



తెలుగుదేశం పిలుస్తోంది రా.. కదలిరా...!



అంగరంగ వైభవంగా, పసుపుదళం
పులకించగా తెలుగుదేశం మహావేడుక
మహానాడు మన తెలుగుజాతి
జెన్నత్యాన్ని చాటి చెప్పిన
యుగ పురుషుడు
విశ్వవిఖ్యాత నటరత్న పద్మశ్రీ స్వర్ణీయ
నందమూరి తారక రామారావు గారి
జయంతి సందర్భంగా
వైభవంగా జరుగుతున్న ఈ పండుగకు
తెలుగింటి ఆడపడుచులకు,
అన్నతమ్ముళ్ళకు, అక్కచెల్లెమ్ములు
అందరికీ **స్వాగతం... సుస్వాగతం...**



కడప గడపకు స్వాగతం-సుస్వాగతం



INDOSOL™

Indosol Solar Pvt. Ltd.
A Subsidiary of
SHIRDI SAI ELECTRICALS LTD.

Corporate office: Galaxy by Auro Realty, 16th Floor, A Wing, Opp: IKEA, Rayadurgam, HYDERABAD - 500081, TELANGANA
Email : contact@indosolsolar.com Contact : 091547 13338 www.indosolsolar.com

**“మహానాడు”కి
పసుపు సైన్యానికి
స్వాగతం
సుస్వాగతం**

చింతకాయల విజయ్
టిడిపి రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి, నర్సీపట్నం

epaper.vaartha.com WWW.VAARTHA.COM



**పసుపు సైన్యానికి
స్వాగతం - సుస్వాగతం**

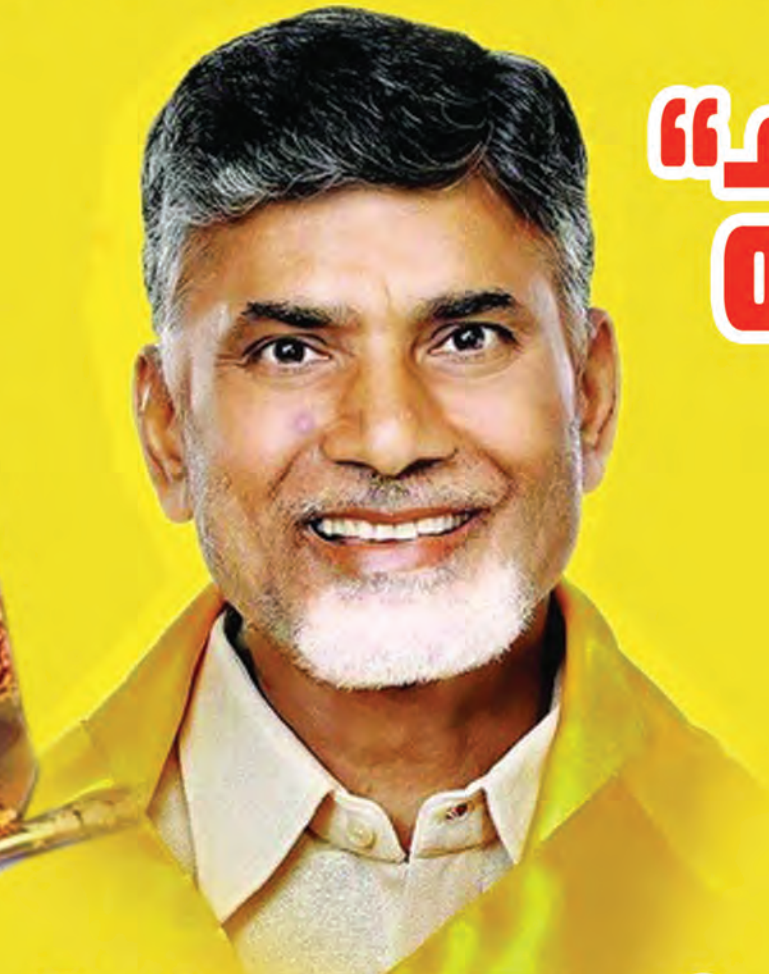
చింతకాయల విజయ్
టిడిపి రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి, నర్సీపట్నం

కడప fb.com/vaartha Digital

రోరడే... తేరోలిరోరడే...





“మహానాడు”కి పసుపు సైన్యానికి పిలుపు...

తెలుగు జాతి ఆత్మ గౌరవానికి
చిరునమా - తెలుగుదేశంపార్టీ...!

స్వర్ణీయ నందమూరి
తారక రామారావు గారు

స్థాపించిన తెలుగుదేశంపార్టీ,
అనతికాలంలోనే అధికారం వైపు
నడిపించిన మహానాయకుడు

అన్న ఎన్టీఆర్ గారి జయంతి
సందర్భంగా ఆయన సేవలను
స్మరించుకుంటూ...





చింతకాయల విజయ్

టిడిపి రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి, నర్సీపట్నం



పసుపు సైన్యానికి స్వాగతం-సుస్వాగతం

మేడనాడు

పబ్లిపురం, కడప మే 27,28,29 తేదీలలో

విచ్చేస్తున్న తెలుగుదేశంపార్టీ

నాయకులకు,

కార్యకర్తలకు, అభిమానులకు

స్వాగతం...

సుస్వాగతం...

**రేండి...
తేరేలిరేండి...**

నారాయణరావు అట్లూరి

కన్వీనర్, ఎన్టీఆర్ లిటరేచర్ కమిటీ

గౌ. అధ్యక్షులు, ఎ.పి.సాధు పరిషత్

రేండి... తేరేలిరేండి...

“మహానాడు”కి పసుపు సైన్యానికి పిలుపు...

మహానాడు

పబ్లిషింగ్, కడప మే 27,28,29 తేదీలలో

విచ్చేస్తున్న తెలుగుదేశంపార్టీ నాయకులకు, కార్యకర్తలకు, అభిమానులకు స్వాగతం - సుస్వాగతం

పూర్వపాద వెంకట మల్లిఖార్జున విజయవాడ సెంట్రల్ నియోజకవర్గం

బరిండా ఉమామహేశ్వర్ రావు

పాలిట్ బ్యూరో సభ్యులు, ప్రభుత్వ విప్ & విజయవాడ సెంట్రల్ శాసనసభ్యులు

“మహానాడు”కి పసుపు సైన్యానికి పిలుపు...

రేండి... తేరేలిరేండి...

తెలుగు జాతి ఆత్మ గౌరవానికి చిరునమా - తెలుగుదేశంపార్టీ...! స్వల్పీయ నందమూరి తారక రామారావు గారు స్థాపించిన తెలుగుదేశంపార్టీ, అనతికాలంలోనే అధికారం వైపు నడిపించిన మహానాయకుడు అన్న ఎన్టీఆర్ గారి జయంతి సందర్భంగా ఆయన సేవలను స్మరించుకుంటూ...

మహానాడు

పబ్లిషింగ్, కడప మే 27,28,29 తేదీలలో

గౌ. శ్రీ పల్లా శ్రీనివాసరావు గారు

గాజువాక నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర టిడిపి అధ్యక్షులు

గాజువాక నియోజకవర్గ టిడిపి నాయకులు, కార్యకర్తలు, అభిమానులు

**అందాల రాణి..
మహిళా సాధికారత కోసం..**

A soldier in camouflage gear and a beret with a red cross, holding a rifle, with a German Shepherd dog standing on its hind legs behind him.

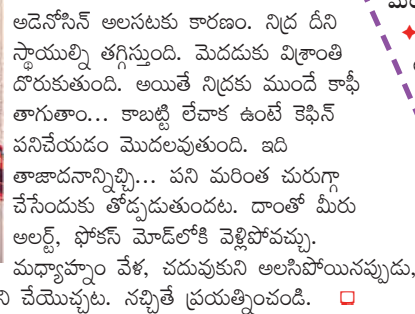
విష్వవడతా. ఆలా పెద్ద స్థాయిలో సేవ చేసే మార్గంగా ఈ ఆలోచనా. అందుకే, మనసులో ఎన్నో భయాలు ఉన్నా సరే... నా కంప్లెక్స్ జోన్ నుంచి బయటకొచ్చి ఈ పోటీలో పాల్గొన్నా... ఆడిషన్ కే వెళ్లిసప్పుడు ఆకృష్ట ఉన్నవారంతా ఫ్రైబాల్డ్. మేకప్ చాలా గ్లామర్ చేశారన్నా. నేను మాత్రం నేమరలే పాంర్ల, మేకప్ తో ఉండవద్దు. అర్హత సాధిస్తానా అనుకున్నా కానీ, నా ప్రతిభతో ముందుకు దూసుకుపోయా. ఈ పోటీలో

ఫటినెనోలో ఎరియల్లో స్టేట్లో
నా ప్రత్యేక, స్పెషల్ స్టాండ్ పేరుతో
పూర్వం చేసిన కమ్యూనిటీ
ప్రాజెక్టులు ప్రధానం చూపించాయి.
ఇందులో భాగంగా మహిళలకు
ఉచితంగా ఫ్యాషిన్స్, క్రిడల్స్, శిక్షణ,
స్నాకస్ ప్రిజెంటేషన్లు, వ్యాపారంలో రగ్గు
కోచింగ్ సెషన్లు నిర్వహించా. ఓ
పక్క ఉద్యోగం చేస్తూ, వాదాంతలో
ఫ్యాషిన్స్ సెషన్లు నిర్వహిస్తున్న
మోడలింగ్లోనూ నైపుణ్యాలు
అలవర్చుకుని మరో మిన్ పవర్ఫుల్
ట్రైనీగాడో అందో టాడోగో కీరీటం
అందిస్తున్నవన్నా ఇక,
భవిష్యత్లోనూ మేం దేశంలో
మహిళలు తమ ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ
చూపించేటా సైతన్యం తీసుకురావా
లవచ్చునన్నా అనిపిస్తోంది.

పర్వనోల్ భాగంగా 'ది రిప్పల్ ఫెస్ట్' పేరుతో ఆటల ద్వారా సస్టెయినబిలిటీనీ, మహిళా సాధికారతనీ ప్రోత్సహిస్తున్నాను. ఈ పోటీలకోసం తెలంగాణ సందర్శించడం ఓ అద్భుతమైన అనుభూతి. చార్మియార్, చౌమొహల్లా ప్యాలెస్ చూసి చాలా ఆనందం వచ్చింది.

నిర్మాణాలు వాటి ఆర్కిటెక్చర్ నన్ను ఎంతో ఆకట్టుకున్నాయి.

ಚಲಿ ಚಿಟ್ಟಾ



దైవింగ్గికి ముందు ఓ న్యూపుచీస్ వేస్తే... మరింత ఉత్సాహంతో పని చేయొచ్చట. నచ్చితే ప్రయత్నించండి. □

ఉండేవాటిని, నాలుగు కాయలకు అర చెంనా ఉప్పు
 పడుతుంది. మామిడికాయలను కడిగి, చెక్కు తీసి..
 అర గులసేపు నీళ్లలో ఉంచాలి. లేకుంటే రంగు
 నల్లగా అవుతాయి. బయటకు తీసి, తుడిచి.. చి
 కటర్లో పైనున్నగా కోయాలి. అవి నన్నుగా
 ఉండాలి. లేదేమో నరిగి ఉండవచ్చు. అన్నీ
 అయ్యాక శుభ్రమైన వస్త్రం మీద పరచి..
 పగలు ఎండలో, రాత్రి లోనీకి తెచ్చి
 ఫ్రాజ్ కింద పడేయడంబట్టి. ఇలా
 మూడు రోజులు చేయాలి. వీటికి ఉప్పు
 జతచేసి, గ్రెండ్ చేయాలి. చాలా
 మెత్తగా ఉండాలి కనుక.. జెడ్రెడబ్బి,
 మళ్ళీ గ్రెండ్ చేయాలి. ఇక అమూర్ పోడేరీ తడి
 లేని, గాలి చొరబడని సీసాలో భద్రపెంచు.
 ఆరు నెలలు నిల్వ ఉంటుంది.



హారలు, బిరుదీశ్వర అమ్మమార్ పొడవ్ వాడుతాం. కొన్నిసార్లు చారులో కూడా చింతపండు లేదా నిమ్మ రసానికీ బదులు దీన్నే వేస్తాం. సమోసా చాట్, శాండ్విచ్లలోనూ ఇందుదాఖ్యిందే! ఆ రుచి అలాంటిది. ఇంత ముఖ్యమైన అమృతార్ పొడర్ కొనకుండా ఇంట్లోనే చేసుకుంటే ఇంకెంత జాగుంటుంది కదూ?!

ఇదేదో పెద్ద ప్రహసనం అనుకుంటున్నారా.. ఊహా, వాస్తవికత! చేసేయొచ్చు. దీనికి పచ్చి మామిడికాయలు, కాస్త తేల్లిగి చేసేటట్లు. చూసేటప్పుడు మాత్రం చాలా పుల్లగా

ఆధారంగా
పిల్లలు ముందుకు



రెండు పాదాల పెట్టినా... కుడిపేదే స్టానోన్
 ఎడమ పేదేసి ఉండాలి... ఇలా ఎక్కడ తప్పుచేసినా
 ఆట ఆగిపోతాను. మళ్ళీ మొదటిసారి రావాలి.
 ఒక్కరూ లేనా ఎందరూ ఉన్నా ఆడవూ,
 పొరపాటు చేయకుండా ఎవరు ముగిస్తే పాట్లే
 విజేత చాక్లెట్స్, కాకాలోలే సొంతంగా
 ప్రయత్నించండి. అంత ఓపిక లేదంటే
 ఆన్లైన్లో వెతికేయండి... వ్యూండ్ అంటే
 ఫీట్ మ్యాట్లు, కదలిం గురించి దొరకే
 సున్నాను, పాదాలైనా
 వ్యూండుకోవచ్చు. టైంపస్ గానే
 భావించకండి. ఇదో మంచి
 వ్యాయామం కూడా: డ్యాంస్

ఒకరితో మరొకరు మాట్లాడటం, అభిప్రాయాలు పంచుకోవడం... లాంటి సోషల్ ఇంటరాక్షన్ ఆఫీసులోనే కాదు, రోజువారీ ప్రక్రియలోనూ అవసరమే. అయితే దానికీ కొన్ని పరిమితులు ఉంటాయి. కొత్తగా కాలేజీ నుంచి ఆఫీసులోకి అడుగుపెట్టారు. కాబట్టి, అక్కడి సీనియర్స్ నాతావరణం మీకు ఇంకా అలవాటు కాలేదేమో!



అంకా కొత్త కాబట్టి, మీ ఉద్యోగం
స్వైచ్ఛికంగానే పెంచుకోండి. పని
తెలుసు కోవడం సందేహాలను నివే
దించు కోవడంపై ఎక్కువ దృష్టి
పెట్టండి. ఎందుకంటే ఇప్పుడు మీ
ఉద్యోగి. ఆ ఉద్యోగ భాగ్యతలు
వాటిని నిర్బంధించడంలో మీ
సాతత్యం అర్హుడు కాదు
సాంగేడి. అప్పుడు ఏ
సమస్య ఉండదు. కొద్ది
సమయమే
మాట్లాడుతున్నా
అందరూ..
అయితే పని
అంతంలో
జోషాను, సౌంత
విషయాలను
పక్కన
చూస్తే చది

నానా ఎంతసేపు
అతున్నామన్న
పరిమితి
కడం మేలు.

యం, భాషన పరిగడం
వంటి ఎన్నో
ప్రయోజనాలూ
ఉన్నాయి.
ఈ
చేసిన
మేత్తని
పకొని కాన్పు

సెలవుల్లో
ప్రయత్నించి
మాడండి.



శ్రావణ ప్రాబోధితే వాణిని శుభ్రం చేస్తే కొత్తవాణిలా మెరుస్తాయి.

మాడిపోయినప్పుడు.. సాధారణంగా స్టీల్ పాత్రలు మాడిపోయినప్పుడు ట్రాన్స్ కలర్లో మరకలు పడడమే కుండా అవి పాత్రకు వాణా గడ్డిగా అతుక్కుని పండుగా. ఇలాంటి వాటిని వేలగించాలంటే యందుగా ఆ పాత్రలో నీళ్ళు పోసి కాసేపు శునకజిల్లాల్ని. ఆ తర్వాత రెండు చెంపాల బేసింగ్ చేశా చేయాలి. ఇలా చేయడం వల్ల పాత్రకు పంటుకున్న పదార్థాల అవశేషాలు సులభంగా తర్వాత వైలాని ప్రాబోధితే మాడిపోయిన మరకలన్నీ పూర్తిగా పదిలిపోతాయి.

పాపనష్టమంది. స్నానంచేసి రుదీ, భోజనం
సిద్ధం చేస్తా అన్నాడు. ఇందరికి ఎలా వడ్డిస్తాడో
మూర్ఖం అనుకున్నాడు మధ్యస్థముని.
అక్షయపాత్ర నుంచి రోజుకొక్కసారి ఆహారం
అభిసృంది. ఇప్పుడేం చెయ్యాలి? అనుకుంది
ద్రౌపది. భిక్షలే కృష్ణుణ్ణి స్వీరించి
నిండునభలో నన్ను మధ్యాసనము
అవమానించగా ఆదుకున్నావు! ఇప్పుడు
మహర్షి గుణానికి అతిథ్యమివ్వడంలో
భంగం కలగనివ్వకు కృష్ణ అంబా
మేడుకుంది. శ్రీకృష్ణుడు క్షణాల్లో
వ్రతధ్వజ్జ్వల, బాగా ఆకలిగా
అర్ధ్యాత్మికం ఉంది. తిననా
పెనానా

అప్పుడు నువ్వ
కూడా నన్ను
పరీక్షిస్తున్నావా? అంటూ
బిక్కిమొహం పెట్టి నవ్వును
వివరించింది ద్రౌపది. కృష్ణుడు నవ్వి
అక్షయపాత్రను తిమ్మని పిచ్చాడు.
అక్షయపాత్ర అడుగున అతుక్కుని ఉం
మెత్తుకును చూసి
పట్టామన్నాడు. ద్రౌ
అలానే చేసింది.
దుర్గానుడు అశ్రీ
వెళ్ళాడు, దిగున
అన్నాడు. మ
బృందానికి
అక్షయపాత్ర
పడ్డించా
కృష్ణుడి తిన్నా
కృష్ణుడి మాత్రా
ద్రౌపదిలే బాటు

పాదపులంతా సంతోషించారు. భక్తుల
పట్ల భగవంతుడికి ఎంత కరుణో
చూడండి. విలిచిన క్షణమే వచ్చి
ఆడుకున్నాడు అన్నాడు
దుర్వాసుడు తన
శిష్యులతో. ❑

కడిగివేయాలి. తూర్పు మెత్తని స్పాంజ్తో
 నీని స్వీటర్ కలిపిన సోప్ మిశ్రమాన్ని
 యోగించి శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఒకవేళ
 స్వీటీపావెల్లో తేలిగిరేపిండుకు పదార్థాలు
 గట్టిగా అంటిపెట్టుకొని ఉంటే వాటిని
 స్వీట్ లేదా ఐరన్ స్క్రాప్స్ను
 ఉపయోగించవలసివస్తుంది.
 దీని కోసం నైలాన్ స్క్రాప్స్
 మాత్రమే ఉపయోగం గింబాలి.
 పుత్రకం మాత్రమే ఎలాంటి

మట్టు
వీశాలంటే ప్రణాళిక అవసరం
ఈ తరం మమేశులు ఇంటి
నిర్వహణే కాదు ఆఫీసు బాధ్యతల్ని
ఆత్మవిశ్వాసంతో
అందిస్తున్నారంటున్నారని. అయితే,
ఇక్కడ రాజీనామాంటే కొంత
నేర్పరితనం, మరికొన్ని మెలకువలనూ
అవసరమవుతేవాలి.
అలాంటింటి..

◆ పనులు సమర్థంగా పూర్తి చేయాలంటే దాని మీద కచ్చితమైన అవగాహన ఉండాలి. అప్పుడే వాటిల్లో దేనికి ఎలాంటి ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలో అర్థమవుతుంది. చక్కటి జాళిక తెలుసుకోగలుగుతారు. పని ఒత్తిడిని

తగ్గించుకోగలరు.



అగ్రంఘకేగలరు.

◆ పని ప్రదేశంలో సానుకూల వాతావరణం లేకపోతే అది ఉత్పాదకత మీద ప్రతికూల ప్రభావం చూపిస్తుంది. అందుని కలుపుకొని పోవడం, ఉద్యోగుల సమన్వయమైనా దృష్టిపెట్టడం, వెనకబడిన వారికి చేయూతనివ్వడం వంటివి పని బాగుని చేకూరుస్తాయి. ఎంతటి క్లిష్ట పరిస్థితిలో అయినా మీరే కలిసి పనిచేయడానికి వారూ ఆసక్తి చూపుతారు. ఆ బృంద స్ఫూర్తి కెరియర్లో ముందుకు వెళ్లేందుకు సాయం చేస్తుంది.

◆ అందుకే అన్ని తెలిసి ఉండాలనే లేదు. కానీ, ఎప్పటికప్పుడు మార్కెట్ అవసరాలకు అనుగుణంగా మీ నైపుణ్యాలను మెరుగుపరుచుకోవడం ద్వారా మరింత వేగంగా, సుదృఢంగా పనిచేయవచ్చు. అనుభవజ్ఞుల నలవల, సూచనలను పాటించడం ద్వారా పనిని మెరుగుపరుచుకోవచ్చు. □

**కోడెపల్లి జరిగే “మహానాడు” కి
రేండి... తేరేరిరేండి...**



**“మహానాడు”కి
పసుపు స్నానానికి
పిలుపు...**

తెలుగు జాతి ఆత్మ గౌరవానికి
చిరునమా - తెలుగుదేశంపార్టీ...!

స్వర్ణీయ

నందమూరి

తారక రామారావు గారు
స్థాపించిన తెలుగుదేశంపార్టీ,
అనతికాలంలోనే అధికారం వైపు
నడిపించిన మహానాయకుడు
అన్న ఎన్టీఆర్ గారి జయంతి
సందర్భంగా ఆయన సేవలను
స్మరించుకుంటూ...



శ్రీమతి వంగలపూడి అనిత

రాష్ట్ర హోంమంత్రివర్కులు,
పాయకరావుపేట నియోజకవర్గం, అనకాపల్లి జిల్లా