

కార్మికులకు పెద్దపీట వేస్తున్న కూటమి ప్రభుత్వం



ప్రాధుటూరు అర్బన్, మే 30, ప్రభాతవార్త
అసంఘటిత రంగ కార్మికులకు తమ పెద్దన ఈ శ్రామిలో నమోదు చేసుకోవాలని, భవన నిర్మాణ కార్మికులైతే బిహెచ్ వర్కర్ బోర్డ్ లో నమోదు చేసుకోవాలని రాజ్ పు బోజాలో కూటమి ప్రభుత్వం అసంఘటిత రంగ కార్మికులకు పెద్ద పెద్ద వేస్తుంది స్టానిక స్వీపింగ్ మహిళా కార్మికులకు డిపిఎయిని జిల్లా ఆధ్వర్యం లుచితము కుటుంబద్వీని శుక్రవారం ఒక ప్రకటన ద్వారా అవగాహన కల్పించారు.

పెన్నానదిలో జేసీబీ యంత్రాలతో ఇసుక తవ్వకాలు



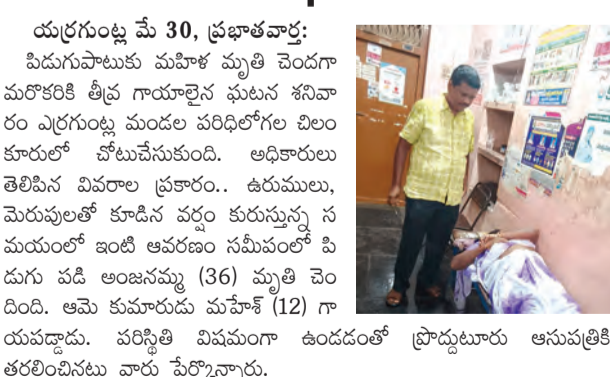
సిద్దపటం మే 30 ప్రభాతవార్త
మండలంలోని మామపల్లి పెన్నానదిలో పట్టణంలో జేసీబీ యంత్రాలతో ఇసుక తవ్వకాలు కొనసాగిస్తున్నా అధికారులు మామ పూడపట్టణ వ్యవహారిస్తున్నారని స్టానికులు వాపోతున్నారు. ఈ సందర్భంగా శనివారం స్టానిక రైతులు మాట్లాడుతూ తమకు రెవిన్యూ అధికారులు అనుమతి ఇవ్వడంతోనే జేసీబీ యంత్రం పెట్టి ఇసుకను తరలిస్తున్నారని వారు తెలిపారన్నారు. ఇసుకను పొలాల్లోకి తోలుకోకుండా మామపల్లి పెన్నానది నుంచి కడపకు తీసుకెళ్లి ఇసుక విక్రయిస్తున్నారన్నారు. రెవిన్యూ అధికారులు ఇసుక విక్రయించేందుకు కూడా అనుమతి ఇస్తారా అని స్టానికులు అభ్యర్థం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఒక వైపు పెన్నానదిలో భూగర్భ జలాలు అడగంటుండగా అధికారులు ఇసుక తవ్వకాలు చేయడం వల్ల స్టానికులు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఇసుక తవ్వకాలు వల్ల నీటిపారుదలలో భూమిలు కోతకు గురయ్యే అవకాశం ఉందని భోజ్లో నీటి శాతం అడగంటో అవకాశం ఉందని వాపోతున్నారు. జిల్లా కలెక్టర్ సన్నిధిలో అనుమతి ఇచ్చిన అధికారులపై చర్యలు తీసుకోవాలని రైతులు కోరుతున్నారు. ఈ విషయంపై తహసీల్దార్ ఆకు తిరుమల బాబు మ వివరణ కోరగా కొందరు రైతులు అల్లీలు పెట్టడం వల్ల ఇసుకను పొలాలకు తోలుకునేందుకు అనుమతి ఇవ్వడం జరిగిందన్నారు. అంతేగాని ఇసుకను తీసుకెళ్లి కడపలో విక్రయించుకోవడం నేరమన్నారు. అలాంటి వారిపై చర్యలు తీసుకుంటామని ఇక్కడ విఆర్డీ పర్వతేశ్వర్ ఇసుకను అనుమతి ఇస్తామని తహసీల్దార్ తెలిపారు.

విజయవంతమైన ఉచిత రక్తదాన శిబిరం



రక్తదానం సామాజిక అవసరం
ఇవైఎం రాష్ట్ర అధ్యక్షులు కలిముల్లా ఖాన్
ప్రాధుటూరు మే 30 ప్రభాతవార్త
ఇవైఎం యువకులతో సామాజిక దృక్పథాన్ని పెంపొందించే సంస్థ యువకుల యొక్క శక్తి సామర్థ్యాలు ఉన్నత ఆశయాలు కోసం వెల్పించబడాలని దాని ద్వారా ఉన్నత సమాజం ఉనికిలోకి వస్తుంది ఇవైఎం రాష్ట్ర అధ్యక్షులు కలిముల్లా ఖాన్ పేర్కొన్నారు. శనివారం స్టానిక జిల్లా రోడ్డు జమాత ఇస్లామి కార్యాలయంలో ఇదియల్ యాత్ మూవ్మెంట్ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటుచేసిన రక్తదాన శిబిరంలో ముఖ్య అతిథిగా ఆయన పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ యువకులలో సామాజిక సేవ దృక్పథాన్ని పెంపొందిస్తూ ఇలాంటి రక్తదాన శిబిరాలు కార్యక్రమాలు ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు. ముఖ్యంగా రోడ్డు ప్రమాదాలు చాలా జరుగుతున్నాయని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు సకాలంలో అవసరమైన రక్తమండం ఎంతో మంది ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారని ఇలాంటి సమయంలో రక్తదానం చేసి పరల ప్రాణాలను కాపాడాలని ఆయన విజ్ఞప్తి చేశారు చదువుకున్న వారిలోనూ రక్తదానం పట్ల కొన్ని అపోహలు ఉన్నాయని ఇలాంటి శిబిరాల వల్ల అపోహలు తొలగిపోతాయని వివరించారు జమాత నగర అధ్యక్షులు మాట్లాడుతూ సమాజం పట్ల ఇవైఎం వంటి సంస్థలు చేస్తున్న సేవలు అభినందనీయుమని పేర్కొన్నారు పట్ల యువత సేవా కార్యక్రమాలను మరిన్ని నిర్వహించాలని ఆయన కోరారు సురక్ష జ్ఞప్తి వ్యాంక్ సెంటర్ వారి ఆధ్వర్యంలో రక్తం సేకరించినట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మన ప్రజా సేవా సమితి అధ్యక్షులు ఆయాత్ ఖాన్ ఇవైఎం రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు బేషా రి షషీ, జిల్లా అధ్యక్షులు అబ్దుల్ రహమాన్, నగర అధ్యక్షులు జేబీపల్లె, సభ్యులు ఆయాత్తుల్లా, యహ్యీ, జలాలీ, ఇర్షాన్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పిడుగుపాటుకు తల్లి మృతి కొడుకు పరిస్థితి విషమం..



యర్రగుంట్ల మే 30, ప్రభాతవార్త:
పిడుగుపాటుకు మహిళ మృతి చెందగా మరొకరికి తీవ్ర గాయాలైన ఘటన శనివారం ఎర్రగుంట్ల మండల పరిధిలోగల లిలం కూరులో జేబీబీఎస్ కుంది. అధికారులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం, ఈ కుటుంబం, మెరుపులతో కూడిన వద్దం కురుస్తున్న సమయంలో ఇంటి ఆవరణం సమీపంలో పిడుగు వడి అంజనమ్ము (36) మృతి చెందింది. ఆమె కుమారుడు మహేశ్ (12) గా దునిపడ్డాడు. పరిస్థితి విషమంగా ఉండడంతో ప్రాధుటూరు ఆసుపత్రికి తరలించినట్లు వారు పేర్కొన్నారు.

వేణుగోపాలునికి స్నానం తిరుమంజనం

చౌడేపల్లి, మే 30 ప్రభాతవార్త
స్నాని రుక్మిణి, సత్యభామ సమేత శ్రీ వేణుగోపాలుని అలయంలో స్నానం తిరుమంజనం నిర్వహించారు. శ్రీ సమాధ్యార్థి తిరు నక్షత్రం సందర్భంగా అలయ ప్రధానాధ్యక్షులు వశిష్టాచార్యులతో ఉదయాస్నానం, అమృతార్చన విశేషాలతో, అలంకరణ నిర్వహించారు. 40 శతాబ్దం ఓట్లు వచ్చినా కేవలం 11 ఓట్లు మాత్రమే పరిమితి అయ్యారంటే ఎన్నికలు

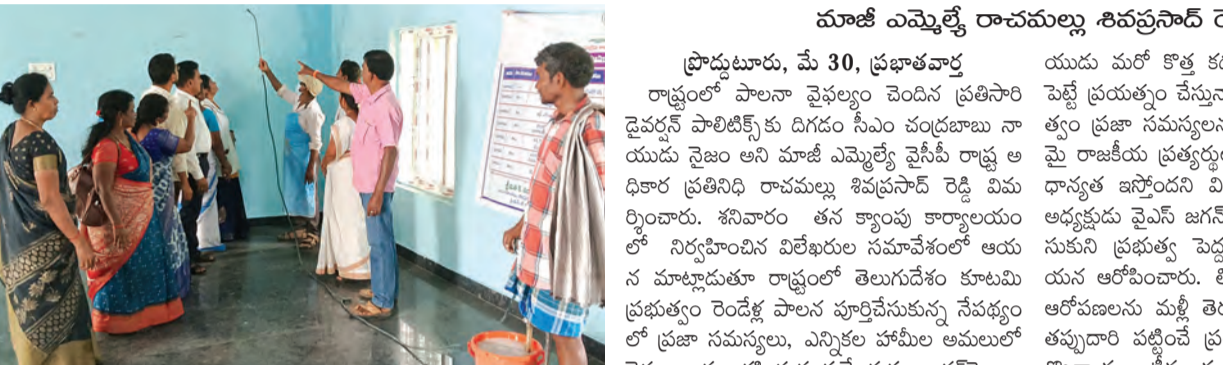
ఆలయాల వద్ద ఎవ్వరూ కాలక్షేపంగా కూర్చోరాదు



ఒంటిమిట్ట మే 30 ప్రభాతవార్త
ఒంటిమిట్ట సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ వెంకటేశ్వర్లు, సబ్ ఇన్స్పెక్టర్ శ్రీనివాసులు ఆదేశాల మేరకు ఒంటిమిట్ట చెరువు కట్టపై ఉన్న కనకదుర్గమ్మ ఆలయం, వీరాంజనేయ స్వామి ఆలయం, కాశీ విశ్వేశ్వరాలయాలను, పరిసరాలను ఆసిస్టెంట్ సబ్ ఇన్స్పెక్టర్ శంకర్ నాయక్ తన సిబ్బందితో కలిసి శనివారం తనిఖీ చేయడం జరిగింది. ముందుగా ఆయన ఆలయాల పరిసరాలను క్షుణ్ణంగా తనిఖీ చేశారు. అనంతరం ఆయన ఆలయాల వద్ద కాలక్షేపంగా కూర్చున్న ఉన్న బాటసారిలతో మాట్లాడుతూ ఆలయాల వద్ద పెద్ద పెద్దగా అరుస్తూ బొద్దుపోని మాటలు మాట్లాడుకుంటూ కాలక్షేపంగా ఎక్కువసేపు ఎవరూ కూర్చోకుండా దర్శనార్థం ఆలయాలకు వస్తున్న భక్తులకు మహిళలకు తీవ్ర అటంకం కలిగించినట్లు అవుతుందని అధ్యాత్మిక భావనలు మనసు ప్రశాంతతకు భంగం కలిగించే అవకాశం ఉందని తెలియజేశారు. గంటల ప్రకారం ఆలయాల వద్ద కూర్చోవడం ఎందుకన్నారు. ప్రస్తుతం ఒంటిమిట్టలో దొంగతనాలు దోపిడీలు ఎక్కువగా జరుగుతున్నాయని కొత్త వ్యక్తులు తిరుగుతున్నారని ఆలయాల వద్ద గుమి కూడినట్లు తెలిస్తే ఆ గుంపులో ఎవరు మంచి వారు ఎవరు చెప్పవారు గుర్తించేందుకు కష్టమవుతుందన్నారు. జనదగ్గరనుంచి ఏమైనా జరిగినట్లుంటే తప్పకుండా ఆలయ నిర్వహకులు బాధ్యత వహించాలని వారిపై శాఖా పరంగా చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుందని జాగ్రత్తగా ఉండాలని హెచ్చరించారు. ఆలయాల వద్ద కొత్త వ్యక్తులు తిరుగుతున్న కాలక్షేపంగా కూర్చున్న ఉన్న తప్ప

వసతి గృహాలలో ఐఆర్ఎస్ స్ట్రీయింగ్ చేపించడమైనది

యానికల్ అఫీసర్ డాక్టర్ ఇండ్ల సుబ్బారాయుడు



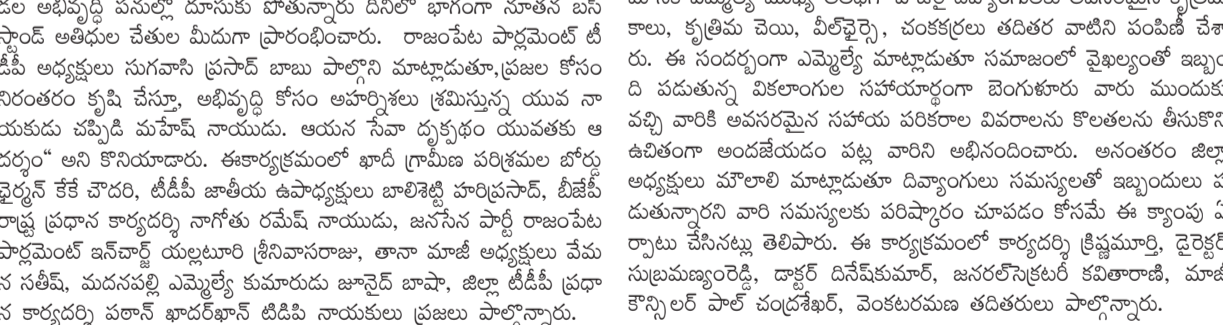
సిద్దపటం మే 30 ప్రభాతవార్త
సిద్దపటం మండలం పొన్నవోలు కొత్తపల్లి ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్ర పరిధిలోని సిద్దపటం గ్రామం నందలి ఎన్ని బాలుర బాలికల బిసి బాలల బాలికల వసతి గృహం నందు వైద్యులు సీ రంగలక్ష్మి ఆదేశాల మేరకు సిద్దపటం నబ్ యూనిట్ ఆఫీసర్ ఇండ్ల సుబ్బారాయుడు ఆధ్వర్యంలో ఆల్పా స్ట్రీయింగ్ మెట్రిన్ 5!! ఏ సీఎం 10 లీటర్ల నీటిలో 250 గ్రాములు కలిపి ఐఆర్ఎస్ జనరల్ స్ట్రీయింగ్ చేయవడం జరిగింది ఈ జనరల్ స్ట్రీయింగ్ చేయడం వలన వసతి గృహం నందులి దోపిడీలు అభివృద్ధి చెందకుండా ఉంటాయని ఒకవేళ దోపిడీలు ఉంటే అవి పక్కవారికి వచ్చి చనిపోతాయని ఈ స్ట్రీయింగ్ చేయవడం వలన వసతి గృహం నందు బాల బాలికలకు మలే రియూ డెంగ్యూ వికారం గురూ మెదడు వాపు లాంటి జ్వరాలు నుండి రక్షణ పొందవచ్చునని ఈ స్ట్రీయింగ్ చేయవడం జరిగినది ఈ కార్యక్రమంలో కమ్యూనిటీ హెల్త్ ఆఫీసర్ లక్ష్మీనరసమ హెల్త్ సూపర్వైజర్ మోలాలి శారదా దేవి ఆరోగ్య కార్యకర్తలు అంజనమ్మ శారద హెల్త్ ఆసిస్టెంట్ వెంకటసుబ్బయ్య ఎమ్మెల్యే హామ్మి లోకేశ్ అశా కార్యకర్త ఓబలమ్మ వసతి గృహం సిబ్బంది సరస్వతి పాల్గొన్నారు.

డాక్టర్ నాగలక్ష్మి మృతి



ప్రాధుటూరు అర్బన్, మే 30, ప్రభాతవార్త:
గాంధీ రోడ్డులోని కాత్వ నర్సింగ్ హోమ్ ఫౌండర్, ప్రముఖ వైద్యులు డాక్టర్ నాగలక్ష్మి శనివారం ఉదయం తన స్వగృహంలో మృతి చెందారు. ఆమె మృతి వార్త తెలిసిన వెంటనే పట్టణ వైద్య వర్గాల్లో తీవ్ర విషాదం నెలకొంది. దీర్ఘకాలంగా వైద్య సేవల్లో ప్రత్యేక గుర్తింపు పొందిన డాక్టర్ నాగలక్ష్మి మరణంపై పలువురు వైద్యులు, స్థానిక ప్రముఖులు సంతాపం వ్యక్తం చేస్తూ ఆమె సేవలను స్మరించుకున్నారు. డాక్టర్ నాగలక్ష్మి భౌతిక దేహానికి వైఎస్ఆర్ డి. రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి రాచమల్లు శివ ప్రసాద్ రెడ్డి నివాళులు అర్పించారు. అనంతరం డాక్టర్ నాగలక్ష్మి కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించి ప్రగాఢ సానుభూతి తెలిపారు. ఆమె సేవలను గుర్తు చేసుకుంటూ వైద్యులు, సన్నిహితులు భావోద్వేగానికి లోనయ్యారు.

నూతన బస్ స్టాండ్ బస్ షెల్టర్ ప్రారంభం



మండల ప్రజల మనస్సుల్లో చెరగని ముద్ర చేసుకున్న పేష్కెటి బ్రదర్స్ మండల ఆధిపత్య వసల్లో దూసుకు పోతున్నారని దీనిలో భాగంగా నూతన బస్ స్టాండ్ అభివృద్ధి చేతుల మీదుగా ప్రారంభించారు. రాజంపేట పార్లమెంట్ టీడీపీ అధ్యక్షులు సుగమ ప్రసాద్ బాబు పాల్గొని మాట్లాడుతూ, ప్రజల కోసం అనంతరం కృషి చేస్తూ, అభివృద్ధి కోసం అపారాధులు శ్రమిస్తున్న యువ నాయకుల చట్టే మహిళా మాయుడు. ఆయన సేవా దృక్పథం యువతకు ఆదర్శం అని కొనియాడారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఖాదీ గ్రామీణ పరిశ్రమ బోర్డు చైర్మన్ కేకే వొందర్, టీడీపీ జాతీయ ఉపాధ్యక్షులు బాలిశెట్టి హరిప్రసాద్, బీజేపీ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి నాగేశ్వరయ్య, జనసేన పార్టీ రాజంపేట పార్లమెంట్ ఇన్చార్జ్ యల్లూరి శ్రీనివాసరాజు, తానా మాజీ అధ్యక్షులు వేమన సతీష్, మదనపల్లి ఎమ్మెల్యే కుమారుడు జాషుద్ బాబా, జిల్లా టీడీపీ ప్రధాన కార్యదర్శి చలాన్ ఖాదర్ఖాన్ టీడీపీ నాయకులు ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

సర్ సవరణలపై అప్రమత్తంగా ఉండాలి

ఓటరు ఖాతా యే గెలుపుకు తొలి అడుగు
ఎలా జరిగాయో ఆలోచించాలన్నారు. మళ్ళీ అలుపంటివి పునరావృతం కాకుండా ఎన్నికలు సజాగా జరిగితే అందరూ అప్రమత్తంగా ఉండాలన్నారు. అనంతరం మాజీ మంత్రి పెద్దిరెడ్డి రామచంద్రారెడ్డి మాట్లాడుతూ ఓటర్ల జాబితా సవరణ పట్ల ఓటర్లను జాగ్రత్త పడాలన్నారు. అసర్లను జాబితాలో చేర్చకుండా చూడాలన్నారు. సర్ పేరుతో చంద్రబాబునాయుడు కుట్రలను పొల్లడే అవకాశం ఉంటుందని తెలిపారు. చంద్రబాబు కుట్రలను బీజేపీ పెద్దల సైతం ప్రశ్నించే పరిస్థితుల్లో లేరన్నారు. జిల్లా అధ్యక్షులు, రాజంపేట ఎమ్మెల్యే ఆకేపాటి అమరనాథ్ రెడ్డి, ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ అవగాహన సర్ అవగాహన సదస్సు రాష్ట్రంలోని తొలిసారిగా ప్రారంభించడం జరిగిందన్నారు. ప్రతి బాతు

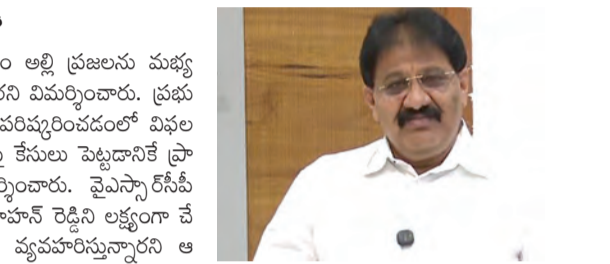
సుమనకుమారికి జాతీయ వాగ్దేవి పురస్కారం



నందలూరు, మే 30 ప్రభాతవార్త:
నందలూరు వాసి, ప్రముఖ నృత్య కళాకారిణి, రచయిత, కవయిత్రి, తెలుగు కళావేదిక అధ్యక్షురాలు డాక్టర్ కోడూరు సుమనకుమారికి జాతీయ వాగ్దేవి పురస్కారానికి ఎంపికయ్యారు. ఈ మేరకు జాతీయ తెలుగు సారస్వత పరిషత్ కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షులు కేశరాజు రాంప్రసాద్ ఆహ్వాన పత్రాలను పంపినట్లు ఆమె తెలిపారు. జూన్ 5న శ్రీకాళహస్తిలోని గంగా సదనోల్ జాతీయ తెలుగు సారస్వత పరిషత్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించే కవి సమ్మేళనం, జాతీయ వాగ్దేవి పురస్కారాల ప్రధానోత్సవంలో ఆమెకు ఈ పురస్కారాన్ని అందజేయనున్నారు. సాహిత్యం, కళారంగాల్లో ఆమె చేస్తున్న సేవలకు గుర్తింపుగా ఈ అవార్డు లభించడం పట్ల నందలూరు సాహితీ, సాంస్కృతిక వర్గాలు హృదయ వ్యక్తం చేశాయి. నందలూరు కథానిలయం కార్యదర్శి అల్లం అశోక్కుమార్తో పాటు పలువురు కవులు, రచయితలు, సాహితీ ప్రియులు డాక్టర్ సుమనకుమారిని అభినందించారు.

పాలనా వైఫల్యం చెందిన ప్రతిసారి డైవర్షన్ పాలిటిక్స్ చేయడం చంద్రబాబు నైజం

మాజీ ఎమ్మెల్యే రాచమల్లు శివప్రసాద్ రెడ్డి



యము మరో కొత్త కథనం అల్లి ప్రజలను మళ్ళీ పెట్టే ప్రయత్నం చేస్తున్నారని విమర్శించారు. ప్రభుత్వం ప్రజా సమస్యలను పరిష్కరించడంలో విఫలమై రాజకీయ ప్రత్యర్థులపై కేసులు పెట్టడానికే ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని విమర్శించారు. వైఎస్సార్ కివే అధ్యక్షుడు వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డిని లక్ష్యంగా చేసుకుని ప్రభుత్వ పెద్దలు వ్యవహరిస్తున్నారని ఆయన ఆరోపించారు. లిక్కర్ సాగం పేరుతో పాత ఆరోపణలను మళ్ళీ తెరవైకి తీసుకువచ్చి ప్రజలను తప్పుదారి వట్టిచే ప్రయత్నం జరుగుతోందని పేర్కొన్నారు. ఇటీవల కూటమి నాయకులు ఢిల్లీ వెళ్లి కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షాను కలవడం కూడా రాజకీయ ఒత్తిడిల భాగమని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. జగన్ వ్యక్తిగత సహాయకుడు కేసీఆర్ ను సీట్ అధికారులు విచారిస్తున్న విషయాన్ని ప్రస్తావిస్తూ, రూ.19 కోట్ల లావాదేవీలపై ప్రశ్నలు వస్తున్నాయని తెలిపారు. అలాగే చంద్రబాబు నాయుడు అ

జగన్ హయాంలో విద్యకు రాజకీయ రంగు

లోకేష్ నాయకత్వంలో కార్టరేట్ స్థాయికి చేరుకున్న ప్రభుత్వ పాఠశాలలు



విద్యార్థులకు అందించే బ్యాగులు, పుస్తకాలు, బాట్లపై అప్పటి ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి పేరు, చిత్రాలను ముద్రించి వ్యక్తిగత ప్రచారం చేసేకున్నారని ఆరోపించారు. ఆయితే టీడీపీ ప్రభుత్వం అలాంటి విధానాలను అనుసరించడం లేదని, విద్యా నాణ్యత పెంపు, మౌలిక సదుపాయాల అభివృద్ధిపై దృష్టి సారినోందని తెలిపారు. విద్యాశాఖ మంత్రి నారా లోకేష్ ఆధ్వర్యంలో ఉపాధ్యక్షులు అలకు అధునిక శిక్షణ, నైపుణ్యాభివృద్ధి కార్యక్రమాలు చేపడుతున్నారని, ప్రభుత్వ పాఠశాలలను ప్రైవేట్ పరిధిలోకి తెచ్చేందుకు డిమాండ్ తీర్చిదిద్దే చర్యలు అమలు చేస్తున్నారని చెప్పారు. ఆర్థికంగా వెనుకబడిన కుటుంబాల పిల్లలకు నాణ్యమైన విద్య అందించడమే ప్రభుత్వ లక్ష్యమని పేర్కొన్నారు. ఈ క్రమంలోనే సేసిన వ్యాఖ్యలను ఆయన తీవ్రంగా ఖండించారు. వైకాపా ప్రభుత్వ హయాంలో విద్యారంగం కంటే ప్రచార ఆర్థికాధారిత అధిక ప్రాధాన్యత ఇచ్చారని,

సమాజంలో ప్రతిభావంతులకు ప్రత్యేక గుర్తింపు

ఎమ్మెల్యే షాజహానీబాబా

మదనపల్లి, మే 30 ప్రభాతవార్త:
సమాజంలో ప్రత్యేక ప్రతిభావంతులకు ప్రత్యేక గుర్తింపు ఇవ్వడం జరుగుతుందని ఎమ్మెల్యే షాజహానీబాబా తెలిపారు. పట్టణంలోని చిత్తూరు బస్టాండ్ దు ఇండియన్ రెడ్ క్రాస్ సొసైటీ భవనంలో ఓమెగా రిహాబ్ వెబరేషన్ బెంగుళూరు వారి సహకారంతో మదనపల్లి ఫిజికల్ హ్యాండ్ డివైజ్ ఆసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో శనివారం వికలాంగుల కోసం ఉచిత పరికరాల కోసం క్యాంపు నిర్వహించారు. జిల్లా అధ్యక్షులు మోలాలి అధ్వర్యంలో జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే ముఖ్య అతిథిగా హజారే దివ్యాంగులకు అవసరమైన కృత్రిమ కాలు, కృత్రిమ చెయి, వీల్ ఛైర్, చంకకర్రలు తదితర వాటిని పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ సమాజంలో వైఖ్యలలో ఇబ్బంది పడుతున్న వికలాంగుల సహాయార్థంగా బెంగుళూరు వారు ముందుకు వచ్చి వారికి అవసరమైన సహాయ పరికరాల వింకరాలను కొలతలను తీసుకొని ఉచితంగా అందజేయడం పట్ల వారిని అభినందించారు. అనంతరం జిల్లా అధ్యక్షులు మోలాలి మాట్లాడుతూ దివ్యాంగులు సమస్యలతో ఇబ్బందులు పడుతున్నారని వారి సమస్యలకు పరిష్కారం చూపడం కోసమే ఈ క్యాంపు ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో కార్యదర్శి క్రీష్ణమూర్తి, డైరెక్టర్ సుబ్రహ్మణ్యం రెడ్డి, డాక్టర్ దినేష్ కుమార్, జనరల్ సెక్రటరీ కవితారాణి, మాజీ కోస్టిలర్ పాల్ చంద్రశేఖర్, వెంకటరమణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పెంచిన పెట్టోల్, డీజిల్ ధరలు తగ్గించాలి

సీపీఐ నియోజకవర్గ కార్యదర్శి మురళి

మదనపల్లి, మే 30 ప్రభాతవార్త:
పెంచిన పెట్టోల్, డీజిల్ ధరలు తగ్గించాలని సీపీఐ నియోజకవర్గ కార్యదర్శి మురళి డిమాండ్ చేశారు. శనివారం చిత్తూరు జిల్లాలోని అటోస్టాండ్ యూనియన్ కమిటీ సమావేశం ఎన్టీయూ కార్యాలయంలో నిర్వహించారు. ఈ సమావేశానికి ముఖ్య అతిథులుగా హజారే మరరి మాట్లాడుతూ పెట్టోల్, డీజిల్ ధరలు రోజూ పెరగడం వల్ల ఈ భారం పూర్తిగా ప్రజలపై, అటో డ్రైవర్లపై పడుతోందన్నారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం 15 రోజుల వ్యవస్థలో రూ.8లు పెంచినది ఇతర రాష్ట్రాలతో పోలిస్తే మన రాష్ట్రంలో మరింత ఎక్కువ ధర ఉందన్నారు. అటో ఫిటినెస్ సర్టిఫికేట్ కోసం మదనపల్లి నుండి రాయచోటి, చిత్తూరు జిల్లా బంగారపాళ్ళకు వెళ్ళి తీసుకోవాల్సి వస్తుందని దీంతో ప్రైవేట్ తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారన్నారు. జిల్లా కేంద్రమైన మదనపల్లిలో ఫిటినెస్ డిస్కంట్ ఇచ్చే కార్యాలయం ఏర్పాటు చేయాలన్నారు. పెంచిన పెట్టోల్, డీజిల్ ధరలను తగ్గించాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో అటో యూనియన్ అధ్యక్ష, కార్యదర్శులు మునిరెడ్డి మారుత్, వెంకటరమణ, జయచంద్ర, గిరిబాబు, మల్లెశాసన, మంజునాథ్, సోహాభ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కలువలతో లాభసాటి వ్యాపారం..

చాలామంది గృహిణులు ఒక్కోసారి ఖాళీ సమయాన్ని వృధాచేస్తున్నారని భాషించారు. అయితే కేరళకు చెందిన విజ్ఞా అభి ఖాళీ సమయంలో తన మనసుకు నచ్చిన తోట పని చేస్తోంది. వందల రకాల లిలీలను పెంచుతూ నెలకు రూ.లక్షకు పైగా ఆదాయాన్ని అందుకుంటుంది. ఎలానో తెలుసుకుందాం...



విజ్ఞా అభి

పెంచడామనుకుంది. ఇంటినికే గార్డెనింగ్, ప్లాంటర్స్ సోపర్ మీడియా గ్రూపుల్లో చేరి మొక్కల పెంపకానికి సంబంధించిన మెలకువలు నేర్చుకుంది. అలా ఇంటర్నెషనల్ వాటర్ లిల్లీ అండ్ వాటర్ గార్డెనింగ్ సొసైటీలో చేరి, విదేశాల్లో ఉన్న గార్డెనింగ్ సూచనలూ తీసుకునేది. ప్రస్తుతం వంద రకాలకు పైగా వాటర్ లిలీలను తన గార్డెనింగ్ పెంపకమే కాకుండా సొంతగా 'సింఫెయాక్రి' అనే కొత్త హైబ్రిడ్ రకాన్ని ప్రపంచానికి పరిచయం చేసింది. మార్కెట్లో వాటర్ లిలీలకు ఉన్న డిమాండ్ను తెలుసుకున్న విజ్ఞా, వాటిని ఫేసిబుక్ ద్వారా విదేశాలకు సరఫరా చేసింది. సీజన్లో అయితే నెలకు రూ.లక్షకు పైనే ఆదాయం వస్తుంది. 'ఇంట్లో కూర్చోని, నాకు నచ్చిన పనిచేసుకుంటూ ఆదాయాన్ని పొందుతున్నా. అంతకంటే కావాల్సిందేమంది' అంటారు విజ్ఞా.



ఎంచుకుంది. అందులో బోగోస్ విలియామ, ఆర్చిడ్స్, గులాబీలనూ పెంచేది. అప్పుడు సామాజిక మాధ్యమాల్లో.. ఎంతోమందికి రకరకాల మొక్కలు కొనాలనే ఆసక్తి ఉందని గమనించి, వాటర్ ప్లాంటర్స్ ను

భార్యభర్తలిద్దరి అభిరుచులు కలవడం చాలా అరుదు. అందులోనూ ఇద్దరి కెరీర్ ఒక్కటే అయినా.. ఎక్కడో ఒక చోట అభిప్రాయ భేదాలు వస్తుంటాయి. కానీ అభిరుచులతో పాటు అభిప్రాయాలూ కలిస్తే అదే రాజమౌళి-రమా రాజమౌళి అను బంధం అవుతుంది. తెలుగు చిత్ర పరిశ్రమలో 'ది మోస్ట్ వాంటెడ్ కాస్ట్యూమ్ డిజైనర్'గా పేరు తెచ్చుకున్న రమా. మిసెస్ రాజమౌళిగానే కాదు. తనకంటూ ప్రత్యేకతను సృష్టించుకున్నారు. భర్త కలల ప్రాజెక్టుల్లో భాగమవుతూ ఆయన విజయాల్లో భాగం పంచుకుంటూ ఆనలు సినిమాల ఆర్డొంగిగా పేరు తెచ్చుకున్నారు. ఇలాంటి ఆదర్శ దంపతులు ఇప్పుడు మరో ఘనతనూ కలిపి పంచుకున్నారు. ప్రతిష్టాత్మక అస్కార్ అకాడమీలో చేరాలంటూ ఈ ఏటి ఆహ్వానం అందుతున్నారు. కాస్ట్యూమ్ డిజైనర్ జాబితాలో రమా, దర్శకుల కేటగిరీలో రాజమౌళికి ఈ అరుదైన గౌరవం దక్కింది. ఈ నేపథ్యంలో రాజమౌళి జీవన సహచరిగా, కాస్ట్యూమ్ డిజైనర్గా.. తన అనుభవాల్ని ఇలా నెమరుచేస్తున్నారని రమా రాజమౌళి.

పాత్రలన్నింటిలోకెల్లా నాకు నచ్చింది శివగామి కాస్ట్యూమ్స్! చీర కాస్ట్యూమ్స్... సినీమాకు కాస్ట్యూమ్స్ డిజైన్ చేసేటప్పుడు పాత్ర, పాత్ర చేస్తున్న వ్యక్తి, ఈ నేపథ్యం.. ఇవన్నీ దృష్టిలో పెట్టుకొనే కాస్ట్యూమ్స్ డిజైన్ చేస్తుంటా. చేసే పనిని ఎంజాయ్ చేయడం నా కిష్టం. అంతేకానీ ఒత్తిడిగా ఫీలవ్వను. ఆపై ఇతరుల మాటలూ పట్టించుకోను ఇక చాలా మంది నన్నే ప్రశ్ని అడుగుతుంటారు. ఇన్ని విభిన్న కాస్ట్యూమ్స్ డిజైన్ చేసే మీకు ఇష్టమైన కాస్ట్యూమ్ ఏంటో? అని నాకు బీరలంటే చాలా ఇష్టం. ఏ చిన్న సందర్భమైనా బీరకట్టుకే ప్రాధాన్యమిస్తాను.



బులితెర సైనా!... చాలామంది నేను కాస్ట్యూమ్ డిజైనర్గానే తెలుసు. కానీ నటనలోనూ నాకు ప్రవేశం ఉందని తెలిసిన వాళ్లు చాలా తక్కువమంది ఉంటారు. నటిగా నాకు ఆ అవకాశం ఇచ్చింది 'అమృతం' సీరియల్ ఇందులో ఒక ఎపిసోడ్లో న్యూస్ రీడర్గా కనిపిస్తా. మరో ఎపిసోడ్లో నాకు ఇష్టమైన గృహిణి పాత్రలో నటించా. భార్య భర్తలంటే మనసులే

ప్రతిష్టాత్మక అస్కార్ అకాడమీలో చేరాలంటూ..



కాదు. అభిరుచులు, అభిప్రాయాలూ కలిసినప్పుడు అది అందమైన బంధంగా మారుతుందనేది నా నమ్మకం. చాలామంది మా ఇద్దరి మధ్య ఓ పెద్ద ప్రేమకథ ఉందనుకుంటారు. కానీ అలాంటిదిదే లేదు. మా లవ్ స్టోరీ చాలా సింపుల్. కీరవాణి కజినీ రాజమౌళి. నా సోదరి పల్లితో కీరవాణి పెళ్లి జరిగింది. అప్పుడే రాజమౌళికి, నాకు పరిచయం ఏర్పడింది. మూడి తొలి చూపు ప్రేమ కాదు. ఎన్నో ఏళ్లుగా మా మధ్య ఉన్న పరిచయమే మమ్మల్ని ఒక్కటి చేసింది. నేను డ్రాఫ్ట్ ఉమన్సి! మా అమ్మ సింగిల్ మదర్. నేను, పల్లి చిన్నతనంలో ఉన్నప్పుడే మా నాన్న పోయారు. మమ్మల్ని పెంచడానికి తనంతో కష్టపడింది. తన జీవితానికి ఎదురించడం చూసి మేమూ స్ఫూర్తి పొందాం. మమ్మల్ని ఆత్మవిశ్వాసంతో డైరెక్టుగా ఉండేలా పెంచింది. ఇలా అమ్మ డైరెక్టు, దృఢత్వమే మా ఇద్దరికీ వచ్చాయి. కాస్ట్యూమ్ డిజైనింగ్ కెరీర్కి ఎంత ప్రాధాన్యమిస్తానో.. ఇలాగే, భార్యకు, తల్లిగా ఉండడానికి అంతే ఇష్టపడతా!

తమలపాకు పండింది..



అమ్మాయి అరచేయి.. ఎర్రగావండి కనిపిస్తోంటే ఎంత అందమో కనా! వేడుకలప్పుడు చేతిపై ఆ అందం లేకపోతే బోసపోయినట్లే అనిపిస్తుంది. కానీ అన్నవనం గోరంటికాకావాలంటే చాలామందికి కష్టమే. అయితే తమలపాకు తెచ్చేసుకోండి. దానితోనూ అరచేత ఎర్రదనం

పండించుకోవచ్చు. ఎలాగంటే తాజా తమలపాకులు ఓ పది తీసుకుని, కాడలు తీసేయండి. వాటికి అరసూపు చొప్పున పసుపు, సున్నం కలిపి, మెత్తగా మిక్స్ చేశారు. సీజ్ కలపొద్దు, నిల్వ ఉన్న ఆకుల్ని వాడొద్దు. తరవాత రసాన్ని వడకట్టి, బాగా ఎర్రగా ఉన్న కుంకుమ కలుపుకోవాలి. ఆ మిశ్రమంతో చేతిపై నచ్చిన డిజైన్లు వేసుకోండి. ఆరిన తరువాత కడిగిని చూసుకోండి. అప్పుడే గోరం టాకు లాగే పండుతుంది. మొత్తం ప్రక్రియకు ఎక్కువ సమయం

కావలసినవి : గోధుమపిండి-ఒకటిన్నర కప్పు, పాలపొడి-కప్పు, నెయ్యి-బేబుల్స్ గానీ, వేడి పాలు-ముప్పావు కప్పు, బేకింగ్ పౌడర్- అర చెంచా, నూనె-వేయిచేంచుకు సరిపడా, పంచదార-2 కప్పులు, యాలకులు-3, జీడిపప్పు,

గోధుమ మిఠాయి



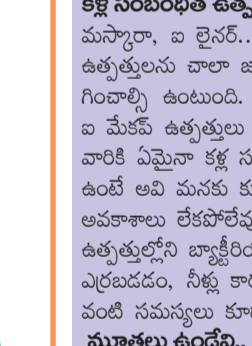
బాదం, పిస్తా పలుకులు-పావు కప్పు. తయారీ : వెడలనవటి గిన్నెలో గోధుమ పిండి, పాలపొడి, బేకింగ్ పౌడర్ వేసి, వేడి పాలతో కలపాలి. బాగా కలిపి, పిండి మెత్తగా అయ్యారదనుకున్నాక మందమైన చపాటిలా ఒత్తుకోవాలి. సీసా మూత సొంతంతో చిన్న చిన్న పుత్తాలా కట్ చేయాలి. వీటిని కాగతున్న నూనెలో బంగారు రంగు వచ్చే వరకూ వేయించాలి. అదుగు భాగం మందంగా ఉన్న పాత్రలో పంచదార, యాలకులు, రెండు కప్పుల సీజ్ పోసి.. రెండు నిమిషాలు మరిగించి దించాలి. వేగన సర్కిల్స్ ను ఈ పాత్రలో వేసి, రెండు గంటలు నాననివ్వాలి. వాటి మీద బ్రెప్రూట్స్ పలుకులు చల్లితే సరి రుచికరమైన గోధుమ మిఠాయి రుచి.

ఇవి పంచుకుంటున్నారా..

అపాదమనస్తం అందంగా మెరిసిపోవాలి అందరికీ ఉంటుంది. అందుకోసం మేకప్ ను కూడా ఆక్రమిస్తూ ఉంటారు. ఈ క్రమంలో కొందరు మేకప్ ఉత్పత్తులు అందులో ఉపయోగించే బ్రష్లను సైతం ఇతరులతో పంచుకొంటూ ఉంటారు. మీరూ అంతేనా? అయితే జాగ్రత్త! అలా చేయడం వల్ల సంరక్షణలో భాగంగా ఏదో ఉత్పత్తులు ఇతరులతో పంచుకోకూడదే తెలుసుకుందామా..



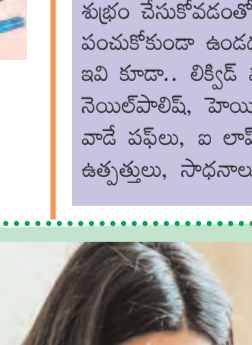
స్నేహితులు లేదా అందపుల్లో ఎవరైనా లిప్ స్టిక్/లిప్ గ్లాస్/ మేకప్ సరఫరా.. ఇలా ఏది కనిపించకపోయినా వెంటనే పక్కనున్న వాళ్లు ఇదిగో.. నాది తీసుకో అంటూ అందించడం లేదంటే మనమే వాళ్లను అడగడం సర్వసాధారణమే. అయితే ఆ క్షణానికి అందంగా కనిపించడానికి అది ఉపయోగ పడినా ముందు ముందు మాత్రం సౌందర్యసంరంగా చాలా నష్టాలే ఎదుర్కోవచ్చు! రావచ్చు. అందుకే సౌందర్య సంరక్షణలో భాగంగా కొన్ని ఉత్పత్తులను ఇతరులతో అప్పులు పంచుకోకూడదు. పాడర్ రూపంలో ఉంటే.. మేకప్ లో ఉపయోగించే ఫౌండేషన్, ఐ పాడర్.. వంటివి కొన్ని పాడర్ రూపంలో కూడా ఉంటాయి. అయితే వీటిని ఒకరి కంటే ఎక్కువమంది చేతితో తాకినా లేదా బ్రష్లతో అపై చేసుకున్నా అందులో బ్యాక్టీరియా చేరే అవకాశాలు ఎక్కువ. ఫలితంగా మెటిమలు రావడం, చర్మ సంబంధిత ఇన్ఫెక్షన్లు దరిచేరడం వంటి సమస్యలు రావచ్చు. కాబట్టి పాడర్ రూపంలో ఉన్న ఉత్పత్తులను ఇతరులతో అప్పులు పంచుకోకూడదు.



లిప్ స్టిక్/లిప్ గ్లాస్.. చాలామంది రంగు బాగుందనే లేక మంచి లిప్ ఇన్ఫెక్షన్లతో ఇతరుల లిప్ స్టిక్/ లిప్ గ్లాస్ ఉపయోగిస్తూ ఉంటారు. అయితే ఇతరులవి మనం ఉపయోగించడం వల్ల వాటిపై ఉన్న బ్యాక్టీరియా మన అధరాల పైకి చేరే అవకాశాలు లేకపోవు. అలాగే మన అధరాలపై ఉన్న టేమల్ ఉండే బ్యాక్టీరియా కూడా వాటికి తోడ్పడే సెలాలకు హాని కలిగించవచ్చు. కాబట్టి ఇవి కూడా ఎవరివి వారు ఉపయోగించుకోవడం శ్రేయస్కరం.



కళ్ల సంబంధిత ఉత్పత్తులు..... ఐ పాడర్, మస్కారా, ఐ లైన్.. వంటివి మేకప్ ఉత్పత్తులను చాలా జాగ్రత్తగా ఉపయోగించాలి. ముఖ్యంగా ఇతరుల వాటిని మేకప్ ఉత్పత్తులు ఉపయోగించేటప్పుడు వారికి ఏమైనా కళ్ల సంబంధిత ఇన్ఫెక్షన్లు ఉంటే అవి మనకు కూడా వచ్చే అవకాశాలు లేకపోవు. అలాగే ఆ ఉత్పత్తుల్లోని బ్యాక్టీరియా వల్ల కళ్ల ఎర్రబడడం, సీజ్ కారణం, మందం.. వంటి సమస్యలు కూడా తలెత్తుతాయి.



మాతలు ఉండేవి.. కొన్ని రకాల క్రీమ్లు, పౌడర్లు మాతలు ఉండే చిన్న చిన్న సీసాల్లో లభ్యమవుతుంటాయి. వీటిని కూడా ఇతరులతో పంచుకోకూడదు. అలా పేర్ చేసుకోవడం వల్ల వారు ఉపయోగించినప్పుడు వారి చేతుల్లో ఉండే హానికారక బ్యాక్టీరియా ఈ ఉత్పత్తుల్లోకి చేరుతుంది. అవి మనం వాడడం వల్ల మన చర్మానికి కూడా నష్టం వాటిల్లుతుంది. మేకప్ బ్రష్లు.. మేకప్ చేసుకోవడానికి ఉపయోగించే బ్రష్లను కూడా ఇతరులతో పంచుకోకూడదు. ఇతరులు వాటిని ఉపయోగించినప్పుడు వారి చర్మం మీద ఉండే బ్యాక్టీరియా, క్రీములు వంటివి మేకప్ ఉత్పత్తుల్లోకి కాదు. వాటిని తిరిగి మనం ఉపయోగించినప్పుడు మన చర్మం మీదకు కూడా చేరతాయి. కాబట్టి మేకప్ చేసుకోవడానికి ఉపయోగించే బ్రష్లను ఎప్పటికప్పుడు శుభ్రం చేసుకోవడంతో పాటు ఇతరులతో పంచుకోకూడదా ఉండడం మంచిది. ఇవి కూడా.. లిక్విడ్ ఫౌండేషన్, లిక్విడ్ ఐ లైన్, క్రీమ్ రూపంలో ఉండే ఉత్పత్తులు, నెయిల్ పాలిష్, హాయిర్ బ్రష్లు, క్లెన్సింగ్ ఉపయోగించే స్పాంజులు మేకప్ చేసుకోవడానికి వాడే వఫలు, ఐ లామ్ కర్డర్, టీజెస్ట్, ప్లక్కర్స్, లిప్ బామ్స్, స్నానానికి ఉపయోగించే ఉత్పత్తులు, సాధనాలు.. మొదలైనవన్నీ ఇతరులతో పంచుకోకూడదా ఉండడం మంచిది.

బర్నవుట్ అవుతున్నారా ?



పోటీ కూడా పెరిగింది. అయితే ఈ వేగానికి అతిచేరువలోనే బర్నవుట్ పొంది ఉంటుంది. ఈ రెండంటి మధ్య సన్నని గీత ఉంటుంది. మొత్తం పనిని వేగంగా పూర్తిచేయాలని ప్రయత్నిస్తూ, తెలియకుండానే మెదడుకు ఒత్తిడి కలిగిస్తాం. పనిలో ఇలా కాస్తంత కూడా విరామం లేకుండా నిరంతరం వేగంగా కొనసాగించుకుంటూ పోతే క్రమేపీ అది అలసట. ఒత్తిడికి దారి తీస్తుంది. దీంతో పనిపే నిర్దిష్ట మొదలవుతుంది. ఆశ్చర్యమే ఈ స్థితి దీర్ఘకాలిక అనారోగ్య సమస్యలకు దారితీసే ప్రమాదం ఉంది.

ప్రాముఖ్యతను బట్టి పనులను విభజించగలిగే నైపుణ్యాలను పెంచుకోవాలి. ఇతరులు చేయగలిగేవాటిని వారికే అప్పగించాలి. వాటిని పర్యవేక్షిస్తే పనిభారం తగ్గుతుంది. మానసిక ఒత్తిడి దూరమవుతుంది. తక్షణం కాకపోతే.. కొన్ని పనులు ముఖ్యమైనవే అయినా.. వెంటనే చేయాల్సిన అవసరం ఉండదు. దీర్ఘకాలిక లక్ష్యాలు కొనసాగిస్తూ చేయాల్సిన ప్రాజెక్టులుంటాయి. వీటిని పూర్తిచేయగలిగితే ప్రణాళికా బద్ధంగా చేయాలి. దీనికంటూ రోజూ కొంత సమయాన్ని కేటా యించుకోవాలి. ప్రశాంతంగా పూర్తి చేసే పనుల్లో సత్ఫలితాలుంటాయి.

ప్రతిరోజూ.. ఆఫీసుకు రాగానే ఆ రోజు చేయాల్సిన పనులను అత్యవసరం, అవసరం అంటూ విభజించుకోవాలి. వాటిని ప్రణాళికాబద్ధం చేయాలి. అసీనుకు రాగానే ఆ రోజు చేయాల్సిన పనులను అత్యవసరం, అవసరం అంటూ విభజించుకోవాలి. వాటిని ప్రణాళికాబద్ధం చేయాలి.

పిల్లలు బొమ్మలు వేస్తున్నారా!



అని పెద్ద పెద్ద కలెరింగ్ బాక్సులు కొని తెచ్చేస్తాం. వాళ్లెవరూ వాటిని విరిచేయడం, వడేయడం చేరనని. ఇక్కడ రంగు లేకపోయినా వేయడానికి మళ్ళీ ఓ డబ్బా వెతకాలి. ఎందుకొచ్చిన శ్రమ ఇదంతా? పైగా డబ్బులు వృధా పట్టినట్లే 'మినీనే ఉపాయం. ఏం లేదంటే.. కలర్ పెన్సిల్స్, క్రేయర్స్ వల్ల సైబాల్లో దొరుకుతాయి. వాటిని తెచ్చేయండి. ఇవైతే చక్కగా డబ్బాల్లోనూ వస్తాయి. పనయ్యాక

అస్సంటిని కలగావులగం చేస్తారు. అంతటితో ఆగుతారా? ఎంత ఖర్చు పెట్టి కొన్నానైనా వాళ్లకి కొద్దిరోజుల్లోనే బోర్ కొట్టిస్తారు. వాటిని విరిచేయడం, వడేయడం చేరనని. ఇక్కడ రంగు లేకపోయినా వేయడానికి మళ్ళీ ఓ డబ్బా వెతకాలి. ఎందుకొచ్చిన శ్రమ ఇదంతా? పైగా డబ్బులు వృధా పట్టినట్లే 'మినీనే ఉపాయం. ఏం లేదంటే.. కలర్ పెన్సిల్స్, క్రేయర్స్ వల్ల సైబాల్లో దొరుకుతాయి. వాటిని తెచ్చేయండి. ఇవైతే చక్కగా డబ్బాల్లోనూ వస్తాయి. పనయ్యాక



వాళ్ల దానిలో సర్దుకుంటారు. ఖర్చు తక్కువే కాబట్టి, పోగొట్టినా, బోర్ కొట్టాయన్నా కొనడానికి మనకి ఇబ్బంది అనిపించదు ఏమంటారు? □

దానాలు ఫలించాలంటే..

ఉన్నా ఖర్చు పెట్టారు. వేలకు, వేలు వివిధ సంస్థలకు డబ్బు దానం చేస్తుంటారు. అది వారి సొంత డబ్బు అయినా ఎంతో కొంత కుటుంబ అవసరాలకు ఉండుతుంది దానం చేస్తే బాగుంటుంది. ఇది కొంత మందికి నచ్చదు. అందుకే హాతపార్శ్వం చేస్తున్నారు. ఉదాహరణకు ఓ ముదుసలికి నెల, నెల ప్రభుత్వ పింఛను వస్తుంది. ఆవిడను కొడుకు, కొడవ తరిమివేశారు. కూతురు ఇంటికి వచ్చినా ఆమె చేసే దానాలకు అంతలేదు కూతురు అనారోగ్యంగా ఉన్నా, ఏమీ పట్టనట్లుగా డబ్బు దానం చేస్తుండటం ఆమె మూర్ఖత్వం. అట్టి దానాలు ఎప్పటికీ ఫలించవు. వీళ్లెవరూ మేము దానాలు చేశాం

దానం ఓ ముఖ్యతర కార్యం. నువ్వు ఏ దానం అయినా చేయి కానీ కుటుంబ అవసరాలు, నీ జీవితానికి సంబంధించినవీ తీర్చుకుని దానం చేయి. అలా కాకుండా కొంత మంది మాకు దానం చేస్తే పుణ్యం వస్తుంది. మేము స్వర్గ సుఖాలు పొందవచ్చని మూఢంగా దానాలు చేస్తుంటారు. కుటుంబంలో కొడుకులు కావొచ్చు. కూతుర్లు కావొచ్చు వాళ్ల అవసరాలకు కొంత మంది, వాళ్ల అనారోగ్యంగా

ఆ అపాహ వద్దు !

అందరినీ ప్రాధాన్యం ఇప్పివారిలో అమ్మాయిలే ముందుంటారు కదా! దానికోసం చేయని డైటింగులు, శారీరక వ్యాయామాలుండవు. అంతేకాదు, వారు బరువు పెరగకుండా ఉండేందుకు ఆహారాన్ని చాలావరకు పరిమితం చేసుకుంటారు. ఎంత బరువు తగ్గినా ఇంకా పెరిగిపోతున్నారనే భయం వీరిని వెంటాడుతుంది. దీనివల్ల తరవాత వారికి తినిపని ఆసక్తి కొద్ది తిన్నా పొట్ట కుంచించుకుపోయి, ఆహారం కాస్త ఎక్కువైనా వాంతులు అవుతుంటాయి. నెమ్మదిగా ఇదే వ్యాధిలా కూడా మారుతుంది. దీనినే



అపోరీయా అంటారు. ఈ లక్షణం ఉన్నవారు ఎంత బరువు తగ్గినా ఇంకా పెరిగిపోతున్నారనే భయం వీరిని వెంటాడుతుంటుంది. అయితే ఈ లక్షణాలు, టీనేజీ అమ్మాయిల్లోనూ, ముప్పైళ్ల వయస్సులోనూ ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. దీనివల్ల బోహాహారలోపానికి గురవ్వడమే కాకుండా, మెదడు, గుండె, మాత్రపిండాలతో సహా శరీరంలో ప్రతి అవయవం దెబ్బతినే ప్రమాదం ఉంటుంది. దీనిని అదుపు చేయాలంటే మాత్రం వైద్యుల్ని సంప్రదించి ఆహార నియమాల్లో మార్పులు తప్పనిసరి అవుతున్నాయి. కాబట్టి అమ్మాయిలు ముందు మనం ఆరోగ్యంగా ఉంటేనే ఎన్ని జాగ్రత్తలు అయినా పాటించవచ్చు. □

