www.akshratimes.com
తెలుగు దినపత్రిక
అక్షర టైమ్స్
మా అక్షరం ప్రజల పక్షం
RNI.NO : APTEL/2022/90211

తప్పుడు ప్రచారం చేస్తే చెప్పు తెగుద్ది - మంత్రి సీతక్క ఫైర్

సంపుటి : 03 సంచిక : 363 పేజీలు : 08, వెల రూ. 1 రూ/ www.akshratimes.com ఆదివారం 12 - 04 - 2026

Published by ANANTAPURAM : Circulated in Anantapuram, Satya Sai, Vijayavada, Ysr Kadapa, Annamayya, Prakasham, Bapatla,Ntr, Karimnagar,Gunturu,East Godavari, West Godavari, Kakinada, Eluru, Sri Potti Sriramulu Nellore, Kurnool

2 లో

మాజీ మంత్రి గుడివాడ అమర్‌నాథ్‌కు 6 నెలల జైలు శిక్ష !

- 2016లో రైల్వే జోన్ కోసం చేసిన దీక్షపై నమోదైన కేసు
- ఆత్మహత్యాయత్నం ఆరోపణలపై విశాఖ కోర్టు తీర్పు
- తీర్పుపై హైకోర్టును ఆశ్రయిస్తానన్న అమర్‌నాథ్

అమరావతే సరైన సమాధానం

- ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు
- జగన్ పిచ్చి వాగుడుపై చర్చ అనవసరం
- అమరావతే సరైన సమాధానం చెబుతుంది
- రాజధాని ఒక సెల్ఫ్ ఫైనాన్స్ ప్రాజెక్ట్
- 5 వేల ఎకరాల ల్యాండ్ బ్యాంక్ విలువ భవిష్యత్తులో లక్ష కోట్లు
- హైదరాబాద్ అభివృద్ధి మోడల్‌లోనే అమరావతి నిర్మాణం
- 'ఈ3' కార్యక్రమంలో సీఎం

అమరావతి :

జగన్ (మావిగన్) చేస్తున్న విమర్శలకు రాజధాని అమరావతి అభివృద్ధే సరైన సమాధానం చెబుతుందని ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు స్పష్టం చేశారు. పిచ్చి పట్టినట్లు మాట్లాడే వారికి ప్రజలే పిచ్చోడి ముద్ర వేస్తున్నారని తీవ్ర స్థాయిలో మండిపడ్డారు. అలాంటి వారి పిచ్చి వాగుళ్లపై చర్చ కూడా - మిగతా 2 లో

టీడీపీ కార్యాలయంలో శిక్షణా తరగతులు

2 లో

- క్రమం తప్పకుండా హాజరవుతున్న చంద్రబాబు
- కార్యకర్తలతో కలిసి కాఫీ తాగుతూ అభిప్రాయాల మార్పిడి
- పార్టీ శ్రేణుల ఆర్థిక బలోపేతానికి జు3 కార్యక్రమం ప్రకటన
- క్లీన్ పాలిటిక్స్‌కు టీడీపీని కేరాఫ్ అడ్రస్‌గా నిలపాలని పిలుపు
- టీడీపీ కుటుంబాన్ని సొంత కుటుంబంలాగే చూసుకుంటానని వెల్లడి

బెంగాల్ ఉత్సాహం గుజరాత్‌లోనూ చూడలేదు

- ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ
- బెంగాల్ సభల్లోని ఉత్సాహం గుజరాత్‌లోనూ చూడలేదన్న ప్రధాని
- మే 4 తర్వాత రాష్ట్రంలో మార్పులు ఖాయమని జోస్యం
- టీఎంసీ 15 ఏళ్ల పాలనలోని అవినీతిపై శ్వేతపత్రం విడుదల చేస్తామన్న మోదీ
- తొలి కేబినెట్ భేటీలోనే ఆయుష్మాన్ భారత్ పథకం అమలుకు తీర్మానం

ఢిల్లీ :

పశ్చిమ బెంగాల్‌లో తన ప్రచార సభలకు వస్తున్న జనాన్ని, వారి ఉత్సాహాన్ని తన సొంత రాష్ట్రమైన గుజరాత్‌లో కూడా ఎన్నడూ చూడలేదని ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ అన్నారు. ఈరోజు మధ్యాహ్నం తూర్పు బర్ధమాన్ జిల్లాలో జరిగిన ఎన్నికల ప్రచార సభలో ఆయన మాట్లాడారు. మధ్యాహ్నం 12 గంటల సమయంలో ఇంత భారీ సభను గుజరాత్‌లో కూడా ఏర్పాటు చేయలేకపోయేవారమని, మే 4 తర్వాత రాష్ట్రంలో మార్పులు రాబోతున్నాయనడానికి ఈ సభలే నిదర్శనమని అన్నారు.ఈ సందర్భంగా తృణమూల్ కాంగ్రెస్‌పై మోదీ తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. బెంగాల్‌లో బీజేపీ అధికారంలోకి వస్తే, గత 15 ఏళ్ల టీఎంసీ పాలనలో జరిగిన అవినీతిపై శ్వేతపత్రం విడుదల చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు. బీజేపీ వస్తే సంక్షేమ పథకాలు ఆగిపోతాయని టీఎంసీ భయాందోళనలు సృష్టిస్తోందని, ఒక్క సంక్షేమ పథకాన్ని కూడా నిలిపివేయబోమని స్పష్టం చేశారు. కేవలం తృణమూల్ నేతల అవినీతి, దోపిడీ దుకాణాలను మాత్రమే మూసివేస్తామని అన్నారు.తాము అధికారంలోకి వస్తే, కొత్త ముఖ్యమంత్రి నేతృత్వంలోని తొలి కేబినెట్ సమావేశంలోనే రాష్ట్రంలో ఆయుష్మాన్ భారత్ పథకం అమలుకు తీర్మానం చేస్తామని మోదీ ప్రకటించారు. ఇన్నాళ్లూ ఈ పథకాన్ని అమలు చేయకుండా తృణమూల్ ప్రభుత్వం రాష్ట్ర ప్రజలకు అన్యాయం చేసిందని, బీజేపీ ప్రభుత్వంతో ఆ రోజులు ముగిసిపోతాయని తెలిపారు.

చొరబాటుదారులు, వారికి సహకరించిన వారిపై కఠిన చర్యలు

అంతేగాక కొత్త ప్రభుత్వం చొరబాటుదారులపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవడమే కాకుండా, వారికి నకిలీ గుర్తింపు - మిగతా 2 లో

ఇస్లామాబాద్ వేదికగా ఇరాన్-అమెరికా చర్చలు

- జేడీ వాన్స్ కు స్వాగతం పలికిన షరీఫ్
- శాంతి స్థాపన కోసం అమెరికా-ఇరాన్ శాంతి చర్చలు
- పాక్ ప్రధాని షెహబాజ్‌తో అమెరికా వైస్ ప్రెసిడెంట్ భేటీ
- శాంతి చర్చలకు మధ్యవర్తిత్వం వహిస్తున్న పాకిస్థాన్
- ప్రాంతీయ శాంతి స్థాపనే లక్ష్యంగా ఈ చర్చలు
- భేటీలో పాల్గొన్న జేడీ వాన్స్, జారెడ్ కుష్నర్

ఢిలీ :

పశ్చిమాసియా ప్రాంతంలో శాంతి స్థాపనే లక్ష్యంగా అమెరికా, ఇరాన్ మధ్య కీలక చర్చలకు అంతా సిద్ధమైంది. పాకిస్థాన్ రాజధాని ఇస్లామాబాద్ ఈ చర్చలకు వేదికగా నిలిచింది. ఈ చర్చల ప్రారంభం సందర్భంగా అమెరికా వైస్ ప్రెసిడెంట్ జేడీ వాన్స్, పాకిస్థాన్ ప్రధానమంత్రి - మిగతా 2 లో

2 లో

హర్మూజ్ దాటిన భారత తొలి ఎల్పీజీ ట్యాంకర్ జగ్ విక్రమ్

- అమెరికా-ఇరాన్ తాత్కాలిక కాల్పుల విరమణ తర్వాత ఈ మార్గాన్ని దాటిన తొలి భారత నౌక ఇదే
- పశ్చిమాసియా సంక్షోభంతో నిలిచిపోయిన నౌకా రవాణా పునరుద్ధరణకు ఇది సంకేతం
- ముంబైకి చెందిన గ్రేట్ ఈస్టర్న్ షిప్పింగ్ కంపెనీకి చెందిన ఈ నౌక 20,000 టన్నుల ఎల్పీజీతో ప్రయాణం

2 లో

నేడే తెలంగాణ ఇంటర్ రిజల్ట్స్

- వాట్సాప్ లో రిజల్ట్స్ ఎలా పొందాలంటే..!
- ఇంటర్ రిజల్ట్స్ విడుదలకు అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తి
- వాట్సాప్ సేవలను అందుబాటులోకి తెచ్చిన రాష్ట్ర ఐటీ శాఖ
- 'మీసేవ వాట్సాప్ చాట్‌బాట్' ద్వారా అందుబాటులో ఫలితాలు

బీసీ మహిళల ఉప కోటా కోసం ఢిల్లీని గడగడలాడిస్తాం

2 లో

- తెలంగాణ జాగృతి అధ్యక్షురాలు కల్వకుంట్ల కవిత
- చట్టసభల్లో బీసీ మహిళలకు ఉప కోటా సాధించేంత వరకు విశ్రమించేది లేదన్న కవిత
- మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లులో బీసీ మహిళలు స్థానం కల్పించకపోవడం లేదంటూ కేంద్రంపై ఫైర్
- తాను ఢిల్లీకి వెళ్లి వివిధ పార్టీల నేతలను కలుస్తానని వెల్లడి

జీవన్ రెడ్డి నిర్ణయం సరికాదు పునరాలోచించుకోవాలి

- టీపీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేశ్ కుమార్ గౌడ్
- బీఆర్ఎస్‌లో చేరాలనే జీవన్ రెడ్డి నిర్ణయాన్ని తప్పుపట్టిన మహేశ్ గౌడ్
- కేసీఆర్ అవినీతిపై పోరాడిన జీవన్ రెడ్డి నిర్ణయం చూసి ప్రజలు నవ్వుకుంటున్నారని వ్యాఖ్య
- చిన్నపాటి విభేదాల కారణంగా పార్టీని వీడటం సరైన నిర్ణయం కాదని హితవు
- ఇప్పటికీ ఆయనపై తమకు గౌరవం ఉందన్న మహేశ్ గౌడ్
- కాంగ్రెస్ పార్టీ జీవన్ రెడ్డికి ఎల్లప్పుడూ సముచిత గౌరవం ఇచ్చిందని, కీలక బాధ్యతలు అప్పగించిందన్న మహేశ్ గౌడ్

హైదరాబాద్ :

కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకుడు జీవన్ రెడ్డి బీఆర్ఎస్‌లో చేరాలని తీసుకున్న నిర్ణయంపై టీపీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేశ్ కుమార్ గౌడ్ ఘాటుగా స్పందించారు. దశాబ్దాల కాలంగా కాంగ్రెస్ జెండా మోసిన ఆయన, కేవలం స్థానికంగా ఉన్న చిన్నపాటి విభేదాల కారణంగా పార్టీని వీడటం సరైన నిర్ణయం కాదని హితవు పలికారు. దశాబ్దాల పాటు కేసీఆర్ కుటుంబ పాలన, అవినీతిపై అలుపెరగని పోరాటం చేసిన జీవన్ రెడ్డి, ఇప్పుడు అదే కేసీఆర్ సమక్షంలో గులాబీ కండువా కప్పుకోవడానికి సిద్ధపడటం చూసి రాష్ట్ర ప్రజలు నవ్వుకుంటున్నారని ఎద్దేవా చేశారు. ఇలాంటి చర్యలు ఆయన రాజకీయ స్థాయికి తగవని, నవ్వుల పాలు కావద్దని - మిగతా 2 లో

సంపాదకీయం

'కాల్పుల విరమణ'కు తూట్లు!

ప్రపంచమంతా ఎంతో ఆశగా, ఆత్రంగా ఎదురుచూసిన కాల్పుల విరమణ ఒప్పందం ఇంకా పూర్తి స్థాయిలో అమలు కాకుండానే ముగిసిపోయే ప్రమాదం కనబడుతోంది. తీవ్ర వైషమ్యాలతో కాలుదువ్వుకునే వైరిపక్షాలు యుద్ధ క్షేత్రాన్ని విడిచిపెట్టడం అంత సులభమేమీ కాదు. అందుకే ఒప్పందం కుదిరాక కూడా అక్కడక్కడ పరస్పర దాడులు తప్పవు. కానీ పశ్చిమాసియా పరిస్థితి కాస్త భిన్నమైనది. కాల్పుల విరమణపై తొలుత అమెరికా, ఆ తర్వాత ఇరాన్ ధ్రువీకరించాక, మధ్యవర్తి పాకిస్తాన్ ప్రధాని షెహబాజ్ షరీఫ్ సైతం ప్రకటన చేశారు. ఎప్పుడూ లేనిది ఇజ్రాయెల్ కూడా ఒప్పందాన్ని అంగీక రిస్తున్నట్టు తెలిపింది. కానీ 24 గంటలు గడవకుండానే అందరిదీ తలోమాట అయింది. మధ్యవర్తి పాత్ర పోషించే దేశం దృఢమైన స్వరం వినిపించగలగాలి. అవసరమైతే శాసించగలగాలి. కానీ అమెరికా అప్పులపై ఆధారపడే పాక్ ఆ పని చేయగలదా? ఘర్షణలు నివారించిన ఖ్యాతిని కూడా 'త్యాగం' చేసి, తెరవెనకుండి పాకిస్తాన్ ద్వారా కథ నడిపిస్తున్న చైనా ప్రత్యక్షంగా రంగంలోకి దిగితే అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ ఈ మాదిరి డ్రామాలకు సాహసించేవి కాదు.అసలు పశ్చిమాసియాకు సంబంధించి ఏ ఒప్పందం కుదరాలన్నా అమెరికాను సంతృప్తిపరిస్తే సరిపోదు. ఆ దేశం ఒకటి కాదు... రెండు! అవిభాజ్య కవలల మాదిరిగా వ్యవహరిస్తున్న అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ రెండూ ఒప్పుకుంటే తప్ప ఏదీ సాధ్యపడదు. ఒక్కోసారి ఆ రెండూ కావాలని భిన్న స్వరాలు వినిపిస్తాయి. దీన్ని వ్యూహం అనాలో, చవకబారు ఎత్తుగడగా భావించాలో ఎవరికీ తెలియదు. అమెరికా అవునంటుంది... కాసేపటికి ఇజ్రాయెల్ కాదంటుంది. పర్యవసానంగా అనుకున్నది అమలుకాక అవతలి పక్షం అయోమయంలో పడుతుంది. అమెరికాలో డోనాల్డ్ ట్రంప్ పట్టాభిషేకమయ్యాక ఆయన అల్లుడు జేరెడ్ కుష్నెర్ ద్వారా ఇజ్రాయెల్‌కు చుట్టరికం కలవడంతో పట్టపగ్గా ల్లేకుండా పోయాయి. అందుకే వైట్‌హౌస్‌లో, ట్రంప్‌కు బాగా దగ్గరగావుండే వ్యక్తుల్లో కలకలం మొదలైంది. ఇప్పుడు తోకే కుక్కను ఆడిస్తోందన్న రీతిలో వ్యవహారం ముదిరింది.కనుకనే ఒప్పందంపై తొలుత ప్రకటించిన ట్రంప్ లెబనాన్‌పై దాడులు సాగుతున్నా నిమ్మకు నీరెత్తినట్టు ఉండిపోయారు. అటు తర్వాత ఒప్పందంలో లెబనాన్ ప్రస్తావన లేదని బుకాయించటం మొదలుపెట్టారు. ఇరాన్ 10 అంశాల ముసాయిదా కొత్తదేమీ కాదు. దురాక్రమణకు ముందే ఇరాన్ దాన్ని ప్రతిపాదించింది. అప్పట్లో అది ట్రంప్‌కు నచ్చలేదు. ఇక ఇరాన్ ఎంతకూ లొంగకపోవటం, చమురు ధరలు ఆకాశాన్నంటడంతో కొంపమునుగుతుందని అర్థమై అది ఆచరణయోగ్యమేనని అంగీకరించక తప్పలేదు. తన కూటమిలోని ఇజ్రాయెల్‌పై ఇరాన్ దాడి చేయరాదంటున్న ట్రంప్... ఆ దేశానికి మద్దతుగా నిలబడిన లెబనాన్‌లో మాత్రం ఇజ్రాయెల్ ఊచకోత కొనసాగించటం సబబేనంటున్నారు. ఇది మర్కట తర్కం కాదా? కాల్పుల విరమణ ఒప్పందం అనంతరం ఉత్సవం చేసుకుంటున్న జనంపై పది నిమిషాలపాటు ఏకధాటిగా సాగించిన కాల్పుల్లో 250 మందికిపైగా మరణించారు. మరో 1,000 మంది గాయపడ్డారు.కాల్పుల విరమణ ప్రకటించాక అంతవరకూ 119 డాలర్లుగావున్న బ్యారెల్ ముడి చమురు ధర 94 డాలర్లకు చేరింది. కానీ ఇజ్రాయెల్ హంతక దాడులతో అదికాస్తా మళ్లీ 97కు పెరిగింది. అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ కపట నాటకాలు కట్టిపెడితే తప్ప ప్రపంచం ప్రశాంతంగా మనుగడ సాగించలేదు. అది జరగాలంటే ఆ రెండు దేశాల్లోని ప్రజలతో పాటు ప్రపంచ దేశాలన్నీ ఒత్తిడి తీసుకురావాలి. ప్రపంచం సంక్షోభం అంచుల్లో ఉంది. ఇరాన్ ఇప్పటికే యుద్ధంవల్ల సమస్తం కోల్పోయింది. 3,000 మంది పౌరులు మరణించగా, లక్షలాది జనావాసాలు శిథిలాలుగా మారాయి. మౌలిక సదుపాయాలన్నీ ధ్వంస మయ్యాయి. ఇరాన్ శక్తిమేరకు ప్రతీకార దాడులు చేస్తూ దురాక్రమణకు దిగిన ఆ రెండు దేశాలతోపాటు, వాటికి సహకరిస్తున్న ఇరుగు పొరుగు దేశాలను సైతం దెబ్బతీయగలిగింది. పశ్చిమాసియాలో ఇంతకుమించి మరేం జరగకూడదనుకునే దేశాలు ఇక తటస్థ అవతారాలు చాలించి నిక్కచ్చిగా వ్యవహరించాలి. ఎన్ని లోటుపాట్లున్నా ఈ ఒప్పందం కొనసాగేలా చూడాలి. శుక్రవారం జరిగే చర్చలు ఫలవంతం కావాలి. లేనట్టయితే చరిత్ర క్షమించదు.

మాజీ మంత్రి గుడివాడ అమర్‌నాథ్‌కు 6 నెలల జైలు శిక్ష !

మొదటిపేజీ తరువాయి – వైసీపీ నేత, మాజీ మంత్రి గుడివాడ అమర్‌నాథ్‌కు విశాఖపట్నం కోర్టు షాక్ ఇచ్చింది. పదేళ్ల కిందటి కేసులో ఆయనకు ఆరు నెలల జైలు శిక్షతో పాటు రూ. 5 వేల జరిమానా విధిస్తూ తీర్పు వెలువరించింది. ఈ తీర్పుపై హైకోర్టులో అప్పీల్ చేయనున్నట్లు అమర్‌నాథ్ తెలిపారు.వివరాల్లోకి వెళితే... విశాఖపట్నం కేంద్రంగా ప్రత్యేక రైల్వే జోన్ ఏర్పాటు చేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ 2016 ఏప్రిల్‌లో గుడివాడ అమర్‌నాథ్ జీవీఎంసీ గాంధీ విగ్రహం వద్ద ఆమరణ నిరాహార దీక్ష చేపట్టారు. విభజన చట్టంలో ఇచ్చిన హామీని నిలబెట్టుకోవాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. నాలుగు రోజుల పాటు దీక్ష కొనసాగించడంతో ఆయన ఆరోగ్యం క్షీణించింది.ఈ క్రమంలో పోలీసులు ఆయనను బలవంతంగా కింగ్ జార్జ్ ఆసుపత్రికి తరలించారు. ఈ ఘటనపై అప్పట్లో విశాఖ టూటౌన్ పోలీసులు అమర్‌నాథ్‌పై ఆత్మహత్యాయత్నం కింద కేసు నమోదు చేశారు. అప్పటి నుంచి ఈ కేసు విచారణ కొనసాగుతోంది.తాజాగా ఈ కేసుపై విచారణ పూర్తి చేసిన విశాఖపట్నం రెండో అదనపు ప్రధాన న్యాయస్థానం న్యాయమూర్తి వరలక్ష్మి, అమర్‌నాథ్‌ను దోషిగా నిర్ధారిస్తూ తీర్పు వెలువరించారు. తమ పోరాటం వల్లే విశాఖకు రైల్వే జోన్ వచ్చిందని, కోర్టు తీర్పుపై ఉన్నత న్యాయస్థానాన్ని ఆశ్రయిస్తామని అమర్‌నాథ్ పేర్కొన్నారు.

బెంగాల్ ఉత్సాహం గుజరాత్‌లోనూ చూడలేదు

మొదటిపేజీ తరువాయి – పత్రాలు సృష్టించి ఇక్కడ స్థిరపడటానికి సహాయం చేసిన వారిని కూడా వదిలిపెట్టబోమని మోదీ హెచ్చరించారు. కాగా, పశ్చిమ బెంగాల్‌లో ఏప్రిల్ 23, 29 తేదీల్లో రెండు దశల అసెంబ్లీ ఎన్నికలు జరగనుండగా, మే 4న ఫలితాలు వెలువడనున్నాయి.

ఇస్లామాబాద్ వేదికగా ఇరాన్-అమెరికా చర్చలు

మొదటిపేజీ తరువాయి – ముహమ్మద్ షెహబాజ్ షరీఫ్‌తో శనివారం సమావేశమయ్యారు.ఈ భేటీలో వాన్స్‌తో పాటు అమెరికా ప్రత్యేక ప్రతినిధి స్టీవ్ విట్‌కాఫ్, జారెడ్ కుష్నర్ పాల్గొన్నారు. ప్రధాని షరీఫ్‌కు సహాయకులుగా ఉప ప్రధాని, విదేశాంగ మంత్రి ఇషాక్ దార్, అంతర్గత వ్యవహారాల మంత్రి మోహసిన్ రజా నఖ్వీ హాజరయ్యారు. ఇరు దేశాల ప్రతినిధులు నిర్మాణాత్మక ధోరణితో చర్చల్లో పాల్గొనేందుకు ముందుకు రావడం పట్ల పాక్ ప్రధాని ప్రశంసించారు.ఈ చర్చలు ఈ ప్రాంతంలో సుస్థిర శాంతికి ఒక మెట్టుగా నిలుస్తాయని షెహబాజ్ షరీఫ్ ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. శాంతి పునరుద్ధరణ కోసం ఇరు దేశాలకు తమ సహకారం ఎల్లప్పుడూ కొనసాగుతుందని ఆయన పునరుద్ఘాటించారు. అంతర్జాతీయంగా ఉత్కంఠ రేపుతున్న ఈ చర్చల ద్వారా శాంతియుత పరిష్కారం లభిస్తుందని పలు దేశాలు ఆశిస్తున్నాయి.

జీవన్ రెడ్డి నిర్ణయం సరికాదు పునరాలోచించుకోవాలి

మొదటిపేజీ తరువాయి – సూచించారు.కాంగ్రెస్ పార్టీ జీవన్ రెడ్డికి ఎల్లప్పుడూ సముచిత గౌరవం ఇచ్చిందని, కీలక బాధ్యతలు అప్పగించిందని మహేశ్ కుమార్ గౌడ్ ఈ సందర్భంగా గుర్తు చేశారు. వ్యక్తిగత అసంతృప్తి కంటే పార్టీ సిద్ధాంతాలే ముఖ్యమని, ఇన్నేళ్ల రాజకీయ అనుబంధాన్ని తెంచుకోవడం తనను ఆశ్చర్యానికి గురిచేసిందని పేర్కొన్నారు. పార్టీ వీడినప్పటికీ ఆయనపై తమకు వ్యక్తిగత గౌరవం ఉందని, అయితే ఇప్పటికైనా తన నిర్ణయంపై పునరాలోచించుకోవాలని ఆయన కోరారు. ఒకవేళ జీవన్ రెడ్డి తన మనసు మార్చుకుని వెనక్కి తగ్గితే అది ఆయన రాజకీయ భవిష్యత్తుకు, పార్టీకి మేలు చేస్తుందని అన్నారు. రాజకీయాల్లో ఆవేశం కంటే ఆలోచన ముఖ్యమని, ఆయన తప్పుడు దారిలో వెళుతున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.

అమరావతే సరైన సమాధానం

మొదటిపేజీ తరువాయి – అనవసరమని ఆయన తేల్చిచెప్పారు. మంగళగిరిలోని పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయం ఎన్టీఆర్ భవన్‌లో జరిగిన తెలుగుదేశం నాయకుల శిక్షణా తరగతుల్లో సీఎం స్వయంగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మీడియాతో, పార్టీ శ్రేణులతో ఆయన పలు ఆసక్తికర విషయాలు పంచుకున్నారు.

లక్ష కోట్ల నిధి అమరావతి! : అమరావతి భవిష్యత్తుపై ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు స్పష్టమైన విజన్‌ను వివరించారు. రాజధాని అమరావతి అనేది ఒక స్వయం ఆర్థికాభివృద్ధి (సెల్ఫ్ ఫైనాన్స్) ప్రాజెక్టు అని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఇక్కడ ప్రభుత్వానికి ఏకంగా 5 వేల ఎకరాల ల్యాండ్ బ్యాంక్ ఉందన్నారు. ప్రస్తుత మార్కెట్ రేట్ల ప్రకారం ఎకరం రూ. 10 కోట్లు విలువ వేసుకున్నా, ఆ భూమి మొత్తం విలువ రూ. 50 వేల కోట్లు అవుతుందని లెక్కలు చెప్పారు. భవిష్యత్తులో ఎకరం రూ. 20 కోట్లకు చేరితే, ఆ భూమి విలువ ఏకంగా లక్ష కోట్లకు చేరుతుందని వివరించారు. అమరావతి గురించి, ఇటువంటి వాస్తవాలు తెలియని వారు చేసే విమర్శలను అస్సలు పట్టించుకోవాల్సిన అవసరం లేదన్నారు.

హైదరాబాద్ మోడల్ : అభివృద్ధి అనేది ఒకరోజుతో ఆగిపోయేది కాదని, అదొక నిరంతర ప్రక్రియ అని సీఎం తేల్చిచెప్పారు. హైదరాబాద్, బెంగళూరు నగరాలు నిరంతరం విస్తరిస్తూనే ఉన్నాయని గుర్తుచేశారు. ఔటర్ రింగ్ రోడ్డు, ఎయిర్ పోర్ట్, ఐటీ, నాలెడ్జ్ ఎకానమీ అన్నీ హైదరాబాద్ ఆదాయాన్ని అమాంతం పెంచాయన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర మొత్తం ఆదాయంలో 70 శాతం కేవలం హైదరాబాద్ నుంచే వస్తోందని తెలిపారు. తలసరి ఆదాయంలో తెలంగాణ దేశంలోనే తొలి స్థానంలో ఉందంటే, దానికి కారణం హైదరాబాద్ నగరమేనని స్పష్టం చేశారు. సైబరాబాద్ వల్ల హైదరాబాద్ నేటికీ అభివృద్ధి చెందుతూనే ఉందన్నారు. రాజధాని అమరావతి కూడా అచ్చం ఇదే హైదరాబాద్ తరహాలో అభివృద్ధి చెందుతుందని సీఎం విశ్వాసం వ్యక్తం చేశారు.

కార్యకర్తల కోసం ప్రత్యేకంగా 'ఈ3' కార్యక్రమం : పార్టీ కోసం అహర్నిశలు కష్టపడే నేతలు, కార్యకర్తల ఆర్థిక బలోపేతానికి సీఎం చంద్రబాబు ఒక కీలక ప్రకటన చేశారు. నీతి, నిజాయితీలతో కార్యకర్తలను ఆర్థికంగా నిలబెట్టేందుకు 'ఈ3' (ఎథికల్ ఎకనమిక్ ఎంపవర్‌మెంట్) కార్యక్రమాన్ని అమలు చేస్తామన్నారు. సొంత కుటుంబం కోసం తాను ఎలా ఆలోచిస్తానో, తన టీడీపీ కుటుంబం కోసం కూడా అదే విధంగా ఆలోచిస్తున్నానని సీఎం భరోసా ఇచ్చారు.

క్లీన్ పాలిటిక్స్, పాజిటివ్ ఓట్లు : ఎన్టీఆర్ భవన్‌లో శిక్షణ తీసుకుంటున్న నేతలు, కార్యకర్తలతో సీఎం చంద్రబాబు కాఫీ తాగుతూ ముచ్చటించారు. వారికి పలు సూచనలు చేశారు. రాష్ట్రంలో క్లీన్ అండ్ గ్రీన్ చేపట్టామని, క్లీన్ ఎనర్జీని ఎంకరేజ్ చేస్తున్నామన్నారు. అదేవిధంగా క్లీన్ పాలిటిక్స్ కూడా చేస్తున్నామన్నారు. క్లీన్ పాలిటిక్స్‌కు కేరాఫ్ అడ్రస్‌గా టీడీపీని నిలిపేలా కార్యకర్తలంతా పనిచేయాలని పిలుపునిచ్చారు.నాయకులు పాజిటివ్ పాలిటిక్స్ చేయాలని, పాజిటివ్ ఓట్లు పెంచుకోవాలని సూచించారు. గతానికంటే టీడీపీ ఓట్ బ్యాంక్ మరింతగా పెరగాలని ఆకాంక్షించారు. ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను విస్తృతంగా ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లాలన్నారు. రాష్ట్రం కోసం ప్రభుత్వం పడుతున్న కష్టాన్ని కూడా ప్రజలకు అర్థమయ్యేలా వివరించాలని దిశానిర్దేశం చేశారు. క్షేత్రస్థాయిలో పథకాల అమలు తీరుపై నాయకులు, కార్యకర్తల నుంచి ఆయన ఫీడ్‌బ్యాక్ తీసుకున్నారు. ప్రత్యర్థి పార్టీల దుర్మార్గాలను సామాన్య కార్యకర్త సైతం మెరుగ్గా విశ్లేషించేలా రాజకీయ అవగాహన పెంచుకోవాలని సూచించారు.

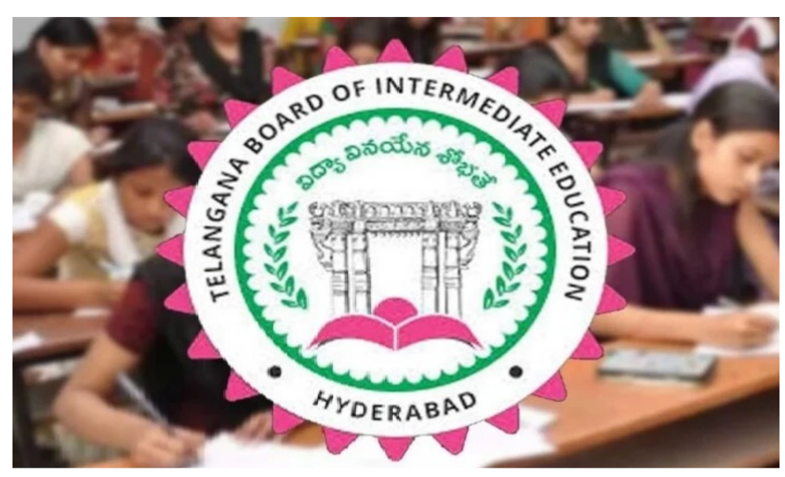
టీడీపీ కార్యాలయంలో శిక్షణా తరగతులు

మొదటిపేజీ తరువాయి - ముఖ్యమంత్రి, టీడీపీ అధినేత చంద్రబాబు పార్టీ యంత్రాంగాన్ని క్షేత్రస్థాయి నుంచి బలోపేతం చేసే ప్రక్రియకు శ్రీకారం చుట్టారు. పార్టీ కార్యకర్తలకు దిశానిర్దేశం చేస్తూ, వారిలో నూతనోత్సాహం నింపుతున్నారు. అమరావతిలోని టీడీపీ కేంద్ర కార్యాలయంలో నిర్వహిస్తున్న శిక్షణా తరగతులకు ఆయన క్రమం తప్పకుండా హాజరవుతూ పార్టీ శ్రేణులకు ఆదర్శంగా నిలుస్తున్నారు. అదే సమయంలో, పార్టీ శ్రేణులకు భవిష్యత్ కార్యాచరణపై స్పష్టత ఇస్తున్నారు. ఈ సందర్భంగా కార్యకర్తల ఆర్థిక స్వావలంబన కోసం 'ఈ3' (ఎథికల్ ఎకనమిక్ ఎంపవర్‌మెంట్) అనే ప్రత్యేక కార్యక్రమాన్ని ఆయన ప్రకటించారు.పార్టీ సీనియర్ నేతల ఆధ్వర్యంలో జరుగుతున్న ఈ శిక్షణా శిబిరాల్లో చంద్రబాబు చాలా చురుగ్గా పాల్గొంటున్నారు. శిక్షణ తీసుకుంటున్న నేతలు, కార్యకర్తలతో కలిసి కాఫీ తాగుతూ, వారితో నేరుగా సంభాషిస్తున్నారు. ఈ సందర్భంగా రాజకీయ, పరిపాలన అంశాలపై తన సుదీర్ఘ అనుభవాన్ని పంచుకుంటున్నారు. గతానుభవాలు, ప్రస్తుత ప్రభుత్వ సంక్షేమ, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు, భవిష్యత్ ప్రణాళికలను వారికి వివరిస్తున్నారు. క్షేత్రస్థాయిలో పథకాల అమలు తీరుపై కార్యకర్తల నుంచి నేరుగా ఫీడ్‌బ్యాక్ స్వీకరిస్తున్నారు.ఈ సందర్భంగా చంద్రబాబు మాట్లాడుతూ.. "క్లీన్ అండ్ గ్రీన్, క్లీన్ ఎనర్జీని ప్రోత్సహిస్తున్న మనం, క్లీన్ పాలిటిక్స్ కూడా చేస్తున్నాం. క్లీన్ పాలిటిక్స్‌కు కేరాఫ్ అడ్రస్‌గా టీడీపీని నిలిపేలా ప్రతి కార్యకర్త పనిచేయాలి. పాజిటివ్ పాలిటిక్స్ చేస్తూ, పాజిటివ్ ఓట్లు పెంచుకోవాలి. గతంలో కంటే టీడీపీ ఓటు బ్యాంకు పెరగాలి," అని పిలుపునిచ్చారు. ప్రభుత్వం పడుతున్న కష్టాన్ని కూడా ప్రజలకు అర్థమయ్యేలా చెప్పాలని సూచించారు. కార్యకర్తల ఆర్థిక బలోపేతంపై ప్రత్యేకంగా దృష్టి సారించినట్లు సీఎం తెలిపారు. "పార్టీ నేతలు, కార్యకర్తల కోసం ఈ3 ప్రోగ్రాం తీసుకొస్తాం. నీతి, నిజాయతీలతో కార్యకర్తలను ఆర్థికంగా బలోపేతం చేసేందుకు 'ఎథికల్ ఎకనమిక్ ఎంపవర్‌మెంట్' కార్యక్రమం చేపడతాం" అని హామీ ఇచ్చారు. "నా కుటుంబం కోసం ఏ విధంగా ఆలోచించానో, టీడీపీ కుటుంబం కోసం కూడా అదే విధంగా ఆలోచిస్తున్నాను" అని ఆయన పేర్కొనడం కార్యకర్తల్లో కొత్త ఉత్సాహాన్ని నింపింది. ప్రత్యర్థి పార్టీల తీరును సమర్థంగా విశ్లేషించేలా అవగాహన పెంచుకోవాలని కూడా ఆయన దిశానిర్దేశం చేశారు.

హర్మూజ్ దాటిన భారత తొలి ఎల్పీజీ ట్యాంకర్ జగ్ విక్రమ్

మొదటిపేజీ తరువాయి - పశ్చిమాసియాలో ఉద్రిక్తతలు తాత్కాలికంగా చల్లారడంతో నిలిచిపోయిన నౌకా రవాణా నెమ్మదిగా సాధారణ స్థితికి వస్తోంది. ఇందులో భాగంగా భారత 'జగ్ విక్రమ్' అనే ఎల్పీజీ ట్యాంకర్ కీలకమైన హర్మూజ్ జలసంధిని సురక్షితంగా దాటింది. అమెరికా, ఇరాన్ మధ్య కాల్పుల విరమణ ఒప్పందం తర్వాత ఈ మార్గంలో ప్రయాణించిన తొలి భారత నౌక ఇదే కావడం గమనార్హం .షిప్-ట్రాకింగ్ డేటా ప్రకారం... ఈ ట్యాంకర్ ఈరోజు మధ్యాహ్నానికి ఇది ఒమన్ సింధుశాఖలోకి ప్రవేశించి, తూర్పు దిశగా తన ప్రయాణాన్ని కొనసాగిస్తున్నట్లు తెలిసింది. ముంబైకి చెందిన గ్రేట్ ఈస్టర్న్ షిప్పింగ్ కంపెనీ యాజమాన్యంలోని ఈ నౌక, దాదాపు 20,000 టన్నుల ఎల్పీజీని రవాణా చేస్తున్నట్లు వాణిజ్య వర్గాలు అంచనా వేస్తున్నాయి.పశ్చిమాసియా సంక్షోభం తీవ్రస్థాయిలో ఉన్నప్పుడు హర్మూజ్ జలసంధి ప్రాంతంలో దాదాపు 28 భారత నౌకలు చిక్కుకుపోయాయి. మార్చి ఆరంభం నుంచి ఇప్పటివరకు 9 నౌకలు పర్షియన్ గల్ఫ్ నుంచి బయటపడగా, మరో 15 భారత నౌకలు ఇంకా సురక్షిత మార్గం కోసం ఎదురుచూస్తున్నాయి.ప్రపంచ చమురు, గ్యాస్ రవాణాలో హర్మూజ్ జలసంధి అత్యంత కీలకమైంది. ఈ మార్గంలో అంతరాయం ఏర్పడితే భారత్ వంటి దిగుమతులపై ఆధారపడిన దేశాలపై తీవ్ర ప్రభావం పడుతుంది. జగ్ విక్రమ్ ప్రయాణం ఇంధన సరఫరాపై ఆందోళనలను కొంత తగ్గించినప్పటికీ, పలు నౌకలు ఇంకా చిక్కుకొని ఉండటంతో పరిస్థితి పూర్తిగా చక్కబడలేదని నిపుణులు విశ్లేషిస్తున్నారు.

నేడే తెలంగాణ ఇంటర్ రిజల్ట్స్



మొదటిపేజీ తరువాయి – ఇంటర్ ప్రథమ, ద్వితీయ సంవత్సర ఫలితాలను ఏప్రిల్ 12న (రేపు) విడుదల చేసేందుకు తెలంగాణ ఇంటర్మీడియట్ బోర్డు అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తి చేసింది. ఈ ఏడాది విద్యార్థుల సౌకర్యార్థం ప్రభుత్వం ఒక వినూత్నమైన డిజిటల్ సేవను అందుబాటులోకి తెచ్చింది.ఫలితాల విడుదల సమయంలో వెబ్‌సైట్లు మొరాయించినా లేదా ఇంటర్నెట్ నెమ్మదిగా ఉన్నా, విద్యార్థులు ఎటువంటి ఇబ్బంది లేకుండా తమ వాట్సాప్ ద్వారా నేరుగా మార్కులను తెలుసుకోవచ్చు. మంత్రి శ్రీధర్ బాబు నేతృత్వంలోని ఐటీ శాఖ గతేడాది ప్రారంభించిన 'మీసేవ వాట్సాప్ చాట్‌బాట్' ఇప్పుడు ఇంటర్ ఫలితాలను కూడా అందించబోతోంది.

వాట్సాప్ ద్వారా ఫలితాలు పొందే విధానం:

ముందుగా మీ మొబైల్‌లో 8096 95 8096 నంబర్‌ను సేవ్ చేసుకోండి.
వాట్సాప్ ఓపెన్ చేసి ఆ నంబర్‌కు 'Hi' అని మెసేజ్ పంపండి.
వచ్చే రిప్లైలో 'మెనూ' పై క్లిక్ చేసి BIE Elam Result ఆప్షన్‌ను ఎంచుకోండి.
అనంతరం 'హజూవఅ ూవతీఱఅఎవ' బటన్ నొక్కండి.
అక్కడ మీ హాల్ టికెట్ నంబర్, సంవత్సరం వివరాలను ఎంటర్ చేయండి.
సమర్పించిన వెంటనే మీ ఫలితం మరియు మార్కుల వివరాలు స్క్రీన్‌పై కనిపిస్తాయి.

బీసీ మహిళల ఉప కోటా కోసం ఢిల్లీని గడగడలాడిస్తాం

మొదటిపేజీ తరువాయి – మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే ఆశయాల స్ఫూర్తితో చట్టసభల్లో బీసీ మహిళలకు ఉప కోటా సాధించే వరకు విశ్రమించే ప్రసక్తే లేదని తెలంగాణ జాగృతి అధ్యక్షురాలు కల్వకుంట్ల కవిత స్పష్టం చేశారు. పూలే జయంతి వేడుకల సందర్భంగా బంజారాహిల్స్‌లోని జాగృతి కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న ఆమె, మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లులో బీసీ మహిళలకు స్థానం కల్పించక పోవడంపై కేంద్ర ప్రభుత్వంపై విరుచుకుపడ్డారు. బీసీ మహిళలకు ఉప కోటా ఇవ్వకపోవడం అంటే పాలకులకు ఆ వర్గాల పట్ల గౌరవం లేదని అర్థమని, కేంద్రం వెన్నులో వణుకు పుట్టేలా మరోసారి పూలే పుట్టారా అన్నట్లుగా జాగృతి ఆధ్వర్యంలో ఉద్ధృత పోరాటం చేస్తామని ఆమె హెచ్చరించారు.పార్లమెంట్‌లో ఈ నెల 16 నుంచి 18వ తేదీ వరకు మహిళా బిల్లుపై జరగనున్న చర్చా సమయంలో తాను స్వయంగా ఢిల్లీకి వెళ్లి వివిధ రాజకీయ పార్టీల నేతలను కలుస్తానని కవిత వెల్లడించారు. కేవలం మెజారిటీ ఉందన్న అహంకారంతో బీసీలకు అన్యాయం చేస్తూ బిల్లును ఆమోదిస్తే ఊరుకునేది లేదని తేల్చిచెప్పారు. మరోవైపు రాష్ట్రంలో పూలే విగ్రహ ఏర్పాటు విషయంలో ప్రభుత్వం అనుసరిస్తున్న జాప్యాన్ని ఆమె తీవ్రంగా ఖండించారు. అసెంబ్లీ ప్రాంగణంలో పూలే విగ్రహం పెట్టాలని డిమాండ్ చేస్తే... ట్యాంక్ బండ్ వద్ద పెడతామని చెప్పి, ఇప్పటికీ పనులు పూర్తి చేయలేదని మండిపడ్డారు. కనీసం అంబేద్కర్ జయంతి నాటికైనా ఆ పనులను పూర్తి చేయాలని డిమాండ్ చేశారు.విద్యుత్ శాఖలో పనిచేస్తున్న ఆర్టిజన్ల సమస్యలపై కూడా కవిత ఈ సందర్భంగా గళమెత్తారు. వారి క్రమబద్ధీకరణ కోసం జరుగుతున్న పోరాటానికి జాగృతి పూర్తి మద్దతు ఇస్తుందని, కొత్తగూడెంలో జరుగుతున్న ఆందోళనల్లో తమ నాయకులు పాల్గొంటారని ప్రకటించారు. గతంలో ఆర్టిజన్ల వేతనాలు పెంచడంలో జాగృతి కీలక పాత్ర పోషించిందని గుర్తు చేస్తూ, ఇప్పుడు వారిపై ప్రభుత్వం చర్యలకు దిగాలని చూడటం సరికాదన్నారు. పూలే చూపిన సామాజిక న్యాయం బాటలో నడుస్తూ అణగారిన వర్గాల హక్కుల కోసం అహర్నిశలు శ్రమించడమే ఆయనకు ఇచ్చే అసలైన నివాళి అని ఆమె కార్యకర్తలకు పిలుపునిచ్చారు.

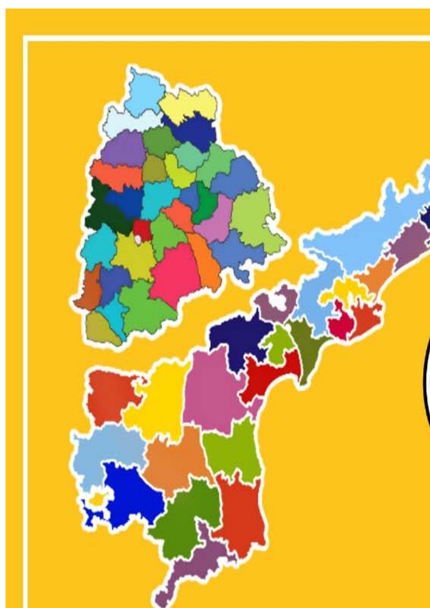
కీసర టోల్‌ప్లాజా వద్ద ఘోర ప్రమాదం

కారుపై బోల్తా పడిన ట్యాంకర్.. న్యాయవాది మృతి

ఎన్టీఆర్ జిల్లా కంచికచర్ల మండలం కీసర టోల్‌ప్లాజా వద్ద శనివారం ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం చోటుచేసుకుంది. బ్రేకులు విఫలం కావడంతో ఓ సిమెంట్ ట్యాంకర్ అదుపుతప్పి బీఎండబ్ల్యూ కారుపై బోల్తా పడింది. ఈ దుర్ఘటనలో కారులో ప్రయాణిస్తున్న ఓ న్యాయవాది అక్కడికక్కడే మృతి చెందారు.వివరాల్లోకి వెళితే, హైదరాబాద్ వైపు వెళుతున్న సిమెంట్ ట్యాంకర్ కీసర టోల్‌ప్లాజా సమీపంలోకి రాగానే బ్రేకులు పని చేయలేదు. దీంతో అదుపుతప్పిన ట్యాంకర్, ముందు వెళుతున్న కారు మీదకు దూసుకెళ్లి బోల్తా పడింది. భారీ ట్యాంకర్ కింద కారు పూర్తిగా నుజ్జునుజ్జయింది. సమాచారం అందుకున్న పోలీసులు, స్థానికులు వెంటనే ఘటనా స్థలానికి చేరుకుని సహాయక చర్యలు చేపట్టారు.ట్యాంకర్‌ను తొలగించేందుకు క్రేన్లు, జేసీబీలను రంగంలోకి దించారు. సుమారు గంటపాటు శ్రమించి ట్యాంకర్‌ను పక్కకు తీసి, కారులో ఇరుక్కుపోయిన మృతదేహాన్ని వెలికితీశారు. వాహన రిజిస్ట్రేషన్ ఆధారంగా కారు యజమాని హైదరాబాద్‌లోని ఎల్లారెడ్డిగూడకు చెందిన హైకోర్టు న్యాయవాది బొద్దులూరి శ్రీనివాసరావుగా పోలీసులు గుర్తించారు.ప్రమాదానికి కారణమైన ట్యాంకర్ డ్రైవర్‌ను పోలీసులు అదుపులోకి తీసుకున్నారు. బ్రేకులు ఫెయిల్ అవ్వడమే ప్రమాదానికి ప్రాథమిక కారణమని భావిస్తున్నారు. ఈ ఘటనపై కేసు నమోదు చేసుకుని దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు పోలీసులు తెలిపారు.

మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే జయంతి వేడుకలలో పాల్గొన్న విఠల్ నాయక్

ఉప్పల్,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:- మేడ్చల్ మల్కాజ్గిరి జిల్లా వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ వైస్ చైర్మన్ శ్రీ విఠల్ నాయక్ కాప్రా డివిజన్ కాంగ్రెస్ నాయకులతో కలిసి మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలే జయంతి వేడుకలో పాల్గొన్నారు.ఈ సందర్భంగా విఠల్ నాయక్ మాట్లాడుతూ., మహాత్మ జ్యోతిరావు జయంతిని పురస్కరించుకుని కాప్రా డివిజన్ నాయకులతో కాంగ్రెస్ కలిసి సైనిక్పురి లోని మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలే విగ్రహానికి పూలమాలలు వేయడం జరిగిందన్నారు. మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలే గొప్ప సంఘసంస్కర్త అని, స్త్రీ విద్యా హక్కుల కోసం, కుల నిర్మూలన కోసం పోరాటం చేశారన్నారు. బాల్య వివాహాలను అడ్డుకొని, వితంతు వివాహం ప్రోత్సహించారు. మూఢ విశ్వాసాలను వ్యతిరేకించారని కొనియాడారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాప్రా డివిజన్ సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకులు తన్నీరు శ్రీహరి, జి.సత్యనారాయణ, అల్లం రాకేష్ యాదవ్,టిల్లు యాదవ్ తోటకూర శ్రీకాంత్,కె రాజు మరియు కాప్రా డివిజన్ యూత్ కాంగ్రెస్ నాయకులు బి మనోజ్ కుమార్, విజయ్, దయాకర్,శశి, కన్నా, భరత్ తదితరులు పాల్గొని మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలే విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు.


www.akshratimes.com
తెలుగు దినపత్రిక
అక్షర టైమ్స్
మా అక్షరం ప్రజల పక్షం
గ్రేటర్ హైదరాబాద్, ఈస్ట్ గోదావరి, కాకినాడ జిల్లా, వెస్ట్ గోదావరి, ఏలూరు జిల్లా

పురోగతి దిశగా సొసైటీ అడుగులు

- రిలే నిరాహారదీక్ష విరమణ

కాకినాడ,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్: కాకినాడలోని “దీ జయలక్ష్మి ఎంఏఎం కోఆపరేటివ్ సొసైటీ లిమిటెడ్ వెల్ఫేర్ మెంబర్స్ అసోసియేషన్” చేపట్టిన రిలే నిరాహార దీక్షను నిమ్మరసం ఇచ్చి సొసైటీ చైర్మన్ జీ.త్రినాధరావు విరమింపజేశారు.ప్రభుత్వం నుంచి అందిన హామీ మేరకు మోసపోయిన డిపాజిటర్లకు న్యాయం జరుగుతుందని, వారి వయస్సు మరియు పరిస్థితులను దృష్టిలో ఉంచుకుని దీక్షలకు దిగవద్దని చైర్మన్ సూచించారు. అధిక వడ్డీ ఆశతో లక్షల రూపాయలు పెట్టుబడి పెట్టి నష్టపోయిన బాధితులకు ప్రభుత్వం దశలవారీగా నిధులు విడుదల చేస్తుందని తెలిపారు.కొత్తగా ఏర్పడిన పాలక కమిటీ ఈ సమస్య పరిష్కారానికి తీవ్రంగా కృషి చేస్తోందని పీవీ రమణమూర్తి, సిహెచ్ఎస్ సుబ్బారావు తెలిపారు.డిపాజిటర్లకు జరిగిన అన్యాయం గురించి పత్రికా సమావేశం ద్వారా విస్తృతంగా చర్చించి పరిష్కారం దిశగా చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు వారు పేర్కొన్నారు. శనివారం మధ్యాహ్నం జరిగిన పత్రికా సమావేశంలో పాత కోఆపరేటివ్ సొసైటీ పాలకవర్గం చేసిన అన్యాయాలను నూతన సొసైటీ పాలక కమిటీ తీవ్రంగా ఖండించింది. సీఐడీ ఇప్పటికే సుమారు 300 కోట్ల రూపాయల విలువైన ఆస్తులను అటాచ్ చేసినట్లు వెల్లడించారు. ఆస్తులకు జియోట్యాగింగ్ నిర్వహించడంతో పాటు, సుమారు రూ. 7.20 కోట్ల నిధులను సేకరించి, కేసుల కోసం ఏడుగురు న్యాయవాదులను నియమించి ఫీజులు చెల్లిస్తున్నామని తెలిపారు. గత ఆరు నెలలుగా జీతాలు లేకపోయినా, కార్యాలయ నిర్వహణకు ఇబ్బందులు ఉన్నప్పటికీ, వ్యక్తిగత ప్రయోజనాలను పక్కన పెట్టి నూతన సొసైటీ అభివృద్ధి దిశగా కృషి కొనసాగిస్తున్నామని డైరెక్టర్స్ బోర్డు వెల్లడించింది. డిపాజిటర్లకు మేలు చేసే దిశగా పనిచేస్తున్న నూతన పాలక కమిటీపై కొందరు అల్లరి గుంపులు అర్థరహిత ఆరోపణలు చేస్తూ అపోహలు సృష్టిస్తున్నారని, అలాంటి చర్యలను చైర్మన్ తీవ్రంగా ఖండించారు. పారదర్శకతతో, క్రమబద్ధంగా సమస్య పరిష్కారం కోసం రాజకీయ నాయకులు మరియు సంబంధిత అధికారులతో కలిసి కమిటీ పనిచేస్తోందని తెలిపారు. డిపాజిటర్లు అసత్య ప్రచారాలను నమ్మకుండా, అపోహలకు లోనుకాకుండా ఉండాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. అలాగే, ఏప్రిల్ 16న డీసీఓతో కీలక సమావేశం జరగనుందని చైర్మన్ పేర్కొన్నారు.

అడ్డుగోలుగా గిరిజన సంపాదన పైన కన్నేసిన కందుకూరు టిడిపి ఎమ్మెల్యే నాగేశ్వరరావు

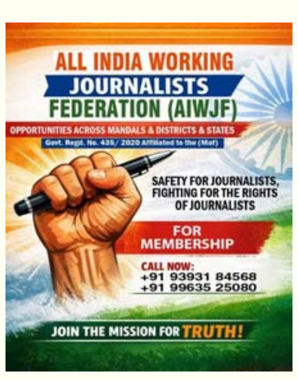
- అధికారం అండతో తప్పుడు డాక్యుమెంట్స్ సృష్టించిన ఎమ్మెల్యే
- సబ్ లీజ్ రాయటం చట్టబద్ధమా,కాదా
- సూపర్వైజర్ ని బెదిరించిన కందుకూరు టిడిపి ఎమ్మెల్యే అనుచరులు
- కందుకూరు టిడిపి ఎమ్మెల్యే నాగేశ్వరరావు, మేనల్లుడు వేణు గోపాల్ పైన కేస్ నమోదు చేయాలని పార్టనర్ సురేంద్ర డిమాండ్

రంపచోడవరం,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:- ప్రతినిధి సురేష్ చంద్ర : రంపచోడవరం మండలం చుప్పరిపాలెం గ్రానైట్ క్వారీ సంబంధించిన కందుకూరు టిడిపి ఎమ్మెల్యే నాగేశ్వరరావు బాగోతం ఒక్కొక్కటి వెలుగులోకి వస్తున్నాయి అక్టోబర్ నుంచి లీజ్కి ఇచ్చిన మిషనరీ కంపెనీ విలువెల్ల ఇప్పటివరకు ఎటువంటి సమాధానం రాలేదు. పైగా మిషనరీకి కావలి ఉంచి, మిషనరీకి కావలి ఉంచినా సూపర్వైజర్ని బెదిరించడం వారిపై తప్పుడు కేసులు పెట్టడం పెట్టి పోలీస్ స్టేషన్కి పిలిపించడం ఆపై మిషనరీ తాళాలు పగలగొట్టి మిషనరీ వాడుకోవడం వాటిని పాడు చేయటం కంపెనీ యజమాన్యులు తీవ్రంగా నష్టపోతున్నారు. సిహెచ్ మరడయ్య సంతకం పెట్టకుండా 2010 నుంచి 2015 వరకు ఉన్నటువంటి ప్రెసిడెంట్ సంతకం పెట్టి మైనింగ్ ఆఫీస్కు లెటర్ ఇచ్చి ఆన్లైన్లో ఉన్న ఫోన్ నెంబర్ మార్చటం దీనిపై సిహెచ్ మరడయ్య స్పందన కోరుతున్నాము.సొసైటీకి ఇప్పటివరకు గత ఐదు సంవత్సరాలుగా ఎటువంటి ఆడిట్ జరగలేదు. ఇంత జరుగుతున్న సదర ఎమ్మెల్యే అర్ధరాత్రి వేళ క్వారీ నడపడం ఆశ్చర్యం కలిగిస్తుంది. రోజూ ఒక కొత్త అగ్రిమెంట్ వెలుగులోకి. ఇలా ఎన్ని అగ్రిమెంట్లు చేసుకుంటారు? ఇంకెంత మంది ఇలా బలి అవ్వాలా? అసలు ఎంతమందికి సబ్ లీజులు రాశారు? సబ్ లీజ్ రాయటం చట్టబద్ధమా, కాదా? అసలు ఎమ్మెల్యే ట్రైబల్ ఏరియాలో పని చేయటం ఏంటో క్వారీ సబ్లీస్ తీసుకోవటం సంబంధించిన విషయమా కదా అని పార్టనర్ సురేంద్ర అన్నారు. ఇంత అవకతవకలు జరుగుతున్న గ్రానైట్ క్వారీ పైన ఉన్నత అధికారులు స్పందించి ఎంక్వైరీ చేయాలని సురేంద్ర పత్రిక ముఖంగా కోరుతున్నారు.

రంపచోడవరం ఐటీడీఏ ప్రాజెక్ట్ అధికారి వారికి మెయిల్ ద్వారా ఫిర్యాదు చేశాం

చుప్పరిపాలెం గ్రానైట్ క్వారీ సంబంధించిన పార్టనర్ సురేంద్రకు జరిగిన నష్టం పైన రంపచోడవరం ఐటీడీఏ ప్రాజెక్ట్ అధికారి స్మరణ్ రాజుకు మెయిల్ ద్వారా ఫిర్యాదు చేయడం జరిగిందని సురేంద్ర తెలియజేశారు. ఆయన మాట్లాడుతూ ప్రాజెక్ట్ అధికారి స్పందించి సమస్యను పరిష్కరించి తమకు న్యాయం చేయాలని కోరారు.

ఏఐడబ్ల్యూజెఎఫ్ తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రథమ మహాసభలు జయప్రదం చేయండి



- వర్కింగ్ జర్నలిస్ట్ లకు పిలుపిచ్చిన
- ఏ ఐ డబ్ల్యూ జె ఎఫ్ రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి కంబంపాటి దాసు

మంచిర్యాల,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:- ఆల్ ఇండియా వర్కింగ్ జర్నలిస్ట్ ఫెడరేషన్ తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రథమ మహాసభను విజయవంతం చేయాలని వివిధ వర్కింగ్ జర్నలిస్ట్ లకు పిలుపునిచ్చిన రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి కంబంపాటి దాసు. ఆల్ ఇండియా వర్కింగ్ జర్నలిస్ట్ ఫెడరేషన్ రాష్ట్ర ప్రథమ మహా సభ ఏప్రిల్ 26 న కాచిగూడ హైదరాబాద్ లో జరుగుతుందని, ఈ మహాసభకు అధిక సంఖ్యలో జర్నలిస్టులు పాల్గొని విజయవంతం చేయాలని హైదరాబాద్ లోని బంజరహిల్స్ ఏ ఐ డబ్ల్యూ జె ఎఫ్ కార్యాలయం నుండి పత్రిక ప్రకటన ద్వారా కోరారు. దేశవ్యాప్తంగా జర్నలిస్టుల సమస్యలు పరిష్కరించడంలో పాలక ప్రభుత్వాలు పూర్తిగా వైఫల్యాలు చెందాయని ఆయన విమర్శించారు. అన్ని రాష్ట్రాలలో జర్నలిస్టులపై జరుగుతున్న దాడులు, దౌర్జన్యాలు పెరిగిపోతున్నాయని, వాస్తవాలను నిజాలు నిర్భయంగా రాస్తున్న జర్నలిస్టులపై అక్రమ కేసులు కుట్రపూరితంగా పెడుతున్నారని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఏఐడబ్ల్యూజెఎఫ్ తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రథమ మహాసభలో రాష్ట్ర నూతన కమిటీ తో పాటు భవిష్యత్తు కార్యచరణ తీసుకోవడం జరుగుతుందని, జర్నలిస్టులకు రక్షణ భద్రత, ఉపాధి, సంక్షేమ పథకాలు, ఇళ్ల స్థలాలు, జర్నలిస్టులకు ఆధార్ కార్డులాగా జర్నలిస్టు గుర్తింపు కార్డులు ఇవ్వాలని, తదితర జర్నలిస్టుల సమస్యలపై మహాసభలో చర్చించడం జరుగుతుందన్నారు. జర్నలిస్టుల హక్కులకై ఏఐడబ్ల్యూజేఎఫ్ సమరశీల పోరాటాలకు పిలుపునివ్వడం జరుగుతుందని ఆయన తెలిపారు.

కంబాల శ్రీనివాసరావు ఆధ్వర్యంలో చలివేంద్రాలు ఏర్పాటు

గోకవరం,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:- తూర్పుగోదావరి జిల్లా, జగ్గంపేట నియోజకవర్గం, గోకవరం గ్రామంలో విశ్వహిందూ ధర్మపరిరక్షణ రామసేన అధ్యక్షులు భారతీయ జనతా పార్టీ నాయకులు కంబాల శ్రీనివాసరావు ఆధ్వర్యంలో గోకవరం గ్రామంలోని పోలీస్ స్టేషన్, ఎంపీడీఓ కార్యాలయం, దేవిచౌక్ కనక దుర్గమ్మ ఆలయం వద్ద ఏర్పాటు చేసిన, మజ్జిగ, త్రాగునీటి చలివేంద్రాలను ఎస్ఐ బి. నాగమణి, రామసేన సభ్యులు, బీజేపీ నాయకులు ప్రారంభించారు. ప్రస్తుతం వేసవికాలం కావడంతో నిత్యం ప్రయాణించే ప్రయాణికులు, వాహనదారులు, ప్రజల దాహార్తి తీర్చడం కోసం, ఈ చలివేంద్రాలు ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందని, వాటిని ప్రతి ఒక్కరు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని కంబాల శ్రీనివాసరావు పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో బత్తుల నానాజీ, కంబాల యువసేన అధ్యక్షులు ఉంగరాల మణిరత్నం, కరిబండి వెంకటేశ్వరరావు, తాటికొండ సురేష్, నెల్లి శ్రీను, తుమ్మల బుజ్జి, మంగ రౌత్ పద్దరాజు, సుబ్బారావు, రామసేన సిబ్బంది, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా శ్రీ మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే జయంతి వేడుకలు

గోకవరం,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:- గోకవరం తంటికొండ రోడ్డులోని సీఎండీ కార్యాలయం వద్ద, విశ్వహిందూ ధర్మ పరిరక్షణ రామసేన అధ్యక్షులు, భారతీయ జనతా పార్టీ నాయకులు కంబాల శ్రీనివాసరావు ఆధ్వర్యంలో శ్రీ మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలే జయంతి వేడుకలు శనివారం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఆయన చిత్రపటానికి కంబాల శ్రీనివాసరావు పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ సమాజంలో కులావివక్ష, అంటరానితనంపై, పోరాటం చేసి, వెనకబడిన బడుగు, బలహీన వర్గాల వారి హక్కులు, మహిళలకు విద్య అవకాశం కల్పించిన, గొప్ప సంస్కర్త జ్యోతిరావు పూలే అని ఆయన సేవలను కొనియాడారు. ఆయన అడుగుజాడల్లో ప్రతి ఒక్కరు నడవాలని పిలుపునిచ్చారు. సమాజాభివృద్ధి కోసం ప్రతి ఒక్కరు తన వంతు కృషి చేయాలని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో రామసేన సభ్యులు, బీజేపీ నాయకులు పెద్దాడ వెంకన్న దొర, కంబాల యువసేన అధ్యక్షులు ఉంగరాల మణిరత్నం, దేశాల నరేష్, తాటికొండ సురేష్, మండే గౌతమ్, నెల్లి శ్రీను, మళ్ళ అదిశేషు, కందికట్ల మూర్తి, మండల సోషల్ మీడియా కన్వీనర్ ఆదం మణికంత, మంగరౌత్ పద్దరాజు, సుబ్బారావు, సురేష్, దళిత యువత తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలె జయంతి వేడుకల్లో పాల్గొన్న మందుముల పరమేశ్వర్ రెడ్డి

ఉప్పల్,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:- మహాత్మా జ్యోతి రావ్ పూలె జయంతి సందర్భంగా ఉప్పల్ నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇంచార్జి పరమేశ్వర్ రెడ్డి రామంతాపూర్ మెయిన్ రోడ్ వద్ద ఆ మహనీయుడి విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించారు. అణగారిన వర్గాల అభ్యున్నతికి, మహిళల హక్కుల కోసం, బాలికల చదువుకోసం పోరాటం చేసిన గొప్ప సంఘ సంస్కర్త పూలే అని కొనియాడారు. ఆ మహనీయుడి ఆశయాల సాధనకు ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చేయాలని అన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో రామంతాపూర్,హబ్సిగూడ ,చిలకనగర్,వెంకట్ రెడ్డి నగర్ డివిజన్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

మహాత్మ జ్యోతిరావు విగ్రహానికి నివాళులర్పించిన అనపర్తి శాసనసభ్యులు నల్లమిల్లి

అనపర్తి/కాకినాడ,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:- అనపర్తిలో సామాజిక అసమానతలు తొలగించిన క్రాంతిరేఖ దీన జనుల జీవితాల్లో వెలుగు రేఖ మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలే జయంతి సందర్భంగా వారి సేవలను స్మరించుకుంటూ వారి విగ్రహానికి నివాళులర్పించిన అనపర్తి శాసనసభ్యులు నల్లమిల్లి రామకృష్ణారెడ్డి.ఈ కార్యక్రమంలో అనపర్తి మండల, అనపర్తి టౌన్ కూటమి నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే జీవితం అందరికీ ఆదర్శం

- కాకినాడ సిటీ ఎమ్మెల్యే కొండబాబు
- ఎమ్మెల్సీ రాజశేఖర్
- జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి పెంకె శ్రీనివాస్ బాబా

కాకినాడ, ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్: -కాకినాడ జిల్లా తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యాలయంలో మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే 200వ జయంతి పురస్కరించుకొని పూలే చిత్రపటానికి కాకినాడ సిటీ ఎమ్మెల్యే కొండబాబు ఎమ్మెల్సీ రాజశేఖర్, జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి పెంకె శ్రీనివాస్ బాబా, రూరల్ కోకో ఆర్డినేటర్ కటకంశెట్టి ప్రభాకర్ పూలమాల వేసి ఘనంగా నివాళులలర్పించారు.ఈ సందర్భంగా నాయకులు మాట్లాడుతూ., జ్యోతిరావు పూలే అణగారిన వర్గాల ఆశాజ్యోతి అని, కుల వివక్షను రూపుమాపడానికి ఆయన ఎంతో కృషి చేశారని కొనియాడారు.సమాజంలో మార్పు రావాలంటే విద్యే ప్రధాన ఆయుధమని పూలే నమ్మేవారని, ముఖ్యంగా మహిళలు చదువుకుంటేనే సమాజం అభివృద్ధి చెందుతుందని ఆయన అన్న మాటలను గుర్తుచేశారు.

సిబిఐ ఇన్స్పెక్టర్గా ఎంపికైన కంచర్ల రాజీవ్ ను అభినందించిన జిల్లా ఆర్యవైశ్య అధ్యక్షులు బత్తుల సత్తిబాబు

కోరుకొండ,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:- కోరుకొండ గ్రామానికి చెందిన కంచర్ల రాజీవ్ సిబిఐ ఇన్స్పెక్టర్గా ఎంపికైనందున ఆర్యవైశ్య సంఘం తరఫున ఘనంగా సత్కరించారు,సిబిఐ ఇన్స్పెక్టర్ గా బాధ్యతాయుతమైన ఎంపికను సాధించినందున కంచర్ల రాజీవ్ అభినందన కార్యక్రమములో పాల్గొన్న ముఖ్య అతిధి తూర్పుగోదావరి జిల్లా ఆర్యవైశ్య అధ్యక్షులు బత్తుల సత్తిబాబు, సత్యవరపు కొండ , ఓలేటి సూర్యనారాయణ మూర్తి, కారుమూరి బాబ్జి, సుతాపల్లి శ్యామలరావు, వాకచర్ల రామకృష్ణ, పద్మనాభుని సత్యవరప్రసాద్, ఒబిలిశెట్టి సాయి, కటకం వీరవెంకట సత్యనారాయణ, చక్కా నరసింహారావు, ఊర సుబ్రహ్మణ్యం, బోనగిరి సాయి, బోనగిరి సతీష్, చోడిశెట్టి సుబ్రహ్మణ్యం, ముమ్మిడివరపు సురేష్ , కంచర్ల సుబ్రహ్మణ్యం తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఇరుకు వంతెనకు మోక్షం

- నిరంతర ట్రాఫిక్ అంతరాయానికి విముక్తి
- బిజెపి మండల అధ్యక్షుడు ఇనకోటి బాపన్న దొర

గోకవరం,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:- తూర్పుగోదావరి జిల్లా గోకవరంలో నిత్యం ట్రాఫిక్ అంతరాయంతో ప్రధాన సమస్య బ్రిటిష్ కాలపు పురాతన ఇరుకు వంతెనకు ప్రత్యామ్నాయంగా కేంద్ర ప్రభుత్వ నిధులతో నిర్మించే నూతన బ్రిడ్జ్ పనులు వేగవంతంగా జరుగుతున్నాయని గోకవరం మండల బిజెపి అధ్యక్షులు ఇనుకోటి బాపన దొర అన్నారు ఎన్డీఏ కూటమి ప్రభుత్వంతో అభివృద్ధి సాధ్యమని పేర్కొన్నారు జగ్గంపేట నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు జ్యోతుల నెహ్రూ దిశ నిర్దేశంలో బ్రిడ్జి నిర్మాణ పనులు వేగవంతంగా జరుగుతున్నాయని తెలిపారు.గోకవరంలో ట్రాఫిక్ అంతరాయ కష్టాలు తీరబోతున్నాయని తెలిపారు వేగవంతంగా జరుగుతున్న బ్రిడ్జి నిర్మాణ పనులపై ప్రజలు ఇటు వాహనదారులు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారని తెలియజేశారు గోకవరం మండల బిజెపి అధ్యక్షులు ఇనకోటి బాపన్నదొర ఆధ్వర్యంలో ఎన్డీఏ కూటమి నాయకులు వంతెన నిర్మాణ పనులు జరుగుతున్న ప్రదేశాన్ని సందర్శించి నూతనబ్రిడ్జి పనులను పరివేక్షించడం జరిగిందని చెప్పారు.ఈ కార్యక్రమంలో స్టేట్ కౌన్సిల్ మెంబర్ సత్తి వెంకట్ రెడ్డి జిల్లా కార్యదర్శి కోన వెంకట సురేష్ రైల్వే బోర్డు మెంబర్ బత్తుల వెంకన్న బాబు మండలప్రధాన కార్యదర్శి ముప్పిడి నాగేశ్వరరావు పూర్వ అధ్యక్షులు ముక్క శీను జనసేన ఏ ఎమ్ సి డైరెక్టర్ గవిని దుర్గాప్రసాద్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మహిళల అభ్యున్నతి కోసం కృషిచేసిన సంఘసంస్కర్త మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలే

– రాష్ట్ర గౌడ కార్పొరేషన్ డైరెక్టర్ మట్టా మంగరాజు

కాకినాడ,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:– మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలే జయంతి సందర్భంగా శనివారం ఉదయం కాకినాడ లో ఆయన కాంస్య విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి నివాళు లర్పించిన బిజెపి సీనియర్ నాయకులు రాష్ట్ర గౌడ కార్పొరేషన్ డైరెక్టర్ మట్టా మంగరాజు ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ పేద బడుగు బలహీన వర్గాల ఆశాజ్యోతి జ్యోతిరావు పూలే అని ఆయన ఏప్రిల్ 11 1827 లో మహారాష్ట్రలో సతారా జిల్లా పూణేలో జన్మించి బాల్యము నుండే అభ్యుదయ భావాలతో జీవించి సమాజంలో అణగారిన వర్గాలకు ఉన్నత విద్య అందాలని, మహిళలు విద్యావంతులు కావాలని మహిళలకు సంపూర్ణముగా విద్యను అందించాలని మహిళా విద్య కోసం 1848లో దేశంలో మొట్టమొదటి బాలికల పాఠశాల ఏర్పాటు చేసిన ఘనత జ్యోతిరావు పూలే కు దక్కిందని,అణగారిన వర్గాల అభ్యున్నతి కోసం నిరంతరం పనిచేసిన సంఘసంస్కర్త జ్యోతిరావు పూలే అని ఆయన బలహీనవర్గాలకు ప్రాతఃస్మరణీయులు అని స్ఫూర్తి ప్రదాత అని కొనియాడారు ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా బిజెపి కార్యదర్శి కోనా వెంకట సురేష్, గోకవరం మండల బిజెపి అధ్యక్షులు ఇనకోటి బాపన్న దొర, తామర్ల రాంబాబు, గొంతెన బాపిరాజు ఉంగరాల అధివిష్ణు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బాలుర ఉన్నత పాఠశాలలో ఘనంగా జ్యోతిరావు పూలే జయంతి వేడుకలు

పొదలకూరు,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:– పొదలకూరు పట్టణంలోని డి.ఎన్.ఆర్ జిల్లా పరిషత్ బాలుర ఉన్నత పాఠశాలలో శనివారం మహనీయ సంఘ సంస్కర్త మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే జయంతి వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పాఠశాల ప్రాంగణంలో విద్యార్థులు, ఉపాధ్యాయులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని పూలే చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రధానోపాధ్యాయుడు సి.హెచ్. సురేష్ మాట్లాడుతూ, మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే భారతదేశంలో సామాజిక సమానత్వం కోసం పోరాడిన గొప్ప నాయకుడని కొనియాడారు. కుల వివక్షను నిర్మూలించడానికి ఆయన చేసిన కృషి అపారమని, అణగారిన వర్గాల అభ్యున్నతికి విద్యనే ప్రధాన ఆయుధంగా భావించి జీవితాంతం పోరాడారని వివరించారు. మహిళా విద్యకు శ్రీకారం చుట్టి, సమాజంలో మార్పు తీసుకురావడానికి ఆయన చేసిన సేవలు చిరస్మరణీయమని పేర్కొన్నారు.పూలే ఆలోచనలు ఈరోజు సమాజానికి ఎంతో అవసరమని, ప్రతి విద్యార్థి ఆయన బాటలో నడిచి సమానత్వం, న్యాయం, మానవత్వం వంటి విలువలను అలవరుచుకోవాలని సూచించారు. విద్యార్థులు క్రమశిక్షణతో చదువుకుని సమాజానికి ఉపయోగపడే పౌరులుగా ఎదగాలని పిలుపునిచ్చారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఉపాధ్యాయులు, ఉపాధ్యాయినులు, విద్యార్థులు పాల్గొని పూలే జీవిత విశేషాలను వివరిస్తూ ప్రసంగాలు చేశారు.

మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే స్ఫూర్తితో రైతులు రైతాంగ సమస్యలపై ఉద్యమించాలి

– రైతు సంఘం మధిర డివిజన్ కార్యదర్శి దొండపాటి నాగేశ్వరరావు పిలుపు

బోనకల్,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:– మహాత్మా జ్యోతి పూలే స్ఫూర్తితో రైతాంగ ఉద్యమాలు నిర్వహించాలని రైతులకు పిలుపు నిచ్చారు స్థానిక రావినూతల గ్రామంలో రైతు సంఘం జెండా ఆవిష్కరణ రైతు సంఘం గ్రామ అధ్యక్షు కార్యదర్శి ఎన్వి సన్నేసా ఎగురవ నాగరాజు నిర్వహించారు తన అనంతరం 99 వ జ్యోతిరావు పూలే జయంతి జరిగింది ఫోటోకు మాజీ ఎంపీటీసీ గండు సైదులు డాక్టర్ అసోసియేషన్ జిల్లా నాయకులు డాక్టర్ గోపి రావినూతల మాజీ సర్పంచ్ కొమ్మినేని ఉపేంద్ర రావినూతల ఉపసర్పంచ్ దొండపాటి సత్యనారాయణ పూలమాలవేసి నివాళులర్పించారు ఈ సభను ఉద్దేశించి రైతు సంఘం మధి ర డివిజన్ కార్యదర్శి దొండపాటి నాగేశ్వరావు మాట్లాడుతూ చదువుఫారాగా సమాజ మార్పుకు ప్రతి ఒక్కరు కృషి చేయాలని అందరూ చదవాలని ఆయన కోరారు ఈ కార్యక్రమంలో ఒకటో వార్డు నెంబర్ రెండో వార్డు నెంబర్ గార్లపాటి కిషోర్ పటాన్ అఫ్జల్ జనసేన నాయకులు బోనబోయిన గురవయ్య మండ వీరభద్రం గిరిజన సంఘం గ్రామ అధ్యక్షులు లాఘారు వెంకటేశ్వర్లు సోలార్ కృష్ణయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గొల్లపూడిలో ఘనంగా మహాత్మా పూలే జయంతి

విజయవాడ(గ్రామీణ),ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:– మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే ఆశయాలను సాధిద్దామని తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు, ఏ.ఎం.సి చైర్మన్ నర్రా వాసు, మండల తెదేపా అధ్యక్షుడు మందా మురళీమోహన్ పిలుపునిచ్చారు. విజయవాడ గ్రామీణ మండలం గొల్లపూడిలోని శాసనసభ్యుని వారి కార్యాలయంలో మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే జయంతిని శనివారం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పూలే చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి ఘననివాళులర్పించారు. ఏ.ఎం.సి చైర్మన్ నర్రా వాసు మాట్లాడుతూ..., జ్ఞాన సముపార్జనతోనే వ్యక్తిత్వ వికాసం సాధ్యమని గుర్తించి అందరూ విద్యావంతులు కావాలని ప్రజలను చైతన్య పరచిన గొప్ప దార్శనికత కలిగిన నవయుగ వైతాళికుడు పూలే అని అన్నారు. మహిళల విద్యాభ్యాసంతోనే సమాజ సమగ్ర అభివృద్ధి సాధ్యమని భావించి మహిళల విద్య కోసం ఎంతో కృషి చేశారని పేర్కొన్నారు. మహనీయుల బాటలో అందరూ పయనించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో తెలుగుదేశం పార్టీ సీనియర్ నాయకులు గూడపాటి పద్మశేఖర్, గ్రామ పార్టీ అధ్యక్షుడు నూతలపాటి వెంకటేశ్వరరావు (నారద), టీడీపీ గ్రామ శాఖ ఉపాధ్యక్షుడు ధరణికోట మల్లేశ్వరరావు, క్లస్టర్ ధారావత్ శ్రీను నాయక్, బీసీ నాయకులు సాధనాల ప్రసాద్, కాలువ కాశీనాథ్, దేవరకొండ సాంబయ్య, విఠలావు అవటేశ్వరరావు, ఎస్సీ నాయకులు కొంకలూరి దుర్గారావు, మండా ప్రకాశరావు, ప్రత్తిపాటి బాలయ్య, ఎస్టీవి కూటమి నాయకులు, కార్యకర్తలు, అభిమానులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సామాజిక విప్లవ పితామహుడు పూలే : గుడివాడ ఎమ్మెల్యే వెనిగండ్ల రాము

- ప్రజావేదిక కార్యాలయంలో ఘనంగా పూలే ద్విశతాబ్ది జయంతి
- పూలే చిత్రపటానికి నివాళులర్పించిన ఎమ్మెల్యే రాము,కూటమినేతలు
- మహనీయులు చూపిన మార్గంలో నడవడం మన సామాజిక బాధ్యత

గుడివాడ, ఏప్రిల్11. అక్షర టైమ్స్:– సామాజిక విప్లవ పితామహుడు పూలే అని ఎమ్మెల్యే వెనిగండ్ల రాము కొనియాడారు. కుల వివక్షకు వ్యతిరేకంగా, అణగారిన వర్గాల, మహిళల హక్కుల కోసం అహర్నిశలు శ్రమించిన మహనీయుడు మనకు ఎప్పటికీ ఆదర్శప్రాయులన్నారు. గుడివాడ ప్రజా వేదిక (టిడిపి) కార్యాలయంలో మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే ద్విశతాబ్ది జయంతి వేడుకలు(200వ) జయంతి వేడుకలు శనివారం ఉదయం ఘనంగా జరిగాయి. ఈ సందర్భంగా పూలే చిత్రపటానికి ఎమ్మెల్యే వెనిగండ్ల రాము, కూటమి నాయకులు నివాళులు అర్పించి జోహార్ జ్యోతిరావు పూలే అంటూ నినాదాలు చేశారు. అనంతరం ఎమ్మెల్యే రాము మాట్లాడుతూ పూలే, అంబేద్కర్, ఎన్టీఆర్ లాంటి మహనీయులు చూపిన మార్గంలో నడవడం మన సామాజిక బాధ్యత అన్నారు.కుల వివక్షకు వ్యతిరేకంగా, మహిళల హక్కుల కోసం అహర్నిశలు శ్రమించిన మహనీయుడు పూలే అని కొనియాడారు. సామాజిక సమస్యలపై అలుపెరగని పోరాటం చేసిన గొప్ప సంఘ సంస్కర్త జ్యోతిరావు పూలే అని ఆ మహాత్ముని జయంతిని ప్రభుత్వం రాష్ట్ర పండుగగా నిర్వహించడం సంతోషకరమని ఎమ్మెల్యే రాము హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఏపీ స్టేట్ వేర్ హౌసింగ్ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ రవి వెంకటేశ్వరరావు, మార్కెట్ యార్డ్ చైర్మన్ చాట్రగడ్డ రవికుమార్, మండల టీడీపీ అధ్యక్షుడు వాసే మురళి, బిజెపి నాయకులు అంగదాల సతీష్, టిడిపి నాయకులు పిన్నమనేని బాబ్జి,పంద్రాజు సాంబయ్య, లింగం ప్రసాద్, గుడివాడ జోన్స్ దయానంద్,పులవర్తి దేవిడ్ బాబు , నేరుసు కాశీ, లోయ విజయ్, కరిముల్లా, వేముగిరి ఇమ్మానియేలు,వంగపండు ఆదినారాయణ, యార్లగడ్డ సుధారాణి, సిరివిండ్లు తులసీరాణి, గొర్ల శ్రీలక్ష్మి, షేక్ జానీ, రెడ్డి షణ్ముఖ,పోట్లూరి కృష్ణారావు, పెద్ది భోయిన లక్ష్మీ నరసింహారావు, బాబీ శీను, నిరంజన్, షేక్ సర్వార్ ,ఎసుబాబు, రఫీ,దేవేంద్రుడు ,అంజిరెడ్డి, ఉబ్బల వెంకటేశ్వరరావు, బసవయ్య ,మాదాల సునీత,ప్రభాకర్ రెడ్డి, అందుగుల యేసు పాదం,వల్లభనేని రంగబాబు, నవాబు,ఈశ్వరరావు, కాటూరి శివాజీ, తెలుగు యువత, తెలుగు మహిళా, బీసీ సంఘాల నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆలోచనలు ఊబిలో హృదయ రోదన... సానుకూల మార్పు వైపు అడుగులు

సృజన కాలేజ్ డేస్ లో బాగా యాక్టివ్ గా ఉండేది. విప్లవ భావాలు, పోరాటపటిమా ఉండేవి. వీటితోపాటు సృజనాత్మకత ,ముందుచూపు ,చదువులో కూడా బాగా మార్కులు వచ్చేవి. చక్కగా పాటలు పాడేది. డాన్స్ చేసేది .అందరితో కలివిడిగా ఉండేది. అందరూ ఇష్టపడేవారు. మల్టీ టాలెంటెడ్ అనుకునేవారు .బహుముఖ ప్రజ్ఞాశాలి అని అనుకునేవారు. అనుకోకుండా జరిగిన పెళ్లితో వైవాహిక జీవితంలోకి అడుగుపెట్టిన సృజనను అందరూ జీవితంలో సెటిల్ అవ్వకుండా పెళ్లి చేసుకుంది అనుకున్నారు .తను వివాహ అయిన తర్వాత చాలా సంవత్సరాలు ఎవరికి కనిపించలేదు. ఆ తర్వాత పది సంవత్సరాలకు ఒకసారి నేను ఒక హాస్పిటల్ కి వెళ్తే అక్కడ సృజన కనిపించింది. నేను ఆశ్చర్యపోయాను తనను చూసి ఎందుకంటే తనని అందంగా చక్కటి కళ్లతో పాటుగాపలి ఉండేది తను ఎంతో ఆకర్షణీయంగా ఉండే ఆమె చిన్నపిలకతో ఐక్య చిక్కిపోయి అస్థి పంజరం లా తయారైంది. పరామర్శలు తర్వాత హాస్పిటల్ పని అవ్వగానే వాళ్ళ ఇంటికి వెళ్ళాం .తను టీ చేస్తాను అని చెప్పి వంట ఇంట్లోకి వెళ్ళింది .అప్పుడు ఎదురుగా తన డైరీ నన్ను ఆకర్షించింది. తెరిచి చూశాను. అందులో తన బాధ ఎవరితో చెప్పుకోలేని విషయాలు అన్ని దాన్లో రాసి ఉన్నాయి.ముఖ్యంగా తను రాసిన రాతలు నాకు చాలా బాధగా అనిపించిన విషయాలు ఏంటి అని అంటే

ఓ సృజన ఏది నీ స్థానం
అద్దుకున్న నవ్వులోనా
సర్దుకున్న మనసులోనా
వదులుకున్న ఆశలోనా
మిగిలి ఉన్న ఊపిరిలోనా
ఎదురుచూసే కాలిలోనా..

ఇంకా ఈ క్రింది విధంగా కూడా రాసి ఉంది చెప్పటానికి అవకాశం ఇవ్వని తండ్రి
మాట వినని భర్త
మాట గౌరవిస్తారు అనే ఆశ లేని బిడ్డలు

జీవితం నిస్సారంగా సాగుతుంది భగవంతుడా నా కష్టమును నా కోరికలు, కన్నీళ్లు అన్నీ వృథా అయిపోతున్నాయి. సమయం వృథా అయిపోతుంది. నేను కాచుకున్న కాలమంతా కనుమరుగవుతూనే ఉంది ఏనాటికి నన్ను తీసుకుపోతావో ఓ. ఈ మాటలు నేను చదివిన తర్వాత సృజనతో మాట్లాడాలి అనుకొని మాట్లాడటం మొదలుపెట్టాను .

సృజన చెప్పడం కుటుంబ సభ్యులు అందరూ మంచివారే కానీ ఎప్పుడు పరిస్థితులు చిన్నాభిన్నంగానే ఉంటాయి వాటిని సమర్థించలేక ఆరోగ్యం దెబ్బతింటుంది. పెరిగిన వాతావరణంకి పూర్తిగా భిన్నంగా ఉండని ఏం చేయాలో అర్థం కావట్లేదని ఎంత ప్రయత్నం చేసినా మెప్పించలేకపోతున్నాని ఏమి చేయలేక ఆలోచిస్తూ కూర్చున్నాని .మొదట కొన్ని గంటల ఆలోచించే దాన్ని తర్వాత రోజులు ,నెలలు ,సంవత్సరాలు అవసరపడు ఆలోచనలతో ఒక చట్రమ్ లో ఇరుక్కుపోయినట్లు చెప్పింది ఊపిరాడట లేదని ఆలోచనల ఊబిలో నుంచి బయటకు రాలేకపోతున్నాను , గుండె ఖరువుగా అనిపిస్తుంది తల తిరుగుతుంది ఆరోగ్యం బాగుండటం లేదు . సమస్యలు భరించలేక సూసైడ్ చేసుకోవాలి అనిపిస్తుంది అని బాధ పడింది.అప్పుడు నేను గమనించిన అంశం ఏంటి అంటే తను విపరీతంగా ఆలోచిస్తుంది .సమస్యకు పరిష్కారం అనేది ఆలోచించకుండా కేవలం జరిగిపోయిన సంఘటన పదేపదే బలవంతంగా జ్ఞాపకం తెచ్చుకొని ఆలోచిస్తూ ఏడుస్తూ నిద్రపోకుండా ఆరోగ్యం పాడు చేసుకుంది.

ఇట్లా సమస్యకు పరిష్కారం లేనటువంటి ఆలోచన విధానాన్ని మానసిక వైద్య పరిభాషలో రూమినేటివ్ థింకింగ్ అని అంటారు .రూమినేటివ్ థింకింగ్ అంటే పరిష్కార దిశగా ఆలోచించకుండా ఒకే సమస్యను బాధను లేదా తప్పును మనసులో బాధపడ్తి.ఇది సాధారణ ఆలోచన విధానం కాదు. ఆలోచనలు ఒక చట్రం లో ఉండి మనల్ని నియంత్రిస్తాయి .ఒక విధంగా ఆలోచనలకు మనం బానిసలు అవుతాము .సాధారణంగా పశువులు ఆహారం తీసుకున్న కొంత సమయం తర్వాత ఆహారాన్ని కడుపులోనుంచి నోట్లోకి తీసుకుని నెమరు వేస్తూ ఉంటాయి. అలాగే మనుషులు ఆలోచనలో బలవంతంగా బయటికి తీసుకొచ్చి నెమరు వేస్తూ ఉంటారు. అంటే పదేపదే ఆలోచిస్తూ ఉంటారు .దీనినే రూమినేటివ్ థింకింగ్ అని అంటాం.

ఉదాహరణ :నేను ఆరోజు అలా మాట్లాడకుండా ఉన్నట్లయితే బాగుండేది. ఇవాళ ఎన్ని సమస్యలు వచ్చాయి కావు . వాళ్లు నన్ను ఎందుకు అలా అన్నారు .ఆ రోజు నేను ఇలా చదివి ఉన్నట్లయితే బాగుండేది.ఆ ఉద్యోగానికి ఇట్లాగా ప్రిపేర్ అయితే బాగుండేది.

ఇలా రోజులు తరబడి ఆలోచిస్తూ కూర్చోవడం లక్షణాలు
ఈ విధంగా ఆలోచిస్తూ ఎవరితో కలవలేకపోవడం ,
నిద్ర సరిగా లేకపోవడం ,ఏ పని మీద శ్రద్ధ లేకపోవడం, ఆహారం తింటే అధికంగా తినడం లేకపోతే అస్సలు తినకపోవడం, ఏకాగ్రత తగ్గడం ,అలసట, ఆందోళన దిగులు , మతిమరుపు సంభవించడం జరుగుతుంది. వీటికి కారణాలు గతంలో జరిగిన బాధాకర సంఘటనలు ప్రతి విషయం పట్ల భయము, అవగాహన లోపము, తక్కువ ఆత్మవిశ్వాసము ,ఒంటరితనము, అధిక ఒత్తిడి ఆందోళన , పర్ఫెక్షనిజం అంటే పరిపూర్ణత కోరుకునేవారు, నిర్ణయం తీసుకోలేకపోవడం, జీవితం మీద ఆసక్తి తగ్గడం డిప్రెషన్ ,యాంగ్జైటీ ,స్ట్రెస్ వంటి మానసిక ఆరోగ్యాలు ఎక్కువగా ప్రభావితం అయ్యేవారు, ఖాళీగా ఏ పని చేయకుండా కూర్చునే వారి మనసులో చెడు ఆలోచనలు చోటు చేసుకుంటూ ఉంటే ఒక లక్ష్యం లేక ధ్యాస లేక ఖాళీగా కుర్చున్న వారు ఎప్పుడూ తీవ్రంగా ఆలోచిస్తూ ఉంటారు. ఆందోళన ఎక్కువగా ఉన్నవారు ,విషయపరిజ్ఞానం, వస్తు పరిజ్ఞానం లేకపోవడం పని ఎలా చేయాలో తెలియక పోవడం అట్లాగే స్టూడెంట్స్ మెనోపాజ్ దశలో ఉన్నటువంటి వారు, చిన్నతనంలో వారికి ఎదురైనటువంటి ట్రామా విపరీతమైనటువంటి శత్రం కలిగిన వాళ్లు అంటే సాధారణ శత్రువు అనేది సంతోషంగా ప్రశాంతతనిస్తది. కానీ ఓసీడీ లాంటి అతిశుభ్రంలో మానసిక సమస్య అధికంగా ఉంటుంది.

అధిగమించడం ఎలాగా

నేను ఏమీ చదువుకోలేదు నా దగ్గర ఎటువంటి ఎక్స్పీరియెన్స్ లేదు నేను ఇంకొకరి మీద ఆధారపడాలి ఈ ఆలోచన నుంచి ముందుగా బయటకు రావాలి.

శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉన్నది బ్రెయిన్ కళ్ళు పనిచేసిన అంతవరకు మనం ఏదైనా సాధించగలుగుతాం .

మొట్టమొదటిగా నేను మారాలి నా ఆలోచన విధానం మారాలి. నేను ఉన్నతంగా ఎదగాలి ఉన్నతంగానే ఎదగాల్సిన అవసరం లేదు ఒక పని పెట్టుకుంటే చాలు ముందుగా ఒక పనిలో నిమగ్నం అయి ఉంటే ఆలోచనల నుంచి దూరంగా వెళ్ళిపోతాం. సంతోషకరమైనటువంటి జీవితాన్ని కొనసాగిస్తాం. తీవ్రమైన ఆలోచన విధానాన్ని ఎలా కట్టడి చేయాలి అనే విషయం మీద దృష్టి పెట్టాలి. దానికి ఏం చేయాలి కొన్ని టెక్నిక్స్ వాడాలి.

ఒక వంద అగ్గిపుల్లలను వరుసగా పేర్చి ఒక్క అగ్గిపుల్లను వెలిగిస్తే మిగతా అగ్గిపుల్లలన్నీ వెలుగుతానే ఉంటాయి. మధ్యలో నాలుగు అగ్గిపుల్లలు తీసేస్తే మంట అక్కడితో ఆగిపోతుంది మిగతావి కాలకుండా ఆగిపోయినట్లుగానే ఆలోచనలు కూడా విపరీతంగా వస్తూ ఉన్న క్రమంలో ఆలోచనలను కట్ చేయగలగాలి . అలా కట్ చేసినప్పుడు వివేకంతో లేచి కూర్చొని చల్లటి నీరుతో ముఖం కడుక్కొని ఒక్కసారిగా ఊపిరి లోపలికి తీసుకొని వదులుతూ శ్వాస మీద దృష్టి పెట్టి మెడిటేషన్ చేయాలి అంటే ధ్యానం చేయాలి .లేచి అటు ఇటు నాలుగు అడుగులు వేసి 54321 టెక్నిక్ యూస్ చేయాలి ఐదు వస్తువులను చూడడము అలాగే నాలుగు వస్తువులను తాకడము మూడు విషయాలు వినడం రెండు వస్తువులను వాసన చూడటం. ఒక ఆహార పదార్థం రుచి చూడటం.ఒక ఐదు పది నిమిషాలు ఇది చేసిన తర్వాత ఒక డైరీ తీసుకొని మనకి ఏ ఆలోచన అయితే వస్తుందో ఆలోచన డైరీలో రాసుకుంటే ఇది ఎంతవరకు కరెక్ట్ నేను ఆలోచిస్తుంది నిజమా కాదా దీనివల్ల ఉపయోగం ఉందా నష్టం ఉందా దీనివల్ల నేను నాతో పాటు ఇతరులు కూడా ఇబ్బంది పడుతున్నారా ఆలోచించుకొని అవసరం లేనటువంటి ఆలోచనను కట్ చేసుకోవాలి వెంటనే వేరే పని మొదలుపెట్టాలి.

గ్రో అవ్వాలి అని అనుకున్నప్పుడు అన్ని సెట్ అయ్యాక స్టార్ట్ చేయాలి అని అనుకోవద్దు. కన్ఫ్యూషన్తో భయం లో ఇంపర్ఫెక్ట్ సిట్యుయేషన్ లోనే ఫస్ట్ అడుగు వేయాలి. నేను ట్రిపేర్ గా లేను అయినా స్టార్ట్ చేద్దాం నా దగ్గర డబ్బు లేదు కావలసిన వస్తువులు లేవు కానీ ఫోన్ ఉంది కదా ఉన్నదాంట్లోనే మొదలుపెడదాం. ప్రాపర్ ప్లానింగ్ లేదు ముందు మొదలు పెడితే ప్లానింగ్ అదే వస్తది ఇంగ్లీష్ రావట్లేదు జెడ్ లైన్ పెట్టుకొని వాటికి స్కిల్ అవతే ఇంగ్లీష్ అదే వస్తుంది. ప్రతి రోజు మోటివేషన్ కావాలంటే ఒక్కరోజు ముందు పని మొదలు పెడితే తర్వాత మోటివేషన్ నువ్వే పని మందికి ఇవ్వగలుగుతావు. కొత్త విషయాలను తెలుసుకుంటూ ఉండగలగాలి. న్యూస్ పేపర్లలోవా మ్యాగజైన్లలోవా కొన్ని యూట్యూబ్ ఛానల్ లోనూ ఎప్పటికప్పుడు కొత్త విషయాలు తెలుసుకుంటూ ఉండి మనల్ని మనము అప్డేట్ చేసుకుంటూ ఉండాలి. ఈ మధ్యకాలంలో ఒక స్త్రీ ఇంటర్మీడియట్ చదివి ఇంగ్లీష్ భాష రాకుండా కూడా ఏఐ లో అద్భుతంగా రాణిస్తుంది.గూ×× ద్వారా అధికంగా నిలదొక్కుకొని ఎంతోమందికి ఆమె స్ఫూర్తిదాయకంగా నిలిచింది ఈ విధంగా మనకున్న దాంట్లోనే మనకు ఏదైతే ఉందో దాన్ని పెట్టుబడిగా పెట్టి పరిమిత చెందగలాలి ఈమధ్య 34 సంవత్సరాల వయసు గల స్త్రీ కౌన్సిలింగ్ కి వచ్చారు. ఆవిడకి క్వాలిఫికేషన్ చాలా ఉంది రెండు పోస్ట్ గ్రాడ్యుయేషన్లు చేశారు అయినప్పటికీ సబ్జెక్ట్ మర్చిపోయారు. ఎందుకు అని అంటే కుటుంబం పిల్లలు బయటపనులు ఇంట్లో పనులు అన్నీ చేసుకుని ఆవిడ మీద దృష్టి పెట్టడం మరిచిపోయారు ఏం చేయాలి అని బాధపడుతుంటే నేను చెప్పాను ఆరు నెలలు ఒక ప్లాన్ ప్రకారం సబ్జెక్టుని మొదలు పెట్టండి ఆరు నెలల్లో మీరు కొంతవరకు నేర్చుకోగలుగుతారు తర్వాత మీరు ఏదైతే చదివారో మీకున్న క్వాలిఫికేషన్ తో ఏ జాబ్ నీకు ఉపయోగపడుతుందో వెళ్లి చాలా తక్కువ జీతంతో మొదలు పెట్టండి ఒక ఏదాది ఎక్స్పీరియన్స్ వస్తుంది రెండు సంవత్సరాలు మీరు కొంచెం పెద్దలు పెద్దవారయ్యేసరికీ మీరు అనుభవజ్ఞులు అవ్వ, లైఫ్ ని సింపుల్ చేసుకోండి .వాళ్లు ఏమనుకుంటారు వీళ్లేమనుకుంటారు అని ఆలోచన నుంచి బయటికి రండి ఇక్కడ ఎవ్వరు తొంగు కాదు . మన చుట్టూ ఉన్నవారు మనకన్నా జ్ఞానవంతులు అనే భ్రమ నుంచి బయటకు రావడం మంచిది.వారి మాటలు పట్టించుకోవద్దు అది ఇంట్లో వారైనా బయట వారైనా.

మరొక కేసులో కుటుంబ సభ్యులు ఎమోషనల్ బ్లాక్మెయిలింగ్ చేస్తారని చెప్పాడు.మన మీద మనకు నమ్మకం లేనప్పుడు మనం ఎదుటి వాళ్లు లేనప్పుడు ఇతరుల మీద ఆధారపడతాం ఉన్నప్పుడు ఎమోషనల్ బ్లాక్మెయిలింగ్ కి ఎక్కువ లొంగవలసి వస్తుంది. దానివల్ల ఆరోగ్యం దెబ్బతింటుంది ఒక్కసారి ఈ పని మొదలు పెట్టి చూడండి మీ మీద మీకు చాలా కాన్ఫిడెన్స్ వస్తుంది .చాలా బలం వచ్చినట్టు అనిపిస్తుంది ఎమోషనల్ బాండ్ అనేది అనుబంధంకన్న ప్రమాదమైనది. ఎంతవరకు ఉండాలో అంతవరకు ఉండాలి. తీవ్రమైన ఆలోచన వలన మతి మరుపు వచ్చే అవకాశం ఉంది.

ఉదాహరణ: గుండె నిమిషానికి 70 నుంచి 80 సార్లు కొట్టుకుంటుంది అలాగే గుండె ద్వారా ఈ విధులను నిర్వర్తిస్తుంది అంటే శరీరానికి రక్తం పంపిణీ ,రక్తపోటు నియంత్రణ, ఆక్సిజన్ రవాణా ,రక్తప్రసరణ రేటు ,ఈ విధులు నేను నిర్వహిస్తున్నాను కదా అని చెప్పేసి ఒక నిమిషం ఆలోచన అని అంటే ఏ జీవి అయినా ప్రాణం పోతుంది. నేను 70 నుంచి 80 సార్లు గుండె కొట్టుకుంటూ ఉండాలి కాబట్టి నేను మిగతా పనులు చేయను అని అంటే శరీరము అనారోగ్యం పాలవుతుంది .గుండె 70 నుంచి 80 సార్లు కొట్టుకోవడం అనేది తన ఫోకస్ అయితే తన విధులను నిర్వర్తించడం మైండ్ ఫుల్ నెస్ అవుతుంది. ఫోకస్ మైండ్ ఫుల్ నెస్ అనేవి రెండూ కూడా రైలు పట్టాల లాంటివి సమంగా వెళితేనే ఆరోగ్యం. అలాగే మన జీవితంలో ఫోకస్ మైండ్ ఫుల్ ప్రాముఖ్యత .ఇక్కడ మన జీవితంలో ఫోకస్ అంటే మన మీద మనకు ఫోకస్ సెల్ఫ్ లవ్ ,మన ఎదుగుదల మన ఆరోగ్యం వ్యక్తిగత శుభ్రత వ్యక్తిగత ఆరోగ్యము అలాగే మైండ్ ఫుల్ నెస్ అంటే మన బాధ్యతలు మన కర్తవ్యం మన మీద ఆధారపడినటువంటి మన కుటుంబం కాబట్టి రెండింటిని బ్యాలెన్స్ చేసుకుంటూ ముందుకు వెళ్లాలి.

Toxic వ్యక్తులకు దూరం గా ఉండటం. ఒక్కొక్కసారి మన శరీరంలో అవయం లేక పోతే మనం ఆరోగ్యానికి అనారోగ్యానికి గురవుతాం కానీ ఒక పాడైపోయినటువంటి శరీర భాగం వల్ల ఇతర అవయవాలు కూడా డామేజ్ జరుగుతుంది .అటువంటప్పుడు ఆ శరీర భాగాన్ని శరీరంలో నుంచి తీసివేయడం చాలా అవసరం. అట్లాగే మన చుట్టూ టాక్సిక్ వ్యక్తితో ఉన్నటువంటి వాళ్ళని మనవాళ్లే అయినప్పటికీ దూరంగా ఉంచడం చాలా మంచిది.

సమయపాలన:

సమయాన్ని కొన్ని భాగాలుగా డివైడ్ చేసుకుని పనిని నిర్దిత సమయాలలో ముగించుకోవటం అలవాటు చేసుకోవాలి. ప్రతి పని పెర్ఫెక్ట్ గా చేయాలి అని టైమ్ వృథా చేయాల్సిన అవసరం లేదు.ఇతరులకు సమయం కేటాయించ వలసి వస్తే మొహమాటం లేకుండా సమయం మించ కుండ చూసుకోవాలి.

జీవితం చాలా అందమైనది.దానిని రూమినేటివ్ థింకింగ్ లేదా పరిష్కారం లేని అతి ఆలోచన తో జీవితం వృథా చేసుకోవద్దు.చాలు,ఇంకా బాధ పడినది, ఆలోచించింది.ఆలోచనల ఊబిలో నుంచి బయటకు రావాలి. అందుకునాను ఆకలి స్పేస్ నియంత్రణలో మొదటి అడుగు ఆహార క్రమశిక్షణలో ప్రావీణ సంపాదించిన వ్యక్తులు తరచుగా దుష్ట సమయం మరియు అలవాట్లలో కూడా ప్రావీణ్యం పొందుతారు ఈరోజు చిన్న నియంత్రణ రేపు భారీ స్వేచ్ఛను సృష్టిస్తుంది. మొబైల్ వాడకం సమయంలో నియంత్రణ అవసరం. ఈ క్షణమే అందమైన జీవితానికి మొదటి అడుగు ప్రారంభిద్దాం.

భావన చింకా
కౌన్సెలింగ్ సైకాలజిస్ట్
అంబవరం సెంటర్ ఫర్ సైకాలజికల్ రీసెర్చ్ అండ్ వెల్బీయింగ్ అసోసియేషన్,
విజయవాడ, ఆంధ్రప్రదేశ్

మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలే కు ఘనంగా నివాళులర్పించిన బండి రామకృష్ణ

మచిలీపట్నం,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:– మచిలీపట్నంలో ఘనంగా మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే 199వ జయంతి ని పురస్కరించుకొని ఎల్ఐసి వద్ద ఉన్న పూలే విగ్రహానికి ఘనంగా నివాళులర్పించిన మచిలీపట్నం జనసేన పార్టీ ఇన్చార్జి బండి రామకృష్ణ మరియు ముఖ్యులు.ఈ సందర్భంగా బండి రామకృష్ణ మాట్లాడుతూ..., భారతదేశ సామాజిక విప్లవ పితామహుడు, అణగారిన వర్గాల ఆశాజ్యోతి మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలే 199వ జయంతి సందర్భంగా స్థానిక ఎల్ఐసి కార్యాలయం వద్ద ఉన్న పూలే విగ్రహానికి ఘనంగా నివాళులర్పించినట్లు బండి రామకృష్ణ పేర్కొన్నారు. అఖండ భారతావని మహాత్ముడుగా సమాజంలో సమానత్వం కోసం పోరాడి సమసమాజ స్థాపనకు కృషి చేసిన మహనీయుడు పూలే అని సమాజంలో విద్య సమానత్వం కోసం పూలే చేసిన పోరాటం ప్రతి ఒక్కరికీ స్ఫూర్తిదాయకమని కొనియాడారు. మహాత్మ పూలే ఆశించిన సమసమాజ స్థాపన కోసం జనసేన పార్టీ అహర్నిశలు కృషి చేస్తోంది. వెనుకబడిన వర్గాలకు రాజకీయ, సామాజిక ప్రాధాన్యత దక్కాలన్నదే పవన్ కళ్యాణ్ గారి ఆశయం అని పూలే బాటలో నడుస్తూ పేద ప్రజల గొంతుకగా జనసేన నిలుస్తుంది అని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో బండి రామకృష్ణతో పాటు జనసేన పార్టీకి చెందిన పలువురు ముఖ్య నాయకులు, జనసైనికులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు. పూలే విగ్రహం వద్ద జనసైనికులు నినాదాలు చేస్తూ ఆయన సేవలను స్మరించుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో నగర అధ్యక్షులు గడ్డం రాజు, మండల అధ్యక్షులు గళ్ళా తిమోతి, యూత్ అధ్యక్షులు కూనపరెడ్డి ప్రసాద్, నాయకులు కొట్టే వెంకట్రావు, పినిశెట్టి వేణుగోపాల్, గంపల భవాని, జన్ను నాగరాజు, మహమ్మద్ సమీర్, మహమ్మద్ బాషి, కొక్కు లక్ష్మణ్, చిలంకుర్తి పిచ్చయ్య, తోట భాస్కరరావు, త్రిపురారి తరుణ్ కుమార్, తోట రాజేష్, సంకుల నాని, కందుల ఫణి, ఈడవ మణి బాబు, ఎరువ శ్రీనివాసరావు, బీరం సుదర్శన్, చింతగుంటల శ్రీనివాసరావు, గంపల కృష్ణ, సరసారెడ్డి రామ్, కర్రి మహేష్ బాబు, వడ్డీ చిరంజీవి, కురపు యేసు, పలనియప్ప కోటిరెడ్డి, దాసరి నవీన్, గున్నం వాసు, ఏడుబండల వాసు, బండి కరుణాకర్, బొద్దుల పవన్, వంపుగడాల చరణ్, వేమూరి చక్రి, మైకేల్, మణికంఠ, నాయుడు, శాయన శివయ్య జనసైనికులు పాల్గొన్నారు.

దొనకొండ మండలంలో ఈనెల 13న మంత్రి గొట్టిపాటి పర్యటన

ఏర్పాట్లను పరిశీలించిన డాక్టర్ కడియాల లలిత్ సాగర్

దర్శి,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:– ఈ నెల 13 న దొనకొండ మండలం, మల్లపేట గ్రామం లో రాష్ట్ర విద్యుత్ శాఖా మంత్రి గొట్టిపాటి రవికుమార్ ఎస్సీ, ఎస్టీ కుటుంబాలకు ప్రధానమంత్రి సూర్యఘర్ ముఫ్టీ బిజిలీ యోజన (పీఎం సూర్య ఘర్ యోజన) ద్వారా కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు సంయుక్తంగా ఉచిత సోలార్ విద్యుత్ పథకాన్ని ప్రారంభిస్తారు. ఈ కార్యక్రమానికి సంబంధించి శనివారం టిడిపి యువ నాయకులు డాక్టర్ కడియాల లలిత్ సాగర్ మల్లంపేట లోని టిడిపి నాయకులతో మరియు అధికారులతో కలిసి ఏర్పాట్లను పరిశీలించారు.

www.akshratimes.com
తెలుగు దినపత్రిక
అక్షర టైమ్స్
మా అక్షరం ప్రజల పక్షం
ప్రకాశం, బాపట్ల, పల్నాడు జిల్లా

తానంచింతల గ్రామం లో వివాహా శుభ కార్యక్రమాలలో పాల్గొన్న డాక్టర్ కడియాల లలిత్ సాగర్

దర్శి,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:– దర్శి మండలం, తానంచింతల గ్రామం లో శనివారం జరిగిన టిడిపి నాయకులు సందు లక్ష్మయ్య – నాగమణి ల కుమారుని వివాహా వేడుకల్లో టిడిపి యువ నాయకులు డాక్టర్ కడియాల లలిత్ సాగర్ పాల్గొని నూతన వరుడు వెంకట రామాంజనేయులు ను ఆశీర్వదించి... వివాహా శుభాకాంక్షలు తెలియజేసినారు. ఈ కార్యక్రమం లో దర్శి మున్సిపల్ ఛైర్మన్ నారపుశెట్టి పిచ్చయ్య, కోమిరిశెట్టి సుబ్రమణ్యం, తానంచింతల గ్రామ టిడిపి నాయకులు, తదితరులు ఉన్నారు.

బడుగుల అభ్యున్నతికి కృషి చేసిన గొప్ప సంఘ సంస్కర్త మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే

బీసీ సెల్ అధ్యక్షులు అంకె. వెంకటేశ్వర్లు

కురిచేడు,ఏప్రిల్12.అక్షర టైమ్స్:– బడుగుల అభ్యున్నతికి కృషి చేసిన గొప్ప సంఘ సంస్కర్త మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే అని వైయస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల బీసీ సెల్ అధ్యక్షులు అంకె వెంకటేశ్వర్లు తెలిపారు. జ్యోతిరావు పూలే 200 వ జయంతి వేడుకలు మండల వైయస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ బీసీ సెల్ ఆధ్వర్యంలో శనివారం ఘణంగా నిర్వహించారు. ఆయన చిత్ర పటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఏప్రిల్ 11 1827లో మహారాష్ట్ర లోని పూణేలో జన్మించిన ఆయన తన భార్య సావిత్రిబాయి పూలేతో కలిసి మహిళల విద్య కోసం ఎంతో కృషి చేశారని,1873లో కుల నిర్మూలన కోసం ఆయన ఎంతో కృషి చేశారని తెలిపారు. సామాజిక సేవలకు గుర్తింపుగా, 1888లో విఠల్‌రావు కృష్ణజీ వాండేకర్ ఆయనకు 'మహాత్మా' అనే బిరుదును ప్రదానం చేశారని తెలిపారు. ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన జడ్పీటీసీ నుసుం నాగిరెడ్డి మాట్లాడుతూ సమాజంలోని బడుగు బలహీన వర్గాల అభ్యున్నతికి అంకితభావంతో పోరాడిన మహనీయుడు పూలే అని, ఆయన విద్య, సమానత్వం, సామాజిక న్యాయం కోసం చేసిన సేవలు చిరస్మరణీయంగా నిలిచిపోయాయని గుర్తు చేశారు. ఆ మహనీయులు చూపిన మార్గంలో నడుస్తూ సమ సమాజ నిర్మాణానికి మనమందరం కట్టుబడాలని కోరురూ, అవిభక్త భారత దేశంలోనే అంటరానితనం, సామాజిక రుగ్మతలపై పోరాడిన తొలి తరం సామాజిక విప్లవయోధుడు, బాలికలు, మహిళల విద్యా వికాసం కోసం, వితంతువుల హక్కుల కోసం కృషి సల్పిన గొప్ప సంఘ సంస్కర్త మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే అని ఆ మహనీయుని జయంతి వేడుకలు జరుపుకోవడం మన అదృష్టం అని అన్నారు. నియోజకవర్గ పంచాయతీ రాజ్ వింగ్ అధ్యక్షులు మేరువ సుబ్బారెడ్డి మాట్లాడుతూ అంటరాని తనాన్ని ఎండగట్టి, సామాజిక అసమానతల మీద అలుపెరుగని పోరాటం చేసి అణగారిన వర్గాల విద్యాభివృద్ధి కోసం కృషి చేసిన గొప్ప సంఘ సంస్కర్త, మానవ హక్కులకై ఉద్యమించిన సామాజిక విప్లవకారుడు, నిరంతరం మహిళల విద్యాభివృద్ధికై పాటుపడిన ఆదర్శ ప్రాయుడు, సమ సమాజ స్థాపనలో భావి తరాలకు నిత్య స్ఫూర్తి ప్రధాతగా నిలిచిన మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే జయంతి సందర్భంగా వారి సేవలను దళిత బహుజన మైనార్టీ సమాజమేక నేటి తరం సుసంపన్నమైన మేధావి వర్గం కూడా స్మరించుకుంటూ,ఆయన ఆశయాలతో ముందుకు పోతున్నారని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా ఆర్టీఐ కార్యదర్శి కంభంపాటి జోసెఫ్, జిల్లా లీగల్ సెల్ కార్యవర్గ సభ్యులు పసుమర్తి వెంకట్రావు, జిల్లా మైనార్టీ సెల్ కార్యవర్గ సభ్యులు షేక్ మౌలాలి, మండల మైనార్టీ సెల్ అధ్యక్షులు సయ్యద్ ముహమ్మద్ జానీ, మండల యస్ టీ సెల్ అధ్యక్షులు మేంద్రగుత్తి నాగాంజ నేయులు, మండల సోషల్ మీడియా కన్వీనర్ కోలా సంతోష్ కుమార్, మండల పార్టీ ఉపాధ్యక్షులు ఊట్ల వెంకటేశ్వర్లు, మండల పంచాయతీ రాజ్ వింగ్ ఉపాధ్యక్షులు అనుగొండ వెంకట నారాయణ, మండల దివ్యాంగుల విభాగం ప్రధాన కార్యదర్శి కంభంపాటీ అనిల్, పట్టణ యూత్ అధ్యక్షులు సయ్యద్ ఖాసీం, పట్టణ సోషల్ మీడియా కన్వీనర్ కౌలూరి ఏడుకొండలు, మండల సోషల్ మీడియా కార్యవర్గ సభ్యులు కంభంపాటి సాయన్న, మండల పార్టీ కార్యవర్గ సభ్యులు గండి గంగయ్య, గంగదొనకొండ గ్రామ పార్టీ అధ్యక్షులు ఆసుపల్లి చెన్నారెడ్డి, నాయకులు కుర్రా కాశయ్య, పుల్లారెడ్డి, తదితర నాయకులు పాల్గొన్నారు.

వేకువజామునే ప్రజల చెంతకు కలెక్టర్ రాజాబాబు

పారిశుద్ధ్య నిర్వహణ, తాగునీటి సరఫరా పరిశీలన

స్థానికంగా లభిస్తున్న ప్రభుత్వ సేవలపై ఆరా

ఉపాధి హామీ పనులను తనిఖీ చేసి, కూలీల ముఖ హాజరు విధానం పరిశీలన

దర్శి లో ఎన్ఏపి మంచినీటి పథకం పరిశీలన

దర్శి/ఒంగోలు,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:– (బ్యూరో, షేక్. కరిముల్లా) : పారిశుధ్యం, త్రాగునీటి పథకాల నిర్వహణలో నిర్లక్ష్యం వహిస్తే కఠిన చర్యలు తప్పవని జిల్లా కలెక్టర్ పి.రాజాబాబు స్పష్టం చేశారు. ప్రజలకు సురక్షితమైన త్రాగునీరు అందించేందుకు మరింత దృష్టి పెట్టినట్లు చెప్పారు. ' పల్లెనిద్ర ' కార్యక్రమంలో భాగంగా శుక్రవారం రాత్రి దర్శి మండలంలోని పోతవరం గ్రామంలో నిద్రించిన కలెక్టర్, శనివారం వేకువ జామునే గ్రామంలో విస్తృతంగా పర్యటించారు. గ్రామంలో పారిశుధ్య నిర్వహణ, త్రాగునీటిని సరఫరా చేస్తున్న తీరును ప్రత్యక్షంగా పరిశీలించారు. గ్రామస్తులతో మాట్లాడి ఈ సేవలతోపాటు స్థానిక సమస్యలపై ఆరా తీశారు. వారి నుంచి అర్జీలను స్వీకరించాలి. స్కూలుకు వెళ్తున్న విద్యార్థులతో మాట్లాడారు. వ్యక్తిగత పరిశుభ్రత పాటించాలని, ఇందుకోసమే ప్రభుత్వం ' ముస్తాబు ' కార్యక్రమాన్ని అమలు చేస్తున్నట్లు చెప్పారు. గోళ్లు పెంచుకోవద్దని సూచించారు. చెత్త నుంచి సంపద తయారీ కేంద్రాన్ని పరిశీలించారు. తడి చెత్త, పొడి చెత్తను వేరు చేయడంతో పాటు వర్మీ కంపోస్టును తయారు చేస్తున్న తీరును అధికారులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. గ్రామంలో ఉపాధి హామీ చట్టం కింద చేపట్టిన పనులను తనిఖీ చేశారు. పని ప్రదేశంలో కూలీలకు కల్పిస్తున్న సదుపాయాలను, వారితో ముఖహాజరు వేయిస్తున్న విధానాన్ని కలెక్టర్ పరిశీలించారు. తానంచింతల ప్రాథమిక పాఠశాలను కలెక్టర్ తనిఖీ చేశారు. విద్యార్థులతో ప్రత్యేకంగా మాట్లాడారు. ప్రాంగణంలో విద్యార్థులకు ప్రమాదకరంగా ఎలాంటి స్తంభాలు లేకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని ఉపాధ్యాయులను ఆదేశించారు. పాఠశాలలోని చేతి పంపును బాగు చేయించాలని అధికారులకు స్పష్టం చేశారు. తానంచింతల గ్రామానికి మంచినీటిని సరఫరా చేసే ఓవర్ హెడ్ ట్యాంకును కలెక్టర్ పరిశీలించారు. ట్యాంక్ నిర్వహణ నిబంధనల మేరకు ఉండాలని, నిర్దిష్ట సమయానికి శుభ్రం చేయించాలని అధికారులకు చెప్పారు. అనంతరం దర్శిలోని ఎన్.ఏ.పి. మంచినీటి పథకాన్ని కలెక్టర్ సందర్శించారు. ఎంతో కీలకమైన ఈ పథకం నిర్వహణలో ఎలాంటి నిర్లక్ష్యం ఉండకూడదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. నీటి శుద్ధీకరణలో ప్రభుత్వ నిర్దేశాలను ఉల్లంఘిస్తే కఠిన చర్యలు తీసుకుంటానని హెచ్చరించారు. స్టోరేజీ ట్యాంకు, ఫిల్టర్ కేంద్రాన్ని క్షుణ్ణంగా పరిశీలించి సిబ్బంది విధులపై ఆరా తీశారు. సిబ్బంది అందరూ పూర్తిస్థాయిలో విధులకు హాజరు కావాలని, ఏమాత్రం నిర్లక్ష్యం వహించినా సహించబోనని హెచ్చరించారు. ఈ పర్యటనలో కలెక్టర్ వెంట జడ్పీ సీఈవో చిరంజీవి, డ్వామా పి.డి. జోసఫ్ కుమార్, డిపిఓ వెంకటేశ్వరరావు, ఆర్డబ్ల్యూఎస్ ఎస్.ఈ. నాగేశ్వరరావు, ఏపీ సిపిడిసిఎల్ ఎస్.ఈ. వెంకటేశ్వర్లు, ఇతర అధికారులు, స్థానిక ప్రజా ప్రతినిధులు ఉన్నారు

ఎస్సీ హాస్టల్ లో డీ.డీ. ' పల్లెనిద్ర '

విద్యార్థులతో కలిసి భోజనం

వసతులపై క్షేత్రస్థాయి పరిశీలన

క్రమశిక్షణే ముఖ్యం

వంటగది, స్టాక్ రూమ్ తనిఖీ

మెనూ పాటించకపోయినా, అపరిశుభ్రంగా ఉన్నా కఠిన చర్యలు

డీ డీ లక్ష్మా నాయక్ హెచ్చరిక

దొనకొండ/ఒంగోలు,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:– విద్యార్థుల సమస్యలను స్వయంగా తెలుసుకుని, వారికి మెరుగైన వసతులు కల్పించడమే లక్ష్యంగా జిల్లా సాంఘిక సంక్షేమ శాఖ డిప్యూటీ డైరెక్టర్ ఎన్. లక్ష్మా నాయక్ శనివారం రాత్రి దొనకొండలోని ప్రభుత్వ సాంఘిక సంక్షేమ బాలుర వసతి గృహం–1లో ' పల్లె నిద్ర ' కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. రాత్రి హాస్టల్‌కు చేరుకున్న డిప్యూటీ డైరెక్టర్ మౌలిక సదుపాయాలను క్షుణ్ణంగా తనిఖీ చేశారు. రాత్రి విద్యార్థులతో కలిసి కూర్చుని డిప్యూటీ డైరెక్టర్ భోజనం చేశారు. భోజన నాణ్యతను స్వయంగా రుచి చూసి పరిశీలించారు. ప్రభుత్వం నిర్ణయించిన మెనూ ప్రకారం ప్రతిరోజూ పౌష్టికాహారం అందించాలని, ఇందులో ఎటువంటి అలసత్వం వహించినా సహించేది లేదని వార్డెన్‌ను ఆదేశించారు. కిచెన్ రూమ్‌ను సందర్శించి పరిశుభ్రతను పరిశీలించారు. బియ్యం, పప్పు దినుసులు, కూరగాయల నిల్వలను, స్టాక్ రిజిస్టర్లను తనిఖీ చేశారు. హాస్టల్‌లోని ఆర్‌ఓ (ఆర్ ఓ) వాటర్ ప్లాంట్‌ను పరిశీలించి, విద్యార్థులకు స్వచ్ఛమైన త్రాగునీరు అందుతుందో లేదో అడిగి తెలుసుకున్నారు. అనంతరం వాష్ రూమ్‌లు, టాయిలెట్లను సందర్శించి, పారిశుధ్యం పక్కాగా ఉండాలని సూచించారు. విద్యార్థులు నిద్రించే గదులకు వెళ్లి ఫ్యాన్లు, లైట్లు, కిటికీలకు మెష్‌లు మరియు బెడ్ షీట్ల సౌకర్యాన్ని తనిఖీ చేశారు. విద్యార్థులతో ముఖాముఖిగా మాట్లాడి వారి సమస్యలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. విద్యార్థులు చదువుపై దృష్టి సారించి, ప్రభుత్వం కల్పిస్తున్న వసతులను ఉపయోగించుకుని ఉన్నత శిఖరాలను అధిరోహించాలని ఆయన ఆకాంక్షించారు. చదువుతో పాటు ఆరోగ్యంపై కూడా శ్రద్ధ వహించాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో హాస్టల్ వెల్ఫేర్ ఆఫీసర్ మంత్రు నాయక్, ఇతర సిబ్బంది మరియు విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు. విద్యార్థుల యోగక్షేమాల కోసం స్వయంగా డిప్యూటీ డైరెక్టర్ వచ్చి రాత్రి బస చేయడంతో విద్యార్థులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు.

నిర్జలీకరణ సమస్యతో ఇబ్బంది పడుతున్నారా..
వెంటనే ఈ అలవాట్లకు గుడ్ బై చెప్పండి..

చాలా సార్లు మనం తినే ఆహారం పట్ల శ్రద్ధ చూపము. దీనివల్ల శరీరం నిర్జలీకరణ సమస్య బారిన పడుతుంది. ఈ సమయంలో తలతిరుగడం, బలహీనత వంటి సమస్యలను ఎదుర్కోవలసి వస్తుంది. ఇది ఎక్కువగా శరీరంలో నీటి కొరత ఏర్పడినప్పుడు జరుగుతుంది. కనుక శరీరంలో నిర్జలీకరణ సమస్య రాకుండా ఉండటానికి పొరపాటున కూడా కొన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలను తినొద్దు. ఎందకంటే కొన్నిరకాల ఆహార పదార్థాలను ఎందుకు తినొద్దో తెలుసుకుందాం. వేసవి కాలంలో మాత్రమే కాదు ఒకొక్కసారి వివిధ కారణాల వలన శరీరంలో నీటి లోపం ఏర్పడడం సర్వసాధారణం. వేసవిలో చెమట ద్వారా శరీరం నుంచి నీరు బయటకు విసర్జింపబడుతుందని సీనియర్ వైద్యుడు డాక్టర్ కమల్‌జిత్ సింగ్ క్రైంత్ అన్నారు. శరీర ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించడానికి తగినంత నీరు అవసరం. అయితే శరీరంలో నీటి కొరత ఏర్పడినప్పుడు నిర్జలీకరణ ప్రమాదం పెరుగుతుంది. అయితే శరీరంలో నీటి లోపం కలిగించే కొన్ని ఆహార పదార్థాలు ఉన్నాయని మీకు తెలుసా వీటిని వేసవి కాలంలో మాత్రమే కాదు.. ఏ కాలంలోనైనా సరే ఈ ఆహార పదార్థాలను అధిక మొత్తంలో తిన్నా.. తాగినా అనేక ఇబ్బందులను ఎదుర్కొనాల్సి ఉంటుంది. వేసవి కాలంలో మాత్రమే కాదు ఒకొక్కసారి వివిధ కారణాల వలన శరీరంలో నీటి లోపం ఏర్పడడం సర్వసాధారణం. వేసవిలో చెమట ద్వారా శరీరం నుంచి నీరు బయటకు విసర్జింపబడుతుందని సీనియర్ వైద్యుడు డాక్టర్ కమల్‌జిత్ సింగ్ క్రైంత్ అన్నారు. శరీర ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించడానికి తగినంత నీరు అవసరం. అయితే శరీరంలో నీటి కొరత ఏర్పడినప్పుడు నిర్జలీకరణ ప్రమాదం పెరుగుతుంది. అయితే శరీరంలో నీటి లోపం కలిగించే కొన్ని ఆహార పదార్థాలు ఉన్నాయని మీకు తెలుసా వీటిని వేసవి కాలంలో మాత్రమే కాదు.. ఏ కాలంలోనైనా సరే ఈ ఆహార పదార్థాలను అధిక మొత్తంలో తిన్నా.. తాగినా అనేక ఇబ్బందులను ఎదుర్కొనాల్సి ఉంటుంది.

వేసవిలో కారంగా ఉండే ఆహార పదార్థాలకు దూరంగా ఉండాలి. ఎందుకంటే వాటిలో అదనపు నూనె ఉండటం వల్ల పదే పదే దాహం వేస్తుంది . కాప్సైసిన్ కూడా కారంలో ఉండే పదార్థాలలో ఉంటుంది. ఇది ఆరోగ్యానికి హానికరం. ఇది మీకు డీహైడ్రేషన్‌కు కారణమవుతుంది. వేసవిలో కారంగా ఉండే ఆహార పదార్థాలకు దూరంగా ఉండాలి. ఎందుకంటే వాటిలో అదనపు నూనె ఉండటం వల్ల పదే పదే దాహం వేస్తుంది . కాప్సైసిన్ కూడా కారంలో ఉండే పదార్థాలలో ఉంటుంది. ఇది ఆరోగ్యానికి హానికరం. ఇది మీకు డీహైడ్రేషన్‌కు కారణమవుతుంది.

వాస్తవానికి డ్రై ఫ్రూట్స్ ఆరోగ్యానికి చాలా ప్రయోజనకరం. అయినప్పటికీ వేసవిలో లేదా ఇతర సమయాల్లో కూడా అధిక మొత్తంలో తీసుకోవద్దు. ఎందుకంటే వీటి స్వభావంచాలా వేడిగా ఉంటుంది, దీని కారణంగా శరీర ఉష్ణోగ్రత పెరుగుతుంది . శరీరంలో నీటి కొరత ఏర్పడుతుంది. వాస్తవానికి డ్రై ఫ్రూట్స్ ఆరోగ్యానికి చాలా ప్రయోజనకరం. అయినప్పటికీ వేసవిలో లేదా ఇతర సమయాల్లో కూడా అధిక మొత్తంలో తీసుకోవద్దు. ఎందుకంటే వీటి స్వభావంచాలా వేడిగా ఉంటుంది, దీని కారణంగా శరీర ఉష్ణోగ్రత పెరుగుతుంది . శరీరంలో నీటి కొరత ఏర్పడుతుంది.

చాలా మంది కాఫీని ఇష్టపడతారు ఎందుకంటే ఇది అలసట ,బద్ధకాన్ని తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. తక్షణ శక్తిని ఇస్తుంది. అయితే ఈ కాఫీని ఎక్కువగా తాగడం వలన శరీరంలో నిర్జలీకరణం ఏర్పడుతుంది. శరీర ఉష్ణోగ్రత కూడా పెరుగుతుంది. అజీర్ణ సమస్యకు కూడా కారణమవుతుంది. చాలా మంది కాఫీని ఇష్టపడతారు ఎందుకంటే ఇది అలసట ,బద్ధకాన్ని తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. తక్షణ శక్తిని ఇస్తుంది. అయితే ఈ కాఫీని ఎక్కువగా తాగడం వలన శరీరంలో నిర్జలీకరణం ఏర్పడుతుంది. శరీర ఉష్ణోగ్రత కూడా పెరుగుతుంది. అజీర్ణ సమస్యకు కూడా కారణమవుతుంది.

కొంత మంది దాహార్తిని తీర్చుకునేందుకు వేసవి కాలంలో అధిక మొత్తంలో శీతల పానీయాలు తీసుకుంటారు ఎందుకంటే ఈ శీతల పానీయాలు శరీరాన్ని చల్లబరుస్తాయి. అయితే వాటిలో చాలా చక్కెర ఉంటుంది. అందువలన ఈ శీతల పానీయాలను ఎంత తాగినా దాహం కలుగుతూనే ఉంటుంది. అంతేకాదు వీటిని తాగడం వలన శరీరంలో నీటి కొరత ఏర్పడుతుంది. కొంత మంది దాహార్తిని తీర్చుకునేందుకు వేసవి కాలంలో అధిక మొత్తంలో శీతల పానీయాలు తీసుకుంటారు ఎందుకంటే ఈ శీతల పానీయాలు శరీరాన్ని చల్లబరుస్తాయి. అయితే వాటిలో చాలా చక్కెర ఉంటుంది. అందువలన ఈ శీతల పానీయాలను ఎంత తాగినా దాహం కలుగుతూనే ఉంటుంది. అంతేకాదు వీటిని తాగడం వలన శరీరంలో నీటి కొరత ఏర్పడుతుంది.

బర్గర్లు, సమోసాలు , ఫ్రెంచ్ ఫ్రైస్ వంటి వేయించిన ఆహారాలు వేసవిలో తినకూడదు. ఎందుకంటే ఇవి నూనె అధికంగా ఉండే ఆహారాలు. అంతేకాదు వీటిల్లో అధిక ఉప్పు కంటెంట్ కలిగి ఉంటుంది. దీని కారణంగా బర్గర్లు, సమోసాలు , ఫ్రెంచ్ ఫ్రైస్ వంటి ఆహార పదార్థాలను తినడం వలన నిర్జలీకరణ సమస్యను పెంచుతాయి. బర్గర్లు, సమోసాలు , ఫ్రెంచ్ ఫ్రైస్ వంటి వేయించిన ఆహారాలు వేసవిలో తినకూడదు. ఎందుకంటే ఇవి నూనె అధికంగా ఉండే ఆహారాలు. అంతేకాదు వీటిల్లో అధిక ఉప్పు కంటెంట్ కలిగి ఉంటుంది. దీని కారణంగా బర్గర్లు, సమోసాలు , ఫ్రెంచ్ ఫ్రైస్ వంటి ఆహార పదార్థాలను తినడం వలన నిర్జలీకరణ సమస్యను పెంచుతాయి.

ఈ తప్పులు చేస్తున్నారా..? అయితే, మీ ఎముకలు గుల్లయినట్లే.. ఇక మున్ముందు కష్టమే..

ఎముకలను జాగ్రత్తగా చూసుకోవడం చాలా ముఖ్యం.. ఎముకలు బలహీనంగా ఉన్నప్పుడు, అనేక వ్యాధులు వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. చిన్న చిన్న అలవాట్లు మీ ఎముకలను బలహీనంగా మారుస్తాయి.. దీంతోపాటు పలు సమస్యలు కూడా వస్తాయి.. అటువంటి పరిస్థితిలో, ఎముకలు బలహీనంగా మారితే ఎలాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి..? మీ ఎముకలను ఎలా బలంగా ఉంచుకోవాలి..? అనే విషయాలను తెలుసుకోండి.. ఎముకలు మన శరీరానికి ముఖ్యమైన ఆధారము.. దృఢంగా ఉండే ఎముకలు శరీరానికి నిర్మాణం, మద్దతు, చలనశీలతను అందిస్తాయి.. శరీరంలోని ఇతర అవయవాలను రక్షిస్తాయి.. అందుకే మన ఆరోగ్యానికి నిజమైన ఆధారం మన ఎముకలే. బలమైన ఎముకలు మనల్ని ఎక్కువ కాలం చురుగ్గా ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి.. కానీ నేటి బిజీ జీవితం, అనారోగ్యకరమైన ఆహారపు అలవాట్లు, తప్పుడు అలవాట్ల కారణంగా, ఎముకలు మరింత బలహీనంగా మారుతున్నాయి. అది పెరిగే వరకు మనం సమస్యను విస్మరిస్తాము. అటువంటి పరిస్థితిలో, ఎముక బలహీనతను గుర్తించడం %-% తప్పులను నివారించడం చాలా ముఖ్యం.. ఎముకలు బలహీనపడటానికి గల కారణాలు ఏమిటి..? దాని లక్షణాలు ఏమిటి..? నిపుణులు ఏం చెబుతున్నారు.. ఈ వివరాలను తెలుసుకుందాం. ఎముకలు బలహీనపడటానికి అనేక కారణాలు ఉండవచ్చంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు..

ఎముకలు బలహీనంగా మారడానికి కారణాలేమిటి

సర్వోదయ ఆసుపత్రిలోని ఆర్థోపెడిక్ విభాగానికి చెందిన డాక్టర్ ఆంచల్ ఉప్పల్ మాట్లాడుతూ.. చాలా మందికి ఆరోగ్యం.. ఇతర అంశాల గురించి తెలుసు.. కానీ ఎముకల గురించి అంతగా పట్టించుకోరు.. చిన్న చిన్న తప్పుల వల్ల ఎముకలు బలహీనపడటం ప్రారంభిస్తాయి. ఎముకలు, కీళ్లలో నిరంతరం నొప్పి ఉంటే, అది అనేక సమస్యలకు సంకేతం కావచ్చు. కాల్షియం విటమిన్ డి లోపం ఎముకలను బలోపేతం చేయడానికి ముఖ్యమైన పోషకాలు కాల్షియం, విటమిన్ డి. మీ ఆహారంలో పాలు, పెరుగు, జున్ను, ఆకుపచ్చ కూరగాయలు, బాదం వంటి ఆహారాలు లేకపోతే, మీ ఎముకలు క్రమంగా బలహీనపడటం ప్రారంభిస్తాయి. సూర్యరశ్మి లేకపోవడం వల్ల విటమిన్ డి లోపం సంభవిస్తుంది. దీని కారణంగా శరీరం కాల్షియంను సరిగ్గా గ్రహించలేకపోతుంది. జంక్ ఫుడ్ కూల్ డ్రింక్స్ ఎక్కువగా తీసుకోవడం ఈ రోజుల్లో పిల్లలు, పెద్దలలో జంక్ ఫుడ్ పట్ల క్రేజ్ బాగా పెరిగింది. శీతల పానీయాలలో ఫాస్ఫోరిక్ ఆమ్లం ఉంటుంది. ఇది శరీరంలో కాల్షియం లోపానికి కారణమవుతుంది. దీనితో పాటు, అధిక ఉప్పు, ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారం కూడా ఎముకలకు శత్రువులుగా మారుతాయి. శారీరక శ్రమ లేకపోవడం ఢిల్లీలోని ఆర్ఎంఎల్ హాస్పిటల్‌లోని మెడిసిన్ విభాగానికి చెందిన డాక్టర్ పులీన్ కుమార్ వివరిస్తూ.. రోజంతా కూర్చునే లేదా చాలా తక్కువగా కదిలే వ్యక్తుల ఎముకలు ప్రభావితమవుతాయి. వ్యాయామం చేయడం లేదా నడవడం ద్వారా ఎముకలు బలంగా మారుతాయి. ముఖ్యంగా వెయిట్ లిఫ్టింగ్ వ్యాయామాలు ఎముకలను బలోపేతం చేయడంలో సహాయపడతాయి. సోమరి జీవితాన్ని గడిపే వ్యక్తులకు ఆస్టియోపోరోసిస్ (ఎముకలు బలహీనపడటం) ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ధూమపానం మద్యపాన వ్యసనం ధూమపానం మద్యం సేవించడం ఊపిరితిత్తులు, కాలేయానికి మాత్రమే కాకుండా, ఎముకలకు కూడా ప్రమాదకరం. ధూమపానం ఎముక కణాలను బలహీనపరుస్తుంది. ఎముక సాంద్రతను తగ్గిస్తుంది. మరోవైపు,

మద్యం శరీరంలోని పోషకాల శోషణను ప్రభావితం చేస్తుంది. వయస్సు హార్మోన్లలో మార్పులు స్త్రీలలో రుతువిరతి తర్వాత ఎముక బలహీనత ఒక సాధారణ సమస్య. వయస్సు పెరిగే కొద్దీ శరీరంలో హార్మోన్ల మార్పులు సంభవిస్తాయి. దీని వలన ఎముకల సాంద్రత తగ్గుతుంది. పురుషులలో కూడా, వయస్సు పెరిగే కొద్దీ ఎముకలు బలహీనపడటం ప్రారంభమవుతుంది. ఎముకలు బలహీనపడటం లక్షణాలు ఏమిటి ఎటువంటి కారణం లేకుండా కీళ్లలో నొప్పి, వీపు లేదా నడుములో నిరంతరం నొప్పి, ఎత్తు క్రమంగా తగ్గడం, చిన్న గాయాలలో కూడా ఎముకలు విరగడం, త్వరగా అలసిపోయినట్లు అనిపించడం, శరీరం వంగిపోయినట్లు అనిపించడం వంటివి ఉంటాయని డాక్టర్ ఆంచల్ ఉప్పల్ తెలిపారు.. ఎముకలను బలోపేతం చేయడానికి మార్గాలు ప్రతిరోజూ కనీసం 15-20 నిమిషాలు ఎండలో కూర్చోండి. కాల్షియం విటమిన్ డి అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని తినండి రోజులో కొద్దిసేపు నడవండి లేదా తేలికపాటి వ్యాయామం చేయండి. ధూమపానం మద్యం నుండి దూరంగా ఉండండి మీ వైద్యుడు సూచించిన విధంగా ఎముక సాంద్రత పరీక్షలను క్రమానుగతంగా చేయించుకోండి.

నల్లగా ఉన్నాయని తీసిపారేయకండి..
సర్వరోగ నివారిణి.. లాభాలు తెలిస్తే అస్సలు వదిలిపెట్టరు..

ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేసే పిప్పళ్లను సూపర్ ఫుడ్‌గా పేర్కొంటారు.. ఆయుర్వేదంలో పిప్పళ్లను అనేక రోగాలకు దివ్యౌషధంగా ఉపయోగిస్తుంటారు. అస్తమా, బ్రోన్కైటిస్, శ్వాసకోశ సమస్యలతో బాధపడేవారిపై పిప్పలి అద్భుతమైన ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. ఇది కఫం, శ్లేష్మాన్ని తొలగించడంలో సహాయపడుతుందని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. వంటగదిలో మన ఆరోగ్యానికి సంబంధించిన అనేక ఔషధ సుగంధ ద్రవ్యాలు దాగి ఉన్నాయి.. అలాంటి ఒక ఔషధ నిధి పిప్పలి (పిప్పళు ్ల).. ఇది ఎన్నో ఆరోగ్య సమస్యలను నివారించడంలో ప్రయోజనకరంగా ఉండే అద్భుతమైన ఆయుర్వేద ఔషధం అని నిపుణులు చెబుతున్నారు. పిప్పలి.. దీన్ని మనం తెలుగులో పిప్పళ్లు అని కూడా పిలుస్తాం.. ఇంకా పిప్పళ్లని ఆంగ్లంలో లాంగ్ పెప్పర్ అంటారు.. ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేసే పిప్పళ్లను సూపర్ ఫుడ్‌గా పేర్కొంటారు.. ఆయుర్వేదంలో పిప్పళ్లను అనేక రోగాలకు దివ్యౌషధంగా ఉపయోగిస్తుంటారు. అస్తమా, బ్రోన్కైటిస్, శ్వాసకోశ సమస్యలతో బాధపడేవారిపై పిప్పలి అద్భుతమైన ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. ఇది కఫం, శ్లేష్మాన్ని తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. దీనికి శోథ నిరోధక లక్షణాలు ఉన్నందున, ఇది నొప్పి నివారిణిగా పనిచేస్తుంది.. కీళ్ల నొప్పులు, వాపులను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. పిప్పళ్లను చరక సంహితలో ఒక ముఖ్యమైన ఔషధంగా వర్ణించారు.. దీనిని అనేక వ్యాధులలో ఉపయోగిస్తారు.

పిప్పలి ప్రయోజనాలు

పిప్పళ్లు దగ్గు, శ్వాసకోశ వ్యాధులు, జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలకు ముఖ్యంగా ప్రయోజనకరంగా ఉంటాయి.. సుశ్రుత సంహితలో, దీనిని దహన్ ఉపకర్ణ అని పిలుస్తారు.. అంటే చర్మ సంబంధిత సమస్యలను తగ్గించడంలో సహాయపడే ఔషధం. వాస్తవానికి, ఇది రక్తాన్ని శుభ్రపరుస్తుంది.. మొటిమలు, మొటిమలు, దురద వంటి సమస్యలను తొలగిస్తుంది.

సుగంధ ద్రవ్యంగా ఉపయోగిస్తారు

ఆయుర్వేదం ప్రకారం.. పిప్పళ్లు.. పైపెరేసి కుటుంబానికి చెందిన పుష్పించే తీగ, దీని పండ్ల కోసం పెంచుతారు. దీనిని సాధారణంగా ఎండబెట్టి సుగంధ ద్రవ్యంగా ఉపయోగిస్తారు. పొడవాటి మిరియాలు దాని దగ్గరి బంధువు పైపర్ నిగ్రమ్ కంటే రుచిగా ఉంటాయి.. కానీ తియ్యగా.. తక్కువ ఘాటుగా ఉంటాయి.. ఇది మనకు నలుపు, ఆకుపచ్చ, తెలుపు మిరియాలను ఇస్తుంది. ఇది జీవక్రియను పెంచడానికి సహాయపడుతుంది.. దాని శోథ నిరోధక లక్షణాల కారణంగా మంటను తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది.

గర్భిణీ స్త్రీలు దీనిని నివారించాలి..

దీనిని రోగనిరోధక శక్తిని పెంచేది అని కూడా అంటారు. ఇది జీర్ణవ్యవస్థ, శ్వాసకోశ వ్యవస్థను నియంత్రణలో ఉంచుతుంది. దీని స్వభావం వేడిగా ఉంటుంది.. అందుకే గర్భిణీ స్త్రీలు దీనిని నివారించాలని చెబుతున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు.. ఆయుర్వేదం ప్రకారం, పిప్పలి ఉబ్బసం, బ్రోన్కైటిస్, శ్వాసకోశ సమస్యలతో బాధపడేవారిపై విపరీతమైన ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. ఇది కఫం శ్లేష్మం తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది.

ఎలా తినాలి?

పిప్పలి జీవక్రియను వేగవంతం చేస్తుంది. ఇది మూత్రపిండాల ఆరోగ్యాన్ని జాగ్రత్తగా చూసుకుంటుంది.. మూత్ర వ్యాధులను కూడా నయం చేస్తుంది. సాధారణంగా, దీనిని చాలా వంటకాల్లో ఉపయోగిస్తారు. 1/4 నుంచి 1/2 టీస్పూన్ తేనె లేదా వేడి నీటితో తీసుకోవడం ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది.. అయితే.. దగ్గు జలుబు సమయంలో మింగడంలో ఇబ్బంది ఉంటే, నీటిలో వేసి మరిగించి త్రాగడం కూడా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుందని చెబుతారు. ఇది కూడా సాధ్యం కాకపోతే, వైద్యుడి సలహా మేరకు, మీరు దానిని క్యాప్సూల్ టాబ్లెట్ రూపంలో ఉపయోగించవచ్చు.

దెయ్యాలు వేదాలు వల్లించినట్లు మాట్లాడుతున్న వైసిపి నాయకులు

కూటమి నాయకులు

తాడిగడప, ఏప్రిల్ 11 .అక్షర టైమ్స్:-పెనమలూరు నియోజకవర్గం,తాడిగడప మున్సిపాలిటీ,పోరంకి తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యాలయంలో కూటమి నాయకులు విలేకరులతో సమావేశం నిర్వహించారు.ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ..., జనసేన పార్టీ బీసీ నాయకులు తాతపూడి గణేష్ సామాన్య కార్యకర్త నుంచి అంచలంచలుగా రాష్ట్ర స్థాయి నాయకుడిగా ఎదిగిన వ్యక్తిపై వైసీపీ నాయకులు చేస్తున్న అనుచిత వ్యాఖ్యలను ఖండించారు. బీసీ నాయకులు అంటే చులకనగా మాట్లాడుతున్నారు, కొంతమంది వైసీపీ నాయకులు తాతపూడి గణేష్ గురించి రైతు బజార్లో కోట్లు,ఇసుక,బిల్డర్ దగ్గర నుంచి డబ్బులు వసూలు చేస్తున్నారని ఆరోపణలు చేస్తున్నారు, ఇటువంటి దోపిడీ, దౌర్జన్యాలు చేసింది వైసీపీ ప్రభుత్వంలో మీరు కాదా అని ప్రశ్నించారు. దశాబ్దాల కాలం నుంచి మద్దూరు, వణుకూరు గోసాల రోడ్డు పూర్తిగా ప్రయాణం చేయడానికి తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నామని ఆయన దృష్టికి తీసుకు వెళ్లడంతో ఎమ్మెల్యే బోడే ప్రసాద్ రోడ్డు నిర్మాణానికి 6 కోట్లు నిధులు మంజూరు చేయించడం హర్షనీయమన్నారు. రోడ్డు శంకుస్థాపన చేసుకునె,సమయంలో గోసాల సెంటర్ వద్ద ఇరువైపుల ఆక్రమించుకున్న,ఆక్రమణదారులు తొలగిస్తుంటే వైసీపీ నాయకుడు చక్రవర్తి ఓటు రాజకీయం కోసం వారిని రెచ్చగొడుతూ తప్పుదోవ పట్టించడం సరైన పద్ధతి కాదన్నారు. మద్దూరు,వణుకూరు,గోసాల గ్రామాల అభివృద్ధిని అడ్డుకొని సుమారు 50 వేల జనాభా కలిగిన ప్రజల ఆగ్రహానికి వైసీపీ పార్టీ బలవుతుందన్నారు. దేవ భక్తిని చక్రవర్తి,నియోజకవర్గ వైసిపి ఇన్చార్జిగా కాకుండా,కానూరు గ్రామ పార్టీ అధ్యక్షుడిగా ప్రవర్తిస్తున్నాడు.నియోజకవర్గంలో గ్రామాలు, మున్సిపాలిటీలు ఎన్నో ఉంటే ఆయన కానూరు గ్రామం గురించే మాట్లాడుతున్నారు. దేవ భక్తుని చక్రవర్తికి ఎటువంటి రాజకీయ అవగాహన,అనుభవం లేదు అటువంటి వ్యక్తిని జగన్మోహన్ రెడ్డి ఏ విధంగా ఇన్చార్జిగా పెట్టాడు అర్థం కావడం లేదు అన్నారు. కానూరు గ్రామంలో నివాసం ఉంటూ,మా తాత, నాన్న సర్పంచులు గా ఉన్నామని ప్రగల్ బాలు పలుకుతున్నారు,మీరు ఉన్న సమయంలో ఎటువంటి అభివృద్ధి చెయ్యకపోగా,అభివృద్ధి చేస్తున్న ఎమ్మెల్యే బోడే ప్రసాద్ పై ఎందుకు అక్కుస వెళ్లగక్కుతున్నారని ఆగ్రహించారు. కానూరు గ్రామ అభివృద్ధిని ఎందుకు అడ్డుకుంటున్నారు,ఎమ్మెల్యేని రాజీనామా చేయమని నైతిక హక్కు మీకు లేదన్నారు. బహుశా పోయినసారి కూడా మీరు ఓటు బోడే ప్రసాద్ కే వేసి ఉండొచ్చు ఎందుకంటే మీకు జగన్ మోహన్ రెడ్డి అంటే ఇష్టం లేదని తెలుసు, గతంలో పార్థసారథి కి వ్యతిరేకంగా పనిచేసే బోడే ప్రసాద్ కి ఓటు వేశారు మీకు భవిష్యత్తులో ఏటువంటి అవసరం ఉన్న మా ఎమ్మెల్యే బోడె ప్రసాద్ చేస్తారని తెలిపారు. ఇప్పటికైనా మీరు ఎమ్మెల్యే బోడే ప్రసాద్ పై అవాకులు,చవాకులు పేలకొండ కానూరు గ్రామ అభివృద్ధికి సహకరించాలని హితవు పలికారు.

దొనకొండ మండలంలో ఈనెల 13న మంత్రి గొట్టిపాటి పర్యటన"జ్యోతిబా పూలే" కి నివాళులు అర్పించిన డాక్టర్ గొట్టిపాటి లక్ష్మీ

దర్శి,ఏప్రిల్11.అక్షర టైమ్స్:- ప్రముఖ సామాజిక తత్వవేత్త, ఉద్యమకారుడు మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే ద్విశతాబ్ది జయంతి సందర్భంగా శనివారం దర్శి టిడిపి కార్యాలయం నందు ఆ మహనీయుని స్మృతికి దర్శి టిడిపి ఇంచార్జ్ డాక్టర్ గొట్టిపాటి లక్ష్మీ , టిడిపి యువ నాయకులు డాక్టర్ కడియాల లలిత్ సాగర్ , మాజీ శాసనసభ్యులు నారపుశెట్టి ఘన నివాళులర్పించినారు. ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ లక్ష్మీ మాట్లాడుతూ... దళితుల అభ్యున్నతి, అంటరానితనం, కులవ్యవస్థ నిర్మూలనకు ఆయన జీవితాంతం కృషి చేశారు అని అన్నారు. విద్య ప్రాముఖ్యతను సమాజానికి తెలియజేశారు. ఆయన జయంతిని ప్రజాప్రభుత్వం రాష్ట్ర పండుగగా నిర్వహిస్తోంది. సామాజిక సమస్యలపై అలుపెరుగని పోరాటం చేసిన గొప్ప సంఘ సంస్కర్త మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే అని అన్నారు. ఆయనను స్ఫూర్తిగా తీసుకుని వారి ఆశయ సాధనకు అందరం కృషిచేద్దాం అని డాక్టర్ లక్ష్మి అన్నారు. ఈ కార్యక్రమం లో దర్శి మున్సిపల్ చైర్మన్ నారపుశెట్టి పిచ్చయ్య, దర్శి ఏ.ఎం.సి చైర్మన్ దారం నాగవేణి - సుబ్బారావు , తాళ్లూరు మండల ఎంపీపీ తాటికొండ శ్రీనివాసరావు, దర్శి పట్టణ టిడిపి అధ్యక్షులు పిల్లలచెరువు సత్యనారాయణ, తాళ్లూరు మండల టిడిపి అధ్యక్షులు మేడగం వెంకటేశ్వర రెడ్డి, దర్శి మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్ తలారి కోటయ్య, కౌన్సిలర్ నక్క రంగా, రాంగిరి, శ్రీనాథ్, వివిధ హోదాల్లో ఉన్న నాయకులు, కూటమి శ్రేణులు ఉన్నారు.

రాత్రిపూట 'డార్క్ చాక్లెట్' తింటే మంచిదేనా

అధ్యయనాలు ఏం చెప్తున్నాయంటే!
డార్క్ చాక్లెట్‌తో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు
రాత్రిపూట తినడం మంచిదా, కాదా?

చాక్లెట్లను చిన్నా, పెద్దా అనే తేడా లేకుండా అందరూ చాలా ఇష్టంగా తింటారు. అన్ని రకాల చాక్లెట్స్‌తో పోలిస్తే, డార్క్ చాక్లెట్ వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. వీటి వల్ల గుండె ఆరోగ్యం మెరుగుపడటం, మధుమేహం నియంత్రణ, రక్తపోటు తగ్గడం, మెదడు పనితీరు మెరుగుపడటం, ఒత్తిడి తగ్గడం వంటి ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని పేర్కొంటున్నారు.ఇది చర్మ సంరక్షణకు కూడా సహాయపడుతుందని నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు. ఇందులో ఫ్లేవనాయిడ్లు శరీర కణాలను ఫ్రీ రాడికల్స్ నుంచి రక్షించి, అనేక వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయని వివరిస్తున్నారు. మరోవైపు వీటి వల్ల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలతో పాటు నష్టాలు కూడా ఉన్నాయని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

యాంటీఆక్సిడెంట్లు : డార్క్ చాక్లెట్ ఫ్లేవనాయిడ్లు అనే శక్తివంతమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్లతో నిండి ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇవి వాపు, ఆక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గించడానికి సహాయపడుతుందని అంటున్నారు. అంతేకాకుండా రాత్రిపూట శరీర కణాల పునరుద్ధరణకు తోడ్పడతాయని వివరిస్తున్నారు. డార్క్ చాక్లెట్ అలసటను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయని, మెదడు ఆరోగ్యం, జీవన నాణ్యతలో మెరుగుదలకు దారితీస్తుందని నడుస్తున్నప్పుడు కాళ్లలో నొప్పి - అయితే మీలో 'ఆ సమస్య' ఉండొచ్చంటున్న వైద్యులు!

మెరుగైన మానసిక స్థితి : డార్క్ చాక్లెట్ 'ఫీల్-గుడ్' రసాయనాలైన సెరోటోనిన్, ఎండార్ఫిన్ల ఉత్పత్తిని ప్రేరేపిస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇవి మెదడును ప్రశాంతంగా ఉండటానికి సహాయపడుతుందని అంటున్నారు. అంతేకాకుండా ఇందులో ఉండే పాలీఫెనాల్స్ అనేవి కార్టిసాల్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయని, దీంతో ఒత్తిడి తగ్గి ప్రశాంతంగా ఉండొచ్చని పేర్కొంటున్నారు.

నిద్రకు భంగం : డార్క్ చాక్లెట్‌లో సహజంగా కెఫిన్, థియోబ్రోమిన్ అనే ఉద్దీపనలు ఉంటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా కెఫిన్‌కు సున్నితత్వం ఉన్నవారు పడుకునే ముందు ఇవి తింటే ఆలస్యంగా నిద్ర పట్టడం లేదా నిద్ర నాణ్యత తగ్గే ప్రమాదం ఉందని హెచ్చరిస్తున్నారు. అందుకే డార్క్ చాక్లెట్‌ను అతిగా తినకుండా దీని ప్రయోజనాలను ఆస్వాదించడానికి మితంగా తీసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు.

జీర్ణ సమస్యలు : కొంతమందికి కడుపులో యాసిడ్ రిఫ్లక్స్ లేదా గుండెల్లో మంటను ప్రేరేపించవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా నిద్ర పోవడానికి ముందు ఇవి తింటే ఇలాంటి సమస్యలు రావొచ్చని హెచ్చరిస్తున్నారు. చాక్లెట్‌ను భోజనం తర్వాత తీసుకోవడం వల్ల అన్నవాహిక సమస్యలున్న రోగుల్లో యాసిడ్ ఎక్స్‌పోజర్ గణనీయంగా పెరిగిందని అధ్యయనం పేర్కొంది.

హార్ముజ్ జలసంధి నిండా మందు పాతరలే

ఏ క్షణమైనా పేలే అవకాశం.. ఇరాన్ స్కెచ్‌కి ట్రంప్ వ్యూహులు ఔట్..

అమెరికా, ఇరాన్ – ఇజ్రాయెల్‌ల మధ్య నెలకొన్న ఉద్రిక్తతల నేపథ్యంలో హార్ముజ్ జలసంధి ప్రపంచ ఆర్థిక వ్యవస్థకు ఒక పెను సవాలుగా మారింది. వ్యూహాత్మకంగా అత్యంత కీలకమైన ఈ జలమార్గాన్ని సురక్షితమైన రాకపోకల కోసం ఇరాన్ తక్షణమే తెరవాలని అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ తీవ్ర హెచ్చరికలు జారీ చేశారు. ప్రపంచవ్యాప్త చమురు సరఫరాలో దాదాపు ఐదవ వంతు ఈ మార్గం గుండానే సాగుతుంది. చమురుతో పాటు ద్రవీకృత సహజ వాయువు, నిత్యావసర వస్తువుల రవాణాకు ఇది ఏకైక మార్గం కావడంతో.. ఇక్కడ ఏర్పడే స్వల్ప అంతరాయం కూడా ప్రపంచ దేశాల్లో ఇంధన సంక్షోభానికి దారితీస్తుంది. ప్రస్తుతం ఇక్కడ సుమారు 3,200 నౌకలు, 2,000 మంది నావికులు చిక్కుకుపోవడం పరిస్థితి తీవ్రతకు అద్దం పడుతోంది. ఇరాన్ ఈ జలసంధిని తిరిగి తెరుస్తామని ప్రకటిస్తున్నప్పటికీ, ఆచరణలో అది సాధ్యం కాకపోవడానికి ప్రధాన కారణం యుద్ధ ప్రారంభ దశలో ఆ దేశం మోహరించిన నావికా మందుపాతరలు ఇస్లామిక్ రివల్యూషనరీ గార్డ్ కార్ప్స్ బలగాలు చిన్న చిన్న పడవలను ఉపయోగించి ఈ మందుపాతరలను సముద్రంలో భారీగా అమర్చాయి. ప్రస్తుతం వాటిలో చాలావాటి ఆచూకీ తెలియకపోవడం అతిపెద్ద సమస్యగా మారింది. సముద్ర ప్రవాహాల కారణంగా ఈ మైన్లు తమ అసలు స్థానాల నుండి కొట్టుకుపోయి ఉండవచ్చని నిపుణులు భావిస్తున్నారు. గుర్తించబడని ఒక్క మందుపాతర ఉన్నా అది భారీ నౌకలను క్షణాల్లో ధ్వంసం చేయగలదు. ఈ అనిశ్చితి కారణంగానే షిప్పింగ్ కంపెనీలు తమ నౌకలను ఈ మార్గంలో పంపడానికి ధైర్యం చేయడం లేదు. సాంకేతికంగా చూస్తే సముద్రంలో మైన్లను అమర్చడం ఎంత సులభమో, వాటిని తొలగించడం అంతకంటే వంద రెట్లు కష్టం. ఈ ప్రక్రియకు అత్యాధునిక పరికరాలు, ప్రత్యేక శిక్షణ పొందిన సిబ్బంది, అపారమైన సమయం అవసరం. ప్రస్తుతం ఇరాన్ వద్ద అంతటి భారీ స్థాయి మైన్ క్లియరింగ్ సామర్థ్యం లేదు. దీనికి తోడు డ్రోన్ దాడులు, క్షిపణి దాడులు జరిగే అవకాశం ఉండటం ఈ ప్రక్రియను మరింత నెమ్మదింపజేస్తోంది. జలమార్గంలో అనిశ్చితిని సృష్టించడం ద్వారా అంతర్జాతీయంగా ఒత్తిడి పెంచవచ్చనేది ఇరాన్ ఎత్తుగడగా కనిపిస్తోంది. బెడిసి కొట్టిన ట్రంప్ వ్యూహం.. గతం కన్నా చాలా డేంజర్‌గా తయారైన ఇరాన్ పాలకులు..ఈ సారి ఏకంగా.. బెడిసి కొట్టిన ట్రంప్ వ్యూహం.. గతం కన్నా చాలా డేంజర్‌గా తయారైన ఇరాన్ పాలకులు..ఈ సారి ఏకంగా..ఈ సమస్య ఇప్పుడు దౌత్య చర్చల్లో ప్రధానాంశంగా మారింది. కాల్పుల విరమణ షరతుల్లో భాగంగా జలసంధిని "తక్షణమే, సురక్షితంగా" తెరవాలని అమెరికా పట్టుబడుతోంది. అయితే, ఇరాన్ విదేశాంగ మంత్రి అబ్బాస్ అరాఘ్చి ఇది సాంకేతిక పరిమితులతో కూడుకున్న వ్యవహారమని పేర్కొంటూ కాలయాపన చేస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలోనే అమెరికా ఉపాధ్యక్షుడు జేడీ వాన్స్ ఇరాన్ అధికారులతో చర్చలు జరిపి సురక్షిత మార్గాన్ని పునరుద్ధరించే మార్గాలను అన్వేషించనున్నారు. మరోవైపు, ఈ సంక్షోభాన్ని ఆసరాగా చేసుకుని ఇరాన్ కొత్త ప్రతిపాదనను తెరపైకి తెచ్చింది. గుండా వెళ్లే ఓడలపై రవాణా రుసుములు వసూలు చేస్తామని, నియంత్రిత మార్గాల ద్వారానే నౌకలను అనుమతిస్తామని టెహ్రాన్ పేర్కొంది. అయితే, డొనాల్డ్ ట్రంప్ ఈ ప్రతిపాదనను నిర్ద్వంద్వంగా తిరస్కరించారు. హార్ముజ్ జలసంధి అనేది అంతర్జాతీయ జలమార్గమని, అక్కడ టోల్ వసూలు చేయడానికి అమెరికా ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ అనుమతించబోదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఇరాన్ తన ఆర్థిక ప్రయోజనాల కోసం ప్రపంచ వాణిజ్యాన్ని పణంగా పెట్టడాన్ని ఆయన తీవ్రంగా విమర్శించారు. ఈ పరస్పర వైరుధ్యాల, సాంకేతిక సవాళ్ల కారణంగా హార్ముజ్ జలసంధి పూర్తిస్థాయిలో పునఃప్రారంభం కావడం ఆలస్యమవుతోంది, ఇది ప్రపంచ ఇంధన మార్కెట్లపై నిరంతర ఒత్తిడిని కలిగిస్తోంది.

బెడిసి కొట్టిన ట్రంప్ వ్యూహం

గతం కన్నా చాలా డేంజర్‌గా తయారైన ఇరాన్ పాలకులు..ఈ సారి ఏకంగా..

అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ ఇరాన్‌తో కాల్పుల విరమణను ప్రకటించిన మరుసటి రోజే, మధ్యప్రాచ్య రాజకీయ ముఖచిత్రంలో అనూహ్యమైన మార్పులు చోటుచేసుకున్నాయి. గురువారం నాడు ఇజ్రాయెల్ రక్షణ దళాలు తమ పార్లమెంట్ (క్నెసెట్)లో నిర్వహించిన ఒక రహస్య నిఘా సమావేశంలో ఇరాన్ కొత్త నాయకత్వంపై సంచలన విశ్లేషణను అందించాయి. ఇరాన్ యొక్క ప్రస్తుత అధికార యంత్రాంగం మునుపటి కంటే చాలా కఠినమైన, తీవ్రవాద వైఖరిని అవలంబిస్తోందని ఐడీఎఫ్ హెచ్చరించింది. ముఖ్యంగా అధికారం ఇప్పుడు సంప్రదాయ మత పెద్దల నుండి కాకుండా, ఇస్లామిక్ రివల్యూషనరీ గార్డ్ కార్ప్స్ చేతుల్లోకి వెళ్లడం ప్రపంచ దేశాలను ఆందోళనకు గురిచేస్తోంది. గత రాజకీయ నాయకత్వంతో పోలిస్తే, ప్రస్తుత ఇరాన్ గార్డ్ సైద్ధాంతికంగా మరింత పట్టుదలతో ఉండటమే కాకుండా సైనిక దృక్పథాన్ని ప్రదర్శిస్తున్నారని నివేదికలు స్పష్టం చేస్తున్నాయి. ఈ పరిణామాల వెనుక 2026 ప్రారంభంలో జరిగిన నాటకీయ సంఘటనలు ఉన్నాయి. ఫిబ్రవరి 28న జరిగిన ఆకస్మిక దాడుల్లో ఇరాన్ సర్వోన్నత నాయకుడు అయతొల్లా అలీ ఖమేనీ మరణించడం ఆ దేశ చరిత్రలో ఒక కీలక మలుపు. ఈ ఘటన తర్వాత ఇరాన్‌లో ఒక ఫలవంతమైన పాలన మార్పు వచ్చిందని అధ్యక్షుడు ట్రంప్ పేర్కొన్నప్పటికీ, వాస్తవ పరిస్థితులు దానికి భిన్నంగా కనిపిస్తున్నాయి. ఇరాన్‌పై అమెరికా చేపట్టిన సైనిక చర్యల వెనుక ప్రధాన ఉద్దేశ్యం అక్కడి పాలనను మార్చడమే అయినప్పటికీ.. అగ్ర నాయకత్వాన్ని కోల్పోయిన తర్వాత కూడా ఇరాన్ పాలకవర్గం తన పట్టును కోల్పోలేదు. పైగా మరింత మొండిగా వ్యవహరిస్తోంది. హార్ముజ్ జలసంధి వేదికగా ఇరాన్ భారీ స్కెచ్.. 500 బిలియన్ డాలర్ల రెవిన్యూ టార్గెట్.. ప్రపంచ దేశాలకు బిగ్ షాక్.. హార్ముజ్ జలసంధి వేదికగా ఇరాన్ భారీ స్కెచ్.. 500 బిలియన్ డాలర్ల రెవిన్యూ టార్గెట్.. ప్రపంచ దేశాలకు బిగ్ షాక్.. మరోవైపు, ఇజ్రాయెల్ ప్రధాని బెంజమిన్ నెతన్యాహు ఇరాన్ ప్రజలను నేరుగా పిలుపునిస్తూ.. ప్రస్తుతం ఉన్న ఉగ్రవాద పాలనను కూలదోయాలని కోరారు. ఇరాన్‌లోని పర్షియన్లు, కుర్దులు, అజేరీలు, అహ్వాజీలు, బలూచీలు అందరూ ఏకమై తమ భవిష్యత్తు కోసం వీధుల్లోకి రావాలని ఆయన ఆకాంక్షించారు. ఇరాన్ పౌరుల బాధలు త్వరలోనే ముగుస్తాయని, ఈ చారిత్రాత్మక తరుణంలో సహాయం అందుతుందని ఆయన హామీ ఇచ్చారు. అయితే, నెతన్యాహు పిలుపు, ట్రంప్ నిర్ణయాలపై ఇజ్రాయెల్ ప్రతిపక్షాల నుండి తీవ్ర విమర్శలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. ఇరాన్‌తో కాల్పుల విరమణ అనేది ఒక చారిత్రాత్మక వైఫల్యమని.. దీనివల్ల ఇరాన్ తిరిగి పుంజుకునే అవకాశం ఉందని ప్రతిపక్ష నేతలు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. అక్కడి ప్రజలు ఈ పిలుపును వ్యతిరేకించి అక్కడి మౌలిక సదుపాయాలు రక్షణ నిలబడ్డారు.. మానవహారంగా ఏర్పడి ఇరాన్ ప్రభుత్వానికి మద్దతు తెలిపారు. ఈ తరుణంలో బలమైన శాంతి ఒప్పందాన్ని నిలబెట్టుకోవడానికి ఈ శనివారం ఇస్లామాబాద్‌లో అమెరికా – ఇరాన్ ప్రతినిధుల మధ్య ఉన్నత స్థాయి చర్చలు జరగనున్నాయి. ఇరు దేశాల మధ్య దశాబ్దాలుగా ఉన్న విభేదాలను పరిష్కరించడం ఈ సమావేశం యొక్క ప్రధాన లక్ష్యం. ముఖ్యంగా ప్రపంచ ఇంధన రవాణాకు కీలకమైన హార్ముజ్ జలసంధి భద్రత, ఇజ్రాయెల్-హిజ్బుల్లా వివాదం మరియు ఇరాన్ యొక్క అణు కార్యక్రమం (యురేనియం సుసంపన్నత) వంటి సంక్లిష్టమైన అంశాలపై ఈ చర్చలు సాగనున్నాయి. ఇరాన్ కొత్త నాయకత్వంతో ఈ చర్చలు ఎంతవరకు సఫలమవుతాయోనన్నది ఇప్పుడు ప్రపంచం ముందున్న అతిపెద్ద ప్రశ్న. ఒకవేళ ఈ దౌత్య ప్రయత్నాలు విఫలమైతే, మధ్యప్రాచ్యం మళ్ళీ యుద్ధ జ్వాలల్లోకి వెళ్లే ప్రమాదం పొంచి ఉంది. ఇరాన్ సైన్యం యొక్క సైద్ధాంతిక దృఢత్వం, అంతర్జాతీయ ఒత్తిళ్ల మధ్య ఈ శాంతి ప్రక్రియ ఎంతవరకు నిలబడుతుందో వేచి చూడాలి.

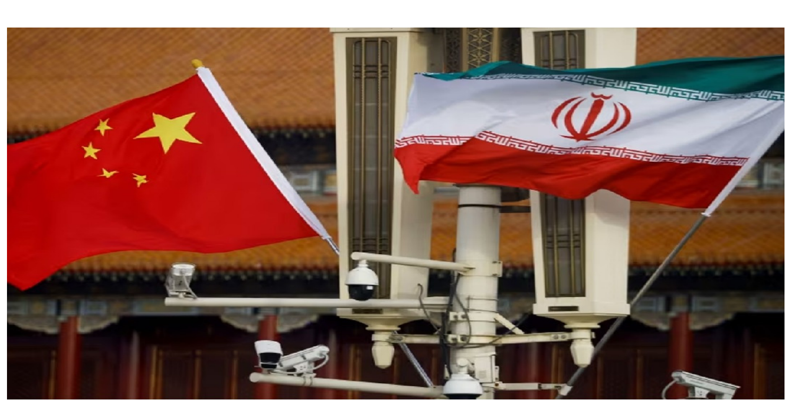
బంగారం ధరలు మళ్లీ పెరిగాయి

ఈ రోజు పసిడి రేటు ఎంత వరకు ర్యాలీ చేసిందంటే

బంగారం ధరలు ఎప్పుడు ఎలా మారుతున్నాయో పసిడి ప్రియులకు అర్థం కావడం లేదు. పశ్చిమాసియాలో నెలకున్న ఉద్రిక్త పరిస్థితులు కుదుటపడుతున్నాయనే ఆశలు పెట్టుబడిదారుల్లో రేకెత్తుతున్నాయి. దీంతో వారు పసిడి మీద పెట్టుబడులు ఆచితూచి పెట్టాల్సిన పరిస్థితులు ఎదురవుతున్నాయి. పసిడి ధరలు ప్రపంచ మార్కెట్లో మార్చి నెలలో భారీ పతనాన్ని నమోదు చేసిన తర్వాత ఇప్పుడు కాస్త పుంజుకుంటున్నాయి. గత వారం రోజుల నుండి ధరలు కాస్త తగ్గుముఖం పట్టాయి. ఈ రోజు వివరాలు చూస్తే దేశీయ మార్కెట్లో బంగారం ధరలు పెరిగాయి. ఏప్రిల్ 11, శనివారం దేశంలో బంగారం ధరలను పరిశీలిస్తే..24 క్యారెట్ల గ్రాము + ధర రూ.49 పెరిగి రూ.15,284 వద్ద ట్రేడ్ అవుతోంది. ఇక 22 క్యారెట్ల గ్రాము బంగారం ధర రూ.45 పెరిగి రూ.14,010 వద్ద ట్రేడ్ అవుతోంది. అలాగే 18 క్యారెట్ల గ్రాము బంగారం ధర రూ.37 పెరిగి రూ.11,463 వద్ద ట్రేడ్ అవుతోంది. 100 గ్రాముల 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.4,900 పెరిగి రూ.15,28,400 వద్ద ట్రేడ్ అవుతోంది. అలాగే 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర 100 గ్రాములు రూ.4,500 పెరిగి రూ. 14,01,000 వద్ద ట్రేడ్ అవుతోంది. 18 క్యారెట్ల బంగారం ధర 100 గ్రాములు రూ.3,700 పెరిగి రూ.11,46,300 వద్ద ట్రేడ్ అవుతోంది. హైదరాబాద్ నగరంలో నేడు బంగారం ధరలను ఓ సారి పరిశీలిస్తే.. 10 గ్రాముల 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.490 పెరిగి రూ.1,52,840 దగ్గర ట్రేడ్ అవుతోంది. అలాగే 10 గ్రాముల 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.450 పెరిగి రూ.1,40,100 పలుకుతోంది. ఇక 10 గ్రాముల 18 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.370 పెరిగి రూ.1,14,630 గా నమోదైంది. విజయవాడ నగరంలో బంగారం ధరలను ఓ సారి పరిశీలిస్తే.. 10 గ్రాముల 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.490 పెరిగి రూ.1,52,840 దగ్గర ట్రేడ్ అవుతోంది. అలాగే 10 గ్రాముల 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.450 పెరిగి రూ.1,40,100 పలుకుతోంది. ఇక 10 గ్రాముల 18 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.370 పెరిగి రూ.1,14,630 గా నమోదైంది. చెన్నైలో 10 గ్రాముల 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.1,53,820 దగ్గర ట్రేడ్ అవుతోంది. అలాగే 10 గ్రాముల 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.1,41,000 పలుకుతోంది. ఇక 10 గ్రాముల 18 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.1,17,600 గా నమోదైంది. బంగారం ధరలపై యూబీఎస్ సంచలన నివేదిక.. పసిడి ధరలు కుప్పకూలుతాయనే భయంతో కేంద్ర బ్యాంకులు..బంగారం ధరలపై యూబీఎస్ సంచలన నివేదిక.. పసిడి ధరలు కుప్పకూలుతాయనే భయంతో కేంద్ర బ్యాంకులు..ముంబై నగరంలో నేడు బంగారం ధరలను ఓ సారి పరిశీలిస్తే..10 గ్రాముల 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.490 పెరిగి రూ.1,52,840 దగ్గర ట్రేడ్ అవుతోంది. అలాగే 10 గ్రాముల 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.450 పెరిగి రూ.1,40,100 పలుకుతోంది. ఇక 10 గ్రాముల 18 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.370 పెరిగి రూ.1,14,630 గా నమోదైంది. ఇక ఢిల్లీలో 10 గ్రాముల 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.1,52,990 దగ్గర ట్రేడ్ అవుతోంది. అలాగే 10 గ్రాముల 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.1,40,250 పలుకుతోంది. ఇక 10 గ్రాముల 18 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.1,14,780 గా నమోదైంది. ఇక అహ్మదాబాద్ లో 10 గ్రాముల 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.1,52,890 దగ్గర ట్రేడ్ అవుతోంది. అలాగే 10 గ్రాముల 22 క్యారెట్ల +శ్రీ+మ ధర రూ.1,40,150 పలుకుతోంది. ఇక 10 గ్రాముల 18 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.1,14,680 గా నమోదైంది. మీ ఏరియాలో బంగారం ధరలు తెలుసుకోవాలనుకుంటే ఈ లింక్ మీద క్లిక్ చేసి తెలుసుకోవచ్చు. బెంగళూరు నగరంలో బంగారం ధరలను ఓ సారి పరిశీలిస్తే..10 గ్రాముల 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.490 పెరిగి రూ.1,52,840 దగ్గర ట్రేడ్ అవుతోంది. అలాగే 10 గ్రాముల 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.450 పెరిగి రూ.1,40,100 పలుకుతోంది. ఇక 10 గ్రాముల 18 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.370 పెరిగి రూ.1,14,630 గా నమోదైంది. కలకత్తా నగరంలో ధరలను ఓ సారి పరిశీలిస్తే..10 గ్రాముల 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.490 పెరిగి రూ.1,52,840 దగ్గర ట్రేడ్ అవుతోంది. అలాగే 10 గ్రాముల 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.450 పెరిగి రూ.1,40,100 పలుకుతోంది. ఇక 10 గ్రాముల 18 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.370 పెరిగి రూ.1,14,630 గా నమోదైంది. విశాఖ నగరంలో బంగారం ధరలను ఓ సారి పరిశీలిస్తే..10 గ్రాముల 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.490 పెరిగి రూ.1,52,840 దగ్గర ట్రేడ్ అవుతోంది. అలాగే 10 గ్రాముల 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.450 పెరిగి రూ.1,40,100 పలుకుతోంది. ఇక 10 గ్రాముల 18 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.370 పెరిగి రూ.1,14,630 గా నమోదైంది. డిస్క్లైమర్: ఈ వెబ్‌సైట్‌లో అభిప్రాయాలు, సూచనలు పూర్తిగా వ్యక్తిగత విశ్లేషకుల లేదా ఇతర సంస్థలవి మాత్రమే. లేదా అధికారిక అభిప్రాయాలు కాదని గమనించగలరు. మేము ఈ విషయం యొక్క ఖచ్చితత్వం, సమగ్రత లేదా విశ్వసనీయతపై ఎటువంటి హామీ ఇవ్వడం కాని, అనుమతించడం కాని బాధ్యత వహించడం జరగదు. మేము ఎలాంటి పెట్టుబడి సలహా ఇవ్వము. అలాగే ఎటువంటి సెక్యూరిటీ కొనుగోలు లేదా అమ్మకాలు ప్రోత్సహించము. ఈ వెబ్‌సైట్‌లోని కథనం పూర్తిగా సమాచారం, విద్యా ప్రయోజనాల కోసమే అందించబడుతుంది. మీరు ఏదైనా పెట్టుబడి నిర్ణయం తీసుకునే ముందు, లైసెన్స్ పొందిన ఆర్థిక సలహాదారుల సహాయం తీసుకోండి. ఈ కథనాన్ని కేవలం సమాచారంగా మాత్రమే పరిగణించండి.

శాంతి చర్చల వేళ చైనాపై అమెరికా సంచలన ఆరోపణ!

అమెరికా, ఇరాన్ మధ్య శాంతి చర్చల వేళ అమెరికా తన నిఘా వర్గాలను ఉటంకిస్తూ చైనాపై సంచలన ఆరోపణలు చేసింది. డ్రాగన్ కంట్రీ ఇరాన్‌కు రహస్యంగా విమాన విధ్వంసక క్షిపణులను సరఫరా చేస్తోందని ఆరోపించింది. ఇస్లామాబాద్ వేదికగా అమెరికా ఉపాధ్యక్షుడు జేడీ వాన్స్ బృందం ఇరాన్‌తో చర్చలకు సిద్ధమవుతున్న సమయంలో ఈ ఆరోపణలు ప్రాధాన్యత సంతరించుకున్నాయి. అమెరికా నిఘా వర్గాల ప్రకారం.. చైనా నుండి ఇరాన్‌కు మ్యాన్‌ప్యాడ్స్ అందుతున్నాయి. భుజంపై నుంచి ప్రయోగించే ఈ క్షిపణులు తక్కువ ఎత్తులో ప్రయాణించే యుద్ధ విమానాలు, హెలికాప్టర్లను సులభంగా కూల్చివేయగలవు. అంతర్జాతీయంగా విమర్శలు రాకుండా ఉండేందుకు చైనా ఈ ఆయుధాలను నేరుగా కాకుండా మూడో దేశం ద్వారా ఇరాన్‌కు చేరవేస్తున్నట్టు సమాచారం. ప్రస్తుతం అమలులో ఉన్న కాల్పుల విరమణ సమయాన్ని ఇరాన్ తన ఆయుధ సంపత్తిని తిరిగి సమకూర్చుకోవడానికి ఉపయోగించుకుంటోందని అమెరికా అనుమానిస్తోంది. ఒకవేళ యుద్ధం మళ్లీ మొదలైతే ఈ క్షిపణులు అమెరికా విమానాలకు పెను ముప్పుగా మారతాయని ఆందోళన చెందుతోంది. ఈ నేపథ్యంలో 'మమ్మల్ని మోసం చేయాలని చూడొద్దు' అని జేడీ వాన్స్ ఇప్పటికే ఇరాన్‌ను గట్టిగా హెచ్చరించారు. అయితే, ఈ ఆరోపణలను చైనా ఖండించింది. తాము ఏ దేశానికీ ఆయుధాలు సరఫరా చేయడం లేదని, బాధ్యతాయుతమైన దేశంగా శాంతి చర్చలకే మద్దతిస్తామని వాషింగ్టన్‌లోని చైనా రాయబార కార్యాలయం స్పష్టం చేసింది. ఈ తాజా పరిణామాలతో ఇస్లామాబాద్ చర్చలపై నీలినీడలు కమ్ముకున్నాయి. చైనా తన వైఖరి మార్చుకోకపోతే, వచ్చే నెలలో జరగాల్సిన ట్రంప్-జిన్‌పింగ్ భేటీపైనా దీని ప్రభావం పడే అవకాశం ఉందని విశ్లేషకులు భావిస్తున్నారు.

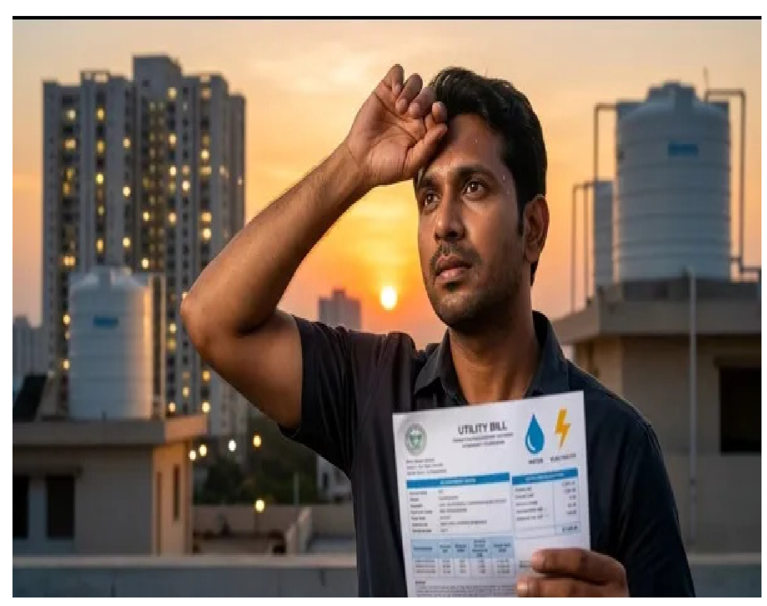


ఉద్యోగులకు గుడ్ న్యూస్

సెలవులు వాడుకోకుంటే కంపెనీ ఏడాది చివర డబ్బులు చెల్లించాల్సిందే..

వృత్తిపరమైన భద్రత, ఆరోగ్యం, పని పరిస్థితుల కోడ్-2020 ద్వారా భారత ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన కొత్త కార్మిక చట్టాలు, దేశవ్యాప్తంగా ఉద్యోగుల సెలవు విధానాల్లో, వాటిని నగదుగా మార్చుకునే పద్ధతుల్లో విప్లవాత్మక మార్పులను నాంది పలికాయి. 2025 నవంబర్ 21 నుండి అమలులోకి వచ్చేలా రూపొందించిన ఈ నిబంధనలు, భారతదేశంలోని వివిధ రాష్ట్రాల మధ్య ఉన్న సెలవు నియమాలను ఒకే తాటిపైకి తీసుకురావడమే కాకుండా, కార్మికులకు తమ నిల్వ సెలవు సంపదను వార్షిక ప్రాతిపదికన నగదుగా మార్చుకునే కొత్త హక్కును కల్పించాయి. గతంలో సెలవుల నగదు మార్పిడి అనేది కేవలం ఉద్యోగ విరమణ సమయంలోనో లేదా రాజీనామా చేసినప్పుడో మాత్రమే సాధ్యమయ్యేది, కానీ కొత్త చట్టం దీనిని ఒక నిరంతర ఆర్థిక ప్రయోజనంగా మార్చింది. ఈ కొత్త కోడ్ యొక్క ప్రధాన ఉద్దేశ్యం ఏమిటంటే.. పేరుకుపోయిన సెలవులను క్రమబద్ధీకరించడం. దీని ప్రకారం, ఒక ఉద్యోగి గరిష్టంగా 30 రోజుల వరకు మాత్రమే తన ఆర్జిత సెలవులను (ఖుతీజుఎవ సెలవులు) తదుపరి సంవత్సరానికి బదిలీ చేసుకోవడానికి అనుమతించబడతారు. ఒకవేళ ఒక కార్మికుడి వద్ద 30 రోజుల కంటే ఎక్కువ సెలవులు పేరుకుపోతే, ఆ అదనపు సెలవులను యజమాని నగదు రూపంలో చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. అంటే, క్యాలెండర్ సంవత్సరం ముగిసే సమయానికి కార్మికులు తమ అదనపు సెలవులను నగదుగా మార్చుకోవాలని డిమాండ్ చేసే హక్కును చట్టబద్ధంగా పొందుతున్నారు. ఇది ఉద్యోగులకు ఏటా అదనపు ఆదాయాన్ని అందించడమే కాకుండా, సెలవులను వాడుకోకుండా వృథా చేసే పరిస్థితిని తగ్గిస్తుంది. ఇంతకుముందు ఈ సెలవు విధానాలు రాష్ట్రాల వారీగా ఉండే 'షాప్స్ & ఎస్టాబ్లిష్‌మెంట్స్ యాక్ట్', 'ఫ్యాక్టరీస్ యాక్ట్-1948' ద్వారా నియంత్రించబడేవి. దీనివల్ల కొన్ని రాష్ట్రాల్లో 45 రోజులు, మరికొన్ని చోట్ల 60 రోజుల వరకు సెలవులను దాచుకునే అవకాశం ఉండేది. ఈ వైవిధ్యం వల్ల బహుళ రాష్ట్రాల్లో కార్యాలయాలు ఉన్న కంపెనీలకు పాలసీ నిర్వహణ కష్టమయ్యేది. కొత్త చట్టం ద్వారా దేశవ్యాప్తంగా ఏకరీతిగా, ప్రతి 20 పని దినాలకు ఒక రోజు సెలవు లభించేలా, గరిష్టంగా 30 రోజుల సంచిత పరిమితి ఉండేలా ప్రామాణీకరించారు. ఇది కార్మిక రంగంలో సాధారణ రంగంలో పారదర్శకతను పెంచుతుంది. కొత్త లేబర్ కోడ్స్ ఎఫెక్ట్.. ఉద్యోగులకు భద్రతతో కార్పొరేట్ రంగం విలవిల కంపెనీలకు బిగ్ సవాల్‌అయితే, ఈ ప్రయోజనాలు అందరికీ వర్తించవు. శ్రీఎవీఆజీ చట్టం ప్రకారం "కార్మికుడు" అనే నిర్వచనం కిందకు వచ్చే వారికే ఈ నగదు మార్పిడి హక్కులు లభిస్తాయి. ఇందులో కాంట్రాక్ట్ కార్మికులు, నిర్ణీత కాల వ్యవధి పని చేసే వారు కూడా భాగమే. కానీ, మేనేజర్ స్థాయి లేదా పరిపాలనా విభాగాల్లో ఉంటూ, నెలకు 18 వేల రూపాయల కంటే ఎక్కువ వేతనం పొందుతున్న పర్యవేక్షక ఉద్యోగులకు ఈ ప్రత్యేక హక్కులు వర్తించవు. కంపెనీలు తమ సొంత పాలసీల ప్రకారం వారికి ప్రయోజనాలు కల్పించవచ్చేమో కానీ, ఓఎస్ హెచ్ కోడ్ ఇచ్చే చట్టబద్ధమైన హామీ మాత్రం వారికి ఉండదు. ఉద్యోగులకు అనుకూలమైన మరో సానుకూల అంశం ఏమిటంటే.. సెలవు నిరాకరణపై ఉన్న నిబంధన. ఒకవేళ కార్మికుడు సెలవు కోరినప్పుడు యజమాని దాన్ని తిరస్కరిస్తే, అప్పుడు ఆ సెలవులకు 30 రోజుల పరిమితి వర్తించదు. ఆ తిరస్కరించబడిన సెలవులను ఎటువంటి పరిమితి లేకుండా తదుపరి ఏళ్లలోకి తీసుకెళ్లవచ్చు మరియు వాటిని ఎప్పుడైనా నగదుగా మార్చుకోవచ్చు. దీనివల్ల యజమానులు కార్మికుల హక్కులను హరించకుండా జాగ్రత్త పడాల్సి ఉంటుంది. ప్రస్తుతం ఈ చట్టం అమలు రాష్ట్రాల చేతుల్లో ఉంది. మెజారిటీ రాష్ట్రాలు తమ సొంత నియమాలను నోటిఫై చేసిన వెంటనే, ఈ నూతన సెలవు సంస్కృతి దేశవ్యాప్తంగా అమల్లోకి వచ్చి కార్మికుల జీవన ప్రమాణాలను, ఆర్థిక భద్రతను మెరుగుపరుస్తుంది.

హైదరాబాద్ ఎండలు, కరెంట్ కోతలు



రియల్ ఎస్టేట్‌లో పెరిగిన డిమాండ్!

హైదరాబాద్‌లో భానుడు భగభగలాడుతున్నాడు. నగరవ్యాప్తంగా ఉష్ణోగ్రతలు భారీగా పెరుగుతుండటంతో జనం అల్లాడిపోతున్నారు. ఎండల తీవ్రత దృష్ట్యా ఏప్రిల్ 13 వరకు పలు జిల్లాలకు భారత వాతావరణ శాఖ హెచ్చరికలు జారీ చేసింది. దీనికి తోడు, పెద్ద్మాల్ పవర్ కట్స్ నగరవాసులను మరింత ఇబ్బంది పెడుతున్నాయి. ఈ పరిస్థితుల్లో ఇల్లు కొనాలనుకునే వారు ఇప్పుడు 24 గంటల నీరు, విద్యుత్ సౌకర్యం ఉన్న ప్రాజెక్టుల వైపు మొగ్గు చూపుతున్నారు. ఈ సీజన్‌లో ఇంటి కొనుగోలుదారులకు 'సమ్మక్కమైన వసతులే' ఇప్పుడు టాప్ ప్రయారిటీగా మారాయి. వచ్చే వారం ఆరంభం వరకు ఉష్ణోగ్రతలు గరిష్ట స్థాయిలోనే కొనసాగే అవకాశం ఉంది. విద్యుత్ శాఖ ప్రకటించిన పవర్ కట్ షెడ్యూల్స్ అనేక నివాస ప్రాంతాలపై ప్రభావం చూపుతున్నాయి. ముఖ్యంగా జూబ్లీహిల్స్, సికింద్రాబాద్ వంటి ప్రాంతాల్లో తరచుగా విద్యుత్ సరఫరాకు అంతరాయం కలుగుతోంది. ఈ కష్టతరమైన పరిస్థితులు హోమ్ బయ్యర్లు తమ నిర్ణయాలను పునరాలోచించుకునేలా చేస్తున్నాయి. పటిష్టమైన వ్యవస్థలు, నిరంతర నీటి సరఫరా ఉన్న ప్రాపర్టీలనే వారు ఇప్పుడు కోరుకుంటున్నారు. హైదరాబాద్ ఎండలు, కరెంట్ కోతలు.. రియల్ ఎస్టేట్‌లో పెరిగిన డిమాండ్!! గచ్చిబౌలి, కొండాపూర్, తెల్లాపూర్ వంటి మైక్రో మార్కెట్లలో ఎంక్వైరీలు ఒక్కసారిగా పెరిగాయి. ఇక్కడి గేటెడ్ కమ్యూనిటీల్లో ఫుల్ పవర్ బ్యాకప్, వాటర్ ట్రీట్‌మెంట్ ప్లాంట్లు ఉండటమే దీనికి ప్రధాన కారణం. ఎండల నుంచి ఉపశమనం కోసం, నిరంతర ఏసీ సౌకర్యం కోసం బయ్యర్లు ఎంత ధరైనా చెల్లించేందుకు సిద్ధమవుతున్నారు. ఈ ట్రెండ్ అద్దె మార్కెట్‌లోనూ స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది. హెవీ డ్యూటీ జనరేటర్ సౌకర్యం లేని పాత అపార్ట్‌మెంట్లను వదిలేసి, టెనెంట్స్ కొత్త వాటికి మారుతున్నారు. స్థానిక మార్కెట్లపై అవగాహన కోసం నిపుణులు కొన్ని సూచనలు చేస్తున్నారు. ఇల్లు కొనేముందు సోలార్ గ్రిడ్స్ సామర్థ్యం, బ్యాకప్ జనరేటర్ల గురించి తప్పనిసరిగా ఆరా తీయాలి. అలాగే వాటర్ బోర్డు నుంచి నీటి సరఫరా ఎలా ఉందో కూడా చెక్ చేసుకోవడం ముఖ్యం. భవిష్యత్తులో ఇంటి విలువ పెరగడానికి ఈ అంశాలే కీలకం కానున్నాయి. అందుకే డెవలపర్లు కూడా తమ కొత్త ప్రాజెక్టుల్లో క్లైమేట్-ఫ్రెండ్లీ డిజైన్లకు ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారు. ఫీచర్ సాధారణ ఫ్లాట్లుగేటెడ్ కమ్యూనిటీలుపవర్ బ్యాకప్‌పాక్షికంగా లేదా అస్సలు ఉండదు100% బ్యాకప్ సౌకర్యంనీటి సరఫరాట్యాంకర్లపై ఆధారపడాల్సివస్తుంది వైప్‌లైన్‌కలెక్టింగ్ థర్మినియోగదారులకు భారంతక్కువ మరియు పొదుపుగాప్రస్తుత వాతావరణ పరిస్థితులు హైదరాబాద్ రియల్ ఎస్టేట్ ముఖచిత్రాన్ని మారుస్తున్నాయి. కొత్త ఇల్లు వెతికే కుటుంబాలకు ఇప్పుడు 'సమ్మక్కమైన వసతులే' ప్రాథమిక అంశంగా మారాయి. అందుకే అమ్మకందారులు కూడా ఎనర్జీ ఎఫిషియన్సీ, వాటర్ హార్వెస్టింగ్ వంటి ఫీచర్లను హైలైట్ చేస్తూ బయ్యర్లను ఆకర్షిస్తున్నారు. ఎండలు పెరుగుతున్న కొద్దీ, ఈ వసతులే హైదరాబాద్‌లో ఆస్తి విలువను నిర్ణయించనున్నాయి. ఇప్పుడు ఇల్లు ఎంచుకోవడం అంటే కేవలం ఆఫీసు దూరం మాత్రమే కాదు, సౌకర్యాలు కూడా!

చరిత్రను తిరగరాసిన రణ్‌వీర్ సింగ్..

రూ.1000 కోట్ల క్లబ్‌లో చేరిన మొదటి బాలీవుడ్ సినిమాగా 'ధురంధర్ 2'

బాలీవుడ్ చిత్ర పరిశ్రమలో సరికొత్త చరిత్ర ఆవిష్కృతమైంది. స్టార్ హీరో రణ్‌వీర్ సింగ్ కథానాయకుడిగా, దర్శకుడు ఆదిత్య ధర్ రూపొందించిన భారీ స్పై యాక్షన్ థ్రిల్లర్ 'ధురంధర్ 2' బాక్సాఫీస్ వద్ద రికార్డుల వేటను కొనసాగిస్తూ సరికొత్త మైలురాయిని అధిగమించింది. గతంలో 'బాహుబలి 2', 'పుష్ప 2' వంటి చిత్రాలు అన్ని భాషల్లో కలిపి భారీ వసూళ్లు సాధించినప్పటికీ, కేవలం హిందీ వెర్షన్‌లోనే రూ.1000 కోట్ల నెట్ వసూళ్లను సాధించిన మొదటి భారతీయ చిత్రంగా 'ధురంధర్ 2' రికార్డు సృష్టించింది. ఈ ఘనత సాధించిన తొలి బాలీవుడ్ చిత్రంగా ఇది చరిత్రలో నిలిచిపోనుంది. ఈ సినిమా విడుదలైన నాటి నుంచే థియేటర్ల వద్ద కాసుల వర్షం కురిపిస్తున్న సంగతి తెలిసిందే. ట్రేడ్ అనలిస్టుల అంచనాలను తలకిందులు చేస్తూ, కేవలం 21 రోజుల్లోనే రూ.1041 కోట్ల నికర వసూళ్లను రాబట్టింది. ఇక ప్రపంచవ్యాప్తంగా గ్రాస్ వసూళ్ల విషయానికి వస్తే, ఈ చిత్రం ఇప్పటికే రూ.1665 కోట్ల మార్కును దాటి తన జైత్రయాత్రను కొనసాగిస్తోంది. 2025లో బ్లాక్‌బస్టర్ హిట్ సాధించిన 'ధురంధర్'కు సీక్వెల్‌గా వచ్చిన ఈ చిత్రం, కథా బలంతో పాటు అబ్బురపరిచే యాక్షన్ సీక్వెన్స్‌లతో ప్రేక్షకులను కట్టిపడేసింది. రణ్‌వీర్ సింగ్ తన కెరీర్ బెస్ట్ పెర్ఫార్మెన్స్‌కు తోడు, సంజయ్ దత్, ఆర్. మాధవన్, అర్జున్ రాంపాల్ వంటి దిగ్గజ నటుల కలయిక సినిమాకు ప్రధాన ఆకర్షణగా నిలిచింది. సారా అర్జున్, రాకేష్ బేడీ తమ నటనతో సినిమాకు వెన్నుముకగా నిలిచారు.

రావు బహదూర్' నుంచి ఫస్ట్ సింగిల్ అప్‌డేట్

వైవిధ్యమైన కథలు ఎంచుకుంటూ ఇండస్ట్రీలో మంచి గుర్తింపు తెచ్చుకున్న నటుడు సత్యదేవ్ ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తున్నలేటెస్ట్ చిత్రం 'రావు బహదూర్'. 'కేరాఫ్ కంచరపాలెం' ఫేమ్ దర్శకుడు వెంకటేష్ మహా తెరకెక్కిస్తున్న ఈ చిత్రం నుంచి ఇప్పటికే వచ్చిన టీజర్, ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకున్నాయి. ఈ ఫస్ట్ లుక్, టీజర్ ఆధారంగా ఇది ఒక విభిన్నమైన పీరియడ్ డ్రామా అని, సత్యదేవ్ తన కెరీర్‌లో డిఫరెంట్ రోల్ చేస్తున్నారని అర్థం అవుతుంది. ఇదిలా ఉంటే తాజాగా ఈ మూవీ నుంచి ఫస్ట్ సింగిల్ అప్డేట్ ఇచ్చారు మేకర్స్. ఈ మేరకు ఓ కూల్ పోస్టర్ రిలీజ్ చేస్తూ.. 'ప్రేమకు అంకితం, ప్రేమ నుండే పుట్టిన గీతం 'ఓ సుందరి'.. 'రావు బహదూర్' నుంచి ఫస్ట్ సింగిల్ ఓ సుందరి ఏప్రిల్ 15న విడుదలవుతోంది' అని తెలిపారు. ఇక విడుదల చేసిన పోస్టర్‌లో హీరో అండ్ హీరోయిన్ లుక్ కూల్‌గా ఆకట్టుకుంటోంది. కాగా.. మహేష్ బాబు, నమ్రత సమర్పిస్తున్న ఈ చిత్రం క్షీణిస్తున్న కులీన వర్గాల నేపథ్యంతో సాగుతుంది. ఇందులో సత్యదేవ్‌తో పాటు దీప థామస్, ఆనంద్ భారతి ముఖ్య పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. 2026 సమ్మర్ టార్గెటా ఈ చిత్రం రిలీజ్‌కు సిద్ధం అవుతుండగా.. డేట్ త్వరలో ప్రకటించనున్నారు మేకర్స్.

మనకు దక్కాల్సినవి సరైన సమయం వచ్చినప్పుడే దక్కుతాయి..

మలయాళ ముద్దుగుమ్మ మమితా బైజు.. ప్రజెంట్ బ్యాక్ టు బ్యాక్ పాన్ ఇండియా ఆఫర్స్ అందుకుంటూ బిజీ లైఫ్ లీడ్ చేస్తుంది. ఆమె నటిస్తున్న వరుస ప్రాజెక్టులలో 'విశ్వనాథ్ అండ్ సన్స్' ఒకటి. కోలీవుడ్ వర్సటైల్ యాక్టర్ సూర్య, సెన్సిబుల్ డైరెక్టర్ వెంకీ అట్లూరి కాంబినేషన్‌లో రాబోతున్న ఈ ప్రాజెక్టు సంబంధించిన షూటింగ్ ప్రజెంట్ శరవేగంగా జరుగుతున్నది. ఇందులో భాగంగానే తాజాగా ఓ ఇంటర్వ్యూలో పాల్గొని సినిమాపై ఆసక్తికర కామెంట్స్ చేసింది మమిత. 'విశ్వనాథ్ అండ్ సన్స్ చిత్రంలో ఎంటర్‌టైన్మెంట్‌తో పాటు బలమైన ఎమోషనల్ కంటెంట్ కూడా ఉంటుంది. ఇది ఒక సంపూర్ణ వినోదాత్మక చిత్రంగా రూపొందగా.. ఈ చిత్రం ప్రేక్షకులకు పూర్తిస్థాయిలో ఎగ్జైట్‌మెంట్ ఎక్స్‌పీరియన్స్‌ను ఇస్తుంది. నన్ను నమ్మండి.. ఈ సినిమా అద్భుతంగా ఉండబోతోంది' అని తెలిపింది. అలాగే తన సినీ ప్రయాణం గురించి మాట్లాడుతూ.. 'నేను మలయాళ చిత్రసీమలో నా ప్రయాణాన్ని ఒక సహాయ నటిగా ప్రారంభించాను. ఇప్పుడు ప్రధాన పాత్రల వైపు అడుగులు వేస్తున్నాను. ప్రతి విషయాన్ని దశలవారీగా ముందుకు తీసుకెళ్లడాన్ని నేను విశ్వసిస్తాను.. ఎందుకంటే మనకు దక్కాల్సినవి సరైన సమయానికి తప్పక మనల్ని చేరుతాయి' అంటూ తన అభిప్రాయాన్ని వ్యక్తం చేసింది మమిత.

రాజశేఖర్ ఫిట్‌నెస్ సీక్రెట్

టాలీవుడ్ సీనియర్ హీరో రాజశేఖర్ ఈ మధ్యే తన సెకండ్ ఇన్నింగ్స్ మొదలుపెట్టి వరుస సినిమాలతో ప్రేక్షకులను పలకరిస్తున్నాడు. కొంత కాలం క్రితం నితిన్ హీరోగా రూపొందిన ఎక్స్ట్రా ఆర్డినరీ మ్యాన్ చిత్రంలో కీలకమైన పాత్రలో నటించి ప్రేక్షకులను అలరించాడు. ఈ చిత్రం బాక్స్ ఆఫీస్ దగ్గర ఫెయిల్యూర్ అయింది. తాజాగా శర్వానంద్ ప్రధాన పాత్రలో రూపొందిన బైకర్ చిత్రంలో ఈయన శర్వానంద్ కి తండ్రి పాత్రలో నటించాడు. ఈ మూవీలోని రాజశేఖర్ పాత్రకు మంచి ప్రశంసలు దక్కుతున్నాయి. ప్రస్తుతం రాజశేఖర్ వయస్సు 64 సంవత్సరాలు, అయినా కూడా ఈ సీనియర్ నటుడు ఎంతో ఫిట్‌గా, అందంగా కనబడుతున్నాడు. దాంతో ఈయన ఎలాంటి డైట్ పాటిస్తాడు అని తెలుసుకోవాలి అనే ఉత్సాహం జనాల్లో బాగానే ఉంది. తాజాగా రాజశేఖర్ ఓ ఇంటర్వ్యూలో పాల్గొన్నారు. అందులో ఆయన రోజు ఎలాంటి ఫుడ్ తీసుకుంటారు అనేది క్లియర్గా చెప్పుకొచ్చాడు. రాజశేఖర్ మాట్లాడుతూ... నేను రోజు తీసుకునే ఆహారం విషయంలో ఎక్కువ శాతం పండ్ల రసాలకు ప్రాముఖ్యత ఇస్తాను. రోజులో వాటిని ఎక్కువ మోతాదులో తీసుకుంటాను. కేవలం మంచి ఫుడ్ తీసుకోవడం మాత్రమే కాకుండా రోజులో కొన్ని గంటల పాటు వ్యాయామం కూడా చేస్తుంటాను. దాని ద్వారా కూడా మన శరీరం ఎంతో బాగుంటుందని, ఇలా మంచి డైట్, శరీరానికి తగిన ఎక్సర్సైజ్ రెండూ సమాన స్థాయిలో మెయింటెన్ చేయడం వల్లే తాను ఈ వయసులో కూడా అందంగా ఉన్నట్లు రాజశేఖర్ తాజాగా చెప్పుకొచ్చారు.

రూ.10 కోట్లు పెడితే రూ.100 కోట్లు.. మలయాళంలో హిట్టు కొట్టిన తెలుగు నిర్మాత

మలయాళంలో రెండేళ్ల క్రితం సంచలన విజయం సాధించిన చిత్రాల్లో "వాళా" ఒకటి. కేవలం రూ.4 కోట్ల బడ్జెట్‌తో తెరకెక్కిన ఈ మూవీ ఏకంగా రూ.40 కోట్లు వసూలు చేసింది. వాళా అంటే మలయాళంలో అరటి మొక్క అని అర్థం. అలాగే పనీపాటా లేకుండా తిరిగే సోమరులని కూడా అదే పేరుతో పిలుస్తారు. వాళా చిత్రానికి 'బయోపిక్ ఆఫ్ బిలియన్ బాయ్స్' అనేది ట్యాగ్‌లైన్ ఇచ్చారు.

మలయాళంలో హిట్ కొట్టిన తెలుగు డైరెక్టర్

2024లో వచ్చిన ఈ చిత్రానికి సీక్వెల్‌గా 'వాళా 2' వచ్చింది. 'బయోపిక్ ఆఫ్ బిలియన్ బ్రోస్' అనేది ఉపశీర్షిక. ఈ రెండు భాగాలకు కథ అందించింది విపిన్ దాస్ ఒక్కరే అయినా.. దర్శకులు మాత్రం మారారు. మొదటి భాగానికి ఆనంద్ మీనన్ దర్శకత్వం వహించగా రెండో భాగాన్ని సవిన్ డైరెక్ట్ చేశాడు. సీక్వెల్‌కు రూ.10 కోట్ల బడ్జెట్ కేటాయించారు. తెలుగు నిర్మాత సాహు గారపాటి ఈ సినిమా నిర్మాతల్లో ఒకరిగా ఉన్నాడు.

సెంచరీ కొట్టిన వాళా 2

ఏప్రిల్ 2న విడుదలైన ఈ చిత్రం ఏకంగా సెంచరీ కొట్టింది. కేవలం వారం రోజుల్లోనే రూ.100 కోట్ల క్లబ్‌లో చేరిపోవడం విశేషం. ఈ ఏడాది మన శంకరవరప్రసాద్‌గారుతో హిట్ అందుకున్న సాహు గారపాటి.. మూడు నెలల్లో వాళా 2తో మరో బ్లాక్‌బస్టర్ అందుకున్నాడు. కాగా వాళా మొదటి భాగం హాట్‌స్టార్‌లో మలయాళంతో పాటు తెలుగులోనూ అందుబాటులో ఉంది.

వరుణ్ తేజ్ కొరియన్ కనకరాజు నుంచి ఫస్ట్ సింగిల్ ప్రోమో!

మెగా ప్రిన్స్ వరుణ్ తేజ్, దర్శకుడు మేర్లపాక గాంధీ కాంబినేషన్‌లో వస్తున్న లేటెస్ట్ క్రేజీ ప్రాజెక్ట్ 'కొరియన్ కనకరాజు' ఇండో-కొరియన్ నేపథ్యంలో హారర్-కామెడీ జోనర్‌లో తెరకెక్కుతున్న ఈ సినిమా మ్యూజికల్ ప్రమోషన్స్‌ను చిత్ర బృందం ఘనంగా ప్రారంభించింది. ఈ చిత్రంలోని మొదటి పాట 'కమ్సాహంనిదా' ప్రోమోను తాజాగా విడుదల చేయగా, దీనికి విశేష స్పందన లభిస్తోంది. సంగీత దర్శకుడు ఎస్. థమన్, వరుణ్ తేజ్ మరియు దర్శకుడు మేర్లపాక గాంధీ మధ్య సాగే ఫన్నీ సంభాషణలతో కూడిన ఈ ప్రోమో యూట్యూబ్‌లో ట్రెండింగ్‌గా నిలిచింది. మెలోడీ కింగ్ సిద్ శ్రీరామ్ ఆలపించిన ఈ పూర్తి పాటను ఏప్రిల్ 11న విడుదల చేయనున్నట్లు మేకర్స్ ప్రకటించారు. ఈ చిత్రంలో వరుణ్ తేజ్ సరసన రితికా నాయక్ కథానాయికగా నటిస్తుండగా, స్టార్ కమెడియన్ సత్య కీలకమైన వినోదాత్మక పాత్రలో అలరించనున్నారు. కొరియా సంస్కృతికి మరియు లోకల్ క్యారెక్టర్ అయిన కనకరాజుకు మధ్య ఉన్న విచిత్రమైన సంబంధాన్ని దర్శకుడు మేర్లపాక గాంధీ తన మార్కు వినోదంతో వెండితెరపై ఆవిష్కరించబోతున్నాడు. ఇప్పటికే మేజర్ షూటింగ్ పూర్తి చేసుకున్న ఈ చిత్రం, ఆఖరి షెడ్యూల్‌ను దక్షిణ కొరియాలోని అందమైన లొకేషన్లలో పూర్తి చేసుకోబోతుంది. యూవీ క్రియేషన్స్ మరియు ఫస్ట్ ఫ్రేమ్ ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్స్ బ్యానర్లపై వంశీ, ప్రమోద్ మరియు విక్రమ్ ఈ చిత్రాన్ని భారీ బడ్జెట్‌తో నిర్మిస్తున్నారు. వరుస పరాజయాల తర్వాత వరుణ్ తేజ్ ఈ డిఫరెంట్ కథాంశంతో మళ్లీ హిట్ ట్రాక్ ఎక్కడం ఖాయమని అభిమానులు ఆశిస్తున్నారు. మనోజ్ రెడ్డి సినిమాటోగ్రఫీ అందిస్తున్న ఈ సినిమాను 2026 వేసవి కానుకగా ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకురావడానికి సన్నాహాలు చేస్తున్నారు.

PRINTED, PUBLISHED AND OWNER BY B.JAVEED BASHA Printed at M/S Aliya Publication, #7/235 - A Maniyar Street,Near Main Bazar, Tadipatri - 515411,Anantapur District Andra Pradesh, Published at M/S Aliya Publication, #7/235-A Maniyar Street,Near Main Bazar Tadipatri - 515411 ,Anantapur District,Andra Pradesh - 515411 EDITOR B.JAVEED BASHA RNI. NO : APTEL/2022/90211, Cell : 83339 79192 , 83339 75354 , E-mail : akshratimes@gmail.com