Visakha Samacharam MINI FUNCTION HALL
100 Seating
Call : 93939 49345

VISAKHA SAMACHARAM TELUGU DAILY: VISAKHAPATNAM
Postal Registration No. VSP / 96/ 2024 - 26.
visit: www.visakhasamacharam.com

విశాఖ సమాచారమ్

హారిక, హాసిని
కేటరింగ్ & కుకింగ్
బ్రాహ్మణ భోజనాలు
అతి తక్కువ ధరలకే లభించును
All Function Catering (Veg) Order Taken
ప్రొప్రైయిటర్ : సంతోష్ కుమార్
Ph : 8985488221
9014911305
పెదగదిలి, సింహగిరి కోలని, విశాఖపట్నం

RNI No.52722/90 సంపుటి : 34 సంచిక : 190 విశాఖపట్నం, 10 మే 2024 శుక్రవారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

హోరాహోరీగా లోక్‌సభ
అభ్యర్థుల ప్రచారం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖ నగరానికి చెందిన 6 నియోజకవర్గాలు మరియు ఎస్.కోట ప్రాంతమంతా విశాఖ లోక్‌సభ నియోజకవర్గ పరిధిలో ఉన్నాయి. ఈ 7 నియోజకవర్గాలలోను శాసనసభ అభ్యర్థుల ప్రచారం, ప్రజాదరణ ఒకలా ఉంటే లోక్‌సభ అభ్యర్థుల ప్రచారం, వారికి లభిస్తున్న ప్రజాదరణ మరో విధంగా ఉన్నాయి.

2019 సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో విశాఖ లోక్‌సభ స్థానానికి వైకాపా అభ్యర్థిగా ఎంవీవీ సత్యనారాయణ ఎన్నికయ్యారు. ఆయన తన సమీప ప్రత్యర్థి, తెలుగుదేశం పార్టీకి చెందిన ఎం.వి. శ్రీ భరత్‌ను కేవలం 4వేల ఓట్ల మెజార్టీతో ఓడించారు. ఇదే ఎన్నికలలో జనసేన అభ్యర్థిగా సీబీఐ పూర్వపు జాయింట్ డైరెక్టర్ వి.వి.లక్ష్మీనారాయణ పోటీచేసి 2,98,000 ఓట్లు సాధించి ఔరా అనిపించారు. ఆ ఎన్నికలలో జనసేన ప్రాబల్యం పెద్దగా లేనప్పటికీ లక్ష్మీనారాయణ వ్యక్తిగత పేరుప్రతిష్టతలతో అంత భారీ ఓటర్ల మద్దతును కూడగట్టుకున్నారు. జనసేన పార్టీ అభ్యర్థి రంగంలో లేనట్లయితే తెలుగుదేశం అభ్యర్థి భారీ మెజార్టీతో ఘన విజయం సాధించి ఉండేవారని ఎన్నికల విశ్లేషకులు చర్చలు జరిపారు. ఈసారి జరుగుతున్న ఎన్నికలలో ప్రధాన అభ్యర్థులుగా తెలుగుదేశం పార్టీ మరియు వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీకి చెందిన వారు మాత్రమే ఉండగా పోటీలో ఇతర ప్రాంతీయ పార్టీలకు చెందిన అభ్యర్థులు, స్వతంత్ర్య అభ్యర్థులు కూడా తమవంతు ప్రచారం కొనసాగిస్తున్నారు.

కేవలం 4వేల ఓట్ల తేడాతో పొందిన ఓటమిని యువకుడు, విద్యావంతుడు గీతం విద్యాసంస్థల అధినేత అయిన ఎం.వి. శ్రీ భరత్ జీర్ణించు కోలేకపోయారు. గడచిన ఐదు సంవత్సరాల్లోను ఆయన గీతం ఆసుపత్రి ద్వారా లక్షలాది మంది పేద ప్రజలకు స్వల్ప ధరలకే వైద్యసేవలు అందించి చాలామందికి దగ్గరయ్యారు. కోవిడ్ సందర్భంలో కూడా గీతం ఆసుపత్రి ప్రధాన ఆసుపత్రుల కంటే అత్యధిక స్థాయిలో రోగులకు సేవలు అందించింది. గడచిన ఐదేళ్లలోను శ్రీ భరత్ వివిధ వర్గాల ప్రజలతో బలమైన సంబంధాలు పెంపొందించుకున్నారు. అనేక కులసంఘాలు, కార్మిక సంఘాలు, వర్తక సంఘాలు, కోలనీ సంఘాలు, గ్రామదేవతల సంఘాలు ఆయనకు చేరువయ్యాయి. ముఖ్యంగా బ్రాహ్మణ కులానికి చెందిన అర్చకులు, పురోహితులపై వైకాపా నాయకులు దాడులు జరిపినప్పుడు, దేవాలయాలపై అన్య మతస్థులు దాడులు జరిపినప్పుడు శ్రీ భరత్ తీవ్రంగా స్పందించారు. కోవిడ్ సమయంలో కూడా ఈ సంఘాల వారికి ఆయన అండగా నిలిచారు. వైకాపా ప్రభుత్వంలో బ్రాహ్మణ కార్పొరేషన్ నిర్వీర్యం అయిపోగా ప్రస్తుత ఎన్నికల మ్యానిఫెస్టోలో తెలుగుదేశం ప్రభుత్వం బ్రాహ్మణులకు విశేషమైన సేవలు ప్రకటించింది. ఈ సేవలను గురించి ఆయన అన్ని బ్రాహ్మణ సంఘాల ప్రతినిధులకు స్వయంగా వివరిస్తూ వీటి ద్వారా అందరికీ ఫలితాలు లభించేలా చేస్తానని హామీలు ఇస్తున్నారు. భరత్ హామీలకు వేలాదిమంది సభ్యులు గల ప్రైవేట్ అర్చక పురోహిత సంఘం, రాష్ట్రీయ బ్రాహ్మణ సంఘం, ఆంధ్రప్రదేశ్ బ్రాహ్మణ సేవా సమాఖ్య, తదితర అనేక సంఘాలు మద్దతు ప్రకటించాయి. రాష్ట్రంలో సుమారు 14లక్షల మంది బ్రాహ్మణ జనాభా ఉండగా విశాఖ పార్లమెంటరీ నియోజకవర్గంలో 2లక్షలకు పైగా బ్రాహ్మణ ఓటర్లు ఉన్నారు. వీరందరిని ఆకర్షించడంలో, వారి ఆశీర్వాదం పొందడంలో శ్రీ భరత్ సఫలీకృతులయ్యారు. వందమంది బ్రాహ్మణులు ఒకచోట చేరి ఆహ్వానించినా ఆయన వెంటనే వెళ్లి వారి ఆశీర్వాదం తీసుకుంటున్నారు.

నగరంలో శిష్టకరణాలు, తూర్పుకాపుల ఓట్లను ఆకర్షించడంలో కూడా శ్రీ భరత్ సఫలీకృతులయ్యారు. వారిని ఓబీసీలు గా గుర్తించేందుకు గతంలో రాజ్య సభ సభ్యులు జీవీఎల్ నరసింహా రావు చేసిన కృషిని తాను కొనసాగి స్తానని ఎలాగైనా ఏడాదిలోపు వారందరికీ ఓబీసీ హోదాను సాధించి తెస్తానని ఆయన హామీలు ఇస్తున్నారు.

గీతం విద్యార్థులందరూ శ్రీ భరత్‌కు సంఘీభావం ప్రకటించడమే కాకుండా ఏబీవీపీ తరపున విద్యార్థి సంఘాలు కూడా కూటమి అభ్యర్థులకు అండగా నిలుస్తున్నాయి. నగరంలోని పలువురు విద్యాసంస్థల అధినేతలు కూడా శ్రీ భరత్‌కు అండగా నిలిచారు.

ఇక వైకాపా అభ్యర్థి బొత్స ఝాన్సీలక్ష్మి తెలుగుదేశం అభ్యర్థికి ఎక్కడా తగ్గకుండా ధీటైన ప్రచారం కొనసాగిస్తున్నారు. ఆమె తమ్ముడు శశిభూషణ్ నేతృత్వంలో వారి కుటుంబ సభ్యులు, స్నేహితులు, అభిమానులు, వైకాపా శాసనసభ అభ్యర్థులు, వైకాపా కార్యకర్తలు ఆమెకు నీరాజనం పడుతున్నారు. వైకాపా గడచిన ఐదేళ్లలోను బీద ప్రజలకు అందించిన ఆర్థిక సహాయాలు, నవరత్నాలు, ఇంటింటికి పెన్షన్లు, సచివాలయాల ద్వారా సేవలు వంటి అభివృద్ధిని ఆమె ఆయుధాలుగా చేసుకొని తన వాగ్ధాటితో ఓటర్లను ఆకర్షిస్తున్నారు. ఉదయం 10 నుండి రాత్రి 10 వరకు అలసట తెలియకుండా ఆమె ప్రచారం చేస్తున్నారు. బొత్స ఝాన్సీ ఒక రకంగా ఈ ఏడు నియోజకవర్గాలలోను బాగా ముందు గానే తన ప్రచారాన్ని పూర్తి చేశారు. ప్రస్తుతం వివిధ ప్రాంతాల నుండి అభిమానంతో పిలుస్తున్న వివిధ ప్రాంతీయ నాయకుల సమూహాలను కలిసి ఓట్లను అభ్యర్థిస్తున్నారు. ఇప్పటికే రెండుసార్లు లోక్‌సభ సభ్యులుగా పనిచేసిన అనుభవం, ఉత్తమ పార్లమెంటేరియన్ అవార్డుతో పాటుగా నగరంలోని వివిధ సమస్యలపై ఆమె సంధించిన ప్రశ్నలు, సాధించిన ఫలితాలను ఆమె అభిమానులు ఓటర్లకు వివరిస్తూ ఈమెనే ఎన్నుకోవాలి అనే విధంగా ఓటర్లపై ప్రభావం చూపిస్తున్నారు.

ఎస్. కోట ఈవీఎంల రెండో విడత సప్లిమెంటరీ ర్యాండమైజేషన్ పూర్తి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖపట్టణం పార్లమెంటు నియోజకవర్గ పరిధిలోని ఎస్. కోట నియోజకవర్గంలో వినియోగించనున్న ఈవీఎంల రెండో విడత సప్లిమెంటరీ ర్యాండమైజేషన్ ప్రక్రియ గురువారం పూర్తయ్యింది. సాధారణ పరిశీలకులు అమిత్ శర్మ ఆధ్వర్యంలో, రాజకీయ పార్టీల అభ్యర్థుల సమక్షంలో జిల్లా ఎన్నికల అధికారి, కలెక్టర్ డా. ఎ. మల్లికార్జున స్థానిక కలెక్టరేట్ వీసీ హాలులో ఆన్ లైన్ విధానంలో ఈ ప్రక్రియను పూర్తి చేశారు. కమిషనింగ్ పూర్తయిన తర్వాత సాంకేతిక కారణాల వల్ల పనిచేయని కొన్ని కంట్రోల్ యూనిట్లను రిజర్వ్ నుంచి కేటాయించి రిప్లేస్ చేశారు. ఈ నేపథ్యంలో వాటి స్థానంలో మరొక 116 ఈవీఎంలను రిజర్వ్ కోటా కింద కేటాయిస్తూ జిల్లా ఎన్నికల అధికారి నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ప్రక్రియను సాధారణ పరిశీలకులు అమిత్ శర్మ ఆన్లైన్ ద్వారా పర్యవేక్షించారు.

వివిధ రాజకీయ పార్టీల అభ్యర్థులు, జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి కె. మోహన్ కుమార్, ఈవీఎంల నోడల్ అధికారి టి. ప్రవీణ, ఎలక్షన్ సెల్ అధికారులు పాల్గొన్నారు.

కొత్తపల్లి గీతను భారీ మెజార్టీతో గెలిపించండి : చంద్రబాబు

కురుపాం: ఈ ఎన్నికల్లో వైకాపా ఫ్యాన్ ముక్కలవడం ఖాయం అని తెదేపా అధినేత చంద్రబాబు అన్నారు. ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా పార్వతీపురం మన్యం జిల్లా కురుపాంలో నిర్వహించిన ప్రజాగళం సభలో ఆయన మాట్లాడారు. తెదేపా, భాజపా, జనసేన కూటమి విజయం తథ్యమన్నారు. వైకాపావి నవరత్నాలు కాదు.. నవమోసాలని విమర్శించారు. సూపర్ సిక్స్ పథకాలతో ముందుకొస్తున్నామని చెప్పారు.

"రాష్ట్రానికి మంచి రోజులు రాబోతున్నాయి. దళిత, గిరిజన ద్రోహి.. జలగ జగన్. ఓటేసిన వారిని కాటేసే రకం ఆయనది. ఏకలవ్య మోడల్ స్కూళ్లను నిర్వీర్యం చేశారు. లేటరైట్ ముసుగులో బాక్సైట్‌ను దోచుకున్నారు. విద్యుత్ ఛార్జీలతో పాటు అన్ని ధరలనూ పెంచేశారు. మద్యం దుకాణాల్లో డిజిటల్ చెల్లింపుల్లేవు. ఆ డబ్బంతా తాడేపల్లి ప్యాలెస్‌కు పోతోంది. ఉద్యోగాల్లేక యువత రోడ్డున పడే పరిస్థితి వచ్చింది.

జగన్ మీ బిడ్డ కాదు.. రాష్ట్రానికి పట్టిన క్యాన్సర్ గడ్డ. జాబు రావాలంటే కూటమి అధికారంలోకి రావాలి" అని చంద్రబాబు అన్నారు.

వైకాపా ఎంపీ అభ్యర్థికి ఉత్తర భారత ఓటర్ల మద్దతు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): నగరంలో నివసిస్తున్న సుమారు 50వేల మంది ఉత్తర భారతదేశానికి చెందిన ఓటర్లు వైకాపా ఎంపీ అభ్యర్థి బొత్స ఝాన్సీలక్ష్మికి మద్దతునిస్తున్నట్లు ఆ సంఘం గౌరవ అధ్యక్షులు డాక్టర్ తివారీ ప్రకటించారు. బుధవారం సాయంత్రం జరిగిన ఉత్తర భారతీయ ఆత్మీయ సమ్మేళనంలో ఆయన పాల్గొని గడచిన ఐదేళ్లలోను బీజేపీ ప్రభుత్వానికి వైసీపీ ప్రభుత్వం ఎంతో మద్దతునిచ్చిందని అందుకు మోదీ అభిమానులుగా తాము వై.ఎస్.జగన్మోహనరెడ్డికి, ఆ పార్టీ ఎంపీలకు కృతజ్ఞతలు తెలియజేస్తున్నామని ఆయన అన్నారు.

వైకాపా ఎంపీల సహకారం లేకుంటే రాజ్యసభలో కొన్ని బిల్లులు ఆమోదం పొందగలిగేవి కాదని, ఆ కృతజ్ఞతతోటే తాము ఈ ఎన్నికల్లో ఆ పార్టీ అభ్యర్థులకు సంఘీభావం ప్రకటిస్తున్నామని, ఈ ఎన్నికలలో గెలిచిన వైకాపా ఎంపీలందరూ యథావిథిగా మళ్లీ నరేంద్రమోది ప్రభుత్వానికి అండగా నిలవాలని ఆయన కోరారు. నగరంలో నివసిస్తున్న చాలామంది ఉత్తర భారతీయులకు రేషన్‌కార్డులు, ఆరోగ్యశ్రీ కార్డులు, ఇతర ప్రయోజనాలు లభించడం లేదని అర్హులైనవారందరికీ పెన్షన్లు కూడా మంజూరు చేయాలని వారు డిమాండ్ చేశారు. ఈ సందర్భంగా వారితో సమావేశమైన పార్టీ అభిమానులు ఉత్తర భారత ప్రజల సమస్యలన్నింటినీ ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహనరెడ్డి దృష్టికి తీసుకువెళ్లి వారందరికీ రావల్సిన ప్రయోజనాలు లభించేలా చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు.

అంబేద్కర్ ఆశయాలకు అనుగుణంగా ఇండియా ప్రజాబంధు పార్టీ పరిపాలన

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): రాష్ట్రాన్ని ఎల్లకాలం అగ్రకులాలైన కమ్మలు, రెడ్లు పరిపాలన కొనసాగించాలా? బహుజనులు కూడా ఈ సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో రాజ్యాధికారం పొంది ప్రజలకు సేవలు చేసే భాగ్యం కల్పించాలని ఓటర్లకు విజ్ఞప్తి చేస్తున్నట్లు ఇండియా ప్రజాబంధు పార్టీ జాతీయ నాయకులు అందుకూరి విజయ భాస్కర్ తెలియజేశారు. గురువారం ఉదయం విజెఎఫ్ ప్రెస్ క్లబ్ లో నిర్వహించిన విలేకరుల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ దేశభక్త డాక్టర్ అద్దంకి రంజిత్ ఓఫిర్ ద్వారా ఇండియా ప్రజా బంధు పార్టీ స్థాపించబడిందని తెలిపారు. బహుజనులకు రాజాధికారం రావాలన్న ఆశయంతో తమ పార్టీ పనిచేస్తుందన్నారు. పార్టీ బలపరిచిన ఎంపీ అభ్యర్థిగా తాను విశాఖ లోక్సభ స్థానానికి పోటీ చేస్తున్నానని తెలిపారు.

ప్రజల కోసం, సమాజ ప్రగతి కోసం డాక్టర్ బాబాసాహెబ్ అంబేద్కర్ ఆశయాలకు అనుగుణంగా భారత రాజ్యాంగ పరిరక్షణ కోసం ఈ సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో పోటీ విశాఖ ఎంపీ అభ్యర్థిగా పోటీ చేస్తున్నానని, ఐదో నంబరు బాకా గుర్తుకు ఓటు వేసి గెలిపించాలని ఇండియా ప్రజాబంధు పార్టీ జాతీయ నాయకులు అందుకూరి విజయ భాస్కర్ తెలియజేశారు. ప్రస్తుతం దేశంలో జరుగుతున్న అకృత్యాలకు బిజెపి దాని అనుబంధ పార్టీల మనువాద శక్తులే కారణమని, దానికి మణిపూర్ సంఘటన ఒక తార్కాణమని దేశంలో ప్రస్తుతం అన్ని విధాలుగా కొనసాగుతున్న దోపిడి ప్రత్యక్ష నరకాన్ని తొలగించేది డాక్టర్ బాబా సాహెబ్ అంబెద్కర్ ఆలోచన విధానమేనని, చట్ట సభలలో అసలైన అంబేద్కర్లను కూర్చోబెట్టి బహుజనులకు సంపూర్ణ న్యాయం జరిపిస్తూ మనువాదాన్ని అంతం చేయడమే మా పార్టీ లక్ష్యమని తెలిపారు. తెలంగాణలో ఆరు ఎంపీ స్థానాలకు పోటీ చేస్తున్నామన్నారు. పలు రాష్ట్రాల ఎన్నికల్లో పోటీ చేశామన్నారు. టీడీపీ కి ఎందుకు అవకాశం ఇవ్వాలని ప్రశ్నించారు. బడుగు, బలహీన వర్గాలకు సీఎం పదవి ఇవ్వాలని సూచించారు. దేశం వెలిగి పోతుందని బీజేపీ గొప్పలు ప్రచారం చేస్తున్నారని ఎద్దేవా చేశారు. స్టీల్ ప్లాంట్ ప్రైవేటీకరణ అన్యాయమన్నారు. విశాఖ రైల్వే జోన్ ఏర్పాటు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. విశాఖను విశ్వ నగరంగా అభివృద్ధి చేస్తామన్నారు.తాను గతంలో సికింద్రబాద్ ఎంపి గా పోటీ చేశానని గుర్తు చేశారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ లో ఇండియా ప్రజా బంధు పార్టీ తరుపున

3 పార్లమెంటు స్థానాలకు, 7 అసెంబ్లీ స్థానాలకు పోటీ చేస్తున్నామని తెలియచేసారు. పార్టీ నాయకులు సత్య నారాయణ మాట్లాడుతూ వచ్చే ఎన్నికల్లో తమ పార్టీ అభ్యర్థులను గెలిపించాలని కోరారు.మహిళా బంధు

విజయ నిర్మల మాట్లాడుతూ అంబేద్కర్ రాజ్యం రావాలని ఆకాంక్షిస్తున్నామన్నారు. దళితులు, బడుగు వర్గాల ప్రజలకు రాజ్యాధికారం రావాలని కోరారు. మణిపూర్ ఘటన తరువాత తమ పార్టీ నేతలు అక్కడికి వెళ్లారన్నారు. బిజెపి మతోన్మాదానికి మణిపూర్ సంఘటన పరాకాష్టన్నారు.

ఈ సమావేశంలో ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు మాదిరెడ్డి రఘునాథ రెడ్డి , ప్రధాన కార్యదర్శి వేల్పుల సాయనారాయణ , వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ ఈశ్వర్ డానియెల్ , కోశాధికారి రవిప్రకాష్ , విశాఖ పట్నం ఇంచార్జి రామారావు, దాసు, ఆశీర్వాదం, అరకు ఎంపీ అభ్యర్థి నిరీక్షణ, బాపట్ల ఎంపీ అభ్యర్థి సదాశివరావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

భీమిలి నియోజకవర్గం లో కాంగ్రెస్ ఎన్నికల ప్రచారం

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భీమిలి నియోజకవర్గం లో మజ్జివలస, కృష్ణంరాజుపేట, సింగనబంద,గ తాటితూరు, గొల్లపాలెం, టి నగరపాలెం, సింహాచలం, అడవివరం, పి ఎం పాలెం, లలితా నగర్ ఎండాడ, సాగర్ నగర్ తదితర ప్రాంతాలలో కాంగ్రెస్ పార్టీ , గురువారం ఎన్నికల ప్రచారం చేపట్టింది.ప్రచారం లో పాల్గొన్న పార్టీ భీమిలి అభ్యర్థి అడ్డాల వెంకట వర్మ రాజు(హాసిని వర్మ) ఇంటింటికి వెళ్లి కాంగ్రెస్ మేనిఫెస్టో ను వివరించారు. స్థానికుడయిన తనకు ఒక అవకాశం ఇచ్చి గెలిపించాలని, స్థానికులు ఎం ఎల్ ఏ అయితేనే భీమిలి నియోజకవర్గం లో అభివృద్ధి సాధ్యపడుతుందని ఆయన అన్నారు. కార్యక్రమం లో పార్టీ మత్స్యకార ఫోరమ్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు కదిరి జగన్నాధం, పార్టీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి గాదం మహేష్గౌతమ్, కరుణాకరరెడ్డి, మధు, దేవుడు బాబు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మాజీ మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్ చంద్రబాబు సమక్షంలో టి డి పి లో చేరిక

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): నియోజకవర్గంలో వైఎస్ఆర్ సీపీకి చెందిన కీలక నేత బెలగాం జయప్రకాష్ నారాయణ (మాజీ మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్) టిడిపిలో చేరిక టిడిపి అధినాయకుడు చంద్రబాబు నాయుడు సమక్షంలో చేరుతున్నారు.

ఆయనతోపాటు పలువురు ముఖ్య నేతలు చేరుతున్నారు మున్సిపాలిటీ వార్డు కౌన్సిలర్లు, కోఆప్షన్ సభ్యులు.

పార్వతీపురం పట్టణానికి చెందిన ప్రముఖ వ్యాపారస్తులు కూడా టిడిపి తీర్థం పుచ్చుకుంటున్నారు.

పంచాంగం

శుక్రవారం 10-05-2024
క్రోధి నామ సంవత్సరము
ఉత్తరాయణం, వసంతరుతువు
వైశాఖమాసం

తిథి	: బ. తదియ తె. 04.44
నక్షత్రం	: రోహిణి ప. 12.39
వర్జ్యం	: సా. 06.13 ల 07.49

యాదవుల సంక్షేమానికి కట్టుబడి ఉన్నాం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): యాదవుల సంక్షేమానికి కట్టుబడి ఉంటామని పశ్చిమ నియోజకవర్గం ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి ఆడారి ఆనంద్ కుమార్ సోదరి పిల్ల రమా కుమారి చెప్పారు. జీవీఎంసీ 59 వ వార్డు కార్పొరేటర్ పుర్రె పూర్ణ శ్రీ సురేష్ ఆధ్వర్యంలో కొత్త నక్క వాన పాలెం వైసిపి పార్టీ కార్యాలయంలో నిర్వహించిన యాదవుల సంక్షేమ సంఘం ఆత్మీయ సమావేశంలో ఆమె పాల్గొన్నారు. పాడి పరిశ్రమ అభివృద్ధి చెందిందంటే యాదవులే ముఖ్య కారణమని, రైతుల కోసం, యాదవుల కోసం, ప్రభుత్వం పలు సంక్షేమ కార్యక్రమాలు చేపట్టిందని వివరించారు. విశాఖ పశ్చిమ నియోజకవర్గం ప్రస్తుత ఎమ్మెల్యే గణబాబు నియోజకవర్గంలో ఎటువంటి అభివృద్ధి పనులు చేశారో, చెప్పాలని ప్రశ్నించారు. అదే ఆనంద్ కుమార్ అయితే గత 19 నెలలుగా నియోజకవర్గ అభివృద్ధితో పాటు నిరుపేదలైన వృద్ధులకి ప్రభుత్వం చేయలేని పనులు తన సొంత నిధులతో చేశారని, నిరుపేద విద్యార్థులకు, అవసరమైన వారికి వైద్యం సొంత నిధులు ఖర్చుపెట్టి వారికి అండగా నిలబడ్డారని ఆమె అన్నారు. రానున్న సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో విశాఖ పశ్చిమ నియోజకవర్గం వైసీపీ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి ఆడారి ఆనంద్ కుమార్ ని విశాఖ వైసీపీ ఎంపీ అభ్యర్థి బొత్స ఝాన్సీ లక్ష్మి నీ ఫ్యాను గుర్తుపై ఓటు వేసి అఖండ మెజార్టీతో గెలిపించాలని ఆమె కోరారు.

ఆనంద్‌కి ఒక్కసారి అవకాశం ఇవ్వండి

నిరుపేదలకు అండగా ఉండి సంక్షేమ పథకాల అమలు చేస్తున్న జగన్మోహన్ రెడ్డి మరలా ముఖ్యమంత్రి కావడానికి ప్రతి ఒక్కరు ఓటు వేసి గెలిపించాలని యలమంచిలి మున్సిపల్ చైర్మన్, విశాఖ డెయిరీ డైరెక్టర్ పిల్లా రమకుమారి అన్నారు.

యలమంచిలిలో కేంద్రబలగాలతో ఫ్లాగ్ మార్చ్

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఈ నెల 13 వ తేదీన జరగబోయే పోలింగ్ నేపథ్యంలో ఎన్నికలు ప్రశాంతంగా జరిగేందుకు గురువారం నాడు యలమంచిలి పట్టణంలో పాత జాతీయ రహదారితో పాటుగా వివిధ వార్డులలో కేంద్ర బలగాలతో ఫ్లాగ్ మార్చ్ నిర్వహించారు.ఈ సందర్భంగా డీఎస్పీ కె.వి.సత్యనారాయణ మాట్లాడుతూ రానున్న పార్లమెంట్,అసెంబ్లీ ఎన్నికల నేపథ్యంలో ఓటర్లలో ఎలాంటి భయాందోళనకు తావు లేకుండా చేయడం, ప్రజలందరికీ ఎన్నికల పట్ల భద్రత, భరోసా కల్పించడానికి ఫ్లాగ్ మార్చ్ కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరిగిందని తెలిపారు. ముఖ్యంగా సమస్యాత్మక గ్రామాల పై ప్రత్యేక దృష్టి సారించి నియోజకవర్గ వ్యాప్తంగా అన్ని మండలాలలో ఫ్లాగ్ మార్చ్ నిర్వహించడం జరుగుతుందని, ఎన్నికలలో ఎక్కడ ఎలాంటి అవాంఛ నీయ సంఘటన జరగకుండా ప్రశాంత వాతావరణంలో స్వేచ్ఛగా పారదర్శకంగా ఓటర్లు తమ ఓటు హక్కును సద్వినియోగం చేసుకునేందుకు పోలీసు సిబ్బందితో పాటు కేంద్ర సాయుధ బలగాలు కలిసి విధులు నిర్వర్తిస్తాయని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ షేక్ గఫూర్, ట్రైనీ ఐపీఎస్ లు,టౌన్ ఎస్సై కె.పాపినాయుడు,రూరల్ ఎస్సై సింహాచలం, ఎఎస్సైలు,సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

ఆంధ్రప్రదేశ్ అభివృద్ధి కి ఎన్డీయే కి మద్దతు ఇవ్వండి

పాడేరు/జీ.కె.వీధి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్రప్రదేశ్ అభివృద్ధి ఎన్డీయే అభ్యర్థులు కు మద్దతు ఇవ్వాలని ఎన్డీఏ ఉమ్మడి టీడీపీ అభ్యర్థి గిడ్డి ఈశ్వరి పిలుపునిచ్చారు గురువారం ఆమె పాడేరు అసెంబ్లీ జీ కే వీధి వారపు సంతలో బీజేపీ టీడీపి జనసేన కార్యకర్తలు తో భారీ ర్యాలీ లో హాజరయ్యారు ,సైకో పోవాలి ఎన్డీఏ కూటమి రావాలి ,జాబు కావాలంటే కూటమి రావాలి సైకిల్ గుర్తుకు ,కమలం గుర్తుకు ఓటు వేయాలని భారీ ర్యాలీ లో నినాదాలు తో వారపు సంతలో దద్దరిల్లిన సంత అంతా పసుపు మయం అయ్యింది.

ఈ సందర్భంగా టీడీపీ అభ్యర్థి గిడ్డి ఈశ్వరి మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో అవినీతి పాలన సాగుతోందని పంచాయతీ నిధులు సైతం జగన్మోహన్ రెడ్డి దోచుకున్నారని,వైసీపీ అరాచక పాలన పై ప్రజలు మే 13 ఎన్నికల్లో వైసీపీ వ్యతిరేకంగా ఓటు సైకిల్ గుర్తుకు కమలం గుర్తు కు ఓటు వేయాలని కోరారు,ఈ కార్యక్రమంలో బీజేపీ మైనారిటీ మోర్చా అరకు పార్లమెంట్ ఎన్నికల ఇంచార్జి రవికుమార్ పెనుమాక మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో జగన్మోహన్ రెడ్డి ఒక్క చాన్స్ అని అధికారంలోకి వచ్చి 13 లక్షల రూపాయల అప్పులు చేసి రాష్ట్ర ఖజానాకు చిల్లు పెట్టారు అని,నేడు ఉద్యోగుల కు జీతాలు కూడా ఇవ్వలేని రాష్టంగా ఉందని తెలిపారు, రాష్ట్రంలో నిరుద్యోగం పెరిగింది ఉపాధి అవకాశాలు లేవు. గ్రామ పంచాయితీ నిధులు సైతం దోచుకున్నారు. రాష్ట్రంలో నిత్యావసర సరుకుల ధరలు పెరిగాయని బస్సు ఛార్జీలు ధరలు 3 సార్లు పెంచారు,విద్యుత్ చార్జీల పెంపు ను 7 సార్లు పెంచుతూ సామాన్యులను రోడ్డున పడేస్తుందని జగన్మోహన్ రెడ్డి పాలన లో అని విమర్శించారు, అందుకే మే13 ఎన్నికల్లో సైకిల్ గుర్తుకు,అసెంబ్లీ కి, పార్లమెంటు అభ్యర్థి కొత్తపల్లి గీత బీజేపీ గుర్తుకు కమలం గుర్తుకు ఓటు వేయాలని రవికుమార్ కోరారు, ఈ సందర్భంగా పాడేరు అసెంబ్లీ కూటమి అభ్యర్థిని గిడ్డి ఈశ్వరి మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో 5 ఏళ్ల పాలన చూసారు,చంద్రబాబు అధికారంలోకి వస్తే మహిళలు కు ఉచితంగా బస్సు సౌకర్యం, ప్రతీ మహిళ కూ నెలకు 1500 రూ చొప్పున 18,000 వేల రూపాయలు ఇస్తామని ఆమె తెలిపారు,అదేవిధంగా ప్రతీ విద్యార్థిని విద్యార్థులు 15,000 రూ ఎంతమంది ఉన్నా ఇవ్వనుందని, రైతులు కు 20,000 వేల రూపాయలు ఇవ్వనుందని తెలిపారు,రాష్ట్రంలో అభివృద్ధి జరగాలంటే ఈ ఎన్నికల్లో చంద్రబాబు, నరేంద్ర మోడీ, పవన్ కళ్యాణ్ ఉమ్మడి ఎన్డీయే కూటమి బలపరిచిన నన్ను అసెంబ్లీ కి పంపాలని ,అదేవిధంగా పార్లమెంట్ అభ్యర్థి కొత్తపల్లి గీత బీజేపీ కి కమలం గుర్తుకు ఓటు వేయాలని కోరారు,ఈ కార్యక్రమంలో పలువురు టీడీపి లో చేరారు,ఈ కార్యక్రమంలో టీడీపి రాష్ట్ర కార్యదర్శి కిల్లు రమేష్ నైయుడు, టీడీపి యువనేత చిట్టిబాబు,జీ కె వీధి టీడీపి మండల అధ్యక్షుడు, బీజేపీ మైనారిటీ మోర్చా రాష్ట్ర కార్యదర్శి రవికుమార్ పెనుమాక,, బీజేపీ జిల్లా ఉపాధ్యకుడు బొడ్ల చిరంజీవి, బీజేపీ మహిళా మోర్చా రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యురాలు లకే స్వతి ,లకే అబ్బాయి దొర రిటైర్డ్ జేడీ జనసేన నాయకురాలు కితలంగి పద్మ,,జనసేన మండల అధ్యక్షుడు తదితరులు అధిక సంఖ్యలో టీడీపి, జనసేన ,బీజేపీ కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

అప్పన్న అన్నదాన పథకానికి నాలుగు లక్షల విరాళం

సింహచలం, (విశాఖ సమాచారమ్): సింహచలం శ్రీ వరాహాలక్ష్మీ నృసింహ స్వామి చందనోత్సవం సందర్భంగా నగరంలోని రైల్వే న్యూకాలనీకి చెందిన అక్షయ ఆసుపత్రి నాలుగు లక్షలు విరాళం అందజేశారు. ఇందుకు సంబంధించిన మొత్తాన్ని రాష్ట్ర దేవాదాయ శాఖ కమిషనర్ ఎస్. సత్యనారాయణకు చెక్కు రూపంలో దాతలు అందజేశారు. ఈ మొత్తాన్ని దేవస్థానం నిర్వహిస్తున్న నిత్య అన్నదాన పథకానికి వినియోగించాలని ఆసుపత్రి యాజమాన్యం కోరింది. ఈ సందర్భంగా కమిషనర్ ఎస్.సత్యనారాయణ మాట్లాడుతూ దేవాలయాల అభివృద్ధిలో దాతల సహకారం అత్యంత ప్రశంసనీయమన్నారు. ఎంతో మంది స్వచ్ఛందం గా ముందుకు వచ్చి ఆలయాలకు విరాళాలు అందజేస్తున్నా రన్నారు. సింహచలం దేవస్థానంలో పలు దేవాలయాల్లో భక్తుల సంఖ్యకు తగ్గట్లుగా నిత్య అన్నదానం నిర్వహిస్తున్నామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో దేవదాయ శాఖ అదనపు కమిషనర్ కె.రామచంద్రమోహన్, ఆలయ ఈవో సింగాల శ్రీనివాసమూర్తి, తదితరులు పాల్గొనగా, ఆలయ ధర్మకర్తల మండలి మాజీ సభ్యులు గంట్ల శ్రీనుబాబు ఉన్నారు.

జననేత జోగన్నకు జనహారతి నీరజనాలు

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): సీతానగరం మండల పార్టీ అధ్యక్షులు బొంగు చిట్టి రాజు సారధ్యాన తన స్వగ్రామంలో వైసీపీ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి అలజంగి జోగారావు కి అపూర్వ స్వాగతం పలికి భారీ ర్యాలీ నిర్వహించారు.చిన్నారాయుడు పేట గ్రామం జగనన్నకు అండగా నిలుస్తూ జోగన్నకు తోడుగా నిలిచి మళ్లీ వారే రావాలని కోరుకుంటూ పూర్తి మద్దతు తెలుపుకున్నారు.పార్వతీపురం నియోజకవర్గములో వైసీపీ భారీ విజయాన్ని సాధించడమే లాంఛనంగా వచ్చే సోమవారం నాడు జరగనున్న సాధారణ ఎన్నికల్లో యావత్ నియోజకవర్గ ప్రజానీకం అంతా కూడా ఫ్యాన్ గుర్తుపై ఏకపక్షంగా ఓటు వేసి భారీ విజయాన్ని అందించేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నారు అన్న విశయం ఈరోజు జరిగిన వైసీపీ ఎన్నికల ప్రచారమే ఒక ఉదాహరణ అని యావత్ ప్రజలు అంతా భావిస్తున్నారు. నేడు సీతానగరం మండలంలో నిర్వహిస్తున్న ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా సూరంపేట పంచాయతీ, మరిపివలస మరియు చిన్నారాయుడు పేట గ్రామాలలో ప్రచారం కోసం విచ్చేసిన వైసీపీ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి జోగారావు కి ఘన స్వాగతం పలుకుతూ వేలాది మంది ప్రజానీకంతో భారీ ర్యాలీ నిర్వహించి మద్దతు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి జోగారావు మాట్లాడుతూ మీరంతా కూడా మన అందరి నాయకులు వైయస్ జగన్మోహన్రెడ్డి ని మళ్లీ ముఖ్యమంత్రిగా చేసుకునేందుకు వచ్చే సోమవారం జరగనున్న ఎన్నికల్లో ఫ్యాన్ గుర్తుపై ఓటు వేసి భారీ విజయాన్ని అందించాలి అని అభ్యర్థించడం జరిగినది. ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర టిడ్కో చైర్మన్ జమ్మాన ప్రసన్న కుమార్, రాష్ట్ర మహిళా కమిషన్ మాజీ సభ్యులు కోయ్యాన శ్రీవాణి, జెడ్పీటీసీ మామిడి బాబ్జీ, మండల ఎంపీపీ ప్రతినిధి బలగ శ్రీరాములు నాయుడు, స్థానిక సర్పంచ్ సిహెచ్ అప్పలనరసమ్మ, ఎక్స్ ఎంపీపీ మరియు ఎంపీటీసీ బొంగు వరలక్ష్మి, వివిధ గ్రామాల సర్పంచ్లు, ఎంపీటీసీ సభ్యులు, వైసీపీ సీనియర్ నాయకులు, కార్యకర్తలు, సచివాలయం కన్వీనర్లు, గృహ సారథులు, స్థానిక ప్రజలు తదితరులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

విశాఖ సమాచారమ్

శుక్రవారం 10-05-2024

సర్దడం మొదలుపెడదాం!

మీకు 60 ఏళ్ళు దాటాయా? పిల్లల పెళ్ళిళ్ళు అయిపోయాయా?

మొదటి విషయం 'సర్దడం'.

కిచెన్.... వంటగది ఒక్కసారి చూద్దాం! ఎన్ని ఎక్స్ట్రా గిన్నెలు, డబ్బాలు, కంచాలు, క్యారేజులు, క్యాన్లు, ఇత్తడివి, రాగివి, కంచువి, దేముడి సామాన్లు, ప్లాస్టిక్, గాజు, టప్పర్వేర్, ఇంకో వేర్, ఆ వేర్, ఈ వేర్.

పిల్లల పెళ్ళిళ్ళకీ, వ్రతాలు, నోములకీ, ఆఖరికి మనవల బారసాల, అన్నప్రాసనల లాంటి శుభకార్యాలలో ఇరవై, ముప్పై మందికి కూడా బ్రేక్ఫాస్ట్ నుంచి డిన్నర్ వరకూ క్యాటరింగ్.

మంచినీళ్ళు, నెయ్యి, తినే విస్తరి, తాగేందుకు ప్లాస్టిక్ గాజులూ అన్నీ ఆ ప్యాకేజ్ లోనే. మరి మనకి అన్ని గిన్నెలు, కంచాలు ఎందుకటా? మిగిలిన ఫుడ్ తీసుకోవడానికి మన దగ్గర రెగ్యులర్ గా వాడే బొచ్చెలు బోలెడు.

ఒకసారి , నిచ్చెన వేసుకుని పైన ఉన్న సామాన్లు చూద్దాం!

ఏం చేస్తాం ఆ ఇత్తడి సామాను? మనం పోతే, ఒక్కసారి ఊహించుకోండి!

అవన్నీ ఓ కూలివాడికిచ్చి దింపించి, పట్టుకుపోండి ఎవరికి కావాల్సినవి వాళ్ళు అంటారు మన పిల్లలు. అంతేనా? లేదంటే వాళ్ళింటికి తీసుకువెళతారంటారా? వాళ్ళిల్లు ఏమైనా ఖాళీగా ఉంటుందంటారా?

వాళ్ళ విసుగు, చిరాకు చూపులు ఓ సారి ఊహించుకోండి. "ఇవన్నీ దాచుకున్నారు, వెళ్ళేటప్పుడు పట్టుకెళ దామను కున్నారేమో " అని గొణుక్కుంటారు కదా! ఔనా?

ఆర్థికంగా ఉన్నవాళ్ళు ఏదో ఒక అనాధ శరణాలయంకి గానీ, వృద్ధుల ఆశ్రమానికి కానీ ఇచ్చేయాలి.

అక్కడ ఎవడు తినేస్తాడో, అసలువాళ్ళకి అందుతుందో లేదో, ఇవన్నీ ఆలోచించకూడదు. మనం ఒక అనాధ శరణాలయానికి ఇచ్చేసాం, అక్కడితో మన పనయిపోయింది, అంతే, అనుకుని ప్రశాంతంగా ఉండాలి.

అలాగే మధ్య తరగతి వారయితే, అమ్మేయాలి. ఆ డబ్బులు ఉంచుకొని పనిమనుషులకి, హౌసకీపింగ్,వాచ్మాన్, సెక్యూరిటీ ఇలా అందరికీ పంచేయాలి. మినిమమ్ వస్తువులు ఉంచుకోవాలి అంతే .

దేముడి మందిరం విగ్రహాలతో నింపేయకూడదు. దేముళ్ళని కూడా తీసుకువెళ్ళకుండా పిల్లలు అమ్మి పారేసారు, అన్న అప్రదిష్ట పిల్లలకు రానీయకూడదు.

ఇక బీరువా నిండా చీరలు

చీరలు. అసలు మనకు చీరలు ఎన్ని కావాలి? ఓ 30, పోనీ ఓ 50, అవి ఉంచుకోవాలి. పదేళ్ళ క్రితం కొన్న చీరలు తీసేయాలి. పట్టుచీరలైనా ఎక్కువ రోజులు బీరువాలో ఉన్నా చీకిపోతాయి.

కొన్ని చీరలు లాంగ్ ఫ్రాక్స్ కుట్టించుకోవడానికి మన చుట్టాలలో పిల్లలకు ఇచ్చేయాలి. మేము రిచ్ అని గోల పెట్టేవారికి కాదు. ఎవరికి ఇవ్వాలో మనకు తెలుసు.

ఇక లాకర్.... చిన్నా చితకా వాడని వెండి సామానూ, కాయిన్స్ తీసేసి ఓ వెండి కంచంగా కానీ, పూజ ప్లేట్ గా కానీ మార్చేయాలి. పిల్లలు పంచుకోవడం ఈజీ. లేదంటే గంధం గిన్ని 10 తులాలంటే, కుంకుమ భరిణె 10తులాల 10 మిల్లీ గ్రాములుందని కూడా గొడవలొస్తాయి.

ఇక ఓ 4 రకాల ముక్కు పుడకలు, ఓ పది రకాల చెవుల దిద్దులు , శ్రావణమాసం రూపులు వీటన్నిటినీ కూడా సర్దేయాలి. 70 ఏళ్ళు వచ్చాక ఒకే రకమైన చెవుల దిద్దులు , ముక్కుపుడకలు, ఉంగరాలు అవీ మనకు నచ్చినట్లుగా చేయించుకుని పెట్టుకోవాలి.

ఇక, కప్ బోర్డ్స్... రిటర్న్ గిఫ్ట్ గా వచ్చిన రకరకాల సామాన్లు ఉంచుకుని ఏం చేస్తాం? అనాధాశ్రమాల్లో పెళ్ళిళ్ళు చేసుకునే ఆడపిల్లలకి సారె గా ఇవ్వచ్చు!

షాల్స్, వాడని దుప్పట్లు ఒక పెద్ద బ్యాగ్ లో వేసుకుని కార్ లో పెట్టుకొని రోడ్లమీద పడుకునే వారికి కప్పిరావాలి.

తిరిగి ఏమీ ఆశించకుండా చేసిన దానాలకే పుణ్యం వస్తుంది. ఆశించి చేసేవి ఏవీ ఫలితాన్ని ఇవ్వవు.

ఇల్లు, మనసు, బుర్రా కూడా ఎంత ఖాళీ చేసుకుంటే అంత మంచిది. పిల్లలకి కావాల్సిన వస్తువులే ఉంచాలి. వారిని ఇబ్బంది పెట్టకూడదు.

మన ఇన్స్యూరెన్స్ ఫైల్స్, హెల్త్ ఫైల్స్ అన్నీ జాగ్రత్త చేసుకోవాలి. మందుల బాక్స్ ఎప్పటికప్పుడు సర్ది ఉంచుకోవాలి.

ఇక మనం పోయాక, పిల్లలు వస్తే కనుక అయోమయం, అంధకారంలో ఉంటారు. వారికి అందరూ సలహాలు ఇచ్చేవారే! ఏం చేయాలో తోచక బిక్కు బిక్కు మంటారు. అందుకే, మనమే వీలు చేసుకుని అన్ని విషయాలు చెప్పి ఉంచాలి, లేదా వ్రాసి ఉంచాలి ఏం చేయాలో ఎలా చేయాలో అన్న విషయం.

ఆ పన్నెండురోజులూ అయ్యాక, వాళ్ళకి ఉద్యోగ హడావుడిలే! అందుకే మన సామాను ఈజీగా క్లియరాఫ్ చేసుకునే వీలు కల్పించాలి.

భాగస్వాముల్లో ఒకరు పోతే, ఇంకొకరు ఎప్పుడూ లేని ఎమోషన్స్ చూపి పిల్లల్ని విసిగిస్తారు. మనిషే శాశ్వతం కాకపోయిన తర్వాత, ఇంక దేనికి విలువ ఇవ్వాలో మనమే విజ్ఞతగా నిర్ణయం చేయాలి, వ్యవహరించాలి.

ఫొటోలు కూడా మనం అలా వెళ్ళగానే, ఇలా డస్ట్బిన్ లోకి వెళతాయి. వాళ్ళేం చేసుకుంటారు? మన అభిలాషలన్నీ మన పిల్లల మీద రుద్దకూడదు.

మరో ముఖ్యమైన మాట. ఆడపిల్లలకి ఇవ్వాలనుకున్నవి మన చేతులమీదుగానే ఇచ్చేసుకోవాలి. వాళ్ళు అన్నదమ్ములని అడిగి, వాళ్ళు ఇవ్వక, పిల్లలు గొడవ పడి , కొట్టుకుని, తిట్టుకునే వరకూ విషయం రచ్చకెక్కించకూడదు. మన సంపాదన మన ఇష్టం అది స్పష్టంగా కోడళ్ళకి/ అల్లుళ్ళకీ తెలియచెప్పాలి. ఈ విషయంలో మొహమాటం కూడదు.

సర్దడం మొదలుపెడదాం! ఈ రోజునుండే. చాలా టైముంది అని మాత్రం అనుకోకూడదు. హాయిగా ఫ్రీ బర్డ్ లా ఉండాలి. జీవితాన్ని మనకు నచ్చినట్లుగా ఆనందంగా, ఆధ్యాత్మికంగా మలచుకోవాలి.

ఇప్పటివరకూ పట్టుక్కూర్చున్న ఇల్లు, ఆస్తులు, ఆభరణాలు, దుస్తులు, పిల్లలు, మనవలు, బాధ్యతలు మీద మమకారం తగ్గించుకోవాలి. రోజు రోజూ పూట పూటా విచారాలను వదిలి ఆనందంగా ప్రయాణానికి సిద్ధం కావాలి.

పిల్లలతో మనసా వాచా హృదయం లోంచి మంచి మాటలు మాట్లాడాలి. కొడుకు విషయాలు కూతురు దగ్గర, కూతురు విషయాలు కొడుకు దగ్గర చెప్పడం తగ్గించుకోవాలి.

కోపాలు, తాపాలు పూర్తిగా మర్చిపోవాలి. పిల్లలను మనవలను మనసారా దగ్గరకు తీసుకుని ఆప్యాయతలు పంచి, దీవించాలి

మనం వెళ్ళిపోయాక కూడా , మనల్ని కనీసం ఒకరో, ఇద్దరో ఆదర్శంగా తీసుకొనేటట్లు జీవించాలి. మన మరణానంతరం పిల్లలు గొడవలతో, చికాకులతో కాకుండా ప్రశాంతంగా ఉండేలా చూసే బాధ్యత కూడా మనదే!

ఈస్ట్ కోస్ట్ రైల్వే
ప్రకటనల హక్కులు కొరకు
ఇ-వేలం

వేలం క్యాటలాగ్ నెం.: WAT-ADVT-OH-40
(1) లాటు నెం./ క్యాటగిరీ: ADVT-WAT-VSKP-OH-205-24-1 (అడ్వర్టైజింగ్-అవుట్ ఆఫ్ హోమ్)
వివరణ: విశాఖపట్నం వద్ద వివిధ ప్రదేశములలో యూని పోల్ ద్వారా (స్టాటిక్ మీడియా నాన్ డిజిటల్) అవుట్ ఆఫ్ హోమ్ ప్రకటన హక్కులు. ప్రకటన కొరకు అందిస్తున్న మొత్తం ఏరియా 8000 చ.అడుగులు.
వేలం క్యాటలాగ్ నెం.: WAT-ADVT-OH-42
(2) లాటు నెం./ క్యాటగిరీ: ADVT-WAT-VSKP-OH-192-23-2 (అడ్వర్టైజింగ్-అవుట్ ఆఫ్ హోమ్)
వివరణ: రైల్ హౌస్/విశాఖపట్నం దగ్గర అడ్వర్టైజింగ్ హక్కులు. గుర్తించిన ప్రాంతం వద్ద మాత్రమే ప్రకటన ఉండాలి. ప్రకటన కొరకు కేటాయించిన ఏరియా 3500 చ.అడుగులు.
(3) లాటు నెం./ క్యాటగిరీ: ADVT-WAT-VSKP-OH-190-23-2 (అడ్వర్టైజింగ్-అవుట్ ఆఫ్ హోమ్)
వివరణ: ఈస్ట్ పాయింట్ రెస్ట్ హౌస్ దగ్గర/పార్కు హోటల్ ఎదుట/విశాఖపట్నం వద్ద అడ్వర్టైజింగ్ హక్కులు. గుర్తించిన ప్రాంతం వద్ద మాత్రమే ప్రకటన ఉండాలి. ప్రకటన కొరకు కేటాయించిన ఏరియా 1500 చ.అడుగులు.
లాటు ప్రారంభ తేదీ & సమయం: 17.05.2024న 1100 గంటలు (వ.నెం. 1 కొరకు), 16.05.2024న 1100 గంటలు (వ.నెం. 2 & 3 కొరకు).
లాటు ముగింపు తేదీ మరియు సమయం: 17.05.2024న 1130 గంటలు (వ.నెం. 1 కొరకు), 16.05.2024న 1130 (వ.నెం. 2 కొరకు) & 16.05.2024న 1140 (వ.నెం. 3 కొరకు).
కనీస పెంపుదల (%): 0.2%, లాటు స్టేటస్: డ్రాఫ్ట్ క్యాటలాగ్ నందు కొత్తవి
పూర్తి సమాచారం లభించు వెబ్సైట్: www.ireps.gov.in
సీనియర్ డివిజనల్ కమర్షియల్ మేనేజర్, వాల్తేరు
PR-94/P/24-25

ప్రజల మద్దతు కూటమి అభ్యర్థులకే

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ పరిధిలోని80వ వార్డు 232 బూత్ లో ఉన్న మొండెగూడెం, విల్లూరి జోగినాయుడు గారి వీధి, చిన బాయిగూడెం ప్రాంతాలలో తెలుగు దేశం పార్టీ బూత్ కన్వీనర్ బొడ్డేడ మురళి జనసేన పార్టీ కన్వీనర్ సూరిశెట్టి శివ ఆధ్వర్యంలో తెలుగు దేశం పార్టీ జనసేన బిజెపి బలపరిచిన అభ్యర్థులు కొణతాల రామకృష్ణ సీఎం రమేష్ ల గెలుపు కోసం ఇంటింటా ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ కార్య క్రమంలో భాగంగా బ్యాలెట్ కరపత్రాలు ఇంటింటా పంచుతూ మొదటి ప్రాధాన్యత ఓటు కూటమి పార్లమెంట్ అభ్యర్థి సీఎం రమేష్ సీరియల్ నెంబర్ 3 లో కమలం గుర్తుపై రెండవ ప్రాధాన్యత ఓటు కూటమి అసెంబ్లీ అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణ సీరియల్ నెంబర్ 7 లో గాజు గ్లాసు గుర్తుపై మీ అమూల్యమైన ఓటు ముద్రను ఇరువురును అత్యధిక మెజార్టీతో గెలిపించాలని ఆయా ప్రాంత ప్రజలను మురళి కోరడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో కర్రి మల్లేశ్వరరావు, పిళ్ళా కొండయ్య నాయుడు ఆళ్ల లక్ష్మి బాబు కర్రీ కళ్యాణ్ బుద్ధ మహాలక్ష్మి నాయుడు పెంటకోట గణేష్ కర్రీ నూకరాజు పిళ్ళా ఉమామహేశ్వరరావు కర్రీ అచ్చియ్య నాయుడు కర్రీ శివ కర్రీ సేమియా రాము కర్రి జగ్గారావు రాపేటి రాము పిళ్ళా భాస్కరరావు బుద్ధ సంతోష్ బుద్ధ శ్రీనివాసరావు బుద్ధ జగన్నాధరావు కర్రి గంగాధరరావు,ఆళ్ల గొల్లబాబు డిసి పాల్గొన్నారు.

భవితకు, యువతకు భరోసా జగనన్నే

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): రాష్ట్ర భవిష్యత్తుకు, నేటి తరానికి యువతరానికి జగనన్న మాత్రమే భరోసా అని, అందుకే నేడు యువత ఇతర పార్టీల నుండి అత్యధికంగా వైసిపి పక్షాన నిలబడుతున్నారని దక్షిణ వైసిపి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్ తెలిపారు. ఆశిలమెట్ట పార్టీ కార్యాలయంలో గురువారం ఉదయం 29వ వార్డు అకుల రవి ఆధ్వర్యంలో 37వ వార్డు యూత్ ప్రెసిడెంట్ ప్రసాద్ తో పాటు, భారీగా జనసేన టిడిపి నుండి యువత మహిళలకు వాసుపల్లి కండువా కప్పి వైసిపి పార్టీలో ఆహ్వానించారు. పార్టీలో చేరిన వారిలో యువత కే కిరణ్, వికాస్, రాజ్ కుమార్, డి నిర్మల, డి రాజు, అకుల విజయబాబు, బి రాకేష్ తదితరులు ఉన్నారు.

అల్ ఇండియా అంతర్ విశ్వ విద్యాలయాల పవర్ లిఫ్టింగ్ పోటీలకు డైట్ విద్యార్థి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఈ నెల 10న జరిగిన జె ఎన్ టి యూ జి వి, విజయనగరం ఇంటర్ కాలేజియాట్ పవర్ లిఫ్టింగ్ పోటీలలో స్థానిక దాడి ఇన్స్టిట్యూట్ అఫ్ ఇంజనీరింగ్ అండ్ టెక్నాలజీ విద్యార్థి ఏం కే లలితఈశ్వర్ రావు,గోల్డ్ మెడల్ సాధించి, మే 20 నుండి 25 వరకు తమిళనాడు ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ స్పోర్ట్స్ యూనివర్సిటీ, చెన్నై లో జరుగు అంతర్ విశ్వ విద్యాలయాల పవర్ లిఫ్టింగ్ పోటీలాలలో పాల్గొంటున్నట్లు కళాశాల ఫిజికల్ డైరెక్టర్ బీసీ హెచ్ శ్రీనివాసరావు తెలిపారు.

తమ కళాశాల విద్యార్థి పై పోటీలకు అంతర్ విశ్వ విద్యాలయాల పవర్ లిఫ్టింగ్ పోటీలకు పాల్గొనడం పట్ల తమ కళాశాల చైర్మన్ దాడి రత్నాకర్, కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్. ఆర్ . వైకుంఠరావు , డీన్ అకాడెమిక్స్ . డాక్టర్ . కే పార్వతి , డీన్ అకాడెమిక్స్ కోర్డినేటర్ కృష్ణ నాగ్ మరియు కళాశాల అధ్యాపక , అధ్యకేతర సిబ్బంది హర్షం వ్యక్తం చేశారు.

12,13 తేదీలలో ఎన్నికల పత్రికా ప్రకటనలకు ముందస్తు అనుమతి తప్పనిసరి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఈ నెల 12,13 తేదీలలో పోలింగు రోజు, పోలింగుకు ముందు రోజు పత్రికలలో వేసే ప్రకటనలకు పోటీచేసే అభ్యర్థులు రెండు రోజుల ముందుగా ఎం.సి.ఎం.సి. ధృవీకరణ అనుమతి తప్పని సరిగా తీసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టరు, జిల్లా ఎన్నికల అధికారి రవి పట్టన్ శెట్టి తెలిపారు. అలాగే పత్రికల యాజమాన్యాలు కూడా సదరు ఎం.సి.ఎం.సి. ధృవీకరణ ముందస్తు అనుమతి లేకుండా తమ పత్రికలలో రాజకీయ పార్టీల, అభ్యర్థుల ప్రకటనలు ప్రచురించరాదని కోరారు. పోటీ చేసే అభ్యర్థి, పార్టీ తరపున వేరొక సంస్థ లేదా వేరే వ్యక్తి ఇచ్చే వాటికి కుడా ఇది వర్తిస్తుందని చెప్పారు.

ల్యాండ్ టైటిలింగ్ యాక్ట్ ను జగన్ సమర్థించడం సరికాదు

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ల్యాండ్ టైటిలింగ్ యాక్ట్ ను ముఖ్యమంత్రి జగన్ సమర్థించడం సరికాదని భీమిలి నియోజక వర్గ కూటమి అభ్యర్థి గంటా శ్రీనివాసరావు అన్నారు. ఎన్నికల ప్రచారం లో భాగం గా భీమిలి మండలం సింగనబంద, నారాయణ రాజు పేట, లక్ష్మీపురం, కృష్ణం రాజు పేట లలో ఆయన ఎన్నికల ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భం గా ఆయన మాట్లాడుతూ మీ బిడ్డను అంటూ జగన్ ప్రజల ఆస్తులను దోచుకొంటున్నారని ఆరోపించారు. ల్యాండ్ టైటిలింగ్ యాక్ట్ సామాన్య ప్రజల గుండెల్లో రైళ్లు పరిగెత్తుస్తున్నదని ఆయన అన్నారు. చంద్రబాబు ముఖ్యమంత్రి అయిన వెంటనే ఆ యాక్ట్ ను రద్దు చేసి సామాన్యులకు న్యాయం చేకూరుస్తారని ఆయన అన్నారు. అరాచక ప్రభుత్వం మరలా రాకుండా రాష్ట్రం వైసీపీ ని చిత్తుగా ఓడించాలని ఆయన ప్రజలను కోరారు. కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడిన వెంటనే టీడీపీ మేనిఫెస్టో ప్రకారం రాష్ట్రం సంక్షేమ పధకాలు కొనసాగుతాయని అయన స్పష్టం చేసారు. కార్యక్రమం లో పార్టీ భీమిలి ఇంచార్జి కోరాడ రాజబాబు, పార్టీ రూరల్ శాఖ అధ్యక్షులు డి ఏ ఎన్ రాజు, నాయకులు గాడు వెంకటప్పడు, గాడు వెంకట నారాయణ, గాడు తాతినాయుడు, జనసేన మండల శాఖ అధ్యక్షులు నక్కా శ్రీధర్ బీజేపీ ఇంచార్జి కె రామానాయుడు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఓటు వేసే విధానంపై ప్రజలకుఅవగాహన కల్పించిన రత్నాకర్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): స్థానిక గవరపాలెం గంగిరేవు చెట్టు వద్ద సార్వత్రిక ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా తెలుగుదేశం పార్టీ రాష్ట్ర కార్యనిర్వాహక కార్యదర్శి దాడి రత్నాకర్ ప్రజలకు ఓటు వేసే విధానం గురించి వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎలక్ట్రానిక్ బ్యాలెట్ నమూనా సహాయంతో రాబోయే ఎన్నికలలో ప్రజలు ఏ విధంగా ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవాలో సవివరంగా తెలియజేశారు. వచ్చే ఎన్నికల్లో కూటమి అభ్యర్థులైన కొణతాల రామకృష్ణ , సీఎం రమేష్ తమ అమూల్యమైన ఓటు హక్కును గాజు గ్లాసు, కమలం గుర్తులపై వేసి అఖండ మెజారిటీతో గెలిపించవలసిందిగా కోరారు. సరైన నాయకులను ఎన్నుకోవడం ద్వారానే అనకాపల్లి ప్రగతి రాష్ట్ర అభివృద్ధి సాధ్యమవుతుందని ప్రలోభాలకు లోను కాకుండా తమ ఓటు హక్కును సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ప్రజలను కోరారు.

స్త్రీపురుష నిష్పత్తిలో తేడాలను తగ్గించాలి

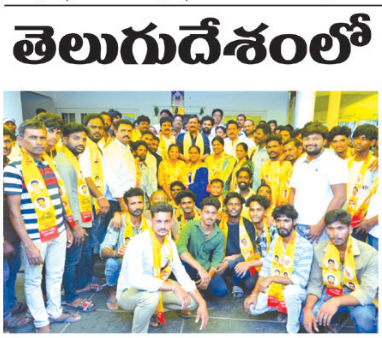
విజయనగరం: స్త్రీపురుష నిష్పత్తిలో తేడాలను తగ్గించేందుకు కృషి చేయాలని జిల్లా వైద్యారోగ్యశాఖాధికారి డాక్టర్ ఎస్.భాస్కర్రావు కోరారు. సమాజంలో వివిధ సామాజిక రుగ్మతలు తలెత్తకుండా ఉండాలంటే, స్త్రీపురుష నిష్పత్తి సమానంగా ఉండాల్సిన అవసరం ఉందని ఆయన అన్నారు. లింగస్థ గర్భ నిర్ధారణను అరికట్టాలని, వీటికి పాల్పడే స్కానింగ్ సెంటర్లపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు.

జిల్లా స్థాయి, ఉప జిల్లా స్థాయి అడ్వయిజరీ కమిటీ సమావేశాలు జిల్లా వైద్యారోగ్యశాఖ కార్యాలయంలో గురువారం జరిగాయి. గర్భదారణ పూర్వ మరియు గర్భస్థ పిండ ప్రక్రియ చట్టం 1994 అమలుపై ఈ సమావేశాల్లో చర్చించారు. గర్భస్థ పిండ పరిస్థితి, వ్యాధుల గుర్తింపు తదితర పరీక్షలకు వినియోగించవలసిన స్కానింగ్ పరికరాలను, లింగ నిర్ధారణకు వినియోగిస్తే క్రిమినల్ చర్యలు తీసుకోవాలని డిఎంఅండ్హెచ్ఓ ఆదేశించారు. ప్రోగ్రామ్ అధికారులు స్కానింగ్ సెంటర్లను విధిగా తనిఖీ చేయాలని సూచించారు. అసిస్టెడ్ రీ ప్రొడక్టివ్ టెక్నాలజీ రెగ్యులేషన్ (ఏఆర్టి) చట్టం-2021, సరోగసి రెగ్యులేషన్ చట్టం-2021 ప్రకారం జిల్లాలోని ఫెర్టిలిటీ కేంద్రాలను తప్పనిసరిగా రిజిస్ట్రేషన్ చేయించుకోవాలని ఆదేశించారు. ఈ సమావేశంలో అదనపు డిఎంఅండ్హెచ్ఓ డాక్టర్ కె.రాణి, పిసిపిఎన్డిటి నోడల్ అధికారి డాక్టర్ అచ్చుతకుమారి, జిల్లా ఉప వైద్యారోగ్య శాఖాధికారి డాక్టర్ ఎన్.సూర్యనారాయణ, ఘోష ఆసుపత్రి స్త్రీవైద్య నిపుణులు డాక్టర్ అరుణ శుభశ్రీ, చిన్నపిల్లల వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ ఆర్.సుజాతాదేవి, పబ్లిక్ ప్రాసిక్యూటర్ పివిఎన్ జయలక్ష్మి, నేచర్ ఎన్జిఓ ప్రతినిధి కృష్ణ, డెమో చిన్నతల్లి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీ నూకంబిక ఆలయ హుండీ ఆదాయం66 లక్షల 69వేలు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రసిద్ధి చెందిన అనకాపల్లి శ్రీ నూకంబిక అమ్మవారి ఆలయ భక్తుల హుండీ ద్వారా ఫిబ్రవరి 22 నుండి జూలై 5 వరకు 77 రోజులకు 66 లక్షల 69 వేల 415 రూపాయలు ఆదాయం లభించింది. భక్తుల ముడుపుల ద్వారా 31 గ్రాముల బంగారం కేజీ 700 గ్రాములు వెండి లభించిందని ఆలయ సహాయ కమిషనర్ బండారు ప్రసాద్ తెలిపారు. హుండీ లెక్కింపు కార్యక్రమంలో జిల్లా దేవాదాయశాఖ అధికారి కేఎల్ సుధారాణి, దేవాదాయ శాఖ తనిఖీదారు,శ్రీవారి సేవ సభ్యులు, యూనియన్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా అధికారులు టౌన్ పోలీసులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తెలుగుదేశంలో వైసీపీ నాయకుల వలసలు



భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భీమిలి నియోజకవర్గం ఆనందపురం మండలం లో వెల్లంకి, బొడ్డపాలెం గ్రామాలనుండి సుమారు 50 కుటుంబాలకు చెందిన అధికార వై ఎస్ ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు తెలుగుదేశం పార్టీ లోకి చేరారు. గురువారం ఎంవీపీ కోలనీ లో గల కూటమి అభ్యర్థి గంటా శ్రీనివాసరావు నివాసం లో జరిగిన కార్యక్రమం లో ఆయా గ్రామాలకు చెందిన సాడి నరేష్, సాడి అప్పారావు, చుక్క రమణ, వై మోహన్, తోనంగి రామారావు, డి రవి కుమార్, ఎం తిరుపతిరావు, నర్సింగ్, రాము, రవితేజ తో సహ 50 కుటుంబాల వారు గంటా శ్రీనివాసరావు సమక్షంలో తెలుగుదేశం లోకి చేరారు. వారికి ఆయన పార్టీ కండువాలు వేసి పార్టీ లోకి సాదరం గా ఆహ్వానించారు. ఈ సందర్భం గా గంటా శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ రాష్ట్రం కూటమి పార్టీలకు పట్టం కట్టడానికి ప్రజలు సిద్ధం గా ఉన్నారని అన్నారు జూన్ 9 న చంద్రబాబు నాయుడు ముఖ్యమంత్రి గా ప్రమాణస్వీకారం చేయనున్నారని ఆయన ఆశాభావం వ్యక్తం చేసారు.అనంతరం పార్టీ లోకి చేరిన వారు మాట్లాడుతూ తెలుగుదేశం పార్టీ ని గెలిపించడానికి తామంతా శక్తి వంచన లేకుండా కృషి చేస్తామని అన్నారు. కార్యక్రమం లో పార్టీ భీమిలి నియోజక వర్గ ఇంచార్జి కోరాడ రాజబాబు, కొయ్య ప్రసాద రెడ్డి, చెన్నా నాగేశ్వరరావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఒక ప్రత్యేక పద్ధతిలో కాఫీ తాగితే త్వరగా బరువు తగ్గుతారు

అధిక శరీర బరువు తగ్గడానికి, వ్యాయామం, ఆహారం మరియు అనేక ఇతర విషయాలను అనుసరిస్తూంటారు. అయితే చాలా సార్లు ఫలితాలు ఆశించిన స్థాయిలో రావడం లేదు. దాంతో చాలామంది సహనం కోల్పోతారు. కాఫీ తాగడం వల్ల బరువు తగ్గడం సాధ్యమవుతుందని మీకు తెలుసా?

చాలా ఇళ్లలో రోజును ఒక కప్పు వేడి కాఫీతో ప్రారంభిస్తారు. ఉదయాన్నే కెఫీన్ మోతాదు బద్ధకాన్ని పోగొట్టడానికి మరియు శరీరాన్ని ఉత్తేజపరిచేందుకు చాలా సహాయపడుతుంది. కొందరు పాలు మరియు పంచదారతో కాఫీ తాగితే, మరికొందరు చక్కెర లేని కాఫీని ఇష్టపడతారు. అయితే, బరువు తగ్గడానికి, రోజువారీ ఆహారంలో కొన్ని ప్రత్యేకమైన కాఫీలను చేర్చాలి. బరువు అదుపులో ఉండాలంటే ఎలాంటి కాఫీ తాగాలో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

దాల్చినచెక్కతో కాఫీ : దాల్చిన చెక్కలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. కెఫిన్‌తో కలిపిన యాంటీఆక్సిడెంట్లు జీవక్రియ రేటును పెంచుతాయి మరియు బరువు తగ్గడాన్ని వేగవంతం చేయడంలో సహాయపడతాయి. ఒక కప్పు బ్లాక్ కాఫీలో టీస్పూన్ దాల్చినచెక్క మరియు తేనె కలిపి తీసుకుంటే ఈ ట్రిక్ పనిచేస్తుంది చేస్తుంది.

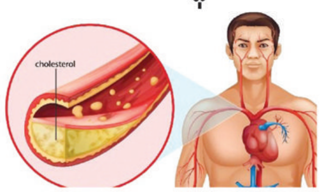
నిమ్మకాయతో కాఫీ : ఒక కప్పు కాఫీలో సగం నిమ్మకాయ రసాన్ని జోడించడం వల్ల బరువు నియంత్రణలో ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. ఈ మిశ్రమంలోని కెఫిన్, సిట్రిక్ యాసిడ్ మరియు విటమిన్ సి జీవక్రియను పెంచడానికి మరియు కొవ్వును కాల్చే హార్మోన్లను సక్రియం చేయడానికి సహాయపడతాయి.

ఒక కప్పు కాఫీలో సగం నిమ్మకాయ రసం మరియు కొద్దిగా దాల్చిన చెక్క పొడిని త్రాగాలి. ఈ పానీయం శరీరం నుండి విషాన్ని తొలగిస్తుంది మరియు త్వరగా బరువు తగ్గిస్తుంది. అంతేకాకుండా, విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉన్న ఈ పానీయం రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో కూడా సహాయపడుతుంది.

బ్లాక్ కాఫీ : జీవక్రియ రేటును పెంచడంలో బ్లాక్ కాఫీ చాలా ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. కాఫీలో ఉండే కెఫిన్ ఎనర్జీ లెవల్స్‌ను పెంచడంలో సహాయపడుతుంది. అంతేకాదు, కాఫీలోని క్లోరోజెనిక్ యాసిడ్ కొవ్వును కాల్చే ప్రక్రియను కూడా వేగవంతం చేస్తుంది. బ్లాక్ కాఫీ ప్రభావాన్ని పెంచడానికి చిటికెడు జాజికాయ పొడిని జోడించవచ్చు. ఇది రోగనిరోధక శక్తిని మెరుగుపరచడంలో కూడా సహాయపడుతుంది.

డార్క్ చాక్లెట్ కాఫీ : డార్క్ చాక్లెట్‌లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి మరియు మోనోశాచురేటెడ్ ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ రెండు పదార్థాలు కాఫీతో కలిపి జీవక్రియ రేటును పెంచుతాయి మరియు బరువు తగ్గడంలో సహాయపడతాయి. ఈ కాఫీ తాగడం వల్ల చాలా సేపు కడుపు నిండుగా ఉంటుంది మరియు ఆకలి అనుభూతిని తగ్గిస్తుంది.

ఈ ఆహారపదార్థాలు రక్తంలో కొలెస్ట్రాల్‌ను పెంచుతాయి



తీవ్రమైన జీవనశైలి మరియు అనారోగ్యకరమైన ఆహారపు అలవాట్ల వల్ల కొలెస్ట్రాల్ సమస్యలు ఇప్పుడు సర్వసాధారణం. అయితే, కొలెస్ట్రాల్ తప్పనిసరిగా చెడ్డది కాదు. బదులుగా, కొలెస్ట్రాల్ శరీరంలో చాలా ముఖ్యమైన విధులను కలిగి ఉంటుంది. కణాల నిర్మాణంలో కొలెస్ట్రాల్ ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. నాడీ కణాలను రక్షించడానికి, విటమిన్లు మరియు హార్మోన్లను తయారు చేయడానికి కూడా పనిచేస్తుంది.

కొలెస్ట్రాల్ రెండు రకాలు - LDL మరియు HDL. LDL చెడు కొలెస్ట్రాల్, మరియు HDL మంచి కొలెస్ట్రాల్. రక్తంలో ఎల్‌డిఎల్ స్థాయి పెరిగినప్పుడు, శరీరంలో అన్ని సమస్యలు తలెత్తుతాయి. రక్తంలో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు ఎక్కువగా ఉంటే స్ట్రోక్ మరియు గుండెపోటు ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ పెరగడానికి అనారోగ్యకరమైన ఆహారం ఖచ్చితంగా ఒక కారణం. ప్రతిరోజూ తప్పుడు ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో సమస్యలు వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. కాబట్టి ప్రతి ఒక్కరూ ఈ విషయంలో చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలి.

ప్రాసెస్ చేసిన మాంసాలు: ప్రాసెస్ చేయబడిన మాంసం సాధారణంగా మాంసం యొక్క కొవ్వు భాగాన్ని మాత్రమే ఉపయోగిస్తుంది. ఇందులో కొలెస్ట్రాల్ మరియు సంతృప్త కొవ్వు చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయి ఎక్కువగా ఉన్నవారికి, అలాంటి ఆహారం వారి గుండెకు చాలా హానికరం.

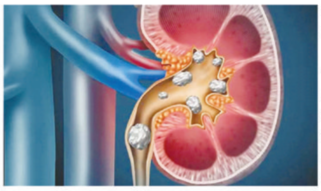
కాల్చిన ఆహారం : కుకీలు మరియు బ్రెడ్ తినడానికి మంచివి అయినప్పటికీ, అవి ఆరోగ్యానికి అంత మంచిది కాదు. ఈ ఆహారాలలో వెన్న మరియు చక్కెర చాలా ఉంటాయి, ఇది మన శరీరానికి ప్రయోజనం కలిగించదు, కానీ హాని చేస్తుంది. ముఖ్యంగా రక్తంలో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు ఎక్కువగా ఉన్నవారు ఈ రకమైన ఆహారాన్ని అస్సలు తినకూడదు.

వేయించిన ఆహారం : డీప్ ఫ్రైడ్ ఫుడ్ మన ఆరోగ్యానికి ఖచ్చితంగా మంచిది కాదు. ఇలాంటి ఆహారాలు కొలెస్ట్రాల్‌ను పెంచుతాయి. ఇవి శరీరంలో క్యాలరీ స్థాయిని కూడా పెంచుతాయి.

ఫాస్ట్ ఫుడ్ : పరిశోధన ప్రకారం, ఫాస్ట్ ఫుడ్ గుండె జబ్బులు మరియు ఊబకాయంతో సహా అనేక దీర్ఘకాలిక పరిస్థితులకు కారణమవుతుంది. క్రమం తప్పకుండా ఫాస్ట్ ఫుడ్ తినేవారిలో కొలెస్ట్రాల్, శరీరంలో కొవ్వు మరియు మంట ఎక్కువగా ఉంటుంది.

డెజర్ట్ : ఐస్ క్రీం, కేకులు, పేస్ట్రీలలో కొలెస్ట్రాల్, చక్కెర, అనారోగ్యకరమైన కొవ్వులు మరియు చాలా కేలరీలు అధికంగా ఉంటాయి. వీటిని ఎక్కువగా తినడం వల్ల బరువు పెరగడంతోపాటు మధుమేహం, గుండె జబ్బులు, క్యాన్సర్ వంటి వ్యాధులు వచ్చే అవకాశం ఉంది.

బాదంతో ఎన్నో ప్రయోజనాలు, కొన్ని ప్రమాదాలు



బాదం పప్పుల వల్ల ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. బాదం పప్పుల్లో శరీరానికి కావలసిన ఎన్నో ప్రోటీన్లు, కొవ్వులు, విటమిన్లు, మినరల్స్ పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఈ కారణంగానే నిత్యం బాదం పప్పులను తినాలని, అప్పుడే ఆరోగ్య సమస్యలు దూరం కావడంతో పాటు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే కొందరు మాత్రం బాదం పప్పులను తినకూడదు. తింటే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలేమో కానీ సమస్యలు తీవ్రతరం అవుతాయి. ఇంతకీ ఎవరెవరు బాదం పప్పులను తీసుకోకుడదు?

కిడ్నీ స్టోన్స్: బాదం పప్పుల్లోని అక్సలేట్ అనే కెమికల్ కిడ్నీ రోగులకు మంచిది కాదు. కిడ్నీ స్టోన్స్ ఉన్నవారు బాదం పప్పులను తింటే సమస్య తీవ్రతరం అవుతుంది.

ఎసిడిటీ: బాదం పప్పుల్లో ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఈ కారణంగా గ్యాస్, అజీర్తి వంటి జీర్ణ సమస్యలు నయం అవుతాయి. అయితే ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉన్నందున బాదం పప్పులను మరీ అధికంగా తింటే సమస్యలు తగ్గకపోగా తీవ్రతరం అవుతాయి.

అధిక రక్తపోటు: రక్తపోటు సమస్యతో బాధపడేవారు బాదం పప్పులను అసలు తినకూడదు. రక్తపోటును నియంత్రించేందుకు మందులను తీసుకుంటున్నందునే బాదం పప్పులను తీసుకోకూడదు. ఆ మందులు వాడేవారు బాదం తింటే ఆరోగ్య సమస్యలు పెరుగుతాయి, ఇంకా బీపీ ఎలెవ్స్ పెరుగుతాయి.

బరువు తగ్గాలనుకునేవారు: బాదం పప్పులు అధిక మొత్తంలో క్యాలరీలు, కొవ్వులను కలిగి ఉంటాయి. ఈ కారణంగా బాదం తిన్నవారు బరువు పెరిగే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి బరువు తగ్గాలనుకునేవారు బాదంపప్పుకు దూరంగా ఉండాలి.

యూరిక్ యాసిడ్ పేషెంట్స్ ఇవి తింటే ఇక నొప్పులే ఉండవు

యూరిక్ యాసిడ్ అంటే మరేదో కాదు మనిషి రక్తంలో నిల్వ ఉండే ఒక రకమైన మురికి పదార్థం పేరే ఈ యూరిక్ యాసిడ్. మన శరీరంలో ఉండే ప్యూరిన్ అనే ఒక రసాయనం విచ్ఛిన్నం అయినప్పుడు ఈ యూరిక్ యాసిడ్ శరీరంలో ఉత్పత్తి అవుతుంది. అలా ఉత్పత్తి అయిన యూరిక్ యాసిడ్ రక్తంలో అధికం అవడం వల్ల కీళ్లలో స్ఫటికాల రూపంలో పేరుకు పోతుంది. ఇది కీళ్ల నొప్పి, వాపు, మంట వంటి సమస్య లకు దారితీస్తుంది. ఇలాంటి సమస్య లతో బాధపడే వాళ్లు ప్యూరిన్ అధిక మొత్తంలో ఉండే ఆహారానికి దూరం గా ఉండటంతో పాటుగా యూరిక్ యాసిడ్‌ను నియంత్రించే ఆహారాన్ని తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది అని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. అందు కోసం కొన్ని రకాల ఆకులు బాగా ఉపయోగపడతాయి. అవి ఏంటి అనేది ఇప్పుడు చూద్దాం.

కొత్తిమీర ఆకులు : శరీరంలో యూరిక్ యాసిడ్ ఉత్పత్తి కాకుండా నియంత్రించడంలో కొత్తిమీర ఆకులు ఎంతో సహాయపడతాయి. కొత్తిమీర ఆకులను మిక్సీలో గ్రైండింగ్ చేసుకుని నీటిలో కలిపి తాగితే ప్రయోజనం ఉంటుంది.

కరివేపాకు : కూరల్లో వేసుకునే కరివేపాకును చాలా మంది చాలా లైట్ తీసుకుంటూ ఉంటారు. కానీ ఆరోగ్యానికి అది ఎంతో మేలు చేస్తుంది అనే విషయం అందరికీ తెలియదు. రక్తంలో యూరిక్ యాసిడ్ మొత్తాన్ని తగ్గించడంలో కరివేపాకు కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. కరివేపాకు శరీరంలోని మలినాలను తొలగిస్తుంది. కరివేపాకు రసం తాగినా లేదా నీళ్లో మిశ్రమంలా చేసి తాగినా అది పనిచేస్తుంది.

తమలపాకులు : యూరిక్ యాసిడ్ నియంత్రించడంలో తమలపాకులది కూడా ముఖ్యమైన పాత్రే అనే విషయం మర్చిపోవద్దు. తమలపాకుల రసం మనిషి రక్తంలోని యూరిక్ యాసిడ్ స్ఫటికాలను బయటకు పంపిస్తుంది. ఈ తమలపాకులను అలాగే నమిలి కూడా మింగవచ్చు.

మెంతి ఆకులు : మెంతి ఆకులను అలాగే నమలి తింటే శరీరంలో యూరిక్ యాసిడ్ నియంత్రణలో ఉంటుంది. మెంతి కూర ఆకులతో కూరగాయల తరహాలో కర్రీ చేసుకుని తినొచ్చు. లేదంటే, డిటాక్స్ వాటర్ లేదా డ్రింక్స్ రూపంలో తీసుకోవచ్చు.

తులసి ఆకులు : తులసి ఆకుల గొప్పదనం గురించి ఎంత చెప్పుకున్నా తక్కువే. అందుకే ఆయుర్వేదంలో తులసి ఆకులు గురించి ఎంతో గొప్పగా ప్రస్తావించారు. తులసి ఆకులు నమిలే అలవాటు ఉన్న వారికి యూరిక్ యాసిడ్ సమస్య అసలు ఉండనే ఉండదట. అంతే కాదు తులసి ఆకులను తినడం వల్ల అధిక బరువు తగ్గడంతో పాటు మెదడు కూడా ఎంతో చురుకుగా పనిచేస్తుంది.

చింతయేల దండగ .. వేప ఉందిగా అండగా

చర్మ సమస్యల నివారణ కోసం వేప: వర్షాకాలంలో సాధారణంగా వచ్చే చర్మ సమస్యలు దురద, దద్దుర్లు, మొటిమలు. వేప ఆకులు ఈ సమస్యల నుండి మీకు చాలా వరకు ఉపశమనం కలిగిస్తాయి. ఇందుకోసం 12 నుంచి 15 ఆకులను ఒక లీటరు నీటిలో కలిపి అరగంట పాటు మరిగించి సాధారణ నీటిలో కలుపుకుని స్నానం చేస్తే చర్మానికి సంబంధించిన అన్ని రకాల ఇన్ఫెక్షన్లను తొలగిపోతాయి.

మధుమేహం నివారణిగా వేప ఆకు: వేపలో ఫ్లేవనాయిడ్స్, టెర్పెనాయిడ్స్ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రిస్తాయి. వేపలో రక్తాన్ని శుద్ధి చేసే గుణాలు ఉన్నాయి. వీటి ఆకులను క్రమం తప్పకుండా తీసుకుంటే రక్తాన్ని శుద్ధి చేయడంతోపాటు గోళ్లు, మొటిమలు మొదలైన అన్ని సమస్యలను నివారిస్తుంది.

ఉదర సమస్యలు దూరం: వేపలో ఉండే యాంటీ ఫంగల్ లక్షణాలు కారణంగా ఇన్ఫెక్షన్ల నుండి శరీరాన్నికాపాడుతుంది. వీటిని నిత్యం తీసుకోవడం వల్ల కడుపులో నులిపురుగుల సమస్య ఉండదు. వేప ఆకులు అసిడిటీ, ఆకలి లేకపోవడం వంటి సమస్యలను కూడా దూరం చేస్తాయి. దీని వినియోగం కారణంగా జీర్ణవ్యవస్థను మెరుగుపడుతుంది.

మొటిమల సమస్యకు చెక్: శరీరంలో ఏ ప్రదేశంలోనైనా కురుపుల లేదా మొటిమల సమస్య ఉంటే వేప ఆకులతో పాటు దాని బెరడును రుబ్బి ఆ ప్రదేశంలో రాయాలి. కొద్ది రోజుల్లో ఆ సమస్య తొలగిపోతుంది.

వైరల్ ఫీవర్ నియంత్రణ కోసం వేప ఆకులు: వేపలో యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీవైరల్ లక్షణాలు కాలానుగుణ జబ్బులను నివారిస్తుంది. జ్వరం, వైరల్ ఫీవర్ మొదలైన సమస్యలను తొలగించడంలో వేప సహాయ పడుతుంది. యూరినరీ ట్రాక్ట్ ఇన్ఫెక్షన్‌లో కూడా వేప ఆకులు చాలా ప్రయోజనకరంగా పరిగణించబడతాయి.

వేపలోని యాంటీ బాక్టీరియల్, యాంటీవైరల్, యాంటీమైక్రోబయల్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఇవి శ్వాస సంబంధిత సమస్యలను దూరం చేయడంలో సహాయపడతాయి. దగ్గు, ఊపిరితిత్తులకు సంబంధించిన ఇతర శ్వాసకోశ సమస్యలను కూడా వేప దూరం చేస్తుంది.

ప్రతి రోజూ ఉదయాన్నే ఈ నీటిని తాగండి

ఇటీవలి కాలంలో ప్రజలు తమ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహిస్తున్నారు. వీలైతే వాకింగ్, జిమ్, యోగా చేస్తున్నారు. ఒక వేళ సమయం లేకపోతే తినే ఆహారాలతోనే ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నారు. ఇందులో భాగంగానే చాలా మంది ఉదయాన్నే నీళ్ల తాగడం, అల్పాహారంగా మంచి ఫ్రూట్స్ తీసుకోవడం చేస్తుంటారు. దీనికారణంగా వారి ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది.

వాస్తవానికి నేటి ఉరుకులు పరుగుల జీవితంలో చాలా మంది ప్రజలు ఇంటి భోజనానికి దూరం అవుతున్నారు. బయటి ఆహారం ఎక్కువగా తీసుకుంటున్నారు. అంటే ప్రాసెస్‌డ్ ఫుడ్, జంక్ ఫుడ్స్, ఆయిల్ ఫుడ్స్ అధికంగా తింటున్నారు. ఫలితంగా స్థూలకాయం, అధిక బరువు, మధుమేహం వంటి ఇతర సమస్యల బారిన పడుతున్నారు. చెడు జీవనశైలి కారణంగా శరీరంలో వ్యర్థ పదార్థాలు భారీగా పెరుకుపోవడంతో వ్యాధుల నిలయంగా మారుతున్నారు.

ఒక గ్లాస్ గోరువెచ్చని నీటితో రోజును ప్రారంభించాలని ఆయుర్వేదం సూచిస్తుంది. అయితే, ఈ నీళ్లలోనూ వామును కలిపి తాగితే మరింత ప్రయోజనం ఉంటుందని చెబుతున్నారు. క్రమ రహిత పీరియడ్స్‌తో ఇబ్బంది పడేవారు వామును మరిగించిన నీటిని ప్రతి రోజూ ఉదయం తాగడం వలన రుతుక్రమం సక్రమంగా జరుగుతుందని చెబుతున్నారు నిపుణులు.

క్రమం తప్పకుండా వామును తిన్నా వాము నీటిని తాగినా అనేక వ్యాధుల నుంచి బయటపడొచ్చని చెబుతున్నారు. దీర్ఘకాలిక వ్యాధులకు గురికాకుండా ఉండొచ్చని చెబుతున్నారు నిపుణులు. ఇది జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యాన్ని కూడా కాపాడుతుంది. గ్యాస్, గుండెల్లో మంట, హార్మోన్ల సమస్యతో బాధపడేవారు కూడా ఈ వాము మరిగించిన నీటిని రోజూ తీసుకుంటే ప్రయోజనం ఉంటుందని చెబుతున్నారు.

అధిక బరువు సమస్యతో బాధపడేవారికి స్థూలకాయాన్ని నివారించడంలో వాము నీరు అద్భుతంగా పని చేస్తుందని చెబుతున్నారు నిపుణులు. ఒత్తిడి, బ్లడ్ షుగర్, కొలెస్ట్రాల్ సహా అనేక వ్యాధులు నియంత్రణలో ఉంటాయని చెబుతున్నారు. శరీరంలో అదనపు కొవ్వును కూడా కరిగిస్తుంది. ఇక జలుబు, జ్వరం సమస్య నుంచి కూడా ఇది ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. నీటిలో ఒక టీస్పూన్ వామును వేసి మరిగించి ఆ నీటిని తాగితే దగ్గు సమస్య కూడా క్రమంగా తగ్గిపోతుంది.

వాములో థైమోల్, కార్వాక్రోల్ వంటి సమ్మేళనాలు ఉంటాయి. ఈ రెండు పదార్థాలు బ్యాక్టీరియా, శిలీంధ్రాలు వంటి సూక్ష్మక్రిములపై పోరాడుతాయి. ఇక ఈ సీజన్‌లో వామును మరిగించిన నీటిని రోజూ ఉదయం తాగడం వలన ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చు. అన్నికంటే ముఖ్యంగా శరీరంలోని మలినాలు, వ్యర్థ పదార్థాలను బయటకు పంపించేస్తుంది ఈ వాము నీరు అని చెబుతున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు.

తలనొప్పి వస్తే వెంటనే ట్యాబ్లెట్స్ వేసుకుంటున్నారా?

నేటి కాలంలో చాలా మంది ప్రతి సమస్యకు మెడిసిన్స్ వాడుతుంటారు. కొంచె సమస్య వస్తే చాలు వెంటనే మెడిసిన్స్ వేసుకుంటారు. ఈ ట్రెండ్ ఈ మధ్య కాలంలో బాగా పెరిగిపోయింది. చిన్నపాటి సమస్య వచ్చినా మందులు వాడుతున్నారు. ఇలాంటి వాటిలో తలనొప్పి ఒకటని చెప్పొచ్చు. తలనొప్పి విషయంలో ఈ పరిస్థితి అధికంగా ఉంటుంది. చాలా మంది తలనొప్పి రాగానే వెంటనే మందులు వేసుకుంటారు. కొందరైతే నిత్యం తమ వెంటే మెడిసిన్స్ ఉంచుకుంటారు. కాస్త నొప్పి రాగానే వెంటనే ఆ ట్యాబ్లెట్ తీసి వేసుకుంటారు. కానీ తలనొప్పి సమస్య తరచుగా వచ్చి ఔషధం సహాయంతో నియంత్రణ చేసుకుంటే చెడు ప్రభావం ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. నిరంతరం మెడిసిన్స్ తీసుకోవడం వల్ల ఆరోగ్యానికి చాలా నష్టం వాటిల్లుతుంది. ఇది శరీరంలో యాంటీబయాటిక్ రెసిస్టెన్స్ నుండి కిడ్నీ వరకు సమస్యలను కలిగిస్తుంది. నిరంతరం మందులు వాడడం వల్ల తలలో ఏదైనా తీవ్రమైన సమస్య ఉంటే కూడా సకాలంలో గుర్తించడం సాధ్యం అవదు.

ఆరోగ్య నిపుణుల ప్రకారం తలనొప్పికి 100 కంటే ఎక్కువ కారణాలు ఉన్నాయని చెబుతారు. మెదడులో అనేక రకాల తీవ్రమైన వ్యాధుల కారణంగా కూడా ఈ సమస్య వస్తుంది. ఎవరికైనా తలనొప్పి ఇలాగే కొనసాగితే అది బ్రెయిన్ ట్యూమర్, ఇతర సమస్యల లక్షణం కూడా కావొచ్చు. అలాంటి పరిస్థితిలో ఔషధాలను తీసుకోకుండా ఉండాలి. వైద్యులను సంప్రదించి చికిత్స తీసుకోవాలి.

అనారోగ్యం తెలియదు: మందులు అధికంగా వినియోగించడం వలన తలలో ఏ సమస్య ఉందో తెలియదు. మెదడులో ఏదైనా తీవ్రమైన వ్యాధి ఉంటే అది చివరి దశకు చేరుకుంటుంది. ఇది వ్యాధి చికిత్సను కూడా కష్టం చేస్తుంది. అలాంటి పరిస్థితిని నివారించడానికి తలనొప్పి సమస్యను తేలికగా తీసుకోకుండా, సొంతంగా మందులు తీసుకోకుండా ఉండటం చాలా ముఖ్యం.

మెదడు కణితి కూడా కారణం కావచ్చు : తలనొప్పి సమస్య బ్రెయిన్ ట్యూమర్ లక్షణంగా కూడా ఉంటుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. మెదడు కణితిలో, మెదడు చుట్టూ ఉన్న కణాలు అసాధారణ రీతిలో వ్యాప్తి చెందుతాయి. కణితి మెదడు కణజాలం చుట్టూ కూడా సంభవిస్తుంది. బ్రెయిన్ ట్యూమర్ పెరుగుతూనే ఉంటే, సకాలంలో చికిత్స చేయకపోతే, అది మరణానికి కూడా దారి తీస్తుంది. అలాంటి పరిస్థితిలో నిర్లక్ష్యం చేయవద్దు. మీకు తరచూ తలనొప్పి వస్తూంటే, వైద్యుడిని సంప్రదించాలి. వైద్యులు పరీక్షలు చేసి, అవసరమైన చికిత్స అందిస్తారు.

జగన్ రెడ్డి పాలనలో దళిత బహుజనులకు,అగ్రవర్ణ నిరుపేదలకు తీరని ద్రోహం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఐదేళ్ల జగన్ రెడ్డి పాలనలో దళిత బహుజనులకు,అగ్రవర్ణ నిరుపేదలకు తీరని ద్రోహం చేసిన వైస్సార్ సీపీ పార్టీని చిత్తుచిత్తుగా ఓడించాలని అఖిల భారత సైరా రెడ్డి సంక్షేమ సంఘం, కాపు ఐక్యవేదిక, మాలల ఐక్య వేదిక,దళిత బహుజన ఫ్రంట్ నాయకులు పిలుపునిచ్చారు. గురువారం విశాఖ పౌరగ్రంథాలయంలో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో దళిత బహుజన ఫ్రంట్ జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి మేళం భాగ్యారావు మాట్లాడుతూ దళితులకు 27 పథకాలు రద్దుచేసి ఎస్సీ,ఎస్టీ సబ్ ప్లాన్ నిధులను నవరత్నాలకు మళ్లించి దళితులను మోసగించిన జగన్మోహన్ రెడ్డి ని ఓడిస్తేనే భవిష్యత్తులో దళితులకు మేలు జరుగుతుందన్నారు.మాస్క్ అడిగిన పాపానికి దళిత డాక్టర్ సుధాకర్ ను తీవ్రంగా హింసించి మరణానికి కారణమైన సంగతి దళితలందరూ గుర్తుపెట్టుకోవాలన్నారు. మహనీయుడు అంబేద్కర్ పేరు తొలగించి జగన్ పేరు పెట్టి ప్రపంచ మేధావిని అవమానించిన సంగతిని దళితులెవరూ మరువ కూడదన్నారు.అఖిల భారత సైరాసంఘం వ్యవస్థాపక అధ్యక్షుడు డీ ఎస్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ అగ్రవర్ణాల పేదలను అన్నివిధాలా అన్యాయం చేసారని మండిపడ్డారు.1997 నుంచి దివంగత మహానేత వై ఎస్ రాజశేఖరరెడ్డితో ఉన్న అనుబంధంతో కష్టకాలంలో జగన్ వెంట నడిచిన వారిని అన్నివిధాలా మోసగించిన జగన్ తన గతం గుర్తుతెచ్చుకోవాలన్నారు. వ్యక్తిగతంగా జగన్ ను నమ్మి అన్నివిధాలా తాను మోసపోయానని డీ ఎస్ రెడ్డి తెలిపారు. అగ్రవర్ణాలలో కూడా పేదలుంటారని విషయం జగన్ మర్చిపోయినట్లున్నారని, బ్రాహ్మణ, వైశ్య, క్షత్రియ, రెడ్డి తదితర అగ్రకులాల పేదల ఓటర్లు దాదాపు ఎనభై లక్షలకు పైగా ఉన్నారన్నారు. మద్యనిషేధం చేస్తేనే ఓట్లు అడుగుతానన్న జగన్ ఎందుకు ప్రజలను ఓట్లడుగుతున్నారని ప్రశ్నించారు. మహానేత వైఎస్ రాజశేఖర రెడ్డి మీద అభిమానంతో కూడా నడిచినవారిని పక్కన పెట్టి ధనికుల ను ప్రక్కన పెట్టుకుని విధ్వంస పాలన చేస్తున్న జగన్మోహన్ రెడ్డిని,వైస్సార్ సీపీ ని చిత్తుచిత్తుగా ఓడించి రాష్ట్రాన్ని కాపాడుకోవాలని డీ ఎస్ రెడ్డి ఓటర్లను అభ్యర్థించారు.మీడియా సమావేశంలో ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ మాలమహానాడు వ్యవస్థాపక కన్వీనర్ డాక్టర్ దాకే సువర్ణరత్నం, మాల మహానాడు సిటీ అధ్యక్షుడు బొచ్చరామ సూర్య పాల్గొని ఓటర్లు విజ్ఞతతో అలోచించి రాష్ట్ర,యువత భవిష్యతు కోసం వైస్సార్ సీపీ పార్టీ అభ్యర్థులను ఓడించి తగిన బుద్ధి చెప్పాలని కోరారు.

గంగవరం పోర్టులో ప్రభుత్వ వాటా అమ్మి అదానీకి అప్పచెప్పింది జగన్ కాదా?

ఏపీ ముఖ్యమంత్రి జగన్ పై సీపీఎం పొలిట్ బ్యూరో సభ్యుడు బీవీ రాఘవులు విమర్శలు గుప్పించారు. విశాఖ స్టీల్ ప్లాంట్ గురించి జగన్ చేసిన వ్యాఖ్యలు దెయ్యాలు వేదాలు వల్లించినట్టు ఉన్నాయని అన్నారు. స్టీల్ ప్లాంట్ ప్రైవేటీకరణకు జగనే కారణమని... ఆయన సహకారంతోనే ప్రైవేటీకరణ ప్రారంభమయిందని చెప్పారు. స్టీల్ ప్లాంట్ ను రక్షిస్తానని జగన్ చెప్పడం... ప్లాంట్ కార్మికులను, ప్రజలను ఎగతాళి చేయడమేనని అన్నారు.

రాష్ట్రంలో కార్మికులు, ఉద్యోగుల ఉద్యమాన్ని జగన్ కిరాతకంగా అణచివేశారని... ఉద్యమాలు చేస్తున్న వారిని హౌస్ అరెస్ట్ చేయడం, జైలుకు పంపడం వంటివి చేశారని రాఘవులు మండిపడ్డారు. కపట నాటకాలు ఆడుతున్న జగన్ ను ఇంటికి పంపించాల్సిన సమయం ఆసన్నమయిందని చెప్పారు. గంగవరం పోర్టులో ప్రభుత్వ వాటా అమ్మి... అదానీకి అప్పజెప్పింది జగన్ కాదా? అని ప్రశ్నించారు. పదేళ్ల కాలంలో అదానీ ఆస్తులు రూ. 60 వేల నుంచి రూ. 16 లక్షల కోట్లకు పెరిగాయని అన్నారు. ఇతంతా ప్రజలను కొల్లగొట్టి సంపాదించిందేనని ఆరోపించారు.

మీ ఓటు భవిష్యత్ తరాలకోసమే

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): రాష్ట్రంలో జరుగుతున్న సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో మీరు వేసే ప్రతి ఓటు భవిష్యత్ తరాలకు ఉపయోగపడే విధంగా ఉండాలని అటువంటి గొప్ప నాయకులకు మీరు ఓటు వెయ్యాలని లోక్ సత్తాపార్టీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు భీశెట్టి బాబ్జి అన్నారు గురువారం అనకాపల్లి మండలం మాకవరం ఉపాధిహామీ పథకం రైతుల తో మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో రాజకీయాలు గాడి తప్పిపోయిన తీరుని ప్రజలకి వివరించారు, ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి సంక్షేమ పథకాల పేరుతో రాష్ట్రంలో చేసిన సంక్షోభం ప్రజలు పట్టించుకోకుండా పథకాలు కోసం ఆలోచించడం వలన జరుగుతున్న ప్రమాదాన్ని ప్రజల ముందు ఉంచారు. పరిశ్రమలూ లేక యువత కి ఉపాధి అవకాశాలూ లేక సహజ వనరులను ప్రభుత్వం దోచుకొని ప్రజలను తప్పుదోవ పట్టించేందుకు అనవస పథకాలను ప్రకటించడం ప్రజలను గందరగోళం లోనికి నెట్టేయ్యడమే నని భీశెట్టి అన్నారు. రాష్ట్రంలో అభివృద్ధి పూర్తిగా కుంటుపడిపోయిందని రాష్ట్రంలో అభివృద్ధి జరగాలంటే బీజేపీ, తెలుగుదేశం, జనసేన పార్టీల కూటమిని ప్రజలు గెలిపించాలని,జనసేన అధినేత పవన్ కళ్యాణ్ బల పర్చిన అనకాపల్లి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి మాజీ మంత్రి కొణతాల రామకృష్ణ ని ప్రజలు గెలిపించాలని కోరారు, రాష్ట్ర అభివృద్ధి కోసమే లోక్ సత్తాపార్టీ వ్యవస్థాపకుడు డాక్టర్ జయప్రకాష్ నారాయణ్ కూటమికి మద్దతు ప్రకటించారని,ప్రధానిమోడీ మద్దతు చంద్రబాబు అనుభవం పవన్ కళ్యాణ్ చొరవ రాష్ట్రానికి అవసరమని భీశెట్టి బాబ్జి అన్నారు ఈ సమావేశంలో సర్పంచ్ మొయ్య భవాని తెలుగుదేశం నేత మొయ్య నూకరాజు,జనసేన నేత సకలా గోవిందరావు,లోవరాజు,కొలసాని రమణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

స్వతంత్ర అభ్యర్థి శరవణ్ గణేష్ ఇంటింటా ప్రచారం

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భీమిలి నియోజక వర్గ స్వతంత్ర అభ్యర్థి చొప్పల్లి శరవణ్ గణేష్ బుధవారం ఇంటింటా ఎన్నికల ప్రచారం నిర్వహించారు. సింహాచలం కు చెందిన ఆయన తన ప్రచారం లో భాగం గా నేటి రాజకీయ వ్యవస్థ ప్రజాప్రతినిధుల పాలన విధానాలు ప్రజలకు నచ్చడం లేదని, భీమిలి నియోజక వర్గం లో స్థానికేతరులు ఎం ఎల్ ఏ లు కావడం వల్ల అభివృద్ధి కుంటు పడుతున్నదని ప్రజలకు వివరించారు.నియోజక వర్గ స్థానికుడను అయిన తనకు ఒక అవకాశం ఇచ్చి కుండ గుర్తు పై ఓటు వేసి గెలిపించాలని అభ్యర్థించడం ప్రజలను ఆలోచింపచేసేదిగా ఉంది. కార్యక్రమం లో పలువురు పాల్గొన్నారు.

కశింకోట ప్రత్యర్థుల గుండెల్లో రైళ్లు పరిగెత్తించిన జనసేన

ప్రచార పర్వంలో దూసుకెళ్లిన గాజు గ్లాసు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): బడుగు బలహీన వర్గాల అభ్యున్నతి కూటమి ప్రభుత్వంతోనే సాధ్యమని టిడిపి, జనసేన, బిజెపి కూటమి ఉమ్మడి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణ పేర్కొన్నారు. తన ఎన్నికల ప్రచార కార్యక్రమంలో భాగంగా మంగళవారం ఆయన కశింకోట గవరపేట మధ్యవీధిలో ఏర్పాటు చేసిన ఆత్మీయ సమావేశంలో కొణతాలతో బిజెపి ఎంపీ అభ్యర్థి సీఎం.రమేష్ తనయుడు రిత్విక్,అనకాపల్లి తెలుగుదేశం పార్టీ పార్లమెంటు పరిశీలకులు దాడి రత్నాకర్ కూటమి నేతలు పాల్గొన్నారు.వేగి గోపి అధ్యక్షతన జరిగిన కార్యక్రమానికి ప్రజల నుంచి విశేష స్పందన లభించింది. ఇప్పటికే ప్రత్యర్థుల గుండెల్లో రైళ్లు పరిగెత్తిస్తున్న జనసేన ఈ సమావేశంతో కశింకోటలో జనసేన పాగా ఖాయమని నిరూపించారు. కాగా కార్యకర్తలు జై కొణతాల జై జనసేన అంటూ నినాదాలు మధ్య సభ అట్టహాసంగా ప్రారంభమైంది. ఈ సమావేశంలో కొణతాల మాట్లాడుతూ నిత్యవసర వస్తువులు అధిక ధరలు , పన్నుల భారంతో ప్రజలు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారని తెలిపారు. ఇటువంటి నియంతృత్వ వైసిపి ప్రభుత్వానికి చరమగీతం పాడేందుకు ప్రజలు సిద్ధంగా ఉన్నారన్నారు.ఈ రాష్ట్రంలో వైసీపీ పాలనలో ప్రజల ఆస్తులకు ల్యాండ్ టైటిల్ యాక్ట్ చట్టాన్ని తీసుకొచ్చి రక్షణ లేకుండా చేశారని తెలిపారు. కాగా రాష్ట్రం సుభిక్షంగా ఉండాలన్నా, ప్రజలకు మేలు జరగాలన్నా ఎన్డీఏ కూటమని గెలిపించుకోవాలని కొణతాల ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు. మీ గ్రామంలో ఏవైతే సమస్యలు ఉన్నాయో మంచినీటి కొళాయిలు , శారదా నదిపై వంతెన , గవరపేటకు సంబంధించి ఒక కమ్యూనిటీ భవనం ఇతరత్రా సమస్యలన్నీ కూడా కూటమి ప్రభుత్వం వచ్చిన వెంటనే కార్యరూపం దాల్చే విధంగా ప్రయత్నిద్దామని హామీ ఇచ్చారు. టిడిపి, జనసేన, బిజెపి కూటమి ప్రకటించిన ఎన్నికల మేనిఫెస్టోను ప్రజలకు వివరించారు. ఏపీ అభివృద్ధికి ఎన్డీఏ కూటమిని అధికారంలోకి తీసుకు రావాలని ప్రజలను కోరారు.మే 13న జరగనున్న సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో ప్రజలు విజ్ఞతతో ఆలోచించి తమ అమూల్యమైన రెండు ఓట్లలో ఒక ఓటును గాజు గ్లాసు గుర్తుపై వేసి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థిగా తనను, మరొక ఓటు ను కమలం పువ్వు గుర్తుపై వేసి ఎంపీ అభ్యర్థిగా సీఎం రమేష్ ను అత్యధిక మెజారిటీతో గెలిపించాలని కొణతాల ప్రజలను వినమ్ర పూర్వకంగా ఓటును అభ్యర్థించారు.

వైసీపీ నుంచి జనసేనలో చేరిక

వేగి పవన్ ఆధ్వర్యంలో సుమారు 45 మంది మహిళలు వైసీపీ నుంచి జనసేన పార్టీలో చేరి జనసేన కండువా కప్పుకున్నారు వీరికి ఉమ్మడి కూటమి అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణ పార్టీ కండువా కప్పి పార్టీలోకి సాదరంగా ఆహ్వానించారు.ఈ కార్యక్రమంలో టిడిపి, జనసేన, బిజెపి పార్టీలకు చెందిన నాయకులు, కార్యకర్తలు , ప్రజలు , పెద్ద సంఖ్యలో అభిమానులు పాల్గొన్నారు.

ఒకరిది గెలుపు ధీమా మరొకరిది ఓటమి భయం

చాపక్రింద నీరుల కాంగ్రెస్ ముమ్మర ప్రచారం - ఆశక్తికరంగా భీమిలి రాజకీయ ముఖ చిత్రం

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): గతంలో ఎన్నడూ లేని విధం గా భీమిలి రాజకీయ చిత్రం ఆశక్తికరం గా మారుతున్నది. 15 మంది అభ్యర్థులు పోటీలో ఉన్నప్పటికి ప్రధాన పోటీ కూటమి అభ్యర్థి, అధికార వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ల మధ్యే అని అందరికి తెలిసినదే.ఆయా పార్టీల అభ్యర్థులు గంటా శ్రీనివాసరావు, అవంతి శ్రీనివాసరావు లు ఒకప్పుడు రాజకీయ సహచరులు. అయితే నేడు రాష్ట్రం లో ప్రాముఖ్యత కలిగిన భీమిలి నియోజకవర్గం లో వారు ఇద్దరు నేడు రాజకీయ ప్రత్యర్థులుగా తలపడుతున్నారు.

పార్టీ అభ్యర్థుల పరం గా చూస్తే: తెలుగుదేశం అభ్యర్థి: రాష్ట్రం లో ప్రభుత్వం పై వ్యతిరేక పవనాలు వీస్తున్నాయని దీనివల్ల ప్రజలు మార్పు కోరుకొంటున్నారని, కూటమి పార్టీ లు ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పాటు చేయడం ఖాయం అని అలాగే భీమిలి లో తన గెలుపు తథ్యం అని కూటమి అభ్యర్థిగంటా శ్రీనివాసరావు ధీమా వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

వ్యక్తిగత చరిష్మా : 2014 లో భీమిలి నుండి పోటీ చేసి గెలుపొందిన తెలుగుదేశం ప్రభుత్వం లో మంత్రి అయన గంటా శ్రీనివాసరావు మరలా 2024 లో భీమిలి నుండే పోటీ చేస్తున్నారు. అయితే అయన ఎల్లప్పుడూ చిరునవ్వు ప్రదర్శించడం అయన వ్యక్తిగత చరిష్మా తో నియోజక వర్గం లో అన్ని ప్రాంతాలనుండి వందలాది మంది వైసీపీ నాయకులు, కార్యకర్తలు గంటా సమక్షం లో తెలుగుదేశం పార్టీ లోకి చేరడం విశేషం. దీనివల్ల నియోజక వర్గం లో వైఎస్ ఆర్ కాంగ్రెస్ బలహీన పడింది. అదే సమయం లో తెలుగుదేశం బలపడి గంటా విజయానికి దోహద పడుతున్నది. ఆయన ఇప్పటికి వివిధ నియోజక వర్గాలనుండి 5 సార్లు పోటీ చేసి ఓటమి లేక వరుస విజయాలతో చరిత్ర సృష్టిస్తున్నారు.అదే ఊపు తో ప్రస్తుతం భీమిలి నుండి పోటీ చేస్తున్న ఆయన గెలుపు ముఖ్యం కాదు అత్యధిక మెజార్టీ తో గెలుపొందడమే తన లక్ష్యం అంటున్నారంటే అది ఆయన విశ్వాసానికి నిదర్శనం. బలహీనతలు : ఒక సారి ఒక చోటనుండి పోటీ చేసి మరలా ఆ స్థానం నుండి పోటీ చేయక మరో స్థానం నుండి పోటీ చేసే ఆనవాయితీ రివాజు గా పెట్టుకొన్న గంటా శ్రీనివాసరావు వరుసగా గెలుపొందుతున్నప్పటికి ముఖ్యం గా గతం లో భీమిలి నుండి గెలుపొందిన ఆయన స్థానికం గా ఉండక పోవడం, ప్రజల మధ్య తిరిగి ప్రత్యక్షం గా వారి సమస్యలను అడిగి తెలుసుకోక పోవడం పలు విమర్శలకు దారి తీస్తుంది.ఆయన హయాంలో అభివృద్ధి పనులు కూడా కొన్నే ప్రారంభమయ్యాయి. దాని వల్ల నియోజక వర్గం లో ఆయన పట్ల కొంత వ్యతిరేకత ఉన్నది.

అధికార వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థి : 2009,2019 లో భీమిలి నియోజక వర్గ ఎం ఎల్ ఏ గా గెలుపొందిన ముత్తం శెట్టి (అవంతి) శ్రీనివాసరావు ప్రజలకు హామీలు ఈయడం తప్ప నియోజకవర్గం లో ఎక్కడ అభివృద్ధి చేయలేదని ప్రజలు బాహటం గానే అంటున్నారు. పైగా ప్రస్తుత తరుణం లో ముఖ్యమంత్రి జగన్ గొప్పతనం, సంక్షేమ పథకాలు గురించి ప్రసంగాలు ఈయడం తప్ప నియోజకవర్గం లో ఆయన ఎక్కడ అభివృద్ధి చేసారని ప్రజలు ప్రశ్నిస్తున్నారు. ఆయన చేసిందల్లా గత ప్రభుత్వ హయాంలో అభివృద్ధిపనులకు వేసిన శిలాఫలకాల స్థానం లో మరలా కొత్తగా శిలాఫలకాలు వేసి తన హయాంలో లో అభివృద్ధి జరిగిపోతుందని ప్రచారం చేయడం ఆయన ప్రత్యేకత. అయితే 2019 లో జగన్ చరిష్మా, ప్రజలు మార్పు కోరడం తో అప్పుడు వైసీపీ ప్రభుత్వం ఏర్పడింది. దీనిలో భాగంగా అవంతి కూడా ఎం ఎల్ఏ గా గెలుపొందారు. అయన నిత్యం ప్రజలమధ్య తిరగడం, సమస్యలను గుర్తించడం ఆయన నిబద్ధతకు నిదర్శనం కాని ప్రభుత్వ పరం గా అన్ని తానై వ్యవహరించిన ముఖ్యమంత్రి జగన్ రాష్ట్రం లో సంక్షేమ పథకాలు తప్ప ఎక్కడా అభివృద్ధి పనులు చేపట్టలేదు . దీనికి భీమిలి అతీతం కాదు. నిధులిస్తే అభివృద్ధి సాధ్యం అంటున్న రాజకీయ విశ్లేషకులు ఆ విషయం లో అవంతి శ్రీనివాసరావు చేయగలిగింది ఏమి లేదని వారు అంటున్నారు.

బలహీనతలు: ముక్కు సూటిగా వ్యవహరించే అవంతి లో కొన్ని బలహీనతలు లేకపోలేదు. నిత్యం చిర్రు బుర్రు లాడే అవంతి కోపం వస్తే ఎంతటి వారినైనా దూషించడం, కోపగించుకోవడం, నీ సంగతి చూస్తాను అనడం నిత్య కృత్యం అయిపోయిందని ప్రజలు, పేరు చెప్పడానికి ఇష్టపడని వైసీపీ కార్యకర్తలు అంటున్నారు. గతం లో భీమిలి మండలం లో బీచ్ రోడ్ లో జరిగిన ఓ కార్యక్రమం లో రేషన్ కార్డు రాలేదని ఓ మహిళ తెలియజేయడం తో సభలోనే విలేకరులు,ప్రజల ముందే మేజిస్టీరియల్ పవర్స్ ఉన్న భీమిలి ఎంఆర్ఓను బుద్ధి ఉందా,ఏమి చేస్తున్నావు ఎందుకు ఉద్యోగం చేస్తున్నావు అని దుర్భాషలు ఆడి అతని కళ్ల వెంబడి నీరు తెప్పించిన అవంతి ఇలా ఎవ్వరిని వదలలేదు. పద్మనాభం మండలం ఎం డి ఓ, కానిస్టేబుల్, భీమిలి ఎం డి ఓ ల పై తనదైన శైలి లో వ్యవహరించారు. అలాగే గతం లో పద్మనాభం లో జరిగిన సభలో కార్యక్రమం నుకార్యక్రమం ను కవర్ చేస్తున్న ఓ మీడియా విలేకరిని కులం పేరుతో దూషించి నీ సంగతి చూస్తాను అని బెదిరించడం సదరు విలేకరి సామాజిక వర్గం రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా నిరసన తెలియజేయడం తో తప్పని పరిస్థితి లో సదరు విలేకరి ఇంటికి వెళ్లి క్షమాపణలు కూడా ఎం ఎల్ ఏ తెలియజేసారు. ఇలా ఒకటేమిటి జ్యూట్ మిల్ విషయంలో కూడా కార్మికులు అతనికి వ్యతిరేకం అయ్యారు. జ్యూట్ మిల్ యాజమాన్యం తనవిగా చెప్పుకొన్న భూములు విషయం లో ఎం ఎల్ ఏ బంధువు మిల్ యాజనాన్యానికి వత్తాసు పలికి బలవంతం గా దగ్గరుండి రిజిస్ట్రేషన్ చేయించి భూ హక్కు దారులకు తీవ్ర అన్యాయం చేసారని ఇటు భూ హక్కు దారులు, అటు కార్మికులు కూడా ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసారు.

వలసలు నియంత్రించలేని ఎంఎల్ఏ అనుచర గణం: ఎన్నికలు ప్రకటించిన అనంతరం నియోజకవర్గం అధికారం వైసీపీ నుండి తెలుగుదేశం పార్టీలోకి రోజు వలసలు కొనసాగుతూనే ఉన్నాయి. వాటిని ముందుగా గ్రహించి నిలువరించడం లో ఎంఎల్ఏ అనుచర గణం, బంధువులు పూర్తిగా విఫలం అయ్యారని రాజకీయ విశ్లేషకులు అంటున్నారు. అంతెందుకు ఇటీవల ఆనందపురం మండలం లో ఓ గ్రామ సర్పంచ్, ఆమె భర్త (మీడియా ప్రతినిధి), వారి అనుచర గణం ఎంపీపీ కోలనీ లో గంటా శ్రీనివాసరావు ఇంటికి వెళ్ళి టీడీపీ తీర్థం పుచ్చుకొన్నారు. విషయం తెలుసుకొన్న ఎంఎల్ఏ బంధువు వారిని కారులో గంటా శ్రీనివాసరావు ఇంటివరకు వెంబడించి బాబ్బాబు పార్టీ మారకండి మీకు పుణ్యం ఉంటుందని బతిమాలారంటే పరిస్థితి ఎంత దిగజారిందో తెలుస్తుందని రాజకీయ విశ్లేషకులు అంటున్నారు. ఇలా ఇటు పార్టీ శ్రేణులు దూరం అవుతూ అటు అధికారులు, ప్రజలు, కార్మికులు ఇతర వర్గాల్లో వ్యతిరేకత వ్యక్తం అవ్వడంతో వైసీపీలో ఓటమి భయం ఆవరించిందని రాజకీయ విశ్లేషకులు అంటున్నారు.

స్థానిక వాదంతో చాపక్రింద నీరుల కాంగ్రెస్ముమ్మర ప్రచారం: ఇంతవరకు స్థానికేతరులు ఎంఎల్ఏలుగా గెలుపొందడం వల్ల భీమిలి లో ఎక్కడ అభివృద్ధి జరగలేదని కావున స్థానికం గా భీమిలి వాసిని అయిన తనకు ఒక అవకాశం ఇచ్చి గెలిపిస్తే భీమిలి నియోజకవర్గం ను అన్ని విధాలుగా అభివృద్ధి పరుస్తానని పార్టీ భీమిలి అభ్యర్థి అడ్డాల వెంకట వర్మ(హాసిని వర్మ) ప్రజలను కోరుతూ ముమ్మర ప్రచారం చేస్తున్నారు.

భీమిలి నియోజకవర్గం లో కాంగ్రెస్ ఎన్నికల ప్రచారం

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భీమిలి నియోజకవర్గంలో మజ్జివలస, కృష్ణంరాజుపేట, సింగనబందగ తాటితూరు, గొల్లపాలెం, టి నగరపాలెం, సింహాచలం, అడవివరం తదితర ప్రాంతాలలో కాంగ్రెస్ పార్టీ బుధవారం ఎన్నికల ప్రచారం చేపట్టింది.ప్రచారం లో పాల్గొన్న పార్టీ భీమిలి అభ్యర్థి అడ్డాల వెంకట వర్మ రాజు(హాసిని వర్మ) ఇంటింటికి వెళ్లి కాంగ్రెస్ మేనిఫెస్టో ను వివరించారు. స్థానికుడయిన తనకు ఒక అవకాశం ఇచ్చి గెలిపించాలని, స్థానికులు ఎం ఎల్ ఏ అయితేనే భీమిలి నియోజకవర్గం లో అభివృద్ధి సాధ్యపడుతుందని ఆయన అన్నారు. కార్యక్రమం లో పార్టీ మత్స్యకార ఫోరమ్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు కదిరి జగన్నాధం, పార్టీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి గాదం మహేష్ ఇతర నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జనసేన అభ్యర్థి గిడ్డి సత్యనారాయణతో కలిసి ఎన్నికల ప్రచారంలో పాల్గొన్న బోళ్ళ సతీష్

అంబేద్కర్ కోనసీమ జిల్లా పి.గన్నవరం నియోజకవర్గం అయినవిల్లి మండలం అయినవిల్లి లంకలో పి.గన్నవరం నియోజకవర్గ జనసేన అభ్యర్థి గిడ్డి సత్యనారాయణతో కలిసి ఎన్నికల ప్రచారంలో పాల్గొన్న టిడిపి మీడియా కోఆర్డినేటర్ బోళ్ళ సతీష్ బాబు. అమలాపురం పార్లమెంట్ నియోజకవర్గ టిడిపి అభ్యర్థి గంటి హరీష్ బాలయోగికి 'సైకిల్' గుర్తు పైన, పి.గన్నవరం అసెంబ్లీ నియోజకవర్గ జనసేన అభ్యర్థి గిడ్డి సత్యనారాయణకి 'గాజుగ్లాసు' గుర్తు పైన ఓటు వేసి అఖండ విజయం చేకూర్చాలని సతీష్ బాబు విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ ప్రచార కార్యక్రమంలో అయినవిల్లి మండల టిడిపి అధ్యక్షులు చిట్టూరి శ్రీనివాస్, మాజీ జడ్పీటీసి గంగుమళ్ళ అన్నపూర్ణ శ్రీనివాస్, మూలపాలెం సర్పంచ్ బొబ్బా ప్రభాత్, టిడిపి మైనారిటీ నాయకులు షరీఫ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విశాఖ స్వతంత్ర ఎంపీ అభ్యర్థి జీఏఎన్ ఆనంద్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): దేశంలో జనాభా నియంత్రణ ప్రణాళిక బద్ధంగా ఉండాలని, అమలవుతున్న రిజర్వేషన్లకు కులము మతము ఉండకూడదని, ఎన్నికల్లో సరికొత్త ఓటింగ్ విధానం అమలు చేయవలసి ఉంటుందని విశాఖ స్వతంత్ర ఎంపీ అభ్యర్థి జీఏఎన్ ఆనంద్ అన్నారు. గురువారం విజెఎఫ్ ప్రెస్ క్లబ్ లో ఆయన నిర్వహించిన విలేకరుల సమావేశంలో మాట్లాడుతూ విశాఖ ఇండిపెండెంట్ ఎంపీ అభ్యర్థిగా చేయుచున్నాని తెలిపారు.సీరియల్ నంబర్ 20, గుర్తు క్రికెట్ బ్యాట్ అని తెలిపారు. జనాభా నియంత్రణ ప్రణాళికా బద్ధంగా వుండాలన్నారు. రిజర్వేషన్ కి రైళ్ళు మాదిరిగానే కులం, మతం లేకుండా ఇవ్వాలన్నారు. ఎన్నికల్లో కొత్త ఓటింగ్ విధానం అమలు చేయాలని కోరారు. తాను 25 ఏళ్లుగా బ్రహ్మ కుమార్ సంస్థ రాజకీయ విభాగ తరగతులు వింటున్నానని, అదే స్ఫూర్తితో విశాఖ ఎంపీ అభ్యర్థిగా నిలబడ్డానని తెలిపారు. తాను వెస్ట్ గోదావరి జిల్లా భీమవరం లో జన్మించాను. తాను గూగుల్ లో జాబ్ చేశానని గుర్తు చేశారు. ప్రజలకు సమ న్యాయం చేయాలని, సమాన అవకాశాలు కల్పించాలని లక్ష్యంతో పనిచేస్తున్న నాకు ప్రజలు ఒక్క అవకాశం ఇవ్వాలని కోరారు.

మీడియా సమావేశంలో ఆనంద్ తండ్రి మెహర్ బాబా పాల్గొన్నారు.

మావుళ్ళమ్మ ఆలయం వద్ద మజ్జిగ చలివేంద్రం

భీమవరం, (ఆర్ఎన్ఐ): భీమవరం లోని శ్రీ మావుళ్ళమ్మ అమ్మవారి దేవస్థానం లో మజ్జిగ చలివేంద్రాన్ని ఆలయ ప్రధాన అర్చకులు మద్దిరాల మల్లిఖార్జున శర్మ పూజ నిర్వహించి అనంతరం ప్రారంభించారు. వేసవిలో నిర్వహించే ఈ చలివేంద్రాన్ని రావడ రామమోహనరావు వరలక్ష్మి దంపతులు సహకారంతో నిర్వహించటం జరుగుతుందని ఆలయ సహాయ కమిషనర్ మరియు కార్యనిర్వహణాధికారి బుద్ధ మహాలక్ష్మి నగేష్ తెలియచేశారు.

ఇంటింటికి ఎన్నికల ప్రచారంలో భరత్ కు బ్రహ్మరథం పట్టిన ప్రజలు

83 వ వార్డు వేల్పులవీధి లో 60 మంది మహిళలు చేరిక

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి నియోజకవర్గ అసెంబ్లీ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి మనసాల భరత్ కుమార్ మంగళవారం స్థానిక జీవీఎంసీ 83 వ వార్డు కార్పొరేటర్ జాజుల రమేష్ ప్రసన్న లక్ష్మి ఆధ్వర్యంలో స్థానిక వేల్పులవీధిలో ఎన్నికల ప్రచారం ఘనంగా జరిగింది .ముందుగా వేల్పుల వీధి,శ్రీ గౌరీ పరమేశ్వరులను,దుర్గాదేవి అమ్మవారిని దర్శించుకున్నారు.ఎన్నికల ప్రచారంలో అధిక సంఖ్యలో మహిళ లు పాల్గొన్నారు భరత్ కుమార్ ఇంటింటికి వెళ్లి ఎన్నికల ప్రచారం నిర్వహించారు ప్రచారంలో భాగంగా భరత్ కుమార్ సమక్షంలో 60 మంది మహిళలను కండువా కప్పి పార్టీలోకి ఆహ్వానించారు ఎన్నికల్లో ఫ్యాన్ గుర్తుపై ఓటు వేసి ఆయనను గెలిపించాలని అభ్యర్థించారు ప్రచారంలో మహిళలు పాల్గొనడమే కాకుండా ఉత్సాహంగా భరత్ కు జై కొడుతున్నారు తెలుగుదేశం పార్టీ కోటపై భరత్ కుమార్ వైసీపీ జెండా ఎగరవేసే పరిస్థితులు కనిపిస్తున్నాయి. ఈ సందర్భంగా భరత్ కుమార్ మాట్లాడుతూ జగన్మోహన్ రెడ్డి ప్రభుత్వం మళ్ళీ అధికారుల్లోకి వస్తే ఈ ప్రాంతంలోని యువతకు పెద్ద ఎత్తున ఉద్యోగ,ఉపాధి అవకాశాలు లభిస్తాయని ఆయన చెప్పారు.అనకాపల్లి లో గతంలో ఏ ప్రభుత్వం చేయని విధంగా పేదవారికి గృహాలు మంజూరు చేశారని, ప్రభుత్వ పథకాలన్నీ నేరుగా మహిళలకు అందించారని భరత్ కుమార్ చెప్పారు. ప్రజలకు ఎన్నడు మేలు చేయని తెలుగుదేశం పార్టీ, మళ్లీ ప్రజలను ఓట్లు అడిగేందుకు వస్తోందని,ఆ పార్టీని నమ్మద్దని భరత్ విజ్ఞప్తి చేశారు. తనను ఎన్నికల్లో గెలిపిస్తే వేల్పులవీధి ప్రాంత ప్రజల సమస్యలను పరిష్కరిస్తానని భరత్ కుమార్ హామీ ఇచ్చారు..

ఈ కార్యక్రమంలో పార్లమెంటు సభ్యురాలు భీశెట్టి వెంకట సత్యవతి, ఉగ్గినఅప్పారావు,బొండా శంకర్రావు, గొర్లి చిన్న, జెట్టి శ్రీను, మద్దాల చలపతి, కొంకి శ్రీరామ్ మూర్తి, బొండా వాసు, మద్దాల రమణ బాబు, పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు,తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆరకు ఎంపీ అభ్యర్థి కొత్తపల్లి గీతకు మాదిగ రిజర్వేషన్ పోరాట సమితి సంపూర్ణ మద్దతు

పాడేరు/రంపచోడవరం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఎమ్మార్పీఎస్ మంద కృష్ణ మాదిగ ఆదేశాల మేరకు శ్రీమతి కొత్తపల్లి గీత తో సమావేశంలో ఎమ్మార్పీఎస్ నేతలు తో ఆమె సమావేశం నిర్వహించారు ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ గిరిజన ప్రాంతాల్లో నివసిస్తున్న ఎమ్మార్పీఎస్ హక్కులు కోసం తనవంతు కృషి చేస్తానని ఆమె ప్రకటన చేశారు,

ఏళ్లతరబడి ఉన్న గిరిజన ప్రాంతాల్లో ఉంటూ బ్రిటీష్ కాలం నాటి నుండి జీవిస్తున్న వీరికి కనీస సౌకర్యాలు లేవని చట్టప్రకారం వారికి వచ్చే అవకాశాలు కోసం పూర్తి సహకారం అందిస్తామని తెలిపారు, ఈ సందర్భంగా ఎమ్మార్పీఎస్ నాయకులు మాట్లాడుతూమాదిగలంతా కలసి అరకు పార్లమెంట్ ఉమ్మడి అభ్యర్థిని కొత్తపల్లి గీతకు రానున్న ఎన్నికలలో సంపూర్ణ మద్దతును అందించి రానున్న ఎన్నికలలో అరకు ఎంపీ గా గెలిపిస్తామని ఎమ్మార్పీఎస్ ఉత్తర కోస్తాంధ్ర అధ్యక్షుడు ముమ్మిడివరపు చిన సుబ్బారావు ముల్లేరులో జరిగిన మీడియా సమావేశంలో తెలిపారు . మాన్యశ్రీ మందకృష్ణ మాదిగ నాయకత్వంలో దేశంలో జరుగుతున్న ఎన్నికలలో ఎన్డీఏ కూటమికి మద్దతు తెలుపుతూ మాదిగలంతా ఏకమై ప్రధాని మోది సహకారంతో దేశంలోనూ,రాష్ట్రంలోనూ అభివృద్ధి చేయగలిగే సమర్ధత గల నాయకురాలు కొత్తపల్లి గీతమ్మ కు అరకు నియోజకవర్గం పార్లమెంట్ ఉమ్మడి అభ్యర్థినిగా ప్రకటించడం మన అదృష్టంగా భావించాలని, మాదిగలంతా ఏకమై గిరిజన గ్రామాలలో ప్రచారంలో పాల్గొని అఖండ మెజారిటీతో గెలిపించి రాష్ట్రంలో మాదిగల సత్తా ఏంటో చూపిస్తామని ఎమ్మార్పీఎస్ నాయకులు తెలిపారు . యువనాయకుడు చినబాబు ఆధ్వర్యంలో మాదిగ యువసేన సభ్యులంతా భారీగా పాల్గొని ఎన్నికల ప్రచార నినాదాలతో హోరెత్తించారు . ఈ సమావేశంలో మాట్లాడిన అరకు ఎంపీ అభ్యర్థిని కొత్తపల్లి గీత మీడియాతో మాట్లాడుతూ ఎమ్మార్పీ ఎస్ నాయకులంతా కలసి ఎంపీ, ఎంఎల్ఏ అభ్యర్థుల గెలుపుకు మద్దతు గా ప్రచారంలో పాల్గొని మా గెలుపుకు కృషిచేస్తున్నదుకు మంద కృష్ణ గారికి జిల్లానాయకులకు ధన్యవాదాలు తెలిపారు. రాష్ట్రంలో కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి రావడం ఖాయమని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో

ముమ్మిడివరం చిన సుబ్బరావు ఎమ్మార్పీఎస్ రాష్ట్ర నాయకులు,ఎమ్మార్పీఎస్ నాయకులు బీజేపీ ఎస్సి మోర్చా జిల్లా ప్రధాని కార్యదర్శి యామగిరి అర్జున్ జిల్లా ఎస్సి మోర్చా అధ్యక్షుడు చింతా దుర్గారావు

ఎంఆర్పిఎస్ జిల్లా అధ్యక్షులు నిడమర్తి చిన్నబాబు, ఉపాధ్యక్షులు వేమగిరి అర్జున్, జిల్లా కార్యదర్శి ఐనవిల్లి యెహాను,ఎంఎెఎఫ్ జిల్లా అధ్యక్షులు చిట్టిబాబు,మిట్టపల్లి అనిల్, నవరపు సురేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

భారీ చేరికలతో దక్షిణ వైసీపీలో నూతన ఉత్సాహం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జనసేన టిడిపి నుండి దక్షిణ వైఎస్ఆర్సిపిలోకి భారీగా జరుగుతున్న చేరికలతో క్యాడర్లో నూతన ఉత్సాహం నెలకొంది. గురువారం ఉదయం బూర్లె చిన్న ఆధ్వర్యంలో వార్డు ఇన్చార్జ్ ముత్తా బత్తుల రమేష్, మాజీ కార్పొరేటర్ పచ్చిరపల్లి రాము సారధ్యంలో భారీగా చేరిన బంగారమ్మ మెట్ట కి చెందిన సుమారు 200 మంది జనసేన యువత, టిడిపి మహిళలకు దక్షిణ నియోజకవర్గ వైసిపి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్ కండువా వేసి పార్టీలోకి ఆహ్వానించారు. శ్రీరామరాజ్యాన్ని అందించిన జగన్మోహన్ రెడ్డిని మళ్లీ గెలిపించుకోవాలని అన్ని వర్గాల నుండి మద్దతులు వెల్లువెత్తుతున్నాయన్నారు. నేటి భవితకు యువతకు భరోసా జగనన్న మాత్రమేనని వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్ స్పష్టం చేశారు. పార్టీలో చేరిన వారిలో డబ్బాడ సురేష్, సంపంగి మహేంద్ర, నరేంద్ర, బాజీ, మహేష్ రెడ్డి సునీల్ సాయి గోవిందమ్మ పైలదేవి రేణుక బి దేవి తదితరులున్నారు.

గర్భిణీల ఆరోగ్యం పై ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపాలి

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): గర్భిణీల్లో రక్త హీనత,హైరిస్క్ సమస్యలు తలెత్తకుండా సమిష్టి కృషి చేయాలని జిల్లా మలేరియా అధికారి(డిఎంఓ) డాక్టర్ టి. జగన్ మోహనరావు సూచించారు. పెదబొండపల్లి పిహెచ్సి గురువారం ఆయన ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేసి, పిఎంఎస్ఎంఎ కార్యక్రమం ద్వారా గర్భిణీలకు అందజేస్తున్న వైద్య సేవలపై ఆరా తీశారు.మాతాశిశు సంరక్షణ కార్డులో ఆరోగ్య తనిఖీలు,వైద్య పరీక్షల వివరాలు పరిశీలించి నివేదికలు హెచ్చు,తగ్గులు గుర్తించిన గర్భిణీ ల ఆరోగ్యం పై ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపాలన్నారు.గర్భిణీ ల్లో జ్వర లక్షణాలు గుర్తిస్తే హైరిస్క్ గా పరిగణించి సత్వరమే సమాచారం ఇవ్వాలన్నారు.డీహైడ్రేషన్ కు గురికాకుండా ఎక్కువగా నీరు,ద్రవరూప ఆహారాన్ని తీసుకోవాలని గర్భిణీలకు సూచించారు.పిహెచ్సి లో సాధారణ ప్రసవాలు జరిగేలా సిబ్బంది చర్యలు చేపట్టాలన్నారు.రక్త హీనత,హైరిస్క్ సమస్యలకు గర్భిణీలు గురికాకుండా వైద్య,అంగన్వాడీ సిబ్బంది సమిష్టి కృషి చేయాలన్నారు.అనంతరం ఆయన ల్యాబ్ రికార్డులు తనిఖీ చేసి ప్రతీరోజూ నిర్వహిస్తున్న జ్వర నిర్ధారణ పరీక్షలు,నివేదికల వివరాలపై ఆరా తీశారు.క్షేత్ర స్థాయిలో సేకరించిన రక్తపూతల స్లైడ్స్ ను సత్వరమే పరీక్షించి నివేదికలు తెలియజేయాలని ఆదేశించారు.ఈ కార్యక్రమంలో వైద్యాధికారులు డాక్టర్ అనూష, డాక్టర్ ధరణి,డిపిహెచ్ఎన్ఓ ఉషారాణి, సూపర్ వైజర్స్ వెంకట నాయుడు,జయలక్ష్మి,పార్వతి,వైద్య సిబ్బంది తదితరులు ఉన్నారు.

గంటలు ఎందుకు కొడతారంటే..

ప్రతి గుడిలో గంటలుంటాయి. గుడికి వెళ్లిన వాళ్లు గంటలు కొడతారు. ఇది అందరికీ తెలిసిన విషయమే. అసలు గంట ఎందుకు కొడతారు. దీని పరమార్థం ఏమిటనేది కొందరికి తెలియకపోవచ్చు. గంట కొట్టగా వచ్చే ధ్వనిలోంచి 'ఓం' అనే ప్రణవ నాదం వెలువడుతుంది. ఈ నాదం మనోచింతలను దూరంచేసి ఏకాగ్ర చిత్తాన్ని కలిగిస్తుంది. విగ్రహాల్లోకి దేవతలను ఆవాహన చేయడానికి హారతి గంటను మోగిస్తారు. గంట నాలుకలో సరస్వతీమాత కొలువై ఉంటుందని, గంట ఉదర భాగంలో మహారుద్రుడు, ముఖ భాగంలో బ్రహ్మ, కొన భాగంలో వాసుకి, పైన ఉండే పిడి భాగంలో ప్రాణశక్తి ఉంటుందని పురాణాలు చెబుతు న్నాయి. అందుకే గంటకు భారతీయ సంప్రదా యంలో పవిత్ర స్థానం ఉంది. గంటానాదం శుభాన్ని కలిగిస్తుంది. గంట మోగుతున్నప్పుడు వచ్చే ధ్వని తరంగాలు ఆధ్యాత్మిక భావనను పెంపొందిస్తాయి. మానసిక రుగ్మతలను దూరం చేస్తాయి.

ఇంట్లో పూజా సమయాల్లో మోగించే గంట శబ్దం ఎంత దూరం వినిపిస్తుందో అంత దూరం వరకూ దుష్ట శక్తులు దరిచేరవు. గంటను ఏదో విధంగా కాకుండా లయబద్ధంగా మోగించాలి. అప్పుడే శుభ ఫలితాలు ప్రాప్తిస్తాయి. ధూప దీప నైవేద్యాల సమయంలో గంట మోగించడం వల్ల పూజా ఫలం సంపూర్ణంగా లభిస్తుంది.

ప్రాణం ఉన్నంతవరకే..

అనేక ఆస్తులు కూడబెట్టిన ఒక ధనికుడు మరణించాడు. అతడి పార్థివ శరీరాన్ని ఊరేగింపుగా తీసుకెళ్తున్నారు. ఇంతలో వర్షం మొదలైంది. వానలో తడిస్తే చెప్పులు పాడైపోతాయనుకున్నాడు రథసారథి. బాట పక్కనున్న ఇంట్లోకి వెళ్లి.. తన చెప్పులు ఒక మూల పెట్టు కుని యాత్ర ముగియగానే తీసుకెళ్తాన న్నాడు. ఇంటి యజమాని అందుకు అంగీకరించాడు. సారథి బయటకు వచ్చేసరికి వర్షం కుంభవృష్టిగా మారింది. ధనికుడి బంధువు ఆ ఇంటికే వెళ్లి.. వర్షం తగ్గేవరకూ శవాన్ని ఉండనివ్వమంటే యజమాని ససేమిరా కుదరదన్నాడు. బంధువు కోపగించి 'సారథి చెప్పులను అనుమతించావు.. ఇంత గొప్ప వ్యక్తి శవాన్ని కాదంటావా? ఇదేం న్యాయం?' అన్నాడు. దానికతడు 'అయ్యా! చని పోయాక రాజు, పేద అనే తేడా లేదు. ఎంతటి వారిదైనా శవాన్ని ఇంట్లో పెట్టుకో వడానికి ఎవరు మాత్రం అనుమతి స్తారు?!' అన్నాడు. ఆ మాట అక్షరసత్యం కనుక.. అతడు ఇంకేం మాట్లాడలేదు.

యావత్ పవనో నివసతి దేహే
-తావత్పృచ్ఛతి కుశలం గేహే
గతవతి వాయౌ దేహాపాయే-
భార్యా బిభ్యతి తస్మిన్ కాయే

శంకరాచార్యులవారు-అన్నారు. దేహంలో ప్రాణం ఉన్నంత వరకే అయినవారు క్షేమం గురించి అడుగుతారు. ప్రాణం పోయాక.. ఆ శవాన్ని చూసి అతడి భార్య కూడా భయపడుతుందని భావం.

శ్లోకామృతమ్

ఉత్తమే క్షణకోపస్స్యా న్మధ్యమే,
ఘటికాద్వయమ్ అధమేస్యా
దహోరాత్రం పాపిష్ఠే,
మరణాంతకమ్

ఉత్తములైనవారికి కోపం వచ్చినా.. అది క్షణకాలమే ఉంటుంది.మధ్యములలో రెండు ఘడియలు, అధము లలో ఒకరోజు ఉంటుంది. అంతకన్నా హీనులైన వారిలో బతికున్నంత వరకూ ఉంటుందనేది ఈ శ్లోక భావం.

విలీన గ్రామాల్లో కొణతాల విస్తృత ప్రచారం

దూసుకుపోతున్న గాజు గ్లాస్ గుర్తు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): రాష్ట్ర అభివృద్ధి , ప్రజా సంక్షేమం కూటమి ప్రభుత్వంతోనే సాధ్యమని టిడిపి, జనసేన, బిజెపి కూటమి ఉమ్మడి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణ.కొణతాల ఎన్నికల ప్రచార కార్యక్రమంలో భాగంగా గురువారం ఉదయం జీవీఎంసీ విలీన గ్రామాలు అయినా ఎరుకువానుపాలెం, రాజుపాలెం, గొర్లివానిపాలెం, వల్లూరు గ్రామ ప్రాంతాల్లో కూటమి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణతో కూటమి నేతలు కార్యకర్తలతో కలిసి గ్రామాల్లో పర్యటించి ప్రచారం నిర్వహించారు.ఈ కార్యక్రమంలో ప్రజలు ప్రతి గడపలో మహిళలు మంగళహారతులు ఇస్తూ పూల వర్షం కురిపిస్తుండగా మరోవైపు విజయానికి సంకేతంగా వరుణదేవుడు కురిపించిన వర్షపు జల్లులలో తడుస్తూ ఎన్నికల ప్రచారం నిర్వహించారు. కొణతాల అభిమానులు , గ్రామాల్లో ప్రజలు కార్యకర్తలు జై కొణతాల అంటూ నినాదాలు చేశారు. ప్రతి ఇంటికి వెళ్లిన కొణతాల ప్రజలతో మమేకమయ్ వారి సమస్యలను, కష్టసుఖాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. దారి పొడవునా కొణతాల అభివాదం చేసుకుంటూ ముందుకు సాగుతూ మీ సంక్షేమం బాగుండాలంటే చంద్రబాబునాయుడు ముఖ్యమంత్రి అవ్వాలని కనుక ఈసారి ఎన్నికలలో గాజు గ్లాసు గుర్తుపై ఓటేసి తనను ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థిగా, కమలం పువ్వు గుర్తుపై ఓటేసి ఎంపీ అభ్యర్థిగా సీఎం.రమేష్ ను అత్యధిక మెజారిటీతో గెలిపించాలని కొణతాల విజ్ఞప్తి చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో టిడిపి, జనసేన, బిజెపి పార్టీలకు చెందిన నాయకులు, కార్యకర్తలు, పెద్ద సంఖ్యల అభిమానులు పాల్గొన్నారు.

వైసీపీ నినాదంతో దద్దరిల్లిన దేవరాపల్లి - వేలాది వైసిపి నేతలతో భారీ బైక్ ర్యాలీ

దేవరాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): మండల కేంద్రంలో అనకాపల్లి ఎంపీ అభ్యర్థి డిప్యూటీ సీఎం బూడి ముత్యాలనాయుడు, ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి అనురాధ ఎన్నికల ప్రచార కార్యక్రమం నిర్వహించారు. వందలాది ద్విచక్రవాహనాలపై వైసీపీ శ్రేణులు వైసీపీ నినాదాలతో పలు కల్లాలలో పర్యటించిన అయన వైసిపి ప్రభుత్వం ఏర్పడిన అనంతరం దేవారపల్లికి జరిగిన మంచిని, అభివృద్ధిని గుర్తు చేసుకుని ఓటు వేయాలని ప్రజలను కోరి రెండు ఓట్లను ఫ్యాన్ గుర్తుపై వేసి అత్యధిక మెజారిటీతో గెలిపించాలని ఓటర్లను అభ్యర్థించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జెడ్పీటీసీ కర్రీ సత్యం, మండల అధ్యక్షులు బూరె బాబురావు, ప్రజా ప్రతినిధులు, నాయకులు కార్యకర్తలు అభిమానులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

ఏడు పదుల వయసైన ఏడు లోపే ఎన్నికల ప్రచారంలో కన్నబాబు

యలమంచిలి/రాంబిల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఎలమంచిలి నియోజకవర్గ వైసిపి అభ్యర్థి యు.వి రమణమూర్తి రాజు ప్రత్యర్థులకు ఏమాత్రం తీసిపోకుండా ఏడుపదులు వయసులోనూ ఉదయం ఏడులోపే ఎన్నికల ప్రచారాన్ని ప్రారంభిస్తున్నారు. గతంలో గడపగడపకు మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమంలో కూడా ఇదే విధంగా అధికారులు, నాయకులు కన్నా ఆయనే ముందు ఉండే వారు.సార్వత్రిక ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా గురువారం నాడు యలమంచిలి మున్సిపాలిటీ పరిధిలో ఎర్రవరం,కట్టుపాలెం, తెరువుపల్లి,రాంబిల్లి మండలం దిమిలి గ్రామాల్లో ప్రచారాన్ని నిర్వహించారు.ఈ వి ఎం ప్యాడ్ లో 2వ నెంబర్ లో గల అనకాపల్లి పార్లమెంట్ వైసీపీ అభ్యర్థి బూడి ముత్యాలనాయుడుకు, యలమంచిలి అసెంబ్లీ అభ్యర్థి యువి రమణమూర్తి రాజు అనే పేర్ల ముందు ఉన్న ఫ్యాన్ సింబల్ పై ప్రజలంతా తమ విలువైన ఓటును వేయాలని కోరారు.

ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపిపి బోదెపు గోవింద్, వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ బొద్దపు యర్రయ్య దొర, కౌన్సిలర్లు పిట్టా సత్తిబాబు, తుంపాల శ్రీను,పండూరి హరినాథ్, వైసిపి నాయకులు సియాద్రి శ్రీను,సేనాపతి నాగేశ్వరరావు,పార్టీ నాయకులు,కార్యకర్తలు,ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

దళితులకు తీరని అన్యాయం చేసిన జగన్ ప్రభుత్వాన్ని ఓడించండి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో దళితులకు ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి తీరని అన్యాయం చేశారని అందుకే జగన్మోహన్ రెడ్డి ఓటమికి రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా మాలమహానాడు, దళిత సేన,ప్రజా సంఘాల తో కలసి కృషి చేస్తున్నామని రాష్ట్ర మాల మహానాడు అధ్యక్షుడు పాల్తేటి పెంటరావు పిలుపునిచ్చారు గురువారం అనకాపల్లి జనసేన పార్టీ కార్యాలయంలో దళిత,ప్రజా సంఘాల నేతలతో కలిసి విలేకరులతో మాట్లాడుతూ ఒక్క చాన్స్ చెప్పిన జగన్మోహన్ రెడ్డి మాటలు నమ్మి రాష్ట్రంలో ని దళితులు మోసపోయారని డాక్టర్ సుధాకర్ ని అమానుషంగా పొట్టన పెట్టుకున్నారని,ఎమ్మెల్సీ అనంత బాబు ఒక దళితుడ్ని చంపి డోర్ డెలివరీ చేస్తే ముఖ్యమంత్రి లో కనీసం చలనం లేదని 28 పథకాలు రద్దు చేసి దళిత యువత పొట్ట కొట్టారని,అటువంటి ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డికి పదవిలో కొనసాగే అర్హత లేదని పెంటరావు మండిపడ్డారు.

రాష్ట్రంలో దళిత ఎమ్మెల్యేలకి కూడా గౌరవం లేదని,దళిత బిడ్డలకు కనీస ఉపాధి లేని పరిస్థితి నెలకొందని,రాష్ట్ర అభివృద్ధి ని దృష్టిలో పెట్టుకొని బీజేపీ, తెలుగుదేశం, జనసేన కూటమికి మద్దతు పలికామని అనకాపల్లి నియోజకవర్గ ఉమ్మడి అభ్యర్థి మాజీ మంత్రి కొణతాల రామకృష్ణ గెలుపు ఉత్తరాంధ్ర అభివృద్ధి చాలా అవసరమని గతంలో కొణతాల చేసిన అభివృద్ధి ప్రజలు మరిచిపోలేదని,ఉత్తరాంధ్ర ప్రజా సమస్యలపై నిరంతరం పోరాటం చేసిన గొప్ప నేతగా ప్రజల్లో మంచి పేరుందని ఆయన అన్నారు, ఈ సమావేశంలో దళిత సేన నక్కెళ్ల నాగమణి,వసంతం అప్పారావు,పావడ కామరాజు జనసేన నాయకులు మెడిది ఈశ్వర్రావు, తెలుగుదేశం నాయకులు మెడిది భాస్కరరావు,తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అక్షయ తృతీయకు బంగారం కొంటున్నారా?

అక్షయ తృతీయ.. అంటే వెంటనే గుర్తుకొచ్చేది బంగారం. ఆ రోజు బంగారం కొనుగోలు చేస్తే సిరిసంపదలు కలుగుతాయన్నది విశ్వాసం. అందుకే చాలామంది బంగారం కొనుగోలు చేస్తుంటారు. అందుకే అక్షయ తృతీయ రోజున ఏ నగల దుకాణం చూసినా బంగారంపై డిస్కౌంట్లు, ఆఫర్లు అందిస్తుంటాయి. ఒకవేళ ఈ ఏడాది అక్షయ తృతీయకు (మే 10) బంగారం కొనుగోలు చేయాలనుకుంటున్నారా? అయితే బంగారం నాణ్యతను గుర్తించండిలా..

బంగారు ఆభరణాలు కొనుగోలు చేసేటప్పుడు వినియోగదారుడు మోసపోకుండా భారత ప్రభుత్వం (బ్యూరో ఆఫ్ ఇండియన్ స్టాండర్డ్స్)ను ఏర్పాటుచేసింది. దేశంలో బంగారు ఆభరణాల హాల్‌మార్కింగ్‌ను ఇదే రూపొందిస్తుంది. ఈ మార్క్ ఆధారంగానే బంగారం స్వచ్ఛమైనదిగా నిర్ధరిస్తాం. 2021లోనే బంగారు ఆభరణాలపై హాల్‌మార్క్‌ను ప్రభుత్వం తప్పనిసరి చేసింది. 2023 ఏప్రిల్ 1 నుంచి ప్రతీ నగల వ్యాపారి 6 అంకెల హాల్‌మార్క్ యూనిట్ ఐడెంటిఫికేషన్ ఉంటేనే ఆభరణాలు విక్రయించాలని పేర్కొంది. హాల్‌మార్క్ గుర్తులో మూడు విషయాలను ముందుగా తనిఖీ చేయాలి.

BIS స్టాండర్డ్ మార్క్

త్రిభుజాకారంలో ఉండే BIS లోగో బంగారు ఆభరణంపై ఉందో? లేదో చెక్ చేసుకోండి. ఆ లోగోనే ఆభరణాలపై హాల్‌మార్క్‌కి మొదటి సంకేతం.

స్వచ్ఛత గ్రేడ్

బంగారం కొనుగోలు చేసేటప్పుడు తెలుసుకోవాల్సిన మరో ముఖ్య అంశం దాని స్వచ్ఛత. ఈ లోహం స్వచ్ఛతను క్యారెట్లలో కొలుస్తారు. 24 క్యారెట్ల బంగారాన్ని స్వచ్ఛమైన బంగారంగా పరిగణిస్తారు. ఆభరణాలను అచ్చంగా బంగారంతోనే తయారుచేయడం సాధ్యం కాదు కాబట్టి ఇతర లోహాలను వాడుతారు. ఈ లోహాలు ఎంతవరకు కలిపారన్న దానిపై ఆ నగ స్వచ్ఛత ఆధారపడి ఉంటుంది. బీఐఎస్ వెబ్‌సైట్ ప్రకారం.. బంగారం స్వచ్ఛతను 14KT 18KT, 20KT, 22KT, 23KT. ఇలా ఆరు రకాలుగా వర్గీకరించారు.

22KT బంగారు ఆభరణాల్లో 91.6 శాతం బంగారం ఉంటుంది. అదే 18KTలో అయితే 75 శాతం బంగారం ఉంటుంది. ఇక ఆభరణాలపై హాల్‌మార్క్ 22K916, 18K750, 14K 585.. ఇలా ఉంటాయి. మీరు కొనుగోలు చేసిన జ్యూవెలరీపై 22K 916 ముద్ర ఉంటే అందులో 91.6 శాతం బంగారం, 8.4 శాతం ఇతర మెటల్ ఉంటుంది. అలానే 18K750 అని ఉంటే 75 శాతం బంగారం ఉందని, 14K585 అని ఉంటే 58.5 శాతం మాత్రమే బంగారం ఉందని అర్థం.

6 అంకెల ఆల్ఫా న్యూమరిక్ కోడ్

అన్ని బంగారు ఆభరణాలకు ఆరు అంకెల ఆల్ఫాన్యూమరిక్ హెచ్‌యూఐడీ కోడ్‌ను భారత ప్రభుత్వం తప్పనిసరి చేసింది. ప్రతీ ఆభరణానికీ ఒక HUID నంబర్ కేటాయిస్తారు. ఈ కోడ్ ప్రతీదానికి భిన్నంగా ఉంటుంది. BIS కేర్ యాప్‌ని ఉపయోగించి ఈ కోడ్ సాయంతో మీ బంగారం స్వచ్ఛమైనదో కాదో మీరే స్వయంగా తనిఖీ చేయొచ్చు.

అక్షయ త్ృ తీయ వ్రత కథ మరియు విధానం..!

అమావాస్య తరువాత వచ్చే 15 రోజులు శుక్ల పక్షంగా భావిస్తారు (పౌర్ణమి కాదు) చంద్రుడి పరిమాణం పెరిగినపుడు. హిందూ పంచాంగం ప్రకారం అక్షయ తృతీయ హిందువులు అందరూ జరుపుకునే అత్యంత ప్రత్యేకమైన రోజు. ఈ పండుగను సంవత్సరం ముందు జరిగిన మంచికి ప్రతిఫలంగా దేవుడికి కృతజ్ఞతలు తెలుపుకుంటూ చేసుకునే పండుగ, అలాగే జీవితంలో సంపద, సంతోషం అభివృద్ధి చెంది ఎల్లప్పుడూ ఇలాగే ఉండాలని దేవుడిని కోరుకుంటాము.

హిందువులకు ఇది ఒక ప్రాముఖ్య పండగలలో ఒకటైనప్పటికీ, ఇది ఒక దేవుడికి మాత్రమే సంబంధించింది కాదు. హిందువులు సాధారణంగా జరుపుకునే పండుగలలా కాకుండా, అక్షయ త్రితీయ రోజు మీరు ఏ దేవుడు లేదా దేవతకు పూజించినా ఫలితాలు అద్భుతంగా ఉంటాయి.

మహా విష్ణువు ఈ రోజు ప్రధాన దేవుడు, కానీ ఆరోజు, ఇతర దేవతలు కూడా పూజించబడతారు. సంపద, శ్రేయస్సు కోసం ఆరోజు లక్ష్మీదేవిని పూజిస్తారు. శక్తికి ప్రతిరూపమైన అన్నపూర్ణను తమ వంటగది ఎల్లప్పుడూ ఆరోగ్యకరమైన, పౌష్టికాహారంతో నిండి ఉండాలని పూజిస్తారు.

నూతన వెంచర్లను ప్రారంభించే వ్యవస్థాపకులు, వ్యాపారస్తులు ఆరోజు వినాయకుడిని పూజిస్తారు. ఎందు కంటే వినాయకుడు అన్ని ఆటంకాలను తొలగించేవాడు కాబట్టి. పెళ్ళిచేసుకున్న దంపతులు లేదా పెళ్లి చేసుకోబోయే దంపతులు శివుడిని, పార్వతిని పూజిస్తారు. వారి వైవాహిక జీవితం బాగుండాలని కోరుకుంటారు.

వ్రతము లేదా ఉపవాసం ఆరాధనకు ఇదొక మార్గం. అక్షయ త్రితీయ వ్రతం చాలా తేలికగా, ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. అక్షయ త్రితీయ వ్రతం జరుపుకోవడానికి ఎక్కువ ఏమీ చేయాల్సిన అవసరం లేదు. మీరు కష్టమైనా నియమాలను కూడా పాటించాల్సిన అవసరం లేదు. ప్రధాన విషయం ఏమిటంటే మీరు ఆరోజు ఉపవాసం తప్పనిసరిగా ఉండి, మీకు ఇష్టమైన దేవుడిని పూజించి, అనుకూల శక్తి కోసం పేదవారు లేదా బ్రాహ్మలకు దానం చేయాలనీ గుర్తుంచుకోండి.

అక్షయ తృతీయ వ్రతం, చేయు విధానం

అక్షయ త్రితీయ రోజు మీరు వేకువ ఝామునే లేవాలి. మీ మొదటి పని ఇల్లు పూర్తిగా శుభ్రంచేసుకోవడం. మురికి ఇంట్లోకి లక్ష్మీదేవి ఎప్పటికీ ప్రవేశించదని తెలుసు కదా. తరువాత, రోజువారీ పనులను ముగించుకుని, మిమ్మల్ని మీరు శుభ్రపరుచుకోండి. అయిన తరువాత, మీ ఇంట్లో శు భ్రమైన ప్రదేశంలో విష్ణ మూర్తి లేదా మీకు ఇష్టమైన దేవుడు లేదా దేవత విగ్రహాన్ని లేదా ఫోటోని పెట్టండి. ఇది సాధారణంగా పూజ గదిలో ఉంటుంది.

విగ్రహం లేదా పటం పెట్టేటపుడు ఈ క్రింది మంత్రాన్ని చదవండి:

మామ్అఖిలపప్క్షయ పూర్వక సకల శుభఫల ప్రాప్యతే ॥
భగవత్ ప్రీతి కామనాయ దేవతాయ పూజాం కరిష్యే ॥

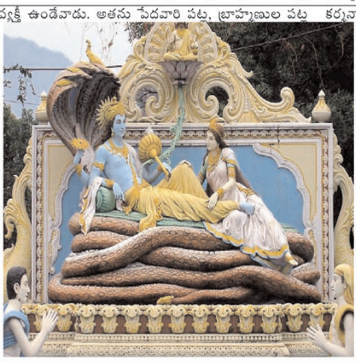
'గోమూత్రంతో' విగ్రహాన్ని లేదా పటాన్ని కడగండి.

షోడశోపచార పూజ చేస్తూ దేవుడిని ప్రార్థించండి. మహా విష్ణువుని మంచి సుగంధ పరిమళాలతో కూడిన పువ్వులతో పూజించండి. మహా విష్ణువుకు మంచి వాసన నిచ్చే పూలమాల సమర్పించండి. అక్షయ త్రితీయ రోజు విష్ణ సహస్రనామం చదవడం చాలా మంచిది.

చివరిగా, తులసి ఆకులతో పూజించండి.

ప్రతిరోజూ ఆరతి ఇచ్చి, ప్రసాదాలు పంచిపెట్టండి.

ఒకప్పుడు, ఒక మంచి, ధర్మనిష్టాపరుడైన ధర్మదాస్ అనే వ్యక్తి ఉండేవాడు. అతను పేదవారి పట్ల, బ్రాహ్మణుల పట్ల



చాలా మర్యాదగా, గౌరవంగా ఉండేవాడు. కానీ అతని జీవితంలో ఒక బాధ ఉంది. అతనికి ఒక పెద్ద కుటుంబం ఉంది, దాన్ని నిలుపుకోవడానికి చాలా కష్టాలు పడేవాడు. అలంటి సమయంలో, ధర్మదాసు అక్షయ త్రితీయ వ్రతం గురించి చెప్పుకోవడం విన్నాడు.

ఆ సంవత్సరం, అక్షయ త్రితీయ రోజు వచ్చింది, ధర్మదాసు గంగ నది దగ్గరకు వెళ్ళాడు. తరువాత, అతను ఒక విగ్రహాన్ని అక్కడ ఉంచి దేవుడిని ప్రార్థించడం మొదలు పెట్టాడు. తరువాత దానాలు చేయడం ప్రారంభించాడు. విసనకర్రలు, గోధుమ, జొన్నలు, బియ్యం, పప్పు, బంగారం, మంచి కలిగించే ఇతర పదార్థాలను దానం చేసాడు.

అతని భార్య అంతంత దానాలను చేయకుండా ఉండడానికి ప్రయత్నించింది కానీ ధర్మదాసు వినలేదు. అతని బంధువులు అతనికి శత్రువులైనారు. అతనెప్పుడూ వృద్ధాప్యంతో, జబ్బుతో బాధపడుతూ ఉండేవాడు. కానీ ఇవన్నీ పక్కనపెట్టి, అతను పూజించడం, దానం చేయడం చేస్తూనే ఉన్నాడు.

ఈ ప్రార్థనకు ఫలితంగా, వైశ్య కులంలో జన్మించిన ధర్మదాసు కుశావతి నగరానికి రాజుగా జన్మించాడు. ఈ వ్రత సహాయంతో అతను చాలా సంపదతో, పేరుప్రఖ్యాతులు పొందాడు.

ఉపవాసం అయిన తరువాత ఈ కథను చదివి, వినిపించాలి. ఈ కథ చదివిన, విన్నా మీరు అద్భుతమైన సంపదను, శ్రేయస్సును పొందుతారు.

పురాణకథనం

శ్రీకృష్ణుడు ద్రౌపదికి అక్షయ పాత్ర అక్షయ తృతీయ నాడు సమర్పించాడు

అక్షయ తృతీయ రోజున గంగోత్రి ఆలయం తెరవబడుతుంది

అక్షయ తృతీయ రోజున యమునోత్రి ఆలయం తెరవబడుతుంది

మత్స్య పురాణం అరవై ఐదవ అధ్యాయం ప్రకారం.. ఈశ్వరుడు పార్వతీదేవికి సర్వకామ ప్రథమైన అక్షయ తృతీయ వ్రతం గూర్చి చెప్పాడు. వైశాఖ శుద్ధ తదియ నాడు చేసే ఏ వ్రతమైనా, జపమైనా, హోమమైనా, దానాదులేవైనా లేక పుణ్య కార్యాచరణమేదైనా దాని ఫలితము అక్షయమౌతుంది. అలాగే పుణ్య కార్యాచరణ వల్ల వచ్చే ఫలితం అక్షయమైనట్లే, పాపకార్యాచరణ వల్ల వచ్చే పాపం కూడా అక్షయమే అవుతుంది . ఈనాడు, తృతీయా తిథి బ్రహ్మతో కలిసి ఉంటుంది. అందుచే విశేష పూజనీయమైనది. ఈ నాడు ఉపవాస దీక్ష జరిపి, ఏ పుణ్య కర్మనాచరించినా కూడా తత్సంబంధ ఫలము అక్షయముగానే లభిస్తుంది. ఈ తిథినాడు అక్షయుడైన విష్ణువు పూజింపబడతాడు. అందుకే దీనికి అక్షయ తృతీయ అని పేరు. ఈ రోజు అక్షతోదకముతో స్నానం చేసి, అక్షతలను విష్ణు భగవానుని పాదములపై ఉంచి, అర్చించి, తరువాత ఆ బియ్యమును చక్కగా మరోసారి ఏరి బ్రాహ్మణులకు దానమిచ్చి, మిగిలిన వాటిని దైవోచ్ఛిష్టంగా, బ్రాహ్మణోచ్ఛిష్టంగా తలచి వాటిని ప్రసాద బుద్ధితో స్వీకరించి భోజనం చేసిన వారికి ఈ ఫలం తప్పక కలుగుతుంది అని పురాణంలో ఈశ్వర వాక్కు. ఇలా ఒక్క వైశాఖ శుక్ల తదియనాడు పైన చెప్పిన విధంగా నియమంతో అక్షయ తృతీయా వ్రతాన్ని ఆచరించిన తరువాత వచ్చే 12 మాసాలలో శుక్ల తృతీయ నాడు ఉపవసించి విష్ణువును ప్రీతితో అర్చిస్తే రాజసూయ యాగము చేసిన ఫలితము కలిగి అంత్యమున ముక్తిని పొందగలడు. అక్షతలు అంటే ఏ మాత్రము విరగని, పగుళ్ళ లేని, గట్టిగా ఉన్న బియ్యము. అవి వరి ధాన్యము నుండి కావచ్చు, గోధుమ ధాన్యము నుండి కావచ్చు, యవల నుండి కావచ్చు. ఇటువంటి వాటితో సిద్ధం చేసిన ఆహారమును అక్షతాన్నము లేదా అక్షతాహారము అంటారు.

శ్రీ నారద పురాణం కూడా, ఈనాడు చేయు దాన ధర్మాలు అత్యధిక ఫలాన్నిస్తాయని చెపుతోంది. ఈ నాడు దానం, ధర్మం చేయటమే అక్షయ ఫలితాన్ని ఇస్తుంటే, ఇక గంగా తీరంలో నాడు చేసే దానాది ఫలముల గురించి నారదమహర్షి ఇలా చెప్పాడు. అక్షయ తృతీయ నాడు గంగా తీరంలో నియమంతో ఘృత, ధేను దానం చేసినవాని ఫలితం ఇంతింత కాదు, సహస్రాదిత్య సంకాశుడై, సర్వకామ సమన్వితుడై, బంగారము, రత్నములతో కూడి చిత్రహంసలతో కూడిన విమానములో తన పితృదేవతలతో కల్పకోటి కల్పములు, కల్పకోటి సహస్రముల కాలము బ్రహ్మ లోకమున విరాజిల్లును. తరువాత గంగా తీరంలో అత్యంత ధనవంతుడైన బ్రాహ్మణునిగా పుడతాడు. అంతమున బ్రహ్మజ్ఞానియై ముక్తిని పొందుతాడు. అలాగే యధావిధిగా గోదానము చేసినవాడు గోరోమ సంఖ్యలు ఎన్ని ఉన్నాయో అన్ని సంవత్సరములు స్వర్గలోకములో విరాజిల్లి, తరువాత భూమి మీద పుట్టి, చక్కని విద్యను, ఐశ్వర్యాన్ని అనుభవించి, అంతమున ముక్తిని పొందుతాడు. గంగా నది ఒడ్డున వేదవిదుడైన బ్రాహ్మణునకు కపిల గోదానము చేసినచో నరకములోనున్న తన పితరులందరూ స్వర్గాన్ని చేరెదరు. అక్కడే భూమిని దానం చేస్తే, ఎంత భూమిని దానం చేసాడో అంతభూమిలోని రేణువుల ప్రమాణాబ్ది వరకు బ్రహ్మ, విష్ణు, శివలోకములలో నివసించి భూమిమీద పుట్టి సప్త ద్వీపాధిపతి అగును. అతడు నిద్రించినచో భేరీ, శంఖాది నినాదములచే మేల్కొలుపబడును. సర్వ ధర్మ పరాయణుడై, సర్వ సౌఖ్యములను పొంది, నరకవాసంలో ఉన్న పితరులనందరినీ స్వర్గమున చేర్చి, స్వర్గమున నున్న పితరులనందరినీ మోక్షమున చేర్చి, స్వయముగా జ్ఞానియై, అవిద్యను జ్ఞాన ఖడ్గముచే ఖండించగల పరమ వైరాగ్యమును పొంది పరబ్రహ్మమును పొందును. ఇటువంటి పుణ్య ఫలములెన్నో చెప్పబడినవి.

ఈ తిథినాడు పదహారు మాష మితమగు (పదహారు మినప గుండ్ల ఎత్తు) స్వర్ణమును విప్రునకు దానమిచ్చిన, వాని ఫలము అక్షయము. వాడు అన్ని లోకములందు పూజ్యుడై విరాజమానుడగును.

రాజకీయ విలువలకు ప్రాణ ప్రతిష్ఠ చేయండి

రాజకీయం అంటే ప్రజలను కాపాడేందుకు, సుస్థిరమైన పరిపాలనను అందించేందుకు, నిర్వచించబడిన ఒక విలువలు కలిగిన పరిపాలనా విధానం.

ఇటువంటి విలువలను కాపాడాలి అంటే రాజకీయాలలో ఉండే వ్యక్తులు నిస్వార్థపరులుగాను, ప్రజల ఆస్తులకు రక్షకులుగాను, ధర్మబద్ధమైన పాలకులుగాను, అవినీతిని దరిజేరనివ్వనివారు గాను, ప్రజల కోసం అహోరాత్రులు రోడ్డుపై నిలబడి పనిచేయగలిగేవారు అయి ఉండాలి.

ప్రస్తుతం రాజకీయం ఎలా ఉందో అందరికీ తెలుసు. దానిని అలాగే కొనసాగనిస్తే దేశం అధోగతి పాలవుతుంది. ప్రజలు ధన, మాన, ప్రాణాలు కోల్పోయే ప్రమాదం ఉంది.

ఇప్పటికే దేశం రాజకీయ నాయకుల కారణంగా అనేక రకాల అసమానతలకు గురి అవుతోంది. మత విద్వేషాలు, వర్గపోరాటాలు, కుల వైషమ్యాలు పెచ్చుమీరిపోయాయి.

లంచగొండితనం, మోసం, వంచన, అక్రమాలు, దౌర్జన్యాలు నిరంతరం పత్రికల ద్వారా సాక్షాత్కరిస్తున్నాయి.

నిరుద్యోగం, పనులు దొరకకపోవడం, నైపుణ్యలేమి, క్రమశిక్షణాలోపం, ఆలోచించగలిగే తెలివితేటలు లేకపోవడం, యువతరానికి జ్వరంలా పట్టిపీడిస్తున్నాయి.

ఈ నేపథ్యంలో రాజకీయ ప్రక్షాళనకు, యువతరం ద్వారా రాష్ట్రానికి, అనంతరం దేశవ్యాప్తంగా నూతన రాజకీయ విధానాలు ప్రసాదించడానికి జై భారత్ నేషనల్ పార్టీ ఆవిర్భవించింది. దిక్కుతోచని వారికి, బాధితులకు, అభాగ్యులకు కరదీపికగా టార్చ్‌లైట్ గుర్తుతో ఈ ఎన్నికలలో వివిధ శాసనసభ స్థానాలకు పోటీ చేస్తోంది.

జై భారత్ నేషనల్ పార్టీ అధ్యక్షులు, నిజాయితీకి నిలువెత్తు రూపం, పూర్వపు ఐపీఎస్ అధికారి **శ్రీ వి.వి.లక్ష్మీనారాయణ** గారు విశాఖ ఉత్తర నియోజకవర్గం నుండి శాసనసభకు పోటీ చేస్తున్నారు.

ఇదే నియోజకవర్గం నుండి ప్రధాన పార్టీల అభ్యర్థులు, స్వతంత్ర్య అభ్యర్థులు కూడా పోటీలో ఉన్నారు.

శ్రీ వి.వి.లక్ష్మీనారాయణ గారిని అత్యధిక సంఖ్యలో ప్రజలు ఓట్లు వేసి గెలిపించడం ద్వారా విశాఖ ఉత్తర నియోజకవర్గం ఒక మోడల్ నియోజకవర్గంలా దేశ ప్రజల దృష్టిని ఆకర్షించేందుకు మీ సహకారాన్ని అభ్యర్థిస్తున్నాం.

జై భారత్ నేషనల్ పార్టీ రానున్న నగర పాలక సంస్థ ఎన్నికలలో కీలకపాత్ర పోషించబోతోంది. రాజకీయాల పట్ల ఆసక్తి కలిగిన యువతీ యువకులకు, యువ ఇంజనీర్లకు, వైద్యులకు, న్యాయవాదులకు, త్వరలోనే నిరంతర రాజకీయ శిక్షణా కార్యక్రమాలు నిర్వహించబడతాయి. ఈ పార్టీ పూర్తిస్థాయిలో విజయం సాధించేంత వరకు అభిమానులమైన మేము అండగా నిలుస్తామని, దేశ రాజకీయాలలో న్యాయాన్ని, నీతిని నిలబెట్టేందుకు సర్వశక్తులు అర్పిస్తామని ప్రమాణం చేస్తున్నాము.

మీరు కూడా మాతో కలవండి. మంచి మార్పు కోసం చేయి కలపండి.

నిశ్శబ్దంగా మీ ఓటును టార్చ్‌లైట్ గుర్తుపై నొక్కండి.

నిజాయితీకి ప్రాణ ప్రతిష్ట చేయండి.

జై భారత్ పార్టీ

బ్యాటరీ టార్చ్
గుర్తుకే మన ఓటు

బ్యాటరీ టార్చ్ గుర్తుకే మన ఓటు
VOTE FOR JD

ఇట్లు

జై భారత్ నేషనల్ పార్టీ అభిమానులు మరియు కార్యకర్తలు.

VISAKHA SAMACHARAM Telugu Daily. Edited, Printed, Published & Owned by : T.Sirisha , Printed at Suryodaya Publications, VisakhaSamacharam Press Door No. 9-3-16, Pitapuram Colony, Visakhapatnam-3. Editorial Office : 9393949345, 9346363839
Hyderabad : Cell : 9030841841, Kakinada : Cell: 9949413661, Parawada : Cell: 77804 33919, Srikakulam : Cell: 70321 98574, Araku : Cell: 94401 84106,
VSP : 94937 77390, 7382585777. Arilova : 90149 11305 Maddilapalem : 99084 24231, Yelamanchili : 9441356676