



సమతకు నిలువెత్తు రూపం
అంబేద్కర్ మహావిగ్రహం

సామాజిక న్యాయశిల్పం పోస్టర్ ఆవిష్కరించిన
మంత్రి మేరుగ నాగార్జున, ఎంపీలు

విజయవాడ జనవరి 17 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి :

విజయవాడ జనవరి 17 ప్రభాతవార్త ప్రతినది :
తాడేపల్లిలోని వైయస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయంలో బుధవారం సామాజిక న్యాయ మువ్వ శిల్పం అవినీతికారక కార్యక్రమం హోస్టల్‌ను ఏర్పాటు చేశారు. సామాజిక సమతా పోల్‌లొ సభ భారత రాజ్యాంగం నిర్మాత డా. బాబా సాహెబ్ అంబేద్కర్ సామాజిక న్యాయ మువ్వ శిల్పం అవినీతి కారక కార్యక్రమాలకు సంబంధించిన హోస్టల్‌ను కేరళ రాజ్ ఉదయం 11.30గంటల వరకు ప్రదర్శన కార్యాలయం, తాడేపల్లిలో పార్టీ జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి వి విజయసాయి రెడ్డి, మంత్రులు, పార్టీ ముఖ్య నాయకులు అవినీతిపూరితంగా ఈ సందర్భంగా మంత్రి మేరూర్ నాగార్ ను మాట్లాడుతూ

నవంబర్లో ఉన్న అసమానతలు తొలగించేందుకు కృషి చేసిన మహానీతి ప్త్యక్తి అంబేద్కర్ అని ఆయన భావజాలానినన భూజనం వేసుకుని పాలన చేస్తున్న ఒక ఒక ప్త్యక్తి జగన్ అని చేసిందాడు. అంబేద్కర్ అలోచనలతో పాలన చేసేనంత చరిత్ర పుటల్లో సిఎం జగన్ తన పేరు లిఖించుకున్నారన్నారు. సిఎం జగన్ భావితలం భవప్త్యక్తి కోసం వనిచేస్తున్నారని మంత్రి అన్నారు.

అంబేద్కర్ విగ్రహం దేవతానని సిఎం చెప్పారని, చెప్పిన ట్టుగన రూ.404 కోట్లతో అంబేద్కర్ విగ్రహం ఏర్పాటు చేకారని మంత్రి పేర్కొన్నారు.

అంబేద్కర్ భావజాలాని కాపాడుకుందామని, జనవరి 19నజగన్ మహానీతి ప్త్యక్తి



బుధవారం కో-చిలో పర్యటనకు వచ్చిన ప్రధాని మోడీ

మార్పులపై కసరత్తు ముమ్మరం

నేడో, రేపా నాలుగో జాబితా విడుదల

ఆయా ప్రాంతాల నేతలతో సిఎం జగన్ విస్తృత చర్చలు

25 నుంచి సిఎం రాష్ట్రవ్యాప్త పర్యటన

విజయవాడ,జనవరి17,ప్రభాతవార్తప్రతినిధి:

రాష్ట్రంలో మళ్లీ ప్రజాప్రభుత్వాన్ని స్థాపిస్తామని, లక్ష్యాధిక అనుగుణంగా సాంకేతిక ఎన్నికల్లో ఘనవిజయం సాధిస్తామని సింఠ జగన్ వస్తుం చేసారు. రాష్ట్రంలో పార్టీ పరిస్థితి, ఆరు నెలలైనా బిచ్చాల్లో లక్ష్యాల అనుగుణంగా జరిగిన అభివృద్ధిని సింఠ జగన్ కనరత్న చేస్తున్నారు. ఇప్పటికే ఆయన 59 నియోజకవర్గాలకు నంబరించి ఆయన మార్పులు, చేర్పులు చేసారు. ఇందుకు నంబరించి మూడు కఠినాకాలు విడుదల చేసారు.

జోగిగేవ్, ఆదిమూలపు నురేడ్, విడదల రజని, వేణుగోపాల్ కృష్ణవంతు ఆయనస్థానవలసం చేసారు. మంత్రి అమరాద్రిన్ అనకాపల్లి నుంచి తమిళుస్సు న్నారు. ఆయనకు మరో డెర్లు నిర్వహించినట్లు నునామారా.విజయవల్ల లోనోనెపల్లి నిర్వహణపర్లరం నుంచి డిడిపి నుంచి వచ్చిన కేసేనీ నాని అభ్యర్థిగా ప్రకటించారు. ఇక ఇంతకు ముందు విడుదల చేసిన జాబితాల్లో మంత్రి జయరామ్స్ ను కర్నూలు పార్లమెంటుకు పంపారు. ఈ క్రమంలో కాపురామచంద్రాబాబు, కొనసాపెనారెడ్, ఆరామకపల్లి



డిఎల్ సార్వత్రిక ఎన్నికలకు అధికార వైకాంగ్రెస్ పార్టీ నర్సన్నప్పడమగుతుంది. ఇప్పటికే ఆయా స్థానాల్లో అభ్యర్థులకు ఆ పార్టీ ఖరారు చేసింది. ఆయా ఆసెంబ్లీ నియోజకవర్గాలకు నందింబిది పలువురు సీట్లంగీలకు స్థాన పంపన చేసింది. పలు పురు కల్తపారికి వకపంం కల్పింబింది. పాతపారికి అవకాస బెలింబి. సీటు >>2

సిఎం జగన్‌తో బాలినేని భేటీ

చర్చల అనంతరం మనసు మారిన మాజీ మంత్రి **2**

నకిలీ ఓటర్లు,
కార్డులపై చర్యలకు
ఇసి ఆదేశం **2^{వో}**

బడులకు మరో మూడు రోజులు
సంక్రాంతి సెలవులు పాడిగింపు

పేద అక్కచెల్లెమ్మలకు అండగా నిలుస్తూ, వారి స్వంత ఇంటి కలను నిజం చేస్తూ..

“నవరత్నాలు- పేదలందరికీ ఇళ్లు” లబ్ధిదారులకు వడ్డీ రీయింబర్స్మెంట్

జగనన్న కడుతున్నది ఇళ్లు కాదు.. అవి ఊళ్లు...

శ్రీ. వై.ఎస్. జగన్ మోహన్ రెడ్డి
ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి

పేద అక్కచెల్లెమ్మల సొంతింటి కల సాకారం కావాలన్న తపనతో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 31 లక్షల పైచిలుకు ఇంటి స్థలాలను ఉచితంగా అందించడమే గాకుండా ఇంటి నిర్మాణానికి ఒక్కో ఇంటికి రూ. 2.70 లక్షల మేర లబ్ధి చేకూరుస్తూ, ఆపై మరో రూ.లక్షకు పైగానే ప్రతి ఇంటిపై మౌలిక వసతులకు ఖర్చు చేస్తూ... యూనిట్ కు రూ.1.80 లక్షలు చొప్పున లబ్ధిదారులకు అందివ్వడమేకాక, ఉచిత ఇసుక ఇవ్వటం ద్వారా రూ. 15వేలు, సిమెంట్, స్టీలు, మెటల్ ఫ్రేమ్స్, ఇంకా ఇతర నిర్మాణ సామగ్రిని తక్కువ ధరకే అందించటంతో ఇంకో రూ. 40వేల మేర లబ్ధి.. మరోవైపు పావలా వడ్డీకే రూ. 35వేల చొప్పున బ్యాంకు రుణం కూడా అందిస్తున్న జగనన్న ప్రభుత్వం..

1

రికార్డు స్థాయిలో ఇళ్ల స్థలాల పంపిణీ, ఇళ్ల మంజూరు..
రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 71,811.50 ఎకరాల విస్తీర్ణంలో 31లక్షల ఇళ్ల పట్టాలు అక్కచెల్లెమ్మలకు పంపిణీ..

2

ఒక్కో ఇంటి స్థలం మార్కెట్ విలువ ప్రాంతాన్ని బట్టి రూ. 2.5 లక్షల నుండి రూ. 15 లక్షలు పలుకుతున్న పరిస్థితి ..

3

22 లక్షల ఇళ్ల నిర్మాణం.. ఇప్పటికే 8.6 లక్షలకు పైగా ఇళ్లు పూర్తి చేసి లబ్ధిదారులకు అందించిన జగనన్న ప్రభుత్వం.. శరవేగంగా మిగిలిన ఇళ్ల నిర్మాణ పనులు జరుగుతున్నాయి.

4

ఇళ్ల పట్టాలు, ఇళ్ల ద్వారా ప్రతి పేద అక్కచెల్లెమ్మకు కనీసం రూ. 5 లక్షల నుండి రూ. 20 లక్షల వరకు లబ్ధి.. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా పేద అక్కచెల్లెమ్మల చేతుల్లో రూ. 2 లక్షల కోట్ల నుండి రూ. 3 లక్షల కోట్ల సంపద..

బ్యాంకులు 9 నుండి 11 శాతం వడ్డీతో రుణాలు అందిస్తున్న నేపథ్యంలో అక్కచెల్లెమ్మలపై భారం పడకుండా పావలా వడ్డీకే రుణాలు అందిస్తూ ఆపై వడ్డీ భారాన్ని తానే భరిస్తున్న జగనన్న ప్రభుత్వం.. ఇందులో భాగంగా 12.77 లక్షల మందికి రూ. 4,500.19 కోట్ల బ్యాంకు రుణం అందించి అందులో ఈ దఫా అర్హులైన 4,07,323 మంది లబ్ధిదారులకు వడ్డీ రీయింబర్స్మెంట్ క్రింద రూ. 46.90 కోట్లను నేడు బటన్ నొక్కి జమ చేయనున్న గౌరవ ముఖ్యమంత్రి శ్రీ.వై.ఎస్. జగన్ మోహన్ రెడ్డి.. ఇలా సంవత్సరంలో రెండు పర్యాయాలు అందించనున్న జగనన్న ప్రభుత్వం..

లబ్ధిదారులకు ఇప్పటివరకు అందించిన బ్యాంక్ లోన్ మొత్తం రూ. 4,500.19 కోట్లు.. ఈ దఫా వడ్డీ రీయింబర్స్మెంట్ కు అర్హులైన లబ్ధిదారుల సంఖ్య 4,07,323, ఈ దఫా అందిస్తున్న వడ్డీ రాయితీ రూ. 46.90 కోట్లు..

శ్రీ. జోగి రమేష్, గృహ నిర్మాణ శాఖామాత్యులు

గమనిక : రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి శ్రీ. వై.ఎస్. జగన్ మోహన్ రెడ్డి “ నవరత్నాలు పేదలందరికీ ఇళ్లు వడ్డీ రీయింబర్స్మెంట్ ” ను 18 జనవరి, 2024 న ఉదయం 10 గంటలకు క్యాంప్ కార్యాలయంలో బటన్ నొక్కి లబ్ధిదారుల ఖాతాల్లో జమ చేస్తారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని అన్ని ప్రముఖ ఛానెళ్ల టివి లో వీక్షించవచ్చు.. జాబ్ చేసినవారు: కమిషనర్, సమాచార, పౌర సంబంధాల శాఖ, ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం.



సామాజిక న్యాయశిల్పం పోస్టరు ఆవిష్కరిస్తున్న మంత్రి మెగున నాగార్జున, ఎంపీలు విజయసాయి తదితరులు

అంబేద్కర్ మహావిగ్రహం

➤ విజయవంశం చేద్దామని మంత్రి పిలుపునిచ్చారు. అణగారిన వర్గాలకు అంబేద్కర్ నిలువెత్తు రూపం అని ఎంపీ విజయసాయిరెడ్డి పేర్కొన్నారు. అంబేద్కర్ రచించిన రాజ్యాంగం సమసమాజాన్ని నిర్మించిందని, సిఎం జగన్ అంబేద్కర్ ఆశయాలు అమలు చేస్తున్నారన్నారు. దేశంలో మరెక్కడా లేని విధంగా అంబేద్కర్ విగ్రహాన్ని రూపొందించారని అన్నారు. భావి తరాలకు అందించేలా నిర్మాణం చేశారని, బడుగు, బలహీన వర్గాలను ఇతర వర్గాల స్థాయికి తీసుకెళ్లిన ఘనత సిఎం జగన్‌నే దక్కుతుందని విజయసాయి పేర్కొన్నారు. సమతా న్యాయ శిల్పాన్ని 19వ ఆవిష్కరిస్తున్నామని. ఆయన విగ్రహవిష్కరణకు అందరూ ఆహ్వానితులేనని విజయసాయిరెడ్డి పేర్కొన్నారు. బడుగు, బలహీన వర్గాలకు రాజ్యాధికారం దక్కాన్న మహాన్నత వ్యక్తి అంబేద్కర్ లక్ష్యాన్ని సాకారం చేసిన ముఖ్యమంత్రి జగన్ మోహన్‌రెడ్డి మదిలోంచి వచ్చిన ఆలోచనలకు ప్రతి రూపంగా అంబేద్కర్ స్ఫూతివనం రూపుదిద్దు కుందని, జెజువాడ నడిపొద్దున ఉన్న విశాలమైన స్యరాజ్య మైదానంలో 85 అడుగుల ఎత్తైన పెడ

నేడు మేనల్లుడి పెళ్లి నిశ్చితార్థానికి హైదరాబాద్‌కు సిఎం జగన్

విజయవాడ,జనవరి 17,ప్రభాతవార్తతీనిధి: సిఎం జగన్ నేడు సాయంత్రం విజయవాడ నుంచి బయలుదేరి హైదరాబాద్ వెళ్తున్నారు.తన మేనల్లుడు రాజారెడ్డి వివాహ నిశ్చితార్థానికి ఆయన హాజరవుతారు.ఈ కార్యక్రమానికి ఆయన చెల్లెలు పివీలీ అధ్యక్షురాలు వర్చిల వచ్చి స్వయంగా తాడే వల్లిలో ఉన్న సిఎం జగన్ ఇంటికి వచ్చి ఆహ్వానించి వెళ్తారు.

ఇడుపులచాయల్ తండ్రి సమాధి వద్ద కుమారుని వెళ్లి కాపు ఉంచిన ఆనంతరం ఆమె కుమారుని తోలిపెళ్లి కాపును అన్నకే ఇచ్చారు. ఈ క్రమంలో సిఎం జగన్ గురువారం సాయంత్రం 6.15గంటలకు తాడేపల్లి నుంచి బయలు దేరి ప్రత్యేక విమానంలో హైదరాబాద్ చేరుకుంటారు. అక్కడి గోల్డెన్ రిసార్ట్స్ మేనల్లుడు రాజారెడ్డి వివాహ నిశ్చితార్థానికి హాజరవుతారు.

మార్పులపై కసరత్తు ముమ్మరం

➤మార్పులు, చేర్పులు విషయంలో సిఎం జగన్ చాలా స్పష్టతతో ఉన్నారు. అంబేద్కర్‌ని కొందరు నేతలు ఓట్లు కోసం నాలుగువ జాబితాను విడుదల చేసేందుకు సిఎం జగన్ సిద్ధమవు తుంద న్నారు.సంక్రాంతి వందదగ కారణంగా గత నాలుగు రోజుల పాటు ఆభ్యర్థుల మార్పులు, చేర్పుల కసరత్తు నిలిచిపోయింది. తాజాగా బుధ వారం నుంచి మళ్లీ ఆయా నియోజకవర్గాల స్థితి గతులపై సిఎం జగన్ చర్చలు ప్రారంభించారు.పార్టీ అందరికీ ప్రయోజనం చేర్చాలి, మన పార్టీ ప్రజల మధ్య పుట్టింది. మన ఆలోచనలకు, ఆవన రాలకు గౌరవం ఇస్తూ మన వారికి సంక్షేమం అందించా మన్నారు. వీటిని గురించి మరింత ఆవ గావన కల్పించేందుకు ప్రజా ప్రతినిధులను గడవ, గడవకు తదితర కార్యక్రమాలనుండు ప్రజల్లో వెళ్లామన్నాం, ఇవి ముఖ్యమని స్పష్టం చేశాం.ఈ కార్యక్రమాలను నిర్వహించని వారికి వచ్చే ఎన్నికల్లో సీటు ఇవ్వమని తెల్చి చెప్పామన్నారు. మన ప్రజలతో ఉండాలను కుంటున్నాం, అలా ఉండలే నప్పుడు టిక్కెట్లు ఎందుకు అని ఈ సందర్భంగా ఆయన చలువురు నాయకులను ప్రశ్నించిట్లు సమాచారం. నేను నాకు నచ్చినట్లు నిర్ణయాలు తీసుకుంటున్నాన నుకోవద్దు, అందరిని ఆధిప్రాయాలు, ముఖ్యంగా ప్రజల సుంవివచ్చిన నివేది కలను అధ్యయనం చేస్తున్నా నన్నారు. పార్టీ లక్ష్యాలకు,ఆశయాలకు ఆసగుణంగా నడుచుకోలేని వారు, ప్రలోచాలకు గురయ్యే వారే బయటకు పోతామంటున్నారు. పోనివ్వండి, మనం

ఆంధ్ర, రాయలసీమ వర్ణిటీల విసీల నియామకం

విజయవాడ,జనవరి 17,ప్రభాతవార్తతీనిధి: రాష్ట్రంలో ఆంధ్ర విశ్వవిద్యాలయం,రాయలసీమ యూనివర్సిటీలకు వైఎస్ ఛాన్సలర్లను రాష్ట్ర గవర్నర్ జస్టిన్ ఇబ్బల్ నజర్ నియమించారు. ప్రస్తుతం పీసీగా ఉన్న పీవీజీడీ ప్రసాదరెడ్డిని ఉపసంచాలకునిగా కొనసాగించవస్తూ గవర్నర్ జస్టిన్ ఇబ్బల్ నజర్ ఆదేశాలు ఇచ్చారు. రాయలసీమ విశ్వవిద్యాలయం ఉపసంచాలకునిగా డాక్టర్ సుదీర్ ప్రేమకుమార్‌ను నియమించారు. ఈయన జెఎన్‌టీయూ హైదరాబాద్‌లో మెకానికల్

మంచి చెద్దామనుకున్న వారు నమ్మకం లేక బయటకు పోయారు.వారి స్థితిని గుర్తు తెచ్చుకో వాలి. సీటు లతో పాటు మంత్రివర్గంలో బెర్దులు నిర్ణయించమని అడుగుతున్నారు.వాళ్ళే వాళ్ళమీద నమ్మకం,మనం ప్రజలను నమ్ముకున్నాం, ప్రజలను నేను నమ్ము తున్నాను.

నేను మంచిచేసానను కుంటేనే ఓటు వేయమంటు న్నారు. ఎన్నికలకు క్యాడర్ సన్నద్ధం చేయడానికి ప్రాంతాల వారి వర్కటనుకు సిఎం జగన్ సిద్ధమవుతున్నారు.175కు 175కు సీట్లను వైబాల్ 175 అనే నివాదంతో సొంత చేసుకోవాలనే నిర్ణయంతో ఆయన ఆభ్యర్థులను ఎంపిక చేస్తు న్నారు. అలకలు, బెదిరింపులకు ఆయన స్పందిం చడం లేదు.

ఈ నేపథ్యంలో సిఎం జగన్ స్వయంగా రాష్ట్ర పర్వటనుకు దిగుతున్నారు.అసెంబ్లీ ఎన్నికలకు పూర్తి స్థాయిలో క్యాడరును సమాయత్తం చేసేం దుకు ఆయన పర్వటన లక్ష్యంగా నిర్దేశింమ కున్నారు. ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల నుంచి సిఎం జగన్ పర్వటన ప్రారంభమవుతుంది.

ఈ నెల 25వ తేది నుంచి రీజినల్ క్యాడర్ సమావేశాలు మొదలవు తాయి. తొలి సమావేశానికి విఖా ఢిబిలి వేదిక కానుంది. పార్టీ క్యాడర్‌ను సన్నద్ధం చేయడమే లక్ష్యంగా ఈ బేటీ జరుగుతుంది. వైఎస్సాలో కాంగ్రెస్ పార్టీ క్యాడరుకు ఈ బేటీలో సిఎం జగన్ దిశానిర్దేశం చేస్తారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఐదు ట్రాెక్లో, నాలుగు నుంచి ఆరు జిల్లాలకు కలిపి ఒకే కేంద్ర సమావేశం నిర్వహించసన్నట్లు తెలిచారు.

ఇంజినీరింగ్ విభాగంలో పనిచేస్తున్నారు.ఏపీ విశ్వవిద్యాలయాల చట్టం 1991 కింద గవర్నర్ జస్టిన్ ఇబ్బల్ నజర్ రాయలసీమ విశ్వవిద్యాలయ విసీగా నియమించారు.ఈ ఇద్దరు విసీలు నియామకపు తేదీ నుంచి మూడేళ్ల పాటు ఆ ఉపసంచాలకునిగా కొనసాగించవస్తూ గవర్నర్ జస్టిన్ ఇబ్బల్ నజర్ ఆదేశాలు ఇచ్చారు. రాయలసీమ విశ్వవిద్యాలయం ఉపసంచాలకునిగా డాక్టర్ సుదీర్ ప్రేమకుమార్‌ను నియమించారు. ఈయన జెఎన్‌టీయూ హైదరాబాద్‌లో మెకానికల్

సైబర్‌నెట్ కేసులో చంద్రబాబు బెయిల్ పిటిషన్‌పై విచారణ జరుపకుండానే వాయిదా వేసిన సుప్రీం

విజయవాడ, జనవరి 17,ప్రభాతవార్తతీనిధి: సుప్రీం కోర్టులో చంద్రబాబు పైబెన్‌ట్ కేసులో విశ్వవిద్యాలయాల చట్టం 1991 కింద గవర్నర్ జస్టిన్ ఇబ్బల్ నజర్ రాయలసీమ విశ్వవిద్యాలయ విసీగా నియమించారు.ఈ ఇద్దరు విసీలు నియామకపు తేదీ నుంచి మూడేళ్ల పాటు ఆ ఉపసంచాలకునిగా కొనసాగించవస్తూ గవర్నర్ జస్టిన్ ఇబ్బల్ నజర్ ఆదేశాలు ఇచ్చారు. రాయలసీమ విశ్వవిద్యాలయం ఉపసంచాలకునిగా డాక్టర్ సుదీర్ ప్రేమకుమార్‌ను నియమించారు. ఈయన జెఎన్‌టీయూ హైదరాబాద్‌లో మెకానికల్

బడులకు మరో మాడు రోజులు సంత్రాంతి సెలవులు పొడిగింపు

విజయవాడ,జనవరి 17,ప్రభాతవార్తతీనిధి: విద్యార్థులకు ప్రభుత్వం ఉత్సాహాన్నిచ్చే కబురు చెప్పింది.అప్పడే సెలవులను పొడుక్కున్నాం ! అనుకుంటున్న పిల్లలకు సంత్రాంతి సెలవులను మూడు రోజులు పొడిచింది,హుషారు కలిగించింది.

ఏపీలో సంత్రాంతి సెలవులు నిజానికి ఈ నెల 18న అంటే గురువారంతో ముగుస్తాయి. ప్రభుత్వం ఈ సెలవులను మూడు రోజులు పొడిగించింది. ఉపాధ్యక్షులను తల్లిదండ్రుల కోరిక మేరకు ఈ నిర్ణయం తీసుకుందంటున్నారు.

ఈ మూడు రోజులు పాఠశాలలు నిర్వహించే విద్యా సంస్థలపై కఠిన చర్యలు ఉంటాయని విద్యాశాఖ హెచ్చరించింది.10వ తరగతి విద్యార్థులకు ప్రత్యేక తరగతుల నిర్వహణకు అనుమతి లేదని విద్యాశాఖ స్పష్టం చేసింది.కళాశాలలకు ఈ సెలవులు వర్తిస్తాయి.

సిఎం జగన్‌తో బాలినేని భేటీ

విజయవాడ,జనవరి 17,ప్రభాతవార్తతీనిధి: మాజీ మంత్రి బాలినేని శ్రీనివాసరెడ్డి బుధవారం సిఎం జగన్ పిలుపు అందుకున్నారు. ఆయనన్న సిఎం జగన్ సుదీర్ఘ సమయం చర్చించారు.పలు విషయాల తెలుసుకున్నారు.బాలినేని చెప్పిన పలు అంశాలపై ఆయన సానుకూలరితంలో స్పందించారు. ఒక దశలో సిఎం జగన్ దగ్గర కొన్ని అంశాలపై అవసానం వ్యక్తం చేస్తే,పార్టీ వ్యవహారం,తిరిగి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి రావడం అనే విషయంలో మీకు బాధ్యత లేదా? అని ప్రశ్నించినట్లు సమాచారం. మీలో మీరు ఎందుకు బేదాభిప్రాయాలు పెట్టుకుంటారో నాకు తెలియదు. మీరు చెప్పింది జగ్గారంటారు. మీరు నన్ను గౌరవిస్తున్నారా? అయినట్లైతే, పట్టింపులతో నన్ను ఇబ్బంది పెడుతు న్నారా? అని సిఎం జగన్ బాలినేని శ్రీనివాసతో దిగ్విషయంపట్ల సమాచారం. నా ఆభిప్రాయం చెప్పాను. కొన్ని విషయాల్లో అసంతృప్తికి వచ్చాను. మీకుగాని పార్టీకి వ్యతిరేకంగా మాట్లాడలేదని బాలినేని సిఎం జగన్‌తో వ్యాఖ్యానించాడు. ఆ తరువాత పరిణామంలో, వ్యవ సారం ఒక కొలిక్కి వచ్చినట్లు కీలకసమాచారం. గిద్దలూరు,దర్శి, కొండేపి అసెంబ్లీ ఇన్‌వార్షిల

వార్త, తిరుపతి, గురువారం 18 జనవరి 2024



19వ విజయవాడలో

ప్రారంభించబోతున్న అంబేద్కర్ విగ్రహం

విజయవాడ,జనవరి 17,ప్రభాతవార్తతీనిధి: విజయవాడలో దేశానికే తలమానికం కానున్నదని సిఎం వైఎస్ జగన్ అన్నారు.ఇక్కడ నిర్మాణం అధ్వంసభ్యే అనేక చారిత్రాత్మక సమునాలు,అత్యంత విగ్రహం ఓ చారిత్రక చిహ్నం అన్నారు.వర్ధరహిత సామాజిక వ్యవస్థను ఆంక్షించిన బాబాసాహెబ్ స్ఫుటివనం,సుసంపనమైన భారతీయ సంస్కృతికి సామాజిక వ్యవస్థను ఆంక్షించిన బాబాసాహెబ్ విలువైన వైకాసానికి జ్ఞానసంపదను అందించే పుస్త కాలయాలు, సమావేశ ప్రాంగణాలతో ఉంటుంద న్నారు. విజయవాడలో ఈ నెల 19 అంబేద్కర్ విగ్రహం, స్ఫుటివనం ప్రారంభమవుతున్నాయి.ఈ సందర్భంగా సామాజిక మాధ్యమాలు, సిఎంఒ కార్యాలయం నుంచి విడుదల చేసిన సమాచార వ్రతాల్లో ఆయన ప్రజలకు సందేశాన్ని అందిం చారు. ఈ సందర్భంగా సిఎం జగన్ మాట్లాడుతూ విజయవాడలో మనం ఏర్పాటు చేసుకున్న అంబే ద్కర్ మహా శిల్పం మన రాష్ట్రానికి కాదు, దేశానికే తలమానికం ఐది,స్వాట్వా ఆఫ్ నోపల్ జస్టిని ఐది సామాజిక న్యాయ మహాశిల్పం. ఈ నెల 19న చారిత్రక, న్యరాజ్యమైదానంలో ఆవిష్కరించబో తున్న ఈ విగ్రహం, దేశంలోనే కాదు ప్రపంచం లోనే అతి పెద్ద అంబేద్కర్ విగ్రహం. ఐది 81 అడుగుల వేదిక మీద, ఏర్పాటు చేసిన 125 అడు గల మహాశిల్పం అంటే 206 అడుగుల ఎత్తైన విగ్రహం. ఆ మహాసభాఫుడి ఆశావంశంతో వ్యక్తిత్వం, ఈ దేశ సామాజిక ఆర్థిక రాజకీయ, మహిళా చారిత్రపు మార్చిలా, దాదాపు 100 ఏళ్ల శ్రీతమే ఆయన వ్యక్తం చేసిన భావాలు కలకాలం మన దేశాన్ని ప్రభావితం చేస్తూనే ఉంటాయి.

దేశానికే తలమానికం అంబేద్కర్ మహావిగ్రహం రేపు ఆవిష్కరణ సందర్భంగా సిఎం జగన్ సందేశం

బాధ్యతతో, ఆయన భావాలు మీద అవంల విశ్వా సంతో వాటిని మన నవరత్నాల్లో అనుసరిస్తున్న ప్రభుత్వంగా ఏర్పాటు చేసిన ఈ విగ్రహ ఆవిష్కరణ సందర్భంగా, 19వ తేదీన అందరూ స్వస్థులందంగా తరలి రావాలని కోరుతున్నాను. ఆయన అణగారిన వర్గాలకు చదువులు, దగ్గరగా తీసుకు వెళ్లిన మహానియుడు. ఆయన అలరించా తనం మీద, ఆధిపత్య భావశాలం మీద తిరుగు బాటు చేసిన మహాసభావుడు. ఆయన, సమ సమాజ భావాలకు నిలువెత్తు రూపం. ఆయన రాజ్యాంగం ద్వారా రాజ్యాంగ హక్కుల ద్వారా నిరంతరం మనల్ని కాపాడే ఓ మహాక్షే. ప్రతి వాడలో ఉన్న ఆయన విగ్రహం అణగారిన వర్గాలకు నిరంతరం ధైర్యాన్ని అందిన ప్రసాదించే ఓ మహా స్ఫూర్తి. దళితులతోపాటు కులాల, మతాలకు అతీతంగా, పేదలందరి జీవితాల్లో ఈ 77 సంవత్సరాల్లో వచ్చిన అనేక మార్పులకు మూలం డాక్టర్ బాబాసాహెబ్ అంబేద్కర్ భావాలు. కాబట్టే ఆయన్ను ఇంతగా గౌరవించుకుంటున్నాం. ఇప్పుడు మన విజయవాడలో ఆవిష్కరిస్తున్న ఈ మహా శిల్పం మన రాష్ట్ర చరిత్రలో సువర్ణాక్షరాలతో నిలిచిపోవటం మాత్రమే కాకుండా, చరిత్రను తిరగరాస్తూ, మరింతటిో వందల సంవత్సరాల పాటు స్ఫూర్తి ఇస్తుంది. ఐది మన సమాజ గతిని, సమతా భావాల వైపు మార్చు మీద తిరుగు సంసర్గణకు పెత్తందరి భారల మీద తిరుగు బాటుకు, రాజ్యాధికారంలో పేదల స్థానాన్ని సుస్థిరం చేసేందుకు, నిరంతరం స్ఫూర్తి ఇస్తుందని విశ్వసిస్తున్నాను. జైహింద్ అంటూ సిఎం తన సందేశంలో వ్యాఖ్యానించాడు.

నకిలీ ఓటర్లు, కార్డులపై చర్యలకు ఇసి ఆదేశం

కడప బ్లాక్లో, జనవరి 17, ప్రభాతవార్త: తిరుపతి లోక్‌సభ ఉప ఎన్నికల్లో నకిలీ ఓటర్లు, కార్డులపై చర్యలు చేపట్టాలని ఐసి ఆదేశించింది. అప్పటి తిరుపతి లోక్‌బి, ఇప్పటి అన్నమయ్య జిల్లా కలెక్టర్ గిరిపాపై విచారణ చేపట్టాలని ఆదేశాలు జారీ చేసింది.

వారం - వర్షం

తేది : 18-01-2024, గురువారం,

శ్రీ భక్తజీ నామ సంవత్సరం,

పుష్య మాసం, ఉత్తరాయనం

హేమంత ఋతువు, శుక్లపక్షం

అష్టమి రా.8.45, అశ్విని రా.2.57

వ.రా. 11.03-12.37

దు.ఉ.10.33-11.18, ట.మ.3.02-3.47

శుభవారంలం లేదు, క్రామక కార్తి

రాహుకాలం-మ.1.30-3.00 వరకు

పాఠశాల

మేషం: కాంక్షాక్షులు అతిక్ష్మం మీద దక్కించుకుంటారు. రాజకీయ రంగాల వారికి అనుకూలంగా ఉంది

శ్వసభం: బంధువుల నుండి శుభవార్తలు అందుకుంటారు. విరాకులు కొంతవరకు తీరుతాయి.

మిథునం: జీవితభాగస్వామి సహాయ సహకారాలతో సూతన కార్యక్రమాలకు శ్రీకారం చుడతారు

కర్కాటకం: ఆర్థిక సంబంధమైన వ్యవహారాలు వెనకడుగు వేస్తూనే చేదండ్లు సమయానికి అందవు.

నిహం: అన్న వ్యవసాయకారంలో ఎదురైన విరాళాలు కొంతవరకు తీరుతాయి. వాచన యోగం

కన్య: సన్నిహితుల సహాయంతో ముఖ్యమైన వ్యవహారాలు పూర్తి చేస్తారు. శుభవార్తల వింటారు.

తుల: ఆర్థిక లాభాదేవులు రాభిలాషిగా సాగుతాయి. క్రయ విక్రయాలలో లాభాలు పొందుతారు.

వృశ్చికం: భాగస్వామ్య వ్యాపారాలు ప్రారంభిస్తారు. చేపట్టిన పనులు సకాలంలో పూర్తినేస్తారు.

ధనుస్సు: కొత్త కార్యక్రమాలకు, వ్యాపారాలకు శ్రీకారం చుడతారు. సూతన పరిచరాలు పెరుగుతాయి.

మకరం: గృహ నిర్మాణ ఆలోచనలు కార్యరూపం దాలుస్తాయి. అహ్వానాలు అందుతాయి.

కుంభం: పెద్ద భూమిల క్రయ విక్రయాలలో లాభాలు పొందుతారు. సంతాన విద్యావకాళాలు పొందుతారు.

మీనం: మీలోని ప్రతిభకు గుర్తింపు పొందుతారు. అధిగృ సమస్యలు ఎదురైన అధిగమిస్తారు.

- శ్రీమతి ములుగు శేషశర్మ, కో.ం, హైదరాబాద్



పాక్ ఎన్నికల బరిలో తొలి హిందూ మహిళ..



మహిళలు ఎన్నో రంగాల్లో తమ ప్రతిభ చాటుతున్నా కొన్ని దేశాల్లో మాత్రం ఇంకా వెనుకబాటుతనం కనిపిస్తూనే ఉంది. ప్రత్యేకించి రాజకీయాల్లో మహిళల ప్రాతినిధ్యం అనేక దేశాల్లో ఇప్పటికీ ప్రశ్నార్థకంగానే ఉంది. ఇలాంటి ప్రాంతాల్లో దాయాది దేశం పాకిస్తాన్ ముందు వరుసలో ఉంటుంది. దీనిని చెరిపేందుకు ఆక్రమి ఎలక్షన్ కమిషన్ జనరల్ స్టానాల్డ్ ఐదు శాతం సీట్లు మహిళలకు కేటాయించేలా నిర్ణయం తీసుకుంది. ఇందులో భాగంగానే ఖైబర్ పఖ్తున్ఖవాలోని బునేర్ జిల్లా

నుంచి హిందూ మహిళైన డాక్టర్ సవీరా వర్మాన్ నామినేషన్ దాఖలు చేసింది. ఈ క్రమంలో పాకిస్తాన్ ఎన్నికల బరిలో నిలిచిన తొలి హిందూ మహిళగా వార్తల్లో నిలిచింది. **తండ్రి లడుగుజాడల్లో...** సవీరా వర్మాన్ తండ్రి ఓమ్ వర్మాన్ ఇటీవలే డాక్టర్ గా రిటైరయ్యారు. ఆయన గత 35 ఏళ్లుగా పాకిస్తాన్ పిప్పల్స్ పార్టీ (పిపిపి)లో సభ్యుడిగా వ్యవహరిస్తున్నారు. ఈ పార్టీకి బిలావల్ భుట్టో జర్నల్ నేతృత్వం వహిస్తున్నారు. సవీరా గతేడాది అహ్లాబాద్ ఇంటర్నేషనల్ మెడికల్ కాన్ఫరెన్స్ వైద్యవిద్యను పూర్తి చేసింది. అయినా తండ్రి అడుగు జాడల్లో నడిచి తన జీవితాన్ని ప్రజాసేవకు అంకితం చేయాలనుకుంది. ఈ క్రమంలోనే బునేర్ లో పిపిపి మహిళా విభాగానికి జనరల్ సెక్రటరీగా వ్యవహరిస్తోంది. తాజాగా ఏకే-25 జనరల్ సీటుకు ఆమె నామినేషన్ దాఖలు చేసింది. ఈ క్రమంలో జిల్లాలోనే నామినేషన్ చేసిన మొదటి మహిళగా.. దేశంలోనే మొదటి హిందూ మహిళగా ఘనత సాధించింది.

మహిళల హక్కులపై నామినేషన్ చేయడమే కాదు. ప్రజలకు తానెం చేయాలనుకుంటుంటే కూడా సవీరాకు స్పష్టమైన అవగాహన ఉంది. ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ గా ప్రాక్టీస్ చేసే సమయంలో ఎంతోమంది పెదవారి సమస్యలను దగ్గర్నుంచి గమనించాను. ఎన్నికైన తర్వాత పెదవారి అవసారాలు తీర్చడానికి ప్రయత్నిస్తాను. ఎన్నో సంవత్సరాల నుంచి మహిళలపై వివక్ష కొనసాగుతూనే ఉంది. వారికి సంబంధించిన హక్కులపై అవగాహన కల్గిస్తాను. అలాగే వారు పని చేయడానికి జీవించడానికి అనుకూలమైన వాతావరణాన్ని కల్పించడానికి ప్రయత్నిస్తానని చెప్పుకొచ్చింది. **సామాజిక మాన్యమూల్లో...** ఈ క్రమంలో-బునేర్ ప్రాంతంలోని చలువురు సోషల్ మీడియా ఇన్ ఫ్లుయెన్సర్లు సవీరాకు తమ సంపూర్ణ మద్దతు తెలియజేస్తున్నారని పేర్కొన్నామ్య వ్యవస్థ

ఫలితంగా ఎన్నో ఏళ్లుగా సమాజంలో పలు మూసధోరణులనెలకొన్నాయి. వాటిని బద్దలుకొట్టడానికి సవీరా ముందుకొస్తోంది. బునేర్ ప్రాంతం పాకిస్తాన్ లో చివినమై 55 ఏళ్లు దాటింది. ఇన్ని సంవత్సరాల్లో ఈ ప్రాంతం నుంచి ఒక మహిళ ముందుకొచ్చి ఎన్నికల్లో పోటీ చేయడం ఆనందంగా ఉంది అంటూ తమ మద్దతు ప్రకటిస్తున్నారు. **ఈసారి లభికం ..** పాకిస్తాన్ ఎలక్షన్ కమిషన్ విడుదల చేసిన గణాంకాల ప్రకారం రానున్న సార్వత్రిక ఎన్నికల కోసం మొత్తం 28,626 మంది నామినేషన్ దాఖలు చేశారు. ఇందులో 11 శాతానికి పైగా అంటే 3139 మంది మహిళలు ఉన్నారు. 2013, 2018 ఎన్నికలతో పోల్చితే ఈ సంఖ్య



అధికం. 2013లో 1171 మంది మహిళలు నామినేషన్ పత్రాలు దాఖలు చేయగా.. 2018 ఆ సంఖ్య 1687కి పెరిగింది. □



శీతకాలంలో చర్మసంరక్షణపై ప్రత్యేకంగా దృష్టిపెట్టాలి! ఈ కాలంలో సహజంగా చర్మం

చలికాలానికి మృతకణాలు పేరుకుపోయి, చర్మం

చలిలో చర్మసంరక్షణ

మెరవాలంటే ఇవి పాటించేయండి..

► వాతావరణం చల్లగా ఉండనో.. దాహంగా లేదనో నీటిని తాగుడానికి బద్ధకిస్తుంటాం. కానీ తరచూ కొద్దికొద్దిగా నీటిని తాగుతూ ఉండాలి. ఇలా చేయడం వల్ల శరీరంలోని మలినాలు బయటటి పోయి చర్మం కాంతిమంతంగా, తేమగా కనిపిస్తుంది.
► చలికి ఉదయాన్నే నిద్ర లేవాలనిపించదు. కానీ కాస్త ఓపిక చేసుకుని వేకువజామున మేల్కొవడానికి ప్రయత్నించండి. కనీసం ఇంట్లో అయినా నడవడం, నీలబడి తాగింగ్ వంటివి పాపుగంటైనా చేస్తే శరీరం దృఢంగా మారడంతో పాటు ముఖం తాజాగా కనిపిస్తుంది.

పోడిజారడమే కాదు కళావిహీనంగానూ కనిపిస్తుంది. అందుకే ఇంట్లోనే వారానికోసార్సెలా స్రుబ్ చేసుకోవాలి. తర్వాత కిచెన్ లో దొరకే వాటితో ఫేస్ మాస్క్ చేసుకుంటే ముఖం మృదువుగా, తేటగా కనిపిస్తుంది.

► ఉదయం, సాయంత్రం ముఖాన్ని శుభ్రం చేసుకోవాలి. తర్వాత మాయిశ్మరైజర్ తో పాటు ఎండలోకి వెళ్తే సన్ స్క్రీన్ లోషన్ తప్పనిసరి. వీటితో పాటు వేళు నిద్రపోవడం, అదీ కనీసం ఏడుగంటలకు తక్కువ కాకుండా చూసుకుంటే సరి. ముఖంపై పూతలు అవసరం లేకుండానే మెరిసిపోవచ్చు. □



చిన్నారులకు క్లిష్టమైన జడలు

చిన్నారు జట్టు.. బేబీ కట్ అయితే ఒక టిక్ టాక్ పెట్టేస్తాం. అదే వెంట్రుకలు కాస్త పొడుగ్గా ఉంటే హెడ్ బ్యాండులాంటివి వాడుతుంటాం. అప్పుడప్పుడు చిన్న జడలు కట్టి రబ్బరు బ్యాండ్లు వేస్తుంటాం. కానీ ఎప్పుడూ అవేనా.. అలాంటి క్లిష్టమైన బ్యాండ్లతోనే చక్కని హెయిర్ స్టైలింగ్ తెప్పిస్తే అందరిలో పాపాయి ప్రత్యేకంగా కనిపించదా! మరయితే ఎప్పుడూ వాడేవి చక్కని పెట్టి కొత్తగా వస్తున్న ఈ హెయిర్ యాక్సెసరీల్ని ఒక్కసారి ప్రయత్నించి చూడండి.. అమ్మాయి ముస్తాబంతా వేసుకునే డ్రెస్సు, హెయిర్ స్టైల్ మీదే ఎక్కువగా ఆధారపడి ఉంటుంది. అందుకే పెద్దవాళ్ల విషయంలోనే కాదు, బుజ్జాయిల్ని ముద్దుగా రెడీ చేయాలన్నా ముందుగా ఫోకస్ పెట్టేది మంచి దుస్తులూ, చక్కని జాబ్బు అలంకరణలపైనే. నిజమే కానీ డ్రెస్సుల్లో అయితే బోలెడన్ని వెర్షన్లు దొరుకుతాయి. హెయిర్ విషయంలోనే అంతగా అప్రస్థ కనిపించవుగా అనుకుంటారు చాలామంది. ఇదిగో ఇప్పుడా మాటలను కొట్టేస్తూ ఎన్నో రకాల హెయిర్ యాక్సెసరీలూ చదవాయి. పెద్దల కోసం అందుబాటులో ఉండే హెయిర్ పిన్నలూ, క్లిష్టమైన బ్యాండ్లు.. ఇంతకు ముందు పిల్లల కోసం రకరకాల బొమ్మలూ, చూడచక్కని రంగుల్లో తయారై వస్తే.. ఈ మధ్య ఇంకొంచెం కొత్తదనాన్ని వెంటేసుకుని ఒక క్లిష్టమైన జాబ్బు లుక్కుని మార్చేలా దొరుకుతున్నాయి.



అటుకుల కేసరి..

సాయిబాబా వర్తంతి కార్యక్రమాలు కాశీలో జరుపుదామని ఉపాసనీ బాబాకు ఆలోచన వచ్చింది. 1920 ఏప్రిల్ నెలలో హనుమ జయంతికి ఆ కార్యక్రమాలు ముగిసాయి. 11 రోజులపాటు ఘనంగా జరిగిన ఆ కార్యక్రమాలు ముగిసాయి. ఏప్రిల్ 3,

1920న హనుమజయంతిలో ముగిసినవి. 12వ రోజున సంతర్పణ కార్యక్రమం ఉన్నది. దానికి రామ్ సాహెబ్ సారే, బాపూ సాహెబ్ జగ్గి, యశ్వంతరావ్ జోరవేకే, మెహర్ బాబా, దుర్గాబాయి మొదలైన వారు విచ్చేసారు. ఉపాసనీ మహారాజు అందుకుగాను కాశీలో ఒక హనుమాన్ మందిరం వద్ద ఏర్పాట్లు చేయించారు. శతపదీ యాగాన్ని నిర్వహించారు. నలభైవేల బ్రాహ్మణులతో భగవద్గీత, రామగీత, సప్తశతి, అధ్యాత్మిక రామాయణము, విష్ణు సహస్ర నామము పారాయణ చేయించారు ఉపాసనీ. సాయిబాబాకు ఇతర గురువులకు ఉత్తర క్రియలు జరిపారు ఆయన. పరిసరమాప్తి కార్యక్రమంగా అన్న దానము ఏర్పాటు చేశారు. కొన్ని వేలమందికి సంతర్పణ ఏర్పాట్లు ఘనంగా చేశారు. సాయి బాబా పెద్ద చిత్రపటం అందరి దృష్టిని ఆకర్షించిన వేరుగా చెప్పనక్కర లేదు. సాయిబాబాకు ఇతర గురువులకు ఉత్తర క్రియలు జరిపారు ఆయన. పరిసరమాప్తి

కార్యక్రమంగా అన్న దానము ఏర్పాటు చేశారు. సాయిబాబా ఫోటోను చూచిన కొందరు వాందస్సులు సాయిబాబా మహమ్మదీయుడు. మహమ్మదీయుని పేర జరిగే అన్న సంతర్పణలో మేము భుజించము అన్నారు. వారిని హుద్ ది మిగిలిన వారు వంత పాడారు.

ప్రసాద ప్రాప్తి !



బ్రాహ్మణుడేనని, సద్గురుమూర్తి సాయి బాబా సకల మతాలకు అతీతుడని వారికి ఎంత గానో నచ్చ చెప్పారు. కానీ, ఆ బ్రాహ్మణులందరు ఒకే మాట మీద ఉన్నారు. ఉపాసనీ దక్షిణా రూ.5/- బయలు రూ.15/- ఇస్తానన్నాడు. వారు కొంత వెంట్రుకన్నారు. సాయి ఫోటోను కిందకి దింపితే చాలు అన్నారు. ఫోటోనే గదా కానిపు పక్కన పెడదాం అనే ఆలోచన రాలేదు ఉపాసనీకి. వంబ్రహ్మ స్థాయి లోని సాయిని నేలబారుగా

దిగజార్లు లేదు. మీరు భోజనం చేయక పోయినా ఫరవాలేదు, అని గంగ బద్ధన జరిగే అన్న దానానికి రమ్మని కాశీలో వాటింపు చేయించాడు. ఆ వాటింపు విని సుమారు 15వేల మంది వచ్చి భోజనం చేశారు. కాశీ పండితులు బేరానికి వచ్చారు. వారికి ఉపాసనీ లొంగలేదు. ప్రసాదం ఎవరికి ప్రాప్తమో ఎవరికి ఎరుక?

- యం.పి.సాయిబాబ్

ప్రయాణంలో వాంతులా?

సమస్యలు ఇబ్బంది పెడుతుంటాయి. దీన్నుంచి బయట పడాలంటే ఈ చిట్కాలు చూసేయండి.
అల్లంతో : ఇది వికారం, వాంతులు వంటి లక్షణాలు నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. ప్రయాణాలు చేసేటప్పుడు అల్లం క్యాండ్లను తీసుకొని నోట్స్ చేసుకుని చప్పరిస్తూ ఉండండి. సమస్య తగ్గిస్తుంది.
ఇందులో ఉండే ఆవస్థలు జీర్ణక్రియను మెరుగు పరుస్తాయి. ప్రయాణం చేసేటప్పుడు వుదినా ఆకుల వాసన చూడడం లేదా టీ తాగుట వంటివి చేయండి. ఇవి అజీర్ణ, ఉబ్బరం వంటి సమస్యలకు చెక్ పెట్టి వికారాన్ని తగ్గిస్తాయి.
యాలకులు : వీటిలో అజీర్ణ, ఉబ్బరం, వికారం వంటివాటి



నుంచి ఉపశమనం ఇచ్చే లక్షణాలు ఉంటాయి. వీటిని వాసన చూడటం, నమలడం వల్ల ఉపశమనం కలుగుతుంది. అలానే త్రిఫలాల అంటే ఉసిరి, తానికాయ, కరకాయలను చూర్ణంగా చేసి తీసుకున్నా లేదా చప్పరించినా వాలు. ఈ లక్షణాలు తగ్గిస్తాయి. అలానే వేపుళ్లు, మసాలా, నూనె, పుల్లటి మరలాల్ జోలికి అసలు వెళ్ళొద్దు. వీటి ద్వారా ఇంకాస్త వికారం పుడుతుంది. దాంతోపాటు ఒంటలో నీటి శాతం తగ్గుకుండా చూసుకోవటమూ తప్పనిసరి. □

ప్రశ్న : మా అమ్మాయి రాత్రంతా కష్టపడి చదివినదంతా ఉదయానికి మరచిపోతున్నాది. ఆమె చదవ తరగతి చదువుతోంది. ఇక రెండు నెలల్లో పరీక్షలు రాయాల్సి ఉంది. చదవతరగతికి వచ్చిన మొదటి రోజుల్లో బాగానే ఉండేది. రాన రాన మతిమరుపు సమస్య పెరిగి పోతున్నది. గత రెండు నెలల నుంచి వివరతమైన చెప్పారు. మానసిక ఒత్తిడి తగ్గించుకోమని సలహాఇచ్చారు. నోటి వచ్చినప్పుడు వేసుకోవడానికి మాత్రమే ఇచ్చారు. పట్టిక పరీక్షలు కావడంతో కొంత ఎక్కువ సేపు చదవక తప్పదు. ఒత్తిడి అనుకుంటే మంచి మార్కులు రావు. కాబట్టి తప్పుకుని లక్ష్యాన్ని సాధించమని ధైర్యం చెప్పతున్నాము. అయినా ఆమెలో ఆత్మవిశ్వాసం కలగడం లేదు. గతనెల రోజుల నుంచి అన్నీ తినడం కూడ తగ్గించి వేసింది కనీసం ఒక కిలో బరువు తగ్గి ఉంటుంది. గతకొంత కాలంగా ఎక్కువసేపు స్నానం చేస్తున్నది. రోజు ఆరగంటవరకు బాతరూంలోనే ఉంటున్నది. ఒక్కసారి ఇంకా ఎక్కువ సమయం గడిచేస్తున్నది. రెండు నెలల నుంచి రుతుక్రమం అలస్థం అవుతున్నది. ఆమె బాధ చూసి మార్కులు తగ్గినా ఫరవాలేదని చెప్పాము. అయితే ఆమె అందుకు సమ్మతించడం లేదు. ఎలాగైనా ర్యాంకు సాధించాలంటుంది. ఒక్కసారి తనలో తాను కుమిలిపోయి కన్నీళ్లు పెట్టుకుంటున్నది. కొద్ది రోజుల శ్రీతం ర్యాంకు సాధించకపోతే ఆత్మహత్య చేసుకుంటానని తన స్నేహితురాలితో చెప్పిందట. ఈ పరిస్థితులలో ఆమెలో ఆత్మవిశ్వాసం పెంచడం ఎలాగో అర్థం కావడం లేదు. అలాగే అంత బాగా చదివినా మరచిపోవడానికి కారణం అర్థం కావడం లేదు. ఈ పరిస్థితులలో మా అమ్మాయిని ర్యాంకు సాధించేలా చదివించడానికి తగిన సూచనలు చెప్పండి. ఒత్తిడి నుంచి బయట పడటానికి తగిన సలహాలు, మార్గాలు సూచించండి.

మతి మరుపునకు పలు కారణాలు!



వాటిని తెలుసుకుంటే పరిష్కార మార్గాలు సులభంగా స్ఫురిస్తాయి. నిద్రలేమి వల్ల చదివించి మరచిపోతున్నామని తెలిస్తే సరిపడినంత నిద్రపోతే చాలు. చదివించి అర్థం కానప్పుడు కొంత శ్రద్ధ తీసుకుని మూల సూత్రాలు నేర్చిస్తే సరిపోతుంది. అలాగే ఇతర కారణాలు పరిశీలిస్తే పరిష్కారం తెలుసుకోవచ్చు. ఇక మీ అమ్మాయి విషయానికి వస్తే భయం, అందోళన, ఒత్తిడి ప్రధాన కారణంగా భావించాలి. అతిగా ఊహించుకోవడం, నిద్రలేమి ఇందుకు ప్రధాన కారణంగా చూడాలి. కాబట్టి ముందు ఆమె దృక్పథం మార్చడానికి ప్రయత్నించండి. ర్యాంకులే

జీవితంతా, ప్రతివారికి ర్యాంకులు రావు అన్న వాస్తవాలను అర్థమయ్యేలా చెప్పండి. చదువులేని కత్తితో చక చకా కోయలేము, మూల సూత్రాల వల్ల అవగాహన లేకపోతే చదివించి అర్థంకాదు, మెదడుకు ఎక్కువ అన్న విషయం గుర్తించేలా చేయండి. ఆమె బరువు తగడం, రుతుక్రమంలో తేడాలు రావడం, స్నానం ఎక్కువ సేపు చేయడం మానసిక సమస్యగా గుర్తించి కొన్ని రోజులు చేయించండి. ఆమెలో ఒక మోస్తరు డిప్రెషన్ కూడా ఉన్నట్లు ఉంది. ఇది కూడ కొన్ని రోజుల ద్వారా తగ్గి పోతుంది. రోజు తగినంత సేపు నిద్రపోయేలా జాగ్రత్త వడచండి. అర్థంకాని అంశాలను ఒర్చుగా నేర్చుకోండి. సమతుల్య ఆహారం, వ్యాయామం, దానం వల్ల మెదడు చురుకైనది చేస్తుందని గుర్తించండి. □

వ్యధ



కోహ్లా గోల్డెన్ డకౌట్!

బెంగళూరు: ఆస్ట్రేలియాతో మూడో టి20లో టీమిండియా స్టార్ బ్యాటర్ విరాట్కోహ్లా పూర్తిగా నిరాశపరిచాడు. తొలిబంతికే బేట్ అయి పెవిలియన్ చేరాడు. కాగా టి20 ప్రపంచకప్ 2024కు ముందు టీమిండియా చివరిగా ఆడుతున్న ఈసిరీస్లోనే కోహ్లా అంతర్జాతీయ టి20లతో పునరాగమనంచేసాడు. తొలిమ్యాచ్కు దూరం అయిన కోహ్లా ఇండోర్లోజరిగిన రెండో మ్యాచ్తో రిపంట్రి ఇచ్చాడు. మొత్తంగా 16 బంతుల్లో 29 పరుగులతో రాణించాడు. బెంగళూరులో జరిగే మూడో టి20లో మాత్రం పూర్తిగా విఫలం అయ్యాడు. ఓపెనర్ యశ్విన్జైస్వాల్ నాలుగు పరుగులకే బేట్ అయ్యాడు. ఆ స్థానంలో క్రీజులోకి వచ్చిన కోహ్లా గోల్డెన్ డకౌట్గా వెనుదిరిగాడు. ఆస్ట్రేలే పేసర్ ఫరీద్ అహనమద్ బౌలింగ్లో ఇన్నింగ్స్ మూడో ఓవర్ నాలుగో బంతికి పుల్చాట్ ఆడేందుకు ప్రయత్నించిన కోహ్లా విఫలం అయ్యాడు. ఈక్రమంలో మిడాఫ్ట్లో ఫీల్డింగ్చేస్తున్న ఇబ్రహీం జుదాన్కు క్యాచ్ ఇచ్చి పరుగులు లేకుండానే డకౌట్ అయ్యాడు. తర్వాత అంతర్జాతీయ టి20 కెరీర్లో తొలిసారిగా కోహ్లా గోల్డెన్ డకౌట్ నమోదుచేసాడు. అదికాగా ఐపిఎల్లో తన సొంతమైదానం అయిన చిన్నస్వామి స్టేడియంలో ఈవెన్తరకార్చుమూటగట్టుకున్నాడు.

ధోనీపై మాజీ బిజినెస్ పార్టనర్స్ పరువునష్టం దావా

న్యూఢిల్లీ: టీమిండియామాజీ కెప్టెన్ మహేంద్రసింగ్ ధోనీపై ఆయన మాజీ వ్యాపార భాగస్వాములు పరువునష్టం కేసు దాఖలుచేసారు. ఢిల్లీ హైకోర్టు గురువారం విచారణచేపట్టినన్నది. మాజీ వ్యాపార భాగస్వాములు తనను తన.15 కోట్లు మేర మోసం చేసారంటూ ధోనీ ఇటీవల కోర్టును ఆశ్రయించారు. ఈకేసులో ఆరోపణలు ఎదుర్కొంటున్న ఆర్కా స్పోర్ట్స్ డైరెక్టర్లు మిహీర్ దివాకర్, సౌమ్య దాస్లు ఇప్పుడు ధోనీపై పరువునష్టం దావాచేసారు. తమపై తప్పుడు ఆరోపణలుచేసి తమ పరువుకు భంగం కలిగించారని, ఆయన నష్టపరిహారంచెల్లించాలని వారు ఢిల్లీ హైకోర్టులో పిటిషన్ దాఖలుచేసారు. తమపై అవాస్తవాలనుప్రచారంచేయకుండా సామాజిక మాధ్యమాలు మీడియా సంస్థలను కట్టడిచేయాలనికోరారు. వీరి ఆభ్యర్థనపై హైకోర్టు శుక్రవారం విచారణ జరపనున్నది. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా క్రికెట్ అకాడమీలు ఏర్పాటుచేసేందుకు ఆర్కా స్పోర్ట్స్ మేనేజ్మెంట్ సంస్థ 2017లో ధోనీతో ఒప్పందంచేసుకుంది. ప్రాంతీక ఫీజులు లాభాల్లో వాటానుక్రికెటర్కు చెల్లింపాల్సి ఉంటుంది. ఈ ఒప్పందంలోని పరతులను పాటించలేదని, ధోనీ వైదొలిగారు. తనకు రావాల్సిన చెల్లింపులపై ఆయన కోర్టును ఆశ్రయించారు. కంపెనీకి చెందిన మిహీర్దివాకర్, ఆయనభార్య సౌమ్యదాస్పై ఆయన క్రిమినల్కేసు దాఖలుచేసారు. ఈ ఆరోపణలన్నీ అవాస్తవమని దివాకర్కోట్టిపారేసారు. కోర్టులో ఉండగానే ధోనీ న్యాయవాది ప్రెమ్మీటేప్పట్టాన్ని ఆభ్యంతరం వ్యక్తంచేసారు. తమ ప్రతిష్ట దెబ్బతీసారంటూ తాజాగా దావాచేసారు.



బుధవారం న్యూఢిల్లీలో షాహి సింగ్కు అర్జున అవార్డును అందజేస్తున్న కేంద్ర క్రీడల మంత్రి అనురాగ్ సింగ్ తాకూర్



భారత్ టాప్ ర్యాంకర్గా ప్రజ్ఞానంద

న్యూఢిల్లీ: చెస్ నంచలన గ్రాండ్మాస్టర్ ప్రజ్ఞానంద పరిత సృష్టించాడు. తన కెరీర్లోనే తొలిసారి చెస్ దిగ్గజం విశ్వనాథన్ ఆనంద్ను దాటి భారత టాప్ ర్యాంకర్గా అవతరించాడు. బుధవారం జరిగిన టాటా స్టీల్ మాస్టర్స్ టోర్నమెంట్ నాలుగోరౌండ్లో ప్రపంచ ఛాంపియన్ డింగ్ లిరెన్(చైనా)ను ఓడించడంతో ఈ రికార్డుసాధించాడు. ప్రస్తుతం ఫిదే ర్యాంకింగ్ ప్రకారం ప్రజ్ఞానంద 2748.3 పాయింట్లతో11వ స్థానంలో ఉన్నాడు. విశ్వనాథన్ ఆనంద్ 2748 పాయింట్లతో 12వ స్థానంలోకొనసాగుతున్నాడు. దీనితో భారత్ తరపున టాప్ ఫ్లేయర్గా ఈ యువ గ్రాండ్ మాస్టర్ అగ్రస్థానంలోకి ఎగబాగాడు. అంతే కాదు విశ్వనాథన్ ఆనంద్ తర్వాత క్లాసికల్చెస్ విభాగంలో ప్రపంచ ఛాంపియన్ను ఓడించిన రెండో భారతీయుడిగా నిలిచాడు. భారత సంఖ్య వన్ ఫ్లేయర్గా ప్రజ్ఞానంద అవతరించడంపై ఆదానిగ్రూప్చైర్మన్ గౌతమ్ ఆదాని ప్రశంసలు కురిపించారు. అద్భుతమైన క్షణాలు,ప్రపంచ ఛాంపియన్ను ఓడించి ఈ ఘనత అందుకున్నావు. నిన్నుహూసి ఈ దేశం గర్వపడుతోందని అభినందించారు. ప్రజ్ఞా నందకు ఆర్థికంగా అందగా ఉంటామని ఇటీవల ఆదాని గ్రూప్ ప్రకటించింది. గత ఏడాదిజరిగిన చెస్ ప్రపంచకప్లో ప్రజ్ఞానంద కొద్దిలో బ్రెటిల్ కోల్పోయాడు. అయినా ఫైనల్లో దిగ్గజ అటగాడు కార్ల్సెన్కు గట్టిపోటీనిచ్చి అందరినీ ఆకట్టుకున్నాడు.

ప్రేమించి పెళ్లాడిన శివమ్దూబే!

ముంబయి: టీమిండియా స్టార్ఆల్ రౌండర్ శివమ్దూబే టాక్ ఆఫ్ ది ఇండియా క్రికెట్ అయ్యాడు. ఆస్ట్రేలియాలో మూడు టి20ల సిరీస్లో తొలి రెండుమ్యాచ్ల్లో అర్ధశతకాలతో సత్తాచూపించాడు. బౌలింగ్లోనూ మెరుగైన ప్రదర్శనచేసి భారత విజయాల్లో కీలకపాత్రపోషించాడు. స్టార్ ఆల్ రౌండర్ హార్దిక్పాండ్వా షేన్ భర్తీచేస్తున్నాడు. కాలకరదపకుండా స్పిన్సర్లను ఓల్చి చెందాడతాడు. సిక్స్లు బాడేస్తాడు. అందుకేటీమిండియా మేనేజ్మెంట్ అతడిని ఎంపికచేసింది. ఇక అతని వ్యక్తిగత జీవితం ఇప్పుడు చర్చకు వస్తోంది. అతని ప్రేమ కథ ఇప్పుడు ఫ్యాన్సును ఆకట్టుకుంటోంది. తన ప్రేయరాలు అంజమ్ఖాన్తో సుదీర్ఘకాలం ప్రేమాయణం నడిపిన శివమ్దూబే 2021లో పెళ్లిచేసుకున్నాడు. ఇరుకుటుంబాలు ఆభ్యంతరాలు తెలిపినా వారిని ఒప్పించి పెళ్లిచేసుకున్నాడు. యుపికి చెందిన అంజమ్ఖాన్ ఆలిఫుర్ ముస్లిం వర్సటీలో డిగ్రీపూరింతచేసింది. మోడల్ అయిన ఆమె అనేక హిందీ సీరియల్స్లోపాటలు పలు ముస్లిం ఆల్బమ్స్లో నటించింది. ఇక దూబే అంజమ్ఖాన్లకు 2022లో ఒక బాబు పుట్టాడు. సోషల్ మీడియాలో చురుకుగా ఉండే ఈ జంట ఎప్పటికప్పుడు తమ ఫోటోలు పేర్చేసినతరు. ఐపిఎల్లో సిఎస్కెకు ఆడుతున్న శివమ్దూబే ధోనీ సారథ్యంలో రాటుదేలిపోయాడు.



స్వీవస్మిత్కు పాకిచ్చిన యువ ఫ్లేయర్!



అడిల్లై: ఆస్ట్రేలియాలో ఇప్పుడు టెస్టు సందడి కొనసాగుతోంది. పాకిస్తాన్తో టెస్టుసిరీస్ను 3-0తో క్లీన్స్వీప్చేసిన ఆసీస్ ఇప్పుడు వెస్టిండీస్తో రెండు టెస్టుల సిరీస్ ఆడుతోంది. మొదటి టెస్టులో తొలిరోజు అటముగిసేసరికి ఆసీస్ 59 పరుగులకు రెండు వికెట్లు నష్టపోయింది.క్రీజులో ఖవాజా30 పరుగులతోను కామెరున్గ్రేన్ ఆరుపరుగులతో ఉన్నారు.సెకండ్ ఇన్నింగ్స్ ప్రారంభించిన ఆస్ట్రేలియాకు ఆరంభంలోనే తొలి వికెట్ నష్టపోయింది. ఓపెనర్గా వచ్చిన

స్వీవస్మిత్ 12 పరుగులకే బేట్ అయ్యాడు. ఈ మ్యాచ్తో ఆరంగేట్రంచేసిన పామర్ తన తొలిబంతికే స్మిత్ను బెటేచేసి పాక్ ఇచ్చాడు. తర్వాత బ్యాటింగ్కు వచ్చిన లబుషేన్ 10ని కూడా పామర్ పెవిలియన్కు పంపించాడు. స్మిత్ తన టెస్టు కెరీర్లో తొలిస్థానంనుంచి తొమ్మిది స్థానాలవరకూ బ్యాటింగ్కు రావడం గమనార్హం. అంతకుముందు టాస్ ఓడి బ్యాటింగ్చేసిన వెస్టిండీస్ 188 పరుగులకే ఆటో అయింది. ఆదిలోనే ఓపెనర్లు చంద్రపాల్ ఆరు, బ్రాత్వెల్ 13ను కమ్మిచ్చి బేట్చేసాడు. తర్వాత వచ్చిన అథరాజ్ 13కూడా ఎక్కువ సేపు క్రీజులో నిలవకపోవడంతో విండీస్ 52 పరుగులకే వికెట్లుకోల్పోయింది. ఈడశలో బ్యాటింగ్కు వచ్చిన హోక్స్ 12తో కలిసి మెకంజీ 50 పరుగులతో ఇన్నింగ్స్ చక్కదిద్దాలనిచూసాడు. నాలుగో వికెట్కు 46

పరుగులుజోడించారు. ఈక్రమంలోనే మకంజీ అర్ధసంపర్ చేసాడు. హేజిల్వుడ్ చెలరేగడంతో వెస్టిండీస్ బ్యాటర్లు పరుసగా కుక్కకట్టారు. 133 పరుగులకే తొమ్మిది వికెట్లు కోల్పోయింది. చివరి వికెట్కు 17 పరుగులుచేసిన రోవ్తో కలిసి పామర్జోసెఫ్ 36 పరుగులుచేసి 55 పరుగుల భాగస్వామ్యం తెచ్చాడు. వెస్టిండీస్ ఇన్నింగ్స్లో ఇదే మంచి భాగస్వామ్యం. ఆసీస్ బౌలర్లలో కమిస్స్, హేజిల్వుడ్ చెరోనాలుగు వికెట్లు స్ట్రాక్, నాథన్ లయన్ తలో వికెట్తీసారు.

కివీస్తో మ్యాచ్లో పాక్ బ్యాటర్కు అవమానం

ఆక్లాండ్: న్యూజిలాండ్ పాకిస్తాన్ మధ్య దునెడిన్వేదికగా జరిగిన మూడో టి20 మ్యాచ్లో పాక్ బ్యాటర్ఫకర్ఝుమాన్ బేట్ కాగానే అజంఖాన్క్రీజులోకి వచ్చాడు. ఈక్రమంలో ఫ్లేడియంలో పాటలను డిజీ ఫ్లేచేయడాన్ని తీవ్రంగా అవమానించినట్లు ఫీలయ్యాడు. దబ్బుదబ్బుకా రెజ్జర్లు వచ్చేటప్పుడు ఫ్లేచేసి ది బిగ్షో థీమసాంగ్ను ఫ్లేచేసాడు. దీనితో పాక్ ఫ్యాన్స్ డిజెతోపాటు కివీస్ జట్టు తీరుపైనా తీవ్ర అసహనం వ్యక్తంచేసారు. ఒక క్రికెటర్ను ఇలా అవమానించడం తగదని ధ్వజమెత్తారు.న్యూజిలాండ్ పాకిస్తాన్మధ్య దునెడిన్ వేదికగా జరిగిన మూడో టి20 మ్యాచ్లోభాగంగా ఫకర్జిమాన్ బేట్ కాగానే అజంఖాన్క్రీజులోకి వచ్చాడు. ఈ క్రమంలో ఫ్లేడియంలో పాటలను ఫ్లేచేస్తున్న డిజీ దిబిగ్షో థీమసాంగ్ఫ్లేచేసాడు. దీనిపై పాకిస్తాన్ ఫ్యాన్స్ ఎక్స్ వేదికగా మండిపడుతున్నారు.



**MARUTI SUZUKI**

ELEVATION: 17340ft

POPULATION: JIMNY

Somewhere along the intimidating Himalayan range, you may find the new Jimny parked at an elevation that rivals the Everest Base Camp. Beyond treacherous mountain trails, narrow passages and dangerous ditches, few off-roaders make it this far off the grid. However, much like the ones who drive it, the Jimny never turns its back on adventure.

34° 04' 32.3"N

77° 49' 56.8"E



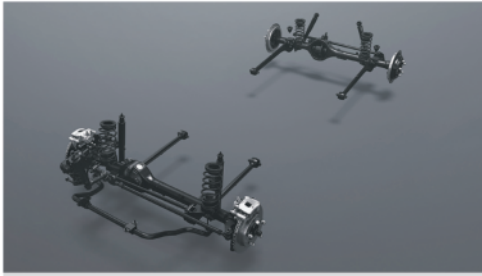
Scan to see the Jimny in its true element

Jimny

NEVER TURN BACK

NOW AVAILABLE IN CSD | BENEFITS UPTO ₹1,50,000

**ALLGRIP PRO**

**3 LINK RIGID AXLE SUSPENSION**

**HEADLAMP WASHERS**

**6 AIRBAGS**

**WIRELESS ANDROID AUTO AND APPLE CARPLAY CONNECTIVITY**

Contact us at
1800-200-[6392]
1800-102-[NEXA]
www.nexaexperience.com
NOW YOU CAN ALSO BOOK ONLINE

TIRUPATI: NEXA RENIGUNTA ROAD (BHARGAVI AUTOMOBILES PH: 04067263448).

Scan to book


Consumer offers applicable for 2023 model while stocks last. For more details regarding offers please contact your nearest NEXA dealership. T&C apply. Creative visualization. Accessories and features shown may not be part of standard equipment. Black glass on the vehicle is due to lighting effect. Trademarks used belong to respective Trademark Owners. For details on functioning of safety features, including air bag, kindly refer to the Owner's Manual.

Printed and Published by Gireesh Sanghi, CMD and Managing Editor on behalf of AGA Publications Ltd., Renigunta Road, 3rd Mile Stone, Tirupati-517507 Ph. No. 2238770, Fax: 08772238790, RNI No.64860/9 Editor : *Damerla Sai Baba, *Responsible for selection of News under the PRB Act.