TEL: T/TG/ 2024/0814

# మన వెలుగు

ప్రతి వార్త ప్రజల వైపు    తెలుగు దినపత్రిక

MANA VELUGU TELUGU DAILY



## విలేఖరులు కావలెను...

మన వెలుగు తెలుగు దినపత్రికకు
ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ లోని అన్ని జిల్లాల వారిగా స్టాఫ్ రిపోర్టర్లు
మరియు నియోజకవర్గ,మండలవారిగా విలేఖరులు కావలెను,
తెలుగు భాష మీద కనీస అవగాహన కలిగివుండి, వార్తలు
రాయగలిగిన వారికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడును..
మరిన్ని వివరాలకు సంప్రదించండి...

నెట్ వర్క్ ఇంచార్జి సెల్ : 9533397954



పబ్లిషర్: హైదరాబాద్ | సంపుటి : 01 | సంచిక : 62 | శనివారం18-10-2024 | పేజీలు : 5 | వెల :4/-

## సల్మాన్ ఖాన్‌ను చంపేస్తాం..

2లో

- ముంబయి పోలీసులకు వాట్సప్ మెసేజ్
- లారెన్స్ బిష్ణోయ్ గ్యాంగ్‌తో వైరానికి ముగింపు కోసం రూ.5 కోట్ల డిమాండ్
- ఈ మేరకు ముంబయి ట్రాఫిక్ పోలీసుల వాట్సప్ నంబర్‌కు సందేశం
- సల్మాన్ ప్రాణాలతో ఉండాలంటే ఈ డబ్బు ఇవ్వాల్సిందేనన్న అగంతతుకులు

## విద్వేషాల బజార్‌గా తెలంగాణ

- కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్
- గ్రూప్ -1 అభ్యర్దుల అరెస్ట్ పై బండి అగ్రహం
- నిరుద్యోగులను కొట్టడం అమానుష చర్యే
- జీవో 29పై కాంగ్రెస్ స్టాండ్ ఏమిటో చెప్పాలని డిమాండ్
- చర్చల ద్వారా పరిష్కరించకుండా ఈ అణచివేత ఏమిటి
- రేవంత్ చర్యలను తప్పు పట్టిన కేంద్ర మంత్రి

2లో

# గ్రూప్-1 అభ్యర్ధులకు మరోసారి నిరాశ..

- సింగిల్ బెంచ్ తీర్పుపై హైకోర్టులో అప్పీల్
- ఎగ్జామ్స్ కు సర్వం సిద్ధమైన సమయంలో పిటిషనా..
- విచారణకు స్వీకరించకుండానే తిరస్కరణ
- దీనిపై ఇవాళ సుప్రీంకోర్టులో మరో పిటిషన్

**హైదరాబాద్ :** గ్రూపు-1 అభ్యర్థులకు తెలంగాణ హైకోర్టులో మరోసారి నిరాశ మిగిలింది.. ఈనెల 15న సింగిల్ బెంచ్ ఇచ్చిన తీర్పును సవాల్ చేస్తూ.. అభ్యర్థులు ఇవాళ డివిజన్ బెంచ్‌కు వెళ్లారు. దీనిపై శుక్రవారం విచారణ జరిపిన హైకోర్టు పిటిషన్‌ను తోసిపుచ్చింది.. మెయిన్స్ పరీక్షకు అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తయిన ఈ సమయంలో ఈ పిటిషన్ ను స్వీకరించలేమని డివిజన్ బెంచ్ పేర్కొంది.. ఈ కారణంగా పిటిషన్ ను పాస్ ఓవర్ చేస్తునట్లు తెలిపింది.

హైకోర్టు తీర్పుపై గ్రూప్- 1 అభ్యర్థులు ఇవాళ సుప్రీంకోర్టును ఆశ్రయించారు.. తమ అభ్యర్థనను సరిగా పరిగణనలోకి తీసుకోకుండానే హైకోర్టు తీర్పు ఇచ్చిందని ఈ పిటిషన్ లో పేర్కొన్నారు. దీనిని సుప్రీంకోర్టు విచారణకు స్వీకరించింది.ఇదిలా ఉంటే ఈనెల 21నుంచి యథావిధిగా మెయిన్స్ పరీక్షలు జరగనున్న విషయం తెలిసిందే. మెయిన్స్ పరీక్షలకు సంబంధించిన హాల్ టికెట్లను.. తెలంగాణ పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్ ఇటీవల విడుదల చేసింది. https://hallticket.tspsc.gov.in ద్వారా హాల్ టికెట్లను డౌన్ లోడ్ చేసుకోవచ్చని స్పష్టం చేసింది. టీజీపీఎస్సీ ఐడీ, డేట్ ఆఫ్ బర్త్ వివరాలు, క్యాప్చా ఎంటర్ చేస్తే.. పీడీఎఫ్ ఫార్మాట్‌లో హాల్ టికెట్ డౌన్ లోడ్ అవుతోంది.

## మూసీ నది పునరుజ్జీవాన్ని వ్యతిరేకించం

- మూసీకి ఇరువైపులా రిటైనింగ్ వాల్ కట్టాలి
- డ్రెయినేజీ వాటర్ కలవకుండా చర్యలు తీసుకోవాలి
- డ్రెయిన్ సమస్య పరిష్కరించకుంటే సుందరీకరణ అసాధ్యం
- పేదల ఇండ్లను కూల్చకుండానే పనులు చేయొచ్చు
- సీఎం రేవంత్‌కు కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి సూచన

**హైదరాబాద్ :** మూసీ సుందరీకరణ చేసినా, పునరుజ్జీవం చేసినా అందుకు తాము వ్యతిరేకం కాదని కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. అయితే ముందుగా మూసీకి ఇరువైపులా రిటైనింగ్ వాల్ నిర్మించాలని, డ్రైనేజీ వాటర్ అందులో కలువకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని సీఎం రేవంత్‌రెడ్డికి సూచించారు. పేదల ఇళ్లను కూల్చకుండా మూసీ సుందరీకరణ చేయవచ్చని, ఆ తర్వాతే మూసీ పునరుజ్జీవం చేయాలని సూచించారు. కొన్ని ప్రాంతాల్లో మంచినీరు డ్రైనేజీల్లో కలుస్తూ వృథా అవుతున్నాయని, అలాంటి సమస్యల్ని పరిష్కరించాలని తెలిపారు. నగరంలో డ్రైనేజీల సమస్యను పరిష్కరించకుండా మూసీ సుందరీకరణ సాధ్యం కాదని కిషన్ రెడ్డి అన్నారు.

## జమిలికి ప్రధాని సిద్ధం

- అదే బాటలో మనమూ: ఎమ్మెల్యేలతో చంద్రబాబు
- తప్పులు చేయొద్దు
- ఆ ప్రభావం కూటమిపై పడుతుంది
- గెలిచామని సరిపెట్టుకోవద్దు
- కక్ష సాధింపులొద్దు
- మళ్లీ రావణ కాష్టం కారాదు
- ఎమ్మెల్యేలకు చంద్రబాబు హితవు

**విజయవాడ :** తప్పు చేసిన వారిని వదిలి పెట్టకూడదు, అలాగని కక్షసాధింపులకు వెళ్లకూడదు ఈ వ్యత్యాసాన్ని గమనించాలి. సంఘటిత శక్తిగా పనిచేస్తేనే ప్రజల అంచనాలను అందుకోగలం. ఎన్డీఏలో ఎవ్వరు తప్పు చేసినా ఆ ప్రభావం ముఖ్యమంత్రి మీదే పడుతుంది, ఈ విషయాన్ని ప్రతీ ఒక్కరూ గుర్తుపెట్టుకోవాలి. అని ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు హితబోధ చేశారు. తెలుగుదేశం పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయం ఎన్టీఆర్ భవన్‌లో శుక్రవారం ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్సీలు సహా ప్రజాప్రతినిధుల సమావేశం జరిగింది.

ఎన్టీఆర్ ప్రతిమకు నివాళులర్పించి ముఖ్యమంత్రి, పార్టీ అధినేత చంద్రబాబు నాయుడు కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన ఎమ్మెల్యేలతో మాట్లాడుడుతూ, స్ట్రాంగ్ వార్నింగ్ ఇచ్చారు. ఈ సమావేశం పట్ల రాష్ట్రం మొత్తం ఎందుకు ఆసక్తి కనబరుస్తుందో ప్రతీ ఒక్కరూ గ్రహించాలన్నారు. చేసిన పనులను ఎప్పటికప్పుడు సమీక్షించుకుని పార్టీ భవిష్యత్తు దృష్ట్యా నిర్ణయాలు తీసుకోవాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ఏ నమ్మకంతో ప్రజలు మనకు ఓటేశారో ఆ నమ్మకాన్ని అంతా నిలబెట్టుకోవాలని సూచించారు. ఐదేళ్లు తీవ్రంగా నష్టపోయి, కష్టనష్టాలు ఎదుర్కొన్న కార్యకర్తల బాధను సమన్వయం చేసుకోవాలన్నారు. నాలుగోసారి ముఖ్యమంత్రిగా బాధ్యతలు స్వీకరించినా.. ఈ విధంగా అధికారులు సహా వ్యవస్థలన్నీ నాశనమైన పరిణామాలు గతంలో చూడలేదన్నారు.

**జమిలికి సిద్ధపడటానికే...**

నాయకుడికి విశ్వసనీయత రావాలంటే ఎంతో సమయం పట్టినా%ా% చెడకొట్టుకోవాలనుకుంటే నిమిషం చాలు. నాతో సహా ఎవరికైనా ఇదే ఫార్ములా వర్తిస్తుంది. తదుపరి ఎన్నికలకు సిద్ధమవుతున్నామనే సంకేతం ఇచ్చేందుకే నిన్న ప్రధాని ఎన్డీఏ ముఖ్యమంత్రుల సమావేశంలో ఐదు గంటలు కూర్చున్నారు. ఇక్కడ మనమూ అదే సిద్ధాంతాన్ని అనుసరించాలి" అని స్పష్టం చేశారు.

**మళ్లీ రాష్ట్రం రావణ కాష్టమే..**

వ్యవస్థలన్నీ భ్రష్టుపట్టించటం, పరిమిత వనరుల కారణంగా అన్నీ సరిచేయటానికి సమయం పడుతోందని తెలిపారు. ఏ శాఖలోనూ

మిగతా 2లో

# రక్షక బట నిలయం కాదు....రాక్షస బట నిలయం.....?

- మెట్ పల్లి పోలీస్ స్టేషన్ లో ప్రవేట్ డ్రైవర్ లే పోలీసులు
- జర్నలిస్ట్ ఫోన్ లో రికార్డు అయిన డాటాను డిలీట్ చేసిన మెట్ పల్లి పోలీస్ పోలీస్ ప్రవేట్ డ్రైవర్
- ప్రవేట్ డ్రైవర్ కు జర్నలిస్ట్ ఫోన్ లాక్కునే హక్కు ఎవడిచ్చాడు
- అన్ని ఆధారాలు ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణ చేతిలో
- నేడు కోర్టులో ప్రవేట్ కేసు వేయనున్న స్పష్టం చేసిన ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణ సీఈవో గట్టిపెల్లి రాజశేఖర్

**మెట్ పల్లి ( మన వెలుగు ) అక్టోబర్ 18 :** జగిత్యాల జిల్లా మెట్ పల్లి పట్టణంలోని కీర్తి ఫాక్షన్ హల్ వెనుక భాగంలో ఉన్న ఓ మహిళ హాస్టల్ సమీపంలో ఉన్న కాళీ స్థలంలో కొంతమంది పోకిరీలు అమ్మాయిలను వేదిస్తున్నారని సమాచారం మేరకు ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణ టీమ్ శుక్రవారం సామాన్యుడి లాగా ఓ మందు బాటిల్ పెట్టుకొని నిందితులను పట్టించేందుకు సాహసం చేసి స్థానిక మెట్ పల్లి సిఐ గారికి సమాచారం అందించడం జరిగింది. దీనితో పాటు తాము విలేఖరులమీ తెలియకుండా మందు బాటిల్ పెట్టుకోని కూర్చున్నట్లు స్థానిక సిఐ గారికి సమాచారం అందించడం జరిగింది. స్పందించిన సిఐ నిరంజన్ రెడ్డి అందుబాటులో ఉన్న కానిస్టేబుల్ జనార్దన్ ను సంఘటన స్థలానికి పంపించడం జరిగింది. కాని అక్కడికి వచ్చిన పోలీస్ ఓ ప్రవేట్ డ్రైవర్ తాను ఎస్ ఐ చిరంజీవి డ్రైవర్ ను అంటూ ఆర్ ఆర్ న్యూజ్ తెలంగాణ జర్నలిస్ట్ పై నానా బూతులు తిడుతూ ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణ రిపోర్టర్ లు తీసిన వీడియోలను రికార్డు చేసిన ఫోన్ లాక్కొని తనకు సంబంధించిన వ్యక్తులను అక్కడి నుండి పంపించారు. దీనితో ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణ టీమ్ స్థానిక మెట్ పల్లి పోలీస్ స్టేషన్ కు వెళ్లి జరిగి విషయాన్ని ఎస్ఐ గారికి తెలిపారు. కానీ అప్పటికే ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణ రికార్డ్ చేసిన కొన్నీ ఇంపార్టెంట్ వీడియోలని మెట్ పల్లి ఎస్ఐ ప్రవేట్ డ్రైవర్ డిలిట్ చేయడం జరిగింది.దీనితో ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణ సీఈవో గట్టిపెల్లి రాజశేఖర్ పోలీస్ స్టేషన్ కు వెళ్లి పోలీసుల పేరు చెప్పుకొని ఓ ప్రవేట్ డ్రైవర్ జర్నలిస్ట్ ల ఫోన్ ను ఎలా లాక్కుంటారని, నిలదీయడంతో, అందులో రికార్డు అయిన వీడియోను డిలీట్ చేసి ఫోన్ ను రిపోర్టర్ కు అప్పగించడం జరిగింది. పోలీస్ స్టేషన్ కు వెళ్లిన పాపనికి తాము తాగినట్టు స్థానిక పోలీస్ కానిస్టేబుల్ లతో రికార్డ్ చేయించి తాగి స్టేషన్ కు వచ్చారని సీనియర్ జర్నలిస్ట్ పై నేరాన్ని వేయడంతో సిఐ నిరంజన్ రెడ్డితో మాట్లాడినా రికార్డుతో పాటు పోలీస్ డ్రైవర్ ను అని చెప్పుకునే వ్యకి పై శనివారం కోర్టులో ఆధారాలతో సహా ప్రవేట్ ఫిర్యాదు చేస్తున్నట్లు ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణ సీఈవో గట్టిపెల్లి రాజశేఖర్ తెలిపారు. ఓ ప్రవేట్ డ్రైవర్ ఎస్ఐ మనిషినంటూ జర్నలిస్ట్ లపై దౌర్జన్యం చేయడం పై ఆర్ ఆర్ తెలంగాణ సీఈఓ రాజశేఖర్ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణకు సంబంధించిన ఫోన్ ను లాక్కొని పోలీస్ స్టేషన్ లోనే ఎమ్ పిక్కుట్టారో పిక్కొండని ఓ ప్రవేట్ డ్రైవర్ చెప్పడంపై పలు అనుమానాలకు తావిస్తోంది. ఏది ఏమైనా శుక్రవారం మెట్ పల్లి పోలీస్ స్టేషన్ ప్రవేట్ డ్రైవర్ లు చేస్తున్న అక్రమాలపై కోర్టులో ప్రవేట్ కేసు పెట్టడానికి అన్ని సిద్ధం చేశామని ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణ యాజమాన్యం స్పష్టం చేసింది. అక్కడ జరిగిన సంఘటనను ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణ వీడియో తీస్తే ఆ వీడియోను డిలీట్ చేసే హక్కు ప్రవేట్ డ్రైవర్ కు ఎవరిచ్చారో స్థానిక పోలీసులు లేదా వారికి సంబంధించిన అధికారులు స్పష్టం చేయాలని ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణ కోర్టులో ప్రవేట్ కేసు దాఖలు చేస్తుంది.ఏది ఏమైన ఓ జర్నలిస్ట్ ఫోన్లను లాక్కొని అందులో ఉన్న వీడియోలను డిలీట్ చేసే హక్కు ప్రవేట్ డ్రైవర్ లకు ఎవరిచ్చారు స్థానిక పోలీసులనే చెప్పాలని నేడు ప్రవేట్ కేసు వేస్తున్నట్లు జర్నలిస్ట్ తెలిపారు. కొంతమంది జర్నలిస్ట్ లు ప్రాణాలను కూడా లెక్క చేయకుండా నిజాలను నిర్భయంగా రాస్తుంటే ప్రవేట్ డ్రైవర్ లు ఫోన్ లను లాక్కొని అందులో ఉన్న మెయిన్ వీడియోలను డిలీట్ చేసి అప్పుడే కొంత వీడియోలను ప్రవేట్ డ్రైవర్ లతో తీయించి తాగి స్టేషన్ కు వచ్చారని బుకాయిచడం పోలీసులకు ఫ్యాషన్ గా పారింది.

**ఎంత దూరమైన వెలుతాం...గట్టిపెల్లి రాజశేఖర్**

నిజాలను నిర్భయంగా రాస్తున్న ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణ జర్నలిస్టులపై పోలీసులు ఎన్ని అక్రమ కేసులు పెట్టిన కోర్టుపై తమకు నమ్మకం ఉందని, గతంలో ఓ కౌన్సిలర్ చేసిన అక్రమాలను నిర్భయంగా రాస్తే తమపై అక్రమ కేసు పెట్టారని దానికి కూడా ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణ ఎదురుకోవడానికి సిద్ధంగా ఉందని, ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణ రిపోర్టర్ పై జగిత్యాల రూరల్ పోలీస్ స్టేషన్లో కూడా ఎస్సి ఎస్టీ కేసును కూడా అక్రమంగా పెట్టారని ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణ చేస్తున్న పోరాటంలో అక్రమ కేసులు ఎన్ని పెట్టిన ఎదురుకోవడానికి మేము సిద్ధంగా ఉన్నామని ఆర్ ఆర్ న్యూస్ తెలంగాణ సీఈవో గట్టిపెల్లి రాజశేఖర్ స్పష్టం చేశారు.

# జమిలికి ప్రధాని సిద్ధం

సరైన ఆడిట్ జరగలేదన్నారు. కేంద్ర నిధులను కూడా ఇష్టానుసారం మళ్లించేశారని మండిపడ్డారు. మనం ఇప్పుడు ప్రవర్తించే విధానం వల్లే వచ్చే ఎన్నికల ఫలితాలు, మెజారిటీ ఆధారపడి ఉంటాయన్నారు. ఎన్ని అరాచకాలు చేయకపోతే 151 సీట్లు వచ్చిన వైసీపీ 11కి పడిపోయిందో ప్రతీ ఒక్కరూ గ్రహించాలని అన్నారు.

**గెలిచామని సరిపెట్టుకోవద్దు...**

'గత ఐదేళ్లు సాగిన అరాచకం కారణంగా నాతో సహా, ప్రజలు, నేతలు అంతా ఇబ్బంది పడ్డారు. గెలిచాం కాబట్టి ఇక మన పని అపోయిందనుకుంటే చాలా ఇబ్బందులు ఉంటాయని గుర్తించాలి. యువత, విద్యావంతులు ఇలా దాదాపు 65 మంది కొత్త ఎమ్మెల్యేలు వచ్చారు. మంత్రుల్లో 18 మంది కొత్తవారే ఉన్నారు. ప్రతీ ఇంట్లోనూ చిన్నపాటి సమస్యలుండి సమన్వయం చేసుకున్నట్లే%ౌ% కుటుంబం లాంటి పార్టీలోనూ ఉండటం సహజం" అని చంద్రబాబు వెల్లడించారు. ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్, విభజిత ఆంధ్రప్రదేశ్ కు కలిపి నాలుగు సార్లు ముఖ్యమంత్రిగా పనిచేశానని సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు తెలిపారు. తాను సీఎంగా ఉన్న కాలంలో ఎన్నడూ రాష్ట్రంలో ఇలాంటి దుర్భర పరిస్థితుల్ని చూడలేదన్నారు. ఐదేళ్లలో రాష్ట్రాన్ని సర్వనాశనం చేసేశారని విమర్శించారు. గత పాలకులు కేంద్రం ఇచ్చిన నిధులను కూడా దారి మళ్లించి, రాష్ట్రం అభివృద్ధి చెందకుండా అడ్డుకున్నారని తెలిపారు. భవిష్యత్తులో పార్టీని ముందుకెలా తీసుకెళ్లాలన్న దానిపై సమీక్షించాలని పార్టీ నేతలకు సూచించారు. అలాగే.. ప్రస్తుతం జాతీయ స్థాయిలో భాగస్వామ్యంగా ఉన్నామని, మిత్రపక్షాలను సమన్వయం చేసుకుంటూ ముందుకు సాగాలని తెలిపారు. దేశ రాజకీయాల్లో కీలకపాత్ర పోషించిన ప్రాంతీయ పార్టీ టీడీపీ అని చెప్పారు.

టీడీపీకి విశ్వసనీయత ఉందన్న చంద్రబాబు.. తాము అధికారం కోసం కాకుండా దేశం కోసం పనిచేశామని పేర్కొన్నారు. ఎన్డీయేతో పొత్తు పెట్టుకున్నప్పుడు కూడా తాము పదవులు అడగలేదన్నారు. కూటమి అధికారంలోకి రావడానికి క్యాడర్ చాలా త్యాగాలు చేసిందని, వారందరినీ అభినందిస్తున్నానని తెలిపారు. హర్యానాలో ఐదుగంటలపాటు జరిగిన ఎన్డీయే సమావేశంలో పాల్గొన్న ప్రధాని మోదీ రాబోయే ఎన్నికలకు సమాయత్తం కావాలని ప్రధాని పిలుపునిచ్చినట్లు చెప్పారు.

కేడర్ లో భారీ అంచనాలున్నాయని, అందరికీ సముచిత స్థానం కల్పిస్తామని పార్టీ నేతలకు సీఎం చంద్రబాబు హామీ ఇచ్చారు. లిక్కర్ వ్యాపారంలో టీడీపీ ప్రజాప్రతినిధులు ఎవరూ జోక్యం చేసుకోవద్దని సీఎం హెచ్చరించారు. మద్యం వ్యాపారాలకు దూరంగా ఉండాలని పార్టీ నేతలను ఆదేశించారు. గత ప్రభుత్వంలో రాష్ట్రం పూర్తిగా నష్టపోయిందని చెప్పారు. వైసీపీ హయాంలో చేసిన తప్పులే వారిని అధికారానికి దూరం చేసాయని అన్నారు. గత ప్రభుత్వం నిర్వాకం వలనే బుడమేరు పొంగి విజయవాడకు వరదలు వచ్చాయని చెప్పారు. వరద బాధితులకు సాయం కోసం కష్టపడ్డామని చెప్పుకొచ్చారు. 2029లోనూ గెలుపు కోసం మిత్రపక్షాలతో సమన్వయం ఉండాలని చంద్రబాబు పేర్కొన్నారు. ఈసారి ఏపీలో కరువుకు ఆస్కారం లేదన్నారు. కేంద్రం, ఏపీలో చేసే మంచి పనులను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో తెలుగుదేశం ఎమ్మెల్యేలు, ఎంపీలు, ఎమ్మెల్సీలు, నియోజకవర్గ ఇన్చార్జులు, పొలిట్ బ్యూరో సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

# వరుస బాంబు బెదిరింపులపై కేంద్రం సీరియస్.. వారికి బుద్ధి చెప్పేలా కొత్త నిబంధనలు

దేశంలో ఆకతాయిల ఆగడాలు మితిమీరుతున్నాయి. విమానాలకు వరుసగా బాంబు బెదిరింపులు రావడంతో అటు విమానయాన సంస్థలు, ఇటు ప్రయాణికులు వణికిపోయారు. బాంబు బెదిరింపులకు పాల్పడ్డ ఆకతాయిల ఆటకట్టించేందుకు కేంద్రపౌరవిమానయాన శాఖ కఠిన నిబంధనలు తేనుంది.బాంబు పెట్టాం.. పేల్చిపారేస్తాం.. దమ్ముంటే కాపాడుకోండి..! అంటూ ఒక అజ్ఞాతవాసి నుంచి బెదిరింపు స్వరం. తీరాచూస్తే అంతా తూచ్. ఇదీ వరస. ఇంటర్నేషనల్, డొమెస్టిక్ ఫ్లైట్లన్న తేడా లేదు. ఉత్తుత్తి బెదిరింపులతో వేలాదిమంది ప్యాసింజర్లు బెంబేలెత్తిపోయారు. ప్రాణాలు గుప్పిట పట్టి ప్రయాణించాల్సిన పరిస్థితి. అటు.. ఏవియేషన్ యంత్రాంగానిక్కూడా చుక్కలు కనిపించాయి.గత మూడు రోజుల్లోనే మొత్తం 15 బాంబ్ థ్రెట్స్ నమోదయ్యాయి. అక్టోబర్ 16, బుధవారం.. ఈ ఒక్కరోజులోనే ఆరు విమానాలకు బాంబు బెదిరింపులొచ్చాయి. కాకపోతే అన్నీ ఫేకే..! అందరూ క్షేమం. మూడు ఇండిగో, రెండు స్పైస్‌జెట్.. ఒకటి ఆకాశ ఎయిర్.. మొత్తం ఆరు ప్లేన్లలో ప్రయాణికుల్ని బెంబేలెత్తించాయి బోగస్ ఫోన్‌కాల్స్. ఢిల్లీ నుంచి చికాగో వెళ్లాల్సిన ఎయిరిండియా విమానం.. అగంతకుల బెదిరింపు కారణంగా దారిమళ్లించాల్సి వచ్చింది. సీక్రెట్‌గా ఒక రిమోట్ ఎయిర్‌పోర్ట్‌లో దింపి.. అందులోని 200 మంది ప్రయాణికుల్ని కాపాడారు. వీళ్లను ఎయిర్‌లిఫ్ట్ చేయడం కోసం.. రాయల్ కెనడియన్ ఎయిర్‌ఫోర్స్‌కి చెందిన %జజ%-330 యుద్ధ విమానాన్ని వాడారు.ఇటీవలే తిరుపతి విమానాశ్రయానికే బెదిరింపు లేఖ వచ్చింది. ఈ-మెయిల్ ద్వారా %జ×ాఖీ% అధికార వెబ్‌సైట్‌కు పంపిన లేఖను గోప్యంగా ఉంచింది ఎయిర్‌పోర్టు అథారిటీ. పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేసి, ఈ-మెయిల్ ఆధారంగా నిందితుడ్ని పట్టుకునే ప్రయత్నం జరుగుతోంది.ఒకవైపు ప్యాసింజర్లకు అసౌకర్యం.. మరోవైపు ఫ్లయిట్ షెడ్యూల్స్ మార్చాల్సి రావడం..! ఫేక్ కాల్స్‌తో ఈ హైరానా పడలేకున్నాం అంటూ ప్రైవేట్ ఎయిర్‌లైన్ సంస్థల నుంచి కేంద్ర ప్రభుత్వంపై వత్తిడి పెరుగుతోంది. అందుకే.. మినిస్ట్రీ ఆఫ్ సివిల్ ఏవియేషన్.. ప్లస్ హోమ్ మినిస్ట్రీ.. కలిసి కూర్చుని.. హైలెవల్ మీటింగ్ పెట్టుకుని.. వాట్‌టు డూ.. వాట్‌నాట్ టూడూ అని చర్చించాయి. అగంతకుల్ని పసిగట్టి.. వాళ్లపై కఠినమైన చర్యలు తీసుకోవాలని డిసైడయ్యాయి.ఫేక్ గాళ్లందరికీ అడ్డా సోషల్ మీడియానే. ఎక్కువగా ట్వీట్ల ద్వారానే అగంతకులు ఓవరాక్షన్‌కు పాల్పడుతున్నట్టు తేలింది. వీలైతే వీళ్లను మళ్లీ విమానమెక్కనివ్వకుండా నో-ఫ్లై లిస్టులో చేర్చాలని, ఆర్థికంగా నష్టపోయిన విమానయాన సంస్థలకు వాళ్లతోనే పరిహారం ఇప్పించాలని.. ఐదేళ్ల జైలు శిక్ష వేయాలని ప్రపోజల్స్ వస్తున్నాయి. ఎయిర్‌క్రాఫ్ట్ చట్టం, 1934 సబార్డినేట్ చట్టాలకు సవరణలు చేసేందుకు కేంద్రంలోని ఉన్నత అధికార వర్గాలు తెలిపాయి. దీనికి సంబంధించి న్యాయనిపుణులతో మాట్లాడి లీగల్ ఒపీనియన్ తీసుకుంటోంది కేంద్ర సర్కార్. అటు.. వరుస బెదిరింపుల వెనక ఏదైనా విదేశీ హస్తం ఉందా అనే అనుమానాల్ని పరిశీలిస్తోంది కేంద్ర ప్రభుత్వం

# సల్మాన్ ఖాన్‌ను చంపేస్తాం..

**ముంబయి :** బాలీవుడ్ నటుడు సల్మాన్‌ఖాన్ చంపేస్తామని ముంబయి పోలీసులకు వాట్సప్ మెసేజ్ వచ్చింది. ఐదు కోట్ల రూపాయలు డిమాండ్ చేస్తూ ముంబయి పోలీసులకు లారెన్స్ బిష్ణోయ్ గ్యాంగ్ సందేశాలు పంపినట్టు సమాచారం. లారెన్స్ బిష్ణోయ్‌తో శత్రుత్వం ముగించాలనుకుంటే డబ్బులు ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. డబ్బులు ఇవ్వకపోతే సల్మాన్‌ను సిద్ధిఖీ కంటే దారుణంగా చంపుతామని హెచ్చరించారు.

వాట్సప్ మెసేజ్‌పై ముంబయి పోలీసులు దర్యాప్తు ప్రారంభించారు.నేషనలిస్ట్ కాంగ్రెస్ పార్టీ(ఎన్‌సిపి) సీనియర్ నేత, సల్మాన్‌ఖాన్ స్నేహితుడు బాబా సిద్ధిఖీని హత్య చేసింది తామేనని లారెన్స్ బిష్ణోయ్ గ్యాంగ్ ప్రకటించిన విషయం తెలిసిందే.

ముంబయిలోని బాంద్రా ప్రాంతంలో విజయ దశమి రోజున బాంద్రాలో సిద్ధిఖీపై ముగ్గురు దుండగులు కాల్పులు జరపడంతో అతడు ఘటనా స్థలంలోనే మృతి చెందాడు.బాలీవుడ్ నటుడు సల్మాన్ ఖాన్‌కు మరోసారి బెదిరింపులు వచ్చినట్లు తెలుస్తోంది. లారెన్స్ బిష్ణోయ్ గ్యాంగ్‌తో ఉన్న శత్రుత్వం సమాప్తం కావాలంటే రూ.5 కోట్లు ఇవ్వాలని అగంతుకులు డిమాండ్ చేశారు. ఈ మేరకు ముంబయి ట్రాఫిక్ పోలీసుల వాట్సప్ నంబర్‌కు గురువారం రాత్రి ఓ సందేశం వచ్చింది.

దాంతో పోలీసులు అప్రమత్తమయ్యారు. 'ఈ బెదిరింపు లను ఎట్టిపరిస్థితుల్లోనూ తేలిగ్గా తీసుకోవద్దు. సల్లూ భాయ్ ప్రాణాలతో ఉండాలన్నా, లారెన్స్ బిష్ణోయ్ గ్యాంగ్‌తో వైరానికి ముగింపు పలకాలన్నా ఆయన రూ. 5 కోట్లు ఇవ్వాలి. ఈ నగదు ఇవ్వకుంటే మాజీ ఎమ్మెల్యే సిద్ధిఖీ (ఇటీవల హత్యకు గురైన నేత) కంటే దారుణమైన పరిస్థితులు చూడాల్సి వస్తుంది" అని అగంతకులు ఆ సందేశంలో పేర్కొన్నారు.కాగా, ఈ బెదిరింపుల పై దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు పోలీసులు తెలిపారు. ఆ సందేశం ఎక్కడి నుంచి వచ్చిందనే విషయమై విచారణ చేస్తున్నట్లు చెప్పారు.

# హమాస్ అధినేత సిన్వర్ హతం

బందీలను వదిలిస్తే యుద్ధానికి ముగింపు పలుకుతామని ఇజ్రాయెల్ ప్రధాని నేతన్యాహు ప్రకటించారు. బందీలను వదిలిస్తే హమాస్ తీవ్రవాదులు బయట జీవించే అవకాశం కల్పిస్తామని, లేదంటే వేటాడి వెంటాడి చంపేస్తామని నేతన్యాహు హెచ్చరించారు. వేలాది మంది ఇజ్రాయెల్ పౌరులను చంపేసిన హంతకుడిని అంతం చేశామన్నారు. ఇది ఇజ్రాయల్‌కు అతి పెద్ద విజయమని, గాజాతో యుద్ధం ముగింపు దశకు చేరుకుందన్నారు.

అక్టోబరు 7 దాడుల సూత్రధారి హమాస్ గ్రూపు అధినేత యాహ్యా సిన్వర్‌ను ఇజ్రాయెల్ దళాలు మట్టుబెట్టాయి. ఇజ్రాయెల్‌లో 1,200 మందిని చంపి, 250 మందికి పైగా బందీలుగా పట్టుకున్న 2023 అక్టోబరు నాటి భయానక దాడులకు ప్రధాన సూత్రధారి యాహ్యా సిన్వార్‌ను అంతమొందించినట్లు ఇజ్రాయెల్ గురువారం సాయంత్రం ధ్రువీకరించింది. "ఒక ఏడాది పాటు సుదీర్ఘమైన అన్వేషణ తర్వాత, మా దళాలు హమాస్ ఉగ్రవాద సంస్థ నాయకుడు, అనేక మంది ఇజ్రాయెల్ పౌరుల ఊచకోత, కిడ్నాప్‌కు కారణమైన ప్రధాన వ్యక్తి అయిన యాహ్యా సిన్వర్‌ను అంతమొందించాయి. నిన్న గాజా స్ట్రిప్‌లో జరిగిన దాడుల్లో అతనిని అంతమొందించిన దళాన్ని నేను ఇప్పుడు కలుసుకున్నాను" అని ఇజ్రాయెల్ డిఫెన్స్ ఫోర్సెస్ (ఐడీఎఫ్) చీఫ్ ఆఫ్ స్టాఫ్ లెఫ్టినెంట్ కల్నల్ హెర్జి హాలేవి గురువారం సాయంత్రం చెప్పారు. అంతకుముందు గాజా స్ట్రిప్‌కు ఉత్తరాన జరిగిన ఆపరేషన్‌లో ముగ్గురు ఉగ్రవాదులను హతమార్చామని ఐడీఎఫ్ వెల్లడించింది. వారిలో యాహ్యా సిన్వర్ ఉండే అవకాశం ఉందని, ఈ మేరకు దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు తెలిపింది. ఆ తర్వాత కొన్ని గంటలకే సిన్వర్ మృతిని ఐడీఎఫ్ ధ్రువీకరించింది.

"అన్ని ప్రదేశాలలోనూ పనిచేస్తున్న ఐడీఎఫ్ దళాల ధైర్యం, సంకల్పం అతనిని అంతం చేసింది. మేము సిన్వర్‌ను చేరుకుంటామని చెప్పాం. ఇప్పుడు అది సాధించాం. అతను లేకుండా ప్రపంచం ఇప్పుడు మెరుగ్గా ఉంటుంది" హెర్జి హాలేవి అన్నారు.

ఈ ఏడాది జులైలో ఇరాన్ కొత్త అధ్యక్షుడిగా ఎన్నికైన మసౌద్ పెజెష్కియాన్ ప్రమాణ స్వీకారోత్సవానికి హాజరైన హమాస్ అధినేత ఇస్మాయిల్ హనియేను ఇజ్రాయెల్ దళాలు టెహ్రాన్‌లో హతమార్చాయి. హనియే టెహ్రాన్‌లో హత్యకు గురైన తర్వాత హమాస్ రాజకీయ బ్యూరో అధిపతిగా సిన్వర్ నియమితులయ్యారు. "మేము ఇజ్రాయెల్ పౌరులను బెదిరించే వారందరినీ వెంబడించడం, నిర్మూలించడం కొనసాగిస్తాం. 7/10లో పాల్గొన్న ఉగ్రవాదులందరినీ పట్టుకుని, అపహరణకు గురైన వారందరినీ ఇంటికి తిరిగి తెచ్చే వరకు మేము ఆగే ప్రశక్తే లేదు" అని ఐడీఎఫ్ చీఫ్ తెలిపారు.

ఇక హమాస్ చీఫ్ హత్య తర్వాత ఇజ్రాయెల్ ప్రధాన మంత్రి బెంజమిన్ నెతన్యాహు మొదటిసారి స్పందించారు. "ఈ రోజు చెడుకు భారీ దెబ్బ. కానీ మన ముందున్న పని ఇంకా పూర్తి కాలేదు" అని అన్నారు.

**సిన్వర్ మృతి ప్రపంచానికి మంచిరోజు: జో బైడెన్**

హమాస్ అగ్రనేత యహ్యా సిన్వర్‌ను ఇజ్రాయెల్ దళాలు మట్టుబెట్టడం ఆ దేశంతో పాటు యావత్ ప్రపంచానికి మంచిరోజు అని అమెరికా అధ్యక్షుడు జో బైడెన్ అన్నారు. ఈ ఘటన హమాస్ చెరలో ఉన్న బందీల విడుదలకు, ఏడాదిగా సాగుతున్న గాజా యుద్ధ పరిసమాప్తికి బాటలు వేసే అవకాశం ఉందని పేర్కొన్నారు.

అల్‌ఖైదా అధినేత, సెప్టెంబరు 11, 2001 దాడుల సూత్రధారి ఒసామా బిన్ లాడెన్‌ను అంతమొందించిన ఘటనతో తాజా ఘటనను బైడెన్ పోల్చారు. సిన్వర్ అంతంతో గాజా యుద్ధం ముగింపునకు మార్గం సుగమం అయిందని అమెరికా ఉపాధ్యక్షురాలు కమలా హ్యారిస్ చెప్పారు.

# బెంబేలెత్తిస్తున్న వరుస రైలు ప్రమాదాలు..

## మరోసారి పట్టాలు తప్పిన రైలు..

అస్సాంలోని దిబాలాంగ్ స్టేషన్‌లో రైలు పట్టాలు తప్పింది. అగర్తల-లోకమాన్య తిలక్ టెర్మినస్ ఎక్స్‌ప్రెస్ దిబాలాంగ్ స్టేషన్‌లో పట్టాలు తప్పింది. ఈ రైలు అగర్తలా నుంచి ముంబాయికి వెళ్లాలసి ఉంది. ఈ సంఘటన గురువారం సాయంత్రం 4 గంటలకు లండింగ్-బర్దర్‌పూర్ హిల్ సెక్షన్‌లోని లుమ్‌డింగ్ డివిజన్లో చోటుచేసుకుంది. ఈ ఘటనలో ఎలాంటి ప్రాణనష్టం లేదా గాయాలు జరుగలేదని నార్త్ ఈస్ట్ ఫ్రాంటియర్ రైల్వే లుమ్డింగ్ తెలిపారు.

%అస్సాంలోని దిబాలాంగ్ స్టేషన్‌లో రైలు పట్టాలు తప్పింది. అగర్తల-లోకమాన్య తిలక్ టెర్మినస్ ఎక్స్‌ప్రెస్ దిబాలాంగ్ స్టేషన్‌లో పట్టాలు తప్పింది. ఈ రైలు అగర్తలా నుంచి ముంబాయికి వెళ్లాలసి ఉంది. ఈ సంఘటన గురువారం సాయంత్రం 4 గంటలకు లండింగ్-బర్దర్‌పూర్ హిల్ సెక్షన్‌లోని లుమ్‌డింగ్ డివిజన్లో చోటుచేసుకుంది. ఈ ఘటనలో ఎలాంటి ప్రాణనష్టం లేదా గాయాలు జరుగలేదని నార్త్ ఈస్ట్ ఫ్రాంటియర్ రైల్వే లుమ్డింగ్ తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా లుమ్‌డింగ్-బదర్‌పూర్ సింగిల్ లైన్ సెక్షన్ మీదుగా రైళ్ల రాకపోకలను నిలిపివేసినట్లు వారు తెలిపారు.సంఘటన జరిగిన తర్వాత పునరుద్ధరణ పనులను సీనియర్ అధికారులు పరిశీలించారు. ఈ ఘటనను దృష్టిలో ఉంచుకుని రైల్వే లుమ్‌డింగ్‌లో హెల్ప్‌లైన్ నంబర్‌లను . హెల్ప్‌లైన్ నంబర్లు 03674 263120 మరియు 03674 263126 జారీ చేసింది. ఇటీవల దేశవ్యాప్తంగా పలుచోట్ల రైలు పట్టాలు తప్పిన ఘటనలు నమోదయ్యాయి. దీంతో నెటిజన్లు రైల్వే శాఖపై ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఇన్ని ప్రమాదాలు జరుతున్నా, ప్రాణాలు పోతున్నా రైల్వే శాఖ పట్టించుకోవడం లేదని నెటిజన్లు మండిపడుతున్నారు.

# ఓకే వెళ్దాం .. నేను రేడీ!

**హైదరాబాద్ :** మల్లన్నసాగర్, రంగనాయక సాగర్ నిర్మాణ సమయంలో అక్కడి ప్రజలను బలవంతంగా తరలించామన్న సీఎం రేవంత్ రెడ్డి వ్యాఖ్యలను ఎమ్మెల్యే హరీశ్ రావు ఖండించారు. మూసీ నుంచి మల్లన్నసాగర్, రంగనాయక సాగర్‌కు వెళ్దామని శుక్రవారం సవాల్ విసిరారు. స్వయంగా తానే కారు డ్రైవింగ్ చేస్తా, తన పక్కన కూర్చో, ఇద్దరం కలిసి వెళ్దామని చెప్పారు. హైదరాబాద్ తెలంగాణ భవన్‌లో మాజీ మంత్రులు వేముల ప్రశాంత్ రెడ్డి, శ్రీనివాస్ గౌడ్, కొప్పుల ఈశ్వర్‌తో కలిసి హరీశ్‌రావు మీడియాతో మాట్లాడారు.

**రేపు ఉదయం తొమ్మిది గంటలకు సిద్ధం...**

రేపు (శనివారం) ఉదయం 9 గంటలకు తాను సిద్ధంగా ఉంటానని హరీశ్‌రావు చెప్పారు. ముందు మూసీ బాధితుల దగ్గరకు వెళ్దామని, ఆ తర్వాత మల్లన్న సాగర్‌కు వెళ్దామన్నారు. ప్రజలు ఏమనుకుంటున్నారో చూద్దామన్నారు. 2013 చట్టానికి మించిన ప్రయోజనాలు మల్లన్న సాగర్ ప్రజలకు బీఆర్ఎస్ పార్టీ ఇచ్చిందన్నారు. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కనీస అవగాహన లేకుండా మాట్లాడుతున్నారని విమర్శించారు. సీఎం స్థాయిని దిగజార్చారని చెప్పారు.

**కేసీఆర్ హయాంలోనే..**

కేసీఆర్ హయాంలో మూసీలోకి గోదావరి నీళ్లు తెచ్చేందుకు డీపీఆర్ కూడా సిద్ధమైందని హరీశ్‌రావు అన్నారు. మూసీలోకి వ్యర్థాలను తరలించే పరిశ్రమలను ఫార్మా సిటీకి తరలించాలనుకున్నాం అన్నారు. మూసీలోకి వస్తున్న వ్యర్థాలను ఆపాల్సిన అవసరం ఉందని చెప్పారు. మూసీ పునరుజ్జీవం అంటే నదీ జలాల శుభ్రంతో ప్రక్రియ ప్రారంభించాలని చెప్పారు. మూసీ పునరుజ్జీవం అని చెబుతూ రియల్ ఎస్టేట్ వ్యాపారం చేయాలని చూస్తున్నారని విమర్శించారు. పేదల ఇళ్లు కూలగొట్టడాన్ని తాము వ్యతిరేకిస్తున్నామని చెప్పారు. రివర్ ఫ్రంట్ ఏంటి, దాని వెనుక ఉన్న స్టంట్ ఏంటని ప్రశ్నించారు. మూసీపై సీఎం రోజుకో మాట మాట్లాడుతున్నారని విమర్శించారు. ఎన్నికల హామీలను నెరవేర్చడంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ విఫలమైందన్నారు.

# మూసీ నీళ్లతో స్నానం చేసేలా... తాగేలా బాగు చేస్తాం : మంత్రి సీతక్క

**హైదరాబాద్ :** మూసీ నీళ్లతో స్నానం చేసేలా, తాగేలా తాము బాగు చేస్తామని మంత్రి సీతక్క అన్నారు. మూసీ పరీవాహక స్వయం సహాయ సంఘాల సభ్యులకు ఒక్కొక్కరికి రూ.2 లక్షల చెక్కులను సీతక్క పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా మూసీ నది ప్రక్షాళనపై ప్రతిపక్షాల నుంచి వస్తోన్న విమర్శలపై స్పందించారు. మూసీ పరీవాహక స్వయం సహాయ సంఘాల మహిళలకు తాము చేయూతనిస్తున్నామన్నారు.

172 స్వయం సహాయ సంఘాల సభ్యులకు రూ.3.44 కోట్ల రుణాలు ఇస్తున్నట్లు చెప్పారు. మనం జీవించే పరిసరాలు ఎప్పుడూ పరిశుభ్రంగా ఉండేలా చూసుకోవాలన్నారు. అందుకే మూసీ ప్రక్షాళన చేపట్టామన్నారు. మూసీ నిర్వాసితులను సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలిస్తామన్నారు. మూసీ నిర్వాసితుల్లోని ఒక్కో మహిళకు రూ.2 లక్షలు ఇస్తున్నట్లు చెప్పారు. ఇందులో రూ.1.4 లక్షలు ఉచితంగా ఇస్తున్నామని, మిగతా మొత్తం నెలకు రూ.2 వేలు మూడేళ్ల పాటు చెల్లించాలన్నారు.

సారం లేని భూమి.. విద్య లేని జీవితం ఒక్కటేనని, దేశ ముఖచిత్రాన్ని మార్చేది విద్యనే అన్నారు రాష్ట్ర మంత్రి సీతక్క. ఇవాళ గచ్చిబౌలిలోని ఇన్ఫోసిస్ క్యాంపస్‌లో హైసా ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్న డిజిటల్ విద్య సదస్సులో మంత్రి సీతక్క పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ.. గిరిజన ప్రాంతాల్లో డిజిటల్ ఎడ్యుకేషన్‌ను ప్రోత్సహించేందుకు సమావేశమైనందుకు అభినందనలు తెలిపారు. మనిషి జీవితంలో విద్య అనేది చాలా ముఖ్యమని అభిప్రాయపడ్డారు. సమాజంలో ఇంకా అంతరాలు ఉన్నాయి. విద్యా బోధనలో కూడా అంతరాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయి. గ్రామీణ, పట్టణ ప్రాంతాల్లో విద్యా అవకాశాల్లో ఆకాశానికి భూమికి ఉన్నంత తేడా ఉందన్నారు. పట్టణ ప్రాంతాలకు మెరుగైన విద్య అందుతుందని, గ్రామీణ ప్రాంత విద్యార్థులు ప్రపంచంతో పోటీ పడలేకపోతున్నారు. అందుకే విద్యలో ఉన్న అంతరాలను తొలగించాలని సీతక్క పేర్కొన్నారు.

సమానత్వ సాధన దిశలో విద్య కీలక పాత్ర పోషిస్తుందన్నారు. హైదరాబాద్‌లో ఎలాంటి ఎడ్యుకేషన్ ఉందో, మరుమూల పల్లెలో అలాంటి విద్య ఉండాలని తెలిపారు.

ఆ దిశలోనే తమ ప్రభుత్వం కృషి చేస్తుందని చెప్పారు. గ్రామీణ విద్యార్థులకు అవకాశం కల్పిస్తే బాగా రాణిస్తారన్నారు. కానీ వారికి అవకాశాలు, వస్తువులు లేక వెనుకబాటుతనానికి గురవుతున్నారని పేర్కొన్నారు.

అభివృద్ధి కేంద్రీకరణ జరగాలి, అప్పుడే అందరికీ సమాన అవకాశాలు అందుతాయన్నారు.

అప్పుడు సమాజంలో పోరాటాలు ఉండవు, అందుకే అభివృద్ధి కేంద్రీకరణ కోసం సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కృషి చేస్తున్నారని తెలిపారు. ఒక మంచి పని చేస్తే జీవితంలో గొప్ప ఆనందం, అనుభూతి మిగులుతుందని సీతక్క వెల్లడించారు.

# విద్వేషాల బజార్‌గా తెలంగాణ

**హైదరాబాద్ :** గ్రూప్ -1 కోసం శిక్షణ పొందుతున్న యువతులను రాత్రి సమయంలో అరెస్ట్ చేయడాన్ని కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ తప్పుపట్టారు.. రాత్రిపూట యువతులను అరెస్టు చేయడానికి మీకు ఎంత ధైర్యం అని రేవంత్ ను ప్రశ్నించారు. ఈ మేరకు ఆయన ఇవాళ ఎక్స్ ఖాతాలో ట్వీట్ చేశారు.

తెలంగాణలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం దిగజారిపోతుందన్నారు. నిరుద్యోగులను అమానవీయంగా లాగడం, కొట్టడం దుర్మార్గమని ధ్వజమెత్తారు. రాహుల్ గాంధీ మొహబ్బత్ కి దుకాన్ అంటూ వాగ్దానం చేశాడు.. కానీ తెలంగాణ విద్వేషాల బజార్‌గా మారుతోందని మండిపడ్డారు.

**కోర్టు తీర్పు వ్యతిరేకంగా వస్తే,...**

జీవో 29పై కాంగ్రెస్ స్టాండ్ ఏమిటో చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు. కోర్టు మీకు వ్యతిరేకంగా తీర్పు ఇస్తే పరీక్షను మళ్లీ నిర్వహిస్తారా ? అని ప్రశ్నించారు. ప్రభుత్వం నిరుద్యోగుల సమస్యలను చర్చల ద్వారా పరిష్కరించాల్సింది పోయి బలవంతంగా గొంతు నొక్కుతోందన్నారు. ఇది మంచి పద్ధతి కాదని అంటూ ఇప్పటికైనా గ్రూప్-1 అభ్యర్థుల సమస్యను పరిష్కరించే దిశగా అడుగులు వేయాలని రేవంత్ సర్కార్ కు సూచించారు.

## ప్రపంచంలో తయారయ్యే వ్యాక్సిన్‌లలో

# 50 శాతం భారత్ ఉత్పత్తి చేస్తుంది'

**న్యూఢిల్లీ:** భారత్ ఫార్మాస్యూటికల్స్‌లో గ్లోబల్ లీడర్‌గా అవతరించిందని, మూడవ అతిపెద్ద ఉత్పత్తిదారుగా, జనరిక్ మెడిసిన్ కీలక సరఫరాదారుగా నిలిచినట్లు కేంద్ర ఆరోగ్య కార్యదర్శి పుణ్య పేర్కొన్నారు. ఈ రంగంలో భారత్ ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఆరోగ్య సంరక్షణ వ్యవస్థలకు గణనీయమైన సహకారం అందిస్తున్నట్లు తెలిపారు..గత ఏడాది ప్రపంచవ్యాప్తంగా 8 బిలియన్ల వ్యాక్సిన్ డోస్‌లను తయారు చేసి పంపిణీ చేయగా.. వాటిలో సగం భారత్‌లోనే తయారయ్యాయని కేంద్ర ఆరోగ్య శాఖ సెక్రటరీ పుణ్య సలీల శ్రీవాస్తవ తెలిపారు. గురువారం యుఎస్-ఇండియా స్ట్రాటజిక్ పార్టనర్‌షిప్ ఫోరమ్ నిర్వహించిన వార్షిక ఇండియా లీడర్‌షిప్ సమ్మిట్ 2024లో ఆమె ఈ మేరకు ప్రసంగించారు. భారత్ ఫార్మాస్యూటికల్స్‌లో గ్లోబల్ లీడర్‌గా అవతరించిందని, మూడవ అతిపెద్ద ఉత్పత్తిదారుగా, జనరిక్ మెడిసిన్ కీలక సరఫరాదారుగా నిలిచినట్లు పుణ్య తన ప్రసంగంలో తెలిపారు. ఈ రంగంలో భారత్ ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఆరోగ్య సంరక్షణ వ్యవస్థలకు గణనీయమైన సహకారం అందించేందుకు దారితీస్తుందన్నారు. ఇందులో హెల్త్‌కేర్ సిస్టమ్ సహకారం కూడా ఉన్నట్లు పేర్కొన్నారు. యునైటెడ్ స్టేట్స్ ఆఫ్ అమెరికా వెలుపల అత్యధిక సంఖ్యలోఆమోదించబడిన ఔషధ కర్మాగారాలు కలిగి ఉండటమే అందుకు నిదర్శనం. అమెరికా వెలుపల ఉన్న ఆమోదించబడిన ప్లాంట్‌లలో వీటి సంఖ్య దాదాపు 25 శాతంగా ఉంది. భారత్ కంపెనీల్లో తయారు చేసిన మందుల పంపిణీ ద్వారా 2022లో %ఖూ% హెల్త్‌కేర్ సిస్టమ్‌కి 219 బిలియన్ డాలర్లు పొదుపును అందించాయి. 2013 %-% 2022 మధ్య మొత్తం 1.3 ట్రిలియన్ డాలర్ల పొదుపును అందించాయని ఆమె పేర్కొన్నారు. మందులు మాత్రమే కాకుండా వ్యాక్సిన్ ఉత్పత్తిలో కూడా భారత్ ముందుంది.

ప్రపంచ వ్యాక్సిన్ల తయారీలో గణనీయమైన వాటాతో ముందుగు సాగుతుంది. భారత్ 'ప్రపంచ ఫార్మసీ'గా దాని పాత్రను నొక్కి చెబుతుందని ఆమె చెప్పారు. ప్రపంచంలో తయారయ్యే వ్యాక్సిన్‌లలో 50 శాతం ఒక్క భారత్‌లోనే తయారవుతున్నట్లు పుణ్య తెలిపారు.గత ఏడాది ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఎనిమిది బిలియన్ల వ్యాక్సిన్ డోస్‌లను తయారు చేసి పంపిణీ చేయగా, నాలుగు బిలియన్ డోస్‌లు భారత్లోనే తయారు చేసినట్లు ఆమె చెప్పారు. పటిష్టమైన ఆరోగ్య సంరక్షణ వ్యవస్థను నిర్ధారించడానికి భారత్ మెడికల్ ఎడ్యుకేషన్‌ను సంస్కరించిందని, జాతీయ వైద్య కమిషన్ చట్టం, ఇతర సంబంధిత చట్టాలలో కాలం చెల్లిన నియంత్రణ ఫ్రేమ్‌వర్క్‌లను భర్తీ చేసిందని ఆమె పేర్కొన్నారు. ఇది వైద్య, నర్సింగ్ కాలేజీల సంఖ్య, నమోదులో గణనీయమైన పెరుగుదలకు దారితీసిందన్నారు. ఇది ఆరోగ్య సంరక్షణలో వృత్తిపరమైన లభ్యతలో అసమానతలను పరిష్కరిస్తుందని ఆమె చెప్పారు. పర్యవసానంగా జాతీయ, ప్రపంచ అవసరాలను తీర్చగల ఆరోగ్య శ్రామిక శక్తిని ఉత్పత్తి చేయడానికి భారత్ సిద్ధంగా ఉందని ఆమె పేర్కొన్నారు. ప్రభుత్వ ప్రయత్నాలు భారత్‌లో ఆరోగ్య సంరక్షణ నాణ్యత, స్థాయి, ఖర్చు క్రమంగా మెరుగుపరిచాయని పుణ్య పేర్కొన్నారు.2013-2014.. 2021-2022 మధ్య కాలంలో మొత్తం ఆరోగ్య వ్యయం వాటా 25 శాతం తగ్గడమే మా విస్తరించిన ఆరోగ్య సంరక్షణ సేవలకు నిదర్శనమని ఆమె చెప్పారు. హెల్త్ కేర్ సెక్టార్‌లో ఇండో-యుఎస్ భాగస్వామ్యంపై పుణ్యా మాట్లాడుతూ.. కోవిడ్ వంటి మహమ్మారిని ఎదుర్కోవడంలో సంసిద్ధత, యాంటీ-మైక్రోబయల్ రెసిస్టెన్స్‌లలో.. నేషనల్ సెంటర్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ ( యూఎస్ సెంటర్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ అండ్ ప్రివెన్షన్ మధ్య ఉన్న బలమైన భాగస్వామ్యాన్ని తెలుపుతుంది.

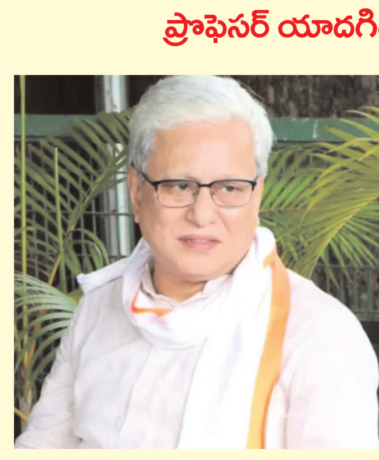
## తెలంగాణలోని తొమ్మిది వర్సిటీలకు

# కొత్త వీసీల నియామకం

**- పాలమూరు యూనివర్సిటీ వీసీగా ప్రొఫెసర్ జీఎన్ శ్రీనివాస్**

**- కాకతీయ వర్సిటీ వీసీగా ప్రొఫెసర్ ప్రతాప్ రెడ్డి**

**- తెలుగు యూనివర్సిటీ వీసీగా ప్రొఫెసర్ యాదగిరి రావు నియామకం**



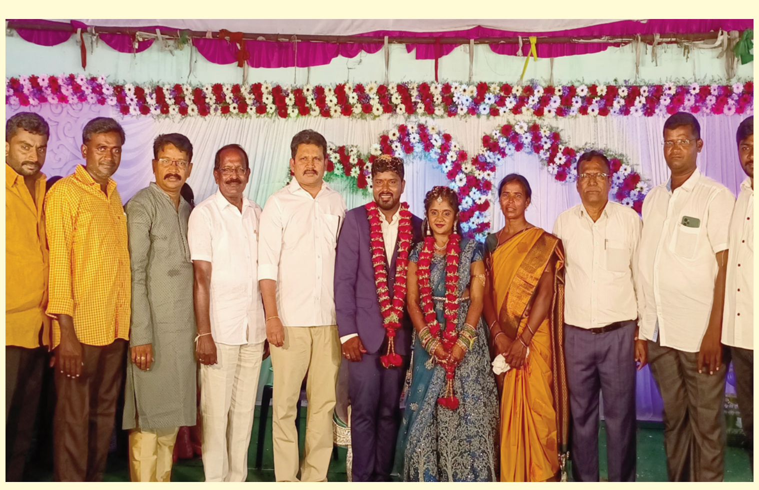
తెలంగాణలోని తొమ్మిది యూనివర్సిటీలకు కొత్త వైస్ ఛాన్సలర్‌లను నియమిస్తూ తెలంగాణ గవర్నర్ జిష్ణుదేవ్ వర్మ ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు.పాలమూరు వర్సిటీ వీసీగా ప్రొఫెసర్ జీఎన్ శ్రీనివాస్, కాకతీయ యూనివర్సిటీ వీసీగా ప్రొఫెసర్ ప్రతాప్ రెడ్డి, ఉస్మానియా యూనివర్సిటీ వీసీగా ప్రొఫెసర్ ఎం.కుమార్, శాతవాహన యూనివర్సిటీ వీసీగా ప్రొఫెసర్ ఉమేశ్ కుమార్, తెలుగు యూనివర్సిటీ వీసీగా ప్రొఫెసర్ నిత్యానందరావు, మహాత్మా గాంధీ వర్సిటీ వీసీగా ప్రొఫెసర్ అల్తాఫ్ హుస్సేన్, తెలంగాణ యూనివర్సిటీ వీసీగా ప్రొఫెసర్ యాదగిరి రావు, జయశంకర్ వ్యవసాయ విశ్వవిద్యాలయం వీసీగా అల్దాస్ జానయ్య, శ్రీ కొండా లక్ష్మణ్ హార్టికల్చర్ వర్సిటీ వీసీగా ప్రొఫెసర్ రాజిరెడ్డి నియమితులయ్యారు.

# మాదిగ జాతికి గర్వకారణం

## - చేకూరి గణేష్ మాదిగ ఎమ్మార్పీఎస్ రాష్ట్ర వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్

**నల్గొండ ప్రతినిధి ( మన వెలుగు ) అక్టోబర్ 18 :** వందేళ్ళ చారిత్రాత్మకమైన ఉస్మానియా విశ్వవిద్యాల యానికి 29వ వైస్ ఛాన్సలర్ గా విశ్వవిద్యాలయం లో వివిధ స్థాయిలో పదవులను సమర్ధవంతంగా నిర్వహిం చిన మోలుగారం కుమార్ సార్ ని నియమిం చడం పట్ల ఎమ్మార్పీఎస్ రాష్ట్ర వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ చేకూరి గణేష్ మాదిగ హర్షం వ్యక్తం చేస్తూ తొలిసారి మాదిగలకు అవకాశం కల్పించడం పట్ల యావత్ మాదిగ జాతికి గర్వకారణం అని ఈ సందర్భంగా ప్రభుత్వానికి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

# నూతన దంపతులను ఆశీర్వదించిన మన్నెం రంజిత్ యాదవ్



**నల్లగొండ ప్రతినిధి ( మన వెలుగు ) అక్టోబర్ 18 :** హాలియా మున్సిపాలిటీ కేంద్రంలో శ్రీ లక్ష్మీ నరసింహ ఫంక్షన్ హాల్లో కంపసాటి శ్రీనివాస్ యాదవ్ శ్రీదేవి కుమార్తె (ఐశ్వర్య – రమేష్) ల రిసెప్షన్ వేడుకకు హాజరయ్యి నూతన వధూవరులను ఆశీర్వదించిన బిజెపి రాష్ట్ర నాయకులు మన్నెం రంజిత్ యాదవ్. ఈ కార్యక్రమంలో రిటైర్డ్ ఈడి మన్నెం మల్లయ్య యాదవ్ , బీసీ సంఘం రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి సర్నాల వెంకన్న యాదవ్ , వై ఆర్ పి ఎస్ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు చల్లా కోటేష్ యాదవ్, యాదవ సంఘం నాయకులు ఆవుదొడ్డి గంగరాజు యాదవ్, కుంటిగొర్ల రాజశేఖర్, కంసాని సతీష్, రాయనబోయిన కోటేష్, కిలారి సైదులు, చల్లా మురళి, పండు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# డాక్టర్ అల్దాస్ జానయ్య వైస్ ఛాన్సలర్ గా నియామకం

## - హర్షం వ్యక్తం చేసిన జగిత్యాల జిల్లా ప్రజలు

**జగిత్యాల ప్రతినిధి ( మన వెలుగు ) అక్టోబర్ 18 :** డాక్టర్ అల్దాస్ జానయ్య, ప్రొఫెసర్ జయశంకర్ అగ్రికల్చర్ యూనివర్సిటీ, తెలంగాణ రాష్ట్ర విభాగానికి వైస్ ఛాన్సల ర్ గా నియామకం అవ్వడంపై జగిత్యాల జిల్లా ప్రజలు విద్యావంతులు పుర ప్రముఖులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు. డాక్టర్ అల్దాస్ జానయ్య చిన్న నాటినుండి ఎన్నో కష్టనష్టాలకు ఓర్చి ఈ స్థాయికి చేరుకున్నాడని, అల్దాస్ జానయ్య మేదస్సు, సేవలు వ్యవసాయ రంగానికి ఎంతో అవసరం ఉందని తద్వారా యూనివర్సిటీ పేరు తారస్థాయికి చేరుతుందని తెలిపారు. ఈ అభినందన సభలో మల్లేష్ గౌడ్, రాజశేఖర్ గౌడ్, రమేష్,రాజు , సాయి గణేష్, అజయ్, కృష్ణ కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# హత్య కేసును చేదించిన కోరుట్ల పోలీసు అధికారులు

## - అదుపులో ఐదుగురు నిందితులు.. పరారీలో ఒక నిందితుడు
## - వివరాలు వెల్లడించిన డి.ఎస్.పి ఉమామహేశ్వరరావు

**జగిత్యాల ప్రతినిధి ( మన వెలుగు ) అక్టోబర్ 18 :**కోరుట్ల పట్టణంలోని ప్రకాశం రోడ్ లో ఆదివారం రాత్రి జరిగిన హత్య కేసు లోని నిందితులను అరెస్టు చేసిన కోరుట్ల పోలీసులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం మృతుడు బోయిని సాగర్, పంబాల మధు, నరేష్ మధ్య గొడవ జరగగా మృతుడు బోయిని సాగర్ పంబాల నాగరాజు ఇంటి వద్దకు వెళ్లి నానా రచ్చ చేసి ఎప్పటికైనా మధు నరేష్ లను హతమరుస్తానని బెదిరించడంతో వీళ్ళ మధ్య సయోధ్య కుదుర్చుడానికి వచ్చిన గుద్దేటి వెంకటేష్, గుద్దేటి విజయ్, రాకేష్ లు నాగరాజ్ ఇంటికి వెళ్లి అక్కడ నాగరాజు తో గొడవ పడుతున్న మృతుడు సాగర్ ను వారి ఇంటి నుండి బయట గుంజుకొని వచ్చి నాలుగు రోడ్ల కూడలి వద్ద సాగర్ ను నెట్టివేయగా కింద పడిపోయిన సాగర్ ను గుద్దేటి వెంకటేష్ తన వద్ద గల కత్తితో గొంతు కోసి చంపినాడు. అనంతరం సంఘటనస్థలం నుండి పారిపోగా నిందితుల కోసం కోరుట్ల సి.ఐ సురేష్ బాబు, ఎస్.ఐ శ్రీకాంత్ వారి సిబ్బందితో గాలింపు చర్యలు చేపట్టారు.పక్క సమాచారంతో ఈరోజు ఉదయం కోరుట్ల పట్టణ చివర్లోని వెంకటేష్ యొక్క నాగులమ్మ బ్రిక్స్ ఫ్యాక్టరీ నందు నిందితులు ఉన్నారని తెలియడంతో కోరుట్ల సీఐ సురేష్ బాబు ఎస్సై శ్రీకాంత్ వారి సిబ్బందితో అక్కడికి వెళ్లి నిందితులను అరెస్టు చేసి వారి వద్ద నుండి మృతుడిని చంపడానికి ఉపయోగించిన ఒక కత్తి,రెండు బైకులు, నాలుగు సెల్ఫోన్లను పోలీసులు వారి వద్ద నుండి స్వాధీనపరుచుకున్నారు. మరో నిందితుడు పంబాల నాగరాజు పరారీలో ఉన్నాడని అతడిని త్వరలో పట్టుకుంటామని అన్నారు.అలాగే ఈ కేసును తొందరగా చేదించిన అధికారులను మెట్పల్లి డిఎస్పి ఉమామహేశ్వరరావు అభినందించాడు.

# కొనసాగుతున్న భూసర్వే ను పరిశీలించిన జాయింట్ కలెక్టర్ శ్రీనివాస్

**నల్గొండ ప్రతినిధి ( మన వెలుగు ) అక్టోబర్ 18 :**తిరుమలగిరి సాగర్ మండలంలోని తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం భూ సమస్యలపై పైలేట్ ప్రాజెక్ట్ ఎంపిక చేసిన భాగంగా నేతాపురం గ్రామ శివారులో గట్టుమీద తండా, ఎల్లాపురం గ్రామ శివారులో సుంకిశాల తండా లో కొనసాగుతున్న భూ సర్వేను నల్లగొండ జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్ శ్రీనివాస్ పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ ఈ రెండు గ్రామాలు గతంలో నాగార్జున సాగర్ డ్యాం నిర్మాణం లో భాగంగా ముంపు గ్రామాలను అన్నారు. ఈ గ్రామాలలో రైతులకు1975లో ఢీ ఫారమ్స్ ఇచ్చారని కూడా అన్నారు. వాటి ద్వారా రైతులు కాస్తూ కబ్జాలో ఉన్న ప్రకారంగా ఎంజాయ్మెంట్ సర్వే చేయాలని సర్వేయర్ లకు సూచించారు. అదేవిధంగా గట్టుమీద తండా గిరిజన రైతులకు 223 ఎకరాలు, సుంకిశాల తండా రైతులకు 190ఎకరాలు డి ఫామ్ పట్టాలు ఇచ్చారని న్నారు. పైలెట్ ప్రాజెక్టులో భాగంగా అన్ని గ్రామ శివారులో పెండింగ్ లో ఉన్న సర్వే నెంబర్లు కూడా త్వరలోనే సర్వే చేయాలన్నారు. ఫారెస్ట్ భూములకు వాటి హద్దులు ప్రకారంగా జాయింట్ అటవీ, రెవెన్యూ సర్వే కూడా చేయాలని అన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో స్పెషల్ డిప్యూటీ కలెక్టర్ సుబ్రహ్మణ్యం, ల్యాండ్ రికార్డ్ ఏడి శ్రీనివాస్, డి ఐ రమణయ్య,రమాకాంత్ రెడ్డి, శ్రీను, ఆర్ ఐ సందీప్, కృష్ణయ్య, సర్వేయర్ విజయ్, లక్ష్మణ్, ఖదీర్, స్వప్న,వెంకటేశ్వర్లు,కాంగ్రెస్ యువ నాయకులు మేరావత్ మునినాయక్, బద్రి నాయక్, రామకృష్ణ నాయక్, శంకర్ నాయక్, సేవా నాయక్, జబ్బార్ నాయక్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# నకిలీ పురుగుమందుల విక్రయం

## - నల్లగొండ జిల్లా మిర్యాలగూడలో నకిలీ క్రిమిసంహారక మందులు విక్రయిస్తున్నారనే విషయం తేటతెల్లమైంది
## - పేరుగాంచిన కంపెనీల పేరుతోనే నకిలీ మందులు మార్కెట్లో విక్రయిస్తున్నారు

**నల్గొండ ప్రతినిధి ( మన వెలుగు ) అక్టోబర్ 18 :**నల్లగొండ జిల్లా మిర్యాలగూడలో నకిలీ క్రిమిసంహారక మందులు విక్రయిస్తున్నారనే విషయం తేటతెల్లమైంది. పేరుగాంచిన కంపెనీల పేరుతోనే నకిలీ మందులు మార్కెట్లో విక్రయిస్తున్నారు. వ్యవసాయ అధికారుల తనిఖీలలో గురువారం బట్టబయలైంది. దుకాణాలలో లభించే పురుగుమందులు కొనుగోలు చేస్తున్న రైతులు నిండా మనుగుతున్నారు.వివరాల ప్రకారం.. మిర్యాలగూ డ పట్టణంలోని ఏచూరి శ్రీనివాస్ ఫర్టిలైజర్స్ అండ్ సీడ్స్ దుకాణంలో జిల్లా వ్యవసాయ అధికారి శ్రవణ్ కుమార్, సిజెంటా కంపెనీ ప్రతినిధులు తనిఖీలు నిర్వహించారు. కాగా సిజెంట కంపెనీకి చెందిన క్రిమిసంహారక మందులు నకిలీవి ఉన్నట్లుగా వ్యవసాయ అధికారుల ముందు కంపెనీ ప్రతినిధులు తేల్చారు.

**పురుగు మందులు లభించును...**

సుమారుగా 52,900 విలువైన సిజెంట కంపెనీ నకిలీ పురుగు మందులను సీజ్ చేశారు. ఈ విషయంపై ఫర్టిలైజర్ డీలర్ ను అధికారులు ప్రశ్నించగా తాను రాజశేఖర్ రెడ్డి అనే వ్యక్తి ద్వారా రమేష్ బాబు అనే డీలర్ వద్ద కొనుగోలు చేసినట్లు తెలిపారు.మధ్యవర్తిని పిలిపించి ప్రశ్నించగా అతను దామరచర్ల మండలం వీర్లపాలెం కు చెందిన ఆగ్రోస్ రైతు సేవ కేంద్రం నిర్వాహకుడు రాజిరెడ్డి ద్వారా కొనుగోలు చేసినట్లు తెలిపారు. అధికారులు కంపెనీ ప్రతినిధులు రాజిరెడ్డిని ప్రశ్నించగా తాము గుంటూరుకు చెందిన రమేష్ నాయక్ అనే వ్యక్తి ద్వారా కొనుగోలు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. కాగా నకిలీ పురుగు మందుల విషయంపై వాడపల్లి పోలీసులకు మిర్యాల గూడ మండల వ్యవసాయ అధికారి సైదా నాయక్ ఫిర్యాదు చేశారు. అదేవిధంగా నకిలీ పురుగు మందులు విక్రయిస్తున్న ఫర్టిలైజర్ షాప్ ను సీజ్ చేస్తున్నట్లు జిల్లా వ్యవసాయ అధికారి శ్రవణ్ కుమార్ తెలిపారు. వారి వెంట మిర్యాలగూడ ఏ డి ఏ సింగ్ ఉన్నారు. రైతులు నకిలీ పురుగుమందులు కొనుగోలు చేసి మోసపోవద్దని పేర్కొన్నారు.

# విశుద్ధ భక్తులుగా మార్చే భక్తిమంత్రం దామోదర దివ్య లీల!

పరమ పవిత్రమైన కార్తీకమాసానికే 'దామోదర మాసమని' కూడా పేరు. వైష్ణవ సంప్రదాయాన్ని పాటించేవారిలో కొందరు ఈ ప్రత్యేక మాసాన్ని పౌర్ణమినుండి పౌర్ణమివరకు, మరికొందరు అమావాస్యనుండి అమావాస్య వరకు జరుపుకుంటారు. ఈ మాసం పొడుగునా భక్తులు శ్రీకృష్ణుడిని దామోదరుడిగా కొలవడం విశేషం. తల్లి యశోద చేతిలో బద్ధుడై తాడుతో రోకలికి కట్టేయించుకున్న చిన్ని కృష్ణుని లీలనే 'దామోదర లీల'గా ప్రసిద్ధి చెందింది. ఆ విశేషాలే ఈవారం ఇక్కడ.

**గోష్టే దామోదర ఇతి గోపీభిః పరిగీయత....**

శ్రీకృష్ణునికిగల ఈ దామోదర నామం గొప్పతనాన్ని ఈ శ్లోకం చక్కగా వివరించింది. శ్రీకృష్ణుడు ఏ విధంగా భక్త పరాధీనుడో 'దామోదర లీల' చాటుతుంది. శ్రీకృష్ణుడు దేవాదిదేవుడైనా, దేవతామూర్తులు అందరూ వారి ఆధీనంలోనే వున్నా తన విశుద్ధభక్తురాలైన యశోదమ్మకు మాత్రం తానే బద్ధుడయ్యాడు. అదెలా అన్నదే ఇక్కడ అత్యంత ఆసక్తికరం. యశోదా కృష్ణుల మధ్యగల ఈ వాత్సల్యరసాన్ని శ్రీల ప్రభుపాదులవారు గొప్పగా వ్యాఖ్యానించారు. 'దేవదేవుడైన శ్రీకృష్ణుని లీలలతో కలిగే సంభ్రమాశ్చర్యాలకు ఇదొక ఉదాహరణ. సకల సర్వావస్థలలోనూ భగవంతుడు భగవంతుడే. తాను దేవాదిదేవుడైనా సరే, తన శుద్ధభక్తుని ముందు మాత్రం ఒక ఆటవస్తువుగా మారతాడు. విశుద్ధభక్తులైనవారు కేవలం అంతటి నిర్మలమైన ప్రేమభావనతోనే శ్రీకృష్ణునికి భక్తిపూర్వక సేవలు చేస్తారు. ఆ సమయంలో ఆ శుద్ధభక్తులు ఒక్కోసారి భగవంతుని నిజస్థితినీ మరచిపోతుంటారు. సహజ అనురాగంతో, అప్రయత్న పూర్వకంగా, ఐశ్వర్యభావ రహితంగా వారు చేసే ఆరాధనలను భగవంతుడు మరింత ప్రియంగా స్వీకరిస్తాడు.

**భగవంతుడు ఎప్పుడు అతిప్రసన్నుడవుతాడు?**

సాధారణంగా, ఎక్కువ మంది భక్తులు భగవంతుణ్ణి ఐశ్వర్యభావంతోనే సేవిస్తుంటారు. కానీ, భక్తుడు తన విశుద్ధమైన ప్రేమానురాగాల కారణంతో 'భగవంతుడు తనకన్నా అంత ముఖ్యుడు కాదని' తలుస్తుంటాడు. అప్పుడే ఆ దేవదేవుడు అతిప్రసన్నుడవుతుంటాడు. ఆదిధామమైన గోలోక బృందావనంలో ఇలాంటి భావనలోనే దామోదర లీలలు సాగాయి. కృష్ణుని స్నేహితులు అతనిని తమలో ఒకనిగానే భావించారు. మర్యాదపూర్వకమైన ప్రత్యేకతలు చూపాలని అనుకోలేదు. అదే విధంగా, విశుద్ధభక్తులైన శ్రీకృష్ణుని తల్లిదండ్రులుకూడా అతనిని తమ పిల్లాడిలానే భావించారు. తల్లిదండ్రుల చివాట్లనూ 'వేదమంత్రాల ప్రార్థనలకన్నా ప్రియంగా' విన్నాడు. జనసామాన్యాన్ని ఆకర్షించే నిమిత్తం దివ్యధామమైన గోలోక బృందావనంలోని తన నిత్యలీలలను ప్రదర్శించేందుకు ఆ దేవదేవుడైన శ్రీకృష్ణుడు ఈ భౌతిక జగత్తులో అవతరించినపుడు తన తల్లి యశోదకు సంపూర్ణ ఆధీనతనే ప్రదర్శించాడు. వెన్నకుండలను పగులగొట్టి అందులోని వెన్నను మిత్రులకు, తోటి ఆటగాళ్లకు, బృందావనంలోని భాగ్యవంతమైన కోతులకు పంచి పెట్టి, యశోదమ్మ కూడబెట్టిన వెన్నను పాడు చేసేవాడు.

**కన్నీటి పర్యంతమైన కృష్ణుడు....**

యశోదమ్మ అది చూసి, ప్రేమతో తన పుత్రునిపట్ల ఒక బూటకపు శిక్షను ప్రదర్శించాలని అనుకుంది. సాధారణంగా, ఇండ్లలో జరిగే విధంగా 'ఒక తాడు తెచ్చి బంధిస్తున్నానని' కృష్ణుడిని భయపెట్టింది. యశోదమ్మ చేతిలోని తాడును చూసి భగవంతుడు భయంతో తల దించుకొని, సామాన్య బాలుని వలె ఏడవటం ప్రారంభించాడు. ఆ కన్నీటితో కంటి కాటుక చెదరిపోయింది. కన్నీరు చిన్నిబుగ్గలపై ఏకధాటిగా కారసాగింది. శ్రీకృష్ణుని దివ్యస్థితిని గురించి తెలిసిన కుంతీదేవికి ఈ సన్నివేశం అత్యంత ప్రియంగా తోచింది. వాస్తవానికి, శ్రీకృష్ణుడు భయానికే భయం కలిగించేవాడైనా తనను శిక్షించాలనుకున్న తల్లిని చూసి భయపడ్డాడు.

కుంతీదేవికి ఆ దేవదేవుని దివ్యత్వం తెలుసు. యశోదమ్మ ఇవేవీ పట్టించుకోలేదు. ఆమె స్థితి కుంతీదేవికన్నా ఉన్నతమైంది. యశోదమ్మ భగవంతుడినే తన పుత్రునిగా పొంద గలిగింది. అయితే, తన పుత్రుడు భగవంతుడనే విషయాన్ని యశోదమ్మ మరచిపోయేలా చేసింది ఆ దేవదేవుడే. ఒకవేళ ఆమెకు శ్రీకృష్ణుని దివ్యత్వమే తెలిసి వుంటే అతనిని శిక్షించడానికి సంకోచించేది. కానీ, తాను తన ప్రియమైన తల్లిముందు బాల్యచేష్టలను ప్రదర్శించాలని శ్రీకృష్ణుడు తలచడం వల్ల ఆ విషయాన్ని యశోదమ్మ మరచిపోయేలా చేశాడు. ఆ తల్లి తనయుల నడుమ వాత్సల్య భావన అక్షరాలకు అందనిది. అత్యంత సహజాతి సహజంగా అది వెల్లడైంది. ఈ సంఘటనను తలచుకున్న కుంతీదేవి మోహపరవశు రాలైంది. ఆ తల్లీ తనయుల ప్రేమను కీర్తించడం కన్నా మరొకటి చేయలేకపోయింది.

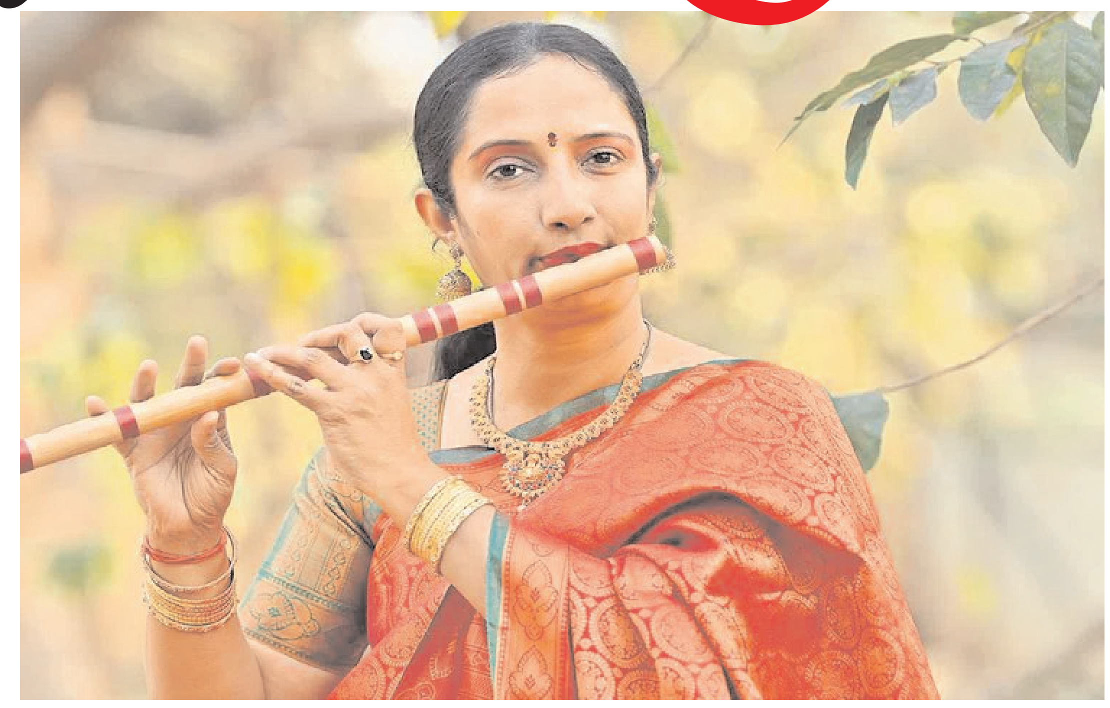
సర్వశక్తి సంపన్నుడైన శ్రీకృష్ణుడినే ప్రియపుత్రునిగా అదుపులో వుంచగలిగిన యశోదమ్మ ప్రేమస్థితి అద్వితీయం, అనిర్వచనీయం. చరాచర జగత్తులోని సమస్త ప్రాణులకూ ముక్తిని ప్రసాదించేవాడైన ఆ దేవదేవునితో బ్రహ్మదేవుడు గాని, పరమశివుడు గాని, చివరకు అర్ధాంగి సాక్షాత్తు లక్ష్మీదేవి గాని పొందని దుర్లభమైన కృప తల్లి యశోద పొందింది (శ్రీమద్భాగవతం: 10.9.20). శ్రీల ప్రభుపాదవంటి గొప్ప విశుద్ధభక్తుని మార్గనిర్దేశకత్వంలో 'మనమూ శ్రీకృష్ణునిపై అంతటి గొప్పభక్తిని కలిగివుందాం'. అంతటి నిర్మల భక్తుడు మాత్రమే కృష్ణభక్తిని జాతి, కుల, మత బేధాలకు అతీతంగా సమస్త మానవాళికీ ప్రసాదించగలడు. ఎంతోమంది తాము భగవంతుడవ్వాలనే కోరికతో ఆధ్యాత్మికంగా అనేక ప్రయత్నాలు చేస్తుంటారు. అలాంటి వారికి చివరకు మిగిలేది వట్టి ప్రయాస మాత్రమే. ఎందుకంటే, జీవాత్మ ఎన్నటికీ భగవంతుడు కాలేడు గనుక. భగవంతుడనేవాడు ఎన్నటికీ ఒక్కడే.

# మిసిమి జడకు పసిమి తళుకు

మిసిమి జడకు పసిమి తళుకు ముచ్చటైన చీరకు చూడచక్కని వాలుజడ తోడైతే ఆ అందం గురించి ఎంత చెప్పుకొన్నా తక్కువే అవుతుంది. సిగ అల్లికల అలంకారం కోసం నాగరం నుంచి జడకుప్పెల దాకా ఎన్నెన్నో నగలు మేమంటే మేమని పోటీ పడుతుంటాయి. ముచ్చటైన చీరకు చూడచక్కని వాలుజడ తోడైతే ఆ అందం గురించి ఎంత చెప్పుకొన్నా తక్కువే అవుతుంది. సిగ అల్లికల అలంకారం కోసం నాగరం నుంచి జడకుప్పెల దాకా ఎన్నెన్నో నగలు మేమంటే మేమని పోటీ పడుతుంటాయి. ఇక్కడ కండ్లను కట్టిపడేసేలా కనిపిస్తున్నది కిషన్‌దాస్ జువెలరీ సంస్థ రూపొందించిన మేలిమి బంగారు జడ.

బర్మీస్ రూబీ, పోల్కీలను జతచేసిన ఈ జడకు చివర జడకుచ్చులు అందంగా వేలాడేలా రూపొందించారు. మీనం ఆకృతిలో వచ్చే డిజైన్ దీనికి ప్రత్యేక ఆకర్షణ. దానిపైన పచ్చలు, కెంపులు, పోల్కీలు పొదిగి చేసిన జడబిళ్లకు రెండు వైపులా ముత్యాలసరాలు ముగ్ధంగా అమరిపోయాయి. ఎంబ్రాయిడరీ చేసిన ఆఫ్‌వైట్ రంగు చీర రితికా మీర్‌చందానీ కలెక్షన్‌లోనిది.

# వేణుగానం జయప్రదం



వేణుగానం జయప్రదం రేపల్లెను మురిపించిన మురళి, గోపికలను బులిపించిన రవళి.. జయప్రదా రామమూర్తిని కూడా వేణుగాన విద్వాంసురాలిని చేసింది. తొలి మహిళా ఫ్లూటిస్ట్‌గా రికార్డులకు ఎక్కించింది. వేణువుతో జయప్రద స్నేహం ఓ రేణువులానే మొదలైంది.. రేపల్లెను మురిపించిన మురళి, గోపికలను బులిపించిన రవళి.. జయప్రదా రామమూర్తిని కూడా వేణుగాన విద్వాంసురాలిని చేసింది. తొలి మహిళా ఫ్లూటిస్ట్‌గా రికార్డులకు ఎక్కించింది. వేణువుతో జయప్రద స్నేహం ఓ రేణువులానే మొదలైంది..ఇంటి పనుల్లో తలమునకలైన ఆ గృహిణికి ఇంపైన వేణుగానం వినిపించింది. తను కూడా గాయని కావడంతో ఆ వాద్య సంగీతాన్ని మనసారా ఆస్వాదించింది. 'ఎవరిదో ఈ మురళీ గానం..' అనుకుంటూ తలతిప్పి చూసింది. తన కళ్లను తానే నమ్మలేకపోయింది. ఎదురుగా కూతురు.. జయప్రద. చేతిలో వేణువు. స్వరానికి తగ్గట్టు పిల్లనగ్రోవిని పలకరిస్తున్న ప్రాణవాయువు. అప్పటికి జయ వయసు పన్నెండు. జయప్రదా రామమూర్తి కుటుంబీకులు కర్ణాటకలోని బళ్లారి ప్రాంతానికి చెందినవారు. తాతల కాలంలోనే హైదరాబాద్‌లో స్థిరపడ్డారు. తండ్రి వెంకటరమణ రామమూర్తి భాభా అటామిక్ రీసెర్చ్ సెంటర్‌లో సైంటిస్ట్. తల్లి ప్రేమా రామమూర్తి సంగీత విద్వాంసురాలు. ఇంట్లో కర్ణాటక సంగీతం మారుమోగేది. తండ్రి శాస్త్రవేత్త కావడంతో అనేకానేక విషయాల మీద లోతైన చర్చలు జరిగేవి. కాబట్టే, 'ఫ్లూటిస్ట్ కాకపోయి ఉంటే కచ్చితంగా ఐఏఎస్ అధికారిని అయ్యేదాన్ని' అంటారు జయప్రద. వేణుగానం మీద మక్కువతో, పాకెట్ మనీలో నుంచి రూ.60 ఖర్చుపెట్టి ఫ్లూట్ కొనుక్కున్నారు జయప్రద. తొలిరోజుల్లో సొంతంగానే సాధన చేసినా.. ఆ తర్వాత నటేషన్ రమణి దగ్గర శిష్యరికం చేశారు. హరిప్రసాద్ చౌరాసియా సమక్షంలో కొంతకాలం సాధన చేశారు.

**సంగీతమా? చదువా?**

ప్రతి మనిషి జీవితంలో ఎత్తుపల్లాలు ఉంటాయి. గడ్డుకాలం వచ్చి తీరుతుంది. జయప్రద కూడా అలాంటి సవాళ్లను ఎదుర్కొన్నారు. తండ్రి అకాల మరణం ఆ కుటుంబంలో ఓ పెద్ద కుదుపు. చదువు, వేణుగానం.. ఏదో ఒకటి ఎంచుకోవాల్సిన పరిస్థితి వచ్చింది. ఆర్థిక ఇబ్బందుల కారణంగా ఐఏఎస్ ఆలోచనకు స్వస్తి పలికారు. సంగీతాన్ని కెరీర్‌గా ఎంచుకున్నారు. 'ఏదైనా సాధించాలనుకుంటే మనసులో గట్టిగా సంకల్పించుకుంటే సరిపోతుంది' అనే మాట జయప్రద విషయంలో నిజమైంది. గొప్ప ఫ్లూటిస్ట్‌గా పేరు తెచ్చుకోవాలనేది ఆమె లక్ష్యం. అందుకు అనుక్షణం శ్రమించారు. కఠోర సాధన చేశారు. వందలాది ప్రదర్శనలిచ్చారు. అప్పటి రాష్ట్రపతి కె.ఆర్. నారాయణన్ ఓసారి టెలివిజన్‌లో జయప్రద వేణుగానాన్ని తిలకించారు, ఆలకించారు. ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ గవర్నర్ ద్వారా జయప్రదను రాష్ట్రపతి భవన్‌కు ఆహ్వానించారు. కచేరీ పెట్టించారు. 'ఎప్పటికైనా నువ్వు గొప్ప వేణుగాన విద్వాంసురాలివి అవుతావు' అంటూ ప్రశంసించారు.

**సినిమాల్లోకి..** దర్శకేంద్రుడు కె.రాఘవేంద్ర రావు దర్శకత్వంలో వచ్చిన 'ఓం నమో వేంకటేశాయ' సినిమా ద్వారా జయప్రద వెండి తెర ఫ్లూటిస్ట్‌గా పరిచయం అయ్యారు. ఆ తర్వాత మరిన్ని అవకాశాలు వెతుక్కుంటూ వచ్చాయి. 'బాహుబలి-2', 'వకీల్‌సాబ్' వంటి పెద్ద సినిమాలకూ పనిచేశారు. త్వరలోనే, సంగీత దర్శకుడు కోటి నేతృత్వంలో ఓ ప్రాజెక్టు కోసం పని చేయనున్నారు. తన వేణుగాన ప్రస్థానంలో జయప్రద ఎన్నో రికార్డులు సాధించారు. ఆమె ఇరవై రకాల ఫ్లూట్స్ వాయించగలరు. స్వరాల నాణ్యత వేణువు పైనే ఆధార పడుతుంది. కాబట్టే అస్సాం, బొంబై, చెన్నై, బెంగళూరు నుంచి వేణువులు తెప్పించుకుంటారు. అన్నమయ్య లక్ష గళార్చన కార్యక్రమానికి గానూ.. ప్రపంచ రికార్డు నమోదు చేశారు. భారత సాంస్కృతి క శాఖ నుంచి నేషనల్ ఫెలోషిప్ కూడా అందుకున్నారు. కంచి పీఠం, శ్రీశైలం, గురువాయూర్, యాదాద్రి, వేములవాడ తదితర ఆధ్యాత్మిక క్షేత్రాలకు ఆస్థాన విద్వాంసురాలుగానూ ఉన్నారు జయప్రద.

**ప్రపంచ దేశాల్లో..** చదువుకునే రోజుల్లో ప్రపంచ పటంలో వివిధ దేశాల పేర్లు చూసి 'భూమి మీద ఇన్ని దేశాలున్నాయా? వీలైతే అన్నీ చుట్టేయాలి' అనుకునేవారు జయప్రద. ఆ కోరిక ఇప్పుడు నెరవేరింది. రష్యా, చైనా, అమెరికా, ఆస్ట్రేలియా తదితర దేశాల్లో ప్రదర్శనలిచ్చారు. వేల కచేరీలు చేసినా.. ప్రతి కచేరీని తొలి ప్రదర్శనగానే భావిస్తారు. అంతే శ్రద్ధగా శ్రోతల్ని అలరిస్తారు. కొన్నివేల కరతాళ ధ్వనులు ఆమె వేణుగాన ప్రతిభకు సాక్ష్యాలుగా నిలిచాయి. తన దగ్గరికి వచ్చేవారికి ఆమె చెప్పే మాట ఒకటే.. 'వేణుగానాన్ని నేర్చుకోవాలనుకుంటే, ముందుగా ఆ కళను ప్రేమించడం మొదలుపెట్టండి. ఉపాధిలా కాకుండా ఒక ఉద్యమంలా స్వీకరించండి. సాధన చేస్తూనే ఉండండి'.

# రాతి యుగం నగలు నయా ట్రెండ్

రాతి యుగం నగలు నయా ట్రెండ్ నగల్లో రాళ్లు పొదగడం తెలిసిందే. కానీ, ముందే ఓ పెద్దరాయి తీసుకుని.. దాని ఆధారంగా ఆభరణాన్ని డిజైన్ చేయడం నయా ట్రెండ్. ఇందులో పెండెంట్లు, ఉంగరాలు, దుద్దులు.. ఇలా నగలన్నీ పెద్ద పెద్ద రాళ్లచుట్టే తిరుగుతాయి. 'బిగ్‌స్టోన్ జువెలరీ' అమ్మాయిల మనసులో పెద్ద చోటే సంపాదిస్తున్నాయి

నగల్లో రాళ్లు పొదగడం తెలిసిందే. కానీ, ముందే ఓ పెద్దరాయి తీసుకుని.. దాని ఆధారంగా ఆభరణాన్ని డిజైన్ చేయడం నయా ట్రెండ్. ఇందులో పెండెంట్లు, ఉంగరాలు, దుద్దులు.. ఇలా నగలన్నీ పెద్ద పెద్ద రాళ్లచుట్టే తిరుగుతాయి. 'బిగ్‌స్టోన్ జువెలరీ' అమ్మాయిల మనసులో పెద్ద చోటే సంపాదిస్తున్నాయి. నయా ఫ్యాషన్ అన్న పదం నగలకు కుదిరినంతగా మరి దేనికీ సరిపోదేమో. ఖరీదైన బంగారు ఆభరణాలైనా, పాకెట్ ఫ్రెండ్లీ ఫ్యాన్సీ నగలైనా.. ఎప్పటికప్పుడు అప్‌డేట్ అవుతూనే ఉంటాయి. కొత్తకొత్త డిజైన్లతో కొంగొత్త రూపాల్లో దర్శనమిస్తూనే ఉంటాయి.

చూడగానే జిగేల్‌మనిపించే రాళ్ల నగలుకూడా ఇప్పుడు నయా లుక్‌లో కనిపిస్తున్నాయి. నగను డిజైన్ చేశాక రాళ్లు కూర్చడం కాదు, రాయిని ఎంచుకున్నాకే నగను డిజైన్ చేస్తారిక్కడ. బంగారం విషయమే తీసుకుంటే పచ్చ, కెంపు, ట్యాంజనైట్‌లాంటి విలువైన రాళ్లను ఉపయోగిస్తున్నారు. వాటి మీద స్వర్ణాన్ని అల్లికలా రూపొందించి, చిన్నచిన్న వజ్రాలు, అమెరికన్ డైమండ్లను పొదుగుతున్నారు. ఈ తరహా ఉంగరాలు రాణీవారి అంగులీకంలా చూడగానే ఆకట్టుకుంటాయి.

దాని మీద బంగారు తాపడంతో కళ్లను కట్టిపడేసేలా అలంకరించడం డిజైనర్ల పని. ఇదే తరహాలో కాలేజీ అమ్మాయిల కోసం ఏడీ స్టోన్, రైన్ స్టోన్, కలర్డ్ మార్బుల్, రెజిన్.. ఇలా రకరకాల రాళ్లతో ఫ్యాన్సీ నగలు రూపొందుతున్నాయి. ఈ మాడళ్లలో ఎక్కువగా సన్నటి గొలుసుకు తగిలించుకునేలా రంగురంగుల లాకెట్లు దొరుకుతున్నాయి. వాటికి తగ్గట్టు ఉంగరాలు, జుంకాలు కూడా వస్తున్నాయి.

# పచ్చదనం.. పరిరక్షకులు

పచ్చదనం.. పరిరక్షకులు అసలే అడవి. అక్కడక్కడా పులులు. హఠాత్తుగా స్మగ్లర్ల దాడులు. అడవిని కాపాడుతూ, వన్యమృగాలకు రక్షణనిస్తూ, స్మగ్లర్ల పాలిట సింహస్వప్నంగా నిలుస్తున్నారు భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా పరిధిలోపనిచేస్తున్న నూట నలభైమంది.. అటవీశాఖ మహిళా ఉద్యోగులు. ఒత్తిళ్లను ఎదుర్కొంటూ, సవాళ్లను అధిగమిస్తూ అడవిలో నిర్భయంగా విధులు నిర్వర్తిస్తున్న ఫారెస్టు అధికారులు, బీట్ సిబ్బందిపై ప్రత్యేక కథనం..

అసలే అడవి. అక్కడక్కడా పులులు. హఠాత్తుగా స్మగ్లర్ల దాడులు. అడవిని కాపాడుతూ, వన్యమృగాలకు రక్షణనిస్తూ, స్మగ్లర్ల పాలిట సింహస్వప్నంగా నిలుస్తున్నారు భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా పరిధిలోపనిచేస్తున్న నూట నలభైమంది.. అటవీశాఖ మహిళా ఉద్యోగులు. ఒత్తిళ్లను ఎదుర్కొంటూ, సవాళ్లను అధిగమిస్తూ అడవిలో నిర్భయంగా విధులు నిర్వర్తిస్తున్న ఫారెస్టు అధికారులు

భద్రాద్రి కొత్తగూడెం అటవీ ప్రాంతం విస్తారమైంది. భద్రాచలం ఏజెన్సీ ప్రాంతమైన చర్ల మండలం నుంచి వైరా నియోజకవర్గం వరకు 4,17,383 హెక్టార్లలో విస్తరించి ఉంది. పచ్చదనాల పట్టుచీర కట్టుకున్న ఆ అడవి తల్లిని అటవీశాఖ మహిళా ఉద్యోగులు కంటికి రెప్పలా కాపాడుతున్నారు. వన సంపదను ఎత్తుకెళ్లడానికి గద్దల్లా ఎదురుచూసే స్మగ్లర్లకు సవాలు విసురుతున్నారు. వన్యప్రాణుల చర్మమాంసాలతో వ్యాపారం చేసుకునే రక్త బేహారులకూ ఇక్కడ కొదవ లేదు. ఆ పహారా బృందం అడుగుల చప్పుడు వినిపిస్తే చాలు.. స్మగ్లర్లకు వణుకే. విద్రోహ శక్తులపై ఉక్కుపాదం మోపే ఆ మహిళలు, మూగ జీవాలు కనిపిస్తే మాత్రం మాతృప్రేమ కురిపిస్తారు. తాగునీటి సౌకర్యం కల్పిస్తారు. పచ్చగడ్డివేసి పొట్ట నింపుతారు. వేసవిలో అయితే.. మరిన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటారు. బీట్ ఆఫీసర్లు, ఫారెస్ట్ గార్డులు, సెక్షన్ అధికారులు, డీఆర్‌ఓలు, రేంజ్ అధికారులు.. హోదా ఏదైనా అదే నిబద్ధత. అంతే చిత్తశుద్ధి. ఉన్నతాధికారులు సైతం ఆ అంకిత భావాన్ని ప్రశంసించిన సందర్భాలు అనేకం.

అనుక్షణం సవాళ్లే..

ఏజెన్సీ గిరిజన ప్రాంతంలో.. అటవీశాఖ మహిళా ఉద్యోగులు మగవాళ్లతో సమానంగా విధులు నిర్వర్తిస్తున్నారు. కిలోమీటర్ల దూరం కాలి నడకనే వెళు_న్నారు. ఎక్కడ ఏ క్రూర మృగాలు ఉంటాయో తెలియని పరిస్థితి. అయినా ధైర్యంగా అడుగు ముందుకేస్తారు. అక్రమ ఇసుక వ్యాపారుల ఆట కట్టిస్తూ..

ప్రకృతికి, పచ్చదనానికి అండగా నిలుస్తున్నారు. సీసీ కెమెరాల నిఘాతో చీమ చిటుక్కుమన్నా కనిపెట్టేస్తున్నారు. చెక్‌పోస్టుల వద్ద మరింత అప్రమత్తంగా ఉంటున్నారు. 'అడవి, అడవిలోని ప్రాణులు-ఈ రెండూ మాకు రెండు కళు_' అంటారు ఫారెస్ట్ బీట్ ఆఫీసర్ జి.శ్రీదేవి. 'అడవిలో పనిచేయడం సవాలే అయినా.. ఇష్టంగా చేస్తున్నాం. అధికారులు కూడా మద్దతుగా నిలుస్తున్నారు. ఇది మా అదృష్టం' అని వివరిస్తారు మరో బీట్ అధికారి శారద. 'మొక్కలు పెంచడం నా లక్ష్యం. అందుకే కోరికోరి ఈ ఉద్యోగంలో చేరాను. మనం ఎన్ని చెట్లు పెంచితే.. పకృతి మనకు అంత మంచి వాతావరణాన్ని ఇస్తుంది. పర్యావరణం బాగుండాలంటే.. ప్రతి ఒక్కరూ మొక్కలు నాటాలి. అడవిని కాపాడాలి. పకృతి ఒడిలో పనిచేయడం అదృష్టంగా భావిస్తున్నా' అంటున్నప్పుడు బీట్ ఆఫీసర్ అనూష మాటల్లో పచ్చదనం పట్ల అవ్యాజమైన ప్రేమ. 'జీవవైవిధ్యమే ప్రకృతి సమతౌల్యానికి ప్రాణం. సృష్టిలోని ప్రతి జీవికీ బతికే హక్కు ఉంటుంది. అందుకే, మేం అడవిలో నీటి కుంటలు ఏర్పాటు చేస్తున్నాం. అడవి నిండా జంతువులు ఉంటే.. స్మగ్లర్లు అటువైపు కన్నెత్తి చూసే ధైర్యం చేయరు' అని వివరిస్తారు దుర్గ.

స్త్రీని ప్రకృతితో పోలుస్తారు కవులు. ఆ ప్రకృతి సంరక్షణ బాధ్యత సాక్షాత్తు స్త్రీకే అప్పగిస్తే.. తనను తాను రక్షించుకున్నట్టు అడవిని కాపాడుకుంటుంది ఆమె. తన బిడ్డల్లానే వన్యమృగాలనూ పోషిస్తుంది. భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లాలో జరుగుతున్నది ఆ అద్భుతమే.

అటవీశాఖలో ఉద్యోగం అంటే రోజూ సవాళ్లే. ఓ సందర్భంలో ఊరు ఊరంతా ఎదురుతిరిగింది. దాడికి వచ్చింది. అయినా బీట్ ఆఫీసర్ అనూష.. వెనక్కి తగ్గలేదు. చాకచక్యంగా గుంపును చెదరగొట్టారు. తానూ సురక్షితంగా బయటపడ్డారు. కొన్నిసార్లు వేటగాళ్లు కంట్లో కారం చల్లే ప్రయత్నం చేస్తారు. స్మగ్లర్లు ప్రాణాలు తీస్తామని బెదిరిస్తారు. అవేవీ.. మహిళా సిబ్బంది ఆత్మస్థయిర్యాన్ని తగ్గించలేక పోయాయి. చేతిలో గన్ లేకపోతేనేం, ఒంటి మీద ఖాకీ యూనిఫామ్‌నే ఆయుధంగా భావిస్తారు.

# వినూత్న.. సృష్టికర్త!

నగలంటే ఏ లోహంతోనో చేసినవి అనుకుంటాం. కానీ పూలు, పండ్లు, గింజలతోనూ ఆభరణాలు రూపొందిస్తున్నారు 'బయో జువెలరీ' డిజైనర్ సృష్టి ఘనావత్. ఆమెది జైపూర్. నగలంటే ఏ లోహంతోనో చేసినవి అనుకుంటాం. కానీ పూలు, పండ్లు, గింజలతోనూ ఆభరణాలు రూపొందిస్తున్నారు 'బయో జువెలరీ' డిజైనర్ సృష్టి ఘనావత్. ఆమెది జైపూర్. చదువుకునే రోజుల్లోనే పర్యావరణానికి హాని కలిగించని నగలు తయారు చేయాలనే ఆలోచన వచ్చింది సృష్టి ఘనావత్‌కు. అలా, దేశంలోనే మొదటి బయోజువెలరీ బ్రాండ్ స్థాపకురాలైంది. '..అది కూడా సహజ సిద్ధంగా దొరికేవి, ఎంత సేకరించినా తరిగిపోని వాటితోనే నగలు తయారు చేయాలని సంకల్పించాను. అందుకే నా మనసు పూలు, పండ్లు, గింజలు, సుగంధ ద్రవ్యాల్లాంటి వాటి మీదికి పోయింది. వీటిని నగల్లో ఎలా ఇమడ్చాలనే కోణంలో చాలా కసరత్తు చేశాను. ఇది ఆరంచెల ప్రక్రియ. చివరి దశలో.. ఎక్కువకాలం మన్నేలా కోటింగ్ ఇస్తాం.

చివరగా ఇరవై నాలుగు క్యారెట్ల బంగారంతో పూత పూస్తాం. ఫినిషింగ్ తర్వాత అచ్చమైన బంగారు ఆభరణాల్లానే అనిపిస్తాయి. అన్నట్టు, ఇటీవల మేం తీసుకొచ్చిన స్పైస్ కలెక్షన్‌కు మంచి పేరొచ్చింది. ఇందులో లవంగాలు, దాల్చిన చెక్క, మొగ్గ, మిరియాలు, పువ్వు.. లాంటి మసాలా దినుసులతో చెవి దుద్దులు, బ్రేస్‌లెట్లు, గొలుసులు రూపొందించాం. ఇవి కాక ఖర్జూరాలు, శీకాకాయలాంటివీ మా ఆభరణాల్లో ఇమిడిపోయాయి. పర్యావరణాన్ని ప్రేమించే వారంతా ఈ నగల్నీ ఇష్టపడుతారు' అంటారు సృష్టి. బయో జువెలరీ అంటే ప్రకృతికి మరింత అందాన్ని అద్దడమే!

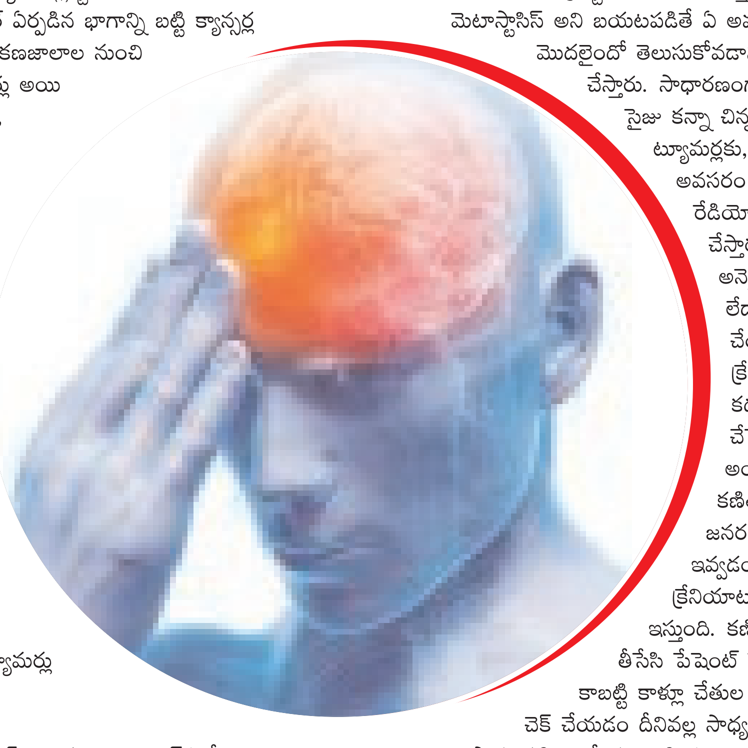
మన వెలుగు
ప్రతి వార్త ప్రజల పక్షం తెలుగు దినపత్రిక
MANA VELUGU TELUGU DAILY
శనివారం 19 అక్టోబర్ 2024

# తలనొప్పిని తేలిగ్గా తీసుకోవద్దు!

**బ్రెయిన్ ట్యూమర్...**

తలనొప్పే కదా అనుకుంటే దాని వెనుక ప్రమాదం ఉండొచ్చు. మందులు వాడినా తలనొప్పి తగ్గదు. కాని పెరుగుతూ ఉంటుంది. రెండు వారాల వరకు అలాగే ఉందంటే మెదడులో ఏ కణితో ఉందేమో అని అనుమానించాలంటున్నారు వైద్యులు. మెదడులో ఏర్పడిన కణితివల్ల ఇంట్రా క్రేనియల్ ప్రెషర్ పెరిగి, ఆయా నరాలపై ప్రభావం పడుతుంది. అందుకే తలనొప్పితో పాటు వాంతులు, చూపు మసకబారడం, ఫిట్స్ లాంటివి వస్తాయి. వీటిని ఏమాత్రం నిర్లక్ష్యం చేయొద్దు.

మెదడులో ఏర్పడే కణితులు క్యాన్సర్ వల్లనే కాదు.., క్యాన్సర్ కాని కణుతులు కూడా ఏర్పడవచ్చు. వీటిని బినైన్ ట్యూమర్లు అంటారు. మెనింజోమాస్, ష్వానోమాస్, పిట్యుటరీ ట్యూమర్లు సాధారణంగా బినైన్ కణితులే ఉంటాయి. గ్లియోమాస్, మెడ్యులో బ్లాస్టోమాస్, లింఫోమాస్ లాంటివి క్యాన్సర్ కణుతులు. ట్యూమర్ ఏర్పడిన భాగాన్ని బట్టి క్యాన్సర్ల పేర్లు ఉంటాయి. న్యూరోఎపిథీలియల్ కణజాలాల నుంచి పుట్టేవి సాధారణంగా గ్లయల్ ట్యూమర్లు అయి ఉంటాయి. వీటిలో ఆస్టియోసైటోమాస్, ఆలిగోడెంట్రో గ్లయోమాస్, ఎపెన్డైమోమాస్ ప్రధానమైనవి. ష్వానోమాస్, న్యూరోఫైబ్రోమాస్ కణుతులు క్రేనియల్ లేదా స్పైనల్ నరాల నుంచి పుడుతాయి. మెదడు పొరలనుంచి పుట్టేవి మెనింజోమాస్. పిట్యుటరీ గ్రంథిలో రెండు రకాల కణుతులు ఏర్పడుతాయి. కొన్ని గ్రంథి పనితీరును దెబ్బతీస్తాయి. కొన్ని నాన్ ఫంక్షనల్ భాగాల్లో ఏర్పడుతాయి. ఫంక్షనల్ ట్యూమర్లు – ప్రొలాక్టినోమాస్, గ్రోత్ హార్మోన్ సెక్రిటింగ్ ట్యూమర్లు. కాగా నాన్ ఫంక్షనల్ ట్యూమర్లను అడినోమాస్ అంటారు. ఇవి గాకుండా లింఫోమాస్, జెర్మ్ సెల్ ట్యూమర్లు, మెటాస్టాటిక్ ట్యూమర్లు కూడా మెదడులో ఏర్పడుతుంటాయి.



**లక్షణాలు...**

మెదడు పై భాగం (సుప్రా టెంటోరియల్ విభాగం – సెరిబ్రమ్)లో అంటే ఫ్రంటల్ లోబ్‌లో కణితి ఏర్పడినప్పుడు జ్ఞాపక శక్తి తగ్గిపోతుంది. ప్రవర్తనలో మార్పులు, మూత్ర విసర్జనలో సమస్యలు, కాళ్లూచేతులు బలహీనం అవుతాయి. మాటపై కూడా ప్రభావం పడుతుంది. పెరిటల్ లోబ్‌లో కణితి ఉంటే స్పర్శ దెబ్బతింటుంది. చేతితో ఏదైనా పట్టుకున్నా స్పర్శ తెలియదు. టెంపోరల్ లోబ్‌లో కణితి ఉంటే వినికిడి, వాసనలకు సంబంధించిన సమస్యలు వస్తాయి. ఏ శబ్దమూ లేకపోయినా ఏదో వినిపిస్తుంది. ఏమీ లేకపోయినా వాసన వస్తుంది.

ఆక్సిపీటల్ లోబ్‌లో కణితి ఉంటే దృష్టి క్షేత్రంలో లోపాలు వస్తాయి. ఎదురుగా ఉన్నది మొత్తం కనిపించదు.

మెదడు కింది భాగంలో (ఇంట్రా టెంటోరియల్ విభాగం – బ్రెయిన్ స్టెమ్, సెరిబెల్లమ్, క్రేనియల్ నరాలు) కణితి ఏర్పడినప్పుడు నడకలో సమస్య అంటే సరిగ్గా నడవలేరు. తూలుతూ ఉంటారు. మింగడం, మాటలో సమస్య ఉంటుంది. కంట్రోల్ లేకుండా కళ్లు పైకీ కిందకీ, పక్కలకీ కదిలిస్తుంటారు. (నిస్టేగ్మస్).

**చికిత్స...**

ముందుగా మెదడుకు సిటి స్కాన్ చేస్తారు. ఆ తరువాత కణితి ఏ గ్రేడ్‌లో ఉందో తెలుసుకోవడానికి కాంట్రాస్ట్‌తో ఎంఆర్ఐ చేస్తారు. ఒకవేళ అది మెటాస్టాసిస్ అని బయటపడితే ఏ అవయవం దగ్గర కణితి మొదలైందో తెలుసుకోవడానికి పెట్–సిటి చేస్తారు. సాధారణంగా 3 సెంటీమీటర్ల సైజు కన్నా చిన్నగా ఉండే ట్యూమర్లకు, ష్వానోమాస్‌కి సర్జరీ అవసరం ఉండదు. రేడియోథెరపీతో చికిత్స చేస్తారు. సర్జరీని జనరల్ అనెస్తీషియాలో చేయొచ్చు. లేదా అవేక్ సర్జరీ కూడా చేయొచ్చు. దీన్ని అవేక్ క్రేనియాటమీ అంటారు. కదలికలను కంట్రోల్ చేసే మోటార్ భాగంలో అంటే ఫ్రంటల్ లోబ్‌లో కణితులు ఏర్పడినప్పుడు జనరల్ అనెస్తీషియా ఇవ్వడం కన్నా అవేక్ క్రేనియాటమీ మంచి ఫలితాన్ని ఇస్తుంది. కణితిలో కొంచెం భాగం తీసేసి పేషెంట్ మెలకువతో ఉంటాడు కాబట్టి కాళ్లూ చేతుల కదలిక ఎలా ఉందో చెక్ చేయడం దీనివల్ల సాధ్యమవుతుంది.

కొన్నిసార్లు కణితిని తీయడానికి ముట్టుకోగానే కదలిక ప్రభావితం కావొచ్చు. ఇలాంటప్పుడు దాన్ని శస్త్రచికిత్సతో తీయకుండా, కీమో లేదా రేడియేషన్ ఇస్తారు. కదలికలు దెబ్బతినకుండా సర్జరీ చేయడం ఈ విధానంలో సాధ్యపడుతుంది.

**స్టీరియోటాక్టిక్ బయాప్సీ...**

పుర్రె తెరువకుండా దాదాపు 2 మి.మీ. రంధ్రం చేసి, దాని గుండా చిన్న సూదిని పంపి చేసే బయాప్సీ ఇది. ఈ విధానంలో మొదట తలకు ఒక ఫ్రేమ్ ఫిక్స్ చేస్తారు. లోకల్ అనెస్తీషియా ఇస్తారు. తరువాత సిటి/ఎంఆర్ఐ చేస్తారు. అప్పుడు కొన్ని కొలతల ఆధారంగా సూదిని ఎక్కడి నుంచి, ఎంత పొడవు వరకు లోపలికి పంపాలనేది నిర్ణయిస్తారు. ఆ సూదితో బయాప్సీ తీస్తారు.

స్టీరియాటాక్టిక్ బయాప్సీ సాధారణంగా వృద్ధులు, జనరల్ అనెస్తీషియా ఇవ్వలేని వాళ్లకు, ఎక్కువ చోట్ల కణితులున్నవాళ్లకు, కణితి మెదడులో లోతుగా, లోపలి కణజాలాల్లో ఏర్పడినప్పుడు, మోటార్ కార్టెక్స్, థాలమస్, బ్రెయిన్ స్టెమ్ లాంటి కీలకమైన భాగాల్లో కణితులు ఏర్పడినప్పుడు ఈ రకమైన బయాప్సీ చేస్తారు. సాధారణంగా మెదడులో లోతుగా ఉన్న కణజాలాల్లో ఏర్పడే కణితులు క్యాన్సర్‌వే అయివుంటాయి. వీటికి కీమో లేదా రేడియేషన్ ఇస్తారు. ఎక్కువ చోట్ల కణితులుండడానికి కారణం టిబి అవ్వొచ్చు.

**కారణాలు...**

డిఎన్ఎలో ఉత్పరివర్తనాలు (మార్పులు) సంభవించడం ట్యూమర్ సప్రెసార్ జీన్స్ (పి53) ఇన్‌హిబిషన్ వల్ల అసాధారణ పెరుగుదల కనిపిస్తుంది.

**వంశపారంపర్య కారణాలు –** న్యూరోఫైబ్రోమాస్, వాన్ హిప్పెల్ లిండో (విహెచ్ఎల్) సింట్రోమ్ లాంటివి తీవ్రమైన గాయాలు (ట్రామా)

**ఆధునిక సర్జరీలు**

**మైక్రోస్కోపిక్ సర్జరీ –** మెదడు లోపలి భాగాలను మాగ్నిఫై చేసి చూపిస్తుంది కాబట్టి నార్మల్‌గా ఉన్న మెదడు కణజాలానికి, ట్యూమర్ కణజాలానికి మధ్య తేడా స్పష్టంగా తెలుస్తుంది.

**ఎండోస్కోపిక్ సర్జరీలు –** పిట్యుటరీ కణితులకు ముక్కులో నుంచి వెళ్లి కణితి తీస్తారు.

**అల్ట్రాసోనిక్ యాస్పిరేటర్**

**ఇంట్రా ఆపరేటివ్ ఎంఆర్ఐ –** సర్జరీ తరువాత ఆపరేషన్ బెడ్ మీదనే ఎంఆర్ఐ చేసి ఇంకా ఎంత ట్యూమర్ తీయాలి అనేది చూసుకోవచ్చు. రికరెన్సీ తగ్గించొచ్చు.

**న్యూరో నావిగేషన్ –** తలపై ప్రోబ్ పెట్టగానే ట్యూమర్ ఏ భాగంలో ఉందో చూపిస్తుంది. కాబట్టి ట్యూమర్ ఉన్న భాగంలోనే కట్ చేసి ఆపరేషన్ చేయొచ్చు. మొత్తం ఓపెన్ చేయాల్సిన అవసరం ఉండదు.

**సర్జరీ తరువాత...**

బయాప్సీలో కణితి బినైన్ దా, క్యాన్సర్‌దా అనేది తెలిసిపోతుంది. బినైన్ ట్యూమర్ అయితే 6 నెలలకు ఒకసారి ఫాలోఅప్‌కు రమ్మంటారు. క్యాన్సర్ కణితి అయితే రేడియేషన్, కీమోథెరపీ కోసం క్యాన్సర్ స్పెషలిస్టు దగ్గరికి పంపిస్తారు.

# మానసిక సమస్యల్లో మన దేశమే టాప్!...

శరీరానికి ఏ చిన్న దెబ్బ తగిలినా డాక్టర్ దగ్గరికి పరుగులు తీస్తాం. అదే.. మనసుకు గాయమైతే ఏడుస్తూ కూచుంటాం. అందుకే మనదేశంలో మానసిక సమస్యలు, డిప్రెషన్లు, ఆత్మహత్యలు, సైకోపతిక్ సమస్యలు ఎక్కువౌతున్నాయి. ప్రపంచంలోనే చైనాతో పాటుగా ఈ అంశంలో మనమే ముందున్నామని, ఇప్పటికైనా మేల్కోవాలని సూచిస్తున్నాయి ఇటీవలి అధ్యయనాలు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా మానసిక సమస్యలున్నవాళ్లు చికిత్స తీసుకోకుండా ఉన్నవాళ్లలో మూడొంతుల మంది ఇండియా, చైనా దేశాల్లోనే ఉన్నారని ఇటీవలి అధ్యయనంలో తేలింది. లండన్ స్కూల్ ఆఫ్ హైజిన్ అండ్ ట్రాపికల్ మెడిసిన్‌కి చెందిన ప్రొఫెసర్ విక్రమ్ పటేల్ బృందం నిర్వహించిన అధ్యయనంలో ఆలోచించాల్సిన అంశం వెలుగుచూసింది. ఈ అధ్యయన ఫలితాలను ప్రముఖ అంతర్జాతీయ పత్రిక లాన్సెట్ ప్రచురించింది. ఇండియా, చైనా దేశాల్లో కలిపి 2.5 బిలియన్లకు పైగా జనాభా ఉంది. అంటే ప్రపంచ జనాభాలో ఇది 38 శాతం. మానసిక, న్యూరలాజికల్ సమస్యలతో ఉన్నవాళ్లలో మూడొంతుల మంది ఈ రెండు దేశాల్లోనే ఉన్నారు. అంటే అభివృద్ధి చెందిన దేశాల్లో కన్నా ఈ సంఖ్య ఎక్కువ. వీళ్లు చికిత్స తీసుకోకుండా ఇలాగే ఉంటే 2025 నాటికి 39.6 మిలియన్ల సంవత్సరాల ఆరోగ్యకరమైన జీవితాన్ని చైనీయులు, 38.1 మిలియన్ సంవత్సరాల ఆరోగ్యకరమైన జీవితాన్ని భారతీయులు కోల్పోతారని అధ్యయనకారులు హెచ్చరిస్తున్నారు. మానసిక వైద్యం కోసం తగినంత బడ్జెట్ లేకపోవడం, మానసిక వైద్య నిపుణులు చాలా తక్కువ సంఖ్యలో ఉండడం, గ్రామాల్లో మానసిక సేవలు లభించకపోవడం లాంటి కారణాలు ఒక ఎత్తయితే, మానసిక వైద్యం పట్ల ఉన్న అనేక రకాల అపోహలు ఈ పరిస్థితికి మరో కారణం. చైనాలో సైకోటిక్ వ్యాధులతో బాధపడుతున్నవాళ్లలో 40 శాతం మందికి చికిత్స అందడం లేదు. కాగా, మనదేశంలో ప్రతి 10 మందిలో ఒకరికి మాత్రమే సరైన మానసిక వైద్యం అందుతోంది. శరీరానికి వైద్యం ఎంత అవసరమో, మానసికమైన సమస్యలకు కూడా వైద్యసహాయం అంతే ముఖ్యమని ఇప్పటికైనా అర్థం చేసుకోవాల్సిన సమయం ఆసన్నమైంది.

## రక్తాన్ని పెంచే ఇనుము సులభంగా

# శరీరానికి చేరాలంటే...

ఆడపిల్లల్లో రక్తహీనత అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఎదిగే వయసులో సరైన పోషకాలు అందకపోతే తరువాత రకరకాల సమస్యలు వస్తాయి.

ఆడపిల్లలకు రక్తవృద్ధిని పెంచే ఇనుము ఉండే ఆహారం ఎక్కువగా ఇవ్వాలి. అయితే చాలా సందర్భాల్లో ఇనుము ఎక్కువగా లభించే బీట్‌రూట్లు, చిక్కుళ్లను తరచూ తీసుకున్నా రక్తవృద్ధి కనిపించదు. ఇందుకు కారణం చిన్న పొరపాట్లే. అందుకే...

– సాధారణంగా చికుక్కళ్ల వంటి కూరగాయల కన్నా చేపలు, ఇతర మాంసాహారం ద్వారా లభించే ఇనుమును మన శరీరం చాలా త్వరగా, ఎక్కువగా గ్రహిస్తుంది. కాబట్టి కూరగాయలతో పాటు కొద్ది మాంసాహారాన్ని కూడా తీసుకుంటే ఇనుము శోషణ బాగుంటుంది.

– కూరగాయల నుంచి శరీరానికి ఇనుము సులభంగా చేరాలంటే వీటితో పాటు విటమిన్–సి లభించే నారింజ, బత్తాయి, టొమాటో వంటి సిట్రస్ పండ్లు కూడా తీసుకోవాలి. సిట్రస్ ఫలాలు ఇనుము శోషణను వేగవంతం చేస్తాయి. భోజనం కాగానే ఈ పండు తీసుకుంటే బావుంటుంది.

– గోధుమ అన్నం, వరి, జొన్నలు, సజ్జలు, చింతపండు వంటి వాటిలో ఉండే టానిన్లు ఆకుకూరల నుంచి లభించే ఇనుము శరీరానికి చేరకుండా అడ్డుకుంటాయి. కాబట్టి ఆకుకూరలను పైవాటితో కలిపి తీసుకోకూడదు.

– అల్పాహారం లేదా భోజనం చేయగానే టీ, కాఫీలు తాగడం చాలామందికి అలవాటు. కాని ఇవి ఇనుమును శరీరం గ్రహించకుండా ఆటంకపరుస్తాయి. కాబట్టి ఈ అలవాటును మానుకోవడం మంచిది.

# ఇవి తింటే.. ఆరోగ్యం మీ వెంటే..!

పండ్లు, కాయగూరలు, గింజలు, పప్పులు, కందమూలాలు, సుగంధ ద్రవ్యాలు ప్రకృతి మనకు అందించిన ఆరోగ్యవరాలు. ఆయా సీజన్లలో పండే పండ్లను తినడం అంటే ఆరోగ్యాన్ని పెంచుకుంటున్నట్టే. అన్నంతో పాటుగా ప్రకృతిసిద్ధమైన పండ్లు, కూరగాయలు, ఇతర తృణధాన్యాలను ఆహారంగా తీసుకుంటే శరీరానికి కావలసినన్ని పోషకాలు సంపూర్ణంగా లభిసాయి. ఇదే ఉత్తమమైన, ఆరోగ్యకరమైన జీవనవిధానమని ప్రకృతి వైద్యం చెబుతుంది. కొన్ని రకాల ఆహారపదార్థాలు మిగిలిన వాటితో పోలిస్తే చాలా తేలిగ్గా మనకు కావాల్సిన పోషకాలను అందించడంలో సహాయపడతాయి. అలాంటి వాటిలో కొన్ని...

ఉసిరికాయలు : వీటిని ఆహారంలో తీసుకుంటే చెడుకొవ్వును, రక్తంలోని చక్కెరను, ట్రైగ్లిజరైడ్స్‌ను తగ్గిస్తాయి. అంతేగాక వీటిలో సి–విటమిన్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. వ్యాధినిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది.

ఎలా తినాలి? : ప్రతిరోజూ ఒక టేబుల్‌స్పూన్ ఉసిరి రసాన్ని తేనెతో కలిపి సలాడ్ చేసుకుని తినవచ్చు. లేదా ఉసిరిరసాన్ని నీళ్లలో కలుపుకొని ఉదయంపూట తాగవచ్చు.

చిక్కుళ్లు : బీన్స్‌లోని ప్రొటీన్లు, పీచు బరువును నియంతిచుకోవడానికి తోడ్పడతాయి. గుండెజబ్బు, క్యాన్సర్ లాంటి వ్యాధులను నివారిస్తాయి. వీటిలో యాటిఆక్సిడెంట్లు విరివిగా లభిస్తాయి.

ఎలా తినాలి? : ఉడకబెట్టిన బీన్స్‌ను స్నాక్స్‌గా తీసుకోవచ్చు. లేదా సూప్‌లు, సలాడ్‌లలో కలిపి కూడా తినవచ్చు.

బీట్‌రూట్ : బీట్‌రూట్‌లలో ఫోలేట్, మాంగనీస్, పొటాషియం తగిన మోతాదులో ఉంటాయి. శక్తివంతమైన యాంటి ఆక్సిడెంట్లు కూడా ఉంటాయి. వీటిని ఎక్కువగా తినడం వల్ల రక్తవృద్ధి కూడా ఉంటుంది.

ఎలా తినాలి? : పచ్చి బీట్‌రూట్ తురుమును సలాడ్‌లలో కలిపి, లేదా కొత్తిమీరతో తినవచ్చు.

బ్లూబెర్రీస్ : బ్లూబెర్రీలలోని పీచు, యాంటి ఆక్సిడెంట్లు వాపు, నొప్పులను తగ్గిస్తాయి. ఇది గుండెజబ్బులను నివారించడమే కాకుండా పెద్దపేగు క్యాన్సర్ రాకుండా కాపాడుతుంది కూడా.

ఎలా తినాలి? : ఓట్స్, మొలకలు, పెరుగన్నంతో కలిపి తినవచ్చు. లేదా బేకింగ్ కోసం వాడవచ్చు.

పెరుగు : దీనిలోని మంచి బాక్టీరియా జీర్ణక్రియకు ఉపయోగపడుతుంది. రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. దీనిలో ప్రొటీన్లు, కాల్షియం చాలా ఎక్కువ.

ఎలా తినాలి? : అన్నంలో కలుపుకొని తినడమే కాకుండా పండ్లముక్కలు వేసుకుని కూడా తినవచ్చు. కొత్తిమీర చల్లుకుని తిన్నా బావుంటుంది. తాజా పెరుగును అలాగే తినేయవచ్చు.

కోడిగుడ్లు : కోడిగుడ్లలో ప్రొటీన్లు, ఫ్యాటీ ఆమ్లాలు, విటమిన్లు, మినరల్స్ సమృద్ధిగా ఉంటాయి.

ఎలా తినాలి? : బాగా ఉడకబెట్టి, మెత్తగా చేసి, అందులో కొద్దిగా ఉప్పు చల్లి, ఆలివ్ నూనెతో కలిపి తింటే మంచిది.

మెంతులు : ఇవి రక్తంలో గ్లూకోజ్ నిల్వలను తగ్గిస్తాయి. వీటిలో ఉండే పీచుపదార్థాలు చెడు కొవ్వు, ట్రైగ్లిజరైడ్స్ పెరగకుండా నివారిస్తుంది.

ఎలా తినాలి? : ఒక టేబుల్ స్పూన్ మెంతిపిండిని చపాతీపిండిలో కలుపుకోవచ్చు. లేదా తగినంత పిండిని ఇతర కూరల్లో వేసుకోవచ్చు.

వెల్లుల్లి : ఒక టేబుల్ స్పూన్ పచ్చి వెల్లుల్లిని రోజూ క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం ద్వారా చెడుకొవ్వును, అధిక రక్తపోటును తగ్గించుకోవచ్చు.

ఎలా తినాలి? : వీటిని అతి చిన్న ముక్కలుగా తరిగి సలాడ్‌లలోను, సూప్‌లలోను, సాస్‌లోను కలుపుకోవచ్చు.

అల్లం : రక్తప్రసరణకు తోడ్పడే అల్లం కీళ్లవాతం, గుండెజబ్బులు, తలనొప్పులు, తిమ్మిరిని కూడా తగ్గిస్తుంది.

ఎలా తినాలి ?: సూప్‌లలో, సాస్‌లలో కలుపుకొని తినొచ్చు. టీలో వేసుకోవచ్చు. ప్రతిరోజూ ఒక టేబుల్ స్పూన్ అల్లం తప్పనిసరిగా తినాలి.

తేనె : మన జీర్ణకోశంలో ఉండే మంచి బాక్టీరియాను పెంచుతుంది తేనె. అంతేకాదు, శ్వాసకోశ సంబంధమైన ఇబ్బందులను తగ్గించడానికి కూడా పనికొస్తుంది.

ఎలా తినాలి? : పెరుగుతోనో, టీలోనో లేదా బ్రెడ్‌పైన రాసుకుని గాని తినవచ్చు.

పుట్టగొడుగులు : వీటిలో కేలరీలు చాలా తక్కువ. శక్తివంతమైన యాంటి ఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్లు ప్రత్యేకించి విటమి బి, మినరల్స్ ఎక్కువగా ఉంటాయి.

ఎలా తినాలి? : ఆలివ్ నూనెలో వేయించుకుని, ఇంట్లో చేసుకున్న పిజ్జా, పాస్తాల మీద చిన్న చిన్న ముక్కలుగా చల్లుకుని తినవచ్చు.

ఓట్స్ : వీటిలో పీచు బాగా ఉంటుంది. గుండెకు ఆరోగ్యాన్నిచ్చే తృణధాన్యాలలో ఇది ఒకటి. ఎల్‌డీఎల్ కొవ్వును కరిగిస్తుంది.

ఎలా తినాలి? : పాలలో కలిపి, తేనెలో కలిపి, ఇతర ధాన్యపు మొలకలతో కలిపి రకరకాల పదార్థాలు చేసుకుని తినవచ్చు.

గుమ్మడి గింజలు : వీటిలో ప్రొటీన్లు, పీచు, మంచి కొవ్వు, స్టిరాల్స్ ఉన్నాయి. ఇవి ఎల్‌డిఎల్ కొవ్వును కరిగిస్తాయి.

ఎలా తినాలి? : సలాడ్‌లతో కలిపి లేదా వేడిగా మిగిలిన ధాన్యాలతో కలిపి తినవచ్చు.