



Published from Tadepalligudem, Vijayawada, Hyderabad, Visakhapatnam, Rajahmundry, Guntur, Nizamabad, Ongole, Warangal, Tirupathi, Kadapa, Kurnool, Anantapur, Karimnagar, Mahabubnagar, Khammam, Nellore, Nalgonda, Srikakulam

11-9-2025 గురువారం సంపుటి: 31 సంఠిక: 221 పేజీలు: 10+4 వెల: 6.50

సంక్షేమం సూపర్ హిట్



14 నెలల్లో హామీలన్నీ నెరవేర్చాం

'సూపర్ సిక్స్'ను అవహేళన చేసేవారికి జవాబు చెప్పాం
 ప్రజా దీవెనతో భేషగా కూటమి పాలన దసరా గిట్టగా పన్నులు తగ్గించిన ప్రధాని 'ఆటో మిట్ర' కింద రూ. 15 వేలు సాయం అనంతపురం 'సూపర్ సిక్స్' సభలో సీఎం చంద్రబాబు

అనంతపురం, సెప్టెంబర్ 10 ప్రభాతవార్త బ్యూరో: రాష్ట్రంలో కూటమి ప్రభుత్వం 14 నెలల కాలంలో ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన హామీలను నెరవేర్చాం. కూటమి పాలనలో సంక్షేమం సూపర్ హిట్ అని, అభివృద్ధి సూపర్ హిట్ అని మేము ప్రజల కోసమే పని చేస్తున్నామని, అన్ని అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు చేస్తామని ప్రజల సహకారం ఇంకా అవసరమని రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబునాయుడు అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. వైకంఠపాలి వద్దని కంటిసూర్యలో గౌరవ్ వెంకటేశ్వర్లు ఆంధ్రప్రదేశ్ నుండి రాష్ట్రం వచ్చిన సూపర్ హిట్ చేద్దామని, దేశంలోనే రాష్ట్రాన్ని నెంబర్ వన్ గా చేస్తామని, గత ఎన్నికల్లో టిడిపి, బిజెపి, జనసేనలు కలిసి పోటీ చేశామని, అందరూ కలిసి కట్టుగా రాష్ట్రం కోసం పని చేస్తున్నామని, ప్రజల దీవెనతో ఈ హిట్ కాంటిన్యూయింగ్ ముందుకు కొనసాగుతుందని రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు వెల్లడించారు. అనంతపురం శివారులో లక్ష్మణాది మందిలో బుధవారం సాయంత్రం జరిగిన భారీ బహిరంగ సభలో సీఎం చంద్రబాబునాయుడు ప్రజలను ఉద్దేశించి దాదాపు గంటాసేపు ప్రసంగించారు. సభలో డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్, బిజెపి రాష్ట్ర అధ్యక్షులు మాజీ, ఇతర కేంద్ర మంత్రులు, రాష్ట్ర మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు, ఎంపిలు ఇతర నాయకులు పెద్ద ఎత్తున హాజరయ్యారు. సభలో సీఎం చంద్రబాబునాయుడు >>2



అనంతపురం సభలో ప్రసంగిస్తున్న డి. సీఎం పవన్

రాష్ట్రాభివృద్ధికి 'సూపర్ సిక్స్' ఆర్థిక ఇబ్బందులు అధిగమించి పథకాల అమలు: డి. సీఎం పవన్

అనంతపురం, సెప్టెంబర్ 10 ప్రభాతవార్త: రాష్ట్ర అభివృద్ధి కోసమే సూపర్ సిక్స్ పథకాలను రూపొందించి ఆర్థిక ఇబ్బందులను అధిగమించి పథకాలను అమలు చేస్తున్నామని రాష్ట్ర డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ అన్నారు బుధవారం అనంతపురం నగరంలోని ట్రైపాల్ వద్ద ఉన్న జిఎంఆర్ గ్రౌండ్స్ లో ఏర్పాటుచేసిన సూపర్ సిక్స్ సూపర్ హిట్ సభలో రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు బిజెపి రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు మాజీ తో కలిసి డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ రాయల సీమకు ఎప్పుడూ ఒకటే సీజన్ అది కరవు సీజన్ అని దానిని రూపు మాపే ఉద్దేశంతో కూటమి ప్రభుత్వం అనేక సంక్షేమ కార్యక్రమాలు చేపడుతుందని పేర్కొన్నారు. రాయలసీమ ప్రాంతానికి చెందిన యువత ఉద్యోగ అన్వేషణ నిమిత్తం ఇతర రాష్ట్రాలకు వలస వెళుతున్న దౌర్భాగ్య పరిస్థితుల నుండి బయటపడాలని దృఢ సంకల్పంతో సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు చొరవ తీసుకొని రాయలసీమ ప్రాంతంలో పారిశ్రామికీకరణ జరిగే లాగా ప్రజాశక్తికర రూపొందిస్తున్నామని తెలిపారు. పార్టీలు వేరైనా, ప్రజలక్షేమం ఒక్కటే >>2

నేపాల్ నుంచి తెలుగువారు వెనక్కి వారి సమాచారం సేకరణ, భద్రతపై అధికారులకు మంత్రి లోకేశ్ బి.శానిర్దేశం

అక్కడివారితో ఫోన్ లో మాట్లాడి ధైర్యం చెప్పిన మంత్రి రాష్ట్రానికి సురక్షితంగా తీసుకువస్తామని భరోసా నేపాల్ నుంచి బీహార్ మీదుగా 22 మంది ప్రయాణం కర్ణాటక నుంచి విజయవాడ, విశాఖకు ప్రత్యేక విమానాల్లో తరలింపు



కర్ణాటక నుంచి బీహార్ మీదుగా ప్రత్యేక బస్సులో వస్తున్న 22 మంది తెలుగువారు

విజయవాడ, సెప్టెంబర్ 10 ప్రభాతవార్త: నేపాల్ లో వికృతంగా తెలుగువారిని సురక్షితంగా వెనక్కి తీసుకొవడమే ఏకైక అజెండా అని, విద్య, బిజీ శాఖల మంత్రి నారా లోకేశ్ స్పష్టం చేశారు. ఈ మేరకు అధికారులు సమన్వయంతో వ్యవహారంపై అవసరమైన చర్యలు యుద్ధప్రాతిపదికన చేపట్టాలని ఆదేశించారు. నేపాల్ లో వికృతంగా పలువురు తెలుగువారితో మంత్రి లోకేశ్ ఫోన్, వీడియో కాల్ ద్వారా మాట్లాడి వారిలో భరోసా నింపారు. నేపాల్ లో వికృతంగా వారిని తిరిగి న్యస్థలానికి తీసుకు వచ్చేందుకు ఏపీ మంత్రి నారా లోకేశ్ అనంతపురం పర్యటన రద్దు చేసుకున్నారు. నేపాల్ లో నెలకొన్న ప్రత్యేక పరిస్థితుల నేపథ్యంలో అక్కడ ఉన్న ఏపీ వాసులను సురక్షితంగా రాష్ట్రానికి తీసుకురావడం పై మంత్రి దృష్టి సారించారు. అనంతపురంలో నేడు నిర్వహించనున్న 'సూపర్ సిక్స్' సూపర్ హిట్ సభకు ఆయన హాజరుకావాలి ఉంది. అయితే లోకేశ్ తన పర్యటన రద్దు చేసుకున్నారు. హుటాహుటిన మంత్రి నారాలోకేశ్ సచివాలయానికి చేరుకున్నారు. అక్కడ రియల్ టైమ్ గవర్నెన్స్ సెంటర్ లో ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక వార్ హామ్ లో సంబంధిత అధికారులతో ఆయన సమన్వయం >>2



కర్ణాటకలో ఆందోళనకారులను అడ్డుకొంటున్న పోలీసులు

నేపాల్ లో తాత్కాలిక ప్రభుత్వం

చీఫ్ గా మాజీ చీఫ్ జస్టిస్ సుశీలా కర్మి ఇంకా ఆగని హింసాకాండ.. సైన్యం ఆధీనంలోకి నేపాల్
 ఖాట్మండ్, సెప్టెంబర్ 10: నేపాల్ లో జనరల్ జెడ్ విద్యుంసం సృష్టిస్తున్న విషయం తెలిసింది. దేశంలో సోషల్ మీడియా ద్వారా ఉద్యమాన్ని ఉసిగొల్పుతున్న ఆ జెడ్ జెడ్ గ్రూపుకు చెందిన నేతలు తాత్కాలిక ప్రభుత్వ చీఫ్ ను ప్రకటించారు. తాత్కాలిక ప్రభుత్వ చీఫ్ గా మాజీ చీఫ్ జస్టిస్ సుశీలా కర్మి పేరును ప్రకటించారు. ప్రభుత్వాన్ని నడిపేందుకు ఆమెకు పగ్గాలు ఇవ్వాలని పేర్కొన్నారు. సోషల్ మీడియా ఉద్యమాన్ని నిర్వహిస్తున్న జనరల్ జెడ్ తాజాగా ఈ ప్రతిపాదన చేసింది. ప్రస్తుతం నేపాల్ లో తీవ్ర ఉద్రిక్త పరిస్థితులు నెలకొన్న విషయం తెలిసింది. సోషల్ మీడియా బ్యాన్ ను వ్యతిరేకిస్తూ జెడ్ జెడ్ భారీ ఉద్యమాన్ని చేపట్టింది. జెడ్ జెడ్ లో 13 ఏళ్ల నుంచి 28 ఏళ్ల మధ్య ఉన్న యువత పాల్గొన్నది. అయితే తాము చేపట్టిన ఉద్యమాన్ని కొందరు అవకాశవాదులు తప్పుదారి పట్టించినట్లు జెడ్ జెడ్ ఆరోపిస్తున్నది. ప్రధాని కేపీ శర్మ ఓలీ రాజీనామా చేసిన తర్వాత పరిస్థితులు మరి అదుపు తప్పాయి. అధ్యక్ష కార్యాలయాన్ని, పార్లమెంట్ బిల్డింగ్ ను, సుప్రీంకోర్టు బిల్డింగ్ ను నిరసనకారులు దగ్ధం చేసిన విషయం తెలిసింది. ప్రస్తుతం నేపాల్ ఆర్మీ దేశాన్ని ఆధీనంలోకి తీసుకున్నది. బుధవారం >>2



చీఫ్ గా మాజీ చీఫ్ జస్టిస్ సుశీలా కర్మి

రాధాకృష్ణన్ రేపు పదవీ ప్రమాణం

రాష్ట్రపతి భవన్ లో వేడుక
 న్యూఢిల్లీ, సెప్టెంబర్ 10: భారత ఉప రాష్ట్ర పతిగా సీపీ రాధాకృష్ణన్ ఎన్నికైన విషయం తెలిసింది. ఆయన ఈ నెల 12న ప్రమాణ స్వీకారం చేసే అవకాశం ఉన్నది. రాధాకృష్ణన్ తో శుక్రవారం భారత రాష్ట్రపతి డ్రాప డి ముర్రు ప్రమాణం చేయిస్తారని అధికారులు తెలిపారు. పదవీ ప్రమాణ స్వీకార కార్యక్రమం రాష్ట్రపతి భవన్ లో జరుగుతుందని పేర్కొన్నారు. మంగళవారం జరిగిన ఉప రాష్ట్రపతి ఎన్నికల్లో ఎన్ డిఎ అభ్యర్థి అయిన రాధాకృష్ణన్ ఇంకా కూటమి అభ్యర్థి జెస్ డి సుదర్శన్ రెడ్డిపై 152 ఓట్ల తేడాతో గెలుపొందారు. జూలై 21న జగదీష్ ధన్ ఖట్ట ఉప రాష్ట్రపతికి రాజీనామా చేసిన విషయం తెలిసింది. భారత ఉప రాష్ట్రపతి పదవీ జగదీష్ ధన్ ఖట్ట రాజీనామా చేశారు. డింట్ ఉప రాష్ట్రపతి ఎన్నిక అనివార్యమైంది. ఆ క్రమంలో ఎన్ డిఎ భాగస్వామ్య పక్షాల అభ్యర్థిగా మహారాష్ట్ర గవర్నర్ సీపీ రాధాకృష్ణన్ ను రంగంలోకి దింపారు. అలాగే ప్రతి పక్ష ఇంట్ల కూటమి అభ్యర్థిగా >>2

శాస్త్రవిజ్ఞానంతో వికసిత భారత్

డా. నాయుడుమ్మ పురస్కారం ముద్దిరాల నాగరాజుకు ప్రధానం చేసిన తెలంగాణ గవర్నర్ జిష్ణుదేవ్ వర్మ సైన్స్ ను గ్రామాలకు తీసుకువెళ్లిన నాయుడుమ్మ అంటూ ప్రశంస
 గుంటూరు-ప్రభాతవార్త ప్రతినంది, సెప్టెంబర్ 10: శాస్త్రవిజ్ఞానం ప్రజల పురోభివృద్ధికి తోడ్పడేందుకు డా. యలవర్తి నాయుడుమ్మ తీసుకువచ్చిన, ఆదిత్య జీవితకాలం పనిచేసే ఎన్నో విజయాలను సాధించారని తెలంగాణ రాష్ట్ర గవర్నర్ జిష్ణుదేవ్ వర్మ కొనియాడారు. బుధవారం తెనాలిలోని తెనాలి రామకృష్ణ కవి కళాక్షేత్రం లో డాక్టర్ యలవర్తి నాయుడుమ్మ సైన్స్ అండ్ టెక్నాలజీ ఫౌండేషన్ అధ్యక్షులతో జరిగిన డాక్టర్ యలవర్తి నాయుడుమ్మ స్మారక అవార్డు ప్రదానోత్సవ కార్యక్రమంలో తెలంగాణ రాష్ట్ర గవర్నర్ జిష్ణుదేవ్ వర్మ పాల్గొన్నారు. కార్యక్రమంలో కేంద్ర ఆర్థిక మంత్రి త్వశాఖ ఆర్థిక సేవల విభాగం సెక్రటరీ నాగరాజు ముద్దిరాల, డాక్టర్ యలవర్తి నాయుడుమ్మ సైన్స్ అండ్ టెక్నాలజీ ఫౌండేషన్ అధ్యక్షుడు >>2



బుధవారం తెనాలిలో నాయుడుమ్మ పురస్కారాన్ని ముద్దిరాల నాగరాజుకు ప్రధానం చేస్తున్న తెలంగాణ గవర్నర్ జిష్ణుదేవ్

యద్దపాలి రఘునాథబాబు, జాతీయ చర్య పరిశోధనా సంస్థ ముఖ్య కార్యదర్శి డాక్టర్ సుధీ వి.కాంత్ పాల్గొన్నారు. సభలో డాక్టర్ యలవర్తి నాయుడుమ్మ చిత్రపటానికి తెలంగాణ రాష్ట్ర గవర్నర్ జిష్ణుదేవ్ వర్మ పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. డాక్టర్ యలవర్తి నాయుడుమ్మ స్మారక అవార్డును తెలంగాణ రాష్ట్ర గవర్నర్ జిష్ణుదేవ్ వర్మ కేంద్ర ఆర్థిక మంత్రిత్వశాఖ ఆర్థిక సేవల విభాగం సెక్రటరీ నాగరాజు ముద్దిరాలకు ప్రధానం చేశారు. ఈ సందర్భంగా జరిగిన సభలో తెలంగాణ రాష్ట్ర గవర్నర్ జిష్ణుదేవ్ వర్మ మాట్లాడుతూ శాస్త్రవిజ్ఞానాన్ని గ్రామీణులకు చేరువచేసిన ప్రజల శాస్త్రవేత్త డాక్టర్ యలవర్తి నాయుడుమ్మ అవార్డును ఆర్థికరంగంలో పీపుల్స్ అడ్వెన్సింగ్ లీడర్ >>2

అపజయాలే విజయాలా? ప్రభుత్వం యధేచ్ఛగా అప్పులు చేస్తోంది..

మెడికల్ కాలేజీల పైవేటికరణ అడ్డుకుంటాం
 'సూపర్ సిక్స్' విజయోత్సవాలను ఎద్దేవా చేసిన మాజీ సీఎం జగన్
 రైతులను రోడ్డునపడేస్తే సహించం: జగన్
 విజయవాడ, సెప్టెంబర్ 10, ప్రభాతవార్త ప్రతినంది: ఏపీలో చంద్రబాబు నేతృత్వంలోని ఏపీపీ ప్రభుత్వం పూర్తిగా విఫలమైందని మాజీ ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ ఆరోపించారు. అపజయాలను విజయాలగా చెప్పుకుంటూ సూపర్ హిట్ అంటూ సలహాలు చేసుకోవడం బోధ్యంగా ఉందన్నారు. గత బడ్జెట్ లో ఇలా ఉండేదా? మా పాలనలో రైతులు రోడ్డుకట్టల మాశారా? అని వైఎస్.జగన్ ప్రశ్నించారు. బుధవారం వైఎస్ కేంద్ర కార్యాలయంలో మీడియాతో జగన్ మాట్లాడుతూ తమ హయాంలో రైతులకు ఇబ్బంది అనేదే లేదు అని చెప్పారు. ఇలాంటి పరిస్థితి.. చంద్రబాబు సిగ్గుతో తలదాచుకోవాలి అని మిమర్చించారు. అందిస్తే రైతులు రోడ్డుకట్టల పరిస్థితి దేసికి? అని ప్రశ్నించారు. రైతులు యూరియా దొరకల్గి తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారని ధ్వజమెత్తారు. రాష్ట్రంలో రైతులకు అందాల్సిన ఎరువులు జ్ఞాపకంకొట్టే స్థాయిలకు గురవుతున్నాయని ఆగ్రహాన్ని వ్యక్తం చేశారు. దీనిని నిరసిస్తూ.. రైతుల పక్షాన రైతులతో కలిసి అధివేలకు అడ్డీలు ఇస్తే >>2



అందిస్తే రైతులు రోడ్డుకట్టల పరిస్థితి దేసికి? అని ప్రశ్నించారు.

అవజయాలకు కుంగిపోని వారుండరంటే అతిశయోక్తి కావచ్చు. కానీ శ్రీదేవి మాలప్ప పోల్ పీటర్నింటికి అతిశయం ఎన్ని వైఫల్యాల ఎదురైనా... తన అక్ష్యాన్ని సాధించడం కోసం అపారాధాలను ప్రయత్నించింది. ఇటీవల విడుదలైన ఇండియన్ ఫార్వెస్ సర్వీస్(ఐఎఫ్ఎస్) ఫలితాల్లో ఆలిండియా 73వ స్థానం దక్కించుకుంది.

ఆమె ఎవరో తెలియాలంటే... మాది కర్ణాటకలోని బెళగావి జిల్లా కిత్తూరు. అమ్మ నాన్నలు మాలప్ప పోల్, భారతి ఉపాధ్యాయులుగా పనిచేస్తున్నారు. నేను బీఎస్సీ అగ్రకల్చర్ పూర్తి చేశాను. ప్రకృతిలో మమేకమై, జీవజాతుల్ని దగ్గరనుంచి చూడటం అంటే నాకు చాలా ఇష్టం. కానీ వ్యాపారం, స్వలాభాల కోసం అడవులను నాశనం చేస్తున్నారు. అందుకే పర్యావరణ పరిరక్షణ కోసం పనిచేయాలి అనుకున్నా. నా సీనియర్లు ఐఎఫ్ఎస్లో ఉన్నారు. వాళ్ళ ప్రేరణతో యూపీఎస్సీ రాయాలనుకున్నా. అలా 2019 నుంచి



పేదరికాన్ని నిర్మూలించడానికి..

దట్టమైన ప్రాంతం అది. కనీస సౌకర్యాల ఊసే లేదు. ఏళ్ల తరబడి వాళ్లది అదే పరిస్థితి. అది చూసి కదిలిపోయాడు నంద్యాల జిల్లా కలెక్టర్ రాజకుమారి గణియా. ఆంధ్రప్రదేశ్ను పేదరికాన్ని నిర్మూలించడానికి, అభివృద్ధి బాటలో నడిపించడానికి 30 కుటుంబాలను దత్తత తీసుకున్నారు.

తన మనోగతాన్ని చెప్పుకొచ్చారలా... అభివృద్ధి అవసరం... అట్టడుగు స్థాయిలో, పేదరికం, సమస్యలతో సతమతం అయ్యే వారికి తెలుస్తుంది. నేనూ అలాంటి వోలు నుంచే వచ్చాను. మాది శ్రీకాకుళం జిల్లా బెక్కలి వాటి కొల్లివలస చుట్టూ కొండలు, గుట్టలతో... రోడ్డు సదుపాయం కూడా సరిగ్గా లేని ప్రాంతం. నాన్న గణియా మాధవరావు, రైతు. అమ్మ దమయంతి. చిన్నప్పటినుంచి చదువంటే ఇష్టం. కానీ దగ్గర్లో స్కూళ్లు లేవు. బెక్కలి వెళ్లి చదువుకోవాలి. బస్సులు రాకపోకలూ తక్కువే అందుకే రోజూ దాదాపు 8 కి.మీ నడిచేదాన్ని. చీకటి, భయంతో ఎన్ని అవస్థలో చదువు మీద నాకున్న ఆసక్తి మాసిపోయింది. అమ్మానాన్నలూ ప్రోత్సహించారు. ఎన్ని కష్టాలు ఎదురైనా చదువచూడడం నేనూ వట్టుదలగా ఉండేదాన్ని.

అలా ఏడోతరగతి పూర్తిచేశా. తర్వాత గురుకుల పాఠశాలలో సీటు వచ్చింది. ఇంటర్ కూడా గురుకుల కళాశాలలోనే చదువుకున్నా. విశాఖపట్నంలోని టీవీకే కాలేజీలో డిగ్రీ, హైదరాబాద్ సెంట్రల్ యూనివర్సిటీలో పీజీ పూర్తిచేశాను.

ఆయన ప్రోత్సాహంతోనే... నా భర్త శ్రీహరి ఉపాధ్యాయుడిగా విద్యులు నిర్వహించారు. చక్కగా చదువుతూ, ప్రభుత్వం ఉద్యోగాలకు ప్రయత్నించు అని ఆయనే నన్ను ప్రోత్సహించారు. దానితో పోటీ పరీక్షలకు సిద్ధం కావడం మొదలు పెట్టాను. పలు ఉద్యోగాలకు దరఖాస్తు చేసి, పరీక్షలు రాసేదాన్ని. అలా కోసి సహకారశాఖలో ఉద్యోగం వచ్చింది. శిక్షణలో ఉండగానే గ్రూమ్ 1 ఫలితాలు వచ్చాయి. దాంతో ఆ ఉద్యోగానికి రాజీనామా చేసి,

డిప్యూటీ కలెక్టర్గా బాధ్యతలు స్వీకరించాను. తర్వాత విజయవాడ, కాకినాడ, గుంటూరు, తూర్పు గోదావరి జిల్లాల్లో వివిధ హోదాల్లో బాధ్యతలు నిర్వహించాను ఎక్కడన్నా నాదైన ప్రణాళికలతో విధులు నిర్వహించేదాన్ని. 2016లో ఐఎస్ఎస్ఎల్ పదోన్నతి పొందాను. గత సంవత్సరం నంద్యాల జిల్లా కలెక్టర్గా బాధ్యతలు చేపట్టాను. తెలంగాణలో రాజీనామా చేసి మా అమ్మా నాన్నలు, నా భర్తే కారణం. ఇంటి బాధ్యతలన్నీ వాళ్ళే చూసుకున్నా డీలా పడినప్పుడల్లా నాన్న వెన్నుతట్టేవారు. ఉన్నత స్థానాలకు చేరుకుంటున్నా అని సంతోష పడలేం... అమ్మానాన్నలు దూరమయ్యారు.

నెమ్మకంటు అభివృద్ధి లక్ష్యంగా... కలెక్టర్గా పోస్టింగ్ వచ్చాక... నా దృష్టి చెంప గూడేల మీదకు వచ్చింది. ఇక్కడి వాళ్ళ పోషకాహార లోపంతో



అనారోగ్యాల బారిన పడటం గమనించాను. వసతుల లేమితో పీళ్ళు వదులుతున్న కష్టాలు... చిన్నప్పటి నా గ్రామాన్ని తలపించాయి. అందుకే ఈ ప్రాంతాభివృద్ధికి కృషిచేయాలనుకున్నా. ఈ క్రమంలోనే ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి తీసుకువచ్చిన పీ4 కార్యక్రమం నన్ను ఆకర్షించింది. దాంతో నెమ్మకంటులోని 30 బంగారు కుటుంబాల్ని దత్తత తీసుకున్నా. ప్రతి కుటుంబానికి మౌలిక వసతులు సమకూర్చడంతోపాటు, ఆర్థికంగా నిలదొక్కటే విధంగా ఉపాధి కూడా చూపించాలనుకున్నా. ఇప్పుడు అదే పనిలో ఉన్నా. స్థానిక కమ్యూనిటీ హాల్లో మరమ్మత్తులు చేయించి... దాన్ని యువత, మహిళలకు నైపుణ్యాల అందించే కేంద్రంగా తీర్చిదిద్దే ప్రయత్నంలో ఉన్నా. ఒక గూడెన్ను అభివృద్ధి చేస్తే... మిగతా వాటికి ఇదే నమూనాగా మారుతుందని నా అభిప్రాయం. దాన్ని సాధించే దిశగా ఆడుగులు వేస్తున్నా.

వైఫల్యాల్ని అధిగమించి లక్ష్యం దిశగా..

పరీక్షలకు చదవడం మొదలు పెట్టాను. ఎలాంటి శిక్షణ లేకుండా, స్వతహాగా నోట్స్ సిద్ధం చేసుకునే దాన్ని. ఇలా నాలుగుసార్లు పరీక్ష రాశాను. అన్నీ విఫలమయ్యాయి. అలా అని నిరాశ పడలేదు. ప్రయత్నించడమూ మానలేదు. కానీ ఐదోసారి ప్రయత్నించే ముందు ఏదో ఒక ఉద్యోగంలో స్థిరపడాలి అని నిశ్చయించుకున్నా. ఆర్థికంగా నిలదొక్కటే నా లక్ష్యం మీద దృష్టి పెడదాం అనుకున్నా. వేరే పనులు చేసే... యూపీఎస్సీ రాయడం అంటే కష్టమే. ఎలానో ఇన్ని సంవత్సరాలు కేటాయించా... ఒక్క సంవత్సరం అగి చూడొచ్చుగా ఆస్కారంతా. కానీ ఏ పని లేకుండా ఇంట్లోనే ఉండటం ఇష్టం లేదు నాకు. ప్రభుత్వ ఉద్యోగానికి రాను ఉద్యోగం. ఈ క్రమంలోనే 2023లో ఎస్సీఎస్ (ఫ్రంట్ కాన్ట్రీ) పేషంట్ ఇండియా క్వాలిఫై కంట్రీల్ విభాగంలో గ్రేడ్-3 ఆఫీస్యెంటిగా కొలువు సాధించాను.

రెండున్నరేళ్లగా ఇక్కడే పనిచేస్తున్నా. నా లక్ష్యాన్ని మాత్రం వదలాలి అనుకోలేదు. ఈ ఉద్యోగం నాకు తాత్కాలిక విజయం మాత్రమే. గమ్యాన్ని చేరుకోవడానికి ఉత్తేజం నింపేదిగా దీన్ని భావించా. ఎస్సీఎస్లో విధులు నిర్వహిస్తూనే యూపీఎస్సీకి సన్నద్ధమయ్యే పనిచేసేలా పూర్వయోగ చదువుకునేదాన్ని. సెలవు రోజుల్లో ప్రభుత్వ గ్రంథాలయంలో ఎక్కువగా గడిపేదాన్ని. ఈ క్రమంలోనే ఐఎఫ్ఎస్ ఉద్యోగాన్ని సొంతం చేసుకున్నా. ఈ ప్రయాణంలో అమ్మానాన్నలు, నా సహోద్యోగులు అందించిన సహాయం మరచిపోలేదు. మనం అనుకున్నది జరగకపోతే కొన్నిసార్లు డీలా పడిపోతాం. ప్రయత్నాలు ఆపేస్తాం, రూటు మార్చుకుని వేరేవి సాధించాలి అనుకుంటాం. అలాకాకుండా, తాత్కాలికంగా ద్వాస న మళ్లించుకున్నా... లక్ష్యాన్ని మరచిపోకుండా ప్రయత్నిస్తే విజయం తప్పక వరసంది. ఇందుకు నా జీవితమే ఉదాహరణ.



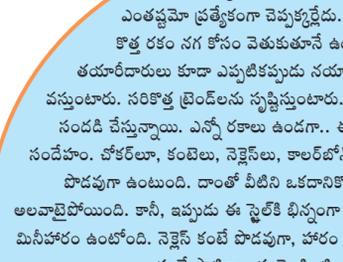
అల్పాహారంతోనే ఆనందమట !

పిల్లలు పొద్దున్నే కడుపునిండా తిని బడికెళ్లాలని అందరం కోరుకుంటారు. కానీ ఆలస్యంగా నిద్రలేవడమో, సమయానికి వంట పూర్తికాకపోవడమో.. ఇలా పలు కారణాల వల్ల అది అన్ని రోజులూ సాధ్యంకాకపోవచ్చు. పిల్లలు తినలేదని యువదంతులు బాధపడుతుంటే కొందరు పెద్దవాళ్ళ మా చిన్నప్పుడు తిప్పిన తినే అలవాట్లు లేవు. సూర్యుడు నడిచేసరికి వాళ్ళే ఓ ముద్ద తినేవాళ్ళం అంటారు.



అనేస్తారు. ఇలాంటి అపోహలపైనే సరికొత్త పరిశోధన చేశారు ఇంగ్లండు అంగ్రియా రిసెర్చ్ యూనివర్సిటీ, మెక్సికో యూనివర్సిటీ ది లాస్ అమెరికాస్ సంస్థల శాస్త్రవేత్తలు. ఇందుకోసం 42 దేశాల్లోని, లక్షల మంది 10-17 ఏళ్ల మధ్య ఉన్న విద్యార్థుల ఆహారపుటాల్ని వాళ్ళ మానసికస్థితిని పరీక్షించారు. అందరినీ చూశాక బ్రేక్ఫాస్ట్ తినకున్నా అన్నీ పనులు చురుగ్గా చేసే పిల్లలున్నారు. కానీ వాళ్ళలో మానసికానందం లేదు. సదా చిరునవ్వు చిందించే తల్లిదండ్రుల కనిపించడం. అదే అల్పాహారం తినేవాళ్ళతో ఆ ఆనందంపాలు ఎక్కువ. సహజంగా కూడా మెండుగా ఉంటుంది. బ్రేక్ఫాస్ట్ తిననివాళ్ళతో పోలిస్తే పిళ్ళ మానస సంబంధాల్లోనూ రాణిస్తున్నారు అని తేల్చారు శాస్త్రవేత్తలు. కాబట్టి, పక్కవాళ్ళ మాటు పట్టించుకోకుండా పిల్లలు అల్పాహారం తినడం తప్పనిసరి చేయమంటున్నారు.

చూడముచ్చటగా మినీ హారం

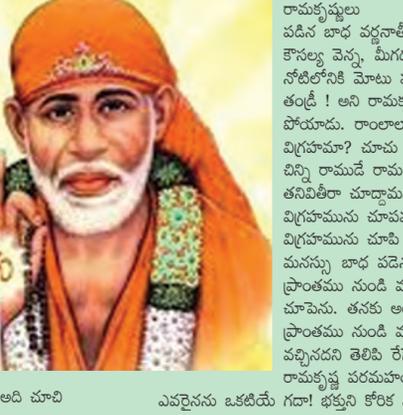


అమ్మాయిలకు ఆభరణాలంటే ఎంతష్టమో ప్రత్యేకంగా చెప్పక్కర్లేదు. ఎన్నో రకాలున్నా కొత్త రకం నగ కోసం వెతుకుతూనే ఉంటారు. అందుకే, తయారీదారులు కూడా ఎప్పటికప్పుడు నయా డిజైన్లతో మార్కెట్లోకి వస్తుంటారు. సరికొత్త ట్రెండ్లను సృష్టిస్తుంటారు. అలా ఇప్పుడు మినీ హారాలు సందడి చేస్తున్నాయి. ఎన్నో రకాలు ఉండగా.. ఈ మినీ హారమెంటుగా మీ సందేహం, చోకెట్లూ, కంటెలు, నెక్లెస్లు, కాలరబోన్ పై వరకూ ఉంటే, హారం కాస్త పొడవుగా ఉంటుంది. దాంతో వీటిని ఒకదానికొకటి జతగా ఎంచుకోవడం అలవాటైపోయింది. కానీ, ఇప్పుడు ఈ స్టైలికి భిన్నంగా మినీహారం ఉంటుంది. నెక్లెస్ కంటే పొడవుగా, హారం కంటే పొట్టిగా.. ఈ రెండింటి అవసరాలనూ తీర్చేటట్లుగా డిజైన్ చేస్తున్నారు. ఇవి చీరల మీదకే కాదు, రైసెండాలు, పట్టు కుర్తీలు.. ఇలా అన్నింటి మీదకూ సుపేస్తున్నాయి. మీరూ వాటినిసారి చూడండి.



కావలసిన పదార్థాలు: పాస్తా ఒకటిన్నర కప్పు, చిన్నగా తరిగిన అల్లం, వెల్లుల్లి ముక్కలు అర టీస్పూన్ చొప్పున, సన్నగా తరిగిన ఉల్లిపాయలు, పచ్చిమిర్చి రెండు చొప్పున, క్యారెట్, క్యాప్సికం ముక్కలు టేబుల్స్పూన్ చొప్పున, ఉప్పు రుచికి సరిపడా, చిన్నగా తరిగిన టోమాటోలు రెండు, మిరియాలపొడిపావు టీస్పూన్ పావు, అర టీస్పూన్ చొప్పున, చొప్పున, టోమాటోసాస్ టేబుల్స్పూన్, రెడ్ చిల్లీసాస్

పాస్తా రుచిగా.. టీస్పూన్, కొత్తమీర తురుము గుప్పించు. తయారీ విధానం: గిన్నెలోకి ఐదు కప్పుల నీళ్ళ తీసుకుని వేడిచేయాలి. కొద్దిగా ఉప్పు, కాస్త నూనె వేయాలి. ఇలా వేయడం వల్ల పాస్తా అతుక్కొండూ పొడిపోడిగా ఉంటుంది. నీళ్ళ మరుగుతున్నప్పుడు కడాయిలో నూనె పోసి అల్లం, వెల్లుల్లి తరుగు, తర్వాత, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు, క్యారెట్, క్యాప్సికం, టోమాటో ముక్కలు వేసుకుని వేయాలి. మూడు వంతులు వేగిన తర్వాత మిరియాలపొడి, కారం, గరం మసాలా, ధనియాల పొదులను వేయాలి.. తర్వాత టోమాటో సాస్, రెడ్ చిల్లీసాస్, తగినంత ఉప్పు కలపాలి. తక్కువ మంట మీద మరికొన్నే వేయించి పాస్తా వేయాలి. ఇప్పుడు మంట పెంచి పాస్తాను కలుపుతూ ఉడికించాలి. చివరగా కొత్తమీర తురుము చల్లి దింపేసి వేడిచేడి మసాలా పాస్తా సిద్ధం.



రామకృష్ణులు వదిన బాధ వర్ణనాతితం. ఆమో! తల్లి కోసం వెన్న, మిగతావన్నీ పెట్టాను గదా! తండ్రి! అని రామకృష్ణులు విల విలలాడి పోయాడు. రాంలాలా ఒక చిన్న లోహ విగ్రహమా? మామ వారలకదియే. కాని నజీవ చిన్ని రామదే రామకృష్ణులకు, అట్టి రాంలాలాను తనివితీరా చూడమని రేగే కొరక. రాంలాలా విగ్రహమును చూపమని గైదును కోరగా ఒక పెద్ద విగ్రహమును చూపి అదే రాంలాలా అని వాచింపెను. రేగే మనస్సు బాధ పడెను. అంతలోని ఒక పూజారి వచ్చి దక్కను ప్రాంతము నుండి వచ్చినది ఎవరో? అని అడిగి రేగేకు రాంలాలాను చూపెను. తనకు అంతకు ముందు రాత్రి స్వప్నములో దక్కను ప్రాంతము నుండి వచ్చినతనకి అన్నీ దగ్గర ఉండి చూపమని అదేశము వచ్చినదని తెలిపి రేగేకు అన్నీ దగ్గర ఉండి చూపించెను. స్వప్నములో రామకృష్ణ పరమహంసా? కావచ్చును. సాయిబాబా? కావచ్చును. ఎవరైనను ఒకటియే మనోబుద్ధి సంతోషము గదా!

మందులు వాడాలి ఉంటుంది. డాక్టరు సలహా మేరకు క్రమంగా మందులు మందండి. ఆరోగ్యం కుదుట పడిన తరువాత డాక్టరు సలహా తీసుకుని పెళ్ళి ప్రయత్నాలు చేయండి. మందులు వాడుతూ రోజు వాకింగ్, వ్యాయామాలు చేయండి. సమతుల ఆహారం, సరైన నిద్ర పట్టడం చూపండి. అవసరంఅయితే క్యాన్సర్ తీసుకుని వెళ్ళి చెప్పండి. - యం.పి.సాయిబాద్

