అవస్థలో విశ్రమించటం అంటారు. ఎవరైనా అలసటకు గురైనప్పుడు ఇలా ఎడమ వైపున తిరిగి పడుకుంటే అలసట తొలగి పోతుంది. మిగతా రోజంతా ఉత్సాహంగా పనులు చేసుకుంటారు.

ప్రయోజనాలు: గర్భిణీ స్త్రీలకు మంచి రక్త ప్రసరణ జరుగుతుంది. గర్భాశయంకు , కడుపులోని పిండానికి, మూత్ర పిండాలకు చక్కని రక్త ప్రసరణ జరుగును . వెన్ను నొప్పి , వీపు నొప్పుల నుండి ఉపశమనం కలుగుతుంది. భోజనం తర్వాత జరిగే జీర్ణక్రియలో సహాయ పడుతుంది . వీపు , మెడ నొప్పులున్నవారికీ ఉపశమనం ఇస్తుంది. శరీరంలో వున్న విష, వ్యర్థ పదార్థలని తొలగించే రసాయనాలకు తోడ్పడుతుంది . కాలేయం, మూత్ర పిండాలు సక్రమంగా పని చేస్తాయి . జీర్ణ ప్రక్రియ సక్రమంగా జరుగుతుంది. గుండెకు శ్రమ తగ్గి సక్రమంగా పని చేస్తుంది. ఉదయం అలసట లేకుండా ఉత్సాహంగా వుంటారు.

డెంగ్యూ, మలేరియా, చికున్‌గున్యాలలో అత్యంత ప్రమాదకరమైనది ఏది..? మూడు వ్యాధుల లక్షణాలు, నివారణ చర్యలు

వర్షంలో దోమల వల్ల వచ్చే వ్యాధుల ప్రమాదం గణనీయంగా పెరుగుతుంది. భారీ వర్షాలు, నీరు నిలిచిపోవడం, వరదలు వంటి పరిస్థితులలో దోమలు వృద్ధి చెందడానికి అవకాశం ఉంటుంది. వర్షాకాలం, తరువాతి నెలల్లో డెంగ్యూ-మలేరియా..

వర్షంలో దోమల వల్ల వచ్చే వ్యాధుల ప్రమాదం గణనీయంగా పెరుగుతుంది. భారీ వర్షాలు, నీరు నిలిచిపోవడం, వరదలు వంటి పరిస్థితులలో దోమలు వృద్ధి చెందడానికి అవకాశం ఉంటుంది. వర్షాకాలం, తరువాతి నెలల్లో డెంగ్యూ-మలేరియా, చికున్‌గున్యా వంటి వ్యాధుల రోగులు పెద్ద సంఖ్యలో కనిపిస్తారు. ఇటీవలి నివేదిక ప్రకారం.. జూలై మొదటి 10 రోజులలో ఢిల్లీ-ఎన్‌సిఆర్‌లో డెంగ్యూ రోగుల సంఖ్య గణనీయంగా పెరిగింది. డెంగ్యూ-మలేరియా లేదా చికున్‌గున్యా చాలా ప్రమాదకరమైనవి. అలాగే ప్రతి సంవత్సరం వాటి కారణంగా చాలా మంది మరణిస్తున్నారు. అందుకే వాటిని నివారించడంపై దృష్టి పెట్టాలి. ఈ మూడు వ్యాధులను అర్థం చేసుకోవడం ద్వారా మాత్రమే వాటిని సమర్థవంతంగా నివారించవచ్చు. ఈ మూడింటికి తేడా ఏమిటో తెలుసుకుందాం..

డెంగ్యూ: డెంగ్యూ వైరస్ వల్ల వచ్చే వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్. ఈ వైరస్ సోకిన దోమలు పగటిపూట ఎక్కువగా కుడతాయి. అందుకే ఫుల్ స్లీవ్ దుస్తులు ధరించాలని ప్రజలకు సూచిస్తున్నారు వైద్యులు. సాధారణ జ్వరం నుంచి అధికంగా వచ్చే అవకాశాలు. ఫ్లూ వంటి లక్షణాలతో పాటు కొన్ని సందర్భాలలో రక్తస్రావం, రక్తపోటు లెవల్స్ పడిపోవడం, మరణం కూడా సంభవించవచ్చు. డెంగ్యూ జ్వరం కారణంగా రక్తంలో ప్లేట్‌లెట్స్ వేగంగా తగ్గుతాయి. అతి పెద్ద విషయం ఏమిటంటే, వ్యాధి సోకిన వ్యక్తిని సంప్రదించడం వల్ల డెంగ్యూ జ్వరం రాదు. దీన్ని నివారించడానికి, దోమలను నివారించాలి.మలేరియా: డెంగ్యూ లాంటి మలేరియా కూడా ప్రమాదకరం. ఈ వ్యాధి పరాన్నజీవి వల్ల వస్తుంది. పరాన్నజీవి సోకిన దోమలు కుట్టడం వల్ల మలేరియా సోకుతుంది. మలేరియాలో, అధిక జ్వరం మరియు వణుకు ఇవ్వడం ద్వారా చలిగా అనిపిస్తుంది. మలేరియా కూడా తీవ్రంగా ఉంటుంది. దీని కారణంగా, ఊపిరితిత్తులలో ద్రవం పేరుకుపోతుంది, దీని కారణంగా శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది ఉంటుంది. కొన్నిసార్లు మలేరియా కిడ్నీ-కాలేయం కూడా దెబ్బతింటుంది. అయితే, ఈ వ్యాధిని మందులతో నయం చేయవచ్చు.

ఇవి కూడా చదవండి

కారంతో కూడిన ఆహారం తిన్న తర్వాత కడుపు మంటగా ఉందా..? ఇలా చేయండి!

ఆ వయస్సు వారిని వేధిస్తున్న రుతుక్రమ సమస్య.. ఆయుర్వేద చిట్కాలతో దూరం కావాల్సిందే..!

ఈ నాలుగు డయాబెటిస్‌ను అదుపులో ఉంచుతాయి..? ఇవి రోజువారీ ఆహారంలో చేర్చుకోండి

చికున్‌గున్యా: చికున్‌గున్యా కూడా దోమల వల్ల వచ్చే వ్యాధి. ఇది చికున్‌గున్యా వైరస్ ద్వారా వ్యాపిస్తుంది. దీని మొదటి లక్షణాలు జ్వరం, చర్మంపై దద్దుర్లు. జ్వరం అకస్మాత్తుగా వస్తుంది. చాలా వేగంగా ఉంటుంది. దీంతో పాటు కీళ్ల నొప్పులు, తలనొప్పి, వికారం, వాంతులు వంటి సమస్యలు కూడా రావచ్చు. చికున్‌గున్యాకు నిర్దిష్ట యాంటీవైరల్ ఔషధం లేదు. దోమల వల్ల వచ్చే ఇతర వ్యాధుల మాదిరిగానే దీనిని చికిత్స చేస్తారు. చికున్‌గున్యా బారిన పడిన రోగులు పుష్కలంగా నీరు, ద్రవాన్ని తాగడం మంచిది.దోమల వల్ల వచ్చే వ్యాధులను నివారించే మార్గాలుఫుల్ స్లీవ్ దుస్తులు ధరించండి.రాత్రి పడుకునేటప్పుడు కిటికీలు, తలుపులు మూసి ఉంచండి.దోమతెర ఉపయోగించండి. దోమల కాయిల్స్‌ను నివారించండి.

ఆకర్ష ఆక్సిడెంట్లు!

మేడమ్! నాలో వయసుకు మించిన వృద్ధాప్య లక్షణాలు కనిపిస్తున్నాయి. ఫ్యామిలీ డాక్టర్‌ను సంప్రదిస్తే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సిఫారసు చేశారు. అయితే, నాకో సందేహం. సౌందర్యానికి, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లకు సంబంధం ఉన్నదా?

ఓ పాఠకురాలు

మీ డాక్టర్ సలహా సరైందే. వయసు పెరిగేకొద్దీ చర్మం నిగారింపును కోల్పోతుంది. నిస్తేజం అవుతుంది. ముడతలు వచ్చేస్తాయి. ఈ మార్పును ఎవరూ ఆపలేరు. కాకపోతే, తగిన జాగ్రత్తలతో ఆ తీవ్రతను తగ్గించవచ్చు, ఆ పరిణామాన్ని కొంత మేర వాయిదా వేయవచ్చు. ఈ ప్రయత్నంలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్‌దే కీలక భూమిక. చర్మం బిగుతుగా ఉండేందుకు, కళగా కనిపించేందుకు, నునుపుదేలేందుకు.. యాంటీ ఆక్సిడెంట్ల సహకారం అవసరం.

విటమిన్-ఎ, సి, ఇలలో ఇవి లభిస్తాయి. టమాట, పాలకూర, అల్లం, గ్రీన్ టీ, పుచ్చకాయ, డార్క్ చాకొలెట్ మొదలైన వాటిలో కూడా యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ అపారంగా ఉంటాయి. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారపు అలవాట్లు ఉన్నవారికి ఏ సప్లిమెంట్లతోనూ పెద్దగా పని ఉండకపోవచ్చు. అయినా అవసరం అనిపిస్తే వైద్య నిపుణులను సంప్రదించండి.

ఎవరి వైపు మన ఓటు

దేశంలో 18వ సార్వత్రిక ఎన్నికలు జరుగుతున్నాయి. ఈ ఎన్నికలు దేశానికి చాలా ప్రధానమైనవి. దేశ భవిష్యత్‌ను నిర్ణయించే ఎన్నికలు. ఈ క్రమంలో ప్రతి ఓటరు ముందు రెండు ప్రశ్నలు కదలాడుతున్నాయి. ఒకటి ఎవరికి ఓటు వేయాలి.. రెండు ఎందుకు ఓటు వేయాలి. ఈ రెండు ప్రశ్నలకు మన దగ్గర సమాధానం ఉంటే మన ఓటుకు సార్థకత లభిస్తుంది. ఈ దేశంలో ఓటు హక్కు కల్గిన ప్రతి ఒక్కరికీ సమాన హక్కులు ఉన్నాయి. ఎవరికి వారు తమ సొంతంగా ఓటు వేసే హక్కు ఉంది. రాజకీయ పార్టీల ప్రలోభాలకు, కుల సంఘాల నాయకులు చెప్పారు. కులం, మతం, మన వాడు అంటూ ఇలాంటి ప్రలోభాలకు లొంగి ఓటు వేయాల్సిన అవసరం ఏమి ఉందనే విషయాన్ని ఆలోచించాలి. ప్రస్తుతం దేశంలో రెండు ప్రధాన కూటమిల మధ్య పోరు జరుగుతోంది. ఒకటి ఎన్‌డీఏ కూటమి, మరొకటి ఇండియా బ్లాక్. గత పదేండ్లుగా ఎన్‌డీఏ కూటమి అధికారంలో ఉంది. ఈ సారి కూడా గెలిచి ప్రధానిగా మూడోసారి మోడీ ప్రమాణ స్వీకారం చేయాలనీ భావిస్తున్నాడు. ఇండియా బ్లాక్ కూడా అధికారంలోకి రావడానికి కృషి చేస్తోంది. అయితే దేశానికి ఎవరు ఉ పయోగపడుతారు.. ఎవరితో దేశం బాగు పడుతుంది. ప్రపంచ దేశాలతో పోటీ పడడానికి ఈ దేశానికి ఎవరి నాయకత్వం అవసరం అనే అంశాలను బేరీజు చేసుకొని మనం ఎవరికి ఓటు వేయాలో నిర్ణయించుకోవాలి. అలాగే ఇన్నాళ్లు అధికారంలో ఉన్న వారి పాలన ఏ విధంగా ఉంది. దేశ ప్రజల కోసం వారు చేసిన పనులు ఏంటీ.. ఎవరి ప్రయోజనాల కోసం పని చేశారో కూడా ఆలోచించాలి. పదేండ్లలో దేశంలో బీజేపీ అధికారంలో ఉంది. ప్రధానిగా మోడీ వ్యవహరించారు. వీరి పాలన గురించి విశ్లేషించాల్సిన అవసరం తప్పకండా ఉంది. 2014 ఎన్నికల్లో గుజరాత్ మోడల్ అంటూ గ్లోబల్ ప్రచారంతో బీజేపీ అధికారంలోకి వచ్చింది. అనంతరం జరిగిన 2019 ఎన్నికల్లో దేశభక్తి ని అడ్డు పెట్టుకుని మళ్లీ విజయం సాధించింది. ఈ పదేండ్ల పాలనపై ప్రజల్లో తీవ్ర వ్యతిరేకత వచ్చింది. ఈ సారి ఎన్నికల్లో కూడా బీజేపీకి చేసింది చెప్పడానికి ఏమీ లేదు. దాంతో ఇప్పుడు అయోధ్య రామ మందిరాన్ని తెరమీదికి తెచ్చింది. రిజర్వేషన్ల రద్దు అంటూ కొత్త రాగం ఎత్తుకుంది. ఏ రాజకీయ పార్టీ అయినా అధికారం చేపట్టిన నాటి నుంచి ఏ చేసిందో చెప్పి మరుసటి ఎన్నికల్లో ఓటు అడగాలి కానీ బీజేపీ మాత్రం మత విద్వేషాలు, ప్రజల మనోభావాలతో ఓట్లు ఆడుగుతోంది. అయితే ప్రజల్లో కొత్త ఆలోచన మొదల్కొంది. బీజేపీకి ఎందుకు ఓటేయాలనే ప్రశ్న ఓటర్లలో ఉత్పన్నం అవుతోంది. దీనికి కారణాలు లేకపోలేదు. ఈ పదేండ్లలో బీజేపీ అవలంభించిన విధానాలే కారణం. ఏ పార్టీ అయినా అధికారంలోకి వస్తే దేశంలో పేదరికం, నిరుద్యోగం నిర్మూళనకు కృషి చేయాలి. ప్రజలకు మౌలిక వసతులు కల్పించాలి. ప్రజాస్వామ్య దేశంలో స్వేచ్ఛ, సమానత్వం, హక్కులు కల్పించాలి. ప్రపంచ దేశాలతో పోటీ పడేలా ప్రణాళికలు రూపొందించాలి. కానీ ఇవేవీ ప్రస్తుతం బీజేపీ ప్రభుత్వం చేయలేదు. ఇక ఈ పదేండ్లలో మోడీ తీసుకున్న ని ర్ణయాలపై కూడా మనం చర్చించుకోవాల్సిన అవసరం ఉంది.. ప్రధాని హోదాలో మోడీ కొన్ని కీలక ని ర్ణయాలు తీసుకున్నారు. దేశ రూపురేఖలే మారుతాయని చెప్పారు. కానీ ఆ నిర్ణయాలు ఏవీ దేశ ప్రజలకు ఉ పయోగకరంగా లేవు. ముఖ్యంగా 2016లో తీసుకున్న పెద్ద నోట్ల రద్దు నిర్ణయంతో దేశం ఒక్కసారిగా ఉలిక్కి పడిరది. కేవలం 50 రోజులు సమయం ఇవ్వండి. దేశంలో అవినీతి అంతం చేస్తా అని ప్రకటించారు. కానీ అవినీతి అంతం కాకపోగా ఈ నిర్ణయంతో ప్రజలు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడ్డారు. పాత నోట్లు మార్చుకోవడానికి బ్యాంక్‌ల వద్ద బారులు తీరారు. వృద్ధులు ఎంతో మంది తమ ప్రాణాలను పొగొట్టుకున్నారు. మోడీ తీసుకన్న మరో నిర్ణయం జీఎస్టీ. దీనితో ప్రజలపై భారాలు మోపారు. విపరీతంగా ధరలు పెంచి, ప్రజల నడ్డి విరిచారు. ఇక ప్రపంచ వ్యాప్తంగా కరోనా వచ్చినప్పుడు కూడా మోడీ విధానాలు ప్రజలను విస్మయానికి గురిచేశాయి. డబ్ల్యూహెచ్ఓ ముందుగానే హెచ్చరించినా మోడీ ప్రభుత్వం కరోనా కట్టడికి ఎలాంటి చొరవ చూపలేదు. దాంతో దేశవ్యాప్తంగా కరోనాతో ప్రజలు ప్రాణాలు కోల్పోయారు. శ్మశనాలు శవాల గుట్టలను తలపించాయి. గంగ నదిలో శవాలు తేలాయి అంటే పరిస్థితి ఏ విధంగా ఉన్నదో అర్థం చేసుకోవచ్చు. ఇంత దయనీయ స్థితిలో ప్రజలకు మెరుగైన వైద్యం అందించలేకపోయాడు ప్రధాని. ఇదిలా ఉంటే దీపాలు వెలిగించండి.. చప్పట్లు కొట్టండి.. అంటూ ప్రజలను మూఢత్వంలోకి నెట్టాడు. ఇక ఈ పదేండ్లలో మోడీ కేవలం కార్పొరేట్లకు తొత్తుగా వ్యవహరించాడు అనడంలో ఎలాంటి సందేహం లేదు. అదానీ, అంబానీలను ప్రపంచ కుభేరులుగా చేయడంలో మోడీ పాత్ర కీలకం. మూడు నల్ల చట్టాలు దేశ రైతాంగాన్ని అతలాకుతలం చేశాయి. తమ హక్కుల కోసం ఏడాది పాటు రైతులు ఢిల్లీ నడిఒడ్డున పోరాటం చేశారు. ఈ పోరాటంలో సుమారు 750 మంది రైతులు తమ ప్రాణాలను విడిచారు. రైతుల విషయంలో మోడీ ప్రభుత్వం అవలంభించిన తీరు చాలా పాశావికం. అలాగే 44 కార్మిక చట్టాలను నాలుగు కోడ్‌లుగా మార్చి కార్మికులను కాలరాసింది బీజేపీ ప్రభుత్వం. తమ హయంలో అవినీతికే అస్కారం లేదు అనీ చెప్పిన మోడీ ఎలక్ట్రోలర్ బాండ్స్ తీసుకొని అధికారిక అవినీతికి పాల్పడింది . ముఖ్యంగా బీజేపీ అధికారంలోకి వచ్చా దళిత, మైనార్టీలపై దాడులు పెరిగాయి. గో రక్షణ పేరుతో దళితులు, మైనార్టీలకు కొట్టి చంపిన ఉదంతాలు ఉన్నాయ్.. వీటిపై ప్రశ్నించిన జర్నలిస్టులను హత్య చేసిన ఘటనలు ఉన్నాయి. ఇందుకు సీనియర్ జర్నలిస్టు గౌరీ లంకేశ్ హత్యనే ఊదాహరణ. అలాగే అనేక మంది ప్రజాస్వామికవాదుల మీద తప్పుడు కేసులు పెట్టి జైలు పాలు చేసింది మోడీ ప్రభుత్వం. ప్రొఫెసర్ సాయిబా కేసే ఇందుకు మంచి ఊదాహరణ. మహిళలపై కూడా దాడులు విపరీతంగా పెరిగాయి. ఉన్నవ్, హత్రస్ ఘటనలు దేశ వ్యాప్తంగా సంచలనం సృష్టించాయి. యూపీలో ఇలాంటి ఘటనలు కొకొల్లాలు. ఇటీవల మణిపూర్‌లో చేలరేగిన హింస దేశానికే మచ్చ. అక్కడ అల్లర్లను బీజేపీ ప్రభుత్వం అదుపు చేయలేకపోయింది. మణిపూర్ మంటల్లో తగలబడుతుంటే ప్రధాని మౌనంగా ఉండిపోయారు. కనీసం అటువైపు కన్నెత్తి కూడా చూడలేదు. అక్కడ మహిళలను నగ్నంగా ఊరేగించిన ఘటన దేశాన్ని కలిచివేసింది. బీజేపీకి మహిళల పట్ల ఉన్న గౌరవం ఏ పాటితో తేలియాలి అంటే బిల్కిస్‌బానో కేసులో నిందితులకు బీజేపీ నాయకులు స్వాగతం పలికిన ఘటన ఒక్కటి చాలు. ఇక మోడీ ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన హామీలను ఏమీ అమలు చేయలేదు. సత్ కా సత్ సబ్ కా వికాస్, మెక్ ఇన్ ఇండియా, భేటి బాఛావో.. భేటి పడావో.. స్వచ్ఛ భారత్.. తదితర కార్యక్రమాలు అన్నీ నినాదాలు గానే మిగిలాయి. ఈ పదేండ్లలో దేశం ఈ విషయంలో ప్రగతినీ సాధించింది అని చెప్పడానికి ఏ ఒక్కటి లేదు. పదేండ్ల మోడీ పాలనను ఒకసారి గుర్తు చేసుకుంటే సామాన్యుడికి చేసిందేమీ లేదు. మోడీ తన నియంత నిర్ణయాలతో సామాన్యుడినీ ఇబ్బందులకు గురిచేశాడే తప్పా సామాన్యుడి జీవితాన్ని మార్చింది లేదు. వీటన్నింటినీ ఒకసారి సామాన్య ఓటరు ఈ ఎన్నికల సందర్భంగా గుర్తు చేసుకోవాల్సిన అవసరం ఎంత్కెనా ఉంది. పదేండ్ల మోడీ పాలనపై సమగ్రంగా ఆలోచించి సామాన్యుడు ఎవరికి ఓటు వేయాలో తేల్చుకోవాలి. దేశం అభ్యున్నతి.. దేశ ప్రగతినీ కాంక్షించే ప్రజలు, ముఖ్యంగా యువత లోతుగా ఆలోచించి ఈ పదేండ్లు ప్రజా వ్యతిరేక విధానాలు అవలంభించిన మోడీకి ఓటుతోనే బుద్ధి చెప్పాల్సిన అవసరం ఎంత్కెనా ఉంది.

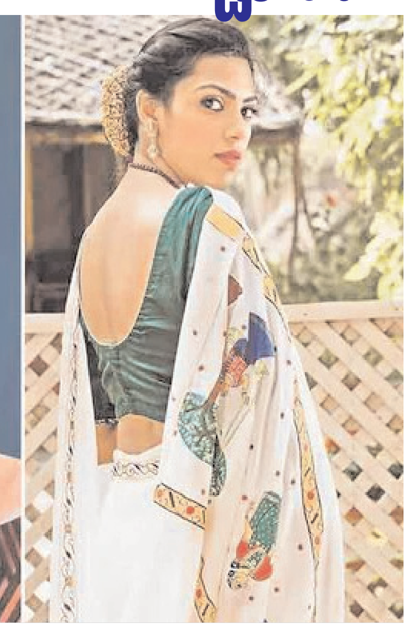
శోచయించు.

ఐదేండ్ల ఒక్కసారి ఎఎన్నికలు
జర శోచయించు ఓటరు
గత ప్రభుత్వాల పాలనను
చేయాలి మనం స్క్రీనింగ్
కులానికి తలొగ్గుతావేయో..
మతం మాయలో పడుతావేమో..
నోటుకు తలొగ్గుతావేయో..
మద్యానికి బానిసవుతావేమో
జర శోచయించు ఓటరు
పదేండ్ల మనువాది పాలనపై..
పెద్ద నోట్లు రద్దు చేసే
వృద్ధుల ప్రాణాలు తీసే
జీఎస్టీ తీసుకొచ్చే
పేదలపై భారాలు మోపే
హక్కులపై పోరాడితే
అన్నదాతపై తుటాలు పేల్చే..
గో రక్షణ పేరుతో
మైనార్టీలను హతమర్చే..
మణిపూర్ మంటల్లో తగలబడే
ప్రధాని మౌనంగా ఉండిపోయే
ప్రజాస్వామ్య దేశంలో
స్వేచ్ఛ, సమానత్వం
హక్కులు కాలరాసే
జర శోచయించు ఓటరు
పదేండ్ల మనువాది పాలనపై..
కరోనా కష్టకాలంలో
శవాల గుట్టల సాక్షిగా
ఆకలితో అలమట్టించే
పేదోడీ సాక్షిగా
డిగ్రీ పట్టాలతో రోడ్డున
నిలిచిన నిరుద్యోగి సాక్షిగా
పాతాళానికి పాడిపోయిన
రూపాయి విలువ సాక్షిగా
జర శోచయించు ఓటరు
పదేండ్ల మనువాది పాలనపై..
మళ్లీ ఆ మాయలో పడితే
దేశ భవిష్యత్ ఆధోగతే..
అందుకే నీ ఓటు కావాలి
దేశ భవిష్యత్‌కు దిక్సూచి..

ఫ్లాట్ అవ్వాల్సిందే!

కొన్ని దుస్తులు, ఇంకొన్ని ఆభరణాలు, మరికొన్ని యాక్సెసరీస్.. చూడగానే ఫ్లాట్ అయిపోతాం. మనవే అనిపించుకునేదాకా కుదుటపడదు మనసు. కానీ ఎప్పుడూ మనమే ఫ్లాట్ అవ్వడం కాదు, మనకోసం ఫ్లాట్ అయిపోయే నగలూ ఉన్నాయి. అవే.. 'ఫ్లాట్ చెయిన్ నెక్లెస్'లు. విభిన్న పెండెంట్లు, రకరకాల డిజైన్లతో తయారవుతున్నాయా కంఠాభరణాలు అందంగా ఉండటం, విభిన్నంగా కనిపించడం%ా% కొత్త నగకు ఉండాల్సిన ముఖ్య లక్షణాలు. ఈ రెండూ ఉంటేనే మహిళాబోర్డు పరీక్షలో మంచి మార్కులు పడతాయి ఆభరణానికి. అప్పుడే వాటి కరిక్యులమ్ వీటాకి బలం కూడా. మలి రౌండ్‌లో నెగ్గుకొచ్చి మార్కెట్ జోరును అందుకునే అవకాశమూ వాటికే. అచ్చంగా ఆ అర్హతలన్నీ ఉన్నాయి ఫ్లాట్ మెష్ చెయిన్ నెక్లెస్‌లకు. మెడను అలంకరించే గొలుసు పల్చగా, వెడల్పుగా ఉండటం ఇందులోని ప్రత్యేకత. అంటే సాధారణంగా మనం చూసే గొలుసుల్లా గుండ్రం గానో, డిజైన్లతో ఉబ్బెత్తుగానో కాకుండా.. చదరంగా ఉండటం వల్ల ఇవి ఫ్లాట్ నెక్లెస్‌లు అయ్యాయన్నమాట. పై మెడకు పెట్టుకునేలా చోకర్ తరహాతో పాటు, ఇంకాస్త కిందికి ధరించే నెక్లెస్‌లా కూడా రూపొందుతున్నాయి. సాదా చెయిన్‌కు పెద్ద పెండెంట్%ా% దానికి సరిపోయే జుంకాలతో వచ్చేవి కొన్నయితే, గొలుసు మీద మామిడి పిందెలు, పువ్వుల్లాంటి బంగారు మోటిఫ్స్‌తో వచ్చేవి మరికొన్ని. లాకెట్లలో సంప్రదాయ డిజైన్లలో కనిపించే నెమళ్లు, లక్ష్మీదేవి రూపుల్లాంటివీ ఉంటున్నాయి. బంగారంలో వజ్రాలు, రత్నాలు, ముత్యాలు పొదిగి చూడముచ్చటైన డిజైన్లలో దొరుకుతున్నాయి కూడా. చెయిన్ వెనుక హుక్ పెట్టుకునే భాగంలో డిజైన్లు వచ్చేలా ప్రత్యేకంగానూ తయారు చేస్తున్నారు. ఫ్లాట్ నెక్లెస్ మిమ్మల్నీ ఫ్లాట్ చేసిందా?

ఆరు గజాల అనుబంధం.. 6 యార్డ్స్ ప్లస్



కంచి పట్టు కట్టుకుంటే, పట్టుపురుగు జన్మ ధన్యం అవుతుంది. పోచంపల్లి చుడితే నూలుపోగుకు ప్రాణం లేచొస్తుంది. చందేరీలో అయితే చంద్రబింబమే. ఉప్పాడ కట్టుబడికి కుర్రకారు గుండెదడ పెరగడం ఖాయం. షిఫాన్‌లో ముస్తాబైతే నచ్చినవాడి ఎదలో పెను తుఫానే.కాకపోతే, ఆ అలంకరణ ఏ పెండ్లికో, పండగకో పరిమితం అవుతున్నది. కొత్తతరం అమ్మాయిలు.. ప్రత్యేక సందర్భాల్లోనూ చీరను దూరం పెడుతున్నారు. ఈ ధోరణి మృణాళిని శాస్త్రిని బాధపెట్టింది. ఆమె స్థాపించిన '6 యార్డ్స్ ప్లస్'.. చీరకట్టును యువతులకు దగ్గర చేస్తున్నది.నార చీర నుంచి పట్టు చీర వరకు దేని అందం దానిదే. ఎన్ని మాడ్రన్ డ్రెస్సులు వచ్చినా చీరకట్టుకు మించిన సోయగం లేదని తేలిపోయింది. కాకపోతే, చీరను సంప్రదాయ వేడుకలకే పరిమితం చేస్తున్నది నేటి తరం. దీంతో ఆ వైభవం మసకబారుతున్నది. చీర పట్ల ఉన్న అపోహలను, చీరకట్టు విషయంలో ఉన్న భయాలను పోగొట్టి.. గత వైభవం తీసుకురావాలన్నది '6 యార్డ్స్ ప్లస్' ఫౌండర్ మృణాళిని శాస్త్రి లక్ష్యం. వివిధ ప్రాంతాలకు చెందిన సంప్రదాయ చీరలను పరిచయం చేస్తూనే.. ఆరు గజాల చీరల సంస్కృతిని ఒక ఫ్యాషన్‌గా ప్రచారం చేస్తున్నారామె. మరోపక్క 'శారీ రివైవల్' ప్రణాళికతో పాతతరం చీరలకు కొత్త సొబగులు అద్ది భవిష్యత్ తరాలకు చేరవేసే ప్రయత్నం చేస్తున్నారు. మృణాళిని ఎంబీఏ

చేశారు. కొంతకాలం ప్రభుత్వ సంస్థలు, ఎన్జీవోల తరఫున పని చేశారు. కానీ ఎక్కడో అసంతృప్తి. తన కల వేరు, చేస్తున్న కొలువు వేరు అనిపించింది. దీంతో తన అభిరుచినే కెరీర్‌గా ఎంచుకున్నారు. ఫ్యాబ్రిక్ రంగం వైపు అడుగులు వేశారు. %చిన్నతనంలో వేడుక ఏదైనా సరే, అమ్మ తనకు చీర చుట్టేసేది. దీంతో చీరతో పరిచయం, స్నేహం, బంధం.. అన్నీ కుదిరేశాయి. పెద్దయ్యాక కూడా ఆ ప్రేమ తగ్గలేదు. ఆఫీసుకు వెళ్లినప్పుడూ చీరలే కట్టేవారామె. ఆ మక్కువ కొద్దీ ఐదేండ్ల క్రితం.. '6 యార్డ్స్ ప్లస్' ప్రారంభించారు. పండుగ పబ్బాల వరకూ ఫర్వాలేదనిపించినా.. మిగతా సమయాల్లో చీరలు కాళ్లకు అడ్డుతగులుతాయని యువతుల భయం. కానీ అలవాటైతే చీరకట్టును మించిన సౌకర్యం లేదని భరోసా ఇస్తున్నారు మృణాళిని. 'కెరీర్ మహిళను హుందాగా చూపడంలో చీరల తర్వాతే.. ఏ దుస్తులైనా' అంటారామె.

ట్రెండీ స్టైలిష్‌గా.. వైవిధ్యమైన చీరకట్టుతో అందరినీ ఆకట్టుకుంటారు మృణాళిని. ఒక్కో ప్రాంతంలో ఒక్కో రకమైన చీరకట్టు ఉంటుంది. ఎవరి సంస్కృతికి తగినట్టు వారు చీరలు కట్టుకుంటారు. పొలం పనులకు వెళ్లేటప్పుడు ఒకలా, పూజల సమయంలో ఒకలా ధరిస్తారు. ఇవే కాదు, ఇంకా చాలా కట్టుబడులు ఉన్నాయి. వాటన్నిటిని వెలుగులోకి తెచ్చే ప్రయత్నం చేస్తున్నారు మృణాళిని. కుచ్చిళ్లు పెట్టుకోవడం తెలియని వారికి ప్రాథమిక పాఠాలు బోధిస్తారామె. క్షణాల్లో ముస్తాబు కావడానికి రెడీమేడ్ చీరలనూ రూపొందిస్తారు.

'శారీ రివైవల్' ప్రోగ్రామ్

చీర ఓ మధుర జ్ఞాపకం. బీరువాలో కొలువైన ఒక్కో చీరతో ఓ అనుభూతి ముడిపడి ఉంటుంది. దాని వెనుక ఏదో ఓ కథ ఉంటుంది. అవన్నీ భవిష్యత్ తరాలకు తెలిసేలా 'శారీ రివైవల్' ప్రోగ్రామ్ ప్రారంభించారు. పాత చీరల పునరుద్ధరణకు శ్రీకారం చుట్టారు మృణాళిని. బంజారాహిల్స్ కమలాపురి కాలనీలోని '6 యార్డ్స్ ప్లస్' ఆవరణలో పాత చీరలను కొత్త డిజైన్లతో తీర్చిదిద్దుతున్నారు. అంతెందుకు.. గోవా 'కుంబీ' చీరలు, సిద్ది పేట 'ముత్యంగడి' చీరలు పైకి నిరాడంబరంగా కనిపించినా రాజసాన్ని ప్రదర్శిస్తాయి. మార్కెట్‌లో అరుదుగా దొరికే ఈ చీరలకు కొత్త హంగులు అద్ది అందిస్తారామె. కాబట్టే ఆ చీరలు విదేశాలకూ వెళు తున్నాయి. వెబ్‌సైట్ ద్వారా ఆన్‌లైన్‌లోనూ విక్రయిస్తున్నారు. 'చీరకు ప్రాణంపోయడంలో ఎంతో మంది కళాకారుల శ్రమ దాగి ఉంటుంది. ఆ గొప్పతనం పిల్లలకు తెలియజెప్పాల్సిన బాధ్యత మనదే. అప్పుడే వాళ్లు చీరతో అనుబంధాన్ని పెంచుకోగలరు' అంటారు మృణాళిని. ఆమె ఆంత్రప్రెన్యూర్‌షిప్ కలలకు 'వీ హబ్' మద్దతు పలికింది. నెట్ వర్కింగ్ అందించింది. మార్కెటింగ్ మెళకువలు నేర్పింది. వ్యాపార విస్తరణకు దోహదపడింది. విజయానికి సాయపడింది.

చిన్న యసులోనే పెండ్లి. పెద్ద చదువు ఆలోచనకు బ్రేక్ పడింది. ఇల్లు, భర్త, పిల్లలే లోకంగా బతికింది. ఆరేండ్ల తర్వాత ఊపిరి పీల్చుకునే అవకాశం వచ్చింది. తిరిగి చదువు కొనసాగించింది. ప్రైవేటు టీచర్‌గా పిల్లలకు పాఠాలు బోధించింది. ట్యూటర్‌గానూ పనిచేసింది. అయినా, ఎదుగూ బొదుగూ లేని జీవితం. ఆదాయం విషయంలోనూ అంతులేని అసంతృప్తి. వ్యాపారం చేద్దామన్నది ఒకప్పటి కల. కానీ ఆర్థిక పరిస్థితులు అడ్డొచ్చాయి. అన్ని తలుపులూ మూసుకుపోయి, అన్ని ఆశలూ ఆవిరైపోయి.. తన ఉనికే ప్రశ్నార్థకమైందని బాధపడుతున్న సమయంలో 'దళిత బంధు' కాంతిరేఖలా కనిపించింది. 'వీ హబ్' ఆమెను పారిశ్రామిక వేత్తగా నిలబెట్టింది. మేడ్చల్-మల్కాజిగిరి జిల్లా ఘట్‌కేసర్‌కు చెందిన నీరేటి మౌనిక విజయ ప్రస్థానమిది.%కొన్ని జీవితాల్లో సినిమాలను తలపించే మలుపులు ఉంటాయి. స్ఫూర్తి కథనాలను గుర్తుకుతెచ్చే విజయాలూఉంటాయి. తనకంటూ ఓ రోజు వస్తుందనీ, దర్జాగా వ్యాపారం చేసుకుంటాననీ నీరేటి మౌనిక కలలో కూడా ఊహించి ఉండదు. హుజూరాబాద్ నియోజకవర్గంలోని సింగాపూర్ తన స్వగ్రామం. చిన్నతనంలోనే పెండ్లయింది. అప్పటికి తను ఇంటర్ చదువుతున్నది. ఆ తర్వాత, డిగ్రీ చేయాలనీ, వీలైతే ఎంబీయే పట్టా అందుకోవాలనీ ఆమె స్వప్నం. కానీ, వివాహంతో ఆమె కలల రెక్కలు తాత్కాలికంగా తెగిపోయాయి.

కొంగొత్త జీవితం..

కొంతకాలానికి పరిస్థితులు సర్దుకున్నాయి. చిన్నప్పటి నుంచీ చదువుపై ఉన్న ఆసక్తితో తిరిగి చదువు కొనసాగించింది. డిగ్రీ పూర్తి చేసింది. భర్త చిరుద్యోగి. ఇద్దరు పిల్లలు. కుటుంబానికి ఆసరాగా కొంతకాలం ప్రైవేటు స్కూల్‌లో టీచర్‌గా పనిచేసింది. ప్రతినిత్యం గంటల తరబడి నిలుచునే పాఠాలు చెప్పడం వల్ల వెన్నునొప్పి, సయాటికా వంటి సమస్యలు తలెత్తాయి. దీంతో టీచర్ ఉద్యోగాన్ని వదిలేసింది. ఇంట్లోనే ట్యూషన్స్ చెప్పింది. ఈ ఆదాయమూ అంతంత మాత్రమే. మనసులో ఏదో వెలితి. సొంతంగా ఏదైనా వ్యాపారం చేద్దామంటే పెట్టుబడి పెట్టే స్తోమత లేదు. ఈ పరిస్థితుల్లో 'దళిత బంధు' పథకం మౌనికకు బాసటగా నిలిచింది.

'వీ హబ్' మార్గనిర్దేశంలో.. ఎంతోమంది గ్రామీణ మహిళలను పారిశ్రామికవేత్తలుగా తీర్చిదిద్దిన 'వీ హబ్' వేదిక.. దళితబంధు లబ్ధిదారులకూ మార్గనిర్దేశం చేసింది. దళితబంధుకు ఎంపికైనవారిలో ఔత్సాహిక మహిళలను గుర్తించి వ్యాపారవేత్తలుగా తీర్చిదిద్దేందుకు కృషి చేసింది. ఇదే క్రమంలో మౌనికకూ 'వీ హబ్' తోడ్పాటు అందించింది. ఏ యూనిట్ ఏర్పాటు చేసుకోవాలనే విషయంలో మౌనిక తర్జనభర్జన పడింది. కిడ్స్‌వేర్ దుకాణం నడపాలని తొలుత భావించింది. ఆమె భర్తకు డ్రైవింగ్ తెలుసు. దీంతో ట్యాక్సీ కొనాలనే ఆలోచనా వచ్చింది. ఆ సమయంలోనే వీ హబ్ ఓరియంటేషన్ సెషన్‌కు హాజరైంది. అక్కడే తనకంటూ ఓ స్పష్టత వచ్చింది. వ్యాపారం ద్వారా కుటుంబ ఆదాయం పెరిగి తన కాళ్లమీద తాను నిలబడగలనని భావించింది. వ్యాపారం బాగా నడిస్తే.. ఎప్పుడైనా ట్యాక్సీ కొనుగోలు చేయవచ్చని భర్తకు నచ్చ జెప్పింది. కంప్యూటర్ ఎంబ్రాయిడరీ, స్టేషనరీ షాప్ పెట్టుకోవాలని సంకల్పించింది. కంప్యూటర్ ఎంబ్రాయిడరీలో శిక్షణ కూడా తీసుకుంది. యూనిట్ రిజిస్ట్రేషన్, లైసెన్స్, యంత్రాల కొనుగోలు, కొటేషన్ల ధ్రువీకరణ, ఎగ్జిక్యూటివ్ డైరెక్టర్ ఆమోదం, మార్కెటింగ్ తదితర అంశాల్లో 'వీ హబ్' ఆమెకు అండగా నిలబడింది. ప్రతిదశలోనూ నడిపించింది.

నెరవేరిన 'కల'.. మౌనిక వ్యాపార స్వప్నాన్ని 'దళితబంధు' నెరవేర్చింది. ఆమె జీవితంలో కొత్త వెలుగులు తెచ్చింది. ఉపాధి కోసం మౌనిక కుటుంబం ఘట్‌కేసర్ ప్రాంతానికి వలస వచ్చి ఉంటున్నది. దీంతో ఈ ప్రాంతంలోనే కంప్యూటర్ ఎంబ్రాయిడరీ, స్టేషనరీ షాప్‌ను ఏర్పాటుచేసుకుని ఆత్మగౌరవంతో బతుకుతున్నది. ట్యూటర్‌గా ఉన్నరోజుల్లో కనాకష్టంగా నెలకు నాలుగువేలు సంపాదించిన చేతులతోనే.. వ్యాపారాన్ని ప్రారంభించిన నాటి నుంచే నెలకు రూ.10వేలకు పైగా ఆర్జిస్తున్నది. బతకడానికి గతంలో ఎన్నో కష్టాలు పడ్డామని, జీవితం ఇంత బాగుంటుందని కలలో కూడా అనుకోలేదని మౌనిక సంబురంగా చెబుతున్నది. ఇద్దరు అమ్మాయిలను బాగా చదివిస్తానని వివరించింది. త్వరలోనే వ్యాపారాన్ని మరింతగా విస్తరించుకుంటానని వెల్లడించింది. అవును, ఒక విజయంతోనో, ఒక మలుపు దగ్గరో ఆగిపోవడం ఆంత్రప్రెన్యూర్స్ లక్షణం కాదు. ముమ్ముందుకు సాగుతూనే ఉండాలి.. మౌనికా పరుగెత్తాలిక!

ఏక్‌దమ్ ఫిట్

ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే.. ఫిట్‌గా ఉండాలి. ఫిట్‌గా ఉండాలంటే.. బరువును అదుపులో ఉంచాలి. అయితే, అదనపు కొవ్వును వదిలించుకోవడం అంత సులభమైన వ్యవహారం కాదు. ఆ ప్రయత్నంలో ఉన్నవారికి శాస్త్రీయమైన మార్గాన్ని చూపుతున్నారు క్లినికల్ న్యూట్రిషనిస్ట్, మైండ్ అండ్ బాడీ ట్రాన్స్‌ఫర్మేషన్ కోచ్.. దీపిక చలసాని. ఆమె నేతృత్వంలోని 'ఫిట్4లైఫ్ ఇండియా'ఊబకాయంపై యుద్ధం ప్రకటించింది. దీపిక చలసాని.. పుణెలో పుట్టి పెరిగారు. తమిళనాడు నీలగిరి జిల్లాలోని కోటగిరి బోర్డింగ్ స్కూల్‌లో చదివారు. సింబయాసిస్ ఇంటర్నేషనల్ యూనివర్సిటీ నుంచి ఎకనమిక్స్‌లో పోస్ట్ గ్రాడ్యుయేషన్ చేశారు. ఎంబీఏ పట్టా కూడా ఉంది. ఆ తర్వాత కార్పొరేట్ కెరీర్ మొదలైంది. మైక్రోసాఫ్ట్, విప్రో, గూగుల్ తదితర దిగ్గజ సంస్థలకు సేవలందించారు. ఆ సమయంలోనే పెండ్లయింది. ఇద్దరు పిల్లలు. కెరీర్‌లో చాలా పేరు సంపాదించారు. ఖ్యాతి వచ్చినా, డబ్బు పోగైనా.. ఆరోగ్యం తీవ్రంగా దెబ్బతింది. తరచూ ప్రయాణాలు, తీరిక లేనంత ఒత్తిడి వల్ల రోగాలు చుట్టు ముట్టాయి. నాలుగు పదులు నిండకుండానే బీపీ, షుగర్ దాడి చేశాయి. నిస్సత్తువ ఆవహించింది. బరువు కూడా అధికమైంది. ఒక దశలో 95 కిలోలు దాటింది. ఆరోగ్యంగా ఉంటేనే ఏదైనా సాధించొచ్చు. ఒంటినిండా రోగాలు ఉన్నప్పుడు, బీరువా నిండా డబ్బున్నా వృథా అని తెలుసుకున్నారు. ఉద్యోగానికి స్వస్తి పలికి.. బరువు తగ్గే మార్గాలు అన్వేషించారు. ఎంతోకొంత తగ్గినా సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ వచ్చేవి. ఏం చేయాలో అర్థమయ్యేది కాదు. 'ఇంత చదువు చదివి నా ఆరోగ్యాన్ని నేనే కాపాడుకోలేక పోతున్నానే?' అని బాధపడేవారు.

సమాధానం కోసం.. దీపిక తండ్రి సుబ్బారావు కూడా ఊబకాయంతో బాధపడేవారు. కానీ పట్టుదలతో పాతిక కిలోలు వదిలించుకున్నారు. 'నేను మాత్రం తగ్గలేనా?' అనుకున్నారు దీపిక. 'బరువు తగ్గాలంటే ఏం చేయాలి?' అనే ప్రశ్నకు జవాబు వెతికారు. ఈ క్రమంలో కొత్త విషయం తెలిసింది. డైట్ కంట్రోల్ కంటే మైండ్ కంట్రోల్ ముఖ్యమని అర్థమైంది. మైండ్ మేనేజ్‌మెంట్‌కు సంబంధించి వివిధ కోర్సులు చేశారు. 'ఈటింగ్ థెరపీ' ప్రాక్టీస్ చేశారు. పళ్లెంలో పోషకాలకు స్థానం కల్పించారు. ఒక్కసారిగా భారీగా బరువు తగ్గడం కంటే.. మెల్లమెల్లగా తగ్గే పద్ధతినే ఎంచుకున్నారు. రెండు సంవత్సరాల్లో 95 కిలోల నుంచి 68 కిలోలకు వచ్చారు. బరువు తగ్గుతున్నప్పుడు బాడీలో డిటాక్సిఫికేషన్ మొదలవుతుంది. నీరసంగా అనిపిస్తుంది. ఫుడ్ టేస్ట్ మారడం వల్ల తరచూ మూడ్ మారిపోతుంది. చిన్న చిన్న విషయాలకే కోపం వస్తుంది. ఇష్టమైన రుచులకు దూరంగా ఉండటం కష్టంగానే ఉంటుంది. ఇవన్నీ అదుపు చేయడానికే.. మైండ్ కంట్రోల్ థెరపీని పరిచయం చేస్తారు దీపిక. మనసును గెలిస్తే, పొట్టను గెలవడం ఏమంత కష్టం కాదు. అలా మనసు కేంద్రంగా ఊబకాయంపై పోరాటం మొదలుపెట్టారు.

సన్నిహితులతో మొదలై.. క్రమంగా 23 కిలోల బరువు తగ్గిన దీపికను చూసి బంధువులు, స్నేహితులు ఆశ్చర్యపోయారు. 'ఎలా సాధ్యమైంది?' అని అడిగారు. దీంతో దీపిక తాను అనుసరించిన వెయిట్ మేనేజ్‌మెంట్ సూత్రాలను వారికీ పరిచయం చేశారు.

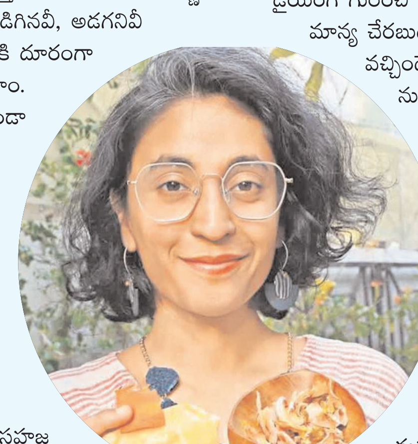
చాలామందిలో మంచి ఫలితాలు కనిపించాయి. దీంతో బరువు తగ్గాలనుకునే వారికోసం 'ఫిట్4లైఫ్ ఇండియా' పేరుతో ఒక వేదిక ఏర్పాటు చేశారు దీపిక. ఆన్‌లైన్, ఆఫ్‌లైన్‌లో శిక్షణ ప్రారంభించారు. అంతలోనే కరోనా రావడంతో ఆన్‌లైన్‌కే పరిమితం చేశారు. అక్కడితో ఆగకుండా.. విదేశాలకు వెళ్లి అధునాతన పద్ధతులు అధ్యయనం చేశారు. ఇప్పుడు ఐదు ఖండాల్లో ఫిట్4లైఫ్ ఇండియా సేవలందిస్తున్నది. దేశ మంతటా ఫిట్4లైఫ్‌కు క్లయింట్లు ఉన్నారు. 'బరువు తగ్గడం వల్ల శరీరమే కాదు, మనసూ తేలికపడుతుంది. వృద్ధాప్య లక్షణాలు దూరం అవుతాయి. నా దృష్టిలో ఇదొక సామాజిక వ్యాపారం. ఊబకాయంపై యుద్ధం. అధిక బరువుపై పోరాటం' అంటారు దీపిక.

తగ్గాలంటే.. ఆహారపు అలవాట్ల విషయంలో క్రమశిక్షణ తప్పితే.. వేగంగా బరువు పెరిగే ప్రమాదం ఉంది.

ఒక్కొక్కరి శరీరతత్వం ఒక్కోలా ఉంటుంది. శరీర వ్యవస్థను, జీర్ణశక్తిని బట్టి డైట్ నిర్ణయించుకోవాలి. మేం ఇచ్చే ఫుడ్ వాళ్ల మైండ్‌సెట్‌కి సూట్ అవుతుందా లేదా అన్నదీ పరిశీలిస్తాం. ఫ్యామిలీ ఫుడ్ హిస్టరీని బట్టి ఆహార అలవాట్లలో చిన్న చిన్న మార్పులు చేసి.. బరువుకు, వయసుకు తగినట్టు ప్రొటీన్లు అందిస్తాం.

రంగుల రాజ్యం!

ప్రకృతి నిండా రంగులే. పరికించి చూస్తే అడుగు అడుగుకో వర్ణం. అణువు అణువులో అద్భుతం. మనం అడిగినవీ, అడగనివీ చాలానే ఇచ్చింది. కానీ, మనమే ప్రకృతికి దూరంగా వచ్చేశాం. వికృతికి అలవాటు పడిపోయాం. కృత్రిమత్వానికి దగ్గరయ్యాం. ప్రకృతి నిండా రంగులే. పరికించి చూస్తే అడుగు అడుగుకో వర్ణం. అణువు అణువులో అద్భుతం. మనం అడిగినవీ, అడగనివీ చాలానే ఇచ్చింది. కానీ, మనమే ప్రకృతికి దూరంగా వచ్చేశాం. వికృతికి అలవాటు పడిపోయాం. కృత్రిమత్వానికి దగ్గరయ్యాం. మళ్లీ ప్రకృతి వైపు, సహజత్వం వైపు అడుగులేస్తే ఎంత బాగుంటుందో వివరిస్తున్నారు మాన్య చేరబుద్ధి. నేచురల్ డైయింగ్ కాన్సెప్ట్‌తో సహజ సిద్ధమైన రంగులను పరిచయం చేస్తున్నారామె.ఇష్టమైన షర్ట్ మీద కాఫీ మరక పడితే మనసు విలవిల్లాడుతుంది. ఖరీదైన పట్టుచీరకు మొండి మరక అంటుకుంటే గుండె జారి గల్లంతైపోతుంది. అదేదో సబ్బుల కంపెనీ



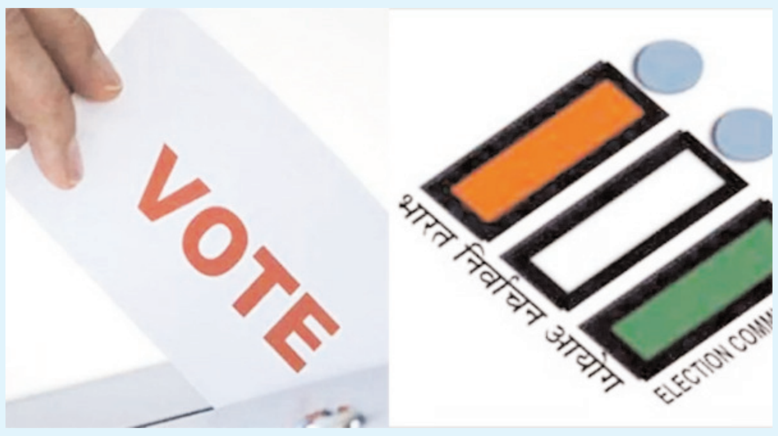
ప్రకటనలో చెప్పినట్టు మరక మంచిదే అంటున్నది మాన్య. కాకపోతే అది సహజంగా తయారు చేసుకున్నది అయితే చాలంటుంది. సహజ పద్ధతుల్లో దుస్తుల మీద రంగుల అద్దకం గురించి అధ్యయనం చేసిందామె. ఎంతో మందికి ఆన్‌లైన్‌లో నేచురల్ డైయింగ్ గురించి అవగాహన కల్పిస్తున్నది మాన్య చేరబుద్ధి.నేచురల్ డైయింగ్ కొత్తగా వచ్చిందేం కాదు. పురాతన కాలం నుంచీ ఉన్నదే. బట్టలు రంగురంగుల్లో ఆకర్షణీయంగా కనిపించేందుకు పూలు, ఆకులు, సుగంధ ద్రవ్యాల నుంచి తీసిన వర్ణాలను వాడేవారు. సింథటిక్ డైయింగ్ పెరిగిన తర్వాత ఈ ప్రక్రియ క్రమంగా కనుమరుగు అవుతున్నది. చాలామంది పిల్లలకు రంగులు ఎక్కడి నుంచి వస్తాయో కూడా తెలియదు. ఎక్కడో పరిశ్రమల్లో తయారు చేస్తారనే అనుకుంటారు. కానీ, 'ప్రకృతి మనకు తీరొక్క రంగులను బహుమతిగా ఇచ్చింది. రంగులు కూడా ఒక రకమైన ఔషధమే' అంటారు మాన్య. ఈ సహజ వర్ణాలను పసుపు, ఉల్లిపొట్టు, దానిమ్మ తొక్కలు, రకరకాల పూలు, మోదుగు ఆకులు, పోకలు, టీ పొడి, కాఫీ పొడి, మంజిష్ట, పత్తిముగం వంటి వాటితో తయారు చేసుకుని.. వస్త్రాలపై

నైపుణ్యంతో అద్దుతుంది మాన్య.సహజ సిద్ధమైన రంగుల తయారీకి ప్రత్యేక పద్ధతులు ఉంటాయి. ముందు మనకు కావాల్సిన రంగు దేని నుంచి వస్తుందో గుర్తించాలి. తర్వాత ఆ పదార్థాన్ని వేడినీళ్లలో 40 నిమిషాల పాటు మరగబెట్టాలి. అప్పుడే, అందులోని రంగు నీటిలోకి దిగుతుంది. డై వేసే ముందు బట్టలను పటిక నీళ్లలో నానబెట్టాలి. తర్వాత నీడలో ఆరేయాలి. అయితే, మనం డై వేయాలనుకున్న ఫ్యాబ్రిక్ కాటన్‌ది అయితేనే రంగు బాగా అంటుకుంటుంది. పసుపు, సుగంధ ద్రవ్యాలు, పూల రంగులు అద్దకం చేసిన వస్త్రాలను నిత్యం ధరించడం వల్ల అందులోని ఔషధ గుణాలు శరీరానికి మేలు చేస్తాయి. చెమట వాసనను అడ్డుకుంటాయి.

ఆయుర్ వస్త్రం.. ఇప్పటి వరకు మాన్య ఐదువేల మందికి సహజ వర్ణాల తయారీ పద్ధతిని నేర్పింది. అందులో ఓ యాభైమంది నేచురల్ డైయింగ్ బిజినెస్ కూడా స్టార్ట్ చేశారు. నేచురల్ డైయింగ్ పుట్టిందే భారతదేశంలో. మనకు ఆయుర్వేదం మాత్రమే తెలుసు. 'ఆయుర్ వస్త్ర' అనే అంతే ప్రాచీన శాస్త్రం కూడా ఒకటి ఉందన్న సంగతే మరిచిపోయాం. ఈ విషయాలు అందరికీ తెలిసేలా సెమినార్‌లు, వర్క్‌షాప్‌లు, క్లాసులు నిర్వహిస్తున్నది మాన్య. హైదరాబాద్‌లో పుట్టి పెరిగిన మాన్యకు చిన్నప్పటి నుంచీ కళలు, ప్రకృతి అంటే ఇష్టం. ఆ మక్కువతోనే చిన్నప్పటి నుంచీ ఆకులు, పూలను గమనించేది.

ఎడిటోరియల్

భయం.. భయం



ఎన్నికల ఫలితాలు తాము ఊహించిన విధంగా బిజెపికి అనుకూలంగా ఉండవన్న భయాలు అటు కమలనాథులనూ మరోవైపు కార్పొరేట్లనూ గజగజ వణికిస్తున్నాయి. ఫలితంగా మొదటి విడత పోలింగ్ అనంతరం ప్రధానమంత్రి సైతం తన స్థాయిని మరచి ప్రతిపక్షాలు అధికారానికి వస్తే మంగళసూత్రాలు గుంజుకుంటారనీ, సంపదను మైనార్టీలకు కట్టబెడతారంటూ ఊరూరా విద్వేష వ్యాఖ్యలు చేశారు. రెండో విడత ముగిశాక తన అనుంగు మిత్రులైన అదానీ, అంబానీల పైనే వారు కాంగ్రెస్‌కు ట్రక్కులనిండా డబ్బు తీసుకెళ్లి ఇచ్చారని బహిరంగంగా విమర్శలు చేసే స్థాయికి వెళ్లారు. మూడో విడత పోలింగ్ జరిగిన రోజునే హర్యానాలోని బిజెపి ప్రభుత్వానికి మద్దతునిచ్చిన ముగ్గురు ఇంటిపెండెంట్ ఎమ్మెల్యేలు తమ సపోర్ట్ ఉపసంహరించడంతో అది మైనారిటీలో పడింది. మరోవైపున ఇటువంటి అనుమానాలవల్ల స్టాక్ మార్కెట్ కూడా అతలాకుతలం అవుతోంది. గురువారం ఒక్కరోజునే 7.30 లక్షల కోట్ల రూపాయల విలువ చేసే సంపద ఆవిరైందంటే ప్రభావం ఎంత తీవ్రంగా ఉందో బోధపడుతుంది. బిఎస్ఇ లిస్టెడ్ కంపెనీల మార్కెట్ కాపిటలైజేషన్ రూ.400 లక్షల కోట్ల నుంచి రూ.393.73 లక్షల కోట్లకు పడిపోగా అన్ని మార్కెట్ సూచీలు రోజంతా నష్టాల వైపే పరుగులు తీశాయి. మొత్తమ్మీద నరేంద్ర మోడీ నాయకత్వాన సాగుతున్న కార్పొరేట్ మతతత్వ కూటమి పాలన తుది ఘడియలకు చేరుకుంటోందన్న హేతువులు అన్ని వైపులనుండీ కానవస్తున్నాయి.లోక్‌సభ ఎన్నికల్లో 400కు పైగా సీట్లను సాధించడమే లక్ష్యమని ఊదరగొడుతూ బిజెపి ఎన్నికల ప్రచారాన్ని ప్రారంభించింది. పది సంవత్సరాల పదవీ కాలంలో నరేంద్రమోడీ పెద్దఎత్తున దేశ విదేశీ కార్పొరేట్లకు అనుకూల విధానాలు అమలు చేసినందుకు ప్రతిఫలంగా కార్పొరేట్ మీడియాలో ఇప్పటికీ ఆ ప్రచారమే హోరెత్తిస్తోంది. అయితే, ఒక్కో విడత పోలింగ్ ప్రక్రియ ముగిసే కొద్దీ మోడీ నేతృత్వంలోని ఎన్‌డిఎ కూటమికి అంత సీన్ లేదన్న విషయం లోకానికి స్పష్టమౌతూ వచ్చింది. దానికి తగ్గట్టుగానే ప్రధానమంత్రి, ఆయన సహచరుల ప్రచారశైలి కూడా మారుతూ వచ్చింది. నిజానికి తమ పదేళ్ల పాలనలో దేశానికి ఏం మేలు చేశారో ప్రజలను ఎంతలా ఆదుకున్నారో చెప్పి మరో ఐదేళ్లలో ఇంకేమేం చేస్తారో వారు వివరించి వుండాల్సింది. కానీ పదేళ్ల బిజెపి పాలనలో దేశంలో పేదల జీవనం కష్టంగా మారింది కనుక దీనిపై ఎన్నికల ప్రచారంలో మోడీ పరివారం మాట్లాడటం లేదన్నది సుస్పష్టం. ఆశ్రిత పెట్టుబడిదార్లకు దోచిపెట్టడం మినహా ఈ సర్కారు చేసిందేమీ లేదు. నల్లధనం లేకుండా చేస్తానని చెప్పిన ప్రధాని ఇప్పుడు అదానీ, అంబానీ కాంగ్రెస్‌కు నల్లడబ్బు ఇస్తున్నారని చెబుతున్నారంటే దేశంలో ఇంకా నల్లడబ్బు ఉందని ఆయనే ఒప్పుకున్నట్టు కదా! మరి అంత డబ్బు చేతులు మారుతుంటే తమ పాలనలో సమర్థవంతంగా పని చేస్తోందని చెప్పే ఇడి ఏంచేస్తుందో ప్రధాన మంత్రే చెప్పాలి.ఉత్తర భారతదేశంలో ప్రధానంగా యుపి, బీహార్, ఢిల్లీ, రాజస్థాన్ తదితర రాష్ట్రాల్లో ఇండియా వేదిక పార్టీల మధ్య సర్దుబాట్లు కుదిరినందున బిజెపి వ్యతిరేక ఓటు గరిష్టంగా పూల్ అవుతున్న నేపథ్యంలో 'ఇండియా' పార్టీల సీట్ల పెరుగుదల, బిజెపి దిగజారుడు ద్యోతకమవుతోంది. కేరళ, తమిళనాడుల్లో కమలం ఖాతా తెరవబోదనీ, కర్ణాటక, మహారాష్ట్ర, హర్యానా లాంటి రాష్ట్రాల్లో బిజెపికి సీట్లు తగ్గుతాయని ఇప్పటికే తేలిపోయింది. ప్రస్తుతం దేశ ప్రజల్లో మార్పు స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది. ఏ భావోద్వేగాలకూ అంతలా గురి కాకుండా గత పదేళ్ల మోడీ పాలనలో పెరిగిన ధరలు, దిగజారిన ఉపాధి, తరిగిన కొనుగోలు శక్తి వంటి అంశాలను ప్రధానంగా పరిగణనలోకి తీసుకుంటున్నారు. సిఎస్‌డిఎస్- లోక్‌నీతి వంటి సర్వేలూ దానినే సూచించాయి కూడా! సోమవారం జరగనున్న పోలింగ్‌లోనూ బిజెపికి ఆశించినన్ని సీట్లు దక్కడం కష్టమని తేలిపోతోంది. దేశంలో ఇండియా వేదిక పార్టీలదే గెలుపని, కేంద్రంలో ప్రత్యామ్నాయ లౌకిక ప్రభుత్వం ఏర్పాటవుతుందన్న అశాభావం సర్వత్రా వ్యక్తమవుతోంది. ఎన్నికల ఫలితాల అనంతరం దేశంలో మరిన్ని మార్పులు చోటు చేసుకోవచ్చు.

పన్నులవాతే సంపద సృష్టా?

తెలుగు రాష్ట్రాలలోనే కాదు దేశం మొత్తం మీద సంపద సృష్టి చేయగలిగిన ఆర్థిక బ్రహ్మగా, బ్రహ్మాండమైన నాయకుణ్ణి నేనేనంటూ చెప్పుకుంటున్న నాయకులు, వారికి వంతపాడే ఆర్థిక మేధావులు, వారికి బాకాలూదే మీడియా సంస్థల వారు కోకొల్లలుగా ఉన్నారు మనకు. దశాబ్దాలుగా ఎన్నికల ముందు సభల్లో సహస్ర నామార్చనలా వినపడే ఈ సంపద మంత్రం అధికారంలోకి రాగానే వారికి వినపడని నిశ్శబ్ద తంత్రమై సుదీర్ఘకాలం తాము అధికారంలో ఉన్నా కూడా పేదల బతుకుల్లోకి ఈ సంపద జొరబడదు.

పరిధి దాటిన అప్పుల కుప్పలతో జీతాలు కూడా ఇవ్వలేని స్థితి లో ఖజానా ఖాళీగా దర్శనమిస్తూ ఉంటుంది. ఇక కేంద్ర ప్రభుత్వం విధిస్తున్న జిఎస్‌టి, ఏకపన్ను వివిధ రాష్ట్రాల్లో విభిన్న విశ్వరూపమై ఏది కొన్నా, ఏది తిన్నా జేబులు ఖాళీ చేస్తోంది. ఇది కేవలం ప్రభుత్వాలకు మాత్రమే సంపద సృష్టి. కేంద్రం వివిధ పథకాలకు రాష్ట్రాల వాటా క్రింద ఇస్తున్న నిధులు పక్కదారి పట్టి ఏ ఖాతాలోనో సంపదగా పోగై ఉండవచ్చు.దేశంలోను, రాష్ట్రాల్లోను సామాజిక బాధ్యతగా మానవ వనరులు సద్వినియోగమై ఆర్థికంగా ప్రజలంతా దిగువ మధ్య తరగతి గీతదాటి వస్తే సంపద సృష్టి జరిగినట్లే.

జాతీయ ఆదాయం పెరిగినట్టే. ప్రభుత్వాల మనుగడ కోసం, స్వార్థపూరితమైన ఆలోచనలతో ఇసుక మొదలు, కరెంటు, వాటర్, ఆస్తి పన్నులు, నిత్యావసర వస్తువుల రేట్లు చుక్కలనంటించి, అన్ని శాఖల్లో పన్ను లు విపరీతంగా పెంచి, మద్యం ఏరులై పారించి, అదే సృష్టించిన సంపదని భ్రమింపజేస్తే ఆ భారాన్ని భరించలేక ప్రజలు ఇక్కట్లపాలవుతున్నారు. కొన్ని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలైతే వృత్తి పన్నులు, చెత్త పన్నులు అంటూ కొత్త పన్నుల బాటపట్టాయి. దేశవ్యాప్తంగా రోడ్ల నిర్మాణం జరిగి దశాబ్దాలు దాటుతున్నా కనీసం రిపేర్లకు నోచుకోకపోయినా టోల్ ట్యాక్స్‌తో తోలు తీసేస్తారు. ఇది చాలదన్నట్లు ఆస్తి వారసత్వపు సంపదపై కూడా పన్నులు విధించాలనే మెరుపు లాంటి ఆలోచనను కూడా సంపద సృష్టిలో భాగస్వామ్యం చేద్దామనుకుంటున్నారు. భూమి, అడవులు, సముద్ర, నదీ జలాలు, రవాణా, ఖనిజ సంపదలు దోపిడీకి గురవ్వకుండా సద్వినియోగం చేయగలిగితే సంపద సృష్టి జరుగుతుంది. ప్రపంచ బ్యాంకుల నుండి అప్పులు తేవడం, పేదల భూములన్నీ తక్కువ రేటుకు లాక్కుని ప్రభుత్వ బిల్డింగులు కట్టడం, అదే సంపద సృష్టి అనుకుంటే దానికి అనుభవం అక్కరలేదు.

ఏదో రకంగా మళ్ళీ మేమే గెలుస్తామని ధైర్యముంటే చాలు. నేనేసిన రోడ్లపై నడుస్తూ, నేనిచ్చిన కరెంటు వాడుకుంటూ, మా పాలనలో మాత్రమే కాపాడబడుతున్నఈ భారత దేశంలో నివసిస్తూ, మనుషులనే కాదు దేవుళ్ళను కూడా కాపాడుతున్న నాకెందుకు ఓటెయ్యరనే ఓటరునే ప్రశ్నించే తెగువతనం పాలకుల్లో కనబడుతున్నది. నాణ్యమైన ఉచిత విద్యనందించడంతో పాటు విదేశీ విద్యకు తోడ్పాటునందిస్తే విదేశాల్లో ఉద్యోగాలు చేసి మన దేశానికి సంపదను పంపుతారు. నాణ్యమైన ఉచిత వైద్యం ప్రభుత్వమే అందించి, ప్రజలకు ఖర్చు తగ్గిస్తే ఆరోగ్యమైన సమాజంతో పాటు ప్రజలకు ఆర్థిక పరిపుష్టి కలుగుతుంది. సన్న, చిన్నకారు రైతులకు నాణ్యమైన సబ్సిడీ విత్తనాలు, సరికొత్త సేద్యపు విధానాలు, నిరంతర నీటి సరఫరా, పంటలకు గిట్టుబాటు ధరలపై ప్రభుత్వం శ్రద్ధపెడితే రైతే రాజై సంపదని సృష్టిస్తాడు. అంతేకాని ఆత్మహత్యల సౌధాలపై ఆర్థిక జిడిపి లెక్కలు వేయకూడదు.

ప్రభుత్వ ఖజానాలను కొల్లగొట్టి దివాలా తీయిస్తున్న ఉచిత పథకాల పునాదుల పిల్లర్లపై పార్టీలను, ప్రభుత్వాలను నిలబెట్టరాదు. అత్యధిక జనాభా కలిగిన దేశంగా ముందు వరసలో ఉన్న మనం ఐక్యరాజ్య సమితి 2019 లెక్కల ప్రకారం సుస్థిరాభివృద్ధి సాధన సూచికలో అమెరికా, డెన్మార్క్ లాంటివి 40 వ స్థానం లోపలుంటే మనం 115 వ స్థానంలో ఉన్నాం. ఇది మన పాలకుల సుదీర్ఘ కార్యనిర్వాహక సామర్థ్యం. ప్రణాళికాబద్ధంగా మానవ వనరుల అభివృద్ధి చేసి వచ్చిన ఆదాయంలో నుంచి పేద వాళ్ళకు ప్రభుత్వాలు పన్ను రహిత ఉచిత సేవలు అందిస్తూ స్వయం ప్రకాశంగా ఎదిగేందుకు, వారి జీవన ప్రమాణాలు మెరుగుపడేందుకు ప్రయత్నిస్తే అదే సంపద సృష్టి. ప్రభుత్వ శాఖల్లో వారి జీతభత్యాలు, ఇతరత్రా ఉచిత సౌకర్యాలతో పాటు, పావలా పని చేసి పది రూపాయల ప్రచారం కోసం చేసే ప్రభుత్వ ఖర్చు, ఇవన్నీ తగ్గించే పొదుపు ద్వారా సంపద సృష్టి జరుగుతుంది.దసౌర విద్యుత్తు ఉత్పత్తి ద్వారా విద్యుదుత్పాదక ఖర్చుతో పాటు నీటి వినియోగం తగ్గించవచ్చు. అపారమైన నీటి వృథా అరికట్టడం, అటవీ వృక్షసంపదను కాపాడడం ద్వారా ఔషధ రూపంలో మందుల ఉత్పత్తి ఖర్చు తగ్గించవచ్చు. ఏదైన మామూలు మనిషి జీవనం మెరుగుపడే విధంగా చేస్తే అదే సంపద సృష్టి. పాలనలో విధానపరమైన నిర్ణయాలు తీసుకోకుండా చేయాలంటే సంపద సృష్టించడానికి ఏ నాయకుని వద్దనైనా ఏవైనా తంత్ర విద్యలు, మంత్ర దండాలు ఉన్నాయేమో తెలియదు మరి!

భూతాపం భవిష్యత్తు తరాలకు శాపమా!

అసాధారణ ఉష్ణోగ్రతలు, దీర్ఘకాలం కొనసాగుతున్న వడగాలులు, తీవ్రమైన వాతావరణ మార్పులతో ప్రపంచ మానవాళి, ప్రాణికోటి నిప్పుల కొలిమిలో నివసించాల్సిన అగత్యం ఏర్పడుతున్నదని పర్యావరణ నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. వాతావరణ ప్రతికూల మార్పులతో ప్రతి వేసవిలో దేశాల గరిష్ఠ ఉష్ణోగ్రతలు అస్థిరంగా, అవాంఛనీయంగా, అనారోగ్యకరంగా మారుతూనే ఉన్నాయి. భూతాపాన్ని అంచనా వేయడం, హరితగృహ ప్రభావాన్ని తగ్గించడం లాంటి లక్ష్యాలను అధ్యయనం చేయడం, పరిష్కారాలు ఇవ్వడానికి పలు దేశాల మహానగరాల్లో 'చీఫ్ హీట్ ఆఫీసర్' ఉద్యోగులను నియమించాల్సిన అగత్యం ఏర్పడింది. కార్చిచ్చులు, హరికేన్లు, వరదలు లాంటి విపత్తులతో అధిక ఆస్తి, ప్రాణనష్టాలు నమోదు అవుతున్నప్పటికీ నేడు వాతావరణ ఉష్ణోగ్రతలు పెరగడం, వడగాడ్పులు వీచడంతో సకల ప్రాణికోటి ఉనికి ప్రమాదంలో పడనుందనే తీవ్రంగా హెచ్చరిస్తున్నారు.

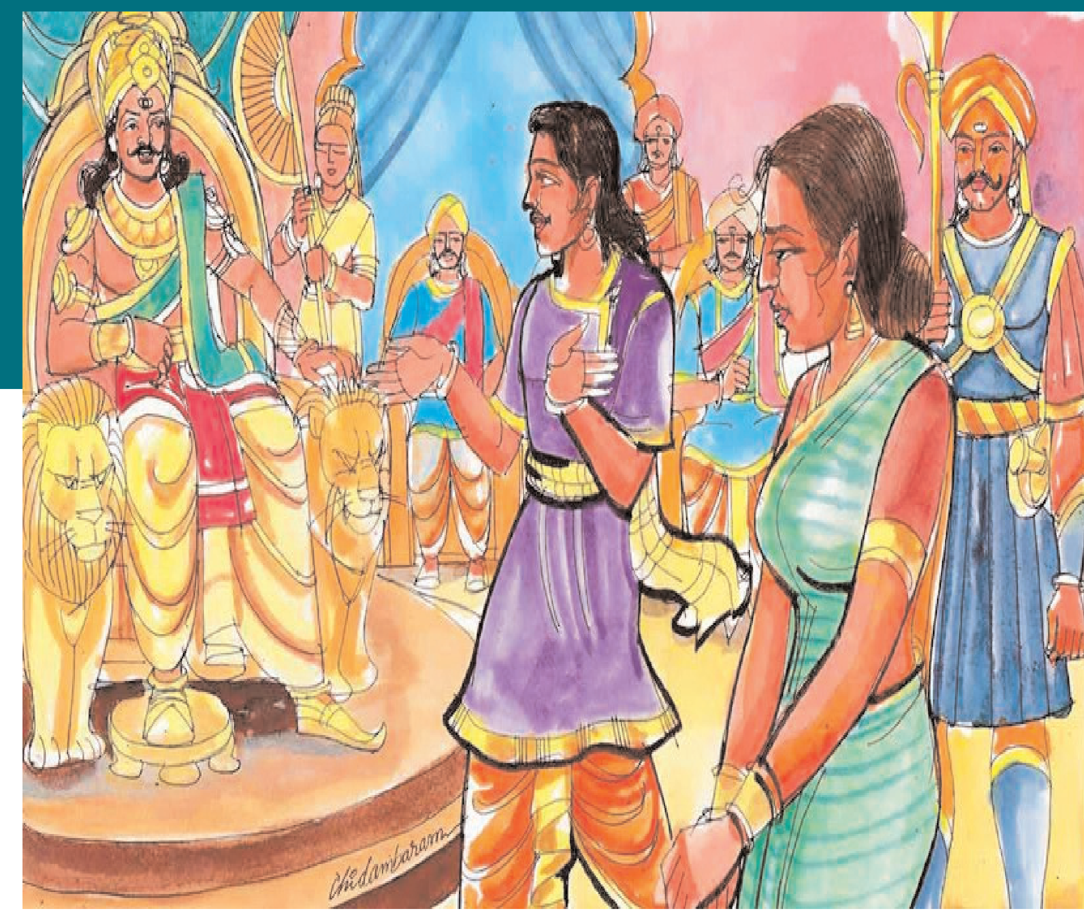
ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ అంచనాల ప్రకారం 2030 నుంచి 2050 మధ్య కాలంలో ప్రతికూల వాతావరణ మార్పులతో పోషకాహారలోపం, మలేరియా, డయేరియా, ఉష్ణోగ్రత ఒత్తిడుల (హీట్ స్ట్రెస్) కారణంగా అదనంగా 2.5 లక్షల మరణాలు నమోదు కావచ్చనే భయానక వార్తలను వెల్లడిస్తున్నారు.ఐరాస ఇంటర్ గవర్నమెంటల్ పానెల్ ఆన్ క్లైమెట్ చేంజ్ (ఐపిసిసి) నివేదిక ప్రకారం ఇండియా, అమెరికా, స్పెయిన్ లాంటి దేశాల్లో రికార్డు స్థాయిలో ఉష్ణోగ్రతలు పైపైకి జరుగుతూనే ఉన్నది. వేసవి కాలంలో స్పెయిన్‌లో గరిష్ట ఉష్ణోగ్రతలు 47.2 డిగ్రీ సెంటిగ్రేడ్, ఇండియాలో 45.8 డిగ్రీలు చేరడం, అమెరికాలో 40 డిగ్రీలు తరుచుగా దాటడం సర్వసాధారణమైంది. ఉష్ణోగ్రతలతో పాటు వడగాడ్పులు తోడై ప్రజాజీవనాన్ని అతలాకుతలం చేస్తున్నాయి.ఆసియా ఖండంలో వడగాడ్పులు, నీటి తేమ సమస్యలతో రాజస్థాన్, గుజరాత్, యుపి, ఢిల్లీల్లో వడగాలులు వీచడం చూస్తూనే ఉన్నాం. గత 122 ఏండ్లలో ఎన్నడూ చూడని వడగాడ్పులను మార్చి- 2022లో చూశాం. గత 72 ఏళ్ళలో అత్యధికంగా 09 ఏప్రిల్ 2022 ఢిల్లీలో 42.4 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రత నమోదు అయ్యింది. ఏప్రిల్-1941లో ఢిల్లీలో 45.6 డిగ్రీల అత్యధిక ఉష్ణోగ్రత రికార్డుగా ఇప్పటికీ రికార్డుల్లో ఉంది. రాజస్థాన్‌లో గరిష్ఠంగా 45.8 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రత నమోదైందని గమనించాలి. అమెరికాలో వడగాలులతో ఏడాది సగటున 702 మంది మరణించగా, 2004- 18 మధ్య కాలంలో మాత్రమే 10,527 మంది వేడిగాలులకు ప్రాణాలు కోల్పోయారని గణాంకాలు తెలుపుతున్నాయి.

1880 నుంచి ప్రతి దశాబ్ద కాలంలో భూ ఉష్ణోగ్రతలు 0.08 డిగ్రీలు పెరుగుతుండగా, గత నాలుగు దశాబ్దాల్లో సగటున 0.18 డిగ్రీలు పెరగడం ప్రమాదకర భవిష్యత్తును సూచిస్తున్నది. ప్రతి ఏట మార్చి నుంచి జూన్ వరకు ఉష్ణోగ్రతలు, వడగాడ్పులు మానవాళిని ఉక్కిరిబిక్కిరి చేస్తున్నాయి. అతిశీతల చలికాలం, అత్యధిక వేసవి ఉష్ణోగ్రతలు, కరువులు, కార్చిచ్చులు, తుఫాన్లు, వరదలు లాంటి విపత్తులు అసాధారణ వాతావరణ ప్రతికూల మార్పుల వల్ల జరుగుతున్నాయని నిర్ధారణ అయ్యింది.

భూతాపంతో ఆర్కిటిక్, అంటార్కిటిక్ ధ్రువాల్లో మంచు కరగడంతో సముద్రమట్టాలు క్రమంగా పెరుగుతూ తీరప్రాంతాలను సముద్ర నీరు ముంచనుందని ఐపిసిసి నివేదిక వివరిస్తున్నది. 1990- 2019 కాలంలో మానవ ప్రేరేపిత గ్రీన్ హౌజ్ వాయువుల కారణంగా ఉష్ణోగ్రతలు 45% పెరుగుతున్నాయని, వీటిలో కార్బన్ డై ఆక్సైడ్ మూలంగానే 36% హరిత గృహ ప్రభావం పెరిగిందని తెలుస్తున్నది. హరిత గృహవాయువులు పెరగడంతో ఉష్ణోగ్రతలు అధికం కావడమే కాకుండా వాతావరణం, నేల, సముద్ర జలాలు ప్రతికూల మార్పులను పొందుతున్నాయని గమనించాలి. 2030 నాటికి భూతాపంతో క్రమంగా మొక్కజొన్న లాంటి ధాన్య దిగుబడులు 24% వరకు తగ్గవచ్చనే కఠిన వాస్తవాన్ని వెల్లడిస్తున్నారు. ఆఫ్రికాలోని సోమాలియా, ఇథియోపియా లాంటి దేశాల్లో అత్యంత పొడి గాలుల అసాధారణ వాతావరణం నెలకొంటున్నట్లు తేలింది. ఐపిసిసి హెచ్చరిక ప్రకారం శిలాజ ఇంధనాల విచక్షణారహిత వినియోగం, మానవ ప్రమేయ పర్యావరణ కాలుష్యాలతో వాతావరణ ప్రతికూల మార్పులతో తీవ్ర వడగాలులు వీచడం జరుగుతోంది.స్విట్జర్లాండ్ లోని పిజోల్ మంచుకొండలు హరితగృహ వాయువులతో 2006 నుంచి నేటి వరకు 80 శాతం వరకు కరిగాయని, రానున్న దశాబ్దాల్లో 90% వరకు కరిగిపోవడంతో 2100 వరకు సముద్రమట్టం 2 మీటర్లు పెరిగి 63 కోట్ల మంది నేలను కోల్పోయే ప్రమాదం ఏర్పడనుంది. ప్రపంచ దేశాలు గ్రీన్‌హౌజ్ వాయువులను నియత్రించకపోతే ప్రపంచ మానవ మనుగడ ప్రశ్నార్థకం కానుందని ఐపిసిసి హెచ్చరిస్తున్నది. భూతాపం ఇలాగే పెరిగితే రానున్న దశాబ్దాల్లో మానవ ఆవాసాలు, గ్రామాలు, వ్యవసాయ క్షేత్రాలు, నగరాలు సముద్ర జలాలతో నిండనున్నాయని, నైజీరియా లాంటి కొన్ని దేశాలు తమ తీరప్రాంత రాజధానులను కోల్పోనున్నాయని తెలుస్తున్నది. ప్రపంచ కార్బన్ ఉద్గారాల్లో 30% చైనా బొగ్గు ఆధార పవర్ కేంద్రాలు కలిగిస్తున్నాయి. 2060 నాటికి జీరో- కార్బన్ ఉద్గారాల దేశంగా చైనా, 2070 నాటికి ఇండియాలను మార్చుటకు చర్యలు చేపడుతున్నారు. పారిస్ అగ్రిమెంట్ సిఫార్సు ప్రకారం 2050 నాటికి కార్బన్ ఉద్గారాలను తగ్గించాలని లేనియెడల ప్రస్తుత కార్బన్ ఉద్గార రేటు ఇలాగే కొనసాగితే 2100 వరకు ఉష్ణోగ్రతలు 3-4 డిగ్రీలు పెరుగుతాయని సూచిస్తున్నారు.

నగరాల్లో విస్తారమైన రోడ్లు, అధిక జనాభా, వాహనాల గుంపులు, సిమెంట్ కాంక్రీట్ భవనాలు, స్టీల్ వాడకాల వల్ల వాతావరణ ఉష్ణోగ్రతలు ప్రభావితం అవుతున్నాయి. పట్టణీకరణ ప్రణాళికలు చేపట్టడంలాంటి పలు జాగ్రత్తలు చూసుకోవలసిన సమయం ఆసన్నమైందని పౌరసమాజం తెలుసుకోవాలి.

ఇద్దరు మోసగాళ్లు



జరిగిన కథ : వీరప్రతాపుని నలుగురు కుమారులు పెళ్లిళ్లు చేసుకోవడం కోసం దేశాటనకు బయలుదేరారు. విజయుని భార్యను భానుడు ఎత్తుకుపోయాడు. శ్రీశైలం కదళీవనంలోని స్ఫటికలింగ మహత్వం వల్ల చంద్రుడు ఒక యక్షకన్యను వివాహం చేసుకున్నాడు. అతనికి దారిలో కనిపించిన రాముడు.. తన కథ చెబుతున్నాడు. దొంగగా మారిన రాముడు తన భార్యనే తోడుదొంగగా చేసుకుని, విక్రమార్కుని అంతఃపురంలో దొంగతనానికి వెళ్లాడు. ఆమె దొరికిపోయింది. కానీ, నా గురించి ఏమీ చెప్పలేదట. విక్రమార్క మహారాజు ఎన్ని విధాలుగా అడిగినా.. నోరు మెదపలేదని తెలిసింది. మూగదానిలా నటించసాగిందట.

'నిన్ను దొంగతనానికి పురికొల్పిన వారెవరో చెబితే, వాళ్లను పట్టుకుని నిన్ను విడిచిపెట్టేస్తాను' అని మహారాజు ఎన్నిసార్లు ప్రోత్సహించినా చెప్పింది కాదట. దాంతో విసిగిపోయిన విక్రమార్కులవారు.. ప్రతిరోజూ రుచిరను సభాభవనంలో నిలబడమని చెప్పాడు.'ఈమె చేత ఎవరైనా మాట్లాడిస్తే ఏం కోరినా ఇస్తాను" అని ప్రకటించాడట. ఎంతోమంది ప్రయత్నించారని తెలిసింది. కానీ, ఎవరికీ ఆమె బదులు చెప్పలేదు. తన తోటిదొంగనైన నా గురించి ఎన్నిసార్లు అడిగినా.. ఆకాశం కేసి వేలు చూపిస్తూ మౌనంగా ఉండిపోతున్నదట. ఆమెను విడిపించి తెచ్చే ఉపాయం కోసం అన్వేషిస్తూ ఉండగా నువ్వు కనిపించావు.. ..అని రాముడు తన కథ చెప్పాడు.నేను అతనికి ధైర్యం చెప్పి.. "అన్నా! విచారించకు. నీ రుచిరను నేను విడిపించి తెస్తాను" అని వాగ్దానం చేశాను.మరునాడు విక్రమార్కులవారి సభకు వెళ్లి, ఆమెతో మాట్లాడిస్తానని ప్రతిజ్ఞ చేశాను."వదినా! రాముడు నాకు అన్నగారు. నేను నిన్ను విడిపించడానికే వచ్చాను. నువ్వు ఒక్కసారి మాట్లాడితే చాలు.. నీ విడుదలే ప్రతిఫలంగా కోరుకుని, నిన్ను అన్న దగ్గరికి తీసుకుపోతాను" అని ఆమె చెవిలో చెప్పాను.

మహారాజుగారి దిక్కు తిరిగి.. "మీరడిగిన ప్రశ్నలకు సమాధానం చెప్పడానికి ఇప్పుడీమె సిద్ధంగా ఉన్నది" అన్నాను.

అప్పుడాయన.. "అమ్మాయీ! నువ్వెవరు?" అని అడిగాడు.

అందుకామె.. "ఆడపిల్లను" అని సమాధానమిచ్చింది.

"ఎవరి కూతురివి?".

"జనకుని కూతురిని".

"ఎవరి భార్యవు?".

"జగదభిరాముని భార్యను".

ఆమె సమాధానాల్లోని శ్లేషను అర్థం చేసుకోవడానికి సభాసదులందరూ తికమకపడుతుండగా.. నేను లేచి, "మహారాజా! మీరు చెప్పినట్లే ఆమెతో మాట్లాడించాను. మరి నా అభీష్టం నెరవేర్చరా?" అని అడిగాను.

"మాట తప్పేవాణ్ని కాను. ఏం కావాలో కోరుకో" అన్నాడు మహారాజు.

"మరో ప్రశ్న వేయకుండా ఆమెను విడిచిపెట్టేయండి. అదే నా కోరిక" అని కోరుకున్నాను. అంతటితో ఆమెను తీసుకుని బయటికి వచ్చేశాను. రహస్యంగా రాముణ్ని కలుసుకుని, ముగ్గురం ఉజ్జయిని నుంచి వెళ్లిపోయాం. ఆ తరువాత కూడా రాముడిలో దొంగతనాలు చేసే బుద్ధి పోలేదు. ఒకటి రెండుసార్లు నాకే పట్టుబడ్డాడు. అతనికి ఏదో విధంగా నచ్చజెప్పి, మంచిదారికి తీసుకురావాలని ప్రయత్నించాను.

"అన్నా! నువ్వు సహవాస దోషం వల్ల దొంగతనాలకు అలవాటు పడ్డావు. ఇకనైనా ఇటువంటి పనులు మానేయ్. ఆ రుచిరను వదిలేసి వేరొక పిల్లను పెళ్లి చేసుకో. అప్పుడు నీ బుద్ధి మారవచ్చు" అని చెప్పాను.

దానికి రాముడు అంగీకరించినట్లే కనిపించాడు.

"నేనొక యక్షకన్యను పెళ్లాడానని చెప్పాను కదా! ఆమె చెలికత్తె మల్లిక.. చాలా చక్కనిది. నువ్వొప్పుకొంటే మీ ఇద్దరికీ నేను పెళ్లి జరిపిస్తాను" అని చెప్పాను. రాముడు దానికి "సరే!" అన్నాడు.నేను వీణ తీసుకుని నిర్దేశిత రాగాన్ని వాయించాను. చెప్పినట్లుగానే చారుమతి ప్రత్యక్షమైంది. కానీ, పక్కనే రాముడు ఉండటం చూసి వెగటు చెందింది."పరపురుషులు ఉండగా నన్ను పిలవకూడదు" అని హెచ్చరించి, వెనువెంటనే మాయమైపోయింది. నేను చేసేది లేక మిన్నకుండిపోయాను.ఆనాటి సాయంత్రం పట్టణంలో సంచరించి, సత్రానికి తిరిగి వస్తుండగా.. రాముని గదిలో నుంచి వినిపించిన మాటలు నన్ను ఆశ్చర్యానికి గురి చేశాయి.

"చూశావా! మనిద్దరం చిలకా గోరింకల్లా ఉండటం వాడికిష్టం లేదు. తన పెళ్లాం దగ్గరి దాసీదాన్ని తెచ్చి నాకు కట్టపెడతానంటున్నాడు. సవతి తల్లి పిల్లలకు ఇంతకంటే ప్రేమ ఉంటుందా?! ఆ మాత్రం తెలివితేటలు నాకు లేవనుకుంటున్నాడు.." అంటున్నాడు రాముడు.

వాడి మాటలు నాకు అనుమానం కలిగించాయి. ఎందుకైనా మంచిదని నేనారోజు నిద్రించే ప్రదేశాన్ని మార్చాను. తెల్లవారి లేచి చూసేసరికి నా గదిలో నిద్రించినవాడు హత్యకు గురయ్యాడు. ఆ పక్కనే ఉండాల్సిన నా వీణ కూడా లేదు. అప్పటినుంచి రాముణ్ని వెతుక్కుంటూ తిరుగుతున్నాను.. .. అని చంద్రుడు తన కథంతా చెప్పాడు.

"అన్నా! దైవవశాత్తూ నువ్వు కనిపించావు మనిద్దరం సోదరుల మూలంగానే భార్యలు లేనివాళ్లమయ్యాం" చివరిగా అన్నాడు. అందుకు విజయుడు.. "భార్య లేని జన్మ వృథా! ఆమె లేని ఇల్లు పొల్లు. భార్యకు ప్రియాన్ని చేకూర్చడమే భర్తకు ఆనందం. భార్యను పోగొట్టుకోవడం దురదృష్టకరం" అన్నాడు. ఆ అన్నదమ్ములిద్దరూ ఒకరినొకరు ఓదార్చుకున్నారు. కొన్నిరోజుల తరువాత విజయుడు తాను కొంతకాలం ప్రధానమంత్రిగా పనిచేసిన భీమవర్మ రాజ్యంలోని.. విజయపురమనే పట్టణానికి వెళ్లారు. అక్కడ విజయుడే స్థాపించిన సత్రంలో విడిది చేశారు. ఆ సత్రానికి ముందు భీమవర్మ మహారాజు తన పేరుతో వేసిన శాసనాన్ని చూసి, విజయుడు మురిసిపోయాడు. సత్రంలోకి ప్రవేశిస్తుండగా ఒక గదినుంచి ఒక సంభాషణ వినిపించింది."అన్నా! వాళ్లిద్దరికీ మనమంటే ముందునుంచీ అసూయే! నేను ఈ అమ్మాయితో ఉండటం ఇష్టం లేక, నాతో ఏమేమిటో చెప్పాడు. మనసిచ్చి పెళ్లాడిన ప్రియురాలిని విడిచిపెట్టడం ఎంత కష్టమో నువ్వే చెప్పు. అదీకాకుండా విక్రమార్కుడు ఎన్ని కష్టాలు పెట్టినా, నా పేరు చెప్పనే లేదు! అలాంటి పిల్లను ఎలా విడిచిపెట్టను!".

"అదీ నిజమే! ఆశ్రితులైన వారు ఎటువంటివారైనా విడిచిపెట్టకూడదని నీతి. మంచిపని చేశావు".

"పోనీ.. తాను నాకిచ్చి పెళ్లి చేస్తానన్న యువతి మాత్రం గొప్పదా?! తన భార్య వద్ద దాసీ పని చేసేదట. అంటే ఆ భార్యాభర్తలిద్దరికీ మేమిద్దరం దాసులం కావాలని వాడి బోడి అభిప్రాయం".

"ఇంతకీ వాడి భార్యను చూశావా? అందంగా ఉంటుందా?!".

"ఆఁ ఎర్రగా బొర్రగా ఉండగానే సరా?! అయినా నేను సరిగ్గా చూడలేదులే".

"పోనీ! ఆ వీణ మీటి రప్పించలేకపోయావా?!".

"అయ్యో! పడరాని పాట్లన్నీ పడ్డాను. కానీ, ఆ వీణమెట్లు సవరించడమే చేతకాలేదు".

"మరి దాన్నేం చేశావు?!"."తవ్వెడు బియ్యం అవసరమై, ఎవరో ఓ బ్రాహ్మణునికి అమ్మేశాను".

"అతణ్ని నువ్వు గుర్తుపట్టగలవా?".

"ఊహూఁ గుర్తుపట్టలేను".

"ఇంతకీ నువ్వా వీణ ఎత్తుకొచ్చిన సంగతి చంద్రునికి తెలుసా?!".

"తెలిస్తే ఊరుకుంటాడా?! వాణ్ని మట్టుపెట్టిన తరువాతే వీణ ఎత్తుకొచ్చేశాను".

"మంచిపని చేశావు. ఇద్దరమూ వీరపురుషులమే".

"అంటే నువ్వు కూడా విజయుణ్ని హతమార్చావా?! అన్నట్లు వాడి భార్య హేమను ఎత్తుకుపోయానని చెప్పావు కదా! ఆ తరువాత ఏమైంది?!".

"వాణ్ని ఒక్కదెబ్బతో కైలాసానికి పంపాను. కానీ, ఏం లాభం?! ఆ మొండిది నా మాట వినలేదు".

"ఏ అడవికో తీసుకుపోయి.. చెర పట్టవలసింది".

"ఆ పనే చేశాను. చంపుతానని బెదిరించినా.. నా మాట లెక్క చేయలేదు. చివరికి చిరాకేసి ఓ నూతిలో తోసేశాను".

"చచ్చిందా?". "ఏమో తెలియదు. అదే సమయానికి ఎవరో ఒక బ్రాహ్మణుడు స్నానం కోసం బావి దగ్గరికి వస్తుంటే, నేను పారిపోయి వచ్చేశాను".

"మంచిపని చేశావు. వాళ్ల పీడ విరగడైనట్లే! ఇక మనం ఇంటికిపోయి, హాయిగా రాజ్యం చేసుకోవచ్చు".

"నిజమే కానీ, నేనొక్కణ్నే వస్తే తండ్రిగారు ఆక్షేపించవచ్చు. ఎవరో ఒక స్త్రీని ఎన్నుకుని పెళ్లాడాలి"."ఈ ఊళ్లో నీకు నచ్చిన అమ్మాయిని ఎన్నుకో. రాత్రికి నేను, మీ వదిన కన్నం వేసి.. ఆ అమ్మాయిని ఎత్తుకొచ్చేస్తాం. పెళ్లి చేసుకుని, ఇంటికి తీసుకుపోవచ్చు". .. ఆ తరువాత గదిలో నుంచి ఒకటే నవ్వులు వినిపిస్తున్నాయి. వాళ్లిద్దరూ భానుడు, రాముడు అనే విషయం.. గదిబయట నుంచి వింటున్న విజయునికి, చంద్రునికి స్పష్టంగా అర్థమైంది. వీణ పోయినందుకు చంద్రుడు.. నూతిలో పడిన హేమ బతికుందో లేదోనని విజయుడు ఎంతగానో విచారించారు. అప్రయత్నంగా వారి కళ్లవెంట నీళ్లు వచ్చాయి. విజయుడు కన్నులు తుడుచుకుంటుంటే.. చూడలేక చంద్రుడు ఒరలోంచి కత్తి తీశాడు."వద్దు తమ్ముడూ! ఎంతైనా మనమందరం ఒక తండ్రి కడుపున పుట్టాం. మనకు ద్రోహం చేసినా సరే, వాళ్లను మనం చంపవద్దు" అని వారించాడు విజయుడు.చంద్రుడు అప్పటికి తన కోపాన్ని అదుపు చేసుకున్నాడు. తెల్లవారింది. సత్రం బయట నలుగురు అన్నదమ్ములూ ఒకరికొకరు ఎదురుపడ్డారు. తమకు చేసిన ద్రోహాన్ని మరిచిపోయి విజయుడు, చంద్రుడు తమ సోదరులను కుశల ప్రశ్నలు అడిగి, కౌగిలించుకున్నారు.భానుడు సమయోచితంగా.. "ఆనాడు నువ్వు, వదిన దూరంగా ఉన్నారు. రాత్రివేళ అకస్మాత్తుగా ఒక పులి నామీద పడింది. నేను దాన్నుంచి తప్పించుకోవడానికి చాలాదూరం పరుగెత్తాను. రెండురోజుల తరువాత భయం తగ్గి నేను తిరిగి వచ్చేసరికి మీరు కనిపించలేదు. అన్నా! వదినగారు క్షేమంగా ఉన్నారా?!" అని ప్రశ్నించాడు.

రాముడు అంతకంటే తెలివిగా చంద్రునితో.. "తమ్ముడా! ఆనాడు సత్రంలో నువ్వు వేరొక గదిలో నిద్రిస్తున్నావు. అర్ధరాత్రివేళ రాజభటులు సోదాలు జరిపారు. మమ్మల్ని పట్టుకోవడానికే వచ్చారనిపించి, మేమిద్దరం పారిపోయి వచ్చేశాం. ఆ తరువాత నీ క్షేమ సమాచారం తెలుసుకోవడం సాధ్య పడలేదు. దైవవశాత్తూ నిన్ను కలుసుకోవడం చాలా ఆనందంగా ఉంది" అన్నాడు.

ఆ ఇద్దరు మోసగాళ్ల మాటలకు సమాధానం ఏం చెప్పాలో తెలియక.. విజయుడు, చంద్రుడు మౌనంగా ఉండిపోయారు.

రెండుమూడు రోజుల తరువాత విజయుడు తమ్ముళ్లందరినీ పిలిచి..

"మనం ఇంటినుంచి వచ్చి, చాలాకాలం అయింది. ఇక ఇంటికి పోదాం" అన్నాడు. అతని మాటలకు చంద్రుడు సమ్మతించాడు. కానీ, మిగిలిన ఇద్దరూ మరికొంతకాలం దేశాటనం చేద్దామన్నారు.

విజయుడు అన్యాపదేశంగా వారిని మందలించాడు. దాంతో ఆ మోసగాళ్లిద్దరూ రహస్యంగా మాట్లాడుకుని ఒక పథకం రచించుకున్నారు. ఆ రహస్యాన్ని విజయునికి, చంద్రునికి తెలియకుండా జాగ్రత్త పడ్డారు.

అడవి మార్గం మీదుగా నలుగురు అన్నదమ్ములూ.. రుచిరతో కలిసి నడిచి వెళ్తున్నారు. దారిమధ్యలో భోజనం కోసం ఓ చెట్టుకింద ఆగారు. సమీపంలోని బావి నుంచి నీరు తోడి తేవడానికి వెళ్లిన రుచిర.. కొద్దిసేపటికే పెద్దగా కేకలు పెడుతూ వెనక్కి తిరిగి వచ్చింది.

"ఆ బావిలో ఇద్దరు స్త్రీలు మునుగుతూ, తేలుతూ కనిపిస్తున్నారు. ఎవరో తెలియడం లేదు. ప్రమాదంలో ఉన్నారో, క్రీడిస్తున్నారో చెప్పలేను" అన్నది. ఆమె మాటలు విన్న నలుగురు అన్నదమ్ములూ ఒకేసారి బావివైపు నడిచారు.

సకలకళా.. వల్లభన్!

అప్పట్లో ఈ ఫెన్సింగులూ, కోట గోడలూ ఏవీ ఉండేవి కావు. మమ్మల్ని చూసి.. "సక్కని తల్లులు! మా ఇంటికొచ్చిన్రు" అంటూ మాకేదైనా తినడానికి పెడదామని వాళ్లు తాపత్రయపడేవారు. మాకేమో ఇంట్లో.. "ఎవరింటికి బోయినా లేకిగ జెయ్యొద్దు! వాళ్లు 'ఏం బెద్తరా? ఎప్పుడు బెద్తరా?' అని చూడొద్దు!" అని సూక్తి ముక్తావళి బోధించేది అమ్మ. ఈ పెరటింటి వాళ్లు మక్కజొన్న పేలాలో, పల్లీలో వేయించి.. పొట్లు చెరిగి మాకు పెట్టేవారు పాపం! మేం శుభ్రంగా తిని వాళ్లు దారి చూపిస్తే వెనక్కి వచ్చేవాళ్లం. ఇంతకూ ఆ పల్లీల రుణం మేం చాలా ఏళ్లపాటు బదులు తీర్చుకోవాల్సి వస్తుందని మాకు అప్పుడు తెలియలేదు.ఆ తరువాత కొన్నేళ్లకు నేను ఇంటర్‌లో ఉన్నప్పుడు.. మేము కొత్తింటికి మారాక, వాళ్ల పెద్దకొడుకు మా ఇంటి ఎదురుగా పశువుల కొట్టంలోకి మారాడు. "మీ నాయనదీ నాదీ ఒకటే వయసు! సందమామ లెక్కున్నడని మీ నాయినను జూసొచ్చినంక మా అవ్వకు నేను పుట్టిన్నట.

అడివి పనికి పొయ్యి గిట్లయిన గనీ.. నేను సుత తెల్లగనె ఉంటి. నాగ్గూడ గదేపేరు పెట్టిన్రు" అనేవాడు. రంగు మాట ఎలా ఉన్నా.. మా నాన్న తదియ నాటి చంద్రుడైతే, ఇతను పౌర్ణమి చంద్రుని సైజు. ఎత్తుగా, లావుగా.. పహిల్వాన్‌లా ఉండేవాడు.ఈ పెద్దమనిషికి ఎన్ని విద్యలొచ్చో లెక్కేలేదు! నాటు వైద్యుడు. పాములూ, ముంగిసలూ పట్టేవాడు. కులంలో పంచాయితీలు తీర్చేవాడు. పొగాకుతో చుట్టలు చుట్టేవాడు. నులకతాళ్లు పేనేవాడు. అతనికి మంత్ర తంత్రాలొచ్చని ఊళ్లోవాళ్లు భయపడేవాళ్లు. కానీ, మా ఇంట్లో అవేవీ నమ్మకపోయేవాళ్లం గనుక.. ఆ విద్య మా ముందు ప్రదర్శించే అవకాశం రాలేదు.

ఒక్కోసారి ఉదయన్నే మేం ఇంకా లేచి ముఖాలు కడుక్కోకముందే.. ఆ నాటువైద్యుడి క్లినిక్ ప్రారంభం అయ్యేది. బర్రె ముందు రెండు కాళ్లకూ, వెనక రెండు కాళ్లకూ విడివిడిగా కలిపి తాళ్లు కట్టి.. అమాంతం పడేసేవాళ్లు. అది భయంకరంగా అరుస్తుంటే.. మన డాక్టర్ గారు ఎర్రటి నిప్పుల్లో కాల్చిన ఇనుప సీకుతో దానికి ఏ భాగంలో నొప్పి ఉందో అక్కడే కాల్చేవాడు. మరోసారి ఓ పెద్ద చాకు తీసుకుని సర్రుమని కోసేవాడు. అది అరుస్తుంటే.. ఏదో ఆకు పసరు చేత్తోనే నలిపి ఆ గాయం మీద పోసేవాడు. "ఆఁ! మరిగింత దాన్క ఎందుకు దెచ్చుకున్నవ్? నీ ఇంటికేమన్న వస్తినా? నువ్వే నా ఇంటికొస్తివి!" అనేవాడు. అదే పేషెంట్ ఆవు అయితే.. "ఏందే శెల్లె! పాలెందుకు ఎక్వ ఇస్తలేవే!" అని చాలా క్యాజువల్‌గా నవ్వుతూ ఉంటే.. ఆ ఆవు కళ్లలో నీళ్లతో చూసేది.

మరుసటి రోజు ఆ కొట్టంలోంచి గావు కేకలు వినిపించాయి. 'ఏమిటా!?' అని చూస్తే.. ఓ యువకుణ్ని క్రితంరోజు ఎద్దును పడుకోబెట్టిన చోటే పడుకోబెట్టి వైద్యం చేస్తున్నారు. అదేమిటో.. ఈయనగారు మనుషులకూ, పశువులకూ ఒకేలా వైద్యం చేసేవాడు. పశువును కట్టేసి.. వెదురు బొంగుతో కషాయం పోసినట్టే.. మనుషుల్ని గట్టిగా పట్టుకుని మందు తాగించేవాడు. ఏదైనా నొప్పి ఉందని వస్తే.. అన్నీ అవయవాలనూ.. ముందుకూ, వెనక్కీ విరిచి.. తొక్కీ, మెలిపెట్టీ, గోధుమపిండిలా పిసికి పెట్టేవాడు. చిన్నప్పుడు విన్న కథల్లో.. యమలోకంలో శిక్షలు కూడా ఇంత ఘోరంగా లేవనిపించేది మాకు.

మా ఇంటి ఆవరణలోకి అప్పుడప్పుడూ పాములు వచ్చేవి. మాకు భయం వేసి వెంటనే.. మన సకల కళా వల్లభన్ గారిని పిలిచేవాళ్లం. ఆయన తాపీగా.. "ఆఁ! వొచ్చినాది?" అనుకుంటూ ఇనుప సీకు పట్టుకుని వచ్చేవాడు. పామును మెడ దగ్గర పట్టుకుని, గిరాగిరా తిప్పి నేలకేసి కొట్టి చంపేసేవాడు. ఆ తరువాత.. "ఇగ వంద రూపాయలియ్యండి! నా కోసం గాదు.. గీమె నోట్లె రాగి పైస పెట్టి దానం జెయ్యాలె. అటెంక నేను ప్రాయచ్చిత్తం చేసుకోవాలె" అనేవాడు. మొదట్లో వంద ఉన్న చార్జీ.. రానురానూ వెయ్యి రూపాయలు అయ్యింది. అంతేకాదు.. పాములు రావడం ఫ్రీక్వెన్సీ కూడా పెరిగింది. ఒక్కోసారి "ఒక్క రెండు వందలు బదలు ఇస్తరా!? మల్ల రెండు దినాలు అయినంక ఇస్త" అంటూ వచ్చేవాడు. మనం డబ్బు లేదంటే.. "ఈ నడ్మ పాములొస్తలేవా?" అనడిగేవాడు. అదేం ఖర్మో గానీ.. తెల్లారేసరికే మా ఇంట్లో పాము కనిపించేది. ఆయన్ని పిలవక తప్పేది కాదు. వెయ్యి ఇవ్వక తప్పేదీ కాదు. ఓసారి ఇలానే.. ఎవరింట్లోనో పాము వచ్చిందని ఈయన్ని పిలిచారట. పామును పట్టాక.. అడిగినంత డబ్బు ఇవ్వలేదని, "అయితే మీరే ఉంచుకోండి!" అంటూ చేతిలోని పామును మళ్లీ చెట్లల్లోకి వదిలి వెళ్లిపోయాడట. వాళ్లు ఆ రాత్రంతా నిద్రపోక.. తెల్లారి మళ్లీ పూర్తి సొమ్ము ఇచ్చాకే పామును పట్టాడట. మరోపక్క నాటు వైద్యానికి జనం రావడం తగ్గిపోయి, పాములు పట్టడమే ప్రధాన వృత్తి అయ్యింది మన సకలకళా వల్లభన్‌గారికి. మేం ఎప్పుడైనా ఎదురు పడితే.. "వందో.. రెండొందలో ఇచ్చి పోరాదమ్మా!" అని అడిగేవాడు. పాము రావడం, టెన్షన్, వెయ్యి రూపాయలివ్వడం.. దీనికన్నా రెండొందలివ్వడం మంచిదనే అభిప్రాయానికి వచ్చి డబ్బులు ఇచ్చేవాళ్లం. కొన్నాళ్ల తరువాత మా పిల్లల్ని కూడా డబ్బులు అడిగేవాడు. "అమ్మా! ఇవ్వాళ టోల్ గేట్‌కు ఇరవై రూపాయలు ఖతం!" అనేవాడు మా చిన్నబ్బాయి. నాటువైద్యుడు కాస్తా.. 'టోల్ గేట్' బిజినెస్ మొదలుపెట్టాడని నవ్వుకున్నా.. మళ్లీ ఎందుకో జాలేసేది.

కట్టెలకు పోయిన పెండ్లానికి బంగారం ముల్లె దొరికింది..

మొగనికేమో ఆకిట్ల లడ్డూల వాన పడ్డది అని జెప్పింది

ఒక ఊళ్లె ఇద్దరు ఆలుమొగలు ఉండెటోళ్లు. పెండ్లాం జరంత ఇకమతు ఉన్నామెనే. కనీ.. పెనిమిటి అట్టి అమాయకుడు. పరమానందయ్య శిష్యులసోంటోడు. 'ఉన్నవా అంటే.. ఉన్నట్టే!' దప్ప.. ఏం దెల్వని పిసోడు. పాపం, ఆమెనే ఎట్లనో ఒల్లు సవరిచ్చుకత్తంది. ఈని పిసతనాన్ని సవరియ్యక.. పనిచ్చినోళ్లు అందరు పరేషానయ్యే టోళ్లు. ఒక్కపారి పనిచ్చినోడు మల్ల దగ్గరికి రానిచ్చేది గాదు. ఈని అమాయకం అందరికీ మూడుకత్తుండె. ఇగ ఇట్లయితే గాదని.. పెనిమిటిని ఇంట్లుంచి పెండ్లామే పనికి వోతుండె. పని దొర్కన్నాడు.. అడివికి వోయి కట్టెలు గొట్టుకచ్చి సంతల అమ్ముతుండె.ఆమె ఒకపారి ఎప్పటితీర్గనే కట్టెలుదేను అడివికి వోయింది. ఎండిన శెట్టు జూసి కొడుదామని దగ్గరికి వోంగనే.. ఆ శెట్టు తొర్రల ఒక ముల్లె కానచ్చింది. ముల్లె ఇప్పి సూడంగనే కండ్లకు నమ్మకం గాలే. అండ్ల బంగారం, అర్రాలు, ముత్యాలు, పగుడాలు ఉన్నయి. అటీటు సూశింది. ఆడ ఎవ్వలు గనిపియ్యలే. దేవుడిచ్చిండనుకుని ముల్లె దీస్కోని ఇంటికి వోయింది. మొగనికి సూయించి.. "ఇవ్వి అమ్ముకుని ఏదన్న పని వెట్టుకుంటె మన దరిద్రమంత వోద్ది!" అని జెప్పి, ముల్లెను దాశి పెట్టింది. "అట్లనే!" అన్నడాయినె. నడిరాత్రి ఆమెకు తెలివైంది. 'ఈ ముచ్చట ఎట్లనన్న అందరికి ఎరుకైద్ది.. పిసోడు ఎవలకన్న శెప్పక వోడు' అనుకుంది. ఎట్లనన్న ఇకమతు జేయా లని సోచాయించింది. శిటుక్కున నిద్రవోతున్న మొగన్ని లేపింది. "ఏమయ్యో! ఏం మొద్దు నిద్రవోతున్నవ్ లెవ్వు! అగో సప్పుడు ఇనత్తందా..? ఆకిట్ల లడ్డూల ఆన వడ్తాంది" అని జెప్పింది. కడుపునిండ దిని పనీపాట లేక పన్నడాయె. నిద్ర మబ్బుల్నే.. "సరే.. అట్లనే" అనుకుంట గుర్రువెట్టి మల్ల నిద్రవోయిండు.

రోజులు గడువవట్టె.. ఈల్లు నగలమ్ముకుంట బతకవట్టిండ్లు. అయినా అనుమానం రావద్దని ఎప్పటోలె ఆమె అడివికి వోయి.. కట్టెలు దెత్తనే ఉన్నది. అయినా సుట్టుపక్కోల్లకు ఈ ఇద్దరాలు మొగల మీద అనుమానం అచ్చింది. ఆమె ఎట్లన్నా జెప్పదని ఎర్కనేనాయె! ఆమె ఇంట్ల లేంది జూశి.. సుట్టుపక్కోల్లు ఆనితోని మాట ముచ్చట గలిపిండ్లు. "మునుపటి కంటె మంచిగ బతుకుతాండ్లు! పైసలు ఎక్కడియి!" అంట అడిగిండ్లు. దానికాడు.. "మాకు అడివిల బంగారం ముల్లె దొరికింది. అండ్లకెల్లి అమ్ముకుంటున్నం" అని జెప్పిండు. అసలు ముచ్చట ఎరుకై.. అందరు ఆశ్చర్యంల వడ్డరు. "ఆ ముల్లె ఎప్పుడు దొరికింది" అంట మల్ల అడిగిండ్లు. మస్తు సేపు యాజ్జేసుకోంగ యాదికచ్చింది. ఎంటనే.. "ఆ యాది కచ్చింది. మాకు లడ్డూలు దొర్కిన్నాడు.. నడిమి రాత్రి లడ్డూల ఆన వడ్డది. ఆనాడె దొర్కినయ్" అంట జెప్పిండు. ఆని ముచ్చటిన్నోల్లు.. 'నగల్లేవు, గిగల్లేవు.. పిసోడు!' అనుకుని నవ్వుకుంట ఎల్లిపేయిండ్లు. ముందుగాల్నె జాగర్త వడ్డందుకు.. ముచ్చట దెలిశిన పెండ్లాం పానం కూనం వడ్డది.