వార్తా పత్రికలు,
అధిక సంఖ్యలో పుస్తకముల ముద్రణ కోసం సంప్రదించండి.
9393949345.
విశాఖ సమాచారమ్ ప్రెస్
మల్టీకలర్ వెబ్ ఆఫ్‌సెట్ ప్రింటర్స్

VISAKHA SAMACHARAM TELUGU DAILY: VISAKHAPATNAM
Postal License No. VSP / 96/ 2021 - 23
visit: www.visakhasamacharam.com

విశాఖ సమాచారమ్

వైజాగ్ మీడియా ట్రైనింగ్ సెంటర్
ప్రింట్ మరియు ఎలక్ట్రానిక్ మీడియాలో రిపోర్టింగ్- డిటిపి- ప్రింటింగ్- వీడియో ఫిల్మింగ్- సబ్ ఎడిటింగ్- మార్కెటింగ్- అడ్వర్టైజింగ్‌లలో ఉచిత శిక్షణ కొరకు సంప్రదించండి.
9393949345

RNI No.52722/90 సంపుటి : 33 సంచిక : 141 విశాఖపట్నం, 14 మార్చి 2023 మంగళవారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

ఆర్ఆర్ఆర్‌కు ఆస్కార్

95వ ఆస్కార్ అవార్డుల వేదిక లాస్ ఏంజిల్స్ లో అట్టహాసంగా జరిగింది. ఈ వేడుకలో మన తెలుగు సినిమా ఆర్ఆర్ఆర్ ఆస్కార్ అవార్డు గెలిచి సత్తా చాటింది. ఆర్ఆర్ఆర్ మూవీలోని నాటు నాటు సాంగ్ ఆస్కార్ విజేతగా నిలిచింది. వేడుకల్లో రాజమౌళి, ఎన్టీఆర్, రామ్ చరణ్, కీరవాణి, రాహుల్ సిప్లిగంజ్, కాల భైరవ, ప్రేమ్ రక్షిత్ తదితరులు భాగమయ్యారు. 23 విభాగాల్లో ఆస్కార్ అవార్డులను అందించారు. అందులో నాటు నాటు పాటకు ఒరిజినల్ సాంగ్ కేటగిరీలో అవార్డు వచ్చింది.

ఇక విజేతల విషయానికి వస్తే..

బెస్ట్ ఒరిజినల్ సాంగ్ - నాటు నాటు (ఆర్ఆర్ఆర్)

బెస్ట్ యానిమేటెడ్ ఫీచర్ ఫిల్మ్ - పినాకియో

బెస్ట్ సపోర్టింగ్ యాక్టర్ - కే హ్యు వాన్

ఉత్తమ సహాయ నటి - జెమీ లీ కర్టిస్

బెస్ట్ డాక్యుమెంటరీ ఫిల్మ్ - నవాల్నీ

బెస్ట్ మేకప్ - ది వేల్ (అడ్రియన్ మోరాట్, జూడీ చిన్, అన్నే మ్యార్లీ బ్రాడ్లీ)

బెస్ట్ డాక్యుమెంటరీ షార్ట్ ఫిల్మ్ - ది ఎలిఫెంట్ విస్పరర్స్

బెస్ట్ ప్రొడక్షన్ డిజైన్ - క్రిస్ట్రియన్ ఎం గోల్డ్ బెక్ (ఆల్ క్వైట్ ఆన్ ది వెస్ట్రన్ ఫ్రంట్)

బెస్ట్ ఇంటర్నేషన్ ఫిల్మ్ - ఆల్ క్వైట్ ఆన్ ది వెస్ట్రన్ ఫ్రంట్

బెస్ట్ సినిమాటోగ్రఫీ -జేమ్స్ ఫ్రెండ్(ఆల్ క్వైట్ ఆన్ ది వెస్ట్రన్ ఫ్రంట్)

బెస్ట్ ఒరిజినల్ స్కోర్ - వాకర్ బెర్టెల్ మాన్ (ఆల్ క్వైట్ ఆన్ ది వెస్ట్రన్ ఫ్రంట్)

బెస్ట్ యాక్షన్ షార్ట్ ఫిల్మ్ - ఎన్ ఐరిష్ గుడ్ బై

బెస్ట్ విజువల్ ఎఫెక్ట్స్ -అవతార్ 2 (అవతార్ ది వే ఆఫ్ వాటర్)

బెస్ట్ కాస్ట్యూమ్స్ -

(మిగతా 2లో)

నేటి నుండి అసెంబ్లీ బడ్జెట్ సమావేశాలు ప్రారంభం

కృష్ణా: ఆంధ్రప్రదేశ్ అసెంబ్లీ బడ్జెట్ 2023-24 సమావేశాలు మంగళవారం నుంచి ప్రారంభం కానున్నాయి. ఉదయం 10 గంటలకు గవర్నర్ ప్రసంగంతో సమావేశాలు మొదలవుతాయి. గవర్నర్ ప్రసంగం అనంతరం అసెంబ్లీ, మండలి బీఏసీ సమావేశాలు జరుగుతాయి.

ఆపై మధ్యాహ్న సమయంలో ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి అధ్యక్షతన కేబినెట్ సమావేశం జరగనుంది. ఈ భేటీలోనే అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో ప్రవేశపెట్టే బిల్లులను కేబినెట్ ఆమోదించనుంది. ఇక..

కీలకమైన 2023-24 వార్షిక బడ్జెట్‌ను ఈ నెల 18వ తేదీన ఆర్థిక మంత్రి బుగ్గన రాజేంద్రనాథ్ ప్రవేశపెట్టనున్నారు. ఇక ఈ అసెంబ్లీ బడ్జెట్ సమావేశాలు ఈ నెల 24వ తేదీ వరకు జరిగే అవకాశాలున్నాయి.

పూర్తి సామర్థ్యం దిశగా విశాఖ ఉక్కు

న్యూఢిల్లీ: వైజాగ్ స్టీల్ ప్లాంట్ (ఆర్ఐఎన్ఎల్) ఎదుర్కొంటున్న కోకింగ్ కోల్, ఐరన్ ఓర్ కొరత సమస్యలను అధిగమించేందుకు ప్రభుత్వం పటిష్టమైన చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు ఉక్కు శాఖ మంత్రి జ్యోతిరాదిత్య సింధియా వెల్లడించారు. రాజ్యసభలో సోమవారం వైఎస్సార్సీపీ సభ్యులు వి.విజయసాయి రెడ్డి అడిగిన ప్రశ్నకు జవాబిస్తూ ఆయన ఈ విషయం తెలిపారు. భారీ పెట్టుబడులతో వైజాగ్ స్టీల్ ప్లాంట్ ఉత్పత్తి సామర్థ్యాన్ని ఏటా 3.2 మిలియన్ టన్నుల నుంచి 7.3 మిలియన్ టన్నులకు విస్తరిస్తే ప్రస్తుతం అందులో మూడింట ఒకటో వంతు మాత్రమే ఉక్కు ఉత్పత్తి జరుగుతున్న విషయం వాస్తవమేనా అని విజయసాయి రెడ్డి అడిగిన ప్రశ్నకు మంత్రి జవాబిస్తూ అది వాస్తవం కాదని చెప్పారు.

వైజాగ్ స్టీల్ ప్లాంట్‌లో బ్లాస్ట్ ఫర్నేస్, స్టీల్ మెల్టింగ్ షాప్‌ను అధునీకరించి 7.3 మిలియన్ టన్నుల కెపాసిటీకి పెంచినప్పటికీ సమగ్ర ఉక్కు ఉత్పాదన సామర్థ్యాన్ని 7.3 మిలియన్ టన్నులకు విస్తరించలేదని మంత్రి తెలిపారు. అలాగే తీరప్రాంతంలో ఉన్నందున వాతావరణంలోని ఉప్పు సాంద్రత కారణంగా స్టీల్ ప్లాంట్‌లోని భారీపరికరాలకు తుప్పు పట్టే అవకాశం లేదా అన్న మరో ప్రశ్నకు మంత్రి జవాబిస్తూస్టీల్ ప్లాంట్‌ను తీరప్రాంతంలో నెలకొల్పుతున్నందున ఎక్విప్‌మెంట్ సమకూర్చుకునే దశలోనే ఈ అంశాన్ని పరిగణలోకి తీసుకుని తగిన జాగ్రత్తలు చేపట్టినట్లు మంత్రి పేర్కొన్నారు.

పూర్తి సామర్థ్యం మేరకు స్టీల్ ప్లాంట్‌లో ఉక్కు ఉత్పాదన జరిగేలా ప్రభుత్వం తీసుకుంటున్న నిర్మాణాత్మకచర్యల గురించి మంత్రి ఈ విధంగా వివరించారు.

1). వైజాగ్ స్టీల్ ప్లాంట్‌కు నిరాటంకంగా కోకింగ్ కోల్ సరఫరా చేసే అంశంపై బొగ్గు మంత్రిత్వ శాఖతో సంప్రదింపులు జరుపుతున్నాం.

2). వైజాగ్ స్టీల్ కోసం ఒక ఇనుప ఖనిజం బ్లాక్‌ను ప్రత్యేకంగా కేటాయించాల్సిందిగా ఒడిషా ప్రభుత్వాన్ని కోరడం జరిగింది.

3). ఇనుప ఖనిజ నిక్షేపాలను తమ కోసం ప్రత్యేకంగా రిజర్వ్ చేయవలసిందిగా కేంద్ర గనుల మంత్రిత్వ శాఖకు సిఫార్సు చేయమంటూ వైజాగ్ స్టీల్ ప్లాంట్ యాజమాన్యం ఇప్పటికే ఒడిషా, చత్తీస్‌ఘడ్ రాష్ట్రాలను కోరింది.

4). స్టీల్ ప్లాంట్ వర్కింగ్ కేపిటల్ అవసరాల కోసం సులభతరమైన వడ్డీతో రుణాల మంజూరు కోసం వైజాగ్ స్టీల్ యాజమాన్యం వివిధ బ్యాంకులతో

(మిగతా 2లో)

కాపులప్పాడ జిందాల్ పరిసర ప్రాంతాలు పరిశుభ్రంగా ఉంచండి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): కాపులప్పాడ డంపింగ్ యార్డ్, జిందాల్ విద్యుత్ ప్లాంట్ పరిసర ప్రాంతాలు పరిశుభ్రంగా ఉండేటట్లు చూడాలని జివిఎంసి కమిషనర్ పి రాజాబాబు అధికారులను ఆదేశించారు. సోమవారం ఆయన క్షేత్రస్థాయి పర్యటనలో భాగంగా కాపులప్పాడ డంపింగ్ యార్డ్ జిందాల్ విద్యుత్ ప్లాంట్, ముడసర్లోవ, మర్రిపాలెం తదితర ప్రాంతాలలో అధికారులతో కలిసి పర్యటించారు. ఈ సందర్భంగా కమిషనర్ మాట్లాడుతూ జి - 20 సదస్సు కు 40 దేశాల నుంచి 80 మంది ప్రతినిధులు విచ్చేయుచున్నారని అన్నారు. ఇప్పటికే నగర పరిశుభ్రత కార్యక్రమం చేపట్టడం జరిగిందని, ప్రతినిధులు నగరంలో చేపడుతున్న పలు ప్రాజెక్టులు వీక్షిస్తారని అందుకు ఆయా ప్రాంతాలను శుభ్రంగా ఉంచేటందుకు అధికారులను ఆదేశించమన్నారు. జిందాల్ విద్యుత్ ప్లాంట్ వద్ద టాయిలెట్లు పరిశుభ్రంగా ఉండేటట్లు చూడాలని, పారిశుధ్యం పనులు పక్కాగా నిర్వహించాలని ప్లాస్టిక్ ఆ పరిసర ప్రాంతాల్లో ఎక్కడ కనిపించకూడదని, పాడైన మొక్కల స్థానంలో కొత్త మొక్కలు ఏర్పాటు చేయాలని, ప్రతిరోజు మొక్కలకు నీరు పోయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ముడసర్లోవ సోలార్ ప్లాంట్ పరిసరాలు పచ్చదనంగా ఉండేటట్లు చూడాలని, రోడ్డు సెంటర్ డివైడర్ లో బోగన్ విల్లా ప్లాంటేషన్ వేసి వాటిని పరిరక్షించాలన్నారు. అనంతరం మర్రిపాలెం 24x7 తాగునీరు శుద్ధి చేసే విధానం పరిశీలించి త్రాగునీరు ఏ ఏ ప్రాంతాలకి సరఫరా అవుతుంది అధికారులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ ప్రాంతంలో త్రాగునీటి సరఫరా చేసే విధానాన్ని ప్రతినిధులు పరిశీలించే అవకాశం ఉన్నందున అందుకు తగిన ఏర్పాట్లు చేస్తూ ఆ పరిసరాలు పారిశుధ్య నిర్వహణలో ఎటువంటి లోపం లేకుండా పరిశుభ్రంగా ఉంచాలన్నారు. స్తంభాలకు కేబుల్ వైర్లు వేలాడకుండా చూడాలని పట్టణ ప్రణాళిక అధికారులను ఆదేశించారు. చేపట్టిన పనులు బాగా జరుగుతున్నందున సంతృప్తిని కలిగిస్తున్నాయని, పనులు 80 శాతం పూర్తి అయ్యాయని మిగిలిన పనులు మరో ఐదు రోజులలో పూర్తి చేయాలని ఇంజనీరింగ్ అధికారులను ఆదేశించారు.

ఈ పర్యటనలో అదనపు కమిషనర్ డాక్టర్ వి సన్యాసిరావు, జోనల్ కమిషనర్లు కనకమాలక్ష్మి, ఆర్జీవీ కృష్ణ, డి డి హెచ్ దామోదరావు, పర్యవేక్షక ఇంజనీర్లు కృష్ణారావు,శ్యామ్సన్ రాజు, కెవిఎన్ రవి, మోహన్ రావు, కార్యనిర్వాహక ఇంజనీర్లు మత్స్యరాజు, శ్రీనివాసరావు, ఏఎంఓహెచ్లు డాక్టర్ ఎన్ కిషోర్, రాజేష్, ఏసీపి ఐ వీ రమణమూర్తి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

"నాటు నాటు నాటు"

ఈ "స్వర్ణగోళ" పురస్కారం అందుకున్న ఆర్ఆర్ఆర్ చిత్ర గీతం నేడు ప్రపంచమంతా ప్రభంజనంలా అన్ని దిక్కులా వినిపిస్తోంది. ఒక్కసారిగా కోట్లమంది హృదయం కొల్లగొట్టిన పాట - ప్రపంచవేదిక మీద తొలిసారిగా ఆసియాఖండం నుండి, అందునా మన తెలుగు గడ్డ నుండి దూసుకు వచ్చిన పాట - "గోల్డెన్ గ్లోబ్ 2023 - బెస్ట్ ఒరిజినల్ సాంగ్" అవార్డు కైవసం చేసుకున్న "నాటు నాటు నాటు" పాట. "ఆర్ఆర్ఆర్" చిత్రం కోసం కీరవాణి గారి సంగీత సారథ్యంలో గీత రచయిత చంద్రబోస్ రాసిన అచ్చ తెలుగు జానపద నృత్య గీతం"నాటు నాటు నాటు " పాటని ఇష్టపడని తెలుగువాడు ఉండడు.

"ఇది మన పాట, మన తెలుగుదనం ఉన్న పాట, వీక్షకులు అవాక్కయ్యేలా మన అభిమాన హీరోలు స్టెప్పులు వేసిన పాట. కనక మనకి నచ్చింది. మరి పాశ్చాత్య దేశాలలోని నూట అయిదుగురు జ్యూరీ సభ్యులకు ఎందుకు అంతలా నచ్చింది? లేడీ గాగా, టేలర్ స్విఫ్ట్, రెహానా వంటి ప్రపంచ ప్రఖ్యాత గాయనీమణుల పాటలను వెనక్కి నెట్టి, గోల్డెన్ గ్లోబ్ అవార్డును కైవసం చేసుకొనే అంత గొప్పతనం ఆ పాటలో ఏముంది?"

అన్న విషయాలు ఆయన ద్వారానే తెలుసుకోవాలన్న కుతూహలంతో గీతరచయిత చంద్రబోస్ గారిని సంప్రదించినప్పుడు , ఆ పాటలోని సాంద్రత బోధపడేలా ప్రతీవాక్యానికీ అర్థం వివరించి చెప్పారు. ఆయన చెప్పిన అర్థం ఇలా నా వాక్యాల్లో మీ ముందు ఉంచుతున్నాను.

ముందుగా ఆ పాటను ఒక్కసారి ఆసాంతం గమనిద్దాం.

పల్లవి:- పొలంగట్టు దుమ్ములోన, పొట్లగిత్త దూకినట్టు, పోలేరమ్మ జాతరలో, పోతరాజు ఊగినట్టు, కిర్రు సెప్పులేసుకొని, కర్రసాము సేసినట్టు, మర్రిసెట్టు నీడలోన, కుర్రగుంపు కూడినట్టు, ఎర్రజొన్న రొట్టెలోన, మిరపతొక్కు కలిపినట్టు, నా పాట సూడు, నా పాట సూడు, నా పాట సూడు.

నాటు నాటు నాటు నాటు నాటు నాటు వీర నాటు.
నాటు నాటు నాటు నాటు నాటు నాటు ఊర నాటు.
నాటు నాటు నాటు పచ్చి మిరపలాగ పిచ్చ నాటు.
నాటు నాటు నాటు విచ్చు కత్తిలాగ వెర్రి నాటు.

చరణం1: గుండెలదిరిపోయేలా, డండనకర మోగినట్టు, సెవులు సిల్లు పడేలాగ, కీసుపిట్ట కూసినట్టు, ఏలు సిటికలేసేలా యవ్వారం సాగినట్టు, కాలు సిందు తొక్కేలా దుమ్మారం రేగినట్టు, ఒళ్ళు సెమట పట్టేలా వీరంగం సేసినట్టు, నా పాట సూడు, నా పాట సూడు, నా పాట సూడు.

నాటు నాటు నాటు నాటు నాటు నాటు-వీర నాటు
నాటు నాటు నాటు నాటు నాటు నాటు-ఊర నాటు
నాటు నాటు నాటు-గడ్డపారలాగ చెడ్డ నాటు
నాటు నాటు నాటు-ఉక్కపోతలాగ తిక్క నాటు.

చరణం 2: భూమి దద్దరిల్లేలా, ఒంటిలోని రగతమంతా, రంకెలేసి ఎగిరేలా, ఏసేయ్ రో ఎకాఎకీ నాటు నాటు నాటు-వాహ్-ఏస్కో, అరె దుమ్ము దుమ్ము దులిపేలా, లోపలున్న పానమంతా డుముకు డుముకులాడే, దూకెయ్ రో సరాసరి, నాటు నాటు నాటు.

ఈ పాట రాయవలసిన నేపథ్యం గురించి దర్శకులు రాజమౌళి గారు గీతరచయిత చంద్రబోస్ కి చెప్పినప్పుడు 'ఇది నృత్య ప్రధానగీతం, సాహిత్యంలో సబ్జెక్ట్ మాత్రం మీ ఇష్టం' అని పూర్తి స్వేచ్ఛని ఇచ్చారుట.

'నృత్య ప్రధాన గీతం కాబట్టి, చిత్రం ప్రకారం వందేళ్ళ క్రితం నాటి కథ కాబట్టి- ఆనాటి పల్లె ప్రజల నృత్యంలో ఉన్న ఊపు, వేగం, నాటుదనం, తెలుగుదనం గురించి ఈనాటి యువతకు అర్థం అయ్యే రీతిలో అచ్చతెలుగు పదాల అల్లికతో ఒక పాట రాయాలి' అని భావించారు చంద్రబోస్ గారు. ఇలాంటి చక్కని సందర్భం, స్వేచ్ఛా దొరికినప్పుల్లా తెలుగు భాషాభిమానాన్ని చాటుకుంటూనే ఉన్నారు ఆయన. ఈ పాటలో అంతర్లీనంగా ఉన్న ఎన్నో అంశాలలో ఒకటి - కథలో రామ్ ఆంధ్రా నించీ, భీమ్ తెలంగాణ నించీ వస్తారు కనక, ఆయా మాండలికాలు కుడా అక్కడక్కడా స్పృశించారు రచయిత. ఇంకా లోతుగా గమనించే కొద్దీ అంతర్లీనంగా ఎన్నో ప్రత్యేకత అంశాలు ఉన్నాయి ఈ పాటలో. అవన్నీ ఈ వ్యాసంలో ముందుకెళ్ళే కొద్దీ సంపూర్ణంగా తెలుస్తాయి. ఈ నాటు పాట ఇప్పటి మాస్ సాంగ్ అనే పదానికి అప్పటి తెలుగు రూపం. అప్పట్లో నాటు - మోటు - మొరటు వంటి అచ్చతెలుగు పదాలు వాడేవారు పల్లెల్లో.

ఈ నాటు పాటలో నృత్యం ఎలా ఉండబోతోందో పల్లవిలోనే చెప్పారు కవి.

"పొలంగట్టు దుమ్ములోన పొట్లగిత్త దూకినట్టు"
అనడంలో ఒక పల్లె పౌరుషం కనిపిస్తుంది.
" పోలేరమ్మ జాతరలో పోతరాజు ఊగినట్ట"
అనడంలో పల్లె సంప్రదాయ నృత్యంలో ఉన్న భక్తి, చిన్న గగుర్పాటుతో పాటు గొప్ప ఊపు, వేగం, పారవశ్యం... తెలీకుండానే పక్కవాడి చేత కూడా కాలు కదిపించే గుణం కనిపిస్తుంది.
" కిర్రు సెప్పులేసుకొని కర్రసాము సెసినట్టు "
అనడం ఒక కుర్రకారు సాహస విన్యాసాన్ని సూచిస్తుంది.
" మర్రిసెట్టు నీడలోన కుర్రగుంపు కూడినట్టు"
అంటే ఒక సంఘటిత యువశక్తికి సూచకం.
"ఎర్రజొన్న రొట్టెలోన మిరప తొక్కు కలిపినట్టు"
అనడం ఆనాటి మన వ్యవసాయ సంప్రదాయాన్ని, ఆర్థిక స్థితినీ, ఆహారపుటలవాట్లనీ, అదిచ్చే చేవనీ సూచిస్తుంది.

పల్లవిలో ఆ నాటు నాట్య విన్యాసాలను- ఆనాటి మన సామాజిక అంశాలలోని చేవతో పోల్చారు.

మొదటి చరణంలో... ఆ నృత్యం వల్ల ఒంట్లోని ప్రతీ అంగం ఎలా పూనకాలతో పులకరించిపోతోందో చెప్పారు చంద్రబోస్.

" గుండెలదిరిపోయేలా డండనకర మోగినట్టు సెవులు సిల్లు పడేలాగ
కీసుపిట్ట కూసినట్ట
ఏలు సిటికలేసేలా యవ్వారం సాగినట్టు
కాలు సిందు తొక్కేలా దుమ్మారం రేగినట్టు
ఒళ్ళు సెమట పట్టేలా వీరంగం సేసినట్టు"

అనడంలో ఆ పల్లె నాటు నృత్యానికి గుండె అదురు పెరిగి, వేళ్లతో చిటికెలు వేసి, కాలు కదం తొక్కి, ఒళ్ళు చెమట పట్టి ఆపాదమస్తకం పరవశంతో ఊగిపోతుంది అని స్వభావోక్తి అలంకారం స్ఫురించేలా చెప్పారు కవి. ఇక్కడ కీసుపిట్ట గురించి చెప్పుకోవాలి, ఇదేదో పిచ్చుకలాగా కాలగర్భంలో కలిసిపోయిన పిట్ట కాదు, తెలంగాణా మాండలీకంలో కీసుపిట్ట అంటే ఈల వేయడం.ఇది పాతకాలం నాటి పల్లెపదం.

అలాగే రెండో చరణంలోని ఉపమానాలలో కవితాత్మక భావావేశం గోచరిస్తుంది.

"భూమి దద్దరిల్లేలా... ఒంటిలోని రగతమంతా రంకెలేసి ఎగిరేలా, దుమ్ము దుమ్ము దులిపేలా లోపలున్న పానమంతా దుముకుదుముకులాడేలా"

అనడంలో, వేగం హెచ్చిన నాట్యం వల్ల రక్తం అంతా ఎగజిమ్మడాన్ని కూడా రోషంగా, కవితాత్మకంగా..."రగతమంతా రంకెలేసి ఎగరడం" అంటూ పౌరుషాన్నీ, పోటీతత్వాన్ని సూచించేలా గొప్పగా భావవ్యక్తీకరణ చేశారు రచయిత.

"లోపలున్న ప్రాణం అంతా ఆవేశంగా ఉప్పొంగింది" అనే ఉత్ప్రేక్షని తెలంగాణా మాండలీకంలో "లోపలున్న పానమంతా దుముకు దుముకులాడటం" అంటూ కవితాత్మకంగా వ్యక్తపరిచారు చంద్రబోస్ గారు.

.అలాగే, తొక్కు, కీసుపిట్ట, పానం దుముకులాడటం వంటి తెలంగాణ మాండలీకాలనీ, వాటితోపాటే ఆంధ్రా మాండలీకాలనీ కుడా సమానంగా పాటనిండా పోదిగారు రచయిత.

కళారూపం ఏదయినా... అది ప్రజల వాడుక మాటల్లో ఉన్నప్పుడే అది అన్ని వర్గాల వారిని చేరి సంపూర్ణత్వం సంతరించుకొని పదికాలాల పాటు నిలబడుతుంది.

ఇంత భావసాంద్రత ఉన్న ఈ పాటను "గోల్డెన్ గ్లోబ్" జ్యూరీలోని సభ్యులయిన దర్శకులు, రచయితలు, విమర్శకులు, సామాన్య శ్రోతలు, విభిన్న విభాగాలకు చెందిన నూటయిదుగురు జడ్జీలు, ఆంగ్లంలోకి అనువదించుకొని, ప్రతీ మాటను క్షుణ్ణంగా అవగతం చేసుకొని, అందులో అభ్యంతరకరమైన అంశాలు కానీ, ఎవరి మనోభావాలు దెబ్బతినే అంశాలు కానీ లేవని ఒకటికి వందసార్లు గమనించుకొని, భావవ్యక్తీకరణ శైలిని కుడా గమనించి ఒక నిర్ణయానికి వచ్చారు, శ్రోతల ఉత్సాహం ద్విగుణీకృతం చేసే గొప్ప సంగీతం అందించిన కీరవాణి గారి బాణీ కుడా, నూటైదుగురు జ్యూరీ సభ్యులకు వంక పెట్టడానికి లేనివిధంగా నచ్చి ఈ గోల్డెన్ గ్లోబ్ 2023 అవార్డుని సగర్వంగా ప్రకటించారు.

ఈ పోటీలో ప్రపంచ ప్రఖ్యాత గాయనీమణులు, లేడీ గాగా, టేలర్ స్విఫ్ట్, రెహానా వంటి వారిని దాటుకొని ఒక తెలుగువాడి పాట గెలిచింది. ఆసియా ఖండం నించి తొలిసారిగా, నిజానికి భారతదేశం నుండి కుడా తొట్టతొలిసారిగా ఒక సంగీత దర్శకుడు, గీత రచయిత ఈ గోల్డెన్ గ్లోబ్ అవార్డు దక్కించుకోవడం, తెలుగు పాట ఘనతను లోకానికి సగర్వంగా చాటిచెప్పడం అనేది చారిత్రకం. ఆ సంగీత దర్శకుడు - గీత రచయిత మన తెలుగువారైన కీరవాణి గారు చంద్రబోస్ గారు అవడం ప్రతీ తెలుగోడి గుండెకీ ఆనందదాయకం.

"చరిత్రలో నీకో కొన్ని పెజీలుండాలి"

అని తన కలంతో చెప్పి ఆగక, దాన్ని నిజం చేసి చూపించారు చంద్రబోస్ గారు.

ఈ సందర్భంగా, గోల్డెన్ గ్లోబ్ అవార్డు గ్రహీత శ్రీ కీరవాణి గారికీ, శ్రీ చంద్రబోస్ గారికి ప్రతీ తెలుగు ప్రేక్షకుడి తరపున శతాధిక శుభాకాంక్షలు. త్వరలో మీరు ఆస్కార్ అవార్డు కుడా గెలుచుకొని మరోసారి చరిత్ర సృష్టిస్తారని నమ్ముతున్నాము.

జైహింద్.

మాధురి ఇంగువ
రచయిత్రి(యుఎస్ఎ)
Courtesy:Film Music Brethren
రచయిత్రి మాదూరి
నాటు నాటు పాట లోని
పదాలను, భావాలను,
రచయిత వ్రాసిన పద్ధతిని
చాలా బాగా అందరికి అర్థమయ్యేలా చెప్పారు.
ఇది చదివిన తర్వాత ఎవరికైనా అనిపిస్తుంది
ఎందుకు ఆస్కార్ ఇచ్చారో
ఈ పాటకి, రచయితకు,
సంగీత దర్శకునికి.

Great award for great song.

(మొదటి పేజీ తరువాయిలు)

ఆర్ఆర్ఆర్‌కు ఆస్కార్

బ్లాక్ పాంథర్ - వకాండా ఫొరెవర్
బెస్ట్ యానిమేటెడ్ షార్ట్ ఫిల్మ్ - ది బోయ్, ది మోల్, ది ఫాక్స్ అండ్ ది హార్స్
బెస్ట్ అడాప్టెడ్ స్క్రీన్ ప్లే - షెరా హెల్లే
బెస్ట్ యాక్టర్ - బ్రెండన్ ఫ్రాజర్ (ది వేల్)
బెస్ట్ యాక్ట్రెస్ - మిచెల్లె యోహో
బెస్ట్ పిక్చర్, బెస్ట్ డైరెక్షన్, బెస్ట్ ఎడిటింగ్ - ఎవ్రీ థింగ్ ఎవ్రీ వేర్ ఆల్ ఎట్ వన్స్
బెస్ట్ సౌండ్ డిజైన్ - టాప్ గన్‌ల

పూర్తి సామర్థ్యం దిశగా విశాఖ ఉక్కు

సంప్రదింపులు జరుగుతోంది.

5). వైజాగ్ స్టీల్ ప్లాంట్ ఎదుర్కొంటున్న పలు ఇతర ఇబ్బందులను అధిగమించేందుకు ఇంకా ఎలాంటి చర్యలు చేపట్టాలన్న అంశంపై చర్చలు, సంప్రదింపులు జరుపుతున్నట్లు మంత్రి పేర్కొన్నారు.

పండించిన పంటను మద్దతు ధరకు కొనుగోలు చేసేందుకు కార్యాచరణ ప్రణాళికలు సిద్ధం చేయాలి

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): రబీ (2022-23) సీజన్కు సంబంధించి జిల్లాలో రైతులు పండించిన పంటను పూర్తిస్థాయిలో మద్దతు ధరకు కొనుగోలు చేసేందుకు అవసరమైన కార్యాచరణ ప్రణాళికను సిద్ధం చేయాలని జిల్లా జాయింట్ కలెక్టరు ఎస్.ఇలక్కియ అధికారులను ఆదేశించారు. సోమవారం సాయంత్రం కాకినాడ కలెక్టరేట్ లో రబీ సీజన్ కు సంబంధించి ధాన్యం సేకరణ సన్నద్ధతపై జిల్లా ధాన్యం సేకరణ కమిటీ సమావేశాన్ని జేసీ ఎస్.ఇలక్కియ...బెర సరఫరాల సంస్థ, వ్యవసాయ, లీగల్ మెట్రాలజీ, మార్కెటింగ్, సహకార, మార్కెటింగ్, ఎఫ్సీఐ, ట్రాన్స్పోర్ట్ తదితర శాఖల అధికారులు, మిల్లర్లతో నిర్వహించారు. రైతుల రిజిస్ట్రేషన్, రైతు భరోసా కేంద్రాలకు సైస్ మిల్లులు, వే బ్రిడ్జిలు ఆనుసంధానం, టెక్నికల్ సిబ్బంది, కొనుగోలు చేసిన ధాన్యాన్ని సైస్ మిల్లులకు తరలింపునకు అవసరమైన వాహనాలు, హమాలీలు, గోనె సంచులు, బ్యాంకు గ్యారంటీలు తదితర అంశాలపై జేసీ అధికారులతో చర్చించారు. ఈ సందర్భంగా జేసీ ఇలక్కియ మాట్లాడుతూ రైతుల నుంచి కనిస మద్దతు ధరకు పూర్తిస్థాయిలో ధాన్యాన్ని సేకరించే లక్ష్యంతో అధికారులు పనిచేయాలన్నారు. కనిస మద్దతు ధరపై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం త్వరలోనే మార్గదర్శకాలు విడుదల చేయనుందన్నారు. ఈ నేపథ్యంలో జిల్లాలో రబీ సీజన్ కు సంబంధించి త్వరలో ప్రారంభం కానున్న ధాన్యం సేకరణలో రైతులకు కనిస మద్దతు ధర అందించడంతో పాటు మధ్యవర్తులు, దళారుల ప్రమేయం లేకుండా గ్రామ స్థాయిలో ఉన్న రైతు భరోసా కేంద్రాల ద్వారా ధాన్యం సేకరణ ప్రక్రియను విజయవంతం చేసే విధంగా అధికారులు కృషి చేయాలన్నారు. ఇందుకుగాను సమన్వయ శాఖల అధికారులు క్షేత్రస్థాయి సిబ్బందితో సమన్వయం చేసుకొని పనిచేయాలని సూచించారు. ముఖ్యంగా ధాన్యం సేకరణకు సంబంధించి అవసరమైన తేమశాతం పరీక్షించే యంత్రాలు వంటి వాటిని సిద్ధం చేయాలని జేసీ అధికారులకు సూచించారు. జిల్లాలో ఆర్బికేల పరిధిలో ధాన్యం సేకరణ ప్రక్రియ జరుగుతుందని జేసీ ఇలక్కియ తెలిపారు.

సమావేశంలో పౌర సరఫరాల సంస్థ జిల్లా మేనేజర్ డి.పుష్పమణి, జిల్లా వ్యవసాయ అధికారి ఎన్.విజయ్ కుమార్, జిల్లా పౌరసరఫరాల అధికారి జి. చాముండేశ్వరి, లీగల్ మెట్రాలజీ డిప్యూటీ కంట్రోలర్ బి.మనోహర్, మార్కెటింగ్ ఏడీ కెఆర్ఆర్. నాగేశ్వరరావు, మార్కెటింగ్ జిల్లా మేనేజర్ ఐ.మంజు, డీసీవో దిశె. దుర్గాప్రసాద్, ఆర్టీవో పీవీ. సాయిప్రసాద్, కాకినాడ, పెద్దాపురం ఆర్డీవోలు బీవీ.రమణ, జే సీతారామరావు, ఎఫ్సీఐ మేనేజర్, ఇతర అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కవయిత్రి కుమ్మరి ముల్లమాంబా 584వ జయంతి అధికారంగా జరుపు కునేందుకు జీవో జారిపై హర్షం

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): శాలివాహన సంఘం అధ్యక్షుడు కుమ్మరి శాలివాహన కులానికి చెందిన కవయిత్రి కుమ్మరి ముల్లమాంబా 584వ జయంతిని రాష్ట్రప్రభుత్వం అధికారంగా జరుపు కునేందుకు ప్రభుత్వం జీవో జారీ చేయడం నియోజకవర్గం మైనార్టీ బీసీ సంఘం నాయకులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు. నియోజకవర్గం కుమ్మరి శాలివాహన సంఘం అధ్యక్షుడు దాలిపర్తి ఫీమేశ్వరరావు అధ్యక్షతన వ్రాక్రామ మసీద్ సెంటరు లో జరిగిన కార్యక్రమంలో ముల్లమాంబా మైనార్టీ బీసీ కులంలో పుట్టి వాల్మీకి సంస్కృతం రామాయణాన్ని కేవలం ఐదు రోజుల్లోన్నే సామాన్య ప్రజలకు అర్థమయ్యే రీతిలో రచించి పురుషాధిపత్యంలో పురుషులు మాత్రమే రచనలు చేస్తున్న కాలంలో కూడా సామాజికంగా ఎన్నో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొని మన తెలుగు వారికి చక్కటి పదాల అల్లికతో రామాయణాన్ని అందించిన మన తొలి తెలుగు మహిళా కవయిత్రి ముల్లమాంబా జయంతిని రాష్ట్ర పండుగగా జరుపుకోవడం మన అదృష్టం అని తెలిపారు ఈ కార్యక్రమంలో మాగాపు శ్రీనివాస్, మానేపల్లి అచ్చా రావు, ఏడిద వీరబాబు, కోటిపల్లి సత్యనారాయణ, దాలిపర్తి కిరణ్, దాలిపర్తి పాపారావు, దాలిపర్తి వెంకటేశ్వరరావు, బిళ్లకుర్తి స్వామి, యాట్ల నాగేశ్వరావు, కానిల భద్రరావు, కణితి రాంబాబు, పి. విజయ్ కుమార్, జి. గంగాధర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల పరిశీలకులుగా ఇచ్ఛాపురం వెళ్లనే రాష్ట్ర టీడ్కో చైర్మన్ జమ్మాన

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఏ.పి.టిడ్కో చైర్మన్ ఇచ్ఛాపురం నియోజక వర్గ పరిశీలకులు జమ్మాన ప్రసన్న కుమార్ పర్యటనలో భాగముగా ఉదయం పార్వతీపురం జూనియర్ కాలేజీలో ఓటు హక్కు వినియోగించుకొని అనంతరం ఇచ్ఛాపురం నియోజకవర్గం పరిశీలకులుగా రెండవ పూట ఇచ్ఛాపురంలో కూడా పలు పోలింగ్ స్టేషన్లలో జరుగుతున్నట్టువంటి పోలింగ్ సరళని నియోజకవర్గ ఇంచార్జి పెరియ సాయిరాజు తో కలిసి అక్కడి బూత్ స్థాయి ఇన్చార్జిస్ పి.ఓ.సి లతో కలిసి పరిశీలించడం జరిగింది.ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకముగా నిర్వహించిన శాసనమండలి ఎన్నికలలో భాగంగా ముఖ్యమంత్రి వై.ఎస్.జగన్ మోహన్ రెడ్డి ఆధ్వర్యములో అమలు చేయబడిన అనేక సంక్షేమ పథకాలు సామాజిక అభివృద్ధి మరియు ప్రభుత్వము నుండి అందిస్తున్నటువంటి తోడ్పాటు అదేవిధంగా పార్టీ పిలుపు మేరకు సేతం రాజు సుధాకర్ అభ్యర్థిత్వాన్ని మరియు గెలుపు లక్ష్యంగా కృషిచేసిన అందరికీ ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలియజేయడం జరిగింది.

ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా పరిషత్ ఛైర్పర్సన్ విజయలక్ష్మి ,ఇచ్ఛాపురం మునిసిపల్ ఛైర్పర్సన్ రాజ్యలక్ష్మి నియోజక వర్గ వై.ఎస్.ఆర్.పార్టీ బూత్ స్థాయి ఇంచార్జీస్, కార్యకర్తలు పెద్ద ఎత్తున గ్రాడ్యుయేట్ ఓటర్లు పాల్గొన్నారు.

నేడే నులిపురుగులు నివారణ దినోత్సవం

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): మన్యం జిల్లా లో పాలకొండ నియోజక వర్గ పరిధిలో ఉన్న మండలాల్లో మంగళవారం నులి పురుగుల నివారణ కార్యక్రమం (డీ వార్మింగ్ డే) నిర్వహిస్తున్నట్లు జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖాధికారి డాక్టర్ బి. జగన్నాథరావు తెలిపారు. ఈ మేరకు ఆయన పాలకొండ, పాశాలలో కార్యక్రమ ఏర్పాట్లను పరిశీలించి ఆల్బెండజోల్ మాత్రలను అందజేశారు.ఈ సందర్భంగా డి ఎమ్ హెచ్ ఒ మాట్లాడుతూ బామిని , సీతంపేట , పాలకొండ , పీరఘట్టం మండలాల్లో 1 నుండి 19 సం. వయస్సు గల మొత్తం 51776 పిల్లలు , విద్యార్థులు లక్ష్యంగా ఆల్బెండజోల్ మాత్రలు వేయనున్నట్లు ఆయన తెలిపారు. ఇందులో482 అంగన్వాడీ కేంద్రాల్లో 12400 మంది పిల్లలు, 364 ప్రభుత్వ పాశాలలు, కళాశాలల్లో 30202 మంది విద్యార్థులు , 27 ప్రైవేట్ పాశాలలు, కళాశాలల్లో 9206 మంది విద్యార్థులు ఉన్నారన్నారు.ఒకటి నుండి రెండు సంవత్సరాల పిల్లలకు సగం ఆల్బెండజోల్ మాత్ర (200 మి. గ్రా) పొడి చేసి నీరు కలిపి ఇవ్వాలని , 2 నుండి 19 సం. పిల్లలకు ఒక ఆల్బెండజోల్ మాత్ర(400 మి.గ్రా) చప్పరించి , నమిలి నీటితో మింగాలని ఆదేవిధంగా గర్భిణీ స్త్రీలకు 5 నెలలు నిండిన తర్వాత మాత్రమే ఒక ఆల్బెండజోల్ మాత్ర ఇవ్వాలని అన్నారు. ఇందుకు సంబంధించి వైద్య సిబ్బంది , అంగన్వాడీ సిబ్బంది కి తగు సూచనలు , శిక్షణ ను ఇవ్వడం జరిగిందన్నారు. డీ వార్మింగ్ కార్యక్రమం ప్రారంభానికి కు ముందుగా పిల్లలు , విద్యార్థులకు చేతుల పరిశుభ్రత పై అవగాహన కల్పించి ,ఆల్బెండజోల్ మాత్రల ఆవశ్యకతను వివరించాలని ఆయన అన్నారు. చేతులు అపరిశుభ్రంగా ఉండటం ,పరిశుభ్రంగా లేని ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల కడుపులో నులి పురుగులు చేరే అవకాశం ఉంటుందని ముఖ్యంగా పిల్లల్లో రక్తహీనతకు , ఉదర సంబంధ సమస్యలకు, పౌష్టికాహారం లోప అనారోగ్య సమస్యలకు కారణం అపరితాయని తద్వారా పిల్లలు శారీరక ఎదుగుదల సరిగా ఉండదని పీటి నివారణకు ప్రతి సంవత్సరం డీ వార్మింగ్ కార్యక్రమం ద్వారా ఆల్బెండజోల్ మాత్రలను ప్రుంగించడం జరుగుతుందన్నారు.ఈ కార్యక్రమ పర్యవేక్షణకు పాలకొండ మండలానికి ఆర్ బి ఎస్ కె కో ఆర్డినేటర్ డి. భాస్కర రావు , భామిని మండలానికి డిప్యూటీ డి ఎమ్ హెచ్ ఒ విజయపార్వతి , వీరఘట్టం మండలానికి డిఐఒ టి. జగన్మోహనరావు , సీతంపేట మండలానికి డి ఎల్ ఎ టి ఒ శ్యామ్ కుమార్ లను నియమించడం జరిగిందన్నారు.ఇప్పటికే వైద్య శాఖ పంచాయతీ రాజ్ శాఖ , విద్యా శాఖ , ఐ సి డి ఎస్ శాఖ ల అధికారుల తో సమన్వయం చేయడం జరిగిందని అందరి సహకారంతో ఈ కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేయాలని డాక్టర్ బి. జగన్నాథరావు అన్నారు.

సిక్కోలులో ఆస్కార్ విజయోత్సవ సంబరాలు

శ్రీకాకుళం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆర్ఆర్ఆర్ చిత్రంలోని నాటు నాటు పాటకి ఆస్కార్ దక్కడంతో శ్రీకాకుళంలో మెగా పవర్ స్టార్ రామచరణ్ అభిమానులు,మెగా ఫ్యామిలీ అభిమానులు విజయోత్సవ సంబరాలు సోమవారం నిర్వహించారు. శ్రీకాకుళం జిల్లా రామ్ చరణ్ యువత ,జిల్లా మెగా ఫ్యామిలీ అభిమానుల ఆధ్వర్యంలో ఈ వేడుకలు జరిపారు. ఈ విజయోత్సవ సంబరాలలో అఖిలభారత చిరంజీవి యువత వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ శ్రీక్వాండో శ్రీను ముఖ్యఅతిధిగా పాల్గొన్నారు. శ్రీకాకుళంలోని సూర్యమహల్ జంక్షన్ వద్ద నిర్వహించిన ఈ సంబరాలు అంబరాన్ని తాకేలా జరిగాయి. తీన్ మార్ డప్పులతో పాటు బాజా సంచా పేలుళ్లతో సందడి చేసారు. మెగా పవర్ స్టార్ రామ్ చరణ్ చిత్ర పటం వద్ద పాలాభిషేకం నిర్వహించారు. కేక్ కట్ చేసి రామ్ చరణ్ అభిమానులు,మెగా ఫ్యామిలీ అభిమానులు కలిసి పంచుకుని సెలబ్రేషన్స్ చేసుకున్నారు. జై రామ్ చరణ్ ,జైజై రామ్ చరణ్ నినాదాలు అక్కడ హోరెత్తాయి. ఆస్కార్ విన్నర్ రామ్ చరణ్అంటూ అభిమానులు నినాదాలు చేస్తూ సంబరాలు జరుపుకున్నారు. నాటు నాటు పాట చరిత్ర సృష్టించడంతో పాటు తెలుగువారి సత్తాను దశదిశలా చాటడం అందులో రామ్ చరణ్ కీలక పాత్ర పోషించడంతో మెగా ఫ్యామిలీ అభిమానులు,రామ్ చరణ్ అభిమానులు పండుగ చేసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా అఖిల భారత చిరంజీవి యువత వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ శ్రీక్వాండో శ్రీను మాట్లాడుతూ ఆర్ ఆర్ ఆర్ లోని నాటు నాటు పాటకి ఆస్కార్ వరించడంతో తెలుగువారందరికి గర్వకారణమన్నారు. లాస్ ఏంజిల్స్ వేదికగా జరిగిన 95వ ఆస్కార్ అవార్డుల ప్రదానోత్సవంలో బెస్ట్ ఒరిజినల్ సాంగ్ కేటగిరిలో నాటు నాటు పాటకి అవార్డు రావడం నిజంగా తెలుగువారందరూ పండుగ చేసుకుంటున్నారన్నారు. ఎన్.ఎన్.రాజమౌళి దర్శకత్వంలో మెగా పవర్ స్టార్ రామ్ చరణ్ ,యంగ్‌టైగర్ ఎన్ టీఆర్ లు కలిసి నటించిన ఆర్ ఆర్ ఆర్ చిత్రం బాక్స్ ఆఫీసు రికార్డులను బద్దలుకొట్టి రూ 1000 కోట్లకి పైగా వసూళ్ళు రాబట్టిందన్నారు. ఇప్పటికే ఎన్నో అవార్డులను సొంతం చేసుకున్న ఆర్ఆర్ఆర్ ఆస్కార్ వేదికపై కూడా మెరిసి సరికొత్త రికార్డు సృష్టించిందని అన్నారు. అఖిల భారత చిరంజీవి యువత వ్యవస్థాపక అధ్యక్షుడు రణం స్వామి నాయుడు పిలుపు మేరకు మెగా అభిమానులు,రామ్ చరణ్ యువత కలిసి శ్రీకాకుళంలో విజయోత్సవ సంబరాలు నిర్వహించడం జరిగిందన్నారు. భవిష్యత్ లో కూడా రామ్ చరణ్ మరిన్ని మంచి సినిమాలలో నటించి తెలుగువాది సత్తాను ప్రపంచ స్థాయిలో చాటుతారన్న నమ్మకం మెగా ఫ్యామిలీ అభిమానులందరిలో ఉందని శ్రీక్వాండో శ్రీను అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో అఖిల భారత చిరంజీవి యువత ఉత్తరాంధ్ర కార్యదర్శి వైశ్యరాజు మోహన్ , జిల్లా రామ్ చరణ్ యువత శ్రీక్వాండో గౌతమ్ , హరీష్ ,గోవింద్ సాయి మోహన్ , హేమంత్ లతో పాటు అల్లు అర్జున్ యువత అధ్యక్షులు నవీన్ ,భాను,తాలాద శేఖర్ ,పవన్ కళ్యాణ్ అభిమాన సంఘ ప్రతినిధులు కిరణ్ శ్రీను,కిరణ్ , మోహన్ ,పెయ్యిల చంటి, సాయిదరమ్ తేజ్ అభిమాన సంఘం అధ్యక్షుడు జోగిపాటి వంశి,వరుణ్ తేజ్ అభిమాన సంఘం అధ్యక్షుడు శిర రాజు,మురళీ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మంగళవారం 14-03-2023
శుభకృత్ నామ సంవత్సరము
ఉత్తరాయణం శిశిర రుతువు
ఫాల్గుణ మాసం

తిథి : బ. సప్తమి సా. 05.09
నక్షత్రం : జ్యేష్ఠ తె. 04.38
వర్జ్యం : ఉ. 11.00 ల 12.37

సమస్యలతో సతమతమవడం కంటే సాధకుల సహాయం కోరుట మేలు.

బ్రహ్మశ్రీ హనుమద్ధాన్ స్వామీజీ గారు ప్రస్తుతం చెన్నైలో ఉన్నారు.

సెల్ : 9440537607

విద్యనేర్పిన గురువులే అమ్ముడుపోతే ఎలా?: రఘురామకృష్ణరాజు

ఏపీలో జరిగిన ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో వైసీపీ ఓంగ ఓట్లు వేయించిందని ఆ పార్టీ రెబెల్ ఎంపీ రఘురామకృష్ణరాజు ఆరోపించారు. చదువు రాని వారికి కూడా ఓట్లు వేయిస్తున్నారని అన్నారు. మా వాళ్లు దొచుకున్నారని... అందుకే ఓటుకు రూ. 5 వేలు ఇస్తున్నారని చెప్పారు. విశాఖలో ఒక మహిళా మంత్రి ఆధ్వర్యంలో ఓటుకు రూ. 5 వేలు ఇచ్చారని అన్నారు.

విద్య నేర్పే గురువులు కూడా అమ్ముడుపోవడం దురదృష్టకరమని చెప్పారు. తమ ప్రభుత్వం సక్రమంగా జీతాలు కూడా ఇవ్వడం లేదని... అలాంటప్పుడు తమ పార్టీ అభ్యర్థిని గెలిపించుకుంటే ఎలాగని ప్రశ్నించారు. వైఎస్ వివేకా హత్య కేసులో అవినాశ్ రెడ్డిని అరెస్ట్ చేస్తామని సీబీఐ కోర్టుకు తెలిపిందని... ఒకవేళ అవినాశ్ రెడ్డి, ఆయన తండ్రి భాస్కర్ రెడ్డిని సీబీఐ అరెస్ట్ చేస్తే... ఈ కేసులో ఇంకా ఎవరు మిగిలారనేది చూడాలని చెప్పారు.

ఆరిలోవ ప్రాంతంలో ప్రశాంతంగా ముగిసిన ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలు

ఆరిలోవ, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆరిలోవ ప్రాంతంలో ఎమ్మెల్సీ పట్టభద్రుల ఎన్నికలు ప్రశాంతంగా ముగిసాయి. పదో వార్డ్ లో పరిధిలోగల తోట గురువు హైస్కూల్లో ఎన్నికల నిర్వహించారు. ఓటర్లను ఆకట్టుకునేందుకు టిడిపి,వైసిపి, బిజెపి, సిపిఐం తదితర నాయకులు ఓటు వేసేందుకు వెళ్తున్న వారిని ఆపి అభ్యర్థి పేరు చెప్పి ఓటు వేయాలని అభ్యర్థించారు. తోట గురువు ఆరిలోవ ప్రాంతాలకు వెళ్లే దారులను పెదగదిలి జంక్షన్ లో బాక్సెట్స్ పెట్టి జన్ములకు దారిని మళ్ళించారు. ఎటువంటి సంఘటనలు జరగకుండా ఆరిలోవ శాంతిభద్రతల సీఐ, ఎస్సైలు, ట్రాఫిక్ నియంత్రణ సీఐ ఎస్సలు, రెవెన్యూ సిబ్బంది విధులను నిర్వహించారు. ఆ ప్రాంతమంతా నాయకులు ఓటర్లు తో హడావుడిగా కనిపించాయి.

జిల్లాలో 73.54 శాతం పోలింగ్.

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లాలో పట్టభద్రుల శానన మండలి సభ్యుల ఎన్నికలు సోమవారం ప్రశాంతంగా ముగిశాయి. ఎన్నికల నిర్వహణకు జిల్లా యంత్రాంగం పకట్బందీ చర్యలు చేపట్టింది. జిల్లా కలెక్టర్ నిశాంత్ కుమార్ నేతృత్వంలో జాయింట్ కలెక్టర్ ఓ.ఆనంద్, ఐటిడిఎ ప్రాజెక్టు అధికారి సి.విష్ణు చరణ్, జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి జె. వెంకట రావు, సబ్ కలెక్టర్ నూరుల్ కమర్, రెవెన్యూ డివిజనల్ అధికారి కె.హేమలత విస్తృతంగా పర్యవేక్షణ చేశారు. జిల్లా కలెక్టర్ సోమ వారం ఉదయం నుంచి జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన కంట్రోల్ రూం నుండి జిల్లా వ్యాప్తంగా ఉన్న పోలింగ్ కేంద్రాలను పరిశీలించారు. ఎప్పటికప్పుడు తగు సూచనలు సలహాలు ఇచ్చారు. సెక్టార్ అధికారులు తమ పరిధిలో విస్తృతంగా పర్యటించారు. మొదటి రెండు గంటల సమయం - ఉదయం 10 గంటల నాటికి 9.94 శాతం, 12 గంటల నాటికి 23.67 శాతం, మధ్యాహ్నం ఒంటి గంట నాటికి 34.85 శాతం, 2 గంటల నాటికి 43.85 శాతం, 3 గంటల నాటికి 53.21 శాతం పోలింగ్ జరిగింది. చివరిగా 73.54 శాతం పోలింగ్ జరిగింది. 12,516 మంది పురుష ఓటర్లు, 6,002 మంది మహిళా ఓటర్లు వెరసి 18,520 మంది ఓటర్లకుగాను 13,619 మంది ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. ఇందులో 9,002 మంది పురుషులు, 4,617 మంది మహిళలు ఉన్నారు. మధ్యాహ్నం 3 గంటల తరువాత ఓటర్లు ఎక్కువగా తమ ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. జిల్లాలో 18,520 మంది ఓటర్లకు 24 పోలింగ్ కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేశారు. జిల్లా యంత్రాంగం పటిష్ట బందోబస్తు ఏర్పాటు చేసింది. వివిధ వర్గాల పట్టభద్రులు తమ ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. పోలింగ్ కేంద్రాలలో వెబ్ కాస్టింగ్, వీడియోగ్రఫీ ఏర్పాటు చేశారు. ఎటువంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు జరగకుండా అన్ని చర్యలు తీసుకున్నారు.

విశాఖ సమాచారమ్

మంగళవారం 14-03-2023

ఆదివారం సెలవువద్దు

ఆదివారం పవిత్ర దినం, ఇకనైనా మేల్కొందాం! ఆదివారం నాడు ఏం చేయకూడదో చెప్పిన శాస్త్రాల లోని ఓక శ్లోకం..

అమిషం మధుపానం చ యః కరోతి రవేర్దినే ।
సప్తజన్మ భవేద్రోగీ జన్మ జన్మ దరిద్రతా ॥
స్త్రీ తైల మధుమాంసాని యే త్యజంతి రవేర్దినే ।
న వ్యాధి శోక దారిద్ర్యం సూర్యలోకం స గచ్ఛతి॥

తాత్పర్యం:

మాంసం తినడం..! మద్యం తాగడం..!
స్త్రీతో సాంగత్యం..! క్షవరం చేసుకోవటం..!
తలకు నూనె పెట్టుకోవడం..!

ఇలాంటివి ఆదివారం నాడు నిషేధించారు, కానీ ఈ పనులన్నీ మనం ఆదివారమే చేస్తున్నాం..! ఈ కర్మలు చేసినవాడు జన్మ జన్మలకు దరిద్రుడు అవుతాడు అని నొక్కి చెప్పారు మన పెద్దలు దరిద్ర్యం అంటే డబ్బు లేకపోవడం ఒక్కటే కాదు..

కుటుంబ సౌఖ్యం లేకపోవటం...
ఆనారోగ్యం కూడా..!

ఆదివారం సూర్యుడు జన్మించిన రోజు ఇలాంటి పవిత్రమైన రోజు తాగుబోతులకి, తిండిపోతులకి ఇష్టమైన రోజు అయింది..!

మన సనాతన ధర్మంలో పురాణ ఇతిహాసాల్లో ఏ రోజుకి ఇవ్వని ప్రాధాన్యత ఆదివారానికి ఇచ్చారు..!!

ఎందుకంటే.. అనాదిగా మన వాళ్ళందరూ సూర్యోపాసకులు.. సూర్యుణ్ణి ఆరాధించే సంస్కృతి మన భారతీయ హైందవ సంస్కృతి..! సూర్యుడు మనకు కనిపించే ప్రత్యక్షదైవం..!

అందుకే మనకొచ్చే ముఖ్యమైన పండుగలన్నీ కూడా సౌరమానం అంటే సూర్యుని ఆధారం గానే వస్తాయి..!!

ప్రాతః కాలంలో నిద్రలేచి సూర్య నమస్కారాలు, సంధ్యా వందనాలు లాంటి సనాతన సాంప్రదాయ కర్మలు సూర్యుణ్ణి ఆరాధించే పద్ధతిలో ముఖ్యమైనవి..!!

ఇలాంటి ఆదివారం మనకి చాలా పవిత్రమైన రోజు..

అలాంటి ఆదివారాన్ని వీకెండ్ పేరుతో ఆదివారం సెలవు అనే పేరుతో అపవిత్రం పాలు చేశారు..!! చేస్తున్నాము..!!

మనది భిన్నత్వంలో ఏకత్వం అనే సంస్కృతి అందరికీ తెలుసు ...ఎన్ని ఆచారాలు, సంస్కృతులు భిన్నంగా ఉన్న మన అందరిది హిందూ ధర్మమే అనే ఏకత్వాన్ని తెలిపేది మన హైందవ సంస్కృతి...!

అది చూసి తట్టుకోలేక బ్రిటీషు వాడు (Thomas Babington Macaulay, ఈ నీచుడు గురించి ఎంత చెప్పినా తక్కువే)

ప్రయోగించిన బ్రహ్మాస్త్రమే ఆదివారం సెలవు..

మన హిందువులే మన సంస్కృతిని నాశనం చేసేలా చేశారు..!!

ఆదివారం నాడు మన హిందూ దేవాలయాలు వెలవెల బోతాయి.!!

పూర్వకాలంలోవృత్తి పనులు చేసుకునే వారు అమావాస్యను సెలవు దినంగా పాటించేవారు.! ఇప్పటికీ కొన్ని దుకాణాల వారు అమావాస్య నాడు తెరవరు.!

మన హిందువులు ఆదివారాన్ని పరమ పవిత్రంగా భావించే వారు.. ఆరోజు జీవహింస చేసి మాంసాన్ని తినేవారు కాదు.. మద్యాన్ని తాగేవారు కాదు..!!

కానీ ఇప్పుడు సీన్ అంతా రివర్స్ అయ్యింది!!

ఆదివారమొస్తే సెలవు దినం కదా అని మద్యాహ్నం 12 గంటల దాకా పడుకునే వారున్నారు.!

ఇప్పటికైనా కళ్ళు తెరవండి.! విదేశి సంస్కృతిని విడనాడండి.! .స్వదేశి సాంప్రదాయాలను పాటించండి..!

యోగ చేయండి.! ప్రాణాయామం చేయండి.!
సూర్యనమస్కారాలు చేయండి.!
సూర్యోపాసన చేయండి.! ఆయురారోగ్య ఐశ్వర్యాలను పొందండి.!

ఒకేసారి అన్నీ మార్పులు సాధ్యపడకపోవచ్చు కానీ క్రమ క్రమముగా ఒక్కొక్కటి మార్చుకుంటూ పోతే కొన్ని సంవత్సరాలకు అన్నీ సాధ్యం కావచ్చు.

బెస్ట్ ఫ్రెండ్స్ ఛారిటబుల్ ట్రస్ట్ ఆధ్వర్యంలో రక్తదాన శిబిరం నిర్వహణ

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): బెస్ట్ ఫ్రెండ్స్ ఛారిటబుల్ ట్రస్ట్ ఆధ్వర్యంలో రోటరీ బ్లడ్ సెంటర్ వారి సహకారం తో రక్తదాన శిబిరం మరియు ఆరోగ్య పరీక్షల శిబిరం కృష్ణంరాజుపేట లో నిర్వహించారు. విశాఖ జిల్లాలో నగర శివారు ప్రాంతాల నుండి మెరుగైన వైద్యం నిమిత్తం నగరం లోనికి వెళ్ళడానికి రోగులు, వ్యాధిగ్రస్తులు, అనేక ఇబ్బందులు పడుతున్న నేపథ్యంలో స్వచ్ఛంద సంస్థలు, ట్రస్టులు వివిధ ఆసుపత్రుల సహకారంతో నిర్వహించబడుతున్న మెడికల్ క్యాంపులు, రక్తదాన శిబిరాలు ఎంతగానో ఉపయోగ పడతాయని బెస్ట్ ఫ్రెండ్స్ ఛారిటబుల్ ట్రస్ట్ వైర్మన్ పళ్ళ సూరిబాబు తెలిపారు. బెస్ట్ ఫ్రెండ్స్ ఛారిటబుల్ ట్రస్ట్ ఆధ్వర్యములో కృష్ణంరాజుపేట గ్రామం నందు ప్రజ్వల డెంటల్ సెంటర్, మెడికేవర్ ఆసుపత్రి , విజన్ ఐ కేర్ అనుబంధ సంస్థ పుష్పగిరి కంటి ఆసుపత్రి సిబ్బంది సహకారంతో ట్రస్ట్ ప్రతినిధులు మెగా మెడికల్ క్యాంపు నిర్వహించి లాబ్స్ వారిచే వివిధ రకాల వ్యాధి నిర్ధారణ పరీక్షలు నిర్వహించారు. ఈ శిబిరంలో సుమారు 200 మంది కి పైగా పాల్గొని కంటి, దంత పరీక్షలు చేయించుకుని సాధారణ వైద్య పరీక్షలు చేయించుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి మాజీ మంత్రి వర్యులు ,భీమిలి శాసన సభ్యులు, ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసి రక్తదాతలను అభినందించారు. రక్తదానం ప్రాణదానంతో సమానమైన దని ప్రతి ఒక్కరూ రక్తదానం చేయాలని పిలుపు నిచ్చారు.

సుమారు ఏడు గ్రామాల ప్రజలు, గ్రామ నాయకులు ఈ రక్తదాన శిబిరం మరియు ఆరోగ్య పరీక్షల శిబిరం పాల్గొని విజయవంతం చేసినందుకు బెస్ట్ ఫ్రెండ్స్ ఛారిటబుల్ ట్రస్ట్ చైర్మన్ పళ్ళ సూరిబాబు ధన్యవాదాలు తెలియ జేశారు.

ఎన్టీఆర్ శతజయంతోత్సవాలు భారీ ఎత్తున నిర్వహిద్దాం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): స్థానిక బైపాస్ రోడ్డు ఉమ్మలాడ జంక్షన్ వద్దనున్న సర్వేబాదుల సంక్షేమ సంఘం కార్యాలయం వద్ద సీనియర్ ఎన్టీఆర్ ఫొన్ ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం జరిగిన ఆత్మీయ సమావేశం జరిగింది ఈ కార్య క్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా మాజీ శాసన సభ్యులు పీలా గోవింద సత్యనారాయణ హాజరయ్యారు.ఈ సందర్భంగా ఎన్టీఆర్ అభిమానును ఉద్దేశించి పీలా గోవింద్ మాట్లాడుతూ ఎన్టీఆర్ అభిమానులు మంచి వ్యక్తిత్వం ఉన్నవారిని మొదటి నుండి అనకాపల్లిలో చాలామందికి ఎన్టీఆర్ తో పరిచయం ఉన్న వ్యక్తులు ఉన్నారని ఈ ఆత్మీయ సమావేశంలో పాల్గొన్న ప్రతి ఒక్కరికి ధన్యవాదములు తెలియజేస్తూ అభిమానుల కోరిక మేరకు ఎన్టీఆర్ శత జయంతి ఉత్సవాలను అనకాపల్లిలో భారీ స్థాయిలో నిర్వర్తి స్తామని తెలిపారు .ఈ కార్యక్రమంలో ఎన్టీఆర్ లిటరేట్స్ కౌన్సిల్ వైర్మన్ కర్రి దివాకర్, తెలుగుదేశం పార్టీ బీసీ సాధికార సమితి గవర రాష్ట్ర కన్వీనర్ మళ్ళ సురేంద్ర, ఎన్టీఆర్ అభిమానులు, కొణతాల త్రినివాసరావు, కొణతాల బాల నాగేశ్వరరావు, చిన్ని కృష్ణ, ధనల విష్ణు చౌదరి, పాలరపు త్రినాథ్, కొణతాల రామలింగస్వామి, కొమ్మోజు రామకృష్ణ, పిడి ప్రసాద్, మళ్ళ వెంకట్రావు, పిట్ట రాజు, ఆకుల నానాజి, ఎన్టీఆర్ సీనియర్ అభిమానులు పాల్గొన్నారు.

మానవ హక్కుల కమిషన్ ను ఆశ్రయించిన మహిళకు న్యాయం

చింతపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): మానవ హక్కుల కమిషన్ ను ఆశ్రయించిన కులాంతర వివాహ బాధిత మహిళ కు ఎట్టకేలకు న్యాయం జరిగిందని మానవ హక్కుల కమిషన్ అల్లూరి జిల్లా అధ్యక్ష, కార్యదర్శులు మినుముల రాంబాబు, వంశల రామారావు అన్నారు. ఆదివారం వారు మాట్లాడుతూ కులాంతర వివాహం చేసుకొని బిడ్డ పుట్టాక ముఖం చాటేసిన ఉపాధ్యాయుడు ఎట్టకేలకు దారికొచ్చారు. మానవ హక్కుల కమిషన్ ను ఆశ్రయించిన బాధితురాలు మౌనవతి తో కమీషన్ ఎదుట జరిగిన చర్చలలో మౌనవతి కి అన్ని విధాలా న్యాయం చేస్తానని, అదే క్రమంలో బిడ్డ పూర్తి బాధ్యత తాను తీసుకుంటానని రాజీకి రావడంతో మానవ హక్కుల కమిషన్ జిల్లా నాయకుల సమక్షంలో భార్యాభర్తల పేరిట ఉమ్మడి బ్యాంకు ఖాతా తెరవడంతోపాటు, భర్తకు వచ్చే వేతనంలో నగభాగం బాధితురాలు మౌనవతికి భరణంగా ఇచ్చేందుకు అంగీకరించడం, అదే క్రమంలో బిడ్డ పేరిట పోస్టల్ ఖాతా తెరవి ప్రతి నెల వెరో 5000 రూపాయలు జమ చేయడానికి ఒప్పందం కుదర్చడం జరిగిందని, ఆరోగ్య, విద్యపరంగా బిడ్డ యొక్క పూర్తి బాధ్యత తండ్రిదేనని ఆ ఒప్పందంలో తేల్చి చెప్పడం జరిగిందని పీటస్సింటికి మౌనవతి భర్త ఉపాధ్యాయుడు పూజారి సంజివరావు ఒప్పుకోవడంతో సమస్య కొలిక్కివచ్చిందని, ఈ ఒప్పందాన్ని ఏ ఒక్కరు అతిక్రమించినా వారిపై చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుందని మానవ హక్కుల కమిషన్ సంజివరావు, మౌనవతి లకు సూచించింది. ఈ కార్యక్రమంలో మానవ హక్కుల కమిషన్ ఉపాధ్యక్షుడు కొర రాంబాబు, కార్యదర్శి కొర రంగారావు, గెమ్మెల కొండబాబు, ఈశ్వర రావు, కిషోర్ కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విశ్వ బ్రాహ్మణ సంఘం నూతన పాలకవర్గం ఎన్నిక

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): పట్టణంలోని గవరపాలెం నిదానం దొడ్డిలో వెలసి ఉన్న శ్రీ కామాక్షి దేవాలయంలో పట్టణ విశ్వబ్రాహ్మణ సంఘం మహాజన సభ జరిగింది. ఈ సందర్భంగా సంఘ అధ్యక్షులు కోసూరి మన్మధరావు మాట్లాడుతూ. ప్రస్తుత సంఘ పాలకవర్గం పదవీకాలం పూర్తవడంతో, నూతన పాలకవర్గం సభ్యులలో ఎన్నుకోవడం జరుగుతుందన్న, ఈ మహాజన సభ లో సభ్యులందరూ ఏకగ్రీవంగా నూతన పాలకవర్గం సభ్యులను ఎన్నుకున్నారు. ముందుగా వేపల బజారు వద్ద వీరబ్రహ్మేంద్ర స్వామి వారి విగ్రహానికి పూజలు చేసి ఊరేగింపుగా కామాక్షమ్మ ఆలయానికి చేరుకున్నారు. ఈ ప్రమాణస్వీకారానికి ముఖ్య అతిథిగా. వైసిపి పార్లమెంట్ పార్టీ పరిశీలకులు దాడి రత్నాకర్ పాల్గొని నూతన కమిటీ సభ్యులను అభినందించారు, ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ. కామాక్షమ్మ ఆలయంలో ఉత్సవాలు చాలా ఘనంగా నిర్వహిస్తారని, విశ్వబ్రాహ్మణ సంఘానికి, సంఘ సభ్యులకు ఏ విధమైన ఇబ్బందులు ఉంటే తనకు తెలియపరిస్తే సమస్యలు పరిష్కరిస్తామన్నారు, విశ్వబ్రాహ్మణ సంఘం అభివృద్ధికి సహాయ సహకారాలు అందిస్తామని రత్నాకర్ తెలియజేశారు. విశ్వబ్రాహ్మణ సంఘం నూతన పాలకవర్గం అధ్యక్షురిగా కోటిపల్లి జేజబాబు, ప్రధాన కార్యదర్శిగా. కొమ్మోజు గోవిందరాజు (రాజు). కోశాధికారిగా. పాన్నాడ వెంకట సత్య నరసింహ అవారి (పెదబాబు) రాష్ట్ర విశ్వబ్రాహ్మణ సంఘం అధ్యక్షులు పావులూరి హనుమంతరావు నూతన పాలవర్గ ప్రమాణ స్వీకారం చేయించారు. పెదురు పత్తి సుందరయ్య అధ్యక్షత జరిగిన కార్యక్రమంలో నూతనంగా ఎన్నికైన కమిటీ సభ్యులను అతిథులు అభినందించిన. రాష్ట్ర విశ్వబ్రాహ్మణ సంఘం జనరల్ సెక్రెటరీ దువ్వూరి నర్సింహాచారి, విశ్వబ్రాహ్మణ సంఘం డైరెక్టర్ కోటిపల్లి శ్రీదేవి, గౌరవ అధ్యక్షులు మత్తుర్తి గంగారామ్, పూర్వపు సంఘ ప్రధాన కార్యదర్శి దోసూరు చంద్రశేఖర్, పూర్వపు కోశాధికారి కడియం రామకృష్ణ, పట్టణ విశ్వబ్రాహ్మణ సంఘ సభ్యులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రశాంతంగా ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల పోలింగ్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఉత్తరాంధ్ర పట్టభద్రుల శాసనమండలి నియోజకవర్గ ఎన్నికల పోలింగ్ అనకాపల్లి జిల్లాలో ప్రశాంతంగా ముగిసింది. సోమవారం ఉదయం జిల్లా కలెక్టర్ రవి పట్టన్ శెట్టి అనకాపల్లి పట్టణంలో జరుగుతున్న పోలింగ్ ప్రక్రియను పరిశీలించారు. ఈ క్రమంలో పట్టణం లోని జీవీఎంసీ ఉన్నత పాఠశాల లో ఉన్న 294 పోలింగ్ బూత్ లో ఆయన తన ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. సామాన్య ఓటర్ల తో పాటుగా ఆయన క్యూ లైన్ లో నిల్చుని తన ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవడం విశేషం.

అనంతరం కలెక్టర్ కార్యాలయంలో వెబ్ కాస్టింగ్ ద్వారా జిల్లాలో జరుగుతున్న పోలింగ్ ను పరిశీలించారు. పరిస్థితిని గమనిస్తూ ఎప్పటికప్పుడు అధికారులకు సూచనలు ఇచ్చారు.

అరటి తోట దగ్ధం

రావికమతం, (విశాఖ సమాచారమ్): రావికమతం మండలం జెడ్. కొత్తపట్నం గ్రామం లో నిన్న మధ్యాహ్నం జరిగిన అగ్ని ప్రమాదం లో రైతు లాలం అప్పలనాయుడు కు చెందిన ఎకరా విస్తీర్ణం ఉన్న అరటి తోట కాలిపోయింది. రైతు అప్పలనాయుడు ఎకరన్నర భూమి లో అరటి తోట సాగు చేస్తున్నాడు. ప్రస్తుతం అరటి తోట కాపుకొచ్చినది. చెట్లన్ని అరటి గెలలు తో ఉన్నాయి. మధ్యాహ్నం 2గంటల సమయం లో ప్రమాదవు సాత్తు మంటలు వ్యాపించాయి. దీంతో పరిసరాల రైతులు నీళ్లు పోసి మంటలు అదుపు చేసే ప్రయత్నం చేశారు. అయితే అప్పటికే మంటలు ఎక్కువ గా వ్యాపించడం వల్ల ఎకరా విస్తీర్ణం లో ఉన్న అరటి తోట పూర్తిగా కాలిపోయింది. అర ఎకరం లో ఉన్న తోట కాపాడారు. మరొక వారం రోజులు లో అరటి గెలలు పక్వానికి వస్తాయని అప్పుడు కొద్దిమేర భావించగా ఉలగా అగ్ని ప్రమాదం లో కాలిపోవడం తో లక్ష రూపాయలు వరకు పంట నష్టం జరిగింది బాధిత రైతు లాలం అప్పల నాయుడు తెలిపారు. ప్రభుత్వం వ్యవసాయ శాఖ ద్వారా ఆర్థిక సహాయం అందించి ఆదుకోవాలని కోరారు.

ఘనం గా శ్రీశ్రీశ్రీ నూకంబీక అమ్మవారి వార్షికోత్సవాలు

రావికమతం, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలం లో మేజర్ పంచాయతీ కొత్తకోట గ్రామం లో వెంచేసి ఉన్న శ్రీశ్రీ శ్రీ నూకంబీక అమ్మవారి ఆలయ నవమ (9వ) వార్షికోత్సవాలు ఘనంగా గా జరిగాయి. భక్తులు లు పెద్ద ఎత్తున అమ్మవారి కు గరగలు తల మీద పెట్టుకొని గ్రామం అంత తిరిగి ఆలయం కీ చేరుకొని అమ్మవారి కీ తమ తమ మొక్కులు తీర్చుకున్నారు. వేకువ జాము నుండి ఆలయ అర్చకులు వేపి త్రినివాసరావు చేతులు మీదుగా వివిధ రకాల పువ్వులు తో అష్టోత్తర శత నామవలి పూజలు, కుంకుమ పూజలు నిర్వహించడం జరిగింది ఆలయం కమిటీ సభ్యులు తెలిపారు.

ప్రతిష్ఠాత్మక ఆస్కార్ అవార్డును గెలుచుకున్న ఆర్ఆర్ఆర్, ది ఎలిఫెంట్ విస్పరర్స్ బృందాలకు అభినందనలు తెలిపిన కేంద్ర హెూం మంత్రి అమిత్ షా

విజయవాడ, (పీఎబీ): ఆర్ఆర్ఆర్ 'నాటు నాటు' పాట, 'ది ఎలిఫెంట్ విస్పరర్స్' లఘుచిత్రం ప్రతిష్ఠాత్మక ఆస్కార్ అవార్డులు గెలుచుకోవడంపై అభినందిస్తూ హెూం మంత్రి శ్రీ అమిత్ షా ట్వీట్ చేశారు. "ఆస్కార్ గెలుచుకోవడం ద్వారా నాటు-నాటు పాట చరిత్ర సృష్టించింది.. భారతీయ సినిమా చరిత్రలో ఇదొక మైలురాయి వంటి రోజు. భారతీయులలో పాటు ప్రపంచ సంగీత ప్రియులపై పెదవులపై ఈ పాట నాట్యమాడింది. ఆర్ఆర్ఆర్ బృందానికి @ ssrajamouli @mmkeeravaani @boselyricist @tarak9999 @AlwaysRamCharan కు అభినందనలు" అని తన ట్వీట్‌లో అమిత్ షా పేర్కొన్నారు. "ఉత్తమ లఘుచిత్రం విభాగంలో 'ది ఎలిఫెంట్ విస్పరర్స్' ఆస్కార్ గెలుచుకున్నందుకు @ EarthSpectrum, @guneetm కు అభినందనలు. ఏనుగులను రక్షించడానికి భారతదేశం చేస్తున్న ప్రయత్నాలను 'ది ఎలిఫెంట్ విస్పరర్స్' చిత్రం తెరపై ఆవిష్కరించింది, ఈ అవార్డు భారతీయ చలనచిత్ర పరిశ్రమ సామర్థ్యాన్ని ఎలుగెత్తి చాటింది, యువ చిత్ర నిర్మాతలకు స్ఫూర్తినిస్తుంది" అని మరో ట్వీట్‌లో పేర్కొన్నారు.

ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల సందర్భంగా నాయకులతో మాజీ ఎమ్మెల్యే గోవిందా

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి పట్టణంలోని, గాంధీనగరం 191,192 ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల బూత్ ల వద్ద జరుగుతున్న ఓటింగ్ సరళిని పరిశీలించి, పార్టీ కార్యకర్తలతో నాయకులతో మాజీ శాసనసభ్యులు నియోజకవర్గ టీడీపీ ఇంచార్జి పీలా గోవింద సత్యనారాయణ.

గొలుగొండ ఎమ్మెల్సీ పోలింగ్ కేంద్రాలు సందర్శించిన అదనపు ఎస్పి (క్రైమ్స్)

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఉత్తరాంధ్ర పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల నేపథ్యంలో సోమవారం పోలింగ్ జరిగే నర్సీపట్నం, ఐదు రోడ్ల జంక్షన్, జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల, గొలుగొండ ఎంపీయూపీ స్కూల్ పోలింగ్ కేంద్రాల్ని జిల్లా అదనపు ఎస్పి (క్రైమ్స్) పి.సత్యనారాయణ రావు సందర్శించి, పోలింగ్ సరళి ని పర్యవేక్షించారు. విధులు నిర్వహిస్తున్న పోలీసు అధికారులు సిబ్బందికి పలు సూచనలు చేశారు.

పోలింగ్ కేంద్రాల వద్ద ఏర్పాటు చేసిన వైద్య శిబిరాన్ని పర్యవేక్షించిన ఇమ్యూనీజీషన్ అధికారి

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాల , డివిఎమ్ ఉన్నత పాఠశాల పోలింగ్ కేంద్రాల్లో సోమవారం వైద్య సిబ్బంది ఏర్పాటు చేసిన ప్రథమ చికిత్స వైద్య శిబిరాన్ని జిల్లా ఇమ్యునైజేషన్ అధికారి(డి ఐ ఒ) డాక్టర్ టి. జగన్మోహనరావు పర్యవేక్షణ చేశారు. పట్టబద్రుల ఎన్నికల సందర్భంగా పోలింగ్ కేంద్రాలకు ఓటు వేయడానికి వచ్చిన ఓటర్లకు , అక్కడ నిర్వహణ సిబ్బందికి ఎటువంటి అనారోగ్య సమస్యలు తలెత్తకుండా ముందస్తు జాగ్రత్తలు దృష్ట్యా వైద్య శిబిరాన్ని ఏర్పాటు చేశారన్నారు.

బీపీ, షుగరు , జ్వరం, ఆయాసం , వికారం వాంతులు , తల నొప్పి ,కడుపు నొప్పి , కీళ్ల నొప్పులు , డీహైడ్రేషన్ మొదలగు అనారోగ్య లక్షణాలకు శిబిరంలో ఏర్పాటు చేసిన మందులు ను ఆయన పరిశీలించారు. ఈ వైద్య శిబిరాన్ని పలువురు వినియోగించుకున్నారని ఈ సందర్భంగా ఆయన తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమంలో వైద్య సిబ్బంది, ఆశా కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

నియోజకవర్గం లోని కేంద్ర కార్యాలయంలో వైయస్ఆర్‌సీపీ ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలు

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): వైయస్ఆర్‌సీపీ పార్టీ ఆవిర్భావ దినోత్సవం కార్యక్రమంలో ముఖ్య అతిథులుగా పరిశీలకులు శ్రీమతి శోభా హైమావతి పాల్గొన్నారు.పార్టీ అభిమానులకు, కార్యకర్తలకు, నాయకులందరికీ వ్కెయస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ 13వ ఆవిర్భావ దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు ఎమ్మెల్యే అలజంగి జోగారావు తెలిపారు.12 ఏళ్లుగా పార్టీని సీఎం జగన్ ఆదర్శవంతంగా నడుపుతున్నారు నిరంతరం ప్రజల్లో ఉన్న నాయకుడు సీఎం వైయస్ జగన్ రెడ్డి అవినీతి లేకుండా ప్రజలకు పారదర్శక పాలన అందిస్తున్నారు.విద్య, వైద్య రంగాల్లో దేశంలోనే ఆదర్శంగా నిలిచేలా సంస్కరణలుచేసారు.దేశ చరిత్రలోనే ఎవరూ చేయని రీతిలో ఉద్యోగాల భర్తీ చేశారు.సచివాలయ వ్యవస్థతో పరిపాలన స్వరూపాన్ని మార్చేశారు.అధికారం అంటే బాధ్యతగా భావించి సీఎం జగన్ గారి పాలనమహిళలు, బీసీ, ఎస్సీ, ఎస్టీ, మైనార్టీలకు 50శాతం రిజర్వేషన్లుఇచ్చారు.ప్రజలకు జవాబుదారీగా సీఎం జగన్ ప్రభుత్వం నడుస్తోంది ప్రజాస్వామ్యంలో వైయస్ఆర్‌సీపీ రోల్ మోడల్ ఎంత మంది కుట్రలు చేసినా పార్టీని ఏమీ చేయలేరువైయస్ఆర్‌సీపీకి ఎప్పటికీ ఓటమి ఉండదు అని ముఖ్యమంత్రి వర్యులు వై.యస్.జగన్మోహన్ రెడ్డి నేతృత్వంలో వైస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆవిర్భవించి 12వసంతాలు పూర్తి చేసుకొని నేడు 13వ వసంతంలో అడుగుపెట్టిన సందర్భంగా పార్వతీపురం పట్టణంలో గల వైస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యాలయం వద్ద స్థానిక శాసన సభ్యులు అలజంగి జోగారావు వైస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు. కార్యక్రమంలో ముందుగా వైస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ జెండా ఆవిష్కరణ చేశారు, అనంతరం డా.వై.యస్.రాజశేఖరరెడ్డి చిత్రపటానికి పూల మాల వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. అనంతరం పార్టీ అధ్యక్షులు, ప్రజా ప్రతినిధులతో పాటు కలిసి పార్టీ కేక్ చేసి అందరికీ శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తూ ఘనంగా ఆవిర్భావ దినోత్సవం వేడుక నిర్వహణ. ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే అలజంగి జోగారావు మాట్లాడుతూ వైస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ కుటుంబ సభ్యులకు, నాయకులకు, కార్యకర్తలుకు వైస్సార్సీపీ ఆవిర్భావ దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. వైస్సార్సీపీ ప్రభుత్వం అధికారం చేపట్టిన 4 సంవత్సరాల కాలవ్యవధిలో మేనిఫెస్టోలో పొందుపరిచిన హామీలను అమలు చేసి దేశంలో అత్యుత్తమ ముఖ్యమంత్రిగా జగన్మోహన్ రెడ్డి గారు నిలిచారాని కొనియాడారు.

లిసుదీర్ఘ పాదయాత్ర చేసిన సీఎం జగన్ తండ్రి బాటలో నడుస్తూ తండ్రికి తగ్గ తనయుడిగా సుదీర్ఘ పాదయాత్ర చేసి, ప్రజలలో మమేకం అయిన సీఎం జగన్మోహన్ రెడ్డి గారు 2019లో జరిగిన సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో వైఎస్సార్ సీపీ 151 ఎమ్మెల్యే సీట్లు, 22 ఎంపీ సీట్లను గెలుచుకుని ప్రభంజనం సృష్టించారు అని తెలియజేశారు.

దివంగత సీఎం వైఎస్ రాజశేఖరరెడ్డి ఆశయ సాధనకై వైసీపీ ఆవిర్భావం.దివంగత మహానేత డాక్టర్ వై.ఎస్ రాజశేఖరరెడ్డి మరణానంతరం పలు సంఘటనల నేపథ్యంలో ఆయన ఆశయాల సాధనే ధ్యేయంగా మార్చి 12, 2011న వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీని ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి స్థాపించారు అని పేర్కొన్నారు.ఎన్నో ఆటుపోట్లు ఎదుర్కొని పార్టీని నడిపించిన సీఎం జగన్ 2011 మార్చి 12 వ తేదీన వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీని స్థాపించిన తరువాత జరిగిన ఉప ఎన్నికల్లో 18 అసెంబ్లీ స్థానాలకు గాను 15 చోట్ల, రెండు లోక్ సభ స్థానాలను వైసీపీ కైవసం చేసుకుంది. అప్పటి నుండి తండ్రి అడుగు జాడల్లో నడుస్తూ పార్టీని ముందుకు నడిపించిన వై.ఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి ఎన్నో ఆటుపోట్లను ఎదుర్కొని ఎట్టకేలకు అధికారం చేపట్టి జనరంజక పాలన సాగిస్తున్నారని అని ఎమ్మెల్యే స్పష్టం చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో పార్టీ పరిశీలకులు శోభా హైమావతి మాట్లాడుతూ సీఎం వైఎస్ జగన్ పార్టీ ని స్థాపించి ఎన్నో ఆటు పోట్లలను ఎదుర్కొని ప్రజా సంకల్ప యాత్ర సుదీర్ఘకాలంగా చేపట్టి ప్రజలకు పూర్తి హామీ ఇస్తూ అధికారం చేపట్టిన వెంటనే వాలంటీర్ వ్యవస్థ, సచివాలయం వ్యవస్థ ల ద్వారా లక్షలాది ఉద్యోగాలు కల్పించి ప్రజల వద్దకే ప్రభుత్వ సేవలను చేరువ చేసి ప్రజా రంజక పాలనను సాగిస్తున్న సీఎం వైఎస్ జగన్ ఆశయ సాధనకు పార్టీ కార్యకర్తలు అంతా మరింత శ్రమించి పార్టీ అభివృద్ధికి కృషి చేయాలని తెలుపుతూ అందరికీ పార్టీ ఆవిర్భావ దినోత్సవం శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో నియోజకవర్గం ప్రజా ప్రతినిధులు ఎంపీపీలు, జెడ్పీటీసీ సభ్యులు, వైస్ ఎంపీపీ లు, మండలా పట్టణ పార్టీ అధ్యక్షుకు, స్టేట్ డైరెక్టర్లు, మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్, వైస్ చైర్మన్లు, ఏఎంసీ చైర్ పర్సన్, వైస్ చైర్మన్, డైరెక్టర్లు, సర్పంచ్లు, ఎంపీటీసీ సభ్యులు, కౌన్సిలర్ సభ్యులు, జేసీఎన్ కన్వీనర్లు, సచివాలయం కన్వీనర్లు, గృహ సారథులు, వైసీపీ సీనియర్ నాయకులు, కార్యకర్తలు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో ఓటు హక్కు వినియోగించు కొన్న ఏ.పి.టిడ్కో చైర్మెన్ జమ్మాన ప్రసన్న కుమార్

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల ఓటు హక్కు ను ఏ.పి.టిడ్కో చైర్మన్ జమ్మాన ప్రసన్న కుమార్ వినియోగించు కున్నారు.పర్యటనలో భాగముగా ఉదయం పార్వతీపురం జూనియర్ కాలేజీలో ఓటు హక్కు వినియోగించుకొని అక్కడ జరుగుతున్నట్టువంటి ఓటింగ్ సరళని గురుంచి బూత్ స్థాయి ఇన్చార్జిస్ పి.ఓ.సిల తో సిబ్బంది మాట్లాడి ఓటింగ్ జరుగుతున్నట్టు వంటి సరళిని పరిశీలించడం జరిగింది.ముఖ్యమంత్రి వై.ఎస్.జగన్ మోహన్ రెడ్డి సారధ్యంలో ఆంధ్రప్రదేశ్ లో జరుగుతున్నటువంటి అభివృద్ధి, సంక్షేమం,ఉద్యోగ ఉపాధి కల్పనా అనేటటువంటి బహు ప్రయోజనాల పై ప్రజలు, విద్యావేత్తలు అన్ని వర్గాల వారు సంతృప్తిగా ఉండటం వలన ఏకపక్షంగా ఓటింగ్ ఈ ప్రభుత్వ అభ్యర్థి సీతం రాజు సుధాకర్ ని అత్యధిక మెజారిటీతో గెలిపించే దిశగా ఎన్నికలు కొనసాగుతుండటం గ్రాడ్యుయేట్ ఓటర్లు చాలా ఉత్సాహంగా వారి యొక్క ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవడానికి నిర్దేశించిన సమయమానికే ఓటింగ్ కేంద్రానికి రావడం ఒక నిదర్శనం గా భావించవచ్చునని ఆశాభావం వ్యక్తం చెయ్యడం జరిగింది.ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకముగా నిర్వహించిన శాసనమండలి ఎన్నికలలో భాగంగా ముఖ్యమంత్రి వై.ఎస్.జగన్ మోహన్ రెడ్డి ఆధ్వర్యములో అమలు చేయబడిన అనేక సంక్షేమ పథకాలు సామాజిక అభివృద్ధి మరియు ప్రభుత్వము నుండి అందిస్తున్నటువంటి తోడ్పాటు అదేవిధంగా పార్టీ పిలుపు మేరకు సేతం రాజు సుధాకర్ అభ్యర్థిత్వాన్ని మరియు గెలుపు లక్ష్యంగా కృషిచేసిన అందరికీ ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలియజేయడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో కృష్ణపల్లి సర్పంచ్ బోను రామినాయుడు చిన్నబొండపల్లి సర్పంచ్ గండి శంకర్రావు కేతిరెడ్డి రాఘవ్ ర్ ఆర్ వి ప్రసాద్ అప్పల నాయుడు శ్రీనివాస్ నియోజక వర్గ వై.ఎస్.ఆర్.పార్టీ బూత్ స్థాయి ఇంచార్జీస్, కార్యకర్తలు పెద్ద ఎత్తున గ్రాడ్యుయేట్ ఓటర్లు పాల్గొన్నారు.

ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల సందర్భంగా పార్టీ నాయకులతో మంత్రి అమర్నాథ్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): స్థానిక గాంధీ నగర్ లో జరుగుతున్న పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల పోలింగ్ కేంద్రాల వద్ద పోలింగ్ సరళిని పరిశీలించేందుకు వచ్చిన సందర్భంగా రాష్ట్ర పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి గుడివాడ అమర్నాథ్ అనకాపల్లి పార్లమెంట్ సభ్యురాలు డాక్టర్ బివి సత్యవతి పార్టీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి దంతులూరి దిలీప్ కుమార్, ఎంపీపీ గొర్లి సూరిబాబు, వైసీపీ పట్టణ శాఖ అధ్యక్షుడు మందపాటి జానకరామరాజులతో సమావేశమై జరుగుతున్న పోలింగ్ విశేషాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పలువురు వైసిపి నాయకులు కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

పట్టబద్రుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలలో ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్న స్థానిక ఎమ్మెల్యే జోగారావు వారి సతీమణి లావణ్య

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఉత్తరాంధ్ర పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలలో పార్వతీపురం నియోజకవర్గం స్థానిక ఎమ్మెల్యే అలజంగి జోగారావు సతీ సమేతంగా కలిసి తన సొంత మండలం బలిజిపేట లో గల ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాలలో పోలింగ్ బూత్ నంబర్ 83లో తమ ఓటు హక్కును వినియోగించు కోవడం జరిగింది. మధ్యాహ్నం 3:30 గంటల సమయం వరకు పార్వతీపురం నియోజకవర్గం పరిధిలో సుమారుగా 58% పోలింగ్ జరగగా 4 గంటల సమయం ముగిసెలోపు 60% దాటి పోలింగ్ జరగవచ్చు అని అధికార వర్గాలు అంచనా వేస్తున్నాయి.

ప్రశాంతంగా ఎంఎల్‌సి ఎన్నిక

విజయనగరం: ఉత్తరాంధ్ర పట్టభద్రుల నియోజకవర్గ శాసన మండలి స్థానానికి ఎన్నిక సోమవారం ప్రశాంతంగా జరిగింది. ఈ ఎన్నికలకు జిల్లా యంత్రాంగం పక్కాగా ఏర్పాట్లు చేసింది. ఉదయం 8 గంటలకే జిల్లాలోని 72 పోలింగ్ కేంద్రాల్లో ఓటింగ్ ప్రారంభమయ్యింది. తొలిగంటలో ఓటింగ్ కొద్దిగా నెమ్మదిగా జరిగినప్పటికీ, ఉదయం 9 గంటలు నుంచి వేగం పుంజుకుంది. జిల్లా కలెక్టర్ ఎ.సూర్యకుమారి ఎన్నికల ప్రక్రియను, కలెక్టరేట్ కమాండ్ కంట్రోలు రూమునుంచి పర్యవేక్షించారు. వెబ్ కాస్టింగ్ ద్వారా జిల్లా వ్యాప్తంగా ఉన్న పోలింగ్ కేంద్రాల్లో ఓటింగ్ ప్రక్రియను పరిశీలించారు. ఎప్పటికప్పుడు సమాచారాన్ని సేకరించారు. ప్రతీ గంటకూ ఓటింగ్ శాతాన్ని వెళ్లడించారు. పట్టణంలోని పోలింగ్ కేంద్రాలను కలెక్టర్ ప్రత్యక్షంగా సందర్శించారు. జిల్లా వ్యాప్తంగా జరుగుతున్న ఓటింగ్ ప్రక్రియపై నిరంతరం ఆరా తీశారు. జిల్లా ఎస్‌పి దీపికా పాటిల్ పోలింగ్ కేంద్రాల్లో బందోబస్తు ఏర్పాట్లను తనిఖీ చేశారు.

జిల్లా కలెక్టర్ సూర్యకుమారి ఆదేశాల మేరకు, అధికారులు ఎన్నికలకు ఏర్పాట్లును పకడ్బంధీగా నిర్వహించారు. బూత్‌ల వారీగా వేర్వేరు క్యూలైన్లను ఏర్పాటు చేశారు. క్యూలైన్లకు అందుబాటులో త్రాగునీటి సౌకర్యాన్ని కల్పించారు. ఓటర్లకు అవగాహన కల్పించేందుకు క్యూలైన్ల ప్రక్కనే నమూనా బ్యాలెట్ పత్రాన్ని ప్రదర్శించారు. అన్ని పోలింగ్ కేంద్రాల్లో వైద్యారోగ్యశాఖ సిబ్బందితో ప్రథమచికిత్సా కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేసి, వివిధ రకాల మందులను అందుబాటులో ఉంచారు. ఓటింగ్ వేగంగా జరిగేందుకు వీలుగా, జిల్లా కలెక్టర్ ఆదేశాల మేరకు, పోలింగ్ కేంద్రాల్లో రెండో కంపార్ట్మెంట్ ను ఏర్పాటు చేశారు. కొన్ని చోట్ల అదనపు సిబ్బందిని వినియోగించారు. ఈ చర్యలు మంచి ఫలితాన్ని ఇవ్వడంతో, ఓటింగ్ వేగంగా జరిగింది. ఓటరు స్లిప్పులను తీసుకురాని ఓటర్ల కోసం, పోలింగ్ కేంద్రాల్లో ప్రత్యేక శిబిరాల ద్వారా, బిఎల్ఓలు, రెవెన్యూ సిబ్బంది ఓటరు స్లిప్పులను అందజేశారు. ప్రతీ పోలింగ్ కేంద్రం వద్దా వీడియో రికార్డింగ్ చేశారు. పోలింగ్ కేంద్రాలవద్ద ప్రజలు గూమిగూడకుండా, వంద మీటర్ల దూరంలోనే బారికేడ్లు ఏర్పాటు చేసి, వాహనాల రాకపోకలను నిలిపివేశారు. కలెక్టర్ సూచనలకు అనుగుణంగా, ఓటర్లను మాత్రమే పోలింగ్ కేంద్రంలోకి అనుమతించారు.

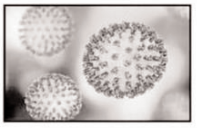
ఓటేసిన ప్రముఖులు

రాష్ట్ర విద్యాశాఖామంత్రి బొత్స సత్యనారాయణ దంపతులు స్థానిక కంటోన్మెంటు మున్సిపల్ హైస్కూల్లోని పోలింగ్ కేంద్రంలో తమ ఓటుహక్కును వినియోగించుకున్నారు. మంత్రి బొత్సతోపాటు, ఆయన సతీమణి, మాజీ ఎంపి డాక్టర్ బొత్స ఝాన్సీలక్ష్మి కూడా ఇదే కేంద్రంలో ఓటువేశారు. జిల్లా కలెక్టర్ ఎ.సూర్యకుమారి కస్పా మున్సిపల్ ఉన్నత పాఠశాలలో ఏర్పాటు చేసిన పోలింగ్ కేంద్రంలో తమ ఓటుహక్కును వినియోగించుకున్నారు. జెడ్‌పి చైర్మన్ మజ్జి శ్రీనివాసరావు కూడా ఇదే పోలింగ్ కేంద్రంలో ఓటుహక్కును వినియోగించుకున్నారు. ఎంపి బెల్లాన చంద్ర శేఖర్ చీపురుపల్లి పోలింగ్ కేంద్రంలో తన ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు.

శ్రీ శ్రీ కళా వేదిక నుండి సత్కారం అందుకున్న జొన్నకూటి

తాళ్లపూడి, (విశాఖ సమాచారమ్): తాళ్లపూడి మండలం పైడిమెట్ట గ్రామానికి కవి రచయిత డా జొన్నకూటి వెంకట ప్రమోద్ కుమార్ శ్రీ శ్రీ కళా వేదిక నుండి సత్కారాన్ని అందుకున్నారు. అమలాపురం సివి రామన్ స్కూల్ ఆడిటోరియం వేదికగా జరిగిన శతాధిక కవి సమ్మేళనం లో ప్రమోద్ తాను రాసిన "మహిళా మీకు జోహార్లు" కవిత చదివి వినిపించి శ్రీ శ్రీ కళా వేదిక అద్యక్షులు డా కత్తిమండ ప్రతాప్ చేతుల మీదుగా ప్రశంసా పత్రం, మెమెంటో అందుకున్నారు. కార్యక్రమంలో నిర్వాహకులు డా రమావతి, సి ఎచ్ లలిత, జి వి వి సత్యనారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

Flu Alert H3N2 ఇన్‌ఫ్లూయెంజా



- కోవిడ్-19లాగా ఉంటుంది.
- ప్రస్తుతం ఇండియాలో ఎక్కువగా ఉంది.

ఇన్‌ఫ్లూయంజా-ఎ సబ్‌టైప్ H3N2

లక్షణాలు

- గొంతునొప్పి
- జ్వరం 3-5 రోజులు
- దగ్గు 3 వారాలు
- ఆయాసం (కొద్దిమందిలో)
- చలి, వాంతులు, ముక్కుకారడం, తుమ్ములు

తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు చేయవలసినవి :

- హ్యాండ్‌వాష్
- ఫేస్‌మాస్క్
- గుంపులకు దూరంగా ఉండాలి.
- తుమ్మినప్పుడు, దగ్గినప్పుడు చేయి అడ్డం పెట్టుకోవాలి
- ఎక్కువ నీరు తాగాలి.
- జ్వరం, ఒళ్ళు నొప్పులు ఉంటే పారాసెట్‌మాల్ ట్యాబ్లెట్లు వేసుకోవాలి.

చేయకూడనివి

- షేక్‌హ్యాండ్ ఇవ్వరాదు.
- పబ్లిక్‌లో ఉమ్మివేయరాదు.
- యాంటిబయాటిక్స్ & మెడిసిన్ డాక్టర్‌ని సంప్రదించిన తర్వాత తీసుకోవాలి.

జాగ్రత్తలు తీసుకుందాం... ఆరోగ్యంగా ఉందాం...

జనవిజ్ఞాన వేదిక (ఆం.ప్ర) - ప్రొద్దుటూరు

ఫోన్స్: 9705432038, 7000164898, 8885834586

మీ ఆరోగ్యం మీ చేతుల్లో

భావోద్వేగాలను అను చుకోవడం ఎలా?

భావోద్వేగాలు అంటే ఏమిటి?

ఒక సంఘటన (Situation) పై మనకు ఉండేటువంటి ఫీలింగ్స్ నే భావోద్వేగాలు అంటారు.

భావోద్వేగాలు రెండు రకాలుగా ఉంటాది

1. పాజిటివ్:- ప్రేమ ఆనందం సంతోషం నమ్మకం సానుభూతి, దయ

2. నెగిటివ్ :- కోపం, చిరాకు, భయం, ఆందోళన, విచారం,దుఃఖం అసహ్యించుకోవడం.

భావోద్వేగాలు స్వయం అవగాహన

స్వయం ప్రేరణ

స్వయం నిర్వహణ

స్వయం నియంత్రణ

స్వయం అవగాహన

Example :- నేను ఆఫీస్ నుంచి ఇంటికి రాగానే, మా ఆవిడ వేడి నీళ్ళు పెట్టింది. స్నానం చేసి రమ్మంది.. నేను స్నానం చేసి వచ్చిన తర్వాత.. టి, టిఫిన్ తీసుకొచ్చి పెట్టినారు. ఆ సమయంలో నా యొక్క ఫీలింగ్స్ ఎలా ఉన్నాయి?

A .మా ఆవిడ చాలా మంచిది రాగానే వేడి నీళ్ళు పెట్టి, టీ, టిఫిన్ ఇచ్చింది.

B. మా ఆవిడ నేను ఆఫీస్ నుంచి రాగానే బాగా రిసీవ్ చేసుకుంది. నాకు కావాల్సిన సౌకర్యాలు చేకూర్చింది.

C. నన్ను బాగా అర్థం చేసుకుంటుంది.

D. ఇలాంటి మంచి భార్య దొరికినందుకు నేను చాలా అదృష్ట వంతుని..

ఇదే సంఘటన మరో విధంగా చూద్దాం.

నేను ఆఫీస్ నుంచి ఇంటికి రాగానే... మా ఆవిడ కార్తీకదీపం సీరియల్ దీర్ఘంగా చూస్తూ ఉంది..

నా గురించి పట్టించుకోలేదు... తలనొప్పిగా ఉంది టి తీసుకు రమ్మన్నాను... మధ్యలో అడ్వర్టైజ్మెంట్ వచ్చినప్పుడు ఇస్తానని చెప్పినది. నేను గదిలోకెళ్ళి వెళ్లి టీ చేసుకుని తాగాను.. తన కు ఒక కప్పునా శ్రీమతి విజయ కు ఇచ్చాను. వేడి నీళ్ల నేనే స్టవ్ మీద పాత్ర పెట్టి వే డి చేసుకొని స్నానం చేశాను.

నేను పాజిటివ్గా ఆలోచించడ ము వలన.. అంతా సవ్యంగా జరిగింది నెగిటివ్ ఫీలింగ్ ఉంటే ఎలా ఉంటుంది.?

నేను ఆఫీసు నుంచి రాగానే.. మా ఆవిడ టీవీ సీరియల్స్ చూడడం చూసి.. టీ తీసుకు రమ్మన్నాను... పావుగంట తర్వాత బ్రేక్ వస్తుంది. అప్పుడు చేసి ఇస్తాను. ఏమిటే నేను ఆఫీస్ నుంచి నేను కష్టపడి డ్యూటీ చేసి ఇంటికి వస్తే.. నీకు, మంచినీళ్ల టీ ఇవ్వ డానికి కూడా నేను కూడా తీరిక లేదా... కోపంతో నాలుగు చివాట్లు పెట్టి... టీవీ రిమోట్ తీసుకొని నేలకేసి కొట్టాను. అంతే ఇద్దరమూ నానా తిట్ల పురాణం తిట్టుకుంటూ పెద్ద గొడవ జరిగింది.

చూశారా మిత్రులారా... పాజిటివ్ గా ఆలోచించడం వల్ల సమస్య... చాలా సింపుల్ గా.. పరిష్కరించబడుతుంది.. ఇద్దరూ హ్యాపీ గా ఉండవచ్చు.. విషయాలు కూడా నెగిటివ్గా ఆలోచిస్తే... పెద్ద పెద్ద గొడవలు జరిగి.. విడిపోవడానికి దారితీయవచ్చు.

స్వయం ప్రేరణ : ఒక వ్యక్తి నేరం చేసిన పుడు, జడ్జి గారు అతనికి శిక్ష వేశారు. అతని శరీరం నుండి రక్తం తీసి చంపి వేయమని. జడ్జిమెంట్ ఇవ్వడం జరిగింది. ఖైదీ కి శిక్ష చేయడానికి డాక్టర్ గారు వచ్చారు. ఖైదీ దగ్గరకు వచ్చారు.. నీ శరీరం నుండి రక్తం మొత్తం లాగి వేస్తున్నాను.. దానికి మానసికంగానూ సిద్ధమై ఉండు..డాక్టర్ గారు వెంటనే ఒక సిరంజిని అతని శరీరంలో కి ఇంజక్షన్ ని డిల్ లో పంపడం జరిగింది.. మీ శరీరం నుండి రక్తం నేను తీసి వేస్తున్నాను..

డాక్టర్ గారు ఖైదీతో చెబుతూ ఉన్నా రు. ఖైదీ భయంతో గట్టిగా కళ్ళు మూసుకున్నాడు... తన శరీరం నుండి మొత్తం రక్తం లాగిస్తున్నారు.. నా శరీరంలో ఏమీ మిగలడం లేదు భయంతో... చనిపోయినాడు.

కానీ నిజంగా అక్కడ జరిగిన సంఘటన ఏమిటంటే..? ఖైదీ కి ఇంజక్షన్ చేయడం జరిగింది.

కానీ అతని శరీరం నుండి ఒక్క రక్తపు బొట్టు కూడా తీయలేదు

కాని అతడు తన మనసుకు సిగ్నల్స్ పంపాడు.. తన శరీరం నుండి మొత్తం రక్తం తీసి వేస్తున్నారు... నెగిటివ్ గా ఆలోచించి.. తన ప్రాణాలు కోల్పోయాడు.. ఇంకో సంఘటన తీసుకుందాం...

మీరు రోడ్డు మీద వెళుతూ ఉన్నారు అనుకోకుండా ఒక వ్యక్తికి ఆక్సిడెంట్ జరిగింది... కానీ అతని లేపడానికి ఎవరు దగ్గరికి వెళ్లడం లేదు..ఎవరు సహాయం చేయడం లేదు అని ఆలోచిస్తూ ఉన్నారు.

ఎవరూ రావట్లేదని మీరు ఆలోచిస్తున్నారు కానీ... మీరు వెళ్లి ఎందుకు సహాయం చేయడం లేదు.

బ్రతికితే... అనిల్ అంబానీ ఇంట్లో పుట్టి ఉంటే ఐశ్వర్యాలను అనుభవించి ఎంజాయ్ చేసేవాళ్ళి. పూరి గుడిసెల్లో ఎందుకు నన్ను పుట్టించావు...ఇలా మనము నెగటివ్ గా ఆలోచిస్తూ ఉండటం జరుగుతుంది.

కృతజ్ఞత భావం.

ఉదాహరణ :- నేను రోడ్డు మీద వెళుతూ ఉన్నాను.. నా జేబులో నుంచి పెన్ పడిపోయింది

దాని వెళ్తున్న వ్యక్తి.. చూసి.. ఎక్స్క్యూజ్ మీ సర్ మీ పెన్ను పడిపోయింది తీసుకోండి..,!!

వెంటనే థాంక్యూ అనే పదము నా నోటి నుంచి వచ్చింది. చూడండి మిత్రులారా చిన్న సహాయం చేసిన దీనికి.. ఎదుటి వ్యక్తికి కృతజ్ఞతలు చెబుతున్నారు..మీ కోసం కష్టపడుతున్న మీ అమ్మ నాన్న లకు మీరు ఎప్పుడైనా థ్యాంక్స్ చెప్పారా?

కొందరు అమ్మానాన్నలను నిందిస్తారు... మంచి మొబైల్ ఫోన్ కొనివ్వలేదని, బైకు, కారు కొనివ్వలేదని.. మీరు ఓపెన్ ప్లాట్స్,కాని ఇల్లు గాని ముందు కొని ఉంటే.. ఈనాటికి కోట్ల రూపాయలు వచ్చేటివి... కష్టాలు ఉండేవి కాదు. నీవు ఎందుకు చేతకాని వాడివి...?

మిత్రులారా ఒక్కసారి ఆలోచించండి... మీరు పెద్దవారు అయిన తర్వాత.. మీ పిల్లలు మిమ్మల్ని అలా ప్రశ్నిస్తే వాళ్లకు ఎలా ఉంటది? కాబట్టి పెద్దవాళ్ళు ను ప్రశ్నించే టపుడుజాగ్రత్తగా ఆలోచించి ప్రశ్నించాలి.

మీ లోని భావాలను బయట పెట్టండి..

మీ అమ్మానాన్న పై మీ కు ప్రేమ ఉందా?

మీ భార్య పై మీకు ప్రేమ ఉందా?

మీ పిల్లల పై మీకు ప్రేమ ఉందా ?

మీ అన్నదమ్ములు అక్క చెల్లెల పై ప్రేమ ఉందా..?

మీ బంధువుల పై ప్రేమ ఉందా?

స్నేహితుల పై ప్రేమ ఉందా?

మీ భార్య వంట చేసినప్పుడు.. మీరు ఎప్పుడైనా మెచ్చుకుంటున్నారా ?

పొరపాటున ఎప్పుడైనా ఉప్పు ఎక్కువైనా తక్కువైనా... తిడుతున్నారు.. ఈరోజు గుత్తి వంకాయ కూర చాలా రుచిగా చేశావు... సూపర్ గా ఉంది... ఇప్పుడైనా మీ ఆవిడని పొగడరా?

మీ అమ్మగారిని పొగడరా?

ఒక్కసారి ఆలోచించండి...

రేపటి నుండి మీరు..వారు చేసిన వంటలు మెచ్చుకోండి.. చాలా సూపర్ గా ఉంది చాలా బాగుంది. నీ చేతి వంట చాలా అమోఘం.. మెచ్చుకోవడం చేయండి.... తర్వాత చూడండి వాళ్లలో కలిగే ప్రతి స్పందనలు... మీకు ఇంకా ఇష్టంగా మంచి వంటలు చేసి పెడతారు...

నెగిటివ్గా బాగలేదు అని చెప్పి మీరు రోజూ ఏదో ఒక వంక పెడుతుంటే...

వాళ్ళు నిజంగానే వంట చేయడానికి ఆసక్తి చూపరు.. ప్రేమతో కాకుండా యాంత్రికంగా వండు తారు

స్వయం నిర్వహణ

ఉదాహరణ తీసుకుందాం:-మీరు ఒక రోజు ఆఫీస్ కి లేట్ గా వెళ్లారు అది చూసి మిమ్మలను బాస్ పిలిచాడు ఎందుకండి మీరు ఈ రోజు లేటుగా ఆఫీసుకు వచ్చారు ముందు రావడం తెలియదా? చాలాసార్లు మీరులేటుగా వస్తున్నారు.? చాలచూశాను ?

ఈ సంఘటనతో ఎలా రియాక్ట్ అవుతారు.

ఉద్యోగి:-నేను కొరెక్టు సమయానికి ఇంటి దగ్గర బయలుదేరి వచ్చాను కానీ మధ్యలో ట్రాఫిక్ జామ్ వల్ల ఆలస్యమైంది...?

బాస్:ఇలాంటి కుంటిసాకులు చాలా చెప్తారు. ఉదయం పూట ట్రాఫిక్ ఎక్కువగానే ఉంటది మీరు ముందు బయలుదేరి రావాలి.!

ఉద్యోగి:: ఈ బాస్ అంతే.... పొరపాటున ఎప్పుడైనా ఐదు నిమిషాలు లేట్ వస్తే... అందరి ముందు గట్టిగా చులకనగా మాట్లాడుతున్నాడు... దరిద్రుడు చండశాసనుడు.. హిట్లర్... ఇలాంటి ఆఫీస్ లో చేరడమే నా బుద్ధి తక్కువ.. ఇలాంటి చెత్త బాస్ ఉన్న ఆఫీస్ లో చేయడం నాకు అవసరమా ?

(స్పందించడం) ::

నేను బాస్ ప్లేస్ లో ఉండి ఉంటే... ఆలస్యంగా ఆఫీసుకు వస్తే ఇలాగే స్పందించే వాడిని కదా..! అనవసరంగా బాస్ తిట్టాను... బాస్ యొక్క బాధ్యత అందరూ నీ కంట్రోల్ చేయడం... పని చేయించుకోవడం.

సిగ్మెట్ ఫ్రెడ్ -ప్రముఖ సైకాలజిస్ట్ అంటాడు... ప్రతి వ్యక్తిలోనూ మూడు లక్షణాలు ఉంటాయి..

సంఘటన బట్టి స్పందిస్తూ.. ఉంటారు.

ఉదాహరణ తీసుకుందాం :

ఒక వ్యక్తి కదులుతున్న బస్సును పరిగెత్తుతూ వచ్చి ఎక్కడానికి ప్రయత్నం చేశాడు. ఆ బస్సును అందుకోలేక ఆ వ్యక్తి జారి కింద పడ్డాడు...

Child: ఆ సంఘటన చూసిన ఒక వ్యక్తి... వెంటనే పక్కున నవ్వాడు... అతనికి నవ్వొచ్చింది.

అతనలో చైల్డ్ లక్షణాలు కనబడుతున్నాయి.

ADULT: ఇదే సంఘటన చూసి ఈ విధంగా స్పందించవచ్చు... పడిన వ్యక్తిని పైకి లేపి, పక్కన కూర్చోబెట్టి

గాయాలు ఏమైనా తగిలాయా ?

రక్తం ఏమైనా వచ్చిందా ? మంచినీళ్లు త్రాగడానికి ఇస్తారు.

అప్పుడు అతనిలో (అడుల్ట్) పెద్దవారి లక్షణాలు కనబడతాయి.

Parent: ఈ సంఘటన.. ఈ విధంగా స్పందించవచ్చు...

బస్సు నుంచి కింద పడ్డ వ్యక్తి ని.. పక్కకు తీసుకెళ్లి.. నీళ్ళిచ్చి తాగించి తన పేరు ఊరు అడిగి.. అతను ఆ సంఘటన నుంచి ఆ షాక్ లో నుంచి బయట పడ్డ తరువాత...

చూడు బాబు నువ్వు రన్నింగ్ బస్సు ఎక్కడం తప్పు కాదా ? పొరపాటున వెనుక చక్రం కింద పడి ఉంటే... ఇప్పటికీ నీ ప్రాణాలు గాల్లో కలిసి పోయేటే వి. నీమీద ఆధారపడ్డ కుటుంబ సభ్యులు... అనాధలు అయ్యేవాళ్ళు.... ఐదు నిమిషాలు లేట్ అవుతే అవుతుంది... తర్వాత బస్సు ఎక్కి వెళ్ళవచ్చు కదా...?

ఇలా కౌన్సిలింగ్ ఇవ్వడం జరుగుతుంది... మంచి మాటలు చెప్పడం జరుగుతుంది.

పై విధంగా ప్రతి వ్యక్తిలోనూ సందర్భానుసారంగా.. చిన్నపిల్లవాని మనస్తత్వం బయటపడతాయి... పెద్దవారిగా స్పందిస్తారు.. పేరెంట్ గా స్పందిస్తూ ఉంటారు.

కాంప్లిమెంటరీ డైరీ... చిన్న పాకెట్ బుక్.. ఏపుడు మీ జేబులో పెట్టుకోండి.. ఏదైనా సంఘటన లో ఎవరైనా మిమ్మలను బాగా పొగిడినప్పుడు... వారి దగ్గర complementary డైరీలో రా పించండి. ఆ బుక్ లో కనీసం ఇరవై కాంప్లిమెంటరీ లు ఉండాలి..

ఇచ్చిన వాళ్ళు మళ్ళీ ఇవ్వకూడదు.

వాల్లునుఅడిగి మీరు తీసుకోవాలి.

కాంప్లిమెంట్ డైరీ ఈ విధంగా ఉండాలి:-

1. సీరియల్ నెంబర్ 2 తేదీ 3. ఇచ్చిన వ్యక్తి పేరు 4. ఏ సందర్భంలో ఇచ్చారు 5. కాంప్లిమెంటరీ:

ఇలా మీరు డైరీ లో 20 మంది. నుంచి అడిగి తీసుకోండి. దీన్ని ఎలా వాడాలో చూద్దాం..

కాంప్లిమెంటరీ డైరీ ఎక్కడ అప్లై చేయాలో చూద్దాం...ఒక సారి మీ ఇంట్లో మీభార్య తో పెద్ద గొడవ జరిగింది, తిట్టుకొని కొట్టు కొనే వరకు వచ్చింది . వెంటనే మీరు వేరే రూమ్ లోకి వెళ్లి. 5 గురుఇచ్చిన కాంప్లిమెంటరీ డైరీలోని వాక్యాలు చదవండి . టెన్షన్ నుంచి రిలీఫ్ అవుతారు. పదిమంది ఇచ్చిన కాంప్లిమెంటరీ చదివితే. ముఖములో. చిరు నవ్వు వస్తాది.

15 మంది ఇచ్చిన కాంప్లిమెంటరీ చదివితే.. డిస్టర్బ్ నుంచి ఎమోషన్ నుంచి బయట పడతారు.. రిలాక్స్ గా ఫీల్ అవుతారు.

ఉదాహరణ కోసం భార్య భర్తల మీద గొడవ చెప్పాను మీ ఆఫీసులో కూడా జరిగితే ఇదే విధంగా చేయండి... జీవితం ఆనందంగా కలపాలంటే కాంప్లిమెంటరీ డైరీ ప్రతి ఒక్కరూ పాటించండి... ఫ్యామిలీతో మీ ఆఫీస్ వాళ్ళతో హ్యాపీగా ఎంజాయ్ చేస్తారు.

4. SelfControl (స్వయం నియంత్రణ)

ఉద హరణకు ఒక స్కూల్ తీసుకుందాం :.. పాఠశాలలో 6తరగతి గదిలో.. 100మంది పిల్లలు ఉన్నారు. టీచర్ ఒక్కొక్కరికి ఒక్కో చాక్లెట్ ఇచ్చారు.. పిల్లలు చాక్లెట్ మీరు ఇప్పుడే తినకండి... రేపు ఉదయం మీరు క్లాస్ రూమ్ కు తీసుకువచ్చి నాకు చూపించాలి. రాము అనే బాలుడు ఉపాధ్యాయుని అడిగారు, మాస్టర్ గారు రేపు ఉదయం చాక్లెట్ ఎందుకు తీసుకురావాలి, మాకు మీరు ఎందుకు ఇచ్చినట్లు అని ప్రశ్నించాడు. రాము రేపు ఉదయం వరకు ఆగండి చెబుతాను అన్నాడు అలాగే మరుసటి రోజు ఉదయం పిల్లలందరూ తరగతి గది లో కి రాగానే... పిల్లలు నేను మీకు ఇచ్చిన చాక్లెట్లు మీచేతిలో తీసుకుని చేతులు పైకి ఎత్తండి.. అన్నారు మాస్టర్ గారు.. తీసుకొని పిల్లలు చేతులు పైకెత్తారు... మాస్టర్ వెళ్లి దగ్గరికెళ్ళి లెక్కపెడితే..20 మంది పిల్లలు.. దగ్గర మాత్రమే చాక్లెట్స్ ఉంది.. 80 మంది చాక్లెట్ తినేసి వచ్చారు..

Mr. Emotional... రేపటి వరకు చాక్లెట్ తినకుండాఅగ లేక పోయాడు. ఇప్పుడు ఇప్పుడు తిందామని ఆత్రుత మనసులో ఉంది..

Mr.Rational:.. మాత్రం ఆలోచించాడు.ఈ చాక్లెట్ తినకుండా రేపు వచ్చి చూపిస్తే మరొక చాక్లెట్లు ఇస్తాడని.. భావించాడు ఓపికతో ఎదురుచూశాడు.

20 సంవత్సరాల తర్వాత పూర్వ విద్యార్థుల సమ్మేళనం జరిగింది.

(గెట్ టుగెదర్) పదవీ విరమణ చేసిన ఉపాధ్యాయుడు కూడా ఆ కార్యక్రమానికి వచ్చారు..

20 సంవత్సరాల క్రితం చాక్లెట్ ఇచ్చినప్పుడు తినకుండా మరుసటి రోజు తెచ్చిన 20 మంది పిల్లలు... ఉన్న వాళ్ల పొజిషన్ చూస్తే.. వాళ్ళందరూ కూడా పెద్ద హోదాలా ఐఏఎస్, ఐపీఎస్, సీఈఓ, మేనేజర్లు... పెద్ద హోదాలో వాళ్ళు ఉన్నారు.. ఆ రోజు చాక్లెట్ మాస్టర్ ఇచ్చినప్పుడు, తొందర పడి తినకుండా భవిష్యత్ గురించి ఆలోచించారు . ఈరోజుఎంజాయ్ చేయడం గురించి కాకుండా... భవిష్యత్తు గురించి ఆలోచించే వాళ్లు ఉన్నతస్థాయికి వెళతారు .

వాళ్ళు పెద్ద ఆఫీసర్లు అయినారు.

20 సంవత్సరాల క్రితం ఎవరైతే కంట్రోల్ చేసుకోలేక.. చాక్లెట్ తినేసిన 80 శాతం మంది. చిన్న చిన్న ఉద్యోగులు చేస్తూ ఉన్నారు. చిన్న చిన్న వ్యాపారాలు చేస్తున్నారు

కొందరు ఏమి పని చేయకుండా అలాగే ఖాళీగా తిరుగుతున్నారు..

ప్రతి వ్యక్తిలోనూ రెండు మనస్తత్వాలు ఉంటాయి . ఏది మంచిది ఏది చెడు అని ఆలోచిస్తారు . ఒక లేము మంచి చెడు గురించి ఆలోచించడు...

మనలోవచ్చే భావోద్వేగాలు లో అనచుకోవడానికి. మెడిటేషన్ యోగా చేయడం చాలా లాభం గా ఉంటది... ఎమోషన్స్ ను మనం కంట్రోల్ చేసుకోగలుగుతాం.. జీవితంలో ఎలాంటి సమస్యలు ఎదుర్కోకుండా.. హ్యాపీగా జీవించగలుగుతాం. ప్రతి ఒక్కరూ ఈ యోగా మెడిటేషన్ చేయండి

భావోద్వేగాలనుఅదుపులో ఉంచుకోండి.

ఈనాడు ఈ స్పీడు యుగంలో.. చేసినప్పటి నుంచి రాత్రి వరకు మనిషి అనునిత్యం పరిగెడుతూనే ఉన్నాడు.. ఇంటి పనులు ఆఫీసు పనులతో.. బిజిగా గడుపుతున్నాడు. పెద్ద వాళ్ల దగ్గర కాంప్లిమెంటరీ డైరీ వాడకండి

భార్య భర్త ల మీద గొడవ జరిగినప్పుడు కాంప్లిమెంటరీడైరీ

వాడండి

Together అవం:- passtive దృక్పథం ఉన్న వాళ్లతో స్నేహం చేయండి, తిరగండి, మాట్లాడండి కాల్ చేయండి.. కొత్తవాళ్లతో స్నేహం చేయండి.. కాంప్లిమెంటరీ డైరీ మీరు తీసుకున్నప్పుడు... ఆడియో రూపంలో కూడా మీరు తీసుకోవచ్చు... ఇంకా బాగా ఎఫెక్టివ్ గా పనిచేస్తుంది. మనసు డిస్టర్బ్ అయినప్పుడు.. ఆడియో రూపంలో ఉన్నది వినండి తొందరగా బయటపడతారు

Open your self

ఉదాహరణ తీసుకుందాం.

నా శ్రీమతి పుట్టినరోజు వచ్చింది

తన గురించి పొగుడుతూ ఒక ఐదు పేజీలు పేపర్లో రాసి.. అందమైన పేపర్ కవర్లో పెట్టి గిఫ్టుగా ఇచ్చాను.

అది చడగానే చాలా సంతోషించింది. మీలో ఉన్న భావాలను బయట పెట్టాలి... ఎదుటి వ్యక్తి మిమ్మల్ని అర్థం చేసుకొని నీ మీద ప్రేమ కలుగుతుంది.. ఇప్పుడైనా భార్యాభర్తల మధ్య గొడవ వచ్చినప్పుడు... భర్త రాసిన లెటర్ చదివితే... టెన్షన్ ఫ్రీ అవుతుంది.

Postivemind set:- మీలో ఎంత మంది పాజిటివ్గా ఆలోచిస్తున్నారు.. పెరిగినప్పుడు దీర్ఘంగా శ్వాస తీసుకోండి.. దీని ద్వారా కూడా నియంత్రించవచ్చు

ఉదాహరణకు బీ.. తన వ్యక్తి కారులో వెళుతూ ఉన్నాడు. బైక్ మీద రాంగ్ రూట్ లో వచ్చిన వ్యక్తి వచ్చి.. కారును డ్యామేజ్ చేసి... అగకుండా వెళ్ళిపోయాడు... కారులో ఉన్న వ్యక్తి ఏం చేయాలి.... కార్ మెకానిక్ షెడ్ తీసుకెళ్లి... కారురిపేర్ చేపించాలి... సంఘటన గురించి ఆలోచిస్తూ ఉంటే లాభం లేదు.

2 వఉదాహరణ తీసుకుందాం:-

కాంప్లిమెంటరీ డైరీ ఎక్కడ అప్లై చేయాలో చూద్దాం...ఒక సారి మీ ఇంట్లో మీభార్య తో పెద్ద గొడవ జరిగింది, తిట్టుకొని కొట్టు కొనే వరకు వచ్చింది . వెంటనే మీరు వేరే రూమ్ లోకి వెళ్లి. 5 గురుఇచ్చిన కాంప్లిమెంటరీ డైరీలోని వాక్యాలు చదవండి . టెన్షన్ నుంచి రిలీఫ్ అవుతారు. పదిమంది ఇచ్చిన కాంప్లిమెంటరీ చదివితే. ముఖములో. చిరు నవ్వు వస్తాది.

15 మంది ఇచ్చిన కాంప్లిమెంటరీ చదివితే.. డిస్టర్బ్ నుంచి ఎమోషన్ నుంచి బయట పడతారు.. రిలాక్స్ గా ఫీల్ అవుతారు.

ఉదాహరణ కోసం భార్య భర్తల మీద గొడవ చెప్పాను మీ ఆఫీసులో కూడా జరిగితే ఇదే విధంగా చేయండి... జీవితం ఆనందంగా కలపాలంటే కాంప్లిమెంటరీ డైరీ ప్రతి ఒక్కరూ పాటించండి... ఫ్యామిలీతో మీ ఆఫీస్ వాళ్ళతో హ్యాపీగా ఎంజాయ్ చేస్తారు.

(స్వయం నియంత్రణ)

Postivemind set:- మీలో ఎంత మంది పాజిటివ్గా ఆలోచిస్తున్నారు.. పెరిగినప్పుడు దీర్ఘంగా శ్వాస తీసుకోండి.. దీని ద్వారా కూడా నియంత్రించవచ్చు

ఉదాహరణకు బీ.. తన వ్యక్తి కారులో వెళుతూ ఉన్నాడు. బైక్ మీద రాంగ్ రూట్ లో వచ్చిన వ్యక్తి వచ్చి.. కారును డ్యామేజ్ చేసి... అగకుండా వెళ్ళిపోయాడు... కారులో ఉన్న వ్యక్తి ఏం చేయాలి.... కార్ మెకానిక్ షెడ్ తీసుకెళ్లి... కారురిపేర్ చేపించాలి... సంఘటన గురించి ఆలోచిస్తూ ఉంటే లాభం లేదు.

1. feel- బైక్ మీద వచ్చిన వ్యక్తి కారు ను గుద్ది వెళ్లినందుకు.. బాధపడ్డాడు

2. Becose of జరిగిపోయింది ఇప్పుడు నేనేం చేయాలి.... మెకానిక్ దగ్గరికి వెళ్లి పేరు చేపించుకోవాలి.

3. Idid:.. నాకు చాలా బాధకూడా వచ్చింది దుఃఖం కూడా వచ్చింది.

4. Somthing else:- నేను రేపటి నుంచి డ్రైవింగ్ చేస్తున్నప్పుడు జాగ్రత్తగా నడపాలి

2 వఉదాహరణ తీసుకుందాం:-

అమ్మ అక్కయ్య నన్ను కొడుతుంది... బాబు వెళ్లి వాళ్ళ అమ్మకు కంప్లైంట్ ఇచ్చాడు... బాబును అమ్మ అడిగింది..

అక్కయ్య నిన్ను ఎందుకు కొట్టింది ?

చదువుకోవడం లేదుఅని కొట్టింది ! అక్కయ్య కొట్టిందని బాబు ఎడ్చాడు. నేను రేపటి నుంచి బుద్ధిగా చదువుకుంటానని అక్కయ్యకు చెప్పాడు

భావోద్వేగాలను అదుపులో ఉంచుకో కుండా... కుటుంబములో చాలా గొడవ లుజరిగి . మనశ్శాంతి లేకుండా గడుపుతున్నారు. పార్లమెంట్,అసెంబ్లీలలో సభ్యులు భావోద్వేగాలను అదుపులో పెట్టుకోకుండా గొడవలు జరుగుతున్నాయి... సభ నుండి వాకౌట్ చేస్తున్నారు.. మైక్ లను విర కొడుతున్నారు. డ్రైవింగ్ చేస్తున్నప్పుడు మనం ఫోన్ సైలెంట్ మోడ్లో పెట్టుకుంటే బాగుంటది.

అవతల వ్యక్తి ఫోనులో.. మనస్సుకు బాధ కలిగించే మాటలు మాట్లాడితే భావోద్వేగాలకు గురై... నియంత్రణ కోల్పోయి అక్కిడెంట్ జరిగే అవకాశం ఉంది. ప్రతి ఒక్కరూ ఆనందంగా ఉండాలంటే... ఎమోషన్స్ ఫీలింగ్స్ ను నియంత్రణలో ఉంచుకోండి.

ఈ జాగ్రత్తలు పాటిస్తే .. మీ గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది..!

మన శరీరంలో ఉన్న అతి ముఖ్యమైన, సున్నితమైన భాగాల్లో గుండె ఒకటి. గుండెను జాగ్రత్తగా కాపాడుకుంటేనే మనం జీవించగలం. దానికి ఏ చిన్న సమస్య వచ్చినా.. ఇబ్బంది పడాల్సి వస్తుంది. ఈ మధ్యకాలంలో కాలంలో వయసుతో సంబంధం లేకుండా గుండె జబ్బుల బారిన పడుతున్నారు. కొందరు చిన్నవయస్సులోనే ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారు. గుండెపోటు రావడానికి.. విపరీతమైన ఒత్తిడి, స్మోకింగ్, మధ్యపానం ప్రధాన కారణాలు. కలుషిత గాలి, ఆహారపు అలవాట్లు కూడా గుండె సమస్యలకు కారణాలు అని నిపుణులు అంటున్నారు. గుండె బలహీనంగా ఉంటే.. మీరు కరోనరీ ఆర్టరీ డిసీజ్, అరిథ్మియా, గుండె కండరాల సమస్యలు, గుండె కవాట సమస్యలు వంటి వ్యాధుల ముప్పు పెరుగుతుంది. గుండె వీక్‌గా ఉంటే.. ఛాతీ నొప్పి, ఛాతీ బిగుతుగా ఉండటం, శ్వాస ఆడకపోవడం, మెడ-దవడ నొప్పి, చేతు, కాళ్లలో తిమ్మిరి, అసాధారణ హృదయ స్పందన వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. గుండె జబ్బుల నుంచి దూరంగా ఉండటానికి.. దాన్ని దృఢంగా తయారు చేసుకోవాలని నిపుణులు అంటున్నారు. పోషకాహారం, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయమం, ధ్యానం లాంటివి చేయడం వల్ల గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుందని చెబుతున్నారు.

నడవండి.. రోజూ తగినంత నడిస్తే.. గుండె సమస్యల నుంచి రక్షణ లభిస్తుంది. గుండె ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే ప్రతిరోజూ కనీసం 6000 అడుగులు నడవాలి. ఆరు వేలు/ అంతకంటే ఎక్కువ అడుగులు నడవడం వల్ల గుండె జబ్బులకు దూరంగా ఉండవచ్చు.

విటమిన్ కె తీసుకోండి.. గుండెజబ్బు ముప్పు తగ్గడానికి, రక్తప్రసరణ మెరుగుపడడానికి విటమిన్ కె సహాయపడుతుంది. రక్తనాళాల్లో కాల్షియం పోగుపడటాన్నీ తగ్గిస్తుంది. వీటిని రక్తనాళాల నుంచి తిరిగి ఎముకలు, దంతాల్లోకి చేర్చటానికీ ఉపయోగపడుతుంది. సార్‌డైన్ వంటి చేపల్లో, ఆకుకూరలు, క్యాబేజీ, పచ్చిబఠాణీ వంటి ఆహార పదార్థాల్లో విటమిన్ కె మెండుగా ఉంటుంది. మనకు రోజుకు 120 మైక్రోగ్రామలు విటమిన్ కె అవసరం.

ఫైబర్ తీసుకోండి.. నిత్యం మనం తీసుకునే ఆహారంలో ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. దీంతో గుండె సంబంధ వ్యాధులు వచ్చే అవకాశాలు బాగా తగ్గుతాయని అధ్యయనాల్లో వెల్లడైంది. ఫైబర్ హైబీపీని తగ్గిస్తుంది. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను నియంత్రిస్తుంది. దీంతో హార్ట్ ఎటాక్ ముప్పు తగ్గుతుంది. రోజుకు ఐదు నుంచి 10 గ్రాములు ఫైబర్ మీ రక్తంలో చెడు కొలెస్ట్రాలను తగ్గించగలదని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. బీన్స్, అవకాడోలు, బెర్రీలు, నట్స్, ఓట్స్, బార్లీ, ఆపిల్, క్యారెట్, అవిసె గింజలు, జామకాయలో ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది.

ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్.. ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ గుండె ఆరోగ్యాన్ని రక్షిస్తాయి. ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ హైపర్‌టెన్షన్‌ను కంట్రోల్‌లో ఉంచుతాయి. గుమ్మడి విత్తనాలు, బాదంపప్పు, కోడిగుడ్డు, వాల్‌నట్స్, బ్రొకోలి, కొత్తిమీర, అవిసె గింజలు, ఆలీవ్ ఆయిల్, అవకాడో,చియా గింజలు,పిస్తా,చేపల్లో టూనా చేపలు,సాల్మన్ చేపలు, మెర్రింగ్, వంటి వాటిలో పుష్కలంగా ఉంటాయి. కాబట్టి వీటిని మనం ప్రతీరోజు తినాలి.

వ్యాయమం చేయండి.. రోజూ వ్యాయామం చేయడం.. ఎక్కువగా శారీరక శ్రమ ఉండే పనులు చేసేవారిలో గుండె జబ్బులు వచ్చే ముప్పు తక్కువగా ఉంటుందని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. రోజు గుండె వేగాన్ని పెంచే వ్యాయామాలు 10 నిమిషాలు చేసినా.. మంచిదని నిపుణులు అంటున్నారు. ఉన్నచోటే ఎగరటం, గుంజీలు తీసినట్టు పిరుదులను మోకాళ్ల ఎత్తు వరకు వచ్చేలా నడుమును కిందికి తేవటం, కాళ్లు లేపటం, చేతులు తిప్పటం వంటివి చేయండి

ప్రాణాయామం, ధ్యానం.. ఒత్తిడి తగ్గడానికి దోహదం చేసే ప్రాణాయామం, ధ్యానం వంటి వాటితో గుండెజబ్బు ముప్పు 48% వరకు తగ్గుతున్నట్టు అధ్యయనాలు స్పష్టంచేశాయి. రోజూ కొంతసేపు ప్రశాంతమైన వాతావరణంలో వీటిని సాధన చేస్తే గుండె ఆరోగ్యానికి మంచిది.

డయాబెటిక్ పేషెంట్లలో గాయాలు త్వరగా మానడానికి కొన్ని చిట్కాలు

పడిపోవడం, లేవడం అనేది జీవితంలో జరిగేదే. జీవితంలో గాయాలు చూడని వ్యక్తి ఉండడు. కానీ మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు గాయపడకుండా ఉండటం మంచిది. ఎందుకంటే చిన్నపాటి గాయం కూడా మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుంది.

గాయం విషయంలో, అవయవాన్ని కోల్పోయే ప్రమాదం ఉంది. అందువల్ల, వారు గాయపడకుండా ఎల్లప్పుడూ జాగ్రత్తగా ఉండటం చాలా ముఖ్యం.

మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులలో గాయం మానడం ఎందుకు ఆలస్యం అవుతుంది? మధుమేహం అనేది శరీరంలో అవసరమైన ఇన్సులిన్‌ను స్రవించకుండా మరియు స్రవించే ఇన్సులిన్‌ను ఉపయోగించని వ్యాధి. ఇన్సులిన్ మన శరీరం గ్లూకోజ్‌ను శక్తిగా మార్చడంలో సహాయపడుతుంది. అది జరగనప్పుడు, రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరుగుతాయి. దీని వల్ల శరీరంలోని గాయాలు మానడం ఆలస్యమవుతుంది. మధుమేహం ఉన్నవారిలో గాయాలు నెమ్మదిగా నయం అవుతాయి మరియు సులభంగా పెరుగుతాయి. కాబట్టి, ఇప్పుడు మనం గాయాన్ని మరింత తీవ్రతరం చేయకుండా ఎలా ఎదుర్కోవాలో తెలుసుకోబోతున్నాం. గాయాలకు ఇలా జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే గాయం పెద్దది కాకుండా త్వరగా మానుతుంది.

గాయాలను నయం చేసేందుకు చిట్కాలు... మీరు డయాబెటిక్ అయితే, శరీరంపై ఏర్పడే ఏవైనా కోతలు మరియు స్క్రాప్‌ల పట్ల అదనపు జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. గాయాల వల్ల వచ్చే సమస్యలను నివారించడానికి మీరు అనుసరించాల్సిన కొన్ని చిట్కాలు ఇక్కడ ఇవ్వబడ్డాయి.

రోజూ పాదాలను తనిఖీ చేయండి మీ పాదాలు మరియు కాళ్ళలో ఏవైనా కోతలు, పొక్కులు మరియు వాపులు, ప్రత్యేకించి మీరు డయాబెటిక్ న్యూరోపతి కారణంగా మీ పాదాలలో సంచలనాన్ని కోల్పోతే, ఖచ్చితంగా శ్రద్ధ వహించాలి. ఒక చిన్న అల్సర్ కాలు నష్టానికి ప్రధాన కారణం. ప్రతిరోజూ మీ పాదాలను తనిఖీ చేయడం ఉత్తమ పరిష్కారం. కాలిపై ఏదైనా చిన్న గాయం కనిపిస్తే, మీరు ఆలస్యం చేయకుండా వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించాలి.

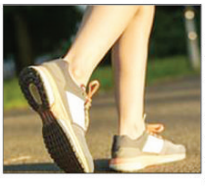
గాయాలకు పట్టీలు మార్చడం మర్చిపోవద్దు శరీరంపై సంభవించే గాయాలకు పట్టీలు చాలా ముఖ్యమైనవి. ఎందుకంటే అవి గాయాలలో తేమను నిలుపుకుని త్వరగా మానేలా చేస్తాయి. బ్యాండేజీలను మార్చడం మర్చిపోవడం వల్ల తేమ లేకుండా గాయం మానడం ఆలస్యం అవుతుంది. పట్టీలను ఎలా మార్చాలి మరియు క్రమం తప్పకుండా బ్యాండేజీలను ఎలా మార్చాలి అని మీరు మీ వైద్యుడిని అడిగితే, గాయం త్వరగా నయం అవుతుంది.

రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను క్రమం తప్పకుండా తనిఖీ చేయండి మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు గాయాలకు గురవుతారు. వాటిని త్వరగా నయం చేయడానికి కొన్ని ముఖ్యమైన చర్యలు క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవాలి. మీ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను స్థిరంగా ఉంచడానికి, ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని నిర్వహించడం చాలా ముఖ్యం. కేలరీలు, ప్రోటీన్లు, ఖనిజాలు, విటమిన్లు. జింక్ మరియు విటమిన్ సి అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని జోడించడం ద్వారా, గాయం వేగంగా నయం అవుతుంది. మీ వైద్యుడిని సంప్రదించి, మీ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను అదుపులో ఉంచుకోవడానికి మార్గాలను కనుగొని, వాటిని అనుసరించడం ఉత్తమం. ఈ విధంగా, గాయం మరింత అభివృద్ధి లేకుండా నయం చేయవచ్చు.

వ్యాయామం చేయడం వల్ల శరీరంలోని అన్ని భాగాలకు రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడుతుంది. డయాబెటిస్ ఉన్నవారు క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం వల్ల ప్రయోజనం పొందుతారని అందరికీ తెలుసు. అలాగే, గాయం సంభవించినప్పుడు, వ్యాయామం గాయాన్ని వేగంగా నయం చేయడంలో సహాయపడుతుంది మరియు శారీరక ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది.

ఒత్తిడిని తగ్గించుకోండి గాయపడిన ప్రదేశానికి ఎక్కువ ఒత్తిడిని వర్తింపజేయడం వల్ల గాయం మరింత తీవ్రమవుతుంది. మరో మాటలో చెప్పాలంటే, కాలికి గాయం అయితే, నడకను తగ్గించడం మరియు లెగ్ రెస్ట్ ఇవ్వడం గాయం నయం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. మీరు గాయంపై ఒత్తిడిని కొనసాగించినట్లయితే, అది గాయాన్ని పెద్దదిగా చేస్తుంది మరియు గాయం మానడం ఆలస్యం చేస్తుంది.

రోజుకు ఏడు నిమిషాలు కేటాయించండి చాలు



నడక నాలుగు విధాలా మంచిదని అందరూ చెబుతుంటారు. దానిని పాటించేవారు చాలా తక్కువ. అయితే కరోనా సంక్షోభం తర్వాత రోజు వాకింగ్ లేదా జాగింగ్ చేసే వారి సంఖ్య కాస్త పెరిగిందనే చెప్పాలి. అయితే ఎలా నడవాలి? అనే విషయంలో చాలా మందికి అవగాహన ఉండదు. ఏదో చెయ్యమన్నారు కాబట్టి రోజూ నాలుగు అడుగులు వేద్దాంలే అని చాలా మంది అనుకుంటూ ఉంటారు. దాని వల్ల అంతగా ఉపయోగం ఉండదని నిపుణులు చెబుతు?న్నారు. అయితే చురుకైన నడకతో చాలా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు దాగి ఉన్నాయని నిపుణులు స్పష్టం చేస్తున్నారు. ఇదే విషయాన్ని బ్రిటీష్ జర్నల్ ఆఫ్ స్పోర్ట్స్ మెడిసిన్ వారు చేసిన అధ్యయనం కూడా స్పష్టం చేసింది. ముఖ్యంగా రోజూ ఏడు నిమిషాల చురుకైన నడక గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని గణనీయంగా తగ్గిస్తుందని వివరించింది.

రోజుకు ఏడు నిమిషాలు లేదా వారానికి 75 నిమిషాలు.. శారీరక శ్రమ అనేది ఆరోగ్యానికి చాలా అవసరం. అది లేకపోతే చాలా నష్టపోవాల్సి వస్తుంది. శారీరక శ్రమ లేకనే చాలా రోగాలు మనిషిని చుట్టుముడుతున్నాయి. ఇప్పుడు ఇదే విషయాన్ని ఈ అధ్యయనం స్పష్టం చేసింది. రోజూ ఈ చురుకైన నడకను ప్రాక్టీస్ చేస్తే కనీసం గుండె జబ్బులతో సంభవించే 10 మరణాలలో కనీసం ఒకరినైనా కాపాడవచ్చని వివరించింది. రోజూ ఏడు నిమిషాలు లేదా.. వారానికి 75 నిమిషాలు చురుకైన నడక నడవడం ద్వారా ఇది సాధ్యమవుతుందని ఆ అధ్యయనం నిరూపించింది.

బ్రిస్క్ వాకింగ్ అంటే.. వాకింగ్ అంటే అందరికీ అర్థం అవుతుంది. కానీ బ్రిస్క్ వాకింగ్ అంటే కొత్తగా చూస్తారు. బ్రిస్క్ వాకింగ్ అంటే మామూలుగా నడిచే వేగానికన్నా కొంచెం ఫాస్ట్‌గా నడవడమే. క్లియర్ కట్‌గా చెప్పాలంటే చిన్నపాటి పరుగులాంటి నడక. దీని వల్ల కండరాలు, ఎముకలు దృఢంగా మారుతాయి. అలాగే శరీరంలో అధిక కేలరీలు ఖర్చయ్యి, చెడు కొలెస్ట్రాల్ తగ్గుతుంది. ఫలితంగా బరువు కూడా తగ్గుతారు.

గుండెకు ప్రయోజనం.. బ్రిటీష్ జర్నల్ ఆఫ్ స్పోర్ట్స్ మెడిసిన్ అధ్యయనంలో ఈ బ్రిస్క్ వాకింగ్ గుండె ఆరోగ్యానికి భరోసా ఇస్తుందని నిపుణులు వివరించారు. చురుకుగా నడక చేసినప్పుడు గుండె స్పందన రేటు పెరుగుతుంది. శ్వాస వేగంగా, లోపలికి తీసుకుంటాం. ఫలితంగా ఇది కార్డియోవాస్కులర్ వ్యాధులను దూరం చేయడానికి దోహదపడుతుంది. అలాగే గుండె కండరాలు బలోపేతం అవుతాయి. పలితంగా శరీరం అంతటా రక్త సజావుగా ప్రవహించడానికి వీలవుతుంది. అలాగే గుండె మంటను కూడా తగ్గించడానికి సాయపడుతుంది.

ఇతర ప్రయోజనాలు.. క్రమం తప్పకుండా చురుకైన నడకలు హృదయ సంబంధ వ్యాధులు, అధిక రక్తపోటు, అధిక కొలెస్ట్రాల్ మరియు టైప్ 2 మధుమేహం వంటి ఇతర దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. అలాగే చురుకైన నడక ఆరోగ్యకరమైన బరువును నిర్వహించడానికి లేదా బరువు తగ్గడానికి సమర్థవంతమైన మార్గం, ఇది మళ్లీ గుండె ఆరోగ్యంపై సానుకూల ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. అధిక బరువు గుండెపై అదనపు ఒత్తిడిని కలిగిస్తుంది.

గుమ్మడి గింజలతో 6 అద్భుత ప్రయోజనాలు

ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంలో కూరగాయలు, పండ్లు, డ్రైఫ్రూట్స్, డ్రైనట్స్ ఎంతగానో ఉపయోగపడతాయన్న సంగతి మనందరికీ తెలిసిందే. అయితే మీకు గుమ్మడి గింజలతో కూడా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందవచ్చని మీకు తెలుసా..? అవును పచ్చి గుమ్మడికాయను కూర చేయడానికి, సాంబరులో ఉపయోగిస్తారు. అయితే అది ఎండిపోయిన తర్వాత మిగిలి ఉండే గుమ్మడి గింజలతో కూడా ప్రయోజనాలున్నాయి. ఎందుకంటే.. గుమ్మడి గింజలలో విటమిన్ ఎ, సి, ఈ, ఐరన్, ఫైబర్, కార్బోహైడ్రేట్, కాల్షియం, పొటాషియం, మెగ్నీషియం, జింక్, ఫోలేట్ వంటి అనేక పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ కారణంగా వీటిని క్రమం తప్పకుండా తీసుకుంటే మన శరీరానికి పోషకాల కొరత ఉండదు. ఫలితంగా అనేక రకాల ఆరోగ్య సమస్యల నుంచి రక్షణ పొందవచ్చు. ముఖ్యంగా గుమ్మడి గింజలలోని విటమిన్ సీ మన శరీర వ్యాధి నిరోధక శక్తి మెరుగుపడేలా చేస్తుంది. ఈ క్రమంలో మీరు గుమ్మడి గింజలను నీటిలో నానబెట్టడం, మొలకెత్తిన తర్వాత తినడం, సలాడ్‌లు, సూప్‌లుగా కూడా కలుపుకొని తినవచ్చు. కావాలంటే ఎండబెట్టి పొడి చేసి తీసుకోవచ్చు.

రోగనిరోధక శక్తి: కాలనుగుణంగా వ్యాపించే ఆరోగ్య సమస్యలను నిరోధించడంలో, నివారించడంలో రోగనిరోధక శక్తిని బలోపేతం చేయడం చాలా ముఖ్యం. ఈ నేపథ్యంలో గుమ్మడికాయ గింజలు మీ రోగనిరోధక శక్తిని బలోపేతం చేస్తాయి. ఇంకా శరీరానికి కావలసిన పోషకాలను అందించి.. అనేక రకాల ఇన్ఫెక్షన్ల నుంచి మిమ్మల్ని రక్షిస్తాయి. ఇందులో ఉండే విటమిన్స్ ఈ రక్తనాళాలను కూడా బలపరుస్తుంది.

గుండెజబ్బులకు చెక్: రోజూ ఒక చెంచా గుమ్మడి గింజలను తీసుకోవడం వల్ల మీ చెడు కొలెస్ట్రాల్ తగ్గి మంచి కొలెస్ట్రాల్ పెరుగుతుంది. ఇలా చేస్తే గుండెకు సంబంధించిన అన్ని సమస్యలు అదుపులో ఉంటాయి. ఇప్పటికే గుండె జబ్బులు ఉన్న వారు తప్పనిసరిగా గుమ్మడి గింజలను తీసుకోవాలి.

ఎముకలకు మేలు: గుమ్మడి గింజల్లో కాల్షియం పుష్కలంగా ఉండడం వల్ల.. వీటిని తింటే ఎముకలు దృఢంగా ఉండి బోలు ఎముకల వ్యాధి వచ్చే ప్రమాదం తగ్గుతుంది.

జీర్ణవ్యవస్థ: ఆయుర్వేదం ప్రకారం శరీరంలోని అన్ని రోగాలకు మూలం పొట్ట. కానీ గుమ్మడికాయ గింజలను తీసుకోవడం వల్ల కడుపుకు చాలా మంచిదిగా భావిస్తారు ఆయుర్వేద నిపుణులు. అవి మన జీర్ణవ్యవస్థను సరిచేయడానికి పని చేస్తాయి. అందువల్ల వీటిని రెగ్యులర్‌గా తీసుకుంటే మలబద్ధకం, గ్యాస్, అజీర్ణం, అసిడిటీ వంటి సమస్యలన్నీ తొలగిపోతాయి.

కళ్లకు మేలు: గుమ్మడికాయ గింజలలో విటమిన్ ఎ, ఈ ఉండడం వల్ల ఇవి కళ్ళకు చాలా ప్రయోజనకరంగా పనిచేస్తాయి. ఇవి కళ్లను రక్షించబడడమే కాక కంటిచూపు మెరుగవుతుంది.

కీళ్ల నొప్పులు: గుమ్మడికాయలో యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ గుణాలు ఉండడం వల్ల కీళ్లనొప్పులు కూడా దూరమవుతాయి.

ఈ రిఫ్రెష్ డ్రింక్ వేసవిలో వడదెబ్బ నుంచి రక్షిస్తుంది

వేసవిలో ఏదైనా చల్లగా తాగితే వెంటనే రిఫ్రెష్‌గా ఉంటుంది. దీనితో, మీరు వేడి వల్ల కలిగే చికాకు నుంచి తక్షణ ఉపశమనం పొందుతారు. దీనితో పాటు, మీ శరీరం కూడా హైడ్రేటెడ్‌గా ఉంటుంది. సాధారణంగా ప్రజలు వేసవిలో నిమ్మరసం, జ్యూస్, జల్జీరా లేదా షేక్ తాగడానికి ఇష్టపడతారు. అయితే మీరు ఎప్పుడైనా మసాలా జీరోని ప్రయత్నించారా..? కాకపోతే, ఈ రోజు మనం మసాలా జీరా తయారీకి సంబంధించిన రెసిపీని ఇవాళ మనం తెలుసుకుందాం. వేసవిలో హీట్ స్ట్రోక్ నుంచి మీ శరీరాన్ని రక్షించడంలో సహాయపడే రిఫ్రెష్ డ్రింక్స్ ఇవి. దీనితో పాటు, మీ జీర్ణవ్యవస్థ కూడా మెరుగ్గా ఉంటుంది.

మసాలా జీరా చేయడానికి కావలసిన పదార్థాలు-

జీలకర్ర కప్పు, నల్ల మిరియాలు 10-12 ముతకగా రుబ్బిన, లవంగాలు 3-4 ముతకగా రుబ్బిన, చక్కెర కప్పు, అల్లం అంగుళం (సుమారుగా తరిగినవి), నల్ల ఉప్పు రుచికి సరిపడేంత, ఉప్పు, చాట్ మసాల్టా స్పూన్, ఎర్ర మిరప కాయ, చిటికెడు నిమ్మకాయ ముక్క 2, నిమ్మకాయలు 2 చిన్న, ఐస్ క్యూబ్స్ అవసరమైన విధంగా, సోడా తాగడం.

మసాలా జీరా ఎలా తయారు చేయాలి..

మసాలా జీరు చేయడానికి, ముందుగా ఒక బాణలిలో జీలకర్ర వేసి వేయించాలి. తర్వాత అందులో నుంచి 1 టీస్పూన్ జీలకర్ర తీసి పక్కన పెట్టుకోవాలి. దీని తరువాత, పాన్లో నల్ల మిరియాలు, లవంగాలు వేసి సుమారు 1 నిమిషం పాటు వేయించాలి. తర్వాత అందులో పంచదార, నీళ్లు, అల్లం వేసి బాగా వేయించాలి. దీని తరువాత, 1 టీస్పూన్ వేరుచేసిన జీలకర్రను ఒక మోర్టార్లో ఉంచండి. తర్వాత అందులో బ్లాక్ సాల్ట్, వైట్ సాల్ట్, చాట్ మసాలా, రెడ్ మిర్చి, కొంచెం పంచదార వేసి కలపాలి. దీని తరువాత, ఈ పదార్థాలన్నింటినీ కలిపి ముతకగా రుబ్బుకోవాలి. తర్వాత తయారుచేసుకున్న మిశ్రమాన్ని గ్లాసులో వడకట్టి బయటకు తీయాలి. దీని తరువాత, మీరు పైన నిమ్మకాయను అప్లై చేసి, జీలకర్ర మసాలా వేసి, ఆపై మీరు బ్లాక్ సాల్ట్, ఉప్పు, చాట్ మసాలా వేసి అందులో నిమ్మకాయను పిండాలి. దీని తరువాత, దానికి ఐస్ , సోడా వేసి మిక్సింగ్ తర్వాత సర్వ్ చేయాలి.

తియ్యటి తులసి..! క్యాన్సర్ నుంచి మధుమేహం వరకు అనేక వ్యాధులకు దివ్యౌషధం

ఔషధ గుణాలతో నిండిన తులసి ప్రతి ఇంట్లోనూ ఉంటుంది. తులసిని పూజించడమే కాకుండా ఔషధాల తయారీలో కూడా ఉపయోగిస్తారు. కరోనా కాలంలో తులసి ప్రజలను చాలా రక్షించింది. రోగనిరోధక శక్తిని బలోపేతం చేయడానికి ప్రజలు తులసిని ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తారు. తులసి గురించి మనందరికీ తెలుసు, కానీ మధురమైన తులసి గురించి ఎప్పుడైనా విన్నారా? దాని రుచి ద్వారానే దానికి ఆ పేరు వచ్చింది. ఈ తులసి చక్కెర తీపి కంటే 300 రెట్లు తియ్యగా ఉంటుంది. ఈ తులసి పేరు స్టెవియా. ఇది ఆరోగ్యానికి ఎంత ఉపయోగకరంగా ఉంటుందో రుచిలో కూడా అంతే తీపిగా ఉంటుంది. తీపి తులసి చాలా ఖరీదైనది. ఇది అనేక తీవ్రమైన వ్యాధులలో వినియోగించబడుతుంది. అంతే కాదు, దీని ఉపయోగం శరీరాన్ని బలపరుస్తుంది. రోగనిరోధక శక్తిని బలపరుస్తుంది. తీపి తులసి మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు మాత్రమే కాకుండా, అన్ని వయసుల వారికి, పిల్లలు, గర్భిణీ స్త్రీలకు కూడా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు, స్వీట్లను తినడానికి ఇష్టపడే వారికి ఇది ఒక వరం. స్టెవియా నిజానికి పొద్దుతిరుగుడు కుటుంబానికి చెందిన దాదాపు 240 జాతుల జాతికి చెందినది.

షుగర్ రోగులకు మేలు చేస్తుంది.. ఈ తులసిని చాలా ఏళ్లుగా స్వీటెనర్‌గా ఉపయోగిస్తున్నారు. తీపిగా ఉన్నప్పటికీ, ఇది షుగర్ రోగులకు ఉపయోగపడుతుంది. దీని వాడకం వల్ల షుగర్ పేషెంట్లలో షుగర్ కంట్రోల్ ఉంటుంది. రక్తంలో ఉండే గ్లూకోజ్‌పై స్టెవియా ప్రభావం చాలా తక్కువ. మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు, కార్బోహైడ్రేట్ నియంత్రిత ఆహారం తీసుకునే వారికి సహజ స్వీటెనర్‌గా పనిచేస్తుంది.

రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది.. తియ్యటి తులసిలో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాల వల్ల శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుందని ఆరోగ్య నిపుణులు కూడా నమ్ముతున్నారు. స్టెవియాలో ఫ్లేవనాయిడ్స్, టానిన్లు, ట్రైటెర్పెనెస్, కెఫినాల్, కెఫిక్ యాసిడ్, క్వెర్సెటిన్ వంటి అనేక యాంటీ-ఆక్సిడెంట్లు ఉన్నాయి. ఇవి మన శరీర రోగనిరోధక శక్తిపై సానుకూల ప్రభావాన్ని చూపుతాయి.

ఈ తులసి బరువును తగ్గిస్తుంది.. మీరు బరువు పెరగడం వల్ల ఇబ్బంది పడుతుంటే, సహజంగా బరువు తగ్గాలని కోరుకుంటే, మీ ఆహారంలో ఈ తులసిని చేర్చుకోండి. ఇది సహజ స్వీటెనర్, ఇది ప్రాసెస్ చేయబడదు. పరిశోధన ప్రకారం, స్టెవియా తీపి చక్కెర కంటే చాలా ఎక్కువ, కానీ దానిలో కేలరీలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. మీరు సహజంగా బరువు తగ్గాలనుకుంటే తీపి తులసి తినండి.

చర్మానికి ప్రయోజనకరం.. చర్మ సమస్యలను నివారించడానికి కూడా స్టెవియా ఉపయోగపడుతుంది. స్టెవియాలో యాంటీ బాక్టీరియల్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఇవి ఎగ్జిమా, డెర్మటైటిస్ వంటి సమస్యలను తగ్గించడంలో సహాయకారిగా పరిగణించబడతాయి. స్టెవియా బ్యాక్టీరియా వ్యాప్తిని నిరోధించడంలో సహాయ పడుతుంది.

కడుపుకు కూడా మేలు చేస్తుంది.. ఈ తులసి జీర్ణ సమస్యలను దూరం చేయడంలో చాలా ఎఫెక్టివ్ గా పనిచేస్తుంది. కడుపు నొప్పి, అజీర్ణం వంటి సమస్యలను నయం చేయడంలో స్టెవియా సారం చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. స్టెవియా ఆకులను ఉడకబెట్టి, దాని సారాన్ని క్రమం తప్పకుండా తాగాలి.. దీని వాడకం వల్ల పొట్ట సంబంధిత సమస్యల నుంచి ఉపశమనం పొందవచ్చు.

నవయుగ వైతాళికుడు కందుకూరి విమర్శ - పరామర్శ

తెలుగు నిధి డా.వెలమల సిమ్మన్న గారి నవయుగ వైతాళికుడు కందుకూరిని విశ్లేషణ చేసిన విశాఖ తెలుగు సాహిత్య సూర్యుని గా ప్రసిద్ధి పొందిన వారు Dr.. D.V సూర్యారావు.

ఆచార్య వెలమల సిమ్మన్న గారి రచన నవ యుగ వైతాళికుడు కందుకూరి కోసం సమీక్ష చేసిన

Dr.D. V. సూర్యారావు గారి విశ్లేషణ లో నేను తెలుసుకున్న అంశాలు....

ఆంధ్ర యూనివర్సిటీ గౌరవ ఆచార్యులు. డా. వెలమల సిమ్మన్న. 100 కు పైగా పుస్తకాలు రాసిన డా. వెలమ సిమ్మన్నకి ఈ పుస్తకం రాసి, ఆవిష్కరణ చేసినందుకు ముందు గా హృదయ పూర్వక శుభాకాంక్షలు

ఇంత గొప్ప వారు తెలుగు బోధనా మాధ్యమంలో సూర్యుడి వంటి వారు. వీరితో ఈ విధంగా ప్రయాణం చేసే అవకాశం రావడం

నాకు ఎంతో సంతోషంగా ఉంది యడవల్లి సుధాకర్ గారు (శుభోదయం ఫౌండ్)నాకు ఒక 10 రోజుల క్రితం ఈ పుస్తకం ఇచ్చేరు, ఏదైనా మాట్లాడే అవకాశం రావచ్చు అని ప్రోత్సహించిన సుధాకర్ గారికి ధన్యవాదములు

మాట్లాడే అవకాశం రాలేదు కానీ దీనికోసం వినే అవకాశం కూడా అదృష్టం, అయితే మా చిన్నప్పుడు పాఠాలు విన్నప్పుడు, మేము చదువుకున్నప్పుడు లేదా ఇప్పుడు పాఠాలు చెబుతున్నప్పుడు మన కందుకూరి వీరేశలింగం పంతులు కోసం తెలుసుకోకుండా ఉండం ఉయన ఒక సంఘ సంస్కర్త గా ఉపన్యాసకుడిగా, రచయిత గా పత్రికా సంపాదకుడి గా సుపరిచితులే...

Dr.D. V సూర్య రావు మాటల్లో మళ్ళీ ఇది ఆచార్య వెలమల సిమ్మన్న రాయడానికి కారణం సమాజానికి దీని అవసరం వుంది కనుక ఇది మళ్ళీ గుర్తుకు తేవడం ఒకటి, ఇంకా ఇది ఒక పునర్మూల్యాంకణం అని సమాజం లో కొన్ని మార్పులు తేవాలి అంటే అప్పటి పరిస్థితులు ఎలా ఉండేవి, అవి ఎలా మార్పు చెందేవి అని చెప్పడం ఈ పుస్తకం లో సిమ్మన్న గారి ఉద్దేశం గా కనిపిస్తుంది అని ఇతను ప్రకాశం జిల్లా లో కందుకూరు గ్రామం లో 1848 ఏప్రిల్ 16 జన్మించినా విద్య కై రాజమండ్రి వచ్చి అక్కడ తెలుగు పండితునిగా తరువాత మద్రాస్ ప్రెసిడెన్సీ కళాశాలలో కూడా తెలుగు పండిత వృత్తి చేపట్టిన కందుకూరి గారు తీసుకు వచ్చిన సంస్కరణలు ఇతను బాల్య వివాహాలు, వితంతు వివాహాలు సతీ సహగమనం వంటి వాటికి వ్యతిరేకం గా ఉద్యమించడమే కాకుండా ఇలాంటి మూఢాచారాల నిర్మూలనకు స్త్రీ కి విద్య అవసరం అని ఆచరణాత్మక మైన నిర్ణయం తో ముందు ఉయనకి 13 ఏళ్ళ వున్నప్పుడు రాజ్యలక్ష్మమ్మ (8 ఏళ్ళ కే) గారిని బాల్య వివాహం చేసుకొన్నారు అలాంటి పరిస్థితి రాకూడదు అని అప్పుడే దీన్ని సంస్కరించాలి అని అనుకున్నారు. ఇతని భార్య రాజ్యలక్ష్మమ్మ గారు ఆదర్శ భావాలు కల స్త్రీ. ఈమె కూడా స్త్రీ ఉన్నతి కై సతీహిత బోధిని అనే పత్రిక నడిపేరు అని సిమ్మన్న వివరణ అర్థం... ఆదర్శ భావాలు కల పురుషుల కు స్త్రీ సహాయం సహకారం ఉండాలి అని అంతర్యం అని ఈ సాహిత్య సూర్యుడు విశ్లేషణ చేసేరు .. ఆమె సహకారం తో చాలా మంది వితంతువుల కు చేరదీసి వివాహం జరిపించడం అలాగే 1881డిసెంబర్ 11న మొట్టమొదటి తొమ్మిది ఏళ్ళ గౌరమ్మ బాల వితంతువు కు వరుడు గోగిల పాటి త్రిరాములు తో పునర్వి వాహం ఇతని ఇంటివద్ద జరిపించేరు దీనికోసం ప్రచారం చెయ్యడమే కాకుండా ఎన్ని కష్టాలు ఎదురైన 40 వితంతు వివాహాలు చేసి ఆచరణలో పెట్టేరు అని బాలికల విద్య కై ఆంధ్ర ప్రదేశ్ లో బ్రహ్మ సమాజం స్థాపన, దాని ద్వారా బాలిక విద్య కై పాఠశాల ను ప్రారంభించి ఇంకా సహవిద్య అంటే మగ పిల్లలు తో పాటు బాలికలు కలిసి చదవడం ప్రోత్సహించిన వైతాళికుడు కందుకూరి అని యువత కు తెలిపాలి అనే ఆలోచన తో రాసారు అని వివరించేరు. ఈనాడు స్త్రీ స్వేచ్ఛ కు, ఉన్నతికి... సమాజం లో ఇంతటి స్థానం గౌరవం కు కారణం కందుకూరి అని అది ప్రతి స్త్రీ గుర్తు ఉంచుకోవాలి అని ఈ పుస్తకం ద్వారా సిమ్మన్న గారు తెలిపారు అని D.V సూర్యారావు నవయుగ వైతాళికుడు కందుకూరి కోసం విశ్లేషణ చేసారు. అంటరాని కులాల వారికి ఉచితంగా చదువు చెప్పడం వారికి పుస్తకాలు పలక బలపాలు పంచడం, సమాజం లో మార్పు అభివృద్ధి విద్య తో సాధ్యం అని ఆయన ఆలోచన ను సిమ్మన్న గారు మన ముందు ఉంచేరు అని వివరించేరు. ధవళేశ్వరం కలకత్తా లో రాజారామ్ మోహన్ రాయ్ స్థాపించిన బ్రహ్మ సమాజం మార్గం అనుసరించేరు. ఇంకా యువజన సంఘాలు స్థాపన కూడా వీరేశలింగం తో మొదలైంది అని సమాజ సేవకోసం హితకారిణి సంస్థ స్థాపన దానికై తన యావదాస్తి ని రాసేశారు అని దీని ద్వారా పలు ప్రసంగాలు తో ఇంకా వివేకవర్ధిని హాస్య సంజీవిని పత్రిక లు నడిపేరు సమాజం లో లోపాలు ఎత్తి చూపి ఆవినీతి పరులకు సింహ స్వప్నం అయ్యేరు ఇంకా సత్య సంహిత సంస్థ ద్వారా ఎన్నో సంస్కరణ లు కు వ్యాసాలు రాసేరు ప్రజల లో తన ఉపన్యాసం ద్వారా..... ప్రహసనాల ద్వారా .. అందించేరు లోకోత్తర వివాహం, వేశ్యాభిమానం చెడస్తవుటాచారాలు అజ్ఞానము స్వార్థం... కోసం.... కోసం సామాజిక స్పృహ ఇంకా కథలు వ్యాసాలు, చరిత్ర లు అందించి అందరి పాత్ర ల కు ప్రాణం పోసి తద్వారా సమాజం లో ఉండే అంశాలు చర్చలు.... పరివర్తన ద్వారా మనిషి లో మార్పు కు దోహద పడ్డారు మన కందుకూరి అని యుగ కర్త గా గద్య తిక్కన గా పేరు పొంది ప్రజలలో చైతన్యం తెచ్చి సమాజాన్ని ఉద్ధరించారు .అంతటి మహానుభావుడు 1919 మే 27 న మరణించినా ఈ వైతాళికుడు కందుకూరి ఆశయాలు ఆదర్శాలు ఈ పుస్తకం లో పొందు పరిచేరు అని వివరించేరు 130 పైగా గ్రంధాలు రాసేరు అని, అన్ని గ్రంధాలు రాసే వారు అరుదు అని రాజశేఖర్ చరిత్ర, సత్య రాజా, పూర్వ దేశ యాత్రలు ముఖ్య రచనలు చెబుతూ డా వెలమల సిమ్మన్న గారు రచన లకు బహుశా ఆయనే ఆదర్శం అని.... ఇతను కూడా స్పృశించని.... కవులు... రచయిత లు లేరు అని తెలుగు సాహిత్య సూర్యుడు... ఈ తెలుగు నిధి, విద్యా... గంధం కోసం కొనియాడేరు ఈనాటి అధునిక కవుల కు ఆదర్శ నాయకుల కు ఆతను స్ఫూర్తి అని చెప్పొచ్చు అని....ఇది వెలమల సిమ్మన్న గారు అందించిన కందుకూరిని ఎవ్వరూ విశ్లేషణ చేయ లేని విధంగా.... నిర్వచించ లేని విధంగా బాష్యం చెప్పేరు అని B.V.K కళాశాల తెలుగు అధ్యాపకులు Dr. D. V సూర్యారావు విశ్లేషణ చేసారు .

నేను చదివిన 10 అంశాలు సిమ్మన్న గారి కందుకూరి....మహిళా మంచి కోరే నిధి...మహిళాభ్యుదయ వాది..

మన సిమ్మన్న గారు రాసిన ఈ నవ యుగ వైతాళికుడు కందుకూరి కోసం పది అంశాలు తీసుకున్నాను

1.కందుకూరి కన్యాశుల్కం.. గురజాడ కన్యాశు ల్కం తూలనాత్మక అధ్యయనం

కందుకూరి కన్యాశుల్కం.. గురజాడ కన్యాశుల్కం తూలనాత్మక అధ్యయనం కోసం చదివేను నాకు ఉన్న కొద్ది పాటి అవగాహన మీతో పంచుకోవాలి అనుకుంటున్నాను

కందుకూరి రాసిన కన్యాశుల్కం ప్రహసనం కి గురజాడ రాసిన కన్యాశుల్కం నాటకం శీర్షిక ఒక్కటే అయినా సంబంధం లేదు అని చాలా మంది అనుకుంటారు ఎందుకు అంటే రెండిటికి ఒక పుష్కర కాలం వ్యవధి ఉంది అంతే కాదు సమాజం లో చాలా మార్పులు వచ్చేయి అనికూడా మా తెలుగు నిధి ప్రస్తావించేరు...1892లో . గురజాడ రాసిన నాటకం కన్యాశుల్కం ప్రపంచ స్థాయిలో కీర్తి గడించినా ఇందులో ఎవరికి తెలియని అంశాలు వెలికి తీసేరు సిమ్మన్న గారు....1880 లో కందుకూరి రాసిన కన్యాశుల్కం లో కూడా తల్లితండ్రులు డబ్బు ఆశ తో పసి వారు అయిన ఆడ పిల్లలను అమ్మడం అలాగే వరుడు తరుపు వాళ్ళు కొనటం రెండూ తప్పు అని హెచ్చరించేరు ప్రభుత్వం వారు కూడా ఇలాంటి వారిని శిక్షించాలి అని చట్టాలు చేయండి అని బాధ్యత గుర్తు చేసారు తన ప్రహసనం ద్వారా సామజక స్పృహ కలిగించేరు దీని ఆధారంగా నే గురజాడ వారు కన్యాశుల్కం రాసేరు అని తన నాటకం లో పాత్ర ద్వారా గిరీశం వెంకటేశం తో "వీరేశలింగం పంతులు గారు రాసిన కన్యాశుల్కం పై రాసిన ఉపన్యాసం పైకి తియ్యి" మావగారికి లెక్చర్ ఇవ్వడానికి కత్తి కాకి నురాలి అని అనేటట్టు గురజాడ జాడ కందుకూరి దే అని సిమ్మన్న గారు స్పష్టంగా ఈ పుస్తకం లో చూపించేరు

2. లోకోత్తర వివాహం

ఇందులో సిమ్మన్న గారు కందుకూరి భావాలు సమాజం పట్ల ఎలా ఉండేవో చాలా హేళన గా వ్యంగ్యం గా చిత్రికరించారు.

అంటే అప్పటి ఆచారాలు ఎలా ఉండేవి అంటే గుట్టు గా వ్యభిచారం చేసినా పర్లేదు గాని ఆచార విరుద్ధమైన ధర్మ వివాహం చేయడానికి అంగీకరించరు అని హేళన చేసారు ఈ ప్రహసనం లో వేశ్యాభిమానం, దురాచారాలు ఆనాడు ఎలా ఉండేవో అక్షరాల్లో చూపించేరు

పండు ముసలి వాడు భార్య చనిపోతే మరో పెళ్లి చేసుకుంటాడు ఇంకా పదేళ్ల లోపు ఆడ పిల్లల ను ముసలి మొగుడి కి ఇచ్చి పెళ్లి చేయడం వేశ్యాలోలత్వం ఇందులో ఎందుకు ఉండేదో చెప్పేరు.

సిమ్మన్నగారు భావనలో స్త్రీ, పురుషుల కు వివాహ అర్హత వయసు తారతమ్యం తగిన ఈడు జోడు లేకపోతే జరిగే అనార్థాలు చెప్పే ప్రయత్నం భావితరాలు కు కూడా ఇది అవసరం అని నాకు అర్థం అయింది ఏంటి అంటే ఆ అమ్మాయి పాకం కి వచ్చేసరికి భర్త లోకానికి వెళ్ళిపట్టు పూర్యం వివాహలు ఉండేవి అని సిమ్మన్న గారు చెప్పినట్టు అవగాహన అయింది

భార్య లు చిన్న వాళ్ళు కావడం వల్ల ముసలి వాళ్ళు వన భర్త లు అంటే విముఖత, విరక్తి తో పర పురుషులు ను ఆకర్షణ లో పడి వేశ్యాలోలత్వం పెరిగేది అని కరుణాకర్ శాస్త్రి పాత్ర ద్వారా చెప్పించి... పడుకు పిల్లలు పెళ్లి చేసుకుంటే వృద్ధులు పరిస్థితి ఇలాగే ఉంటుంది అని వీరేశలింగం గారు హెచ్చరికను సిమ్మన్న గారు గుర్తు చేసేరు.

3.అతి బాల్య వివాహం

ఇందులో డా. వెలమల సిమ్మన్న గారు కందుకూరి గారి కి బాల్య వివాహాలు పట్ల తీవ్రమైన విముఖత ఉంది అని వివరిస్తూ...చిన్న పిల్లల కు పెళ్లి చేయడం సహించలేకపోయేవారు అని దీనికి చిన్న పిల్లలకి పెళ్లి చేయడానికి తల్లితండ్రులు చెప్పే సాకులు అన్నీ ఇన్ని కాదు అని విరుచుకు పడ్డారు ఈ తెలుగు నిధి తమ కుమారుడు ఉనవయసం అని ఖర్చు లో ఖర్చు కలిసి వస్తుంది అని ఇంకా చిన్నప్పుడు పెళ్లి కుండే సొగసు, అందం, వయస్సు ముదిరిన పెళ్లి లో ఉండదు అని వీళ్ళ తాతలు నాయనమ్మ ముచ్చట తీర్చాలి వాళ్ళు మరణిస్తే వేడుక చూడలేరు అని కుంటి సాకులు చెప్పేవారు అని సిమ్మన్నగారు వివరించేరు ఇది చదువు తున్నప్పుడు మా ఇంట్లో జరిగే బాల్య వివాహం గుర్తుకు వచ్చింది మా మేనత్త పెంటమ్మ కు 3 వ సంవత్సరం లో వివాహం చేసారు ఆమె రజస్వల కాకముందే ఆమె భర్త మరణం....తోటి పిల్లలు తో

బెచ్చాట ఆడుకునే ఈమెను బంధువులు పిలిచి 9 ఏళ్ళ ప్రాయం గల అమ్మాయిని ఇంట్లో ఒక మూల కూర్చో బెట్టి పసుపు కుంకుమ తీయించి తెల్ల చీర కట్టించి బయట కు రానిచ్చేవారు కాదు ఈమె నాకు ఎందుకు ఇలా చేస్తున్నారు అని ఏడుస్తూ అమాయకంగా అడిగేదట మా నానమ్మ కూడా పుణ్య స్త్రీ గా తిరుగుతున్న ఇంట్లో ఈమె బాల వితంతు గా... మెసలడం.. చివరికి మా కోసం అంటే తన తమ్ముళ్లు పిల్లలు కోసం ఆమె జీవితం త్యాగం చేసేరు. కొంచం జ్ఞానం వచ్చిన తరువాత ఆ కథ విన్న నాకు అనాడే ఆవేశం... ఆవేదన కలిగిది ఏమి చేయాలి ప్రశ్నించే వయసు లేని రోజులు తరువాత ఈ కందుకూరి సంస్కరణ చరిత్ర చదివిన నాకు అయన ఆరాధ్యుడు.ఇప్పుడు మళ్ళీ ఈ కలియుగ కందుకూరి సిమ్మన్న గారు ఈ యుగ కర్త గా అనిపిస్తున్నారు. నా భావనలో కుటుంబ నియంత్రణ లేకపోవడం పోషణ భారం, పేదరిక మూలంగా ఈ బాల్య వివాహాలు కన్యాశుల్కం ప్రబలంగా ఉండేది ఏమో!

4.విచిత్ర వివాహం

బాల్య వివాహాలు కాకుండా స్త్రీ, పురుషులకు యుక్త వయస్సు లో తగిన తారతమ్యం తో వివాహం చేస్తే బుద్ధి వికసిస్తుంది అని పరిణితి కలిగి ఉంటారు అని డా.సిమ్మన్న గారు తన కందుకూరి లో కనిపిస్తుంది మోహిని దేవి పాత్ర ద్వారా తన మేనకోడలు కోసం పెళ్లి చేసుకోకుండా ఉన్న మోహిని దేవి ధనకోటి అనే అతన్ని మయా వ్యూహం ద్వారా ప్రేమించే టట్టు చేసి తన పనులు చక్కబరుచు కోవడం ఉదాహరణ గా చూపి అందరు స్త్రీ లు కూడా బుద్ధి చతురిత పరిపూర్ణానైన వ్యక్తిత్వం వికసించాలి అని వయసు లో జ్ఞానం లో పరిపక్వము ఉన్నప్పుడే సమాజం లో స్త్రీ ప్రముఖ స్థానం సాధించగలదు అని చాలా చక్కగా వివరించి కందుకూరి స్త్రీ పక్షపాతి గా మోహిని దేవి పాత్ర సృష్టించేరు అని వివరించేరు మన తెలుగు నిధి సిమ్మన్నగారు.

5. హిందూ వివాహాలు

ఈ ప్రహసనం లో పాలు దొర, మీరా సాహెబ్ పాత్ర లు ద్వారా హిందూ వివాహం కోసం చర్చించే విధంగా సమాజం లో ఉండే లోపాలు ప్రజల కు చూపడం వారిలో మార్పు రావాలి అని మార్పు తేవాలి అని కూడా మనసారా కోరుకున్నారు అని అర్థం అవుతుంది అంటే ఇక్కడ మనం గమనిస్తే సిమ్మన్నగారు చెప్పకనే చెప్పేరు ఒక కవి మాత్రమే సమాజం లో ఉండే లోపాలు తేటతెల్లం చేయగలరు అని భావన కనిపిస్తుంది.

6.వేశ్యాప్రియ ప్రహసనం

ఇందులో దంభాచార్యులు తన కూతురి పెళ్ళికి భోగం మేళ పెడతాను అంటాడు దీనికి అతని భార్య ,కూతురు వ్యతిరేకిస్తారు అలాగే పెళ్లి కుమారుడు కూడా పద్దు అంటాడు కారణం వాళ్ళు వివేకం కలవారు గా పాత్రలు సృష్టించేరు దీనికోసం ఊరిలో సభ జరుగుతుంది దానిలో మేధావులు సంస్కారవంతులు దీనివల్ల నష్టం అని చెబితే అజ్ఞానము కలవారు దీన్ని ప్రయోజనం వివరిస్తారు అలా వాదన ద్వారా అప్పటి కే పరేశలింగం గారు తన ఉపన్యాసం ద్వారా... రచన లు ద్వారా కొంత మార్పులు తెచ్చేరు అని తెలుస్తుంది అని సిమ్మన్న గారు వివరించేరు ఇందులో కొంచెము హాస్యం జోడించి నవ్వు తెచ్చే విధంగా చమత్కరించేరు సిమ్మన్న గారు.

7.వేశ్యా విషయ సంవాదం

సమాజం లో పురుషులు వేశ్యా వ్యామోహం కి అడ్డం పడుతుంది ఈ ప్రహసనం ఇక్కడ సిమ్మన్నగారు కొంచం వెటకారం గా చెప్పారు. అనాటి సమాజం లో వేశ్యా లోలుడు ఆరోగ్యం బాలేపోయినా కాళ్ళు పడిపోయే స్థితి లో వున్నా వేశ్యలుండాలి అంటాడు అని ఇంకా తాను వేశ్య దగ్గర కు వెళ్లడమే కాకుండా తను కుమారుడు ని కూడా వేశ్యాలోలుడు గా కావాలి అని వారసత్వ వేశ్యా లోలత్వం ప్రోత్సాహం ఇస్తాడు అని సిమ్మన్నగారు విమర్శ చేసారు ఈ కందుకూరి లో ఇంకా శంకరయ్య పాత్ర ద్వారా ఈ భోగం వాళ్ళ అవసరం ఎందుకో చెబుతారు భార్యలు చిన్న వారు కనుక వారు కావురానికి వచ్చేవరకు పురుషుల కు స్త్రీ తో సంభోగం లేకపోతే ఇంద్రియ నష్టం అని ఇంకా ఒక వేల కావురం కు వచ్చిన వాళ్ళు అనాకారులు అయినా పుట్టింటికి భార్య వెళ్లినా.... అనారోగ్యం.. ఉన్నా భోగం వాళ్ళ అవసరం ఉంది అని లేకపోతే పురుషులు వేగిరం చనిపోతారు చాదస్తం వదిలితే సన్యాసి కూడా భోగం వాళ్ళ ఉండచ్చు అనే భావన, విచిత్రం గా పురుషుల స్వార్థం ఆధిపత్యం కనిపిస్తుంది సిమ్మన్నగారు ఇది కొంచం ఈనాటి పరిస్థితి కి అన్వయించి నట్టు తెలుస్తుంది మరి దేర బాబాలు నిత్యానంద స్వాములు ఈ కాలం లో కూడా మనకు తారసపడతారు అనే విధంగా ఈ పుస్తకం అవసరం ఇప్పుడు కూడా అవసరమే అని నాకు అనిపిస్తుంది

సిమ్మన్నగారు ఒక ముఖ్య విషయం ప్రస్తావించి కందుకూరి భావన ఆవేదన గుర్తుకు తెచ్చేరు ఈ వేశ్యా వృత్తి ని నిరసిస్తూ...". అదవారికి కూడా మగ వేశ్య శాలలు నిర్మిస్తారా?"అని ప్రశ్నించడం మూఢత్వం పై దండెత్తిన మొనగాడు గా కందుకూరి ని చిత్రించి సిమ్మన్నగారు ఏకైక కలియుగ కందుకూరి గా స్త్రీ జాతి కి ఊరట ఇచ్చేరు అనిపిస్తుంది నాకు. అందుకే ఆరోజుల్లో చింతామణి నాటకం అంత ప్రజాదరణ పొంది ఉండవచ్చు బహుశా 100 ఏళ్ళ ఆ చింతామణి కి బ్రహ్మ రథం పట్టేరు.. కాబోలు. అని అర్థం అయింది.

8.వివేక తరంగిణి

బాల్య వివాహం వల్ల తను పాకానికి వచ్చేసరికి అంటే మంచి యవ్వనం లో ఉండే స్త్రీ ముసలి మొగుడు అంటే అసహ్యం, అనాదరణ కలిగి భర్త మీద చికాకు కోపంతో పరమ గయ్యాళి గా ఎలా మారిందో సోమి దేవి స్త్రీ పాత్ర ద్వారా తెలియ పరిచి తన అసంతృప్తి మూలంగా తన కామ వాంఛను భర్త శిష్యుడు చంద్రయ్య తో తీర్చుకుంటుంది అని చెప్పేరు ఇక్కడ సిమ్మన్నగారు వాస్తవ దృష్టి తో కందుకూరి లో ఇలా స్త్రీ లు తయారు కావడానికి ఆమెది తప్పు కాదు సమాజం లో ఉండే ఆచారాలు దే తప్పు అని స్త్రీ మీద సానుభూతి వ్యక్తం చేసారు ఈ తెలుగు నిధి. వితంతువుల కోసం వేదన చెందిన వారికి అనాటి మూరు?ల సమాధానం ఎలా ఉండేది అంటే పూర్వ జన్మ పాపం వల్లే వెధవలు అవుతారు అనే దాన్ని కందుకూరి అప్పటి మూఢా చారాల పాత్రలు ద్వారా చెప్పిస్తారు...అని తెలుస్తుంది

9.ఐహ భార్యత్వం

అనాటి సమాజం లో డబ్బున్న జమీందార్లు,సంస్థానాధీశు లు మొదలైనవారు ఎంత ఎక్కువ మంది భార్య లు ఉంటే అంత గొప్ప వారు గా భావించే వారు అని సిమ్మన్నగారు అతని కందుకూరి లో వివరించేరు స్త్రీ ఆట బొమ్మలా బలి అయ్యేది అని చెబుతూ ఏదో ఒక సాకు తో పెళ్లి మీద పెళ్లి చేసుకోవడం నిరసించేరు దీన్ని ప్రోత్సహించిన కొలువులో ఉండే ఉద్యోగులు స్వార్థం మరియు పురోహితులు జాతకాలు పేరు తో కళ్ల బొల్లి మాటలు తో ఈ బహుభార్యత్వం ప్రోత్సహించేరు అని,వీరి స్వార్థం కోసం అని కళ్లకు కట్టి నట్టు చూపించేరు సంతానం కలగకపోతే ఆ లోపం భార్య పై నెట్టి మళ్ళీ పెళ్లికి సిద్ధ పడే పురుషులు అహంకార బుద్ధిని తీవ్రంగా వ్యతిరేకించేరు.ఈనాటి సమాజం లో కూడా ప్రముఖ వ్యక్తులు కు ముగ్గురు భార్యలు ఉండటం సర్వసాధారణం అయిపోయింది అందుకే ఈనాటి సమాజాన్ని కూడా సంస్కరించడానికి ఈ కలియుగ వైతాళికుడు కందుకూరి మన తెలుగు నిధి సిమ్మన్నగారు అని చెప్పుట అతిశయోక్తి కాదు

10. అపూర్వ బ్రహ్మ చర్యం

ఈ ప్రహసనం లో స్త్రీ, పురుషులు మధ్య తగిన జోడి లేకపోయినా తోడు ముఖ్యం అనేది ఇంకా భర్త తోనే బదవ తనం ఉంటుంది అనే దానికోసం భర్త ఎలాంటి మూర్ఖుడు అయినా పచ్చి వ్యభిచారి అయినా స్త్రీ లోలుడు అయినా భార్యని అనుమానం తో హింసించేవాడు అయినా అతను క్షీణంగా ఉండాలి అనే అమాయక పాత్ర శ్యామలది. గుమస్తా భీమారావు శ్యామల భర్త రమాకాంత్ కి బుద్ధి చెప్పడానికి అతను పాము కాటు తో మరణించినట్టు శ్యామలకు ఉత్తరం రాస్తాడు అమె లబో దిబో మంటూ ఏడుస్తూ వచ్చి తన భర్త బ్రతికి ఉన్నందుకు సంతోషిస్తుంది తన పసుపు కుంకుమలు చల్లగా ఉన్నాయి అని ఊపిరి పీల్చుకునే పాత్ర ద్వారా కందుకూరి ఆనాటి స్త్రీ ఎలా ఉండేదో మన సిమ్మన్నగారు చెప్పే ప్రయత్నం నాకు అర్థం అయింది.ఆనాటి భార్యలు తమకు ఒక వ్యక్తిత్వం లేకుండా సరి అయిన గుర్తింపు లేకుండా భర్త ఎలాంటి వాడైనా అతను క్షీణంగా ఉండే నే గుర్తింపు అనే భావన తో మనసారా ప్రేమ తో కాకుండా ఆనాటి నోములు వ్రతాలు కూడా వారు అలంకరణ కోసం అంటే పసుపు కుంకుమ బొట్టు గాజులు రంగు చీరలు కోసమే అని ఈ ప్రహసనం అని సిమ్మన్న గారు తన కందుకూరి లో అంశాలు తెలియజేసారు. ఇందులో నేను నాకు తెలియని ఎన్నో విషయాలు ను ఒక విద్యార్థి గా తెలుసు కున్నాను అవి నేను పాఠాలు బోధన సందర్భంగా చెప్పడానికి ఎంతగానో దోహద పడతాయి అని భావిస్తున్నాను ఇప్పుడు ఇది డా. డి.వి. సూర్యారావు ఎందుకు ఈ పుస్తక రచన పునర్మూల్యాంకణం అన్నారో అర్థం అవుతుంది భావి తరాలు కు ఇది భవిష్య వాణి అని చెప్పవచ్చు... దీన్ని అందించిన డా సిమ్మన్న గారు అయిన నా తెలుగు నిధికి ధన్యవాదములు

కలం :వసంత కోకిల
రచన :డా. జి. మాలతి
డా లంకపల్లి బుల్లయ్య కళాశాల
విశాఖపట్నం.

ఎన్నికలకు ఏర్పాట్లు భేష్

విజయనగరం: జిల్లాలో ఎంఎల్‌సి ఎన్నికలకు ఏర్పాట్లు బాగా చేశారని పలువురు గ్రాడ్యుయేట్ ఓటర్లు పేర్కొన్నారు. అన్ని వసతులను సమకూరుస్తూ, ఎటువంటి ఇబ్బందీ కలగకుండా, చక్కగా ఏర్పాట్లు చేసినందుకు జిల్లా యంత్రాంగాన్ని అభినందించారు. జిల్లా వ్యాప్తంగా ఉన్న పోలింగ్ కేంద్రాలను ఎన్నికలకు ముందే, జిల్లా కలెక్టర్ సూర్యకుమారి పలుమార్లు పరిశీలించారు. అక్కడ కనీస సౌకర్యాలను కల్పించాలని ఆదేశించారు. కలెక్టర్ ఆదేశాల మేరకు, పోలింగ్ బూతుల్లో లైట్లు, ఫ్యాన్లు తదితర వసతులతో పాటు, ఓటర్లకు త్రాగునీరు, ఎండ తగలకుండా నీడకోసం టెంట్లు ఏర్పాటు చేశారు. ఓటింగ్ ప్రక్రియను వేగంగా పూర్తి చేసేందుకు, ప్రతీ పోలింగ్ బూత్ లో రెండు కంపార్ట్మెంట్లను ఏర్పాటు చేసి, కొన్ని చోట్ల అదనపు సిబ్బందిని వినియోగించడం సత్ఫలితాన్నిచ్చింది.

ప్రశాంతంగా పోలింగ్

ప్రశాంతంగా పోలింగ్ జరుగుతోంది. ఏర్పాట్లు బాగున్నాయి. ఎవరి ఓటుహక్కును వారు ఉపయోగించుకుంటున్నారు. ఓటర్లకు పోలింగ్ సిబ్బంది బాగా సహకారం అందిస్తున్నారు. ఐడికార్డులను పరిశీలించి, నిజమైన ఓటర్లకు మాత్రమే ఓటును అందజేస్తున్నారు.

ఏర్పాట్లు బాగున్నాయి

ఎంఎల్‌సి ఎన్నికలకు ఏర్పాట్లు అన్నీ బాగున్నాయి. పోలింగ్ సిబ్బంది, పోలీసులు పూర్తి సహకారాన్ని అందించారు. ఎటువంటి అంతరాయం లేకుండా ఎన్నికల ప్రక్రియను నిర్వహించారు.

ఓటు వేయడానికి తగిన వాతావరణం

ఎంఎల్‌సి ఎన్నికల్లో ఓటు వేయడానికి తగిన వాతావరణాన్నిప్రభుత్వం కల్పించింది. ఏర్పాట్లు అన్నీ బాగా చేశారు. ఓటింగ్ ప్రక్రియ నిర్వహణ చాలా బాగుంది.

మౌలిక సదుపాయాలు కల్పించారు

ఓటర్లకు అవసరమైన మౌలిక సదుపాయాలను కల్పించారు. త్రాగునీరు, మరుగుదొడ్లు సౌకర్యాలు ఏర్పాటు చేశారు. ఓటర్లకు ఎటువంటి ఇబ్బంది కలగకుండా సౌకర్యాలను కల్పించారు.

జగన్మోహన్ రెడ్డి నాయకత్వంలో పనిచేస్తున్నందుకు గర్వపడాలి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి నేతృత్వంలో పనిచేస్తున్నందుకు తామంతా గర్వపడాలని రాష్ట్ర పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి గుడివాడ అమర్నాథ్ చెప్పారు. స్థానిక పార్టీ కార్యాలయంలో వైయస్సార్సీపి 13వ ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు. నగర పార్టీ అధ్యక్షుడు మందపాటి జానకిరామరాజు అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ వేడుకల్లో భాగంగా పార్టీ పతాకాన్ని మంత్రి అమర్నాథ్ ఆవిష్కరించారు. ఆ తర్వాత వైయస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి విగ్రహానికి పూలమాలవేసి నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా పార్టీ నేతల సమక్షంలో మంత్రి అమర్నాథ్ కేక్ కట్ చేశారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ రాజశేఖర్ రెడ్డి మరణానంతరం కాంగ్రెస్ పార్టీ జగన్మోహన్ రెడ్డిని అనేక అవమానాలకు గురి చేసిందని అన్నారు. అయినప్పటికీ తన తండ్రి ఆశయ సాధన కోసం వాటన్నింటినీ తట్టుకొని పార్టీని స్థాపించి, ఈరోజు సుస్థిర ప్రభుత్వాన్ని నడుపుతున్న ఘనుడు జగన్మోహన్ రెడ్డి అని అన్నారు. జగన్మోహన్ రెడ్డి మీద తప్పుడు కేసులు బనాయించి, జైలులో పెట్టి పార్టీని మొగ్గలోనే తురిమేయాలని కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, చంద్రబాబు నాయుడు కుట్రలు పన్నినా తట్టుకుంటూ వచ్చి ఒంటి చేత్తో ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పాటు చేసిన జగన్మోహన్ రెడ్డి వంటి బలమైన నాయకుని వద్ద కార్యకర్తలుగా పనిచేయడానికి తాము ఆనంద పడుతున్నామని అమర్నాథ్ చెప్పారు. మంత్రిగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన తర్వాత అనేక మంది ప్రముఖులను కలిశానని, ఆయా సందర్భాలలో వారు ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి గురించి మాట్లాడుతున్నప్పుడు తన రోమాలు నిక్కబొడుచుకుంటుటాయని అమర్నాథ్ చెప్పారు. ఇటీవల జరిగిన గ్లోబల్ ఇన్వెస్టర్స్ సమ్మిట్ కు దేశంలోని పారిశ్రామిక ప్రముఖులంతా ఒకే వేదిక మీదకు వచ్చి ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్రెడ్డి మీద ఉన్న నమ్మకాన్ని రాష్ట్రంలో ఉన్న పారిశ్రామిక విధానాన్ని వేనోళ్ళ పొగిడారని చెప్పారు. దీన్నిబట్టి జగన్మోహన్ రెడ్డి సమర్థత అర్థమవుతుందని ఆయన అన్నారు. జగన్మోహన్ రెడ్డి దొడ్డి దారిన ముఖ్యమంత్రి కాలేదని, జన హృదయాలను మెప్పించి ముఖ్యమంత్రి అయ్యారని ఆయన అన్నారు. పొలిటికల్ ఫైటర్ ఎలా ఉండాలో జగన్మోహన్ రెడ్డిని చూసి నేర్చుకోవాలని అమర్నాథ్ చెప్పారు. కొత్తగా రాజకీయాల్లోకి వచ్చే వారికి జగన్మోహన్ రెడ్డి నిఘంటువు అని అమర్నాథ్ అన్నారు. ఇతర రాష్ట్రాల ముఖ్యమంత్రులకు జగన్ మోహన్ రెడ్డి ఆదర్శంగా నిలిచారని ఆయన చెప్పారు. 2024లో జరిగే ఎన్నికల్లో కూడా పార్టీని భారీ మెజార్టీతో గెలిపించి జగన్మోహన్ రెడ్డి ముఖ్యమంత్రి చేసుకోవాలని అమర్నాథ్ పిలుపునిచ్చారు.

అనకాపల్లి ఎంపీ బీశెట్టి వెంకట సత్యవతి మాట్లాడుతూ రాజశేఖర్ రెడ్డి ప్రవేశపెట్టిన సంక్షేమ కార్యక్రమాలను ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి మరింత సమర్థవంతంగా కొనసాగిస్తున్నారని అన్నారు. ఆర్థిక భరోసా, సొంత ఇల్లు ఇచ్చి పేదవారి గుండెల్లో జగన్మోహన్ రెడ్డి గూడుకట్టుకున్నారని అన్నారు. సుస్థిర పాలన అందిస్తున్న జగన్మోహన్ రెడ్డిని తిరిగి అధికారంలోకి తీసుకువచ్చే బాధ్యత కార్యకర్తలపై ఉందని ఆమె అన్నారు. పార్టీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి దంతులూరి దిలీప్ కుమార్ మాట్లాడుతూ, జగన్మోహన్ రెడ్డి పార్టీ స్థాపించడానికి ముందు అనేక అవమానాలకు గురి అయ్యారని, అక్రమ కేసుల్లో 16 నెలల పాటు జైల్లో పెట్టిన వెరవకుండా మొక్కవోని ధైర్యంతో నిలబడి పార్టీని అధికారంలోకి తీసుకువచ్చిన ఘనత జగన్మోహన్ రెడ్డిదని అన్నారు. వచ్చే ఎన్నికల్లో అనకాపల్లి నియోజకవర్గం నుంచి అమర్నాథ్ ను భారీ మెజార్టీతో గెలిపించవలసిన బాధ్యత మనందరిపై ఉందని అన్నారు. ఈ సందర్భంగా పేదవాళ్లకు మంత్రి అమర్నాథ్ దుప్పట్లు పంపిణీ చేశారు.

ఎల్ఐసి విశ్రాంత డెవలప్మెంట్ ఆఫీసర్ శివ ఆకస్మిక మృతి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): పట్టణం లోని గవరపాలెం దిబ్బ వీధి శ్రీ సీతారామ దేవస్థానం మాజీ చైర్మన్, స్థానిక జార్జ్ క్లబ్ మాజీ అధ్యక్షుడు పిఎస్వి సత్యనారాయణ (ఎల్ఐసి శివ) ఆకస్మిక మృతి చెందారు. ఉద్యోగరీత్యా ఎల్ఐసి డెవలప్మెంట్ ఆఫీసర్ గా నాలుగేళ్ల క్రితం రిటైర్ అయ్యారు. అప్పటినుండి వివిధ సంస్థలలో కీలకమైన పదవులు నిర్వహిస్తూ వస్తున్నారు. శ్రీ గౌరీ బాలగణపతి క్రీడా సంఘం నిర్వహించిన అనేక రాష్ట్రస్థాయి వాలీబాల్ ,కబడ్డీ పోటీల నిర్వహణలో ఆయన ముఖ్య పాత్ర పోషించారు. జార్జి క్లబ్ పాలకవర్గంలో పలు పదవులు సమర్థవంతంగా నిర్వహించి సభ్యుల మనలను పొందారు. కాలేజీ జీవితంలో కూడా కళాశాల అధ్యక్షునిగా పదవి బాధ్యతలు నిర్వహించారు 1979లో ఎల్ఐసి లో ఉద్యోగిగా చేరిన శివ డెవలప్మెంట్ ఆఫీసర్గా భీమా కోటీశ్వరుడుగా పేరుగాంచారు. సంస్థలో కూడా అందరి మన్ననలు ఆయన పొందేరు. నాయకత్వ లక్షణాలు మెండుగా ఉన్న శివ ఆకస్మిక మృతి ఆయన మిత్రులను శ్రేయోభిలాషులను కలచివేసింది. ఆదివారం తెల్లవారుజామున గుండె పోటు రావడంతో ఆయన అకాల మరణం చెందారు. భార్య ఇద్దరు కుమారులు ఉన్నారు. కుమారులు ఇద్దరు సాఫ్ట్ వేర్ రంగంలో పని చేస్తున్నారు . శివమరణ వార్త తెలిసిన వెంటనే పట్టణానికి చెందిన పలువురు ప్రముఖులు రాజకీయ పార్టీల నాయకులు తరలివచ్చి ఆయన భౌతిక దేహానికి నివాళులర్పించారు. సోమవారం ఉదయం ఆయన అంతిమయాత్ర జగన్నాథ్ థియేటర్ రోడ్డులో ఉన్న ఆయన స్వగృహం నుండి జరిగింది. ఆయన అంతిమయాత్రలో పట్టణానికి చెందిన పలువురు ప్రముఖులు రాజకీయ పార్టీల నాయకులు పాల్గొన్నారు. గవరపాలెం స్మశాన వాటికలో ఆయన అంత్యక్రియలు జరిగాయి.

విశిష్ట పరిశోధనా కేంద్రంగా విశాఖ ఐఐపీఈ

న్యూఢిల్లీ: చమురు, సహజవాయువుల రంగానికి సంబంధించి వెలుగులోకి వస్తున్న కొత్త అంశాలపై విశిష్టపరిశోధనలుచేస్తూ, పెట్రోలియం, ఇంధన రంగాలలో సుశిక్షితులైన మానవ వనరులును అభివృద్ధి చేయడం ప్రధాన ఉద్దేశ్యంగా విశాఖపట్నంలో ఇండియన్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ పెట్రోలియం అండ్ ఎనర్జీ (ఐఐపీఈ) ఏర్పాటు చేసినట్లు కేంద్ర పెట్రోలియం, నేచురల్ గ్యాస్ సహాయ మంత్రి రామేశ్వర్ తెలీ తెలిపారు. రాజ్యసభలో సోమవారం శ్రీ విజయసాయి రెడ్డి అడిగిన ప్రశ్నకు మంత్రి రాతపూర్వకంగా బదులిస్తూ ఈ లక్ష్యంతోనే రాజీవ్ ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని అమేథిలో రాజీవ్ గాంధీ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ పెట్రోలియం టెక్నాలజీని ఏర్పాటు చేసినట్లు చెప్పారు. ఈసంస్థకు అనుబంధంగా రెండు కర్ణాటక, అస్సాం రాష్ట్రాల్లో రెండు సెంటర్లను విస్తరించినట్లు తెలిపారు.

చమురు, సహజవాయువు రంగాల్లోని ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలుఐఐటీ-ముంబైతో కలిసి సంయుక్తంగా చమురు, సహజవాయువు రంగాల్లో పరిశోధన, అభివృద్ధి కోసం ముంబైలో విశిష్ట కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేసినట్లు మంత్రి తెలిపారు. ఇంధన పరిశ్రమను ఏకీకృత లక్ష్యం వైపు నడిపించడం, కాంప్లెక్స్ ఎనర్జీ, పర్యావరణ అంశాలకు సంబంధించి అనువైన పరిష్కారాల మార్గాలు అభివృద్ధి చేయడం, నైపుణ్యం కలిగిన మానవ వనరులను అభివృద్ధి చేయడం, టెక్నాలజీకి సంబంధించి కొత్త హద్దులు అన్వేషించడం లక్ష్యంతో ఈ సంస్థను స్థాపించినట్లు మంత్రి తెలిపారు.

ప్రశాంతంగా ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలు

నక్కపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): నక్కపల్లి మండలం స్థానిక జిల్లా పరిషత్ బాలుకో న్నత పాఠశాలలో జరిగిన ఉత్తరాంధ్ర పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలు ప్రశాంతంగా ముగిసాయి. బూత్ నెంబర్184లో 80 శాతం ఓట్లు నమోదు కాగా బూత్ నెంబర్ 185 లో 70% పైబడి ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. అందరూ ఉదయం నుండి తమ ఓటు హక్కును ప్రశాంతంగా వినియోగించుకున్నారు ఎటువంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు జరగకుండా నక్కపల్లి పోలీస్ సబ్ ఇన్స్పెక్టర్ శిరీష సమక్షంలో పోలీస్ సిబ్బంది పకడ్బందీగా ఎటువంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు జరగకుండా నిఘా ఏర్పాటు చేసి చర్యలు చేపట్టారు. నక్కపల్లి మండలం నకు సంబంధించి 1 118 ఓట్లు ఉండగా 850 ఓట్లు పోలయ్యాయని అందులో పురుషులు 655 స్త్రీలు 198 ఓట్లు నమోదు అయ్యాయని మొత్తంగా 76% ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారని ఎన్నికల సిబ్బంది తెలియజేస్తూ ఇక్కడ ప్రశాంతంగా జరిగాయని తెలిపారు.

స్పందనకు 252 అర్జీలు

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రజా ఫిర్యాదుల పరిష్కార వేదిక స్పందన కార్యక్రమానికి వచ్చే అర్జీలను గడువులోపు పరిష్కరించాలని జిల్లా జాయింట్ కలెక్టరు ఎస్. ఇలక్కియ అధికారులను ఆదేశించారు. సోమవారం కాకినాడ కలెక్టర్ కార్యాలయ స్పందన సమావేశ మందిరంలో జిల్లాస్థాయి స్పందన కార్యక్రమం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్ ఎస్.ఇలక్కియ, డీఆర్వో కె.శ్రీధర్రెడ్డి, జెడ్పీ సీఈవో ఎన్వీవీ సత్యనారాయణ, ఎస్సీ కార్పొరేషన్ ఈడీ డీఎస్ సునీత, సివిల్ సప్లయ్ డీఎం డీ. పుష్పమణిలతో కలిసి ప్రజల నుంచి అర్జీలు స్వీకరించారు. ప్రజల సంక్షేమం కోసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అమలుచేస్తున్న వివిధ సంక్షేమ పథకాలు, రెవెన్యూ, పౌర సరఫరాల సేవలు, నవరత్నాలు-పేదలందరికీ ఇళ్లు పథకం కింద పట్టాల పంపిణీ, ఇళ్ల మంజూరు, పెన్షన్లు, సర్వే, ఉపాధి అవకాశాలు, భూ వివాదాలు తదితరాలకు సంబంధించి మొత్తం 252 అర్జీలు వచ్చాయి. ఈ సందర్భంగా జేసీ మాట్లాడుతూ ప్రతి అర్జీని క్షుణ్ణంగా పరిశీలించి నిర్దేశ గడువులోగా నాణ్యతతో పరిష్కరించాలని ఆదేశించారు. జిల్లాస్థాయి అధికారులు క్షేత్రస్థాయి అధికారులకు మార్గనిర్దేశనం చేస్తూ అర్జీలు పరిష్కారమయ్యేలా చూడాలని స్పష్టం చేశారు. కార్యక్రమంలో వివిధ శాఖల జిల్లా స్థాయి అధికారులు , కలెక్టరేట్ వివిధ సెక్షన్ల అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విశాఖలో ఓటు హక్కు వినియోగించుకున్న విశాఖ నగర మేయర్

ఆరిలోవ, (విశాఖ సమాచారమ్): శాసన మండలి పట్టుబద్రుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలలో తోటగరువు, జిల్లా పరిషత్ ప్రాథమిక పాఠశాలలో పోలింగ్ కేంద్రం 281లో ఓటు హక్కు నియోగించుకోవడానికి వచ్చి క్యూ లైన్ లో నిలబడ్డారు నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి. ఆమె క్యూ లైన్లో రావడంతో ఇతర ఓటర్లు ఆశ్చర్యం వ్యక్తం చేశారు. ఈ సందర్భంగా నగర మేయర్ మాట్లాడుతూ ప్రతి ఒక్కరూ పట్టుబద్రులు ఓటు హక్కు వినియోగించుకోవాలని తెలిపారు. జిల్లా అధికారులు, పోలీసు యంత్రాంగం పకడ్బందీ ఏర్పాట్లు చేశారు. పోలింగ్ ప్రశాంతంగా సాగుతుందని పేర్కొన్నారు.

పట్టభద్రుల నియోజకవర్గ శాసనమండలి ఎన్నికలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖపట్నం - విజయనగరం-శ్రీకాకుళం పట్టభద్రుల నియోజకవర్గ శాసనమండలి ఎన్నికలు - 2023 సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టరేట్ లోని కంట్రోల్ రూమ్ నుండి పోలింగ్ సరళిని ఎన్నికల పరిశీలకులు సిద్దార్థ్ జైన్ , జిల్లా కలెక్టర్ డా.ఎ. మల్లికార్జున తో కలిసి పరిశీలించారు. పోలింగ్ కేంద్రాలలో జరుగుతున్న పోలింగ్ సరళిని వెబ్ కాస్టింగ్ ద్వారా పరిశీలించి పలు సూచనలు చేసారు. ఎండ అధికంగా ఉన్నందున పోలింగ్ కేంద్రంలో వృద్దులకు , మహిళలకు , వికలాంగులకు అధిక ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని ఆదేశించారు. ఈ పరిశీలనలో జాయింట్ కలెక్టర్ కె ఎస్ విశ్వనాథన్ , డిఆర్వో శ్రీనివాసమూర్తి , ఎలక్షన్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

ఎమ్మెల్సీ పోలింగ్ కేంద్రాలను పరిశీలించిన కలెక్టర్

విశాఖపట్నం -విజయనగరం- శ్రీకాకుళం పట్టభద్రుల నియోజకవర్గ శాసనమండలి ఎన్నికలు - 2023 సందర్భంగా పోలింగ్ కేంద్రాలను రిటర్నింగ్ అధికారి ష్ట్ర జిల్లా కలెక్టర్ డా.ఎ. మల్లికార్జున పరిశీలించారు. సోమవారం ఉదయం విశాఖ అర్బన్ పరిధిలోని రామకృష్ణ మిషనరీ , ఎం వి డి ఎం పాఠశాలలో గల పోలింగ్ కేంద్రాలను కలెక్టర్ డా.ఎ. మల్లికార్జున పరిశీలించారు.

ఓటు హక్కు వినియోగించుకున్న జిల్లా కలెక్టర్

సోమవారం ఉదయం విశాఖపట్నం -విజయనగరం- శ్రీకాకుళం ఉమ్మడి జిల్లాల శాసనమండలి పట్టబద్రుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల సందర్భంగా పెద వాల్తేర్ , ఆంధ్రా యూనివర్సిటీ ఇంజనీరింగ్ కాలేజీ ప్రాంగణంలో ఏర్పాటు చేసిన పోలింగ్ బూతు 244 కేంద్రంలో జిల్లా కలెక్టర్ డా ఎ మల్లికార్జున తన ఓటు హక్కు ను వినియోగించుకున్నారు.

ప్రసిద్ధి తెలుగు రచయిత్రి నాయని కృష్ణకుమారి జయంతి

నాయని కృష్ణకుమారి తెలుగు రచయిత్రి. ఆమె కవి నాయని సుబ్బారావు కుమార్తె.

నాయని కృష్ణకుమారి గుంటూరు జిల్లాలో 1930, మార్చి 14 న జన్మించారు. ఈమె తల్లిదండ్రులు హనుమాయమ్మ, నాయని సుబ్బారావు. ఈమెకు ఒక తమ్ముడు, ముగ్గురు చెల్లెళ్లు ఉన్నారు.ఆమె అక్షరాలా బాల్యం నుంచి కవిత్వ తత్త్వం ఆకళించుకున్న కవయిత్రి. సుబ్బారావు ప్రముఖ సాహితీవేత్తలతో జరుపుతున్న చర్చలు వింటూ చిన్నతనంలోనే నలుగురిలో నిర్భయంగా మెలగడం, మాట్లాడడం నేర్చారు ఆమె.

ఆమె పాఠశాల చదువు నరసరావుపేట, శ్రీకాకుళం లలో పూర్తిచేశారు. గుంటూరులో కాలేజీ చదువు పూర్తి అయిన తరువాత 1948లో ఆమె తెలుగు యం.ఎ. చెయ్యడానికి విశాఖపట్నం వెళ్లారు. అక్కడ ఉన్న మూడేళ్లూ ఆమె సాహిత్యాభిలాషని తీర్చి దిద్దడానికి ఎంతగానో తోడ్పడినాయి. అంతకుముందే, ఆమె బి.యే. చదువుతున్న రోజులలో ఆంధ్రులచరిత్ర క్లాసులో రాసుకున్న నోట్సు ఆధారంగా "ఆంధ్రులకథ" అన్న పుస్తకం రాసి ప్రచురించారు. అప్పటికి ఆమె వయసు 18 ఏళ్లు. ఆ పుస్తకం ఆనాడు స్కూళ్లలో పాఠ్యపుస్తకంగా తీసుకుంది ఆంధ్ర ప్రభుత్వం. విశాఖపట్నంలో ఉన్నప్పుడు ఆమెకి అనేకమంది రచయితలతో పరిచయం అయింది. కృష్ణకుమారిగారు విశేషంగా సాహిత్య సభలలో, నాటకాలలో పాల్గొంటూ, తన సాహిత్య కృషికి బలమైన పునాదులు వేసుకున్నారు. ఆమె తెలుగు యం.ఏ. అయిన తరువాత, మద్రాసులో ఒక ఏడాది లెక్చరరుగా పనిచేసి, తరువాత హైదరాబాదు వచ్చి స్థిరపడ్డారు. ఉస్మానియా యూనివర్సిటీలో లెక్చరరుగా మొదలు పెట్టి, రీడరయి, ప్రొఫెసరయి, ఆతరువాత, పొట్టిశ్రీరాములు తెలుగు యూనివర్సిటీ వైస్ ఛాన్సలర్?గా 1999 లో రిటైరయ్యారు.

ఉస్మానియా యూనివర్సిటీలో తిక్కన కవితా వైభవం మీద పి.హెచ్.డి మొదలు పెట్టేరు కానీ పూర్తి చెయ్యలేదు. ఆతరువాత, ఆమె భర్త మధుసూదనరావు, మిత్రులు అంతటి నరసింహం ప్రోత్సహించగా, తెలుగు జానపద సాహిత్యంలో పరిశోధన చేసి, పి.హెచ్.డి. పట్టా అందుకున్నారు. ఆమె సిద్ధాంతగ్రంథం, "జానపదగేయగాథలు" అన్న శీర్షికతో 1977లో ప్రచురించారు. ఆ తరువాత ఆమె తన దృష్టి అంతా జానపదసాహిత్యంమీదే కేంద్రీకరించడంతో తెలుగు సాహిత్యానికి జరిగిన మేలు అద్వితీయం.

గృహలక్ష్మి స్వర్ణకంకణం, పొట్టి శ్రీరాములు తెలుగు యూనివర్సిటీ ఉత్తమ రచయిత్రి బహుమతి మరియు

ఆంధ్ర ప్రదేశ్ సాహిత్య ఎకాడమీ బహుమతి అందుకున్నారు. వీరు 2016, జనవరి 30 న మరణించారు.

డా. జొన్నకూటి ప్రమోద్ కుమార్
9490833108.

ఉత్తరాంధ్రలో 211 సీఎన్‌జి స్టేషన్లు

న్యూఢిల్లీ: ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాలైన శ్రీకాకుళం, విజయనగరం, విశాఖపట్నంలో 2030 నాటికి 211 సీఎన్‌జి (కంప్రెస్డ్ నేచురల్ గ్యాస్) స్టేషన్లు ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు కేంద్ర పెట్రోలియం శాఖ సహాయ మంత్రి రామేశ్వర్ తెలీ వెల్లడించారు. రాజ్యసభలో సోమవారం విజయసాయి రెడ్డి అడిగిన ప్రశ్నకు మంత్రి రాతపూర్వకంగా జవాబిస్తూ సీఎన్‌జి స్టేషన్ల ఏర్పాటకు అర్హత పొందిన అధీకృత సంస్థలుఈ ఏడాది జనవరి 31 నాటికి ఉత్తరాంధ్రలో 13 సీఎన్‌జి స్టేషన్లను నెలకొల్పాయని తెలిపారు. పైప్ ద్వారా గ్యాస్ కనెక్షన్లు, సీఎన్‌జి స్టేషన్ల ఏర్పాటు సిటీ గ్యాస్ డిస్ట్రిబ్యూషన్ (సిజిడి) నెట్‌వర్క్ అభివృద్ధిలో భాగం.ఈ పనులను పెట్రోలియం అండ్ నేచురల్ గ్యాస్ రెగ్యులేటరీ బోర్డు పర్యవేక్షణలో అది ఆమోదించిన అధీకృత సంస్థలు చేపడుతున్నాయని మంత్రి తెలిపారు. 11-ఏ సీజీడీ బిడ్డింగ్ రౌండ్ పూర్తయిన అనంతరం ఆంధ్రప్రదేశ్ అంతటా సిటీ గ్యాస్ డిస్ట్రిబ్యూషన్‌కు అనుమతించనున్నట్లు మంత్రి తెలిపారు.

ఇండియన్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఫారెన్ ట్రేడ్ క్యాంపస్ నిర్మాణానికి అనుమతులు మంజూరు

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): వై.ఎస్. జగన్ మోహన్ రెడ్డికి, కేంద్ర మంత్రులు నిర్మలా సీతారామన్‌కి, పీయూష్ గోయల్‌కి, రాష్ట్ర మంత్రి గుడివాడ అమర్నాథ్‌కి, కేంద్ర, రాష్ట్ర అధికారులకు హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు తెలిపిన కాకినాడ ఎం.పి. వంగా గీతావిశ్వనాథ్.

ఈ ప్రాజెక్ట్ నిర్మాణ పనులు చేపట్టేందుకు నేషనల్ బిల్డింగ్ కాన్స్ట్రక్షన్ కార్పోరేషన్‌కు అనుమతి లభించింది. కాకినాడ ఎస్ఈజడ్‌లో కేటాయించిన 25 ఎకరాల భూమిలో నిర్మించే ఈ క్యాంపస్ లో కాలేజీ బిల్డింగులు, పరిపాలన బిల్డింగులు, గర్ల్స్, బాయ్స్ హాస్టల్ బిల్డింగులు, స్టాఫ్ క్వార్టర్లు, స్పోర్ట్స్ సౌకర్యాలు, అధునాతనమైన ఆడిటోరియం, ఇతర సౌకర్యాల పనులకు అంచనాలు తయారు చేసి పని మొదలు అవుతుంది.... మొదటి విడత పనులకోసం 230 కోట్ల రూపాయలు కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల ద్వారా నిధులు మంజూరు చేయడం జరుగుతుంది.. ఎన్‌బిసిసి ఈ పనుల కోసం టెండర్ ప్రొసెస్ మొదలు పెట్టింది.

VISAKHA SAMACHARAM Telugu Daily. Edited, Printed, Published & Owned by : S.Veerabhadra Rao , Printed at Suryodaya Publications, VisakhaSamacharam Press Door No. 9-3-16,Pitapuram Colony, Visakhapatnam-3. Editorial Office : 9393949345,
Visakhapatnam : Cell : 9346314199, Hyderabad : Cell : 9030841841, Kakinada : Cell: 7013118088, Simhachalam : Cell: 96660 15921,
Paravaada : Cell: 77804 33919, Aarilova : Cell: 97050 51389, Cheedikaada : Cell: 97686 33999, Gaajuwaaka : Cell: 70139 78488