అక్షర విజేత
Email: vijethatelugudaily@gmail.com
రిపోర్టర్స్ కావలెను
కరీంనగర్ జిల్లాలో : కరీంనగర్ కలెక్టరేట్, కరీంనగర్ క్రైం, కరీంనగర్ సిటీ, శాతవాహన యూనివర్సిటీ, కరీంనగర్ రూరల్, కొత్తపల్లి, గంగాధర, చొప్పదండి, ఇల్లందకుంట, జమ్మికుంట టౌన్, జమ్మికుంట రూరల్, సైదాపూర్,
సిరిసిల్ల జిల్లాలో : సిరిసిల్ల, సిరిసిల్ల టౌన్, సిరిసిల్ల రూరల్, సిరిసిల్ల కలెక్టరేట్, సిరిసిల్ల క్రైం, తంగళ్ళపల్లి, గంభీర్‌రావుపేట, ఎల్లారెడ్డిపేట, వీర్నపల్లి, బోయిన్‌పల్లి.
పెద్దపల్లి జిల్లాలో : పెద్దపల్లి క్రైం, ఎలిగేడు, కమాన్‌పూర్, యైటిన్‌క్లయిన్‌కాలనీ, మంథని టౌన్, మంథని రూరల్, గోదావరిఖని, గోదావరిఖని టౌన్, గోదావరిఖని క్రైం, గోదావరిఖని రూరల్,
జగిత్యాల జిల్లాలో : జగిత్యాల రూరల్, జగిత్యాల క్రైం, ధర్మపురి రూరల్, బుగ్గారం, వెల్గటూర్, మెట్‌పల్లి టౌన్, మేడిపల్లి.
బి. అనిల్‌కుమార్, ఎడిటర్
77028 66885

తెలుగు జాతీయ దినపత్రిక
అక్షర విజేత
నిజం నిర్భయం నిష్పక్షం
తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్, తమిళనాడు, కర్ణాటక

B. ANIL KUMAR
CHAIRMAN & CHIEF EDITER
7702866885
9059324231
RNI TELTEL/2021/81079
తెలుగు జాతీయ దినపత్రిక
అక్షర విజేత
నిజం నిర్భయం నిష్పక్షం
తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్, తమిళనాడు, కర్ణాటక
DAIWIK PUBLICATIONS & BROADCASTING PVT. LTD.
www.aksharavijetha.com., epaper.aksharavijetha.com
email : vijethatelugudaily@gmail.com
కావలెను
విజేత ఛానల్‌లో పని చేయుటకు రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల నుండి విలేకరులు, యాంకర్లు, న్యూస్ ఎడిటర్లు, కంటెంట్ రైటర్స్, కెమెరా మెన్, మరియు స్టూడియోలో పనిచేయుటకు స్త్రీ & పురుష సిబ్బంది కావలెను.
సీనియర్లకు ప్రాధాన్యత ఉంటుంది.
సంప్రదించుటకు : 7702866885, 9059324231

ఆంధ్రప్రదేశ్ సంపుటి:05 సంచిక :26 ఎడిటర్ : బి. అనిల్ కుమార్ పేజిలు : 10, వెల. 6రూ/ మంగళవారం- 28 -అక్టోంబర్- 2025

ఏపీ తీరం వైపు 'మొంథా' తుపాను

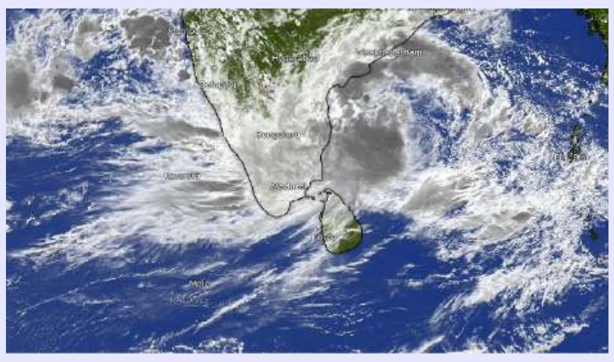
రేపటికి తీవ్రరూపం దాల్చే అవకాశం

పలుచోట్ల ఈదురు గాలులతో కూడిన వర్షాలు

ప్రస్తుతం కాకినాడకు 570 కి.మీ దూరంలో కేంద్రీకృతం

తీరం వెంబడి గంటకు 110 కి.మీ వేగంతో గాలులు

ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలన్న విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ



బంగాళాఖాతంలో ఏర్పడిన 'మొంథా' తుపాను ప్రభావం ఆంధ్రప్రదేశ్ కోస్తా జిల్లాలపై ప్రారంభమైంది. తుపాను కారణంగా ఇప్పటికే పలు ప్రాంతాల్లో ఈదురుగాలులతో కూడిన వర్షాలు కురుస్తున్నాయి. తుపాను తీరానికి సమీపించే కొద్దీ దీని ప్రభావం మరింత తీవ్రంగా ఉంటుందని మిగతా..2లో

డిజిటల్ అరెస్ట్' మోసాలపై సుప్రీంకోర్టు సుమోటో విచారణ

అన్ని రాష్ట్రాలు, కేంద్ర పాలిత ప్రాంతాలకు నోటీసులు జారీ

మోసాలకు సంబంధించిన ఎఫ్ఐఆర్ వివరాలు సమర్పించాలని ఆదేశం

ఇది దేశవ్యాప్త కుంభకోణం.. దర్యాప్తు సీబీఐకి అప్పగించేందుకు మొగ్గు

ఈ మోసాల వెనుక మయన్మార్, థాయ్‌లాండ్ ముఠాలు ఉన్నాయని వెల్లడి

ఢిల్లీ : దేశవ్యాప్తంగా పెరిగిపోతున్న 'డిజిటల్ అరెస్ట్' మోసాలపై సుప్రీంకోర్టు తీవ్రంగా స్పందించింది. పోలీసులు, న్యాయాధికారులమంటూ నకిలీ కోర్టు పత్రాలతో పౌరులను బెదిరించి డబ్బులు వసూలు చేస్తున్న మోసాలపై దాఖలైన కేసును సుమోటోగా విచారణకు స్వీకరించిన అత్యున్నత న్యాయస్థానం, సోమవారం అన్ని రాష్ట్రాలు, కేంద్ర పాలిత ప్రాంతాలకు నోటీసులు జారీ చేసింది. జస్టిస్ సూర్యకాంత్, జస్టిస్ జాయ్ మాల్య బాగ్చీలతో కూడిన ధర్మాసనం మిగతా..2లో

మొంథా తుపాను ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో ఇరిగేషన్ శాఖ అప్రమత్తంగా ఉండాలి

మొంథా తుపాను ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో సీఈ స్థాయి నుంచి క్షేత్రస్థాయి సిబ్బంది వరకు ప్రతి ఒక్కరూ హెడ్ క్వార్టర్స్‌లో అందుబాటులో ఉండాలని ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర జలవనరుల శాఖ మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు ఆదేశాలు జారీ చేశారు. గేట్లు, స్ల్యూయిజ్‌లు, సక్రమంగా పనిచేస్తున్నాయో లేదో, తనిఖీ చేయాలని మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు సూచించారు.

అమరావతి , అక్టోబరు27 : మొంథా తుపాను నేపథ్యంలో ఇరిగేషన్ శాఖ ఉన్నతాధికారులతో ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర జలవనరుల శాఖ మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు మిగతా..2లో

ఆ కుటుంబాలకు రూ.3 వేలు
25 కిలోల బియ్యం - చంద్రబాబు ఆదేశం

- మొంథా తుపానుపై కలెక్టర్లు, ఎస్పీలతో సీఎం చంద్రబాబు టెలికాన్ఫరెన్స్
- పునరావాస కేంద్రాల్లో అన్ని సదుపాయాలు కల్పించాలని ఆదేశం

వివరాలు 2లో..

అమరావతి : మొంథా తుపాను ప్రభావం వలన పునరావస కేంద్రాలకు తరలించిన ఒక్కో కుటుంబానికి రూ.3,000 చొప్పున నగదు, 25 కేజీల బియ్యంతో సహా నిత్యావసరాల పంపిణీ చేయాలనీ సీఎం చంద్రబాబు కలెక్టర్లను ఆదేశించారు. తాగునీటి సమస్య తలెత్తకుండా, ఎక్కడా కలుషితం కాకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలన్నారు. తుపాను ప్రభావంపై జిల్లా కలెక్టర్లు, ఎస్పీలు, ఇతర అధికారులతో సీఎం టెలికాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. అత్యవసర వైద్య సేవలు అందించేందుకు వైద్య సిబ్బంది అందుబాటులో ఉండాలని స్పష్టం చేశారు. పునరావాస కేంద్రాల్లో మెడికల్ క్యాంపులు నిర్వహించాలి, నాణ్యమైన ఆహారాన్ని అందించాలని తెల్చిచెప్పారు. పునరావాస కేంద్రాలకు ప్రత్యేకంగా ఇన్‌ఛార్జ్‌లను నియమించాలని ఆదేశించారు. తుఫాను ప్రభావిత జిల్లాల్లో విద్యా సంస్థలకు సెలవులు ప్రకటించాలని తెలిపారు. ఎక్కడా ఎటువంటి ఆస్తి, ప్రాణ నష్టం సంభవించకుండా అధికారులు బాధ్యత తీసుకోవాలని అన్నారు. జిల్లాల్లో తుపాను రక్షణ చర్యలను పర్యవేక్షించాల్సిన బాధ్యత కలెక్టర్లదేనని వాలంటరీగా వచ్చేవారిని తుపాను సహాయక కార్యక్రమాలకు వినియోగించుకోవాలని సూచించారు. ప్రభుత్వ యంత్రాంగమంతా నిబద్ధతతో పనిచేసి తుపానును సమర్ధవంతంగా ఎదుర్కోవాలని తెలిపారు. నెల్లూరు జిల్లాలో ఆదివారం రాత్రి నుంచి వర్షాలు కురుస్తున్నాయని అలానే దానికోసం అన్ని రక్షణ చర్యలు తీసుకుంటున్నామని సీఎంకు కలెక్టర్ హిమాన్శు

మొంథా తుపానుపై పవన్ కళ్యాణ్ అలర్ట్..

- మొంథా తుపాను నేపథ్యంలో అప్రమత్తంగా ఉండాలని ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ దిశానిర్దేశం చేశారు.
- కాకినాడ జిల్లాలో 12 మండలాలపై మొంథా తుపాను ప్రభావం ఉంటుందని తెలిసిన క్రమంలో ముందస్తు చర్యలు పకడ్బందీగా ఉండాలని సూచించారు పవన్ కల్యాణ్.

ఎస్ఐఆర్‌పై కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం కీలక ప్రకటన

- బీహార్‌లో ఎస్ఐఆర్ విజయవంతమైందన్న ప్రధాన ఎన్నికల కమిషనర్
- రెండో దశలో 12 రాష్ట్రాలు, కేంద్ర పాలిత ప్రాంతాల్లో నిర్వహిస్తామని వెల్లడి
- 21 ఏళ్ల కింద ఓటర్ల జాబితా సవరణ జరిగిందన్న జ్ఞానేశ్ కుమార్

బంగ్లాదేశ్ యూటర్న్.. జకీర్ నాయక్‌కు
ఘన స్వాగతం పలకనున్న యూనస్ ప్రభుత్వం

- ఢాకాలో బేకరీపై ఉగ్రదాడి తర్వాత మలేసియా పారిపోయిన జకీర్ నాయక్
- జకీర్ నాయక్‌కు చెందిన పీస్ టీవీని నిషేధించిన నాటి ప్రధాని షేక్ హసీనా
- ఇప్పుడు జకీర్‌కు ఘన స్వాగతం పలకనున్న యూనస్ ప్రభుత్వం

ఢిల్లీ : వివాదాస్పద మతబోధకుడు జకీర్ నాయక్ బంగ్లాదేశ్‌లో పర్యటించనున్నారు. యూనస్ నేతృత్వంలోని ప్రభుత్వం జకీర్ పర్యటనకు అనుమతించినట్లు అంతర్జాతీయ మీడియా వర్గాలు వెల్లడించాయి. జకీర్ నాయక్‌కు స్వాగతం పలికేందుకు బంగ్లాదేశ్ ప్రభుత్వం ఏర్పాట్లు చేస్తోందని సమాచారం. నవంబర్ 28 నుంచి డిసెంబర్ 20 వరకు జకీర్ నాయక్ బంగ్లాదేశ్ పర్యటన కొనసాగనుంది. జకీర్ నాయక్ బంగ్లాలోని పలు ప్రాంతాల్లో ప్రజలను ఉద్దేశించి ప్రసంగించనున్నారు. జూలై 2016లో ఢాకాలోని ఒక బేకరీపై ఉగ్రదాడి జరిగింది. ఆ దాడి అనంతరం ఒక ఉగ్రవాది మాట్లాడుతూ యూట్యూబ్ ఛానల్ ద్వారా జకీర్ చేసిన బోధనలకు తాను ప్రభావితమయ్యానని చెప్పినట్లు అధికారులు వెల్లడించారు. ఆ సమయంలో భారత్‌లో ఉన్న జకీర్ అరెస్టు భయంతో మలేసియాకు పారిపోయాడు. దీంతో మనీలాండరింగ్, విద్వేష ప్రసంగాల ఆరోపణల కేసులో భారత్ జకీర్‌ను వాంటెడ్‌గా ప్రకటించింది. జకీర్ నాయక్‌కు చెందిన పీస్ టీవీని అప్పటి బంగ్లాదేశ్ ప్రధాని షేక్ హసీనా నిషేధించారు. అలాంటి వ్యక్తికి యూనస్ నేతృత్వంలోని తాత్కాలిక ప్రభుత్వం అధికారికంగా స్వాగతం పలకనుంది. జకీర్ నాయక్ గత ఏడాది పాకిస్థాన్‌లో కూడా పర్యటించారు. పాకిస్థాన్ ప్రధాని షెహబాజ్ షరీఫ్ కూడా నాడు జకీర్‌కు ఘన స్వాగతం పలికారు.

రాహుల్ గాంధీని తప్ప నేను ఎవరినీ సోదరుడని పిలవను

రాహుల్ కూడా తనను 'మై డియర్ బ్రదర్' అని పిలుస్తారన్న స్టాలిన్

ఢిల్లీ : కాంగ్రెస్? అగ్రనేత, లోక్?సభ ప్రతిపక్ష నేత రాహుల్ గాంధీని తప్ప తాను ఎవరినీ సోదరుడిగా పిలవనని తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి ఎంకే స్టాలిన్ అన్నారు. ఆయన కూడా తనను 'మై డియర్ బ్రదర్' (నా ప్రియమైన సోదరుడా) అని పిలుస్తారని తెలిపారు. విరుధ్?నగర్? జిల్లాలో జరిగిన వివాహ వేడుకలో పాల్గొన్న ఆయన ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. "1967కు ముందు ఆత్మగౌరవ వివాహాలకు చట్టబద్ధమైన గుర్తింపు లేదు. కానీ ఆ సమయంలో అన్నా నేతృత్వంలోని డీఎంకే అధికారంలోకి వచ్చాక ఆత్మగౌరవ విహాలకు చట్టబద్ధత కల్పించారు. డీఎంకే, కాంగ్రెస్? వేర్వేరు మార్గాల్లో నడిచినా, ఇప్పుడు రెండు పార్టీలు కలిసి పని చేస్తున్నాయి. దేశ, తమిళనాడుకు మంచి భవిష్యత్? కోసం ఒకే జట్టుతో కలిసి ఆలోచనలతో ఉన్నాయి. నా సోదరుడు రాహుల్ గాంధీపై ఉన్న ప్రేమను మాటల్లో వర్ణించలేను. ఇతర పార్టీల నేతలను కలిసినప్పుడు మాట్లాడినప్పుడు నేను ఎవరినీ సోదరుడని పిలవను. కానీ రాహుల్ గాంధీ గురించి మాట్లాడినప్పుడు మాత్రం సోదరుడినే పిలుస్తాను. ఇందుకు కారణం ఆయన నన్ను సోదరుడిగానే భావించడం. మేము ఇద్దరం కలిసినా, ఫోన్?లో మాట్లాడుకున్నా మై డియర్ బ్రదర్? అని పిలుస్తాను. నేను ఎప్పుడు మరిచిపోను. ఇది కేవలం రాజకీయ స్నేహమే కాదు విధానపరంగా ఏర్పడింది.

మైనారిటీలను కాంగ్రెస్ మోసం చేసింది

- రాష్ట్రంలో మైనార్టీ డిక్లరేషన్ పేరుతో కాంగ్రెస్ పార్టీ మైనారిటీలను మోసం చేసిందని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ ఆరోపించారు.
- హైదరాబాద్‌లోని శంషాబాద్‌లో సోమవారం ఏర్పాటు చేసిన బీఆర్ఎస్ మైనారిటీ నేతల సమావేశంలో ఆయన పాల్గొన్నారు.

తుపాను ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో ప్రజలకు
ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా చర్యలు: మంత్రి నాదెండ్ల

మొంథా తుపాను హెచ్చరికల నేపథ్యంలో ప్రజలకు క్షేత్రస్థాయిలో సేవలందించేందుకు పౌర సరఫరాల శాఖ సిద్ధమైందని ఆ శాఖ మంత్రి నాదెండ్ల మనోహర్ వ్యాఖ్యానించారు.

ఏపీవ్యాప్తంగా 12 జిల్లాల్లో తుఫాను ప్రభావం అత్యధికంగా ఉందని చెప్పుకొచ్చారు నాదెండ్ల మనోహర్.

అమరావతి, : మొంథా తుపాను హెచ్చరికల నేపథ్యంలో ప్రజలకు క్షేత్రస్థాయిలో సేవలందించేందుకు పౌర సరఫరాల శాఖ సిద్ధమైందని ఆ శాఖ మంత్రి నాదెండ్ల మనోహర్ వ్యాఖ్యానించారు. ఏపీవ్యాప్తంగా 12 జిల్లాల్లో తుపాను ప్రభావం అత్యధికంగా ఉందని చెప్పుకొచ్చారు. శ్రీకాకుళం, విజయనగరం, అనకాపల్లి, కాకినాడ, డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్ కోనసీమ, వెస్ట్ గోదావరి, కృష్ణా, బాపట్ల, ప్రకాశం, నెల్లూరు జిల్లా, తిరుపతి జిల్లాల్లో రేపు(మంగళవారం) ఉదయం 9 గంటల నుంచి రేషన్ షాపుల్లో నిత్యావసరాల సరుకులు అందజేస్తామని వెల్లడించారు మంత్రి నాదెండ్ల మనోహర్. తుపాను ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో సేవలు అందించేందుకు పౌర సరఫరాలశాఖ సిద్ధంగా ఉందని వివరించారు. 12జిల్లాల్లో 14,145...రేషన్ షాపులు అందుబాటులో ఉంటాయని స్పష్టం చేశారు. 7లక్షలమంది లబ్ధిదారులకు ఉపయోగపడేలా నిత్యావసరాలు అందుబాటులో ఉంచామని తెలిపారు. విద్యుత్ సరఫరా లేని ప్రాంతాల్లో జనరేటర్స్ అందుబాటులోకి తీసుకువస్తామని చెప్పుకొచ్చారు మంత్రి నాదెండ్ల మనోహర్. జనరేటర్స్‌కు అవసరమైన డీజిల్, కిరోసిన్ కూడా అందుబాటులో ఉంచామని తెలిపారు. 12 జిల్లాల్లో 626 పెట్రోల్, డీజిల్ ఆయిల్ కంపెనీ అవుట్‌లెట్లు ఉన్నాయని వివరించారు. పెట్రోల్, డీజిల్ కొరత లేకుండా ఉండేందుకు కంపెనీ ప్రతినిధులతో మాట్లాడి 3,543 లీటర్ల పెట్రోల్, డీజిల్స్‌ని అందుబాటులో ఉంచామని పేర్కొన్నారు. రైతులకు ఎలాంటి ఇబ్బంది కలగకుండా చర్యలు చేపట్టామని తెలిపారు. అన్నదాతలకు 30,000 టార్పాలిన్లు అందుబాటులో ఉంచామని... వీటిని వినియోగించుకోవాలని మంత్రి నాదెండ్ల మనోహర్ సూచించారు

రాహుల్ గాంధీ గురించి మాట్లాడే స్థాయి హరీశ్ రావుకు లేదు

- కాంగ్రెస్ అగ్రనేత రాహుల్ గాంధీ గురించి మాట్లాడే స్థాయి హరీశ్ రావుకు లేదని హరీశ్ మండిపడ్డారు.
- ఆటో డ్రైవర్లను ఆదుకునే బాధ్యత తమదని చెప్పారు. కేబినెట్‌పై హరీశ్ రావు చేసిన ఆరోపణలు అవాస్తవమని కొట్టిపారేశారు.

అక్షర విజేత
మంగళవారం- 28 -అక్టోబర్- 2025

మొదటి పేజి తరువాయి

మొంథా తుపానుపై పవన్ కల్యాణ్ అలర్ట్..
అధికారులకు దిశానిర్దేశం

అమరావతి , అక్టోబరు27 : మొంథా తుపాను నేపథ్యంలో అప్రమత్తంగా ఉండాలని ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ దిశానిర్దేశం చేశారు. మొంథా తుపాను కాకినాడ ప్రాంతంలో తీరం దాటనుందని తెలిపారు. ఈ క్రమంలో కాకినాడ జిల్లాలో చేపట్టాల్సిన చర్యలపై అధికారులతో పవన్ కల్యాణ్ తన క్యాంపు కార్యాలయంలో ఇవాళ(సోమవారం) వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమీక్షకు కాకినాడ జిల్లా ఇన్‌చార్జి మంత్రి పి. నారాయణ, స్పెషల్ ఆఫీసర్ కృష్ణ తేజ, జిల్లా కలెక్టర్ షాన్ మోహన్, జిల్లా ఎస్పీ బిందు మాధవ్, ఇతర అధికారులు హాజరయ్యారు. ఈ సమావేశంలో అధికారులకి పలు కీలక సూచనలు చేశారు డిప్యూటీ సీఎం. కాకినాడ జిల్లాలో 12 మండలాలపై మొంథా తుపాను ప్రభావం ఉంటుందని తెలిసిన క్రమంలో ముందస్తు చర్యలు పకడ్బందీగా ఉండాలని సూచించారు పవన్ కల్యాణ్. ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో ఉన్నవారిని సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలించడంతోపాటు వారికి అవసరమైన ఆహారం, రక్షిత తాగునీరు, పాలు, ఔషధాలు సమకూర్చుకోవాలని మార్గనిర్దేశం చేశారు. డిజాస్టర్ రెస్పాన్స్ ఫోర్స్ బృందాలు, గజ ఈతగాళ్లు సిద్ధంగా ఉన్నారని చెప్పుకొచ్చారు. ఈ విషయాన్ని ప్రజలకి తెలియజేయాలని సూచించారు పవన్ కల్యాణ్. ప్రజలు ఎలాంటి ఆందోళనకి గురికాకుండా చర్యలు చేపట్టాలని ఆదేశించారు. మొంథా తుపాను తీరం దాటే సమయంలో గాలుల తీవ్రత ఎక్కువగా ఉన్నందున విద్యుత్ స్తంభాలు పడిపోయే అవకాశం ఉంటుందని తెలిపారు. తుపాను దృష్ట్యా విద్యుత్ స్తంభాలు ఒకవేళ పడిపోతే వాటి పునరుద్ధరణకు తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. గర్భిణులు, బాలింతలు, వృద్ధులు, రోగుల వివరాలు తెలుసుకొని.. వారిని సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలించాలని దిశానిర్దేశం చేశారు. 24 గంటలూ తుఫాన్ ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో వైద్య సిబ్బందిని అందుబాటులో ఉంచాలని డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ ఆదేశాలు జారీ చేశారు.

మొంథా తుపాను ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో ఇరిగేషన్ శాఖ
అప్రమత్తంగా ఉండాలి: మంత్రి నిమ్మల

ఏపీ సచివాలయంలో వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమీక్షకి కడా స్పెషల్ కమిషనర్ ప్రశాంతి, ఇరిగేషన్ అడ్వైజర్ వెంకటేశ్వరరావు, ఈఎన్సీ నరసింహమూర్తి, సీఈలు, ఎస్ఈలు, ఈఈలు, ఇతర ఉన్నతాధికారులు హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా అధికారులకి తుపాను నేపథ్యంలో చేపట్టాల్సిన చర్యలపై దిశానిర్దేశం చేశారు మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు. తుపాను ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో సీఈ స్దాయి నుంచి క్షేత్రస్థాయి సిబ్బంది వరకు ప్రతి ఒక్కరూ హెడ్ క్వార్టర్స్‌లో అందుబాటులో ఉండాలని ఆదేశాలు జారీ చేశారు. గేట్లు, స్ల్యూయిజ్‌లు, సక్రమంగా పనిచేస్తున్నాయో లేదో వెంటనే తనిఖీ చేయాలని సూచించారు. చెరువులు, కాల్వగట్లు కోతకు గురైతే తక్షణమే మరమ్మతులు చేయాలని ఆజ్ఞాపించారు. దిగువకు నీరు విడుదల చేసే ముందు, సమీప నీటి ప్రవాహ ప్రాంత ప్రజలకు ముందస్తు హెచ్చరికలు జారీ చేయాలని మార్గనిర్దేశం చేశారు మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు. ఎన్టీఆర్ జిల్లాలో వర్షపాతాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకోని, బుడమేరు డైవర్షన్ ఛానెల్‌పై నిరంతర నిఘా ఉంచాలని దిశానిర్దేశం చేశారు. వెలగలేరు రెగ్యులేటర్ నుంచి ఎనికేపాడు యూటీ వరకు విజయవాడ నగర పరిధిలో.. పాత బుడమేరు సమీప ప్రాంతంలో నీటి ప్రవాహానికి అడ్డంకులు తొలగించాలని ఆదేశించారు. ఎర్ర కాలువ, యనమదురు డ్రైన్, బురద కాలువ, సుద్ద వాగు, ఏలేరు రిజర్వాయర్, రైవాడ కాలువ వంటి వాటిపై నిరంతరం నిఘా పెట్టాలని సూచించారు. జిల్లా కలెక్టర్, రెవెన్యూ, డిజాస్టర్ మేనేజ్‌మెంట్, పోలీస్, విద్యుత్, మున్సిపల్, ఆర్‌డబ్ల్యూఎస్, శాఖలతో ఎప్పటికప్పుడూ సమన్వయం చేసుకోవాలని మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు దిశానిర్దేశం చేశారు.

ఎస్ఐఆర్'పై కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం కీలక ప్రకటన

ఢిల్లీ: ఎస్ఐఆర్ – ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ)పై కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం సోమవారం కీలక ప్రకటన చేసింది. బీహార్‌లో ఎస్ఐఆర్ విజయవంతమైందని, మరో 12 రాష్ట్రాలు, కేంద్రపాలిత ప్రాంతాల్లో దీనిని నిర్వహించబోతున్నామని తెలిపింది. ఈ మేరకు ప్రధాన ఎన్నికల కమిషనర్ జ్ఞానేశ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ, రెండో దశ ఓటర్ల జాబితా ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణను త్వరలో చేపట్టనున్నామని వెల్లడించారు. 1951 నుంచి 2004 వరకు ఎనిమిదిసార్లు ఎస్ఐఆర్ నిర్వహించారని అన్నారు. 21 ఏళ్ల కిందట ఓటర్ల జాబితా సవరణ జరిగిందని గుర్తు చేశారు. ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియ ద్వారా నకిలీ ఓట్లు, అక్రమ వలసదారులు, చనిపోయిన, బదిలీ చేయబడిన ఓటర్లను తొలగించినట్లు వెల్లడించారు. ఎన్నికలకు ముందు ఓటర్ల జాబితా సవరణ తప్పనిసరి అని స్పష్టం చేశారు. బీహార్‌లో 7.5 కోట్ల మందితో ఎస్ఐఆర్ విజయవంతంగా పూర్తయిందని అన్నారు. బీహార్‌లో ఈ ప్రక్రియపై ఎవరూ అభ్యంతరాలు చెప్పలేదని తెలియజేశారు. రెండో దశలోనూ ప్రతి ఇంటికి మూడుసార్లు వెళ్లి ఓటరుపై నిర్ధారణ చేసుకుంటామని తెలిపారు. ఎస్ఐఆర్‌పై రాజకీయ అవగాహన కల్పిస్తామని ఆయన అన్నారు. రెండో దశలో ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ జరగనున్న రాష్ట్రాలు/కేంద్రపాలిత ప్రాంతాలు: అండమాన్ నికోబర్, ఛత్తీస్‌గఢ్, గోవా, గుజరాత్, కేరళ, లక్షద్వీప్, మధ్యప్రదేశ్, పుదుచ్చేరి, రాజస్థాన్, తమిళనాడు, ఉత్తర ప్రదేశ్, పశ్చిమ బెంగాల్. రెండో దశ ఎస్ఐఆర్ జరగనున్న రాష్ట్రాల్లో 51 కోట్లకు పైగా ఓటర్లు ఉన్నారని, నవంబర్ 4వ తేదీ నుండి ప్రారంభమవుతుందని తెలిపారు. అసోంలో ఎన్ఆర్సీ ఉన్నందున ఎస్ఐఆర్ లేదని స్పష్టం చేశారు.

ఏపీ తీరం వైపు 'మొంథా' తుపాను

వాతావరణ శాఖ హెచ్చరిస్తోంది. విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ వెల్లడించిన తాజా వివరాల ప్రకారం, 'మొంథా' తుపాను గడిచిన 6 గంటల్లో గంటకు 18 కిలోమీటర్ల వేగంతో పశ్చిమ వాయవ్య దిశగా కదులుతోంది. ప్రస్తుతం ఇది చెన్నైకి 520 కిలోమీటర్లు, కాకినాడకు 570 కిలోమీటర్లు, విశాఖపట్నంకు 600 కిలోమీటర్ల దూరంలో కేంద్రీకృతమై ఉంది. ఈ తుపాను మరింత బలపడి రేపు (మంగళవారం) ఉదయానికి తీవ్ర తుపానుగా మారే అవకాశం ఉందని అధికారులు అంచనా వేస్తున్నారు. దీని ప్రభావంతో తీరం వెంబడి గంటకు 90 నుంచి 110 కిలోమీటర్ల వేగంతో బలమైన ఈదురుగాలులు వీస్తాయని తెలిపారు. ఈ నేపథ్యంలో ప్రజలు, ముఖ్యంగా మత్స్యకారులు అప్రమత్తంగా ఉండాలని రాష్ట్ర విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ ఎండీ ప్రఖర్ జైన్ సూచించారు. అధికారులు జారీ చేసే హెచ్చరికలను పాటిస్తూ సురక్షిత ప్రాంతాల్లో ఉండాలని ఆయన విజ్ఞప్తి చేశారు. తుపాను కదలికలను ఎప్పటికప్పుడు పర్యవేక్షిస్తున్నట్లు ఆయన తెలిపారు.

రాహుల్ గాంధీని తప్ప నేను ఎవరినీ సోదరుడని పిలవను

భారత్? భవిష్యత్ కోసం ఆయన తన గొంతును వినిపిస్తూనే ఉంటారు. ప్రతీ ఒక్కరి నుంచి ఇలాంటి పద్ధతిని ఆశిస్తున్నా. మా ఇద్దరి మధ్య స్నేహం ఈరోజుకీ కొనసాగుతూనే ఉంది. వ్యక్తిగత ప్రయోజనాల కన్నా దేశ ప్రయోజనాలే ముఖ్యం."

ఎంకే స్టాలిన్, తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి

అంతకుముందు గతేడాది అమెరికా పర్యటనలో కూడా ఇద్దరు నేతల మధ్య సరదా సంభాషణ జరిగింది. తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి ఎంకే స్టాలిన్ షికాగో సరస్సు తీరంలో సైకిల్ తొక్కిన వీడియో సోషల్ మీడియాలో పోస్టు చేశారు. దీనిపై స్పందించిన కాంగ్రెస్ అగ్రనేత రాహుల్ గాంధీ, చెన్నైలో మనమిద్దరం కలిసి ఎప్పుడు సైక్లింగ్ చేద్దాం మిత్రమా అంటూ ట్వీట్ చేశారు. దీనికి బదులిచ్చిన సీఎం స్టాలిన్ "డియర్ బ్రదర్ మీకు ఎప్పుడు వీలుంటే అప్పుడు సైకిల్ తొక్కుతూ చెన్నై నగరాన్ని చుట్టేద్దాం. దీంతోపాటు మీకోసం మిఠాయిలు కూడా వేచిచూస్తున్నాయి. సైక్లింగ్ తర్వాత మా ఇంట్లో దక్షిణాది వంటకాన్ని ఆస్వాదించి స్వీట్ల రుచి చూద్దాం" అని స్టాలిన్ చెప్పారు. దీనికి సంబధించిన ఆన్‌లైన్ సంభాషణ కాస్త సోషల్ మీడియాలో వైరల్‌గా మారింది. ఇలానే గతేడాది జూన్ 19న రాహుల్ గాంధీ పుట్టినరోజు సందర్భంగా కాంగ్రెస్ అగ్రనేతకు స్టాలిన్ శుభాకాంక్షలు చెప్పిన సమయంలో సరదా సంభాషణ నెలకొంది. స్టాలిన్?కు ధన్యవాదాలు తెలిపిన రాహుల్, మీ నుంచి స్వీట్ బాక్స్ కోసం వేచిచూస్తున్నానని చెప్పారు.

రాహుల్ గాంధీ గురించి
మాట్లాడే స్థాయి హరీశ్ రావుకు లేదు

ఇంటర్నెట్ డెస్క్, అక్టోబర్ 27: బీఆర్ఎస్ మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు వ్యాఖ్యలపై మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ స్పందించారు. కాంగ్రెస్ అగ్రనేత రాహుల్ గాంధీ గురించి మాట్లాడే స్థాయి హరీశ్ రావుకు లేదని మండిపడ్డారు. ఆటో డ్రైవర్లను ఆదుకునే బాధ్యత తమదని చెప్పారు. కేబినెట్ పై హరీశ్ రావు చేసిన ఆరోపణలు అవాస్తవమని కొట్టిపారేశారు. డైవర్షన్ పాలిటిక్స్ ను హరీష్ రావు బంద్ చేయాలని హెచ్చరించారు. జూబ్లీహిల్స్ ఉపఎన్నికల్లో కంటోన్మెంట్ ఫలితాలు రిపీట్ కాబోతున్నాయని స్పష్టం చేశారు. జూబ్లీహిల్స్ లో తమ అభ్యర్థి నవీన్ యాదవ్ గెలుపు ఖాయమని వ్యాఖ్యానించారు. రేవంత్ రెడ్డి పాలనలో రాష్ట్రం అభివృద్ధి, సంక్షేమంలో దూసుకుపోతుందన్నారు. జూబ్లీహిల్స్‌లో కాంగ్రెస్ ఓడిపోతే కనీసం రేవంత్ రెడ్డికి బుద్ధి వస్తుందని.. ఆటో కార్మికులకు ఇస్తానన్న హామీలు నెరవేరుస్తారని బీఆర్ఎస్ మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు మండిపడ్డారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ మేనిఫెస్టోలో కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి వస్తే రూ. 12000 ఇస్తామని మోసం చేసిందని దుయ్యబట్టారు. వెంటనే బాకీ పడ్డ రూ.24 వేలను ప్రతి ఆటో డ్రైవర్‌కి ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. మొత్తం ఆటో కార్మికులకు రెండు సంవత్సరాల బాకీ చెల్లించినా రూ. 1500 కోట్లు అవుతుందని చెప్పారు. రూ. 3 లక్షలు ఫీజు పెంచితే మద్యం టెండర్లపై రూ. 3 వేల కోట్లు ప్రభుత్వానికి వచ్చాయన్నారు. అందులో నుంచి రూ. 1500 కోట్లు ఆటో కార్మికులకు ఇచ్చి ఆటో కార్మికులను కాపాడాలని డిమాండ్ చేశారు. ఇప్పటివరకు 161 ఆటో కార్మికులు చనిపోయారని.. చనిపోయిన ఆటో డ్రైవర్ కుటుంబానికి ఒక్కొక్కరికి రూ.10 లక్షల చొప్పున ఇవ్వాలని ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. హైదరాబాద్ లోని ఎర్రగడ్డ గోకుల్ థియేటర్ నుండి తెలంగాణ భవన్ వరకు హరీశ్ ఆటోలో ప్రయాణించి మాట్లాడారు.

ఆ కుటుంబాలకు రూ.3 వేలు - 25 కిలోల బియ్యం - చంద్రబాబు ఆదేశం

మొదటి పేజి తరువాయి

శుక్లా వివరించారు. ఆర్టీజీఎస్ నుంచి సమాచారం అందుతుందని ఎక్కడా చెరువులు, కాలువ గట్లు తెగకుండా చూసుకోవాలని అలానే భారీ వర్షాలతో నీరు ఎక్కడా నిలిచిపోకుండా డ్రైనేజీ వ్యవస్థను పర్యవేక్షించాలని సీఎం సూచించారు. తుపాను సమయంలో ప్రజలు ఎవరూ బయటకు రాకుండా చూసుకోవాలని ఆదేశించారు. విజయవాడ, మంగళగిరి, విశాఖ వంటి కొండ ప్రాంతాల్లో కొండచరియలు జారిపడకుండా జాగ్రత్త చర్యలు చేపట్టాలని చెప్పారు. మొంథా తుపాను కార్యాచరణ భవిష్యత్‌లో వచ్చే తుపానులను ఎదుర్కొనేందుకు ఒక మోడల్ కావాలని తెలిపారు. 12 మండలాలపై ప్రభావం: మొంథా తుపాను కాకినాడ ప్రాంతంలో తీరం దాటనున్న క్రమంలో జిల్లాలో చేపట్టాల్సిన చర్యలపై డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ మంగళగిరి క్యాంప్ కార్యాలయం నుంచి వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. జిల్లాలో 12 మండలాలపై ప్రభావం ఉంటుందని తెలిసిన క్రమంలో ముందస్తు చర్యలు పకడ్బందీగా ఉండాలని పవన్ సూచించారు. ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో ఉన్నవారిని సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలించడంతోపాటు వారికి అవసరమైన ఆహారం, రక్షిత తాగు నీరు, పాలు, ఔషధాలు సమకూర్చాలని సూచించారు. డిజాస్టర్ రెస్పాన్స్ ఫోర్స్ బృందాలు, ఈతగాళ్లు సిద్ధంగా ఉన్నందున ఎలాంటి ఆందోళన అవసరం లేదని ప్రజలకు తెలియచేయాలని ఆదేశించారు. తీరం దాటే సమయంలో గాలుల తీవ్రత ఎక్కువగా ఉంటుంది కాబట్టి విద్యుత్ స్తంభాలు పడిపోయే అవకాశం ఉంటుందని పవన్ తెలిపారు. ఇలాంటి తరుణంలో వాటి పునరుద్ధరణకు తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. గర్భిణులు, బాలింతలు, వృద్ధులు, రోగుల వివరాలు తెలుసుకొని వారిని సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలించాలని అలానే వైద్య సిబ్బందిని అందుబాటులో ఉంచాలని దిశానిర్దేశం చేశారు. ఈ సమావేశంలో జిల్లా ఇన్?ఛార్జి మంత్రి పి. నారాయణ, స్పెషల్ ఆఫీసర్ కృష్ణ తేజ , కలెక్టర్ షాన్ మోహన్, ఎస్పీ బిందు మాధవ్, ఇతర అధికారులు పాల్గొన్నారు.

డిజిటల్ అరెస్ట్' మోసాలపై సుప్రీంకోర్టు సుమోటో విచారణ

మొదటి పేజి తరువాయి

ఈ మేరకు విచారణ చేపట్టింది. ఈ తరహా మోసాలకు సంబంధించి తమ పరిధిలో నమోదైన ప్రథమ సమాచార నివేదికల (ఎఫ్ఐఆర్) వివరాలు సమర్పించాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలను ఆదేశించింది. "దేశవ్యాప్తంగా ఒకేరీతిలో దర్యాప్తు జరిగేలా చూసేందుకు రాష్ట్రాలకు నోటీసులు జారీ చేస్తున్నాం" అని ధర్మాసనం స్పష్టం చేసింది. ఈ 'డిజిటల్ అరెస్ట్' మోసాలు కేవలం దేశవ్యాప్తంగానే కాకుండా, దేశ సరిహద్దులు దాటి కూడా జరుగుతున్నాయని ధర్మాసనం అభిప్రాయపడింది. అందుకే ఈ కేసుల దర్యాప్తును కేంద్ర దర్యాప్తు సంస్థ (సీబీఐ)కి అప్పగించేందుకు మొగ్గు చూపుతున్నట్లు సూచించింది. కేంద్ర ప్రభుత్వం తరఫున హాజరైన సొలిసిటర్ జనరల్ తుషార్ మెహతా, ఇలాంటి అనేక కేసులను సీబీఐ ఇప్పటికే దర్యాప్తు చేస్తోందని, కేంద్ర హోం మంత్రిత్వ శాఖ ఆధ్వర్యంలోని సైబర్ క్రైమ్ విభాగం సాంకేతిక సహకారం అందిస్తోందని కోర్టుకు తెలిపారు. అటార్నీ జనరల్ ఆర్. వెంకటరమణి మాట్లాడుతూ, ఈ మోసాల వెనుక ఉన్న మనీలాండరింగ్ ముఠాలు భారత్ బయట నుంచి, ముఖ్యంగా మయన్మార్, థాయ్‌లాండ్ వంటి దేశాల నుంచి పనిచేస్తున్నాయని వివరించారు. విచారణ సందర్భంగా, హర్యానా ప్రభుత్వం స్పందిస్తూ... అంబాలా సైబర్ క్రైమ్ బ్రాంచ్‌లో రెండు ఎఫ్ఐఆర్‌లు నమోదయ్యాయని, దర్యాప్తును సీబీఐకి బదిలీ చేయడానికి తమకు ఎలాంటి అభ్యంతరం లేదని తెలియజేసింది. సంబంధిత ఇతర ఎఫ్ఐఆర్‌ల వివరాలు సమర్పించేందుకు వారం రోజుల సమయం కోరగా, ధర్మాసనం అనుమతించింది. ఈ క్రమంలో, అన్ని రాష్ట్రాలు, కేంద్ర పాలిత ప్రాంతాలు తమ పరిధిలో నమోదైన 'డిజిటల్ అరెస్ట్' సంబంధిత ఎఫ్ఐఆర్‌ల వివరాలను అందించాలని సుప్రీంకోర్టు ఆదేశించింది. ప్రస్తుతానికి అధికారికంగా కౌంటర్ అఫిడవిట్లు దాఖలు చేయాల్సిన అవసరం లేదని, కేవలం కేసుల వివరాలను రికార్డుల

రూపంలో అందించాలని స్పష్టం చేసింది. రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు తమ నివేదికలు సమర్పించిన తర్వాత ఈ కేసుపై తదుపరి విచారణ జరగనుంది.

మైనారిటీలను కాంగ్రెస్ మోసం చేసింది

మొదటి పేజి తరువాయి

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 27: రాష్ట్రంలో మైనార్టీ డిక్లరేషన్ పేరుతో కాంగ్రెస్ పార్టీ మైనారిటీలను మోసం చేసిందని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ ఆరోపించారు. హైదరాబాద్‌లోని శంషాబాద్‌లో సోమవారం ఏర్పాటు చేసిన బీఆర్ఎస్ మైనారిటీ నేతల సమావేశంలో ఆయన పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా రేవంత్ సర్కార్‌పై కేటీఆర్ తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. మైనార్టీల కోసం రూ.4 వేల కోట్ల బడ్జెట్ పెడతామని చెప్పి ప్రభుత్వం మోసం చేసిందని మండిపడ్డారు. తాము కూడా కొన్ని కొన్ని పొరపాట్లు చేసి ఉంటే చేసుండొచ్చు కానీ.. ఇండియాలో మైనార్టీలకు కేసీఆర్ చేసినన్ని పనులు ఇంకెవరూ చేయలేదని కొనియాడారు. ఈ విషయాన్ని ఇతర రాష్ట్రాల్లో అసదుద్దీన్ ఒవైసీ కూడా చెప్పారు.. కానీ ఇక్కడ చెప్పరని విమర్శించారు. బుల్డోజర్ రాజ్యం నడవదని యూపీపై రాహుల్ గాంధీ విమర్శించారని.. ఇక్కడ అదే బుల్డోజర్ రాజ్యం నడుస్తుంటే రాహుల్ గాంధీ ఎందుకు సైలెంట్‌గా ఉన్నారని ప్రశ్నించారు. హైడ్రా గురించి రాహుల్ గాంధీ సైలెంట్‌గా ఉంటారని విమర్శించారు. రాజేంద్ర నగర్ ఎమ్మెల్యే ప్రకాశ్

గౌడ్‌తో పాటు మరో తొమ్మిది మంది ఎమ్మెల్యే పార్టీ మారారని మండిపడ్డారు. పార్టీ మారిన ఎమ్మెల్యేలను మీరు ఏ పార్టీలో ఉన్నారని వారిని అడగాలని.. వాళ్లు సమాధానం చెప్పలేరని విమర్శించారు. ఇదే విషయంపై కడియం శ్రీహరిని ప్రశ్నిస్తే.. 'ఎక్కడ ఉండాలో అక్కడే ఉన్నా' అని సమాధానం చెప్పారని.. ఇది వాళ్ల పరిస్థితి అంటూ ఎద్దేవా చేశారు. సీబీఐ, ఈడీ, ఐటీ వంటి సంస్థలు మోదీ జేబు నింపే సంస్థలని రాహుల్ గాంధీ విమర్శిస్తే.. రేవంత్ రెడ్డి మాత్రం కాళేశ్వరం కేసు సీబీఐకి అప్పగిస్తారని వ్యాఖ్యానించారు. రేవంత్ రెడ్డి బంధువుకు కేంద్రంలో కాంట్రాక్టులు వస్తాయని.. బదులుగా రేవంత్ రెడ్డి కూడా బీజేపీ నేతలకు లాభం చేకూరుస్తారని ఆరోపించారు. మోదీ తెచ్చిన చట్టాలను బీజేపీ పాలిత రాష్ట్రాలకంటే తొందరగా ఇక్కడ రేవంత్ అమలు చేస్తారని విమర్శించారు. ఇది బడే భాయ్ కోసం రేవంత్ రెడ్డి చేసిన పని అంటూ ఎద్దేవా చేశారు. రాష్ట్రంలో నడుస్తున్నది కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కాదని.. ఇది కాంగ్రెస్-బీజేపీ కలిసి నడిపిస్తున్న ప్రభుత్వమని మండిపడ్డారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో ఒక్క మైనార్టీ ఎమ్మెల్యే కానీ, ఎమ్మెల్సీ కానీ లేరని అన్నారు. ఎమ్మెల్యే కోటా ఎమ్మెల్సీలోనైనా ఒక్క మైనార్టీ లీడర్‌ను కూడా ఎన్నుకోలేదని దుయ్యబట్టారు. షబ్బీర్ అలీ, అజారుద్దీన్ లాంటి వారు కూడా కాంగ్రెస్‌కు కనిపించట్లేదా? అని ప్రశ్నించారు. ఎమ్మెల్సీ ఇచ్చినట్లే ఇచ్చి అజారుద్దీన్‌ను పక్కన పెట్టేశారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. క్రికెట్‌లో అజారుద్దీన్ కట్ షాట్‌లు కొడితే.. ఇక్కడ అజారుద్దీన్‌నే రేవంత్ రెడ్డి కట్ చేసేశారని ఫైర్ అయ్యారు. మహిళలకు ఫ్రీ బస్ అని చెప్పి.. పురుషులకు టికెట్ రేట్ డబుల్ చేశారని విమర్శించారు

రైతులకు నష్టం జరగకుండా పంటలను కొనుగోలు చేయాలి

మొదటి పేజి తరువాయి

పత్తిలో తేమ 12 శాతానికి మించకుండా చూసుకోవాలని రైతులకు సూచించారు. 12 శాతానికంటే ఎక్కువగా తేమ ఉంటే కనీస మద్దతు ధర పొందే అవకాశం ఉండదని స్పష్టం చేశారు. కేంద్ర మంత్రి గిరిరాజ్ సింగ్ చౌహాన్‌కు లేఖ రాశామని పత్తి రైతులకు గరిష్ఠ మద్దతు ధర అందించేందుకు అన్ని రకాల ప్రయత్నాలు చేస్తున్నట్లు చెప్పారు.రాష్ట్రంలో వరుసగా కురుస్తున్న వర్షాలతో రైతులు బెంబేలెత్తిపోతున్నారు. ఎక్కడ ఏ సమయంలో వర్షం పడుతుందో తెలియక గందరగోళానికి గురవుతున్నారు. కొద్దిసేపు ఎండ కొద్దిసేపు వాన కురవడంతో రైతులకు ఏం చేయాలో తెలియని పరిస్థితులు ఏర్పడుతున్నాయి. నోటికాడికి వచ్చిన పంట మొత్తం నీటి పాలవుతుండడంతో ముఖ్యంగా పత్తి, వరి సాగుచేస్తున్న రైతుల పరిస్థితి మరింత దయనీయంగా మారింది.పండిన పత్తి మొలకెత్తే స్థితిలో : హనుమకొండ జిల్లా పరకాల రెవెన్యూ డివిజన్ వ్యాప్తంగా వాణిజ్య పంటగా పిలువబడే పత్తిని అత్యధిక విస్తీర్ణంలో సాగుచేశారు. జూన్ నెలలో పత్తి విత్తనాలు పెట్టిన రైతులకు సరైన వర్షాలు రాకపోవడంతో రెండు మూడు సార్లు విత్తనాలను వేశారు. రాత్రి, పగలు కష్టపడి కలుపు తీసి, ఎరువులు వేసి, పూర్తి పెట్టుబడి పెట్టి పంట చేతికొచ్చే సమయంలో భారీ వర్షాలు పత్తి రైతులను కొలుకోలేని దెబ్బ తీస్తున్నాయి. వరుస వానలకు పత్తి మొక్కలపైనే పత్తి తడిసి ముద్దవుతుంది. రంగు మారి, చేనుపైనే మొలకలెత్తే పరిస్థితి ఏర్పడింది. నాణ్యత పేరుతో కొర్రీలు పెడుతున్నారు : కష్టపడి పండించిన పంట తీరా చేతికి వచ్చే సమయానికి వర్షాలు రైతులకు తీవ్ర నష్టంతో పాటు కన్నీళ్లను మిగులుస్తున్నాయి. పండిన కొద్దిపాటి పంటను తీసుకుందామంటే వర్షాలతో తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నామని రైతులు చెబుతున్నారు. ఎలాగో అలా పత్తిని తీసి కొనుగోలు కేంద్రాలకు తీసుకొస్తే తేమ, నాణ్యత పేరుతో కొర్రీలు పెట్టి క్వింటాలుకు సుమారు రూ.2 వేల నుంచి రూ.5 వేల వరకు మాత్రమే కొనుగోలు చేస్తున్నారని రైతులు తమ బాధను వెలిబుచ్చుతున్నారు. ఒక్కో ఎకరానికి సుమారు రూ. 50 వేల చొప్పున పెట్టుబడి పెట్టామని కనీసం ప్రస్తుతం అదీ కూడా వచ్చే పరిస్థితి లేదని రైతులు తీవ్ర ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. దళారులను నమ్మి మోసపోవద్దు : ప్రభుత్వం త్వరలో కాటన్? కార్పొరేషన్? అఫ్? ఇండియా ద్వారా పత్తి కొనుగోలు సెంటర్లను ప్రారంభించబోతుందని, ప్రభుత్వ నిబంధనల ప్రకారం 8 నుంచి 12 శాతం తేమ ఉండే విధంగా రైతులు పత్తిని ఆరబెట్టి ప్రభుత్వం ప్రకటించిన మద్దతు ధర రూ. 8,110 పొందాలని, దళారులను నమ్మి ఎట్టి పరిస్థితుల్లో మోసపోవద్దని పరకాల వ్యవసాయ మార్కెట్ ఛైర్మన్ రాజిరెడ్డి రైతులకు సూచించారు.

కల్తీ మద్యం కుట్రపై కొల్లు రవీంద్ర ఘాటు వ్యాఖ్యలు

జోగి రమేష్ చంద్రబాబు ఇంటికొస్తే
తోలు తీస్తామని కొల్లు రవీంద్ర హెచ్చరిక
- వైఎస్సార్సీపీ ఫేక్ ప్రచారాలతో ప్రజలను
భయపెడుతోందని ఆరోపణ

విజయవాడలోని మద్యం దుకాణాలలో ఎక్సైజ్ శాఖ మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర ఆకస్మిక తనిఖీలు నిర్వహించారు. ప్రభుత్వం ఆవిష్కరించిన ఏపీ ఎక్సైజ్ సురక్ష యాప్ అమలును స్వయంగా పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా వినియోగదారులకు యాప్ వినియోగంపై అవగాహన కల్పించారు. కల్తీ మద్యం అంటూ తప్పుడు ప్రచారాలు చేస్తున్న వారిని ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ విడిచిపెట్టమని మంత్రి హెచ్చరించారు. "నకిలీ మద్యం అంటూ కుట్ర పన్నిన వారిని ఒక్కరినీ వదలమని, ఎక్కడ దాక్కున్నా వారిని పట్టుకొచ్చి చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకుంటాం" అని మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర స్పష్టం చేశారు.

కల్తీ మద్యం కుట్రపై కొల్లు రవీంద్ర ఘాటు వ్యాఖ్యలు

జోగి రమేష్‌పై ఘాటైన విమర్శలు: జోగి రమేష్ చంద్రబాబు ఇంటికొచ్చిన తర్వాతే వైఎస్సార్సీపీ పార్టీ అడ్రస్ గల్లంతైందని, ప్రజలు వారికి డిపాజిట్లు కూడా ఇవ్వలేదని కొల్లు రవీంద్ర వ్యాఖ్యానించారు. "ఇప్పుడు మళ్లీ చంద్రబాబు ఇంటికొస్తానంటున్న జోగి రమేష్ కారుకూతలు కూస్తే తోలు తీస్తాం" అంటూ తీవ్ర హెచ్చరిక చేశారు. "ప్రభుత్వాన్ని అస్థిరపరచడానికి కుట్ర పన్నారని నకిలీ మద్యం కేసులో నిందితుడు అద్దేపల్లి జనార్దన్‌రావు ఇచ్చిన వాంగ్మూలం స్పష్టంగా చెబుతోంది. వైఎస్సార్సీపీ నేతలు రాజకీయంగా బలహీనమై కుట్రలకు దిగారు" అని మంత్రి ఆరోపించారు. వైఎస్సార్సీపీ నేత పేర్ని నానిపై కూడా మంత్రి విమర్శలు గుప్పించారు. "బందరు పిచ్చోడు పేర్ని నాని రాత్రి రంకెలు వేసి, ఉదయం అదే పోలీస్ స్టేషన్‌కి వెళ్లి గడ్డాలు పట్టుకుంటున్నారు. ఇదే వైఎస్సార్సీపీ నేతల అసలు స్థాయి" అని వ్యాఖ్యానించారు. "శవరాజకీయాల్లో ఆరితేరిన జగన్ ఇప్పుడు కులాల మధ్య చిచ్చు పెట్టడానికి ప్రయత్నిస్తున్నారు. ఫేక్ ప్రచారాలతో ప్రజలను భయపెట్టాలని చూస్తున్నారు" అని రవీంద్ర దుయ్యబట్టారు. వైఎస్సార్సీపీ ఫేక్ ప్రచారాలపై రవీంద్ర ఫైర్: కల్తీ మద్యం పేరుతో వైఎస్సార్సీపీ పెద్ద కుట్ర పన్నుతోందని, అందులో జగన్ ప్రత్యక్ష ప్రమేయం ఉందని ఆరోపించారు. "వైఎస్సార్సీపీ చేస్తున్న ప్రతి ఫేక్ ప్రచారానికి వాస్తవాలను బయటపెడుతున్నాం. ఏ ఒక్క నిందితుడినీ వదలడం లేదు. శాఖా పరంగా ఎవరు తప్పు చేసినా వారిని కూడా క్షమించం" అని స్పష్టం చేశారు. ఏపీ ఎక్సైజ్ యాప్ ద్వారా ఇప్పటివరకు 19,000 మంది వినియోగదారులు డౌన్‌లోడ్ చేసుకున్నారని తెలిపారు. ప్రభుత్వం ఎక్సైజ్ విధానాన్ని పారదర్శకంగా అమలు చేస్తోందని, గత ప్రభుత్వం విధ్వంసం చేసిన వ్యవస్థను తిరిగి గాడిలో పెట్టామన్నారు. వసంత కృష్ణ ప్రసాద్ ఆగ్రహం: మైలవరం ఎమ్మెల్యే వసంత కృష్ణ ప్రసాద్ జోగి రమేష్‌పై తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. "జోగి రమేష్ ఇంటి సీసీ కెమెరా ఫుటేజీలు బయట పెడితే ఇంకా ఎన్నో వాస్తవాలు బయటపడతాయి. ములకలచెరువులో కల్తీ మద్యం గురించి ఆయన అనుచరుడు సురేష్ ఎక్సైజ్ అధికారులకు సమాచారం ఇచ్చిన విషయం నిజం కాదా?" అని ప్రశ్నించారు. "జోగి రమేష్‌పై వెంటనే రాజద్రోహం కేసు నమోదు చేసి అరెస్ట్ చేయాలి" అని డిమాండ్ చేశారు. "వైఎస్సార్సీపీ నాయకులకు కుట్రలు పన్ని తెలుగుదేశం నాయకులపై నెట్టడం వెన్నతో పెట్టిన విద్య" అని దుయ్యబట్టారు. జగన్‌పై తీవ్ర ఆరోపణలు: "జగన్ రెడ్డి పాలనలో జరిగిన కల్తీ మద్యం కుంభకోణం నుంచి ప్రజల దృష్టిని మళ్లించడానికి ఇప్పుడు అదే విషయాన్ని తెరపైకి తెచ్చారు" అని వసంత కృష్ణ ప్రసాద్ అన్నారు. "నాడు మంత్రి పదవి కోసం చంద్రబాబు ఇంటి పైకి వెళ్లిన జోగి రమేష్, ఇప్పుడు జగన్ కల్తీ మద్యంలో భాగస్వామి అయ్యాడు. జగన్ డైరెక్షన్‌లోనే జోగి రమేష్, అద్దేపల్లి జనార్దన్‌రావు కల్తీ మద్యం వ్యాపారం నడిపారు. అందుకే జగన్ రెడ్డిని వెంటనే అరెస్ట్ చేయాలి" అని ఆయన ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.

సంపాదకీయం

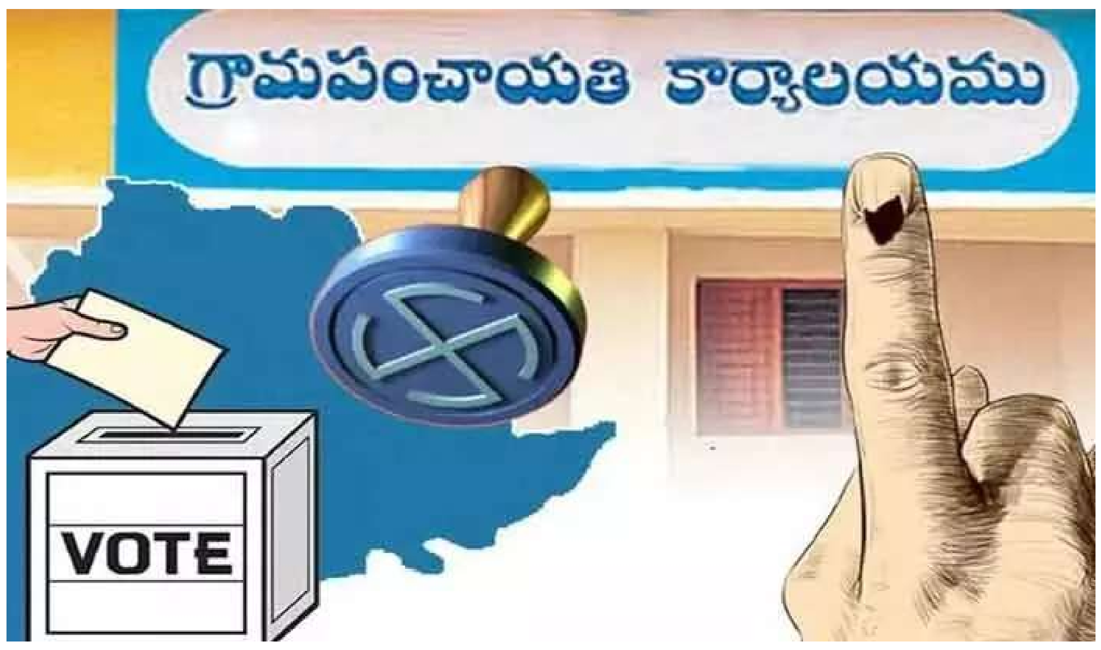
వ్యూహాత్మక స్వతంత్రతే భారత్ బాట

'అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్‌కు పిచ్చెక్కినట్లుంది..' అని ప్రపంచవ్యాప్తంగా సంఖ్యానేకులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. 30 ట్రిలియన్ డాలర్ల వార్షిక జీడీపీ ఉన్న అతిపెద్ద ఆర్థిక శక్తి అమెరికా. అంతేకాదు, అది అతిపెద్ద మిలటరీ సూపర్ పవర్ కూడా. పెంటగాన్ (అమెరికా రక్షణ మంత్రిత్వశాఖ నెలవు) ఆయుధాగారంలో వేలాది అణ్వస్త్రాలు ఉన్నాయిబీ అమెరికా యుద్ధ నౌకలు, సబ్‌మెరైన్లు, నిత్యం ప్రపంచ మహాసముద్రాలలో నలుమూలలా సంచరిస్తుంటాయిబీ 70 దేశాల్లో అమెరికా సైనిక స్థావరాలున్నాయి. గత ఏడాది అమెరికా తన సైనిక శక్తిపై వేయి బిలియన్ డాలర్లు ఖర్చుపెట్టింది. ప్రపంచ పటం నుంచి ఏ దేశాన్ని అయినా తుడిచిపెట్టగలిగిన శక్తి అమెరికాకు ఉన్నది. ఇంత మహాశక్తికి సర్వాధినేత అయిన అధ్యక్షుడు ట్రంప్ ఎంత బాధ్యతగా ఉండాలి? రెండోసారి అమెరికా అధ్యక్ష పదవీ బాధ్యతలు చేపట్టిన నాటి నుంచీ ట్రంప్ స్థిమితం లేనట్లు మాట్లాడుతున్నారు. ఎవరు మిత్రులో, ఎవరు శత్రువో తేల్చుకోలేకపోతున్నారు. భారత్‌పై కక్షసాధింపుగా అన్నట్లు హెచ్%-%1బి వీసా, టారిఫ్‌ల విషయమై రకరకాల ప్రకటనలు గుప్పిస్తున్నారు. భారత్%-%పాక్ సంఘర్షణలోనే కాదు, ప్రపంచంలో ఎక్కడ సంఘర్షణ తలెత్తినా అమెరికా తలదూరుస్తోంది. ప్రతి దేశానికీ సార్వభౌమాధికారం ఉంటుందన్న మాట మరిచి ఆయా దేశాల పక్షాన ట్రంప్ తానే ప్రకటనలు చేస్తున్నారు! ఆపరేషన్ సింధూర్ గురించి రకరకాల ప్రకటనలు చేసిన ట్రంప్ రష్యా నుంచి చమురు కొనుగోలు నిలిపివేయాలని భారత్‌ను హెచ్చరించారు. రష్యా నుంచి చమురు కొనుగోలు మానేస్తానని మోదీ తనకు హామీ ఇచ్చినట్లు కూడా ట్రంప్ తాజాగా ప్రకటించారు. అలాంటి హామీ ఏదీ తామివ్వలేదని భారత విదేశాంగశాఖ స్పష్టం చేసింది. అయినా భారత్‌పై టారిఫ్‌లు భారీ ఎత్తున పెంచక తప్పదని ట్రంప్ హెచ్చరికలు జారీ చేస్తున్నారు. మొదట్లో ట్రంప్ మాటలకు విశ్వసనీయత ఉన్నదని భావించిన వారు సైతం ఇప్పుడు ఆయన అబద్ధాలు చెబుతున్నారని వ్యాఖ్యానిస్తున్నారు. ట్రంప్ ప్రకటనలను భారత్ ఏమీ లెక్కచేయనక్కర్లేదని భావిస్తున్నారు. చివరకు అమెరికా ప్రజలు కూడా ట్రంప్ వాచాలతకు విసుగు చెందుతున్నట్టు స్పష్టమవుతోంది. అమెరికా టెక్నాలజీ సంస్థలు కూడా ట్రంప్ హెచ్చరికలతో నిమిత్తం లేకుండా భారత్‌లో పెట్టుబడులు పెడుతున్నాయి. వైజాగ్‌లో 15 బిలియన్ డాలర్ల పెట్టుబడులతో ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటలిజెన్స్ డేటా సెంటర్ ఏర్పాటు చేయాలని గూగుల్ సంస్థ నిర్ణయించడమే అందుకొక ఉదాహరణ. భారత్‌లో తన విస్తరణను నిలిపివేసే ప్రసక్తి లేదని ఆపిల్ సంస్థ కూడా ప్రకటించింది. ఈ సంస్థ గత ఆరు నెలల్లో భారతదేశం నుంచి 10 బిలియన్ డాలర్ల విలువైన ఐ ఫోన్లను ఎగుమతి చేసింది. నేతల విశ్వసనీయత, పెట్టుబడులకు లభించే ఆదరణ, ఫలితాలను బట్టి పారిశ్రామిక సంస్థలు నిర్ణయాలు తీసుకుంటాయి కాని, ఉత్తుత్తి బెదిరింపులకు అవి లొంగే అవకాశాలు తక్కువ. మార్కెట్ చలన సూత్రాలు వేరుగా ఉంటాయని వేరే చెప్పనక్కర్లేదు. ఈ పండుగ రోజుల్లో భారతీయులు దాదాపు రూ. 6 లక్షల కోట్లకు పైగా సరుకులు, సేవలకోసం ఖర్చు పెట్టడమే భారతదేశంలో పెరుగుతున్న మార్కెట్ శక్తికి నిదర్శనం. అయినా ట్రంప్ ప్రకటనలను తప్పనిసరైతే ఖండించడం తప్ప ఆయనపై వ్యక్తిగతంగా పరుష విమర్శలు చేయకూడదని భారత్ వ్యూహాత్మకంగా నిర్ణయించుకున్నట్లు స్పష్టమవుతోంది. భారతదేశ వ్యతిరేక ప్రకటనలు ట్రంప్ ఎన్ని చేసినా ఆయన తనకు 'మంచి స్నేహితుడు' అని మోదీ అభివర్ణిస్తున్నారు. నిజానికి ట్రంప్ ప్రకటనల వల్ల భారతీయుల ఆత్మాభిమానం ఎక్కువగా దెబ్బతిన్నట్లు కనపడుతోంది. దానివల్ల మోదీకి ప్రయోజనమే కాని నష్టం వచ్చే అవకాశాలు తక్కువ. ట్రంప్‌ను నేరుగా మోదీ ఎందుకు ఢీకొనడం లేదు? 'ప్రస్తుతానికి మౌనం వహించడం మినహా మనకు వేరే గత్యంతరం లేదు. అదే సరైన దౌత్యనీతి..' అని మన విదేశాంగశాఖ అధికారి ఒకరు వ్యాఖ్యానించారు. 'యుద్ధం చేయకుండానే ప్రత్యర్థిని తగ్గేలా చేయడం ఒక అద్భుత కళ' అని చైనా సైనిక వ్యూహకర్త సు జు తన 'ద ఆర్ట్ ఆఫ్ వార్'లో సూచించారు. వ్యక్తులతో నిమిత్తం లేకుండా అమెరికా లాంటి మహాశక్తి భారతదేశం వైపు ఉండడం, దాన్ని శత్రువుగా మార్చుకోకపోవడం అనేది అవసరం అని మన నాయకులు గ్రహించినట్లున్నారు. నిజానికి నరేంద్రమోదీ అమెరికాను భారత్‌కు సహజ మిత్రదేశంగా భావించారు. తాను తూర్పు తీరం నుంచి చూస్తే అమెరికా పశ్చిమ తీరం కనపడుతోందని, ఇరు దేశాలు ఒకే సువిశాలమైన ప్రాంతంలో భాగమని, తమ మధ్య స్నేహం ఇరు దేశాలకే కాక ప్రపంచ భవిష్యత్తుకు కూడా ఎంతో మంచిదని మోదీ 2014లోనే 'ఇండో%-%అమెరికా సీఈఓల ఫోరమ్'లో ప్రకటించారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికారంలో ఉన్నంతకాలం అమెరికాను తన అభివృద్ధి అజెండాలో సహాయకారిగానే భావించింది. మోదీ అధికారంలోకి రాగానే అమెరికాను తన హిందూ వ్యూహాత్మక అజెండాలో భాగంగా భావించారు. ప్రపంచ అగ్రరాజ్యంగా ఎదిగేందుకు భారత్‌కు అమెరికా అండ దోహదం చేయగలదని ఆయన ఆలోచించారు. ట్రంప్ ఎలుగెత్తుతోన్న 'అమెరికా ఫస్ట్' సిద్ధాంతానికి తన 'భారత్ ఫస్ట్' నినాదం తోడవుతుందని మోదీ అనుకున్నారు. ట్రంప్‌ను రెండోసారి గెలిపించేందుకు పనిగట్టుకుని ప్రచారం చేశారు. అమెరికాలో ఉన్న ప్రవాస భారతీయులు పూర్తిగా ట్రంప్ వైపు మొగ్గేలా చేశారు. మోదీ ఇలా ట్రంప్‌ను పూర్తిగా విశ్వసించేందుకు ఎన్నో కారణాలున్నాయి.

సంకట స్థితిలో యూరప్

తీరికూర్చుని ఉక్రెయిన్ ద్వారా రష్యాను రెచ్చగొట్టి అనవసర యుద్ధానికి కారణమైన యూరప్ దేశాలకు రెండేళ్లు గడిచాక ఆ ఊబి నుంచి గౌరవప్రదంగా బయటపడే మార్గం తెలియటం లేదు. ఎప్పుడేం మాట్లాడతారో, ఎలాంటి ప్రతిపాదన తెస్తారో తెలియని అమెరికా అధ్యక్షుడు డోనాల్డ్ ట్రంప్‌తో తాజాగా ఉక్రెయిన్ అధ్యక్షుడు జెలెన్‌స్కీ భేటీ అయ్యాక జరిగిన పరిణామాలతో ఆ దేశాలకు ఎటూ పాలుబోవటం లేదు. ట్రంప్ తాజా ప్రతిపాదన ప్రకారం రష్యా, ఉక్రెయిన్‌లు రెండూ పరస్పరం తలపడుతున్న ప్రాంతం వద్ద వెంటనే యుద్ధం నిలిపివేయాలి. ఆ తర్వాత ఎవరికి వారు విజయం తమదేనని ప్రకటించుకోవచ్చు. దీనర్థం ఏమంటే... తమ భూభాగంలో ఇంతవరకూ రష్యా చొచ్చుకువచ్చి ఆక్రమించిన డోన్బాస్ ప్రాంతాన్ని ఉక్రెయిన్ మరిచిపోవాలి. ఆ తర్వాత కావాలనుకుంటే రెండు దేశాలూ చర్చించుకుని ఇతరేతర అంశాలపై అంగీకారానికి రావొచ్చు. జెలెన్‌స్కీకి ట్రంప్ వద్ద భంగపాటు ఎదురుకావటం ఇది మొదటిసారి కాదు. ఆయన అధ్యక్షుడైన కొన్నాళ్లకే వైట్‌హౌస్‌కు వెళ్లినప్పుడు అంతర్జాతీయ చానెళ్ల సాక్షిగా ట్రంప్ 'ప్రపంచ కోర్టు' నడిపారు. జెలెన్‌స్కీపై నిప్పులు చెరిగారు. తన ఆత్మగౌరవం కాపాడుకోవటానికి ప్రయత్నించిన ప్రతిసారీ ఆయనకు రెట్టింపు చీవాట్లు పడ్డాయి. చివరకు ట్రంప్ ఇవ్వదల్చుకున్న విందును కూడా బహిష్కరించి వెనుదిరగాల్సి వచ్చింది. అటుపై ఏం జరిగిందో ఏమో... నేతలిద్దరూ సఖ్యంగా కనబడ్డారు. ఉక్రెయిన్ అడిగిన సాయమల్లా చేస్తానని హామీ ఇవ్వటమేకాక రష్యా అధ్యక్షుడు పుతిన్‌ను దారికితెస్తానని చెప్పారు. గత నెలలో కూడా ట్రంప్... జెలెన్‌స్కీకి పెద్ద వాగ్దానాలే చేశారు. పెను విధ్వంసాన్ని సృష్టించగల తోమహాక్ క్రూయిజ్ క్షిపణులు అందిస్తామని, వాటి సాయంతో కోల్పోయిన భూభాగాన్ని వెనక్కితీసుకోవటంతోపాటు మరింత ముందుకు చొచ్చుకుపోయి రష్యా భూభాగాన్ని ఆక్రమించవచ్చంటూ అభయం ఇచ్చారు. వీటిని నమ్మబట్టే గంపెడంత ఆశతో జెలెన్‌స్కీ మొన్న వాషింగ్టన్ వెళ్లారు. కానీ జరిగింది వేరు. తోమహాక్ ఇవ్వలేనని తేల్చి చెప్పారు. ట్రంప్ తాజా వైఖరి మారదన్న గ్యారెంటీ ఏమీ లేదు. కానీ ఇప్పటికైతే ఇది సరైనది. ఎందుకంటే సోవియెట్ యూనియన్ 15 దేశాలుగా విడిపోయి ప్రధాన భూభాగం రష్యాగా మిగలటంతో ప్రచ్ఛన్నయుద్ధ దశ ముగిసింది. నాటి సోవియెట్ అధ్యక్షుడు గోర్బచెవ్ తమ ఆధ్వర్యంలోని 'వార్సా' కూటమి రద్దయిందని ప్రకటించారు. 'నాటో'లో చేరడానికి సంసిద్ధత తెలిపారు. ఆ రోజుతో నాటో కూటమికి ప్రాతిపదిక లేకుండా పోయింది. దాన్ని రద్దుచేయాలి. కానీ అమెరికా, యూరప్ దేశాలు అందుకు అంగీకరించలేదు. నాటో విస్తరణ ఉండబోదనీ, కొత్తగా ఎవరినీ చేర్చుకోబోమనీ హామీ ఇచ్చాయి. జరిగిందంతా ఇందుకు విరుద్ధం. గత వార్సా కూటమిలోని పది దేశాలను చేర్చుకున్నాయి. ఈ నాటకంలో ఉక్రెయిన్ చివరి పావు. తోమహాక్ సాయంతో మాస్కోతో సహా రష్యా నగరాలన్నిటినీ ధ్వంసం చేయొచ్చు. దాని ప్రయోగానికి అమెరికా బలగాలు రంగంలోకి దిగుతాయి. కానీ ఆ తర్వాత? అది రష్యా%-%నాటో ఘర్షణగా మారుతుంది. పుతిన్ రెచ్చిపోయి తన పంతం నెరవేర్చుకోవటానికి అణ్వస్త్ర ప్రయోగానికి తెగించే ప్రమాదం ఉంటుంది. ఇది వెనువెంటనే యూరప్‌నూ, ఆపై అమెరికానూ... చివరకు ప్రపంచ దేశాలన్నిటినీ వినాశనం వైపు నెడుతుంది. దీనివల్ల ఒరిగేదేమిటి? నిజానికి, నాటోను అడ్డంపెట్టుకుని అమెరికా జూదమాడుతోంది. గత అమెరికా అధ్యక్షులంతా యూరప్ దేశాలను రష్యాపై ఉసిగొల్పటం, సమస్య జటిలమైనప్పుడు ట్రాక్%-%2 దౌత్యం ద్వారా రష్యాను చల్లబరచటం ఒక కళగా అభివృద్ధి చేసుకున్నారు. బైడెన్ వరకూ అది సజావుగా సాగింది. కానీ ట్రంప్‌కు దానిపై ఏ మేరకు అవగాహన ఉందన్నది ప్రశ్నార్థకం. ఒకవేళ తెలిసినా దాన్ని ట్రంప్ గుట్టుచప్పుడు కాకుండా చేయగలరన్న నమ్మకం లేదు. ఇన్నాళ్లూ అమెరికాతో అంటకాగి పొరుగునున్న రష్యాతో సొంతంగా దౌత్యం నెరపటం తెలియని యూరప్‌కు తగిన శాస్తి జరిగింది. ఇప్పటికైనా ఉక్రెయిన్‌ను వెనక్కులాగి, ట్రంప్ తాజా ప్రతిపాదన బాగుందని కీర్తిస్తే ఈ లంపటం నుంచి బయటపడటం ఆ దేశాలకు తేలిక. ఇంకా శ్రుతి మించితే మొదటికే మోసం వస్తుంది.

బీసీ రిజర్వేషన్లపై రాజకీయ వాదనలు కాదు.. ఇప్పటికిలా చేయండి!



కొందరు మనసులో అనుకున్నదీ, మరికొందరు బయటికి అన్నదే జరిగింది. ఇరుపక్షాల వాదనలూ విన్న తెలంగాణ ఉన్నత న్యాయస్థానం స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో వెనుకబడిన తరగతులకు 42 శాతం స్థానాలు కేటాయిస్తూ జారీ చేసిన ప్రభుత్వ ఉత్తర్వు అమలుపై తాత్కాలిక నిషేధం విధించి, ఆ వ్యాజ్యాన్ని ఆరు వారాల తర్వాత వింటామంది. అలాగే రాష్ట్ర ఎన్నికల కమిషన్ జారీ చేసిన నోటిఫికేషన్ కూడా తాత్కాలికంగా నిలిపి వేసింది.

పెద్దలపై.. పిల్లలు తిరగబడుతున్నారంటే కారణం ఏంటి?

ఈ తీర్పును సవాలు చేస్తూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం దాఖలు చేసిన వ్యాజ్యాన్ని సర్వోన్నత న్యాయస్థానం కూడా కొట్టివేసింది. ఐతే, రాష్ట్ర ఉన్నత న్యాయస్థానం రాతపూర్వక మధ్యంతర ఉత్తర్వులు రాకుండానే, రాజకీయ పక్షాల మధ్య అమీతుమీ మొదలైంది. ప్రస్తుతానికి సర్వోన్నత న్యాయస్థానం రాష్ట్ర ప్రభుత్వ వ్యాజ్యాన్ని విచారణకు స్వీకరించడానికి నిరాకరించింది, తక్షణ కర్తవ్యంగా ప్రభుత్వం 25% కేటాయింపులతోటే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలు నిర్వహించి, కావాలనుకుంటే న్యాయస్థానాలలో పోరాటం కొనసాగించవచ్చు.

త్యాగానికి తలమానికం.. చైతన్యానికి చిహ్నం!

పరస్పర ఆరోపణలకు తక్కువేమీ లేదు..

అధికార పక్షం, మంత్రులు తమ ప్రకటనలలో ప్రధాన ప్రతిపక్షాలైన భారతీయ జనతా పార్టీ, భారత రాష్ట్ర సమితి 42 శాతం రిజర్వేషన్ రాకుండా అడ్డుకున్నాయన్నారు. ఆరు గ్యారంటీలు మాదిరిగానే కాంగ్రెస్ 42 శాతం బీసీ రిజర్వేషన్‌పై డ్రామాలాడుతున్నదని, కాంగ్రెస్, బీజేపీ కలిసి బీసీలను మోసం చేస్తున్నారని, బీఆర్ఎస్ విమర్శ. జీవో సంఖ్య- 9 అమలు ఉన్నత న్యాయస్థానం తాత్కాలికంగా నిలిపి వేయడానికి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వమే బాధ్యత వహించాలని బీజేపీ అభియోగం. కేంద్రంలో బీజేపీ ప్రభుత్వం అధికారంలో ఉండడంతోనే రిజర్వేషన్లు అమలు కావడం లేదని సీపీఎం ఆరోపణ. ప్రస్తుతానికి సర్వోన్నత న్యాయస్థానం రాష్ట్ర ప్రభుత్వ వ్యాజ్యాన్ని విచారణకు స్వీకరించడానికి నిరాకరించింది, రాష్ట్ర ఉన్నత న్యాయస్థానం మధ్యంతర ఉత్తర్వులు ఇప్పుడు అందుబాటులో ఉన్నాయి.

డీఏ ఉత్తర్వులను సవరించాలి!

తమిళనాడు నుండి గుణపాఠం నేర్చుకోవాలి

1992లో ఇందిరా సాహ్నీ వర్సెస్ యూనియన్ ఆఫ్ ఇండియా (మండల్ కేసు)లో సుప్రీంకోర్టు అసాధారణ పరిస్థితుల్లో తప్ప దేశంలో రిజర్వేషన్లు 50 శాతం దాటరాదని తేల్చి చెప్పింది. దీంతో అప్పటి వరకు 69 శాతం రిజర్వేషన్లు అమలు చేస్తోన్న తమిళనాడు ప్రభుత్వానికి చుక్కెదురైంది. మేల్కొన్న ప్రభుత్వం రాష్ట్రంలోని విద్య, ఉద్యోగా ల్లో ఎస్సీ, ఎస్టీ, బీసీ వర్గాలకు 69 శాతం రిజర్వేషన్లు యథావిధిగా అమలు చేసేందుకు 1994లో ప్రత్యేక చట్టం చేసింది. అదే సంవత్సరం కేంద్రం 76వ రాజ్యాంగ సవరణ చేసి, ఆ చట్టాన్ని 9వ షెడ్యూల్‌లో చేర్పించడంలో సఫలమైంది. ఈ షెడ్యూల్‌లో చేరిన చట్టాలపై న్యాయస్థానాల సమీక్ష కుదరదు.

రాజకీయాలు అంటని ప్రేమ కవిత!

క్రెడిట్ ఎవరి ఖాతాలో పడాలన్నదే సమస్య!

వెనుకబడిన తరగతులకు స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో 42 శాతం స్థానాలు కేటాయించడానికి ఉద్దేశించిన బిల్లు శాసనసభలోని అన్ని రాజకీయ పక్షాలు ఆమోదించాయి. తగువంతా ఇందుకు ఖ్యాతి ఎవరి ఖాతాలో వేసుకోవాలన్నదే. ప్రజా క్షేమమే పరమావధి అనుకున్న సందర్భంలో అట్లాంటి అహంభావపూరిత ఆలోచన సరికాదు. మనం రెండు ముఖ్యమైన విషయాలు మరచిపోరాదు. ఉన్నత న్యా యస్థానం మధ్యంతర ఉత్తర్వుల ద్వారా వెనకబడిన తరగతులకు స్థానిక సంస్థలలో కేటాయింపులు నిలుపుదల చేయలేదు. ఎన్నికల నిర్వహణలో జోక్యం కలగజేసుకోలేదు. కేవలం ఆ కేటాయింపుల శాతాన్ని 25కు కుదించింది. కావాలనుకుంటే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పాత కేటాయింపుల ప్రకారం ఎన్నికలకు వెళ్లవచ్చని సూచించింది. సర్వోన్నత న్యాయస్థానం కూడా ఇదే అభిప్రాయం వ్యక్తపరచింది.

పార్టీలు ఈ విషయం ఎందుకాలోచించవు?

ఇప్పటికైనా మించి పోయింది లేదు. ప్రధాన రాజకీయ పక్షాలన్నీ స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో వెనుకబడిన తరగతుల వారికి 42 శాతం కేటాయింపులకి అనుకూలమే కాబట్టి, తాము అభ్యర్థులను ప్రకటించే సమయంలోనే వెనుకబడిన తరగతులకు 42% కేటాయించవచ్చు. అలాచేయడం వలన న్యాయస్థానం విధించిన గడువు లోగా ఎన్నికల నిర్వహణ సుగమవుతుంది. ఎన్నికలు నిర్వహించకపోవడం వల్ల వివిధ పథకాలకు కేంద్రం నుంచి రావా ల్సిన నిధులకు కోతపడే ప్రమాదం తప్పుతుంది. ఇప్పటికే, ఈ కారణంగా ఆర్థిక సంఘం నుంచి రావాల్సిన నిధులు ఆగిపోయాయి. అంతేకాదు. 'తొందరపడి ఒక కోయిల ముందే కూసినట్టు', స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల విషయం ఉన్నత న్యాయస్థానం ముందుండగానే, నోటిఫికేషన్ జారీ చేసిన రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘాన్ని ఒడ్డున పడేసినట్టవుతుంది.

ఎన్నికలు నిర్వహించండి. న్యాయపోరాటం చేయండి

ఇక్కడో పిట్ట కథ చెప్పాలని ఉంది. కృష్ణార్జునులు మారు వేషాలతో ధర్మరాజు దగ్గరికి వెళ్లి, ఏదో కార్యం నిమిత్తం ఎండిన చందనపు కలప కావాలన్నారంట. కొన్ని రోజు లుగా నిరంతరం కురుస్తున్న వానల వల్ల సేవకులు ఎంత వెతికినా అలాంటి కలప లభ్యం కాలేదు. దాంతో వారిని మన్నించమని కోరి, వర్షం ఆగిన తర్వాత ఆ కలప పంపుతానన్నాడు యుధిష్టిరుడు. బావ మరుదులు ఈసారి కర్ణుడు దగ్గరికి వెళ్లారు. అంతా వెనకటి కథే. కానీ చివరనో మలుపు. కర్ణుడు బాణాలు ప్రయోగించి, తన ఇంటి ద్వారాల నుండి, కిటికీల నుండి కలపను సేకరించి వారికిచ్చాడట. తక్షణ కర్తవ్యంగా ప్రభుత్వం 25% కేటాయింపులతోటే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలు నిర్వహించి, కావాలనుకుంటే న్యాయస్థానాలలో పోరాటం కొనసాగించవచ్చు. సెప్టెంబర్, 2023 లోనే పార్లమెంట్ ఆమోదం పొందిన మహిళలకు చట్ట సభలలో స్థానాల కేటాయిపు బిల్లు, అమలులోకి రాబోతున్నది 2029 ఎన్నికల నుండే కదా.

తెలంగాణ భవితను నిర్ణయించే ఎన్నిక

ఆరు దశాబ్దాలుగా తెలంగాణ అరిగోస పడుతున్నా ఏమిటీ అన్యాయమని ఏ నాయకుడూ ప్రశ్నించలేదు. తెలంగాణకు రావాల్సిన నిధులు, నియామకాలను తన్నుకుపోతున్నా పదవుల కోసం పెదవులు మూసుకున్నారే తప్ప, ఒక్కరంటే ఒక్కరూ నిలదీయలేదు. అటువంటి పరిస్థితుల్లో తెలంగాణ ఆవేదనను తరమడానికి కేసీఆర్ పూనుకున్నారు. 14 ఏండ్ల పాటు నిరంతర పోరాటం చేశారు. పోట్లాడి తెలంగాణను సాధించారు. ప్రపంచ పోరాట చరిత్రలో తెలంగాణ మలి దశ ఉద్యమం, కేసీఆర్ పోరాటం చిరస్థాయిలో నిలుస్తాయనడంలో ఎలాంటి సందేహం లేదు. తెలంగాణ సాధనే ఏకైక లక్ష్యంగా 2001లో పార్టీని స్థాపించిన కేసీఆర్ తెలంగాణ ప్రజల్లో స్వరాష్ట్ర ఆకాంక్షను రగిలించారు. మనకంటూ సిద్ధాంతపరమైన ఓ రాజకీయ పార్టీ ఉందనే భావనను ప్రజల్లో కలిగించారు. అంతకుముందు తెలంగాణ కోసం మాట్లాడిన, పోట్లాడిన పార్టీ లేనే లేదు. తెలంగాణవాదాన్ని పట్టుకొని పుట్టిన పలు పార్టీలు పదవుల ఎరకు చిక్కి కనుమరుగయ్యాయి. గాంధేయవాది అయిన కేసీఆర్ తెలంగాణ ఉద్యమాన్ని అహింసా మార్గంలోనే నడిపించారు. 14 ఏండ్ల సుదీర్ఘ పోరాటంలో ఎక్కడా, ఎన్నడూ ఒక్క హింసాత్మక ఘటన జరగలేదు. సమైక్యాంధ్ర పాలకులను ప్రశ్నించారే తప్ప, బతుకుదెరువు కోసం హైదరాబాద్‌కు వచ్చిన వారిని పల్లెత్తు మాట అనలేదు. అందుకే సెటిలర్లు కూడా నాడు, నేడు కేసీఆర్ నాయకత్వానికి జై కొడుతున్నారు. 2014లో ఏర్పడిన ప్రత్యేక తెలంగాణలో ఉద్యమ నేత కేసీఆర్ తొలి సీఎంగా బాధ్యతలు చేపట్టారు. హైదరాబాద్‌కు ఎంతో ప్రాధాన్యం ఇచ్చారు. ఉమ్మడి ఏపీలో హైదరాబాద్ నగరమంటే తాగునీటి తిప్పలు, ట్రాఫిక్ కష్టాలు, ఇరుకు రోడ్లు, కరెంట్ కోతలు గుర్తుకువచ్చేవి. తెలంగాణ సర్వతోముఖాభివృద్ధి కోసం కంకణం కట్టుకున్న కేసీఆర్ ముందుగా ఈ సమస్యలను పరిష్కరించి, మౌలిక వసతులు కల్పించారు. ఆడపిల్లల రక్షణ కోసం షీ టీంలను ఏర్పాటు చేశారు. కమాండ్ కంట్రోల్ సెంటర్‌ను నిర్మించి, లక్షల సీసీ కెమెరాలను ఏర్పాటు చేసి హైదరాబాద్‌ను సేఫ్ సిటీగా తీర్చిదిద్దారు. అత్యంత సురక్షిత నగరంగా మారడంతో హైదరాబాద్ ఇమేజ్ గ్లోబల్ స్థాయికి చేరింది. నగరానికి ప్రముఖ టెక్ కంపెనీలు క్యూ కట్టాయి. గ్లోబల్ కంపెనీలకు హైదరాబాద్ వేదికగా మారింది. పెట్టుబడులు, ఉపాధికి స్వర్గధామంలా మారింది. అందుకే, రెండుసార్లు జీహెచ్ఎంసీతోపాటు 2018, 2023 ఎన్నికల్లోనూ హైదరాబాద్ ప్రజలు బీఆర్ఎస్‌కు బ్రహ్మరథం పట్టారు. కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి వచ్చి రెండేండ్లు కావస్తున్నది. ఈ రెండేండ్లలో పాలన పూర్తిగా పడకేసింది. ఆరు గ్యారెంటీలు, డిక్లరేషన్లు, హామీల అమలును పక్కనపెట్టి కాంగ్రెస్ సర్కార్ విద్వేష రాజకీయాలు చేస్తున్నది. కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి వచ్చాక మొదటి దెబ్బ హైదరాబాద్ ప్రజలనే కొట్టింది. ఆక్రమణల తొలగింపు, ఆధునీకరణ పేరిట హైదరాబాద్ ఇమేజ్‌ను డ్యామేజ్ చేసింది. హైడ్రా రాకతో చాలామంది నిరుపేదలు నిరాశ్రయులయ్యారు. హెచ్‌సీయూ భూములను లాక్కోవడానికి ప్రయత్నించగా విద్యార్థులు, ప్రజాస్వామికవాదుల పోరాటంతో కాంగ్రెస్ సర్కార్ వెనక్కి తగ్గింది. తన వైఫల్యాలను కప్పిపుచ్చేందుకు కేసీఆర్‌పై అసత్య ఆరోపణలు చేస్తున్నది. బీసీ రిజర్వేషన్లు, స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల పేరుతో డైవర్షన్‌కు పాల్పడుతున్నది. అనేక విషయాల్లో కోర్టులు మొట్టికాయలు వేస్తున్నా సర్కార్ తీరు మారడం లేదు. మరోవైపు రాజ్యాంగ ప్రతిని పట్టుకొని ఓట్ చోరీ నినాదమెత్తుకున్న రాహుల్‌గాంధీ.. తెలంగాణలో సీట్లు, ఓట్ల చోరీపై మాత్రం మాట్లాడడం లేదు. బీఆర్ఎస్ టికెట్‌పై గెలిచిన పది మంది ఎమ్మెల్యేలను చేర్చుకున్న కాంగ్రెస్ పార్టీ ఫిరాయింపుదారులకు రాజ్యాంగ పదవులతోపాటు రాజకీయ పదోన్నతులు కల్పిస్తున్నది. ఇప్పుడు జూబ్లీహిల్స్‌లో ఓట్ల చోరీ వంతు వచ్చింది. ఇలాంటి నీతిమాలిన రాజకీయవాదులకు జూబ్లీహిల్స్ ప్రజలు గుణపాఠం చెప్పాలి తెలంగాణలో స్థానిక సంస్థల పాలకమండళ్ల గడువు ముగిసి దాదాపు రెండేండ్లు కావస్తున్నది. అయినప్పటికీ సర్కార్ ఎన్నికలు నిర్వహించడం లేదు. అధికారం కోసం నాడు బీసీలకు 42 శాతం రిజర్వేషన్ల హామీ ఇచ్చి నేడు కాంగ్రెస్ చేతులెత్తేసింది. ఈ వైఫల్యాన్ని ప్రతిపక్షాలపై నెట్టేందుకు హస్తం పార్టీ విఫలయత్నం చేస్తున్నది. ఇప్పుడు జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నిక ప్రభుత్వానికి చాలెంజ్‌గా మారింది. 2023 ఎన్నికల్లో హైదరాబాద్ నగరంలో కాంగ్రెస్ అడ్రస్ లేకుండా పోయింది. ఉప ఎన్నికల రూపంలో హైదరాబాద్‌లో పాగా వేయాలని అధికార పార్టీ చూస్తున్నప్పటికీ జూబ్లీహిల్స్ ప్రజలు ప్రజాసేవకుడు గోపీనాథ్ సతీమణి సునీత వైపు నిలబడే అవకాశం ఉంది. తెలంగాణ ఉద్యమంలో ఉప ఎన్నికలు ప్రధాన పాత్ర పోషించాయి. ప్రజల్లోకి తెలంగాణవాదాన్ని బలంగా తీసుకెళ్లడానికి నాడు ఉప ఎన్నికలను అస్త్రాలుగా గులాబీ పార్టీ వాడుకున్నది. ప్రస్తుతం జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికకు కూడా ఎంతో ప్రాధాన్యం ఉంది. ఇది తెలంగాణ భవిష్యత్తును నిర్ణయించే ఉప ఎన్నిక. ఇక్కడ గులాబీ పార్టీ గెలిస్తే కేసీఆర్ నాయకత్వాన్ని మరింత బలంగా కోరుకుంటున్నారనే సంకేతం ప్రజల్లోకి వెళ్తుంది. చైతన్యవంతులు, విద్యావంతులు, సామాన్య ప్రజలు మరొక్కసారి కేసీఆర్ నాయకత్వానికి అండగా నిలబడి భవిష్యత్తు తెలంగాణ నిర్మాణానికి గట్టి పునాదులు వేయాలి. నవంబర్ 11న జరిగే జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికల్లో కేసీఆర్ నాయకత్వంలోని బీఆర్ఎస్‌కు సంపూర్ణ మద్దతు ఇవ్వాలి.

సమయం కాని సమయంలో విచ్చలవిడిగా దూసుకొస్తున్న టిప్పర్లు

అక్షర విజేత గోపాలపట్నం:: సమయం కాని సమయంలో విచ్చలవిడిగా దూసుకొస్తున్నాయి టిప్పర్ లు,సోమవారం జివిఎంసి 89 వ వార్డు కొత్త పాలెం ఆండర్ పాస్ వె దాటిన తర్వాత రెండు టిప్పర్ లు ఎదురెదురుగా రావడంతో ఒకదాన్ని దాటి మరోటి వెళ్లలేని పరిస్థితి దీంతొ ట్రాఫిక్ జామ్ జరగరానిది ఏమైనా జరిగితే ఎవరు బాధ్యులు ఘోరం జరిగాక న్యాయం చేస్తారా ఎన్నిసార్లు ట్రాఫిక్ పోలీసుల ధృష్టి కి తీసుకువచ్చినా పట్టించుకోవడంలేదు,ఊరులో రోడ్లు చిన్నవి ట్రాఫిక్ చూస్తె పెరిగిపోతుంది,కంట్రోలు చేసె నాదుడె లేడు,ఇరవై నాలుగు గంటలు డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ తప్ప వేరె డ్రైవ్ లేదు,ముఖ్యంగా ఒకప్పుడు మారుమూల పల్లెప్రాంతంగా ఉన్న కొత్తపాలెం ఇప్పుడిప్పుడె వలస వచ్చెవారితొ నివాసాలు పెరిగి అందరికీ ఆమోదయోగ్యమైన ప్రాంతంగా మారింది,దీంతో విద్యార్థులు, ఉద్యోగులు,వ్యాపారులతొ రాకపోకలు సాగిస్తూ ఉన్న ఒక్క రోడ్డు ఎప్పుడు చూసినా ట్రాఫిక్ తొ నిండుపోయి ఎప్పుడు ఎం ప్రమాదం ముంచుకొస్తుందోనని పాదచారులు,వాహన చోదకులు ఆందొళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు, ఇప్పటికైనా సంబంధిత అధికారులు కొత్త పాలెం ట్రాఫిక్ పై ధృష్టి సారించి సమయం కాని సమయంలో భారీ వాహనాల రాకపోకలు అరికట్టె విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలని స్థానికులు కోరుచున్నాము.

పట్టణంలోని వాసవి మెడికల్ కాంప్లెక్స్ నందు సీసీ రోడ్డు నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన

చిలకలూరిపేట (అక్షర విజేత) : చిలకలూరిపేట పట్టణంలోని తొమ్మిదవ వార్డులో అభివృద్ధి పనులు ఊపందుకున్నాయి. మాజీ మంత్రి, శాసనసభ్యులు ప్రతిపాటి పుల్లారావు ఆదేశాల మేరకు, వాసవి మెడికల్ కాంప్లెక్స్ నందు 17.3 లక్షల రూపాయల అంచనా వ్యయంతో సీసీ రోడ్డు నిర్మాణం ఏర్పాటుకు సోమవారం శంకుస్థాపన కార్యక్రమం ఘనంగా జరిగింది. ఈ శంకుస్థాపన కార్యక్రమానికి మున్సిపల్ చైర్మన్ షేక్. రఫ్పాని ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు, మున్సిపల్ కమిషనర్ శ్రీహరిబాబు, మున్సిపల్ డిఇ రహీం పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో 9వ వార్డు కౌన్సిలర్ వెల్సన్, టీడీపీ నాయకులు చురుగ్గా పాల్గొన్నారు. వీరిలో టౌన్ ప్రెసిడెంట్ సమ్మద్ ఖాన్, టౌన్ సెక్రటరీ మద్దిమల రవి, పట్టణ అధికార ప్రతినిధి మల్లి బాబు,వెంకటేశ్వర్లు,వెంకటరావుతో పాటు తొమ్మిదవ వార్డుకు చెందిన టీడీపీ నాయకులు మరియు ప్రెసిడెంట్లు పాల్గొన్నారు. ఈ సీసీ రోడ్డు నిర్మాణం పూర్తయితే స్థానికులకు రవాణా సౌకర్యం మెరుగుపడుతుందని నాయకులు ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.

మేధో తుఫానుపై మున్సిపల్ కమిషనర్ పీ శ్రీహరిబాబు సమీక్ష సమావేశం

మొంథా తుఫాన్ సన్నద్ధతపై అధికారులకు ఆదేశాలు

చిలకలూరిపేట (అక్షర విజేత) : స్థానిక పురపాలక సంఘం కార్యాలయంలో సోమవారం నాడు మున్సిపల్ కమిషనర్ పి. శ్రీహరిబాబు మేధో తుఫానుపై అధికారులతో సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. మొంథా తుఫాను ప్రభావంతో ఎలాంటి పరిస్థితినైనా ఎదుర్కొనేందుకు సిద్ధంగా ఉండాలని ఆయన అధికారులను ఆదేశించారు. తుఫాన్ ప్రభావంతో ప్రజల నుంచి వచ్చే సమస్యలను స్వీకరించేందుకు, సహాయక చర్యలు చేపట్టేందుకు ఇప్పటికే కార్యాలయంలో కంట్రోల్ రూమ్ ఏర్పాటు చేసినట్లు కమిషనర్ తెలిపారు. ప్రజలను ఎప్పటికప్పుడు అప్రమత్తం చేస్తూ, ముందస్తు సమాచారం అందేలా చూడాలని సూచించారు. రోడ్లపై చెట్లు కూలితే వెంటనే తొలగించేందుకు అవసరమైన యంత్రాలను అందుబాటులో ఉంచాలని కమిషనర్ ఆదేశించారు. అంతేకాకుండా, విద్యుత్ సరఫరాకు అంతరాయం కలిగినా, తాగునీటి సరఫరాకు ఇబ్బందులు లేకుండా ప్రత్యామ్నాయ చర్యలు చేపట్టాలని పీ. శ్రీహరిబాబు అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ సమీక్ష సమావేశంలో మున్సిపల్ డీఈఈ అబ్దుల్ రహీం, మేనేజర్ మొహిద్దిన్, శానిటరీ ఇనస్పెక్టర్లు సిహెచ్ రమణారావు, సునీత, ఏఈలు మణి, అల్తాఫ్, అన్సారీ, టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారులు వెంకటేశ్వర్లు, బి. రాజేష్, షేక్ ఖాదర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మొంతా తుఫాన్ హెచ్చరికలు కారణంగా ఆంద్ర జలాశయం పరిశీలన

(అక్షర విజేత) :మెంటాడ: మోంతా తుఫాన్ కారణంగా సోమవారం ఎంపీడీవో ఆంద్ర జలాశయ నీటిమట్టాన్ని పరిశీలించారు. తుఫాను క్రమక్రమంగా ఉధృతం కాబోతుందని అందుకు ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని ముఖ్యంగా రైతులు వ్యవసాయ పనుల్లో గాని ఉండకూడదని ప్రజలు పాడుబడిన ఇల్లు దగ్గర విద్య స్తంభాల పరిసరాల్లో గాని ఉండకూడదని, అవసరమైతే గాని బయట తిరగకూడదని ప్రజలను హెచ్చరించారు. ఈ నాలుగు రోజులకు సరిపడా నిత్యావసర సరుకులు తెచ్చి పెట్టుకొని వృద్ధులను పిల్లలను బయటకు పంపరాదని అన్నారు

మొంథా తుఫాన్ కు పొంగే వాగుల వద్ద పహారా ఉండాలి-ఆర్డీఓ ఏంవి రమణ

(అక్షర విజేత) :జీలుగుమిల్లి :ఏజాన్సీ ప్రాంతంలో మొంత తుఫాను కారణంగా సిబ్బంది అప్రమత్తంగా ఉండాలని జంగారెడ్డిగూడెం ఆర్డిఓ ఎంవి రమణ సూచించారు. సోమవారం రౌతు గూడెం, పి నారాయణపురం కాలువలను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ వాగులు, కాలువలు వర్షం కారణంగా పొంగి ప్రవహిస్తుంటే సిబ్బంది వాటి దగ్గర పహారా పెట్టాలని ఆదేశించారు. రెవెన్యూ డివిజన్ పరిధిలో కంట్రోల్ రూమ్ ఏర్పాటుచేసి సిబ్బంది అప్రమత్తం చేసినట్లు తెలిపారు. ఏజెన్సీలో చిన్నపాటి వర్షానికి వాగులు, వంకలు పొంగి ప్రవహిస్తాయని కనుక ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచించారు. తుఫాన్ హెచ్చరిక కారణంగా ప్రయాణాలు తగ్గించుకోవాలని అన్నారు. అవసరమైతే తప్ప ఇంటి బయట నుండి రాకూడదని సూచించారు. ఈమెతో పాటు జీలుగుమిల్లి తహసిల్దారు ఉదయ్, ఎస్సై వి క్రాంతి కుమార్ సిబ్బంది ఉన్నారు.

మొంథా తుఫాన్ హెచ్చరికలు....

వరద ప్రభావిత ప్రాంతాలను పరిశీలిస్తున్న అధికారులు, కూటమి నాయకులు.

కోటనందూరు (అక్షర విజేత) : ఎమ్మెల్యే యనమల దివ్య మరియు జిల్లా కలెక్టర్ షాన్మోహన్ సగిలి ఆదేశాల మేరకు మొంథా తుఫాన్ ఈనెల 27, 28వ తేదీలలో తుని కాకినాడ సమీపంలో తీరం దాటుతుందని హెచ్చరికల నేపథ్యంలో కోటనందూరు మండల ప్రజలను మండల అధికారులు, టిడిపి నాయకులు అప్రమత్తం చేశారు. ఈరోజు(సోమవారం) కాకినాడ జిల్లా తుని నియోజకవర్గం కోటనందూరు మండలంలో కోటనందూరు, కాకరాపల్లి, అల్లిపూడి, జగన్నాథ పురం గ్రామాలను సందర్శించి తాండవ నది పరివాహక ప్రాంతాల్లో ఉన్న ప్రజలందరినీ అప్రమత్తం చేశారు . ఈ సందర్భంగా అధికారులు మాట్లాడుతూ తాండవ జలాశయంలో 380 అడుగులు నీటిమట్టం స్టోరేజ్ కెపాసిటీ ఉండగా ఇప్పటికే 378 అడుగులు నీరు చేరడంతో తుఫాన్ హెచ్చరికల నేపథ్యంలో ముందస్తు జాగ్రత్తగా 310 క్యూసెక్కుల నీరు దిగువకు విడుదల చేసినట్లు అధికారులు తెలియజేశారు. తుఫాన్ సందర్భంగా ప్రజలకు పునరావస కేంద్రాలు కూడా ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలియజేశారు. విద్యుత్ శాఖ అధికారులు తుఫాను వలన విద్యుత్తు కు అంతరాయం జరిగిన తక్షణం విద్యుత్ పునరుద్ధరించడానికి తగిన ఏర్పాట్లు చేసినట్లు తెలియజేశారు. రాబోవు రెండు రోజులు ప్రజలందరూ బయట ప్రదేశాల్లో తిరగకుండా ఇంటి వద్దకే పరిమితం కావాలని తాండవ నది పరివాహక ప్రజలు కూడా అప్రమత్తంగా ఉండి తమకు సంబంధించిన పశువులను గొర్రెలను, మేకలను సురక్షిత ప్రాంతాల్లో ఉంచుకొనే ఏర్పాట్లు చేసుకోవాలని తెలియజేశారు. అలాగే జగన్నాథపురం గ్రామ ప్రజలు వెదుళ్ల గెడ్డ పొంగి ప్రవహించే అవకాశం ఉన్నందున ప్రజలందరూ అప్రమత్తంగా ఉండాలని తెలియజేశారు. కోటనందూరు తాహసిల్దార్ పివివి సత్యనారాయణ, ఎంపీడీవో పి వెంకట నారాయణ, ఎస్సై టి రామకృష్ణ, ఎలక్ట్రికల్ అధికారులు, టిడిపి నాయకులు గాడి రాజబాబు, పోతల సూరిబాబు, అంకంరెడ్డి రమేష్, వాసం నాగేశ్వరరావు, సామినీడి కృష్ణార్జున నెమ్మాది సత్యనారాయణ తదితరులు ఈ ఏర్పాట్లు కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

కోటవురట్లలో వైభవంగా అయ్యప్ప స్వామి భారీ అంబలం పూజ

శ్రీస్వామి పీఠాన్ని శోభాయ మానంగా అలంకరించిన శ్రీ స్వామి అయ్యప్ప ఛిన్నముద్ర ట్రస్ట్ సౌత్ ఇండియా అధ్యక్షులు చంటి స్వామి

ఓం శ్రీ స్వామియే శరణం అయ్యప్ప శరణు ఘోషతో మారుమ్రోగిన కోటవురట్ల సీమ

అయ్యప్ప పీఠం వ్యవస్థాపకులు, గురు స్వామి దెందుకూరి సీతారామరాజు, అయ్యప్ప ఛిన్నముద్ర ట్రస్ట్ సౌత్ ఇండియా అధ్యక్షులు చంటి స్వాములకు ఘన సత్కారం

పాయకరావుపేట,(అక్షర విజేత) : అనకాపల్లి జిల్లా మండల కేంద్రం కోటవురట్ల గ్రామంలో శ్రీ స్వామి అయ్యప్ప భక్తులు పోలిశెట్టి సత్తిబాబు (మీసాల స్వామి) ఇంటి వద్ద హరి హర సుతనే శ్రీ శరణమయ్యప్ప భారీ అంబలం పూజ శ్రీ స్వామియే శరణం అయ్యప్పల శరణు ఘోషతో ఆదివారం వైభవోపేతంగా నిర్వహించారు. ఆ గ్రామ అయ్యప్ప పీఠం వ్యవస్థాపకులు, గురు స్వామి దెందుకూరి సీతారామరాజు సహా అయ్యప్ప స్వాముల ఆధ్వర్యంలో శ్రీ స్వామి అయ్యప్ప ఛిన్నముద్ర ట్రస్ట్ సౌత్ ఇండియా అధ్యక్షులు చంటి స్వామి శ్రీ అయ్యప్ప స్వామి అంబలం పూజ పీఠాన్ని శోభాయ మానంగా అలంకరించారు. వేద పండితుల శాస్త్రోక్త మంత్రోచ్చరణల నడుమ అయ్యప్ప స్వాముల శ్రీ స్వామియే శరణం అయ్యప్ప ఘోషతో పీఠం పరిసర ప్రాంతం నలుమూల మారుమ్రోగాయి. శ్రీ స్వామి అయ్యప్ప అంబలం పూజ ఆద్యంతం అక్కడకు విచ్చేసిన సుమారు 1300 మంది స్వాములు శ్రీ అయ్యప్ప శరణు ఘోషతో ఓం శ్రీ స్వామినే శరణమయ్యప్ప, హరి హర సుతనే శరణమయ్యప్ప, ఆపద్భాంధవనే శరణమయ్యప్ప, అనాధరక్షకనే శరణం అయ్యప్ప ఆధ్యాత్మిక ఘోషతో కోటవురట్ల సీమ ఆద్యంతం తన్మయం చెందింది. శ్రీ అయ్యప్ప అంబలం పూజ పీఠం వద్ద స్వాములు అత్యంత భక్తిశ్రద్ధలతో శరణమయ్యప్ప అఖిలాండ కోటి బ్రహ్మాండనాయకనే శరణమయ్యప్ప అన్నదాన ప్రభువే శరణమయ్యప్ప అయ్యప్పనే శరణమయ్యప్ప, అంటూ అయ్యప్ప స్వాములు అత్యంత భక్తి పారవశ్యంతో ఆలపించిన శరణు ఘోషకు అక్కడికి విచ్చేసిన అయ్యప్పయేతర జనాలు తన్మయం చెందారు. పెద్ద స్వాములకు ఘన సన్మానం కోటవురట్ల పొలిమేరలో మేలుకొలువైన శ్రీ స్వామి అయ్యప్ప అంబలం పూజ పీఠం వద్దకు పెద్ద ఎత్తున విచ్చేసిన అయ్యప్ప స్వాములు పెద్ద స్వామి,ఆ గ్రామ అయ్యప్ప పీఠం వ్యవస్థాపకులు, గురు స్వామి దెందుకూరి సీతారామరాజు, అయ్యప్ప ఛిన్నముద్ర ట్రస్ట్ సౌత్ ఇండియా అధ్యక్షులు చంటి స్వాములకు పుష్పగుచ్ఛాలు అందజేసే శాలువాలతో ఘన సత్కారించారు. మండల వ్యాప్తంగా పలు గ్రామాల నుంచి అధిక సంఖ్యలో విచ్చేసిన అయ్యప్ప స్వాములు అంబలం పూజ కార్యక్రమం అనంతరం తీర్థ ప్రసాదాలు స్వీకరించారు.

మొంథా తీవ్రత దృష్ట్యా, ప్రజాజీవనానికి ఇబ్బందులు లేకుండా చూడండి : మాజీమంత్రి ప్రత్తిపాటి.

చిలకలూరిపేట (అక్షర విజేత) : వ్యవసాయ, రెవెన్యూ, విద్యుత్, మున్సిపల్ విభాగాలు సమన్వయంతో పనిచేసి, నష్టనివారణ చర్యలు చేపట్టాలి. లి తుపాను ధాటికి దెబ్బతిన్న పంటల నష్టపరిహారం సమగ్రంగా పూర్తిచేసి, రైతులకు వెంటనే సాయం అందేలా చూడాలి. అధికారులకు మాజీమంత్రి, శాసనసభ్యులు ప్రత్తిపాటి దిశానిర్దేశం' 'మొంథా' వాయుగుండం తీవ్రత దృష్ట్యా అధికారులు అప్రమత్తంగా ఉండాలని, ప్రజలకు ఎదురయ్యే సమస్యల్ని ముందే గ్రహించి పరిష్కరించాలని, వ్యవసాయ, రెవెన్యూ, విద్యుత్ విభాగాల సమన్వయంతో పనిచేసి, ప్రజాజీవనానికి ఇబ్బంది లేకుండా చూడాలని మాజీమంత్రి, శాసనసభ్యులు ప్రత్తిపాటి పుల్లారావు అధికారులకు సూచించారు. వాయుగుండం ప్రభావం దృష్ట్యా, అధికారులు ప్రజలకు ఇబ్బందులు లేకుండా ముందస్తు జాగ్రత్తలు చేపట్టాలి రాష్ట్రంపై వాయుగుండం ప్రభావం అధికంగా ఉండే అవకాశాలున్నందున కూటమిప్రభుత్వం ఇప్పటికే సమగ్ర చర్యలు చేపట్టిందని, తుపాను ఎఫెక్ట్ అధికంగా ఉండే జిల్లాలపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ పెట్టిందని, ప్రజలకు ఇబ్బందులు లేకుండా ప్రత్యేకాధికారులను నియమించి, ఆర్టీజీఎస్ ద్వారా నిరంతరం పర్యవేక్షిస్తోందని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఈ నేపథ్యంలో నియోజవకర్గంతో పాటు పల్నాడు జిల్లాపై తుపాను ప్రభావాన్ని అంచనా వేస్తూ, అధికారులు ముందస్తు జాగ్రత్తలు చేపట్టాలన్నారు. లోతట్టు ప్రాంతాల ప్రజల్ని సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలించి, భోజన.. వసతి ఏర్పాట్లు చేయాలని, ముందు జాగ్రత్తగా ప్రైవేట్ విద్యాసంస్థలు కూడా మూసివేయాలని ఆయన సూచించారు. నియోజకవర్గంలోని వాగులు పొంగి రాకపోకలకు అంతరాయం ఏర్పడి ప్రమాదాలకు అవకాశం ఉన్నందున తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని, ప్రజలు ప్రయాణాలకు దూరంగా ఉండేలా చూడాలని ఆదేశించారు. తుపాను ధాటికి నేలకొరిగే ఉద్యాన, వాణిజ్య పంటల నష్టపరిహార అంచనాలపై వ్యవసాయ సిబ్బంది వేగంగా స్పందించాలని ప్రత్తిపాటి ఆదేశించారు. రైతులకు సకాలంలో ప్రభుత్వ పరిహారం అందిస్తే, వారికి మేలు కలుగుతుందన్నారు. విద్యుత్ అంతరాయం లేకుండా చూడాలని, గాలికి నేలకొరికే అవకాశమున్న స్తంభాలను వెంటనే తొలగించి, కొత్తవి ఏర్పాటు చేయాలని, విద్యుత్ తీగలకు సమీపంగా ఉండే చెట్లను, కొమ్మలను తొలగించాలని ఆయన సూచించారు. పట్టణ శివారు ప్రాంతాల్లో నీరు నిలవకుండా, వర్షపు నీరు ఎప్పటికప్పుడు వెళ్లిపోయేలా మున్సిపల్ సిబ్బంది డ్రైనేజ్ లను శుభ్రం చేయాలన్నారు. ప్రజలు అత్యవసరమైతేనే బయటకు రావాలని, తుఫాను తీవ్రత తగ్గి, వాతావరణం చక్కబడే వరకు ఇళ్లలోనే ఉండాలని ప్రత్తిపాటి సూచించారు.

తుఫాన్ ప్రభావంతో 28వ తేదీ మంగళవారం విద్యా సంస్థలు కు శెలవు

ప్రకటించిన కలెక్టర్ కృతిక శుక్లా

పల్నాడు జిల్లా (అక్షర విజేత) : ఈ నెల 28 తేదీ జిల్లాలో అతి భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉన్నందున జిల్లాలోని అన్ని ప్రభుత్వ, ప్రైవేటు విద్యాసంస్థలకు,అంగన్‌వాడీ పాఠశాలలు,కళాశాలలకు సెలవు ప్రకటిస్తున్నట్లు జిల్లా కలెక్టర్ కృతికా శుక్లా ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. మొంథా తుఫాన్ కారణంగా ఎలాంటి ప్రాణ నష్టం జరగకుండా నివారించే ఉద్దేశంతో జిల్లాలోని అన్ని రకాల ప్రభుత్వ, ప్రైవేటు పాఠశాలలు గురుకుల పాఠశాలలు, కళాశాలలు ఇతర విద్యాసంస్థలు అన్నింటికి 28 తేదీ సెలవు ప్రకటించినట్లు జిల్లా కలెక్టర్ తెలిపారు

ఎడ్లపాడు సమీపంలో జాతీయ రహదారిపై లారీ బోల్తా..

డ్రైవర్, క్లినర్ కి తీవ్ర గాయాలు..

ఎడ్లపాడు(అక్షర విజేత) : ఎడ్లపాడు మండలం ఎన్.ఎస్.ఎల్ ఎదురు జాతీయ రహదారిపై సోమవారం జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంలో ఓ లారీ బోల్తా పడింది. ఈ ఘటనలో డ్రైవర్,క్లినర్ తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. ఒంగోలు నుంచి అమరావతి వైపు చేపల దాణా బస్తాలతో వెళ్తున్న లారీ నియంత్రణ తప్పి బోల్తా పడిందని పోలీసులు తెలిపారు. ఘటనా స్థలానికి చేరుకున్న ఎడ్లపాడు ఎస్సై టి.శివరామకృష్ణ, పోలీస్ సిబ్బంది తక్షణ చర్యలు చేపట్టి గాయపడిన వారిని ఆసుపత్రికి తరలించారు. ప్రమాదం కారణంగా రహదారిపై పడిన దాణా బస్తాలను పోలీసులు ప్రక్కకు తొలగించి,ట్రాఫిక్ ను సక్రమంగా కొనసాగేలా చేశారు. డ్రైవర్ అజాగ్రత్త కారణంగానే ప్రమాదం జరిగినట్టు స్థానికులు అభిప్రాయపడ్డారు. మరిన్ని ప్రమాదాలు జరగకుండా పోలీసులు అక్కడ పరిస్థితిని అదుపులో ఉంచారు. ఈ ఘటనపై ఎడ్లపాడు పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

సాతులూరి కోటి కుమార్తె వివాహ నిశ్చయ తాంబూలాలు

ముఖ్య అతిథులుగా ఎమ్మెల్సీ మర్రి రాజశేఖర్

చిలకలూరిపేట(అక్షర విజేత) : పట్టణ యువజన నాయకులు సాతులూరి కోటి - దేవి కుమారిల కుమార్తె సుమ, సంపత్ వెస్లీల వివాహ నిశ్చయ తాంబూలాల వేడుక వారి స్వగృహం నందు వైభవంగా జరిగింది. ఈ శుభకార్యానికి వారి ప్రత్యేక ఆహ్వానం మేరకు శాసనమండలి సభ్యులు మర్రి రాజశేఖర్, సోమేపల్లి వెంకటసుబ్బయ్య ముఖ్య అతిథులుగా హాజరయ్యారు. నవ వధూవరులు సుమ - సంపత్ వెస్లీలను ఆశీర్వదించి, వారికి శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. నూతన వధూవరులు జీవితంలో సుఖ సంతోషాలతో, ఉన్నత స్థానంలో ఉండాలని భగవంతుడిని కోరుకుంటున్నానని ఆశీర్వదించారు. ఈ వేడుకలో మర్రి రాజశేఖర్ వెంట గేరా లింకన్, బైరా వెంకట కోటి, ఏవీఎం సుభాని, ఇమ్మడి జానకిపతి, షేక్ కాలేషా (మాజీ కౌన్సిలర్), హిదాయితుల్లా, షేక్ మస్తాన్ (జనరేటర్), యూత్ జిలాని, రావూరి దాసు, దార్ల ఏలియా, చుక్కా డేవిడ్, అత్తలూరి షరీఫ్, దాసు, కొప్పుల రత్నకుమార్, కొప్పుల దినకర్, లింగాల విజయ యాదవ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కొండపల్లి రైల్వేస్టేషన్ అభివృద్ధికి గ్రీన్ సిగ్నల్

మైలవరం విజయవాడ రూరల్ రిపోర్టర్ (అక్షర విజేత) : ఎన్టీఆర్ జిల్లా, కొండపల్లి,మున్సిపాలిటీతో పాటు మైలవరం నియోజకవర్గంలోని పలు గ్రామాల ప్రజల చిరకాల వాంఛ తీరబోతోంది. ఎట్టకేలకు కొండపల్లి రైల్వే స్టేషన్ అభివృద్ధికి రైల్వే శాఖ పచ్చజెండా ఊపింది. ఈ విషయాన్ని దక్షిణ మధ్య రైల్వే జనరల్ మేనేజర్ (జీఎం) సంజయ్ కుమార్ వాస్తవ తెలిపారు. కొండపల్లి రైల్వేస్టేషన్ అభివృద్ధికి అడుగులు పడటంతో మైలవరం ఎమ్మెల్యే వసంత వెంకట కృష్ణప్రసాద్ సోమవారం ఓ ప్రకటనలో హర్షం వ్యక్తం చేశారు. అభివృద్ధి చర్యలలో భాగంగా ప్లాట్‌ఫారమ్ విస్తరణ,ఎత్తు పెంపు ప్రతిపాదనకు దక్షిణ మధ్య రైల్వే అంబ్రెల్లా వర్క్స్ 2024-25లో ఆమోదం లభించింది. త్వరలోనే పనులు ప్రారంభం కానున్నాయి. అమృత్ స్టేషన్ పథకం కింద కొండపల్లి స్టేషన్ అభివృద్ధి తర్వాత దశలో పరిగణనలోకి తీసుకుంటామని కూడా పేర్కొన్నారు. కొండపల్లి స్టేషనులో ఫ్లాట్ ఫామ్ సక్రమంగా లేక ప్రయాణికులు ఎన్నో అవస్థలు పడుతున్నారు. ఈ అభివృద్ధి పనులతో ఆ ఇబ్బందులు అన్నీ తొలగిపోనున్నాయి. ఇందుకు సహకరించిన విజయవాడ పార్లమెంట్ సభ్యులు ఎంపీ కేశినేని శివనాథ్ (చిన్ని)కి, దక్షిణ మధ్య రైల్వే జీఎం సంజయ్ కుమార్ వాస్తవ కి ఎమ్మెల్యే వసంత కృష్ణప్రసాద్ ప్రత్యేకంగా కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు కి, రైల్వే శాఖ మంత్రి అశ్విని వైష్ణవ్ కి హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు తెలిపారు.

ఇంటర్నేషనల్ ఆర్యవైశ్య ఫెడరేషన్ రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులుగా గుబ్బా రాంబాబు నియామకం.

శుభాకాంక్షలు తెలిపిన వివిధ పార్టీ నాయకులు.

బుట్టాయగూడెం(అక్షర విజేత) : ఇంటర్నేషనల్ ఆర్యవైశ్య ఫెడరేషన్ ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర కార్య వర్గ సభ్యునిగా గుబ్బా రాంబాబును నియమించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఆర్యవైశ్యుల అభ్యున్నతికి అంకిత భావంతో పనిచేస్తానని , వారి సమస్యల గురించి పోరాడతానని వెల్లడించారు. తనకు ఈ పదవి రావడానికి కృషిచేసిన నాయకులకు మరియు కార్యకర్తలకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. తనపై ఉంచిన నమ్మకాన్ని వమ్ము చేయనని, సమస్య పరిష్కారానికి శక్తి వంచన లేకుండా కృషి చేస్తానని అన్నారు. పోలవరం మండలం ఎల్ అండ్ డి పేట గ్రామానికి చెందిన గుబ్బా రాంబాబు పోలవరం నియోజకవర్గ తెలుగుదేశం పార్టీ వాణిజ్య విభాగ అధ్యక్షులుగా ప్రస్తుతం కొనసాగుతున్న విషయం అందరికీ విదితమే. తనను కార్యవర్గ సభ్యుని గా నియమించిన రాష్ట్ర అధ్యక్షులు కోనా శ్రీనివాసరావుకు ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు.

ముందస్తు జాగ్రత్త చర్యలు చేపట్టాం

మైలవరం విజయవాడ రూరల్ రిపోర్టర్ (అక్షర విజేత) : మైలవరం ఎమ్మెల్యే వసంత కృష్ణ ప్రసాద్ ఎన్టీఆర్ జిల్లా, మైలవరం,మొంథా తుపాను నేపథ్యంలో ఎటువంటి ప్రాణ, ఆస్తినష్టం జరగకుండా ముందస్తు జాగ్రత్త చర్యలు చేపట్టినట్లు మైలవరం ఎమ్మెల్యే వసంత కృష్ణప్రసాద్ సోమవారం తెలిపారు. బంగాళాఖాతంలోని తీవ్రవాయుగుండం రాత్రికి తుఫానుగా బలపడుతుందన్నారు. దీని ప్రభావంతో భారీ-అతిభారీవర్షాలు కురుస్తాయని,ఈదురుగాలులు వీస్తాయని ప్రజలంతా ఇంట్లోనే సురక్షితంగా ఉండాలన్నారు. వాతావరణ శాఖ ముందస్తు హెచ్చరికలతో ఏ పరిస్థితినైనా ఎదుర్కోవడానికి గ్రామస్థాయి నుంచి కార్యాచరణ సిద్ధం చేసినట్లు వెల్లడించారు. ఎన్డీఆర్ఎఫ్, ఎస్డీఆర్ఎఫ్ బృందాలను కూడా సిద్ధంగా ఉంచినట్లు పేర్కొన్నారు. అన్ని మండల కేంద్రాల్లో కంట్రోల్ రూమ్ లు ఏర్పాటు చేసినట్లు వెల్లడించారు. అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేయాలి. మైలవరం నియోజకవర్గంలో గతంలో సంభవించిన ఆకస్మిక వరదలను దృష్టిలో ఉంచుకుని తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలన్నారు. తుఫాను ముప్పు తొలగిపోయే వరకూ అన్ని శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేయాలన్నారు. వర్ష తీవ్రత, తుఫాను ప్రభావానికి సంబంధించిన సమాచారాన్ని ప్రభుత్వం నేరుగా ప్రజలకు తెలియ జేస్తోందన్నారు. విద్యుత్తు, తాగునీరు, రవాణా సేవలకు అంతరాయం కలగకుండా చూడాలన్నారు. అవసరం అయితే వరద ప్రభావిత ప్రాంతాల్లోని ప్రజల్ని పునరావాస కేంద్రాలకు తరలించి,అవసరమైన అన్ని సౌకర్యాలూ కల్పించాలన్నారు. బుడమేరు ప్రవాహాన్ని నిరంతరం పర్యవేక్షించాలన్నారు. లోతట్టు ప్రాంతాలపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలన్నారు. ప్రజలు కూడా అప్రమత్తంగా ఉండాలి. మొంథా తుపాను నేపథ్యంలో ప్రజలు కూడా అప్రమత్తంగా ఉండి అధికార యంత్రాంగానికి, ప్రభుత్వానికి సహకరించాలని ఎమ్మెల్యే వసంత కృష్ణ ప్రసాద్ ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు. ప్రభుత్వం, వాతావరణ శాఖ జారీ చేసే తాజా హెచ్చరికలను ఎప్పటికప్పుడు గమనిస్తూ జాగ్రత్తలు పాటించాలని సూచించారు. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో తప్ప దూర ప్రాంత ప్రయాణాలు చేయవద్దన్నారు. లోతట్టు ప్రాంతాల ప్రజలు ముందుగానే సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలివెళ్లాలి. విద్యుత్తు తీగలు, స్తంభాలు, నియంత్రికల వద్దకు వెళ్లవద్దు. చిన్న పిల్లలు బయటకు వెళ్లకుండా చూసుకోవాలన్నారు. వృద్ధులు, రోగులు, గర్భిణులను,సురక్షిత ప్రదేశాల్లో ఉంచండి. చెట్లు, కంచెలు, గోడలు కూలే ప్రమాదం ఉన్న ప్రాంతాలకు దూరంగా ఉండాలని ఎమ్మెల్యే వసంత కృష్ణప్రసాద్ కోరారు.

మొంథా తుఫాను పునరావాస కేంద్రాలను పరిశీలించిన అధికారులు

పట్టణంలోని 5 తుఫాను షెల్టర్లను పరిశీలించిన నర్సీపట్నం ఆర్డీవో వివి రమణ

పాయకరావుపేట,(అక్షర విజేత) : ముంచుకొస్తున్న మొంథా తుఫాను ప్రభావం కారణంగా మండల కేంద్రం పాయకరావుపేటలో ఏర్పాటుచేసిన ఐదు పునరావాస కేంద్రాలను నర్సీపట్నం ఆర్డీవో వివి రమణ మండల స్థాయి అధికారులతో కలిసి పరిశీలించారు. తీవ్రమవుతున్న మొంథా తుఫాను ప్రమాదం నేపథ్యంలో సోమవారం సాయంత్రం ఆయన స్థానిక తహసిల్దార్ ఎస్ఏ మహేశ్వరరావు, మండల ప్రత్యేక అధికారి (సర్వ శిక్షా అభియాన్ పిఓ) జయ పకాష్,పోలీస్ సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ జి.అప్పన్న సహా సిబ్బందితో కలిసి మండల కేంద్రంలో ఏర్పాటుచేసిన తుఫాన్ షెల్టర్ జోన్లను పరిశీలించారు. పట్టణంలో గల ఇంద్ర కాలనీలో గల ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాల,కనోస ఇంగ్లీష్ మీడియం పాఠశాల, సమయమంతుల ఉన్నత పాఠశాల, మంగళవారం రోడ్ లో గల జడ్పీ బాలిక ఉన్నత పాఠశాల సహా పట్టణంలోని శ్రీ పాండురంగస్వామి వారి కళ్యాణ మండపం తదితర పునరావాస కేంద్రాలలో వున్న సదుపాయాలను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా విచ్చేసిన ఆర్డిఓ వివి రమణ,తహసిల్దార్ మహేశ్వరరావు, మండల ప్రత్యేక అధికారి జయప్రకాష్ సహ సిబ్బంది పునరావాస కేంద్రాలకు తరలించిన నిర్వాసితులకు బోజనాలు సహ వసతి నివాసం తదితర ఏర్పాట్లను పరిశీలించారు.

అన్ని గిరిజన గ్రామాలకు రహదారి సౌకర్యం

జ్వరాలపై వైసీపీ ముఠా శవ రాజకీయం

గిరిజన మరియు స్త్రీ శిశు సంక్షేమ మంత్రి గుమ్మడి సంధ్యారాణి వెల్లడి

మెంటాడ: సమాజ అభివృద్ధికి నాగరికత విస్తరణకు దోహదపడే రహదారి వ్యవస్థ పై కూటమి ప్రభుత్వం పూర్తిగా దృష్టి సారించిందిని గిరిజన మరియు స్త్రీ శిశు సంక్షేమ మంత్రి గుమ్మడి సంధ్యారాణి అన్నారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా దశలవారీగా రహదారులను అభివృద్ధి చేసే దిశగా చర్యలు చేపట్టనున్నట్లు తెలిపారు. మండలంలోని కొండ లింగాల వలస నుంచి గజిం గుడ్డి వలస గ్రామాల మధ్య రెండు కోట్ల 35 లక్షలు తో మంజూరైన రహదారి పనులకు మంత్రి సంధ్యారాణి బుధవారం శంఖుస్థాపన చేశారు.

రహదారి సౌకర్యం లేని గిరిజన గ్రామం ఉండరాదనే క్రొత్త నిశ్చయముతో ఉన్నామన్నారు. గిరిజన గ్రామాల నుండి వ్యాధిగ్రస్తులను డోలీల మోత నివారించేందుకు శ్రీకారం చుట్టారు. మైదాన ప్రాంతంలో కూడా రహదారి వ్యవస్థ అభివృద్ధికి చిత్తశుద్ధితో కృషి చేస్తున్నామని చెప్పారు. గత ఐదేళ్ల విధ్వంస పాలనతో రాష్ట్రాన్ని 20 ఏళ్ల వెనక్కి నెట్టిన వైసిపి ముఠాకు 11 స్థానాలతో ప్రతిపక్ష హోదా కూడా లేకుండా చేసినా వాళ్ళ తీరు మారడం లేదని మంత్రి సంధ్యారాణి దుయ్యబట్టారు. కూటమి ప్రభుత్వం సూపర్ సిక్స్ పథకాలను అమలు చేయడం తో ఇప్పుడు పిల్లల జ్వరాలతో రాజకీయం, మరణాలతో శవ రాజకీయం చేయడం వైసిపి వారికి వెన్నతో పెట్టిన విద్య అని ధ్వజమెత్తారు. మంత్రి గాడిదలు కాస్తుందా అని తనను ఉద్దేశించి జగన్ రెడ్డి చేసిన వ్యాఖ్యలకు మంత్రి సంధ్యారాణి ఘాటుగా స్పందించారు. కోటమి దెబ్బకు మూలకు చేరి గాడిదలు కాస్తున్నది ఎవరో చూస్తున్న ప్రజలకు తెలుసునని ఎద్దేవా చేశారు గాడిద లాంటి బుద్ధి నీదేనని మంత్రి సంధ్యారాణి కౌంటర్

ఇచ్చారు. వైసీపీ ప్రభుత్వంలో ఎక్కడ మంత్రులు ఉప ముఖ్యమంత్రిలుగా పనిచేసిన రాజన్న దొర, పుష్ప శ్రీవాణి అప్పటిలో విష జ్వరాల వ్యాప్తి చెందితే కనీసం పట్టించుకున్న పాపాన పోలేదని మంత్రి విమర్శించారు. అస్తిత్వం కోల్పోయిన జగన్ వైసిపి ఉనికి కోసం పడుతున్న పాట్లు చూస్తుంటే జాలేస్తుందని ఎద్దేవా చేశారు. నాపై వైసీపీ ముఠా చేస్తున్న విమర్శలను వారి విజ్ఞత సంస్కారానికే బదిలీ పెడుతున్నట్లు మంత్రి సంధ్యారాణి పేర్కొన్నారు. పని పాట లేని వైసీపీ నేతలు ప్రతిపక్ష హోదా లేకపోయినా అభివృద్ధి చేస్తున్న కూటమి ప్రభుత్వాన్ని విమర్శించే పని పెట్టుకున్నారని అన్నారు. మంత్రి లోకేష్ సాధించిన గూగుల్ పైన విష ప్రచారం వారి నైజానికి నిదర్శనమని అన్నారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం సహకారంతో ముఖ్యమంత్రిచంద్రబాబు, ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ సారాధ్యంలో రాష్ట్రం అభివృద్ధికి రోల్ మోడల్ గా మారుతుందని మంత్రి సంధ్యారాణి పేర్కొన్నారు. సాలూరు సాలూరు నియోజకవర్గం ప్రజలకు నేను ఎంతో రుణపడి ఉన్నానని పేర్కొన్నారు నియోజకవర్గానికి మూడు ఎస్సి హాస్టల్లు మంజూరయ్యాయని మంత్రి వెల్లడించారు. మెంటాడ మండలం పెద మేడపల్లి ముఠా ఛానల్ అభివృద్ధికి 40 లక్షలు మంజూరైనట్లు ఆమె చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల టిడిపి అధ్యక్షులు చలుమూరు వెంకటరావు, కొండ లింగాలవలస ఎంపీటీసీ గుమ్మిడి ప్రవీణ్, టిడిపి నేతలు అరుకు పార్లమెంట్ ఉపాధ్యక్షులు గద్ద అన్నవరం, గుమ్మడి వెంకన్న, రెడ్డి ఆదినారాయణ, రెడ్డి ఎర్రి నాయుడు, చింత కాశీనాయుడు, కుంచి కాశీనాయుడు, ఇతర టిడిపి నాయకులు, అభిమానులు పాల్గొన్నారు.

అరటి కాడలను తినడం వల్ల ఇన్ని లాభాలు ఉన్నాయా..? తెలిస్తే వెంటనే తింటారు..!

అరటి పండ్లు మనకు ఏడాది పొడవునా అన్ని సీజన్లలోనూ అందుబాటులో ఉంటాయి. అరటి పండ్లను తినడం వల్ల మనకు అనేక లాభాలు కలుగుతాయి. అనారోగ్యం బారిన పడిన వారు శక్తి కోసం అరటి పండ్లను తింటుంటారు. అయితే కేవలం అరటి పండ్లు మాత్రమే కాదు, అరటి కాడలు కూడా మనకు ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తాయి. వీటిల్లో అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. అరటి కాడలను ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం వల్ల అనేక లాభాలను పొందవచ్చు. 100 గ్రాముల అరటి కాడలను తింటే సుమారుగా 16 క్యాలరీల మేర శక్తి లభిస్తుంది. కొవ్వులు, కొలెస్ట్రాల్, సోడియం అసలే ఉండవు. పిండి పదార్థాలు చాలా తక్కువగా కేవలం 2 గ్రాములు మాత్రమే ఉంటాయి. అరటి కాడల్లో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. విటమిన్లు బి6, సి, బి3లతోపాటు పొటాషియం, క్యాల్షియం, ఐరన్, ఫాస్ఫరస్, మాంగనీస్ వంటి పోషకాలు అధికంగా ఉంటాయి. అందువల్ల అరటి కాడలను కూడా రోజూ తినాలని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు.

జీర్ణ సమస్యలకు..

అరటి కాడలను తినడం వల్ల అనేక లాభాలను పొందవచ్చు. ఇందులో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది మలం కదలికలను సులభతరం చేస్తుంది. దీంతో మలబద్దకం తగ్గుతుంది. అరటి కాడలు ప్రీబయోటిక్ ఆహారంగా పనిచేస్తాయి. దీని వల్ల జీర్ణ వ్యవస్థలో ఉండే మంచి బ్యాక్టీరియా వృద్ధి చెందుతుంది. పొట్టలో ఏర్పడిన అసౌకర్యం తగ్గుతుంది. అరటి కాడలను తింటే అజీర్తి, అసిడిటీ, గుండెల్లో మంట వంటి జీర్ణ సమస్యలు తగ్గుతాయి. పైల్స్ ఉన్నవారికి ఈ కాడలు ఎంతగానో మేలు చేస్తాయి. జీర్ణాశయంలో ఏర్పడే అల్సర్లను సైతం తగ్గిస్తాయి. అరటి కాడల్లో క్యాలరీలు చాలా స్వల్పంగా ఉంటాయి. కొవ్వు అసలే ఉండదు. పైగా ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. కనుక ఈ కాడలను తింటే కడుపు నిండిన భావన కలుగుతుంది. ఎక్కువ సేపు ఉన్నా ఆకలి వేయదు. దీంతో ఆహారం తక్కువగా తింటారు. ఇది బరువు తగ్గేందుకు సహాయం చేస్తుంది.

కిడ్నీ స్టోన్లు ఉంటే..

అరటి కాడ సహజసిద్ధమైన డై యురెటిక్‌గా పనిచేస్తుంది. ఇది మూత్రం ధారాళంగా వచ్చేలా చేస్తుంది. దీంతో మూత్రం ద్వారా వ్యర్థాలు, టాక్సిన్లు సులభంగా బయటకు పోతాయి. శరీరంలో అదనంగా ఉండే ద్రవాలు బయటకు విసర్జించబడతాయి. దీంతో కిడ్నీలపై పడే భారం తగ్గుతుంది. అరటి కాడల్లో అధికంగా ఉండే పొటాషియం కిడ్నీల్లో స్టోన్స్ ఏర్పడకుండా చూస్తుంది. కిడ్నీ స్టోన్లు లేదా మూత్రాశయ ఇన్ఫెక్షన్లు ఉన్నవారు, మూత్రంలో మంట వస్తున్నవారు అరటి కాడలను తింటుంటే చక్కని ఫలితం ఉంటుంది. అరటి కాడల్లో అధికంగా ఉండే ఫైబర్ వల్ల ఆహారం నెమ్మదిగా జీర్ణం అవుతుంది. దీంతో రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నెమ్మదిగా పెరుగుతాయి. దీని వల్ల షుగర్ లెవల్స్ నియంత్రణలో ఉంటాయి. డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి అరటి కాడలు ఎంతగానో మేలు చేస్తాయి. వీటిని తింటే షుగర్‌ను నియంత్రణలో ఉంచుకోవచ్చు.

గుండె ఆరోగ్యానికి..

అరటి కాడల్లో అధికంగా ఉండే పొటాషియం శరీరంలో సోడియం స్థాయిలను మెరుగ్గా నిర్వహిస్తుంది. దీంతో రక్త సరఫరా మెరుగు పడుతుంది. బీపీ తగ్గుతుంది. హైబీపీ ఉన్నవారు అరటి కాడలను తింటుంటే ఎంతగానో మేలు జరుగుతుంది. దీంతో బీపీ నియంత్రణలో ఉంటుంది. గుండె ఆరోగ్యం మెరుగు పడుతుంది. మన శరీరంలో ఉన్న కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను నిర్వహించేందుకు కూడా అరటి కాడలు పనిచేస్తాయి. వీటిని తింటుంటే చెడు కొలెస్ట్రాల్ తగ్గుతుంది. మంచి కొలెస్ట్రాల్ పెరుగుతుంది. దీంతో గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. రక్త నాళాల్లో ఉండే అడ్డంకులు తొలగిపోతాయి. దీని వల్ల హార్ట్ ఎటాక్ రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు. ఇలా అరటి కాడలను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే అనేక లాభాలను పొందవచ్చు.

మార్కెట్ ఈ కాయలు ఎక్కడ కనిపించినా సరే..

విడిచిపెట్టకుండా తెచ్చుకుని తినండి.. ఎందుకంటే..?

మార్కెట్‌లో మీరు అనేక రకాల కూరగాయలను చూస్తుంటారు. వాటిల్లో చౌ చౌ కూడా ఒకటి. వీటినే కయోట్ స్క్వాష్ అని కూడా పిలుస్తారు. తెలుగులో సీమ వంకాయలని అంటారు. ఇవి చూసేందుకు ఒక రకమైన జామకాయలను పోలి ఉంటాయి. అయితే ఇది కూరగాయ రకానికి చెందినది. దీన్ని కూరగా చేసుకుని తింటారు. ఇందులో అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. ఈ క్రమంలోనే సీమ వంకాయలను ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు.

1 కప్పు ఉడకబెట్టిన సీమ వంకాయలను తింటే సుమారుగా 39 క్యాలరీల శక్తి లభిస్తుంది. పిండి పదార్థాలు 9 గ్రాములు, ప్రోటీన్లు 2 గ్రాములు, కొవ్వు 0.5 గ్రాములు, ఫైబర్ 4 గ్రాములు లభిస్తాయి. అలాగే వీటిలో విటమిన్లు బి9, సి, కె, బి6, మాంగనీస్, కాపర్, జింక్, పొటాషియం, మెగ్నిషియం, ఐరన్, ఫాస్ఫరస్, క్యాల్షియం కూడా ఉంటాయి. ఇవి మనకు పోషణను అందిస్తాయి.

గుండె ఆరోగ్యానికి..

సీమ వంకాయలను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే అనేక యాంటీ ఆక్సిడెంట్లను పొందవచ్చు. ముఖ్యంగా విటమిన్ సి లభిస్తుంది. ఫ్లేవనాయిడ్స్, ఫినోలిక్ సమ్మేళనాలు కూడా వీటిల్లో ఉంటాయి. ఇవి ఫ్రీ ర్యాడికల్స్‌ను నిర్మూలిస్తాయి. దీంతో ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. దీంతో రక్త నాళాలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. బీపీ నియంత్రణలో ఉంటుంది. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు తగ్గుతాయి. గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. హార్ట్ ఎటాక్ రాకుండా నివారించవచ్చు.

డయాబెటిస్ ఉంటే..

సీమ వంకాయల్లో పిండి పదార్థాలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. పైగా ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. అందువల్ల వీటిని తింటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నెమ్మదిగా పెరుగుతాయి. ఇది షుగర్ ఉన్నవారికి ఎంతగానో మేలు చేసే విషయం. వీటిని తినడం వల్ల శరీరం ఇన్సులిన్‌ను మరింత మెరుగ్గా ఉపయోగించుకుంటుంది. దీంతో షుగర్ లెవల్స్ తగ్గుతాయి. తింటే జీర్ణ వ్యవస్థలో మంచి బ్యాక్టీరియా వృద్ధి చెందుతుంది. దీని వల్ల జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. సాధారణ జీర్ణ సమస్యలు రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు.

బరువు తగ్గేందుకు..

సీమ వంకాయల్లో క్యాలరీలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. పైగా ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. అందువల్ల వీటిని తింటే కడుపు నిండిన భావన కలుగుతుంది. ఎక్కువ సేపు ఉన్నా ఆకలి వేయదు. దీంతో ఆహారం తక్కువగా తింటారు. ఇది బరువు తగ్గేందుకు సహాయం చేస్తుంది. అధికంగా బరువు ఉన్నవారు సీమ వంకాయలను తరచూ తింటుంటే బరువును తగ్గించుకోవచ్చు. వీటిని తింటే గర్భిణీలకు సైతం ఎంతగానో మేలు జరుగుతుంది. ఈ కాయల్లో ఫోలేట్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది గర్భంలో ఉన్న శిశువు ఎదుగుదలకు సహాయ పడుతుంది. కనుక గర్భిణీలు వీటిని తరచూ తినాలి. ఈ కాయల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు చాలా శక్తివంతంగా ఉంటాయి. అందువల్ల వీటిని తింటే క్యాన్సర్ కణాలు నాశనం అవుతాయి. క్యాన్సర్లు రాకుండా సురక్షితంగా ఉండవచ్చు. ఇలా సీమ వంకాయలను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే అనేక లాభాలను పొందవచ్చు.

ఘనంగా తాతాజీ జన్మదిన వేడుకలు

పేదలకు చీరలు, దుప్పట్లు పంపిణీ

వృద్ధాశ్రమంలో అన్నదానం

తాడేపల్లిగూడెం **(అక్షర విజేత) :** పశ్చిమగోదావరి జిల్లా బ్యూరో: భారతీయ జనతా పార్టీ తాడేపల్లిగూడెం నియోజకవర్గ ఇన్చార్జి, మున్సిపల్ మాజీ చైర్మన్, చాంబర్ ఆఫ్ కామర్స్ అధ్యక్షులు ఈతకోట భీమశంకర్ రావు (తాతాజీ) జన్మదిన వేడుకలను పార్టీ కార్యాలయంలో సోమవారం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఆయన షిరిడి పర్యటనలో ఉన్నందున పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, అభిమానులు కేక్ కట్ చేసి ఫోన్ ద్వారా శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా బిజెపి మీడియా జిల్లా ఇన్చార్జి నరిసే సోమేశ్వరరావు మాట్లాడుతూ మున్సిపల్ చైర్మన్ గా , చాంబర్ అధ్యక్షులుగా, ఫెర్టిలైజర్ స్ అండ్ డీలర్స్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ ఉమ్మడి రాష్ట్ర అధ్యక్షునిగా ఆయన విశేష సేవలు అందించారు అన్నారు. నియోజకవర్గం లో పార్టీని పటిష్టం చేసేందుకు కృషి చేస్తున్నారన్నారు. మరిన్ని ఉన్నత పదవులు అలంకరించి ప్రజలకు పార్టీకి సేవలు అందించాలని శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. రాష్ట్ర కౌన్సిల్ సభ్యులు క%శీ%చుమర్తి నాగేశ్వరరావు మాట్లాడుతూ శత్రువునైనా స్నేహభావంతో కలుపుకొని పోయే నాయకుడు తాతాజీ అని పేర్కొన్నారు. బిజెపి పటిష్టత కోసం ఎంతో కృషి చేస్తున్నారన్నారు. జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి దత్తు ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ అజాత శత్రువు నిరంతర శ్రమజీవి ఈతకోట తాతాజీ వివిధ హోదాలలో సేవలందించి బిజెపి పటిష్టతకు కృషి చేస్తున్నారని కొనియాడారు. ఉన్నత పదవులు అలంకరించి సేవలందించాలని ఆకాంక్షించారు. బిజెపి జిల్లా నాయకులు కొండపల్లి నగేష్ మాట్లాడుతూ సేవా భావం సమన్వయం, కలిగిన నాయకుడు తాతాజీ అని పేర్కొన్నారు. ఉన్నత పదవులు అలంకరించి పార్టీకి మరింత సేవ చేయాలని ఆకాంక్షించారు. పడమర సొసైటీ అధ్యక్షులు పసుపులేటి అమ్మి రాజు మాట్లాడుతూ బిజెపి నాయకులు కార్యకర్తలు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. బిజెపి జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి దత్తు ప్రసాద్, రాష్ట్ర కౌన్సిల్ సభ్యులు కంచుమర్తి నాగేశ్వరరావు, నరసాపురం పార్లమెంటరీ మీడియా ఇంచార్జి నరిసే సోమేశ్వరరావు, దూలం శ్రీనివాసరావు,గూడెం పట్టణ అధ్యక్షులు దువ్వ శ్రీనివాస్, పడమర సొసైటీ అధ్యక్షులు పసుపులేటి అమ్మి రాజు,జిల్లా నాయకులు కొండపల్లి నగేష్, పెంటపాడు మండల అధ్యక్షులు ఇమ్మంది శ్రీనివాస్, ఆత్మ నిర్భర్ భారత్ ఇన్చార్జి రామగాని సత్యనారాయణ, గూడెం పట్టణ ప్రధాన కార్యదర్శి చిట్యాల రాంబాబు,గరగా ప్రసాద్, కార్యదర్శి తుమరాడ చిన్న, ఉపాధ్యక్షులు లచ్చిరెడ్డి సత్యనారాయణ, దొంతుకుర్తి శ్రీనివాస్, బిజెపి నాయకులు డాక్టర్ పృధ్వి, ఆరాధ్యుల అంజి,నీలం రమణ,పిన్నింటి రామకృష్ణ పాల్గొన్నా రు. సేవకార్యక్రమాలు: ఈ సందర్భంగా స్థానిక యాగర్లపల్లిలోని అనాధ ఆశ్రమంలో దుప్పట్లు, చీరలు పంపిణీ చేశారు. అనంతరం పడాల వృద్ధాశ్రమంలోని వృద్ధులకు అన్నదానం చేశారు.

మొంథా తుఫానుతో తీరప్రాంత గ్రామాల్లో అధికారుల సుడిగాలి పర్యటన

పలు గ్రామాల్లో తుఫాను షెల్టర్లను పరిశీలించిన తహశీల్దారు మహేశ్వరరావు

పాయకరావుపేట, **(అక్షర విజేత):** ముంచుకొస్తున్న మొంథా తుఫానుతో ప్రభావంతో మండలంలోని 11 తీరప్రాంత గ్రామాల్లో స్థానిక తహసీల్దార్ ఎస్ఏ మహేశ్వరరావు మండల స్థాయి అధికారులతో కలిసి సోమవారం సుడిగాలి పర్యటన చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా ఆయన మండల ప్రత్యేక అధికారి జయప్రకాష్, ఎంపీడీవో పి.విజయలక్ష్మి సహ పలు విభాగాల సిబ్బందితో కలిసి ఆయన కుమారపురం, గజపతినగరం, రత్నయ్యపేట, పాల్మన్ పేట, కొర్లయ్య పేట, పెంటకోట, రాజయ్యపేట మత్స్యకార గ్రామాల్లో ఉన్న తుఫాను షెల్టర్లను పరిశీలించిన మీదట అక్కడి పరిస్థితులను పర్యవేక్షించారు. ఆ తర్వాత ఆయన మండల స్థాయి అధికారులతో కలిసి వెంకటనగరం, రాజానగరం,రాజవరం, ఈదటం గ్రామాల్లో ఏర్పాటు చేసిన పునరావాస్ కేంద్రాలను పరిశీలించారు. ఇందులో భాగంగా మండలంలోని సముద్రతీరానికి వెళ్లిన తహసిల్దార్ మహేశ్వర రావు మొంథా తుఫాన్ ప్రభావం నేపథ్యం తదితర కీలక అంశాల గురించి అక్కడ గల మత్యకారులతో చర్చించిన మీదట తీవ్రరూపం దాల్చనున్న తుఫాను ప్రభావంతో భారీ వర్షాలు,పెను గాలులు వీచే ప్రమాదం పొంచి ఉండటంతో తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తల గురించి సూచనలు సలహాలను అందజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఆర్ఐ టి.త్రినాథ్,మెరైన్ సహ పోలీస్ విభాగం సిబ్బంది సహ మత్స్యకారులు పాల్గొన్నారు.

అధికారులు అప్రమత్తంగా ఉండాలి

శాసనసభ్యులు బొలిశెట్టి శ్రీనివాస్

తాడేపల్లిగూడెం **(అక్షర విజేత):** పశ్చిమగోదావరి జిల్లా బ్యూరో : రాష్ట్రానికి పొంచి ఉన్న తుఫాను ముప్పు నేపథ్యంలో నియోజకవర్గంలోని అధికారం అందరూ అప్రమత్తంగా ఉండాలని శాసనసభ్యులు బొలిశెట్టి శ్రీనివాస్ ఆదేశించారు. మండలంలోని నందమూరు అక్విడిట్ ను ఆయన శనివారం పరిశీలించారు. ఎర్ర కాలువ పరిస్థితి పై అధికారులను ఆరా తీశారు. వాతావరణ పరిస్థితులు ఎల్లవేళలా ఒకే విధంగా ఉండమని ప్రజలందరూ అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచించారు. తుఫాన్ ప్రభావం వర్షపాతం అధికంగా ఉన్న ప్రాంతాలను అధికారులు గుర్తించి ప్రజలను అప్రమత్తం చేయాలని తాగునీరు, విద్యుత్తు సౌకర్యాలపై ఎల్లవేళలా పర్యవేక్షించాలని అధికారులకు సూచించారు. అత్యవసర పరిస్థితిలో తాడేపల్లి గూడెం రెవెన్యూ డివిజన్ పరిధిలో ఏర్పాటు చేసిన కంట్రోల్ రూమ్ ను ప్రజలు సంప్రదించాలా అధికారులు వారిలో అవగాహన కల్పించాలన్నారు. నందమూరి లో రైతులతో మాట్లాడుతూ లోతట్టు ప్రాంతాలలోనీ రైతులు నష్టపోకుండా ముందస్తు చర్యలు తీసుకోవాలని కూటమి నాయకులు స్వచ్ఛందంగా ప్రజలందరికీ సహాయపడాలని ఆయన కోరారు. అధికారులు ఎప్పటికప్పుడు ఆయా ప్రాంతాల్లో పర్యవేక్షణ నిర్వహించి రక్షణ చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. నీటిపారుదల శాఖ ఏఈ రమేష్ బాబు, డీకే ధర్మజ్యోతి, ఎమ్మార్వో సునీల్ కుమార్, కడప ప్రసాద్, చెరుకూరి సోమశేఖర్, మద్దిపాటి ధర్మేంద్ర, వట్టికూటి వెంకటేశ్వరరావు, శనగల శ్రీనివాస్ గౌడ్ పాల్గొన్నారు.

ఎక్కువ మంది ఎడమ చేతికే వాచ్ ని ఎందుకు ధరిస్తారో తెలుసా..!

ప్రజలు తమ చేతి మణికట్టుకి వాచ్ ని ధరిస్తారు. ప్రతి ఒక్కరూ సర్వసాధారణంగా చేతికి వాచ్ ని ధరిస్తారు. ఇలా చేయడం అందం కోసం మాత్రమే కాదు.. ఫ్యాషన్ గా కనిపించడానికి కూడా.. అయితే ఎక్కువ మంది తమ ఎడమ చేతికి మాత్రమే వాచ్ ని ధరిస్తారు. ఎవరో కానీ కుడి చేతికి వాచ్ ని ధరించర. ఎప్పుడైనా ఎక్కువ మంది ఎడమ చేతికి వాచ్ ని ఎందుకు ధరిస్తారు? కుడి చేతికి ఎందుకు ధరించరు అని మీరు ఎప్పుడైనా ఆలోచించారా? ఈ రోజు దీని గురించి ఆసక్తికరమైన సమాచారాన్ని తెలుసుకుందాం.. సమయం చాలా విలువైనది .. గడిచిపోయిన కాలం జీవితంలో ఎన్నటికీ తిరిగి రాదు. అందుకనే ఏపని మొదలు పెట్టినా.. తగిన సమయంలో పూర్తి చేయాలనీ.. అలా సమయం ఆదా చేసుకోవాలని.. భావిస్తారు. అందుకు సమయం తెలుసుకోవడానికి ప్రజలు తరచుగా గోడ గడియారం, వాచ్ వంటి వాటిని ఆశ్రయిస్తారు. తద్వారా కాలాన్ని చూస్తారు. సాధారణంగా సమయం తెలుసుకునేందుకు చేతికి గడియారం ధరిస్తారు. అయితే ఇప్పుడు వాచ్ సమయాన్ని తెలుసుకునేందుకు మాత్రమే కాదు.. ఫ్యాషన్‌లో ఒక భాగంగా భావించి ధరిస్తారు. అయితే ఎవరు ఎలా అంటే అవసరం కోసం అయినా, ఫ్యాషన్ కోసం మైనా వాచ్ ని ధరిస్తున్నా దానిని ఎడమ చేతికే ధరిస్తారు. అయితే ఇలా వాచ్ ని ఎడమ చేతికి మాత్రమే ఎందుకు ధరిస్తారో మీకు తెలుసా? దీని వెనుక ఉన్న కారణాన్ని తెలుసుకోండి. ఎడమ చేతికి వాచ్ పెట్టుకోవడానికి గల కారణం తెలుసా? కొంతమంది అంటే చాలా తక్కువ మంది తమ కుడి చేతికి వాచ్ ని ధరిస్తారు. అయితే ఎక్కువ మంది తమ ఎడమ చేతికి గడియారాలు ధరిస్తారు. దీని వెనుక ఒక ఆసక్తికరమైన కారణం ఉంది. అంటే ప్రజలు ఎక్కువగా తమ కుడి చేతిని పని కోసం ఉపయోగిస్తారు. దీంతో కుడి చేయి ఎక్కువగా బిజీగా ఉంటుంది. కనుక ఎడమ చేతిలో వాచ్ ని ధరించడం వల్ల మీ దినచర్యకు అంతరాయం కలగదు. అంతే కాదు. ఇలా చేయడం వలన వాచ్ సురక్షితంగా ఉంటుంది. అంతేకాదు రాయడం, టైప్ చేయడం వంటి రకరకాల పనులు చేయడానికి మీ కుడి చేతిని ఉపయోగించినప్పుడు.. ఎడమ చేతికి వాచ్ ధరించడం వల్ల సమయం చెప్పడం సులభం అవుతుంది. మరో శాస్త్రీయ కారణం ఏమిటంటే గోడపై వేలాడుతున్న గడియారంలోని 12 సంఖ్య పైకి ఉంటుంది. అదేవిధంగా ఎవరైనా ఎడమ చేతిలో గడియారాన్ని ధరిస్తే, 12 సంఖ్య పైకి ఉంటుంది.

నేటి తరానికి గాంధీజీ

నేడు మహాత్ముని జయంతి

నేడు జాతిపిత మహాత్మాగాంధీ జయంతి. గాంధీ తాత వయసు నేటికి 154 ఏండ్లు. ఒక మతోన్మాది తూటాలకు నేలకొరిగింది 75 ఏండ్ల క్రితం. ఆ సందర్భంగా 'భావితరాల వారు ఇటువంటి మనిషి ఒకరు ఈ భూమి మీద నడిచారని నమ్మటం కష్టం' అని విశ్వవిఖ్యాత భౌతిక శాస్త్రవేత్త ఆల్బర్ట్ ఐన్‌స్టీన్ అన్న మాటలు చరిత్ర ఎన్నటికీ మరవదు. ఇది ముమ్మాటికీ నిజం. నేటితరం వారికి గాంధీజీ లాంటి మనిషి ఈ గడ్డమీద జీవించాడన్న విషయం నమ్మశక్యం కాదు. ఎప్పుడు నమ్మశక్యం కాదు? ఆయన గురించి తెలుసుకున్నప్పుడు అటువంటి మనిషి ఒకరున్నారనేది నమ్మశక్యం కాదు. అసలు తెలియకపోతే ఇహ నమ్మటం, నమ్మలేకపోవటం అనే ప్రశ్నే లేవదు కదా! అందుకే ఆ మహనీయుడిని గురించి నేడు నెమరువేసుకోవటం చాలా సముచితం. గాంధీజీ సిద్ధాంతం ఒక్క వ్యాసంలో చెప్పటం సాహసమే అవుతుంది. జీవితానికి సంబంధించిన అనేక అంశాల మీద గాంధీజీ తన భావాలను కూలంకుషంగా వివరించారు. ముఖ్యంగా ఆయన ఆత్మకథ నేటికీ ఒక ఆదర్శనీయ గ్రంథం. దీనితో పాటు, గాంధీజీ రచించిన పుస్తకాలు, గాంధీజీ మీద ఇతరులు రచించిన సాహిత్యం ఏ గ్రంథాలయానికెళ్లినా పుంఖాను పుంఖాలుగా దొరుకుతుంది. ఇక్కడ మహాత్ముడు చెప్పిన ముఖ్య విషయాలు రెండు, మూడింటిని ప్రస్తావించుకుందాం. వాటిని ఆకళింపు చేసుకుంటే అదే మహాత్ముడికి మనం సమర్పించుకునే నివాళి. గాంధీజీ గొప్ప అహింసావాది అనేది జగమెరిగిన సత్యం. నేడు ఎక్కడ చూసినా హింస ప్రబలటం మనం చూస్తున్నాం. హింసను విడనాడటం ఎలా? ఇది ఒక మిలియన్ డాలర్ ప్రశ్న. ఆధునిక మనిషికి ఓర్పు తక్కువ. ఏ విషయానికైనా అతివేగంగా స్పందించటం, భావోద్వేగానికి గురికావటం తద్వారా హింస చెలరేగటం ప్రజా జీవితంలో సర్వసాధారణమైన విషయంగా మారిపోయింది. హింస వలన ఏ సమస్యా పరిష్కారం కాదని మనిషికి తెలుసు. అయినా హింసకు బానిసవుతున్నాడు ఆధునిక మనిషి. ఇది వ్యక్తిగత జీవితం, ప్రజా జీవితం అనే తేడా లేకుండా అంతంతా విస్తరిస్తున్నది. దీనితో సమాజం అల్లకల్లోలమవుతున్నది. దీనిని ఆపాలంటే గాంధీజీ లాంటి స్థిత ప్రజ్ఞత గల నేత కావాలి. ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ హింసను దూరంగా పెట్టిన 'గాంధీగిరి' అవసరం. నాడు స్వాతంత్ర్యోద్యమం ఉవ్వెత్తున ఎగిసిపడుతున్న సమయంలో చౌరాచౌరీ సంఘటనతో మరో ఆలోచన లేకుండా ఉద్యమాన్ని ఆపేశాడు గాంధీజీ. ఆనాడు ఉద్యమం ఆగకపోయి ఉంటే హింస దేశమంతా పాకి ఆ దెబ్బకు హడలిపోయి బ్రిటిష్ వారు దేశం విడిచిపోయేవారని, 1947 కంటే చాలా ఏండ్లు ముందే స్వతంత్రం వచ్చి ఉండేదని భావించిన వారున్నారు. బ్రిటిష్ పాలకులు ఉద్యమాన్ని ఉక్కుపాదంతో అణచివేసేవారని ఆ క్రమంలో ఎంతోమంది ప్రాణాలు కోల్పోయేవారని అనుకునేవారూ ఉన్నారు. హింస తప్పు అని తాను నమ్మిన సిద్ధాంతానికి కట్టుబడిన స్థితప్రజ్ఞుడు గాంధీ తాత. ఇద్దరు మనుషులు ఒకచోట ఉంటే, వారి మధ్య మూడు అభిప్రాయాలుండవచ్చు. అవి పరస్పరం విరుద్ధమైనవి కూడా కావచ్చు. కానీ, కొట్టుకోవటం వల్ల బలవంతుడు గెలవవచ్చు. కానీ, ఆ గెలుపు అతడి కండబలం గెలుపే గానీ బుద్ధిబలం గెలుపు కాదూ, కాజాలదు. మనిషి అంతరంగాన్ని ఏ చట్టమూ మార్చలేదు. నైతిక విలువలు బలంగా ఉన్నప్పుడే ప్రజా జీవితం ప్రజాస్వామ్యబద్ధంగా సాఫీగా ప్రవహించే నదీ ప్రవాహంలా సాగిపోతుంది. గాంధీ జయంతి నాడు మనం నేర్చుకోవాల్సిన పాఠం ఇది. అందరిలో తాను ఒకడిగా ఉన్నాడు. తనలో అందరూ ఉండాలనుకున్నాడు. సాధారణ జీవితం గడిపాడు. నేటి కాలానికి గాంధీ సరిపోదనే వారూ ఉన్నారు. ఏ సిద్ధాంతమూ అన్ని కాలాలకు అనుగుణంగా ఉండదు. కానీ, మనం ఏ విధంగా ఆ సిద్ధాంతాన్ని అన్వయించుకుంటామన్నది ప్రధానం. ఇస్తారిలో ఉన్న ఆహారంలో అంతా కాకపోయినా చాలావరకు తింటాం. సిద్ధాంతం కూడా అంతే. అయితే ఎంతవరకు అన్వయించుకుంటామన్నదే పెద్ద సవాల్. అందుకే ప్రజల విశ్వాసాన్ని గెలిచాడు. జాతి యావత్తును ఒక తాటిమీదకు తీసుకువచ్చాడు. క్విట్ ఇండియా నినాదాన్ని ఒక మహోద్యమంగా మలచగలిగాడు. 77 వసంతాల స్వతంత్ర మనుగడ సాగించిన తర్వాత నేడు మనకు కావలసింది క్విట్ ఇండియా ఉద్యమం. నేడు దేశాన్ని మతం పేరుతో, కులం పేరుతో ప్రాంతం పేరుతో, భాష పేరుతో, సంకుచిత రాజకీయాలతో 'విభజించి పాలించు' అనే సూత్రాన్ని విశ్వగురువులుగా చెలామణి అవుతున్న నాయకులూ తెరమీదకు తెస్తున్నారు. ప్రజలు కావాలనుకునేది ఒకటైతే నేతలు కోరుకునేది మరొకటి. ఆర్థికరంగంలో గాంధీజీ చెప్పిన విషయాలు కొన్ని నేటికీ ఆచరించదగినవే. ఉదాహరణకు చేనేత మన దేశానికి గొప్ప వారసత్వ సంపద. చీరను అగ్గిపెట్టెలో పెట్టేంత నైపుణ్యం కలిగినవారు మన నేతకారులు. సాలీనా ప్రతి ఒక్కరూ ఒక్క జతయినా సరే ఖద్దరు వస్త్రాలు ధరిస్తే మన వారసత్వ సంపదను కాపాడిన వారమవుతాం. అబద్ధం ఆడవద్దన్నాడు గాంధీజీ. ఆ మాటకు చివరిదాకా కట్టుబడి ఉన్నాడు కాబట్టే ఆయన మహాత్ముడైనాడు. మనం మహాత్ములమవ్వవలసిన పనిలేదు. అయ్యిందానికి, కానిదానికి అబద్ధాలు చెప్పటం అలవాటైంది సగటు మనిషికి. ఎందుకు? మనిషికి తీర్చుకునే సామర్థ్యానికి మించిన కోర్కెలు కలుగుతున్నవి. మన ఆశలు మన శక్తికి లోబడి ఉంటే ఏ సమస్యా ఉండదు. సమస్యంతా, ఆ పరిధి దాటితేనే.

కొబ్బరినీళ్లను ఎప్పుడో ఒకసారి కాదు రోజూ తాగాల్సిందే.. ఎందుకంటే..?

ఆరోగ్యంగా ఉండడం కోసం చాలా మంది కొబ్బరినీళ్లను సేవిస్తుంటారు. కొబ్బరి నీళ్లను సహజసిద్ధమైన స్పోర్ట్స్ డ్రింక్‌గా కూడా పిలుస్తారు. ఎందుకంటే ఈ నీళ్లలో ఎలక్ట్రోలైట్స్ ఉంటాయి. ఇవి శరీరానికి శక్తిని అందించి యాక్టివ్‌గా ఉండేలా చేస్తాయి. అయితే కొబ్బరినీళ్లను చాలా మంది కేవలం అనారోగ్య సమస్యలు ఉన్నప్పుడే తాగుతారు. కానీ వీటిని రోజూ తాగవచ్చని వైద్యులు చెబుతున్నారు. రోజూ ఒక గ్లాస్ కొబ్బరి నీళ్లను తాగితే ఎన్నో లాభాలు కలుగుతాయని అంటున్నారు. కొబ్బరి నీళ్లలో 95 శాతం నీరు ఉంటుంది. కనుక ఈ నీళ్లను సేవిస్తుంటే శరీరంలోని ద్రవాలు సమతుల్యంలో ఉంటాయి. డీహైడ్రేషన్ బారిన పడకుండా ఉంటారు. రోజంతా ఎండలో తిరిగే వారు ఉదయమే ఈ నీళ్లను తాగితే ఎంతో మేలు జరుగుతుంది.

జీర్ణ వ్యవస్థకు..

కొబ్బరి నీళ్లలో పొటాషియం, సోడియం, మెగ్నిషియం వంటి ఎలక్ట్రోలైట్స్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి మన శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. శరీరం హైడ్రేటెడ్‌గా ఉండేలా చేస్తాయి. వేడి వాతావరణంలో శరీరానికి చల్లదనం లభించేలా చేస్తాయి. దీని వల్ల శరీరంలోని వేడి తగ్గిపోతుంది. శరీరం కోల్పోయిన ద్రవాలను తిరిగి పొందవచ్చు. కొబ్బరి నీళ్లలో పొటాషియం అధికంగా ఉంటుంది. ఇది గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. బీపీ నియంత్రణలో ఉండేలా చేస్తుంది. దీని వల్ల హార్ట్ ఎటాక్ బారిన పడకుండా సురక్షితంగా ఉండవచ్చు. కొబ్బరి నీటిలో ఫైబర్ అధిక మొత్తంలో ఉంటుంది. ఇది జీర్ణ క్రియను మెరుగు పరుస్తుంది. మలబద్దకం తగ్గేలా చేస్తుంది. దీని వల్ల జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది.

కిడ్నీల ఆరోగ్యానికి..

కొబ్బరినీళ్లలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి ఆక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గిస్తాయి. దీని వల్ల వృద్ధాప్య ఛాయలు తగ్గుతాయి. యవ్వనంగా కనిపిస్తారు. చర్మం కాంతివంతంగా మారి మెరుస్తుంది. కిడ్నీలు ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు కూడా కొబ్బరి నీళ్లు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. అధ్యయనాలు చెబుతున్న ప్రకారం కొబ్బరి నీళ్లను సేవించడం వల్ల కిడ్నీల్లో క్యాల్షియం ఆగ్జలేట్ ఆధారిత స్టోన్స్ ఏర్పడకుండా చూసుకోవచ్చు. దీంతో కిడ్నీలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. కొబ్బరినీళ్లలో క్యాలరీలు, కొవ్వు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. కనుక ఈ నీళ్లను చక్కెర పానీయాలు లేదా సోడాలకు ప్రత్యామ్నాయంగా ఉపయోగించవచ్చు. దీని వల్ల సహజసిద్ధంగా తీపి తీసుకున్న భావన కలుగుతుంది. పైగా బరువు తగ్గించుకోవడం తేలికవుతుంది.

ఎంత మోతాదులో తాగాలి..?

కొబ్బరినీళ్లు సహజసిద్ధమైన డైయురెటిక్ లక్షణాలను కలిగి ఉంటాయి. అందువల్ల శరీరంలో పేరుకుపోయిన వ్యర్థాలను బయటకు పంపిస్తాయి. దీని వల్ల కిడ్నీలు, లివర్ శుభ్రంగా మారి ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. ఇలా కొబ్బరినీళ్లను తాగడం వల్ల ఎన్నో లాభాలను పొందవచ్చు. అయితే ఈ నీళ్లను రోజూ ఉదయం తాగితే మంచిదని వైద్యులు చెబుతున్నారు. రోజూ ఈ నీళ్లను ఒక గ్లాస్ మోతాదులో తాగవచ్చు. లేదా 1 నుంచి 2 కప్పులు తాగవచ్చు. డయాబెటిస్ ఉన్నవారు ఈ నీళ్లను రోజూ తాగకూడదు. కొబ్బరినీళ్లను రోజూ ఉదయం పరగడుపునే తాగాలి. లేదా మధ్యాహ్నం భోజనం అనంతరం ఒక గంట విరామం ఇచ్చి అయినా సేవించవచ్చు. ఇలా ఈ నీళ్లను రోజూ తాగడం వల్ల అనేక లాభాలను పొందవచ్చు.

పొద్దు తిరుగుడు విత్తనాలను అసలు ఎలా తినాలి..? ఏ సమయంలో తింటే మంచిది..? వీటితో కలిగే లాభాలు ఏమిటి..?

సాయంత్రం సమయంలో చాలా మంది చిరుతిళ్లను తినేందుకు ఆసక్తిని చూపిస్తుంటారు. బయట రహదారుల పక్కన బండ్లపై లేదా ఫుడ్ కోర్టులు వంటి వాటిల్లో సమోసాలు, బజ్జీలు, పునుగులతోపాటు బేకరీలలో వివిధ రకాల ఆహారాలను సాయంత్రం సమయంలో స్నాక్స్ లా తింటుంటారు. అయితే ఇవి మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో హాని చేస్తాయి. శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను పెంచుతాయి. డయాబెటిస్, గుండె జబ్బులు వచ్చేలా చేస్తాయి. కనుక ఈ ఆహారాలను తినకూడదు. సాయంత్రం సమయంలో ఆకలి అయితే ఆరోగ్యవంతమైన స్నాక్స్‌ను తినాల్సి ఉంటుంది. ఇవి ఆకలిని తీర్చడమే కాదు, మనకు పోషకాలను, ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తాయి. ఇక అలాంటి ఆరోగ్యవంతమైన స్నాక్స్‌లో పొద్దు తిరుగుడు విత్తనాలు కూడా ఒకటి. చాలా మంది వీటిని తినేందుకు అంతగా ఇష్టపడరు. కానీ ఇవి మనకు అనేక లాభాలను అందిస్తాయని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు.

హైబీపీ తగ్గేందుకు..

పొద్దు తిరుగుడు విత్తనాల్లో మోనో అన్‌శాచురేటెడ్, పాలీ అన్‌శాచురేటెడ్ కొవ్వులతోపాటు ఒమెగా 6 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు ఉంటాయి. ఇవి ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వుల జాబితాకు చెందుతాయి. అందువల్ల ఈ విత్తనాలను తింటే మెదడు పనితీరు మెరుగు పడుతుంది. కణాల నిర్మాణం సరిగ్గా జరుగుతుంది. అన్ని విధాలుగా ఆరోగ్యంగా ఉంటారు. ఈ కొవ్వులతోపాటు ఈ విత్తనాల్లో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు గుండెకు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. ఇవి మన శరీరంలోని కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను నియంత్రణలో ఉంచుతాయి. బీపీ తగ్గేలా చేస్తాయి. ఈ విత్తనాల్లో ఉండే మెగ్నిషియం గుండె వేగంగా కొట్టుకోవడాన్ని తగ్గిస్తుంది. దీంతో హైబీపీ ఉన్నవారికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. ఈ విత్తనాల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్ ఇ, ఫ్లేవనాయిడ్స్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి శరీర కణాలకు జరిగే నష్టాన్ని నివారిస్తాయి. ఫ్రీ ర్యాడికల్స్ ప్రభావాన్ని తగ్గిస్తాయి. దీని వల్ల శరీరంలో అంతర్గతంగా ఉండే వాపులు తగ్గుతాయి. దీంతో క్యాన్సర్, గుండె పోటు వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులు రాకుండా సురక్షితంగా ఉండవచ్చు.

డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి..

పొద్దు తిరుగుడు విత్తనాలను తినడం వల్ల షుగర్ లెవల్స్ నియంత్రణలో ఉంటాయి. ఈ విత్తనాల్లో ఉండే ఫైబర్, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వుల కారణంగా మనం తినే ఆహారాల్లో ఉండే పిండి పదార్థాలు రక్తంలో గ్లూకోజ్‌గా నెమ్మదిగా మారుతాయి. దీని వల్ల షుగర్ లెవల్స్ అమాంతం పెరగకుండా ఉంటాయి. డయాబెటిస్ నియంత్రణలో ఉంటుంది. ఈ విత్తనాల్లో జింక్, సెలీనియం, విటమిన్ ఇ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి రోగ నిరోధక వ్యవస్థను పటిష్టం చేస్తాయి. దీని వల్ల శరీరం ఇన్ఫెక్షన్లు, వ్యాధులకు వ్యతిరేకంగా పోరాటం చేస్తుంది. రోగాలు రాకుండా ఉంటాయి. ఈ విత్తనాల్లో ఉండే ఫైబర్ జీర్ణక్రియను మెరుగు పరుస్తుంది. మలబద్దకం తగ్గేలా చేస్తుంది. ఈ విత్తనాల్లో వృక్ష సంబంధ ప్రోటీన్లు అధికంగా ఉంటాయి. కనుక నాన్ వెజ్ తినని వారికి ఈ విత్తనాలను చక్కని ఆహారంగా చెప్పవచ్చు. ఈ విత్తనాలను తింటే ప్రోటీన్లు లభించి శరీరానికి శక్తి అందుతుంది. ఉత్సాహంగా ఉంటారు. యాక్టివ్‌గా పనిచేస్తారు. బద్దకం పోతుంది. నీరసం, అలసట తగ్గిపోతాయి.

ఎలా తినాలి..?

గుప్పెడు పొద్దు తిరుగుడు విత్తనాలను తింటే సుమారుగా 165 క్యాలరీల శక్తి లభిస్తుంది. ప్రోటీన్లు 5.5 గ్రాములు, కొవ్వులు 14.4 గ్రాములు, పిండి పదార్థాలు 6.5 గ్రాములు, ఫైబర్ 3 గ్రాములు ఉంటాయి. అలాగే విటమిన్ ఇ, మెగ్నిషియం, సెలీనియం, జింక్, కాపర్ కూడా ఈ విత్తనాల్లో అధిక మొత్తాల్లో ఉంటాయి. పొద్దు తిరుగుడు విత్తనాలను గుప్పెడు మోతాదులో తినవచ్చు. అధికంగా తింటే వికారం, వాంతికి వచ్చినట్లు అనిపించడం, పొట్టలో అసౌకర్యంగా ఉండడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. ఈ విత్తనాలను నేరుగా తింటే వికారంగా అనిపిస్తుంది. కనుక పెనంపై కాస్త వేయించి తింటే మంచిది. పొద్దు తిరుగుడు విత్తనాలను సాయంత్రం సమయంలో స్నాక్స్‌లా తినవచ్చు. లేదా రాత్రి నిద్రకు ముందు తినవచ్చు. ఉదయం వ్యాయామం చేసిన తరువాత కూడా తినవచ్చు. ఇలా ఈ విత్తనాలను రోజూ తింటుంటే అనేక లాభాలను పొందవచ్చు.

పచ్చని గడ్డపై విలీనం చిచ్చు.. ఆంధ్ర పాలకుల కథబీ తెలంగాణ వ్యథ-14

ఈ ప్రాంత నాటి ముఖ్యమంత్రి కూడా మాటమార్చడంతో తెలంగాణ అంతటా నిరసనలు మొదలయ్యాయి. హైదరాబాద్ ప్రదేశ్ కాంగ్రెస్ సమావేశంలో మొత్తం 105 మంది ప్రతినిధులు ఉండగా, వారిలో 73 మంది ప్రత్యేక తెలంగాణ రాష్ట్ర ఏర్పాటును కోరుతూ ఫజల్ అలీ కమిషన్ నివేదికను ఆమోదించారు. ఆ సమావేశంలో ప్రత్యేక తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని కోరుతూ మర్రి చెన్నారెడ్డి తీర్మానం చేయగా, విశాలాంధ్ర కావాలని వి.వి.రాజు తీర్మానం ప్రవేశపెట్టారు. ప్రత్యేక తెలంగాణ కోసం జె.వి.నర్సింగరావు వాదించారు. 'అత్యధిక తెలంగాణ ప్రజలు, కాంగ్రెస్ కమిటీల్లో 90 శాతం, ముస్లింలు, కార్మికులు, వెనుకబడిన వర్గాలు తెలంగాణ ప్రత్యేక రాష్ట్రంగా ఉండాలని కోరుకుంటున్నాయి. కమిషన్ నివేదిక శాస్త్రీయంగా ఉంది. మన ముఖ్యమంత్రి చేసిన విలీన ప్రకటన ప్రజలను పెడదోవ పట్టించేదిగా ఉంది. మన రాష్ట్రానికి ఖర్చులు పోను రూ.1.8 కోట్ల మిగులు నిధులుంటాయి. ఎందుకు మనకీ విలీనం?' అంటూ ఆయన చాలా ఆవేశంగా మాట్లాడారు. అప్పటి వ్యవసాయ మంత్రి మర్రి చెన్నారెడ్డి కూడా చాలా శాస్త్రీయంగా మాట్లాడారు. తెలుగు రాష్ట్రాలు రెండుగా, విడిగానే ఉండాలని, తెలంగాణ ప్రజలందరి కోరిక కూడా ప్రత్యేక రాష్ట్రమేనని, చిన్న రాష్ట్రాల్లోనే పరిపాలన కట్టుదిట్టంగా జరుగుతుందని ఆయన గట్టిగా వాదించారు. ముఖ్యమంత్రి తీరుకు వ్యతిరేకంగా వరంగల్‌లో మొట్టమొదటి హర్తాళ్ జరిగింది. 'విశాలాంధ్ర వద్దు, తెలంగాణ ముద్దు' అనే నినాదంతో విద్యార్థులు ఊరేగింపు తీశారు. (ఆంధ్ర పత్రిక, 2-11-1955). టీబీ హాస్పిటల్ ప్రారంభోత్సవం కోసం వరంగల్ వెళ్లిన నాటి ముఖ్యమంత్రికి ప్రజల నుంచి ఘాటు నిరసన ప్రదర్శనలు ఎదురయ్యాయి. 'మీ కోరిక కేంద్రప్రభుత్వానికి చెప్తా' అని తప్పించుకున్నాడాయన. (ఆంధ్ర పత్రిక, 3-11-1955). హైదరాబాద్‌లో 300 మంది నల్లజెండాలతో ఊరేగింపు జరిపారు. ఆయన కారు మీద రాళ్లు రువ్వి సభావేదికను కూలగొట్టగా, పోలీసులు లాఠీచార్జి జరిపారు. (గోలకొండ పత్రిక, 6-11-1955). తెలంగాణ ప్రత్యేక రాష్ట్రంగా ఉండాలని సికింద్రాబాద్ వర్తకులు తీర్మానం పంపారు. (గోలకొండ పత్రిక, 8-11-1955). విశాలాంధ్రకు నిజాం అనుకూలంగా ఉన్నారని ఆంధ్ర పత్రిక, ఆంధ్ర నాయకులు చేస్తున్న తప్పుడు ప్రచారాన్ని రాజ్‌భవన్ ఖండించింది. ఇటువంటి అవకాశం లేనే లేదు. (గోలకొండ పత్రిక, 8-11-1955). కరీంనగర్ కాంగ్రెస్ కార్యవర్గం 'విశాలాంధ్ర' నినాదాన్ని తెలంగాణ ప్రజలు తిరస్కరించారు. ప్రత్యేక తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పడాలన్నదే ప్రజల కోరిక (గోలకొండ పత్రిక, 8-11-1955). విశాలాంధ్ర తీర్మానం తెలంగాణ ప్రజల అభీష్టానికి వ్యతిరేకమని, యావత్ తెలంగాణ ప్రత్యేక రాష్ట్రాన్నే కోరుతోందని తెలంగాణ విద్యార్థి ఫ్రంట్ కార్యాచరణ సమితి ప్రకటించింది. (గోలకొండ పత్రిక, 10-11-1955). హైదరాబాద్ కార్పొరేషన్‌లోని 82 మంది సభ్యులు ప్రత్యేక తెలంగాణ కోసం ఏకగ్రీవ తీర్మానం చేశారు. (గోలకొండ పత్రిక, 10-11-1955). పెరికె, విశ్వకర్మ, వర్తక, గుమస్తా, ము న్నూరుకాపు, గౌడ, వెనుకబడిన తరగతులు మొదలైన సంఘాలు ప్రత్యేక తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని కోరుతూ నెహ్రూకు టెలిగ్రామ్‌లు పంపాయి. అన్ని పట్టణాల్లో విద్యార్థులు, స్థానిక వ్యాపారులు, కార్మికులు, బార్ అసోసియేషన్ సభ్యులు- ఎవరికి తోచిన రీతిలో వారు ప్రత్యేక రాష్ట్రం కోసం నినదించారు, విలీనాన్ని నిరసించారు.

'జాతీయ కార్యవర్గం కమిషన్ సూచన ప్రకా రం 1961 దాకా ఆగని పక్షంలో హైదరాబాద్-తెలంగాణ మెజారిటీ ఎమ్మెల్యేలు కోరినట్టు రెండు రాష్ట్రాలుగా ఏర్పరచాలి. తెలంగాణ ప్రజలు, మెజారిటీ రాజకీయ నాయకులు విశాలాంధ్రకు ఎట్టి పరిస్థితుల్లో ఒప్పుకోరు. 90 శాతం ప్రజలు ప్రత్యేక రాష్ట్రాన్నే కోరుతున్నారు. కాబట్టి, దీనికి విరుద్ధంగా భారత ప్రభుత్వం గాని, కాంగ్రెస్ హైకమాండ్ గాని పోవడం వాంఛనీయం కాదు. ఎం దుకంటే, విశాలాంధ్ర వాదుల పిచ్చివాగుడు వల్ల తెలంగాణ ప్రజల్లో ఉద్రేకాలు పెరిగిపోయాయి. ఇప్పుడు విలీనమైతే ఈ వైరుధ్యం పెరిగి శాశ్వతం గా నిలిచిపోగలదు' - గోలకొండ, (11-11-1955). ప్రత్యేక తెలంగాణ కోసం సికింద్రాబాద్ న్యాయవాదులు కేంద్రానికి విజ్ఞప్తి చేశారు. కరీంనగర్, హన్మకొండ విద్యార్థులంతా పెద్ద పెద్ద ఊరేగింపులు తీశారు. తర్వాత సమావేశాలు జరిపారు. (గోలకొండ పత్రిక, 12-11-1955). 'నేను విశాలాంధ్ర నిర్మాణాన్ని విశ్వసించేవాడినైనా, కమిషన్ నివేదికలో గౌరవనీయ సభ్యులు సూచించినట్టుగా అవసరమైన సరిహద్దుల మార్పులతో సిఫారసులను అనుసరించడం మంచిది' అని పద్మభూషణ్ పురస్కార గ్రహీత మాడపాటి హనుమంతరావు అన్నారు. 'హైదరాబాద్ కాంగ్రెస్ కమిటీలో 78 శాతం సభ్యులు తెలంగాణ కోరుతున్నారు. కాబట్టి, వెంటనే ప్రత్యేక తెలంగాణ ఏర్పాటు చేయాలి' అని హైదరాబాద్ పీసీసీ అధ్యక్షుడు జె.వి.నర్సింగరావు పేర్కొన్నారు. తెలంగాణను ప్రత్యేక రాష్ట్రంగా ఏర్పాటు చేయాలని జె.వి.నర్సింగరావు, కె.వి.రంగారెడ్డి హైకమాండ్‌కు స్పష్టం చేశారు. (గోలకొండ పత్రిక, 12-11-1955). విశాలాంధ్ర ఏర్పాటు చేయాలని కాంగ్రెస్ వర్కింగ్ కమిటీ నిర్ణయించడంతో ఉన్నతస్థాయి కమిటీని ఏర్పాటు చేశారు. (ఆంధ్ర పత్రిక, 10-11-1955). కమి టీ సమావేశంలో తెలంగాణ తరపున జేవీ నర్సింగరావు, కె.వి.రంగారెడ్డి ఎంతగానో వాదించారు. కానీ, బూర్గుల రామకృష్ణారావు విశాలాంధ్ర వైపు మొగ్గుచూపడంతో విశాలాంధ్ర ఏర్పాటుకు 1955 నవంబర్ 10న కమిటీ తీర్మానం చేసింది. తెలంగాణ ప్రాంతమంతా నిరసనల హోరుతో నిండిపోయింది. 'చేతులు కాలాక ఆకులు పట్టుకున్నట్టు'.. ప్రత్యేక తెలంగాణ ఏర్పాటు ఎవరికీ నష్టం కలిగించదని, ఆంధ్రులకి ప్రత్యేక రాష్ట్రం ఉంది కాబట్టి, తెలంగాణ ప్రత్యేక రాష్ట్రంగా ఉంటేనే రెండు ప్రాంతాల ప్రజల మధ్య స్నేహభావం ఉంటుందని 1956 ఫిబ్రవరిలో బూర్గుల ఉపయోగం లేని ప్రకటన చేశాడు. దొంగ లు పడ్డ ఆర్నెళ్లకు కుక్కలు మొరిగినట్టుంది ఇది. 'తల్లికి అన్నం పెట్టనివాడు పినతల్లికి బంగారు గాజులు చేయిస్తానన్నట్టు.. తెలంగాణ ప్రజలకు ఏ లోటూ రానివ్వబోమని ఆంధ్ర రాజకీయ నాయకులు తెగ పొంకణాలు కొట్టారు.

మచ్చుకొక్కటి.. 'విశాలాంధ్రలో తెలంగాణకు ఏవో కష్టనష్టాలు సంభవిస్తాయని అనుమానాలు, భయాలు పెట్టుకోవద్దు. తెలంగాణ ప్రజల అభివృద్ధి విషయంలో ఏ విధమైన అశ్రద్ధ ఉండదు.' %-% ఆంధ్ర కాంగ్రెస్ కమిటీ. ఆంధ్ర రాజకీయ నాయకులు ఇంకా ఎంతో మాట్లాడారు. ఎన్నో ప్రమాణాలు చేశారు. అయితే, తెలంగాణవారు రెండు విషయాల్లో అవగాహన లేక బోల్తాపడ్డారు. 1. తుఫాన్‌లాగా వచ్చి మీదపడిన విశాలాంధ్రలో ఆంధ్ర, రాయలసీమ ప్రాంతాల సభ్యుల సంఖ్య (140) తమ తెలంగాణ సభ్యుల (105) కంటే ఎక్కువ ఉంటుందని, శాసనసభలో తమ మాట చెల్లదని తెలంగాణవారు గ్రహించలేదు. 2. ఇష్టం లేకనో, చేతకాకనో తమ ప్రాంతాన్ని మూడేండ్లలో ఏమీ అభివృద్ధి చేసుకోలేని శుంఠలు తెలంగాణకి ఏం చేస్తారని ఆ భారాన్ని మీదేసుకుంటున్నారనే విషయాన్ని తెలుసుకోలేకపోయారు. తెలంగాణ నిజమైన దురదృష్టం ఏమిటంటే.. ఆ సమయంలో బాబా సాహెబ్ అంబేద్కర్ క్రియాశీల రాజకీయాల్లో లేకపోవడం. 1951 సెప్టెంబర్‌లో ఆయన నెహ్రూ మంత్రివర్గం నుంచి తప్పుకొన్నారు. మహామేధావి అయిన వారు గనుక ఆ ప్రక్రియలో పాల్గొని ఉంటే తెలంగాణకు ఇంతటి నష్టం జరిగేది కాదు. అయితే, వారి అభిప్రాయాలు కొన్నింటిని చాలా స్పష్టంగా వెల్లడించారు. 1. భాషా ప్రాతిపదికన రాష్ట్రాలను విభజించడం దేశానికే ప్రమాదకరం. పైగా దీనివల్ల ప్రజల్లో భాషా దురభిమానం ప్రబలుతుంది. 2. ఒక రాష్ట్రంలో పలు భాషలవారు ఉండవచ్చు. ఒకే భాషవారు పలు రాష్ట్రాలుగా ఉండవచ్చు. అంతేతప్ప ఒక రాష్ట్రానికి ఒకే భాష గాని, ఒకే భాష మాట్లాడే వారందరికీ ఒకే రాష్ట్రం గాని ఉండకూడదు. 3. దేశంలో అతిపెద్ద, అతి చిన్న రాష్ట్రాలు ఉండకూడదు. కొన్ని అంశాల ఆధారంగా వాటిని సమంగా విభజించాలి. అలా కాని పక్షంలో పెద్ద రాష్ట్రాలు చిన్న రాష్ట్రాల మీద పెత్తనం చెలాయించే ప్రమాదముంది. బీహార్, మధ్యప్రదేశ్, ఉత్తరప్రదేశ్ వంటి రాష్ట్రాలు రెండు, లేక మూడు రాష్ట్రాలుగా ఉంటే పరిపాలన సులభమవుతుంది. ఇవి కొన్నిమాత్రమే ఇంకా చాలా ఉన్నాయి. అయితే, రెండు ప్రాంతాల విలీనంలో ఈ ప్రధానమైన అంశాలను లెక్క చేయలేదు నెహ్రూ! బాబా సాహెబ్ చెప్పిన ఏ అంశాన్ని తీసుకున్నా తెలంగాణను ఆంధ్రలో కలపడం దుర్మార్గం. ఒక స్వయంప్రతిపత్తి గల సస్యశ్యామల ప్రాంతాన్ని.. ఆర్థికంగా చతికిలబడి, రాష్ట్రాన్ని ఎలా అభివృద్ధి చేయాలన్న తెలివి, పట్టుదల లేని నాయకుల స్వార్థపూరిత రాజకీయాలకు, ధన దాహానికి బలిచేస్తూ విలీన ప్రకటన చేశాడు నెహ్రూ.

నా మాట వినకపోతే అంతా నరకమే..హమాస్‌కు ట్రంప్ హెచ్చరిక

వాషింగ్టన్, అక్టోబర్ 3: గత రెండేండ్లుగా ఇజ్రాయెల్-హమాస్ మధ్య జరుగుతున్న పోరుపై విసిగివేసారిన అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ గాజాలోని హమాస్ సంస్థకు డెడ్‌లైన్ విధిస్తూ తీవ్ర హెచ్చరిక జారీ చేశారు. తాను ప్రతిపాదించిన గాజా శాంతి ప్రణాళికను ఆదివారం సాయంత్రం లోగా అంగీకరించకపోతే 'అంతా నరకమే' చవిచూడాల్సి వస్తుందని తీవ్రంగా హెచ్చరించారు. 'వాషింగ్టన్ డీసీ సమయం ఆదివారం సాయంత్రం ఆరు గంటల లోగా హమాస్‌తో ఒప్పందం జరిగిపోవాలి. ప్రతి దేశం దానిపై సంతకం చేయాలి. ఈ ఆఖరి ఒప్పందం కుదరకపోతే ఇంతకు ముందు ఎవరూ చూడని విధంగా నరకం అంతా హమాస్‌పై విరుచుకుపడుతుంది' అని ట్రంప్ తన ట్రూత్ సోషల్‌లో పేర్కొన్నారు. కాగా ఈ వారం ప్రారంభంలో యుద్ధ విరమణకు సంబంధించిన ఒక ప్రణాళికను ఇజ్రాయెల్ ప్రధాని బెంజమిన్ నెతన్యాహుతో కలిసి ట్రంప్ ఆవిష్కరించారు. ట్రంప్ చేసిన ప్రతిపాదనను తాము పరిశీలిస్తున్నామని హమాస్ మంగళవారం ప్రకటించింది.

మీ ముక్కు ఆకారం ఇలా ఉందా?

మీరు ఎలాంటి వారో చెప్పేయవచ్చు!

%ావతీంశీఖుశ్రీఱఎ ఎవర్%: ముక్కు రంధ్రాల మధ్య దూరం, ముక్కు ఎత్తు, ముక్కు పొడవు, ముక్కు కొన పొడుచుకు వచ్చిన స్థాయి, ముక్కు రంధ్రాల ప్రాంతం, ముక్కు బాహ్య ప్రాంతాన్ని పరిశీలిస్తారు. కొందరికి శరీరంలోని భాగాలను ఆకట్టుకునేలా ఉంటాయి. కళ్లు, హెయిర్, ముక్కు వంటివి..మన ముక్కుల ఆకారానికి, మన జన్యు చరిత్రకు మధ్య ఉన్న సంబంధాన్ని అధ్యయనం చేయడానికి యుగయుగాలుగా అనేక అధ్యయనాలు, పరిశోధనలు జరిగాయి. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న శాస్త్రవేత్తలు విభిన్న జాతులు, వాతావరణ మండలాల నుండి వచ్చిన వ్యక్తుల 3%ఱ% స్కాన్‌లను అధ్యయనం చేసి ముక్కు ఆకారాల రకాలను అర్థం చేసుకున్నారు. నిపుణులు ముక్కు రంధ్రాల వెడల్పు, ముక్కు రంధ్రాల మధ్య దూరం, ముక్కు ఎత్తు, ముక్కు పొడవు, ముక్కు కొన పొడుచుకు వచ్చిన స్థాయి, ముక్కు రంధ్రాల ప్రాంతం, ముక్కు బాహ్య ప్రాంతాన్ని పరిశీలిస్తారు. కొందరికి శరీరంలోని భాగాలను ఆకట్టుకునేలా ఉంటాయి. కళ్లు, హెయిర్, ముక్కు వంటివి. శరీర భాగాల నిర్మాణాన్ని బట్టి వారు ఎలాంటి వారే చెప్పేస్తుంటారు. ఇక ప్రతి మనిషికి ముక్కు అనేది ఒక మాయాజాలం అలాంటిది. అతని వ్యక్తిత్వం గురించి చాలా చెప్పవచ్చు.ఈ నివేదికలో ఒక వ్యక్తి ముక్కు ఆధారంగా ఎలాంటి వ్యక్తిత్వం ఉందో తెలుసుకుందాం?ఒక్కొక్కరికి రకరకాల అలవాట్లు ఉంటాయి. అలాగే వారి మనసత్వం కూడా రకరకాలుగా ఉంటుంది. వారి స్వభావం ఆధారంగా వారందరినీ మనం గుర్తించవచ్చు. ఎవరు ఏ విధంగా మాట్లాడుతారు.. ఎలాంటి స్వభావం ఉంటుందనేది ప్రతి ఒక్కరిని అంచనా వేయవచ్చు. సాధారణంగా మనం ఒక వ్యక్తి వ్యక్తిత్వాన్ని అతని స్వభావం ఆధారంగా విశ్లేషించడానికి ప్రయత్నిస్తాము. వారి మాట్లాడే విధాన్ని బట్టి వారి గురించి చెప్పేయవచ్చు. వారి ప్రవర్తనను బట్టి సులభంగా అర్థం చేసుకోవచ్చు. ఒక వ్యక్తి ముక్కు ఆకారం అతని మనస్సులోని లోతైన రహస్యాలను తెలుసుకోవచ్చంటున్నారు నిపుణులు.ముక్కు ఆకారం ఆధారంగా వ్యక్తిత్వం గుర్తించవచ్చు:ఎలాంటి వ్యక్తి అతని హృదయంలో ఎలాంటి రహస్యం దాగి ఉందో తెలుసుకోవాలనుకుంటే ముందుగా అతని ముక్కు ఆకారాన్ని చూసి మాట్లాడకుండానే మనం అతని గురించి తెలుసుకోవచ్చంటున్నారు. వ్యక్తి స్వభావంతో పాటు ఒక వ్యక్తి శరీర భాగాల నిర్మాణం కూడా అతని గురించి చాలా చెబుతుంది.నిటారుగా ఉండే ముక్కు:కొంతమందికి ముక్కు నిటారుగా ఉంటుంది. వారి ముక్కును బట్టి వారి వ్యక్తిత్వాన్ని అంచనా వేయవచ్చు. ముక్కు దిగువ భాగం క్రిందికి వంగి ఉంటుంది. అలాంటి వ్యక్తులు సహజంగా చాలా ఆసక్తిగా ఉంటారట. ఎల్లప్పుడూ కొత్త విషయాలు నేర్చుకోవడానికి, కొత్త పనులు చేయడానికి ఇష్టపడతారట. అంతే కాదు వారు మంచి మాటకారి. వాళ్లు మాట్లాడే విధానం అందరిని ఆకట్టుకునేలా ఉంటుంది. వారి మాటతీరును బట్టి ఆకర్షితులవుతారు.ముక్కు పదునుగా ఉండటం:కొంత మంది ముక్కు పొడవు ఉండకుండా నిటారుగా ఉంటుంది. కానీ ముక్కు ముందుభాగంలో కొంత పదునుగా ఉంటుంది. ఇలాంటి ముక్కు ఉన్న వ్యక్తులు మంచి వ్యక్తిత్వాన్ని కలిగి ఉంటారని నిపుణులు చెబుతున్నారు. వివేకవంతమైన గుణం కలిగి ఉంటారట. ఇలాంటి వారు ఏది చేసినా ప్లాన్ ప్రకారం చేస్తూ ముందుకు సాగుతారు. ఇలాంటి ముక్కు ఉన్న వారు మంచి లక్షణాలు కలిగి ఉండడమే కాకుండా నిజాయితీగా ఉంటారు.పక్షి లాంటి ముక్కు: కొంతమందికి ముక్కు పక్షి ముక్కు ఆకాలంలో ఉంటుంది. అలాంటి వారు చాలా తెలివైన వారు. మంచి వ్యక్తిత్వాన్ని కలిగి ఉంటారు. వారు ఏదైనా రిస్క్ తీసుకోవాలంటే దూరంగానే ఉంటారు. ఏదైనా పని చేయలంటే సులభంగా చేసేందుకు ఇష్టపడతారట. మంచి గుణం కలిగి ఉంటుంది. భక్తి భావన ఎక్కువగా ఉంటుంది. వారి తెలివి తేటలు, ఆలోచనలు చాలా భిన్నంగా ఉంటాయి.పదునైన ముక్కు:కొంత మందికి ముక్కు పదునుగా ఉంటుంది. అలాంటి వ్యక్తులు మంచి పద్ధతులు కలిగి ఉంటారట. తమ పనులన్ని కూడా స్వయంగా చేసుకునేందుకు ఇష్టపడతారు. వారి నాయకత్వ నైపుణ్యాలు అసాధారణమైనవి. వారికి ఎవరైనా మోసం చేసినట్లయితే ఎట్టి పరిస్థితుల్లో సహించరు. వారిని మోసం చేసిన వారిని అస్సలు క్షమించరు.(నోట్: ఇందులోని అంశాలు ప్రజల విశ్వాసాలు, ఇతర సోషల్ మీడియా, వెబ్‌సైట్ల ద్వారా అందించనవి మాత్రమే. ఎవరి నమ్మకాలు వారివి.)మరిన్ని లైఫ్ స్టైల్ వార్తల కోసం ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి

చిన్న చిన్న ఆకులు..

ఇవేం చేస్తాయ్ అనుకునేరు..

వందలాది వ్యాధులకు మొనగాడి మెడిసిన్

ప్రస్తుత కాలంలో ఎన్నో అనారోగ్య సమస్యలు వెంటాడుతున్నాయి.. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకునేందుకు మంచి ఆహారాన్ని తీసుకోవడం, అలాగే.. ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని అవలంభించడం ముఖ్యం.. అయితే.. అలాంటి మంచి ఆహారాల్లో మన పెరట్లో పెరిగే మునగ ఒకటి.. మునగ చెట్టును ఇంటి ముందు.. చిన్న స్థలంలో కూడా సులభంగా పెంచుకోవచ్చు.. మునగ కాయ మాత్రమే కాదు.. దాని ఆకులు కూడా తినడానికి చాలా రుచికరంగా ఉంటాయి ప్రస్తుత కాలంలో ఎన్నో అనారోగ్య సమస్యలు వెంటాడుతున్నాయి.. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకునేందుకు మంచి ఆహారాన్ని తీసుకోవడం, అలాగే.. ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని అవలంభించడం ముఖ్యం.. అయితే.. అలాంటి మంచి ఆహారాల్లో మన పెరట్లో పెరిగే మునగ ఒకటి.. మునగ చెట్టును ఇంటి ముందు.. చిన్న స్థలంలో కూడా సులభంగా పెంచుకోవచ్చు.. మునగ కాయ మాత్రమే కాదు.. దాని ఆకులు కూడా తినడానికి చాలా రుచికరంగా ఉంటాయి. మునగ కాయతోపాటు.. మునగ ఆకుల్లో ఎన్నో పోషకాలు దాగున్నాయి.. ముఖ్యంగా మునగ ఆకుల్లో యాంటీఆక్సిడెంట్లు, క్లోరోఫిల్, విటమిన్ సి, ప్రోటీన్, కాల్షియం మొదలైన శరీరానికి అవసరమైన అనేక పోషకాలతో సమృద్ధిగా ఉంటాయి.. అందుకే.. ఈ ఆకులను పోషకాల నిధిగా పేర్కొంటారు..మునగాకు అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కలిగి ఉంది. ఇది విటమిన్లు, ఖనిజాలు.. యాంటీఆక్సిడెంట్ల మంచి వనరు. మునగాకు రక్తపోటును నియంత్రించడంలో, రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో, జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుందని.. ఇంకా, ఇది నొప్పిని తగ్గించడానికి, చర్మం.. జుట్టును సంరక్షించడానికి కూడా ఉపయోగపడుతుందని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు.ఇలా.. అనేక పోషకాలతో నిండిన మునగాకులను మన రోజువారీ ఆహారంలో చేర్చుకోవడం వల్ల మధుమేహం, అధిక బిపి, గుండె జబ్బులు, కంటి సమస్యలు, ఆర్థరైటిస్ వంటి ఆరోగ్య సమస్యల నుండి మనల్ని దూరంగా ఉంచవచ్చని చెబుతున్నారు. అయితే.. మునగాకు ప్రధానంగా ఏ తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యల నుండి మనల్ని దూరంగా ఉంచుతుందో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం..డయాబెటిస్:మునగాకులను డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి దేవుడిచ్చిన వరంలా భావిస్తారు. దీని యాంటీ-డయాబెటిక్ లక్షణాలు శరీరంలో రక్తంలో చక్కెరను తగ్గించడంలో.. చక్కెరను నియంత్రణలో ఉంచడంలో ప్రభావవంతమైన సహజ ఔషధంగా పనిచేస్తాయి.అధిక రక్తపోటు:మునగాకుల్లో పొటాషియం పుష్కలంగా లభిస్తుంది. ఇది రక్త నాళాలు సరిగ్గా పనిచేయడానికి సహాయపడటం ద్వారా అధిక రక్తపోటును నియంత్రించడంలో ప్రయోజనకరంగా ఉంటుందని నిరూపించబడింది.క్యాన్సర్ వంటి తీవ్ర వ్యాధులను నియంత్రిస్తుంది:పాలకూరలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు, జింక్, విటమిన్ సి వంటి ముఖ్యమైన పోషకాలు ఉన్న మునగాకును తినడం వల్ల క్యాన్సర్ వంటి తీవ్రమైన వ్యాధులను నివారించవచ్చు. క్యాన్సర్ రోగులు దీనిని తినడం ద్వారా క్యాన్సర్ కణాలతో సమర్థవంతంగా పోరాడవచ్చు.జీర్ణవ్యవస్థ బాగుంటుంది:మునగాకులో ఫైబర్ అధికంగా ఉండటం వల్ల, దాని వినియోగం జీర్ణవ్యవస్థ పనితీరును మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది పొట్టలో పుండ్లు, అజీర్ణం, మలబద్ధకం వంటి సమస్యల

ముఖం లేదా చెట్టు ఈ చిత్రంలో మీరు చూసిందే

మీ వ్యక్తిత్వం..తార్కిక వ్యక్తా లేదా భావోద్వేగ వ్యక్తా తెలుసుకోండి..

ఆప్టికల్ ఇల్యూషన్ చిత్రాలు మెదడుకు పని కల్పించే, తెలివితేటలను పరీక్షించే సరదా ఆట మాత్రమే కాదు. మన వ్యక్తిత్వాన్ని వెల్లడించే ఒక రకమైన వ్యక్తిత్వ పరీక్ష కూడా. ఆప్టికల్ ఇల్యూషన్ పర్సనాలిటీ టెస్ట్‌కు సంబంధించిన అనేక చిత్రాలు సోషల్ మీడియాలో చక్కర్లు కొడుతున్నాయి. ప్రస్తుతం వైరల్ అవుతున్న ఒక చిత్రం ఇక్కడ ఉంది. ఈ చిత్రంలో మీరు ముఖం లేదా చెట్టును చూస్తున్నారో దాని ఆధారంగా మీరు భావోద్వేగానికి లోనయ్యే వ్యక్తి కాదా అనేది తెలుసుకోండి..సంఖ్యాశాస్త్రం, జ్యోతిష్యం మాత్రమే కాదు ఆప్టికల్ ఇల్యూషన్ పిక్చర్స్, సాముద్రిక శాస్త్రం, ముక్కు ఆకారం, పాదాల ఆకారం, శరీర ఆకారం వంటి వివిధ వ్యక్తిత్వ పరీక్షలు కూడా మనిషి జీవితాన్ని, రహస్య వ్యక్తిత్వాన్ని అర్థం చేసుకోవడానికి మీకు సహాయపడతాయి. మీరు కూడా అలాంటి వ్యక్తిత్వ పరీక్షల ద్వారా అంతర్ముఖత్వం, బహిర్ముఖత్వం, కోపం, ప్రశాంతత మొదలైన మీ రహస్య లక్షణాలను తెలుసుకోవచ్చు. అదేవిధంగా నేటి వ్యక్తిత్వ పరీక్షలో భాగంగా వైరల్ అవుతున్న ఆప్టికల్ ఇల్యూషన్ పిక్చర్ ఆధారం మీరు ఎటువంటి వారో తెలుసుకోవచ్చు. ఇందులో చెట్టు లేదా ముఖం ఆధారంగా మీరు సహజమైన వ్యక్తినా లేదా భావోద్వేగ వ్యక్తినా అనేది తెలుసుకోండి..ఈ చిత్రం మీ గురించి మీకు తెలియజేస్తుంది వైరల్‌గా మారిన ఈ ప్రత్యేకమైన ఆప్టికల్ ఇల్యూషన్ ఫోటోలో రెండు అంశాలు ఉన్నాయి. అందులో ఒక చెట్టు, ఒకటి మనిషి ముఖం. మీరు ఈ చిత్రంలో మొదట దేనిని చూస్తారో అదే మీ వ్యక్విత్వం.. అంటే మీరు మొదట చూసిన చిత్రం ద్వారా మీరు తార్కిక వ్యక్తినా లేదా భావోద్వేగ వ్యక్తినా అనేది తెలియజేస్తుంది.చెట్టు: ఈ చిత్రంలో మీరు మొదట చెట్టును చూసినట్లయితే.. మీరు ప్రతి చిన్న విషయంపైన శ్రద్ధ చూపే వ్యక్తి. అంతేకాదు మీరు వాస్తవంలో జీవించే తార్కిక వ్యక్తి అని అర్థం. మీరు భావోద్వేగాల కంటే వాస్తవాలకు ఎక్కువ ప్రాముఖ్యత ఇస్తారు. ఈ మనస్తత్వం సాంకేతిక, విశ్లేషణాత్మక, ఆచరణాత్మక వాతావరణాలలో బాగా పనిచేయడానికి మీకు సహాయపడుతుంది. వీరు అన్ని విషయాలలో సత్యానికి విలువ ఇస్తారు. మీరు చెప్పే హేతుబద్ధమైన సలహా కారణంగా ఇతరుల దృష్టిలో నమ్మదగిన వ్యక్తిగా కనిపిస్తారు.ముఖం: ఈ ప్రత్యేకమైన ఆప్టికల్ భ్రమ చిత్రంలో

మీరు మొదట ఒక ముఖాన్ని చూస్తే.. మీరు భావోద్వేగ వ్యక్తి అని అర్థం. వీరు ఇతరుల భావాలకు విలువ ఇస్తారు. వీరు సమస్యలను ఎలా పరిష్కరిస్తారో, ఆలోచనలను ఎలా కమ్యూనికేట్ చేస్తారో లేదా ఇతరులను ఎలా అర్థం చేసుకుంటారో అనే విషయంపై సృజనాత్మకత ప్రధాన పాత్ర పోషిస్తుంది. వీరు ఇతరులను ప్రేమిస్తారు. సానుభూతితో అర్థం చేసుకుంటారు. ఇతరుల భావాలకు విలువ ఇస్తారు. వీరు చాలా సున్నితమైన మనస్కులు.మరిన్ని లైఫ్ స్టైల్ న్యూస్ కోసం క్లిక్ చేయండి..

ఇవి ట్యాబ్లెట్స్ కాదు.. ప్రాణాలు తీసే కిల్లర్స్.. చీటీకిమాటికి వేసుకుంటే ఇక అంతే

ఆరోగ్య నిపుణులు మందులను ఎక్కువగా, వైద్యులను సంప్రదించకుండా వాడమని ఎవరూ సిఫారసు చేయరు. కానీ ఇప్పటికీ ప్రజలు స్వీట్లలా నొప్పి నివారణ మందులను తీసుకుంటున్నారు. అయితే ఇది మీ కాలేయాన్ని దెబ్బతీస్తుందని.. క్రమంగా శరీరం మొత్తం ప్రభావితం అవుతుందని వైద్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు.కొన్నిసార్లు శరీరంలోని ఏ భాగంలోనైనా నొప్పి రావడం సాధారణం.. కొంత సమయం తర్వాత అది దానంతట అదే నయమవుతుంది. ఎందుకంటే ఈ నొప్పి సాధారణంగా తప్పుడు నిద్ర భంగిమ, ఆహారపు అలవాట్లు, జీవనశైలి అలవాట్లు, ఒత్తిడి వంటి వాటి వల్ల వస్తుంది. కానీ నేటి కాలంలో ప్రజలు తలనొప్పి, ఋతు నొప్పి లేదా చిన్న శరీర నొప్పి వచ్చినప్పుడు వెంటనే మందుల దుకాణం నుంచి నొప్పి నివారణ (పెయిన్ కిల్లర్ ట్యాబ్లెట్స్) మందులు కొని వెంటనే వేసుకుంటారు.. కానీ ఈ అలవాటు క్రమంగా మీ కాలేయాన్ని దెబ్బతీస్తుందని మీకు తెలుసా..? అవును పెయిన్ కిల్లర్స్.. ప్రాణాలు తీసే కిల్లర్స్ అని వైద్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు.వాస్కులర్ సర్జన్ %-% వెరికోస్ వెయిన్స్ స్పెషలిస్ట్ డాక్టర్ సుమిత్ కపాడియా తన ఇన్‌స్టాగ్రామ్ పోస్ట్‌లో పెయిన్ కిల్లర్స్ ప్రమాదం గురించి హెచ్చరించారు. నొప్పి నివారణ మాత్ర క్రమంగా అలవాటుగా మారినప్పుడు, కాలేయం దానికి మూల్యం చెల్లించాల్సి ఉంటుందని నిపుణులు అంటున్నారు. కానీ మీ కాలేయం పూర్తిగా దెబ్బతినే వరకు ఎలాంటి హెచ్చరికలు ఇవ్వదు.. అది ఆగిపోయే వరకు నిశ్శబ్దంగా పనిచేస్తుంది. అటువంటి పరిస్థితిలో, నొప్పి నివారణ మందులు మీ కాలేయాన్ని నెమ్మదిగా ఎలా దెబ్బతీస్తాయో, అది కూడా ఎటువంటి లక్షణాలు లేకుండా.. ఎలా హాని తలపెడతాయి.. అనే విషయాలను తెలుసుకోండి..కాలేయానికి సైలెంట్ కిల్లర్ 'పెయిన్ కిల్లర్ మాత్రలు'.. ఎందుకంటే.. మీరు సూచించిన మోతాదు కంటే కొంచెం ఎక్కువ మందు తీసుకుంటే.. అది కాలేయానికి చాలా హానికరం. ముఖ్యంగా పారాసెటమాల్ అధిక మోతాదు మీ కాలేయానికి ప్రమాదకరం. క్రమం తప్పకుండా నొప్పి నివారణ మందులు తీసుకోవడం వల్ల కాలేయ ఎంజైమ్‌లు పెరిగే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. దీనివల్ల లక్షణాలు లేకపోయినా కాలేయం దెబ్బతింటుంది. ఇబుప్రోఫెన్ వంటి

కాలేయ వాపును పెంచుతాయి.. కొవ్వు కాలేయాన్ని (ఫ్యాటీ లివర్) మరింత దిగజార్చుతాయి.. దీని ఫలితంగా కాలేయ వైఫల్యం, మార్పిడి జరగవచ్చు. ఆల్కహాల్ తాగిన తర్వాత పెయిన్ కిల్లర్ (నొప్పి నివారిణి) తీసుకుంటే, ఇది సాధారణంగా హ్యాంగోవర్ వల్ల వచ్చే తలనొప్పికి ఉపయోగించబడుతుంది. ఇది మీకు రిలాక్స్‌గా అనిపించవచ్చు కానీ ఇది కాలేయానికి విషపూరిత కలయిక.. వైద్యుడి సలహా లేకుండా ఎక్కువ కాలం మందు తీసుకుంటే, కాలేయం శాశ్వతంగా దెబ్బతింటుంది.మందులు కాలేయానికి హాని కలిగించకుండా ఉండాలంటే ఏమి చేయాలి?నిజంగా అవసరమైనప్పుడు మాత్రమే ఔషధం తీసుకోండిసూచించిన మొత్తం కంటే ఎక్కువ మోతాదును ఎప్పుడూ తీసుకోకండిపదే పదే తీసుకుంటుంటే వైద్యుడిని సంప్రదించండి.

బీట్‌రూట్ ఉడికించినదా? పచ్చిదా? ఎలా తింటే.. ఆరోగ్యానికి మంచిదంటే..

దుంప కూరల్లో బీట్‌రూట్ ఒకటి. దీనిని రక్తహీనతతో బాధపడేవారు బీట్‌రూట్ ని తినడం వల్ల ప్రయోజనం పొందుతారు. ఈ బీట్‌రూట్‌ను తినే ఆహారంలో చేర్చుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి. అయితే బీట్ రూట్ ని ఎలా తినాలో తెలుసా..! ఉడికించిన బీట్‌రూట్ లేదా పచ్చి బీట్‌రూట్ దేనిని తినడం వల్ల ఎక్కువ ఆరోగ్య ప్రయోజనాలున్నాయో తెలుసా? దీనిని తినే ముందు బీట్ రూట్ ఎలా తింటే ప్రయోజనాలు కలుగుతాయో తెలుసుకుందాం..శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలు ఇచ్చే కూరగాయలలో బీట్‌రూట్ ఒకటి. దీనిని కోసినప్పుడు ఎర్రగా ఉండి.. చూడటానికి ఆకర్షణీయంగా ఉంటుంది. అయితే దీనిని తినడానికి ఎవరు అంతగా ఇష్టపడరు. దీన్ని తినడం వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు చాలా ఉన్నాయి. ఫోలేట్, ఐరన్, పొటాషియం, విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉన్న దీనిని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలు లభిస్తాయి. అయితే ఆరోగ్యానికి బీట్‌రూట్ లేదా పచ్చి బీట్‌రూట్ ఏది మంచిదో తెలుసా.. బీట్‌రూట్ ఎలా తింటే ఎక్కువ ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి.. ఆరోగ్య నిపుణులు సలహా ఏమిటో తెలుసుకుందాం..ఉడికించిన బీట్‌రూట్ తింటే కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలుబీట్‌రూట్‌ను ఉడికించి తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. బీట్‌రూట్ ఉడికించినప్పుడు.. దాని ఫైబర్ మృదువుగా ఉంటుంది. అందువల్ల ఇది సులభంగా జీర్ణమవుతుంది. గుండె ఆరోగ్యం, ఆక్సిజన్, కండరాల పనితీరుకు మద్దతు ఇచ్చే పొటాషియం, ఐరెన్, మెగ్నీషియం వంటి ముఖ్యమైన ఖనిజాలు లభించేందుకు బీట్ రూట్ ని ఉడికించడం మంచిది. ఉడికించిన బీట్‌రూట్ తినడం వల్ల శరీరానికి అవసరమైన నైట్రేట్లు లభిస్తాయి. ఇది రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది. రక్త ప్రవాహాన్ని పెంచుతుంది.పచ్చి బీట్‌రూట్ తినడం వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలుబీట్‌రూట్‌లో ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది జీర్ణ ఆరోగ్యానికి చాలా అవసరం. దీనిలోని ఫోలేట్ కణాల పెరుగుదలకు, గుండె ఆరోగ్యానికి సహాయపడుతుంది. బీట్‌రూట్‌ను పచ్చిగా తినడం వల్ల దాని యాంటీఆక్సిడెంట్లు, బీటాలైన్‌ల కారణంగా వాపు తగ్గుతుంది. ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి నుంచి రక్షించబడుతుంది. బీట్‌రూట్‌ను పచ్చిగా

తినడం వల్ల శరీరానికి ఎక్కువ విటమిన్ సి లభిస్తుంది. ఇది రోగనిరోధక శక్తిని కూడా పెంచుతుంది. పచ్చి బీట్‌రూట్ చర్మ ఆరోగ్యానికి కూడా చాలా మంచిది.ఇవి కూడా చదవండిఉడికించిన బీట్‌రూట్, పచ్చి బీట్‌రూట్: ఆరోగ్యానికి ఏది మంచిది?ఉడికించిన బీట్‌రూట్ లేదా పచ్చి బీట్‌రూట్ ఏది మంచిదనే సందేహం ఉంటే.. ఈ రెండూ ఆరోగ్యానికి మంచివని చెప్పవచ్చు. అయితే నిపుణులు బీట్ రూట్ ని పచ్చిగా తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని అంటున్నారు. పచ్చి బీట్‌రూట్ శరీరానికి విటమిన్ సి, యాంటీఆక్సిడెంట్లతో సహా మరిన్ని పోషకాలను అందిస్తుంది. ఉడికించిన బీట్‌రూట్‌లో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఆరోగ్యానికి మంచిదని నిపుణులు అంటున్నారు.మరిన్ని లైఫ్ స్టైల్ న్యూస్ కోసం క్లిక్ చేయండి..

కాకర ఆరోగ్యానికి మంచిదే.. కానీ వీరికి మాత్రం కాలకూట విషంతో సమానం!

కాకర ఆరోగ్యానికి ఎన్నో రకాలుగా మేలు చేస్తుంది. ముఖ్యంగా డయాబెటిస్ తో బాధపడేవారికి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. అందుకే దీనిని తరచుగా ఆహారంలో భాగంగా తీసుకోవాలని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతుంటారు. ఇందులో అనేక రకాల పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. కేలరీలు, ప్రోటీన్, కొవ్వు, కార్బోహైడ్రేట్లు, ఫైబర్, అలాగే విటమిన్లు, ఖనిజాలు, యాంటీఆక్సిడెంట్లు కూడా అధికంగా ఉంటాయి. కాకరకాయ విటమిన్ సికి అద్భుతమైన మూలం..చేదుగా ఉన్నప్పటికీ కాకరకాయ ఆరోగ్యానికి అనేక విధాలుగా మేలు చేస్తుంది. దీనిని తినడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర, కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను నియంత్రించవచ్చు. అందుకే దీనిని తరచుగా ఆహారంలో భాగంగా తీసుకోవాలని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతుంటారు. ఇందులో అనేక రకాల పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. కేలరీలు, ప్రోటీన్, కొవ్వు, కార్బోహైడ్రేట్లు, ఫైబర్, అలాగే విటమిన్లు, ఖనిజాలు, యాంటీఆక్సిడెంట్లు కూడా అధికంగా ఉంటాయి. కాకరకాయ విటమిన్ సికి అద్భుతమైన మూలం.ఒక కప్పు కాకరలో విటమిన్ సి దాదాపు 41.5 గ్రాములు ఉంటుంది. ఇందులో మంచి మొత్తంలో ఫోలేట్ కూడా ఉంటుంది. ఇది విటమిన్ %దీ%9 సహజ రూపం. ఇది కణాల పెరుగుదల, అభివృద్ధికి అవసరం. అంతేకాకుండా కాకరకాయలో సోడియం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇందులో పాలకూర కంటే రెండు రెట్లు ఎక్కువ కాల్షియం, అరటిపండ్ల కంటే రెండు రెట్లు ఎక్కువ పొటాషియం ఉంటుంది. కాకరకాయలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అవి కణాలను మంట, ఆక్సీకరణ నష్టం నుంచి రక్షిస్తాయి. కానీ కొంతమంది కాకరకాయ తినడం వల్ల మేలు కంటే హాని ఎక్కువగా జరుగుతుంది. ఇందులోని అధిక పోషకాలు కారణం. కాబట్టి ఇది ఎవరికి మంచిది కాదో ఇక్కడ

తెలుసుకుందాం..కాకర ఎవరికి మంచిది కాదు?గర్భిణీ స్త్రీలు, పాలిచ్చే తల్లులు కాకరకాయకు దూరంగా ఉండటం మంచిది.జీర్ణ సమస్యలు, వాంతులు, విరేచనాలతో బాధపడేవారు కాకరకాయ తినకుండా ఉండాలి. ఎందుకంటే ఇది అటువంటి సమస్యలను మరింత తీవ్రతరం చేసే అవకాశం ఉంది. అలాగే, గ్యాస్ట్రిక్ సమస్యలు ఉన్నవారు కాకరకాయకు దూరంగా ఉండాలి.శారీరకంగా బలహీనంగా ఉన్నవారు ఎక్కువ కాలం ఉపవాసం ఉన్నవారు, శస్త్రచికిత్సల కారణంగా రక్తం కోల్పోయిన వారు కూడా కాకరకాయ తినకూడదు. ఎందుకంటే ఇది రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను తీవ్రంగా తగ్గిస్తుంది. ఫలితంగా తలతిరగడం, మూర్ఛపోవడం వంటి సమస్యలు సంభవించవచ్చు.ఇన్సులిన్, డయాబెటిస్, ఇతర మందులు తీసుకునే వ్యక్తులు కాకరను మితంగా తీసుకోవాలి. లేకుంటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు గణనీయంగా తగ్గవచ్చు.కొన్ని మందులు తీసుకునే వారికి కాకరకాయ తినడం వల్ల జీవక్రియ ప్రక్రియ దెబ్బతింటాయి. అందువల్ల ఏవైనా సమస్యలకు మందులు తీసుకునేటప్పుడు వైద్యుడిని సంప్రదించిన తర్వాతే కాకర తీసుకోవడం మంచిది.మూత్రపిండాలు, కాలేయ సమస్యలతో బాధపడేవారు కాకర అధికంగా తినకూడదు.

షాలిని సరికొత్త 'అందాలు' చూడతరమా?

హీరోయిన్స్ భాషతో సంబంధం లేకుండా ప్రతి భాషా సినిమాలో నటిస్తూ ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్నారు.. అందులో భాగంగానే నిత్యం సోషల్ మీడియాలో యాక్టివ్గా ఉంటూ.. ఇటు ఫాలోవర్స్ ని కూడా పెంచుకునే పనిలో పడ్డారు..గ్లామర్ ఫోటోలతో పాటు బికినీ ఫోటోలను కూడా షేర్ చేస్తూ తెగ రచ్చ చేస్తున్న వీరు.. ఈ మధ్యకాలంలో షేర్ చేస్తున్న ఫోటోలు చూస్తే మాత్రం నిజంగా ఆశ్చర్యం వేయక మానదు. అందాలను చూపిస్తూ షేర్ చేస్తున్న ఫోటోలు అటు కుర్ర కారులో కూడా హీట్ పుట్టిస్తున్నాయి. ఈ క్రమంలోనే తాజాగా అర్జున్ రెడ్డి సినిమాతో ఓవర్ నైట్ లోనే స్టార్ హీరోయిన్గా పేరు సొంతం చేసుకున్న షాలిని పాండే షేర్ చేసిన ఫోటోలు అభిమానులను ఒక్కసారిగా ఆశ్చర్యానికి గురిచేశాయని చెప్పవచ్చు. మధ్యాహ్నం సమయంలో సూర్యుడి కిరణాలు పడుతున్న వేళ.. అప్పుడే నిద్రలేచినట్టుగా కొన్ని ఫోటోలు షేర్ చేసింది. ఇందులో ఈమె బోల్డ్ నెస్ చూసి కుర్రకారు సైతం ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతున్నారు. తాజాగా ఇంస్టాగ్రామ్ వేదికగా షాలిని పాండే షేర్ చేసిన ఈ ఫోటోలు సోషల్ మీడియాలో తెగ వైరల్ గా మారుతున్నాయి. %టూశ్రీంశీ =ఘుం% - కాంతార చాప్టర్ 1.. నెవ్వర్ బిఫోర్ రికార్డు షాలిని పాండే విషయానికి వస్తే తెలుగు, హిందీ, తమిళ్ చిత్రాల ద్వారా భారీ పాపులారిటీ అందుకుంది. సందీప్ రెడ్డి వంగా దర్శకత్వంలో విజయ్ దేవరకొండ హీరోగా వచ్చిన అర్జున్ రెడ్డి సినిమాతో తొలిసారి ప్రేక్షకులకు పరిచయమైంది. ఈ సినిమాతో భారీ పాపులారిటీ అందుకున్న ఈమె.. తమిళ చిత్రం 100% కాదల్ సినిమాలో కూడా నటించింది..అలాగే మహానటి , 118 చిత్రాలతో ప్రేక్షకులను అలరించిన షాలిని పాండే హిందీలో 2022లో జయేష్ భాయ్ జోర్దార్ తోపాటు 2024లో మహారాజు అనే చిత్రంలో కూడా నటించింది. 1993 సెప్టెంబర్ 23న మధ్యప్రదేశ్లోని జబల్పూర్ లో జన్మించిన షాలిని పాండే నటన రంగ ప్రవేశం చేయడానికి ముందు జబల్పూర్ లోనే థియేటర్ ఆర్టిస్ట్ గా పనిచేసింది. అర్జున్ రెడ్డి చిత్రం ద్వారా ప్రేక్షకులను పలకరించిన ఈమె తెలుగులో ఇద్దరి లోకం ఒకటే.. నిశ్శబ్దం వంటి చిత్రాలు చేసింది. ఇటీవల ఇడ్లీ కడై చిత్రంలో కూడా నటించిన ఈమె.. హిందీలో రాహు కేతువు అనే చిత్రంలో కూడా నటిస్తోంది. ప్రస్తుతం ఈ సినిమా షూటింగ్ వేగంగా జరుగుతున్నట్లు సమాచారం. ఇకపోతే సినిమాలలోనే కాదు టెలివిజన్ సిరీస్ లో కూడా నటించింది ఈ ముద్దుగుమ్మ. 2016లో మన్ మే హై విశ్వాస్ అనే సిరీస్ లో నటించిన ఈమె.. ఆ తర్వాత క్రైమ్ పెట్రోల్, డబ్బా కార్టెల్ వంటి వెబ్ సిరీస్ లలో కూడా నటించింది. అంతేకాదు 2022లో అర్మాన్ మాలిక్ పాడిన మ్యూజిక్ వీడియోలో కూడా కనిపించింది షాలినీ పాండే. ఏదేమైనా ఒకవైపు సినిమాలు మరొకవైపు వెబ్ సిరీస్ లలో నటిస్తూ బిజీగా మారిన షాలిని పాండే ఇప్పుడు ఇలా గ్లామర్ అందాలతో కూడా అభిమానులను ఉక్కిరిబిక్కిరి చేస్తోందని చెప్పవచ్చు.

శెట్టిబ్యూటీకి సక్సెస్ కలిసొచ్చిన వేళ!

- కేజీఎఫ్ - తో పాన్ ఇండియా సక్సెస్ అందుకున్నా కన్నడ బ్యూటీ శ్రీనిధి శెట్టికి పెద్దగా అవకాశాలు రాని మాట వాస్తవం. %-%కేజీఎఫ్%-% మొదటి భాగం రిలీజ్ అనంతరం మళ్లీ నాలుగేళ్ల గ్యాప్ అనంతరం - కేజీఎఫ్ 2 , కోబ్రా - లో నటించింది. ఆ తర్వాత మళ్లీ మరో అవకాశం రావడానికి ఏకంగా మూడేళ్లు సమయం పట్టింది. అదీ కన్నడలో కాదు. ఆ అవకాశం కూడా తెలుగులో వచ్చింది. అదే రీసెంట్ రిలీజ్ %-%హిట్ 3%-%. నాని హీరోగా నటించిన సినిమాలో శ్రీనిధి శెట్టి సరైన పాత్ర పోషించి బాగానే ఫేమస్ అయింది. సినిమా విజయం అమ్మడికి కలిసొచ్చింది. గ్లామర్ కు తావు లేకుండా డీసెంట్ రోల్ పోషించి విమర్శకుల ప్రశంసలు అందుకుంది. తాను అందాలు ఎరగా వేసి నటించే దాన్ని కాదు..పెర్ఫార్మర్ మాత్రమేనని ప్రూవ్ చేసింది. టాలీవుడ్ లో మంచి భవిష్యత్: తనలో ఆ ట్యాలెంట్ నేడు కొత్త అవకాశాలకు దారి తీసింది. ఇటీవలే రిలీజ్ అయిన %-%తెలుసు కదా%-%లో కూడా నటించిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ సినిమా రిలీజ్ కు ముందే వెంకటేష్-త్రివిక్రమ్ సినిమాలో ఛాన్సు అందుకుందనే ప్రచారం జరిగింది. మొన్నటి వరకూ అది ప్రచారమే అయినా నేడు అదే నిజమైంది. సినిమాలో వెంకీకి జోడీగా శ్రీనిధి ఫైనల్ అయింది. ఈ నేపథ్యంలో శ్రీనిధి శెట్టికి ఇంకా మంచి భవిష్యత్ ఉందని విశ్లేషకులు భావిస్తున్నారు. ప్రతిభతో పాటు గ్లామర్ పాత్రలకు దూరంగా ఉండటం వంటి కొన్ని లక్షణాలు మిగతా బ్యూటీల నుంచి వేరు చేస్తున్నాయి. నటనకు ఆస్కారం ఉన్న పాత్రలు మాత్రం ఎంచుకుంటూ ముందుకు సాగుతుంది. గ్లామర్ పాత్రలకు దూరంగా: గ్లామర్ గేట్లు ఎత్తేస్తానంటే? అవకాశాలివ్వడానికి చాలా మంది సిద్దంగా ఉంటారు. కానీ ఆ ఛాన్స్ ఇవ్వకుండా శ్రీనిధి వచ్చిన అవకాశాలతో సంతృప్తి చెందుతుంది. అందులో ది బెస్ట్ సెలక్ట్ చేసుకుంటుంది. అమ్మడు డిజైనర్ దుస్తులకు కూడా దూరంగా ఉంటుంది. సింపుల్ డిజైన్స్ లో ముస్తాబవుతుంది. అందాల ఆరబోతకు ఎంత మాత్రం ఛాన్స్ ఇవ్వదు. సినిమా ప్రచార కార్యక్రమాల్లోనూ పద్దతైన దుస్తులు ధరించి కనిపిస్తుంది. అవన్నీ శ్రీనిధికి తెలుగులో ఓ రకంగా కలిసొచ్చేవే అయినా? మరో రకంగా కొన్ని రకాల ఛాన్సులు కోల్పోయే అవకాశం లేకపోలేదు. ఈ బ్యూటీ తీరు చూస్తుంటే? ఆ బ్యూటీ జర్నీలా శ్రీనిధి: సాయి పల్లవి విధానంలో కనిపిస్తోంది. సాయి పల్లవి ప్రయాణం ఎలా సాగిందన్నది చెప్పాల్సిన పనిలేదు. కెరీర్ ఆరంభం నుంచి గ్లామర్ పాత్రలకు దూరంగా ఉంటూ కేవలం నటనకు ఆస్కారం ఉన్న సినిమాలు మాత్రమే చేసు కుంటూ వచ్చింది. మధ్యలో పారితోషికం ఆఫర్లు ఎన్ని వచ్చినా? నో ఛాన్స్ అంటూ గీసుకున్న గీత దాట లేదు. తక్కువ పారితోషికం అయినా? నచ్చిన పాత్రలే చేస్తానంటూ ముందుకు సాగుతుంది. తనలో ఆ క్వాలిటీనే బాలీవుడ్ లో రామాయణం వరకూ దారి తీసింది. రామాయణంలో అమ్మడు సీత పాత్ర పోషిస్తోన్న సంగతి తెలిసిందే. శ్రీనిధి శెట్టి ప్రయాణం కూడా అలాగే సాగుతుందా? అన్నది చూడాలి.

సింగిల్ కాదు మంచి గర్ల్ ఫ్రెండ్ ను -రష్మిక

: టాలీవుడ్ సినీ ఇండస్ట్రీలో గత కొన్ని రోజులుగా రూమర్డ్ జంటగా పేరు సొంతం చేసుకున్నారు విజయ్ దేవరకొండ, రష్మిక మందన్న. 'గీతాగోవిందం' సినిమాలో తొలిసారి కలిసి నటించిన ఈ జంట.. ఆ తర్వాత 'డియర్ కామ్రేడ్' సినిమా చేసి.. తమ పరిచయాన్ని కాస్త ప్రేమగా మార్చుకున్నట్లు సమాచారం. అప్పటినుంచి పలు వెకేషన్ లకి వెళ్లడం.. సినిమా పార్టీలకు హాజరవ్వడం.. పలు ప్రదేశాలలో తిరుగుతూ ఫోటోలకు ఫోజులిచ్చారు. కానీ ఎప్పుడూ కూడా తమ బంధాన్ని బయట పెట్టలేదు. ఇదిలా ఉండగా ఇటీవల విజయ్ దేవరకొండ - రష్మిక మందన్న రహస్యంగా నిశ్చితార్థం చేసుకున్నారు. కానీ ఈ విషయాన్ని కూడా అభిమానులతో పంచుకోలేదు. కానీ నిశ్చితార్థం తర్వాత విజయ్ దేవరకొండ పుట్టపర్తి సత్యసాయి మహా సమాధిని సందర్శించడానికి వెళ్ళినప్పుడు అక్కడి స్థానికులు ఆయనను గౌరవంగా ఆహ్వానించారు. ఆ సమయం లో కొన్ని ఫోటోలు బయటకు రాగా.. ఆయన చేతి వేలికి ఉన్న ఉంగరంతో నిశ్చితార్థ విషయం కాస్త నిజమయింది. అలాగే మొన్నామధ్య రష్మిక మందన్న షేర్ చేసిన కొన్ని ఫోటోల ద్వారా కూడా ఆమె చేతికి ఉన్న డైమండ్ ఉంగరం బయటపడింది. దీంతో వీళ్ళిద్దరూ నిశ్చితార్థం చేసుకున్నట్లు అటు అభిమానులే కాదు సినీ సెలబ్రిటీలలు కూడా నిర్ధారణకు వచ్చేశారు. ఇకపోతే ఈ జంట ఎప్పటికప్పుడు హింట్ ఇస్తున్నారే తప్ప తమ బంధాన్ని అధికారికంగా ప్రకటించలేదు. ఇదిలా ఉండగా తాజాగా రష్మిక నటించిన చిత్రం 'ది గర్ల్ ఫ్రెండ్'. నవంబర్ 7వ తేదీన విడుదల కాబోతున్న నేపథ్యంలో ఈ సినిమాకు సంబంధించి ప్రమోషనల్ కార్యక్రమాలను చేపట్టారు చిత్ర బృందం. అందులో భాగంగానే ఈ చిత్రానికి దర్శకత్వం వహించిన రాహుల్ రవీంద్రన్, రష్మిక మందన్న లను రాహుల్ రవీంద్రన్ భార్య, ప్రముఖ సింగర్, డబ్బింగ్ ఆర్టిస్ట్ చిన్మయి ఇంటర్వ్యూ చేశారు. అందులో భాగంగానే రష్మికను మీరు సింగిలే కదా అని రాహుల్ అడగడంతో ఆమె ఇచ్చిన సమాధానం అందరికీ ఒక క్లారిటీ వచ్చేసింది. ది గర్ల్ ఫ్రెండ్ ప్రమోషన్స్ లో భాగంగా రాహుల్ రవీంద్రన్ మాట్లాడుతూ.. "మీరు సింగిలే కదా అని రాహుల్ అడగగా.. మొదట సిగ్గు పడిపోయిన రష్మిక.. నవ్వుతూ నేను మంచి గర్ల్ ఫ్రెండ్ ని అంటూ చెప్పుకొచ్చింది. మొత్తానికైతే తాను సింగిల్ కాదని తాను కూడా రిలేషన్ లో ఉన్నానని ఈ విధంగా చెప్పేసింది రష్మిక. ఏది ఏమైనా రష్మిక.. విజయ్ దేవరకొండ రిలేషన్ ఇప్పుడు మళ్లీ వార్తల్లో నిలిచింది. ఇకపోతే ఈ జంట వచ్చే ఏడాది ఫిబ్రవరిలో వివాహం చేసుకోబోతున్నట్లు వార్తలు వినిపిస్తున్నాయి.

కనీసం ఆ రోజైనా ఈ జంట అధికారికంగా ప్రకటిస్తారో లేదో తెలియాల్సి ఉంది. రష్మిక విషయానికి వస్తే.. ఇటీవల ఆదిత్య సర్పోత్దార్ దర్శకత్వంలో మ్యాడ్ డాక్ ఫిలిమ్స్ సినిమాటిక్ యూనివర్స్ లో భాగంగా విడుదల చేసిన చిత్రం థామా.. ఈ చిత్రంలో బేతాళ పాత్రలో అదరగొట్టేసింది రష్మిక. అక్టోబర్ 21న ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చిన ఈ సినిమా.. మంచి విజయాన్ని అందుకుంది. ఇప్పుడు ది గర్ల్ ఫ్రెండ్ సినిమా విడుదలకు సిద్ధం కాబోతోంది.

ధగధగా మెరిసిపోతున్న రకుల్.. వ్వాటే లుక్!

టాలీవుడ్, బాలీవుడ్? లలో స్టార్ హీరోయిన్?గా తనకంటూ ప్రత్యేకమైన ఇమేజ్ క్రియేట్ చేసుకుంది రకుల్ ప్రీత్ సింగ్. నటనతోనే కాకుండా, తన ఫ్యాషన్ సెన్స్, ఫిట్?నెస్?తో ఎప్పుడూ సోషల్ మీడియాలో ట్రెండింగ్?లో ఉంటుంది. తాజాగా ఓ అవార్డుల వేడుకలో పాల్గొని అందరి దృష్టిని ఆకర్షించింది. ప్రముఖ మ్యాగజైన్ నిర్వహించిన ఈవెంట్?లో రకుల్ స్టైలిష్ లుక్?లో ధగధగా మెరిసిపోయింది. సిల్వర్ క్రిస్టల్ వర్క్ ఉన్న బ్లాక్ కలర్ డిజైనర్ డ్రెస్?లో ఎంతో గ్లామరస్?గా కనిపించింది. స్లీక్ హెయిర్?స్టైల్, మినిమల్ యాక్సెసరీస్?తో తన లుక్?ను హైలెట్ చేసింది. ఈ వేడుకలో ఆమె "ఎల్లే ప్యూర్ ప్రజెన్స్" అవార్డును కూడా అందుకుంది. కెరీర్ ప్రారంభంలో టాలీవుడ్?లో వరుస విజయాలతో టాప్ హీరోయిన్?గా ఎదిగింది రకుల్. 'వెంకటాద్రి ఎక్స్‌ప్రెస్', 'నాన్నకు ప్రేమతో', 'సరైనోడు' వంటి చిత్రాలతో తెలుగు ప్రేక్షకులకు బాగా దగ్గరైంది. ఆ తర్వాత బాలీవుడ్?పై ఫోకస్ పెట్టి, అక్కడ కూడా సక్సెస్?ఫుల్ హీరోయిన్?గా నిలదొక్కుకుంది. ప్రస్తుతం రకుల్ ప్రీత్ సింగ్ దక్షిణాది, ఉత్తరాది భాషల్లో పలు క్రేజీ ప్రాజెక్టులతో బిజీగా ఉంది. కమల్ హాసన్ నటిస్తున్న ప్రెస్టీజియస్ ప్రాజెక్ట్ 'ఇండియన్ 3'లో కీలక పాత్ర పోషిస్తోంది. దీంతో పాటు మరికొన్ని హిందీ సినిమాలకు కూడా సైన్ చేసింది. ఒకవైపు సినిమాలు, మరోవైపు బిజినెస్?లతో రకుల్ తన కెరీర్?ను పక్కాగా ప్లాన్ చేసుకుంటోంది. నటనకు ప్రాధాన్యమున్న పాత్రలను ఎంచుకుంటూనే, గ్లామర్?లోనూ ఏమాత్రం తగ్గకుండా ఫ్యాన్స్?ను అలరిస్తూ కెరీర్?లో ముందుకు సాగుతోంది. అలాగే హిందీలో హిట్టయిన దేదే ప్యార్ దే సీక్వెల్ తో పాటు పతి పత్నీ ఔర్ వో పార్ట్ 2లో కూడా నటిస్తోంది. సక్సెస్ రేటు గతంలో కంటే కాస్త తగ్గినా కూడా మార్కెట్ లో తన క్రేజ్ ఏమాత్రం తగ్గడం లేదు. ఇక రాబోయే సినిమాలు అమ్మడికి ఎలాంటి ఫలితాన్ని అందిస్తాయో చూడాలి.

ఫ్యాషన్ ఐకాన్ లా మారిపోయిన ఐశ్వర్య రాజేష్..

ఒకప్పుడు టాలీవుడ్ సినీ ఇండస్ట్రీలో తెలుగమ్మాయిలకు అవకాశం ఇవ్వడం లేదు అనే వార్తలు ఎప్పటికప్పుడు వినిపించేవి. ముఖ్యంగా చాలామంది తెలుగు హీరోయిన్స్ తెలుగులో అవకాశాలు లేక పక్క భాషల వైపు మొగ్గు చూపి అక్కడ తమ సత్తా చాటి స్టార్ హీరోయిన్లుగా గుర్తింపు సంపాదించుకున్నారు కూడా.. అయితే ఇప్పుడు కాలం మారింది. ప్రేక్షకుల అభిరుచిలో మార్పులు వచ్చాయి. అందుకే కాలానికి తగ్గట్టుగా తెలుగు హీరోయిన్లు కూడా ట్రెండ్ ఫాలో అవుతూ.. తమను తాము ప్రూవ్ చేసుకునే ప్రయత్నం చేస్తున్నారు. అలాంటి వారిలో వైష్ణవి చైతన్య, కాకినాడ శ్రీదేవి, శివాని నాగారం ఇలా ఎంతోమంది కొత్త తెలుగు హీరోయిన్లు ఇండస్ట్రీలోకి అడుగు పెట్టి.. మొదటి సినిమాతోనే ఊహించని పాపులారిటీ అందు కుంటూ అందరికీ ఆదర్శంగా నిలుస్తున్నారు. అందుకే ఇప్పుడు మన తెలుగు హీరోయిన్ల టాలెంట్ ను గుర్తించి అటు దర్శక నిర్మాతలు కూడా ఇండస్ట్రీలో వారికి అవకాశాలు కల్పిస్తున్న విషయం తెలిసిందే. ఇది ఇలా ఉండగా చైల్డ్ ఆర్టిస్ట్ గానే ఇండస్ట్రీలోకి అడుగు పెట్టిన ఒక తెలుగమ్మాయి.. తెలుగులో అవకాశాలు లేక కోలీవుడ్ కి వెళ్ళిపోయింది. అక్కడే సత్తా చాటి స్టార్ హీరోయిన్గా పేరు దక్కించుకుంది. ఇప్పుడు మళ్లీ టాలీవుడ్ లోకి రీ ఎంట్రీ ఇచ్చి వరుస సినిమాలతో బిజీ అవ్వాలనే ప్రయత్నం చేస్తోంది.. ఆమె ఎవరో కాదు ఐశ్వర్య రాజేష్. దివంగత హీరో రాజేష్ కూతురిగా, ప్రముఖ సీనియర్ నటీమణి శ్రీ లక్ష్మీ మేనకోడలిగా ఇండస్ట్రీలోకి అడుగు పెట్టిన ఐశ్వర్య రాజేష్.. తెలుగులో రాంబంటు అనే సినిమాలో చైల్డ్ ఆర్టిస్ట్ గా నటించి ఆకట్టుకుంది. తర్వాత కోలీవుడ్లో పలు సినిమాలు చేసిన ఈమె.. తెలుగులో రాజేంద్రప్రసాద్ లీడ్ రోల్ పోషించిన కౌసల్య కృష్ణమూర్తి సినిమాతో నటిగా తెలుగు తెరకు పరిచయమైంది. ఆ తర్వాత వరల్డ్ ఫేమస్ లవర్, టక్ జగదీష్ ఇలా పలు చిత్రాలలో నటించి.. ఈ ఏడాది అనిల్ రావిపూడి దర్శకత్వంలో వచ్చిన సంక్రాంతికి వస్తున్నాం సినిమాలో వెంకటేష్ భార్యగా భాగ్యం పాత్ర పోషించి, మరింత పాపులారిటీ అందుకుంది.. ఈ ఒక్క సినిమా ప్రాంతీయంగా ఏకంగా రూ.300 కోట్ల కలెక్షన్స్ వసూలు చేసి రికార్డు సృష్టించింది. ఈ సినిమా సక్సెస్ తో పలు అవకాశాలు అందుకుంటుందని అందరూ అనుకున్నారు. కానీ ఎందుకో మళ్లీ అవకాశాలు తలుపు తట్టలేదు.. దీంతో పలు షాపింగ్ మాల్స్ ఓపెనింగ్ కి వెళ్తూ బిజీగా మారిన ఈమె అందులో భాగంగానే రకరకాల దుస్తులతో ఫాలోవర్స్ ను ఆకట్టుకునే ప్రయత్నం చేస్తోంది. నిన్న మొన్నటి వరకు సాంప్రదాయంగా చీరకట్టులో కనిపించిన ఈమె ఇప్పుడు అందాలు ఆరబోస్తూ ఫ్యాషన్ కనబరుస్తూ అభిమానులను సైతం అలరిస్తోంది. తాజాగా బ్లాక్ అవుట్ ఫిట్ లో కనిపించిన ఐశ్వర్య రాజేష్ అందాలు ఆరబోస్తూ ఫోటోలు షేర్ చేయడంతో అమ్మడి అందానికి అభిమానులు ఫిదా అవుతున్నారు. ముఖ్యంగా మన తెలుగు అమ్మాయిలు కూడా ఇప్పుడు ట్రెండ్ ఫాలో అవుతున్నారు అంటూ కామెంట్లు చేస్తున్నారు. ఏది ఏమైనా ఐశ్వర్య రాజేష్ తాజాగా షేర్ చేసిన ఈ ఫోటోలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారుతున్నాయి.

అమ్మ లుక్ ను రీ క్రియేట్ చేసిన నభా నటేష్.. ఎంత క్యూట్ గా ఉందో!

ప్రస్తుత కాలంలో హీరోయిన్లు చాలామంది తమ తల్లులకు సంబంధించిన చీరలను మళ్లీ రీ క్రియేట్ చేసి ధరిస్తున్న విషయం తెలిసిందే. ముఖ్యంగా పెళ్లిళ్లకు తమ తల్లులు వారి పెళ్లిళ్లలో కట్టుకున్న చీరలకు.. ఇప్పటి ఆధునికతను జోడిస్తూ మరింత ట్రెండింగ్ గా మార్చేస్తున్నారు. ఇప్పటికే సమంత, నిహారిక ఇలా ఎంతోమంది హీరోయిన్స్ తమ పెళ్లిళ్ల సమయంలో తమ తల్లులు కట్టుకున్న చీరలను మళ్లీ రీ డిజైన్ చేయించి అందరినీ ఆకట్టుకున్న విషయం తెలిసిందే. అయితే ఇప్పుడు దివాళి సెలబ్రేషన్స్ లో భాగంగా ప్రముఖ హీరోయిన్ నభా నటేష్ కూడా తన తల్లి కట్టుకున్న చీరను మళ్లీ డిజైన్ చేయించి కట్టుకోవడం స్పెషల్ అట్రాక్షన్ గా నిలుస్తోంది. ముఖ్యంగా తన తల్లి లుక్ ను రీ క్రియేట్ చేస్తూ షేర్ చేసిన ఫోటోలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారుతున్నాయి. అసలు విషయంలోకి వెళ్తే.. నిత్యం సోషల్ మీడియాలో యాక్టివ్ గా ఉండే ఈమె.. ఈమధ్య పలురకాల ఫోటోలను షేర్ చేస్తూ అభిమానులను ఆకట్టుకుంటున్న విషయం తెలిసిందే. ఈ క్రమంలోనే తాజాగా దీపావళి సందర్భంగా తన తల్లి కట్టుకున్న చీరను ఆమె కూడా ధరించి మరింత అందంగా ముస్తాబయింది. ఆధునికతకు తగ్గట్టుగా బ్లౌజ్ డిజైన్ చేయించుకున్న నభా నటేష్.. సింపుల్ జువెలరీతో అందంగా ముస్తాబయింది. జుట్టును ముడిపెట్టి.. దానికి పువ్వులు పెట్టి తన స్టైల్ ను మరింత అందంగా మార్చుకుంది. చేతిలో దీపాలు పట్టుకొని చాలా స్టైలిష్ గా ఫోటోలకు ఫోజులిచ్చింది నభా నటేష్. ఈ ఫోటోలను షేర్ చేయడమే కాకుండా ఈ దీపావళికి అమ్మ చీరను కట్టుకున్నాను.. అందరికీ హ్యాపీ దీపావళి అంటూ క్యాప్షన్ కూడా జోడించింది. ఈ చీరలో తన అందంతో మరింత గ్లామర్ గా కనిపిస్తోంది ఈ ముద్దుగుమ్మ. ప్రస్తుతం నభానటేష్ షేర్ చేసిన ఫోటోలపై నెటిజన్స్ భిన్నాభిప్రాయాలు వ్యక్తం చేస్తున్నారు. కొంతమంది దీపావళి శుభాకాంక్షలు చెబుతుంటే.. మరికొంతమంది సూపర్ అని.. ఇంకొంతమంది నన్ను పెళ్లి చేసుకో అని ఇలా పలు రకాల కామెంట్లతో కామెంట్ బాక్స్ నింపేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం ఈ ఫోటోలు సోషల్ మీడియాలో బాగా ఆకట్టుకుంటున్నాయి.