

# నోక్కు

తెలుగు దినపత్రిక

Published from Hyderabad, Karim nagar & Nalgonda, Vijayawada.

సత్కం, సమాచార, విశ్వాసియత

హైదరాబాద్ ప్రశ్నపత్రం 15 ఆగస్టు 2025 Telangana

సంపటి: 16

పేజీలు: 08

నంచిక: 228

వెల: రూ. 2.00

కాశ్మీర్ కు ప్రత్యేకపరోదా  
పునరుద్దరణ

- ప్రభుత్వం స్పందన కోసం ఎదురుచూసు
- సుప్రీంలో విచారణ సందర్భంగా చీఫ్ జిస్ట్ జ్ఞాన్

స్పూష్టిక్ అంశం 14 (సమాచారం)  
జమ్మా కాశ్మీర్ రాష్ట్ర హోదాను పునరుద్దరించటంపై సాధ్యం కోసం స్థాపించింది. దేశ అప్పుకూతు న్యాయప్రాసాదం ఏప్రిల్ నెలలో జరిగిన పంచామ్ ఉగ్రదాడిని ప్రస్తుతించింది. ఉగ్రదాడిని. ...పాఠాలు 5 ..



JAMMU  
&  
KASHMIR



## ఇందిర్ వై రాజ్యం

### ఇంఎంట్ సంఘర్షణ

## స్వాతంత్ర్య దినరీత్తు సుఖంకంఠులు



#### రైతు రుణమాఫీ

- రూ. 21,000 కోట్ల రుణాలు మాఫీ.
- ఎకరానికి రూ. 12 లేదా రైతు భరీనా 9 రోజుల్లలో 9 వేల కోట్ల జము
- సమ్మంత్రి క్షీంటాలుకు రూ. 500 బోధన్

#### జందిరమ్మ జందు

- ప్రతి నియోజకవర్గానికి 3,500 జందు
- 4.5 లక్ష జందు కోసం రూ. 22,500 కోట్ల ఐర్పు
- అయిదెండ్రలో 20 లక్షల ఇళ్ల నిర్మాణమే లక్షల్



#### మహాలీక్షు

- 200 కోట్ల జీర్ణి తీర్చులు.. అడవిధూలకు రూ. 6700 కోట్ల అడవాలు
- కోల్పి మంది మాలిన్యాలను కోట్లిస్తుటలను చేసే సంకల్పం

#### సన్మచియ్యం

- ప్రతి ఒక్కరికి 6 కిలోల ఉచితం
- కొత్తగా 7 లక్షల రేషన్ కార్యలు
- 96 లక్షలకు చేరిన కార్యలు..
- 3.10 కోట్ల లభ్యిదారులు



#### గృహాషిష్టత్తు

- 200 యూనిట్ల లోను ఉచిత కరెంట్.
- 51 లక్షల కుటుంబాలకు లభ్యి..
- రూ. 2050 కోట్ల సన్మిద్ధ చెల్లింపు

#### భూమి భారతి

- ధరణి భూ దండాలకు అడ్డుక్కు
- భూ సమస్యల పరిషోధనానికి
- భూభారతి వ్యాపారం



#### 77 వేల ప్రభుత్వ ఉద్యోగాలు

- ఏడాదిస్కౌణ్టీ రోల్లల నియోజకాలు.
- వివిధ దశలలో మరొ 17 వేల ఉద్యోగాల భర్తు
- ప్రోరలో 22 వేల ఉద్యోగాలకు నొటిఫిషెన్సు

#### యంగ్ జండియా జంపిగ్రేట్

- నియోజకవర్గానికి రెండు జంపిగ్రేట్ సూట్లు
- రూ. 200 కోట్లతో 25 ఎకరాల్లలో నిర్మాణాలు
- అంతర్జాతీయ స్థాయి విద్య, కీడా
- పూర్తిక సదుష్యమాల కల్పన

## మాట ఇచ్చాం.. నెరవేరుస్తున్నాం..

#### చేయించ

- రాజీవ్ అరోగ్యశీల పరిధి రూ. 10 లక్షలకు పెంపు.
- రూ. 2388.7 కోట్ల వెల్లింపు.
- కొత్తగా 163 మెడికల్ ప్రోసెచ్చర్
- అందులాటలో 1835 వైద్య పరమున వివిధ ప్రాచీలు

ప్రగతి పద్ధతి.. సకలజన హితం.. మన ప్రజా ప్రభుత్వం..

జారీ వేసిన వారు సమాచార పోరాట సంబంధాల శాఖ, తెలంగాణ ప్రభుత్వం















“ఎవర్తే మనస్సపున్నతను పొందుతారో... తళ్ళణం వాల దుఃఖాలన్నీ నిచిస్తాయి. పునస్సుచిత్తుడైన యోగి బుటి ఇతర విషయాలన్నిటి సుంచి వెదొలగి, పరమాత్మ పట్ల మాత్రమే పూర్తిగా స్థిరపడుతుంటి” అని శ్రీకృష్ణుడు చెబుతున్నాడు. మన కోలకలన్నీ తీరు తరువాత... మనం సంతుష్టి చెంది, సుఖాన్ని పొందుతామని, దుఃఖాన్ని దూరం చేసుకుంటామని భావిస్తూ ఉంటాం. కానీ మొదట సంతుష్టి చెందాలనీ, ఆ తరువాత మిగిలినవస్తు వాటంతట అవే అనుసరిస్తాయని శ్రీకృష్ణుడు బోధిస్తున్నాడు. ఉదాహరణకు మనకు జ్వరం, శరీర అవయవాల్లో నొప్పులు తచితర లక్షణాలు ఉంటే... మనం ఆరోగ్యంగా లేమని నిర్ధారించుకుంటాం. ఈ లక్షణాల మూలాలకు చికిత్స చేయకుండా వాటిని అణచివెయ్యడం వల్ల ఆరోగ్యం కుదుటపడు. పోపకాపసరం, మంచి నిద్ర, వ్యాయామం లాంటివి

వంపుకామార్ప, మిచ్ న్యూ, వ్యూమ్యూసర లాపలవ  
 మనకు మంచి ఆరోగ్యాన్ని అందిస్తాయి. అదే  
 విధంగా అసంతృప్తికి కారణమైన భయం, క్రీధం,  
 దైషుం లాంటివి మనలో సంతృప్తి లేకపోవడాన్ని  
 సూచిస్తాయి. వాటిని కృతిమంగా అణచివేయడం  
 వల్ల మనకు సంతృప్తి లభించదు. క్రీధాన్ని,  
 దేహాన్ని అణచివేసి, సమాజంలో  
 ఆమోదయోగ్యమైన ప్రవర్తనను ప్రదర్శించడానికి  
 అనేక శిథ్యు పలాష్టరాలు ఉన్నాయి.  
 (ప్రస్తుతకాలంలో కూడా అవి ఆచరణలో ఉన్నాయి.  
 కానీ ఈ లక్ష్మణాల్ని అణచివేసే...



# សៀមរាប

కొంతసేవల్ని తరువాత మరింత శక్తితో తెరిగి వస్తాయి. ఉదాహరణకు మన బ్యాధి మీద అణచిపెట్టుకున్న కోపం తరచుగా కింది ఉద్యోగులు లేదా కుటుంబ సభ్యుల మీద వ్యక్తమవుతుంది. ఈ ప్రపంచం తాలూకు ద్వారంపు స్వభావం గురించి తెలుసుకోవడం, కర్మ ఫలం ఆశించకుండా కర్మను ఆచించాలనే అవగాహన, త్రిగులాలే మన కర్మలకు, ఆలోచనలకు భావాలకు అస్తున కర్తులీ, మనం కేవలం సాప్తలం మాత్రమేనీ గుర్తించడం... ఇది సంతృప్తికి మార్గం.మన నిజ స్వరూపమైన అంతరాత్మ ఎల్క్యూపుడూ సంతృప్తిగా ఉంటుంది. తాడు, పాము ఉదాహరణలో.. తాడులో పాముని చూసినట్టు మనలో వ్యక్తమయ్యే దానికి మనల్ని జత చేసుకొని, అసంతృప్తికి లోనువుతాం. ఈ దుఃఖం సుచి విముక్తి పొండాడానికి శీక్షమ్మడు మనల్ని 'అత్యవాన్', 'అత్యారామన్'... అంటే అత్యతో తాదాత్మ్యం చెందాలని సూచిస్తున్నాడు. ఇది దుఃఖాల అణచివేత కాదు. వాటిని సాక్షిగా చూస్తూ ఉండే సామర్థ్యాన్ని సంపాదించుకోవడం.



# କୁଣ୍ଡଳୀଙ୍କ ଶକ୍ତି ଲଜାଗାନ୍ତେ କେଣ୍ଟା ?

జిడ్డు కృష్ణమూలి ఉపన్యాసాల్లో,  
 సంభాషణలలో 'చైతన్యం' అత  
 ముఖ్యమైన అంశం. 'యోగః చిత్త  
 వర్తి నిరోధః' అని పతంజలి  
 మహార్వ అష్టాంగ యోగాన్ని  
 నిర్వచించాడు. చైతన్యంలో పుట్టి,  
 నిరంతరం చలనంలో ఉండే వృత్తులి  
 నిరోధించడాన్ని, అంటే... వాచిని  
 అలికట్టే లేదా నిర్మాతిలించే సాధనను  
 'యోగం' జిడ్డు కృష్ణమూలి  
 ఉపన్యాసాల్లో, సంభాషణలలో  
 'చైతన్యం' అతి ముఖ్యమైన అంశం.  
 'యోగః చిత్త వృత్తి నిరోధః' అని  
 పతంజలి మహార్వ అష్టాంగ  
 యోగాన్ని నిర్వచించాడు.  
 చైతన్యంలో పుట్టి, నిరంతరం  
 చలనంలో ఉండే వృత్తుల్లో  
 నిరోధించడాన్ని, అంటే...

వాటిని అరిక్కుడై లేదా నిర్మాలించే సాధనను  
 ‘యోగం’ అంటారని అర్థం. అయితే, ‘చిత్రం అంటే  
 ఏమిటి?’ అనే ప్రశ్నకు పతంజలి యోగసూత్రాల్లో  
 మనక జవాబు దారండు. ‘నేను ఎవరిని?’, ‘ఈ  
 ప్రపంచం ఏమిటి?’ అనే రెండు వొలికమైన  
 ప్రశ్నలు అర్థం కావాలంటే... చైతన్యం అంటే  
 ఏమితో అర్థం చేసుకోవాలి. కాబట్టి చిత్రం లేదా  
 చైతన్యం ప్రాకృతికమ తత్త్వాస్త్రాలలో అతి  
 ముఖ్యమైన విషయం. మన అనుభవాలన్నిటికి ఇదే  
 రంగస్థలం. పాయసంలో రుచిని, గులాబీలో  
 పరిమళాన్ని, వేణునాదంలో మాఘర్యాన్ని,  
 ఉదయస్థులు సూర్యుడిలో రంగలను  
 జ్ఞానేంద్రియాలు గ్రహస్థుపుటిచీ... అవి



మనకు అనంతమైన ఈ చైతన్యంలో ఒక చిన్న  
భాగం మాత్రమే అందుబాటులో ఉంటుంది. ‘నేను’  
అనే అపంభావం, అది స్పృష్టించిన ‘నేను-నువ్వు’  
అనే విభజన (అంటే ద్వీతిం), ఆ ‘నేను’ చుట్టూ  
పేరుకున్న కుహనా మనగడ... ఇవన్నీ చైతన్యాన్ని  
అవరిస్తాయి. అందువల్ల మనకు మన చైతన్యం  
సంపూర్ణరంగా అందుబాటులో ఉండదు. చైతన్యాన్ని  
పుశ్పించే ఈ శక్తి మేలుకొనే అవకాశం ఉంటుంది.  
సంప్రదాయం చెప్పే సాధన అందుకు పనికిరాదు”  
అంటారు కృష్ణమూర్తి. అబద్ధాలు, అవినీతి,  
అసూయ లాంటి వాటితో నిండిన జీవితాన్ని  
గడుపుతూ కుండలిని శక్తియి మేల్కొల్పాలనే ఉద్దేశం  
హాన్యాస్సురం, కేవలం ఆద్యాత్మిక వ్యాపారానికి ఒక  
మిష. చైతన్యాన్ని సంపూర్ణరంగం పుశ్పపరచడం  
ఒక్కటే ఈ శక్తియి మేలుకొల్పగలిగే మార్గం. అంటే  
దానిలో ఎలా కింది అల్సేచనలకు, జ్ఞానపకాలకు... అంటే

గతంలు ముడివేసిన అన్నిఖచలకు, నడిల్పులకు, మంత్రాలకు, ఉపదేశాలకు, జపాలకు (జమన్నీ ఆలోచనల ప్రతిరూపాలే...) చివరకు 'కుండలినీ శక్తినీ మేలుకొలపాలి' అనే ఆలోచనకు కూడా తావు లేకుండా చూడాలి.

**నిరంతర ప్రక్రియ**

చైతన్యాన్ని పుభ్రపరిచే ఈ ప్రక్రియను 'ధ్యానం' (మెడిటేషన్) అంటారు కృష్ణమూర్తి. ఈ ధ్యానం పక్షమో, మాసమో, అరుణాలలో చేసే పునర్వర్జన కాదు. ఇది 24 గంటలూ నిర్విలామంగా, అత్యంతమైన అప్రమత్తతత్త్వం జిగించి మానసిక ప్రక్రియ. చైతన్యాన్ని సంపూర్ణంగా పుభ్రపరచడం వరకే మన ప్రయత్నం పరిమితమై ఉంటుంది. కుండలినీ శక్తి తాలూకు జాగ్రత్తి మన చేతిలో ఉండదు. ఇంబెని పుభ్రం చేసి కిటికీలు, తలపులు తెరిస్తే గాలి లోపలికి వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. గాలిని మనం నిర్వంధించలేం. కుండలినీ శక్తి కూడా అంతే.

# వాయసుల తరువాత దానులే...

నిలబెట్టడు శ్రీనివాసనాయకుడు. ఆ తరువాత తన తప్పను తెలుగుకొని, విరక్త ఇఖామణిగా మారాడు. శ్రీవైసురాయల నుంచి సకల శాస్త్రాల ఉపదేశాలను పొందాడు, భజితో పాడి శీకుపునితో నాట్టం చేయంచాడు.

ఎవరి భాగ్యం గొప్పది ?  
 కర్తాపురుషులు సంగీత విశామహాదు అనిపించుకున్న  
 పురందరుడుకు, విజయనగర సౌమ్యజ్యోతి ఎనలేని  
 అనుబంధం. ఆయన కాలంలో శ్రీకృష్ణదేవరాయలు  
 విజయనగర చక్రవర్తిగా పాలన సాగించేవాడు. తన రాజ్యంలో  
 పేరుమైసిన వ్యాపారి ఒకరు... రాత్రికి రాత్రి సర్పర్స్వాన్ని దానండు  
 చేసి, హరిదాసగు మారడనీ, ఎన్నో దివ్యమైన తత్త్వాలు  
 ఉపాధిస్నేహానని, మహిమాన్వితుడని రాయలు విన్నాడు.  
 ఆయనను స్వయంగా చూడాలని వ్యాసురాయల మరానికి  
 వచ్చాడు. వ్యాసురాయలు... పురందర, కనకూసులతో భాసనలు  
 ఉన్నారు. రాయలు దేవాలయ మండపంలో కూర్చున్నాడు.



“రాజ్య సంపదకు చోరులు, శక్తివుల భయం ఉంటుందేమో కానీ... మా రామ నామ సంపదకు ఎలాంటి భయం లేదు. ధాన్యం, శైలం, నెయ్యి లాంటి సరుకులు చెడిపొత్తాయేమాననే చింత ఉండవచ్చు, ‘హరినామామృతం’ అనే సరుకు విషయంలో ఏ చింతా ఉండడు. మీ భాగ్యం లక్ష్మీదేవి అయిశే... మా భాగ్యం నారాయణుడు. మను అందరి బాగ్యం పురందర విరలుడు” అని పాడాడు. రాయలు పరమానందం చెంది... పురందరదాసును సత్కరించాడు. రాయలు ఇచ్చిన ఆభరణాలను, వస్త్రాలను, కానుకలను పేదలకు పురందరదాస

దానం ఇచ్చాడు. ఇది తెలుసుకున్న శ్రీకృష్ణదేవదాయలు బాపు  
పడగా... “కృష్ణాయ! వాటిని నేను అలంకరించుకుంటే హ  
ప్రీతిపూతం కాదు. అంయుకే వాటిని ఆ హరికే సమర్పించాను  
నని వివరించాడు. దీనితో రాయలకు పురందరదాసు మీద  
గౌరవం మరింత పెరిగింది.

‘మానవ జన్మ దౌర్జన్య’ అనే కృతిలో మానవిను విచిప్పటను  
అందరూ తెలుసుకోవాలనీ, దాన్ని వృధా చేసుకోవదనీ

పురందరదాసు పొచ్చరిస్తారు. ఆయన కీడ్రనలలో వైవిధ్యం డ్జపోతీలు. భక్తి, విరక్తి, లాలిపాటలు, దేవతా / క్షీత్ర వర్ణన, వ్యాపరం, సామాజిక బాధ్యత, విమర్శ... జలా అన్ని అంశాల గురించీ ఆయన కీడ్రనలు ఉంటాయి. ఒకసారి కొంతమంది ముప్పిం యథపకులు ఆయనసు ఉరుసుకు అహసినించి దేవునిమిద పాట పాడమని కోరినప్పుడు... అంతటా నెలకొని ఉన్న దేవుడు ఒకడే అంటూ ‘ఛాహన్సేన్ బాహన్సేన్’ అనే కీడ్రనలో దశపత్రా స్ఫూతి చేసి, అక్కడ ఉన్న ముప్పింల మనసును గలిచారు. పరమత సహనం ఇవశ్యకతను తెలియజేశారు. పురందరదాసు రచించిన కృతుల గొప్పదనం ఎంతిదిగంటే ‘వ్యాఘరు (వ్యాసభగవానులు) తరువాత దాసులే’.

ఆని ఆయన ప్రసిద్ధి చెందారు. వ్యాసరాయలవారు...  
 శ్రీమధ్యాచార్యుల సర్వమూల గ్రంథాలతోపటు...  
 పురందరాసు కృతులను వ్యాసపీరం మీద ఉంచి... రెండిచీకీ  
 సమానమైన గౌరవం ఇచ్చేవారు.ఆయన సాహిత్య ఔన్నత్యానికి  
 ఇది నిదర్శనం.

## కర్ణాటక సంగీతానికి పునాది

సాక్షాత్కర్తు నారమదే పురందరాను అయినందున ఆయన  
సంగీత స్వరాలు అనుష్మానంగా ఉంటుంది అ కాలంలో  
కర్ణాటక శాస్త్రీయ సంగీతంలో శిక్షక పొందే విద్యార్థులకు

వ్యవహరితుమైన పద్ధతి ఉండేది కాదు. ఏదివేసవ మేళకర్త  
రాగమైన మాయామాశవగాళ రాగాన్ని... ఆదిరాగంగ  
చేసుకొని, సంగీత శిక్షణ కోసం దాన్ని సిద్ధపరిచారు.  
విద్యార్థులకు అనుకూలంగా ఉండేలా... మలపూరి రాగంలో  
పిశ్చారి గీతాలు రచించారు. ఈ విధంగా కర్ణాటక సంగీతానికి  
భద్రమైన పునాది వేసి, దాని మీద సుస్థిరమైన కట్టడాన్ని  
పురందరదాసు నిర్మించారు. ప్రతి సంవత్సరం పుష్య మాస  
అమావాస్యానాడు వచ్చే వారి పుణ్యతిథిని సద్గురులందరూ  
అత్యంత వైభవంగా జరుపుకొని పునీతులుపుతారు.  
దానిశేషమైన పురందరదాసు నామమురఱతో అభీష్టాలు  
నెరవేచుతాయినేడి భక్తుల విశ్వాసం.

