ప్రజా చైతన్యమే...

లక్ష్యం

తెలుగు దినపత్రిక

సమానత్వం అనేది కల్పితం కావచ్చు, అయినప్పటికీ దానిని పాలక సూత్రంగా అంగీకరించాలి.
- బాబాసాహెబ్ అంబేద్కర్

ఒర్పు అనేది ఎంత చేదుగా ఉంటుందో, దాని వల్ల లభించే ప్రతిఫలం అంత తీయగా ఉంటుంది.

ఎడిటర్ ఇన్ చీఫ్-మధుసూదనరావు చల్లా
Cell : 6302222748, 9492569010

Simultaneously circulated in Amaravathi, Hyderabad, Vijayawada, Nellore, Ongole, Guntur, Krishna, Chittoor, Kadapa & all Districts of Andhra Pradesh & Telangana.

సంపుటి : 12 సంచిక : 187 శుక్రవారం 15-08-2025 పేజీలు : 8 వెల :3/-

LEGAL AFFAIRS
All legal Affairs About Lakshyam Telugu Daily, Should be filled in Guntur Courts Only

సూపర్ సిక్స్ - సూపర్ హిట్

అమరావతి, ఆగస్టు 14 (లక్ష్యం ప్రధాన ప్రతినిధి) : సూపర్ సిక్స్ పథకాల అమలు కార్యక్రమాన్ని కూటమి ప్రభుత్వం పరిపూర్ణం చేస్తోంది. ఈ క్రమంలో మరో సూపర్ సిక్స్ పథకం అమలుకు సిద్ధమైంది. స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం నాడు మహిళలకు ప్రయాణ ఖర్చుల భారం నుంచి విముక్తి కల్పిస్తోంది. ఆర్టీసీ బస్సుల్లో మహిళలకు ఉచిత ప్రయాణ సౌకర్యాన్ని కల్పించే పథకాన్ని స్త్రీ శక్తి పేరుతో ఆగస్టు 15న ప్రారంభిస్తోంది. ఈ మేరకు శుక్రవారం స్త్రీ శక్తి పథకాన్ని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు విజయవాడ పిఎన్‌బిఎస్ లో కూటమి నేతలతో కలిసి ప్రారంభించనున్నారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఐదు రకాల బస్సుల్లో మహిళలకు ఉచిత ప్రయాణానికి అనుమతిస్తూ ఈ పథకాన్ని ప్రారంభించడం ద్వారా సూపర్ సిక్స్ పథకంలోని మరో ముఖ్యమైన పథకాన్ని అమల్లోకి తెచ్చినట్టు అవుతుంది. ఈ మేరకు రవాణ శాఖ, ఆర్టీసీ సిద్ధమైంది. బస్సుల్లో ప్రయాణించే మహిళలకు జీరో ఫేర్ టిక్కెట్లు ఇవ్వడానికి అవసరమైన సాఫ్ట్ వేర్ కూడా సిద్ధం చేసింది. పల్లె వెలుగు, అల్ట్రా పల్లెవెలుగు, సిటీ ఆర్డినరీ, ఎక్స్ ప్రెస్, మెట్రో ఎక్స్ బస్సుల్లో ఉచితంగా ప్రయాణం చేసే వెసులుబాటు మహిళలకు ప్రభుత్వం కల్పించింది.

- ఎన్నికల హామీల అమలులో కూటమి ప్రభుత్వ చిత్తశుద్ధి
- నేటి నుంచే రాష్ట్రంలో మహిళలకు ఉచిత బస్సు సౌకర్యం
- 'స్త్రీ శక్తి' పేరుతో పథకాన్ని కూటమి నేతలతో కలిసి ప్రారంభించనున్న ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు
- 2.62 కోట్ల మంది రాష్ట్ర మహిళలు రాష్ట్రంలో ఎక్కడికైనా ప్రయాణించేలా పథకం
- 74 శాతం బస్సుల్లో రాష్ట్రమంతా ఉచిత ప్రయాణానికి అవకాశం
- కొత్త పథకంతో రాష్ట్ర ప్రభుత్వంపై రూ.1,942 కోట్ల భారం
- ఇప్పటికే పింఛన్లు, దీపం, తల్లికి వందనం, అన్నదాత సుఖీభవ పథకాల అమలు
- రెట్టింపు సంక్షేమం... రెట్టింపు సంతోషం అంటున్న లబ్దిదారులు

ఉచిత బస్సు ప్రయాణాన్ని రాష్ట్రంలోని సుమారు 2.62 కోట్ల మంది మహిళలు వినియోగించుకోవచ్చు. ఆర్టీసీ పరిధిలో మొత్తంగా 11,449 బస్సులు ఉంటే.. అందులో 74 శాతం బస్సుల్లో మహిళలు ఉచితంగా ప్రయాణించవచ్చు. ఈ ఉచిత ప్రయాణాన్ని ట్రాన్స్ జెండర్లకు కూడా వర్తింప చేస్తూ ప్రభుత్వం నిర్ణయం తీసుకుంది.

మహిళలకు తగ్గనున్న ప్రయాణ ఖర్చులు

స్త్రీ శక్తి పథకం ద్వారా మహిళలకు ప్రయాణ ఖర్చులు ఆదా అవుతాయి. ప్రభుత్వ అంచనా ప్రకారం మహిళలు వివిధ బస్సుల్లో వారానికి నాలుగు సార్లు సరాసరి ప్రయాణిస్తారు. ఇక ఉద్యోగాలు చేసే మహిళలైతే రోజు వారీ ప్రయాణిస్తారు. దీని నిమిత్తం నెలకు ఒక్కో మహిళకు సుమారుగా రూ.1000 నుంచి రూ.3000 వరకు ఖర్చు అవుతుంది. ముందుగా కేవలం సిటీ, పల్లె వెలుగు, అల్ట్రా పల్లె వెలుగు బస్సుల్లో మాత్రమే స్త్రీ శక్తి పథకాన్ని అమలు చేయాలనే ప్రతిపాదనలు వచ్చినా.. బస్సులో ప్రయాణించే ప్రతి పేద, మధ్య తరగతి, సామాన్య మహిళకు ప్రయాణ ఖర్చు తగ్గించాలి, దూర ప్రయాణాలకు అవకాశం ఇవ్వాలనే ఉద్దేశంతో ఎక్స్ ప్రెస్, మెట్రో ఎక్స్ ప్రెస్ బస్సుల్లో కూడా అమలు చేయాలని ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. ఈ పథకం కోసం సుమారుగా రూ. 1942 కోట్ల భారం రాష్ట్ర ప్రభుత్వంపై పడనుంది. ఈ మొత్తాన్ని ప్రభుత్వం ఆర్టీసికి చెల్లిస్తుంది. ప్రస్తుత ఆర్థిక పరిస్థితుల్లో ఈ మొత్తం భరించడం కష్టమే అయినా.. మహిళలకు ఆర్థికంగా కొంత వెసులుబాటు కల్గించేలా ఉంటుందని ప్రభుత్వం ఈ పథకం అమలుకు గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చింది. దీని ద్వారా ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన సూపర్ సిక్స్ హామీల్లో కీలకమైన హామీని నెరవేర్చినట్టు అయింది. ప్రయాణికులు రాష్ట్ర వాసులు

మిగితా 2లో

ముఖ్యమంత్రి చేతుల మీదుగా విజయవాడలో స్త్రీ శక్తి ప్రారంభం

- స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకల సందర్భంగా మహిళలకు ఉచిత బస్సు ప్రయాణ కానుకకు శ్రీకారం
- సమాచార పౌర సంబంధాలు, గృహ నిర్మాణ శాఖ మంత్రి కొలుసు పార్థసారధి

అమరావతి, ఆగస్టు 14 (లక్ష్యం ప్రధాన ప్రతినిధి) : కూటమి ప్రభుత్వం "సూపర్ సిక్స్" హామీల్లో భాగంగా మహిళలకు ఇచ్చిన ఉచిత బస్సు ప్రయాణం హామీ అమలుకు రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి శ్రీ నారా చంద్రబాబు నాయుడు శుక్రవారం విజయవాడలో శ్రీకారం చుట్టనున్నారని రాష్ట్ర సమాచార పౌర సంబంధాలు, గృహ నిర్మాణ శాఖామాత్యులు కొలుసు పార్థసారధి తెలిపారు. గురువారం రాష్ట్ర సచివాలయం ప్రచార విభాగంలో మంత్రి పాత్రికేయులతో మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర జనాబాలో దాదాపు 50 శాతం మంది మహిళలే ఉన్నారని, వారి అభ్యున్నతిని, సంక్షేమాన్ని కాంక్షిస్తూ మరియు వారికి అన్ని రంగాల్లో సమాన అవకాశాలు కల్పించాలనే లక్ష్యంతో స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకల సందర్భంగా 'స్త్రీ శక్తి' పేరుతో మహిళలకు ఉచిత బస్సు ప్రయాణ కానుకకు ముఖ్యమంత్రి శ్రీకారం చుట్టనున్నారన్నారు. ఈ పథకం ద్వారా దాదాపు 2.50 కోట్ల మంది రాష్ట్ర మహిళలు రాష్ట్రంలోని 74 శాతం బస్సుల ద్వారా రాష్ట్రంలో ఎక్కడి నుండి ఎక్కడికైనా ఉచితంగా ప్రయాణించే అవకాశం కలుగుచున్న దన్నారు. ఇందుకై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం దాదాపు రూ.1,970 కోట్లు వెచ్చించను న్నట్లు తెలిపారు. రాష్ట్రంలో ఈ పథకాన్ని విజయవంతంగా అమలు పర్చేందుకు డ్రైవర్లు మరియు

మిగితా 2లో

రాష్ట్ర సచివాలయంలో మెప్మా జూట్ బ్యాగ్స్ స్టాల్స్ ప్రారంభం

- సింగిల్ యూజ్ ప్లాస్టిక్ బ్యాగ్స్ స్థానంలో జూట్ బ్యాగ్స్ వినియోగాన్ని ప్రోత్సహించేలా చర్యలు
- నేటి నుండి సింగిల్ యూజ్ ప్లాస్టిక్ రహితంగా ఎపి సెక్రటేరియట్
- 2026 జూన్ 5 నాటికి ప్లాస్టిక్ రహిత రాష్ట్రంగా ఆంధ్రప్రదేశ్
- రాష్ట్ర పురపాలక & పట్టణాభివృద్ధి శాఖ ముఖ్య కార్యదర్శి సురేష్ కుమార్

అమరావతి, ఆగస్టు 14 (లక్ష్యం ప్రత్యేక ప్రతినిధి) : రాష్ట్ర సచివాలయంలో సింగిల్ యూజ్ ప్లాస్టిక్ బ్యాగ్స్ స్థానంలో జూట్ బ్యాగ్స్ వినియోగాన్ని ప్రోత్సహించాలనే లక్ష్యంతో మెప్మా ఆద్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన జూట్ బ్యాగ్స్ స్టాల్స్ ను రాష్ట్ర పురపాలక పట్టణాభివృద్ధి శాఖ ప్రిన్సిఫల్ సెక్రటరీ ఎస్.సురేష్ కుమార్ గురువారం ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఈ నెల 15 నుండి సింగిల్ యూజ్ ప్లాస్టిక్ రహితంగా రాష్ట్ర సచివాలయాన్ని తీర్చిదిద్దాలనే లక్ష్యంలో భాగంగా ఈ జూట్ బ్యాగ్స్ స్టాల్స్‌ను

మిగితా 2లో

సింగరేణి అనుబంధ సంస్థ ఏపీ హెచ్ ఎమ్ ఈ ఎల్ ప్రపంచంతో పోటీపడాలి

- సంస్థ అభివృద్ధికి చర్యలు తీసుకుంటాం
- ఇబ్రహీంపట్నంలో తెలంగాణ డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క మల్లు

విజయవాడ, ఆగస్టు 14 (లక్ష్యం ప్రత్యేక ప్రతినిధి) : ప్రపంచంతో పోటీ పడే స్థాయికి APHMEL (ఆంధ్ర ప్రదేశ్ హెవీ మిషనరీ ఇంజనీరింగ్ లిమిటెడ్) ఎదగాలని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క మల్లు అన్నారు. గురువారం ఆయన ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలోని విజయవాడ పట్టణానికి సమీపంలో ఉన్న ఇబ్రహీంపట్నంలోని సింగరేణి అనుబంధ సంస్థ APHMELను సింగరేణి సిఎండి బలరాం తో కలిసి సందర్శించారు. ఈ

మిగితా 2లో

అధికారికంగా సర్దార్ గౌతు లచ్చన్న జయంతి

2లో

రాష్ట్ర ఆదాయంలో ఈఏడాది 8% వృద్ధి అంచనాలు

- పన్ను వసూళ్ల పర్యవేక్షణకు టాక్స్ ఇన్ఫర్మేషన్ సిస్టం
- జీఐఎస్ టెక్నాలజీతో భూ వివరాల ల్యాండ్ మ్యాపింగ్
- ఆదాయార్జన శాఖలపై ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు సమీక్ష

అమరావతి, ఆగస్టు 14 (లక్ష్యం ప్రధాన ప్రతినిధి) : గత ఏడాదితో పోలిస్తే ప్రస్తుత ఆర్థిక సంవత్సరంలో రాష్ట్ర ఆదాయంలో 8 శాతం వృద్ధి నమోదు కానుందనే అంచనాలను పరిశీలించిన ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు... ఆదాయార్జనలో మరింత శ్రద్ధ వహించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. కేంద్ర నిధులు, టాక్స్ డెవల్యూషన్‌పై దృష్టి పెట్టాలని ముఖ్యమంత్రి అధికారులకు సూచించారు. ఏపీ టాక్స్ ఇన్ఫర్మేషన్ సిస్టం ద్వారా పన్ను వసూళ్లను పర్యవేక్షించాలని, సేవల రంగం ద్వారా ఎక్కువ పన్ను ఆదాయం వచ్చే అవకాశం ఉంటుందని స్పష్టం చేశారు. గురువారం ఆదాయార్జన శాఖలపై సచివాలయంలో అధికారులతో ముఖ్యమంత్రి సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. సొంత ఆదాయ వనరులు పెంచుకునేందుకు అన్ని మార్గాలపైన దృష్టి పెట్టాలని సూచించిన ముఖ్యమంత్రి... రాష్ట్రంలో చేపట్టే కాంట్రాక్టు పనులకు

మిగతా 2లో

రాష్ట్ర అసెంబ్లీలో అత్యాధునిక హైస్పీడ్ ముద్రణా యంత్రాలు ప్రారంభం

- గత ప్రభుత్వ హయాంలో శాసన సభకు, అన్ని ప్రభుత్వ వ్యవస్థలకు, ముద్రణా యంత్రాలకు తుప్పు పట్టింది.
- అన్ని రంగాల్లో తప్పు వదిలించే ప్రయత్నాలు
- అందులో భాగంగానే శాసన సభ ముద్రణాలయాన్ని ప్రక్షాళన
- అసెంబ్లీకి అవసరమైన పత్రాలను వేగవంతంగా ముద్రించి, సభ్యులకు సకాలంలో అందిస్తాం
- రాష్ట్ర శాసన సభాపతి చింతకాయల అయ్యన్న పాత్రుడు

2లో

చమత్ "కారం"

సూపర్ సిక్స్ - సూపర్ హిట్

అయ్యుండాలి. ఓటర్ ఐడీ, ఆధార్, రేషన్ కార్డ్, డ్రైవింగ్ లైసెన్స్ సహా ఇలాంటివి కండక్టర్లకు చూపించి ఉచిత ప్రయాణం చెయ్యవచ్చు. నాన్‌స్టాప్‌లు, సూపర్ లగ్జరీలు, ఏసీ బస్సులు, ఘాట్ రూట్లలో తిరిగే సర్వీసుల్లో ఉచిత ప్రయాణం వర్తించదు.

సూపర్ సిక్స్ – సూపర్ హిట్ :

కూటమి ప్రభుత్వం సంక్షేమ పథకాలతో ప్రజల జీవన ప్రమాణాలు పెంచేందుకు, బడుగు బలహీన వర్గాలను అభివృద్ధి చేసేందుకు వేల కోట్ల నిధులు ఖర్చు చేస్తోంది. దేశంలో మరే రాష్ట్రంలో అమలు కాని స్థాయిలో రెట్టింపు సంక్షేమం ప్రజలకు అందుతోంది. ప్రధాన ఎన్నికల హామీలుగా ఉన్న సూపర్ సిక్స్‌తో పాటు ప్రతీ వర్గానికి, ప్రతీ ప్రాంతానికి, ప్రతీ కుటుంబానికి, ప్రతీ పౌరునికి సాయంగా నిలబడుతూ సంక్షేమ పాలనకే కొత్త నిర్వచనం ఇస్తోంది. ప్రభుత్వం ఏర్పడిన తొలి రోజునే 5 సంతకాలతో ప్రధాన హామీల అమలుకు శ్రీకారం చుట్టిన ప్రభుత్వం వాటిని అమల్లోకి తెచ్చింది.

ఎన్టీఆర్ భరోసా పింఛన్లు :

'పేదల సేవలో' కార్యక్రమంలో 63 లక్షల మందికి ఎన్టీఆర్ భరోసా పింఛన్లు ఇంటివద్దే పంపిణీ చేస్తూ సంక్షేమ రాజ్యానికి కొత్త అర్థాన్ని ఇచ్చింది. మరే రాష్ట్రంలోనూ ఈ స్థాయిలో ఏడాదికి రూ.33,000 కోట్లు కేవలం పెన్షన్ల కోసమే ఖర్చు పెట్టడం లేదు. ఒక్క పింఛన్ల పంపిణీకే ఇప్పటికి రూ.40 వేల కోట్లకు పైగా ప్రభుత్వం ఖర్చు చేసింది. 'తల్లికి వందనం' పథకంతో రూ.10 వేల కోట్లతో ఒక్కో విద్యార్థికి రూ.15,000 చొప్పున మొత్తం 67 లక్షల మంది తల్లుల ఖాతాల్లో జమ చేసింది. ఒక కుటుంబంలో ఎంతమంది చదువుకునే పిల్లలున్నా... వారందరికీ పథకాన్ని వర్తింప చేశారు. రైతు బాగుంటేనే రాష్ట్రం బాగుంటుంది అని చెప్పినట్లుగానే అన్నదాత సుఖీభవ పథకం అమలు చేశారు. ప్రతీ రైతుకు మొదటి విడతగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం రూ.5 వేలు, కేంద్రం రూ.2 వేలు కలిపి మొత్తం రూ.7 వేలు రైతుల ఖాతాల్లో వేశారు.

47 లక్షల మంది రైతులకు రూ.3,173 కోట్లు అందించారు. దీపం-2 పథకం ద్వారా ఉచిత సిలిండర్లు ఇచ్చి వంటింటి ఖర్చు తగ్గించారు. ఏడాదికి 3 సిలిండర్లు ఉచితంగా ఇస్తున్నారు. ఏటా రూ.2,684 కోట్లు ఖర్చు చేస్తున్నారు. ఇప్పటికి 2 కోట్ల రాయితీ సిలిండర్లు దీపం పథకం కింద ఇచ్చారు. 16,347 పోస్టులతో మెగా డీఎస్సీ నిర్వహించారు. ఈ నెలాఖరుకు నియామకాలు పూర్తి చేస్తున్నారు. ప్రజలకు నాడు కునుకు లేకుండా చేసిన 'ల్యాండ్ టైటిలింగ్ యాక్ట్'ను రద్దు చేసిన ప్రభుత్వం... మరోవైపు పేద ప్రజల ఆకలి తీర్చేందుకు అన్నా క్యాంటీన్లు తిరిగి తీసుకువచ్చింది. ఇప్పటి వరకు 204 అన్నా క్యాంటిన్లలో 5.16 కోట్ల మందికి రూ.5 లకే కడుపునింపారు.

మొదటి నుంచి మహిళా సంక్షేమం

ఆడబిడ్డలకు తెలుగుదేశం పార్టీ మొదటి నుంచి పథకాలు, కార్యక్రమాలు అమలు చేసింది. ఎన్టీఆర్ హయాం నుంచి నేటి వరకు అనేక కార్యక్రమాలు మహిళావర్గం కోసం అమలు చేస్తున్నారు. 1983లో పార్టీ పెట్టిన తర్వాత మహిళా సాధికారతకు పెద్దపీట వేశారు. 1986లో మహిళలకు ఆస్తిహక్కు తెచ్చారు. మహిళల కోసం పద్మావతీ మహిళా యూనివర్సిటీ ఏర్పాటు చేశారు. స్థానిక సంస్థల్లో ఎన్టీఆర్ హయాంలో మహిళలకు రిజర్వేషన్లు ఇచ్చారు. చంద్రబాబు హయాంలో ప్రతి కి.మీ.కు ఒక ప్రాథమిక పాఠశాల, ప్రతి 3 కి.మీ.కు ఒక అప్పర్ ప్రైమరీ, ప్రతి 5 కి.మీ.కు ఒక హైస్కూల్, ప్రతి మండలానికో జూనియర్ కళాశాల, ప్రతి డివిజన్ కో ఇంజినీరింగ్ కాలేజి, ప్రతీ జిల్లాకో మెడికల్ కాలేజ్, వందలాది ఇంజినీరింగ్ కాలేజీలు తెచ్చి మహిళలకు విద్యను దగ్గర చేశారు. మహిళలకు విద్యా, ఉద్యోగాల్లో, స్థానిక సంస్థల్లో రిజర్వేషన్లు కల్పించారు. డ్వాక్రా సంఘాల ఏర్పాటు - రివాల్వింగ్ ఫండ్ అందజేత వంటి కార్యక్రమాలతో ఆర్థికంగా వారిని నిలబెట్టారు. 1997లో బాలిక శిశు సంరక్షణ పథకం కింద పుట్టిన ఆడబిడ్డకు బ్యాంకులో రూ.5 వేలు డిపాజిట్ చేసి 12 ఏళ్లు వచ్చాక వడ్డీ సహా చెల్లింపు అనే కార్యక్రమాన్ని కూడా చంద్రబాబునాయుడు నాడు అమలు చేశారు. 8, 9, 10వ తరగతి విద్యార్థినిలకు ఉమ్మడి రాష్ట్రంలోనే ఉచిత సైకిళ్ల పథకం అమలు చేశారు. 2014 తరువాత కూడా ఆ పథకాన్ని అమలు చేశారు.

తద్వారా గ్రామాల్లో ఆడబిడ్డలు స్కూళ్లకు వెళ్లడానికి సౌకర్యం కల్పించారు. 2014 తరువాత మహిళలకు 11 రకాల ఉచిత వైద్య పరీక్షలు, ఆత్మగౌరవం కింద మరుగుదొడ్లు మంజూరు చేశారు. అన్న అమృత హస్తం కింద గర్భిణిలకు, బాలింతలకు పౌష్టికాహారం ఇచ్చే కార్యక్రమం కూడా నాడు ప్రారంభించిందే. నవజాత శిశువులకు బేబీ కిట్లు, తల్లీ బిడ్డా ఎక్స్ ప్రెస్, బాలామృతం వంటి పథకాలతో తల్లులకు అండగా నిలిచారు. పెళ్లి కానుక వంటి పథకాలతో పేదింటి ఆడబిడ్డల పెళ్లికి సహాయం చేశారు.

రాష్ట్ర ఆదాయంలో ఈఏడాది 8% వృద్ధి అంచనాలు

వినియోగించే వాహనాల పెట్రోలు, డీజిల్ ఉత్పత్తులను రాష్ట్రంలోనే కొనుగోలు చేసేలా చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. కొన్ని కాంట్రాక్టు సంస్థలు పొరుగు రాష్ట్రాల్లో పెట్రోలియం ఉత్పత్తులు కొనుగోలు చేయటం వల్ల రాష్ట్ర ఆదాయం కోల్పోతున్నామని, దీనిని అధిగమించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని చెప్పారు.

మద్య ఆదాయం కంటే ప్రజారోగ్యమే ముఖ్యం

కూటమి ప్రభుత్వానికి ఎక్సైజ్ ఆదాయం కంటే ప్రజారోగ్యమే ముఖ్యమని సీఎం స్పష్టం చేశారు. మరోవైపు, ఆర్థిక లావాదేవీలకు అనుగుణంగానే భూ రిజిస్ట్రేషన్ విలువలు ఉండాలని నిర్దేశించారు. క్రయ విక్రయాలును శాస్త్రీయంగా విశ్లేషించాలని... భూమి విలువలు పెంచుకుంటూ పోవటం సరికాదని అన్నారు. మార్కెట్ విలువలు, ప్రాపర్టీ డేటా కోసం డేటా అనలటిక్స్ వినియోగించాలని అన్నారు. పన్ను ఎగవేతలను గుర్తించడానికి, ప్రభుత్వ ఆదాయంలో లీకేజీలను అరికట్టేందుకు ఆర్టిఫీషియల్ ఇంటెలిజెన్స్‌ను వినియోగించాలని ముఖ్యమంత్రి అధికారులను ఆదేశించారు. రాష్ట్ర ఆదాయాన్ని పెంచేందుకు సమగ్ర ప్రణాళికలు చేయడంతో పాటు సాంకేతిక వినియోగంపై దృష్టి సారించాలని సూచించారు.

ఈవీలకు రాయితీల కొనసాగింపు

భూమి వివరాలను జీఐఎస్ ద్వారా ల్యాండ్ మ్యాపింగ్ చేయాలని, ఈ-రిజిస్ట్రేషన్లు, బౌండరీలను జీఐఎస్ సహాయంతో మ్యాప్ చేయాలని సూచించారు.

వాహనాల పన్ను చెల్లింపులు సక్రమంగా జరిగేలా ఆర్టీజీఎస్, సీసీ కెమెరాలను ఉపయోగించాలని సీఎం స్పష్టం చేశారు. ఎలక్ట్రిక్ వాహనాలను ప్రోత్సహించేందుకు ప్రస్తుతం ఇస్తున్న రాయితీని కొనసాగించాలని ఆదేశించారు.

స్క్రాప్ వాహనాల పాలసీని కేంద్ర మార్గదర్శకాలకు అనుగుణంగా అమలు చేయాలని సీఎం సూచించారు. డ్రోన్, శాటిలైట్ టెక్నాలజీతో గనుల తవ్వకాలను గుర్తించి డేటా అనలటిక్స్ ద్వారా ఆదాయాన్ని పర్యవేక్షించాలని సీఎం స్పష్టం చేశారు.

పురపాలికల్లో ఆటో మ్యుటేషన్

ఆర్టీజీఎస్ ద్వారా వచ్చే వివరాలతో పాటు టెక్నాలజీ ఆధారంగా రాష్ట్రంలోని మున్సిపల్ కార్పోరేషన్లలో ఆటో మ్యూటేషన్ జరగాలని ముఖ్యమంత్రి స్పష్టం చేశారు.

మున్సిపల్ రికార్డుల్లో తప్పులు సవరించి జియో ట్యాగింగ్ చేయాలని సీఎం సూచించారు. ఆధార్, మొబైల్, ఎలక్ట్రిసిటీ డేటాను కూడా అనుసంధానించి పన్ను వసూళ్ళ ప్రక్రియను పటిష్టంగా నిర్వహించాలని స్పష్టం చేశారు. స్వామిత్వ సర్వే ద్వారా గ్రామకంఠాల గుర్తింపు ప్రక్రియ 2026 ఫిబ్రవరికి పూర్తి అవుతుందని అధికారులు తెలిపారు.

పంచాయితీల్లో నిర్వహించే ఖాతాలను ఆడిట్ చేయాలని ముఖ్యమంత్రి అధికారులను ఆదేశించారు. అటవీశాఖ వద్ద ఉన్న ఎర్రచందనం నిల్వలతో రూ.1,500 కోట్ల మేర ఆదాయం వచ్చే అవకాశముందని... అంతర్జాతీయ మార్కెట్‌లో ఎర్రచందనం విక్రయాలపై దృష్టి పెట్టాలన్నారు. వెదురు ఉత్పత్తుల ద్వారా ఆదాయం ఆర్జించే మార్గాలను కూడా చూడాలన్నారు.

రాష్ట్ర సచివాలయంలో మెప్మా జూట్ బ్యాగ్స్ స్టాల్స్ ప్రారంభం

ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందన్నారు. సింగిల్ యూజ్ ప్లాస్టిక్ స్థానంలో పర్యావరణ అనుకూలమైన ప్రత్యామ్నాయాలను అందుబాటులోకి తీసుకువచ్చే దిశలో ఈ స్టాల్స్ ను ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందన్నారు. వచ్చే ఏడాది జూన్ 5 కల్లా సింగిల్ యూజ్ ప్లాస్టిక్ రహిత రాష్ట్రంగా ఆంధ్రప్రదేశ్ ను తీర్చిదిద్దాలని రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి శ్రీ నారా చంద్రబాబు నాయుడు ఇచ్చిన పిలుపుకు నాంధి పలుకుతూ తొలుత సింగిల్ యూజ్ ప్లాస్టిక్ రహితంగా రాష్ట్ర సచివాలయాన్ని తీర్చిదిద్దేందుకు చర్యలు చేపట్టడం జరిగిందన్నారు. ఈ లక్ష్య సాధనలో భాగంగా స్టీల్ బాటిల్స్, జూట్స్ బ్యాగ్స్ వినియోగాన్ని ప్రోత్సహిస్తున్నామన్నారు. ఇందుకై పటిష్టమైన కార్యాచరణ ప్రణాళికను రూపొందించి మిషన్ మోడ్ లో అమలు చేసే విధంగా చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుచున్నదన్నారు. ఈ కార్యాచరణ అమల్లో భాగంగా తొలుత రాష్ట్ర సచివాలయం ప్రాంగణంలో సింగిల్ యూజ్ ప్లాస్టిక్ వస్తువులైన ప్లాస్టిక్ బాటిళ్లు, ప్లాస్టిక్ కప్పులు, ప్లేట్లు, స్టిక్కర్లు, సాచెట్లు మరియు ప్లాస్టిక్ క్యారీ బ్యాగుల అమ్మకం, పంపిణీ మరియు వాడకంపై తక్షణ నిషేధాన్ని అమలు చేయడం జరుగుచున్నదన్నారు. వీటి స్థానంలో పునర్వినియోగ, బయోడిగ్రేడబుల్ వస్తువుల వినియోగాన్ని ప్రోత్సహించేలా చర్యలు చేపట్టడం జరుగుచున్నదన్నారు. అదే విధంగా రాష్ట్ర సచివాలయంలోని అన్ని బ్లాకుల్లో త్రాగునీరు అందుబాటులో ఉండే విధంగా ఆర్.ఓ. ప్లాంట్లను ఏర్పాటు చేయడం జరుగుచున్నదని, సచివాలయ ఉద్యోగులకు పునర్వినియోగించదగిన స్టెయిన్‌లెస్ స్టీల్ వాటర్ బాటిళ్లను ఉచితంగా సరఫరా చేస్తున్నట్లు ఆయన తెలిపారు. అదే విధంగా ఘన, ద్రవ్య మరియు ఇ-వ్యర్థాల సేకరణకు మూడు రంగుల డస్ట్ బిన్లను కూడా ఏర్పాటు చేయడం జరుగుచున్నదన్నారు.

ఈ విదంగా రాష్ట్ర సచివాలయాన్ని సింగిల్ యూజ్ ప్లాస్టిక్ రహితంగా రూపొందించేందుకు సమగ్ర కార్యాచరణ ప్రణాళికను స్వచ్ఛ ఆంధ్ర కార్పొరేషన్ సహకారంతో అమలు చేయడం జరుగుచున్నదని, ఈ కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేసేందుకు సచివాలయ ఉద్యోగులు, సందర్శకులు అందరూ సహకరించాలని ఆయన కోరారు. పట్టణ పేదరిక నిర్మూలన సంస్థ- మెప్మా మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ తేజ్ భరత్ ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

సింగరేణి అనుబంధ సంస్థ ఏపీ హెచ్ ఎమ్ ఈ ఎల్ ప్రపంచంతో పోటీపడాలి

సందర్భంగా ఆయన కార్మికులతో తదుపరి మీడియాతో మాట్లాడారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా కొత్త పరిశ్రమల విడిభాగాలు తయారీ, పాత విడిభాగాలను మరమ్మతు చేసి సరఫరా చేస్తున్న ఇంజనీరింగ్ సంస్థలకు APHMEL కన్నా మించి మిషనరీ, మానవ వనరులు లేవని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క మల్లు అన్నారు. సంస్థలో పనిచేసే అధికారులు,

కార్మికులకు కావాల్సింది ఒక నిబద్ధత, ప్రపంచంతో పోటీ పడగలం అన్న ఆలోచన, ఉన్న వ్యవస్థను సక్రమంగా వాడుకోవడం ఎలా అన్న తపన ఉంటే చాలని, మనం కూడా ప్రపంచంతో పోటీ పడగలమని డిప్యూటీ సీఎం భరోసా కల్పించారు. ఈ సంస్థను ఉన్నతంగా తీర్చిదిద్దేందుకు త్వరలోనే ఒక కన్సల్టెన్సీ ని నియమిస్తాం వారు స్థానిక పరిస్థితులను అధ్యయనం చేసి నివేదిక ఇస్తారని తెలిపారు. ఆ నివేదిక ఆధారంగా ఏ తరహాలో ముందుకు పోవాలో ఆలోచన చేసి నిర్ణయం తీసుకుంటాం అన్నారు.

అధికారులు, సిబ్బంది ఎంత బాగా పనిచేస్తే అంత బాగా లాభాలు సాధిస్తాం, స్థానిక యువతకు ఉద్యోగ అవకాశాలు ఉంటాయి, రాష్ట్రాల ప్రగతికి దోహదపడవచ్చు అని తెలిపారు. సంస్థను, ఉన్న మిషనరీని పరిశుభ్రంగా ఉంచాలి, యంత్రాలకు ఓవరాలింగ్ చేయాలి, రంగులు వేయాలని డిప్యూటీ సీఎం ఆదేశించారు. పనిచేసే సిబ్బంది తప్పకుండా భద్రతా చర్యలు పాటించాలని ఆదేశించారు. కార్మికుల శ్రమ, ఉన్నత ఆలోచనలతోనే ఈ పరిశ్రమ ముందుకు పోతుందని తెలిపారు.

ఈ పరిశ్రమ సింగరేణి కాలరీస్ కు అవసరమైన కొత్త యంత్రాలు తయారు చేయడం, పాత యంత్రాల మరమ్మత్తు వరకే పరిమితం కాకుండా రాష్ట్రంలోనే కాదు, దేశానికి అవసరమైన ఆర్డర్స్ తీసుకొని BHEL మాదిరిగా APHMEL పనిచేస్తుందని, థర్మల్ పవర్ స్టేషన్స్ కు అవసరమైన యంత్రాలు, యంత్రాల మరమ్మత్తు చేస్తుందని, ఈ సంస్థను భవిష్యత్తులో ఏ విధంగా అభివృద్ధి చేయాలని ఆలోచనలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఉందని డిప్యూటీ సీఎం తెలిపారు.

శరణాలయం బాల బాలికలకు అన్నదానం...

మంగళగిరి ఆగస్టు 14 (లక్ష్యం న్యూస్) : చినకాకాని షైన్ ఆనంద శరణాలయంలో వైజాగ్ లో ఉంటున్న మంగళగిరి కి చెందిన టీడీపీ సీనియర్ నాయకులు మోతుకూరి సుబ్బారావు సతీమణి స్వర్గీయ మోతుకూరి రాజ్యలక్ష్మి జయంతిని పురస్కరించుకొని ఆమె కుటుంబ సభ్యుల ఆధ్వర్యంలో గురువారం బాల బాలికలకు అన్నదాన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా బాల బాలికల సమక్షంలో మోతుకూరి కేక్ కట్ చేసి అన్నదాన కార్యక్రమం ప్రారంభించారు. అనంతరం మోతుకూరి ఫ్రెండ్ సర్కిల్ ప్రతినిధి కొలిశెట్టి రాము మాట్లాడారు. సుబ్బారావు తమ సతీమణి స్వర్గీయ రాజ్యలక్ష్మి పేరు మీద వైజాగ్ లో పేద విద్యార్థులకు ఫీజులు కట్టడం, దివ్యాంగులకు ట్రై సైకిల్స్ పంపిణీ, వృద్ధులకు అన్నదానాలు చేయడంతో పాటు తమ సొంత ఊరిలో కూడా ఆమె పేరు మీద సేవా కార్యక్రమం చేయాలని ఉద్దేశంతో, వైజాగ్ నుంచి వచ్చి బాల బాలికలకు అన్నదాన కార్యక్రమం చేయడం అభినందనీయం అన్నారు. స్వర్గీయ రాజ్యలక్ష్మి ఆత్మకు శాంతి కలగాలని భగవంతుని ప్రార్థిస్తున్నామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మోతుకూరి ఫ్రెండ్స్ సర్కిల్ ప్రతినిధులు దానబోయిన చెంగారావు, గుడిపాటి వెంకటరమణ, రావూరి శ్రీనివాసరావు, దామర్ల కుబేరస్వామి, గౌస్ బేగ్, వాసిరెడ్డి కుమార్, బొర్రా ధన కోటేశ్వరరావు, శరణాలయం నిర్వాహకురాలు శ్రీమతి సంధ్యారాణి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ముఖ్యమంత్రి చేతుల మీదుగా విజయవాడలో స్త్రీ శక్తి ప్రారంభం

కండక్టర్లకు అవసరమైన శిక్షణా కార్యక్రమాలను నిర్వహించడం జరుగుచున్నదన్నారు. ఉచిత ప్రయాణం సందర్భంగా ఉండే రద్దీ దృష్ట్యా ప్రయాణీకులతో మర్యాదపూర్వకంగా ఎటువంటి వాగ్వివాదాలకు అవకాశాలు ఇవ్వకుండా నడుచుకోవలసినదిగా సూచించడం జరుగుచున్నదన్నారు. TIMs ద్వారా "జీరో ఫేర్" టికెట్‌ను ఏ విధంగా ఇవ్వాలో ట్రైనింగ్ ఇవ్వబడుచున్నదన్నారు. అన్ని TIMsలో Software update చేసి వాటిని ఏ విధంగా ఆపరేట్ చేయాలో తర్ఫీదు అందజేయడం జరుగుచున్నదని మంత్రి తెలిపారు. APSRTC కి మొత్తం 11,449 బస్సులు ఉన్నాయని, ఇందులో 8,458 బస్సులు (74%) – అంటే పల్లెవెలుగు (PVG), అల్ట్రా పల్లెవెలుగు (UPVG), సిటీ ఆర్డినరీ. ఎక్స్ ప్రెస్ (EXP), మరియు మెట్రో ఎక్స్ ప్రెస్ (M-EXP) బస్సులలో ఈ ఉచిత ప్రయాణ పథకం అమలుకానున్నదని మంత్రి తెలిపారు. స్త్రీ శక్తి పథకాన్ని వినియోగించుకునే మహిళలు ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర నివాసి అని తెలిపేందుకై ఆధార్ కార్డు, ఓటర్ ఐడీ కార్డు, రేషన్ కార్డు వంటి ప్రభుత్వ గుర్తింపు కార్డును చూపించాల్సి ఉంటుందని మంత్రి తెలిపారు.

రాష్ట్ర అసెంబ్లీలో అత్యాధునిక హైస్పీడ్ ముద్రణా యంత్రాలు ప్రారంభం

అమరావతి, ఆగష్టు 14 (లక్ష్యం ప్రధాన ప్రతినిధి) : ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర శాసన వ్యవస్థ భవనంలో కోటిన్నర రూపాయల వ్యయంతో ఏర్పాటు చేసిన అత్యాధునిక హైస్పీడ్ ముద్రణా యంత్రాలను గురువారం అసెంబ్లీ భవనంలో శాసన సభాపతి చింతకాయల అయ్యన్న పాత్రుడు, అసెంబ్లీ సెక్రటరీ-జనరల్ ప్రసన్న కుమార్ సూర్యదేవరతో కలిసి ప్రారంభించారు. అనంతరం ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ నూతనంగా ప్రారంభించిన ఈ అత్యాధునిక ముద్రణా యంత్రాలు శాసన సభ సమావేశాల్లోను, మరీ ముఖ్యంగా బడ్జెట్ ప్రవేశపెట్టే సమయంలోను కీలకపాత్ర పోషిస్తాయని పేర్కొన్నారు. అంతేగాక శాసన సభకు సంబంధించిన ముద్రణలన్నిటినీ, అంటే ప్రశ్నలు, ఎజండా పత్రాలు, సభా సంవాదాలు వంటి కీలకమైన పత్రాలను అత్యంత వేగంగా ముద్రించ గలుగుతాయని చెప్పారు. స్పీకర్‌గా బాధ్యతలు చేపట్టిన వెంటనే ఈముద్రణా పరికరాలను పరిశీలించానని, వాటిని తక్షణం మార్పుచేయాల్సిన అవసరాన్ని ప్రభుత్వ దృష్టికి తీసుకువెళ్ళిన ఫలితంగా ప్రభుత్వం అత్యంత ప్రాధాన్యతనిచ్చి కోటిన్నర రూ.లు మంజూరు చేయగా నేడు అత్యాధునిక ముద్రణా యంత్రాలను ఇక్కడ ఏర్పాటు చేశామన్నారు.

వీటితో పాటు కర్నూల్ లోగల ప్రభుత్వ ముద్రణాలయానికి కూడా మరో కోటి రూ.లతో అత్యాధునిక ముద్రాణా యంత్రాలను ఏర్పాటు చేయడం జరుగుతోందని శాసన సభాపతి అయ్యన్న పాత్రుడు వివరించారు. గత ప్రభుత్వ హయాంలో అన్ని వ్యవస్థలను తుప్పు పట్టించినట్టే శాసన సభలోని ముద్రణా యంత్రాలకు కూడా తుప్పు పట్టించారని ఆ తుప్పును వదిలించే ప్రక్రియలో భాగంగానే నేడు ఈఆధునిక ముద్రణా యంత్రాలను ఏర్పాటు చేశామని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు.

శాసన సభ సమావేశాలు ఏడాదిలో కనీసం 60 రోజులైనా జరగాలి

రాష్ట్ర శాసన సభ సమావేశాలు ఏడాదిలో కనీసం 60 రోజులైనా జరగాల్సిన అవసరం ఉందని, అప్పుడే ప్రజలకు సంబంధించిన అనేక అంశాలపై విస్తృతంగా సభలో చర్చించి వాటిని పరిష్కరించడం ద్వారా ప్రజలకు మెరుగైన ప్రయోజనాలు అందించినట్టు అవుతుందని రాష్ట్ర శాసన సభాపతి అయ్యన్న పాత్రుడు పేర్కొన్నారు.

ఇదే అంశాన్ని పట్నాలో జరిగిన స్పీకర్ల సమావేశంలో స్పష్టంగా చెప్పామని గుర్తు చేశారు.గత ప్రభుత్వం ఐదేళ్ళ కాలంలో అసెంబ్లీ సమావేశాలను కేవలం 78 రోజులే నిర్వహించిందని, ఈ ప్రభుత్వం వచ్చాక ఇప్పటికే 31 రోజుల పాటు సభ జరిగిందని ఆయన తెలిపారు.

వైసిపి సభ్యులు సభకు రాకుంటే వారి 2 ప్రశ్నలను వేరే పార్టీకి కేటాయించే యోచన

రాష్ట్ర శాసన సభ సమావేశాల సమయంలో ప్రతి రోజు ప్రశ్నోత్తరాల సమయంలో 10 ప్రశ్నలపై సభ్యులు అడిగిన ప్రశ్నలకు సమాధానాలు ఇవ్వడం జరుగుతుందని, పార్టీల సంఖ్యా బలాన్ని బట్టి వైసిపికి 2 ప్రశ్నలు కేటాయించామని శాసన సభాపతి అయ్యన్న పాత్రుడు చెప్పారు. అయితే వైసిపి సభ్యులు ఆరెండు ప్రశ్నలు సభకు సమర్పిస్తున్నారే గానీ, వాటిని అడిగేందుకు సభకు మాత్రం రావడం లేదని, అందువల్ల ఆరెండు ప్రశ్నలు వృధా అవుతున్నాయన్నారు. ఇక మీదట ఆవిధంగా ప్రశ్నలు వృధా కాకుండా చూడాల్సిన బాధ్యత తనపై ఉందని ఆయన అన్నారు. ఇకనైనా వైసిపి సభ్యులు సభకు రావాలని హితవు పలుకుతూ, వస్తారో రారో కూడా స్పష్టంగా తెలియ జేయాలని, లేదంటే ఆ రెండు ప్రశ్నలను వేరే పార్టీకి కేటాయించే ఆలోచన చేయక తప్పదని స్పీకర్ అయ్యన్న పాత్రుడు స్పష్టం చేశారు. పాత్రికేయుల ప్రశ్నలకు సమాధానమిస్తూ స్పీకర్, శాసన సభకే హాజరు కాని వారు ప్రజాస్వామ్య విలువల గురించి మాట్లాడటం హాస్యాస్పదమన్నారు. రాష్ట్రంలో జరిగిన స్థానిక సంస్థల ఉపఎన్నికల గురించి అడగ్గా, గతంలో నామినేషన్ వేసేందుకు కూడా భయపడ్డ ప్రాంతాల్లో, భారీ సంఖ్యలో నామినేషన్లు దాఖలవడం ప్రజాస్వామ్యం వర్ధిల్లుతుందనడానికి నిదర్శనమన్నారు.

అధికారికంగా సర్దార్ గౌతు లచ్చన్న జయంతి

- రాష్ట్ర బీసీ సంక్షేమ శాఖ మంత్ర సవిత
- 16న రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా సర్దార్ జయంతి
- సీఎం చంద్రబాబుకు ధన్యవాదాలు
- అణగారిన వర్గాల అభ్యున్నతికి గౌతు లచ్చన్న ఎనలేని సేవలు
- విజయవాడ తుమ్మలపల్లి

కళాక్షేత్రంలో రాష్ట్ర స్థాయి జయింతి : మంత్రి సవిత

పెనుకొండ/శ్రీసత్యసాయి, ఆగష్టు 14 (లక్ష్యం ప్రతినిధి) : బడుగు, బలహీన వర్గాల ఆశాజ్యోతి సర్దార్ గౌతు లచ్చన్న జయంతిని అధికారికంగా నిర్వహించాలని కూటమి ప్రభుత్వం నిర్ణయించినట్లు రాష్ట్ర బీసీ, ఈడబ్ల్యూఎస్ సంక్షేమ, చేనేత మరియు జౌళి శాఖ మంత్రి ఎస్.సవిత తెలిపారు. ఈ నెల 16వ తేదీన ఆయన జయంతిని రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా నిర్వహిస్తున్నామన్నారు. రాష్ట్ర స్థాయి కార్యక్రమాన్ని విజయవాడలోని తుమ్మలపల్లి కళాక్షేత్రంలో నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. అణగారిన వర్గాల కోసం తన జీవితాన్ని త్యాగం చేసిన మహానీయుడు గౌతు లచ్చన్న జయంతిని అధికారికంగా నిర్వహించాలని నిర్ణయించినందుకు సీఎం చంద్రబాబుకు ఆమె ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ఈ మేరకు పెనుకొండలోని క్యాంపు కార్యాలయంలో గురువారం నిర్వహించిన విలేకరుల సమావేశంలో మంత్రి సవిత మాట్లాడారు. 1909 ఆగస్టు 16న ప్రస్తుత శ్రీకాకుళం జిల్లా సోంపేట తాలూకాలో బారువా గ్రామంలో ఒక సాధారణ గౌడ కుటుంబంలో గౌతు చిట్టయ్య, రాజమ్మ దంపతులకు 8వ సంతానంగా లచ్చన్న జన్మించారన్నారు. గౌతు లచ్చన్న పోరాట యోధుడే కాదు గొప్ప సంఘ సంస్కర్త అని కొనియాడారు. అంటరానితనంపై అలుపెరగని పోరాటం చేశారని, హరిజన రక్షణ యాత్రలు నిర్వహించారని తెలిపారు. హరిజనులకు దేవాలయాల ప్రవేశాలు చేయించారన్నారు. బడుగు, బలహీన వర్గాల్లో విద్యావ్యాప్తికి రాత్రి బడులు నిర్వహించారన్నారు. జమిందారీ వ్యవస్థకు వ్యతిరేకంగా పెద్ద ఎత్తున్న పోరాటం చేసిన యోధుడు గౌతు లచ్చన్న అని వెల్లడించారు. మహాత్మా గాంధీ పిలుపు మేరకు తన 21వ ఏటా గౌతు లచ్చన్న స్వాతంత్ర్యోద్యమంలోకి దూకారన్నారు. ఎన్నో పర్యాయాలు జైలుకెళ్లారన్నారు. 1952లో సోంపేట నియోజకవర్గం నుంచి గెలుపొంది గౌతు లచ్చన్న మద్రాసు రాష్ట్ర శాసనసభలో తొలిసారిగా అడుగు పెట్టారన్నారు. ఆంధ్ర రాష్ట్రం ఏర్పాటులో గౌతు లచ్చన్న కీలక పాత్ర పోషించారన్నారు. టంగుటూరు ప్రకాశం పంతులు, బెజవాడ గోపాలరెడ్డి మంత్రివర్గంలో లచ్చన్న మంత్రిగా పనిచేసిన విషయాన్ని మంత్రి సవిత గుర్తు చేశారు. పబ్లిక్ అక్కౌంట్స్ ఛైర్మన్ గా కూడా పనిచేసిన గౌతు లచ్చన్న తరవాత అన్ని రాజకీయ పార్టీలతో తెగతెంపులు చేసుకుని, బడుగు వర్గాల సంక్షేమానికి కృషి చేస్తూ వచ్చారన్నారు. గౌతు లచ్చన్న 2006 ఏప్రిల్ 19 న కన్ను మూశారనన్నారు. కార్యదక్షత, ఉక్కు సంకల్పం వల్లే గౌతు లచ్చన్నకు సర్దార్ అని బిరుదు వచ్చిందన్నారు. దేశంలో సర్దార్ గా సర్దార్ వల్లభాయి పటేల్ కు, గౌతు లచ్చన్న మాత్రమే పేరుగాంచారన్నారు. బడుగు, బలహీన వర్గాల అభ్యున్నతికి ఎనలేని సేవలు చేసిన సర్దార్ గౌతు లచ్చన్న జయంతిని అధికారికంగా నిర్వహించడం ఎంతో ఆనందం కలిగిస్తోందన్నారు. ఈ మేరకు సీఎం చంద్రబాబుకు మంత్రి సవిత ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ఈ నెల 16న ఆయన జయంతిని రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఘనంగా నిర్వహిస్తున్నామన్నారు. రాష్ట్ర స్థాయి కార్యక్రమాన్ని విజయవాడలోని తుమ్మలపల్లి కళాక్షేత్రంలో నిర్వహించనున్నట్లు మంత్రి సవిత వెల్లడించారు.

మంత్రి నారా లోకేష్ ఆదేశాలతో లోతట్టు ప్రాంత నివాసితులకు త్రాగునీరు భోజన సదుపాయాలు

స్థానిక సమస్యలపై వెంటనే స్పందిస్తున్న అధికారులు

సమస్యలు వెంటనే పరిష్కరించటంతో మంత్రి నారా లోకేష్ కు కృతజ్ఞతలు తెలిపిన స్థానికులు

మంగళగిరి ఆగస్టు 14 (లక్ష్యం న్యూస్)గత రెండు రోజులుగా కురుస్తున్న భారీ వర్షాలకు మంగళగిరి పట్టణంలోని లోతట్టు ప్రాంతాలైన రత్నాల చెరువు , దీన్ దయాల్ నగర్, ఎన్నారై జంక్షన్ ,టీక్కో గృహాను నగరపాలక సంస్థ కమిషనర్ ఆలీ భాష పట్టణ అధ్యక్షులు పడవల మహేష్ సందర్శించారు స్థానికులతో చర్చించి వారి సమస్యలను తెలుసుకొని వెంటనే పరిష్కరిస్తున్నామని డ్రైనేజీ పారుదల త్రాగునీరు పైపులైన్లు ప్రతిరోజు క్షుణ్ణంగా పరిశీలిస్తూ ఫాగింగ్. బ్లీచింగ్ పౌడర్ చల్లుతూ పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచాలని అధికారులకు సూచించారు

ఈ సందర్భంగా పడవల మహేష్ మాట్లాడుతూ గత రెండు రోజులుగా కురుస్తున్న భారీ వర్షాలకు లోతట్టు ప్రాంతంలోని నివసిస్తున్న ప్రజల సమస్యలను మంత్రి నారా లోకేష్ ఎప్పటికప్పుడు అడిగి తెలుసుకుంటున్నారని అన్నారు

ఇళ్లల్లోకి నీరు చేరి ఇబ్బంది పడుతున్న వారిని సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలించి వారి అవసరాల రీత్యా త్రాగునీరు భోజన సదుపాయాలను కల్పిస్తున్నామని అన్నారు భారీ వర్షానికి ఇంటిలోకి నీరు చేరి ఇబ్బంది పడుతున్న మేడూరి కోటేశ్వరరావు ఇంటి ని పరిసరాలను పరిశీలించారు వెంటనే రెండు ట్రాక్టర్ల మట్టిని అందించి సమస్యను పరిష్కరించాలని సంబంధిత అధికారులకు ఆదేశాలు జారీ చేయడంతో స్థానికులు హర్షం వ్యక్తం చేస్తూ మంత్రి నారా లోకేష్ కు అభినందనలు తెలియజేశారు

ఏపీఎంఎస్ఐడీసీ ఛైర్మన్ చిల్లపల్లి శ్రీనివాసరావు కుమార్తె నిశ్చితార్థ వేడుకకు హాజరైన మంత్రి లోకేష్

మంగళగిరి ఆగస్టు 14 (లక్ష్యం న్యూస్)మంగళగిరిః మంగళగిరి నియోజకవర్గ జనసేన పార్టీ ఇంఛార్జ్, ఆంధ్రప్రదేశ్ వైద్య సేవలు, మౌలిక సదుపాయాల అభివృద్ధి సంస్థ(ఏపీఎంఎస్ఐడీసీ) ఛైర్మన్ చిల్లపల్లి శ్రీనివాసరావు చిన్న కుమార్తె నిశ్చితార్థ వేడుకకు విద్య,ఐటీ శాఖల మంత్రి నారా లోకేష్ హాజరయ్యారు. మంగళగిరి పట్టణం గౌతమ్ బుద్ధ రోడ్ లోని చిల్లపల్లి నాగేశ్వరరావు పార్వతిల కల్యాణ మండపంలో జరిగిన నిశ్చితార్థ వేడుకలో పాల్గొని కాబోయే దంపతులు చాముండేశ్వరి, సాయి వివేక్ లను ఆశీర్వదించారు. కాబోయే దంపతులకు పుష్పగుచ్ఛం అందించి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మంగళగిరి నియోజకవర్గ కూటమి నేతలు పాల్గొన్నారు.

కారంపూడిలో 300 అడుగుల జాతీయ జెండాతో భారీ ర్యాలీ

(లక్ష్యం ప్రతినిధి కారంపూడి)కారంపూడిలో 300 అడుగుల పొడవైన భారీ జాతీయ జెండాతో పెద్ద ఎత్తున 'హర్ ఘర్ తిరంగా' ర్యాలీ నిర్వహించారు. 'హర్ ఘర్ తిరంగా' కార్యక్రమంలో భాగంగా గురువారం కారంపూడి తాహసిల్దార్ వెంకటేశ్వర్లు నాయక్ ఈ కార్యక్రమాన్ని చేపట్టారు. అనంతరం 1500 మంది విద్యార్థులతో తాహసిల్దార్ కార్యాలయం నుండి పట్టణంలోని నాగిలేరు బ్రిడ్జి వద్ద వరకు భారీ ఎత్తున ర్యాలీ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులు దేశభక్తిని చాటుకున్నాడు. ఈ సందర్భంగా తాహసిల్దార్ వెంకటేశ్వర్లు నాయక్ మాట్లాడుతూ, దేశభక్తి, జాతీయ గర్వం మరియు ఐక్యత స్ఫూర్తిని బలోపేతం చేయడానికి జిల్లా అంతటా హర్ ఘర్ తిరంగ కార్యక్రమాన్ని జరుపుకుంటున్నామని అన్నారు. పౌరులు తమ ఇళ్లలో జాతీయ జెండాను ఎగురవేయాలని తెలిపారు. భారతదేశ స్వాతంత్ర్యం కోసం లెక్కలేనన్ని స్వాతంత్ర్య సమరయోధులు మరియు అమరవీరులు చేసిన అత్యున్నత త్యాగాలను తాహసిల్దార్ అందరికీ గుర్తు చేశారు. ఇటువంటి కార్యక్రమాల ద్వారా వారి జ్ఞాపకాలను గౌరవించాల్సిన అవసరం ఎంతగానో ఉందని ఆయన అన్నారు. మనకు స్వాతంత్రం కోసం.. ఎంతోమంది మహానుభావులు ప్రాణాలు త్యాగం చేస్తే... మనకు స్వాతంత్రం వచ్చిందని ఆయన గుర్తు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండలంలోని అన్ని శాఖ అధికారులు, సిబ్బంది, నాయకులు, ప్రజలు విద్యార్థులు పాల్గొని కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారని ఆయన అన్నారు.

నీటి వనరుల సంరక్షణతోనే భూగర్భ జలాలు పెరుగుతాయి

సమర్థ నీటి నిర్వహణతో కరవును తరిమేయవచ్చు

సాగునీటి శాఖలో ఇంజనీరింగ్ వ్యవస్థను రీ-స్ట్రక్చర్ చేస్తాం

నీటి నిర్వహణలో సాగు నీటి సంఘాల భాగస్వామ్యం ఉండాలి

నీటి నిర్వహణపై జిల్లాలకు రేటింగ్ ఇస్తాం

ఉత్తరాంధ్ర, వెలుగొండ, గాలేరు-నగరి సుజల స్రవంతిపై దృష్టి

సాగునీటి సంఘాలు, జిల్లా కలెక్టర్లు, అధికారులతో ముఖ్యమంత్రి వీడియో కాన్ఫరెన్స్

అమరావతి, ఆగస్టు 14 (లక్ష్యం ప్రధాన ప్రతినిధి) : నీటి వనరులను పూర్తి స్థాయిలో సంరక్షించిన్నపుడే భూగర్భజలాలు పెరుగుతాయని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు అన్నారు. గురువారం రాష్ట్ర సచివాలయం నుంచి సాగు నీటి సంఘాలు, జిల్లా కలెక్టర్లు, అధికారులతో సీఎం వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా నీటి నిర్వహణ, చివరి భూములకు నీరందించడం, సమర్థ నీటి వినియోగం వంటి అంశాలపై చర్చించారు. పాలకొల్లు నుంచి మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు ఈ వీడియో కాన్ఫరెన్సులో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి మాట్లాడుతూ.."సమర్థ నీటి నిర్వహణతో రాష్ట్రంలోని ప్రాజెక్టుల్లో నీటిని నిల్వ చేసుకోగలిగాం. రిజర్వాయర్లు, బ్యారేజీల్లో మొత్తంగా కలిపి 82.29 శాతం మేర నింపుకోగలిగాం. ఎగువన నుంచి వస్తున్న వరదతో పాటు.. రాష్ట్రంలో పడుతున్న వర్షపు నీటిని సమర్థంగా రిజర్వాయర్లకు మళ్లించడంలో ప్రభుత్వం సక్సెస్ అయింది. హంద్రీ-నీవా ద్వారా రాయలసీమలో ప్రాజెక్టులు నింపాం. ఇకపై వెలుగోడు, ఉత్తరాంధ్ర, గాలేరు-నగరి సుజల స్రవంతి ప్రాజెక్టులపై దృష్టి సారిస్తాం. నీటిని ఒడిసి పట్టి ప్రాజెక్టులను ఏ విధంగా నింపామో.. ఇదే విధంగా గ్రామాల్లోని చెరువులను కూడా నీటితో నింపుకోవాలి. సాగు నీటి కాల్వలను, పంట కాల్వలను పరిరక్షించుకోవాలి. చెరువులు, కాల్వలను పరిరక్షించే పనుల్లో సాగు నీటి సంఘాలు భాగస్వామ్యం కావాలి. రైతుల భాగస్వామ్యం కోసమే సాగునీటి సంఘాలు పెట్టాం. కృష్ణా, గోదావరి నదుల్లో పెద్ద ఎత్తున నీరు సముద్రంలోకి వెళ్తోంది. కొన్ని ప్రాంతాల్లో వర్షాలు కురుస్తున్నా.. వరదలు వస్తున్నా.. కొన్ని ప్రాంతాల్లో ఇంకా వర్షాభావ పరిస్థితులున్నాయి. రాష్ట్రంలో 17 శాతం లోటు వర్షపాతం నమోదైంది. ఈ పరిస్థితుల్లో ప్రతి నీటి బొట్టునూ ఒడిసి పట్టుకోవాల్సిన అవసరం ఉంది. రాష్ట్రంలోని ప్రతి ప్రాంతానికి నీరు చేరేలా చూడాలి. ప్రతి ఎకరాకు నీరు అందించేలా నీటి నిర్వహణ చేసుకోవాలి. మైనర్ ఇరిగేషన్ ట్యాంకులను పూర్తిగా నింపుకోవాలి. రాష్ట్రంలో మొత్తంగా 38 వేల మైనర్ ఇరిగేషన్ ట్యాంకుల ద్వారా భారీ ఎత్తున నీటిని నిల్వ చేసుకోవచ్చు. రైతుల కోసం, నీటి నిర్వహణ, పరిరక్షణ కోసం సాగునీటి సంఘాల వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేశాం. దీన్ని అదే స్ఫూర్తితో సాగునీటి సంఘాలు పని చేయాలి." అని చంద్రబాబు సూచించారు.

నీటి నిర్వహణపై జిల్లాల వారీ రేటింగ్ ఇస్తాం

"రాష్ట్రంలో చెరువులు, కాల్వలు, చెక్ డ్యాముల పరిస్థితిని సాగు నీటి సంఘాలు పరిశీలించాలి. సాగునీటి సంఘాలకు ఆయకట్టు ప్రాంతాలే కాకుండా.. క్యాచ్మెంట్ ఏరియా బాధ్యతలను అప్పగిస్తాం. నీటి వనరుల సంరక్షణ నిమిత్తం ఏమైనా చర్యలు తీసుకోవాల్సి వస్తే.. అధికారులతో సమన్వయం చేసుకోవాలి. వచ్చే 10-15 రోజుల్లోగా చెరువలకు, కాల్వలకు, చెక్ డ్యాములకు మరమ్మత్తులు చేయాల్సి వస్తే త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలి. వర్ష కాలంలో పడే నీటిని చెరువుల్లో నింపాలి. కాల్వల్లో పూడిక తీయాలి, పంట కాల్వల నిర్వహణ సరిగా ఉండాలి, వరద నీటి పారుదలకు ఇబ్బంది లేకుండా కాల్వల నిర్వహణ చేపట్టాలి. చెరువులు, కాల్వలను ఏర్పాటు చేసుకోవడం ఎంత ముఖ్యమో.. నిర్వహరణ చేపట్టడమూ అంతే ముఖ్యం. గత ప్రభుత్వంలో కనీసం షట్టర్లు, గేట్ల నిర్వహణ కూడా సరిగా చేయలేదు. కాంట్రాక్టర్లు వాటిని సరి చేయడానికి ముందుకు రాలేదు. అలాంటి పరిస్థితి ఎప్పుడూ ఉండకూడదు. షట్టర్ల రిపేర్లు అనే మాటే ఉండకూడదు. అన్ని చెరువులు, లాకులు, కాల్వలు చెక్ చేసుకోవాలి. అవి సరిగా పని చేస్తున్నాయా లేదా అనేది కూడా చూడాలి. నీటి నిర్వహణపై జిల్లాల వారీగా రేటింగ్స్ ఇస్తాం. ఇరిగేషన్ శాఖలోని ఇంజనీరింగ్ వ్యవస్థను రీ-ఆర్గనైజ్ చేస్తాం." అని చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు.

భూగర్భ జలాల పెంపుతో అద్భుతమైన ఫలితాలు

"రాష్ట్రంలో 1000 టీఎంసీలు సర్ఫేస్ వాటర్ ఉండాలి... భూగర్భ జలాలు పెరగాలి. భూమిని జలాశయంగా మార్చుకోవాలి. భూగర్భ జలాలు లేకుంటే.. వేయి అడుగుల లోతు నుంచి నీటిని తోడుకోవాల్సిన పరిస్థితి ఉంటుంది. దీని వల్ల తాగడానికి ఉపయోగపడని ఫ్లోరైడ్ నీరు వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. అలాగే నీటిని తోడేందుకు ఎక్కువ విద్యుత్ వినియోగం కూడా అవుతుంది. సాగునీటి సంఘాలు భూగర్భ జలాలను పెంచే బాధ్యతనూ తీసుకోవాలి. రాష్ట్రంలో మొత్తంగా 40 లక్షల ఎకరాల బోర్ వెల్స్ మీద ఆధారపడ్డాయి. రాష్ట్రంలోని 19 లక్షల బోర్లు ఉంటే.. వాటి కోసం రూ. 8250 కోట్లు విద్యుత్ ఖర్చు పెట్టాల్సి వస్తుంది. భూగర్భజలాలను సమర్థవంతంగా వినియోగించుకుంటే ఇందులో 50 శాతం ఖర్చును తగ్గించుకోవచ్చు. వర్షాకాలంలో ముందు భూగర్భ జలాలు మూడు మీటర్ల లోతున అందుబాటులో ఉండాలి. వర్షాకాలం తర్వాత ఎనిమిది మీటర్లకు తగ్గకుండా చూడాలి. ఈ విధంగా నీటిని సమర్థవంతంగా నిర్వహించుకుంటే కరవు నివారణ అనేదే ఉండదు. సాగు నీటి సంఘాలు అంటే నీటిని తీసుకోవడమే కాదు.. నీటి సంరక్షణ, భూగర్భ జలాల పెంపు వంటి అంశాల పైనా సాగునీటి సంఘాలు బాధ్యత తీసుకోవాలి. నదీ తీర ప్రాంతంలో ఉన్న కొన్ని జిల్లాల్లో భూగర్భ జలాలపై దృష్టి పెట్టడం లేదు. తూర్పు గోదావరి, ఏలూరు, ప్రకాశం వంటి జిల్లాల్లో భూగర్భ జలాలు మరింత పెరగాలి. రాష్ట్ర సచివాలయం నుంచి నిర్వహించిన ఈ వీడియో కాన్ఫరెన్సులో జలవనరుల శాఖ ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు.

ప్రకృతి విపత్తులలో ప్రజల రక్షణకు అన్ని ఏర్పాట్లతో సిద్ధంగా ఉన్నాం

జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్

మంచిర్యాల జిల్లా ప్రతినిధి, ఆగస్టు 14 (లక్ష్యం న్యూస్)వాతావరణ శాఖ సూచన మేరకు రాబోవు 2 రోజులలో భారీ నుండి అతి భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉన్నందున ప్రజల రక్షణ కొరకు అన్ని ఏర్పాట్లతో సిద్ధంగా ఉన్నామని జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్ తెలిపారు. గురువారం జిల్లాలోని మంచిర్యాల పట్టణంలోని తిలక్ నగర్ ప్రాంతంలో గల చెరువును డిసిపి ఎ భాస్కర్ తో కలిసి పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, భారీ వర్షాల నేపథ్యంలో వరద పరిస్థితులను ఎదుర్కొనేందుకు, ప్రజల రక్షణ కొరకు అన్ని ఏర్పాట్లతో సిద్ధంగా ఉన్నామని తెలిపారు. జిల్లాలోని కాజ్ వే లు, వాగులు, నదుల వద్దకు ప్రజలు ఎవరు వెళ్లకుండా పోలీస్, రెవెన్యూ, పంచాయతీ శాఖల అధికారుల సమన్వయంతో బందోబస్తు ఏర్పాటు నిర్వహిస్తున్నామని, లోతట్టు, వరద ప్రభావిత ప్రాంతాల ప్రజలను వరద పరిస్థితుల దృష్ట్యా సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలించేందుకు పునరావాస కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేసి తగు చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుందని తెలిపారు. జిల్లాలో వరదలకు సంబంధించి ఎలాంటి సమస్య వచ్చిన ఎదుర్కునేందుకు 90 మంది సభ్యులతో 3 ఎస్డిఆర్ఎఫ్ బృందాలు, జిల్లా అధికారులతో సిద్ధంగా ఉన్నామని, ప్రజల రక్షణకు కావలసిన పరికరాలు అందుబాటులో ఉంచడం జరిగిందని, పోలీసు అధికారులకు శిక్షణ అందించడం జరిగిందని, గజ ఈతగాళ్లను సిద్ధంగా ఉంచామని తెలిపారు. ప్రభుత్వ సూచన మేరకు మత్స్యకారులు చేపల వేటకు వెళ్లవద్దని, జిల్లాలోని పాఠశాలలకు గురువారం సెలవు ప్రకటించడం జరిగిందని తెలిపారు. జిల్లాలో ప్రాణ నష్టం, పశు నష్టం, ఆస్తి నష్టం జరగకుండా సంబంధిత అధికారులు సమన్వయంతో చర్యలు తీసుకోవాలని, ఉన్నతాధికారులు మార్గదర్శకాలను పాటిస్తూ ప్రజల రక్షణకు కృషి చేయాలని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంబంధిత అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఇది రైతు సంక్షేమ ప్రభుత్వం- ఎమ్మెల్యే ఆనందబాబు

వేమూరు ఆగస్టు 14(బాపట్ల జిల్లా) లక్ష్యం న్యూస్ : రైతు సంక్షేమం ద్వేయంగా పనిచేస్తున్న రైతు సంక్షేమ ప్రభుత్వం కూటమి ప్రభుత్వం అని వేమూరు ఎమ్మెల్యే నక్క ఆనందబాబు తెలియజేశారు, గురువారం నియోజకవర్గ కేంద్రం వేమూరులో రైతు సంబరం కార్యక్రమం నిర్వహించారు, అన్నదాత సుఖీభవ పథకం ద్వారా రైతులకు కూటమి ప్రభుత్వం తొలి విడత అందించిన లబ్ధికి సూచికగా రైతులు ట్రాక్టర్లతో భారీ ర్యాలీ నిర్వహించారు అనంతరం ఎన్టీఆర్ పుర వేదిక వద్ద చంద్రబాబు చిత్రపటానికి పాలాభిషేకం చేసి సభ నిర్వహించారు, ఈ సందర్భంగా ఆనందబాబు మాట్లాడుతూ ఇచ్చిన మాట ప్రకారం ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు సూపర్ సిక్స్ లో ఇప్పటికే ఐదు పథకాలు అమలు చేయడం జరిగిందన్నారు రేపు మధ్యాహ్నం స్త్రీ శక్తి పథకం ద్వారా ఉచిత బస్సు ప్రయాణం అమలు చేస్తున్నట్టు గుర్తు చేశారు, అన్నదాత సుఖీభవ పథకం ద్వారా రైతులకు 20వేల రూపాయలు అందించే కార్యక్రమం కూటమి ప్రభుత్వం నిర్వహిస్తుందన్నారు దేశంలో ఎక్కడా లేని విధంగా రైతుల సంక్షేమం కోసం చంద్రబాబు నాయుడు కృషి చేస్తున్నారని తెలియజేశారు, ముఖ్యంగా వేమురు నియోజకవర్గంలో డెల్టా ప్రాంతం అయినందున దాదాపు 90 వేల ఎకరాల్లో వరి నాట్లు వేశారన్నారు, రైతులకు కావాల్సిన ఎరువులు విత్తనాలు అన్ని అందుబాటులో ఉండే విధంగా ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకుంటుందని, అన్నదాత సుఖీభవ పథకం ద్వారా రైతులతో పాటు కౌలు రైతులకు కూడా లబ్ధి చేకూరే విధంగా చర్యలు తీసుకుంటున్నామన్నారు, గతంలో ఎన్నడూ లేని విధంగా కూటం ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చాక ప్రాజెక్టులు నీటితో కళకళలాడుతున్నాయని ప్రాజెక్టులు నిండి కిందికి వద్దాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడుతుందన్నారు, మంచి ప్రభుత్వం పాలకులు ఉంటే వాతావరణ పరిస్థితులు కూడా అనుకూలంగా ఉంటాయని దానికి ఇదే నిదర్శనం అన్నారు,ఇటువంటి మంచి ప్రభుత్వానికి ప్రజలు మద్దతు ఇవ్వాలని ఆనందబాబు పేర్కొన్నారు, సమావేశంలో మార్కెట్ యార్డ్ చైర్మన్ గొట్టిపాటి పూర్ణకుమారి, పార్టీ నాయకులు జొన్నలగడ్డ విజయబాబు, శివారెడ్డి, మైనేని మురళీకృష్ణ, గాజుల వెంకటసుబ్బయ్య, వాక శేషుబాబు, తూనుగుంట్ల సాయిబాబా, అమ్మిశెట్టి కిషోర్, ఉక్కుర్తి నాగయ్య, తదితరులు పాల్గొన్నారు. అనంతరం వ్యవసాయ శాఖ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటుచేసిన డ్రోన్ ను ఆయన ప్రారంభించారు.

ప్రజా చైతన్యమే...
లక్ష్యం
తెలుగు దినపత్రిక
శుక్రవారం 14 జూలై 2025

ఆహార పొట్లాలు పంపిణీ

ఇంచార్జ్ ఎంపీడీవో శ్రీనివాసరావు

బాపట్ల ఆగష్టు 14(లక్ష్యం న్యూస్) నియోజకవర్గంలోని కర్లపాలెం మండలంలో విపత్కర పరిస్థితుల్లో కాలవకట్లపై, ఉండడానికి కూడా సరైన నివాసాలు లేని గిరిజన కుటుంబాలకు ఫ్రెండ్స్ ఆదర్శ యూత్ ఆర్గనైజేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఆహార పొట్లాలు అందించి పేదవారి ఆకలి తీర్చిన వారు అయ్యారని కర్లపాలెం మండల ఇంచార్జ్ ఎంపీడీవో అయినంపూడి శ్రీనివాసరావు అన్నారు. కర్లపాలెం మండలం కర్లపాలెం గ్రామంలోని లంక కాల్వ కట్ట పై నివసిస్తున్న గిరిజనులకు ఫ్రెండ్స్ ఆదర్శ యూత్ ఆర్గనైజేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఆహార పొట్లాలు ను పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఇన్చార్జ్ ఎంపీడీవో మాట్లాడుతూ గత మూడు రోజులుగా ఎడతెరిని వర్షాలకు పనులు లేక ఇబ్బంది పడుతున్న యానాదులకు ఆర్గనైజేషన్ ఆధ్వర్యంలో పంపిణీ చేశారన్నారు. వర్షాలతో ఇబ్బంది పడుతున్న

నిరుపేదలకు తమ వంతు సహకారం అందించడం, అభినందనీయమని ,అదేవిధంగా మరి కొన్ని స్వచ్ఛంద సేవా సంస్థలు నిరుపేదలు ఉండే ప్రాంతాల్లో బాధితులకు సహాయం అందించాలని ఆయన కోరారు ఆపదలో ఉన్న వారి ఆదుకునే లక్ష్యంతో ఫ్రెండ్స్ అందరి సహకారంతో సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం గొప్ప విషయం అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పంచాయతీ కార్యదర్శి సునీత, ఆర్గనైజేషన్ గౌరవాధ్యక్షులు వేజెండ్ల శ్రీనివాసరావు, అధ్యక్షులు బండ్రెడ్డి గోపి, కార్యదర్శి బత్తుల సురేష్, కోశాధికారి జోగి సువర్ణరాజు, విన్నకోట శ్రీనివాసరావు, మద్దిబోయిన గోపి,బండి శ్రీనివాసరావు,యలవల శ్రీనివాసరావు,తన్నీరు గోపి,నందిపాటి శ్రీరామ్ సునీల్, బండ్రెడ్డి అంకమ్మరావు, కే రవి, కృష్ణారెడ్డి, భీమా కోటేశ్వరరావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పంద్రాగస్టు కవాతు సాధన ప్రక్రియను పరిశీలించిన జిల్లా ఎస్పీ తుషార్ డూడి

బాపట్ల ఆగష్టు 14 (లక్ష్యం న్యూస్)పోలీస్ కవాతు రిహార్సల్‌ను సుందరంగా నిర్వహించారని, స్వాతంత్ర దినోత్సవ వేడుకల్లో కవాతును మరింత సుందరంగా నిర్వహించాలని జిల్లా ఎస్పీ తుషార్ డూడి ఐపీఎస్ కవాతు బృందానికి తెలిపారు. గురువారం బాపట్ల మహిళా ఇంజినీరింగ్ కళాశాల ఆడిటోరియం వద్ద జరిగిన పంద్రాగస్టు కవాతు సాధన ప్రక్రియను జిల్లా ఎస్పీ పరిశీలించారు.
కవాతు నిర్వహణ, ఆడిటోరియంలో లోపల, వెలుపల తీసుకోవలసిన భద్రతాపరమైన చర్యలు, ట్రాఫిక్ సమస్యలు తలెత్తకుండా ముందస్తుగా తీసుకోవలసిన చర్యల గురించి పలు ఆదేశాలు జారీ చేశారు.
ఏఆర్ డీఎస్పీ పి.విజయసారధి పెరేడ్ కమాండర్‌గా వ్యవహరించి పోలీస్ కవాతు సాధనను నిర్వహించారు. ముందుగా సిబ్బంది నుండి ఎస్పీ గారు గౌరవ వందనం స్వీకరించి జాతీయ పతాకాన్ని ఎగురవేశారు. అనంతరం పరేడ్ పరిశీలన వాహనంలో వెళ్లి సాయుధ పోలీసు బలగాల పరేడ్‌ను పరిశీలించారు. పెరేడ్ నిర్వహించే పోలీస్ సిబ్బంది, అధికారులకు పలు సూచనలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా ఎస్పీ మాట్లాడుతూ భారీ వర్షాల దృష్ట్యా ఎటువంటి ఆటంకాలు కలగకుండా స్వాతంత్ర దినోత్సవ

వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించేందుకు బాపట్ల మహిళా ఇంజినీరింగ్ కళాశాల ఆడిటోరియంను వేదికగా ఖరారు చేసినట్లు తెలిపారు. పోలీస్ కవాతు సాధన సుందరంగా నిర్వహించారని కొనియాడారు. కవాతు నిర్వహించే పోలీస్ అధికారులు, సిబ్బంది ప్రతి ఒక్కరూ వ్యక్తిగత క్రమశిక్షణ పాటిస్తూ, ఐక్యతతో మరింత సుందరంగా పంద్రాగస్టు కవాతును నిర్వహించాలని సూచించారు. స్వాతంత్ర దినోత్సవ వేడుకల్లో పాల్గొనడానికి విచ్చేసే అతిథులు, ప్రజా ప్రతినిధులు, ప్రజలు మరియు విద్యార్థులకు ఎటువంటి అసౌకర్యం కలగకుండా సంబంధిత శాఖల అధికారులతో సమన్వయం కలిగి తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని పోలీస్ అధికారులను ఆదేశించారు. శకటాలు వరుస క్రమంలో వచ్చే విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలని, ట్రాఫిక్ సమస్యలు తలెత్తకుండా చూడాలని, ఆడిటోరియం లోపల, వెలుపల ఎటువంటి అవాంఛనీయ ఘటనలు చోటుచేసుకోకుండా కట్టుదిట్టమైన భద్రతా ఏర్పాట్లు చేయాలని పోలీస్ అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఏఆర్ డీఎస్పీ పి.విజయసారధి, ఎస్.బి ఇన్స్పెక్టర్ జి.నారాయణ, బాపట్ల పట్టణ ఇన్స్పెక్టర్ ఆర్.రాంబాబు, ఆర్.ఐ లు షేక్.మౌలుద్దీన్, టి.శ్రీకాంత్, కవాతు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

వార్షిక పాస్ సదుయాపాన్ని వాహనదారులు వినియోగించుకోవాలి

జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్

మంచిర్యాల జిల్లా ప్రతినిధి, ఆగస్టు 14 (లక్ష్యం న్యూస్)జాతీయ రహదారుల సంస్థ 79వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం సందర్భంగా కల్పించిన వార్షిక పాస్ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్ తెలిపారు. గురువారం జిల్లాలోని నస్పూర్ గల సమీకృత జిల్లా కార్యాలయాల భవన సముదాయంలోని కలెక్టర్ చాంబర్ లో జాతీయ రహదారుల సంస్థ మంచిర్యాల పిఐయు డిప్యూటీ మేనేజర్ (టెక్) హర్షకుమార్ గుప్తా, అధికారులతో కలిసి వార్షిక పాస్ సంబంధిత గోడప్రతులను ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, వార్షిక రుసుము 3 వేల రూపాయలతో 200 ఉచిత టోల్ ప్రవేశాల అనుమతి సదుపాయాన్ని జాతీయ రహదారుల సంస్థ విడుదల చేసిందని, దేశంలోని జాతీయ రహదారులు, ఎక్స్ప్రెస్ హైవేలపై వర్తించేలా ఆగస్టు 15వ తేదీ నుండి అమల్లోకి రానుందని తెలిపారు. ఈ సదుపాయం సొంత వాహనాలకు ఎంతో ప్రయోజకరమని, యాక్టివేషన్ తేదీ నుండి ఒక సంవత్సరం కాలంలో 200 ట్రిప్పులు ఉచితంగా ప్రయాణించేందుకు అవకాశం ఉంటుందని, ఒక జత ఎంట్రీ, ఎగ్జిట్ ఒక ట్రిప్పుగా లెక్కించబడుతుందని, వాణిజ్యపరమైన వాహనాలకు ఈ సదుపాయం వర్తించదని తెలిపారు. ఈ వార్షిక పాస్ ను రాజ్ మార్గ్ యాత్ర మొబైల్ అప్లికేషన్, ఎన్హెచ్ఎఐ వెబ్సైట్లో పొందవచ్చని, ఫాస్ట్ టాగ్ ధృవీకరించబడిన తరువాత వార్షిక పాస్ పని చేస్తుందని, రుసుము చెల్లించిన 2 గంటల లోపు సంబంధిత రిజిస్టర్ పాస్ టాగ్ అమల్లోకి వస్తుందని, ఫాస్ట్ లో ఉన్న పాత బాలెన్స్ నూతన విధానాలకు వర్తింపజేయదని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంబంధిత అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాల ద్వారా ప్రజలకు మెరుగైన వైద్య సేవలు

జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్

మంచిర్యాల జిల్లా ప్రతినిధి, ఆగస్టు 14 (లక్ష్యం న్యూస్)ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులు, ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాల ద్వారా ప్రజలకు మెరుగైన వైద్య సేవలు అందించడం జరుగుతుందని జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్ తెలిపారు. గురువారం జిల్లాలోని హాజీపూర్ మండల కేంద్రంలో గల ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని సందర్శించి వార్డులు, మందుల నిల్వలు, ల్యాబ్, రిజిస్టర్లు, పరిసరాలను పరిశీలించి ప్రజలతో మాట్లాడి ఆరోగ్య కేంద్రంలో పొందుతున్న వైద్య సేవల వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, ప్రభుత్వం ప్రజల ఆరోగ్యం దృష్ట్యా వైద్య రంగాన్ని బలోపేతం చేస్తూ అనేక చర్యలు తీసుకుంటుందని, ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులు, సామాజిక, ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాలను ఆధునికరించి ప్రజలకు మెరుగైన, వేగవంతమైన వైద్య సేవలు అందించడం జరుగుతుందని తెలిపారు. వర్షాకాలం అయినందున

సీజనల్ వ్యాధులు వ్యాప్తి చెందకుండా పాటించవలసిన జాగ్రత్తలను ప్రజలకు వివరించాలని, అవసరమైన మందులను ఆసుపత్రిలో అందుబాటులో ఉంచుకోవాలని, వైద్యులు, సిబ్బంది విధుల పట్ల బాధ్యతగా వ్యవహరించి సమయపాలన పాటించాలని తెలిపారు. అనంతరం కస్తూరిభా గాంధీ బాలికల విద్యాలయాన్ని సందర్శించి తరగతి గదులు, మధ్యాహ్న భోజనం నాణ్యతను పరిశీలించారు. ప్రభుత్వం విద్యార్థుల సంక్షేమం లో భాగంగా అమలు చేస్తున్న మెనూ ప్రకారం సకాలంలో విద్యార్థులకు పోషక విలువలు కలిగిన ఆహారం, శుద్ధమైన త్రాగునీటిని అందించాలని, విద్యార్థుల ఆరోగ్యం పట్ల ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలని తెలిపారు. మధ్యాహ్న భోజనం తయారీలో తాజా కూరగాయలు, నాణ్యమైన నిత్యవసర సరుకులను వినియోగించాలని తెలిపారు. వర్షాకాలం దృష్ట్యా అంటూ వ్యాధులు వ్యాప్తి చెందకుండా పాటించవలసిన జాగ్రత్తలను విద్యార్థులకు వివరించాలని, వ్యక్తిగత పరిశుభ్రతపై విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పించాలని తెలిపారు. తరగతి గదులు, వంటశాల, మూత్రశాలలు, పరిసరాల పరిశుభ్రత పకడ్బందీగా నిర్వహించాలని తెలిపారు. ఉపాధ్యాయులు విద్యార్థినులకు అర్థమయ్యే విధంగా విద్యాబోధన చేయాలని, తరగతిలో వెనుకబడిన విద్యార్థులపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంబంధిత అధికారులు, ఉపాధ్యాయులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రానున్న 24 గంటలు అత్యంత కీలకం

రాష్ట్ర రెవెన్యూ, విపత్తుల నిర్వహణ శాఖ శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి

మంచిర్యాల జిల్లా ప్రతినిధి, ఆగస్టు 14 (లక్ష్యం న్యూస్) వచ్చే 3 రోజులలో రానున్న 24 గంటలు అత్యంత కీలకమని రాష్ట్ర రెవెన్యూ, విపత్తుల నిర్వహణ శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి తెలిపారు. గురువారం హైదరాబాద్ నుండి రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి రామకృష్ణారావు, ఇతర ఉన్నతాధికారులతో కలిసి వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా అన్ని జిల్లాల కలెక్టర్లు, అదనపు కలెక్టర్లు, పోలీసు ఉన్నతాధికారులతో వర్ష పరిస్థితులలో చేపట్టవలసిన చర్యలపై సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర మంత్రి మాట్లాడుతూ, వాతావరణ సూచన మేరకు వచ్చే 3 రోజులలో భారీ నుండి అతి భారీ వర్షాలు కురువనున్న నేపథ్యంలో రానున్న 24 గంటలు అత్యంత కీలకమైన సమయమని, ప్రజల రక్షణ దిశగా అధికార యంత్రాంగం మరింత అప్రమత్తంగా ఉండాలని తెలిపారు. ప్రజలకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా చర్యలు చేపట్టాలని, ముఖ్యంగా లోతట్టు, వరద ప్రభావితం ప్రాంతాల ప్రజలను సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలించి పునరావాసం ఏర్పాటు చేయాలని తెలిపారు. శిధిలావస్థలో ఉన్న భవనాలలో నివసించే వారిని వెంటనే తరలించాలని, వాగులు, నదులు ఉధృతంగా ప్రవహించే సమయంలో ప్రజలను, వాహనదారులను అటువైపుగా వెళ్లకుండా అడ్డుకొని సిబ్బందితో పహారా ఉండాలని తెలిపారు. విద్యుత్ శాఖ అధికారులు అప్రమత్తంగా ఉండి విద్యుత్ సరఫరాకు అంతరాయం లేకుండా చూడాలని, రహదారులు, కల్వర్టులు దెబ్బతింటే ఆ ప్రాంతంలో ప్రమాద సూచికలు ఏర్పాటు చేసి ప్రత్యామ్నాయ ఏర్పాట్లు చేయాలని తెలిపారు. త్రాగునీటికి ఇబ్బంది లేకుండా చూడాలని, వైద్య సిబ్బంది వ్యాధులు ప్రబలకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని తెలిపారు. ప్రాణ నష్టం, ఆస్తి నష్టం, పశు నష్టం జరగకుండా జిల్లా అధికారులు అప్రమత్తంగా ఉండాలని తెలిపారు. భారీ వర్షాలు నేపథ్యంలో సహాయ చర్యల నిమిత్తం ప్రతి జిల్లాకు కోటి రూపాయలు విడుదల చేయడం జరిగిందని, ఉమ్మడి జిల్లాలకు సీనియర్ అధికారులను ప్రత్యేక అధికారులుగా నియమించడం జరిగిందని తెలిపారు. సెలవులలో ఉన్న అధికారులు, సిబ్బందిని సెలవులు రద్దు చేసి వెనక్కు పిలిపించాలని, రైల్వే లైన్లు, లో లెవెల్ వంతెనలు, కాజ్ వే లు, లోతట్టు ప్రాంతాలపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించి వర్షం నీరు నిలవకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని, లో లెవెల్ వంతెనల వద్ద పోలీసు సిబ్బందిని నియమించి బందోబస్తు ఏర్పాటు చేయాలని తెలిపారు. జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్ మాట్లాడుతూ, ప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు ప్రజారక్షణ దిశగా చర్యలు తీసుకుంటున్నామని, అధికార యంత్రాంగాన్ని అప్రమత్తం చేస్తూ రక్షణ చర్యలు చేపడుతున్నామని తెలిపారు. మంగళవారం రాత్రి జిల్లాలోని భీమిని, కన్నేపల్లి, తాండూర్, బెల్లంపల్లి మండలాలలో కురిసిన భారీ వర్షాల కారణంగా వాగులు, ఒర్రెలు ప్రమాదకర స్థాయిలో ప్రవహిస్తున్నాయని తెలిపారు. ఈ నేపథ్యంలో 5 కుటుంబాలను సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలించి పునరావాసం కల్పించడం జరిగిందని తెలిపారు. రైల్వే అండర్ పాస్ పూర్తిగా నీళ్లతో నిండడం వల్ల భారీ గేట్లు ఏర్పాటు చేసి బందోబస్తు చర్యలు చేపట్టడం జరిగిందని, జన్నారం లోని నీటి కుంట గండి పడటంతో పునరుద్ధరణ చేయడం జరుగుతుందని తెలిపారు. జిల్లాలోని ప్రజల ప్రాణ, పశు నష్టం, ఆస్తి నష్టం జరగకుండా అధికారుల సమన్వయంతో చర్యలు తీసుకుంటున్నామని, ప్రజల తక్షణ సహాయం కోసం సమీకృత జిల్లా కార్యాలయాల భవన సముదాయంలో కంట్రోల్ రూమ్ ఏర్పాటు చేసి 24 గంటలు అందుబాటులో ఉంటున్నామని తెలిపారు. వర్షాల కారణంగా పంట నష్టానికి నిబంధనల ప్రకారం రైతులకు నష్టం జరగకుండా చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుందని తెలిపారు.

కారంపూడి చెన్నకేశవ స్వామి దేవస్థానం చైర్మన్ గా లక్ష్మీనారాయణ నియామకం

(లక్ష్యం ప్రతినిధి కారంపూడి)కారంపూడి పట్టణంలో స్వయంభూగా వెలిసిన శ్రీ భూదేవి సమేత చెన్నకేశవ స్వామి దేవస్థానం చైర్మన్ గా బోడిగొడుగుల.లక్ష్మీనారాయణ ను మాచర్ల శాసనసభ్యులు జూలకంటి బ్రహ్మానందరెడ్డి సిఫార్సు మేరకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం గురువారం నియమిచ్చారు. మిగతా వారిని ధర్మకర్తలుగా కాలే స్వప్న, వలే మమత, కొండ విష్ణుదేవి, సాగినబోయిన పద్మ, ఆట్లూరి వెంకటనారాయణ, పల్లిశెట్టి శ్రీనివాసరావు, వడ్ల మల్లికార్జునరావు, సాగి వెంకటేశ్వర్లు, అర్చకుడుగా కోమండూరి సత్యనారాయణ చార్యులను నియమించారు. ఈ సందర్భంగా వారు కారంపూడి దేవాదాయ శాఖ అధికారి కొల్లి. హనుమంతరావు ఆధ్వర్యంలో త్వరలో ప్రమాణస్వీకారం చేయనున్నారు. ఈ సందర్భంగా వారు తమపై నమ్మకంతో ఈ ధర్మకర్తలుగా నియమించినందుకు చాలా సంతోషంగా ఉందని వారు తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా వారు ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు, ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్, ఎంపీ లావు శ్రీకృష్ణదేవరాయలు, మాచర్ల శాసనసభ్యులు జూలకంటి బ్రహ్మానంద రెడ్డికి వారు ప్రత్యేకంగా ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు.

పులివెందులలో ప్రజాస్వామ్యం గెలిచింది: యాగంటి

మాచర్ల లక్ష్యం ప్రతినిధి :పులివెందులలో మూడు దశాబ్దాల తరువాత ప్రజాస్వామ్యం గెలిచిందని మాచర్ల మార్కెట్ యార్డు మాజీ చైర్మన్ యాగంటి మల్లికార్జునరావు అన్నారు. పులివెందుల, ఒంటిమిట్ట స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో టిడిపి విజయకేతనం పట్ల ఆయన హర్షం వ్యక్తం చేశారు. చాలా కాలం తర్వాత ప్రజలు నిర్భయంగా ఓటు హక్కు వినియోగించుకొనే అవకాశం రావటంతో కసిగా ఓట్లు వేసి వైసీపీకి డిపాజిట్లు కూడా కాకుండా చేశారని ఎద్దేవా చేశారు. ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు పవన్ కళ్యాణ్ ఆధ్వర్యంలో రాష్ట్రంలో అందిస్తున్న సుపరిపాలనకు తాజా ఎన్నికల ఫలితాలు నిదర్శనం అన్నారు. ఓటమి భరించలేక మాజీ ముఖ్యమంత్రి జగన్ అడ్డగోలుగా విమర్శలు చేయడాన్ని తప్పుపట్టారు. జగన్ తన పద్దతి మార్చుకోకపోతే వచ్చే అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో కూడా డిపాజిట్లు రావని తెలిపారు.

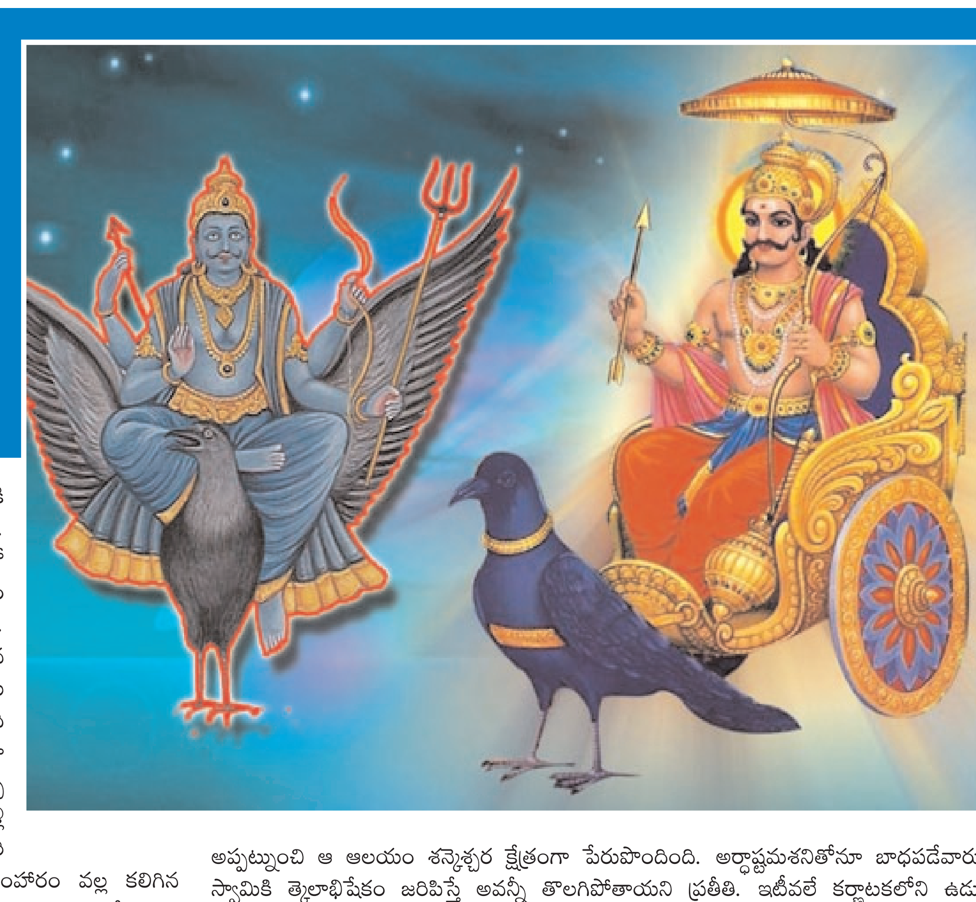
కృష్ణమ్మకు దుర్గమ్మ శాంతి పూజలు

ఇంద్రకీలాద్రి, లక్ష్యం న్యూస్14 ఆగష్టు 2025కృష్ణానది వరదను పురస్కరించుకుని, వరద ప్రభావం నుండి ఎటువంటి ఇబ్బంది లేకుండా ఉండాలని లోక క్షేమం కోరుతూ శ్రీ కనకదుర్గమ్మ వారి తరపున కృష్ణానదికి ప్రత్యేక పూజలు సుమంగళ ద్రవ్యాలు సమర్పించారు.
వరద ఉధృతి శాంతించాలని గురువారం సాయంత్రం దేవస్థానం కార్యనిర్వహణాధికారి వి. కె. శీనానాయక్ దంపతులు కృష్ణ నదీమతల్లికి కనక దుర్గమ్మ దేవస్థానం తరుపున ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు.ఆలయ వైదిక కమిటీ ఆధ్వర్యంలో పూజా కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. పసుపు కుంకుమలు, గాజులు, వస్త్రాలు దుర్గమ్మ నుండి కృష్ణమ్మ కు సమర్పించారు.
ధర్మం.. న్యాయం.. ప్రజాభిమానం.. చంద్రబాబు పక్షాన ఉన్నాయి..

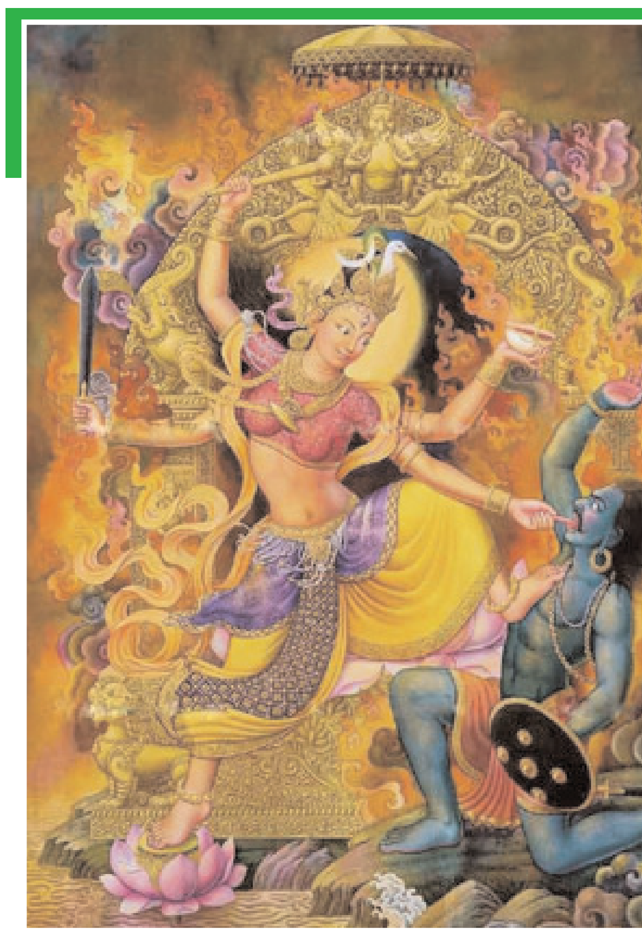
నాయి బ్రాహ్మణ సాధికార కమిటీ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు, టిటిడి పాలకమండలి సభ్యులు వైద్య శాంతారాం..

చిలకలూరిపేట ఆగస్టు 14 (లక్ష్యం న్యూస్):పులివెందుల, ఒంటిమిట్లలో టీడీపీ అభ్యర్థుల్ని గెలిపించి, అరాచకశక్తుల ఆటకట్టించిన ప్రజానీకానికి ధన్యవాదాలు. జడ్పీటీసీ ఉప ఎన్నికల ఫలితాలతో జగన్ కు ఇకనుంచి నిద్రలేని రాత్రుళ్లు... పులివెందుల ప్రజలకు నిత్య సంబరాలు 4 దశాబ్దాలుగా తన కుటుంబ ఏలుబడిలో ఉన్న పులివెందుల గడ్డ.. తన కబంధ హస్తాల నుంచి జారిపోవడంపై జగన్ రగలిపోతున్నాడు.
ఉపఎన్నికలు ప్రజాస్వామ్యయుతంగా జరగలేదని గొంతుచించుకునే ముందు... తన హయాంలో జరిగిన ప్రతి ఎన్నికపై జగన్ ఒక్కసారి ఆత్మావలోకనం చేసుకోవాలి. ఏదో సామెత చెప్పినట్టు తాను చేస్తే సంసారం..ఇతరులు చేస్తే వ్యభిచారమన్నట్టు మాట్లాడినంత మాత్రాన జగన్..వైసీపీనేతలు గత ఐదేళ్లలో చేసిన దారుణాలు మరుగునపడిపోవు. 30 ఏళ్ల తర్వాత స్వేచ్ఛగా తన ఓటు తాను వేసుకున్నానన్న తన నియోజకవర్గ ఓటర్ మనోగతంపై జగన్ ఏం సమాధానం చెబుతాడు?ప్రజలు తలుచుకుంటే తనను రోడ్డుమీదకు చేర్చగలరని, ప్రజాగ్రహం పెల్లుబికితే డిపాజిట్లు గల్లంతవుతాయని జగన్ ఇప్పటికైనా గ్రహించాలి. వైఎస్ కుటుంబం 4 దశాబ్దాలుగా పులివెందులలో రక్తపుటేరుల్లో నడిపించిన రాజారెడ్డి రాజ్యాంగానికి నేటి ఎన్నికల ఫలితంతో శుభం కార్డు పడింది. జగన్ బానిసత్వంలో మగ్గిపోతున్న ప్రజానీకానికి కూటమిప్రభుత్వ సమర్ధపాలనలో బానిససంకెళ్ల నుంచి విముక్తి లభించి, స్వేచ్ఛా వాయువులు లభించాయిఅని నాయి బ్రాహ్మణ సాధికార కమిటీ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు, తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం పాలకమండలి సభ్యులు వైద్య శాంతారాం ప్రకటనలో తెలియజేశారు.

శనీశ్వరుడి ప్రత్యేకతలు



హిందూ సంస్కృతీ, సంప్రదాయాలలో శనిగ్రహానికి విశిష్టమైన ప్రాధాన్యత వుంది. కాలమానప్రకారం చంద్రుడు పక్షంలోని పదమూడవ రోజును త్రయోదశి అని అంటారు. ఇది సంవత్సరంలో పన్నెండుసార్లు వస్తుంది. ఇందులో కొన్నింటికి హిందూ ధర్మంలో ప్రత్యేక విశిష్టత వుంది. శనికి త్రయోదశి అంటే చాలా ఇష్టం. అందుకే శనివారంనాడే శనిగ్రహానికి పూజలు నిర్వహిస్తారు. ఏ త్రయోదశి అయితే శనివారంరోజు సంభవిస్తుందో.. ఆరోజున శని విగ్రహాన్ని "శనీశ్వరుడి"గా పిలుచుకుంటారు. ఇటువంటి సమయంలో శని మానవులు కోరుున్న యోగాలను అందించి, మూడు దోషాలను దూరం చేస్తాడని ప్రజలు విశ్వసిస్తారు. మొత్తం నవగ్రహాలకు ఈ శనీశ్వరుడు అధిపతి. పురాణాలప్రకారం త్రయోదశినాడు శనైశ్చరుని భక్తితో ఆరాధించిన వారికి ఎటువంటి అవాంతరాలు కలగుండా.. వారికి శుభం జరుగుతుందని తెలిపి వుంది. భూమి సూర్యుని చుట్టూ తిరగడానికి 24 గంటలు పడుతుంది. అదే శనిగ్రహం సూర్యుని చుట్టూ తిరగడానికి ఏకంగా 30 సంవత్సరాల కాలం పడుతుంది. అందుకే శనిగ్రమాన్ని "మందుడు" అని మహర్షులు పేరు పెట్టారు. అంతేకాదు... శనిగ్రహుడు జీవరాసులను సత్యమార్గంలో నడిపించడానికి అవతరించాడని కూడా వారు పేర్కొంటున్నారు. సాధారణంగా చాలామంది శని పేరు వినగానే అందరూ భయపడిపోతారు. ఆందోళనలకు గురి అవుతుంటారు. అయితే ఆయన్ని భక్తితో శ్రద్ధగా కొలిస్తే.. సకలఐశ్వర్యాలతోపాటు శుభాలను ప్రసాదిస్తాడని నమ్ముతారు. శనివారం – త్రియోదశినాడు నల్లటి దుస్తులు ధరించి, శనిస్వామికి నువ్వులనూనెతో అభిషేకం చేయిస్తే సంతోషిస్తాడని భక్తులు నమ్ముతుంటారు. మందపల్లి మందుడు :తూర్పుగోదావరి జిల్లాలోని కొత్తపేట మండలంలో మందపల్లి అనే గ్రామం వుంది. ఈ గ్రామంలోనే ప్రాచీనమైన శనీశ్వరాలయం వుంది. ఈ ఆలయానికి దగ్గరలోనే ధండిచి మహర్షి ఆలయం కూడా వుంది. పురాణాల ప్రకారం.. ధండిచి మహర్షి అసురులను చంపడానికి ఇంద్రుడికి తన వెన్నుముకను దానంగా ఇచ్చాడు. మందపల్లి శనీశ్వర స్వామి ఇతర ఆలయాలకు కాస్తంత భిన్నం. శత్రు, రోగ, రుణ బాధల నుంచి విముక్తి కోసం వేలాదిమంది భక్తులు వస్తుంటారు. జాతక చక్రంలో శనితో సమస్యలున్నవారు కూడా వస్తుంటారు. పూర్వం అశ్వత్థ్, పిప్పలాదులనే రాక్షసులు ఈ ప్రాంతంలో తపస్సు చేసుకునే మునులను సంహరించి వారిని భక్షించేవారట. అప్పుడు వారంతా వెళ్లి అక్కడే పరమేశ్వరుని తపస్సులో ఉన్న శనీశ్వరునితో మొరపెట్టుకున్నారట. వారి ఆవేదనలను విన్న శనీశ్వరుడు ఆ రాక్షసులను హతమార్చాడు. అసుర సంహారం వల్ల కలిగిన బ్రహ్మహత్యాపాతకాన్ని నివారించుకునేందుకు మందపల్లిలో శివలింగాన్ని ప్రతిష్ఠించి పూజలు చేశాడట. అప్పట్నుంచి ఆ ఆలయం శన్కైశ్చర క్షేత్రంగా పేరుపొందింది. అర్ధాష్టమశనితోనూ బాధపడేవారు ఈ స్వామికి తైలాభిషేకం జరిపిస్తే అవన్నీ తొలగిపోతాయని ప్రతీతి. ఇటీవలే కర్ణాటకలోని ఉడుపిలో దేశంలోనే అతిపెద్దదైన శనీశ్వరుడి విగ్రహాన్ని (23 అడుగులు) ఆవిష్కరించారు.



వ్యతిరేకతల నివారణకు క్రీం బగళాయై నమః

పీతాంబరాం తాం ద్విభుజాం త్రినేత్రాం గాత్రగోజ్జ్వలా శిలా ముద్గర హస్తాం చ స్మరేత్తాం బగళాముఖీమ్"జిహ్వాగ్రమాదాయ కరేణ దేవీం వామేన శత్రూన్ పరిపీడయంతీం గదాభిఘాతేన చ దక్షిణేన పీతాంబరాఢ్యాం ద్విభుజాం భజామి"మన చుట్టూ ఉండే ప్రకృతికి సంబంధించిన ఎండ, వాన, చలి వంటి ప్రతికూలతలను తట్టుకోవడానికి మనం ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేస్తుంటాం. సాధారణంగా మనం తట్టుకునే శక్తి ఉన్నంత వరకు ఏ అంశమైనా ప్రతికూలత కాదు. మన శరీరం, మనస్సులు తట్టుకోలేనప్పుడు మాత్రమే దానిని 'ప్రతికూలత' అంటాం. ఇవి మన చుట్టూ వుండే వ్యక్తులలో, వాతావరణంలోనే కాకుండా మనలో కామ క్రోధాదుల రూపంలోనూ ఉండవచ్చు. మనలోనూ, మనతోనూ వుండే విరోధుల, వ్యతిరేకతలను మనం నిత్యం అధిగమిస్తుండాల్సి వస్తుంది. అదే విధంగా మాత్సర్యం, ఈర్ష్యాది గుణాలవల్ల మనం పొందే సుఖసంతోషాలు మనం పొందలేకుండా పోయే అవకాశం ఉంది. వాటిని మళ్లీ సాధించుకుంటూ ఉండాలి. మన మనస్సైనా, ఇతరులైనా అనవ సరంగా మాట్లాడటం వల్ల వచ్చే సమస్యలను అధిగమించడానికి కూడా మనం ప్రయత్నిస్తూ ఉండాలి. మానవ మాత్రమైన ప్రయత్నాలన్నీ ఒక స్థాయి దాటిన తర్వాత పనికిరావు. అవతలి వారి వ్యతిరేకతల స్థితి తీవ్రంగా ఉంటున్నప్పుడు మనం శక్తిపైన ఆధారపడక తప్పదు. ఆ శక్తులు అనేక రూపాలలో ఉన్నప్పటికీ వ్యతిరేకతలను నివారించగలిగే ప్రత్యేక శక్తి కలిగిన అమ్మవారు 'బగళాముఖీ దేవి'. ఈ అమ్మవారి స్తోత్రాదులు శ్రద్ధతో ప్రతిరోజూ కదలకుండా కూర్చుని నియమబద్ధంగా పఠిస్తే మనలో, మనతో వున్న వ్యతిరేక ప్రభావాలు పోతాయి. మన మాటకు విలువ పెరుగుతుంది. వాక్కును నియమించే శక్తికూడా వస్తుంది. మనం తట్టుకోలేని వ్యతిరేకతలు మనకు వస్తున్న సందర్భంలో మనం ఈ అమ్మవారిని ప్రతిరోజూ ఒక గంటసేపు నియమబద్ధంగా ప్రార్థించడం వల్ల మేలు కలుగుతుంది. 'క్రీం బగళాయై నమః' అనే మంత్రాన్ని అవసరానుకూలంగా, శ్రద్ధాభక్తులతో జపిస్తే మన చుట్టూ అనవసరంగా మాట్లాడేవారు దూరమవుతారు. మన మాటకు, చేష్టకుకూడా ప్రత్యేక శక్తి ఏర్పడుతుంది. ధర్మబద్ధమైన మన జీవన యానానికి అనుకూలతలు ఏర్పడి, కాలం సుగమం అవుతుంది.

హడావుడిగా స్నానం చేయడం సరైంది కాదు!

ప్రస్తుత ఆధునిక యుగంలో ప్రతిఒక్కరికి స్నానం ఎలా చేయాలోనన్న విషయం అస్సలు తెలియదు. హడావుడిగా బాత్‌రూమ్‌లోకి వెళ్లడం, అలా నాలుగు మగ్గులు ఒంటి మీద నీళ్లు చల్లుకుని స్నానం అయ్యిందనిపించుకుని పనులకు బయలుదేరడం.. ఇలా చాలామంది చేస్తుంటారు. మరికొంత మంది అసలు మొత్తం శరీరం తడవకుండానే స్నానం అయిపోయిందనిపిస్తుంటారు. అయితే.. ఈ విధంగా స్నానం ఆచరించడం ఏమాత్రం సరైంది కాదని జ్యోతిష్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. స్నానం ఆచరించుటకు సరైన విధి వుంది. దాని ప్రకారం నడుచుకుంటేనే స్నానం ఆచరించినట్లవుతుంది. దీని గురించి తెలుసుకోవడం కంటే.. మరో విషయాన్ని తెలుసుకోవాల్సి వుంది. స్నానాలు పలురకాలుగా వుంటాయి. అవేమిటంటే.. సముద్రస్నానం : స్నానాలన్నింటిలో ఇది ఎంతో శ్రేష్టమైంది. ఎందుకంటే ఆ నీటిలో ఉప్పు ఉంటుంది. ఉప్పు వలన శరీరంలోని మలినాలు పూర్తిగా నశించి.. శుభ్రం అవుతారు. అప్పుడు ఎంతో హాయిగా అనుభూతి పొందుతారు. నదీ స్నానం : సముద్ర స్నానం తర్వాత ఉత్తమమైంది నదీ స్నానం. ఉదయాన్నే నదీ స్నానం చేయటం వలన చర్మరోగాలు దరిచేరవు. నదులు కొండలూ, కోనలు, చెట్లూ అడవుల గుండా ప్రవహించడం వలన వాటిలో ఎన్నోఔషధ విలువలు చేరుతాయి. అందకే నదీ స్నానం ఆరోగ్యదాయకం అని చెప్తారు. పుష్కర స్నానం : పుష్కర సమయంలో స్నానం చేయడం వలన స్త్రీ, పురుషుల చేత పుట్టినప్పటి నుంచీ చేయబడిన పాపం తొలిగిపోతుంది అని నమ్మకం. ఆ సమయంలో మనమే కాదు, ముక్కోటి దేవతలు నదిలో స్నానం ఆచరించి తరిస్తారని భక్తుల విశ్వాసం.

ఇంట్లో స్నానం : పుష్కరస్నానం తర్వాత వచ్చేది ఇంట్లో చేసే స్నానం. ఎక్కువ వేడిగానీ, బాగా చల్లగా ఉన్న నీటితో గానీ స్నానం చేయకూడదు. గోరువెచ్చటి నీటితో స్నానం చేయటం వలన శరీరానికి హాయి చేకూరుతుంది. రోగులు, చిన్నపిల్లలు దీనికి మినహాయింపు. హడావుడిగా కాకుండా ఒక పద్ధతిలో స్నానం ఆచరించాల్సి వుంటుంది. స్నానం చేయటం అనేది ఒక విధి మాత్రమే అనుకుని ముగించుట కన్నా అది ఒక భోగంలా సంతృప్తిగా అనుభవించుట నేర్చుకోవాలి. అందుకే ఆనాడు స్నానఘట్టాలు, స్నాన గదులకు మన వారు ఎంతో ప్రాముఖ్యత ఇచ్చి వుంటారు.

ఇచ్చేది, ఇప్పించేదీ భగవంతుడే!

పూజలు, వ్రతాలు, నోములు, దానాలు వంటి పుణ్యకార్యాలు ఏవి చేసినా కర్త ఏదో ఫలాన్ని ఆశించడం సర్వసాధారణం. కోర్కెలు లేకుండా ఎవ్వరూ సాధారణంగా పుణ్యకార్యాలు చేయరు. ఎవరైనా నిష్కామంగా అవి చేస్తున్నారంటే నిజంగానే వాళ్లు 'భగవద్విజ్ఞానం' పూర్తిగా అర్థమైనవారని తెలుసుకోవాలి. అటువంటివారు చాలా అరుదు. కోర్కెల కోసం పూజా వ్రతాదులు చేసేవారికి తాము పూజిస్తున్నది దేవతలనో, భగవంతుడినో కూడా తెలియని స్థితి ఉంటుందంటే పొరపాటు కాదు. 'ఎవరిని పూజించినా ఆ పరమేశ్వరునికే చేరుతుంది. అందరూ ఒక్కటే. అన్ని మార్గాలూ చివరికి మనలను చేర్చేది ఒకే గమ్యానికి..' ఇటువంటి మాటలు ఈ విషయాన్నే నిరూపిస్తాయి. 'భగవద్గీత'లో శ్రీకృష్ణ భగవానుడు 'దేవాన్ దేవయజో యాన్తి మద్భక్తా యాన్తి మామపి' (7-23) అన్న అసలు రహస్యం చెప్పారు. అంటే, 'దేవతలను పూజించేవారు దేవతాలోకాలకు వెళతారు. కానీ, నా భక్తులు నాదైన పరమలోకానికి చేరుకుంటారు' అన్నారాయన. 'అల్పబుద్ధి కలిగిన మానవులే దేవతలను పూజిస్తారు. కానీ, ఆ దేవతలు ఇచ్చే ఫలాలు పరిమితమైనవి, తాత్కాలికమైనవి' అన్న పలుకులు స్వయాన ఆ దేవదేవునివే అంటే మనందరం తప్పక విశ్వసించాలి.

'దేవతారాధకులది అల్పబుద్ధి' అని శ్రీకృష్ణుడు ఎందుకన్నట్టు? నానారకాల దేవతలను పూజించేవారంతా ఎంతో శ్రద్ధతో, ఏకాగ్రతతో, తపస్సుతోనే తమలోని భక్తిని చాటుతుంటారు. దృఢదీక్షలూ చేపడుతుంటారు. వారి భక్తికి, ఉపాసనకు తగ్గట్లుగానే కోర్కెలు సైతం తీరుతూనే ఉంటాయి. దానితో ఆ దేవతల పట్ల వారిలోని శ్రద్ధ మరింత పెరుగుతుంది. కానీ, ఇక్కడ మనం గ్రహించవలసిన సత్యమొకటున్నది. దానినే శ్రీకృష్ణ భగవానుడు వెల్లడించాడు.'ఎవరేని ఒకానొక దేవతను పూజించగోరగానే నేనే వారి శ్రద్ధను సుస్థిర పరుస్తాను. అలా వారు ఆ దేవతకు అంకితమయ్యేటట్లు చేస్తాను (7-21)'. 'ఇంతటి శ్రద్ధతో వారు ఒక ప్రత్యేకమైన దేవతను పూజించి తమ కోర్కెలను ఈడేర్చుకుంటారు. కానీ, నిజానికి ఆ వరాలన్నీ కేవలం నా ద్వారానే ఇవ్వబడతాయి (7-22)'. చాలామంది ఈ వాస్తవాన్ని తెలుసుకోలేకపోతున్నారు. అందుకే, వారిని 'అల్పబుద్ధి పరులు'గా దేవదేవుడు 'భగవద్గీత'లో అభివర్ణించాడు. పిల్లలు అమ్మను డబ్బు అడిగితే 'నాన్న ఇచ్చిన డబ్బునే' ఆమె వారికిచ్చినట్టు. ఇదీ అలాంటిదే. తనకు 'అమ్మనే డబ్బు ఇస్తున్నదన్న' అమాయకత్వం ఆ పిల్లలది. కానీ, ఎప్పుడైతే వారు జ్ఞానవంతులవుతారో అప్పుడు నాన్నకు ఆధీనులవుతారు. నాన్న నుంచే నేరుగా అన్నీ పొందుతారు. అయినా, ఆ వేళలోనూ అమ్మపట్ల అనురాగంతో, గౌరవంతోనే ఆ పెరిగిన పిల్లలుంటారు. (ఈ రోజుల్లో ఆడవారూ సంపాదిస్తున్నారు అదే వేరే విషయం). అనేకమంది భక్తుల నైజం ఇలానే ఉంటుంది. వారు అందరు దేవతలను ఆరాధించినా పూజించేది భగవంతుడినే. భగవంతుడు- దేవతల సంబంధం గురించిన ఈ విషయాన్ని తెలుసుకోగలగడమే ఇక్కడ ముఖ్యం. ఫలితంగా మనలోని అల్పబుద్ధిని అధిగమించవచ్చు.

నిత్యోనిత్యానాం చేతనశ్చేతనానాం

ఏకో బహూనాం యో విదధాతి కామాన్

– కఠోపనిషత్ (2.2.13)

జీవులందరు నిత్యులే. వారిలో మానవులు, దేవతలు కూడా వస్తారు. వారంతా చైతన్యపూర్ణులే. అయితే, నిత్యులలో పరమనిత్యుడు, చైతన్యులలో పరమ చైతన్యపూర్ణుడు భగవంతుడే. ఆతడు మాత్రం ఒక్కడే. మిగిలినవారంతా అనంతసంఖ్యలో ఉంటారు. ఆ ఒక్క భగవంతుడే మిగిలిన అందరి అభీష్టాల (కోరికలు)ను తీరుస్తుంటాడు. నిజానికి సర్వుల సకల అభీష్టాలను తీర్చేది, తీర్చగలిగేది దేవదేవుడైన భగవంతుడు మాత్రమే. ఆయన ఇచ్చిన వాటినే దేవతలు తమ చేతుల మీదుగా భక్తులకు ఇస్తుంటారు. ఇటువంటి 'పరమాద్భుత కర్మలు' చేసే భగవంతుడిని తెలుసుకోవాలంటే 'భగవద్గీత'ను ఆశ్రయించవలసిందే. అప్పుడు 'భగవద్విజ్ఞానం'తో కూడిన భగవదాశ్రయం మనకు లభిస్తుంది. ఫలితంగా ఇహపరాలలో సమస్తాభీష్టాలూ నెరవేరుతాయి.

హరే రామ హరే రామ- రామ రామ హరే హరే ?

'బ్రహ్మాండ పురాణం'లోని ఈ 'మహామంత్రం'తో కూడిన బృహత్ 'జపయజ్ఞం'లో భక్తులు అధికసంఖ్యలో భాగస్వాములు కావాల్సిందిగా ఒడిశా జగన్నాథపురి స్వామి చిన్మయ కృష్ణదాస ఇటీవల పిలుపు నిచ్చారు. ఈ మంత్రం గొప్పతనం పై పురాణంలో ఎంతో వివరంగా ఉన్నట్టు ఆయన చెప్పారు. '1000 విష్ణు నామాలూ 1 రామ నామం, 3 రామ నామాలూ 1 కృష్ణనామం. ఈ 'మహామంత్రం'లో కృష్ణుని నామం 4 మార్లు వుంది. కనుక, 4 కృష్ణ నామాలూ 12 రామ నామాలు. అలాగే, ఇందులో రామ నామం కూడా 4 మార్లు వున్నందున, 12ంశ 16 రామ నామాలూ 1 'మహామంత్రం'. ఒక రామ నామం వెయ్యి విష్ణు నామాలకు సమానం కాబట్టి, 16 రామ నామాలూ 16,000 విష్ణు నామాలు. ఈ లెక్కన, 1 మాల (108 పూసలు)ౌ 16,000 %ఇ% 108ౌ 17,28,000 విష్ణు నామాలు. 16 మాలలూ 17,28,000%ఇ% 16ౌ 2,76,48,000 విష్ణు నామాలు.'మంత్రాలన్నిటిలోకీ రాజువంటిది ఈ మహామంత్రం. అందువల్లే, కలియుగంలో మానవులకు మోక్షాన్ని చేకూర్చే అత్యంత శక్తివంతమైన మంత్రంగా దీనినే శాస్త్రాలు పేర్కొన్నాయి' అని కృష్ణదాస తెలిపారు. ఈ జపయజ్ఞంలో ప్రతి ఒక్కరూ పాల్గొనాలని, ఎవరికి వారు తమ శక్తి కొలది 'హరే కృష్ణ' మంత్రాన్ని జపించాలని ఆయన చెప్పారు. 'ప్రతి రోజూ కనీసం 10 నిమిషాలపాటు మంత్రాన్ని జపించవలసిందిగా ఆయన సూచించారు. 2021 ఏప్రిల్ 21 శ్రీరామనవమి వరకు అంతా కలిసి 108 కోట్లమేర జపయజ్ఞంలో భాగస్వాములను చేసేలా ఈ కార్యక్రమాన్ని రూపొందించినట్లు ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈ జపయజ్ఞంలో పాల్గొనాలను కొనేవారు తత్సంబంధ 'జప క్లబ్' గ్రూప్‌లో చేరవలసి వుంటుంది. ఈ జప ప్రభావం వల్ల కరోనా మహమ్మారి నుంచి విముక్తి మనకు లభించగలదని కూడా కృష్ణదాస విశ్వాసం వ్యక్తం చేశారు. ప్రపంచంలోని ఎక్కడివారైనా ఈ జపయజ్ఞం బృందంలో చేరవచ్చు. వాట్సాప్ నంబర్: 89197 17982. లింక్స్: ,

కర్మ ఫలితమే అదృష్టం

"మనం జీవితంలో ఆచరించే కర్మను బట్టే మన అదృష్టం ఆధారపడి ఉంటుంది. ఇదే జీవిత రహస్యం. అందుకే ఎవరి అదృష్టం వారి చేతల ద్వారానే నిర్ణయించబడుతుంది కానీ మరేది కాదు" అంటారు మహాత్మా కబీరు. శక్తి వంచన లేకుండా చేసే కృషి వల్లే అదృష్టం కలుగుతుందనేది కబీరు అభిప్రాయం. కష్టేఫలే, కృషితో నాస్తి దుర్భిక్షం అని మన పెద్దలు చెప్పిందీ ఇదే.మనిషి జీవితం ఎన్నెన్నో మలుపులు తిరుగుతుంటుంది. ప్రతి మలుపూ ఏదో ఒక ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. మనం చేసే మంచి పనులు మన అదృష్టాన్ని నిర్ణయిస్తాయని కొందరంటే మనం గతంలో చేసుకున్న దాన్ని బట్టే ఈ స్థితి అని మరికొందరంటారు. విష్ణుమూర్తి ఈ భూమ్మీద రామునిగా అవతరించి.. తనకు ఎదురైన కష్టాలను సహనంతో ఎదుర్కొని, నిరంతరం సత్కర్మలను ఆచరించి పురుషోత్తముడయ్యాడు. శ్రీకృష్ణుడు కూడా.. అదృష్టం కోసం ముక్కుమూసుకుని తపస్సు చేయాలని చెప్పలేదు. పూజలు, వ్రతాలు, ఉపవాసాలు చేయాలని బోధించలేదు. సంసారం దుఃఖసాగరమని నిరాశపడకుండా మనిషి సహజ స్వభావమైన కర్మ చేయాలని, ఆ చేసేదేదో మంచి కర్మ చేయాలని అర్జునికి బోధిస్తాడు. అంటే మంచి పనులే మనిషికి అదృష్టాన్ని తెచ్చిపెడుతూ మనిషి సుఖసంతోషాలతో జీవించే అవకాశం కల్పిస్తుందని పరమాత్ముని బోధనసారం."మనిషి నిస్వార్థంతో చేసే మంచి పనుల వల్లే మంచి ఫలితం సిద్ధిస్తుంది. సిద్ధాంతాలు, మతాచారాలకు అతీతంగా.. అనుక్షణం స్వార్థ రహితమైన కర్మను ఆచరించడమే ప్రతి మనిషి పరమావధి. అలా చేయడంవల్ల ఒనగూరే ఫలితాలెన్నో!" అన్నారు స్వామి వివేకానంద. ఒక్కొక్కప్పుడు మంచి పనులతో మనిషి కష్టాలెదుర్కొనే పరిస్థితి రావచ్చు. అలాంటి సందర్భాల్లో ధైర్యంగా వాటిని ఎదుర్కొంటే అంతిమంగా మంచి ఫలితమే లభిస్తుంది.

సత్య హరిశ్చంద్రుడు తాను ఇచ్చిన మాటను నెరవేర్చడం కోసంఅష్టకష్టాలను భరించడమే గాక, భార్యాబిడ్డలను సైతం అమ్ముకున్నాడు. తాను కాటికాపరిగా మారాడు. ఎన్ని కష్టాలెదురైనా.. సత్యాన్ని విడువకుండా ప్రయత్నించి భగవత్ సాక్షాత్కారాన్ని పొందాడు. అదీ సత్కర్మల శక్తి.

దయాపరుడు

విక్రమార్క చక్రవర్తి అనంతరం ఆయన కుమారుడు కీర్తికేతుడు రాజ్యానికి వచ్చాడు. తండ్రిలా కాకుండా దయాహీనుడై ప్రజలపై ఎన్నో పన్నులు విధించాడు. తన కొడుకైన విజయ భాస్కరుడు పేదలకు దానధర్మాలు చేయడం తట్టుకోలేక కొడుకుతోపాటు భార్యకు కూడా మరణశిక్ష విధించాడు కీర్తికేతుడు. అదృష్టవశాత్తూ మరణం నుంచి తప్పించుకున్న విజయభాస్కరుడు.. దొంగలు ఓ ఆడపిల్లను కాళికాదేవికి బలివ్వడానికి తీసుకురావడం చూశాడు. వెంటనే, ఆ విగ్రహాన్ని నరికేయడానికి కత్తి ఎత్తాడు. "మాతా! నువ్వు మూడులోకాలకూ పూజ్యురాలవు. అటువంటి నిన్ను నేను రక్షించడమేమిటి? నువ్వే మమ్మల్ని చల్లగా చూడాలి. ఇకనుంచి బలులు స్వీకరించనని మాటిచ్చావు. నాకంతే చాలు" అంటూ అమ్మవారికి నమస్కరించాడు విజయభాస్కరుడు. పక్కనే కట్టిపడేసి ఉన్న అమ్మాయిని తీసుకుని అక్కడినుంచి బయటికి వచ్చేశాడు. కొడుకు తీసుకువచ్చిన అమ్మాయితో అనునయంగా మాట్లాడి వివరాలు రాబట్టింది మహారాణి చారుమతీదేవి. ఆ అమ్మాయి పేరు కలభాషిణి. చంద్రగుప్త మహారాజు కూతురు. వాళ్లది చంద్రప్రస్థ నగరం అని తెలుసుకుని, ఆమెను తన తల్లిదండ్రులకు అప్పగించాలనే సంకల్పంతో.. తల్లీ కొడుకులిద్దరూ చంద్రప్రస్థానికి బయల్దేరారు. కొద్దిరోజుల ప్రయాణం తరువాత ఒకనాటి సాయంత్రం వేళకు నగరానికి కొద్దిదూరంలోని ఒక గ్రామానికి చేరుకున్నారు.

అక్కడ ఒక నిరుపేద బ్రాహ్మణుని ఇంట్లో ఆ రాత్రికి వాళ్లు ముగ్గురూ బస చేశారు. భోజనాలయ్యాక మాటలమధ్యలో ఆ బ్రాహ్మణ దంపతుల దీనగాథ విని, విజయభాస్కరుడు నిలువునా కరిగిపోయాడు. కానీ, వాళ్లకు ఎలా సాయం చేయాలో తోచలేదు.

మరునాడు వీధి అరుగుమీద కూర్చుని ఉండగా విజయభాస్కరునికి ఒక దండోరా వినిపించింది.

"అందరూ వినండహో.. పదిరోజుల కిందట కోటలో దొంగలు పడ్డారు. సొమ్ముతోపాటు యువరాణి వారిని కూడా ఎత్తుకుపోయారు. యువరాణిని తెచ్చి అప్పగించిన వారికి అర్ధరాజ్యంతోపాటుగా, ఆమెనిచ్చి పెళ్లి చేస్తామని రాజుగారు ప్రకటించారహో!"..

అది విన్న విజయభాస్కరుడు ఓ నిర్ణయానికి వచ్చి.. "చాటింపు విన్నారు కదా! ఆ అమ్మాయే యువరాణి కలభాషిణి. ఆమెను తీసుకువెళ్లి రాజుగారికి అప్పగించమని మీ అబ్బాయితో చెప్పండి. మీకు అర్ధరాజ్యం దక్కుతుంది. మీ దారిద్ర్యం తొలగిపోతుంది" అన్నాడు విజయభాస్కరుడు.. ఆ ఇంటి యజమానితో.అతడి మంచిమనసుకు తన కృతజ్ఞత ఎలా చెప్పాలో తెలియక రెండు చేతులూ జోడించాడు బ్రాహ్మణుడు. తన కుమారుడైన నిగమశర్మను పిలిచి, సంగతి సందర్భాలు వివరించి చెప్పాడు. విజయభాస్కరుడు ఇచ్చిన కత్తిని చేతబట్టుకుని, యువరాణిని తీసుకుని కోటకు వెళ్లాడు నిగమశర్మ.

మహారాజుకు యువరాణిని అప్పగించాడు. ఆయన ఆనందం పట్టలేక నిగమశర్మను కౌగిలించుకుని..

"అయ్యా! మీరెవరు? మా అమ్మాయిని మీరెక్కడ చూశారు?! దొంగలేమయ్యారు?! వాళ్లు దోచుకున్న సొమ్ములు దొరికాయా?" అని ప్రశ్నించాడు."మహారాజా! మాది ఈ పట్టణమే! ఇటీవల నేను ఉత్తరదేశ యాత్రలు చేసి, అడవి మార్గం నుంచి తిరిగి వస్తున్నాను. ఓ పదిమంది దొంగలు ఈ అమ్మాయిని ఎత్తుకుని వెళుతుంటే నా కత్తితో ఎదిరించాను. దెబ్బకు వాళ్లు పారిపోయారు" అని సమాధానం ఇచ్చాడు నిగమశర్మ.

"బ్రాహ్మణుల్లా ఉన్నారు. మీకు సాము చేయడం తెలుసా? కదురు తిప్పగలరా?!" అడిగాడు మహారాజు.

"జంధ్యాలు వడుకుతాను కనుక, కదురు తిప్పగలను. సాము గరిడీలు తెలియవు" అని అమాయకంగా చెప్పాడు నిగమశర్మ.

అతడివంక జాలిగా చూసి.. "జంధ్యాలు వడికే కదురు కాదు స్వామీ! కత్తితో కదురు తిప్పగలరా!? ఏదీ ఆ కత్తి ఓసారిలా ఇవ్వండి" అని అడిగి తీసుకున్నాడు చంద్రగుప్తుడు.

దానిపై 'విక్రమార్క చక్రవర్తి' అన్న పేరు చూసిన తరువాత, ఏదో మోసం జరుగుతున్నదనే అనుమానం అతనిలో బలపడింది. ఆలోచనలో పడ్డాడు.

ఇంతలో నిగమశర్మ కొద్దిగా హడావుడి చేస్తూ.. "మీ కుమార్తెను తెచ్చి ఇచ్చినవారికి అర్ధరాజ్యం, ఆమెనిచ్చి వివాహం జరిపిస్తామన్నారు. తొందరగా పెళ్లి ముహూర్తం పెట్టించండి" అన్నాడు దర్పంగా.

మహారాజు అతడి తీరుకు చిరాకుపడ్డాడు.

"ప్రస్తుతానికి ఈ వెయ్యి వరహాలూ పట్టుకుపో! పెళ్లి సంగతి తరువాత చూద్దాం" అని అతణ్ని పంపించి వేశాడు. కుమార్తె వద్దకు వెళ్లి..

"నిన్ను కాపాడిన వాళ్లెవరమ్మా? ఇప్పుడు వచ్చిన అబ్బాయేనా?!" అని ఆరా తీశాడు."కాదు నాన్నగారూ!" అంటూ ఆమె జరిగినదంతా పూసగుచ్చినట్లు వివరించింది.వెంటనే సైన్యాన్ని వెంటబెట్టుకుని నిగమశర్మ ఇంటికి వెళ్లాడు చంద్రగుప్తుడు. అక్కడ విజయభాస్కరుణ్ని చూస్తూనే.. 'నా కూతురు చెప్పిన వీరుడు ఇతడే అయి ఉంటాడు' అని ఊహించగలిగాడు. కానీ, నిగమశర్మ కుటుంబానికి సాయం చేయాలని తీర్మానించుకున్నందువల్ల, విజయ భాస్కరుడు తన ఉనికిని దాచిపెట్టాడు.తానో బాటసారిని మాత్రమేనని చెప్పాడు. చేసేది లేక చంద్రగుప్తుడు తిరిగి వెళ్లిపోయాడు. విజయభాస్కరుడు వెంటనే తల్లిని తీసుకుని అక్కడినుంచి నిష్క్రమించాడు.కొన్నిరోజుల ప్రయాణం తరువాత చిత్రకూటమనే అగ్రహారానికి చేరుకున్నాడు. అక్కడ ధనవంతుల ఇళ్లన్నీ విడిచిపెట్టి ఒకానొక పేదగృహాన్ని ఎంపిక చేసుకున్నాడు. గుమ్మం ముందు నిలబడి ఇంట్లో వారిని పిలిచాడు.

యజమానురాలు బయటికి వచ్చింది.

"అమ్మా! మేము పరదేశీయులం. ఈమె మా తల్లి. చాలాదూరం నడిచి రావడం వల్ల అలిసిపోయింది. ఈ పూటకు మీ ఇంట్లో ఆతిథ్యం ఇవ్వగలరా?" అని అడిగాడు విజయభాస్కరుడు.

అందుకామె.. "ఎంతమాట.. రండినాయనా!" అని ఆహ్వానించింది.

చారుమతి లోపలికి వెళ్లింది. విజయభాస్కరుడు స్నానానికి బయల్దేరుతుండగా.. ఆ ఇల్లాలు తన ఆఖరు కొడుకైన గుణసాగరుడిని తోడు పంపించింది. స్నానం చేస్తున్నంతసేపూ గుణసాగరుడు చెప్పిన మాటల్లో విజయ భాస్కరునికి కొన్ని సంగతులు తెలిశాయి.

ఒకప్పుడు విక్రమార్క మహారాజు దేశాటన చేస్తూ ఈ ప్రాంతానికి వచ్చినప్పుడు ఒక విప్రుని ఇంట్లో బసచేశాడు. ఆయన చేసిన ఉపచారాలకు సంతోషించి, ఈ అగ్రహారాన్ని రాసిచ్చాడు. క్రమంగా అగ్రహారం పెరిగి పెద్దదైంది. ఇక్కడివారంతా మహాపండితులు, ధనవంతులయ్యారు. ఒక్క గుణసాగరుని కుటుంబమే ఆర్థికంగా వెనుకబడింది. అతనికి ఏడుగురు అన్నలున్నారు. వారంతా కొద్దోగొప్పో చదువుకున్నారు. సంపాదన కోసం దేశాటన చేస్తున్నారు. ఇతనికి మాత్రం చదువు అబ్బలేదు.. ఇంతవరకూ విషయాలన్నీ చెప్పిన తరువాత.. "అన్నా! నన్నూ మీతోపాటు రానివ్వండి. ఏదో పని చేసుకుని బతుకుతాను" అని కోరాడు గుణసాగరుడు.

ఆ మాటలు విని విజయభాస్కరునికి చాలా జాలివేసింది. కానీ, తనకే ఏ దిక్కూ లేనప్పుడు మరొకరిని ఎలా పోషించగలడు?! అందుకనే మిన్నకుండిపోయాడు. భోజనాదికాలు పూర్తయిన చాలాసేపటికి ఆ ఇంటి యజమాని దేవభట్టు వచ్చాడు. ఆయన్ని చూస్తూనే..

"ఇంత ఆలస్యం చేశారేం?!" అని అడిగిది భార్య.

అందుకు దేవభట్టు.. "ఈవేళ ఒక విశేషం చూశాను. నేను రాజవీధిలో ఒక అంగడిలో కూర్చుని ఉండగా భటులు కొందరు ఒక బంగారు విగ్రహాన్ని బండిపై పెట్టి చాటింపు వేసుకుంటూ తీసుకువెళ్లారు. ఆ వింత పూర్తిగా చూసి వచ్చేసరికి ఆలస్యం అయింది" అని ఆగాడు దేవభట్టు. "బంగారు విగ్రహాన్ని ఊరేగిస్తూ చాటింపు వేశారా.. ఏమని?!" ఆసక్తికొద్దీ అడిగింది ఇల్లాలు. అందుకు దేవశర్మ.. "ఆ సంగతి చెప్పాలంటే నీకు మొదటినుంచి కథంతా వివరంగా చెప్పాలి" అంటూ చెప్పడం మొదలు పెట్టాడు. అక్కడికి కొద్దిదూరంలో రత్నకూటమనే నగరం ఉంది. దానిని చంద్రావలోకుడనే రాజు పాలిస్తున్నాడు. ఆయనకు అనేకమంది భార్యలున్నారు. కానీ, వాళ్లలో ఏ ఒక్కరూ ఆయన మనసును గెలుచుకోలేదు. దాంతో చింతాక్రాంతుడై ఉన్న రాజు ఒకరోజు వేటకు వెళ్లారు. అడవి పందిని వేటాడుతూ దారితప్పి తన సైన్యం నుంచి దూరంగా విడిపోయాడు. ఆ కారడవిలో ఒక సుందర తటాకం ఒడ్డున వనకన్యలాంటి ఒక సుందరీమణిని చూశాడు. ఆమె దేవలోక అప్సరస అయిన మేనక కూతురు. పేరు ఇందీవరప్రభ. ఆమెను చూడగానే చంద్రావలోకుడు ప్రేమలో పడ్డాడు. కానీ, ఆమె అభ్యంతరం చెప్పింది. తన పెంపుడు తండ్రి అయిన దేవవ్రతుని అనుమతి లేనిదే పెళ్లాడలేనని చెప్పింది. అప్పుడు చంద్రావలోకుడు ఆ సిద్ధుణ్ని వెతుక్కుంటూ వెళ్లాడు. రాజులోని వినయగుణాన్ని చూసి, సిద్ధుడు మెచ్చుకున్నాడు."రాజా! క్షత్రియులకు ఆయుధం పట్టడం ధర్మమే! కానీ వాటితో మూగజీవాలను హింసించకూడదు. ఇకనుంచి వేటాడటాన్ని విడిచిపెట్టు" అన్నాడు సిద్ధుడు.రాజు అందుకు అంగీకరించాడు. సిద్ధుడు ఏం కావాలో కోరుకోమనగా, ఇందీవర ప్రభను కోరుకున్నాడు రాజు. అలా వాళ్లిద్దరికీ పాణిగ్రహణం జరిగింది. కొత్తభార్యతో కలిసి రాజధానికి తిరిగివస్తూ చంద్రావలోకుడు అడవిమార్గంలోని ఓ మర్రిచెట్టుకింద తన తొలిరేయిని గడిపాడు. ఆ మర్రిచెట్టు జ్వాలాముఖుడనే బ్రహ్మరాక్షసుడిది. రాత్రంతా ఎక్కడెక్కడో సంచరించి, తెల్లవారబోతున్నదనగా తన నివాసానికి చేరుకున్న జ్వాలాముఖుడు.. ఆ జంటను చూసి ఆగ్రహోదగ్రుడయ్యాడు. "ఎవడురా నువ్వు? నా చెట్టుకిందికి రావడానికి దేవతలు సైతం భయపడతారు. అటువంటి చోటికి నువ్వు రావడమే కాకుండా, స్త్రీతో రమించి నా ప్రదేశాన్ని అపవిత్రం చేశావు. ఇప్పుడే నిన్ను కబళిస్తాను" అని హుంకరిస్తూ ముందుకు రాబోయాడు.చంద్రావలోకుడు గజగజ వణుకుతూ.. "మహాత్మా! నీ ఇంటికి అతిథులుగా వచ్చినవారిని నువ్వే భక్షించడం ధర్మం కాదు. నేను నీ శరణుజొచ్చుతున్నాను. నన్ను రక్షించు" అని వేడుకున్నాడు.దాంతో బ్రహ్మరాక్షసుడి మనసు కరిగింది. "సరే.. నిన్ను విడిచిపెట్టేస్తాను. కానీ, ఒక పక్షం రోజులలోపు నాకో పదహారేళ్ల బ్రాహ్మణ కుమారుణ్ని బలిగా సమర్పించాలి. అతడి కాళ్లను తల్లి, చేతులను తండ్రి పట్టుకుని ఉండగా నువ్వు నీ కత్తితో తల నరికి నాకు రక్తతర్పణం చేయాలి. చెప్పిన గడువు లోపల ఈ షరతు పూర్తి చేయలేకపోయావో ఎక్కడ దాక్కున్నా నిన్ను పట్టి నీ రక్తం పీల్చి తీరుతాను" అని హెచ్చరించాడు.చంద్రావలోకుడు బతుకుజీవుడా అనుకుంటూ రాజధానికి తిరిగి వచ్చాడు. జరిగింది మంత్రులకు చెప్పాడు. "నా ప్రాణాలకోసం వేరొకరిని బలిపెట్టడమా?! అయినా కన్నకొడుకుని చంపుతుంటే దగ్గరుండి సహకరించే కఠినాత్ములు ఎక్కడైనా ఉంటారా?!" అన్నాడు చంద్రావలోకుడు విచారంగా.అందుకు మంత్రులు బాగా ఆలోచించి అతనికో ఉపాయం చెప్పారు. దానిప్రకారం చంద్రావలోకుని ఎత్తుకు సరిపడే బంగారు విగ్రహాన్ని పోతపోయించారు. దాని చేతిలో ఒక దానపత్రాన్ని ఉంచారు.'బ్రహ్మరాక్షసునికి ఎవరైతే తమ కుమారుణ్ని బలివ్వడానికి సహకరిస్తారో, వారికి ఆ బంగారు విగ్రహం కానుకగా ఇవ్వబడుతుంది' అని అందులో రాసి ఉంచారు.అని కథంతా చెప్పిన తరువాత.. "ఈవేళ ఆ విగ్రహం మన ఊరు వచ్చింది. దాన్ని చూస్తే నాకో మంచి ఊహ తోచింది. మనింట్లో పనికిమాలిన వాడొకడున్నాడు కదా! వాణ్ని బలిచ్చి, బంగారు విగ్రహం పొందితే మన దరిద్రం అంతా వదిలిపోతుంది" అన్నాడు దేవభట్టు.

"ఎవరా పనికిమాలినవాడు?!" అని అడిగిందామె.

"ఇంకెవరూ.. గుణసాగరుడే!" అన్నాడు దేవభట్టు.

ఆ మాట వింటూనే అరుగుమీద విజయభాస్కరునితోపాటు కూర్చుని అంతసేపూ తల్లిదండ్రుల మాటలు వింటున్న గుణసాగరుని గుండెలు అదిరిపోయాయి.

శెంబు లింగాన్ని శెంబు ఏదిరా అని అడిగితే దాచిపెట్టిన బంగారాన్ని దొంగోళ్లకు సూపెట్టిండు

ఎన్కట ఒక ఊర్లె శెంబులింగం అనే ఎడ్డోడు ఉంటుండె. ఆనికేం దెల్వది. అంత పిసపిస.. నసనస. ఊర్లె అందరికి ఆడు టైంపాస్. ఈళ్ల ఊరు అడివికి పక్కన్నే ఉంటుండె.

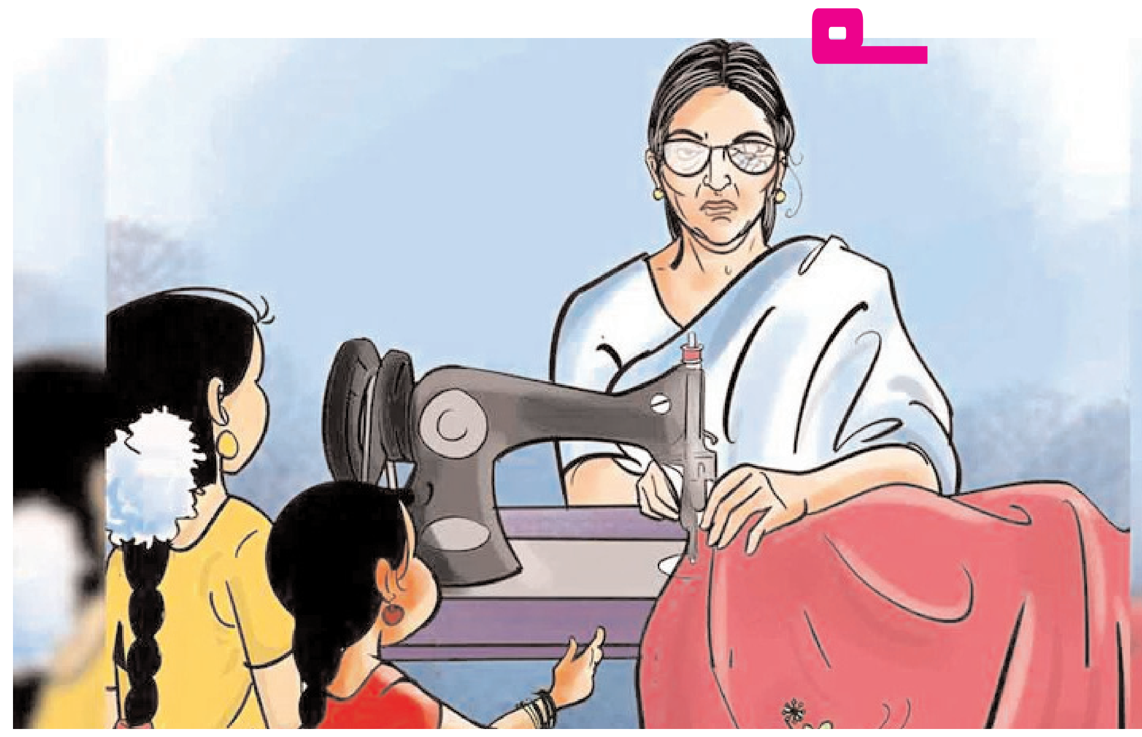
ఎప్పటికి దొంగల భయం ఉంటుండె. అట్లనే ఒకపారి బందిపోటోల్లు ఊరు మీద వడుతండ్లని మత్లావు దెలిశింది. ఊరోల్లంత ఆల్లతాన ఉన్న బంగారం, నగలు, నాణాలు అన్ని ముల్లెలు గట్టి సావిడి కాడున్న గడ్డివాము కింద పొక్క దవ్వి అండ్ల దాశివెట్టిండ్లు. ఓనాడు రాత్రి అనుకున్నట్టె దొంగల గుంపచ్చి ఊరుమీద వడ్డది. ఇల్లిల్లు దేవులాడిండ్లు. ఏద్దొరికితె అది ముల్లె గట్టుకున్నరు.

ఎవ్వల దగ్గర ఎండి బంగారం గనవడకుంటె.. ముచ్చట ముందే దెలిశిందేమోనని ఒక్కొక్కన్ని గొట్టుకుంట అడుగవట్టిండ్లు.

శెంబులింగం దగ్గరికి రాంగనే ఆడెట్లనో అనిపిచ్చిండు. ఆని పిసపిస సూపులు, బట్టలు జూశి జరంత గమ్మతి జేద్దామని.. "నీ పేరేంది?" అంట అడిగిండొకడు. ఎంటనే.. "శెంబులింగం" అంట గట్టిగ జెప్పిండు.. ఇనంగనే అందరు పుసుక్కున నవ్విండ్లు. ఇంకింత మజాక్ జేద్దామని ఇంకోడు.. "శెంబులింగం.. గిలాసలింగం ఏందిరా?! నువ్వు శెంబులింగమైతే మరి నీ శెంబు ఏదిరా?" అంట అడిగిండు.

పేరువెట్టి 'శెంబు.. గింబు' అనంగనే మనోనికి మస్తు రేషమచ్చింది. ఎంటనే.. "నా శెంబా..! అందరు ఆల్ల బంగారం ఏడ దాశిపెట్టిండ్లో నేను గూడ నా శెంబును ఆన్నే దాశివెట్టిన" అంట జెప్పిండు. అసలు ముచ్చట ఎరుకయ్యేటాలకు, దొంగలు గడ్డివామి కింద దాశివెట్టిన ముల్లేమూటా అంత సదుర్కవోయిండ్లు. ఊరోల్లంత నెత్తినోరు గొట్టుకుంట.. "ఓరి పిస్సోడా! నువ్వు జెయ్యవట్టే మా ముల్లెలన్ని వోయినయ్" అంట తిట్టవట్టిండ్లు. మనోడు తక్వ తిన్నడా.. "మీ ముల్లెలే వేయినట్టు ఏడుత్తాండ్లు.. నా శెంబు గూడ వోయింది" అంట లబోదిబోమన్నడు.

బాబోయ్.. బొంబాయి టైలర్!



మా పాతింటి నుంచి ఊరి పెద్ద చెరువుకు వెళ్లే దారిలో వరమ్మ ఇల్లు ఉండేది. వరమ్మ నడివయసు దాటిన ఇల్లాలు. ఎవరి కులం ఏమిటో తెలుసుకోవాలన్న ఆసక్తీ, తెలుసుకునేనైపుణ్యమూ మాకు అప్పటికీ, ఇప్పటికీ లేవు.

అప్పట్లో ఎవరినైనా కులం పేరుతోనే గుర్తించేవారు, పిలిచేవారు. అదికూడా వాళ్ల వృత్తిని బట్టే ఉండేదనుకుంటా. ఉదాహరణకు అవుసలోళ్లు, శాలోళ్లు, చాకలోళ్లు, కుమ్మరోళ్లు, కమ్మరోళ్లు, వడ్లోళ్లు, కోమట్లు, బామండ్లు.. ఇలా బాహాటంగానే మాట్లాడుకునేవారు. మా ఇంటికి కూడా.. 'గా కర్ణాల ఇంటికి బొయ్యి కల్యమాకు అడుక్కరాపో!' అనో.. 'సల్ల పొయ్యిమను పో!' అనో తమ పిల్లల్ని పంపేవారు. ఆ విధంగానే వరమ్మను ఎప్పుడూ మేర వరమ్మ అనేవాళ్లందరూ. వరమ్మ వాళ్లింట్లో ఓ పాత కుట్టుమిషిన్ ఉండేది. దాని ముందు ఓ చెక్క స్టూల్ మీద కూర్చుని బట్టలు కుడుతూ ఉండేది. పాత తెలుపు – నలుపు సినిమాల్లో తల్లులందరూ అలా కుట్టుమిషిన్లు తొక్కి.. బట్టలు కుట్టి.. తమ కొడుకుల్ని డాక్టర్ లేదా ఐఏఎస్ చదివించడమూ, కూతుళ్ల పెళ్లి చేయడమూ చూశాను. కొన్నిసార్లయితే చెట్టంత కొడుకు వచ్చి.. 'అమ్మా! నేను బియ్యే ప్యాసయ్యానమ్మా!' అని తల్లి నోట్లో స్వీట్ పెట్టబోతుంటే ఆ తల్లి వద్దని గుక్కెడు రక్తం కక్కుకుని చనిపోవడం.. 'ఎంత పని చేశావమ్మా!' అంటూ ఆ కొడుకు నోట్లో పిడికిలి కుక్కుకుని ఏడవడం కూడా చూశాను. ఆ చివరి విషయం నాకు నచ్చకపోయినా.. కుట్టుమిషిన్ అంటే నాకు చాలా క్రేజ్, గౌరవం ఉండేవి. అంత గొప్పదైన ఆ మిషిన్ ఎప్పుడైనా ఓసారి తొక్కాలని అనుకునేదాన్ని. కానీ, ఆ అవకాశం దొరికేది కాదు. మా నానమ్మ ఏ టైలర్‌నీ మెచ్చేది కాదు. ఎవరు కుట్టినా ఆ బ్లౌజ్‌కి రిపేర్ ఉండాల్సిందే! కొన్నిసార్లు తనే మళ్లీ రిపేర్ చేసుకునేది. లేకపోతే వరమ్మకు ఇచ్చేది. అలా ఇచ్చినవి తీసుకురమ్మని మమ్మల్ని పంపేది.

అదేమిటో గానీ మేము ఎప్పుడు వరమ్మ ఇంటికి వెళ్లినా.. ఆ మిషిన్ రిపేర్‌లోనే ఉండేది. బెల్ట్ తెగిపోవడమో, బాబిన్‌లో దారం చిక్కుపడటమో లేదా మిషన్ హార్డ్‌గా తిరుగుతున్నదని నూనె వేసి ఉంచడమో.. జరిగేది.

"బిడ్డా! మీరెందుకు ఒచ్చిన్రు? నేను తీస్కొచ్చి ఇస్త తియ్యి" అనేది వరమ్మ.. ఒక కంటి అద్దంలోంచి చూస్తూ. ఆ రోజుల్లో దారిద్ర్యం ఏ స్థాయిలో ఉండేదో వరమ్మను చూస్తే తెలిసేది. ఆమె కళ్లద్దాల్లో ఒక అద్దమే బాగుండేది. ఇంకో అద్దం పగిలి గీతలు పడి ఉండేది. ఫ్రేమ్ కూడా ఒక పక్క మొత్తం విరిగిపోవడంతో, దానికి ఒక సన్నని పొడవాటి బట్టపేలిక కట్టి చెవి చుట్టూ చుట్టుకుని ఉండేది. "అయ్యో! గంత పాడయింది. ఇంకోటి కొనుక్కోక పోయినవా?!" అని మేము అడిగితే.. "పైసల్ గావొద్దామ్మా?!" అనేది. మేము నిస్సహాయులం అయ్యేవాళ్లం. వాళ్లది చాలా చిన్న ఇల్లు. గోడలకు దేవుళ్ల పటాలూ, క్యాలెండర్లూ, దూలాలకు ఫొటోఫ్రేములూ వేళ్లాడుతూ ఉండేవి. అందులో ఒక ఫొటో మమ్మల్ని చాలా భయపెట్టేది. అది వాళ్ల పెద్ద కూతురిది. పక్కూరి సంబంధమే అని పెళ్లి చేస్తే.. వాళ్లు చిత్రహింసలు పెట్టేవాళ్లట. చివరికి ఆమె ఉరేసుకుని చనిపోయిందట. విషాదం ఏమిటంటే.. అప్పటివరకూ ఆమె ఒక్క ఫొటో కూడా దిగలేదట. శవ పంచనామా సమయంలో వచ్చిన ఫొటోగ్రాఫర్‌ను బతిమిలాడి.. కొన్ని డబ్బులిచ్చి ఆమెది ఒక ఫొటో తీయించి ఫ్రేమ్ కట్టించి పెట్టుకున్నారట. మెడలో ఉరితాడుతో, బయటికి పొడుచుకు వచ్చిన నాలుకతో.. భయంకరంగా ఉండేది.

ఆమె రెండో కూతురు కూడా చాలామంచిది. కానీ పెళ్లయినా వీళ్లింట్లోనే ఉండేది. కుట్టు మిషిన్ మహత్యమో ఏమో గానీ.. తరువాతి ఇద్దరు మగపిల్లల్నీ, ఇద్దరు ఆడపిల్లల్నీ బాగానే చదివించింది వరమ్మ. ఆడ పిల్లలిద్దరూ గవర్నమెంట్ టీచర్లయ్యారు. మగవాళ్లలో పెద్దాయన బొంబాయి వెళ్లి టైలర్ అయ్యాడు. అప్పట్లో బాంబే టైలర్స్ అంటే చాలా క్రేజ్ ఉండేది. ఓసారి మా నాన్న మా పుట్టిన రోజుల గౌన్ల కోసం అప్పుడే కొత్తగా వస్తున్న మంచి ప్రింటెడ్ సింథటిక్ బట్ట తెచ్చాడు. ఆ టైంలో ఈ బాంబే టైలర్ ఎందుకో వచ్చాడు. "నేను బ్రహ్మాండంగా కుడతా!" అని మా అమ్మను కన్విన్స్ చేసి తీసుకెళ్లాడు. మాకు ప్రతిరోజూ ఆ ఫ్రాకులు వేసుకున్నట్టు కలలే! పొద్దున లేవగానే వాళ్లింటికి పరిగెత్తడం.. "ఇవాళ శనివారం, నిన్న అమాశ.. కొత్తబట్టలు కుట్టొద్దు" అంటూ కారణాలు చెప్పి, అతడు పని మొదలుపెట్టకపోవడం.. చూసి నిరాశపడటం జరిగేది. చివరికి అక్క పుట్టినరోజు రేపనగా మొత్తానికి రెండు గౌన్లు కుట్టి తెచ్చాడు. అవి చూసి మేము నీరుగారి పోయాం. అక్క బాగా సన్నం, పొడవు. తనకేమో గౌను పొట్టిగా కుట్టి నడుమూ, చేతులూ కూడా కరెక్టుగా సరిపడేంతగా ఇంక ఏమాత్రం పెంచడానికి వీల్లేనట్టు కుట్టాడు. నేను కొంచెం బొద్దు. నాకు సరిపడేలాగానే కుట్టి.. చేతులు మాత్రం ఒకటి పొడవూ, ఒకటి పొట్టీ.. ఇలా కుట్టాడు. ఒకరిది ఒకరం ఎక్స్‌చేంజ్ చేసుకోలేని పరిస్థితి. మేము గునుస్తుంటే అమ్మ.. "పోనీలే! నేను సరిజేస్త తియ్యండి" అని మమ్మల్ని ఓదార్చింది. అమ్మ జాకెట్లు అమ్మే చేతితో కుట్టుకునేది.

"ఇంతకూ బొంబాయిల నువ్ ఏం జేస్తవయ్యా?!" అని నాన్న అడిగితే.. "అక్కడ బట్టలు అందిస్త! మడుతబెడ్త. అయిన భీ రోజు జూస్త గద! మంచిగనే కుడ్ద గనీ, గీడ మా అమ్మ మిషిని మంచిగలేదు" అన్నాడట. అట్లా అయ్యింది మా బొంబాయి టైలర్ పని.

పురుషుల్లో లైంగిక సామర్థ్యాన్ని పెంచే ఆకు ఇది.. కనిపిస్తే విడిచిపెట్టకండి..!

సత్యమేవ జయతే - ఆరోగ్య చిట్కాలు
మన ఆరోగ్యానికి ఆకుకూరలు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. వీటిని తరచూ ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం వల్ల అనేక అనారోగ్య సమస్యలను నయం చేసుకోవచ్చు. కనుకనే వైద్యులు సైతం రోజూ ఒక ఆకుకూరను కచ్చితంగా తినాలని సూచిస్తుంటారు. ఈ క్రమంలోనే మనకు మార్కెట్‌లో అందుబాటులో ఉన్న ఆకుకూరల్లో పొన్నగంటి కూర కూడా ఒకటి. ఈ ఆకుకూరలో మన శరీరానికి అవసరం అయ్యే అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. ముఖ్యంగా ఈ ఆకుకూరను తింటే పురుషులకు ఎంతగానో మేలు జరుగుతుందని ఆయుర్వేద వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. పొన్నగంటి ఆకులో విటమిన్లు బి6, సి, విటమిన్ ఎ తోపాటు రైబో ఫ్లేవిన్, ఫోలేట్, మెగ్నిషియం, ఐరన్, పొటాషియం వంటి పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి.

రోగ నిరోధక శక్తికి..

పొన్నగంటి ఆకులను తింటే శరీర రోగనిరోధక వ్యవస్థ పటిష్టంగా మారుతుంది. దీంతో శరీరం వ్యాధులు, ఇన్‌ఫెక్షన్లకు వ్యతిరేకంగా పోరాడుతుంది. అలాగే ఈ ఆకు కూరను తింటే గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. మెదడు యాక్టివ్‌గా మారుతుంది. బ్రాంకైటిస్, ఆస్తమా వంటి శ్వాసకోశ సమస్యలతో బాధపడేవారు ఈ ఆకులను తింటే ఎంతగానో ఉపయోగం ఉంటుంది. ముఖ్యంగా పొన్నగంటి ఆకుల రసంలో తేనె కలిపి తీసుకుంటే ఆయా శ్వాసకోశ సమస్యల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఎముకల పెరుగుదలకు కూడా ఈ ఆకుకూర ఎంతగానో దోహదం చేస్తుంది. ఈ ఆకుల్లో ఉండే క్యాల్షియం ఎముకలను బలంగా, ఆరోగ్యంగా మారుస్తుంది. ఆస్టియోపోరోసిస్ వంటి వ్యాధులు ఉన్నవారు ఈ ఆకులను తింటే ఎంతో మేలు జరుగుతుంది.

పురుషుల లైంగిక శక్తికి..

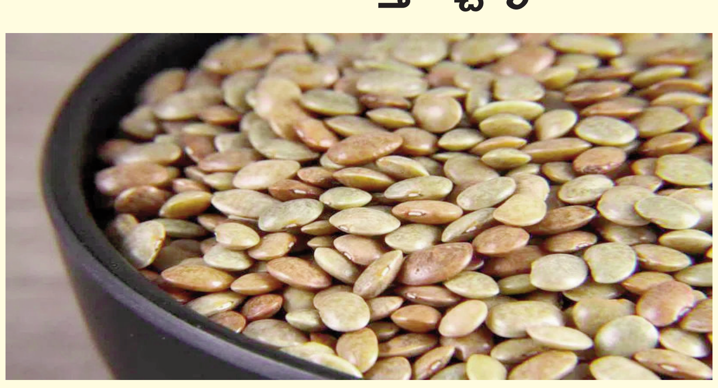
పొన్నగంటి ఆకులను తింటే శరీరంలోని కొవ్వు కరిగిపోతుంది. అధిక బరువు తగ్గుతారు. ముఖ్యంగా పొట్ట దగ్గరి కొవ్వు కరుగుతుంది. అలాగే కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్ అదుపులోకి వస్తాయి. క్యాన్సర్ కణాలను నాశనం చేసే శక్తి ఈ ఆకులకు ఉంటుంది. పొన్నగంటి ఆకులను తరచూ తింటుంటే పలు రకాల క్యాన్సర్లు రాకుండా అడ్డుకోవచ్చని పరిశోధకులు చెబుతున్నారు. అలాగే ఈ ఆకులను తినడం వల్ల పురుషుల్లో శృంగార సామర్థ్యం పెరుగుతుంది. పురుషులకు కావల్సినంత శక్తిని అందించడంలో ఈ ఆకులు ఎంతో పనిచేస్తాయి. పొన్నగంటి కూరను పురుషులు తరచూ తింటుంటే లైంగి సామర్థ్యాన్ని పెంచుకోవచ్చు. అలాగే పురుషుల్లో ఏర్పడే జీవక్రియా లోపాలు కూడా సవరించబడతాయి. దీంతో మెటబాలిజం మెరుగు పడుతుంది. క్యాలరీలు ఖర్చవుతాయి. కొవ్వు కరిగి అధిక బరువు తగ్గుతారు.

బరువు తగ్గేందుకు, పెరిగేందుకు..

పొన్నగంటి ఆకు సన్నగా ఉండే వారిని లావుగా చేస్తుంది. లావుగా ఉండే వారు బరువు తగ్గేందుకు సహాయ పడుతుంది. ఈ ఆకులను నేరుగా తింటే బరువును తగ్గించుకోవచ్చు. అదే నెయ్యి, కందిపప్పుతో కలిపి తింటే బరువు పెరుగుతారు. ఇలా రెండు రకాలుగా ఈ ఆకులు పనిచేస్తాయి. శరీరంలోని కొవ్వును ఈ ఆకులు నియంత్రిస్తాయి. పొన్నగంటి ఆకులను తినడం వల్ల దగ్గు, జలుబు వంటి సమస్యల నుంచి సైతం ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఊపిరితిత్తుల్లో ఉండే కఫం కరిగిపోతుంది. కంటి కలకలు, కురుపులతో బాధపడేవారు ఈ ఆకులను బాగా కడిగి కళ్ల మీద పెట్టుకుంటే ఆయా సమస్యల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఇలా పొన్నగంటి ఆకులతో అనేక ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు.

(నోట్ : ఇంటర్నెట్‌లో మరియు పుస్తకాల ఆధారంగా సేకరించిన సమాచారం ఆధారంగా ఈ వివరాలు మీకు అందించటం జరిగింది. ఇందులోని అంశాలు కేవలం అవగాహన కోసం మాత్రమే. తదుపరి జరిగే ఎలాంటి పరిణామాలకు 'సత్యమేవ జయతే' బాధ్యత వహించదు.)

ఉలవలను తింటే ఇన్ని లాభాలు కలుగుతాయా..? తెలిస్తే ఆశ్చర్యపోతారు..!



సత్యమేవ జయతే - ఆరోగ్య చిట్కాలు
ప్రాచీన కాలం నుంచి ఉలవలను మనం ఆహారంగా ఉపయోగిస్తున్నాం. ఉత్తర భారత దేశంలోనూ చాలా మంది ఉలవలను తింటుంటారు. దీంతో పలు రకాల వంటకాలను చేయవచ్చు. ఉలవలతో చేసే చారు ఎంతో రుచిగా ఉంటుంది. ఉలవల్లో ప్రోటీన్లు, ఐరన్, కార్బోహైడ్రేట్లు, క్యాల్షియం, ఫాస్ఫరస్, ఫైబర్ అధికంగా ఉంటాయి. ఉలవలను ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. శరీరంలోని చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించడంలో ఉలవలు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. ఇవి డయాబెటిస్‌ను నియంత్రణలో ఉంచుతాయి. షుగర్ ఉన్నవారికి ఉలవలు ఎంతగానో ఉపయోగపడతాయి. ఉలవలను తింటుంటే శరీరంలో రక్త సరఫరా మెరుగు పడి బీపీ కూడా తగ్గుతుంది.

మూత్రాశయ సమస్యలకు..

ఉలవలు మనకు పలు రకాల రంగుల్లో లభిస్తాయి. అయితే ఎరుపు రంగులో ఉండే ఉలవలను చాలా మంది వాడుతుంటారు. నవ ధాన్యాల్లో ఉలవలు కూడా ఒకటిగా పేరుగాంచాయి. ఉలవలతో కషాయం లేదా చారు చేసి తాగుతుంటే మూల వ్యాధి తగ్గుతుంది. మూత్రం సాఫీగా జారీ అవుతుంది. మూత్రాశయ సమస్యలు తగ్గుతాయి. నొప్పుల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. మలబద్దకం తగ్గుతుంది. శరీరంలో ఉన్న కఫం అంతా కరిగిపోతుంది. దీంతో శ్వాసకోశ సమస్యలు ఉన్నవారికి హితకరంగా ఉంటుంది. దగ్గు, జలుబు నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. స్త్రీలకు నెలసరి సక్రమంగా వస్తుంది. ఆ సమయంలో వచ్చే నొప్పుల నుంచి సైతం ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఉలవలతో నీళ్లను లేదా చారును తయారు చేసి తింటుంటే గాల్ స్టోన్స్, కిడ్నీ స్టోన్లు కరిగిపోతాయి. ఇవి ఆకలిని పుట్టిస్తాయి. అజీర్తి సమస్యను తగ్గిస్తాయి.

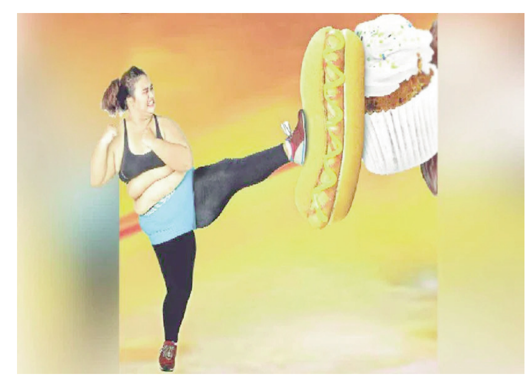
కంటి చూపు పెరుగుతుంది..

ఉలవలను తింటుంటే వెక్కిళ్లు తగ్గిపోతాయి. కంటి చూపు మెరుగు పడుతుంది. కళ్ల సమస్యలు ఉండవు. వయస్సు మీద పడడం వల్ల కళ్లలో వచ్చే శుక్లాలు రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు. ఉలవల్లో ప్రోటీన్లు అధికంగా ఉంటాయి. కనుక ఎదిగే పిల్లలకు ఇవి చక్కని ఆహారంగా పనిచేస్తాయి. ఉలవల్లో ఐరన్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది రక్తహీనతను తగ్గిస్తుంది. రక్తం తయారయ్యేలా చేస్తుంది. ఉలవల్లో మాలిబ్డినం అనే ఖనిజం కూడా సమృద్ధిగానే ఉంటుంది. ఇది రోగాల నుంచి మనల్ని రక్షిస్తుంది. ఉలవలను ఉడకబెట్టి లేదా మరిగించి నీళ్లను లేదా కషాయం వంటివి చేసుకుని తాగాల్సి ఉంటుంది. ఉలవలను పొట్టు తీయకూడదు, వేయించకూడదు. అలా చేస్తే వాటిల్లో ఉండే పోషక విలువలు నశిస్తాయి..

ఉలవలను మొలకెత్తించి తింటే వాటిల్లో ఉండే పోషకాలు గణనీయంగా పెరుగుతాయి. ఉలవలను తింటే ఆకలి పెరుగుతుంది. ఏ ఆహారం కూడా తినాలనిపించని వారు ఉలవలను తింటుంటే నాలుకకు రుచి తెలుస్తుంది. వీటిని తింటే కఫం పలుచగా మారి బయటకు వస్తుంది. దీంతో దగ్గు, జలుబు నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఊపిరితిత్తులు, గొంతులో ఉండే కఫం పోతుంది. కళ్లు నీరు కారడం తగ్గుతుంది. కళ్లలో వచ్చే పుసులు తగ్గుతాయి. మూత్రాశయంలో తయారయ్యే రాళ్లను కూడా ఉలవలు బయటకు పంపిస్తాయి. తరచూ వెక్కిళ్లు వస్తుంటే ఉలవలను తింటే తగ్గిపోతాయి. ఉలవలను తింటే మల విసర్జన సాఫీగా జరుగుతుంది. ఉలవలు సహజంగానే శరీరంలో వేడిని పుట్టిస్తాయి. కనుక వేడి శరీరం ఉన్నవారు వేసవిలో వీటిని తింటే వీటికి తోడుగా మజ్జిగను కూడా తీసుకోవాలి. దీంతో శరీరం అతి వేడి చేయకుండా ఉంటుంది.

(నోట్ : ఇంటర్నెట్‌లో మరియు పుస్తకాల ఆధారంగా సేకరించిన సమాచారం ఆధారంగా ఈ వివరాలు మీకు అందించటం జరిగింది. ఇందులోని అంశాలు కేవలం అవగాహన కోసం మాత్రమే. తదుపరి జరిగే ఎలాంటి పరిణామాలకు 'సత్యమేవ జయతే' బాధ్యత వహించదు.)

పొట్ట చెత్తబుట్ట కాదు



సత్యమేవ జయతే - ఆరోగ్య చిట్కాలు
మీ పొట్ట చెత్తబుట్ట కాదు. అడ్డమైన చెత్త పదార్థాలతో దాన్ని నింపేయకండి. అది ఒక దేవాలయం లాంటిది. బతుకు చక్రం నడవడానికి కావాల్సిన శక్తి అక్కడ ఉత్పత్తి అవుతుంది. ఆ రహస్యాన్ని అర్థం చేసుకోండి. దాని ప్రయోజనాలను గుర్తించండి. ఈ అంశాన్ని నిర్లక్ష్యం చేశారంటే వ్యాధులు దాడిచేస్తాయి. అప్పుడు మందులనే ఆహారంగా తీసుకోవలసిన దుర్గతి పడుతుంది. అందుకే.. 'ఏం తింటున్నాం? ఎంత తింటున్నాం' అన్న స్పృహతో ఉండాలి. మన పెద్దలు చెప్పిన ఆహార నియమాలను పాటించాలి. పౌష్టికాహార నిపుణుల సూచనలతో ముందుకు సాగాలి. జీవిత రథయాత్ర సాఫీగా సాగిపోవడానికి అనుసరించాల్సిన ఆహార నియమాల గురించి అవగాహన ఉండాలి. దీపూ,

ఎలా ఉన్నావు?"

"బానే ఉన్నాను డాక్టర్".

"నేను చెప్పినట్టు చేశావా? ఉదయం నాలుగు చపాతీలు, సాయంత్రం నాలుగు చపాతీలు తీసుకోమన్నాను. తీసుకున్నావా? అలాగే తాజా పండ్ల రసం ఒక గ్లాసు తీసుకోమన్నాను. దాంతోపాటు రోజుకు కనీసం నాలుగు లీటర్ల నీళ్లు మరిచిపోకుండా తాగమన్నాను. నేను చెప్పిన ఆరోగ్యసూత్రాలను పాటించావా?"

" ఆ.. పాటించాను డాక్టర్..".

"వారం దాటిందనుకుంటాను. నువ్వు ఏమైనా బరువు తగ్గావా?"

" లేదు డాక్టర్.."

"అదేంటి?"

"లేదు డాక్టర్. మరి కాస్త పెరిగాను. ఇప్పుడు నేను.." తను పెరిగిన బరువు గురించి చెప్పింది దీపు.

" అదెలా? చాలామందికి ఇదే సిఫారసు చేశాను. మంచి రిజల్ట్‌తో తిరిగి వచ్చారు. ఇంతకూ నేను చెప్పిన ప్రణాళికను అమలుచేశావా?"

"ఆ డాక్టర్%ఔ% ఉదయం నాలుగు చపాతీలు, రాత్రి నాలుగు చపాతీలు తీసుకోమన్నారు. దానితో లంచ్‌కి ముందు ఒకసారి, డిన్నర్ తర్వాత ఇంకోసారి తీసుకున్నాను. స్విగ్గీలో ఆర్డర్ పెట్టాను. టైమ్‌కి వచ్చేసేవి".

ఈ మాటలకు స్పృహ తప్పి పడిపోవటం డాక్టర్ వంతయ్యింది.

ఇది సరదాకు అల్లిన కథయినా చాలామంది వ్యక్తులు ఇలాగే ప్రవర్తిస్తున్నారు. తగిన ఆహార నియమాలను పాటించటం లేదు. శరీరాన్ని క్రమబద్ధంగా ఉంచుకోవటం లేదు. డైటింగ్‌లు, ఉపవాసాలు అంటున్నారు. అవైనా సరిగ్గా చేస్తున్నారా అంటే సంతృప్తికరమైన సమాధానం కనిపించదు.

ప్రజలు తమ వ్యక్తిగత అభిరుచుల మేరకు వివిధ ఆహారాలను ఇష్టపడతారు. కొంతమంది రోజువారీ ఆహారాన్ని ఎక్కువ తీసుకుంటే, మరికొంతమంది ఆహారం తక్కువ తీసుకుని చిరుతిళ్లు ఎక్కువ తింటారు. బరువు పెరిగిపోతామన్న భయంతో ముద్ద ముద్ద లెక్కపెట్టుకుని తినే వాళ్లూ ఉంటారు. కొంతమంది గిర్నీలో మాదిరిగా నోట్లో ఏదో ఒకటి వేసుకుని ఎప్పుడూ నములుతూ కనిపిస్తారు. తినే పదార్థం ఏమిటనే అంశంపైన వాళ్లకు పెద్దగా పట్టింపు ఉండదు.

కానీ, ఎవరైనా తాము తినే పదార్థాన్ని ఎంచుకోవటంలోనూ, దాన్ని సరిగ్గా తినటంలోనూ ఓ పద్ధతిని, మర్యాదని పాటిస్తే ఆరోగ్యానికి పూచీ లభిస్తుంది.

ఎంత తింటున్నామనే కంటే ఏం తింటున్నామనేది ముఖ్యం. ఇది నిపుణులు మనకు చేస్తున్న సూచన కాదు. హెచ్చరిక! కొంతమంది జీవించటానికి తింటే, తినటం కోసమే జీవించే వాళ్లు ఉన్నారు. కొంతమంది ఏది తిన్నా బాగా ఇష్టంగా తింటారు. దాంతో అది వారికి బాగా వంటపడుతుంది. రకరకాల హోటళ్లు, రెస్టారెంట్‌లతో మార్కెట్లో కొత్త కొత్త రుచులు ప్రవేశిస్తున్నాయి. ఇందులో ఆరోగ్యానికి మేలుచేసే వాటికంటే రకరకాల మసాలాలతో కూడి ఆరోగ్యానికి చేటు చేసేవే ఎక్కువ. ఈ మధ్య కాలంలో యూట్యూబర్లు రకరకాల ఆహార పదార్థాలపై విశ్లేషణలు చేస్తూ ప్రజల జిహ్వాకు సవాలు విసురుతున్నారు.

చిన్న చిన్న భోజనాలు

శరీరం సమతుల్యంగా ఉండటానికి అందులో కార్బొహైడ్రేట్లు, కొవ్వులు, ప్రోటీన్లు, మినరల్స్, లవణాలు, విటమిన్లు అనే ఐదు భాగాలు సరైన మొత్తంలో ఉండాలి. ఒక వ్యక్తి ఎంత ఆహారం తీసుకోవాలనేది ఆ వ్యక్తి బరువు, ఎత్తు, జెండర్, అతను చేసే పనిపైన ఆధారపడి ఉంటుంది. శారీరక శ్రమ చేసేవాళ్లు కొంచెం అధికంగా ఆహారం తీసుకుంటారు. సాధారణమైన అంచనాల ప్రకారం రోజూ పురుషులు 2,500 క్యాలరీలు, స్త్రీలు 2,000 క్యాలరీలు, పిల్లలు 1200 నుంచి 1400 క్యాలరీల ఆహారం తీసుకోవాలి. ఒకేసారి భారీగా తినటం కంటే చిన్న చిన్న భోజనాలు రోజులో ఎక్కువసార్లు తినటం వల్ల శరీరంలో కొవ్వు పెరగకుండా ఉంటుంది. అలాగే మధ్యాహ్నం, రాత్రి భోజనాల మధ్య ఆరుగంటల విరామం ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఇలా చేయటం వల్ల ఆహారం జీర్ణం కావటానికి తగినంత సమయం దొరుకుతుంది.

సంప్రదాయ విధానాలు

గతంలో ఆహారం తినటానికి అరటి ఆకులను, తామర ఆకులను, మోదుగు ఆకులను వాడేవాళ్లు. ఈ ఆకుల్లో తినటం వల్ల అవి పరోక్షంగా లాలాజాలాన్ని ఉత్పత్తి చేసేవి. ఫలితంగా జీర్ణక్రియ వృద్ధి అయ్యేది. అలాగే ఇప్పటి మాదిరిగా డైనింగ్ టేబుల్ మీద కూర్చుని భోజనం చేయటం ఉండేది కాదు. అందరూ హాయిగా నేల మీద కూర్చుని భోజనం చేసేవాళ్లు. దీనివల్ల పొట్టలో మూడింట రెండు వంతుల భాగం వంగుతుంది. ఫలితంగా మన ఉదరం నాలుగు లీటర్ల నీటిని తనలో ఇముడ్చుకోగలుగుతుంది. ఉష్ణగతికశాస్త్రం.. అంటే లా ఆఫ్ థెర్మోడైనమిక్స్ ఇక్కడ పనిచేస్తుంది. అది అద్భుతాలను చేస్తుంది. దానివల్ల కొవ్వు దూరమవుతుంది. ఊబకాయం తగ్గుతుంది. కాబట్టి, పద్మాసనం వేసుకుని భోజనం చేయాలి.

ఏడు తెల్లటి పదార్థాలకు దూరం

రకరకాల కాయగూరలతో ఆహారాన్ని రంగుల మయంగా చేసుకోవాలి. అన్నట్టు ఏడు రకాలైన తెల్లటి పదార్థాలకు దూరంగా ఉండాలని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. మనం దూరం పెట్టాల్సిన ఆ ఏడు తెల్లటి పదార్థాలు ఏవంటే.. చక్కెర, ఉప్పు, పాస్తా, మైదా, చక్కెరలు జోడించిన పాల పదార్థాలు, బాగా మరపట్టిన బియ్యం, ఆలుగడ్డ చిప్స్. ప్రముఖ క్రీడాకారులు, సినిమా నటులు, ఇతర సెలెబ్రిటీలు ఎక్కువ కార్బొహైడ్రేట్లు కలిగిన పాలిష్డ్ బియ్యానికి దూరంగా ఉంటారు. ఉదాహరణకు ప్రముఖ క్రికెటర్ విరాట్ కోహ్లీ ఎక్కువగా కూరగాయలు, కినోవా, పాలకూర ఉన్న ఆహారం తింటాడు. ఉడికించి, ఆవిరిలో వండిన మిరియాలపొడి, ఉప్పు, నిమ్మరసంతో కూడిన ఆహారం ఎక్కువగా తింటాడు.

మొలకలు మంచివేనా?

గోధుమలు, మక్కజొన్న, రాగి, ఇతర రకాల పప్పులు, తృణధాన్యాలు, బార్లీ, పెసర, శనగ, పల్లీ, బటానీ, సోయాబీన్ వంటి వాటిని మొలకలుగా ఉపయోగించుకోవచ్చు. ఆల్ఫాల్ఫాను మొలకలన్నిటిలో రారాజుగా చెప్పుకోవచ్చు. ఇందులో అత్యధికస్థాయిలో ఖనిజాలు, ఎ, బి, సి, ఇ, కె విటమిన్లు, అమైనో ఆమ్లాలు ఉంటాయి. మొలకలు తయారు చేసుకోవడం చాలా సులువైన ప్రక్రియ. మనం ఎంచుకున్న గింజలను శుభ్రమైన నీరున్న పాత్రలో నానబెట్టాలి. తగినంత గాలి పోయే విధంగా ఏర్పాటుచేసి మూతపెట్టాలి. దాదాపు 8 నుంచి 12 గంటల తర్వాత, నీటిని మొత్తం తొలగించాలి. అంతే మొలకలు సిద్ధం. పోషక విలువలు యథాతథంగా అందాలంటే మొలకలను పచ్చిగానే తీసుకోవాలి.

రోజుల్లో కిలోలు కరుగుతాయా?

పదిహేను రోజుల్లో 2 నుంచి 5 కిలోల బరువు తగ్గే చిట్కా ఉంది. 'ఇది శాస్త్రీయమా? ఆయుర్వేదం లేదా అలోపతి వైద్యవిధానాలు సిఫారసు చేశాయా?' అనే ప్రశ్నలు తలెత్తడం సహజం. అయితే, దీని వెనక ప్రాచీన భారతీయ సంప్రదాయ రుజువులు ఉన్నాయి. కొన్ని తరాల వారు దాన్ని ఆచరించి మంచి ఫలితాలను అందుకున్నారు. అవసరమైన వాళ్లు ప్రయత్నించి చూడొచ్చు. ప్రకృతి మనకు 32 దంతాల అమరికను ఊరకే ఇవ్వలేదు. కానీ, మనం దాని ప్రయోజనాన్ని విస్మరిస్తున్నాం. జంతువులా ఆహారాన్ని గబుక్కున మింగేస్తున్నాం. దానివల్ల అది అరగటానికి ఎక్కువ శక్తిని వెచ్చిస్తున్నాం. జంతువులకు నెమరువేసుకునే వెసులుబాటు ఉంది. మనుషులకు ఆ సౌలభ్యం లేదు. కానీ ఆహారాన్ని బాగా నమిలి తింటే అది బరువు తగ్గటానికి ఉపకరించే ప్రక్రియగా మారుతుంది. మీరు నోట్లో పెట్టుకునే ప్రతి ముద్దనూ దవడలకు రెండు వైపులకీ తీసికెళ్లి 32 సార్లు నమలాలి. ఆ తర్వాతే ఆహారాన్ని ఒక్క గుటకలో మింగేయాలి

.

ఊబకాయం తగ్గించుకోవచ్చా?

మనం తినే ఆహారంపైన పరిమితి విధించుకునే సందర్భంలో మన మనసు దానికి అంగీకరించదు. అయితే, మన బుద్ధి పూర్తిగా సహకరించకపోతే మనం పనీ చేయలేం. అందుకే చాలామంది బరువు తగ్గినట్టే తగ్గి మళ్లీ పెరుగుతారు. కొన్ని సందర్భాల్లో మునుపటి కంటే ఎక్కువ కొవ్వు వాళ్లలో చేరుతుంది. అందుకే మనస్ఫూర్తిగా ఆహార నియంత్రణ పాటించటానికి సిద్ధం కావాలి. డైటింగ్ చేస్తున్న సమయంలో మనసులో ఆయా ఆహారపదార్థాల గురించిన చింతనను పక్కన పెట్టాలి. అప్పుడే ఆశించిన ఫలితాలు వస్తాయని గుర్తించాలి.

ఎలాంటివి తినాలి?

గతంలో అతిథులను ఇంటికి ఆహ్వానించినప్పుడు వారికి షడ్రసోపేతమైన విందు ఇచ్చామని చెప్పుకొనేవారు. అంటే, షడ్రుచులతో కూడిన భోజనం వారికి అందించారని దీని అర్థం. అసలు షడ్రుచులు అంటే ఏమిటి? తీపి (మధురం), పులుపు (ఆమ్లం), ఉప్పు (లవణం), కారం (కటువు), చేదు (తిక్తం), వగరు (కషాయం). తరతరాలుగా ఆయుర్వేద నిపుణులు పోషకవిలువలను కాపాడుకునేలా ఆహారపదార్థాలను స్వీకరించాలని, జీర్ణప్రక్రియని ఉత్తేజపరిచేలా శిక్షణ ఇవ్వాలని చెబుతూ వస్తున్నారు. అందుకు వారంలో కనీసం ఒక రోజైనా మీ భోజనంలో ఈ ఆరు రుచులు ఉండేలా చూసుకోవాలి.

ఈ ఆరు రుచులు అదనంగా ఉండే వాత, కఫ, పిత్తాలను తొలగించటానికి పరిష్కారం చూపుతాయి. ప్రతి మనిషి శరీరం వాత, కఫ, పిత్తాల సమాహారం. కాబట్టి, మీ శరీర తత్త్వానికి అనుగుణంగా ఆహారంలో మార్పులు చేసుకోవాలి.

32 సార్లు నమిలితే%ఔ

%దవడలు రెండు వైపులా ఆహారాన్ని నములుతున్నప్పుడు, ఎడమ భాగం మెదడులో కుడివైపుని, కుడి భాగం మెదడులో ఎడమవైపుని చైతన్యపరుస్తాయి. అంటే.. మెదడు రెండు వైపులా చైతన్యానికి గురవుతుంది. మరే సందర్భంలోనూ ఇది సాధ్యం కాదు. 32 సార్లు నమలకుండా ఏ ఒక్క చిన్న భాగం లోపలకు వెళ్లకూడదన్న విధానం వల్ల మొత్తం ఆహారం అంతా గుజ్జు మాదిరిగా తయారవుతుంది. దానికి లాలాజలం కూడా జత కూడుతుంది. లాలాజలంలో జీర్ణశక్తిని పెంచే 'టయలిన్' అనే ఎంజైమ్ ఉంటుంది. ఇలా చేయడం వల్ల మనకు తెలియకుండానే తిన్న ఆహారం 30 శాతానికి వచ్చేస్తుంది. దాంతోపాటు 200 మిల్లీ లీటర్ల లాలాజలంతో కూడి ఆహారం పొట్టలోకి వెళుతుంది. జీర్ణప్రక్రియ తేలికగా, తక్కువ శక్తితో పూర్తవుతుంది. దీనివల్ల మలబద్ధకం అన్న సమస్య ఉత్పన్నం కాదు.

మొబైళ్లు, టీవీలకు దూరంగా%ఔ

%భోజనం చేసే సమయంలో దిక్కులు చూడటం, ఇతరులతో మాట్లాడటం, చదవటం, వినటం లాంటివి చేయకూడదు. వీడియోలు, ఆడియోల ద్వారా వినోదం పొందాలని చూడొద్దు. భోజనం చేయటానికి ముందు మనసును పూర్తిగా దానిపైనే లగ్నం చేయాలి. లక్షలాది మంది తినటానికి తిండి లేక పస్తులు ఉంటున్న పరిస్థితిలో మనకు ఆహారం వండి, వడ్డించిన వ్యక్తులకు కృతజ్ఞత చూపాలి. భారతీయ సంస్కృతి కూడా 'అన్నదాతా సుఖీభవ' అని దీవిస్తుంది. అలాగే తినేటప్పుడు మంచినీళ్లు తాగే అలవాటును పూర్తిగా పక్కన పెట్టాలి. భోజనం అయ్యాక ఓ అరగంట తర్వాత నీరు సేవించండి. అప్పుడే మన శరీరం ఆహారాన్ని వేగంగా శోషించుకుంటుంది.

ఉపవాసం ప్రయోజనం

జంక్ ఫుడ్ విపరీతంగా తినడం, వేళాపాళా లేని ఆహారపు అలవాట్లు అనారోగ్య కారకాలు. వారానికి ఓసారి ఉపవాసం ఉండటం మంచిదే. అప్పుడప్పుడు కడుపును ఖాళీ చేయటానికి మన పెద్దవాళు ఉపవాసాన్ని సిఫారసు చేసేవారు. పాత రోజుల్లో చంటి పిల్లలతో ఆముదం తాగించటం ఇందులో భాగమే. ఉపవాసం పేరుతో భోజనం చేయకుండా ఇష్టమైన ఫలహారాలను దండిగా లాగించటం మంచి పద్ధతి కాదు. ఉపవాసం.. అంటే దైవానికి సమీపంగా ఉండటం. తక్కువ తిని మనసును భగవంతునిపైన లగ్నం చేయటానికి ఇదో మార్గం.

పండ్లరసాల చికిత్స

జ్యూస్ థెరపీగా పిలిచే ఈ విధానంలో వారానికి ఓసారి ఆయా వ్యక్తులకు అనుకూలంగా ఉండే విధంగా, ఆహారం స్వీకరించకుండా పొట్టకు పూర్తి విశ్రాంతి ఇవ్వాలి. అది దాని శక్తిని కోల్పోకుండా పండ్లరసాలను అందించాలి. 24 గంటల జ్యూస్ థెరపీలో, నిద్రపోయే సమయాన్ని పక్కన పెట్టి.. ప్రతి రెండు గంటలకోసారి వివిధ రకాల పండ్లరసాలను స్వీకరించాలి. ఎవరికి వారు స్వయంగా దీనిపైన నిర్ణయాలు తీసుకోవటం కాకుండా, వారివారి ఆరోగ్య పరిస్థితి ప్రకారం తగిన వైద్య సలహాలను పొందిన తర్వాతే జ్యూస్ థెరపీ ఆచరించటానికి సిద్ధం కావాలి.

పోషకాల సలాడ్

సంపూర్ణ పోషకాలతో ఉండే సలాడ్‌లు ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయని ఆహార నిపుణుల మాట. ఇందుకు సంబంధించిన వివరాలు మీకు ఆన్‌లైన్‌లో ఎక్కడైనా లభిస్తాయి. సలాడ్ తయారీకి అవసరమైన పదార్థాలు%ఔ% మిరియాలు, పల్లీలు, తురిమిన క్యాబేజీ ఆకులు, కొత్తిమీర, కరివేపాకు, దానిమ్మ, నిమ్మ, తేనె, ఎండుద్రాక్ష, శొంఠి, పచ్చిమిర్చి, పిస్తాపప్పు, ఖర్జూరం, తురిమిన కొబ్బరి, వాల్‌నట్, బాదం మొదలైనవి. మరో రకం సలాడ్‌కి అవసరమైన పదార్థాలు%ఔ% తాజా కీరదోసకాయ, పెద్ద ఉల్లిపాయ, పల్లీలు, మొలకెత్తిన పెసలు, శొంఠి, కాప్సికం (ఎరుపు/ఆకుపచ్చ), ఆలివ్ ఆయిల్.

తినే ఆహారాన్ని ఔషధంలా భావించాలి. సరైన పోషక విలువలతో కూడిన పదార్థాలను స్వీకరించాలి. అప్పుడే మనకు సంపూర్ణ ఆరోగ్యం సిద్ధిస్తుంది. మందులనే ఆహారంగా తీసుకోవలసిన దుస్థితి నుంచి బయట పడతాం. ఆ సత్యాన్ని గ్రహించి ఆహారంలో తగిన మార్పులు చేర్పులు చేసుకోవాలి.

పెద్దలు చెప్పిన ఆహార సూత్రాలు

1 సరైన సమయంలో తినాలి. ఎక్కువగా పండ్లు, తాజా కూరగాయలు తీసుకోవాలి. చిరుతిండ్లు వద్దు.

2 ఆకలి వేసినప్పుడే భోజనం చేయాలి. అలాగని తప్పనిసరి తంతుగా ఏదో మొక్కుబడిగా మెక్కకూడదు.

3 ఆహారాన్ని దుర్వినియోగం చేయొద్దు. అవసరమైన మేరకే తినాలి. అదనపు ఆహారాన్ని పొట్టలోకి నెట్టకండి.

4 వారంలో ఒక్క రోజైనా తప్పనిసరిగా ఉపవాసం ఉండాలనే నియమాన్ని ఆచరించాలి.

5 డైటింగ్‌ను పాటించాలని అనుకుంటే పౌష్టికాహార నిపుణుడిని, వైద్యుడిని సంప్రదించాలి.

6 ప్రతిరోజూ ఉదయం నిద్ర లేచిన వెంటనే కాలకృత్యాలు తీర్చుకుని అర లీటరు నీళ్లు, లేదా నిమ్మరసం కలిపిన నీటిని తాగాలి.

7 భోజనం సమయంలో మీ ఆలోచనలన్నీ తినటంపైనే కేంద్రీకరించాలి.

8 రోజూ భోజనం పూర్తయ్యాక కనీసం ఒక పండైనా తినటానికి ప్రయత్నించాలి.

9 పడుకోవటానికి కనీసం రెండు గంటల ముందే భోజనం ముగించాలి.

10 తినే సమయంలో మీ ఒత్తిళ్లను, విచారాలను దూరంగా పెట్టాలి. అవి తిండిపైన ప్రభావం చూపకూడదు.

11 రాత్రి సమయంలో మాంసాహారానికి దూరంగా ఉండాలి.

మొలకలు చేసే మేలు ఎంత?

శక్తి తగ్గుదల 5 %
కార్బొహైడ్రేట్ల తగ్గుదల 5 %
ప్రొటీన్ల పెరుగుదల 30 %
క్యాల్షియం పెరుగుదల 35%
పొటాషియం పెరుగుదల 80 %
సోడియం పెరుగుదల 700%
ఐరన్ పెరుగుదల 40%
ఫాస్ఫరస్ పెరుగుదల 55 %
విటమిన్-ఎ పెరుగుదల 300 %
థయమిన్ (విటమిన్-బి1) పెరుగుదల 200 %
రిబోఫ్లోవిన్ (విటమిన్- బి2) పెరుగుదల 500 %
నియాసిన్ (విటమిన్ -బి3) పెరుగుదల 250 %
ఎస్కార్బిక్ యాసిడ్ (విటమిన్- సి) పెరుగుదల చాలా ఎక్కువ

ఊబకాయం- శాకాహారం

ప్రపంచ చరిత్రలో ప్రసిద్ధ వ్యక్తులైన పైథాగరస్, సోక్రటీస్, ప్లేటో, అరిస్టాటిల్, లియోనార్డో డా విన్సీ, ఐజాక్ న్యూటన్, వోల్టేర్, హెన్రీ డేవిడ్ థోరో, జార్జి బెర్నార్డ్ షా, బెంజమిన్ ఫ్రాంక్లిన్, థామస్ ఆల్వా ఎడిసన్, డాక్టర్ ఆల్బర్ట్ స్ష్వట్జర్, మహాత్మాగాంధీ వీళ్లందరిలో ఉమ్మడిగా కనిపించే లక్షణం ఒకటి ఉంది. వాళ్లంతా శాకాహారులు. వాళ్లందరినీ ప్రపంచం ఆదర్శవ్యక్తులుగా కొలుస్తుంది. ఊబకాయం తగ్గాలనుకునే వారు శాకాహారం తినడం వల్ల కొంతమేరకు ప్రయోజనం పొందుతారు.

(నోట్ : ఇంటర్నెట్‌లో మరియు పుస్తకాల ఆధారంగా సేకరించిన సమాచారం ఆధారంగా ఈ వివరాలు మీకు అందించటం జరిగింది. ఇందులోని అంశాలు కేవలం అవగాహన కోసం మాత్రమే. తదుపరి జరిగే ఎలాంటి పరిణామాలకు 'సత్యమేవ జయతే' బాధ్యత వహించదు.)

ప్రజల తరపున స్వరంగా వినిపించాలి

న్యూఢిల్లీలోని నేషనల్ హ్యూమన్ రైట్స్ కమీషన్ మెంబర్ విజయ భారతి సయాని

విజ్ఞాన్స్ వర్సిటీలో మానవ హక్కులపై ఘనంగా నేషనల్ వర్క్‌షాప్

చేబ్రోలు ఆగష్టు 14(లక్ష్యం న్యూస్)::ప్రజల మానవ హక్కులకు భంగం కలిగినప్పుడు బాధితుల తరపున విద్యార్థులు తమ స్వరాన్ని వినిపించాలని న్యూఢిల్లీలోని నేషనల్ హ్యూమన్ రైట్స్ కమీషన్ మెంబర్ విజయ భారతి సయాని అన్నారు. చేబ్రోలు మండలం వడ్లమూడి విజ్ఞాన్స్ యూనివర్సిటీలోని విజ్ఞాన్ ఇనిస్టిట్యూట్ ఆఫ్ లా మరియు నేషనల్ హ్యూమన్ రైట్స్ కమీషన్‌ల సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో " రోల్ ఆఫ్ ఎన్‌హెచ్‌ఆర్‌సీ (నేషనల్ హ్యూమన్ రైట్స్ కమీషన్) ఇన్ ప్రొటెక్షన్ ఆఫ్ ఫండమెంటల్ అండ్ హ్యూమన్ రైట్స్" అనే అంశంపై జాతీయ స్థాయి వర్క్‌షాప్‌ను గురువారం ఘనంగా నిర్వహించారు. కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన న్యూఢిల్లీలోని నేషనల్ హ్యూమన్ రైట్స్ కమీషన్ మెంబర్ విజయ భారతి సయాని మాట్లాడుతూ వ్యక్తుల ప్రాణం, స్వేచ్ఛ, గౌరవం, సమానత్వం వంటి మౌలిక హక్కులను కాపాడటంలో ఎన్‌హెచ్‌ఆర్‌సీ ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తుందన్నారు. ప్రభుత్వ సంస్థలు, పోలీసు, లేదా ఇతర అధికారుల దుర్వినియోగం వల్ల హక్కులు ఉల్లంఘించబడినప్పుడు, బాధితుల నుండి నేరుగా ఫిర్యాదులు స్వీకరించడమే కాకుండా తగిన న్యాయం చేకూరుస్తామన్నారు. హక్కుల రక్షణ కోసం కొత్త చట్టాలు, విధానాలు, సంస్కరణలపై ప్రభుత్వానికి సలహాలు కూడా ఇస్తామన్నారు. మహిళలు, పిల్లలు, దివ్యాంగులు, ఖైదీలు, మైనారిటీలు వంటి వర్గాల హక్కులను రక్షించడానికి ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకుంటున్నామన్నారు. మానవ హక్కుల ఉల్లంఘనలకు సంబంధించిన ఫిర్యాదులను స్వయంగా లేదా అర్హత ఉన్నవారి ద్వారా స్వీకరించి, విచారణ చేపట్టి సమస్యలకు పరిష్కార మార్గాలను సూచిస్తామన్నారు. ప్రజలలో హక్కుల గురించి అవగాహన పెంచడానికి సదస్సులు, శిక్షణ శిబిరాలు నిర్వహిస్తున్నామన్నారు. హక్కుల పరిస్థితి గురించి రాష్ట్ర, కేంద్ర ప్రభుత్వాలకు నివేదికలు సమర్పించి, అవసరమైన మార్పులు చేయడం కోసం సూచనలు కూడా అందిస్తామన్నారు. కార్యక్రమానికి మరో ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన విజ్ఞాన్స్ విద్యాసంస్థల చైర్మన్ డాక్టర్ లావు రత్తయ్య మాట్లాడుతూ భారత రాజ్యాంగంలోని ప్రాథమిక హక్కులు గురించి విద్యార్థులకు వివరించారు. ప్రతి హక్కు వ్యక్తి స్వేచ్ఛ, సమానత్వం, మరియు గౌరవాన్ని కాపాడటానికి ఉద్దేశించబడిందని పేర్కొన్నారు. అందులో సమానత్వ హక్కు %–% చట్టం ముందు అందరూ సమానులేనని, మతం, జాతి, కులం, లింగం, జన్మస్థలం ఆధారంగా వివక్ష నిషేధం చూపరాదన్నారు. అదే విధంగా స్వేచ్ఛా హక్కు %–% అభిప్రాయం వ్యక్తం చేయడం, సమావేశం, సంఘాలు ఏర్పాటు చేయడం, దేశంలో ఎక్కడైనా నివసించడం, ఎటువంటి వృత్తి లేదా వ్యాపారం చేయవచ్చునన్నారు. చట్టబద్ధమైన ప్రక్రియ లేకుండా ఎవరినీ అరెస్ట్ చేయరాదన్నారు. 14 సంవత్సరాల లోపు పిల్లలను ప్రమాదకరమైన పనుల్లో పనిచేయించడం కూడా నిషేధమన్నారు. అనంతరం విజ్ఞాన్ ఇనిస్టిట్యూట్ ఆఫ్ లా ప్రత్యేకంగా నిర్వహించబోతున్న " లీగల్ లిటరసీ అండ్ అవేర్‌నెస్ కాంపెయిన్ అండ్ కాంపిటీషన్స్ ఆన్ చైల్డ్ రైట్స్%–%2025"కు సంబంధించిన బ్రౌచర్‌ను ఆవిష్కరించారు. కార్యక్రమంలో విజ్ఞాన్స్ వర్సిటీ వైస్ చాన్సలర్,కల్నల్ ప్రొఫెసర్ పీ.నాగభూషన్, ఆయా విభాగాల డీన్లు, అధిపతులు, డైరెక్టర్లు, లా డిపార్ట్‌మెంట్ సిబ్బంది, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

కష్టాల్లో ఉన్న ప్రజలను ప్రతి ఒక్కరూ ఆదుకోవాలి

బాపట్ల ఆర్డిఓ గ్లోరియా

బాపట్లఆగష్టు 14 (లక్ష్యం న్యూస్)విపత్తులు వచ్చిన సమయంలో కష్టాల్లో ఉన్న నిరుపేదలను ప్రతి ఒక్కరూ ఆదుకునేందుకు ముందుకు రావాలని ఆర్డిఓ గ్లోరియా పిలుపునిచ్చారు. ఫ్రెండ్స్ ఆదర్శ యూత్ ఆర్గనైజేషన్ ఆధ్వర్యంలో బాపట్ల పట్టణంలోని మూడో వార్డు రాజీవ్ గాంధీ కాలనీలో గిరిజన కుటుంబాలకు ఆర్డీవో గ్లోరియా, తహసిల్దార్ షలీమా, మున్సిపల్ కమిషనర్ రఘునాథ్ రెడ్డి చేతుల మీదగా ఆహార పొట్లను అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆర్డీవో గ్లోరియా మాట్లాడుతూ ఫ్రెండ్స్ ఆదర్శ యూత్ ఆర్గనైజేషన్ ఆధ్వర్యంలో స్నేహితులందరూ కలిసి పేదలను ఆదుకోవడానికి ముందుకు రావడం శుభపరిణామం అన్నారు. తీవ్ర వర్షాభావ పరిస్థితులలో ఏటువంటి పనులు చేసుకోలేని పేదలకు ఆహార పొట్లాలు అందించి వారి ఆకలి తీరుస్తున్నారన్నారు. అనేక సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్న ఆర్గనైజేషన్ సభ్యులను అభినందిస్తున్నామన్నారు. తహసిల్దార్ షలీమా మాట్లాడుతూ రానున్న రోజుల్లో మరెన్నో సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహించి పేదలకు అండగా నిలవాలని పేర్కొన్నారు. మంచి సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తూ పేదలకు చేదుడుగా నిలుస్తున్నారు.మున్సిపల్ కమిషనర్ రఘునాథ్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ అనేక సేవా కార్యక్రమాలతో పేదలకు అండగా నిలుస్తున్న స్నేహితులను అభినందిస్తున్నామని, తమ చేతుల మీదుగా పేదలకు ఆహార పొట్లాలు అందించడం సంతోషంగా ఉందన్నారు.రానున్న రోజుల్లో మరిన్ని సేవా కార్యక్రమాలు చేయాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గౌరవాధ్యక్షులు వేజెండ్ల శ్రీనివాసరావు, అధ్యక్షులు బండ్రెడ్డి గోపి, కార్యదర్శి బత్తుల యజ్ఞ సురేష్, కోశాధికారి జోగి సువర్ణరాజు, సభ్యులు మద్దిబోయిన గోపి, భీమా కోటేశ్వరరావు, విన్నకోట శ్రీనివాసరావు, బండి శ్రీనివాసరావు, యాలవల శ్రీనివాసరావు, తన్నీరు గోపి,షేక్ సుభాని, సిహెచ్ వెంకటేశ్వరరావు, బండ్రెడ్డి అంకమ్మరావు, శ్రీనివాసరావు, కే రవి పాల్గొన్నారు.

ప్రజాగ్రహం పెల్లుబికితే డిపాజిట్లు గల్లంతేనని జగన్ కు తెలిసొచ్చింది : ప్రత్తిపాటి

ఉప ఎన్నికల ఫలితాలతో జగన్ కు నిద్రలేని రాత్రుళ్లు..పులివెందుల ప్రజలకు నిత్యసంబరాలు : ప్రత్తిపాటి

- వైఎస్ కుటుంబం 4 దశాబ్దాలుగా పులివెందులలో నడిపించిన రాజారెడ్డి రాజ్యాంగానికి నేటి ఎన్నికల ఫలితాలతో శుభం కార్డు పడింది : ప్రత్తిపాటి

- ధర్మం.. న్యాయం.. ప్రజాభిమానం.. చంద్రబాబు పక్షాన ఉన్నాయని గ్రహించలేని మానసిక స్థితిలో జగన్ ఉన్నాడు. : ఎమ్మెల్యే ప్రత్తిపాటి

చిలకలూరిపేట ఆగష్టు 14(లక్ష్యం న్యూస్): పులివెందుల, ఒంటిమిట్లలో టీడీపీ అభ్యర్థుల్ని గెలిపించి, అరాచకశక్తుల ఆటకట్టించిన అక్కడి ప్రజానీకానికి ధన్యవాదాలు. జడ్పీటీసీ ఉప ఎన్నికల ఫలితాలతో జగన్ కు ఇకనుంచి నిద్రలేని రాత్రుళ్లు... పులివెందుల ప్రజలకు నిత్య సంబరాలు. 4 దశాబ్దాలుగా తన కుటుంబ ఏలుబడిలో ఉన్న పులివెందుల గడ్డ.. తన కబంధ హస్తాల నుంచి జారిపోవడంపై జగన్ రగలిపోతున్నాడు. ఉపఎన్నికలు ప్రజాస్వామ్యయుతంగా జరగలేదని గొంతుచించుకునే ముందు... తన హాయాంలో జరిగిన ప్రతి ఎన్నికపై జగన్ ఒక్కసారి ఆత్మావలోకనం చేసుకోవాలి. ఏదో సామెత చెప్పినట్టు తాను చేస్తే సంసారం..ఇతరులు చేస్తే వ్యభిచారమన్నట్టు మాట్లాడినంత మాత్రాన జగన్..వైసీపీనేతలు గత ఐదేళ్లలో చేసిన దారుణాలు మరుగునపడిపోవు. 30 ఏళ్ల తర్వాత స్వేచ్ఛగా తన ఓటు తాను వేసుకున్నానన్న తన నియోజకవర్గ ఓటర్ మనోగతంపై జగన్ ఏం సమాధానం చెబుతాడు?

4 దశాబ్దాలుగా జగన్ ఆయన కుటుంబం సాగించిన రాజారెడ్డి రాజ్యాంగానికి నేటి ఎన్నికల ఫలితాలతో శుభంకార్డు పడింది

ప్రజలు తలుచుకుంటే తనను రోడ్డుమీదకు చేర్చగలరని, ప్రజాగ్రహం పెల్లుబికితే డిపాజిట్లు గల్లంతవుతాయని జగన్ ఇప్పటికైనా గ్రహించాలి. వైఎస్ కుటుంబం 4 దశాబ్దాలుగా పులివెందులలో రక్తపుటేరుల్లో నడిపించిన రాజారెడ్డి రాజ్యాంగానికి నేటి ఎన్నికల ఫలితంతో శుభం కార్డు పడింది. జగన్ బానిసత్వంలో మగ్గిపోతున్న ప్రజానీకానికి కూటమిప్రభుత్వ సమర్థపాలనలో బానిససంకెళ్ల నుంచి విముక్తి లభించి, స్వేచ్ఛా వాయువులు లభించాయి.తాను నియమించిన రాష్ట్ర ఎన్నికల కమిషనర్ నిబంధనల ప్రకారం నిర్భయంగా పనిచేస్తే తనకు పీడకలలే మిగులుతాయని జగన్ కు బోధపడింది. తన తప్పు తెలుసుకోకుండా జగన్ న్యాయస్థానాల్ని ఆశ్రయించినా..దేవస్థానాల చుట్టూ తిరిగినా ఫలితం శూన్యం. ధర్మం.. న్యాయం.. ప్రజాభిమానం.. చంద్రబాబు పక్షాన ఉన్నాయని గ్రహించలేని మూర[illegible]పు స్థితిలో జగన్ ఉన్నాడు. నియంత్రత్వ పోకడలు, రాక్షస నైజాన్ని వీడకపోతే చివరకు తన పార్టీలో తానొక్కడినే మిగులుతానని జగన్ ఎంతత్వరగా తెలుసుకుంటే అంత మంచిది. చంద్రబాబును కృష్ణారామా అనుకోమన్న వ్యక్తి నేటి ఫలితాలతో.. అయ్యోరామా..ఏమిటీ ఖర్మ అని ప్యాలెస్ లో తలబాదుకుంటున్నాడు." అని మాజీమంత్రి ప్రత్తిపాటి ఒక ప్రకటనలో ఎద్దేవాచేశారు.ేషన్ ఆధ్వర్యంలో స్నేహితులందరూ కలిసి పేదలను ఆదుకోవడానికి ముందుకు రావడం శుభపరిణామం అన్నారు. తీవ్ర వర్షాభావ పరిస్థితులలో ఏటువంటి పనులు చేసుకోలేని పేదలకు ఆహార పొట్లాలు అందించి వారి ఆకలి తీరుస్తున్నారన్నారు. అనేక సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్న ఆర్గనైజేషన్ సభ్యులను అభినందిస్తున్నామన్నారు. తహసిల్దార్ షలీమా మాట్లాడుతూ రానున్న రోజుల్లో మరెన్నో సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహించి పేదలకు అండగా నిలవాలని పేర్కొన్నారు. మంచి సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తూ పేదలకు చేదుడుగా నిలుస్తున్నారు.మున్సిపల్ కమిషనర్ రఘునాథ్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ అనేక సేవా కార్యక్రమాలతో పేదలకు అండగా నిలుస్తున్న స్నేహితులను అభినందిస్తున్నామని, తమ చేతుల మీదుగా పేదలకు ఆహార పొట్లాలు అందించడం సంతోషంగా ఉందన్నారు.రానున్న రోజుల్లో మరిన్ని సేవా కార్యక్రమాలు చేయాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గౌరవాధ్యక్షులు వేజెండ్ల శ్రీనివాసరావు, అధ్యక్షులు బండ్రెడ్డి గోపి, కార్యదర్శి బత్తుల యజ్ఞ సురేష్, కోశాధికారి జోగి సువర్ణరాజు, సభ్యులు మద్దిబోయిన గోపి, భీమా కోటేశ్వరరావు, విన్నకోట శ్రీనివాసరావు, బండి శ్రీనివాసరావు, యాలవల శ్రీనివాసరావు, తన్నీరు గోపి,షేక్ సుభాని, సిహెచ్ వెంకటేశ్వరరావు, బండ్రెడ్డి అంకమ్మరావు, శ్రీనివాసరావు, కే రవి పాల్గొన్నారు.

మాచర్లలో స్త్రీ శక్తి పథకాన్ని ప్రథకాన్ని ప్రారంభించనున్న ఎమ్మెల్యే జూలకంటి

మాచర్ల లక్ష్యం ప్రతినిధి : సూపర్ సిక్స్ లో భాగంగా రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఆగస్టు 15 నుంచి మహిళలకు బస్సులలో ఉచిత ప్రయాణంనకు సంబంధించి సీఎం చంద్రబాబు స్త్రీ శక్తి పథకాన్ని ప్రారంభించనున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో మాచర్లలో ఎమ్మెల్యే జూలకంటి బ్రహ్మానందరెడ్డి స్త్రీ శక్తి పథకాన్ని కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరై పథకాన్ని ప్రారంభిస్తారని డిపో మేనేజర్ బత్తుల వీరాస్వామి గురువారం తెలిపారు. మహిళలకు, బాలికలకు, ట్రాన్స్ జెండర్ల ఉచిత ప్రయాణానికి ఆర్డినరీ, పల్లె వెలుగు, ఎక్స్‌ప్రెస్ బస్సులలో ప్రభుత్వం సౌకర్యం కల్పించిందన్నారు. అలాగే నాన్ స్టాప్ ఎక్స్‌ప్రెస్‌లు, అంతర్రాష్ట్ర సర్వీసుల యందు ఉచిత బస్సు ప్రయాణాలకు అనుమతి లేదని ఆయన పేర్కొన్నారు. మహిళలు షరతులను గమనించాలని వీరాస్వామి విజ్ఞప్తి చేశారు.

విజయవంతమైన కెరీర్‌ని నిర్మించుకోవటం ఎలా?"

గుంటూరు ఆగష్టు 14(లక్ష్యం న్యూస్)::స్థానిక టి. జె. పి. ఎస్. కళాశాల మేనేజ్ మెంట్ స్టడీస్ విభాగం అధ్వర్యంలో, మంగళవారం నాడు %దీదీూ, దీజూ% మరియు %వీదీూ% విద్యార్థులకు అతిథి ఉపన్యాస కార్యక్రమం జరిగింది. అమెరికా లోని నగర్రో అనే బహుళజాతి సంస్థలో ప్రోగ్రామ్ మేనేజర్ గా విధులు నిర్వహిస్తున్న శ్రీ డి. నిరంజన్ గారు "విజయవంతమైన కెరీర్‌ని నిర్మించుకోవటం ఎలా?" అనే అంశం మీద అతిథి ఉపన్యాసం ఇచ్చారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, ప్రతి విద్యార్థి ఒక లక్ష్యాన్ని పెట్టుకొని, ఆ లక్ష్య సాధనకోసం అహర్నిశలు కష్టపడుతూ, చదువుతోబాటూ ఉద్యగ నైపుణ్యాలను మరియు వ్యక్తిత్వ వికాసాన్ని పెంపొందించుకోవలని హితవు పలికారు. అలాగే విద్యార్థులయొక్క సందేహాలను నివృత్తి చేశారు. ఈ కార్యక్రమములో పి.జి. కళాశాల ప్రిన్సిపల్ ప్రొఫెసర్. ఎస్. అనితాదేవి, మేనేజ్‌మెంట్ స్టడీస్ విభాగాధిపతి డా. ఉప్పు. రవి కుమార్, అధ్యాపకురాలు డా. టి. నిర్మలా రాణి, ఇతర అధ్యాపకులు మరియు విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

ఎందరో త్యాగధనుల కృషి ఈ స్వాతంత్రం:: నగర జనసేన పార్టీ కార్యదర్శి బొడ్డుపల్లి రాధాకృష్ణ.

ఎందరో మహానుభావుల త్యాగనిరతి అహింస మార్గంలో మన జాతిపిత గాంధీజీ చూపించిన మార్గంలో తెచ్చుకున్నదే ఈ యొక్క స్వాతంత్రం అని గుంటూరు నగర జనసేన పార్టీ కార్యదర్శి బొడ్డుపల్లి రాధాకృష్ణ ఒక ప్రకటనలో తెలియజేశారు. నాడు వారి కృషి వల్ల ఫలించిన స్వాతంత్రం నేడు అందరికీ ఆ యొక్క ఫలాలు అనుభవించడం అనేది నేటి తరానికి మర్చిపోలేని అనుభూతి. నేడు 79వ స్వాతంత్ర దినోత్సవ వేళ ప్రజలందరికీ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. గౌరవ ప్రధానమంత్రి శ్రీ నరేంద్ర మోడీ గారి నాయకత్వంలో మన దేశం వికసిత భారత్ వైపు పయనం చేస్తూ అగ్రరాజ్యాల సరసన చేరడానికి మరి ఎంతో దూరం లేదని ప్రకటనలో తెలియజేశారు. గౌరవ ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోడీ గారి ఆధ్వర్యంలో ఆపరేషన్ సింధూర్ విజయవంతంగా జరగడంతో మన యొక్క బలం శత్రుదేశాలకు తెలిసి వారి యొక్క వెన్నులో వణుకు పుట్టింది. రేపటి స్వాతంత్ర దినోత్సవ సందర్భంగా మోడీ గారు ఎర్రకోట నుండి మరిన్ని భారతదేశం అద్భుతాలు సృష్టించే విధంగా అవకాశాలు మెరుగుపరిచే విధంగా ఉంటాయి.

ప్రకాశం బ్యారేజీకి భారీగా చేరుకున్న వరద నీరు

గుంటూరు జిల్లా, తాడేపల్లి (లక్ష్యం న్యూస్) ప్రకాశం బ్యారేజ్ నుంచి దిగువకు 5 లక్షల పై క్యూసెక్కుల వరద నీరు విడుదల చేసిన అధికారులు ప్రకాశం బ్యారేజీకి భారీగా చేరుతున్న వరద నీరు రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో విస్తారంగా కురుస్తున్న వర్షాల వల్ల కృష్ణానదికి భారీగా పెరిగిన వరద ఉద్రిక్తత లిఎగువ నుంచి వస్తున్న వరద నీటి దృష్ట్యా ప్రకాశం బ్యారేజీ నుంచి సముద్రం లోకి 70 గేట్లు పూర్తిగా ఎత్తినా ఇరిగేషన్ అధికారులు5,07,618 క్యూసెక్కుల నీటిని దిగువ సముద్రంలోకి వదిలిన అధికారులు ప్రకాశం బ్యారేజీకి ఇంకా వరద నీరు పెరిగే అవకాశం ఉన్నందున దిగువ ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని ప్రమాద హెచ్చరిక చేసిన నీటిపారుదుల శాఖ మరియు రెవెన్యూ అధికారులు

బహి"రంగ ప్రకటన

నా క్లయింటు అయిన గుంటూరు జిల్లా, మేడికొండూరు మండలం, పేరేచెర్ల గ్రామ కాపురస్తురాలు అయిన లేటు అద్దంకి సత్యనారాయణ గారి కుమార్తెయున్నూ, కాటుకల రామ కోటేశ్వర రావు గారి భార్యయున్నూ అయిన కాటుకల ఉమా దేవి గారి నుండి సంబాయిపే పొంది యావన్మందికి తెలియజేయునది ఏమనగా,

నా క్లయింటు తాలూకు ఆస్థి అయిన పేరేచెర్ల గ్రామ డి.నెం.369 నందు చ.గ.141-66 రు ఖాళీ నివేశన స్థలమును నా క్లయింటుకు వారి తల్లి గారు అయిన లేటు అద్దంకి సత్యనారాయణ గారి భార్య అద్దంకి సుశీల గారు వారి తాలూకు పై తెలిపిన ఆస్తిని గురించి వారి తదనంతరం నా క్లయింటుకు చెందులాగున ఏర్పాటు చేసి ది.02.03.2006 న ఒక సెటిల్మెంట్ దస్తావేజును వ్రాయించి శ్రీ నల్లపాడు సబ్ రిజిస్ట్రారు వారి ఆఫీసులో 1వ పుస్తకం దస్తావేజు నెం.1116/2006 రుగా రిజిస్టరు చేయించి ఇచ్చిన సెటిల్ మెంటు దస్తావేజులోని అంశముల ప్రకారం సదరు అద్దంకి సుశీల గారి తదనంతరం నా క్లయింటుకు సంక్రమించి నా క్లయింటు స్వాధీనానుభవ, సర్వ, సంపూర్ణ హక్కు భుక్తములతో అనుభవించుచున్నట్టి పై తెలిపిన ఆస్తికి సంబంధించిన ఒరిజినల్ లింక్ విక్రయ దస్తావేజు అయిన దస్తావేజు నెం.9828/1982 (యస్.ఆర్.ఓ. గుంటూరు) రును తీసుకొని నా క్లయింటు వారి ఇంటి నుండి పట్టాభిపురం మీదుగా గుంటూరు రిజిస్ట్రారు వారి ఆఫీసుకు మోటార్ సైకిలు పై వెళ్లుచుండగా సదరు పైన తెలిపిన ఒరిజినల్ లింక్ విక్రయ దస్తావేజు పోయినది. కావున సదరు పైన తెలిపిన ఒరిజినల్ లింక్ విక్రయ దస్తావేజు నెం.9828/1982 (యస్.ఆర్.ఓ. గుంటూరు)రు ఎవరికైనా దొరికిన యెడల ఈ దిగువ తెలిపిన చిరునామాకు తెలియజేయగలరు. మరియు సదరు పైన తెలిపిన ఒరిజినల్ లింక్ విక్రయ దస్తావేజు ఉపయోగించి ఎవరైనా ఎటువంటి లావాదేవీలు జరిపిన సదరు లావాదేవీలు నా క్లయింటును గాని, సదరు పైన తెలిపిన దస్తావేజుకు సంబంధించిన ఆస్తిని గాని బైండు చేయజాలవు మరియు సదరు వ్యక్తులు నా క్లయింటు తీసుకోను సివిల్ మరియు క్రిమినల్ చర్యలకు భాధ్యత వహించవలసి వస్తుంది.

యార్లగడ్డ రవి, న్యాయవాది
జి.యం.సి.నెం.229, 3వ లైను, రాజేంద్ర నగర్,
గుంటూరు - 522 006, సెల్ : 77024 02777, 94404 31260

Printed,Published and owned by CHALLA MADHUSUDHANA RAO,and Printed at VEERENDRA GRAPHICSD.NO.8-25-33, NTR Nagar, 2nd Line, Guntur - 522001. Guntur Dist, A.P. and Published at D.No.8-25-33, NTR Nagar, 2nd Line, Guntur - 522001, Guntur Dist, A.P. R.N.I. No. APTEL/2013/48712 Editor : CHALLA MADHUSUDHANA RAO