

STUDY ABROAD
TOP GLOBAL DESTINATIONS
Free IELTS coaching
GradsUniversity
+91 6301726400

ESTD: 1999

www.woodayam.com

వృధయం

మీ నమ్మకమే మా తరగని సంపద
KAPIL GROUP
కపిల్ చిట్స్
Visit Us: www.kapilchits.com
కపిల్ చిట్స్ మీ కలలకు సాకారం

ఆదిలాబాద్ | 23-05-2026 శనివారం | సంపుటి : 13 | సంఛిక : 202 | **SINCE 25 YEARS CIRCULATED TELUGU DAILY** | రూ. 3.00 | పేజీలు : 12 | **WOODAYAM Telugu DAILY**

తరతరాల కోటా సరికాదు

సుప్రీం ధర్మాసనం సంచలన తీర్పు

బహువన్, ప్రభుత్వ సర్వీసుల్లో ఉన్న పిల్లలకూ రిజర్వేషన్లు అవసరమా? తరతరాలుగా అదే కోటాను కోరుకోవడం సరికాదు ఇలాగైతే రిజర్వేషన్ల వ్యవస్థ నుంచి ఎప్పటికీ బయటపడలేము క్రీమీలేయర్ మినహాయింపు పిటిషన్లపై సుప్రీంకోర్టులో విచారణ



న్యూఢిల్లీ, మే 22 (పురయం ప్రతినిధి) : దేశంలో రిజర్వేషన్ల ఫలాల అందుకొని సామాజికంగా, ఆర్థికంగా ఉన్నత స్థాయికి చేరిన కుటుంబాలు.. తరతరాలుగా అదే కోటాను కోరుకోవడంపై సుప్రీంకోర్టు తీవ్ర అభ్యంతరం వ్యక్తం చేసింది. తల్లి దండ్రులు ఇద్దరూ బహువన్ అధికారులై, ప్రభుత్వ సర్వీసుల్లో ఉంటూ భారీ స్థాయిలో స్థిరపడినప్పుడు, ఇక వారి పిల్లలకు రిజర్వేషన్ల కోటా ఎందుకని ప్రశ్నించింది. వెనుకబడిన వర్గాల్లోని క్రీమీలేయర్ (ధనిక, ఉన్నత శ్రేణి) పరిమితులు, రిజర్వేషన్ల మినహాయింపులపై ధాఖలై సీటి షన్లపై జస్టిస్ బి.ఎ. నాగరత్న, జస్టిస్ ఉజ్జ్వల భుయానీలతో కూడిన ధర్మాసనం శుక్రవారం విచారించింది. ఈ సందర్భంగా ధర్మాసనం కీలక వ్యాఖ్యలు చేసింది. విచారణ సందర్భంగా జస్టిస్ బి.ఎ. నాగరత్న మాట్లాడుతూ.. విద్య, ఆర్థిక సాధికారత ద్వారా సమాజంలో ఒక స్థాయి అభివృద్ధి దని పేర్కొన్నారు. రిజర్వేషన్ల ద్వారా ఒకసారి ఉన్నత స్థాయికి చేరుకున్నా తర్వాత కూడా మళ్లీ వారి పిల్లల కోసం కోటాను ఆశించడం సరికాదు. ఇలాగైతే మనం రిజర్వేషన్ల వ్యవస్థ నుంచి ఎప్పటికీ బయటపడలేము. ఈ అంశాన్ని తీవ్రంగా పరిగణించాల్సి ఉంది.

ఉందని వ్యాఖ్యానించారు. ఒక వ్యక్తి సామాజికంగా, విద్యా పరంగా వెనుకబడి ఉండవచ్చని జస్టిస్ చెప్పారు. కానీ రిజర్వేషన్ల ప్రయోజనం పొంది తల్లిదండ్రులు ఉన్నత స్థాయిలకు వెళ్లినప్పుడు వారి పిల్లల పరిస్థితి మారుతుందని వెల్లడించారు. ఇక్కడ ఒక సమతుల్యత అవసరమని స్పష్టం చేశారు. ఒక కుటుంబంలో ఉన్నత వర్గాల్లో అన్ని అవకాశాలను చేజిక్కించుకుంటే, అదే వర్గంలోని అత్యంత వెనుకబడిన వేదలకు తీవ్ర అన్యాయం జరుగుతుందని ధర్మాసనం అందోళన వ్యక్తం చేసింది. రిజర్వేషన్ల ఫలాల కేసులం కొందరికే పరిమితం కాకుండా, సమాజంలో కిందిస్థాయిలో ఉన్న చివరి వ్యక్తికి కూడా అందాల్సిన అవసరం ఉందని కోర్టు అభిప్రాయపడింది. ప్రస్తుతం ఓ.బీసీలకే పరిమితమైన క్రీమీ లేయర్ నిబంధనలను, మిగతా 2లో

అవినీతి కోటిశ్వరుడు

- » రూ. కోట్లకు పడగలెత్తిన డిప్యూటీ కలెక్టర్
- » ప్రభుత్వ భూములు పెద్దఎత్తున కబ్జా
- » అతనికి సంబంధించిన ఎనిమిది ఇళ్లపై ఎసిబి అధికారులు ఏకకాలంలో దాడులు
- » రూ.వందల కోట్ల ఆస్తులు ఉన్నట్లు నిర్ధారణ

రంగారెడ్డి, మే 22 (పురయం ప్రతినిధి) : గతంలో మేడ్చల్ - మల్కాజ్గిరి జిల్లా డిప్యూటీ కలెక్టర్గా పని చేసిన పంకజ్ మోహన్ నివాసంలో ఏసీబీ అధికారులు శుక్రవారం సోదాలు నిర్వహించారు. వివిధ ప్రాంతాల్లోని ఆయనకు సంబంధించిన ఎనిమిది ఇళ్లపై ఏసీబీ అధికారులు ఏకకాలంలో దాడులు చేసి తనిఖీలు చేపట్టారు. ఈ దాడుల్లో పంకజ్ మోహన్ సంబంధించి.. రూ.వందల కోట్ల ఆస్తులు ఉన్నట్లు ఏసీబీ అధికారులు గుర్తించారు. అతడిపై ఆదాయానికి మించిన ఆస్తుల కేసును ఆధికారులు నమోదు చేశారు. పంకజ్ మోహన్ పెద్దఎత్తున ప్రభుత్వ ఆస్తులు కాజేసినట్లు ఆరోపణలు రావడంతో ఏసీబీ అధికారులు ఈ సోదాలు నిర్వహించారు. శేరిలింగంపల్లిలో పాటు పలు ప్రాంతాల్లో పంకజ్ మోహన్ ఆర్టివోగా పనిచేశారు. అబ్దుల్లాపూర్ మెట్, పిగ్గిలిపల్లిలో ఎనిమిది ఏకకాల భూమిని ఆయన కాజేసినట్లు ఆరోపణలు ఉన్నాయి. సదరు భూమిని తన మామ పేరు మీద రిజిస్ట్రేషన్ చేయించి.. దానిని రియల్టర్లకు కట్టెట్టినట్లు విచారణల వచ్చాయి. ఓ రియల్టర్ నుంచి 10 షేర్లు గిడ్డో డిడ్ ను పంకజ్ మోహన్ తీసుకున్నట్లు ఈ సోదాల్లో ఏసీబీ గుర్తించారు. ఆదాయానికి మించిన ఆస్తుల వ్యవహారంలో పంకజ్ మోహన్ ఏసీబీ అధికారులు విచారించున్నారు.

3 ట్రిలియన్ల ఆర్థిక వ్యవస్థ లక్ష్యం

వడ్డీ లేని రుణాలను రూ.5 లక్షల నుంచి రూ. 10 లక్షలకు పెంపు

తెలంగాణ వృద్ధి రేటు 10.7 శాతం దేశ సగటు కంటే వేగంగా వృద్ధి రేటు పట్టణీకరణతో సేవల రంగానికి భారీ అవకాశాలు విద్యార్థుల రుణాలు భవిష్యత్ పెట్టుబడులు మహిళ, దళిత, గిరిజన యువ పారిశ్రామికవేత్తలకు రుణాల పంపిణీపై బ్యాంకులు మరింత దృష్టి పెట్టాల్సి బ్యాంకర్ల సమావేశంలో డిప్యూటీ సీఎం భట్టి



హైదరాబాద్, మే 22 (పురయం ప్రతినిధి) : సంక్షేమ పథకాలు, ఆర్థిక స్వావలంబన, పూర్వ సీటి నిర్మాణం, మహిళా సాధికారత, మానీ పునరుద్ధి వానికీ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రథమ ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమ్సూర్య స్పష్టం చేశారు. 2047 నాటికి తెలంగాణ 3 ట్రిలియన్ల ఆర్థిక వ్యవస్థగా నిలిపేందుకు ప్రజా ప్రభుత్వం కృతశిశ్యులతో పనిచేస్తోందని స్పష్టం చేశారు. మిగతా 2లో

డిజిటల్ ట్రాన్స్ఫర్మేషన్లో తెలంగాణ రోల్ మోడల్

డిజిటల్ ట్రాన్స్ఫర్మేషన్లో భారత్ సాధిస్తున్న ప్రగతికి తెలంగాణ ఒక గ్రోత్ ఇంజన్ బటీ, పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి శ్రీధర్బాబు ప్రజల ముంగిటే ప్రభుత్వ పౌర సేవలు

హైదరాబాద్, మే 22 (పురయం ప్రతినిధి) : డిజిటల్ ట్రాన్స్ఫర్మేషన్లో తెలంగాణ ను ఇతర రాష్ట్రాలకు రోల్ మోడల్గా తీర్చిదిద్దేందుకు ప్రణాళికాబద్ధంగా కృషి చేస్తున్నామని రాష్ట్ర బటీ, పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి శ్రీధర్బాబు వెల్లడించారు. శుక్రవారం సోవారిట్ హాల్లోని సీట్లో డిజిటల్ ట్రాన్స్ఫర్మేషన్ టూల్స్ ఆఫ్ చార్జర్డ్ ఆకాంటెంట్ ఆఫ్ ఇండియా (ఐసీఐఐ) ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన డిజిటల్ ట్రాన్స్ఫర్మేషన్ సైమాన్స్ సమ్మిట్ 2026లో మంత్రి శ్రీధర్ బాబు మాట్లాడారు. ప్రభుత్వ పౌర సేవలను మరింత సమర్థవంతంగా, పారదర్శకంగా ప్రజల ముంగిటే చేర్చడానికి ఒక ప్రత్యేక కాంప్లెక్స్

నిమ్ రోడ్ మ్యూజియం నిర్మించే ప్రయత్నం చేస్తున్నామని వెల్లడించారు. ప్రస్తుతం గ్లోబల్ ఎకానమీ ఊహించిన వేగంతో డిజిటల్ వైపు దూసుకుపోతున్నదని.. సంప్రదాయ పద్ధతుల స్థానంలో వ్యవస్థను రీ-డిజైన్ చేసే సరికొత్త డిజిటల్ ఈకొస్ట్రో ఆర్కైవ్ వచ్చాయన్నాడు. ఈ గ్లోబల్ డిజిటల్ ట్రాన్స్ఫర్మేషన్ కు అనుగుణంగా మార్పులను అందిపుచ్చుకునే దేశాలకే భవిష్యత్తు ఉంటుందన్నారు. ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద డిజిటల్ ఆర్థిక సమ్మిట్ 2026లో మంత్రి శ్రీధర్ బాబు మాట్లాడారు. ప్రభుత్వ పౌర సేవలను మరింత సమర్థవంతంగా, పారదర్శకంగా ప్రజల ముంగిటే చేర్చడానికి ఒక ప్రత్యేక కాంప్లెక్స్

కిడ్నీ ట్రాన్స్ ప్లాంట్స్ లో నిమ్మ రికార్డు

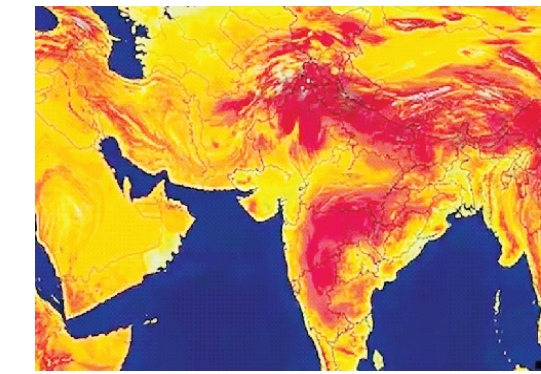
2వేల కిడ్నీ మార్కెట్ లో దక్షిణ భారత దేశంలో నెంబర్ వన్ గా నిమ్మ వైద్య బృందానికి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అభినందనలు

హైదరాబాద్, మే 22 (పురయం ప్రతినిధి) : కిడ్నీ ట్రాన్స్ ప్లాంట్ లో అరుదైన మైలురాయిని అందుకున్న నిమ్మ వైద్య బృందానికి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి శుక్రవారం ప్రకటనలో అభినందనలు తెలిపారు. హైదరాబాద్ లోని నిజాం ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ మెడికల్ సైన్సెస్ (నిమ్మ) కిడ్నీ ట్రాన్స్ ప్లాంట్ లో దేశంలోనే అరుదైన రికార్డు సమె దు చేసింది. నిమ్మ యూనివర్శిటీ విభాగం ఇప్పటివరకు 2వేల కిడ్నీ మార్కెట్లను పూర్తి చేసింది. కిడ్నీ మార్కెట్లో దక్షిణ భారత దేశంలో నిమ్మ నెంబర్ వన్ గా నిలిచింది. దేశంలో కిడ్నీ ట్రాన్స్ ప్లాంట్ లో గుజరాత్ లోని బెటీఆర్ నెంబర్ వన్ స్థానంలో ఉంది. సెకండ్ ప్లేస్ లో లూథియానా క్రిస్టియన్ కాలేజీలో ఉంది.. మిగతా 2లో

వందలో 97 భారత్ లోనే

ప్రపంచంలోని 100 అత్యంత వేడి నగరాల్లో 97 నగరాలు ఇండియాలోనే

- తీవ్రమైన వడగాలుల కారణంగా 45 డిగ్రీల సెల్సియస్ దాటిన ఉష్ణోగ్రతలు
- 300 వడదెబ్బ అనుమానిత అనారోగ్య కేసులు
- ఆసుపత్రుల వద్ద, అతిసారం, నిర్లక్ష్యం కారణంగా మృత్యులతో కూర్చున్న రోగులు



పురయం డెన్వో, మే 22 : శుక్రవారం మధ్యాహ్నం నాటికి, ప్రపంచంలోని అత్యంత వేడిగా ఉన్న 100 నగరాల్లో 97 నగరాలు భారతదేశంలోనే ఉన్నాయి. దేశంలోని ఉత్తర, మధ్య, తూర్పు ప్రాంతాలను చుట్టుముట్టిన తీవ్రమైన వడగాలుల ప్రభావంతో, మధ్యాహ్నంకే ఉష్ణోగ్రతలు 45 డిగ్రీల సెల్సియస్ ను మించిపోయాయి. ఎక్కువ. ఇన్ ప్రకారం, మధ్యాహ్నం 2:50 గంటల సమయానికి ప్రపంచంలోని అత్యంత వేడిగా ఉన్న అగ్ర-100 నగరాల జాబితాలో భారతీయ నగరాలే అధిష్టత వహించాయి. ఇందులో ఒడిశాలోని బలాంగిర్ 48 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రతతో అత్యంత వేడిగా ఉన్న ప్రాంతంగా నిలిచింది. ప్రపంచంలోని 100 అత్యంత వేడి నగరాలలో 97వ భారతదేశంలో దాని తర్వాత స్థానాలలో బీహార్ లోని ససారం 48 డిగ్రీల సెల్సియస్ తో, ఉత్తరప్రదేశ్ లోని వారణాసి 47 డిగ్రీల సెల్సియస్ తో నిలిచాయి. అనంత నగరాల్లో గాల్ఫ్ టేమ్ 6 నుండి 8 శాతం మధ్య ఉండటంతో, అక్కడి పరిస్థితులు అత్యంత వేడి వర్షంలోకి వచ్చాయి. ఈ అగ్ర-100 జాబితాలో నేపాల్ లోని మూడు నగరాలు మాత్రమే మినహాయింపుగా ఉన్నాయి. మిగతా 2లో

దమ్ముంటే అసెంబ్లీని రద్దు చేసి ఎన్నికలకు వెళ్ళాలి

పల్లె ఆర్థిక ప్రగతిలో బ్యాంకుల పాత్ర కీలకం గ్రామీణ ఆర్థిక వ్యవస్థను బలోపేతం చేయడంలో భాగస్వాములు కావాలి పుడ్ ప్రాసెసింగ్ రంగానికి రుణాల పంపిణీని భారీగా పెంచాలి మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు

హైదరాబాద్, మే 22 (పురయం ప్రతినిధి) : పల్లె ఆర్థిక ప్రగతిలో బ్యాంకుల పాత్ర కీలకమని రాష్ట్ర వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు అభిప్రాయపడ్డారు. గ్రామీణ ఆర్థిక వ్యవస్థను మరింత బలోపేతం చేయడంలో బ్యాంకులు భాగస్వాములు కావాలని ఆయన బ్యాంకర్లకు పిలుపునిచ్చారు. మిగతా 2లో

సీఎం రేవంత్ రెడ్డికి కేటీఆర్ సవార్ ఫిరాయింపు ఎమ్మెల్యేలతోనైనా రాజీనామా చేయించి ప్రజా తీర్పు కోరాలి 2034 వరకు సీఎంగా ఉంటాననే ధైర్యం రేవంత్ రెడ్డికి లేదు ధాన్యం కొనుగోళ్లలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం విఫలం రైతుల ఇబ్బందులపై రేవంత్ కు అవగాహన లేదు పోక్తో కేసు నిందితుడిని 9 రోజులు దాచిన ఘనత కాంగ్రెస్ ని హైదరాబాద్, మే 22 (పురయం ప్రతినిధి) : నిజాం 2034 వరకు సీఎంగా ఉంటాననే ధైర్యం రేవంత్ రెడ్డికి ఉంటే వెంటనే అసెంబ్లీని రద్దు చేసి ఎన్నికలకు వెళ్ళాలని బీఆర్ఎస్ వర్కంగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ సవార్ చేశారు. ఆ దమ్ము లేకపోతే.. బీఆర్ఎస్ పార్టీ నుంచి కాంగ్రెస్ లోకి లాకున్న ఎమ్మెల్యేలతో రాజీనామా చేయించి ప్రజా తీర్పు కోరాలని డిమాండ్ చేశారు. తాను బండ్ల సంచయాల తన కొడుకు కేసుల్లో పేరు వాదనలూ కొద్దుల నుండి జీవిత ఆరంభం తప్పకునే రకం కాదని కేటీఆర్ స్పష్టం చేశారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఎన్ని తప్పులు చేసుకుంటున్నాయో అర్థం చేసుకోవాలి

పూర్వ సీటిని రద్దు చేస్తాం

మేం అధికారంలో రాగానే చేసే మొదటి పని ఇదే పూర్వ సీటిని రద్దు చేస్తాం : మాజీ మంత్రి హరికే రావు పూర్వ సీటి పేరుతో కాంగ్రెస్ లియల్ ఎస్సీటీ వ్యాపారం

పెట్టినా ధైర్యంగా ఎదుర్కొంటామని తెల్పి చెప్పారు. తన బాపం రిద్ది ఫామ్ హౌస్ కేసు గురించి మాట్లాడుతున్న రేవంత్ కు.. అక్కడ ఏమీ దొరకలేదని స్వయంగా ప్రభుత్వ అధికారులే తెల్పి చెప్పారని కేటీఆర్ గుర్తు చేశారు. శుక్రవారం తెలంగాణ భవన్ లో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు. రాష్ట్రంలో రైతులు మండిచిన రాన్యాన్ని కొనుగోలు చేయడంలో ప్రభుత్వం ఘోరంగా విఫలమైందని ఆయన ఆరోపించారు. ధాన్యం కొనే నాణ్యత లేక రైతులు రోడ్లకి నిరసనలు తెలుపుతుంటే, ఆ నిరసనల్లో కాంగ్రెస్ కార్యకర్తలు కూడా ఉన్నారంటూ వ్యంగ్యాస్త్రాలు సంధించారు. ఇప్పటివరకు రాష్ట్రంలో కనీసం 35 శాతం ధాన్యం కూడా కొనుగోలు చేయలేదని విమర్శించారు. కానీ రేవంత్ రెడ్డి, ఆయన మంత్రులు మాత్రం 50 శాతం కొనుగోళ్లు పూర్తయ్యాయంటూ మిగతా 2లో

హైదరాబాద్, మే 22 (అంబం) : బీఆర్ఎస్ అధికారంలోకి రాగానే పూర్వ సీటిని రద్దు చేస్తామని ఆ పార్టీ ఎమ్మెల్యే హరికే రావు కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. పూర్వ సీటిని రద్దు చేస్తామని స్పష్టం చేశారు. అమెరికా పర్యటనలో ఉన్న ఆయన శుక్రవారం అక్కడి నుంచి మీడియాకు ప్రకటన విడుదల చేశారు. కేంద్ర పర్యావరణశాఖ కేసులం పూర్వ సీటి మాత్రమే అనుమతి ఇచ్చిందని తెలిపారు. డీఎంపీసీ ఉంటే రైతుల భూములు వెనక్కి ఇవ్వాలని చట్టంలో ఉందని వెల్లడించారు. పూర్వ సీటిని కొనసాగిస్తున్న ఓ వైపు కోర్టుకు చెబుతూ.. రేవంత్ ప్రభుత్వం జిమ్మిక్కు చేస్తోందని విమర్శించారు. పూర్వ సీటి వస్తే దానికి అనుబంధంగా కనీసం సౌకర్యాలు ఎదుక్కే పవన్, హోసింగ్ రావాలని ప్రయత్నం చేస్తున్నారని తెలిపారు. 75 శాతం పూర్వ సీటి ఉంటే.. మిగతా 25 శాతం మిగతావి ఉండాలని అన్నారు. కానీ.. 75 శాతం మిగతా వ్యాపారం చేసి.. కేసులం 25 శాతం పూర్వ వచ్చేలా చేస్తున్నారని విమర్శించారు. ఇది చట్ట ప్రకారం చెల్లదన్నారు. పూర్వ సీటి పేరుతో కాంగ్రెస్ రియల్ ఎస్టేట్ వ్యాపారం చేస్తోందని హరికే రావు ఆరోపించారు. లక్షలాది మందికి ఉద్యోగాలు రేపంట్ ప్రభుత్వం జిమ్మిక్కు చేస్తోందని విమర్శించారు. పూర్వ సీటిని ప్రారంభించామని చెప్పారు. తెలంగాణ నుంచి ఒక్క పూర్వ కంపెనీ బయటికి వెళ్లకుండా చర్యలు తీసుకున్నామన్నారు. కాంగ్రెస్ అధికారంలో పచ్చి ఇప్పటికే రెండున్నరేళ్ల గడిచిపోయిందన్న హరికే రావు.. లాస్ట్ వన్ ఇయర్ ఎంక్వైరీ ఉంటుందన్నారు. ఇప్పటి వరకు రేవంత్ నగర్ లో ఏమీ చేయలేదని ఆరోపించారు.

శంషాబాద్ విమానాశ్రయంలో 10 కేజీల గాంజా స్వాధీనం బ్యాంకాక్ నుంచి వచ్చిన ఓ ప్రయాణికుడి లగిజోలో గుర్తించిన కస్టమ్స్ అధికారులు

అల్లర్ల కేసులో ఉమ్మర్ భాలిద్ కు మూడు రోజుల మధ్యంతర బెయిలు తల్లి శస్త్రచికిత్సకు హాజరయ్యేందుకు బెయిలు మంజూరు చేసిన ఢిల్లీ హైకోర్టు దిగుత కోర్టు మధ్యంతర బెయిల్ నిరాకరణతో ఉన్నత న్యాయస్థానాన్ని ఆశ్రయించిన భారత్

రైతు వ్యతిరేకి ప్రభుత్వం రైతుల సమస్యలపై సీఎం ఉదాసీనత : బీఆర్ఎస్ చీఫ్ కవిత రెండున్నరేళ్లుగా వ్యవసాయశాఖ పై కనీసం లభ్యం చేయలేదు ధాన్యం కొనుగోలు, తరుగు పేరుతో రైతులకు అన్యాయం సచివాలయం వద్ద ధర్నా, అరెస్ట్ చేసిన పోలీసులు

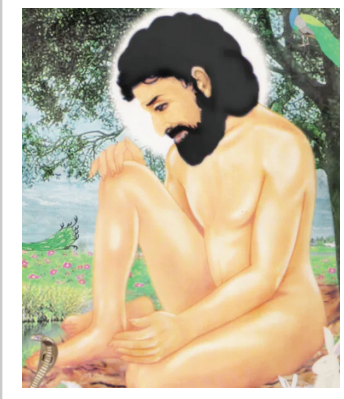


భారతదేశ సరిహద్దుల వెంట భద్రతను పటిష్టం చేయడానికి, అక్రమ చొరబాట్లను అరికట్టడానికి, కేంద్రం ఒక సంవత్సరంలోగా దేశవ్యాప్త స్మార్ట్ బోర్డర్ ప్రాజెక్టును ప్రారంభించనుంది. జీరో-టాలరెన్స్ విధానాన్ని ప్రకటిస్తూ, భారతదేశ జనాభా సమతుల్యతను కాపాడటానికి దేశంలోకి ప్రవేశించే ప్రతి అక్రమ వలసదారుడిని గుర్తించి, వెనక్కి పంపిస్తాం. దేశంలో కృత్రిమ జనాభా మార్పులను సృష్టించే లక్ష్యంతో అక్రమ వలసలు ఒక ప్రణాళికాబద్ధమైన కుట్ర. సాంకేతికత ఆధారిత నిఘా, సమన్వయంతో కూడిన అమలు ద్వారా సరిహద్దులను పటిష్టం చేయడానికి ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉంది. స్మార్ట్ బోర్డర్ ఫ్రీమ్ వర్క్ కింద, కేంద్ర హోం మంత్రిత్వ శాఖ భారతదేశపు దాదాపు 6,000 కిలోమీటర్ల అంతర్జాతీయ సరిహద్దుల వెంబడి ఒక పటిష్టమైన భద్రతా వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేస్తుంది.

- అమిత షా, కేంద్ర హోం మంత్రి

వేమన'పద్యం

హీన గుణమువాని నిలుసేర నిచ్చిన అంతవానికైన నిదుము గలుగు కగం కదుపుజొచ్చి యిట్లుట సేయదా? విశ్వదాభిరామ! వినురవేమ



సంపాదకీయం

సి. జోసెఫ్ విజయ్ వేత్తులలోని తమిళనాడు మంత్రివర్గంలోకి ఇద్దరు కాంగ్రెస్ శాసనసభ్యులను చేర్చుకోవడం కేవలం ఒక సాధారణ మంత్రివర్గ విస్తరణ కాదు. ఇది మరింత విశేషమైనది. ఇది దాదాపు అరు దశాబ్దాల పాటు కొనసాగిన కాంగ్రెస్ రాజకీయ వనవాసానికి ముగింపును సూచిస్తుంది. పాలక పక్షమైన తమిళ నైట్ కణగంకు చెందిన 21 మంది మంత్రులతో పాటు ఎస్. రాజేంద్ర కుమార్, పి. విశ్వనాథన్ ప్రమాణ స్వీకారం చేసినప్పుడు, ఆ దృశ్యం చాలిన సంతోషంతో అత్యంత స్పష్టం. 1967లో ప్రవిడ రాజకీయాల అవినాశం నాటి నుండి, తమిళ నాడులో కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికారం లేని మిత్రవర్గంగానే, లేక అధికారంలోకి కేవలం ఒక ప్రత్యేక పాత్ర వహించే పార్టీగానే మాత్రమే మిగిలిపోయింది. అడపాదడపా ఏదో ఒక ప్రధాన ద్రవిడ పార్టీతో పాటు పట్టుకున్నట్టికే, కాంగ్రెస్ ను ప్రభుత్వ అధికార పదిగి కేంద్రంగానే ఉంచడానికి ఆ పార్టీలు జాగ్రత్తలు తీసుకున్నాయి. కాంగ్రెస్ పార్టీని సంస్కారంతో పునరుద్ధింపజేయడం వల్ల కలిగి ముప్పును డివెంక, ఎఐఎఐఎంకే అన్న రెండు ద్రవిడ పార్టీలు గ్రహించాయి. దానికి మంత్రి వదలి

రాజకీయ వనవాసం నుంచి కాంగ్రెస్ ముక్తం

విజయం కాంగ్రెస్ కు సంభవించింది. కేవలం ఐదు నెలలతో సంఖ్యాబలం దాని సహకారం తప్పకనే ఉన్నట్లుంటే, రాజకీయంగా ఆ మద్దతుకు బలపూర్వకంగా, కొత్తగా ఏర్పడిన ప్రభుత్వానికి చట్టబద్ధతను కల్పించింది. ముఖ్యంగా, విజయం ఒక సంకలపిత వ్యక్తీకీకృత పాలన కంటే, విస్తృత ప్రాతిపదిక గల సంతోషాన్ని నిర్మించడానికి నిశ్చయించుకున్నట్లు కనిపిస్తోంది. ఎన్నికల సమయంలో కాంగ్రెస్ కు 75 నెలలు కూడా కేటాయించడానికి ఆయన సుముఖత మానడం, ఎన్నికలకు ముందు ఒక శాశ్వత పాత్రను ఏర్పరచుకోవడానికి ఆయన చేసిన ఒక గౌరవనీయ ప్రయత్నం ప్రతిబింబించింది.

మరికీ పార్టీలకు విజయం అహోసం పలకడం, ఆయన కేవలం సంఖ్యాబలంతో అధిపత్యం కోసం కాకుండా, అందరినీ కలుపుకొని పోవడం ద్వారా సైతాన్ని కోరుకుంటున్నట్లు సూచిస్తోంది. అయితే కాంగ్రెస్ కు సహజ మిగిలే ఉన్నాయి. ఏ మంత్రి వదలి కూడా పరిష్కరించలేని ఒక పెద్ద సందిగ్ధతను కాంగ్రెస్ ఎదుర్కొంటోంది. భారతదేశవ్యాప్తంగా, ప్రాంతీయ అర్థవంతమైన పట్టును తిరిగి పొందకూండా, భారత రాజకీయాలలో ఒకప్పుడు తనకున్న అగ్రస్థానాన్ని తిరిగి పొందాలని కాంగ్రెస్ ఆశించడం వల్ల ప్రయోజనం ఉండదు.

సమయంలో ఒక హెచ్చరికను కూడా అందిస్తోంది. ప్రభుత్వంలో భాగస్వామ్యం దాని రాజకీయ ప్రాముఖ్యతను తిరిగి పొందడంలో సహాయపడగలదు, కానీ అది తన సంస్థను పునర్నిర్మించుకుని, క్షేత్రస్థాయిలోని ఓటర్లతో తిరిగి అనుసంధానం అయినప్పుడు మాత్రమే ఇది సాధ్యమవుతుంది. బీహార్, ఉత్తర ప్రదేశ్, పశ్చిమ బెంగాల్ వంటి ప్రధాన రాష్ట్రాలలో అర్థవంతమైన పట్టును తిరిగి పొందకూండా, భారత రాజకీయాలలో ఒకప్పుడు తనకున్న అగ్రస్థానాన్ని తిరిగి పొందాలని కాంగ్రెస్ ఆశించడం వల్ల ప్రయోజనం ఉండదు.

జాతీయ స్థాయిలో వామపక్షాల కాంగ్రెస్ తో సహకరించిన ప్రజాకీ, కేరళ, పశ్చిమ బెంగాల్ లో మాత్రం దానిని తమ ప్రధాన ప్రత్యర్థిగానే పరిగణిస్తారు. ప్రాంతీయ కూటమిలు కూడా ఇదే విధమైన అందోళనను కలిగి ఉన్నాయి. జాతీయ స్థాయిలో ప్రతిపక్ష కూటమిలో భాగస్వామిగా ఉన్నట్లుంటే, డివెంక స్వయంగా పార్లమెంటులో కాంగ్రెస్ నుండి స్పష్టమైన దూరాన్ని పొటించాలని నిర్ణయించుకుంది. ఈ కోణంలో చూస్తే, తమిళనాడు కాంగ్రెస్ కు ఒక అవకాశాన్ని, అదే



పురుషుల సాహిత్య పేజీ 'ఉష' కు సాహిత్య వ్యాసాలు, కవితలు, విమర్శలు పంపించాలని రచయితలకు ప్రత్యేకంగా విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాం. అలాగే సంపాదకీయం పుటకు రాజకీయ అంశం, సామాజిక, సాంస్కృతిక తదితర రంగాలపై వ్యాసాలు, సంపాదక లేఖలు 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

దేశంలో నిరుద్యోగం, పరిశ్రా లీకులు, అవినీతి ఆరోపణలు, నియామకాల్లో ఆలస్యం, అవకాశాల్లో అసమానతలు.. ఇవి యువతలో తీవ్ర మానసిక ఆవేదనను పెంచుతున్నాయి. చదువుకున్న యువకుడు ఉద్యోగం కోసం సంవత్సరాల తరబడి ఎదురుచూడాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడింది. పరీక్షలు రాస్తే లీకులు.. ఉద్యోగాలు వస్తే వివాదాలు.. నియామకాలు వస్తే కోర్టు కేసులు.. ఈ చక్రంలో యువత భవిష్యత్తు చిక్కుకుపోయింది. అందుకే ఈ వ్యంగ్య ఉద్యమానికి ఇంత పెద్ద స్పందన వచ్చింది. ఇది కేవలం ఒక పార్టీ పేరు వల్ల కాదు.. దేశ యువతలో గూడుకట్టుకున్న అసంతృప్తికి ఇది ఒక బహిరంగ రూపం కావడం వల్ల.

యువ భారతం మౌన విస్ఫోటనం

యువ నిరసనలు కనిపించాయి. ప్రపంచవ్యాప్తంగా యువత ఇప్పుడు కేవలం ఓటర్లుగా కాదు... డిజిటల్ యుగంలో ప్రత్యేక రాజకీయ శక్తిగా మారుతోంది. భారతంలో "కాకరోజ్ జనతా పార్టీ" వైలే కావడం కూడా అదే ధోరణికి సంకేతం.

పెంచుతున్నాయి. చదువుకున్న యువకుడు ఉద్యోగం కోసం సంవత్సరాల తరబడి ఎదురుచూడాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడింది. పరీక్షలు రాస్తే లీకులు.. ఉద్యోగాలు వస్తే వివాదాలు.. చదువుకున్న యువకుడు ఉద్యోగం కోసం సంవత్సరాల తరబడి ఎదురుచూడాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడింది. పరీక్షలు రాస్తే లీకులు.. ఉద్యోగాలు వస్తే వివాదాలు.. చదువుకున్న యువకుడు ఉద్యోగం కోసం సంవత్సరాల తరబడి ఎదురుచూడాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడింది. పరీక్షలు రాస్తే లీకులు.. ఉద్యోగాలు వస్తే వివాదాలు..

మీమల నుంచి ఉద్బవాల దాకా డిజిటల్ యుగ రాజకీయాలు ఇప్పుడు రాజకీయాల కేవలం సభలో కాదు... మీమలలో, చిన్న వీడియోలో, సామాజిక మాధ్యమ పోస్టులో తయారవుతున్నాయి. "కాకరోజ్ జనతా పార్టీ" అదే వాస్తవాన్ని బయటపెట్టింది. ఒక వ్యంగ్య పోస్టు దేశవ్యాప్తంగా యువత చర్చించే అంశంగా మారడం, డిజిటల్ ప్రపంచం ఎంత ప్రభావవంతమైందో నిరూపించింది. కేవలం ఐదు రోజుల్లోనే "సీజిపి" ఇన్స్టాగ్రామ్ ఖాతా అనుచరుల సంఖ్య దేశంలోని ప్రధాన రాజకీయ పార్టీలను దాటిపోవడం ఈ అసంతృప్తి తీవ్రంగా చూపిస్తోంది. వందేళ్లకు పైగా చరిత్ర కలిగిన కాంగ్రెస్ పార్టీకి ఇన్స్టాగ్రామ్ లో 13.8 మిలియన్ల అనుచరులు ఉండగా, డిసెంబర్ 2025లో సోషల్ మీడియా జనతా పార్టీకి 8.8 మిలియన్ల అనుచరులు ఉన్నారు. ఈ స్థాయికి చేరుకోవడానికి ఆ పార్టీలకు ఎన్నో సంవత్సరాలు పట్టింది. కానీ కేవలం ఒక ఆవేదన, ఒక వ్యంగ్యం, ఒక డిజిటల్ అగ్రహారం నుంచి వచ్చిన "సీజిపి" ఖాతా మాత్రం ఆ రోజుల్లోనే ఆ సంఖ్యలను దాటిపోయింది. గురువారం ఉదయం వరకు 9 మిలియన్ల సంచలనం కాదు... యువతలో పేరుపొందిన అసహనం ఎంత రోతంగా ఉందో చెప్పే సామాజిక సంకేతం. అజివితే ధోరణులు, అవినీతి, వ్యవస్థల నిర్లక్ష్యం, అవకాశాల్లో అసమానతలు ఇవి ఎప్పటికీ నిశ్చలంగా ఉండవు. ఒక దశలో అవి ప్రజా అగ్రహారం, మరో దశలో డిజిటల్ తిరుగుబాటు, ఇంకో దశలో సామాజిక ఉద్బవం, ఇంకో దశలో "కాకరోజ్ జనతా పార్టీ" పేరుపై కొందరు హక్కుల కోసం వేర్వేరు ట్రైబునల్స్ దరఖాస్తులు దాఖలు చేయడం, ఈ వ్యంగ్యాన్ని కొందరు సరదాగా కాకుండా ప్రత్యామ్నాయ రాజకీయ భావవ్యక్తీకరణగా చూస్తున్నారనే సంతోషాలను ఇస్తోంది.

మరికొందరు ఇది నిజమైన యువ ఆవేదన అంటున్నారు. కానీ ఏ కోణంలో చూసినా ఒక విషయం మాత్రం స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది.. యువత ఇప్పుడు మౌనంగా ఉండటానికి సిద్ధంగా లేదు. న్యాయవ్యవస్థ-యువత మధ్య పెరుగుతున్న భావోద్వేగం దూరం. ఈ సంఘటన మరొక ప్రమాదకర సంతకాన్ని కూడా చూపిస్తోంది. యువత మరియూ దేశ వ్యవస్థల మధ్య భావోద్వేగం దూరం పెరుగుతోంది. ఒక వ్యాఖ్యపై యువత ఇంత తీవ్రంగా స్పందించడం వెనుక, వారి మనసులో పేరుకుపోయిన అసహనం దాగి ఉంది. ప్రజాస్వామ్యంలో యువత నమ్మకం కోల్పోతే, అది కేవలం రాజకీయ సమస్య కాదు... దేశ భవిష్యత్తుకే హాచరికం.



అణచివేత ధోరణులు, అవినీతి, వ్యవస్థల నిర్లక్ష్యం, అవకాశాల్లో అసమానతలు ఇవి ఎప్పటికీ నిశ్చలంగా ఉండవు. ఒక దశలో అవి ప్రజా అగ్రహారం, మరో దశలో డిజిటల్ తిరుగుబాటు, ఇంకో దశలో సామాజిక ఉద్బవం, ఇంకో దశలో "కాకరోజ్ జనతా పార్టీ" పేరుపై కొందరు హక్కుల కోసం వేర్వేరు ట్రైబునల్స్ దరఖాస్తులు దాఖలు చేయడం, ఈ వ్యంగ్యాన్ని కొందరు సరదాగా కాకుండా ప్రత్యామ్నాయ రాజకీయ భావవ్యక్తీకరణగా చూస్తున్నారనే సంతోషాలను ఇస్తోంది.

దేశంలో నిరుద్యోగం, పరిశ్రా లీకులు, అవినీతి ఆరోపణలు, నియామకాల్లో ఆలస్యం, అవకాశాల్లో అసమానతలు.. ఇవి యువతలో తీవ్ర మానసిక ఆవేదనను పెంచుతున్నాయి.

ప్రపంచ చరిత్ర చెబుతున్న ఒక నిజం ఏమిటంటే.. యువత ఒకసారి ఆవేదనతో వీధుల్లోకి దిగితే, అది కేవలం నిరసనగా మిగలదు... దేశ రాజకీయాలనే కదిలించే శక్తిగా మారుతుంది. నిన్ను అరబ్ దేశాల్లో యువ ఉద్యమాలు, ఆ తర్వాత శ్రీలంకలో ఆర్థిక సంక్షోభంపై ప్రజా తిరుగుబాటు, ఇటీవల నేపాల్ లో జెన్-జెడ్ యువత అవినీతి, రాజకీయ అస్థిరత, పాలక వ్యవస్థల వైఫల్యాలపై సామాజిక మాధ్యమాల ద్వారా చేసిన డిజిటల్ నిరసనలు.. ఇవి అన్ని ఒకే విషయాన్ని చెబుతున్నాయి. యువతను నిర్లక్ష్యం చేస్తే, వారి అసహనం చివరకు వ్యవస్థలపై ప్రత్యేక మార్పులను భారతంలో "కాకరోజ్ జనతా పార్టీ" పేరు మొదలైన ఈ వ్యంగ్య ఉద్యమం కూడా అదే భావోద్వేగానికి డిజిటల్ రూపంగా కనిపిస్తోంది. బయటికి ఇది మీమ్ సంస్కృతి లాగా కనిపించినా, లోపల మాత్రం నిరుద్యోగం, అవకాశాల కొరత, అవినీతి, పరిశ్రా లీకులు, రాజకీయ నిరాశ, వ్యవస్థల పట్ల పెరుగుతున్న అసమానతల బహిరంగంగా వ్యక్తమౌతోంది. యువత మౌన విస్ఫోటనం"గా మారుతున్న ఈ డిజిటల్ వ్యంగ్య ఉద్యమం... దేశంలో నిరుద్యోగం, అవినీతి, అవకాశాల అసమానతలపై పేరుకుపోయిన అసంతృప్తికి ప్రతిబింబం కావడానికి వచ్చింది. మే 15, 2026న సుప్రీం కోర్టు న్యాయమూర్తి జస్టిస్ సుబ్రహ్మణ్యం చేసిన "భోద్వంకలు" వ్యాఖ్య దేశవ్యాప్తంగా తీవ్ర చర్చకు దారితీసింది. నిరుద్యోగం యువతలో కొందరు మీడియా, సామాజిక మాధ్యమాల, సమాచార హక్కు కార్యకర్తల ద్వారా మారి వ్యవస్థను దాడి చేస్తున్నారని ప్రచారం జరిగింది. తర్వాత ఆ వ్యాఖ్యను తప్పుగా అర్థం చేసుకున్నారు, నకిలీ డిగ్రీలతో వ్యవస్థలోకి వచ్చిన వారిని ఉద్దేశించిన ఆయన వివరణ ఇచ్చినా, అప్పటికే యువతలో తీవ్ర అసంతృప్తి చెలరేగిపోయింది. అలాంటి వాతావరణంలోనే అమెరికాలోని బోస్టన్ విశ్వవిద్యాలయంలో ప్రజాసంబంధాలపై ఉన్నత విద్య చదువుతున్న డిప్యూటీ డిప్యూటీ రాజకీయ

వ్యంగ్యంలో దాగిన వాస్తవం

"సోమరులు, నిరుద్యోగం గల"గా ఈ వేదక తనను తాను పరిచయం చేసుకుంది. దాని ప్రధాన హామీలు కూడా రాజకీయ వ్యవస్థలపై వ్యంగ్య భాషాల్లో ఉన్నాయి. • పదవీ విరమణ చేసిన ప్రధాన న్యాయమూర్తులకు రాజ్యసభ స్థానాలు ఇవ్వకూడదు • ఓటూ హక్కు కొలగొట్టే ఎన్నికల అధికారిని చర్యలు తీసుకోవాలి • మహిళలకు 50 శాతం రిజర్వేషన్ కల్పించాలి • కార్పొరేట్ మీడియా అనుమతులను రద్దు చేయాలి • పార్టీ హాకీ ఎమ్మెల్యేలు, ఎంపీలకు 20 ఏళ్ల నిషేధం విధించాలి. సభ్యత్వానికి తెచ్చిన అర్హతలు కూడా వ్యంగ్యంలో నిండి వున్నాయి. నిరుద్యోగి కావాలి, ఎప్పుడూ ఆన్ లైన్ లో ఉండాలి, వ్యవస్థను విమర్శించాలి. ఇమ్మో సరదాగా కనిపించినా, వాస్తవానికి దేశ యువత మనసులో పెరిగిన నిరాశకు ప్రతిబింబం.

నేపాల్ నుంచి శ్రీలంక వరకు యువత అగ్రహారం కొరత కాదు

ఇటీవల నేపాల్ లో యువత అవినీతి, ప్రభుత్వ వైఫల్యాలు, రాజకీయ అస్థిరతపై డిజిటల్ ఉద్యమాలు చేపట్టింది. సామాజిక మాధ్యమాల ద్వారా పెద్ద ఎత్తున ప్రభుత్వ వ్యతిరేక ప్రచారం సాగింది. శ్రీలంకలో ఆర్థిక సంక్షోభం సమయంలో యువత అధ్యక్ష భవనాల వరకు వెళ్లి నిరసనలు చేపట్టింది. బంగ్లాదేశ్ లోనూ ఉద్యోగ అవకాశాలు, రాజకీయ నియంత్రణలపై

దేశంలో నిరుద్యోగం, పరిశ్రా లీకులు, అవినీతి ఆరోపణలు, నియామకాల్లో ఆలస్యం, అవకాశాల్లో అసమానతలు.. ఇవి యువతలో తీవ్ర మానసిక ఆవేదనను పెంచుతున్నాయి.

దేశంలో నిరుద్యోగం, పరిశ్రా లీకులు, అవినీతి ఆరోపణలు, నియామకాల్లో ఆలస్యం, అవకాశాల్లో అసమానతలు.. ఇవి యువతలో తీవ్ర మానసిక ఆవేదనను పెంచుతున్నాయి.



ప్రకృతితో ప్రేమలో పడితే చాలు

మనం జీవిస్తున్న ఆధునిక ప్రపంచం ఒక వింతైన, అంతటా పరుగు పడేదో ఉంది. ఈ పరుగులో మనిషి పక్కన ఉన్న కోటి మనిషిని దాటిపోవాలని చూస్తున్నాడు. వీలైతే తనను సాకుతున్న ప్రకృతిని కూడా లొంగదీసుకోవాలని చూస్తున్నాడు. మనిషి, సమాజం, ప్రకృతి ఈ మూడు అనిష్టాల మధ్య ఒకప్పుడు ఒక మధురమైన అనుబంధం ఉండేది. ప్రకృతి అనేది ఒక సజీవ గర్భం అయితే, అందులో జన్మించిన శిశువు మనిషి. ఆ శిశువులు కలిసి ఆడుకునే అభివృద్ధి సంఘం. కానీ నేడు ఆ రాగం అవశ్యతగా మారింది. పర్యావరణ పరిరక్షణ గురించి ఈరోజు ప్రపంచవ్యాప్తంగా సభలు జరుగుతున్నాయి, చట్టాలు వస్తున్నాయి. కోట్లాది రూపాయల బడ్జెట్లు కేటాయిస్తున్నారు. కానీ, ఇవన్నీ భయం నుండి పుడుతున్నవే తప్ప పూర్వం నుండి కాదు. ఈ తరుణంలో ప్రముఖ తాత్వికుడు ఓబి చెప్పిన ఒక చిన్న మాత్రం మనల్ని తీవ్రంగా ఆలోచింపజేస్తుంది. "మనం ప్రకృతిని రక్షించాలి అనవలసింది, ప్రకృతిని ప్రేమించాలి పడితే చాలు. మనం ప్రేమించే దాన్ని మనం ఎప్పుడూ నాశనం చేయడం." భయం కాదు, ప్రేమి మార్గం. ఈరోజు సమాజం మార్పూరణ కావాలని చూస్తున్నామంటే.. ఎందుకు? 'రేపు నీరు దొరకదు, గాలి దొరకదు, మానవజాతి అంతమైపోతుంది' అనే భయం వల్ల! తాత్విక శాఖలో చూస్తే, భయం ఎప్పుడూ తాత్కాలికమైంది. భయం ఉన్నప్పుడు

స్వార్థం ఉంటుంది తప్ప సమర్పణ ఉండదు. ఓబి దృష్టిలో ప్రకృతి అంటే కేవలం భౌతికమైన వనరుల కూర్పు కాదు; అది భగవంతుడి బాహ్య రూపం. మనిషి తన అహంకృతి (ఈగో) సంకృష్టి పరుచుకోవడానికి ప్రకృతిని లోబరుచుకోవాలని చూస్తున్నాడు. ఒక పర్యటనాని చూసినప్పుడు తాత్వికుడు దాని అందాన్ని చూసి పరవశిస్తాడు. కానీ, ఆధునిక మనిషి దాన్ని పగలగొట్టి గ్రానైట్ రాళ్లూ ఎలా మార్చాలి అని లెక్కిస్తాడు. ఒక అందమైన నదిని

ఆ బిడ్డతో ప్రేమలో ఉంటుంది కాబట్టి, ఎంత కష్టమైనా ఆనందంగా ఆ బిడ్డను సాకుతుంది. ప్రకృతి పట్ల మనిషికి, సమాజానికి కావాల్సినది సరిగ్గా ఈ 'మాతృ హృదయమే'. సమాజం అనేది ప్రకృతికి లోబడి ఉండాలి. ఒక వ్యవస్థ, ప్రకృతి మనిషికి 'స్వేచ్ఛ' ఇస్తే, సమాజం కట్టుబాట్లు ఇస్తోంది. దురదృష్టవశాత్తూ, నేటి ఆధునిక సామాజిక పోకడలు మనిషిని ఒక వినియోగదారునిగా, ఒక యంత్రంగా మార్చేశాయి. ప్రకృతి సహజ నిర్ణయ ప్రణాళిని సమాజం శైశవదశ నుంచే తుంచేస్తోంది. ఒక చిన్న బిడ్డని చూడండి. వాడు వర్షం పడితే కాగితం పడవలు వేస్తాడు, మట్టిలో ఆడుకుంటాడు, చెట్లను తాకుతాడు. అది ప్రకృతి సహజ నిర్ణయ గుణం. కానీ సమాజం (తల్లిదండ్రులు, పాఠశాల) ఏం చేస్తుంది? "మట్టి అంటుకుంటుంది దూరం రా, వర్షంలో తడిస్తే జ్యంప మన్నం లేవాలి రా" అంటూ వాడిని నాలుగు గోడల మధ్య బంధించి, కంప్యూటర్ స్క్రీన్ ముందు కూర్చో బెదురుతుంది. ఇలా ప్రకృతికి దూరమైన పిల్లవాడు రేపు ధృష్ట్యాక సమాజంలో ఒక యంత్రక జీవిగా మారిపో తున్నాడు. ఒకప్పుడు పల్లెలో పెద్ద చెట్టు కింద రచ్చబండం ఉండేది. అక్కడ ప్రకృతి (చెట్టు నీడ, స్వచ్ఛమైన గాలి) సౌక్యం, సమాజం (గ్రామస్థులు) కూర్చుని, మనిషి తన కష్టసుఖాలను పంచుకునేవాడు. అక్కడ మానసిక అల్పిడి అనే పదానికి చోటు ఉండేది కాదు. కానీ నేడు సగంకాల్ వందల అడుగుల ఎత్తున కాంట్రీట్ అప్రాక్సిమేట్లు వచ్చాయి. మనిషి ఏనీ రూమ్ లో ఉంటాడు, ఏనీ కార్ లో తిరుగుతాడు, ఏనీ ఆఫీసులో పని చేస్తాడు. ఇదే సందర్భంలో పక్క పోలీస్ ఎవరుంటానో తెలియని సామాజిక చూపుడు, ప్రకృతి లేని కృత్రిమత్యం ఏర్పడ్డాయి. ఫలితంగా మనిషి మానసిక రోగిగా మారుతున్నాడు. అంతేకాదు ప్రకృతిని దూరం చేసుకుంటే సమాజం విచ్ఛిన్నమవుతుంది. సమాజం విచ్ఛిన్నమైతే మనిషి మానసికంగా కుప్పకూలిపోతాడు. నైతికతని పులకం దగ్గరకు వెళ్లి ఆధునిక మనుషులకు ఓబి ఇచ్చే చికిత్స ఉంటే "వెళ్లి

మానవ పరిమాణ క్రమంలో 'కుటుంబం' అనే వ్యవస్థను నిలబెట్టుకోవడానికి ఏర్పడిన అత్యంత బలమైన సాధనం వివాహం. అయితే, ఆధునిక కాలంలో వివాహం అనే 'నిర్యాణం' పటిష్టంగానే కనిపిస్తున్నా, అందులో ఉండాలి నేను, స్నేహం అనే 'వివాహం' ప్రేమ, స్నేహం అనే 'వివాహం' ప్రేమ, స్నేహం అనే 'వివాహం' ప్రేమ వుండేది. చట్టబద్ధమైన పతాళం, సామాజికంగా ఉండాలి. ఒకరిని ఒకరు నియంత్రించాలి కోరిక కంటే, ఒకరి ఎదురుదలలో మరొకరు భాగస్వాములు కావాలనే తపన ఉంటుంది. అరి

బౌండరీల బంధాలు

స్థాటి చెప్పినట్లు, "స్నేహం అనేది రెండు శరీరాలలో నివసించే ఒకే ఆత్మ". అటువంటి స్నేహం ఉన్నచోట వివాహ పత్రం లేవాలి. అది బంధం కాకపోతే కాదు నిలుస్తుంది. వివాహం అనేది ఒక 'అద్దం' లాంటిది చెప్పొచ్చు. అది సంబంధానికి ఒక రూపాన్ని ఇస్తుంది. కానీ అందులో కనిపించే 'ప్రతిబింబం' మాత్రం ప్రేమ, స్నేహం. అద్దం ఉండి ప్రతిబింబం లేకపోతే అది శూన్యం. అద్దం లేకపోయినా ప్రతిబింబం (అనుభవం) ఉంటే, అది కంటికి కనిపించని సత్యం. అందుకే కావాలింది కేవలం 'వివాహం' కాదు, చర్యల గౌరవం, నైతికత ప్రకారం, ఇటువంటి బంధాల్లో అనుబంధాలు. బంధం బాధ్యతగా కాకుండా, ఒక మధురమైన ప్రయోజనం గా మారినప్పుడు మనిషి అన్యాయానికి పరిపూర్ణ అభివృద్ధి. వ్యవస్థల కంటే బిలు వలక పెట్టటం వేయాలని సమయం ఇది. స్నేహం, ప్రేమ కలిగిన బంధంలో వివాహం లేకపోయినా, వివాహం బంధంలో మాత్రం అభివృద్ధిగా ప్రేమ, స్నేహం ఉంటాయి. అలా ఉంటేనే ఆ వివాహం బంధం నిలబడుతుందనే సత్యం.

కస్తూరిదా



నార్ డిక్స్ డాక్ తో పోలీసుల తనిఖీలు

లక్ష్మణ్ పేట్, మే 22 (వృద్ధయం వార్తా): మున్సిపాలిటీలోని కరీంనగర్ చౌరస్తా, పరిసర ప్రాంతాల్లో గంజాయి, ఇతర మత్తు పదార్థాల నిర్మూలన కోసం పోలీసులు శుక్రవారం విస్తృత తనిఖీలు చేపట్టారు. నార్ డిక్స్ డాక్ సహాయంతో అనుమానాస్పద ప్రదేశాలు, కిరాణి దుకాణాలు, డి పాయింట్స్, షోబళ్లు, రద్దీ గా ఉండే ప్రాంతాలు, దాబాలు, పాన్ షాపులు తదితర ప్రాంతాలను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఎన్ఐఐ సురేష్ మాట్లాడుతూ... పోలీస్ ఉన్నత అధికారుల ఆదేశాల మేరకు మత్తుపదార్థాలపై తనిఖీలు చేసినట్లు తెలిపారు. గంజాయి, మత్తు పదార్థాలు లేదా ఇతర మత్తు పదార్థాలను ఎవరు కలిగి ఉన్నా అక్రమంగా రవాణా చేసినా, విక్రయించినా చట్టపరమైన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు. తాత్కాలిక ఆనందం కోసం యువత మత్తు పదార్థాలకు అలవాటు పడి జీవితాలను నాశనం చేసుకోకూడదు అని సూచించారు. ముఖ్యంగా యువత ద్రగ్స్, గంజాయికి అలవాటు పడి జీవితాలను నాశనం చేసుకుంటున్నారని, తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలపై నిఘా పెట్టాలని, ఎలాంటి అనుమానం వచ్చిన వెంటనే పోలీసులకు సమాచారం ఇవ్వాలని తెలిపారు. ఈ తనిఖీల్లో నార్ డిక్స్ సిబ్బంది, పోలీస్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

సిర్సూర్ యూ మండలంలో నకిలీ పత్తి విత్తనాల మూలా బట్టబయలు

5.45 క్వింటాళ్ల నకిలీ పత్తి విత్తనాలు స్వాధీనం -- ఇద్దరు నిందితులపై కేసు నమోదు

ఆసిఫాబాద్ (వృద్ధయం ప్రతినిధి)జిల్లాలో నకిలీ పత్తి విత్తనాల అక్రమ రవాణా, విక్రయాలపై ప్రత్యేక నిఘా కొనసాగుతున్న నేపథ్యంలో సిర్సూర్ (యూ) పోలీస్ స్టేషన్ సమీపంలో నిర్వహించిన వాహన తనిఖీల్లో 5.45 క్వింటాళ్ల నకిలీ పత్తి విత్తనాలను స్వాధీనం చేసుకున్నట్లు జిల్లా ఎస్పీ నితిక పంత్ తెలిపారు. శుక్రవారం సిర్సూర్ (యూ) పోలీస్ స్టేషన్ సమీపంలో ఎన్ఐఐ విక్రమ్ తన సిబ్బందితో కలిసి వాహన తనిఖీలు నిర్వహించడం అనుమానాస్పదంగా సంచరిస్తున్న ఇద్దరు వ్యక్తులను ఆదుపులోకి తీసుకుని విచారించారు. వారి వద్ద నుంచి మొత్తం 68 కిలోల (152 ప్యాకెట్లు) పత్తి విత్తనాలు లభించాయి. ఒక్కో ప్యాకెట్లో సుమారు 450 గ్రాముల చొప్పున విత్తనాలు ఉండగా, వాటిపై ప్రభుత్వ ఆమోదిత వివరాలు, క్యూఆర్ కోడ్, హలోగ్రామ్, లాల్ నెంబర్ వంటి గుర్తింపులు లేకపోవడం గమనించారు. దీంతో వెంటనే వ్యవసాయ శాఖ అధికారి ఆనందరావుకు సమాచారం అందించగా, ఆయన పరిశీలించి వాటిని నకిలీ పత్తి విత్తనాలుగా నిర్ధారించారు. అనంతరం పంచనామా నిర్వహించి పోలీస్ స్టేషన్లో ఫిర్యాదు చేశారు. ఈ కేసుపై ఆసిఫాబాద్ సబ్ డివిజన్ డిఎస్పి అశోక్ ఆధ్వర్యంలో దర్యాప్తు చేపట్టగా, గత రెండు నెలలుగా సిర్సూర్ మండల పరిధిలో సుమారు 6.75 క్వింటాళ్ల నకిలీ పత్తి విత్తనాలను లాభాపేక్షణతో



రైతులకు సరఫరా చేయాలనీ తీసుకరాగా, నిందితుడు రా2 నైతం జంగం ఇంటి వద్ద మరో (1100 ప్యాకెట్స్) 4.90 క్వింటాళ్ల నకిలీ పత్తి విత్తనాలను స్వాధీనం చేసుకోగా, మొత్తం 5.45 క్వింటాళ్ల నకిలీ పత్తి విత్తనాలు స్వాధీనం పరుచుకొని దర్యాప్తు కొనసాగిస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. కేసులో నిందితుల వివరాలు: 1) మంగునాథ్ శా/శి సమందరనాథ్, వయస్సు: 64 సంవత్సరాలు, వృత్తి: వ్యాపారం, నివాసం: జూసపాని, మధ్యప్రదేశ్. ప్రస్తుతం: ఇంద్రవెల్లి, ఆదిలాబాద్ జిల్లా. రా2) నైతం జంగం శా/శి నానాజీ, వయస్సు: 40 సంవత్సరాలు, వృత్తి: మేస్త్రీ, నివాసం: సిర్సూర్ (యూ), కుమరం ధీమ్ ఆసిఫాబాద్ జిల్లా. రా1, రా2 లను అరెస్ట్ చేసి, రిమాండ్ వరిపిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఈ నకిలీ పత్తి విత్తనాలు పట్టుకోవడంలో కృషి చేసిన డిఎస్పి అశోక్ , ఎస్సై విక్రమ్ , కానిస్టేబుల్స్ నాగేంద్రబాబు, నాగేంద్ర లను ఎస్పీ ప్రత్యేకంగా అభినందించారు.

రైతులు నకిలీ పత్తి విత్తనాల వల్ల అప్రమత్తంగా ఉండాలని, ప్రభుత్వ అనుమతులు ఉన్న విక్రయ కేంద్రాల నుంచే విత్తనాలు కొనుగోలు చేయాలని జిల్లా ఎస్పీ సూచించారు. నకిలీ పత్తి విత్తనాల సమాచారం ఉంటే వెంటనే సమీప పోలీస్ స్టేషన్ లో గాని, దయల్ 100 ద్వారా గాని తెలియజేయాలని కోరారు.



పానకల్లో ప్రభుత్వ భూమిలో షెడ్యూల్ నిర్మాణానికి విగత

జన్మారం, మే 22(వృద్ధయం విలేజ్) మండలంలోని పానకల్ గ్రామ పంచాయతీ శివారు సర్వే నెం. 374, విస్తీర్ణం 5 ఎకరాల 10 గుంటల ప్రభుత్వ భూమిలో రోజువారీ సంత ఏర్పాటు కోసం షెడ్యూల్ నిర్మించాలని అధికారులకు వినిపి వత్తం అందజేశారు. జన్మారం-పానకల్ మెయిన్ రోడ్డుకు ఇరువైపులా కూరగాయలు, చికెన్, మటన్ విక్రయాలు జరుగుతున్నాయని, కుళ్లిపోయిన కూరగాయలు, వ్యర్థ పదార్థాలతో ప్రజలు రోగాల బారిన పడుతున్నారు. అందుకే ప్రభుత్వ స్థలంలో షెడ్యూల్ నిర్మించి రోజువారీ సంత నిర్వహించాలని, “స్వయంభూ శ్రీ జ్ఞాన సరస్వతి ఆలయ” నిర్మాణం కోసం 6 గుంటల స్థలం కేటాయించాలని, “ఆదర్శ కళా సమితి భవనం” నిర్మాణానికి 6 గుంటల స్థలం కేటాయించాలని, తెలంగాణ ఉద్యమ కళాకారులకు ఇండ్ల స్థలాలు ఇప్పించాలని, అలాగే జన్మారం బస్టాండ్ నుండి ఎస్పీఐ బస్టాండ్ వరకు టాయలెట్ రూం ఏర్పాటు చేయాలని కోరారు. జన్మారం, చుట్టుపక్కల మండలాల ప్రజలు ప్రతిరోజు వేల సంఖ్యలో ఇక్కడికి వస్తుంటారని, వారికి కాల్కత్తాలు తీర్చుకోవడానికి మరుగుదొడ్లు లేక ఇబ్బందులు పడుతున్నారని వినిపిస్తోంది పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో తెలంగాణ ఉద్యమకారుడు ఎన్.ఆర్ బోస్, డిసిసి అధ్యక్షులు శ్రీరాముల గంగాధర్, ఆర్ పి ఐ పార్టీ అధ్యక్షులు మోతే పురుషోత్తం, ఎమ్మార్పీఎస్ మండల అధ్యక్షులు కొండకూరి ప్రభాకర్, తుమ్మ దెబ్బ మండల అధ్యక్షులు మరసకోల శ్రావణి, ఆదర్శ కళా సమితి అధ్యక్షుడు లింగంపల్లి రాజలింగం తదితరులు ఉన్నారు.

బ్యాంకు సేవలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలి

- ఇన్సూరెన్స్ చెక్కు పంపిణీ. మేనేజర్ ఉపేందర్ గౌడ్.



దెబ్బార (వృద్ధయం ప్రతినిధి) బ్యాంకు ఖాతాదారులు బ్యాంకు ద్వారా వచ్చే అన్ని సేవలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని తెలంగాణ గ్రామీణ బ్యాంక్ రీజనల్ మేనేజర్ ఉపేందర్ గౌడ్ అన్నారు. శుక్రవారం

మండల కేంద్రంలోని తెలంగాణ గ్రామీణ బ్యాంకులో ఎస్పీఐ లైఫ్ ఇన్సూరెన్స్ కంపెనీ లిమిటెడ్ లో 2 పాలసీలు పాలసీ చేసిన పెంచితల్ పేట్ గ్రామానికి చెందిన కోడూరి వెంకటేశ్ ఇటీవల మృతి చెందడంతో ఆయన కుమారుడు కోడూరు అంజన్కు 15,26,250 ఇన్సూరెన్స్ చెక్కును వారు అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ బ్యాంకు ఖాతాదారులు ప్రతి ఒక్కరూ ఇన్సూరెన్స్ చేయించుకోవాలని, వ్యవసాయ రుణాలను సకాలంలో చెల్లించాలని, ప్రభుత్వం ద్వారా వచ్చే సబ్సిడీలను వినియోగించుకోవాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ,

సీనియర్ మేనేజర్ రఘువీర్ శర్మ, తెలంగాణ గ్రామీణ బ్యాంక్ మేనేజర్ గోపి కిషోర్, ఫీల్డ్ ఆఫీసర్ అనంత్, క్యాష్యూర్ అంజన్, ఎస్పీఐ లైఫ్ బిడియం అనిల్ కుమార్, ఖాతాదారులు పాల్గొన్నారు

వడదెబ్బతో ఉపాధి హామీ కూలి మృతి.

జన్మారం, మే 22(వృద్ధయం విలేజ్) జన్మారం బస్టాండ్లో వడదెబ్బ తగిలి ఉ ట్లూరు మండలం ఘనస్వర్ గ్రామానికి చెందిన కోవా కిరణ్ కుమార్ (27) మృతి చెందాడని జన్మారం ఎస్సై గుర్రపు ఉదయ్ కిరణ్ వివరించారు. మృతుడు ఉపాధి హామీ కూలిగా పని చేస్తున్నాడు. మృతుని తమ్ముని ఫిర్యాదు మేరకు ఎస్సై తెలిపిన వివరాల ప్రకారం... మృతుడు గురువారం రోజున ఉ దయం ఉపాధి హామీ పనికి వెళ్లి ఇంటికి తిరిగి వచ్చాడు. సెల్ ఫోన్ రిచీవ్ చేయించేందుకు జన్మారం వెళ్తున్నానని అన్నకు చెప్పి బయలుదేరాడు. రాత్రి పరకు ఇంటికి చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నామని ఎన్ఐఐ ఉదయ్ కిరణ్ తెలిపారు.

రాకపోవడం, ఫోన్ కూడా లేకపోవడంతో కుటుంబ సభ్యులు తిరిగి వస్తాడని భావించారు. గురువారం ఉదయం వాట్సాప్ గ్రూపులో జన్మారం బస్టాండ్లో గుర్తు తెలియని వ్యక్తి మృతి చెందినట్లు సమాచారం రావడంతో, గ్రామస్థులు గుర్తించి కుటుంబ సభ్యులకు తెలిపారు. వారు బస్టాండ్కు చేరుకునే సరికి కిరణ్ కుమార్ మృతి చెంది ఉ న్నాడు. తన తమ్ముడు వడదెబ్బతో మృతి చెందాడని మృతుని అన్న కోవా సుంగు ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు

డా. వెంకటేశ్ ఏనగంధులకు “బెస్ట్ కన్వర్సర్ అవార్డు”

జన్మారం, మే 22(వృద్ధయం విలేజ్) అంతర్జాతీయ జీవ వైవిధ్య దినోత్సవం సందర్భంగా బిల్లా సైన్స్ సెంటర్లో జరిగిన కార్యక్రమంలో, వన్యప్రాణి పరిశోధకుడు డా. వెంకటేశ్ ఏనగంధులకు “బెస్ట్ కన్వర్సర్ అవార్డు” ప్రదానం చేశారు. హైదరాబాద్ బైగర్ కన్వర్సర్ సొసైటీ ఉత్తర తెలంగాణ సమన్వయకర్తగా పనిచేస్తున్న ఆయన, అరులైన పక్షులు, మాకోఫంగై జాతుల డాక్యుమెంటేషన్, వలస వక్కుల మానిటరింగ్లో విశిష్ట సేవలందించారు. అటవీ శాఖ కార్యదర్శి నదీవ్ ఐఎన్, జిహెచ్ఎంసీ కమిషనర్ ఆర్.వి.కర్కట్, జీవ వైవిధ్య మండలి చైర్మన్ కట్రాడే ఐఎన్ చేతుల మీదుగా అవార్డు

అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా సంరక్షణవేత్త ఇప్రూన్ సిద్దిఖీ మాట్లాడుతూ, జీవ వైవిధ్య పరిరక్షణ, పర్యావరణ విద్య రంగాల్లో డా. వెంకటేశ్ అనేక సంవత్సరాలుగా చేస్తున్న కృషికి ఈ అవార్డు గుర్తింపు అన్నారు. జన్మారం ఎఫ్డీహెచ్ రామ్మోహన్ సహా పలువురు అటవీ అధికారులు డా. వెంకటేశ్ ను అభినందించారు.

లక్ష్మణ్ పేట్ కాండ్ల లీగల్ ఎయిడ్ కౌన్సిల్ గా న్యాయవాది నాయిని సత్యగౌడ్ నియామకం

జన్మారం, మే 22(వృద్ధయం విలేజ్) జన్మారం మండలం బాదం పల్లి గ్రామానికి చెందిన న్యాయవాది నాయిని సత్యగౌడ్ ను లక్ష్మణ్ పేట్ కాండ్ల లీగల్ ఎయిడ్ కౌన్సిల్ గా మంచిర్యాల జిల్లా ప్రధాన న్యాయమూర్తి నియమించారు. న్యాయ సేవలను పేదలకు అందజేయడంలో తీసుకురావడంలో భాగంగా ఈ నియామకం జరిగిందని వారు వెల్లడించారు. న్యాయవాది సత్యగౌడ్ గత కొన్నేళ్లుగా న్యాయవాద వృత్తిలో ఉంటూ సామాజిక సేవా కార్యక్రమాల్లో చురుకైన పాత్రోంటున్నారు. లీగల్ ఎయిడ్ కౌన్సిల్ గా నియమితులైన సందర్భంగా పలువురు న్యాయవాదులు, ప్రజాప్రతినిధులు, స్థానికులు ఆయనకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

జన్మారంలో 23న కలప వేలం



జన్మారం, మే 22(వృద్ధయం విలేజ్) జన్మారం ప్రభుత్వ కడప డిపోలో 23వ తేదీ శనివారం రోజున కలప వేలం పాట ఉంటుందని ఎఫ్ డి ఓ రామ్మోహన్ తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ... కొనుగోలుదారులు, ప్రైవేటుటింబర్ డిపోల యజమానులు మరియు కలప సంబంధిత వ్యక్తులూ శనివారం ఉదయం 11:00 గంటలకు ప్రభుత్వ కలప డిపోలో నిర్వహించే టింబర్ బహిరంగ వేలంలో పాల్గొనాలని ఆయన సూచించారు. ఈ వేలంలో సుమారు 50 క్యూబిక్ మీటర్ల టేకు మరియు నాన్-టేకు కలపతో పాటు ఇతర మారుజాతి కలప వేలం వేయబడునని అన్నారు. కావున ఆసక్తి గల కొనుగోలుదారులు, వర్తకులు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవలసిందిగా కోరారు.

పామాయిల్ తోటలను పరిశీలించిన జిల్లా ఉద్యానవన శాఖ అధికారి

జన్మారం, మే 22(వృద్ధయం విలేజ్) జిల్లా ఉద్యానవన శాఖ అధికారి డి.కె.సహజ శుక్రవారం మండలంలోని పానకల్ గ్రామంలో మిక్కిలినేని రాజశేఖర్ కు చెందిన పామాయిల్ తోటను, దేవునిగూడ గ్రామంలోని పామాయిల్ తోటలను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ, రైతుల ఆదాయం అందించేందుకు ప్రభుత్వం సబ్సిడీతో ఆయిల్ ఫామ్ మొక్కలను సరఫరా చేస్తోంది. పామాయిల్ సాగుపై రైతులకు అవగాహన కల్పించి, ప్రభుత్వ పథకాలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని సూచించారు. మొక్కల పెంపకం, యాజమాన్య పద్ధతులు, రువుల వాడకంపై రైతులకు పలు సూచనలు చేశారు.

ఇంధన్ పల్లిలో హెల్త్ అవుట్ రీచ్ క్యాంప్

జన్మారం, మే 22(వృద్ధయం విలేజ్) జనజాతీయ గౌరవ ఉత్సవ్ మరియు జన భాగదారి అభియాన్ 5వ రోజులో భాగంగా మండలంలోని ఇంధన్ పల్లి గ్రామంలో స్థానిక ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి ఆధ్వర్యంలో సమగ్ర హెల్త్ అవుట్ రీచ్ క్యాంప్ శుక్రవారం నిర్వహించారు. ఈ క్యాంప్ లో రోగులకు అవసరమైన వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించి, చికిత్స అందించారు. ఏ ఎన్ సి చెక్ వెలు, ఎన్ సీ డి లు, సికిల్ సెల్ డిజీజ్ మరియు టీబీ స్క్రీనింగ్ నిర్వహించారు. వడగాల్లులు, వడదెబ్బ లక్షణాలు, చికిత్స మరియు నివారణ చర్యలపై ఆరోగ్య అవగాహన కల్పించారు. అలాగే ఓఆర్ఎస్ ప్యాకెట్లు పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మెడికల్ ఆఫీసర్ లు డా.జి. ఉమాశ్రీ, డా. పి. అదిత్య బాబు, పీఎం జన్ మాన్ సిబ్బంది, ఎమ్మెల్ఎస్ సునీత, పి. రమాదేవి తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఖాతాదారులు పాల్గొన్నారు



STUDY ABROAD

TOP GLOBAL DESTINATIONS

- USA
- Canada
- UK
- Australia
- Germany
- France

FREE

- Free IELTS coaching
- Free Counselling

FOR MORE INFO

- +91 6301726400
- www.gradsuniverse.com
- RTC X Road, Hyderabad

gradsuniverse

Follow us!

నూనె వాడకంలో జాగ్రత్తగా..!



సాధారణంగా అందరూ ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం గురించే మాట్లాడతారు. కానీ, ఆరోగ్యకరంగా ఆహారం పండడం గురించి ఎక్కువగా మాట్లాడరు. ఈ క్రమంలో హెచ్చి కుకింగ్ ప్రధానంగా చెప్పకోవాలి. నూనె వాడకం సాధారణంగా మన పంటల్లో నూనె కొంచెం ఎక్కువగానే ఉంటుంది. మనకు తెలియకుండానే తీసుకునే ఈ అయిల్ వల్ల ఎన్నో రకాల ఆనారోగ్య సమస్యలు ఎదురవుతాయి. ఈ క్రమంలో అయిల్ వాడకానికి సంబంధించి కొన్ని జాగ్రత్తలు పాటించడం తప్పదు అంటున్నారు నిపుణులు. నూనె లేని పంటలు ఆరోగ్యానికి మంచివని తెలిసినా... పంటకానికి మంచి రుచి కావాలంటే గిన్నెలో అయిల్ పడాలి. అయితే నూనెను ఎలా పడతే అలా ఏకైక వాడితే మాత్రం భారీ మూల్యం చెల్లించుకోవాలి అంటున్నారు నిపుణులు. ఈ క్రమంలో నూనె వాడకంలో కొన్ని జాగ్రత్తలు పాటిస్తే రుచికరమైన ఆహారంతో పాటు ఆరోగ్యమూ సొంతమవుతుందంటున్నారు. వేపుళ్ల బదులు బేకింగ్, స్టీమింగ్కు ప్రాధాన్యమివ్వాలి. దీంతో ఆయా విటమిన్ల శరీరానికి ఉపయోగం అందుతాయి. ఫ్రైడ్ స్నాక్స్ కి బదులు స్టీమ్ చేసిన స్నాక్స్ ను తీసుకుంటే ఆరోగ్యానికి మంచిది. నూనెలు కాస్త తక్కువగా వాడాలి...

పంటలో పొరపాటున కాస్త ఎక్కువైతే తినడానికి ఇబ్బంది పడతారు. ఇలాంటిప్పుడు నూనెను కొలత ప్రకారం వాడుకోవడమే పరిష్కారం. ఇందులో భాగంగా డైరెక్ట్ బాటిల్ లో నుంచి నూనెను పోసి బదులు మెజరింగ్ స్పూన్ లాంటి వాటితో వేయాలి. అప్పుడు ఎంత నూనె వాడుతున్నారో తెలుస్తుంది. ఎప్పుడూ ఒకే నూనెను కాకుండా కాంటిన్యూస్ అయిల్స్ ను వాడతే మంచిది. సస్పెండ్డ్, డ్రైస్ బ్రాన్, సుప్లులు, వేరుశనగ పంటి నూనెల్లో

వహ్యరే వేసవి పానీయం

వేసవిలో కొబ్బరినీళ్లు తాగుతూ, తాటిముంజలు తింటూ.. అలా విడివిడిగా తిని, తాగడం కాకుండా.. ఈ రెండింటినీ కలిపి రుచికరమైన పానీయం చేయొచ్చు. ఒకసారి ప్రయత్నించి చూడండి.. కావలసినవి: తాటిముంజలు - 6, చిక్కటి కొబ్బరిపాలు - 2 గ్లాసులు, తేనె - 2 స్పూన్లు, యాలకుల పొడి - చిటికెడు, కొబ్బరి తురుము - ఒకటిన్నర స్పూన్లు, ఐస్ ముక్కలు - నాలుగు, తయారీ: తాటిముంజలపై ఉన్న పొట్టును పూర్తిగా తీసి ముక్కలుగా కోసుకోవాలి. వాటిని జారీలో వేసి.. కొబ్బరిపాలు, తేనె, యాలకుల పొడి జోడించి.. మెత్తగా గ్రైండ్ చేయాలి. అంతే.. తాటిముంజల కొబ్బరి పానీయం తయారైపోతుంది. అందులో కొబ్బరి తురుము, ఐస్ ముక్కలు జత చేస్తే.. చల్లచల్లగా తాగడం మంచిది. ఇది రుచిగానూ ఉంటుంది, బలం కూడా. సమయానికి తేనె రేకుంటే బెల్లం వేసుకోవచ్చు.

అడవి ద్రాక్షతో ఇన్ని ప్రయోజనాలా..!

వాడుక భాషలో అడవి ద్రాక్షకు వేర్వేరు భాషల్లో వేర్వేరు పేర్లున్నాయి: ఆస్ట్రేలియాలో గోవాలియా అంటారు, పోలిండ్ అని, ఇంగ్లీష్ లో వైల్డ్ గ్రేప్, జంగల్ అంగూర్, డిల్లీ లో అని, ఒరియాలో పనికవో, పానినోహ, డిల్లీలో అని, కంబోడియా, పానినోహ అని, కన్నడలో చితహంబు, కదుద్రాక్ష, కట్టకోడి మిండ్రి అని, గుజరాతీలో జంగ్లీ డ్రక్

అంటారు. నేపాలీలో పులేని అంటారు. దీనికి 1824లో 'విటిస్ లాటి ఫోలియా' అనే శాస్త్రీయ పేరు వచ్చిన 60 ఏళ్ల క్రితం 'అంబోస్పెన్ లిటిఫో లియా'గా పేరు మార్చారు. వీటి పండ్లు ద్రాక్ష గుత్తుల మాదిరిగా ఉంటాయి. పండిత తర్వాత ఎరుపు నలుపు రంగులు వారుతాయి. ద్రాక్ష మాదిరిగానే దీనికి కూడా పాకుడు గుణం ఉంది. వీటికి వేరు గడ్డలు ఉంటాయి. గడ్డలు నాలుకొవచ్చు ఎంతో

లేదా విత్తనం కూడా మూకోవచ్చు. విలువైన తీగ చెట్టు. ఈ పండ్లలో 2-4 గింజలు ఉంటాయి. ఈ తీగ చెట్టు సన్నలం భారత ఉపఖండం, బంగాదేశ్, నేపాల్, పాకిస్తాన్, శ్రీలంక మాల్దీవులు మొదలగు దేశాలలో గుర్తించారు. మన దేశంలో ఎక్కువగా ఆస్సాం, ఈస్ట్ బెంగాల్, మధ్యప్రదేశ్, ఉత్తరప్రదేశ్, కేరళ, తమిళనాడు, కర్ణాటక, ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ మొదలగు రాష్ట్రాల్లో అడవి ద్రాక్ష కనిపిస్తుంది. అధిక వర్షపాతం ఉన్న అడవుల్లో ఎక్కువగా ఉంటుంది. నల్లమల అడవుల్లో ఒకప్పుటి సాంప్రదాయక ప్రకృతి రక్షణ పథకంలో దీని ప్రయోజనాలను ప్రజలకు చెబుతూ చేరలేదు. అడవి ద్రాక్ష పండ్లు తినడం నవ్వే. ఇవి సాధారణ ద్రాక్ష గుత్తుల్లాగే మొదట ఆకువచ్చగా ఉండి ఎరుపునకు మారి ఆ తరువాత నలుపు రంగుకు మారతాయి. వగరు తీసుకోవడాకు అనుకూలంగా ఉంటాయి. ఎన్నో పోషక విలువలు ఉన్నందున వీటిని తినడం వల్ల రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. వీటి నుంచి ఎర్రరంగును తయారు చేస్తారు. ఈ రంగుకు మాల్దీలో గిరాకీ ఉంది. ఈ గింజల నుంచి చలుకులను వేరు చేసి తింటారు. ఈ చలుకులు మొగ్గ చలుకులను పోలి ఉంటాయి. అనేక రోగాలను తగ్గించడానికి నాలుగు వైపుల్లో వీటిని ఉపయోగిస్తారు. ముఖ్యంగా విరేచనాలు, బొట్ట, పంటి సమస్యలు, కడుపు నొప్పి, గాలి, డిబీ అజీర్తి, శరీరపు వీక్ నెస్ తదితర సమస్యలను పరిష్కరించడానికి వీటిని ఉపయోగిస్తారు. ఆయుర్వేద, యోగియా మొదలగు తయారీలో కూడా ఉపయోగిస్తారు. ఈ తీగ చెట్టు వినియోగం తప్ప భద్రపడడం తప్పకుండా కాబట్టి రానున్న రోజుల్లో ఈ జాతి అంతరించే ప్రమాదం ఉంది.

అని, తెలుగులో అడవి ద్రాక్ష, అడవి తీగ ద్రాక్ష, బెడనతిప్ప, దొబ-తీగ, పుల్ల తీగ, బెంగాలి లో నదెన, రాన్ ద్రాక్ష గోలిండ్ అని, మరాఠీలో ఒకేల, నదెన, రాన్ ద్రాక్ష గోలిండ్ అని, మలయాళంలో విరు-మిర-మిర, కరంబ వల్లి, చంబల్లి అని, హిందీలో గొలిండ, కట్టకోడి, పనిబేల్ అని, సంస్కృతంలో అప్పి వెలసనా, వన ద్రాక్ష అని.

చక్కని ఆరోగ్యం

మామిడి పండ్లు తినేముందు..! మెరిపించే 'గుమ్మడి'!

మామిడి పండ్లను చూస్తే క్షణమైనా ఆగలేం.. వాటి రుచిని ఆస్వాదించే దాకా ఉండలేం. అయితే ఆ ఆత్మతే వద్దంటున్నారని నిపుణులు. ఈ పండ్లను తినేముందు కాస్త నీళ్లతో నానబెట్టడం మంచిదంటున్నారు. 'ఎ', 'సి', 'ఇ', 'కె', 'టి', 'బి6' విటమిన్లతో పాటు ఫోలేట్.. వంటి పోషకాలు మిళితమై ఉన్న మామిడి పండ్లు రుచిలోనే కాదు.. ఆరోగ్యాన్ని అందించడంలోనూ మిన్నే! ముఖ్యంగా చర్మం, జుట్టు సంరక్షణ విషయాలలో ఇవి కీలక పాత్ర పోషిస్తాయని చెబుతున్నారు నిపుణులు. అయితే ఈ ప్రయోజనాలన్నీ చేకూరాలంటే తినేముందు వాటిని 1-2 గంటల పాటు నీటిలో నానబెట్టడం మంచిదంటున్నారు. ఒకవేళ వెంటనే తినాలనుకునే వారు కనీసం పావుగంట సేపై నీటిలో నానబెట్టి తినేముందు బాగా కడగాలని సూచిస్తున్నారు. వేసవిలో తప్ప ఇతర సీజన్లలో దొరకవని కొంతమంది అభిప్రాయం వీటిని లాగించేస్తుంటారు.



మంది శరీరంలో ఎక్కువ వేడి ఉత్పత్తివుతుంది. అయితే తినేముందు మామిడి పండ్లను నీళ్లతో నానబెడితే.. తద్వారా పండ్ల నుంచి శరీరంలో వేడి ఉత్పత్తి చేసే గుణాలు తొలగిపోయే అవకాశం ఉందంటున్నారు నిపుణులు. మామిడి పండ్లు తగ్గరగా పండడానికి వివిధ రకాల రసాయనాలు ఉపయోగిస్తారన్న విషయం తెలిసినది. ఇలా వాడిన రసాయనాల ప్రభావం పండు తొక్కపై పునె ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఈ క్రమంలో వాటిని ఆదరాబాధంగా శుభ్రం చేసుకొని తీసుకుంటే.. ఆరోగ్యానికి ప్రమాదం! కాబట్టి, తినేముందు మామిడి పండ్లను నీటిలో నానబెట్టడం మంచిదంటున్నారు నిపుణులు.

సాధారణంగా గుమ్మడి కాయల్ని పంటల్లోనే ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తుంటారు. కానీ ఇది అందానికి మేలు చేసేందుంటున్నారని నిపుణులు. ముఖానికి మెరుపును అందించడం దగ్గరకు.. సహజసిద్ధమైన మూల్యురైజర్లా పనిచేసే గుమ్మడితో తయారుచేసుకునే కొన్ని పేన్ స్టాక్స్ గురించి తెలుసుకుందాం..

గుమ్మడి పేస్ట్ కు కొద్దిగా పెరుగు, కొన్ని ముక్కల నిమ్మరసం, కాస్త తేనె కలిపి బాగా మిక్స్ చేయాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని ముఖానికి రాసుకుని 15 నిమిషాలు ఆరనివ్వాలి. తర్వాత చల్లని నీటితో ముఖాన్ని శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఇలా చేయడం వల్ల క్షణ మెరుపును సొంతం చేసుకోవచ్చు. మెత్తగా చేసిన గుమ్మడికి చెంపా ఒట్టిళ్లు, కాస్త తేనె కలిపి పేన్ స్టాక్ తయారుచేసుకోవాలి. దీంతో ముఖమంతా మృదువుగా మృదువు చేయాలి. తర్వాత గోరువెచ్చని నీటితో శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఇది చర్మానికి మంచి స్వచ్ఛలా పనిచేసే ముఖాన్ని ప్రకాశవంతంగా మారుస్తుంది చెబుతున్నారు నిపుణులు. అయితే ఈ పేన్ స్టాక్స్ సహజసిద్ధమైనవే అయినప్పటికీ.. చర్మ త్యానికి సరిపడతాయి లేదో తెలుసుకోవడానికి ఓసారి ప్యాచ్ టెస్ట్ చేసుకోవడం మంచిదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

నిమ్మకాయ పచ్చడిని ఇష్టపడని వాళ్లు ఉండరే అతిశయం కాదు. జ్వరం వచ్చినప్పుడు కూడా ఈ పచ్చడి నోటికి హితవుగా ఉంటుంది. నిమ్మకాయల తోనే కాదు.. వాటి తొక్కలతోనూ కమ్మడి పచ్చడి చేయొచ్చు..

ఈ పచ్చడి కోసం.. నిమ్మకాయలు - 2 కప్పులు, ఉప్పు - రుచికి తగినంత, పసుపు - 2 స్పూన్లు, ఇంగువ - అర స్పూన్, బెల్లం పొడి - 2 టేబుల్ స్పూన్లు, నిమ్మరసం - 4 స్పూన్లు, కారం - 6 స్పూన్లు, నూనె - 3 టేబుల్ స్పూన్లు, ఇంగువ - అర స్పూన్, మిరియాలు, నల్ల జీలకర్ర, సోంపు, వాము - స్పూన్ చొప్పున, శనగ పప్పు, మినప్పప్పు, మెంతలు, జీలకర్ర - ముప్పావు స్పూన్ల చొప్పున తీసుకోవాలి. ఎలా చేయాలంటే.. తడి లేని శుభ్రమైన జాడీలో కారం, పసుపు, ఉప్పు, బెల్లంపొడి, నిమ్మరసం వేసి కలపాలి. తడి లేని, గింజలు తీసేసిన నిమ్మకాయలను సన్న ముక్కలుగా కోసి ఇందులో వేయాలి. మిరియాలు, వాము మెదల్లనే దినుసులను నూనె లేకుండా దోరగా వేయించాలి. చల్లచల్లగా కచ్చుచచ్చు దంచి జాడీలో వేసి కలపాలి. కడాయిలో నూనె వేడిచేసి.. ముందు అవలా.. అవి చివటటలాడుతున్నప్పుడు.. శనగపప్పు,

నిమ్మ తొక్కల పచ్చడి!



మినప్పప్పు, మెంతలు, జీలకర్ర, ఇంగువ ఒక్కొక్కటిగా వేయాలి. అన్నీ చక్కగా వేగి.. మంచి వాసన వస్తుండగా.. సెగ తీసేయాలి. ఈ అంతులను పచ్చడిలో కలపాలి. సీసాలోకి తీసి.. రిఫ్రిజిరేటర్లో భద్రం చేసుకోవాలి. తియ్యతియ్యగా, పుల్లగా ఉండే లెమన్ పీల్ కిక్ లింట్ ప్రత్యేకంగా ఉండి పిల్లలా పెద్దలా అందరికీ నచ్చేస్తుంది

మునగాకుపొడి చేద్దామా!



ఉంటుంది. కాస్త నెయ్యి లేదా నూనె వేసుకుంటే.. అన్నంలోకి కూడా చాలా బాగుంటుంది. కావలసినవి: శనగపప్పు - ఒక కప్పు, మినప్పప్పు - అర కప్పు, తాజా మునగాకు - 2 కప్పులు, ఎండుమిర్చి - పన్నెండు, వెల్లల్లి రెబ్బలు - అరు, సుప్లులు - రెండు టేబుల్ స్పూన్లు, జీలకర్ర - స్పూన్, కరివేపాకు - గుప్పెడు, ఇంగువ - పావు స్పూన్, ఉప్పు - రుచికి తగినంత, నూనె - ఒకటిన్నర స్పూన్లు తయారీ: మునగాకును కడిగి వస్త్రం మీద ఆరబోయాలి. తడి పీల్చేసుకున్నాకా.. సన్న సెగ మీద వేయించి.. క్రిస్టిగా అయ్యాక దింపేయాలి. తాజా మునగాకు రెండు కప్పులు తీసుకుంటే వేయించిన తర్వాత అవి తగ్గి ఒక కప్పు అవుతుంది. కడాయిలో నూనె వేడిచేసి శనగపప్పు, మినప్పప్పులను సన్న సెగమీద వేయించాలి. అవి కాస్త వేగాక.. జీలకర్ర, ఎండుమిర్చి, కరివేపాకు, సుప్లులు జతచేయాలి. మంచి వాసన వచ్చే వరకూ కలియబెట్టుతూ వివర్ణం ఇంగువ వేసి.. కొన్ని క్షణాల తర్వాత స్టవ్ ఆఫ్ చేసి.. వెల్లల్లి రెబ్బలు జోడించాలి. కడాయి వేడికి అందులో ఉన్న నీరు ఇంకిపోతుంది. చల్లారిన తర్వాత మునగాకు, ఉప్పు జోడించి కొంచెం బరకగా ఉండేలా గ్రైండ్ చేయాలి. ఈ పొడినీ గాలి చొరబడని సీసాలో భద్రం చేసుకుంటే చాలా రోజులు తాజాగా ఉంటుంది. నెయ్యి లేదా నూనెతో తిండి కమ్మగా ఉంటుంది. ఇది ఇడ్లీ దోశల్లోకి కారపొడిగానే కాదు.. అన్నంలోనూ బాగుంటుంది. మునగాకుపొడి రుచి ఆరోగ్యం కూడా. ఇందులో క్యాల్షియం, ఇరన్ ఉండటం ఎముకల పటిష్టంగా ఉంటాయి. రక్తక్రమం సమస్యను నివారిస్తుంది.

కోడిగుడ్లలో ఉండే కొలెస్టాల్ మన శరీరానికి హాని చేస్తుందా..

గుడ్డు ఆరోగ్యానికి మంచివా? లేక కొలెస్టాల్ ను పెంచే ఆహారమా? అనే చర్చ చాలా కాలంగా కొనసాగుతోంది. ముఖ్యంగా గుడ్డు పచ్చసొంపి తినితా మధ్యా అనే విషయంలో చాలామందికి ఇంకా సందేహాలు ఉన్నాయి.

ఒకప్పుడు గుడ్డు పచ్చసొంపు వల్ల గుండెజబ్బులు ప్రమాదం పెరుగుతుందని భావించేవారు. అయితే తాజా పోషకాహార పరిశోధనలు ఈ అభిప్రాయాన్ని పూర్తిగా మార్చేశాయి. ఇప్పుడు గుడ్డు ఉండే కొలెస్టాల్ కంటే మన మొత్తం ఆహారపు అలవాట్ల ఆరోగ్యం పై ఎక్కువ ప్రభావం చూపుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఒక గుడ్డు పచ్చసొంపులో సుమారు 200 మిల్లిగ్రాముల కొలెస్టాల్ ఉంటుంది. అమెరికన్ హార్ట్ అసోసియేషన్ ప్రకారం ఆరోగ్యంగా ఉన్న పెద్దలు రోజుకు 300 మిల్లిగ్రాముల వరకూ కొలెస్టాల్ తీసుకోవచ్చు. ఈ కారణంగా చాలామంది గుడ్డు పచ్చసొంపు తింటే రక్తంలో కొలెస్టాల్ వెంటనే పెరుగుతుందని భావిస్తుంటారు. కానీ పోషకాహార నిపుణుల ప్రకారం ఆహారంలో ఉండే కొలెస్టాల్ నేరగా రక్తంలోని కొలెస్టాల్ స్థాయిలను పెంచదు. పోషకాహార నిపుణులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం, శరీరంలో చెడు కొలెస్టాల్ పెరగడానికి ప్రధాన కారణం తామరేబెట్ ప్యాస్టీ.. అంటే అధికంగా వేయించిన పదార్థాలు, ప్రాన్లిస్టోయ్డ్, అధిక కొవ్వు ఉన్న ఆహారాలు ఎక్కువ హానికరమని చెబుతున్నారు. సహజసిద్ధమైన గుడ్డు వంటి ఆహారాలను పూర్తిగా మానేయడం సరైన పరిష్కారం కాదని వారు అభిప్రాయపడుతున్నారు. గుడ్డు చాలామందికి కేవలం కొలెస్టాల్ మూలంగా మాత్రమే చూస్తారు. కానీ అవి అనేక ముఖ్యమైన పోషకాల నిల్వగా కూడా గుర్తింపు పొందాయి. గుడ్డులో విటమిన్ ఎ, బి విటమిన్లు, ఫోలేట్, సెలినియం వంటి పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచడంలో, మెదడు పనితీరును మెరుగుపరచడంలో, శరీర ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. గుడ్డు పచ్చసొంపు పూర్తిగా తొలగిస్తే ఈ ముఖ్యమైన పోషకాలు శరీరానికి అందకుండా పోయే అవకాశం ఉందని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఇక రోజుకు ఎంతమేర గుడ్డు తినాలి అనే విషయానికి వస్తే, సమతుల్య చాలా ముఖ్యమని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఆరోగ్యంగా ఉన్నవారు రోజుకు నాలుగు గుడ్డు తెల్లసొంపులు, రెండు పచ్చసొంపులు వరకూ తీసుకోవచ్చని చెబుతున్నారు. కొలెస్టాల్ సమస్య ఉన్నవారు కూడా రోజుకు నాలుగు తెల్లసొంపులు, ఒక పచ్చసొంపు వరకూ తీసుకోవచ్చని సూచిస్తున్నారు. ఈ విధంగా తీసుకుంటే గుడ్డులోని పోషకాలు లభిస్తాయి, అదే సమయంలో అధిక కొలెస్టాల్ భయం కూడా ఉండవని హెచ్చరిస్తున్నారు.

గుడ్డు పచ్చ సొంపు పూర్తిగా మానేయాల్సిన అవసరం చాలామందికి లేదని నిపుణులు స్పష్టం చేస్తున్నారు. ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలి, నియంత్రిత ఆహారం, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం వంటి అంశాలే కొలెస్టాల్ నియంత్రణలో కీలకమని చెబుతున్నారు. గుడ్డును సరైన పరిమాణంలో తీసుకుంటే అవి సమతుల్య ఆహారంలో భాగంగా ఆరోగ్యానికి మేలు చేసేయని వివరిస్తున్నారు.



ఆరోగ్యకరమైన వేసవి పానీయాల్లో గుజరాత్ కు చెందిన పరియాల్ పర్కర్ ఒకటి. సోంపు గింజలతో తయారయ్యే ఈ పర్కర్ శరీరానికి చల్లదనం ఇస్తున్నప్పుడు కాకుండా జీర్ణతీయన కూడా మెరుగుపరుస్తుంది. తేలికైన రుచిలో పాటు సహజ సువాసన కలిగిన ఈ పానీయం వేసవిలో మంచి ఉపశమనం ఇస్తుంది చెప్పవచ్చు. గుజరాతీ కుటుంబాల్లో తరతరాలుగా తయారవుతున్న ఈ సంప్రదాయ డ్రింక్ లో ప్రధానంగా సోంపు గింజలు, చక్కెర, నిమ్మరసం వంటి పదార్థాలను ఉపయోగిస్తారు. సహజ శీతల గుణాలు ఉండటంతో ఇది వేసవి వేడిని తగ్గించడంలో సహజ పడుతుంది. మధ్యాహ్న సమయంలో లేదా ఉత్తాపిత ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు ఈ పర్కర్ తాగితే శరీరానికి తక్షణ శాశాజనం లభిస్తుంది. సోంపు గింజలు జీర్ణతీయన మేలు చేస్తాయనే విషయం అందరికీ తెలిసినదే. కడుపు ఉబ్బరం, ఆమ్లత్వం, జీజనం తర్వాత కలిగే భారమైన భావన వంటి సమస్యలను తగ్గించడంలో ఇది ఎంతగానో సహాయపడతాయి. అందుకే పరియాల్ పర్కర్ ను కేవలం రుచికోసం మాత్రమే కాకుండా ఆరోగ్య ప్రయోజనాల కోసం కూడా తాగుతుంటారు. ఈ పానీయంలో ఉండే సహజ సువాసన మనసుకు ప్రకాశవంతం కలిగిస్తుంది. వేసవిలో అలసటగా అనిపించినప్పుడు ఈ పర్కర్ తాగితే శరీరం, మనసు రెండూ తేలికగా అనిపిస్తాయి. అదనంగా సోంపులో యాంటీఆక్సిడెంట్లు, కొన్ని అవసరమైన పోషకాలు కూడా ఉండటంతో ఇది శరీరానికి సహజ హైడ్రేషన్ అందించడంలో ఉపయోగపడుతుంది. ప్యాక్టీడ్ ప్రొబియోటిక్ పోలిస్తే పరియాల్ పర్కర్ ఆరోగ్యకరమైన ప్రత్యామ్నాయంగా ఉంటుంది. కృత్రిమ రంగులు, ఫ్లేవర్లు లేకుండా ఇంట్లోనే సులభంగా తయారుచేసుకోవచ్చు. ఈ పర్కర్ ను తయారు చేసుకోవడం కూడా చాలా సులభం. పరియాల్ పర్కర్ ను తయారు చేసుకోవడానికి కావల్సిన పదార్థాలు, తయారీ విధానాన్ని పంట నిపుణులు వివరిస్తున్నారు.

వృద్ధయం నినిమా

MOVIE TIME!

మమ్మూట్టి, మోహన్ లాల్ 'పేట్రీయాల్'.. ఓటీటీ లిటిజ్ డేట్ ఫిక్స్
వృద్ధయం సినిమా మలయాళ అగ్ర హీరోలు మమ్మూట్టి (Mammootty), మోహన్ లాల్ (Mohanlal) కలిసి నటించిన సినిమా 'పేట్రీయాల్' (Patriot Movie). ఈ మూవీ ఓటీటీ విడుదల తేదీ ఖరారైంది. 'జీ 5' (Zee 5)లో జూన్ 5 (Patriot Movie Streaming date) నుంచి స్ట్రీమింగ్ కానుంది. తెలుగు ఆడియో కూడా అందుబాటులో ఉండనుంది. దేశభక్తితో కూడిన యాక్షన్ డ్రామా చిత్రమిది. నయనతార, ఫహాద్ ఫాజిల్ లాంటి స్టార్లు కీలక పాత్రలు పోషించారు. దక్షిణ భారతదేశంలోని 100కు పైగా లోకేషన్లలో చిత్రీకరించిన ఈ సినిమాకు సహస్ర హిందూయత్ దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు.



'పెద్ది' నుంచి బగ్గెస్ స్పెషల్ సాంగ్ రిలీజ్

వృద్ధయం: మోగా పవర్ స్టార్ రామ్ చరణ్ మోస్ట్ ఎన్టర్టైన్ యాక్షన్ డ్రామా 'పెద్ది' దేశవ్యాప్తంగా హ్యాజ్ డిజిట్రియల్ చేస్తోంది. ఈ చిత్రం ఇప్పటికే అద్భుతమైన గ్రాండ్, రెండు వార్ల బక్సోఫీస్, పవర్ ఫుల్ డియేటికల్ ట్రైలర్తో ప్రేక్షకులను మెప్పిస్తోంది. బుద్ధి బాబు సానా దర్శకత్వంలో మైత్రీ మూవీ మేకర్స్, సుకుమార్ రైటింగ్స్ సమర్పణలో వృద్ధి సినిమాస్ బ్యానర్ పై వెంకట సతీష్ కిలారు ప్రతిష్ఠాత్మకంగా నిర్మిస్తున్నారు. ఈ చిత్రానికి ఏఆర్ రెహమాన్ సంగీతం అందించగా, ఈరోజు చిత్ర బృందం మూడవ సింగిల్ 'హెల్లో' ప్రోమోషన్ విడుదల చేసింది. ప్రోమో హ్యాస్ట్యాగ్ ఇటీవలి కాలంలో వచ్చిన అత్యంత ఎనర్జిటిక్, కలర్ ఫుల్ స్పెషల్ సాంగ్ లో ఒకటిగా చిలవనుందని అభిప్రాయపడ్డారు. పవర్ ఫుల్ డ్రమ్ బీట్స్, క్యాచీ రిథమ్, జాతర వాతావరణాన్ని తలపించే ట్యూన్ తో పాట ప్రేక్షకులను వెంటనే ఆకట్టుకుంటోంది. ఈ పాటకు రామ్ చరణ్ తన రగ్, సైబిల్ లుక్లో అదిరిపోయే స్వేచ్ఛా లతో ఆకట్టుకుంటున్నారు. ఆయనతో పాటు శ్రుతి హాసన్, జాన్వి కపూర్ కూడా అల రించారు. శ్రుతి హాసన్ తన బోల్ అట్యూట్తో, జాన్వి కపూర్ తన గ్రేస్ ఫుల్ ఎనర్జీతో పాటకు ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచారు. ముగ్గురి స్ట్రైట్ ఫోర్వార్డ్ కలిసి ఈ పాటను మరింత గ్రాండ్గా మార్చింది. పూర్తి పాటను రేపు భోపాల్లో జరగనున్న మూజిక్ ఈవెంట్ లో విడుదల చేయనున్నారు. ఈ వేడుకలో ఏఆర్ రెహమాన్, ఆయన బృందం ఈ పాటను ప్రత్యేకంగా ప్రదర్శించనుండటంతో అభిమానుల్లో మరింత ఉత్సాహం నెలకొంది. ఈ చిత్రంలో శివరాజ్ కు మార్, జగపతిబాబు, దివ్యేంద్రులు, భోమన్ ఇరానీ కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. సినిమాలో గ్రేటిస్ ఆర్. రత్నం అందిస్తుండగా, ఎడిటింగ్ ను జాతీయ అవార్డు గ్రహీత సవీర్ సూరి నిర్వహిస్తున్నారు.



"తక్షక" సినిమా పోస్టర్ లాంచ్

మోగాస్టార్ చిరంజీవితో విశ్వంభర చిత్రాన్ని రూపొందిస్తున్న ప్రముఖ దర్శకుడు వశిష్ట మల్లిడి సోదరుడు కృష్ణ మల్లిడి దర్శకత్వం వహిస్తున్న సినిమా "తక్షక". ఈ చిత్రంలో కుశాల్ రాజా హీరోగా పరిచయమవుతున్నారు. ఎంఎస్ఆర్ త్రియంబస్ బ్యానర్ పై డా. లతారాజు ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. సైన్స్ ఫిక్షన్ డ్రామా కథలో రూపొందిన "తక్షక" సినిమా త్వరలో ప్రేక్షకుల ముందుకు గ్రాండ్ డియేట్ లో రిలీజ్ ద్వారా రాబోతోంది. తాజాగా ఈ చిత్ర పోస్టర్ ను స్టార్



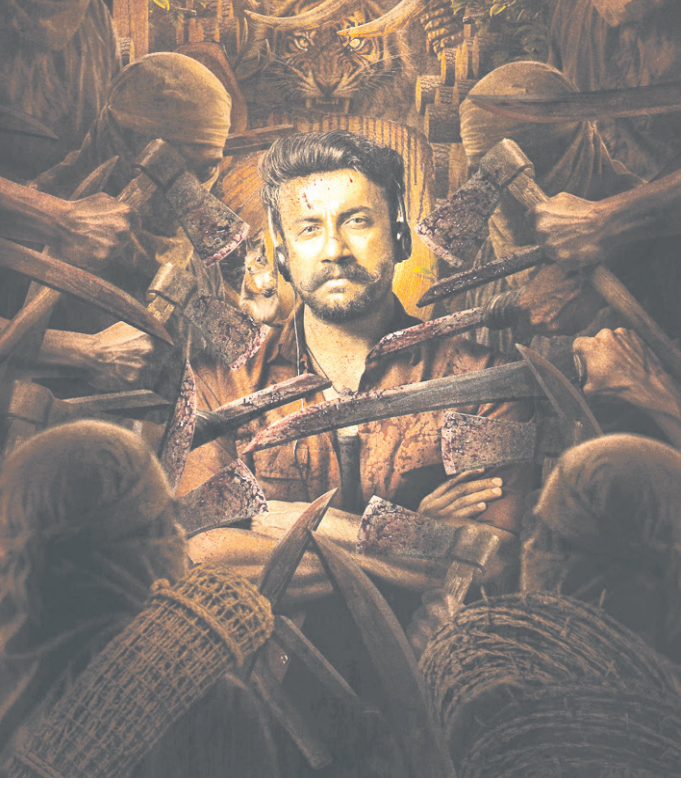
డైరెక్టర్ వి.వి.నినాయక్ లాంచ్ చేశారు. ఈ సందర్భంగా డైరెక్టర్ వి.వి.నినాయక్ మాట్లాడుతూ - మల్లిడి సత్యనారాయణరెడ్డి గారి కుటుంబంతో నాకు ఎంతో అనుబంధం ఉంది. వారి కుటుంబం నుంచి దర్శకుడిగా మారుతున్నారని కృష్ణ మల్లిడి, చిన్నప్పటి నుంచి నాకు ఎంతో తెలిసిన కుర్రాడు కృష్ణ. షాన్ టైమ్ మూవీ డైరెక్ట్ చేస్తున్నాడు. కృష్ణ మల్లిడికి దర్శకుడిగా అవకాశం ఇచ్చిన నిర్మాత డా.లతారాజు గారికి ధ్యాంక్స్ చెబుతున్నాను.

'CASTE' నుంచి మినిస్టర్ నారాయణగా రాజా రవీందర్ ఫస్ట్ లుక్..



వృద్ధయం: పరుణ్ సందేశ్, గగన్, సత్యం రాజేష్, రవి ప్రధాన్ పాత్రల్లో ఎకె జంపన్న రచన & దర్శకత్వంలో గోల్డెన్ ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్ పై తోట లక్ష్మీ కోటలో రూపుదిద్దుకుంటున్న చిత్రం 'CASTE'. ఈ సినిమా ఫస్ట్ లుక్, గ్రేడ్స్ కి మంచి రెస్పాన్స్ వచ్చింది. ఈ చిత్రంలో రాజా రవీందర్ కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నారు. ఆయన పాత్రని మినిస్టర్ నారాయణగా పరిచయం చేస్తూ ఫస్ట్ లుక్ ని రిలీజ్ చేశారు మేకర్స్. మంత్రి నారాయణ గారూ రాజా రవీందర్ లుక్ పవర్ ఫుల్ గా ఆకట్టుకుంటోంది. తెలుగు దుస్తులు, భుజంపై పార్టీ కండువా ధరించి ఇంటెన్స్ గా కనిపిస్తున్నారు. ఈ చిత్రంలో కళిశా కపూర్, డివి హీరోయిన్స్ గా నటిస్తున్నారు. ఈ చిత్రానికి అనూప రాజేష్ మ్యూజిక్ అందిస్తున్నారు. మేకర్స్ త్వరలోనే ఈ సినిమా రిలీజ్ డేట్ ని అనౌన్స్ చేయనున్నారు.

"సమవర్తి" ట్రైటిల్, ఫస్ట్ లుక్ రిలీజ్



వైవిధ్యమైన చిత్రాల్లో సటిస్టెంట్ హీరోగా తనకంటూ ఓ ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకున్నారు యంగ్ టాలెంట్ హీరో సత్యదేవ్. ఆయన హీరోగా నటిస్తున్న కొత్త చిత్రానికి "సమవర్తి" అనే టైటిల్ ను ఖరారు చేశారు. ఈ రోజు ఈ చిత్ర టైటిల్, ఫస్ట్ లుక్ రిలీజ్ చేశారు. సత్యదేవ్ హీరోగా నటిస్తున్న 16వ చిత్రమిది. "సమవర్తి" సినిమాను దుర్గ పిక్చర్స్ బ్యానర్ లో పంచభూత ప్రొడక్షన్స్, సి పై శివచరణ్ రెడ్డి ఆస్తికి, శశిధర్ రెడ్డి పడమటి నిర్మిస్తున్నారు. అజయ్ నాగ్, వి దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. ఎకోలాజిక్ యాక్షన్ డ్రామా గా తెరకెక్కుతున్న ఈ సినిమా త్వరలోనే తెలుగులో పాటలు తమిళ, కన్నడ, మలయాళంలో గ్రాండ్ డియేటికల్ రిలీజ్ కు రెడీ అవుతోంది.

'ఇట్లు అర్జున్' ఫస్ట్ సింగిల్ 28న రిలీజ్



వృద్ధయం: స్టార్ డైరెక్టర్ వెంకీ కుడుముల తన నిర్మాణ సంస్థ వాల్ నెక్ట్ ఎంటర్టైన్మెంట్స్ బ్యానర్ పై నిర్మిస్తున్న తొలి చిత్రం 'ఇట్లు అర్జున్'. "స్యూ గ్రి ఇస్ టౌన్" అనే హీరోగా పరిచయం అవుతుంది. మహేష్ ఉప్పల దర్శకుడిగా అరంగేట్రం చేస్తున్నారు. అనన్యర రాజన్ కథానాయికగా నటిస్తున్న ఈ చిత్రం టైటిల్ గ్రేడ్స్ తోనే మంచి బిజ్ డ్రీయట్ చేసింది.

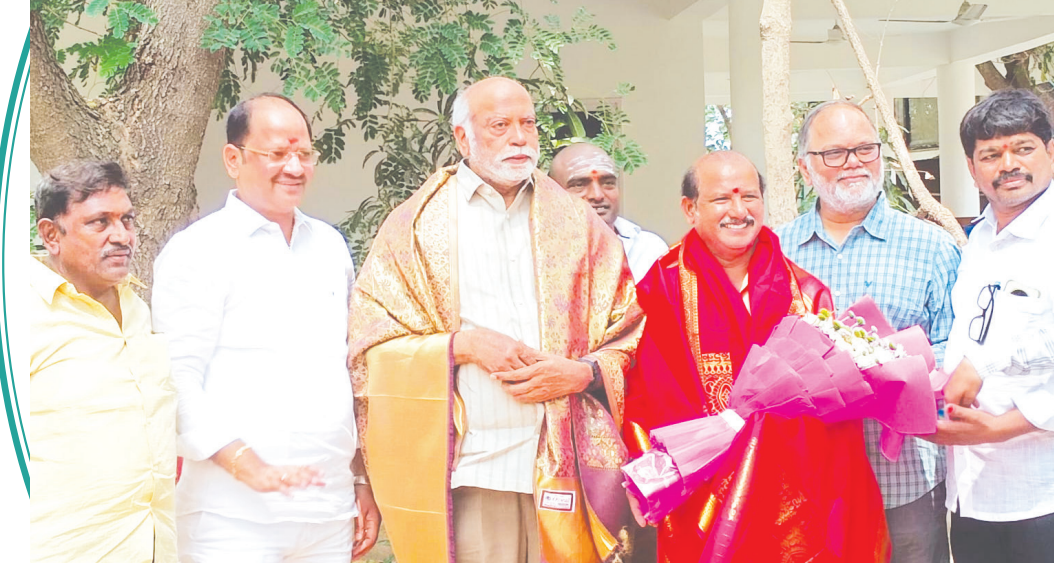
"మేము కావాలం" గ్రాండ్ ప్రివ్యూ ఈవెంట్

వృద్ధయం: మే 22న రాబోతోన్న "మేము కావాలం" సిరీస్ పెద్ద హిట్ కావాలని కోరుకుంటున్నాను - గ్రాండ్ ప్రివ్యూ ఈవెంట్ లో అజయ్ భూపతి "మేము కావాలం" సిరీస్ కు పని చేసిన ప్రతి ఒక్కరికీ మంచి పేరు, సక్సెస్ రావాలని కోరుకుంటున్నాను - గ్రాండ్

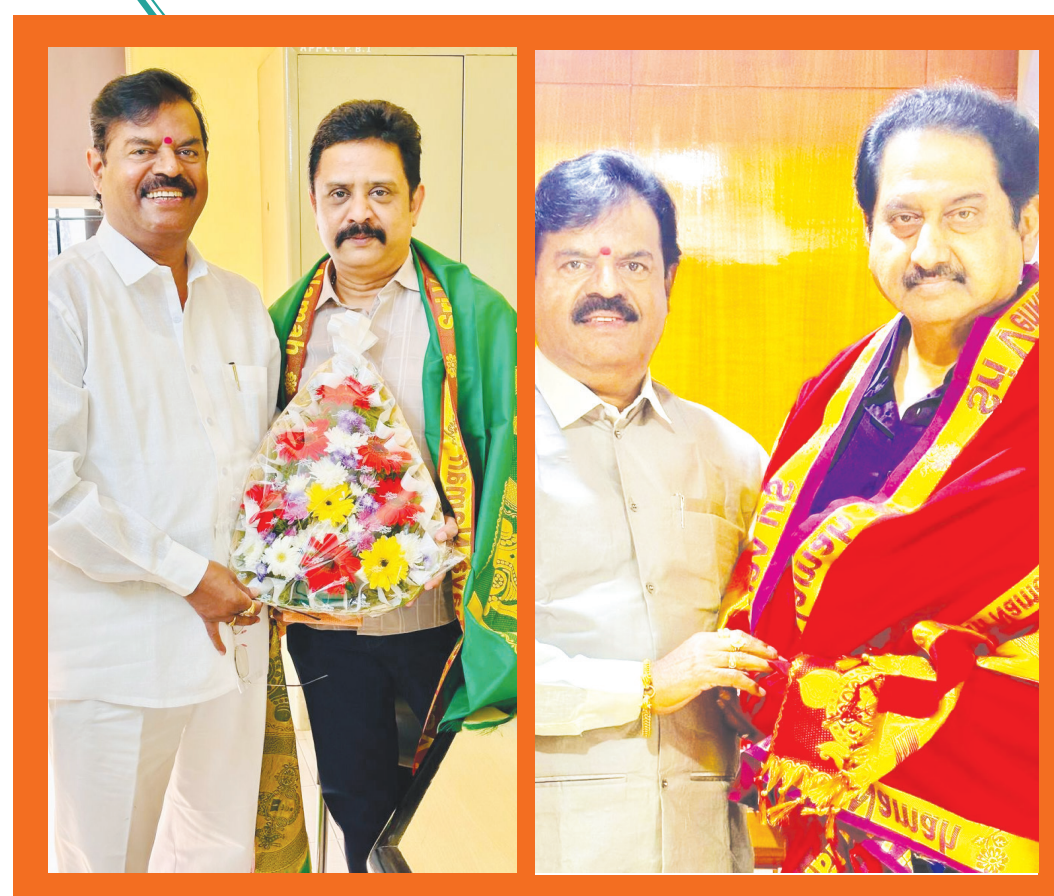


ప్రివ్యూ ఈవెంట్ లో కోన వెంకట్ "మేము కావాలం" సిరీస్ మంచి విజయం సాధించాలని కోరుకుంటున్నాను - గ్రాండ్ ప్రివ్యూ ఈవెంట్ లో తమన్ ZEE5 తెలుగు నుంచి "మేము కావాలం" అనే మరో ఒరిజినల్ సిరీస్ వచ్చింది. డా ఎంటర్టైన్మెంట్స్ (ప్రొడక్షన్ నెం. 3) బ్యానర్ పై వి.వి.ఎస్. రవి నిర్మించిన "మేము కావాలం" సిరీస్ కు "చిక్కటచి" సేమ్ ప్రదీప్ మద్దూరి దర్శకత్వం వహించారు. ఈ సిరీస్ లో నాగబాబు కొండే ప్రధాన పాత్రలు పోషించారు. గెటట్ థ్రీసు, రవి తేజ నర్సింహుల వంటి ప్రముఖ తారాగణం నటించారు. ఈ సిరీస్ మే 22 నుంచి స్ట్రీమింగ్ కానుంది. ఈ క్రమంలో గురువారం నాడు గ్రాండ్ ప్రివ్యూ ఈవెంట్ ను నిర్మిస్తున్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి తమన్, బండ్ల గణేష్, అజయ్ భూపతి, కోన వెంకట్ తదితరులు ముఖ్య అతిథులుగా విచ్చేస్తారు.

వృద్ధయం: సిని కార్మికులకు అండగా నిలబడటంలో ఎప్పుడూ ముందుంటారు ప్రముఖ నిర్మాత, దర్శకులు చదలవాడ శ్రీనివాసరావు. చిత్రపురి కాలనీకి కోట్లాది రూపాయల రుణం ఇచ్చి ఆ కాలనీ బ్యాంక్ ఆక్టన్ కు వెళ్లకుండా కాపాడారు చదలవాడ శ్రీనివాసరావు. వందలాది సిని కార్మికుల కుటుంబాల సొంతింటి కలను ఇతికించారు. ఇప్పుడు సిని కార్మికులకు మరో పరాన్ని ఇచ్చారు చదలవాడ శ్రీనివాసరావు.



డెవలప్ కార్పొరేషన్ లో బోర్డు ఆఫ్ డైరెక్టర్ గా నియమితులైన చదలవాడ శ్రీనివాసరావును ఫిలిం ఎంప్లాయిస్ ఫెడరేషన్ నాయకులు కలిసి శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఫెడరేషన్ నాయకులు తమకు శాశ్వత భవనం లేదనే విషయాన్ని శ్రీనివాసరావు గారి దృష్టికి తీసుకొచ్చారు. ఆ లోగో రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ఉన్న సిని కార్మికులను ఒకే తాటి మీదికి తీసుకుని వచ్చి వారికి ఉపాధి కలిగి విధానాన్ని విధానాన్ని ప్రజా పేజీలో చొరవ తీసుకోవాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.



ఎపి ఫిల్మ్, టెలివిజన్ అండ్ థియేటర్ డెవలప్ మెంట్ కార్పొరేషన్ నూతన చైర్మన్, డైరెక్టర్స్ కు శుభాకాంక్షలు

వృద్ధయం: ఆంధ్రప్రదేశ్ ఫిల్మ్, టెలివిజన్ అండ్ థియేటర్ డెవలప్ మెంట్ కార్పొరేషన్ కు నూతనంగా నియమితులైన చైర్మన్, డైరెక్టర్స్ కు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు డిఎస్ సి సి ఫైర్మన్, నిర్మాత డా. ప్రతాని రామకృష్ణ గౌడ్. చైర్మన్ పి.భరత్ భూపతి, చైన్ చైర్మన్ చిక్కా మెహర్ రమేష్ కుమార్, డైరెక్టర్లు చదలవాడ శ్రీనివాసరావు, సుమన్ తల్వార్, సాయిమాధవ్ బుర్రా, ఎస్. శివాజీ, శ్రీమతి వై. రూప్సి, వివేక్ కూచిపూడి, వి. సముద్ర, మిర్.ఎస్. కందిమళ్ల సాంబ శివరావు, ఎ. సత్యనారాయణ, ఎస్ వీ కృష్ణారెడ్డి, జి. తాజ్ వెంకట్ శర్మ రూపొందించిన ఈ చిత్రం ఆయన శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. చిత్ర పరిశ్రమలో సుదీర్ఘ అనుభవం ఉన్న పి. భరత్ భూపతి ఆంధ్రప్రదేశ్ సిని పరిశ్రమ మరీచి అభివృద్ధి చెందాలని ప్రతాని రామకృష్ణ గౌడ్ ఆకాంక్షించారు. ఈ సందర్భంగా నిర్మాలు చేసిన మీడియా సమావేశంలో డా. ప్రతాని రామకృష్ణ గౌడ్ మాట్లాడుతూ - ఆంధ్రప్రదేశ్ ఫిల్మ్, టెలివిజన్ అండ్ థియేటర్ డెవలప్ మెంట్ కార్పొరేషన్ కు చైర్మన్ గా పి.భరత్ భూపతి గారు నియమితులు కావడం సంతోషంగా ఉంది. ఆయన ఈ పదవికి అన్ని విధాలా అర్హులు.