www.hamsakalam.com

PRGI TGTEL/26/A3129

హంస కలం వార్త

సంచలన తెలుగు దినపత్రిక

HAMSAKALAM VARTHA

మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి | సెప్టెంబర్ 22 మంగళవారం 2026 | సంపుటి : 1 | సంచిక : 124 | పేజీలు : 8 | వెల రూ. 4.00/- | ఎడిటర్ : వడ్ల మధుసూదన్

MEDCHAL ,MALKAJGIRI | TUESDAY SEPTEMBER 22 2026 | VOL:1 | ISSUE: 124 | PAGES:8 | Rs. 4:00 | EDITOR:VADLA. Madhusudan chary

రాయదుర్గంలో ఇందిరమ్మ టవర్స్...
శంకుస్థాపన చేసిన మంత్రి పొంగులేటి

రాయదుర్గంలో ఇందిరమ్మ టవర్స్‌కు శంకుస్థాపన

ప్రతి నియోజకవర్గంలో లక్ష ఇళ్లు నిర్మిస్తామన్న మంత్రి పొంగులేటి

గత ప్రభుత్వం పేదలను నిర్లక్ష్యం చేసిందని విమర్శ

ఎల్3 కేటగిరీ లబ్ధిదారుల విషయంలో స్పష్టతనిచ్చిన ప్రభుత్వం

నెల రోజుల్లో అన్నిచోట్లా పనులు మొదలని ప్రకటన

శేరిలింగంపల్లి నియోజకవర్గం పరిధిలోని రాయదుర్గంలో 'ఇందిరమ్మ టవర్స్' నిర్మాణానికి తెలంగాణ రాష్ట్ర మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస రెడ్డి సోమవారం శంకుస్థాపన చేశారు. మల్కంచెరువు వెనుక భాగంలో 2.85 ఎకరాల విస్తీర్ణంలో ఈ టవర్స్‌ల నిర్మాణాన్ని చేపట్టనున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పలువురు లబ్ధిదారులకు ఆయన ఇళ్ల కేటాయింపు పత్రాలను పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, అర్హులైన పేదలందరికీ ఇళ్లు అందేవరకు ఈ పథకం దశలవారీగా నిరంతరాయంగా కొనసాగుతుందని హామీ ఇచ్చారు. క్యూర్ పరిధిలోని ప్రతి నియోజకవర్గంలో లక్ష ఇళ్లను నిర్మించి తీరుతామని ఆయన స్పష్టం చేశారు. గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం అధికారంలో ఉన్నప్పుడు పేదల సంక్షేమాన్ని విస్మరించి, ఇప్పుడు మొసలి కన్నీరు కారుస్తోందని విమర్శించారు. నగరానికి దూరంగా, నివాసయోగ్యం కాని ప్రాంతాల్లో గత ప్రభుత్వం ఇళ్లను నిర్మిస్తే, తమ ప్రభుత్వం అత్యంత విలువైన ప్రాంతాల్లోనే పేదలకు గృహవసతి కల్పిస్తోందని పేర్కొన్నారు. రాజకీయ పార్టీలతో సంబంధం లేకుండా, కేవలం పేదరికాన్నే ప్రామాణికంగా తీసుకుని ఇళ్లను కేటాయిస్తున్నామని తెలిపారు. రాబోయే నెల రోజుల్లో ప్రతి నియోజకవర్గంలో ఇందిరమ్మ టవర్స్ నిర్మాణం పనులు ప్రారంభిస్తామని ఈ సందర్భంగా ప్రకటించారు. విచారణలో అనర్హులుగా తేలిన ఎల్3 కేటగిరీ లబ్ధిదారుల విషయంలోనూ ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుందని మంత్రి వెల్లడించారు. ఇప్పటికే నిర్మాణం ప్రారంభించిన వారికి ప్రత్యేక అనుమతులు మంజూరు చేస్తామని, బేస్‌మెంట్ పూర్తి చేసిన ఇళ్లకు నిధులు విడుదల చేస్తామని చెప్పారు. అయితే, ఇళ్లు మంజూరై ఉండి, ఇప్పటి వరకు నిర్మాణం ప్రారంభించని అనర్హుల కేటాయింపులను రద్దు చేస్తామని, ఆ స్థానంలో అర్హులైన ఇతరులకు అవకాశం కల్పిస్తామని ఆయన స్పష్టం చేశారు.

రైతులకు నీళ్లివ్వమంటే అరెస్టులా?: రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వంపై కేటీఆర్ ఫైర్

ఎండిపోతున్న పంటలకు నీళ్లివ్వాలని కోరిన రైతులను అరెస్ట్ చేశారన్న కేటీఆర్

రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వంపై ఆగ్రహం

బీఆర్ఎస్ నేతలను అక్రమంగా నిర్బంధించారని ఆరోపణ

సీఎం రేవంత్ రెడ్డిది రాక్షస మనస్తత్వమంటూ తీవ్ర విమర్శ

అరెస్ట్ చేసిన వారిని విడుదల చేసి, నీళ్లు ఇవ్వాలని డిమాండ్

ఎండిపోతున్న పంటలను కాపాడేందుకు జూరాల ప్రాజెక్టు నుంచి సాగునీరు విడుదల చేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ ఆందోళన చేపట్టిన రైతులను, బీఆర్ఎస్ నేతలను అరెస్ట్ చేయడంపై ఆ పార్టీ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. రైతుల న్యాయమైన డిమాండ్‌లను పరిష్కరించాల్సింది పోయి,

(మిగతా 4వ పేజీలో..)

కేసీఆర్ ఫామ్‌హౌస్ చుట్టూ కొనసాగుతున్న భూసర్వే.. రంగంలోకి రెవెన్యూ అధికారులు

ఎర్రవల్లిలో భూములపై కొనసాగుతున్న రెవెన్యూ సర్వే

సర్వే నంబర్ 325పై అధికారుల ప్రత్యేక దృష్టి

మొత్తం 388 ఎకరాల భూముల పరిశీలన

ఆక్రమణలని తేలితే భూముల స్వాధీనానికి చర్యలు

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

పోఖ్రాన్ ఆంక్షల తర్వాత మళ్లీ.. భారత్‌పై అమెరికా సుంకాల కత్తి

రష్యా చమురు దిగుమతి చేసుకునే దేశాలపై అమెరికా కొత్త చట్టం

25 ఏళ్ల క్రితం నాటి పోఖ్రాన్ ఆంక్షల తరహా పరిస్థితులు పునరావృతం అవుతాయనే ఆందోళన

దేశ ఇంధన భద్రతే తమకు ముఖ్యమని స్పష్టం చేసిన భారత ప్రభుత్వం

భారత్-అమెరికా వ్యూహాత్మక, వాణిజ్య సంబంధాలపై తీవ్ర ప్రభావం చూపే కీలక పరిణామం చోటుచేసుకుంది. రష్యా నుంచి అధిక మొత్తంలో ముడి చమురు, సహజ వాయువు దిగుమతి చేసుకునే దేశాలపై కఠిన చర్యలు తీసుకునేందుకు వీలు కల్పించే బిల్లుపై అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

31 సినిమాలకు సెన్సార్ మినహాయింపు కట్.. కేంద్రంపై శశిథరూర్ ఫైర్

కేరళ ఫిల్మ్ ఫెస్టివల్‌లో 31 చిత్రాలకు సెన్సార్ మినహాయింపు నిరాకరణ

ఇది భావ ప్రకటనా స్వేచ్ఛపై దాడి అని కేంద్రంపై శశిథరూర్ విమర్శ

నిర్ణయాన్ని పునఃసమీక్షించాలని కోరిన కేరళ చలనచిత్ర అకాడమీ

రాజకీయ, సామాజిక అంశాలపై ఉన్న చిత్రాలను తిరస్కరించినట్లు ఆరోపణలు

కేరళలో నిర్వహించనున్న 18వ అంతర్జాతీయ డాక్యుమెంటరీ, షార్ట్ ఫిల్మ్ ఫెస్టివల్ (ఐడీఎస్ఎఫ్ఎఫ్‌కే)లో ప్రదర్శించాల్సిన 31 చిత్రాలకు సెన్సార్ మినహాయింపు ఇచ్చేందుకు కేంద్ర సమాచార, ప్రసార మంత్రిత్వ శాఖ నిరాకరించడం వివాదానికి దారితీసింది. ఈ నిర్ణయాన్ని కాంగ్రెస్ ఎంపీ శశి థరూర్ తీవ్రంగా తప్పుబట్టారు. ఇది భావప్రకటనా స్వేచ్ఛపై జరుగుతున్న దాడి అని ఆయన అభివర్ణించారు. ఈ అంశంపై కేంద్ర మంత్రి అశ్విని వైష్ణవ్‌కు 'ఎక్స్' వేదికగా శశిథరూర్ ఒక విజ్ఞప్తి చేశారు. అధికారుల నిర్ణయాన్ని పక్కనపెట్టి, సదరు చిత్రాలకు తక్షణమే అనుమతులు మంజూరు చేయాలని కోరారు. ఇటువంటి చర్యల వల్ల అంతర్జాతీయ స్థాయిలో సృజనాత్మక కళాకారులు, చిత్రనిర్మాతల దృష్టిలో భారత ప్రతిష్ఠ మసకబారుతుందని ఆయన హెచ్చరించారు.

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

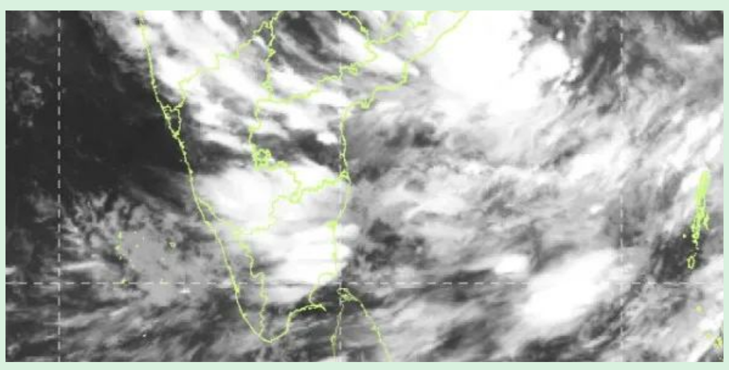
బంగాళాఖాతంలో రేపటికి వాయుగుండం.. ఏపీలో 4 రోజులు భారీ వర్షాలు

బంగాళాఖాతంలో అల్పపీడనం, రేపటికి వాయుగుండంగా బలపడే అవకాశం

పలు కోస్తాంధ్ర జిల్లాలకు విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ హెచ్చరిక

మత్స్యకారులు సముద్రంలోకి వెళ్లవద్దని సూచన

లోతట్టు ప్రాంత ప్రజలు, రైతులు అప్రమత్తంగా ఉండాలని ఆదేశం



లండన్ కాదు.. కోయంబత్తూరు, మధురైకి వెళ్లండి: సీఎం విజయ్‌కు అన్నామలై సూచన

తమిళనాడు సీఎం విజయ్ లండన్ పర్యటనపై అన్నామలై విమర్శలు

బ్రిటన్‌ను చచ్చిపోయిన ఆర్థిక వ్యవస్థగా అభివర్ణించిన అన్నామలై

విదేశాల బదులు రాష్ట్రంలోని పారిశ్రామిక నగరాల్లో పర్యటించాలని సూచన

భారత్ కంటే యూకే ఆర్థిక వ్యవస్థ బలమైనదని వ్యాఖ్య

స్థానిక వ్యాపారులకు పన్ను మినహాయింపులు ఇవ్వాలని ప్రభుత్వానికి హితవు

తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి సి. జోసెఫ్ విజయ్ ఇటీవల లండన్‌లో పర్యటించడంపై రాష్ట్ర బీజేపీ మాజీ అధ్యక్షుడు కె.అన్నామలై తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. యునైటెడ్ కింగ్‌డమ్ (యూకే)ను 'చచ్చిపోయిన ఆర్థిక వ్యవస్థ'గా అభివర్ణించిన ఆయన, విదేశాల నుంచి కాకుండా రాష్ట్రం నుంచే పెట్టుబడులను ఆకర్షించడంపై ప్రభుత్వం దృష్టి పెట్టాలని సూచించారు. మధురైలో మీడియాతో మాట్లాడిన అన్నామలై.. ప్రస్తుతం భారత ఆర్థిక వ్యవస్థ విలువ సుమారు 4.1 ట్రిలియన్ డాలర్లు కాగా, యూకే ఆర్థిక వ్యవస్థ కేవలం 3.4 ట్రిలియన్

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

హంస కలం వార్త

సంపాదకీయం

కొత్త పార్టీలకు క్షేత్రస్థాయే అసలు పరీక్ష

రాజకీయాల్లో కొత్త పార్టీని ప్రకటించడం ఒక అడుగు మాత్రమే. దానిని ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లడం, గ్రామస్థాయి వరకు సంస్థాగత నిర్మాణాన్ని ఏర్పాటు చేయడం, ప్రజల సమస్యలపై నిరంతరం పనిచేయడం అసలు పరీక్ష. తెలంగాణలో కొత్త రాజకీయ వేదికల ఏర్పాటు, వాటి విస్తరణపై చర్చ జరుగుతున్న నేపథ్యంలో.. ఏ రాజకీయ పార్టీ అయినా ప్రజల విశ్వాసాన్ని సంపాదించాలంటే క్షేత్రస్థాయిలో బలమైన పునాది అవసరం.కొత్త పార్టీకి ప్రారంభంలో సభలు, సమావేశాలు, నాయకుల చేరికలు రాజకీయంగా కనిపించే ప్రధాన అంశాలు. అయితే సభకు వచ్చిన జనసమీకరణను మాత్రమే పార్టీ బలంగా పరిగణించడం సరికాదు. సభ తర్వాత ఆ పార్టీకి గ్రామాల్లో కమిటీలు ఏర్పడ్డాయా? ప్రజా సమస్యలపై కార్యకర్తలు పనిచేస్తున్నారా? స్థానికంగా నాయకత్వం ఎదుగుతోందా? యువత, మహిళలు, వివిధ సామాజిక వర్గాలకు అవకాశాలు లభిస్తున్నాయా? అన్న అంశాలే దీర్ఘకాలంలో పార్టీ భవిష్యత్తును నిర్ణయిస్తాయి. తెలంగాణ రాజకీయాల్లో మహిళా నాయకత్వంపై కూడా ప్రస్తుతం చర్చ పెరుగుతోంది. మహిళలకు రాజకీయ అవకాశాలు కల్పించాలనే అంశం కేవలం ఎన్నికల సమయంలో టికెట్ల పంపిణీకే పరిమితం కాకూడదు. గ్రామస్థాయి నుంచి రాష్ట్రస్థాయి వరకు నిర్ణయాధికారంలో వారికి స్థానం కల్పించాలి. రాజకీయ కుటుంబాల నుంచి వచ్చినవారితో పాటు సామాన్య నేపథ్యం నుంచి ఎదిగే మహిళలకు కూడా అవకాశాలు అందుబాటులోకి రావాలి. అప్పుడే మహిళా ప్రాతినిధ్యం సంఖ్యాపరమైన అంశాన్ని దాటి నాయకత్వంగా రూపాంతరం చెందుతుంది.అదే సమయంలో యువతను రాజకీయాల్లోకి తీసుకురావాలనే ప్రయత్నాలు కూడా పెరుగుతున్నాయి. కొత్త తరం ఓటర్ల ఆలోచనలు, ఆకాంక్షలు గతంతో పోలిస్తే మారాయి. ఉద్యోగాలు, విద్య, ఉపాధి, స్థానిక అభివృద్ధి, మౌలిక సదుపాయాలు, పారదర్శక పాలన వంటి అంశాలపై యువత ఎక్కువగా స్పందిస్తోంది. అందువల్ల కేవలం వయసులో యువకులను లేదా యువతులను నాయకులుగా ప్రకటించడం సరిపోదు. ప్రజా సమస్యలను అర్థం చేసుకునే సామర్థ్యం, రాజకీయ అవగాహన, క్షేత్రస్థాయి అనుభవం కూడా అవసరం.

స్థానిక నాయకత్వమే కీలకం

రాష్ట్రస్థాయి నాయకుడికి ఎంత ప్రజాదరణ ఉన్నా ప్రతి నియోజకవర్గంలో అదే స్థాయిలో పార్టీ బలపడుతుందని చెప్పలేం. స్థానిక రాజకీయ పరిస్థితులు, సామాజిక సమీకరణాలు, అభ్యర్థుల వ్యక్తిగత ప్రభావం, పార్టీ సంస్థాగత నిర్మాణం ఎన్నికల్లో కీలకంగా మారుతాయి. అందుకే కొత్త రాజకీయ పార్టీలు నియోజకవర్గ ఇన్‌చార్జ్‌ల ఎంపిక నుంచి గ్రామస్థాయి కమిటీల వరకు జాగ్రత్తగా వ్యవహరించాల్సి ఉంటుంది.ప్రత్యేకంగా ఇప్పటికే బలమైన రాజకీయ పార్టీలు ఉన్న ప్రాంతాల్లో కొత్త పార్టీకి స్థానం సంపాదించడం సులభం కాదు. అధికార, ప్రతిపక్ష పార్టీలకు ఏళ్లుగా ఉన్న కార్యకర్తల వ్యవస్థ, స్థానిక నాయకత్వం, ఓటర్లతో సంబంధాలు కొత్త పార్టీలకు ప్రధాన సవాలుగా ఉంటాయి. ఇతర పార్టీల నుంచి నాయకులను చేర్చుకోవడం ద్వారా తాత్కాలికంగా బలం పెరిగినట్లు కనిపించినా, సొంతంగా నాయకత్వాన్ని తయారు చేసుకోకుండా దీర్ఘకాలిక రాజకీయ నిర్మాణం సాధ్యం కాదు. ప్రజా సమస్యలే రాజకీయాలకు కేంద్రం కావాలి.కొత్త పార్టీ అయినా, అధికార పార్టీ అయినా, ప్రధాన ప్రతిపక్షమైనా చివరకు ప్రజలు అడిగేది తమ సమస్యలకు పరిష్కారమే. రైతులకు సాగునీరు, పంటలకు గిట్టుబాటు ధర, యువతకు ఉపాధి, పట్టణాల్లో మౌలిక సదుపాయాలు, గ్రామాల్లో రహదారులు, విద్య, వైద్యం వంటి అంశాలపై పార్టీలు స్పష్టమైన కార్యాచరణను ప్రజల ముందుంచాలి.పార్టీల మధ్య నాయకుల విమర్శలు, ఆరోపణలు రాజకీయాల్లో సహజమే. కానీ రాజకీయ చర్చ అంతా వ్యక్తిగత విమర్శల చుట్టూనే తిరిగితే ప్రజలకు ప్రయోజనం ఉండదు. ప్రత్యామ్నాయ విధానాలు, అభివృద్ధి నమూనాలు, ప్రజా సమస్యల పరిష్కారంపై పోటీ పెరగడం ప్రజాస్వామ్యానికి ఉపయోగకరం.

చేరికల కంటే ప్రజల విశ్వాసమే ముఖ్యం

ఒక పార్టీ నుంచి మరో పార్టీలోకి నాయకులు మారడం రాజకీయాల్లో కొత్త విషయం కాదు. అయితే నాయకుల చేరికల సంఖ్యనే ప్రజాబలానికి కొలమానంగా తీసుకోవడం తొందరపాటు అవుతుంది. కార్యకర్తలు, స్థానిక నాయకులు పార్టీ మారడానికి రాజకీయ అవకాశాలతో పాటు వ్యక్తిగత, స్థానిక కారణాలు కూడా ఉండవచ్చు. అందువల్ల ఏ ప్రాంతంలోనైనా రాజకీయ మార్పు వచ్చిందనే నిర్ధారణకు ఎన్నికల ఫలితాలు, దీర్ఘకాలిక ప్రజా స్పందన వంటి స్పష్టమైన ఆధారాలు అవసరం.కొత్త రాజకీయ శక్తుల ఆవిర్భావం ప్రజాస్వామ్యంలో సహజ ప్రక్రియ. అవి ఎంతకాలం నిలబడతాయి, ఎంతవరకు విస్తరిస్తాయి అన్నది మాత్రం నాయకుల ప్రకటనలతో నిర్ణయించబడదు. ప్రజల మధ్య నిరంతరం ఉండటం, స్పష్టమైన విధానాలు రూపొందించడం, సమర్థమైన నాయకత్వాన్ని తయారు చేయడం, అంతర్గత ప్రజాస్వామ్యాన్ని పాటించడం, ప్రజా సమస్యల పరిష్కారానికి కృషి చేయడం వంటి అంశాలే వాటి రాజకీయ ప్రయాణాన్ని నిర్ణయిస్తాయి. చివరకు రాజకీయాల్లో ఏ పార్టీకి అయినా నిజమైన పరీక్ష ఎన్నికల ముందు జరిగే భారీ సభ కాదు.. ప్రజల మధ్య సంపాదించుకున్న విశ్వాసమే.

సిలబస్ మార్పుపై టీజీపీఎస్సీ కీలక ప్రకటన.. అభ్యర్థులకు ఊరట

తెలంగాణలో ప్రభుత్వ ఉద్యోగాలకు సన్నద్ధమవుతున్న అభ్యర్థులకు తెలంగాణ పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్ (టీజీపీఎస్సీ) కీలక స్పష్టతనిచ్చింది. పోటీ పరీక్షల సిలబస్‌లో మార్పులు చేస్తారంటూ గత కొద్ది రోజులుగా సోషల్ మీడియాలో వస్తున్న వదంతులకు కమిషన్ తెరదించింది. సిలబస్ మార్పుపై అభ్యర్థుల నెలకొన్న ఆందోళనలు, వారి నుంచి వెల్లువెత్తుతున్న వినతుల నేపథ్యంలో టీజీపీఎస్సీ ఈ మేరకు ప్రకటన విడుదల చేసింది.సిలబస్ సమీక్ష కోసం ప్రస్తుతానికి ఎలాంటి కమిటీని ఏర్పాటు చేయలేదని టీజీపీఎస్సీ కార్యదర్శి స్పష్టం చేశారు. భవిష్యత్తులో పోటీ పరీక్షల సిలబస్‌లో ఏవైనా భారీ మార్పులు చేపట్టాల్సి వస్తే, ఆ విషయాన్ని కనీసం ఏడాది ముందే అభ్యర్థులకు తెలియజేస్తామని హామీ ఇచ్చారు. తద్వారా అభ్యర్థులు మారిన సిలబస్‌కు అనుగుణంగా సిద్ధమవడానికి తగిన సమయం లభిస్తుందని పేర్కొన్నారు. అదేవిధంగా, ఏవైనా స్వల్ప మార్పులు లేదా చేర్పులు అవసరమైతే, ఆ వివరాలను సంబంధిత ఉద్యోగ నియామక నోటిఫికేషన్‌తో పాటే వెల్లడిస్తామని వివరించారు. సిలబస్ మార్పుపై అభ్యర్థులు అనవసరంగా ఆందోళన చెందవద్దని, అసత్య ప్రచారాలను నమ్మవద్దని ఈ సందర్భంగా సూచించారు. కమిషన్ ఇచ్చిన ఈ స్పష్టతతో లక్షలాది మంది నిరుద్యోగ అభ్యర్థులకు ఊరట లభించినట్లయింది.

రైతులకు నీళ్లివ్వమంటే అరెస్టులా?: రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వంపై కేటీఆర్ ఫైర్

మొదటి పేజీ తరువాయి)

బీఆర్ఎస్ శ్రేణులను అణచివేసేందుకు రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వం కుట్ర పన్నుతోందని ఆయన ఆరోపించారు. ఈ మేరకు ఆయన సోషల్ మీడియా వేదిక 'ఎక్స్' ద్వారా ఒక ప్రకటన విడుదల చేశారు.ఉమ్మడి మహబూబ్ నగర్ జిల్లాకు చెందిన మాజీ మంత్రులు నిరంజన్ రెడ్డి, లక్ష్మారెడ్డి, శ్రీనివాస్ గౌడ్‌తో పాటు పలువురు మాజీ ఎమ్మెల్యేలు, వందలాది మంది రైతులను పోలీసులు అక్రమంగా అరెస్ట్ చేశారని కేటీఆర్ ఆరోపించారు. ప్రభుత్వ వైఫల్యాలను కప్పిపుచ్చుకునేందుకే ఈ అరెస్టులకు పాల్పడుతున్నారని, ఇది ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి రాక్షస మనస్తత్వానికి నిదర్శనమని ఆయన తీవ్రంగా విమర్శించారు.జూరాల ప్రాజెక్టులో 9 టీఎంసీల నీరు అందుబాటులో ఉన్నప్పటికీ, ప్రభుత్వం నీటిని విడుదల చేయకపోవడంతో పంటలు ఎండిపోతున్నాయని కేటీఆర్ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. పంటలను కాపాడుకోవడానికి ప్రాజెక్టు గేట్లు ఎత్తేందుకు ప్రయత్నించిన రైతులపై తప్పుడు కేసులు బనాయిస్తున్నారని ఆయన మండిపడ్డారు. రైతులు ప్రాజెక్టు వద్దకు వెళ్లకుండా బారికేడ్లు ఏర్పాటు చేసి, భారీగా పోలీసులను మోహరించడాన్ని ఆయన తీవ్రంగా ఖండించారు. అరెస్ట్ చేసిన బీఆర్ఎస్ నేతలను, రైతులను వెంటనే విడుదల చేసి, జూరాల ఆయకట్టుకు తక్షణమే సాగునీరు అందించాలని కేటీఆర్ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు.

కేసీఆర్ ఫామ్‌హౌస్ చుట్టూ కొనసాగుతున్న భూసర్వే.. రంగంలోకి రెవెన్యూ అధికారులు

మొదటి పేజీ తరువాయి)

సిద్దిపేట జిల్లా మర్కూక్ మండలం ఎర్రవల్లి గ్రామంలో మాజీ సీఎం కేసీఆర్ ఫామ్‌హౌస్ పరిసర భూములపై రెవెన్యూ అధికారులు సర్వే కొనసాగిస్తున్నారు. ఎర్రవల్లితో పాటు వెంకటాపూర్, వరదరాజుపూర్ సరిహద్దుల్లో ఉన్న భూములను క్షుణ్ణంగా పరిశీలిస్తున్నారు. ఆదివారం సెలవు కావడంతో నిలిచిన సర్వే.. సోమవారం ఉదయం తిరిగి ప్రారంభమైంది.సర్వే నంబర్ 325 పరిధిలో ఉన్న ప్రభుత్వ, అసైన్డ్ భూములపై అధికారులు ప్రత్యేకంగా దృష్టి పెట్టారు. మొత్తం 388 ఎకరాల విస్తీర్ణంలో ఉన్న ఈ భూముల్లో ప్రభుత్వ భూమి ఎంత? అసైన్డ్ భూమి ఎంత? ప్రస్తుతం ఎవరి అధీనంలో ఉంది? ప్రైవేటు పట్టా భూములు ఎంతమేర ఉన్నాయి? అనే వివరాలను సేకరిస్తున్నారు.అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్ సుదర్శన్ రాథోడ్, డిప్యూటీ ఇన్‌స్పెక్టర్ సేవ్యానాయక్, గజ్వేల్ ఆర్డీవో చంద్రకళ, స్థానిక తహసీల్దార్లతో కూడిన ప్రత్యేక బృందాలు సర్వేలో పాల్గొంటున్నాయి. శాటిలైట్ మ్యాపింగ్, ఆధునిక సాంకేతికతతో పాటు పాత రెవెన్యూ రికార్డులను పరిశీలిస్తూ భూముల హద్దులను నిర్ధారిస్తున్నారు.సర్వే నంబర్ 325 పరిధిలో భూములు ఉన్న 100 మందికి పైగా రైతులకు ఇప్పటికే అధికారులు నోటీసులు ఇచ్చారు. పట్టాదార్ పాస్‌పుస్తకాలు, ఇతర యాజమాన్య పత్రాలతో సర్వే ప్రాంతానికి రావాలని సూచించారు. ఫామ్‌హౌస్ పరిసర భూముల కేటాయింపులు, ధరణి రికార్డుల్లో అక్రమాలపై ఇటీవల అసెంబ్లీలో చర్చ జరిగిన నేపథ్యంలో ఈ విచారణ చేపట్టినట్లు అధికారులు తెలిపారు. సర్వే పూర్తయ్యాక సమగ్ర నివేదికను ఉన్నతాధికారులకు, ప్రభుత్వానికి అందజేయనున్నారు. ప్రభుత్వ లేదా అసైన్డ్ భూములు ఆక్రమణకు గురైనట్లు తేలితే.. నిబంధనల ప్రకారం స్వాధీనం చేసుకుంటామని అధికారులు స్పష్టం చేశారు.

బంగాళాఖాతంలో రేపటికి వాయుగుండం.. ఏపీలో 4 రోజులు భారీ వర్షాలు

మొదటి పేజీ తరువాయి)

బంగాళాఖాతంలో ఏర్పడిన అల్పపీడనం ప్రభావంతో ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో రాబోయే నాలుగు రోజుల పాటు భారీ నుంచి అతి భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని రాష్ట్ర విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ (ఏపీఎస్డీఎంఏ) వెల్లడించింది. ప్రస్తుతం కేంద్రీకృతమై ఉన్న అల్పపీడనం మంగళవారానికి వాయుగుండంగా బలపడనుందని, దీని ఫలితంగా రాష్ట్రవ్యాప్తంగా వర్షాలు దంచికొడతాయని స్పష్టం చేసింది. ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని, అవసరమైన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించింది.విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ అంచనాల ప్రకారం, మంగళవారం (సెప్టెంబర్ 22) నుంచి రాష్ట్రంలో వర్షాల తీవ్రత పెరగనుంది. ముఖ్యంగా అల్లూరి సీతారామరాజు, పోలవరం, విశాఖపట్నం జిల్లాల్లో మోస్తరు నుంచి భారీ వర్షాలు కురుస్తాయని, మిగిలిన కోస్తాంధ్ర జిల్లాల్లో మోస్తరు వర్షాలు, రాయలసీమ ప్రాంతాల్లో తేలికపాటి జల్లులు పడతాయని తెలిపింది.బుధవారం (సెప్టెంబర్ 23) నాటికి వర్షాల ప్రభావం మరింత పెరగనుంది. అల్లూరి, పోలవరం, ఏలూరు, ఎన్టీఆర్, కృష్ణా జిల్లాల్లో భారీ వర్షాలు, ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల్లో మోస్తరు నుంచి భారీ వర్షాలు నమోదయ్యే అవకాశం ఉందని పేర్కొంది. గురు, శుక్రవారాల్లో సైతం కోస్తా జిల్లాల్లో మోస్తరు నుంచి భారీ వర్షాలు.. ప్రకాశం, నెల్లూరు, కర్నూలు, నంద్యాల జిల్లాల్లో మోస్తరు వర్షాలు కురుస్తాయని, మిగిలిన జిల్లాల్లో తేలికపాటి జల్లులు పడతాయని వివరించింది. ఈ నేపథ్యంలో విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ కీలక హెచ్చరికలు జారీ చేసింది. సముద్రం అల్లకల్లోలంగా ఉంటుందని, అలల తీవ్రత ఎక్కువగా ఉంటుందని అంచనా వేసింది. అందువల్ల మత్స్యకారులు తదుపరి ఆదేశాలు వచ్చేవరకు వేటకు వెళ్లరాదని స్పష్టంగా సూచించింది. లోతట్టు ప్రాంతాల ప్రజలు, నదీ పరివాహక ప్రాంతాల వారు సురక్షిత ప్రాంతాలకు వెళ్లాలని, రైతులు తమ పంటలను కాపాడుకునేందుకు తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని కోరింది. ప్రజలు ఎప్పటికప్పుడు అధికారిక ప్రకటనలను గమనిస్తూ, అప్రమత్తంగా ఉండాలని అధికారులు విజ్ఞప్తి చేశారు.

లండన్ కాదు.. కోయంబత్తూరు, మధురైకి వెళ్లండి: సీఎం విజయ్‌కు అన్నామలై సూచన

డాలర్లు మాత్రమేనని గుర్తుచేశారు. కేవలం 1 శాతం వృద్ధి రేటుతో నెమ్మదిగా సాగుతున్న దేశానికి పెద్ద ప్రతినిధి బృందంతో వెళ్లడం వల్ల ప్రయోజనం ఏంటని ఆయన ప్రశ్నించారు. ఒకవేళ అక్కడి నుంచి పెట్టుబడులు వచ్చినా, అవి ఇప్పటికే అక్కడ పనిచేస్తున్న భారతీయ కంపెనీల అనుబంధ సంస్థల నుంచే వస్తాయని, కొత్తగా విదేశీ మూలధనం రాదని అభిప్రాయపడ్డారు.విదేశీ పర్యటనలకు బదులుగా, ముఖ్యమంత్రి రాష్ట్రంలోని పారిశ్రామిక కేంద్రాలైన కోయంబత్తూరు, మధురై, తూత్తుకుడి వంటి ప్రాంతాల్లో పర్యటించాలని అన్నామలై సలహా ఇచ్చారు. స్థానిక వ్యాపారవేత్తలతో సమావేశమై, వారి వ్యాపార విస్తరణకు పన్ను మినహాయింపులు వంటి ప్రోత్సాహకాలు అందించాలని కోరారు. అలాగే, దేశంలోని ముంబై, ఢిల్లీ, బెంగళూరు వంటి ప్రధాన నగరాల నుంచి కూడా పెట్టుబడులను ఆకర్షించే అవకాశాలు ఉన్నాయని ఆయన పేర్కొన్నారు. సీఎం విజయ్ ఆరు రోజుల యూకే పర్యటన ద్వారా రాష్ట్రానికి సుమారు రూ.15,000 కోట్ల పెట్టుబడులు, 10,000కు పైగా ఉద్యోగాలు లభించాయని తమిళనాడు ప్రభుత్వం ప్రకటించిన నేపథ్యంలో అన్నామలై ఈ వ్యాఖ్యలు చేయడం ప్రాధాన్యం సంతరించుకుంది. కొత్తగా ఎన్నికైన ప్రభుత్వానికి పనిచేయడానికి కొంత సమయం ఇవ్వాలని చెబుతూనే, స్థానిక పరిశ్రమల అభివృద్ధిపై ఎక్కువ దృష్టి సారించాలని ఆయన హితవు పలికారు.

పోఖ్రాన్ ఆంక్షల తర్వాత మళ్లీ.. భారత్‌పై అమెరికా సుంకాల కత్తి

మొదటి పేజీ తరువాయి)

సంతకం చేశారు. ఈ చట్టం ప్రకారం నిబంధనలు పాటించని దేశాల నుంచి వచ్చే వస్తువులపై 100శాతం వరకు భారీ సుంకాలు (టారిఫ్‌లు) విధించే అధికారం అమెరికా అధ్యక్షుడికి లభిస్తుంది. ఈ పరిణామం రష్యా నుంచి అత్యధికంగా చమురు కొనుగోలు చేస్తున్న భారత్, చైనా వంటి దేశాలపై తీవ్ర ఆందోళన కలిగిస్తోంది.దివంగత సెనేటర్ లిండ్సే గ్రాహం పేరు మీద "లిండ్సే ఒ. గ్రాహం సాంక్షనింగ్ రష్యా అండ్ ఇరాన్ యాక్ట్ ఆఫ్ 2026" పేరుతో ఈ చట్టాన్ని రూపొందించారు. అమెరికా సెనేట్, ప్రతినిధుల సభలో ఈ బిల్లుకు డెమొక్రాట్లు, రిపబ్లికన్లు అనే తేడా లేకుండా ఉభయపక్షాల మద్దతు లభించింది. ఈ చట్టం అమల్లోకి వచ్చిన 30 రోజుల్లోగా రష్యా నుంచి ముడి చమురు లేదా గ్యాస్ కొనుగోలు చేస్తున్న మొదటి ఐదు దేశాలలో ఒకటిగా ఉండి, తమ దిగుమతులను తగ్గించుకోని పక్షంలో ఆ దేశంపై సుంకాలు విధించేందుకు అధ్యక్షుడికి అధికారం ఉంటుంది.గత కొన్నేళ్లుగా భారత్, రష్యా నుంచి చౌక ధరలకు లభించే ముడి చమురును భారీగా కొనుగోలు చేస్తోంది. కొన్ని నెలల్లో అయితే, భారత్ మొత్తం చమురు దిగుమతుల్లో సగానికి పైగా రష్యా నుంచే రావడం గమనార్హం. ఈ నేపథ్యంలో అమెరికా తాజా చట్టం భారత్‌ను నేరుగా లక్ష్యం చేసే ప్రమాదం ఉంది.ఈ పరిణామంపై భారత అధికారులు స్పందిస్తూ, దేశ ప్రజల ఇంధన భద్రతకే తమ ప్రభుత్వం ప్రథమ ప్రాధాన్యత ఇస్తుందని స్పష్టం చేశారు. మార్కెట్‌లో లభ్యత, అందుబాటు ధర, ఇతర పరిస్థితులను బట్టే చమురు కొనుగోళ్లపై నిర్ణయాలు ఉంటాయని తెలిపారు. అయితే, ఈ కొత్త చట్టం వల్ల ఇరు దేశాల ద్వైపాక్షిక సంబంధాలపై ప్రభావం పడే అవకాశం ఉందని భారత విదేశాంగ శాఖ అభిప్రాయపడింది. దాదాపు 25 ఏళ్ల క్రితం 1998లో భారత్ నిర్వహించిన పోఖ్రాన్-×× అణు పరీక్షల అనంతరం అప్పటి అమెరికా ప్రభుత్వం కఠిన ఆంక్షలు విధించింది. ఆ తర్వాత జార్జ్ డబ్ల్యూ. బుష్ హయాంలో ఆ ఆంక్షలను ఎత్తివేశారు. ఇప్పుడు మళ్లీ ఇన్నేళ్ల తర్వాత అమెరికా నుంచి ఇలాంటి కఠినమైన వాణిజ్యపరమైన చర్యల ముప్పు పొంచి ఉండటం వ్యూహాత్మక, వాణిజ్య వర్గాల్లో చర్చనీయాంశంగా మారింది. ఈ కొత్త చట్టం ఇరు దేశాల మధ్య నెలకొన్న బలమైన భాగస్వామ్యానికి కొత్త పరీక్షగా నిలవనుంది.

31 సినిమాలకు సెన్సార్ మినహాయింపు కట్.. కేంద్రంపై శశిథరూర్ ఫైర్

తిరువనంతపురంలో సెప్టెంబర్ 25 నుంచి 30 వరకు ఈ ఫెస్టివల్ జరగనుంది. నిర్వాహకులైన కేరళ రాష్ట్ర చలనచిత్ర అకాడమీ మొత్తం 347 చిత్రాలను పరిశీలన కోసం పంపగా, కేంద్రం 31 చిత్రాలకు మినహాయింపును నిలిపివేసింది. వీటిలో రాజకీయ అసమ్మతి, కుల వివక్ష, గాజా సంక్షోభం, ఇరాన్ నిరసనలు వంటి అంశాల నేపథ్యంగా రూపొందించిన చిత్రాలు ఉన్నాయి. తిరస్కరించిన వాటిలో అట్టప్పాడి గిరిజనుల జీవితంపై తీసిన 'గ్లోబ్' అనే మలయాళ చిత్రం కూడా ఉండటం గమనార్హం. కేంద్రం తీసుకున్న ఈ నిర్ణయం చలనచిత్ర ఉత్సవాల నిర్వహణ స్వేచ్ఛను హరించడమేనని కేరళ సాంస్కృతిక శాఖ మంత్రి పి.సి. విష్ణునాథ్ విమర్శించారు. మరోవైపు, చలనచిత్ర అకాడమీ ఈ నిర్ణయాన్ని పునఃసమీక్షించాలని కేంద్రాన్ని అభ్యర్థించింది. ఇప్పటికే జ్యూరీ సభ్యులు, చిత్రనిర్మాతలు ప్రయాణ ఏర్పాట్లు చేసుకున్నారని, స్క్రీనింగ్ ఫీజులు కూడా చెల్లించామని అకాడమీ స్పష్టం చేసింది. ఈ ఆకస్మిక నిర్ణయం వల్ల ఫెస్టివల్ షెడ్యూల్ అస్తవ్యస్తమయ్యే ప్రమాదం ఉందని ఆందోళన వ్యక్తం చేసింది.

బస్సు స్టీరింగ్ వెనుక ఓ ప్రాణం.. బస్సులో ప్రయాణికుల భద్రత మరో

ఎడిటర్ (హంస కలంవార్త)

సమయపాలన, ప్రయాణికుల భద్రత మధ్య ఆర్టీసీ డ్రైవర్, కండక్టర్లకు పెరుగుతున్న పని భారం

సిబ్బంది సంక్షేమంతో పాటు మానసిక ఒత్తిడిపై కూడా దృష్టి పెట్టాల్సిన అవసరం

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 19 (హంస కలం వార్త):

ఆర్టీసీ బస్సు కనిపిస్తే అందులో ప్రయాణించే వారికి అది ఒక సాధారణ ప్రజా రవాణా వాహనంలా కనిపించవచ్చు. కానీ ఆ బస్సు స్టీరింగ్ వెనుక కూర్చున్న డ్రైవర్‌కు, బస్సులో విధులు నిర్వహిస్తున్న కండక్టర్‌కు ప్రతి క్షణం బాధ్యతతో కూడినదే. ముఖ్యంగా హైదరాబాద్ వంటి నగరాల్లో రద్దీ ట్రాఫిక్, సిగ్నళ్లు, ద్విచక్ర వాహనాలు, ఆటోలు, కార్లు, పాదచారులు, అకస్మాత్తుగా రోడ్డు దాటే వ్యక్తులు.. ఇలా అనేక పరిస్థితుల మధ్య బస్సును సురక్షితంగా నడపడం అంత తేలికైన పని కాదు.

ఒక బస్సులో ఒకేసారి పెద్ద సంఖ్యలో ప్రయాణికులు ఉంటారు. వారి ప్రాణాలకు భద్రత కల్పిస్తూ బస్సును నిర్ణీత మార్గంలో నడపడం డ్రైవర్ బాధ్యత. మరోవైపు ప్రయాణికులకు టికెట్లు ఇవ్వడం, ఎక్కే వారు--దిగే వారిని గమనించడం, బస్సులో క్రమశిక్షణను పర్యవేక్షించడం, అవసరమైన సమాచారాన్ని అందించడం వంటి అనేక పనులను కండక్టర్ నిర్వహించాల్సి ఉంటుంది.

సమయపాలనతో పాటు భద్రత కూడా ముఖ్యమే

ప్రజలకు సమయానికి బస్సు అందించాలనే ఉద్దేశంతో ఆర్టీసీ సేవలు కొనసాగుతున్నాయి. అయితే సమయపాలన కోసం డ్రైవర్‌పై అధిక ఒత్తిడి ఉండకూడదనే ప్రశ్న కూడా ముఖ్యంగా మారుతోంది. రోడ్డు పరిస్థితులు, ట్రాఫిక్ రద్దీ, వాతావరణ పరిస్థితులు, ప్రయాణికుల రద్దీ వంటి అంశాలను పరిగణనలోకి తీసుకుని విధి నిర్వహణకు తగిన సమయం, విశ్రాంతి, భద్రతా వాతావరణం కల్పించాల్సిన అవసరం ఉందని కార్మిక వర్గాలు, రవాణా భద్రత నిపుణులు తరచూ చెబుతున్నారు.

ట్రాఫిక్‌లో చిక్కుకున్నప్పుడు డ్రైవర్ ముందున్న

రహదారిపై పూర్తి ఏకాగ్రతతో ఉండాలి. అదే సమయంలో డిపో నుంచి వచ్చే సూచనలు, సమయపాలన, ప్రయాణికుల ఒత్తిడి వంటి అంశాలు కూడా ఉంటే పని మరింత క్లిష్టంగా మారుతుంది. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో డ్రైవర్, కండక్టర్లపై పని ఒత్తిడి ఎంతవరకు ఉందో, వారికి తగిన విశ్రాంతి లభిస్తుందా అనే అంశాలను అధికారులు నిరంతరం సమీక్షించాల్సిన అవసరం ఉంది.

ప్రమాదం జరిగితే బాధ్యత ఎవరిది?

బస్సు ప్రమాదానికి గురైనప్పుడు మొదట డ్రైవర్‌పైనే బాధ్యత పడటం సాధారణంగా కనిపించే పరిణామం. అయితే ప్రతి ప్రమాదాన్ని కేవలం డ్రైవర్ తప్పిదంగానే పరిగణించకుండా, ప్రమాదానికి దారితీసిన అన్ని అంశాలను సమగ్రంగా పరిశీలించాల్సిన అవసరం ఉంది.

బస్సు సాంకేతిక పరిస్థితి, రహదారి పరిస్థితి, ట్రాఫిక్ పరిస్థితులు, విధి సమయం, విశ్రాంతి సమయం, డ్రైవర్‌పై ఉన్న పని ఒత్తిడి, సమయపాలనకు సంబంధించిన పరిస్థితులు, డిపో స్థాయి నిర్వహణ తదితర అంశాలను కూడా ప్రమాద దర్యాప్తులో పరిశీలించడం ద్వారా అసలు కారణాలను గుర్తించవచ్చు.

తెలంగాణలో 10 వేలకుపైగా బస్సులు.. రోజుకు 60 లక్షలకుపైగా ప్రయాణికులు

తెలంగాణ రాష్ట్ర రోడ్డు రవాణా సంస్థ అధికారిక గణాంకాల ప్రకారం, జూలై 2026 నాటికి సంస్థ వద్ద మొత్తం 10,284 బస్సులు ఉన్నాయి. వీటిలో నగర రవాణాకు సంబంధించిన బస్సులు కూడా పెద్ద సంఖ్యలో ఉన్నాయి. సంస్థ గణాంకాల ప్రకారం రోజుకు సుమారు 60.48 లక్షల మంది ప్రయాణికులు ఆర్టీసీ సేవలను వినియోగిస్తున్నారు. అలాగే సంస్థలో 37,230 మంది ఉద్యోగులు ఉన్నట్లు అధికారిక సమాచారం చెబుతోంది

ఇంత పెద్ద సంఖ్యలో ప్రయాణికులను ప్రతిరోజూ సురక్షితంగా గమ్యస్థానాలకు చేర్చే బాధ్యతలో డ్రైవర్లు, కండక్టర్లు కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నారు.

సిబ్బంది భద్రతే ప్రయాణికుల భద్రత

ఆర్టీసీ డ్రైవర్, కండక్టర్‌లు కేవలం ఉద్యోగులు మాత్రమే కాదు.. ప్రతిరోజూ లక్షలాది మంది ప్రజల ప్రయాణ భద్రతకు ప్రత్యక్షంగా బాధ్యత వహించే సిబ్బంది. అందువల్ల వారి పని ఒత్తిడి, విశ్రాంతి, ఆరోగ్యం, శిక్షణ, విధి నిర్వహణ పరిస్థితులు వంటి అంశాలపై యాజమాన్యం ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాల్సిన అవసరం ఉంది.

ఆర్టీసీ అధికారికంగా కూడా ఉద్యోగులు, వారి కుటుంబాల సంక్షేమం మరియు సేవా పరిస్థితులపై దృష్టి పెట్టడం తన లక్ష్యాల్లో భాగమని పేర్కొంది.

"డ్రైవర్ ప్రశాంతంగా ఉంటేనే స్టీరింగ్ సురక్షితంగా ఉంటుంది.. కండక్టర్ ప్రశాంతంగా ఉంటేనే ప్రయాణికుల సేవలు సజావుగా సాగుతాయి. సిబ్బందిపై ఒత్తిడిని తగ్గించి, భద్రతకు ప్రాధాన్యం ఇస్తేనే ప్రజా రవాణా వ్యవస్థ మరింత సురక్షితంగా మారుతుంది" అనే అభిప్రాయం ప్రజల్లో వ్యక్తమవుతోంది.

అందువల్ల ప్రమాదం జరిగిన తర్వాత బాధ్యులను గుర్తించడం మాత్రమే కాకుండా, ప్రమాదం జరగకుండా ముందస్తు చర్యలు తీసుకోవడం, సిబ్బందికి తగిన విశ్రాంతి కల్పించడం, పని ఒత్తిడిని సమీక్షించడం, డ్రైవర్లు--కండక్టర్ల సమస్యలను వినడం, భద్రతా ప్రమాణాలను మరింత బలోపేతం చేయడంపై అధికారులు దృష్టి పెట్టాల్సిన అవసరం ఉంది.

కూకట్‌పల్లి రైతుబజార్‌లో కూరగాయల ధరలు

కూకట్‌పల్లి, సెప్టెంబర్ 21 (హంస కలంవార్త):

కూకట్‌పల్లి కేపీహెచ్‌బీ రైతుబజార్‌లో సోమవారం కూరగాయల ధరలు ఈ విధంగా ఉన్నాయి. రైతుబజార్‌లో టమాటా కిలో రూ.29, వంకాయ రూ.40, బెండకాయ రూ.40, పచ్చిమిరపకాయలు రూ.45, బొబ్బరిమిరపకాయలు రూ.30, కాకరకాయ రూ.35, బీరకాయ రూ.35 చొప్పున విక్రయిస్తున్నారు.క్యాబేజీ కిలో రూ.15, చిక్కుడు రూ.55, క్యారెట్ రూ.48, కాలీఫ్లవర్ రూ.30, దొండకాయ రూ.35, అలసంద రూ.45, గోరుచిక్కుడు రూ.40, బీట్‌రూట్ రూ.28, క్యాప్సికం రూ.40, బంగాళాదుంప రూ.21గా ఉన్నాయి. కీరదోస రూ. 28, దోసకాయ రూ.28, సొరకాయ రూ.20, పొట్లకాయ రూ.28, కంద రూ.40, పచ్చి ఉల్లిపాయ రూ.40, ఎండు ఉల్లిపాయ రూ.40గా ధరలు నమోదయ్యాయి. పచ్చి చింతపండుకు ధర నమోదు కాలేదు. పచ్చి మామిడి ఒక్కటి రూ.15 నుంచి రూ.20 వరకు ఉంది.అరటికాయ ఒక్కటి రూ.10 నుంచి రూ.11, చామగడ్డ కిలో రూ.28, ముల్లంగి ఒక్కటి రూ.6 నుంచి రూ.8, చిలగడదుంప కిలో రూ.40, గుమ్మడికాయ రూ.40, నిమ్మకాయలు డజను రూ.80, మునగకాయ ఒక్కటి రూ.8గా ఉన్నాయి. పచ్చిబఠాణీకి ధర నమోదు కాలేదు. బొప్పాయి కిలో రూ.40, పుట్టగొడుగులు 200 గ్రాములు రూ.45గా విక్రయిస్తున్నారు.ఎండు మిరపకాయలు కిలో రూ.280, పాత అల్లం రూ.120, కొత్త అల్లం రూ.220, వెల్లుల్లి రూ.240, చింతపండు రూ.160, ఉసిరికాయ రూ.115, కరివేపాకు రూ.50గా ధరలు ఉన్నాయి. పర్వల్, లోబియా, కాకరకాయ రకానికి చెందిన కొన్ని కూరగాయలకు ధరలు నమోదు కాలేదు. వేరుశెనగలు కిలో రూ.60గా ఉన్నాయి.రైతుబజార్‌లో రోజువారీ ధరలను పరిశీలించి కూరగాయలను కొనుగోలు చేయాలని మార్కెట్ అధికారులు సూచిస్తున్నారు.

400 ఏళ్లనాటి ఖబ్రస్థాన్ స్థలాన్ని పరిరక్షించండి :

ప్రజావాణి లో కలెక్టర్ కు ఆగామోత్కూర్ ముస్లింల వినతి

మిర్యాలగూడ సెప్టెంబర్ 21

మాడ్గులపల్లి మండలం ఆగామోత్కూర్ గ్రామంలోని పురాతన ముస్లిం ఖబ్రస్థాన్ ను పరిరక్షించాలని కోరుతూ సోమవారం గ్రామానికి చెందిన ముస్లింలు ప్రజావాణిలో జిల్లా కలెక్టర్ కు వినతిపత్రం అందజేశారు.గ్రామంలో సుమారు 80 ముస్లిం కుటుంబాలు నివాసం ఉంటున్నాయని, గ్రామ మసీదు వెనుక భాగంలో ఉన్న సేరివాలె ఖబ్రస్థాన్ సుమారు 4 ఎకరాల విస్తీర్ణంలో ఉందని తెలిపారు. ఈ స్థలంలో గత 400 ఏళ్లుగా తమ పూర్వీకులు, ముత్తాతలు, తాతలు, తల్లిదండ్రులసమాధులు ఉన్నాయని, కుతుబ్ షాహీల కాలం నుండి ఇది ముస్లింల ఖబ్రస్థాన్ గా వినియోగంలో ఉందన్నారు. పాత రికార్డుల ప్రకారం ఖబ్రస్థాన్ ఇనాం, వక్ఫ్ భూమిగాకొనసాగుతోందని తెలిపారు.అయితే అదే గ్రామానికి చెందిన ఎండి. జాఫర్ తండ్రి అబ్దుల్ రసూల్, ఎండి. అజీజ్ తండ్రి నవాబ్ సాబ్, ఎండి. ఖలీల్ తండ్రి నవాబ్ సాబ్ అనే వ్యక్తులు ఈ ఖబ్రస్థాన్ భూమిపై తమకే హక్కు ఉందని చెబుతూ ఖబ్రస్థాన్ స్థలాన్ని, అందుకు వెళ్లే సాంప్రదాయ రాకపోకల మార్గాన్ని విక్రయించేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నారని ఆరోపించారు. విషయం తెలుసుకుని గ్రామస్థులు నిలదీయగా సదరు వ్యక్తులు దూషిస్తూ గొడవకు దిగడంతో పాటు దాడికి ప్రయత్నించారని, దీంతో గ్రామంలో భయాందోళనలు నెలకొన్నాయని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.ఈ విషయాన్నిఅత్యవసరంగా పరిగణించి ఖబ్రస్థాన్ భూమి రికార్డులను పరిశీలించి వక్ఫ్ భూమిగా నిర్ధారించి సర్వే చేయించి హద్దులు నిర్ణయించి, అక్రమ విక్రయాలు, రిజిస్ట్రేషన్లను నిలిపివేసి సాంప్రదాయ దారిని పరిరక్షించాలని కలెక్టర్ తో పాటు జిల్లా ఎస్ పి, జిల్లా బోక్స్ బోర్డ్ అధికారులకు ఇచ్చిన వినతి పత్రంలో కోరారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఆగామోత్కూర్ గ్రామ ముస్లింలు మహ్మద్ యూసుఫ్, ఎండి గౌస్ మియా, ఎండి మాదర్, అహ్మద్, ఎండి యూసుఫ్ పాషా, ఉస్మాన్ మహ్మద్, ఎక్బాల్, ఎండి అమీర్, ఎస్ కే ఖలీల్, ముజిబ్, ఎండి జానిమియా, ఎస్ కే అహ్మద్, మహ్మద్ షౌకత్, ఎండి నజీర్, మహ్మద్ గౌస్, ఎస్ కే షరీఫ్, షహీద్, ఇమామ్, మొహమ్మద్ హుస్సేన్, నసీర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జేఎన్‌టీయూహెచ్‌లో ఘనంగా గణేష్ నవరాత్రి, బతుకమ్మ వేడుకలు

హైదరాబాద్: (సెప్టెంబర్-21 హంస కలంవార్త)

జవహర్‌లాల్ నెహ్రూ సాంకేతిక విశ్వవిద్యాలయం ప్రాంగణంలో గణేష్ నవరాత్రి ఉత్సవాలు భక్తిశ్రద్ధలతో కొనసాగుతున్నాయి. జేఎన్‌టీయూహెచ్ గణేష్ ఉత్సవ సమితి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్న ఈ వేడుకల్లో భాగంగా ఎనిమిదో రోజు బతుకమ్మ వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు.ఈ సందర్భంగా విశ్వవిద్యాలయానికి చెందిన విద్యార్థినులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని సంప్రదాయబద్ధంగా బతుకమ్మలను పేర్చారు. అనంతరం బతుకమ్మ పాటలు పాడుతూ ఉత్సాహంగా వేడుకల్లో పాల్గొన్నారు. విద్యార్థినుల సందడితో విశ్వవిద్యాలయ ప్రాంగణం పండుగ వాతావరణాన్ని సంతరించుకుంది.తెలంగాణ సంస్కృతి, సంప్రదాయాలకు ప్రతీకగా నిలిచే బతుకమ్మ వేడుకలను గణేష్ నవరాత్రి ఉత్సవాల్లో భాగంగా నిర్వహించడం ద్వారా విద్యార్థుల్లో మన సంస్కృతి, సంప్రదాయాల పట్ల అవగాహన పెంపొందించాలనే ఉద్దేశంతో ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించినట్లు ఉత్సవ సమితి నిర్వాహకులు రామకృష్ణ రెడ్డి తెలిపారు.విద్యార్థులు విద్యతో పాటు మన సంస్కృతి, సంప్రదాయాలను తెలుసుకోవడం ఎంతో ముఖ్యమని ఆయన పేర్కొన్నారు. గణనాథుని ఆశీస్సులతో జేఎన్‌టీయూహెచ్ విద్యార్థులందరూ విద్య, విజ్ఞాన రంగాల్లో రాణించి భవిష్యత్తులో ఉన్నత శిఖరాలను అధిరోహించాలని నిర్వాహకులు ఆకాంక్షించారు.

ప్రజావాణి అర్జీలను వెంటనే పరిష్కరించాలి

జిల్లా కలెక్టర్ మిక్కిలినేని మను చౌదరి

మేడ్చల్--మల్కాజిగిరి: (సెప్టెంబర్-21 హంస కలంవార్త)

ప్రజావాణి కార్యక్రమంలో ప్రజల నుంచి స్వీకరించిన అర్జీలను ఏమాత్రం ఆలస్యం చేయకుండా, నిబంధనల ప్రకారం పరిశీలించి వెంటనే పరిష్కరించాలని మేడ్చల్--మల్కాజిగిరి జిల్లా కలెక్టర్ మిక్కిలినేని మను చౌదరి అధికారులను ఆదేశించారు.సోమవారం కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో నిర్వహించిన ప్రజావాణి కార్యక్రమంలో అదనపు కలెక్టర్ విజయేందర్ రెడ్డితో కలిసి కలెక్టర్ ప్రజల నుంచి అర్జీలను స్వీకరించారు. జిల్లాలోని వివిధ ప్రాంతాల నుంచి వచ్చిన ప్రజలు తమ సమస్యలను అధికారుల దృష్టికి తీసుకువచ్చారు. రెవెన్యూ, పంచాయతీరాజ్, పౌర సరఫరాలు, పురపాలక తదితర శాఖలకు సంబంధించిన మొత్తం 106 అర్జీలను ప్రజల నుంచి స్వీకరించినట్లు కలెక్టర్ తెలిపారు.ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ.. ప్రజలు తమ సమస్యల పరిష్కారం కోసం ప్రజావాణిని ఆశ్రయిస్తున్నందున, వారి అర్జీలను ప్రాధాన్యతతో పరిశీలించి వేగంగా పరిష్కారం చూపాలని అధికారులకు సూచించారు. అర్జీల పరిష్కారంలో జాప్యం లేకుండా సంబంధిత శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేయాలని ఆదేశించారు. ప్రజావాణిలో స్వీకరించిన ప్రతి అర్జీపై తీసుకున్న చర్యల వివరాలను ఎప్పటికప్పుడు ఆన్‌లైన్‌లో నమోదు చేయాలని సంబంధిత అధికారులకు సూచించారు.ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి మాలతి, వివిధ శాఖల జిల్లా అధికారులు, ఇతర సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

సెర్వైకల్ నొప్పితో బాధపడుతున్నారా?

ఈ డిజిటల్ యుగంలో చాలా మంది గంటల తరబడి కంప్యూటర్, ల్యాప్‌టాప్ లేదా మొబైల్‌పై పని చేస్తారు. దీని వల్ల మెడ, భుజాలపై ఒత్తిడి పెరుగుతుంది. ఈ కారణంగా చాలా మంది సెర్వైకల్ స్పాండిలైటిస్ లేదా మెడ నొప్పి సమస్యను ఎదుర్కొంటారు. ఈ డిజిటల్ యుగంలో చాలా మంది గంటల తరబడి కంప్యూటర్, ల్యాప్‌టాప్ లేదా మొబైల్‌పై పని చేస్తారు. దీని వల్ల మెడ, భుజాలపై ఒత్తిడి పెరుగుతుంది. ఈ కారణంగా చాలా మంది సెర్వైకల్ స్పాండిలైటిస్ లేదా మెడ నొప్పి సమస్యను ఎదుర్కొంటారు. మెడలో బిగుసుకుపోవడం, భుజాలలో ఒత్తిడి, తలనొప్పి, వీపు నొప్పి వంటివి సెర్వైకల్ లక్షణాలుగా ఉండవచ్చు. సెర్వైకల్ నొప్పిని తగ్గించడానికి మీరు కొన్ని వ్యాయామాల సహాయం తీసుకోవచ్చు. ఈ వ్యాయామం మెడ బిగుసుకుపోవడాన్ని తగ్గిస్తుంది. కండరాలను సడలిస్తుంది. ఈ వ్యాయామం చేయడానికి నిటారుగా కూర్చోండి లేదా నిలబడండి. ఆ తర్వాత మెడను నెమ్మదిగా ముందుకు వంచండి. ఆపై వెనుకకు వంచండి. ఈ ప్రక్రియను 5 నుండి 10 సార్లు చేయండి. దీని వల్ల సెర్వైకల్ నొప్పి తగ్గవచ్చు. ఇది మెడ సౌలభ్యాన్ని పెంచుతుంది. రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తుంది. ఈ వ్యాయామం చేయడానికి తలను నెమ్మదిగా కుడి వైపుకు తిప్పండి. కొన్ని సెకన్ల పాటు ఆపండి. ఆ తర్వాత తలను ఎడమ వైపుకు తిప్పండి. రెండు దిశలలో ఒక్కొక్కటి 5 సార్లు చేయండి. ఇది మెడ పక్కని కండరాలకు ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. తలను నెమ్మదిగా కుడి వైపుకు వంచండి (చెవిని భుజం వైపు తీసుకురండి). 10 సెకన్ల పాటు ఆపండి. ఆపై ఎడమ వైపుకు పునరావృతం చేయండి. ఈ ప్రక్రియను 3-4 సార్లు చేయండి. ఈ భంగిమ మీ మెడ స్థానాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. సెర్వైకల్ నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. దీన్ని చేయడానికి మీ వీపు, మెడను నిటారుగా ఉంచండి. ఆపై గడ్డాన్ని మెడ వైపు నెమ్మదిగా లోపలికి లాగండి. 5 సెకన్ల పాటు ఆపి, ఆ తర్వాత సాధారణ స్థితికి తిరిగి వెళ్లండి. దీన్ని 10 సార్లు పునరావృతం చేయండి.

బీపీతో ఇబ్బందిపడుతున్నారా?

రక్తపోటు రోగులు తరచుగా బలహీనతను అనుభవిస్తారు. అలాంటి సమయాల్లో అరటిపండు శరీరానికి ఫ్రక్టోజ్, గ్లూకోజ్ వంటి సహజ చక్కెర ద్వారా శక్తిని అందిస్తుంది. అరటిపండు.. ప్రతి సీజన్‌లో ప్రతిచోటా సులభంగా లభించే పండు. ఇది ఒక సూపర్ ఫుడ్. వైద్యుల నుండి డైటీషియన్ల వరకు అందరూ రోజూ తినాలని సిఫార్సు చేస్తారు. ముఖ్యంగా బిపి రోగులకు ఇది ఒక దివ్యౌషధం లాంటిది. బీపీ రోగులు రోజూ ఒక అరటిపండు తినాలని వైద్యులు సలహా ఇస్తారు. వైద్యులు ఇచ్చిన ఈ చిన్న సలహా అధిక రక్తపోటు రోగుల జీవితాన్ని మార్చగలదు. అయితే బీపీ ఉన్నవారికి అరటిపండు ఎందుకు అంత ప్రత్యేకమైనదో? అరటిపండులో పొటాషియం పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది సోడియంను సమతుల్యం చేస్తుంది. రక్తపోటును సహజంగా నియంత్రిస్తుంది. అధిక బీపీకి పొటాషియం సహజ శత్రువు అని వైద్యులు అంటున్నారు. ఒక మధ్య తరహా అరటిపండులో దాదాపు 422ఎస్త్ర పొటాషియం ఉంటుంది. అమెరికన్ జర్నల్ ఆఫ్ ఫిజియాలజీ-రీనల్ ఫిజియాలజీలో ప్రచురితమైన ఒక కొత్త అధ్యయనంలో అధిక పొటాషియం తీసుకోవడం అనుకరణ కాలియురేసిస్, నాట్రియురేసిస్, బీపీని గణనీయంగా తగ్గిస్తుందని కనుగొంది. ఎక్కువ సోడియంతో కూడా ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. రక్తపోటు రోగులు తరచుగా బలహీనతను అనుభవిస్తారు. అలాంటి సమయాల్లో అరటిపండు శరీరానికి ఫ్రక్టోజ్, గ్లూకోజ్ వంటి సహజ చక్కెర ద్వారా శక్తిని అందిస్తుంది. అది కూడా ఎటువంటి దుష్ప్రభావాలు లేకుండా. అందుకే దీనిని సూపర్ ఫుడ్ అని పిలుస్తారు. బీపీ రోగులకు ఇది ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. అరటిపండును ఒక పరిపూర్ణ ఆరోగ్య చిరుతిండిగా పరిగణిస్తారు. అరటిపండు రుచికరమైనది మాత్రమే కాదు తక్కువ కేలరీలు, అధిక పోషకాలు కలిగిన పండు కూడా. మీరు దీన్ని ఉదయం ఎప్పుడైనా తినవచ్చు. స్నాక్స్ సమయంలో లేదా నడక తర్వాత. దీనివల్ల శరీరానికి మంచి శక్తి, పోషకాలు లభిస్తాయి. అరటిపండ్లలో ఉండే విటమిన్ బి6, మెగ్నీషియం రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తాయి. ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడతాయి. ప్రతిరోజూ ఒక అరటిపండు తినడం వల్ల మనసు కూడా రిలాక్స్‌గా ఉంటుంది. దీనివల్ల అనేక సమస్యల నుండి ఉపశమనం లభిస్తుంది. అరటిపండులో ఉండే డైటరీ ఫైబర్ రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహాయపడటమే కాకుండా కొలెస్ట్రాల్‌ను సమతుల్యం చేస్తుంది. ఇది మీ గుండె ఆరోగ్యానికి బూస్టర్‌గా కూడా పనిచేస్తుంది.

కామారెడ్డిలో అబ్బురపరుస్తున్న గణేష్ మండపాల సెట్టింగులు

ఉమ్మడి,నిజామాబాద్ జిల్లా :

ఈ ఏడాది వినాయక మండపాల్లో భక్తితో పాటు క్రియేటివిటీ కూడా కొలువుదీరింది. కామారెడ్డి లో ఏర్పాటు చేసిన వివిధ గణపతి విగ్రహాలు భక్తులను విశేషంగా ఆకట్టుకుంటున్నాయి.కామారెడ్డి గణేష్ మండప్స పట్టణంలో హల్క్? అవతారంలో..పట్టణంలోని పొట్టి శ్రీరాములు విగ్రహం వద్ద ఏర్పాటు చేసిన సెట్టింగ్?లో హల్క్ అవతారంలో గణపతి కనిపిస్తే, పక్కనే స్పైడర్ మ్యాన్, సూపర్ మ్యాన్, కెప్టెన్ అమెరికా వంటి అవెంజర్స్ హీరోలు ఉన్నారు. మరో మండపంలో పిల్లనగ్రోవి పట్టుకుని జగన్నాథుడి రూపంలో, నల్లని ఛాయతో కృష్ణ తత్వాన్ని చాటుతూ గణనాథుడు దర్శనమిస్తున్నాడు. హరిజనవాడలో వానర సేనతో, చెట్టు కొమ్మలపై కోతుల మధ్య కొంటెగా నవ్వుతూ కూర్చున్న బాల గణపతి సెట్టింగ్ చిన్నారులను అలరిస్తోంది. ప్రతి సంవత్సరం ప్రత్యేకంగా నిలిచే గణేషుల్లో గొల్లవాడ గణేష్ ఒకటి. ఈసారి శివతత్వాన్ని చాటేలా ద్వాదశ జ్యోతిర్లింగాల మధ్య, నీటిపై లింగాలతో, డమరుకాలు గాల్లో వేలాడుతూ ఏర్పాటు చేసిన మండపం, రుద్రాక్షలతో అభిషేకం చేస్తున్న రుద్ర గణపతి, ఆదియోగి రూపంలో పార్వతీ సమేతంగా తపస్సులో ఉన్న గణపతి విగ్రహాలు ఆధ్యాత్మికతను పంచుతున్నాయి.

కామారెడ్డి గణేష్ మండప్స । స్వర్ణగిరి వేంకటేశ్వరస్వామి సెట్టింగ్?..

అన్నింటిలోకి ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది స్వర్ణగిరి ఆలయం సెట్టింగ్. ఎన్జీవోస్ కాలనీలోని ఓ మండపం లోపల అచ్చం భువనగిరి స్వర్ణగిరి వేంకటేశ్వర ఆలయాన్ని ప్రతిరూపంగా నిర్మించారు. ఇందులో ముందు భాగంలో పెద్ద వేంకటేశ్వర స్వామి విగ్రహంతో పాటు, మధ్యలో నీలిరంగు నీటిపై ఆదిశేషునిపై శయనించిన విష్ణుమూర్తి విగ్రహాన్ని కూడా ఏర్పాటు చేశారు. అనంత పద్మనాభ స్వామి రూపంలో సేదతీరుతున్న విష్ణుమూర్తి, వెనుక నిలుచున్న నల్లరాతి వేంకటేశ్వర స్వామి, గర్భగుడిలో బంగారు కిరీటంతో కొలువైన భారీ గణపతి -- ఒకే మండపంలో ముగ్గురు దేవుళ్ల దర్శనం లభించడంతో భక్తులు క్యూ కట్టి మరీ తిలకిస్తూ ఫొటోలు దిగుతున్నారు.

మీ ఆరోగ్యం మీ చేతుల్లోనే

శరీరంలో యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయి పెరిగినప్పుడు అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తే ప్రమాదం ఉంటుంది. ఈ సమస్యలు ముఖ్యంగా ఆర్థరైటిస్, కిడ్నీ సంబంధిత వ్యాధుల రూపంలో కనిపిస్తాయి. అధిక యూరిక్ యాసిడ్ కారణంగా జాయింట్లలో నొప్పులు, వాపులు మొదలవుతాయి. గ్రీన్ కలర్ ఫుడ్స్ దినచర్యలో భాగం చేస్తే ఈ సమస్యను సహజంగా నివారించవచ్చు. పాలకూరలో శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇందులో ఉన్న మెగ్నీషియం శరీరంలో యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని సమతుల్యంగా ఉంచడంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుంది. పాలకూరను రోజూ తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి పుష్కలమైన పోషకాలు అందించడమే కాక.. ఆరోగ్యాన్ని కాపాడేందుకు సహాయపడుతుంది.పచ్చి బఠానీలలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది.. ఇది శరీరానికి కావలసిన శక్తిని అందిస్తుంది. వీటిలో ఉన్న యాంటీఆక్సిడెంట్లు శరీరాన్ని డిటాక్స్ చేయడంలో తోడ్పడతాయి. గౌట్ వంటి సమస్యలను తగ్గించడానికి ఈ బీన్స్ చాలా ఉపయోగపడతాయి.గ్రీన్ టీ శరీరంలోని హానికరమైన వ్యర్థాలను బయటకు పంపడంలో సహాయపడుతుంది. ఈ టీలో ఉండే యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఆహ్లాదకరమైన రుచి యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో తోడ్పడతాయి. ప్రతిరోజూ ఒక కప్పు గ్రీన్ టీ తాగడం వల్ల మంచి ఫలితాలు పొందవచ్చు. సెలరీలో ఉన్న పోషకాలు మూత్రపిండాల పనితీరును మెరుగుపరుస్తాయి. ఇది శరీరంలోని వాపును తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని సమతుల్యంగా ఉంచడంలో ఈ ఆకుకూర సహాయపడుతుంది. అవకాడోలో ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు అధికంగా ఉంటాయి. ప్యూరిన్లు సమతుల్యంగా ఉంటాయి. ఇది శరీరంలోని హానికరమైన పదార్థాలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. కాబట్టి ఆస్పరాగస్ ను తగిన మోతాదులో తీసుకోవడం మంచిది.గ్రీన్ బీన్స్ లో ప్యూరిన్లు తక్కువగా ఉంటాయి.. అందుకే ఇవి యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి.

హంస కలం వార్త

డయాబెటీస్‌తో బాధపడేవారికి గుడ్ న్యూస్..

ఈ మొక్క వాడితే ప్రయోజనాలే..!

సరికాని ఆహారపు అలవాట్లు, దినచర్య కారణంగా మధుమేహం వచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతోంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా దీని బాధితుల సంఖ్య కోట్లలో ఉంది. మనం భారతదేశం గురించి మాట్లాడినట్లయితే.. అత్యధిక సంఖ్యలో మధుమేహ బాధితులు ఉన్నారు. ఇది రక్తంలో చక్కెర ఎక్కువగా, తక్కువగా ఉండే వైద్య పరిస్థితి. ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి మందగిస్తుంది లేదా ఆగిపోతుంది. దీని కారణంగా రక్తంలో చక్కెర స్థాయి పెరుగుతుంది. దాని నిరంతర అధిక స్థాయి డయాబెటిస్ బాధితులను చేస్తుంది. దీని కారణంగా వ్యక్తి అనేక ఇతర అవయవాలు కూడా ప్రమాదానికి గురవుతాయి. మీరు కూడా డయాబెటిస్‌తో బాధపడుతూ కొన్ని హెర్బల్ రెమెడీ కోసం చూస్తున్నట్లయితే ఇన్సులిన్ ప్లాంట్ మీకు ఔషధంగా పనిచేస్తుంది. దీని ఆకులు రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. టైప్ 2 డయాబెటిస్ రోగులు దీనిని తీసుకోవచ్చు. ఈ ఇన్సులిన్ మొక్క ఆకులను తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలను తెలుసుకుందాం. నిజానికి ఇన్సులిన్ మొక్క ఒక ఔషధ మొక్క. ఇది ఔషధాల తయారీలో కూడా ఉపయోగించబడుతుంది. ఈ మొక్క ఆకులు అనేక లక్షణాలను కలిగి ఉంటాయి. మీరు టైప్ టూ డయాబెటిస్ పేషెంట్ అయితే, షుగర్ లెవెల్ ఎక్కువగా ఉంటే మీరు ఇన్సులిన్ ఆకులను తీసుకోవచ్చు. ఉదయం నిద్రలేచిన వెంటనే దీని ఆకులను నమలడం వల్ల షుగర్ అదుపులో ఉంటుంది. ఇది రక్తంలో చక్కెరను కరిగిస్తుంది. దాని అదనపు పరిమాణాన్ని గ్రహిస్తుంది. ఈ మొక్క శాస్త్రీయ నామం కాస్టస్ పిక్టస్. ఈ క్రేప్‌ను అద్రాక్, కెముక్, క్యూ, కీకంద్, కుముల్, పక్రముల, పుష్కరములు వంటి పేర్లతో కూడా పిలుస్తారు. ఇన్సులిన్ మొక్క ఆకులు పుల్లని రుచిని కలిగి ఉంటాయి. హాయిగా తినొచ్చు. మధుమేహ రోగులకు ఇది ఔషధం కంటే తక్కువ కాదు. మీరు వాటిని ఉదయం నీటితో కూడా తీసుకోవచ్చు. దీని కోసం మొక్క రెండు ఆకులను కడగాలి. ఇప్పుడు దీన్ని ఒక గ్లాసు నీటిలో కరిగించి ఉదయం, సాయంత్రం క్రమం తప్పకుండా త్రాగాలి. దీని రెగ్యులర్ వినియోగం రక్తంలో చక్కెర పెరగడానికి అనుమతించదు. ఇన్సులిన్

ప్లాంట్‌లో డజనుకు పైగా పోషకాలు ఉంటాయి. ప్రొటీన్లు, ఫ్లేవనాయిడ్స్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఆస్కార్బిక్ యాసిడ్, బీటా కెరోటిన్, కార్సోలిక్ యాసిడ్, టెర్పెనాయిడ్లు దీని ఆకుల్లో పుష్కలంగా లభిస్తాయి. వాటి వినియోగం రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడమే కాదు. ఇది రక్తపోటును కూడా నియంత్రిస్తుంది. ఇది ప్రేగులు, గుండె, కళ్ళు కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. ఇది కొలెస్ట్రాల్‌కు ఔషధంగా కూడా పనిచేస్తుంది.

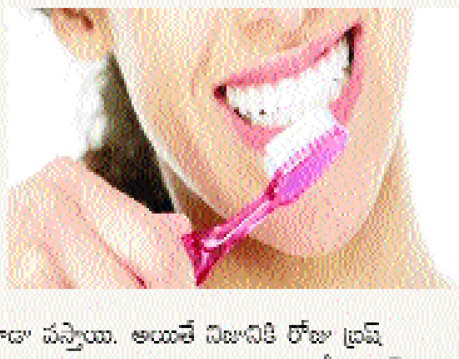
వంకాయను అవాయిడ్ చేస్తున్నారా..!

మన వంటింట్లో దొరికే కూరగాయలలో వంకాయ కూడా ఒకటి. కాగా మనలో చాలామంది వంకాయను తినడానికి అంతగా ఇష్టపడరు. ఇంకొందరు మాత్రం లొట్టలు వేసుకొని మరీ తినేస్తూ ఉంటారు. మార్కెట్ లో కూడా మనకు రకరకాల వంకాయలు లభిస్తూ ఉంటాయి. వంకాయ తింటే అలర్జీ వస్తుందని చాలామంది వంకాయ తినడానికి అంతగా ఇష్టపడరు. కానీ వంకాయ వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు తెలిస్తే మాత్రం తినకుండా అసలు ఉండలేరు అంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. మరి వంకాయ వల్ల ఎలాంటి ప్రయోజనాలు కలుగుతాయో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.. వంకాయలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ పుష్కలంగా లభిస్తాయి. మీ ఆహారంలో వంకాయను చేర్చడం వల్ల మీ శరీరానికి సహజ రక్షణను అందుతుంది. అలాగే దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల ప్రమాదం తగ్గుతుంది. ఇది వృద్ధాప్య రూపాన్ని కూడా తగ్గిస్తుందని చెబుతున్నారు. వంకాయని తింటే యంగ్ గా కనిపిస్తారని కూడా చెబుతున్నారు. వంకాయలో ఫైబర్, పొటాషియం, విటమిన్ సి, బి విటమిన్లు మెండుగా ఉంటాయి. ఇవి మన గుండె ఆరోగ్యానికి ఎంతగానో తోడ్పడతాయి. అలాగే ఇందులో ఉండే డైటరీ ఫైబర్ కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడానికి సహాయపడుతుందని చెబుతున్నారు. అలాగే పొటాషియం కంటెంట్ అధిక రక్తపోటును నియంత్రించడానికి సహాయపడుతుందట. ఇది గుండె పోటు ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుందట. షుగర్ తో బాధపడుతున్న వారు వంకాయ తినడం వల్ల రక్తంలో షుగర్ లెవెల్స్ అదుపులో ఉంటాయట. వంకాయను ఆహారంలో చేర్చడం వల్ల రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు స్థిరంగా ఉంటాయని, ఇది జీవక్రియ సమతుల్యతను మెరుగుపరుస్తుందని చెబుతున్నారు. అలాగే మొత్తం ఆరోగ్యానికి మద్దతునిస్తుంది. వంకాయలోని ఫైబర్ జీర్ణ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుందని చెబుతున్నారు. దీనిలో ఉండే ఫైబర్ కంటెంట్ సాధారణంగా ప్రేగు కదలికలను ప్రేరేపిస్తుందట. అలాగు మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అలాగే ఆహారంలో వంకాయను చేర్చుకోవడం వల్ల మీ జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుందట. కాబట్టి ప్రతి ఒక్కరు కూడా వంకాయను ఎటువంటి భయం లేకుండా తినవచ్చు అని చెబుతున్నారు.

నాన్‌స్టిక్ పాత్రల్లో వంట చేస్తే ఆరోగ్యానికి మంచిది కాదా?

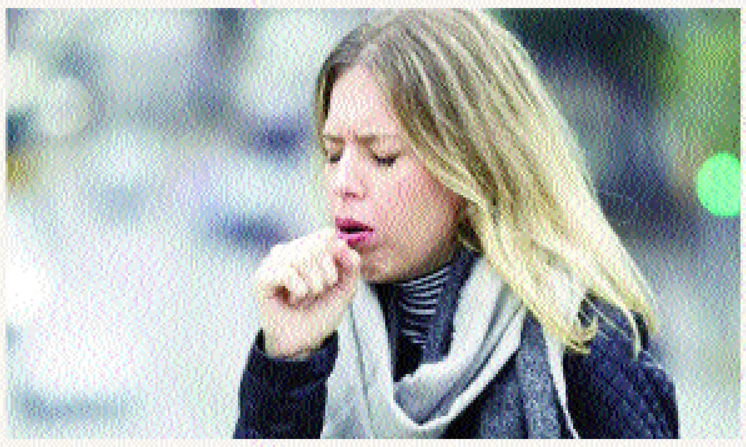
నాన్ స్టిక్ వంటసామాను వేడెక్కినప్పుడు విషపూరిత వాయువులను విడుదల చేస్తుంది. ఈ విడుదలైన టెఫ్లాన్ వాయువు టెఫ్లాన్ జ్వరానికి కారణమవుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. టెఫ్లాన్ జ్వరం లక్షణాలు జ్వరం, దగ్గు, తలనొప్పి, శ్వాస ఆడకపోవడం, తల తిరగడం, అలసట, వాంతులు, గొంతు నొప్పి, కీళ్ల నొప్పులు, కండరాల నొప్పి వంటివి తలెత్తుతాయి. టెఫ్లాన్ అనేది పాలీటెట్రాఫ్లోరోఎథిలిన్ అని పిలువబడే కార్బన్, ఫ్లోరిన్‌ల సింథటిక్ సమ్మేళనం. ఇది వంటలకు నాన్-స్టిక్ ఉపరితలం ఇస్తుంది. టెఫ్లాన్ అనే పదార్థంతో పూసిన నాన్‌స్టిక్ ప్యాన్‌లను సాధారణంగా ఉపయోగించడం సురక్షితమని నిపుణులు చెబుతారు. కానీ 250 డిగ్రీల కంటే ఎక్కువ వేడి చేసినప్పుడు, పాత్ర పూత పెళుసుగా మారుతుంది. ఈ ఆక్సైడ్స్, ఫ్లోరినేటెడ్ పదార్థాలు గాలిలోకి మారుతాయి. ఈ విష వాయువులను పీల్చే వ్యక్తులలో జ్వరం వస్తుంది. నాన్ స్టిక్ ప్యాన్లు త్వరగా వేడెక్కుతాయి కాబట్టి ఆహారం లేకుండా ప్యాన్‌లను వేడి చేయవద్దు. నాన్‌స్టిక్ పాత్రలలో ఆహారాన్ని కలిపేందుకు ఉపయోగించే స్పూన్‌లు, ఇతర పాత్రలు చెక్కతో తయారు చేయడం మంచిది. నాన్‌స్టిక్ పాత్రలను కడగడానికి, శుభ్రం చేయడానికి స్పాంజ్ లాంటి పదార్థాలను మాత్రమే ఉపయోగించండి. అల్యూమినియం, స్టీల్ స్క్రబ్బర్‌లను ఉపయోగించడం మానుకోండి. వంటగదిలో తగినంత గాలి ప్రసరణ ఉండేలా చూసుకోండి. నాన్ స్టిక్ పాత్రలను వాడకుండా పాతవి, పూత పోయినవి అయితే కొత్తవి కొనండి. నాన్‌స్టిక్ ప్యాన్‌ల స్థానంలో స్టెయిన్‌లెస్ స్టీల్, కాస్ట్ ఐరన్ వంటి పదార్థాలతో తయారు చేసిన ప్యాన్‌లను ఉపయోగించవచ్చు.

బ్రష్ చేయకపోతే ఎలాంటి సమస్యలు వస్తాయో తెలుసా?



ప్రతిరోజూ మనం ఉదయం నిద్ర లేవగానే చేసే మొట్టమొదటి పని బ్రష్ చేయడం. ప్రతి ఒక్కరు కూడా ఉదయం లేచిన తర్వాత తప్పకుండా బ్రష్ చేయాలి. లేదంటే నోరు దుర్వాసన రావడంతో పాటు అనేక రకాల అనారోగ్య సమస్యలు కూడా వస్తాయి. అయితే నిజానికి రోజు బ్రష్ చేయడం అన్నది ఒక మంచి అలవాటు. ప్రతి ఒక్కరు కూడా ప్రతిరోజు బ్రష్ చేయాలి. కొందరు ఉదయం సాయంకాలం రెండు పూటలా బ్రష్ చేస్తూ ఉంటారు. ఇంకొందరు కేవలం ఒకసారి మాత్రమే బ్రష్ చేస్తుంటారు. ఇంకొంతమంది ఉదయం ఆలస్యంగా నిద్ర లేవడం వల్ల బ్రష్ చేయడమే మరిచిపోతూ ఉంటారు. ఇలా తరచుగా బ్రష్ చేయడం మానేస్తే అది అనేక రకాల అనారోగ్య సమస్యలకు దారితీస్తుంది. మన నోట్లో చాలా బ్యాక్టీరియా ఉంటుందన్న విషయం అందరికీ తెలిసిందే. అయితే అది ఎక్కువగా హానికరం కాదు. రోజువారీ బ్రషింగ్ ప్రోటోకాల్ బ్యాక్టీరియా స్థాయిని సరైన స్థాయిలో ఉంచుతుంది. కానీ బ్రష్ సరిగ్గా చేయకపోతేనే ఈ బ్యాక్టీరియా స్థాయిలు పెరుగుతాయి. దీంతో దంత క్షయం, చిగుళ్ల వ్యాధులు వస్తాయి. నోటి ఆరోగ్యం మన జీర్ణ, శ్వాసనాళంతో బాటి ప్రత్యక్ష సంబంధాన్ని కలిగి ఉంటుంది. మన నోట్లో అనారోగ్యకరమైన బ్యాక్టీరియా స్థాయిలు పెరగడం వల్ల అనేక గుండె జబ్బులు వస్తాయి. అలాగే ఉదర వ్యాధులు వచ్చే ప్రమాదం ఉందని చెబుతున్నారు. పళ్ళు శుభ్రం చేసుకోకపోతే ఏం నష్టం రాదు అని చాలామంది అంటూ ఉంటారు. కానీ అది ఆరోగ్యానికి అసలు మంచిది కాదని చెబుతున్నారు వైద్యులు. బ్రష్ చేయకపోతే టార్టార్ అని పిలువబడే గట్టి నిక్షేపాలుగా మారడానికి కేవలం 48 గంటలు పడుతుందట. పంటి ఉపరితలంపై టార్టార్ నిక్షేపాలు ఏర్పడిన తర్వాత వాటిని బ్రష్ తో తొలగించడం కష్టమవుతుంది. ఫలితంగా దంతాల ఉపరితలంపై ఎక్కువ నిక్షేపాలు పేరుకుపోతాయి. ఈ నిక్షేపాలు దంతాల నిర్మాణాన్ని బలహీనపరచడం ప్రారంభిస్తాయి. అలాగే నోట్లో నుంచి చెడు వాసన వస్తుంది. అలాగే అవి ఇతర చిగుళ్ల వ్యాధులకు కూడా కారణమవుతాయి. బ్రష్ చేయకపోతే పళ్ళపై ఏది పేరుకుపోయి పళ్ళు అందవిహీనంగా మారిపోయి నోటి దుర్వాసన ఎక్కువగా వస్తుంది. సరైన అనారోగ్యకరమైన నోరు శరీరంలో మంటకు దారితీస్తుంది. ఇది ఆరోగ్యానికి అస్సలు మంచిది కాదు. అలాగే ఇది మెదడు వాపు, మెదడు కణాల నష్టానికి దారితీస్తుంది. ఇది చిత్త వైకల్యానికి దారితీస్తుందని చెబుతున్నారు. నోరు శుభ్రం చేసుకోకపోతే జీర్ణ సంబంధించిన సమస్యలు కూడా వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయట. కాబట్టి ప్రతిరోజు కనీసం రెండుసార్లు అయినా బ్రష్ చేసుకోవాలని చెబుతున్నారు. అలాగే తిన్న తర్వాత నోరు పుక్కిలించడం అలవాటు చేసుకోవాలని చెబుతున్నారు. తీపి పదార్థాలు చిన్న ఆహారం తిన్న నోరు పుక్కిలించడం వల్ల పంటి మధ్య ఇరుక్కున్న చిన్నచిన్న ఆహార పదార్థాలు వెళ్లిపోతాయని చెబుతున్నారు. ఇలా చేయకపోతే నోట్లో బ్యాక్టీరియా పెరిగే పంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశాలు కూడా ఉంటాయని చెబుతున్నారు. కాబట్టి ప్రతి రోజు బ్రష్ చేయడం అన్నది తప్పనిసరి.

పొడి దగ్గుతో ఇబ్బంది పడుతున్నారా..!



మామూలుగా చాలా మందికి సీజన్ తో సంబంధం లేకుండా పొడి దగ్గు సమస్య ఇబ్బంది పెడుతూ ఉంటుంది. పొడి దగ్గు కేవలం చలికాలంలో మాత్రమే మనకు ఎక్కువగా వస్తూ ఉంటుంది.కానీ కొంతమందికి మాత్రం సీజన్ తో సంబంధం లేకుండా ఈ పొడి దగ్గు సమస్య ఇబ్బంది పెడుతుంటుంది. ఈ పొడి దగ్గు కారణంగా సరిగ్గా నిద్ర పట్టక గొంతు నొప్పులు ఇన్ఫెక్షన్ అయ్యి చాలా ఇబ్బంది పెడుతూ ఉంటుంది. అయితే ఈ పొడి తగ్గించుకోవడం కోసం రకరకాల మెడిసిన్స్ ని యూజ్ చేస్తూ ఉంటారు. ఇంకొందరు హోమ్ రెమెడీస్ ని కూడా ఫాలో అవుతూ ఉంటారు. మీరు కూడా సింపుల్ చిట్కాలను ఉపయోగించి ఈ పొడి దగ్గు సమస్యకు చెక్ పెట్టండి. అందుకోసం ఏం చేయాలి అన్న విషయాన్ని వస్తే.. పొడి దగ్గును నయం చేయడానికి, పసుపు పాలు బాగా పనిచేస్తాయి. మరుగుతున్న పాలలో పసుపు పొడి, ఎండుమిర్చి, అల్లం తేనె కలపాలి. పొడి దగ్గును నయం చేయడానికి దీనిని గోరు వెచ్చని వేడిగా త్రాగడం మంచిది. ఈ పదార్థాల వార్మింగ్ లక్షణాలు పొడి దగ్గు వల్ల కలిగే అసౌకర్యాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. అలాగే, పసుపులో యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ, యాంటీ ఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఇది నొప్పి నుండి ఉపశమనం పొందడంలో సహాయపడుతుంది. తేనెను జోడించడం వల్ల తీపి, గొంతు ఉపశమన ప్రయోజనాలు కలిగిస్తాయి. మరొక రెమిడీ విషయానికొస్తే.. ఒక పాత్రలో నీటిని తీసుకుని, నిమ్మరసం,పుదీనా వేసి, ఈ మిశ్రమాన్ని మరిగించి బాగా వడకట్టాలి. తర్వాత తేనె వేసి బాగా కలపాలి. ఈ నీటిని తాగడం వల్ల గొంతులో మంటను తగ్గించడంతో పాటు నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. నిమ్మ, విటోరైన్, నిమ్మ,తేనెలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు నొప్పిని తగ్గించి, నయం చేస్తాయని చెబుతున్నారు. అదేవిధంగా అల్లం నీరు కూడా గొంతు నొప్పిని, పొడి దగ్గుని తగ్గించడంలో ఎంతో బాగా ఉపయోగపడుతుందట. ఇందుకోసం అల్లం తులసి ఆకులను బాగా మరిగించి అందులో తేనె కలిపి గోరువెచ్చగా ఉన్నప్పుడే తాగాలని చెబుతున్నారు. ఇది యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ , యాంటీమైక్రోబయల్ లక్షణాలను కలిగి ఉంది. ఇది గొంతు నొప్పిని నయం చేయడానికి , గొంతు చికాకును తగ్గించడానికి సహాయపడుతుందట.

వినాయక చవితి రోజున పొరపాటున కూడా ఈ తప్పులు చేయవద్దు ..

శ్రావణం మాసం ముగిసి త్వరలో భాద్రపద మాసంలో అడుగు పెట్టనున్నాం. దీంతో వినాయక చవితి సందడి మొదలైంది. పిల్లలు పెద్దలు ఇష్టంగా జరుపుకునే వినాయక చవితి కోసం ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు. విఘ్నాలకధిపతి వినాయకుడు పుట్టినరోజును దేశంలోని ఢిల్లీ నుంచి గల్లీ వరకూ జరుపుకుంటారు. హిందూ మతం ప్రకారం గణనాయకుడు జ్ఞానానికి అధినేత. భక్తి శ్రద్ధలతో పూజించినప్పుడు గణేశుడు చాలా సంతోషిస్తాడు. భక్తుని పూజకు సంతసించి పార్వతి పుత్రుడు వరాలను కురిపిస్తాడని విశ్వాసం. శివుడిలాగే వినాయకుడు కూడా చిన్న చిన్న పరిహారాలతోనే సంతృప్తి చెందుతాడు. అయితే వినాయకుడిని పూజించే సమయంలో కొన్ని పనులు చేయడం మరచిపోతే కోపం వస్తుంది. పూజ ఫలం లభించదు. మరోవైపు గణేశుడి వాహనం ఎలుక ఇంద్రియాలకు చిహ్నం. హిందూ మతంలో ప్రధాన దేవతలలో ఒకరు గణపతి. అయితే వినాయకుడిని పూజించేటప్పుడు తెలిసి తెలియక కూడా కొన్ని తప్పులు చేయవద్దు. ఈ పొరపాట్లు చేస్తే వినాయకుడికి ఆగ్రహం వస్తుంది. కష్టాలు ఎదుర్కోవాల్సి కూడా వస్తుందని పురాణాల కథనం. కనుక ఆ పొరపాట్లు చేయవద్దో ఈ రోజు తెలుసుకుందాం.. తులసి దళాలు: పురాణాల ప్రకారం దేవాదిదేవ మహాదేవుడు పార్వతి దేవిల తనయుడు గణేశుని పూజలో తులసి దళాలను పొరపాటున కూడా ఉపయోగించవద్దు. పూజలో తులసి ఆకులను ఉపయోగించవద్దని గణేశుడు ఒకసారి తులసిని శపించాడని చెబుతారు. కనుక గణపతి పూజలో పొరపాటున కూడా తులసి దళాలను ఉపయోగించవద్దు. అయితే వినాయకుడి పూజలో దుర్వా గడ్డిని ఉపయోగించడం శ్రేయస్కరం. చంద్రుడు: గణేశుడికి.. చంద్రునికి మధ్య సఖ్యత లేదు. శివుడి శిగలో ఉన్న చంద్రుడు ఒకసారి వినాయకుడి గజరూపాన్ని వెక్కిరించాడని చెబుతారు. అందుకే ఆ సమయంలో గణేశుడు చంద్రుడిని చూసిన వారు కష్టాలు పడతారని.. నీలప నిందలకు గురవుతారని శపించాడు. వెండి వస్తువులు: వినాయక చవితి రోజున మాత్రమే కాదు గణేశ పూజలో వెండి పాత్రలు, తెల్లటి వస్తువులను ఎప్పుడూ ఉపయోగించకూడదు. తెల్ల గంధానికి బదులుగా పసుపు చందనం, పసుపు వస్త్రం, తెల్లని వస్త్రానికి బదులుగా పసుపు పూసిన దారం ఉపయోగించండి. అంతేకాదు వినాయక చవితి రోజున చంద్రుని దర్శనం శాస్త్రాలలో నిషిద్ధం. పగిలిన బియ్యంసనాతన ధర్మం ప్రకారం వినాయకుని పూజలో పొరపాటున కూడా విరిగిన బియ్యాన్ని సమర్పించవద్దు. బదులుగా, మొత్తం బియ్యం ఉపయోగించండి. అయితే అక్షతలుగా ఉపయోగించే బియ్యంలో ముక్కలు ఉండవద్దు. అంతేకాదు వినాయకుని పూజలో పొడి బియ్యాన్ని ఉపయోగించవద్దు. మొగలి పువ్వులు: శివుడు వలెనే గణేశుడి పూజలో కూడా మొగలి పువ్వులు వాడటం నిషిద్ధం. శివుడు మొగలి పువ్వుని శపించాడు. కనుక ఈ దేవీయ పుష్పం అతని కుమారుడైన వినాయకుడికి కూడా సమర్పించరాదు. ఎండిన పువ్వులు: వినాయకుని పూజలో పొరపాటున ఎండిన లేదా వాడిన పువ్వులను సమర్పించవద్దు. పూజ సమయంలో తాజా పువ్వులు అందుబాటులో లేకపోతే పువ్వులకు బదులు సమర్పించవద్దు. దుర్వను లేదా అక్షతలను సమర్పించినా చాలు. అంతేకాదు ఎండిపోయిన లేదా వాడిపోయిన పువ్వులతో పూజ చేయడం తప్పు వినాయకుడికి కోపం వస్తుంది. వాస్తు దోషంతో పాటు ఇంట్లో ఆటంకం, అశాంతి లోపిస్తుంది. ప్రతికూల శక్తి కూడా పెరుగుతుంది.

హంస కలం వార్త

సీఎస్‌కే కొత్త హెడ్ కోచ్‌గా జహీర్ ఖాన్.. ధోనీ నిర్ణయమన్న కాశీవిశ్వనాథ్

సీఎస్‌కే కొత్త హెడ్ కోచ్‌గా జహీర్ ఖాన్ నియామకం

స్టీఫెన్ ఫ్లెమింగ్ 18 ఏళ్ల ప్రస్థానానికి ముగింపు

కోచ్ ఎంపికలో ఎంఎస్ ధోనీదే కీలక నిర్ణయమని వెల్లడి

ఆటగాడిగానే ధోనీ కొనసాగుతాడని తెలిపిన యాజమాన్యం

డిసెంబర్ మినీ వేలంపై దృష్టి సారించనున్న జహీర్

ఐపీఎల్ ఫ్రాంచైజీ చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ (సీఎస్‌కే) తమ నూతన ప్రధాన కోచ్‌గా టీమిండియా మాజీ పేసర్ జహీర్ ఖాన్‌ను నియమించింది. గత 18 ఏళ్లుగా జట్టుతో అనుబంధం ఉన్న స్టీఫెన్ ఫ్లెమింగ్ స్థానంలో జహీర్ బాధ్యతలు చేపట్టనున్నాడు. ఐపీఎల్ 2027 సీజన్ వరకు ఈ నియామకం అమల్లో ఉంటుందని ఫ్రాంచైజీ సోమవారం వెల్లడించింది. ఈ కీలక నిర్ణయంలో వెటరన్ సీనియర్ ఆటగాడు ఎంఎస్ ధోనీ ప్రధాన పాత్ర పోషించినట్లు యాజమాన్యం స్పష్టం చేసింది. ఈ నియామకంపై సీఎస్‌కే మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ కాశీ విశ్వనాథన్ మాట్లాడుతూ, "క్రికెట్ మేనేజ్‌మెంట్ సమష్టిగా ఈ నిర్ణయం తీసుకుంది. జహీర్ ఖాన్‌కు ఉన్న అపార అనుభవాన్ని పరిగణనలోకి తీసుకుని అతడిని ప్రధాన కోచ్‌గా ఎంపిక చేశాం. ఐపీఎల్‌లో వందకు పైగా మ్యాచ్‌లు ఆడిన అనుభవం అతడికి ఉంది. ఈ ఎంపిక ప్రక్రియలో ఎంఎస్ ధోనీ కూడా పాలుపంచుకున్నాడు. ధోనీ సలహా లేకుండా మేం ఎటువంటి నిర్ణయాలు తీసుకోం" అని స్పష్టం చేశారు. ఈ ప్రక్రియలో కెప్టెన్ రుతురాజ్ గైక్వాడ్‌తో పాటు యజమాని రూపా గురునాథ్ కూడా భాగస్వాములయ్యారు. 2011 వన్డే ప్రపంచకప్ గెలిచిన భారత జట్టులో కీలక సభ్యుడైన జహీర్ ఖాన్, గతంలో ముంబై ఇండియన్స్‌కు డైరెక్టర్ ఆఫ్ క్రికెట్ ఆపరేషన్స్‌గా, లక్నో సూపర్ జెయింట్స్‌కు మెంటార్‌గా సేవలందించాడు. ఒక ఐపీఎల్ జట్టుకు అతడు ప్రధాన కోచ్‌గా బాధ్యతలు చేపట్టడం ఇదే మొదటిసారి. తన సహాయక సిబ్బందిని ఎంచుకునే పూర్తి స్వేచ్ఛను జహీర్‌కు కల్పించినట్లు యాజమాన్యం పేర్కొంది. ప్రస్తుత ఒప్పందం ప్రకారం ఏడాది కాలానికి ఈ నియామకం జరిగినట్లు సమాచారం. ఇక ధోనీ భవిష్యత్తు గురించి అడిగిన ప్రశ్నకు స్పందిస్తూ, "అతడు మా జట్టులో ఆటగాడిగానే కొనసాగుతాడు" అని విశ్వనాథన్ బదులిచ్చారు. గత మూడు సీజన్లలో ఆశించిన స్థాయిలో రాణించలేకపోయిన సీఎస్‌కే, జహీర్ మార్గదర్శకత్వంలో తిరిగి పూర్వ వైభవాన్ని సంతరించుకోవాలని ఆశిస్తోంది. డిసెంబర్‌లో జరగనున్న మినీ వేలం ద్వారా పటిష్ఠమైన జట్టును సిద్ధం చేయడం ఇప్పుడు జహీర్ ముందున్న తక్షణ కర్తవ్యం.

ఏషియన్ గేమ్స్‌లో కొత్త చరిత్ర.. భారత్‌కు తొలి ఎంఎంఏ మెడల్!

తొలిసారి ఆసియా క్రీడల్లో మిక్స్‌డ్ మార్షల్ ఆర్ట్స్

భారత్‌కు పతకాన్ని అందించిన సుచికా తారియాల్

మహిళల ట్రెడిషనల్ 60 కేజీల విభాగంలో సుచికాకు కాంస్య పతకం

సెమీఫైనల్లో సింగపూర్‌కు చెందిన హుయ్ హూన్ టియోతో ఓటమి

జూడో, జియూ-జిట్సులోనూ సుచికాకు ప్రావీణ్యం

భారత మిక్స్‌డ్ మార్షల్ ఆర్ట్స్ (ఎంఎంఏ)లో సుచికా తారియాల్ చరిత్ర సృష్టించింది. ఏషియన్ గేమ్స్‌లో భారత్‌కు ఎంఎంఏలో తొలి పతకాన్ని అందించిన క్రీడాకారిణిగా నిలిచింది. సోమవారం జరిగిన మహిళల ట్రెడిషనల్ 60 కేజీల విభాగంలో సుచికా.. కాంస్య పతకం సాధించింది. ఏషియన్ గేమ్స్‌లో ఈసారే ఎంఎంఏ తొలిసారి చోటు దక్కించుకుంది. సెమీఫైనల్లో సింగపూర్‌కు చెందిన హుయ్ హూన్ టియోతో సుచికా తలపడింది. హోరాహోరీగా సాగిన ఈ పోరు అదనపు సమయంలోకి వెళ్లింది. చివరకు స్వల్ప తేడాతో సుచిక ఓటమి పాలైంది. దీంతో ఫైనల్‌కు చేరే అవకాశం కోల్పోయినా.. అప్పటికే కాంస్య పతకం ఖాయమైంది. అంతకుముందు క్వార్టర్‌ఫైనల్లో మంగోలియాకు చెందిన అల్టాన్‌చిమెగ్ బైగల్మాను 2-0తో సుచికా ఓడించింది. దీంతో ఏషియన్ గేమ్స్‌లో ఎంఎంఏలో భారత్‌కు పతకం ఖాయం చేసిన తొలి క్రీడాకారిణిగా రికార్డు సృష్టించింది. 36 ఏళ్ల సుచికా ప్రయాణం ఒక్క ఎంఎంఏకే పరిమితం కాలేదు. జాతీయ స్థాయి జూడో క్రీడాకారిణిగా ఎదిగిన ఆమె 2022 బర్మింగ్‌హామ్ కామన్వెల్త్ గేమ్స్‌లో పాల్గొంది. 2023 ఏషియన్ గేమ్స్‌లో కురాష్‌లోనూ పోటీ పడింది. ఆ తర్వాత జియూ-జిట్సులో సత్తా చాటి 2024లో ఫైటింగ్ జియూ-జిట్సు ప్రపంచ ఛాంపియన్‌గా నిలిచింది. 2017లో ఎంఎంఏలో ప్రొఫెషనల్‌గా అరంగేట్రం చేసిన సుచికా.. జూడో, జియూ-జిట్సుపై దృష్టి పెట్టడంతో కొన్నేళ్లు ఈ క్రీడకు దూరంగా ఉంది. 2024లో మళ్లీ ఎంఎంఏలోకి వచ్చి 'బ్రేవ్ కంబాట్ ఫెడరేషన్'తో ఒప్పందం చేసుకుంది. గాయం వంటి అడ్డంకులను అధిగమించి తిరిగి వచ్చిన ఆమె.. ఇప్పుడు ఏషియన్ గేమ్స్‌లో భారత్‌కు చారిత్రక పతకం అందించింది. ఏషియన్ గేమ్స్‌లో ఎంఎంఏ తొలిసారి ప్రవేశించిన వెంటనే భారత్ కు పతకం రావడం విశేషం. ఈ ఘనత భారత ఎంఎంఏ చరిత్రలో సుచికా తారియాల్‌కు ప్రత్యేక స్థానం కల్పించింది.

కోహ్లీ, ధోనీ, డివిలియర్స్‌ను కాదని కుర్రాడిని ఎంచుకున్న సూర్య

విరాట్ కోహ్లీ, రోహిత్ శర్మ, ఎంఎస్ ధోనీ, ఏబీ డివిలియర్స్.. క్రికెట్‌లో ఈ దిగ్గజాల పేర్లు తెలియని అభిమానులు ఉండరు. కానీ వీరందరి నుంచి ఒక్క నైపుణ్యం ఎంచుకోమంటే భారత స్టార్ బ్యాటర్ సూర్యకుమార్ యాదవ్ మాత్రం ఓ 15 ఏళ్ల కుర్రాడిని ఎంచుకున్నాడు. అతడే వైభవ్ సూర్యవంశీ. ఈ యువ బ్యాటర్ సిక్సర్లు కొట్టే నైపుణ్యాన్ని తాను తీసుకోవాలనుకుంటున్నట్లు సూర్య తెలిపాడు. 'హ్యూమన్స్ ఆఫ్ బాంబే'కు ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో సూర్యకుమార్‌ను ఇదే ప్రశ్న అడిగారు. దానికి సమాధానంగా.. 'వైభవ్ సూర్యవంశీ అనే ఓ కుర్రాడి గురించి మీరు వినే ఉంటారు. అతడి సిక్సర్లు కొట్టే నైపుణ్యాన్ని కచ్చితంగా తీసుకుంటా' అని చెప్పాడు. ఐపీఎల్ 2026లో వైభవ్ సంచలన ప్రదర్శన చేసిన విషయం తెలిసిందే. 16 మ్యాచుల్లో 776 పరుగులు చేశాడు. 237.31 స్ట్రైక్‌రేట్‌తో పరుగుల వరద పారించాడు. అత్యధిక పరుగులతో ఆరెంజ్ క్యాప్ దక్కించుకోవడంతో పాటు మోస్ట్ వాల్యుబుల్ ప్లేయర్ అవార్డునూ అందుకున్నాడు. టోర్నీలో ఏకంగా 72 సిక్సర్లు బాదాడు. ఒక ఐపీఎల్ సీజన్‌లో ఒక ఆటగాడు కొట్టిన అత్యధిక సిక్సర్లు ఇవే. మరోవైపు సూర్యకుమార్‌కు ఐపీఎల్ 2026 కలిసిరాలేదు. 12 ఇన్నింగ్స్‌ల్లో కేవలం 270 పరుగులు చేశాడు. ముంబయి ఇండియన్స్ పది జట్లలో తొమ్మిదో స్థానంలో నిలిచింది. ఈ ప్రదర్శన తర్వాత సూర్యకుమార్ కెప్టెన్సీ కోల్పోయాడు. భారత టీ20 జట్టులోనూ చోటు కోల్పోయాడు. అయితే ఐపీఎల్ 2027లో సూర్యకుమార్ ముంబయి ఇండియన్స్‌లోనే కొనసాగనున్నట్లు ఇటీవల వార్తలు వచ్చాయి. ఇదిలా ఉంటే.. ఐపీఎల్‌లో అదరగొట్టిన వైభవ్ భారత టీ20 జట్టులోకి కూడా వచ్చాడు. ప్రస్తుతం ఆసియా క్రీడలు 2026 కోసం ఎంపిక చేసిన భారత జట్టులోనూ అతడు ఉన్నాడు.

చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ కొత్త హెడ్ కోచ్‌గా జహీర్ ఖాన్.. భారతీయుడే ఉండాలన్న ధోనీ!

చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ కు కొత్త హెడ్ కోచ్ నియామకం

స్టీఫెన్ ఫ్లెమింగ్ స్థానంలో బాధ్యతలు చేపట్టనున్న జహీర్ ఖాన్

భారత కోచ్ ఉండాలన్న ధోనీ సూచన మేరకే ఈ నియామకం

జట్టులో భాగం కావడం గౌరవంగా ఉందన్న జహీర్

జహీర్ రాకను ధృవీకరించిన సీఎస్‌కే యాజమాన్యం

ఐపీఎల్ చరిత్రలో అత్యంత విజయవంతమైన జట్లలో ఒకటైన చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ (సీఎస్‌కే) తమ జట్టులో కీలక మార్పులు చేపట్టింది. భారత పేస్ దిగ్గజం జహీర్ ఖాన్‌ను 2027 సీజన్‌కు కొత్త హెడ్ కోచ్‌గా నియమించినట్లు సోమవారం అధికారికంగా ప్రకటించింది. గత 18 ఏళ్లుగా జట్టుతో అనుబంధం పెనవేసుకున్న స్టీఫెన్ ఫ్లెమింగ్ స్థానాన్ని జహీర్ భర్తీ చేయనున్నాడు. వరుసగా మూడు సీజన్లలో సీఎస్‌కే ప్లేఆఫ్స్‌కు అర్హత సాధించడంలో విఫలమవడంతో స్టీఫెన్ ఫ్లెమింగ్ తన పదవి నుంచి తప్పుకున్న విషయం తెలిసిందే. అనంతరం అతడు ఇంగ్లండ్ పురుషుల టెస్ట్ జట్టుకు హెడ్ కోచ్‌గా బాధ్యతలు స్వీకరించాడు. ఫ్లెమింగ్ నిష్క్రమణ తర్వాత సీఎస్‌కే యాజమాన్యం పలువురు అభ్యర్థులతో విస్తృత చర్చలు జరిపింది. జట్టుకు భారతీయ కోచ్ అయితేనే బాగుంటుందని, స్థానిక ఆటగాళ్లు, పరిస్థితులపై అతనికి మంచి అవగాహన ఉంటుందని సీఎస్‌కే మాజీ కెప్టెన్ ఎంఎస్ ధోనీ గట్టిగా సూచించినట్లు సమాచారం. ఈ నేపథ్యంలోనే జహీర్ ఖాన్ నియామకం జరిగినట్లు తెలుస్తోంది. ఈ నియామకంపై జహీర్ ఖాన్ హర్షం వ్యక్తం చేశాడు. "ఐపీఎల్ చరిత్రలోనే అత్యంత విజయవంతమైన జట్లలో ఒకటైన సీఎస్‌కేలో భాగం కావడం నాకు దక్కిన గౌరవం. ఒక క్రికెటర్‌గా నేను సీఎస్‌కేతో మైదానంలో తలపడ్డాను. చెపాక్‌లో సూపర్‌ఫ్యాన్స్ సృష్టించే వాతావరణం చాలా ప్రత్యేకం. గొప్ప చరిత్ర ఉన్న ఈ ఫ్రాంచైజీతో కలిసి పనిచేసేందుకు ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నాను" అని జహీర్ ఒక ప్రకటనలో తెలిపాడు. జహీర్ నియామకాన్ని సీఎస్‌కే ఓనర్ రూపా గురునాథ్ నిర్ధారించారు. "జహీర్ ఖాన్‌ను హెడ్ కోచ్‌గా ధృవీకరిస్తున్నందుకు సంతోషంగా ఉంది. ఆటగాడిగా అతనికి ఉన్న అపార అనుభవం, యువ ప్రతిభను ప్రోత్సహించడంలో అతనికి ఉన్న నైపుణ్యం మా జట్టుకు ఎంతో విలువైనది. అతని మార్గనిర్దేశంలో ఫ్రాంచైజీ మరింత బలపడుతుందని విశ్వసిస్తున్నాం" అని ఆమె పేర్కొన్నారు. భారత్ 2011 వన్డే ప్రపంచకప్ గెలవడంలో కీలక పాత్ర పోషించిన జహీర్ ఖాన్, తన 14 ఏళ్ల అంతర్జాతీయ కెరీర్‌లో 92 టెస్టులు, 200 వన్డేలు, 17 టీ20లలో కలిపి 610 వికెట్లు పడగొట్టాడు. గతంలో ముంబై ఇండియన్స్‌కు డైరెక్టర్ ఆఫ్ క్రికెట్ ఆపరేషన్స్‌గా, లక్నో సూపర్ జెయింట్స్‌కు మెంటార్‌గానూ పనిచేశాడు. "జహీర్ ఒక ప్రపంచ స్థాయి బౌలర్. అతని క్రికెట్ పరిజ్ఞానం అపారమైనది. మా కుటుంబంలోకి అతనికి స్వాగతం పలుకుతున్నాం" అని సీఎస్‌కే మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ కేఎస్ విశ్వనాథన్ అన్నారు.

హంస కలం వార్త

వెంకీ 'ఆదర్శ కుటుంబం' నుంచి ఫస్ట్ సింగిల్.. డేట్ ఫిక్స్!

విక్టరీ వెంకటేశ్, ప్రముఖ దర్శకుడు త్రివిక్రమ్ శ్రీనివాస్ కాంబినేషన్‌లో వస్తున్న 'ఆదర్శ కుటుంబం' సినిమా నుంచి మేకర్స్ కీలక అప్‌డేట్ ఇచ్చారు. ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్న ఈ సినిమాలోని మొదటి పాట 'నారాయణమ్మ'ను రేపు(సెప్టెంబర్ 22న) విడుదల చేయనున్నట్లు అధికారికంగా ప్రకటించారు. తమన్ స్వరాలు సమకూరుస్తున్న ఈ చిత్రంలోని 'నారాయణమ్మ' పాటను రామజోగయ్య శాస్త్రి రాశారు. ఇది ఒక మాస్ అండ్ ఎంటర్‌టైనింగ్ సాంగ్‌గా ఉండబోతోందని చిత్రబృందం తెలిపింది. ఆదిత్య మ్యూజిక్ ద్వారా ఈ పాట ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. ఈ ఫ్యామిలీ ఎంటర్‌టైనర్‌పై వెంకటేశ్ అభిమానుల్లో, సాధారణ ప్రేక్షకుల్లో భారీ ఆశలు నెలకొని ఉన్నాయి.హారిక అండ్ హాసిని క్రియేషన్స్ పతాకంపై ఎస్. రాధాకృష్ణ ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. వెంకటేశ్ సరసన శ్రీనిధి శెట్టి హీరోయిన్‌గా నటిస్తున్న ఈ సినిమాలో మరో ఇద్దరు భామలు నివేదా పేతురాజ్, డింపుల్ హయాతి ప్రత్యేక పాత్రల్లో అలరించనున్నారు. అన్ని కార్యక్రమాలు పూర్తి చేసి, 'ఆదర్శ కుటుంబం' చిత్రాన్ని అక్టోబర్ 2న ప్రపంచవ్యాప్తంగా థియేటర్లలో గ్రాండ్‌గా విడుదల చేసేందుకు సన్నాహాలు చేస్తున్నారు.

సోదరి అంబికపై నటి రాధ సంచలన ఫిర్యాదు

రూ. 46 కోట్ల కోసం తన చెక్కులను దుర్వినియోగం చేశారని ఆరోపణ

ఇంట్లో ఉంచిన బ్లాంక్ చెక్కులను దొంగిలించారని ఫిర్యాదు

ఏడాదిన్నరగా తన ఆస్తిలోకి అడుగుపెట్టనివ్వడం లేదని ఆవేదన

ప్రముఖ నటి రాధ కుటుంబంలో ఆర్థిక వివాదం చెలరేగింది. తన సోదరి, నటి అంబిక, సోదరుడు మల్లికార్జున కుంజన్ నాయర్‌లపై రాధ సంచలన ఆరోపణలు చేశారు. తన సంతకం కలిగిన బ్లాంక్ చెక్కులను ఉపయోగించి రూ. 46 కోట్లు కాజేసేందుకు వారు ప్రయత్నించారని ఆరోపిస్తూ సెప్టెంబర్ 21న చెన్నై పోలీస్ కమిషనర్‌కు ఫిర్యాదు చేశారు. తన ఫిర్యాదులో రాధ పేర్కొన్న వివరాల ప్రకారం.. వ్యాపార అవసరాల నిమిత్తం ఆమె 'ఏఆర్ఎస్ గార్డెన్ స్టూడియో' పేరుతో ఉన్న ఐడీబీఐ బ్యాంకు కరెంట్ ఖాతాను నిర్వహిస్తున్నారు. సిబ్బంది వేతనాలు, పన్నులు, ఇతర ఖర్చుల కోసం కొన్ని చెక్కులపై ముందుగానే సంతకం చేసి చెన్నైలోని తన నివాసంలో ఉంచేవారు. 2025 జనవరి నుంచి ఈ సంస్థ పేరు 'ఆర్ఆర్ గార్డెన్స్'గా మారనున్న నేపథ్యంలో పాత చెక్కుల వాడకాన్ని నిలిపివేశారు. అయితే, ఆ పాత చెక్కు పుస్తకంలోని ఐదు చెక్కులను తన సోదరుడు మల్లికార్జున, సోదరి అంబిక దొంగిలించారని ఆమె ఆరోపించారు.సెప్టెంబర్ 17న అంబిక పేరుతో రూ. 46 కోట్ల కోసం ఈ ఐదు చెక్కులను బ్యాంకులో సమర్పించినట్లు బ్యాంకు అధికారులు తనకు సమాచారం అందించారని రాధ తెలిపారు. వెంటనే అప్రమత్తమైన ఆమె, ఆ చెక్కుల చెల్లింపును నిలిపివేయాలని బ్యాంకును ఆదేశించారు. అంబికకు తాను ఎటువంటి చెక్కులు ఇవ్వలేదని, అంత పెద్ద మొత్తంలో నగదు చెల్లించాల్సిన ఒప్పందం ఏదీ తమ మధ్య లేదని ఆమె స్పష్టం చేశారు.అంతేకాకుండా, గత ఏడాదిన్నర కాలంగా తనను తన ఆస్తిలోకి అడుగుపెట్టనివ్వడం లేదని, అక్కడ విలువైన వస్తువులు, నగలు, పత్రాలు ఉన్నాయని కూడా రాధ తన ఫిర్యాదులో పేర్కొన్నారు. ఈ వ్యవహారంపై సమగ్ర విచారణ జరిపి, ఆరోపణలు రుజువైతే చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని పోలీసులను కోరారు. ఒకప్పుడు దక్షిణాది చిత్ర పరిశ్రమలో అగ్ర కథానాయికలుగా రాణించిన అక్కాచెల్లెళ్ల మధ్య తలెత్తిన ఈ వివాదం ప్రస్తుతం తీవ్ర చర్చనీయాంశంగా మారింది.

పెరుగుతున్న విడాకుల సంస్కృతిపై కాజల్ అగర్వాల్ ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు

సంబంధాలపై సోషల్ మీడియా ప్రభావం పెరిగిందన్న నటి

ఆన్‌లైన్ జీవితాలతో పోలికలు ఒత్తిడి పెంచుతున్నాయని వివరణ

సోషల్ మీడియాలో ప్రేమ, పెళ్లి అంతా పరిపూర్ణంగానే కనిపిస్తాయని వ్యాఖ్య

నిజ జీవిత సమస్యలు బయటకు కనిపించవని కాజల్ అభిప్రాయం

ప్రముఖుల వ్యక్తిగత జీవితాలపై నిఘా ఎక్కువైందని వ్యాఖ్య

దేశంలో విడాకులపై చర్చ పెరుగుతున్న వేళ నటి కాజల్ అగర్వాల్ ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేశారు. మారుతున్న సంబంధాలు, ప్రేమ, పెళ్లిపై నేటి తరం ఆలోచనా విధానంలో సోషల్ మీడియా ప్రభావం ఎక్కువగా ఉందని ఆమె అభిప్రాయపడ్డారు. ఇంటర్నెట్‌లో కనిపించే జీవితాలతో తమ జీవితాలను పోల్చుకోవడం వల్ల దంపతులపై అదనపు ఒత్తిడి పెరుగుతోందని చెప్పారు.సోషల్ మీడియాలో ప్రేమ, పెళ్లి, ఆనందానికి సంబంధించిన ఎన్నో పోస్టులు కనిపిస్తుంటాయి. అయితే అవి ప్రతి ఒక్కరి నిజ జీవితాన్ని ప్రతిబింబించకపోవచ్చు. అందంగా కనిపించే ఫొటోలు, సంతోషకరమైన క్షణాలనే ఎక్కువగా పంచుకోవడంతో.. సంబంధాల్లో సమస్యలు, ఇబ్బందులు బయటకు కనిపించవు. దీంతో ఇతరుల జీవితాలతో తమ జీవితాలను పోల్చుకోవడం మొదలవుతుందని కాజల్ పేర్కొన్నారు.ముఖ్యంగా ప్రముఖుల వ్యక్తిగత జీవితాలపై సోషల్ మీడియా నిఘా ఎక్కువగా ఉంటుందని ఆమె అభిప్రాయపడ్డారు. ప్రతి విషయంపైనా వచ్చే కామెంట్లు, విమర్శలు సంబంధాలపై ఒత్తిడిని పెంచుతున్నాయని తెలిపారు. ఈ ప్రభావం మహిళలపై మరింత ఎక్కువగా ఉంటుందని గతంలోనూ కాజల్ మాట్లాడారు.ప్రేమ సంబంధాల గురించి కాజల్ గతంలోనూ తన అభిప్రాయాలను వెల్లడించారు. జీవితంలో సంతోషం పూర్తిగా ప్రేమ లేదా వివాహ బంధంపైనే ఆధారపడకూడదని ఆమె చెప్పారు. భర్త గౌతమ్ కిచ్లుతో తన అనుబంధం గురించి కూడా పలు సందర్భాల్లో మాట్లాడారు.ప్రస్తుతం విడాకులపై ఆమె చేసిన వ్యాఖ్యలు మరోసారి చర్చకు దారితీశాయి. మారుతున్న అంచనాలు, సోషల్ మీడియా ప్రభావం, ఆధునిక జీవనశైలి.. ఇవన్నీ నేటి సంబంధాలపై ప్రభావం చూపుతున్నాయని కాజల్ వ్యాఖ్యలు సూచిస్తున్నాయి.

Edited, Printed,Published and Owned by **V. Madhusudan chary** , Lake view krishna residency.Flat no 102.Road no 4 Jaya nagarNear Ganesh Mandapam Kukatpally Telangana 500072, Printed at NALIVELLI EXPRESS, PUBLISHED FROM HNo1-1A9T-10,Main road, pattikonda kurnool, Andhrapradesh 518380, **PRGI TGTEL/26/A3129** Cell.No 9966555449