SREECHAKRA NewsTV

విలేకరులు కావలెను
శ్రీచక్ర
9848334101
8333000509

https://www.sreechakranews.com

శ్రీచక్ర

SREECHAKRA TELUGU DAILY

సంపుటి 11 | సంచిక 21 | కర్నూలు | శుక్రవారం 27 - 02 - 2026 | పేజీలు : 08 | వెల రూ. 5.00

Published from Kurnool... Circulated by Andhra Pradesh, Telangana & New delhi

చెత్త పాలకుల చేతుల్లో అణ్వాయుధాలా?

పశ్చిమాసియాలో యుద్ధ మేఘాలు కమ్ముకుంటున్న వేళ.. అమెరికా-ఇరాన్ మధ్య మాటల యుద్ధం ముదిరింది.

ఒకవైపు యుద్ధనౌకలను మోహరిస్తూ టెహ్రాన్‌పై ఒత్తిడి పెంచుతున్న అగ్రరాజ్యం..మరోవైపు దౌత్యపరమైన హెచ్చరికలతో ఇరాన్ పాలకుల గుండెల్లో రైళ్లు పరిగెత్తిస్తోంది.

పశ్చిమాసియాలో యుద్ధ మేఘాలు కమ్ముకుంటున్న వేళ.. అమెరికా-ఇరాన్ మధ్య మాటల యుద్ధం ముదిరింది. ఒకవైపు యుద్ధనౌకలను మోహరిస్తూ టెహ్రాన్‌పై మిగతా 2లో

భారత కేంద్ర బడ్జెట్ పై అసంతృప్తి వ్యక్తం చేసిన ఇరాన్

భారత వ్యూహాత్మక ప్రయోజనాలకు అత్యంత కీలకమైన ఇరాన్‌లోని చాబహార్ ఓడరేవు ప్రాజెక్టు భవిష్యత్తుపై సందేహాలు మొదలయ్యాయి.

భారత వ్యూహాత్మక ప్రయోజనాలకు అత్యంత కీలకమైన ఇరాన్‌లోని చాబహార్ ఓడరేవు ప్రాజెక్టు భవిష్యత్తుపై సందేహాలు మొదలయ్యాయి. కేంద్ర బడ్జెట్ 2026-27లో ఈ ప్రాజెక్టుకు నిధుల కేటాయింపును సున్నాకు తగ్గించడంపై మిగతా 2లో

దేశ యువత, ప్రజలకు దేశ యువత, ప్రజలకు

రాహుల్‌గాంధీ క్షమాపణ చెప్పాలి

కేంద్రం పై తప్పుడు ప్రచారం.. కాంగ్రెస్ నాయకుల పై రామచందర్ రావు ఆగ్రహం

రాహుల్ గాంధీ ఆత్మపరిశీలన చేసుకో.. రామచందర్ రావు స్ట్రాంగ్ కౌంటర్

జీవితాలను నాశనం చేయొద్దు..

మూసీ ప్రాజెక్టు కోసం ఇళ్లను కూల్చివేయాలని చూస్తే బిజెపి అడ్డుగోడగా నిలుస్తుందని ఆ పార్టీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రామచందర్ రావు స్పష్టం చేశారు.

మూసీ ప్రాజెక్టు ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో ఆయన ఆ పార్టీ ఎమ్మెల్సీలు, అంజిరెడ్డి కొమురయ్య, మాజీ మేయర్ బండ కార్తీక రెడ్డి, ఇతర నాయకులతో కలిసి పర్యటించి ప్రజలతో నేరుగా మాట్లాడి వారి సమస్యలను అడిగి తెలుసుకున్నారు.

మూసీ ప్రాజెక్టు ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో ఆయన ఆ పార్టీ ఎమ్మెల్సీలు, అంజిరెడ్డి కొమురయ్య, మాజీ మేయర్ బండ కార్తీక రెడ్డి, ఇతర నాయకులతో కలిసి పర్యటించి ప్రజలతో నేరుగా మాట్లాడి వారి సమస్యలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. మిగతా 2లో

ఆ ప్రాజెక్టుతో ఏ రాష్ట్రానికీ నష్టం లేదు: సీఎం చంద్రబాబు

- పోలవరం-నల్లమల అనుసంధానంతో రెండు రాష్ట్రాలకూ లాభమేనన్న సీఎం చంద్రబాబు
- వచ్చే ఏడాది మే 15 నుంచే నారుమళ్లకు నీరందించేలా ప్రణాళికలు సిద్ధం
- నీళ్లు రాకుండానే వెలిగొండకు రిబ్బన్ కట్ చేసి గత పాలకులు క్రెడిట్ కొట్టేశారు
- రాష్ట్రంలోని సాగునీటి ప్రాజెక్టులపై త్వరలోనే బ్లూప్రింట్ విడుదల చేస్తామని వెల్లడి

- ప్రతి ఎకరాకు నీరందించి తెలుగు తల్లికి జలహారతి ఇవ్వడమే లక్ష్యమని స్పష్టీకరణ
- శాసనసభలో సాగునీటి రంగంపై జరిగిన చర్చలో

చంద్రబాబు ప్రసంగం

పోలవరం-నల్లమల సాగర్ అనుసంధాన ప్రాజెక్టుతో ఏ రాష్ట్రానికీ నష్టం జరగదని, దీనిపై పొరుగు రాష్ట్రం అభ్యంతరాలు వ్యక్తం చేయాల్సిన అవసరం లేదని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. వృథాగా సముద్రంలోకి పోతున్న గోదావరి వరద జలాలను మాత్రమే ఈ ప్రాజెక్టు ద్వారా తరలిస్తామని

బాల్క సుమన్‌కు దక్కని ఊరట

- క్యాతనపల్లి ఘటనలో జైలులో ఉన్న బాల్క సుమన్
- పెండింగ్ లో ఉన్న కస్టడీ పిటిషన్
- ఈరోజు కస్టడీ పిటిషన్‌పై నిర్ణయం తీసుకోనున్న కోర్టు
- చెన్నూరు మాజీ ఎమ్మెల్యే, బీఆర్ఎస్ నేత బాల్క సుమన్‌కు న్యాయస్థానంలో కాస్త నిరాశ ఎదురయింది.

చెన్నూరు మాజీ ఎమ్మెల్యే, బీఆర్ఎస్ నేత బాల్క సుమన్‌కు న్యాయస్థానంలో మిగతా 2లో

కక్షలు కట్టడం కాదు...

ముందు ఆస్పత్రి కట్టు రేవంత్‌రెడ్డి

కాళేశ్వరం' వెనక ఎంతో శ్రమ

గోదావరి జలాలపై అసెంబ్లీలో చర్చకు రెడీ

ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి సవాల్‌కు మేం సిద్ధం: హరీశ్‌రావు

'గోదావరి జలాలపై అసెంబ్లీలో మాట్లాడదామని సీఎం అంటున్నారు. ఈ సవాల్‌ను మేం స్వీకరిస్తున్నాం.

'గోదావరి జలాలపై అసెంబ్లీలో మాట్లాడదామని సీఎం అంటున్నారు. ఈ సవాల్‌ను మేం స్వీకరిస్తున్నాం. మైక్ కట్ చేయకుండా, కెమెరా తిప్పకుండా చర్చకు పెట్టు. ఎన్ని రోజులైనా, ఏ ప్రాజెక్టు మీదనైనా చర్చించడానికి మేము సిద్ధంగా ఉన్నాం. ప్రజలే న్యాయ నిర్ణేతలు. మిగతా 2లో

ప్రధాని మోదీకి ఇజ్రాయెల్ అత్యున్నత పురస్కారం

'స్పీకర్ ఆఫ్ ద కెనెసెట్ మెడల్' దక్కింది.

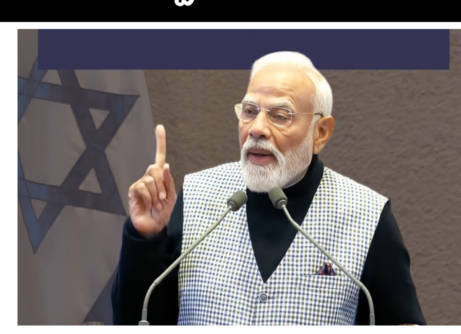
ఇజ్రాయెల్‌తో భారత్ పలు కీలక ఒప్పందాలు

'ఇజ్రాయెల్ బాధను భారత్ అనుభవిస్తోంది'

ఇజ్రాయెల్: హోలోకాస్ట్ మృతులకు ప్రధాని మోదీ నివాళులు

పలు ఒప్పందాలపై నరేంద్ర మోదీ-నెతన్యాహు సంతకాలు చేసుకున్నారు.

ఇజ్రాయెల్ ప్రధానితో నరేంద్ర మోదీ కీలక సమావేశం నిర్వహించారు.



ఇజ్రాయెల్‌తో భారత్ పలు కీలక ఒప్పందాలు చేసుకుంది. పలు ఒప్పందాలపై నరేంద్ర మోదీ-నెతన్యాహు సంతకాలు చేసుకున్నారు. ఇజ్రాయెల్ ప్రధానితో నరేంద్ర మోదీ కీలక సమావేశం నిర్వహించారు. భారత్‌లో పర్యటించాలని నెతన్యాహును ప్రధాని మోదీ ఆహ్వానించారు. మిగతా 2లో

మోదీ ఇజ్రాయెల్ పర్యటన ముగిసిన వెంటనే...

ఇరాన్ పై అమెరికా దాడి చేస్తుంది

- రెండు రోజుల ఇజ్రాయెల్ పర్యటనలో ఉన్న మోదీ
- మోదీ ఇజ్రాయెల్ పర్యటనపై ఒవైసీ విమర్శలు
- మోదీ పర్యటన అనంతరం అంతర్జాతీయంగా పెను మార్పులు సంభవిస్తాయని వ్యాఖ్య

భారత విదేశాంగ విధాన చరిత్రలో సరికొత్త అధ్యాయం లిఖించబడింది. మిగతా 2లో

ఇందిరమ్మ ఇళ్ల నిర్మాణాలను పూర్తి చేయాలి

- జిల్లాలో ఇందిరమ్మ ఇళ్లను పూర్తి చేసి లబ్ధిదారులకు అందించే విధంగా సిద్ధం చేయాలని, వివిధ శాఖల లో నిలిచిపోయిన అభివృద్ధి పనులను త్వరగా పూర్తి చేయాలని రాష్ట్ర పంచాయతీరాజ్, గ్రామీణాభివృద్ధి, గ్రామీణ నీటి సరఫరా, స్త్రీ శిశు సంక్షేమ శాఖ మంత్రి దనసరి అనసూయ (సీతక్క) అన్నారు.
- ఎస్.ఎస్ తాడ్వాయి మండలం మేడారంలో సమ్మక్క సారలమ్మ వన దేవతలను మంత్రి సీతక్క తో పాటు కలెక్టర్ దివాకర టి. ఎస్., ఎస్పీ సుధీర్ రామ్ నాథ్ కేకన్ లతో కలిసి దర్శించుకున్నారు మిగతా 2లో

కుమ్మెర ఘటన మాటలకందని విషాదం

ఈ కేసులో హంతకులను కాపాడటం సిగ్గుచేటు

బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ ఫైర్

బాధిత కుటుంబానికి పరామర్శ

చిన్నారి కుటుంబానికి న్యాయం చేయాలని కేటీఆర్ డిమాండ్

సమాజం తలదించుకోవాల్సిన ఘటన జరిగిందన్న కేటీఆర్

నిందితులను కాపాడే ప్రయత్నం సిగ్గుమాలిన చర్య అన్న కేటీఆర్

ఖమ్మం జిల్లా వెలుగుమట్లలో బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ పర్యటించారు.

ఈ సందర్భంగా భూదాన్ భూ బాధితులను కలిసి పరామర్శించారు.

ఇదే స్థలంలో మా ప్రభుత్వం వచ్చిన తర్వాత మీకు ఇల్లు కట్టిస్తాం..

ఇది నా బాధ్యత అని భరోసా ఇచ్చారు.

అక్రమ కూల్చివేతల గురించి శాసనసభ, శాసనమండలిలో ప్రభుత్వాన్ని ప్రశ్నిస్తామని హామీ ఇచ్చారు.

ఇందిరమ్మ రాజ్యం అంట ఇళ్లు కూలగొట్టడమా? అని ప్రశ్నించారు.

శత్రుదేశం మీద దండయాత్రకి పోయినట్లు 4000 మంది పోలీసులతో పేదల మీద దాడి చేశారని మండిపడ్డారు.

ఒరిజినల్ గాంధీలు ఒకప్పుడు ఉండేవారు..

ఇప్పుడెవరూ లేరు

తెలంగాణలో హత్యా రాజకీయాలు జరుగుతున్నాయి

పసిగుడ్డు ఏం పాపం చేసింది?

బాధిత కుటుంబంతో కలిసి మాట్లాడుతున్న కేటీఆర్

ఖమ్మం జిల్లా వెలుగుమట్లలో బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ పర్యటించారు. ఈ సందర్భంగా భూదాన్ భూ బాధితులను కలిసి పరామర్శించారు. అనంతరం మీడియాతో మాట్లాడారు. ఇదే స్థలంలో మా ప్రభుత్వం వచ్చిన తర్వాత మీకు ఇల్లు కట్టిస్తాం.. ఇది నా బాధ్యత అని మిగతా 2లో

ఇదే స్థలంలో మా ప్రభుత్వం వచ్చిన తర్వాత మీకు ఇల్లు కట్టిస్తాం.. ఇది నా బాధ్యత అని భరోసా ఇచ్చారు. అక్రమ కూల్చివేతల గురించి శాసనసభ, శాసనమండలిలో ప్రభుత్వాన్ని ప్రశ్నిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ఇందిరమ్మ రాజ్యం అంటే ఇళ్లు కూలగొట్టడమా? అని ప్రశ్నించారు.

జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్,

ఎంఐఎంకు బుద్ధి చెబుతాం

- 6 గ్యారంటీలు, 420 హామీల అమలు తేదీ ప్రకటించాలి
- పాతబస్తీలోని భాగ్యలక్ష్మీ ఆలయంలో కేంద్ర మంత్రి, బీజేపీ ఎంపీ బండి సంజయ్ ప్రత్యేక పూజలు చేశారు.
- పాతబస్తీ హిందువులకు భాగ్యలక్ష్మీ అమ్మవారే రక్ష అని అన్నారు.

పాతబస్తీలోని భాగ్యలక్ష్మీ ఆలయంలో కేంద్ర మంత్రి, బీజేపీ ఎంపీ బండి సంజయ్ ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. మిగతా 2లో

చెత్త పాలకుల చేతుల్లో అణ్వాయుధాలా?

ఒత్తిడి పెంచుతున్న అగ్రరాజ్యం..మరోవైపు దౌత్యపరమైన హెచ్చరికలతో ఇరాన్ పాలకుల గుండెల్లో రైళ్లు పరిగెత్తిస్తోంది. తాజాగా అమెరికా ఉపాధ్యక్షుడు జేడీ వాన్స్ మా సైనిక చర్యలను సీరియస్‌గా తీసుకోండంటూ ఇరాన్‌కు సూచించగా.. ఈ హెచ్చరిక అంతర్జాతీయ స్థాయిలో తీవ్ర ప్రకంపనలు సృష్టిస్తోంది.ఫాక్స్ న్యూస్‌కు ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో జేడీ వాన్స్ ఇరాన్ ప్రభుత్వంపై విరుచుకుపడ్డారు. ‹చెత్త పాలకుల చేతుల్లో అణ్వాయుధాలు ఉండటం ప్రపంచానికే ప్రమాదం› అంటూ ఆయన తీవ్ర వ్యాఖ్యలు చేశారు. అమెరికా చర్చలకు పిలుపును ఇవ్వడాన్ని తమ బలహీనతగా భావించవద్దని, సైనిక చర్యకు సంబంధించి తాము చేసే హెచ్చరికలను ఇరాన్ చాలా సీరియస్‌గా తీసుకోవాలని హెచ్చరించారు. ప్రస్తుత అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ దౌత్య మార్గాల ద్వారా సమస్యను పరిష్కరించుకోవాలని కోరుకుంటున్నారని.. కానీ ఆయన వద్ద సైనిక పరమైన మరిన్ని ఎంపికలు సిద్ధంగా ఉన్నాయని వాన్స్ గుర్తు చేశారు. ఆ ఎంపికలను ప్రయోగించడానికి ట్రంప్ సుముఖంగా లేరని.. అయితే పరిస్థితి చేయి దాటితే ఏ చర్యకైనా వెనుకాడబోమని ఆయన స్పష్టం చేశారు.

జెనీవాలో మూడో రౌండ్ చర్చలు..

ఇరు దేశాల మధ్య తీవ్ర ఉద్రిక్తతలు ఉన్నప్పటికీ.. దౌత్య మార్గాలను మూసివేయకూడదని ఇరు పక్షాలు నిర్ణయించుకున్నాయి. అణు ఒప్పందానికి సంబంధించి ఇప్పటికే రెండు రౌండ్లు చర్చలు పూర్తి కాగా.. గురువారం జెనీవాలో మూడో రౌండ్ చర్చలు ప్రారంభం కానున్నాయి. ఇరాన్ విదేశాంగ మంత్రి అబ్బాస్ అరాఘ్చీ తన అధికారుల బృందంతో ఇప్పటికే జెనీవా చేరుకున్నారు. ట్రంప్ ప్రత్యేక రాయబారి స్టీవ్ విట్కాఫ్ నేతృత్వంలోని అమెరికా ప్రతినిధుల బృందంతో ఇరాన్ చర్చలు జరపనుంది.

ఒప్పందం కుదిరేనా?

టెహ్రాన్‌తో ఒక మంచి ఒప్పందం కుదుర్చుకునే అవకాశం ఇంకా ఉందని జేడీ వాన్స్ అభిప్రాయపడ్డారు. అయితే ఇరాన్ తన అణ్వాయుధ ఆకాంక్షలను పక్కన పెట్టి, అమెరికా షరతులకు అంగీకరిస్తేనే ఇది సాధ్యం అవుతుందని విశ్లేషకులు భావిస్తున్నారు. యుద్ధనౌకల నీడలో జరగబోయే ఈ చర్చలు పశ్చిమాసియా భవిష్యత్తును నిర్ణయించనున్నాయి. ఒకవేళ చర్చలు విఫలం అయితే.. పశ్చిమాసియాలో మరో భారీ యుద్ధం తప్పదనే ఆందోళనలు వ్యక్తం అవుతున్నాయి.

భారత కేంద్ర బడ్జెట్ పై అసంతృప్తి వ్యక్తం చేసిన ఇరాన్

ఇరాన్ తీవ్ర అసంతృప్తి వ్యక్తం చేసింది.హిందూ మహాసముద్రాన్ని మధ్య ఆసియాతో అనుసంధానించే ఈ ఃబంగారు ముఖద్వారంః విషయంలో భారత్ తీసుకున్న నిర్ణయం నిరాశపరిచిందని ఇరాన్ విదేశాంగ మంత్రి అబ్బాస్ అరాగ్చీ వ్యాఖ్యానించారు.గత బడ్జెట్‌లో ఈ ప్రాజెక్టు కోసం మొదట రూ.100 కోట్లు కేటాయించి, ఆ తర్వాత సవరించిన అంచనాల్లో దాన్ని రూ.400 కోట్లకు పెంచిన కేంద్రం, ఈసారి ఒక్క రూపాయి కూడా కేటాయించకపోవడం దౌత్య వర్గాల్లో చర్చనీయాంశమైంది. అయితే, ఈ ఆరోపణలపై భారత విదేశాంగ శాఖ స్పందించింది. తాము నిధులు నిలిపివేయలేదని, 10 ఏళ్ల ఒప్పందంలో భాగంగా చెల్లించాల్సిన 120 మిలియన్ డాలర్ల మొత్తాన్ని ఇప్పటికే పూర్తిగా చెల్లించేశామని స్పష్టం చేసింది. అందువల్ల ప్రస్తుతానికి కొత్తగా నిధులు కేటాయించాల్సిన అవసరం లేదని వివరించింది.

బాల్క సుమన్‌కు దక్కని ఊరట

కాస్త నిరాశ ఎదురయింది. క్యాతనపల్లి ఘటనలో అరెస్టై జైలులో ఉన్న ఆయన దాఖలు చేసుకున్న బెయిల్ పిటిషన్‌పై మంచిర్యాల జిల్లా కోర్టులో ఈరోజు కూడా వాదనలు జరిగాయి. అయితే, పోలీసుల తరపున దాఖలైన కస్టడీ పిటిషన్ ఇంకా పెండింగ్‌లో ఉండటంతో, బెయిల్ వ్యవహారంపై తదుపరి విచారణను కోర్టు రేపటికి వాయిదా వేసింది. లంచ్ మోషన్ అనంతరం కస్టడీ పిటిషన్‌పై కోర్టు నిర్ణయం తీసుకోనుంది.బాల్క సుమన్ తరపున న్యాయవాది లలిత కోర్టులో గట్టి వాదనలు వినిపించారు. రాజకీయ కక్ష సాధింపు చర్యల్లో భాగంగానే పోలీసులు అక్రమ కేసులు బనాయించారని ఆమె ఆరోపించారు. సుమన్ అరెస్టు ప్రక్రియలో సుప్రీంకోర్టు నిర్దేశించిన మార్గదర్శకాలను పోలీసులు పూర్తిగా గాలికి వదిలేశారని అన్నారు. క్యాతనపల్లి మున్సిపాలిటీ ఎన్నికల సమయంలో ప్రభుత్వం అధికార బలంతో ప్రజాస్వామ్యాన్ని ఖూనీ చేసిందని, కావాలనే బీఆర్ఎస్ నేతలను జైలు పాలు చేసిందని ఆమె వివరించారు.మరోవైపు, కేసు దర్యాప్తులో భాగంగా నిందితుడిని విచారించాల్సిన అవసరం ఉందని, అందుకే కస్టడీకి ఇవ్వాలని పోలీసులు కోర్టును కోరారు. క్యాతనపల్లి ఉదంతంలో బాల్క సుమన్ పాత్రపై మరింత లోతైన విచారణ జరపాల్సి ఉందని వారు వాదించారు. ఈ క్రమంలో బెయిల్ పిటిషన్ పై విచారణను కోర్టు రేపటికి వాయిదా వేసింది.

మోదీ ఇజ్రాయెల్ పర్యటన ముగిసిన వెంటనే...
ఇరాన్ పై అమెరికా దాడి చేస్తుంది

రెండు రోజుల అధికారిక పర్యటనలో భాగంగా ఇజ్రాయెల్ వెళ్లిన ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ, అక్కడ అరుదైన గౌరవాన్ని సొంతం చేసుకున్నారు. ఇజ్రాయెల్ పార్లమెంటును ఉద్దేశించి ప్రసంగించిన తొలి భారత ప్రధానమంత్రిగా రికార్డు సృష్టించారు. ఈ పరిణామం ఇరు దేశాల మధ్య దౌత్య సంబంధాలను మరో స్థాయికి తీసుకెళ్లిందనడంలో సందేహం లేదు. అయితే, ఈ చారిత్రాత్మక పర్యటనపై స్వదేశంలో రాజకీయ వేడి రాజుకుంది. ఎంఐఎం అధినేత అసదుద్దీన్ ఒవైసీ ప్రధాని పర్యటన తీరుపై తీవ్రస్థాయిలో ధ్వజమెత్తారు.ప్రధాని మోదీ పర్యటన ముగిసిన వెంటనే అంతర్జాతీయంగా పెను మార్పులు సంభవించే అవకాశం ఉందంటూ ఒవైసీ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. మోదీ పర్యటన ముగిసిన వెంటనే ఇరాన్ పై అమెరికా దాడి చేసే అవకాశం ఉందని అన్నారు. ముఖ్యంగా గాజాలో జరుగుతున్న మారణహోమానికి ఇజ్రాయెల్ ప్రధాని బెంజమిన్ నెతన్యాహు ప్రధాన కారకుడని... అటువంటి వ్యక్తిని ప్రధాని మోదీ కౌగిలించుకోవడాన్ని ఆయన తప్పుబట్టారు. ఈ పర్యటన భారతదేశానికి పాలస్తీనా పట్ల ఉన్న దశాబ్దాల మద్దతును దెబ్బతీసేలా ఉందని ఒవైసీ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. గతంలో భారత్ అనుసరించిన తటస్థ మద్దతు వైఖరిని ప్రధాని పక్కన పెడుతున్నారని ఆయన విమర్శించారు.

జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికల్లో
కాంగ్రెస్, ఎంఐఎంకు బుద్ధి చెబుతాం

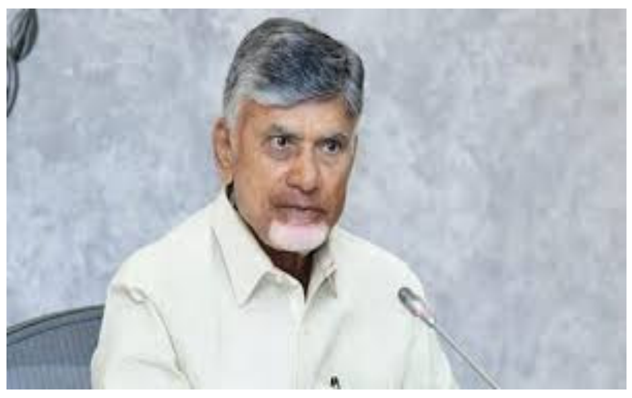
దీనిలో భాగంగా బండి సంజయ్ మాట్లాడుతూ.. పాతబస్తీ హిందువులకు భాగ్యలక్ష్మీ అమ్మవారే రక్ష అని అన్నారు. ఆ దేవాలయాన్ని తాము అధికారంలోకి వచ్చాక గోల్డెన్ టెంపుల్‌గా మారుస్తామన్నారు. హిందుత్వమే తమ ఎజెండా అని బండి సంజయ్ స్పష్టం చేశారు. ఎంఐఎం కోసమే జీహెచ్ఎంసీ ముక్కలు చేశారని,. జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్, ఎంఐఎంకు బుద్ధి చెబుతామన్నారు. శాంతి భద్రతలు కాపాడాలి... కానీ బాన్సువాడలో ఎంఐఎం ఒత్తిడితో బీజేపీ కార్యకర్తలు, హిందూ వాహిని కార్యకర్తలను అరెస్టు చేశారంటూ బండి సంజయ్ మండిపడ్డారు. ఆరు గ్యారంటీలు, 420 హామీలను ఏ రోజు నుంచి అధికార కాంగ్రెస్ అమలు చేస్తుందో..వాటికి ఎంత ఖర్చవుతుందో చెప్పి అములు తేదీని ప్రకటించాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని కేంద్రహోంశాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ డిమాండ్ చేశారు. 'రాష్ట్రంలో అధికారానికి వచ్చి రెండున్నరేళ్లు దాటినా ఇచ్చిన హామీల్లో 10 శాతం కూడా అమలు చేయనందుకు సిగ్గన్పించడం లేదా సీఎం గారూ? డూప్లికేట్ గాంధీ కుటుంబానికి రూ.వెయ్యి కోట్లు పంపాలనే శ్రద్ధే తప్ప మీకు ప్రజా సమస్యలు పట్టవా'అని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డిని ప్రశ్నించారు.'రాష్ట్ర మంత్రివర్గంలో డూప్లికేట్ గాంధీ కుటుంబానికి పంపాల్సిన రూ.వెయ్యి కోట్ల నిధుల సేకరణపైనే చర్చ జరుపుతున్నారా'అని ఎద్దేవా చేశారు. డూప్లికేట్ గాంధీ కుటుంబానికి మూటలు పంపి పదవులు కాపాడుకోవాలనే తాపత్రయమే తప్ప 6 గ్యారంటీల అమలుపై ఎన్నడైనా చర్చించారా అని సోమవారం ఒక ప్రకటనలో నిలదీశారు. ఆరు గ్యారంటీల అమలుకు బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రాంచందర్‌రావు ఆధ్వర్యంలో ఉద్యమించి హామీలను పూర్తిచేసేలా ప్రభుత్వం మెడలు వంచి తీరుతామని హెచ్చరించారు.మేనిఫెస్టోలో ఇచ్చిన 6 గ్యారంటీలు, 420 హామీల అమలు సాధ్యాసాధ్యాలపై కేబినెట్‌లో ఎందుకు చర్చించడం లేదని నిలదీశారు. 'మహిళలకు ప్రతినెలా రూ.2,500 ఇస్తామని చెప్పి రెండున్నరేళ్లు అయ్యింది. ఆ డబ్బులు ఎందుకు ఇవ్వడం లేదు? రిటైర్డ్ ఉద్యోగులకు ఇవ్వాల్సిన బెన్‌ఫిట్స్ చెల్లించకపోవడంతో 61 మంది చనిపోయినా మీలో చలనం లేదా? ఉద్యోగ, ఉపాధ్యాయులకు 5 డీఏలు, పెండింగ్ బకాయిలు అందక ఇబ్బంది పడుతున్నా మీకు పట్టదా? ఫీజు రీయింబర్స్‌మెంట్ బకాయిలివ్వకపోవడంతో లక్షలాది మంది విద్యార్థులు, వేలాది యాజమాన్యాలు అల్లాడుతున్న సంగతి మర్చిపోయారా'అని ప్రశ్నించారు.

ఇందిరమ్మ ఇళ్ల నిర్మాణాలను పూర్తి చేయాలి

జిల్లాలో ఇందిరమ్మ ఇళ్లను పూర్తి చేసి లబ్ధిదారులకు అందించే విధంగా సిద్ధం చేయాలని, వివిధ శాఖల లో నిలిచిపోయిన అభివృద్ధి పనులను త్వరగా పూర్తి చేయాలని రాష్ట్ర పంచాయతీరాజ్, గ్రామీణాభివృద్ధి, గ్రామీణ నీటి సరఫరా, స్త్రీ శిశు సంక్షేమ శాఖ మంత్రి దనసరి అనసూయ (సీతక్క) అన్నారు. ఎస్.ఎస్ తాడ్వాయి మండలం మేడారంలో సమ్మక్క సారలమ్మ వన దేవతలను మంత్రి సీతక్క తో పాటు కలెక్టర్ దివాకర టి. ఎస్., ఎస్పీ సుధీర్ రామ్ నాథ్ కేకన్ లతో కలిసి దర్శించుకున్నారు. అనంతరం మంత్రి వివిధ శాఖల అధికారులతో మేడారం లోని హరిత హోటల్ లో మేడారం మాస్టర్ ప్లాన్, జంపన్న వాగు అభివృద్ధి పనులు, ఇందిరమ్మ నిర్మాణం, గోదావరి పుష్కరాల నిర్వహణ, వేసవికాలంలో త్రాగునీటి సరఫరా, సెంట్రల్ లైటింగ్, ఎన్ఆర్ఈజీఎస్ పనులు, పలు అభివృద్ధి పనులపై సమీక్ష సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ జిల్లాలో వివిధ దశలలో నిర్మాణంలో ఉన్న ఇందిరమ్మ ఇళ్లను పూర్తి చేసి లబ్దిదారులతో గృహ ప్రవేశాలు చేయించాలని, పూర్తయిన ఇండ్లకు డబ్బులు వెంటనే చెల్లించాలని ఆదేశించారు.సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఆదేశాల మేరకు మేడారంలో మరిన్ని శాశ్వత అభివృద్ధి పనులు చేపట్టాలని, భక్తులకు ప్రశాంతమైన దర్శనం కల్పించే విధంగా గద్దెల చుట్టూ గ్రిల్స్ ఏర్పాటు చేయాలని, ఆదివాసి పూజారులతో సమావేశాలు నిర్వహించి వారి సూచనలు, సలహాల మేరకు పటిష్టమైన మాస్టర్ ప్లాన్ సిద్ధం చేయాలని అన్నారు. జంపన్న వాగులో నిరంతరం నీరు ప్రవహించేలా జంపన్న వాగుపై చెక్ డ్యామ్ ల నిర్మాణం కోసం నిపుణులతో సర్వే నిర్వహించి ఎన్ఆర్ఈజీఎస్ ద్వారా ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేసి అందించాలని సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు. మూడు నెలలు వేసవి కాలంలో అభివృద్ధి పనులను పూర్తి చేయాలని అధికారులకు దిశా నిర్దేశం చేశారు. ప్రభుత్వ నిధులు దుర్వినియోగం కాకుండా ప్రజల అభివృద్ధి కోసం వెచ్చించాలని, ములుగు జిల్లా కీర్తి ప్రతిష్టలను ప్రపంచ స్థాయిలో గుర్తింపు లభించే విధంగా అభివృద్ధి పరచాలని అన్నారు.

ఆ ప్రాజెక్టుతో ఏ రాష్ట్రానికీ నష్టం లేదు: సీఎం చంద్రబాబు

ఆయన శాసనసభలో వివరించారు. గోదావరిపై ఎగువ రాష్ట్రం కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టు కట్టినప్పుడు తాము ఎన్నడూ అభ్యంతరం చెప్పలేదని గుర్తుచేశారు. ఈ అనుసంధాన ప్రాజెక్టు వల్ల రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలకూ మేలు జరుగుతుందని ఆయన అన్నారు. గురువారం నాడు శాసనసభలో సాగునీటి రంగంపై జరిగిన చర్చలో ముఖ్యమంత్రి ప్రసంగించారు.



మే 15కే నారుమళ్లకు నీళ్లు

రాష్ట్రంలో నీటి భద్రతకు కూటమి ప్రభుత్వం దీర్ఘకాలిక ప్రణాళికతో ముందుకెళుతోందని చంద్రబాబు తెలిపారు. 2047 స్వర్ణాంధ్ర విజన్‌లో భాగంగా నీటి భద్రతకు అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నామని, పరిశ్రమలు, పెట్టుబడులకు నీరే కీలకమని అన్నారు. రాష్ట్రంలోని జలాశయాల్లో ప్రస్తుతం 793 టీఎంసీల నీరు నిల్వ ఉందని, అందుకే ఈసారి పంటల సీజన్‌ను ముందుకు జరిపి, వచ్చే ఏడాది మే 15 నుంచే నారుమళ్లకు నీరందించేలా ప్రణాళిక రచించామని ప్రకటించారు. ఈ విషయంపై రైతులను చైతన్యవంతం చేయాలని ప్రజాప్రతినిధులకు ఆయన సూచించారు. ప్రతి ఎకరాకు నీరందించి తెలుగు తల్లికి జలహారతి ఇవ్వడమే తన లక్ష్యమని, దీనికోసం రాష్ట్రంలోని సాగునీటి ప్రాజెక్టుల పూర్తిపై త్వరలోనే ఒక బ్లూప్రింట్ విడుదల చేస్తామని వెల్లడించారు.

ప్రాజెక్టులన్నీ మా హయాంలో కట్టినవే

రాష్ట్రంలో నిర్మించిన ప్రాజెక్టులన్నీ తమ హయాంలోనివేనని చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. 2014-19 మధ్య సాగునీటి రంగానికి రూ.68 వేల కోట్లు ఖర్చు చేశామని గుర్తుచేశారు. ఎన్టీఆర్ హయాంలోనే రాయలసీమకు తెలుగు గంగ, గాలేరు నగరి, హంద్రీనీవా వంటి ప్రాజెక్టులు వచ్చాయని, తాము పట్టిసీమ ద్వారా కృష్ణా డెల్టాకు నీళ్లిచ్చి, శ్రీశైలంలో 100 టీఎంసీలు రాయలసీమకు తరలించామని వివరించారు. అందుకే ఆ ప్రాంతం నేడు రతనాల సీమగా మారుతోందన్నారు.

వెలిగొండపై గత పాలకుల క్రెడిట్ చోరీ

గత ప్రభుత్వంపై చంద్రబాబు తీవ్ర స్థాయిలో విమర్శలు గుప్పించారు. వెలిగొండ ప్రాజెక్టుకు నీళ్లు రాకుండానే రిబ్బన్ కట్ చేసి క్రెడిట్ కొట్టేసే ప్రయత్నం చేశారని ఎద్దేవా చేశారు. 30 ఏళ్ల క్రితం శంకుస్థాపన చేసిన ఆ ప్రాజెక్టు మొదటి దశను ఈ ఏడాది జూలైలోనే పూర్తి చేసి నీళ్లిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ప్రాజెక్టు పూర్తికి మరో రూ.2500 కోట్లు అవసరమని, ఇప్పటికే ఫీడర్ కెనాల్ లైనింగ్ పనులకు రూ.456 కోట్లతో శంకుస్థాపన చేశామని తెలిపారు. అదేవిధంగా కుప్పం కాలువలో ట్యాంకర్లతో నీళ్లు పోసి ప్రచారం చేసుకున్నారని విమర్శించారు. రాష్ట్రానికి జీవనాడి అయిన పోలవరం ప్రాజెక్టును విధ్వంసం చేసి డయాఫ్రాం వాల్‌ను గోదావరిలో కలిపేశారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఆ ప్రాజెక్టును మళ్లీ పరుగులు పెట్టించి పుష్కరాల కంటే ముందే పూర్తి చేస్తామన్నారు.

ప్రాజెక్టుల్లో పుష్కలంగా నీరు

ప్రస్తుతం రాష్ట్రంలోని జలాశయాలు 793 టీఎంసీల నీటితో కళకళలాడుతున్నాయని సీఎం తెలిపారు. జల సంరక్షణ చర్యల వల్ల రాష్ట్రవ్యాప్తంగా భూగర్భ జలాలు సగటున 6 మీటర్లు పెరిగాయని, దీనివల్ల రూ.91 కోట్ల విద్యుత్ ఆదా అయిందని వివరించారు. తాను చేయని తప్పుకు 53 రోజులు జైల్లో పెట్టారని, అయినా రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఎకరాకు నీరివ్వాలన్న సంకల్పంతో పనిచేస్తున్నానని అన్నారు. నీటి భద్రతను ప్రతి ఒక్కరూ బాధ్యతగా తీసుకోవాలని, కొందరు కేవలం రాజకీయం కోసమే నీటి సమస్యలను సృష్టిస్తున్నారని విమర్శించారు. ప్రతి ఇంటికీ తాగునీరు, ప్రతి ఎకరాకు సాగునీరు, పరిశ్రమలకు నీరు అందించడమే లక్ష్యంగా ముందుకెళతామని చంద్రబాబు పునరుద్ఘాటించారు.

ఒరిజినల్ గాంధీలు ఒకప్పుడు ఉండేవారు.. ఇప్పుడెవరూ లేరు

భరోసా ఇచ్చారు. అక్రమ కూల్చివేతల గురించి శాసనసభ, శాసనమండలిలో ప్రభుత్వాన్ని ప్రశ్నిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ఇందిరమ్మ రాజ్యం అంటే ఇళ్లు కూలగొట్టడమా? అని ప్రశ్నించారు. శత్రుదేశం మీద దండయాత్రకి పోయినట్లు 4000 మంది పోలీసులతో పేదల మీద దాడి చేశారని మండిపడ్డారు. ప్రభుత్వం తప్పు చేయకపోతే ముగ్గురు మంత్రులు భట్టి విక్రమార్క, పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి, తుమ్మల నాగేశ్వర రావులను ఇక్కడికి రమ్మనండి అని సవాల్ చేశారు. ఏ తప్పు జరగక పోతే ఆర్డీవోను ఎందుకు ట్రాన్స్‌ఫర్ చేశారు.. ప్రభుత్వం సమాధానం చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు. ఒకడిని బలి పశువు చేసి ప్రభుత్వం తప్పించుకునే ప్రయత్నం చేస్తోందని విమర్శించారు.60 ఎకరాలపై ముగ్గురు మంత్రుల కన్ను పడింది. నోటీసులు కూడా ఇవ్వకుండా పేదలను రోడ్డున పడేశారు. అక్రమ సంపాదన కోసం భూదాన్ భూములపై కన్నేశారు. ఖమ్మం జిల్లాలోని ముగ్గురు మంత్రులూ మాయగాళ్లే. ప్రజలు, అధికారుల మధ్య చిచ్చు పెడుతున్నారు. పట్టాలు సక్రమమే.. కాంగ్రెస్ నేతల బుద్దే వంకర. దేశంలో ఒకప్పుడు ఒరిజినల్ గాంధీలు ఉండేవారు. ఇప్పుడు డూప్లికేట్ గాంధీలు ఉన్నారు. కచ్చితంగా ఇళ్ల కూల్చివేత పాపం ముగ్గురు మంత్రులే. పేదల ఉసురు వారికి తప్పకుండా తగులుతుంది అని కేటీఆర్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు.తెలంగాణలో హత్యా రాజకీయాలు జరుగుతున్నాయని, సమాజం తలదించుకోవాల్సిన ఘటన కుమ్మెర జాతరలో జరిగిందని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. కుమ్మెర జాతరలో మృతి చెందిన చిన్నారి కుటుంబానికి ప్రభుత్వం న్యాయం చేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ కుమ్మెర గ్రామస్థులు ఈరోజు ధర్నా చేపట్టారు. ఈ ధర్నాకు మద్దతు తెలిపిన కేటీఆర్ మాట్లాడుతూ, ఈనాటికీ కులం పేరు మీద దాడులు దారుణమని అన్నారు.రెండేళ్ల చిన్నారికి కులం తెలుసా, మతం తెలుసా, పసిగుడ్డు ఏం అడిగిందని పొట్టన పెట్టుకున్నారని మండిపడ్డారు. ఈ ఘటనకు కారణమైన 8 మందిని వెంటనే అరెస్టు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. చిన్నారి ప్రాణాలు తీసిన వారికి ఎవరూ అండగా నిలవవద్దని అన్నారు.నిందితులను కాపాడేయత్నం సిగ్గుమాలిన చర్య అన్నారు. వారు ఏ పార్టీకి చెందిన వారైనా కఠినంగా శిక్షించాలని డిమాండ్ చేశారు. బాధిత కుటుంబానికి రూ.1 కోటి పరిహారం చెల్లించాలని కేటీఆర్ అన్నారు. ఆ కుటుంబంలో ఒకరికి ప్రభుత్వ ఉద్యోగం ఇవ్వాలని అన్నారు. నాగర్‌కర్నూల్ జిల్లా కుమ్మెర మల్లన్న జాతరలో జరిగిన దాడి ఘటనలో హంతకులను కాపాడే ప్రయత్నం చేయడం సిగ్గుచేటని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ విమర్శించారు. కుమ్మెర జాతరలో జరిగిన ఘటన మాటలకు అందని విషాదం అని చెప్పారు. రెండు నెలల పసిగుడ్డు ఏం పాపం చేసిందని దుర్మార్గంగా ప్రవర్తించారని మండిపడ్డారు. శిశువు మరణిస్తే కూడా హత్యకేసు పెట్టకపోముదుమేంటని ప్రశ్నించారు. హంతకులను కాపాడాలనుకునే ప్రతిఒక్కరూ దోషులేనని, ఇందులో సీఎం, ఎమ్మెల్యే, ఎమ్మెల్సీ, ఎంపీ ఎవరున్నా దోషులేనని అన్నారు. బుధవారం నాగుర్‌కర్నూల్ జిల్లా కేంద్రంలో బాధిత కుటుంబాన్ని పరామర్శించిన అనంతరం ఆయన మాట్లాడారు.

మానవత్వానికే మచ్చ..

కుమ్మెరలో నిరుపేద కుటుంబంపై దాడి ఘటన మానవత్వానికే మచ్చగా కేటీఆర్ అభివర్ణించారు. ఈ ఘటనను రాజుకీయం చేసేందుకు తాము రాలేదని, బాధిత కుటుంబానికి న్యాయం చేయాలని అడిగే బాధ్యత ప్రజలందరిపై ఉందని స్పష్టం చేశారు. మల్లన్న దర్శనం కావాలని అడిగినందుకు ఒక వ్యక్తిపై 20 మంది దాడిచేయడం అధికార అహంకారుమేనని చెప్పారు. విచక్షణ లేకుండా ఒకడు కాలితో తన్నితే రెండు నెలల పాప చనిపోయిందని తెలిపారు. ఈ కేసును పోలీసులు సుమోటోగా తీసుకోవాల్సింది పోయి.. ఫిర్యాదు ఇస్తే సరిగా రాసివ్వలేదని ఇబ్బంది పెట్టారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. పాప తల్లి న్యాయం కోసం రోడ్డెక్కే పరిస్థితి రావడం దారుణమైన విషయం అన్నారు.పసిపాపకు కులం, మతం, అధికారం గురించి ఏం తెలుసని కేటీఆర్ ప్రశ్నించారు. ఈ ఘటన గురించి తెలిశాక ఒక తండ్రిగా తల్లడిల్లిపోయానని ఆవేదన చెందారు. 8 మందిపై హత్యకేసు నమోదు చేసి జైలుకు పంపాలని డిమాండ్ చేశారు. ప్రభుత్వం స్పందించకపోతే శిక్షపడే దాకా ఉద్యమం ఆపబోమని, అసెంబ్లీలో నిలదీస్తామన్నారు. బాధిత కుటుంబానికి రూ.కోటి పరి హారం చెల్లించాలని, కుటుంబంలో ఒకరికి ఉద్యోగం ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. బీఆర్ఎస్ పార్టీ తరపున రూ.లక్ష చెక్కును బాధిత కుటుంబానికి అందజేశారు. ఇంటి నిర్మాణం కోసం రూ.10 లక్షల ఆర్థిక సాయం చేస్తున్నట్టు తెలిపారు. కేటీఆర్ వెంట ఎంపీ వద్దిరాజు రవిచంద్ర, ఎమ్మెల్సీ గోరటి వెంకన్న, మాజీ మంత్రులు శ్రీనివాస్‌గౌడ్, లక్ష్మారెడ్డి, నిరంజన్‌రెడి ఉన్నారు.

కక్షలు కట్టడం కాదు...ముందు ఆస్పత్రి కట్టు రేవంత్‌రెడ్డి

ఎవరు ఏం చేశారో అసెంబ్లీ వేదికగా తేల్చుకుందాంఅని శాసనసభలో బీఆర్ఎస్ డిప్యూటీ ఫ్లోర్ లీడర్ తన్నీరు హరీశ్‌రావు అన్నారు. ఇటీవల ములుగు జిల్లా ఏటూరునాగారం మండలంలో దేవాదుల ఎత్తిపోతల పంప్‌హౌస్ పరిశీలన అనంతరం సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి సాగునీటి ప్రాజెక్టులపై చేసిన వ్యాఖ్యలపై హరీశ్‌రావు స్పందించారు. వరంగల్‌లో 24 అంతస్తులతో నిర్మితమవుతున్న సూపర్ స్పెషాలిటీ ఆస్పత్రి పనులను మాజీ మంత్రులు ఎర్రబెల్లి దయాకర్‌రావు, సత్యవతి రాథోడ్ తదితరులతో కలిసి మంగళవారం ఆయన పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా హరీశ్‌రావు మాట్లాడుతూ...దేవాదుల పనులు చేయడం చేతగాక మంత్రులకో డెడ్ లైన్, ముఖ్యమంత్రికో డెడ్‌లైన్ పెడుతూ దేవాదుల ప్రాజెక్టును కాంగ్రెస్ సర్కార్ ఆగమాగం చేస్తోందన్నారు. రోజుకో డేట్ మారుతోందే తప్ప ప్రాజెక్టులో అంగుళం పని కూడా ముందుకు సాగడం లేదన్నారు. రెండున్నరేళ్లలో ముఖ్యమంత్రి గోదావరి మీద ఒక్క ప్రాజెక్టు అయినా కట్టారా? అని మండిపడ్డారు. మొన్న ఉత్తమ్ రివ్యూలో మాట్లాడుతుంటే, ఆయన్ను ఆపి కడియం శ్రీహరికి దేవాదులపై మంచి నాలెడ్జ్ ఉంది, తర్వాతి సమీక్షలో ఆయన్ను పిలవండి అని సీఎం అనడం ఇరిగేషన్ మంత్రిని అవమానించడమేనన్నారు. కేసీఆర్‌కు మంచి పేరు వస్తుందనే అక్కసుతోనే.. వరంగల్ సూపర్ స్పెషాలిటీ ఆస్పత్రి పనులను కావాలనే నత్తనడకన సాగిస్తున్నారని హరీశ్‌రావు అన్నారు. 2024 దసరాకే ఇది ప్రారంభం కావాల్సిందని, వెంటనే సూపర్ స్పెషాలిటీ ఆస్పత్రి పనులు పూర్తి చేసి ప్రారంభించకపోతే బీఆర్ఎస్ పక్షాన వరంగల్ గడ్డపైనే నిరాహారదీక్షకు దిగుతామని ప్రకటించారు. జర్నలిస్టులకు ఎలాంటి నిబంధనలు లేకుండా అక్రిడిటేషన్లు ఇవ్వాలన్నారు.తెలంగాణ కలల ప్రాజెక్టు కాళేశ్వరం రూపుదిద్దుకోవడం వెనుక కఠినమైన శ్రమ, అంతర్రాష్ట్ర వివాదాలు లేకుండా చూసుకోవాలన్న మంచి ఉద్దేశం ఉన్నాయని నీటిపారుదలశాఖ మాజీ మంత్రి హరీశ్‌రావు హైకోర్టుకు విన్నవించారు. మహారాష్ట్రతో వివాదాలు, న్యాయపరమైన చిక్కులు లేకుండా ఉండేలా ఈ ప్రాజెక్టు డిజైనింగ్ జరిగిందని తెలిపారు. అందువల్ల ప్రాజెక్టులో అక్రమాలు జరిగాయని పేర్కొంటూ జస్టిస్ పీసీ ఘోష్ కమిషన్ ఇచ్చిన నివేదికను కొట్టేయాలని కోరారు. ఘోష్ రిపోర్ట్‌ను కొట్టివేయాలని కోరుతూ మాజీ సీఎం కేసీఆర్, మాజీ మంత్రి హరీశ్‌రావు, ఐఏఎస్ అధికారులు ఎస్కే జోషి, స్మితా సబర్వాల్ హైకోర్టులో వేర్వేరుగా దాఖలు చేసిన పిటిషన్లపై ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్ అపరేశ్‌కుమార్ సింగ్, జస్టిస్ మొహియుద్దీన్ ధర్మాసనం బుధవారం విచారణ చేపట్టింది. హరీశ్ తరఫున సీనియర్ న్యాయవాది ఆర్యమ సుందరం వాదనలు ప్రారంభించారు. 2005లో అప్పటి ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో అధికారంలో ఉన్న కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రాణహిత- చేవెళ్ల ప్రాజెక్టును ప్రతిపాదించిందని, అది ఆచరణ సాధ్యం కాదనే ఉద్దేశంతో తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పడిన తర్వాత కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టుకు రూపకల్పన చేసినట్లు తెలిపారు. ఎంతో శ్రమకు ఓర్చి పూర్తిస్థాయి చర్చల తర్వాత సెంట్రల్ వాటర్ కమిషన్ సూచనలతో మహారాష్ట్ర ప్రభుత్వంతో ఒప్పందం చేసుకున్నారని తెలిపారు. ఆ తర్వాత అనతి కాలంలోనే కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టును చేపట్టారని చెప్పారు. గోదావరి నది వెంట మేడిగడ్డ, అన్నారం, సుందిళ్ల బ్యారేజీలు నిర్మించారని వివరించారు. జస్టిస్ ఘోష్ కమిషన్ హరీశ్‌ను సాక్షిగా మాత్రమే పిలిచిందని, సాక్షిగా పిలిచి అవినీతి ఆరోపణలు చేయడం సమంజసం కాదని పేర్కొన్నారు. ప్రాజెక్టు నిర్మాణంలో ఎలాంటి ఇంజినీరింగ్ లోపాలు లేవని కేవలం రాజకీయ దురుద్దేశంతో కమిషన్ వేశారని ఆరోపించారు. అనంతరం కేసీఆర్ తరఫున మరో సీనియర్ న్యాయవాది దామ శేషాద్రి నాయుడు వాదనలు మొదలు పెట్టారు.

ప్రధాని మోదీకి ఇజ్రాయెల్ అత్యున్నత పురస్కారం ‘స్పీకర్ ఆఫ్ ద కెనెసెట్ మెడల్’ దక్కింది.

రక్షణ, వ్యాపార, వాణిజ్య రంగాల్లో ఇరుదేశాల మధ్య కీలక ఒప్పందాలు జరిగాయి. విద్య, వ్యవసాయం, వాణిజ్యం, సైబర్ సెక్యూరిటీ, సర్వీస్ సెక్టార్, సైన్స్ అండ్ టెక్నాలజీ, ఆవిష్కరణల రంగంలో అవగాహన ఒప్పందం కుదిరింది. ఇజ్రాయెల్‌లో యూపీఐ వాడకంపైనా భారత్ ఒప్పందం కుదుర్చుకుంది.ఇజ్రాయెల్‌లో ప్రధాని మోదీ రెండో రోజు పర్యటన కొనసాగుతోంది. హోలోకాస్ట్ మెమోరియల్ యాద్ వషెమ్‌ను ప్రధాని సందర్శించారు. హోలో కాస్ట్ మృతులకు ప్రధాని మోదీ నివాళులర్పించారు. 2017లోనూ యాద్ వషెమ్‌ను మోదీ సందర్శించారు. రెండవ ప్రపంచ యుద్ధం సమయంలో (19411945) హోలోకాస్ట్‌లో 60 లక్షల మంది యూదులను హిట్లర్ పొట్టనపెట్టుకున్న సంగతి తెలిసిందే. యూదులను సామూహికంగా హత్య చేయడాన్ని ‘హోలోకాస్ట్‘ అని పిలుస్తారు. హీబ్రూ భాషలో దీనిని ‘షోవా‘ అంటారు.. దీని అర్థం ‘పెద్ద విపత్తు‘ టెల్ అవీవ్‌లోని బెన్ గురియన్ విమానాశ్రయంలో ఇజ్రాయెల్ ప్రధాని బెంజమిన్ నెతన్యాహు తన భార్యతో కలిసి మోదీకి స్వయంగా స్వాగతం పలికారు. ‘ప్రియమైన మిత్రునికి స్వాగతం’ అంటూ మోదీని ఆయన ఆత్మీయంగా ఆలింగనం చేసుకున్నారు. భారత ప్రధానికి స్వాగతం పలకడాన్ని గొప్ప గౌరవంగా భావిస్తున్నట్టు చెప్పారు. ఆయనతో తనకు వ్యక్తిగతంగా కూడా అతి సన్నిహిత బంధముందని అనంతరం ఎక్స్ పోస్టులో నెతన్యాహు గుర్తు చేసుకున్నారు. కాగా, ప్రధాని మోదీకి ఇజ్రాయెల్ అత్యున్నత పురస్కారం ‘స్పీకర్ ఆఫ్ ద కెనెసెట్ మెడల్’ దక్కింది. ఆ దేశ పార్లమెంటు ‘కెనెసెట్’ అందజేసే ఈ అత్యున్నత పురస్కారాన్ని అందుకున్న తొలి భారత ప్రధాని ఆయనే. కెనెసెట్ స్పీకర్ అమీర్ ఒహానా మోదీకి ఆ మెడల్‌ను ప్రదానం చేశారు. ఇరుదేశాల మధ్య సంబంధాల బలోపేతానికి చేస్తున్న కృషికి గుర్తింపుగా ఆయనకు ఈ పురస్కారం అందజేసినట్టు పేర్కొన్నారు.2018లో పాలస్తీనా కూడా మోదీకి తమ అత్యున్నత పౌర పురస్కారం ‘గ్రాండ్‌కాలర్ ఆఫ్ ద స్టేట్ ఆఫ్ పాలస్తైన్’ అందజేసింది. ఆ రెండు శత్రు దేశాల నుంచీ అత్యున్నత పురస్కారాలు అందుకుతున్న అరుదైన నాయకునిగా మోదీ నిలిచారు. ఇజ్రాయెల్ పార్లమెంటులో ప్రసంగించిన తొలి భారత ప్రధాని కూడా ఆయనే. ఇజ్రాయెల్ స్వాతంత్ర్యం తర్వాత ఒకే రోజులో జరిగిన అత్యంత ఘోరమైన దాడిగా నిలిచిన హమాస్ దాడిని భారత ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ తీవ్రంగా ఖండించారు. హమాస్ 2023 అక్టోబర్ 7న ఇజ్రాయెల్ భూభాగం, సముద్రం, గగనతలం నుంచి సమన్వయ దాడి జరిపింది. ఈ దాడిలో సుమారు 1,200 మంది ఇజ్రాయెల్ పౌరులు, సైనికులు ప్రాణాలు కోల్పోయారు.తాజా ఇజ్రాయెల్ పర్యటనలో మోదీ హమాస్ దాడి గురించి ఇజ్రాయెల్ పార్లమెంట్ (క్నెసెట్)లో ప్రసంగించారు. అక్టోబర్ 7న హమాస్ చేసిన దాడి అమానుషమైనది. 1.4 బిలియన్ భారతీయుల తరఫున నేను సంతాపం తెలియజేస్తున్నాను. ఇజ్రాయెల్ బాధను భారత్ అనుభవిస్తోంది. ఉగ్రవాదానికి వ్యతిరేకంగా పోరాటంలో మేము మీతో ఉన్నాం అని హామీ ఇచ్చారు.ముంబైలో జరిగిన 26/11 ఉగ్రదాడిని ప్రస్తావిస్తూ..‘భారతదేశానికి కూడా ఇలాంటి గాయాలు ఉన్నాయి. ఉగ్రవాదం ఎంతటి విషాదాన్ని మిగులుస్తుందో మాకు తెలుసన్నారు. ఈ ప్రసంగం ద్వారా మోదీ, ఉగ్రవాదం ఒక దేశానికే పరిమితం కాకుండా ప్రపంచానికి ముప్పుగా అభివర్ణించారు. ఉగ్రవాదం ఎక్కడైనా జరిగితే, అది మానవత్వంపై దాడి చేసినట్లేనని స్పష్టం చేశారు. ఉగ్రవాదాన్ని అన్ని రూపాల్లోనూ సమూలంగా అంతం చేయడమే భారత్ లక్ష్యం. ఈ విషయంలో భారత్, ఇజ్రాయెల్‌ది ఒకే వైఖరి. ఎవరేమన్నా, ఎన్ని చెప్పినా ఉగ్రవాదం ఏవిధంగానూ సమర్థనీయం కాదు. ఈ విషయంలో మరో మాటకు తావు లేదు. ఇజ్రాయెలీలపై హమాస్ పాల్పడ్డ ఆటవిక దాడి తాలూకు బాధను భారతీయులందరమూ అనుభవించాం.

దేశ యువత, ప్రజలకు దేశ యువత, ప్రజలకు రాహుల్‌గాంధీ క్షమాపణ చెప్పాలి

ముందుగా లంగర్ హౌస్‌లోని గాంధీ విగ్రహానికి నివాళి అర్పించి అనంతరం అత్తాపూర్ మూసీ పరివాహక ప్రాంతాల్లో పర్యటించి బాధితులతో మాట్లాడారు. అనంతరం బండ్లగూడ జాగిర్ పరిధిలోని మధు పార్కు రిడ్జ్ అపార్ట్‌మెంట్లో నివాస్థితులతో సమావేశం అయ్యారు.అనంతరం హైదర్ షా కోట్ కాలనీలో స్థానికులతో సమావేశమై మాట్లాడారు. మూసీ ప్రాజెక్టు పేరుతో ఇళ్లను కూల్చివేయాలని యత్నిస్తే బీజేపీ ఎట్టి పరిస్థితుల్లో అడ్డుకుంటుందని హెచ్చరించారు. బ్యాంకు రుణాలతో కట్టుకున్న ఇళ్లను కూల్చడం అన్యాయమని, గాంధీ విగ్రహం లేదా ఇతర నిర్మాణాల పేరుతో ప్రజల జీవితాలను నాశనం చేయవద్దని అన్నారు. మూసీ అభివృద్ధి పేరుతో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం రియల్ ఎస్టేట్ వ్యాపారం చేయాలని చూస్తుందని. మూసినది శుద్ధి కోసం ట్రీట్‌మెంట్ ప్లాంట్లు, సివరేజ్ ప్లాంట్లు నిర్మించడం ద్వారా నిజమైన అభివృద్ధి సాధ్యమని, కానీ వాటిని పక్కన పెట్టి ప్రజల ఇళ్లపై గడ్డపార వేయడం సరైంది కాదన్నారు.మూసీ ప్రాజెక్టు కోసం కేంద్ర ప్రభుత్వం అనుమతులు ఇచ్చిందని కాంగ్రెస్ నాయకులు తప్పుడు ప్రచారాలు చేస్తున్నారని తీవ్రస్థాయిలో రామచందర్ రావు ధ్వజమెత్తారు. సరైన ఖూ= లేకుండా ప్రాజెక్టును ముందుకు తీసుకెళ్తున్నారని విమర్శించారు. ప్రాజెక్టు నిర్మాణానికి గవర్నమెంట్ ఆఫ్ ఇండియా అనుమతి లేదని స్పష్టం చేశారు. ఏ ఇంటిపై గడ్డపార పడిన బీజేపీ అడ్డుకుంటుందని, ప్రజలు భయపడాల్సిన అవసరం లేదని, అవసరమైతే కేంద్ర స్థాయిలో పోరాటం కొనసాగిస్తామని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో బిజెపి రంగారెడ్డి జిల్లా అధ్యక్షుడు రాజ భూపాల్ గౌడ్, రాజేంద్రనగర్ నియోజకవర్గం ఇన్చార్జి తోకల శ్రీనివాస్ రెడ్డి, నాయకులు నిరుడు శేఖర్ ముదిరాజ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.తమ జీవితాలను నాశనం చేయవద్దని మూసీ పరివాహక బాధితులు బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు ఎన్ రామచందర్ రావు ఎదుట తమ గోడు వెళ్లబోసుకున్నారు. కాంగ్రెస్ సర్కారు అడ్డగోలుగా వ్యవహరిస్తుందని ధ్వజమెత్తారు. రూపాయి రూపాయి పోగు చేసుకుని ఇళ్లను కట్టుకుంటే కూల్చివేయడానికి కుట్ర పండుతుందని ఆరోపించారు. గతంలో తాము నిర్మాణ సమయంలో అన్ని పర్మిషన్లు తీసుకొని కట్టుకున్నామని, ఇప్పుడు ఎలా కూల్చేస్తారని ప్రశ్నించారు.లోక్‌సభ ప్రతిపక్ష నేత, కాంగ్రెస్ అగ్రనేత రాహుల్ గాంధీ ఇటీవల కోటద్వార్ ‘వీరు పిరికిపందలు.. ఏమీ చేయలేరు‘ అని మాట్లాడిన మాటలు సెగలు పుట్టిస్తున్నాయి.ఈ క్రమంలోనే ఆయన వ్యాఖ్యలపై తెలంగాణ బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రామచందర్ రావు తీవ్రంగా మండిపడ్డారు. ‘పిరికిపంద‘ అనే పదం నిజానికి కాంగ్రెస్ పార్టీకే సరిగ్గా సరిపోతుందని ఎద్దేవా చేశారు. కాంగ్రెస్ అధికారంలో ఉన్నప్పుడు ఉగ్రవాదాన్ని అరికట్టడంలో పూర్తిగా విఫలమైందని, దేశంలో మతతత్వాన్ని, ద్వేషాన్ని ప్రోత్సహించిందని ఆయన ఆరోపించారు. ఇతరులను విమర్శించే ముందు, గత కొన్నేళ్లుగా తమ పార్టీ పనితీరు ఎలా ఉందో కాంగ్రెస్ నేతలు ఆత్మపరిశీలన చేసుకోవాలని ఆయన సూచించారు. అధికారం ఉన్నప్పుడు దేశ భద్రతను కాపాడలేకపోయిన కాంగ్రెస్, ఇప్పుడు ఇతరుల గురించి మాట్లాడటం హాస్యాస్పదమని రామచందర్ రావు కామెంట్ చేశారు.

నిర్వాసిత కాలనీలో అంతిమ సంస్కరణలకు స్మశాన వాటిక కరువు

జీలుగుమిల్లి ఫిబ్రవరి 26 (శ్రీ చక్ర) :పోలవరం ప్రాజెక్టు ముంపుకు గురైన వాడపల్లి గ్రామమును జీలుగుమిల్లి మండల పరిధిలోగల వంకవారిగూడెం పంచాయతీ వద్ద నిర్వాసితులకు సుమారు 90 కుటుంబాలకు నివాసిత కాలనీలు నిర్మించి లబ్ధిదారులకు అందించారు గత ఐదు సంవత్సరాలు గడిచినా ప్రభుత్వం మరియు అధికారులు స్మశాన వాటికను కేటాయించకపోవడం వలన నిర్వాసితులు తీవ్ర ఆవేదన చెందుతున్నారు. గురువారం ఇదే గ్రామం కు చెందిన వెట్టి గంగాదేవి (70) అనారోగ్యంతో మరణించగా దహన సంస్కారాలకు స్మశాన వాటిక లేక నానా అవస్థలు పడ్డామని వాడపల్లి గ్రామస్తులు సున్నం పోసి రావు. తామా తమ్మన దొర. మాని గంగరాజు. మీడియం వెంకటేశు. కుంజం అబ్బులు. కోవాసు బుచ్చన్న దొర. తామా చెల్లన్న దొర. తామా సూరిబాబు తదితరులు ఆరోపించారు

హత్య కేసులో ముద్దాయికి జీవిత ఖైదు

కర్నూలు, ఫిబ్రవరి 26 (శ్రీచక్ర): ఉలిందకొండ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో నమోదైన హత్య కేసులో నిందితుడు అయిన బోయ గిద్దయ్య అలియాస్ సంతెన్నకు జీవిత ఖైదు శిక్ష విధించినట్లు కర్నూలు ఒకటవ అదనపు జిల్లా ఏ సెషన్స్ న్యాయమూర్తి పి. కమల దేవి గురువారం తెలియజేశారు. ఉలిందకొండ పి.ఎస్. క్రైమ్ నెం. 76/2016, సెక్షన్లు 302, 201, 379 ఆ/ఎ 109 ఐపీసీ ప్రకారం నమోదు చేయబడిన కేసులో, ఫిర్యాదుదారుడు ముల్లా ముర్తుజావలి, వయసు 40 సంవత్సరాలు, కల్లూరు మండలం కర్నూలు జిల్లా ఉలిందకొండ గ్రామం.గూడూరు గ్రామానికి చెందిన 8 సంవత్సరాల బాలిక హత్యకు గురైన ఘటనపై పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టారు. ఈ కేసులో నిందితులు బోయ గిద్దయ్య ఏ సంతెన్న, వయసు 60 సంవత్సరాలు, ఎర్రకత్వ గ్రామం, కల్లూరు మండలం కర్నూలు జిల్లా. బోయ తలారి రంగడు, వయసు 35 సంవత్సరాలు, గూడూరు గ్రామం ఏ మండలం, కర్నూలు జిల్లా. దర్యాప్తు పూర్తిచేసి కోర్టులో చార్జ్ షీట్ దాఖలు చేయగా, కేసు విచారణ చేపట్టారు. కర్నూలు 1 వ అదనపు జిల్లా ఏ సెషన్స్ న్యాయమూర్తి పి. కమల దేవి గురువారం తీర్పు వెలువరించారు.కోర్టు తీర్పు ప్రకారం నిందితుడు బోయ గిద్దయ్య ఏ సంతెన్న ను సంబంధిత నేరంలో దోషిగా నిర్ధారించి, జీవిత ఖైదు శిక్షతో పాటు రూ.7,000/- జరిమానా విధించారు. జరిమానా చెల్లించనిపక్షంలో అదనంగా 2 నెలల 15 రోజుల పాటు జైలు శిక్ష ఉంటుంది. నిందితుడు బోయ తలారి రంగడు ను సాక్ష్యాల లోపం కారణంగా విముక్తి కల్పించారు. ఈ కేసును సమర్థవంతంగా దర్యాప్తు చేసి, నిందితుడికి శిక్ష పడేలా కృషి చేసిన అప్పటి కర్నూలు రూరల్ సి.ఐ నాగరాజు యాదవ్ కృషి చేశారు. ముద్దాయికి శిక్ష పడుటకు కృషి చేసిన కర్నూలు రూరల్ సి.ఐ ఎం .చంద్రబాబు నాయుడు, ఉలిందకొండ ఎస్ ఐ ధనుంజయ , కోర్టు కానిస్టేబుల్ లను కర్నూల్ ఎస్పీ విక్రాంత్ పాటిల్ అభినందించారు.

రెండు ద్విచక్ర వాహనాలు ఢీ..

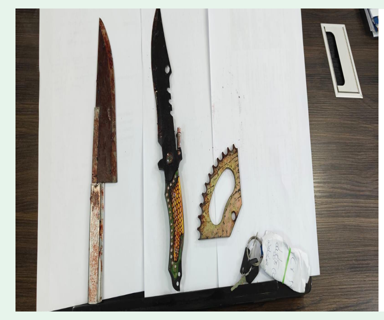
- ఒకరు మృతి

మంత్రాలయం ,ఫిబ్రవరి 26,(శ్రీచక్ర) :మండల పరిధిలోని మాధవరం గ్రామ సమీపంలో జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంలో రెండు ద్విచక్ర వాహనాలు ఢీకొని కామాటి చంద్రశేఖర్ (30)మృతి చెందారు. గురువారం మాధవరం పోలీస్టేషన్ లో హెడ్ కానిస్టేబుల్ శ్రీ రాములు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం, ఎమ్మిగనూరు కు చెందిన కామాటి జయమ్మ పరమేష్ పుత్ర వికిత కుమారుడు చంద్రశేఖర్ సాఫ్ట్ వేర్ ఉద్యోగిగా వర్క్ ఫర్ హోం ద్వారా బాధ్యత నిర్వర్తిస్తున్నారు. వ్యక్తి గత పని పై ఆదోని నుండి మాధవరం వైపు వస్తున్న చంద్రశేఖర్ ను మాధవరం గ్రామానికి చెందిన పదవ తరగతి విద్యార్థి రంగనాథ్, ఉదయ్ లు వేగంతో వచ్చి ఢీకొట్టిన ఘటనలో చంద్రశేఖర్ అక్కడికక్కడే మృతి చెందారు. విషయం తెలుసుకున్న పోలీసులు సంఘటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిస్థితిని సమీక్షించారు. మృతుని పోస్టు మార్టం నిమిత్తం ఎమ్మిగనూరు ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి తరలించగా గాయపడిన యువకులు కర్నూలు ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్నట్లు తెలిపారు. పోలీసులు కేసు నమోదు చేసుకుని దర్యాప్తు చేస్తున్నామన్నారు.

గోనుగుంట్ల వారి వివాహ మహోత్సవంలో పాల్గొన్న మాజీ ఎమ్మెల్యేలు అన్నా,ఉడుముల

మార్కాపురం ఫిబ్రవరి 26 ,(శ్రీ చక్ర):మార్కాపురం కొనకనమిట్ల మండలం గొట్లగట్టు గ్రామంలో శ్రీ సీతారాముల స్వామి వారి దేవస్థానం నందు గోనుగుంట్ల శ్రీనివాసులు,మాధవి గార్ల కుమార్తె వివాహ మహోత్సవానికి హాజరయి నూతన వధూవరులు అయిన తన్మయి,మణిదీప్ గార్లను ఆశీర్వదించిన గిద్దలూరు మాజీ శాసనసభ్యులు,మార్కాపురం నియోజకవర్గ వైఎస్సార్సీపీ ఇంచార్జి అన్నా రాంబాబు గారు,కంభం మాజీ శాసనసభ్యులు ఉడుముల శ్రీనివాసరెడ్డి గారు మరియు తదితర నాయకులు పాల్గొన్నారు.

హత్య కేసులో నలుగురు ముద్దాయిల అరెస్టు



కర్నూలు డీఎస్పీ జె.బాబు ప్రసాద్

కర్నూలు, ఫిబ్రవరి 26 (శ్రీచక్ర): హత్య కేసులో నలుగురు ముద్దాయిల అరెస్టు చేసినట్లు డీఎస్పీ బాబుప్రసాద్ తెలిపారు. గురువారం డీఎస్పీ కార్యాలయంలో విలేకరుల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. కర్నూలు ఖండేరి వీధి అమరచింతల మారుతి పిర్యాదు మేరకు కర్నూలు పోలీసులు కేసు నమోదు చేశారు. మృతుడు అమరచింతల మనోహర్, వయస్సు 40 సం., తండ్రి పేరు కర్రెన్న, ఖండేరీ వీధి, కర్నూలు టౌన్. ముద్దాయిలు తెలుగు నరేష్, వయస్సు 24 సం., తండ్రి పేరు తెలుగు ఈరన్న, ఇంటి నెంబర్ 19/281, బండిమెట్ట, ఓల్డ్ టౌన్, కర్నూల్ టౌన్, తెలుగు రాజు, వయస్సు 36 సం.,ల, తండ్రి పేరు సంజన్న, ఇంటి నెంబర్ 19/281/8, బండిమెట్ట, ఓల్డ్ టౌన్, కర్నూల్ టౌన్, ఎరుకలి రాముడు ఏ మూగన్న, వయస్సు 46 సం., తండ్రి పేరు ఎరుకలి తిక్కన్న, ఇంటి నెంబర్ 57-28లా1, ఖండేరీ వీధి, కర్నూల్ టౌన్, తెలుగు ఈరన్న, వయస్సు 47 సం., తండ్రి పేరు తెలుగు పెద్ద సంజన్న, ఇంటి నెంబర్ 19/281, బండిమెట్ట, ఓల్డ్ టౌన్, కర్నూల్ టౌన్‌ఈ నెల 22వ తేదీన రాత్రి సుమారు 10:00 గంటలకు పాత బస్ స్టాండ్ లోని అనిల్ బార్ దగ్గర పిర్యాది మారుతి పిర్యాది బాబాయి విజయ్ మరియు ముద్దాయిలు మద్యం త్రాగి ఉండి, పిర్యాది బాబాయి విజయ్ ని మద్యం తీసుకొని రమ్మంటే మాట వినలేదని గొడవ పడినారు. ఆ విషయం లోకేని పెంచుకొని ముద్దాయిలు నలుగురు ఖండేరి లోని ఐటిఐ కాలేజీ దగ్గరకి ఆటోలో వెళ్ళి పిర్యాది తో మరియు పిర్యాది బాబాయి విజయ్ తో గొడవ పడి కత్తులు, కర్రలతో దాడి చేస్తుండగా, ఆ విషయం తెలుసుకున్న మృతుడు అమరచింతల మనోహర్ అక్కడికి వెళ్ళగా, ముద్దాయిలు అతనిని కొట్టి, ఎడమ వైపు మెడ పైన కత్తి తో పొడవగా మనోహర్ అక్కడి కింద పడిపోయినాడు. బంధువులు చికిత్స నిమిత్తం జీజీహెచ్ తీసుకొని వెళ్ళగా, అక్కడ డాక్టర్లు చూసి అప్పటికే చనిపోయినాడని చెప్పినారు. పిర్యాదుకి గాయాలు అయినవి. కేసు దర్యాప్తులో భాగముగా ఈ నెల 25 సాయంత్రం 6:40 గంటలకు విచారణ అధికారి జే.బాబు ప్రసాద్, డీఎస్పీ , కర్నూలు టౌన్ , కర్నూలు ఒకటవ పట్టణ పోలీసు సీఐ , ఎస్ ఐలు చంద్ర, ఖాన్ మరియు సిబ్బంది జోహరాపురం కరెంట్ సబ్ స్టేషన్ కు దగ్గరలో, ముద్దాయిలను అరెస్ట్ చేసి వారిని వద్ద నుండి హత్య నేరానికి ఉపయోగించిన 1. ఒక ఆటో, 2. రక్తపు మరకలు కలిగిన రెండు కత్తులు, 3. నకులు (పంచ్) ను సీజ్ చేయడమైనది. అరెస్ట్ తర్వాత ముద్దాయిలను కోర్టు ముందు హాజరు పర్చడమైనది.

మార్కాపురం జిల్లాలో వ్యవసాయ విశ్వవిద్యాలయం ఏర్పాటు చేయండి:

సీఎంకు డాక్టర్ ఏలూరి వినతి.

మార్కాపురం ఫిబ్రవరి 26 (శ్రీ చక్రం):మార్కాపురం:వినూతనంగా ఏర్పాటు చేసిన మార్కాపురం జిల్లాలో వ్యవసాయ విశ్వవిద్యాలయం ఏర్పాటు చేయాలని కోరుతూ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడుకు బీజేపీ రాష్ట్ర మీడియా ప్రతినిధి డాక్టర్. ఏలూరి రామచంద్రారెడ్డి లేఖ రాశారు.. ఈ మేరకు లేఖను సీఎంఓ అధికారులకు అందజేశారు. వ్యవసాయ విశ్వవిద్యాలయం ద్వారా ఈ ప్రాంత రైతులు, యువతకు మంచి జరుగుతుందని పేర్కొన్నారు. ఈ మేరకు లేఖలో డాక్టర్ ఏలూరి ఇలా ప్రస్తావించారు.. స్వర్ణాంధ్రప్రదేశ్ అభివృద్ధి కోసం నిరంతరం శ్రమిస్తూ, రాష్ట్రాన్ని ప్రగతి పథంలో నడిపిస్తున్న మీకు మా హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు. ముఖ్యంగా, ఈ ప్రాంత ప్రజల దశాబ్దాలకలఅయినమార్కాపురంను జిల్లాగా ప్రకటించి, మా ఆకాంక్షను నెరవేర్చినందుకు మీకు ఎప్పటికీ రుణపడి ఉంటాము. అలాగే, ఈ ప్రాంత జీవనాడి అయిన వెలిగొండ ప్రాజెక్టుపనులనుయుద్ధప్రాతిపదికన పూర్తి చేస్తూ మా ప్రాంత సాగు, తాగునీటి కష్టాలను తీరుస్తున్న తీరు అమోఘం. ఈ క్రమంలో, నూతనంగా ఏర్పడిన మార్కాపురం జిల్లాను మరింత అభివృద్ధి చేసే దిశగా ఈ క్రింది విన్నపాన్ని తమరి దృష్టికి తీసుకువస్తున్నాము.. మార్కాపురం జిల్లా ప్రధానంగా వ్యవసాయంపై ఆధారపడిన ప్రాంతం.. ఇక్కడ ఒక ప్రభుత్వ వ్యవసాయ విశ్వవిద్యాలయాన్ని ఏర్పాటు చేయడం ద్వారా ఆధునిక సాగు పద్ధతులు రైతులకు చేరువవుతాయి. వ్యవసాయ విశ్వవిద్యాలయం స్థాపనకు అవసరమైన వేలాది ఎకరాల ప్రభుత్వ భూములు ఈ ప్రాంతంలో సిద్ధంగా ఉన్నాయి. వీటిని సక్రమంగా వినియోగించి.. విశ్వ విద్యాలయం ఏర్పాటు చేస్తే.. స్థానిక యువతకు ఉన్నత విద్యతో పాటు, పరిశోధన మరియు ఉపాధి అవకాశాలు మెరుగుపడతాయి, తద్వారా నిరుద్యోగ సమస్య తగ్గుతుంది. ఈ ప్రక్రియ ఈ ప్రాంత ప్రజలకు ముఖ్యంగా రైతాంగానికి ఎంతగానో దోహదం చేస్తుంది.. కావున, వెనుకబడిన ఈ ప్రాంత అభివృద్ధిని దృష్టిలో ఉంచుకుని, మార్కాపురంలో వ్యవసాయ విశ్వవిద్యాలయం ఏర్పాటుపై సానుకూల నిర్ణయం తీసుకోవాలని మిమ్మల్ని వినమ్రంగా డాక్టర్ ఏలూరి రామచంద్రారెడ్డి లేఖలో ప్రస్తావించారు.

ప్రజలను మభ్య. పెడుతున్న సూపర్ సిక్స్ సూపర్ సెవెన్ పథాలు

మార్కాపురం ఫిబ్రవరి 26 (శ్రీ చక్ర):మార్కాపురం మాజీ ఎమ్మెల్యే వైయస్సార్ నెల్లూరు జిల్లా పార్టీ పార్లమెంట్ పరిశీలకులు జంకె వెంకటరెడ్డి..మాట్లాడుతూ..ఎన్నికల ముందు కూటమి ప్రభుత్వం ఇచ్చిన హామీలు ఒక్కటీ కూడా నెరవేర్చకుండా ప్రజలను మభ్యపెడుతూ సూపర్ సిక్స్, సూపర్ సెవెన్ పథకాలు అని సూపర్ గా సక్సెస్ చేసాము అని అబద్ధపు ప్రచారాలు చేస్తు ప్రజలను ఇంకా మోసపు మాటలతో కాలయాపన చేస్తున్నారు చంద్రబాబు. ఈ రెండు సంవత్సర కాలంలో మీరు చేసిన అప్పు సుమారు మూడు లక్షల 20 కోట్లు ఈ డబ్బు అంత దాచుకో దోచుకో పంచుకో తప్పనిచ్చి ఈ కూటమిఇచ్చిన హామీలు ఒక్కటి కూడా అమలు చెయ్యలేదు చంద్ర అన్న.

కర్లపూడి లో ఘనంగా చెన్నకేశవ స్వామి ఆలయ శంకుస్థాపన...,

కర్లపూడి మాజీ సర్పంచ్ సన్నారెడ్డి చెంచు రాఘవరెడ్డి ఆధ్వర్యంలో...,

కోట : ఫిబ్రవరి 26 (శ్రీ చక్ర): కోట మండలంలోని కర్లపూడి పంచాయతీ లో శ్రీ చెన్నకేశవ స్వామి ఆలయ నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన గురువారం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా గురువారం ఉదయం కర్లపూడి మాజీ సర్పంచ్ సన్నారెడ్డి చెంచు రాఘవరెడ్డి కుటుంబ సభ్యులు ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా చెన్నకేశవ స్వామి ఆలయ నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన చేశారు.ఆదివిధంగా గ్రామంలో పురాతన కాలంలో నిర్మించిన చెన్నకేశవ స్వామి ఆలయం శిథిలావస్థలోకి చేరడంతో సన్నారెడ్డి చెంచు రాఘవరెడ్డి ఆధ్వర్యంలో గ్రామంలో ఉన్న పెద్దవారు దేవాలయం గురించి తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం అధికారులకు తెలిపారు.దీంతో తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం ద్వారా కొంత నిధులు కేటాయించడం జరుగుతుందని సమాచారం,అదే విధంగా నిర్మాణానికి తదుపరి నిర్మాణం ఖర్చులు సన్నారెడ్డి. రాఘవరెడ్డి ఆధ్వర్యంలో శ్రీ చెన్నకేశవస్వామి ఆలయం నిర్మాణం పూర్తి చేయడం జరుగుతుందని తెలిసింది.దీంతో పాటు గ్రామ పెద్దలు సహకారం ఉంటుందని తెలుపుతున్నారు.ముందుగా గణపతిపూజ,పుణ్యాహవచనం, నవగ్రహపూజ,వాస్తు పూజ కార్యక్రమాలను అర్చకులు వేదమంత్రాలతో శాస్త్రోక్తంగా నిర్వహించారు.మంగళ వాయిద్యాలు,వేదమంత్రాల నడుమ కుంభల్గు సమయాన ఆలయ నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ కర్లపూడి మాజీ సర్పంచ్ సన్నారెడ్డి.చెంచు రాఘవరెడ్డి,సర్పంచ్ రాజ్యలక్ష్మి, కుటుంబ సభ్యులు,శ్రీ కనుపూరు ముత్యాలమ్మ దేవస్థానం మాజీ ఛైర్మన్ పేర్వేలి. ఆనందరెడ్డి,దువ్వూరు చెంచు కృష్ణారెడ్డి,దువ్వూరు వరద రాజారెడ్డి,దువ్వూరు పద్మనాభరెడ్డి,హరీష్ రెడ్డి, సురేందర్ రెడ్డి,గ్రామపెద్దలు పాల్గొన్నారు.

నూతన మార్కాపురం జిల్లాపై వరాలు కురిపించిన ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబుకు కృతజ్ఞతలు..

గ్లోబల్రిపబ్లికన్పార్టీఉమ్మడిప్రకాశం జిల్లాప్రధానకార్యదర్శి...దార్లరత్నకుమార్.

మార్కాపురం ఫిబ్రవరి 26 (శ్రీ చక్ర): మార్కాపురం... ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన హామీ మేరకు మార్కాపురం జిల్లా చేసి మొట్టమొదటిసారిగా జిల్లాకు వచ్చిన ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు నూతన జిల్లా అభివృద్ధికి వరాలు కురిపించడం చంద్రబాబు నాయుడు దార్శనికతకు నిదర్శనమని గ్లోబల్ రిపబ్లికన్ పార్టీ ఉమ్మడి ప్రకాశం జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి,ప్రముఖ న్యాయవాది దార్ల రత్నకుమార్ గురువారం న ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు.ఈ సందర్భంగా రత్న కుమార్ మాట్లాడుతూ నూతనంగా ఏర్పడిన జిల్లా అభివృద్ధి కోసం ప్రభుత్వ కార్యాలయాల అభివృద్ధి కోసం నిధులు కేటాయించడం చంద్రబాబు నాయుడుకు ఈ ప్రాంతం పై ఉన్న మక్కువ అని పేర్కొన్నారు.పశ్చిమ ప్రాంత వర ప్రధాయిని అయిన వెలుగొండ ప్రాజెక్టుకు 456 కోట్ల రూపాయలతో అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపన చేపట్టడం శుభసూచకమని తెలిపారు.వెలుగొండ ప్రాజెక్టు ను 14 నెలల్లో పూర్తి చేసి సాగు,త్రాగు నీటిని అందిస్తామని చెప్పడం మంచి పరిణామమని తెలిపారు.ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన ప్రతి హామీని నెరవేర్చి రాష్ట్రాన్ని అభివృద్ధి పథంలో నడిపిస్తానని తెలపడం చంద్రబాబు నాయుడు విజనరీకి నిదర్శనం అని రత్నకుమార్ తెలిపారు..

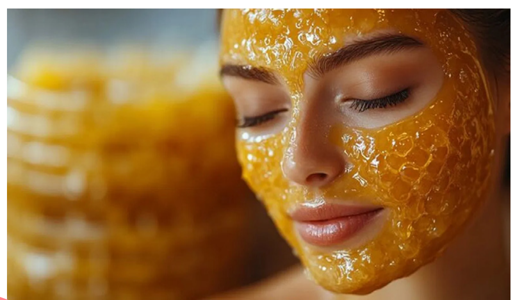
తిరుపతి జిల్లాలో బీసీ నవ చైతన్య వేదిక బలోపేతానికి చర్చలు

జీవకోన,తిరుపతి,ఫిబ్రవరి 26(శ్రీచక్ర):తిరుపతి జిల్లాలో బీసీ నవ చైతన్య వేదిక (బీసీఎన్సీవి) సంస్థను మరింత శక్తివంతంగా తీర్చిదిద్దే దిశగా కీలక చర్చలు జరిగాయి.బీసీ నవ చైతన్య వేదిక రాష్ట్ర అసోసియేట్ ప్రెసిడెంట్ గుత్తి త్యాగరాజు, జిల్లా అధ్యక్షులు మైలాపూర్ రవీంద్రను మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి సంస్థాభివృద్ధిపై సమగ్రంగా మంతనాలు జరిపారు.జిల్లా వ్యాప్తంగా గ్రామ, మండలం, డివిజన్, జిల్లా స్థాయిలలో సభ్యత్వ నమోదు కార్యక్రమాన్ని వేగవంతం చేయాలని నిర్ణయించారు. ప్రతి స్థాయిలో బలమైన కమిటీలు ఏర్పాటు చేసి, సామాజిక వర్గాల సమస్యలను సమర్థవంతంగా ప్రభుత్వ దృష్టికి తీసుకెళ్లేలా కార్యాచరణ ప్రణాళిక రూపొందించారు.ఈ సందర్భంగా గుత్తి త్యాగరాజు మాట్లాడుతూ, "బీసీ నవ చైతన్య వేదిక" లక్ష్యాలు గ్రామ స్థాయి వరకు చేరేలా కృషి చేయాలి. సభ్యుల ఐక్యతే సంస్థకు అసలైన బలం. తిరుపతి జిల్లాలో ఆదర్శవంతమైన కమిటీ వ్యవస్థను నెలకొల్పుదాం" అని పిలుపునిచ్చారు.జిల్లా అధ్యక్షులు రవీంద్ర స్పందిస్తూ, సభ్యుల చేర్పులు, యువత భాగస్వామ్యం, మహిళా ప్రతినిధులకు ప్రాధాన్యం కల్పిస్తూ బీసీ నవ చైతన్య వేదికను ప్రజా సమస్యల పరిష్కార వేదికగా తీర్చిదిద్దుతామని తెలిపారు.సంస్థ బలోపేతం కోసం రాబోయే రోజుల్లో ప్రత్యేక సభ్యత్వ డ్రైవ్‌లు, సమీక్షా సమావేశాలు నిర్వహించాలని నిర్ణయించారు. తిరుపతి జిల్లాలో బీసీ నవ చైతన్య వేదిక కార్యకలాపాలకు ఇది కొత్త ఊపును తీసుకురానుందని నాయకులు ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.

విద్యార్థులకు విద్యా సామాగ్రి అందజేత

కోట : ఫిబ్రవరి 26 (శ్రీ చక్ర):కోట మండలం ఉనుగుంట పాళెం జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల నందు జాతీయ హ్యూమన్‌రైట్స్,ఆర్టీఐ ఆధ్వర్యంలో పదవ తరగతి విద్యార్థులకు రీడింగ్ చైర్లు,ప్యాడ్,విద్యా సామాగ్రి అందించడం జరిగింది.జాతీయ హ్యూమన్ రైట్స్ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు షేక్.జిలాని బాషా,జాతీయ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ నీలం సురేంద్ర రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో మండలంలోని ఉనుగుంటపాళెం జిల్లా పరిషత్ పాఠశాలలో పదవ తరగతి విద్యార్థులకు రీడింగ్ చైర్స్,ప్యాడ్స్,విద్యా సామాగ్రి పంపిణీ చేసారు.ఈ జాతీయ హ్యూమన్‌రైట్స్ ద్వారా గూడూరు డివిజన్ పరిధిలో అనేక సేవా కార్యక్రమాలు చేయడం జరుగుతుంది విద్యార్థులకు బట్టలు,పరీక్షా సామాగ్రి,రీడింగ్ చైర్స్,స్పోర్ట్స్ సామాగ్రి,అనేక సేవకార్యక్రమాలు చేస్తూ ముందుకు సాగిపోతుందని ఆ సంస్థ నాయకులు తెలియజేశారు. ఇంకా ఎక్కడైనా పేద విద్యార్థులు ఉన్న వారికి అన్ని విధాలుగా సహాయం,సహకారాలు అందిస్తామని వారు తెలియజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో షేక్. జిలాని బాషా,నీలం.సురేంద్ర రెడ్డి,హ్యూమన్ రైట్స్ సభ్యులు,పాఠశాల సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

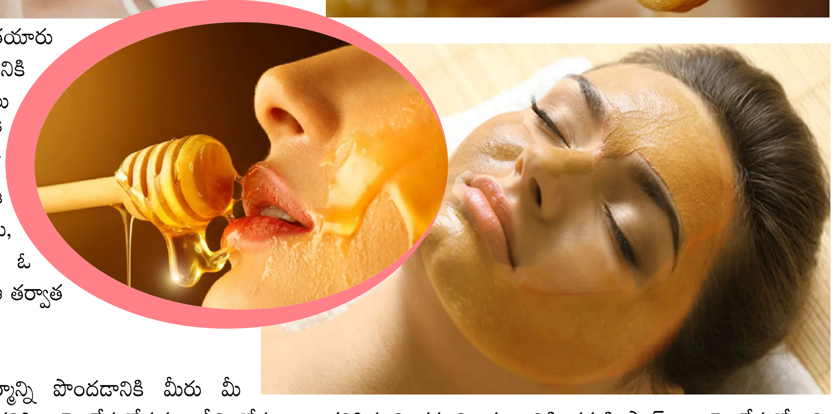
నెయ్యితో ఇలా ఫేస్ ప్యాక్ ట్రై చేయండి బంగారు వర్ణంలో మెరిసిపోవడం పక్కా



ఆహారంలో నూనె కంటే నెయ్యి ఎల్లప్పుడూ మంచిదని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతుంటారు. ఎందుకంటే ఆయుర్వేదంలో కూడా నెయ్యి మంచి ఆరోగ్యకరమైన పదార్థం పిలుస్తారు. నెయ్యి తీసుకోవడం వల్ల మనకు అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి. నెయ్యితో ఆరోగ్యం మాత్రమే కాదు, ఆరోగ్యకరమైన, ప్రకాశించే, మచ్చలేని చర్మాన్ని అందించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. నెయ్యిలో ఒమేగా-3 కొవ్వు ఆమ్లాలు అలాగే విటమిన్లు %ూ, ఇ, జు, ఖ ఉంటాయి. నెయ్యిని ఆహారంలో భాగంగా మాత్రమే కాకుండా.. చర్మానికి అప్లై చేయటం వల్ల కూడా మీరు ఊహించని లాభాలు ఉన్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అవేంటో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం... ఇంట్లో ఉండే సాధారణ పదార్థలను నెయ్యితో కలిపి ఫేస్ ప్యాక్‌గా ఉపయోగించుకోవచ్చు. దీనిలో శనగపిండి, నెయ్యి ఫేస్ ప్యాక్ మీ చర్మాన్ని మృదువుగా, తాజాగా మార్చేస్తుంది. రెండు చెంచాల శనగపిండిని రెండు చెంచాల నెయ్యితో కలిపి పేస్ట్ తయారు చేసుకోవాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని మీ ముఖంపై అప్లై చేసి దాదాపు 30 నిమిషాలు అలాగే ఉంచండి. దీని తరువాత చేతులతో స్మూత్‌గా మసాజ్ చేసుకోవాలి. అరగంట ఆరిన తరువాత ముఖాన్ని శుభ్రమైన నీటితో కడగాలి. క్రమంగా మీ ముఖంలో యవ్వనపు కాంతి పెరుగుతుంది. ఇంట్లో ఉండే సాధారణ పదార్థలను నెయ్యితో కలిపి ఫేస్ ప్యాక్‌గా ఉపయోగించుకోవచ్చు. దీనిలో శనగపిండి, నెయ్యి ఫేస్ ప్యాక్ మీ చర్మాన్ని మృదువుగా, తాజాగా మార్చేస్తుంది. రెండు చెంచాల శనగపిండిని రెండు చెంచాల నెయ్యితో కలిపి పేస్ట్ తయారు చేసుకోవాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని మీ ముఖంపై అప్లై చేసి దాదాపు 30 నిమిషాలు అలాగే ఉంచండి. దీని తరువాత చేతులతో స్మూత్‌గా మసాజ్ చేసుకోవాలి. అరగంట ఆరిన తరువాత ముఖాన్ని శుభ్రమైన నీటితో కడగాలి. క్రమంగా మీ ముఖంలో యవ్వనపు కాంతి పెరుగుతుంది.

1 / 5

నెయ్యి ఉపయోగించి ఫేస్ ప్యాక్ తయారు చేయడం చాలా సులభం. దీనికి మన ఇంట్లో ఉండే పదార్థాలు చాలు. దీనికోసం ఒక గిన్నెలో 2 చెంచాల నెయ్యి, అర చెంచా తేనె కలుపుకోవాలి. ఈ పేస్ట్‌లో చిటికెడు పసుపు కలిపి, ముఖానికి అప్లై చేయండి. ఓ అరగంట బాగా ఆరనివ్వాలి ఆ తర్వాత ఫేస్ వాష్ చేయండి. నెయ్యి ఉపయోగించి ఫేస్ ప్యాక్ తయారు చేయడం చాలా సులభం. దీనికి మన ఇంట్లో ఉండే పదార్థాలు చాలు. దీనికోసం ఒక గిన్నెలో 2 చెంచాల నెయ్యి, అర చెంచా తేనె కలుపుకోవాలి. ఈ పేస్ట్‌లో చిటికెడు పసుపు కలిపి, ముఖానికి అప్లై చేయండి. ఓ అరగంట బాగా ఆరనివ్వాలి ఆ తర్వాత ఫేస్ వాష్ చేయండి.



2 / 5

మెరిసే, మచ్చలేని చర్మాన్ని పొందడానికి మీరు మీ ముఖానికి పాలతో నెయ్యిని కలిపి అప్లై చేసుకోవచ్చు. దీని కోసం అర టీస్పూన్ నెయ్యి, కొద్దిగా పచ్చి పాలు, 2 టీస్పూన్ల శనగపిండి కలిపి మందపాటి పేస్ట్‌ను తయారు చేసుకోవాలి. మీ ముఖం, మెడకు పూర్తిగా అప్లై చేసుకోవాలి. 15 నిమిషాలు అలాగే ఉంచండి. అది ఆరిన తర్వాత మసాజ్ చేసి చల్లటి నీటితో మీ ముఖాన్ని కడగాలి. మీ ముఖంలోని మచ్చలను తొలగించడానికి, ఈ ప్యాక్‌ను వారానికి 1-2 సార్లు అప్లై చేయండి. మెరిసే, మచ్చలేని చర్మాన్ని పొందడానికి మీరు మీ ముఖానికి పాలతో నెయ్యిని కలిపి అప్లై చేసుకోవచ్చు. దీని కోసం అర టీస్పూన్ నెయ్యి, కొద్దిగా పచ్చి పాలు, 2 టీస్పూన్ల శనగపిండి కలిపి మందపాటి పేస్ట్‌ను తయారు చేసుకోవాలి. మీ ముఖం, మెడకు పూర్తిగా అప్లై చేసుకోవాలి. 15 నిమిషాలు అలాగే ఉంచండి. అది ఆరిన తర్వాత మసాజ్ చేసి చల్లటి నీటితో మీ ముఖాన్ని కడగాలి. మీ ముఖంలోని మచ్చలను తొలగించడానికి, ఈ ప్యాక్‌ను వారానికి 1-2 సార్లు అప్లై చేయండి.

3 / 5

ముఖంలో ట్యాన్ పూర్తిగా తొలగించి మెరిసే చర్మాన్ని పొందడానికి, నెయ్యి, పసుపు కలిపి ఫేస్ ప్యాక్ తయారు చేసుకోవచ్చు. నెయ్యి, పసుపు కలిపిన మిశ్రమాన్ని ముఖానికి చక్కటి ప్యాక్‌లా అప్లై చేసుకోవాలి. దాదాపు 15 నిమిషాల పాటు పూర్తిగా ఆరనివ్వండి. తర్వాత చల్లటి నీటితో ముఖాన్ని కడగాలి. ముఖంలో ట్యాన్ పూర్తిగా తొలగించి మెరిసే చర్మాన్ని పొందడానికి, నెయ్యి, పసుపు కలిపి ఫేస్ ప్యాక్ తయారు చేసుకోవచ్చు. నెయ్యి, పసుపు కలిపిన మిశ్రమాన్ని ముఖానికి చక్కటి ప్యాక్‌లా అప్లై చేసుకోవాలి. దాదాపు 15 నిమిషాల పాటు పూర్తిగా ఆరనివ్వండి. తర్వాత చల్లటి నీటితో ముఖాన్ని కడగాలి.

4 / 5

ముఖం మీద మొటిమలు, నల్లటి వలయాలు ఉంటే.. ప్రతిరోజూ నెయ్యితో మీ ముఖాన్ని మసాజ్ చేయడం ప్రారంభించండి. నెయ్యి ఒక సహజ యాంటీఆక్సిడెంట్, ఇది చర్మ సమస్యలను మూలం నుండి తొలగిస్తుంది. కళ్ళ కింద నల్లటి వలయాలు, నల్లటి మచ్చలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. నెయ్యితో తయారు చేసుకునే ఈ ఫేస్ ప్యాక్‌ను వారానికి రెండుసార్లు ఉపయోగించవచ్చు. ఈ ఫేస్ ప్యాక్ ను మీ ముఖం మీద ఉపయోగించేటప్పుడు కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ప్రధానంగా ఈ సమయంలో మీ కళ్ల ప్రాంతంలో ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలి. ముఖం మీద మొటిమలు, నల్లటి వలయాలు ఉంటే.. ప్రతిరోజూ నెయ్యితో మీ ముఖాన్ని మసాజ్ చేయడం ప్రారంభించండి. నెయ్యి ఒక సహజ యాంటీఆక్సిడెంట్, ఇది చర్మ సమస్యలను మూలం నుండి తొలగిస్తుంది. కళ్ళ కింద నల్లటి వలయాలు, నల్లటి మచ్చలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. నెయ్యితో తయారు చేసుకునే ఈ ఫేస్ ప్యాక్‌ను వారానికి రెండుసార్లు ఉపయోగించవచ్చు. ఈ ఫేస్ ప్యాక్ ను మీ ముఖం మీద ఉపయోగించేటప్పుడు కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ప్రధానంగా ఈ సమయంలో మీ కళ్ల ప్రాంతంలో ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలి.

ప్రొటీన్ బార్లు ఆరోగ్యానికి మంచివేనా..

వీటి వల్ల కలిగే బెనిఫిట్స్.. సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ గురించి తెలుసా?

ఒకప్పుడు కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి, ప్రశాంతంగా భోజన బల్లపై కూర్చుని అల్పాహారాన్ని ఆస్వాదించే సంప్రదాయం ఉండేది. కానీ, నేటి జీవితంలో వేగం పెరగడంతో అల్పాహారం యొక్క నిర్వచనమే మారిపోయింది. ప్రస్తుతం చాలా మందికి ఉదయం ఈమెయిల్స్ చూస్తూనే ఓ టోస్ట్‌ను త్వరగా తినేయడం, లేదా ఒక చెంచా సీరియల్‌ను మింగేయడం మామూలైపోయింది. మరికొందరు అయితే, అల్పాహారాన్ని పూర్తిగా దాటవేస్తున్నారు. ప్రొటీన్ బార్లు ఆరోగ్యానికి మంచివేనా.. వీటి వల్ల కలిగే బెనిఫిట్స్.. సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ గురించి తెలుసా?నేటి ఆధునిక జీవనశైలిలో ఉరుకుల పరుగుల మధ్య బ్రేక్‌ఫాస్ట్ త్వరగా ముగించడం సాధారణమైపోయింది. సమయంతో పరుగులు తీస్తున్న మనకు, ప్రోటీన్ బార్‌లు ఎంతో సౌకర్యవంతమైన ఎంపికగా మారాయి. మరి, ఇవి నిజంగా ఆరోగ్యకరమైనవేనా? ఇవి పోషకాహార లోపాలకు దారి తీయగలవా? నిపుణులు ఏమంటున్నారో తెలుసుకుందాం..

ప్రోటీన్ బార్ల ప్రాబల్యం ఆరోగ్య ప్రదాతలా?

ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధ చూపే యువతలో ప్రోటీన్ బార్‌లు ఇప్పుడు ఒక ప్రముఖ అల్పాహార ఎంపికగా నిలుస్తున్నాయి. సౌకర్యవంతంగా ఉండటంలో వీటికి తిరుగులేదు. డ్రైవింగ్ చేస్తున్నప్పుడు, మెట్రోలో లేదా క్యాబ్‌లో వెళ్తున్నప్పుడు, ప్రోటీన్ బార్ తినడం సులభమైన ఎంపిక. దీనికి తోడు, "ఆరోగ్యకరమైనది" అనే భావనతో, అల్పాహారంగా 10-15 గ్రాముల ప్రోటీన్‌ను తీసుకున్నామనే సంతృప్తి లభిస్తుంది.

ప్రోటీన్ బార్‌లు: అథ్లెట్ల నుంచి సామాన్యుల వరకు

గతంలో, ప్రోటీన్ బార్‌లు లేదా హై-ప్రోటీన్ స్నాక్ బార్‌లు అథ్లెట్లను లక్ష్యంగా చేసుకుని తయారు చేయబడ్డాయి. సుమారు 1980ల సమయంలో, ఇవి కండరాలను బలోపేతం చేయడానికి, ముఖ్యంగా వ్యాయామం తర్వాత, త్వరిత, సులభమైన ప్రోటీన్ బూస్ట్‌లను అందించాయి. కాలక్రమేణా, 20వ శతాబ్దం చివరలో, అవి విస్తృత ఫిట్‌నెస్ మార్కెట్‌లో స్థానం సంపాదించుకున్నాయి. పెరుగుతున్న ఫిట్‌నెస్ పోకడలు, సోషల్ మీడియా వాటి విస్తృత వినియోగానికి ప్రధాన కారణాలుగా నిలిచాయి. అయితే, ఉదయాన్నే భోజనం వండుకోవడానికి సమయం లేని నేటి తొందరపాటు జీవనశైలిలో, ఈ బార్‌లు ఆఫీసు బ్యాగుల్లోకి దూసుకుపోయాయి. కానీ, ప్రోటీన్ బార్‌లు మీ అల్పాహారాన్ని భర్తీ చేయగలవా? నిపుణులు దీన్ని 'ఘోరమైన ఆలోచన'గా పరిగణిస్తున్నారు. ప్రోటీన్ బార్‌లు, ప్రోటీన్ పౌడర్ల మాదిరిగానే, సప్లిమెంట్ (అనుబంధ ఆహారం) కేటగిరీ కిందకు వస్తాయి.

ప్రోటీన్ బార్‌లను ఎంత మోతాదులో తీసుకోవాలి?

కొన్ని ప్రోటీన్ బార్‌లలో 10 గ్రాముల ప్రోటీన్ ఉంటుంది, అయితే 20 గ్రాముల ప్రోటీన్, 10 గ్రాముల ఫైబర్, చక్కెర లేని, మరియు జీర్ణ సమస్యలను కలిగించని స్వీటెనర్లు లేని బార్‌ను ఎంచుకోవాలని సిఫార్సు చేయబడింది. రోజుకు ఒకటి లేదా రెండు ప్రోటీన్ బార్‌లను అనుబంధంగా, రోజంతా సమతుల్య ఆహారంతో పాటు తీసుకోవడం ఆమోదయోగ్యంగా పరిగణించబడుతుంది.

లాభాలు:

క్రీడాకారులకు, ముఖ్యంగా వ్యాయామం ముందు, తరువాత తక్షణ ప్రోటీన్, శక్తి అవసరాలను తీర్చడానికి ప్రోటీన్ బార్‌లు సహాయపడతాయి. ఇవి కండరాల పెరుగుదల, మరమ్మతుకు మద్దతు ఇస్తాయి. త్వరిత పోషకాహార అవసరాలకు ఇవి మంచి ఎంపిక కాగలవు. ప్రోటీన్ బార్‌లు రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలను నిర్వహించడానికి, సంతృప్తికరమైన అనుభూతిని అందించడానికి సహాయపడతాయి. విటమిన్లు, ఖనిజాలు కలిపిన ఫోర్టిఫైడ్ ప్రోటీన్ బార్‌లలో అదనపు ప్రయోజనాలు ఉంటాయి.

నష్టాలు:

ప్రోటీన్ బార్‌లలో తరచుగా అధిక కొవ్వు, చక్కెర, కృత్రిమ స్వీటెనర్లు ఉంటాయి. ఇవి అధికంగా ప్రాసెస్ చేయబడినవి. ఇవి పూర్తిగా సమతుల్యమైన భోజనం కాదు, దీర్ఘకాలికంగా భోజన ప్రత్యామ్నాయంగా ఉపయోగించకూడదు. అధిక ప్రోటీన్ తీసుకోవడం వల్ల కండరాలు ఎక్కువగా అభివృద్ధి చెందవు. బదులుగా, ఇది కాలేయం, మూత్రపిండాలపై ఒత్తిడిని కలిగించవచ్చు, నిర్జలీకరణ ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. పిల్లలకు వీటిని రికమెండ్ చేయరు.

చెరకు రైతులను ప్రభుత్వం ఆదుకోవాలి కోరిన ఎమ్మెల్యే ఆదిమూలం

వరదయ్యపాలెం ఫిబ్రవరి 26(శ్రీ చక్ర): చెరకు రైతులకు బకాయిలు పెట్టి ఫ్యాక్టరీలు మూసివేశారు అప్పులపాలైన రైతులకు ఫ్యాక్టరీల నుండి డబ్బులు ఇప్పించాలి ప్రమాదవశాత్తు మరణించిన కుటుంబాలను ప్రభుత్వం ఆదుకోవాలి,రైతులు, బాధితుల కోసం అసెంబ్లీలో గళం విప్పిన ఎమ్మెల్యే ఆదిమూలం,నింద్ర నేతమ్ షుగర్స్, బుచ్చినాయుడు కండ్రిగ మయూర షుగర్స్ లు రైతుల ద్వారా తోలుకున్న చెరకు కు బకాయిలు కోట్లాది రూపాయలు ఇవ్వకుండా ఫ్యాక్టరీలు మూసివేశారని, దీంతో ఏడాది పాటు చెరకు పండించిన రైతులు అప్పుల పాలై వీధిన పడ్డారని ఎమ్మెల్యే కోనేటి ఆదిమూలం ఏపీ అసెంబ్లీలో గళమెత్తారు.ఏళ్ళు గడుస్తున్న రైతులకు ఇవ్వాల్సిన బకాయిలు మాత్రం ఇవ్వడం లేదని, ప్రభుత్వం చొరవ తీసుకొని రైతుల బకాయిలను ఇప్పించేలా చర్యలు చేపట్టి అన్నదాతలను ఆదుకోవాలని ఎమ్మెల్యే సభ దృష్టికి తీసుకొచ్చారు. అలాగే వివిధ ప్రమాదాల్లో మరణించిన కుటుంబాలను ప్రభుత్వం ఆదుకోవాలని ప్రభుత్వానికి ఎమ్మెల్యే విజ్ఞప్తి చేశారు.గురువారం తనకు మాట్లాడే అవకాశం కల్పించిన అసెంబ్లీ స్పీకర్ కు ఎమ్మెల్యే

ధన్యవాదములు తెలుపుతూ..

పిడుగు పడి మరణించిన కుటుంబాలకు, గుంటలో పడి మరణించిన కుటుంబాలకు, కరెంటు షాక్ తో మృతి చెందిన వారికి, వడదెబ్బతో మరణించిన కుటుంబాలకు సీఎం రిలీఫ్ ఫండ్ రాదు అధ్యక్ష.ఇలాంటి వారిని ప్రభుత్వం గుర్తించి ఆర్థిక సాయం అందించి ఆ కుటుంబాలను ఆదుకోవాల్సిన అవసరం ఉందని ఎమ్మెల్యే స్పష్టం చేశారు. 2001 లో తాను జడ్పీటిసి సభ్యునిగా ఉన్న సమయంలో వడదెబ్బతో మరణించిన చాలా కుటుంబాలకు మన ముఖ్యమంత్రి

నారా చంద్రబాబు నాయుడు ద్వారా ఆర్థిక సాయం అందించామని ఎమ్మెల్యే గుర్తు చేశారు. అలాగే సత్యవేడు నియోజకవర్గం బుచ్చినాయుడు కండ్రిగ మండలం లోని మయూర షుగర్ ఫ్యాక్టరీ, నింద్ర నేతం షుగర్ ఫ్యాక్టరీ లు చెరకు తోలిన రైతులకు డబ్బులు ఇవ్వకుండా బకాయిలు పెట్టి రెండు ఫ్యాక్టరీలు కూడా మూసివేశారన్నారు. ఏడాది పాటు పంట పండించిన చెరకు రైతు అప్పుల పాలై వీధిన పడి తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారని, ఈ సమస్యను ఇప్పటికే ముఖ్యమంత్రి కి విన్నవించామని, రైతుల బకాయిలను ఫ్యాక్టరీలు చెల్లించే విధంగా ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకోవాలని ఎమ్మెల్యే సభలో విజ్ఞప్తి చేశారు.

విటమిన్ బి 12 లోపంతో బాధపడుతున్నారా ఈ ఒక్క వస్తువును పెరుగుతో కలిపి తినండి..

మన ఆరోగ్యానికి విటమిన్లు, మినరల్స్ అవసరం తప్పనిసరి. విటమిన్ల లోపం కారణంగా తీవ్ర అనారోగ్యాల బారినపడాల్సి వస్తుంది. శరీరానికి అత్యంత అవసరమైన సూక్ష్మ పోషకాల్లో విటమిన్ బి12 ఒకటి. విటమిన్ బి 12 మన శరీరానికి చాలా ముఖ్యమైనది. ఇది నీటిలో కరిగే విటమిన్. రక్తహీనత నుంచి మతిమరుపు వరకు.. నరాల బలహీనత నుంచి డిప్రెషన్ వరకు ఎన్నో రకాలుగా ఇది మనల్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. మన శరీరంలో విటమిన్ బి 12 తగినంత లేకపోతే అనేక సమస్యలు ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుంది. ముఖ్యంగా అరికాళ్లు, అరచేతుల తిమ్మిర్లు ఎక్కువగా వస్తుంటాయి. అయితే, దీనిని భర్తీ చేసేందుకు తగిన ఆహారాన్ని తీసుకోవచ్చు. అయితే దీన్ని పెంచుకోవడానికి ఆహారంలో ఏయే అంశాలు చేర్చుకోవాలో చాలా మందికి తెలియదు. కాబట్టి, అందుకు అవసరమైన ఆహారాలేంటో తప్పనిసరిగా తెలుసుకోవాల్సి ఉంటుంది. పెరుగులో కొంత మొత్తంలో విటమిన్ బి 12 ఉంటుంది. కానీ మీరు దానికి పోషక ఈస్ట్ జోడించినప్పుడు, ఇందులోని బి 12 మరింత ఎక్కువ అవుతుంది. ముఖ్యంగా శాకాహారులకు ఇది ఎంతో మేలు చేస్తుంది. పోషక ఈస్ట్ అనేది ప్రత్యేక ఆహార-గ్రేడ్ ఈస్ట్ నుండి తయారైన పసుపురంగు పొడి. దీనికి కృత్రిమంగా విటమిన్ బి12 కలుపుతారు. ఇది జున్ను వలె రుచిగా ఉంటుంది. మరియు మార్కెట్లో సులభంగా లభిస్తుంది. మీరు 1 కప్పు పెరుగులో 1 టీస్పూన్ పోషక ఈస్ట్ తీసుకోవచ్చు. దీన్ని బ్రేక్ ఫాస్ట్ లేదా లంచ్ తో తీసుకోవచ్చు. రుచిని పెంచడానికి మీరు కొద్దిగా నల్ల ఉప్పు లేదా కాల్చిన జీలకర్రను జోడించవచ్చు. రోజూ పెరుగులో 1-2 టీస్పూన్ల న్యూట్రీషియస్ ఈస్ట్ కలిపి తీసుకుంటే సరిపోతుంది. ఇది మీ రోజువారీ విటమిన్ బి 12 అవసరాన్ని చాలావరకు నెరవేరుస్తుంది.

బహిరంగంగా ధూమపానం చేస్తే రూ.13,000 ఫైన్ కట్టాల్సిందే...!

మేకప్ లేకుండా చూసుడు కష్టమే..! ఎయిర్‌పోర్టులో మహిళకు వింత అనుభవం

అలాంటి మెసేజ్‌లతో జర భద్రం..! హైదరాబాద్ జలమండలి అలెర్ట్..

అమెరికా స్పెల్లింగ్ బీ పోటీల్లో భారత సంతతి బాలుడి ఘన విజయం..

అయితే, ఇది ప్రత్యేకించి మీరు మాంసం, చేపలు తినకపోతే. ఈ మిశ్రమం విటమిన్ బి 12 లోపాన్ని తొలగిస్తుంది. ఇది అలసట, బలహీనత మరియు మతిమరుపు వంటి సమస్యలను తగ్గిస్తుంది. పెరుగు ప్రోబయోటిక్ కాబట్టి ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. మీకు ఈస్ట్ అలెర్జీ ఉంటే లేదా మీరు ఏదైనా ప్రత్యేక మందులు తీసుకుంటుంటే, వైద్యుడిని అడిగిన తర్వాత మాత్రమే తీసుకోండి. పెరుగులో లాక్టోస్ ఉంటుంది, కాబట్టి లాక్టోస్ అసహనం ఉన్నవారు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ప్రతిరోజూ పెరుగు మరియు పోషక విలువలు తీసుకోవడం ద్వారా, మీ శరీరంలో విటమిన్ బి 12 స్థాయి క్రమంగా మెరుగుపడుతుంది. శాకాహారులు బి 12 పొందడానికి ఇది సరళమైన, చౌకైన మరియు ప్రభావవంతమైన మార్గం.

ఉలవలు తింటే ఇన్ని లాభాలా..?

ఈ అనారోగ్యాలన్నీ పరార్..!

ఉలవలు జీర్ణ ప్రక్రియను మెరుగుచేస్తాయి. మలబద్ధకం, గ్యాస్ వంటి జీర్ణవ్యవస్థ సమస్యలను నివరిస్తుంది. కిడ్నీల్లో రాళ్ల సమస్యతో బాధపడేవారికి ఉలవలు ఎంతో బాగా ఉపయోగపడతాయి. బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి చక్కటి ఔషధంలా ఉపయోగపడతాయి. కఫం సమస్యలు కూడా రావు.దగ్గు, జలుబు నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఉలవలు ఆకలిని పెంచుతాయి. పిల్లలకు ఉలవులు పెడితే మంచిది. ఉలవలు ఎంతో ఆరోగ్యకరం. వీటిని క్రమంగా తీసుకోవటం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలుంటాయి. ఉలవల్లో ప్రోటీన్లు, ఐరన్, క్యాల్షియం, ఫాస్ఫరస్, ఫైబర్ అధికంగా ఉంటాయి. వీటిని తీసుకోవటం వల్ల పోషకాహార లోపం సమస్యను అధిగమించవచ్చు. శరీరంలోని చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించడంలో ఉలవలు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. ఇవి డయాబెటిస్‌ను నియంత్రణలో ఉంచుతాయి. ఉలవలు తీసుకోవడం వల్ల అధిక ఫైబర్ కంటెంట్ లభిస్తుంది. ఫలితంగా మలబద్ధకం, గ్యాస్ వంటి సమస్యల నుంచి ఉపశమనం దొరుకుతుంది. మన ఆరోగ్యానికి అవసరమైన అనేక పోషకాలు ఉలవలలో పుష్కలంగా ఉంటాయని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. వీటిలో ఫైబర్ ప్రోటీన్లు, కార్బోహైడ్రేట్లు, కాల్షియం, ఐరన్, పాస్ఫరస్, జింక్, యాంటీఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉన్నాయి. దీనిలో యాంటీ-అడిపోజెనిక్, యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ, యాంటీ-హైపర్గ్లైసీమిక్, యాంటీ-హైపర్ కొలెస్ట్రాలెమిక్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. చలికాలంలో ఉలవలు తీసుకుంటే%ా% శ్వాస సమస్యలు తగ్గుతాయి. కఫం సమస్యలు కూడా రావు.దగ్గు, జలుబు నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఉలవలు ఆకలిని పెంచుతాయి. పిల్లలకు ఉలవులు పెడితే మంచిది. ఉలువలను డైట్ లో చేర్చుకోవటం వల్ల మూత్రాశయ సమస్యలు తగ్గుతాయి. నొప్పుల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఉలవల్లో కాల్షియం ఎక్కువగా ఉంటుంది. వీటిని డైట్ లో చేర్చుకోవటం వల్ల ఎముకలు బలంగా తయారవుతాయి. ఉలవలు జీర్ణ ప్రక్రియను మెరుగుచేస్తాయి. మలబద్ధకం, గ్యాస్ వంటి జీర్ణవ్యవస్థ సమస్యలను నివరిస్తుంది. కిడ్నీల్లో రాళ్ల సమస్యతో బాధపడేవారికి ఉలవలు ఎంతో బాగా ఉపయోగపడతాయి. బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి చక్కటి ఔషధంలా ఉపయోగపడతాయి.

విద్యానగర్ లో ఆర్ అండ్ బి రోడ్డు ఆక్రమణ...దర్జాగా వెయిట్ లెస్ ఇటుక తో రూమ్ నిర్మాణం

కోట: ఫిబ్రవరి 26 (శ్రీ చక్ర):కోట మండలం విద్యానగర్ ప్రధాన రహదారిని ఆక్రమించి వెయిట్ లెస్ ఇటుకతో రూమ్ నిర్మిస్తున్నా పట్టించుకునే వారే కరువయ్యారు.అయితే విద్యానగర్లో స్టేట్ బ్యాంక్ సమీపంలో ఆర్ అండ్ బి రోడ్డు ప్రక్కనే ఉన్న ఓఇంటికి ఆనుకుని ఉన్న బాడుగ రూములకు ఆనుకుని వెయిట్ లెస్ ఇటుకులతో పెంచి ఆర్ అండ్ బి రోడ్డు ఆక్రమించుకుని నిర్మాణం చేపడుతున్నారు.అయితే రోడ్డు స్థలం ఆక్రమించి ఆర్ అండ్ బి రోడ్డు పైకి ఆక్రమించి కట్టడాలు చేపడుతున్నా పట్టించుకునే వారే కరువయ్యారు.ఈ నిర్మాణంతో ఆర్అండ్ బి రోడ్డు లోనే వాహనాలను ఆపాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడుతుందని పలువురు ప్రయాణికులు గుసగుసలాడుతున్నారు.దీంతో విద్యానగర్లో ట్రాఫిక్ సమస్య ఏర్పడే అవకాశాలు ఉన్నాయని వ్యాపారస్తులు అంటున్నారు. మొదలే విద్యానగర్ లో ట్రాఫిక్ సమస్య అత్యధికంగా ఉంటుందని అందరకి తెలిసిందే.అయినప్పటికీ సంబంధిత ఆర్ అండ్ బి అధికారులు పట్టించుకోకుండా నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరిస్తున్నారు. ఇప్పటికైనా ఆర్ అండ్ బి అధికారులు స్పందించి ఆక్రమణదారులకు అవగాహన కల్పించి ఆక్రమణ నిర్మాణాలను తొలగించే చర్యలను ఏర్పాటు చేయాలని పలువురు ప్రయాణికులు కోరుకుంటున్నారు.

శ్రీసిటీలో జాతీయ భద్రతా వారోత్సవాలు ప్రారంభం

వారం పాటు భద్రత అవగాహనా కార్యక్రమాలు, పోటీలు

శ్రీసిటీ, ఫిబ్రవరి 26, (శ్రీ చక్ర): 55వ జాతీయ భద్రతా వారోత్సవాలు గురువారం శ్రీసిటీలో ప్రారంభమైంది. శ్రీసిటీ ప్రెసిడెంట్ (ఆపరేషన్స్) సతీష్ కామత్ జెండా ఊపి లాంఛనంగా దీనిని ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన శ్రీసిటీ సిబ్బంది మరియు స్థానికులకు ఈ కార్యక్రమం ప్రాధాన్యతను వివరించి, వారిచే భద్రతా ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. శ్రీసిటీ మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ డాక్టర్ రవీంద్ర సన్నారెడ్డి తన సందేశంలో.. యాక్సిడెంట్లు, ఇతర ప్రమాదాలు నివారించడానికి భద్రతా అంశాలపై ప్రజలలో విస్తృత ప్రచారం కల్పించడంతో పాటు అవగాహన పెంచడమే ఈ భద్రతా వారోత్సవాల లక్ష్యం అన్నారు. పని ప్రదేశాలలో అధికశాతం ప్రమాదాలు అజాగ్రత్త, నిర్లక్ష్యం వల్ల సంభవిస్తాయన్న ఆయన, దీనిని నివారించేందుకు శ్రీసిటీ, పరిశ్రమలు కలసి తరచూ తమ ఉద్యోగులు, కార్మికులకు భద్రత పట్ల అవగాహనా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలిపారు. భద్రతా వారోత్సవాలలో భాగంగా వారం రోజుల పాటు వివిధ అవగాహనా కార్యక్రమాలతో పాటు భద్రత ప్రధానాంశంగా శ్రీసిటీ ఉద్యోగులు, ఈ ప్రాంతంలోని విద్యార్థులకు వ్యాసరచన, వక్తృత్వ, డ్రాయింగ్ తదితర పోటీలు నిర్వహించనున్నట్లు శ్రీసిటీ మేనేజర్ (సేఫ్టీ) నరేంద్రబాబు తెలిపారు. మార్చి 4 న ముగింపు ఉత్సవం జరుగుతుందన్నారు.

బోనస్ బోగసేనా?

రైతు కంటనీరు ప్రభుత్వానికి మంచిది కాదు. అబద్ధాలతో, ఆచరణసాధ్యం కాని హామీలతో గద్దెనెక్కిన కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం గడిచిన ఏడాదిన్నరలో అన్ని వర్గాల ప్రజలు తనపై పెట్టుకున్న నమ్మకాన్ని వమ్ముచేసింది. అనవసరపు ఆడంబరాలు, అక్కరకురాని డాంబికాలు ప్రదర్శించడం తప్ప కాంగ్రెస్ సర్కారు పనితనం ఎక్కడా కానరాలేదు. ముఖ్యంగా రాష్ట్ర రైతాంగం దుర్భర పరిస్థితులను ఎదుర్కొంటున్నది. ఎన్నికల ముందు వరంగల్ రైతుడిక్లరేషన్ పేరిట అన్నదాతలకు అనేక హామీలు గుప్పించి అధికారంలోకి వచ్చిన కాంగ్రెస్.. నేడు వాటన్నింటికి తిలోదకాలిచ్చింది. బీఆర్ఎస్ సర్కారు సాగునీరు, రైతుబంధు, నిరంతర ఉచిత విద్యుత్తు వంటి పథకాలు అమలు చేయడంతోపాటు కొనుగోలు కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేసి, సకాలంలో ఎరువులు, విత్తనాలు సరఫరా చేయడంతో వ్యవసాయ స్థిరీకరణ జరిగింది. తద్వారా వ్యవసాయరంగం వృద్ధి చెంది రైతుల ఆదాయం పెరిగింది. రాష్ట్ర రైతాంగం పదేండ్లపాటు సుభిక్షంగా ఉన్నది. కానీ, కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి రావడంతో పరిస్థితులు పూర్తిగా తారుమారయ్యాయి. రైతులకు గడ్డుకాలం వచ్చింది. ఇప్పుడు రాష్ట్రంలో ఎటుచూసినా అన్నదాతల ఆక్రందనలే వినిపిస్తున్నాయి. వరంగల్ రైతు డిక్లరేషన్ పేరిట రాహుల్‌గాంధీ సమక్షంలో అన్నదాతలపై వరాల జల్లును కాంగ్రెస్ కురిపించింది. వాటిలో ముఖ్యమైనది వడ్లకు బోనస్. తమ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వస్తే ప్రతి క్వింటా ధాన్యానికి రూ.500 బోనస్ ఇస్తామని కాంగ్రెస్ రైతులను నమ్మించి ఓట్లు వేయించుకున్నది. తీరా అధికారంలోకి వచ్చాక సన్నరకం ధాన్యానికే ఇస్తామని కాంగ్రెస్ పాలకులు మాట మార్చేసి దగా చేశారు. ఈ యాసంగి సీజన్‌లో ధాన్యాన్ని కొనుగోలు చేసి నెల రోజులు గడుస్తున్నా, రైతులకు ఇంకా ఒక్క రూపాయి కూడా బోనస్ అందకపోవడం శోచనీయం. ఇప్పటివరకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం 18 లక్షల మెట్రిక్ టన్నులకు పైగా సన్నధాన్యం కొనుగోలు చేయగా, సుమారు రూ.1000 కోట్ల బోనస్ చెల్లించాల్సి ఉన్నది. గత సీజన్‌లో రైతులు అధిక మొత్తంలో సన్నాలు సాగు చేశారు. కానీ, గత సీజన్‌లో బోనస్ చెల్లింపులో ఆలస్యం జరగడం, చాలామంది రైతులకు బోనస్ రాకపోవడంతో ఈ సీజన్‌లో దొడ్డు వడ్ల సాగు వైపు అన్నదాతలు మొగ్గుచూపారు. బోనస్ వస్తుందనే ఆశతో సన్నాలు సాగు చేసిన అన్నదాతలకు ఇప్పుడు కూడా భంగపాటు తప్పడం లేదు. మరోవైపు రుణమాఫీ విషయంలోనూ రైతులను కాంగ్రెస్ దగా చేసింది. రుణమాఫీ కాలేదని ఎంతోమంది రైతులు ఇప్పటికీ అధికారులు, బ్యాంకుల చుట్టూ కాళ్లరిగేలా ప్రదక్షిణలు చేస్తున్నారు. రైతుబంధు పేరును రైతు భరోసాగా మార్చడంలో చూపిన ఉత్సాహాన్ని దాని అమలులో మాత్రం కాంగ్రెస్ సర్కారు చూపడం లేదు. ఎకరానికి రూ.7,500కు బదులు మాట తప్పి ఇస్తామన్న రూ.6 వేలు కూడా ఇప్పుడు అందడం లేదు. పెట్టుబడిసాయం ఎగవేయడంతో అన్నదాతలు అప్పులపాలవుతున్నారు. మరోవైపు అకాల వర్షం, వడగండ్ల వాన కారణంగా నష్టపోయిన అన్నదాతలకు నష్టపరిహారం అందడం లేదు. కొనుగోలు కేంద్రాల్లో పేరుకుపోయిన సుమారు 25 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యాన్ని త్వరితగతిన కొనుగోలు చేయాలి. ఇప్పటికే కొనుగోలు చేసిన ధాన్యానికి బోనస్ ఇవ్వాలి. లేకపోతే రాబోయే రోజుల్లో లక్షలాది మంది రైతులు పోరుబాట పట్టడం ఖాయం.

పెద్ద మనుషులు

మా చిన్నప్పుడు 'పెద్ద మనుషులు' అనే మాట తరచుగా వినిపిస్తుండేది. పల్లెల్లో అప్పుడప్పుడూ ఇంటి చుట్టుపక్కల వాళ్లతో.. పొలాల దగ్గర.. ఇంట్లో చిన్నచిన్న తగాదాలు జరుగుతుండేవి. అప్పుడు అందరూ.. 'ఇగ పెద్దమనుషుల ముంగట్నే తేలాలె. ఉత్తగ ఇనెతట్టు లేరు' అనుకునేది. ఎక్కువగాఅన్నదమ్ములు, తండ్రి కొడుకుల ఆస్తి కొట్లాటలో, భూమి పంపకాలో, అమ్మకాలు %-% కొనుగోళ్లు జరిగినప్పుడు స్టాంపు కాగితం మీద ఒప్పందం రాయించుకోవడానికో మా నాన్న దగ్గరికి వచ్చేవారు. నాన్న పట్వారీ కనుక.. ఆయన మొత్తం రాశాక అక్కడున్న వాళ్లందరికీ వినిపించేలా ఆ ఒప్పంద పత్రాన్ని చదివేవాడు. ఆ సందర్భంగా కావి రంగు ధోతులు కట్టుకుని, పైన అంగీ కూడా లేకుండా చాలామంది వచ్చేవారు. వాళ్లు పాపం.. మా ఇంటి ముందు అరుగుల మీదనో, కిందనో కూర్చునేవారు. కొందరు మాత్రం కాస్త తెల్లటి ధోతులు, తెల్లటి అంగీలో, కమీజులో వేసుకుని తలకు రుమాలు చుట్టుకుని ఉండేవారు. వాళ్లే 'పెద్ద మనుషులు' అని తరువాత తెలిసింది. వాళ్లు మా ఇంటి వరండాలో కర్ర బల్లల మీదనో, రాతి అరుగుల మీదనో కూర్చునేవారు. కొన్నిసార్లు వాళ్లంతా బయటే మాట్లాడుకుని వచ్చేవారేమో.. తొందరగానే రాయడం, చదివి వినిపించడం అయిపోయి సంతకాలు పెట్టేవారు. పదిమందిలో ఎనిమిది మందికి అక్షరాలు రాయడం కూడా రాదు. వాళ్లు వేలిముద్రలు వేసేవారు. పెద్ద మనుషులు సాక్షి సంతకం చేసేవారు. ఇదంతా ఆదివారమో, సెలవు రోజునో అయితే మేము తలుపుల వెనుక నుంచి ఆసక్తిగా తొంగి చూసేవాళ్లం. కొన్నిసార్లు ఆడవాళ్లు కూడా వచ్చేవారు. వాళ్లు చీరను మోకాళ్ల కింది దాకా గోచి పోసి కట్టి రవిక తొడుక్కునేవారు. చాలామంది జుట్టు దువ్వుకోకుండానే ఊరికే సిగ చుట్టుకునేవారు. బాగా తయారవ్వాలనే శ్రద్ధ ఎవరికీ ఉండేదే కాదు. ఎవరైనా జడ వేసుకుంటే.. 'అగొ.. సూసినవానవ్వా! జారు జెడేసింది. సోకులు జూడు!' అని విమర్శించేవారు. ఎవరెంత అరిచినా.. నాన్న మాత్రం నవ్వుతూ అందరి మాటలూ వినేవాడు. ఆడవాళ్లకు ఏమైనా ఫిర్యాదులుంటే చెప్పమనేవాడు. "మా ముసలాయిన ఉన్నకాడికి భూమిని ముగ్గురు కొడుకులకు పంచిండు. నన్ను ఒక్కమాట అడుగలే! అండ్ల మా అవ్వగారు నాకిచ్చిన ఎకురం భూమిసుత ఉన్నది. మరి రేపటికెల్లి మేము ఏడ ఉండాలె? ఏమి జెయ్యాలె? ఏమి తినాలె?!" అని ఒకసారి ఒకామె అడిగింది. "మేము లేమా అవ్వా?! నీకు, అయ్యకు బుక్కెడు బువ్వ పెట్టమా?!" అన్నాడు ఓ కొడుకు. "ఆః.. పెద్దురు! నీ పెండ్లం మా మొకాన పెండ నీళ్లు కొట్టకుంటె సాలు" అన్నదామె. నాన్న వెంటనే..

"ఏమయ్యా! మరి ఆమె అడిగింది కూడ న్యాయమే గద! ఆమె భూమి ఆమెకైన ఉంచండి. పెద్దమనుషులూ.. ఏమంటరు?!" అనడిగాడు. చివరికి ఆమె సొంత భూమి మినహాయించి మిగతాది మాత్రమే పంచేటట్టూ, ఆ ముసలాళ్ల తదనంతరం మాత్రమే ఆ భూమి సంగతి చూసేటట్టూ ఒప్పందం మార్చి రాసుకున్నారు. అంతా అయిపోయి వాళ్లు వెళ్లిపోయాక నాన్న లోపలికి వచ్చి.. "ఆడవాండ్లు బాగ మారుతున్నరు, ఆలోచిస్తున్నరు. మంచిదే!" అన్నాడు. నాకెందుకో ఆ మాట బాగా గుర్తుండిపోయింది. ఇక విడాకులు, ఇళ్లల్లో పంచాయితులు, కొట్టుకోవడాలు, భార్యాభర్తల గొడవలు మాత్రం మా ఇంట్లోకి, నాన్న దాకా వచ్చేవి కావు. కానీ, చాలాసార్లు మా ఇంటి ముందున్న రెండు వేపచెట్ల అరుగుల మీద గుంపులు గుంపులుగా కూర్చుని తేల్చుకునేవారు. అప్పుడు కూడా ఇలాంటి పెద్ద మనుషులే వచ్చేవారు. ఎంత కష్టమైన గొడవైనా రెండు మూడు సిట్టింగుల్లో వాళ్లు తేల్చి వేసేవారు. అయితే ఈ గొడవ పడ్డవాళ్లు సాయంత్రం పెద్ద మనుషులను తీసుకెళ్లి కల్లు తాగించడం, మాంసం తినిపించడం, డబ్బులివ్వడం చేయాలనే విషయం ఎవరో చెబితే ఆశ్చర్యం వేసింది. పెద్ద మనుషులంటే మరో అర్థం తెలిసింది.. నేను ఎనిమిదో, తొమ్మిదో క్లాసులో ఉన్నప్పుడనుకుంటా! తొమ్మిది, పదో తరగతుల్లో మా క్లాసులో అప్పుడొకరూ, ఇప్పుడొకరూ అమ్మాయిలు సడన్‌గా పదకొండు రోజులు మాయమయ్యేవారు. పన్నెండో రోజు ఎంతో బిడియపడుతూ, ఏదో తప్పు చేసినట్టు స్కూలుకు వచ్చేవారు. అంతలోనే క్లాసులో గుసగుసలు మొదలయ్యేవి. కొందరైతే మళ్లీ బడికి వచ్చేరోజు ఓణీలు వేసుకొచ్చేవారు. ఎవరైనా రెండు మూడు రోజులు దాటి రాకపోతే.. "హైమావతి ఎందుకొస్తులేదోయ్?!" అనడిగితే.. ఆమె క్లోజ్ ఫ్రెండో, ఇంటి పక్కమ్మాయో "ఏ..

పెద్దమనిషయింది గాదు!" అని చెప్పేది. ఓసారి అమ్మను అడిగి పెద్దమనిషి అవడం ఏమిటో తెలుసుకున్నాను. దాని ప్రకారం ఈ పెద్ద మనుషులయ్యే బాధ్యత, జాగ్రత్తగా ఉండాల్సిన వ్యవహారం, దానికి సంబంధించిన కష్టం అంతా కూడా అమ్మాయిలకే ఉంటుందనే కఠిన వాస్తవం తెలిసొచ్చింది. అయితే, ఇప్పట్లా ఫలానా అమ్మాయి పెద్దమనిషి అయిందని ఊరూవాడా తెలిసేలా ఎవ్వరూ గ్రాండ్‌గా ఫంక్షన్ చేసేవాళ్లు కాదు. ఏ కొద్దిమందో డబ్బున్నవాళ్లు ఓ నగ చేయించి, పట్టులంగా కుట్టించి, దగ్గరి బంధువుల్ని, ఒకరిద్దరు స్నేహితుల్ని పిలిచి ఫంక్షన్ చేసేవాళ్లు. పెద్దమనిషైన తరువాత అమ్మాయిలకు ఆటపాటల్లో అంతకుముందున్న స్వేచ్ఛ తగ్గిపోయేది. అబ్బాయిలతో కలివిడిగా ఉండటం అస్సలే ఉండకపోయేది. అధిక సంతానం ఉన్నవాళ్లూ, మధ్య దిగువ మధ్య తరగతివాళ్లూ అమ్మాయి పెద్దమనిషయిందంటే చాలా బెంగపడేవారు. ఎందుకంటే ఇక చుట్టుపక్కల వాళ్లంతా 'అమ్మాయి పెళ్లెప్పుడు చేస్తరు?' అని అడుగుతారని! మా దగ్గరి బంధువులకు ఆరుగురు అమ్మాయిలు. కొడుకు పుడతాడని చూస్తూ పోయారన్న మాట. ఆఖరమ్మాయి పెద్దమనిషి అయినప్పుడు తల్లిదండ్రులతోపాటు అక్కలూ కన్నీళ్లు పెట్టుకున్నారు. తరువాత అందరి పెళ్లిళ్లూ అయ్యాయనుకోండి. మొత్తానికి మగవాళ్లు అరవై దాటితే గానీ.. లేదా బాగా అనుభవం సంపాదిస్తే గానీ పెద్ద మనుషులు కాలేరు. అమ్మాయిలు పదిహేనేళ్లకే అవుతారు. అదన్నమాట.. పెద్ద మనుషుల సంగతి.

వర్షాకాలంలో బొప్పాయి పండ్లను తప్పనిసరిగా తినాల్సిందే.. ఎందుకో తెలుసా..?

బొప్పాయి పండ్లు మనకు దాదాపుగా ఏడాది పొడవునా అన్ని సీజన్లలోనూ అందుబాటులో ఉంటాయి. కానీ బొప్పాయి పండ్లను మనం వర్షాకాలంలో ఎక్కువగా తినాల్సి ఉంటుంది. బొప్పాయి పండ్లను తినడం వల్ల అనేక పోషకాలు లభిస్తాయి. వర్షాకాలంలో ఈ పండ్లను తినాలా, వద్దా అని చాలా మంది సందేహిస్తుంటారు. కానీ ఈ పండ్లను ఈ సీజన్‌లోనే కచ్చితంగా తినాలని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. బొప్పాయి పండ్లలో అనేక ఎంజైమ్‌లు ఉంటాయి. ఇవి జీర్ణ వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. బొప్పాయి పండ్లలో పపైన్, కైమో పపైన్ అనే ఎంజైమ్‌లు ఉంటాయి. ఇవి జీర్ణ రసాలు ఉత్పత్తి అయ్యేలా చేస్తాయి. మనం తిన్న ఆహారంలో ఉండే ప్రోటీన్లు, కొవ్వులను జీర్ణం చేయడంలో ఇవి సహాయం చేస్తాయి. వర్షాకాలంలో మన జీర్ణ వ్యవస్థ పనితీరు మందగిస్తుంది. కానీ బొప్పాయి పండ్లను తింటే జీర్ణ వ్యవస్థను యాక్టివ్‌గా ఉండేలా చేయవచ్చు. దీంతో ఆహారం సులభంగా జీర్ణం అవడమే కాదు, గ్యాస్, అసిడిటీ, కడుపు ఉబ్బరం, మలబద్ధకం వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి.

ఇన్ఫెక్షన్లకు చెక్..

వర్షాకాలంలో ఫుడ్ పాయిజనింగ్ జరిగే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. కానీ బొప్పాయి పండును తింటే ఫుడ్ పాయిజనింగ్‌ను నివారిస్తుంది. ఇందుకు కారణం అయ్యే బ్యాక్టీరియా, ఇతర క్రిములను నాశనం చేసే గుణాలు బొప్పాయి పండ్లలో ఉంటాయి. ఈ పండ్లను తింటే విరేచనాలు తగ్గుతాయి. పొట్టలో ఉండే నులి పురుగులు సైతం నశిస్తాయి. మలబద్ధకం ఉన్నవారు బొప్పాయి పండ్లను తింటుంటే ఫలితం ఉంటుంది. విరేచనం సాఫీగా అవుతుంది. పేగుల్లో ఉండే మలం పూర్తిగా బయటకు వస్తుంది. బొప్పాయి పండ్లలో విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటుంది. విటమిన్ ఎ, విటమిన్ ఇ, ఫ్లేవనాయిడ్స్ తదితర యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కూడా ఈ పండులో అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి వర్షాకాలంలో సహజంగానే మనకు వచ్చే ఇన్ఫెక్షన్లను తగ్గించడంలో సహాయం చేస్తాయి. ఈ సీజన్‌లో వచ్చే ఫ్లూ, దగ్గు, జలుబు వంటి ఇన్‌ఫెక్షన్లను తగ్గేలా చేస్తాయి. ఈ పండులోని విటమిన్ సి, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచి వ్యాధులను తగ్గేలా చేస్తాయి. కనుక ఈ సీజన్‌లో బొప్పాయి పండ్లను విడిచిపెట్టకుండా తినాలని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు.

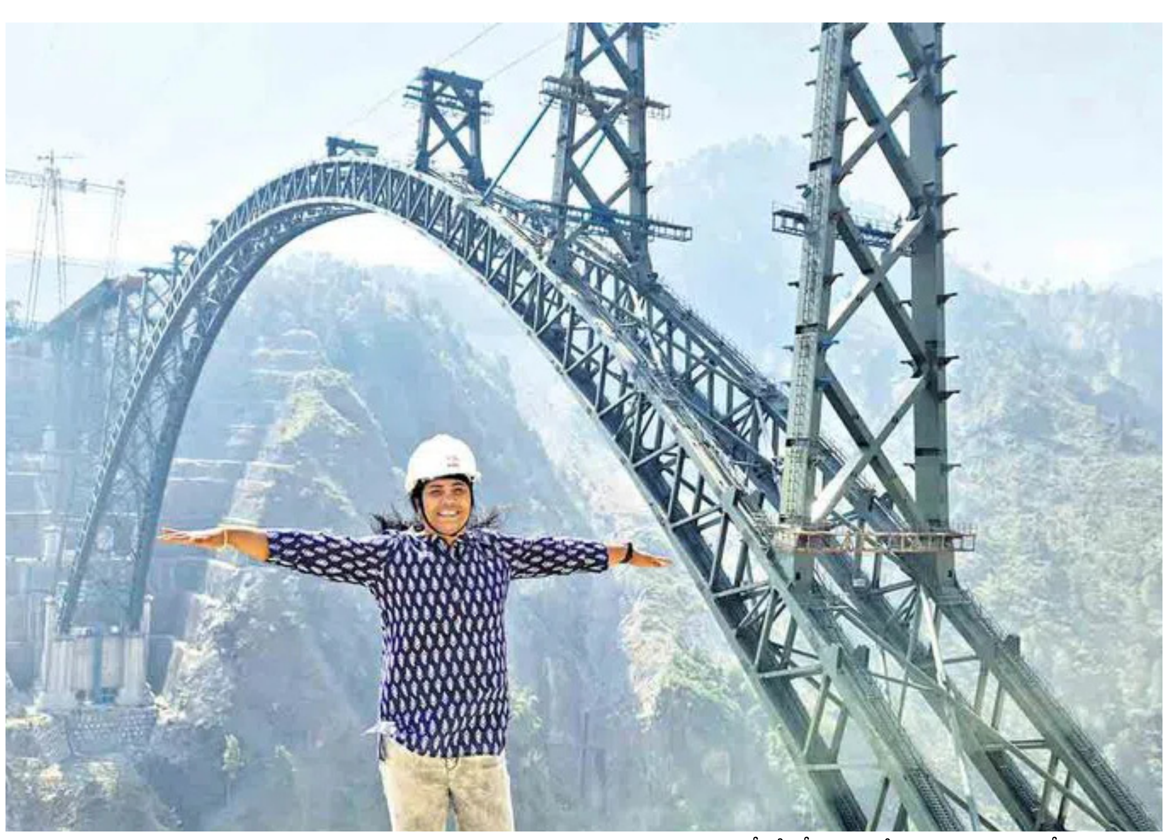
నొప్పులు, వాపులకు..

బొప్పాయి పండ్లను తినడం వల్ల శరీరంలోని వాపులు, నొప్పుల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఈ పండ్లలో ఉండే యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలు నొప్పులు, వాపులను తగ్గిస్తాయి. ఆర్థరైటిస్ నొప్పులు ఉన్నవారికి బొప్పాయి పండ్లు ఎంతగానో మేలు చేస్తాయి. బొప్పాయి పండ్లలో ఉండే విటమిన్లు ఎ, సి, ఇ చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో సహాయం చేస్తాయి. వర్షాకాలం కారణంగా గాలిలో తేమ అధికంగా ఉంటుంది. దీంతో చర్మం డల్‌గా మారుతుంది. కొందరికి దురదలు వచ్చే అవకాశాలు ఉంటాయి. అలాంటి వారు బొప్పాయి పండ్లను తింటుండాలి. లేదా వీటిని గుజ్జుగా చేసి ఫేస్ ప్యాక్‌లా కూడా ఉపయోగించవచ్చు. బొప్పాయి పండు ఫేస్ ప్యాక్‌ను వాడితే ముఖం కాంతివంతంగా మారి మెరుస్తుంది. యవ్వనంగా కనిపిస్తారు. మొటిమలు, మచ్చలు సైతం పోతాయి.

బరువు తగ్గేందుకు..

వర్షాకాలంలో తలెత్తే విరేచనాల సమస్య వంటి వాటి కారణంగా కొందరికి శరీరంలో ద్రవాలు త్వరగా బయటకు పోతాయి. అలాంటి వారు బొప్పాయి పండ్లను తింటుంటే ఫలితం ఉంటుంది. ఈ పండ్లలో ఉండే ఎంజైమ్‌లు జీవక్రియలను సరిగ్గా నిర్వహించడంలో సహాయం చేస్తాయి. దీంతో క్యాలరీలు సులభంగా ఖర్చవుతాయి. బరువు తగ్గుతారు. బరువు తగ్గాలనే డైట్‌లో ఉన్నవారు బొప్పాయి పండ్లను రోజూ తింటుంటే ఫలితం ఉంటుంది. ఈ పండ్లలో ఉండే విటమిన్ ఎ కంటి చూపును మెరుగు పరుస్తుంది. కళ్లను రక్షిస్తుంది. వయస్సు మీద పడడం వల్ల వచ్చే శుక్లాల సమస్య రాకుండా చూస్తుంది. బొప్పాయి పండ్ల గ్లైసీమిక్ ఇండెక్స్ (జీఐ) విలువ చాలా తక్కువగా ఉంటుంది. అందువల్ల షుగర్ ఉన్నవారు ఈ పండ్లను తిన్నా షుగర్ లెవల్స్ పెరగవు. పైగా ఈ పండ్లలో ఉండే ఫైబర్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు షుగర్‌ను తగ్గించేందుకు సహాయం చేస్తాయి. కనుక డయాబెటిస్ ఉన్నవారు ఈ పండ్లను తింటే ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. ఇలా బొప్పాయి పండ్లను వర్షాకాలంలో ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం వల్ల అనేక ప్రయోజనాలను పొందవచ్చని పోషకాహార నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

పర్వతపు అంచున పట్టాల పరుగు వెనుక..!



ఒక అత్యున్నత నిర్మాణం వెనుక తప్పకుండా ఒక అత్యుత్తమ కృషి ఉంటుంది. జమ్మూ- శ్రీనగర్‌లను అనుసంధానించేందుకు నిర్మించిన భూమి మీది అత్యంత ఎత్తయిన చీనాబ్ రైల్వే వంతెన వెనుక కూడా అలాంటి కష్టమే ఉంది. ప్రపంచాన్ని అబ్బురపరిచే ఈ నిర్మాణంలో తెలుగు వనిత డా? గాలి మాధవీలత పదిహేడేండ్ల శ్రమ దాగుంది. నేలకు వేల అడుగుల ఎత్తున పట్టాలు పెట్టించడానికి ఆమె బృందం ఎన్నుకున్న టెక్నిక్.. సివిల్ ఇంజినీరింగ్ విభాగంలోనే సరికొత్త మార్గంగా మారింది. అసాధ్యమనిపించే పనిని సుసాధ్యం చేసి చూపిస్తే అది చేసిన వారికే కాదు, చూసిన వారికీ ఆనందాన్ని కలిగిస్తుంది. హిమాలయ సానువుల్లో చీనాబ్ వంతెన మీదుగా రైలు ప్రయాణం చేసేవారు తప్పకుండా ఈ ఆనందానుభూతిని పొందుతారు. శత్రుదుర్భేద్యం అనదగిన కొండలను తొలిచి భారత్‌లోనే తొట్ట తొలిసారిగా నిర్మించిన స్టీల్ ఆర్క్ బ్రిడ్జ్ అది. చీనాబ్ నదీ పాయకు 1200 అడుగుల ఎత్తున, 4300 అడుగుల పొడవుతో దీన్ని నిర్మించారు. అయితే సాధారణంగా ఇప్పటిదాకా భారత్‌లో జరిగిన బ్రిడ్జిల నిర్మాణానికీ దీనికీ చాలా తేడా ఉంది. ఆకాశానికీ నేలకూ మధ్య దీన్ని నిర్మించాలంటే పర్వతాలు, రాళ్లు వాటి స్వభావాల్లాంటి అనేక విషయాల మీద లోతైన అవగాహన అవసరం. అందుకే ఐఐటీలో చదువుకుని, ఇండియన్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ సైన్స్ నుంచి రాక్ మెకానిక్స్‌లో పోస్ట్ డాక్టోరల్‌షిప్ చేసిన డా? మాధవీలత వంతెన నిర్మాణంలో కీలకంగా వ్యవహరించగలిగారు. ఈ ప్రాజెక్టులో కన్సల్టెంట్‌గా బాధ్యతలు నిర్వహించారామె. ఆమెది ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని ప్రకాశం జిల్లా ఏడుగుండ్లపాడు.

డిజైన్ యాజ్ యూ గో..

పని ముందుకు వెళ్తున్న దాన్నిబట్టి వంతెనను డిజైన్ చేస్తూ పోవడమే అని చెప్పేదే మాధవీలత బృందం ఎంచుకున్న డిజైన్ యాజ్ యూ గో టెక్నిక్. మిగతా నిర్మాణాలు వాటి ప్రణాళికలకు దీనికీ అసలైన భేదం ఇక్కడే ఉంది. నేల స్వభావం, గట్టిదనం, నీరు పారే వేగం, దిశలాంటి వివిధ అంశాలను బట్టి సాధారణంగా ఇంజినీర్లు వంతెనల నిర్మాణానికి ప్లాన్ గీస్తుంటారు. అయితే ఇక్కడ పరిస్థితి వేరు. దీని గురించి మాధవీలత ఇండియన్ జియోటెక్నికల్ జర్నల్‌లో రాసిన అనుభవాల ప్రకారం%ౌ% ఆ పర్వతాల మీద విభిన్నమైన రాళ్లు ఉన్నాయి. ముందుగా వాటి స్వభావాన్ని తెలుసుకోవాల్సి వచ్చింది. వాటి పటిష్టత కూడా పెద్ద అంశమే. దాని ఆధారంగానే స్టీలు యాంకర్లు వేయాల్సి ఉంటుంది. అయితే కొండల అంచున వేర్వేరు రాళ్లే కాదు, వాటిలో పెద్ద పెద్ద ఖాళీలు కూడా ఉన్నాయి. కాబట్టి వంతెనను నిలబెట్టడానికి ముందు వాటిని కాంక్రీట్‌తో నింపాల్సి వచ్చింది. మరో విషయం ఏంటంటే అంత ఎత్తున గాలి కూడా విపరీతమైన వేగంతో వస్తుంది. నిరంతరం అలాంటి గాలులకు వంతెన తట్టుకోవాలి. ఇవన్నీ దృష్టిలో పెట్టుకుని ఏ ప్రదేశంలో పనిచేస్తున్నాం, అక్కడి పరిస్థితులేంటి అన్నదాన్నిబట్టే వంతెనను డిజైన్ చేసుకుంటూ ముందుకు వెళ్లాం. నిర్దిష్టమైన ప్లాన్ పెట్టుకుని అలాగే వెళ్లాలంటే ఇక్కడ కుదరదు. అందుకే ఈ వంతెన రూపకల్పన (డిజైనింగ్) విషయంలో పనితోపాటు మార్పులు చేసుకునే పద్ధతినే అనుసరించారు. మరో విషయం ఏమిటంటే ఏకంగా రిక్టర్‌స్కేలు మీద 8 తీవ్రతలో ఇక్కడ భూకంపాలు వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువ. -20 డిగ్రీల అతి తక్కువ ఉష్ణోగ్రతలు%ౌ% ఇవి కాక ఈ ప్రాంతంలో టెర్రరిస్టులు దాడికి తెగబడే అవకాశాలూ ఎక్కువే. అందుకే 63 మిల్లీమీటర్ల మందంతో కాంక్రీట్, స్టీల్ కలగలిపిన బ్లాస్ట్‌ప్రూఫ్ పిల్లర్లను నిర్మించారు. హిమాలయ పర్వతాల ఎత్తుపల్లాల్లో ప్రయాణించి సామగ్రిని చేర్చేందుకు తొలుత మార్గం లేదు. ఈ ప్రాజెక్టు నిర్మాణంలో నాది ఒక పాత్ర మాత్రమే. ముఖ్యంగా వాలు ప్రాంతాల్లో వంతెనను పటిష్ట పరిచే డిజైన్‌కు సంబంధించే నేను ఎక్కువ పనిచేశాను. అంత మాత్రాన నేనేదో గొప్ప అన్నట్టు ప్రచారం చేయడం సరికాదు. దీని నిర్మాణంలో వేల మంది పనిచేశారు. అందరూ ఈ ప్రశంసలకు అర్హులే! అప్పుడు గుర్రాలు, గాడిదలే వాహనాలు. ప్రస్తుతం జమ్మూ, శ్రీనగర్ నగరాల మీదుగా వెళ్లే విమానాల్లో ఈ వంతెన వచ్చినప్పుడు పైలట్లు ప్రత్యేక అనౌన్స్‌మెంట్ చేస్తున్నారు. ప్రయాణికులూ ఎంతో ఆసక్తిగా ఫొటోలు తీసుకుని ఆనందిస్తున్నారు. పడవల్లో వెళ్లి అంచనాలు వేసుకుని, తీవ్రమైన చల్లగాలులకు తట్టుకుంటూ, రోజుల తరబడి చంటిబిడ్డల్ని కూడా వదిలి తాను శ్రమించిన పని పూర్తవడం ఎంతో సంతోషంగా ఉందని చెబుతున్నారు మాధవీలత. త్వరగా కుటుంబంతో వంతెన మీదుగా ప్రయాణించాలని ఉవ్విళ్లూరుతున్నానంటూ తన ఆనందాన్ని పంచుకున్నారు.

సవాలు లేని సైకిల్ సవారీ

సైకిల్ అంటే చిన్నప్పటి కోరిక ఎంత మాత్రం కాదు. నాలుగు దశాబ్దాల కిందట మగపెండ్లివారు సగర్వంగా అడిగే కట్నకానుక కూడా కాదు. మన అభివృద్ధి, సుస్థిరత, ఆరోగ్యం దిశగా అదో అద్భుతమైన పరికరం. మన శారీరక శ్రమే దానికి ఇంధనం. చెమటోడ్చి తొక్కే కొద్దీ శక్తినిచ్చే సాధనం సైకిల్. సవాల్లేని సైకిల్ సవారీ వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు ఇవి..

కాలుష్య రహితం: రవాణా సాధనాల్లో సైకిల్ ఎలాంటి ఇంధనం లేకుండానే నడుస్తుంది. కాలుష్యం ఉండదు. ట్రాఫిక్ జామ్స్ ఉండవు. ఇంధన ఖర్చులూ ఉండవు.

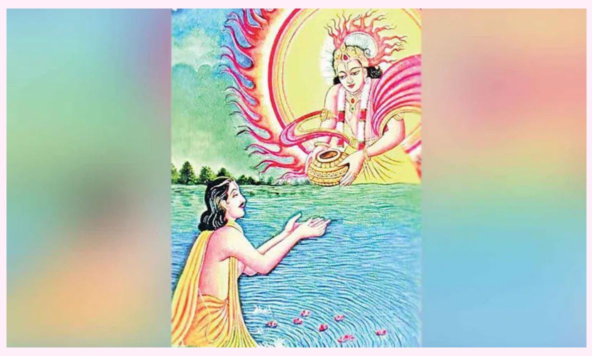
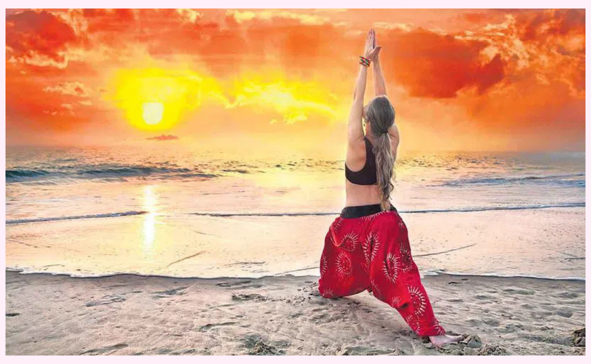
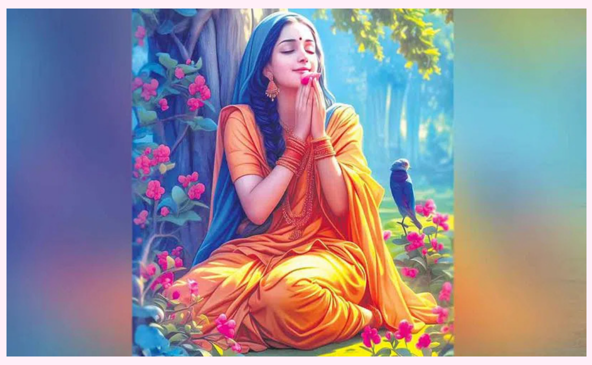
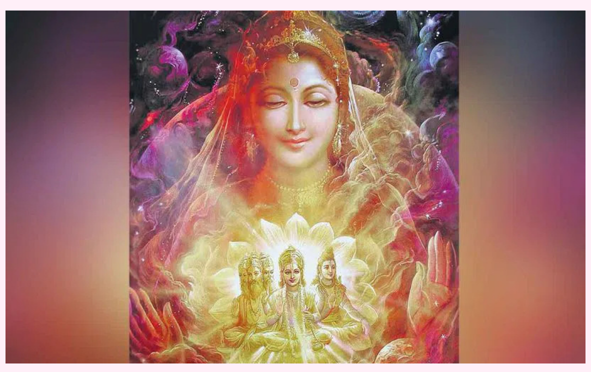
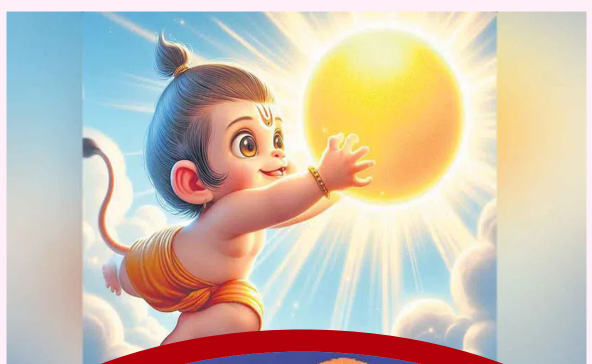
చవకైన రవాణా: సైకిళ్లు రవాణా ఖర్చులను పూర్తిగా తొలగిస్తాయి. అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశాల్లో పిల్లలు బడికి వెళ్లాలన్నా, రైతులు పొలాలకు వెళ్లాలన్నా, కూరగాయల్లాంటి పంటలను మార్కెట్లకు తరలించడానికి సైకిళ్లనే ఆశ్రయిస్తుంటారు. చిన్నాచితక పనులకు వెళ్లే వాళ్లకు కూడా ఇవే ఖర్చులేని రవాణా సదుపాయం.

శారీరక మానసిక ఆరోగ్యం: సైకిల్ తొక్కడం వల్ల గుండె ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. శారీరక బలం పెరుగుతుంది. క్యాలరీలు కరిగిపోతాయి. తాజా గాలిలో, ఆరుబయట ఏకాంతంగా సైకిల్ తొక్కుతూ ఉంటే మనసుకు ఆహ్లాదంగా, ఉల్లాసంగా, ఉపశమనంగా ఉంటుంది.

సుస్థిరం: పెట్రోలు, డీజిల్ వాడకం వల్ల కాలుష్యం పెరుగుతున్నది. వాతావరణ మార్పులు తలెత్తుతున్నాయి. ఇలాంటప్పుడు దగ్గరి ప్రయాణాలకు సైకిల్ మంచి పరిష్కారం.

జీవనాడి: ఇప్పటికీ ఆసియా, ఆఫ్రికా, లాటిన్ అమెరికా దేశాల్లో చాలామందికి సైకిల్ జీవనాడి. వైద్య సహాయం పొందాలన్నా, పిల్లలు బడికి వెళ్లాలన్నా, పెద్దలు ఉద్యోగాలు చేసుకోవాలన్నా గమ్యం చేరుకోవడానికి సైకిల్ ఖర్చులేని వాహనం.

భానుమూర్తి మన ప్రాణ దీప్తి!

సూర్యుడు అనంత చైతన్య స్వరూపుడు. అఖండ శక్తి సమన్వితుడు. కాలాన్ని నడిపించేదీ, కాల గమనాన్ని శాసించేదీ ఆయనే. గూటిలోని గువ్వపిట్టను మేల్కొలిపేదీ, నిద్రపుచ్చేదీ ఆయనే. మనలో జఠరాగ్నిని రగల్చేదీ, కడుపు నింపేదీ కూడా ఆ ప్రత్యక్ష దైవమే. చెట్టూ పుట్టా జనమూ జలమూ అన్నిటికీ భాస్కరుడే బలం. అంతెందుకు, అవతార పురుషుడైన రామచంద్రుడికే అలసిన వేళ ఆలంబన అయ్యింది అద్భుతమని చెప్పుకోదగ్గ ఆదిత్య హృదయం. భానుడు సాక్షాత్తూ వేద స్వరూపుడు అంటుంది మంత్రం. ఆయన అనుగ్రహం అక్షయం. అందుకే ఆయన కదిలితే పండుగ. ఆయన మరలితే పర్వం. పన్నెండు రాశుల్లోనూ సంచరించే సూర్యుడు ఇప్పుడు మకర రాశిలో ప్రవేశిస్తున్నాడు. ఆ సందర్భాన్నే మకర సంక్రాంతిగా ఉత్సవాలా జరుపుకొంటుంటాం. ఆయన ప్రసాదమైన ధాన్యపురాశుల్ని ముంగిట నింపుకొని ఆనందపు హేలలో మునిగితేలుతుంది. కాలగతి ఉత్తరాయణ పుణ్యకాలంలోకి అడుగిడుతున్న వేళ.. ఆ అక్షయ మూర్తికి అక్షర నీరాజనమిది. సప్తాశ్వ రథ ఆరూఢుడై భానుడు కదలి వస్తుంటే తెలిమంచు తెరలు తీస్తుంది. ఇలాతలం ఆహ్వానం పలుకుతుంది. భోగిమంట ధూపమేస్తుంది. కల్లాపి చప్పట్లు జేగంటలు మోగిస్తాయి. నవ్వవర్ణాల ముగ్గులు బంగారు కిరణాలతో జతకూడి, సరంధ్ర సమాయత్తం చేస్తాయి. గొబ్బిళ్లు, చిక్కుళ్లు, రేగుపళ్లు సవినయంగా స్వాగతాంజలి ఘటిస్తాయి. సంక్రాంతి పండుగ అచ్చంగా సూర్యుడి పండుగే. సకల శుభంకరుడూ, సర్వ మంగళుడూ అయిన సూర్యుడు మనిషి మంగళాలను కలిగించే కాలానికి ప్రారంభం ఇది. అందుకే ప్రకృతినీ, మనిషినీ మమేకం చేస్తూ వేడుక చేసుకుంటాం ఇప్పుడు. నిరంతర చైతన్యశీలి అయిన సూర్యభగవానుడు మకర రాశిలో ప్రవేశించి, తన రథ గమనాన్ని ఈ రోజు ఉత్తర దిశగా మళ్లిస్తాడు. ఉత్తర దిశకు కుబేరుడు అధిపతి. దిక్కుల్లో ఉత్తమమైనదిగా దీనికి పేరుంది. అందుకే ఈ సమయం ఉత్తరాయణ పుణ్యకాలమైంది. ఈనాటి నుంచే దేవతలకు పగలు ప్రారంభమవుతుంది. ఇప్పటినుంచి దక్షిణాయనం ప్రారంభమయ్యే వరకూ వారికి ఉదయ సమయం. అందుకే ఈ నెల్లో పండుగలు ఎక్కువ. ఆధ్యాత్మిక ఉపాసకులకు పరమోత్తమ కాలం. దేవతల అనుగ్రహం మెండుగా లభించే ఈ సమయాన భానుడు ప్రచండుడుగా వెలుగులు విరజిమ్ముతుంటాడు. అనంతవిశ్వం నుంచి ఆధ్యాత్మిక తరంగాలను ఆయన కిరణాల ద్వారా జనులందరిపైనా కురిపించి తరింపజేస్తాడు.

ఆయన రాకపోతే అంతమే

సూర్యుడు కాల స్వరూపుడు. సమయమూ భానుడూ వేరు వేరు కాదు. ఆదిత్యుడు ఆలస్యంగా ఉదయించే కాలాల్లో గడియారాలను ఓ గంట వెనక్కి మళ్లించడాన్నీ, ఆయన తొందరగా వచ్చే సమయాన వాటిని మళ్లీ అదే గంట [illegible] జరపడాన్ని పాశ్చాత్య దేశాల్లో మనం గమనిస్తున్నాం. అంటే సూర్యుడి రథ చక్రానికి సమాంతరంగా గడియారం ముళ్లు నడుస్తాయి. నడవాలి కూడా! ఎందుకంటే, మనలో జీవశక్తిని మేల్కొలిపే ఆయన కిరణ శక్తి లేకపోతే శరీరం ఎలా పనిచేస్తుంది? అలాగని ఒక్క రోజూ, ఒక్క నిమిషమైనా ఆయన ఆలస్యం చేసిన దాఖలాలు కనిపించవు. ఆ విషయం సూర్యోదయ సూర్యాస్తమయ సమయాలను పరిశీలిస్తే తేటతెల్లం అవుతుంది. ఏడాదిలో ఒక రోజు ఒక చోట ఎన్నింటికి ఉదయించి, ఎన్నింటికి అస్తమిస్తాడో మళ్లీ అదే రోజు ఠంచనుగా అదే సమయానికి తూర్పున వేదిక మీద వెలుగు పువ్వుగా వికసిస్తాడు. అంటే 2025 జనవరి 1న తేదీన హైదరాబాద్‌లో సూర్యోదయం 6:46 గంటలకు అయితే, 2035, 2050 అయినా సరే జనవరి ఒకటో తేదీ సూర్యోదయం 6:46 గంటలకే ఉంటుంది. అలాగే అస్తమయమూ. ఆ రోజు 5:53 సూర్యాస్తమయం అయితే మళ్లీ జనవరి 1 వచ్చినా అదే సమయానికి పడమటి రేవున పయనమైపోతాడు. అంత నిక్కచ్చిగా ఉంటున్నాడు కాబట్టే కాలాలు సక్రమంగా సాగుతున్నాయి. పంటలు పండి మనుషుల ఆకలి తీరుతున్నది. అదే సూర్యుడు ఒక్క 3 రోజులు కనిపించకపోతే వాయు మండలంలోని జలం ఘనీభవించి మంచు తుపాను చెలరేగుతుంది. భూమి అంతా అమాంతంగా చల్లబడిపోయి సమస్త ప్రాణికోటి అంతరించిపోతుంది. నిరంతరం ప్రభవించే వెచ్చటి కిరణాలతో మనల్ని చల్లగా కాపాడుతున్నాడు కనుకనే ఆయన ప్రత్యక్ష నారాయణుడు. భారతీయులు, భారతదేశం లాంటి పదాల్లోనే ఇక్కడి ప్రజలకు సూర్యుడు అంటే ఎంతో ప్రీతి అన్న విషయం దాగి ఉంది. భా అంటే ప్రకాశం, వెలుగు అనే అర్థాలున్నాయి. రతము అంటే ప్రేమ, ప్రీతి, మక్కువ. అలాగే భరతుడు అంటే అగ్నిహోత్రుడు. అంటే సూర్యుడే. భారతీయులు అంటే వెలుగు పైన మక్కువ కలిగిన వారు అని అర్థం. వెలుగు మరోపేరు అఖిల విద్యలకుమన్ అంటుంది శాస్త్రం. విద్యల మీద, ఇంకా లోతుకు వెళితే జ్ఞానం మీద మక్కువ కలిగిన వారు భారతీయులు. అందుకే భారతదేశం జ్ఞానభూమి అయింది. ఆ వెలుగుకు ప్రత్యక్ష స్వరూపుడు సూర్యుడు. అందుకే మన దగ్గర సూర్యుడికి దివాకర్, ప్రభాకర్, భాను, రవి, భాస్కర్, సూర్య, ఆదిత్య, తేజస్వి, సవిత, మిత్ర, అర్క, మార్తాండలాంటి పేర్లు లెక్కకు మిక్కిలి ఉంటాయి. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా సూర్యుడికి ఇన్ని పేర్లు మరెక్కడా కనిపించవు. అదీ భారతీయులకు భానుడి మీద ఉన్న ప్రీతి. మన దేశంలో ఇప్పటికీ సూర్యుడిని చూడకుండా భోజనం ముట్టని వాళ్లు ఉన్నారు. మన దగ్గర వేదకాలంలోనే భూమికి సూర్యుడి నుంచి ఉన్న దూరాన్ని సుస్పష్టంగా లెక్కేశారు. భూమి నుంచి 14.98 కోట్ల కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న సూర్యుడి కిరణాల ప్రయాణ వేగం ఒక సెకనుకు 3 లక్షల కిలోమీటర్లు, అవి భూమిని చేరడానికి పట్టే కాలాన్ని 8 నిమిషాలుగా అంచనా కట్టారు ఖగోళ శాస్త్రవేత్తలు. ఇక్కడ భారతీయులు పరమ పవిత్ర గ్రంథంగా భావించే రామాయణంలోని ఓ విషయాన్ని చెప్పుకోవాలి. బాల్యంలో హనుమంతుడు నారింజ రంగులోని సూర్యుణ్ని చూసి పండు అనుకుని, తిందామనే ఉద్దేశంతో అక్కడికి ఎగిరి వెళ్లాడట. అందుకోసం ఆయన వెళ్లిన దూరాన్ని, 'యుగ సహస్ర యోజన పరభాను' అని తులసీదాస్ హనుమాన్ చాలీసాలో చెబుతారు. దీన్ని లెక్క కడితే 'యుగం.. 12000 ఏళ్లు, సహస్రం.. 1000, యోజనం.. 8 మైళ్లు, మైలు 1.6 కిలోమీటర్లు వెరసి దాదాపు 15 కోట్ల కిలోమీటర్లు. ఇది 'భూమి నుంచి సూర్యుడికి ఉన్న దూరం 14.98 కోట్ల కిలోమీటర్లు' అని శాస్త్రవేత్తలు చెబుతున్న లెక్కకు అటూ ఇటుగా సరిపోతుంది.

నెలకో సూర్యుడు

సనాతన హైందవ సంప్రదాయంలో సూర్యోపాసనకు ప్రత్యేక స్థానముంది. పంచాయతనాల్లో సౌరం ఒక ఆరాధనా పద్ధతి. అందులో సూర్యుడే ప్రధాన దేవత.

'నమస్సవిత్రే జగదేకచక్షుషే జగత్ప్రసూతి స్థితినాశహేతవే
త్రయీమయాయ త్రిగుణాత్మధారిణే విరించి నారాయణ శంకరాత్మనే'

'జగత్తుకు నీవే కన్ను. సృష్టి స్థితి లయలకు కారకుడివి. సత్వ రజో తమో గుణాలూ నీలోనే ఉంటాయి. బ్రహ్మ విష్ణు మహేశ్వరుల సమైక్య మూర్తీ నమోస్తుతే' అంటూ ప్రార్థిస్తాం. భానుడు త్రిమూర్తుల సమైక్య రూపం కాబట్టే ప్రభాతంలో బ్రహ్మగా, మధ్యాహ్నం వేళ శివ స్వరూపుడిగా, సాయం సంధ్యలో విష్ణు రూపుడిగా కొలుస్తాం. భవిష్య, మార్కండేయ, బ్రహ్మాండ, విష్ణు పురాణాల్లో సూర్యమండల వర్ణన అద్భుతంగా ఉంటుంది. రామాయణ, మహాభారతాల్లో అనేక చోట్ల సూర్యుడి ప్రస్తావన కనిపిస్తుంది. ప్రశ్న, తైత్తరీయ, ఛాందోగ్య, బృహదారణ్యకాది ఉపనిషత్తులూ ఆయన్ను అమిత బలవంతుడిగా చూపించాయి. అసలు వేదమంతా కలుపుకొంటే సూర్యమండలమే. సూర్యుడి జననానికి సంబంధించి పురాణేతిహాసాల్లో పలు రకాల కథలు ఉన్నాయి. బ్రహ్మపురాణం ప్రకారం కశ్యప ప్రజాపతి, అదితి దంపతులకు సూర్యుడు జన్మించాడు. తల్లి కడుపులో ఉండగా సూర్యుడి వేడి వల్ల గర్భం విచ్ఛిన్నమవుతుంది. దైవానుగ్రహంతో ఆ గర్భం నుంచే సూర్యుడు ప్రభవించాడంటారు. అందుకే సూర్యుడిని మృతాండుడు, మార్తాండుడు అనే పేర్లతో పిలుస్తారు. సూర్యుడు ఒక్కడిగా కనిపించినా ఆయన చుట్టూ పెద్ద పరివారమే ఉంటుంది. ఏడు విభిన్న గణాలు ఉంటాయందులో. అందులో ద్వాదశ ఆదిత్యులు కూడా ఉన్నారు. మహాభారతం ప్రకారం.. వీళ్లంతా కశ్యప, అదితి సంతానమే. వీరి పేర్లు ధాత, మిత్ర, అర్యమ, ఇంద్ర, వరుణ, అంశు, భగ, వివస్వంత, పూష, సవిత, త్వష్ట, విష్ణు. వీళ్లు పన్నెండు మాసాల్లో సూర్యుడి శక్తిని పన్నెండు రకాలుగా భూమికి అందిస్తారు. ఇక మిగిలిన ఆరు గణాలు అప్సరస, రుషి, అసుర, సర్ప, యక్ష, గంధర్వులు. మొత్తంగా ఒక్కో సూర్యుడితో కలిసి వీళ్ల గణాల నుంచి ఒక్కొక్కరు ఒక్కో నెలను పరిపాలిస్తారు. ఆ కారణంగానే మాసాలు మారుతున్న కొద్దీ ప్రకృతితో మన అనుభూతి విభిన్నంగా ఉంటుంది.

సీతమ్మ మనసుకు మందు

పవళించే భువనాలను తన పావన కిరణ స్పర్శతో మేలు కొలుపుతాడు భానుడు. ఆయన సరిగ్గా కనిపించని రోజు శరీరాన్ని బద్ధకం ఆవరిస్తుంది. రోజులపాటు భానుడి ప్రతాపం తగ్గిందా అది కుంగుబాటుగానూ మారుతుంది. అమెరికాలాంటి దేశాల్లో చలికాలంలో ప్రతి 10 మందిలో నలుగురిని మానసికమైన దిగులు ఆవరిస్తున్నదని అమెరికన్ సైకియాట్రీ అసోసియేషన్ ఒక అధ్యయనంలో వెల్లడించింది. అంతేకాదు తీవ్రమైన కుంగుబాటు, బైపోలార్ డిజార్డర్‌లాంటి సమస్యల బారిన పడుతున్న వారి సంఖ్యా తక్కువేం కాదు. ఐరోపా దేశాల్లోనూ ఈ సమస్య పెద్ద స్థాయిలోనే కనిపిస్తుంది. సూర్యరశ్మి సరిగ్గా సోకకపోతే శరీరంలో మెలటోనిన్, సెరటోనిన్ హార్మోన్ల స్థాయుల్లో తేడా రావడమే దీనికి కారణం. ఇవి నిద్రను, మనసుని ప్రభావితం చేస్తాయి. ఇలాంటి సమస్యలు వచ్చినప్పుడు సూర్యరశ్మి లేదా అంతకు సమానమైన కాంతి కలిగిన ప్రత్యేక లైట్లతో దీనికి 'లైట్ థెరపీ' అనే చికిత్స చేస్తారు. మొత్తంగా చెప్పాలంటే మానసిక సమస్యలకూ సూర్యుడే మందు. ఈ విషయం రామాయణంలో సీత విషయంలోనూ కనిపిస్తుంది. సీతను క్షోభకు గురిచేయాలని భావిస్తాడు రావణుడు. రామలక్ష్మణుల మాయా తలలను తెచ్చి, యుద్ధంలో చంపానంటూ ఆమె ముందుంచుతాడు. వాటిని చూసి కంపించిపోతుంది సీత. తీవ్ర దుఃఖితురాలైన ఆమెతో అసలు నిజాన్ని చెబుతుంది విభీషణుడి కూతురు. అది అబద్ధమని తెలిసినా ఆమె దిగ్భ్రమ నుంచి బయటికి రాలేకపోతుంది. ఆ శోకం నుంచి విముక్తి పొందేందుకు ధ్యానంలోకి వెళుతుందామె. ప్రభాకరుడిని ఆశ్రయించు అంటూ మది నుంచి వచ్చిన సూచనతో సూర్యుడికి నమస్కారం చేస్తుంది. ఆ విధంగా కుంగుబాటు నుంచి బయటపడిందట. అంతేకాదు, అవసరమైనప్పుడు అనన్య సామాన్యమైన బలాన్నీ సూర్యుడు అందిస్తాడు. అజ్ఞాత వాసంలో ఉన్నప్పుడు ద్రౌపదిని చూసి మోహిస్తాడు కీచకుడు. ఏదో ఒక సాకుతో తన మందిరానికి రప్పించుకుంటాడు. అక్కడికి వెళ్లవలసిన తప్పని పరిస్థితి ఏర్పడ్డప్పుడు సూర్యుడికి నమస్కారం చేసుకుంటుంది ద్రౌపది. అప్పుడు తన గణాల్లోంచి ఓ రాక్షసుడిని ఆమె వెంట అదృశ్య రూపంలో పంపుతాడు ప్రత్యక్ష నారాయణుడు. అంతే కీచకుడు ద్రౌపది చేయి పట్టుకోగానే చప్పున దూరి తన పని పూర్తిచేస్తాడు. మహా బలవంతుడిగా పేరున్న కీచకుడు కూడా ద్రౌపది చేయి విదల్చగానే ఆమడదూరంలో ఎగిరిపడి, వణికి పోతాడు.

సూర్యకాంతికీ బీఎంఐకీ సంబంధం

సూర్యకాంతికీ, మనం ఎత్తుకు-వయసుకు తగ్గ బరువు ఉండటానికీ సంబంధం ఉందని కొన్ని అధ్యయనాలు నిరూపిస్తున్నాయి. బాడీమాస్ ఇండెక్స్ (బీఎంఐ)గా పిలిచే ఇది చాలా కోణాల్లో మనం ఎండలో ఉండటం మీద ఆధారపడుతుంది. విటమిన్-డి అన్నది జీవక్రియ (మెటబాలిజం) బాగా జరగడానికి, తిన్న ఆహారంలోని క్యాలరీలు ఖర్చు అవ్వడానికి తోడ్పడుతుంది. విటమిన్-డి లోపం ఉన్న పిల్లల్లో జీవక్రియావేగం మందగించి ఊబకాయం తలెత్తుతున్నదట. మన శరీరంలోని లెప్టిన్ అనే హార్మోన్ ఆకలి లేదా, కడుపు నిండిన భావనలను నియంత్రిస్తుంది. ఇది సక్రమంగా విడుదలై పనిచేయడానికి సూర్యకాంతి సహకరిస్తుంది. ఉదయ, సాయంత్రాల్లో ఎండలో ఉండటం వల్ల బరువు నియంత్రణలో ఉండటం, గుండెజబ్బులు వచ్చే అవకాశం తగ్గడాన్ని జంతువుల మీద చేసిన వివిధ ప్రయోగాల్లో గుర్తించారు. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచేందుకు సూర్యరశ్మి ఎంతగానో సహకరిస్తుంది. మెదడు ఏకాగ్రంగా పనిచేయడానికీ, మనసు ఆహ్లాదంగా ఉండటానికీ ఇదే కీలకం. శరీర గాయాలను మాన్పడంలోనూ ఎండ ప్రధాన పాత్ర పోషిస్తుంది. రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్, ఆస్తమాలాంటి ఎముక, శ్వాస సంబంధ వ్యాధుల నివారణకూ ఇది ఎంతగానో తోడ్పడుతుంది. ఇన్ఫెక్షన్లను దరిచేరనీయకుండా చేయడమే కాదు, మనలోని రకరకాల హార్మోన్లను నియంత్రణలో ఉంచేందుకూ ఇది మూలంగా పనిచేస్తుంది. అందుకే 'ఆరోగ్యం భాస్కరాధిచ్ఛేత్' అంటుంది శాస్త్రం. సూర్యుడు నమస్కార ప్రియుడు. ఆ కారణంగానే ఆరోగ్యం కోసం సూర్య నమస్కారాలను సూచిస్తుంది యోగ శాస్త్రం. సూర్య నమస్కారాలు మొత్తం 12 ఆసనాల సమాహారం. ఇందులో ప్రణామాసనంతో పాటు హస్త ఉత్థానాసనం, పాదహస్తాసనం, పర్వత, భుజంగాసనాల్లాంటివి ఉంటాయి. వీటన్నిటికీ ద్వాదశాదిత్యులకు సంబంధించిన మంత్రాలూ ఉంటాయి. అవి చదవడం, చదవకపోవడం అన్నది వ్యక్తిగత ఇష్టం. ఇక, ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసలను సమన్వయం చేసుకుంటూ ఈ నమస్కారాలు చేయాలి. రక్తశుద్ధికి, రక్తప్రసరణ బాగా జరగడానికి, బరువు నియంత్రణలో ఉండటానికి, థైరాయిడ్, థైమస్‌లాంటి వివిధ గ్రంథులు సక్రమంగా పనిచేయడానికీ ఇవి బాగా ఉపకరిస్తాయి. వీటిలో ఒక్కొక్క ఆసనానికీ ఒక్కొక్క ప్రయోజనం ఉంటుంది. ఉదాహరణకు చేతులు పైకెత్తి వెనక్కి వంగి చేసే హస్త ఉత్థానాసనం వల్ల వెన్ను బలంగా అవుతుంది, నడుము నొప్పులు రావు. అలాగే నడుము వంచి అరచేతులతో పాదాలను పట్టుకునే పాదహస్తాసనం వల్ల గుండెకు రక్తం బాగా సరఫరా అవుతుంది. మైగ్రెయిన్, బీపీలాంటివి నియంత్రణలో ఉంటాయి. పెరిగే పిల్లలు వీటిని సాధన చేస్తే శరీరం దృఢంగా తయారవుతుంది.

అక్షయ మూర్తి

జగత్తుకు మూలకర్తా, పోషకుడూ అయిన సూర్యనారాయణ మూర్తి అనుగ్రహం అక్షయం. అది మనకు పురాణేతిహాసాల్లో పలు సందర్భాల్లో ప్రస్ఫుటం అవుతుంది. మహాభారతంలో పాండవుల వనవాస ఘట్టంలో అలాంటి కరుణామృత ధార దర్శనమిస్తుంది. కుంతీ పుత్రులు, పరివారంతో కలిసి అడవులకేగినప్పుడు వాళ్ల వెంట రుషి ముని గణం కూడా బయల్దేరుతుంది. 'అయ్యో నేనే రాజ్యాన్ని వదిలి, కుటుంబంతో కలిసి కానలకు పోతున్నాను. మేమంటే ఏదో కందమూలాలు తిని జీవిస్తాం. మిమ్మల్ని నేనెలా పోషించగలను. అయినా ఈ రాజ్యానికి రాజు దుర్యోధనుడు మీరు ఆయనతో ఉండాలి కదా' అంటాడు ధర్మరాజు. 'మాకు పదవులతో పనేం ఉంది. ధర్మం వెంటే ఉంటాం, ధర్మం గెలవడం కోసం తపస్సు చేస్తాం' అని వాళ్లూ పాండవులతో పాటు కదిలారు. ఆ సందర్భంలోనే ధర్మరాజు సూర్యుణ్ని ఉపాసిస్తాడు. ఆయన అవసరాన్ని గ్రహించి, అద్భుతాలకే అద్భుతం అయిన 'అక్షయ పాత్ర'ను ప్రసాదిస్తాడు భానుడు. ఏ పదార్థం ఎంత కావాలన్నా ఇస్తూ, వేల మంది ఆకలి తీర్చే ఆ అమృతభాండం ఆయన అపార కరుణకు నిదర్శనం. అంతెందుకు, రోజుకు పన్నెండు బారువుల బంగారాన్నిచ్చే 'శమంతక మణి'ని సత్రాజిత్తుకు వరంగా ఇచ్చిందీ ఆదిత్యుడే. అందుకే ఆయన అక్షయమూర్తి. ప్రత్యక్షనారాయణుడిని ఉపాసిస్తే జయం, అక్షయ శుభం కలుగుతుందన్నది వేదవాక్కు.

ఆదిత్యహృదయం పుణ్యం సర్వశత్రువినాశనమ్
జయావహం జపేన్నిత్యమక్షయం పరమం శివమ్

అంటుంది ఆదిత్య హృదయంలోని మరో శ్లోకం. శాస్త్ర పరంగా జయం అంటే%8౩% ధర్మ, అర్థ, కామ, మోక్షాలన్నిటా సంపూర్ణత్వాన్ని పొందడం. అలాంటి విజయవంతమైన జీవితాన్ని ప్రసాదించమని ఆ ప్రత్యక్ష నారాయణుడిని ఈ పండుగ వాకిట వేడుకుందాం%8౩% సూర్య నారాయణా వేద పారాయణా అంటూ మనస్ఫూర్తిగా పాడుకుందాం!

తేజోమయం ఆదిత్య హృదయం

శ్రీరామచంద్రుడు రావణాసురుడితో యుద్ధంలో ఉన్నాడు. ఈయన అవతార పురుషుడైతే ఆయన తపోసంపన్నుడు. అనేక వరాలు పొందినవాడు. అందుకే, యుద్ధ సమయంలో దెబ్బ తిన్నా మళ్లీ మళ్లీ బలం పుంజుకుని తిరిగి వస్తున్నాడు. దీంతో సాక్షాత్తూ రామభద్రుడికే ఓసారి విపరీతమైన అలసట ఆవరించిందట. ఆ సమయంలోనే రాముణ్ని సమీపిస్తాడు అగస్త్య మహర్షి. 'రామచంద్రా! నీకు అమిత బలప్రదాయిని అయిన ఓ దివ్య స్తోత్రాన్ని ఉపదేశిస్తాను దానివల్ల యుద్ధంలో నువ్వు ఇట్టే విజయం సాధించగలవు' అంటూ ఉత్సాహపరుస్తాడు. అలా అగస్త్యుడు రాముడికి ఉపదేశించిన మంత్రమే, సూర్యగీతగా ప్రసిద్ధి చెందిన'ఆదిత్య హృదయం'. ఇందులో సూర్యుడి వైభవం ఉంటుంది. ఆయన ఈ సృష్టికి చేస్తున్న మేలు ఉంటుంది. సూర్యుడి నామాల ప్రస్తావన కనిపిస్తుంది. భానుణ్ని కొలవడం వల్ల ఎంతటి మహత్తర ప్రయోజనాలు లభిస్తాయన్న వివరమూ ఉంటుంది. అందులో ఒక శ్లోకం ఇలా చెబుతుంది

సర్వదేవాత్మకో హ్యేష తేజస్వీ రశ్మిభావనః
ఏష దేవాసురగణాంల్లోకాన్ పాతి గభస్తిభిః

సూర్యుడు సర్వదేవాత్మకుడు. ఆత్మ అనే పదానికి స్వరూపం, శరీరం అనే అర్థం కూడా ఉంది. అంటే సర్వదేవతలకూ స్వరూపం ఈయనే. అందరికీ ఆత్మ ఇతడు. తేజస్వి అనే పదానికి కాంతి అనే కాదు, బీజశక్తి అనే అర్థం కూడా ఉంది. అంతమంది దేవతల ఏకీకృత రూపమైన ఈ పరమాత్మ సర్వజగత్తునూ తనలో దాగి ఉన్న బీజాలతో వ్యాప్తి చేస్తున్నాడు. రశ్మిభావనః అంటే రశ్మిలను కలిగించువాడు. రశ్మి%8౩% అంటే అన్నప్రదాత. రశ్మిలు అంటే సర్వ జీవులనూ పోషించే సూర్య కిరణ శక్తులు. అవి పై నుంచి కిందకి వస్తూ ప్రతి జీవిలోకీ ప్రవేశిస్తాయి. సూర్య రశ్మిలను ప్రకృతి అంతా పొందుతుంది. సూర్యుడి వెలుగు తగలగానే అప్పటివరకూ మొగ్గలుగా ఉన్నవి పువ్వులుగా విచ్చుకుంటాయి. పక్షులు గూళ్లు వదులుతాయి. పర్వతాలు, ఇతర జడ పదార్థాలు, చెట్లూ పుట్టలూ వాటి వాటి ధర్మానుసారం రశ్మిల్ని తీసుకుంటాయి. మనిషి శరీరం ఒకలా స్వీకరిస్తుంది. అన్ని దిక్కులా వ్యాపించి ఉండే ఈ కిరణాల నుంచి వసువులు మొదలైన దేవతలు కూడా ఆహారాన్ని స్వీకరిస్తున్నారు. ఈ రశ్మిలు ప్రతి జీవిలోకీ ప్రవేశిస్తాయి. దేవతల ఆహారమేమిటో వారికి, మన ఆహారం మనకు, జంతువుల ఆహారం జంతువులకు%8౩% ఆయనే ఇస్తున్నాడు. కాబట్టి ఆయన తేజస్వీ రశ్మిభావనః. ఆ సూర్యుడే తన చుట్టూ వ్యాపించి ఉన్న దేవ అసుర గణాలతో, ఆయన కిరణాల ద్వారా ఈ భూమిని పాలిస్తున్నాడు. ఇందులో సూర్యుడు పరమేశ్వరుడు ఎలా అయ్యాడో చెప్పారు. ఇక, ఈ స్తోత్రాన్ని పారాయణం చేయడం వల్ల శుభాలకే శుభం జరుగుతుంది. దీర్ఘాయుష్షు, సంపద, బ్రహ్మ వర్చస్సు.. కలుగుతాయి. ఇది శోక వినాశిని, శత్రు నాశిని అని చెబుతాడు అగస్త్య మహర్షి. ఆయన మాట ప్రకారం రాముడు దీన్ని విని పఠనం చేశాడు. ఒకే ఒక్క దెబ్బలో రావణున్ని పడగొట్టి అఖండ విజయాన్ని సాధించాడు. అంతటి శక్తిమంతమైనది కాబట్టే సూర్య ఉపాసనా సంప్రదాయంలో దీనికి విశిష్ట స్థానముంది.

ఘనం.. పీవీ వనం

నేచురల్ ఆస్పిరిన్!

నోరూరించే దానిమ్మ పండు అందరికీ తెలిసిందే. పూతకొచ్చిన కాలంలో దానిమ్మ పొద ఎంతో అందంగా ఉంటుంది. ఈ పండు ఎరుపు, పసుపు రంగులు మిళితమై ఆకర్షణీయంగా కనిపిస్తుంది. అనేక సంప్రదాయ ఆచారాల్లో, ఔషధాల్లో దానిమ్మ పండు వినియోగిస్తున్నారు. మత విశ్వాసాల్లో ఇది సంపదకు చిహ్నం. సీమంతం వేడుకలో గర్భిణిని ఆశీర్వదించే ముత్తైదువలు అయిదు రకాల పండ్లతో ఒడినింపుతారు. వాటిలో దానిమ్మ పండు మొదటిది. ప్రాచీన కాలంలో నేటి ఇరాన్, ఉత్తర భారత భూభాగాల్లో దానిమ్మ పండేది. ఇక్కడి నుంచి ఇతర ప్రాంతాలకు విస్తరించిందీ చెట్టు. సమశీతోష్ణ వాతావరణంలో, వర్షపాతం తక్కువగా ఉండే ప్రాంతాల్లోనూ ఎదుగుతుంది. ప్రపంచంలో అయిదు వందల పేర్లతో దానిమ్మ చెట్లున్నాయి. పొద ఎత్తు, పూలు, కాయ పరిమాణం, రంగు, రుచిని బట్టి ఒకే రకమైన దానిమ్మకు అనేక పేర్లున్నాయి. ఇందులో గింజలు గట్టిగా ఉండేవి, మెత్తగా ఉండేవి, అతి పుల్లగా ఉండేవి, కెంపు, తెలుపు, లేత ఆకుపచ్చలో ఉండే రకరకాల దానిమ్మలు ఉన్నాయి. ఇవి 11 డిగ్రీల సెల్సియస్ ఉష్ణోగ్రత కంటే తక్కువ ఉష్ణోగ్రతను తట్టుకుని పెరుగుతాయి. మన దేశంలో దోల్కా, కంధారి, స్పానిష్ రూబీ, గణేష్, ఆలంది దానిమ్మ పండ్లు పండుతున్నాయి. దానిమ్మలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. శరీరంలోని కణాలను ధ్వంసం చేసే ఫ్రీరాడికల్స్ ప్రభావాన్ని ఇవి నివారిస్తాయి. దానిమ్మ రసానికి రక్తాన్ని పలుచన చేసే గుణం ఉంది. చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గిస్తుంది. అందువల్ల రక్తనాళాల్లో సరఫరా వేగవంతమవుతుంది. గుండెపోటు ప్రమాదాన్ని నివారిస్తుంది. అందుకే దానిమ్మ ఫలాన్ని 'నేచురల్ ఆస్పిరిన్' అని పిలుస్తారు. రోజూ అర కప్పు దానిమ్మ రసం తాగితే గుండె జబ్బులు రావు. నొప్పులు తగ్గించడానికీ, దగ్గు, మూత్రాశయ వ్యాధులు, జీర్ణాశయ సమస్యలు, క్యాన్సర్ నివారణకు దానిమ్మ తోడ్పడుతుంది. ఆకలిని పుట్టిస్తుంది. పూలతో కూడా ఔషధాలను తయారు చేస్తారు. దానిమ్మ తొక్కను అద్దకం కుటీర పరిశ్రమల్లో రంగుల తయారీ కోసం ఉపయోగిస్తారు. దానిమ్మ కాయ, తొక్క నుంచి తీసిన ద్రావణం కీటక నాశినిగా ఉపయోగపడుతుంది.

మన చుట్టూ పరిసరాల్లో పెరిగే ఈ మొక్క కనబడితే వెంటనే ఇంటికి తెచ్చుకోండి ఎందుకంటే

దవనం మొక్క గురించి అందరికీ తెలిసిందే. దీన్ని చాలా మంది తమ ఇంటి పెరట్లో పెంచుతారు. ఈ మొక్క ఆకులను పువ్వుల దండల్లో ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తారు. దవనం ఆకులు అద్భుతమైన సువాసనను అందిస్తాయి. అందుకనే ఈ మొక్క ఆకులను పూల దండల్లో వాడుతుంటారు. అయితే దవనం మొక్క ఆకుల్లో అనేక ఔషధ గుణాలు ఉంటాయి. ఈ ఆకులను ఆయుర్వేద, యునాని వైద్య విధానంలో పలు ఔషధాలను తయారు చేసేందుకు ఉపయోగిస్తారు. ఇక దవనం ఆకుల నుంచి ప్రత్యేకంగా నూనెను తయారు చేస్తారు. ఇది అద్భుతమైన సువాసనను అందిస్తుంది. ఈ నూనె వాడితో మనకు అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. దవనం నూనె వల్ల ఎలాంటి లాభాలు కలుగుతాయో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

ఒత్తిడి, ఆందోళన తగ్గుతాయి..

దవనం మొక్క అనేక ఔషధగుణాలను కలిగి ఉంటుంది. దీన్ని ఆధ్యాత్మిక పరంగా కూడా ఉపయోగిస్తారు. ఆయుర్వేదం, యునాని వైద్యంలోనూ దవనం మొక్కకు ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. ఈ మొక్క ఆకుల నుంచి తీసి నూనె అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. దవనం నూనెను సవాసన కోసం ఉపయోగిస్తారు. ఈ నూనెను వాసన పీలుస్తుంటే ఒత్తిడి, ఆందోళన తగ్గుతాయి. దీంతో మైండ్ రిలాక్స్ అవుతుంది. మానసిక ప్రశాంతత లభిస్తుంది. మానసిక ఆరోగ్యం మెరుగు పడుతుంది. డిప్రెషన్ నుంచి బయట పడవచ్చు. రాత్రి పూట ఈ మొక్క ఆకుల వాసన లేదా నూనె వాసనను పీలిస్తే మైండ్ రిలాక్స్ అయి చక్కగా నిద్ర పడుతుంది. నిద్రలేమి నుంచి బయట పడవచ్చు. నిద్ర సమస్యలను తగ్గించడంలో దవనం నూనె లేదా ఆకులు అద్భుతంగా పనిచేస్తాయి.

చర్మ సమస్యలకు..

శరీరంపై వచ్చే దురదలు, దద్దుర్లను తగ్గించడంలోనూ దవనం నూనె అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. సమస్య చోట ఈ నూనెను రాస్తుంటే ఫలితం ఉంటుంది. దీంతో ఎలాంటి చర్మ సమస్యను అయినా సరే తగ్గించుకోవచ్చు. ముఖ్యంగా శరీరంపై వచ్చే దద్దుర్లు, పుండ్లు తగ్గిపోతాయి. గాయాలు కూడా త్వరగా మానిపోతాయి. మహిళలు ప్రసవం అనంతరం తమ పొట్టపై వచ్చే స్ట్రెచ్ మార్క్‌లను తగ్గించుకునేందుకు కూడా దవనం నూనె పనిచేస్తుంది. దీన్ని పొట్ట భాగంపై రోజూ మర్దనా చేస్తుంటే ఎలాంటి స్ట్రెచ్ మార్క్స్ అయినా సరే తగ్గిపోతాయి. మహిళలు ఈ నూనెను తరచూ వాడుతుంటే నెలసరి సరిగ్గా వస్తుంది. హార్మోన్ల సమస్యలు ఉండవు. అలాగే తిన్న ఆహారం సరిగ్గా జీర్ణం కావాలంటే కూడా ఈ నూనెను పొట్టపై మర్దనా చేయవచ్చు.

శ్రీచక్ర
శుక్రవారం 27 - 02 - 2026

ఆర్బీఐ డెడ్‌లైన్‌కు ముందే.. ఏటీఎంలలో పెరిగిన రూ.100, రూ.200 నోట్ల లభ్యత

ఏటీఎమ్‌లలో రూ.100, రూ.200 నోట్ల లభ్యత పెరిగింది. ప్రజలకు రూ.100, రూ.200 నోట్లు మరింత అందుబాటులో ఉండేలా ఏటీఎమ్‌లలో ఆయా డినామినేషన్ నోట్లలభ్యతను పెంచాలని రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా ఇటీవలే ఆదేశించిన విషయం తెలిసిందే. సెప్టెంబర్ 30 నాటికి ఈ నోట్ల లభ్యత పెంచాలని ఈ ఏడాది ఏప్రిల్‌లో ఆదేశాలు జారీ చేసింది. దశల వారీగా ఈ ఆదేశాలను అమలు చేయాలని బ్యాంకులు, వైట్ లేబుల్ ఏటీఎమ్ ఆపరేటర్లకు సూచించింది. ఈ మేరకు 2025 సెప్టెంబర్ 30 నాటికి 75 శాతం ఏటీఎమ్‌లలో కనీసం ఒక్క క్యాసెట్‌లోనైనా రూ.100 లేదా రూ.200 నోట్లు ఉండేలా చూడాలని డెడ్‌లైన్ పెట్టింది. అంతేకాదు 2026 మార్చి 31 నాటికి దీన్ని 90 శాతం పెంచాలని పేర్కొంది. ఆర్బీఐ ఆదేశాలకు అనుగుణంగా డెడ్‌లైన్‌కు ముందే రూ.100, రూ.200 నోట్ల లభ్యత 70 శాతానికిపైగా పెరగడం విశేషం. గతేడాది డిసెంబర్‌లో 65 శాతంగా ఉన్న ఈ నోట్ల లభ్యత ప్రస్తుతం 73 శాతానికి చేరింది. దేశంలోనే అతిపెద్ద నగదు నిర్వహణ సంస్థ అయిన సీఎంఎస్ ఇన్ఫోసిస్టమ్స్ ఈ గణాంకాలను వెల్లడించింది. ఈ సంస్థ దేశంలోని మొత్తం 2,15,000 ఏటీఎమ్‌లలో 73,000 ఏటీఎమ్‌లను నిర్వహిస్తోంది.

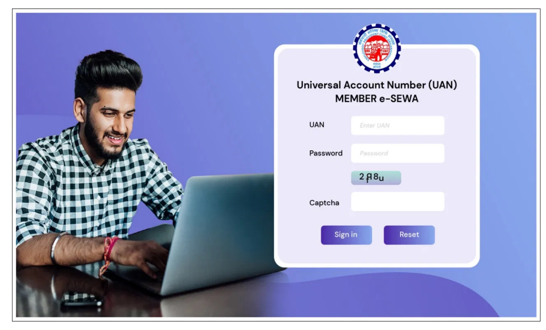
పశ్చిమాసియా సంక్షోభంతో పెరుగుతున్న ముడి చమురు ధరలు.. భారత కంపెనీలపై ఒత్తిడి..!

పశ్చిమాసియాలో ఉద్రిక్త పరిస్థితులు నెలకొన్నాయి. ఇజ్రాయెల్-ఇరాన్ మధ్య సంక్షోభం కారణంగా ప్రపంచవ్యాప్తంగా ముడి చమురు ధరలు పెరుగుతున్నాయి. ఈ ప్రభావం భారత చమురు మార్కెట్‌తో పాటు గ్యాస్ కంపెనీలపై ఆర్థికంగా ఒత్తిడి పడే అవకాశం ఉన్నది. ఐసీఐసీఐ సెక్యూరిటీస్ నివేదిక ప్రకారం.. ముడి చమురు ధర ప్రస్తుతం బ్యారెల్‌కు 73 డాలర్ల నుంచి 74 డాలర్ల వరకు ఉన్నది. అయినప్పటికీ.. చమురు మార్కెట్ కంపెనీల ఆదాయంపై ప్రభావితమవుతున్నది. అదే సమయంలో అప్‌స్ట్రీమ్ కంపెనీల ఆదాయం పెరిగే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నది. అప్‌స్ట్రీమ్ కంపెనీలు చమురు, గ్యాస్ పరిశ్రమ ప్రారంభ భాగంలో పని చేస్తుంటాయి. భూమి నుంచి చమురు, గ్యాస్‌ను వెలికితీసే ప్రక్రియ. ఇది గ్యాస్ కంపెనీలపై కూడా ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపే అవకాశాలున్నాయి. ఎల్‌ఎన్‌జీ ముడి చమురుకు సంబంధించింది. ముడి చమురు ధర పెరిగితే.. ఎల్‌ఎన్‌జీ ధర సైతం పెరుగుతుంది. చమురు ధరల్లో ఈ పెరుగుదల ఇప్పటికీ 2025 ఆర్థిక సంవత్సరంలో జరిగిన పెరుగుదల కంటే తక్కువగా ఉందని పేర్కొంది. ప్రస్తుత పెరుగుదల గత నాలుగు సంవత్సరాల సగటు కంటే చాలా తక్కువగా ఉన్నది. ప్రస్తుతం, బ్రెంట్ ముడి చమురు ధర బ్యారెల్‌కు దాదాపు 75 డాలర్లుగా ఉన్నది. ఇది 2026 ఆర్థిక సంవత్సరానికి విశ్లేషకుల అంచనా 68 డాలర్ల కంటే కంటే దాదాపు 6-7 డాలర్లు ఎక్కువ. అయినప్పటికీ, ముడి చమురు ధరలు 2022-25 సగటు కంటే 9డాలర్లు తక్కువగా.. 25 ఆర్థిక సంవత్సరం సగటు కంటే 4డాలర్లు తక్కువగా ఉన్నది. డిమాండ్ లేకపోవడం మార్కెట్‌ను ఆధిపత్యం చేస్తుంది. అయితే, ఇంధన కంపెనీ స్టాక్స్ హెచ్చుతగ్గులను చూస్తున్నాయి. ఇది ప్రపంచ అనిశ్చితుల మధ్య మార్కెట్ ఆందోళనలను ప్రతిబింబిస్తున్నది. దీని వెనుక కారణం హోర్ముజ్ జలసంధిలో తీవ్రమవుతున్న సంక్షోభం కారణం. హోర్ముజ్ జలసంధి ప్రపంచంలోని కీలకమైన సముద్ర మార్గాల్లో ఒకటి. ఎందుకంటే ఇది పర్షియన్ గల్ఫ్, ఒమన్ గల్ఫ్‌ను కలుపుతుంది. ప్రపంచంలోని చమురు రవాణాలో ఎక్కువ భాగం ఈ మార్గం గుండా వెళుతుంది. భారతదేశం చమురు దిగుమతుల్లో మూడింట రెండు వంతుల కంటే ఎక్కువ, ఎల్‌ఎన్‌జీ దిగుమతుల్లో సగానికిపైగా హోర్ముజ్ జలసంధి గుండా వెళతాయి. ఈ మార్గంలో ఏదైనా ఆటంకాలు ఎదురైతే.. భారతదేశం ఇతర వనరులు, మార్గాల కోసం వెతకాల్సిన అవసరం ఏర్పడుతుంది.

డీలాపడిన ఎగుమతులు.. గత నెలలో 2.17 శాతం పతనం

న్యూఢిల్లీ, జూన్ 16: వరుసగా రెండు నెలలుగా పెరుగుతూ వచ్చిన ఎగుమతులు మళ్లీ డీలాపడ్డాయి. గడిచిన నెలకుగాను ఎగుమతులు 2.17 శాతం తగ్గాయి. క్రితం ఏడాది ఇదే నెలలో నమోదైన ఎగుమతులతో పోలిస్తే 38.73 బిలియన్ డాలర్లకు పరిమితమయ్యాయని కేంద్ర ప్రభుత్వం తాజాగా విడుదల చేసిన నివేదికలో వెల్లడించింది. ఇదే నెలలో దేశీయ దిగుమతులు కూడా ఏడాది ప్రాతిపదికన 1.7 శాతం తగ్గి 60.61 బిలియన్ డాలర్లకు పరిమితమైంది. దీంతో వాణిజ్యలోటు(ఎగుమతులు-దిగుమతుల మధ్య వ్యత్యాసం) 21.88 బిలియన్ డాలర్లుగా నమోదైంది. క్రితం ఏడాది ఇదే నెలలో 22.51 బిలియన్ డాలర్లుగా ఉన్న వాణిజ్యలోటు..ఏప్రిల్ నెలలో 26.42 బిలియన్ డాలర్లుగా నమోదైంది. పసిడి, క్రూడాయిల్ దిగుమతులు తగ్గుముఖం పట్టాయి. ప్రస్తుత ఆర్థిక సంవత్సరం తొలి రెండు నెలలు(ఏప్రిల్ నుంచి మే వరకు) ఎగుమతులు 3.11 శాతం పెరిగి 77.19 బిలియన్ డాలర్లకు, దిగుమతులు 8 శాతం ఎగబాకి 125.52 బిలియన్ డాలర్లకు చేరుకున్నాయి. దీంతో వాణిజ్యలోటు 48.33 బిలియన్ డాలర్లుగా నమోదైంది. అంతర్జాతీయ దేశాల్లో అనిశ్చిత పరిస్థితులు నెలకొనడం, ముఖ్యంగా ఇరాన్-ఇజ్రాయిల్ దేశాల మధ్య యుద్ధమేఘాలు కమ్ముకోవడంతో దేశీయ ఎగుమతులపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపాయి. గత నెలలో బియ్యం, ఇనుప ఖనిజం, జెమ్స్ అండ్ జ్యువెల్లరీ, ఇంజినీరింగ్, పలు టెక్స్‌టైల్ ఉత్పత్తుల ఎగుమతులు ప్రతికూలానికి పడిపోయాయి. దీంతోపాటు పెట్రోలియం ప్రొడక్ట్ ఎగుమతులు కూడా 30 శాతం పడిపోయి 5.6 బిలియన్ డాలర్లకు పరిమితమయ్యాయి. ఇదే నెలలో క్రూడాయిల్ దిగుమతులు 26.14 శాతం తగ్గి 14.75 బిలియన్ డాలర్లకు పరిమితమవగా, గోల్డ్ దిగుమతులు 12.6 శాతం తగ్గి 2.5 బిలియన్ డాలర్లుగా నమోదయ్యాయి

మీరు ఈ పని చేయకపోతే మీ ఈపీఎఫ్‌వో నుంచి డబ్బును ఉపసంహరించుకోలేరు!



ప్రతి నెలా ఎంప్లాయీస్ ప్రావిడెంట్ ఫండ్ ఆర్గనైజేషన్)లో జమ అవుతుంటుంది. మీరు పదవీ విరమణ సమయంలో లేదా అవసరమైన సమయంలో ఈ డబ్బును ఉపయోగించాలనుకుంటే మీరు వెంటనే ఖాతాకు సంబంధించిన కొన్ని పనులను పూర్తి చేయాల్సి ఉంటుంది. మీరు ఈ పనులను పూర్తి చేయకపోతే అవసరమైన సమయంలో నుండి డబ్బును విత్‌డ్రా చేయలేరు. మీ డబ్బు ప్రతి నెలా ఎంప్లాయీస్ ప్రావిడెంట్ ఫండ్ ఆర్గనైజేషన్)లో జమ అవుతుంటుంది. మీరు పదవీ విరమణ సమయంలో లేదా అవసరమైన సమయంలో ఈ డబ్బును ఉపయోగించాలనుకుంటే మీరు వెంటనే ఖాతాకు సంబంధించిన కొన్ని పనులను పూర్తి చేయాల్సి ఉంటుంది. మీరు ఈ పనులను పూర్తి చేయకపోతే అవసరమైన సమయంలో నుండి డబ్బును విత్‌డ్రా చేయలేరు.

మీరు పదవీ విరమణ సమయంలో, అవసరమైనప్పుడు నుండి మీ మొత్తాన్ని సులభంగా ఉపసంహరించుకోవాలనుకుంటే %కి సంబంధించిన కొన్ని పనుల గురించి తెలుసుకోండి. వీటిని మీరు సకాలంలో పూర్తి చేయాలి. తద్వారా మీరు ఈపీఎఫ్‌వో ??ఖాతా నుండి పీఎఫ్ డబ్బును సులభంగా ఉపసంహరించుకోగలుగుతారు. మీరు పదవీ విరమణ సమయంలో, అవసరమైనప్పుడు నుండి మీ మొత్తాన్ని సులభంగా ఉపసంహరించుకోవాలనుకుంటే కి సంబంధించిన కొన్ని పనుల గురించి తెలుసుకోండి. వీటిని మీరు సకాలంలో పూర్తి చేయాలి. తద్వారా మీరు ఈపీఎఫ్‌వో ??ఖాతా నుండి పీఎఫ్ డబ్బును సులభంగా ఉపసంహరించుకోగలుగుతారు.

ఆధార్‌ను తో లింక్ చేయండి: మీ ఆధార్ కార్డుకు అంటే యూనివర్సల్ అకౌంట్ నంబర్‌ను లింక్ చేయడం అవసరం. మీరు ను ఆధార్‌కు లింక్ చేయకపోతే, మీ నిష్క్రియం అవుతుంది. మీ పీఎఫ్ మొత్తం ఈపీఎఫ్‌వో ??ఖాతాలో జమ కాదు. మీరు మీ ఈపీఎఫ్‌వో ??ఖాతా నుండి పీఎఫ్‌ను ఉపసంహరించుకోలేరు. ఆధార్‌ను తో లింక్ చేయండి: మీ ఆధార్ కార్డుకు అంటే యూనివర్సల్ అకౌంట్ నంబర్‌ను లింక్ చేయడం అవసరం. మీరు ను ఆధార్‌కు లింక్ చేయకపోతే, మీ నిష్క్రియం అవుతుంది. మీ పీఎఫ్ మొత్తం ఈపీఎఫ్‌వో ??ఖాతాలో జమ కాదు. మీరు మీ ఈపీఎఫ్‌వో ??ఖాతా నుండి పీఎఫ్‌ను ఉపసంహరించుకోలేరు.

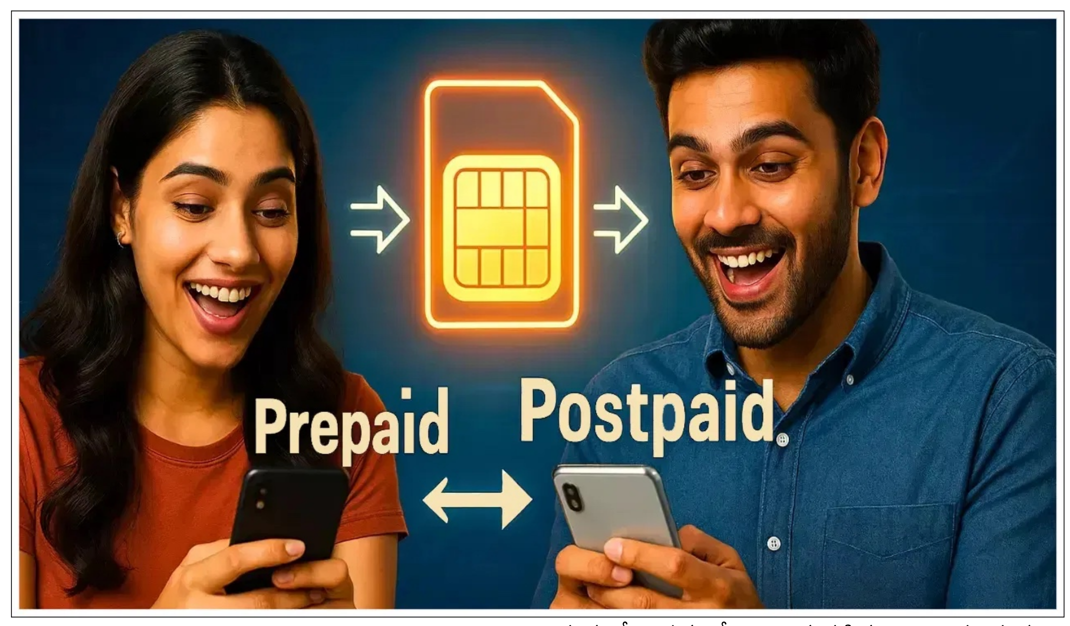
నామినీ పేరు తప్పనిసరి అవసరం: మీరు మీ ఈపీఎఫ్‌వో ??ఖాతాలో నామినీ పేరును జోడించకపోతే మీరు మీ ఈపీఎఫ్‌వో ??ఖాతా నుండి డబ్బును ఉపసంహరించుకోలేరు. మీరు మీ ఈపీఎఫ్‌వో ??ఖాతాలో నామినీ పేరును జోడించకపోతే మీరు త్వరగా మీ ఖాతాలో నామినీ పేరును జోడించాలి. దీనితో పాటు, మీరు మీ పీఎఫ్ ??ఖాతాలో కేవైసీని కూడా అప్‌డేట్ చేయాలి. నామినీ పేరు తప్పనిసరి అవసరం: మీరు మీ ఈపీఎఫ్‌వో ??ఖాతాలో నామినీ పేరును జోడించకపోతే మీరు మీ ఈపీఎఫ్‌వో ??ఖాతా నుండి డబ్బును ఉపసంహరించుకోలేరు. మీరు మీ ఈపీఎఫ్‌వో ??ఖాతాలో నామినీ పేరును జోడించకపోతే మీరు త్వరగా మీ ఖాతాలో నామినీ పేరును జోడించాలి. దీనితో పాటు, మీరు మీ పీఎఫ్ ??ఖాతాలో కేవైసీని కూడా అప్‌డేట్ చేయాలి.

మొబైల్ నంబర్‌ను ఎలా అప్‌డేట్ చేయాలి?: ఈ ప్రక్రియను ఈపీఎఫ్‌వో ??అధికారిక వెబ్‌సైట్‌ను సందర్శించడం ద్వారా చేయవచ్చు. ముందుగా సభ్యుడు తన యూనివర్సల్ అకౌంట్ నంబర్ , పాస్‌వర్డ్, క్యాప్చా కోడ్ సహాయంతో లాగిన్ అవ్వాలి. దీని తర్వాత మేనేజ్ ట్యాబ్‌కి వెళ్లి, కాంటాక్ట్ డీటెయిల్స్ ఆప్షన్‌ను ఎంచుకోండి. ఇక్కడ, కొత్త మొబైల్ నంబర్‌ను రెండుసార్లు నమోదు చేసిన తర్వాత, గెట్ ఆథరైజేషన్ పిన్‌పై క్లిక్ చేయండి. మీ కొత్త నంబర్‌కు 4-అంకెల పిన్ వస్తుంది. దానిని నమోదు చేసిన తర్వాత మీరు మార్పులను సేవ్ చేయిపై క్లిక్ చేయాలి. దీని తర్వాత మొబైల్ నంబర్ అప్‌డేట్ నిర్ధారణ ఈపీఎఫ్‌వో ??ద్వారా ద్వారా అందుతుంది. మొబైల్ నంబర్‌ను ఎలా అప్‌డేట్ చేయాలి?: ఈ ప్రక్రియను ఈపీఎఫ్‌వో ??అధికారిక వెబ్‌సైట్‌ను సందర్శించడం ద్వారా చేయవచ్చు. ముందుగా సభ్యుడు తన యూనివర్సల్ అకౌంట్ నంబర్ పాస్‌వర్డ్, క్యాప్చా కోడ్ సహాయంతో లాగిన్ అవ్వాలి. దీని తర్వాత మేనేజ్ ట్యాబ్‌కి వెళ్లి, కాంటాక్ట్ డీటెయిల్స్ ఆప్షన్‌ను ఎంచుకోండి. ఇక్కడ, కొత్త మొబైల్ నంబర్‌ను రెండుసార్లు నమోదు చేసిన తర్వాత, గెట్ ఆథరైజేషన్ పిన్‌పై క్లిక్ చేయండి. మీ కొత్త నంబర్‌కు 4-అంకెల పిన్ వస్తుంది. దానిని నమోదు చేసిన తర్వాత మీరు మార్పులను సేవ్ చేయిపై క్లిక్ చేయాలి. దీని తర్వాత మొబైల్ నంబర్ అప్‌డేట్ నిర్ధారణ ఈపీఎఫ్‌వో ??ద్వారా ద్వారా అందుతుంది.

మొబైల్ యూజర్లకు గుడ్‌న్యూస్.. ఇక నెట్‌వర్క్ మారాలంటే 90 రోజులు కాదు.. 30 రోజులే..

సాధారణంగా మొబైల్ వినియోగదారులు తమ అవసరాలకు అనుగుణంగా పోస్టు పెయిడ్ నుంచి ప్రీ పెయిడ్ లేదా ప్రీ పెయిడ్ నుంచి పోస్ట్ పెయిడ్‌కు మారుతుంటారు. ఇలా మారాలంటే 90 రోజుల పాటు వేచి ఉండాల్సి ఉంటుంది. కానీ దానిని 30 రోజులకు తగ్గించారు. అది కూడా ఆధారిత ద్వారా మాత్రమే మారవచ్చు. మొబైల్ వినియోగదారుల కోసం టెలికమ్యూనికేషన్ల విభాగం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఈ నిర్ణయంతో మొబైల్ సిమ్ కార్డు వాడుతున్న వినియోగదారులకు ఎంతో ఉపశమనం కలగనుంది. వన్ టైమ్ పాస్‌వర్డ్)ఆధారిత ప్రక్రియ ద్వారా ప్రీపెయిడ్ నుంచి పోస్ట్‌పెయిడ్‌కు లేదా పోస్ట్‌పెయిడ్ నుంచి ప్రీపెయిడ్‌కు మారే ప్రక్రియను సులభతరం చేసింది. ఇప్పుడు కొత్త నిబంధనలు అమలు కానున్నాయి. 90 రోజులకు బదులుగా కేవలం 30 రోజులకే నెట్‌వర్క్‌ను మారేందుకు అవకాశం ఉంది. ఇప్పుడు దీూచీూ, వంటి నెట్‌వర్క్‌లలో ప్రీపెయిడ్, పోస్ట్‌పెయిడ్ సిమ్‌లను మారడం సులభతరం కానుంది. సాధారణంగా మొబైల్ వినియోగదారులు తమ అవసరాలకు అనుగుణంగా పోస్టు పెయిడ్ నుంచి ప్రీ పెయిడ్ లేదా ప్రీ పెయిడ్ నుంచి పోస్ట్ పెయిడ్‌కు మారుతుంటారు. ఇలా మారాలంటే 90 రోజుల పాటు వేచి ఉండాల్సి ఉంటుంది. కానీ దానిని 30 రోజులకు తగ్గించారు. అది కూడా -ఆధారిత ద్వారా మాత్రమే మారవచ్చు. సంబంధిత టెలికాం ఆపరేటర్ సెంటర్‌కు వెళ్లి కేవైసీ ద్వారానే మారవచ్చు. అయితే మొదటిసారిగా తమ ప్లాన్ మార్చుకోవాలనుకొనే వారికి మాత్రమే ఈ సౌలభ్యం ఉంటుంది. ఒకవేళ మరోసారి మారాలంటే 90 రోజులు వేచి ఉండాల్సిందే. ఈ కొత్త నిబంధనతో యూజర్ల సమయం ఆదా అవుతుంది. ఈ నిర్ణయం గురించి తన అధికారిక హ్యాండిల్‌లో తెలియజేసింది. ఇప్పుడు వినియోగదారులు తమ ప్రస్తుత మొబైల్ కనెక్షన్‌ను 30 రోజుల్లోపు మాత్రమే మార్చుకోగలరని తెలిపింది. దీని కోసం వారు సంబంధిత టెలికాం కంపెనీ స్టోర్‌కు వెళ్లి ద్వారా ప్రక్రియను పూర్తి చేయాల్సి ఉంటుందని తెలిపింది.

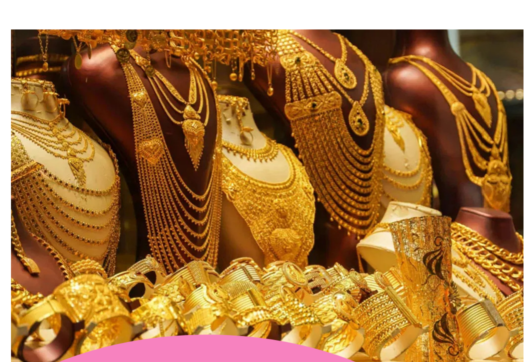
నిబంధనలలో ఏమి మారింది?

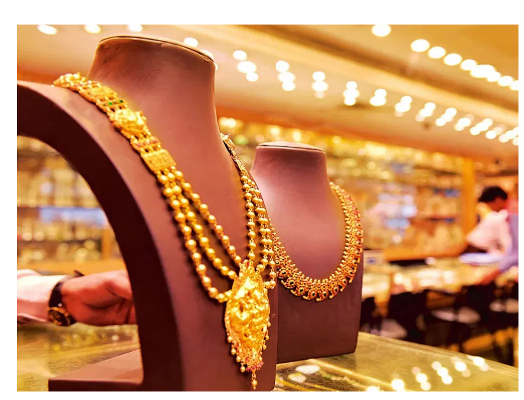


21 సెప్టెంబర్ 2021న అమలు చేయబడిన పాత నిబంధన ప్రకారం, వినియోగదారులు కనెక్షన్‌ను మార్చడానికి 90 రోజులు వేచి ఉండాల్సి వచ్చింది. కానీ ఇప్పుడు ఈ కూలింగ్ వ్యవధిని 30 రోజులకు తగ్గించారు. సరైన నెట్‌వర్క్ లేదా సేవ కారణంగా ప్లాన్‌ను మార్చుకోవాలనుకునే వినియోగదారులకు ఇది ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. వారు ఇకపై మూడు నెలల పాటు వేచి ఉండాల్సిన అవసరం లేదు.

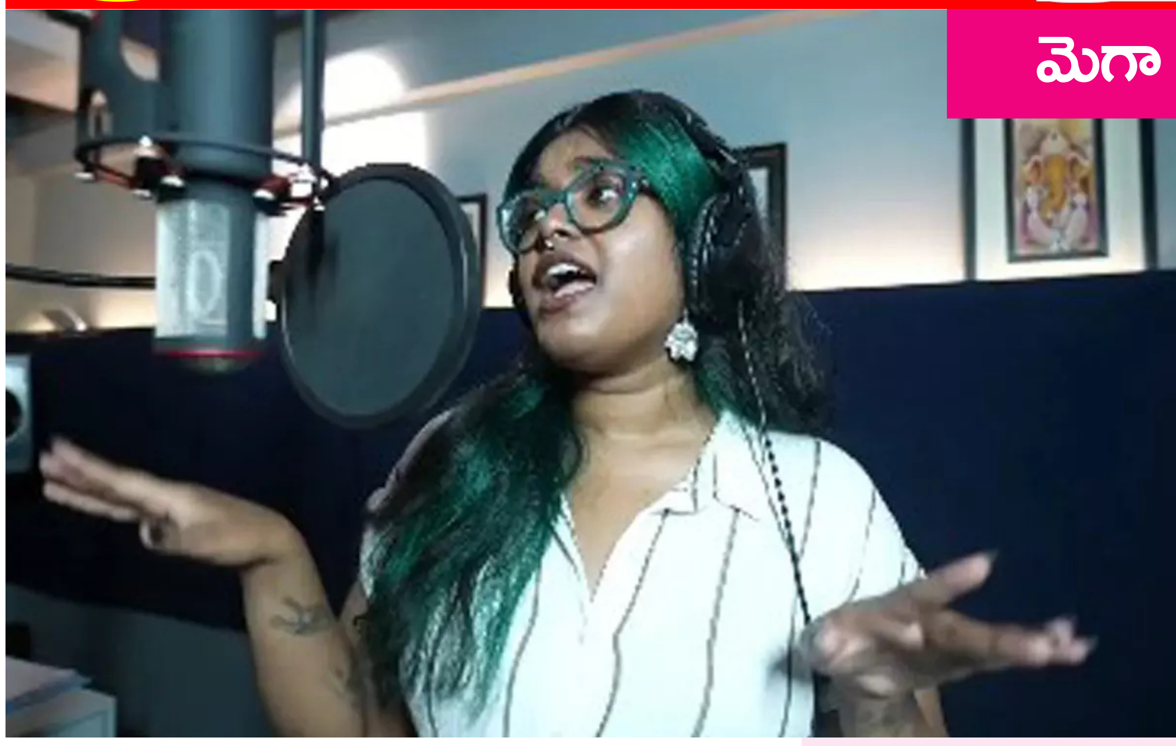
మొదటిసారి 30 రోజులు: ఈ నియమం మొదటిసారి ప్రీపెయిడ్ నుండి పోస్ట్‌పెయిడ్‌కు లేదా పోస్ట్‌పెయిడ్ నుండి ప్రీపెయిడ్‌కు మారుతున్న వారికి మాత్రమే వర్తిస్తుంది. అంటే మొదటిసారి ప్లాన్‌ను మార్చడానికి వినియోగదారుడు 30 రోజులు మాత్రమే వేచి ఉండాలి. ఒక వినియోగదారుడు మళ్ళీ ప్లాన్ మార్చుకోవాలనుకుంటే, ఆధారిత ప్రక్రియ ద్వారా చివరి మార్పు జరిగిన 90 రోజుల తర్వాత మాత్రమే అతను అలా చేయడానికి అనుమతి ఉంటుంది. ప్లాన్ మార్చడానికి ముందు ప్రతిసారీ ఈ నియమం గురించి కస్టమర్లకు తెలియజేయాలని టెలికాం కంపెనీలకు సూచించబడింది. ఒక వినియోగదారుడు 30 లేదా 90 రోజుల వ్యవధి పూర్తయ్యేలోపు సేవను మళ్ళీ మార్చుకోవాలనుకుంటే, అతను ప్రక్రియను పూర్తి చేయడం ద్వారా అధీకృత దుకాణాలు లేదా అమ్మకపు కేంద్రాల నుండి అలా చేయవచ్చు. వినియోగదారుల సౌలభ్యాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని యొక్క ఈ కొత్త నియమాన్ని తీసుకువచ్చారు, దీని కారణంగా మొబైల్ సేవను మార్చడం ఇప్పుడు గతంలో కంటే సులభం మరియు వేగంగా మారింది.

అదిరిపోయేవార్త.. నేడు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో బంగారం ధరలు ఎలా ఉన్నాయంటే?





మహిళలు ఎక్కువగా ఇష్టపడేదాంట్లో ఏదైనా ఉన్నదా అంటే అది బంగారమే. మగువల మనసు దోచడంలో బంగారం ముందు స్థానంలో ఉంటుంది. అంతే కాకుండా చిన్న ఫంక్షన్స్ నుంచి పెద్ద పెద్ద శుభకార్యాల వరకు ఏ వేడుక జరిగినా మహిళలు ఒంటి నిండా బంగారం ధరించడానికికే ఎక్కువ ఆసక్తిచూపుతుంటారు. అంతే కాకుండా ఇంట్లో పెళ్లి జరుగుతుందంటే బంగారం కొనుగోలు చేయడంపైనే ఎక్కువ ఇంట్రెస్ట్ చూపుతారు. ఇంకొంత మంది అయితే బంగారం కొనుగోలు చేసి ఇంట్లో పెట్టుకుంటారు. కానీ ఇప్పుడు బంగార కొనుగోలు చేయాలంటే చుక్కలు చూడాల్సిన పరిస్థితులు ఎదురు అవుతున్నాయి. ఎందుకంటే ? రోజు రోజుకు పసిడి ధరలు పెరుగుతూ సామాన్యులకు చుక్కలు చూపిస్తున్నాయి. కాగా, నేడు మంగళ వారం మార్కెట్‌లో బంగారం ధరలు ఎలా ఉన్నాయో ఒకసారి చూద్దాం. నేడు బంగారం ప్రియులకు గుడ్ న్యూస్ అనే చెప్పాలి. ఎందుకంటే పసిడి ధర కాస్త తగ్గింది.జూన్ 17, 2025న 24 క్యారెట్ల 10 గ్రాముల బంగారం ధర రూ.1,01,500 గా ఉండగా,22 క్యారెట్ల 10 గ్రాముల బంగారం ధర రూ.93,040గా ఉంది. జూన్ 16 2025 సోమవారం (నిన్న)24 క్యారెట్ల 10 గ్రాముల బంగారం ధర రూ.101,510గా ఉండగా,నేడు రూ.10 తగ్గడంతో గోల్డ్ రేట్ రూ.101,500గా ఉంది. అలాగే 22 క్యారెట్ల 10 గ్రాముల బంగారం ధర నిన్న రూ.93,050గా ఉండగా, నేడు రూ.10 తగ్గడంతో గోల్డ్ రేట్ రూ.93,040గా ఉంది. ప్రముఖ నగరాల్లో బంగారం, వెండి ధరలు ఎలా ఉన్నాయంటే.. హైదరాబాద్‌లో 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.101,500 ఉండగా.. 22 క్యారెట్ల ధర రూ.93,050 లుగా ఉంది. మరోవైపు కిలో వెండి ధర రూ.1,19,800లుగా ఉంది. విజయవాడ, విశాఖపట్నంలో 24 క్యారెట్ల పసిడి ధర రూ.101,500 ఉంటే.. 22 క్యారెట్ల ధర రూ.93,050లుగా ఉంది. కిలో వెండి ధర రూ.1,19,800 లుగా ఉంది. వరంగల్ జిల్లాలో 24 క్యారెట్ల పసిడి ధర రూ.101,500, 22 క్యారెట్ల ధర రూ.93,050 లుగా ఉంది. మరోవైపు కిలో వెండి ధర రూ.1,19,800లుగా ఉంది.



మెగా ఫ్యామిలీలో మరో సర్ ప్రైజ్

ఈ పాటతో ఒక కొత్త టాలెంట్ టాలీవుడ్‌కి పరిచయమైంది. ఆమే నైరా. ఈమె ఎవరో కాదు మెగాస్టార్ చిరంజీవి సోదరి మాధవి గారి కుమార్తె.

మెగాస్టార్ చిరంజీవి నటించిన మన శంకరవరప్రసాద్ గారు సినిమా ఈ సంక్రాంతికి రిలీజై బాక్సాఫీస్ దగ్గర మంచి కలెక్షన్లతో దూసుకుపోతోంది. సినిమా సక్సెస్ ఎంజాయ్ చేస్తున్న టైంలో మేకర్స్ లేటెస్ట్ గా ఈ మూవీలోని ఫ్లైయింగ్ హై వీడియో సాంగ్‌ను రిలీజ్ చేశారు. ఈ సాంగ్ ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో తెగ వైరల్ అవుతోంది. ఈ పాటతో ఒక కొత్త టాలెంట్ టాలీవుడ్‌కి పరిచయమైంది. ఆమే నైరా. ఈమె ఎవరో కాదు మెగాస్టార్ చిరంజీవి సోదరి మాధవి గారి కుమార్తె. అనిల్ రావిపూడి, నిర్మాత సుస్మిత సోషల్ మీడియా వేదికగా నైరాను పరిచయం చేస్తూ ఈ విషయాన్ని కన్ఫర్మ్ చేశారు. మెగా ఫ్యామిలీ నుంచి మరో వారసురాలు ఇండస్ట్రీలోకి అడుగుపెట్టడం ఇంట్రెస్టింగ్ గా మారింది. బాలీవుడ్ బైసెప్స్ క్రేజ్.. హృతిక్ రోషన్ ఇంట్రెస్టింగ్ పోస్ట్ వైరల్! నైరా సింగింగ్‌లో ప్రాపర్ ట్రైనింగ్ తీసుకున్నట్టు తెలుస్తోంది. సింగపూర్‌లోని లాసాల్ కాలేజ్ ఆఫ్ ది ఆర్ట్స్ లో పాప్ మ్యూజిక్ స్టూడెంట్‌గా ఉన్న ఆమెకు ఈ సినిమాలో ఛాన్స్ రావడం ఒక మంచి బిగినింగ్ అని చెప్పొచ్చు. ఫ్లైయింగ్ హై సాంగ్‌లో ఆమె వాయిస్ చాలా ఫ్రెష్ గా ఉండటమే కాకుండా ఈ తరం ఆడియన్స్‌కి నచ్చేలా ఉంది. నైరా పెర్ఫార్మెన్స్ చూసి సుస్మిత కొణిదెల ఎమోషనల్ అయ్యారు. తన నాన్న సినిమాలో తన కజిన్ పాట పాడటం గర్వంగా ఉందని ఆమె సోషల్ మీడియాలో పోస్ట్ చేశారు. నైరా వాయిస్‌లో మంచి క్లారిటీ స్టైల్ ఉన్నాయని.. సింగర్‌గా ఆమెకు మంచి ఫ్యూచర్ ఉంటుందని విష్ చేశారు. మెగా ఫ్యామిలీ నుంచి ఇప్పటివరకు హీరోలు హీరోయిన్లు మాత్రమే వచ్చారు కానీ ఒక సింగర్ రావడం ఇదే మొదటిసారి. దుల్కర్ ను చూసి అందరూ నేర్చుకోవాల్సిందే! ఇప్పటికే ఈ పాట మ్యూజిక్ లవర్స్‌ను ఆకట్టుకుంటోంది. తనకంటూ ఒక ప్రత్యేకమైన గుర్తింపు తెచ్చుకోవడానికి నైరా వేసిన ఈ మొదటి అడుగు చాలా ప్రామిసింగ్‌గా కనిపిస్తోంది. ఇక మన శంకరవరప్రసాద్ గారు సినిమా ఇప్పటికే బాక్సాఫీస్ వద్ద 300 కోట్లకు పైగా గ్రాస్ కలెక్షన్లతో మంచి ట్రాక్ లో వెళుతోంది. పండగ సెలవులు ముగిసిన తరువాత కూడా లెక్క ఏమాత్రం తగ్గడం లేదు. సోమవారం కూడా మంచి కలెక్షన్స్ వచ్చాయి. అనిల్ రావిపూడి మేకింగ్ స్టైల్ లో మెగాస్టార్ కామెడీ టైమింగ్ పర్ఫెక్ట్ గా సెట్ కావడంతో చాలా రోజుల తరువాత పర్ఫెక్ట్ సినిమా పడింది. ఆడియెన్స్ ఫ్యామిలీస్ తో కలిసి సినిమాను ఎంజాయ్ చేస్తున్నారు. ఈ సంక్రాంతికి పోటీ ఎంత ఉన్నా కూడా బాస్ పవర్ ఏమిటో మరోసారి రుజువైంది. ఇక సినిమాలో నయనతార హీరోయిన్ గా నటించగా భీమ్స్ ఇచ్చిన మ్యూజిక్ కూడా పాజిటివ్ వైబ్స్ క్రియేట్ చేసింది.

దుల్కర్ ను చూసి అందరూ నేర్చుకోవాల్సిందే!

ఇండస్ట్రీలోకి వచ్చిన తర్వాత ఎవరైనా సరే స్టార్లుగా మారాలనే ప్రయత్నిస్తుంటారు. ఒక యాక్టర్ కు స్టార్ స్టేటస్ వచ్చిందంటే అదే తన బిగ్గెస్ట్ అఛీవ్‌మెంట్ గా ఫీలవుతుంటారు. కానీ అసలు ఎలాంటి కథలను ఎంచుకోవాలి? ఆడియన్స్ కు ఎలాంటి సినిమాలు నచ్చుతాయనేది బేరీజు వేసుకోవడమే వారిని స్టార్‌డమ్ వైపు అడుగులు పడేలా చేస్తుంది. కథల ఎంపిక విషయంలో దుల్కర్ భిన్నం స్టోరీ సెలెక్షన్ విషయంలో ఎంతో ఎక్స్‌పీరియెన్స్ ఉన్న వాళ్లు కూడా కొన్నిసార్లు ఫెయిలవుతుంటారు. అందరికీ ఈ సెలెక్షన్ లో ప్రావీణ్యం ఉండదు. కానీ మలయాళ నటుడు దుల్కర్ సల్మాన్ మాత్రం స్టోరీ సెలెక్షన్ విషయంలో మిగిలిన అందరి కంటే భిన్నంగా కనిపిస్తున్నారు. రీసెంట్ గా ఆయన సెలెక్ట్ చేసుకుంటున్న సినిమాలు, ఆయన రిజెక్ట్ చేసిన సినిమాలు ఈ విషయాన్ని చాలా క్లియర్ గా అర్థమయ్యేలా చేస్తున్నాయి. బాలీవుడ్ బైసెప్స్ క్రేజ్.. హృతిక్ రోషన్ ఇంట్రెస్టింగ్ పోస్ట్ వైరల్! డిజాస్టర్ సినిమాలను వదులుకున్న దుల్కర్ రీసెంట్ టైమ్స్ లో వచ్చిన అతి పెద్ద డిజాస్టర్ల ను దుల్కర్ తెలివిగా వదిలేయడం ఆయన్ని అందరిలా కాదని తెలియచేస్తుంది. మామూలుగా ఎవరైనా సరే ఒక సక్సెస్ వచ్చినప్పుడు తర్వాతి సినిమా విషయంలో కథ గురించి పెద్దగా ఆలోచించకుండా సినిమాలకు గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇస్తుంటారు. కానీ దుల్కర్ అలా కాదు. కథ విషయంలో ఆయన చాలా పర్టిక్యులర్ గా ఉంటారని ఇండియన్2, థగ్ లైఫ్, పరాశక్తి లాంటి సినిమాలను వదులుకోవడం ద్వారా తెలుస్తోంది. తెలంగాణలో రేట్ల పెంపు.. వేసవి చిత్రాల సంగతేంటి? మొదట్లో ఈ సినిమాలను రిజెక్ట్ చేసినందుకు దుల్కర్ పలు విమర్శలు ఎదుర్కొన్నప్పటికీ, ఆయా సినిమాలు రిలీజైన తర్వాత అందరికీ దుల్కర్ నిర్ణయమే కరెక్ట్ అనిపించింది. ఇండియన్2, థగ్ లైఫ్ లాంటి సినిమాలకు స్టార్ డైరెక్టర్లు దర్శకత్వం వహిస్తున్నారని తెలిసి కూడా దుల్కర్ తొందరపడలేదు. స్క్రిప్ట్ విషయంలో చాలా జాగ్రత్తగా ఉన్న దుల్కర్ ఆ సినిమాలను వదిలేసి మంచి పని చేశారని ఇప్పుడందరూ అంటున్నారు. ఈ విషయంలో మిగిలిన స్టార్లు కూడా దుల్కర్ లాగానే కథల విషయంలో జాగ్రత్తలు ఆలోచిస్తే చాలా వరకు డ్యామేజ్ ను కంట్రోల్ చేసే అవకాశముంది. ఇక దుల్కర్ కెరీర్ విషయానికొస్తే రీసెంట్ గా కాంత మూవీతో ప్రేక్షకుల్ని పలకరించిన దుల్కర్, ప్రస్తుతం టాలీవుడ్ డైరెక్టర్ పవన్ సాదినేని డైరెక్షన్ లో ఆకాశంలో ఒక తార అనే సినిమా చేస్తున్నారు.

బాలీవుడ్ బైసెప్స్ క్రేజ్.. హృతిక్ రోషన్ ఇంట్రెస్టింగ్ పోస్ట్ వైరల్!

బాలీవుడ్ గ్రీక్ గాడ్ హృతిక్ రోషన్ అంటేనే గుర్తొచ్చేది అదిరిపోయే ఫిజిక్, డ్యాన్స్. వయసు పెరుగుతున్నా తన బాడీని మెయింటైన్ చేయడంలో అతను ఎప్పుడూ ముందుంటారు. లేటెస్ట్ గా హృతిక్ సోషల్ మీడియాలో తన ఫిట్నెస్ జర్నీకి సంబంధించిన కొన్ని ఫోటోలను షేర్ చేశారు. 1984 నుంచి నిన్నటి వరకు తన బాడీ ట్రాన్స్‌ఫార్మేషన్ ఎలా సాగిందో చూపిస్తూ పెట్టిన ఈ పోస్ట్ ఇప్పుడు నెట్టింట తెగ వైరల్ అవుతోంది. సాధారణంగా సెలబ్రిటీలు తమ సక్సెస్ గురించి లేదా కొత్త సినిమాల గురించి పోస్టులు పెడుతుంటారు. కానీ హృతిక్ మాత్రం తనలోని ఒక చిన్న వీక్నెస్ లేదా అబ్సెషన్ గురించి చాలా ఓపెన్ గా మాట్లాడారు. ఎన్ని పుస్తకాలు చదివినా, జీవితం గురించి ఎంతటి అవగాహన పెంచుకున్నా.. తనలోని ఒక పాత అలవాటు మాత్రం అస్సలు పోవడం లేదని ఆయన చెప్పుకొచ్చారు. ఆ మాటే ఇప్పుడు ఆడియన్స్ ని బాగా ఆకట్టుకుంటోంది. ¬ాశ్రీంశీ =ముఽ – దుల్కర్ ను చూసి అందరూ నేర్చుకోవాల్సిందే! ముఖ్యంగా ఈ "బాలీవుడ్ బైసెప్స్" మీద తనకు ఉన్న పిచ్చి అస్సలు తగ్గడం లేదని హృతిక్ నిజాయితీగా ఒప్పుకున్నారు. జిమ్ లో వర్కౌట్ చేస్తూ తన బైసెప్స్ చూపిస్తున్న ఫోటోలను పోస్ట్ చేస్తూ.. "నేను దీని నుంచి ఎప్పటికైనా బయటపడతానని ఆశిస్తున్నాను, నా కోసం ప్రార్థించండి" అంటూ సరదాగా రాశారు. ఫిట్నెస్ పై ఆయనకున్న ఆ క్రేజ్ వల్లే నేటి తరం యువతకు కూడా ఒక ఐకాన్ గా నిలిచారు. హృతిక్ గత ఏడాది 'వార్ 2' సినిమాతో ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చారు. భారీ అంచనాల మధ్య విడుదలైన ఈ స్పై థ్రిల్లర్ బాక్సాఫీస్ వద్ద ఆశించిన స్థాయిలో మ్యాజిక్ చేయలేకపోయింది. సినిమా రిజల్ట్ ఎలా ఉన్నా, అందులో హృతిక్ పర్ఫార్మెన్స్ లుక్ కు మాత్రం మంచి మార్కులే పడ్డాయి. ఆ సినిమా తర్వాత వస్తున్న ఇలాంటి పర్సనల్ అప్‌డేట్స్ ఫ్యాన్స్ లో మళ్ళీ జోష్ నింపుతున్నాయి. తెలంగాణలో రేట్ల పెంపు.. వేసవి చిత్రాల సంగతేంటి? ప్రస్తుతం ఫ్యాన్స్ అందరూ 'క్రిష్ 4' అప్‌డేట్ కోసం ఎదురుచూస్తున్నారు. సూపర్ హీరో మూవీగా ఇండియాలోనే సెన్సేషన్ క్రియేట్ చేసిన ఈ ఫ్రాంచైజీ నుంచి నాలుగో పార్ట్ ఎప్పుడు వస్తుందా అని అంతా ఆసక్తిగా ఉన్నారు. ఇంకా ఈ ప్రాజెక్ట్ గురించి అప్‌డేట్స్ రావాల్సి ఉన్నప్పటికీ, హృతిక్ తన బాడీని ఇలా పక్కాగా సిద్ధం చేసుకుంటున్నారంటే త్వరలోనే క్రిష్ గా రాబోతున్నారని అంతా ఫిక్స్ అయిపోతున్నారు. ఏదేమైనా హృతిక్ రోషన్ తన "బాలీవుడ్ బైసెప్స్" అబ్సెషన్ తో మరోసారి అందరి దృష్టిని ఆకర్షించారు. సినిమాల సక్సెస్ ఫెయిల్యూర్స్ పక్కన పెడితే, తన ఫిట్నెస్ విషయంలో చూపిస్తున్న డెడికేషన్ మాత్రం మెచ్చుకోదగ్గది. బహుశా అందుకే ఆయన బాలీవుడ్ లో ఎప్పటికీ మోస్ట్ స్టైలిష్ స్టార్ గా కొనసాగుతున్నారు.

నాని డైరెక్టర్‌తో ట్రాక్ మారుస్తున్న మాస్ రాజా!

ఓటీటీల ప్రభావం తరువాత ప్రేక్షకుల్లో గణనీయమైన మార్పులు చోటు చేసుకున్న విషయం తెలిసిందే. డిజిట్ ప్లాట్ ఫామ్‌ల వాడకం పెరిగిన తరువాత ప్రపంచ నలుమూల కంటెంట్ ప్రేక్షకులకు అందుబాటులోకి వచ్చేస్తోంది. దీంతో నచ్చిన వాటికి మాత్రమే ఆడియన్స్ పట్టం కడుతున్నారు. ఆదరిస్తున్నారు. దీంతో హీరోల్లో జాగ్రత్త మొదలైంది. కథల ఎంపిక విషయంలో హీరోలు, డైరెక్టర్లు చిన్న పొరపాటు చేసినా బాక్సాఫీస్ వద్ద భారీ మూల్యం చెల్లించుకోవాల్సి వస్తోంది. ¬ాశ్రీంశీ =ముఽ – బాలీవుడ్ బైసెప్స్ క్రేజ్.. హృతిక్ రోషన్ ఇంట్రెస్టింగ్ పోస్ట్ వైరల్! దీంతో ప్రతి సినిమా స్టోరీ విషయంలో చాలా జాగ్రత్తలు తీసుకుంటున్నారు. కొత్త తరహా కంటెంట్‌లకే పెద్ద పీట వేస్తూ తమ పంథాకు భిన్నంగా అడుగులు వేస్తున్నారు. మాస్ మహారాజా కూడా ఇప్పుడు ఇదే ఫార్ములాని ఫాలో అవుతున్నాడు. మాస్ యాక్షన్ డ్రామాలతో మాస్ మహారాజా అనిపించుకున్న రవితేజ ఇప్పుడు తన మార్కు సినిమాలకు పూర్తి భిన్నంగా ఉండే కథలని ఎంచుకుంటూ ఆశ్చర్యపరుస్తున్నాడు. ఈ సంక్రాంతికి రవితేజ చేసిన మూవీ –భర్త మహాశయులకు విజ్ఞప్తి–. కిషోర్ తిరుమల డైరెక్ట్ చేశారు. దుల్కర్ ను చూసి అందరూ నేర్చుకోవాల్సిందే! అషికా రంగనాథ్, డింపుల్ హయాతీ హీరోయిన్‌లుగా నటించారు. ఇద్దరు భామల మధ్య నలిగే యువకుడిగా రవితేజ ఇందులో నటించాడు. పక్కా ఫ్యామిలీ కామెడీ డ్రామాగా రూపొందిన ఈ మూవీ జనవరి 13న విడుదలై ఫరవాలేదు అనిపించుకుంది. ఈ మూవీతో కొత్త అడుగు వేసిన రవితేజ మరో సారి సరికొత్త ప్రయోగానికి రెడీ అవుతున్నట్టుగా తెలుస్తోంది. ఈ మూవీ తరువాత రవితేజ కొత్త జోనర్‌ని ట్రై చేయబోతున్నాడట. ఇంత వరకు టచ్ చేయని హారర్ థ్రిల్లర్ జోనర్‌తో తన తదుపరి మూవీకి శ్రీకారం చుట్టబోతున్నాడని తెలిసింది. ¬ాశ్రీంశీ =ముఽ – తెలంగాణలో రేట్ల పెంపు.. వేసవి చిత్రాల సంగతేంటి? ఈ క్రేజీ ప్రాజెక్ట్‌కు నేచురల్ స్టార్ నాని డైరెక్టర్ వివేక్ ఆత్రేయ దర్శకత్వం వహించబోతున్నాడు. ఇటీవలే మాస్ మహారాజా రవితేజకు స్క్రిప్ట్ వినిపించాడని, తనకు ఎంతగానో స్క్రిప్ట్ నచ్చడంతో రవితేజ ఈ మూవీకి గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చేశాడని తెలిసింది. త్వరలోనే దీనికి సంబంధించిన మరిన్ని వివరాలని టీమ్ అధికారికంగా ప్రకటించే అవకాశం ఉందని ఇన్ సైడ్ టాక్. వివేక్ ఆత్రేయ హీరో నేచురల్ స్టార్ నాని కథానాయకుడిగా యాక్షన్ డ్రామా –సరిపోదా శనివారం– మూవీని రూపొంది బ్లాక్ బస్టర్ హిట్‌ని సొంతం చేసుకున్న విషయం తెలిసిందే. దృశ్యం 3: రాంబాబు రిటర్న్స్.. గెట్ రెడీ! 2024, ఆగస్టు 29న విడుదలైన ఈ మూవీ బాక్సాఫీస్ వద్ద భారీ విజయాన్ని సొంతం చేసుకుని వరల్డ్ వైడ్‌గా రికార్డు స్థాయిలో రూ.100 కోట్లు రాబట్టింది. క్యారెక్టర్ డ్రైవెన్ మూవీగా వివేక్ ఆత్రేయ రూపొందించిన ఈ సినిమా సూపర్ బ్లాక్ బస్టర్ కావడంతో తదుపరి మూవీ మరింత భారీగా ఉంటుందని అంతా భావించారు. కానీ టాలీవుడ్ స్టార్స్ ఎవరూ ఖాళీగా లేకపోవడంతో మరో ప్రాజెక్ట్ పట్టాలెక్కించడానికి వివేక్ ఆత్రేయకు ఇంత టైమ్ పట్టిందని, ఇప్పటికి రవితేజ గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇవ్వడంతో తనతో నెవర్ బిఫోర్ అనే తరహాలో హారర్ స్టోరీని తెరపైకి తీసుకురాబోతున్నాడని టాలీవుడ్ వర్గాలు అంటున్నాయి.

తెలంగాణలో రేట్ల పెంపు.. వేసవి చిత్రాల సంగతేంటి?

తెలంగాణలో సినిమా టికెట్ రేట్ల పెంపు, ప్రత్యేక షోలకు అనుమతి విషయంలో హైకోర్టు ఇటీవల జారీ చేసిన మార్గదర్శకాలు టాలీవుడ్ నిర్మాతలకు ఇప్పుడు కొత్త తలనొప్పిగా మారాయి. సినిమా విడుదలకు కనీసం 90 రోజుల ముందే టికెట్ హైక్ కోసం దరఖాస్తు చేసుకోవాలని హైకోర్టు ఆదేశించింది. ఆ నిబంధన కచ్చితంగా అమలు చేస్తే రాబోయే చాలా సినిమాల విడుదల ప్రణాళికలు పూర్తిగా మారే అవకాశం ఉందని పరిశ్రమ వర్గాలు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నాయి. ఇప్పటి వరకు తెలంగాణలో సినిమాల విడుదలకు ముందు చివరి దశలో కూడా అనుమతులు తీసుకునే అవకాశం ఉండేది. కానీ తాజా ఆదేశాలతో ఆ సడలింపు ఇక ఉండదని తెలుస్తోంది. విడుదల తేదీ ఖరారు చేసిన వెంటనే మూడు నెలల ముందే ప్రభుత్వ అనుమతుల ప్రక్రియ మొదలు పెట్టాల్సి ఉంటుంది. అయితే వాస్తవ పరిస్థితుల్లో చాలా సినిమాల విడుదల తేదీలు ఒక నెల ముందు మాత్రమే ఖరారవుతుంటాయి. బాలీవుడ్ బైసెప్స్ క్రేజ్.. హృతిక్ రోషన్ ఇంట్రెస్టింగ్ పోస్ట్ వైరల్! షూటింగ్ ఆలస్యం కావడం, వీఎఫ్ ఎక్స్ పనులు పూర్తి కాకపోవడం, ఇతర పెద్ద సినిమాలతో క్లాష్ నివారించడానికి తేదీలు మార్పు చేయడం వంటి కారణాలతో చివరి నిమిషంలో షెడ్యూల్ మారుతుంటుంది. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో 90 రోజుల ముందే అనుమతులు కోరడం కష్టమని నిర్మాతలు చెబుతున్నారు. అయితే వేసవి సీజన్ లో విడుదల కావాల్సిన పెద్ద సినిమాలపై ఆ నిబంధన ప్రభావం ఎక్కువగా పడనుంది. చిరంజీవి నటిస్తున్న విశ్వంభర, పవన్ కళ్యాణ్ ఉస్తాద్ భగత్ సింగ్, రామ్ చరణ్ పెద్ది, నాని ది ప్యారడైజ్, నాగ చైతన్య వృష కర్మ, అడవి శేష్ డెకాయిట్, వరుణ్ తేజ్ కొరియన్ కనకరాజు, సాయి ధరమ్ తేజ్ సంబరాల ఏటి గట్టు, నిఖిల్ స్వయంభూ, అఖిల్ లెనిన్, శర్వానంద్ బైకర్, బెల్లంకొండ సాయి శ్రీనివాస్ టైసన్ నాయుడు వంటి చిత్రాలు వేసవిలో రావొచ్చని ప్రచారం ఉంది. అయితే వీటి విడుదల తేదీలు ఇప్పటికీ ఖరారు కాలేదు. ¬ాశ్రీంశీ =ముఽ – దుల్కర్ ను చూసి అందరూ నేర్చుకోవాల్సిందే! ఇప్పుడు ఆ సినిమాలన్నీ కొత్త నిబంధనల ప్రకారం ముందుగా దరఖాస్తు చేయాల్సి ఉంటుంది. లేకపోతే టికెట్ రేట్ల పెంపు, ప్రత్యేక షోలకు అనుమతి లభించకపోవచ్చు. దీంతో విడుదల తేదీలు మారే అవకాశాలు కూడా కనిపిస్తున్నాయి. ఇప్పటికే పెద్ద బడ్జెట్ సినిమాలకు టికెట్ రేట్ల పెంపు కీలక అంశంగా మారింది. మొదటి వారం కలెక్షన్ల మీదే లాభనష్టాలు ఆధార పడుతుండటంతో అనుమతులు రాకపోతే నిర్మాతలకు ఆర్థిక భారం తప్పదని విశ్లేషకులు అంటున్నారు. మరోవైపు ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మాత్రం ఇలాంటి నిబంధనలు లేవు. అక్కడ ప్రభుత్వ అనుమతులు సులభంగా లభిస్తున్నాయని పరిశ్రమ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. దీంతో తెలంగాణలో మాత్రమే ఈ విధానం అమలైతే నిర్మాతలు ఇబ్బందులు ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుందన్న అభిప్రాయం వ్యక్తమవుతోంది. ఏదేమైనా కొత్త నిబంధనపై ప్రభుత్వ వైఖరి ఎలా ఉండబోతోందన్నది ఇప్పుడు ఆసక్తికరంగా మారింది. మరేం జరుగుతుందో వేచి చూడాలి.

ముఖ్యంగా ఈ ఏడాది సంక్రాంతికి వచ్చిన రెండు సినిమాలు మన శంకర వరప్రసాద్ గారు, నారీ నారీ నడుమ మురారి చిత్రాల కోసం ఇప్పుడు అంతా మాట్లాడుకుంటున్నారు.

సంక్రాంతి పండుగ సీజన్ అంటే సినీ ప్రేక్షకులకు ఎప్పుడూ ప్రత్యేకమైన ఉత్సాహమే. కుటుంబంతో కలిసి థియేటర్లకు వెళ్లి కొత్త సినిమాలు చూసే కల్చర్.. కొన్నాళ్లుగా కొనసాగుతున్న విషయం తెలిసిందే. అయితే ఈసారి పొంగల్ కు విడుదలైన కొన్ని మూవీల కోసం ఇప్పుడు ఆసక్తికరమైన చర్చ జరుగుతోంది. ముఖ్యంగా సినిమాల టైటిల్స్ కు, వాటి కథలకు మధ్య సరైన సంబంధం లేదన్న విమర్శలు వినిపిస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా ఈ ఏడాది సంక్రాంతికి వచ్చిన రెండు సినిమాలు మన శంకర వరప్రసాద్ గారు, నారీ నారీ నడుమ మురారి చిత్రాల కోసం ఇప్పుడు అంతా మాట్లాడుకుంటున్నారు. టైటిల్ చూసినప్పుడు ఒక అంచనాతో థియేటర్ కు వెళ్లామని, కానీ మూవీ పూర్తిగా చూసిన తర్వాత టైటిల్ కు కథకు పెద్దగా పొంతన లేదని అనేక మంది నెటిజన్లు అభిప్రాయపడుతున్నారు. దీంతో పలువురు రెస్పాండ్ అవుతూ కామెంట్లు పెడుతున్నారు. బాలీవుడ్ బైసెప్స్ క్రేజ్.. హృతిక్ రోషన్ ఇంట్రెస్టింగ్ పోస్ట్ వైరల్! మెగాస్టార్ చిరంజీవి నటించిన మన శంకర వరప్రసాద్ గారు సినిమాను తీసుకుంటే.. ఆ పేరు కథలో చాలా తక్కువగా మాత్రమే వినిపిస్తుందనే విమర్శ ఉంది. సినిమాలో మంత్రిగారు హీరోను ఒకసారి ఆ పేరుతో పిలవడం తప్ప, మొత్తం కథకు ఆ నేమ్ తో ఎక్కడా లింక్ ఉండదు. టైటిల్ లో ఉన్న ఆ పేరు కథకు

సంక్రాంతి చిత్రాలు.. స్టోరీకి టైటిల్ కు సంబంధం లేదా?

మెయిన్ బేస్ గా మారుతుందని ప్రేక్షకులు ఊహించారు. కానీ టైటిల్ కేవలం అట్రాక్ట్ చేయడం కోసమే పెట్టినట్టు అనిపిస్తోందని కొందరు చెబుతున్నారు. అదే విధంగా నారీ నారీ నడుమ మురారి సినిమా విషయంలో కూడా ఇలాంటి అభిప్రాయాలు వినిపిస్తున్నాయి. ఆ టైటిల్ వినగానే చాలా మందికి బాలకృష్ణ పాత సినిమా గుర్తుకు వస్తుంది. అందులో హీరో ఇద్దరు హీరోయిన్ల మధ్య ఇరుక్కునే కథ ప్రధానంగా ఉంటుంది. కానీ తాజా మూవీలో అటువంటి పరిస్థితి అసలు లేదని నెటిజన్లు. అంటున్నారు. రెండో హీరోయిన్ కథలోకి ఎంట్రీ ఇచ్చే సమయానికి, మొదటి హీరోయిన్ మరొకరిని వివాహం చేసుకుంటుందని చెబుతున్నారు. దుల్కర్ ను చూసి అందరూ నేర్చుకోవాల్సిందే! దీంతో నడుమ మురారి అనే భావనకు అసలు అవకాశమే లేకుండా పోయిందని కామెంట్లు పెడుతున్నారు. టైటిల్ కు కథకు మధ్య సంబంధం కనిపించలేదని చెబుతున్నారు. సాధారణంగా సినిమా టైటిల్.. కథకు సంబంధించిన మెయిన్ ఎలిమెంట్ లేదా హీరో క్యారెక్టర్ ను బేస్ చేసుకుని ఉండాలని చాలా మంది భావిస్తారు. ఎందుకంటే టైటిల్ వినగానే కథపై అంచనా ఏర్పడుతుంది. కానీ తాజా సంక్రాంతి సినిమాల విషయంలో ఆ అంచనాలు నెరవేరలేదన్న భావన ఇప్పుడు వ్యక్తమవుతోంది. అయితే టైటిల్ కంటే కథ, యాక్టింగ్, ఎంటర్టైన్మెంట్ ముఖ్యమని మరికొందరు నెటిజన్లు అభిప్రాయపడుతున్నారు. టైటిల్ కు కథకు సంబంధం తక్కువగా ఉన్నా, సినిమా ప్రేక్షకులను ఫుల్ గా అలరించగలిగితే చాలు అని అంటున్నారు. అయినా, టైటిల్ కు కంటెంట్ కు మధ్య సరైన కనెక్షన్ ఉంటే సినిమాపై ఆసక్తి మరింత పెరుగుతుందన్నది చాలామంది అభిప్రాయం.

Printed and Published and Owned by Dr. K. HARINATHA REDDY on behalf of Abhyudaya Publications, cell : 098483 34101, Printed at Abhyudaya Publications, D. No. 203 IInd Floor, SOMA Arcade, Raj Theater Road, Kurnool - 518004, Kurnool Dist., Andhra Pradesh and Published From Abhyudaya Publications, D. No. 203 IInd Floor, SOMA Arcade, Raj Theater Road, Kurnool 518004, Kurnool Dist., Andhra Pradesh, Editor : Gudur Gopal, RNI No. APTEL/2012/46940, e-mail: sreechakratelugu@gmail.com