

మగాడు మగాడిలా

మాట్లాడాలి

- ఓ స్త్రీని రాజకీయాల్లోకి లాగడం సమంజసమేనా?
- వైసీపీ నేతలపై నారా భువనేశ్వరి ఫైర్

తీరుపతి, మహా : నాడు నిండు సభలో కొరవులు ద్రౌపది వీర లాగారని, ధర్మరాజును అవమానించేందుకు వాళ్ళు అలా చేశారంటూ వైసీపీ నేతలపై నారా భువనేశ్వరి సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. బుధవారం కంప్యం లో పర్యటించిన ఆమె ద్రౌపది మాత ఆలయానికి వెళ్లి అమ్మవారిని దర్శించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ.. అసెంబ్లీలో చంద్రబాబును నేరుగా ఎదుర్కోలేక సమంజసమేనా అని ప్రశ్నించారు. ఓ స్త్రీ గురించి మాట్లాడే హక్కు ఏ మగాడికీ లేదని, ఏ ఆడదానికైనా తాను ఎట్లాంటిదో తనకు మన:సాక్షికి తెలుసని కామెంట్ చేశారు. నాడు పస్తాపహరణం లో ద్రౌపదికి శ్రీకృష్ణుడు దిగివచ్చి నాయం చేస్తే.. నేడు చంద్రబాబుకు ప్రజలే దేవుళ్ళుగా అందగా నిలబడ్డారంటూ నారా భువనేశ్వరి తీవ్ర భావోద్వేగానికి లోనయ్యారు. అసెంబ్లీ నిండు సభలో తనకు జరిగిన అవమానాన్ని ఎన్నడూ మర్చిపోలేనని, ఇదేమి ఎలక్షన్ క్యాంపెయిన్ కాదన్నారు. సందర్భం వచ్చింది కాబట్టి ప్రజలకు చెప్పాల్సిన అవసరం వచ్చిందని భువనేశ్వరి స్పష్టం చేశారు.



ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో చికెన్ విద్యానీ

- విజయ్ సర్కార్ సంచలన ప్రతిపాదన
- దేశంలోనే తొలి రాష్ట్రం

చెన్నై: తమిళనాడు ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకోనున్నట్లు తెలుస్తోంది. ప్రభుత్వ పాఠశాలలో మీడ్ డే మిల్ లో భాగంగా విద్యార్థులకు వారానికి ఒకసారి చికెన్ విద్యానీ పెట్టేందుకు చూడావు రంగం సిద్ధం చేసింది. ఈ మేరకు సబంధిత శాఖలకు ప్రతిపాదనలు పంపినట్లు సమాచారం. ఈ పథకం అమలైతే ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో విద్యార్థులకు చికెన్ బియ్యంతో పట్టిన రాష్ట్రంగా తమిళనాడు రికార్డు సృష్టించనుంది. సీఎం విజయ్ ఈ సంచలన ప్రతిపాదన అమలుచేసేందుకు సై అన్నట్లు సమాచారం. మధ్యాహ్న భోజన పథకంలో వారానికి ఒకసారి చికెన్ విద్యానీ చేర్చాలనే ప్రతిపాదన వెనుక బలమైన కారణాలు ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. విద్యార్థుల్లో హాజరు శాతం పెంచడంతో పాటు ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో విద్యార్థుల డ్రాపౌట్స్ తగ్గించడం తదితర కారణాలున్నట్లు సమాచారం. ఈ మేరకు ఉపాధ్యాయ సంఘాల విజ్ఞప్తి మేరకు, విద్యార్థులకు మరింత ప్రోత్సాహాన్ని అందించడంతో పాటు పాఠశాలలపై అసక్తిని పెంచేందుకు సీఎం విజయ్ ఈ అంశంలో కీలక నిర్ణయం తీసుకోబోతున్నట్లు సమాచారం.

కోల్ స్కామ్ కేసులో

మన్మోహన్ కు క్లీన్ చిట్

ఢిల్లీ, మహా : దివంగత మాజీ ప్రధాని మన్మోహన్ సింగ్ కు సుప్రీంకోర్టులో భారీ ఊరట లభించింది. యూపీఏ ప్రభుత్వ హయాంలో అత్యంత సంచలనం సృష్టించిన బొగ్గు భ్రాకు కేటాయింపుల (కోల్ స్కామ్) కేసులో ఆయనపై సమాధైన క్రిమినల్ కేసును సుప్రీం కోర్టు బుధవారం ముగించింది. అంతేకాకుండా ఆయనకు విచారణకు హాజరుకావాలంటూ గతంలో ప్రత్యేక కోర్టు జారీ చేసిన సమస్త ఉత్తర్వులను కూడా రద్దు చేసింది. ఈ కేసులో దివంగత మాజీ ప్రధాని మన్మోహన్ సింగ్ కు సీబీఐ ఇప్పటికే క్లీన్ చిట్ ఇస్తూ ముగింపు నివేదిక (క్లోజర్ రిపోర్ట్) దాఖలు చేసిన సంగతి తెలిసింది. సుప్రీంకోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్ సూర్యకాంత్, జస్టిస్ జైమల్య భాగ్వా, జస్టిస్ వి.మోహనలతో కూడిన ధర్మాసనం ఈ సీబీఐ నివేదికను ఆమోదించింది. 2024 డిసెంబర్ లో కన్ఫ్యూమాస్ మన్మోహన్ సింగ్, ఈ తీర్పుతో యూపీఏ కాలం నాటి అతిపెద్ద క్రిమినల్ కేసు నుంచి ఉదాకరికంగా నిర్దోషిగా విముక్తి పొందారు. సీబీఐ దాఖలు చేసిన ముగింపు నివేదికలను తిరస్కరించడానికి గానీ, ఆయనపై నేరారోపణలను స్వీకరించడానికి గానీ ఎలాంటి బలమైన కాణాాలు లేవని అత్యున్నత న్యాయస్థానం స్పష్టం చేసింది.

పంద్రాగన్ను తర్వాతే

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

కీలకంగా చర్చించారు. సమస్యయం.. లక్ష్యాల సాధన పైన ఆరా తీసారు. ఇదే సమయంలో రాష్ట్రం లో కొనసాగుతున్న సరీ ఓటర్ ప్రక్రియ పైన ప్రధాన చర్చ జరిగింది. కొందరు నేతలు సరీ పక్రియను నిర్వర్తించే స్వచ్ఛాందస ఫిర్యాదులు అందాయని వేణుగోపాల్ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసారు. పార్టీ భర్తీ చేయాలిని పీసీసీ తో సహా ఏ నామినేటెడ్ పదవి అయినా సరీ పక్రియ పూర్తయిన తరువాత మాత్రమే ఆలోచన ఉంటుందని స్పష్టం చేసారు. అందరూ సరీ ప్రక్రియ పూర్తి అయ్యంత వరకు ఆ కార్యక్రమం పైన పోకెన్ చేయాలని తెల్చి చెప్పారు.

సరీ పై నిర్వర్తించే ప్రతిపక్ష ప్రత్యామ్నాయ ఆలోచన
పార్టీ నేతలకు దిశా నిర్దేశం ఎవరైనా సరీ పక్రియ పర్యవేక్షణలో నిర్వర్తించే పనిపై ప్రత్యామ్నాయ చూడాలని కేసీ వేణుగోపాల్ నిర్దేశించారు. ఏ ఒక్క

ఓటు కూడా సప్తపోకూడదని స్పష్టం చేసారు. తెలంగాణలో బాత్ స్టాయి నుంచి రాష్ట్ర స్థాయి వరకు చేపట్టిన సంస్థాగత కార్యక్రమాలు, ఎన్ఎస్ఐ (సంఘటన స్పెషల్ అభియాన్) కార్యక్రమాల పురోగతిపై సమగ్రంగా సమీక్షించారు. సమీక్షలో జిల్లా కాంగ్రెస్ కమిటీ (డీసీసీ), మండల కాంగ్రెస్ కమిటీల అధ్యక్షుల పనితీరు, పార్టీ విస్తరణ కార్యక్రమాలపై చర్చ జరిగినట్లు వెల్లడించారు. పార్టీలో సమస్యలని కిం సంబంధించిన అంశాలపై కూడా విస్తృతంగా చర్చించినట్లు తెలుస్తోంది. పనిచేయని డీసీసీలపై సమీక్ష జరిపి తొలగించాలన్న చర్చ జరిగింది. పార్టీలో నామినేటెడ్ పదవుల భర్తీ అంశం సరీ ప్రక్రియ రాష్ట్రంలో పూర్తయిన తరువాత నిర్ణయం తీసుకుందామని వేణుగోపాల్ స్పష్టం చేశారు. సరీ పూర్తయ్యేవరకు నేతలంతా ఒకే పనిపై ఉండాలని నిర్దేశించారు.



విద్యార్థులపై వేధింపులు ఆపాలి

* లేదంటే దేశవ్యాప్త ఉద్యమం:

అభిజిత్ దివ్య

ఢిల్లీ, మహా : సీట్ యూజీ 2026 ప్రశ్నాపత్రం లీక్ వ్యవహారంపై నిరసన తెలిపిన విద్యార్థులపై ప్రభుత్వాలని తీసుకుంటున్న చర్యలను వెంటసీ నిలిపివేయాలని కాక్రోచ్ జనతా పార్టీ (సీజేపీ) వ్యవస్థాపకుడు అభిజిత్ దివ్య డిమాండ్ చేశారు. ప్రభుత్వం తన వైఖరిని మార్చుకోపోతే త్వరలోనే దేశవ్యాప్తంగా మరోసారి ఉద్యమాన్ని ప్రారంభిస్తామని హెచ్చరించారు. బుధవారం ఢిల్లీ విమానాశ్రయం వద్ద మీడియాతో మాట్లాడిన ఆయన, తమ భవిష్యత్తు, హక్కుల కోసం శాంతియుతంగా నిరసన వ్యక్తం చేసిన విద్యార్థులపై లాఠీచార్జి, పెటెట్ గన్స్ వంటి చర్యలు తీసుకోవడం తీవ్రంగా ఖండించారు. జూలై 20న జరిగిన నిరసనల్లో విద్యార్థులపై అధిక బలప్రయోగం జరిగిందని అభిజిత్ దివ్య ఆరోపించారు. విద్యార్థులను ఉగ్రవాదుల మాదిరిగా పెటెట్ గన్స్ తో లక్ష్యంగా చేసుకోవడం సిగ్గుచేటని విమర్శించారు. తమ హక్కులు, భవిష్యత్తు కోసం పోరాడుతున్న విద్యార్థులపై ఇలాంటి చర్యలు ప్రభుత్వం చేపట్టకూడదని అన్నారు. వేధింపులు ఇదే విధంగా కొనసాగితే మరోసారి ప్రజల్లోకి వెళ్లి దేశవ్యాప్తంగా ఉద్యమాన్ని చేపడతామని స్పష్టం చేశారు. ప్రభుత్వం తన తీరును మార్చుకోకపోతే కొత్త దశలో అందోళనలు ప్రారంభమవుతాయని తెలిపారు. జైన్ జైన్ యువతపై బీజేపీ ఎంపీ కంగనా రనౌత్ చేసిన వ్యాఖ్యలపై స్పందించిన అభిజిత్ దివ్య, ఆమె వ్యాఖ్యలు ను ఎదురూ గిరియన్ గా తీసుకోరని కోర్కె వ్యక్తం చేశారు. ఇదిలా ఉండగా, ఇటీవల జంతరీమంతర్ వద్ద జరిగిన సీజేపీ నిరసనలు, ‘ఛలో సంసద్’ కార్యక్రమం సందర్భంగా రాళ్లతో నిండిన ట్రక్కు కనిపించడంలా సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతున్న ఆరోపణలపై



ఢిల్లీ పోలీసులు వివరణ ఇచ్చారు. ఆ ట్రక్కుకు నిరసన కార్యక్రమాలతో ఎలాంటి సంబంధం లేదని స్పష్టం చేశారు. సోషల్ మీడియాలో ప్రచారంలో ఉన్న ఆరోపణలు పూర్తిగా అవాస్తవమని, ప్రజలను తప్పుదోవ పట్టించే ప్రయత్నమని పేర్కొన్నారు. పోలీసులు వెల్లడించిన వివరాల ప్రకారం, వివాదాస్పదంగా మారిన ట్రక్కును జూలై 16న జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదం కేసులో స్వాధీనం చేసుకున్నారు. ఈ ట్రక్ ఓ వ్యాన్ ను డీకాట్టిన ఘటనలో ఆరుగురు గాయపడటంతో పాడమెంట్ స్పీట్ పోలీస్ స్టేషన్ లో ఎఫ్ఐఆర్ నమోదు చేసి, దర్యాప్తు భాగంగా ట్రక్కును పోలీసులు తమ ఆధీనంలోకి తీసుకున్నారు. పోలీస్ స్టేషన్ లో తగిన స్థలం లేకపోవడంతో తాత్కాలికంగా బయట నిలిపినట్లు తెలిపారు. ‘ఛలో సంసద్’ కార్యక్రమం సందర్భంగా భద్రతా ఏర్పాట్లు, ట్రాఫిక్ నిర్వహణ దృష్ట్యా జూలై 20 తెల్లవా

రుజామున ట్రక్కును అక్కడి నుంచి తరలించినట్లు పోలీసులు వెల్లడించారు. తరలింపే ముందు లారీలో ఉన్న రాళ్లను పూర్తిగా ఖాళీ చేసి, అనంతరం వాహనాన్ని మరో సురక్షిత ప్రాంతానికి తరలించామని వివరించారు. ఇది పూర్తిగా చట్టబద్ధమైన, పరిపాలనా ప్రక్రియలో భాగమేనని, దీనికి నిరసనలు లేదా ఏదైనా కుట్రతో సంబంధం ఉందని ప్రచారం చేయడం నిరాధారమని స్పష్టం చేశారు. ఈ ఘటనకు రాజకీయ రంగు పులచడం సరికాదని పేర్కొన్నారు. సోషల్ మీడియా వేదికల్లో ధ్రువీకరించిన సమాచారాన్ని పంచుకోవద్దని ప్రజలకు ఢిల్లీ పోలీసులు విజ్ఞప్తి చేశారు. అధికారికంగా ధ్రువీకరించిన సమాచారాన్ని సమాచారం సూచిస్తూ, తప్పుడు ప్రచారాల ద్వారా ప్రజల్లో అసవసర అందోళన సృష్టించే వారిపై నిఘా ఉంచినట్లు తెలిపారు. అవసరమైతే చట్టబద్ధమైన చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించారు.

నిరుద్యోగి.. పనికిరానివాడు

- నేను ఆ వయసులో రెండు నేషనల్ అవార్డులు సాధించా
- కాక్రోచ్ పై మరోసారి కంగనా ఫైర్

ఢిల్లీ, మహా : టీ పవర్ లీక్ వ్యవహారంలో జైన్ నిరసనకారణంపై వివాదాస్పద వ్యాఖ్యలు చేసిన జీబీ, భాజపా ఎంపీ కంగనా రనౌత్ మరోసారి హాట్ కామెంట్స్ చేశారు. కాక్రోచ్ జనతా పార్టీ అధికార ప్రతినిధి సోనల్ దాస్ పై ఆమె తీవ్ర స్థాయిలో విమర్శలు గుప్పించారు. అతడే పనికిరాని వ్యక్తి అని మండిప



డ్డారు. అతడి వయసులో తాను రెండు జాతీయ అవార్డులు సాధించానని తెలిపారు. “ఈ వ్యక్తి (సోనల్ దాస్) కొనసే నట్టిండు వెతికాను. 28 ఏళ్ల విద్యార్థి

అని వచ్చింది. కానీ నాకు నమ్మకం లేదు. అవును.. నేను గత రెండేళ్లుగానే రాజకీయాల్లో ఉండొచ్చు.. కానీ 20 ఏళ్లుగా ప్రజాజీవితంలో కొనసాగుతున్నా. అతడి వయసులో నేను రెండు జాతీయ అవార్డులు సాధించా. నిజమే పార్లమెంట్ సభ్యురాలిగా నాకు పరిధిగాలి అయిన నీలాంబి వ్యక్తికి.. ఏ వయసులో నైనా బిజీగా ఉండటం అనేది ఎప్పుడీ అర్థం కాదు. సోనల్.. నీది వ్యక్తిగత సమస్యే. నువ్వు విద్యార్థివి కాదు. ఇక నైనా కొన్ని నైపుణ్యాలు నేర్చుకో” అని కంగనా రనౌత్ మండిపడ్డారు.

నా పొలిటికల్ డిజైన్ నంబర్ లో చెబుతా

- రాహుల్ కు మాటిచ్చా.. మూడున్నరేళ్లు ఆగా
- సంగారెడ్డిలో జగ్గారెడ్డి కామెంట్స్

సంగారెడ్డి, మహా : ఆనాడు రాహుల్ గాంధీకి మాట ఇచ్చాను కాబట్టే.. ఈ ముడున్నరేళ్ల మా పార్టీ ప్రభుత్వ, రాజకీయ వ్యవహారాల గురించి మాట్లాడలేదని టీపీసీసీ వర్గం ప్రెసిడెంట్ జగ్గారెడ్డి అన్నారు. “నేనేదైనా మాట్లాడాలనుకుంటే ఢిల్లీ ట్రైన్ ఎక్కి రాహుల్ గాంధీతో మాట్లాడిన తర్వాతే బయటికి వచ్చి మాట్లాడతా. మనసులో ఒకటి పెట్టుకుని బయట మరొకటి మాట్లాడే వ్యక్తిని కాదు” అంటూ జగ్గారెడ్డి వ్యాఖ్యానించారు. “మూడున్నరేళ్ల క్రితం మా పార్టీలో లోపాలు ఉంటే బయట మాట్లాడారు. కార్యక్రమ వ్యవహారం, పార్టీ అంశాలపై అంతర్గతంగా, బహిరంగంగానూ చర్చించాను. ఈ మధ్య పీపీసీ మీటింగ్ లో అంతర్గతంగా మాట్లాడే విషయాలపై కూడా బయటికి వస్తున్నాయని సమావేశానికి పోవడమే మా నేతాను. పీపీసీ మీటింగ్ కి వెళ్లి ఉంటే పార్టీలో జరుగుతున్న వ్యవహారాలను పిసీసీ ఇంచార్జ్, సీఎం దృష్టికి తీసుకెళ్లేవా.. మళ్లీ నేను మాట్లాడిన అంశాలు బయటకి వచ్చేవి.. అందుకే పోలేరు. ఈ మూడున్నరేళ్లుగా ఇప్పటి వరకు కాంగ్రెస్ పార్టీ రాజకీయ, ప్రభుత్వ వ్యవహారాలను ఎక్కడ బహిరంగంగా, అంతర్గతంగా చర్చించలేదు” అని జగ్గారెడ్డి చెప్పుకోచ్చారు. “ఎన్ని కలకు ముందు రాహుల్ గాంధీ 40 మంది కాంగ్రెస్ నేతలను ఢిల్లీకి పిలిచారు. అందులో నాకు ఆహ్వానం అందింది. ఆ సమావేశంలో రాహుల్ గాంధీతో 15 నిమిషాలు మాట్లాడారు. నేను సంగారెడ్డి రాం నగర్ లోని రాంపండిర్ నుంచి విద్యార్థి నేతగా నా రాజకీయ ప్రయాణం మొదలై.. నేడు ఢిల్లీలో మీ నివా



సానికి వచ్చి మీ ముందు కూర్చునే వరకు సాగిందని చెప్పాను. మీ ముందు ఒక రోజు ఇలా కూర్చోని మాట్లాడాలని అనుకున్నా. ఇప్పుడు మాట్లాడుతున్నా నేను అనుకున్నది సాధించాను అని చెప్పాను. “మీ పార్టీ నుంచి ప్రధాన మంత్రి ఉన్నా అధికారంలో ఉన్నప్పుడు రోజుల్లో గుర్తు పెట్టుకుంటారని చెప్పా. పదవులతో పని లేకుండా గుర్తు పెట్టుకోనే వారింటే మీ కుటుంబమే ఉంటుందని చెప్పా. కానీ రాహుల్ గాంధీ కుటుంబాన్ని దేశ ప్రజలు చిరకాలం గుర్తి పెట్టుకుంటారని కూడా చెప్పాను. రాహుల్ గాంధీ నన్ను చక్కటి పిలిచి ఓ మాట చెబుతాను వింటావా అని అడిగారు. మీకు ఎవరిపై అయిన కోపం ఉంటే మీడియా ముందు మాట్లాడకండి. ఢిల్లీకి వచ్చి నాతో ప్రభుత్వ, రాజకీయ వ్యవహారాల గురించి మాట్లాడలేదు.. రాజకీయంగా నాకు మనసులో ఒకే కోరిక ఉంది. నాకు ఓ పొలిటికల్ డిజైన్ ఉంది. అది నంబర్ లో చెబుతా. ఈ మూడు నెలల కాలంలో రాజకీయంగా నాకు ఓ క్రాంటి వస్తుంది. నాకు ఫ్యామిలీ కంటే పబ్లిక్, పొలిటిక్స్ గురించే ఆలోచిస్తా” అని జగ్గారెడ్డి పేర్కొన్నారు.

తెలంగాణ సాగునీటి ప్రాజెక్టులకు సుప్రీంకోర్టు ఊరట

- పర్యావరణ అనుమతులకు లైన్ క్లియర్
- సీతారామా, పాలమూరు, సీతమ్మ సాగర్ కు ఓకే

హైదరాబాద్, మహా : తెలంగాణలో నిర్మాణంలో ఉన్న పాలమూరు-రంగారెడ్డి ఎత్తిపోతల పథకం, సీతమ్మ సాగర్, గౌరవెల్లి రిజర్వాయర్ వంటి కీలక సాగునీటి ప్రాజెక్టులకు సుప్రీంకోర్టు కీలక ఊరట కల్పించింది. కేంద్ర పర్యావరణ, అటవీ మరియు వాతావరణ అంశాలపై మంత్రి ఉన్నా అధికారంలో ఆఫీస్ మెమోరాండం (ఓఎం)ను సుప్రీంకోర్టు చెల్లదని ప్రకటించినప్పటికీ, ఆ ఉత్తర్వు ఆధారంగా ఇప్పటికే ముంజూర్ చేసిన పర్యావరణ అనుమతులు పూర్తిగా చెల్లుబాటులోనే ఉంటాయని స్పష్టం చేసింది. ఈ తీర్పు భవిష్యత్తుకు మాత్రమే వర్తించదని ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్ సూర్యకాంత్ నేతృత్వంలోని ధర్మాసనం పేర్కొనడంతో, తెలంగాణలో కొనసాగుతున్న ప్రధాన సాగునీటి ప్రాజెక్టుల నిర్మాణాలకు ఎలాంటి చట్టపరమైన ఆటంకం ఉండదనే స్పష్టత లభించింది. కేంద్ర ప్రభుత్వం 2021లో జారీ చేసిన ఆఫీస్ మెమోరాండం ద్వారా కొన్ని ప్రత్యేక పరిస్థితుల్లో ముందస్తు పర్యావరణ అనుమతి లేకుండానే ప్రాజెక్టులకు అనుమతులు మంజూరు చేసే అవకాశాన్ని కల్పించింది. అయితే ఈ విధానం పర్యావరణ పరిరక్షణ చట్టాలు, నిబంధనలకు విరుద్ధమంటూ దాఖలైన బిటిపిపై పిచారణ చేపట్టిన సు ఢిల్లీ చేయడం సాధ్యం కాదని స్పష్టం చేసింది. చట్టంలో పొందుపరిచిన నిబంధనలను కేవలం ఆఫీస్



మెమోరాండం ద్వారా మార్గదర్శక రాజ్యాంగబద్ధంగా సమంజసం కాదని ధర్మాసనం అభిప్రాయపడింది. అయితే ఇప్పటికే ఆ ఆఫీస్ మెమోరాండం ఆధారంగా మంజూరైన పర్యావరణ అనుమతులను రద్దు చేయబోమని సుప్రీంకోర్టు స్పష్టం చేసింది. ఆ అనుమతులపై ఆధారపడి కొనసాగుతున్న సాగునీటి ప్రాజెక్టులకు ఉన్న ప్రాజెక్టులకు ఈ తీర్పు వల్ల ఎలాంటి ప్రభావం ఉండదని పేర్కొంది. దీంతో పాలమూరు-రంగారెడ్డి, సీతమ్మ సాగర్, గౌరవెల్లి రిజర్వాయర్ వంటి తెలంగాణ ప్రభుత్వ ప్రతిష్టాత్మక సాగునీటి ప్రాజెక్టులకు మూడం ముందుగా పర్యావరణ అనుమతి తప్పనిసరిగా ఉండాలని సుప్రీంకోర్టు స్పష్టం చేసింది. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో మినహాయింపులు ఇవ్వాలి వస్తే, కేంద్ర

ప్రభుత్వం చట్టబద్ధమైన నోటిఫికేషన్ జారీ చేసి, పర్యావరణ చట్టాల పరిధిలోనే నిర్వహించి తీసుకోవాలని సూచించింది. కార్యనిర్వాహక ఉత్తర్వులతో చట్టబద్ధ ప్రక్రియను పక్కనపెట్టడం ఆమోదయోగ్యం కాదని ధర్మాసనం తేల్చిచెప్పింది. తీర్పుతో తెలంగాణలో సాగునీటి కీలక నీటిపారుదల ప్రాజెక్టులపై నెలకొన్న న్యాయపరమైన అనిశ్చితికి తరచుపడినట్లు నిపుణులు భావిస్తున్నారు. ఇప్పటికే వేల కోట్ల రూపాయల వ్యయంతో నిర్మాణంలో ఉన్న ఈ ప్రాజెక్టులు రాష్ట్రంలో సాగునీటి విస్తరణ, తాగునీటి సరఫరా, భూగర్భ జలాల పునరుద్ధరణకు కీలకంగా మారనున్నాయి. సుప్రీంకోర్టు తాజా తీర్పు కారణంగా ఈ ప్రాజెక్టుల అమలులో ఎలాంటి చట్టపరమైన ఆటంకాలు లేకుండా పనులు కొనసాగునున్నాయని ప్రభుత్వ వర్గాలు అభిప్రాయపడుతున్నాయి.



పమిటి నొన్నామ్మక్కింగ్?

నేటి వేగవంతమైన జీవితంతో ఉదయం కళ్ళు తెరవగానే మొబైల్ ఫోన్ చేతిలోకి తీసుకోవడం, తొందరపాటుగా అల్ట్రాహైండ్ ముగించేయడం, రోజంతా ఉద్యోగం లేదా చదువు ఒత్తిడితో గడవడం, టాక్సి అలసత్వంగా నిద్రపోవడం చాలామందికి సాధారణ జీవన శైలిగా మారిపోయింది. డిజిటల్ ప్రపంచం, సోషల్ మీడియా, నిరంతర పోటీలో నిదిన ఈ జీవితం యువతను మునసిరికంగా అలసటకు గురిచేస్తోంది. దీంతో ఈ ఒత్తిడికి భిన్నంగా ప్రశాంతమైన, సహజమైన జీవన విధానాన్ని అనుసరించాలని కోరుతున్న యువత సంఖ్య రోజురోజుకూ పెరుగుతున్నది. ఈ నేపథ్యంలో ప్రపంచవ్యాప్తంగా 'సొన్నామ్యాక్సింగ్' అనే కొత్త ట్రెండ్ స్టైల్ ట్రెండ్ వేగంగా ప్రాచుర్యం పొందుతోంది. ఇటాలియన్ భాషలో 'సొన్నా' అంటే అమ్మమ్మ, అంటే అమ్మమ్మలు అనుసరించే ప్రశాంతమైన, సహజమైన, క్రమబద్ధమైన జీవనశైలిని ఆధునిక జీవితంలో తిరిగి అలవాటు చేసుకోవడమే 'సొన్నామ్యాక్సింగ్' సారాంశం. ఆధునిక సాంకేతికత సౌకర్యాలపై పూర్తిగా ఆధారపడకుండా, ప్రకృతికి దగ్గరగా, కుటుంబంతో కలిసి, నమ్మదిగా జీవించడం ఈ ట్రెండ్ ప్రధాన లక్ష్యం. ఈ జీవనశైలిలో భాగంగా ఉదయం లేచగానే ఫోన్ చూడకుండా ఇంటి పనులలో రోజును ప్రారంభించడం, ఆన్లైన్లో ఆహారం ఆర్డర్ చేయకుండా ఇంట్లోనే తాజా వంటలు చేసుకోవడం, రోజంతా మొబైల్, ల్యాప్టాప్, టీవీ వంటి స్మార్ట్ లెటతుకుపోకుండా కొంత సమయం ప్రకృతిలో గడవడం, సాయంత్రం నడకకు వెళ్ళడం, ఇంటి ముందు లేదా బాల్కనీలో మొక్కలను సంరక్షించడం, కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి సోఫాపై భోజనం చేయడం వంటి అలవాట్లను దృఢీభవిస్తూన్నార. ఇవన్నీ గ్రూంటల్ మన తాతలు, అమ్మమ్మలు, పెద్దలు పాటించిన సాధారణ జీవన విధానాలే కానడం విశేషం. ఒకప్పుడు పాతకాలపు అలవాట్లుగా భావించిన ఈ జీవన విధానం ఇప్పుడు ఇతెన్ జీవన విధానం విశేషమైన ఆకర్షణని సోషల్ మీడియా వేదికపై ఇన్స్పైరా్ను మీ, టిక్టాక్, యూట్యూబ్ లలో 'సొన్నామ్యాక్సింగ్' పేరుతో లక్షలాది ఫాలోవర్లు, మీడియా ఛైల్డ్ అవుతున్నాయి. ఇంతో వంట చేయడం, పుస్తకాల చదవడం, తోటకు వెళ్ళడం, చేతిపనులు నేర్చుకోవడం కుటుంబంతో సమయం గడవడం వంటి విధానాలు యువవయస్కులకు గర్వంగా పువచుకుంటోంది. ప్రస్తుత ఉద్యోగాలు, చదువు, కిరీట్, డెడిక్లైజ్డ్ అల్లిక ఒత్తిళ్లు, పప్పుడు పదార్థం, పనిచాలా పోటీ కారణంగా యువత తీవ్ర మానసిక ఒత్తిడిని ఎదుర్కొంటోంది. నిరంతరం ఆన్లైన్లో ఉండడం వల్ల వికాగ్రత వగైరా, అందోజీన్, డ్రగ్స్, ఒంటరితనం తగ్గదీ నష్టస్థులు కూడా పెరుగుతున్నాయి. ఈ పరిస్థితుల నుంచి బయటపడేందుకు ప్రశాంతమైన జీవనశైలిని ఎంచుకోవాలనే ఆలోచన బలపడుతోంది. ఈ ట్రెండ్ లో ఇటీవలైన జిమ్ సెలెబ్రిటీలు, ప్రత్యేక డ్రైట్ ల సెస్టిమెంట్లు లేదా మానసవంతమైన జీవనశైలి అవసరం ఉందను. ఇంట్లో తయారుచేసిన పోతాకాచీరం, ప్రతిరోజు కొంత శారీరక శ్రమ, సుందరీని రేపి, కుటుంబ సభ్యులతో ఆనందభర్త ప్రకృతిలో సాన్నిహిత్యం వంటి సాధారణ అలవాట్లే ఇందులో ప్రధాన పాత్ర పోషిస్తాయి. ఈ మార్పుల శారీరక ఆరోగ్యంతో పాటు మానసికంగా ప్రశాంతమైన కూడా పెంచుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మానసిక ఆరోగ్యం, నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, డిజిటల్ పరికరాల వినియోగాన్ని కొంత మేర తగ్గించడం, ప్రరోజూ ప్రకృతిలో కొంత సమయం గడవడం కుటుంబంతో కలిసి భోజనం చేయడం, ఇంపనుల్లో పాల్గొనడం వంటి అలవాట్లు ఒత్తిడి తగ్గించడంలో, భావోద్వేగ సమతుల్యతను పెంపొందించడంలో సహాయపడతాయి. అలా జీవితంలో చిన్న చిన్న విషయాలను ఆనందించే అలవాటు పెరగడంతో సంతృప్తి, ఆనంద కూడా పెరుగుతాయని వారు సూచిస్తున్నారు. ఒకప్పుడు పెద్దల జీవనశైలిగా మాత్రం కనిపించిన ఈ అలవాట్లు ఇప్పుడు ఆధునిక యువతకు కొత్త జీవన తత్వంగా మారుతున్నాయి. సాంకేతికతతో నిండిన ప్రపంచంలోని ప్రశాంతత, ఆరోగ్యం, కుటుంబ అనుబంధంలకు ప్రాధాన్యం ఇస్తూ 'సొన్నామ్యాక్సింగ్' ట్రెండ్ ప్రపంచవ్యాప్తంగా విస్తరిస్తున్నది విశేషం. నేటి ఉరుకుల పరుగుల జీవితంలో కానప్పటి నమ్మదిగా జీవించడం కూడా ఆ గృహరమైన జీవితానికి కీలకమైన సందేశాన్ని ఈ కొత్త ట్రెండ్ ఇస్తోంది.



మన రోజువారీ ఆహారంలో పప్పులు ఎంతో ముఖ్యమైనవి. ప్రోటీన్లు, పీచుపదార్థం, విటమిన్లు, ఖనిజలవంశాలు సమృద్ధిగా ఉండే పప్పులను వైద్యులు కూడా ఆరోగ్యకరమైన ఆహారంగా సూచించాలి. అయితే చాలామంది పప్పు తిన్న వెంటనే కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్, అలెర్జిక్ రకం వంటి సమస్యలను ఎదుర్కొంటుంటారు. కొందరికి అయితే పప్పు తిన్న తర్వాత గుంటల తలదీడే కడుపు దిగునుకుపోవడం, అపానవదువుట వల్లమృదంగా రావడం, కడుపులో గిరిగిలు వినిపించడం వంటివి ఎక్కువగా కూడా కలుగుతాయి. దీతో చాలా మంది పప్పులను పూర్తిగా మానేయాలి భావిస్తుంటారు.

అయితే పప్పులు సమస్యకు కారణం కావని, వాటిలో ఉండే ఆయిస్ ప్రత్యేక కార్బోహైడ్రేట్లు మరియి మన శరీరమన్న పనితీరి ఇందుకు ప్రధాన కారణమని తాజా అధ్యయనాలు చెప్పివున్నాయి. ఇటీవల ఫుడ్ రిచ్ ఇంటర్నేషనల్ జర్నల్లో ప్రచురితమైన పరిశోధన ప్రకారం, పప్పులు తిన్న తర్వాత గ్యాస్ ఏర్పడటం సహజమైన కారితరం. ప్రత్యేక ఆయిస్ హైడ్రేట్లు తీసుకోవడం.

పప్పులోని ప్రత్యేక కార్బోహైడ్రేట్ల అని కారణం

పప్పులో రాపినేన్ ప్యామిలీ ఆలిగ్ సాకరైడ్లు (RFOs) అనే సంక్లిష్ట కార్బోహైడ్రేట్లు అత్యంత అపకారకం. వీటిని పూర్తిగా జీర్ణం చేయడానికి అవసరమైన ఆమ్లాగ్లాకోస్ డిడేస్ అండ్ జెమ్స్ మన శరీరంలో తనంతనే పరిమాణంలో ఉండవు. దీతో ఈ కార్బోహైడ్రేట్లు చిన్నపింగిలో పూర్తిగా కాకుండా పెద్దపింగికు తిరిగిపోతాయి.

తేచడం ఉండే కోట్లాది మంది బ్యాక్టీరియా వాటిని విచ్ఛిన్నం చేసే ప్రక్రియను ప్రారంభిస్తాయి. ఈ ప్రక్రియను పెర్మెంజెన్స్ అంటారు. ఈ సమయంలో హైడ్రజన్, కార్బన్ డయక్సైడ్,

మేటిదే నంబి వాయువులు ఉత్పత్తి అవుతాయి. ఇవే కడుపులో గ్యాస్ పేరుకుపోవడం, ఉబ్బరం, అపానవాయువు వంటి సమస్యలకు కారణమవుతాయి.

అందరికీ కలెక్టో ఎందుకు ఉండదు ?

పప్పులు తిన్న తర్వాత కొందరికి ఎలాంటి ఇబ్బంది ఉండదు. మరికొందరికి మాత్రం చిన్నపనాబాబోలీ తిన్నా గ్యాస్ సమస్య తీవ్రంగా ఉంటుంది. దీనిని ప్రధాన కారణం ప్రతి వ్యక్తి జీర్ణవస్తువు భిన్నంగా ఉండటమే. వయస్సు, ఆహారం అలవాట్లు, మలద్లోని బ్యాక్టీరియా రకం, శారీరక చురుకుదనం, శాగి నీటి పరిమాణం వంటి అంశాలు కూడా ప్రభావం చూపుతాయి.

గట్ ప్రెక్టోరియామే పాత్ర చాలా కీలకం

మన పేగుల్లో నివసిస్తే మంచి నాశక్తిశీలం సమూహాన్నే గట్ ప్రెక్టోరియా అంటారు. ఇవి ఆహారాన్ని జీర్ణం చేయడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. గట్ ప్రెక్టోరియామే అల్లోగ్లంగా ఉంటే పప్పుగ్యాస్ పేరువుద్ధారం. సంక్లిష్ట కార్బో హైడ్రేట్లను మరింత సమర్థవంతంగా జీర్ణం చేయగలుగుతుంది.

శాగి యంత్రాంగంలోని అత్యంత వినియోగం, జంక్ ఫుడ్ ఎక్కువగా తినడం, వ్యాయామం లేకపోవడం, లబ్ధి వంటి కారణాలతో గట్ ప్రెక్టోరియామే సమతుల్యత దెబ్బతింటే గ్యాస్, మరిబలద్రవం, ఆజీర్ణం వంటి సమస్యలు ఎక్కువయ్యే అవకాశం ఉంటుంది.

అజీర్ణమనిగిగా కూడా సమస్య ఎదురవుతూ ఉంది.

వైద్య నిపుణుల ఆభిప్రాయం ప్రకారం వాతావరణ మార్పులు, ఉష్ణోగ్రతల హెచ్చుతగ్గులు, తక్కువ శారీరక శ్రమ, నీరు తక్కువగా తాగడం వంటివి కారణాలు వున్న కొన్ని కాలాల్లో జీర్ణవస్తువు పనికిరని మందగివింది. అందువల్ల క్యాన్సర్ నిజాన్నే చేపట్టవచ్చు. తిన్న తర్వాత గ్యాస్ సమస్య మరింత ఎక్కువగా అనిపించవచ్చు.

పప్పులు తినడం మానేయాలా?

గ్యాస్ వస్తోందని వచ్చులను పూర్తిగా మూసేయడం సరైన నిర్ణయం కాదని హోప్ వాతావరణ నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఎందుకంటే వస్తూన్న ఆదిక నాణ్యత గల ప్రోటిన్లు, పీచు పదార్థం, ఇసుక, పోలేరి, సాబుజం, మెక్సిషియం వంటి ఏన్నో హాపికాలు ఉంటాయి. ఇవి గుండె ఆరోగ్యం, మధుమేహ నియంత్రణ, బయర్ నియంత్రణ, జీర్ణవ్యవస్థ అవగాహనకి ఎంతో ఉపయోగపడతాయి.

గ్యాస్ తగ్గించే ఈ చిట్కాలు పాటించండి

● వచ్చులను ముందుగా నానబెట్టండి:

వచ్చులను కనీసం 6 నుంచి 8 గంటల నానబెట్టి, ఆ నీటిని పారగొని వంటికి గ్యాస్ కు కారణమయ్యే అలిగిన సాకరెడ్ల పరిమాణం తగ్గుతుంది.

● మొలకలు చేసి తినండి:

మొలకెత్తిందిని పప్పుడ్లో కార్టోపూడ్లెట్ల నిర్మాణం
వారంతో అవి సులభంగా జీర్ణమవుతాయి. పోషక
విలువలు కూడా పెరుగుతాయి.

● **ఒక్కోసారిగా ఎక్కువగా తినండి:**
పప్పులు తినే అలవాటు లేని వారు ఒక్కసారి
ఎక్కువగా తీసుకోకుండా, కొద్దికొద్దిగా పరిమా
ణాన్ని పెంచుకుంటూ వెళ్తాి. దీంతో పేగుల్లోని
బ్యాక్టీరియా కూడా వాటికి అలవాటు పడుతుంది.

● జీరకీయకు సహాయపడే దినుసులు కలపండి:

అల్లం, జీలకర్ర, ఇంగువ, సోంపు, మిరియాలు వంటి మసాలా దినుసులతో పప్పులు వండితే జీర్ణక్రియ మెరుగుపడే అవకాశం ఉంటుంది.

● తగినంత నీరు తాగండి:

పప్పుల్లో పీచుపదార్థం అధికంగా ఉంటుంది. కాబట్టి రోజంతా తగినంత నీరు తాగడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థ సక్రమంగా పనిచేస్తుంది.

● నెమ్మదిగా నమిలి తినండి:

● **రోజూ వాయామం చేయండి:**

రోజుకు కనీసం 30 నిమిషాలు నడక లేదా తేలికపాటి

వ్యాయామం చేస్తే పేగుల కదలికలు మెరుగుపడి గ్యాస్ ను మున్నో తగ్గో అవకాశం ఉంటుంది.

❖ నైపులను ఎప్పుడు నుంపుదాచాలి?

చప్పలలు తిన్న తర్వాత సారి తీవ్రమైన కడుపు నొప్పి, బిర్ర వాసలు, వాంటలు, బరువు తగ్గడం, మంటలో కరకం కనిపించడం లేదా గ్యాస్ ను మున్నో దీర్ఘకాలంగా కొనసా గితే స్వయంగా ముందుగా వాచుకుండా గ్యాస్ట్రోఎంటరా లజిస్టును నుంపుదించడం మంచిది. కొన్నిసార్లు రాక్టోస్ ఉపహారం, ఐబిఎస్ లేదా ఆతర జీర్ణవ్యవస్థను మున్నోలు కూడా దీనికి కారణం కావచ్చు.

**"త్వంహి దుర్గా దశ ప్రహరణధారిణీ..
కమలా కమలదళ విహారిణీ"**

డైలాగ్‌లు లేని ఒక మూగ చీకటి.. ఆ

చీకటిని చీల్చుకుంటూ వినిపించే ఉక్కు
లాంటి బూట్ల పచ్చట్లు! "ధీర్ఘ రోడ్డు మీద,
కలకత్తా వీధుల్లో ఏ ఒక్కడు
"వందేమాతరం" అని నినాదం ఇచ్చినా..
వాడి చర్యల్ని కొరదా బెల్లంతో
వలపండి!" అనే బ్రిటిష్ కలెక్టర్ గడ్డనలు
ఆ గాలిలో విషం కక్కుతున్నాడు.
కలకత్తాలోని ఒక ఇరుకైన,
అందర్గ్రాంటే గది, అప్పుడు సమయం
అర్ధరాత్రి దాటింది. మినుకు మినుకు
మంటలు మూలన చిన్న నూనె దీపం,
వెలుతురులో ఒక యువకుడు
విలవిలలాడుతున్నాడు. కానీ అది
భయంతో కాదు.. గుండెల్లో
ఉప్పొంగుతున్న దేశభక్తి తన్నుకువచ్చి
ఊరిని ఆడని అగ్ని లాగు మాయతోంది. తన
ఎడమ చేతి వేలిని కోసుకుని, ఆ ధారగా
కారుతున్న రక్తంలోని ఒక తెల్లని
కాగితంపై అక్షరాలను అద్దుతున్నాడు. ఆ
అక్షరాలే కోట్లాది మంది భారతీయుల
గుండెల్లో స్వాతంత్ర్యం చిచ్చును
రగిలించిన మంత్రం.. "వందేమాతరం".

అదేకా నిన్నాం మాత్రమే కాదు, ఎంతోమంది దే శభశుభా నెచ్చురు మంగిరిచి, ఆంగ్లేయు సామ్రాజ్య నాంధ్రోల్లొ పరిగెత్తిరిచి అమర గావొ! సూర్యుడు తూర్పున ఉడుంబుచుడు ఎంత విజయో, ఒక దేశం తన ఉనికిని చాటుకోవాలంటే దానికి ఒక అత్యు డం దాలనేది కూడా అవసరం నిజం. 1870ల మధ్యకాలం లో మహాసభాపూర్వ 'బెనికిచంద్రం చటోపాధ్యాయ' సృష్టినిచి అది వ్యవహరించా. 1882లో ప్రచురితమైన 'ఆనందమఠం' నవల ద్వారా (సన్యాసి తిరుగుబాటు నేపథ్యంలో) ఆగ్నేయా ప్రపంచాచారం. అది మొదటి సారిగా బహిరంగ వేదికపై గాంధేయి విలక్షిత క్షణం ఒక చరిత్ర. 1896లో కలకత్తాలో జరిగిన బెనికిచటోపాధ్యాయ కంగ్రెస్ వార్షిక సమావేశం. సభా ప్రాంగణ మంతా నిశ్చలం. విశ్వప్రతి రపింద్రబాసు టాగోర్ గారు మైక్ ముందుకు వచ్చి, ఆ మాతృభూమిని కీర్తిస్తూ 'మనం నవరించుకుని తొలిసారిగా ఆ గీ తాన్ని ఆలపించారు

ఆ క్షణంలో ఆ సభా ప్రాంగణంలోని ప్రతి ఒక్కరి వేమ్మలలో ఒక్కలా ప్రసూనం కదిలింది. ఈ గీతం కేవలం విద్యార్థుల సముదాయం కాదు. మన మాతృభూమి యొక్క నాగరికత ఆత్మ అంటే నివృణ్ణే షనలో దిగ్విక్తం ప్రతిరూపం. ఆ గీతం యొక్క ఆనలు అంతరార్థం ఏమిటో ఆ గొంతు ప్రసారం చేసింది. భారతమాతకు వందన!! తియ్యోని నీటితో, కమ్మని పండ్లతో, చల్లని గాలులతో, పచ్చని పైరుతో వినికిల్లే భారతమాతకు వందనం. రాత్రిలు తెల్లని వెన్నెలలతో పరికిస్తూ, మధ్యాహ్నం చుట్టూకో విభుతూ, సుష్యమైన నవ్వులతో, విదూరమైన మహాలలో భాగం నుఖాలు కలిగిస్తూ పరాధిచ్చే భారత మాతకు వందనం అని..!

ఆ గొంతులోంచి ఉద్భవించిన మహా ప్రవాహం. తర్వాత ఒక ఉద్భవ రూపం దాల్చింది. 1905లో లార్డ్ కర్జన్ బెంగాల్ విభజన కుట్ర పన్నినప్పుడు, దేశం మొత్తం ఒక్కసారిగా లేచి పిరికి 'పంథిమాతరం' అంటూ నృసిదేవీ ఉద్భవాన్ని సెలవిచ్చి తపించింది . 1907లో జర్మనీలో స్టోక్ ఛార్జ్ నగరంలో జరిగిన అంతర్జాతీయ సోషలిస్ట్ కాంగ్రెస్ వేదికపై విప్లవ పనిత 'మేడమ భిక్షాణి కామ' ఎగరవేసిన భారత తొలి త్రివర్ణ పతాకం మధ్యలో ఇదే 'పంథిమాతరం' అక్షరాలు



"వందేమాతరం

సుజలాం సుఫలాం మలయజ శీతలామ్
సస్యశ్యామలాం మాతతరం పందేమాతరం
శుభ్రజ్యోత్స్నా పులికత యామినీమ్
పుల్ల కుసుమిత ద్రుమదళ శోభినీమ్
సుహాసినీం సుమధుర భాషిణీమ్
సుఖదాం పరదాం మాతరం పందేమాతరం
కోటి కోటి కంఠ కళకల నివాద కలాలే
కోటి కోటి భుజై దృత ఖర కరవాలే
అబలాకేనో మాం ఎతో బలే
బహుబల ధారిణీం నమామి తారిణీం
రిప్పల వారిణీం మాతరం పందేమాతరం
తుమి విద్యా తుమి ధర్మ
తుమి హృది తుమి మర్మ
త్సంహి ప్రాణః శరీరే
బహుతే తుమి మా శక్తి
హృదయే తుమి మా భక్తి
తో మారూం ప్రతిమాగడి మందిరే మందిరే పందేమాతరం
త్సంహి దుర్గా దళ ప్రహరణధారిణీ
కమలా కమలదళ విహారిణీ
వాణి విద్యాదాయిని, నమామిత్సాం, నమామి కమలాం
అమలాం, అతులాం, సుజలాం, సుఫలాం, మాతరం పందేమాతరం
శ్యామలాం, సరలాం, సునీతాం, భూషితాం
ధరణీం, భరణీం, మాతరం పందేమాతరం
పందేమాతరం"

దేవుడు మనంగా వెలిగింపు. బ్రిటిష్ పాలకుల డిరెక్టురులను నవ్వతూ ముద్దాడిన ఖుదీరామ్ బోస్, మదన్ మోహన్ మాలిక్ దిల్లీగా వదిలి విప్లవ వీరులు తమ పాత్రాచారాలను దేలేటిపప్పుడు చివరికావాలి అని నినాదం కూడా చేశారు. ఇన్ని పాత్రాచార ఫలితాలు జనమీద జూలై 24, 1950 న రాజ్యాంగం పరిషత్ దీనికి జాబితా గీతంగా మూసమైన సముచిత గౌరవాన్ని కట్టబెట్టింది. ఈ శతం కేవలం భౌగోళిక సరిహద్దుల కలయిక కాదు. దీని ఒక శాశ్వతమైన జీవన విధానం.

దేశాన్ని నిలబెట్టడంలో, ప్రతీ పౌరుడి నరసరాజ్లో చేతకాని రగిలి పడదం లో, దేశ సమగ్రతను కాపాడు

కోపదం, సాంస్కృతిక విలువలను పెంపొందించడం వంటి పౌర బాధ్యతలు విషయంలో నిరంతర స్ఫూర్తితో రాష్ట్రీయ స్వయంసేవక్ సంఘ వంటి జాతీయ వాద సంస్థలు నేటికీ ఆ భావన ను పటిష్ఠంగా ఉంచారు. జనగణ మన మన రాష్ట్రాంగబద్ధమైన జాతీయ గీతం, దానికి విల్లపూదా తగిన గౌరవం ఇవ్వాలని స్పష్టం చేస్తూనే, అదే సమయంలో భారతదేశం యొక్క అసలైన నాగరికత, సాంస్కృతిక జీవన విధానం, మాతృభూమిపట్ల అంతటానే భక్తిభావం వంటి అత్యున్నత అంశాలకు 'వందే మాతరం' నిలువెత్తు రూపమని స్వయం సేవక్లు భయ్యాజీ జోషి, సునీల్ అంబేకర్ జీ తదితరులు ఎంతో గట్టిగా పునరుద్ఘటించారు. ఈ విషయాన్ని బలం శతాబ్ది ఉత్సవాలు సందర్భంగా కూడా ఈ చారిత్రక సత్యాన్ని ప్రముఖంగా ప్రసరుద్ధాదింపారు. ఈ సుంచి నేటి తరం వరకు ప్రతి ఒక్కరి ఆలోచన ఒక్కటే—'దేశం మొదటి, వ్యక్తి తరువాత! అనేది...'

మరో మహా ఆడుగు. ఈ విషయాన్ని దేశం పట్ల ప్రేమ ఉన్న వ్యక్తులంతా మనసారా స్వాగతిన్నూ, గర్వంగా ఆధీనించుకున్నారూ. ఇప్పుడు నేటి రియల్‌లోకి వద్దాం. కాలేజీ కారిడార్లు, స్టూడెంట్స్‌ ఫ్రీన్స్‌ను, ఇన్‌స్ట్రాక్టర్‌ను రిలీజ్‌, మరొకరు ఏమి టెక్నాలజీకి దూసుకుపోతున్నా జెన్‌ జీ. ఇంకా రేపటి భవిష్యత్తును అంచనా వేస్తున్న జెన్‌ ఆల్ఫా... జెన్‌ బీటా... యువత అంతా... ఒక్క క్షణం మీ పోస్టును చక్కని పెట్టి ఈ వాస్తవాన్ని ఆలోచించండి. డాక్టర్‌ మీరు నా సోనా, ప్రీతి, గర్వంగా కాలేజీ గట్టు దాటకుతున్నారనా, సోషల్‌ మీడియాలో మీ గొప్ప మనస్సు సైచ్చగా వినిపిస్తున్నారనా... దానికి కారణం నిశ్శబ్దం కా సేవ చేస్తూ దేశనిర్యాణంలో ఉన్న ఎవరో తెలియని, గుర్తించుకోనివని త్యాగపరిణామ, అప్పట్లో ఎందుకొకరిన రక్షమ్మ! ధారు గురుదక్షిణా చెల్లించిన వారి జీవితకాలమే! కాలేజీలో లేదా ముక్తైనా "చందే మాతరం" లేదా జాతీయ గీతం వినిపిస్తే, మీ చేతిలో ఉన్న హోస్టును చక్కని పెట్టి ఆ క్షణాన్ని గొప్పించండి. మీ మాతృభూమి గొప్పతనాన్ని, మన సాంస్కృతిక మూలాలను మీ సోషల్‌ మీడియా హ్యాండిల్‌లో నెలెట్టేలే చేసుకోండి. ఈ దేశం మనది. దీని సాంస్కృతిక వైభవాన్ని భవిష్యత్తు తరాలకు అందించాలి మహా దాహ్యత మనదేని భుజాల మీదే ఉంది. నేడు వాస్తవమైతేనే పట్టం వచ్చింది, కానీ ఆ పట్టానికి నిలువెత్త ప్రాణం పోనీది మీ గుండెల్లోని దేశభక్తి! రండి, ఆ గర్వాన్ని గుండెల్లో నింపుకుంటూ, ఆ ఉత్సాహాన్ని నరదరాధో! ప్రపంచంవేషేనూ గట్టిగా గొంతు చూపుదాం...! వందేమాతరం! జై హింద్! భారత్‌ మాతా కి జై!



(శివకుమార్ గనివాడ,
సీనియర్ సామాజిక విశ్లేషకులు)
9951715215

9951715215

పప్పులు తింటే గ్యాస్ ఎందుకు వస్తుంది?

మన రోజువారీ ఆహారంలో పప్పులు ఎంతో ముఖ్యమైనవి. ప్రోటీన్లు, పీచుపదార్థం, విటమిన్లు, ఖనిజలవంశాలు సమృద్ధిగా ఉండే పప్పులను వైద్యులు కూడా ఆరోగ్యకరమైన ఆహారంగా సూచించాలి. అయితే చాలామంది పప్పు తిన్న వెంటనే కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్, అలెర్జిక్ రకం వంటి సమస్యలను ఎదుర్కొంటుంటారు. కొందరికి అయితే పప్పు తిన్న తర్వాత గుంటల తలదీడే కడుపు దిగునుకుపోవడం, అపానవదువుట వల్లమృదంగా రావడం, కడుపులో గిరిగిలు వినిపించడం వంటివి ఎక్కువగా కూడా కలుగుతాయి. దీతో చాలా మంది పప్పులను పూర్తిగా మానేయాలని భావిస్తుంటారు.

అయితే పప్పులు సమస్యకు కారణం కావని, వాటిలో ఉండే ఆయిస్ ప్రత్యేక కార్బోహైడ్రేట్లు మరియి మన శరీరమన్న పనితీరి ఇందుకు ప్రధాన కారణమని తాజా అధ్యయనాలు చెప్పివున్నాయి. ఇటీవల ఫుడ్ రిచ్ ఇంటర్నేషనల్ జర్నల్లో ప్రచురితమైన పరిశోధన ప్రకారం, పప్పులు తిన్న తర్వాత గ్యాస్ ఏర్పడటం సహజమైన కారితరం. ప్రత్యేక ఆయిస్ హైడ్రేట్లు తీసుకోవడం.

పప్పులోని ప్రత్యేక కార్బోహైడ్రేట్ల అని కారణం

పప్పులో రాపినేన్ ప్యామిలీ ఆలిగ్ సాకరైడ్లు (RFOs) అనే సంక్లిష్ట కార్బోహైడ్రేట్లు అత్యంత అపకారకం. వీటిని పూర్తిగా జీర్ణం చేయడానికి అవసరమైన ఆమ్లాగ్లాకోస్ డిడేస్ అండ్ జెమ్స్ మన శరీరంలో తనంతనే పరిమాణంలో ఉండవు. దీతో ఈ కార్బోహైడ్రేట్లు చిన్నపిగ్గరే పూర్తిగా కాకుండా పెద్దపిగ్గరకు చేరుకుంటాయి.

తక్కువ ఉండే కోల్ట్రాది మంచి బ్యాక్టీరియా వాటిని విచ్ఛిన్నం చేసే ప్రక్రియను ప్రారంభిస్తాయి. ఈ ప్రక్రియను పెర్మెంజెన్స్ అంటారు. ఈ సమయంలో హైడ్రజన్, కార్బన్ డయక్సైడ్,

మేటిదే నంబి వాయువులు ఉత్పత్తి అవుతాయి. ఇవే కడుపులో గ్యాస్ పేరుకుపోవడం, ఉబ్బరం, అపానవాయువు వంటి సమస్యలకు కారణమవుతాయి.

అందరికీ కలెక్టో ఎందుకు ఉండదు ?

పప్పులు తిన్న తర్వాత కొందరికి ఎలాంటి ఇబ్బంది ఉండదు. మరికొందరికి మాత్రం చిన్నపనాబాబోలీ తిన్నా గ్యాస్ సమస్య తీవ్రంగా ఉంటుంది. దీనిని ప్రధాన కారణం ప్రతి వ్యక్తి జీర్ణవస్తువు భిన్నంగా ఉండటమే. వయస్సు, ఆహారం అలవాట్లు, మలద్లోని బ్యాక్టీరియా రకం, శారీరక చురుకుదనం, శాగి నీటి పరిమాణం వంటి అంశాలు కూడా ప్రభావం చూపుతాయి.

గట్ ప్రెక్టోరియామే పాత్ర చాలా కీలకం

మన పేగుల్లో నివసిస్తే మంచి నాశక్తిశీలం సమూహాన్నే గట్ ప్రెక్టోరియా అంటారు. ఇవి ఆహారాన్ని జీర్ణం చేయడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. గట్ ప్రెక్టోరియామే అల్సర్స్/గ్లగా ఉంటే పప్పుగ్లలో చేరువదార్లు, సుక్టిన్ కార్బోనైడ్లున్న మరింత సమర్థవంతంగా జీర్ణం చేయగలగటం.

శాగి యంత్రావలంబిక్కు అత్యంత వినియోగం, జంక్ ఫుడ్ ఎక్కువగా తినడం, వ్యాయామం లేకపోవడం, లైటిడి వంటి కారణాలతో గట్ ప్రెక్టోరియామే సమతుల్యత దెబ్బతింటే గ్యాస్, మరిలదడకం, ఆజీర్ణం వంటి సమస్యలు ఎక్కువవుతాయి అవకాశం ఉంటుంది.

అజీర్ణంనుగలగా కూడా సమస్య ఎవరకాదు ?

వైద్య నిపుణుల ఆభిప్రాయం ప్రకారం వాతావరణ మార్పులు, ఉష్ణోగ్రతల హెచ్చుతగ్గులు, తక్కువ శారీరక శ్రమ, నీరు తక్కువగా తాగడం వంటి కారణాల వల్ల కొన్ని కాలాల్లో జీర్ణవస్తువు పనికిరాని మందగివిడి. అందువల్ల కొన్ని నీజ్జన్లో చేస్తున్న తిన్న తర్వాత గ్యాస్ సమస్య మరింత ఎక్కువగా అనిపించవచ్చు.

పప్పులు తినడం మానేయాలా?

గ్యాస్ వస్తోందని వచ్చులను పూర్తిగా మూసేయడం సరైన నిర్ణయం కాదని హోప్ వాతావరణ నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఎందుకంటే వస్తూన్న ఆదిక నాణ్యత గల ప్రోటిన్లు, పీచు పదార్థం, ఇసుక, పోలేరి, సాబుజం, మెక్సిషియం వంటి ఏన్నో హాపికాలు ఉంటాయి. ఇవి గుండె ఆరోగ్యం, మధుమేహ నియంత్రణ, బయర్ నియంత్రణ, జీర్ణవ్యవస్థ అవగాహనకి ఎంతో ఉపయోగపడతాయి.

గ్యాస్ తగ్గించే ఈ చిట్కాలు పాటించండి

● వచ్చులను ముందుగా నానబెట్టండి:

వచ్చులను కనీసం 6 నుంచి 8 గంటల నానబెట్టి, ఆ నీటిని పారగొని వంటికి గ్యాస్ కు కారణమయ్యే అలిగిన సాకరెడ్ల పరిమాణం తగ్గుతుంది.

● మొలకలు చేసి తినండి:

మొలకెత్తిందిని పప్పుడ్లో కార్టోపైడ్రేష్ నిర్మాణం
వారంతో అవి సులభంగా జీర్ణమవుతాయి. పోషక
విలువలు కూడా పెరుగుతాయి.

● **ఒక్కసారిగా ఎక్కువగా తినేద్దు:**
పప్పులు తినే అలవాటు లేని వారు ఒక్కసారి
ఎక్కువగా తీసుకోకుండా, కొద్దికొద్దిగా పరిమా
ణాన్ని పెంచుకుంటూ వెళ్తాలి. దీంతో పేగుల్లోని
బ్యాక్టీరియా కూడా వాటికి అలవాటు పడుతుంది.

● జీరకీయకు సహాయపడే దినుసులు కలపండి:

అల్లం, జీలకర్ర, ఇంగువ, సోంపు, మిరియాలు వంటి మసాలా దినుసులతో పప్పులు వండితే జీర్ణక్రియ మెరుగుపడే అవకాశం ఉంటుంది.

● తగినంత నీరు తాగండి:

పప్పుల్లో పీచుపదార్థం అధికంగా ఉంటుంది. కాబట్టి రోజంతా తగినంత నీరు తాగడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థ సక్రమంగా పనిచేస్తుంది.

● నెమ్మదిగా నమిలి తినండి:

● **రోజూ వాయామం చేయండి:**

రోజుకు కనీసం 30 నిమిషాలు నడక లేదా తేలికపాటి

వ్యాయామం చేస్తే పేగుల కదలికలు మెరుగుపడి గ్యాస్ ను మున్నో తగ్గో అవకాశం ఉంటుంది.

❖ నైపులను ఎప్పుడు నుంపుదాచాలి?

చప్పలు తిన్న తర్వాత సారి తీవ్రమైన కడుపు నొప్పి, బిర్ర వాసలు, వాంటలు, బరువు తగ్గడం, మంటలో కరకం కనిపించడం లేదా గ్యాస్ ను మున్నో దీర్ఘకాలంగా కొనసా గితే స్వయంగా ముందుగా వాచుకుండా గ్యాస్ట్రోఎంటరా లజిస్టు ను నుంపుదించడం మంచిది. కొన్నిసార్లు రాక్టోస్ ఉపహారం, ఐబిఎస్ లేదా ఇతర జీర్ణవ్యవస్థ సమస్యలు కూడా దీనికి కారణం కావచ్చు.





సింగరేణి ఉన్నతాధికారుల వేధింపులతో సింగరేణి అవుట్ సోర్సింగ్ సెక్యూరిటీ గార్డు మృతి

కుటుంబ సభ్యులు, తోటి సెక్యూరిటీ గార్డుల సాయంత్ర ఆరోపణ

బెల్లంపల్లి, మహా: సింగరేణి సంస్థలో అవుట్ సోర్సింగ్ విధానంలో పనిచేస్తున్న సెక్యూరిటీ గార్డు కేక బోయిన కుమారస్వామి పై అధికారుల వేధింపులు తాళలేక తీవ్ర మనోవేదనకు గురై, గుండెపోటుతో మృతి చెందినట్లు ఆయన కుటుంబ సభ్యులు, తోటి సెక్యూరిటీ గార్డులు ఆరోపించారు. బుధవారం రోజు బెల్లంపల్లి పట్టణంలోని హనుమాన్ జన్మిలో ఆయన మృతదేహం వద్ద అంజలి ఘటించి కుటుంబ సభ్యులు, సహోద్యోగులు తీవ్ర ఆవేదనకు గురై మాట్లాడుతూ బెల్లంపల్లి పట్టణంలోని హనుమాన్ జన్మికి చెందిన కేక బోయిన కుమారస్వామి సింగరేణి సంస్థలో అవుట్ సోర్సింగ్ సెక్యూరిటీ గార్డుగా గోలెటి ప్రాంతంలో విధులు నిర్వహిస్తున్నాడని ఇటీవల రాత్రి విధుల్లో ఉండగా కొందరు దొంగలు చోరీకి ప్రయత్నించగా, కుమార రహస్యమి "దొంగ... దొంగ..." అంటూ గట్టిగా కేకలు వేయడంతో వారు అక్కడి నుంచి పారిపోయారు. అనంతరం జరిగిన విషయాన్ని పై అధికారులకు తెలియజేయగా, వారు సంఘటన స్థలానికి చేరుకుని పరిశీలించి ఎలాంటి సమస్యలు చోరీకి గురికాదని నిర్ధారించినట్లు కుటుంబ సభ్యులు తెలిపారు. అయి నప్పటికీ సింగరేణి ఏఎన్ఓ అధికారి దాసరి శ్రీధర్

కుమారస్వామితో పాటు మరికొందరు సెక్యూరిటీ సిబ్బందిని బాధ్యులుగా పేర్కొంటూ రెండు రోజుల పాటు విధులకు రాకుండా ఆదేశించారని ఆరోపి చారు. చేయని తప్పుకు తనను బాధ్యుడిని చేశారనే బాధతో కుమారస్వామి గత రెండు రోజులుగా తీవ్ర మనోవేదనకు గురై అదే విషయాన్ని కుటుంబ సభ్యులకు, తోటి కార్మికులకు చెబుతూ ఆవేదన వ్యక్తం చేసేవాడని తెలిపారు. ఈ క్రమంలో ఈ నెల 28న కుమారస్వామికి గుండెపోటు రావడంతో ఆసుపత్రికి తరలించేలోపే మృతి చెందినట్లు కుటుంబ సభ్యులు వెల్లడించారు. కుమారస్వామి మృతదేహానికి కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు గెల్లి రాజలింగం, బండి రామ, బీఆర్ఎస్ పార్టీ పట్టణ ప్రధాన కార్యదర్శి రెవెల్లి విజయ్ నివాళులర్పించారు. అనంతరం స్థానిక ఎమ్మెల్యే గడ్డం వినోద్ వెంకటస్వామికి ఫోన్ ద్వారా సంఘటన వివరాలు, అధికారుల వేధింపులపై సమాచారం అందించడంతో పాటు ఆయన భార్యకు సింగరేణిలో ఉద్యోగ కలిపించాలని డిమాండ్ చేశారు.

భారీ వర్షాలతో మంచిర్యాల జిల్లా అతలంకుతలం

వరద ప్రభావిత ప్రాంతాలను పరిశీలించిన అధికార పార్టీ, మీ భాజాపా నేతలు, పోలీసులు

మంచిర్యాల, మహా: భారీ వర్షాలతో మంచిర్యాల జిల్లా వాగులు, వంకలలో నీరు పొంగిపొద్దతుం డడంతో జనజీవనం అతలంకుతలం అయింది. రాత్రి 12 గంటల నుండి విరామం లేకుండా వర్షం కురుస్తుండడంతో ప్రజలు ఇంటి నుండి బయటకు రాలేకపోయారు. చిన్న చితక వ్యాపారులు కొనుగోలు దారులు లేక ఎదురుచూస్తూ ఉండవలసివచ్చింది. ప్రయాణికులు లేక ఆటోలు, బస్సులు ఖాళీతో దర్జనం ఇచ్చాయి. కొన్ని పాఠశాలలు వర్షం కారణంగా మూతపడ్డాయి. జిల్లాలోని పలు సింగరేణి ఓపెన్ క్యాన్స్ ప్రాజెక్టు గనులు ఉత్పత్తి ఉత్పాదక లేక బొగ్గు ఉత్పత్తి సస్టపోయింది. జిల్లాలోని పలు గ్రామాలలో మంచి ర్యాల, మందపల్లి, బెల్లంపల్లి, రామకృష్ణపూర్, చెన్నూరు ప్రాంతాలలో కొన్ని కాలనీలు నీటిమయం అయ్యాయి. వర్షపు నీటి తాకిడికి గురైన ప్రాంతాలను పాలక కాంగ్రెస్ పార్టీ నేతలు, భారతీయ జనతా పార్టీ నేతలతో పాటు రామగుండుం నీటి అంబర్ కిషోర్ రూూ, మంచిర్యాల డిసీపీ తదితరులు భారీ వర్షాల నేపథ్యంలో రాష్ట్రవాగు ప్రాంతాన్ని క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా కమిషనర్ మాట్లాడుతూ, భారీ వర్షాల కారణంగా ఉష్ణవాగు ఉద్భవంగా ప్రవహిస్తుండటంతో పాత మంచిర్యాల ప్రాంతానికి రాకపోకలు నిలిచిపోయాయని తెలిపారు. ప్రజల భద్రత దృష్ట్యా ప్రమాదకర ప్రాంతాలను పూర్తిగా మూసివేసి, అవసరమైన చోట్ల ట్రాఫిక్ లైట్లస్థాయిలు అమలు చేస్తున్నామని తెలిపారు. మరికొన్ని ప్రాంతాల్లో రాకపోకలను పూర్తిగా నిలిపివేస్తున్నామని పేర్కొన్నారు. పోలీసులు సూచించిన ట్రాఫిక్ మళ్లింపులను ప్రజలు తప్పనిసరిగా పాటించాలని ఆయన కోరారు. వర్షాకాలంలో భద్రతకే అత్యంత ప్రాధాన్యం



ఇవ్వాలని కమిషనర్ కోరారు. వాతావరణ శాఖ మరో రెండు రోజులపాటు భారీ వర్షాలు కురిసి అవకాశం ఉందని హెచ్చరించిన నేపథ్యంలో ముంపు ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో ముందస్తు చర్యలు చేపడుతున్నామని తెలిపారు. ముఖ్యంగా కోటపల్లి నీల్యాలు ప్రాంతాల వైపు ప్రాణహిత నదిలో నీటి ప్రవాహం పెరిగే అవకాశం ఉన్నందున, అవసరమైతే ఎన్ఓడీఆర్ఎఫ్ (స్టేట్ డిజాస్టర్ రెస్పాన్స్ ఫోర్స్) బృందాలను మోహరించేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నామని పేర్కొన్నారు. అదేవిధంగా, పోలీస్ కమిషనరేట్ పరిధిలో దాదాపు 30 మంది శిక్షణ పొందిన సిబ్బంది అత్యవసర సహాయక చర్యలకు సిద్ధంగా ఉన్నారని పేర్కొన్నారు. గత ఏడాది వరదల సమయంలో గ్రామాలు నీటిలో చిక్కుకున్నప్పుడు బోట్ల సహాయంతో విజయవంతం గా సహాయక చర్యలు చేపట్టామని గుర్తు చేశారు. ప్రజలకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు ఎదురైనా వెంటనే సుండించేందుకు పోలీసులు అధికారులు క్షేత్రస్థాయిలో నిరంతరం పర్యటిస్తూ అందుబాటులో ఉన్నారని కమిషనర్ తెలిపారు. ఈ పరిశీలనలో మంచిర్యాల డిసీపీ ఎ. భాస్కర్, మంచిర్యాల ఏసీపీ ఆర్.ప్రకాష్, పలువు ప్రజలు తప్పనిసరిగా పాటించాలని ఆయన కోరారు. వర్షాకాలంలో భద్రతకే అత్యంత ప్రాధాన్యం

పాలిటికల్ సైన్స్ గెస్ట్ లెక్చరర్ పోస్టు దరఖాస్తు గడువు పొడిగింపు

- వర్షాల ఉధృతి నేపథ్యంలో ఈ నెల 31వ తేదీ వరకు అవకాశం
- బెల్లంపల్లి పట్టణ డిగ్రీ, పీజీ కళాశాలలో అవకాశం
- ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ కాంపల్లి సంగర్

బెల్లంపల్లి, మహా: బెల్లంపల్లి పట్టణ డిగ్రీ మరియు పీజీ కళాశాలలో 202627 విద్యా సంవత్సరానికి గాను డిగ్రీ బి.ఎ. ఆనర్స్ పాలిటికల్ సైన్స్ ఇంగ్లీష్ మీడియం సబ్జెక్టు మరియు పీజీ ట్రాఫిక్ మల్టిమీడియా సైన్స్ ఇంగ్లీష్ మీడియంలో బోధించడానికి ఇంగ్లీష్ మీడియం బ్యాచ్ గ్రాండ్ కలిగిన అభ్యర్థులు ఈనెల 31వ తేదీ సాయంత్రం 4 గంటల లోపు దరఖాస్తు చేసుకోవాలని ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ కాంపల్లి 29వ తేదీ వరకు ఉండగా ముసురు వర్షాల నేపథ్యంలో మరో రెండు

రోజులపాటు జూలై 31 వరకు గడువు పొడిగించినట్లు చెప్పారు. సంబంధిత సబ్జెక్టులో 55 వాంట్ (ఎస్సీ/ ఎస్టీలకు 50%) మార్కులతో ఉత్తీర్ణులైన వారు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చని పేర్కొన్నారు. అయితే పీహెచ్.ఎస్.ఎస్.లో నెట్ వీసీ అత్యున్నత విద్యార్హతల కలిగిన వారికి ప్రథమ ప్రాధాన్యం ఉంటుందని తెలిపారు. ఈ సబ్జెక్టు బోధించే అభ్యర్థులకు కంప్యూటర్ వివక్షణం కూడా ఉండాలని చెప్పారు. దరఖాస్తు చేసుకున్న అభ్యర్థులకు ఇంటర్వ్యూ మరియు డెమో తేదీలను అభ్యర్థులకు తెలియజేస్తామని పేర్కొన్నారు. అభ్యర్థులు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ప్రిన్సిపాల్ కోరారు. దరఖాస్తు గడువు ఈనెల 29వ తేదీ వరకు ఉండగా ముసురు వర్షాల నేపథ్యంలో మరో రెండు



భారీ వర్షంలోనూ కొండగట్టు గిరిప్రదక్షిణ.. రైతుల సంక్షేమం కోసం ప్రత్యేక పూజలు

లోక కళ్యాణం, సమృద్ధి వర్షాల కోసం అంజన్ ను ప్రార్థించిన మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు

కొండగట్టు, మహా: గురుపౌర్ణమి పరమధీనాన్ని పురస్కరించుకుని జగిత్యాల జిల్లా కొండగట్టులో బుధవారం 43వ గిరిప్రదక్షిణ కార్యక్రమం భక్తిభక్తలతో జరిగింది. చొప్పుదండి ఎమ్మెల్యే, కరీంనగర్ జిల్లా కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు డా. మేడిపల్లి సత్యం ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర రవాణా, టీసీ సంక్షేమ శాఖ మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్, సాంఘిక సంక్షేమ శాఖ మంత్రి అడ్డూరి లక్ష్మణ్ కుమార్, వేములవాడ ఎమ్మెల్యే, ప్రభుత్వ విప్ ఆది శ్రీనివాస్ తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఉదయం నుంచి కురుస్తున్న భారీ వర్షాన్ని సైతం లెక్కచేయకుండా వేలాది మంది భక్తులు, కాంగ్రెస్ నాయకులు, కార్యకర్తలు గిరిప్రదక్షిణను పూర్తి చేశారు. అనంతరం శ్రీ కొండగట్టు అంజనేయస్వామిని దర్శించుకుని రాష్ట్ర ప్రజల సంక్షేమం, రైతుల సుఖీకృతం, సమృద్ధిగా వర్షాలు కురవాలని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఎల్ఐసీ ప్రభావం తొలగి పంటలు బాగా పండాలని అంజన్నును వేడుకున్నారు. మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ మాట్లాడుతూ, ప్రజల సంక్షేమం కోసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రముఖ దేవాలయాల్లో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహిస్తోందన్నారు. ఎల్ఐసీ ప్రభావంతో రైతులు ఎదుర్కొంటున్న ఇబ్బందులు తొలగి సమృద్ధిగా వర్షాలు కురవాలని, ప్రజలంతా ఆరోగ్యం



గా, ఆనందంగా జీవించాలని అంజన్నును ప్రార్థించామని తెలిపారు. జిల్లా అభివృద్ధి కోసం అందరం కలిసికట్టుగా పనిచేస్తామని, ఇది రాజకీయ కార్యక్రమం కాదని, సకలజనుల సంక్షేమం కోసం నిర్వహించిన ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమమని స్పష్టం చేశారు. మంత్రి అడ్డూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ, ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నాయకత్వంలో రాష్ట్రంలోని దేవాలయాల అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత ఇస్తోందన్నారు. కొండగట్టు క్షేత్రాన్ని మరింత అభివృద్ధి చేసేందుకు ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకుంటుందని తెలిపారు. ఎమ్మెల్యే డా. మేడిపల్లి సత్యం మాట్లాడుతూ, రైతుల కష్టాలు తొలగి రాష్ట్రంలో సకలంలో వర్షాలు కురవాలని, ప్రజలందరూ సుఖశాంతులతో ఉండాలని ఆధ్యాత్మిక

భావనతో గిరిప్రదక్షిణ చేపట్టామని చెప్పారు. భారీ వర్షంలోనూ పాల్గొన్న ప్రతి భక్తుడికీ, కాంగ్రెస్ కార్యకర్తలకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మున్నూరు కాపు కార్పొరేషన్ చైర్మన్ బొమ్మ శ్రీరామ్ చక్రవర్తి, హుజూరాబాద్ కాంగ్రెస్ ఇన్ చార్జ్ ఒడితల ప్రణవ్ బాబు, మాజీ సుదా చైర్మన్ కోమటిరెడ్డి నరేందర్ రెడ్డి, కరీంనగర్ కార్పొరేషన్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు వైద్యుల అంజన కుమార్తో పాటు జిల్లా వ్యాప్తంగా మండల, పట్టణ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు, సర్పంచులు, కార్పొరేటర్లు, కౌన్సిలర్లు, మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్లు, సహకార సంఘాల ప్రతినిధులు, ప్రజాప్రతినిధులు, కాంగ్రెస్ నాయకులు, వేలాది మంది అంజన్న భక్తులు పాల్గొన్నారు.

సొంత అల్లుడే మాస్టర్ మైండ్... మనుమడితో కలిసి మామ ఇంట్లోనే డెకాయెటీ!

భగత్ నగర్ సంచలన కేసును ఛేదించిన కరీంనగర్ పోలీసులు - మీరబ్ తో ముగ్గురు అరెస్ట్, నగదు-బంగారం స్వాధీనం

కరీంనగర్ మహా: కరీంనగర్ నగరంలోని భగత్ నగర్ లో ఇటీవల సంచలనం సృష్టించిన ఇంటి డెకాయెటీ కేసును పోలీసులు చాకచక్యంగా ఛేదించారు. కుటుంబ సభ్యులను డబ్బీపిస్టర్లు, కత్తులతో బెదిరించి చేతులు, కాళ్ళు కట్టిసి నగదు, బంగారం, వెండి ఆభరణాలను దోచుకొని ఈ ఘటన వెనుక బాధితుడి సొంత అల్లుడు, మనుమడి మాస్టర్ మైండ్లు అని దర్యాప్తు

లో తేలింది. కేసు సమాధు చేసిన వెంటనే ప్రత్యేక బృందాలను ఏర్పాటు చేసిన కరీంనగర్ పోలీసులు పుటనూ స్థలం నుంచి నిందితులు పారిపోయిన మార్గాల వరకు ఉన్న సీసీటీవీ ఫుటేజీలను నిశితంగా పరిశీలించారు. డోపిడీ అనంతరం దొంగిలించిన ద్విచక్ర వాహనాలపై హుజూరాబాద్ వైపు వెళ్ళిన నిందితులు, పెద్ద పాపయ్యలపై సమీపంలో వాటిని వదిలేసి వర్షాల్లో నున్న గుర్తించారు. సాంకేతిక పరికరాలతో నిందితుల జాడను కనిపెట్టి ఉత్తరప్రదేశ్ లోని మీరట్ వరకు వెళ్ళిన పోలీసులు స్థానిక పోలీసుల సహకారంతో ముగ్గురు నిందితులను అదుపులోకి తీసుకున్నారు. అరెస్టుయిన

వారు సల్మాన్ అలియాస్ భూత్ అలియాస్ యాదవ్ (22), సల్మాన్ అలియాస్ వివాస్ (22), మొహమ్మద్ హసన్ (19), వీరి వద్దనుంచి రూ. 2.09 లక్షల నగదు, 43.67 గ్రాముల బంగారం ఆభరణాలు, 64.98 గ్రాముల వెండి ఆభరణాలను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. దర్యాప్తులో వెలుగులోకి వచ్చిన వివరాలు మరింత ఆశ్చర్యానికి గురిచేశాయి. బాధితుడు ఎం.పి. అబ్దుల్ అలీ సొంత అల్లుడు రజావుద్దీన్ గతంలో కొంతకాలం మామ ఇంట్లోనే నివసించాడు. ఆ సమయంలో ఇంట్లో ఉన్న నగదు, బంగారం ఆభరణాలపై పూర్తి సమాచారం సేకరించారు. వ్యాపార సస్త్రాలతో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్న అతను మామ వద్ద రూ. 5 లక్షలు ఇవ్వాలని ఒత్తిడి చేసినా నిరాకరణ ఎదురు కావడంతో ప్రతికారం తీర్చుకోవాలని నిర్ణయించుకున్నాడు. తన కుమారుడు అజీమ్ రజాతో పాటు

మీరబ్ తు చెందిన సహచరులను రంగంలోకి దింపి పక్కా ప్రణాళిక రచించాడు. ఈ నెల 20న మీరబ్ నుంచి రామగుండుం చేరుకున్న ముదూ, 21వ తేదీ అర్ధరాత్రి భగత్ నగర్ లోని ఇంట్లోకి చొరబడి కుటుంబ సభ్యులను బెదిరించి నగదు, బంగారం, వెండి ఆభరణాలను దోచుకుని వర్షాల్లోంది. అరెస్టుయిన ముగ్గురు నిందితులను ట్రాన్సిట్ వారింట్లపై కరీంనగర్ తీసుకొస్తూండగా, కేసులో ప్రధాన నిందితులైన "రజావుద్దీన్ (A1), అజీమ్ రజా (A2)" తో పాటు పరార్లో ఉన్న ఇతర నిందితుల కోసం ప్రత్యేక పోలీసు బృందాలు ముమ్మరంగా సేకరించారు. వర్షాల వల్ల చర్యలు ఆగిపోయాయి. పకట్లపై సాంకేతిక దర్పాపు, సీసీటీవీ విశ్లేషణ, రాష్ట్రాల మధ్య సమన్వయంతో ఈ సంచలన కేసును ఛేదించి కరీంనగర్ పోలీసుల పనితీరుపై ప్రశంసలు వ్యక్తమవుతున్నాయి.

శిధిలావస్థలో ఉన్న గృహాల ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలి

మందమర్రి మున్సిపల్ కమిషనర్, తాసిల్దార్ వెల్లడి

మందమర్రి, మహా: మందమర్రి మండలంలో శిధిలావస్థలో ఉన్న గృహాల ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని మందమర్రి తాసిల్దార్ సతీష్ కుమార్, మున్సిపల్ కమిషనర్ తుంగవండి రాయలింగం, ఎస్పీ గోపతి సర్వేష్ విశ్లేషణ చేశారు. మంగళవారం రాత్రి నుండి కురుస్తున్న వర్షాలు చేపడుతున్నామని తెలిపారు. ముఖ్యంగా కోటపల్లి నీల్యాలు ప్రాంతాల వైపు ప్రాణహిత నదిలో నీటి ప్రవాహం పెరిగే అవకాశం ఉన్నందున, అవసరమైతే ఎన్ఓడీఆర్ఎఫ్ (స్టేట్ డిజాస్టర్ రెస్పాన్స్ ఫోర్స్) బృందాలను మోహరించేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నామని పేర్కొన్నారు. అదేవిధంగా, పోలీస్ కమిషనరేట్ పరిధిలో దాదాపు 30 మంది శిక్షణ పొందిన సిబ్బంది అత్యవసర సహాయక చర్యలకు సిద్ధంగా ఉన్నారని పేర్కొన్నారు. గత ఏడాది వరదల సమయంలో గ్రామాలు నీటిలో చిక్కుకున్నప్పుడు బోట్ల సహాయంతో విజయవంతం గా సహాయక చర్యలు చేపట్టామని గుర్తు చేశారు. ప్రజలకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు ఎదురైనా వెంటనే సుండించేందుకు పోలీసులు అధికారులు క్షేత్రస్థాయిలో నిరంతరం పర్యటిస్తూ అందుబాటులో ఉన్నారని కమిషనర్ తెలిపారు. ఈ పరిశీలనలో మంచిర్యాల డిసీపీ ఎ. భాస్కర్, మంచిర్యాల ఏసీపీ ఆర్.ప్రకాష్, పలువు ప్రజలు తప్పనిసరిగా పాటించాలని ఆయన కోరారు. వర్షాకాలంలో భద్రతకే అత్యంత ప్రాధాన్యం



వర్షం ఆమెకు కన్నీళ్ళను మిగిల్చిందని పేర్కొన్నారు. సంఘటన స్థలాన్ని పట్టణ మున్సిపల్ కమిషనర్ తుంగవండి రాజలింగం, పట్టణ ఎస్పీ గోపతి సర్వేష్ లు సందర్శించి, ప్రమాద వివరాలను ఆరా తీశారు. అదేవిధంగా, సమాచారం అందుకున్న మండల తహశీల్దార్ పి సతీష్ కుమార్ తహశీల్దార్ కార్యాలయం నిబ్బందితో విచారణ జరిపి, ప్రభుత్వ పరంగా బాధిత కుటుంబాన్ని ఆదుకుంటామని భరోసా ఇచ్చారు.

భారీ వర్షాల నేపథ్యంలో ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని, శిధిలావస్థ నిర్మాణంలో నివాసం ఉండే ప్రజలు అత్యవసర సహాయ కోరకు ప్రభుత్వ అధికారులను సంప్రదించాలని సూచించారు. ఈ సంఘటన నేపథ్యంలో స్థానిక కార్మిక శాఖ మంత్రి గడ్డం వి వెంకటేశ్వర్, ప్రభుత్వ అధికారులు, సహృదయులు కనకమ్మ కుటుంబాన్ని ఆదుకోవాలని స్థానికులు కోరుతున్నారు.

సింగరేణి కార్మికుడి మరణానికి కారకులైన వారిపై చర్యలు తీసుకోవాలి

బెల్లంపల్లి సింగరేణి కార్మిక సంఘాల జేపీసీ నాయకుల డిమాండ్

బెల్లంపల్లి, మహా: మందమర్రి ఏరియాలోని బెల్లంపల్లి కాంతినిగి గి.లో అలర్ అవరేటర్ గా విధులు నిర్వహిస్తున్న బి. రవికుమార్ బుధవారం రోజు ఉదయం చాతిలో నొప్పి రావడంతో ఉదయం బెల్లంపల్లి సింగరేణి ఆసుపత్రికి తీసుకురావడంతో చికిత్స పొందిన వైద్య చికిత్స చేసిన కారణంగా బాధులైన వైద్య సిబ్బందిపై యాజమాన్యం చర్యలు తీసుకోవాలని బెల్లంపల్లి సింగరేణి కార్మిక సంఘాల జేపీసీ నాయకులు డిమాండ్ చేశారు. ఈ సందర్భం గా జేపీసీ కన్వీనర్ మజి రామ్ సింగ్ మాట్లాడుతూ వైద్య చికిత్స కోసం ఆసుపత్రికి చేరుకున్న బాధితుని పరిశీలించిన డాక్టర్ ఈ సి జి జీసీ మూడు ఇంజక్షన్లు ఇచ్చి అత్యవసర చికిత్స నిమిత్తమ మంచిర్యాల ఆసుపత్రి అక్కడికి చేరుకోక ముందు భాధితుని మరణించడం జరిగిందని, అతని వాచుకు బాధ్యులెవరో బెల్లంపల్లి సింగరేణి ఆసుపత్రికి నందు కార్మికులజిన్స్ లేని కారణంగా సంఘటన జరిగిందని, గత రెండు మూడు నెలల క్రితం డైరెక్టురే బెల్లంపల్లి సింగరేణి ఆసుపత్రిని శిలాఫలంపై ఏ.పెస్ నీ బెల్లంపల్లి సింగరేణి ఏరియా ఆసుపత్రిని పూర్వ వైఖరినాన్ని తీసుకొస్తానని ప్రగల్భాలు పలికి సౌకర్యాల కల్పించకపోవడం ఎంతవరకు సబబు అని ప్రశ్నించారు. బెల్లంపల్లి సింగరేణి ఆసుపత్రికి వారిలో కేవలం మంగళవారం నాడు మాత్రమే ఈ. ఎస్. టి మరియు సైకాలజిస్ట్, గురువారం ఆర్. గెనకాలజిస్ట్, స్పెషి కు సంబంధించిన డాక్టర్లు వస్తుంటారని, కానీ రెగ్యులర్ డాక్టర్లు మాత్రం నామమాత్రంలో ఉన్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. గత రెండు సంవత్సరాల క్రితం శాసన సభ్యులు కొత్తగూడెం సిఎం.సి.సి బెల్లంపల్లికి పిలిపించి జె. పి. సి. నాయకుల సమక్షంలో చర్చించడం జరిగిందని నాటి నాటి నుండి నేటి వరకు స్థానిక శాసనసభ్యులు గడ్డం వినోద్ సింగరేణి ఏరియా ఆసుపత్రిని పట్టిచు

కోకపోవడం విమోచనంగా ఉందన్నారు. ఇప్పటికైనా సింగరేణి లో గెలుపొందిన గుర్తింపు సమఘం, ప్రాతినిధ్య సంఘం నాయకులు చొరక తీసుకుని ఆసుపత్రికి వచ్చే రోగులకు మెరుగైన సౌకర్యాలను వైద్య సిబ్బందిని ఏర్పాటు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. రెగ్యులర్ గా స్త్రీల వైద్యానికి సంబంధించి డాక్టర్లను నియమించాలని, కార్మికులజిన్స్ డాక్టర్లను నియమించాలని, బుధవారం నాడు జరిగిన కార్మికుడి మరణం అందుబాటులో కార్మికులజిన్స్ లేకపోవడం సరైన వైద్య సిబ్బంది లేని కారణంగానే మృతి చెందడం జరిగిందని సంబంధిత అంశంలో జరిగిన వైద్య నిర్ణయం పై సింగరేణి యాజమాన్యం విచారణ జరిపి తహశీల్దార్ పి సతీష్ కుమార్ తహశీల్దార్ కార్యాలయం నిబ్బందితో విచారణ జరిపి, ప్రభుత్వ పరంగా బాధిత కుటుంబాన్ని ఆదుకుంటామని భరోసా ఇచ్చారు.



భారీ వర్షాల నేపథ్యంలో పట్టణ ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలి

బెల్లంపల్లి మున్సిపల్ చైర్మన్ దావ్ స్వాతి రమేష్ బాబు & కమిషనర్ తనీషు రమేష్ బాబు వార్డుల్లో పర్యటన

బెల్లంపల్లి, మహా: రాష్ట్రవ్యాప్తంగా కురుస్తున్న భారీ వర్షాల నేపథ్యంలో బెల్లంపల్లి పట్టణంలోనూ కడతరువు లేకుండా కురుస్తున్న వర్షాలకు పట్టణంలోని పలు కాలనీలో వార్డులు జలమయమయ్యాయి దీంతో పట్టణ ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని మున్సిపల్ చైర్మన్ దావ్ స్వాతి రమేష్ బాబు తోపాటు మున్సిపల్ కమిషనర్ తనీషు రమేష్ బాబు సందయక్తంగా క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించి ప్రజలకు సూచించారు. మంగళవారం రాత్రి నుంచి ఎడతెరిపి లేకుండా కురుస్తున్న భారీ వర్షాల నేపథ్యంలో బెల్లంపల్లి శాసనసభ్యులు గడ్డం వినోద్ వెంకటస్వామి ఆదేశాల మేరకు బెల్లంపల్లి మున్సిపాలిటీలోని బజార్ ఏరియా, పలు బస్స్ లో బెల్లంపల్లి భారీ వర్షాల కారణంగా ఇళ్ళు కూలిపోయిన బాధితులను పరార్మించి, పడిపోయిన చెట్లను, నీరు నిలిచిన ప్రాంతాలను, డ్రైనేజీలను పరిశీలించి తక్షణ చర్యలను మున్సిపల్ యంత్రాంగం క్షేత్రస్థాయిలో చేపట్టాలని, బుధవారం నాడు పలువార్డులలో మున్సిపల్ చైర్మన్ దావ్ స్వాతి రమేష్ బాబు మరియు

బెల్లంపల్లి మున్సిపల్ కమిషనర్ తనీషు రమేష్ మున్సిపల్ సిబ్బంది పట్టణంలోని ప్రధాన రహదారిపై వర్షపు నీరు చేరే ప్రయాణికులకు, ప్రజలకు రాకపోకలకు ఇబ్బందిగా మారడంతో మున్సిపల్ సిబ్బందితో నాకాలను తెరిపించి వరద నీరు ఆగకుండా వెళ్ళేలా చర్యలు చేపట్టారు. వర్షాలకు పలు బస్స్ లో భారీ వ్యర్థాలు నేల కూలడంతో ప్రజలకు ఇబ్బంది కలిగకుండా మున్సిపల్ సిబ్బందితో వాటిని తొలగించేలా చర్యలు చేపట్టడం జరిగింది. వర్షపు నీరు నిల్వ ఉండే ప్రాంతాలు, బస్సులు పరిశీలించి చర్యలు చేపట్టారు. డ్రైనేజీల పూడికతీత, వరద నీటి మళ్లింపు పనులను వేగవంతం చేయాలని సిబ్బందికి సూచించడం జరిగింది. అత్యవసర సమయాల్లో మున్సిపాలిటీ అధికారులను, సిబ్బందిని సంప్రదించాలని, ప్రజలకు ఎల్లప్పుడూ అందుబాటులో ఉంటామని పేర్కొనడం జరిగింది. భారీ వర్షాలు కురుస్తున్న నేపథ్యంలో బెల్లంపల్లి పట్టణ ప్రజలందరూ అప్రమత్తంగా ఉండాలని చైర్మన్ దావ్ స్వాతి రమేష్ బాబు సూచించారు. ఈకార్యక్రమంలో చైర్మన్ చైర్మన్ రాంగంజెల్లి సత్యనారాయణ తోపాటు ఆయా వార్డుల మున్సిపల్ కౌన్సిల్ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

చీరల్ పోయల్ అందాల విందు

సాల్ ఇండియన్ నటి పాయల్ రాధాకృష్ణ మరోసారి తన అందం, అభినయంతో పాటు సంప్రదాయ శైలిలో కనిపించి సాఫల్ మీడియాలో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది. తాజాగా ఆమె ఇన్స్టాగ్రామ్లో పండుకున్న మిర్రర్ సెల్ఫీ అభిమానులను విశేషంగా ఆకట్టుకుంటోంది. ఊడా రంగు చీరలో రాజవంగా మెరిసిన పాయల్ ఫోటోలు నెటిజన్ల నుంచి ప్రశంసలు అందుకుంటున్నాయి. బంగారు జరి అండులతో నాజాకుగా నేసిన ఊడా రంగు చీరకు మ్యాచింగ్ స్లీవ్ లిన్డ్ బ్లజ్ ను జత చేసి పాయల్ ఎంతో హందగా కనిపించింది. సంప్రదాయ దక్షిణాది శైలిని ప్రతిబింబించేలా మల్లెపూలతో జడను అలంకరించుకోవడం, చిన్న ఫ్లడ్ చెవిపాగులు, చేతినిండా మ్యాచింగ్ గాజులు ధరించడం ఆమె లుక్ కు మరింత ప్రత్యేకతను తీసుకొచ్చాయి. సహజమైన చిరునవ్వు, ఆత్మవిశ్వాసంతో కూడిన హావభావాలు ఆమె అందాన్ని మరింత రెట్టింపు చేశాయి. ఎలాంటి అతిశయోక్తి లేకుండా సింపుల్ గా కనిపించినా, ఆమె స్టైల్ అభిమానులను ఫిదా చేసింది. పాయల్ రాధాకృష్ణ సాఫల్ మీడియాలో ఎప్పుడూ చురుకుగా ఉంటూ తన ఫోటోషూట్లు, సినిమా అవడేట్లు, వ్యక్తిగత క్రడాాలను అభిమానులతో పండుకుంటూ ఉంటుంది. ఈసారి ఆమె సంప్రదాయ వేషధారణలో కనిపించడంతో అభిమానులు "ట్రెడిషనల్ బ్యూటీ", "ఎలిగెంట్ లుక్", "చీరలో మరింత అందంగా ఉన్నార" అంటూ ప్రశంసలు కురిపిస్తున్నారు. ఈ ఫోటోలు ప్రస్తుతం సాఫల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారాయి. సిని ప్రయాణంలోనూ పాయల్ రాధాకృష్ణ తనకంటూ ప్రత్యేక గుర్తింపు సంపాదించుకుంటోంది. ఢిల్లీ, నెమ్మల్లూరా ఆశీర్వాద వంటి చిత్రాల్లో నటించి ప్రేక్షకుల ప్రశంసలు

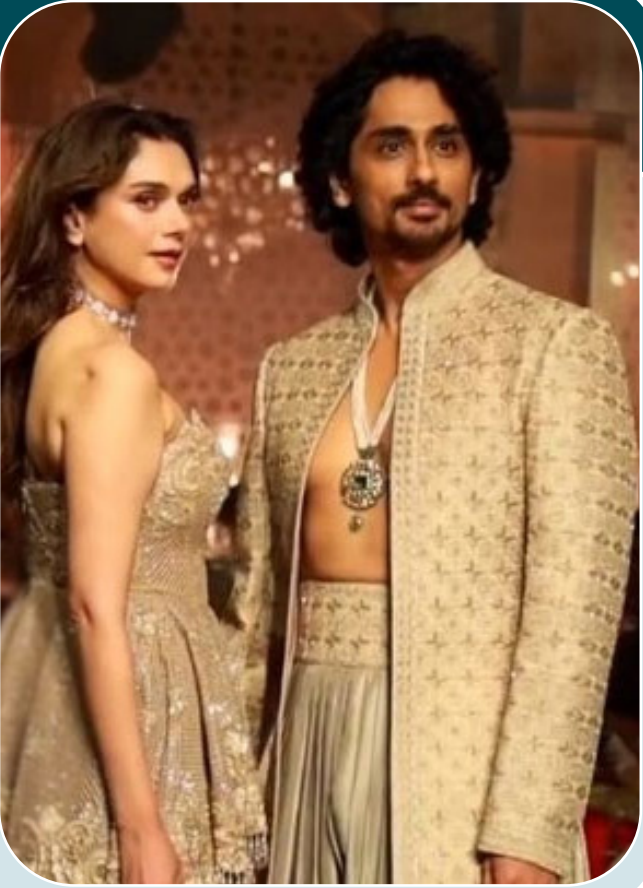
అందుకున్న ఆమె, ఆ తర్వాత తెలుగు చిత్ర పరిశ్రమలో వరుస అవకాశాలను అందిపుచ్చుకుంది. ఇటీవల విడుదలైన *ప్రసన్న వదనం*, అలా నిన్ను చేరి, చొర్య పాఠం* చిత్రాల్లో కీలక పాత్రల్లో కనిపించి నటిగా తన ప్రతిభను మరోసారి నిరూపించుకుంది. ప్రస్తుతం ఆమె చేతిలో పాపం ప్రతాపి, మిస్టర్ వర్మ ప్రం హోమ్ వంటి ఆసక్తికరమైన ప్రాజెక్టులు ఉన్నాయి. విభిన్న కథలు, వైవిధ్యమైన పాత్రలను ఎంచుకుంటూ కెరీర్ ను ముందుకు తీసుకెళ్తున్న పాయల్ రాధాకృష్ణ, గ్రామరీతో పాటు నటనకు కూడా సమాన ప్రాధాన్యం ఇస్తూ దక్షిణాది చిత్రసీమలో తన స్థానాన్ని మరింత బలపరుచుకుంటోంది. అందం, అభినయం, సంప్రదాయం కలగలిపిన ఆమె వ్యక్తిత్వమే అభిమానులను మరింత దగ్గర చేస్తోందని సినీ పర్గాలు అభిప్రాయపడుతున్నాయి.



రాయల్ లుక్ లో మెరిసిన సిద్ధార్థ్ అదితి.. క్యాట్ కెమిస్ట్రీకి ఫ్యాన్స్ ఫిదా

టాలీవుడ్ లో మహా సముద్రం సినిమా ద్వారా పరిచయమైన సిద్ధార్థ్ అదితి రావు హైదరా ఆ తర్వాత ప్రేమలో పడి వివాహ బంధంతో ఒక్కటైన సంగతి తెలిసిందే. ఈ జంట ఇప్పుడు సినీ అభిమానులే కాకుండా ఫ్యాషన్ ప్రేమికుల దృష్టిని ఆకర్షిస్తోంది. తాజాగా ప్రముఖ ఫ్యాషన్ డిజైనర్ జయంతి రెడ్డి ని ర్యహించిన గ్రాండ్ ఫ్యాషన్ షోలో ఈ క్యూట్ కపుల్ షోస్తూపర్లుగా ర్యాంప్ వాక్ చేసి ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచారు. రాజకుమారుడు, రాజకుమారిలా కనిపించిన వీరిద్దరూ తమ రాయల్ లుక్, అద్భుతమైన కెమిస్ట్రీతో ప్రేక్షకులను మంత్రముగ్ధులను చేశారు. ఈ ఈవెంట్ లో అదితి రావు హైదరా సంప్రదాయం, ఆధునికత కలగలిపిన అద్భుతమైన డిజైన్స్ దుస్తుల్లో కనిపించారు. గోల్డ్, బేజ్ రంగుల కలయికతో రూపొందించిన హెవీ ఎంబ్రాయిడరీ పెప్లమ్ బాడీస్ తో పాటు జర్రోజీ వర్క్, పూసల అలంకరణతో రూపొందించిన షరారా స్కర్ట్ ను ధరించి ర్యాంప్ పై నడిచారు. మినిమల్ జ్యువెలరీ, హందాతనంతో కూడిన స్టైలింగ్ ఆమె అందాన్ని మరింత రెట్టింపు చేసింది. సిద్ధార్థ్ కూడా అదితి దుస్తులకు సరిపోయేలా బేజ్ కలర్ పెరిట్ బేజ్ షేర్వానీ జాకెట్ తో పాటు ధోతీ స్టైల్ ట్రౌజర్స్ ను ధరించి క్లాసిక్ లుక్ కనిపించారు. మెడలో

ధరించిన మల్లీ లేయర్ పెర్ల్, ఎమరాల్డ్ హారం ఆయన రాయల్ లుక్ కు మరింత ఆకర్షణను తీసుకొచ్చింది. సంప్రదాయ దుస్తుల్లోనూ ఆధునిక హుండాతనాన్ని వాటిన్ సిద్ధార్థ్ స్టైల్ అభిమానులను ఆకట్టుకుంది. జయంతి రెడ్డి రూపొందించిన 'ది గిల్డెడ్ ఎరా' కలెక్షన్ కు షోస్తూపర్లుగా వచ్చిన ఈ జంట ర్యాంప్ పై కలిసి నడుస్తుంటే నిజమైన రాజవంశానికి చెందిన జంటను చూస్తున్న భావన కలిగిందని నెటిజన్లు కామెంట్లు చేస్తున్నారు. వీరిద్దరి మధ్య కనిపించిన అన్వేషణ, సహజమైన చిరునవ్వులు, ఒకరిపై ఒకరికి ఉన్న ఆప్యాయత ర్యాంప్ వాక్ ను మరింత ప్రత్యేకంగా మార్చాయి. ఈ ఫ్యాషన్ షోకు సంబంధించిన ఫోటోలు, వీడియోలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారాయి. అభిమానులు "రాయల్ కపుల్", "పర్ ఫెక్ట్ కపుల్ గోల్డ్", "ఎలిగెంట్ మరో పేరు" అంటూ ప్రశంసలు కురిపిస్తున్నారు. సినిమా ద్వారా ప్రారంభమైన వీరి పరిచయం ప్రేమగా మారి, ఇప్పుడు దాంతో జీవితంలోనూ అదే అన్వేషణను కొనసాగిస్తున్న ఈ జంట ప్రతి పబ్లిక్ ఈవెంట్ లోనూ తమ ప్రత్యేక కెమిస్ట్రీ ఆకట్టుకుంటూనే ఉంది. ఈ ర్యాంప్ వాక్ కూడా సిద్ధార్థ్ అదితి జోడికి ఉన్న ప్రత్యేక అభిమానాన్ని మరోసారి నిరూపించింది.



ఆర్టిస్ట్ సినిమాల్లో ఎక్కువ మందికి స్పృహ.. కారణం చెప్పిన అజయ్ భూపతి

టాలీవుడ్ దర్శకుడు అజయ్ భూపతి తన సినీ ప్రయాణం, తనను ప్రభావితం చేసిన దర్శకుల గురించి ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఆర్ ఎన్ టీ 10, మహాసముద్రం మంగళవారం వంటి విభిన్న చిత్రాలతో దర్శకుడిగా ప్రత్యేక గుర్తింపు పొందిన అజయ్, ప్రస్తుతం శ్రీనివాస మంగాపురం సినిమాలో ప్రేక్షకుల ముందుకు రానున్నారు. ఈ చిత్రం ద్వారా సూపర్ స్టార్ కృష్ణ మనవడు, మహేష్ బాబు సోదరుడి కుమారుడు జై కృష్ణ పుట్టమనేని హీరోగా పరిచయం అవుతుండగా, బాలీవుడ్ నటి రవీనా టాండన్ కుమార్తె రామే తదానీ తెలుగు తెరకు ఎంట్రీ ఇస్తోంది. అలాగే సీనియర్ నటుడు దాక్షర్ మోహన్ బాబు కీలక పాత్రలో నటిస్తున్నారు. జూలై 30 న విడుదల కానున్న ఈ సినిమా ప్రమోషన్ లో భాగంగా ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో అజయ్ భూపతి పలువురు దర్శకుల గురించి తన అభిప్రాయాలను వెల్లడించారు. ఈ సందర్భంగా దర్శక దిగ్గజాలు మణిరత్నం, రామ్ గోపాల్ వర్మ గురించి మాట్లాడుతూ ఇద్దరూ భారతీయ సినీ పరిశ్రమపై చెరగని ముద్ర వేసిన దర్శకులనని పేర్కొన్నారు. అయితే ఫిల్మ్ మేకర్స్ పై ప్రభావం చూపిన విషయంలో రామ్ గోపాల్ వర్మ ముందుంటారని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. మణిరత్నం సినీమూలు అత్యున్నత స్థాయి విజన్ తో రూపొందుతాయని, వాటి నుంచి స్ఫూర్తి పొందాలంటే ప్రత్యేకమైన ఆలోచనా విధానం అవసరమని అజయ్ భూపతి చెప్పారు. ఆయన చిత్రాలను చూసినప్పుడు గొప్ప అనుభూతి కలిగినా, అలాంటి సినీమూలు తాము కూడా తీయగలమనే నమ్మకం వెంటనే రాదని పేర్కొన్నారు. అయితే రామ్ గోపాల్ వర్మ సినీమూలు మాత్రం దర్శకుల్లో ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంచుతాయని అన్నారు. "ఆర్ టీ సినీమా మా స్నేహితులు" అని అజయ్ భూపతి మనం కూడా చేయొచ్చు" అనే భావన కలుగుతుంది. కానీ ఆయన సినీమాల్లో కనిపించే ఆ సరళతను తెరపై చూపించడం అంత సులభం కాదు. అదే ఆయన ప్రత్యేకత. ఆ సినిమాలోని నిజమైన కష్టం "అని అజయ్ భూపతి వ్యాఖ్యానించారు. ప్రస్తుతం ఈ వ్యాఖ్యలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారగా, సినీ అభిమానులు, ఫిల్మ్ మేకర్స్ మధ్య ఆసక్తికర చర్చకు దారితీశాయి.



కంగనా వ్యాఖ్యలు దుమారం.. యువతను గౌరవించాలన్న సోనూ సూద్

భారతీయ జనతా పార్టీ ఎంపీ, నటి కంగనా రనౌత్ యువత (ఇన్ ఇన్) పై చేసిన వ్యాఖ్యలు దేశవ్యాప్తంగా చర్చ సైతం చేసిన వ్యాఖ్యలు. సీట్ యూజీ 2026 పేపర్ లీక్ వ్యవహారంపై జరిగిన ఆందోళనల్లో యువత ప్రవర్తనను ఉద్దేశించి కంగనా చేసిన వ్యాఖ్యలకు బాలీవుడ్ నటుడు సోనూ సూద్ ఘాటుగా స్పందించారు. మీడియాతో మాట్లాడిన ఆయన, యువతపై చేసిన వ్యాఖ్యలు సరికావని పేర్కొంటూ, "నటులను స్త్రీలుగా నిలబెట్టేది యువతే. వారి అభిమానం, ప్రేమ వల్లే కళాకారులు ఈ స్థాయికి చేరుకుంటారు. అందుకే యువతను ఎప్పుడూ గౌరవించాలి" అని అన్నారు. కంగనా చేసిన వ్యాఖ్యలను ఆయన "సిగ్గుచేటు"గా అభివర్ణించినట్లు వార్తలు వెలువడ్డాయి. మరోవైపు, ఈ వివాదంపై కంగనా రనౌత్ స్పందిస్తూ గురుపౌర్ణమి సందర్భంగా ఇన్స్టాగ్రామ్ లో ఒక సెల్ఫీ వీడియోను పండుకున్నారు. ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ ప్రసంగాల నుంచి స్ఫూర్తి పొంది ఈ వీడియోను విడుదల చేస్తున్నట్లు పేర్కొన్న ఆమె, ఇటీవల జరిగిన నిరసనల్లో కొందరు యువత ప్రదర్శించిన ప్రవర్తన సభ్య సమాజం అమోదించలేదని అన్నారు. బహిరంగ ప్రదేశాల్లో, ముఖ్యంగా మహిళలు, పిల్లలు, వృద్ధుల సమక్షంలో అసభ్యకరంగా ప్రవర్తించడాన్ని సాధారణ విషయంగా చూడకూడదని వ్యాఖ్యానించారు. మాట్లాడే హక్కు, వ్యక్తిగత స్వేచ్ఛ ప్రతి ఒక్కరికీ ఉన్నప్పటికీ, అవి ఇతరుల హక్కులు, గౌరవాన్ని దెబ్బతీయకుండా ఉండాలని పేర్కొన్నారు. సమాజంలో జీవించే ప్రతి వ్యక్తి క్రమశిక్షణ, సామాజిక బాధ్యతలను పాటించాల్సిన అవసరం ఉందని ఆమె అభిప్రాయపడ్డారు. అలాగే, "పెమినిజం" పేరుతో కొందరు యువతను బాధ్యతారహిత వ్యక్తిగా ప్రోత్సహిస్తున్నారని కంగనా విమర్శించారు. గురుపౌర్ణమి సందర్భంగా ద్వేషం, అసభ్య ప్రవర్తనకు దూరంగా ఉండి, గురువుల బోధనలను అనుసరిస్తూ వ్యక్తిత్వ వికాసంపై దృష్టి పెట్టాలని యువతకు ఆమె పిలుపునిచ్చారు. కంగనా, సోనూ సూద్ వ్యాఖ్యలతో ఈ అంశం ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో హాట్ టాపిక్ గా మారింది. యువత పాత్ర, వ్యక్తిగత స్వేచ్ఛ, సామాజిక బాధ్యతలపై నెటిజన్ల మధ్య విస్తృత చర్చ కొనసాగుతోంది.



రామ్ చరణ్.. ఉపాసనతో ప్రత్యేక పూజలు

మోగా పవర్ స్టార్ రామ్ చరణ్ ఇటీవల కుడిచేతి మణికట్టుకు విజయవంతంగా శస్త్రచికిత్స చేయించుకున్న సంగతి తెలిసిందే. ప్రస్తుతం ఆయన ఆరోగ్యంగా కోలుకుంటుండగా, ఆపరేషన్ అనంతరం తొలిసారిగా కోయంబత్తూరులోని ప్రసిద్ధ ఆయుర్వేద స్వామి ఆలయాన్ని సందర్శించి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయనతో పాటు సతీమణి ఉపాసన కూడా ఆలయంలో దర్శనం చేసుకున్నారు. అనంతరం ఆలయ అధికారులు దంపతులకు స్వామివారి తీర్థప్రసాదాలను అందజేసి ఆశీర్వాదించారు. రామ్ చరణ్ ఆలయ దర్శనానికి సంబంధించిన ఫోటోలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారాయి. సాధారణ దుస్తుల్లో, ప్రశాంతంగా కనిపించిన రామ్ చరణ్ ను చూసిన అభిమానులు ఆయన త్వరగా పూర్తిస్థాయిలో కోలుకోవాలని ఆకాంక్షిస్తూ శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తున్నారు. ఇటీవల రామ్ చరణ్ కుడిచేతి మణికట్టుకు సంబంధించిన సమస్య తీవ్రతరం కావడంతో కోయంబత్తూరులోని ప్రముఖ గంగా ఆస్పత్రిలో శస్త్రచికిత్స నిర్వహించారు. ఈ ఆపరేషన్ కు ఆర్థోపెడిక్ వైద్యురంగంలో ప్రపంచ ప్రఖ్యాతి గాంచిన డాక్టర్ ఎన్. రాజశేఖరన్ నేతృత్వం వహించారు. అత్యుత్తమ వైద్యం అందించేందుకు ఆమెరికాలోని మయామికి చెందిన ప్రముఖ హాస్పిట్ అండ్ రిస్క సర్జన్ డాక్టర్ ఆలెహందో బాడియాను ప్రత్యేకంగా కోయంబత్తూరుకు రప్పించి శస్త్రచికిత్స నిర్వహించినట్లు సమాచారం. గతంలో మోగా స్టార్ చిరంజీవికి ఎదురైన క్షిప్రమైన వెన్నెముక సమస్యకు కూడా డాక్టర్ ఎన్. రాజశేఖరన్ విజయవంతంగా చికిత్స అందించారు. అదే సమయంలో రామ్ చరణ్ కు కూడా ఆయన వైద్య బృందం చికిత్స అందించింది. ప్రస్తుతం రామ్ చరణ్ కోలుకుంటుండగా, త్వరలోనే తన సినీమా షూటింగ్ లలో పాల్గొనే అవకాశం ఉందని సినీ పర్గాలు భావిస్తున్నాయి.