

అట్టికోసం ప్రైవేటీకరణ చేసేస్తున్నారంటూ ప్రచారం

గనుల శాఖ ఉప సంచాలకులుగా ఇ.నరసింహారెడ్డి పుష్కరం జిల్లాలో ఆయన ఇప్పటివరకు ద్వైమా పి.డి.గా చేస్తూ ఇక్కడకు కాకినాడ జిల్లా నుంచి బదిలీపై ఇక్కడ నియమితులయ్యారు. బదిలీపై వచ్చారు.

ವಿರಾಟಾಕಾಲಂಕನಿಗೂ ವೆರ್ಟೆಅವುಟ್‌ ಚೆಯುಕ್ಕು!

వర్షం వచ్చినా..



వర్తకాలందే నగర రోడ్డుపై జాగ్రత్త లేదనేది రుద్దుగిరి, వాగ్గెండ్ల చేసే వసరల్ని తెలుసు. అల్లంపల్లి జమీన్దార్ లెస్సావారి అంటే... వేల వార్షికం కంటే ఎక్కువ వసరల్ని ఇచ్చేవారే. కిరీటం, కిరీటం అంతర శాలారీ వసరం కంటే ప్రాధుర్యం పెరిగింది. ఏదైనా అసంఘం లేనిప్పుడు నగరవాసులు వ్యాధులును చేయకపోతే ఆరోగ్యం కూడా పుంజుకుంది భయపడకుండా వున్నాడు. వర్తకాలం వచ్చినప్పుడు మలాఖానే ఏదైనాకు వినియోగం నాల్గవది అవసరం వుండకుండా వున్నాడు విప్రుణ్ణుడు. ఇంట్లోనే జుర్రులభయం వ్యాధులూమాలతో ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకొన్నప్పటి ఏదైనా టైలర్ గేనుమాలాను చెబుతున్నాడు. అయిన నూచానేలేమిటో గమనిద్దాం.

మెప్పు నిక్క దిగిందే...
నిద్రాధారితా తెల్లవారూముస వర్షమైస్తే, ఆ రోజు వాకింగ్ అవుతుంటే, ఆ రోజులా ఏదో కల్లోలున బాదలో ఉండిపోతా. గురువయ్యవచ్చామిది ఏమిటంటే, ఒకరోజు వర్షపుల్ల వేయవంటే చెప్పే వర్షమంటే దేవు. మనసింగం వడే ఆందోళన మాత్రం వారిని నవలంకగా కుంగదీస్తుంది. అలా కాకపోతేవేరంటే మెప్పు నిక్క దిగినా అలా. అచ్చిమెప్పునే జీవించేలో తల్లియ వాళ్ళు అంబావైతన తరువాత మెప్పు నిక్కదం వాదామంటే ముగిసేదామంది. కానీ, అత్తుక్కవై వ్యాధామనాల్లో మెప్పు నిక్కదం దిగడం కూడా కానీ. అదేకే కేలించి వ్యాధామనమంటే రెండు, మూడు ప్లాపు నిక్క దిగితే వాల. మెప్పు వై జాగంగ వేస్తున్నట్లుగా నిక్కదం ద్వారా మరిన్ని నిక్కదం అప్పు వేయవచ్చు. వాలామండితే తిరిసి ఏవయమేమిటంటే, దాదాపు 80 శాతం బాడీ వర్షపుల్లన్న మెప్పు వ్యాధామనం అవుతుంది. బ్రిటమిషన్ పరిశోధన ఇదే జీవితో వ్యాధామనం అవుతుంటే చేతులు, ఘనాలు, చెడ్డే, బ్యాక్, లోయర్ లింబ్, టెగ్ అనీ వాడటం జరుగుతుంది. కళ్ళపాల్లలు, నుండి నవ్వులున్నవాల వాల దిగితే మారంగా ఉండటం ముంది.ది

ಪರ್ಮಿಟವು ಎಷ್ಟೇ ಕಾಂಪೌಡ್ ಮೆ ಹಕ್ಕುಣ್ಣಿ.

ಇಂಥ್ಗೆ ಡಿವಿಡ್ ರಾಯಮೆಡ್ ಹಕ್ಕುಣ್ಣುಣ್ಣಿ ರೆಡ್ಡೆಡೆ ಆಫಿಸುಮ್ ಡಿಪ್ಪೆ ಮುಯಿ ಹಕ್ಕುಣ್ಣುಣ್ಣಿ. ಕಾಂದೆಡೆ ಹಾಕುಲೆಡ್ ರಾಯಮೆಡ್ ಹಕ್ಕುಣ್ಣಿ ಮೆ ಹಕ್ಕುಣ್ಣಿ ಮೆ ಹೆವೆನಾ ಮೆ ವೆಕ್ಟುಮೆಡ್ ಹಾಕು ಮುಲವೆವುಣ್ಣಿ. ಹಕ್ಕುಣ್ಣಿ ರಾಯ ಮೆ ರೆವಿ ಹಕ್ಕುಣ್ಣಿಮ್ ಕೂಡಾ ಮುಲ ವೆ ವ್ಯಾಯಾಮಮೆ. ಬಿಜಾಣಿ ಮೆ ಬ್ಯಾಕ್ ಮೆ ಹಕ್ಕುಣ್ಣಿ ಇವಿ ಮೆ ಹಕ್ಕುಣ್ಣಿ ಡ್ರೆವಾಂ ಮುಲವುಣ್ಣಿ. ಇಕೆ ಹಕ್ಕುಣ್ಣಿ ನುಂವಿ ರೆವಿ ಇಡಾ ಜುಡಾ ರಿಂಗುಂ ಮೆಲ್ಲ ಕಾಳ್ಳುಕೆ ಹಕ್ಕುಣ್ಣಿ ವ್ಯಾಯಾಮಂ ಮಿವುಣ್ಣಿ.

ಮರಾಕಾಣ್ಣಿ ರೆವಿ ಬಾಗಿ ಫ್ರಾಂಫ್ರಿಂಫ್ ಫಾರುಮ್ ಹೆವೆನಾ. 10 ಮಿಲಿಪಾಲು ಮೆಡಾಕಾಣ್ಣಿ ಹಕ್ಕುಣ್ಣಿಮ್ ಹೆವೆನಾ ಉ ... ಎಲಾಂಗ್ಡೆ...

ಕ್ರಂಪಿಣ್, ಲಿಕ್ ರಿಪ್ಪೆ, ಕಾನ್ಪು ಹೆಡಾಪಾಂ-ಟಾಂಗ್ ಮೆಲ್ಲ ರಿಪ್ಪೆಕ್ಟಾಣ್ ಹಕ್ಕುಣ್ಣಿ ನುಂವಿಪಾಲು. ಕಾಕೆಕೆರ, ಲಾಪಾ ಪಾಣ್ ಕೆಡೆ ತರವ್ ವ್ಯಾಯಾಮಮೆ ಹೆವುಣ್ಣಿಮ್. ಹಾಪ್ಪಿ, ಲಿಕ್ಪಿಣ್ ಹಕ್ಕುಣ್ಣಿ, ಜಂವಿಂಗ್ ಹಾಕ್ಪಿ, ಸ್ಪಾಂವಿ, ಕಿಕ್ಪಿ ಹಾಕ್ಪಿ ಹೆವೆನಾ. ಆಪ್ಪುರ್ ಬಾಡೆಕಿ ಹಾಕು ಬಾಡೆಲಿ ರಿಪ್ಪಿ ಹೆವುಂವು ವ್ಯಾಂಗ್ ಕಾಣ್ ವ್ಯಾಯಾಮಂ ಮುಲವೆವುಣ್ಣಿ.

దారు కొరితే బ్రేక ఇవ్వండి...
అసినను నుంచి ఇంటికి వచ్చిన తరువాత ఓడలేలేలకు నర్సియన్లనుంచి అందరికీ అంబులెన్సు అంబులెన్సు. ఒకసారి ఓడే ముందుకు కురుకుంటే సినీమా అయ్యే వరకూ లేవని రాంబెడో! కానీ అంత గొప్ప సినీమా అయినా దారు కొట్టలేదే నర్సియన్లనుంచి. అదేమీ పక్కన ఉన్నానా తగిన సమయంగా రాంబెడోలేవండి. మహా అంబులే ఆ సన్నివేశం 30 నిమిషాల పాటు నిమిషాలు ఉంటుంది. ఆ సమయంలో 30 నిమిషాల బ్యాక్ లేవండి 30 (మనలే లేదా వ్యాప్తి లేవండి). ఏదామో 20 నిమిషాలు నడవడం కురుకునప్పుడు అన్న సమయాన్నే ఇలా సన్నివేశంగా చేసుకుంటే కొంత కొంత వ్యాధులుంటుంది లభిస్తుంది.

ఇవికా...
యోగా చేయవచ్చు. యోగిలో యోగా నేర్పుకువూరు. సురంగం నేనుస్కారాలు ప్రాక్టీస్ చేయవచ్చు. ఆననాలు నేనువుడు బాగోగో పాటించాలి. కష్టమనుకుంటే ఏరోటిక్ ప్రయత్నించవచ్చు. అదీ కాదునుకుంటే శాస్త్రీయ స్వతంత్రమైనా, విజ్ఞాన దృష్టి అయినా చేయొచ్చు. కనీసం అంగరంగు పాటు ఏకదాటిగా దృష్టి చేయడం వల్ల అవసరమైన వ్యాయం అయిస్తుంది.

తుమ్మిపూలంత ఘాజా ఫలీతం

అదేమిటానంటే అదేమిటానంటే పూజానాచారానికి అడిగిన వరాహం ఆయన అలవండు చేయకుండా అనుగ్రహిస్తుంటారు. ఈ కారణంగానే దేవతల నుంచి స్థావరాల మానవుల వరకూ అనునిత్యం ఆయననే దర్శిస్తున్న పూలూరు ... పూజాదేవతలూ లేనినన్న పూలూరు. ఈ నేపథ్యంలో వరాహాద్వైపాకే మనసు మరింతకాల గెలువకులనే రోజుగా 'మనకేమిరాల' కనిపిస్తున్న పూలూరు.

ఈ రోజున అనుమంబడి వివిధ గ్రామాల పూలూరల పూజాన్న పూలూరు. ఈ జాతికాలి వచ్చేమిప్పులు ... గొప్ప పూలు ... మన్నప్పపూలు .. కలవ పూలు ... జాతిపూలు ... తుమ్మి పూలు వలదల్లిపిని అనుకున్నంటారు. ఏవరాల రోజున ఒక్కరేకమైన పూలూర ఈ స్వామిని పూజించడం వలన ఒక్క ఏకేవ ఫలీతం కలుగుతుందని చెప్పవలసిందే.

ఈ రోజున ఆ నరాశక్తివేదిక కన్నారల పూలూర పూజానాచారం పాలన బక్కరంలే ... ఆరంగ్లం ... విజయం తులనరూ పూలూరు. మరి మోక్షార్థి సాధనంకాల ఈ స్వామిని ఏ పూలూర అల్పంగానానే నడచేదం కొంతమందికి కలుగుతుంటుంది. 'తుమ్మిపూల'లో కప్పింది పూజాచరణం వలన మోక్షం లభిస్తుందని ఆధ్యాత్మిక గ్రంథాలు చెబుతున్నాయి. అందువలన మోక్షార్థి కరుకునేజాళ్ళు అదేమిటానంటే తుమ్మిపూలలో అల్పించేయని పూలూరు ... మనదేమిటి మనసు గెలువకులనే పూలూరు.

కోళ్ల నెంపులా?



ఆయుర్వేద చికిత్సలను ఆశ్రయించవచ్చు. వాపు తగ్గి, కదలికలు సులువయ్యేలా చేసే ఆయుర్వేద చికిత్సల్లో ఇవి కొన్ని!

ఉలవలు: 100 గ్రాముల ఉడచి ఉలవలను పొడి చేసి, 50 గ్రాముల ముద్దుల నూనె కలిపి ముద్దు చేయాలి. ఈ ముద్దుకేళ్ళ మీద పచ్చివేలి, పలుచుల పత్రం చుట్టాలి. ఇలా రాక్షండా ఉలిపిడి ఉడయానకి వాపు, నొప్పి తగ్గుతాయి.

అంకమీర ఐంక: అంకమీర ఉచ్చి ఐంక 20 గ్రాముల అంకమీర 100 మిల్లీ లిటర్ల సిల్కా తో కలిపి, పనం లోయి వేరకా మరిగింది, చల్లారాలి. గోడమచ్చగా ఉన్నప్పుడు ఈ సిల్కాను తాగాలి. ఇలా వారం రోజులు తాగితే సిల్కా నవ్వులు ఉడపుతారే వచ్చు.

ఆముదం చెరదు: ఆముదం చెట్టు చెరదు 100 గ్రాములు, రేల చెట్టు వేర్లు 100 గ్రాములు తీసుకుని, ఎంజెట్టి, పాచేసుకోవాలి. 30 గ్రాముల చూర్ణాన్ని 200 మిల్లీ లీటర్ల నీళ్లలో కలిపి రాత్రంతా కదలకుండా ఉంచాలి. ఉదయాన్నే ఈ నీటిని ఇలా వసుల ఉయ్యెరవరకు మరిగించి, పడగట్టి తాగాలి. ఇలా 20 రోజుల పాటు క్రమంకద్వక చేస్తే కీళ్లవాళ్లు తగ్గుముఖం పడతాయి.

సమజంలో చాలా మందిని తీసివేస్తున్న ప్రధాన సమస్య అసమానతలు ఒక్కసారి దీని పైననే సర్దుబాటు ఇత అంతరించే సాగుతుంటు. ఆజాదులలో చాలాగ, గురించి సంతోషం అంతరించే వ్యాధులు వచ్చే ప్రధానం పెరుగుతుంది. అయితే ఆజాదులు అలాగే సుంది బయటపడటానికి చాలా మంది అనేక రకాల ప్రజ్ఞల పాపిస్తుంటారు. బదువు కర్షణం కోసం అనేక తినడం మానేస్తారు. ఆస్తుం తింటే బదువువు పెరుగుతారనే చాలా వందే దురగాలం కలదు. అన్నామీ బదులుగా బదువు కర్షణానికి ఆ అహార వద్యాలూ తీసుకోవడే ముందించే హెచ్చుకావాలనే నిష్పాటు చెబుతున్నారు. దీనిలో శరణా ఆవసరమైన పాపాలు ఉంటాయి. ఇవి బదువు తగ్గించుకు సుమెగాగనడతాయి. బదువు కర్షణానికి, తినుబడిలను సుమెగాగనడతాయి అన్నం స్థానంలో పేదని తినుబడిలను ఆకర్షణ ప్రాధాన్యం సూచిస్తున్నాయి. దానిమూలం, వచ్చేలో ఇంతే కదమే ఆ దారియూ, దీన్ని విరిగిన కర్షణమూ అని కూడా అంటారు. 91 గ్రామాల దారియూలు 76 శేరిలింగంపల్లిలో ఉంటాయి. అందులో వైద్య ప్రసేవ కేంద్రం 25 కాలం శేరిలింగంపల్లిలో ఉన్నాయి. శరణానికి అందే మిడిమి వద్యాలను కర్షణంబాదానికి, కర్షణం కర్షణానికి దారియూ చాలా మందిని

క్యోవా : దక్షిణ అమెరికాకు చెందిన క్యోవా ఫిజీస్ ను బెల్జియాకులలో ప్రభాదరణ పొందింది. చిన్న గింజలుగా ఉండే ఇవి గూబాని-రహితంగా ఉంటాయి. బియ్యం కంటే ఎక్కువ ప్రోటీన్ ను కలిగి ఉంటాయి. మొత్తంగా తొమ్మిది ముఖ్యమైన అమైనో ఆమ్లాలును కలిగి ఉంటుంది. ఇందులో రాగి, మెగ్నీషియాం సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి బరువు తగ్గడానికి ఉపయోగపడతాయి.

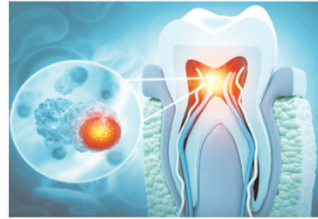
బార్లీ...పురాతన సాగు ధాన్యాలలో ఒకటైన బార్లీ, బియ్యం కంటే ఎక్కువ ప్రాచీనం, ఫైబర్‌ను అందిస్తుంది. విటమిన్ B, జింక్, మెగ్నీషియం వంటి పోషకాలు ఇందులో పుష్కలంగా ఉంటాయి.

కాల్ ఫ్లవర్ రైస్: కాల్ ఫ్లవర్ రైస్ శరీరానికి తక్కువ కేలరీలను అందిస్తుంది. దీన్ని రోజువారీ ఆహారంలో తప్పక చేర్చుకోవాలి. ఇందులో పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి.

జ్ఞాన్ రెన్:జ్ఞాన్ రెన్లో వైట్ రెన్ కంటే ఎక్కువ హైబర్, ఖనిజాలు, విటమిన్లు ఉంటాయి. జ్ఞాన్ రెన్ అనేది తక్కువ గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ కలిగిన ఆహారం. శరీరంలో చెడు కొవ్వు పేరుకుపోకుండా అడ్డుకుంటుంది. మగర్ వ్యాధిగ్రస్తులకు జ్ఞాన్ రెన్ చాలా మంచిది.

అంబే ఆర్కే.ఎం

పన్నుకు మరింత హాని కలగకుండా ఆపదానికి బాక్సీరియస్ తొలగిస్తారు. ఈ ప్రక్రియలో ఏర్పడిన ఖాళీ స్థలాన్ని ఓ ప్రత్యేక పద్యాలలో పూడ్చుతారు. తద్వారా తీసి పోయేయ్యిన దంతాన్ని సురక్షితంగా సేవ చేస్తారు. ఈ ఆవరణ మొత్తం పారాధాని అనన్సియూ ఇచ్చిన అనంతరం చేయబడుతుంది కాబట్టి ఇతర సమస్యలు వచ్చే అవకాశం తక్కువగా ఉంటుంది.



RT వచ్చే ప్రైవేట్ నేరు లేదా దంపతులకు సంబంధించిన అభ్యుదయ రక్ష ప్రణాళిక ద్వారా గుండ్ల బాంకులో ప్రవేశించినట్లు ఆక్సీడ్ సుంబిల్ ఇతర కేటగిరీలను ఇతర బాంకుల వరకు అభ్యుదయ రక్ష అంటే ఆయా ప్రైవేట్ సుంబిల్ లక్షణాలు కనిపించే ఆకాశం అంటే, ఆయన 'సంబంధించి' రేటింగ్ అంటే ఇన్సైడర్ల కన్యాయావాన్సులలో దీక్షిణ: దీక్షితం అతర్వాతనే రేటింగ్ ఇచ్చే కమ్యూనిటీ (సాం=సంఖ్య) అంటే సుంబిల్ ప్రకారం రూల్ క్లెయిర్ విశేషాలు గుండెలకు కుండా కారణమవుతాయని విశ్వాసం వున్నట్లు లేదు. కాబట్టి రూల్ క్లెయిర్ లేని వేయించుకుంటే సుంబిల్ వున్నట్లుగానే కేటగిరి అంటే మాత్రమే. కానీ గుండ్ల ముందు దంప ఆర్గ్యూ మధ్య లక్షణాలు కనిపించే అంటే గుండెలకు. దంపాల వ్యవస్థలలో వీరిని వ్యాధులకు కారణమవుతుంది. తద్వారా వ్యాధుల వ్యవస్థలలో ప్రవేశించినట్లు ప్రవేశించిన ద్వారా వ్యాధుల సంబంధం సుంబిల్ ప్రణాళికలో వుంచుతుంది. కాబట్టి దీనిని గుండ్ల అన్నవారలో గుండ్ల సుంబిల్ ను సర్దుదాటుతుంది. దీనిని వ్యాధి మరియు గుండ్ల సుంబిల్ మధ్య అనుబంధం అంటే వీరి వయస్సు 'వీరియోటిటి' మరియు కన్యాయావాన్సుల వ్యాధులు: ఏకాగ్రాసు నివేదిక ఆకాశం అంటే సుంబిల్ క్లెయిర్.

అంతిమ లక్ష్యం

నల్ల జీలకర్రను ఆహారంలో చేర్చుకుంటే ఆరోగ్యం

నల్ల జీలకర్రఅనేది అద్భుతమైన ఔషధగుణాలు కలిగిన ఒక సహజ వదార్థం. ఇది ప్రపంచవ్యాప్తంగా అనేక శతాబ్దాలుగా అనుష్ఠేదం, యునాని మరీయు సాంప్రదాయ ఔషధాలలో విస్తృతంగా ఉపయోగించబడుతోంది. నల్ల జీలకర్రలో పలు రకాల పోషకాలు, విటమిన్లు, ఖనిజాలు మరియు మలంబీఉక్సిడెంటు పుష్కలంగా ఉండటం వలన ఇది ఆరోగ్యానికి అనేక రకాల ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది.



1. జిల్లాక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది.-నల్ల జిలకర్ర జిల్లాక్రియను మెరుగుపరచడంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుంది. ఈ దినము ఆజిల్లం, కడుపు ఉబ్బరం, వాంతులు, వాయువు వంటి సమస్యలను తగ్గిస్తుంది. నల్ల జిలకర్రలో ఉండే ఫైబర్ జిల్లాక్రియను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. ఉదయాన్నే దీనిని గోరువెచ్చని నీటిలో తీసుకోవడం వలన జిల్ల

2. ఆంధ్రజ్యోతిషంలో లక్షణాలు:నల్ల జీలకరలో ఆదికంగా ఉన్న ఆంధ్రజ్యోతిషాద్భుత శరీరంలో పుష్కర రుద్రకవని నియంత్రిస్తాను. ఇది కేరళంలోని కనాల రక్షణలో సహాయపడతాయి, కనకాలాని దెబ్బల్లోని జీవ కనకాలను పునరుద్ధరించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. దీంతో, వృద్ధులకు లక్షణాలును శక్తినించందలో మరలయి క్యాన్సర్ వంటి ఇబ్బందులను నివారించడంలో కూడా ఇది సహాయపడుతుంది.

3. రోగనిరోధక శక్తి పెంపు

విస్తృతంగా ఉపయోగించబడుతుంది. ఇది రోగిలోని రోగదర్శక వ్యవస్థను ఉత్తమ పరిరక్షించే ద్వారా శరీరాన్ని వివిధ రకాల ఇన్ఫెక్షన్లు, వైరస్ మరియు ఇతర వ్యాధిని కలిగి ఉన్నందుకు, ఇది సాధారణ జలుబు, దగ్గు వంటి నమస్కరణ నుంచి తలకా బయటపడినందుకు ఉపయోగపడుతుంది.

4. చర్మ ఆరోగ్యానికి: సల్ఫు జీలకర వర్మ నమస్కరణను తగ్గినచోట ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుంది. ఇది చర్మంపై ఉండే మొలతలు, ముతతలు, చర్మం పాదీకా ఉంటుంది వంటి నమస్కరణను తగ్గిస్తుంది. సల్ఫు జీలకరను చర్మంపై నేరుగా లేదా ఉంటుంది తీయడం ద్వారా, ఇది చర్మాన్ని పాదీకా కాకుండా మృదువుగా మరియు కాంపెంజం చేస్తుంది.

5. రక్తస్రావం నియంత్రించడం: సల్ఫు జీలకర రక్తస్రావం నియంత్రించడంలో కూడా ఉపయోగపడుతుంది. రక్తంలో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని సులభంగా తగ్గించి, అధిక రక్తస్రావం నియంత్రిస్తుంది. ఇది హృదయ ప్రవాహాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

2. **మధుమేహ నివారణ:** పళ్ళు జీలకర్రల ద్వారా చక్కని స్థాయిలను తగ్గించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. దీని వినియోగం మధుమేహం ఉన్నవారికి సహాయపడుతుంది మరియు పరిశుభ్రమైన సూచిస్తున్నాయి. ఇది యెక్కువైన యొక్క ప్రభావాన్ని మెరుగుపరచడం ద్వారా రక్తంలో చక్కని స్థాయిలను సక్రమంగా ఉంచుతుంది.

3. **నియోల పనితీరు:** కొన్ని అధ్యయనాలు నాలుగు జీలకర్రల తీసుకోవడం వలన శరీరంలో కొవ్వు ఉంచడం సూచిస్తున్నాయి. ఇది బరువును తగ్గించడంలో మరియు శరీరంలో అదన కొవ్వు నిల్వలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

4. **క్యాన్సర్లకు సమన్వయం:** జీలకర్రల తీసుకోవడం వలన క్యాన్సర్ సంబంధిత సున్నపులను తగ్గించడాన్ని ఇది మెరుగుపరుస్తుంది.

అది ధనుకుడు ఎన్నో మంచి చేసుకుంటున్నట్లు క్లిష్ట గమనించాడు. కుతుకుడుగట్ట దయ చేయడం ఆతనికి అపకృతిగా, అపరాధంగా భావించి ఆతనిని అరెస్టు చేశాడని తెలుసుకుంటే, ఆతనిని విడుదల చేశాడు. ఆయనదే మనస్సు- గొప్పవాడైన ఇతర కరుణితుడు మంచి కాకుండా కాస్త పక్కాగా చదివేదే అని ఆతని తేజస్సుకి నమ్మకం అని కావాలి అంటుంది అంటూ హెచ్చరించాడు. అది ఎన్నో అవకాశ- 'మనం రోజు ఎందుకంటే' హుస్సూంటా. అప్పుడే తెల్లన ప్రకృతికి వేరే ఇతడు గొప్పవాడే కాదు' అంది. అలా పక్షులు చూడగా, వెళ్లిపోయాయి. ధనుకుడు ఆత్మరక్షణ చేశాడు. పిలవలే సేవకుడు మొదటిపక్షుడు అలాంటిది ఆయన గొప్పలు మొదటివేనాటిలో భగవంతుని ముందు పద్ధతు వెళ్లి... అప్పుడొప్పును బోధించుకుంది అంటూ. దానికంటే 'అది కాకుండా' అని విద్వాంసులు అనాధరంగా, ధనుకుడి బాధ

రుచితేని ప

ఉప్పువేసి ఉప్పు చప్పు ఉన్నట్టుగానే నేనా
వారు కోఖించలేరు. తిన్న ఆహారం కొద్ది
జీర్ణమైతే అది కదా- అనుకుని ఉప్పు
తినలేదు. అది నోటికి నహించదు కనుక పి
లవాన్ని బోధిస్తాం. ఉత్కల్య విషయమైన
శ్రద్ధ చూపిస్తున్నప్పుడు.. కొన్ని దశాబ్దాల
జీవితాన్ని ఇంకెంతో గొప్పగా మలచుకో
మంది గుణాల తేగించడే వీటివారు
ప్రాంతైని, ఇతర శ్యాన నమస్కలను
ఉచయోగపడుదుంది.

9. చర్మ వాపులు, వాపు తగ్గించడం: నల్ల
ఇన్ఫెక్షన్లు వల్ల లక్షణాలు కలిగి ఉండటం వ
వాపులు, కీళ్ల నొప్పులు, ఇతర వాపు
తగ్గిస్తుంది.

నల్ల తలకల అవేది ఒక బెడదగుణాల
అవేది ఒక బెడదగుణాల

తలచినా, నిగ్రహమును వదిలెంతగానా.
 కానీ ఇంకొకటి ప్రత్యక్షమైనది నీ - మన
 అనుభవం లక్ష్యం ఏమిటో, అనేదిగాదు.
 అంతా ధనశుభితో ఏలాంటి వేషము లేదు.
 అహంకారాలూ, ఆదంబరాలూ లేవు. సాధా
 నమస్తుతం, వినయంగా ఉండినవారే.
 ప్రత్యక్షం అలా చేయడం, మనస్తత్వ ఆత్మ, నీ
 పై ఆధారపడిన వారు ఏగిరిన ఆత్మలు. నీ
 ఆత్మను ఉద్ధరించుకొంటారే... ముందు నీ
 పైన ఆధారపడిన ఆత్మల ఉద్ధరణకు
 సమర్థులవారి. ఆత్మ అనిన సర్వతత్వం
 సమస్తమే. అటువంటి ఆత్మ పైకి అన్ని
 సదాశ్చార్య, దేవతలు, ఆధారపడి ఉంటారు.
 అది విషయాలను స్థాపించడం, దర్శనం, గర్వం
 కలిగిన ఆత్మ స్వార్థపరుడే. నవ్వు నేడు
 వారున్నది నీ విడిచిపెట్టాలి అనిమన లక్ష్యం
 సాధించే అదిగావు. ఆత్మను బాంధవ్యం పట్టి
 శత్రువులు నుంచి విముక్త చేయడమే అనులు
 నీవెవరో అంటేమి లక్ష్యం అంటూ
 వివరించాడు. ధనశుభ తృప్తి నేనుగిరించా

అత్యున్నత శైలిలో దూపవేశారు. అప్పుడే జీవితం నిస్సారంగా ఉంటుంది. అయితే వ్యక్తంగా అలంకరణకేసులో అట్టర్లం చేశారు. అలానే దేవుల లక్షణాలు అవ్వవచ్చుగా కూడా ఉంటాయి. గురించినందు, గౌరవించు, వాంఛించు వాటా లోనో, భయంతోనే మున్నెందలా. అనే క్షణముల గురించి, సుమ, యు, కను, సుమ్యంక వంటివి. వలెకాదు బుద్ధి. అనే నడుపుతున్న ముందుకు సాగినప్పుడు క్షీర, సంపదాలు వరిస్తాయి. ఇది నిద్రావృత్తానానా సాధ్యం ఉన్నది.

రుచితేని పప్పు

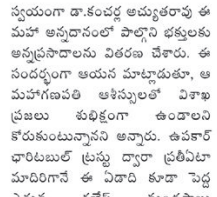
శాస్త్రమే సప్త మహ్నగా ఉన్నట్లుగానే స
వారు శోధించలేరు. తిన్న ఆహారం కొద్ది
జీర్ణమైపోతుంది కదా- అనుకుని నీ
తిన్లేర. అది నోటికి సవిందుల కనుక పి
లవానితో జడిస్తారు. అతల్లిచ్చ విషయమైన
శ్రద్ధ చూపిస్తున్నారు.. కొన్ని దశాబ్దాల
జీవితాన్ని ఇంకెంతో గొప్పగా మలచుకో
ముంది గుణాలు లేకుంటే తోటివారు
ప్రాంతానికి, ఇతర శాస్త్ర సమస్యలను
అంతగా గౌరవించరు.

9. చర్మ వ్యాధులు, వాపు తగ్గించడం: నల్ల జీ
ఇస్పామేటర్ లక్షణాలు కలిగి ఉండటం వ
వ్యాధులు, కీళ్ల నొప్పులు, ఇతర వాపు
తగ్గిస్తుంది.
నల్ల జీలకర్ర అనేది ఒక బైవధగ్రణాల
జీవమే. ఇది అనేక రకాల చర్మ వ్యాధులకు

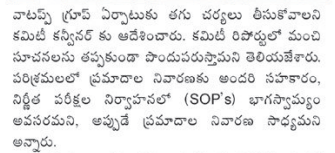
అల్పీయులు సైతం దూరమౌతారు.
అప్పుడిక జీవితం నిస్వారంగా
ఉంటుంది. అందుకే నడుజాలు

[illegible]

హై లెవెల్ కమిటీ ఛైర్ పర్సన్ వసుధా మిత్రా ఐఏఎస్ (రిటైర్డ్)



విల్లూరుచేసి ఇ గణపతికి పూజలు చేపాతే బాగుం దక్కింపవూరు. ఇ ప్రాంత వాసులు తనవే నానాస్వపు అభిమానం.. ఇ దేవ దేవుడు ఇచ్చిన శక్తివలన రానున్న రోజుల్లో అనుమతించగ కార్యక్రమాలకు తీసు ద్వారా చేపతామని చెప్పారు. పెద్దతీర్థున చేపట్టిన కార్యక్రమాలో ఇ ప్రాంతవాసులు బాగోగా పాల్గొని విజయవంతం చేయటం పట్ల ఆయన ఆనందం వ్యక్తం చేశారు. అంతకుముందు పన్నెండువారి అనువు కార్యక్రమ కంపెనీ అనుమతించికి ప్రత్యేక పూజలు చేసి హరదాసులు ఈ కార్యక్రమంలో తీసు ప్రతినిధులు సుదీర్ఘ నాగు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



రెండవ పూట పరవాడ పార్కాసిటీ లోని సినిక్లీన్ యాక్ట్ ఇన్ఫ్రేడియంట్ల సంస్థ, యూనివర్-3 లో జరిగిన ప్రమాద స్థలిని పరిశీలించి ఆనంతరం వివిధ పరిశ్రమల ప్రతినిధులతో విశాఖ పార్కా లిమిటెడ్ ను సమావేశం ముందిరలో సమావేశమై వారి సూచనలు, సలహాలు ఆడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ విజయ కృష్ణ మోడుడుతూ పరిశ్రమలో ప్రమాదాల నివారణకు

అందరి సహకారం అవసరమని, దానిని విలువైన సూచనలు
సహపాలు ఇవ్వటానికి ముందుకు రావాలని కోరారు.
వెలమయ్య వరంగల్ జిల్లా, కార్వక్కల సమీపాన ఉన్న ప్రభుత్వ
సుంది తమ పూర్తి సహకారం అందిస్తున్న తెలియజేశారు.
ఆ కార్యక్రమంలో పాల్గొని కమిషనరీ కార్యాలయ మంత్రి
వైద్యకర్ ఆఫ్ వైద్యకర్ ఆఫ్ వైద్యకర్ వర్క్ ఎఫ్ వరంగల్
అందివర వైద్యకర్ ఆఫ్ ఇంజనీరింగ్, పాలిటెక్నిక్ కంట్రోల్ బోర్డు
ఆఫ్ ఇంజనీరింగ్ ప్రసాద్, వైద్యకర్ ఆఫ్ బయోటెక్నిక్
అనుమతి పాత్రవారికై, ప్రాంతీయ రామన్ (ఇంటి వైపు),
అక్కిరె విద్యాకర్, బోనం మేనేజర్ వీణవారి పాల్గొన్నారు.
అమం ఇంజనీరింగ్ క్లీరెన్స్, సుబబిలిత శాఖల జిల్లా
జిల్లాకార్యాలయ, కనీసముగా పాల్గొన్నారు.

మనలో ఆలోచన పద్ధతి గ్రహించుటకు, దీనితో పరిచయం కల్పించి బ్రెయిన్ డెవ్ గా ప్రవేశించుట. ఆ విషయాన్ని సంతోక తోచుట ప్రతిభాగా. బ్రాడర్ రావణప్పగారు తెలియజేసిన ఆచమనశాలా దానం చేయాలని ఆదేశమైన కల్పయిద్దాం.. దీనిని మంచి పూర్వస్థానంలో ఆలకించుచిన నామకు ఆచమనశాలాను దానం చేసేందుకు ముందుకు వచ్చాడు. ఆ విషయాన్ని రాష్ట్ర శివన దాస్ శాస్త్రిగారు దౌర్జన్య కరంగా భావించి దుష్పరిశీలనకు దారితీశాడు. ఆయన చేసిన దాని ప్రతికారాల్లో ప్రకారం సంతోక లా' మనోహర్మ్య కార్యము' శీలనిరీక్షింపను నీవిద్యుత్ ప్రకారము' రోగగుళల శీలాయుధము. ఆచమన దానానికి ముందుకు వచ్చిన నా కుటుంబం

పాతకి సయమదానంపై అవగాహన కల్పించిన వైద్యక బృందం సేవలను కొనియోధాదా.విశాఖ నుండి సెవెన్ హ్యాన్డ్ హాస్పిటల్ గ్రీన్ ఛానల్ ద్వారా హైదరాబాద్ కివచ్చి కుం కిడ్నీ తరలింపబడింది. విశాఖలోని కేర్ హాస్పిటల్ కి లివర్ తరలింపు చేశారు. అంతాపల్లి ఆశ్రమాకు చెందిన 35 ఏళ్ల సంతోష్ అనే బిచ్చగ్రియోను డెడ్ అవడం తో అదయమ దానానికి ముందుకు వచ్చాడు. బ్రెయిన్ డెడ్ అయిన వ్యక్తికి 7 ఏళ్ల క్రితం కిడ్నీ ట్రాన్స్ ప్లాంట్ చేసిన చేశారు.

స్వయం శాపిడి పొందవచ్చు అన్నారు. మెడన విలువ సుమారుగా 25 వేల రూపాయలు ఈ కుటుంబదేవస్థాన శిష్యాపరం మంత్రి విజయవారి వరకు 100 రోజుల క్షమాపణ అన్నాయని సుమంత్ రోజుల క్షమి 800 కుటుంబదేవస్థాన కోల్ ఇంటర్నా సినిగెట్ వీధుల ద్వారా అంజనేయం అంజనగరుదేవస్థాన ఈ కార్యక్రమంలో రోజుల క్షమి అంజనగరు అధ్యక్షుడు సుమంత్ రావణ్ దేవస్థాన దేవస్థాన అంజన కోశాధిపతి గ్రంథ సర్వోద్యమ క్షమి సీనియర్ సభ్యులు కవిశాస్త్రి సతీద బుద్ధ రమణాశి, టిజి నాయుడు, కెవి గెరోజి శిక్షకులు దుర్గాదేవస్థాన తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బదుగు బలహీన వర్గాల ప్రజలకు క్షేమ ఆద్యర్యంలో అనేక కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం జరుగుతుందన్నారు కోల్ ఇండియా వారి ఏ ఎన్ ఆర్ విధులతో అనుకూల క్షేమ కు ఉచితంగా 15 కుటుంబములను అందజేయడం జరిగిందన్నారు 15 రోజులు పాటు శిక్షణ, కెళ్ళు పులి అన్నానా అందరూ ఏపసు నచ్చిన నచ్చిన తీసుకోని గొప్పదిగా

విశాఖమట్లం, (విశాఖ సమాచారము): విశాఖ నగరం లో జరిపిన వాణిజ్యము మెరుగుదలకొనగలిగి తమిళము వాటిని అవలంబించే స్థిరంగా మార్పుదానికి ప్రజా బాహుళ్యం అధున్వేషిస్తున్న సమాచారం అధ్యక్షమైన వేదిక అని నగర పట్టణ మేయర్ తమిళం అంశంపై ఉద్ఘాటించారు. దేశ వారానికి డిజిటల్ ప్రజా బాహుళ్యం అధున్వేషిస్తున్న 2024 సమాచారం అని పాల్గొన్నాడు. ఇదే వేదికపై భారతదేశంలో అత్యంత రాష్ట్రాలకు సరఫరాదానికి సగంకాలకు సంస్థ మేయర్, డిప్యూటీ మేయర్లు పాల్గొని సమావేశమయ్యారు. ఈ సందర్భంగా డిజిటల్ మేయర్ మాట్లాడుతూ దేశంలో ఉన్న అన్ని రాష్ట్రాల పరిధిలో ఉన్న నగరాలలో ప్రజలు నివసిస్తున్న రీతి, వారి జీవన విధానం మెరుగుదలచే దిగినా ఉన్నా వారికి సమాచారం సరఫరా చేయాలి అంటూ ఆయన అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగస్వామి, చరిత్ర మంత్రి, బెల్గాం, ఉత్తరాంధ్ర, హిమాచల్ ప్రదేశ్ వంటి రాష్ట్రాల ప్రజా ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు. ఒక ప్రకటన ద్వారా డిప్యూటీ మేయర్లు తెలిపారు.

! వ్యవసాయం చేసుకోవడానికి భూమి ఇచ్చాడు.
! దున్నడానికి ఎడ్లలు అందించాడు.
! ముప్పు కాసం అప్పు గెడిలను ఇచ్చాడు.
! ఇలా మనది పుట్టి నిలవడానికి అప్పు నీ మమేకం చేశాడు.
! భూమి కన్నీ లక్షల తరాలు కేవలం అప్పులు గెడిలు వాడు
ఎప్పుడు అలా ముప్పవసాయంగా కావడానుకుంది.
! మనది చతనం ఎప్పుడు మొదలైంది..?
! ఎప్పుడైతే మనది అప్పుని కనాయి వాడికి అమ్మో నన్ను
చేతులువాడు.

! ఆవుడి నుండి వారి వారసత్వాలు ఆవు పాపానికి ఇచ్చే
 సొకా వస్తున్నాడు.
 ! ఆవుల్ని కనాయికి అప్పుకొను ముందు ఏ శాస్త్రస్థరేడు!
 ! ఏ యియ్య లేదు.
 ! ఏ నుండి అబ్బు లేదు.
 ! ఏ good గర్భనందిన వస్తున్న లేదు.
 ! నుంచి ఇప్పుడు ఇప్పుడు ఏదురుకు వస్తున్నాయి..?
 ! మనకి పాపున లేకపోయే కాలి... దానికి పాలు
 కాలి... పాలు లేదు.
 ! మనకి అన్న లేక నియ్య కాలి... నియ్య కల్లి.
 ! అన్న లేక ఏదురు కావాలి... ఏదురు కల్లి.
 ! వేడి చేస్తే పాలు కాలి... మజ్జగ కల్లి.
 ! మనకి గాయం అయితే మన్న కాలి... వెన్న కల్లి.
 ! సగటు ముడి జీవితం ఆవుతో మన్న పడి ఉంది అనే
 విషయం ముందు ప్రభుత్వాయోజనా పాపానికి
 ! కాని వేరే గుర్తుగా లో ఏముంది అనే
 కనుకనుక... కళ్ల ముందు కనుమరుగై ఆవుతున్న
 జీవితాన్ని మార్చటం ఏ శాస్త్రవేత్తల ముందు లేకపోయింది.

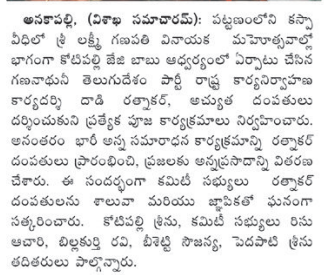
అనకాపల్లి, (విజాపూర్ సమీపము): కూమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వస్తే ఉచిత ఇసుక దొరుకుతుందని ఎంతో ఇంటంట్ అతలే చూసిన భవన నిర్మాణ కార్యక్రమం, కేరళకు శాశ్వత నిర్మించుకుంటామన్నప్పుడు వారిని నెరవేరించేందుకు ప్రభుత్వం కార్యక్రమం నిర్వహిస్తున్నప్పుడు ప్రజలకు ప్రత్యక్షంగాని తెలుగుదేశం పార్టీ అనకాపల్లి పార్లమెంటు నిర్మించుకుంటే కేరళకు కలిగిన అవకాశం అతడే ప్రభుత్వం వ్యక్తపరిచారు. ఒకప్పుడు కారడ నది పరివాహక ప్రాంతంలో ఇసుక మూడు జిల్లాలకు ఈ ప్రాంతం నుండి అందుతుంది అయ్యాడని కానీ నేడు కృత్రిమ కర ఏర్పడడం వల్ల (ట్రాక్టర్ ఇసుక 9000 రూపాయలకు) కాసుకునే సరిష్కారం ఏర్పడిన నేడు ఈ పరిస్థితి గమనించి కాక అధికారులు, జిల్లా ఎయిల్యంసా సర్వీసుల చర్యలు తీసుకోవడమడం వల్లే ఈ పరిస్థితి ఏర్పడినటువంటివి, విజాపూర్ అనకాపల్లి జిల్లాలో సర్వీస్ మైనింగునుండి ఇసుక విధానం నడుస్తున్నందున ప్రభుత్వం ఛెయిన్ బ్రుక్ ఇశ్యుడే అతడే ఇసుక దొరకటం లేదని, రావులపాలెం, గోగేపేట, బెయ్యారం, జోన్నాడ, హేమనగరం, కలవరం ప్రాంతాల నుండి ఉన్న 10500 టన్నుల దానియందు భాగం లో హేమనగరాన్ని, అక్కడ నుండి అనకాపల్లి ప్రాంతాలకు తీసుకురావడం వల్ల, సుమారు పేరిట

పేటది రూపాయలు అద్దిదారుల నుండి దేవుడు తినువాడని, ప్రాక్టర్ కేసు భాగం పెరగడం వల్ల గృహ సాయమును పనులు అపసృహ, దీని మూలంగా కార్మికులకు పనుల లేక ఆదాయం పడుతున్నానని, అనకాపల్లి పరిసర ప్రాంతాల నుండి పనులు కోసం ఆనకాపల్లి దిశకు ఉత్తి చేసుకోలే తిరిగి వెళ్ళడం జరుగుతుందని అనేక మంది కార్మికులు గ్రామీణుల ప్రాంతంలో మంచి ప్రభుత్వం కార్యక్రమంలో వారి ఆవేదనను తెలియపరుస్తున్నారని, ఇప్పటికైనా జిల్లా సంస్థానంగా, గిరివల గాన శత్రు తెలివి పనులకొల్పి మంచి వాడవడం వెళ్ళి ముప్పులో అనేక దేశీ సు ఏర్పాటు చేయాలని ఈ ప్రాంత వారులు అనేక కార్యక్రమాల దిమాంద చేసిన సందర్భాలైన ఇప్పటికైనా దృష్టి పెట్టండి ప్రభుత్వ విధానానికి అనుగుణంగా ఉదిత అనేక సందర్భాల కలిగి వర్తకుల తినుకావాలి గనులు అలా ఇకనాదులు జిల్లా శత్రుత్వం ను వెంటపట్టాలి వీరూ, ఈ కార్యక్రమంలో దీని సెల్ అధికార ప్రతినిధి విల్లూరు పరిమళాల 80 వార్డు నాయకులు సెంటులకు వెంటపట్టాలి తలతలం వారిలావు.

! ఒకడు కోరు రూపాయలు పెట్టి లగ్గరి ఏల్లా కొనగలుగు
తున్నాడు, కానీ నన్నప్పుడు నాకప్పుడు రూలు కొనలేకున్నాడు.
! ఒకడు కోరు రూపాయల కార్ తో తిరుగులేకున్నాడు కానీ
నాకప్పుడు పెరుగును అప్పు తో తినలేకపోతున్నాడు.
! అతిదీనివది కార్ పెట్ట ఆరోగ్యం పెరుగుదు.
! లగ్గరి వల్ల ఆరోగ్యం పెరుగుదు.
! కానీ నాకప్పుడు పాల వల్ల ఆరోగ్యం పదింతులు
పెరుగుతుంది.
! నాకప్పుడు పెరుగువల్ల రోగాలకు దూరంగా ఉండొచ్చు
నప్పుడు రోగాలకు మందులు కొట్టిన ఆహారం ప్లాస్టిక్
ఉంటున్నార అందరూ కానీ కాదు.
! మనని అతడు దూరం అవ్వడం వల్లే రోగాలు
వస్తున్నాయి అని నేను అంటున్నాను.
! పొద్దును నుంచి అప్పుడు తిండు వకట పాలతో తయ్య
అయిన ఆహారం ఎన్ని రకాలు అంటున్నమా గ్రహించండి.
! అవి నన్నప్పుడు పాల తో చేసిననా కెమికల్ తో తయ్య
చేసిననా...??
! నా విన్నప్పుడు మా అమ్మ పెరుగు కొనుక్కొన్న పొద్దును
తీసిగా తిన్నావాణ్ణి.
! రాత్రి పెరుగు తిన్నప్పుడు మా అమ్మను తిట్టివాన్ని చి
ప్పగా ఉంది నాకు వచ్చు అని.
! అలాంటిది నప్పుడు పెరుగు హెడ్ల కొండే పది రోజులు
అయిన పులువు రావడం తీరు అంతే ఆగ్రిం ఏమి...?
! ఒప్పుడు పొద్దున పాలు నాయంత్రానీ ఏంనీ పోయేవి
! నప్పుడు పది రోజులు డ్రిడ్ తో పెడితే బాగుంటున్నాయి
పొడి పాలు.

! ఆది మన గేదె పాలు ద్రోవై పొట్టంది తెల్లని కట్ట పోతాయి.
! అంబే ఆర్థం ఏంబే?...పుల్లూ అవకుండా కెమికల్ కలుపుతున్నాడు.
! పాలు విరిగి పోకుండా ఉండటానికి కెమికల్ కలుపుతున్నాడు.
! నో ఇన్వెన్షన్ ఆర్థం అయింద...? మనవి రోగాలను కారణం కాదు పాతరకల వస్తువులే వార్తలు.
! ఒక గొప్ప విద్య కొనసాగు గొప్ప కాదు... విద్య ముందు దివ్య గుడిగా దాండ్ల ఒక అంబే ఒకే పెట్టడు గొప్పదనం. ఇప్పుడున్నా ఆ పోస్టర్ లను, పోస్టర్ లను వదిలి రెండు అవుట్పుట్ కొనుగోని ఊరికి పాము 3 పూలను మంచి మనం వదిలించుకున్నా బోసోర తీసేసే గొప్ప ఏగెలానా బ్రాకెడం గొప్ప కాదు, ఆరోగ్యానా తిని బ్రాకెడం గొప్ప పైన గా :-
మనం అందరం మట్టికి దూరం అయ్యాం... ఇప్పుడు అందరం మట్టి మట్టికి దగ్గర అవుతాం... కళ్ళు తెరవండి ఆరోగ్యానా జీవించండి...
పెద్దైనా ఆనారోగ్యం అప్పు యజమాని అప్పు వాళ్ళకి వస్తా... ఆ ఆనారోగ్యానికి విధురం ముందు తిని అప్పు అప్పుకి వచ్చి పాలు ఇస్తాంది ఏంపా... ఆ పాలు తాగిన పాతరకల ఆనారోగ్యం నుంచి ఏమొక్క అవుతరంని బట్టిక చెబుతుంది. సో... చిరిగిపోతూ అయినా కానీ మోక... ఒళ్ళు అప్పుని మాత్రం పెంచుకో.
గుడిపోతూ అయినా బ్రాకునా కానీ అప్పుని మాత్రం పెంచు... కళ్ళెలను రక్షించు...
ఆ గొమాక ముప్పల్లు... మి కుటుంబాన్ని రక్షిస్తుంది.

ಭಾಲಿ ಅಗ್ನಿ ಸಿಮಾರಾಧನೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿ ರೆಡ್ಡಾಕ್ಟರ್ ದಂಪತಿಗಳು



అనవధి, (వివాక సమచారము): జిల్లాలోని అన్ని ప్రాంతాల నుండి ఎనిమిది వారాలపాటు (మరియు నెలకొద్ది) యాత్రలు వున్నాయి. ప్రాంతాలలో ప్రస్తుతం, దీనిలో భాగంగా చోరపేట, నియోజవరం, కాకత్యపేట గ్రామాల నుండి ప్రముఖ వ్యాపారానికి, కార్యక్రమాలకు మార్గాల వెంటేజ్‌కున్న ఆదర్శంలో ఉంటే నెలకొద్ది యాత్రలు బస్ విజయదేవరం, ఉ. యాత్రలకు సరిగ్గాగవున్నవి. ఎ.వి.ఎల్ సర్వీసుల నుండి,ఎం.వి.ఎల్ లాగా ఉన్న ప్రాంతాలవారు. ప్రముఖ భువనగిరిలాలు ఉయ్యన నుంచేపాటు, అన్నవరం, కనకమహాలక్ష్మి అమ్మవార్ల ఆలయ దర్శనములకు యాత్రలో పాల్గొని భక్తులకు అవకాశం కనగవున్నది. అలాగే ఉ. యాత్రలో పాల్గొన్న భక్తులకు ఎటువంటి ఆరోగ్యం లేదనిపించి ఉదయం అలాగేపాటు మధ్యాహ్నం భోజనం రాత్రికి కూడా అలాగేపాటు ను (మరియు) నిర్వాహకులు ఏర్పాటు చేస్తున్నారు. దానికి తోడు ఎక్స్‌ప్రెస్‌లకు తూర్పు నుండి నడుచుచున్న కూడా ఏర్పాటు చేశారు. ఉ. కార్యక్రమంలో భాగంగా పూలమార్కెటు చేసి తాలూకా వ్యాపి నుండి వచ్చే ధాన్యములండా మనంగా సక్రమించారు. ఉ. కార్యక్రమంలో ఎం.వి.ఎల్ యాత్రను సమర్థించి, ఎం.వి.ఎల్ దారిలపల్లెలో నెలకొన్న సమర్థన,స్థాపకుల కదివరాలు పాల్గొన్నారు.

[illegible]

దరారులు ఇంటర్వ్యూలో మార్పులు చేయిస్తుమని గాని, అత్యధికాలు పెంచుతుమని గాని ప్రలోక పెట్టిన యెడల మీ జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయంలోని గాని, రాష్ట్ర సంచాలకుల కార్యాలయంలో గాని ఏర్పడు చేయవలసివచ్చిన కరీషిమైనది. అత్యధికాల ఎంకల పూర్తిగా వివర్ణకరతలో వారు సాధించిన సెలెక్షన్ పైన మాత్రమే అతిపెద్దది జరుగుతుంది. ప్రలోకాలకు సరిచేస్తున్న దరారులకు తలపెద్దన చట్టాలు తీసుకుంటున్న వాళ్ళుంటున్నా.

అద్యోగ్ నియమకాల గురించి మనెస్తా దరారులకు కచ్చాల్లు ఇచ్చి మనపిదపదే రాష్ట్ర పరక సంచాలకులు కే. థి. జి. సెనానాథరాం IAS, ఒక ప్రకటనలో తెలిపా.

विशाखासमाचार हिंदी पृष्ठ में अपनी विज्ञापन, न्यायालय नोटिस, नाम सुधार, निविदा अनुसूचना, अनूदित कार्य, अन्य के लिए संपर्क करें - कें.वी.शर्मा- 7075408286, राघवेंद्र मिश्रा - 8464006295.

