RNI: APTEL/25/42169

మనసులో మాట

KANCHARLA

సంచలన తెలుగు దిన పత్రిక

ప్రచురణ : విశాఖపట్నం - పబ్లిషర్ : కంచర్ల ఉపేంద్ర - సంపుటి : 1 - సంచిక : 224 - బుధవారం - 15 ఏప్రిల్ 2026 - ఎడిటర్ : కంచర్ల అచ్యుతరావు - పేజీలు : 8+16+16+8+8 - వెల రూ. 9/-

శ్రీకాకుళం, విజయనగరం, విశాఖపట్నం, తూర్పుగోదావరి, పశ్చిమగోదావరి, కృష్ణా, గుంటూరు, ప్రకాశం, నెల్లూరు, కర్నూలు, కడప, హైదరాబాద్

క్వాంటమ్ టెక్నాలజీ కేంద్రంగా అమరావతి

"ప్రపంచ క్వాంటం దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో ఒక సరికొత్త సాంకేతిక అధ్యాయం మొదలైంది. దేశంలోనే మొదటి క్వాంటం రిఫరెన్స్ ఫెసిలిటీని సీఎం చంద్రబా ఓబు ప్రారంభించారు. అమరావతిలోని ఎస్‌ఆర్‌ఎం యూనివర్సిటీలో '1ఎస్' ఓపెన్ యాక్సెస్ క్వాంటం ఫెసిలిటీని, గన్నవరంలోని మేధా టవర్స్ వద్ద '1క్యూ' క్వాంటం సిస్టమ్‌ను జాతికి అంకితం చేశారు."

- తొలి క్వాంటం రిఫరెన్స్ ఫెసిలిటీ సెంటర్‌కు శ్రీకారం
- భవిష్యత్‌లో కీలక శక్తిగా మారనుందన్న సీఎం చంద్రబాబు
- దేశంలో తొలి క్వాంటం రిఫరెన్స్ ఫెసిలిటీల ఆవిష్కరణ
- 45 లక్షల మందికి క్వాంటం, ఏఐ నైపుణ్యాల శిక్షణ లక్ష్యం

ఎస్‌ఆర్‌ఎం వర్సిటీ, మేధా టవర్స్‌లోని క్వాంటం టెస్ట్‌బెడ్స్ జాతికి అంకితం

అమరావతి, ఏప్రిల్ 14(మనసులో మాట): రేపటి ప్రపంచాన్ని శాసించే టెక్నాలజీకి కేంద్రంగా అమరావతి సాంకేతిక రంగం సంబంధించి మరో చారిత్రాత్మక ఘట్టం నమోదైంది. ప్రపంచ క్వాంటం దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని భారతదేశంలో మొట్టమొదటి క్వాంటం రిఫరెన్స్ ఫెసిలిటీని సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు ప్రారంభించారు. దేశంలోనే తొలి క్వాంటం ఫెసిలిటీ సెంటర్‌ను సీఎం చంద్రబాబు ఆవిష్కరించారు. మంగళవారం అమరావతిలోని ఎస్‌ఆర్‌ఎం వర్సిటీ, గన్నవరం మేధాటవర్స్‌లో ఏర్పాటు చేసిన క్వాంటం టెస్ట్‌బెడ్స్‌ను ఎస్‌ఆర్‌ఎం వర్సిటీ నుంచి ముఖ్యమంత్రి ప్రారంభించారు. 1ఎస్, 1క్యూ క్వాంటం టెస్ట్‌బెడ్స్‌ను సీఎం జాతికి అంకితం చేశారు. దీంతో దేశంలోనే క్వాంటం టెస్ట్ రిఫరెన్స్ ఫెసిలిటీ కలిగిన తొలి రాష్ట్రంగా ఆంధ్రప్రదేశ్ నిలిచింది. దీనికి టాటా ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఫండమెంటల్ రీసెర్చ్ సహకారం అందించింది. ఈ కార్యక్రమానికి నేషనల్ క్వాంటం మిషన్ సభ్యులు సహా ఐఐటీ ప్రొఫెసర్లు, క్వాంటం రంగ శాస్త్రవేత్తలు, క్వాంటం ఇన్నోవేషన్ స్టార్టప్‌ల ప్రతినిధులు, రీసెర్చ్ స్కాలర్లు, నిపుణులు హాజరయ్యారు. ఎపిలోని వివిధ వర్సిటీలు, కాలేజీల నుంచి వర్చువల్‌గా వీక్షించేలా ఏర్పాట్లు చేశారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 1.5 లక్షల మంది విద్యార్థులు ఈ కార్యక్రమాన్ని వీక్షించారు.

మిగతా 2 లో

నారీశక్తికి మద్దతు ఇవ్వండి

పార్టీ అధ్యక్షులకు సీఎం చంద్రబాబు లేఖ 2

పోలీసులకు గుడ్‌న్యూస్

- ఇకపై రెండు స్పెషల్ సెలవులు
- ఏపీ పోలీస్ శాఖ కీలక నిర్ణయం
- పెళ్లిళ్లు, పేరంటాలకు సెలవులు
- ఎస్పీలకు లేఖలు రాసిన డీజీపీ

ఏపీలో పోలీసుల సంక్షేమాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఇకపై రాష్ట్రంలోని పోలీసులందరికీ వారి పుట్టినరోజు, పెళ్లిరోజు నాడు ప్రత్యేక సెలవులు తీసుకోవచ్చు. ఈ సెలవులు కానిస్టేబుల్ స్థాయి నుంచి అన్ని ర్యాంకుల అధికారులకు వర్తిస్తాయని డీజీపీ స్పష్టం చేశారు. ఈ సెలవుల అమలులో జాప్యం జరగకూడదని, తప్పనిసరిగా అమలు చేయాలని డీజీపీ కఠిన ఆదేశాలు జారీ చేశారు. 2

వచ్చే సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో

మహిళా రిజర్వేషన్లు

- చట్టసభల్లో వారి ఉనికి చాటేందుకు అవకాశం
- దేశ మహిళలకు లేఖలో ప్రధాని మోడీ వెల్లడి

4

850కి చేరనున్న లోక్‌సభ స్థానాలు

- పునర్విభజన బిల్లుకు రంగం సిద్ధం 4

నోయిడా అల్లర్ల వెనుక పాక్ కుట్ర?

- 300 మంది కార్మికుల అరెస్టు..
- వేతనాల పెంపుతో యూపీ సర్కార్ దిద్దుబాటు చర్యలు

4

జాతీయ రహదారులపై ఓవర్‌లోడ్‌కు చెక్

- ఇక నుంచి భారీగా జరిమానా విధింపు
- నేటి నుంచే అమల్లోకి వచ్చిన నిబంధన

2

అణగారిన వర్గాల ఆశాజ్యోతి అంబేద్కర్

- నాతవరంలో ఘనంగా జయంతి వేడుకలు
- నివాళులర్పించిన స్పీకర్ అయ్యన్న, హోంమంత్రి అనిత
- కొత్త పోలీస్ స్టేషన్ భవనాల ప్రారంభం.. సోలరైజేషన్ ప్రక్రియకు శ్రీకారం

3

నేడు ఏపీ ఇంటర్ ఫలితాలు విడుదల

2

రాష్ట్ర అభివృద్ధిని అడ్డుకునేలా వైకాపా ఉన్మాదం

3

- గత ఐదేళ్లు అరాచక పాలన సాగించిన ఘనులు
- ఇప్పుడేమో అభివృద్ధి మోకాలడ్డే యత్నాలు
- మీడియా సమావేశంలో మండిపడ్డ మంత్రి పార్థసారథి

కుంభమేళా తరహాలో గోదావరి పుష్కరాలు

వైభవంగా నిర్వహించాలని డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ ఆదేశం: మంత్రి దుర్గేష్ 3

2

ప్రత్యేక అవసరాల విద్యార్థులకు శిక్షణ

- ఎవరెస్ట్ బేస్ క్యాంప్ అధిరోహణ యాత్ర
- ప్రారంభించిన మంత్రి లోకేశ్

ప్రత్యేక అవసరాలు గల విద్యార్థుల్లో ఆత్మవిశ్వాసాన్ని నింపేందుకు, వారిలోని ప్రతిభను ప్రపంచానికి చాటిచెప్పేందుకు సమగ్రశిక్ష ఆధ్వర్యంలో ఎవరెస్ట్ బేస్ క్యాంప్ అధిరోహణ యాత్రను మంత్రి నారా లోకేశ్ ప్రారంభించారు.

నారీశక్తికి మద్దతు ఇవ్వండి

పార్టీ అధ్యక్షులకు సీఎం చంద్రబాబు లేఖ

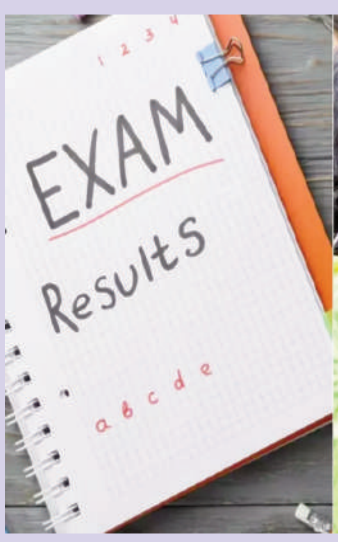
అమరావతి, ఏప్రిల్ 14 (మనసులో మాట): మహిళా రిజర్వేషన్ 'నారీ శక్తి వందన్' చట్ట సవరణ బిల్లుకు పార్లమెంట్‌లో మద్దతు కోరుతూ రాజకీయ పార్టీల అధ్యక్షులకు, రాష్ట్రంలోని రాజ్యసభ, లోక్‌సభ ఎంపీలకు ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు లేఖ రాశారు. 2029 ఎన్నికల నుంచే చట్టసభల్లో మహిళలకు 33 శాతం రిజర్వేషన్ అమలు చేసేలా తీసుకువస్తున్న 'నారీ శక్తి వందన్' బిల్లుకు అన్ని పార్టీలు మద్దతు పలకాలని లేఖలో కోరారు. జనసేన అధ్యక్షులు పవన్ కల్యాణ్, బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు పీవీఎన్ మాధవ్, వైసీపీ అధినేత వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి, ఏపీసీసీ అధ్యక్షురాలు వైఎస్ షర్మిలా రెడ్డి, సీపీఐ రాష్ట్ర కార్యదర్శి జి. ఈశ్వరయ్య, సీపీఎం రాష్ట్ర కార్యదర్శి వి. శ్రీనివాస రావు తదితర నాయకులకు ముఖ్యమంత్రి లేఖలు పంపారు. మహిళలకు పార్లమెంట్, విధాన సభల్లో మూడో వంతు రిజర్వేషన్లు కల్పించాలనే ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ సంకల్పాన్ని బలపరుద్దామని సీఎం చంద్రబాబు విజ్ఞప్తి చేశారు. పార్లమెంట్‌లో మహిళా రిజర్వేషన్ సవరణ బిల్లు ప్రవేశపెట్టే ఈ నెల 16వ తేదీ భారత ప్రజాస్వామ్యంలో చారిత్రక ఘట్టమని ముఖ్యమంత్రి అభిప్రాయ పడ్డారు. 'నారీ శక్తి వందన్ అధినియం' మహిళా సాధికారతతో పాటు దేశ ఉన్నతికి దోహదపడుతుందని తెలిపారు. ప్రభుత్వంలో, పరిపాలనలో, చట్టసభల్లో మహిళల భాగస్వామ్యం పెరిగినప్పుడే నిజమైన ప్రగతి సాధ్యమవుతుందని నమ్ముతున్నట్లు వ్యాఖ్యానించారు. భరతమాతను పూజించే దేశంగా నారీ శక్తికి వందనం పలుకుదామని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు పిలుపునిచ్చారు.

పోలీసులకు శుభవార్త

పెళ్లిళ్లు, పేరంటాలకు సెలవులు.. ఎస్పీలకు లేఖలు రాసిన డీజీపీ

అమరావతి, ఏప్రిల్ 14 (మనసులో మాట): పండగలకు, పబ్బాలకు కుటుంబాలతో గడపలేక తీవ్ర ఒత్తిడితో పనిచేసే పోలీసు సిబ్బందికి ఊరటనిచ్చేలా ఏపీ డీజీపీ కార్యాలయం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఇకపై పుట్టినరోజు, పెళ్లి వేడుకలు వంటి ప్రత్యేక సెలవులను మంజూరు చేయాలని డిజిపి కార్యాలయం ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. కానిస్టేబుల్ స్థాయి నుంచి ఉన్నతాధికా రుల వరకు అన్ని ర్యాంకుల వారికి ఈ నిబంధన వర్తిస్తుందని స్పష్టం చేస్తూ ,. రాష్ట్ర డిజిపి హరీష్ కుమార్ గుప్తా అన్ని జిల్లాల ఎస్పీలకు, పోలీస్ విభాగాల అధిపతులకు ఆదేశాలు పంపారు. అత్యవసర పరిస్థితులు తలెత్తితే తప్ప, సిబ్బంది కోరిన వెంటనే ఈ ప్రత్యేక సెలవును మంజూరు చేయాలని ఆయన స్పష్టంగా సూచించారు. ఈ విషయంలో ఎలాంటి జాప్యం జరగకూడదని, సెలవు మంజూరు చేయడం తప్పనిసరి అని ఆదేశాల్లో పేర్కొన్నారు. శాంతిభద్రతల పరిరక్షణలో భాగంగా పోలీసులు తమ కుటుంబ సభ్యులతో గడిపే సమయం చాలా తక్కువగా ఉంటుంది. ఈ నేపథ్యంలో వారి జీవితంలో ముఖ్యమైన ఈ రెండు రోజుల్లోనైనా కుటుంబంతో సంతో షంగా గడిపేందుకు ఈ నిర్ణయం దోహదపడుతుందని ప్రభుత్వం భావిస్తోంది. ఈ ప్రత్యేక సెలవుల ద్వారా సిబ్బంది మానసికంగా ఉల్లాసం పొంది, విధుల్లో మరింత ఉత్సాహంగా పాల్గొంటారని ఉన్నతాధికారులు ఆశిస్తున్నారు. ప్రభుత్వ నిర్ణయంపై పోలీస్ సిబ్బంది, వారి కుటుంబ సభ్యులు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఇదిలా ఉండగా ?. మరోవైపు పదవీ విరమణ చేసిన ప్రభుత్వ ఉద్యోగుల పెన్షన్ ప్రతిపాదనలకు సంబంధించి ప్రభుత్వం కీలక మార్పులు చేసింది. ఇప్పటివరకు కొనసాగుతున్న ఫిజికల్ (మాన్యువల్) పద్ధతిలో పెన్షన్ ప్రతిపాదనలను సమర్పించేందుకు ఈ నెల 30వ తేదీ వరకు మాత్రమే అవకాశం కల్పించారు. మే 1వ తేదీ నుంచి రిటైర్డ్ ఉద్యోగులు తప్పనిసరిగా 'నిధి' పోర్టల్ ద్వారా ఆన్‌లైన్‌లో మాత్రమే తమ దరఖాస్తులను సమర్పించాలని ఆర్థిక శాఖ ముఖ్య కార్యదర్శి పీయూష్ కుమార్ ఉత్తర్వుల్లో పేర్కొన్నారు.

నేడు ఏపీ ఇంటర్ ఫలితాలు విడుదల



అమరావతి,ఏప్రిల్14 (మనసులో మాట): ఏపీలో ఇంటర్ ఫలితాల విడుదలకు రంగం సిద్ధమైంది. ఇంటర్ ప్రథమ, ద్వితీయ సంవత్సర ఫలితాలను బుధవారం ఉదయం 10.31గంటలకు విడుదల కానున్నాయి. ఈ విషయాన్ని ఏపీ విద్యాశాఖ మంత్రి నారా లోకేశ్ 'ఎక్స్' వేదికగా వెల్లడించారు. ఫలితాలను వెబ్‌సైట్లలోనూ పొందొచ్చు. అలాగే, మనమిత్ర ద్వారా వాట్సప్‌లోనూ (9552300009) ఈ ఫలితాలు పొందొచ్చని మంత్రి పేర్కొన్నారు. ఏపీలో ఫిబ్రవరి 23 నుంచి ప్రారంభమైన ఇంటర్ పబ్లిక్ పరీక్షలు మార్చి 23 వరకు జరిగిన విషయం తెలిసిందే. ఈ ఏడాది ప్రథమ సంవత్సరంలో తీసుకొచ్చిన సంస్కరణల కారణంగా పరీక్షల నిర్వహణకు నెల సమయం పట్టింది. దీంతో మూల్యాంకనం పూర్తి కావడంలో కొంత ఆలస్యమైనప్పటికీ అనుకున్న సమయానికన్నా ముందే ఫలితాలను విడుదలకు సిద్ధం చేయడం విశేషం. ఏపీ ఇంటర్ ఫలితాలతో పాటు దీనికి సంబంధించిన అప్‌డేట్స్‌ను వెబ్‌సైట్ ద్వారా ఎప్పటికప్పుడు తెలుసుకోవచ్చు.

క్వాంటమ్ టెక్నాలజీ కేంద్రంగా అమరావతి

మొదటి పేజీ తరువాయి

టెక్నాలజీని అర్థం చేసుకుని ప్రోత్సహించే నాయకత్వం దేశానికి అవసరమని, ఆ దిశగా ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ సమర్థవంతంగా ముందుకు తీసుకెళ్తున్నారని సీఎం చంద్రబాబు ప్రశంసించారు. సరైన సమయంలో సరైన వ్యక్తి ప్రధానిగా ఉండటం దేశానికి అదృష్టమని వ్యాఖ్యానించారు. అమరావతి క్వాంటం వ్యాలీ అభివృద్ధికి సహకరిస్తున్న కేంద్ర ప్రభుత్వానికి సీఎం ధన్యవాదాలు తెలిపారు. కేంద్ర మంత్రి జితేంద్ర సింగ్, కార్యదర్శి అభయ్ కరాండికర్‌కు ప్రత్యేకంగా కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. కేవలం ఎనిమిది నెలల్లోనే ఈ క్వాంటం ఫెసిలిటీలు వాస్తవ రూపం దాల్చడం విశేషమని పేర్కొన్నారు. ఈ సందర్భంగా సిఎం చంద్రబాబు మాట్లాడుతూ..క్వాంటం టెక్నాలజీ భవిష్యత్తును నిర్ణయించే కీలక శక్తిగా మారనుందని అన్నారు. పారిశ్రామిక రంగానికి విద్యుత్ ఎంత ముఖ్యమో, డిజిటల్ యుగానికి ఇంటర్నెట్ ఎంత అవసరమో, ఆధునిక ఆవిష్కరణలకు క్వాంటం టెక్నాలజీ కూడా అంతే కీలకమని వివరించారు. ఈ రంగంలో ముందంజలో ఉన్న దేశాలే భవిష్యత్తును శాసించే అవకాశముందని సీఎం అన్నారు. ఈ సందర్భంగా స్వదేశీ తయారీ క్వాంటం కంప్యూటర్ దేశానికి గర్వకారణమని, అమరావతి క్వాంటం వ్యాలీ రాష్ట్రానికే కాకుండా దేశానికీ ప్రతిష్ఠను తీసుకువస్తుందని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈ రెండు క్వాంటం టెస్ట్ బెడ్స్ క్వాంటం ఉపకరణాలను పరీక్షించడానికి, సర్టిఫై చేయడానికి కీలక వేదికలుగా నిలవనున్నాయి. పరిశోధకులు, విద్యార్థులు, కంపెనీలు క్వాంటం టెక్నాలజీని వినియోగించుకునేలా వీటి ద్వారా అవకాశాలు విస్తరించనున్నాయి. క్వాంటం సైన్స్‌కు వందేళ్లు పూర్తయిన నేపథ్యంలో ప్రపంచ క్వాంటం దినోత్సవం రోజున ఈ ప్రాజెక్ట్‌ను ప్రారంభించడం గర్వకారణమని సీఎం అన్నారు.

మహిళాబిల్లు, డీలిమిటేషన్‌పై కూటమి నేతల భేటీ

నేడు చంద్రబాబు నివాసంలో కీలక సమావేశం

అమరావతి, ఏప్రిల్ 14 (మనసులో మాట): మహిళాబిల్లు, డీలిమిటేషన్‌పై ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు .. ఉండవల్లిలోని నివాసంలో ఎన్డీఏ కూటమి పార్టీల అత్యున్నత స్థాయి సమావేశం బుధవారం సాయంత్రం జరగనుంది. ఈ భేటీలో రాష్ట్రానికి సంబంధించిన కీలక అంశాలతో పాటు జాతీయ స్థాయి ప్రాధాన్యం ఉన్న విషయాలపై కూడా చర్చించనున్నారు. ఈ సమావేశానికి ఉపముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్, బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు మాధవ్, కూటమిలోని ఇతర ముఖ్య నాయకులు హాజరుకానున్నారు. మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లు ఆమోదం, తదుపరి కార్యాచరణ, రాష్ట్ర అభివృద్ధి ప్రణాళికలపై మాట్లాడనున్నారు. ఈ సమావేశం కేవలం సాధారణ భేటీ మాత్రమే కాకుండా, భవిష్యత్తు రాజకీయ దిశానిర్దేశం చేసేలా ఉండబోతోంది. మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లు ఆమోదం పొందిన నేపథ్యంలో దీనిపై ప్రజల్లోకి వెళ్లాల్సిన విధానంపై నేతలు చర్చించనున్నారు. మహిళా సాధికారత దిశగా కూటమి ప్రభుత్వం తీసుకోబోయే వినూత్న కార్యక్రమాలపై ఓ స్పష్టమైన రూట్ మ్యాప్‌ను సిద్ధం చేయనున్నారు. టీడీపీ, జనసేన, బీజేపీ పార్టీల మధ్య క్షేత్రస్థాయిలో సమన్వయాన్ని మరింత బలోపేతం చేయడంపై దృష్టి సారించనున్నారు. ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ పథకాలను ప్రజల్లోకి బలంగా తీసుకెళ్లడంపై నేతలకు దిశానిర్దేశం చేయనున్నారు. ఉండవల్లిలోని నివాసంలో చర్చల అనంతరం, కూటమి అగ్రనేతలు అందరూ కలిసి మీడియా సమావేశం నిర్వహించే అవకాశం ఉంది. ఈ సమావేశంలో కూటమి తీసుకున్న కీలక నిర్ణయాలను అధికారికంగా ప్రకటించనున్నారు. ఏపీలో కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత, మహిళా రిజర్వేషన్ వంటి చారిత్రాత్మక అంశాలపై చర్చించేందుకు మూడు పార్టీల అగ్రనేతలు ఒకే చోట చేరడం రాజకీయంగా ప్రాధాన్యం సంతరించుకుంది. ముఖ్యంగా చంద్రబాబు నాయుడు, పవన్ కల్యాణ్ మధ్య జరిగే ఈ భేటీ భవిష్యత్తు రాజకీయ వ్యూహాలకు వేదిక కానుంది. రేపు సాయంత్రం జరిగే ఈ ఎన్డీయే భేటీ ఆంధ్రప్రదేశ్ రాజకీయాల్లో అత్యంత కీలకం కానుంది. మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లు అమలుపై కూటమి ప్రభుత్వం ఎలాంటి కీలక నిర్ణయాలు తీసుకుంటుందోనని ఉత్కంఠగా మారింది.

ప్రత్యేక అవసరాల విద్యార్థులకు శిక్షణ

ఎవరెస్ట్ బేస్ క్యాంప్ అధిరోహణ యాత్ర

ప్రారంభించిన మంత్రి లోకేశ్

అమరావతి, ఏప్రిల్ 14 (మనసులో మాట): ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం మరో అద్భుతమైన కార్యక్రమానికి శ్రీకారం చుట్టింది. ప్రత్యేక అవసరాలు గల విద్యార్థుల్లో ఆత్మవిశ్వాసాన్ని నింపేందుకు, వారిలోని ప్రతిభను ప్రపంచానికి చాటిచెప్పేందుకు సమగ్రశిక్ష ఆధ్వర్యంలో ఎవరెస్ట్ బేస్ క్యాంప్ అధిరోహణ యాత్రను మంత్రి నారా లోకేశ్ ప్రారంభించారు. విభిన్న ప్రతిభావంతులైన విద్యార్థుల బృందం ఎవరెస్ట్ అధిరోహణకు వెళ్లడం దేశ చరిత్రలోనే ఇది మొదటిసారని నారా లోకేశ్ తెలిపారు. సవాళ్లను అధిగమించి ప్రపంచాన్ని జయించాలని విద్యార్థులకు పిలుపునిచ్చారు. ఏటా ఇలాంటి ప్రతిభావంతులను గుర్తించి, వారిని అన్నివిధాలా ఆదుకోవడమే కూటమి ప్రభుత్వ లక్ష్యమని స్పష్టం చేశారు. సమగ్ర శిక్షా విభాగం ద్వారా విద్యార్థులకు శిక్షణ ఇచ్చి, ఈ సాహస యాత్రకు సిద్ధం చేశామని తెలిపారు. మంత్రి నారా లోకేశ్ ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులతో ముచ్చటిస్తూ వారిలో స్ఫూర్తిని నింపారు. శారీరక వైకల్యం అనేది ఓ సవాలు మాత్రమేనని, మనసులో కసి, పట్టుదల ఉంటే ఎంతటి కష్టమైన పనినైనా సాధించవచ్చని మంత్రి లోకేశ్ పేర్కొన్నారు. ఎవరెస్ట్ బేస్ క్యాంప్ చేరుకోవడం ద్వారా ఈ విద్యార్థులు ప్రపంచానికి కొత్త సందేశాన్ని ఇస్తారని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ప్రత్యేక అవసరాలు గల విద్యార్థులను కేవలం ఒకసారి గుర్తించి వదిలేయడం కాకుండా, వారిని నిరంతరం ప్రోత్సహించే వ్యవస్థను నిర్మిస్తామని మంత్రి హామీ ఇచ్చారు. విద్యార్థుల కోసం విద్యాశాఖ మరిన్ని సాహసోపేతమైన కార్యక్రమాలను రూపొందిస్తుందని తెలిపారు. ఈ బృందం నేపాల్‌లోని ఎవరెస్ట్ బేస్ క్యాంప్ అధిరోహించడానికి బయలుదేరడం ఏపీకే గర్వకారణమని, వీరు తిరిగి వచ్చే వరకు ప్రభుత్వం అన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటుందని వెల్లడించారు. సాధారణంగా ఇలాంటి సాహస యాత్రలు క్రీడాకారులు లేదా అనుభవం ఉన్నవారు చేస్తారని కానీ, సమగ్రశిక్ష విభాగం ప్రత్యేక అవసరాలు గల విద్యార్థుల కోసం ఈ కార్యక్రమాన్ని డిజైన్ చేయడం విశేషమని తెలిపారు. ఇది విద్యార్థుల్లో శారీరక దృఢత్వంతో పాటు మానసిక స్థైర్యాన్ని పెంచుతుందని వెల్లడించారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం విద్యార్థుల సర్వతోముఖాభివృద్ధికి కట్టుబడి ఉందని ఈ కార్యక్రమం నిరూపిస్తోందని తెలిపారు. ఎవరెస్ట్ యాత్రకు వెళ్తున్న విద్యార్థుల బృందానికి రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ప్రశంసలు అందుతున్నాయని మంత్రి నారా లోకేశ్ పేర్కొన్నారు.

మహానాడుపై టీడీపీ కసరత్తు

అందుబాటులో ఉన్న నేతలతో లోకేశ్ చర్చలు

అమరావతి, ఏప్రిల్ 14 (మనసులో మాట): మేలో నిర్వహించే మహానాడుపై ఆంధ్రప్రదేశ్ విద్య, ఐటీ శాఖల మంత్రి, టీడీపీ జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి నారా లోకేశ్ మంగళవారం మంగళగిరిలోని తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యాలయంలో అందుబాటులో ఉన్న నేతలతో సమావేశమయ్యారు. ఈ సమావేశంలో పలు కీలక అంశాలపై చర్చించారు. లోకేశ్‌తో భేటీకి ఏపీ టీడీపీ అధ్యక్షుడు పల్లా శ్రీనివాస్, మరికొందరు కీలక నేతలు హాజరయ్యారు. మేలో జరిగే మహానాడు నిర్వహణపై ప్రధానంగా చర్చించారు. ఈసారి మహానాడును నిర్వహించడానికి శ్రీకాకుళం జిల్లా రణస్థలం, విజయనగరం జిల్లా నెల్లిమర్ల ఈ ప్రాంతాలను టీడీపీ హైకమాండ్ పరిశీలిస్తోంది. ఏపీ టీడీపీ అధ్యక్షుడు పల్లా శ్రీనివాస్‌కు ఈ రెండు ప్రాంతాల్లో స్థలాలు పరిశీలించాలని నారా లోకేశ్ ఆదేశాలు జారీ చేశారు. ఈ నెల17వ తేదీన మహానాడు స్థల ఎంపికపై తుది నిర్ణయం తీసుకుంటామని లోకేశ్ స్పష్టం చేశారు. మహానాడులోపు పార్టీకి సంబంధించి అన్ని కమిటీల ఎంపికపైన నిర్ణయం తీసుకుంటామని చెప్పారు. పార్టీ జాతీయ కమిటీ, రాష్ట్ర కమిటీ, టీడీపీ పొలిట్ బ్యూరో సభ్యులను కూడా ఖరారు చేస్తామని లోకేశ్ తెలిపారు. పొలిట్ బ్యూరోలో కీలక మార్పులు చేయనున్నట్లు వెల్లడించారు. మండల స్థాయి నాయకులను పొలిట్ బ్యూరోలోకి తీసుకోడానికి హై కమాండ్ ఆలోచిస్తోందని అన్నారు. అలాగే, తాజా రాజకీయ పరిణామాలపై సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. ఇకపై పొలిటికల్ స్ట్రాటజీపై మరింత దృష్టి పెట్టాలని ఈ సమావేశంలో లోకేశ్ నిర్ణయం తీసుకున్నారు.

జాతీయ రహదారులపై ఓవర్‌లోడ్‌కు చెక్

ఇక నుంచి భారీగా జరిమానా విధింపు

నేటి నుంచే అమల్లోకి వచ్చిన నిబంధన

న్యూఢిల్లీ,ఏప్రిల్14 : జాతీయ రహదారులపై ఓవర్‌లోడ్‌తో వెళ్లే వాహనాలకు చెక్ పెట్టేందుకు కేంద్రం కొత్త నిబంధనలు తీసుకొచ్చింది. ఓవర్‌లోడ్‌తో వెళ్లే వాహనాలకు విధించే జరిమానాలను కేంద్ర రోడ్డు రవాణా, రహదారుల మంత్రిత్వ శాఖ సవరించింది. కొత్త నిబంధనలు ఏప్రిల్ 15 నుంచి అంటే నేటినుంచే అమల్లోకి వస్తాయి. దీని ప్రకారం.. వాహనానికి అనుమతించిన బరువు కంటే అదనంగా ఉన్న భారాన్ని బట్టి జరిమానా వసూలు చేస్తారు. ఈ మేరకు నేషనల్ హైవేస్ ఫీ ఫోర్త్ అమెండ్‌మెంట్ రూల్స్, 2026ని మోర్త్ నోట్గి÷ చేసింది. 10 శాతం వరకు ఓవర్‌లోడ్‌కు ఎటువంటి జరిమానా విధించరు. 10 నుంచి 40 శాతం వరకు ఓవర్‌లోడ్‌కు సాధారణ టోల్ రుసుము కంటే 2 రెట్లు అధికంగా రుసుము వసూలు చేస్తారు. 40 శాతం కంటే ఎక్కువ ఓవర్‌లోడ్‌తో వెళితే సాధారణ టోల్ రుసుము కంటే 4 రెట్లు అధికంగా విధిస్తారు. ఓవర్‌లోడ్‌కు విధించే జరిమానాను ఫాస్టాగ్ ద్వారానే చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. టోల్‌ఎ÷–లాజా వద్ద బరువు కొలిచే ఏర్పాటు లేకపోతే ఎలాంటి రుసుములూ ఉండవు. రహదారుల భద్రతను పెంపొందించడం, రహదారి మౌలిక సదుపాయాలను రక్షించడం కోసం ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు ప్రభుత్వం తెలిపింది.

లౌకిక రాజ్యాంగానికి ముప్పు

ప్రజాతంత్ర వాదులంతా కాపాడుకోవాలి

అంబేడ్కర్ జయంతి వేడుకల్లో సిపిఎం కార్యదర్శి

విజయవాడ, ఏప్రిల్ 14: డాక్టర్ బిఆర్ అంబేద్కర్ నాయకత్వంలో తయారైన లౌకిక రాజ్యాంగాన్ని కాపాడుకోవాలని సిపిఐయం రాష్ట్ర కార్యదర్శి వి. శ్రీనివాసరావు పిలుపునిచ్చారు. మతోన్మాదుల పాలనలో రాజ్యాంగం ఈ రోజు తీవ్రమైన ప్రమాదంలో పడిందని అన్నారు. రాజ్యాంగంలో ఉన్నటువంటి మౌలికమైన లౌకికవాదమే ప్రమాదంలో పడిందన్నారు. దాని పరిరక్షణ కోసం, కాపాడుకునేందుకు మొత్తం ప్రజాతంత్ర వాదులు సామాజిక వేత్తలు అందరూ ఐక్యమై ముందుకు రావాలని కోరారు. అంబేద్కర్ జయంతి సందర్భం గా మంగళవారం ఉదయం విజయవాడ తుమ్మలపల్లి కళాక్షేత్రం వద్ద అంబేద్కర్ విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ . మత సామరస్యం దెబ్బతింటోందని, మతం పేరుతో దళితుల్లో చీలికలు తీసుకొచ్చి హిందువులు క్రైస్తవులు అనే పేరుతో చీలికలు తెస్తున్నారని విమర్శించారు. ఈరోజు క్రైస్తవుల మీద దళిత క్రైస్తవుల మీద దాడులు జరగడం అన్యాయమన్నారు. మన రాష్ట్రం ఇంతవరకు శాంతి సామరస్యాలతో ఉందని, అయితే క్రైస్తవులకి ముస్లింలకి వ్యతిరేకంగానూ, మైనారిటీలని అణచివేసేందుకు కుట్రపూరిత చర్యలకు దిగుతున్నారని ఆగ్రహాన్ని వ్యక్తం చేశారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వమే దీనికి ప్రోత్సాహం ఇవ్వడం బాధాకరమన్నారు. రాజ్యాంగం మీద ప్రమాణం చేసి మంత్రులు అధికారంలోకి వచ్చినటువంటి వాళ్ళు ఈ మత సామరస్యాన్ని కాపాడటానికి లౌకికవాదాన్ని కాపాడడానికి ప్రజాస్వామ్యాన్ని కాపాడడానికి ముందుకు రావాలి అని తెలిపారు. అలాగే కుల నిర్మూలన కోసం పట్టుదలతో పని చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. కుల ఆస్తిత్వం ఉన్నంత కాలం కుల నిర్మూలన సాధ్యం కాదని బాబాసాహెబ్ అంబేద్కర్ కుండ బద్దలు కొట్టినట్టు చెప్పారన్నారు. ఈరోజు అనేక జిల్లాల్లో కులాంతర వివాహాలు చేస్తున్నవాళ్ళని సొంత కుటుంబీకులే హత్యలు చేస్తున్నారని, పరువు పేరుతో ఈ హత్యల నుండి కాపాడటానికి కులాంతర వివాహాలు చేసుకున్న వాళ్ళకి రక్షణ కల్పించడానికి ఒక ప్రత్యేక చట్టం కూడా చేయాల్సిన అవసరం ఉందని అన్నారు. అలాగే దళిత క్రిస్టియన్ల మీద జరుగుతున్న దాడులను ఎదుర్కొనేందుకు దళిత క్రిస్టియన్ల అందరిని కూడా ఎస్సీలుగానే గుర్తించాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఐయం రాష్ట్ర కమిటీ సభ్యులు ఆంధ్ర మాల్యాద్రి, జె. జయరాం, యు. వి. రామరాజు పాల్గొన్నారు.

జువ్వలదిన్నెపై వైసీపీ నీచ రాజకీయం

షిప్ యార్డ్‌గా జువ్వలదిన్నె అభివృద్ధికి కృషి

ఏపి రెవెన్యూశాఖ మంత్రి అనగాని సత్యప్రసాద్

అమరావతి, ఏప్రిల్ 14: జువ్వలదిన్నెపై వైసీపీ నీచ రాజకీయం చేస్తోందని ఎపి రెవెన్యూశాఖ మంత్రి అనగాని సత్యప్రసాద్ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. మంగళవారం మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. దేశంలోనే తొలి అటానమస్ మారిటైం షిప్ యార్డ్‌గా జువ్వలదిన్నె అభివృద్ధి చెందబోతోందని తెలిపారు. ఈ ప్రాజెక్ట్ ఏర్పాటుతో షిప్ బిల్డింగ్, అటానమస్ సిస్టమ్స్ డెవలప్‌మెంట్, మెరైన్ ఇంజనీరింగ్, పరిశోధన, అభివృద్ధి రంగాల్లో యువతకు ఉద్యోగాలు లభిస్తాయని చెప్పుకొచ్చారు. ఈ ప్రాజెక్ట్ ద్వారా మారిటైం రోబోటిక్స్, అటానమస్ షిప్ బిల్డింగ్ హబ్‌గా ఏపీ నిలవనుందన్నారు. జువ్వలదిన్నె ఫిషింగ్ హార్బర్‌ను రూ. 288.80 కోట్ల పెట్టుబడితో అభివృద్ధిచేశామని మంత్రి తెలిపారు. హార్బర్ నిర్మాణం ద్వారా 25వేల మత్స్యకార కుటుంబాల జీవితాలు సమూలంగా మారబోతున్నాయని మంత్రి అనగాని అన్నారు. 1,250 మెకనైజ్డ్, మోటరైజ్డ్ చేపల పడవలను సురక్షితంగా నిలిపేలా సదుపాయం కల్పించామన్నారు. కానీ అభివృద్ధిని అడ్డుకోవడమే లక్ష్యంగా పెట్టుకున్న మాజీ సీఎం జగన్ రెడ్డి జువ్వలదిన్నెపై విషం కక్కుతున్నారంటూ విరుచుకుపడ్డారు. జగన్ రెడ్డి ఐదేళ్లు అధికారంలో ఉండి.. ఒక్క హార్బర్‌ను గానీ, ఒక్క పోర్టును గానీ పూర్తి చేయలేక పోయారని అన్నారు. జువ్వలదిన్నె హార్బర్, రామాయపట్నం పోర్టులకు పట్టిన గ్రహణం జగన్ రెడ్డి అంటూ వ్యాఖ్యానించారు. గన్ ఆర్థిక ప్రయోజనాల కోసం తీరంలో కొత్త పోర్టులు, హార్బర్లు రాకుండా గతంలో మాజీ సీఎం వైఎస్సార్ జీవోలు ఇచ్చారని మంత్రి గుర్తుచేశారు. 2014లో అధికారంలోకి వచ్చిన టీడీపీ ప్రభుత్వ చర్యలతో జువ్వలదిన్నె హార్బర్‌తో పాటు రామాయపట్నం పోర్టులో కదలికవచ్చిందన్నారు. 2019 మార్చి 7న జువ్వలదిన్నె ఫిషింగ్ హార్బర్‌కు రూ. 288 కోట్లు మంజూరు చేస్తూ ఉత్తర్వులు వచ్చాయన్నారు. జగన్ అధికారంలోకి వచ్చాక టెండర్లు ఇచ్చి డబ్బులు తిన్నారే తప్ప జువ్వలదిన్నె హార్బర్ నిర్మాణం పట్టించుకోలేదని ఆరోపించారు. 15వ తేదీన ఏం చెప్పడానికి జగన్ జువ్వలదిన్నె వస్తున్నారని ప్రశ్నించారు. కృష్ణపట్నం పోర్టు నుంచి వాడరేవు వరకు తీరంలో ఏ నిర్మాణం చేపట్టకుండా తండ్రి అధికారంతో జీఓ తెచ్చానని చెబుతారా అంటూ జగన్ మోహన్ రెడ్డిపై మంత్రి అనగాని సత్యప్రసాద్ తీవ్ర స్థాయిలో విరుచుకుపడ్డారు.

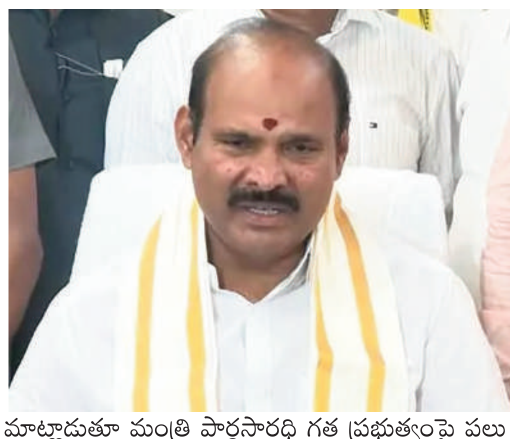
అణగారిన వర్గాల ఆశాజ్యోతి అంబేద్కర్

- నాతవరంలో ఘనంగా జయంతి
- నివాళులర్పించిన స్పీకర్ అయ్యన్న, హోంమంత్రి అనిత
- కొత్త పోలీస్ స్టేషన్ భవనాల ప్రారంభం
- సోలరైజేషన్ ప్రక్రియకు శ్రీకారం
- గంజాయి, రౌడీయిజంపై ఉక్కుపాదం
- నేరగాళ్లపై పీడీ యాక్ట్ తప్పదు: అనిత
- రాజకీయ గురువుగా అయ్యన్న సేవలు చిరస్మరణీయం.. హోంమంత్రి భావోద్వేగ ప్రసంగం

అనకాపల్లి, ఏప్రిల్14 (మనసులో మాట): భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత డాక్టర్ బి.ఆర్. అంబేద్కర్ జయంతి వేడుకలు అనకాపల్లి జిల్లా నాతవరంలో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ వేడుకల్లో ఆంధ్రప్రదేశ్ అసెంబ్లీ స్పీకర్ చింతకాయల అయ్యన్నపాత్రుడు, హోంమంత్రి వంగలపూడి అనిత పాల్గొని, అంబేద్కర్ విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా నాతవరం, గొలుగొండ, కేడీ పేట ప్రాంతాల్లో నూతనంగా నిర్మించిన పోలీస్ స్టేషన్ భవనాలను వారు ప్రారంభించారు. వీటితో పాటు పీఎం సూర్యఘర్ ముఫ్తీ బిజిలీ యోజన పథకం కింద ఎస్సీ, ఎస్టీ సోలరైజేషన్ ప్రక్రియను కూడా నేతలు ప్రారంభించి, దళిత, గిరిజన వాడల్లో వెలుగులు నింపే కార్యక్రమానికి శ్రీకారం చుట్టారు. సభా కార్యక్రమం సందర్భంగా స్పీకర్ అయ్యన్నపాత్రుడు మాట్లాడుతూ.. హోంమంత్రిగా వంగలపూడి అనిత బాధ్యతాయుతంగా పనిచేస్తున్నారని, అసెంబ్లీలో కూడా ఆమె ప్రసంగాలు ఎంతో స్పష్టంగా ఉంటాయని కొనియాడారు. దీనికి స్పందిస్తూ హోంమంత్రి అనిత భావోద్వేగానికి లోనయ్యారు. అయ్యన్నపాత్రుడు తన రాజకీయ గురువని, ఆయన ప్రోత్సాహం వల్లే తాను ఈ స్థాయికి చేరానని పేర్కొన్నారు. సభాపతి నేతృత్వంలో రాజధాని అమరావతి బిల్లుకు చట్టబద్ధత కల్పించడం చారిత్రాత్మకమని కొనియాడారు. గత ప్రభుత్వ హయాంలో అస్తవ్యస్తమైన ఎస్సీ సబ్ ప్లాన్ నిధులను ప్రస్తుత ఎన్డీఏ ప్రభుత్వం దళితవాడల అభివృద్ధికి పక్కాగా వినియోగిస్తోందని వెల్లడించారు. రాష్ట్రంలో శాంతిభద్రతల పరిరక్షణపై హోంమంత్రి గట్టి హెచ్చరికలు జారీ చేశారు. ముఖ్యంగా గంజాయి అక్రమ రవాణాపై రాజీలేని పోరాటం చేస్తామని, అమాయక గిరిజనులు ఈ ఊబిలో పడి జీవితాలను నాశనం చేసుకోవద్దని సూచించారు. నేరగాళ్లు, రౌడీ మూకలపై పీడీ యాక్ట్ ప్రయోగిస్తామని, ఎన్డీపీఎస్ చట్టాన్ని మరింత కఠినంగా అమలు చేస్తామని స్పష్టం చేశారు. రాబోయే ఆరు నెలల్లో నర్సీపట్నం నియోజకవర్గంలో గంజాయి రవాణాను, రౌడీయిజాన్ని పూర్తిగా అణచివేస్తామని ఆమె ఈ సందర్భంగా హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో భారీ సంఖ్యలో ప్రజలు, దళిత సంఘాల ప్రతినిధులు మరియు ప్రభుత్వ అధికారులు పాల్గొన్నారు.

రాష్ట్ర అభివృద్ధిని అడ్డుకునేలా వైకాపా ఉన్మాదం

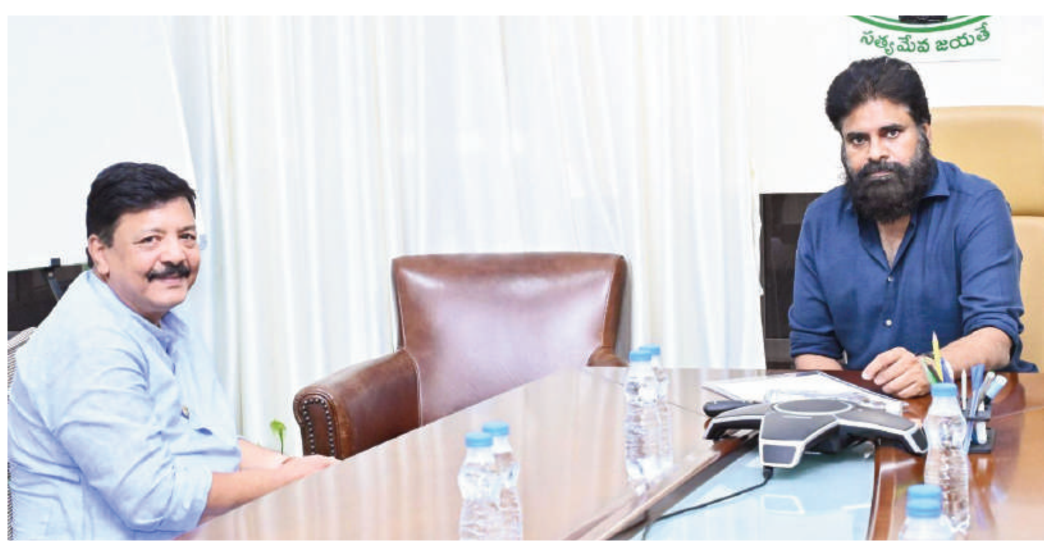
- గత ఐదేళ్లు అరచాక పాలన సాగించిన ఘనులు
- ఇప్పుడేమో అభివృద్ధి మోకాలడ్డే యత్నాలు
- మీడియా సమావేశంలో మండిపడ్డ మంత్రి పార్థసారథి



అమరావతి, ఏప్రిల్ 14: ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో గత ఐదేళ్ల కాలం ప్రజాస్వామ్య చరిత్రలోనే ఒక చీకటి అధ్యాయంగా మిగిలిపోయిందని మంత్రి పార్థసారథి అన్నారు. అధికార మదంతో విర్రవీగిన వైసీపీ నేతలు, సామాన్యుల నుంచి ప్రతిపక్ష నేతల వరకు ఎవరినీ వదలకుండా వేధింపులకు గురిచేశారని రాజకీయ విశ్లేషకులు మండిపడుతున్నారని గుర్తు చేశారు. వైసీపీ సాగించిన ఈ 'ఉన్మాద రాజకీయాలు' చివరకు ఉగ్రవాదం కంటే ప్రమాదకరంగా మారాయని పౌర సమాజం ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తోందని అన్నారు. గత ప్రభుత్వ హయాంలో రాజ్యాంగబద్ధమైన వ్యవస్థలు పూర్తిగా నిర్వీర్యమయ్యాయి. అమరావతిలో మీడియాతో మాట్లాడుతూ మంత్రి పార్థసారథి గత ప్రభుత్వంపై పలు కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. గత ప్రభుత్వంలో చట్టాన్ని గౌరవించాల్సిన ప్రజాప్రతినిధులే చట్టాన్ని తమ చేతుల్లోకి తీసుకుని అరాచకాలు సృష్టించారు. ప్రతిపక్షాలపై భౌతిక దాడులు చేయడం, అక్రమ కేసులు బనాయించడం ద్వారా వారి గొంతు నొక్కారు. శాంతిభద్రతలు పూర్తిగా క్షీణించడంతో రాష్ట్రంలో అశాంతి రాజ్యమేలింది. ప్రజల ఆస్తులను కబ్జా చేయడం, ప్రకృతి వనరులను దోచుకోవడమే పనిగా పెట్టుకున్న వైసీపీ నేతలు, రాష్ట్రాన్ని అవినీతికి కేరాఫ్ అడ్రస్‌గా మార్చారని అన్నారు. జగన్ ఏం చెబితే అది చేస్తాం.. ఆత్మాహుతి దళంగా పనిచేస్తామంటున్నవారు నాయకులా..? లేక ఉగ్రవాదులా? అని మంత్రి పార్థసారథి మండిపడ్డారు. రాష్ట్ర వినాశనం కోరుకుంటున్న వారి పట్ల ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచించారు. అగ్రనాయకత్వం ఆలోచనలో తప్పు ఉంటే చర్చించాల్సింది పోయి.. గుడ్డిగా అనుసరిస్తారా? అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను అడ్డుకోవడమే వైకాపా పనిగా పెట్టుకుంది. రాష్ట్రంలో వైకాపా ఉన్మాదం.. ఉగ్రవాదం కంటే ప్రమాదకరంగా మారింది. వైకాపా హయాంలో అరాచక పాలన సాగింది. ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థలను నిర్వీర్యం చేసింది. అభివృద్ధి కంటే.. విధ్వంసానికి ప్రాధాన్యత ఇచ్చిందని మండిపడ్డారు. రాష్ట్ర భవిష్యత్తును అంధకారంలోకి నెట్టేస్తూ, ఆర్థికంగా దివాలా తీయించారు. మహిళలపై అసభ్యకర పోస్టులు పెడుతూ పైశాచిక ఆనందం పొందారు. మహిళలపై దాడులు జరుగుతున్నా, ఫిర్యాదులు అందుతున్నా ప్రభుత్వం కనీసం పట్టించుకోకపోవడం వారి బాధ్యతా రాహిత్యానికి పరాకాష్ట. వైసీపీ అరాచకాలను భరించలేక ప్రజలు విసిగిపోయి మార్పు కోరుకున్నారు. కూటమి ప్రభుత్వం, అభివృద్ధి పథంలో రాష్ట్రాన్ని ముందుకు నడిపించేందుకు ప్రణాళికలు సిద్ధం చేస్తోందని అన్నారు.

కుంభమేళా తరహాలో గోదావరి పుష్కరాలు

- వైభవంగా నిర్వహించాలని డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ఆదేశం: మంత్రి దుర్గేష్
- 10 కోట్ల మంది భక్తులు వస్తారని అంచనా..
- జూన్ 26 నుంచి జూలై 7 వరకు వేడుకలు
- ఘాట్ల అభివృద్ధి, భద్రతపై ప్రత్యేక దృష్టి.. త్వరలో రాజమహేంద్రవరంలో సమీక్ష
- చంద్రబాబు, పవన్ నేతృత్వంలో ప్రతిష్టాత్మకంగా పుష్కరాల నిర్వహణకు ఏర్పాట్లు



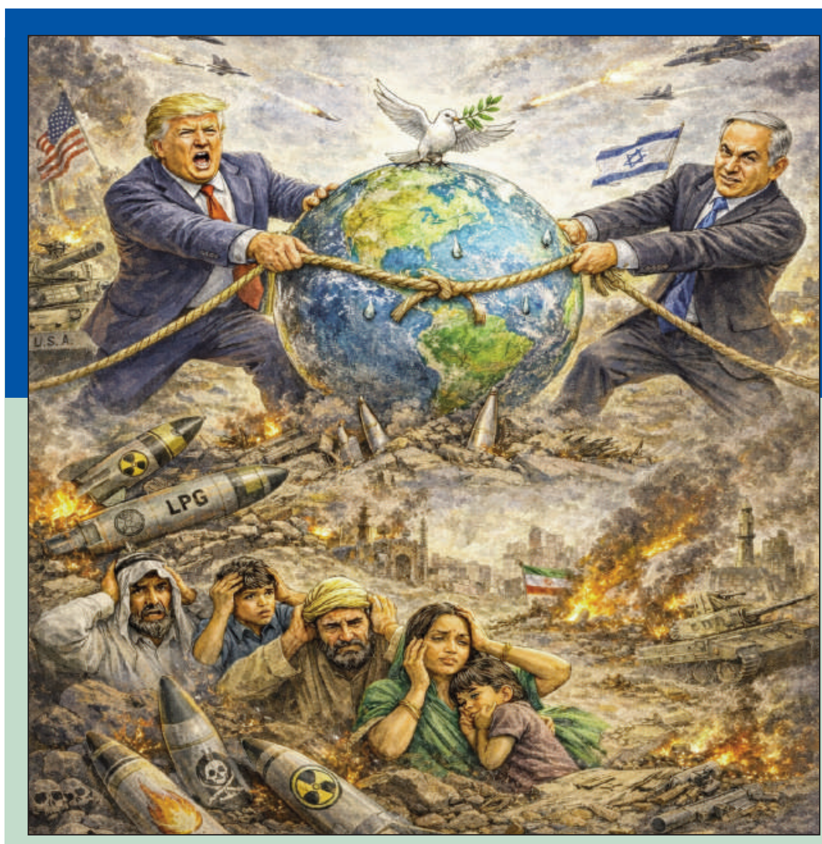
అమరావతి, ఏప్రిల్14 (మనసులో మాట): 2027లో రానున్న గోదావరి పుష్కరాలను అత్యంత వైభవంగా, ఉత్తర భారతదేశంలోని కుంభమేళాను తలపించే రీతిలో నిర్వహించాలని ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ ఆదేశాల మేరకు ఈ మహా క్రతువును చారిత్రాత్మక ఘట్టంగా తీర్చిదిద్దనున్నట్లు రాష్ట్ర సినిమాటోగ్రఫీ, పర్యాటక శాఖ మంత్రి కందుల దుర్గేష్ వెల్లడించారు. మంగళవారం అమరావతిలో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. వచ్చే ఏడాది జూన్ 26 నుంచి జూలై 7 వరకు జరిగే ఈ పుష్కర మహోత్సవానికి దేశవిదేశాల నుంచి సుమారు 10 కోట్ల మంది భక్తులు తరలివస్తారని ప్రభుత్వం అంచనా వేస్తోందని తెలిపారు. భక్తుల రద్దీకి అనుగుణంగా ఎటువంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా ముందస్తు ప్రణాళికలు సిద్ధం చేస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు, డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ నాయకత్వంలో ఈ పుష్కరాలను ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకున్నామని మంత్రి స్పష్టం చేశారు. భక్తుల భద్రత మరియు సౌకర్యాలకు ప్రథమ ప్రాధాన్యత ఇస్తూ గోదావరి తీరంలోని ఘాట్ల అభివృద్ధి, తాగునీరు, పారిశుద్ధ్యం మరియు రవాణా ఏర్పాట్లపై ప్రత్యేక దృష్టి సారిస్తున్నట్లు చెప్పారు. పుష్కర పనుల పర్యవేక్షణ మరియు క్షేత్రస్థాయి ఏర్పాట్లపై చర్చించేందుకు త్వరలోనే రాజమహేంద్రవరంలో ఉన్నత స్థాయి సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించనున్నట్లు దుర్గేష్ తెలిపారు. ఈ సమావేశంలో వివిధ శాఖల అధికారులతో సమన్వయం చేసుకుని పనుల పురోగతిపై కీలక నిర్ణయాలు తీసుకోనున్నట్లు వివరించారు. గోదావరి పుష్కరాలను కేవలం ఆధ్యాత్మిక వేడుకగానే కాకుండా, ఆంధ్రప్రదేశ్ సాంస్కృతిక వైభవాన్ని చాటే విధంగా నిర్వహిస్తామని ఆయన ధీమా వ్యక్తం చేశారు.

శ్రీశైలంలో భారీగా మద్యం పట్టివేత

ఐదురుగు మహిళల అరెస్ట్

నంద్యాల, ఏప్రిల్ 14: శ్రీశైలంలో ఐదుగురు మహిళల వద్ద భారీగా మద్యం పట్టుబడింది. మద్య సీసాలను పోలీసులు సీజ్ చేసి ముద్దాయిలను అరెస్టు చేశారు. శ్రీశైల పుణ్యక్షేత్రంలో మంగళవారం ఉదయం తొమ్మిది గంటల సమయంలో ఆత్మకూరు డిఎస్పీ ఉత్తర్వుల మేరకు శ్రీశైలం సిఐ గంగనాథ్ బాబు ఆధ్వర్యంలో ఎస్సై సుబ్బారెడ్డి, సిబ్బంది కలిసి శ్రీశైలం పరిసర ప్రాంతాలైన రామయ్య టర్నింగ్, టోల్గేట్, టూరిస్ట్ బస్టాండ్లో ఐదుగురు మహిళల ముద్దాయిల వద్ద ఉన్న 24 లీటర్ల సారాయి, 314 డీపీఎల్ 180 ఎం.ఎల్ బాటిల్స్ ను సీజ్ చేసి ఐదుగురు ముద్దాయిలను అరెస్టు చేశారు. వారిని ఆత్మకూరు కోర్టుకు తరలించారు. ఈ సందర్భంగా శ్రీశైలం సీఐ గంగనాద బాబు మాట్లాడుతూ . శ్రీశైలం పవిత్ర క్షేత్రంలో దేవాదాయ చట్టానికి విరుద్ధంగా అమ్మడం నిషేధం అన్నారు. శ్రీశైలంలో మాంసము, బీడీ, సిగరెట్లు అమ్మిన ఎంతటి వారిపైనా అయిన కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించారు. పుణ్యక్షేత్రంలో ఇలాంటి నిషిద్ధ మైన వాటిపై చాలా కఠినంగా వ్యవహరిస్తామని, అవసరమైతే పీడి యాక్ట్ పెట్టి జైలుకు పంపిస్తామన్నారు. పట్టుబడినవారు ఆత్మకూరు నుండి మద్యం తెచ్చుకొని శ్రీశైలంలో అమ్ముతున్నట్టు తెలిపారు. ఆత్మకూరు నుండి (4) ఆదిలక్ష్మి, అశ్విని, హేమలత, మంగమ్మ, సుశీలమ్మ దోర్నాల నుండి ఒక మహిళ ఉన్నారని తెలిపారు.

KANCHARLA మనసులో మాట



సంపాదకీయం

యుద్ధోన్మాద మత్తు దిగితేనే ప్రపంచశాంతి!

నోబెల్ శాంతి బహుమతి కావాలని కోరుకుంటున్న అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్..యుద్ధోన్మాదిగా మారాడు. ఆయనకు తోడుగా ఇజ్రాయెల్ ప్రధాని బెంజ్‌మెన్ నఎతన్యాహు తోడయ్యారు. వీరిద్దరు కలసి ప్రపంచాన్ని అల్లకల్లోలం చేస్తున్న తీరుతో ప్రపంచ దేశాలు దిక్కుతోచని స్థితిలో పడ్డాయి. ఓ రకంగా చెప్పాలంటే అమెరికా ఎంతగా నష్టపోయి-ఎనా సరే ట్రంప్ మాత్రం యుద్ధాన్ని వీడేది లేదన్న రీతిలో వ్యవహరిస్తున్నారు. చర్చలు విఫలం అయితే దానికి ఎక్కువ బాధ్యత అమెరికాదే. ఎందుకంటే యుద్ధం మొదలు పెట్టిందే వారు. ఇప్పుడు దానికి అణుబూచి రంగు పులిమి ఇరాన్‌ను దెబ్బతీయాలని చూడడం సరికాదు. నిజానికి ప్రపంచదేశాలు ట్రంప్ తీరుపై గళమెత్తాలి. కానీ ఏ దేశం కూడా పెద్దగా పట్టించుకోవడం లేదు. భారత్ కూడా మాటకూడా మాట్లాడడం లేదు. ఎందుకంటే ఇప్పుడు యుద్ధం ముగించకుంటే చమురు మంటలు అన్ని దేశాలను దహించి వేస్తాయి. దీంతో సామాన్య ప్రజలు అల్లాడుతారు. అమెరికా-ఇరాన్ మధ్య శాంతి చర్చలు విఫలమవడంతో పశ్చిమాసియాలో పరిస్థితులు మళ్లీ నివురుగప్పిన నిప్పులా మారాయి. పాకిస్థాన్ వేదికగా జరిగిన ఈ చర్చలు దాదాపు కొలిక్కి వచ్చినట్లే కన్పించినా.. చివరి నిమిషంలో వీటికి బ్రేక్ పడింది. ఇందుకు కారణం అణు కార్యకలాపాల విషయంలో ఏకాభిప్రాయం కుదరకపోవడమేనని తాజాగా తెలిసింది. 20 ఏళ్ల పాటు యురేనియం శుద్ధి నిలిపివేయాలని అమెరికా ప్రతిపాదన పెట్టగా, అందుకు ఇరాన్ నిరాకరించినట్లు సమాచారం. ఈ మేరకు విశ్వసనీయ వర్గాలను ఉటంకిస్తూ అమెరికా మీడియా కథనాలు వెల్లడించాయి. యురేనియం శుద్ధిని ఐదేళ్ల పాటు మాత్రమే నిలిపివేస్తామని టెహ్రాన్ చెప్పినట్లు సదరు కథనాలు పేర్కొన్నాయి. ఇందుకు అగ్రరాజ్యం సమ్మతించకపోవడంతోనే చర్చలు ఆగిపోయినట్లు తెలిపాయి. వాస్తవానికి టెహ్రాన్ శాశ్వతంగా యురేనియం శుద్ధిని నిలిపివేయాలని ట్రంప్ యంత్రాంగం ముందునుంచీ డిమాండ్ చేసింది. కానీ చర్చల సమయంలో దాన్ని 20 ఏళ్లకు తగ్గించడం గమనార్హం. అయి-ఎతే ఈ పీటముడి ఇలాగే ఉంటుందా...అమెరికా మళ్లీ యుద్ధానికి కాలుదువ్వుతుందా అన్న ఆందోళన ప్రపంచ దేశాలను కలచివేస్తోంది. 1979 ఇస్లామిక్ విప్లవం తర్వాత అమెరికా-ఇరాన్ మధ్య ఈ స్థాయి-ఎలో అత్యున్నత స్థాయి సమావేశం జరగడం మళ్లీ ఇప్పుడే. ఇస్లామాబాద్‌లో జరిగిన ఈ భేటీలో అమెరికా ఉపాధ్యక్షుడు జేడీ వాన్స్, ఇరాన్ పార్లమెంట్ స్పీకర్ ఘాలిబఫ్ సహా ఇరుదేశాలకు చెందిన పలువురు ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు. దాదాపు 20 గంటల పాటు ఈ చర్చలు సాగాయి. 80శాతం అంశాల్లో ఏకాభిప్రాయం కుదిరింది. ఒప్పందం దాదాపు కుదిరినట్లుగానే కన్పించింది. కానీ, కాసేపటికే అవి విఫలమయ్యాయని పాక్ ప్రభుత్వ వర్గాలు పేర్కొన్నాయి. అయితే, ఈ చర్చలు పూర్తిగా నిలిచిపోలేదని, రెండోదశ ముఖాముఖి భేటీకి ఇరుదేశాలు సన్నాహాలు చేస్తున్నట్లు సమాచారం. అటు అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ కూడా ఇదే విషయాన్ని సూచనప్రాయంగా వెల్లడించారు. డీల్ కుదు-ర్చుకునేందుకు తాము సుముఖంగానే ఉన్నామని ఇరాన్ తమతో చెప్పినట్లు తెలిపారు. ఈ చర్చలు సాఫీగా సాగేలా పట్టువిడుపులు ఉండాల్సిందే. దెబ్బతిన్న ఇరాన్ పునరుద్దరణకు ప్రతి ఒక్కరూ ముందుకు రావాలి. ఎందుకంటే చమురు సంక్షోభంముదరకుండా చూసుకోవాలి. ఇప్పటికే బ్యారెట్ ధర 113 డాలర్లకు చేరింది. ఇది ఆయా దేశాలపై మోయలేని భారం చూపనుంది. అందుకే పశ్చిమాసియా ఉద్రిక్తతలతో ప్రపంచం ఇంధన సంక్షోభంలో చిక్కుకుపోయింది దాంతో రానున్న వారాల్లో చమురు ధరలు గరిష్ఠ స్థాయికి చేరే అవకాశం ఉందని అమెరికా ఇంధన శాఖ మంత్రి క్రిస్‌రైట్ కూడా హెచ్చరించారు. హర్మూజ్‌లో నౌకల రాకపోకలు మొదలైనా.. రవాణా మునుపటి స్థాయికి చేరేవరకు ఈ మోత ఉంటుందని హెచ్చరించారు. హర్మూజ్‌లో నౌకల రాకపోకలు గణనీయస్థాయిలో పెరిగే వరకు ఇంధన ధరల అధికంగా ఉండొచ్చు. పెరుగుతూనే ఉండొచ్చు .కూడా ము÷ఎద్ధం ముగిస్తే తప్ప చమురు ధరలు తగ్గొచ్చని అందరూ అంచనా వేస్తున్నారు. ఇక నవంబర్‌లో జరగనున్న మిడ్‌టర్మ్ ఎన్నికల వరకు ఇంధన ధరలు ఎక్కువగానే ఉండొచ్చని ఇటీవల అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ కూడా సూచనప్రాయంగా వెల్లడించారు. ఇరాన్ యుద్ధం నేపథ్యంలో మార్చి నెలలో గల్ఫ్ దేశాల నుంచి చమురు ఉత్పత్తి భారీగా తగ్గిందని ఒపెక్ విడుదల చేసిన డేటా ప్రకారం వెల్లడవుతోంది. ఇరాక్‌లో దాదాపు 61శాతం మేర ఉత్పత్తి తగ్గింది. ఫిబ్రవరిలో రోజుకు 4.2 మిలియన్ బ్యారెళ్ల నుంచి మార్చిలో రోజుకు 1.6 మిలియన్ బ్యారెళ్లకు పడిపోయింది. కువైట్‌లో 53శాతం, యూఏఈలో 44 శాతం, సౌదీ అరేబియా 23 శాతం ఉత్పత్తి తగ్గిపోయింది. ఇక చమురు సరఫరాలో కీలకమైన పైప్‌లైన్ ఇరాన్ దాడుల్లో దెబ్బతినడంతో రోజూవారీ 7 మిలియన్ల బ్యారెళ్ల నుంచి 7 లక్షల బ్యారెళ్లకు పడిపోయిందని సౌదీ మీడియా వెల్లడించింది. మొత్తంగా ఒపెక్ దేశాలు చేసే ఉత్పత్తి 27 శాతం మేర కుంగింది. ఇదిలాఉంటే.. హర్మూజ్ జలసంధిని దిగ్బంధించాలన్న అగ్రరాజ్యం అమెరికా నిర్ణయాన్ని చైనా తీవ్రంగా తప్పుబట్టింది. జలసంధిలో తమ నౌకల కార్యకలాపాలు కొనసాగుతున్నాయని వెల్లడించింది. అందుకు తగ్గట్టే ట్రంప్ హెచ్చరికలను పట్టించుకోకుండా.. అమెరికా ఆంక్షలున్న చైనా ట్యాంకర్ హర్మూజ్‌ను దాటింది. మరిప్పుడు దీనిపై యూఎస్ నౌకాదళం ఎలా స్పందిస్తుందో తెలియాల్సి ఉంది. మొత్తంగా ఈ దోబూచులాట ఆగాలి. చమురు దేశాలు స్వేచ్ఛగా వాణిజ్యం చేసుకునే స్థితి రావాలి. అప్పుడే ప్రపంచంలో శాంతి వస్తుంది. ట్రంప్ కూడా మూర్ఖంగా ముందుకు వెళ్లకుండా ప్రపంచశాంతికి కట్టుబడి ఉండాలి.

డాక్టర్ కంచర్ల అచ్యుత రావు
ఎడిటర్, మనసులో మాట దినపత్రిక

వచ్చే సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో మహిళా రిజర్వేషన్లు

- చట్టసభల్లో వారి ఉనికి చాటేందుకు అవకాశం
- దేశ మహిళలకు లేఖలో ప్రధాని మోడీ వెల్లడి

న్యూఢిల్లీ, ఏప్రిల్ 14: రానున్న సార్వత్రిక ఎన్నికల నాటికి మహిళల రిజర్వేషన్లు అమలవుతాయని, దీంతో మన రాజ్యాంగం మరింత బలోపేతం అవుతుందని ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ వెల్లడించారు. ఈ మేరకు ఆయన దేశ మహిళలకు ఓ లేఖ రాసి దాన్ని 'ఎక్స్' వేదికగా పంచుకున్నారు. ప్రస్తుతం పలు రంగాల్లో మహిళలు ముందంజలో ఉన్నారు. అదేవిధంగా చట్ట సభల్లోనూ వారి ఉనికిని చాటేందుకే ఈ రిజర్వేషన్ల పక్రియ మొదలుపెట్టాం. పార్లమెంట్‌లో ఏప్రిల్ 16 నుంచి జరగనున్న మూడు రోజుల సమావేశాల్లో 'నారీ శక్తి వందనం అధినియమ్' బిల్లులో సవరణలు ప్రవేశపెడతాం. దీనిపై ఏమాత్రం ఆలస్యం జరిగినా అది భారతదేశ మహిళలకు అన్యాయం చేసినట్టే.

2029 లోక్‌సభ ఎన్నికల సమయానికి మహిళల రిజర్వేషన్లు

అమల్లోకి వస్తాయని అంటూ దేశ మహిళలకు రాసిన లేఖలో మోదీ పేర్కొన్నారు. భారతదేశ కుమార్తెలు వారి హక్కుల కోసం జీవితాంతం వేచి చూడటం సబబు కాదు. చట్టసభల్లో వారి గొంతుకను గట్టిగా వినిపించే సమయం వచ్చింది. దీంతో ప్రజాస్వామ్యం కూడా దృఢంగా మారనుంది. జరగబోయే పార్లమెంట్ సమావేశానికి, రాజ్యాంగ సవరణ ఆమోదం కోసం, దేశం నలుమూలలా ఉన్న కోట్లాది మంది మహిళల ఆశీస్సులు కోరుకుంటున్నాను. మీరంతా మీ స్థానిక ఎంపీలకు లేఖ రాసి పార్లమెంట్ సభల్లో పాల్గొనాలని వారిని కోరండి' అని మోదీ ఆ లేఖలో రాసుకొచ్చారు. 2023 పార్లమెంటు సమావేశాల్లో నారీ శక్తి వందనం అధినియమ్' రిజర్వేషన్ బిల్లును ప్రవేశపెట్టారు. చట్ట సభల్లో మహిళల రిజర్వేషన్లకు సంబంధించిన ఈ బిల్లులో సవరణలు జరుగుతున్నాయి. లోక్‌సభలో 1/3 వంతు సీట్లను మహిళలకు కేటాయించాలని నిర్ణయించారు. అంటే మొత్తం 816 లోక్‌సభ స్థానాల్లో మహిళలకు దాదాపు 273 సీట్లను కేటాయించేలా చట్టంలో సవరణలు చేయనున్నారు.

నోయిడా అల్లర్ల వెనుక పాక్ కుట్ర?

- 300 మంది కార్మికుల అరెస్టు..
- వేతనాల పెంపుతో యూపీ సర్కార్ దిద్దుబాటు చర్యలు

లక్నో, ఏప్రిల్14: నోయిడా పారిశ్రామిక ప్రాంతంలో వేతనాల పెంపు కోరుతూ కార్మికులు చేపట్టిన నిరసనలు ఒక్కసారిగా హింసాత్మక రూపం దాల్చడం వెనుక దేశ వ్యతిరేక శక్తుల ప్రమేయం ఉందన్న అనుమానాలు బలపడుతున్నాయి. ఈ అల్లర్ల వెనుక పాకిస్థాన్ ఉగ్రవాద సంస్థల హస్తం ఉండవచ్చని ఉత్తర ప్రదేశ్ కార్మిక శాఖ మంత్రి అనిల్ రాజ్‌భర్ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. పక్కా ప్రణాళిక ప్రకారమే ఈ విధ్వంసం జరిగిందని, రాష్ట్రంలో అస్థిరత సృష్టించేందుకు విదేశీ శక్తులు ప్రయత్నిస్తున్నాయని ఆయన ఆరోపించారు. ఇటీవల నోయిడా, మీరట్‌లలో పాక్ ఉగ్రవాదులతో సంబంధాలున్న నలుగురు అనుమానితులు అరెస్టయిన నేపథ్యంలో, తాజా అల్లర్లను కూడా అదే కోణంలో దర్యాప్తు చేయాలని అధికారులను ఆదేశించి నట్లు మంత్రి వెల్లడించారు. ముఖ్యంగా ముజఫర్‌నగర్‌లో ముఖ్యమంత్రి యోగి ఆదిత్యనాథ్ పర్యటనకు అంతరాయం కలిగించే కుట్రలో భాగంగానే ఈ అలజడి సృష్టించి ఉండొచ్చని ప్రాథమిక విచారణలో తేలిందని ఆయన పేర్కొన్నారు. సీసీటీవీ దృశ్యాల ఆధారంగా విధ్వంసానికి పాల్పడిన 300 మందిని పోలీసులు ఇప్పటికే అరెస్టు చేయగా, మరో వంద మందిని విచారిస్తున్నారు. మరోవైపు ఉద్రిక్తతలను చల్లార్చేందుకు ఉత్తర ప్రదేశ్ ప్రభుత్వం

కార్మికులకు భారీ ఊరటనిస్తూ కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. కార్మికుల కనీస వేతనాలను మూడు వేల రూపాయల వరకు పెంచుతున్నట్లు మంగళవారం ప్రకటించింది. దీని ప్రకారం నోయిడా, ఘజియాబాద్ ప్రాంతాల్లోని నైపుణ్యం లేని కార్మికుల నెలవారీ వేతనం 11,313 రూపాయల నుండి 13,690 రూపాయలకు పెరిగింది. పెంచిన ఈ వేతనాలు ఏప్రిల్ 1 నుంచే అమల్లోకి వస్తాయని ప్రభుత్వం స్పష్టం చేసింది. అయితే మంగళవారం కూడా నోయిడాలో కార్మికులు, పోలీసుల మధ్య ఘర్షణలు కొనసాగాయి. తక్కువ వేతనాలకు వ్యతిరేకంగా ఆందోళన చేస్తున్న కార్మికులను చెదరగొట్టేందుకు పోలీసులు బాష్పవాయువు ప్రయోగించారు. కార్మికుల సమస్యలను వినేందుకు ప్రభుత్వం సిద్ధంగా ఉందని, ఎవరూ రెచ్చగొట్టే చర్యలకు ప్రభావితం కావద్దని మంత్రి విజ్ఞప్తి చేశారు. ప్రస్తుతం ఉన్నతాధికారుల బృందం నోయిడాలో ఉండి కార్మిక సంఘాలతో సంప్రదింపులు జరుపుతోంది.

బీహార్ సీఎం పదవికి నితీశ్ రాజీనామా

- కొత్త సీఎంగా బీజేపీకి చెందిన సమ్రాట్ చౌధరీ ఎంపిక
- నేడు ప్రమాణ స్వీకారం చేయనున్న సమ్రాట్

పాట్నా, ఏప్రిల్ 14: బిహార్ కొత్త ముఖ్యమంత్రిగా సమ్రాట్ చౌధరీ ఎంపికయ్యారు. దాదాపు రెండు దశాబ్దాలు పాటు బిహార్ ముఖ్యమంత్రి పీఠంపై కూర్చున్న నితీష్ కుమార్ మంగళవారం రాజీనామా చేశారు. దీంతో బిహార్‌లో అత్యున్నత పదవిని అధిరోహించనున్న తొలి బీజేపీ నేతగా సమ్రాట్ చౌధరీ నిలిచారు. బిహార్ కొత్త ముఖ్యమంత్రిగా సమ్రాట్ చౌధరీ బుధవారం ప్రమాణ స్వీకారం చేయనున్నారు. ఇప్పటివరకు బిహార్ ఉప ముఖ్యమంత్రిగా ఉన్న 57 ఏళ్ల సమ్రాట్ ఓబీసీ వర్గమైన కుష్వాహా కులానికి చెందినవారు. బిహార్‌లోని ఓబీసీ కులాలలో యాదవుల తర్వాత కుష్వాహా వర్గమే అతి పెద్దది ముఖ్యమంత్రి పదవి నుంచి వైదొలిగిన నితీష్.. కుష్వాహా కులానికి చెందిన వ్యక్తినే తదుపరి సీఎంగా ప్రకటించాలని షరతు విధించినట్టు సమాచారం. నితీష్ సలహా మేరకే బీజేపీ.. సమ్రాట్‌కు సీఎం పీఠం అప్పగించినట్టు తెలుస్తోంది. మధ్యలో కొన్ని సంవత్సరాలు మినహా 2005 నుంచి బీజేపీ,

బిహార్ ప్రభుత్వంలో మైనర్ భాగస్వామిగా ఉంటూ వచ్చింది. 20 సంవత్సరాల తర్వాత బీజేపీకి చెందిన నేత బిహార్ సీఎం అయ్యారు. 243 మంది సభ్యులున్న బిహార్ అసెంబ్లీలో నితీష్ కుమార్ పార్టీకి 85 మంది ఎమ్మెల్యేలు ఉండగా, బీజేపీకి 89 మంది ఉన్నారు. కాగా, బిహార్ కొత్త సీఎం అయిన సమ్రాట్ చౌధరీ రాజకీయ నేపథ్యం ఉన్న కుటుంబం నుంచి వచ్చిన వ్యక్తి . ఆయన మొదట ఆర్జేడీ ద్వారా రాజకీయాల్లోకి ప్రవేశించారు. ఆ తర్వాత జేడీ (యు)లో చేరారు. ఆ తర్వాత బీజేపీలో చేరి కీలక నాయకుడిగా ఎదిగారు. ఈ రకంగా ఆయనకు బిహార్‌లోని మూడు ప్రధాన పార్టీల్లో పని చేసిన అనుభవం ఉంది. దాదాపు రెండు దశాబ్దాల పాటు బిహార్ ముఖ్యమంత్రిగా కొనసాగిన నితీష్ కుమార్ రాజీనామా చేశారు. పట్నాలో తన చివరి కేబినెట్ సమావేశానికి అధ్యక్షత వహించిన అనంతరం ముఖ్యమంత్రి పదవి నుంచి నితీష్ వైదొలిగారు. దీంతో తమ నాయకుడిని ఎన్నుకోవడానికి ఎన్డీయే శాసనసభ పక్షం సమావేశం అయ్యింది. కేంద్ర పరిశీలకుడిగా నియమితుడైన మధ్యప్రదేశ్ మాజీ ముఖ్యమంత్రి, కేంద్ర మంత్రి శివరాజ్ సింగ్ చౌహాన్ ఈ సమావేశానికి హాజరు అయినట్లు సమాచారం.

850కి చేరనున్న లోక్‌సభ స్థానాలు

- పునర్విభజన బిల్లుకు రంగం సిద్ధం

న్యూఢిల్లీ, ఏప్రిల్ 14: దేశ రాజకీయ ముఖచిత్రాన్ని సమూలంగా మార్చే దిశగా కేంద్ర ప్రభుత్వం భారీ కసరత్తు చేస్తోంది. ప్రస్తుతం ఉన్న 543 లోక్‌సభ స్థానాల సంఖ్యను ఏకంగా 850కి పెంచేందుకు రంగం సిద్ధం చేస్తూ నియోజకవర్గాల పునర్విభజన, మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లులను ఈ నెల 16న పార్లమెంటులో ప్రవేశపెట్టాలని నిర్ణయించింది. ఈ ప్రతిపాదన ప్రకారం వివిధ రాష్ట్రాల లోక్‌సభ సీట్లను 815కు, కేంద్ర పాలిత ప్రాంతాల సీట్లను 35కు పెంచబోతున్నట్లు విశ్వసనీయ వర్గాల సమాచారం. దీనిపై గత రెండు వారాలుగా రాజకీయ వర్గాల్లో జోరుగా ఊహాగానాలు సాగుతుండగా, తాజాగా కేంద్రం ఈ ముసాయిదా చట్ట ప్రతులను ఎంపీలకు పంపి కీలక సమాచారాన్ని అందించింది. గురువారం నుంచి మూడు రోజుల పాటు జరగనున్న పార్లమెంటు ప్రత్యేక సమావేశాల్లో ఈ రెండు కీలక బిల్లులను ప్రవేశపెట్టి ఆమోద ముద్ర వేయించుకోవాలని కేంద్రం భావిస్తోంది. ఈ బిల్లు పార్లమెంటులో ఆమోదం పొందిన తర్వాత కేంద్ర ప్రభుత్వం అధికారికంగా డీలిమిటేషన్ కమిషన్‌ను ఏర్పాటు చేసి సీట్ల పెంపు ప్రక్రియను పూర్తి చేయనుంది. అన్నీ అనుకున్నట్టు జరిగితే 2029 సార్వత్రిక ఎన్నికల నాటికి దేశవ్యాప్తంగా 850 ఎంపీ స్థానాలకు ఎన్నికలు నిర్వహించే అవకాశం కనిపిస్తోంది. అన్ని రాష్ట్రాలకు సగటున లోక్‌సభ మరియు అసెంబ్లీ సీట్లను 50 శాతం మేర పెంచడం ద్వారా ప్రస్తుతం ఉన్న రాజకీయ ప్రాతినిధ్యాన్ని యథాతథంగా కొనసాగించాలని ప్రభుత్వం యోచిస్తోంది. దీనివల్ల జనాభా ప్రాతిపదికన సీట్ల పెంపు జరిగినప్పటికీ, రాష్ట్రాల మధ్య ప్రాతినిధ్య సమతుల్యత దెబ్బతినకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకుంటున్నట్లు తెలుస్తోంది. ముసాయిదా ప్రతులు అందుకున్న ఎంపీలు ఈ చారిత్రాత్మక మార్పుపై ఇప్పటికే లోతుగా అధ్యయనం చేస్తున్నారు.

షుగర్ ఉన్నవారు పాటించాల్సిన చిట్కాలు

వీటితో షుగర్‌ను గణనీయంగా అదుపు చేయవచ్చు

దయాబెటిస్.. నేడు ప్రపంచ వ్యాప్తంగా అధిక శాతం మందిని భయపెడుతున్న జబ్బు ఇది. దీని కారణంగా మన దేశంలో ఏటా కొన్ని కోట్ల మంది కొత్తగా షుగర్ వ్యాధి ప్రపంచంలో అడుగు పెడుతున్నారు. టైప్-1, టైప్-2 ఏదైనా రెండింటి వల్ల రక్తంలో ఉన్న షుగర్ స్థాయిలు పెరుగుతాయి. అయితే ఈ రెండింటికీ ట్రీట్‌మెంట్లు కొద్దిగా వేరేగా ఉంటాయి. టైప్-1 కు ఇంజెక్షన్లు ఇస్తే, టైప్-2కు టాబ్లెట్లు ఇస్తారు. ఈ క్రమంలో ఏ తరహా షుగర్ వ్యాధి వచ్చినా దానికి వైద్యులు ఇచ్చే మందులతోపాటు పలు సూచనలు పాటిస్తే దాంతో షుగర్ గణనీయంగా అదుపులోకి వస్తుంది. షుగర్ లెవల్స్ అధికంగా ఉన్నవారు డాక్టర్లు ఇచ్చే మందులను వాడడంతోపాటు పలు సూచనలు పాటిస్తే షుగర్ ను ఎల్లప్పుడూ నియంత్రణలో ఉంచుకోవచ్చు. దీని వల్ల దయాబెటిస్ ఇబ్బంది పెట్టదు.

దాల్చిన చెక్క, వెల్లుల్లి..

దాల్చిన చెక్కకు రక్తంలోని చక్కెరను అదుపు చేసే గుణం ఉంది. ఇందులో ఇన్సులిన్ తరహా ఔషధ గుణాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇవి రక్తంలోని గ్లూకోజ్ స్థాయిలను తగ్గిస్తాయి. అయితే దాల్చిన చెక్కను ఎలా వాడాలంటే.. దీనికి చెందిన పొడిని 3 టేబుల్ స్పూన్ల మోతాదులో తీసుకుని ఒక లీటర్ నీటిలో వేసి మరిగించాలి. 20 నిమిషాల పాటు ఆ నీరు బాగా మరిగాక వచ్చే ద్రవాన్ని వడకట్టి రోజూ ఉదయం, సాయంత్రం భోజనానికి అరగంట ముందు తాగాలి. దీంతో కేవలం కొద్ది రోజుల్లోనే షుగర్ వ్యాధి అదుపులోకి వస్తుంది. అలాగే వెల్లుల్లిలో అలియం సాటివం అనే ఓ రకమైన రసాయనం సమృద్ధిగా ఉంటుంది. ఇది టైప్-2 దయాబెటిస్ వ్యాధిగ్రస్తులకు మంచిది. ఇది వారి రక్తంలోని గ్లూకోజ్ స్థాయిలను అదుపు చేస్తుంది. నిత్యం ఉదయాన్నే పరగడుపున రెండు వెల్లుల్లి రెబ్బల్ని అలాగే పచ్చిగా తింటుంటే దాంతో షుగర్ వ్యాధి నియంత్రణలో ఉంటుంది. దయాబెటిస్ ఉన్నవారికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది.

కరివేపాకులు, జామ ఆకులు..

రక్తంలోని చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించే గుణాలు కరివేపాకులోనూ ఉన్నాయి. వీటిలోని ఔషధ కారకాలు దయాబెటిస్‌ను అదుపు చేస్తాయి. నిత్యం ఉదయం, సాయంత్రం భోజనానికి అరగంట ముందుగా గుప్పెడు కరివేపాకు ఆకులను తింటుంటే దాంతో చక్కెర వ్యాధి నయం అవుతుంది. అదేవిధంగా జామ ఆకులు కొన్నింటిని తీసుకుని నీడలో ఎండబెట్టి పొడి చేసుకోవాలి. దీనికి 3 గ్రాముల జీలకర్ర పొడి కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని ఒక గ్లాస్ నీటిలో కలిపి ఆ నీటిని మరిగించాలి. అనంతరం ఆ నీరు అరగ్లాస్ అయ్యాక స్టవ్ ఆర్పి ద్రవాన్ని వడకట్టి తాగేయాలి. ఇలా చేస్తే షుగర్ వెంటనే అదుపులోకి వస్తుంది. అలాగే ఉదయాన్నే పరగడుపున 8 గ్లాసుల నీటిని తాగి గంట పాటు వాకింగ్ చేయాలి. ఇలా చేసినా షుగర్‌ను సమర్థవంతంగా ఎదుర్కోవచ్చు.

ఇతర చిట్కాలు..

ఇక బీట్‌రూట్ దుంప, మెంతి ఆకు లేదా మెంతుల పొడి, కలబంద, వేప, తులసి వంటి మొక్కల ఆకులను ఉదయం, సాయంత్రం తింటున్నా షుగర్ వ్యాధిని అదుపులోకి తేవచ్చు. అలాగే పొడపత్రి ఆకు చూర్ణం నిత్యం ఉదయం, సాయంత్రం భోజనానికి అర గంట ముందు నీళ్లలో కలిపి తాగాలి. దీని వల్ల కూడా షుగర్ గణనీయంగా అదుపులోకి వస్తుంది. ఇలా ఆయా చిట్కాలు, సూచనలను పాటిస్తుంటే షుగర్ ఉన్నవారికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. దయాబెటిస్‌ను అదుపు చేయవచ్చు. ఆరోగ్యంగా జీవించవచ్చు.

తెల్ల ఆవాలు కూడా ఉంటాయని మీకు తెలుసా..?

వీటితో ఎలాంటి లాభాలు కలుగుతాయంటే..?

రోజూ వంట చేసేందుకు అనేక రకాల పోపు దినుసులను వాడుతుంటారు. కూరల్లో వీటిని ఎక్కువగా వేస్తుంటారు. వాటిల్లో ఆవాలు కూడా ఒకటి. ఆవాలు అంటే సాధారణంగా అవి నల్లగా ఉంటాయి. కానీ మీకు తెలుసా..? వీటిల్లోనూ అనేక రకాలు ఉన్నాయి. అయితే మనకు మార్కెట్‌లో లభించే ఆవాలలో నలుపుతోపాటు తెలుపు రంగులోవి కూడా ఉంటాయి. ఇవి మరీ తెల్లగా ఉండవు, కాస్త క్రీమ్ కలర్‌లో ఉంటాయి. అయినప్పటికీ వీటిని తెల్ల ఆవాలు అనే పిలుస్తారు. అయితే నల్ల ఆవాలతోపాటు తెల్ల ఆవాలలోనే అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. ఇవి మనకు అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తాయి. తెల్ల ఆవాలను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే అనేక లాభాలను పొందవచ్చు. ఇవి పోషకాలను అందించడమే కాక, వ్యాధులను నయం చేసేందుకు కూడా సహాయం చేస్తాయి.

జీర్ణ వ్యవస్థకు..

తెల్ల ఆవాలను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటో నోట్లో ఉమ్మి ఎక్కువగా ఉత్పత్తి అవుతుంది. అలాగే జీర్ణ రసాలు కూడా ఎక్కువగా ఉత్పత్తి అవుతాయి. దీని వల్ల మనం తిన్న ఆహారం సులభంగా జీర్ణం అవుతుంది. ముఖ్యంగా ఆహారంలో ఉండే ప్రోటీన్లు, కొవ్వులు సులభంగా జీర్ణం అవుతాయి. తెల్ల ఆవాలను తినడం వల్ల ఆకలి పెరుగుతుంది. ఆకలి లేని వారు వీటిని తింటుంటే ఎంతగానో ఫలితం ఉంటుంది. సాధారణంగా జ్వరం లేదా ఏదైనా వ్యాధి వచ్చిన కోలుకున్న వారికి ఆహారం తినాలనిపించదు. నోరంతా చేదుగా ఉంటుంది. కానీ తెల్ల ఆవాలను తినడం వల్ల ఈ సమస్య తగ్గుతుంది. అలాగే ఇవి ఫైబర్‌ను అధికంగా కలిగి ఉంటాయి. కనుక వీటిని తింటే జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ముఖ్యంగా మలబద్దకం తగ్గుతుంది.

షుగర్ ఉన్నవారికి..

తెల్ల ఆవాలలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. అనేక ఫినోలిక్ సమ్మేళనాలు, ఫ్లేవనాయిడ్స్ ఉంటాయి. ఇవి యాంటీ ఆక్సిడెంట్ల మాదిరిగా పనిచేస్తాయి. కనుక తెల్ల ఆవాలను తింటుంటే ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి, వాపులు తగ్గుతాయి. కణాలకు జరిగే నష్టం నివారించబడుతుంది. వీటిని తినడం వల్ల అనేక రకాల మినరల్స్ మన శరీరానికి లభిస్తాయి. తెల్ల ఆవాల్లో సెలీనియం అధికంగా ఉంటుంది. ఇది థైరాయిడ్ గ్రంథి పనితీరును మెరుగు పరుస్తుంది. అలాగే వీటిల్లో ఉండే మెగ్నిషియం నాడీ మండల వ్యవస్థ పనితీరును మెరుగు పరుస్తుంది. కండరాల నొప్పులను తగ్గిస్తుంది. రాత్రి పూట నిద్రలో కాలి పిక్కలు పట్టుకుపోవడం తగ్గుతుంది. షుగర్ లెవల్స్ ను నియంత్రించడంలోనూ మెగ్నిషియం సహాయం చేస్తుంది. కనుక దయాబెటిస్ ఉన్నవారికి మేలు జరుగుతుంది. అలాగే శరీరంలో రక్త సరఫరా మెరుగు పడుతుంది. బీపీ తగ్గుతుంది. హైబీపీ ఉన్నవారు తరచూ వీటిని తింటుంటే ఎంతగానో ఫలితం ఉంటుంది.

ఎముకల దృఢత్వానికి..

తెల్ల ఆవాలలో క్యాల్షియం కూడా అధిక మొత్తంలో ఉంటుంది. ఇది ఎముకలు, దంతాలను దృఢంగా మార్చి ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. వీటిల్లో యాంటీ ఇన్‌ఫ్లామేటరీ గుణాలు కూడా ఉంటాయి. కనుక వీటిని వాడితే కండరాల నొప్పుల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. అలాగే కీళ్ల నొప్పుల నుంచి బయట పడవచ్చు. నొప్పులు, వాపులు తగ్గుతాయి. ఆర్థరైటిస్ ఉన్నవారికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. తెల్ల ఆవాలను ఉపయోగించడం వల్ల ముక్కు దిబ్బడ నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. గొంతు, ఊపిరితిత్తుల్లో ఉండే కఫం కరిగిపోతుంది. అలాగే వీటిల్లో యాంటీ మైక్రోబియల్, యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ గుణాలు ఉంటాయి కనుక ఇవి సహజసిద్ధమైన యాంటీ బయోటిక్‌గా పనిచేస్తాయి. వీటి వల్ల రోగ నిరోధక శక్తి పెరిగి ఇన్‌ఫెక్షన్లను తగ్గించుకోవచ్చు. ఇలా తెల్ల ఆవాలు మనకు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. వీటిని పొడిలా చేసి రోజూ ఆహారంలో కాస్త తీసుకోవచ్చు. దీంతో అనేక లాభాలను పొందవచ్చు.

కళ్లు పొడిబారుతూ ఇబ్బందులు పడుతున్నారా..?

అయితే వీటిని ప్రయత్నించండి..!

ఒకప్పుడు ప్రజలు రోజూ శారీరక శ్రమ అధికంగా చేసేవారు. కానీ ఇప్పుడు చాలా మంది కంప్యూటర్ల ఎదుట గంటల తరబడి కూర్చుని పనిచేస్తున్నారు. అలాగే స్మార్ట్ ఫోన్లు, టీవీల వాడకం పెరిగింది. దీంతో కళ్లపై ప్రభావం పడుతోంది. ఫలితంగా కళ్లు పొడిబారడం, ఎర్రగా మారి దురద పెట్టడం, కళ్లలో మంటలు వంటి సమస్యలను ఎదుర్కొంటున్నారు. అలాగే పోషకాహార లోపం కూడా చాలా మందిలో ఉంటోంది. దీని కారణంగా కంటి చూపు కూడా మందగిస్తోంది. దీంతో చిన్నారులు ఆ వయస్సు నుంచే కళ్లద్దాలను వాడాల్సిన పరిస్థితి నెలకొంది. అయితే కళ్లు పొడిబారడం అంటే కళ్లలో ఉండే తేమ తగ్గిపోవడం అని చెప్పవచ్చు. మన కళ్లను ఎప్పుడూ తేమగా ఉంచేందుకు గాను కళ్లలో కొన్ని ద్రవాలు ఎల్లప్పుడూ స్రవించబడుతూ ఉంటాయి. అందుకనే కళ్లపై భారం పడకుండా ఉంటుంది.

ఇతర సమస్యలు కూడా..

అయితే డిజిటల్ తెరలను అధికంగా చూడడం వల్ల సాధారణంగా కళ్లను ఎక్కువ సేపు తెరిచి ఉంచుతారు. దీంతో కళ్లలో ఉండే ద్రవాలు త్వరగా తగ్గుతాయి. ఈ కారణంగా కళ్లు పొడిబారతాయి. అనంతరం కళ్లు ఎర్రగా మారి దురదలు పెడతాయి. అయితే కళ్లు పొడిబారేందుకు కేవలం డిజిటల్ తెరలు మాత్రమే కాకుండా పలు ఇతర కారణాలు కూడా ఉంటాయి. కళ్లకు సరైన రక్షణ లేకపోవడం, దుమ్ము, ధూళిలో ఎక్కువగా గడపడం వంటి కారణాల వల్ల కూడా కళ్లు పొడిగా మారుతాయి. అయితే కళ్లు పొడిబారే వారిలో కేవలం కళ్లు ఎర్రగా మారడం, దురద పెట్టడం మాత్రమే కాకుండా పలు ఇతర లక్షణాలు కూడా కనిపిస్తాయి. కొందరికి కళ్లు పొడిబారితే తలనొప్పి వస్తుంది. అలాగే కళ్లలో కూడా నొప్పిగా ఉంటుంది. కొందరికి కళ్లు మంటగా అనిపిస్తాయి. మసకగా కూడా కనిపిస్తాయి. అలాగే ఆందోళనగా కూడా ఉంటుంది. ఈ క్రమంలో కొన్ని జాగ్రత్తలను పాటిస్తే ఈ సమస్య నుంచి సులభంగా బయట పడవచ్చు. అలాగే కళ్లు ఆరోగ్యంగా, సురక్షితంగా ఉంటాయి.

ఆహారాలు..

కళ్లు పొడిబారిపోయి చాలా ఇబ్బందిగా ఉంటే కళ్లపై ఆవిరి పట్టడం ద్వారా పొడిబారిన కళ్లు మళ్లీ సాధారణం అవుతాయి. దీంతో కళ్లలో ఉండే ఎరుపుదనం, దురదలు కూడా తగ్గుతాయి. అలాగే గోరు వెచ్చని నీళ్లను వాటర్ బ్యాగ్‌లో పోసి ఆ బ్యాగ్‌ను కళ్లపై ఉంచి మసాజ్ చేసినట్లు రాయాలి. దీంతో కూడా కళ్లు పొడిబారడం తగ్గుతుంది. అదేవిధంగా అవిసె గింజలు, సోయాబీన్, చియా విత్తనాలు, చేపలు, వాల్ నట్స్, కోడిగుడ్లను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటున్నా కూడా ఉపయోగం ఉంటుంది. వీటిల్లో ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు ఉంటాయి. ఇవి కళ్ల ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. కనుక వీటిని తరచూ తింటుంటే కంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. కళ్లు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. ఇక కంప్యూటర్ల ఎదుట ఎక్కువ సేపు కూర్చుని పనిచేసేవారు 20-20-20 రూల్‌ను పాటించాలి. అంటే.. 20 నిమిషాలకు ఒకసారి 20 సెకన్ల పాటు 20 అడుగుల దూరంలో ఉండే వస్తువులను చూడాలి. దీంతో కళ్లపై భారం పడకుండా అడ్డుకోవచ్చు. కళ్లు పొడిబారకుండా ఉంటాయి.

ఇలా చేయకూడదు..

ప్రస్తుతం చాలా మంది స్మార్ట్ ఫోన్లను అధికంగా ఉపయోగిస్తున్నారు. అలాగే టీవీల్లో గంటల తరబడి ఓటీటీలను చూస్తూ అదే ప్రపంచంలో మునిగి తేలుతున్నారు. వాస్తవానికి ఇలా గంటల తరబడి డిజిటల్ తెరలను చూడడం కళ్లకు అసలు మంచిది కాదు. దీని వల్ల కళ్లలో ఉండే తేమ చాలా వరకు తగ్గిపో తుంది. ఫలితంగా కళ్లు పొడిబారడం ఎక్కువవుతుంది. అప్పుడది మరింత ఎక్కువ సమస్యను సృష్టిస్తుంది. ఇది దీర్ఘకాలంలో కళ్లపై తీవ్ర ప్రభావం చూపిస్తుంది. కళ్ల పొరలు దెబ్బ తినేందుకు అవకాశాలు ఉంటాయి. కనుక వైద్యులు ఫోన్లు, కంప్యూటర్లు, టీవీలను ఎక్కువ సేపు చూడవద్దని చెబుతారు. అయితే ఇవి లేకుండా ఉండాలంటే ప్రస్తుతం అసాధ్యమనే చెప్పవచ్చు. కానీ వీలైనంత వరకు వీటికి దూరంగా ఉండే ప్రయత్నం చేయాలి. దీని వల్ల కళ్లు పొడిబారకుండా సురక్షితంగా ఉండవచ్చు.

అధిక బరువు తగ్గాలని చూస్తున్నారా..?

అయితే ఈ ఆయుర్వేద సూత్రాలను పాటించండి..!

అధిక బరువును తగ్గించుకోవడం చాలా కష్టంగా ఉంటుందన్న విషయం అందరికీ తెలిసిందే. అధిక బరువు చాలా సులభంగా పెరుగుతారు. కానీ బరువు తగ్గడం చాలా అవస్థగా అనిపిస్తుంది. బరువు పెరిగేందుకు అనేక కారణాలు ఉంటాయి. అయితే అధికంగా ఉన్న బరువును తగ్గించుకునేందుకు చాలా మంది అనేక రకాల ప్రయత్నాలు చేస్తుంటారు. రోజూ వ్యాయామం చేయడం, పౌష్టికాహారం తీసుకోవడం, వేళకు నిద్రించడం చేస్తారు. ఈ క్రమంలోనే సరైన జీవనశైలిని పాటిస్తేనే బరువును తగ్గించుకోవడం తేలికవుతుంది. అయితే బరువు తగ్గేందుకు పలు ఆయుర్వేద సూత్రాలు కూడా ఎంతో మేలు చేస్తాయి. వాటిని పాటించడం వల్ల కేవలం బరువు తగ్గడం మాత్రమే కాదు, ఇంకా అనేక ఇతర ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కూడా కలుగుతాయి.

కరక్కాయ పెచ్చులు..

బరువు తగ్గాలని చూస్తున్న వారు ఆయుర్వేద ప్రకారం రోజూ ముల్లంగి రసాన్ని తాగుతుంటే ఎంతో ఫలితం ఉంటుంది. ముల్లంగి రసాన్ని పూటకు 3 టీస్పూన్ల చొప్పున రోజుకు 3 సార్లు తీసుకోవాలి. దీని వల్ల శరీరంలో కొవ్వు చేరకుండా ఉంటుంది. బరువు తగ్గేందుకు ఈ రసం సహాయం చేస్తుంది. అలాగే కరక్కాయ పెచ్చులను చూర్ణం చేయాలి. దాన్ని అర టీస్పూన్ మోతాదులో తీసుకుని అందులో అంతే మోతాదులో తేనె లేదా వేడి నీరు కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని రెండు పూటలా తీసుకోవాలి. ఇలా చేస్తున్నా కూడా ఎంతో ఉపయోగం ఉంటుంది. అదేవిధంగా రేగు చెట్టు ఆకులను చిన్న ముద్దగా చేసి ఉలవచారు లేదా శనగలతో చేసిన చారుతో కలిపి తీసుకోవాలి. ఇది కూడా ఫలితాన్ని ఇస్తుంది. అలాగే ప్రతి రోజూ ఉదయం పరగడుపునే ఒక తమలపాకులో 5 మిరియాల గింజలను చుట్టి తిని వెంటనే ఒక గ్లాసు నీటిని తాగాలి. ఈ చిట్కా కూడా బరువు తగ్గేందుకు సహాయం చేస్తుంది.

తేనె..

ఆముదం ఆకులను కాల్చి బూడిద చేసి నిల్వ చేసుకోవాలి. ఆ మిశ్రమాన్ని చిటికెడు చొప్పున తీసుకుని అందులో చిటికెడు ఇంగువ పొడిని కలిపి రెండు పూటలా బియ్యం కడిగిన నీళ్లతో కలిపి తీసుకోవాలి. అలాగే అర టీ స్పూన్ వాయు విడంగాల చూర్ణాన్ని తేనెతో కలిపి రెండు పూటలా తీసుకుంటున్నా కూడా ఉపయోగం ఉంటుంది. ఇక బరువు తగ్గేందుకు గాను పలు ఆయుర్వేద సూచనలను కూడా పాటించాల్సి ఉంటుంది. రోజూ ఆహారంలో అన్ని రుచులు కలిసిన పదార్థాలు ఉండేలా చూసుకోవాలి. అన్ని రుచులు ఉన్న ఆహారాలను రోజూ తినాలి. వేపుళ్లకు బదులుగా సాధారణ కూరలను తినాలి. భోజనం చేసినప్పుడల్లా జీర్ణాశయంలో కొద్దిగా ఖాళీ ఉండేట్లు తినాలి. అవసరం అయితే తక్కువ మొత్తంలో ఎక్కువ సార్లు భోజనం చేయాలి. ఇది బరువు తగ్గేందుకు సహాయం చేస్తుంది.

ఆయుర్వేద సూత్రాలు..

బరువు తగ్గాలని చూస్తున్నవారు వ్యాయామానికి ముందు 2 టీస్పూన్ల తేనెను ఒక గ్లాస్ గోరు వెచ్చని నీటిలో కలిపి తాగాలి. దీని వల్ల శరీర మెటబాలిజం పెరుగుతుంది. క్యాలరీలు ఖర్చవుతాయి. కొవ్వు కరుగుతుంది. బరువు తగ్గుతారు. అలాగే ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉండే ఆహారాలను రోజూ తీసుకోవాలి. ఓట్స్, బార్లీ, చిరుధాన్యాలు, ఏడాది పాతబడిన బియ్యం, బ్రౌన్ రైస్ వంటివి తింటుంటే ఫలితం ఉంటుంది. అదేవిధంగా ఎట్టి పరిస్థితిలోనూ చల్లని నీళ్లను తాగరాదు. గోరు వెచ్చని నీళ్లనే తాగాల్సి ఉంటుంది. అలాగే మరీ చల్లగా లేదా మరీ వేడిగా ఉండే నీళ్లను స్నానానికి ఉపయోగించకూడదు. దీని వల్ల బరువు తగ్గడం కష్టమవుతుంది. కేవలం గోరు వెచ్చని నీళ్లను మాత్రమే స్నానానికి వాడాలి. అలాగే ఆహారంలో పెరుగుకు బదులుగా పలుచని మజ్జిగను తీసుకుంటుంటే ఉపయోగం ఉంటుంది. ఇలా పలు చిట్కాలు, ఆయుర్వేద సూత్రాలను పాటిస్తే చాలా సులభంగా బరువు తగ్గవచ్చు.

KANCHARLA
మనసులో మాట

హిందూ-ముస్లిం సామరస్య ప్రదాత

దివాన్ చందు లాల్

నేడు దివాన్ చందు లాల్ వర్ధంతి

హైదరాబాద్ రాజ్య చరిత్రలో అసఫ్ జాహీ వంశీయుల పాలన ఒక స్వర్ణయుగమైతే, ఆ పాలనకు వెన్నెముకగా నిలిచి, అస్థిరతలో ఉన్న రాజ్యాన్ని సుస్థిరత వైపు నడిపించిన ధీశాలి మహారాజా చందు లాల్. క్రీస్తుశకం 1766లో జన్మించి, 1845 ఏప్రిల్ 15న పరమపదించిన ఆయన జీవితం ఒక సామాన్య ఉద్యోగి నుంచి అసాధారణ రాజనీతిజ్ఞుడి వరకు సాగిన స్ఫూర్తిదాయక ప్రయాణం. నిజాం ఉల్ ముల్క్ ఆస్థానంలో కీలక బాధ్యతలు నిర్వహించిన చందు లాల్, తన రాజకీయ చతురతతో, పరిపాలనా దక్షతతో దాదాపు మూడు దశాబ్దాల పాటు దివాన్‌గా (ప్రధాన మంత్రి) వ్యవహరించి చరిత్రలో చెరగని ముద్ర వేశారు. కేవలం ఒక అధికారిగానే కాకుండా, కవిగా, కళా పోషకుడిగా, లౌకికవాదిగా ఆయన నిర్వహించిన పాత్ర బహుముఖీనమైనది. మహారాజా చందు లాల్ పూర్వీకులు ఉత్తర భారతదేశంలోని రాయ్‌బరేలీ ప్రాంతానికి చెందిన మల్హోత్రా ఖత్రీ కుటుంబీకులు. ఆయన తాత రాయ్ నానక్ రామ్ నిజాం ఉల్ ముల్క్ ఆసఫ్ జా × కాలంలో దక్కన్‌కు వలస వచ్చారు. చందు లాల్ తన వృత్తి జీవితాన్ని కస్టమ్స్ శాఖలో ఒక సాధారణ ఉద్యోగిగా ప్రారంభించారు. క్రమంగా తన మేధస్సుతో, అంకితభావంతో నిజాం సికిందర్ జా దృష్టిని ఆకర్షించి, 1809లో 'పేష్కార్' (డిప్యూటీ మినిస్టర్) పదవిని అధిరోహించారు. ఆ సమయంలో దివాన్‌గా ఉన్న మునీర్ ఉల్ ముల్క్ నామమాత్రపు అధికారిగా ఉండగా, అసలు అధికారమంతా చందు లాల్ చేతుల్లోనే ఉండేది. 1832లో ఆయన అధికారికంగా దివాన్ బాధ్యతలు స్వీకరించి 1843 వరకు ఆ పదవిలో కొనసాగారు. ఆయన పదవీ కాలం అత్యంత క్లిష్టమైన పరిస్థితులతో కూడుకున్నది. ఒకవైపు నిజాం అంతర్గత వ్యవహారాలు, మరోవైపు ఈస్ట్ ఇండియా కంపెనీ పెరుగుతున్న ఆధిపత్యం మధ్య రాజ్య స్వయంప్రతిపత్తిని కాపాడటం ఆయనకు కత్తిమీద సాములా మారింది. ఆర్థికంగా కునారిల్లిన రాజ్యాన్ని గట్టెక్కించడానికి ఆయన అనేక సంస్కరణలు ప్రవేశపెట్టారు. ముఖ్యంగా 'తాలూక్ దారీ' వ్యవస్థ ద్వారా భూమి శిస్తు వసూళ్లను క్రమబద్ధీకరించారు. అయితే, బ్రిటిష్ సైన్యం (హైదరాబాద్ కంటెంజెంట్) ఖర్చులు భరించడం వల్ల రాజ్యం తీవ్రమైన అప్పుల కూబిలో చిక్కుకుంది. పామర్ అండ్ కో వంటి బ్యాంకుల నుంచి అప్పులు తీసుకోవడం, అధిక వడ్డీలు చెల్లించడం వంటి పరిణామాలు రాజ్య ఆర్థిక స్థితిని దెబ్బతీశాయి. ఈ ఆర్థిక ఒత్తిడిని అధిగమించడానికి ఆయన పన్నుల భారాన్ని పెంచాల్సి వచ్చింది, ఇది ప్రజా సామాన్యంలో కొంత అసంతృప్తికి కారణమైనప్పటికీ, పరిపాలనా యంత్రాంగం ఆగకుండా నడపడంలో ఆయన విజయం సాధించారు. శాంతి భద్రతల విషయంలో చందు లాల్ కఠిన వైఖరిని అవలంబించారు. రాజ్యంలోని వివిధ ప్రాంతాల్లో తలెత్తిన తిరుగుబాట్లను అణచి వేయడంలో ఆయన వ్యూహకర్తగా వ్యవహరించారు. న్యాయ వ్యవస్థను వికేంద్రీకరించి, సామాన్యులకు సైతం న్యాయం చేకూరేలా 'అదాలత్'లను బలోపేతం చేశారు. హైదరాబాద్ నగర సుందరీకరణలో కూడా ఆయన పాత్ర మరువలేనిది. నాటి మొఘల్ సంస్కృతికి, దక్కన్ ఆచారాలకు మధ్య వారధిగా ఉంటూ, హిందూ-ముస్లింల మధ్య సామరస్యాన్ని పెంపొందించారు. ఆయన స్వయంగా హిందువైనప్పటికీ, నిజాం పట్ల చూపిన విశ్వాసం, ఇస్లామిక్ సంప్రదాయాల పట్ల చూపిన గౌరవం ఆయనను అందరివాడిగా నిలబెట్టాయి. 'షదాన్' అనే కలం పేరుతో ఆయన ఉర్దూ, పర్షియన్ భాషల్లో అద్భుతమైన కవిత్వం రాశారు. ఆయన ఆస్థానం నిరంతరం కవులు, పండితులు, కళాకారులతో కళకళలాడుతూ ఉండేది. భగవంతుడిపై భక్తితో పాటు, మానవతా దృక్పథం కలిగిన ఆయన, అనేక దేవాలయాలకు, మసీదులకు భూరి విరాళాలు ఇచ్చారు. బ్రిటిష్ వారితో ఆయనకు ఉన్న సంబంధాలు చరిత్రకారుల మధ్య చర్చనీయాంశంగా మిగిలాయి. రెసిడెంట్ హెన్రీ రస్సెల్ వంటి బ్రిటిష్ అధికారులతో ఆయన అత్యంత సన్నిహితంగా ఉండేవారు. ఇది రాజ్య రక్షణకు అవసరమని ఆయన భావించినప్పటికీ, పరోక్షంగా బ్రిటిష్ ప్రభావం నిజాం పాలనలో పెరగడానికి దారితీసింది. 1843లో రాజ్య ఆర్థిక సంక్షోభం ముదిరిన తరుణంలో, నిజాం నశీరుద్దౌలాతో ఏర్పడిన అభిప్రాయభేదాల కారణంగా ఆయన తన పదవికి రాజీనామా చేశారు. పదవి నుంచి తప్పుకున్నాక కూడా ఆయన గౌరవం ఏమాత్రం తగ్గలేదు. మహారాజా చందు లాల్ వారసత్వం నేటికీ హైదరాబాద్ నగరంలో సజీవంగా ఉంది. ఆయన నిర్మించిన భవనాలు, ప్రోత్సహించిన సాహిత్య ప్రక్రియలు దక్కన్ సంస్కృతిలో అంతర్భాగమయ్యాయి. ఆయన కాలంలోనే హైదరాబాద్ రాష్ట్రం ఆధునిక పరిపాలనా పద్ధతులకు పునాది వేసుకుంది. అధికార దాహం కంటే రాజ్య శ్రేయస్సు మిన్న అని నమ్మిన అరుదైన రాజకీయ నాయకుడు ఆయన. 1845లో ఆయన కన్నుమూసినప్పుడు, ఒక గొప్ప రాజనీతిజ్ఞుడిని, అంతకంటే గొప్ప మానవతావాదిని హైదరాబాద్ కోల్పోయింది. ఆయన వర్ధంతి సందర్భంగా చందు లాల్ చేసిన సేవలను స్మరించుకోవడం అంటే, హైదరాబాద్ ఘనమైన చరిత్రను, లౌకిక వారసత్వాన్ని గౌరవించడమే. ఒక సాధారణ వ్యక్తి శిఖరాగ్రానికి చేరి, దేశ చరిత్రలో తనకంటూ ఒక ప్రత్యేక పేజీని లిఖించుకోవడం చందు లాల్ ప్రతిభకు నిదర్శనం. నేటి పాలనా రంగంలో ఉన్నవారికి ఆయన ఆర్థిక క్రమశిక్షణ (ప్రయత్నాలు), దౌత్య నీతి, మత సామరస్యం వంటి అంశాలు నేటికీ పాఠాలుగా నిలుస్తాయి.

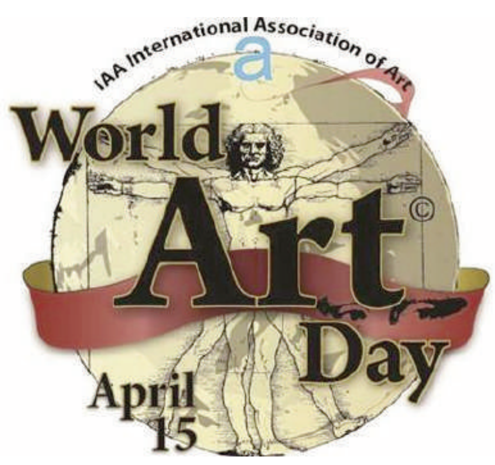
రామ కిష్టయ్య సంగన భట్ల
సీనియర్ ఇండిపెండెంట్ జర్నలిస్ట్
కాలమిస్ట్...9440595494

సంప్రదాయ కళలను సజీవంగా ఉంచాలి

నేడు ప్రపంచ కళా దినోత్సవం

(ఈదా మధుకర్, సీనియర్ ఇండిపెండెంట్ జర్నలిస్ట్)

ప్రపంచ వ్యాప్తంగా కళలను, కళాకారులను గౌరవించడానికి, ప్రజల్లో కళల పట్ల అవగాహన పెంపొందించడానికి ప్రతి ఏటా ఏప్రిల్ 15వ తేదీన ప్రపంచ కళా దినోత్సవం జరుపు కుంటారు. యునెస్కోకు అనుబంధంగా ఉన్న అంతర్జాతీయ ఫైన్ ఆర్ట్స్ అసోసియేషన్ 2012లో ఈ దినోత్సవాన్ని ప్రారంభించింది. ఈ తేదీ ఎంపికకు ఓ ప్రత్యేకత ఉంది. ప్రపంచ ప్రఖ్యాత శాస్త్రవేత్త, కళాకారుడు, ఆవిష్కర్త అయిన లియనార్డో డావించీ జన్మదినం ఇదే. కళ అనేది మానవుడి అంతఃప్రేరణకు ప్రతిరూపం. భావోద్వేగాలను, ఆలోచనలను, విశ్వదృష్టిని వ్యక్తీకరించడానికి ఇది ఓ అద్భుతమైన మాధ్యమం. ప్రతి చలనానికి, ప్రతి సాంస్కృతిక వికాసానికి కళలు మూల స్థంభాలుగా నిలుస్తాయి. చిత్రలేఖనం, కవిత్వం, శిల్పకళ, సంగీతం, నాట్యం, నాటకాలు, సినిమాలు, సాహిత్యం వంటి అనేక రూపాల్లో కళ మన జీవితంలో చొప్పించబడి ఉంది. ఈ



దినోత్సవాన్ని జరపడం ద్వారా ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఉన్న కళాకారుల కృషిని గుర్తించడం, ప్రజల్లో కళల పట్ల గౌరవాన్ని పెంపొందించడం, యువతలో సృజనాత్మకతను ఉత్తేజితం చేయడం లక్ష్యాలుగా ఉన్నాయి. కళలు శాంతి, సహనాన్ని, సామరస్యాన్ని పెంపొందించగలవని సందేశాన్ని ఈ సందర్భంగా ప్రపంచానికి అందిస్తున్నారు. ఈ సందర్భంగా వివిధ దేశాల్లో కళా ప్రదర్శనలు, సదస్సులు, వర్క్‌షాప్‌లు, లైవ్ ఆర్ట్ డెమోస్, స్కూల్ కళా పోటీలు, పబ్లిక్ ఆర్ట్ ప్రాజెక్టులు నిర్వహించ బడతాయి. ఈ కార్యక్రమాల ద్వారా కళను సాధారణ ప్రజలకి చేరువ చేస్తారు. అంతేకాక, సామాజిక సమస్యలపై కళల ద్వారా చర్చ జరగడం ద్వారా కళల సామాజిక బాధ్యతను కూడా చాటుతారు. భారతదేశం కళలకు అనాదిగా కాణాచి. ఇక్కడి ప్రతి రాష్ట్రానికి, ప్రతి ప్రాంతానికి ప్రత్యేక కళా సంప్రదాయాలు ఉన్నాయి. భరతనాట్యం, కథక్, కూచిపూడి, మోహినియాటం వంటి నాట్యకళలు, మధుబనీ, కలమ్కారి, వార్లీ, చిరియల్ చిత్ర కళలు; అజంతా-ఎలోరా లాంటి శిల్పకళా దృశ్యాలు - ఇవన్నీ భారత సాంస్కృతిక సంపదకు నిదర్శనాలు. ఇటువంటి రోజుల్లో మన సంప్రదాయ కళలను సజీవంగా ఉంచడం అత్యవసరం. డిజిటల్ యుగంలో కొత్త కళా రూపాలు వెలుగులోకి వస్తున్నాయి. డిజిటల్ పెయింటింగ్స్, 3డి ఆర్ట్, వీడియో ఆర్ట్, కంఫెపోరరీ డాన్స్ వంటి రూపాల్లో నేటి యువత కళలను వ్యక్తీకరిస్తున్నారు. సోషల్ మీడియా వేదికగా వారి ప్రతిభ ప్రపంచం దృష్టికి వస్తోంది. అయితే, ఆధునికతను అంగీకరిస్తూనే సంప్రదాయ కళలను గౌరవించాల్సిన బాధ్యత మనపై ఉంది. సంక్షిప్తంగా చెప్పాలంటే, ప్రపంచ కళా దినోత్సవం ఒక అవకాశం - మనలోని సృజనాత్మకతను పునరావిష్కరించుకునే, కళల పట్ల గౌరవాన్ని వ్యక్తీకరించే, కళల ద్వారా మానవత్వాన్ని వృద్ధి చేసే అవకాశం. ప్రతి ఒక్కరూ ఏదో ఒక రూపంలో కళను అనుభవించాలి, కళాకారులను ప్రోత్సహించాలి. అదే ఈ దినోత్సవానికి నిగూఢమైన అర్థం.

సకల దోషాలను తొలగించే ప్రదోష వ్రతం

(రామ కిష్టయ్య సంగన భట్ల, 9440595494)

ప్రదోషమంటే అది ఒక కాల విశేషము. దోషాలను హరించే ప్రశస్తమైన కాలాన్ని ప్రదోషకాలం అంటారు. ప్రదోషమంటే పాప నిర్మూలన అని అర్థము. ప్రతిరోజూ సూర్యాస్తమయ సమయములో చంద్రుడి కదలికల వలన ఏర్పడునది ప్రదోషము."ప్రదోషో రజనీ ముఖం" అంటారు. అంటే ప్రదోషకాలం రాత్రికి ప్రారంభం వంటిది. ఈ సమయం లో పరమశివుడు పార్వతీదేవితో కలిసి అర్ధనారీశ్వర రూపంగా దర్శనమిస్తాడు. చంద్రుడి గతి వలన, ఏర్పడే తిథుల సంధులలో సూర్యాస్తమయము అయితే, అప్పుడు ప్రదోషము అంటారు. త్రయోదశినాడు కలిగే ప్రదోషాన్ని 'మహా ప్రదోషం' అంటారు.

ప్రదోష సమయం రోజు వస్తున్న త్రయోదశి నాడు వచ్చే ప్రదోష సమయం చాలా పవిత్రమైనది. త్రయోదశి వ్రతం శివుడు ప్రధాన దేవునిగా ఆచరించే వ్రతం. త్రయోదశి నాడు చేస్తారు కనుక త్రయోదశి వ్రతం అని, శివపూజ, రాత్రి భోజనం చేయడం వల్ల ప్రదోష వ్రతం అని అంటారు. త్రయోదశి వ్రతం ఆచరించడం వల్ల మహాశివుడు ప్రసన్నం అవుతాడు. సకల సుఖాలు, సర్వ సంపదల కోసం ఈ వ్రతం చేస్తారు. ప్రదోషం అంటే దోషాలను తొలగించేది అని అర్థం.

ప్రతి రోజూ సూర్యాస్తమయ కాలంలో దాదాపు ఆరు ఘడియల అంటే రెండు గంటల 24 నిమిషాల సమయాన్ని ప్రదోష కాలంగా పరిగణిస్తారు. ప్రదోష కాలములో త్రయోదశి తిథి ఉంటే దానిని మహా ప్రదోషం అంటారు. మహా ప్రదోషం రోజున శివ భక్తులు ప్రదోష వ్రతాన్ని ఆచరిస్తారుస్కంద పురాణంలో ప్రదోష మహత్య కథ కూడా వివరింప బడింది.

రెండు త్రయోదశి తిథులలో (శుక్ల పక్షము/ కృష్ణ పక్షము) ప్రదోష వ్రతాన్ని ఆచరిస్తారు. కొన్ని ప్రాంతాలలో మాత్రం కేవలం కృష్ణ పక్ష ప్రదోషం రోజును మాత్రమే పాటిస్తారు. అన్ని పూజలు, వ్రతాల వలె త్రయోదశి వ్రతాన్ని ఉదయం వేళ కాకుండా, సూర్యాస్తమయం నుండి రాత్రి రెండు ఘడియల లోపు ఈ పూజ చేస్తారు. ఏ నెలలో అయినా త్రయోదశి నాడు ఈ వ్రతం చేసుకోవచ్చు. అయితే ఇది సుదీర్ఘకాలంపాటు చేయాల్సిన వ్రతం. ప్రతినెలలో వచ్చే రెండు త్రయోదశుల్లోనూ త్రయోదశి వ్రతం చేయాలి. అలా 11 సంవత్సరాల పాటు ఆచరించాలి. ఏదయినా ఆటంకం వచ్చి మధ్యలో చేయలేకపోతే ఉద్యాపన చేసి ప్రతిమను విసర్జించవచ్చు.

ప్రదోషకాలంలో పరమేశ్వరుడు ఏకకాలంలో రెండు రూపాల్ని ప్రదర్శిస్తూ ఎడమభాగాన పార్వతి రెండవ భాగమున పరమేశ్వర రూపంగా "అర్ధనారీశ్వరుడుగా" దర్శనమిచ్చేకాలం.
ప్రదోష సమయంలో శివుడు అర్ధనారీశ్వర రూపంలో ఆనంద తాండవ నృత్యం చేస్తాడని నృత్యరత్నావళి లో చెప్పబడింది. ప్రదోష సమయంలో సమస్త దేవతలందరూ శివుడిని అర్చిస్తారని భావిస్తారు. ప్రదోష సమయంలో చేసే శివారాధన ఉత్తమమని చెప్పబడుతుంది. ఈ సమయంలో శివారాధన చేయటాన్ని సమస్త దేవతలను పూజించటంతో సమానంగా భావిస్తారు. మహాశివుడు అభిషేక ప్రియుడు కనుక మంత్రోక్తంగా పంచామృతాలతో ఆయనను అభిషేకించాలి. వీలు పడని వారు ఆలయానికి వెళ్ళి ప్రదోష సమయం లో అభిషేకం చేయించవచ్చు. ప్రదోషకాలంలో శివప్రదోష స్తోత్రాన్ని పఠించడం వలన విశేష ఫలితాలు పొందవచ్చు.

ప్రదోష సమయంలో శివాలయాలలో జరిగే అభిషేకాలను దర్శించే వారికి సకల సంపదలు సిద్ధిస్తాయని భావిస్తారు. ఈ సమయంలో శివుడితో పాటు నందీశ్వరుడిని కూడా ఆరాధిస్తారు. నందీశ్వరుడు నాలుగు వేదాలు, 64 కళలను అభ్యసించిన నిష్ణాతుడైనప్పటికీ, వినయంతో వుండి, శివునికి ఏర్పడిన అనుమానాలను కూడా నివృత్తి చేస్తాడని విశ్వసిస్తారు. అందువల్ల నందీశ్వరుడిని ఆరాధించడం వలన బుద్ధికుశలత, మానసిక ఉల్లాసం లభిస్తాయి.

త్రయోదశి తిథి ఆదివారం రోజు వస్తే దానిని రవి ప్రదోషం అని, సోమవారం రోజు వస్తే దానిని సోమ ప్రదోషమనీ, మంగళవారం రోజు వస్తే దానిని భౌమ ప్రదోషమని, బుధవారం రోజు వస్తే దానిని బుధ ప్రదోషమని, గురువారం రోజు వస్తే దానిని గురు ప్రదోషమని, శుక్రవారం రోజు వస్తే దానిని శుక్ర ప్రదోషమని, శనివారం రోజు వస్తే దానిని శని త్రయోదశి అనీ, శని ప్రదోషమని పిలుస్తారు.

దేవ దానవులు క్షీర సాగరాన్ని మథించినప్పుడు వెలువడిన హాలాహలం నుండి శివుడు ప్రపంచాన్ని రక్షించిన రోజుగా శనిప్రదోషం రోజును చెబుతారు. శని కర్మకారకుడు, శివుడు సంహార కారకుడు కావున శని ప్రదోష సమయాన శివారాధన చేయడం ఉత్తమంగా పరిగణిస్తారు. సోమవారం శివుడికి ప్రీతికరమైనది. కాబట్టి ఆ రోజున వచ్చే సోమ ప్రదోషమును ప్రశస్తమైనదిగా భావిస్తారు. ఈ రోజున ప్రదోష వ్రతము ఆచరించటం వలన మనసులోని మలినాలన్నీ తొలగిపోతాయి .

త్రయోదశీ ప్రదోషము గురువారం వస్తే ఆ రోజును గురు త్రయోదశిగా భావిస్తారు. గురు ప్రదోష పూజ వలన విద్యాబుద్ధులు, సంపదలు కలుగుతాయని చెబుతారు. జాతకములో ఉండే గురు దోషములకు రుద్రారాధన విరుగుడుగా భావిస్తారు.

ప్రదోషం రోజు ఉదయమే స్నానం చేసి తెల్లని వస్త్రాలను ధరించి, శరీరంపై విభూతిని, రుద్రాక్షమాలను కూడా ధరించటం మంచిది. ఆ రోజులో వీలైనప్పుడల్లా పంచాక్షరి మంత్రాన్ని (ఓ నమ:శివాయ) జపం చేయాలి. ప్రదోషం రోజున నిశ్శబ్దంగా ఆరాధించటాన్ని శివుడు ఇష్టపడతాడని చెబుతారు. కఠిన ఉపవాసం చేయలేనివారు పండ్లు, పాలు లాంటివి తీసుకోవచ్చు. ఉడికించిన పదార్థాలను తీసుకోకూడదు.

సాయంకాలం ప్రదోష సమయంలో స్నానమాచరించి శివ షోడశోపచార పూజ జరపాలి. ప్రదోషం రోజు ఆ పరమ శివుడికి నేతి దీపారాధన, ఆవుపాలతో అభిషేకం అభిషేకం చేయటం, బిల్వ పత్రాలు మరియు శంఖుపూలతో అర్చించటం శ్రేయస్కరం. మహా మృత్యుంజయ మంత్రాన్ని ...ఓం త్రయంబకం యజామహే, సుగంధిం పుష్టి వర్ధనం,

ఊర్వారుకమివ బంధనాత్,

మృత్యోర్ముక్షీయ మామృతాత్....మహా మృత్యుంజయ మంత్రము పఠించాలి.... 108 సార్లు జపించి ప్రదోష కథను వినటంగానీ చదవటం గానీ చేయాలి. ఇంటిలో పూజ ముగించిన అనంతరం శివాలయాన్ని దర్శించాలి. వీలైనవారు ప్రదోష స్తోత్రం, శివ స్తోత్రములను కూడా పఠించాలి.

సన్‌రైజర్స్ స్క్వాడ్‌లో కొత్త పేసర్

అరంగేట్రం ఆ మ్యాచ్‌తోనేనా..!

హైదరాబాద్ : పంతొమ్మిదో సీజన్‌లో మళ్లీ గెలుపు తోవ తొక్కిన సన్‌రైజర్స్ హైదరాబాద్ కొత్త బౌలర్‌ను తీసుకుంది. ఐపీఎల్‌లో అరంగేట్రం కోసం ఎదురుచూస్తున్న శ్రీలంక పేసర్ దిల్షాన్ మధుషనకతో సన్‌రైజర్స్ ఫ్రాంచైజీ ఒప్పందం కుదుర్చుకుంది. గాయంతో బాధ పడుతున్న బ్రాండన్ కార్సేస్థానంలో లంక స్పీడ్‌స్టర్ ఆరెంజ్ ఆర్మీ స్క్వాడ్‌లో చేరనున్నాడు. ఈ విషయాన్ని మంగళవారం ఎస్‌ఆర్‌హెచ్ ఎక్స్ వేదికగా వెల్లడించింది. ఐపీఎల్ పంతొమ్మిదో సీజన్‌లో ప్యాట్ కమిన్స్ సేవల్ని కోల్పోతున్న సన్‌రైజర్స్ హైదరాబాద్ బౌలింగ్ దళాన్ని పటిష్టం చేసుకుంటోంది. ఆరంభ పోరుకు సిద్ధమవుతూ గాయపడిన బ్రాండన్ కార్సే స్థానంలో దిల్షాన్ మధుషనకను తీసుకుంది. రాయల్ ఛాలెంజర్స్ బెంగళూరుతో మ్యాచ్ కోసమని నెట్స్‌లో బ్యాటింగ్ సాధన చేస్తుండగా కార్సే చేతికి గాయమైంది. దాంతో, అతడు అప్పటి నుంచి జట్టుకు దూరంగా ఉంటున్నాడు.

కీపింగ్‌కు ఇషాన్ కిషన్ 'గుడ్ బై'!

సన్‌రైజర్స్ కెప్టెన్‌గా ఉన్నంత కాలం గ్లౌవ్స్ ధరించను

ఇషాన్ సంచలన నిర్ణయం

ఢిల్లీ: సన్‌రైజర్స్ హైదరాబాద్ (ఎస్‌ఆర్‌హెచ్) తాత్కాలిక కెప్టెన్ ఇషాన్ కిషన్ ఒక కీలకమైన నిర్ణయాన్ని ప్రకటించి అందరినీ ఆశ్చర్యపరిచారు. ఇకపై తాను జట్టు తరఫున వికెట్ కీపింగ్ బాధ్యతలను నిర్వహించబోనని, కేవలం ఫీల్డర్‌గా మరియు కెప్టెన్‌గా మాత్రమే కొనసాగుతానని స్పష్టం చేశారు. వికెట్ల వెనుక ఉండి జట్టును నడిపించడం కంటే, ఫీల్డ్‌లో ఉండి బౌలర్లతో నేరుగా సంభాషించడం మరియు ప్రణాళికలు చర్చించడం జట్టుకు మేలు చేస్తోందని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. కీపింగ్ చేస్తున్న సమయంలో బౌలర్లతో కమ్యూనికేషన్‌లో కొన్ని ఇబ్బందులు ఎదురవుతున్నాయని, అందుకే కెప్టెన్సీ బాధ్యతలు ఉన్నంత కాలం కీపింగ్‌కు దూరంగా ఉండాలని నిర్ణయించుకున్నట్లు వెల్లడించారు. ప్యాట్ కమిన్స్ గాయం కారణంగా ఐపీఎల్ 2026 సీజన్‌కు దూరం కావడంతో ఇషాన్ ఈ సారథ్య బాధ్యతలు చేపట్టిన విషయం తెలిసిందే. సోమవారం ఉప్పల్ స్టేడియం వేదికగా రాజస్థాన్ రాయల్స్‌తో జరిగిన ఉత్కంఠభరిత పోరులో సన్‌రైజర్స్ ఘనవిజయం సాధించింది. ఈ విజయం అనంతరం ఇషాన్ కిషన్ మాట్లాడుతూ జట్టు బౌలర్ల ప్రదర్శనపై ప్రశంసల జల్లు కురిపించారు. బౌలర్లు తమ ప్రణాళికలను మైదానంలో అద్భుతంగా అమలు చేశారని, ఈ విజయం క్రెడిట్ అంతా వారికే దక్కుతుందని కొనియాడారు. ముఖ్యంగా యువ బౌలర్లు ఎంతో ఉత్సాహంగా ఉన్నారని, బౌలింగ్ కోచ్ వరుణ్ అరుణ్ నేతృత్వంలో వారు చేసిన కఠిన శ్రమకు తగిన ఫలితం దక్కిందని సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. హోమ్ గ్రౌండ్‌లో యువకులకు అవకాశం ఇవ్వాలన్న తమ నిర్ణయం సరైనదని ఈ విజయంతో నిరూపితమైందని ఆయన అన్నారు. జట్టు బ్యాటింగ్ విభాగంపై కూడా ఇషాన్ తన నమ్మకాన్ని వ్యక్తం చేశారు. ప్రతి మ్యాచ్‌లోనూ 200కు పైగా పరుగులు సాధిస్తున్నామని, బ్యాటర్లు అందరూ మంచి ఫామ్‌లో ఉండటం జట్టుకు కలిసొచ్చే అంశమని పేర్కొన్నారు. ఓపెనర్ అభిషేక్ శర్మ దూకుడు ఆట శైలి గురించి ప్రస్తావిస్తూ, అతడు త్వరగా ఔట్ అయినా సరే తన సహజ సిద్ధమైన ఆటను ఆడేందుకు పూర్తి స్వేచ్ఛనిస్తామని చెప్పారు. అభిషేక్ ఒక్కసారి కుదురుకుంటే జట్టు స్కోరు సులువుగా 260 మార్కును దాటుతుందని, అందుకే అతనిపై ఎలాంటి ఒత్తిడి పెట్టదలచుకోలేదని ఇషాన్ వివరించారు. ఈ విజయంతో సన్‌రైజర్స్ ఖాతాలో మరో రెండు పాయింట్లు చేరడంతో అభిమానులు పండగ చేసుకుంటున్నారు.

చెలరేగిన చెన్నై

కోల్‌కతా నైట్ రైడర్స్ చిత్తు

- 32 పరుగుల తేడాతో సూపర్ కింగ్స్ ఘన విజయం
- చెలరేగిన శాంసన్, బ్రెవిస్, ఆయుష్
- స్పిన్ మాయాజాలంతో దెబ్బకొట్టిన నూర్ అహ్మద్

చెన్నై, ఏప్రిల్ 14: సొంత గడ్డపై చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ సత్తా చాటింది. ఇండియన్ ప్రీమియర్ లీగ్ సీజన్ లో భాగంగా చెన్నైలోని ఎంఏ చిదంబరం (చెపాక్) స్టేడియంలో మంగళవారం జరిగిన 22వ మ్యాచ్ లో కోల్‌కతా నైట్ రైడర్స్ జట్టును చిత్తుగా ఓడించింది. బ్యాటింగ్, బౌలింగ్ విభాగాల్లో సమష్టిగా రాణించిన చెన్నై.. కోల్‌కతాపై 32 పరుగుల తేడాతో ఘన విజయం సాధించింది. టాస్ గెలిచిన కోల్‌కతా ముందుగా బౌలింగ్ ఎంచుకోగా, తొలుత బ్యాటింగ్ చేసిన చెన్నై నిర్ణీత 20 ఓవర్లలో 5 వికెట్ల నష్టానికి 192 పరుగుల భారీ స్కోరు సాధించింది. లక్ష్య ఛేదనలో తడబడిన కోల్‌కతా 20 ఓవర్లలో 7 వికెట్లు కోల్పోయి 160 పరుగులకే పరిమితమై పరాజయాన్ని మూటగట్టుకుంది.

ఆరంభం నుంచే దూకుడు..

టాస్ ఓడి బ్యాటింగ్ కు దిగిన చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ ఆరంభం నుంచే దూకుడు ప్రదర్శించింది. బ్యాటర్లు బాధ్యతాయుతంగా ఆడుతూ జట్టుకు భారీ స్కోరు అందించారు. సంజు శాంసన్ 32 బంతుల్లో 48 పరుగులు చేసి టాప్ స్కోరర్ గా నిలిచాడు. డెవాల్డ్ బ్రెవిస్ 29 బంతుల్లో 41 పరుగులు చేసి స్కోరు బోర్డును పరుగులు పెట్టించాడు. చివర్లో ఆయుష్ మ్హాత్రే కేవలం 17 బంతుల్లోనే 38 పరుగులతో చెలరేగిపోవడంతో చెన్నై భారీ స్కోరు సాధించగలిగింది. కోల్‌కతా బౌలర్లలో కార్తీక్ త్యాగి 4 ఓవర్లలో 35 పరుగులిచ్చి 2 వికెట్లు పడగొట్టాడు. అనుకుల్ రాయ్ 3 ఓవర్లలో 21 పరుగులు ఇచ్చి ఒక వికెట్, సునీల్ నరైన్ 4 ఓవర్లలో 21 పరుగులిచ్చి ఒక వికెట్ తీశారు. మిగతా బౌలర్లు ధారాళంగా పరుగులు సమర్పించుకున్నారు.

నూర్ అహ్మద్ స్పిన్ మాయ..

193 పరుగుల కఠిన లక్ష్యంతో బరిలోకి దిగిన కోల్‌కతా నైట్ రైడర్స్ ఏ దశలోనూ విజయం దిశగా సాగలేదు. చెన్నై బౌలర్ల కట్టుదిట్టమైన బౌలింగ్ ముందు కోల్‌కతా బ్యాటర్లు చేతులెత్తేశారు. ముఖ్యంగా చెన్నై స్పిన్నర్ నూర్ అహ్మద్ తన స్పిన్ మాయాజాలంతో కోల్‌కతా బ్యాటింగ్ లైనప్ ను దెబ్బతీశాడు. 4 ఓవర్లు వేసిన నూర్ కేవలం 21 పరుగులిచ్చి 3 కీలక వికెట్లు పడగొట్టాడు. అన్షుల్ కాంబోజ్ 4 ఓవర్లలో 32 పరుగులిచ్చి 2 వికెట్లు తీసి తన వంతు సహకారం అందించాడు. ఖలీల్ అహ్మద్ ఒక వికెట్ తో రాణించాడు.

పోరాడి ఓడిన కోల్‌కతా..

కోల్‌కతా ఇన్నింగ్స్ లో రమణ్‌దీప్ సింగ్ 23 బంతుల్లో 35 పరుగులు చేసి అత్యధిక స్కోరర్ గా నిలిచాడు. రోవ్‌మన్ పావెల్ 22 బంతుల్లో 31 పరుగులతో అజేయంగా నిలిచాడు. అజింక్యా రహానే 22 బంతుల్లో 28 పరుగులు చేశాడు. అవసరమైన రన్ రేట్ భారీగా పెరిగిపోవడం, క్రీజులో పాతుకుపోయి ఆడే బ్యాటర్లు లేకపోవడంతో కోల్‌కతా ఓటమి ఖాయమైంది. చివర్లో హిట్టర్లు ప్రయత్నించినా ఫలితం దక్కలేదు. సొంత మైదానంలో ప్రేక్షకుల మద్దతుతో చెన్నై ఆటగాళ్లు ఉత్సాహంగా ఆడి అద్భుత విజయాన్ని తమ ఖాతాలో వేసుకున్నారు. పాయింట్ల పట్టికలో తమ స్థానాన్ని మరింత పదిలం చేసుకున్నారు.

వైభవ్ బ్యాటింగ్ శైలిపై ఇర్ఫాన్ పఠాన్ 'థియరీ'!

వైభవ్ సూర్యవంశీ యువ సంచలనం.. అతడిని వెంటనే టీమిండియాలోకి తీసుకోవాలి: ఇర్ఫాన్

ఢిల్లీ: ప్రస్తుత క్రికెట్ సీజన్‌లో తన మెరుపు బ్యాటింగ్‌తో అందరి దృష్టిని ఆకర్షిస్తున్న 15 ఏళ్ల యువ సంచలనం వైభవ్ సూర్యవంశీపై మాజీ క్రికెటర్ ఇర్ఫాన్ పఠాన్ చేసిన వ్యాఖ్యలు ఇప్పుడు క్రీడా వర్గాల్లో హాట్ టాపిక్‌గా మారాయి. ప్రపంచ స్థాయి బౌలర్లైన జస్ప్రీత్ బుమ్రా, భువనేశ్వర్ కుమార్, దీపక్ చాహర్ వంటి దిగ్గజాలను అలవోకగా ఎదుర్కొని ఫోర్లు, సిక్సర్ల వర్షం కురిపించిన వైభవ్.. సన్‌రైజర్స్ హైదరాబాద్‌తో జరిగిన మ్యాచ్‌లో అనూహ్యంగా డకౌట్ అయ్యాడు. పెద్దగా అనుభవం లేని అన్‌క్యాప్డ్ ప్లేయర్ ప్రఫుల్ హింగే వేసిన తొలి బంతికే పెవిలియన్ చేరడంతో వైభవ్ బ్యాటింగ్ శైలిపై భిన్నాభిప్రాయాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో గతంలో తాను చేసిన వ్యాఖ్యలను ఇర్ఫాన్ పఠాన్ గుర్తు చేస్తూ, తన 'థియరీ' నిజమేనని పునరుద్ఘాటించారు. "ఈ కుర్రాడు కావాలనే పెద్ద బౌలర్లను టార్గెట్ చేస్తున్నాడా?" అని గతంలో ఇర్ఫాన్ వ్యక్తపరిచిన అనుమానం ఇప్పుడు నిజమవుతున్నట్లు కనిపిస్తోంది. పెద్ద బౌలర్లను బౌండరీలకు తరలించి, తక్కువ అనుభవం ఉన్న బౌలర్ల వద్ద విఫలం కావడం పఠాన్ సిద్ధాంతానికి బలం చేకూర్చింది. అయితే అభిమానులు మాత్రం వైభవ్ ఎప్పుడూ వేగంగా పరుగులు సాధించాలనే లక్ష్యంతోనే ఆడతాడని, బౌలర్ ఎవరనేది అతడికి ముఖ్యం కాదని వాదిస్తున్నారు. ఈ వివాదం పక్కన పెడితే, వైభవ్ అసాధారణ ప్రతిభను గుర్తించిన ఇర్ఫాన్ పఠాన్.. అతడిని వెంటనే జాతీయ జట్టుకు ఎంపిక చేయాలని బీసీసీఐకి నివేదించారు. వైట్ బాల్ క్రికెట్‌లో బుమ్రా వంటి బౌలర్‌ను ఎదుర్కోవడం చాలా కష్టమని, అలాంటిది 15 ఏళ్ల వయసులోనే వైభవ్ ఆ ఘనత సాధించడం అద్భుతమని కొనియాడారు. వైభవ్ సూర్యవంశీ భవిష్యత్తులో భారత క్రికెట్‌కు ఆస్తిగా మారుతాడని విశ్లేషకులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. గతంలోనే బుమ్రా బౌలింగ్‌లో ఎక్కువ స్కోర్ చేస్తానని సవాల్ విసిరిన వైభవ్, చెప్పినట్లుగానే చేసి చూపించి తన సత్తా చాటాడు. ఒకవేళ ఇప్పుడే అతడిని టీమిండియాలోకి

తీసుకుంటే మరో 20 ఏళ్ల పాటు దేశానికి సేవలందించే అవకాశం ఉంటుందని ఇర్ఫాన్ పఠాన్ అభిప్రాయపడ్డారు. పఠాన్ చేసిన ఈ ట్వీట్లు మరియు విశ్లేషణలు సోషల్ మీడియాలో విపరీతంగా వైరల్ అవుతుండటంతో, సెలెక్టర్లు ఈ కుర్రాడి విషయంలో ఎలాంటి నిర్ణయం తీసుకుంటారోనన్న ఉత్కంఠ నెలకుంది.

జురాసిక్ పార్క్ మూవీని వదులుకున్న శ్రీదేవి

హాలీవుడ్ సినిమాల్లో అవకాశమొస్తే ఎవరైనా వదులుకుంటారా? డబ్బుకు డబ్బు.. కావాల్సినంత ప్రచారం రెండూ ఒకేసారి వచ్చి పడతాయి. అందులోనూ స్టీవెన్ స్పీల్‌బర్గ్ మూవీ అంటే కథేంటో కూడా అడగకుండా ఒప్పుకొంటారు. కానీ, అలనాటి నటి శ్రీదేవి మాత్రం నో చెప్పారట. 1993లో విడుదలైన 'జురాసిక్ పార్క్' బాక్సాఫీస్ వద్ద కాసుల వర్షాన్ని కురిపించింది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా బిలియన్ డాలర్ల వసూళ్లను రాబట్టింది. అలాంటి చిత్రంలో నటించే అవకాశాన్ని శ్రీదేవి కాదనుకున్నారు. అందుకు గల కారణాన్ని ఆమె ఓ సందర్భంలో పంచుకున్నారు. మీరెందుకు 'జురాసిక్ పార్క్' చేయడానికి నిరాకరించారు అని అడగ్గా, 'ఆ రోజుల్లో హాలీవుడ్ సినిమాలంటే ఏలియన్‌లా చేయడమే. కానీ, ఇప్పుడు అదొక గౌరవం. అందుకే ఒప్పుకోలేదు' అని శ్రీదేవి సమాధానం ఇచ్చారు. కేవలం 'జురాసిక్ పార్క్' మాత్రమే కాదు, శ్రీదేవి కెరీర్ టాప్‌లో ఉండగా, వివిధ కారణాల వల్ల చాలా పాత్రలు వదులుకున్నారు. అందులో 'డర్' కూడా ఉంది. 'చాందినీ, లమ్హా తర్వాత డర్‌లో నా పాత్ర చాలా సాధారణంగా ఉంటుందని భావించా. ఒకవేళ షారుఖ్‌ఖాన్ పోషించిన పాత్రలాంటిదైతే చేసేదాన్నేమో.ఆ క్యారెక్టరైజేషన్ నాకు బాగా నచ్చింది. ఇక జుహీచావ్లాకు అలాంటి పాత్ర కొత్తది. ఆమె సరిగ్గా సరిపోయారు' అని శ్రీదేవి చెప్పుకొచ్చారు. 2018, ఫిబ్రవరి 24న శ్రీదేవి కన్నుమూసిన సంగతి తెలిసిందే.

ఫెస్టివ్ మూడ్‌లో ఐశ్వర్య మేనన్

నటి ఐశ్వర్య మేనన్ తాజా ఫోటోషూట్‌తో మరోసారి అభిమానుల మనసు దోచుకుంది. సంప్రదాయపు అందం, ఆధునిక శైలి కలిసిన ఈ లుక్‌లో ఆమె ఎంతో ఆకర్షణీయంగా మెరిసింది. పండుగ వాతావరణాన్ని ప్రతిబింబించేలా రూపొందించిన ఈ ఫోటోలు చూసినవారికి ప్రశాంతమైన అనుభూతిని కలిగిస్తున్నాయి. ఎథ్నిక్ దుస్తుల్లో ఐశ్వర్య ఎంతో సొగసుగా కనిపించింది. సహజ కాంతి, ఎర్తీ టోన్స్‌తో కూడిన ఈ సెటప్ ఆమె అందాన్ని మరింత మెరుగుపరిచింది. సింపుల్ బ్యాక్‌డ్రాప్ మధ్యలో పుస్తకాన్ని పట్టుకుని చిరునవ్వుతో కనిపించిన ఆమె, శాంతి, సానుకూలత, కొత్త ఆరంభాల భావాన్ని చక్కగా వ్యక్తపరిచింది. ఈ ఫోటోషూట్‌లో ఆమె చూపించిన హావభావాలు ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచాయి. సాదాసీదా లుక్‌లోనే క్లాస్‌ను చూపిస్తూ, సహజమైన అందంతో ఐశ్వర్య ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంది. ప్రతి ఫ్రేమ్‌లోనూ ఆమె ఎక్స్‌ప్రెషన్స్, సౌమ్యమైన ప్రెజెన్స్ స్పష్టంగా కనిపిస్తున్నాయి

హై జవానీతో ఇష్క్ హోనా హై ఫస్ట్ లుక్ విడుదల

బాలీవుడ్ నటుడు వరుణ్ ధావన్, మృణాల్ ఠాకూర్, పూజా హెగ్డే ప్రధాన పాత్రల్లో నటిస్తున్న మోస్ట్ అవైటెడ్ బాలీవుడ్ చిత్రం హై జవానీతో ఇష్క్ హోనా హై. ఈసినిమా నుంచి ఫస్ట్ లుక్‌ను విడుదల చేసింది చిత్రయూనిట్. ఈ ఫస్ట్ లుక్ చూస్తుంటే ట్రయాంగిల్ లవ్ స్టోరీ అని తెలుస్తుంది. లెజెండరీ దర్శకుడు డేవిడ్ ధావన్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న 46వ చిత్రమిది. ఆయన తన కుమారుడు వరుణ్ ధావన్‌తో కలిసి మరోసారి మ్యాజిక్ చేయడానికి సిద్ధమయ్యారు. టిప్స్ ఫిలిమ్స్ అధినేత రమేష్ తౌరానీ, మాక్సిమిలియన్ ఫిలిమ్స్ తో కలిసి ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తుండగా.. మే 22న ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతుంది.

పాలరాతి శిల్పంలా మెరిసిన జాన్వీ కపూర్

బాలీవుడ్ బ్యూటీ జాన్వీ కపూర్ తాజా ఫోటోషూట్‌లో తన అందంతో మరోసారి అందరినీ ఆకట్టుకుంది. సింపుల్ అయినప్పటికీ క్లాసీ లుక్‌లో ఆమె కనిపించిన తీరు చూస్తే నిజంగానే పాలరాతి శిల్పంలా మెరిసిపోతుంది. వైట్ కలర్ అవుట్‌ఫిట్‌లో జాన్వీ ఎంతో ఎలిగెంట్‌గా కనిపించింది. బ్యాక్ ఓపెన్ డిజైన్‌తో ఉన్న ఈ డ్రెస్సు ఆమె గ్లామర్‌ను సున్నితంగా హైలైట్ చేసింది. సాఫ్ట్ ఫ్యాబ్రిక్‌తో రూపొందించిన లూజ్ స్లీవ్స్ ఆమె లుక్‌కు ఒక ఫ్లోయింగ్ ఎఫెక్ట్‌ను తీసుకొచ్చాయి. లైట్ మేకప్, నేచురల్ హెయిర్ స్టైల్ ఆమె అందాన్ని మరింత నిగారింపజేశాయి. కెమెరా వైపు వెనక్కి తిరిగి చూసే పోజ్‌లో జాన్వీ ఇచ్చిన ఎక్స్‌ప్రెషన్ ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది. ఆమె చూపుల్లో కనిపించిన కాన్ఫిడెన్స్, సౌమ్యత కలిసి ఈ ఫోటోను మరింత ప్రత్యేకంగా మార్చాయి. సింపుల్ బ్యాక్‌గ్రౌండ్‌లో తీసిన ఈ చిత్రం మొత్తం ఫోకస్‌ను ఆమెపైనే నిలిపింది. ఈ ఫోటోషూట్‌లో జాన్వీ మరోసారి తన స్టైల్, గ్లామర్‌ను సున్నితంగా ప్రెజెంట్ చేస్తూ, ట్రెండింగ్‌లో నిలిచింది.

లెనిన్స్ నుంచి రేపు సాంగ్ విడుదల

అక్కినేని యువ హీరో అఖిల్ నటిస్తున్న లేటెస్ట్ యాక్షన్ ఎంటర్‌టైనర్ 'లెనిన్' నుంచి ఒక అదిరిపోయే అప్‌డేట్ వచ్చింది. ఈ సినిమాలోని సెకండ్ సింగిల్ 'ఎట్టా ఎట్టా' వీడియో సాంగ్‌ను ఏప్రిల్ 16న విడుదల చేయనున్నట్లు చిత్ర యూనిట్ అధికారికంగా ప్రకటించింది. మ్యూజిక్ సెన్సేషన్ ఎస్.ఎస్. తమన్ ఈ చిత్రానికి సంగీతం అందిస్తుండగా.. కిషోర్ అబ్బూరు ఈ చిత్రానికి దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. అఖిల్ సరసన భాగ్యశ్రీ బోర్సే కథానాయికగా నటిస్తుంది. ఈ చిత్రం జూన్ 26న ప్రపంచవ్యాప్తంగా థియేటర్లలోకి రానుంది. అన్నపూర్ణ స్టూడియోస్ సమర్పణలో మనం ఎంటర్‌ప్రైజెస్, సితార ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్స్ బ్యానర్లపై అక్కినేని నాగార్జున, వంశీ ఐరటనేని ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. మురళీ కిషోర్ అబ్బూరు దర్శకత్వంలో ఒక వైవిధ్యమైన మాస్ అండ్ యాక్షన్ డ్రామాగా తెరకెక్కుతున్న ఈ సినిమాపై అక్కినేని అభిమానుల్లో భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి.

కొంటె చూపులతో కవ్విస్తున్న శృతి చౌహాన్

మోడల్, నటి శృతి చౌహాన్ తాజా ఫోటోషూట్‌తో మరోసారి నెటిజన్ల దృష్టిని తనవైపు తిప్పుకుంది. అందం, స్టైల్ కలిసిన ఈ చిత్రాలు చూడగానే రొమాంటిక్ భావాలను రేకెత్తించేలా ఉన్నాయి. జేడ్ స్టే ఇండియా అందమైన సహజ వాతావరణం ఈ ఫోటోలకు మరింత ప్రత్యేక ఆకర్షణను తీసుకొచ్చింది. పీచ్ రంగు ఫ్లోరల్ దుస్తుల్లో శృతి ఎంతో గ్రేస్‌ఫుల్‌గా కనిపించింది. డ్రెస్‌లోని రఫిల్స్, మెరూన్ బోస్ కలిసి ఆమె లుక్‌ను మరింత హైలైట్ చేశాయి. ఎర్ర గులాబీల బొకేతో సూర్యరశ్మిలో పోజులు ఇచ్చిన ఆమె, సహజంగా వదిలిన వేవీ హెయిర్‌తో మరింత అందాన్ని చాటుకుంది. ఆమె చర్మంపై పడిన సాఫ్ట్ లైట్ మొత్తం ఫోటోషూట్‌కు మృదువైన రొమాంటిక్ టచ్‌ను అందించింది. ఈ ఫోటోషూట్‌లో శృతి వ్యక్తీకరించిన భావాలు ప్రత్యేకంగా ఆకర్షిస్తున్నాయి. సొగసుతో పాటు సున్నితమైన అమాయకత్వాన్ని మిళితం చేస్తూ ఆమె ఇచ్చిన ఎక్స్‌ప్రెషన్స్ అభిమానులను ఆకట్టుకుంటున్నాయి. ప్రతి ఫ్రేమ్‌లోనూ ఆమె చూపులు, హావభావాలు స్పష్టంగా మెరిసిపోతున్నాయి.

CHIEF EDITOR BY **KANCHARLA ATCHUTA RAO** PUBLISHED AND OWNED BY KANCHARLA UPENDRA. D.NO. 1-86-3/LIG-230/5, SECTOR 5, MVP COLONY, VISAKHAPATNAM, ANDHRA PRADESH - 530017. RNI.Title.Code:-APTEL/25/42169. PRINTED BY **CHAITANYAVARADHI** PRINTERS D.NO. 3-39, BHARNIKAM VILLAGE & POST, PARAVADA MANDAL, VISAKHAPATNAM, ANDHRA PRADESH - 531021. E-MAIL: kancharlamediaprint@gmail.com CELL: 8374758861