Published by Telangana
TS-25-0034017

సత్యమేవ జయతే

తెలుగు దినపత్రిక

- ధర్మం నిలబడాలి, సత్యం గెలవాలి, సత్యం మాత్రమే గెలవాలి జైహింద్

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. సంప్రదించవలసిన ఫోన్ నెంబర్ : 9398191920.

సంపుటి : 01 సంచిక : 178 ప్రచురణ : తెలంగాణ, ఎడిటర్ : జె. భాస్కర్ సోమవారం 21-07-2025 పేజీలు :12 వెల :2/-

బోనమెత్తిన భాగ్యనగరం

- వాడవాడలా బోనాలతో ఊరేగింపులు..
- అమ్మవారికి చీరెసారె సమర్పణ..
- లాల్‌దర్వాజకు పోటెత్తిన భక్తులు
- సింహవాహినికి ప్రముఖుల పూజలు

హైదరాబాద్ : బోనాల జాతరతో సందడిగా మారింది. హైదరాబాద్ మహా నగర వ్యాప్తంగా బోనాల పండుగ వైభవంగా సాగింది. అమ్మవారి ఆలయాలకు ఉదయం నుంచే భక్తులు బోనాలతో బారులు తీరారు. ఆదివారం సెలవు దినం కావడంతో నగరంలోని ఆలయాలన్నీ భక్తులతో కిటకిటలాడాయి. చార్మినార్ భాగ్యలక్ష్మి అమ్మవారికి మంత్రులు కోమటిరెడ్డి వెంకట్‌రెడ్డి, పొన్నం ప్రభాకర్ పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించారు. లాల్‌దర్వాజా సింహవాహిని మహాకాళి అమ్మవారిని దర్శించుకునేందుకు భక్తులు బారులు తీరారు. హైదరాబాద్‌లోని లాల్‌దర్వాజా సింహవాహిని మహాకాళి అమ్మవారి బోనాల జాతర ఘనంగా జరిగింది. ఉదయం అమ్మవారికి కుమ్మరి బోనం సమర్పించారు. ఆలయం వద్ద నాలుగు ప్రత్యేక క్యూలైన్లను ఏర్పాటు చేశారు. బోనాలు తెచ్చేవారి కోసం ప్రత్యేక క్యూలైన్ అం దుబాటులో ఉంచారు. 1200 మంది పోలీసులు, 10 షీ టీమ్స్‌తో ఆలయం వద్ద పటిష్ఠ బందోబస్తు ఏర్పాటు చేశారు. భక్తులకు ఇబ్బంది కలగకుండా 2 మెడికల్ క్యాంపులు ఏర్పాటు చేశారు. ఆలయానికి భక్తులు పెద్దఎత్తున తరలివస్తున్నారు. అమ్మవారిని మంత్రులు భట్టి విక్రమార్క, పొన్నం ప్రభాకర్, కోమటిరెడ్డి వెంకట్‌రెడ్డి, టిటిడి చైర్మన్ బీఆర్‌నాయుడు దర్శించుకున్నారు. భారత రాష్ట్ర సమితి ఎమ్మెల్సీ కవిత ఆలయానికి వచ్చారు.

29 దేవాలయాల వద్ద..
నగరంలోని ప్రధానమైన 29 దేవాలయాల వద్ద బోనాల ఉత్సవాలు ఆడంబరంగా జరిగాయి. ఇవే కాకుండా వివిధ ప్రాంతాల్లో ఉన్న సుమారు 360 ఆలయాల వద్ద ప్రజలు బోనాల జాతర వైభవంగా జరుపుకొన్నారు. తొట్టెలు, ఫలహారం బండ్ల ఊరేగింపులతో ఎటు చూసినా సందడే కనిపించింది. కొన్నిచోట్ల ఫలహారం బండ్లు సోమవారం తీస్తుండడంతో వాటిని అలంకరించడానికి ముందు నుంచే సిద్ధం చేస్తున్నారు. ఆదివారం లాల్‌దర్వాజ సింహవాహిని మహంకాళి అమ్మవారితో పాటు చార్మినార్ శ్రీ భాగ్యలక్ష్మి, హరిబౌలి శ్రీ అక్కన్నమాదన్న, మేకలబండ శ్రీ నల్లపోచమ్మ, ఉప్పుగూడ శ్రీ మహంకాళి, బేలా ముత్యాలమ్మ, సుల్తాన్‌షాహి శ్రీజగదాంబ, మీరాలమండి శ్రీ మహాకాళేశ్వరీ, బేలా బంగారు మైసమ్మ,

మిగతా 2లో

నాటు నాటుకు రూ.కోటి నజరానా

హైదరాబాద్: సింగర్ రాహుల్ సిప్లిగంజ్ కు ఇచ్చిన హామీని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నిలబెట్టుకున్నారు. బోనాల పండగ సందర్భంగా కోటి రూపాయల నగదు పురస్కారాన్ని ప్రభుత్వం ప్రకటించింది. పాతబస్తీ కుర్రోడిగా మొదలైన రాహుల్ ప్రస్థానం ఆర్.ఆర్.ఆర్ సినిమాలో నాటు నాటు పాట ద్వారా అంతర్జాతీయ స్థాయిలో అస్కార్ దాకా వెళ్లింది. సొంత కృషితో ఎదిగిన అతడు తెలంగాణ యువతకు మార్గదర్శకుడు అని ముఖ్యమంత్రి ప్రకటించారు. గత ఎన్నికలకు ముందు జరిగిన ఓ కార్యక్రమంలో కూడా అప్పటి పీసీసీ అధ్యక్షుడి హోదాలో రాహుల్ సిప్లిగంజ్ కు పది లక్షల ఆర్థిక సాయం ప్రకటిస్తూ, కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం రాగానే కోటి రూపాయల నగదు పురస్కారం ఇస్తామని రేవంత్ రెడ్డి చెప్పారు. ఇటీవల గద్దర్ అవార్డుల సందర్భంగా కూడా ప్రత్యేకంగా రాహుల్ సిప్లిగంజ్ ను ప్రస్తావిస్తూ త్వరలోనే ప్రభుత్వ ప్రకటన ఉంటుందని ముఖ్యమంత్రి చెప్పారు. ఆమేరకు ఆదివారం పాతబస్తీ బోనాల పండగ సందర్భంగా రాహుల్ కు నజరానా ప్రకటించారు.

జాతీయ భాష అక్కర్లేదు

- హిందీ మాట్లాడేవాళ్లు ఎక్కువ ఉన్నారని దాన్ని మాపై రుద్దుతాం అంటే కుదరదు తెలుగును జాతీయ భాషగా చేయాలని నేను ప్రతిపాదిస్తే ఒప్పకుంటారా?
- సంస్కృతి, స్థానిక ఉనికికిభాషలు ప్రతీక డీలిమిటేషన్‌లో దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు నష్టం జరిగితే సహించేది లేదు
- ప్రజాప్రతినిధుల సంఖ్య పెరిగితేనే ప్రజలకు మేలు జైపూర్‌లో 'టాక్ జర్నలిజం' చర్చలో బిఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కెటిఆర్ వ్యాఖ్యలు

2లో

లాటరీ విధానానికి స్వస్తి!

వాషింగ్టన్ డిసి: ఇక ముందు జారీ చేసే హెచ్ -1బి వీసాల కేటాయింపులో గణనీయమైన మార్పులు చేయాలని అమెరికా ప్రెసిడెంట్ డోనాల్డ్ ట్రంప్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ యోచిస్తోంది. హెచ్-1బి వీసా ప్రోగ్రామ్ దరఖాస్తులను క్రమబద్ధీకరించేందుకు వెయిటెడ్ ఎంపిక ప్రక్రియను అన్వేషిస్తున్న ట్లు డిపార్ట్‌మెంట్ ఆఫ్ హోమ్‌ల్యాండ్ సె క్యూరిటీ (డిహెచ్ఎస్) సమాచార, రెగ్యులేటరీ విభాగం వెల్లడించింది. ప్రస్తుతం హె చ్-1బి వీసాలను లాటరీ పద్ధతిలో ఎంపిక చేసి, జారీ తరువాయి చేస్తున్నారు. దీని వల్ల నైపుణ్యం, వీసా పొందుతున్న వారి సాంకేతిక అర్హతలు, యాజమాని ఎవరు అన్నది చూడకుండానే వీసాలు జారీ అ వుతున్నాయి. ప్రతి సంవత్సరం 85,000 హెచ్ -1బి వీసాలను పరిమితంగా మంజూరు చేస్తున్నారు. అమెజాన్, మేటా, మైక్రోసాఫ్ట్ వంటి

మిగితా 2లో

2లో

వర్షాకాలం వాడీవేడి

ఎక్కడి చెత్త అక్కడే

- గ్రేటర్‌లో గాడి తప్పుతున్న పారిశుధ్య నిర్వహణ
- ఎక్కడ చూసినా.. దర్శనమిస్తున్న వ్యర్థాల కుప్పలు
- అసలే వర్షాకాలం..విజృంభిస్తున్న మలేరియా, డెంగీ వ్యాధులు..
- జీవీపీ పాయింట్ల ఎత్తివేతలో నిర్లక్ష్యం
- క్షేత్రస్థాయి తనిఖీలు చేపట్టని కమిషనర్, మేయర్
- టెలీ కాన్ఫరెన్స్‌లకే పరిమితం కావడంతో సమస్యలు అధికం

2

బోనమెత్తిన భాగ్యనగరం

అలియాబాద్ దర్బార్ మైసమ్మ అమ్మవార్లను వివిధ రంగాలకు చెందిన ప్రముఖులు దర్శించుకుని మొక్కులు సమర్పించుకున్నారు.

లాల్‌దర్వాజాలో బోనాల సందడి..

తెలంగాణలో ప్రసిద్ధిగాంచిన లాల్‌దర్వాజ బోనాల ఉత్సవాలను భక్తులు సాంప్రదాయ పద్ధతిలో భక్తిశ్రద్ధలతో జరుపుకున్నారు. జంటనగరాలతో పాటు తెలంగాణలోని పలు ప్రాంతాల నుంచి భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో తరలివచ్చి అమ్మవారిని దర్శించుకున్నారు. డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క అమ్మవార్లకు పట్టువస్త్రాలు సమర్పించారు. లాల్‌దర్వాజ సింహవాహిని మహంకాళి అమ్మవారి ఆలయంలో తెల్లవారుజామును నాలుగు గంటలకు బలిహరణ, అనంతరం మాజీ ఎంపీ దేవేందర్‌గౌడ్ కుటుంబసభ్యుల చేతులమీదుగా మహాభిషేకం జరిగింది. తర్వాత బోనాల సమర్పణ కార్యక్రమం మొదలైంది. బోనాల సందర్భంగా మహిళలు కొత్త మట్టి కుండకు పసుపు, కుంకుమ, వేప ఆకులతో అందంగా అలంకరణ చేసి ప్రత్యేకంగా తయారు చేసిన నైవేద్యం కుండలో పెట్టి కుండ పైన వెలిగించిన దీపంతో సాంప్రదాయ దుస్తులతో దేవాలయానికి చేరుకున్నారు. ఆలయం వద్ద బోనం సమర్పించే వారి కోసం ప్రత్యేకంగా క్యూ ఏర్పాటు చేశారు. పాస్‌లు ఉన్నవారికి, సామాన్య భక్తులకు మరో రెండు క్యూలైన్లను ఏర్పాటు చేశారు.

ప్రముఖులను ఆలయ ప్రధాన మార్గంలో లోపలికి అనుమతి ఇచ్చి అమ్మవారి దర్శనం కల్పించారు. నెత్తిన బోనంతో జోగినిలు, శివసత్తులు పూనకంతో తరలివచ్చారు. వీరి ఆటపాటలు భక్తులను విశేషంగా ఆకట్టుకున్నాయి. పోతరాజుల విన్యాసాలు చూపరులను అబ్బురపర్చాయి. బోనాల జాతర సందర్భంగా నగరంలోని పలుచోట్ల అమ్మవార్లకు ఉపముఖ్యమంత్రి భట్టివిక్రమార్క, మంత్రులు పొన్నం, కొండా సురేఖ, జూపల్లి కృష్ణారావు, కోమటిరెడ్డి వెంకటరెడ్డి, శ్రీధర్‌బాబు తదితరులతో పాటు పలువురు ఎంపీలు, ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్సీలు పట్టువస్త్రాలు సమర్పించారు. సాయంత్రం ఆలయంలో శాంతి కల్యాణం నిర్వహించారు.

ప్రజలు సుఖసంతోషాలతో జీవించాలి: ఎమ్మెల్సీ కవిత

ఎమ్మెల్సీ కల్వకుంట్ల కవిత సింహవాహిని మహంకాళి అమ్మవారిని దర్శించుకొని బంగారు బోనం సమర్పించారు. అమ్మవారి ఆశీస్సులతో ప్రజలంతా సుఖసంతోషాలతో జీవించాలని కవిత కోరుకున్నారు. వర్షాలు సమృద్ధిగా కురవాలని, పంటలు బాగా పండి రైతులు సంతోషంగా ఉండాలని అమ్మవారిని కోరుకున్నట్లు తెలిపారు. బీఆర్ఎస్ సీనియర్ నాయకుడు మేరు యశ్వంత్ కుమార్ కుమారుడు, లగ్గం సినిమా హీరో రాజేశ్‌ను ఎమ్మెల్సీ కవిత శాలువా కప్పి సన్మానించారు. కుటుంబ నేపథ్యంలో యువతను ఆకట్టుకునే విధంగా సినిమాను తీస్తున్నారని ప్రశంసించారు.

అమ్మవారిని దర్శించుకున్న ప్రముఖులు..

బోనాల పండుగ సందర్భంగా స్పీకర్ గడ్డం ప్రసాద్, డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క, పీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేశ్‌కుమార్‌గౌడ్, మంత్రులు పొన్నం ప్రభాకర్, శ్రీహరి, కొండా సురేఖ,జూపల్లి కృష్ణారావు, ఎంపీలు చామల కిరణ్‌కుమార్‌రెడ్డి, అనిల్‌కుమార్ యాదవ్, మాజీ ఎంపీలు గీతారెడ్డి, అంజన్‌కుమార్ యాదవ్, హర్యానా మాజీ గవర్నర్ బండారు దత్తాత్రేయ, కేంద్ర హోం శాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ కుమార్, జాతీయ ఓబీసీ మోర్చా అధ్యక్షుడు లక్ష్మణ్, మాజీ మంత్రి డి.కె. అరుణ, ఎమ్మెల్యేలు రాజాసింగ్, రాకేశ్‌రెడ్డి అమ్మవారిని దర్శించుకున్న వారిలో ఉన్నారు.

సినీహీరో మంచుమనోజ్, సింగర్స్ మధుప్రియ, మంగ్లీ, దివంగత నటుడు కృష్ణంరాజు భార్య శ్యామలాదేవి, తనికెళ్లభరణి తదితర సినీ ప్రముఖులు అమ్మవారిని దర్శించుకున్నారు. ఆలయ చైర్మన్ బి. మారుతి యాదవ్, కన్వీనర్ జి.అరవింద్‌కుమార్‌గౌడ్, ప్రధాన కార్యదర్శులు పోసాని సతీశ్ ముదిరాజ్, అమర్‌నాథ్ యాదవ్, మాజీ చైర్మన్లు కె.వెంకటేశ్, కె.విష్ణుగౌడ్, కాశీనాథ్‌గౌడ్, మాణిక్ ప్రభుగౌడ్, బంగ్లా రాజుయాదవ్, సి. వెంకటేశ్, బి.బల్వంత్ యాదవ్, ఆలయ ప్రతినిధులు ఏ. చంద్రకుమార్, ఏ. వినోద్‌కుమార్, శేషునారాయణ ఆలయ సమీపంలో ఏర్పాటు చేసిన వేదికపై అమ్మవారిని దర్శించుకున్న పలువురు ప్రముఖులకు శాలువా కప్పి ఘనంగా సన్మానించడంతో పాటు అమ్మవారి జ్ఞాపికను అందజేశారు.

22 దేవాలయాల ఘటాలు, తొట్టెలు ఊరేగింపుగా వచ్చి..

లాల్‌దర్వాజ సింహవాహిని మహంకాళి దేవాలయంలో సోమవారం ఉదయం రంగం జరుగుతుందని నిర్వాహకులు తెలిపారు. ఉప్పుగూడ, మీరాలమండి, గౌలిపురా, లాల్‌దర్వాజలో రంగం ఉంటుందన్నారు. మధ్యాహ్నం తొట్టెల, ఘటాల ఊరేగింపు కార్యక్రమం ఉంటుందని, భక్తులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలుగకుండా, ఊరేగింపు సజావుగా జరిగేందుకు అన్ని ఏర్పాట్లు చేశామని ఆయా ఆలయాల నిర్వాహకులు తెలిపారు. అక్కన్న మాదన్న దేవాలయం వద్ద అమ్మవారి ఘటాన్ని అంబారీపై ప్రతిష్టించి ఊరేగింపు జరుగుతుంది. ఈ సందర్భంగా 22 దేవాలయాల ఘటాలు, తొట్టెలు ఊరేగింపుగా వచ్చి నయాపూల్ వద్ద ముచుకుందానదిలో నిమజ్జనం చేస్తారని భాగ్యనగర ఉమ్మడి దేవాలయాల కమిటీ అధ్యక్షుడు రాఘవేందర్ తెలిపారు.

మహాకాళి ఆలయాన్ని సందర్శించిన కిషన్‌రెడ్డి

బోనాల ఉత్సవాలు శాంతియుతంగా నిర్వహించుకోవాలని కేంద్ర బొగ్గు గనుల శాఖ మంత్రి కిషన్‌రెడ్డి అన్నారు. అంబర్‌పేటలోని మహాకాళి ఆలయంలో బోనాల జాతర ఆదివారం ప్రారంభమైంది. ఈ ఆలయాన్ని కేంద్రమంత్రి కిషన్‌రెడ్డి, నగర మేయర్ గద్వాల విజయలక్ష్మి సందర్శించి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. మేయర్ విజయలక్ష్మి అమ్మవారికి పట్టువస్త్రాలు సమర్పించారు. వారిని ఆలయ నిర్వాహకులు సన్మానించారు. అలాగే, కాంగ్రెస్ సీనియర్ నేత వి. హనుమంతరావు దంపతులు అమ్మవారికి ప్రత్యేక పూజలు చేశారు.

మహంకాళేశ్వర దేవాలయంలో ఈటెల పూజలు

బోనాల సందర్భంగా మల్కాజ్ గిరి ఎంపీ ఈటల రాజేందర్ ఆలంమండి శ్రీ మహంకాళేశ్వర దేవాలయంలో అమ్మవారిని దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అలాగే ఉప్పుగూడ శ్రీ మహంకాళి దేవాలయం, గౌలిపుర పటేల్ నగర్‌లోని శ్రీ రేణుక ఎల్లమ్మ తల్లి దేవాలయంలో , శ్రీ మాతా నల్లపోచమ్మ, ముత్యాలమ్మ ఆలయాలతో పాటు సుల్తాన్‌షాహి శ్రీ జగదాంబ దేవి ఆలయాల్లో ప్రత్యేక పూజల్లో ఈటెల రాజేందర్ పాల్గొన్నారు. ఈ పూజా కార్యక్రమంలో మురళి యాదవ్, చంద్రశేఖర్ యాదవ్ , మహిపాల్ రెడ్డి , సూరి, లక్ష్మణ్ పాల్గొన్నారు.

ఉప్పుగూడలో పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించిన గుత్తా

ఆషాడ మాస బోనాల సందర్భంగా హైదరాబాద్ పట్టణంలోని , ఉప్పుగూడ మహంకాళి అమ్మవారికి తెలంగాణ శాసన మండలి చైర్మన్ గుత్తా సుఖేందర్ రెడ్డి పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించారు. గుత్తా సుఖేందర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రజలందరూ సుభిక్షంగా ఉండాలని , సంతోషంగా ఉండాలని, ఈ సంవత్సరం వర్షాలు సంవృద్ధిగా కురిసి పంటలు బాగా పండాలని అమ్మవారిని కోరుకున్నట్లు చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో తెలంగాణ డెయిరీ డెవలప్మెంట్ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ గుత్తా అమిత్ రెడ్డి , స్థానిక నేతలు, ఆలయ కమిటీ చైర్మన్ మధుసూదన్ గౌడ్ పాల్గొన్నారు.

మహంకాళేశ్వర ఆలయంలో బోనం సమర్పించిన ఎమ్మెల్సీ కవిత

ఆషాఢ మాస బోనాల వేడుకల సందర్భంగా హైదరాబాద్‌లోని చార్మినార్ పరిధిలోని మీరా లం మండి శ్రీ మహాకాళేశ్వర ఆలయంలో బీ ఆర్‌ఎస్ ఎమ్మెల్సీ కల్వకుంట్ల కవిత భక్తిశ్రద్ధలతో బోనం సమర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి తెలంగాణ ప్రజ ల సుఖసంతోషాలతో ఉండాలని అమ్మవారిని ప్రార్థించారు. అలాగే లాల్ దర్వాజా సింహవాహిని శ్రీ మహంకాళి అమ్మవారికి ప్రత్యేక బోనం సమర్పించారు. అలియబాద్ దర్బార్ మైసమ్మ దేవాలయంలో కూడా కవిత బంగారు బోనం సమర్పించి, అమ్మవారి ఆశీర్వాదం తీసుకున్నారు. హైదరాబాద్‌లో ఆషాఢ మాస బోనాల వేడుకలు జూన్ 26న గోల్కొండ కోటలోని శ్రీ జగదంబిక అమ్మవారి ఆలయంలో బంగారు బోనంతో ప్రారంభమై జూలై 24న చివరగా లాల్ దర్వాజా సింహవాహిని శ్రీ మహంకాళి అమ్మవారి బోనాలతో ముగియనున్నాయి. కాగా శివారు ప్రాంతాల్లో మాత్ర శ్రావణమాసం వరకు ఈ బోనాల పండుగను జరుపుకుంటారు. బోనాల పండుగ సందర్భంగా నగరంలోని ఎల్లమ్మ తల్లి ఆలయాన్ని ప్రముఖ సినీ నటి నిధి అగర్వా ల్ సందర్శించారు. అమ్మవారికి పట్టువస్త్రాలు సమర్పించి ప్ర త్యేక పూజలు చేశా రు. జులై 24న ఆమె నటించిన హరిహర వీరమల్లు చిత్రం విడుదల ఉండటంతో అ మ్మవారి ఆశీస్సులు తీసుకున్నారు. పవర్ స్టార్ పవన్ కల్యాణ్ ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తున్న ఈ చిత్రంలో నిధి హీరోయిన్‌గా నటిస్తోంది.

జాతీయ భాష అక్కర్లేదు

హైదరాబాద్: జనాభా నియంత్రణను అద్భుతంగా పాటించిన దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు నియోజకవర్గ పునర్విభజనలో తీవ్ర నష్టం జరగరాదని, ఆ విధంగా కేంద్రం ముందుకెళితే సహించేది లేదని బిఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్, మాజీ మం త్రి కెటిఆర్ హెచ్చరించారు. ఉత్తర భారత దేశ ఎంపీల సంఖ్య ఆధారంగా నిర్ణయించబడే కేంద్ర ప్రభుత్వం దక్షిణ భారతదేశ ప్రయోజనాలు, ఆకాంక్షలకు అనుగుణంగా పనిచేసే అవకాశం ఉండదని అభిప్రాయపడ్డారు. ఉత్తరప్రదేశ్ లాంటి ఒక్క రాష్ట్రం కేంద్ర ప్రభుత్వ ఏర్పాటులో కీలకంగా మారడం సమాఖ్య వ్యవస్థకు మంచిది కాదని పేర్కొన్నారు. జైపూర్‌లో జరుగుతున్న టాక్ జర్నలిజం 9వ ఎడిషన్ చర్చలో ఆదివారం పాల్గొన్న కేటీఆర్ మాట్లాడుతూ జనాభా నియంత్రణను అద్భుతంగా పాటించిన దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు నియోజకవర్గ పునర్విభజనలో తీవ్ర నష్టం జరుగుతుందని అన్నారు. మంద బలం, అధికారం ఉందన్న అహంకారంతో జాతీయ భాషగా హిందీని బలవంతంగా రుద్దుతామంటే చూస్తూ ఊరుకునేది లేదని హెచ్చరించారు. ఈ విషయంలో తెలంగాణలోని ప్రధాన రాజకీయ పార్టీలన్నీ ఏకాభిప్రాయంతోనే ఉన్నాయని స్పష్టంచేశారు. దేశంలో ప్రజాస్వామ్యం ఉందన్న కేటీఆర్ తనకు ఇష్టం వచ్చిన పనులు చేస్తానని బిజెపి అనుకుంటే ఆ తర్వాత జరిగే పరిణామాలకు ఆ పార్టీనే బాధ్యత వహించాల్సి ఉంటుందని హెచ్చరించారు.

బీహార్‌లో జరుగుతున్న ఎన్నికల సర్వేపై స్పందించిన కెటిఆర్, ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద ప్రజాస్వామ్య దేశమైన ఇండియాలో అర్హత కలిగిన ఏ ఒక్క వ్యక్తి కూడా తన ఓటు హక్కును కోల్పోకూడదని అన్నారు. బీహార్‌లో జరుగుతున్న ఎన్నికల ఓటర్ల సవరణ ఇది మొదటిసారి కాదని, అయితే ఈసారి మాత్రం తీవ్రమైన విమర్శలు వినిపిస్తున్నాయని తెలిపారు. ఇంత జరుగుతుంటే భారత ఎన్నికల కమిషన్ ఏం చేస్తుందని ప్రశ్నించారు. బీహార్‌లో జరుగుతున్న పరిణామాల పట్ల తమకు చాలా అభ్యంతరాలు ఉన్నాయని, దేశంలోని మిగతా రాష్ట్రాలపై దీని ప్రభావం ఉంటుందని తెలిపారు. డీలిమిటేషన్ అనేది ప్రజా ప్రతినిధుల సంఖ్య పెరగడానికి చేస్తారని, అయితే ప్రజాప్రతినిధుల సంఖ్య పెరిగితే ప్రజలకు మేలు జరుగుతుందని అన్నారు. ఆ ప్రక్రియను తాము స్వాగతిస్తున్నామని తెలిపారు. కానీ జనాభా లెక్కల ఆధారంగా డీలిమిటేషన్ చేయడం సరికాదని కెటిఆర్ అభిప్రాయపడ్డారు. కేంద్ర ప్రభుత్వాల ఆదేశాల మేరకు దక్షిణాది రాష్ట్రాలు కుటుంబ నియంత్రణ ప్రక్రియను కట్టుదిట్టంగా పాటించాయని పేర్కొన్నారు. ఈ నేపథ్యంలో జనాభా లెక్కల ఆధారంగా డీలిమిటేషన్ చేస్తే దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు అన్యాయం జరుగుతుందని ఆయన ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు.

హిందీని రుద్దుతామంటే ఒప్పుకునేది లేదు

దేశానికి ఒక జాతీయభాష ఉండాల్సిన అవసరం లేదని కెటిఆర్ అన్నారు. స్వాతంత్రం వచ్చినప్పటి నుంచి దేశం అద్భుతంగా పురోగమిస్తుందని, ఇప్పుడు ప్రత్యేకంగా ఒక జాతీయ భాష ఉండాల్సిన అవసరం లేదని అన్నారు. మందబలం, అధికారం ఉన్నాయన్న అహంకారంతో బలవంతంగా హిందీని రుద్దుతామంటే ఒప్పుకునేది లేదని కెటిఆర్ హెచ్చరించారు.

ప్రతి 250 కిలోమీటర్లకు మనదేశంలో భాషా, సంస్కృతి, ఆహారం, వేషభాషలు మారుతాయని తెలిపారు. ఈ విషయంలో యూరప్‌కు ఇండియాకు చాలా దగ్గర పోలికలు ఉన్నాయని పేర్కొన్నారు. ప్రపంచంలోని చాలా దేశాల్లో ఇంగ్లీష్ ని మాట్లాడుతారని, ఇంగ్లీష్ తోనే అపార అవకాశాలు దొరుకుతాయని అన్నారు. కేవలం హిందీ నేర్చుకొని అమెరికా ఇంగ్లాండ్ లాంటి దేశాలకు వెళ్లి మనం ఏం చేయగలమని కెటిఆర్ కేంద్రాన్ని ప్రశ్నించారు. 7080 ఏళ్లుగా దేశం బాగానే ఉందని, ఇప్పుడు జాతీయ భాష ప్రస్తావన ఎందుకు వస్తోందని ప్రశ్నించారు. దేశంలో అత్యధికులు మాట్లాడుతున్న భాషల్లో ఒక్కటైన తెలుగును జాతీయ భాషగా చేయాలని తాను ప్రతిపాధిస్తే ఒప్పుకుంటారా? అని ఎదురు ప్రశ్నించారు. సంస్కృతి, సంప్రదాయాలు, స్థానికి ఉనికికి భాష ప్రతీకగా నిలుస్తుందని కెటిఆర్ అభిప్రాయపడ్డారు.

ముందు దేశం, ఆ తర్వాతే ప్రాంతం, మతం, కులం

పెరుగుతున్న జనాభాకు అనుగుణంగా ప్రజల తరపున వారి సమస్యలను పార్లమెంట్‌లో మరింత సమర్థవంతంగా వినిపించడానికే రాజ్యాంగంలో నియోజకవర్గాల పునర్విభజన ఉందని కెటిఆర్ చెప్పారు. ప్రతి రాష్ట్రానికి ఉన్న జనాభా సంఖ్య ఆధారంగా పార్లమెంటులో ఆ రాష్ట్ర నుంచి ప్రాతినిధ్యం ఉండాలన్న లక్ష్యంతో గతంలో పునర్విభజన జరిగేదని, అందుకే గతంలో ప్రతి పదేళ్లకు జనగణన, ఆ తర్వాత నియోజకవర్గాల పునర్విభజన జరిగేదని తెలిపారు. అయితే జనాభా విపరీతంగా పెరగడం కారణంగా 1971లో రాజ్యాంగ సవరణ చేసి భారత పార్లమెంటు స్థానాలను 543 దగ్గర ఆపివేశారని వివరించారు. 30 సంవత్సరాల తర్వాత మళ్లీ నియోజకవర్గ పునర్విభజన చేస్తామన్నారని, అయితే ఈలోపు ఫ్యామిలీ ప్లానింగ్ అమలు చేయాలని అన్ని రాష్ట్రాలకు భారత ప్రభుత్వం ఆదేశాలు జారీ చేసిందని తెలిపారు. దానికి అనుగుణంగా దక్షిణ భారతదేశంలో కుటుంబ నియంత్రణలో పకడ్బందీగా అమలు చేశారని స్పష్టం చేశారు.

అందుకే 1948లో 26 శాతంగా ఉన్న దక్షిణ భారత దేశ జనాభా 19 శాతానికి తగ్గిందని వెల్లడించారు. కానీ ఉత్తర భారత దేశంలో ఉత్తర్‌ప్రదేశ్ వంటి రాష్ట్రాల్లో కుటుంబ నియంత్రణ సరిగా అమలు చేయలేక 1950 నుంచి ఇప్పటివరకు 239 శాతం జనాభా పెరిగిందని చెప్పారు. ఉత్తరప్రదేశ్ వంటి కుటుంబ నియంత్రణ సరిగా అమలు చేయని రాష్ట్రాలకు పార్లమెంట్‌లో ప్రాతినిధ్యాన్ని పెంచి దక్షిణాదికి తగ్గిస్తామనడం సమాఖ్య వ్యవస్థకు మంచిది కాదని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. నియోజకవర్గాల పునర్విభజనలో జరుగుతున్న అన్యాయంపై తెలంగాణ కాంగ్రెస్‌తో పాటు బిఆర్ఎస్ కూడా ఒకే అభిప్రాయంతో ఉందని, అందుకే ఇటీవల చెన్నైలో జరిగిన సమావేశంలో ఒకే అభిప్రాయాన్ని తాము వ్యక్తం చేశామని కెటిఆర్ వివరించారు. ప్రధానమంత్రిని ఉత్తర భారతదేశం నిర్ణయించాల్సి వస్తే రేపు ఆ ప్రభుత్వం ఆ ప్రాంతం ప్రయోజనాలకు అనుకూలంగానే నిర్ణయం తీసుకుంటుంది కానీ దక్షిణ భారతదేశం అభిప్రాయాలు పరిగణలోకి తీసుకోలేదని అన్నారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ పునర్విభజన చట్టంలో తెలంగాణ, ఆంధ్ర ప్రదేశ్‌లో ఎమ్మెల్యే స్థానాలు పెంచుతామని చెప్పారని, కానీ ఇప్పటివరకు చేయలేదన్నారు. కానీ ఎవరు అడగకముందే వారి రాజకీయ ప్రయోజనాల కోసం జమ్ము కాశ్మీర్, అస్సాంలో మాత్రం అసెంబ్లీ సీట్లను పెంచారని విమర్శించారు. అయితే నియోజకవర్గాల పునర్విభజనలో దక్షిణాదికి అన్యాయం జరగనివ్వమని కేంద్రంలోని బిజెపి ప్రభుత్వం చెబుతున్న మాటల్ని తాము నమ్మడం లేదని అన్నారు.

వర్షాకాలం వాడీవేడి

- ఆపరేషన్ సిందూర్‌పై చర్చకు కేంద్రం సంసిద్ధత
- పహల్గాం ఉగ్రదాడి, ట్రంప్ కాల్పుల విరమణ ప్రకటనలు, బీహార్‌లో ఓటర్ల జాబితా సవరణ తదితర అంశాలు లేవనెత్తాలని విపక్షాల నిర్ణయం
- జస్టిస్ వర్మ ఉద్వాసనకు కీలక తీర్మానం
- ఎయిర్ ఇండియా విమాన దుర్ఘటన ప్రస్తావన
- అఖిలపక్షం భేటీలో వివిధ అంశాలపై చర్చ

న్యూఢిల్లీ: పార్లమెంట్ వర్షాకాల సమావేశాలు నేటి నుంచి (సోమవారం) నుంచి విపక్షాల ఉరుములు మెరుపుల నడుమ ఆరంభం కానున్నాయి. దేశ భద్రతకు సంబంధించిన పలు కీలక విషయాలను తీసుకుని ప్రతిపక్షాలు ప్రభుత్వంపై విరుచుకుపడను న్నాయి. ఈ విషయంలో కాంగ్రెస్‌దే ప్రధాన పా త్ర కానుంది. అయితే ఈసారి ఇండియా కూటమి సంఘటితంగా లేకపోవడం కొట్టొచ్చే పరిణామం అయింది. పహ ల్గాం ఉగ్రదాడి, తరువాతి ఆపరేషన్ సిందూర్ వంటి వాటిపై ప్రధాని మోడీ నుంచి ప్రకటనలకు ప్రతిపక్షాలు పట్టుపట్టనున్నాయి. ఇక తానే యుద్ధం ఆపించానని ట్రంప్ పదేపదే చెప్ప డం, దేశ ఆంతరంగిక విషయాలలో ప్రమేయం అయిందని కాంగ్రెస్ విమర్శిస్తోంది. ట్రంప్ వ్యాఖ్యలపై మోడీ పార్లమెంట్‌లో ప్రకటన చేయాలని , ఇంతకు అమెరికా పట్ల ఎటువంటి వైఖరి ఉందనేది తెలియచేయాలని ప్రతిపక్షాలు డిమాండ్ చే యనున్నాయి. ఇక అన్నింటికి మించి జాతీయ స్థాయిలో బీ హార్‌లో ఇప్పుడు ఎన్నికల సంఘం ద్వారా సాగుతోన్న ప్రత్యేక ఓటర్ల జాబితా విస్తృత సవరణ (ఎస్ఐఆర్) అవసరం ఏమిటని, ఇది బిజెపి అనుకూల ప్రక్రియ అని ప్రతిపక్షాలు ప్రభుత్వాన్ని నిలదీసేందుకు రంగం సిద్ధం చేసుకున్నాయి. నెలరోజుల పాటు వర్షాకాల సమావేశాలు జరుగుతాయి. కొన్ని కీలక బిల్లులను ఈ నేపథ్యంలో సభలలో ప్రవేశపెట్టి, ఆమోదింపచేసుకోవాలని ప్రభుత్వం సంకల్పించింది. కశ్మీర్‌కు రాష్ట్ర హోదా పునరుద్ధరణ అంశం కూడా పార్లమెంట్‌లో ప్రస్తావనకు రానుంది.

ఆపరేషన్ సిందూర్‌పై రక్షణ మంత్రి ప్రకటన.. సెషన్ ఆరంభంలోనే రక్షణ మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్ ఆపరేషన్ సిం దూర్ పూర్వాపరాలను సభలో ప్రస్తావిస్తారు. పహల్గామ్ దాడికి జవాబుగా సైనిక బలగాలు చేపట్టిన చర్య గురించి సభలకు తెలియచేస్తారు. పూర్తి వివరాల క్రోడీకరణకు ఇప్పటికే రక్షణ మంత్రి సైనిక ఉన్నతాధికారులతో, తమ మంత్రివర్గ సహచరులతో సమీక్షించారు.

మొక్కుబడిగా సాగిన అఖిలపక్ష సమావేశం

ఈ సారి సెషన్ సజావుగా జరిగేలా అంతా సహకరించాలని ఆదివారం జరిగిన అఖిలపక్ష సమావేశంలో ప్రభుత్వం ప్రతిపక్షాలకు విజ్ఞప్తి చేసింది. కేంద్ర ఆరోగ్య మంత్రి జెపి నడ్డా అధ్యక్షతన ఈ సమావేశం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా ప్రతిపక్షాలు పలు కీలక విషయాలను సభలో ప్రస్తావించాల్సి ఉందని కోరాయి. అహ్మదాబాద్‌లో ఎయిరిండియా విమాన ప్రమాదం, ఇప్పటికీ అంతుచిక్కని కారణాలు , మురికివాడల నిర్మూలన వంటి అంశాలను తాము సభల్లో ప్రస్తావిస్తామని ప్రతిపక్షాలు తెలిపాయి. బిజెపి పాలిత ఒడిషాలో దిగజారుతోన్న శాంతి భద్రతలు, పోలీసు జులుం, అక్కడ ఓ బిఇడి విద్యార్థిని కాలేజీ ఆవరణలో ఆత్మాహుతికి పాల్పడటం గురించి కూడా సభలో ప్రస్తావించాల్సి ఉందని ప్రతిపక్షాలు తెలిపాయి. దీనికి ప్రతిగా బిజెపి వర్గాలు బెంగాల్‌లో మహిళలకు రక్షణ లేని స్థితిని, ప్రత్యేకించి విద్యాసంస్థలలో అత్యాచారాల ఘటనలను లేవనెత్తినట్లు వెల్లడైంది. మొత్తం మీద ఈ సమావేశం నిర్మాణాత్మకంగా జరిగిందని , ఆ తరువాత మీడియాకు పార్లమెంటరీ వ్యవహారాల మంత్రి కిరెన్ రిజిజూ తెలిపారు. పార్టీల పరంగా వేర్వేరు సిద్ధాంతాలు , వైఖరిలు ఉండవచ్చు. అయితే పార్లమెంట్ నిర్వహణలో కలిసికట్టుగా వ్యవహరించడం, బాధ్యతాయుత పార్లమెంటేరియన్లుగా ఉండటం కీలక అంశం అని మంత్రి సూచించారు. సభల్లో సముచిత సమన్వయం ఉంటుందని తాము ఆశిస్తున్నట్లు తెలిపారు.

సభా నిబంధనలు , సాంప్రదాయం ప్రకారం అన్ని విషయాలపై చర్చకు ప్రభుత్వం సిద్ధంగా ఉందని వివరించారు. 51 పార్టీలకు చెందిన 44 మంది అఖిలపక్షంలో పాల్గొన్నారు. వీరిలో 40 మంది మాట్లాడారు. మణిపూర్‌లో రాష్ట్రపతి పాలన పొడిగింపు ప్రతిపాదన తీర్మానం , కొన్ని బిల్లులు ఉంటాయని ప్రతిపక్షాలకు ప్రభుత్వం తెలిపింది. బీహార్‌లో ఇప్పుడు బిజెపి లాభం కోసం ఎన్నికల సంఘం ద్వారా ఎలక్షన్ స్కామ్ జరుగుతోందని, ప్రత్యేక ఓటర్ల జాబితా సవరణ ఇదే అని ఆప్ సభ్యుడు సంజయ్ సింగ్ విమర్శించారు. ఈ వాదనను జెడియు ఎంపి సంజయ్ ఝా తోసిపుచ్చారు. జస్టిస్ యశ్వంత్ వర్మ అభిశంసనకు తీర్మానం కూడా ఈసారి సెషన్‌లో చర్చకు రానుంది. దీనికి ఇప్పటికే ప్రతిపక్షాలు మద్దతు తెలిపాయి.దీనితో అసాధారణ రీతిలో ఓ న్యాయమూర్తిపై పార్లమెంట్ ద్వారా అభిశంసన తరువాత పదవి నుంచి తొలగింపు ప్రక్రియకు రంగం సిద్ధం కానుంది. న్యాయవ్యవస్థలో అవినీతిని అరికట్టేందుకు ప్రభుత్వం తీసుకునే చర్యలకు తమ మద్దతు ఉంటుందని విపక్షాలు తెలిపాయి. పలు పార్లమెంటరీ ప్రతినిది బృందాలు ఆపరేషన్ సిందూర్ తరువాతి దశలో కొన్ని దేశాలకు వెళ్లడం , పాకిస్థాన్‌కు వ్యతిరేకంగా మద్దతు కూడగట్టడం కోసం చేసిన యత్నాలు గురించి సభలలో ప్రస్తావించాలని అధికార ఎన్‌డిఎ సభ్యులు పట్టుబడుతున్నారు.

తొలిరోజుకోసం ఖరారయిన అజెండా

ఇన్‌కంటాక్స్ బిల్లు 2025పై సెలెక్ట్ కమిటీ నివేదికను మొదటి రోజు సభలో ప్రవేశపెడుతారు. గోవాలో ఎస్‌టి అసెంబ్లీ స్థానాల సర్దుబాటుకు సంబంధించిన గోవా బిల్లు కూడా ప్రవేశపెడుతారు. రాజ్యసభలో ది బిల్స్ ఆఫ్ లేడింగ్ బిల్లు ప్రస్తావనకు వస్తుంది. క్వశ్చన్ అవర్‌లో ఎంపిలు అహ్మదాబాద్ విమాన ప్రమాద ఘటనను ప్రస్తావించేందుకు వీలు కల్పించారు.

లాటరీ విధానానికి స్వస్తి!

పెద్దపెద్ద టెక్ సంస్థల ద్వారా సమర్పించిన దరఖాస్తులే తరచు పెద్ద సంఖ్యలో ఆమోదం పొం దుతున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో 2026 సంవత్స రానికి లాటరీ విధానం ఉండకపోవచ్చని అమె రికా సిటిజన్‌షిప్ అండ్ ఇమ్మిగ్రేషన్ సర్వీసెస్ ప్రకటనను బట్టి అర్థమవుతోంది.(అమెరికా ప్రె సిడెంట్‌గా డోనాల్డ్ ట్రంప్ రెండో టర్మ్‌లో అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత అమెరికా వలసవిధానంలో వీసా కార్యక్రమం ఒక ముఖ్యమైన అంశంగా మారింది. ట్రంప్ ప్రభుత్వం వలసల నియంత్రణకు కఠినమైన నియమ నిబంధనలు,ఆంక్షలు అనుసరిస్తుండడం ఓ కారణం. ఎలాన్ మస్క్ వంటి నిపుణులు హెచ్ -1బి వీసా వ్యవస్థను కొత్త ఆవిష్కరణకు కీలకమైనదిగా భావించడం మరో కారణం. అయితే డిహెచ్ఎస్ అనుసరిస్తున్న విధానం అమెరికాలో కార్మి క వ్యవస్థలో పెను మార్పులు సృష్టిస్తుందని భావిస్తున్నారు. కాగా, అమెరికన్ కంపెనీలు మాత్రం స్థానికంగా సిబ్బందిని నియమించడం లో ఇబ్బందులు పడుతున్నాయి. కానీ, ప్రత్యేక మైన నిపుణులను నియమించుకోవడానికి కొత్త విధానం దోహదపడుతుందని భావిస్తున్నారు.

ఎక్కడి చెత్త అక్కడే

హైదరాబాద్ : గ్రేటర్‌లో పారిశుధ్య నిర్వహణ గాడి తప్పుతోంది. చెత్త రహిత నగరంగా తీర్చిదిద్దాల్సిన బల్దియా.. ఆచరణలో విఫలమవుతున్నది. ముఖ్యంగా ఇంటింటికి తడి, పొడి చెత్త సేకరణ, తరచూ చెత్త వేసే ప్రాంతాల (గార్బేజీ వనరేబుల్ పాయింట్లు/జీవీపీ) ఎత్తివేతలో అధికారుల వైఫల్యం కొట్టొచ్చినట్లు కనబడుతోంది. అసలే వర్షాకాలం..ఆపై డెంగీ, మలేరియా వ్యాధుల విజృంభణ వెరసి గ్రేటర్ జనాలు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు.

కాలనీలు, బస్తీలలో ఎక్కడికక్కడ పేరుకుపోతున్న చెత్త చెదారంలో దోమలు నివాసాలుగా ఏర్పర్చుకొని జనంపై దాడి చేస్తున్నాయి. వాటి బారిన పడుతున్న జనం జ్వరాలతో దవాఖానల్లో చేరుతున్నారు. ఇందుకు ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ దవాఖానల్లో పెరుగుతున్న డెంగీ, మలేరియా, ఇతర వ్యాధుల కేసులే నిదర్శనంగా చెప్పవచ్చు.

ఏటా రూ.300 కోట్లకు పైగా ..

పారిశుధ్య కార్యక్రమాల నిర్వహణ, వ్యాధుల నివారణకు ఏటా రూ. 300 కోట్లకు పైగా ఖర్చు చేస్తున్నా..లక్ష్యాన్ని మాత్రం సాధించలేకపోతున్నారు. గ్రేటర్ వ్యాప్తంగా చెత్త డబ్బాలను ఎత్తి వేయగా, ఇప్పటికీ 2640 చోట్ల చెత్త కుప్పలున్నట్లు అస్కి (అడ్మినిస్ట్రేటివ్ స్టాఫ్ కాలేజ్ ఆఫ్ ఇండియా) ఇటీవల నిర్వహించిన సర్వేలో తేల్చడమే అధికారులపనితీరును ప్రశ్నిస్తోంది. ఈ నేపథ్యంలోనే ఎక్కడా చూసినా పెద్ద పెద్ద చెత్త కుప్పలు దర్శనమిస్తున్నాయి. వ్యర్థాలతో నిండిపోయినా బస్తీలు, కాలనీలు వెరసి దోమలతో దవాఖానల్లో పెరుగుతున్న వ్యాధి పీడితులతో ప్రజల్లో ఆందోళన నెలకొంది. దీనికి కారణం అడుగడుగునా కొందరి అధికారుల అవినీతి లెక్కలు, రికార్డుల్లో తప్ప క్షేత్రస్థాయిలో కనిపించని సిబ్బంది..కాగితాల్లో మాత్రమే కనిపించే చెత్త తరలింపు..మేయర్, డిప్యూటీ మేయర్, కమిషనర్ మొదలుకొని డిప్యూటీ కమిషన్ల వరకు ఆకస్మిక పర్యటనల లేమి వరకు లోపాలు కొట్టొచ్చినట్లు కనబడుతున్నాయి. ఒక్క వీఐపీలు ఉండే ప్రాంతాలు, ప్రధాన రహదారులలో మాత్రమే పారిశుధ్య నిర్వహణ మెరుగ్గా కనబడుతుందే తప్ప కాలనీలు, బస్తీలలో చెత్త సేకరణ సక్రమంగా జరగడం లేదన్న విమర్శలు ఉన్నాయి.

2640 ప్రాంతాలను గుర్తించి..

గడిచిన కొన్ని రోజులుగా ఎక్కడ చూసినా.. రహదారుల వెంట పేరుకుపోయిన చెత్త కుప్పలే దర్శనమిస్తున్నాయి..తరచూ చెత్త వేసే ప్రాంతాలు (గార్బేజీ వనరేబుల్ పాయింట్లు/జీవీపీ) జీహెచ్ఎంసీ పరిధిలో 2640 ప్రాంతాలను గుర్తించి వాటిని పూర్తి స్థాయిలో ఎత్తివేసేలా చర్యలు తీసుకుంటున్నామని చెబుతున్నారే తప్ప క్షేత్రస్థాయిలో వీటికి అదనంగా కొత్తగా జీవీపీ పాయింట్లు పుట్టుకొస్తున్నాయి. స్వచ్ఛ ఆటోల ద్వారా ఇంటింటి చెత్త సేకరణ సరిగా జరగడం లేదు. వాస్తవంగా వర్షాకాలంలో వ్యర్థాలు త్వరగా కుళ్లి దుర్గంధం వెదజల్లే పరిస్థితులు ఎక్కువ. దీని చక్కదిద్దేందుకు , చెత్తను ఎప్పటికప్పుడు తరలించేందుకు వర్షాకాలంలో ప్రత్యేక ఏర్పాట్లు చేయడం లేదు..వర్షాలొస్తే దోమలు, ఈగలు, క్రిమికీటకాలు వృద్ధి చెంది రోగాలు వ్యాపించే ప్రమాదం పొంచి ఉంది. ఇప్పటికే మలేరియా, డెంగీ కేసులు విజృంభిస్తున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలోనే రాబోయే రోజుల్లో పారిశుధ్య నిర్వహణకు మరింత మెరుగైన చర్యలు తీసుకోవాలని ప్రజలు వేడుకుంటున్నారు.

సర్వేకు సాంకేతిక గ్రహణం

హైదరాబాద్ : రాష్ట్రంలో ఇందిరమ్మ ఇళ్ల సర్వే నత్తనడకన సాగుతోంది. మున్సిపాలిటీల్లో దరఖాస్తుల సంఖ్య ఎక్కువగా ఉండగా కొంత ఆలస్యమవుతోంది. అయితే వీలైనంత త్వరగా సర్వే పూర్తి చే సి లబ్ధిదారులు ఎంత మంది ఉన్నారనే విషయాలను సేకరించి, ప్రభుత్వానికి నివేదించేందుకు అధికారు లు సన్నద్ధమవుతున్నారు. సర్వేకు వచ్చిన సిబ్బందికి దరఖాస్తుదారులు సంబంధిత ధ్రువపత్రాలు అందుబాటులో ఉంచి, అడిగిన ప్రశ్నలకు సరియైన సమాధానం చెబితే సర్వే ప్రక్రియ త్వరితగతిన పూర్తవుతుందని, ఇందుకు దరఖాస్తుదారులు సహకరించాల ని అధికారులు సూచిస్తున్నారు. సిబ్బందికి సహక రించి సరైన వివరాలు అందిస్తే సర్వే ప్రక్రియ త్వర గా పూర్తికావడంతోపాటు వివరాలను ఆన్‌లైన్‌లో న మోదు చేసేందుకు వెసులుబాటు కలుగుతుందని తెలిపారు. త్వరితగతిన సర్వే పూర్తి చేసి మొదటి దశ లో అత్యంత పేదలను గుర్తించి వారికి ఇందిరమ్మ ఇ ళ్లను కేటాయించాలని ప్రభుత్వం భావిస్తోంది. సర్వే అనంతరం జాబితాను ఆయా గ్రామాలు, మున్సిపాలిటీల్లోని వార్డుల్లో గల ఇందిరమ్మ కమిటీలకు అం దించనున్నారు. కమిటీ సభ్యులు ఆయా జాబితాలో ఉన్న వారి పేర్లను పరిశీలించి అర్హులా, కాదా అనే విషయాన్ని నిర్ధారించిన తరువాత అర్హులకు ఇళ్లను మంజూరు చేయనున్నారు. పేదల సొంతింటి కలను నెరవేర్చి, వారి జీవన ప్రమాణాలను మెరుగుపరచడానికి తెలంగాణ ప్రభుత్వం 'ఇందిరమ్మ ఇళ్లు పథకం' అమలు చేస్తోంది. ఒంటరి మహిళలు, వితంతువులు, దివ్యాంగులు కూడా ఈ పథకానికి అర్హులే. నియోజకవర్గానికి 3,500చొప్పున తొలి విడతలో 4,16,500 ఇళ్లను ప్రభుత్వం మంజూరు చేసింది. పూరిగుడిసెలు, తాత్కాలిక ఇళ్లలో ఉంటున్నవారికి ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నారు. సొంత స్థలం ఉన్నవారికి తొలి దశలో ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నారు.

యాప్ ద్వారా పనుల పురోగతి.. ఇందిరమ్మ ఇండ్ల యాప్ ద్వారా పనుల పురోగతిని అప్‌డేట్ చేస్తుం డగా ఏఐ సాంకేతికతో అక్రమాలను గుర్తించి, చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. ఇందిరమ్మ ఇళ్ల లబ్ధిదా రుల సర్వే మరోసారి చేయాలన్న తెలంగా ణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఆదేశంతో పంచాయతీ కార్యదర్శు లు మరోసారి గ్రామాల బాట పడుతున్నారు.

ఇంటి నిర్మాణం కోసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇస్తున్న సాయంలో కేంద్రం వాటా కూడా ఉంది. దీంతో కేంద్రం ఎన్ని ఇళ్లు మంజూరు చేసింది. ఎవరికి ఇచ్చారనే వివరాల కోసం ప్రధానమంత్రి ఆవాస్ యోజన ప్లస్ యాప్‌లో మరోసారి వివరాలు నమోదు చేస్తున్నారు. లబ్ధిదారు ముఖచిత్రంతో యాప్‌లో వివరాలు నమోదు చేయాల్సి ఉండడంతో పలు గ్రామాల్లో సాంకేతిక సమస్యలు వస్తున్నాయని కార్యదర్శులు అంటున్నారు. ఇళ్లకు వెళ్లిన టైంలో లబ్ధిదారులు అందుబాటులో ఉండాలి. వారు లేకుంటే మరోసారి వెళ్లాల్సి వస్తోందని కార్యదర్శులు వాపోతున్నారు.

దాదాపు అరవై ప్రశ్నలకు సమాధానాలు : కార్యదర్శి ప్రధానమంత్రి ఆవాస్ ప్లస్ యాప్‌లో లాగిన్ అయ్యాక లబ్ధిదారు సమగ్ర వివరాలు నమోదు చేయాల్సి ఉంటుంది. ఆధార్, పేరు, బ్యాంకు ఖాతా, కుటుంబ సభ్యులు, గ్రామం, మండలం, జిల్లా, రాష్ట్రం ఇలా దాదాపు అరవై ప్రశ్నలకు సమాధానాలు తెలుసుకొని నమోదు చేసి క్రోడీకరించాల్సి ఉంటుంది. ఈ క్రమంలో తరచూ సాంకేతిక సమస్యలు తలెత్తుతుండటంతో ఆలస్యం అవుతోంది. పాత సెల్‌ఫోన్‌లో యాప్ సరిగా పని చేయకపోవడం, లబ్ధిదారు ముఖ చిత్రం, బయోమెట్రిక్ మిస్ మ్యాచ్ కావడం, ఆధార్ కార్డుకు సరిగా మ్యాచ్ కాకపోవడం, ఆధార్ కార్డు అప్‌డేట్ లేనివాటిని సరిగా ఆమోదించకపోవడం, మ్యాపింగ్ కాకపోవడం వంటి సమస్యలు వస్తున్నాయని కార్యదర్శులు వాపోతున్నారు.

స్థలాలు ఉన్న వారికి రెండో విడతలో... ఇంటి నిర్మాణానికి అనువైన స్థలం ఉండి ఇళ్లు లేని వారికి ఇందిరమ్మ పథకం రెండో విడతలో ఎంపిక చేయనున్నారు. ఇందులో భాగంగా ఇళ్ల నిర్మాణానికి రూ.5 లక్షల సాయం అందజేస్తారు. బేస్మెంట్ మొదలు కొని స్లాబ్, తదితర పనులను బట్టి నిర్ణయించిన నగదును విడుతల వారీగా లబ్ధిదారుల ఖాతాల్లో జమ చేస్తారు. ఆర్థికంగా మెరుగ్గా ఉన్న వారు ప్రభుత్వం అందజేసే రూ.5 లక్షలకు మరింత సొమ్మును కలిపి ఇళ్లను తమ ఆలోచనా విధానాలకు అనుగుణంగా నిర్మించుకునేందుకు వెసులుబాటు కల్పించారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఎంతో ప్రతిష్ఠాత్మకంగా ఇందిరమ్మ ఇళ్ల నిర్మాణం చేపట్టింది. పేదవాడికి సొంతింటి కలను సాకారం చేసేందుకు నడుం బిగించింది. ఈ పథకం అమలు చేసిన దగ్గరి నుంచి రోజుకో వార్త బయటకు వస్తుంది. ఇప్పుడు తాజాగా ఇందిరమ్మ ఇళ్ల పథకంలో చేపట్టే గృహ నిర్మాణంలో ప్రభుత్వం నిర్ణయించిన విస్తీర్ణం మించితే అనర్హుల కిందే గుర్తిస్తున్నారు. కొందరు అవగాహన లోపంతో ఉన్నంత స్థలంలో ఇంటి నిర్మాణం చేపట్టి, ఇప్పుడు విషయం తెలిసి నిరాశ చెందుతున్నారు.

అవగాహన కల్పించకపోవడంతో సమస్యలు... లబ్ధిదారులకు ఇంటి నిర్మాణంపై అవగాహన కల్పించకపోవడంతో సమస్య ఎదురవుతోందని, ఇలా నిర్మించిన వారంతా ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఈ పథకంలో భాగంగా సొంత ఇంటి స్థలం కలిగి ఉన్న పేదవారు 400 నుంచి 600 చదరపు అడుగుల విస్తీర్ణంలో వారికి ఇష్టమొచ్చినట్లు ఇల్లు నిర్మించుకోవచ్చని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం స్పష్టం చేసింది. లబ్ధిదారులకు పలు విడతల్లో రూ.5 లక్షల సాయం అందించనున్నట్లు పేర్కొంది. అయితే కొందరు మాత్రం 600 చదరపు అడుగులకు మించి నిర్మాణం చేపట్టారు. దీంతో వీరికి మొదటి విడతగా పునాది స్థాయిలో చెల్లించే రూ.లక్ష నిలిపివేస్తున్నారు.

600 చదరపు అడుగుల స్థలం మించి నిర్మాణం చేపట్టిన వారు పేదలు కాదని, వారికి ఇందిరమ్మ ఇళ్ల పథకం వర్తించదని చెల్లింపులను నిలిపివేస్తున్నారు. దీంతో లబ్ధిదారులు ఆందోళన చెందగా సొంత స్థలం ఉందనే నిర్మాణం చేపట్టామని, తాము ధనికులం కాదని వాపోతున్నారు. అవగాహన లేక తప్పిదం చేశామని, నిబంధనలు తెలిసి ఉంటే నిర్ణీత స్థలంలోనే ఇంటి నిర్మాణం చేపట్టే వారమని ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

పరిగి నియోజకవర్గం ప్రజలకు అత్యుత్తమ వైద్య సేవలందించడమే లక్ష్యం : ఎమ్మెల్యే టీ ఆర్ ఆర్.

పరిగి ఆసుపత్రి పనులను పరిశీలించిన ఎమ్మెల్యే టీ ఆర్ ఆర్ .రూ.27 కోట్లతో నిర్మిస్తున్న 100 పడకల అత్యాధునిక ప్రాంతీయ ఆసుపత్రి.....

సత్య మేవ జయతే వికారాబాద్ జిల్లా....పరిగి పట్టణంలోని ఆరోగ్య రంగాన్ని మరింత మెరుగుపరచే దిశగా భారీ స్థాయిలో జరుగుతున్న ఆసుపత్రి నిర్మాణ పనులను పరిగి ఎమ్మెల్యే %ౡ% డిసిసి అధ్యక్షులు డాక్టర్ టి.రామ్మోహన్ రెడ్డి అధికారులు,నాయకులతో కలిసి పరిశీలించారు.రూ.27 కోట్ల వ్యయంతో 30 పడకల ఆసుపత్రిని 100 పడకల స్థాయికి విస్తరించే పనులు జరుగుతున్నాయి.లి

ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే టి.రామ్మోహన్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ... “2014లో నేను తొలిసారిగా ఎమ్మెల్యేగా గెలిచిన సమయంలో రూ.5 కోట్లతో ప్రస్తుత ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిని నిర్మించినాం. ఇప్పుడు పరిగి ప్రజలకు మరింత మెరుగైన వైద్య సేవలు అందించాలన్న దృఢ సంకల్పంతో గౌరవ ముఖ్యమంత్రి శ్రీ రేవంత్ రెడ్డి గారి సహకారంతో, ఆరోగ్యశాఖ మంత్రి దామోదర్ రాజనర్సింహ గారిని పరిగికి ఆహ్వానించి, ఈ ఆసుపత్రి నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన చేయించాం” అని తెలిపారు.

ఈ ఆసుపత్రిని వికారాబాద్ గవర్నమెంట్ మెడికల్ కాలేజ్ కు అనుసంధానం చేసి, అక్కడి ప్రొఫెసర్లు, వైద్యులను రెగ్యులర్‌గా పరిగికి రావడానికి ఏర్పాట్లు చేస్తున్నాం. ఇందువల్ల పరిగి ప్రాంత ప్రజలకు నాణ్యమైన వైద్య సేవలు అందే అవకాశం ఏర్పడుతుంది” అని తెలిపారు.

కులాంతర వివాహం చేసుకున్న జంటకు రక్షణ కల్పించాలి. కేవీపీస్,ప్రజా సంఘాలు..

సత్య మేవ జయతే వికారాబాద్ జిల్లా.యాలాల:యాలాల మండలం జుంటిపల్లి గ్రామానికి చెందిన కర్నె రాకేష్,సిద్దిపేట జిల్లా హుస్నాబాద్ మండలం జిల్లెలగూడ గ్రామానికి చెందిన సరిత ఒకరికొకరు మనస్ఫూర్తిగా ప్రేమించుకుని పెళ్లి చేసుకోవడం జరిగింది.ఈసందర్భంగా రాకేష్ సరిత జంటకు రక్షణ కల్పించాలని యాలల పోలీస్ స్టేషన్లో ఫిర్యాదు చేయడం జరిగింది.కులాంతర వివాహం చేసుకున్న జంటకు పూర్తి మద్దతుగా వ్యతిరేక పోరాట సంఘం (కెవిపిఎస్,)వ్యవసాయ కార్మిక సంఘం,ఎమ్మార్పీఎస్ నిలిచాయి.ఈ సందర్భంగా కేవీపీస్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి, ఉప్పలి మల్కయ్య,వ్యవసాయ కార్మిక సంఘం జిల్లా అధ్యక్షులు యు.బుగ్గప్ప మాట్లాడుతూలి
కులాంతర వివాహాలు చట్టవిరుద్ధం కాదు
పౌర సమాజం ప్రోత్సహించాలి అని
కుల మతాంతర వివాహాలు చట్టవిరుద్ధం కాదని,చట్టబద్ధమైనని వివాహం సహజీవన ఒప్పందమని,పౌర సమాజం,ప్రోత్సహించాని తెలియజేశారు.స్వంత కులాలు పెళ్లిళ్లు చేసుకోవడం సమాజాభివృద్ధికి ఆటంకంగా నిలుస్తాయని మత కులపరమైన ఆచారాల పేరుతో ఆధునిక మానవులను,మధ్యయుగాల కాలంలోకి నడిపిస్తున్నారని శాస్త్ర సాంకేతిక రంగం ఆకాశం ఎత్తుకు ఎదుగుతుంటే మతకుల పరమైన విద్వేషాలు మరొకవైపున రెచ్చగొట్టబడుతున్నాయని చెప్పారు.నేటి యువతరం కులం కంటే గుణం గొప్పదై మతం కంటే మానవత్వం గొప్పదై ఆలోచించాలని చెప్పారు భారతదేశం ఆధునికత వైపు అడుగులు వేయాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు.వియత్నాం దేశంలో వివాహాలు పైసా ఖర్చు లేకుండా పెళ్లిళ్లు జరుగుతాయని చెప్పారు ఆదర్శ వివాహాలు చేసుకున్న వారు సమాజానికి ఆదర్శంగా ఉండాలని చెప్పారు ఉభయ కుటుంబాల పట్ల సమాజం పట్ల గౌరవంగా మెదులుకోవాలని చెప్పారు.తదితరులు పాల్గొన్నారు

పల్లె పల్లె కు కాంగ్రెస్. ప్రభుత్వ అభివృధి ఫలాలు. ప్రజా పాలనలో అభివృద్ధి వైపు గ్రామాలు.....

సత్య మేవ జయతే వికారాబాద్ జిల్లా.. ఆదివారం కుల్కచర్ల మండలంలోని చాపల గూడెం,తిరుమలపూర్, లాల్ సింగ్ తండాలో పలు అభివృద్ధి పనులను పరిగి ఎమ్మెల్యే %ౡ% డి.సి.సి అధ్యక్షులు డాక్టర్ టి.రామ్మోహన్ రెడ్డి స్థానిక నాయకులు,ప్రజాప్రతినిధులతో కలిసి ప్రారంభించారు.లి
లి అనంతరం లబ్ధిదారులకు నూతన రేషన్ కార్డులను పంపిణీ చేశారు. మహోత్సవ కార్యక్రమంలో స్థానిక నాయకులు అధికారులతో కలిసి పాల్గొని మొక్కలు నాటారు.చాపల గూడెం గ్రామంలో రూ.5 లక్షలతో నిర్మించిన సిసి రోడ్లను ప్రారంభించారు. తిరుమలపూర్ గ్రామంలో రూ.5 లక్షలతో నిర్మించిన సిసి రోడ్లను ప్రారంభించారు లాల్ సింగ్ తండాలో రూ.5 లక్షలతో నిర్మించిన సిసి రోడ్లను ప్రారంభించారు.

నారాయణ ఖేడ్ నియోజకవర్గం లో వివిధ బోనాల కార్యక్రమం మాజీ ఎంమ్మెల్యే

సత్య మేవ జయతే నారాయణ ఖేడ్ మనూర్ మండలం దోసపల్లి గ్రామంలో ఊరడమ్మ మరియు లక్ష్మమ్మ తల్లి బోనాల కార్యక్రమానికి హాజరై అమ్మవారిని దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించిన బిఆర్ఎస్ నారాయణఖేడ్ మాజీ శాసనసభ్యులు మహారెడ్డి భూపాల్ రెడ్డి వారితోపాటు మండల పార్టీ అధ్యక్షులు విఠల్ రావు పటేల్, మాజీ జెడ్పిటిసి నాగేందర్, మాజీ సర్పంచ్ సంజీవ్, నాయకులు, హనుమంతరావు పాటిల్ ,శివరాజ్ పాటిల్ ,సమీ, శరప్ప, శివ శంకర్, , బీరదర్ బాబు,సంతోష్ కుమార్, ప్రకాష్, సంతోష్ బిరదర్, సింగూర్ అశోక్, సింగూర్ శ్రీనివాస్, బిరదర్ సంగ్ శెట్టి, రాం శెట్టి, చింటూ నరేష్, మహేందర్ గౌడ్, శ్రీనివాస్, అశోక్, బాబు, తదితరులు ఉన్నారు.

నవధాన్యాలు, పిండి వంటకాలతో ఏజెన్సీలో ఆదివాసీల మహాలక్ష్మి పూజలు

సత్యమేవ జయతే – ఆదిలాబాద్ ఆదిలాబాద్ : ఆదిలాబాద్ జిల్లా నార్నూర్ మండలం మాన్కాపూర్ గ్రామంలో ఆదివాసులు ఆదివారం భక్తిశ్రద్ధలతో సాంప్రదాయ పూజలు నిర్వహించి మహాలక్ష్మి అమ్మవారికి మొక్కులు చెల్లించుకున్నారు. గ్రామంలోని చిన్న, పెద్దలు, మహిళలు కుటుంబ సమేతంగా అమ్మవారి సన్నిధిలో నైవేద్యాలతో తరలి వెళ్లారు.

అమ్మవారి ప్రాంగణంలో ఆదివాసులు నవధాన్యాలతో పిండి వంటకాలు చేశారు. అమ్మవారికి నైవేద్యాన్ని సమర్పించి మొక్కులు చెల్లించుకున్నారు. ఆషాడ మాసంలో ప్రతి ఏడాది అమ్మవారికి ఆదివాసి సాంప్రదాయాల ప్రకారం మహా పూజలు నిర్వహిస్తామని, నవధాన్యాలతో పిండి వంటకాలు చేసి నైవేద్యాన్ని సమర్పిస్తామన్నారు. గ్రామంలో ఎలాంటి దుష్టశక్తులు రావద్దని, ప్రజలు ఆయురారోగ్యాలతో ఉండాలన్నారు.
వర్షాలు సమృద్ధిగా కురిసి పంట దిగుబడి బాగా రావాలని, విష జంతువుల నుంచి పాడి పశువులను కాపాడాలని అమ్మవారిని వేడుకుంటామని గ్రామ పెద్దలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మేస్రం రూప్ దేవ్ పటేల్, మోతిరామ్ పటేల్, సీతారామ్, ప్రభు మహారాజ్, బాదిరావు, తో డసం నాగోరావ్, గ్రామ పెద్దలు ఉన్నారు.

ఉర్సు ఉత్సవాల సందర్భంగా పటిష్ట బందోబస్తు : ఎస్సై కిరణ్‌కుమార్

సత్యమేవ జయతే – తాండూర్ తాండూర్ : రెండు రోజుల పాటు జరిగే ఉర్సు ఉత్సవాలను ప్రశాంతంగా నిర్వహించుకునేలా కమిటీ సభ్యులు చర్యలు తీసుకోవాలని తాండూర్ ఎస్సై డీ కిరణ్ కుమార్ అన్నారు. ఆదివారం కమిటీ సభ్యులతో ఆయన మాట్లాడారు. జాతర నేపథ్యంలో ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు చోటు చేసుకోకుండా పోలీసు శాఖ బందోబస్తును ఏర్పాటు చేసిందన్నారు. ఏదైనా సమస్య వస్తే పోలీసు సిబ్బందికి సమాచారం అందించాలని సూచించారు.
ట్రాఫిక్‌కు అంతరాయం కలగకుండా బారికేడ్లను ఏర్పాటు చేశామని వివరించారు. తాండూర్ గ్రామంలోపలికి వచ్చేవారు భక్త మార్కండేయ గుడి మూల మలుపు అశోక్ నగర్ ప్రాంతం నుంచి , రేచిని రోడ్ రైల్వే స్టేషన్ పెట్రోల్ బంక్ అండర్ బ్రిడ్జి సమీపంలో వద్ద రహదారి నుంచి, తాండూర్ శివాలయం రహదారి నుంచి వెళ్లాలని సూచించారు. ప్రతి ఒక్కరూ పోలీసు వారి సూచనలు పాటించాలని శాంతిభద్రతలకు విఘాతం కలగకుండా వేడుకలను సంతోషంగా జరుపుకోవాలని కోరారు.

రాజకీయ కక్షతో చేసిన అక్రమ బదిలీలను నిలిపేయాలి.. టీబీజీకేఎస్

సత్యమేవ జయతే – గోదావరిఖని గోదావరిఖని : రాజకీయ కక్షతోనే తెలంగాణ బొగ్గు గని కార్మిక సంఘం వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ మాదాసి రామ్మూర్తి, డిప్యూటీ జనరల్ సెక్రెటరీ జావిద్ పాషా, బీఆర్ఎస్ నాయకుడు బాలసాని కొమరయ్య (ఎర్ర కొమురయ్య) ను సింగరేణిలో అక్రమంగా బదిలీ చేశారని, తెలంగాణ బొగ్గు గని కార్మిక సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు మిరియాల రాజిరెడ్డి ఆరోపించారు. గోదావరిఖని టీబీజీకేఎస్ కేంద్ర కార్యాలయంలో ఆయన శనివారం మాట్లాడారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా బీఆర్ఎస్ నాయకుల పై జరుగుతున్న కక్ష సాధింపు చర్యలు సింగరేణిలో కూడా మొదలయ్యాయని, తెలంగాణ బొగ్గు గని కార్మిక సంఘానికి చెందిన ముఖ్య నాయకులను గోదావరిఖని నుంచి మణుగూరు ఇల్లందు లకు బదిలీలు చేయడం కేవలం కక్ష సాధింపు చర్య మాత్రమేనని ఆయన ఆరోపించారు. సర్వీస్ లో ఎలాంటి రిమార్కులు లేని కార్మికులను ఎలాంటి కారణం లేకుండా ఎలా బదిలీ చేస్తారని ఆయన ప్రశ్నించారు.మాదాసు రామ్మూర్తి బాలసాని కొమరయ్య(ఎర్ర కొమురయ్య)లకు కేవలం ఏడాది సర్వీస్ మాత్రమే ఉందని, అయినా వారిని ఇక్కడి నుంచి బదిలీ చేయడం సరైనది కాదని ఆయన మండిపడ్డారు. బదిలీ చేసిన నాయకులను తక్షణమే యథా స్థానంలో ఉండే విధంగా సింగరేణి యాజమాన్యం చర్యలు తీసుకోవాలని, లేకుంటే తెలంగాణ బొగ్గు గాని కార్మిక సంఘం తో పాటు ఇతర కార్మిక సంఘాలను కలుపుకొని ఆందోళన కార్యక్రమాలు నిర్వహించాల్సి వస్తుందని ఆయన పేర్కొన్నారు.
అధికార కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రజా ప్రతినిధులు బీఆర్ఎస్, టీబీజీకేఎస్ నాయకులపై కక్ష సాధింపు చర్యలు మానుకోకుంటే ప్రజలే వారికి తగిన విధంగా గుణపాఠం చెప్తారని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఈ సమావేశంలో సెంట్రల్ కమిటీ సీనియర్ వైస్ ప్రెసిడెంట్ నూనె కొమురయ్య, అథాకార ప్రతి నిధి పర్లపల్లి రవి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

: మనూర్ దోసపల్లి గ్రామం లో
నారాయణఖేడ్ మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని మంగల్ పేట్ లో అంగరంగ వైభవంగా జరుగుతున్న శ్రీ ఆరెల్లి మైసమ్మ తల్లి బోనాల కార్యక్రమానికి హాజరై అమ్మవారిని దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించిన లిగౌరవ నారాయణఖేడ్ మాజీ శాసనసభ్యులు మహారెడ్డి భూపాల్ రెడ్డి వారితోపాటు పట్టణ పార్టీ అధ్యక్షులు నగేష్ సెట్,మాజీ మున్సిపల్ కౌన్సిలర్లు అభిషేక్ షెత్కార్, విట్టల్,కురుమ సంఘం తాలూకా ఉపాధ్యక్షులు మల్గొండ, మాజీ వార్డు మెంబర్ హనుమాన్లు, నాయకులు సాయి యాదవ్, సిద్దు,పండు,రవి,సాయి, తదితరులు ఉన్నారు.

బోనాల పండుగ కు హాజరైన వికారాబాద్ జిల్లా బి. ఆర్ ఎస్ జిల్లా అధ్యక్షులు.. మెతుకు ఆనంద్..

సత్యమేవ జయతే వికారాబాద్ జిల్లా.. వికారాబాద్ మున్సిపల్ పరిధిలోని 6వార్డు సూర్య ప్రకాష్ కాలనీలో బోనాల పండుగ సందర్భంగా ముఖ్య అతిథులుగా పాల్గొన్న వికారాబాద్ బి ఆర్ ఎస్ జిల్లా పార్టీ అధ్యక్షులు మాజీ. ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ మెతుకు ఆనంద్. పాల్గొన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో కాలనీ పెద్దలు మరియు బి ఆర్ ఎస్ నాయకులు పాల్గొనడం జరిగింది.

భారతీయ జనతా పార్టీ కేవలం ఒక రాజకీయ పార్టీ కాదు

సత్యమేవ జయతే- జడ్చర్ల నియోజకవర్గం బాలనగర్ మండలం భారతీయ జనతా పార్టీ కేవలం ఒక రాజకీయ పార్టీ కాదు, అది ఒక క్రమశిక్షణతో కూడిన, సైద్ధాంతిక ఉద్యమం. ప్రపంచంలో ఏ ఇతర రాజకీయ పార్టీ కూడా నిబద్ధత, క్రమశిక్షణ మరియు సంస్థాగత ఉన్నత ప్రమాణాలను సమర్థించదు. బీజేపీలో, సిద్ధాంతం మరియు ఆశయం ఏ వ్యక్తికైనా ప్రాధాన్యతనిస్తాయి. పదవులు మరియు అధికారం సూత్రాలు మరియు ఉద్దేశ్యానికి ద్వితీయమైనవి. క్రమశిక్షణ రాజీపడలేనిది మరియు దేశం పట్ల, సిద్ధాంతం పట్ల విధేయత అత్యంత ముఖ్యమైనది అయిన పార్టీలో భాగమైనందుకు మేము గర్విస్తున్నాము.ఇటీవలి అవాంతరాలు, ఏవైనా ఉంటే, ఈ గొప్ప సంస్థ యొక్క పునాదులను కదిలించవు. బీజేపీ బలం స్వీయ-సరిదిద్దుకునే సామర్థ్యం, ఐక్యంగా నిలబడటం మరియు పెద్ద లక్ష్యం, దేశం ముందు అనే దానిపై దృష్టి పెట్టడంలో ఉంది.జరుపుల గణేష్. బీజేవైఎం ఐటి సెల్ కన్వీనర్,మహబూబ్నగర్ జిల్లా

జర్నలిస్టుల సమస్యలను ప్రభుత్వ దృష్టికి తీసుకెళ్తాం.. టీయూడబ్ల్యూజే (ఐజేయూ)నేషనల్ కౌన్సిల్ సభ్యుడు నగునూరి శేఖర్

సత్యమేవ జయతే - కరీంనగర్ కరీంనగర్ : జర్నలిస్టుల సమస్యలపై ప్రభుత్వ దృష్టికి తీసుకెళ్తామని, అలాగే అర్హత కలిగిన ప్రతీ పాత్రికేయునికి ఇళ్ల స్థలాల కోసం పోరాటం చేస్తామని టీయూడబ్ల్యూజే (ఐజేయూ) నేషనల్ కౌన్సిల్ సభ్యుడు నగునూరి శేఖర్ అన్నారు. రామగిరి మండలంలోని సెంటినరీ కాలనీ సాయిరాం గార్డెన్లో జిల్లా కార్యవర్గ మొదటి సమావేశం సమావేశం జిల్లా అధ్యక్షుడు మల్ల వజుల వంశీ అధ్యక్షతన ఆదివారం నిర్వహించారు.

ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా నగునూరి శేఖర్ హాజరై మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వాలు మారిన పాత్రికేయుల సమస్యలు మాత్రం పరిష్కారం కావడం లేదని, ప్రభుత్వాలు మారుతున్నప్పటికీ చెబుతున్న హామీలు ఆచరణ అమల్లో విఫలమయ్యారని ఆరోపించారు.

ఇప్పటికైనా ప్రభుత్వం జర్నలిస్టుల సమస్యల పరిష్కారంపై సానుకూల దృక్పథం పరిష్కరించే విధంగా త్వరితగతిన సమస్యల పరిష్కరించాలని అన్నారు. పాత్రికేయుల సమస్యలు రాష్ట్ర యూనియన్ దృష్టికి తీసుకెళ్లి సమస్యల పరిష్కారం కోసం ముఖ్యమంత్రి దృష్టికి తీసుకెళ్లాల చర్యలు తీసుకుంటామని అన్నారు. అలాగే పాత్రికేయులకు టోల్ గేట్ వద్ద వాహనాలకు ఎటువంటి రుసుము లేకుండా పంపించాలని ఆయన అన్నారు. ప్రైవేట్ పాఠశాలల్లో పాత్రికేయుల పిల్లలకు 50శాతం రాయితీ ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు.

ఆర్టీసీ బస్సుల్లో ప్రతీ అక్రిడేషన్ గల జర్నలిస్టుకు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఉచితంగా ప్రయాణం చేసేలా జీవోను తీసుకురావాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ సమావేశంలో జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి అశోక్, రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు బుర్ర సంపత్ గౌడ్, రాష్ట్ర కౌన్సిల్ సభ్యుడు కోల లక్ష్మన్ గౌడ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రైతులకు ఇచ్చిన హామీల అమలులో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పూర్తిగా విఫలం..

జాతీయ పసుపు బోర్డు చైర్మన్ పల్లె గంగారెడ్డి

సత్యమేవ జయతే - కరీంనగర్ కరీంనగర్ : గత ఎన్నికల్లో రైతులకు ఇచ్చిన హామీల అమలులో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పూర్తిగా విఫలమైందని, కాంగ్రెస్ పార్టీ పూర్తిగా రైతులను మోసం చేసి అధికారంలోకి వచ్చిందని జాతీయ పసుపు బోర్డు చైర్మన్ పల్లె గంగారెడ్డి అన్నారు. బీజేపీ మండలాధ్యక్షుడు గోపిడి శ్రీనివాస్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో మండలంలోని ముత్యంపేటలో మూతపడిన చక్కెర కర్మాగారం పునరుద్దరించాలని డిమాండ్ చేస్తూ మండల కేంద్రంలోని స్థానిక శ్రీ కనక సోమేశ్వరకొండ వద్ద నుండి చక్కెర కర్మాగారం వరకు తలపెట్టిన పాదయాత్రను ఆదివారం ప్రారంభించారు.

ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ దేశంలో ఎక్కడ లేని విధంగా ఎంపీ అర్వింద్ ఈ ప్రాంత రైతులకు ఇచ్చిన హామీ మేరకు పసుపు పంటకు ప్రత్యేక బొర్డును తీసుకువచ్చి, ఇక్కడే రైతుల సౌకర్యార్థం కార్యాలయాన్ని ఏర్పాటు చేశారన్నారు. గత ఎంపీ ఎన్నికల్లో మరోసారి రైతులకు ఇచ్చిన హామీలను తప్పకుండా తీర్చుతామని స్వయంగా రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి రాష్ట్రంలో ఎక్కడ పడితే అక్కడ దేవుళ్లపై ఓట్లు వేశారని గుర్తు చేశారు. అలాగే ఇప్పటికే ప్రభుత్వం రైతులకు రుణమాఫీ, రైతుబంధు, వరిపంటకు బోనస్ అంశాలపై పూర్తిగా విఫలమైందని, బీజేపీ అధికారంలోకి వస్తే వంద శాతం మూతపడిన నిజాం చక్కెర కర్మాగారంలను తెరిపిస్తామని స్పష్టం చేశారు.పాదయాత్ర చేపట్టిన శ్రీనివాస్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత చక్కెర కర్మాగారం పునరుద్ధరణ కోసం కమిటీలు వేసి కాలయాపన చేస్తుందని విమర్శించారు. రైతుల సమస్యల పట్ల పాదయాత్ర చేస్తున్న ఆయనను ఘనంగా సన్మానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా అధ్యక్షుడు యాదగిరి బాబు, బీజేపీ నేతలు డాక్టర్ రఘు, మోరపల్లి సత్యనారాయణ రావు, వడ్డేపల్లి శ్రీనివాసన్, బద్దం గంగాధర్, పందిరి నాగరాజు, ఎర్ర లక్ష్మి, లవంగ శివ, రైతు సంఘం నాయకులు మామిడి నారాయణరెడ్డి, పన్నాల తిరుపతిరెడ్డి, న్యావనంది

గుట్కా మాఫియాపై ఇక ప్రత్యక్ష దాడులు.. ఏఐవైఎఫ్ జిల్లా కార్యదర్శి మార్కపురి సూర్య

- ప్రతీ నెల అధికారులకు కమిషన్లు.. డీలర్లపై క్రిమినల్ కేసులు నమోదు చేయాలని డిమాండ్

సత్యమేవ జయతే - కరీంనగర్ కరీంనగర్ : కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం వచ్చాక గుట్కా మాఫియా పెట్రేగిపోతుందనీ, యువత జీవితాలను చిత్తు చేస్తున్న ఈ నిషేధిత పొగాకు ఉత్పత్తుల వ్యాపారం గోదావరిఖనిలో రాజ్యమేలుతుందనీ, ప్రతి కిరాణం దుకాణంలో లభించడం గమనిస్తే ప్రతి నెల అధికారులకు కమిషన్లు అందుతున్నాయనేది వాస్తవమని ఏఐవైఎఫ్ జిల్లా కార్యదర్శి మార్కపురి సూర్య ఆరోపించారు. వీటిపై ప్రత్యక్ష దాడులకు ఏఐవైఎఫ్ సిద్ధమవుతుందని హెచ్చరించారు. స్థానిక భాస్కర్ రావు భవన్ లో ఆదివారం జరిగిన ముఖ్య కార్యకర్తల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు.ఆహార భద్రత చట్టం 2006 సెక్షన్ 30 ప్రకారం గుట్కాలను నిషేధించిందనీ, కానీ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం వచ్చాక కొంతమంది డీలర్లు ప్రభుత్వంకు టాక్స్ చెల్లించామని హైకోర్టు నుంచి స్ట్ తీసుకవచ్చి రామగుండం కేంద్రంగా రూ.కోట్ల పెట్టుబడులతో గుట్కాల విక్రయాలకు తలుపులు తెరిచారన్నారు. ఇక్కడి నుంచే అన్ని ప్రాంతాలకు సరఫరా చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. ఈ దందాలో డ్రగ్ ఇన్స్పెక్టర్లు, పోలీస్ డిపార్ట్మెంట్ తోపాటు దళారులకు ప్రతి నెల మామూళ్లు అందుతున్నాయని పేర్కొన్నారు. వివిధ సందర్భాలలో అధికారులే యువతకు దిశా నిర్దేశం చేస్తూ గుట్కాలకు బానిస కావొద్దనీ, నిషేధిత పొగాకు ఉత్పత్తులను అరికడుతామని ప్రసంగాలు ఇస్తూ మళ్లీ వారే గుట్కా విక్రయాలను ప్రోత్సహించడం దురదృష్టకరమన్నారు.ఎమ్మార్పీ కంటే అధిక ధరలకు అక్రమ మార్గంలో అమ్ముతూ రూ. కోట్లకు పడగలెత్తుతున్నారని పేర్కొన్నారు. గోదావరిఖనికి చెందిన ఒక డీలర్ పెద్దపల్లి, భూపాలపల్లి జిల్లాలోని అన్ని దుకాణాలకు సరఫరా చేస్తుంటాడన్నారు. స్థానికంగా ఓ గోదాముల్లో నిల్వ ఉంచి రహస్యంగా దుకాణాలకు తరలిస్తారని పేర్కొన్నారు. ఇప్పటికైనా రామగుండం సీపీ ప్రత్యేక దృష్టి సారించి డీలర్లపై క్రిమినల్ కేసులు నమోదు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. సమావేశంలో నగర కార్యదర్శి ఆసాల నవీన్, రాణవేణి సుధీర్ కుమార్, పోతరాజు నాగరాజు, బొడ్డుపల్లి నరేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అర్హులైన పేదలందరికీ సంక్షేమ పథకాలు.. పెద్దపెల్లి ఎమ్మెల్యే చింతకుంట విజయ రమణారావు.

సత్యమేవ జయతే - కరీంనగర్ కరీంనగర్ : అర్హులైన పేదలందరికీ సంక్షేమ పథకాలు అందజేస్తామని, ఇప్పటికే అనేక సంక్షేమ పథకాలను కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిందని పెద్దపల్లి ఎమ్మెల్యే చింతకుంట విజయ రమణారావు అన్నారు. మండలంలోని గర్రెపల్లి గ్రామంలో పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు ఆదివారం ఎమ్మెల్యే శంకుస్థాపన చేశారు. ఇందిరమ్మ ఇండ్ల నిర్మాణాలకు ముగ్గురు పోసి మంజూరు పత్రాలను అందజేశారు. గ్రామంలో పలు సీసీ రోడ్ల నిర్మాణం పనులకు కొబ్బరికాయ కొట్టి పనులను ప్రారంభించారు.

ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే విజయరమణారావు మాట్లాడుతూ గర్రెపల్లి గ్రామంలో దాదాపు రూ. 85 లక్షల వరకు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను నిర్వహించారు. రహదారి నుంచి గర్రెపల్లి చివరి వరకు డబుల్ రోడ్డు నిర్మాణం, సెంటర్ లైటింగ్ ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు. మాజీ సింగిల్ విండో చైర్మన్ కల్లపల్లి జానీ చెరువుకట్టపై ఎల్ఈడీ లైట్స్, మరో వంద ఇందిరమ్మ ఇండ్లను మంజూరు చేయాలని, మరికొన్ని సీసీ రోడ్ల నిర్మాణాలను చేపట్టాలని ఎమ్మెల్యే దృష్టికి తీసుకువచ్చారు. ఆర్టీసీ ఎక్స్ ప్రెస్ లు రాత్రి వేళలో గర్రెపల్లి వద్ద ఆపడం లేదని ఆర్టీసీ అధికారులతో మాట్లాడి ఎక్స్ప్రెస్ రాత్రి వేళల్లో ఆగే విధంగా కృషి చేయాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఏఎంసీ చైర్మన్ మినుపాల ప్రకాష్ రావు, వైస్ చైర్మన్ గణేష్, ఎంపీవో సమ్మిరెడ్డి , పంచాయతీ కార్యదర్శి లచ్చయ్య, కాంగ్రెస్ నాయకులు సతీష్, దామోదర్ రావు, పన్నాల రాములు, సత్యనారాయణ రావు, వెంకటేశం, బండారి రమేష్, వెంకన్న, చక్రధర్ తో పాటు తదితరులున్నారు. అలాగే పంచాయతీల ఉద్యోగుల సంఘం జిల్లా జేఏసీ చైర్మన్ గా ఎన్నికైన జొన్నకోటి వెంకటేష్ ను ప్రకాష్ రావు, జానీ సన్మానం చేశారు.

నీ బిడ్డలం..బోనమందుకో తల్లి.. కొత్తగూడెంలో వైభవంగా బోనాల పండుగ

సత్యమేవ జయతే - కొత్తగూడెంకొత్తగూడెం : ఆషాడ మాసం ఆఖరి ఆదివారం పురస్కరించుకొని సింగరేణి కొత్తగూడెం ఏరియా పరిధిలోని కార్మిక ప్రాంతాలలో పండుగ వాతావరణం కనిపించింది. ఎక్కడ చూసినా గ్రామ దేవత అయిన వేల్పులమ్మ తల్లి బోనాల జాతర ఘనంగా నిర్వహించుకున్నారు. ప్రతి సంవత్సరం ఆషాడ మాసంలో నిర్వహించే ఈ బోనాలలో ప్రజల సుభిక్షంగా ఉండాలని ఉద్దేశంతో నీ బిడ్డలం బోనమెత్తినము మమ్ము సల్లంగా చూడు తల్లి అంటూ మొక్కలు చెల్లించుకున్నారు.ఆషాడ మాసం అంటేనే వర్షాకాలం.. అంటువ్యాధులకు ఆలవాలమైన మాసం. కలరా, ప్లేగు, మశూచి, క్షయ, తట్టు, పొంగు, అమ్మవారు వంటి అంటువ్యాధుల బారిన పడకుండా గ్రామదేవతలు గ్రామాలను చల్లంగా చూసేందుకే అనాదిగా బోనాలు సమర్పించుకుంటున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో ఆదివారం తెల్లవారుజాము నుంచి ఎంతో నియమనిష్ఠలతో అమ్మవారికి పరమాన్నం వండి, బెల్లం శాకం తో బోనాన్ని తయారుచేసి ఇంటి నుండి డప్పు వాయిద్యాలతో అమ్మవారి ఆలయానికి చేరి ఆలయం చుట్టూ ప్రదక్షిణలు చేశారు. ఆ తర్వాత అమ్మవారికి సమర్పించగా మిగిలిన పదార్థాలను ప్రసాదాలుగా స్వీకరించి అందరికీ పంపిణీ చేశారు.

చదువుతోనే సమాజమార్పు సాధ్యమవుతుంది

సత్యమేవ జయతే – కొత్తగూడెంకొత్తగూడెం : చదువుతోనే సమాజ మార్పు సాధ్యమవుతుందని బామ్ సెఫ్ నేషనల్ క్యాడర్, తెలంగాణ ఇంచార్జ్ నల్ల శ్రీధర్ అన్నారు. ఆదివారం రామవరం లోని ఎస్సిబి నగర్ మోడర్న్ ఇక్రా స్కూల్లో జరిగిన బామ్ సెఫ్ క్యాడర్ క్యాంపులో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని మాట్లాడారు. చరిత్ర లో ఏం జరిగింది, జరుగుతుంది, జరగబోతుందనే విషయాలపై అవగాహన పెంచుకోవాలని సూచించారు. చరిత్ర, సమాజంపై మిడిమిడి జ్ఞానం చాలా నష్ట దాయకమని తెలిపారు. విద్య లేకపోతే, విజ్ఞానం లేకుండాపోతోంది, విజ్ఞానం లేకపోతే నైతికథ లేకుండా పోతుంది, నైతికత లేకపోతే ఐక్యత లేకుండా పోతుందన్నారు.

భారతదేశ సామాజిక ఉద్యమకారులైన వారిని నిత్యం మననం చేసుకోవాలన్నారు. బిర్సా ముండ ఆధ్వర్యంలో 17వ శతాబ్దంలోనే మా భూమి మాదేనంటూ, స్వాతంత్ర ఉద్యమం నడిపి విముక్తి కోసం పోరాటం చేసిన ఘనత మనకి ఉందన్నారు. కేరళలో నారాయణ గురు ప్రజలందరినీ గుడులకు అనుమతించాలని ఉద్యమించడమే కాకుండా, వందలాది గుడులను నిర్మించి విద్య నేర్పించారని తెలిపారు. 1902లోనే మొదటిసారి 50% రిజర్వేషన్లను అమలు చేసిన సాహు మహారాజ్ ఆదర్శనీయుడని కొనియాడారు. మద్రాస్ లో పెరియార్ ఇ.వి.రామసామి నేతృత్వంలోనే అందరికీ సమానత్వాన్ని అమలు చేశారన్నారు. రాష్ట్ర పిత జ్యోతిబా పూలే ఆధ్వర్యంలో 200 సంవత్సరాల క్రితమే బాలికలకు పాఠశాలలు నిర్మించి విద్యను అందించారని వెల్లడించారు. వీరందరికీ ఆదర్శమైన గౌతమ బుద్ధుడు మానవతా విలువలను, మనిషి జీవన విధానాన్ని, నైతిక విలువలను బోధించడమే కాకుండా, ప్రపంచ మొట్టమొదటి సామాజిక విప్లవకారుడుగా పేరుగాంచి అభివృద్ధికర సమాజానికి బాటలు వేశారన్నారు.

ఆర్టికల్ 19ను రద్దు చేసి నాయి బ్రాహ్మణులను ఆదుకోవాలి

సత్యమేవ జయతే – మహబూబానగర్ మహబూబానగర్ : కుల వృత్తే జీవనాధారంగా బతుకుతున్న నాయి బ్రాహ్మణులకు ఆర్టికల్ 19తో అన్యాయం జరుగుతుందని సంఘం నాయకులు డిమాండ్ చేశారు. వెంటనే ఆ ఆర్టికల్‌ను ఎత్తివేయాలని నారాయణపేట జిల్లా నాయి బ్రాహ్మణ సేవా సంఘం ప్రధాన కార్యదర్శి మంగలి గోపాల్, మరికల్ మండల అధ్యక్షుడు రఘు, పట్టణ అధ్యక్షులు నర్సింలు ప్రభుత్వాన్ని కోరారు.

ఆదివారం మండల కేంద్రంలో వారు మాట్లాడుతూ నాయి బ్రాహ్మనేతరులు సెలూన్ షాప్ పెట్టుకోవచ్చన్న నిబంధన ఉన్న ఆర్టికల్ 19 ని రద్దు చేయాలన్నారు. పూట గడవని స్థితిలో నాయి బ్రాహ్మణులు ఉన్నారన్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో మొదటి నుంచి మంగలి షాపులతోనే జీవనం సాగిస్తున్నామని నాయి బ్రాహ్మనేతరులు సెలూన్ షాపులు పెట్టుకోవచ్చని హైకోర్టు తీర్పు ఇవ్వడం విచారకరమన్నారు.

న్యాయస్థానం పునరాలోచన చేసి కులవృత్తిని నమ్ముకున్న నాయి బ్రాహ్మణులకు న్యాయం చేయాలని కోరారు. నాయి బ్రాహ్మణులను అన్యాయం జరుగుతున్నా రాజకీయ నాయకులు, పాలకులు పట్టించుకోవడం లేదని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఈ సమావేశంలో నాయి బ్రాహ్మణ నాయకులు చంద్రశేఖర్, వేణుగోపాల్, రాములు, బాల్‌రాజ్, భాస్కర్, శివ, శ్రీకాంత్, వెంకట్ రాములు, ఈశ్వర్, నరేష్, బిసన్న, రమేష్, నందు, భరత్, అశోక్ కుమార్, నవీన్ కుమార్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

యూరియా సరఫరాలో ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకూడదు

సత్యమేవ జయతే – మహబూబానగర్ మహబూబానగర్ : రైతులకు యూరియా సరఫరాలో ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలకుండా చూసుకోవాలని నారాయణపేట్ జిల్లా వ్యవసాయ అధికారి జాన్ సుధాకర్ అన్నారు. ఆదివారం మాగనూరు మండల కేంద్రంలోని ప్రాథమిక వ్యవసాయ సహకార సంఘం రైతు ఆగ్రో సేవ కేంద్రంలోని ఎరువుల దుకాణాలను తనిఖీలు చేశారు.

రైతులకు యూరియా సరఫరాలో ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలుగ కుండా, ప్రస్తుత అవసరాలకు మేర రైతులు యూరియా కొనుగోళ్లు చేయాలన్నారు. చాలా మంది రైతులు ముందస్తుగానే రెండవ, మూడవ దఫా ఎరువులు కొని దాచుకుంటున్నారు. అలా కాకుండా ఎప్పుడు అవసరం ఉంటే అప్పుడే కొనుగోలు చేయాలని కోరారు. మార్కెట్ నుండి ఎప్పటికప్పుడు యూరియా సరఫరా చేస్తాం అని తెలిపారు.

ప్రస్తుతం ప్రాథమిక వ్యవసాయ సహకారం కేంద్రంలో 1500 బస్తాలు, రైతు ఆగ్రో సేవా కేంద్రంలో 500 బస్తాల యూరియా అందుబాటులో ఉందని, ప్రతిరోజు కూడా వస్తూ ఉంటుందని, రైతులు అధైర్య పడవద్దని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాగనూరు మండల వ్యవసాయ అధికారి సుదర్శన్ గౌడ్. పిఎసిఎస్ చైర్మన్ వెంకటరెడ్డి రైతు అగ్రో సేవా కేంద్రం సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రైతు సంక్షేమమే ప్రభుత్వ ధ్యేయం.. మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ గుత్తా మంజుల మాధవరెడ్డి

సత్యమేవ జయతే – నల్గొండ నల్గొండ : రైతు సంక్షేమమే ప్రభుత్వ ధ్యేయమని నకిరేకల్ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ గుత్తా మంజుల మాధవరెడ్డి అన్నారు. కట్టంగూర్ పీఏసీఎస్‌లో ఏర్పాటు చేసిన ఎరువుల దుకాణాన్ని ఆమె ప్రారంభించి మాట్లాడారు. ప్రభుత్వం నిర్ణయించిన ధరకే సబ్సిడిపై అందించే ఎరువులను రైతులు సద్వినియోగం చేసుకోవాలన్నారు. రైతులకు అవసరమైన ఎరువులు అందుబాటులో ఉంచి కొరత లేకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని సంబంధిత అధికారులను అదేశించారు. ఎరువుల కొరత సృష్టించి బ్లాక్‌లో అధిక ధరలకు రైతులకు విక్రయిస్తే ఉపేక్షించేది లేదని హెచ్చరించారు. ప్రతి రోజుల సిబ్బంది సహకార సంఘంలో అందుబాటులో ఉంటూ రైతులకు ఇబ్బందులు కలగకుండా ఎరువుల విక్రయించాలని సూచించారు.

కార్యక్రమంలో ఏఓ గిరి ప్రసాద్, పీఏసీఎస్ అఫీషియల్ పర్సన్ ఇన్‌చార్జి డీ. నాగేశ్వర్ రావు, పీఏసీఎస్ సీఈఓ బండ మల్లా రెడ్డి, మాజీ జడ్పీటీసీలు మాద యాదగిరి, సుంకరబోయిన నర్సింహ్మా, మార్కెట్ కమిటీ డైరెక్టర్ గుండు పరమేష్, కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షులు పెద్ది సుక్కయ్య, నాయకులు రెడ్డిపల్లి సాగర్, ముక్కామల శేఖర్, రెడ్డిపల్లి స్వామి, గట్టిగొర్ల సత్తయ్య, మిట్టపల్లి శివ, గోశిక అంజన్ కుమార్, అయితగోని నర్సింహ్మా, పాపట్ల వెంకట్ రెడ్డి, పోగుల చంద్రయ్య, కానుగు శ్రీను, మేడి విజయ్, పీఏసీఎస్ సిబ్బంది చెరుకు యాదగిరి, సైదులు, యాదగిరి, సైదమ్మ, గంటెకంపు లింగయ్య, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సమస్యలకు కేరాఫ్ అడ్రస్‌గా గ్రామాలు, తండాలు..

ప్రత్యేకాధికారుల పాలనలో రోగాల బారిన ప్రజలు

సత్యమేవ జయతే – వరంగల్ రూరల్ వరంగల్ రూరల్ : గ్రామాల్లో రోజు రోజుకు ప్రజల సమస్యలు పట్టించుకునేవారే కరువవుతున్నారు. గ్రామాల్లో నెలకొన్న పారిశుధ్య లోపంతో గ్రామాల ప్రజలు, తండాలలో గిరిజనులు ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. గ్రామాలు, తండాల్లో పరిశుభ్రత లోపించి దోమలు స్వైర విహారం చేస్తున్నాయని ప్రజలు వాపోతున్నారు. మురుగు కాలువల్లో క్రిమి సంహారక మందు స్ప్రే చేయడం, ఫాగింగ్ వంటి కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం లేదని ఆరోపిస్తున్నారు. గ్రామాల్లో పారిశుధ్యం అస్తవ్యస్తమై మురికి కూపాలుగా మారుతున్నాయి. ప్రత్యేకాధికారుల పాలనలో గ్రామాల్లో ఎక్కడి సమస్యలు అక్కడే ఉన్నాయి. మురికి కాల్వలను శుభ్రపరచడం, పిచ్చిమొక్కలను తొలగించడం, వీధులను ఊడ్చడం, నీటి ట్యాంకులను శుభ్రం చేయడం, తాగునీటి పైపులైన్ల లీకేజీలను సరిచేయడం లాంటివి అధ్వానంగా తయారైంది.

– బురద గుంటలుగా మారిన రోడ్డు..

మరిపెడ మండలంలోని కోట్యా తండాలో మంచి నీళ్ల బోరు 24 గంటలు నడవడంతో నీరు వృథాగా రోడ్డుపై పారి రోడ్డు ధ్వంసం కావడంతో పాటు బురద గుంటలుగా మారింది. తాళ్ళ ఊకల్ రెవెన్యూ పరిధిలోని పాంబండ తండా గ్రామపంచాయితీ నిర్వహణ మరి అద్వానంగా ఉంది. గ్రామపంచాయితీ కార్యాలయం ఆవరణం చెత్త, చెదారంతో నిండి ఉంది. గ్రామపంచాయితీ కార్యాలయం లేదా పాడుబడ్డ భవనంలా ఉందని గ్రామస్తులు ఆరోపిస్తున్నారు. అనేపురం రెవెన్యూ ఎలమంచలి తండాలో పరిస్థితి మరి దారుణంగా ఉంది, తండాలో కనీసం మురికి నీరు ప్రవహించడానికి సైడ్ కాల్వలు లేకపోవడంతో వర్షం పడిన నీరు అంతా రోడ్డుపై ఉండంతో తండావాసులు, విద్యార్థులు నడవడానికి తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. ఇకనైనా పారిశుధ్య సమస్యలు కొలిక్కి వస్తాయోమోనని ఆశగా ఎదురుచూస్తున్నారు ఆయా గ్రామాలు, తండావాసులు.

రైతు సంక్షేమమే ప్రభుత్వ ధ్యేయం.. మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ గుత్తా మంజుల మాధవరెడ్డి

సత్యమేవ జయతే – నల్గొండ నల్గొండ : రైతు సంక్షేమమే ప్రభుత్వ ధ్యేయమని నకిరేకల్ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ గుత్తా మంజుల మాధవరెడ్డి అన్నారు. కట్టంగూర్ పీఏసీఎస్‌లో ఏర్పాటు చేసిన ఎరువుల దుకాణాన్ని ఆమె ప్రారంభించి మాట్లాడారు. ప్రభుత్వం నిర్ణయించిన ధరకే సబ్సిడిపై అందించే ఎరువులను రైతులు సద్వినియోగం చేసుకోవాలన్నారు. రైతులకు అవసరమైన ఎరువులు అందుబాటులో ఉంచి కొరత లేకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని సంబంధిత అధికారులను అదేశించారు. ఎరువుల కొరత సృష్టించి బ్లాక్‌లో అధిక ధరలకు రైతులకు విక్రయిస్తే ఉపేక్షించేది లేదని హెచ్చరించారు. ప్రతి రోజుల సిబ్బంది సహకార సంఘంలో అందుబాటులో ఉంటూ రైతులకు ఇబ్బందులు కలగకుండా ఎరువుల విక్రయించాలని సూచించారు.

కార్యక్రమంలో ఏఓ గిరి ప్రసాద్, పీఏసీఎస్ అఫీషియల్ పర్సన్ ఇన్‌చార్జి డీ. నాగేశ్వర్ రావు, పీఏసీఎస్ సీఈఓ బండ మల్లా రెడ్డి, మాజీ జడ్పీటీసీలు మాద యాదగిరి, సుంకరబోయిన నర్సింహ్మా, మార్కెట్ కమిటీ డైరెక్టర్ గుండు పరమేష్, కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షులు పెద్ది సుక్కయ్య, నాయకులు రెడ్డిపల్లి సాగర్, ముక్కామల శేఖర్, రెడ్డిపల్లి స్వామి, గట్టిగొర్ల సత్తయ్య, మిట్టపల్లి శివ, గోశిక అంజన్ కుమార్, అయితగోని నర్సింహ్మా, పాపట్ల వెంకట్ రెడ్డి, పోగుల చంద్రయ్య, కానుగు శ్రీను, మేడి విజయ్, పీఏసీఎస్ సిబ్బంది చెరుకు యాదగిరి, సైదులు, యాదగిరి, సైదమ్మ, గంటెకంపు లింగయ్య, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కేసీఆర్ కృషితో పచ్చదనానికి నిలయంగా మారిన పల్లె ప్రకృతి వనాలు

సత్యమేవ జయతే – కందుకూరు

కందుకూరు : తెలంగాణ తొలి సీఎం కేసీఆర్ కృషి వల్ల పచ్చదనంతో పల్లెలు మురుస్తున్నాయి. పర్యావరణం మెరుగుపడుతుంది. సకాలంలో వర్షాలు కురిసి పల్లెలు ప్రగతి పథం వైపు పయనిస్తున్నాయి. పచ్చదనం పెంచేందుకు బీఆర్ఎస్ పార్టీ ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా గ్రామానికి ఒక పల్లె ప్రకృతి వనం ఏర్పాటు చేసింది. అవి నేడు పచ్చదనంతో పల్లెలు మురిసేలా చేస్తున్నాయి. ఏడేళ్ల క్రితం గ్రామాల్లో ఉపాధి హామీ నిధులతో చేపట్టిన పల్లె పకృతి వనాల్లోని మొక్కలు ఏపుగా పెరిగి అడవిని తలపిస్తున్నాయి.

గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో పర్యావరణ పరిరక్షణతో పాటు పలు ప్రయోజనాలు ఆశిస్తూ ప్రభుత్వం ప్రకృతి వనాలకు శ్రీకారం చుట్టింది. రంగారెడ్డి జిల్లా కందుకూరు మండలంలో 35 గ్రామ పంచాయతీలు ఉండగా.. వీటన్నింటిలోనూ పల్లె ప్రకృతి వనాలను ఏర్పాటు చేశారు. ఒక్కో గ్రామంలో 2 వేల నుంచి 4వేల మొక్కలను నాటారు. దీనికోసం ఒక్కో ప్రకృతి వనానికి రూ. 5లక్షల నుంచి 7 లక్షల వరకు ఖర్చు చేశారు. కరోనా సమయంలో కొన్ని ఇబ్బందులు తలెత్తినా వాటిని అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు అధిగమించేలా చర్యలు చేపట్టారు. ప్రభుత్వ లక్ష్యానికి అనుగుణంగా పల్లె ప్రకృతి వనాలను సర్వాంగ సుందరంగా తీర్చిదిద్దారు. అవి ఇప్పుడు పచ్చదనానికి నిలయంగా మారాయి. దీంతో కేసీఆర్ కృషిని గ్రామస్తులు అభినందిస్తున్నారు. ప్రకృతి వనాల మధ్య ఏర్పాటు చేసిన కాలి బాటల్లో వాకింగ్ చేస్తూ ఉదయం, సాయంత్రం సేద తీరుతున్నారు.

బోనమెత్తిన ఆర్ఎస్ ప్రవీణ్ కుమార్..

సత్యమేవ జయతే – సిర్పూర్ సిర్పూర్ : తెలంగాణ రాష్ట్ర పండుగ బోనాలు వేడుకల్లో భాగంగా ఈ రోజు సిర్పూర్ నియోజకవర్గంలో బీఆర్ఎస్ సీనియర్ లీడర్ ఆర్ఎస్ ప్రవీణ్ కుమార్ పర్యటించారు. ఈ సందర్భంగా కోసిని గ్రామంలో మా స్వగృహం 'ప్రాణహిత' నుండి పోచమ్మ తల్లికి బోనం సమర్పించి, కోసిని గ్రామస్థుల సమక్షంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించడం జరిగిందని ఆర్ఎస్ ప్రవీణ్ కుమార్ తెలిపారు. సిర్పూర్ నియోజకవర్గ, తెలంగాణ ప్రజలు, రైతులు సుభిక్షంగా, సుఖసంతోషాలతో ఉండేలా ఆశీర్వదించాలని అమ్మవారిని ప్రార్థించడం జరిగిందని ఆర్ఎస్ ప్రవీణ్ కుమార్ పేర్కొన్నారు.

రేషన్ కార్డులు ఇస్తారా.. ఇయ్యారా..
ఆందోళనలో దరఖాస్తుదారులు

సత్యమేవ జయతే – హైదరాబాద్

హైదరాబాద్ : రేషన్ కార్డులు ఇస్తారా.. ఇయ్యారా అంటూ దరఖాస్తుదారులు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. అర్హులైన వారందరికి రేషన్ కార్డులు అందిస్తామని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన నాటి నుంచి చేపుతున్న అర్హులైన దరఖాస్తుదారులకు ఇప్పటి వరకు అందడం లేదంటున్నారు.

మేడ్చల్–మల్కాజిగిరి జిల్లాలో మేడ్చల్, మల్కాజిగిరి, ఉప్పల్, కూకట్‌పల్లి, కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గాలలో ఇప్పటికీ ఇంకా 81 వేల దరఖాస్తులు పెండింగ్‌లో ఉన్నాయి. జిల్లాలో రేషన్ కార్డుల కోసం 1.22 లక్షల దరఖాస్తులు వస్తే ఇందులో నుంచి నామమాత్రంగా 25,118 రేషన్ కార్డులను మాత్రమే జారీ చేయగా మిగతా దరఖాస్తుల్లో కొన్నింటిని తిరస్కరించగా, 81 దరఖాస్తులు ఉన్నట్లు అధికారులు పేర్కొంటున్నారు. అర్హులైన వారికి రేషన్ కార్డులు అందకపోవడం, అధికారులు సరైన సమాధానం చెప్పకపోవడంతో దరఖాస్తుదారులు ఆందోళన చెందుతున్నారు. దరఖాస్తుల విచారణలో కావాలనే అధికారులు జాప్యం చేస్తున్నట్లు విమర్శలను అధికారులు ఎదుర్కొంటున్నారు.

– ప్రభుత్వ కార్యాలయాల చుట్టూ తిరుగుతున్న దరఖాస్తుదారులు

రేషన్ కార్డులు అందని వారు ప్రభుత్వ కార్యాలయాల చుట్టూ తిరుగుతున్నారు. దరఖాస్తులపై విచారణ చేస్తున్నామని విచారణ అనంతరం రేషన్ కార్డులు జారీ చేస్తామని చెప్పి అధికారులు తప్పించుకున్నట్లు దరఖాస్తుదారులు ఆరోపిస్తున్నారు. దరఖాస్తులను ఇంకా

ఎన్ని రోజులు విచారణ చేస్తారని అసహనం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. వివిధ ప్రభుత్వ పథకాలకు రేషన్ కార్డు ప్రమాణికంగా ఉన్న నేపథ్యంలో ప్రభుత్వ పథకాలను పొందేందుకు తప్పని సరిగా రేషన్ కార్డులు ఉండాల్సిందే. దీంతో నిరుపేదలు రేషన్ కార్డుల కోసం ఎదురు చూపులు చూడాల్సిన పరిస్థితి ఉంది.

అయితే కాంగ్రెస్ పార్టీకి చెందిన కొందరు నేతలు తాము అధికారులకు చెబితేనే రేషన్ కార్డులు జారీ అవుతాయని బాహాటంగా ప్రచారం చేసుకుంటున్న క్రమంలో అసలైన అర్హులు తమకు రేషన్ కార్డులు వస్తాయా రావా అంటూ ఆందోళన చెందుతున్నారు. అర్హులైన వారందరికీ రేషన్ కార్డులు జారీ అవుతున్నాయని అధికారులు చెబుతున్నా దరఖాస్తుదారుల సంఖ్య ఎందుకు తగ్గడం లేదని ప్రశ్నిస్తున్నారు. అర్హులైన వారికి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఇచ్చిన హామీ మేరకు వెంటనే రేషన్ కార్డులు జారీ చేసి నిరుపేదలను అదుకోవాలని ప్రభుత్వాన్ని కోరుతున్నారు. రేషన్ కార్డులను తక్కువ సంఖ్యలో జారీ చేస్తూ రేషన్ కార్డులు అందిస్తున్నామని ప్రభుత్వం చెప్పుకుంటుందని దరఖాస్తుదారులు ఆరోపిస్తున్నారు.

జైలు అంటే శిక్షించే సంస్థ కాదు.. శిక్షణ ఇచ్చే సంస్థగా గుర్తింపు తీసుకురావాలి

సత్యమేవ జయతే – చర్లపల్లి చర్లపల్లి : కేంద్ర కారాగారం అంటే శిక్షించే సంస్థ కాదని, శిక్షణ ఇచ్చే సంస్థగా గుర్తింపు తీసుకువచ్చేందుకు ప్రతీ ఒక్కరు కృషి చేయాలని డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్ సార్వత్రిక విశ్వవిద్యాలయం వైస్ చాన్సలర్ ప్రొఫెసర్ ఘంటా చక్రపాణి పేర్కొన్నారు. చర్లపల్లి కేంద్ర కారాగారంలో ఆదివారం ప్రొఫెసర్ రామిరెడ్డి మెమోరియల్ యాక్టివిటీస్‌లో భాగంగా బీఆర్ అంబేద్కర్ విశ్వవిద్యాలయం ఆధ్వర్యంలో ఖైదీల కోసం లీగల్ రైట్స్ అండ్ పర్సనాలిటి డెవలప్‌మెంట్ అంశంపై అవగాహన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. నేటి యుగంలో విద్య అందరికి అవసరమని, సమాజ అభివృద్ధి కోసం అంబేద్కర్ ఓపెన్ యూనివర్సిటీ కృషి చేస్తుందన్నారు. కేంద్ర కారాగరంలో శిక్ష అనుభవించే ఖైదీలకు విద్యను అందించేందుకు కృషి చేస్తున్నామని ఆయన తెలిపారు. అకాడమీ డైరెక్టర్ ప్రొఫెసర్ పుష్ప చక్రపాణి మాట్లాడుతూ.. క్షణికావేశంలో చేసిన తప్పులను ఖైదీలు సరిదిద్దుకొని విద్యను అందిపుచ్చుకొవాలని సూచించారు. జైలు జీవితం అనంతరం ఖైదీలకు విద్య ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుందన్నారు. కేంద్ర కారాగారం సూపరింటెండెంట్ శివకుమార్‌గౌడ్ మాట్లాడుతూ.. కేంద్ర కారాగారంలో శిక్ష అనుభవిస్తున్న ఖైదీల సంక్షేమానికి జైళ్ల శాఖ కృషి చేస్తుందని, ఇప్పటికే పలు సంక్షేమ కార్యక్రమాలు చేపడుతున్నామని ఆయన

తెలిపారు. అనంతరం ప్రొఫెసర్ బీనా చింతలపూరి కుటుంబం మానవ విలువలపై అవగాహన కల్పించగా ప్రొఫెసర్ మురళీకృష్ణ న్యాయం పొందే హక్కులపై అవగాహన కల్పించారు. అదేవిధంగా ప్రొఫెసర్ సుధారాణి ఖైదీల న్యాయమైన హక్కులు వ్యక్తిత్వ వికాసంపై అవగాహన కల్పించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో డిప్యూటీ సూపరింటెండెంట్లు కాళిదాస్, శశికాంత్, రామయ్య, జైలర్ జ్యోతిర్మయిరెడ్డిలతో పాటు డిప్యూటీ జైలర్లు, వార్డెన్లు, ఖైదీలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రెవెన్యూ డివిజన్ ఏర్పాటు చేయకపోతే ప్రజలే బుద్ది చెబుతారు

సత్యమేవ జయతే – చేర్యాల చేర్యాల : చేర్యాల, కొమురవెల్లి, మద్దూరు, ధూళిమిట్ట మండలాల ప్రజల ఆకాంక్ష మేరకు తక్షణమే చేర్యాల కేంద్రంగా రెవెన్యూ డివిజన్ ఏర్పాటు చేయకపోతే రానున్న ఎన్నికల్లో ప్రజలు అధికార పార్టీకి బుద్ది చెప్పడం ఖాయమని ఆల్ ఇండియా ఫార్వర్డ్ బ్లాక్ తెలంగాణ కంట్రోల్ కమిటీ చైర్మన్ అందె బీరన్న అన్నారు.

పట్టణంలోని పార్టీ కార్యాలయంలో ఆదివారం జరిగిన సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ.. కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికారంలోకి రాకముందుకు జనగామ ఎన్నికల సభలో పీసీసీ అధ్యక్షుడి హొదాలో ప్రభుత్వం ఏర్పాటు కాగానే రెవెన్యూ డివిజన్ ఇస్తామని హామీ ఇచ్చి ఇప్పటి వరకు ఏర్పాటు చేయలేదన్నారు. నియోజకవర్గ ఇంచార్జ్ కొమ్మూరి ప్రతాప్‌రెడ్డి చేర్యాల రెవెన్యూ డివిజన్ ఏర్పాటు చేయాలని ఒక్క సభలో మాట్లాడ లేదని, ఎన్నికల ముందు గ్రామగ్రామాన చేర్యాల రెవెన్యూ డివిజన్ ఏర్పాటు చేస్తున్నామని చెప్పి సదరు వ్యక్తి నోరు విప్పడం లేదన్నారు.

భువనగిరి ఎంపీగా గెలిచిన చామల కిరణ్‌కుమార్‌రెడ్డి సైతం తాను విజయం సాధించిన వెంటనే రెవెన్యూ డివిజన్ ఏర్పాటు చేయిస్తానని

హామీ ఇచ్చి పట్టించుకోవడం లేదన్నారు. చేర్యాల రెవెన్యూ డివిజన్ వెంటనే ఏర్పాటు చేయాలన్నారు. డివిజన్ ఏర్పాటు కోసం ఈ నెల 25న జేఏసీ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించే చేర్యాల బంద్‌కు అన్నివర్గాలు మద్దతు ఇవ్వాలని కోరారు. ఈ సమావేశంలో మండల అధ్యక్షుడు పుల్ల ఆంజనేయులు, నాయకులు యాదయ్య, రాజు, తిరుపతి, నవీన్, వెంకటేశం, ఐలయ్య పాల్గొన్నారు.

కొత్త రేషన్ కార్డులపై బియ్యం ఎప్పుడు ఇస్తారు.. అయోమయంలో లబ్ధిదారులు!

సత్యమేవ జయతే – పరిగి

పరిగి : ప్రభుత్వం కొత్తగా తెల్లరేషన్‌కార్డులను అందజేస్తుందని ఊరూరా తిరిగి అధికార పార్టీ నాయకులు ప్రొసీడింగ్ పత్రాలను పంపిణీ చేస్తుండగా వాటికి రేషన్ కోటా కేటాయింపులు ఇప్పటివరకు జరగకపోవడంతో బియ్యం ఎపుడు ఇస్తారని కార్డుదారులు ప్రశ్నిస్తున్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కొత్తగా దరఖాస్తు చేసుకున్న వారికి ఇటీవల తెల్ల రేషన్‌కార్డులు జారీ చేసింది. మే 25వ తేదీ లోపు మంజూరైన వాటికి జూన్ నెలలో కేంద్ర ప్రభుత్వ సూచనతో మొత్తం రేషన్‌కార్డుదారులకు మూడు నెలలకు సరిపడ రేషన్ బియ్యం అందజేశారు.

వికారాబాద్ జిల్లాలో 2.41లక్షల పైచిలుకు తెల్ల రేషన్‌కార్డులు ఉన్నాయి. ఈ కార్డుదారులందరికీ జూన్ నెలాఖరు లోపు మూడు నెలల బియ్యం పంపిణీ చేపట్టారు. మే 25వ తేదీ తర్వాత దరఖాస్తు చేసుకున్న వారికి, గతంలో దరఖాస్తు చేసుకున్న వారిలో కొంతమందికి ప్రభుత్వం ఇటీవల కొత్త రేషన్‌కార్డులు మంజూరు చేసింది. సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి ఈనెల 14వ తేదీన కొత్త రేషన్‌కార్డుల పంపిణీని ప్రారంభించగా.. వికారాబాద్ జిల్లా పరిధిలో ఎమ్మెల్యేలు కొత్త రేషన్ కార్డుల ప్రొసీడింగ్ పత్రాలను లబ్దిదారులకు అందజేస్తున్నారు.

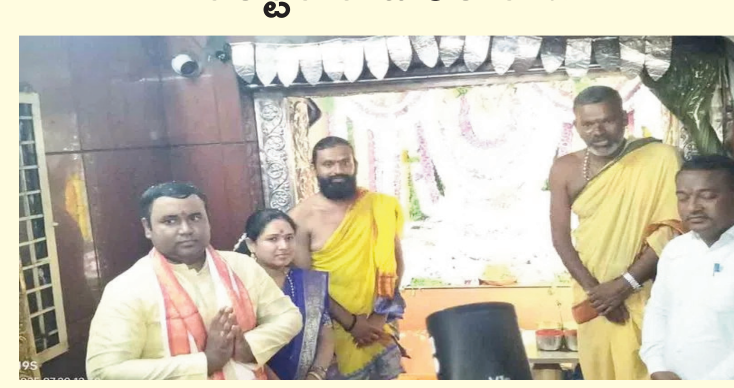
కొద్ది రోజుల వ్యవధిలో స్థానిక ఎన్నికలు రాబోతున్నాయనే ఉద్దేశంతో హడావిడిగా రేషన్‌కార్డుల ప్రొసీడింగ్ పత్రాలు పంపిణీ చేపట్టారు. ఇందులో భాగంగా వికారాబాద్ జిల్లా పరిధిలో మొత్తం 17,563 కొత్త రేషన్‌కార్డులు ఇటీవల మంజూరు చేశారు. వాటిలో వికారాబాద్ నియోజకవర్గానికి 3267 రేషన్‌కార్డులు, పరిగి నియోజకవర్గానికి 5629 కార్డులు, కొడంగల్ నియోజకవర్గానికి 2579 కార్డులు, తాండూరు నియోజకవర్గానికి 6021కార్డులు, చేవెళ్ల నియోజకవర్గం పరిధిలోని నవాబుపేట మండలానికి 67 తెల్ల రేషన్‌కార్డులు మంజూరు చేశారు. ఈ మేరకు ఆయా మండలాల పరిధిలోని గ్రామాలలో స్థానిక ఎమ్మెల్యేల చేతులమీదుగా రేషన్‌కార్డుల ప్రొసీడింగ్ పత్రాల పంపిణీ చేపడుతున్నారు.

– రేషన్ బియ్యం ఎపుడు కేటాయిస్తారు ?

కొత్తగా రేషన్‌కార్డులు మంజూరు చేశామని పాలకులు ఊరూరు తిరిగి ప్రొసీడింగ్ పత్రాలు పంపిణీ చేపడుతుండగా కొత్త కార్డులకు బియ్యం కేటాయింపులు ఇప్పటివరకు జరగకపోవడం గమనార్హం. ప్రతి ఒక్కరికి నెలకు ఆరు కిలోల బియ్యం ఉచితంగా అందజేస్తుండగా ఇప్పటికే పాత కార్డుదారులకు జూన్, జూలై, ఆగస్టు మూడు నెలలకు సంబంధించిన బియ్యం పంపిణీ పూర్తయింది. దీంతో కొత్తగా మంజూరు చేయబడిన రేషన్‌కార్డుదారులు బియ్యం కోసం ఎదురుచూపులు తప్పడం లేదు. ఓవైపు స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల నోటిఫికేషన్ ఈ వారంలో వస్తుందని ప్రభుత్వ పెద్దలే చెబుతున్న తరుణంలో కొత్త రేషన్‌కార్డుదారులకు బియ్యం కోటా కేటాయింపులు చేపట్టడంలో పౌర సరఫరాల శాఖ ఉన్నతాధికారులు నిర్లక్ష్యం వహిస్తున్నారనే విమర్శలు వినిపిస్తున్నాయి.

ఇప్పటికే జూలై 20వ తేదీ దాటిపోయింది. కనీసం ఈ రెండు మూడు రోజులలో బియ్యం కేటాయింపులు జరిపితే ఈ నెల, ఆగస్టు నెల కోటా బియ్యం కార్డుదారులకు అందజేసేందుకు అవకాశం ఉంటుంది. అలా కాకుండా నెలాఖరు వరకు కోటా కేటాయింపులు జరపకపోతే, మధ్యలోనే స్థానిక సంస్థల నోటిఫికేషన్ విడుదలైతే కొత్త కార్డులకు బియ్యం కోటా కేటాయింపు కష్టసాధ్యమవుతుందని పలువురు పేర్కొంటున్నారు. ఎన్నికల కోడ్ అమలులోకి వస్తే కొత్త కార్డులకు బియ్యం కేటాయింపు అంశంలో ఎన్నికల సంఘం అనుమతి వరకు వెళ్తుందని, అపుడు ఎన్నికల సంఘం కోటా కేటాయింపుకు అనుమతులు ఇస్తుందో, ఇవ్వదో తెలియని పరిస్థితి ఏర్పడుతుందని చెబుతున్నారు. ఎన్నికల సంఘం కొత్త కార్డులకు బియ్యం కేటాయింపులు ఇపుడే వద్దని చెబితే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలు పూర్తయ్యేంత వరకు కొత్త కార్డులకు బియ్యం కోటా కేటాయింపులు నిలిచిపోయే ప్రమాదముందని పేర్కొంటున్నారు. ఆదరాబాదరాగా కార్డుల పంపిణీ చేపడుతున్న ప్రభుత్వం ఆ కార్డులకు బియ్యం కేటాయింపులపై ఎలాంటి ఉత్తర్వులు జారీ చేయకపోవడం విడ్డూరం. ఈ విషయమై పౌర సరఫరాల శాఖ ఉన్నతాధికారులను అడుగగా కొత్త కార్డులకు బియ్యం కేటాయింపు అంశం ఇప్పటివరకు తమకు ఎలాంటి ఆదేశాలు అందలేదని చెప్పారు. ఉన్నతాధికారుల నుంచి ఉత్తర్వులు వచ్చిన తర్వాతే కొత్త కార్డులకు బియ్యం కేటాయింపు ఉంటుందని పేర్కొన్నారు. ఈ అంశం తమ చేతిలో లేదని, పౌర సరఫరాల శాఖ కమిషనర్ స్థాయిలో నిర్ణయం తీసుకోవాల్సి ఉంటుందని తెలిపారు. అందువల్ల ప్రభుత్వం వెంటనే చర్యలు తీసుకొని కొత్త కార్డులకు బియ్యం కేటాయింపు చేపట్టాలని కోరుతున్నారు.

ఏడుపాయల అమ్మవారిని దర్శించుకున్న కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్



సత్యమేవ జయతే – మెదక్ మెదక్ : ఆషాడమాసం నాల్గవ చివరి ఆదివారం పురస్కరించుకొని ఏడుపాయల దుర్గ భవాని మాతను రకరకాల పూలతో అలంకరించారు. ఈ సందర్భంగా అమ్మవారు ప్రత్యేక రీతిలో చూపరులను ఆకర్షించే విధంగా అలంకరించారు. ఆషాడ మాసం పురస్కరించుకుని ఏడుపాయల దుర్గ భవాని క్షేత్రం భక్తులతో కిటకిటలాడింది.

సుదూర ప్రాంతాలనుంచి అమ్మవారి దర్శనం కోసం భక్తులు భారీగా తరలివచ్చారు. వీరు మంజీరా నదిలోని వివిధ పాయల్లో పుణ్య స్నానాలు చేసి అమ్మవారిని దర్శించుకున్నారు. వివిధ ప్రాంతాల నుంచి వచ్చిన భక్తులు అమ్మవారికి ఒడి బియ్యం, కుంకుమార్చనలు, తలనీలాలు, బోనాలు సమర్పించి మొక్కులు చెల్లించుకున్నారు. వీరికి ఎలాంటి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా ఆలయ ఈవో చంద్రశేఖర్, సిబ్బంది సూర్య శ్రీనివాస్, ప్రతాపరెడ్డి, శ్యాం, బ్రహ్మాచారి, బత్తినిరాజు, నర్సింలు, వరుణాచారి, నరేష్ యాదగిరి మహేష్, దీపక్, తదితరులు ఏర్పాటు చేయగా.. వేదపండితులు శంకర శర్మ, పార్థీవ శర్మ ,రాము , శేఖర్ నాగరాజు తదితరులు పూజలు నిర్వహించారు. ఏడుపాయలలో ఎలాంటి సంఘటనలు చోటు చేసుకోకుండా పాపన్నపేట ఎస్ఐ శ్రీనివాస్ గౌడ్ తమ సిబ్బందితో ప్రత్యేక బందో బస్త్ చర్యలు చేపట్టారు.

– కుటుంబ సభ్యులతో దర్శించుకున్న జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్%ౌ

%ఏడుపాయల దుర్గామాతను మెదక్ జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్ కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి దర్శించుకుని మొక్కులు చెల్లించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆలయ అర్చకులు వారి పేర ప్రత్యేక పూజ నిర్వహించి తీర్థ ప్రసాదాలు అందజేశారు.

సత్యమేవ జయతే

హైదరాబాద్‌లో బోనాల సందడి: లాల్ దర్వాజా సింహవాహిని అమ్మవారిని దర్శించుకున్న ప్రముఖులు!

సత్యమేవ జయతే – హైదరాబాద్ హైదరాబాద్ : హైదరాబాద్‌లో బోనాల పండుగ సందడి అంబరాన్నంటింది. పవిత్ర ఆషాఢ మాసం సందర్భంగా నగరంలోని మహంకాళి అమ్మవారి ఆలయాలు భక్తులతో కిటకిటలాడుతున్నాయి. లాల్ దర్వాజా సింహవాహిని మహంకాళి అమ్మవారి జాతరతో భాగ్యనగరం ఆధ్యాత్మిక శోభను సంతరించుకుంది. ఈ సందర్భంగా పలువురు ప్రముఖులు, రాజకీయ నాయకులు అమ్మవారిని దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. తెలంగాణ ప్రభుత్వం తరపున ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించారు. అలాగే చార్మినార్ భాగ్యలక్ష్మి అమ్మవారికి మంత్రులు కోమటిరెడ్డి వెంకట్‌రెడ్డి, పొన్నం ప్రభాకర్ పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించారు.

ఇక బోనాల పండుగా సందర్భంగా కార్వాన్‌లోని దర్బార్ మైసమ్మ తల్లిని ఎమ్మెల్సీ కవిత దర్శించుకోగా.. చార్మినార్ భాగ్యలక్ష్మీ అమ్మవారిని బండారు దత్తాత్రేయ దర్శించుకున్నాడు. ఆలయాల పరిసరాల్లో భక్తుల రద్దీని దృష్టిలో ఉంచుకుని పోలీసులు పటిష్టమైన భద్రతా ఏర్పాట్లు చేశారు. ట్రాఫిక్ ఆంక్షలు కూడా అమలులో ఉన్నాయి. విద్యుత్ అలంకరణలు, తాగునీటి సౌకర్యాలు, ఆరోగ్య శిబిరాలు వంటి ఏర్పాట్లు భక్తులకు అందుబాటులో ఉంచారు. మొత్తంమీద, బోనాల పండుగ మహోత్సవం హైదరాబాద్‌లో భక్తిశ్రద్ధలతో, వైభవంగా కొనసాగుతోంది.

కూకట్‌పల్లిలో వైభవంగా ఆషాఢ బోనాల వేడుకలు..

సత్యమేవ జయతే – కూకట్‌పల్లికూకట్‌పల్లి : కూకట్‌పల్లి నియోజకవర్గంలో బోనాల పండుగ వేడుకలు అంగరంగ వైభవంగా జరిగాయి. గ్రామదేవతలకు భక్తిశ్రద్ధలతో బోనాలతో నైవేద్యాలు సమర్పించారు. తొట్టెలు, ఫలహార బండ్లు ఊరేగింపు వేడుకలు, పోతరాజుల విన్యాసాలు, శివసత్తుల పూనకాలతో వేడుకలు సందడిగా సాగాయి.

కూకట్‌పల్లి చిత్తారమ్మ దేవాలయంలో ఎమ్మెల్సీ కుర్మయ్యగారి నవీన్ కుమార్, తండ్రి కొండలరావు, కూకట్‌పల్లి ఎమ్మెల్యే మాధవరం కృష్ణారావు ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. అమ్మవారికి తలంబ్రాలు, పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించి మొక్కులు తీర్చుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ.. తెలంగాణ సంస్కృతి సంప్రదాయాలకు ప్రతీక ఆషాఢ బోనాల వేడుకలని, పండుగను ప్రజలంతా కలిసిమెలిసి సంతోషంగా జరుపుకోవాలని కోరారు. అమ్మవారి ఆశీస్సులతో ప్రజలందరూ చల్లగా జీవించాలని కోరుకుంటున్నట్లు తెలిపారు. కార్యక్రమంలో కార్పొరేటర్ జూపల్లి సత్యనారాయణ, మాధవరం రోజా దేవి, మాజీ కార్పొరేటర్ రంగారావు, సీనియర్ బీఆర్ఎస్ పార్టీ నేతలు పలువురు పాల్గొన్నారు.

కేబీహెచ్‌బీ కాలనీ 3వ ఫేజ్‌లోని పోచమ్మ, బంగారం మైసమ్మ, కనకదుర్గ ఆలయాలలో, 6వ ఫేజ్‌లోని శ్రీ విజయ దుర్గ ఆలయంలో జరిగిన బోనాల వేడుకలలో కార్పొరేటర్ మందడి శ్రీనివాసరావు ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. కార్యక్రమంలో డివిజన్ అధ్యక్షుడు కృష్ణారెడ్డి తదితరులు ఉన్నారు. బాలాజీ నగర్ డివిజన్‌లోని చిత్తారమ్మ దేవాలయంలో కార్పొరేటర్ పగుడాల శిరీష బాబురావు దంపతులు ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. అమ్మవారికి బోనాలు సమర్పించి మొక్కులు తీర్చుకున్నారు.

42 శాతం రిజర్వేషన్లు అమలు చేయాల్సిందే: ఆర్. కృష్ణయ్య

సత్యమేవ జయతే – ముషీరాబాద్ ముషీరాబాద్ : స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో 42 శాతం రిజర్వేషన్ల అమలు, కేంద్ర ప్రభుత్వం బీసీ కులగణన చేపట్టాలనే డిమాండ్‌తో భవిష్యత్తు కార్యాచరణ చర్చించడానికి ఆగస్టు 3న రాష్ట్రస్థాయి విస్తృత కార్యవర్గ సమావేశం నిర్వహించనున్నట్లు బీసీ సంక్షేమ సంఘం జాతీయ అధ్యక్షుడు ఆర్ కృష్ణయ్య తెలిపారు. ఈ సమావేశానికి జిల్లా, మండల, రాష్ట్రస్థాయి ముఖ్య నాయకులు హాజరుకావాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ప్రస్తుతం జరగబోయే స్థానిక సంస్థలలో 42 శాతం బీసీ రిజర్వేషన్లపై అమలుకు తీసుకోవలసిన కార్యచరణ రూపొందించినట్లు తెలిపారు. హైదరాబాద్ విద్యానగర్‌లోని బీసీ భవన్ లో ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో ఆర్.కృష్ణయ్య మాట్లాడుతూ.. 42 శాతం రిజర్వేషన్లు అమలు అయ్యేవరకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చిత్తశుద్ధితో ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకోవాలని కోరారు. రిజర్వేషన్లు పెంచడానికి న్యాయపరమైన, చట్టపరమైన, రాజ్యాంగపరమైన అవరోధాలు ఏమీ లేవని తెలిపారు. బీసీ రిజర్వేషన్ల జీవో తీయకుండా కోర్టు కొట్టి వేస్తుందని ఊహాగానాలతో పెండింగ్‌లో పెట్టారని స్థానిక సంస్థల్లో బీసీ రిజర్వేషన్లు పెంచే అధికారం రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి ఉందని అన్నారు. జీవో తీసి వెంటనే ఎన్నికలు జరపవచ్చని ఏమైనా న్యాయపరమైన సమస్యలు వస్తాయని భావించినా.. సుప్రీంకోర్టుకు ఎవరైనా వెళ్లినాసరే బీసీలే కేసులు గెలిచే అవకాశం ఉందని స్పష్టం చేశారు. బీసీలందరూ ఈ రిజర్వేషన్లు కాపాడుకోవడానికి పెద్ద ఎత్తున పోరాటాలకు సిద్ధంగా ఉండాలని కోరారు.

ఉన్నత జీవితం వదిలి మానవసేవే పరమోధర్మంగా..

దత్తగిరి ఆశ్రమానికి నందిని శ్రీ గిరిమాత సేవ

సత్యమేవ జయతే – ఝురాసంగం

ఝురాసంగం : ప్రకృతి సౌందర్యానికి ప్రతీకగా నిలిచిన బర్దిపూర్ గ్రామంలోని శ్రీ దత్తగిరి మహారాజ్ ఆశ్రమం, ఆధ్యాత్మిక చైతన్యం, మానవతా సేవల కోసం పేరుగాంచింది. ఆశ్రమంలో గురుసేవకులుగా జీవితాన్ని అంకితమిచ్చినవారిలో నందిని శ్రీగిరి మాత ఒకరు. మానవసేవే పరమోధర్మం అనే ఆదర్శంతో జీవించడమే నిజమైన సన్యాసమని నిరూపిస్తూ.. యువతకు స్ఫూర్తిదాయకంగా నిలుస్తున్నారు. ఆమె జీవితంపై ప్రత్యేక కథనం..

సంగారెడ్డి పట్టణానికి చెందిన కొమ్మ రాజమణి, రాములు దంపతులకు చెందిన రెండవ సంతానం కొమ్మ పుణ్యవతి విద్యాభ్యాసం, ఉద్యోగ జీవితంలోనూ అత్యుత్తమ స్థాయిలో నిలిచారు. ఆధ్యాత్మికత పట్ల ఉన్నఅసమానమైన ఆకర్షణతో గత 20 సంవత్సరాలుగా ఆశ్రమంలో సేవలందిస్తూ జీవితాన్ని ముందుకు సాగిస్తున్నారు.

– విద్య, ఉద్యోగ జీవితం నుంచి సన్యాసం దిశగా..

1996%–%2000 మధ్య విజయవాడలో డిప్లొమా, అనంతరం 2000%–%2004లో జేఎన్‌టీయూ నుంచి ఈసీఈ విభాగంలో బీటెక్ పూర్తి చేశారు. అనంతరం కేంద్ర ప్రభుత్వ రంగ సంస్థ బీడీఎల్‌లో కొన్నాళ్లపాటు ఉన్నత ఉద్యోగం చేపట్టారు. ఆ తర్వాత ఆధ్యాత్మిక మార్గమే లక్ష్యంగా పెట్టుకొని నందిని శ్రీగిరి మాత 2006లో బీడీఎల్‌లో ఉద్యోగాన్ని రాజీనామా చేసి శ్రీ దత్తగిరి ఆశ్రమానికి వచ్చారు. అక్కడి నుంచి గురుసేవను జీవిత లక్ష్యంగా ఎంచుకున్నారు.

– శ్రద్ధ, సేవతో గురు దీక్ష

ఆధ్యాత్మిక సేవల పట్ల వారి శ్రద్ధను గుర్తించిన ఆశ్రమ పీఠాధిపతులు శ్రీ అవధూత గిరి మహరాజ్, శ్రీ సిద్దేశ్వరానందగిరి మహారాజ్ ఆశీస్సులతో 2018 శ్రావణ మాసంలో నందిని శ్రీ గిరి మాతగా పూర్తి స్థాయి కాషాయ వస్త్రాలు, రుద్రాక్ష మాలలు ధరించి సన్యాస దీక్ష తీసుకున్నారు.

ఆశ్రమంలో నిర్వహించే వైదిక విద్యా ప్రాచుర్యం, ఉచిత వైద్య శిబిరాలు, ప్రవచనాలు, భజన కీర్తనలు, ఆధ్యాత్మికం వైపు మళ్లించేందుకు తన వంతు కృషి చేస్తున్నారు. గురు పౌర్ణమి, దత్త జయంతి, పాదయాత్ర పల్లకి సేవ, ప్రతీ నెలా 1, లక్ష జప యజ్ఞం, విశ్వ మానవ ధర్మ ప్రచారం సభలు,నూతన ఆలయాల నిర్మాణం, భక్తులకు ఆధ్యాత్మిక చింతన వంటి కార్యక్రమాల్లో పాల్గొంటూ తనదైన ముద్ర వేస్తున్నారు.

గురువుల అడుగుజాడల్లో నడవడమే నా ధ్యేయం : నందిని శ్రీగిరి మాత

దత్తగిరి ఆశ్రమం నాకు దైవ ఆశీర్వాదంగా లభించింది. ఏడవ తరగతి నుంచే ఆశ్రమంతో నా అనుబంధం మొదలైంది. చిన్నప్పటి నుంచే ఆధ్యాత్మికత పట్ల ఆకర్షణ ఉండడం వల్లనే సంసార జీవితంలోకి వెళ్లలేదు. గురువుల ఆశీర్వాదంతో ఆశ్రమ బాధ్యతలన్నీ నిర్వహిస్తూ, ఆశ్రమాన్ని అభివృద్ధి పథంలోకి తీసుకెళ్లేందుకు కృషి చేస్తున్నాను. అవధూత గిరి మహారాజ్, సిద్దేశ్వరానందగిరి మహారాజ్ ల ఆశయాలను నెరవేర్చడమే నా ధ్యేయం అన్నారు.

ఆర్జీకే లో అంగరంగ వైభవం ఆశాఢ మాస బోనాలు..

సత్యమేవ జయతే,జూలై 20, కుత్బుల్లాపూర్ ప్రతినిధి : ఆశాఢ మాసాన్ని పురస్కరించుకుని కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గం, జగద్గిరిగుట్ట డివిజన్ రాజీవ్ గృహకల్పా సముదాయంలోని శ్రీ ఎల్లమ్మ – పోచమ్మ అమ్మవార్ల ఆలయంలో కాలనీ నాయకుల ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం బోనాల పండగ అంగరంగ వైభవంగా నిర్వహించారు. డప్పుసప్పుళ్లు,ఆటపాటలతో, శివసత్తుల పూనకాలు, పోతారాజుల విన్యాసాలతో

కాలనీ భక్తులందరు అత్యంత భక్తిశ్రద్దలతో, నియమనిష్ఠలతో అమ్మవార్లకు పూజలు నిర్వహించి బోనాలను సమర్పించారు. వొడిబియ్యం సమర్పించి మొక్కులు తీర్చుకున్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో పలు ప్రజాప్రతినిధులు, నాయకులు, భక్తులు, ప్రజలు పెద్దసంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

సర్వేకు సాంకేతిక గ్రహణం

గ్రామాల్లో టెక్నికల్ సమస్యలతో ఇబ్బందిపడుతున్న కార్యదర్శులు

60 ప్రశ్నలకు సమాధానాలు రాబట్టేందుకు అపసోపాలు

లబ్ధిదారుల్లో అవగాహన కొరవడడం మరో సమస్య తొలి విడతలో

అక్రమాల గుర్తింపు, పునఃసర్వే ఆదేశాలతో మళ్లీ గ్రామాలబాట పడుతున్న అధికారులు

హైదరాబాద్: రాష్ట్రంలో ఇందిరమ్మ ఇళ్ల సర్వే నత్తనడకన సాగుతోంది. మున్సిపాలిటీల్లో దరఖాస్తుల సంఖ్య ఎక్కువగా ఉండగా కొంత ఆలస్యమవుతోంది. అయితే వీలైనంత త్వరగా సర్వే పూర్తి చేసి లబ్ధిదారులు ఎంత మంది ఉన్నారనే విషయాలను సేకరించి, ప్రభుత్వానికి నివేదించేందుకు అధికారు లు సన్నద్ధమవుతున్నారు. సర్వేకు వచ్చిన సిబ్బందికి దరఖాస్తుదారులు సంబంధిత ధ్రువపత్రాలు అందుబాటులో ఉంచి, అడిగిన ప్రశ్నలకు సరియైన సమాధానం చెబితే సర్వే ప్రక్రియ త్వరితగతిన పూర్తవుతుందని, ఇందుకు దరఖాస్తుదారులు సహకరించాల ని అధికారులు సూచిస్తున్నారు. సిబ్బందికి సహక రించి సరైన వివరాలు అందిస్తే సర్వే ప్రక్రియ త్వర గా పూర్తికావడంతోపాటు వివరాలను ఆన్‌లైన్‌లో న మోదు చేసేందుకు వెసులుబాటు కలుగుతుందని తెలిపారు. త్వరితగతిన సర్వే పూర్తి చేసి మొదటి దశ లో అత్యంత పేదలను గుర్తించి వారికి ఇందిరమ్మ ఇ ళ్లను కేటాయించాలని ప్రభుత్వం భావిస్తోంది.

సర్వే అనంతరం జాబితాను ఆయా గ్రామాలు, మున్సిపాలిటీల్లోని వార్డుల్లో గల ఇందిరమ్మ కమిటీలకు అం దించనున్నారు. కమిటీ సభ్యులు ఆయా జాబితాలో ఉన్న వారి పేర్లను పరిశీలించి అర్హులా, కాదా అనే విషయాన్ని నిర్ధారించిన తరువాత అర్హులకు ఇళ్లను మంజూరు చేయనున్నారు. పేదల సొంతింటి కలను నెరవేర్చి, వారి జీవన ప్రమాణాలను మెరుగుపరచడానికి తెలంగాణ ప్రభుత్వం 'ఇందిరమ్మ ఇళ్లు పథకం' అమలు చేస్తోంది. ఒంటరి మహిళలు, వితంతువులు, దివ్యాంగులు కూడా ఈ పథకానికి అర్హులే. నియోజకవర్గానికి 3,500చొప్పున తొలి విడతలో 4,16,500 ఇళ్లను ప్రభుత్వం మంజూరు చేసింది. పూరిగుడిసెలు, తాత్కాలిక ఇళ్లలో ఉంటున్నవారికి ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నారు. సొంత స్థలం ఉన్నవారికి తొలి దశలో ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నారు.

యాప్ ద్వారా పనుల పురోగతి

ఇందిరమ్మ ఇండ్ల యాప్ ద్వారా పనుల పురోగతిని అప్‌డేట్ చేస్తుండగా ఏఐ సాంకేతికతో అక్రమాలను గుర్తించి, చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. ఇందిరమ్మ ఇళ్ల లబ్ధిదారుల సర్వే మరోసారి చేయాలన్న తెలంగా ణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఆదేశంతో పంచాయతీ కార్యదర్శు లు మరోసారి గ్రామాల బాట పడుతున్నారు. ఇంటి నిర్మాణం కోసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇస్తున్న సాయంలో కేంద్రం వాటా కూడా ఉంది. దీంతో కేంద్రం ఎన్ని ఇళ్లు మంజూరు చేసింది. ఎవరికి ఇచ్చారనే వివరాల కోసం ప్రధానమంత్రి ఆవాస్ యోజన ప్లస్ యాప్‌లో మరోసారి వివరాలు నమోదు చేస్తున్నారు. లబ్ధిదారు ముఖచిత్రంతో యాప్‌లో వివరాలు నమోదు చేయాల్సి ఉండడంతో పలు గ్రామాల్లో సాంకేతిక సమస్యలు వస్తున్నాయని కార్యదర్శులు అంటున్నారు. ఇళ్లకు వెళ్లిన టైంలో లబ్ధిదారులు అందుబాటులో ఉండాలి. వారు లేకుంటే మరోసారి వెళ్లాల్సి వస్తోందని కార్యదర్శులు వాపోతున్నారు.

దాదాపు అరవై ప్రశ్నలకు సమాధానాలు : కార్యదర్శి ప్రధానమంత్రి ఆవాస్ ప్లస్ యాప్‌లో లాగిన్ అయ్యాక లబ్ధిదారు సమగ్ర వివరాలు నమోదు చేయాల్సి ఉంటుంది. ఆధార్, పేరు, బ్యాంకు ఖాతా, కుటుంబ సభ్యులు, గ్రామం, మండలం, జిల్లా, రాష్ట్రం ఇలా దాదాపు అరవై ప్రశ్నలకు సమాధానాలు తెలుసుకొని నమోదు చేసి క్రోడీకరించాల్సి ఉంటుంది. ఈ క్రమంలో తరచూ సాంకేతిక సమస్యలు తలెత్తుతుండటంతో ఆలస్యం అవుతోంది. పాత సెల్‌ఫోన్‌లో యాప్ సరిగా పని చేయకపోవడం, లబ్ధిదారు ముఖ చిత్రం, బయోమెట్రిక్ మిస్ మ్యాచ్ కావడం, ఆధార్ కార్డుకు సరిగా మ్యాచ్ కాకపోవడం, ఆధార్ కార్డు అప్‌డేట్ లేనివాటిని సరిగా ఆమోదించకపోవడం, మ్యాపింగ్ కాకపోవడం వంటి సమస్యలు వస్తున్నాయని కార్యదర్శులు వాపోతున్నారు.

స్థలాలు ఉన్న వారికి రెండో విడతలో

ఇంటి నిర్మాణానికి అనువైన స్థలం ఉండి ఇళ్లు లేని వారికి ఇందిరమ్మ పథకం రెండో విడతలో ఎంపిక చేయనున్నారు. ఇందులో భాగంగా ఇళ్ల నిర్మాణానికి రూ.5 లక్షల సాయం అందజేస్తారు. బేస్మెంట్ మొదలు కొని స్లాబ్, తదితర పనులను బట్టి నిర్ణయించిన నగదును విడుతల వారీగా లబ్ధిదారుల ఖాతాల్లో జమ చేస్తారు. ఆర్థికంగా మెరుగ్గా ఉన్న వారు ప్రభుత్వం అందజేసే రూ.5 లక్షలకు మరింత సొమ్మును కలిపి ఇళ్లను తమ ఆలోచనా విధానాలకు అనుగుణంగా నిర్మించుకునేందుకు వెసులుబాటు కల్పించారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఎంతో ప్రతిష్ఠాత్మకంగా ఇందిరమ్మ ఇళ్ల నిర్మాణం చేపట్టింది. పేదవాడికి సొంతింటి కలను సాకారం చేసేందుకు నడుం బిగించింది. ఈ పథకం అమలు చేసిన దగ్గరి నుంచి రోజుకో వార్త బయటకు వస్తుంది. ఇప్పుడు తాజాగా ఇందిరమ్మ ఇళ్ల పథకంలో చేపట్టే గృహ నిర్మాణంలో ప్రభుత్వం నిర్ణయించిన విస్తీర్ణం మించితే అనర్హుల కిందే గుర్తిస్తున్నారు. కొందరు అవగాహన లోపంతో ఉన్నంత స్థలంలో ఇంటి నిర్మాణం చేపట్టి, ఇప్పుడు విషయం తెలిసి నిరాశ చెందుతున్నారు.

అవగాహన కల్పించకపోవడంతో సమస్యలు

లబ్ధిదారులకు ఇంటి నిర్మాణంపై అవగాహన కల్పించకపోవడంతో సమస్య ఎదురవుతోందని, ఇలా నిర్మించిన వారంతా ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఈ పథకంలో భాగంగా సొంత ఇంటి స్థలం కలిగి ఉన్న పేదవారు 400 నుంచి 600 చదరపు అడుగుల విస్తీర్ణంలో వారికి ఇష్టమొచ్చినట్లు ఇల్లు నిర్మించుకోవచ్చని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం స్పష్టం చేసింది. లబ్ధిదారులకు పలు విడతల్లో రూ.5 లక్షల సాయం అందించనున్నట్లు పేర్కొంది. అయితే కొందరు మాత్రం 600 చదరపు అడుగులకు మించి నిర్మాణం చేపట్టారు. దీంతో వీరికి మొదటి విడతగా పునాది స్థాయిలో చెల్లించే రూ.లక్ష నిలిపివేస్తున్నారు. 600 చదరపు అడుగుల స్థలం మించి నిర్మాణం చేపట్టిన వారు పేదలు కాదని, వారికి ఇందిరమ్మ ఇళ్ల పథకం వర్తించదని చెల్లింపులను నిలిపివేస్తున్నారు. దీంతో లబ్ధిదారులు ఆందోళన చెందగా సొంత స్థలం ఉందనే నిర్మాణం చేపట్టామని, తాము ధనికులం కాదని వాపోతున్నారు. అవగాహన లేక తప్పిదం చేశామని, నిబంధనలు తెలిసి ఉంటే నిర్ణీత స్థలంలోనే ఇంటి నిర్మాణం చేపట్టే వారమని ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

యవ్వనాన్ని ప్రసాదించే దివ్యమైన ఔషధం..
అన్ని వ్యాధులకూ ఒకే ఆన్సర్ అశ్వగంధ..

నేటి బిజీ లైఫ్‌లో మన శరీరం అనేక రకాల మానసిక, శారీరక ఒత్తిళ్లను ఎదుర్కొంటుంది. అటువంటి పరిస్థితిలో, మన ఆరోగ్యంపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలి. ఈ సవాళ్లతో పోరాడే శక్తిని మన శరీరానికి అందించే అశ్వగంధ ఒక సూపర్ ఫుడ్. అశ్వగంధ శక్తి స్థాయిలను పెంచుతుంది. రోగనిరోధక శక్తిని బలపరుస్తుంది. దీన్ని రోజూ తీసుకోవడం వల్ల అలసట, ఒత్తిడి, వ్యాధులతో పోరాడవచ్చు. ఆరోగ్యకరమైన జీవితం కోసం మీ ఆహారంలో అశ్వగంధను చేర్చుకోండి.

అశ్వగంధ అనేది చాలా సంవత్సరాలుగా ఉపయోగించబడుతున్న ఒక అద్భుతమైన మూలిక. ఇది ఆరోగ్యానికి అనేక ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. అశ్వగంధ తీసుకోవడం వల్ల కలిగ్గి లాభాలు గురించి ఇక్కడ తెలుసుకుందాం.

అశ్వగంధను ఎలా ఉపయోగించాలి

అశ్వగంధ పొడి: మీరు ప్రతిరోజూ 1-2 గ్రాముల అశ్వగంధ పొడిని పాలలో కలిపి తీసుకోవచ్చు.

అశ్వగంధ కషాయం: అశ్వగంధ, దాల్చిన చెక్క, తులసిని నీటిలో మరిగించి కషాయాలను తయారు చేయండి.

అశ్వగంధ టీ: అశ్వగంధ పొడితో కూడిన టీ మార్కెట్‌లో సులభంగా దొరుకుతుంది.

అశ్వగంధ తైలం: అశ్వగంధ నూనెతో మర్దన చేయడం కూడా మేలు చేస్తుంది.

అశ్వగంధ పాలు: అశ్వగంధ పొడితో పాలను తినండి.

అశ్వగంధ మిఠాయి: మార్కెట్‌లో లభించే అశ్వగంధ మిఠాయిని తినండి.

అశ్వగంధ చాలా ప్రయోజనకరమైన మూలిక..

ఒత్తిడి ఉపశమనం: అశ్వగంధ ఒక సహజ అడాప్టోజెన్, ఇది శరీరం ఒత్తిడిని ఎదుర్కోవటానికి, మానసిక ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది.

బలం, శక్తి: ఇది శారీరక, మానసిక శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడుతుంది, తద్వారా అలసట, బలహీనతను నివారిస్తుంది.

ఇమ్యూనిటీ బూస్టర్: అశ్వగంధ రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది, తద్వారా అంటువ్యాధులు, వ్యాధుల నుండి రక్షిస్తుంది.

హార్మోన్ బ్యాలెన్స్: అశ్వగంధ ముఖ్యంగా మహిళల్లో హార్మోన్ల అసమతుల్యతను సమతుల్యం చేస్తుంది. పురుషులలో టెస్టోస్టెరాన్‌ను పెంచుతుంది.

కీళ్ల నొప్పులు: ఇది కీళ్లలో వాపు, నొప్పి నుండి ఉపశమనాన్ని అందిస్తుంది.

గుండె ఆరోగ్యం: అశ్వగంధ రక్తపోటు, కొలెస్ట్రాల్‌ను సమతుల్యంగా ఉంచుతుంది. అశ్వగంధ రక్తపోటు, కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

నిద్రలేమి సమస్యకు.. మీరు నిద్రలేమితో ఇబ్బంది పడుతుంటే, మీరు అశ్వగంధ పొడిని తీసుకోవాలి. ఇది ఒత్తిడిని తగ్గించి మంచి నిద్రను పొందేందుకు సహాయపడుతుంది. అశ్వగంధ పొడిని పాలలో కలిపి రాత్రి పడుకునే ముందు తాగండి.. ఇది మేలు చేస్తుంది.

కీళ్ల నొప్పుల సమస్యకు.. మీరు కీళ్ల నొప్పులు లేదా వాపులతో బాధపడుతున్నప్పటికీ, మీరు అశ్వగంధ పొడిని తీసుకోవాలి.

రోగనిరోధక శక్తి పెంచేందుకు.. మీ రోగనిరోధక శక్తి బలహీనంగా ఉన్నప్పటికీ, మీరు తరచుగా అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్నప్పటికీ, మీరు అశ్వగంధ పొడిని తీసుకోవాలి. దీనితో మీరు అనేక వ్యాధులను నివారించవచ్చు.

జీడిపప్పు పాలు ఎప్పుడైనా తాగారా?
దీనితో ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు..

జీడీపప్పు పాలు తయారీ విధానం: ముందుగా జీడిపప్పును పాన్‌లో వేసి దోరగా వేయించుకోవాలి. అవి చల్లారక మిక్సీ గిన్నెలో వేసుకుని తగనని నీళ్లు చేసుకుని మెత్తగా పేస్ట్‌లా గ్రైండ్ చేసుకోవాలి. తర్వాత దాన్ని మెత్తటి క్లాత్‌లో కి మార్చుకుని తగనన్ని నీళ్లు పోసుకుంటూ వడకట్టుకుంటే జీడిపప్పు పాలు రెడీ అయిపోతుంది. ఈ పాలన డైరీ పాలలానే టీ, కాఫీ, ఫుడ్ ప్రొడక్ట్స్ లో కూడా వాడుకోవచ్చని ఆహార నిపుణులుచెబుతున్నారు. అలాగేజీడిపప్పుపాలవల్లకలిగేఆహార ప్రయోజనాలను తెలుసుకుందాం.

గుండె ఆరోగ్యం మెరుగు: జీడిపప్పు పాలలో మోనో అన్‌శాచురేటెడ్, పాలీఅన్‌శాచురేటెడ్ ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ ఉంటాయి. అందువల్ల ఇది అద్భుతమైన గుండె ఆరోగ్యాన్ని ప్రోత్సహిస్తుంది. జీడిపప్పు పాలలో మెగ్నీషియం, పొటాషియం కూడా ఉంటుందని.. ఈ రెండూ గుండె జబ్బులను నివారించడంలో సాయం చేస్తుందని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.

బరువు తగ్గుదల: జీడిపప్పు ఎక్కువగా తీసుకుంటే బరువు పెరుగుతారు. పరిమితంగా తింటే బరువు తగ్గేందుకు దోహదపడుతుంది. కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించేందుకు.. మీ గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచేందుకు సహాయపడే ప్రయోజనకరమైన కొవ్వులను ఇది అందిస్తుంది. అలాగే జీడిపప్పు పాలలో ఎల్-అర్జినైన్‌తో సహా మొక్కల ఆధారిత ప్రొటీన్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇది వాస్కులర్ సర్క్యులేషన్, రియాక్టివిటీని మెరుగుపరుస్తుంది.

కళ్లకు మంచిది: జీడిపప్పు పాలను క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల కళ్ల ఆరోగ్యానికి మంచిది. ఇది కళ్ళలో ఫ్రీ రాడికల్స్ వల్ల సెల్యులార్ దెబ్బతినకుండా నిరోధిస్తుంది. జీడిపప్పులో ఉండే జియాక్సంతిన్, లుటీన్ అనే యాంటీఆక్సిడెంట్లు కంటి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి.

మెరుగైన రోగనిరోధక శక్తి: జీడిపప్పు పాలలో జింక్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడతాయి. అలాగే అధిక యాంటీఆక్సిడెంట్ కంటెంట్ కారణంగా.. జీడిపప్పు పాలు శరీరంలోని వాపు ప్రక్రియలను తగ్గిస్తుంది.

ఎముకలకు బలం: జీడిపప్పు పాలను రెగ్యులర్‌గా మీ డైట్‌లో చేర్చుకుంటే.. విటమిన్ కే లోపాన్ని నివారించవచ్చు. అలాగే, కాల్షియం వంటి ఇతర అవసరమైన పోషకాలతో జత చేసినప్పుడు, విటమిన్ కే ఎముక సాంద్రత నిర్వహణను ప్రోత్సహిస్తుంది. ఇది ధృడమైన ఎముకలకు దోహదపడుతుంది.

ప్రతి అమ్మాయి 25 ఏళ్ల తర్వాత ఈ ఆహారాలు తప్పక తీసుకోవాలి.. లేదంటే మునుముందు ఆ సమస్యలు తప్పవు

ఆడ పిల్లలు కౌమార దశలో ఆరోగ్య ఆహారం తీసుకోకుంటే జీవితాంతం అనారోగ్య సమస్యలు వెంటాడుతాయి. ముఖ్యంగా 25 ఏళ్ల వయస్సులో చదువు, వృత్తి, వివాహం మొదలైనవన్నీ వారి జీవితంలో ముఖ్యమైన భాగంగా మారతాయి. ఈ వయసులో కొందరు అమ్మాయిలు మాస్టర్స్ డిగ్రీ చదివితే, మరికొందరేమో ఉద్యోగాలు చేస్తుంటారు. మరికొందరు పోటీ పరీక్షలకు సిద్ధమవుతుంటారు. బిజీ లైఫ్‌లో పోషకాహారానికి దూరం అవుతుంటారు. ఈ వయసులో అమ్మాయిల ఆరోగ్యాన్ని మంచి..

ఆడ పిల్లలు కౌమార దశలో ఆరోగ్య ఆహారం తీసుకోకుంటే జీవితాంతం అనారోగ్య సమస్యలు వెంటాడుతాయి. ముఖ్యంగా 25 ఏళ్ల వయస్సులో చదువు, వృత్తి, వివాహం మొదలైనవన్నీ వారి జీవితంలో ముఖ్యమైన భాగంగా మారతాయి. ఈ వయసులో కొందరు అమ్మాయిలు మాస్టర్స్ డిగ్రీ చదివితే, మరికొందరేమో ఉద్యోగాలు చేస్తుంటారు. మరికొందరు పోటీ పరీక్షలకు సిద్ధమవుతుంటారు. బిజీ లైఫ్‌లో పోషకాహారానికి దూరం అవుతుంటారు. ఈ వయసులో అమ్మాయిల ఆరోగ్యాన్ని మంచి స్థితిలో ఉంచడానికి, హార్మోన్ల సమతుల్యతను కాపాడుకోవడానికి, ఎనర్జిటిక్‌గా ఉండటానికి పోషకాహారం తీసుకోవాలి. పీరియడ్స్, మూడ్ స్వింగ్స్ నుంచి కూడా రక్షిస్తుంది. అమ్మాయిల ఆరోగ్యం పదిలంగా కాపాడుకోవడానికి 25 ఏళ్ల తర్వాత ఏయే ఆహారం తీసుకోవాలో పోషకాహార నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. అవేంటో తెలుసుకుందాం..

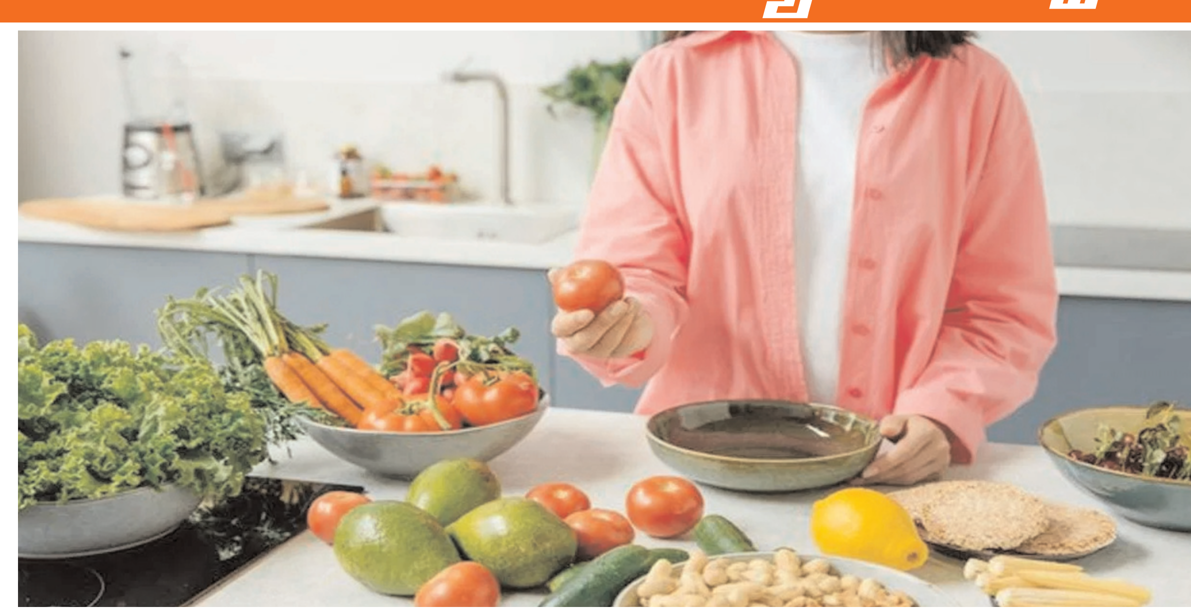
ఆరోగ్యకరమైన కార్బోహైడ్రేట్లు... కార్బోహైడ్రేట్లు శక్తిని ఇవ్వడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. స్త్రీలలో కండరాల కంటే కొవ్వు కణాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. దీని కారణంగానే వారు బరువు త్వరగా పెరుగుతారు. శారీరక శ్రమ చేసేవారిలో కొవ్వు వేగంగా పెరగదు. శరీరాన్ని శక్తివంతంగా ఉంచడానికి కాంప్లెక్స్ పిండి పదార్థాలు తీసుకోవాలి. కాంప్లెక్స్ పిండి పదార్థాలు తృణధాన్యాలు, వోట్స్, హోల్ వీట్ పాస్తాలో సమృద్ధిగా ఉంటాయి.

ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు... శరీరానికి ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వు కూడా అవసరం. అసంతృప్త కొవ్వు ఆరోగ్యకరమైనదిగా పరిగణించబడుతుంది. సాల్మన్ ఫిష్, బాదం, వాల్‌నట్స్, ఇతర నట్స్, ఆలివ్ ఆయిల్, ఫిష్ ఆయిల్‌లో అసంతృప్త కొవ్వులు ఉంటాయి.

ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో సెరోటోనిన్ అనే హ్యాపీ హార్మోన్ స్థాయి పెరుగుతుంది. ఇది మనసు సంతోషంగా ఉండేలా చేస్తుంది. దీనితో పాటు రక్త ప్రవాహాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. గుండె ఆరోగ్యాన్ని కూడా కాపాడుతుంది. చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గిస్తుంది. ఎముకల నొప్పిని నివారిస్తుంది.

ఐరన్... సాధారణంగా అమ్మాయిలలో పీరియడ్స్ కారణంగా ఐరన్ లోపం ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. కాబట్టి వారు ఐరన్ రిచ్ ఫుడ్స్ తీసుకోవాలి. బీట్‌రూట్, ఉసిరి, పాలకూర, దానిమ్మ వంటి వాటిల్లో ఐరన్ పుష్కలంగా ఉంటుంది.

ఫైబర్.. ఫైబర్ జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. సగానికి పైగా వ్యాధులు జీర్ణక్రియ సరిగా జరగకపోవడం వల్లనే వస్తాయి. చాలా మంది పచ్చి కూరగాయలు లేదా సలాడ్ తినడం ఇష్టపడరు. అయితే మీ ఆరోగ్యం బాగుండాలంటే పచ్చి కూరగాయలను తప్పకుండా తినండి. ఆడపిల్లల ఆరోగ్యానికి చాలా ముఖ్యమైన ఫైబర్ వీటిలో చాలా ఉంటాయి.



మైండ్ చురుగ్గా ఉండేందుకు అద్భుతమైన ప్రాణాయామం..

ఈ ప్రాణాయామం మానసిక ఆరోగ్యాన్ని పెంపొందిస్తుంది. ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది. అలాగే నాడీ వ్యవస్థను శాంతపరుస్తుంది. దీని రెగ్యులర్ అభ్యాసం అధిక రక్తపోటు, నిద్రలేమి, మైగ్రేన్, ఒత్తిడి, కోపం, మానసిక రుగ్మతల నుంచి ఉపశమనాన్ని అందిస్తుంది. అలాగే ఇది సహనం, మానసిక ప్రశాంతత, నిర్ణయం తీసుకునే సామర్థ్యం, ఏకాగ్రతను పెంపొందించడంలో సహాయపడుతుంది. ఈ ప్రాణాయామం చేయడానికి.. వర్షం కారణంగా వాతావరణం మళ్లీ మారిపోయింది. వర్షాకాలం వచ్చినప్పుడల్లా చాలా మందిలో మూడ్ మారిపోతుంది. చాలా మందికి ఈ సమయంలో పనిలో నీరసంగా, సోమరితనంగా అనిపిస్తుంది. ఈ కాలంలో ప్రజల కార్యకలాపాలు తగ్గుతాయి. అలాంటప్పుడు మిమ్మల్ని మీరు చురుకుగా ఉంచుకోవడం చాలా కష్టం. శారీరక శ్రమ లేకపోవడం కూడా ఆరోగ్యానికి హాని కలిగిస్తుంది. అటువంటి పరిస్థితిలో కొన్ని సాధారణ ప్రాణాయామం మీరు చురుకుగా ఉండటానికి సహాయపడుతుంది. మిమ్మల్ని చురుకుగా ఉంచే రెండు ప్రాణాయామ భంగిమల గురించి తెలుసుకోండి.

ఈ ప్రాణాయామాలు సోమరితనం నుండి బయటపడటానికి సహాయపడతాయి: నాడిశోధన ప్రాణాయామ: ఈ ప్రాణాయామం మానసిక ఆరోగ్యాన్ని పెంపొందిస్తుంది. ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది. అలాగే నాడీ వ్యవస్థను శాంతపరుస్తుంది. దీని రెగ్యులర్ అభ్యాసం అధిక రక్తపోటు, నిద్రలేమి, మైగ్రేన్, ఒత్తిడి, కోపం, మానసిక రుగ్మతల నుంచి ఉపశమనాన్ని అందిస్తుంది. అలాగే ఇది సహనం, మానసిక ప్రశాంతత, నిర్ణయం తీసుకునే సామర్థ్యం, ఏకాగ్రతను పెంపొందించడంలో సహాయపడుతుంది. ఈ ప్రాణాయామం చేయడానికి మీరు మీ వెన్నెముక నిటారుగా,. భుజాలు సడలించి పద్మాసన స్థితిలో కూర్చోండి. ఇప్పుడు మీ కుడి బొటన వేలితో మీ కుడి ముక్కు రంధ్రాన్ని మూసివేసి, ఎడమ ముక్కు రంధ్రం ద్వారా లోతైన శ్వాస తీసుకోండి. తర్వాత కుడి నాసికా రంధ్రం ద్వారా నిదానంగా శ్వాస వదలాలి. అప్పుడు మీ కుడి చేతి ఉంగరపు వేలితో మీ ఎడమ ముక్కు రంధ్రాన్ని మూసివేసి, కుడి నాసికా రంధ్రం ద్వారా లోతైన శ్వాస తీసుకోండి. అలాగే ఎడమ నాసికా రంధ్రం ద్వారా ఊపిరి పీల్చుకోండి. ఈ ప్రాణాయామం 4 నుండి 5 నిమిషాలు చేయండి. ఇది సోమరితనం నుంచి బయటపడటానికి సహాయపడుతుంది. ఈ ప్రాణాయామం శరీరంలోని టాక్సిన్స్‌ను బయటకు పంపడానికి సహాయపడుతుంది. శ్వాసను సులభతరం చేయడానికి మరియు శరీరానికి శక్తినివ్వడానికి, రక్తాన్ని శుద్ధి చేయడానికి కూడా సహాయపడుతుంది. అలాగే ఈ ప్రాణాయామం అలసటను తగ్గించి శరీరాన్ని చురుగ్గా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. ఈ ప్రాణాయామం చేయడానికి పద్మాసన స్థితిలో కూర్చుని ఆపై మీకు నచ్చిన భంగిమలో మీ చేతులను మీ మోకాళ్లపై ఉంచండి. ఇప్పుడు లోతైన శ్వాస తీసుకోండి. నెమ్మదిగా ఊపిరి పీల్చుకోండి. దీన్ని కనీసం 20 నుంచి 30 సార్లు రిపీట్ చేయండి. ఈ ప్రాణాయామం మీ సోమరితనాన్ని వదిలించుకోవడానికి సహాయపడుతుంది. ఇలా క్రమం తప్పకుండా ప్రాణాయామం, యోగాభ్యాసం చేయడం వల్ల సోమరితనం తొలగిపోవడమే

ఈ రకమైన చాక్లెట్ తింటే..
మెదడు, గుండె ఆరోగ్యంగా పని చేస్తాయి!!

కొంత మందికి చాక్లెట్స్ అంటే చాలా ఇష్టం. చిన్న వారి నుంచి పెద్ద వారి వరకూ చాక్లెట్లను ఇష్టంగా తింటారు. కొంత మంది అయితే అదే పనిగా తింటూంటారు. కానీ ఏదైనా అతిగా అయితే అనారోగ్య సమస్యలు తలెత్తే అవకాశం ఉంది. అలాగే చాక్లెట్స్ కూడా మితంగా తినొచ్చు. కానీ మరీ ఎక్కువగా తినకూడదు. దీంతో ఎక్కువగా నోటి, దంత సమస్యలు తలెత్తుతాయి. కానీ వీటి వల్ల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కూడా ఉన్నాయండోయ్. క్రమం తప్పకుండా ఒక చిన్న ముక్క డార్క్ చాక్లెట్ తింటే.. ఆరోగ్యాన్ని సొంతం చేసుకోవచ్చు. డార్క్ చాక్లెట్ లో కూడా మనకు మంచి చేసే పోషకాలు ఉన్నాయి. ఇందులో ఉండే విటమిన్లు, యాంటీ యాక్సిడెంట్లు, ఖనిజాలు శరీరానికి ఎంతో హెల్ప్ చేస్తాయి. అయితే ఈ డార్క్ చాక్లెట్ ను ఎలా తీసుకోవాలి? ఏ విధంగా తీసుకుంటే మనల్ని రక్షిస్తుందో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

మెదడు ఆరోగ్యం: టీ, కాఫీలతో ఇలాంటి ఆహార పదార్థాలు తీసుకుంటున్నారా.. అయితే మీకు ఈ జబ్బులు రావడం గ్యారెంటీ! డార్క్ చాక్లెట్ తినడం వల్ల జ్ఞాపక శక్తి పెరగడంతో పాటు.. మెదడు చురుకుగా పని చేస్తుంది. ఈ చాక్లెట్ లో ఉండే ఫ్లవనాయిడ్స్ మెదడు ఆరోగ్యంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. మెదడు కణాలు దెబ్బతినకుండా చూస్తాయి.

డయాబెటీస్ కంట్రోల్ లోకి వస్తుంది: అదేంటి చాక్లెట్ తీపి కదా.. తింటే డయాబెటీస్ పెరుగుతుంది అని అనుకుంటున్నారా. అయితే డార్క్ చాక్లెట్ మాత్రం.. రక్తంలోని షుగర్ స్థాయిలను తగ్గిస్తుంది. అలాగే తరచూ తింటూ ఉంటే టైప్-2 డయాబెటీస్ రాకుండా బాగా వర్క్ అవుతుందని అంటున్నారు నిపుణులు. చర్మానికి రక్షణగా: డార్క్ చాక్లెట్ చర్మ రక్షణకు చాలా బాగా పని చేస్తుంది. ఇందులో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు.. స్కిన్ హెల్దీగా ఉండేలా చూస్తుంది. అలాగే డార్క్ చాక్లెట్ తినడం ఇష్టం లేని వారు ఫేస్ ప్యాక్ గా కూడా వేసుకోవచ్చు. ఇలా చేస్తే ముఖంపై ఉన్న మృత కణాలు తొలగిపోతాయి. అలాగే ఇందులో అధికంగా ఫ్లేవనాయిడ్స్ ఉంటాయి కనుక.. యూవీ కిరణాల నుంచి కూడా చర్మాన్ని రక్షిస్తుంది.

మూడ్ ని మార్చుతుంది: ఒక్కోసారి మనకు చాలా ఆందోళనకు గురి అవుతూ ఉంటాయి. వర్క్ టెన్షన్ లేదా ఇంట్లోని ఇబ్బందుల కారణంగా సతమతమవుతూ ఉంటాయి. మనసు చిక్కాకుగా అనిపిస్తుంది. ఇలాంటి సమయంలో డార్క్ చాక్లెట్ తింటే తేలికగా అనిపిస్తుంది. ఈ చాక్లెట్ ఎండార్ఫిన్స్ ఉత్పత్తిని చేస్తాయి. వీటి కారణంగా వెంటనే మూడ్ మారి, యాక్టీవ్ గా అవుతారు.

గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది: డార్క్ చాక్లెట్ తినడం వల్ల గుండె కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఇందులో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు రక్త ప్రసరణను మెరుగు పరుస్తుంది. దీని వల్ల రక్త పోటు వచ్చే రిస్క్ తగ్గుతుంది. అలాగే రక్త నాళాలు మెరుగ్గా పని చేస్తాయి. క్రమం తప్పకుండా డార్క్ చాక్లెట్ ను ఓ చిన్న ముక్క తింటే గుండె జబ్బులు వచ్చే అవకాశం తక్కువగా ఉంటుంది.

నేను రామానుజదాసుడను!

ఒకానొక సందర్భంలో నేను 'రామానుజ దాసుడను' అని తనకు తాను రామానుజా చార్యులకు దాసుడని పేర్కొన్నారు శ్రీరంగనాథస్వామివారు. ఎందుకంటే రామా నుజులవారి భక్తికి ఎంతో పరవశులయ్యేవారు స్వామి. మహోన్నత భక్తులు%ºా% సమతామూర్తి%ºా% మానవతావాది శ్రీ రామానుజాచార్యులు అంటే శ్రీరంగనాథస్వామికి అంత ఇష్టం%ºా%. అభిమానం. అందుకే రామానుజాచార్యుల నిర్యాణం అనంతరం ఆయన పార్థివ దేహాన్ని కూడా తన ఆలయంలోనే వుంచుకున్నారు రంగనాథస్వామి. రామానుజాచార్యునికి రంగనాథస్వామి దాసుడిని అని పేర్కొన్న కథ ఒకటి శ్రీరంగంలో ప్రచారంలో వుంది.

కొన్ని శతాబ్దాల క్రితం కూడా శ్రీరంగంలోని శ్రీ రంగనాథ స్వామి దేవాలయంలో స్వా మివారి ప్రసాదానికి భక్తులు బారులు తీరి వుండేవారు. ప్రతీ రోజు ప్రసాదం కొరకు ఎదురు చూస్తూ బారులు తీరిన భక్తులలో ఒక పేద వైష్ణవుడు వుండేవాడు. ఆయన రోజూ వరుసలో అందరికంటే ముందు నిలబడేవాడు. ఆయన తన కోసమేకాక, తన ఆరుగురు కొడుకుల కొరకు కూడా ప్రసాదం తీసుకెళ్ళేవాడు. ఆలయ అధికారులు అంతమందికి ప్రసాదాన్ని ఒకే వ్యక్తికి ఇవ్వడం సరికాదని అనేవారు. ఆయన మాత్రం ప్రసాదం ఇవ్వమని పట్టుపట్టేవాడు. ఇలా రోజూ ఆలయ అధికారులకి అతనికి కొంత వాదులాట జరిగేది.

"ప్రసాదం అంతా నీకే ఇచ్చేస్తే నీ వెనుక వున్న మిగిలిన భక్తులందరికి కొంచెమే ప్రసాదం లభిస్తుంది" అని ఆలయ అధికారులు ఆ వైష్ణవుడిని మందలించేవారు. అయినా కూడా ఆ పేద వైష్ణవుడు "నా ఆరుగురు కొడుకులు ఆహారం లేక బక్క చిక్కిపోయారు, వారు ఆకలితో అలమటిస్తూ వుంటారు. నేను తీసుకువెళ్ళే ప్రసాదానికై ఎదురుచూస్తూ వుంటారు. కనుక మీరు ఆలయ ప్రసాదం ఇవ్వకపోతే వారు నాకు దక్కరు" అని ఆయన ప్రాధేయపడేవాడు.ఒకరోజు రామానుజుల వారు వైష్ణవుడు ఆలయ అధికారులకు మధ్య జరుగుతున్న వాదోపవాదాలను చూసి అక్కడకు వచ్చారు. "ఏమి జరిగింద"ని అడిగారు.ఆలయ అధికారులు ఆ పేద వైష్ణవుణ్ణి చూపించి రోజూ అధిక ప్రసాదం కావాలని ఆయ న గొడవ చేస్తున్నాడని తెలియచేస్తారు. రామానుజులు ఆ వైష్ణవుడి దగ్గరకు వెళ్ళి "నాయనా నీవు ఆలయములో కొన్ని కైంకర్యములు చేసి ఎక్కువ ప్రసాదాన్ని పొందవచ్చు కదా" అని అడుగుతారు. దానికి ఆ వైష్ణవుడు–

"స్వామీ! నా బక్క చిక్కిన కొడుకులని మీరే చూడండి, రోజంతా వారికి సేవలు చేయడ ములోనే నాకు సమయం సరిపోతుంది, వీరిని వదిలేసి నేను ఆలయంలో ఏ కైంకర్యం చేయ లేను. పైగా నేను వేదాలను గాని, దివ్య ప్రబంధములను గాని నేర్చుకోలేదు, అందువల్ల నేను ఆలయ సేవ కాలములలో కూడా ఏ కైంకర్యం చేయలేను, నాకు కొన్ని విష్ణు సహస్ర నామం లోని శ్లోకాలు తప్ప ఏమి రావు, నేనేమి చేయగలను." అని బదులిచ్చాడు ఆ పేద వైష్ణవుడు.

"సరే నీకు తెలిసిన విష్ణు సహస్రనామ శ్లోకాలని చెప్పు" అన్నారు రామానుజులవారు.

ఆ వైష్ణవుడు ఎంతో ఇబ్బందిగా "విశ్వం విష్ణు వషట్కారో భూత భవ్య భవత్ ప్రభు:, భూత కృత్ భూత భృత్.." అని ఆపేసి, "నాకు అంతవరకే వచ్చు స్వామీ!" అని చెప్పాడు.

అతని ఇబ్బంది చూసి రామానుజులవారు "సరే నీకు 'భూత భృత్' అనే భగవన్నామ ము తెలుసుకదా! ఆ నామాన్నే జపించు, ఇక నీకు ఇక్కడికి ఆహారార్థియై రావలసిన అవసరం ఉండదు" అని సెలవిచ్చారు.

ఆనాటి నుండి ఆ వైష్ణవుడు ఇంకెప్పుడూ కోవెల ప్రసాద వితరణ ప్రాంతంలో కనిపిం చలేదు. ప్రసాదపు వరుసలలో గొడవలు ఆగిపోయాయి. అయితే ఇంకో విచిత్రమైన సమస్య మొదలయింది. రోజూ రంగనాథులకు సమర్పిస్తున్న ప్రసాదంలో చాలా భాగం మాయమై పోతుంది. పంచడానికి కొంచెమే వుంటోంది. ఆలయంలో ప్రసాదం దొంగల బారిన పడు తుందేమో అని భద్రత పెంచారు కూడా. అయినా రంగనాథులకు సమర్పించిన దానిలో చాలా ప్రసాదం మాయమైపోతున్నది. ఆ పేద బ్రాహ్మణుడే దొంగిలిస్తున్నాడేమో అని అనుమానం వస్తున్నది అందరికి. చివరకు రామానుజులకి ఈ సమస్య గురించి తెలియచేసా రు. ఆ పేద బ్రాహ్మణుణ్ణి పిలుచుకు రమ్మని రామానుజుల వారు మనుషులని పంపారు. వారు తిరిగి వచ్చి ఆయన ఆలయానికి దగ్గరగా వున్న తన పాత నివాసంలో ఉండటంలేదని తెలిపారు. ఆ తరువాత కూడా ఆ వైష్ణవుడు ఎక్కడ ఉంటున్నాడో ఎవరికీ సమాచారం తెలియలేదు.

కొంత కాలం తర్వాత, రామానుజులు ఏదో కార్యక్రమానికై కొల్లిడం నది (శ్రీరంగం దగ్గర కావేరి పాయ) దాటుతుండగా ఈ వైష్ణవుడు "స్వామీ%ºా% స్వామీ" అని రామానుజులని బిగ్గరగా పిలుస్తూ వారిని సమీపించాడు. రామానుజుల పాదాలకు సాష్టాంగ నమస్కారం చేసాడు. ఆయన కనుల నుండి ధారగా కన్నీరు రాసాగింది.

"స్వామీ! మీ కటాక్షం వలన ఆ పిల్లవాడు రోజూ నాకు ప్రసాదం అందచేస్తున్నాడు. అం దువల్ల నా పిల్లలు సరిపడినంత పౌష్టికాహారం తీసుకుని ఆరోగ్యవంతులయ్యారు. ఇక ఆల య అధికారులతో గొడవలు ఎందుకని కోవెల దగ్గర గృహం నుండి నేను ఇక్కడికి వచ్చేసా ను. నేను మీకు సదా కృతజ్ఞుడను. మీరు చెప్పిన విధంగా రోజూ నేను "భూతభృతే నమ:" జపాన్ని చేస్తున్నాను." అన్నాడు.

అతని మాటలు విన్న రామానుజులు ఆశ్చర్యచకితులయ్యారు. "ఎవరా పిల్లవాడు? వాని పేరేమిటి?" అని అడిగారు.

"ఆ పిల్లవాడు తాను రామానుజాదాసుడనని చెప్పాడు స్వామీ" అన్నాడు వైష్ణవుడు. రామానుజాచార్యులవారికి అంతా అర్థమయింది. 'భూత భృత్' నామానికి అర్థం 'సమస్త జీవుల'ని పోషించువాడు అని అర్థంకదా! రామానుజుల వారి ఆజ్ఞానుసారం 'భూత భృత్'ను పఠించిన వైష్ణవుడి ఆకలి బాధలను తీర్చారు ఆ రంగనాథస్వామి.

ఇంతకీ ఆ బాలుడు ఇంకెవ్వరు సాక్షాత్ శ్రీరంగనాథుడే అని తెలుసుకున్నారు శ్రీరామా నుజాచార్యులు. బాలుడి రూపంలో రంగనాథుడి దర్శనం రోజూ పొందుతున్న ఆ వైష్ణవు డి అదృష్టానికి పరవశులయ్యారు రామానుజులవారు.

పాదోదకం పావనం శుభం

సనాతన సంస్కృతిలో తీర్థానికి విశిష్టమైన స్థానం ఉంది. ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో, ప్రత్యేకించి భక్తి ప్రపంచంలోను, ముఖ్యంగా భక్తుల హృదయాలలోను తీర్థానికి విశేషమైన ప్రాముఖ్యత ఉంది. అయితే అన్ని ప్రసాదాలు అన్నిటిలోను అతి విశిష్టమైనది తీర్థ ప్రసాదం అని చెబుతా రు. ఇంట్లో పూజ, అభిషేకం, ఆరాధన, వ్రతంలాంటి దైవ సంబంధిత కార్యాలు చేసుకున్న తర్వాత తీర్థాన్ని తీసుకుంటాం. అదేవిధంగా దేవాలయాలలో దైవాన్ని దర్శించుకున్న తర్వాత అర్చక స్వాములు యిచ్చే తీర్థాన్ని తీసుకుంటాం.

దేవాలయాలలోను, అదే రకంగా ఇళ్ళలోను అర్చన తర్వాత తీసుకునే పవిత్ర జలాన్ని లేక పాలను తీర్థ ప్రసాదం అని అంటా రు. తలపైన శఠగోపం పెట్టించుకున్న తర్వాత, దేవుణ్ణి అభిషేకించిన పాలో, ఉదకమో, పెరు గో, పంచామృతాలో, కళ్ళకు అద్దుకుని తీర్థ ప్రసాదంగా భక్తి ప్రపత్తులతో తీసుకుంటారు."అకాల మృత్యు హరణం సర్వవ్యాధి నివారణం సమస్త పాప క్షయకరం శ్రీ పరమేశ్వ ర పాదోదకం పావనం శుభం." అనే మంత్రాన్ని అర్చక స్వామి జపిస్తూ, తీర్థాన్ని భక్తులకు ఇస్తాడు. అయితే "శ్రీ పరమేశ్వర పాదోదకం పావనం శు భం" అనే మంత్రంలో, పరమేశ్వర దగ్గర, ఏ దేవునికి మనం పూజ/ అర్చన/ అభిషేకం చేసామో, ఆ దేవుని పేరును చదవాలనే విషయం ఇక్కడ గమనించాలి."అకాల మృత్యు హరణం సర్వ వ్యాధి నివారణం సమస్త పాప క్షయకరం" అనే మం త్రోచ్చారణ వలన అనంతమైన, అమోఘమైన, పవిత్రమైన మంత్రశక్తి తీర్థానికి ఆపాదింప బడి, ఆ మంత్ర బలం తీర్థానికి సంపూర్ణంగా వస్తుంది.తీర్థం అంటే తరింప చేసేది అని శాస్త్రం చెబుతున్న అర్థం. తీర్థాన్ని మూడుసార్లు తీసుకో వడం ప్రశస్తం అని పెద్దలు చెబుతారు. మొదటిసారి తీర్థం తీసుకోవడం వలన శారీరక, మా నసిక శుద్ధి జరుగుతుంది. రెండవసారి తీసుకోవడం వలన న్యాయ, ధర్మ పరివర్తన జరుగు తుంది. మూడోసారి తీసుకునేటప్పుడు పరమేశ్వర పధం అనుకుంటూ తీర్థాన్ని తీసుకోవా లని పెద్దలు చెబుతారు. అదేవిధంగా "కేశవాయ స్వాహా" అనుకుంటూ మొదటిసారి, "నారాయణ స్వాహా" అంటూ రెండోసారి, "మాధవాయ స్వాహా" అనుకుంటూ మూడోసారి తీర్థాన్ని తీసుకోవా లి. ఈవిధంగా తీర్థప్రసాదాన్ని మూడుసార్లు తీసుకోవడం వలన జ్ఞానేంద్రియాలను, కర్మేం ద్రియాలను (అంటే శరీరాన్ని), ముఖ్యమైన మనసునూ సిద్ధం చేయడం, శుద్ధం చేయడము అవుతుందనేది అంతర్లీనంగా దాగున్న అంతరార్థ ఆధ్యాత్మిక రహస్యం అని చెబుతారు. తీర్థం తీసుకున్నాక కుడిచేతిని కొందరు తలకు తుడుచుకుంటారు. అలా చేయకూడదని శా స్త్రం చెబుతోంది. ఎందుకంటే తలపైన బ్రహ్మదేవుడు ఉంటాడు కాబట్టి మన ఎంగిలిని బ్రహ్మకు అర్పణ చేసినట్లు అవుతుందని.వివిధ రకాల తీర్థాలు: జలతీర్థ ప్రసాదం, కషాయతీర్థ ప్రసాదం, పంచామృత తీర్థ ప్రసా దం, పానకతీర్థ ప్రసాదం అని తీర్థ ప్రసాదాలు నాలుగు రకాలు. ఇవే కాకుండా తులసి తీర్థం, పచ్చకర్పూర తీర్థం, బిల్వ తీర్థం యిలా రకరకాల తీర్థాలు కూడా ఉన్నాయి.

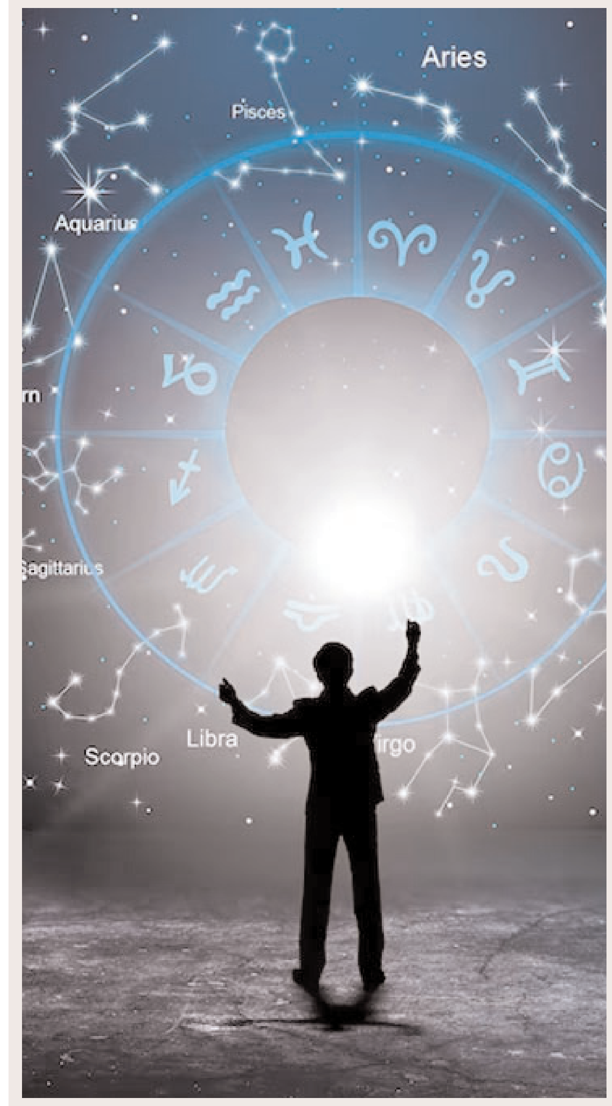
తీర్థం ఇలా తీసుకోవాలి

ఎడమ అరచేతిలో కుడి అరచేతిని పెట్టి, కుడిచేతి చూపుడు వేలు మధ్యలోకి బొటన వేలుని మడిచి (అంటే%.గోముఖ ముద్రలో) తీర్థాన్ని భక్తుడు తీసుకోవాలి.మరికొంత విపులంగా చెప్పాలంటే, తీర్థాన్ని మగవారైతే తన భుజంపై ఉండే ఉత్తరీ యం లేదా కండువాను, ఆడవారైతే తమ చీర లేదా చున్నీ పైకొంగును ఎడమ చేతిలో నాలు గు మడతలు వచ్చే విధంగా వేసుకోవాలి. వేసుకున్నాక ఎడమ చేతిలో ఉన్న మడతపై కుడిచే తిని ఉంచి, చూపుడు వేలు ఏమాత్రం తగలకుండా, బొటన వేలుని నడిమి వేలు క్రింది కణుపు నకు గట్టిగా నొక్కిపెట్టి, తీర్థం క్రిందన పడకుండా, నోటి నుంచి జుర్రుకుంటున్నట్టు శబ్దం రాకుండా చూసుకుంటూ, సంబంధిత దైవ నామాలను స్మరించుకుంటూ భక్తి శ్రద్ధలతో తీర్థాన్ని తీసుకోవాలి.

తీర్థాన్ని తీసుకోకూడని సందర్భాలు

నొసట విభూతిగానీ కుంకుమగానీ లేనప్పుడు తీర్థ ప్రసాదాన్ని తీసుకోకూడదు. అంటు, పురుడు, మైల ఉన్నప్పుడు తీర్థం తీసుకోకూడదు. స్త్రీలు నెలసరి సమయంలో తీసుకోకూడదు. అపరిశుభ్రంగా ఉన్నప్పుడు అంటే స్నానాదికాలు ముగించుకోకుండాను, మల మూత్రాదులు అయినాక కాళ్ళు చేతులు కడుక్కోకుండాను తీర్థ సేవనం చేయకూడదు. తీర్థప్రసాదం ఏదైనా, అది ఏ రూపంలో ఉన్నా అతి పవిత్రమైనది. లాభకరమైనది మంగళకరమైనది.

రాశిఫలాలు



జ్యోతిషం అంటే నమ్మకం. మనకు అంతా మంచే జరగాలని కోరుకుంటాం. అందువల్ల ఈరోజు మన రాశి ఫలాలు ఎలా ఉన్నాయని చూసుకునే వారు చాలామంది ఉంటారు. అలాంటివారికోసం నేటి రాశి ఫలాలు ఎలా ఉన్నాయో తెలుసుకుందాం..

మేషం
మిక్కిలి ధైర్య సాహసాలు కలిగి ఉంటారు. సూక్ష్మబుద్ధితో విజయాన్ని సాధిస్తారు. మీ పరాక్రమాన్ని ఇతరులు గుర్తిస్తారు. శతృబాధలు తొలగిపోతాయి. శుభకార్య ప్రయత్నాలు సులభంగా నెరవేర్చుకుంటారు. ముఖ్యమైన వ్యక్తులను కలుస్తారు. ఆకస్మిక లాభాలు ఉంటాయి.

వృషభం
శుభకార్య ప్రయత్నాలు సులభంగా నెరవేరుతాయి. దూర బంధువులతో కలుస్తారు. తద్వారా లాభాలు ఉంటాయి. విదేశయాన ప్రయత్నాలు సంపూర్ణంగా నెరవేర్చుకుంటారు. ఆకస్మిక ధనలాభయోగం ఉంటుంది. అన్ని విషయాల్లో విజయాన్ని సాధిస్తారు.

మిథునం
ఆకస్మిక ధనలాభం ఉంటుంది. కుటుంబంలో ఆనందోత్సాహాలు లభిస్తాయి. బంధు, మిత్రులతో కలుస్తారు. సమాజంలో గౌరవం లభిస్తుంది. సంపూర్ణ ఆరోగ్యవంతులుగా ఉంటారు. ప్రతివిషయంలో అభివృద్ధి ఉంటుంది. శుభకార్య ప్రయత్నాలు సులభంగా నెరవేర్చుకుంటారు.

కర్కాటకం
మానసిక ఆనందం లభిస్తుంది. గతంలో వాయిదా వేయబడిన పనులు పూర్తవుతాయి. విందులు, వినోదాల్లో పాల్గొంటారు. వృత్తిరీత్యా అభివృద్ధిని సాధిస్తారు. కుటుంబ పరిస్థితులు సంతృప్తికరంగా ఉంటాయి. కొన్ని జఠిలమైన సమస్యలకు పరిష్కారం లభిస్తుంది.

సింహం
విదేశయాన ప్రయత్నాలు అనుకూలిస్తాయి. అనారోగ్య బాధలు అధికమవుతాయి. ఆకస్మిక ధననష్టం ఏర్పడే అవకాశం ఉంటుంది. బంధు, మిత్రులతో విరోధం ఏర్పడకుండా జాగ్రత్తవహించడం మంచిది. అనవసర వ్యయప్రయాసలు ఉంటాయి. ప్రయాణాలు ఎక్కువగా చేస్తారు.

కన్య
బంధు, మిత్రులతో కలుస్తారు. నూతన గృహనిర్మాణ ప్రయత్నం చేస్తారు. ఆకస్మిక ధనలాభంతో రుణబాధలు తొలగిపోతాయి. కుటుంబ సౌఖ్యం ఉంటుంది. శతృబాధలు దూరమవుతాయి. దీర్ఘకాలిక సమస్యలు తొలగిపోతాయి. ఆరోగ్యం బాగుంటుంది.

తుల
బంధు, మిత్రులతో జాగ్రత్తగా ఉండటం మంచిది. చేసే పనులలో ఇబ్బందులు ఉంటాయి. కొత్త పనులను ప్రారంభించడం మంచిదికాదు. గృహంలో జరిగే మార్పుల వల్ల ఆందోళన చెందుతారు. ప్రయాణాల్లో జాగ్రత్త అవసరం.

వృశ్చికం
ఇంతవరకు అనుభవించిన కష్టాలన్నీ క్రమేణ తొలగిపోతాయి. నూతనకార్యాలకు శ్రీకారం చుడతారు. కుటుంబ సౌఖ్యం సంపూర్ణంగా ఉంటుంది. బంధు, మిత్రులతో కలిసి సరదాగా కాలక్షేపం చేస్తారు. ఆకస్మిక ధనలాభం ఉంటుంది. గొప్ప వ్యక్తిని కలుస్తారు.

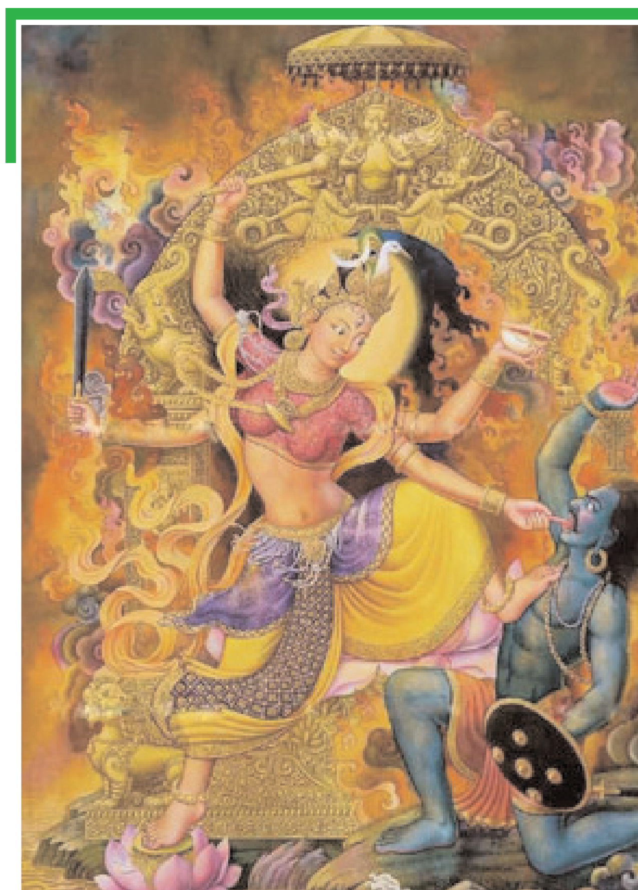
ధనుస్సు
కొన్నిముఖ్యమైన పనులు వాయిదా వేసుకుంటారు. మానసిక చంచలంతో ఇబ్బంది పడతారు. సోమరితనం ఆవహిస్తుంది. పిల్లలపట్ల మిక్కిలి జాగ్రత్తవహిస్తారు. కొన్ని మంచి అవకాశాలను కోల్పోతారు. ఆర్థిక పరిస్థితిలో మార్పులుండవు.

మకరం
అనుకూల స్థానచలనం కలిగే అవకాశాలు ఉన్నాయి. గృహంలో మార్పును కోరుకుంటారు. ఇతరుల విమర్శలకు లోనవుతారు. స్థిరమైన నిర్ణయాలు తీసుకోలేకపోతారు. ఆకస్మిక ధనవ్యయం అయ్యే అవకాశం ఉంది. బంధు, మిత్రులతో జాగ్రత్తగా ఉండటం మంచిది. రుణప్రయత్నాలు చేస్తారు.

కుంభం
ప్రయాణాల వల్ల లాభాన్ని పొందుతారు. స్థిరాస్తుల విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉండటం మంచిది. ఒక అద్భుత అవకాశాన్ని కోల్పోతారు. నూతన వ్యక్తుల పరిచయం ఏర్పడుతుంది. తలచిన కార్యాలకు ఆటంకాలు ఎదురవుతాయి. నూతన కార్యాలు వాయిదా వేసుకోకతప్పదు.

మీనం
నూతన వస్తు, ఆభరణాలను కొనుగోలు చేస్తారు. వ్యాపారంలో విశేషలాభాన్ని ఆర్జిస్తారు. మంచివారితో స్నేహం చేస్తారు. అంతటా సుఖమే లభిస్తుంది. ఆకస్మిక ధనలాభం ఉంటుంది. బంధు, మిత్రుల సహాయ సహకారాలు లభిస్తాయి.

వ్యతిరేకతల నివారణకు క్రీం బగళాయై నమః



పీతాంబరాం తాం ద్విభుజాం త్రినేత్రాం గాత్రగోజ్జ్వలా శిలా ముద్గర హస్తాం చ స్మరేత్తాం బగళాముఖీమ్"జిహ్వాగ్రమాదాయ కరేణ దేవీం వామేన శత్రూన్ పరిపీడయంతీం గదాభిఘాతేన చ దక్షిణేన పీతాంబరాఢ్యాం ద్విభుజాం భజామి"మన చుట్టూ ఉండే ప్రకృతికి సంబంధించిన ఎండ, వాన, చలి వంటి ప్రతికూలతలను తట్టుకోవడానికి మనం ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేస్తుంటాం. సాధారణంగా మనం తట్టుకునే శక్తి ఉన్నంత వరకు ఏ అంశమైనా ప్రతికూలత కాదు. మన శరీరం, మనస్సులు తట్టుకోలేనప్పుడు మాత్రమే దానిని 'ప్రతికూలత' అంటాం. ఇవి మన చుట్టూ వుండే వ్యక్తులలో, వాతావరణంలోనే కాకుండా మనలో కామ క్రోధాదుల రూపంలోనూ ఉండవచ్చు. మనలోనూ, మనతోనూ వుండే విరోధుల, వ్యతిరేకతలను మనం నిత్యం అధిగమిస్తుండాల్సి వస్తుంది. అదే విధంగా మాత్సర్యం, ఈర్ష్యాది గుణాలవల్ల మనం పొందే సుఖసంతోషాలు మనం పొందలేకుండా పోయే అవకాశం ఉంది. వాటిని మళ్లీ సాధించుకుంటూ ఉండాలి. మన మనస్సైనా, ఇతరులైనా అనవసరంగా మాట్లాడటం వల్ల వచ్చే సమస్యలను అధిగమించడానికి కూడా మనం ప్రయత్నిస్తూ ఉండాలి. మానవ మాత్రమైన ప్రయత్నాలన్నీ ఒక స్థాయి దాటిన తర్వాత పనికిరావు. అవతలి వారి వ్యతిరేకతల స్థితి తీవ్రంగా ఉంటున్నప్పుడు మనం శక్తిపైన ఆధారపడక తప్పదు. ఆ శక్తులు అనేక రూపాలలో ఉన్నప్పటికీ వ్యతిరేకతలను నివారించగలిగే ప్రత్యేక శక్తి కలిగిన అమ్మవారు 'బగళాముఖీ దేవి'. ఈ అమ్మవారి స్తోత్రాదులు శ్రద్ధతో ప్రతిరోజూ కదలకుండా కూర్చుని నియమబద్ధంగా పఠిస్తే మనలో, మనతో వున్న వ్యతిరేక ప్రభావాలు పోతాయి. మన మాటకు విలువ పెరుగుతుంది. వాక్కును నియమించే శక్తికూడా వస్తుంది. మనం తట్టుకోలేని వ్యతిరేకతలు మనకు వస్తున్న సందర్భంలో మనం ఈ అమ్మవారిని ప్రతిరోజూ ఒక గంటసేపు నియమబద్ధంగా ప్రార్థించడం వల్ల మేలు కలుగుతుంది. 'క్రీం బగళాయై నమః' అనే మంత్రాన్ని అవసరానుకూలంగా, శ్రద్ధాభక్తులతో జపిస్తే మన చుట్టూ అనవసరంగా మాట్లాడేవారు దూరమవుతారు. మన మాటకు, చేష్టకుకూడా ప్రత్యేక శక్తి ఏర్పడుతుంది. ధర్మబద్ధమైన మన జీవన యానానికి అనుకూలతలు ఏర్పడి, కాలం సుగమం అవుతుంది.

నిర్లక్ష్యం చేస్తే.. వెన్నుపోటే

వెన్నునొప్పి.. ఆధునిక జీవనశైలితో అవినాభావ సంబంధం కలిగి ఉన్నది. ఈ నొప్పి.. ఒకచోట తీరికగా కూర్చోనివ్వదు. నిమ్మళంగా నిలబడనివ్వదు కూడా. ప్రశాంతంగా పడుకోనివ్వదు. వెన్నులో వణుకు పుట్టిస్తుంది. దానిని ఢీకొట్టే ప్రయత్నం చేయకుండా భయపడితే మాత్రం వెన్నుకు పోటు తప్పదు. సున్నితమైన.. బాధాకరమైన వెన్నునొప్పి ఎందుకొస్తుంది? లక్షణాలేంటి? చికిత్స ఏంటి? తెలుసుకుందాం. వెన్నునొప్పి అనగానే ఏం చేస్తాం? సమయం లేకనో.. సమస్య చిన్నదేగా అనే ఉద్దేశంతోనో వెన్నునొప్పి సమస్యను సీరియస్‌గా తీసుకోం. ఉపశమనం కోసం పెయిన్ కిల్లర్ టాబ్లెట్స్, పెయిన్ రిలీవింగ్ ఆయింట్‌మెంట్స్ వాడుతుంటాం. కానీ కొందరిని ఇది దీర్ఘకాలికంగా వేధిస్తుంటుంది. అలర్ట్‌గా ఉంటే దీనికి శాశ్వత పరిష్కారం చూపించవచ్చు.

ఎందుకు వస్తుంది?

ఉరుకులు పరుగులతో సాగే ఆధునిక జీవితంలో చాలామందికి వెన్నునొప్పి సమస్య ఎదురవుతున్నది. వీపు దిగువ భాగంలో కండరాలు విపరీతంగా అలసిపోవడంతో వెన్ను నొప్పి మొదలవుతుంది. వీపు కింది భాగంలో ఉండే అనేక కండరాలు.. లిగమెంట్స్ వెన్నుపూసలకు అతుక్కొని ఉంటాయి. ఇవి మొత్తం వెన్నుని వీపు మధ్యలో నిలబెడుతాయి. కూర్చున్నప్పుడు.. నిలబడ్డప్పుడు.. పనిలో ఉన్నప్పుడు ఆ కండరాలు విపరీతంగా సాగుతాయి.

అస్థిరతే కారణమా?

కొంతమందిలో స్థిరపడిన అలవాట్ల కారణంగా చిన్న వయసు నుంచే ఈ కండరాల పైన నిరంతరం ఒత్తిడి కలుగుతుంది. శ్రమతో కూడిన పనిచేయడం వల్ల సాగిన కండరాలు బాగా అలసిపోతాయి. బలహీనపడతాయి కూడా. దీనివల్ల వెన్ను సరైన ప్రదేశంలో నిలిపి ఉండలేదు. ఇక వెన్ను కొంత అస్థిరపడి నొప్పి మొదలవుతుంది. వెన్ను అస్థిరత వల్ల నాడులపై తీవ్రమైన ఒత్తిడి ఏర్పడి వీపు నుంచి వివిధ శరీర భాగాలకు నొప్పి వ్యాపిస్తుంది. వయసు పెరుగుతున్నాకొద్దీ వెన్నుపూసల మధ్య ఉండే డిస్క్‌లోని కార్టిలేజ్ పలుచబడుతుంది. ఫలితంగా బలహీనంగా.. పెళుసుగా మారి వెన్ను నుంచి బయటకు వచ్చే నాడులకు ఒత్తిడి ఎక్కువై వెన్ను నొప్పి వస్తుంది.

ఎలా వ్యాపిస్తుంది?

వీపు కింది భాగం నుంచి ప్రారంభమైన నొప్పి తొడమీదుగా శరీరమంతటా వ్యాపిస్తుంది. దీనిని సయాటిక అంటారు. శరీరంలో పొడవైన నాడీ అయిన ఈ సయాటిక ఏ కొద్దిమాత్రం దెబ్బతిన్నా ఆ నొప్పి అన్ని శరీర భాగాల్లోనూ ఉంటుంది. కొందరిలో ఇది తీవ్రమైందిగా మారి రోజువారీ కార్యక్రమాలకు ఆటంకం కలిగిస్తుంది. ప్రధానంగా వెన్నులోని లోయర్ లంబార్.. లంబోసాక్రల్ నాడులు.. వీపు దిగువన వెన్ను నాళం ఇరుకుగా మారుతాయి. వెన్నుపూసల మధ్య పలుచని పరుపులా ఉండే డిస్క్‌లో పగుళ్లు వస్తాయి. వెన్నుపూస తన ముందున్న దానిపైకి దూరి వీపు-పిరుదుల ప్రాంతంలోని కండరాలు ఒక్కసారి విపరీతంగా చలిస్తాయి.

ఎలా నిర్ధారిస్తారు?

వెన్నునొప్పితో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు చెప్పిన లక్షణాలు, ఫిజికల్ ఎగ్జామినేషన్ తోపాటుగా మరికొన్ని పరీక్షలు జరిపించటం ద్వారా వెన్ను నొప్పిని నిర్ధారిస్తాం. వ్యాధిగ్రస్థులతో మాట్లాడటం ద్వారా నొప్పి ఎప్పుడు.. ఏవిధంగా ప్రారంభమయ్యింది? దేనివల్ల ప్రేరేపితం అయ్యింది? అని గుర్తింవచ్చు. ఇందుకోసం సాధారణ పెథొలాజికల్ పరీక్షలు చేస్తారు. అంటే రక్తం, మూత్రం పరీక్షలతోపాటు ఎక్స్‌రే, ఎంఆర్ఐ, సీటీ స్కానింగ్ చేస్తారు.

చికిత్స ఏంటి?

నొప్పి తీవ్రత, వ్యాధిగ్రస్థుల ఆరోగ్య చరిత్ర ఆధారంగా చికిత్స నిర్ణయిస్తారు. చాలామందిలో అయిదారు వారాలు మందులు వాడటం.. వ్యాయామం ఇతర సూచనలను పాటించటం వల్ల వెన్నునొప్పి తగ్గుతుంది. అయితే కొంత మందిలో మాత్రం ఉపశమనం లభించదు. అటువంటి వారికి శస్త్రచికిత్స చేయాల్సిన అవసరం ఏర్పడుతుంది. ఆరు నుంచి పన్నెండు వారాల తరువాత కూడా నొప్పి తీవ్రత చాలా ఎక్కువగా ఉంటే శస్త్రచికిత్స అవసరమవుతుంది. లామినెక్టమీ, మైక్రోడిసెక్టమీ శస్త్ర చికిత్సలు నొప్పినుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తాయి.

ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి?

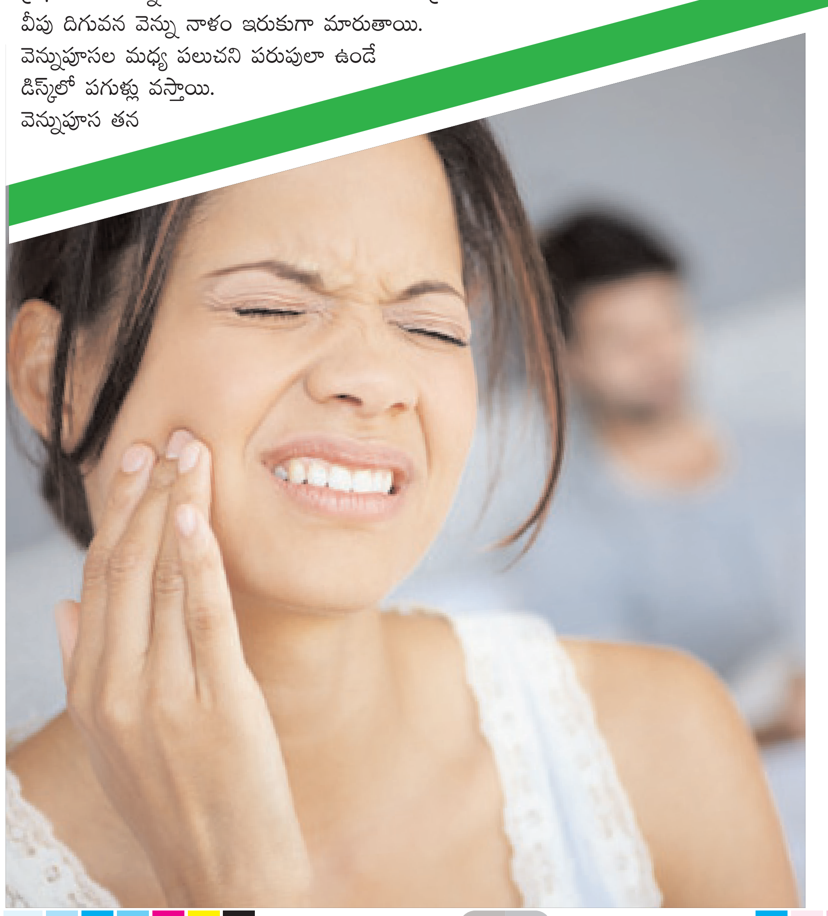
- ఒకసారి వెన్ను నొప్పి వచ్చి చికిత్స తీసుకుని కోలుకున్న తరువాత కూర్చోవటం, పడుకోవటం, వంగి వస్తువులు అందుకోవటం, బరువులు ఎత్తటానికి సంబంధించి ప్రత్యేకంగా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.
- వెన్నునొప్పి రాక ముందటిలా ప్రవర్తించటం వల్ల మళ్లీ నొప్పి రావటానికే కాకుండా వెన్నుకండరాలకు, వెన్నుకు తీవ్రమైన నష్టం కలిగించే ప్రమాదం ఉంటుంది.
- వీపు ప్రాంతానికి విశ్రాంతిని ఇవ్వటం ద్వారా వెన్నునొప్పి నుంచి కొంత ఉపశమనం కలిగించవచ్చని ఇదివరలో పడుకొని ఉండాల్సిందిగా డాక్టర్లు సూచించే వారు.
- కానీ ఇప్పుడు ఒకటి రెండు రోజులకు మించి అలా పడుకుని విశ్రాంతి తీసుకోవటాన్ని ఎవరూ సిఫార్సు చేయడం లేదు కాబట్టి దీని గురించి ఆలోచించాలి.

లక్షణాలు

- మెడ కింది భాగం నుంచి వెన్నుచివరన ఉండే టెయిల్ బోన్ దాకా వెన్ను వెంట బిగుసుకుపోవడం వల్ల భరించలేని నొప్పి వస్తుంది.
- మెడలో.. వీపు పైభాగంలో.. వీపు కింది భాగంలో చాలా నొప్పిగా ఉంటుంది. ఏదైనా బరువు ఎత్తినపుడు శ్రమతో కూడిన పనులు చేసినపుడు నొప్పి మరింత ఎక్కువవుతుంది.
- ఎక్కువ సేపు కూర్చున్నా.. నిలబడ్డా వీపు మధ్య
- కింది భాగాల్లో నొప్పి కలుగుతుంది.
- నొప్పి వీపు కింది భాగం నుంచి పిరుదులు, తొడలు, పిక్కలు, వేళ్ల వరకూ వ్యాపించి ఉంటుంది.
- నిలబడినపుడు వీపు కింది భాగంలో విపరీతమైన నొప్పి కలిగి కండరాలు గట్టిగా కదులుతాయి.
- రాత్రిళ్లు వచ్చే వెన్ను నొప్పిలో పైకి కనిపించే లక్షణాలు రోజంతా ఉండే వెన్నునొప్పిలాగానే కనిపించినా కారణం మాత్రం భిన్నమైంది. వెన్నులో కురుపు ఏర్పడటానికి ఇది సూచిక కావచ్చు.
- ఈ గడ్డ చిన్నదిగా ఉండి వెన్ను నుంచి ప్రారంభమయ్యే నాడులను ప్రేరేపిస్తుంది.
- వెన్ను పూసలలో దేనికైనా ఇన్ఫెక్షన్ సోకటం వల్ల కూడా రాత్రుళ్లలో తీవ్ర నొప్పి ఏర్పడుతుంది.

ఈ నొప్పితో వేరే సమస్యలు

-చేతులు, కాళ్లు, గజ్జల్లో తిమ్మిర్లు ఏర్పడుతాయి. పొడిచినట్లు అనిపిస్తుంది.
-నడుము దగ్గరనుంచి ముందుకు వంగినప్పుడు, దగ్గినపుడు నొప్పి ఎక్కువ అవుతుంటుంది. దీనిని హెర్నియేటెడె డిస్క్ అంటారు.
-జ్వరం, మూత్ర విసర్జన సమయంలో మంట ఉండి తరచూ మూత్రానికి వెళ్ల వలసి వస్తుంది. ఇన్ఫెక్షన్ వల్ల ఇలా జరుగుతుంది.
-వెన్ను నొప్పి కాలు వెనుకభాగం మీదుగా కిందికి వ్యాపిస్తుంది. దీనిని సయాటికాగా గుర్తించాలి.



సైనసైటిస్‌కు స్వస్తి

వాన చినుకులకు కొందరు మురిసిపోతారు. కానీ మరికొందరు భయపడతారు. వర్షంలో తడిస్తే ఆరోగ్య సమస్యలు ఎక్కడ వస్తాయోనని వారి బాధ. చలికి.. చల్లగాలికి.. వర్షానికి అలా వేధించే సమస్యే సైనసైటిస్. చూడడానికి చిన్న సమస్యగానే కనిపించినా ఇది ప్రమాదకరమైంది. దీనినెలా గుర్తించాలి? చికిత్స ఏంటి? తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలేంటి? తెలుసుకొని సైనస్‌కు స్వస్తి పలుకుదాం.ఆధునిక జీవనశైలి సైనసైటిస్ సమస్యను తీవ్రతరం చేస్తున్నది. ప్రతి పదిమందిలో ఐదుగురు సైనసైటిస్ సమస్యతో బాధపడుతున్నారు. వ్యాధి నిరోధక శక్తి లోపించడం కూడా దీనికి కారణం అవుతున్నది. వాతావరణంలో మార్పులు వస్తే కొందరు ఎక్కడ తమకు సైనసైటిస్ సమస్య వస్తుందేమోనని భయపడుతున్నారని చెప్తున్నారు సౌత్ కొరియాలోని యూనివర్సిటీ ఆఫ్ ఉల్సాన్ నిపుణులు. జీవనశైలి మార్చుకుంటే ఈ సమస్యను ప్రారంభంలోనే అధిగమించవచ్చు అని చెప్తున్నారు.

సైనసైటిస్ అంటే?: కపాలంలో గాలితో నిండిన కుహరాన్ని సైనస్ అంటారు. మ్యూకస్ మెంబ్రేన్ అనే మెత్తటి పొరతో సైనస్ కప్పబడి పలుచటి ద్రవపదార్థాన్ని తయారుచేస్తుంది. ఇది మనం ఊపిరి పీల్చినప్పుడు శరీరంలోకి ప్రవేశించిన గాలికి సరైన ఉష్ణోగ్రత, తేమ కల్పిస్తుంది. కపాలంలోని ఎముకల్లో గాలి ఉండడం వల్ల వాటి బరువు తగ్గించడంలో క్రియాశీలకంగా పనిచేస్తుంది. అంతేకాదు.. మనం మాట్లాడినప్పుడు శబ్దం రావడానికి కూడా ఇది ఉపయోగపడుతుంది. కొన్నిసార్లు ఎలాంటి పొర అడ్డులేకుండా సైనస్ నేరుగా ముక్కు రంధ్రంలోకి తెరుచుకుంటుంది. ఆ సమయంలో స్రవించిన స్రావాలు వాటి మార్గంలో అడ్డుపడటం వల్ల శ్వాస సమస్యలు ఏర్పడుతాయి. దీనినే సైనసైటిస్ అంటారు.

లక్షణాలు : తలనొప్పి, ముక్కు దిబ్బడ, నీరు కారడం, దగ్గు, జలుబు సైనసైటిస్ లక్షణాలు. వాతావరణం మారినప్పుడల్లా వైరస్, బాక్టీరియా, ఇన్ఫెక్షన్ల వల్ల సైనసైటిస్ వస్తుంటుంది.

ఎన్ని రకాలు? : సింపుల్‌గా చెప్పాలంటే కళ్లు, ముక్కు, పక్కభాగం ఎముకల్లో ఉండే సన్నని గాలితో నిండిన సైనస్ భాగం ఇన్ఫెక్షన్లతో వాచిపోవడాన్ని సైనసైటిస్ అంటారు. దీనిలో ఫ్రాంటల్, పారానాసల్, ఎత్మియిటల్, యాగ్జిలరీ, స్ఫినాయిడల్ వంటి రకాలు ఉన్నాయి. కానీ ముఖ్యంగా వీటిని మూడు రకాలుగా చెప్తారు. ఒక్కో దశలో ఒక్కో రకమైన తీవ్రతతో ఉంటుంది.

1. అక్యూట్ సైనసైటిస్
2. సబ్ అక్యూట్ సైనసైటిస్
3. క్రానిక్ సైనసైటిస్

అక్యూట్ సైనసైటిస్ వారం రోజులుంటుంది. సబ్ అక్యూట్ 4-8 వారాలుంటుంది. క్రానిక్‌ను దీర్ఘకాలిక సైనసైటిస్ అంటారు. ఇది 8-10 వారాలు బాధిస్తుంది. ఇండియాలో కన్నా అమెరికాలో సైనసైటిస్ సమస్యలు ఎక్కువ అని సర్వేలు చెప్తున్నాయి. 2.4 లక్షల మంది అమెరికన్లు సైనసైటిస్‌తో బాధపడుతున్నారట. వ్యాధిని తేలికగా తీసుకోవడమే వ్యాధి తీవ్రతకు కారణంగా చెప్పుకోవచ్చు. ఆపరేషన్ చేసినా కూడా సరైన జీవనశైలి లేకపోతే ఈ సమస్య మళ్లీ వచ్చే ప్రమాదం ఉంది.

ఎలాంటి సమస్యలు?: సైనసైటిస్ వల్ల సైనస్ భాగంలో తీవ్రమైన ఒత్తిడి, నొప్పి కలుగుతాయి. చీముతో కూడిన స్రావాలు ముక్కు నుంచి బయటకు వస్తాయి. ముక్కు దిబ్బడగా ఉంటుంది. ముక్కులో ఇన్ఫెక్షన్లు మొదలవుతాయి. కొన్నిసార్లు సూక్ష్మజీవులు ఎక్కువగా ఉన్న నీళ్లలో ఈత కొట్టడం వల్ల అవి సైనస్‌లోకి ప్రవేశించి వ్యాధిని కలిగిస్తాయి. స్విమ్మింగ్ పూల్స్‌లో క్లోరిన్ ఎక్కువగా ఉంటే కూడా ఆ గాలి ముక్కు రంధ్రాల ద్వారా సైనస్‌లోకి చేరి మ్యూకస్ మెంబ్రేన్ వాచిపోతుంది. దంతాలలో వచ్చే ఇన్‌ఫెక్షన్ వల్ల కూడా సైనస్ సమస్యలు వస్తాయి. దీర్ఘకాలికంగా సైనసైటిస్ వ్యాధితో బాధపడే వారు కనురెప్పల వాపు, కనుగుడ్లు పక్కకు జరిగి ఉండటం, కన్ను నరం దెబ్బతిన్నపుడు చూపు కోల్పోవడం, వాసన తెలియక పోవడం, తరచూ జ్వరం రావడం, ఎదుగుదల లోపాలు వంటి సమస్యలు వస్తాయి.

ఇతర సమస్యలూ కారణమే: వేరే ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలు ఉంటే వాటి వల్ల కూడా సైనసైటిస్ సోకుతుంది. పుష్టికరమైన ఆహారం తీసుకోకపోవడం, చికెన్ పాక్స్, కోరింత దగ్గు, డయాబెటీస్ సమస్యలు ఉన్నట్లయితే సైనసైటిస్ వస్తుంది. చాలా కేసుల్లో సైనసైటిస్ వైరల్ ఇన్‌ఫెక్షన్‌గా మారుతుంది. తర్వాత బాక్టీరియా చేరి సైనస్ సమస్యగా మారుతుంది. ఈ హానికర సూక్ష్మజీవుల్లో స్ట్రెప్టోకోకస్ న్యుమోనియా, హీమోఫిలస్ ఇన్‌ఫ్లుయెంజా, స్టెఫైలోకోకస్ ఆర్‌ఈయస్ వంటి వాటివల్ల కూడా సైనసైటిస్ సమస్య వస్తుంది. మ్యూకోసల్ మెంబ్రేన్, సైనస్ ఎముకల మీద కూడా ప్రభావం వల్ల.. దంతాలకు ఉన్న అంటు సైనస్‌లకు వ్యాపించడం వల్ల సైనసైటిస్ సమస్య వస్తుంది.

వ్యాధి నిర్ధారణ: ముఖం భారంగా ఉండటం, తలనొప్పి, గొంతులోకి ద్రవం కారటం, చెవిలో చీము పట్టడం, కోపం, మానసిక స్థైర్యం కోల్పోవటం, అలసట, విసుగు, పనిపై శ్రద్ధ లేకపోవటం వంటి లక్షణాలు వరుస క్రమంలో ఉంటే సైనసైటిస్‌గా గుర్తించాలి. దీనిని సీటీ స్కానింగ్, ఎక్స్‌రే ద్వారా నిర్ధారిస్తారు.

కారణమేంటి?

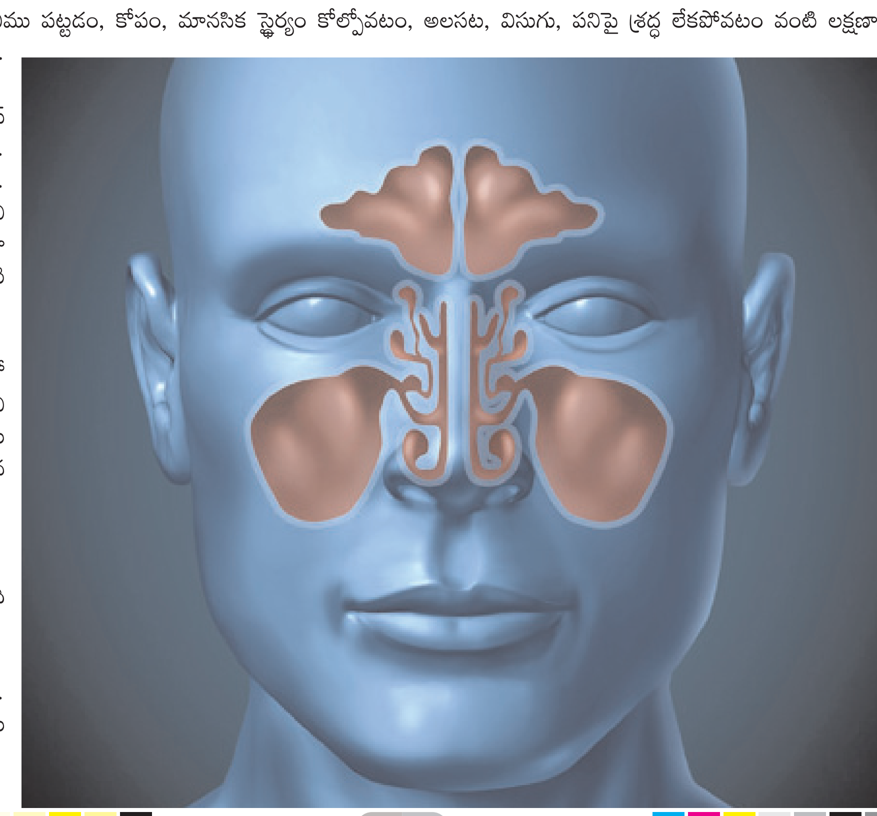
సైనస్‌లో సరైన వెంటిలేషన్ లేకపోవడం ముఖ్య కారణం. సాధారణంగా సైనస్‌లో మ్యూకస్ ద్రవాలు సీలియరీ మూమెంట్ వల్ల ఆస్టియాను చేరి అక్కడ నుంచి ముక్కు రంధ్రాల్లోకి చేరుతాయి. ఇది జరుగకుండా సైనస్‌లో తయారయ్యే పదార్థాలు నిల్వ ఉండి విధులకు ఆటంకం కలిగిస్తాయి. ముఖ్యంగా నాసికా కవచం, స్ఫుటం నిర్మాణంలో తేడాలు ఏర్పడతాయి. కొందరికి ముక్కులోని ద్రవాల చిక్కదనం వల్ల కూడా ఈ సమస్య వస్తుంది. ఒకసారి సైనసైటిస్ వచ్చి మ్యూకోసా దెబ్బతింటే పదే పదే వచ్చే అవకాశాలు ఉన్నాయి. వాతావరణం తేమగా, చల్లగా ఉన్నప్పుడు వాటి ప్రభావం వల్ల సైనసైటిస్ వస్తుంది.

చికిత్స:

అమాక్సిసిల్లిన్ లేదా ఆంపిసిల్లీన్ మందులు ఇవ్వవచ్చు. ఓరల్ డ్రిక్సోరాల్, డిమెటాప్ మందులతో కూడా తగ్గుతుంది. స్టీమ్‌ను పీల్చుకొనుట ద్వారా హీట్‌ను కలిగించుట ద్వారా ముక్కు నుంచి స్రావాలు బయటకు రప్పించి ఉపశమనం కలిగించవచ్చు. నాసల్ స్ప్రేలు కొంతవరకు ఉపశమనాన్ని కలిగిస్తాయి. మందులకు తగ్గకపోతే మాత్రం శస్త్రచికిత్స ద్వారా సైనస్‌కు కారణమైన దుర్మాంసాన్ని తొలగించవచ్చు.

తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు

-ఎలర్జీ కలిగించే వస్తువులను దూరంగా ఉంచాలి.
-తగిన పోషకాహారం తీసుకోవాలి. వ్యాయామం చేయాలి. తగినంత విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. వ్యాధి నిరోధక శక్తి పెంపొందించుకోవాలి.
-శ్వాసకోశ అంటువ్యాధులతో బాధపడుతూ ఉన్న వ్యక్తులకు దూరంగా ఉండాలి.
-శ్వాసకోశ వెలుపలి భాగాల్లో అంటు 7- 10 రోజుల కంటే ఎక్కువ ఉండకుండా చూసుకోవాలి.
-ముక్కు నుండి వచ్చే స్రావాల రంగు మారినా లేదా చెడు వాసన వస్తున్నా డాక్టర్‌ను సంప్రదించాలి.
-టాన్సిలైటిస్‌తో బాదపడుతున్నవారు వెంటనే ఈఎన్‌టీ నిపుణులను సంప్రదించాలి.



ఒంటి చేత్తో దేశాలను పాలిస్తున్న మహిళా నాయకులు వీళ్లే..!

తొమ్మిది నెలలలో ఓ బిడ్డకు ప్రాణంపోయగల శక్తి స్త్రీకి ఉంది. కానీ, చట్టసభలలో ఆమె ప్రాతినిధ్యానికి ఉద్దేశించిన బిల్లు మాత్రం మూడు దశాబ్దాలు గడిచినా చట్టరూపం దాల్చలేదు. మొత్తానికి గ్రహణం వీడింది. లోక్‌సభ ఆమోదం పొందింది. అయినా, మహిళ పాలన మనకు కొత్తేం కాదు. తరాలుగా తన నాయకత్వ ప్రతిభను నిరూపించుకుంటూనే ఉన్నదామె. స్వాతంత్ర్యం తర్వాత ఏర్పడిన మొట్టమొదటి క్యాబినెట్‌లో మంత్రిగా కొలువైన అమృత కౌర్ నుంచి ఇప్పటి రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము వరకు చాలామంది మగువలు దేశానికి ప్రాతినిధ్యంవహించారు. ఇక విశ్వ మహిళలు ఇందిరాగాంధీ, మార్గరెట్ థాచర్, అంగ్‌సాన్ సూకీ, బెనజీర్ భుట్టో తమదైన ముద్రతో అంతర్జాతీయ సమాజాన్ని ప్రభావితం చేశారు. ఈ సందర్భంగా ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న మహిళా దేశాధ్యక్షులను కూడా తలుచుకుని తీరాలి.
%పాకిస్తాన్ నుంచి విడివడిన దేశం. ఛాందసం ఒకవైపు, మిలటరీ ప్రాబల్యం మరోవైపు.. అధికార పీఠం పీకనొక్కే ప్రయత్నం చేస్తున్న సందర్భం. ఈ సవాళ్లను తట్టుకుంటూనే 15 ఏళ్లుగా బంగ్లాదేశ్‌ను పాలిస్తున్న షేక్ హసీనాను తల్చుకుంటే చాలు, మహిళల నాయకత్వ సామర్థ్యం పట్ల మన అనుమానాలన్నీ పటాపంచలైపోతాయి. మిలటరీ తిరుగుబాటులో బంగ్లాదేశ్ జాతిపితగా భావించే తండ్రి ముజిబుర్ రెహమాన్‌ను, తల్లిని, కొడుకును, ముగ్గురు సోదరులను కోల్పోయింది. అయినా నిబ్బరంగా రాజకీయాల్లోకి దిగి, తండ్రి వారసత్వాన్ని చాటుకున్నది. తిరుగుబాట్లను తట్టుకుని తిరుగులేని నాయకురాలిగా నిలిచింది. ఆమెకు దీటుగా నిలిచింది కూడా మరో మహిళే.. ఖలీదా జియా! సమర్థ ప్రధానిగా దేశాన్ని గాడిన పెడుతున్నారు హసీనా.

తాయ్ ఇంగ్ వెన్

తైవాన్.. ఒక అతిచిన్న దేశం. ప్రచ్ఛన్న యుద్ధంలో, ప్రపంచశక్తుల అహంకారంతో నలిగిపోయిన ప్రాంతం. అయినా ఆ సంక్షోభాల మధ్య నిలదొక్కుకోవడమే కాకుండా ధనిక దేశంగా మారింది. ఈ మార్పును విశ్లేషకులు 'తైవాన్ మిరకిల్' గా పేర్కొంటారు. పక్కనే ఉన్న చైనా ఎప్పుడెప్పుడు తైవాన్‌ను ఆక్రమిద్దామా అని ఎదురుచూస్తూ ఉంటుంది. ఓ పసికూన ప్రపంచశక్తిని ఎదుర్కొని నిలబడి, ముందుకు సాగడం వెనుక ఆ దేశాధ్యక్షురాలు తాయ్ ఇంగ్ వెన్ ఉన్నారు. ఆమె తండ్రి ఓ ఆటో షాప్ యజమాని. తొమ్మిది మంది పిల్లల మధ్య సాధారణ జీవితం గడిపింది. అంచెలంచెలుగా ఎదుగుతూ, ఈ స్థాయికి చేరుకున్నది. దేశ అభివృద్ధిని వేగవంతం చేస్తూ, చైనా కవ్వింపులను నేర్పుగా ఎదుర్కొంటూ, అంతర్జాతీయ సమాజంతో సత్సంబంధాలు కొనసాగిస్తూ%ొా% ప్రపంచంలోని ప్రతిభావంతులైన నాయకుల జాబితాలో చోటు సంపాదించుకున్నది. వారసత్వంతోనే మహిళలు రాజకీయాల్లో విజయం సాధిస్తారనే అపోహను పటాపంచలు చేసింది.

ఎలిజబెత్ బోర్న్

ప్రపంచ యుద్ధం తర్వాత ఫ్రాన్స్ కనీవినీ ఎరుగని సంక్షోభాన్ని ఎదుర్కొంటున్నది. కొవిడ్ దెబ్బకైతే, నిలదొక్కుకోలేకపోయింది. ఈ విలాసదేశాన్ని ఇప్పుడు పేదరికం, నిరుద్యోగం అవహించాయి. ఈ నేపథ్యంలో దేశ ప్రధాని పదవిని చేపట్టిన ఎలిజబెత్ మీదే అందరి ఆశలూ! ఎలిజబెత్‌కు పదకొండేండ్లు ఉన్నప్పుడు.. ఆమె తండ్రి ఆత్మహత్య చేసుకున్నారు. దీంతో ప్రభుత్వ సంరక్షణలో పెరిగింది ఎలిజబెత్. బాగా చదువుకుని ప్రభుత్వ అధికారిగా పాలనకు దగ్గరైంది.
ప్రత్యక్ష రాజకీయాల్లోకి వచ్చిన ఐదేళ్లలోనే ప్రధాని పదవి చేపట్టింది. పరిపాలన దక్షతతో.. దేశపరిస్థితులను చక్కదిద్దుతూనే, మైనారిటీ ప్రభుత్వాన్ని నెట్టుకొస్తున్నది. మహిళా నాయకులు ఆర్థిక, రాజకీయ సంక్షోభాల్ని నిలువరించలేరనేవాదనను కొట్టిపారేస్తున్నది ఎలిజబెత్.

జార్జియా మెలోని

2022లో ఫోర్బ్స్ పత్రిక 'ప్రపంచంలోనే అత్యంత శక్తివంతులైన మహిళలు' పేరుతో ఓ జాబితాను విడుదల చేసింది. అందులో తొలి పది స్థానాల్లో చోటు దక్కించుకున్న ఏకైక ప్రధాని జార్జియా మెలోని. ఇటలీ నేత. మహిళలు రాజకీయాల్లోకి అనుకోకుండా వస్తారే కానీ, ఆ రంగాన్ని ఉద్దేశపూర్వకంగా ఎంచుకోరు అనే అభిప్రాయాన్ని కొట్టిపారేసే కెరీర్ తనది. కౌమారం నుంచే ప్రత్యక్ష రాజకీయాల్లో పాల్గొంటున్నది. 2022లో సంకీర్ణ ప్రభుత్వం ఏర్పడిన తర్వాత.. 'ఎవరిని నేతగా ఎంచుకోవాలి?' అనే విషయం మీద రోజుల తరబడి తర్జనభర్జన కొనసాగింది. దాన్ని దాటుకుని ప్రధాని పీఠాన్ని అందుకున్నది జార్జియా. కొవిడ్, అక్రమ వలసలు, డ్రగ్స్ లాంటి సమస్యల పట్ల కఠినమైన వైఖరి ప్రదర్శించింది. భారత్ సహా ఎన్నో దేశాలతో మంచి సంబంధాలు కొనసాగించింది. ఇటలీ తొలి మహిళా ప్రధాని కూడా జార్జియానే!

ఆనా బ్రన్‌బిక్

ఓ చిన్న దేశం. ప్రపంచ రాజకీయాలను ఎదుర్కొని ముందుకు సాగడమే కష్టం. అందులోనూ చుట్టూ ఎన్నో వివాదాలు. ఇదీ సెర్బియా పరిస్థితి. వేల ఏళ్ల చరిత్ర ఉన్న ఈ దేశం తన సరిహద్దుల్లోని కొసావా, బోస్నియా సమస్యలతో నలిగిపోతున్నది. వాటికి తోడు అటు అమెరికా, ఇటు రష్యా.. ఈ రెండూ కూడా సెర్బియా తమకే మద్దతు ఇవ్వాలని ఆశిస్తుంటాయి. ఇక కొవిడ్ ఓ కొత్త తలపోటు. ఈ నేపథ్యంలో తొలి మహిళా ప్రధానిగా గెలిచారు ఆనా.

అంతేకాదు! స్వలింగ సంపర్కురాలిగా ప్రకటించుకొన్న అతికొద్ది మంది నాయకులలో తనూ ఒకరు. 2017లో పదవిని చేపట్టిన ఆనా ఎన్నో సంక్షోభాల నుంచి దేశాన్ని గట్టెక్కించారు. పార్టీ చేతిలో కీలుబొమ్మ అని ఎగతాళి చేసినా.. వ్యక్తిగతంగా, పాలనాపరంగా లక్ష్యం దిశగా అడుగులు వేస్తున్నారు.

సాహ్లె వర్క్ జూడ్

ఆఫ్రికా.. ఆదిమ మానవుడి పుట్టిల్లు అని చెబుతారు. కానీ ఆధునిక ప్రపంచంలో నిలదొక్కుకోలేకపోయింది. అణచివేత, బానిసత్వంతో చీకటి ఖండంగా మారింది. పేదరికం, నిరక్షరాస్యత లాంటి సమస్యలు ఎలాగూ ఉన్నాయి. వాటికి తోడు అనేక అంతర్గత అలజడులు ఆఫ్రికా దేశాలను అతలాకుతలం చేస్తున్నాయి. అలాంటి ఓ గడ్డ.. ఇథియోపియా. ఆ దేశ అధ్యక్షురాలు వర్క్ జూడ్. 35 ఏళ్ల క్రితం రాయబారిగా మొదలైన ఆమె రాజకీయ ప్రయాణం, 2018లో ఆ దేశ తొలి మహిళా అధ్యక్షురాలి స్థాయికి చేరుకుంది. నిర్ణయాల విషయంలో ఎంత కఠినంగా ఉంటుందో, మానవతలో అంత ఉదారంగా వ్యవహరిస్తుందని సాహ్లెకు పేరు. వేల మంది ఖైదీలకు క్షమాభిక్ష పెట్టడమే ఇందుకు ఉదాహరణ. 'మహిళల గురించి నేను మరీ ఎక్కువగా మాట్లాడుతున్నా అనుకుంటున్నారేమో ఇది ఆరంభం మాత్రమే' అంటూ తన ఆశయాన్ని స్పష్టం చేస్తారు వర్క్ జూడ్.

ఆరంభమే..

.. వీళ్లు మాత్రమే కాదు. ఐస్‌లాండ్, డెన్మార్క్, జార్జియా, స్లొవేకియా, గ్రీస్, టాంజానియా, హంగెరీ లాంటి దేశాలకూ మహిళలే సారథ్యం వహిస్తున్నారు. పాలనలో ఎవరికీ తీసిపోమని నిరూపిస్తున్నారు. పౌరులను కన్నబిడ్డల్లా తీర్చిదిద్దగలమని, దేశాన్ని ఇంటిలా చక్కదిద్దగలమని చేతల్లో చాటుతున్నారు ఈ నారీ నేతలు. మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లు ఈ నమ్మకానికి కొనసాగింపు.

మూగ బంధం

రోడ్డుమీద ఏ ప్రమాదమో జరిగి, తోటి మనుషులకు రక్తమోడుతున్నా తమదారిన తాము వెళ్లే రోజులివి. ఇక, జంతువులకు దిక్కెవరు? మహ్మద్ సుమ మాత్రం.. ఎక్కడ ఏ మూగ జీవికి ఇబ్బంది కలిగినా వెంటనే బయల్దేరి వచ్చేస్తారు. ఎక్కడ ఏ వన్యప్రాణిని అంగడి సరుకులా విక్రయిస్తున్నారని సమాచారం అందినా.. క్షణాల్లో వాలిపోతారు. నోరులేని జీవాలకు బాసటగా నిలుస్తారు. అధికారుల సహకారంతో అక్రమారుల ఆట కట్టిస్తారు.
మహబూబాబాద్‌లోని జగన్ కాలనీ సుమ చిరునామా. కన్నవారు మహ్మద్ సుభాని, సలీమ. ఇద్దరూ సమాజ సేవకులే. 'సృష్టిలోని ప్రతి ప్రాణికి మనిషితో సమానంగా జీవించే హకు ఉందని, వాటి స్వేచ్ఛను కాపాడాల్సిన బాధ్యత ప్రతి ఒకరిదని నా తల్లిదండ్రులు తరచూ చెప్పేవారు. ఆ మాటలే నన్ను ఇటువైపు నడిపించాయి' అంటారామె. దిక్కులేని పిల్లికూనలు, గాలిపటం మాంజా తగిలి రెకలు విరిగిన రామ చిలుకలు, కుకల బారినపడిన గుడ్ల గూబలు, విద్యుదాఘాతానికి గురైన పావురాలు, రోడ్డు ప్రమాదంలో నడుము విరిగిన ఆవులు.. ఇలా ప్రమాదంలో ఉన్న ప్రతి జీవీ ఆమెకు ఆత్మబంధువే. పశు వైద్యుల సాయంతో చికిత్స అందించడంతో పాటు అవి పూర్తిగా కోలుకునే వరకూ ఆశ్రయం ఇస్తారు.
వన్యప్రాణుల విక్రయాలను నిలువరించి అక్రమారులను అటవీశాఖ అధికారులకు అప్పజెప్పిన సందర్భాలూ అనేకం. విదేశీ వలస పక్షులను, జల్మా జాతి పక్షులను, నక్షత్ర తాబేళ్లను కాపాడి వరంగల్ నగరంలోని వన విజ్ఞాన కేంద్రానికి తరలించిన ఘటనలూ ఉన్నాయి. తెలంగాణ ప్రభుత్వం అందుబాటులోకి తెచ్చిన సంచార పశు వైద్యశాల(1962) గురించీ విస్తృతంగా ప్రచారం చేస్తారు సుమ. ఆ చొరవలో భాగంగా మండల పరిధిలోని 21 గ్రామాలలో పాదయాత్ర చేపట్టారు. సుమ సేవలను గుర్తించిన రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవంనాడు ఘనంగా సన్మానించింది.

హిందీ చందనం!

పిల్లల కోసం పెద్దలు కథలు రాయడం ఎంత కష్టమో. పిల్లల కోసం పెద్దలు ఆ కథలు చదవడం కూడా అంతే కష్టం. అయితే, ఇష్టం ఉంటే ఏదీ కష్టం కాదని అంటున్నారు గజ్వేల్‌లోని ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాల హిందీ ఉపాధ్యాయిని డాక్టర్ సిరిసిల్ల చందన. పిల్లల పాఠాల కోసం కథలు చదువుతూ.. చివరికి ఆ కథలపైనే పరిశోధన చేసి డాక్టరేట్ సాధించారామె. హిందీ బాలసాహిత్యంపై తెలంగాణలో జరిగిన తొలి పరిశోధన ఇది. సాధనమున పనులు సమకూరు ధరలోన అన్న మాటను నిజం చేసిన చందన కథ ఇది..చిన్నప్పటి నుంచీ సాహిత్యం అంటే ఇష్టం. హిందీ కథల పుస్తకాలు, కామిక్స్ బాగా చదివేదాన్ని. నాన్న ఇండియన్ ఎయిర్ ఫోర్స్‌లో వారెంట్ ఆఫీసర్‌గా పని చేసేవారు. తరచూ ట్రాన్స్‌ఫర్స్ ఉండేవి. బదిలీ ఉత్తర్వులు వచ్చిన ప్రతిసారీ ఊళ్లు మారేవాళ్లం. ఎంత దూరంలో ఉన్నా సరే.. తరచూ మా సొంతూరు సిరిసిల్లకు వచ్చేవాళ్లం. దీంతో రైలు ప్రయాణాలు ఎక్కువగా ఉండేవి. అదీ రెండుమూడు రోజుల సుదీర్ఘ యాత్రలే. రైల్వే స్టేషన్‌కు వెళ్లగానే నాన్న మమ్మల్ని బుక్ స్టాల్‌కు తీసుకుపోయేవారు. నాకు, అన్నయ్యకు, తమ్ముడికి ఇష్టమైన కామిక్ బుక్స్ కొనిచ్చేవారు. అలా మా రైలు ప్రయాణం.. చందమామ, విక్రమ్ బేతాళ్, సూపర్ మ్యాన్ సిరీస్, సరిత, ఫెమినా తదితర పత్రికలతో హుషారుగా సాగిపోయేది.

హిందీ ప్రేమ..

బెంగళూరులోని కేంద్రీయ విద్యాలయలో చదువుతున్నప్పుడు హిందీ టీచర్ ప్రేమా సింగ్‌తో మంచి అనుబంధం ఉండేది. ఆమె పాఠం చెప్పే విధానం బాగా నచ్చేది. పద్యాలను, శ్లోకాలను చక్కగా విశ్లేషించేవారు. ఆ స్ఫూర్తితో ప్రాచీన కావ్యాలు, ప్రేమ్‌చంద్ నవలలు, కథలు చదివాను. హిందీ భాష, సాహిత్యం మీద అభిమానం పెంచుకున్నాను. ఆ ప్రేమ

కాలేజి రోజుల్లో ఇంకా పెరిగింది. బీఏలో హిందీ లిటరేచర్ తీసుకున్నాను. చాలా మంది హిందీలో పాస్ మార్కులు వస్తే చాలనే ధోరణితో ఉంటారు. దీంతో హిందీ టీచర్‌కు ప్రాధాన్యం తగ్గింది. హైస్కూల్‌లో అయిదేళ్లు చదివినా హిందీలో మాట్లాడలేరు. దీనికి మన విద్యా విధానంలోని లోపాలే కారణం. టీచర్లు ఎంతసేపూ భాషను సాహిత్యంతో జోడించి చెబుతున్నారు. ఇంతకు మించి వాళ్లకు అదనపు మెటీరియల్ దొరకట్లేదు. అందువల్లే పిల్లలకు హిందీ నేర్పలేకపోతున్నారు. విద్యార్థులూ నేర్చుకోలేకపోతున్నారు. అందుకు భిన్నంగా మా తరగతి గదిలో కొన్ని ప్రయోగాలు చేశాను. రోజూ పాఠం అయిపోయాక విద్యార్థులతో హిందీలో మాట్లాడిస్తాను. వచ్చినా రాకున్నా కచ్చితంగా మాట్లాడాలి. అలా అయితేనే భాష వస్తుందని వాళ్లను ప్రోత్సహిస్తాను. 'సాటర్‌డే.. ఫన్‌డే' పేరుతో పిల్లలతో చిన్న చిన్న నాటికలు వాటిలోని సంభాషణలు వాళ్ల భాషా సామర్థ్యాన్ని పెంచుతాయి. విద్యార్థులతో నీతికథలు చెప్పిస్తాను. మధ్యలో ఏవైనా తెలుగు పదాలు వాడితే హిందీ పదాలు గుర్తు చేస్తాను. పుట్టిన రోజున చాక్లెట్లు కాకుండా పిల్లల కథల పుస్తకాలు తెమ్మని చెప్తాను. తరగతి గదిలో ఒక దండెం కట్టి, ఆ పుస్తకాలను వేలాడదీస్తాను. పిల్లలు తమకు ఇష్టమైన పుస్తకాన్ని తీసుకుని చదువుకోవచ్చు. నేను పిల్లలకే కాదు టీచర్లకూ పాఠాలు చెప్పాను. ఎన్‌సీఈఆర్‌టీ నేషనల్ రిసోర్స్ పర్సన్‌గా హిందీ టీచర్లకు వీడియో, ఆడియో ఎడిటింగ్, పవర్‌పాయింట్ ట్కస్లైడ్ ప్రజెంటేషన్, డిజిటల్ కంటెంట్ రూపకల్పన గురించి నేర్పించాను. ఎస్‌సీఈఆర్‌టీకి కూడా హిందీ రీసోర్స్ పర్సన్‌గా ఉన్నాను. టీ శాట్ కోసం 25 హిందీ పాఠాలు (డిజిటల్) రూపొందించాను.

పిల్లల్లా చదివా..

మధ్యలో ఆగిపోయిన చదువును కొనసాగిస్తూ.. ఉస్మానియా యూనివర్సిటీ నుంచి ఎంఏ (హిందీ), ఎంఫిల్ పూర్తిచేసి 2018లో పీహెచ్‌డీలో చేరాను. ఆ సమయంలో నేను ఓ విద్యార్థిగా మారిపోయాను. కె. శ్యాంసుందర్ గారు నాకు గైడ్. హిందీ బాలసాహిత్యానికి సంబంధించిన తెలంగాణలో ఏ పరిశోధనా జరగలేదు. నాదే మొదటి ప్రయత్నం. నేషనల్ బుక్ ట్రస్ట్ (ఎన్‌బీటీ) ప్రచురించిన హిందీ బాలసాహిత్యం గురించి నేను పరిశోధన చేశాను. ఇందులో ఎన్‌బీటీ హిందీ బాలసాహిత్య వర్గీకరణ, వివిధ దశలను విశ్లేషించడంతోపాటు పిల్లల ఆలోచనల్లో, సృజనాత్మకతలో వచ్చిన మార్పుల్ని కూడా చర్చించాను.

అక్షర అర్చన!

శిథిల స్థితిలో నిర్మాణాలు.తాగునీరు లేని తరగతి గదులు. విరిగిన బెంచీలు. ముక్కలైపోయిన కుర్చీలు. పిడికెడు మంది విద్యార్థులు. ఇదంతా ఆమె బాధ్యత తీసుకోవడానికి ముందు మాట. అర్చన నోగూరి ప్రధానోపాధ్యాయురాలి హోదాలో కాలుపెట్టగానే పరిస్థితుల్లో మార్పు వచ్చింది. కొద్దికాలంలోనే అత్యుత్తమ పాఠశాల స్థాయికి చేరింది ఆ సర్కారు బడి. ఆ చొరవకు గుర్తింపుగానే ఆమె జాతీయ స్థాయిలో ఉత్తమ ఉపాధ్యాయురాలిగా ఎంపికయ్యారు.'పాఠశాల సమాజానికి దూరంగా ఉండొద్దు. సమాజంలో ఓ భాగం కావాలి. అంతెందుకు? ప్రభుత్వ పాఠశాలల కోసం సర్కారు చాలా చేస్తున్నది. ఉచితంగా పుస్తకాలు ఇస్తున్నది. మధ్యాహ్న భోజనంలో పోషకాహారం అందిస్తున్నది. యూనిఫామ్ సమకూరుస్తున్నది. టీచర్లు కూడా ఎంతోకొంత చేయగలిగితేనే పిల్లలు అన్ని రకాలుగా ఎదుగుతారు'.. ఇప్పుడే కాదు. విద్యార్థి దశ నుంచీ బోధన రంగం మీద నా నిశ్చితాభిప్రాయం ఇది. ఇరవై మూడేండ్ల క్రితం.. నా కల నిజమైంది. ఏరికోరి ఉపాధ్యాయ వృత్తిని ఎంచుకున్నాను. చాలా పాఠశాలల్లో పనిచేశాను. పదేండ్ల క్రితం మంచిర్యాల జిల్లా దండేపల్లి మండలం రెబ్బెన పల్లి ప్రాథమిక పాఠశాలకు ప్రధానోపాధ్యాయురాలిగా వచ్చాను.
రెండు వేల జనాభా ఉన్న పెద్ద గ్రామం అది. కానీ, పాఠశాలలో 30 మంది విద్యార్థులే ఉన్నారు. దాదాపు మూతపడే స్థితిలో ఉంది. ఒక బడి తలుపులు మూసుకుంటే.. వందల జీవితాలు చీకటి పాలవుతాయి. ఏ విద్యాలయానికీ ఆ దుస్థితి రాకూడదు. ఎలాగైనా మా పాఠశాలను బతికించుకోవాలని నిర్ణయించుకున్నా. ఇక్కడ ఇంగ్లిష్ మీడియం లేకపోవడంతో చాలామంది తమ పిల్లల్ని ప్రైవేటు పాఠశాలకు పంపేవారు. ఇంటింటికీ తిరిగి కన్నవారితో మాట్లాడాను. టీచర్లు లేరు, తాగునీటి వసతి లేదు, కనీసం ఇంగ్లిష్ మీడియం ఉన్నా పంపేవాళ్లం.. ఇలా రకరకాల కారణాలు చెప్పారు. గ్రామసభ నిర్వహించి అందరి సహకారం కోరాను. సానుకూల స్పందన వచ్చింది. ఆ భరోసాతో బడి సమీపంలోని ఎస్సీ కాలనీలో ప్రతి కుటుంబాన్నీ కలిశాను. ఆర్థిక భారంతో పిల్లలను చదివించలేకపోతున్న తల్లిదండ్రులతో మాట్లాడి 25 మంది పిల్లల్ని చేర్చుకున్నాను.

పట్టుదలతో మెప్పించి..

రోజూ అందరికంటే ముందు నేనే బడికి వెళ్లేదాన్ని. లెక్కలు రాని పిల్లలకు లెక్కలు నేర్పేదాన్ని. తెలుగులో వెనుకబడినవారికి చదవడం, రాయడం అలవాటు చేయించాను. ఆ ఏడాది విద్యార్థుల్లో వచ్చిన మార్పును అంతా గమనించారు. దీంతో రెండో ఏడాది 90 మంది పిల్లలు వచ్చారు. ఆ తర్వాత, రాష్ట్ర ప్రభుత్వ చొరవతో మా పాఠశాల పూర్తిస్థాయి ఇంగ్లిష్ మీడియం స్కూల్‌గా మారింది. దీంతో పక్కనున్న ఎల్లారం గ్రామస్తులు స్వచ్ఛందంగా ముందుకొచ్చి పాతిక మందిని చేర్పించారు. వాళ్లను చూసి ముత్యంపేట, చింతపల్లి, దండేపల్లి, వెంకటాపూర్ నుంచీ పిల్లలు వచ్చారు. అయితే, విద్యార్థుల సంఖ్య పెరిగాక కూడా తాగునీటి వసతి ఉండేది కాదు. తరగతి గదులూ అంతంతమాత్రమే. సర్పంచ్ చొరవ తీసుకుని.. పాడైపోయిన రెండు గదులను బాగు చేయించారు.
అప్పటి ఎమ్మెల్సీ రూ.1.10 లక్షలతో బోరు వేయించారు. మోటారు పెట్టించారు. ఆ తర్వాత రెబ్బనపల్లికి చెందిన రాజేంద్రప్రసాద్ అనే ప్రవాస పూర్వ విద్యార్థి బెంచీలు, వాటర్ ప్యూరిఫయర్ సమకూర్చారు. ఇవన్నీ చూసి.. హైదరాబాద్ నుంచి ఓ ఫౌండేషన్ డిజిటల్ ఎడ్యుకేషన్ పెట్టండి మేము మద్దతు ఇస్తామని ముందుకొచ్చింది. ఆరు కంప్యూటర్లు అందించింది. వాటితో ఒక ల్యాబ్ ఏర్పాటు చేసుకున్నాం. పిల్లలకు కంప్యూటర్ బేసిక్స్ నేర్పేందుకు ఒక ఇన్‌స్ట్రక్టర్‌ను నియమించి.. నా సొంత డబ్బుతో నెలకు రూ.3 వేల జీతం ఇస్తున్నాను. అలా పిల్లల సంఖ్య 190కి పెరిగింది. విద్యార్థులకు సరిపడా సిబ్బంది లేకపోవడంతో.. దాతల సహకారంతో ఇద్దరు ప్రైవేటు టీచర్లను పెట్టుకున్నాం. అయినా మరో ఇద్దరు అవసరం అయ్యారు. సొంత

నిధులతో వాళ్లనూ నియమించాను. మొత్తం ఆరుగురు టీచర్లు రావడంతో ఒక్కసారిగా అంతా మారిపోయింది. కరాటే ఇన్‌స్ట్రక్టర్‌ను కూడా ఏర్పాటు చేసుకున్నాం. ఆడపిల్లలకు ఆత్మరక్షణ అవసరమనే ఉద్దేశంతో ప్రత్యేక కరాటే తరగతులు నిర్వహిస్తున్నాం.

ప్రపంచంతో పరిచయం..

ప్రతి క్లాస్ రూమ్‌కు ఒక రీడింగ్ కార్నర్ (లైబ్రరీ) ఏర్పాటు చేశాం. అక్కడ 100 నుంచి 150 పుస్తకాలు ఉంటాయి. ఖాళీ సమయంలో వాటిని చదువుకోవచ్చు. చదవగానే సరిపోదు, మరునాడు సమీక్ష రాసుకొని రావాలనే నియమం పెట్టాం. దీనివల్ల వ్యక్తీకరణ మెరుగుపడుతుంది. ఎంతో మెరుగుపడింది కూడా. మా పిల్లలు చిన్నచిన్న కథలు రాస్తున్నారు. వాటన్నిటినీ ఓ పుస్తకంగా తీసుకొచ్చే ఆలోచన ఉంది. విద్యార్థులను తరచూ బయటికి తీసుకు వెళ్తాను. రైతులతో, గొర్రెల కాపరులతో, పంచాయతీ సిబ్బందితో.. ఇలా రకరకాల వ్యక్తులతో మాట్లాడిస్తాను. పర్యావరణ పరిరక్షణపైనా అవగాహన కల్పిస్తున్నా. ఇటీవల మట్టి వినాయకులను తయారు చేసి పంపిణీ చేశారు మా విద్యార్థులు. రెసిడెన్షియల్ స్కూల్‌లో, మోడల్ స్కూల్‌లో గణనీయమైన సీట్లు సాధిస్తున్నారు మా వాళ్లు. ఒకరికి హకీంపేట స్పోర్ట్స్ స్కూల్‌లో ప్రవేశం లభించింది. మా తాత నోగూరి పురుషోత్తం ప్రభుత్వ ఉపాధ్యాయుడిగా పనిచేశారు. మనసున్న మనిషి. ఎన్నో జీవితాను తీర్చిదిద్దారు. ఆయన స్ఫూర్తితోనే నేను ఉపాధ్యాయ వృత్తిని ఎంచుకున్నా. ఉద్యోగంలో చేరాక డిగ్రీ, నాలుగు పీజీలు చేశాను. పీహెచ్‌డీ చేస్తున్నాను. ఇటీవల అందుకున్న జాతీయ అవార్డును సమష్టి కృషి ఫలితంగా భావిస్తాను. బడిని బాగు చేయడానికి సహకరించిన ప్రతి ఒక్కరికీ కృతజ్ఞతలు

తక్కువ ఖర్చుతో సెలవుల్లో ఎంజాయ్ చేయాలనుకుంటున్నారా.. మన దేశంలో బెస్ట్ బీచ్‌లు ఇవే!

వేసవి సెలవులొచ్చాయంటే.. కొందరు పల్లెటూర్లకు పయనమవుతున్నారు. ఇంకొందరు టూర్లు ప్లాన్ చేసుకొని హాయిగా ప్రయాణాలు చేస్తున్నారు. వీలైతే ఈ సమ్మర్‌లో ఈ బీచ్‌లకు వెళ్లండి. విదేశాలకు వెళ్లాలంటే పాస్‌పోర్ట్, వీసాలు కావాలి. బడ్జెట్ కూడా ఎక్కువ అవుతుంది. భారతదేశంలో ఉన్న బీచ్‌లు చూస్తే చాలు ప్రపంచంలో ఉన్న భిన్నమైన బీచ్‌లన్నింటినీ చుట్టేసినట్టే. ఈ సమ్మర్ మీకు మెమరబుల్‌గా మిగలాలంటే ఈ బీచ్‌లను కచ్చితంగా చూడాలి. కేంద్రపాలిత ప్రాంతమైన అండమాన్ నికోబర్ దీవుల్లో ఈ బీచ్‌ని నిశ్శబ్దానికి పర్యాయపదంగా చెప్తారు. స్క్యూబా డైవింగ్, ట్రెక్కింగ్, వాటర్‌గేమ్స్, వంటి ఎన్నో సాహస క్రీడలను ఇక్కడ ప్రయత్నించవచ్చు. ఇటు వెళ్తే ఒకటి రెండు రోజులు కాదు. వారం రోజుల పాటు తిరిగినా పూర్తవ్వని చూడదగ్గ ప్రదేశాలున్నాయి. సముద్రపు ఏనుగుల మీద స్వారీ అయితే చెప్పనక్కర్లేదు.

మరారి బీచ్ :
కేరళలో ఉన్న ప్రతీ బీచ్ అందమైందే. అలప్పిలో ఉన్న మరారి బీచ్ పట్టణానికి నాలుగు వైపులా విస్తరించి ఉంటుంది. నగరానికి దగ్గరగా ఉండడం వల్ల విదేశీయుల తాకిడి ఎక్కువ ఉంటుంది. ఒక్కసారి ఈ బీచ్‌కి వెళ్తే మైమరిచి.. ఈ ప్రపంచం నుంచి వేరే ప్రపంచానికి వెళ్తారు. ఖరీదైన రిసార్టులు ఇక్కడ ఉంటాయి. అవి స్వర్గాన్ని తలపిస్తాయి.

మహాబలిపురం బీచ్ :
మన దేశంలో ఉన్న అత్యంత పరిశుభ్రమైన బీచ్‌లలో ఇది ఒకటి. నిత్యం ఆకట్టుకునే పర్యాటకులు, రకరకాల వంటకాలు, కలర్‌ఫుల్ కార్యక్రమాలు బాగుంటాయి. సాయంత్రం అలల మీద సర్ఫింగ్ చేస్తుంటే చూడాలి గానీ అక్కడినుంచి రావాలనిపించదు. ఇవన్నీ ఇలా ఉంటే.. పాండవుల రథాల వంటి ఏడవ శతాబ్దానికి చెందిన ఎన్నో చారిత్రక ఆధారాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి.

ఒరిస్సా బీచ్ :
గోపాల్‌పూర్ బీచ్.. ఇది ఒరిస్సా రాజధాని భువనేశ్వర్‌కు 190 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్నది. గిరిజనులుండే ఈ ప్రాంతమంతా ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. చుట్టూ హిందూ దేవాలయాలు, పురాతన కట్టడాలున్న ఈ ప్రాంతం పర్యాటకంగా బాగా అభివృద్ధి చెందింది. ముఖ్యంగా ఇక్కడ పోర్టులోని లైట్‌హౌజ్ అన్నింటికన్నా ప్రత్యేకం.

ఆర్కే బీచ్ :
విశాఖపట్టణంలోని ఆర్కే బీచ్ గురించి తెలుగు ప్రజలకు చెప్పనక్కర్లేదు. మనకు దగ్గరలో ఉన్న అతిపెద్ద బీచ్ ఇదే. ఈ బీచ్ చుట్టూ మ్యూజియంలు, గార్డెన్స్, గేమింగ్ జోన్‌లు ఇలా ఎన్నో సదుపాయాలున్నాయి. విశాఖపట్టణానికి వెళ్తే ఆర్కే బీచ్‌తో పాటు కైలాసగిరి, అరకు, బొర్రాగుహలు ఇలా చాలా పర్యాటక ప్రాంతాలను చుట్టేసి రావొచ్చు.

గోవా బీచ్ :
మానసిక ప్రశాంతత కోసం ఈ మధ్య కాలంలో చాలామంది వెళ్తున్న ప్రాంతం గోవా. ఒక్కటా రెండా వందల సంఖ్యలో బీచ్‌లున్న ప్రాంతం గోవా. అక్కడి భిన్న వాతావరణం సరికొత్త ప్రపంచాన్ని పరిచయం చేస్తుంది. గేమ్స్, డీజే నైట్స్ కొత్త లోకాల్లోకి తీసుకెళ్తాయి.

పర్యాటకులను ఆకర్షిస్తున్న చందంపేట గుహలు.. మన తెలంగాణలోనే!

గుహలంటే బెలుం గుహలేనా? గుహలంటే బొర్రా గుహలేనా? వీటిని మించి మైమరిపించి ఆహ్లాదాన్ని పంచే గుహలు మన దగ్గర కూడా ఉన్నాయి. కానీ అవి సరైన గుర్తింపునకు నోచుకోలేదు. పర్యాటక ప్రదేశాలుగా పేరుగాంచలేదు. వసతులుంటే వనాల్లోనే ఉండి హాయిని పొందే గుహలు తెలంగాణలో కూడా ఉన్నాయి. వీలైతే చందంపేట గుహల వైపు ఓ రౌండేసి రండి.. ఎంతటి ఆనందం పొందుతారో మీరే చూడండి..తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ప్రకృతి అందాలకు కొదువే లేదు. ఎత్తైన కొండలు, గలగలపారే జలపాతాలు అడవుల సంగతైతే ప్రత్యేకంగా చెప్పనవసరం లేదు. వీటితో పాటు దర్శనీయ స్థలాలు చాలానే ఉన్నాయి. అందులో ముఖ్యమైనవి గుహలు . గుహలు అనగానే మనకు బొర్రా గుహలు , బెలుం గుహలు గుర్తొస్తాయి. తెలంగాణలో అద్భుతమైన కళాసంపద మాత్రమే కాదు అత్యద్భుతమైన శిలా సంపద కూడా ఉన్నది.

చల్లని చందంపేట... కృష్ణానదీ లోయలో నల్గొండ జిల్లా చందంపేట మండలంలో ప్రపంచంలోని కొన్ని దేశాల్లో మాత్రమే ఉండే అరుదైన గుహలున్నాయి. ఐస్‌లాండ్లోని ఒక అగ్నిపర్వతంలో కరిగి చిమ్మిన లావా వేడి,వేగాలకు ఏర్పడిన భూమికి 400అడుగుల లోతున వున్న దిహ్నుకగిగుర్ అనే గుహ ప్రకృతే స్వయంగా వేసిన హరివిల్లు రంగులతో ఏర్పడి ఉంది. నల్గొండ జిల్లా చందంపేట మండలంలోని కాచరాజుపల్లికి దగ్గర వున్న గుట్టల వరుసలో మునులగుహగా పేరున్న గాజుబేడం గుహ ఆక్వామెరీన్ (నీలి ఆకుపచ్చ) రంగుతో మెరిసిపోతు కనపడుతుంది. గుహలోకి ప్రవేశించే మార్గం విశాలంగా ఉంటుంది. కళ్ళుచెదిరే రంగులగోడలు, అంతస్తుల గుహలు మనల్ని అబ్బురపరుస్థాయి. ఈ మునుల గుహ లేదా భావోజి గుహలో ఏర్పడిన గుహాంతర్భాగాలు సొరంగాలుగా, అంతస్తులుగా చక్కగా చెక్కినట్టుగా రాతిగోడలు,అందమైన ఆకృతులు ఒకచోట ఎరుపు రంగు, మరొకచోట కొంచెం నారింజవర్ణం, గుహలో 90 శాతం ఆక్వామెరీన్(నీలి ఆకుపచ్చ)రంగుతో చాలా అందంగా కనపడుతున్నాయి. ఈ రాతిగోడలు ఇలా రంగులతో మెరిసిపోతున్నాయంటే అగ్నిపర్వతంలో లావా ప్రవాహంతో ఇట్లాంటి గుహలు ఏర్పడివుంటాయి. లావావేడికి కరిగిన వివిధ ఖనిజాలు కలిసిపోవడంతో ప్రాకృతికంగా గుహలగోడలకు ఈ రంగులు వచ్చి ఉంటాయి . ఈ గుహలోని రాళ్ళు ఖనిజసంపన్నమైనవి. ప్రభుత్వం వీటిని పరీక్షించి వీటిలోని ఖనిజాలను అన్వేషించాలి. అంతేకాదు దేశంలోనే అరుదైన ఈ గుహలకు మంచిదారులు వేసి విహార యాత్రాస్థలంగా రూపొందించాలి.ప్రభుత్వం దృష్టిపెడితే ప్రతిష్టాత్మకంగా మారడమే కాక రేపటి పర్యాటక సంపదకు కూడా మూలకారణం అయ్యే లక్షణాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. గుహలోని మార్గాలను అన్వేషిస్తే అనేకమైన కొత్తసంగతులు, ఆశ్చర్యపరిచే చారిత్రక విశేషాలు బయటపడే అవకాశాలున్నాయి. సహజమైన అందాలు పర్యాటకానికి అవసరమైన అన్ని హంగులనూ సొంతం చేసుకుంది చందంపేట మండలం. దేవరచర్లలోని పురాతన శివాలయంతో పాటు గాజు బేడం గుహలు, మునిస్వామి గుట్ట దగ్గర ముని స్వామి, ఏలేశ్వరంలో మల్లయ్యస్వామి ఆలయాలు పుష్కరాలకు వేదికలు. దేవరచర్ల సమీపంలోని మునిస్వామిగుట్టలో జలపాతం దగ్గర శివలింగం ఆధ్యాత్మిక అనుభూతికి లోను చేస్తుంది. గాజు బెడం గుహలు కాచరాజుపల్లి అటవీప్రాంతంలో ఉన్నాయి. వైజాగ్ కాలనీ నుంచి కృష్ణానదిలో ప్రయాణిస్తే కొండల మధ్య కృష్ణా నది పరవళ్ళ తీసే దృశ్యాలు పాపికొండలను తలపిస్తాయి.

మైమరిపించే మైలారం... జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లాలోని పాండవుల గుట్టకి చేరువలో ఉన్న మైలారం గుహలు లక్షల సంవత్సరాల నాటి ఆనవాళ్లకు, ప్రకృతి చెక్కిన అందాలకు ప్రతీకగా నిలుస్తున్నాయి. నల్లగుట్టలుగా పేరొందిన నల్లరాతి గుట్టలలో 3.5 కి.మీ. మేర ఈ సున్నపు గుహలు విస్తరించి ఉన్నాయి. ఇలాంటి గుహలు మన దేశంలో ఉత్తరాఖండ్, హర్యానా, మేఘాలయ, మధ్యప్రదేశ్ , చత్తీస్ ఘడ్, అండమాన్‌-నికోబార్ దీవులలో ఉన్నాయి. తెలంగాణలో ఉన్న సున్నపు గుహలు ఇవొక్కటే కావడం విశేషం. నల్లగుట్టల్లో గుహల లోపలికి సహజసిద్ధంగా ఏర్పడిన సొరంగాలు, ఆ సొరంగాల్లో రహస్య మార్గాలు ఉన్నాయి. గుహల పై భాగంలోని సున్నపురాతి పైకప్పుల నుండి సున్నపునీటితో జారిపడి గట్టిపడిన స్టాలక్టైట్స్ , వాటితో ఏర్పడిన వింతైన ఆకృతులున్నాయి. పరిసర ప్రాంతాల్లో ప్రకృతి సోయగాలు, ఎన్నో అపురూప దృశ్యాలు మనల్ని అబ్బురపరుస్తాయి. ఈ గుట్టలను ఆదిమానవుల ఆవాసాలుగా చరిత్రకారులు భావిస్తున్నారు. అందుకు నిదర్శనంగా ప్రాచీన శిలాయుగానికి చెందిన అనేక రాతి పనిముట్లు ఇక్కడ కనిపిస్తున్నాయి. ఈ గుహల్లో ఆర్కియన్ శిలలు ఉన్నాయి. కొన్నిచోట్ల గుహలు 10, 50, 100 అడుగుల విస్తీర్ణంతో, కొన్నిచోట్ల గుండ్రంగా, మరికొన్ని చోట్ల పొడవు గదుల్లా ఉన్నాయి. గుహ ప్రారంభంలో వెలుతురు ఉన్నప్పటికీ లోపలికి వెళ్తున్న కొద్దీ చిమ్మచీకటి కమ్ముకుంటుంది. అక్కడక్కడా గుట్ట పైభాగం నుంచి పడే సూర్యరశ్మి వల్ల గుహలో కాస్త వెలుతురు ఉంటుంది. గుహలో గుండుసూది వేసినా స్పష్టంగా వినిపించేంత నిశ్శబ్దం ఉంటుంది. గుహలో 20 డిగ్రీల సెల్సియస్ ఉష్ణోగ్రత, చల్లని గాలి ఉంటాయి. ఈ గుహల్లో సున్నపు రాతి నీళ్ళు జారిపడి అనేక ఆకృతులు ఏర్పడ్డాయి. వాటిలో ఎగిరే పక్షులు, నగిషీలు, నేల మీద వాలిన డేగ, సింహం, మనిషి ముఖం వంటి ఆకృతులు ముఖ్యమైనవి. సున్నపు గుహలను అభివృద్ధి చేస్తే బొర్రా గుహలు, బెలూం గుహలను మైమరిపించేట్లు పర్యాటకులను ఆకట్టుకుంటాయనడంలో అతిశయోక్తి లేదు.

వేసవిలో టూర్లు ప్లాన్ చేస్తున్నారా.. ఈ జాగ్రత్తలు తప్పక తీసుకోండి!

సెలవులొచ్చాయి. ఎండలు దంచి కొడుతున్నాయి. ఎన్ని ఎండలుంటే ఏంటి సమ్మర్ టూర్లు వేయకపోతే మనసు ప్రశాంతంగా ఉండదు కదా!పర్లేదు. వేసవిలో ప్రయాణం చేయాలనుకునే వాళ్లు ఈ జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే సరిపోతుంది.

-ప్రయాణమే కదా ఎంజాయ్ చేస్తే పర్లేదు. ఎండలే కదా అని నిర్లక్ష్యం చేయకండి. జాగ్రత్త పడకపోతే చాలా ఇబ్బందులు పడాల్సి వస్తుంది. వడదెబ్బ తగిలి మంచానికెక్కాల్సి వస్తుంది.

-వేసవిలో దాహం ఎక్కువే అవుతుంది.కాకున్నా సరే నీళ్లు ఎంత ఎక్కువ తాగితే అంతమంచిది. ఇది చాలా ముఖ్యం. నీళ్లు ప్రయాణపు అలసట నుంచి దూరం చేయడమే కాకుండా శరీరాన్ని వాతావరణపు మార్పులు తట్టుకునేలా చేయగలవు.

-ప్రయాణమంటేనే చిరుతిండ్లు అంటారు చాలామంది. అది సహజం కూడా. కానీ ఇక్కడే జాగ్రత్తగా ఉండాలి. అసలే ఎండాకాలం ఆరోగ్యకరమైన ఆహారానికి ప్రాధాన్యమివ్వాలి. నీటిశాతం ఎక్కువగా ఉన్న పండ్లను, కాయలను తీసుకోవాలి. ముఖ్యంగా పుచ్చకాయ, కీరదోస వంటివాటిని ఎంత ఎక్కువ తీసుకుంటే అంతలాభం.

-ఎండలకు చర్మం మండిపోతుంది. దాని ప్రభావం తీవ్రంగా ఉంటుంది. ప్రయాణాలేంటో కానీ చర్మం పాడైపోయి ఇబ్బంది పడాల్సి వస్తుంది. ఎండలో వెళ్లే ముందు చర్మానికి సన్‌స్క్రీన్, లోషన్ వంటివి రుద్దుకోవడం మరిచిపోవద్దు. అవి మీ చర్మాన్ని కాపాడుతాయి.

-సెలవులు ఉన్నప్పుడు బాగా నిద్రపోవాలనుకుంటాం. కానీ తిరిగి అలిసిపోతాం. కొత్త ప్రదేశాల్లో నిద్రకూడా పట్టదు. కానీ నిద్ర అవసరం. చాలాముఖ్యం కూడా. బాగా నిద్రపోయి శరీరానికి తగిన విశ్రాంతి ఇవ్వండి. సుదూర ప్రయాణాలను సురక్షితంగా చేసి ఈ సమ్మర్‌ని ఎంజాయ్ చేయండి

ఎండలకు దూరంగా వెళ్లాలనుకుంటున్నారా.. అయితే ఈ పర్యాటక ప్రదేశాలు మీ కోసమే!

మన దేశంలో ప్రజలు ఫ్యాన్ల గాలికి సరిపడక, కూలర్లు, ఏసీలు అంటూ వెతుక్కుంటున్నారు. చల్ల గాలికోసం వెతుకుతున్నారు. ఇంత హాట్ సమ్మర్‌లో కూడా అక్కడమాత్రం జీన్స్, స్వెటర్స్, షూస్ తప్పని సరిగా వేసుకోవాలి. లేకపోతే చలికి గజగజ వణికిపోవాల్సి వస్తుంది. ఆ ప్రదేశాలేంటి.. వాటి ప్రత్యేకతలేంటో చదివేయండి. ఎండలు మండిపోతున్నాయి. ముఖాలు మాడిపోతున్నాయి. వేడిని తట్టుకోలేక ఊటీ, కొడైకెనాల్‌లాంటి హిల్ స్టేషన్ల బాటపడుతున్నారు భారతీయులు. ఎండల విషయం పక్కన పెడితే ఇరవై నాలుగు గంటలు మంచు కురిసే దేశాల్లో పరిస్థితి ఎలా ఉంటుంది. ఇవి ప్రపంచంలోనే అత్యంత చల్లని నగరాలు.. ఈ మండుటెండల్లో వెళ్లి వేసవిని కాస్త చల్లగా మార్చుకోండి. ఈ హాట్ సమ్మర్.. కూల్ ప్రదేశాల గురించి చదివి.. వీలైనప్పుడు ఓ ట్రిప్పేసి రండి..

అస్తానా, కజకిస్థాన్... అతి తక్కువ ఉష్ణోగ్రత కలిగి ఉన్న నగరాల్లో ఇదొకటి. శీతాకాలంలో మైనస్ 30నుంచి 35 డిగ్రీల సెల్సియస్ మధ్య ఉష్ణోగ్రత నమోదు అవుతుంది. ఎనిమిది లక్షల మంది నివాసముంటారు ఇక్కడ. నవంబర్ నుంచి ఏప్రిల్ వరకు ఈ నగరంలో ఉన్న నదిలో నీరు గడ్డకట్టిపోతుంది. ప్రయాణాలు సాగవు.

వెర్కోయాన్స్, రష్యా... ఒమైకాన్ పక్కనే ఉన్న వెర్కోయాన్స్ కూడా అతి చల్లని నగరాల్లో ఒకటి. చలికాలంలో రాకపోకలన్నీ స్తంభించిపోతాయి. యానా నది మీద ప్రయాణ రాకపోకలు జరుగవు. కేవలం హెలికాప్టర్ల ప్రయాణమే సాధ్యమవుతుంది. అదొక్కటే ఏకైక మార్గం. ఇక్కడి జీవితాలు చాలా భిన్నంగా ఉంటాయి. గుడారాలు వెచ్చగా ఉండడం కోసం 24 గంటలు మంటలు పెట్టుకొని జీవిస్తారు. ఇక్కడి జనాభా కూడా చాలా తక్కువ. కేవలం 1300 మంది నివసిస్తారిక్కడ. వేట ఇక్కడి ప్రజల ప్రధాన వృత్తి.

స్నాగ్, కెనడా... ఇదొక చిన్న గ్రామం. కెనడాలోని యుకున్లోని అలస్కా హైవే వద్ద ఉన్నది. ఇక్కడి ప్రజలు చలికాలంలో అసలు బయట కనిపించరు.కారణం చలికి తట్టుకోలేకపోవడం. వృత్తులకు, వ్యాపారాలకు సెలవులు ప్రకటించి ఇండ్లలో ఉండిపోతారు.ఉలాన్బాతర్, మంగోలియా 13 లక్షల మంది నివాసముండే పెద్ద నగరం. మంగోలియా రాజధాని కూడా ఇదే. గుడారాల ముందు బొగ్గులతో నిప్పులను తయారు చేసుకొని వెచ్చదనంతో ఉంటారు. చలికాలంలో ఇక్కడి ప్రజలు ఇండ్లలోనే ఉంటారు. ఇక్కడి ప్రజలను వేరే దేశాలకు పంపే ప్రయత్నాలు చేస్తున్నది అక్కడి ప్రభుత్వం.

ఒమైకాన్, రష్యా... ఆర్కిటిక్ సర్కిల్‌కు వంద కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న ఈ ప్రాంతంలో 500 మంది జనాలు మాత్రమే నివసిస్తున్నారు. ఇది ప్రపంచంలోనే అతి చల్లని ప్రదేశం. ఇక్కడ జనవరి ప్రాంతంలో ఉష్ణోగ్రత మైనస్ 50 డిగ్రీల సెల్సియస్‌కు పడిపోతుంది. 1933లో అత్యల్పంగా ఉష్ణోగ్రత మైనస్67.7 డిగ్రీల సెల్సియస్‌కు పడిపోయింది. ఇక్కడ వ్యవసాయం చేయడం సాధ్యం అవదు. వెచ్చగా ఉండడానికి ఎక్కువ చేపలను ఆహారంగా తీసుకుంటారు.