RNI. No: TELTEL/2023/88215

తెలంగాణ దిశ

TELANGANA DISHA TELUGU DAILY తెలుగు దినపత్రిక

మల్కాజిగిరి	సంపుటి : 3	సంచిక : 47	ఎడిటర్ : మెరుగు చంద్రమోహన్	మంగళవారం, ఆగస్టు, 5, 2025	పేజీలు : 8 వెల : రూ.4/-
MALKAJGIRI	VOLUME : 3	ISSUE NO : 47	EDITOR : MERUGU CHANDRAMOHAN	Tuesday, August, 5, 2025	PAGES : 8 RS : 4 /-

రాష్ట్రపతితో వరుసభేటీలు

ఏం జరుగుతోంది...

న్యూఢిల్లీ, ఆగస్టు 4, : దేశంలో రాజకీయ వేడి రాజుకుంటున్న వేళ ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ, కేంద్ర హోంశాఖ మంత్రి అమిత్ షాలు రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ముతో వేర్వేరుగా భేటీ కావడం చర్చనీయాంశమైంది. పార్లమెంట్ సమావేశాలు జరుగుతున్న సమయంలో.. మణిపూర్ అంశంపై ప్రతిష్టంభన నెలకొన్న వేళ ఈ సమావేశాలు ప్రాధాన్యత సంతరించుకున్నాయి. రాష్ట్రపతి పాలన పొడిగింపు, ఉపరాష్ట్రపతి ఎన్నిక వంటి అంశాలపై చర్చ జరిగి ఉండవచ్చని విశ్లేషకులు భావిస్తున్నారు. ఈ భేటీలు రాజకీయ వర్గాల్లో ఆసక్తిని రేకెత్తిస్తున్నాయి.

సరిహద్దుల్లో చైనా ఆక్రమణలు

రాహుల్ వ్యాఖ్యలపై సుప్రీం ఘాటు హెచ్చరిక

ఆధారాలు ఉన్నాయా అంటూ ప్రశ్నలు

న్యూఢిల్లీ,ఆగస్ట్ : సుప్రీంకోర్టు సోమవారం రాహుల్ గాంధీకి గట్టి హెచ్చరికలు జారీ చేసింది. 2020 గల్వాన్ వ్యాలీలో జరిగిన ఘర్షణల గురించి ఆయన చేసిన కామెంట్స్ కారణంగా ఈ హెచ్చరిక చేసింది. రాహుల్, తన భారత్ జోడో యాత్రలో చైనా 2,000 చదరపు కిలోమీటర్ల భారత భూభాగాన్ని ఆక్రమించిందని, ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ దాన్ని సరెండర్ చేశారని పేర్కొన్నారు. ఆ మాటలపై సుప్రీంకోర్టు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. దీనిపై జస్టిస్ దీపాంకర్ దత్తా, జస్టిస్ ఏజీ మసీహ్‌ల బెంచ్ రాహుల్‌ని సీరియస్‌గా ప్రశ్నించింది. 2,000 చదరపు కిలోమీటర్ల భూమిని చైనా తీసుకుందని మీరు ఎలా తెలుసుకున్నారని ప్రశ్నించిoది? మీరు నిజమైన భారతీయులైతే అలా మాట్లాడరు కాదా అని జస్టిస్ దత్తా అడిగారు.
మీరు అక్క డ ఉన్నారని,
మీ దగ్గర ఏమైనా నమ్మదగిన ఆధారాలు ఉన్నాయా అని అడిగింది.
రాహుల్ తరపున సీనియర్ అడ్వకేట్ అభిషేక్ సింఘ్వీ వాదించారు.

జార్ఖండ్ మాజీ సిఎం

శిబూ సోరేన్ కన్నుమూత

ఎక్స్ వేదికగా వెల్లడించిన జార్ఖండ్ సిఎం హేమంత్

సంతాపం ప్రకటించిన రాష్ట్రపతి ముర్ము,ప్రధాని మోడీ

రాంచి, : ఝూర్ఖండ్ మాజీ ముఖ్యమంత్రి శిబూసోరెన్ (81) కన్నుమూశారు. మూత్రపిండాల సమస్యతో బాధపడుతూ ఢిల్లీలోని గంగారాం ఆస్పత్రిలో ఆయన తుదిశ్వాస విడిచారు. ఈ విషయాన్ని ఆయన కుమారుడు, ఝూర్ఖండ్ ముఖ్యమంత్రి హేమంత్ సోరెన్ ఎక్స్ వేదికగా వెల్లడించారు. మన ప్రియనేత దిషోమ్ గురూజీ మనల్ని విడిచివెళ్లిపోయారు. నాకు సర్వం కోల్పోయినట్టుగా ఉంది' అని ఉద్వేగపూరితంగా రాసుకొచ్చా రు. ప్రస్తుతం బిహార్‌లో భాగమైన రామ్‌గఢ్ జిల్లాలో శిబూసోరె న్ జన్మించారు. ఆయన సతీమణి పేరు రూపీ సోరెన్. ఆయనకు నలుగురు సంతానం. ముగ్గురు కుమారులు హేమంత్, బసంత్, దుర్గా సోరెన్. కుమార్తె పేరు అంజలి. 2009లో దుర్గా సోరెన్ మృతి చెందారు. బసంత్ ఎమ్మెల్యేగా కొనసాగుతున్నారు. సంతాల్ కమ్యూనిటీ-కి చెందిన శిబు సోరెన్...

నల్లగొండలో ఎమ్మెల్యే క్యాంప్ కార్యాలయం

- ఇందిరాభవన్‌గా నామకరణం: మంత్రి కోమటిరెడ్డి

నల్లగొండ,తెలంగాణ దిశ: బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్సీ, తెలంగాణ జాగృతి అధ్యక్షురాలు కల్వకుంట్ల కవిత ఎవరో తనకు తెలియదు అంటూ మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకటరెడ్డి ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేశారు. కవిత బీసీ ధర్నా జోక్ అని ఎద్దేవా చేశారు. 42 శాతం బీసీ రిజర్వేషన్ల కోసం కేంద్రంతో కోట్లాడుతాం అని తెలిపారు. 42 శాతం బీసీ రిజర్వేషన్ల సాధన కోసం ఎమ్మెల్సీ కవిత ధర్నాచౌక్ వద్ద 72 గంటల నిరాహార దీక్షను చేపట్టారు. బీసీలకు 42 శాతం రిజర్వేషన్ కల్పించే వరకు పోరాటం చేస్తా అని కవిత తెలిపారు. ఈ నేపథ్యంలో మంత్రి కోమటిరెడ్డి వ్యాఖ్యలు ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అయ్యాయి.నల్లగొండ జిల్లా కేంద్రంలో నూతనంగా నిర్మించిన ఎమ్మెల్యే క్యాంపు కార్యాలయాన్ని మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకటరెడ్డి ప్రారంభించారు. మినిస్టర్ క్యాంప్ ఆఫీస్‌కు ఇందిరా భవన్‌గా నామకరణం చేశారు.

కొందరిని అరెస్ట్ చేసిన భయపడేది లేదు

కాంగ్రెస్ దుష్ప్రచార్ని ఎండగట్టాలి

పార్టీ శ్రేణులకు కెసిఆర్ పిలుపు

సిద్ధిపేట, ఆగస్టు 04,తెలంగాణ దిశ:
సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అధ్యక్షతన జరుగుతున్న కేబినెట్ సమావేశంలో భారీ నీటి పారుదలశాఖ మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి కాళేశ్వరం ప్రాజెక్ట్‌పై కమిషన్ నివేదికను పవర్ పాయింట్ ద్వారా ప్రజెంటేషన్ చేశారు. అదే సమయంలో మెదక్ జిల్లా ఎర్రవల్లిలోని తన ఫామ్ హౌస్‌లో పార్టీ ముఖ్య నేతలతో బీఆర్ఎస్ అధినేత, మాజీ సీఎం కేసీఆర్ కీలక సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మాజీ సీఎం కేసీఆర్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. అది కాళేశ్వరం కమిషన్ కాదు.. కాంగ్రెస్ కమిషన్‌అని వ్యాఖ్యానించారు. కాళేశ్వరం కమిషన్ రిపోర్ట్‌ఊహించినదేనని స్పష్టం చేశారు. దీనిపైఎవరూ ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదన్నారు. కొంత మంది బీఆర్ఎస్ నేతలను అరెస్ట్ చేయవచ్చు.. భయపడ వద్దని వారికి సూచించారు. కాళేశ్వరం ప్రాజెక్ట్ పనికిరాదన్నవాడు అజ్ఞాని అని ఆయన అభివర్ణించారు. కాంగ్రెస్ దుష్ప్రచారాన్ని తిప్పికొట్టాలని బీఆర్ఎస్ శ్రేణులకు ఆయన పిలుపునిచ్చారు. కాళేశ్వరం ప్రాజెక్ట్ ప్రయోజనాలను ప్రజలకు వివరించాలని సూచించారు.

కాళేశ్వరం కాంగ్రెస్ కమిషన్

ప్రాంతీయ అస్తిత్వ రాజకీయాలకు, ఫెడరల్ స్ఫూర్తికి లోటు: కేసీఆర్

హైదరాబాద్,ఆగస్ట్4,తెలంగాణ దిశ:
జార్ఖండ్ ముక్తి మోర్చా అధినేత, జార్ఖండ్ రాష్ట్ర మాజీ ముఖ్యమంత్రి శిబూ సోరెన్ మృతి పట్ల బీఆర్ఎస్ అధినేత కేసీఆర్ సంతాపం వ్యక్తంచేశారు. ఆయన మరణం జార్ఖం డ్, తెలంగాణ వంటి దేశ ప్రాంతీయ అస్తిత్వ రాజకీయాలకు, జాతీయ ఫెడరల్ స్ఫూర్తికి, ఆదివాసీ సమాజానికి తీరని లోటని అన్నారు. ఈ సందర్భంగా శిబూ సోరెన్‌తో తనకున్న వ్యక్తిగత అనుబంధాన్ని, తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధన ఉద్యమానికి వారందిం చిన సహకారాన్ని స్మరించుకున్నారు. దేశ ఫెడరల్ స్ఫూర్తిని ప్రతిఫలించే దిశగా, శిబూ సోరెన్ చేపట్టిన జార్ఖండ్ స్వరాష్ట్ర ఏర్పాటు ఉద్యమం, ప్రత్యేక తెలంగాణ రాష్ట్ర ఉద్యమానికి స్ఫూర్తి నింపిందన్నారు. 2001లో తెలంగాణ రాష్ట్ర సమితి స్థాపన సమయంలో శిబూ సోరెన్‌ని హైదరాబాద్‌లో జరిగిన తొలి సభకు మొదటి అతిథిగా ఆహ్వానించుకున్నామని గుర్తు చేశారు.

హైకోర్టు ఆదేశాలతో దీక్ష విరమించిన ఎమ్మెల్సీ కవిత

హైదరాబాద్,ఆగస్టు,04, తెలంగాణ దిశ:
తెలంగాణ బీసీ రిజర్వేషన్సాధన కోసం హైదరాబాద్ లోని ధర్నా చౌక్ వద్ద తెలంగాణ జాగృతి అధ్యక్షురాలు, ఎమ్మెల్సీ కల్వకుంట్ల కవిత72 గంటల నిరాహార దీక్ష తలపెట్టిన విషయం తెలిసిందే. ధర్నాచౌక్ వద్ద ఉద్రిక్త వాతావరణం ఏర్పడటంతో దీక్షను విరమించాలని హైకోర్టుఆదేశాలు జారీ చేయడంతో కవిత దీక్ష విరమించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. కోర్టు ఆదేశాలను గౌరవిస్తూ దీక్షను విరమిస్తున్నానని, లోకల్ బాడీ ఎన్నికలకు బీసీ రిజర్వేషన్ జరగకుండా వెళ్తే.. ఎన్నికలను ఎలా ఆపాలో తమకు తెలుసన్నారు. బీసీ బిల్లు సాధన కోసం తమ ఉద్యమాన్ని మరింత ఉధృతం చేస్తామన్నారు. నిరాహార దీక్షకు సంఘీభావం తెలిపిన ఆర్. కృష్ణయ్యకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.నిరాహార దీక్ష చేసేందుకు సాయంత్రం 5 గంటల వరకే పర్మిషన్ ఉండగా.. ఆ ప్రాంతాన్ని ఖాళీ చేయించేందుకు పోలీసులు ప్రయత్నించారు. దీంతో ధర్నా చౌక్ వద్ద ఉద్రిక్త వాతావరణం ఏర్పడింది. ఇదే సమయంలో భారీ వర్షం కురవడం, హైకోర్టు ఆదేశాలతో కవిత దీక్షను విరమించారు.

అధికారులూ.. అప్రమత్తం...

భారీ వర్షాలపై కీలక ఆదేశాలిచ్చిన సీయం రేవంత్

హైదరాబాద్,ఆగస్ట్4,తెలంగాణ దిశ:
హైదరాబాద్‌తో సహా రాష్ట్రంలో భారీ వర్షాలు కురుస్తున్న నేపథ్యంలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి (రాష్ట్ర సచివాలయంలో ఉన్నతాధికారులతో ప్రత్యేక సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా అన్ని జిల్లాల కలెక్టర్లు, అన్ని శాఖల అధికారులు అప్రమత్తంగా ఉండాలని ఆదేశాలు జారీ చేశారు. భారీ వర్షాలు కురిసిన ప్రాంతాల్లో ప్రజలకు ఇబ్బంది లేకుండా అన్ని విభాగాలు సమన్వ యంతో పని చేయాలని, లోతట్టు ప్రాంతాల్లో తగిన సహాయక చర్యలు చేపట్టాలని సీఎం ఆదేశించారు. జీహెచ్ఎంసీ తో పాటు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా వరద నీటి ఉధృతి ఉన్న

ప్రాంతాల్లో ప్రజలను అప్రమత్తం చేయాలని అధికారులకు కీలక సూచనలు చేశారు.

రానున్న రెండు, మూడు రోజుల్లో రాష్ట్రంలో మో స్తరు నుంచి భారీవర్షాలు కురుస్తాయన్న హెచ్చరికల నేపథ్యంలో కలెక్టర్లు జిల్లాల్లోని అన్ని విభాగాలతో ఎప్పటికప్పుడు పరిస్థితిని సమీక్షించాలని సీఎం రేవంత్ ఆదేశించారు.

వర్షాల కారణంగా ఆస్తి, ప్రాణ నష్టం లేకుండా అన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని, వర్షాలు, వరదలతో ఎటువంటి పరిస్థితి వచ్చినా ఎదుర్కొనేందుకు, ఎలాంటి సహాయమైనా అందించేందుకు అధికారులు జిల్లాల్లోనే అందుబాటులో ఉండాలని ఆదేశాలు జారీ చేశారు. ఉన్నతాధికారులు, జిల్లా కలెక్టర్లతో మాట్లాడి ఎప్పడికప్పుడు పరిస్థితిని సమీక్షించాలని సూచించారు.

'అభ్యాసం' అభివృద్ధికి మార్గం

- డాక్టర్ రెడ్డీస్ లేబొరేటరీస్ ఉపాధ్యక్షుడు, - మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ జీవీ ప్రసాద్
- ఘనంగా వర్సిటీ స్నాతకోత్సవం
- 956 మంది విద్యార్థులకు డిగ్రీలు, 21 మందికి బంగారు పతకాలు ప్రదానం

హైదరాబాద్, ఆగస్టు 04, (తెలంగాణ దిశ) :'అభ్యాసం' అభివృద్ధికి మార్గమని డాక్టర్ రెడ్డీస్ లేబొరేటరీస్ ఉపాధ్యక్షుడు, మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ జీవీ ప్రసాద్ తెలిపారు. ఈ ప్రపంచంలో ఎదుగుదలకు, ప్రభావం చూపడానికి నేర్చుకోవడం అత్యంత అవసరమన్నారు. మహీంద్రా యూనివర్సిటీ నాలుగో స్నాతకోత్సవం బహుదూర్‌పల్లి క్యాంపస్‌లో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఎన్నో కలలు, ఆశలతో ప్రపంచంలోకి అడుగు పెడుతున్నారని పేర్కొన్నారు. ఈ సమయంలో ఇతరులతో కలసి పని చేయడం, నేర్చుకోవడం చేయాలన్నారు. అవరోధాలు తొలగించే సముదాయాలను, కార్యాలయాలను నిర్మించాలన్నారు. ఆవిష్కరణలకు ప్రోత్సాహం ఇవ్వాలన్నారు. ఒకే దిశగా వలస వెళ్లే పక్షుల్లా కలిసి నేర్చుకొని ఎదగాలన్నారు. స్వీయ నమ్మకాలను జయించగల సామర్థ్యం ఉందన్న విశ్వాసం ఉండాలన్నారు. జీవితంలో ఎదురయ్యే సవాళ్లు మనల్ని మనలా మారుస్తాయన్నారు. ఈ సందర్భంగా మహీంద్రా యూనివర్శిటీ ఛాన్సలర్ ఆనంద్ మహీంద్రా మాట్లాడుతూ ఉజ్వల భవిష్యత్తు రూపశిల్పులే తమ లక్ష్యమని తెలిపారు. మెరుగైన ప్రపంచ నిర్మాణం వైపు అడుగులు వేయాలన్నారు. కరుణ, విమర్శనాత్మక ఆలోచన, నైతికత వంటి విలువలు అలవర్చు కోవాలన్నారు. విశ్వాసం, ఆచరణ అనేవి ప్రపంచాన్ని మార్చగల శక్తివంతమైన సాధనాలన్నారు. విద్యార్థులు విలువలకు కట్టుబడి జీవించాలని కోరారు. సుస్థిరత, సమ్మిళితత్వం, న్యాయం వంటి వాటిపై ఆధారపడిన ప్రపంచాన్ని నిర్మించాలని ఉద్బోధించారు. ఈ సందర్భంగా మహీంద్రా యూనివర్శిటీ వైస్ చాన్సలర్ డాక్టర్ యాజులూ మేదురి మాట్లాడుతూ భవిష్యత్తు విద్య దూరదృష్టి కలిగిన మనస్సుల చేత నిర్వచించబడుతుందన్నారు. వీళ్లు సంప్రదాయాలను సవాల్ చేయగలగాలన్నారు. గొప్పగా కలలు కనాలన్నారు. మహీంద్రా యూనివర్శిటీలో అటువంటి ఆలోచనా శక్తిని పెంపొందిస్తున్నామని చెప్పారు. మా విద్యార్థులు కేవలం ఉద్యోగాల కోసం కాకుండా, సరికొత్త ప్రపంచ నిర్మాణానికి సిద్ధమవుతున్నారని తెలిపారు.

ఈ సంవత్సరం ఎంబీఏ (మాస్టర్ ఆఫ్ బిజినెస్ అడ్మినిస్ట్రేషన్), ఎల్ఎల్బీ (బాచిలర్ ఆఫ్ లా), ఎంఏ (మాస్టర్ ఆఫ్ ఆర్ట్స్), బీటెక్ నానో టెక్నాలజీ కోర్సులు పూర్తి చేసిన విద్యార్థులకు ఇది తొలి స్నాతకోత్సవం అన్నారు. ఈ సందర్భంగా మహీంద్రా యూనివర్సిటీ బోర్డు ఆఫ్ మేనేజ్‌మెంట్ సభ్యుడు, టెక్ మహీంద్రా సీఈఓ, ఎండీ మోహిత్ జోషి మాట్లాడుతూ విభాగాల మధ్య అనుసంధానం చేసే వాళ్లు,

వ్యవస్థలను ప్రశ్నించే వాళ్లు, ఆవిష్కరణలు చేసే వాళ్ల అవసరం అధికంగా ఉందన్నారు. పరిశ్రమలతో సహకారం మరింత బలపడే దిశగా ముందుకు సాగుతోం దన్నారు. టెక్ మహీంద్రా ఈ విషయంలో భాగం కావడం గర్వంగా ఉందని చెప్పారు. ఈ స్నాతకోత్సవంలో ఇంజినీరింగ్, మేనేజ్‌మెంట్, లా, ఎడ్యుకేషన్ స్కూల్స్‌కి చెందిన 943 మంది విద్యార్థులకు, 13 మంది పీహెచ్‌డీ స్కాలర్లకు డిగ్రీలు ప్రదానం చేశారు. 21 మందికి బంగారు పతకాలు అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా బయోటెక్నాలజీ ల్యాబ్స్‌ను జీవీ ప్రసాద్, ఆనంద్ మహీంద్రా ప్రారంభించారు. సెంటర్ ఫర్ రిస్క్ మేనేజ్‌మెంట్‌ను ఆనంద్ మహీంద్రా ప్రారంభించారు. ఈ స్నాతకోత్సవానికి విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులు, అధ్యాపకులు, అతిథులు హాజరయ్యారు.

కుషాయిగూడలో 54 అడుగుల భారీ హనుమాన్ విగ్రహానికి ప్రత్యేక పూజలు

- బిజెపి రాష్ట్ర కార్యదర్శి కొల్లి మాధవి

కుషాయిగూడ, ఆగస్టు 04, (తెలంగాణ దిశ) :కుషాయిగూడ కూరగాయల మార్కెట్ ప్రాంగణంలో నిర్మిస్తున్న క్షేత్ర పాలకుడైన వీర హనుమాన్ 54 అడుగుల భారీ విగ్రహా నిర్మాణ పనులను సోమవారంబిజెపి రాష్ట్ర కార్యదర్శి కొల్లి మాధవి సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. కుషాయిగూడ కూరగాయల మార్కెట్ ప్రాంగణంలో గత ఎన్నో ఏళ్లుగా హనుమాన్ శోభాయాత్ర నిర్వహిస్తున్న బజరంగ్ దళ్, కుషాయిగూడ సంక్షేమ సంఘం ఆధ్వర్యంలో వీర హనుమాన్ 54 అడుగుల భారీ హనుమాన్ విగ్రహాన్ని ఏర్పాటు చేయడం అభినందనీయమన్నారు. ఈ విగ్రహ నిర్మాణంతో ఈ ప్రాంతం ఆధ్యాత్మికంగా బాసిల్లుతుందని ఆమె అన్నారు. కుషాయిగూడ బస్టాండ్ ప్రాంతం హనుమాన్ విగ్రహం ఏర్పాటుతో ప్రత్యేకత సంతరించుకుంటుందన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో కుషాయిగూడ హనుమాన్ విగ్రహ నిర్మాణ సమితి సభ్యులు చల్లా ప్రభాకర్, యావపురం రవి, రేగొండ వెంకులు, పిట్టల రాజు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కుత్బుల్లాపూర్ లో ప్రజా సమస్యలను పరిష్కరించాలి

కుత్బుల్లాపూర్, ఆగస్టు 04, (తెలంగాణ దిశ) :కుత్బుల్లాపూర్ లో ప్రజా సమస్యలను పరిష్కరించాలని కోరుతూ కాంగ్రెస్ నేతలు సోమవారం మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి జిల్లా కలెక్టర్ మిక్కిలినేని మను చౌదరికి సమర్పించిన వినతిపత్రంలో కోరారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి అధ్యక్షులు సింగిరెడ్డి హరివర్ధన్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ నియోజకవర్గ ఇంచార్జీ కోలన్ హన్మంత్ రెడ్డి జిల్లా కలెక్టర్ మను చౌదరిని మర్యాదపూర్వకంగా కలిసారు. కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గంలోని దేవాదాయ శాఖ భూములు, కమ్యూనిటీ హాల్స్, బాచుపల్లిలోని కౌసల్య కాలనీ లో ల్యాండ్ కబ్జా, గాజుల రామారంలోని టిఎస్ ఐఐసి ల్యాండ్స్, దుండిగల్ మున్సిపాలిటీ, బహదూర్ పల్లి, డి. పోచంపల్లి, కైసర్ నగర్, నిజాంపేట్, బాచుపల్లి డబల్ బెడ్ రూమ్స్ లలో అంగన్‌వాడీ కేంద్రం, బస్తీ దవాఖాన, చౌకదారుల దుకాణాలు, నీటి సమస్య వంటి పలు సమస్యలపై వినతి పత్రం సమర్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ టీపీసీసీ ప్రధాన కార్యదర్శి నర్సారెడ్డి భూపతి రెడ్డి, మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి జిల్లా గ్రంథాలయ చైర్మన్ బొంగునూరి శ్రీనివాస్ రెడ్డి, సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకులు పాల్గొన్నారు.

కుండపోత వర్షానికి జలపాతమైన రోడ్లు

కుషాయిగూడ, ఆగస్టు 04, (తెలంగాణ దిశ) :కుషాయిగూడ లో సోమవారం సాయంత్రం ఒక్కసారే కురిసిన కుండపోత వర్షానికి రోడ్లు జలపాతమయ్యాయి. కాప్రా సర్కిల్ లోని పలు ప్రాంతాల్లో ఈసీఐఎల్, ఏఎస్ రావు నగర్, చర్లపల్లి, మౌలాలి హెచ్ బి కాలనీ పలు ప్రాంతాల్లో ఒక్కసారిగా కురిసిన కొండపత వర్షానికి జల పాతమైన రోడ్లు, నదుల ప్రవహిస్తున్న రోడ్లపై వర్షం నీరు, పొంగి పొర్లుతున్న వరదలతో వాహనదారులు, పాదచారులు ఇబ్బందులు పడ్డారు. కుషాయిగూడ సాయి నగర్ సమీపంలో మోకాలు లోతు నీళ్లు ప్రధాన రోడ్డు పైకి రావడంతో పెద్ద ఎత్తున ట్రాఫిక్ అంతరాయం కలిగింది. కిలోమీటర్ పొడుగు వాహనాలు నిలిచిపోయాయి. స్కూల్లో కాలేజీలు వదిలిపెట్టే సమయం కావడంతో ట్రాఫిక్ లో సామాన్యులు ఇబ్బందులు పడ్డారు. హైడ్రా మున్సిపల్ ట్రాఫిక్ పోలీసులు ట్రాఫిక్ క్రమబద్ధీకరణకు ప్రయత్నాలు చేసినప్పటికీ ట్రాఫిక్ లో పలువురు ఇబ్బంది పడ్డారు.

జిహెచ్ఎంసి కాప్రా సర్కిల్ ఉద్యోగులకు హెల్త్ కార్డుల పంపిణీ

కాప్రా, ఆగస్టు 04, (తెలంగాణ దిశ) :జిహెచ్ఎంసి కాప్రా సర్కిల్ ఉద్యోగులకు సోమవారం హెల్త్ కార్డులను కాప్రా డిసి జగన్ పంపిణీ చేశారు. జిహెచ్ఎంసి ఎంపిక చేసిన ప్రైవేట్ హాస్పిటల్ లో రూ 5 లక్షల వరకు ట్రీట్ మెంట్ చేసుకోవచ్చని తెలిపారు. ఏఎంసిలు ఆనంద్, షాన్వాస్ ఎఎంఓహెచ్ మధుసూదన్ రావు, శానిటరీ సూపర్ వైజర్ సుదర్శన్, బిఎంఎస్ సర్కిల్ ఇంచార్జ్ రవీందర్ పాల్గొన్నారు.

నిజాంపేట్ లో సిసి రోడ్డు నిర్మాణ పనులకు శంకుస్థాపన

కుత్బుల్లాపూర్, ఆగస్టు 04, (తెలంగాణ దిశ) : నిజాంపేట్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ 33, 31వ డివిజన్లలో సీసీ రోడ్ల పనులకు సోమవారం కాంగ్రెస్ పార్టీ నియోజకవర్గ ఇంచార్జీ కోలన్ హన్మంత్ రెడ్డి కాంగ్రెస్ సీనియర్ నాయకులు కోలన్ శ్రీనివాస్ రెడ్డితో కలిసి శంకుస్థాపన చేశారు. ఆయా డివిజన్ లలో రోడ్లు పూర్తిగా పాడవ్వటంతో ఇబ్బందులు పడుతున్నామని కాలనీ వాసులు గత నెల రోజుల క్రితం హన్మంత్ రెడ్డిదృష్టికి తీసుకువెళ్లారు. దీంతో స్పందించిన ఆయన సీసీరోడ్ల నిర్మాణ పనులకు కార్పొరేషన్ ఫండ్స్ ద్వారా అవసరమైన నిధులు మంజూరు చేయించి పనులకు శంకుస్థాపన చేశారు.

ఈ సందర్భంగా కాలనీవాసు లు ఆయనను ఘనంగా సన్మానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంఎంసి ప్రధాన కార్యదర్శి కోలన్ జీవన్ రెడ్డి, బీసీఉపాధ్యక్షులు లక్ష్మణ్, 33వ డివిజన్ అధ్యక్షులు పి ప్రభాకర్ రెడ్డి, బాలకృష్ణ,31వ డివిజన్ అధ్యక్షులు పితాని శ్రీనివాసరావు, నరసింహారావు, రాంచందర్ నాయక్, దాల్ నాయుడు, ఆటో శ్రీను,గౌస్ బాయ్, భుజంగ రెడ్డి, రాయుడు, వెంకట్ రెడ్డి, సరితా రెడ్డి., రాధా జ్యోతి, ధనలక్ష్మి, నవ్య, సత్యవతి, చిరంజీవి ,ఈశ్వర్, రాజు మరియు సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకులు కాలనీ వాసులు పాల్గొన్నారు.

ముమ్మరంగా అక్రమ నిర్మాణ పనులు.., పట్టించుకోని అధికారులు..

జిహెచ్ఎంసి ఆదాయానికి గండి

చర్లపల్లి,ఆగస్టు 04, (తెలంగాణ దిశ): చర్లపల్లి డివిజన్ హై టెన్షన్ లైన్‌లో అక్రమ నిర్మాణ పనులు ము మ్మరంగా సాగుతున్న అధికారులు పట్టించుకోవడంలేదని విమర్శలు వినిపిస్తున్నాయి. అనుమతులకు విరుద్ధంగా పనులు చేపడుతున్న అధికారులు నోటీసులు ఇచ్చి చేతులు దులుపుకుంటున్నారు. అక్రమ నిర్మాణంపై ఎన్ని ఫిర్యాదులు వచ్చినా పట్టించుకునే నాధులే కరవయ్యారు. దీనికి తోడు రాజకీయ నాయకుల జోక్యంతో అక్రమ నిర్మాణ దారులు ఇష్ట రాజ్యంగా వ్యవహరిస్తున్నారు. దీంతో జిహెచ్ఎంసికి రావలసిన లక్షలాదిరూపాయల ఆదాయా నికి గండి పడుతుంది.అసలే అక్రమ నిర్మాణం ఆపై అంతస్తులు... శీర్షిక తెలంగాణ దిశ పత్రికలో కథనం ప్రచురితమైనప్పటికీ అధికారుల్లో స్పందన లేదు. జిహెచ్ఎంసి కమిషనర్ ఆర్‌వి.కర్ణణ్,ఎల్ బి నగర్ జోనల్ కమిషనర్ హేమంత్ కుమార్ పాటిల్ లకు ఫిర్యాదులు అందినప్పటికీ కింది స్థాయి అధికారులలో ఏమాత్రం చలనం లేకుండా పోయింది. టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారులు మాత్రం నోటీసులు ఇచ్చాం..., మాకేమిటి సంబంధం అన్నట్లు వ్యవహరిస్తున్నారు. అధికారుల పర్యవేక్షణ లోపం కారణంగా అక్రమ కట్టడాలు పుట్టగొడుగుల్లా వెలుస్తున్నాయి. జిహెచ్ఎంసి అనుమతులు లేకుండానే ఒకరిని చూసి మరొకరు అదనపు అంతస్తులు నిర్మించుకుంటున్నారు. ఇప్పటికైనా అక్రమ నిర్మాణాలపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని స్థానికులు కోరుతున్నారు.

సంపాదకీయం

సామ్రాజ్యవాదం..ఖనిజాలు

ప్రపంచంలో పారిశ్రామిక పెట్టుబడిదారీ విధానం ప్రారంభం కావడానికి తెర తీసిన పారిశ్రామిక విప్లవం బ్రిటన్‌లో జౌళి మిల్లులలో మొదలైంది. ఐతే బ్రిటన్ కాని, యూరప్ ఖండం ఉత్తర భాగంలో ఉన్న తక్కిన దేశాలలో గాని ముడి పత్తి పండదు. అంటే, పారిశ్రామిక పెట్టుబడిదారీ విధానం పుట్టుక నుండే ముడిసరుకులు ప్రపంచంలో ఎక్కడెక్కడ లభిస్తాయో వాటినల్లా సంపన్న దేశాలు చేజిక్కించుకోవడం మీద ఆధారపడి కొనసాగింది. ఇన్ని శతాబ్దాల తర్వాత కూడా ఈ పరిస్థితిలో ఇసుమంతైనా మార్పు లేదు. కాలం గడుస్తున్న కొద్దీ సంపన్న పెట్టుబడిదారీ దేశాల్లో ఉత్పత్తి చేసే సరుకులు మారి కొత్త కొత్తవి వచ్చాయి. వాటికి కావలసిన ముడిసరుకులు కూడా మారుతూవచ్చాయి. ఈ ముడిసరుకులలో చాలా గణనీయమైన భాగం ఈ సంపన్న పెట్టుబడిదారీ దేశాలకు వెలుపలి నుండే నిరంతరాయంగా సరఫరా ఔతున్నాయి. వాటి సరఫరా ఎటువంటి ఒడిదుడుకులూ లేకుండా కొనసాగడం అనేది సంపన్న పెట్టుబడిదారీ దేశాలకు చాలా ముఖ్యం. ఆ విధంగా నిరాటంకంగా ముడిసరుకుల సరఫరా కొనసాగాలంటే బైట ప్రపంచం మీద సంపన్న పెట్టుబడిదారీ దేశాల ఆధిపత్యం కొనసాగించడం వాటికి అవసరం. ఈ విధంగా సంపన్న పెట్టుబడిదారీ దేశాలకు వెలుపలి ప్రపంచం నుండి ముడి సరుకు సరఫరా సాధారణ సరుకుల మారకం పద్ధతిలోనే జరుగుతుందని సాంప్రదాయ బూర్జువా అర్థశాస్త్ర పండితులు భావిస్తారు. ఇంకోలా చెప్పాలంటే, ఈ ముడిసరుకులన్నీ అప్పటికే సరుకులుగా ఉత్పత్తి ఔతున్నట్టు, అవి తగినంత పరిమాణాల్లో మార్కెట్‌లో లభిస్తున్నట్టు, మార్కెట్‌లో మామూలుగా ఉండే ధరల హెచ్చుతగ్గులకు తగ్గట్టు ఈ ముడిసరుకుల ధరలు కూడా నిర్ణయించబడుతున్నట్టు, అందుచేత వాటి మీద సామ్రాజ్యవాదం ఎటువంటి నియంత్రణనూ చెలాయించవలసిన అవసరం లేదన్నట్టు వారు భావిస్తారు. అంతేగాక అన్ని ముడిసరుకులూ అప్పటికే పెట్టుబడిదారీ ఉత్పత్తి సంబంధాల పరిధిలోనే ఉత్పత్తి ఔతున్నట్టు వారు పరిగణిస్తారు. ఈ వాదన ద్వారా బూర్జువా ఆర్థికవేత్తలు అసలు సామ్రాజ్యవాదం అనేదే ఎక్కడా ఉనికిలో లేదని, ఉన్నదంతా సాధారణ బూర్జువా మార్కెట్ విధానమేనని చెప్పదలచుకున్నారు. వారు చెప్పేది చూస్తే ఇప్పటికే ప్రపంచం యావత్తూ పెట్టుబడిదారీ ప్రపంచంగా మారిపోయినట్టు, అంతా సంపన్న పెట్టుబడిదారీ దేశాలకు అనుకూలంగా వ్యవహరిస్తున్నట్టు అనుకోవాలి. అంతకన్నా విడ్డూరం వేరే ఏమీ లేదు. పెట్టుబడిదారీ వ్యవస్థకి సామ్రాజ్యవాద లక్షణం అనేది లేనే లేదని చెప్పడానికి వారు మరొక వాదన కూడా ముందుకు తెస్తారు. సంపన్న పెట్టుబడిదారీ దేశాలు చేసే మొత్తం ఉత్పత్తిలో వారు ఉపయోగించే ముడిసరుకు మొత్తం విలువ చాలా తక్కువ శాతమే ఉంటుందని, అందుచేత అంత స్వల్ప విలువ కల ముడిసరుకు కోసం పెట్టుబడిదారీ వ్యవస్థ ఏకంగా ప్రపంచం మొత్తాన్ని తన ఆధిపత్యం కిందకు తెచ్చుకునే పెద్ద ప్రయత్నాన్ని అసాధారణ రీతిలో ఎందుకు చేస్తుందని వారు అడుగుతారు. హారీ మెగ్‌డాఫ్ తన 'ఏజ్ ఆఫ్ ఇంపీరియలిజం' అన్న గ్రంథంలో ఈ వాదనకు సమాధానం ఇచ్చారు. ముడిసరుకులను ఉపయోగించకుండా ఏ సరుకునూ ఉత్పత్తి చేయడం జరగదని, అలా ఉపయోగించే ముడిసరుకు మారకపు విలువ ఎంత తక్కువ అయినా దాని ఉపయోగపు విలువ మాత్రం చాలా ఎక్కువని అతడు వివరించాడు. మారకపు విలువలు సామాజికంగా నిర్ణయించబడతాయి కనుక సంపన్న పెట్టుబడిదారీ దేశాలు ఆ ముడిసరుకుల విలువలను దాదాపు సున్నా స్థాయికి దిగ్గొస్తారని తెలిపాడు. ఐతే, ఆ ముడిసరుకుల వాస్తవ ఉపయోగం సహజంగా నిర్ణయించబడుతుంది కనుక అవి లేకుండా సరుకుల ఉత్పత్తి చేయడం అసాధ్యం ఔతుంది. ఆ కారణంగా వాటిని బైట నుండి ఎలాగైనా తెచ్చుకోవడం సంపన్న పెట్టుబడిదారీ దేశాలకు తప్పనిసరి ఔతుంది. అందుచేత ముడిసరుకుల మారకపు విలువ చాలా స్వల్పం కనుక వాటిని పొందడం కోసం చేసే ప్రయత్నానికి పెద్ద ప్రాధాన్యత ఉండదన్న బూర్జువా పండితుల వాదనలు చాలా పొరపాటు. వ్యవసాయం ద్వారా లభించే ముడిసరుకులు, ఆహార పంటలు సంపన్న పెట్టుబడిదారీ దేశాలకు ముఖ్యమైన అవసరాలు. వాటి కోసం అవి ప్రపంచం మొత్తంగా భూ వినియోగం తమ అవసరాలకు అనుగుణంగా ఉండేలా చూసుకుంటాయి. ఆ భూ వినియోగం తీరుని వాళ్ళే అదుపు చేయడానికి ప్రయత్నిస్తారు. ఐతే ఇక్కడ ప్రధానంగా ఖనిజాల గురించి చర్చిస్తాను. సంపన్న దేశాలకు బైటనుండి ముడి ఖనిజాల దిగుమతి ఎంత కీలకమో ఇటీవల అమెరికా అరుదైన మూలకాల (రేర్ ఎర్త్స్) గురించి ఎంతగా ఆరాటపడుతోందో చూస్తే స్పష్టమౌతుంది. చైనా నుండి వచ్చే దిగుమతుల మీద సుంకాలనను పెంచుతామంటూ ట్రంప్ బెదిరిస్తే, దానికి జవాబుగా చైనా ప్రభుత్వం అమెరికాకు తన వద్ద నుండి కొన్ని అరుదైన మూలకాల ఎగుమతిపై తాత్కాలికంగా నిషేధం ప్రకటించింది. ప్రపంచంలో మొత్తంగా ఉత్పత్తి అవుతున్న అరుదైన మూలకాలలో దాదాపు 70 శాతం చైనా నుండే జరుగుతున్నాయి. వాటిని ప్రాసెస్ చేసే సామర్థ్యం కూడా ప్రపంచం మొత్తం మీద 90 శాతం చైనా వద్దే ఉంది. చైనా ప్రకటించిన నిషేధంతో అమెరికా ఇరుకున పడింది. చైనాకు బదులుగా వేరే దేశాలనుండి ఆ అరుదైన మూలకాలను దిగుమతి చేసుకోడానికి ప్రయత్నించినా తక్కిన దేశాలేవీ చైనా నుండి వచ్చేంత ఎక్కువ పరిమాణంలో సరఫరా చేయగలిగిన శక్తి కలిగిలేవు. దాంతో అరుదైన మూలకాల సరఫరా అమెరికాకు కొనసాగించేలా చైనాను ఒప్పించడం కోసం తప్పనిసరి పరిస్థితిలో సుంకాల విషయంలో అమెరికా సంప్రదింపులకు దిగివచ్చింది. ఇక్కడ గమనించవలసిన విషయం ఒకటుంది. 2024లో అమెరికా దిగుమతి చేసుకున్న మొత్తం అరుదైన మూలకాల విలువ కేవలం 17 కోట్ల డాలర్లు. అదే ఏడాదిలో అమెరికా మొత్తం దిగుమతుల (వస్తువులు, సేవలు కలిపి) విలువ 4 లక్షల 11 వేల కోట్ల డాలర్లు! అందులో అరుదైన మూలకాలు కేవలం 0.004 శాతం మాత్రమే. ముడిసరుకుల ఉపయోగపు విలువకు, వాటి మారకపు విలువకు మధ్య ఉన్న తేడా ఎంత ఎక్కువో దీనిని బట్టి తెలుస్తుంది. మొత్తం దిగుమతుల్లో కేవలం 0.004 శాతం మాత్రమే ఉన్న అరుదైన మూలకాలు ఎలక్ట్రానిక్స్, వాహన తయారీ, విండ్ టర్బైన్లు, అత్యున్నత స్థాయి సామర్థ్యం కల అయస్కాంతాలు, వైద్య పరికరాలు వంటి పలు విలువైన ఉత్పత్తుల తయారీలో కీలకంగా ఉన్నాయి. అందుచేత వాటి సరఫరా తాత్కాలికంగానైనా నిలిచిపోతే అది సంపన్న దేశాలకు పెద్ద సంకటంగా మారుతుంది. అందుకనే సామ్రాజ్యవాదులు వాటి సరఫరాపై తమ పూర్తి నియంత్రణ సాధించడానికి ఎంతవరకైనా పోవడానికి తయారౌతారు. చైనా మీద ఆధారపడడాన్ని తగ్గించుకోవడం కోసం అమెరికా ఇతర వనరులను వెతుక్కుంటోంది. గ్రీన్‌ల్యాండ్ మీద తనకు ఆధిపత్యం కావాలని కోరుకుంటున్నది ఇందుకే. గ్రీన్‌ల్యాండ్ లో అరుదైన మూలకాలతోబాటు వివిధ రకాలైన ఇతర ఖనిజాలను కూడా పొందడానికి అమెరికా ప్రయత్నిస్తోంది. చైనా తన సరఫరాను తాత్కాలికంగానైనా నిలిపివేయడంతో గ్రీన్‌ల్యాండ్ విషయంలో అమెరికా అంత ఆరాటాన్ని ప్రదర్శిస్తోంది. ఐతే ఈ ప్రత్యామ్నాయాలేవీ చైనానుండి వచ్చే సరఫరాతో సరితూగలేవు. ఎందుకంటే ప్రపంచ నిల్వల్లో సగానికి పైగానే అరుదైన మూలకాల నిల్వలు చైనా భూభాగంలో ఉన్నాయి. అమెరికా ఆరాటం అంతా వాటికోసమే. సామ్రాజ్యవాదం తక్కిన ప్రపంచం మీద ఆధిపత్యాన్ని చెలాయించడానికి ప్రయత్నించడం వెనుక మరొక కారణం కూడా ఉంది. రోజా లక్సెంబర్గ్ ఆ విషయాన్ని చక్కగా నొక్కి చెప్పారు. సంపన్న పెట్టుబడిదారీ దేశాలలో పెట్టుబడి పోగుబడడం అనేది దీర్ఘ కాలం కొనసాగేలా జరగాలంటే అవి తమ దేశాలకు వెలుపల ఉన్న పెట్టుబడిదారీ–పూర్వ సమాజాల మార్కెట్లలోకి చొరబడడం చాలా అవసరం. పెట్టుబడిదారీ వ్యవస్థలున్న దేశాల్లో కూడా మార్కెట్లు ఉన్నాయి. వాటి మీద పెత్తనం కోసం కూడా సంపన్న పెట్టుబడిదారీ దేశాలు ప్రయత్నిస్తాయి. ఐతే ప్రపంచీకరణ అమలౌతున్న ఈ కాలంలో మార్కెట్లు కూడా ప్రపంచీకరించబడ్డాయి. అందుచేత ప్రత్యేకంగా సంపన్న పెట్టుబడిదారీ దేశాలు ఈ మార్కెట్ల మీద తమ ఆధిపత్యం కోసం ప్రయత్నం ఏదీ చేయనవసరం లేదు. ఎటొచ్చీ వాటికి అవసరమైన ముడి సరుకుల విషయంలో మాత్రం సంపన్న పెట్టుబడిదారీ దేశాలకు మొత్తం ప్రపంచం మీద ఆధిపత్యం చెలాయించడం తప్ప వేరే మార్గం లేదు.

ఘనంగా అభయ అంజనేయ సహిత నవగ్రహ ప్రతిష్ఠా మహోత్సవం

కుత్బుల్లాపూర్, ఆగస్టు 04, (తెలంగాణ దిశ) : నిజాంపేట్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ పరిధిలోని బాచుపల్లి శ్రీ వరసిద్ధి వినాయక, అభయ అంజనేయ స్వామి దేవస్థానంలో సోమవారం అంజనేయ సహిత నవగ్రహ ప్రతిష్ఠా మహోత్సవాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు. ఆలయ ట్రస్టు ఆధ్వర్యంలో శ్రీ హెూమ్స్ కాలనీ, ఆలయ కమిటీ సభ్యుల ఆహ్వానం మేరకు ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ నియోజకవర్గ ఇంచార్జీ కోలన్ హన్మంత్ రెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ నియోజకవర్గ ప్రజలు ఎల్లప్పుడు సుఖ: సంతోషాలతో, ఆయురారోగ్యాలతో ఉండాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ కార్పొరేటర్ కోలన్ వీరేందర్ రెడ్డి, ఎన్ఎంసి అధ్యక్షులు కోలన్ రాజశేఖర్ రెడ్డి, జనరల్ సెక్రటరీ కోలన్ జీవన్ రెడ్డి, ఎన్ఎంసి మహిళ అధ్యక్షురాలు ఇందిరా, మహిళ ప్రధాన కార్యదర్శి యశోద కమిటీ సభ్యులు కాలనీ వాసులు పాల్గొన్నారు.

చర్లపల్లిలో ప్రత్యేక పారిశుధ్ధ్య పనులు

చర్లపల్లి, ఆగస్టు 04, (తెలంగాణ దిశ) : జిహెచ్ఎంసి కాప్రా సర్కిల్ పారిశుధ్య విభాగం ఆధ్వర్యంలో నాలుగవ విడతప్రత్యేక పారిశుధ్య పనులను సోమవారం డివిజన్ లో చేపట్టారు. ఇందులో భాగంగా బి ఎన్ రెడ్డి నగర్, రైల్వే విహార్ కాలనీ, ఈసి నగర్ లలో పేరుకుపోయిన చెత్తాచెదారాన్ని తొలగించారు.

రోడ్లపై ఏర్పడిన గుంతలను పూడ్చరు. డిసి జగన్, ఏఎంఓహెచ్ మధుసూదన్ రావు, ఈఈ నాగేందర్, ఏఈ స్రవంతి, వెటర్నరీ డాక్టర్ శ్రీనివాస రావు, ఎఫ్ఆర్ఓయు. బిడి లోకేష్ కుమార్, సుదర్శన్ పాల్గొన్నారు.

కూటమి టార్గెట్ అంతా రాయలసీమే..!

అనంతపురం,తెలంగాణ దిశ: కుంది. కడపలో కూడా వైసీపీ పట్టు నిలుపుకోలేకపో యింది. దాంతో మొన్నటి ఎన్నికల తర్వాత కూటమి కాన్సంట్రేషన్ ఓవర్ టు సీమ అయిపోయింది.వైసీపీని తిరిగి అక్కడ కోలుకోకుండా చేస్తే ఇంకో రెండు మూడు టర్మ్‌లు తమదే పవర్ అని అంచనా వేస్తోంది టీడీపీ. అందుకే అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత మొదటి మహానాడుకు కడపనే వేదికగా ఎంచుకుంది సైకిల్ పార్టీ. జగన్ కంచుకోటలో మూడురోజుల పాటు మహానాడు నిర్వహించి.. లక్షలాది మందితో సభ పెట్టి..జెండాలు, ఫ్లెక్సీలు, హోర్డింగ్‌లతో పసుపు మయం చేసి పబ్లిక్ అటెన్షన్ గ్రాబ్ చేసే ప్రయత్నం చేసింది. తెలుగుదేశం పుట్టాక చాలా నగరాల్లో మహానాడు పెట్టారు. కానీ ఫస్ట్ టైమ్ హిస్టరీలో సాధించనన్ని సీట్లు సాధించిన తర్వాత కడపను టార్గెట్ చేస్తూ బ్రహ్మాండంగా పార్టీ పండుగను నిర్వహించి వైసీపీకి తన సత్తా ఏంటో చూపించింది టీడీపీ. సేమ్‌టైమ్ జనసేన పరంగా డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ కూడా వరుసగా కడప పర్యటనలు చేస్తూ.. జగన్ అండ్ వైసీపీ నేతలకు వార్నింగ్‌లు ఇస్తూ వస్తున్నారు. ఇప్పుడు కూటమిలో మరో మిత్రపక్షం వంతు అన్నట్లుగా ఉంది. బీజేపీ కూడా కడప నుంచే తన కార్యాచరణకు రెడీ అవుతోంది. బీజేపీకి కొత్త అధ్యక్షుడిగా నియమితులైన పీవీఎన్ మాధవ్ రాష్ట్ర పర్యటనలకు సిద్ధం అవుతున్నారు. వాటిని కడప నుంచే మొదలు పెడతామని ప్రకటించారు. కడపను రాజకీయ కోణంలో కాకుండా ఆధ్యాత్మిక కోణంలో చూస్తున్నాం.. అందుకే కడపను ఎంచుకుంటున్నా మని చెబుతున్నారు.దేవుని తొలి గడప కడప అని మాధవ్ చెప్పారు. అందుకే సారథ్యం పేరుతో రాష్ట్ర పర్యటన త్వరలోనే మొదలవుతుందని అంటున్నారు. తొలి శాసనం దొరికిన జిల్లాగా అలాగే తెలుగు జాతి తెలుగు సంస్కృతికి ప్రధాన ద్వారంగా నిలిచిన కడప నుంచి పర్యటన స్టార్ట్ చేస్తామంటున్నారు. ఐదు విడతలుగా సారథ్యం కార్యక్రమం రాష్ట్రవ్యాప్తంగా కొనసాగనుంది. ఉత్తరాంధ్రకు చెందిన మాధవ్..అక్కడి నుంచే పార్టీ యాక్టివిటీస్‌ను మొదలెడతారని అంతా అనుకున్నారు. కానీ మాధవ్ తన తొలి రాష్ట్ర పర్యటనను రాయలసీమ నుంచి పైగా జగన్‌కు, వైసీపీకి హార్డ్ కోర్ జిల్లా అయిన కడప నుంచి ప్రారంభిస్తుండటం ఆసక్తికరంగా మారింది.కూటమి పార్టీలన్నీ తమ బలాన్ని పెంచుకోవడానికి కార్యక్షేత్రంగా కడపనే ఎంచుకుంటున్నాయి. పవన్ కూడా అనేక సార్లు రాయలసీమలో పర్యటిస్తూ వస్తున్నారు. కడపలో రచ్చబండ కార్యక్రమం పెట్టారు. ఆ మధ్యే కడప వెళ్ళి మరీ ఎంపీడీవో మీద జరిగిన దాడిని ఖండించి వచ్చారు పవన్. ఏకంగా రాయలసీమలోనే క్యాంప్ ఆఫీస్ పెడతా నంటూ ప్రకటించేశారు. రాయలసీమ మీ జాగీరు కాదు..గూండా గిరి చేస్తే ఊరుకునే ది లేదంటూ వార్నింగ్ ఇచ్చారు పవన్.

సీఎం రమేష్ టార్గెట్ ఎందుకు?

హైదరాబాద్,తెలంగాణ దిశ: సీఎం రమేశ్.. ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని అనకాపల్లి ఎంపీ.. 2024లో బీజేపీ తరఫున పోటీ చేసి భారీ మెజారిటీతో గెలిచారు. అంతకు ముందు టీడీపీలో ఉన్నారు. ఇక సీఎం రమేశ్ మొదటి నుంచి ఏ1 కాంట్రాక్టర్. అనేక కంపెనీలు ఉన్నాయి. తాజాగా అనకాపల్లి ఎంపీకి.. సిరిసిల్ల ఎమ్మెల్యే.. తెలంగాణ మాజీ ముఖ్యమంత్రి తనయుడు.. మాజీ ముఖ్యమైన మంత్రి కేటీఆర్‌కు మధ్య వివాదం తెలుగు రాష్ట్రాల్లో చర్చనీయాంశమైంది. హైదరాబాద్ ఫ్యూచర్ సిటీలో ఒక రోడ్ కాంట్రాక్ట్‌ను రిత్విక్ ప్రాజెక్ట్స్ సంస్థ దక్కించుకున్న విషయాన్ని ఆధారంగా చేసుకుని కేటీఆర్, రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వం, సీఎం రమేష్ మధ్య లింక్ పెట్టి విమర్శలు చేస్తున్నారు.రిత్విక్ ప్రాజెక్ట్స్ సంస్థ హైదరాబాద్‌లోని ఫ్యూచర్ సిటీలో ఒక రోడ్ కాంట్రాక్ట్‌ను దక్కించుకుంది. ఈ సంస్థ అనకాపల్లి ఎంపీ సీఎం రమేశ్‌కు చెందినది. ఈ కాంట్రాక్టు కూడా కాంపిటీటివ్ టెండర్ ప్రక్రియ ద్వారానే రిత్విక్ ప్రాజెక్ట్స్ దక్కించుకుంది. కానీ, తెలంగాణ మాజీ ముఖ్యమైన మంత్రి దీనిని జీర్ణించుకోలేకపోతున్నారు. తెలంగాణ సెంటిమెంటును మళ్లీ రగల్చాలి.. కాబట్టి.. రేవంత్, సీఎం రమేశ్‌కు లింకు పెట్టి విమర్శలు చేస్తున్నారు. దీని ఆధారంగా రచ్చ మొదలు పెట్టారు. ఒక బీజేపీ ఎంపీకి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కాంట్రాక్ట్ ఇచ్చిందని పేర్కొంటున్నారు. తద్వారా కాంగ్రెస్, బీజేపీ దోస్తీ అనే మెస్సేజ్‌ను కూడా ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లే ప్రయత్నం చేస్తున్నారు. అంతటితో ఆగకుండా హైదరాబాద్‌లోని కంచ గచ్చిబౌలి భూములను తాకట్టు పెట్టడానికి సీఎం రమేశ్ సహకరించారని అనుకుంటున్నారు. ఫలితంగా ఫ్యూచర్ సిటీ కాంట్రాక్టు సీఎం రమేశ్ కంపెనీకి గిఫ్ట్‌గా ఇచ్చారని కేటీఆర్ ఆరోపిస్తున్నారు.కేటీఆర్ ఆరోపణలకు కనీస లాజిక్ లేకుండా పోయినట్లుగా కనిపిస్తోంది. సీఎం రమేష్ వ్యక్తిగత హోదా లేదా వ్యాపారాలు ఈ వ్యవహారంలో ఎలా సహకరించాయో చెప్పలేకపోవడం ఇందుకు ఒక ఉదాహరణ. గతంలో సీఎం రమేశ్ తన సామాజికవర్గం సహకరిస్తుందని కొన్ని అంశాల్లో కేటీఆర్ సాయం అడిగారని, కానీ ఆయన అహంకారం వల్ల సహకారం అందలేదని ప్రచారం జరుగుతోంది. ప్రతిపక్షంలో ఉన్నాం కాబట్టి ప్రభుత్వంపై విమర్శలు చేయాలి కాబట్టి.. మనకు కలిసి వస్తుందని ఏది పడితే అది మాట్లాడితే విమర్శలు తప్పవు. కానీ, తెలివైన కేటీఆర్.. ఇటీవల సహనం కోల్పోయి ఇష్టానుసారం మాట్లాడుతున్నారు. సీఎం రేవంత్‌రెడ్డిని లక్ష్యంగా చేసుకుని ప్రతీ విషయంలో బురద చల్లే ప్రయత్నం చేస్తున్నారు.మొత్తంగా సీఎం రేవంత్‌రెడ్డిపై ఉన్న కోపాన్ని.. కేటీఆర్ అనకాపల్లి ఎంపీ సీఎం రమేశ్‌పై చూపుతున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఇలాంటి విమర్శలు, ఆరోపణలు కేటీఆర్‌కు మంచి చేయకపోగా.. ఆయన ఇమేజ్‌ను మరింత డ్యామేజ్ చేయడం ఖాయం.

మధ్యలో ఎంటరైన బండి: బీజేపీ ఎంపీ సీఎం రమేష్, మాజీ మంత్రి, బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ మధ్య మాటల యుద్ధంపై కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ స్పందించారు. ఆదివారం ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఇక తెలంగాణలో బీఆర్ఎస్ పార్టీ నడవడం కష్టం. సీఎం రమేష్ చెప్పింది వాస్తవమేనని అన్నారు.కేసీఆర్ తన కొడుక్కి మొదట టికెట్ ఇవ్వలేదు. సిరిసిల్లలో కేటీఆర్‌కు టికెట్ ఇప్పించింది సీఎం రమేష్. ఆయన వల్లే కేటీఆర్ ఎమ్మెల్యే అయ్యాడు. కేటీఆర్‌కు ఆయన ఆర్థిక సహాయంకూడా చేశారని బండి సంజయ్ అన్నారు. బీఆర్ఎస్‌ను బీజేపీలో విలీనం చేసుకునేది లేదు. బీఆర్ఎస్ అంటే.. బిడ్డా, అల్లుడు, కొడుకు.. అయ్య పార్టీ. ఆ పార్టీ నడిపే స్థితిలో లేరు. పూర్తిగా అవినీతిలో కూరుకుపోయి.. పార్టీని నడపడం వారికి చేతకావడం లేదని బండి సంజయ్ అన్నారు.సీఎం రమేష్ సవాల్ కు కేటీఆర్ సిద్ధమా.. లేదా అనేది చెప్పాలి. ఆయనతో కేటీఆర్ చర్చకు వస్తారా.. నేను మధ్యవర్తిగా ఉంటా. కరీంనగర్ లోనే వేదిక ఏర్పాటు చేస్తా. సీఎం రమేష్ ను తీసుకొస్తా. నువ్వు వస్తావా కేటీఆర్..? తేదీ నువ్వే చెప్పు.. మేము రెడీ. బీఆర్ఎస్ ను బీజేపీలో విలీనం చేస్తామన్నది వాస్తవం కాదా..? అంటూ బండి సంజయ్ ప్రశ్నించారు.సీఎం రమేష్ వ్యాఖ్యలపై రేవంత్ రెడ్డికి సంబంధం లేదు. కేటీఆర్ బాష సరిగా లేదు. సంస్కారంలేని సంస్కారహీనుడు అతను. ముఖ్యమంత్రిని హౌలే, వాడు, వీడు అనడం కరెక్ట్ కాదు. పోలీసులను పోలీసోడు అనడం కరెక్ట్ కాదు. కేటీఆర్ నీ బాష మార్చుకో. నేను హోం మినిస్టర్‌ను ఇలా చెప్పొద్దు.. కానీ,చెప్పాల్సి వస్తుంది.. నీ బాష తీరు మార్చుకోకపోతే దాడులు చేస్తాం అంటూ బండి సంజయ్ హెచ్చరించారు. వంద యూట్యూబ్ ఛానెళ్లు పెట్టుకొని హద్దులు మీరుతావా.. చూస్తూ ఊరుకోం అని బండి సంజయ్ అన్నారు.

సృష్టి కథ..ఇంతింత కాదయా..!

హైదరాబాద్,తెలంగాణ దిశ: హైదరాబాద్‌లో సంచలనం సృష్టించిన సృష్టి టెస్ట్ ట్యూబ్ బేబీ కేసులో పోలీసుల దర్యాప్తులో షాకింగ్ విషయాలు వెలుగులోకి వచ్చాయి. అసలు ఈ కేంద్రంలో టెస్ట్ ట్యూబ్ బేబీ (ఐవీఎఫ్) పద్ధతి జరగలేదని.. బయట వేరొకరికి పుట్టిన బిడ్డలను తీసుకొచ్చి, సంతానం లేని దంపతులకు అద్దె గర్భం ద్వారా పుట్టారని నమ్మించి ఇచ్చినట్లు పోలీసులు తేల్చారు. ఈ దారుణ మోసం ద్వారా డాక్టర్ నమ్రత దంపతుల నుంచి రూ.40 లక్షల వరకు వసూలు చేసినట్లు వెల్లడైంది. ఇది కేవలం వైద్య మోసం కాదని.. బిడ్డల అక్రమ రవాణాఅని పోలీసులు పేర్కొన్నారుఈ కేసు వివరాలను నార్త్ జోన్ డీసీపీ రష్మి పెరుమాళ్ మీడియాకు వెల్లడించారు. గోపాలపురంకు చెందిన ఒక జంట ఇచ్చిన ఫిర్యాదుతో సృష్టి టెస్ట్ ట్యూబ్ బేబీ సెంటర్‌పై రైడ్ చేశామని డీసీపీ తెలిపారు. రాజస్థాన్‌కు చెందిన ఒక దంపతులు ఆన్‌లైన్‌లో సృష్టి టెస్ట్ ట్యూబ్ సెంటర్ గురించి తెలుసుకుని డాక్టర్ నమ్రతను సంప్రదించారు. సరోగసి (అద్దె గర్భం) పద్ధతిలో పిల్లలు పుట్టించడానికి రూ.30 లక్షలు అవుతుందని నమ్రత వారికి చెప్పింది. దీంతో దంపతులు విజయవాడ వెళ్లి, అక్కడ తమ శాంపిల్స్ ఇచ్చారు. సరోగసి కోసం అద్దె గర్భం మోసే మహిళ దొరికిందని డాక్టర్ వారికి నమ్మబలికింది.కొన్ని నెలల తర్వాత బాబు పుట్టాడని ఆ జంటకు డాక్టర్ నమ్రత చెప్పింది. సిజేరియన్ ద్వారా డెలివరీ అయిందని అబద్ధం చెప్పి.. అదనంగా మరో రూ.10 లక్షలు వసూలు చేసింది. దీంతో మొత్తం రూ.40 లక్షలు దంపతుల నుంచి లాగేసింది. అయితే.. కొన్ని నెలల తర్వాత ఆ బాబు పోలికలు ఆ దంపతులకు అనుమానాస్పదంగా అనిపించాయి. దీంతో వారు డీఎన్ఏ టెస్ట్ చేయాలని డాక్టర్‌ను కోరారు. ఇందుకు నమ్రత అస్సలు ఒప్పుకోలేదు. దాంతో దంపతులు ఢిల్లీలో డీఎన్ఏ టెస్ట్ చేయించారు. ఆ పరీక్షలో ఆ బిడ్డ తమకు చెందినది కాదని.. మరొకరి డీఎన్ఏగా తేలడంతో దంపతులు డాక్టర్ నమ్రతను నిలదీశారు. అయితే.. నమ్రత తన కొడుకు జయంత్ కృష్ణతో కలిసి బాధితులను బెదిరింపులకు పాల్పడింది. జయంత్ కృష్ణ తాను న్యాయవాదినని చెప్పుకొని బెదిరించాడు.డాక్టర్ నమ్రత చేసింది నిజానికి సరోగసి కాదు. వేరే మహిళకు పుట్టిన బిడ్డను తీసుకొచ్చి, సరోగసి ద్వారా మీకు పుట్టిన బిడ్డ అని దంపతులను నమ్మించింది. ఢిల్లీకి చెందిన ఒక గర్భిణిని ఫ్లైట్‌లో వైజాగ్ తీసుకొచ్చి, అక్కడ డెలివరీ చేసి, ఆమెకు పుట్టిన బిడ్డను ఆ రాజస్థాన్ దంపతులకు ఇచ్చింది. బిడ్డను వద్దనుకున్న ఆ మహిళకు రూ.90 వేలు చెల్లించినట్లు పోలీసులు గుర్తించారు.సృష్టి టెస్ట్ ట్యూబ్ సెంటర్‌కు సరైన అనుమతులు లేవని, ఆ ఆస్పత్రి రిజిస్ట్రేషన్ సర్టిఫికెట్లకు 2021లోనే గడువు తీరిందని డీసీపీ రష్మి పెరుమాళ్ తెలిపారు. హైదరాబాద్ మెడికల్ ఆఫీసర్ వెంకట్ కూడా ఈ రైడ్‌లో పాలుపంచుకుని.. 2020లోనే వారి అనుమతులు ముగిశాయని, ఆసుపత్రి మూసేస్తున్నామని వారు చెప్పారని.. క్లోజింగ్ సర్టిఫికెట్ కూడా ఇచ్చామని చెప్పారు. అయినా అక్రమంగా టెస్ట్ ట్యూబ్ బేబీ సెంటర్‌ను నడుపుతున్నారని ఆయన అన్నారు. సెంటర్‌లో థియేటర్, అనస్థీషియా ల్యాబ్, బెడ్స్, 7 రకాల అనాలసిస్ చేసే ఎక్విప్‌మెంట్ ఉన్నాయని, డస్ట్ బిన్ చెక్ చేస్తే రెగ్యులర్ ప్రాసెస్ చేస్తున్నట్లు ఆధారాలు సేకరించామని పోలీసులు తెలిపారు. డాక్టర్ నమ్రతపై రెండు రాష్ట్రాల్లో 10కి పైగా కేసులు ఉన్నాయని, ఐవీఎఫ్ ఫెయిల్యూర్, సరోగసిలో అక్రమాలు వంటి కేసులు ఉన్నాయని డీసీపీ పేర్కొన్నారు. ఈ కేసులో ఇంకా చాలా మందికి పాత్ర ఉందని అనుమానాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. ఇలాంటి అక్రమ కార్యకలాపాలకు పాల్పడితే కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించారు. ఈ కేసులో ఇప్పటివరకు 8 మంది నిందితులను అరెస్ట్ చేసి, ఏడుగురిని రిమాండ్‌కు తరలించారు.

వీర్యాలు మార్చి దందా: సికింద్రాబాద్‌లోని రెజిమెంటల్‌బజార్‌లోని యూనివర్సల్ సృష్టి ఫెర్టిలిటీ సెంటర్ ఘటనలో విస్తుపోయే విషయాలు వెలుగులోకి వస్తున్నాయి. ఈ కేంద్రం నిర్వాహకురాలు డాక్టర్ నమ్రతతో పాటు ఇద్దరు ల్యాబ్ టెక్నీషియన్లను పోలీసులు అరెస్టు చేశారు. పోలీసులు, వైద్యాధికారులు పలు కీలక పత్రాలు, వీర్య కణాల శాంపిల్స్‌ను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. పోలీసుల దర్యాప్తులో సృష్టి టెస్ట్‌ట్యూబ్ బేబీ సెంటర్‌కు ఇండియన్ స్పెర్మ్ టెక్ సంస్థకు సంబంధాలు ఉన్నట్టు గుర్తించారు. అద్దె గర్భాల కోసం అక్రమంగా వీర్యాన్ని, అండాలను సేకరిస్తున్నట్టు తేలింది.వీర్యం దానం చేసేవారికి ఒక్కొక్కరికి రూ.5- 10 వేల వరకు ఇస్తున్నట్లు తెలిసింది. పోర్న్ వీడియోల చూపించి వారితో వీర్యం సేకరిస్తున్నట్లు విచారణలో వెల్లడైంది. వారి ఆరోగ్య పరిస్థితితో సంబంధం లేకుండా వీర్యం దానం చేస్తున్నట్లు తెలిసింది. ఇలా సేకరించిన వీర్య కణాలు, అండాలను గుజరాత్, మధ్యప్రదేశ్‌లకు తరలిస్తున్నట్టు గుర్తించారు. అనుమతులు లేకుండానే రెజిమెంటల్ బజార్‌లో ఇండియన్ స్పెర్మ్‌టెక్ సంస్థను నిర్వహిస్తున్నట్టు పోలీసుల విచారణలో తేలింది. దీంతో ఆ సంస్థ రీజినల్ మేనేజర్ పంకజ్ సోనీని నిందితుడిగా చేర్చారు. పంకజ్, సంపత్, శ్రీను, జితేందర్, శివ, మణికంఠ, బోరోలను పోలీసులు అరెస్టు చేశారు. ఈ అక్రమ దందాపై పోలీసులు మరింత లోతైన విచారణ జరుపుతున్నారు.

ఎఫ్ ఐ ఆర్ లో విస్తుపోయే నిజాలు: సికింద్రాబాద్‌లోని సృష్టి టెస్ట్ ట్యూబ్ బేబీ సెంటర్‌పై ఈనెల 25న గోపాలపురం పోలీసులు కేసు నమోదు చేశారు. రాజస్థాన్‌కు చెందిన బాధితురాలు సోనియా ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు పలు సెక్షన్ల కింద కేసు నమోదు చేశారు. రాజస్థాన్‌కు చెందిన సోనియా దంపతులు ఆగస్టు 2024న డాక్టర్ నమ్రతాను కలిశారు. తమకు సంతానం కావాలని, ఐవీఎఫ్ ప్రొసీజర్ ద్వారా సంతానం కలిగేలా చేయాలని కోరారు. దీంతో డాక్టర్ నమ్రతా ఐవీఎఫ్ ప్రొసీజర్ కోసం వారి నుంచి రూ.30లక్షలు డిమాండ్ చేసింది. దీంతో 15 లక్షల రూపాయలు చెక్కు రూపంలో, మిగిలిన 15 లక్షల రూపాయలు బ్యాంక్ అకౌంట్ ద్వారా దంపతులు ట్రాన్స్ఫర్ చేశారు. ప్రొసీజర్ లో భాగంగా విశాఖపట్టణంలో మరో బ్రాంచ్‌కు శాంపిల్ కలెక్షన్ కోసం ఆ దంపతులను పంపించారు. కేవలం మెడికల్ టెస్టుల కోసం రూ.66వేలు తీసుకున్నట్లు బాధితులు ఫిర్యాదులో పేర్కొన్నారు. పలుసార్లు విశాఖ సెంటర్‌కు పంపించినట్లు బాధితులు పేర్కొన్నారు.విశాఖలోని సృష్టి టెస్టు ట్యూబ్ బేబీ సెంటర్ ద్వారా గతంలో అనేక దారుణాలకు నిర్వాహకులు పాల్పడినట్లు వెలుగులోకి వచ్చింది. అంగన్వాడీ కేంద్రాల ద్వారా పేద మహిళలను టార్గెట్ చేసి అద్దె గర్భంతో ఆస్పత్రి నిర్వాహకురాలు లక్షలు సంపాదించినట్లు తెలుస్తోంది. గతంలో ఈ ఆస్పత్రిపై అనేక ఆరోపణలు వెల్లువెత్తాయి. విజయవాడలోనూ బెంజ్ సర్కిల్ సమీపంలో యూనివర్శల్ సృష్టి ఫెర్టిలిటీ అండ్ రీసెర్చ్ సెంటర్ ఉంది. 2015 నుంచి వీరి దందా కొనసాగుతున్నట్లు పోలీసుల విచారణలో వెల్లడయింది.

అప్పుల ఊబిలో బీహార్

రూ.70 వేల కోట్ల ఆర్థిక అవకతవకలు
నితీశ్ పాలనపై కాగ్ నివేదిక

పాట్నా : బీహార్‌లో నితీశ్ కుమార్ నేతృత్వంలోని డబుల్ ఇంజన్ ప్రభుత్వ హయాంలో పెద్ద ఎత్తున ఆర్థిక అవకతవకలు జరిగాయని కాగ్ ఎత్తిచూపింది. 2023–24 ఆర్థిక సంవత్సరానికి సంబంధించి బీహార్ ఫైనాన్సెస్‌పై రాష్ట్ర శాసనసభకు కాగ్ సమర్పించిన నివేదిక ప్రకారం గత సంవత్సరం మార్చి 31 నాటికి రూ.70,877.61 కోట్ల విలువ కలిగిన 49,649 యుటిలైజేషన్ సర్టిఫికెట్లు అపరిష్కృతంగా ఉన్నాయి. ప్రభుత్వ శాఖ పూర్తి చేసిన పనిని యుటిలైజేషన్ సర్టిఫికెట్ తెలియజేస్తుంది. అలా పూర్తి చేసిన పనులు ఉపయోగానికి అనువుగా ఉంటాయి. గత సంవత్సరం మార్చి 31 నాటికి రూ.184. 52 కోట్ల తాత్కాలిక అడ్వాన్సులు, రూ.25.46 కోట్ల అడ్వాన్సులను సర్దుబాటు చేయలేదని కూడా కాగ్ తెలిపింది. వివిధ శాఖల కింద సర్దుబాటు చేయని మొత్తాలను సర్దుబాటు చేసి, వాటిని సంబంధిత ట్రెజరీలో జమ చేయాల్సి ఉంటుందని పేర్కొంది.

పంచాయతీ రాజ్, విద్య, పట్టణాభివృద్ధి, గ్రామీణాభివృద్ధి, వ్యవసాయ శాఖలు ట్రెజరీలో నిధులను జమ చేయడంలో విఫలమయ్యాయని కాగ్ వేలెత్తి చూపింది. డిపాజిట్లపై తీసుకున్న రుణానికి సంబంధించి చెల్లించాల్సిన రూ.144.29 కోట్ల వడ్డీని కూడా ప్రభుత్వం చెల్లించలేదని చెప్పింది. అంతకుముందు సంవత్సరంతో పోలిస్తే 2023–24లో రాష్ట్ర అప్పులు 12.34 శాతం పెరిగాయని తెలిపింది. ప్రభుత్వం ఆదా చేసిన రూ.65,512.05 కోట్లలో కేవలం రూ.23, 875. 55 కోట్లు (36.4 శాతం) మాత్రమే సరండర్ చేసిందని పేర్కొంది. రాష్ట్రం చెల్లించాల్సిన మొత్తం అప్పులలో 59.26 శాతం అంతర్గత రుణాలేనని తెలియజేసింది. అంతకుముందు సంవత్సరంతో పోలిస్తే 2023–24లో అంతర్గత రుణం కింద నికర అప్పులు 13.51 శాతం (రూ.28,107.06 కోట్లు) పెరిగాయి. 2024 మార్చి 31 నాటికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కేంద్రం నుంచి రూ.3,32,740.90 కోట్ల రుణం తీసుకున్నదని కాగ్ తెలిపింది. స్థూల ద్రవ్య లోటు రూ.10,092.05 కోట్లు పెరిగింది. మొత్తంమీద బీహార్ ద్రవ్య లోటు రూ.35,659.83 కోట్లకు చేరింది. ఇందులో ఎక్కువ భాగం మార్కెట్ రుణాలు, కేంద్రం నుంచి తీసుకున్న అప్పులే. గత ఐదు సంవత్సరాల కాలంలో తీసుకున్న రుణాలలో 68 శాతం పాత అప్పులు తీర్చడానికే వెచ్చించారు.

2026 నాటికి స్టీల్ ప్లాంట్ పూర్తి

కడప,తెలంగాణ దిశ: వైఎస్సార్ కడప జిల్లా వాసులకు గుడ్ న్యూస్.. ఎన్నాళ్లు గానో ఎదురుచూస్తున్న తరుణం సమీపిస్తోంది. కడప జిల్లాలో స్టీల్‌ప్లాంట్ ఏర్పాటు విషయం చాలా రోజుల నుంచి నడుస్తున్న సంగతి తెలిసిందే. తాజాగా సున్నపురాళ్లపల్లెలో స్టీల్‌ప్లాంట్ ఏర్పాటుకు ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం చర్యలు ప్రారంభించింది. స్టీల్‌ప్లాంట్ ఏర్పాటుపై జేఎస్‌డబ్ల్యూ ప్రతిపాదనలకు ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం ఆమోదం తెలిపింది. స్టీల్ ప్లాంట్ ఏర్పాటు కోసం చేసిన ప్రతిపాదనలను ఆమోదిస్తూ.. ఏపీ పారిశ్రామికాభివృద్ధి పాలసీ ప్రకారం ప్రోత్సాహకాలు ఇవ్వాలని, చర్యలు తీసుకోవాలని విద్యుత్, పరిశ్రమలు, జలవనరులు, రెవెన్యూ, ఆర్థిక శాఖలను ప్రభుత్వం ఆదేశించింది. రూ.4,500 కోట్లతో సున్నపురాళ్లపల్లె వద్ద స్టీల్‌ప్లాంట్ తొలి దశ పనులు త్వరలోనే ప్రారంభం కానున్నాయి. రూ.11,850 కోట్లతో స్టీల్ ప్లాంట్ రెండో దశ నిర్మాణ పనులు చేపట్టనున్నారు. మరోవైపు సున్నపురాళ్లపల్లె వద్ద స్టీల్ ప్లాంట్ ఏర్పాటు కోసం జేఎస్‌డబ్ల్యూ సంస్థకు ఏపీ ప్రభుత్వం 1100 ఎకరాల భూమిని కేటాయించిన సంగతి తెలిసిందే. ఎకరా రూ. 5లక్షల చొప్పున ఈ భూమిని కేటాయించింది. 2026 జనవరి నాటికి కడప స్టీల్‌ప్లాంట్ తొలి దశ పనులు ప్రారంభించాల్సి ఉంది. అలాగే 2026 ఏప్రిల్ నాటికి పూర్తి చేయాలని నిర్దేశించారు. ఇక 2029 ఏప్రిల్ సమయానికి స్టీల్ ప్లాంట్ నుంచి ఉత్పత్తి ప్రారంభించాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు. జేఎస్‌డబ్ల్యూ ప్రతిపాదనలకు ఏపీ ప్రభుత్వం ఆమోదం తెలపటంతో సకాలంలో పనులు ప్రారంభమయ్యే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. స్టీల్ ప్లాంట్ ఏర్పాటు చేస్తున్న జేఎస్‌డబ్ల్యూ సంస్థకు ప్రోత్సాహకాలు ఇవ్వటంతో పాటుగా విద్యుత్, నీరు, ఇతరత్రా మౌలిక సదుపాయాలు కల్పించేందుకు ప్రభుత్వం చర్యలు చేపట్టింది. మరోవైపు సున్నపురాళ్లపల్లె వద్ద స్టీల్ ప్లాంట్ రెండో దశ పనులను 2031 జనవరి నాటికి మొదలుపెట్టనున్నారు. 2034 ఏప్రిల్ వచ్చేసరికి స్టీల్‌ప్లాంట్‌లో రెండో దశలోనూ ఉత్పత్తి ప్రారంభించాలని నిర్ణయించారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ రీఆర్గనైజేషన్ యాక్ట్, 2014లోని 13వ షెడ్యూల్ ప్రకారం కడప

స్టీల్‌ప్లాంట్ ఏర్పాటు చేయాలని నిర్ణయించారు.

ఈ క్రమంలోనే మూడు మిలియన్ టన్నుల వార్షిక ఉత్పత్తి సామర్థ్యంతో రెండు దశలలో కడప స్టీల్ ప్లాంట్ ఏర్పాటు చేయాలని నిర్ణయించారు. మొదటి దశలో ఒక మిలియన్ టన్నులు ఉత్పత్తి చేయాలని.. రెండో దశ కల్లా ఉత్పత్తి సామర్థ్యాన్ని మరో 2 మిలియన్ టన్నులకు పెంచుకోవాలని నిర్ణయించారు. ఇందుకోసం జేఎస్‌డబ్ల్యూ సంస్థకు 1100 ఎకరాల భూమిని 33 సంవత్సరాలు లీజుకు ఇచ్చారు. ఇక కడప స్టీల్‌ప్లాంట్ నిర్మాణానికి ఇప్పటికే పలుసార్లు శంకుస్థాపనలు చేశారు. 2023లో జేఎస్‌డబ్ల్యూ స్టీల్ లిమిటెడ్ భూమి పూజ చేసింది. తాజాగా జేఎస్‌డబ్ల్యూ ప్రతిపాదనలకు ఏపీ ప్రభుత్వం ఆమోదం తెలపటంతో పనులు వేగం పుంజుకోనున్నాయి. ఈ స్టీల్ ప్లాంట్ మొదటి దశ నిర్మాణం ద్వారా ప్రత్యక్షంగా 3,200 మందికి, పరోక్షంగా 25,000 మందికి ఉపాధి అవకాశాలు.లభిస్తాయని అధికారులు చెప్తున్నారు.

రేషన్‌లో రాగులు

ఆగస్టులో బియ్యం బదులుగా కేజీ పంపిణీ

శ్రీకాకుళం,తెలంగాణ దిశ: చౌక ధరల దుకాణాల ద్వారా ఆగస్టులో రాగులు పంపిణీ చేయాలని ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఉన్న అన్ని చౌక ధరల దుకాణాల కార్డు ఒక్కంటికీ కిలో రాగుల పంపిణీకి ఏర్పాట్లు చేసింది. కిలో రాగులు తీసుకున్న వారికి కిలో బియ్యం తగ్గించనుంది. గత వైసిపి ప్రభుత్వం 2,023 నుంచి ఏడాది పాటు రాగి పిండిని అందించింది. గతేడాది ఫిబ్రవరి నుంచి ఆపేసింది. టిడిపి కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత చౌక ధరల దుకాణాల ద్వారా కేవలం బియ్యం, పంచదార మాత్రమే అందిస్తోంది. గతేడాది డిసెంబరు, ఈ ఏడాది జనవరిలో మాత్రం కందిపప్పు ఇచ్చింది. ఇప్పుడు బియ్యం, పంచదారతోపాటు రాగులు అందించాలని నిర్ణయించింది. వైసిపి ప్రభుత్వంలో ఇచ్చిన రాగి పిండి నాణ్యతగా లేకపోవడంతో దీనిని తీసుకోవడానికి లబ్ధిదారులు ఆసక్తి చూపలేదు. దీంతో, డిపోల్లో నిల్వ చేసిన రాగి పిండి పాడైపోయింది. ఈ దృష్ట్యా తమకు రాగులు కావాలని డీలర్‌కు చెప్తే డిపోలకు ఆ మేరకు రాగులను ఇవ్వాలని అధికార యంత్రాంగం నిర్ణయించింది. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 29,796 చౌక ధరల దుకాణాల పరిధిలో 1,45,97,486 రేషన్ కార్డులు ఉన్నాయి. ఇందులో 4,29,79,897 మంది లబ్ధిదారులుగా ఉన్నారు. కార్డుదారులకు రాగులు అందించేందుకు ప్రభుత్వం 23,353 టన్నుల రాగులను కేటాయించాలని నిర్ణయించింది. అందులో ఇప్పటివరకు 1,774 టన్నులు విడుదల చేసింది. జిల్లాలకు 1,439 టన్నుల వరకు చేరింది. వీటిలో 1,343 టన్నులు ఎంఎల్‌ఎస్ (మండల లెవల్ స్టాక్ పాయింట్లు)కు చేరాయి. రాగులు అధికంగా పండించే శ్రీకాకుళం, విజయనగరం, విశాఖపట్నం జిల్లాల్లో సరిపడా నిల్వలు ఉండడంతో వాటినే లబ్ధిదారులకు అందించే ఏర్పాట్లు చేస్తున్నారు. మిగిలిన జిల్లాలకు ప్రభుత్వమే సేకరించి పంపిస్తోంది.

ఆగస్టులోనూ కందిపప్పు లేనట్టే!: రేషన్ దుకాణాల ద్వారా ఆగస్టులో కూడా లేనట్టేనని సమాచారం. కందిపప్పు ఎప్పుడు ఇస్తారో, ఏ నెల అందుతుందో తెలియని పరిస్థితి నెలకొంది. టిడిపి కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత 2024 డిసెంబర్‌లో 50 శాతం కుటుంబాలకు, 2025 జనవరిలో కార్డుదారులందరికీ దీనిని పంపిణీ చేసింది. ఆ తర్వాత నుంచి రేషన్‌లో కందిపప్పు ఇవ్వలేదు. ప్రజాపంపిణీ వ్యవస్థ (పిడిఎస్) ద్వారా ఆరు నెలలుగా కందిపప్పు పంపిణీ నిలిచిపోవడంతో కార్డుదారులు బయట మార్కెట్లో అధిక ధరకు కొనుగోలు చేయాల్సి వస్తోంది. బహిరంగ మార్కెట్లో కేజీ కందిపప్పు రూ.110 నుంచి రూ.135 ఉంది. ప్రభుత్వం రేషన్ దుకాణాల ద్వారా రాయితీపై కేజీ రూ.67కే అందించేది. రేషన్ షాపుల ద్వారా ప్రభుత్వం కందిపప్పు పంపిణీ ఆపేసిన తర్వాత బహిరంగ మార్కెట్లో ధరలను దృష్టిలో పెట్టుకుని జిల్లా అధికారులు స్థానికంగా ఉన్న రైతుబజార్ల ద్వారా గతంలో కందిపప్పు అందించేవారు. ఇప్పుడు అదీ ఆపెయ్యడంతో బయట మార్కెట్లోనే అధిక ధరకు కొనుగోలు చేయాల్సి వస్తోంది.

చెత్త తీసుకెళ్లి... బహుమతులు తీసుకోండి

గుంటూరు,తెలంగాణ దిశ: చెత్తే కదా అని వేస్తు కింద లెక్కగట్టకండి. చెత్త కాదు అది సంపద అంటోంది ఏపీ ప్రభుత్వం. అందుకే చెత్త సేకరణ చేస్తోంది. చెత్తతో సంపద తయారీ కేంద్రాలను కూడా నెలకొల్పుతోంది. ఇదే క్రమంలోనే గుంటూరు జిల్లా పొన్నూరును చెత్త రహిత పట్టణంగా మార్చేందుకు అధికారులు నడుం బిగించారు. పొన్నూరు మున్సిపాలిటీ ఐటీసీ సంస్థ మధ్య ఒప్పందం కుదిరింది. ఇక ఒప్పందంలో భాగంగా పొన్నూరు పరిధిలోని ప్రభుత్వ పాఠశాలల విద్యార్థులకు చెత్త సేకరణపై ఐటీసీ ప్రతినిధులు అవగాహన కల్పిస్తారు. అలాగే ఓ సంచి అందిస్తారు. స్కూలుకు వచ్చేటప్పుడు ఈ సంచీలో ఇంటి నుంచి పొడి చెత్తను తీసుకురావాల్సి ఉంటుంది. ఆ చెత్తను తూచి వారికి బహుమతులు అందిస్తారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాన్ని స్వచ్ఛాంధ్రప్రదేశ్‌గా మార్చాలనే పట్టుదలతో ఏపీ ప్రభుత్వం అనేక చర్యలు చేపడుతోంది. అందులో భాగంగా స్వచ్ఛాంధ్ర – స్వర్ణాంధ్ర అనే కార్యక్రమాన్ని ఇప్పటికే అమలు చేస్తున్నారు. అలాగే చెత్త వేస్తే నిత్యావసరాలు ఉచితంగా పంపిణీ చేసే స్వచ్ఛ రథం కార్యక్రమాన్ని గుంటూరు గ్రామీణ మండలంలో ఇటీవల పైలెట్ ప్రాజెక్టు కింద ప్రారంభించారు.

వీటితో పాటుగా చెత్త నుంచి సంపద తయారీ కేంద్రాలను కూడా నెలకొల్పుతున్నారు. తాజాగా గుంటూరు జిల్లా పొన్నూరును చెత్తరహిత పట్టణంగా మార్చే ప్రయత్నాలు మొదలయ్యాయి. పొన్నూరులో తడి, పొడి చెత్తలను సేకరించి డంపింగ్‌యార్డుకు తరలిస్తూ ఉంటారు. అయితే ఇక్కడి నుంచి వ్యర్థాల తొలగింపు లేకపోవటంతో డంపింగ్ యార్డులో చెత్త గుట్టలు గుట్టలుగా పెరిగిపోయింది. ఈ స్థాయిలో చెత్తను బయటకు తరలించాలంటే పొన్నూరు మున్సిపాలిటీకి ఆర్థికంగా ఇబ్బందిగా మారింది. ఈ నేపథ్యంలోనే పొన్నూరు మున్సిపాలిటీ అధికారులు కీలక నిర్ణయం తీసుకున్నారు. చెత్తను తరలించేందుకు ఐటీసీ సంస్థతో పొన్నూరు మున్సిపాలిటీ అవగాహన ఒప్పందం కుదుర్చుకుంది. ప్రభుత్వ సూచనలతో పొన్నూరు మున్సిపాలిటీ, ఐటీసీ మధ్య ఒప్పందం కుదిరింది. ఈ నేపథ్యంలో చెత్త సేకరణకు కొత్త విధానాన్ని పొన్నూరు మున్సిపాలిటీలో పైలెట్ ప్రాజెక్టుగా అమలు చేయనున్నారు. ఇక్కడి నుంచి వచ్చే ఫలితాల ఆధారంగా మరికొన్ని చోట్ల ఇదే తరహా విధానాన్ని అమలు చేసే అవకాశాలు ఉన్నాయి. ఈ విధానంలో భాగంగా పొన్నూరులోని స్కూళ్ల విద్యార్థుల నుంచి చెత్త సేకరించి వారికి ప్రోత్సాహకాలు అందించనున్నారు. పొన్నూరు పరిధిలోని జిల్లా పరిషత్, మున్సిపాలిటీ, ప్రాథమిక పాఠశాలల్లో సుమారుగా 1500 మంది విద్యార్థులు చదువుకుంటున్నట్లు అంచనా. ఐటీసీ ప్రతినిధులు ప్రభుత్వ పాఠశాలలను సందర్శించి విద్యార్థులకు చెత్త సేకరణ, వాటి నుంచి సంపద ఎలా సృష్టించవచ్చో అవగాహన కల్పిస్తారు. అలాగే ప్రతి విద్యార్థికి ఓ సంచీని అందజేయనున్నారు. రోజూ ఉదయం పాఠశా లకు వచ్చే సమయంలో విద్యార్థులు ఆ సంచీలో తమ ఇంటి నుంచి పొడి చెత్తను తీసుకుని రావాల్సి ఉంటుంది. అలా తీసుకువచ్చిన పొడిచెత్తను తూకం వేసి.. ఆ బరువు ప్రకారం విద్యార్థులకు ప్రోత్సాహకాలు అందిస్తారని పొన్నూరు మున్సిపాలిటీ అధికారులు తెలిపారు. లాగే మున్సిపాలిటీలోని ప్రతి ఇంటికి వెళ్లి మున్సిపాలిటీ అధికారులు, ఐటీసీ ప్రతినిధులు చెత్త సేకరణ, ఉపయోగాలపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పిస్తారు. అలాగే సేకరించిన తడిచెత్తను సేంద్రీయ ఎరువుగా మార్చే ప్రయత్నం చేస్తామని పొన్నూరు మున్సిపాలిటీ అధికారులు తెలిపారు.

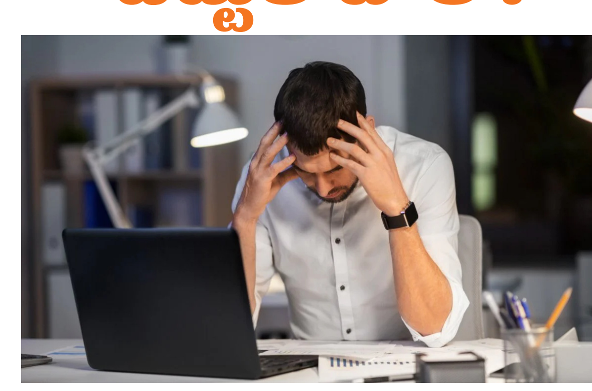
నిర్బంధ పి–4

రాష్ట్రంలో పేదరిక నిర్మూలనకు టిడిపి కూటమి ప్రభుత్వం 'వినూత్నం'గా ముందుకు తీసుకొచ్చిన పి–4 విధానం బూంరాంగ్ అయినట్లే కనిపిస్తోంది. సమాజంలో ఆర్థికంగా అట్టడుగున కడు దరిద్రంలో మగ్గుతున్న కుటుంబాలను అక్కున చేర్చుకొని వారిని పేదరికం నుంచి బయట పడేయాలన్న సర్కార్ పిలుపుపై కార్పొరేట్ల, సంపన్నుల నుంచి స్పందన నామమాత్రంగా ఉంది. ఏదొక విధంగా పరువు నిలుపుకు నేందుకు ప్రభుత్వం ఉద్యోగులకు, ఉపాధ్యాయులకు బలవంతంగా దత్తత టార్గెట్లు ఫిక్స్ చేస్తూ సర్క్యులర్లు, మెమోలు, ఆదేశాలు జారీ చేస్తుండటంతో ఒక్కసారిగా కలకలం బయలుదేరింది. ఒక్కో ప్రధానోపాధ్యాయుడు కనీసం ఐదు పేద కుటుంబాలను, ఒక ఉపాధ్యాయుడు రెండు కుటుంబాలను, గ్రామ, వార్డు సచివాలయ కార్యదర్శి రెండు కుటుంబాలను దత్తత తీసుకోవాలని నిర్దేశించడంతో పాటు రెండు రోజుల్లో ఆన్‌లైన్‌లో రిజిస్ట్రేషన్‌లు పూర్తి కావాలని ఉన్నతాధికారుల నుంచి హుకుం జారీ అయింది. ఈ హఠత్పరిణామంతో ప్రభుత్వ యంత్రాంగంలో నిరసనలు పెల్లుబుకుతున్నాయి. డిఎలు, బకాయిలు, సంబంధం లేని విధులే కాకుండా తమపై ఈ అదనపు భారమేంటన్న ఆందోళనలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. నష్ట నివారణా చర్యగా పి–4 వైస్ ఛైర్మన్ సోమవారం హుటాహుటిన జోక్యం చేసుకొని దత్తత బలవంతం కాదు, స్వచ్ఛందమేనని వివరణ ఇచ్చుకోవాల్సి వచ్చింది.

టిడిపి కూటమి పీఠమెక్కాక ప్రకటించిన 'స్వర్ణాంధ్ర విజన్ 2047' పత్రంలో పి–4ను ప్రముఖంగా చేర్చారు. సమాజంలో ఆర్థికంగా ఉన్నతంగా పై స్థాయిలో ఉన్న పది శాతం మంది సంపన్నులు, ఆర్థికంగా దిగువనున్న 20 శాతం పేద ప్రజలకు చేయూతనిచ్చి దరిద్రం నుంచి విముక్తులను చేసే కార్యక్రమమే పి–4. పేదలను బంగారు కుటుంబాలని, సంపన్నులను మార్గదర్శకులని పేర్కొన్నారు. బంగారు కుటుంబాల గుర్తింపునకు ప్రత్యేక సర్వేలు సైతం నిర్వహించారు. కొన్ని నెలలైనా బంగారు కుటుంబాలను దత్తత తీసుకొనేందుకు మార్గదర్శకుల్లో ఆసక్తి కానరాకపోవడంతో ముఖ్యమంత్రే స్వయంగా, తాను, తన కుటుంబం కలిసి కొన్ని బంగారు కుటుంబాలను దత్తత తీసుకుంటామని ప్రకటించినా మార్గదర్శకుల్లో కదలిక కనిపించలేదు. మంత్రులు, అధికార కూటమి ఎంఎల్‌ఎలు, ఎంపిలు, ఎంఎల్‌సిలు సైతం ముఖం తిప్పుకుంటున్నారు. పి–4 విషయంలో వైఫల్యం మూటగట్టుకోక తప్పదని గ్రహించారో ఏమో, ఉద్యోగులు, ఉపాధ్యాయులపై పడ్డారు. ఆగస్టు 15 నాటికి 15 లక్షల బంగారు కుటుంబాల దత్తత పూర్తి కావాలన్న లక్ష్యం నెరవేరేందుకు ప్రభుత్వ శాఖాధిపతులను సర్కారు రంగంలోకి దించింది. ప్రతి ఉద్యోగికి బంగారు కుటుంబాల దత్తత టార్గెట్లు ప్రభుత్వ నిర్బంధం కిందికొస్తుంది. పి–4 పాలసీ ప్రభుత్వం ప్రజా సంక్షేమం పట్ల తన బాధ్యతల నుంచి తప్పించుకునే ప్రయత్నం. పేదరిక నిర్మూలన జరగాలంటే ప్రజలకు ఉద్యోగ, ఉపాధి కల్పన, ఆదాయాల వృద్ధికి పటిష్టమైన చర్యలు చేపట్టకుండా జీరో పావర్టీ అసాధ్యం. భూపంపిణీ, నిజ వేతనాల పెంపు ప్రజల్లో కొనుగోలు శక్తిని పెంచుతాయి. అధిక ధరలు ప్రజలను తిండికి సైతం దూరం చేస్తున్నాయి. విద్య, వైద్యం వంటి ప్రాథమిక అవసరాలు ప్రభుత్వరంగంలో అందుబాటులో ఉంటే కొత్తగా పేదలు పుట్టుకొచ్చే అవకాశం ఉండదు. ఇటువంటి మౌలిక అంశాలను వదిలేసి 2029 నాటికి జీరో పావర్టీ నినాదం మభ్యపెట్టేందుకే.

ప్రభుత్వానికి వేల కోట్ల రూపాయల పన్నులు ఎగ్గొడుతున్న, శ్రామికులకు కనీస వేతనాలు కూడా చెల్లించని కార్పొరేట్లు, సంపన్నులు మార్గదర్శకులెలా కాగలుగు తారు? భూములను, సహజ వనరులను కార్పొరేట్లకు ధారాదత్తం చేస్తున్న ప్రభుత్వం, ఆ కార్పొరేట్లతో బంగారు కుటుంబాలను దత్తత తీసుకోమనడం వారి దోపిడీకి ప్రాయశ్చిత్తమే అవుతుంది. ప్రజలను దానాలు స్వీకరించే బిచ్చగాళ్లుగా మారుస్తుంది. కార్పొరేట్ల సామాజిక బాధ్యత అనేది కూడా ట్యాక్స్‌లు ఎగ్గొట్టే ఎత్తు తప్ప అందులో నిజమైన సామాజిక బాధ్యత లేదు. కార్పొరేట్లు, సంపన్నులు ఎగ్గొట్టే పన్నులను వసూలు చేసి, వారికి ఇచ్చే అపరిమితమైన రాయితీలను పేదలకు మళ్లించి ఖర్చు చేస్తే పేదలకు మార్గదర్శకుల అవసరం ఉండదు. సెర్ప్, మెప్మా వంటివి కొన్ని దశాబ్దాలుగా అమల్లో ఉన్నా పేదరికం తగ్గింది లేదు. పేదరిక నిర్మూలనకు ప్రభుత్వానికి కావాల్సింది ఆచరణాత్మక చిత్తశుద్ధి.

కోపాన్ని అదుపులో పెట్టుకోవాలి !



కోపాన్ని మనసు నుంచి తొలగించుకొనేందుకు మనిషికి నిరంతర సాధన చేయాలి. అలా చేస్తే శరీరం అదుపులోకి వస్తుంది. కోపం జయిస్తే ఇంద్రియాలను జయించవచ్చు. వసిష్ఠుడి మీద కోపంతో విశ్వామిత్రుడు ఘోర తపస్సు చేశాడు. పరమశివుడు ప్రత్యక్షం కాగా ధనుర్వేద రహస్యాలను బోధించమని కోరతాడు. శివుడు అంగీకరించి అన్ని అస్త్ర విద్యలను సిద్ధింప జేస్తాడు. ఆ అస్త్రాలను వసిష్ఠుడిపై ప్రయోగించగా ఆయన తన తపశ్శక్తితో వాటిని నిలువరిస్తాడు. క్షత్రియుడిగా ఉండి బ్రహ్మర్షిని జయించడం కష్టమని విశ్వామిత్రుడు తెలుసుకుంటాడు. బ్రహ్మర్షిగా మారడానికి దీర్ఘకాలం తపోదీక్ష వహిస్తాడు. బ్రహ్మ ప్రత్యక్షమై బ్రహ్మర్షిత్వాన్ని పొందావని చెప్పినా అతడిలో పూర్తిగా సంతోషం కలగదు. వసిష్ఠుడితో 'బ్రహ్మర్షీ!' అని పిలిపించుకోవాలని ఉందన్న కోరికను తెలియజేస్తాడు. వసిష్ఠుడు అలాగేనని పలుకుతాడు. అయితే ఆయన పూర్తిగా క్రోధాన్ని విడిచిపెట్టాడో లేదో తెలుసుకోవాలనే ఉద్దేశంతో విశ్వామిత్రుడు తనవద్దకు వస్తేనే బ్రహ్మర్షీ అని పిలుస్తానని చెబుతాడు. విశ్వామిత్రు డు వసిష్ఠుడి వద్దకు వెళ్లగా ఎందుకు వచ్చావంటూ ప్రశ్నించి దూరంగా పొమ్మంటాడు. ఆయన వెళ్లబోతుండగా మరలా రమ్మంటాడు. ఇలా పదేపదే చేసినా విశ్వామిత్రుడి ముఖంలో ప్రశాంతత చెదరకపో యేసరికి నిజంగానే బ్రహ్మర్షివయ్యావంటూ అభినందిస్తాడు. పతన హేతువైన క్రోధాన్ని గెలిచి చూడు, నువ్వే విశ్వామిత్రుడివవుతావు. అందుకే మనలో ఉన్న క్రోధాన్ని జయిస్తే..ప్రపంచాన్ని జయించడమే కాదు..భగవంతుడినీ జయించవచ్చు.

మందార పువ్వుల టీని రోజూ తాగితే ఇన్ని లాభాలు ఉన్నాయా..?

మందార పువ్వులను చాలా మంది దేవుడి పూజ కోసం వినియోగిస్తారు. లేదా ఆ పువ్వులతో ఇంట్లో అలంరరణలు చేస్తారు. అయితే ఆయుర్వేద పరంగా మందార పువ్వులతో అనేక ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఈ పువ్వుల్లో ఉండే పోషకాలు మనకు కలిగే పలు వ్యాధులను నయం చేస్తాయని అంటున్నారు. మందార పువ్వుల్లో అనేక సమ్మేళనాలు ఉంటాయి. ఇవి రోగాలను తగ్గిస్తాయి. మందార పువ్వుల టీ పొడి మనకు మార్కెట్‌లో లభిస్తుంది. దీంతో టీ తయారు చేసుకుని తాగితే అనేక లాభాలు ఉంటాయి. ఈ పువ్వుల టీలో ఆంథో సయనిన్స్, పాలిఫినాల్స్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి యాంటీ ఆక్సిడెంట్ల జాబితాకు చెందుతాయి. ఇవి రక్త నాళాలను వెడల్పుగా చేస్తాయి. దీంతో రక్త సరఫరా మెరుగు పడుతుంది. బీపీ తగ్గుతుంది. ఫలితంగా గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. హార్ట్ ఎటాక్ రాకుండా నివారించవచ్చు.

గుండె ఆరోగ్యానికి..: మందార పువ్వుల టీని రోజూ సేవిస్తుంటే బీపీ నియంత్రణలో ఉంటుంది. దీంతోపాటు గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఈ పువ్వుల్లో ఉండే ఫ్లేవనాయిడ్స్, ఆంథో సయనిన్స్, విటమిన్ సి శక్తివంతమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్ల మాదిరిగా పనిచేస్తాయి. అందువల్ల ఈ పువ్వులతో తయారు చేసిన టీ ని సేవిస్తుంటే శరీరంలో ఉత్పత్తి అయ్యే ఫ్రీ ర్యాడికల్స్ నిర్మూలించబడతాయి. దీని వల్ల ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. కణాలకు జరిగే నష్టం నివారించబడు తుంది. శరీరంలోని వాపులు తగ్గుతాయి. తీవ్రమైన, ప్రాణాంతకమైన వ్యాధులు రాకుండా సురక్షితంగా ఉండవచ్చు. ఈ పువ్వుల్లో ఉండే సమ్మేళనాలు మన శరీరంలో ఉండే చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గిస్తాయి. మంచి కొలెస్ట్రాల్‌ను పెంచుతాయి. దీంతో రక్త నాళాల్లో ఉండే అడ్డంకులు తొలగిపోతాయి. దీని వల్ల గుండె పోటు రాకుండా చూసుకోవచ్చు. గుండె పనితీరు మెరుగు పడుతుంది.

లివర్ పనితీరుకు..: మందార పువ్వులు లివర్ ఆరోగ్యానికి కూడా ఎంతో మేలు చేస్తాయి. అధ్యయనాలు చెబుతున్న ప్రకారం ఈ పువ్వుల టీని సేవిస్తుంటే లివర్‌లో ఉండే కొవ్వు కరుగుతుంది. లివర్‌లోని టాక్సిన్లు బయటకు వెళ్లిపోతాయి. ఫ్యాటీ లివర్ ఉన్నవారికి ఎంతగానో మేలు జరుగుతుంది. ఆ వ్యాధి నుంచి త్వరగా కోలుకుంటారు. లివర్ డ్యామేజ్ అవకుండా ఉంటుంది.

అధిక బరువును తగ్గించేందుకు కూడా ఈ టీ ఎంతో మేలు చేస్తుంది. బరువు తగ్గాలనుకునే వారు మందార పువ్వుల టీని రోజూ తాగుతుండాలి. దీని వల్ల శరీరంలో కొవ్వు చేరకుండా ఉంటుంది. ఫలితంగా బరువు తగ్గుతారు. ఈ టీలో డైయురెటిక్ గుణాలుఉంటాయి. అందువల్ల శరీరంలోఅధికంగా ఉండేనీరు బయటకు పోతుంది. దీంతోబరువు తగ్గుతారు. అలాగే షుగర్ లెవల్స్ సైతం నియంత్రణలో ఉంటాయి. డయాబెటిస్ ఉన్నవారు ఈ టీని రోజూ తాగుతుంటే షుగర్‌ను కంట్రోల్‌లో ఉంచుకోవచ్చు. ముఖ్యంగా టైప్ 2 డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి మేలు జరుగుతుంది.

రోగ నిరోధక శక్తికి..: మందార పువ్వుల టీలో విటమిన్ సి అధిక మొత్తంలో ఉంటుంది. ఇది రోగ నిరోధక వ్యవస్థను పటిష్టంగా మారుస్తుంది. తెల్ల రక్త కణాలు ఉత్పత్తి అయ్యేలా చేస్తుంది. దీంతో శరీరం ఇన్‌ఫెక్షన్లకు వ్యతిరేకంగా పోరాడుతుంది. రోగాలు తగ్గుతాయి. ముఖ్యంగా సీజనల్ వ్యాధులు అయిన దగ్గు, జలుబు, ఫ్లూ నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. అలాగే జ్వరం నుంచి కూడా త్వరగా కోలుకుంటారు. మందార పువ్వుల్లో అధికంగా ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఇంకా విటమిన్ సి శరీరంలోని ఫ్రీ ర్యాడికల్స్‌ను నిర్మూలించి చర్మ కణాలను రక్షిస్తాయి. చర్మం సాగే గుణాన్ని పొందుతుంది. దీంతో చర్మ కాంతి పెరిగి సహజసిద్ధమైన నిగారింపు వస్తుంది. యవ్వనంగా కనిపిస్తారు. ఈ పువ్వుల్లో ఉండే యాంటీ ఇన్‌ఫ్లామేటరీ గుణాలు చర్మంపై ఉండే వాపులను తగ్గిస్తాయి. చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి.

ప్రతిరోజూ 7వేల అడుగులు నడిస్తే

ఎన్ని ప్రయోజనాలో తెలుసా?

అధ్యయనంలో కీలక విషయాలు వెలుగులోకి..!

నడక ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిదనే విషయం అందరికీ తెలుసు. నడకతో అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలున్నాయి. గుండె ఆరోగ్యం మెరుగుపడడం, బరువు తగ్గడం, మానసిక ఆరోగ్యం మెరుగవుతుంది. తాజాగా ఓ అధ్యయనం ప్రకారం.. ప్రతిరోజూ 7వేల అడుగులు వేయడం వల్ల క్యాన్సర్, డయాబెటిస్, డిప్రెషన్, డిమెన్షియా తదితర తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యల ప్రమాదాన్ని తగ్గించవచ్చని వెల్లడైంది. ఈ అధ్యయనం ప్రచురితమైంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా 1,60,000 మందికిపైగా చేసిన 57 పరిశోధనలను విశ్లేషించిన అనంతరం ఈ అధ్యయనం ఫలితాలను ప్రచురించారు.

ఆరోగ్య ప్రయాజనాలు ఇవే..: ఈ అధ్యయనం ప్రకారం రోజుకు కనీసం 7వేల అడుగులు నడిస్తే గుండెజబ్బులు తగ్గే అవకాశం 25 శాతం ఉంటుంది. క్యాన్సర్ ప్రమాదం 6శాతం, టైప్-2 డయాబెటిస్ 14శాతం తగ్గుతుందని పేర్కొంది. డిమెన్షియా ప్రమాదం 38 శాతం, డిప్రెషన్ 22శాతం, కాలుజారిపడే ఘటనలు 28శాతం తగ్గుతుందని.. అంతేకాకుండా మరణం సంభవించే అవకాశాన్ని దాదాపు 50శాతం వరకు తగ్గించవచ్చని అధ్యయనం తెలిపింది. అయితే, ప్రస్తుతం రోజుకు 10వేల అడుగులు సాధారణంగా లక్ష్యమని.. అయితే, తక్కువ శారీకశ్రమ చేసే వారికి ఇది సాధ్యం కాకపోవచ్చు. అయితే, 7వేల అడుగులు మాత్రం ప్రతి ఒక్కరికీ నడవగలరని పరిశోధకులు పేర్కొంటున్నారు.

పరిశోధకులు ఏమన్నారంటే..?: ఆస్ట్రేలియాలోని సిడ్నీ విశ్వవిద్యాలయం %జష్త్ముతీశ్రీవం ్రావతీఎఱఅం జవత్‌వతీ%కి చెందిన ప్రొఫెసర్ డింగ్ డింగ్ మాట్లాడుతూ 10వేల అడుగులు నడవడం చురుగ్గా ఉన్న వ్యక్తులకు సరిపోతుందని.. కానీ, రోజుకు 7వేల అడుగులు నడవడం కూడా ఆరోగ్యాన్ని గణనీయంగా మెరుగుపరుస్తుందన్నారు. ఇది సాధారణ వ్యక్తులకు కూడా సాధ్యమన లక్ష్యమని చెప్పారు. కేవలం 2వేల అడుగులు నడిచే వారి కంటే 4వేల అడుగులు నడిచే వారిలో మెరుగైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కనిపించాయన్నారు.

కొన్ని సందర్భాల్లో.. ముఖ్యంగా గుండె సంబంధిత సమస్యలున్న వారిలో 7వేల అడుగులకు మించి నడవడం వల్ల మేలు కలుగుతుందన్నారు. అయితే ఎక్కువ శాతం సమస్యలున్న వారిలో 7వేల అడుగులు నవడం ద్వారా మంచి ప్రయోజనాలు ఉన్నట్లు అధ్యయనంలో వెల్లడైందని తెలిపారు.

పరిమితులపై పరిశోధకులు స్పందన..: ఈ అధ్యయనంలో కొన్ని పరిమితులను సైతం పరిశోధకులు గుర్తించారు. ముఖ్యంగా క్యాన్సర్, డిమెన్షియా వంటి అంశాల్లో వయసు ఆధారంగా విశ్లేషణలు తక్కువగా ఉండడం వల్ల కొంత ప్రభావం చూపిందని తెలిపారు. ఇప్పటికీ, రోజువారీ అడుగులను లెక్కించడం అనేది శారీరక వ్యాయామాన్ని కొలిచే సులభమైన మార్గమని పరిశోధకులు పేర్కొన్నారు. ఈ ఫలితాలు భవిష్యత్తులో ప్రజారోగ్య మార్గదర్శకాలను రూపొందించడంలో కీలకంగా మారే అవకాశం ఉందని చెబుతున్నారు. నడకను ప్రోత్సహించేలా సాధ్యమైన, సమర్థవంతమైన పరిష్కారంగా ఈ అధ్యయనం నిలుస్తుందని పేర్కొంటున్నారు.

ఈ సీజన్‌లో బొప్పాయి ఆకుల రసాన్ని రోజూ తాగాల్సిందే

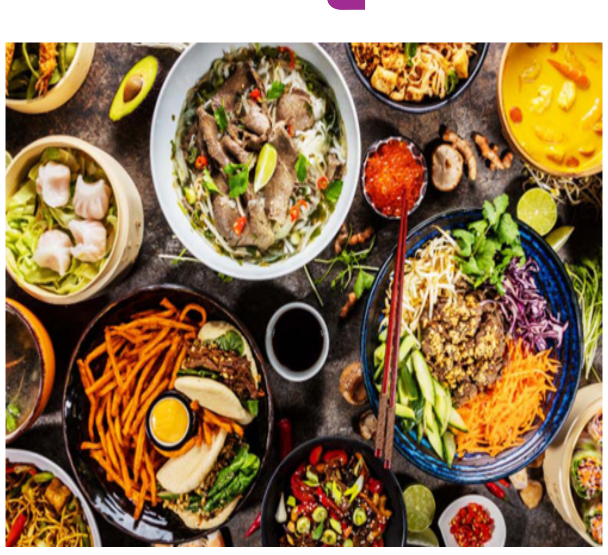
వర్షాకాలంలో మనకు అనేక వ్యాధులు వస్తుంటాయి. దగ్గు, జలుబు వంటి సీజనల్ వ్యాధులతోపాటు దోమల ద్వారా, కలుషిత ఆహారం, నీరు ద్వారా జ్వరాలు వస్తుంటాయి. ముఖ్యంగా మలేరియా, డెంగీ, టైఫాయిడ్ వంటి విష జ్వరాల బారిన పడుతుంటారు. సాధారణంగా రోగ నిరోధక శక్తి అధికంగా ఉంటే ఈ వ్యాధులు మనల్ని ఏమీ చేయలేవు. కానీ రోగ నిరోధక శక్తి తక్కువగా ఉన్నవారికి ఈ వ్యాధులకు చెందిన లక్షణాలు త్వరగా కనిపిస్తాయి. అలాగే ఈ రోగాల బారి నుంచి బయట పడేందుకు సమయం కూడా ఎక్కువగా పడుతుంది. కనుక ఈ సీజన్‌లో రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచే ఆహారాలను తీసుకోవాలి. అలాంటి ఆహారాల్లో బొప్పాయి ఆకులు కూడా ఒకటి. బొప్పాయి ఆకుల్లో ఎన్నో ఔషధ గుణాలు ఉంటాయి. మనకు కలిగే అనేక వ్యాధులను తగ్గించడంలో బొప్పాయి ఆకులు అద్భుతంగా పనిచేస్తాయని ఆయుర్వేద వైద్యులు చెబుతున్నారు. బొప్పాయి ఆకుల రసాన్ని 5 నుంచి 10 ఎంఎల్ మోతాదులో తీసుకుని ఒక గ్లాస్ నీటిలో కలిపి రోజూ ఉదయం, సాయంత్రం భోజనం చేసిన తరువాత తాగాల్సి ఉంటుంది. దీంతో అనేక లాభాలను పొందవచ్చు.

ప్లేట్‌లెట్ల సంఖ్య పెరిగేందుకు..: విష జ్వరాల బారిన పడిన వారిలో సాధారణంగా ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్ పడిపోతుంది. డెంగీ వంటి వ్యాధులు వస్తే ప్లేట్‌లెట్లు ఇంకా ఎక్కువగా వేగంగా నశిస్తాయి. కనుక ప్లేట్‌లెట్లను పెంచేందుకు వైద్యులు మందులను ఇస్తారు. వాటితోపాటు బొప్పాయి ఆకుల రసాన్ని సేవించాల్సి ఉంటుంది. దీంతో ప్లేటె లెట్లు త్వరగా పెరుగుతాయి. జ్వరంలేదా వ్యాధి నుంచిత్వరగా కోలుకుంటారు. అధ్యయనాలు చెబుతున్న ప్రకారం బొప్పాయి ఆకుల రసాన్ని సేవిస్తుంటే ప్లేట్‌లెట్లు పెరగడంతోపాటు డెంగీ నుంచి త్వరగా కోలుకోవచ్చని తేలింది. కనుక బొప్పాయి ఆకుల రసాన్ని సేవించాలి. ఈ రసాన్ని తాగితే జీర్ణ శక్తి సైతం పెరుగుతుంది. ఈ ఆకుల్లో పపైన్, కైమోపపైన్ అనే ఎంజైమ్‌లు ఉంటాయి. ఇవి మనం తిన్న ఆహారాన్ని సులభంగా జీర్ణం చేస్తాయి. దీంతో అజీర్తి తగ్గుతుంది. అలాగే ఇతర జీర్ణ సమస్యలు అయిన కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్, మలబద్ధకం నుంచి సైతం ఉపశమనం లభిస్తుంది.

గుండె ఆరోగ్యానికి..: బొప్పాయి ఆకుల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. విటమిన్ సి కూడా సమృద్ధిగానే ఉంటుంది. ఇది కూడా యాంటీ ఆక్సిడెంట్ మాదిరిగానే పనిచేస్తుంది. ఈఆకుల్లో ఉండే విటమిన్ ఇ, బీటా కెరోటిన్, ఫ్లేవనాయిడ్స్, ఫినోలిక్ సమ్మేళనాలు ఫ్రీ ర్యాడికల్స్‌ను నిర్మూలిస్తాయి. దీంతో ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి, శరీరంలో అంతర్గతంగా ఏర్పడే వాపులు తగ్గిపోతాయి. కణాలకు జరిగే నష్టం నివారించబడుతుంది. దీంతో గుండె పోటు, క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులు రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు. బొప్పాయి ఆకుల్లో ఉండే సమ్మేళనాలు క్లోమ గ్రంథిలోని కణాలను ఉత్తేజం చేస్తాయి. దీంతో ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి పెరుగుతుంది. శరీరం ఇన్సులిన్‌ను కూడా సరిగ్గా గ్రహించేలా చేస్తుంది. దీంతో షుగర్ లెవల్స్ తగ్గుతాయి. డయాబెటిస్ అదుపులో ఉంటుంది. షుగర్ ఉన్నవారికి బొప్పాయి ఆకులు ఎంతగానో మేలు చేస్తాయి. రోజూ ఈ ఆకుల రసాన్ని తాగుతుంటే షుగర్‌ను నియంత్రణలో ఉంచుకోవచ్చు.

లివర్ సమస్యలు ఉంటే..: బొప్పాయి ఆకుల రసంలో అధికంగా ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఆక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గిస్తాయి. దీంతో లివర్ కణాలు సురక్షితంగా ఉంటాయి. లివర్‌లో ఉండే వ్యర్థాలు బయటకు పోయి లివర్ క్లీన్ అవుతుంది. ముఖ్యంగా ఫ్యాటీ లివర్ ఉన్నవారికి ఎంతగానో మేలు జరుగుతుంది. లివర్‌లోని కొవ్వును కరిగించుకోవచ్చు. బొప్పాయి ఆకుల్లో యాంటీ క్యాన్సర్ గుణాలు ఉంటాయని సైంటిస్టులు చేపట్టిన అధ్యయనాల్లో తేలింది. ఈ ఆకుల రసాన్ని సేవిస్తుంటే క్యాన్సర్ కణాల పెరుగుదల ఆగిపోతుంది. దీంతో ప్రోస్టేట్, బ్రెస్ట్, పెద్ద పేగు క్యాన్సర్ రాకుండా సురక్షితంగా ఉండవచ్చు. ఈ ఆకుల రసాన్ని తాగితే చర్మానికి సైతం ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. చర్మ కాంతి పెరుగుతుంది. ముఖంపై ఉండే మొటిమలు, మచ్చలు తొలగిపోతాయి. యవ్వనంగా కనిపిస్తారు. బొప్పాయి ఆకుల రసం మంచిదే అయినప్పటికీ కొందరికి ఈ రసంపడదు. వాంతులు, విరేచనాలు అయ్యే అవకాశాలు ఉంటాయి. కనుక ఆయుర్వేద వైద్యుల పర్యవేక్షణలో దీన్ని వాడుకోవాల్సి ఉంటుంది.

పోషకాహారమే తీసుకుంటున్నారా..!



పోషకాహారం అంటే శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలను అందించే ఆహార పదార్థాల కలయిక. ఇది జీవనానికి అవసరమైన శక్తి, పెరుగుదల ఆరోగ్యానికి మద్దతును అందిస్తుంది. పోషకాహారం ద్వారా మనం తీసుకునే ఆహారం ద్వారా శరీరానికి అవసరమైన శక్తి లభిస్తుంది. ముఖ్యంగా పిల్లల పెరుగుదలకు పోషకాహారం చాలా అవసరం. పోషకాహారం లోపం ఉంటే వివిధ రకాల వ్యాధులు వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. శరీరంలోని అవయవాలు, వ్యవస్థలు సరిగ్గా పనియేయుటానికి పోషకాలు అవసరం. మాంసకృత్తులు, పిండిపదార్థాలు, కొవ్వులు, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, నీరు వంటివి ఆరోగ్యానికి బాగా దోహదపడతాయి. అందుకే శృతిమించిన స్థాయిలో కేలరీలు లేదా ఒకే తరహా పోషకాన్ని అతిగా తీసుకోకుండా, వైవిధ్యభరితమైన ఆహారాన్ని తీసుకోవాలని డాక్టర్లు సూచిస్తున్నారు.

రోజు మొత్తంలో ఎంత బిజీగా ఉన్నా ప్రతి ఒక్కరూ తమ ఆరోగ్యం కోసం ఎంతోకొంత సమయాన్ని కేటాయించాల్సిందే. ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాల్సిందే. అనారోగ్యం భారినపడకుండా ఉండాలంటే పౌష్టికాహారం తీసుకోవాలి. శరీరానికి తగినంత విశ్రాంతి ఉండాలి. ఒత్తిడి లేని జీవితాన్ని గడపాలి. ఏదీ అతిగా చేయకూడదు. తినకూడదు. తాగకూడదు. మనలో చాలామంది ఆకలి వేసినప్పుడు కడుపు నింపుకోవటానికి ఏది అందుబాటులో ఉంటే అది తినేస్తుంటాం. ఆరోగ్యంగా, ఫిట్‌గా ఉండేందుకు ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోవాలని పోషకాహార నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. కొన్ని రకాల ఆహారాలను ప్రతిరోజూ తీసుకోవాలి. అలా చేస్తే ఆరోగ్యంగా ఉంటాం. ఆరోగ్యంగా ఉంటేనే మంచి నిద్ర పడుతుంది. అవసరమైన నిద్ర, సరైన ఆహారం ఇవే ఎక్కువ కాలం జీవించేలా చేస్తాయి. పోషకాహారం ఎందులో ఉందో తెలుసుకోవటం ఉత్తమం. కొన్ని రకాల ఆహారాల్లో ఎక్కువ పోషకాలుంటాయి. మరికొన్నింటిలో తక్కువగా ఉంటాయి. శరీరంలోని అవయవాలు, వ్యవస్థలు సరిగ్గా పనిచేయటానికి పోషకాలు అవసరం. పోషకాహారంలో ఉండే ముఖ్యమైన పోషకాలు అనేక రూపాల్లో దొరుకుతాయి.

కేలరీలు మించకుండా చూడాలిశరీరానికి శక్తి నిచ్చే ఆహారాన్ని తీసుకోవటం మేలు. మోతాదుకు మించి తీసుకోకూడదు. అంటే సరిపడా కేలరీలు ఉన్న ఆహారాన్నే తీసుకోవాలి. ఎన్ని కేలరీలు అవసరమనేది తెలుసుకుని తీసుకోవటం మంచిది. ఎందుకంటే బరువు తక్కువగా ఉన్న వారు ఎక్కువ కేలరీలు ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి. ఎక్కువ బరువు ఉన్న వారు తక్కువ కేలరీలు ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి. ప్రస్తుత జీవన విధానంలో సాధారణ బరువు ఉండే వారికి ప్రతిరోజు 1600 నుంచి 1800 కేలరీలు ఉండే ఆహారం అవసరం అవుతుందని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అనునిత్యం తాజాపండ్లతోపాటు డ్రైఫ్రూట్స్, పెరుగు పదార్థాలను తీసుకుంటే శరీరానికి ఫైబర్, ప్రొటీన్లతోపాటు మంచి కేలరీలు అందుతాయని సూచిస్తున్నారు.

జంక్‌ఫుడ్ వద్దే వద్దు: శరీరంలో కేలరీల శాతం ఎక్కువగా ఉంటే వాటిని తగ్గించుకునేలా ఆహారాన్ని ఎంపిక చేసుకోవాలి. ఇలాంటి వారు పంచదార, స్వీట్లు, ఫ్రైఫుడ్, కూల్‌డ్రింకులు, కేకులు, ఐస్‌క్రీములు, పిజ్జాలు, బర్గర్లు, ఆల్కాహాల్ వంటివి తీసుకోకూడదు. చిన్న పిల్లలకు పాలిచ్చే తల్లులు, గర్భవతులకు పోషకాలు అధికంగా అవసరం. అందువల్ల వారి ఆహారంలో ఎక్కువ కేలరీలు ఉండేలా చూడాలి. వారు పాలు, పండ్లు, డ్రైఫ్రూట్స్ ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. మధుమేహం ఉన్న వారికి సరిపడా కేలరీలు ఉన్న ఆహారమే ఇవ్వాలి. టీబీ ఉన్న వారు అత్యధిక కేలరీలు ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి. ఎవ్వరికి వారు తాము చేసే పనిని బట్టి కూడా కేలరీల అవసరం మారుతూ ఉంటుంది. ఎక్కువగా పనిచేసే వారు ప్రతిరోజూ 2200 కేలరీల ఆహారాన్ని తీసుకోవచ్చు.

సముపాళ్లల్లో అందుతున్నాయా?: ప్రతిఒక్కరూ తమ శరీరానికి సరిపడా శక్తి కావాలంటే తినే భోజనంలో పిండి పదార్థాలు, ప్రొటీన్లు, కొవ్వులు, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, నీరు సముపాళ్లలో ఉండేలా చూసుకోవాలి. అతిగా వద్దు. ఏదైనా సరిపడా తీసుకోవటం ఉత్తమం. రోజూ తినే అన్నం, చపాతీలను ఏదో ఒక పప్పుతో కలిపి తీసుకుంటే మంచిది. పిండి పదార్థాలకు ప్రొటీన్‌ను జతచేసినట్లే అవుతుంది.

మాంసాహారమూ మంచిదే: శరీరానికి కావాల్సిన కేలరీలు మాంసాహారంలో అధిక మొత్తంలో ఉంటాయి. వీటిలో ఎక్కువగా ఉండే కొవ్వులు శరీరంలోకి చేరతాయి. ఇలా కొవ్వు శరీరంలోకి పేరుకుపోవటం అంత మంచిదికాదు. అందువల్ల వారానికి ఒకసారో%శా%లేదా రెండుసార్లో తినాలి. శరీరానికి కావాల్సిన ప్రొటీన్లు, ఎ,డి, ఇ విటమిన్లు, కొవ్వులు ఉండే కోడిగుడ్లను ఆహారంలో భాగంగా చేసుకోవటం మేలు. బ్రెడ్ కూడా అదనపు బలం కోసం తోడ్పడుతుంది. ఎప్పుడో జ్వరం వచ్చినప్పుడే కాకుండా దీన్ని రోజూ ఆహారంలో చేసుకోవటం కూడా మంచిదే. ప్రతి బ్రెడ్ స్లైస్‌లో 69 కేలరీలు ఉంటాయి.

మొలకెత్తే గింజలతోనూ మేలు: తాజా పండ్లతోపాటుగా మొలకెత్తిన గిరజలు తిన్నా శరీరానికి అదనపు శక్తి చేకూరుతుంది. శాకాహారం తినేవారిలో బీ12 లోపం ఎక్కువగా ఉంటుంది. అందువల్ల వారు ఉసిరి, క్యారెట్, ఖర్జూరం వంటి డ్రైఫ్రూట్స్‌ను తీసుకుంటే రకరకాల పోషకాలు శరీరానికి లభిస్తాయి.

వాల్‌నట్స్ మంచివే: ప్రతిరోజూ సాయంత్రం పూట ఏదో ఒక పండును తినటం ఎంతైనా మంచిదే. ఆకలి తీరకపోతే చిప్స్, బిస్కెట్లు, కేకులు, మిర్చీ బజ్జీలు, ఉప్పు కలిపిన పదార్థాలు కొందరు తింటుంటారు. అయితే ఇలాంటి వాటికి బదులుగా బాదంపప్పు, పిస్తాపప్పు, జీడిపప్పు, వాల్‌నట్స్ లాంటివి తీసుకుంటే ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. ఇవే కాకుండా పెరుగుతో చేసిన పదార్థాలు, మజ్జిగ లాంటివి తీసుకుంటే శరీరానికి ప్రొటీన్లు, మంచి కొవ్వులు లభించి అదనపు శక్తిని ఇస్తాయి. యాపిల్ పండుతోపాటు మరికొన్ని వాల్‌నట్స్ వంటివి తీసుకుంటే ఆకలితోపాటు ఆరోగ్యం కూడా మెరుగుపడుతుంది.

శక్తినందించే సీజనల్ ఫ్రూట్స్: ఆయా సీజన్లలో వచ్చే తాజాపండ్లు తినడం ఎంతోమేలు. ప్రస్తుతం మామిడి, నేరేడు, పనస వంటి పండ్లు విరివిగా లభిస్తున్నాయి. ప్రతిఒక్కరూ ఉదయమో,సాయంత్రమో ఏదో ఒక సమయంలో రోజులో ఒకటో రెండో పండ్లు తీసుకోవటం ఆరోగ్యపరంగా ఎంతో మేలు చేస్తుంది. అవి శరీరానికి శక్తిని అందిస్తాయి. మార్కెట్లో అనేక రకాల పండ్లు అందుబాటులో ఉంటున్నాయి. పండ్లలో అనేక రకాల పోషకాలు ఉంటాయి. వీటితోపాటు విటమిన్లు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు దండిగా లభిస్తాయి. మామిడి, బొప్పాయి, అరటి వంటి లేత పసుపు రంగు ఉండే పండ్లలో విటమిన్ ఎ ఎక్కువగా ఉంటుంది. దీని ద్వారా రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. బత్తాయి,నారింజ వంటి పండ్లతో మంచి ఆరోగ్యం మెరుగుదల అవుతుంది.

అడవి దారిలో నడిచి.. అంగన్‌వాడీ నడిపి

మొన్నీమధ్య 700 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న ఆఫీసుకు ప్రతిరోజూ విమానంలో ప్రయాణిస్తున్న మహిళ గురించి వార్తల్లో వచ్చింది. ఆమె వృత్తినిబద్ధతను అందరూ కొనియాడారు. లక్షల్లో జీతం సంపాదిస్తున్న ఆమె జీతంలో చాలా భాగం ప్రయాణానికే ఖర్చు పెడుతోందని ఆశ్చర్యపోయారు. అయితే ఇప్పుడు మనం చెప్పుకుంటున్న అన్నాలక్ష్మి అనే మహిళ అంత జీతం అందుకోవడం లేదు. అంతెత్తున విమానంలోనూ ప్రయాణించడం లేదు. చిన్నార్ వన్యప్రాణి సంరక్షణ కేంద్రానికి సమీపంలో ఉన్న మారుమూల థయన్నకుడి గ్రామ అంగన్వాడీ కార్యకర్తగా రూ.12,500 జీతానికి ఆమె పనిచేస్తోంది. 17 ఏళ్లుగా ఆ కేంద్రంలో పిల్లలకు విద్య చెప్పేందుకు ఆమె ప్రతిరోజూ ప్రాణాలు అరచేతిలో పెట్టుకుని ప్రయాణిస్తోంది. ఆ దారిలో 6 కిలోమీటర్ల మేర రహదారే లేదు. వన్యమృగాలు ఏ వైపు నుండి వచ్చినా ఆశ్చర్యపోనక్కర్లేదు. మొన్నీమధ్యే ఫిబ్రవరి 6న ఓ గిరిజనుడిని అడవి ఏనుగు దాడి చేసి చంపేసింది. ఈ ఘటన జరిగిన తరువాత కూడా అన్నాలక్ష్మి ఆ దారి గుండానే ప్రయాణించింది. పదిరోజుల క్రితం, ఆ వ్యక్తిని చంపిన ఏనుగు అన్నాలక్ష్మిని కూడా వెంబడించింది. ఎలాగోలా దాన్ని నుండి తప్పించుకుని మరుసటి రోజు మళ్లీ యథావిధిగా తన ప్రయాణాన్ని కొనసాగించింది ఆమె.

'2007లో 21 ఏళ్ల వయసులో అంగన్వాడీ కార్యకర్తగా ఇక్కడికి వచ్చాను. ఈ ప్రాంతంలోని గిరిజనులు నా జీవితంలో భాగమైపోయారు. మా ఇంటి నుండి అంటే పల్లానాడు నుండి ఉదయం 6:45కి బయల్దేరతాను. మరయూర్ టౌన్ నుండి చిన్నర్ కేంద్రానికి చేరుకుంటాను. అక్కడికి నుండి అంగన్వాడీకి వెళ్లేందుకు మొత్తం 16 కిలోమీటర్లలో 6 కిలోమీటర్లు అడవిగుండా ప్రయాణించాలి. ఇదొక్కటే దారి. తిరిగి మళ్లీ 5 గంటలకు నేను ఇంటికి చేరేవరకు నా ఫోను సిగల్స్ కూడా పనిచేయవు. అంటే మార్గమధ్యంలో నాకు ఏదైనా ప్రమాదం జరిగినా బయట వ్యక్తులకు వెంటనే తెలియదు' అని అన్నాలక్ష్మి తన రోజువారీ దినచర్య గురించి చెబుతున్నారు. దాదాపు రెండు దశాబ్దాలుగా ఈ దారిలో ప్రయాణి స్తున్న అన్నాలక్ష్మి అక్కడి గిరిజన కుటుంబాల్లో ఒకరిగా మారిపో యారు. వారితో మాట్లాడుతూ వన్యప్రాణుల కదలికలు, తప్పించుకో వడం వంటి ప్రాణరక్షణ చర్యలను తెలుసుకున్నారు. 'గిరిజనుల నుండి పొందిన ఆ అవగాహనతో జంతువుల పాదముద్రలు గమనిస్తూ వెళతాను. అయినా దాడి జరుగుతూనే ఉంటుంది. నా సహాయకురాలు అల్ఫోన్సాతో వెళు తున్నప్పుడు మొన్నీమధ్యే ఓ అడవి ఏనుగు మమ్మల్ని వెంబడించింది. చెట్ల చాటున, రాళ్ల మాటున దాక్కుని ఎలాగోలా దాన్నినుండి తప్పించుకున్నాం' అని ఇటీవల జరిగిన ప్రమాదం గురించి ఆమె గుర్తుచేసుకున్నారు.

సాధారణంగా గిరిజన ప్రాంతాల్లో చదువు నేర్చుకునేందుకు పిల్లలను బడికి పంపరు. ఈ విషయం గురించి అన్నాలక్ష్మి తన అనుభవాన్ని ఇలా పంచుకున్నారు. 'ఇక్కడి ప్రజలు తమ పిల్లలను ఓ గుడ్డలో చుట్టుకుని వీపుకి తగిలించుకుని తాము పనిచేసే చోట్లకి తీసుకెళ్లిపోయేవారు. అయితే ఇప్పుడు పరిస్థితి మారింది. తల్లులతో అడవిలోకి వెళ్లేకంటే నాతో స్కూలుకి రావడానికే పిల్లలు ఇష్టపడుతున్నారు' అని అన్నాలక్ష్మి గర్వంగా చెప్పారు.

ఇంత ప్రమాదకర పరిస్థితుల్లో పనిచేస్తున్న అన్నాలక్ష్మి ఇప్పుడు ఇద్దరు బిడ్డల తల్లి. ఒకపక్క ఇంటిని చూసుకుంటూ, పిల్లల సంరక్షణ చేస్తూ ప్రమాదకర పరిస్థితిల్లో ఉద్యోగం చేయడం అంత ఆషామాషీ కాదు. '2016లో ఇంటికి తిరిగివస్తుండగా రోడ్డు యాక్సిడెంట్ జరిగింది. నేను మరయూర్ టౌన్ ఆస్పత్రిలో చేరిన సాయంత్రానికి గాని మా కుటుంబసభ్యులకు తెలియలేదు.

మీర్ ఆలం చెరువుపై కేబుల్ బ్రిడ్జి...

రంగారెడ్డి,తెలంగాణ దిశ: అభివృద్ధిలో తనకంటూ గుర్తింపు తెచ్చుకున్న నగరం హైదరాబాద్. అనేక మందికి ఉపాధి కేంద్రంగా మారింది. దేశ విదేశాల నుంచి ప్రజలు,ఉద్యోగులు, కూలీలు ఉపాధి నిమిత్తం ఇక్కడికి వస్తుంటారు. పర్యాటకంగా కూడా నగరానికి గుర్తింపు ఉంది. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఇప్పటికే ఫ్యూచర్ సిటీ నిర్మిస్తోంది. మరోవైపు కేంద్రం సికింద్రాబాద్ రైల్వే స్టేషన్‌ను ఆధునికీకరిస్తోంది. తాజాగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం హైదరాబాద్ సిగలోకి మరో నగ అలంకరించబోతోంది. దుర్గం చెరువు కేబుల్ బ్రిడ్జి విజయం తర్వాత, మీర్ ఆలం చెరువుపై రెండో కేబుల్?స్టేడ్ బ్రిడ్జి నిర్మాణానికి తెలంగాణ ప్రభుత్వం సన్నాహాలు చేస్తోంది. ఈ వంతెన నగర రవాణా సౌలభ్యాన్ని మెరుగుపరచడమే కాక, ఆర్థిక, పర్యాటక రంగాలకు కొత్త ఊపును తీసుకొనస్తుందని భావిస్తున్నారు.కొత్త కేబుల్?స్టేడ్ బ్రిడ్జి హైదరాబాద్‌లోని మీర్ ఆలం చెరువుపై నిర్మించాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. అక్కడే ఎందుకు అంటే.. ఇది చింతల్‌మెట్ రోడ్‌ను బెంగళూరు నేషనల్ హైవేతో అనుసంధానిస్తుంది. ఈ వంతెన ఓల్డ్ సిటీలోని బహదూర్ పురా ప్రాంతంలో ట్రాఫిక్ ఒత్తిడిని తగ్గించడానికి రూపొందించబడిం ది. ఈ ప్రాజెక్టు హైదరాబాద్ మెట్రోపాలిటన్ డెవలప్‌మెంట్ అథారిటీ ఆధ్వర్యంలో రూపుదిద్దుకుంటోంది. అంచనా వ్యయం సుమారు రూ.363 కోట్లుగా ఉండగా, వంతెన మొత్తం పొడవు 2.65 కిలోమీ టర్లు, ఇందులో ప్రధాన వంతెన, ఎంట్రీ, ఎగ్జిట్ ర్యాంప్‌లు ఉన్నాయి. ఈ ప్రాజెక్టు హైదరాబాద్‌ను సమగ్రంగా అభివృద్ధి చేసే దిశగా ఒక కీలక దశ.మీర్ ఆలం చెరువు కేబుల్ బ్రిడ్జి నాలుగు లేన్‌ల హై?లెవల్ వంతెనగా రూపొందించబడుతుంది, ఇది రవాణా సౌలభ్యంతోపాటు చూడడానికి ఆకర్షణగా కూడా ఉంటుంది. ఈ వంతెన డిజైన్‌లో దుర్గం చెరువు వంతెన లాంటి ఎక్స్‌ట్రాడోస్డ్ కేబుల్?స్టేడ్ సాంకేతికతను అనుసరించే అవకాశం ఉంది. రాత్రి వేళల్లో రంగురంగుల లైటింగ్, ఆధునిక డిజైన్‌తో ఈ వంతెన నగరంలోని పర్యాటక ఆకర్షణలకు మరో మణిహారంగా మారనుంది. నాలుగు లేన్‌ల డిజైన్ రద్దీని తగ్గించి, సమర్థవంతమైన రవాణాను సాధ్యం చేస్తుంది. తక్కువ పిల్లర్లతో నిర్మాణం జరిగేలా రూపొందించబడి, చెరువు పర్యావరణంపై ప్రభావాన్ని తగ్గిస్తుంది. వంతెన చుట్టూ వినోద కేంద్రాలు, వాణిజ్య కార్యకలాపాల అభివృద్ధికి ఊతం ఇస్తుంది. స్థానిక ఎంపీ అసదుద్దీన్ ఒవైసీ ఈ ప్రాజెక్టును స్వాగతిస్తూ, ఇది స్థానికులకు వినోద, ఆర్థిక అవకాశాలను అందిస్తుందని పేర్కొన్నారు.

టార్గెట్ కమ్మ సామాజిక వర్గం!

గుంటూరు,తెలంగాణ దిశ: ఏపీలో రాజకీయాలు అంటేనే సామాజిక సమీకరణలపై ఆధారపడి ఉంటాయి. ఇక్కడ సామాజిక వర్గాలు రాజకీయాలను శాసిస్తుంటాయి. ఫలానా కులం ఫలానా పార్టీ అని చాలా సులువుగా చెప్పవచ్చు. కమ్మ సామాజిక వర్గం అయితే తెలుగుదేశం, వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అంటే రెడ్డి సామాజిక వర్గం.. కాపులంటే జనసేన.. ఇలా రకరకాలుగా విశ్లేషించుకోవచ్చు. అయితే ఒక రాజకీయ పార్టీకి బలమైన మద్దతుదారులుగా సామాజిక వర్గాలు ఉంటాయి. ఇవి సహజం కూడా. అయితే కొన్ని సామాజిక వర్గాలు కొన్ని పార్టీలను విపరీతంగా ద్వేషిస్తుంటాయి. 2019లో రెడ్డి సామాజిక వర్గం టిడిపిని ద్వేషించింది. 2024 ఎన్నికల్లో వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీని కమ్మ సామాజిక వర్గం ద్వేషించింది. అయితే రాజకీయ పార్టీలకు సామాజిక వర్గాల మద్దతు మాట అటుంచితే.. శత్రువులుగా మారిపోవడం ఇటీవల పరిపాటిగా మారింది. అందుకే పార్టీలు ఇప్పుడు సామాజిక వర్గాల వ్యతిరేకి అనే ముద్ర పోగొట్టుకునేందుకు ఎక్కువ ప్రయత్నాలు చేస్తుంటాయి. ఇప్పుడు అదే ప్రయత్నంలో ఉన్నారు వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ అధినేత జగన్మోహన్ రెడ్డి. వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీకి వ్యతిరేకంగా బలంగా పనిచేసింది కమ్మ సామాజిక వర్గం. ప్రపంచవ్యాప్తంగా వివిధ రంగాల్లో స్థిరపడిన కమ్మ సామాజిక వర్గం వ్యక్తులు ఏకతాటిపైకి వచ్చారు. తెలుగుదేశం పార్టీ గెలుపు కోసం విశేషంగా కృషి చేశారు. దీనికి కారణం లేకపోలేదు. గత ఐదేళ్ల వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ హయాంలో కమ్మ సామాజిక వర్గం ఒక రకమైన దాడి జరిగింది. వారి ఆర్థిక మూలాలపై దాడులు చేసిన సందర్భాలు ఉన్నాయి. ఆ సామాజిక వర్గానికి చెందిన వారి పరిశ్రమలను వెళ్ళగొట్టారు. వీటన్నింటికీ తోడు చంద్రబాబును జైలులో పెట్టి ఇబ్బంది పెట్టారన్న కసితో కమ్మ సామాజిక వర్గం ఒకే తాటి పైకి వచ్చింది. అయితే 2019లో రెడ్డి సామాజిక వర్గం చేసిన ఫైట్.. 2024 ఎన్నికల్లో కనిపించలేదు. అది జగన్మోహన్ రెడ్డికి మైనస్ గా మారింది.వాస్తవానికి ఏ సామాజిక వర్గాన్ని దూరం చేసుకోవాలని వ్యూహం ఉండదు ఏ రాజకీయ పార్టీకి. అందుకే జగన్మోహన్ రెడ్డి గత ఐదేళ్లుగా కమ్మ సామాజిక వర్గానికి చెందిన నేతలకు ప్రాధాన్యం ఇచ్చారు. ఆ సామాజిక వర్గానికి చెందిన కొడాలి నానికి మంత్రి పదవి ఇచ్చారు. కానీ విస్తరణలో భాగంగా తీసేసారు. వల్లభనేని వంశీ మోహన్ లాంటి నేతలు వైసీపీలోకి ఫిరాయించారు. కరణం బలరాం వంటి సీనియర్లు ప్రలోభ పెట్టి వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేర్చుకున్నారు. దేవినేని అవినాష్ వంటి నేతకు ప్రోత్సహించారు. అయితే అదే సమయంలో కమ్మ సామాజిక వర్గం మూలాలపై దెబ్బ తగలడంతో వారు వీటిని పరిగణలోకి తీసుకోలేదు. ఒకరిద్దరు నాయకుల తప్ప కమ్మ సామాజిక వర్గాన్ని తొక్కేసారన్న ఆరోపణలను మూటగట్టుకున్నారు జగన్మోహన్ రెడ్డి. అయితే ఎన్నికల ఫలితాలు వచ్చిన తర్వాత జగన్మోహన్ రెడ్డికి దీని పర్యవసానాలు తెలిసాయి. అందుకే దిద్దుబాటు చర్యలకు ఉపక్రమించినట్లు తెలుస్తోంది.వల్లభనేని వంశీని పరామర్శించడం వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ శ్రేణుల్లో చాలామందికి నచ్చలేదు. కొంతమంది సీనియర్లకు కూడా ఇది మింగుడు పడలేదు. గత ఐదేళ్లలో వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ పట్ల ప్రజల్లో వ్యతిరేకత పెంచడానికి వల్లభనేని వంశీ లాంటి నేతలు కారణం. అయితే ఇప్పుడున్న పరిస్థితుల్లో పార్టీ శ్రేణుల్లో ధైర్యం నింపడంతో పాటు కమ్మ సామాజిక వర్గానికి అండగా నిలిచారన్న అంశం ముఖ్యం. దానిని గుర్తించిన జగన్మోహన్ రెడ్డి వల్లభనేని వంశీని పరామర్శించారు. అటు తన వెంట కొడాలి నానితో పాటు దేవినేని అవినాష్ ను పెట్టుకున్నారు. చంద్రబాబు,తన కుమారుడు ఎదగాలన్న కోణంలోనే ఆలోచిస్తున్నారని.. కమ్మ సామాజిక వర్గంలో ఇతర నేతల ఎదుగుదల వారికి ఇష్టం లేదని వ్యాఖ్యానించారు జగన్మోహన్ రెడ్డి. అయితే ఇదంతా కమ్మ సామాజిక వర్గం మద్దతు కోసమేనని ప్రచారం నడుస్తోంది. మద్దతు తెలపక పోయినా పర్వాలేదు కానీ.. కమ్మ సామాజిక వర్గం వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీని శత్రువుగా చూడకుండా చేయాలన్నదే జగన్ ప్లాన్ గా తెలుస్తోంది. మరి ఆ ప్రయత్నం ఎంతవరకు వర్కౌట్ అవుతుందో చూడాలి.

లెబనాన్‌పై దాడులు మానవ హక్కుల ఉల్లంఘనే..!

ఐరాస: లెబనాన్‌పై ఇజ్రాయిల్ వైమానిక దాడులు అంతర్జాతీయ మానవహక్కుల చట్టాలను ఉల్లంఘించడమేనని ఐరాస శరణార్థుల హైకమిషనర్ ఫిలిప్పో గ్రాండి వ్యాఖ్యానించారు. సాధారణ పౌరులను చంపడంతో పాటు మౌలిక సదుపాయాలు లక్ష్యంగా ఇజ్రాయిల్ బాంబు దాడులతో లెబనాన్‌పై విరుచుకుపడటాన్ని తీవ్రంగా ఖండించారు. ఆదివారం ఆయన లెబనాన్ మీడియాతో మాట్లాడారు. ఇజ్రాయిల్ వైమానిక దాడులు అంతర్జాతీయ మానవహక్కుల చట్టాలను ఉల్లంఘించడంతో పాటు మానవతా కార్యకలాపాలను ప్రభావితం చేస్తున్నాయని అన్నారు. ఇరాన్ మద్దతు గల హిజ్బుల్లా లక్ష్యంగా పేర్కొంటూ ఇజ్రాయిల్ చేపడుతున్న వైమానిక, భూతల దాడులతో లెబనాన్‌లో సుమారు 12 లక్షల మంది నిరాశ్రయులయ్యారని అన్నారు. ఇజ్రాయిల్‌కు మద్దతుగా ఉన్న అన్ని దేశాలతో పాటు, సాయం అందిస్తున్నవారు ఈ రోజు గాజాలో, లెబనాన్‌లో జరుగుతున్న మారణహోమాన్ని అపాలని అన్నారు. లెబనాన్‌లో వివిధ ప్రదేశాలలో ప్రభావితమైన ఆరోగ్య సదుపాయాలతో పాటు మానవ హక్కుల తీవ్రమైన ఉల్లంఘనల గురించి ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ తనకు వివరించిందని గ్రాండి తెలిపారు. పౌరుల నివాసాలపై దాడులు కూడా ఉల్లంఘనలేనని అన్నారు. దాడులతో 2,20,000 మంది సిరియా మీదుగా లెబనాన్ సరిహద్దు దాటారని, వీరిలో 70 శాతం మంది సిరియన్లు, 30 శాతం మంది లెబనాన్ వాసులు ఉన్నారని అన్నారు. అయితే ఇవి ప్రాథమిక అంచనా మాత్రమేనని చెప్పారు. గత సిరియా ప్రధాన సరిహద్దు మస్నాపై ఇజ్రాయిల్ దాడులతో విరుచుకుపడిందని, అయితే ప్రజల వలసలు కొనసాగుతున్నాయని అన్నారు. తిరిగి తమ నివాసాలకు చేరుకుంటున్న సిరియన్లకు తగిన భద్రత, కనీస సౌకర్యాలు కల్పించాల్సిన బాధ్యత ఇప్పుడు సిరియా ప్రభుత్వంపై ఉందని అన్నారు.పశ్చిమాసియాలో ఉద్రిక్తతలకు ఇరాన్ మరింత ఆజ్యం పోస్తుందా? అందులో భాగాంగానే తాజాగా అణు పరీక్షలు నిర్వహించిందా? రాత్రి ఇరాన్, ఇజ్రాయెల్ భూభాగాల్లో దాదాపు ఒకే సమయంలో భూకంపం సంభవించడం ఈ అనుమానాలకు మరింత తావిస్తోంది.స్థానిక కాలమాన ప్రకారం రాత్రి 10.45 నిమిషాలకు ఇరాన్ లోని అరదాన్ నగర సమీపంలో సంభవించిన భూకంపం తీవ్రత 4.5గా నమోదు అయ్యింది. అక్కడికి 110కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న ఇరాన్ రాజధాని టెహ్రాన్ లో కూడా ఈ ప్రకంపనలు వచ్చాయని అమెరిక భౌతిక సర్వే విభాగం ధ్రువీ కరించింది.

బహుజనులపై బహురూపులు

'ఆర్డినెన్స్' అంటేనే తాత్కాలికం. రాష్ట్రంలో అసెంబ్లీ సమావేశాలు, కేంద్రంలో పార్లమెంట్‌లో సమావేశాలు జరుగుతున్న సమయంలో కాకుండా ఇతర సమయంలో ఏదైనా నిర్ణయం తీసుకొని దాన్ని అమలుచేయవలసి వచ్చినప్పుడు ఆర్డినెన్స్ రూపంలో ఒక బిల్లును తీసుకువస్తారు. ఆ తర్వాత ఆ బిల్లును పార్లమెంట్, అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో ఆమోదింపజేసుకుంటారు. లేకపోతే ఆ ఆర్డినెన్స్ అక్కడికే రద్దవుతుంది. ఆ ఆర్డినెన్స్ అమల్లోకి రావాలంటే రాష్ట్రంలో గవర్నర్, కేంద్రంలో రాష్ట్రపతి ఆమోద ముద్ర తప్పనిసరి. అత్యవసర సందర్భాల కోసం రాజ్యాంగం కల్పించిన ఇలాంటి ఓ తాత్కాలిక వెసులుబాటుతో అత్యంత కీలకమైన బీసీ రిజర్వేషన్లకు ముడిపెట్టింది రేవంత్ సర్కార్. ఆర్డినెన్స్ తీసుకువచ్చి స్థానిక సంస్థల్లో బీసీల రిజర్వేషన్లు 42 శాతానికి పెంచుతామని చెప్తున్నది. ఇది మరోమారు బీసీలను మోసపుచ్చడమే. నిజానికి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం గత అసెంబ్లీ సమావేశాల్లోనే స్థానిక సంస్థలు, విద్య, ఉద్యోగాల్లో బీసీ రిజర్వేషన్లను 42 శాతానికి పెంచుతూ రెండు వేర్వేరు బిల్లులను ఆమోదించి, వాటి ఆమోదం కోసం గవర్నర్‌కు పంపింది. అవింకా ఆయన దగ్గరే పెండింగ్‌లో ఉన్నాయి. మళ్లీ అదే తరహా బిల్లును ఆర్డినెన్స్ రూపంలో కాంగ్రెస్ తీసుకువస్తే అసలు గవర్నర్ ఆమోదిస్తారా అన్నది మొదటి ప్రశ్న.

ప్రస్తుతం దేశంలోని రాజకీయ పరిస్థితులను గమనించినట్టయితే బీజేపీయేతర పార్టీలు అధికారంలో ఉన్న రాష్ట్రాల్లో గవర్నర్లు ఆయా రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల వ్యవహారాల్లో జోక్యం చేసుకుంటూ, కేంద్రానికి ఏజెంట్లుగా వ్యవహరిస్తున్న ఘటనలను మనం చూస్తూనే ఉన్నాం. తమిళనాడులో ఆర్ఎన్ రవి, పశ్చిమబెంగాల్‌లో ఆనంద్ బోస్, కేరళలో ఆరిఫ్ ఖాన్%ా% బిల్లులకు ఆమోదం తెలిపే విషయంలో అక్కడి ప్రభుత్వాలను తీవ్ర ఇబ్బందులకు గురిచేశారు. ఈ నేపథ్యంలో కాంగ్రెస్‌కు రాజకీయ లబ్ధి చేకూర్చే బీసీ రిజర్వేషన్ బిల్లును గవర్నర్ ఆమోదిస్తారా? ఆమోదించరని తెలిసే కాంగ్రెస్ 'మేం బిల్లులను ఆమోదించి పంపాం, అంతా కేంద్రం చేతుల్లోనే ఉంది' అని చేతులు దులిపేసుకొనే ప్రకటనలు చేసింది. అయితే, హైకోర్టు మూడు నెలల్లోగా స్థానిక ఎన్నికలు నిర్వహించాలని ఆదేశించిన నేపథ్యంలో మళ్లీ ఆర్డినెన్స్ అంటూ హంగామా చేస్తున్నది. తాత్కాలికమైన ఆర్డినెన్స్ ద్వారా సుప్రీం తీర్పునకు విరుద్ధంగా కాంగ్రెస్ బీసీ రిజర్వేషన్లను ఎలా పెంచుతుందో వారికే తెలియాలి. రిజర్వేషన్లపై ఇందిరా సహానీ కేసులో సుప్రీం కోర్టు విధించిన 50 శాతం పరిమితి ఇక్కడ మరో అత్యంత కీలకమైన విషయం. ప్రస్తుతం తెలంగాణలో ఎస్సీలకు 15 శాతం, ఎస్టీలకు 10 శాతం రిజర్వేషన్లు అమలవుతున్నా యి. బీసీలకు అటూఇటుగా 27 శాతం రిజర్వేషన్లు అమలవుతున్నాయి. రిజర్వేషన్ గణాంకాలు కొంత సంక్లిష్టంగా ఉన్నా సుప్రీం కోర్టు విధించిన పరిమితికి లోబడే అమలవుతున్నాయి. అయితే, కాంగ్రెస్ చెప్తున్నట్టు బీసీ రిజర్వేషన్లను 42 శాతానికి పెంచితే రిజర్వేషన్లు 50 శాతం పరిధిని దాటిపోతాయి. ఇది సుప్రీంకోర్టు తీర్పునకు విరుద్ధం. తెలంగాణ సాధించుకున్న తర్వాత ఇక్కడి బలహీన వర్గాలకు న్యాయం జరుగాలని తెలంగాణ తొలి ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ భావించారు. పంచాయతీ ఎలక్షన్లలో బీసీలకు రిజర్వేషన్లు ఇవ్వాలని చర్చ చేసి చట్టం కూడా తీసుకువచ్చారు. ఆ చట్టం ప్రకారం 34 శాతం బీసీలకు రిజర్వేషన్ ఇవ్వాలని, మొత్తం రిజర్వేషన్ 61.19 శాతం ఇవ్వాలని అప్పటి బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం నోటిఫికేషన్ జారీ చేసింది. కానీ, దీనిపై సంగారెడ్డి జిల్లాకు చెందిన స్వప్న రెడ్డి అనే సర్పంచ్, గోపాల్‌రెడ్డి అని సర్పంచ్‌ల ఫోరం అధ్యక్షులు (వీరిద్దరూ కాంగ్రెస్ నాయకులే) హైకోర్టును ఆశ్రయించారు. రిజర్వేషన్ 50 శాతం దాటవద్దని హైకోర్టు కొట్టేసింది. అయినా,బీసీల మీద ఉన్నకమిట్‌మెంట్‌తోకేసీఆర్ 'గతంలో ఉన్నదే మాకు ఇవ్వండి' అని సుప్రీం కోర్టుకు అప్పీల్‌కు వెళ్లారు.

ఇక కాంగ్రెస్ వాదించే మరో అంశం ఏమంటే.. రాజ్యాంగంలోని 9వ షెడ్యూలు. 'మేం చేసిన చట్టాలను కేంద్ర ప్రభుత్వం 9వ షెడ్యూల్‌లో చేరిస్తే చాలు. ఇక కోర్టు వాటిని ముట్టుకోదు. బీసీలపై బీజేపీకి చిత్తశుద్ధి ఉంటే ఆ పని చేయాలి' అంటూ నెపాన్ని పక్కకు నెడుతున్నది. కానీ, ఏ చట్టమైనా, అది 9వ షెడ్యూల్‌లో ఉన్నా, రాజ్యాంగ విరుద్ధమైనదని భావిస్తే న్యాయ సమీక్షకు వెళ్లాల్సిందే. 9వ షెడ్యూల్‌లో ఉన్న చట్టాలను కూడా సమీక్షించే అధికారం తమకు ఉన్నదని సుప్రీం కోర్టు 2007లో 'ఐఆర్ కోయెలో వర్సెస్ తమిళనాడు' కేసులో స్పష్టం చేసింది. అంటే, కాంగ్రెస్ చేస్తున్న వాదన అంతా బూటకమే.

గతంలో హైకోర్టు మొట్టికాయలు వేసిన కారణంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం విశ్రాంత ఐఏఎస్ బూసాని వెంకటేశ్వర్‌రావు చైర్మన్‌గా బీసీ డెడికేటెడ్ కమిషన్ వేసింది. కానీ ఈ కమిషన్ బీసీల సామాజిక, రాజకీయ, ఆర్థిక స్థితిగతులపై సర్వేను సమగ్రంగా నిర్వహించలేదు. దీనిపై సొంత పార్టీ నేతలు సైతం విమర్శలు గుప్పించారు. కాబట్టి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇప్పటికైనా బీసీల సామాజిక, రాజకీయ, ఆర్థిక స్థితిగతులను సమగ్రంగా అధ్యయనం చేయించాలి. బీసీల్లోని ఏయే కులాలు విద్యాపరంగా, రాజకీయపరంగా వెనుకబడ్డాయో గుర్తించాలి. పూర్తి వివరాలతో సరైన నివేదిక రూపొందించాలి. ఆయా వర్గాలకు ఎంత మేర రిజర్వేషన్ ఇవ్వాలనేది స్పష్టం చేయాలి. ఇలా చేయడం వల్ల ఆయా కులాలు ఏ విధంగా లబ్ధి పొందుతాయో కోర్టు ముందుంచాలి. రాష్ట్రంలో బీసీజనాభా సగం కంటేఎక్కువగా ఉన్నప్పటికీ వారు అత్యంత అసాధారణ స్థితిలో వెనుకబడి ఉన్నారని, వారికి మేలు చేయాలంటే 50 శాతం రిజర్వేషన్ పరిమితిని దాటి రిజర్వేషన్లను కల్పించాలని కోరాలి. అందుకు అనుకూలమైన డాటాను సమర్పించాలి.

పంచాయతీ ఎన్నికలు వస్తున్నాయి కాబట్టి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇప్పుడు పంచాయతీరాజ్ చట్టాన్ని సవరించి బీసీ రిజర్వేషన్లను పెంచుతామంటున్నది. తర్వాత మున్సిపల్ ఎన్నికలు వస్తాయి. అప్పుడు మున్సిపల్ చట్టాన్ని సవరించాలి. అంతేకాదు, కీలకమైన ఉద్యోగ నోటిఫికేషన్లలో రిజర్వేషన్లపై ఉండే దృష్టి ఎంతటిదో తెలియంది కాదు. కాబట్టి ఈ అంశంపై ఎవ్వరైనా కోర్టుకు వెళ్లే అవకాశం ఉన్నది. ఈ పరిస్థితుల్లో సుప్రీం సూచించిన విధంగా అధ్యయనం చేయకుండా, నివేదికలు సమర్పించకుండా రిజర్వేషన్లను గంపగుత్తగా 42 శాతానికి పెంచుతామంటే అది ఫలితాన్నివ్వదు. దేశంలో బీజేపీ, రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ ఏండ్ల తరబడి బీసీలను మోసం చేస్తూనే ఉన్నాయి. అటు రాహుల్ గాంధీ, ఇటు ప్రధాని మోదీ బీసీలకు రిజర్వేషన్లు అమలు చేయాలంటున్నారు. మరి ఎవరు అడ్డుకుంటున్నారో బీసీ సమాజం ఇప్పటికైనా అర్థం చేసుకోవాలి. ఏదేమైనా ఈ రెండు జాతీయ పార్టీలు బీసీలకు వ్యతిరేకమని స్పష్టంగా తెలుస్తున్నది. కాబట్టి, బీసీలు మరో పోరాటానికి నడుం బిగించాల్సిన సమయం ఆసన్నమైంది.

గురువిందగింజ తన నలుపెరుగదు

పాలు పోసి, పెంచి పోషించినంత మాత్రాన విషసర్పం కాటేయకుండా ఉంటుందా? డబ్బులు పెట్టి, పెంచి పోషించినంత మాత్రాన యూట్యూబ్ జర్నలిజం తిరగబడకుండా ఉంటుందా? ఇప్పుడు అదే జరుగుతున్నది తెలంగాణలో. నాడు పీసీసీ అధ్యక్షునిగా ఉన్న రేవంత్‌రెడ్డి స్వయంగా విషం నింపి, పెంచి పోషించిన యూట్యూబ్ జర్నలిజం ఈ రోజు ఆయనపైనే విషం కక్కుతున్నది. తన చేతుల మీదుగా పెరిగిన యూట్యూబర్స్ తన మీదనే తిరగబడుతుంటే ఆయన తట్టుకోలేకపోతున్నారు. అసహనంతో అసెంబ్లీలో ఊగిపోతున్నారు. నాడు కన్నూ మిన్నూ కానరాక తాను చేసిన వికృత క్రీడలను మరిచి, తనదాకా వచ్చేసరికి నేడు 'అధ్యక్షా..' అంటూ ఆవేదన చెందుతుండటం హాస్యాస్పదం.

యూట్యూబ్ జర్నలిజం, సోషల్ మీడియా జర్నలిస్టుల వల్ల లాభమో, నష్టమో చర్చించేముందు అసలు దాన్ని పెంచిందెవరు? పోషించిందెవరు? అనేది తెలంగాణ సమాజం చర్చించాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉన్నది. తెలంగాణ ఏర్పడిన కొత్తలో మన రాష్ట్రంలో యూట్యూబ్‌లు, రేవంత్ చెప్పే ట్యూబ్‌లు అసలున్నాయా? తన రాజకీయ లబ్ధి కోసం తెలంగాణ సమాజంలో ఈ సోషల్ విషాన్ని నింపిందెవరు? కనుగోలు వంటి టీంలను కొనుగోలు చేసిందెవరు? వాక్ స్వాతంత్ర్యం పేరిట, ప్రతిపక్షం పేరిట తెలంగాణ సాధకుడు, తొలి ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్‌పై, ఆయన కుటుంబంపై విషం కక్కిందెవరు? మార్నింగ్ న్యూస్ పేరిట మాన, మర్యాదలు మరిచి బూతు పురాణం, తిట్ల దండకంతో రెచ్చిపోయిన యూట్యూబ్ జర్నలిస్టులకు అండగా నిలిచిందెవరు? రాజ్యాంగం వారికేవో ప్రత్యేక హక్కులు కల్పించినట్టు నాటి ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్‌పై నోటికి వచ్చింది వాగుతుంటే పక్కనే ఉండి సహకరించిందెవరు? బొడ్డు కోసి ఇష్టం వచ్చినట్టు పేర్లు పెడుతుంటే నవ్వులు చిందించిందెవరు? అంతవరకు ఎందుకు ప్రతిపక్ష హోదాలో ఉన్నానన్న సోయిని మరిచి మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ తనయుడిపై మీరు బాడీ షేమింగ్ చేయలేదా? ఇప్పుడు మీదాకా వచ్చేసరికి ఆ నొప్పి తెలుస్తున్నదా? అయినా జర్నలిస్టుల పేరిట కొందరు అప్పుడు వికృతానందం పొందితే.. నేడు మీ ప్రజాపాలనలో కష్టాలు పడలేక మిమ్మల్ని ఎన్నుకున్న ప్రజలే తిడుతున్నారు. అంతే తప్ప జర్నలిస్టులు మిమ్మల్ని దూషించడం లేదు. మీ తప్పులను ఎత్తిచూపుతున్నారంతే. అంతమాత్రాన యూట్యూబ్ జర్నలిస్టుల తోడ్కలు తీస్తారా? బట్టలిప్పించి రోడ్డుపై పరిగెత్తిస్తారా? ప్రజాపాలన పేరిట అధికారంలోకి వచ్చిన కాంగ్రెస్ తన తప్పులను కప్పిపుచ్చుకునేందుకు మెయిన్ స్ట్రీమ్ మీడియాను గుప్పెట్లో పెట్టుకున్నది. రేవంత్ పాద ధూళిని చూసి పరవశించిపోతున్న పచ్చ మీడియా.. వాస్తవాలను వక్రీకరిస్తున్నది. నిజాలను బయటకు రానివ్వడం లేదు.

సీఎం సొంతూరు కొండారెడ్డిపల్లెలో మాజీ సర్పంచ్ ఒకరు సీఎం సోదరుల పేర్లు రాసి ఆత్మహత్యకు పాల్పడితే.. అతిపెద్ద సర్క్యులేటెడ్ డైలీ అని చెప్పుకొనే ఓ పేపర్ ఆ వార్తను జిల్లా ఎడిషన్‌లోని రెండో పేజీలో ప్రచురించింది. అది కూడా సీఎం సోదరుల పేర్లు రాకుండా జాగ్రత్త పడి మరీ. అదే కొండారెడ్డిపల్లెలో మహిళా జర్నలిస్టులపై సీఎం సోదరుడు కొండల్‌రెడ్డి దుశ్శాసన పర్వానికి దిగితే సీఎం ఆస్థాన మీడియా ఆ వార్తను కనీసం కవర్ చేయలేదు. కొన్ని పచ్చ పత్రికలైతే వాళ్లసలు జర్నలిస్టులే కాదని ప్రచారం చేశాయి. జర్నలిస్టులు కాకపోయినంత మాత్రాన వారిపై దాడులకు దిగుతారా? కొండారెడ్డిపల్లిలో 100 శాతం రుణమాఫీ జరిగి ఉంటే వాళ్లను కాంగ్రెస్ నాయకులే సాదరంగా ఆహ్వానించి ప్రజలతోనే నిజాలు చెప్పించవచ్చు కదా? దాడులకు తెగపడటం ఎందుకు? నిజాలను పచ్చ పత్రికలు, రేవంత్ రెడ్డి ఆస్థాన మీడియా సమాధి చేస్తున్న ప్రస్తుత తరుణంలో యూట్యూబ్, సోషల్ మీడియా జర్నలిజం వాస్తవాలను ప్రజలకు కండ్లకు కట్టేలా చూపుతున్నది. ఆ వాస్తవాలను జీర్ణించుకోలేకనే సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి నేడు యూట్యూబర్స్‌ను క్రిమినల్స్ అని కించపరుస్తున్నారు. మహిళా జర్నలిస్టుల అరెస్టు సందర్భంగా అసెంబ్లీలో జరిగిన చర్చ వేళ ఓ వైపు నీతులు చెప్తూనే మరోవైపు రేవంత్‌రెడ్డి జర్నలిస్టులను బట్టలిప్పదీసి కొడతానని చెప్పడం ఆయన అహంకార ధోరణికి నిదర్శనం.

మహిళలపై చర్చ జరుగుతున్న సోయి మరిచి రేవంత్‌రెడ్డి మాట్లాడగా.. అతని సోదరుడు గతంలోనే తన రౌడీ మూకలతో ద్రౌపది వస్త్రాపహరణాన్ని చేసి చూపించారు. అసెంబ్లీలో ఇప్పుడు రేవంత్ రెడ్డి నీతులు చెప్తున్నారు. రెండు రోజుల ముందే కొత్తగా నియామకాలు అందుకున్న ఉద్యోగుల ఎదుట మాజీ సీఎం కేసీఆర్‌పై చేసిన వ్యాఖ్యలను మరిచిపోయినట్టున్నారు. అంతకుముందు స్కూల్ పిల్లల ఎదుట కూడా సుభాషితాలు పలికారు. నీతులు వల్లించే ముందు రేవంత్‌రెడ్డి తాను నీతిగా ఉండాలి. ఇతరులకు సుద్దులు చెప్పే ముందు ఆయన బుద్ధి తెచ్చుకోవాలి. ముఖ్యమంత్రి మాటలు చూస్తుంటే నాకైతే గురువింద గింజనే గుర్తుకు వస్తున్నది.

రోజూ ఒక్క గ్లాస్ బూడిద గుమ్మడికాయ జ్యూస్‌ను తాగండి..

బూడిద గుమ్మడికాయలను సహజంగానే చాలా మంది దిష్టి తీసేందుకు లేదా దిష్టి తగలకుండా ఉండేందుకు ఇంటి ప్రధాన ద్వారం వద్ద కడుతుంటారు. బూడిద గుమ్మడికాయ అంటే చాలా మందికి దిష్టి తీయడమే ముందుగా గుర్తుకు వస్తుంది. కానీ ఆయుర్వేద ప్రకారం చూస్తే బూడిద గుమ్మడికాయ మనకు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కూడా అందిస్తుంది. బూడిద గుమ్మడికాయలతో కొందరు కూరలు చేసుకుని తింటారు. ఇంకా కొందరు తీపి పదార్థాలను కూడా తయారు చేస్తుంటారు. అయితే బూడిద గుమ్మడికాయలను తినడం ఇష్టం లేని వారు దీంతో జ్యూస్ తయారు చేసి కూడా రోజూ తాగవచ్చు. బూడిద గుమ్మడికాయ జ్యూస్‌ను రోజూ తాగడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. ఈ జ్యూస్ ఎన్నో వ్యాధులకు ఔషధంగా పనిచేస్తుంది. దీన్ని రోజూ తప్పనిసరిగా తీసుకుంటే ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యానికి..: బూడిద గుమ్మడియ జ్యూస్‌ను తాగడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థలో మంచి బ్యాక్టీరియా వృద్ధి చెందుతుంది. దీని వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగు పడుతుంది. తిన్న ఆహారం సరిగ్గా జీర్ణమవుతుంది. మనం తిన్న ఆహారంలో ఉండే పోషకాలను శరీరం సరిగ్గా శోషించుకుంటుంది. దీంతో పోషకాహార లోపం నుంచి బయట పడవచ్చు. బూడిద గుమ్మడికాయ జ్యూస్‌లో నీరు అధిక మొత్తంలో ఉంటుంది.

అందువల్ల ఈ జ్యూస్‌ను సేవిస్తే జీర్ణాశయంలో ద్రవాల సమతుల్యత పెరుగుతుంది. పేగుల్లో మలం సులభంగా కదులుతుంది. సుఖ విరేచనం అవుతుంది. మలబద్దకం నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఈ జ్యూస్‌లో ఆల్కలైన్ గుణాలు ఉంటాయి. దీని వల్ల జీర్ణాశయంలో ఆమ్లాలు అధికంగా ఉత్పత్తి అవకుండా అడ్డుకోవచ్చు. దీంతో అసిడిటీ నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. అలాగే అల్సర్లు తగ్గిపోతాయి. ఈ జ్యూస్ జీర్ణాశయంపై చల్లని ప్రభావాన్ని చూపిస్తుంది. దీని వల్ల జీర్ణాశయం గోడలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. కడుపులో మంట నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది.

బరువు నియంత్రణలో..: బూడిద గుమ్మడికాయ జ్యూస్‌లో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. క్యాలరీలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. అందువల్ల ఈ జ్యూస్‌ను సేవిస్తుంటే ఎక్కువ సేపు ఉన్నా ఆకలి వేయదు. దీంతో తీసుకునే ఆహారంపై నియంత్రణ ఉంటుంది. ఇది అధిక బరువు తగ్గేందుకు సహాయ పడుతుంది. ఈ జ్యూస్‌ను తాగుతుంటే శరీర మెటబాలిజం సైతం పెరుగుతుంది. దీని వల్ల క్యాలరీలు ఖర్చయి కొవ్వు కరుగుతుంది. అధిక బరువు తగ్గుతారు. బరువు నియంత్రణలో ఉంటుంది.

బూడిద గుమ్మడికాయ జ్యూస్‌లో నీరు అధికంగా ఉండడం వల్ల దీన్ని తాగితే శరీరంలోని ద్రవాలు సమతుల్యంలో ఉంటాయి. దీంతో కిడ్నీలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. కిడ్నీల పనితీరు మెరుగు పడుతుంది. శరీరంలోని వ్యర్థాలు, టాక్సిన్లు సులభంగా బయటకు పోతాయి. శరీరం సహజసిద్ధంగా డిటాక్స్ అవుతుంది.

గుండె జబ్బులు, క్యాన్సర్ రావు..: బూడిద గుమ్మడికాయల్లో అనేక సమ్మేళనాలు ఉంటాయి. ఇవి ఒత్తిడి, ఆందోళన తగ్గేందుకు దోహదపడతాయి. మైండ్ రిలాక్స్ అయ్యేలా చూస్తాయి. తరచూ ఈ జ్యూస్‌ను తాగుతుండడం వల్ల మూడ్ మంచిగా మారుతుంది. హ్యాప్పీగా ఉంటారు. ఏకాగ్రత, జ్ఞాపకశక్తి కూడా పెరుగుతాయి. బూడిద గుమ్మడికాయల్లో విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటుంది. ఇది శరీర రోగ నిరోధక వ్యవస్థను పటిష్టంగా మారుస్తుంది. దీంతో శరీరం ఇన్ఫెక్షన్లు, వ్యాధులకు వ్యతిరేకంగా పోరాడుతుంది.

అలాగే ఈ జ్యూస్‌లో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఫ్రీ ర్యాడికల్స్‌ను నిర్మూలిస్తాయి. దీంతో ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. ఫలితంగా క్యాన్సర్, గుండె జబ్బులు రాకుండా చూసుకోవచ్చు. బూడిద గుమ్మడికాయల్లో ఉండే హైడ్రేటింగ్ గుణాలు చర్మాన్ని తేమగా ఉంచుతాయి. చర్మం కాంతివంతంగా మారేలా చేస్తాయి. ఇలా బూడిద గుమ్మడికాయలతో అనేక ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. కనుక వీటి జ్యూస్‌ను రోజూ తాగడం మరిచిపోకండి.

వెల్లుల్లి ఎక్కువైతే..

వెల్లుల్లితో దక్కే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఎన్నో అని తెలుసు. రోగ నిరోధక వ్యవస్థ పనితీరు మెరుగుపరుస్తుంది. అధిక రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది. అయితే, మితం తప్పితే అమృతమైనా విషమే అన్నట్టు.. వెల్లుల్లిని కూడా మితంగానే వాడుకోవాలి. లేకుంటే ఆరోగ్యంపై దుష్ప్రభావాలు పడతాయి.

జీర్ణ సమస్యలు: వెల్లుల్లిలో ఫ్రక్టాన్స్ అనే మూలకాలు ఉంటాయి. ఇవి కొంతమందికి అరగవు. దీంతో వెల్లుల్లిని ఎక్కువగా తీసుకుంటే కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్, అజీర్తి లాంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి.

పొట్ట సమస్యలు ఉన్నవాళ్లను ఇవి మరింత ఇబ్బందిపెడతాయి. అంతేకాకుండా పొట్టలో ఆమ్లం పైకి రావడం (యాసిడ్ రిఫ్లక్స్) వల్ల గుండెలోమంటగా అనిపిస్తుంది.

పరిష్కారం: వెల్లుల్లిని అవసరమైనంత మేరకే తినాలి. పచ్చిగా తినేకంటే ఉడికించి తీసుకోవడం మంచిది.

రక్తం పలుచన: రక్తాన్ని పలుచన చేసే లక్షణాల గని వెల్లుల్లి. అలా ఇది గుండె కవాటాల ఆరోగ్యానికి మేలుచేస్తుంది. మోతాదు మించితే మాత్రం.. రక్తస్రావానికి కారణమవుతుంది. వార్‌ఫారిన్, యాస్పిరిన్ లాంటి రక్తం పలుచన చేసే మందులు తీసుకునేవారికి ఇది మరింత చేటు చేస్తుంది. అలానే ఏదైనా సర్జరీకి సిద్ధమవుతున్న వారికి కూడా మంచిది కాదు.

పరిష్కారం: రక్తం పలుచన చేసే మందులు వాడుతున్నా, సర్జరీకి వెళు న్నా వైద్యుల సలహా మేరకే వెల్లుల్లిని తినాలి.

దుర్వాసన (హెలిటోసిస్): వెల్లుల్లి వాడకంతో వచ్చే సాధారణమైన సమస్య నోటి దుర్వాసన. ఇది తిన్న తర్వాత కూడా చాలాసేపు ఉంటుంది. వెల్లుల్లిలో సల్ఫర్ మూలకాలు ఉంటాయి. జీర్ణం కాగానే ఇవి విడుదల అవుతాయి. అలా గాఢమైన వాసనకు దారితీస్తుంది. ఇది కొన్నిసార్లు ఇతరులకు అసౌకర్యంగా పరిణమిస్తుంది.

పరిష్కారం: వెల్లుల్లి తిన్న తర్వాత చక్కెర లేని చూయింగ్ గమ్ తినడం, నీళ్లు తాగడం, పార్స్లీ నమలడం చేయాలి.

ఇవి నోటి దుర్వాసనను దూరం చేస్తాయి.

బ్రష్ చేసుకోవడం, మౌత్‌వాష్ వాడటం కూడా ఫలితాన్ని ఇస్తాయి.

అలర్జీలు

అతికొద్ది మంది మాత్రం వెల్లుల్లి అలర్జీ కలిగి ఉంటారు. చర్మంపై ఓ మోస్తరు దద్దుర్లు, శ్వాస తీసుకోవడం కష్టం కావడం, గొంతు వాపు లాంటివి ఈ అలర్జీల్లో ప్రధానంగా ఉంటాయి. ఉల్లిపాయలతో అలర్జీ ఉంటే గనుక వెల్లుల్లితో కూడా ఉన్నట్టే అని గుర్తుంచుకోవాలి.

పరిష్కారం: వెల్లుల్లి తిన్న వెంటనే ఏదైనా అలర్జీని గమనిస్తే తినడం ఆపేయాలి. వైద్య సహాయం తీసుకోవాలి.

చర్మం మంట, బొబ్బలు: చర్మానికి పచ్చి వెల్లుల్లిని నేరుగా అప్లయి చేస్తే మంటగా అనిపిస్తుంది. బొబ్బలెక్కుతుంది. గాఢమైన సల్ఫర్ మూలకాల వల్ల ఇలా జరుగుతుంది. ఫంగల్ ఇన్ఫెక్షన్ల చికిత్సలో వెల్లుల్లిని వాడతారు. కాకపోతే మోతాదు మించి మాత్రం వాడకూడదు. ఇలా చేస్తే బొబ్బలు, ఎర్రబడటం, మంట లాంటివి తలెత్తుతాయి. పరిష్కారం: చర్మానికి వెల్లుల్లిని అప్లయి చేయాలనుకుంటే, దాన్ని ఏదైనా తైలంతో కలిపి చేయాలి. నేరుగా చేయకూడదు. ఒకవేళ ఇరిటేషన్ అనిపిస్తే, ఆ ప్రదేశాన్ని నీళ్లతో కడిగేసుకోవాలి. డాక్టర్‌ను సంప్రదించాలి.

నలుపు రంగు క్యారెట్లను తింటే ఇన్ని లాభాలు ఉన్నాయా..? అసలు వీటిని దూరం పెట్టకండి..!

క్యారెట్లు.. ఈ పేరు చెప్పగానే సహజంగానే చాలా మందికి నారింజ రంగులో ఉండే క్యారెట్లే గుర్తుకు వస్తాయి. కానీ క్యారెట్లలోనూ అనేక వెరైటీలు ఉంటాయి. ముఖ్యంగా మనకు నలుపు రంగులో ఉండే క్యారెట్లు కూడా లభిస్తున్నాయి.

ఈ క్యారెట్లలోనూ పోషకాలు అధికంగానే ఉంటాయి. వీటి రంగు కారణంగా ఈ క్యారెట్లను తినేందుకు చాలా మంది అంతగా ఇష్టపడరు. కానీ పోషక విలువలు మాత్రం సాధారణ క్యారెట్ కన్నా నల్ల రంగు క్యారెట్లోనే అధికంగా ఉంటాయి. నలుపు రంగు క్యారెట్లను ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందవచ్చని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. నలుపు రంగు క్యారెట్లలో విటమిన్ ఎ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది కంటి చూపును మెరుగు పరుస్తుంది. వయస్సు మీద పడడం వల్ల కళ్లలో వచ్చే శుక్లాలను రాకుండా అడ్డుకుంటుంది.

రోగ నిరోధక శక్తికి..: నలుపు రంగు క్యారెట్లలో ఉండే విటమిన్ ఎ రోగ నిరోధక శక్తిని సైతం పెంచుతుంది. చర్మాన్ని, శిరోజాలను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. చర్మ సమస్యలు లేదా జుట్టు సమస్యలు ఉన్నవారు నలుపు రంగు క్యారెట్లను తింటుంటే ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. ఈ క్యారెట్లలో విటమిన్ కె సమృద్ధిగా ఉంటుంది. ఇది ఎముకలను ఆరోగ్యంగా, దృఢంగా ఉంచుతుంది. అలాగే గాయాలు అయినప్పుడు రక్తం త్వరగా గడ్డకట్టేలా చేస్తుంది. దీంతో తీవ్ర రక్త స్రావం సమస్య నుంచి బయట పడవచ్చు.

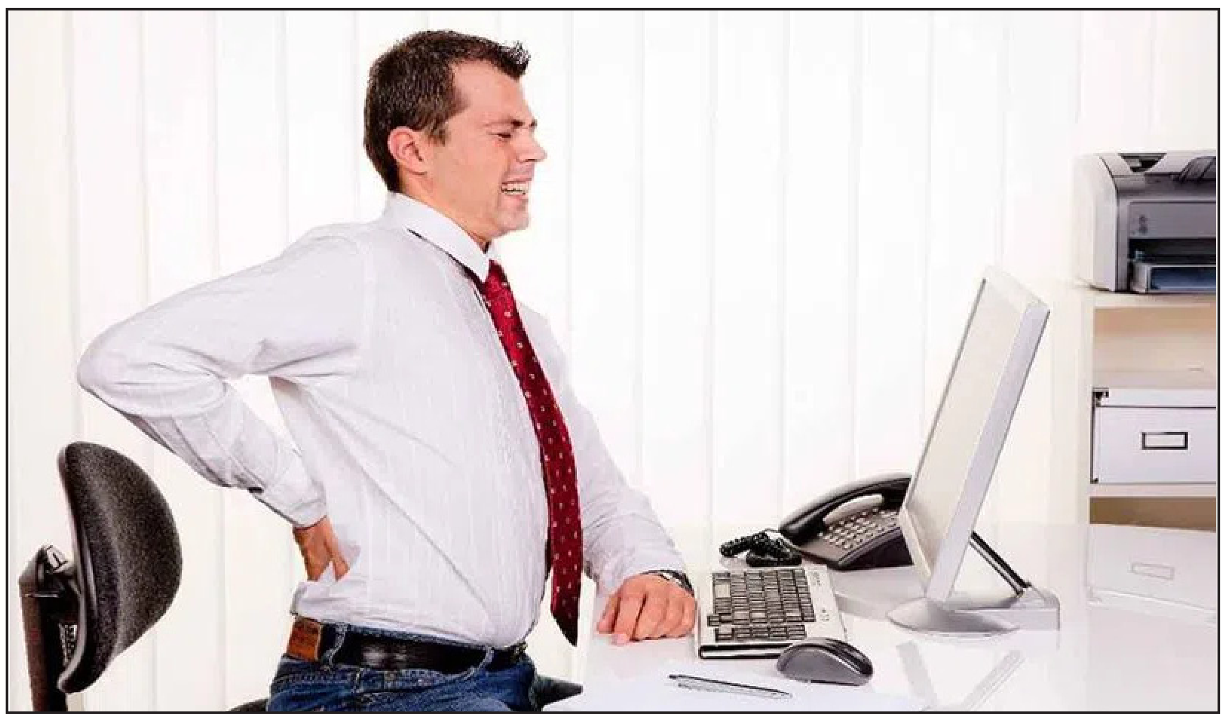
నలుపు రంగు క్యారెట్లలో పొటాషియం ఎక్కువగానే ఉంటుంది. ఇది రక్త సరఫరాను మెరుగు పరుస్తుంది. దీంతో బీపీ తగ్గుతుంది. గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది.

మలబద్దకం సమస్యకు..: నలుపు రంగు క్యారెట్లలో ఉండే ఫైబర్ సుఖ విరేచనం అయ్యేలా చేస్తుంది. దీంతో మలబద్దకం నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఈ క్యారెట్లలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ముఖ్యంగా వీటిల్లో ఉండే ఆంథో సయనిన్స్ గుండె జబ్బులు, స్ట్రోక్స్ రాకుండా రక్షిస్తాయి. ఈ క్యారెట్లలో ఉండే బీటా కెరోటిన్ కంటి చూపును మెరుగు పరుస్తుంది. ఈ క్యారెట్లను తినడం వల్ల బీపీ నియంత్రణలో ఉంటుంది. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు తగ్గుతాయి. గుండె జబ్బులు వచ్చే అవకాశాలు గణనీయంగా తగ్గుతాయి. ఈ క్యారెట్లలో ఉండే ఫైబర్ షుగర్ ఉన్నవారికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. డయాబెటిస్ ఉన్నవారు నలుపు రంగు క్యారెట్లను తింటుంటే షుగర్ లెవల్స్‌ను అదుపులో ఉంచుకోవచ్చు.

మెదడు పనితీరుకు..: ఈ క్యారెట్లను తింటే రోగ నిరోధక శక్తి సైతం పెరుగుతుంది. దగ్గు, జలుబు వంటి శ్వాసకోశ సమస్యల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. గొంతు, ఊపిరితిత్తుల్లో ఉండే కఫం కరిగిపోతుంది. మెదడు ఆరోగ్యానికి నలుపు రంగు క్యారెట్లు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. వీటిన తింటే మెదడు యాక్టివ్ గా పనిచేస్తుంది. చురుగ్గా ఉంటారు. బద్ధకం పోతుంది. నలుపు రంగు క్యారెట్ల ద్వారా ప్రయోజనాలు పొందాలంటే వీటిని నేరుగా పచ్చిగానే తినాల్సి ఉంటుంది. దీంతో పోషకాలు కూడా అధికంగా లభిస్తాయి. ఈ క్యారెట్లతోనూ కూరలు చేసుకోవచ్చు. ఇలా నలుపు రంగు క్యారెట్ల వల్ల ఎన్నో లాభాలను పొందవచ్చు.

పిల్లలకు సమస్యాత్మకం అడినాయిడైటిస్..

ముక్కు వెనక, గొంతు పైభాగంలో ఉండే అడినాయిడ్స్ కణజాలంలో వాపు రావడాన్ని అడినాయిడైటిస్ అంటారు. పిల్లల్లో ఇది చాలా సాధారణం. ఇది గురక, నోటినుంచి శ్వాస, మాటిమాటికి చెవి ఇన్ఫెక్షన్లు, వినికిడి తగ్గడం, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది, పెదవులు పగలడం, ముక్కుకారడం, నోటినుంచి దుర్వాసన లాంటి సమస్యలకు దారితీస్తుంది. ఇన్ఫెక్షన్, అలర్జీ, పొట్టలో ఆమ్లం పైకి తన్నుకు రావడం వల్ల వచ్చే మంట మొదలైన వాటివల్ల అడినాయిడ్ కణజాలంలో ఇన్‌ఫ్లమేషన్‌తో అడినాయిడైటిస్ వస్తుంది. ఇది పిల్లలకు రెండేండ్ల వయసు ఉన్నప్పుడు ఏర్పడి 8 ఏండ్లు వచ్చేసరికి పరిమాణం తగ్గిపోతుంది. అయితే, అడినాయిడ్స్ ఎక్కువ కాలంపాటు వాచిపోయి ఉంటే మాత్రం సమస్యాత్మకం అవుతాయి. ముప్పు ఎవరికి?: సీసాపాలు తాగే పిల్లలు. పడుకున్న భంగిమలో తల్లిపాలు తాగేవారు.ముక్కు లేదా గొంతు దగ్గర ఇన్ఫెక్షన్ ఉన్నవాళ్లు.ఏదైనా అలర్జీతో బాధపడే పిల్లలు.సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ ఏంటి?ముక్కుకారడం. మాటిమాటికి చెవి ఇన్ఫెక్షన్లు.వినికిడి శక్తి తగ్గుతుంది.నోరు ఎండిపోతుంది.పండ్ల నిర్మాణం దెబ్బతింటుంది. ముక్కుతో మాట్లాడినట్టు ఉంటుంది.సన్నని ముక్కు, పైపెదవి చిన్నగా ఉండటం, అంగిలి ఇరుకుగా ఉండటం, ఇరుకుగా-పొడవుగా ఉండే అంగిలి, దంతాలు గజిబిజిగా ఉండే అడినాయిడ్ ఫేసీస్ సమస్య. చికిత్స ఎలా?: అడినాయిడ్స్‌ను నిర్ధారణ చేయడానికి డాక్టర్లు పిల్లల ముక్కు, చెవులు, నోరు, గొంతు పరీక్షిస్తారు. లక్షణాలు తీవ్రంగా ఉంటే మాత్రం అడినాయిడ్స్ వాపు, శ్వాసనాళంలో ఆటంకాలను పరిశీలించడానికి ఎక్స్ రే పరీక్ష కూడా సూచించే అవకాశం ఉంది. చాలావరకు పిల్లలకు 8 ఏండ్లు వచ్చేసరికి అడినాయిడ్స్ వాటంతట అవే తగ్గిపోతాయి. పరిశుభ్రంగా ఉంటూ, ఇన్ఫెక్షన్లు రాకుండా చూసుకుంటేనే ఇది సాధ్యమవుతుంది. సమస్య లక్షణాలు మితంగా ఉంటే మామూలు చికిత్స సరిపోతుంది. ఒకవేళ బ్యాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్ ఉంటే గనుక డాక్టర్లు యాంటిబయోటిక్స్ ఇస్తారు. అడినాయిడ్స్ పరిమాణం తగ్గడానికి ముక్కు స్ప్రేలు ఉపయోగించాల్సి ఉంటుంది. అయినా సమస్య తగ్గకపోతే వైద్యులు అడినాయిడెక్టమీ అనే సర్జరీ సిఫారసు చేస్తారు.



రోజూ గంటల తరబడి కూర్చుని పని చేస్తున్నారా..?

కొన్నేళ్ల తర్వాత మీకు వచ్చే అనారోగ్య సమస్యలు ఇవే..!

ప్రస్తుతం చాలా మంది గంటల తరబడి కూర్చుని పనిచేసే ఉద్యోగాలే చేస్తున్నారు. ఒకప్పుడు శారీరక శ్రమ ఎక్కువగా చేసే ఉద్యోగాల్లో ఉండేవారు. మన పూర్వీకులు చేతి వృత్తులు, వృత్తి పనులు చేసేవారు. దీంతో వారికి రోజూ శారీరక శ్రమ ఉండేది. కానీ ఇప్పుడు అలా కాదు. ఎక్కడ చూసినా కంప్యూటర్లు వచ్చేశాయి. దీంతో మన పని చాలా తేలికైపోయింది. శారీరక శ్రమను మొత్తానికే తగ్గించేశారు. నూటికి 90 శాతం మంది కూర్చుని చేసే ఉద్యోగాలే చేస్తున్నారు. ఉదయం నుంచి రాత్రి వరకు లేదా నైట్ షిఫ్ట్ అయితే రాత్రి నుంచి ఉదయం వరకు కూర్చుని గంటల తరబడి పనిచేస్తున్నారు. అయితే అంతా బాగానే ఉన్నా ఇలాంటి జీవన విధానం మంచిది కాదని వైద్యులు చెబుతున్నారు. రోజూ శారీరక శ్రమ కచ్చితంగా ఉండాలని అంటున్నారు. రోజుకు 8 గంటల కన్నా ఎక్కువగా కూర్చుని పనిచేసే వారికి భవిష్యత్తులో పలు అనారోగ్య సమస్యలు వస్తాయని అంటున్నారు.

వెన్నుపై భారం..: రోజుకు 8 గంటలకన్నా ఎక్కువగా కూర్చుని పనిచేస్తే మన వెన్నెముక ఆకారం మారుతుందని వైద్య నిపుణులు అంటున్నారు. ఎక్కువ సేపు కూర్చుని ఉండడం వల్ల వెన్నెముక కండరాలు బలహీనంగా మారిపోతాయి. అలాగే పొట్ట, ఛాతి దగ్గర ఉండే కండరాల పటుత్వం తగ్గిపోతుంది. ఆయా భాగాల్లో రక్త సరఫరా సరిగ్గా జరగక వెన్నెముక ఆకారం పోతుంది. దీంతో వెన్ను నొప్పి మొదలవుతుంది. అలాగే చూపులో కూడా తేడా వస్తుంది. దృష్టి తగ్గుతుంది. తలనొప్పి సమస్య అధికంగా వస్తుంటుంది. రోజూ శారీరక శ్రమ లేకుండా గంటల తరబడి కూర్చుని పనిచేసేవారికి కొన్ని సంవత్సరాలకు గుండె జబ్బులు వచ్చే ప్రమాదం అధికంగా ఉంటుందని వైద్య నిపుణులు అంటున్నారు. అలాంటి వారికి ముందుగా బీపీ వస్తుంది. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు పెరిగిపోతాయి. దీంతో హార్ట్ ఎటాక్ ముప్పు పెరుగుతుంది. ఏదో ఒక సమయంలో గుండె పోటు వస్తుంది. ఫలితంగా ప్రాణాంతకం అవుతుంది. కనుక రోజూ శారీరక శ్రమ ఉండాలని అంటున్నారు.

షుగర్ వచ్చే అవకాశం..: గంటల తరబడి కూర్చుని పనిచేసేవారిలో కాళ్లలో రక్త నాళాల్లో రక్త సరఫరా సరిగ్గా జరగక ఆయా భాగాల్లో రక్తం గడ్డ కడుతుంది. దీంతో వెరికోస్ వీన్స్ సమస్య వస్తుంది. అలాగే ఎక్కువ సేపు కూర్చుని పనిచేసేవారు అధికంగా బరువు పెరుగుతారు. శరీరంలో కొవ్వు చేరుతుంది. కండరాలు, ఎముకలు సైతం బలహీనంగా మారుతాయి. తీవ్రమైన నొప్పులు వస్తాయి. ఆయా భాగాలను కదిలించాలంటేనే నొప్పిగా ఉంటుంది. గంటల తరబడి కూర్చుని పనిచేయడం జీర్ణ వ్యవస్థపై కూడా ప్రభావం చూపిస్తుంది. తిన్న ఆహారం సులభంగా జీర్ణం కాదు. దీంతో అజీర్తి ఏర్పడుతుంది. ఇది మలబద్ధకానికి దారి తీస్తుంది. టైప్ 2 డయాబెటిస్ వచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. మానసికంగా ఒత్తిడి అధికంగా ఉంటుంది కనుక నిద్రపై ప్రభావం చూపిస్తుంది. నిద్ర సరిగ్గా పోలేకపోతుంటారు. డిప్రెషన్, ఆందోళన బారిన పడతారు.

ఇలా చేయండి..: ఆయా అనారోగ్య సమస్యలు రాకుండా ఉండాలంటే రోజూ కనీసం 30 నిమిషాల పాటు ఏదైనా తేలికపాటి వ్యాయామం అయినా చేయాలని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. అలాగే పనిచేసే సమయంలో వీలైనంత వరకు లేచి తిరిగే ప్రయత్నం చేయాలి. మధ్య మధ్యలో కాసేపు విరామం తీసుకోవాలి.

ఆఫీసుల్లో లిఫ్ట్‌కు బదులుగా మెట్లను ఉపయోగించండి. సొంత వాహనాలు కాకుండా వీలున్నంత వరకు ప్రజారవాణాకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వండి. మధ్యాహ్నం భోజనం చేయగానే సీట్‌లో కూర్చుని పనిచేయకుండా కాసేపు నిలబడి ఉండండి. ఆఫీసుల్లో మీటింగ్స్ పెడితే నిలబడి ఉండండి. రాత్రి పూట వీలైనంత త్వరగా నిద్రించేందుకు ప్రయత్నించండి. ఈ సూచనలు పాటిస్తే భవిష్యత్తులో వచ్చే అనారోగ్య సమస్యలకు చెక్ పెట్టవచ్చు. ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చు.

సోషల్ మీడియాలో పనిలేనోళ్ళు ఎక్కువయ్యారు...

సోషల్ మీడియాలో తరచుగా సెలబ్రిటీలపై ట్రోలింగ్ జరుగుతున్న విషయం తెలిసిందే. ఈ ట్రోలింగ్‌లు, ప్రతికూల వ్యాఖ్యలపై నటీనటులు అప్పుడప్పుడు తమ అసంతృప్తిని వ్యక్తం చేస్తునే ఉన్నారు. తాజాగా ఈ విషయంలో టాలీవుడ్ స్టార్ హీరోయిన్ రకుల్ ప్రీత్ సింగ్ స్పందిస్తూ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేసింది. సోషల్ మీడియాలో వచ్చే అనవసర విమర్శలపై రకుల్ తనదైన శైలిలో ఘాటుగా స్పందించింది. రకుల్ ప్రీత్ సింగ్ మాట్లాడుతూ.. "సోషల్ మీడియా ఇప్పుడు అందరికీ అందుబాటులోకి వచ్చింది. దురదృష్టవశాత్తూ, మన దేశంలో చాలా మందికి ఎలాంటి పనిలేదు. వారందరికీ ఉచిత డేటా ప్లాన్‌లు అందుబాటులో ఉన్నాయి. అందువల్ల, ఇతరుల జీవితాల గురించి కామెంట్స్ చేయడం తప్ప వారికి ఇంకేమీ పనిలేకుండా పోయింది" అని అన్నారు. కాగా రకుల్ చేసిన వ్యాఖ్యలు ప్రస్తుతం వైరల్‌గా మారాయి. మరోవైపు రకుల్ చేసిన ఈ వ్యాఖ్యలు సోషల్ మీడియాలో సెలబ్రిటీలు ఎదుర్కొంటున్న వేధింపులు, ట్రోలింగ్‌కు అద్దం పడుతున్నా యి. ఉచిత డేటా ప్లాన్‌ల లభ్యత, స్మార్ట్‌ఫోన్ వినియోగం పెరగడం వల్ల ప్రతి ఒక్కరూ సోషల్ మీడియాకు సులభంగా చేరువయ్యారని, అయితే దీనిని దుర్వినియోగం చేసే వారి సంఖ్య కూడా గణనీయంగా పెరిగిందని ఆమె పరోక్షంగా అభిప్రాయపడ్డారు.

హీటెక్కించే లుక్స్ తో.. ఐశ్వర్య మీనన్..

గ్లామర్ ప్రపంచంలో తనదైన స్థానం ఏర్పర్చుకుంటున్న నటి ఐశ్వర్య మీనన్ మళ్లీ ట్రెండింగ్‌లోకి వచ్చేసింది. తాజాగా ఆమె నీయాన్ పింక్ లెహంగాలో చేసిన ఫోటోషూట్ నెటిజన్లను మంత్రముగ్ధులను చేస్తోంది. బ్రైట్ కలర్ లెహంగా, ఫ్లోరల్ వర్క్‌తో ఉన్న బ్లౌజ్, జ్యువెలరీ%ొ% అన్నీ కలిసినప్పుడు ఐశ్వర్య అందం మరింత మెరిసిపోయింది. తన నడుము, గ్లామర్ యాంగిల్స్‌ను బోల్డ్‌గా ఎలివేట్ చేసిన ఆమె ఫోటోలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్‌గా మారాయి. ఐశ్వర్య ఫ్యాషన్ సెలెక్షన్ ఈసారి మరింత స్టైలిష్‌గా నిలిచింది. లైటింగ్, పోజింగ్, మేకప్ అన్నీ కలిసే ఆమె లుక్‌కు ప్రత్యేకతను తీసుకొచ్చాయి. కుర్చీలో నిదానంగా కూర్చున్న స్టిల్స్‌లో ఆమె క్యూట్ హావభావాలతో ఆకట్టుకోగా, బయట తీసిన ఫోటోలలో ఆమె కొంటె లుక్స్ తో మరింత అందంగా కనిపించింది. తన ఫోటోషూట్స్‌తో పాటు సినిమాల్లోనూ మంచి గుర్తింపు సంపాదించుకున్న ఐశ్వర్య, కెరీర్ విషయంలో అడుగడుగునా మెరుగైపోతుంది. తమిళంలో 'హిప్పీ', 'తామిళ్ ప్మెలట్', మలయాళంలో 'మన్‌త్రీ', 'బజూక' వంటి చిత్రాలతో పాపులర్ అయ్యింది. తెలుగులో నిఖిల్ సరసన నటించిన 'స్పై' మూవీ ద్వారా టాలీవుడ్‌లో ఎంట్రీ ఇచ్చింది. ఆ సినిమా భారీ అంచనాల మధ్య విడుదలై మిశ్రమ స్పందన పొందినప్పటికీ, ఐశ్వర్యకి నటిగా మంచి గుర్తింపు తీసుకొచ్చింది. ప్రస్తుతం ఆమెకు తెలుగు, తమిళ భాషల్లో మంచి ఆఫర్స్ వస్తున్నాయి. బోల్డ్ లుక్స్, గ్లామర్ ప్రెజెంట్ చేయగల సామర్థ్యం ఉన్న నటి అయిన ఐశ్వర్య, ప్రస్తుతం కంటెంట్ బేస్డ్ పాత్రలవైపు అడుగులు వేస్తోందని టాక్.

బ్లాక్ డ్రెస్‌లో మీనాక్షి చౌదరి అందాల మాయ..

గ్లామరస్ లుక్‌లు ఆమెకు కొత్తకాదు కానీ, ఈసారి మాత్రం మీనాక్షి చౌదరి చూపిన అటిట్యూడ్ చూస్తే ఏవరికైనా వావ్ అనిపించకమానదు. బ్లాక్ షైనీ డ్రెస్‌లో ఆమె చేసిన ఫోటోషూట్ ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో చర్చనీయాంశంగా మారింది. కాస్త బోల్డ్‌గా కనిపించిన మీనాక్షి స్టైలింగ్‌లోని ఫినిషింగ్, హేర్ డూ, మేకప్ అన్నీ కూడా పర్ఫెక్ట్ అని నెటిజన్లు కామెంట్స్ చేస్తున్నారు. ఫ్రెంచ్ మ్యూజిక్‌కి స్టయిలిష్‌గా పోజులిచ్చిన ఈ ఫోటోలు యువతను ఆకర్షిస్తున్నాయి. మెడ దగ్గర నుండి స్లీవ్‌కు లూప్ లా డిజైన్ చేసిన డ్రెస్ ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది. ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన విషయం ఏంటంటే, ఆమె కళ్ల లుక్స్. కెమెరాకి ఆమె ఇచ్చిన లుక్స్‌లో కనిపించిన కాన్ఫిడెన్స్, ఫెమినిన్ గ్రేస్ అన్నీ కలిసి ఫోటోషూట్‌ను లెవెల్ మీదకు తీసుకెళ్లాయి.

అందుకే ఈ ఫోటోలు ప్రస్తుతం వైరల్ అవుతున్నాయి. సినీ సెలబ్రిటీలు కూడా కామెంట్స్ చేస్తూ మీనాక్షికి ఫుల్ మార్కులు వేస్తున్నారు. కేవలం ఫోటోలు మాత్రమే కాదు, మీనాక్షి చౌదరి కెరీర్ కూడా ఇంప్రెసివ్‌గా కొనసాగుతోంది. మిస్ ఇండియా రన్నరప్‌గా గుర్తింపు పొందిన ఆమె, తన సినీ ప్రస్థానాన్ని 'ఇచట వాహనములు నిలుపరాదు' అనే చిత్రంతో ప్రారంభించారు. ఆ తరువాత 'ఖిలాడి', 'హిట్ 2', 'గుంటూరు కారం' వంటి సినిమాల్లో గ్లామరస్ పాత్రలతో ఆకట్టుకున్నారు. ఆమెకి త్వరలో విడుదల కాబోయే సినిమాలు కూడా ఓ కీలకమైన మైలురాయిగా మారే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి.

ప్రాణం పోద్దాం!

'మేము స్వేచ్ఛగా ఎగిరే పక్షులం. ప్రకృతి హితాన్ని కోరుకునే జీవులం. మా కిలకిలలు అంటే ఇష్టపడని మనుష్యులు ఉండరు. మా బ్రతుకు మేము బతుకుతుంటే మమ్మల్ని మీరు బతకనివ్వడంలేదు' అంటూ పక్షుల మనోభావాన్ని రాస్తాడో రచయిత. 'అడవిలోని ప్రతి జీవి.. అది చెట్టయినా, జంతువైనా, పక్షి అయినా%ొ% నా దృష్టిలో వనదేవతలే' అంటాడు ధూర్జటి. అందుకే ఈ ప్రాచీన కవి ప్రకృతి సౌందర్యాన్ని తన కవిత్వంతో మిళితం చేసి ప్రకృతి ప్రాధాన్యతను వర్ణిస్తాడు. కృష్ణశాస్త్రి, జాషువా, శ్రీశ్రీ, ఆరుద్ర వంటి కవులు సైతం తమ కవిత్వాన్ని ప్రకృతితో అనుసంధానించారు. ప్రకృతిని తమ కవితా సృష్టిలో భాగం చేసుకున్నారు. ప్రకృతి పట్ల ప్రేమను, బాధ్యతను మేల్కొలిపారు. 'తలపై మండే వేడిని భరించి/ ప్రయాణికులకు చల్లని నీడనిచ్చే/ కఠినమైన రాళ్లపై కూడా పెరిగే/ పండులు, పువ్వులను ఇచ్చే/ తమ ప్రాణాలను త్యాగం చేసిన తర్వాత కూడా తమ శరీరాలను కోయడానికి ఇచ్చే..' అంటూ జంధ్యాల పాపయ్యశాస్త్రి అభివర్ణిస్తాడు. కానీ, కాలం మారడం మొదలైంది. వ్యాపార సంస్కృతితో వచ్చిన మార్పులు ప్రకృతి విధ్వంసానికి కారణమయ్యాయి. మనిషి తనలోని సున్నితత్వాన్ని కోల్పోయి, ప్రకృతికి విరుద్ధమైన జీవితం గడుపుతున్నాడు. దాని ఫలితమే కాలుష్యం వివిధ రూపాల్లో విస్ఫోటనం చెందుతోంది. నాగరికత ప్రకృతికి దూరంగా జరుగుతోంది. అభివృద్ధి పేరుతో పచ్చని పొలాలు, అడవులు వున్న చోట కర్మాగారాలు వెలుస్తున్నాయి. 'అభివృద్ధి అంటే కాంక్రీట్ కట్టడాలు కాదు, పక్షులు తిరిగే ఆకాశం, వాటి ఆవాసాలకు జాగా వుండే భూమి కూడా కావాలి' అంటారు పర్యావరణ శాస్త్రవేత్త వందనా శివ.

గత పాతికేళ్లలో మన దేశంలో పక్షుల సంఖ్య 25 శాతం తగ్గిందంటే, అది కేవలం ప్రకృతి పరిహాసం కాదు, మన అజాగ్రత్తకు, నగరీకరణ పేరుతో జరుగుతున్న విధ్వంసానికి సజీవ సాక్ష్యం. ఫలితంగా పక్షిజాతి సంక్షోభంలో పడింది. 204కి పైగా పక్షి జాతులు అంతరించిపోయే దశలో వుండగా, 142 జాతులు ప్రస్తుతం క్షీణిస్తాయని పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి. నేషనల్ సెంటర్ ఫర్ బయోలాజికల్ సైన్సెస్(ఎన్‌సిబిఎస్) ఈ మేరకు ఒక నివేదికను వెల్లడించింది. 'మా పరిశోధనలు ఒక భయంకరమైన సత్యాన్ని వెల్లడిస్తున్నాయి. దేశంలోని వైవిధ్యభరితమైన పక్షుల సంఖ్య గణనీయమైన క్షీణతను ఎదుర్కొం టోంది. సమన్వయంతో కూడిన పరిరక్షణ తక్షణ అవసరాన్ని నొక్కి చెబుతోంది' అంటూ ఎన్‌సిబిఎస్ వన్యప్రాణి జీవశాస్త్రం అధ్యయనవేత్త వివేక్ రామచంద్రన్ చెబుతున్నారు. ప్రపంచ జీవవైవిధ్యం కూడా దారుణమైన స్థితిలో వుంది. అంతర్జాతీయ ప్రకృతి పరిరక్షణ సమితి (ఐయుసిఎన్) నిర్వహించిన గ్లోబల్ రెడ్ లిస్ట్ అసెస్‌మెంట్స్‌లో జీవవైవిధ్యం యొక్క అన్ని కోణాలూ క్షీణతను చూపిస్తున్నాయి. తాజా లివింగ్ ప్లానెట్ నివేదిక-2 ప్రకారం.. క్షీరదాలు, పక్షులు, సరీసృపాలు, ఉభయచరాలు, చేపలు సంఖ్య 1970 నుంచి సగటున 69శాతం తగ్గాయి. ఇంత విస్తృత స్థాయిలో క్షీణతకు విధ్వంసక భూవినియోగం, ప్రకృతి దోపిడీ, వాతావరణ మార్పు, కాలుష్యం, రసాయనాలు జీవవైవిధ్యానికి హాని కలిగించడమే ప్రధాన కారణం.

ఇది కేవలం పర్యావరణ సమస్య కాదు. ఇది జీవవైవిధ్యానికి, భవిష్యత్తరాలకు ప్రమాద సంకేతం. 'పక్షి అరుపు మనకు ఒక హెచ్చరిక. మనం వినకపోతే, రేపటి భూమి శూన్యంగా మారుతుంది' అంటారు భారత పక్షిశాస్త్ర పితామహుడు సలీం అలీ. పక్షుల సంఖ్య తగ్గుదల వ్యవసాయ దిగుబడి తగ్గడానికి దారి తీస్తుంది. హానికరమైన పురుగుమందులపై ఆధారపడటాన్ని తప్పనిసరి చేస్తుంది. ఇది ప్రజారోగ్యంపైన, దీర్ఘకాలంలో ఆర్థిక వ్యవస్థపైనా ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. మన చుట్టూ వున్న ప్రతి జీవీ మన జీవితంలో భాగమే. అవి మాయమవకుండా వుండాలంటే మనం మారాలి. కాలుష్యానికి బలైపోయి కనుచూపుమేరలో కనిపించకుండా పోయి.. కథా వస్తువుగానో, కవితా వస్తువుగానో మిగిలిపోకుండా పక్షులను రక్షించుకుందాం. 'పక్షులు మన జీవ వ్యవస్థకు సజీవ చిహ్నాలు. అవి లేకపోతే ప్రకృతి సంగీతం మూగబోతుంది' అంటారు ప్రముఖ రచయిత అమితావ్ ఘోష్. పక్షుల పరిరక్షణ కోసం ప్రభుత్వాలు, పర్యావరణవేత్తలు, ప్రజలు కలిసి పనిచేయాలి. ప్రకృతిని కాపాడుకోవాలి. కాస్తంత పచ్చదనం పెంచితే, ఎన్నో పక్షి జాతులకు ప్రాణం పోసినవాళ్లమవుతాం.

Published, printed and Owned by Merugu Chandra Mohan Printed at Sahaja publications, H.No. 3-455, Journalist Colony, Dammaiguda, Nagaram, Keesara, Medchal Malkajgiri District, Telangana.
Published from H.No. 3-455, Journalist Colony, Dammaiguda, Nagaram, Keesara, Medchal Malkajgiri District, Telangana. rni. no: TELTEL/2023/88215