జాతీయ తెలుగు దినపత్రిక
ప్రజాజ్యోతి
ప్రతి అక్షరం ప్రజల కోసం

NIZAMABAD EDITION

నిజామాబాద్ | సోమవారం 13 జూలై 2026 | సంపుటి : 16 | సంచిక : 155 | పేజీలు : 8 | వెల : 1/- | RNI No. TELTEL/2010/35558

శ్రీ పరాభవ నామ సంవత్సరం, జ్యేష్ఠ మాసం, గ్రీష్మ ఋతువు, ఉత్తరాయణం విశేషం: ప్రదోష వ్రతం, మాస శివరాత్రి, సూర్యోదయం: 5:33 । సూర్యాస్తమయం: 6:32 చంద్రోదయం: 4:01 । చంద్రాస్తమయం: 4:35 తిథి: బహుళ త్రయోదశి రా. 8:57 వరకు, తదుపరి చతుర్దశి నక్షత్రం: రోహిణి ఉ. 7:04 వరకు, తదుపరి మృగశిర తే. 5:24 వరకు, తదుపరి ఆరుద్ర యోగం: వృద్ధి రా. 8:04 వరకు, తదుపరి ధ్రువ కరణం: గరజి ఉ. 10:11 వరకు, తదుపరి వణిజ రా. 8:57 వరకు, తదుపరి భద్ర

Published from / NIZAMABAD, WARANGAL, RANGAREDDY, KAMMAM, NALAGONDA http://www.prajajyothinews.com Mail: prajajyothidaily@gmail.com

WANTED

గత 15 సంవత్సరాలుగా ప్రజల మన్ననలు పొందుతూ ప్రజల సమస్యలే ధ్యేయంగా పోరాడుతున్న "ప్రజాజ్యోతి" జాతీయ దినపత్రికకు తెలంగాణ మరియు ఆంధ్రప్రదేశ్ వ్యాప్తంగా జిల్లా స్టాఫ్ రిపోర్టర్, నియోజకవర్గ ఇంఛార్జీలు మరియు మండల రిపోర్టర్లు కావలెను.

అనుభవం కలిగిన రిపోర్టర్లు మరియు చక్కటి వార్తలు రాయగలిగే కొత్తవారికి కూడా అవకాశం కల్పించబడును.

ప్రజాజ్యోతి

సంప్రదించవలసిన నెంబర్లు 9440231967, 7989694528

సర్‌తో సతమతం!

ఇప్పటివరకూ ఓటర్లకు అందని ఎన్యూమరేషన్ ఫారాలు

ఇంటింటికీ వెళ్లడానికి ఆసక్తి చూపని బీఎల్వోలు

జీపీ కార్యాలయానికి పిలిపించుకుంటున్న వైనం

ఈఎఫ్‌ల భర్తీపై అయోమయంలో ఓటర్లు

బిచ్కుంద, జూలై 12:

ఓటరు జాబితాల ప్రత్యేక ప్రక్షాళన కార్యక్రమం (స్పెషల్ ఇంటెన్సివ్ రివిజన్) గందరగోళంగా మారింది. 'సర్' ప్రక్రియ బిచ్కుంద మండలంలో ఆశించిన స్థాయిలో ముందుకు సాగడంలేదు. ఇప్పటివరకు కొందరు ఓటర్లకు ఎన్యూమరేషన్ ఫారాలు అందలేదు. ఇంటింటికీ వెళ్లి ఫారాలు అందించాల్సిన బూత్ లెవల్ ఆఫీసర్లు చాలా ప్రాంతాల్లో పూర్తిస్థాయిలో తిరగలేదు. దీంతో తమకు ఎన్యూమరేషన్ ఫారా లు అందలేదని స్థానికులు వా పోతున్నారు. ఆయా గ్రామాల్లో బీఎల్వోలు గ్రామపంచాయతీ కార్యాలయాల్లో కూర్చొని ఓటర్లకు ఫోన్లు చేసి పిలిపించుకుంటున్నారు. మండలంలో నిరక్షరాస్యులు ఎక్కువగా ఉండడంతో ఎన్యూమరేషన్ ఫారాలు ఎలా నింపా లో తెలియక తలలు పట్టుకుంటున్నారు. జీపీల వద్ద ఓటర్ల పట్ల బీఎల్వోలు దురుసుగా వ్యవహరిస్తున్నారని ఆరోపిస్తున్నారు. దీంతో ఓటర్లు ఫారాలు నింపడం రాక ఎవరినీ అడగాలో తెలియక అయోమయంలో పడిపోతున్నారు.

ఎన్యూమరేషన్ ఫారంలో 2002ఏడాదికి సంబంధించి ఓటర్ల కార్డు వివరాలను పొందు పర్చాలని ఉన్నది. దీనిపై ఓటర్లు పలు అనుమానాలు వ్యక్తం చేస్తున్నారు. 2002లో ఓటు హక్కు ఉన్న వారిలో చాలా మంది వద్ద ఓటరు ఐడీ కార్డులు లేవు. జాబితాలో పేర్లు కనిపించకపోవడంతో వారు తమ ఓటు ఉంటుందో..పోతుందో నని ఆందోళన వ్యక్తంచేస్తున్నారు. దీంతో సర్ ప్రక్రియ ఇబ్బందుల నడుమ కొనసాగుతున్నది. బీఎల్వోలకూ సరైన అవగాహన లేకపోవడంతో ఓటర్లు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. ఫారాలు నింపే విషయంలో స్పష్టతలేక, అడిగే ప్రశ్నలకు సమాధానం ఇవ్వలేక సతమతమవుతున్నారు. ఉన్నతాధికారులు స్పందించి ఓటర్లందరికీ ఎన్యూమరేషన్ ఫారాలు అందేలా చర్యలు తీసుకోవాలని, సర్ ప్రక్రియ గడువు పొడగించాలని కోరుతున్నారు.

జాతీయ నులిపురుగుల నిర్మూలన దినోత్సవానికి

కామారెడ్డి జిల్లా సర్వం సిద్ధం

జూలై 13న ప్రధాన కార్యక్రమం -- 20న మాప్-అప్ రౌండ్

జిల్లాలో 2,46,177 మంది బాలబాలికలకు ఉచితంగా ఆల్బెండాజోల్ మాత్రల పంపిణీ

ప్రతి అర్హులైన చిన్నారి తప్పనిసరిగా మాత్ర తీసుకోవాలని జిల్లా వైద్యాధికారి జె. వెంకటి పిలుపు

కామారెడ్డి, ప్రతినిధి జూలై 12 (ప్రజా జ్యోతి):

పిల్లలను నులిపురుగుల బారినుంచి రక్షించి ఆరోగ్యవంతమైన భవిష్యత్తును అందించేందుకు కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు సంయుక్తంగా నిర్వహిస్తున్న జాతీయ నులిపురుగుల నిర్మూలన దినోత్సవం (నేషనల్ డేవర్మింగ్ డే--2026) కార్యక్రమాన్ని ఈ నెల 13న జిల్లా వ్యాప్తంగా ఘనంగా నిర్వహించనున్నట్లు జిల్లా వైద్య మరియు ఆరోగ్య శాఖాధికారి జె. వెంకటి తెలిపారు. ప్రధాన కార్యక్రమం రోజున ఏ కారణం చేతనైనా ఆల్బెండాజోల్ మాత్ర తీసుకోలేని పిల్లలకు జూలై 20న మాప్-అప్ రౌండ్ ద్వారా మాత్రలు అందజేయనున్నట్లు వెల్లడించారు. జిల్లాలోని 2,46,177 మంది ఒకటి నుంచి 19 సంవత్సరాల వయస్సు గల బాలబాలికలకు ఉచితంగా ఆల్బెండాజోల్ మాత్రలు పంపిణీ చేయనున్నట్లు ఆయన తెలిపారు. అంగన్‌వాడీ కేంద్రాలు, ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ పాఠశాలలు, గురుకులాలు, కస్తూర్బా విద్యాలయాలు, ఆశ్రమ పాఠశాలలు, జూనియర్ కళాశాలలు, అలాగే పాఠశాలకు వెళ్లని పిల్లలందరికీ - మిగతా2లో

అశోక్‌నగర్ రైల్వే గేట్ సమీపంలో గుర్తుతెలియని వ్యక్తి మృతి

- రైల్వే ట్రాక్‌పై మృతదేహం లభ్యం..
- రైలు కింద పడి మృతి చెందినట్లు ప్రాథమిక అనుమానం
- మృతుడి వద్ద ఎలాంటి గుర్తింపు పత్రాలు లభించలేదు
- ఆచూకీ కోసం ప్రజల సహకారం కోరుతున్న రైల్వే పోలీసులు
- హనుమంతుని పచ్చబొట్టు ఆధారంగా గుర్తించే అవకాశం..
- సమాచారం తెలిసిన వారు వెంటనే పోలీసులకు తెలియజేయాలని విజ్ఞప్తి

పీఈటీఏ టీఎస్ కామారెడ్డి జిల్లా నూతన కార్యవర్గం ఏకగ్రీవ ఎన్నిక

లయోలా ఉన్నత పాఠశాలలో ఘనంగా జనరల్ బాడీ సమావేశం

ఉపాధ్యాయుల సంక్షేమం, క్రీడల అభివృద్ధికి కృషి చేస్తామని నూతన కమిటీ హామీ

కామారెడ్డి ప్రతినిధి, జూలై 12 (ప్రజా జ్యోతి): ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ టీచర్స్ అసోసియేషన్ తెలంగాణ () కామారెడ్డి జిల్లా శాఖ ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం జిల్లా జనరల్ బాడీ సమావేశం, నూతన కార్యవర్గ ఎన్నికలు ఘనంగా నిర్వహించారు. కామారెడ్డి పట్టణంలోని లయోలా ఉన్నత పాఠశాల వేదికగా ఉదయం 9 గంటలకు ప్రారంభమైన ఈ సమావేశానికి జిల్లా నలుమూలల నుంచి పెద్ద సంఖ్యలో ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ టీచర్లు హాజరై సంఘం భవిష్యత్ కార్యాచరణ, ఉపాధ్యాయుల సమస్యలు, క్రీడా రంగ అభివృద్ధిపై విస్తృతంగా చర్చించారు. ఈ ఎన్నికలను రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి పొన్నగాని కృష్ణమూర్తి గౌడ్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించారు. నల్లగొండ జిల్లా అధ్యక్షుడు చంద్రయ్య ఎన్నికల అధికారిగా, వినోద్ ఎన్నికల పరిశీలకుడిగా వ్యవహరించి ఎన్నికల ప్రక్రియను పారదర్శకంగా నిర్వహించారు. అనంతరం జరిగిన ఎన్నికల్లో జిల్లా నూతన కార్యవర్గాన్ని సభ్యులందరి ఏకాభిప్రాయంతో ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు. నూతన కమిటీలో గౌరవ అధ్యక్షుడిగా రంగ వెంకటేశ్వర్ గౌడ్, అధ్యక్షుడిగా నోముల మధుసూదన్ రెడ్డి, ప్రధాన కార్యదర్శిగా బాణాల భాస్కర్, వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్‌గా కేపీ అనిల్, కోశాధికారిగా విజయలక్ష్మి, మహిళా ప్రతినిధిగా శారద ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికయ్యారు. ఎన్నికైన నాయకులను సమావేశంలో పాల్గొన్న సభ్యులు ఘనంగా అభినందించి పూలమాలలు వేసి సన్మానించారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి పొన్నగాని కృష్ణమూర్తి గౌడ్ మాట్లాడుతూ, ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ టీచర్ల పాత్ర విద్యార్థుల సమగ్ర వికాసంలో అత్యంత కీలకమని అన్నారు. క్రీడలు ఆరోగ్యవంతమైన సమాజ నిర్మాణానికి పునాది అని, పీఈటీల హక్కులు, సంక్షేమం, వృత్తిపరమైన సమస్యల పరిష్కారానికి సంఘం ఎల్లప్పుడూ అండగా ఉంటుందని తెలిపారు. జిల్లాలో సంఘాన్ని మరింత బలోపేతం చేయాలని, ప్రతి పీఈటీ సంఘ కార్యక్రమాల్లో చురుకుగా పాల్గొనాలని పిలుపునిచ్చారు. నూతన అధ్యక్షుడు నోముల మధుసూదన్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, సభ్యులందరూ తనపై ఉంచిన నమ్మకాన్ని నిలబెట్టుకుంటానని తెలిపారు. జిల్లాలోని ప్రతి ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ టీచర్‌కు సంఘం అండగా నిలుస్తుందని, పెండింగ్ సమస్యల పరిష్కారం కోసం ప్రభుత్వ దృష్టికి తీసుకెళ్లడంతో పాటు క్రీడా మౌలిక సదుపాయాల అభివృద్ధికి కృషి చేస్తామని అన్నారు. ప్రధాన కార్యదర్శి బాణాల భాస్కర్ మాట్లాడుతూ, సంఘాన్ని మరింత బలోపేతం చేయడంతో పాటు సభ్యుల ఐక్యతకు ప్రాధాన్యం ఇస్తామని చెప్పారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో క్రీడలకు మరింత ప్రాధాన్యం కల్పించడం, విద్యార్థుల్లో క్రీడాస్ఫూర్తిని పెంపొందించడం, ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ టీచర్ల వృత్తిపరమైన గౌరవాన్ని పెంచే కార్యక్రమాలను చేపడతామని పేర్కొన్నారు. సమావేశంలో పలువురు సభ్యులు మాట్లాడుతూ జిల్లాలో క్రీడా మౌలిక సదుపాయాల విస్తరణ, పాఠశాలల్లో క్రీడా సామగ్రి అందుబాటు, ఉపాధ్యాయుల సమస్యల పరిష్కారంపై పలు సూచనలు చేశారు. సమావేశం అనంతరం నూతన కార్యవర్గ సభ్యులకు శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తూ సంఘం మరింత అభివృద్ధి చెందాలని ఆకాంక్షించారు.

నూతన కార్యవర్గం:

గౌరవ అధ్యక్షుడు -- రంగ వెంకటేశ్వర్ గౌడ్
అధ్యక్షుడు -- నోముల మధుసూదన్ రెడ్డి
ప్రధాన కార్యదర్శి -- బాణాల భాస్కర్
వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ -- కేపీ అనిల్
కోశాధికారి -- విజయలక్ష్మి
మహిళా ప్రతినిధి -- శారద

ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా వ్యాప్తంగా పలువురు ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ టీచర్లు, సంఘ సభ్యులు పాల్గొని నూతన కార్యవర్గానికి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

అన్నారంలో నల్ల పోచమ్మ ఆలయానికి స్థల పరిశీలన

ఐదు గుళ్ల నిర్మాణానికి శ్రీకారం.. వీడీసీ కమిటీ నిర్ణయం

కామారెడ్డి ప్రతినిధి, జూలై 12 (ప్రజా జ్యోతి): రామారెడ్డి మండలంలోని అన్నారం గ్రామంలో చెరువు కట్ట సమీపంలో ఉన్న నల్ల పోచమ్మ ఆలయ అభివృద్ధికి గ్రామస్థులు, వీడీసీ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో కీలక అడుగు పడింది. ఆలయ విస్తరణలో భాగంగా ఆదివారం నల్ల పోచమ్మ ఆలయ ప్రాంగణంలో స్థల పరిశీలన నిర్వహించి, ఐదు గుళ్ల నిర్మాణానికి శ్రీకారం చుట్టారు. ఈ సందర్భంగా వీడీసీ అధ్యక్షుడు స్వామి గౌడ్ మాట్లాడుతూ, గ్రామ ప్రజల ఆధ్యాత్మిక విశ్వాసాలకు ప్రతీకగా నిలిచిన నల్ల పోచమ్మ ఆలయాన్ని మరింత వైభవంగా తీర్చిదిద్దేందుకు అన్ని హంగులతో ఐదు గుళ్ల నిర్మాణాన్ని చేపట్టనున్నట్లు తెలిపారు. నిర్మాణానికి అవసరమైన స్థలాన్ని పరిశీలించి, గుళ్ల నిర్మాణం సక్రమంగా జరిగేలా స్థలాన్ని చదును చేసినట్లు పేర్కొన్నారు. గ్రామ ప్రజల సహకారంతో ఆలయాన్ని భక్తులకు అనుకూలంగా అభివృద్ధి చేయడమే లక్ష్యమని, భవిష్యత్తులో ఆలయ పరిసరాల్లో మరిన్ని సౌకర్యాలు కల్పించేందుకు కూడా ప్రణాళికలు సిద్ధం చేస్తున్నట్లు కమిటీ సభ్యులు వెల్లడించారు. ఈ కార్యక్రమానికి గ్రామస్థుల నుంచి విశేష స్పందన లభించిందన్నారు.
ఈ స్థల పరిశీలన కార్యక్రమంలో వీడీసీ కమిటీ సభ్యులు చిన్న గంగారెడ్డి, డాక్టర్ విశ్వనాథం, మురళీ, రాములు, రాజయ్యతో పాటు గ్రామ పెద్దలు, భక్తులు పాల్గొని నిర్మాణ పనులు విజయవంతం కావాలని ఆకాంక్షించారు.

ఎస్ ఐ ఆర్ కార్యక్రమంపై ప్రజల్లో అవగాహన కల్పించిన బీఆర్ఎస్ నాయకులు

ఇంటింటికీ వెళ్లి సందేహాల నివృత్తి
-- ఎన్యూమరేషన్ పత్రాల సమర్పణకు సహకారం

కామారెడ్డి ప్రతినిధి, జూలై 12 (ప్రజా జ్యోతి) రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చేపట్టిన ఎస్ ఐ ఆర్ (స్పెషల్ ఇంటెన్సివ్ రివిజన్) కార్యక్రమంలో భాగంగా కామారెడ్డి మండలం చిన్నమల్లారెడ్డి గ్రామంలో బీఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకులు ప్రత్యేకంగా ఇంటింటికీ పర్యటించి ప్రజల అభిప్రాయాలను తెలుసుకోవడంతో పాటు కార్యక్రమానికి సంబంధించిన సందేహాలను నివృత్తి చేశారు. గ్రామ ప్రజలకు ఎస్ ఐ ఆర్ కార్యక్రమం యొక్క ఉద్దేశ్యం, ఎన్యూమరేషన్ ప్రక్రియ, అవస రమైన పత్రాల వివరాలను వివరిస్తూ, ప్రతి కుటుంబం తమ ఎన్యూమరేషన్ పత్రాలను సంబంధిత బి ఎల్ వో అధికారులకు సకాలంలో సమర్పించేలా అవగాహన కల్పించారు. ప్రజలు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను స్వీకరించి, వాటి పరిష్కారానికి అవసరమైన సూచనలు అందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో చిన్నమల్లారెడ్డి ఉప సర్పంచ్ కమ్మరి స్వప్న లక్ష్మీనారాయణ, వార్డు సభ్యులు ధర్మగౌని భార్గవి ప్రశాంత్ గౌడ్, బొలిగడ్డ కృష్ణతో పాటు బీఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొని గ్రామంలోని పలు కాలనీల్లో ఇంటింటికీ తిరుగుతూ ప్రజలకు అవగాహన కల్పించారు. ఈ సందర్భంగా నాయకులు మాట్లాడుతూ, ప్రతి అర్హుడైన ఓటరు తమ వివరాలను సక్రమంగా నమోదు చేయించుకోవాలని, అవసరమైన పత్రాలను ఆలస్యం చేయకుండా బి ఎల్ వో లకు సమర్పించాలని కోరారు. ప్రజలు కూడా ఈ కార్యక్రమానికి సహకరించి తమ వివరాలను సక్రమంగా నమోదు చేయించుకోవడం ద్వారా ఓటరు జాబితా మరింత పారదర్శకంగా, ఖచ్చితంగా రూపొందుతుందని పేర్కొన్నారూ

అశోక్‌నగర్ రైల్వే గేట్ సమీపంలో గుర్తుతెలియని వ్యక్తి మృతి

కామారెడ్డి, ప్రతినిధి జూలై 12 (ప్రజా జ్యోతి): కామారెడ్డి పట్టణంలోని అశోక్‌నగర్ రైల్వే గేట్ సమీపంలో ఆదివారం రాత్రి గుర్తుతెలియని వ్యక్తి మృతదేహం లభ్యమైన ఘటన కలకలం రేపింది. రైల్వే ట్రాక్‌పై మృతదేహం కనిపించడంతో స్థానికులు వెంటనే రైల్వే పోలీసులకు సమాచారం అందించారు. సమాచారం అందుకున్న పోలీసులు సంఘటనా స్థలానికి చేరుకుని మృతదేహాన్ని పరిశీలించి, పంచనామా నిర్వహించి తదుపరి చర్యలు చేపట్టారు. రైల్వే పోలీసుల వివరాల ప్రకారం, ఆదివారం రాత్రి సుమారు 8.40 గంటలకు ముందు, అశోక్‌నగర్ రైల్వే గేట్ సమీపంలోని కిలోమీటర్ నంబర్ 510/12--13 వద్ద సుమారు 45 నుంచి 50 సంవత్సరాల వయస్సు కలిగిన ఓ వ్యక్తి మృతదేహం రైల్వే ట్రాక్‌పై కనిపించింది. ప్రాథమికంగా గుర్తుతెలియని రైలు కింద పడి మరణించినట్లు అనుమానిస్తున్నప్పటికీ, ఘటనకు గల పూర్తి కారణాలను నిర్ధారించేందుకు రైల్వే పోలీసులు అన్ని కోణాల్లో దర్యాప్తు కొనసాగిస్తున్నారు. మృతుడి వద్ద ఎలాంటి ఆధార్ కార్డు, ఓటరు గుర్తింపు కార్డు, డ్రైవింగ్ లైసెన్స్ లేదా ఇతర గుర్తింపు పత్రాలు లభించకపోవడంతో అతడి వివరాలు తెలియరాలేదని పోలీసులు తెలిపారు. దీంతో మృతుడి గుర్తింపునకు ప్రజల సహకారం అవసరమని విజ్ఞప్తి చేశారు. మృతుడి శరీర లక్షణాల ప్రకారం ఎత్తు సుమారు 5 అడుగుల 4 అంగుళాలు. గోధుమరంగు షర్టు, బూడిదరంగు ప్యాంటు, మెరూన్ రంగు డ్రాయర్ ధరించి ఉన్నాడు. కుడి చేతిపై హనుమంతుని పచ్చబొట్టు ఉండటం ప్రత్యేక గుర్తుగా పోలీసులు వెల్లడించారు. ఈ వివరాల ఆధారంగా ఎవరైనా మృతుడిని గుర్తించే అవకాశం ఉంటుందని భావిస్తున్నారు. మృతుడి ఆచూకీ తెలిసిన వారు లేదా ఇటీవల తమ కుటుంబ సభ్యుడు, బంధువు లేదా పరిచయస్తుడు కనిపించకుండా పోయినట్లు భావిస్తున్న వారు వెంటనే రైల్వే పోలీస్ స్టేషన్, కామారెడ్డిను సంప్రదించాలని అధికారులు కోరారు. సమాచారం అందించేందుకు 87126 58614 లేదా 99513 29365 నంబర్లను సంప్రదించవచ్చని తెలిపారు. మృతుడి వివరాలు తెలియగానే కుటుంబ సభ్యులకు సమాచారం అందించి తదుపరి చట్టపరమైన చర్యలు చేపట్టనున్నట్లు రైల్వే పోలీసులు వెల్లడించారు. ప్రజలు పుకార్లను నమ్మకుండా, మృతుడి గుర్తింపునకు ఉపయోగపడే విశ్వసనీయ సమాచారాన్ని మాత్రమే పోలీసులకు అందించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. రైల్వే ట్రాక్‌ల వద్ద అప్రమత్తంగా ఉండాలని, అనుమానాస్పద పరిస్థితులు కనిపించిన వెంటనే పోలీసులకు సమాచారం అందించడం ద్వారా ఇలాంటి ఘటనల దర్యాప్తుకు సహకరించాలని అధికారులు కోరారు.

ఉత్తునూరులో తెలంగాణ రాష్ట్ర సేన (టీఆర్ఎస్) జెండా గద్దె నిర్మాణానికి భూమిపూజ

గ్రామంలో పార్టీ కార్యకలాపాలకు శాశ్వత వేదికగా జెండా గద్దె

పార్టీ బలోపేతానికి ప్రతి కార్యకర్త అంకితభావంతో పనిచేయాలని నాయకుల పిలుపు

కామారెడ్డి ప్రతినిధి జూలై 12 (ప్రజా జ్యోతి): సదాశివనగర్ మండలం ఉత్తునూర్ గ్రామంలో తెలంగాణ రాష్ట్ర సేన (టీఆర్ఎస్) పార్టీ జెండా గద్దె నిర్మాణానికి ఆదివారం పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు ఘనంగా భూమిపూజ నిర్వహించారు. వేద మంత్రోచ్చారణల నడుమ ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి నిర్మాణ పనులకు శ్రీకారం చుట్టారు. ఈ సందర్భంగా గ్రామంలో పార్టీ జెండాను ఎల్లప్పుడూ రెపరెపలాడేలా ఏర్పాటు చేయనున్న జెండా గద్దె పార్టీ ఐక్యతకు, కార్యకర్తల సమన్వయానికి ప్రతీకగా నిలవాలని నాయకులు ఆకాంక్షించారు.
ఈ సందర్భంగా నిర్వహించిన సమావేశంలో పార్టీ నాయకులు మాట్లాడుతూ, జెండా గద్దె అనేది కేవలం ఒక నిర్మాణం మాత్రమే కాదని, అది పార్టీ ఆత్మగౌరవానికి, సిద్ధాంతాలకు, కార్యకర్తల నిబద్ధతకు ప్రతీక అని పేర్కొన్నారు. గ్రామస్థాయిలో పార్టీని మరింత బలోపేతం చేయడానికి, ప్రజలకు చేరువ కావడానికి ఇలాంటి కార్యక్రమాలు ఎంతో దోహదపడతాయని తెలిపారు.
గ్రామంలో పార్టీ సమావేశాలు, సభ్యత్వ నమోదు కార్యక్రమాలు, యువత, మహిళల సమావేశాలు, జాతీయ, రాష్ట్ర పర్వదినాల సందర్భంగా జెండా ఆవిష్కరణ, సేవా కార్యక్రమాలు, ప్రజా సమస్యలపై చర్చలు వంటి అనేక కార్యక్రమాలకు ఈ జెండా గద్దె కేంద్రంగా ఉపయోగపడుతుందని వివరించారు. పార్టీ నాయకత్వం సూచించిన కార్యక్రమాలను గ్రామస్థాయిలో విజయవంతం చేయడానికి ప్రతి కార్యకర్త బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహరించాలని పిలుపునిచ్చారు.
ప్రజలతో నిరంతరం మమేకమై వారి సమస్యల పరిష్కారానికి కృషి చేయడమే తెలంగాణ రాష్ట్ర సేన లక్ష్యమని నాయకులు పేర్కొన్నారు. గ్రామాభివృద్ధి, యువత సంక్షేమం, రైతుల సమస్యలు, మహిళల అభ్యున్నతి వంటి అంశాలపై పార్టీ ప్రత్యేక దృష్టి సారిస్తుందని తెలిపారు. గ్రామంలో పార్టీ మరింత బలోపేతం కావడానికి కార్యకర్తలు ఐక్యంగా ముందుకు సాగాలని, ప్రజల విశ్వాసాన్ని నిలబెట్టే విధంగా పనిచేయాలని సూచించారు.
అనంతరం జెండా గద్దె నిర్మాణ పనులను త్వరితగతిన పూర్తి చేసి పార్టీ కార్యకలాపాలకు అందుబాటులోకి తీసుకురావాలని నిర్ణయించారు. కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న నాయకులు, కార్యకర్తలు పార్టీ విజయానికి కృషి చేస్తామని ప్రతిజ్ఞ చేశారు.
ఈ కార్యక్రమంలో కాట్మండి శ్రావణ్ రావు, కాట్మండి అశోక్ రావు, నిట్టు వెంకట్ రావు, కిషన్ రావు, దొడ్ల ప్రవీణ్, గుడ్ల రఘు, కుమ్మరి లింబయ్య, ఒడ్డె రాములు, కాయ్యాల రాములు, దగ్గి సాయిలు, గుడ్ల రామారావు, చాకలి బూమయ్య, భూపల్లి రాములు తదితర తెలంగాణ రాష్ట్ర సేన (టీఆర్ఎస్) నాయకులు, కార్యకర్తలు, గ్రామ పెద్దలు పాల్గొని కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు.

జాతీయ నులిపురుగుల నిర్మూలన దినోత్సవానికి కామారెడ్డి జిల్లా సర్వం సిద్ధం

-మొదటిపేజీ తరువాయి

ఈ కార్యక్రమం ద్వారా మాత్రలు అందజేయనున్నట్లు చెప్పారు. నులిపురుగుల వ్యాధి ప్రపంచవ్యాప్తంగా పిల్లల ఆరోగ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తున్న ప్రధాన ప్రజారోగ్య సమస్యలలో ఒకటని జిల్లా వైద్యాధికారి పేర్కొన్నారు. పరిశుభ్రత లోపం, కలుషిత నీటి వినియోగం, బహిరంగ మలవిసర్జన, చేతులు శుభ్రంగా కడుక్కోకపోవడం వంటి కారణాల వల్ల నులిపురుగులు పిల్లల శరీరంలోకి ప్రవేశించి పేగుల్లో నివసిస్తూ ఆహారంలోని పోషకాలను గ్రహిస్తాయని తెలిపారు. దీంతో పిల్లల్లో రక్తహీనత, పోషకాహార లోపం, ఎదుగుదల మందగించడం, బరువు తగ్గడం, శారీరక బలహీనత, కడుపునొప్పి, ఆకలి తగ్గడం, జ్ఞాపకశక్తి తగ్గడం, చదువుపై ఏకాగ్రత కోల్పోవడం, తరచూ అనారోగ్యానికి గురికావడం వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయని వివరించారు. మన దేశంలో ప్రధానంగా రౌండ్ వార్మ్, హుక్ వార్మ్, విప్ వార్మ్ అనే మూడు రకాల నులిపురుగులు ఎక్కువగా కనిపిస్తాయని తెలిపారు. ఈ పురుగుల గుడ్లు కలుషితమైన నీరు, శుభ్రం చేయని కూరగాయలు, పండ్లు, మురికి చేతులు, గోర్లు, చెప్పులు లేకుండా నడవడం, బహిరంగ మలవిసర్జన వంటి మార్గాల ద్వారా మన శరీరంలోకి ప్రవేశిస్తాయని చెప్పారు.
నులిపురుగుల నివారణకు ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (డబ్ల్యు ఎచ్ ఓ) సిఫారసు చేసిన ఆల్బెండాజోల్ అత్యంత సురక్షితమైన, ప్రభావవంతమైన ఔషధమని జిల్లా వైద్యాధికారి తెలిపారు. ఈ మాత్ర తీసుకోవడం వల్ల పేగుల్లోని నులిపురుగులు నశించడంతో పాటు పిల్లలకు పోషకాలు సక్రమంగా అందుతాయని, రక్తహీనత తగ్గి శారీరక, మానసిక ఎదుగుదల మెరుగుపడుతుందని చెప్పారు. అలాగే చదువుపై ఏకాగ్రత పెరిగి ఆరోగ్యకరమైన భవిష్యత్తుకు బాటలు పడతాయని పేర్కొన్నారు. ఒకటి నుంచి రెండు సంవత్సరాల వయస్సు గల చిన్నారులకు సగం మాత్రను పొడి చేసి ఇవ్వగా, రెండు నుంచి 19 సంవత్సరాల వయస్సు గల వారికి 400 మిల్లీగ్రాముల పూర్తి మాత్రను నమిలి మింగేలా అందజేస్తారు. ఈ ప్రక్రియ మొత్తం శిక్షణ పొందిన ఆశా కార్యకర్తలు, ఏఎన్ఎంలు, అంగన్‌వాడీ కార్యకర్తలు, ఉపాధ్యాయులు, ఆరోగ్య సిబ్బంది పర్యవేక్షణలోనే నిర్వహించబడుతుందని తెలిపారు.
జూలై 13న పాఠశాలలకు లేదా అంగన్‌వాడీ కేంద్రాలకు హాజరు కాలేని పిల్లలు, అనారోగ్యంతో మాత్ర తీసుకోలేని వారు, ఇతర కారణాలతో గైర్హాజరైన వారందరికీ జూలై 20న నిర్వహించే మాప్-అప్ రౌండ్‌లో తప్పనిసరిగా ఆల్బెండాజోల్ మాత్ర అందజేయబడుతుందని స్పష్టం చేశారు.
నులిపురుగుల నివారణలో మాత్రలతో పాటు పరిశుభ్రత కూడా ఎంతో ముఖ్యమని జిల్లా వైద్యాధికారి తెలిపారు. భోజనం ముందు, మరుగుదొడ్డి ఉపయోగించిన తర్వాత చేతులను సబ్బుతో శుభ్రంగా కడుక్కోవడం, గోర్లు చిన్నగా ఉంచుకోవడం, చెప్పులు ధరించడం, బహిరంగ మలవిసర్జనకు దూరంగా ఉండడం, పరిశుభ్రమైన తాగునీరు వినియోగించడం, పండ్లు, కూరగాయలను శుభ్రంగా కడిగి తినడం, ఇంటి పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచడం వంటి అలవాట్లు ప్రతి కుటుంబం పాటించాలని సూచించారు.
ఈ కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేయడంలో వైద్య, ఆరోగ్య శాఖతో పాటు విద్యాశాఖ, మహిళా మరియు శిశు సంక్షేమ శాఖ, పంచాయతీరాజ్ శాఖ, అంగన్‌వాడీ కార్యకర్తలు, ఆశా కార్యకర్తలు, ఏఎన్ఎంలు, ఎంపీహెచ్‌ఏలు, ఉపాధ్యాయులు, గ్రామపంచాయతీలు, ప్రజాప్రతినిధులు, తల్లిదండ్రులు సమన్వయంతో పనిచేయనున్నట్లు తెలిపారు.
తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలు జూలై 13న తప్పనిసరిగా ఆల్బెండాజోల్ మాత్ర తీసుకునేలా చూడాలని, ఒకవేళ ఆ రోజు సాధ్యం కాకపోతే జూలై 20న జరిగే మాప్-అప్ రౌండ్‌లో తప్పకుండా మాత్ర తీసుకునేలా సహకరించాలని జిల్లా వైద్య మరియు ఆరోగ్య శాఖాధికారి జె. వెంకటి విజ్ఞప్తి చేశారు. ఆల్బెండాజోల్ మాత్ర పూర్తిగా ఉచితమని, సురక్షితమని, ప్రతి అర్హులైన బాలబాలిక తప్పనిసరిగా ఈ కార్యక్రమంలో భాగస్వాములు కావాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు.
"నులిపురుగులను నిర్మూలిద్దాం -- పిల్లల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుదాం... ఆల్బెండాజోల్ మాత్ర తీసుకుందాం -- ఆరోగ్యవంతమైన భవిష్యత్తును నిర్మిద్దాం... పరిశుభ్రత పాటిద్దాం -- నులిపురుగులను దూరం చేద్దాం... ఆరోగ్యవంతమైన పిల్లలే అభివృద్ధి చెందిన దేశానికి పునాది" అని జిల్లా వైద్యాధికారి జె. వెంకటి పేర్కొన్నారు.

జర్నలిస్టుల సమస్యలపై టీడబ్ల్యూజేఎఫ్ పోరుబాట

13న రాష్ట్రవ్యాప్తంగా కలెక్టరేట్ల ఎదుట నిరసనలు

-- కలెక్టర్లకు వినతిపత్రాల సమర్పణ

15న రాష్ట్ర సమాచార కమిషనర్ కార్యాలయం వద్ద భారీ ధర్నా

హెల్త్ కార్డులు, ఇండ్ల స్థలాలు, అక్రిడిటేషన్ కార్డులు, పెన్షన్, విద్యా రాయితీలపై ప్రభుత్వాన్ని నిలదీయనున్న జర్నలిస్టులు

ఆగస్టు నెలాఖరులో టీడబ్ల్యూజేఎఫ్ రాష్ట్ర మహాసభలు

-- ఉద్యమ కార్యాచరణకు రాష్ట్ర కార్యవర్గం ఆమోదం

కామారెడ్డి ప్రతినిధి జూలై 12 (ప్రజా జ్యోతి): రాష్ట్రంలోని జర్నలిస్టుల దీర్ఘకాలిక సమస్యలను తక్షణమే పరిష్కరించాలని డిమాండ్ చేస్తూ తెలంగాణ వర్కింగ్ జర్నలిస్టు ఫెడరేషన్ (టీడబ్ల్యూజేఎఫ్) రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఆందోళనలకు శ్రీకారం చుట్టింది. జర్నలిస్టుల సంక్షేమానికి సంబంధించిన పలు హామీలు అమలులో తీవ్ర జాప్యం జరుగుతుండడంతో ప్రభుత్వం వెంటనే స్పందించాలని టీడబ్ల్యూజేఎఫ్ రాష్ట్ర కార్యవర్గం కోరింది. ఈ మేరకు ఈ నెల 13న రాష్ట్రంలోని అన్ని జిల్లా కలెక్టరేట్ల ఎదుట నిరసన కార్యక్రమాలు నిర్వహించి కలెక్టర్లకు వినతిపత్రాలు అందజేయాలని, 15న హైదరాబాద్‌లోని రాష్ట్ర సమాచార కమిషనర్ కార్యాలయం ఎదుట భారీ ధర్నా చేపట్టాలని నిర్ణయించింది. శనివారం హైదరాబాద్‌లోని త్యాగరాయ గానసభలో టీడబ్ల్యూజేఎఫ్ యాక్టింగ్ అధ్యక్షుడు పిల్లి రాంచందర్ అధ్యక్షతన రాష్ట్ర కార్యవర్గ సమావేశం జరిగింది. ఈ సమావేశంలో ప్రధాన కార్యదర్శి బి. బసవపున్నయ్యతో పాటు రాష్ట్ర నాయకులు, జిల్లా ప్రతినిధులు పాల్గొని జర్నలిస్టులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలపై సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. అనంతరం పలు కీలక తీర్మానాలను ఆమోదించారు. సమావేశంలో నాయకులు మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం జర్నలిస్టుల సంక్షేమంపై తగిన ప్రాధాన్యం ఇవ్వడం లేదని విమర్శించారు. ముఖ్యంగా హెల్త్ కార్డుల వ్యవస్థ పూర్తిగా నిర్వీర్యమైందని పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుతం జర్నలిస్టులకు జారీ చేసిన హెల్త్ కార్డులు నిమ్స్ ఆసుపత్రి మినహా ఇతర కార్పొరేట్ ఆసుపత్రుల్లో అమలులో లేకపోవడంతో అత్యవసర వైద్య సేవలు పొందేందుకు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదురవుతున్నాయని తెలిపారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా అన్ని గుర్తింపు పొందిన కార్పొరేట్ ఆసుపత్రుల్లో వర్తించే విధంగా నూతన హెల్త్ కార్డులు జారీ చేయాలని ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. జర్నలిస్టుల ఇండ్ల స్థలాల సమస్య సంవత్సరాలుగా పెండింగ్‌లోనే ఉందని నాయకులు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఇండ్ల స్థలాల కేటాయింపుపై ప్రభుత్వం హామీలు ఇచ్చినప్పటికీ క్యాబినెట్ సబ్ కమిటీ ఇప్పటికీ స్పష్టమైన నిర్ణయం తీసుకోకపోవడంతో వేలాది మంది జర్నలిస్టులు నిరాశలో ఉన్నారని పేర్కొన్నారు. మాటలకే పరిమితం కాకుండా వెంటనే నిర్ణయం తీసుకుని ఇండ్ల స్థలాల కేటాయింపు ప్రక్రియ ప్రారంభించాలని డిమాండ్ చేశారు.

అక్రిడిటేషన్ కార్డుల జారీ కూడా తీవ్ర ఆలస్యానికి గురవుతోందని తెలిపారు. అర్హులైన జర్నలిస్టులకు వెంటనే అక్రిడిటేషన్ కార్డులు అందజేయాలని, కార్డులు లేకపోవడంతో ఆర్టీసీ బస్ పాస్‌లు పొందడంలో ఇబ్బందులు ఎదురవుతున్నాయని పేర్కొన్నారు. ఫీల్డ్‌లో పనిచేసే జర్నలిస్టులు అధికారిక గుర్తింపు లేక ఇబ్బందులు పడుతున్న పరిస్థితిని ప్రభుత్వం గుర్తించాలని కోరారు.

జర్నలిస్టుల సామాజిక భద్రతకు ప్రభుత్వం ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలని, అర్హులైన జర్నలిస్టులకు నెలకు రూ.10 వేల పెన్షన్ మంజూరు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. అలాగే ప్రైవేట్, కార్పొరేట్ విద్యాసంస్థల్లో జర్నలిస్టుల పిల్లలకు వంద శాతం ఫీజు రాయితీ కల్పించేలా వెంటనే ప్రత్యేక జీవో జారీ చేయాలని ప్రభుత్వాన్ని విజ్ఞప్తి చేశారు. జర్నలిస్టుల కుటుంబాల విద్యా, ఆరోగ్య భద్రతపై ప్రభుత్వం ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని కోరారు.

రాష్ట్రవ్యాప్తంగా జర్నలిస్టుల సమస్యలపై ప్రజాప్రతినిధులు, అధికారులకు అవగాహన కల్పించేందుకు ఉద్యమాన్ని మరింత విస్తృతం చేయనున్నట్లు రాష్ట్ర కార్యవర్గం స్పష్టం చేసింది. ఈ నెల 13న అన్ని జిల్లా కేంద్రాల్లో కలెక్టరేట్ల ఎదుట నిరసన కార్యక్రమాలు నిర్వహించి కలెక్టర్లకు వినతిపత్రాలు అందజేయనున్నారు. అనంతరం ఈ నెల 15న హైదరాబాద్‌లోని రాష్ట్ర సమాచార కమిషనర్ కార్యాలయం ఎదుట భారీ ధర్నా నిర్వహించి ప్రభుత్వ దృష్టికి సమస్యలను తీసుకెళ్లనున్నట్లు ప్రకటించారు.

అదేవిధంగా ఆగస్టు నెలాఖరులో టీడబ్ల్యూజేఎఫ్ రాష్ట్ర మహాసభలను ఘనంగా నిర్వహించాలని సమావేశం ఏకగ్రీవంగా నిర్ణయించింది. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా జర్నలిస్టుల హక్కుల పరిరక్షణ, సంక్షేమ పథకాల అమలు, భవిష్యత్ ఉద్యమ కార్యాచరణపై మహాసభల్లో సమగ్ర చర్చ జరగనుందని తెలిపారు.

జర్నలిస్టుల సంక్షేమం కోసం ప్రభుత్వం తక్షణ చర్యలు చేపట్టాలని, లేకపోతే రాష్ట్రవ్యాప్తంగా మరింత ఉద్ధృతంగా ఆందోళనలు చేపడతామని టీడబ్ల్యూజేఎఫ్ రాష్ట్ర కార్యవర్గం హెచ్చరించింది. జర్నలిస్టుల హక్కులు, భద్రత, సంక్షేమం విషయంలో రాజీ పడబోమని నాయకులు స్పష్టం చేశారు.

పచ్చని పొలాల గుండా ప్రాజెక్టు గుబులు పుట్టిస్తున్న బుల్లెట్ రైలు

బుల్లెట్‌రైలు మార్గానికి మార్కింగ్ వేస్తున్న ప్రభుత్వ యంత్రాంగం

పంట పొలాల మధ్య నుంచే ముంబయికి మార్గం

శంషాబాద్ మండలం కేబీదొడ్డి గ్రామం పూర్తిగా కనుమరుగయ్యే ప్రమాదం

సాధారణంగా హైదరాబాద్? నుంచి బెంగళూరుకు రోడ్డు మార్గంలో ప్రయాణిస్తే 9 నుంచి 11 గంటల్లో చేరుకో గలుగుతాం. రైలు మార్గంలో ప్రయాణించాలంటే సుమారు 10 గంటల సమయం పడుతుంది. అదే బుల్లెట్? రైళ్లు అందుబాటులోకి వస్తే కేవలం రెండు గంటల్లోనే ఆ గమ్యాన్ని చేరుకో గలుగుతాం. అయితే బుల్లెట్? రైల్? కారిడార్ల నిర్మాణానికి అనేక అడ్డంకులు ఎదురవుతున్నాయి. హైదరాబాద్ నగర శివారుల్లోని శంషాబాద్ అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయం నుంచి దేశ ఆర్థిక రాజధాని ముంబయికి బుల్లెట్? రైలు మార్గాన్ని నిర్మిస్తున్న విషయం తెలిసిందే. ఈ ప్రాజెక్టుకు సంబంధించిన పనులకు యంత్రాంగం సిద్ధమవుతోంది. దీనిలో భాగంగానే సంబంధిత అధికారులు ప్రాజెక్టుకు సంబంధించి మార్కింగ్ చేస్తోన్నారు. ప్రస్తుతం హైస్పీడ్ బుల్లెట్ ట్రైన్ నిర్మాణం జరిగే మార్గమంతా వ్యవసాయ పొలాల మధ్యలో నుంచే వెళ్తోంది. దీంతో అన్నదాతల్లో భయాందోళనలు నెలకొన్నాయి.

600 ఎకరాల భూమి కేటాయింపు

కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్ఠాత్మకంగా ప్రవేశపెడుతున్న ఏడు బుల్లెట్ రైల్? కారిడార్లలో తెలంగాణలో మూడు రూట్లు ఏర్పాటవుతున్నాయి. ఇదే విషయాన్ని సంబంధిత రైల్వే మంత్రి అశ్వినీవైష్ణవ్ కూడా చెప్పారు. శంషాబాద్?లోని రాజీవ్?గాంధీ అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయానికి దగ్గరిలోని బహదూర్?గూడ ప్రాంతంలో బుల్లెట్? రైల్? ప్రాజెక్టు కోసం ఇప్పటికే రాష్ట్రప్రభుత్వం 600 ఎకరాల భూమిని కేటాయించింది. ఇక్కడి నుంచి మూడు బుల్లెట్? ట్రైన్? కారిడార్లను ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు సమాచారం.

పంట పొలాల మధ్య నుంచే మార్కింగ్

ఇందులో భాగంగానే హైదరాబాద్-అమరావతి-చెన్నై, శంషాబాద్-ముంబయి, హైదరాబాద్-బెంగళూరు కారిడార్లు ఏర్పాటు కానున్నాయి. ఇందులో ముంబయి మార్గానికి సంబంధించి బహదూర్‌గూడ వద్ద మొదలై మొయినాబాద్, చేవెళ్ల, వికారాబాద్ మీదుగా ఈ కారిడార్‌ను నిర్మించనున్నారు. పదిరోజులుగా దీనికి సంబంధించి రైల్వే యంత్రాంగం ప్రాజెక్టు చేపట్టే ప్రాంతాలపై మార్కింగ్‌లు వేస్తున్నారు. శంషాబాద్ మండలంలోని సుల్తాన్‌పల్లి, చౌదరిగూడ, కేబీదొడ్డి గ్రామాలతో పాటు మొయినాబాద్ మండలంలోని సురంగల్, అమ్డాపూర్, కేతిరెడ్డిపల్లి కూడళ్లల్లో మార్కింగ్‌లు వేశారు. రైలు అత్యంత వేగంతో ప్రయాణించనున్న నేపథ్యంలో మార్గంలో వంకరలు లేకుండా చూస్తున్నారు. దీనిలో భాగంగా ఎలాంటి వంకరలు లేకుండా ప్రతి 5 కి.మీ. ఒక చోట మార్కింగ్ వేస్తున్నారు. ఈ మార్కింగ్‌లు పచ్చటి పంట పొలాల మధ్య నుంచే వస్తున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో రైతులు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

నాలుగు వరుసల్లో నిర్మాణాలు

ప్రస్తుతం మార్కింగ్ చేస్తున్న బుల్లెట్ రైలు మార్గాన్ని నాలుగు వరుసల్లో నిర్మించనున్నట్టు తెలుస్తోంది. దీనికోసం దాదాపు 300 అడుగుల వెడల్పుతో భూసేకరణ చేసే అవకాశం ఉన్నట్టు కనిపిస్తోంది. అయితే ఈ నిర్మాణం చేపట్టే మార్గాల్లో చిన్న, సన్నకారు రైతుల భూములే అధికంగా ఉండటం గమనార్హం. ఒకవేళ ఇదే కార్యరూపం దాలిస్తే అన్నదాతలు భూములు కోల్పోయే ప్రమాదముంది. అయితే రైతులకు ఏమేర పరిహారం అందుతుంది అనే విషయంపై ఇంకా స్పష్టత లేదు. రెవెన్యూ అధికారులకు సైతం ఈ విషయంలో స్పష్టత లేదు. బుల్లెట్ ట్రైన్ మార్గానికి ఇరువైపులా సర్వీసు రోడ్లు సైతం అందుబాటులోకి తెచ్చే అవకాశం ఉంది. శంషాబాద్ మండలం కేబీదొడ్డి గ్రామం పూర్తిగా కనుమరుగయ్యే ప్రమాదం పొంచి ఉంది.

తెలంగాణకు గేట్‌వేగా

ఇంతవరకు శంషాబాద్ అంటే కేవలం ఓ అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయం మాత్రమే. అయితే ఈ ప్రాంతం తెలంగాణ రవాణా వ్యవస్థకు కేంద్ర బిందువుగా మారే సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి. విమానం, హైస్పీడ్ రైలు, మెట్రో, అంతర్జాతీయ స్థాయి బస్? టెర్మినల్? ఇలా అన్నిరకాలు రవాణాసౌకర్యాలు ఒకే ప్రాంతంలో ఏర్పాటు చేయాలని ప్రభుత్వం యోచిస్తోంది. రోడ్డు, మెట్రో, హైస్పీడ్? రైలు, విమానం వంటి రవాణా సౌకర్యాలు ఒకే చోట ఉండటం దేశంలో మరెక్కడా లేదు. ఇది పూర్తయితే ఈ ప్రాంతం భవిష్యత్? నగరాలకు ప్రణాళికలకు జాతీయ మోడల్?గా మారుతుంది. అయితే వాటి నిర్మాణ ప్రాంతాల్లోని రైతులు మాత్రం ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

అధికారుల వేధింపులే బ్రాంచ్ పోస్టుమాస్టర్ ప్రాణాలు బలిగొన్నాయా..?

600 కొత్త ఖాతాల లక్ష్యం పేరుతో తీవ్ర ఒత్తిడి..?

ఉద్యోగం నుంచి తొలగిస్తామంటూ బెదిరింపుల ఆరోపణలు

గుండ్లపల్లి బ్రాంచ్ పోస్టుమాస్టర్ చొప్పరి రిషిక నిమ్స్‌లో చికిత్స పొందుతూ మృతి

బాధ్యులపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని కుటుంబ సభ్యులు, పోస్టల్ ఉద్యోగ సంఘాల డిమాండ్

కామారెడ్డి తపాలా ఉద్యోగ సంఘాల నేతలు తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి

కామారెడ్డి ప్రతినిధి, జూలై 12 (ప్రజా జ్యోతి): పోస్టల్ శాఖలో అధికారుల లక్ష్యాల ఒత్తిడి మరో విషాదానికి దారితీసిందన్న ఆరోపణలు తీవ్ర చర్చకు దారితీశాయి. పెద్దపల్లి డివిజన్ పరిధిలోని జమ్మికుంట సబ్ డివిజన్, పోత్కపల్లి సబ్ పోస్టాఫీస్‌కు చెందిన గుండ్లపల్లి బ్రాంచ్ పోస్టుమాస్టర్ శ్రీమతి చొప్పరి రిషిక ఆత్మహత్యాయత్నం అనంతరం హైదరాబాద్ నిమ్స్ ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతూ మృతి చెందడం పోస్టల్ శాఖలో తీవ్ర విషాదాన్ని నింపింది. ఈ ఘటనకు సంబంధించి కుటుంబ సభ్యులు, సహోద్యోగులు అధికారుల వేధింపులు, అవాస్తవ లక్ష్యాల ఒత్తిడే కారణమని ఆరోపిస్తుండగా, పోస్టల్ ఉద్యోగ సంఘాలు కూడా ఘటనపై సమగ్ర విచారణ చేపట్టాలని డిమాండ్ చేస్తున్నాయి.

కుటుంబ సభ్యుల కథనం ప్రకారం, 2026--27 ఆర్థిక సంవత్సరానికి ప్రతి బ్రాంచ్ పోస్టాఫీస్‌కు 600 కొత్త పొదుపు ఖాతాలు తెరవాలనే లక్ష్యాన్ని శాఖ నిర్దేశించింది. అయితే గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో అంత పెద్ద సంఖ్యలో కొత్త ఖాతాలు నమోదు చేయడం వాస్తవ పరిస్థితుల్లో సాధ్యం కాదని పలువురు బ్రాంచ్ పోస్టుమాస్టర్లు అధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లినా స్పందన లభించలేదని వారు ఆరోపిస్తున్నారు.

గురువారం జమ్మికుంట సబ్ డివిజన్ పరిధిలోని కదీమ్ అబాది సబ్ పోస్టాఫీస్‌లో నిర్వహించిన సమీక్ష సమావేశంలో లక్ష్యాలను తప్పనిసరిగా పూర్తి చేయాలని, లేకపోతే "పుట్ ఆఫ్ డ్యూటీ" చేసి ఉద్యోగం నుంచి తొలగించే చర్యలు తీసుకుంటామని సంబంధిత అధికారులు హెచ్చరించినట్లు కుటుంబ సభ్యులు పేర్కొంటున్నారు. ఈ హెచ్చరికలతో రిషిక తీవ్ర మనోవేదనకు గురైనట్లు వారు చెబుతున్నారు. చొప్పరి రిషిక విధించిన లక్ష్యాలను చేరుకునేందుకు తన సొంత ఖర్చులతో గ్రామాల్లో తిరిగి ప్రజలను పొదుపు ఖాతాలు తెరవాలని కోరినట్లు, ప్రచారం నిర్వహించినట్లు కుటుంబ సభ్యులు తెలిపారు. అయినప్పటికీ లక్ష్యాలను పూర్తిచేయలేకపోవడంతో ఆమె తీవ్ర మానసిక ఒత్తిడికి లోనయ్యారని, సమీక్ష సమావేశంలో జరిగిన పరిణామాలు ఆమెపై మరింత ప్రభావం చూపినట్లు ఆరోపిస్తున్నారు. శుక్రవారం ఉదయం గుండ్లపల్లి బ్రాంచ్ పోస్టాఫీస్‌లో విధులు నిర్వహిస్తున్న సమయంలో ఆమె క్రిమిసంహారక మందు సేవించినట్లు సమాచారం. వెంటనే సహోద్యోగులు, స్థానికులు ఆసుపత్రికి తరలించగా, అనంతరం మెరుగైన చికిత్స కోసం హైదరాబాద్ నిమ్స్‌కు తరలించారు. అక్కడ చికిత్స పొందుతూ ఆమె మృతి చెందారు. ఈ వార్తతో కుటుంబ సభ్యులు, బంధువులు, సహోద్యోగులు తీవ్ర విషాదంలో మునిగిపోయారు. ఈ ఘటనకు సంబంధించి జమ్మికుంట సబ్ డివిజన్ పరిధిలో పనిచేస్తున్న కొందరు అధికారుల ఒత్తిడి, బెదిరింపులే కారణమని కుటుంబ సభ్యులు ఆరోపిస్తున్నారు. ఈ అంశంపై నిష్పక్షపాతంగా విచారణ జరిపి, బాధ్యులుగా తేలిన అధికారులపై కఠిన శాఖాపరమైన, చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని వారు డిమాండ్ చేశారు. పోస్టల్ ఉద్యోగ సంఘాల నాయకులు కూడా ఘటనపై తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల వాస్తవ పరిస్థితులను పరిగణనలోకి తీసుకోకుండా అవాస్తవ లక్ష్యాలను నిర్దేశించడం వల్ల ఉద్యోగులు తీవ్రమైన మానసిక ఒత్తిడికి గురవుతున్నారని పేర్కొన్నారు. ఉద్యోగులపై అధిక పనిభారం, లక్ష్యాల ఒత్తిడి, ఉద్యోగ భద్రతపై నెలకొంటున్న ఆందోళనలను ప్రభుత్వం, పోస్టల్ శాఖ ఉన్నతాధికారులు అత్యవసరంగా పరిశీలించాలని కోరారు. ఈ విషాద ఘటన నేపథ్యంలో పోస్టల్ శాఖలో అమలవుతున్న లక్ష్యాల విధానం, ఉద్యోగులపై పెరుగుతున్న పనిభారం, అధికారుల వ్యవహారశైలిపై విస్తృత చర్చ ప్రారంభమైంది. ఉద్యోగుల మానసిక ఆరోగ్యం, సేవా భద్రత, పని పరిస్థితులపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించి అవసరమైన సంస్కరణలు చేపట్టాలని ఉద్యోగ సంఘాలు విజ్ఞప్తి చేశాయి. కుటుంబ సభ్యులు, ఉద్యోగ సంఘాల ప్రధాన డిమాండ్లు ఘటనపై నిష్పక్షపాత, స్వతంత్ర విచారణ చేపట్టాలి. ఆరోపణలు ఎదుర్కొంటున్న అధికారులను విచారణ పూర్తయ్యే వరకు విధుల నుంచి తప్పించాలి. బాధ్యులుగా తేలిన వారిపై కఠిన శాఖాపరమైన, చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకోవాలి మృతురాలి కుటుంబానికి తగిన ఆర్థిక సహాయం, ఉద్యోగ భద్రత కల్పించాలి. పోస్టల్ ఉద్యోగులపై అవాస్తవ లక్ష్యాల ఒత్తిడిని తగ్గించి, ఉద్యోగుల మానసిక ఆరోగ్యానికి రక్షణ కల్పించే విధానాలను అమలు చేయాలి.

వచ్చేస్తోంది బుల్లెట్ ట్రైన్..

భారతదేశ ప్రజలు ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్న బుల్లెట్ ట్రైన్ ప్రాజెక్టుపై కేంద్ర ప్రభుత్వం కీలక ప్రకటన చేసింది. దేశంలో తొలి బుల్లెట్ ట్రైన్ సేవలు 2027 ఆగస్టు 15 నుంచి ప్రారంభం కానున్నాయని కేంద్ర రైల్వే శాఖ మంత్రి అశ్విని వైష్ణవ్ వెల్లడించారు. ముంబై-అహ్మదాబాద్ హై-స్పీడ్ రైల్ (ఎంఏహెచ్ఎస్ఆర్) కారిడార్‌లో భాగంగా సూరత్-బిలిమోరా మధ్య తొలి సర్వీసును నడపనున్నట్లు ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఈ మార్గం దేశంలోనే మొట్టమొదటి హై-స్పీడ్ రైలు మార్గంగా నిలవనుంది. 508 కిలోమీటర్ల పొడవైన ముంబై-అహ్మదాబాద్ కారిడార్‌ను దశలవారీగా ప్రారంభిస్తారు. సూరత్-బిలిమోరా సెక్షన్ ప్రారంభమైన తర్వాత, మిగిలిన మార్గాలైన వాపి-సూరత్, వాపి-అహ్మదాబాద్, అహ్మదాబాద్-థానే, చివరగా పూర్తిస్థాయిలో అహ్మదాబాద్-ముంబై మార్గాలను అందుబాటులోకి తీసుకురానున్నారు. ఈ ప్రతిష్ఠాత్మక ప్రాజెక్టు పనులు ఇప్పటికే దాదాపు 80 శాతం పూర్తయ్యాయని, నిర్దేశిత గడువులోగా లక్ష్యాలను చేరుకునేందుకు నిర్మాణం శరవేగంగా జరుగుతోందని మంత్రి వివరించారు. ఈ ప్రాజెక్టు రెండు ఆర్థిక రాజధానుల మధ్య ప్రయాణ సమయాన్ని గణనీయంగా తగ్గించడమే కాకుండా, కారిడార్ వెంబడి ఆర్థిక వృద్ధిని ప్రోత్సహిస్తుందని భావిస్తున్నారు. ఈ సందర్భంగా దేశంలో హై-స్పీడ్ రైల్వే నెట్‌వర్క్‌ను విస్తరించే ప్రణాళికలను కూడా వైష్ణవ్ వెల్లడించారు. ముఖ్యంగా హైదరాబాద్ కేంద్రంగా మూడు కొత్త బుల్లెట్ ట్రైన్ కారిడార్లను ప్రతిపాదించినట్లు తెలిపారు. పుణె-హైదరాబాద్, హైదరాబాద్-చెన్నై, హైదరాబాద్-బెంగళూరు మార్గాలు ఇందులో ఉన్నాయి. ఈ ప్రాజెక్టులు దక్షిణాది రాష్ట్రాల మధ్య కనెక్టివిటీని పెంచుతాయి. వీటితో పాటు హైదరాబాద్-ముంబై మధ్య కూడా మరో హై-స్పీడ్ రైలు మార్గాన్ని ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు ఆయన పేర్కొన్నారు. "ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ హైదరాబాద్ నగరానికి మూడు హై-స్పీడ్ బుల్లెట్ రైలు కారిడార్లను కేటాయించారు. ఇవి నగరం రూపురేఖలను పూర్తిగా మారుస్తాయి" అని అశ్విని వైష్ణవ్ అన్నారు. ఈ నెట్‌వర్క్ తెలంగాణలోని అనేక జిల్లాల మీదుగా ప్రయాణిస్తూ, రాష్ట్రంలో కనెక్టివిటీని మెరుగుపరుస్తుందని తెలిపారు. ఇదే సమయంలో 'నవ్-నిర్మాణ్' కార్యక్రమంలో భాగంగా దేశవ్యాప్తంగా 261 రైల్వే స్టేషన్లను ఆధునిక సౌకర్యాలతో అభివృద్ధి చేస్తున్నట్లు చెప్పారు. తెలంగాణలో సికింద్రాబాద్, బేగంపేట్, హైటెక్ సిటీ వంటి కీలక స్టేషన్లను ఈ పథకం కింద ఆధునికీకరిస్తున్నట్లు ఆయన వివరించారు.

సంపాదకీయం

అర్ధ సత్యాల ఆర్థికశాస్త్రం మీద మార్క్స్ విమర్శ!

'పెరిగిన ఇళ్ళ అమ్మకాలు'/ 'విద్యుత్తు వాహనాల విక్రయాలు 3 లక్షలు దాటొచ్చు' / 'పెంపుడు కుక్కల ఆహారం మార్కెట్లోకి విడుదల'/ '110 కోట్ల భారీ బడ్జెట్టు సినిమా'/ 'ఒక్క మే నెలలోనే 700 కోట్ల డాలర్ల విలువ గల చమురు దిగుమతులు'. ఈ వార్తల్లో వున్న ఇళ్ళూ, వాహనాలూ, కుక్కల ఆహారమూ, సినిమా, చమురూ--అన్నీ 'సరుకులే!'. వీటిని అమ్మితే వచ్చేది 'డబ్బు'. పెట్టుబడిదారీ ఆర్థిక శాస్త్రం అంతా సరుకులూ--డబ్బూ చుట్టే తిరుగుతుంది. కానీ, ఆర్థిక శాస్త్రవేత్తలు కొందరు వాటి గురించి తప్పుగానూ, కొందరు అరకొరగానూ అర్థం చేసుకుని పెద్ద పెద్ద గ్రంథాలు రాశారు. ఆ గ్రంథాలలో ఉన్న శాస్త్రాన్ని 'రాజకీయ అర్థ శాస్త్రం' ('పొలిటికల్ ఎకానమీ') అనడం 17వ శతాబ్దంలో మొదలై, దాదాపు 250 ఏళ్ళ తర్వాత, 'ఆర్థిక శాస్త్రం' ('ఎకనామిక్స్') అనే పేరు స్థిరపడింది. ఆర్థిక శాస్త్రం అన్నా 'అర్థ శాస్త్రం' అన్నా ఒకటే! ఈ రాజకీయ ఆర్థిక శాస్త్రం, 19వ శతాబ్దంలో మార్క్స్ రంగప్రవేశం చేసేవరకూ, అనేక పరిమితులతో, చాలా సార్లు తప్పులతో ఉండేది. అందుకే మార్క్స్, 'రాజకీయ అర్థశాస్త్రం మీద విమర్శకు ఒక చేర్పు' అని 1859లో రాశాడు. మార్క్స్ ఎంగెల్సుల రచనలు అనేకం తెలుగులోకి వచ్చాయి గానీ, ఈ రచన మాత్రం ఇప్పుడే అనువాద రూపంలో మనకు అందుబాటులోకి వచ్చింది. అంటే, తెలుగునాట కమ్యూనిస్టు పార్టీ అంటూ మొదలైన 100 సంవత్సరాల తర్వాత ఎ.గాంధీ ద్వారా అందింది. దీనికి గాంధీ క్లుప్తంగా పెట్టిన పేరు: 'కార్ల్ మార్క్స్ 1859 అర్థ శాస్త్ర విమర్శ'. జర్నలిస్టుగా, అనువాదకుడిగా, పీకాక్ క్లాసిక్స్ ప్రచురణల ఎడిటర్‌గా, ఎ.గాంధీ చాలా మందికి తెలుసుననుకుంటున్నాను. 77 ఏళ్ళ వయసులో, కంటిచూపు సమస్య తీవ్రంగా ఉన్నా, ఎంతో శ్రమపడి, గాంధీ ఈ అనువాదాన్ని తీసుకొచ్చారు. ఈ పుస్తకంలో, మార్క్స్ రాసిన మొట్టమొదటి వాక్యం: "మొదటి చూపుకి, పెట్టుబడిదారీ సమాజ సంపద అపారమైన సరుకుల పోగులా కనిపిస్తుంది. ఆ సంపదని కొలిచే యూనిట్ ఒక సరుకు." పెట్టుబడిదారీ ఆర్థిక శాస్త్రం మీద మార్క్స్ చేసిన పరిశోధన అంతా ఈ సరుకు గురించీ, డబ్బు గురించీ మొదలవుతుంది. మార్క్స్ ఈ పుస్తకంలో, క్రీస్తు పూర్వం నాటి అరిస్టాటిల్ నించీ మొదలు పెట్టి, తన కంటే కొద్దికాలం ముందు వరకూ ఉండిన ఆర్థిక శాస్త్రవేత్తల రచనలను, అనేక డజన్ల రచనలను, విమర్శనాత్మకంగా పరిశీలించాడు. ఈ పుస్తకంలో ప్రధానమైన విషయాల్ని చాలా క్లుప్తంగా ఇలా చెప్పవచ్చు. (1) సరుకుకి రెండు లక్షణాలుంటాయి. ఒకటి-- ఉపయోగపు విలువ; ఇంకోటి మారకం విలువ. ప్రతీ సరుకు ఏదో ఒక ఉపయోగాన్ని ఇస్తుంది. అది దాని ఉపయోగపు విలువ. ప్రతీ సరుకూ ఇంకో సరుకుతో మారుతుంది. ఒక సరుకుని ఇచ్చి ఇంకో సరుకుని తీసుకోగలం. దానికి కారణం, ప్రతీ సరుకులోనూ ఉండే మారకం విలువ. సరుకులు మారకం అవుతున్నాయంటే, వాటి మధ్య 'విలువ' అనే సమాన లక్షణం ఉందని అర్థం. (2) మారకం విలువ అంటే, ఒక సరుకు తయారు చేయడానికి పట్టిన శ్రమ కాలం. విలువ అంటే శ్రమే. (3) విలువకి ఉన్న జనరల్ రూపం 'డబ్బు'. ప్రపంచ ధనంగా ఉన్న బంగారం కూడా ఒక సరుకే. బంగారాన్ని తయారు చెయ్యడానికి పట్టే శ్రమ కాలమే దాని మారకం విలువ. (4) మార్క్స్ పూర్వపు ఆర్థికవేత్తల పొరపాటు దృష్టిలో, వస్తువులకు, వాటి శరీర ధర్మాలు ఎలా ఉంటాయో, 'విలువ' కూడా అంతే సహజంగా ఉంటుంది. అరిస్టాటిల్ వంటి మేధావి కూడా, రెండు వస్తువుల మధ్య 'విలువ' అనే సమాన లక్షణం ఉండబట్టే, అవి మారకం అవుతాయని అస్పష్టంగానైనా గ్రహించాడు గానీ, విలువ అంటే, 'శ్రమే' అనే విషయాన్ని సరిగా అర్థం చేసుకోలేకపోయాడు. (5) మారకాలలోకి వెళ్ళని వస్తువులు కూడా శ్రమలతో తయారైనప్పటికీ, విలువలు లేకుండా ఉంటాయి. ఎందుకంటే, ఆ వస్తువుల్ని తయారు చేసిన మనుషులు, వాటిని తామే ఉపయోగించుకుంటారు గానీ, ఇతరులతో మారకం చేసుకోరు. (6) డబ్బు అనేది, సరుకు విలువకి ఒక జనరల్ రూపం. అందుచేత, అది విలువ కొలతగా కూడా ఉంటుంది. దానికి వేరు వేరు దేశాలలో, వేరు వేరు పేర్లు ఉంటాయి. పేర్లు వేరైనా, దేశాల మధ్య జరిగే సరుకుల మారకాల సంబంధాలన్నీ డబ్బు సంబంధాలే. (7) ఈ పుస్తకం లోనే ఒకచోట మార్క్స్ అన్నట్టు: "ఒకరితో ఒకరికున్న ఈ (పెట్టుబడిదారీ) ప్రపంచ జీవుల సంబంధాలు, మౌలికంగా సరుకు యజమానుల మధ్య ఉండే సంబంధాలే తప్ప వేరు కావు. సరుకులు మత, రాజకీయ, జాతీయ, భాషాపరమైన అడ్డంకుల్ని పట్టించుకోవు. ధరే వాటి సార్వత్రిక భాష. డబ్బే వాటి బంధం....(సరుకుల యజమానుల ప్రకారం) ఈ యావత్తు ప్రపంచం కలిసిపోయేది, మార్కెట్టులోనే, అంటే, ప్రపంచ మార్కెట్టులోనే!" ఆర్థిక శాస్త్రానికి సంబంధించిన కొన్ని పదాల్నీ, ఇంగ్లీషులో ఉన్న పెద్ద పెద్ద వాక్యాల్నీ తెలుగులోకి తేలికైన పద్ధతిలో తేవడం చాలా కష్టమైన పని! కొత్త కోణంలో, ఆర్థిక విషయాల్ని చెప్పే ఈ పుస్తకాన్ని కొన్ని ఫుట్ నోట్లతో, వివరణలతో ఇచ్చివుంటే, ఎక్కువ మంది పాఠకులకు తేలికయ్యేది.

ఉమ్మడి పౌర ప్రవర్తన

'ఎవరు నేర్పేరమ్మ ఈ కొమ్మకూ, పూలిమ్మనీ రెమ్మరెమ్మకూ; ఎంత తొందరలే హరి పూజకు, పొద్దుపొడవకముందె పూలిమ్మనీ'-- అంటూ ఆశ్చర్యపోతారు దేవులపల్లి కృష్ణ శాస్త్రి ఓ సినీగీతంలో! నిజమే, పూలిమ్మని రెమ్మరెమ్మనూ ఎవరు శాసించారు, ఏ చట్టం కొట్టి చెప్పింది? సృష్టిలోని సకలజీవులూ ఒకరికొకరు సహకరించుకుంటూ, ఒకరినొకరు గౌరవించుకుంటూ ఉమ్మడిగా సుఖజీవనం సాగించడానికి ప్రకృతి చేసిన ఏర్పాట్లలో ఒకటి కదా అది! పట్టిచూస్తే తప్ప అర్థం కాని, మన అవగాహనకు అందని ప్రకృతి విశాల ప్రణాళికలో అది భాగం కదా! బుర్రలేదనుకునే పక్షీ, పశువూ, చెట్టూ, పుట్టా, రాయీ, రప్పా సైతం ప్రాకృతిక న్యాయంలో భాగమైనప్పుడు బుర్ర ఉందనుకునే మనిషి ఎందుకు కాడు?! సంస్కృతీ, నాగరికతా మార్గంలో వేల సంవత్సరాల ప్రస్థానం తర్వాత, ఇప్పటికైనా అయ్యాడా? అందులో ప్రకృతి ప్రణాళికకు పెడగా పడిన అడుగులెన్ని! జీవం మనిషిగా ఎదిగిన మొదట్లో చట్టాలు లేవు; మనుగడలో భాగంగా సాటి మనిషితో జతకట్టాడు, గుంపుగా ఎదిగాడు, అనేక గుంపులతో కలసి సామరస్యంగా సహజీవనం చేసే స్థాయికి చేరాడు. తన అస్తిత్వంలో ఎక్కువకాలం అలిఖిత శాసనాలే మనిషిని నడిపించాయి; మంచీ, మర్యాదా మప్పాయి; నీతీ, రీతీ నేర్పాయి; సభ్యత, శుభ్రత అలవరచాయి. అయినా ఇప్పటికీ ఆ ప్రక్రియ పూర్తి కాలేదు. అవినీతి, అసభ్యత, అక్రమాల అధఃపాతాళపు లోతులు చూస్తూనే ఉన్నాడు. ప్రకృతిమార్గం నుంచి తప్పుకుని సృష్టికి ప్రతిసృష్టి చేసే ప్రావీణ్యం విర్రవీగడమే అందుకు కారణమా?!

మానవ జనావాసాలు గుంపు దశనుంచి నగరాలుగా ఎదిగే క్రమంలో లిఖిత శాసనాలు వచ్చాయి. అయిదువేల సంవత్సరాల క్రితం ప్రాచీన సుమేరు నాగరికతా కాలంలో తెచ్చిన 'ఉర్--నమ్ము' అనే శిక్షాస్మృతిని తొలి స్మృతిగా చెబుతారు. ఆ తర్వాత క్రీ.పూ. 1750లో, బాబిలోనియా పాలకుడు హమ్మురాబి పేరిట శిక్షాస్మృతి వచ్చింది. ఆ తర్వాత క్రీ.పూ. 451లో 'లా ఆఫ్ ట్వెల్వ్ టేబుల్స్' పేరిట రోమన్ చట్టాలు వచ్చాయి. వాటిని క్రోడీకరిస్తూ క్రీ.శ. 529లో జెస్టీనియన్ శిక్షాస్మృతిని తెచ్చారు. ఆధునిక పౌరచట్టాలనూ, వ్యవస్థలనూ అదే ప్రభావితం చేసిందంటారు. మన దగ్గర క్రీ.పూ. 400లో అర్థశాస్త్రం, ఆ తర్వాత మనుస్మృతితో సహా వివిధ స్మృతులు వచ్చి మానవ ప్రవర్తనను కట్టడి చేయడానికి ప్రయత్నించాయి. కులమతవర్గ భేదాలను దాటుకుంటూ ప్రజాస్వామ్యం దిశగా అడుగువేస్తున్న వర్తమానంలో ఈ ప్రాచీన స్మృతులు మంచి--చెడుల కలబోతగా కనిపించ డంలో ఆశ్చర్యం లేదు. క్రీస్తుశక ప్రారంభంలో మౌర్యచక్రవర్తి అశోకుడు 'ధర్మస్తంభా'ల పేరిట దేశమంతటా స్థాపించిన లిఖిత శిలాస్తంభాలు జంతుబలుల నిషేధంతో సహా ఆయా విధినిషేధాలను శాసిస్తూనే; సత్కార్యాలను, దయను, దాతృత్వాన్ని, సత్యనిష్ఠను, పరిశుద్ధతను బోధించాయి; క్రౌర్యాన్ని, కోపాన్ని, గర్వాన్ని విడిచిపెట్టమనీ; అన్ని మతా లను, పంథాలను గౌరవించమనీ చెప్పాయి. మనిషి ప్రవర్తనను చట్టాలూ, శిక్షలతోనే కాదు; తగిన హితబోధతో మానసిక పరివర్తన ద్వారా కూడా కట్టడి చేసే ప్రయత్నం ముందునుంచీ జమిలిగా సాగింది. ప్రభుత్వాలు చట్టాలు, శిక్షలతో చేయబోయిందే -- వేదాలూ, కావ్యేతిహాసాలు సహా ప్రపంచ వాఙ్మయమంతా హితబోధతో చేయబోయింది. అందుకే ప్రత్యేకించి కావ్యాలను కాంతాసమ్మితాలన్నారు. 'భగవంతుడు ఆకలిచావును విధించలేదు, తిండి ఉన్నవాడు కూడా చావక తప్పదు; తనకున్నదాన్ని ఇతరులతో పంచుకునేవాడు ఎప్పటికీ అణ గారడు; దాతృత్వం లేనివాడు ఒంటరి అయిపోతా'డంటుంది ఋగ్వేదం. దయ, ధర్మం లేని కొంప కొంపే కాదంటుంది. విజ్ఞతా, వినయాలే తప్ప అహంకారం, ధిక్కారం పని చేయవని మహాభారతంలోని యక్షప్రశ్నల ఘట్టం చెబుతుంది. ఒక యక్షుడికి చెందిన చెరువులో నీళ్ళు తాగబోయి, అతని ప్రశ్నలకు జవాబు చెప్పడానికి నిరాకరించి, ధిక్కరించి తన నలుగురు సోదరులూ స్పృహ కోల్పోయినప్పుడు ధర్మరాజు వినమ్రంగా జవాబు చెప్పి సోదరులను బతికించుకుంటాడు. కనుక చట్టాలకూ, హితబోధకూ మధ్య సమతూకం తప్పనిసరి. ఏది ఎక్కువైనా సత్ప్రవర్తన గల్లంతవుతుంది. చట్టాలే సర్వస్వ మనుకుంటే వాటి ఉల్లంఘనా సర్వసామాన్యమవుతుంది. ఉమ్మడి పౌరస్మృతులతో పాటు హితమార్గంలో ఉమ్మడి పౌర ప్రవర్తనను తీర్చిదిద్దడమూ అంతే అవసరం.

ప్రవాసులకు ప్రమాద ఘంటికలు!

అమెరికాలో హెచ్1బీ వీసాలపై ఉన్నవారికి, గ్రీన్‌కార్డు కోసం దరఖాస్తు చేసుకునే వారికీ రానున్నకాలంలో మరిన్ని ఇబ్బందులు ఎదురయ్యే అవకాశం కనిపిస్తోంది. హెచ్1బీ ప్రాసెసింగ్‌లో అనుసరించాల్సిన నిబంధనల విషయంలో నియామక సంస్థలు చూసీచూడనట్లు పోతుండడం, గ్రీన్‌కార్డుకు దరఖాస్తు చేసేటప్పుడు అడ్డదారులు తొక్కడం.. వంటి వాటిని ట్రంప్ సర్కారు తీవ్రంగా పరిగణిస్తోంది. ఇలాంటి పనుల ద్వారా స్థానిక అమెరికన్లకు దక్కవలసిన ఉద్యోగాలను విదేశాల నుంచి వచ్చిన వారికి కట్టబెడుతున్నారంటూ అధికారులు ఆ దిశగా దర్యాప్తు ప్రారంభించారు. నిబంధనలను ఉల్లంఘించాయంటూ పలు సంస్థలకు ఇటీవల తాఖీదులు కూడా జారీ చేశారు.

'కష్టించి పనిచేసే అమెరికన్లు పొందగల ఉద్యోగావకాశాలను, సంస్థల మాయాజాలం వల్ల కోల్పోకుండా చూడడమే తమ లక్ష్యం'గా ట్రంప్ సర్కారు ప్రకటించుకుంది. హెచ్1బీ వీసాలు, గ్రీన్‌కార్డ్ పొందడానికి పాటించాల్సిన (గ్రాజు=వీ--రాతీశీస్త్రతీఘువ జుశ్రీవఫ్లీతీశీఅఱఎ =వజఅవష మీఘుఅఘుస్త్రవఎవత్) నిబంధనల విషయంలో అధికారులు ఇప్పుడు గట్టిగా దృష్టి సారించారు. అమెరికాలోని కంపెనీలు అత్యున్నత వృత్తి నైపుణ్యాలు కలిగిన విదేశీయులను మూడేళ్ల వ్యవధి కోసం కొన్ని ప్రత్యేక ఉద్యోగాలలోకి నియమించుకోవడానికి హెచ్1బీ వీసా వీలుకల్పిస్తుంది. మూడేళ్ల తర్వాత ఈ ఉద్యోగుల నియామకాలను ఆరేళ్లకు పొడిగించవచ్చు. అయితే, హెచ్1బీ విషయంలో ఆయా సంస్థలు లేబర్ కండిషన్ అప్లికేషన్ (ాజూ)ను బహిరంగంగా ప్రకటించాల్సి ఉంటుంది. దీనిద్వారా హెచ్1బీ ఉద్యోగులకు ఎంత వేతనం చెల్లించాలనుకుంటున్నదీ తమ సంస్థల ప్రాంగణాలలో ఇతర కార్మికులందరికీ తెలిసేలాగా ప్రదర్శించాల్సి ఉంటుంది. అయితే ఉద్యోగుల నియామకం కోసం ఏజెన్సీలను ఆశ్రయించడంలో హెచ్1బీ ప్రోగ్రాం దుర్వినియోగమవుతున్నట్లు ట్రంప్ ప్రభుత్వం భావిస్తోంది. తక్కువ వేతనాలు ఇస్తున్నట్లుగా కూడా ప్రభుత్వం పేర్కొంది.

ఇక, హెచ్1బీ మీద పనిచేస్తున్న ఉద్యోగులు అమెరికాలో శాశ్వత నివాసార్హత పొందే గ్రీన్‌కార్డు కోసం దరఖాస్తు చేసుకునే సందర్భాలలో, వారిని స్పాన్సర్ చేసే నియామక సంస్థ మరిన్ని నిబంధనలను పాటించాల్సి ఉంటుంది. ఏ ఉద్యోగాల కోసం అయితే విదేశీయులను తీసుకోబోతున్నారో, వాటి గురించి విస్తృతంగా ప్రచారం చేసి, తద్వారా అర్హత గల అమెరికన్లు ఆ ఉద్యోగంలో చేరడానికి ఇష్టపడడం లేదని, దరఖాస్తు చేయలేదని నిరూపించుకోవాలి. అందుకోసం ప్రధాన పత్రికలలో వరుసగా రెండు ఆదివారాలపాటు ప్రకటన ఇవ్వాలి, పనిస్థలంలో కనీసం 10 రోజులపాటు ఆ ఉద్యోగాల గురించి నోటీస్ బోర్డులో ఉంచాలి. ప్రభుత్వం అనుమతించిన విధానాలలో అనగా జాబ్ మేళాలు, కంపెనీ వెబ్‌సైట్, ట్రేడ్ జర్నల్స్ ద్వారా కూడా ప్రకటించాలి. ఆ తర్వాత కనీసం 30 రోజులపాటు నిరీక్షించి, 'ఆ ఉద్యోగాల కోసం స్థానిక అమెరికన్లు రావడం లేదు' అని స్పష్టంగా రుజువుచేయాల్సి ఉంటుంది. ఆ తరువాత మాత్రమే లేబర్ సర్టిఫికేషన్ అప్లికేషన్ (ాజూ) ద్వారా గ్రీన్‌కార్డు కోసం ప్రభుత్వాన్ని సంప్రదించాలి.

అయితే, అనేక కంపెనీలు ఈ నిబంధనలను ఉల్లంఘిస్తున్నాయని, అంతగా ఆదరణలేని పత్రికలలో నామమాత్రంగా ప్రకటనలు వేసి వాటితో ఎల్‌సీఏలకు దరఖాస్తు చేయడం, నిబంధనల అమలులో అడ్డదారులు వెతుక్కోవడం వంటివి చేస్తున్నారని ట్రంప్ ప్రభుత్వం ఆరోపణ. ఈ వ్యవహారాలన్నింటిపై ఇప్పుడు సమగ్ర దర్యాప్తు చేయబోతున్నారు.

హెచ్1బీ లేదా గ్రీన్‌కార్డులు పొందడంలో ఇలాంటి వ్యవహారాలను తీవ్రంగా పరిగణిస్తున్న ట్రంప్ ప్రభుత్వం, వాటిని దేశభద్రతతో ముడిపెట్టడానికి సైతం ప్రయత్నిస్తోంది. ఈ అవకతవకలు దేశంలో హింస పెచ్చరిల్లడానికి కారణం అవుతున్నాయని, ఈ వీసా ప్రక్రియల ఉల్లంఘనలు మానవ అక్రమ రవాణాకు దారితీస్తున్నాయని, విదేశాల నుంచి ఉద్యోగాల పేరుతో వస్తున్నవాళ్లు కార్టెల్స్, మాఫియా ముఠాలలో భాగస్వాములు అవుతున్నారని దాని ఆరోపణ. ఈ వ్యవహారాలపై సమగ్ర దర్యాప్తు అనేది అమెరికాను తిరిగి సురక్షిత దేశంగా తయారు చేయడానికి ఉద్దేశించినట్లు అధికారులు చెబుతున్నారు. ఇప్పటికే డజన్లకొద్దీ సంస్థలకు తాఖీదులు పంపినట్లుగా లేబర్ డిపార్ట్మెంట్ ఇన్‌స్పెక్టర్ జనరల్ ప్రకటించారు. నోటీసులు అందుకున్న వాటిలో కాగ్నిజెంట్, విరాట్ సొల్యూషన్స్, ఓక్ టెక్నాలజీస్, గౌరా టెక్ వంటి అనేక సంస్థలున్నాయి. 'ఇలా అక్రమంగా ఉద్యోగాలు పొందుతున్నవారు వైద్య సంస్థలు, వైద్యుల ఆఫీసులలో కీలక స్థానాలలో ఉంటూ అమెరికన్ సమాజానికి ప్రమాదకరంగా తయారవుతున్నార'ని ఆయన ఆరోపణ.

సంస్థలు నిబంధనలను ఉల్లంఘించకపోయినా, ఉన్న లొసుగులను కొంత వాడుకుంటున్నాయనేది వాస్తవం. ప్రభుత్వం కఠినంగా వ్యవహరిస్తే.. మొత్తంగా అమెరికన్ జాబ్ మార్కెట్ కుప్పకూలే ప్రమాదం ఉంటుంది. వీసా కావాలంటే భారీ రుసుము చెల్లించి తీరాలన్న ట్రంప్ ప్రభుత్వం నిబంధన కోర్టులో చెల్లకుండాపోయింది. ఆ అసహనంతోనే ఇతర దేశాల నుంచి వచ్చి అమెరికాలో పనిచేస్తున్న ఉద్యోగులపై ట్రంప్ సర్కారు కక్షగట్టినట్లుగా వ్యవహరిస్తోందనుకోవాలి. 'అమెరికా ఫస్ట్' నినాదమూ, ఇక్కడి ఉద్యోగాలన్నీ స్థానిక అమెరికన్లకే దక్కాలన్న వాదనా కలగలసి ఈ దర్యాప్తుల రూపం దాల్చాయి. సర్కారు చెబుతున్న కారణాల్లో కొన్ని భిన్నమైనవీ ఉన్నాయి. ఈ ముసుగులో వేతన చోరీ జరుగుతోందనేది ప్రధాన ఆరోపణ. ప్రాజెక్టుల మధ్యలో ఉండే విరామ కాలానికి హెచ్1బీ ఉద్యోగులకు వేతనాలు చెల్లించకుండా కూర్చోబెడుతూ 'అన్‌పెయిడ్ బెంచింగ్' చేస్తున్నారని కూడా ఆరోపిస్తున్నారు. హెచ్1బీ ప్రాసెసింగ్ ఫీజులు చెల్లించడం కోసం, ఉద్యోగుల నుంచి సెక్యూరిటీ డిపాజిట్ల వంటివి డిమాండ్ చేసే అక్రమాలు కూడా జరుగుతున్నాయట. థర్డ్ పార్టీ ప్లేస్‌మెంట్ ఏజన్సీల ద్వారా కంపెనీలు హెచ్1బీ ఉద్యోగులను తీసుకుంటున్నందువల్ల ఉద్యోగి--సంస్థ మధ్య ఉండాల్సిన బంధాన్ని కూడా స్పష్టంగా పాటించడం లేదని సర్కారు అంటోంది. ఈ వ్యవహారాలన్నింటిపై నిశిత పరిశీలన జరిగి, లోపాలు బయటపడితే ప్రభుత్వం తీసుకోబోయే నిర్ణయాలు ప్లేస్‌మెంట్ కంపెనీల మనుగడపై ప్రభావం చూపించే అవకాశం ఉంది. ట్రంప్ సర్కారు అనుసరిస్తున్న దర్యాప్తు విధానాలను బట్టి, హెచ్1బీ వీసాలు, ఆ కాలపరిమితి మేర ఉద్యోగ నియమకాలు పొందేవారికి పెద్ద ప్రమాదం ఉండకపోవచ్చు. కానీ, గ్రీన్‌కార్డు కూడా పొందాలని అనుకునేవారికి మాత్రం చిక్కులు తప్పకపోవచ్చు.

మొటిమంత బెంగ

ముఖం మీద చిన్న మొటిమ కనిపిస్తే చాలు. గిల్లేంతవరకూ కొందరికి చేయి ఆగదు. గట్టిగా నలిపి పిండేసేంత వరకూ నిద్ర పట్టదు. నిజానికి మొటిమలు ఆరోగ్యానికేమీ హాని చేయవు. చాలావరకివి వాటంతటవే తగ్గుతాయి. మరీ ఎక్కువగా, పెద్దగా అయితే చూడటానికి కాస్త ఇబ్బంది కలిగిస్తాయంతే. కానీ కొందరు.. ముఖ్యంగా యుక్తవయసువారు చిన్న మొటిమ కనిపించినా పెద్ద సమస్యగా భావిస్తారు.

ఇది మొటిమల అవగాహన మాసం

ముఖం మీద చిన్న మొటిమ కనిపిస్తే చాలు. గిల్లేంతవరకూ కొందరికి చేయి ఆగదు. గట్టిగా నలిపి పిండేసేంత వరకూ నిద్ర పట్టదు. నిజానికి మొటిమలు ఆరోగ్యానికేమీ హాని చేయవు. చాలావరకివి వాటంతటవే తగ్గుతాయి. మరీ ఎక్కువగా, పెద్దగా అయితే చూడటానికి కాస్త ఇబ్బంది కలిగిస్తాయంతే. కానీ కొందరు.. ముఖ్యంగా యుక్తవయసువారు చిన్న మొటిమ కనిపించినా పెద్ద సమస్యగా భావిస్తారు. తెగ ఆందోళన పడిపోతుంటారు. మనో వేదనకూ గురవుతుంటారు. మొటిమల మీద లెక్కలేనన్ని అపోహలూ రాజ్యమేలుతుండటం, సరైన అవగాహన లేకపోవటమే దీనికి కారణం.

అప్పటివరకూ నునుపుగా ఉన్న ముఖం మీద ఏంటీ మొటిమలు? ఒకట్రెండు కాస్తా చూస్తుండగానే సంఖ్య పెరుగుతూ వస్తోందేంటి? అందానికి, ఆకర్షణకు అత్యంత ప్రాధాన్యమిచ్చే యుక్తవయసువారిలో ఇలాంటి ఆలోచనలే ముసురుకుంటుంటాయి. ఇంతకీ ఇవి ఎలా పుట్టుకొస్తాయి? ఆశ్చర్యంగా అనిపించినా చర్మం నిగనిగలాడుతూ కనిపించటానికి తోడ్పడే చమురు గ్రంథులే మొటిమలకు కారణం! శరీరం మీద చర్మం అంతటా సన్నటి వెంట్రుకలు, వాటి కుదుళ్లుంటాయి. ప్రతి కుదురులో వెంట్రుక మొదలు (ఫాలికల్), చమురు గ్రంథులు (సెబేషియస్ గ్లాండ్స్) ఉంటాయి. గ్రంథుల నుంచి ఉత్పత్తయ్యే చమురు సన్నటి రంధ్రాల ద్వారా బయటకు వస్తుంది. ముఖం, ఛాతీ, వీపు, భుజాలు, చేతుల మీద ఈ గ్రంథులు పెద్ద సంఖ్యలో ఉంటాయి. ఇవి వాచి, ఉబ్బి.. గుల్లల మాదిరిగా పైకి పొడుచుకు రావటమే మొటిమలకు మూలం. కొందరిలో జన్యుపరంగా టెస్టోస్టిరాన్ వంటి లైంగిక హార్మోన్లు గ్రంథులను ప్రేరేపితం చేయటం వల్ల మరింతగా చమురు ఉత్పత్తి అవుతుంది. మరోవైపు చర్మ రంధ్రాల్లో ప్రొపిని బ్యాక్టీరియం ఆక్నిస్ అనే బ్యాక్టీరియా చమురును కొవ్వు ఆమ్లాలుగా విడగొడుతుంటుంది. ఈ ఆమ్లాలు వెంట్రుక కుదురును ప్రేరేపించే క్రమంలో కెరటిన్ పదార్థం ఎక్కువగా ఉత్పత్తి అయ్యి, చర్మ రంధ్రాలు మూసుకుపోవచ్చు. దీంతో అక్కడ ఉబ్బుగా, గుల్ల మాదిరిగా ఏర్పడి.. మొటిమ తలెత్తుతుంది. ఇది క్రమంగా పెద్దగా అవుతూ రావొచ్చు. కొన్నిసార్లు చర్మ రంధ్ర మార్గం పగిలి, వాపు మొదలవ్వచ్చు. ఫలితంగా అక్కడ ఎర్రబడి, మొటిమ పొక్కులా పొడుచుకొస్తుంది. లోపల చీము చేరటం, చితకటం, గుంతలు పడటం.. అన్నీ దీని పర్యవసానాలే.

నాలుగు రకాలు

సాధారణంగా మనం మొటిమలన్నింటినీ ఒకే గాటన కట్టేస్తుంటాం. కానీ తెలుపు లేదా నలుపు గుల్లలు (బ్లాక్‌హెడ్స్, వైట్‌హెడ్స్), చీము గుల్లలు (పశ్చులే), తిత్తులు (సిస్ట్స్).. ఇలా మొటిమలు రకరకాలుగా ఉంటాయి. తీవ్రతను బట్టి వీటిని నాలుగు రకాలుగా చెప్పుకోవచ్చు.

గ్రేడ్ 1: చాలా సన్నగా, చిన్నగా ఉండేవి (కొమెడోన్స్). వైట్‌హెడ్స్, బ్లాక్‌హెడ్స్ ఇలాంటివే.

గ్రేడ్ 2: బ్లాక్‌హెడ్స్ ఇన్‌ఫెక్షన్‌కు గురై, చీము పట్టడం (పశ్చు లర్).

గ్రేడ్ 3: గుల్లలు ఇన్‌ఫెక్షన్‌తో వాచి, గడ్డ మాదిరిగా అవటం (నాడ్యులర్).

గ్రేడ్ 4: గడ్డ మరీ పెద్దగా, లావుగా ఉబ్బటం (నాడ్యులోసిస్టిక్).

ఆడవారిలో ఎక్కువ

మగవారిలో కన్నా ఆడవారికి మొటిమలు ఎక్కువగా వచ్చే అవకాశముంది. ఎందుకంటే వీరిలో హార్మోన్ల వ్యత్యాసాలు ఎక్కువ. ఆడవారిలో అండాశయాల్లో నీటి తిత్తులు (పీసీఓఎడీ), నెలసరి సరిగా రాకపోవటం, థైరాయిడ్ పనితీరు దెబ్బతినటం, టెస్టోస్టిరాన్ హార్మోన్ మోతాదులు అస్తవ్యస్తం కావటం వంటివీ మొటిమలు ఎక్కువగా వచ్చేలా చేయొచ్చు.

ఏ వయసులోనైనా..

మొటిమలు యుక్తవయసులోనే వస్తుంటాయని, ఆ తర్వాత వాటంతటవే పోతాయని చాలామంది భావిస్తుంటారు. నిజానికి వీటికి ఒక వయసంటూ లేదు. శిశువుల దగ్గరి నుంచి వృద్ధుల వరకూ ఎవరికైనా రావొచ్చు. కానీ సగటున 10-25 ఏళ్ల వయసులో ఎక్కువగా చూస్తుంటాం. అలాగని అక్కడితోనే ఆగిపోతాయని కచ్చితంగా చెప్పలేం. కొందరికి 20ల్లో, 30ల్లో, 40ల్లోనూ రావొచ్చు. కొందరు మహిళలకు యుక్తవయసులో కొద్దిగానే మొటిమలు వచ్చినా పెద్దయ్యాక తీవ్రంగానూ వేధించొచ్చు.

ముఖం మీదే కాదు..

మొటిమలు చాలావరకూ.. 99% ముఖం మీదే వస్తుంటాయి. నుదురు, బుగ్గలు, ముక్కు మీద ఇవి కనిపిస్తుంటాయి. చమురు గ్రంథులు లేకపోవటం వల్ల పెదవులు, పెదవుల పైభాగంలో మాత్రం రావు. కొందరికి ముఖం మీదే కాదు.. ఛాతీ, వీపు, చేతుల మీద కూడా రావొచ్చు.

గిల్లితే తగ్గవు

మొటిమలను గిల్లి, నొక్కి పిండితే త్వరగా తగ్గుతాయని కొందరు అనుకుంటుంటారు. ఇది నిజం కాదు. గిల్లితే మొటిమలు మరింత స్పష్టంగా కనిపిస్తాయి. శాశ్వతంగా మచ్చలు పడొచ్చు. ఇన్‌ఫెక్షన్ మరింత లోతుకు చొచ్చుకెళ్లి ముఖం మీద గుంతలు పడే ప్రమాదముంది. ఒకసారి గుంత పడితే పూర్తిగా మామూలు స్థాయికి తీసుకొచ్చే చికిత్సలేవీ లేవు. కాకపోతే గుంతల లోతును తగ్గించి, అంతగా కనిపించకుండా చేయొచ్చు.

గట్టిగా రుద్ది కడిగితే పోవు

ముఖాన్ని గట్టిగా, రుద్ది కడిగితే మొటిమలు పోతాయనుకోవటం అపోహ. దీంతో మొటిమలు తగ్గటం అటుంచి, మరింత ఎక్కువవుతాయి. ఇన్‌ఫెక్షన్ లోపలికి వెళ్లిపోయి, గుంతలు పడే అవకాశముంది. గట్టిగా రుద్దటం కన్నా రోజుకు రెండు సార్లు మృదువుగా తేలికైన, పరిమళం లేని క్లీన్సర్‌తో ముఖాన్ని కడుక్కోవటం మంచిది. వేలి చివర్లతో క్లీన్సర్‌ను ముఖానికి రాసుకోవాలి. అనంతరం గోరువెచ్చటి నీటితో కడుక్కోవాలి.

కొందరు చర్మం రంధ్రాలు విప్పారతాయనే భావనతో ఆవిరి స్నానాలు చేస్తుంటారు. కానీ వీటితో మొటిమలు మరింత ఎక్కువవుతాయి.

ఆహారంతో పరోక్ష సంబంధం

రాత్రిపూట జంక్‌ఫుడ్ తిన్నా.. ఎక్కువ కేలరీల ఆహారం తిన్నా మొటిమలు ఎక్కువగా పుట్టుకురావొచ్చు. ఎందుకంటే శరీరం వాడుకోకుండా మిగిలిన కేలరీలు ఒంట్లో కొవ్వుగా మారతాయి. వీటి నుంచి టెస్టోస్టిరాన్ వంటి లైంగిక హార్మోన్లు పుట్టుకొచ్చి మొటిమలను ప్రేరేపిస్తాయి. అందువల్ల సాయంత్రం ఆరు గంటల తర్వాత జంక్‌ఫుడ్, పెద్దమొత్తంలో పిండి పదార్థాలు.. పాల పదార్థాలు (పెరుగు మినహాయించి) తీసుకోవటం మానెయ్యాలి. స్వీట్లు, చాక్లెట్లు, కొవ్వు పదార్థాల వంటివి తగ్గించుకోవాలి.

ఆరోగ్యకరమైన ఆహారంతో మొటిమల తీవ్రతను తగ్గించుకోవచ్చు. ముఖ్యంగా విటమిన్ ఏతో కూడిన పాలు (పగటిపూట), క్యారెట్, క్యాబేజీ, చిలగడ దుంపలు.. ఒమేగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు గల చేపలు, అక్రోట్లు.. జింక్‌తో కూడిన పదార్థాలు మొటిమలు ఉద్ధృతం కాకుండా కాపాడతాయి.

పౌడర్ కారణం కాదు

కొందరు ముఖానికి పౌడర్ రాసుకుంటే చర్మ రంధ్రాలు మూసుకుపోయి మొటిమలు వస్తాయని భావిస్తుంటారు. ఇది అపోహే. కాకపోతే గాఢమైన కెమికల్ పీల్స్‌తో చమురు గ్రంథులు ఇంకాస్త పెద్దగా అవ్వచ్చు. ఫలితంగా మొటిమలు ఉద్ధృతమవుతాయి. కొన్ని స్టెరాయిడ్ క్రీములతోనూ ఇవి ఎక్కువ కావొచ్చు. కాబట్టి కెమికల్ పీల్స్ వాడకపోవటం మంచిది. సన్‌స్క్రీన్, మాయిశ్చరైజర్లయినా సరే.. నాన్ కొమెడోజెనిక్ రకానికి చెందినవే ఉపయోగించాలి.

ఒత్తిడికి దూరంగా

మానసిక ఒత్తిడి, ఆందోళనలు మొటిమలకు కారణం కాకపోయినా అప్పటికే ఉన్నవి ఉద్ధృతమయ్యే అవకాశముంది. కాబట్టి మనసు ప్రశాంతంగా ఉంచుకోవాలి. ధ్యానం, ప్రాణాయామం చేయాలి.

చికిత్స అవసరమా?

మొటిమలు ఆరోగ్యానికేమీ హాని కలిగించవు. కానీ వీటితో గుంతలు పడితే జీవితాంతం అలాగే ఉంటాయి. కాబట్టి చికిత్స తీసుకోవటం మంచిది. కొత్తగా మొటిమలు వస్తున్నా పెద్దగా ఆందోళన అవసరం లేదు. కానీ ఉన్నవి తగ్గకపోతుంటే మాత్రం చికిత్స అవసరం. అలాగే చీము పట్టటం, గడ్డలు ఏర్పడటం, ముఖమంతా నల్లటి మచ్చల్లా మారుతున్నా తాత్సారం చేయరాదు. చికిత్స ఉద్దేశం- మొటిమలు ఉద్ధృతం కాకుండా చూడటం.. తీవ్ర స్థాయి నుంచి స్వల్ప స్థాయికి తీసుకురావటం. సాధారణంగా ఒక వయసు వచ్చేసరికి మొటిమలు నియంత్రణలోకి వస్తాయి. అప్పటివరకూ డాక్టర్ పర్యవేక్షణలో చికిత్స తీసుకుంటే గుంతలు, మచ్చలు పడకుండా చూసుకోవచ్చు.

ఏంటీ చికిత్స

మామూలు వైట్, బ్లాక్‌హెడ్స్‌కు రెటినాల్ క్రీములు మేలు. ఇవి గడ్డకట్టిన కెరటిన్ విడిపోయేలా, చర్మ రంధ్రాలు తెరచుకునేలా చేస్తాయి.

చీము పడితే డాక్సీసైక్లిన్, అజిత్రోమైసిన్ వంటి యాంటీబయాటిక్స్ ఇవ్వాల్సి ఉంటుంది.

మరీ తీవ్ర మొటిమలకు రెటినాయిడ్, విటమిన్ ఏ మాత్రలు ఉపయోగపడతాయి. ఇవి చమురు ఉత్పత్తిని తగ్గించి, రంధ్రాలు తిరిగి తెరచుకునేలా చేస్తాయి. అయితే వీటిని 21 నుంచి 25 ఏళ్ల మధ్య వయసువారికే ఇవ్వాల్సి ఉంటుంది. కానీ ఇప్పుడు డాక్టర్ సలహా తీసుకోకుండా తమకు తామే విటమిన్ ఏ మాత్రలను వేసుకోవటం ఎక్కువైంది. ఇది ప్రమాదకరం. యుక్తవయసులో ఇవి ఎదుగుదలను, చూపును దెబ్బతీయొచ్చు. సంతానం కోసం ప్రయత్నిస్తున్నవారు, గర్భిణులు, బాలింతలు వీటిని వాడటం మంచిది కాదు. కాబట్టి రక్త పరీక్ష చేయించుకొని, డాక్టర్ పర్యవేక్షణలోనే ఒక వయసు వచ్చేవరకూ వాడి, మానెయ్యాలి.

రెటినాల్ క్రీములు పడనివారికి శాల్సిలిక్ యాసిడ్ పీల్స్ మేలు చేస్తాయి.

మందులతో ఫలితం కనిపించవారికి, మందులు వాడటం కుదరనివారికి లేజర్ చికిత్సతో ఫలితం కనిపిస్తుంది. చికిత్సలతో రాత్రికి రాత్రే మొటిమలు తగ్గుతాయని అనుకోవద్దు. ఇవి పని చేయటానికి 4-8 వారాలు పడుతుంది.

మచ్చలు, గుంతలు పడితే?

మొటిమలతో మచ్చలు, గుంతలు పడితే చర్మం రకం, వయసు, జీవనశైలి, మచ్చల రకాన్ని బట్టి డెర్మారోలర్, కెమికల్ పీల్, మైక్రోనీడ్లింగ్ రేడియో ఫ్రీక్వెన్సీ, ఫ్రాక్షనల్ సీవో2 లేజర్, ఎర్బియం యాగ్ లేజర్.. వీటిల్లో ఏదో ఒకదాంతో చికిత్స చేయొచ్చు. లేజర్లు చర్మం కిందుండే కొలాజెన్‌ను దెబ్బతీస్తాయి. తర్వాత అక్కడ కొత్త కొలాజెన్ ఏర్పడుతుంది. ఈ క్రమంలో మచ్చలు, గుంతలు తగ్గుతాయి. అయితే గుంతలు పూర్తిగా పోవని గుర్తించాలి. 60-70% మాత్రమే పూడతాయి. గుంతలు ముఖానికి ఇబ్బంది కలిగించటం లేదని అనుకునేంతవరకూ చికిత్స తీసుకోవచ్చు.

గురకకు మాత్ర

జ్వరం మాత్ర మాదిరిగా గురకకూ ఓ మాత్ర ఉంటే బాగుంటుంది కదా. నిద్రలో కాసేపు శ్వాసకు ఆటంకం కలిగించే స్లీప్ అప్నియాతో బాధపడే చాలామంది ఇలాగే అనుకుంటారు. రోజూ ముఖానికి సీప్యాప్ పరికరం ధరించటం తప్పుతుంది మరి. నిజంగా పరిశోధకులు అలాంటి మాత్రే రూపొందించారు. దీని పేరు ఏడీ109. ఆరాక్సీబ్యుటీనిన్, ఆటమోజెటిన్ అనే మందులను కలిపి తయారుచేసిన ఇది మంచి ఫలితం చూపిస్తున్నట్టు మూడో దశ ప్రయోగ పరీక్షలో బయటపడింది. దీన్ని వాడిన వారిలో అప్నియా తీవ్రత 44% వరకు తగ్గినట్టు తేలింది. సుమారు 42% మందిలో తీవ్ర సమస్య కాస్తా ఒక మాదిరి సమస్యగా మారింది కూడా. దాదాపు 18% మందిలో గురక లక్షణాలేవీ కనిపించకపోవటం గమనార్హం.

గుండెకు బెండ అండ

బెండకాయ అనగానే జిగురుగా ఉంటుందని చాలామంది వద్దంటుంటారు. నిజానికి దీనిలో గుండె ఆరోగ్యానికి, గ్లూకోజు తగ్గటానికి, జీర్ణక్రియ సజావుగా సాగటానికి తోడ్పడే పోషకాలెన్నో ఉంటాయి. ఇందులో కొలెస్ట్రాల్ అసలే ఉండదు. అరకప్పు ఉడికించిన బెండకాయలో 6 గ్రా. పిండి పదార్థాలు, 6 కేలరీలు, 2 గ్రా. పీచు, 5 గ్రా. ప్రొటీన్, 8 మి.గ్రా. సోడియం, 8 మైక్రో గ్రా. ఫోలేట్, 32 మైక్రో గ్రా. విటమిన్ కె, 6 మి.గ్రా. క్యాల్షియం, 8 మి.గ్రా. మెగ్నీషియం, 13 మి.గ్రా. విటమిన్ సి, 2 మి.గ్రా. మ్యాంగనీసు ఉంటాయి. రోజూ బెండకాయ తినేవారిలో ట్రైగ్లిజరైడ్లు, మొత్తం కొలెస్ట్రాల్, ఎల్‌డీఎల్ (చెడ్డ కొవ్వు), రక్తంలో గ్లూకోజు మోతాదులు తక్కువగా ఉంటున్నట్టు 9 ప్రయోగ పరీక్షల సమీక్ష చెబుతోంది. అంతేకాదు, హెచ్‌డీఎల్ (మంచి కొవ్వు) గణనీయంగా పెరుగుతుండటం విశేషం. ఇవన్నీ గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచేవే. బెండకాయలోని వృక్ష రసాయనాలు విశృంఖణ కణాల (ఫ్రీ రాడికల్స్) ఉద్ధృతి తగ్గటానికి తోడ్పడతాయి. ఇలా వాపు ప్రక్రియను అదుపులో పెట్టి, క్యాన్సర్ల ముప్పు తగ్గటానికి దోహదం చేస్తాయి. అలాగే రక్తపోటునూ అదుపులో పెడతాయి. బెండలోని పీచు పదార్థం చక్కెర, పిండి పదార్థాలను త్వరగా జీర్ణం కాకుండా అడ్డుకోవటం ద్వారా రక్తంలో గ్లూకోజు మోతాదులు నియంత్రణలో ఉండేలా చూస్తుంది. ఇందులో జిగురు ద్రవంలాంటి పెక్టిన్ అనే పీచు దండిగా ఉంటుంది. ఇది పేగుల్లో మంచి బ్యాక్టీరియా వృద్ధి చెందటానికి తోడ్పడుతుంది. అందువల్ల మలబద్ధకం గలవారికి మేలు చేస్తుంది. పెద్ద పేగు క్యాన్సర్ ముప్పునూ తగ్గిస్తుంది.

సిగరెట్లు అప్పుడప్పుడు కాల్చినా తీవ్ర జబ్బుల ముప్పు

సిగరెట్లు రోజూ, చాలా ఏళ్లుగా తాగితేనే ఆరోగ్యానికి హానికరమని చాలామంది భావిస్తుంటారు. వారాంతాల్లోనో, వేడుకల్లోనో, ఒత్తిడికి గురైనప్పుడో ఒకటీ అరా కాల్చితే పెద్దగా ఇబ్బందేమీ ఉండదని అనుకుంటుంటారు. కానీ ఇలా అప్పుడప్పుడూ సిగరెట్లు కాల్చటమూ తీవ్ర జబ్బుల ముప్పు పెరగటానికి కారణమవుతున్నట్టు అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. పొగాకులో క్యాన్సర్ కారకాలు, విషతుల్య పదార్థాల వంటి 7వేలకు పైగా రసాయనాలుంటాయి. రోజూ తాగేవారికీ, అప్పుడప్పుడూ కాల్చేవారికీ మధ్య మోతాదులో తేడా ఉండొచ్చు గానీ హాని కారకాల ప్రభావం విషయంలో శరీరం ఈ వ్యత్యాసాన్ని విడమరచుకోలేదు. ఒకటి అరా కాల్చినా కీలక అవయవాలు, వ్యవస్థల మీద ప్రభావం పడుతుంది. పొగాకు నుంచి వెలువడే పొగకు గుండె రక్తనాళాల వ్యవస్థ అతిగా స్పందిస్తుంది. పొగ తాగిన మరుక్షణంలోనే రక్తనాళాలు సంకోచిస్తాయి. గుండె వేగం, రక్తపోటు పెరుగుతాయి.పొగలోని కార్బన్‌మోనాక్సైడ్ మూలంగా రక్తంలో ప్రసారమయ్యే ఆక్సిజన్ స్థాయులు తగ్గుతాయి. దీంతో గుండె మరింత బలంగా పనిచేయాల్సి వస్తుంది. అసలే పొగ అలవాటులేని వారితో పోలిస్తే అప్పుడప్పుడు సిగరెట్లు తాగినవారికీ గుండె జబ్బు ముప్పు గణనీయంగా పొంచి ఉంటున్నట్టు పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి. వీరికి గుండెపోటు ముప్పే కాదు.. పక్షవాతం, రక్తనాళాల లోపలి గోడ పొర దెబ్బతినటం, రక్తనాళాల్లో త్వరగా పూడికలు ఏర్పడటం, రక్తం గడ్డలు ఏర్పడటం వంటి ప్రమాదాలూ ఎక్కువే. లక్షణాలు బయటపడే సరికే లోపల జరగాల్సిన అనర్థం జరిగిపోతుంది. ఒక్క గుండె మాత్రమేనా? ఊపిరితిత్తులూ దెబ్బతింటాయి. క్యాన్సర్ల ముప్పూ పెరుగుతుంది. కాబట్టి సిగరెట్లు, చుట్టలు, బీడీల విషయంలో సురక్షితమైన మోతాదంటూ ఏదీ లేదని గుర్తుంచుకోవాలి.

175/175.. పవన్ సరికొత్త వ్యూహం!

జనసేన పార్టీని రాష్ట్రవ్యాప్తంగా విస్తరించాలనే వ్యూహానికి పార్టీ అధినేత పవన్ కల్యాణ్ పదును పెడుతున్నారు. ఇందులో భాగంగా పార్టీని పోలింగు బూతు స్థాయిలో బలపేతం చేయాలనే నిర్ణయానికి వచ్చారని అంటున్నారు. 2014లో పార్టీ ప్రారంభించిన నుంచి జనసేనాని సెంట్రిక్ గానే పార్టీ కార్యకలాపాలు నడిచాయి. మధ్యలో కొందరు కార్యకర్తలు పార్టీలో చేరిన క్షేత్రస్థాయిలో పార్టీ విస్తరణపై ఇప్పటివరకు ఫోకస్ చేయలేదు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా పార్టీకి ఆదరణ ఉన్నప్పటికీ పోలింగు బూతు స్థాయిలో ఓటర్లను సమన్వయం చేసే కేడర్ లేక జనసేన బలం కొంతవరకే పరిమితం అన్న అంచనాలు ఏర్పడ్డాయి. దీంతో పవన్ కీలక నిర్ణయం తీసుకున్నారు.

మరికొద్ది రోజుల్లో స్థానిక ఎన్నికలు జరగనున్న నేపథ్యంలో జనసేన పార్టీకి పోలింగు బూతు లెవల్ లో కమిటీలు వేయాలని పవన్ తాజాగా నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ప్రభుత్వంలో కీలక భాగస్వామిగా ఉన్న జనసేన ప్రభుత్వంలో నామినేటెడ్ పదవుల్లో వాటా పొందుతోంది. స్థానిక ఎన్నికల్లో కూడా జనసేనకు ప్రాతినిధ్యం పెరగాలని, క్షేత్రస్థాయి కార్యకర్తలకు స్థానికంగా గౌరవం దక్కాలంటే స్థానిక ఎన్నికల్లో గెలవడం అత్యావసరమని జనసేనాని భావిస్తున్నారని అంటున్నారు. దీంతో ఇటీవల పార్టీలో చేరికల కమిటీని నియమించడంతోపాటు పార్టీలో తొలి నుంచి కష్టపడిన కార్యకర్తలను గుర్తించేందుకు మరో కమిటీని నియమించారు.

ఈ విధంగా పార్టీని బలోపేతం చేయడానికి పవన్ దశలవారీగా చర్యలు తీసుకుంటుండటం రాజకీయంగా చర్చనీయాంశం అవుతోంది. జనసేన పార్టీ స్థాపించి ఇప్పటికి 12 ఏళ్లు అవుతోంది. ఈ పుష్కర కాలంలో పార్టీ విస్తరణపై పవన్ ఎప్పుడు ఇంతలా దృష్టి పెట్టలేదని అంటున్నారు. దీంతో వచ్చే మూడు నెలలో జనసేన పార్టీ భవిష్యత్తు కీలక మలుపు తీసుకునే అవకాశం ఉందని అంచనా వేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం కూటమి ప్రభుత్వం రెండేళ్ల పాలన పూర్తి చేసుకుంది. ఇంకా మరో మూడేళ్లు పదవీ కాలం ఉండటం, స్థానిక ఎన్నికల్లో అధికార పార్టీకి గెలుపు అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉండే అంచనాలు వ్యక్తమవుతుండటంతో జనసేనాని వ్యూహం సత్ఫలితాలు ఇచ్చే అవకాశాలు ఉన్నాయని భావిస్తున్నారు.

ఈ నేపథ్యంలో జనసేన కేడర్ లో జోష్ కనిపిస్తోంది. అదే సమయంలో ఇతర పార్టీల నుంచి పదవుల ఆశతో ద్వితీయ, తృతీయ శ్రేణి నాయకులు జనసేనలో చేరే అవకాశం ఉందని అంటున్నారు. మొత్తంగా జనసేనాని వ్యూహానికి తగినట్లు పార్టీని రాష్ట్రంలో 175 నియోజకవర్గాలకు విస్తరించే అవకాశాలు ఉన్నాయని అంటున్నారు. స్థానిక ఎన్నికల లోగా 175 నియోజకవర్గాల్లోనూ బూత్ కమిటీలు నియమించాలనే లక్ష్యంతో జనసేన నేతలు పావులు కదుపుతున్నారు. దీంతో వచ్చే ఎన్నికల్లో ఈ బూతు కమిటీలే పార్టీకి కీలకంగా మారే అవకాశాలు ఉన్నాయని అంటున్నారు. ఈ పరిణామం ఒక విధంగా విపక్షంతోపాటు కూటమిలోని ప్రధాన పార్టీలు అప్రమత్తం అవ్వాల్సిన పరిస్థితులు సూచిస్తున్నాయని వ్యాఖ్యానిస్తున్నారు.

విశాఖలో భూప్రకంపనలు.. అతి చేస్తున్న మీడియా

ఆంధ్రప్రదేశ్ తీరప్రాంతంలో ఆదివారం తెల్లవారుజామున స్వల్ప భూప్రకంపనలు చోటుచేసుకున్నాయి. బంగాళాఖాతంలో సంభవించిన ఈ భూకంపం ప్రభావం విశాఖపట్నంతో పాటు కాకినాడ నుంచి విజయనగరం వరకు పలు ప్రాంతాల్లో స్వల్పంగా కనిపించింది. ఇండియన్ నేషనల్ సెంటర్ ఫర్ ఓషన్ ఇన్ఫర్మేషన్ సర్వీసెస్ రిపోర్ట్ ప్రకారం.., ఆదివారం తెల్లవారుజామున 5:05 గంటల సమయంలో రిక్టర్ స్కేలుపై 4.5 తీవ్రతతో ఈ భూకంపం సంభవించింది. కాకినాడ తీరానికి దాదాపు 225 కిలోమీటర్ల దూరంలో, సముద్ర గర్భంలో 10 కిలోమీటర్ల లోతున దీని కేంద్రం ఉన్నట్లు అధికారులు ధృవీకరించారు. ఈ భూప్రకంపనలు చాలా స్వల్పంగా ఉండటంతో ఎటువంటి ప్రాణనష్టం గానీ.. ఆస్తి నష్టం గానీ సంభవించలేదు. తెల్లవారుజామున 5 గంటల సమయం కావడంతో అత్యధిక శాతం మంది ప్రజలు గాఢ నిద్రలో ఉండటం వల్ల అసలు భూప్రకంపనలు వచ్చాయనే విషయమే చాలామందికి తెలియలేదు. మేల్కొని ఉన్న కొద్దిమంది మాత్రమే స్వల్పంగా భూమి కంపించినట్లు గుర్తించారు. ప్రజలు ఎవరూ ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదని.. భయపడాల్సిన పరిస్థితి అస్సలు లేదని అధికారిక వర్గాలు స్పష్టం చేశాయి. అయినా ఈ చిన్న విషయాన్ని కొందరు సామాజిక మాధ్యమాల్లో, వార్తల్లో పెద్దదిగా చూపే ప్రయత్నం చేశారు. వాస్తవం ఇలా ఉంటే కొన్ని మీడియా సంస్థలు మాత్రం వ్యూస్, టీఆర్పీ రేటింగుల కోసం ఈ ఘటనపై తీవ్రంగా -అతి- చేస్తూ ప్రజలను భయభ్రాంతులకు గురిచేసే ప్రయత్నం చేయడంపై తీవ్ర విమర్శలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. --వైజాగ్ లో భారీ భూకంపం-- అంటూ దారుణమైన, భయానకమైన హెడ్డింగులతో లైవ్ ప్రోగ్రామ్‌లు, తప్పుడు థంబ్‌నైల్స్ పెట్టి సోషల్ మీడియాలో, యూట్యూబ్ ఛానెళ్లలో హల్చల్ చేయడం స్థానిక ప్రజలకు అస్సలు నచ్చడం లేదు. వాస్తవ తీవ్రతను దాచిపెట్టి... కేవలం క్లిక్ బైట్స్-విజిబిలిటీ పెంచుకోవాలనే కొన్ని మీడియా ఛానెళ్ల మూర్ఖత్వాన్ని నెటిజన్లు, విశ్లేషకులు తప్పుపడుతున్నారు.ఇలా మీడియా అతి చేయడం విశాఖ విషయంలో ఇదే మొదటిసారి కాదు. ఇటీవల పరవాడ పరిసరాల్లోని ఫార్మా కంపెనీలలో జరిగిన కొన్ని చిన్నపాటి, చెదురుముదురు ప్రమాదాలపైనా కొన్ని మీడియా సంస్థలు ఇలాగే ఘోరమైన హెడ్డింగులు పెట్టి టీఆర్పీ గేమ్స్ ఆడటానికి ప్రయత్నించాయి. పరిశ్రమల్లో జరిగిన చిన్న సాంకేతిక లోపాలను కూడా నగరానికేదో ముప్పు ముంచుకొచ్చినట్లు కలరింగ్ ఇస్తూ వార్తలు ప్రసారం చేయడం తీవ్ర విమర్శలకు దారితీసింది. ఉన్నది ఉన్నట్టుగా చెప్పకుండా అబద్ధపు హైప్ క్రియేట్ చేయడం బాధ్యతారాహిత్యమే అవుతుందని ప్రజలు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ప్రకృతి విపత్తులు లేదా ప్రమాదాలు జరిగిన సమయంలో ప్రజలను అప్రమత్తం చేయడం, వారికి ధైర్యం చెప్పడం మీడియా ప్రాథమిక బాధ్యత. అంతేకాని చిన్నపాటి స్వల్ప ప్రకంపనలను కూడా భారీ భూకంపాలుగా చిత్రీకరించి సమాజంలో అనవసర భయాందోళనలు సృష్టించడం ఎంతమాత్రం సమర్థనీయం కాదు. తప్పుడు ప్రచారాలకు అడ్డుకట్ట వేస్తూ..బాధ్యతాయుతమైన జర్నలిజం వైపు మీడియా అడుగులు వేయాలని..రేటింగుల పిచ్చిని పక్కనపెట్టి వాస్తవాలను మాత్రమే ప్రజల ముందుంచాలని విశ్లేషకులు హితవు పలుకుతున్నారు.

భూకంపంపై ప్రజా స్పందన :

విశాఖపట్నం తీరంలో సంభవించిన స్వల్ప భూప్రకంపనలపై సోషల్ మీడియా వేదికగా నెటిజన్లు భిన్నమైన అనుభవాలను, అభిప్రాయాలను షేర్ చేస్తున్నారు. విశాఖ నగరంలోని మద్దిలపాలెం, మధురవాడ, సీతమ్మధార, ఎన్ఏడి, కూర్మన్నపాలెం.. అలాగే విజయనగరం వంటి పరిసర ప్రాంతాల ప్రజలు తెల్లవారుజామున 5:00 నుండి 5:15 గంటల మధ్యలో తమకు ఎదురైన అనుభవాలను లైవ్ చాట్‌లో రాసుకొచ్చారు. కొందరు నిద్రలో ఉన్నప్పుడు వింత శబ్దాలు వచ్చాయని.. మరికొందరు బెడ్‌రూమ్‌లోని మంచం, అల్మారా

కొన్ని సెకన్ల పాటు కదిలాయని పేర్కొన్నారు. ఉదయాన్నే పూజ చేసుకుంటున్న సమయంలో లైట్‌గా షేక్ అవ్వడంతో మొదట భ్రమ అనుకున్నామని... కానీ మీడియా లైవ్ చూశాకే అది భూకంపమని తెలిసిందని కొందరు నెటిజన్లు ధృవీకరించారు. ఈ ప్రకంపనలపై కొందరు నెటిజన్లు ఆందోళన వ్యక్తం చేయగా.. మరికొందరు మాత్రం --ఇది చాలా స్వల్ప తీవ్రత కలిగింది..అంతా పిచ్చ లైట్, భయపడాల్సిన పనిలేదు-- అంటూ ధైర్యం చెప్పారు. ఇదే సమయంలో ఈ ప్రకృతి పరిణామాన్ని కొందరు దైవచింతనతో -పాపపుణ్యాలతో ముడిపెడుతూ కామెంట్లు చేయడం గమనార్హం. సమాజంలో పాపాలు పెరిగిపోవడం వల్లే భగవంతుడు ఇలాంటి హెచ్చరికలు ఇస్తున్నాడని... ఇప్పటికైనా మనుషులు మంచితనంతో నడుచుకోవాలని దైవభక్తితో కూడిన హితవులు పలికారు. మొత్తానికి మీడియా చూపిస్తున్న అతితో సంబంధం లేకుండా, నెటిజన్లు తమ స్వంత అనుభవాలను షేర్ చేయడంతో వాస్తవం ఏమిటో అవగతమవుతోంది.

ఇరాన్ సీక్రెట్ మిషన్ లీక్? ప్రపంచానికి డేంజర్ బెల్

మధ్యప్రాచ్యంలో గత కొంతకాలంగా కొనసాగుతున్న ఉద్రిక్తతలు ఇప్పుడు మరో కొత్త మలుపు తిరిగాయి. అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ సంయుక్త దాడుల తర్వాత ఇరాన్ కాస్త వెనక్కి తగ్గినట్లు కనిపించినా.. తెరవెనుక మాత్రం సంచలన వ్యూహాలకు తెరలేపినట్లు తెలుస్తోంది. ఇరాన్ నిశ్శబ్దంగా తన సైనిక, అణు సంబంధిత మౌలిక సదుపాయాల పునరుద్ధరణ పనులను ప్రారంభించిందా? అనే ప్రశ్న ఇప్పుడు అంతర్జాతీయ సమాజంలో తీవ్ర చర్చకు దారితీస్తోంది. తాజాగా వెలుగులోకి వచ్చిన ఉపగ్రహ చిత్రాలు ఇరాన్‌లోని కొన్ని అత్యంత రహస్య ప్రాంతాల్లో భారీగా పెరిగిన అనుమానాస్పద కదలికలను బట్టబయలు చేశాయి.

పార్చిన్ మిలిటరీ కాంప్లెక్స్‌లో ఏం జరుగుతోంది?

ఈ తాజా వివాదంలో అందరి దృష్టిని ఆకర్షిస్తున్న ప్రధాన ప్రాంతం పార్చిన్ మిలిటరీ కాంప్లెక్స్. గతంలో పశ్చిమ దేశాల నిఘా సంస్థలు ఈ ప్రాంతాన్ని ఇరాన్ అణ్వాయుధ పరిశోధనలకు కేంద్రంగా గుర్తించాయి. ఇటీవల జరిగిన దాడుల్లో ఇక్కడి కొన్ని విభాగాలు దెబ్బతిన్నాయి. అయితే తాజా శాటిలైట్ చిత్రాల ప్రకారం దెబ్బతిన్న సైనిక నిర్మాణాలను వేగంగా నిర్మాణం చేస్తున్నారు. భారీ యంత్రాలతో నేలను సమతలీకరిస్తూ కొత్త నిర్మాణ పనులకు శ్రీకారం చుట్టారు. మిలిటరీ కాంప్లెక్స్ పరిసరాల్లో రాత్రింబవళ్లు వాహనాల రాకపోకలు విపరీతంగా పెరిగాయి. ఈ పరిణామాలు చూస్తుంటే ఇరాన్ తన వ్యూహాత్మక సైనిక సదుపాయాలను తిరిగి పూర్వ స్థితికి తెచ్చేందుకు అత్యంత రహస్యంగా మిషన్ మోడ్‌లో పనిచేస్తోందనే అనుమానాలు బలపడుతున్నాయి.

క్షిపణి స్థావరాలపై నిఘా వర్గాల కన్ను

కేవలం పార్చిన్ మాత్రమే కాకుండా, తబ్రీజ్, కెర్మాన్‌షా సమీపంలోని కీలక క్షిపణి, వైమానిక స్థావరాల్లో కూడా పునరుద్ధరణ పనులు ముమ్మరంగా సాగుతున్నట్లు అంతర్జాతీయ నిఘా వర్గాలు గుర్తించాయి. ముఖ్యంగా భూగర్భ సైనిక స్థావరాల వద్ద భారీ కార్గో వాహనాల కదలికలు భద్రతా నిపుణులను ఆందోళనకు గురిచేస్తున్నాయి. ఇరాన్‌లోని ప్రధాన అణు కేంద్రాలైన నతాంజ్, ఫోర్డో, ఇస్ఫహాన్ ప్రాంతాల్లో ప్రస్తుతానికి పెద్దఎత్తున పునర్నిర్మాణ పనులు జరుగుతున్నట్లు ఎలాంటి స్పష్టమైన ఆధారాలు లభించలేదు. అయినప్పటికీ సైనిక స్థావరాల పునరుద్ధరణ వేగం పశ్చిమ దేశాల్లో కలవరం రేపుతోంది.

అంతర్జాతీయ ఒప్పందాలకు తూట్లు?

ఈ రహస్య కార్యకలాపాలు గతంలో అమెరికా-ఇరాన్ మధ్య కుదిరిన అణు అవగాహన ఒప్పంద నిబంధనలపై పెద్ద ప్రశ్న మార్క్‌ను ఉంచుతున్నాయి. ఇరాన్ తన అణు కార్యక్రమాలను కేవలం శాంతియుత అవసరాలకే పరిమితం చేయాలని, అణ్వాయుధాల తయారీ జోలికి వెళ్లకూడదనేది అంతర్జాతీయ నిబంధన. ఒకవేళ ఇరాన్ ఇప్పుడు గీత దాటి సైనిక బలాన్ని పెంచుకుంటే, అది ఒప్పంద ఉల్లంఘనే అవుతుందని పశ్చిమ దేశాలు గట్టిగా వాదిస్తున్నాయి.

తదుపరి పరిణామాలు ఎలా ఉండబోతున్నాయి?

ప్రస్తుతానికి ఈ ఆరోపణలపై ఇరాన్ ప్రభుత్వం ఎటువంటి అధికారిక ప్రకటన చేయలేదు. కానీ అమెరికా, యూరప్ దేశాల భద్రతా విశ్లేషకులు ఈ ఉపగ్రహ చిత్రాలను క్షుణ్ణంగా పరిశీలిస్తున్నారు. భవిష్యత్తులో ఈ రహస్య మిషన్‌కు సంబంధించి మరిన్ని పక్కా ఆధారాలు లభిస్తే.. ఇరాన్‌పై అంతర్జాతీయ సమాజం కొత్త ఆర్థిక ఆంక్షలు విధించే అవకాశం ఉంది. దౌత్యపరమైన ఒత్తిళ్లు పెంచి ఇరాన్‌ను ప్రపంచ దేశాల ముందు ఒంటరిని చేసే వ్యూహాన్ని రచిస్తున్నారు.ఒకవైపు శాంతి చర్చలు నడుస్తున్నట్లు కనిపిస్తున్నా, మరోవైపు భూగర్భంలో జరుగుతున్న సైనిక ఏర్పాట్లు మధ్యప్రాచ్యంలో ఎప్పుడు ఏం జరుగుతుందో తెలియని యుద్ధ వాతావరణాన్ని సృష్టిస్తున్నాయి. ఈ ఉపగ్రహ చిత్రాల వెనుక ఉన్న అసలు నిజాన్ని తేల్చడానికి ప్రపంచ దేశాలు ఇప్పుడు తీవ్రంగా ప్రయత్నిస్తున్నాయి.

ఫిన్‌లాండ్‌లో హైదరాబాద్ విద్యార్థి మిస్సింగ్ కేసులో బిగ్ ట్విస్ట్..

ఉన్నత చదువుల కోసం విదేశాలకు వెళ్లిన హైదరాబాద్ విద్యార్థి అదృశ్యం కేసు ఇప్పుడు సరికొత్త మలుపు తిరిగింది. ఫిన్‌లాండ్‌లో అనుమానాస్పద స్థితిలో కనిపించకుండా పోయిన వనస్థలిపురానికి చెందిన మణిదీప్‌రెడ్డి కేసులో అక్కడి పోలీసులు కీలక ప్రకటన చేశారు. అయితే పోలీసుల వాదనను మణిదీప్ కుటుంబ సభ్యులు పూర్తిగా తోసిపుచ్చుతున్నారు. తమ కుమారుడి అదృశ్యం వెనుక పెద్ద కుట్ర దాగి ఉందంటూ వారు సంచలన ఆరోపణలు చేస్తున్నారు.

అసలేం జరిగింది?

హైదరాబాద్‌లోని వనస్థలిపురానికి చెందిన మణిదీప్‌రెడ్డి ఇంజినీరింగ్ ఉన్నత విద్యాభ్యాసం కోసం ఫిన్‌లాండ్ వెళ్లారు. అయితే ఈ ఏడాది మే 5న ఆయన అనుమానాస్పద పరిస్థితుల్లో అదృశ్యమయ్యారు. ఆ రోజు నుంచి మణిదీప్ ఆచూకీ కోసం కుటుంబ సభ్యులు, స్నేహితులు ఎంతగానో ప్రయత్నించినప్పటికీ ఎలాంటి ఫలితం లేకుండా పోయింది. ఈ క్రమంలో తాజాగా ఫిన్‌లాండ్ పోలీసుల నుండి మణిదీప్ తల్లిదండ్రులకు ఒక ఈమెయిల్ వచ్చింది. సముద్రతీరంలో ఒక మృతదేహం లభ్యమైందని, బయోమెట్రిక్ పరీక్షల ఆధారంగా అది మణిదీప్‌రెడ్డిదేనని పోలీసులు ఆ ఈమెయిల్‌లో పేర్కొన్నారు. ఆధారాలుగా మృతదేహం వద్ద దొరికిన కొన్ని వ్యక్తిగత కార్డుల ఫోటోలను కూడా జత చేశారు.

65 రోజుల తర్వాత ఎలా దొరుకుతుంది? తల్లిదండ్రుల తీవ్ర అనుమానాలు

ఫిన్‌లాండ్ పోలీసుల ఈ ప్రకటనను మణిదీప్ తండ్రి ముత్యంరెడ్డి తీవ్రంగా ఖండిస్తున్నారు. పోలీసుల ఇమెయిల్‌పై ఆయన స్పందిస్తూ పలు కీలక ప్రశ్నలను లేవనెత్తారు. మే 5న అదృశ్యమైన తమ కుమారుడి మృతదేహం, దాదాపు 65 రోజుల తర్వాత సముద్రతీరంలో ఎలా లభిస్తుందని ఆయన ప్రశ్నించారు. అంత కాలం నీటిలో ఉంటే మృతదేహం గుర్తుపట్టేలా ఎలా ఉంటుందని అనుమానం వ్యక్తం చేశారు. ఫిన్‌లాండ్‌లోని చట్టాల ప్రకారం నిర్దిష్ట గడువులోగా కేసులను క్లోజ్ చేయాల్సి ఉంటుందని, ఆ నిబంధనల వల్లే పోలీసులు వేరే ఎవరిదో మృతదేహాన్ని తమ కుమారుడిదిగా చూపిస్తూ కేసును త్వరగా ముగించేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నారని ఆరోపించారు. తమ కుమారుడి కోసం తాము స్వయంగా ఫిన్‌లాండ్ వెళ్దామనుకుంటే అక్కడి ప్రభుత్వం తమకు వీసా మంజూరు చేయలేదని ముత్యంరెడ్డి ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఫిన్‌లాండ్‌కు చెందిన ఒక వ్యక్తిపై తమకు గట్టి అనుమానాలు ఉన్నాయని, ఆ విషయాన్ని పోలీసులకు చెప్పినా వారు సరిగ్గా దర్యాప్తు చేయలేదని స్పష్టం చేశారు.

భారత ప్రభుత్వం జోక్యం చేసుకోవాలని విజ్ఞప్తి

“మా అబ్బాయి ఆచూకీ కోసం ఇప్పటికే మేము భారతదేశంలో హైకోర్టును ఆశ్రయించి పిటిషన్ దాఖలు చేశాం. ఈ వ్యవహారంలో భారత ప్రభుత్వం తక్షణమే జోక్యం చేసుకోవాలి. ఫిన్‌లాండ్ ప్రభుత్వంపై ఒత్తిడి తెచ్చి పూర్తి స్థాయి నిష్పక్షపాత దర్యాప్తు జరిగేలా చూడాలి” అని ముత్యంరెడ్డి కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలను వేడుకున్నారు.

హర్మూజ్ మళ్లీ మూసివేత.. ప్రపంచానికి చమురు సంక్షోభం.. అట్టుడుకుతున్న పశ్చిమాసియా!

పశ్చిమాసియాలో యుద్ధ మేఘాలు కమ్ముకున్నాయి. అమెరికా, ఇరాన్ మధ్య దశాబ్దాలుగా సాగుతున్న వైరం ఇప్పుడు క్లైమాక్స్‌కు చేరినట్లు కనిపిస్తోంది. ప్రపంచ చమురు రవాణాకు అత్యంత కీలకమైన హర్మూజ్ జలసంధిని మరోసారి మూసివేస్తున్నట్లు ఇరాన్ సంచలన ప్రకటన చేసింది. గల్ఫ్ రీజియన్‌లో అమెరికా సైనిక జోక్యం పూర్తిగా ముగిసేవరకు తమ అనుమతి లేకుండా ఏ ఒక్క నౌకను కూడా ఈ మార్గం గుండా వెళ్లనిచ్చేది లేదని ఇరాన్ ఇస్లామిక్ రివల్యూషనరీ గార్డ్ కార్ప్స్ తెగేసి చెప్పింది. ఇరాన్ తీసుకున్న ఈ దూకుడు నిర్ణయంతో అంతర్జాతీయంగా ఒక్కసారిగా ఆందోళన వ్యక్తమవుతోంది.

ఉద్రిక్తతలకు కారణమైన నౌకపై కాల్పుల ఘటన

ఇరాన్ ఈ అధికారిక ప్రకటన చేయడానికి కొద్ది గంటల ముందే గల్ఫ్ తీరంలో తీవ్ర ఉద్రిక్తత చోటుచేసుకుంది. సైప్రస్ జెండాతో ప్రయాణిస్తున్న ఒక వాణిజ్య నౌక, తమ హెచ్చరికలను బేఖాతరు చేస్తూ అనధికారిక మార్గంలో ప్రయాణించిందని ఇరాన్ ఆరోపించింది. దీనిపై స్పందించిన ఇరాన్ బలగాలు సదరు నౌకపై కాల్పులు జరిపాయి. ఈ ఘోర దాడిలో నౌకలోని ఓ సిబ్బంది ప్రాణాలు కోల్పోయినట్లు అమెరికా సెంట్రల్ కమాండ్ ధ్రువీకరించింది. ఈ ఘటనపై అమెరికా రక్షణ మంత్రి తీవ్రంగా స్పందించారు. ఇరాన్ అనాగరిక చర్యలను ఎంతమాత్రం సహించబోమని, దీనికి ఆ దేశం తగిన మూల్యం చెల్లించుకోక తప్పదని హెచ్చరించారు.

అమెరికా మూడో విడత దాడులు.. 140 లక్ష్యాలు ధ్వంసం!

రక్షణ మంత్రి హెచ్చరించిన కొద్ది సేపటికే అమెరికా రంగంలోకి దిగింది. ఇరాన్‌పై వరుసగా మూడో విడత భారీ వైమానిక దాడులను ప్రారంభించింది. ఈసారి అమెరికా సైన్యం ముఖ్యంగా హర్మూజ్ తీర ప్రాంతాలు, అలాగే ఇరాన్ వ్యూహాత్మక ప్రాంతమైన బుషెహర్ ప్రావిన్స్‌ను టార్గెట్ చేసింది. ఇరాన్‌కు చెందిన దాదాపు 140 సైనిక, వ్యూహాత్మక లక్ష్యాలను విజయవంతంగా ధ్వంసం చేసినట్లు యూఎస్ సెంట్రల్ కమాండ్ ప్రకటించింది. అమెరికా వైమానిక దాడుల వల్ల తమ సైనిక స్థావరాలతో పాటు పలు కీలక మౌలిక సదుపాయాలు తీవ్రంగా దెబ్బతిన్నాయని ఇరాన్ ప్రభుత్వ అధికారిక మీడియా అంగీకరించింది.

అమెరికా బేస్‌లపై ఇరాన్ ప్రతీకార డ్రోన్ దాడులు

అమెరికా దాడులకు ఇరాన్ కూడా అంతే దీటుగా బదులిచ్చింది. గల్ఫ్ దేశాలలో ఉన్న అమెరికా సైనిక స్థావరాలపై ఇరాన్ డ్రోన్లు, క్షిపణులతో విరుచుకుపడింది. కువైట్, బహ్రెయిన్, ఖతార్‌లలోని అమెరికా మిలిటరీ క్యాంపులను తాము విజయవంతంగా లక్ష్యంగా చేసుకున్నట్లు ఐఆర్‌జీసీ వెల్లడించింది. ముఖ్యంగా ఖతార్‌లోని అతిపెద్ద అమెరికా సైనిక స్థావరం ‘అల్ ఉదైద్ ఎయిర్ బేస్’ లోని కమాండ్ అండ్ కంట్రోల్ వ్యవస్థను తాము నాశనం చేశామని ఇరాన్ ప్రకటించింది. దీనితో పాటు జోర్డాన్‌లోని ప్రిన్స్ హసన్ ఎయిర్ బేస్‌పైన కూడా దాడులు చేసినట్లు పేర్కొంది. అయితే ఈ దాడుల తీవ్రతపై అమెరికా గానీ, ఖతార్ గానీ ఇప్పటివరకు ఎటువంటి అధికారిక ప్రకటన విడుదల చేయలేదు.

భారత్‌కు పెరగనున్న ముప్పు?

ఇరాన్ కేవలం సైనిక స్థావరాలనే కాకుండా, ఒమన్‌లోని వ్యూహాత్మక దుఖ్మ్ ఓడరేవు పై కూడా దాడులు జరిపినట్లు ప్రకటించడం ప్రపంచ దేశాలను కలవరపెడుతోంది. ఈ పోర్టు భారత్ సహా ఆసియాలోని అనేక దేశాలకు చమురు సరఫరా చేయడంలో అత్యంత కీలకమైన పాత్ర పోషిస్తోంది. ఇక్కడ ఉద్రిక్తతలు పెరిగితే భారత్‌కు ఇంధన సరఫరా కష్టతరంగా మారే ప్రమాదం ఉంది.

గ్లోబల్ ఎకానమీపై ప్రభావం ఎంత?

ప్రపంచవ్యాప్తంగా సరఫరా అయ్యే ముడి చమురులో దాదాపు ఐదో వంతు 20% కేవలం ఈ హర్మూజ్ జలసంధి గుండానే రవాణా అవుతుంది. ఒకవేళ ఇరాన్ గనుక ఈ మార్గాన్ని దీర్ఘకాలం పాటు మూసివేస్తే అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో చమురు ధరలు రికార్డు స్థాయికి చేరతాయి. షిప్పింగ్ కంపెనీలకు రవాణా వ్యయం, ఇన్సూరెన్స్ ప్రీమియంలు భారీగా పెరుగుతాయి. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ద్రవ్యోల్బణం పెరిగి, ఆర్థిక మాంద్యానికి దారితీసే ప్రమాదం ఉంది. ప్రస్తుతం పశ్చిమాసియాలో నెలకొన్న ఈ యుద్ధ వాతావరణం కేవలం ఆ ప్రాంతానికే పరిమితం కాకుండా.. ప్రపంచ రాజకీయ, ఆర్థిక వ్యవస్థలను ఏ తీరానికి చేరుస్తుందోనన్న భయాందోళనలు వ్యక్తమవుతున్నాయి.

హైబీపీ ఎంత ఉందో లెక్కించాలంటే ఒక్కసారి రీడింగ్ సరిపోదు.. మరి ఏం చేయాలి..?

రక్తపోటు (హైబీపీ) గుండె జబ్బులకు ప్రధాన ప్రమాద కారకాలలో ఒకటి. అయినప్పటికీ చాలామంది సంవత్సరానికి ఒకసారి ఆరోగ్య పరీక్ష చేయించుకునే సమయంలో మాత్రమే రక్తపోటును పరీక్షించుకుంటారు. అయితే ఒక్కసారి తీసిన బీపీ రీడింగ్‌పై మాత్రమే ఆధారపడటం సరైన నిర్ణయం కాదని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. రక్తపోటు అసలు స్థాయిని తెలుసుకోవాలంటే క్రమం తప్పకుండా కొలవడం అవసరమని సూచిస్తున్నారు. ఆసుపత్రి లేదా వైద్యుల క్లినిక్‌లో కొలిచే రక్తపోటు కొన్నిసార్లు వాస్తవ పరిస్థితిని ప్రతిబింబించదు. దీనికి ప్రధాన కారణం వైట్ కోట్ సిండ్రోమ్. కొంతమంది ఆసుపత్రి వాతావరణంలో ఆందోళన, భయం లేదా ఒత్తిడికి గురవుతారు. ఈ మానసిక ఒత్తిడి కారణంగా తాత్కాలికంగా రక్తపోటు పెరిగి, సాధారణం కంటే ఎక్కువ రీడింగ్ నమోదయ్యే అవకాశం ఉంటుంది.

ఇలా చేయాలి..

ఈ కారణంగా సంవత్సరానికి ఒకసారి తీసిన ఒక్క రీడింగ్ ఆధారంగా ఆరోగ్య నిర్ణయాలు తీసుకోవడం కంటే, ఇంట్లోనే క్రమం తప్పకుండా రక్తపోటును పరీక్షించడం మంచిదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. దీనివల్ల నిజమైన సగటు రక్తపోటు స్థాయిని తెలుసుకునే అవకాశం ఉంటుంది. దీనికోసం 2-2-7 పద్ధతిని అనుసరించాలని సూచిస్తున్నారు. ఈ విధానంలో ఇంట్లో ఉపయోగించే ఆర్మ్ బ్లడ్ ప్రెజర్ మానిటర్‌తో ఉదయం, సాయంత్రం రోజుకు రెండుసార్లు రక్తపోటు కొలవాలి. ఇలా వరుసగా ఏడు రోజుల పాటు నమోదైన అన్ని రీడింగ్‌లను రాసి, వాటి సగటును లెక్కించాలి. ఈ సగటు విలువే వ్యక్తి వాస్తవ రక్తపోటు స్థాయిని మరింత కచ్చితంగా తెలియజేస్తుంది.

అత్యంత సులభంగా నియంత్రించవచ్చు..

ప్రతి రీడింగ్‌ను తేదీ, సమయంతోపాటు నమోదు చేసుకోవడం వల్ల వైద్యుడికి కూడా సరైన సమాచారం అందుతుంది. అవసరమైతే చికిత్స లేదా మందుల విషయంలో మరింత సరైన నిర్ణయం తీసుకునేందుకు ఇది ఉపయోగపడుతుంది. రక్తపోటుతో బాధపడుతున్న వారిలో చాలామందికి తమకు ఈ సమస్య ఉందనే విషయం కూడా తెలియదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. హైబీపీ గుండె జబ్బులకు దారితీసే ప్రమాద కారకాలలో అత్యంత సులభంగా నియంత్రించగలిగే అంశమని పేర్కొంటున్నారు. అయితే దాన్ని నియంత్రించాలంటే ముందుగా దానిని గుర్తించడం అవసరం. అందుకే రక్తపోటును క్రమం తప్పకుండా కొలుస్తూ, స్థాయిలపై అవగాహన కలిగి ఉండడం దీర్ఘకాలిక గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది.

ఏ వ్యాధులు ఉంటే ఏ ఆహారం ప్రమాదమో తెలుసా.. తెలియదంటే ఇప్పుడు తెలుసుకోండి..!

సంపూర్ణ ఆరోగ్యానికి సమతుల ఆహారం పునాది లాంటిదని అందరికీ తెలుసు. అయితే మనం తీసుకునే ప్రతి ఆహారం అందరిపైనా ఒకే రకమైన ప్రభావం చూపదు. కొన్ని రకాల అనారోగ్య సమస్యలు (Health Issues) ఉన్నప్పుడు ఆరోగ్యకరమైనవిగా భావించే ఆహారపదార్థాలు కూడా హాని కలిగించవచ్చు. వ్యాధిని బట్టి ఆహార నియమాలను జాగ్రత్తగా పాటించడం చికిత్సలో ఒక కీలకమైన భాగంగా వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. సరైన ఆహారాన్ని ఎంచుకోవడం ద్వారా వ్యాధి తీవ్రతను తగ్గించుకోవచ్చు. మరి ఏ వ్యాధులు ఉంటే ఏ ఆహారాలు తీసుకోకూడదో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.. మధుమేహం, అధిక రక్తపోటు వంటి జీవనశైలి వ్యాధులతో బాధపడేవారు చాలా అప్రమత్తంగా ఉండాలి. మధుమేహం ఉన్నవారు స్వీట్లు, చక్కెర పానీయాలు, మైదా ఉత్పత్తులకు దూరంగా ఉండాలి. అధిక గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ కారణంగా ఇవి రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలను వేగవంతంగా పెంచుతాయి. అధిక రక్తపోటు బాధితులు ఉప్పు, ప్యాకేజ్డ్ స్నాక్స్, ఊరగాయలు వంటి సోడియం అధికంగా ఉండే పదార్థాలను మానుకోవాలి. లేదంటే శరీరంలో నీరు నిల్వ ఉండి రక్తపోటు మరింత పెరిగే ప్రమాదం ఉంది. గుండె జబ్బులు ఉన్నవారు డీప్ ఫ్రైడ్ ఫుడ్స్, ప్రాసెస్ చేసిన మాంసం, బేకరీ పదార్థాలకు దూరంగా ఉండటం శ్రేయస్కరం. ఇవి చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను పెంచి, రక్తనాళాల్లో కొవ్వు పేరుకుపోవడానికి కారణమవుతాయి. ఇక కిడ్నీలో రాళ్ల సమస్య ఉన్నవారు పాలకూర, రాగులు, జీడిపప్పు, డార్క్ చాక్లెట్ వంటివి తినకపోవడమే మంచిది. వీటిలోని ఉండే ఆక్సలేట్లు కాల్షియంతో కలిసి రాళ్లు ఏర్పడే ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. గౌట్ సమస్యతో బాధపడేవారు రెడ్ మీట్, కొన్ని రకాల సముద్ర చేపలు, మద్యానికి దూరంగా ఉండాలి. వీటిలోని ప్యూరిన్లు శరీరంలో యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని పెంచి కీళ్ల నొప్పులు, వాపులకు దారితీస్తాయి. ఫ్యాటీ లివర్ సమస్య ఉన్నవారు చక్కెర పానీయాలు, జంక్ ఫుడ్, మద్యపానాన్ని పూర్తిగా మానుకోవాలి. ఇవి కాలేయంలో కొవ్వు పేరుకుపోవడాన్ని ప్రోత్సహిస్తాయి. గ్యాస్ట్రిక్, యాసిడ్ రిఫ్లక్స్ ఉన్నవారు కారం, మసాలాలు, కాఫీ వంటివి తగ్గిస్తే ఉపశమనం లభిస్తుంది. హైపోథైరాయిడిజం సమస్య ఉన్నవారు గోయిట్రోజెన్లు ఉండే క్యాబేజీ, క్యాలీఫ్లవర్ వంటి ఆహారాలను వైద్యుల సలహా మేరకు పరిమితంగా తీసుకోవాలి. ఇవి థైరాయిడ్ హార్మోన్ల ఉత్పత్తిపై ప్రభావం చూపవచ్చు. కాబట్టి ఆహారం విషయంలో మీ ఆరోగ్య పరిస్థితిని బట్టి ఏది తినాలో, ఏది తినకూడదో తెలుసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ఏవైనా దీర్ఘకాలిక వ్యాధులతో బాధపడుతుంటే, వైద్యులు లేదా డైటీషియన్ సలహా మేరకు ఆహార ప్రణాళికను రూపొందించుకోవడం ద్వారా ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చు.

రోజూ మనం వాడే టూత్‌పేస్టులతో క్యాన్సర్ వస్తుందా.. నిపుణులు ఏం చెబుతున్నారు..?

దేశంలో క్యాన్సర్ కేసులు పెరుగుతున్న నేపథ్యంలో రోజువారీగా ఉపయోగించే అనేక వస్తువులపై భయాలు, అపోహలు కూడా వేగంగా వ్యాపిస్తున్నాయి. అలాంటి వాటిలో టూత్‌పేస్ట్ కూడా ఒకటి. టూత్‌పేస్ట్‌లో ఉండే కొన్ని రసాయనాలు క్యాన్సర్‌కు కారణమవుతాయని సోషల్ మీడియాలో ప్రచారం జరుగుతున్నప్పటికీ, దీనికి ఎలాంటి శాస్త్రీయ ఆధారాలు లేవని నిపుణులు స్పష్టం చేస్తున్నారు. టూత్‌పేస్ట్ క్యాన్సర్‌కు కారణమవుతుందనేది పూర్తిగా అపోహ మాత్రమేనని చెబుతున్నారు. ఈ అపోహకు కారణం ఒకేలా వినిపించే రెండు వేర్వేరు రసాయనాలను గందరగోళానికి గురి చేయడమేనని వివరిస్తున్నారు. చాలా టూత్‌పేస్టులలో సోడియం లారిల్ సల్ఫేట్ (Sodium Lauryl Sulphate -- SLS) అనే పదార్థం ఉంటుంది. ఇది టూత్‌పేస్ట్‌లో నురుగు ఏర్పడటానికి, దంతాలను శుభ్రం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. అయితే కొందరు దీనిని సోడియం లారెత్ సల్ఫేట్ (Sodium Laureth Sulphate -- SLES)తో పొరపాటు పడుతున్నారని నిపుణులు చెబుతున్నారు. SLES తయారీ ప్రక్రియలో ఏర్పడే కొన్ని ఉప ఉత్పత్తులు విషపూరిత ప్రభావాలకు సంబంధించిన చర్చల్లో ఉంటాయి. ఈ రెండు రసాయనాల పేర్లు ఒకేలా ఉండటంతోనే టూత్‌పేస్ట్ క్యాన్సర్‌కు కారణమనే అపోహ వ్యాపించిందని అంటున్నారు.

క్యాన్సర ప్రమాదం ఉంటుందా..

SLS వల్ల క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం లేదని నిపుణులు స్పష్టం చేస్తున్నారు. అయితే కొంతమందిలో ఇది నోటి లోపలి పొరను స్వల్పంగా చికాకు పెట్టే అవకాశం ఉంటుంది. ముఖ్యంగా తరచూ నోటి పుండ్లు రావడం, నోటి లోపలి చర్మం అత్యంత సున్నితంగా ఉండటం లేదా దంతాలను తోమేటప్పుడు మంటగా అనిపించడం వంటి సమస్యలు ఉన్నవారిలో ఈ ప్రభావం కనిపిస్తుంది. ఇలాంటి సమస్యలు ఎదురయ్యే వారు SLS లేని టూత్‌పేస్ట్‌ను ఉపయోగిస్తే అసౌకర్యం తగ్గే అవకాశం ఉంటుంది. అయితే ఇలాంటి సున్నితత్వం లేని వారిలో SLS సాధారణంగా సురక్షితంగానే ఉంటుంది.

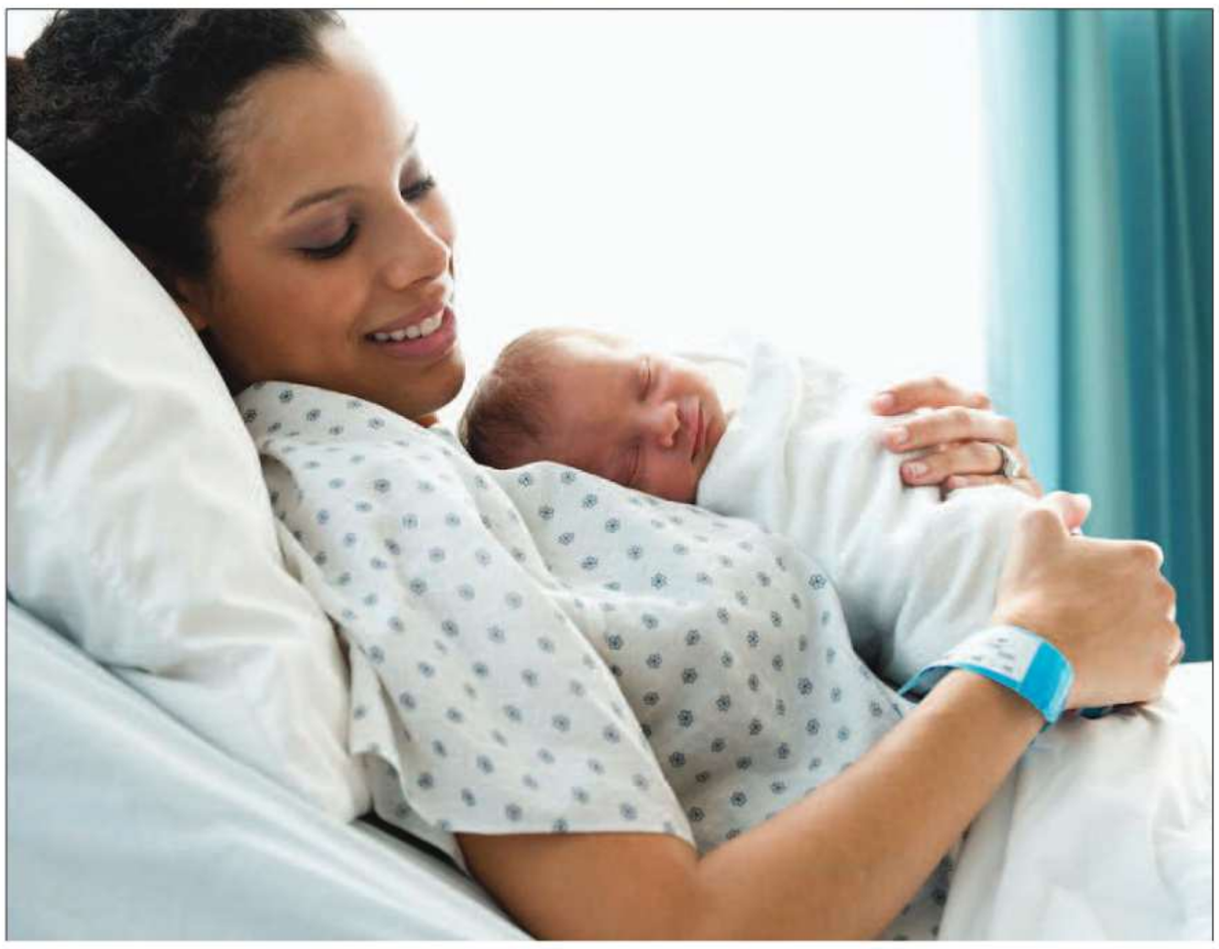
పరిశ్రమల్లో వినియోగించినా..

కొంతమంది నానా పరిశ్రమల్లో కూడా ఉపయోగించే రసాయనం కాబట్టి అది ప్రమాదకరమని భావిస్తుంటారు. అయితే ఒక పదార్థాన్ని పరిశ్రమల్లో ఉపయోగిస్తున్నారనే కారణంతోనే అది మన ఆరోగ్యానికి హానికరమని చెప్పలేమని నిపుణులు స్పష్టం చేస్తున్నారు.

మనం ప్రతిరోజూ ఉపయోగించే నీరు కూడా అనేక పరిశ్రమల్లో వినియోగిస్తారని, కాబట్టి ఒక పదార్థం పారిశ్రామిక వినియోగంలో ఉందనే ఒక్క కారణంతో దానిని విషపూరితమని భావించడం సరైన విధానం కాదని పేర్కొంటున్నారు. అలాగే ప్రతి టూత్‌పేస్ట్ అందరికీ ఒకేలా సరిపోదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. దంతాలు, చిగుళ్ల సున్నితత్వం, నోటి ఆరోగ్య పరిస్థితులను బట్టి టూత్‌పేస్ట్‌ను ఎంపిక చేసుకోవడం మంచిదని, అవసరమైతే దంతవైద్యుడి సలహా తీసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు.

ప్రసవానంతరం మహిళలు ఎలాంటి ఆహారాలను తీసుకోవాలి.. ఏయే సమస్యలు ఉంటాయి..?

ప్రసవం తర్వాత మహిళ శరీరం పూర్తిగా కోలుకోవడానికి, అలాగే శిశువుకు తల్లిపాలు అందించడానికి సరైన పోషకాహారం అత్యంత కీలకం. గర్భధారణ సమయంలో పోషకాహారంపై ఎంత శ్రద్ధ అవసరమో, ప్రసవానంతరం కూడా అంతే ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఈ దశలో సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల శరీర పునరుద్ధరణ వేగవంతమవడంతోపాటు శక్తి పెరుగుతుంది, తల్లిపాల ఉత్పత్తికి కూడా మేలు జరుగుతుంది. ప్రసవం తర్వాత శరీరం తీవ్రమైన శారీరక ఒత్తిడిని ఎదుర్కొంటుంది. సాధారణ ప్రసవమైనా, సిజేరియన్ అయినా శరీరానికి కోలుకునే సమయం అవసరం. ఈ సమయంలో ప్రోటీన్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల కండరాల పునరుద్ధరణ, గాయాలు త్వరగా మానడం, శరీర కణజాలం మరమ్మత్తు కావడంలో సహాయపడుతుంది. గుడ్లు, పనీర్, పప్పులు, టోఫూ, చికెన్ వంటి ఆహారాలను రోజువారీ భోజనంలో చేర్చుకోవడం మంచిది.



ఐరన్, క్యాల్షియం ఉండే ఆహారాలు..

ప్రసవ సమయంలో రక్తనష్టం జరగడం వల్ల ఐరన్ లోపం ఏర్పడే అవకాశం ఉంటుంది. అందుకే శరీరంలోని ఐరన్ నిల్వలను పునరుద్ధరించేందుకు పాలకూర, బీట్‌రూట్, బెల్లం, ఖర్జూరం, లీన్ మీట్ వంటి ఐరన్ సమృద్ధిగా ఉన్న ఆహారాలను తీసుకోవాలి. దీంతో రక్తహీనత ప్రమాదం కూడా తగ్గుతుంది. మంచి కొవ్వులు (హెల్తీ ఫ్యాట్స్) కూడా ప్రసవానంతర పోషకాహారంలో ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తాయి. డ్రై ఫ్రూట్స్, గింజలు, విత్తనాలు వంటి ఆహారాల్లో ఉండే ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు శరీరానికి అవసరమైన శక్తిని అందించడమే కాకుండా హార్మోన్ల సమతుల్యతకు కూడా తోడ్పడతాయి. అలాగే ఎముకల ఆరోగ్యానికి పెరుగు, పాలు, నువ్వులు, రాగి వంటి కాల్షియం అధికంగా ఉండే ఆహారాలను తీసుకోవడం మంచిది. ప్రసవం తర్వాత, ముఖ్యంగా తల్లిపాలు ఇస్తున్న మహిళలకు తగినంత నీరు తాగడం చాలా అవసరం. శరీరంలో ప్రతి కణం సక్రమంగా పనిచేయడానికి, జీర్ణక్రియ మెరుగుపడడానికి, తల్లిపాల ఉత్పత్తి సక్రమంగా సాగడానికి హైడ్రేషన్ కీలకం. రోజుకు సుమారు 2.5 నుంచి 3 లీటర్ల వరకు ద్రవాలు తీసుకోవాలి. సాధారణ నీటితోపాటు కొబ్బరి నీరు, మజ్జిగ, చికెన్ సూప్, పప్పు సూప్ వంటి పోషక విలువలు కలిగిన ద్రవాలను కూడా ఆహారంలో చేర్చుకోవచ్చు.

తక్కువ మొత్తంలో ఎక్కువ సార్లు..

ప్రసవానంతరం రోజుకు మూడు పెద్ద భోజనాల కంటే తక్కువ మోతాదులో తరచూ ఆహారం తీసుకోవడం మంచిది. ఇలా చేయడం వల్ల శరీరానికి నిరంతరం శక్తి అందుతుంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు ఒక్కసారిగా తగ్గిపోవడాన్ని నివారించవచ్చు. దీంతో ప్రసవానంతర అలసట కూడా తగ్గే అవకాశం ఉంటుంది. ఈ సమయంలో ప్రాసెస్ చేసిన స్నాక్స్, శుద్ధి చేసిన కార్బోహైడ్రేట్లు, అధిక కాఫీ, మద్యం వంటి వాటిని వీలైనంత వరకు తగ్గించాలి. వీటి బదులుగా తృణధాన్యాలు, పండ్లు, కూరగాయలు, ఆకుకూరలు, గింజలు వంటి ఫైబర్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలను తీసుకోవడం మంచిది. ఫైబర్ తక్కువగా తీసుకుంటే మలబద్ధకం సమస్య వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. సాంప్రదాయ ఆహారాల్లో అజ్వైన్ (వాము), మెంతులు, జీలకర్ర, గోండ్ వంటి పదార్థాలు కూడా ప్రసవానంతర కాలంలో ఉపయోగకరంగా ఉంటాయి. ఇవి జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంతోపాటు కడుపు ఉబ్బరం తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. గోండ్ లడ్డూలు, వాము నీరు, మెంతులతో చేసిన వంటకాలు ప్రసవం తర్వాత కోలుకునే ప్రక్రియకు తోడ్పడతాయి.

డబ్బు గుంజేందుకే నా పరువు తీశారు: పంజాబ్ కింగ్స్ ప్లేయర్

తప్పుడు ఎఫ్ఐఆర్‌తో తనను బ్లాక్‌మెయిల్ చేశారన్న శశాంక్ సింగ్

డబ్బు గుంజడానికే పరువు తీసే కుట్ర జరిగిందని ఆరోపణ

పనిలో పెట్టుకున్న వ్యక్తికి 9 కేసుల నేర చరిత్ర ఉందని వెల్లడి

మా వాదన వినకుండానే కేసు నమోదు చేశారంటూ ఆవేదన

హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: ఐపీఎల్ ఫ్రాంచైజీ పంజాబ్ కింగ్స్ క్రికెటర్ శశాంక్ సింగ్ తనపై, తన కుటుంబంపై ఇటీవల నమోదైన కేసుపై తాజాగా స్పందించాడు. సెలబ్రిటీగా తనకున్న పేరును దెబ్బతీసి, డబ్బు గుంజేందుకే ఓ వ్యక్తి తప్పుడు ఎఫ్ఐఆర్ నమోదు చేశారని సంచలన ఆరోపణలు చేశాడు. తనపై దాడి జరిగిందంటూ ఓ వంట మనిషి పెట్టిన కేసు పూర్తిగా కట్టుకథ అని, ఇది పరువు తీసి డబ్బు రాబట్టేందుకు పన్నిన కుట్ర అని సోషల్ మీడియాలో ఒక సుదీర్ఘ పోస్ట్ ద్వారా వివరించాడు.గత నెలలో భోపాల్‌లోని తమ నివాసంలో పనిచేసే వంట మనిషిపై దాడి చేసి, ఫోన్ లాక్కున్నారని శశాంక్ సింగ్, ఆయన తండ్రి, రిటైర్డ్ స్పెషల్ డీజీపీ శైలేష్ సింగ్‌పై రతిబాద్ పోలీసులు కేసు నమోదు చేసిన విషయం తెలిసిందే. ఈ ఆరోపణలను శశాంక్ పూర్తిగా ఖండించాడు. "నిజానిజాలు తెలుసుకోకుండా వేలమంది నన్ను దూషించారు. ఒక నిరుపేదను కొట్టిన వ్యక్తిగా నన్ను చిత్రీకరించారు. ఈ ఘటన నన్ను మార్చేసింది, జీవితాంతం గుర్తుంచుకునే పాఠాలు నేర్పింది" అని ఆవేదన వ్యక్తం చేశాడు.తమ వద్ద పనికి చేరిన వ్యక్తి ప్రవర్తన అనుమానాస్పదంగా ఉండేదని, ఇంట్లో తిరుగుతూ ఫొటోలు తీసి ఇతరులకు పంపేవాడని శశాంక్ తెలిపాడు. దీంతో మూడో రోజే అతడిని పనిలో నుంచి పంపించేశామని, అప్పుడు అతను ఆరోగ్యంగానే వెళ్లాడని స్పష్టం చేశాడు. "ఆ తర్వాత అతడు తీవ్రంగా గాయపడినట్లు వీడియోలో చూసి మేం షాక్ అయ్యాం. పోలీసు రికార్డుల ప్రకారం అతనిపై అప్పటికే హత్యాయత్నం, గృహ చౌర్యం, దాడి, బెదిరింపులు, ఎస్సీ/ఎస్టీ చట్టం కింద కేసులు సహా మొత్తం 9 ఎఫ్ఐఆర్‌లు నమోదై ఉన్నాయి. తన గుర్తింపును దాచుకోవడానికి మూడు వేర్వేరు పేర్లు వాడుతున్నాడు" అని శశాంక్ వెల్లడించాడు.ఒక తప్పుడు ఎఫ్ఐఆర్ నమోదు చేయడం ద్వారా తనపై ఒత్తిడి తెచ్చి, డబ్బు రాబట్టుకోవాలన్నదే అతని ప్రణాళిక అని తాను నమ్ముతున్నానని శశాంక్ పేర్కొన్నాడు. "సాధారణ బాధితులు ఎఫ్ఐఆర్ నమోదు చేయడానికే ఇబ్బంది పడుతుంటే, మా వైపు వాదన వినకుండానే ఇంత వేగంగా కేసు ఎలా నమోదు చేశారని ఆశ్చర్యపోయాను" అని అన్నాడు. ఏప్రిల్ 30న కూడా తాను ఇలాంటి పనే చేశానని వస్తున్న వార్తలను కొట్టిపారేశాడు. ఆ రోజు తాను ఐపీఎల్ మ్యాచ్ ఆడుతున్నానని, కనీస నిజ నిర్ధారణ లేకుండా వార్తలు రాసి పరువు తీస్తున్నారని విమర్శించాడు.ఈ అనుభవంతో కొన్ని కఠినమైన పాఠాలు నేర్చుకున్నానని చెబుతూ, ప్రజలకు శశాంక్ ఒక ముఖ్యమైన సూచన చేశాడు. "ఇంట్లో పనిచేసే వారిని నియమించుకునే ముందు రిజిస్టర్డ్ ఏజెన్సీల ద్వారా, పూర్తి పోలీసు వెరిఫికేషన్ తర్వాతే తీసుకోవాలి. జాలి అనేది ఇంగితజ్ఞానాన్ని భర్తీ చేయకూడదు. సత్యానికి సమయం పట్టినా, చివరికి అదే గెలుస్తుంది" అని చెప్పుకొచ్చాడు.

భారత జట్టులో భారీ మార్పులు.. గంభీర్ నమ్మిన బంటులపై వరుసగా వేటు?

హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: భారత జట్టు ఓటముల పరంపర కొనసాగుతున్న వేళ తెరవెనుక మరో పెద్ద సంక్షోభం స్టార్ట్ అయింది. ఐర్లాండ్ చేతిలో 2--0తో, ఇంగ్లాండ్ చేతిలో 4--0 తేడాతో టీ20 సిరీస్‌లను ఘోరంగా ఓడిపోవడంతో.. ఇండియా కోచింగ్ స్టాఫ్‌లో అనిశ్చితి నెలకొంది. జట్టు ప్రదర్శనపై బీసీసీఐ త్వరలోనే రివ్యూ మీటింగ్ నిర్వహించనుండగా, ఆలోపే హెడ్ కోచ్ గౌతమ్ గంభీర్‌కు బిగ్ షాక్ తగిలింది. గంభీర్ కి ఎంతో నమ్మకంగా జట్టులోకి తీసుకున్న సపోర్ట్ స్టాఫ్?లోని ఇద్దరు తప్పుకోవాలని చూస్తున్నారు. ప్రస్తుత ఇంగ్లాండ్ టూర్ ముగిసిన వెంటనే అసిస్టెంట్ కోచ్ ర్యాన్ టెన్ డోస్కాట్, ఫాస్ట్ బౌలింగ్ కోచ్ మోర్నీ మోర్కెల్ భారత్‌ను వీడబోతున్నట్లు తెలుస్తుంది.

భారత్‌ని వీడి ఐపీఎల్‌లోకి:

గత 2024లో గౌతమ్ గంభీర్ భారత జట్టుకు ప్రధాన కోచ్‌గా బాధ్యతలు చేపట్టినప్పుడు, ఈ ఇద్దరు కోచ్‌లు జట్టులో జాయిన్ అయ్యారు. ఇండియన్ బౌలింగ్, బ్యాటింగ్ విభాగాలను బలోపేతం చేయడం కోసం గంభీర్ స్వయంగా వీరిద్దరిని తుది జట్టులోకి తీసుకున్నాడు. కానీ, ర్యాన్ టెన్ డోస్కాట్ టీమిండియాతో కొనసాగడానికి అంతగా ఇంట్రెస్ట్ చూపించలేదు.. ఏడాది పాటు జట్టుతో కలిసి ప్రయాణించిన తనకు ఇబ్బందిగా మారిందని ఆయన బీసీసీఐకి తెలిపినట్లు టాక్. దీనికి తోడు ఆయన ఒక ప్రముఖ ఐపీఎల్ ఫ్రాంచైజీతో కోచింగ్ పదవి కోసం చర్చలు జరుపుతున్నట్లు వార్త కథనాలు నడుస్తున్నాయి. మరోవైపు బౌలింగ్ కోచ్ మోర్నీ మోర్కెల్ కూడా వన్డే సిరీస్ ముగిసిన తర్వాత తన భవిష్యత్తుపై తుది నిర్ణయం తీసుకునే ఛాన్స్ ఉంది.

జింబాబ్వే టూర్‌కు గంభీర్ ఔట్:

ఇంగ్లండ్ టూర్ ముగిసిన వెంటనే ఇండియన్ టీమ్ జూలై 2026 చివరి వారంలో జింబాబ్వే పర్యటనకు వెళ్లనుంది. అక్కడ జింబాబ్వేతో 3 మ్యాచ్‌ల టీ20 సిరీస్ ఆడనుంది. జూలై 23న మొదటి టీ20, జూలై 25న రెండో మ్యాచ్, జూలై 26న మూడో మ్యాచ్ జరగనున్నాయి. కానీ, ఈ జింబాబ్వే పర్యటనకు హెడ్ కోచ్ గౌతమ్ గంభీర్ ని బీసీసీఐ తప్పించింది. అతడికి రెస్ట్ ఇవ్వాలని బోర్డు భావిస్తోంది. గంభీర్ స్థానంలో నేషనల్ క్రికెట్ అకాడమీ చీఫ్ వీవీఎస్ లక్ష్మణ్ ఈ టూర్ కి తాత్కాలిక హెడ్ కోచ్‌గా బాధ్యతలు చేపట్టనున్నాడు.

శ్రీలంక టూర్ కి కొత్త బౌలింగ్ కోచ్:

ఒకవేళ మోర్నీ మోర్కెల్, ర్యాన్ టెన్ డోస్కాట్ ఇద్దరూ జట్టు నుంచి తప్పుకోవాలని ఫిక్స్ అయితే, బీసీసీఐ చాలా వేగంగా స్పందించాల్సి ఉంది. ఎందుకంటే ఆ వెంటనే శ్రీలంక పర్యటనకు టీమిండియా వెళ్లబోతుంది. ఆగస్టు 2026లో జరగబోయే ఈ శ్రీలంక టూర్ లో ఇండియా రెండు టెస్టుల సిరీస్ ఆడబోతుంది. ఆగస్టు 15వ తేదీన గాలే వేదికగా మొదటి టెస్ట్, ఆగస్టు 23 నుంచి 27 వరకు కొలంబో వేదికగా రెండో టెస్ట్ జరగనున్నాయి. మోర్కెల్ లేకపోతే, ప్రస్తుతం బీసీసీఐ సెంటర్ ఆఫ్ ఎక్సలెన్స్‌లో ఫాస్ట్ బౌలింగ్ కోచ్‌గా ఉన్న టీమిండియా మాజీ పేసర్ లక్ష్మీపతి బాలాజీని శ్రీలంక టూర్‌కు తాత్కాలిక బౌలింగ్ కోచ్‌గా పంపడానికి బీసీసీఐ యోచిస్తుంది.

ఫీల్డింగ్ కోచ్ టీ.దిలీప్‌పైనా వేటు?

భారత్ వరుస పరాజయాలతో కేవలం అసిస్టెంట్, బౌలింగ్ కోచ్‌లు మాత్రమే కాదు, ఫీల్డింగ్ కోచ్ దిలీప్ పోస్టుపై కూడా కత్తి వేలాడుతుంది. గత కొంతకాలంగా ఇండియన్ టీమ్ ఫీల్డింగ్ ప్రమాణాలు భారీగా పడిపోవడంతో.. బోర్డు ఆయనపై కూడా అసంతృప్తితో ఉన్నట్లు తెలుస్తుంది. మొత్తం మీద గంభీర్ కోచింగ్ టీమ్‌లోని సభ్యులు తప్పుకోవడానికి రెడీ కావడం, మరికొందరిపై బీసీసీఐ వేటు వేసేందుకు సిద్ధమైంది. రాబోయే రోజుల్లో టీమిండియా సపోర్ట్ స్టాఫ్ పూర్తిగా మారిపోయే ఛాన్స్ కనిపిస్తున్నాయి.

230 కోట్ల ఆస్తిపరుడైనా సాధారణ జీవితం!

నాభా నటేష్ 'గోల్డెన్ అవర్' గ్లామర్ - కెరీర్, అరంగేట్రం రాబోయే చిత్రాలు

కోలీవుడ్ అత్యంత ప్రతిభావంతులైన నటులలో ధనుష్ ఒకరు. నటుడిగా, గాయకుడిగా, గీత రచయితగా, దర్శకుడిగా , నిర్మాతగా పరిశ్రమలో తనదైన ముద్ర వేసారు. కెరీర్ ఆరంభం నుండి గ్లోబల్ స్టార్ స్థాయి వరకు ఆయన ఎదిగిన విధానం ఎంతో స్ఫూర్తిదాయకం. అంతేనా 230 కోట్ల రూపాయల ఆస్తిపరుడు. విలాసవంతమైన జీవనశైలి తో పాటు అత్యంత సంపన్న నటులలో ఒకరిగానూ నిలుస్తున్నారు. ధనుష్ ఆస్తుల విషయానికి వస్తే ఆయనకు చెన్నైలోని ప్రతిష్టాత్మకమైన పోయెస్ గార్డెన్‌లో 150 కోట్ల రూపాయల విలువైన బంగ్లా ప్రధానాకర్షణగా నిలుస్తుంది. అత్యంత భద్రత .. ఆధునిక సదుపాయాలతో కూడిన ఈ భవనం నగరంలోని అత్యంత ఖరీదైన నివాస ప్రాంతాల్లో ఒకటి. అంతే కాదు అళ్వార్‌పేట ప్రాంతంలో 18 కోట్ల రూపాయల విలువైన మరొక లగ్జరీ బంగ్లా కూడా ఉంది. రియల్ ఎస్టేట్ రంగంలో పెట్టుబడులు ఆయన ఆర్థిక భవిష్యత్తుపై ఉన్న దూరదృష్టిని తెలియజేస్తున్నాయి. వాహనాల విషయానికి వస్తే ధనుష్‌కు లగ్జరీ కార్లంటే ఎంతో ఇష్టం. సేకరణలో రోల్స్ రాయిస్ ఘోస్ట్, రోల్స్ రాయిస్ స్పెక్టర్ , బెంట్లీ కాంటినెంటల్ జిటి , ఫోర్డ్ ముస్టాంగ్ వంటి అత్యంత ఖరీదైన వేగవంతమైన వాహనాలున్నాయి. 7.5 కోట్ల రూపాయల విలువైన రోల్స్ రాయిస్ స్పెక్టర్ ఎలక్ట్రిక్ సెడాన్‌ను ఇటీవల కొనుగోలు చేసారు. ఆధునిక సాంకేతికత .. విలాసం పట్ల ఆసక్తిని చాటి చెబుతోంది. ధనుష్ ఒక్కో చిత్రానికి 20 నుంచి 35 కోట్ల రూపాయల వరకు పారితోషికం తీసుకుంటారు. బ్రాండ్ ఎండార్స్‌మెంట్ల ద్వారా కూడా భారీగా ఆర్జిస్తున్నారు. ప్రతి నెలా సుమారు 3 కోట్ల రూపాయల మేర ఆదాయాన్ని పొందుతుంటారని అంచనా. అంతర్జాతీయ చిత్రాల్లో నటించడం, సొంత నిర్మాణ సంస్థ వుండర్‌బార్ ఫిలిమ్స్ ద్వారా చిత్రాలను నిర్మించడం వంటివి ధనుష్ ఆర్థిక మూలాలను మరింత బలోపేతం చేస్తున్నాయి.అంతటి సంపద, విలాసాలు ఉన్నా? ధనుష్ వ్యక్తిగతంగా చాలా సాధారణంగా ఉంటుంది. బయటకు వెళ్లాలంటే పలానా బ్రాండ్ కారు ఉండాలని లేదు. ఆ సమయానికి ఏది అందుబాటులో ఉంటే అందులో వెళ్లిపోతారు. షూటింగ్ సమయంలో ఎలాంటి పరిస్థితులున్నా? సర్దుకుపోవడం ధనుష్ ప్రత్యేకతగా చెబుతున్నారు. అలాగే పనిపై చూపే నిబద్ధత ..క్రమశిక్షణే ధనుష్ ని ఈ స్థాయికి చేర్చాయి. దశాబ్దాలుగా సినీ పరిశ్రమలో కొనసాగుతున్నా? ఎప్పటికప్పుడు కొత్త విషయాలను నేర్చుకుంటారు. ప్రేక్షకుల అభిరుచులకు అనుగుణంగా తనను తాను మలచుకోవడం ధనుష్ ప్రత్యేకత. ఆస్తులు ఎంతటివైనా? తన నటనతో ప్రపంచవ్యాప్తంగా అభిమానుల మనసుల్లో ఆయన సంపాదించుకున్న గుర్తింపు అన్నిటికంటే మిన్న. ఆర్థికంగా ఎంత ఎదిగినా? కళాత్మక విలువలను వదులుకోకుండా, నటుడిగా , దర్శకుడిగా కొత్త శిఖరాలను అధిరోహించడం ధనుష్ గొప్పతనం.

స్టైలిష్ ఫోటోషూట్ లుక్‌లో ఐశ్వర్య రాజేష్ ఆకర్షణీయమైన రూపం

Printed and Published by V. Srinivas Reddy on behalf of M/s SAI KRISHNA PUBLICATIONS, Owned by M/s SAI KRISHNA PUBLICATIONS, Printed at – Sree Seshasai Enterprises, Plot No.98/1, Co-operative Industrial Estate, IDA Gandhinagar, Quthbullapur Mandal, Medchal-Malkajgiri District, Telangana. Published at H.No.3-5-182, Kotagally, Ushaprasad Multiplex back side, Nizambad District-503001, Telangana. Editor: V. SRINIVAS REDDY, RNI No. TELTEL/2010/35558 Phone No. 9440231967