

STUDY ABROAD

TOP GLOBAL DESTINATIONS

Free IELTS coaching

+91 6301726400

ESTD: 1999

www.voodayam.com

వృథాయం

DOMESTIC & INTERNATIONAL

FLIGHT TICKET

Easy Booking
Best Discounts
Get Your Tickets Now

Call Us & Book : +91 6301726400

7 కార్పొరేషన్లలో చేతికి 4	2 కార్పొరేషన్లలో కమలం	సిపిఐ 01	మున్సిపాలిటీలు కాంగ్రెస్ కైవసం 64	హంగ్ 36	బిఆర్ఎస్ 15	ఏఐఎఫ్ఐ 01
------------------------------	--------------------------	-------------	---	------------	----------------	--------------

హస్తపులిలో హంగ్ దరువు

- అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాలకు పట్టం
- నాలుగు కార్పొరేషన్లు, 64 పుర పీఠాలు
- 'హస్త'గతం • కార్పొరేషన్లలో ఖాతా తెరవని బీఆర్ఎస్ • 15 మున్సిపాలిటీలకే పరిమితమైన గులాబీ పార్టీ • రెండు కార్పొరేషన్లలో వికసించిన కమలం • 38 స్థానాల్లో హంగ్ • కొత్తగూడెం కార్పొరేషన్లో ఎగిరిన ఎర్రజెండా • వడ్డేపల్లి పీఠం ఏఐఎఫ్ బి పరం • స్వతంత్రులు, ఇతర పార్టీ అభ్యర్థులకు ప్రధాన పార్టీల గాలం
- 'కార్యతనపల్లి'ఫలితాల్లో మంత్రి వివేక్కు ఎదురుదెబ్బ • మాజీ ఎమ్మెల్సీ కవితకు ఏఐఎఫ్ బి ఫాక్ • మేయర్ ఎన్నికల్లో వివే జారీకి బీఆర్ఎస్ నిర్ణయం • చిక్కాల్లో పార్టీ ఫిరాయింపు ఎమ్మెల్యేలు
- వివే భిక్షురిస్తే పదవి పోయే ప్రమాదం • దుబ్బాక 3వ వార్డులో లక్ష్మీద్రా.. బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థి గెలుపు • మధిరలో పదో వార్డు నుంచి టీడీపీ గెలుపు
- నేరేడుచర్ల లో 14వ వార్డులో జనసేన అభ్యర్థి విజయం • చిట్టాలలో ఇండిపెండెంట్గా పోటీ చేసిన ట్రాన్స్ జెండర్ గెలుపు • జగిత్యాల మున్సిపాలిటీలో జీవన్ రెడ్డి అనుచరుల హవా
- 14 వార్డుల్లో స్వతంత్ర అభ్యర్థులుగా పోటీ చేసి విజయం • చేర్యాలలో సస్పెండ్ అయిన పోలీస్ కానిస్టేబుల్ భార్య గెలుపు

కింగ్ మేకర్లుగా ఇండిపెండెంట్లు

విజేతలను క్యాంపులకు తరలింపు చిట్కాలలో ఇండిపెండెంట్ గా పోటీ చేసిన ట్రాన్స్ జెండర్ గెలుపు

కాంగ్రెస్

1346

బిఆర్ఎస్

723

బిజెపి

261

సిపిఐ

0

ఇతరులు

252

హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 13 (పుడయం ప్రతినిధి) : మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫలితాల్లో అధికార కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రభంజనం సృష్టించింది. ఎన్నికలు జరిగిన ఏడు కార్పొరేషన్లలో నాలుగు చోట్లా గెలుపుబావుటా ఎగురవేసిన హస్తం.. 64 పుర పీఠాలను కైవసం చేసుకున్నది. ప్రధాన ప్రతిపక్ష పార్టీ బీఆర్ఎస్ కేవలం 13 మున్సిపాలిటీల్లో మాత్రమే తన ప్రభావాన్ని చూపింది. నిజామాబాద్, కరీంనగర్ కార్పొరేషన్లలో అధికార ప్రదర్శించిన బీజేపీ... ఒక్క మున్సిపాలిటీలోనూ వికసించలేకపోయింది. అసెంబ్లీ, లోక్ సభ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ కు మద్దతు తెలిపి... ఈ సారి కొత్తగూడెం నుంచి సొంతంగా పోటీ చేసిన సీబీఐ అనుహ్యంగా ఆ కార్పొరేషన్ పై ఎర్రజెండా ఎగురవేసి.. అధికార పార్టీకి రులిక్ ఇచ్చింది. జోగులాంబ గద్వాల జిల్లా పరిధిలోని వడ్డేపల్లి మున్సిపాలిటీలో 10 వార్డులకు గానూ ఎనిమిది వార్డుల్లో గెలిచిన అలిండియా పార్టీర్స్ బ్లాక్ (ఏఐఎఫ్ బి) ఆ పుర పీఠాన్ని కైవసం చేసుకున్నది. ఏఐఎఫ్ బి గెలుపుతో ఖంగుతిన్న అధికార, ప్రతిపక్ష పార్టీలు అక్కడ ఓటమిపై పోస్ట్ మార్డం నిర్వహించే పనిలో నిమగ్నమయ్యాయి. అన్నింటికీ మించి ఈ ఎన్నికల్లో అధికార, ప్రతిపక్ష పార్టీల మధ్య తీవ్ర పోటీ నెలకొనగా... సమాన ఓట్లతో 38 మున్సి

పాలిటీల్లో హంగ్ ఏర్పడింది. దీంతో అక్కడ స్వతంత్ర, ఇతర పార్టీల అభ్యర్థుల మద్దతు కోసం ప్రధాన పార్టీలు నరక కృత్యాలు చేపట్టినాయి. ఇదిలావుంటే.. ఖమ్మం జిల్లా మధిరలో 10వ వార్డు కౌన్సిలర్గా తెలుగుదేశం పార్టీ అభ్యర్థి బోడేపూడి రేవతి విజయం సాధించారు. ఇటు సూర్యాపేట జిల్లాలోని నేరేడుచర్ల మున్సిపాలిటీలోని 14వ వార్డు నుంచి జనసేన పార్టీ తరపున పోటీ చేసిన ఆరూరి విజయలక్ష్మి మన విజయం సాధించారు. అమె తన సమీప ప్రత్యర్థిపై 60 ఓట్ల మెజారిటీతో గెలుపొందారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా హస్తం పార్టీ అభ్యర్థులు జయభేరి మోగిస్తున్న వేళ.. నేరేడు చర్ల 14వ వార్డులో అటు కాంగ్రెస్, బీజేపీ, బీఆర్ఎస్ పార్టీ అభ్యర్థులను కాదని.. జనసేన పార్టీ అభ్యర్థికి ఓటర్ల పట్లం కట్టడం ఇప్పుడు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా సంపనలంగా మారింది. ఈ విజయంతో జనసేన పార్టీ శ్రేణుల్లో సరికొత్త ఉత్సాహం వచ్చినట్లుంది. ఈసారి తెలంగాణ మున్సిపల్ ఎన్నికల బరిలో జనసేన పార్టీ 336 స్థానాల్లో తమ అభ్యర్థులను నిలిపింది. నంగారెడ్డి జిల్లా ఇస్కాన్పూర్ మున్సిపాలిటీలో 16వ వార్డు లో బీఆర్ఎస్ నుంచి పోటీ చేసిన తన భార్య విజయలక్ష్మి ఓటమిని తట్టుకోలేక భర్త వెంకటే రెడ్డి అస్సలు తకు గురయ్యాడు. దీంతో ఆయన్ను మెరుగైన వైద్యం కోసం

హైదరాబాద్ కు తరలించారు.

సీఎం, డిప్యూటీ సీఎం ఇలాకాల్లో హస్తానిదే హవా

ఈ ఎన్నికల్లో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్న కొడంగల్ నియోజకవర్గంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రభంజనం సృష్టించింది. కొడంగల్ మున్సిపాలిటీ లోని మొత్తం 12 వార్డులకు కాంగ్రెస్ 10 స్థానాలను కైవసం చేసుకుని ఏకపక్ష విజయాన్ని నమోదు చేసింది. ప్రధాన ప్రతిపక్షం బీఆర్ఎస్, ఎంఐఎం పార్టీలు కేవలం ఒక్కో వార్డు కే పరిమితం అయ్యాయి. 123 కేంద్రాల్లో రెక్కింపు చేపట్టగా..మొదట పోస్ట్ బ్యాలెట్టును రెక్కించారు. అనంతరం సాధారణ ఓట్ల రెక్కింపు జరిగింది. 144 సెక్షన్ల మధ్య పకడ్బందీగా ఏర్పాట్లు చేశారు. డిప్యూటీ సీఎం ప్రాతినిధ్యం వహిస్తోన్న మధిర మున్సిపాలిటీని కాంగ్రెస్ కైవసం చేసుకున్నది.

38 స్థానాల్లో హంగ్.. ప్రధాన పార్టీలకు తోపుని ఇబ్బందులు

మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫలితాల్లో ప్రధాన పార్టీలకు స్వతంత్ర

ఈ విజయం ప్రజలకు అంకితం

మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫలితాల్లో అత్యధిక స్థానాల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీకి అఖండ విజయాన్ని కట్టబెట్టిన రాష్ట్ర ప్రజలకు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ విజయం లక్షలాది కాంగ్రెస్ కార్యకర్తల శ్రమ ఫలితం అన్నారు. పార్టీ పట్ల వారికి ఉన్న అనంతమైన అభిమానానికి నిదర్శనమన్నారు. భుజాలు కాయలు కాసేలా పార్టీ జెండాను మోసి, ప్రభుత్వ పథకాలను ప్రజల్లోకి తీసుకువెళ్లిన ప్రతి కార్యకర్తకు ఈ విజయం అంకితమన్నారు. ఢిల్లీ పర్కటన్లో ఉన్న ఆయన శుక్రవారం విడుదలైన మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫలితాలపై ఎక్స్ వేదికగా స్పందించారు. రాష్ట్రంలో రెండేళ్ల ప్రజాపాలన, పేద - మధ్య తరగతి ప్రజల సంక్షేమం, ప్రపంచ స్థాయి ప్రణాళికలు, కార్యాచరణతో ప్రజా ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు ప్రజలు ఈ తీర్పు ద్వారా తమ సంపూర్ణ ఆమోదం తెలిపారని చెప్పారు.

అభ్యర్థుల రూపంలో కొత్త తలనొప్పులు వచ్చి పడ్డాయి. ఆయన మున్సిపాలిటీల్లో తమ పార్టీ అభ్యర్థులు గెలిచినప్పటికీ.. విజయానికి కావాల్సిన సీట్లు రాకపోవడంతో.. ఇప్పుడు ఆ పార్టీలకు స్వతంత్రుల మద్దతు అవసరమైంది. ఈ నేపథ్యంలోనే ఇండిపెండెంట్లుగా పోటీ చేసి గెలిచిన వారికి బాగా డిమాండ్ పెరిగింది. దీంతో వాళ్లు.. తమకు ఏ పార్టీ అయితే చైర్మన్ పదవి ఇస్తుందో ఆ పార్టీకే మద్దతు తెలుపుతామని గొంతెత్తి కేరీలు కొరుతున్నారు. రాష్ట్రంలో మొత్తం 378 పైగా మున్సిపాలిటీల్లో ఏ పార్టీకి సృష్టమైన ప్యాజిక్ ఫిగర్ దక్కలేదు. దీంతో ఎలాగైనా మున్సిపల్ చైర్మన్ పీఠం కైవసం చేసుకునేందుకు ప్రధాన పార్టీలు పావులు కదుపుతున్నాయి. స్వతంత్ర అభ్యర్థులు, ఇతర పార్టీ అభ్యర్థులను తమ వైపు తిప్పుకునేందుకు ముమ్మర ప్రయత్నాలు చేస్తున్నాయి. పలుకోట్ల స్వతంత్ర అభ్యర్థులను క్యాంపులకు తరలించే ప్రయత్నం చేయగా ప్రతర్థులు అడ్డుకుంటున్నారు.

మిగతా 2లో

కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్లకు గట్టిపోటీ ఇచ్చాం

బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రాంచందర్ రావు
హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 13 (ఎఎన్ఐ) : మున్సిపాలిటీలు, కార్పొరేషన్ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ పార్టీలకు గట్టి పోటీనిచ్చామని బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రాంచందర్ రావు వెల్లడించారు. గత మున్సిపల్ ఎన్నికలతో పోలిస్తే ఈ ఎన్నికల్లో రాష్ట్ర ప్రజలు తమను గురించా రని చెప్పారు.. కొన్నిచోట్ల స్వల్ప మెజారిటీతో ఓడిపోయామని, సంస్థాగతంగా బీజేపీ బలపడటం సంతోషకరమన్నారు.



శుక్రవారం హైదరాబాద్ లో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు. తెలంగాణలో బీఆర్ఎస్ పార్టీ పరిస్థితి రోజురోజుకూ దిగజారుతోందన్న రాంచందర్ రావు... బీజేపీ

ఓటు పేర్ భారీగా పెరిగిందన్నారు. జీహెచ్ఎస్సీ ఎన్నికల్లో ఎవరూ జీహెచ్ఎస్సీ విధంగా బీజేపీ ప్రభావం ఉండబోతోందని జోస్యం చెప్పారు. జనసేన పార్టీలో పాత్రపై తాము ఇంకా పనిమీ నిర్ణయించుకోలేదన్నారు. అనారోగ్యంతోనే పవన్ కల్యాణ్ ప్రధానానికి రాలేకపోయారని రాంచందర్ రావు వివరణ ఇచ్చారు. రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్, బీజేపీ ఒక్క టేసన్ల మురుగులను కొట్టిపోయా.. మైనారిటీ ఓట్లు బీఆర్ఎస్ నుంచి కాంగ్రెస్ వైపు మళ్లాయని, బీజేపీ ఒంటరిగానే పోరాడుతుందని స్పష్టం చేశారు.

కరీంనగర్ లో బీజేపీని అడ్డుకోలేకపోయారు

66 డివిజన్లలో 31 గెలిచాం

ముగ్గురు ఇండిపెండెంట్లు మద్దతిస్తున్నారు కేంద్రమంత్రి బండి సంజయ్

పుడయం, కరీంనగర్ : కరీంనగర్ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్, ఎంఐఎం కుమ్మక్కై ఓటర్లకు విప్లవలీడిగా డబ్బాలు పంచినా బీజేపీ గెలుపును అడ్డుకోలేకపోయారని కేంద్ర హోంశాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ అన్నారు. కరీంనగర్లోని చౌవ్వందంలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఎన్నికల ప్రచారం నిర్వహించారన్న కేంద్రమంత్రి... ఎంఐఎం బాన్ అనధార్ధిన కూడా వచ్చి వెళ్ళారన్నారు. మహామహిళా ప్రచారం చేసినా కార్పొరేషన్ ను ఓడ చేయలేకపోయారని చెప్పారు.



మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫలితాలపై శుక్రవారం ఆయన కరీంనగర్లో మీడియాతో మాట్లాడారు. కరీంనగర్ కార్పొరేషన్ను బీజేపీ కైవసం చేసుకోవడం పట్టలేని సంతోషాన్ని ఇస్తోందన్నారు.

మిగతా 2లో

ఎలివేటెడ్ నిర్వాసితులకు న్యాయం

జిల్లా కలెక్టర్ హరివందన దాసరి
హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 13 (ఎఎన్ఐ) : హైదరాబాద్ లోని పార్లమెంటు జంక్షన్ నుంచి షామిల్ పేట ఓ ఆర్ ఆర్ జంక్షన్ వరకు 18.70 కిలోమీటర్ల మేర చేపట్టనున్న ఎలివేటెడ్ కారిడార్ ప్రాజెక్టు భూ సేకరణ ఉండేయలే పొరదర్శకత, స్పష్టత ఉండేలా చర్యలు తీసుకుంటామని హైదరాబాద్ కలెక్టర్ హరివందన దాసరి హామీ ఇచ్చారు. ఎలివేటెడ్ కారిడార్ మార్గంలో ట్రాఫిక్ తగ్గింపు, కనెక్టివిటీ మెరుగుదల,



పట్టణ మౌలిక సదుపాయాల బలోపేతానికి ఈ ఎలివేటెడ్ కారి డార్ ప్రాజెక్ట్ ఎంతో అవసరం అన్నారు. శుక్రవారం కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో కమిటీ

మిగతా 2లో

బెయిల్ మీద ఉన్న వారిని తిరిగి అరెస్టు చేయడానికి నిబంధనలు



5

ఆరావళిని తాకితే సహించం

హర్యానా జూ సభారీ ప్రాజెక్టు కోసం ఎటువంటి అభ్యర్థనను ఈ దశలో స్వీకరించం : సుప్రీంకోర్టు

మేమే ప్రత్యామ్నాయం

మీడియాతో బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ పంచాయితీ, మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో ఓటర్లు తమ తీర్పుతో స్పష్టత ఇచ్చారు ఇదే ఉత్సాహంతో జడ్పీ, జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికల్లో తలబడతాం విరోధితంగా పోరాడసిన బీఆర్ఎస్ కార్యకర్తలకు ధన్యవాదాలు కొత్తగూడెంలో సీబీఐకి మద్దతు ఇచ్చేందుకు నిర్ణయం గద్వాలలో ఒక్క ఓటుతో గెలిచాం

హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 13 (పుడయం ప్రతినిధి) : తెలంగాణలో అధికార కాంగ్రెస్ కు



ప్రత్యామ్నాయం బీఆర్ఎస్ మాత్రమేనని ఆ పార్టీ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ పునరుద్ఘాటించారు. ఇటీవల జరిగిన పంచాయితీ ఎన్నికల్లో తాజాగా జరిగిన మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో ప్రజలు ఇచ్చిన తీర్పు తో ఇది తెలియిందన్నారు. ఎన్ని కల్లో కాంగ్రెస్ కు తామే ప్రత్యామ్నాయం అని గొప్పలు చెప్పుకున్న బీజేపీ పుర ఫలితాల్లో హోర పాడటం మోలెందన్నారు.

మిగతా 2లో

ప్రజాపాలనకు పట్టం

పుడయం, ఖమ్మం : మున్సిపాలిటీలు, కార్పొరేషన్ల ఎన్నికల ఫలితాలు ప్రజాపాలనకు లన, సమష్టి కృషి ఈ విజయానికి పునాదులని చెప్పారు. ఈ ఎన్నికల్లో కార్యకర్తలు మొత్తం వ్యక్తమైన ఈ ఆదరణ రానున్న మార్పుకు సంకేతమని చెప్పారు. ప్రజల ఆకాంక్షలకు అనుగుణంగా.. వారి అభిమానాన్ని వమ్ము కానివ్వకుండా మరింత బాధ్యతతో, మరింత కట్టుబాటుతో పనిచేస్తామని హామీ ఇచ్చారు. శుక్రవారం విడుదలైన 'పుర' ఫలితాలపై ఆయన ఖమ్మంలో మీడియా ప్రకటన విడుదల చేశారు. సమృద్ధం, విశ్వాసం ఉన్నప్పుడు అది ఆదరణగా మారుతుందని ప్రజలు మరోసారి నిరూపించారని తెలిపారు. ప్రజా ప్రభుత్వం గత రెండేళ్లుగా విద్య, వైద్యం, ఉపాధి, మౌలిక వసతులు వంటి కీలక రంగాల్లో సాధికారత లక్ష్యంగా అవిత్రాంతంగా పనిచేస్తోందన్నారు. ఈ

గెలుపు ఆ కృషికి లభించిన గౌరవమన్నారు. నిష్పల్లపు నాయకత్వం, పౌరదర్శక పరిపాలన, సమష్టి కృషి ఈ విజయానికి పునాదులని చెప్పారు. ఈ ఎన్నికల్లో కార్యకర్తలు గెలుపే లక్ష్యంగా



భట్టి.. తన ప్రాణం అన్నారు. మధిర ప్రజలు చూపించిన అపారమైన ప్రేమ, అచంచలమైన విశ్వాసం చరిత్రలో ఎన్నడూ లేని విధంగా మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో 22 స్థానాల్లో 21 స్థానాల్లో అఖండ విజయాన్ని అందించినది చెప్పారు. ఈ విజయాన్ని మరింత బాధ్యతగా స్వీకరిస్తున్నట్లు తెలిపారు.



2 హైదరాబాద్ వాడిని యూపీకి రానివ్వద్దు

అతడు వస్తే మనల్ని ఖతం చేసి పోతాడు హైదరాబాద్ అంటేనే పేర్కొని, విర్యాని, పరమేని కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు మల్లికార్జున ఖర్గే



A globe of the Earth, showing the continents of North and South America in yellow and pink, surrounded by blue oceans. The globe is mounted on a dark, ornate stand. The background is a solid blue color.

Study in the UK!

APRIL INTAKE OPEN!

FOR INTERNATIONAL STUDENTS

Apply Now for April Intake!

Book Free Counselling with Us

Grads Universe

International Educational Consultancy

+91 63017 26400

www.gradsuniverse.com | Address: RTC X Roads, Hyderabad



సంపాదకీయం

పార్లమెంటులో సమగ్ర చర్యలు తప్ప మిగతాన్ని జరుగుతున్నాయి. విమర్శను పాలకపక్షం తట్టుకోలేకపోతున్నప్పుడే ఇలా జరుగుతుంది. కీలక అంశాలపై ప్రశ్నించినందుకు ప్రతిపక్ష నేత లోక్ సభ సభ్యత్వాన్ని రద్దు చేయాలని పాలక పక్ష సభ్యుడు డిమాండ్ చేయడం కంటే ఆశ్చర్యపోవలసింది ఏముంటుంది? వాదన -చర్య ప్రజాస్వామ్యానికిప్రాణ సమానమైనవి. అవిలో పించినప్పుడు అది మూక స్వామ్యం అవుతుంది. ఏ పరిణామం గురించి అయినా ఒకరినొకరు గొంతు చించుకొని తిట్టుకోడానికి బదులు పరస్పరం అభిప్రాయాలను తెలియజేసుకుంటే బాగుంటుంది. అదే ఆడుగంటేంది.అసాధారణ జాప్యం తర్వాత భారత.అమెరికాం మధ్య తాత్కాలికంగా కుదిరిన వాణిజ్య ఒప్పందం ద్వారా ప్రధాని మోడీ ప్రభుత్వం దేశాన్ని అమెరికాకు అమ్మేసిందిని ప్రతిపక్ష నేత రాహుల్ గాంధీ పార్లమెంటులోనే చేసిన ఘాటు విమర్శ కూడా వేడిని

1954లో టిబెట్ ను చైనాలో భాగంగా భారత్ గుర్తించింది; రెండు దేశాలు పంచగీల ఒప్పందంపై సంతకాలు చేశాయి. దీనితో తమ ఉత్తర సరిహద్దుల సమస్య పరిష్కారం అయిందని భారత్ భావించింది. కేవలం ఈ ప్రాంతాన్నే అధికారిక ఒప్పందం ద్వారా పరిష్కరించలేదు. ఈ సరిహద్దు చట్టబద్ధత ఇప్పుడు పంచగీల ఒప్పందంపై ఆధారపడి ఉంది, వాణిజ్యం జరిగే లేదా యాత్రికులు వెళ్ళే ఆరు మార్గాలను గుర్తించడం ద్వారా దీనిని వేరు చేసినట్లు భావించింది, అవి షిమ్లా, మానా, నీలి, కింగ్లి-బింగ్లి, లిప్లెఫ్, ధర్మ. అయితే, పంచగీలకు సరిహద్దులకు సంబంధం లేదని చైనా స్పష్టం చేసింది.

*
*
- జనరల్ అనిల్ చౌహాన్ , చీఫ్ ఆఫ్ డిఫెన్స్ స్టాఫ్ (సిడిఎస్)

స్పష్టించింది గాని ఆ ఆరోపణలోని నిజానిజాలను ప్రజల చివట్టు అమెరికా ప్రకటించింది.కట్టుబడిన సరకుల జాబితాను "కమిటెడ్ జాబితా అంటున్నారు.తాత్కాలిక

చర్చ ఒక్కటే శరణ్యం

దేశాన్ని అమ్మేశారనే విమర్శ ప్రతిపక్ష నేత నుంచి పదే పదే దూసుకు వస్తున్న సమయంలోనే ఒప్పందానికి కొన్ని సవరణలను అమెరికా ప్రకటించింది. వాటి ప్రకారం ఎటువంటి సుంతాలు లేకుండా భారత్ మార్కెట్ కు వెళ్లు వెల్లించడానికి అంగీకారం కుదిరిన సరకుల జాబితా నుంచి కొన్ని రకాల వస్తులను తొలగించినట్లు అమెరికా వెల డింపింది. 500 బిలియన్ డాలర్ల అమెరికన్ ఉత్పత్తులను కొనడానికి భారత్ కట్టుబడి ఉందని ఒప్పందంలో ఉన్నదానికి బదులుగా కొనడానికి ఉద్దేశించిందని సవరిం

ఒప్పందంలో ఇండియాలో డిజిటల్ సర్వీసుల టాక్స్ విధింపు నుంచి మినహాయించినట్లు పేర్కొన్న వ్యవసాయ సరకులను తిరిగి ఆ సుంకం పరిధిలో చేర్చినట్లు అమెరికా చెప్పింది . ఈ సవరణలు అమెరికా ఏకపక్షంగానే ప్రకటించింది. కాని పరస్పర అంగీకారం మీద ఒక ఒప్పందానికి వచ్చి చేసిన సవరణలు కావని బోధపడు తున్నది. డోనాల్డ్ ట్రంప్ అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత ప్రపంచ ఆర్థిక నియమాల్ అతలాకుతలమయ్యాయి. గాట్, డబ్ల్యూ.టి ఒ వంటి అంతర్జాతీయ వాణిజ్య నియమ

వేమన పద్యం

ఇనుము విరిగేనేని యిరుమారు ముమ్మారు

కాచి యతుకవచ్చు క్రమముగాను

మనసు విరిగేనేని మరియంట నేర్చునా

విశ్వదాభిరామ! వినురవేమ

రచనలు పంపండి

పుడయం సాహిత్య పేజీ 'ఉష' కు సాహిత్య వ్యాసాలు, కవితలు, విమర్శలు పంపించాలని రచయితలకు ప్రత్యేకంగా విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాం. అలాగే సంపాదకీయం పుటకు రాజకీయ ఆర్థిక, సామాజిక, సాంస్కృతిక తదితర రంగాలపై వ్యాసాటలను పంపించవలసిందిగా కోరుతున్నాం. వాటిని ఈ కింది ఈమెయిల్ కు పంపించాలని మనవి. voodayam2007@gmail.com website : www.voodayam.com Editor : 9247698676 1-7-25/5, Risalagadda, RTC X Roads, Hyderabad - 500020

ప్రజాస్వామ్యం పట్ల అసహనం

పార్లమెంట్ బడ్జెట్ సమావేశాలు జరిగిన తీరు చూస్తుంటే దేశంలో ప్రజాస్వామ్యం పట్ల, ప్రజాస్వామ్య సంస్థల పట్ల అసహనం పెరుగుతుందా? అనే అనుమానం కలుగుతుంది. ఎన్నడూ లేనివిధంగా రాష్ట్రపతి ప్రసంగంకు ధన్యవాదాలు తెలిపే తీర్మానంపై ప్రధాని సరేంద్ర మోడీ సమాధానం చెప్పకుండానే ఆమోదించారు. పైగా, ఆయన సభకు వస్తే ఆయనను అడ్డుకొనేందుకు కాంగ్రెస్ ఎంపీలు నిర్ధంగా ఉన్నారని తెలిసి, తానే సభకు రావద్దని చెప్పానని స్పీకర్ ఓం బిర్లా ప్రకటించడం మరింత ఆశ్చర్యం కలిగిస్తుంది. ప్రధాన మంత్రికి లోక్ సభలో భద్రత కరువైన పరిస్థితులు మన దేశ ప్రజాస్వామ్య సంస్థల ఉనికిని ప్రశ్నార్థకం చేస్తున్నాయి. ఎమర్జెన్సీ సమయంలో సహితం అటువంటి పరిస్థితులు లేవు. నిజంగా అటువంటి ప్రయత్నం జరిగితే స్పీకర్ ఎందుకు నివేజంగా ఉండిపోయారు? బాధ్యత వహించాలిని సంస్థలు ఎందుకు మౌనంగా ఉంటున్నాయి? పార్లమెంట్ భద్రతకు పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేయడమా, సభా కమిటీ ద్వారా విచారణ జరిపించడమా, తగు చర్య తీసుకోవడమా ఎందుకు చేయలేదనే ప్రశ్నలు తలెత్తుతున్నాయి. స్పీకర్ చేసిన ఆ విధమైన ప్రకటన భారత ప్రజాస్వామ్యంలో ఓ చీకటి రోజుగా పేరొనవచ్చు. మరోకత, మరి అట్ని ఓపే సరవజే అమర్ధిత గ్రంధంలోని అంశాలను ప్రతిపక్ష నేత రాహుల్ గాంధీ పదివే ప్రయత్నం చేస్తే ప్రభుత్వం అందోళన చెందింది. అసలు ముద్రణ కాని గ్రంథం నుండి ఏవిధంగా చదువుతారు? అని రక్షణ మంత్రి రాజనాథ్ సింగ్ ప్రశ్నించారు. ఆ తర్వాత రాహుల్ గాంధీ ఆ గ్రంథాన్ని స్వయంగా పార్లమెంట్ అవరణలో చూపించారు. పైగా, ఆ గ్రంథంలో రాహుల్ గాంధీ చదవాలి అనుకున్న అంశాలను గత ఏడాది హిందూ పంటి పత్రికలు ప్రచురించాయి. తాజాగా, కారవాన్ పత్రికలో ప్రచురించారు. పార్లమెంట్ లో ఈ డుమారం చెలరేగిన తర్వాత మొత్తం మీడియా ప్రచురించింది. అందులో దేశ భద్రతకు ప్రమాదం గాని, మన సైనికుల మర్యాదలకు హానికరం కలిగించే అంశాలను గాని ఏమీ లేవు. పైగా, ఆ గ్రంథంలో పలు చోట్ల ప్రధాని మోడీని పొగడ్డలతో ముంచెత్తారు. పైగా, జనరల్ సరవణి నిబద్ధతతో చేసిన సైనికాధికారి, పదవీ విరమణ అంతరం ఇతర పదవుల కోసం ఎవ్వరి చుట్టూ ప్రదక్షిణలు చేయలేదు.

లోపాలను ఎత్తిచూపుతూ సమగ్ర నివేదిక సమర్పించింది. ఆ నివేదికపై మంత్రివర్గ ఉపసంఘాలు, నిపుణుల కమిటీలు సహితం చర్చించాయి. కానీ నేడు గాలిన్ ఫురణ, ఆపరేషన్ సిందూర్ వంటి అంతాపై లోతయిన చర్చలకు ఈ ప్రభుత్వం ఎందుకు వెనుకాడుతుంది? ఆపరేషన్ సిందూర్ సందర్భంగా కాల్యుల విరమణ గురించి మొదటగా అమెరికా అధ్యక్షుడు డోనాల్డ్ ట్రంప్ ఏ విధంగా ప్రకటించారు? అదేవిధంగా వాణిజ్య ఒప్పందం గురించి పార్లమెంట్ లో కాకుండా సోషల్ మీడియాలో ఎందుకు ప్రకటనలు చేస్తున్నారు? ప్రభుత్వంలో పారదర్శకత లోపించినట్లు స్పష్టం అవుతుంది. మరోవంక ఎవర్సిన ఫైల్స్ విషయంలో కూడా



నేడు గాలిన్ ఫురణ, ఆపరేషన్ సిందూర్ వంటి అంతాపై లోతయిన చర్చలకు ఈ ప్రభుత్వం ఎందుకు వెనుకాడుతుంది? ఆపరేషన్ సిందూర్ సందర్భంగా కాల్యుల విరమణ గురించి మొదటగా అమెరికా అధ్యక్షుడు డోనాల్డ్ ట్రంప్ ఏ విధంగా ప్రకటించారు? అదేవిధంగా వాణిజ్య ఒప్పందం గురించి పార్లమెంట్ లో కాకుండా సోషల్ మీడియాలో ఎందుకు ప్రకటనలు చేస్తున్నారు? ప్రభుత్వంలో పారదర్శకత లోపించినట్లు స్పష్టం అవుతుంది.

ప్రభుత్వం మౌనమే తప్ప నోరు మెదపడం లేదు. అనేక ప్రభుత్వాల ఈ ఫైల్స్ పై తక్షణం చర్యలకు ఉపక్రమించాయి. కొందరు రాజీనామాలు చేశారు. బ్రిటన్ ప్రధాని వంటి వారు బహిరంగ క్షమాపణ తెలిపారు. కొందరు విచారణకు అడేశించారు. ప్రజాస్వామ్యంకు మాతృక అని చెప్పుకుంటున్న భారతదేశం ఏ విధంగా ఎందుకు పారదర్శకంగా, జవాబుదారీతనంతో వ్యవహరింపలేక పోతున్నది? వాటిలో తన పేరు రాగానే కేంద్ర మంత్రి హార్డిస్ సింగ్ పురీ ఖండించడం, రాహుల్ గాంధీపై ఎదురు ఆరోపణలు చేయడం మినహా అనుమానాలను నివృత్తి చేయలేక పోయారు. మరోవంక, అమెరికాతో వాణిజ్య ఒప్పందం విషయంలో సహితం ప్రభుత్వం పారదర్శకంగా వ్యవహరించడం లేదు. అంతర్జాతీయ పత్రికలకు లొంగిపోతున్నారా? అనే అనుమానాలు కలుగుతున్నాయి. అమెరికాతో వాణిజ్య ఒప్పందం కుదుర్చుకుని భారతదేశ ప్రయోజనాల విషయంలో కేంద్ర ప్రభుత్వం రాజీపెడిందని రాహుల్ గాంధీ లోక్ సభలో ఆరోపించిన మరుసటి రోజే రాహుల్ గాంధీ పార్లమెంటురి సభ్యత్వాన్ని రద్దు చేయాలని, ఆయన ఎన్నికల్లో

పవదని స్పష్టం చేస్తూ ప్రధానమంత్రి కార్యాలయం (పిఎంఓ) లోక్ సభ పనిదానిగానికి తెలిపింది. లోక్ సభలో కార్యక్రమాల పత్రికలు, ప్రవర్తన నియమాలలోని 41(2) (viii), 41(2)(xvii) నిబంధనల ప్రకారం ఈ మూడు నిధులకు సంబంధించిన ప్రశ్నలు, విషయాల అనుమతించబడవని పిఎంఓ లోక్ సభ సెక్రటేరియట్ తెలిపింది. స్వతంత్ర భారత దేశ చరిత్రలో అధికారికంగా లోక్ సభ స్పీకర్ కు ఈ విధంగా ప్రధాన మంత్రి కార్యాలయం అధీనించిన ఉదంతాలు లేవు. లోమాయాకారిగా 'అదేశాలు' ఇస్తుంటారు గాని, నేరుగా అధికారిక అదేశాలు ఇవ్వడం అంటే పార్లమెంట్ వ్యవస్థను నిర్వీర్యం చేసే దౌరణులు కనిపిస్తున్నాయి. ప్రధాన మంత్రి కార్యాలయంకు పార్లమెంట్ ఏ విధంగా పనిచేయాలి? అదేశించే అధికారం ఏవిధంగా సంక్రమించిందో విస్మయం కలిగిస్తుంది. అటువంటి అదేశాలు వచ్చిన్నప్పుడు తనను అదేశించే అధికారం ప్రధానమంత్రి కార్యాలయంకు లేదని స్పీకర్ ఓం బిర్లా నేరుగా సమాధానం చెప్పి సాహసం చేయకపోవడం గమనార్హం. పార్లమెంట్ ను సవ్యంగా జరిగిట్టుకు చేయడం, సభ్యులు అందరికీ మాట్లాడే

అవకాశాలు ఇవ్వడం, ఆర్థికపతనమైన చర్యలు జరిగిట్టు చూడటం స్పీకర్ బాధ్యత. కానీ ఆయన ప్రతిపక్షాల ముఖం చూడడానికే ఇబ్బంది పడుతున్నట్లు ఆయన ముఖకవళికలు సూచిస్తున్నాయి.

ప్రజాప్రయోజనం నకు సంబంధించిన ఏ విషయంపై కూడా సమగ్రమైన చర్చలకు పార్లమెంట్ లో అవకాశం ఉండటం లేదు. ఓటర్ల జాబితా సవరణ గురించి దేశ ప్రజలలో అనేక అనుమానాలు వెల్లడి అవుతున్న సమయంలో వాటి గురించి ప్రస్తావనకు కూడా అవకాశం ఇవ్వడం లేదు. కీలకమైన ఏ అంశం లేవ నెత్తిగా రోజుల తరబడి సమావేశాలు గండరేగడంలో కొట్టుకుపోతున్నా ప్రభుత్వం పట్టింంకోవడం లేదు. ఈ పరిణామాలు మన దేశంలో ప్రజాస్వామ్య సంస్థల ముగడ పట్ల అందోళనల కలిగిస్తున్నాయి. పార్లమెంట్ చర్చల ద్వారా వ్యక్తం కాలేని పారదర్శకత సమాచార పాక్కు, సమాచార కమిషన్ ఏర్పాటు వంటి వాటి ద్వారా కొంతమేరకు వ్యక్తం అవుతూ ఉండగా, ఆయా సంస్థలను నిర్వీర్యం కాచిందారు. అటువీ హక్కుల చట్టం, భూసేకణ సవరణ చట్టం, ఏర్పాహక్కు వంటి విప్లవాత్మక చట్టాలకు సహితం సమయంగా మారుతున్నాయి. ఇవన్నీ ప్రజాస్వామ్యం, ప్రజాస్వామ్య సంస్థల పట్ల పెరుగుతున్న అసహనాన్ని మాత్రమే వెల్లడి చేస్తున్నాయి. ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన బడ్జెట్ సహితం దేశం ఎదుర్కొంటున్న కీలక సమస్యలపై దృష్టి సారిస్తున్న దాఖలాల కనిపించడం లేదు. యువతలో నిరుద్యోగం, ధరల పెరుగుదలతో పాటు పెరుగుతున్న ఆర్థిక వ్యత్యాసాలు దేశ ప్రజల జీవితాలను అతలాకుతలం చేస్తున్నాయి. గత పందేళ్లలో ఎదుగని ఆర్థిక వ్యత్యాసాలు నెలకొన్నట్లు నివేదికలు స్పష్టం చేస్తున్నాయి. ప్రభుత్వం ప్రకటిస్తున్న అనేక పథకాలకు నిధుల్లో అతర్దిక భాగం ఖర్చు చేయడం లేదు. ముఖ్యంగా ఉపాధి కల్పన, నైపుణ్యాభివృద్ధి పథకాలు మౌరంగా విఫలం అవుతున్నాయి. ప్రభుత్వం స్కాన్స్ సీట్ల పేరుతో పంద నగరాల్లో అభివృద్ధికి సుమారుగా రూ. 1.60 లక్షల కోట్లు ఖర్చు పెట్టింది. కానీ, వాటిల్లో ఒకటైన అత్యాధునిక నగరంగా చెప్పుకోగలమా? కనీసం కాలవషం లేని గాలి, నీరు ప్రజలకు అందుబాటులో ఉన్నాయని చెప్పగలమా? ప్రపంచంలోని అత్యంత కాలవషమైన పది నగరాలలో ఎక్కువగా భారత్ లోనే ఉండటం గమనార్హం. ఇటువంటి పరిస్థితులకు పాలనలో పారదర్శకత లోపించడం, ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థలు కుంటూ పడటం, వాటి పనితీరు ఖాయాలా పడటమే అని చెప్పవచ్చు.

చలసాని నరేంద్ర

దామోదరం సంజీవయ్య ఆంధ్రప్రదేశ్ రెండవ ముఖ్యమంత్రి. అలాగే తొలి దళిత ముఖ్యమంత్రి. సంయుక్త మద్రాసు రాష్ట్రంలో, ఆంధ్రప్రదేశ్ లో, కేంద్ర ప్రభుత్వంలో అనేకపాటి ఆయన మంత్రి పదవులు నిర్వహించగా, రెండుసార్లు అఖిల భారత కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులుగా పనిచేసిన ప్రత్యేకత ఆయనది. అలాగే కాంగ్రెస్ పార్టీ తొలి దళిత అధ్యక్షులు కూడా. 38 ఏళ్ల చిన్న వయసులోనే ముఖ్యమంత్రి అయిన ఘనత ఆయనకే దక్కింది. వివిధ శాఖల్లో మంత్రిగా పని చేసిన గొప్ప రాజకీయవేత్త, అపార అనుభవ శీలి, స్నేహశీలి, సామ్యుడు, సాహితీ వేత్త, ఆదర్శప్రాయుడు, చిరస్మరణీయుడు దామోదరం సంజీవయ్య. దామోదరం సంజీవయ్య, పారిశ్రామికాభివృద్ధికి ప్రభుత్వంలో తెలుగు భాష వాడుక ఆధికం చేయడం, భూసంస్కరణల అమలు ఇలా ఎన్నో రాజకాత్మక కార్యక్రమాలు ఆయన హయాంలో చేపట్టారు. దామోదరం సంజీవయ్య (ఫిబ్రవరి 14, 1921 - మే 8, 1972) 1921 ఫిబ్రవరి 14న కర్నూలు జిల్లా, కల్లూరు మండలంలో, కల్లూరు నదికి ఐదు కిలోమీటర్ల దూరములో ఉన్న పెద్దపాడు లో చదువుకోవటానికి అవకాశాలు లేని ఒక దళిత నిరుదేవ కుటుంబంలో మునెయ్యం, సుంకులయ్య దంపతులకు జన్మించారు. పేద కుటుంబంలో పుట్టిినా పట్టుదతో పెట్టుబడిగా 'లా' డిగ్రీ సాధించిన అసన్యుడు. ఆ చదువుతున్నప్పుడు సంజీవయ్యకు రోమన్ న్యాయానికి సంబంధించిన లాటిన్ పదాలు గుర్తు పెట్టుకునే దము కష్టమయ్యింది. లాలో ఆయనకు సహధ్యాయి అయిన ప్రముఖ రచయిత రావిశాస్త్రి వాటిని తెలుగు పాటగా మలిచి పాడుకుంటే బాగా గుర్తుంటాయని సలహా ఇచ్చారు. లా

పదివే రోజుల్లో సంజీవయ్య చంద్రగుప్త అనే నాటకములో పాత్ర ధరించాడు. శివాజీ అనే ఇంకొక నాటకాన్ని తామే రచించి రంగస్థలము మీద ప్రదర్శించారు. ఈయన గయో పాఖ్యానము గద్యముగా రచించారు. అయితే ఇందులో ఏ ఒక్కటి ప్రస్తుతము లభ్యము అవుటలేదు. లా పట్ల చేతపచ్చు కొని సంజీవయ్య 1950 ఆక్టోబర్ లో మద్రాసు బార్ లో న్యాయవాదిగా సమాధు చేసుకొన్నాడు. 1950 జనవరి 26న రాజ్యాంగము అమలు లోకి రావడముతో అప్పటి దాకా

అవరోధాలు దాటి అసాధారణ స్థాయికి..

రాజ్యాంగ రచన నిర్వహించిన భారత రాజ్యాంగ సభ ప్రొవిజనల్ పార్లమెంట్ గా అవతరించింది. అయితే ప్రొవిజనల్ పార్లమెంటులో, రాష్ట్రాల శాసన సభలలో రెండిల్లో సభ్యత్వము ఉన్న సభ్యులు ఏదో ఒక సభ్యత్వముని ఎన్నుకోవలసి వచ్చింది. డిప్యూటీ కలల మునకు చెందిన ఎల్.నాగప్ప అలా తన శాసనసభ సభ్యత్వము అల్లిపెట్టుకొని ప్రొవిజనల్ పార్లమెంటుకు రాజీనామా చేయడముతో ఆ స్థానమును పూరించడానికి బెజవాడ గోపాలరెడ్డి, ఆంధ్ర రాష్ట్రాంగ్రెస్ కమిటీ తరపున సంజీవయ్యను ఎంపిక చేశాడు. ఎన్నికలు జరిగి తొలి విధాన సభ ప్రమాణ స్వీకారము చేయడముతో 1952 మే 13 న ప్రొవిజనల్ పార్లమెంటు రద్దయింది. టంగుటూరి ప్రకాశం పంతులు మంత్రివర్గములో ఆరోగ్యశాఖా మంత్రిగా ఉండగానే సికింద్రాబాదులో పాలశా ఉపాధ్యాయిగా పని చేస్తున్న కృష్ణవేణిని సంజీవయ్య 1954, మే 7 న పెర్వలు కుదిర్చిన పెళ్లి చేసుకున్నాడు. వీరికి సంతానము లేదు. సుజాత అను ఒక బాలికను దత్తత తీసుకున్నారు. ఆంధ్ర

పచ్చిన పృథ్వి కాదు. సహజంగా కుల, ముతా రాజకీయాల మధ్య సతమత మయ్యారు. బలియమైన రెడ్డి వర్గం ఎ.సి.ను బ్యారెడ్డి నాయకత్వాన ఎదురు తిరిగి సొంత పక్షం పెట్టుకున్నారు. 1962లో ఎన్నికలు జరిగి తిరిగి కాంగ్రెస్ లో అధిపతిగా ఉన్నాడని వచ్చినపుడు సంజీవయ్య పోటీ చేద్దామనుకున్నాడు కానీ ఢిల్లీ నాయకత్వం అందుకు అంగీకరించలేదు. ఎ.సి. సుబ్బారెడ్డి మరీ తలబెరుసు తనంతో కుంపేరు ఎత్తి సంజీవయ్యను ఎద్దేవ చేసారు. 1962లో ముఖ్యమంత్రిగా దిగిపోయిన సంజీవయ్య, గవర్నరుకు రాజీనామా సమర్పించిన మర్నాడే సికిందరా బాదులో తన భార్యను వెంట బెట్టుకుని అజంతా టాకీసులో సినీమాకని నడచి వెళ్ళారు. సంజీవయ్య డానస్ లేబర్ ప్రొజెక్టు అండ్ ఇండస్ట్రియల్ డెవలప్ మెంట్ పుస్తకాన్ని ఆక్స్ ఫర్డ్ వారు ప్రచురించారు. 1950 - 1952 ప్రొవిజనల్ పార్లమెంటు సభ్యులుగా, 1952 ఏప్రిల్ 20 - 1953 ఆక్టోబర్ 1 రాజ్యాంగ సమితివర్గములో మద్రాసు రాష్ట్ర మున్సిపల్, సహకార శాఖా మంత్రిగా, 1953 ఆక్టోబర్ 1 - 1954 నవంబర్ 15 ప్రకాశం మంత్రి

వర్గములో ఆంధ్ర రాష్ట్ర ఆరోగ్య, పారిశుధ్యరణ, పునరావాస శాఖా మంత్రిగా, 1955 మార్చి 28 - 1956 నవంబర్ 1 బెజవాడ గోపాలరెడ్డి మంత్రి వర్గములో ఆంధ్ర రాష్ట్ర రవాణా, వాణిజ్య వస్తుల పాలనా మంత్రిగా, 1956 నవంబర్ 1 - 1960 జనవరి 10 నీలం సంజీవరెడ్డి మంత్రి వర్గములో ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్ర శ్రమ, సానిటీ సంస్థలం పరిపాలనా శాఖ మంత్రిగా, 1960 జనవరి 11 - 1962 మార్చి 29 ఆంధ్ర ప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రిగా, 1962 జూన్ - 1964 జనవరి 6 అఖిల భారత కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులు.1964 జనవరి 24 - 1964 జూన్ 9 నెహ్రూ ప్రభుత్వములో కేంద్ర శ్రమ, ఉద్యోగ శాఖమంత్రిగా, 1966 జనవరి 24 - 1967 మార్చి 12 ఇందిరా గాంధీ ప్రభుత్వములో కేంద్ర పరిశ్రమల శాఖామంత్రి1970 ఫిబ్రవరి 18 - 1971 మార్చి 18 ఇందిరా గాంధీ ప్రభుత్వములో కేంద్ర శ్రమ, పునరావాస శాఖ మంత్రిగా, 1971 మార్చి 18 నుండి 1972 మే 7 వరకు అఖిల భారత కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులుగా పని చేశారు.1967లో ఎన్నికల ప్రచార సమయములో విజయ వాడ నుండి హైదరాబాదుకు వస్తుండగా రోడ్డు ప్రమాదానికి గురయ్యాడు. ఆ ప్రమాదం నుంచి పూర్తిగా ఎప్పటికీ కోలుకోలేకపోయారు. 1972 మే 7 న తేదీ రాత్రి 10:30 గంటల ప్రాంతములో ఢిల్లీలో గుండె పోటుతో మరణించాడు.

సంగనబట్ల
9440595494

‘ప్రేమ’కు పట్టం కట్టిన ధీరుడు

సేయింట్ వాలంటైన్

ప్రపంచవ్యాప్తంగా, ముఖ్యంగా పాశ్చాత్య దేశాల్లో ప్రారంభమైన “వాలం టైన్స్ వారోత్సవాలు” ప్రతి ఏట ఫిబ్రవరి 07 నుంచి 14 వరకు నిర్వహించడంతో పాటు చివరి రోజు 14 ఫిబ్రవరిన “వాలంటైన్స్ దినం” లేదా “ప్రేమికుల దినం” గా కూడా పెద్ద ఎత్తున పాటించడం నేటి డిజిటల్ యువతకు అలవాటుగా మారింది. “ప్రేమ”, “అప్యాయత”లే అమూల్య ఇంద్రాణులుగా ప్రపంచ మానవాళి శాంతియుతంగా గడుపుతున్నది. శిశువుకు తొలి “ప్రేమ”ను పరిచయం చేస్తుంది అమ్మ. చిరునవ్వుల శిశువు నాన్న “అప్యాయత”ను రుచి చూస్తుంది. అమ్మాయికే ఇబ్బంది పడుతున్నట్లు, అనంత “అప్యాయత”లు క్రమంగా కుటుంబ సభ్యులు, బంధువులు, స్నేహితుల వరకు విస్తరించి జీవితాన్ని నునంపన్నం చేస్తుంది. ప్రేమ నిండిన హృదయాల్లో దోషానికి తావు లేదు. ప్రేమానురాగాల రుచి చూడలేని అభాగ్యుల జీవితాలు గాంధాధికారంలోనే ముగిస్తాయి. మానవ సంబంధాల్లో మొదలైన “ప్రేమలు” చెట్లు, పువ్వులు, పెంపుడు జంతువులు, ఆట వస్తువులు, పుస్తకాలు లాంటి వాటి వరకు విస్తరించి వ్యక్తి జీవితంలో రంగుల సింగిడిలను రుచి చూపిస్తాయి. కౌమార దశలో అమ్మాయికి అమ్మాయిని చూసినా, అమ్మాయి అబ్బాయిని చూసినా ఏదో తెలియని వ్యతిరేక దృశాల ఆకర్షణ ప్రేమ పేరుతో ప్రారంభమవుతుంది. రోమన్ శాఖలిక చర్చకు చెందిన సేయింట్ వాలంటైన్ చొరవతో యువ ప్రేమికులను ఏకం చేయడం, ప్రేమకు పట్టబలిపేకం చేయడాని తన ప్రాణాలను సహితం అర్పించడం జరిగింది. ఈ రోజున యువ జంట ఒకరినొకరు మనసు విప్పి తమ ప్రేమానురాగాలను, అప్యాయతలనురెద్దంగా వ్యక్తం చేసుకోవడాన్ని ప్రోత్సహిస్తారు. రోమన్ యువ సైనికులు పెళ్లిళ్ళు చేసుకోవడాన్ని నిషేధించారు నాటి రోమన్ చక్రవర్తి క్లాడియస్-2. చక్రవర్తి విధించిన వివాహ నిషేధాజ్ఞలను బోఖతరు చేస్తూ ప్రేమకు పట్టం కట్టడానికి పూనుకొన్న



సేయింట్ వాలంటైన్ ఆ యువ జంటలను ఏకం చేస్తూ పెళ్లి పీటల వరకు తీసుకురావడం జరిగింది. తన నిషేధాజ్ఞలకు విరుద్ధంగా యువ సైనికులకు వివాహాలు చేసిన సేయింట్ వాలంటీన్ క్రీ. శ. 14 ఫిబ్రవరి 269న మరణశిక్ష విధించడంతో సేయింట్ వాలంటీన్ అమరత్వం పొందారు. తన ప్రాణాలకు తగింది ప్రేమికులను ఏకం చేయడానికి కృషి చేసిన సేయింట్ వాలంటీన్ వర్తంతి 14 ఫిబ్రవరి రోజున “వాలంటిన్స్ లేదా ప్రేమికుల దినం” నిర్వహించడం ఆనవాయితీగా వస్తున్నది.

ప్రేమ మూడుముళ్ళ బంధంగా మారాలి: భారతీయ సంస్కృతిలో ఇలాంటి పాశ్చాత్య పోకడలకు ఆదరణ తక్కువ. పాశ్చాత్య దేశాల యువతలో తల్లితండ్రులకు తెలియకుండా ఇలాంటి ప్రేమలు వ్యక్తం చేసుకోవడం ప్రేమికులకు సర్వసాధారణం. కొన్ని సందర్భాల్లో యువ ప్రేమికుల జంట కొంత సమయం ఉభయుల అంగీకారంతో తర్వాత విడిపోవడం కూడా సులభంగా జరుగుతుంది. సనాతన భారతంలో ప్రేమించుకున్న యువప్రేమికులకు రోడ్డు, పార్కులు, పబ్లల్లో తమ ప్రేమలను వ్యక్తం చేసుకోకుండా ఒక పద్ధతిలో కుటుంబ సభ్యుల సమ్మతంతో వివాహాలు నిశ్చయం చేసుకొని మంగళ సూక్తాల మూడు ముళ్ళ పడిన అనంతరం మాత్రమే అలింగనాలు, ముద్దుల వర్షాలు లాంటి శారీరక స్పర్శలకు అనుమతి ఇవ్వబడుతుంది. అయినప్పటికీ నేటి ఆధునిక జీవితో భారతీయ యువత ప్రేమకు, కామానికి తేడా తెలియకుండానే క్షణాల్లో ప్రేమించుకోవడం, అలింగన ముద్దుల హృద్దులు దాటడం, అన్ని రకాల శారీరక సఖ్యాలను అనుభవించడం, అటు పిమ్మట వాయు వేగంగా విడిపోవడం కూడా చూస్తున్నాం. తల్లితండ్రులు కుదిర్చిన ఆరోక్షే మార్గరేఖలు కాని ప్రేమ వివాహాలు కాని ఒకరినొకరు పూర్తిగా అర్థం చేసుకున్న తర్వాతనే యువ ప్రేమికుల జంట వివాహ బంధంతో ఏకం కావాలని, తమ వైవాహిక జీవితాన్ని కడకదా ఆసాంతం ఆస్వాదించాలని, అర్థభా ఇంటగా అనంద పారివిల్లుల కుటుంబ జీవనం గడపాలని కోరుకుంటాం. కామం కమిషన్ ఆక్షరణకు, అంతరంగిక ప్రేమామృత బంధాలకు మధ్య తేడాను అర్థం చేసుకొని సన్మార్గంలో తమ జీవితాలను కొనసాగించాలని మార్గనిర్దేశనం చద్దాం. మూడుముళ్ళ బంధాలు మామిడి తోరణాలు వాడిపోక ముందే విడిపోకుండా, విదాకులే కానరాని యువ భారతాన్ని కనులారా చూసి తరిద్దాం.

మధుసూదన్ రెడ్డి
9949700037



శ్రీ ఉమామహేశ్వర బ్రహ్మాత్మవ వైభవం

నేటి నుండి "శ్రీ గంగాభవాని సమేత ఉమామహేశ్వర" బ్రహ్మాత్మవాలు

★ 14 నుండి 18 వరకు
కొనసాగనున్న
బ్రహ్మాత్మవాలు

★ భక్తులకు అసౌకర్యాలకు
కలగకుండా ప్రత్యేక ఏర్పాట్లు

తుంగతుర్తి(శాలిగారం),
ఫిబ్రవరి 13, వృదయం ప్రతినది):



నల్గొండ జిల్లా, శాలిగారం మండల పరిధిలోని భైరవనిబంద గ్రామంలో ప్రసిద్ధిగాంచిన "శ్రీ గంగాభవాని సమేత ఉమామహేశ్వర దేవాలయం" బ్రహ్మాత్మవాలు నేటి నుండి ప్రారంభమై అనంతరం 18 వరకు జరగనున్నాయని అలయ చైర్మన్ దండ యాదగిరి రెడ్డి, సర్పంచి సరగి యాదయ్య తెలిపారు.

1) 14న శనివారం: మహాగణపతి పూజ, పూజాపావనం, ద్వితీయాధన,అఖండ దీప స్థాపన, రాత్రి ఉమామహేశ్వర దేవత మూర్తులుకొం దపైకి ఆగమనం. 2)15 ఆదివారం: మహాశివరాత్రి పర్యవసానం సందర్భంగా మహాస్వాన పూర్వక వికారధ రుద్రాభిషే కములు ,అగ్ని ప్రతిష్ఠ,పీఠదేవతావనాల మంత్ర హోమములు,రుద్ర హోమం,సా యంత్రం ప్రదోషకాలపూజలు,రాత్రి 12 గంటలకు"శ్రీ గంగాభవాని సమేత ఉమామహేశ్వరుల కళ్యాణం",తెల్లవారుజామున స్వామివారి తలంబాలు. 3)16సోమవారం:రుద్రహోమం,చుడీ హోమం, శ్రీ లలితా సహస్రనామ పారాయణం,సాయంత్రం మంగళహారతి,మంత్రపూజం.4)17 మంగళ

వారం: నిత్య పూజలు, రుద్రాభిషేకాలు, మాధికములు,అర్చనలు, మంగళహారతి మంత్రపూజ, ఉదయం 10గంటలకు "రేణుక ఎల్లమ్మ కళ్యాణం", సాయంత్రం నాలుగు గంటలకు "శ్రీ రేణుక ఎల్లమ్మ బోనాలు", తెల్లవారుజామున 4గంటలకు అగ్నిహోమం. 5)18 బుధవారం:నిత్య జలు, రుద్రాభిషేకాలు,హోమం, మధ్యాహ్నం ఎడంబద్ధ శ్రాక్షర గిరిప్రదక్షణలు,సాయంత్రం బలి హోమం, శ్రీ లలితా సహస్రనామ పారాయణం,సాయంత్రం మంగళహారతి,మంత్రపూజం.4)17 మంగళ

భర్తృపులలో 'హస్త'గతం

- ప్రతిపక్షాలకు హస్తం
- 15కు 15 స్థానాల్లోనూ
- కాంగ్రెస్ జయకేతనం
- భాతా తెరవని బీఆర్ఎస్, బీజేపీ మాజీ మంత్రి కొప్పుల ఈశ్వరకు ఫిరార్ పరాభవం
- ఆరు నెలల్లోనే హమీలన్నీ నెరవేరుస్తాం మంత్రి అడ్లూరి



ధర్మపురి ఫిబ్రవరి 13 (వృదయం ప్రతినది): ధర్మపురి గడ్లపై కాంగ్రెస్ పార్టీ వరత్త సృష్టించింది. మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో ఓటర్ల విలక్షణ తీరుని స్ఫూ విపక్షాలకు కొలుకోలేని దెబ్బ కొట్టారు. మొత్తం 15 వార్డులకు గాను 15 స్థానాల్లోనూ కాంగ్రెస్ అభ్యర్థులే విజయదండం దిగి వెలిసింది. బలమైన కాండర్ ఉందని భావించిన బీఆర్ఎస్, బీజేపీలు కనీసం ఒక్క సీటులో కూడా భాతా తెరవలేక సతీకరి పడ్డాయి.ఈ ఫలితం రాష్ట్ర రాజకీయాల్లోనే ఒక సంచలనంగా

మారింది. ఈ ఎన్నికలను ప్రతిష్టా త్కంగా తీసుకున్న మాజీ మంత్రి కొప్పుల ఈశ్వరకు ఓటర్ల గట్టి షాక్ ఇవ్వారు.ఎన్నికల ప్రవారం లో మంత్రి అడ్లూరిపై వ్యక్తిగత విమర్శలు చేసినప్పటికీ, ప్రజలు అవేమి పట్టించుకోకుండా కాంగ్రెస్ వైపు మొగ్గు పాపారు.ఈ విజయంతో ధర్మపురి నియోజకవర్గం లో మంత్రి అడ్లూరి లక్షణ కుమార్ తిరుగు లేని నాయకుడిగా ఎదిగారు.ఫలితాల అనంతరం మంత్రి అడ్లూరి మీడియాతో మాట్లాడుతూ ఇది ధర్మపురి ప్రజల విజయం అని కొనియా డారు.గడిచిన



సీఎం కమ్ జిల్లా స్థాయి పోటీల్లో సత్తా చాటిన నవజ్యోతి హై స్కూల్ విద్యార్థిని
కోరుట్ల ఫిబ్రవరి 13 (వృదయం ప్రతినది)
జగిత్యాల జిల్లా కోరుట్ల మండలం సీఎం కమ్ జిల్లా స్థాయి పోటీలలో నవజ్యోతి హై స్కూల్ కోరుట్ల కు చెందిన విద్యార్థిని ఎస్ సహాధిత విజయం సాధించి రాష్ట్ర స్థాయి పోటీలకు ఎంపిక అయ్యింది. ఆమె ప్రతిభకు ఏక భూక్యా శ్రీనివాస్ సబ్ ఇంజనీర్ ఆకుల వరప్రసాద్ ఎస్ ఎం బండ రాజావీరు ఎలక్ట్రిసిటీ ఎంప్లాయిస్ కోరుట్ల పాఠశాల ప్రెసిడెంట్ సుజాత సుకుమారన్ ఉపాధ్యాయులు అభినందనలు తెలియజేశారు రాష్ట్ర స్థాయిలో కూడా విజయాన్ని సాధించాలని ఆకాంక్షించారు ఇట్టి విజయానికి కారణమైన అభినందించారు

ఘనంగా సీతారామచంద్రస్వామి కళ్యాణం



కోదాడ, ఫిబ్రవరి 13(వృదయం) కోదాడ మండల పరిధిలోని రామలక్ష్మీ పురం గ్రామంలో శ్రీ సీతారామచంద్ర స్వామి కళ్యాణ మహోత్సవాన్ని శుక్రవారం భక్తిశ్రద్ధలతో నిర్వహించారు. దేవాలయ చైర్మన్ కొప్పుల సుబ్బారెడ్డి పద్మ, వైస్ చైర్మన్ అన్నం సర సీతారెడ్డి ప్రసంగి అధ్యక్షులలో జరిగిన ఈ వేడుకలకు గ్రామంలో పాటు పరిసర ప్రాంతాల నుంచి భక్తులు పెద్ద ఎత్తున

ఒకటవ వార్డులో గులాబీ జెండా రెపరెపలు రాజకుమారి చంద్రశేఖర్ ఘనవిజయం



చందూరు, ఫిబ్రవరి 13 (వృదయం వైశిఖరి): చందూరు మున్సిపాలిటీ 1వ వార్డు ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థి తేలుకుంట్ల రాజకుమారి చంద్రశేఖర్ ఘనవిజయం సాధించారు. కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి కల్లెట్ల మారయ్యపై 109 ఓట్ల మెజారిటీతో ఆమె విజయం సాధించింది. కొంటింగ్ ప్రారంభం నుంచే అభ్యర్థులలో కొనసాగిన రాజకుమారి చివరకు స్పష్టమైన మెజారిటీతో గెలుపొందారు.ఫలితం వెలువడగానే బీఆర్ఎస్ నాయకులు, కార్యకర్తలు పెద్ద ఎత్తున సందరాలు జరుపుకున్నారు. పటాకులు పేల్చి, మిఠాయిలు పంచుకుంటూ తమ అనందాన్ని వ్యక్తం చేశారు.ఈ సందర్భంగా చందూరు మాజీ ఎంపీపీ తోకల వెంకన్న వారిని శాలువాతో సత్కరించి అభినందించారు.అనంతరం పార్టీ కేబిలు రాజకుమారిని అభినందిస్తూ ఆమె నాయకత్వంపై

మధిర ప్రగతికే ప్రజల మద్దతు

డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క అభివృద్ధికి పట్టం కట్టిన ఓటర్లు
మధిర మున్సిపాలిటీలో 21 వార్డులలో కాంగ్రెస్, టిడిపి అభ్యర్థుల విజయకేతనం.
ఒట్టి విక్రమార్క, చేపడుతున్న అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు మధిర ప్రజలు సంపూర్ణ మద్దతు: గిడ్డంగల కార్పొరేషన్ చైర్మన్ రాయల నాగేశ్వరరావు, మాజీ ఎమ్మెల్యే కొండ బాల కోటేశ్వరావు, టిడిపి రాష్ట్ర నాయకులు డాక్టర్ వాసిరెడ్డి రామనాథం.



మధిర, ఫిబ్రవరి 13, (వృదయం ప్రతినది) మధిర మున్సిపాలిటీ ఎన్నికలలో మధిర మున్సిపాలిటీ ప్రజలు భట్టి అభివృద్ధికి పట్టం కట్టారు. డిప్యూటీ సీఎం మల్లు భట్టి విక్రమార్క మధిర నియోజకవర్గం లోని మధిర మున్సిపాలిటీలో సుమారు 1000 కోట్ల రూపాయలకు పైగా అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు చేపడుతూ మధిర మున్సిపాలిటీని రాష్ట్రంలోనే ఆదర్శపట్టణ మున్సిపాలిటీగా తయారు చేస్తున్న సందర్భంగా జరిగిన మధిర మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో 22 వార్డులలో 21 వార్డులలో కాంగ్రెస్ పార్టీ కూటమి అభ్యర్థులు విజయకేతనం ఎగిరేశారని కాంగ్రెస్ నాయకులు పేర్కొన్నారు. శుక్ల వారం అనంతరం బిల్డింగ్ లో కాంగ్రెస్ పార్టీ పట్టణ అధ్యక్షులు మిర్రాల రమణ

వరి తెగుళ్లపై రైతులకు అవగాహన



కోదాడ, ఫిబ్రవరి 13(వృదయం) అనంతగిరి మండల పరిధిలోని గొండ్రియం గ్రామంలో నెల్లూరి మురళి రెండు పాల్లలో శుక్రవారం నాట్లో పాల్గొన్న సర్పంచ్ అధ్యక్షులలో పరి పంటలకు పచ్చే తెగుళ్లపై అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు. రీజనల్ మేనేజర్ సరసింహారెడ్డి పరిలో పచ్చే తెగుళ్ల, నివారణ చర్యలపై వివరించి

పరకాల పట్టణంలో ముగిసిన ఎన్నికల కౌంటింగ్ ప్రక్రియ



22 వార్డుల్లో కాంగ్రెస్ 13 గెలుపు చైర్మన్ పీఠాన్ని దక్కించుకున్న కాంగ్రెస్..
ఒక్క ఓటుతో గెలిచిన కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి..
పరకాల ఫిబ్రవరి 13 (వృదయం ప్రతినది): పరకాల మున్సిపాలిటీ పరిధిలో 22 వార్డులలో పరకాల మున్సిపాలిటీలో జరిగిన ఎన్నికలలో విజయం సాధించిన అభ్యర్థుల వివరాలు: 1 వార్డు దుబాని వెంకటస్వామి బి ఆర్ ఎస్. 2 వార్డు బొమ్మ శ్యామల బి ఆర్ఎస్. 3 వార్డు పోరండ్ల మౌనిక కాంగ్రెస్. 4 వార్డు పిడు దివ్య కాంగ్రెస్. 5 వార్డు గొడుగు రజిత బిఆర్ఎస్. 6 వార్డు తుమ్మల రాజి. బిఆర్ఎస్. 7 వార్డు పాపశెట్టి సునీల్ కుమార్ కాంగ్రెస్ 8 వార్డు నల్లెల కుమార్ కాంగ్రెస్. 9 వార్డు బెజ్జంకి పూర్ణ చారి బిజెపి అధ్యక్ష పరకాల మున్సిపాలిటీలోనే 361 ఓట్ల అత్యధిక మెజారిటీ తో గెలిచాడు 10 వార్డు పసల లావణ్య

ప్రభుత్వ పాఠశాలలో ఘనంగా ఆంగ్ల భాషా దినోత్సవ వేడుకలు



జయశంకర్ భూపాలపల్లి ఫిబ్రవరి 13 (వృదయం జిల్లా ప్రతినది): మహాదేవపూర్ మండల కేంద్రంలోని ప్రభుత్వ ప్రభుత్వ పాఠశాలలో ఆంగ్ల భాషా దినోత్సవ వేడుకలను శుక్రవారం ఘనంగా నిర్వహించారు. దానిలో భాగంగా మండల కేంద్రంలోని జిల్లా

పరిపత్ బాలుర ఉన్నత పాఠశాల తోపాటు జిల్లా పరిపత్ బాలికల ఉన్నత పాఠశాలలో ప్రధానోపాధ్యాయులు అనిల్ కుమార్, శ్రీనివాసరెడ్డి, అధ్యక్షులలో ఆంగ్ల భాషలో అధ్యక్షమైన రవనల చేసే దేశంలో ప్రసిద్ధ కవయిత్రా పేరు పొందిన భారత్ కోకిల దినంగత సరోజినీ నాయుడు

జిల్లా ప్రజల ఆశీస్సులే నా బలం

కృతజ్ఞతలు చాటుకున్న మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు
సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కి అభినందనలు తెలియజేసిన మంత్రి తుమ్మల
అశ్వరావుపేట ఫిబ్రవరి 13 (వృదయం ప్రతినది): జిల్లాలో అన్ని మున్సిపాలిటీలు కాంగ్రెస్ పార్టీ కైవసం చేసుకున్న సందర్భంగా రాష్ట్ర వ్యవసాయ శాఖామంత్రి శ్రీ తుమ్మల నాగేశ్వరరావు జిల్లా ప్రజలకు తన కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. గెలుపే లక్ష్యంగా ఎన్నికలలో శ్రమించిన పార్టీ కార్యకర్తలకు, నాయకులకు తుమ్మల తన అభినందనలు తెలిపారు. ప్రజా పాలనకు ప్రజలు తమ సంపూర్ణ మద్దతును ప్రకటించారని, ప్రభుత్వంపై నమ్మకం, విశ్వాసం ఉంచి ప్రజలు కాంగ్రెస్ను బహుధం పట్టారని మంత్రి



పనిచేసే నాయకుడికి ప్రజల మద్దతు

పరకాల ఫిబ్రవరి 13 (వృదయం ప్రతినది): పరకాల మున్సిపాలిటీ ఎన్నికలలో భాగంగా పరకాల తొమ్మిదో వార్డ్ అభ్యర్థిగా బిజెపి బలపరిచిన బెజ్జంకి పూర్ణ చారి 361 ఓట్ల మెజారిటీతో గెలిచిన తొమ్మిదో వార్డు ప్రజలకి ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ.. వార్డు ప్రజలు ఎప్పుడూ కూడా నాకు అండగా ఉన్నారు. కంటికి రెప్పలా వార్డు ప్రజలని కాపాడుకుంటానని కాలనీ



అభివృద్ధి ధ్యేయంగా పనిచేస్తానని కాలనీ నాయకులు ఇచ్చిన హామీలకు కట్టుబడి కాలనీ అభివృద్ధి కోసం ప్రజలకి ఓటర్ మహాళ యులకి మరియూ నా విజయం కోసం కృషి చేసిన బిజెపి నీనియర్ నాయకులకు ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

క్యాతనపల్లి మున్సిపాలిటీ

గులాబీ మయం

- ఫలించిన బాల్క రాజకీయ చతురత
- కాంగ్రెస్ ను నిండా ముంచిన బడా నేతలు



క్యాతనపల్లి ఫిబ్రవరి 13 (వృదయం ప్రతినది) రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా జరిగిన మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో మంచిర్యాల జిల్లాలోని క్యాతనపల్లి మున్సిపాలిటీలో బి ఆర్ ఎస్ తన సత్తా చాటింది. ఎన్నికలకు ముందు జరిగిన రాజకీయ పరిణామాల వల్ల కాంగ్రెస్, సి బి ఐ స్థితి సర్దుబాటులో పొత్తు విచ్ఛిన్నం అవడంతో, చెన్నూరు మాజీ ఎమ్మెల్యే బాల్క సుమన్ సి బి ఐ పార్టీతో పొత్తు పెట్టుకున్నారు. బి ఆర్ ఎస్, సి బి ఐ కూటమి పొత్తులో భాగంగా

లక్ష్మణపేట మున్సిపల్ కౌన్సిల్

కాంగ్రెస్ కైవాసం

లక్ష్మణపేట, ఫిబ్రవరి 13 (వృదయం ప్రతినది): మున్సిపాలిటీ పీఠం కాంగ్రెస్ గెలిచింది. ఇక్కడ 15 వార్డులకు గాను 11 వార్డులు కాంగ్రెస్ సాధించింది. 3 వార్డులు BRS, 1 వార్డు బీజేపీ గెలిచింది. మౌజుకి పిగర్ దాటడంతో కాంగ్రెస్ మున్సిపల్ పీఠం కైవాసం చేసుకుంది. దీంతో కాంగ్రెస్ కేబిలు సందరాలు చేసుకుంటున్నాయి. గెలుపొందిన కౌన్సిల్మెంట్: 1వ వార్డు బుద్ది సిద్ధార్థ (బీజేపీ), 2వ వార్డు దొంతు అంజలి నర్సయ్య (కాంగ్రెస్), 3వ వార్డు పెద్దం తిరుపతి (బీఆర్ఎస్), 4వ వార్డు మోతూరి రాజేశ్వరి వెంకట్ స్వామి గౌడ్ (కాంగ్రెస్), 5వ వార్డు శనిగారపల్లి చిన్నయ్య (కాంగ్రెస్), 6వ వార్డు తోట సువర్ణ (కాంగ్రెస్), 7వ వార్డు బోడ రాజేంద్ర ప్రసాద్ (కాంగ్రెస్), 8వ వార్డు రామ్ చేసే జమున (బీఆర్ఎస్), 9వ వార్డు ఒడ్డపల్లి రాజలింగ (కాంగ్రెస్), 10వ వార్డు వెండె పద్మ రాజు (కాంగ్రెస్), 11వ వార్డు సూరం చంద్రమౌళి



(కాంగ్రెస్), 12వ వార్డు పరిస్ నల్లనా ఆర్ఎస్ (కాంగ్రెస్), 13వ వార్డు బిరుదుల సత్యనారాయణ (కాంగ్రెస్), 14వ వార్డు మైరారావు సుధాకర్ (బీఆర్ఎస్), 15వ వార్డు గోప సుజాత రమేష్ (కాంగ్రెస్) కౌన్సిల్మెంట్ విజయం సాధించారు.

పాలతో వీటిని కలుపుకొని తాగితే ప్రయోజనాలు మెండు..

పాలు మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. వీటిని క్రమం తప్పకుండా తాగడం వల్ల మనకు అనేక ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. పాలలో కాలియం, ప్రోటీన్, విటమిన్ డి, విటమిన్ బి12, పొటాషియం, భాస్వరం వంటి అనేక పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి మనకు శక్తిని అందించేందుకు దోహదపడతాయి. అయితే పాలలో కొన్ని పదార్థాలు



కోవడం వల్ల రు రెట్టింపు శక్తిని పొందవచ్చు. జీమేకు వెళ్లి వాళ్లు శక్తినికీ పెంసుకోవాలను కునే వారికి ఇది ఉత్తమం ఉండొచ్చు. కాబట్టి పాలలో కలపుకొని తీసుకోవచ్చు ఆహారాలు ఏవో తెలుసుకుం దాం పడండి. పాలు మన రోజువారీ ఆహారంలో కీలక పాత్రను పోషిస్తాయి. డి, కాఫీ లేదా ఇతర పదార్థాల రూపంలో రోజూ ఏదో విధంగా మనం వీటిని తీసుకుం టూనే ఉంటాం. ఇందులో కాలియం, ప్రోటీన్, విటమిన్ డి, బి12, పొటాషియం, భాస్వరం వంటి ముఖ్యమైన పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అందువల్ల, ప్రతి రోజూ పాలు తాగడం వల్ల శరీరానికి తక్షణ శక్తి లభించ దమే కాకుండా, ఎముకలు, కండరాలు బలపడతాయి. ముఖ్యంగా రాత్రి పడుకునే ముందు గోరువెచ్చని పాలు తాగడం వల్ల హాయిగా నిద్ర పట్టవచ్చు. కానీ సాదా పాలు తాగే బదులు, దానికి కొన్ని సహజ పదార్థాలు జోడించడం వల్ల పాల పోషక విలువలు రెట్టింపు

మెంతులతో ఆరోగ్య సమస్యలకు చెక్

శరీరానికి అవసరమైన మెగ్నీషియం, ఐరన్, ఫైబర్ వంటి పోషకాలు లోపిస్తే అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మందులు వాడకుండానే సహజంగా ఈ లోపాలను తగ్గించుకు నేందుకు మెంతులు ఉపయోగకరమని వైద్యులు తెలిపారు. మెంతులను నానబెట్టి తాగడం, ఇంగువ, ఖర్బూంజీ కలిపి తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణ సమస్యలు, పీరియడ్స్ సాఫ్టులు తగ్గడంతో పాటు చర్మ ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుందని చెప్పారు. డయాబెటిస్కు మెంతి పొడిని తరచుగా ఆహార నిర్వహణలో భాగంగా సిఫార్సు



చేస్తారు. మెంతులు కార్బోహైడ్రేట్ తోపాటు నెమ్మది స్థాయి మరియు ఇన్సులిన్ నిర్మి లిటివ్‌ని మెరుగుస్తాయి. గుండె గింజల ను క్రమం తప్పకుండా ఉపయోగించడం వల్ల ధైర్య మార్గదర్శక శక్తిని తీసుకుంటే ప్రయోజనం చేకూరుతుంది.

నెలసరిలో జ్వరమా?

నెలసరిలో కడుపు నొప్పి, నడుం నొప్పి.. వంటివి సహజమే! అయితే కొంతమందిలో ఈ సమయంలో జ్వరం, ఘ్న తాలూకు లక్షణాలు కూడా కనిపిస్తుంటాయి. రుతుచక్రంలో లేదంటే నెలసరి రావడానికి కొన్ని రోజుల ముందు నుంచే తలెత్తే ఈ సమస్యల్ని పిరియడ్ ఘ్నా గా పేరొంటున్నారని నిపుణులు. దీనివల్ల ఉపశమనం పొందడానికి వారంలాపున్న సలహాలేమిదో చూద్దాం రండి..



ఇలాంటి లక్షణాలు కనిపించడం సహజమే! అయితే ఇవే లక్షణాలు కొంతమందిలో నెలసరి సమయంలోనూ కనిపిస్తుంటాయి. పిరియడ్ ఘ్నా గా పిలిచే ఈ పరిస్థితి కొంతమందిలో రుతుచక్రం ప్రారంభమయ్యాక, మరికొంతమందిలో నెలసరికి కొన్ని రోజుల ముందు నుంచే కనిపిస్తుందట. పీఎంఎస్ (ప్రి-మెన్స్ట్రువల్

సిండ్రోమ్)లో ఇది ఓ భాగమే అంటున్నారు నిపుణులు. అయితే ఈ సమయంలో శరీరంలో కొన్ని రకాల హార్మోన్లలో జరిగే మార్పుల వల్లే ఈ లక్షణాలు కనిపిస్తాయని చెబుతున్నారు. రుతుచక్రాన్ని బట్టి వారం లేదా రెండుమూడు రోజుల ముందు నుంచే పిరియడ్ ఘ్నా లక్షణాలు కనిపిస్తాయంటున్నారు నిపుణులు. వీటిలోనూ ముఖ్యంగా వికారం, విరేచనాలు, మలబద్ధకం, అలసట, తలనొప్పి, శారీరక సాఫ్టులు తీవ్రంగా ఉండడం, కడుపుబ్బరం, నడుంనొప్పి.. వంటి లక్షణాల్ని గమనించవచ్చంటున్నారు. అయితే ఈ పిరియడ్ ఘ్నా లక్షణాలు అందరిలో ఒకటే ఉండవని, వాళ్ల శరీర తత్వాన్ని బట్టి వేరేరక లక్షణాలు కనిపించే అవకాశం కూడా ఉండంటున్నారు నిపుణులు. అయితే ఈ పిరియడ్ ఘ్నా లక్షణాల నుంచి ఉపశమనం పొందేందుకు

పొందాలంటే కొన్ని చిట్కాలు మేలంటున్నారు. శారీరక సాఫ్టులు వేడిస్నంటే.. హాట్ ప్యాక్స్, ఐస్ ప్యాక్స్ వంటివి ఉపయోగించి ఉపశమనం పొందవచ్చు. శరీరం దీప్రాడేట్ కాకుండా చూసుకోవాలి. నీళ్లు ఎక్కువగా తాగడం వల్ల శరీరంలోని మలినాలు, టాక్సిన్లు బయటికి వెళ్లిపోయి కడుపుబ్బరం, వాపు.. వంటి లక్షణాలు దూరమవుతాయి. ఈ సమయంలో శరీరానికి ఎంత విశ్రాంతినిస్తే తిరిగి అంత ఘనపత్రజీతం కావచ్చంటున్నారు నిపుణులు. నడక, యోగా, ధ్యానం.. వంటి తేలికపాటి వ్యాయామాలు శరీరంలో రక్తప్రసరణను మెరుగుపరిచి శక్తిని అందిస్తాయి. అలాగే మానసిక ప్రశాంతతనూ చేకూర్చుతాయి. కొన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలు కూడా

మనం కలిగిస్తాయంటున్నారు నిపుణులు. ఈ సమయంలో క్యాల్షియం ఎక్కువగా ఉండే ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల మూడ్స్టెయింగ్ నుంచి బయటపడవచ్చని చెబుతున్నారు. అలాగే కెఫీన్, ఫైబర్ పుష్క, మసాలాకు దూరంగా ఉండడమూ ముఖ్యమే అంటున్నారు. నెలసరి నొప్పుల మార్పిడినే పిరియడ్ ఘ్నా లక్షణాలు కూడా రుతుచక్రంలో సహజంగానే తలెత్తతాయి. అయితే ఎన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకున్నా.. వీటి నుంచి ఉపశమనం కలగకపోతే, లక్షణాలు తీవ్రంగా ఉన్నా.. వైద్యుల్ని సంప్రదించడం తప్పనిసరి. తద్వారా ఇతర అనారోగ్యాలేవైనా ఉన్నాయేమో గుర్తించి.. సరైన సమయంలో సరైన చికిత్స తీసుకోగలుగుతారు.

గులు, గడ్డు.. వంటి విటమిన్ డి అధికంగా లభించే ఆహార పదార్థాలు వారి డైట్లో భాగం చేయడం మంచిది.



చక్కని ఆరోగ్యం

పచ్చదనంతో నిండిన అకుకూరల్లో పోషకాలు ఎక్కువ. ఇవి రోగనిరోధకశక్తిని మెరుగు పరుస్తాయని మనకు తెలుసు. కానీ, దాన్ని అకుకూరలను ఉడికించి తినడం వల్ల వాటి పోషక విలువలు రెట్టింపు అవుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అవేం టంటే..



పాలకూరలో ఆక్సాలిక్ యాసిడ్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి కాలియం, ఐరన్, విటమిన్ ఇ వంటి పోషకాలను శరీరం గ్రహించకుండా అడ్డుకునే అస్పారగ్ ఉంది. పాలకూరను ఉడికిస్తే దీనిలోని ఆమ్ల శాతం తగ్గి పోషకాలు అందడంతో పాటు జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. అలా అని ఎక్కువ సమయం ఉడికించడం కూడా మంచిది కాదు. విటమిన్ ఎ, సి, ఐరన్, కాలియం, మెగ్నీషియం పుష్కలంగా ఉండే మునగాకు ఉడికించి తింటే అందులో పోషకాలు పెరుగుతాయి. ఇవి శరీరంలో వాపు, మంటలను తగ్గిస్తాయి. క్యాన్సర్ కణాలు పెరగకుండా అడ్డుకుంటాయి. యూటీఆక్సిడెంట్లు ఒత్తిడిని తగ్గిస్తాయి. కెరోరిలు తక్కువగా, ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉండే బచ్చలిని ఉడికించి తినడం మేలు. ఇలా చేయడంవల్ల దానిలో బీటా కెరోటిన్, మెగ్నీషియం స్థాయిలు పెరుగుతాయి. అంతేకాదు, దీనివల్ల లభించే విటమిన్ ఎ, సి, కాలియం, పొటాషియం వంటి పోషకాలు శరీరానికి సమపాక్షంలో అందుతాయి. అయితే కొన్ని అకుకూరల్ని మాత్రం సన్నని నీటి పీడ కొంచెం నూనెతో చేయించడం వల్ల పోషకాలు పెరుగుతాయి. వాటిలో తోటకూర ఒకటి. దీన్ని చేయించడం వల్ల ఫోలేట్, విటమిన్ సి పెరిగి రోగనిరోధకశక్తిని పెంచుతాయి. మెంతికూరను చేయిస్తే పాలిఫినాల్స్ పెరిగి జీర్ణ, చర్మ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడతాయి.

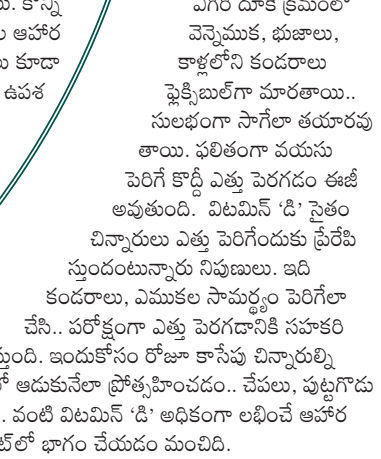
చిన్న మార్పుతో లాభాలెన్నో!



చిన్న మార్పు వాళ్ల ఆరోగ్యంలో అనేక మార్పుల్ని తీసుకొస్తోందని విశ్లేషిస్తున్నారు. అధిక సోడియం వల్ల ఒక్క బీపీ పెరగడమే కాదు... గుండెబిచ్చలు, పక్షవాతం, మూత్రపిండాల వ్యాధులు, మతిమరుపు... ఇలా ఎన్నో సమస్యలు పెరుగుతాయి. అందుకే పెద్దవాళ్ల రోజువారీ ఆహారంలో 2 సేల మి.గ్రా. కన్నా తక్కువ సోడియం ఉండాలని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ చెబుతోంది. అదే బీపీ ఎక్కువగా ఉన్నవాళ్లయితే 1500 మి.గ్రా. కన్నా ఎక్కువ సోడియం వద్దని హెచ్చరిస్తోంది. కాబట్టి కారల్లో ఉప్పు తక్కువైతే అందల్లో అహారం సజీగంగా పెద్దగా పట్టించుకోకండి. కానీ తగ్గించి చేయడం వల్ల క్రమంగా తక్కువ తినడం అవవాటవుతుంది. ఆరోగ్య సమస్యలూ తగ్గుతాయన్నది మరిపొకటి.

కనిపిస్తుందారు. తల్లిదండ్రుల జీన్స్ ఒక్కటి దీనికి కారణం అనకుంటే పొరపాటే! ఎందుకంటే పోషకాహార లోపం, శరీరానికి సరైన వ్యాయామం లేకపోవడం, వారుండే వాతావరణం.. వంటివి చిన్నారల ఎత్తుపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతాయంటున్నారు నిపుణులు. ఈ క్రమంలోనే పిల్లలు ఎత్తు పెరగడానికి కొన్ని వ్యాయామాలు దోహదం చేస్తాయంటున్నారు. స్టైలింగ్ వ్యాయామాలు చేయడానికి సులభంగా ఉండడంతో పాటు, పిల్లల ఎత్తును పెంచడంలో ఎంతో ప్రభావవంతంగా పని చేస్తాయంటున్నారని నిపుణులు. ఈ క్రమంలో నిటారుగా నిల్చుని కిందికి వంగుతూ కాని వేళ్లు అందుకోవడం, కూర్చోని కాళ్లు ముందుకు వాటి చేతి వేళ్లతో కాళ్లను అందుకోవడం, శరీర పైభాగాన్ని ఇరువైపులా వంచుతూ చేసే వ్యాయామాలు.. ఇలాంటి వర్క్యూట్లు వైస్మముకకు పైకి బులిటిని అందిస్తాయి. అది సులభంగా సాగేలా చేస్తాయి. ఫలితంగా వయసు పెరిగే కొద్దీ ఎత్తు పెరగడం సులువవుతుంటున్నారని నిపుణులు. పిల్లలు ఎత్తు పెరగడానికి చాలామంది నిపుణులు సూచించే వ్యాయామాలివి. బార్ హ్యాంగింగ్, హ్యాంగింగ్ లాడ్, ఫుల్స్వ్, బిస్-ఆప్స్.. వంటివి ఎక్కువైతే జెన్ వైస్మముకను సులభంగా సాగేలా చేస్తాయి. తద్వారా వయసు పెరిగే కొద్దీ ఎత్తు పెరగవచ్చు. అలాగే ఈ వ్యాయామాలు వేన్ను, భుజాల కండరాలకు దృఢత్వాన్ని అందించి పిల్లగా మార్చుతాయి. కొన్ని రకాల యోగాసనాలు శారీరక దృఢత్వాన్ని పెంచడమే కాదు.. పిల్లలు ఎత్తు పెరగడానికి దోహదం చేస్తాయంటున్నారని నిపుణులు. సూర్య సమస్థానాలు చేయడం వల్ల శరీరమంతటికీ చక్కటి వ్యాయామం అందుతుంది. అలాగే భుజాలు, పీష్, కాళ్లలోని కండరాలను బలంగా మార్చి సులభంగా సాగేలా చేస్తాయి. ఇక చక్రాసనం వల్ల భుజాలు, పాదాలపై ఒత్తిడి పడుతుంది. తద్వారా అక్కడి కండరాలు దృఢపడతంతో పాటు సాగుతాయి. ఫలితంగా ఎత్తు పెరిగే ప్రక్రియ వేగవంతమవుతుంది. స్పిన్లింగ్ అడడమంటే అడ్మిలెటల భలే సరదా. ఎంతో సరదాగా చేసే ఈ వ్యాయామం వారి శరీరానికి దృఢత్వాన్ని అందించడమే కాదు.. గుండె ఆరోగ్యాన్ని సైతం మెరుగుపరుస్తుంది. అలాగే ఈ వర్క్యూట్లో భాగంగా ఎగిరి దూకే క్రమంలో వైస్మముక, భుజాలు, కాళ్లలోని కండరాలు పైకిబులిగా మారతాయి.. సులభంగా సాగేలా తయారవుతాయి. ఫలితంగా వయసు పెరిగే కొద్దీ ఎత్తు పెరగడం ఈజీ అవుతుంది. విటమిన్ డి సైతం చిన్నారల ఎత్తు పెరిగేందుకు ప్రీరేపిస్తుందంటున్నారు నిపుణులు. ఇది కండరాలు, ఎముకల సామర్థ్యం పెరిగేలా చేసి.. పరోక్షంగా ఎత్తు పెరగడానికి సహకరిస్తుంది. ఇందుకోసం రోజూ కాఫీపై చిన్నారల్ని ఎండలో ఆడుకుంటూ ప్రోత్సహించడం.. చేపలు, పుడ్లగదు

గులు, గడ్డు.. వంటి విటమిన్ డి అధికంగా లభించే ఆహార పదార్థాలు వారి డైట్లో భాగం చేయడం మంచిది.



ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం అన్నారని పెద్దలు. అందుకే ఆరోగ్యంగా ఉండాలి అంటే తప్పకుండా మంచి ఆహారం తీసుకోవాలి. అయితే ఈ మధ్యకాలంలో చాలామంది రక్తహీనత, ఎముకల బలహీనతతో బాధపడుతున్నారు. అలాంటి వారు మంచి ఐరన్, ఫైబర్ ఉండే సజ్జల లడ్డు రోజుకు ఒకటి తిన్నారంటే, ఎలాంటి సమస్యలు లేకుండా ఆరోగ్యంగా ఉంటారు. మరి దీనిని ఇంట్లోనే ఎలా తయారు చేసుకోవాలో ఇప్పుడు చూద్దాం.

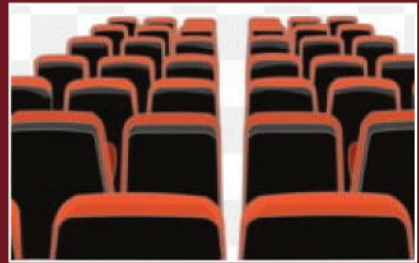
కావాలిన పదార్థాలు : సజ్జలు ఆరే కిలో, బెల్లం 500 గ్రాములు, నెయ్యి 10 టీస్పూన్స్, తెల్ల సుప్పలు, వేరుశనగలు 100 గ్రాములు, బాదం 75 గ్రాములు, ఎండు ద్రాక్ష 25 గ్రాములు, విలకల పొడి వన్ టీ స్పూన్, శాంఠి పొడి పావు టీస్పూన్, ఉప్పు చిటికెడు. తయారీ విధానం : ముందుగా స్టవ్ వెలిగించి, దానిపై పాన్ పెట్టుకొని సజ్జలను వేయించుకోవాలి. అవి వేగిన తర్వాత పది నిమిషాలు పక్కన పెట్టుకోవాలి. చల్లారిన తర్వాత మెత్తగా మిక్స్ పట్టుకోవాలి. ఇప్పుడు సజ్జల పిండి రేడి అయిపోయింది. ఇప్పుడు మరో పాన్ తీసుకొని అందులో కొంచెం నెయ్యి వేసి, తెల్ల సుప్పలు, వేరుశనగ పప్పులు, బాదం, ఎండు ద్రాక్ష వేసి దోరగా వేయించుకోవాలి. తర్వాత వీటిని పక్కన పెట్టి, అదే పాన్లో మరో టీ స్పూన్ నెయ్యి వేసి, మనం మిక్స్ పట్టుకున్న పిండిని దోర దోరగా వేయించి పక్కన పెట్టుకోవాలి. ఇప్పుడు వేయించిన సుప్పలు, పల్లీలు, బాదం అన్నింటినీ మిక్సర్ వేసి గ్రైండ్ చేసుకోవాలి. తర్వాత ఈ పొడిని పక్కన పెట్టుకొని, ఒక పెద్ద బౌల్ తీసి, అందులో మనం వేయించి పక్కన పెట్టుకున్న సజ్జల పిండిని, మిక్స్ పల్లీని వేరుశనగ, సుప్పల మిశ్రమాన్ని వేసి, కొంచెం ఉప్పు వేసి, మంచిగా కలుపుకోవాలి. ఇప్పుడు బెల్లం పాకం ప్రిపేర్ చేసుకోవాలి. స్టవ్ ఆన్ చేసి, అందులో అర కప్పు నీళ్లు పోసి, అవి మరిగిన తర్వాత బెల్లం వేసి, పాకం వచ్చే వరకు మరిగించుకోవాలి. పాకం వచ్చిన తర్వాత స్టవ్ ఆఫ్ చేసి, కొంచెం చల్లారిన తర్వాత అందులో సజ్జల పిండిని వేసి మంచిగా ఉండల రేకుండా కలుపుకోవాలి దీనిని తర్వాత చేతికి నెయ్యిని రాసుకొని, సజ్జల పిండిని చిన్నగా లడ్డుల మార్పిడి చేసుకోవాలి. అంతే ఆరోగ్యాన్ని ఇచ్చే టేస్టీ టీస్టీ సజ్జల లడ్డులు రేడి. మరి రు కూడా ఇంటిలో ప్రిపేర్ చేయండి

ఆరోగ్యంగా ఉండాలన్నా, అందంగా కనిపించాలన్నా వ్యాయామం తప్పనిసరి. ఇందుకోసం మహిళలు సులువుగా ఎంచుకునే మార్గం నడక. అయితే, ఈసారి ముందుకు కాకుండా వెనక్కి అడుగులేచి చూడండి. ఎందుకంటే దీనివల్ల బోలెడు ప్రయోజనాలున్నాయని ఆరోగ్య నిపుణులు చెప్పడంతో యువతరం ఈ రెట్రోవాక్సిని అనుసరిస్తోంది. ఈ నడక వల్ల శరీరానికి, మెదడుకీ మధ్య సమస్యలు పెరుగుతుంది. కండరాల కదలిక మరింత మెరుగ్గా ఉంటుంది. అంతేకాదు, దీనివల్ల కీళ్లపై ఒత్తిడి తగ్గుతుందట. ఊటితిత్తుల పనితీరు మెరుగుపడి గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. కెరోరిలూ ఎక్కువగానే కరుగుతాయి కాబట్టి బరువు అదుపులో ఉంటుంది. హాస సికంగానూ చురుగ్గా ఉంటారు. అయితే, దీన్ని ఎక్కువసేదీతే అక్కడ చేయొద్దు. సురక్షితమైన బహిరంగ ప్రదేశాల్లో నెమ్మదిగా చేయండి. చిన్న చిన్న సెషన్లుగా ఓ పదినిమిషాలు చేస్తే చాలు.

పొడికి ఉప్పు తక్కువగా తినడం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ్రెడ్, ప్యాకెట్డ్ ఆహారాల్లో సోడియం శాతాన్ని తగ్గించడం వల్ల హ్యాడ్ గేలు, పక్షవాత సమస్యలు గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు అంటున్నారు. ప్రాన్స్లో ఇప్పటికే బ్రెడ్లో కొంతమేర ఉప్పు తగ్గించారట. దీనివల్ల అక్కడి ప్రజలు రోజు వాటి తీసుకునే సోడియంలో 0.35 గ్రా. తగ్గుతుందని, ఈ విషయం అలవాటుపడుతుంది. బీపీ, హ్యాడ్ గే సమస్యలూ తగ్గుతాయి అంటున్నారని నిపుణులు. అప్పునంటే, ఈ విషయాన్ని ప్రాన్స్, లండన్ పరిశోధకులు ప్రయోగపూర్వకంగా పరీక్షించి మరీ చెబుతున్నారు. అక్కడ రోజువారీ తినే బ



వృదయం సినిమా



24 గంటల్లో

200 మిలియన్

మోగస్టార్ చిరంజీవి, అనిల్ రావిపూడి సంక్రాంతి భాక్ బస్టర్ మన శంకర వర ప్రసాద్ గారు, డిజిటల్ వర్ల్డ్ లో మరో రికార్డును బద్దలు కొట్టింది. సంక్రాంతి సందర్భంగా థియేటర్లలో అద్భుతాలు సృష్టించి, ప్ర పంచవ్యాప్తంగా 400 కోట్లకు పైగా పసూళ్లతో బిగ్గెస్ట్ రీజినల్ హిట్ గా నిలిచిన ఈ చిత్రం ఇప్పుడు ఓటీటీ లో అదరగొడుతోంది. జీ5లో స్క్రీమయర్ తెలుగు సినిమా ఇంతకు ముందు ఎన్నడూ చూడని చారిత్రాత్మక విజయాన్ని సాధించింది

ఒక తెలుగు చిత్రానికి ఇప్పటివరకు లభించిన బిగ్గెస్ట్ ఓపెనింగ్ గా నిలిచింది. ఈ అద్భుతమైన నెంబర్ సినిమాపై ప్రేక్షకులలో ముఖ్యంగా ఫ్యామిలీ ఆడియన్స్ ఎక్కుయట్టింటే ని ప్రజెంట్ చేస్తోంది. బాక్సాఫీస్ ను వలీన సినిమాలు కూడా స్క్రీమింగ్ ఫ్లాట్ ఫామిలీలో అరుదుగా మాత్రమే బిగ్ నెంబర్స్ సాధిస్తాయి. ఇప్పుడు ఎంపీటీ అరుదైన రికార్డ్ ని సొంతం చేసుకుంది. ఈ సెన్సేషనల్ రెస్పాన్స్ కి మోగస్టార్ చిరంజీవి ఆకట్టుకునే స్క్రీన్ ప్రెజెన్స్, అద్భుతమైన కామిక్ టైమింగ్ ప్రధాన పాత్ర పోషించాయి. ఆయన కరికా ప్రేక్షకులను మరోసారి మెస్సేజ్ చేసింది. అనిల్ రావిపూడి కలర్ ఫుల్ కామెడీ, హోట్ హిట్



డ్రామాతో రూపొందిన ఎంపీటీ థియేటర్లలో పాటు ఓటీటీలో కూడా సమానంగా అలరిస్తోంది. పైన్ స్క్రీన్స్, గోల్డ్ బాక్స్ ఎంటర్టైన్మెంట్స్ బ్యానర్లపై సాహస గారపాటి, సుప్రీత కొణిదెల నిర్మించిన ఈ చిత్రంలో నయనతార కథానాయికగా నటించారు.

టీవీస్ పేర్లు పెట్టిన రామ్ చరణ్



రామ్ చరణ్ & ఉపాసన బాబు పేరు శివరామ్, పాప పేరు ఆర్నీరా దేవి పెద్ద అర్థాలను వివరిస్తూ నామకరణ వేడుకలోని ఒక మధుర క్షణాన్ని పంపిస్తున్నారు. "అపారమైన ఆనందం, దైవ అనుగ్రహంతో మా చిన్నారుల అందమైన పెద్దను ప్రకటించడం ఎంతో సంతోషంగా ఉంది. 'శివరామ్ కొణిదెల' & 'ఆర్నీరా దేవి కొణిదెల'. శివరామ్ అనే పేరు రెండు శాశ్వత విలువల కలయిక. 'శివ' అనేది శివ శంకర వరప్రసాద్ ప్రేరణతో, అంతర్ముఖ శక్తి, ఆధ్యాత్మిక లోకు, ప్రశాంతతను సూచిస్తుంది. 'రామ్' అనేది రామ్ చరణ్ నుండి తీసుకున్నది, దర్శం, కరణ, నైతికతలకు సూచించే ప్రతీక. ఈ రెండు కలిసి అంతర్గత శక్తి, బాధ్యతా యుతమైన సమతౌల్యాన్ని సూచిస్తాయి.

మోగస్టార్ చిరంజీవి సోఫిస్టే మీడియాలో ఈ పెద్ద అర్థాలను వివరిస్తూ, నామకరణ వేడుకలోని ఒక మధుర క్షణాన్ని పంపిస్తున్నారు. "అపారమైన ఆనందం, దైవ అనుగ్రహంతో మా చిన్నారుల అందమైన పెద్దను ప్రకటించడం ఎంతో సంతోషంగా ఉంది. 'శివరామ్ కొణిదెల' & 'ఆర్నీరా దేవి కొణిదెల'. శివరామ్ అనే పేరు రెండు శాశ్వత విలువల కలయిక. 'శివ' అనేది శివ శంకర వరప్రసాద్ ప్రేరణతో, అంతర్ముఖ శక్తి, ఆధ్యాత్మిక లోకు, ప్రశాంతతను సూచిస్తుంది. 'రామ్' అనేది రామ్ చరణ్ నుండి తీసుకున్నది, దర్శం, కరణ, నైతికతలకు సూచించే ప్రతీక. ఈ రెండు కలిసి అంతర్గత శక్తి, బాధ్యతా యుతమైన సమతౌల్యాన్ని సూచిస్తాయి.

హే భగవాన్

ఎంటర్టైన్మెంట్ ఎమోషన్ ఉంటుంది

ఇటీవల లిటిల్ హీరోస్, రాజు వెడ్స్ రాంబాయి, ఈషా పంటి భాక్ బస్టర్స్ చిత్రాలను అందించిన బిస్మివాన్, పంశీ సందిపాటిల సక్సెస్ ఫుల్ ద్వయం తాజాగా సందిపాటి ఎంటర్ టైన్ మెంట్స్, బిస్మివాన్ వర్క్స్ బ్యానర్స్ పై 'హే భగవాన్' అనే ఫుల్ లెంగ్త్ అవుట్ అండ్ అవుట్ ఎంటర్టైన్మెంట్ ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకురానున్నారు. ఈ చిత్రంలో సుహాసి, శివానీ సగరం, సీనియర్ నటుడు సరేష్, యాంకర్ ప్రవంతి ప్రముఖ పాత్రల్ని పోషించారు. గోపీ అప్పార దర్శకత్వంలో త్రిశుల్ విజనరీ స్టూడియోస్ పతాకంపై బి. సరేంద్ర రెడ్డి ఈ చిత్రాన్ని నిర్మించారు. ఈ మూవీని ఫిబ్రవరి 20న రిలీజ్ చేస్తున్నారు. ఈ సందర్భంగా నిర్మాత బి. సరేంద్ర రెడ్డి విలేజ్ కలలో సినిమా రీవెల్యూ లను పంచుకున్నారు.

మీ నేపథ్యం ఏమిటి? సినిమాలపై ఆసక్తి ఎలా కలిగింది?
కడప జిల్లా లోని ప్రొద్దుటూరు నా స్వస్థలం. ప్రస్తుతం నేను బెంగళూరులో కన్సల్టెన్ట్ రంగంలో ఉన్నాను. చిన్నప్పటి నుండి సినిమాలంటే ఎంతో ఇష్టం. ఆ ఇష్టంతోనే కన్నడంలో నిర్మాతగా ప్రవేశించాను. తెలుగులో నిర్మాతగా తొలిసినిమా 'హే భగవాన్' కన్నడ సిని పరిశ్రమలో సినిమాలకు పైసాస్ ఇచ్చే వాడిని. ఇక సినిమాలంటే పాషన్తో నిర్మాతగా మారాను.

హే భగవాన్ ప్రాజెక్ట్ ఎలా సెట్ అయ్యింది?
మా సంస్థలో ఎగ్జిక్యూటివ్ నిర్మాత రమణారెడ్డి ద్వారా ఈ కథ విన్నాను. హే భగవాన్ కంటే ముందు పది కథలు విన్నాను. కానీ ఏది సరైనదే. 'హే భగవాన్' కథ విన్నానే ఎంతో ఎంటర్టైన్మెంట్ గా ఆసక్తిగా అనిపించింది. ఎంటర్టైన్మెంట్లో పాటు ఎమోషన్ సలోగా ఉండే సినిమా ఇది.

ఈ సినిమా చేయడానికి ప్రధాన కారణం ఏమిటి? తొలి సినిమా అనుభవం ఎలా ఉంది?
స్టోరీ నచ్చి ఈ సినిమా చేస్తున్నాను. బడ్జెట్ లోనే సినిమా జరిగింది. ప్రతిది ఫైనల్ గా ప్రకారమే వైశాం. సినిమాకు పెట్టిన ప్రతి రూపాయి తెరపై కనిపిస్తుంది. అంతా క్యాబ్ లిటిగా అవుట్ ఫుల్ ఉంటుంది. ముఖ్యంగా ఈ సినిమాలో ఫాదర్, సన్ ఎమోషన్ అందరి హృదయాలను హత్తుకుంటుంది.

సినిమా చూసిన తరువాత మీ ఫీరింగ్ ఏమిటి?
సినిమా కథ విన్నప్పుడు నేను ఏదైతే ఫీల్ అయ్యానో రేపు సినిమా చూసిన తరువాత కూడా అడియన్స్ కూడా అదే థ్రిల్ ఫీల్ పుట్టారు. ప్రతి సన్నివేశం ఎంతో ఎంటర్టైన్మెంట్ గా ఆసక్తిగా ఉంటుంది. సినిమాలో హీరో సుహాసి, నటుడు సరేష్, కమెడియన్ సుదర్శన్, వెన్నెల కిషోర్ ఇలా ప్రతి పాత్ర అడియన్స్ ను బాగా ఎంటర్టైన్ చేస్తుంది.

సినిమాలో ఇంటర్వెల్, పతాక సన్నివేశాల్లో టీవీటీలు ఉంటాయా?
ఖచ్చితంగా అడియన్స్ ఊహకు అందని విధంగా ఈ సినిమా స్క్రీన్ పై ఉంటుంది. ప్రతి సన్నివేశం కొత్తగా అనిపిస్తుంది.



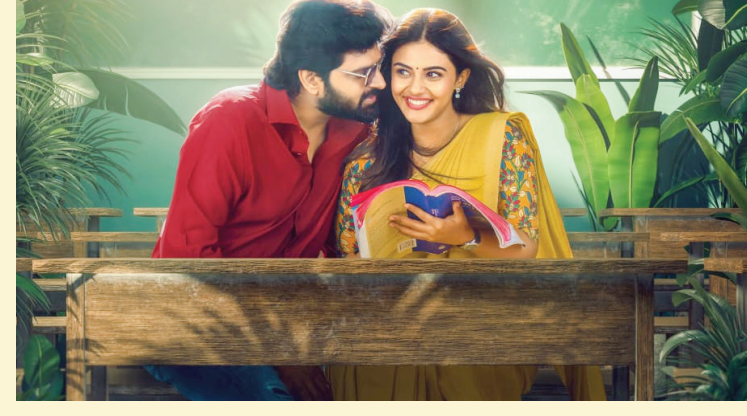
ఎంచుకుని సినిమా తీయడం, జడ్జి చేయడం రిస్క్ అనిపించటం లేదా?
రెండు గంటలు ఆడయన్స్ ను కథ ఎంగేజ్ చేయగ లిగితే ఆ సినిమా తప్పకుండా భాక్ బస్టర్. ఆడియన్ కథతో డిస్ కన్ెక్ట్ కాకూడదు. నేను కథ విలేజ్ పుడు కూడా ఇదే ఫాలో అవుతాను. చిన్నప్పటి నుంచి సిని మాలుంటే ఆసక్తి ఉంది. దీంతో నాకు నిర్మాణం పెద్ద రిస్క్ అనిపించడం లేదు.

ఈ సినిమా ద్వారా మీరు సంపాదించిన ఎక్స్ సిటియన్స్?
2017 నుంచి ప్రొడక్షన్ బ్యాక్ ఎండ్ లో ఉన్నాను. నాకు అనుభవం ఉంది. ప్రావర్, ఫ్రాన్సింగ్, డిస్ ట్రిబ్యూట్ ఉండటం, ప్రావర్ గ్రెడెన్స్ తో సినిమా చేయడం నాకు తెలుసు. అందుకే నేను సినిమా నిర్మాణాన్ని కూడా ఇష్టంతోనే చేశాను.

విష్ణు విన్యాసం నుంచి మొదలే మొదలే సాంగ్ రిలీజ్

కింగ్ ఆఫ్ ఎంటర్టైన్మెంట్ శ్రీ విష్ణు 'విష్ణు విన్యాసం' అనే యూనిక్ ప్రాజెక్ట్ తో అలరించబోతున్నారు. సూతన దర్శకుడు యునునాథ్ మూతి రావు ఈ చిత్రానికి దర్శకత్వం. శ్రీ సుబ్రహ్మణ్యేశ్వర సినిమాస్ బ్యానర్ పై సుమంత్ నాయుడు జి నిర్మించిన ఈ చిత్రాన్ని హేమ, పాలిని సమర్పిస్తున్నారు, సుబ్రహ్మణ్యం నాయుడు జి, రామచారి ఎం సహా నిర్మాతలుగా వ్యవహరిస్తున్నారు.

ఈ సినిమా టైటిల్ గ్రింప్స్, ఫస్ట్ సింగిల్ 'దేఖో విష్ణు విన్యాసం'కు అద్భుతమైన రెస్పాన్స్ వచ్చింది. ఈ రోజు మేకర్స్ సికండ్ సింగిల్ మెడల్ మెడల్ సాంగ్ రిలీజ్ చేశారు. సంగీత దర్శకుడు రధన్ ఈ సాంగ్ ని బ్యూటీఫుల్ లివ్ మెలోడీగా కంపోజ్ చేశారు. రామేశ్వర్ గుప్తా రాసిన సాహిత్యం లవ్ స్టోరింగ్ ని అందంగా ప్రజెంట్ చేసింది. మధుశ్రీ, సరేష్ అయ్యర్ పోకల్స్ మరింత మెలోడీని యాడ్ చేశాయి. ఈ సాంగ్ లో శ్రీ విష్ణు, నయన సారిక కెమిస్ట్రీ లపైగా ఆకట్టుకుంది. వారెంట్స్ డి కి పర్మెట్ గిఫ్ట్ గా నిలిచి ఈ సాంగ్ ఇన్ స్టంట్ హిట్ గా అలరిస్తోంది. ఈ చిత్రంలో సత్య, బ్రహ్మాజీ, ప్రవీణ్, మురళి శర్మ, శ్రీకాంత్ అయ్యంగార్, సత్యం రాజేష్, శ్రీనివాస్ వడ్డమాని, గోపరాజు రమణ కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు.



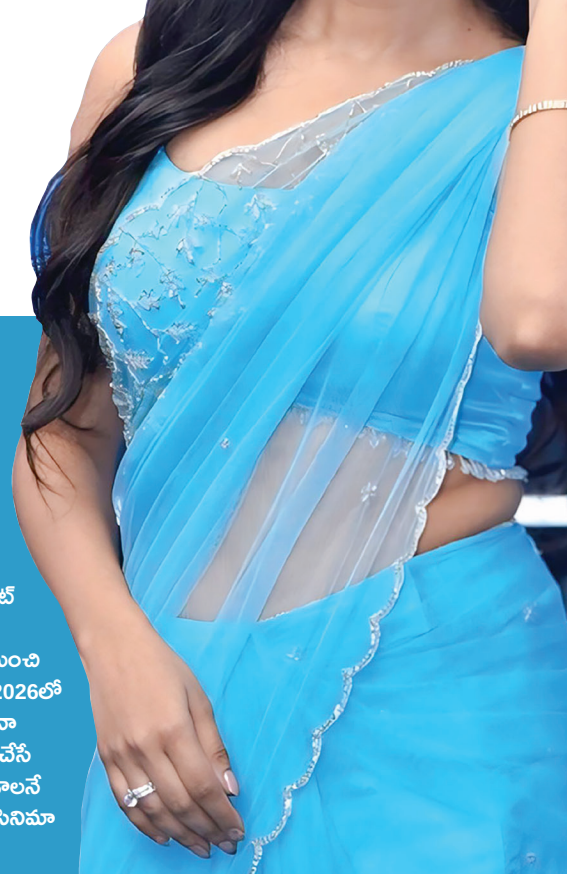
హే భగవాన్ ట్రైలర్ లాంచ్ రుణపడి ఉంటాను

ఇటీవల లిటిల్ హీరోస్, రాజు వెడ్స్ రాంబాయి, ఈషా పంటి భాక్ బస్టర్స్ చిత్రాలను అందించిన బిస్మివాన్, పంశీ సందిపాటిల సక్సెస్ ఫుల్ ద్వయం తాజాగా సందిపాటి ఎంటర్ టైన్ మెంట్స్, బిస్మివాన్ వర్క్స్ బ్యానర్స్ పై 'హే భగవాన్' అనే ఫుల్ లెంగ్త్ అవుట్ అండ్ అవుట్ ఎంటర్టైన్మెంట్ ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకురానున్నారు. ఈ చిత్రంలో సుహాసి, శివానీ సగరం, సీనియర్ నటుడు సరేష్, యాంకర్ ప్రవంతి ప్రముఖ పాత్రల్ని పోషించారు. గోపీ అప్పార దర్శకత్వంలో త్రిశుల్ విజనరీ స్టూడియోస్ పతాకంపై బి. సరేంద్ర రెడ్డి ఈ చిత్రాన్ని నిర్మించారు. ఈ మూవీని ఫిబ్రవరి 20న రిలీజ్ చేస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో గురువారం హైదరాబాద్ లో నాట్ ఎ ట్రైలర్ పేరుతో ట్రైలర్ లాంచ్ ఈవెంట్ ను నిర్వహించారు. ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన మోగ స్క్రీమ్ హీరో సాయి దుర్గ తేజ్ ట్రైలర్ ను విడుదల చేశారు. ఈ సందర్భంగా సాయి దుర్గ తేజ్ మాట్లాడుతూ.. "ఈ మూవీ ట్రైలర్ చాలా బాగుంది. ప్రేక్షకులకు సవ్యలు పంచేలా ఈ సినిమా ఉంటుంది. సుహాసి చాలా హీరో వర్క్ చేస్తాడు. తెలుగు సినిమాలలో పాటు తమిళ మూవీస్ లోనూ సత్తా చాటుతున్నాడు. 'హే భగవాన్' చిత్రం అందరినీ ఎంటర్టైన్ చేస్తుంది. ఈ సినిమా టీమ్ అందరికీ పెద్ద విజయం తెచ్చిపెట్టాలని కోరుకుంటున్నా" అని చెప్పారు.

మరో అతిథిగా హాజరైన డైరెక్టర్ రామ్ అబ్బారాజు మాట్లాడుతూ.. "మంచి యూనిక్ టాయింట్ తో రాబోతున్న ఈ చిత్రం అందర్నీ ఎంటర్టైన్ చేస్తుంది. సుహాసి కెరీర్ లో 'హే భగవాన్' మరో హిట్ మూవీగా నిలుస్తుందని నమ్ముతున్నా. టీమ్ అందరికీ ఈ చిత్రం మంచి పేరు తెచ్చిపెట్టాలని కోరుకుంటున్నా" అని అన్నారు. కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న నిర్మాత బి. సరేంద్ర రెడ్డి, సుదర్శన్, ప్రవంతి చౌక్యాపు, రైటర్ ప్రకాంత్, డివీటీ మహేష్ రెడ్డి, ఎడిటర్ విష్ణు, మ్యూజిక్ డైరెక్టర్ వివేక్ సాగర్ ఈ ప్రాజెక్ట్ లో బాగామవడం చాలా ఆనందంగా ఉందని, ఈ చిత్రం కచ్చితంగా విజయవంతం అవుతుందని నమ్మకం వ్యక్తం చేశారు.



టాలీవుడ్ సెన్సేషనల్ హీరోయిన్ శ్రీలీల తన జీవితంలో ఒక అపూర్వమైన మైలురాయిని చేరుకుంది. వెండితెరపై నటిగా అలరిస్తూనే, మరోవైపు వైద్య విద్యను విజయవంతంగా పూర్తి చేసి, ఇప్పుడు అధికారికంగా డాక్టర్ శ్రీలీల గా మారిపోయింది. హుటింగ్ సెట్స్ లో ఖాళీ సమయంలో పరిశీత చాలు పుస్తకాలతో కున్నీ పట్టిన ఆమె కష్టానికి ఫలితం దక్కింది. ఈ విషయాన్ని తెలుపుతూ శ్రీలీల తన ఇన్ స్టాగ్రామ్ లో పెట్టిన ఎమోషనల్ పోస్టు ప్రస్తుతం నెట్టింట వైరల్ గా మారింది. "ఇది కేవలం ఒక డిగ్రీ మాత్రమే కాదు.. నా ఎదుగుదలకు, నమ్మకానికి, కష్టానికి, పట్టుదలకు నిదర్శనం. రంగుల ప్రపంచం (సినిమాలు) నుంచి నేను ప్రశాంతంగా తలదాచుకునే నా పవిత్రమైన ప్రదేశమే ఈ వైద్య విద్య. అక్కడ నేను కేవలం ఒక విద్యార్థిగా, నేనలా ఉండాలనుకున్నానో అలా ఉండగలిగాను" అని శ్రీలీల భావోద్వేగానికి లోనయ్యారు. తను చదువుకుంటున్న సమయంలో పరిశీల కోసం హుటింగ్ షెడ్యూల్ మార్చుకుని, తనకు ఎంతో మద్దతుగా నిలిచిన నిర్మాతలకు, దర్శకులకు, తోటి నటీనటులకు ఆమె ప్రత్యేకంగా కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. నాకంటే ఎక్కువగా నన్ను నమ్మిన ప్రతి ఒక్కరికీ రుణపడి ఉంటాను. ప్రేమతో మీ డాక్టర్ శ్రీలీల" అని రాసుకొచ్చింది.



కపుల్ ఫ్రెండ్స్ ప్రీ రిలీజ్ ఈవెంట్

సంతోష్ శోభన్ హీరోగా నటిస్తున్న సినిమా "కపుల్ ఫ్రెండ్స్". ఈ చిత్రంలో మానస వారణాసి హీరోయిన్ గా నటిస్తోంది. ప్రముఖ నిర్మాణ సంస్థ యూపీ క్రియేషన్స్ సమర్పణలో యూపీ క్యాస్ట్ ఈ చిత్రాన్ని తెలుగు, తమిళ భాషల్లో గ్రాండ్ గా నిర్మిస్తోంది. అజయ్ కుమార్ రాజు.పి కో ప్రొడ్యూసర్ గా వ్యవహరిస్తున్నారు. ఈ చిత్రానికి ఆశ్విన్ చంద్రశేఖర్ దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. మ్యూజికల్ రోమాంటిక్ లవ్ స్టోరీ గా తెరకెక్కిన "కపుల్ ఫ్రెండ్స్" సినిమా వారెంట్స్, డే సందర్భంగా ఈ నెల 14న తెలుగు, తమిళంలో ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతోంది. "కపుల్ ఫ్రెండ్స్" సినిమాను ప్యాషన్ చే ప్రొడ్యూసర్, డిస్ట్రిబ్యూటర్ ధీరజ్ మొగిలెనేని ఏపీ, తెలంగాణలో రిలీజ్ చేస్తున్నారు. గురువారం హైదరాబాద్ లో ఈ చిత్ర ప్రీ రిలీజ్ ఈవెంట్ ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో హీరో శ్రీవిష్ణు, డైరెక్టర్ అనిల్ రావిపూడి, మేధావక గాంధీ, సందీప్ రెడ్డి, ఆభిలాష్ రెడ్డి, ప్రొడ్యూసర్ స్వప్న దత్ అతిథులుగా పాల్గొన్నారు.



అందుకే ఓకే చేయలేదు

గాయని, కూచిపూడి నృత్యకారిణి అయిన శివానీ నాగారం "అంబాజీపేట మ్యూజిక్ బ్యాండ్" అనే సినిమాతో వెండితెరకు పరిచయం అయింది. 2024న సంవత్సరంలో విడుదల అయిన ఈ చిత్రం బాక్సాఫీస్ దగ్గర మంచి విజయం సాధించడమే కాకుండా విమర్శకుల ప్రశంసలను పొందింది. ఈ మూవీ తర్వాత శివానీ "లిటిల్ హీరో" సినిమాలో హీరోయిన్ గా నటించింది. మంచి అంచనాల నడుమ పోయిన సంవత్సరం విడుదల అయిన ఈ చిత్రం మొదటి రోజే ట్రేక్ ఈవెన్ ఫార్ములాను కంప్లీట్ చేసుకుని హిట్ స్టేటస్ ను అందుకుంది. తాజాగా శివానీ ఈ సినిమా ప్రమోషన్ లో ఈవెంట్స్ పాల్గొంది. అందులో భాగంగా ఈమె మాట్లాడుతూ... "2024లో వెండితెరకు పరిచయం అయ్యి మంచి ప్రశంసలను అందుకున్నాను. 2025లో మంచి పాలోయింగ్ ను సంపాదించుకున్నాను. 2026లో నటిగా పూర్తి కమర్షియల్ హీరోయిన్ గా మారిపోయాను. ఇలా మూడు సంవత్సరాలు నా కెరియర్ బాగా ముందుకు సాగింది. నేను వరుస పెట్టి సినిమాలు చేయడం లేదు. నేను చేసే సినిమాలు సంఖ్య తక్కువగా ఉన్నా కూడా అందులో విజయాల సంఖ్య ఎక్కువగా ఉండాలనే దృష్టితోనే నా కెరీరు, ముందుకు సాగిస్తున్నాను. తాజాగా నేను నటించిన హే భగవాన్ సినిమా కూడా అద్భుతంగా ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటుందని" శివానీ చెప్పిపోయింది.