





ఒరులేయని యొనరించిన నరవర యప్పియము తన మనంబున కగు దా నీరులకు నవి సేయకునికి పరాయణము పరమ ధర్మపథముల కెల్లన్

ପ୍ରମାଣିତ

వ్యవస్థాపకులు: దేశీధూరక విశ్వదాత శ్రీ కాశీనాథుని నాగేశ్వరరావు పంతులు

# జావక 'రక్త' ఔ+

జ్ఞాపకం ఒక శక్తి! దానిని నిలబెట్టుకోవడం, పెంచుకోవడం, పంచుకోవడం ఒక కళ! అది ఒక వరం. దీనికి పూర్తి వ్యతిరేకమైనది మతిమరుపు. అదొక పెద్ద శాపం! వయసు పెరిగేకాద్ది జ్ఞాపకశక్తి తగ్గడం, మతిమరుపు పెరగడం సహజమైన జీవచర్యగా భావించినా, దానిని అలావరల కూడదు. వృద్ధావ్యం వల్ల శారీరకమైన రుగ్మతలు వచ్చినాజ్ఞాపకశక్తిని అద్భుతంగా కాపాడుకు న్నవారు మన మధ్యనే ఎందరో ఉండేవారు, ఇప్పటికీ ఉన్నారు. వారే మనకు ఆదర్శం. సివిల్ సర్వీసెస్ లో ఆఖ్యిల భారత స్థాయి పోటీల్లో గెలిచి అద్భుతమైన ర్యాంకులు తెచ్చుకొని ఐవిఎస్ అధికారులుగా పెద్ద పెద్ద బాధ్యతలు నిర్వహించి, అల్జీమర్స్ బారినపడి బాధపడుతున్నవారు కూడా మన మధ్యనే ఉన్నారు. వీరి జీవితాలు, వారితో పెనవేసుకొన్నవారి కుటుంబ సభ్యులు వేదనామయమైన జీవితాన్ని గడుపుతున్నారు. మరుపురాకుండా చూసుకోవడం, జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుకోవడం మన చేతుల్లోనే ఎక్కువశాతం ఉండనివైద్య శాప్రవేత్తలు, మానసికవైద్య శాప్ర నిపుణులు కూడా చెబుతున్నారు. మన ఆరోగ్య పరిరక్షణలో ఏమాత్రం మరువకూడని అంశం ‘జ్ఞాపకశక్తి’. నిన్నటి వరకూ మన మధ్యనే ఉన్న ‘కళాతపస్సి’ కె విశ్వాస్థ, ‘అపరగంధర్యదు’ మంగళంపల్లి బాలమురళీకృష్ణపూర్వ ప్రధాని పీఎస్ సరసింహారు అమోఘ మైన జ్ఞాపకశక్తిని చివరివరకూ నిలుపుకున్నారు. వీరిలో మంగళంపల్లివారిది ఇంకా విశేషమైన ఆరోగ్యం. వీరికి అనారోగ్యాలు సోకిన దాఖలాలు కూడా పెద్దగా లేవు. వీరి గురించే ప్రత్యేకంగా ఎందుకు చెప్పాల్సి వచ్చిందంటే? వారు మన తెలుగువారు. ఎనిమిదిపదుల వయస్సు మించి జీవించినవారు. నేటి కుర్తాళ పీరాధిపతి సిద్ధేశ్వరానందభారతి (పూర్వాతమ డాక్టర్ ప్రసాద రాయకులపతి)కిఇప్పుడు 87విళ్ళ వయస్సు. ఇప్పటికీ కొన్నివేల పద్మాలు, శ్లోకాలు, ప్రత్యుత్సాహాలు నాట్యం చేస్తూ ఉంటాయి. అయిన పుస్తకాలు చదవడం మానేసి కూడా 60విళ్ళ దాటిపోయింది. వీరే కాదురామ్ జెత్తులానీ, శ్రీపాద పినాకపాటి వంటివారు కూడా అటువంటివారే. వీరు దాచారు 100విళ్ళు అద్భుతమైన జ్ఞాపకశక్తితో జీవించారు. సుమారు 65 ఏళ్ళ వయస్సు నుంచి మతిమరుపు పెరిగే అవకాశాలు ఉన్నాయని కొన్ని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. ఒక్కాక్కు నివేదిక ఒక్కాక్కు రకంగా చెబుతున్న పృటికీ మతిమరుపువిషయంలో, జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుకోవడం అంశంలో అయిదుపదుల వయస్సు నుంచే సాధన చేయడం ఉత్తమం. అధికరక్త పోటు, మధుమేహం, కొలెప్రోల్ వంటివాటి వల్ల రక్తసాశాలు దెబ్బతినడం, మెదడుకురక్తం సరిగ్గా సరఫరా కాకపోవడం, ప్రాణవాయువు సక్రమంగా అందకపోవడం వల్ల మతిమరుపుబారినపడే ప్రమాదం ఉండని వైద్యులు చేస్తున్న హెచ్చరికలను గౌరవించి, వారు సూచించినట్లుగా పాటించాలి. శారీరకమైన రుగ్మతలకు మందులు వేసుకుంటూ, వ్యాయామం చేస్తూ, నడక సాగిస్తూ ఉండడం ముఖ్యం. ఆట్లే యోగ సాధన, ప్రాణవాయువు సక్రమంగా అందోళన పడడం, క్రంగుబాటు వంటివి ఇంకా ప్రమాదం. పొగతాగడం, మధ్యపాసం వంటివాటికి దూరమవ్వడంఎత ముఖ్యమో వంటిరితనానికి దూరమవ్వడం కూడా అంతకంటే ఎక్కువ ముఖ్యం. మనిషిని ‘సోపల్ యానిమల్’ అంటారు. జనంతో, జనం మధ్య ఉండడం, స్నేహితులు, ఆత్మయ లు, బంధువులను తరచూ కలవడం, వారితో గడవడం గొప్ప ఆరోగ్యాన్ని కలుగజేస్తుందని నిపుణులు చెప్పేమాటులు ఎంతో విలువైన మూటలు. తమను తాముఎప్పుడూ బిజీగా ఉంచుకోవడం, మెదడును పదునుపెట్టే వాటిలో సమయం గడవడం చాలా చాలా ముఖ్యం. ఇది అన్ని వయసులవారికి వస్తుంది. ముఖ్యంగా 60దాటిన వారికి మరీ ముఖ్యం. మెదడును బాగా సద్గ్యానియోగం చేయడం ఎంత ముఖ్యమో, మెదడుకు తగిన విశ్రాంతి ఇప్పడం కూడా అంతే ముఖ్యం. వైద్యుల సలహాల మేరకు ఆహారాన్ని తీసుకోవడం, నిద్రలోనూ సమయపాలన పాటించడం కీలకం. వేదకాలంనాటి భారతీయ విద్యా విధానం చాలా గొప్పది. జ్ఞాపకశక్తినిచాలా చురుకుగా ఉంచేలా ఉండేది. గురువులు చెప్పింది వినడం, మెదడులో ధరించడం, వల్లెవేయడం, తిరిగి అప్పచెప్పడం.. ఇలా అంతా వ్యాఖ్యికంగా సాగేది. తెలుగువారి ‘అవధాన విద్య’ కూడా ఈ సూత్రాలపైనే నిర్మాణమైంది. పద్మాలను ధారణ చేయడం వల్ల జ్ఞాపకశక్తి బాగా పెరుగుతుంది. పలకడం ద్వారా జరిగే చర్య ద్వారా రక్తప్రసరణ, ఆక్రిషణ్ ప్రవాహం బాగా జరుగుతాయి. ఈ సాధన విద్యార్థుల నుంచి వ్యధుల పరకూ ఉపయోగపడుతుంది. ఆటలు, పాటలు శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యాన్ని తీర్చిదిదేవే. మన విద్యావిధానంలో నిన్నమొన్నటి వరకూ ఉన్నాయి. కొన్నాళ్ళగా అవి సన్మగిల్లాయి. ఇప్పుడిప్పుడే నూత్న విద్యా విధానం వాటిపై దృష్టి సారిస్తోంది. మొత్తంగా చూస్తే మతిమరుపు రాకుండా చూసుకోవడం, జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుకోవడం చాలా పరకూ మన చేతుల్లోనే ఉంది.



# వేదాంత రాఘవర్య..



కావితి గజ్జెలు కట్టి చిందులు వేయటం, సంగీత సాధనలో అప్పర్ ర్యా రాగాలు అలపించడం, అవసరమైన హాప్పబావాలు ప్రదర్శించటం అయిదేళ్ళ వయసులో అక్కరాభ్యాసంతో మొదలైంది. ప్రహ్లద పాత్ర ధరించి, మూడు రాత్రులు ప్రదర్శించి ముఖ్య అతిధిగా విచేసిన జీల్లా కలశక్ర చేత ముఖమల చమ్మీ నూటు', రాజముద్రిక గలు 'బంగారు పతకము'లను దేవేళ్ళ వయసులోనే అందుకున్నారు. కూచిపూడి నాట్య కళకు ఆలపాలమైన ఏదు యుక్కగాన ప్రదర్శనలిచి ప్రముఖుల మస్సనలందుకున్నారు. రంగస్థలంపై స్త్రీ, పురుష పాత్రుల పోషించి పేరు ప్రభ్యాతులు ఆర్థించటంతో పాటు కూచిపూడి నాట్యానికి పేరు ప్రభ్యాతులు ఆర్థించటంతో నరిపెట్టుకుండా, సినిమారంగంలో కూడా విశేష ప్రాభవం కనబరచి విశిష్ట నాట్యాచార్యులుగా కీర్తింపబ డ్యారు వేదాంతం రాఘవయ్య. వేదాంతం రాఘవయ్య 1919 జూన్ 8న జన్మించారు. కూచిపూడి నాట్యానికి ప్రపంచవ్యాపి తంగా కీర్తినార్దించిపెట్టిన కృష్ణ జీల్లాలోని కూచిపూడి వీరి జన్మ స్థలం. తల్లి అన్నపూర్ణమ్మ తండ్రి రామయ్య. ఐదవ ఏట అక్కరాభ్యాసం జరపటం హిందూ సంప్రదాయం. అన్నపూర్ణమ్మ, రామయ్య దంపతులు తమ కమారునికి ఐదవ ఏట అక్కరాభ్యాసం జరిపించటంతో పాటు కూచిపూడి నాట్యం నేర్చించే ప్రయత్నం చేశారు. నాట్యమనేది ఆ గ్రామం యొక్క ఆయుషుపట్టు. 'కుక్క అరిచినా సంగీతం ఉప్పి పడుతుంది, గాడిద కదిలినా నాట్యం ఉట్టి పడుతుంది' అని ఒక సామెత కూచిపూడిలోనీ ఏ ఇంతిలో చూచినా గజ్జెలందియలు ఘుల్లు ఘుల్లు మనిషి. సంగీత సాధనాలు వినిపిస్తుండివి. అలాంటి వాతావరణం గల గ్రామంలో జన్మించిన రాఘవయ్య తల్లిదండ్రులకు కూడా కూచిపూడి నాట్యం పట్ల మక్కువ, మమకారం ఎక్కువ. అందుకే తమ పుత్రునకు అక్కరాభ్యాసంతో పాటు కూచిపూడి నాట్యం కూడా నేర్చించటానికి సిద్ధపుయ్యారు. స్తుతి, సంగీతాలలో ప్రసిద్ధులుగా గుర్తింపు పొందిన చింతా వెంకట్రామయ్య వద్ద రాఘవయ్యుక్క స్తుతి, సంగీతాలు నేర్చించే ఏర్పాటు చేశారు. కూచిపూడి కళల్లోని యుక్కగానాలు 1. ప్రహ్లద 2. రామ నాటకము 3. హరిశ్వరంద్ర 4. మాహానీ రుక్మీంగద 5. ఉపా పరిణయం 6. శక్మిభా పరిణయం 7. గయ నాటకము. వీటన్నింటినీ గురువుల వద్ద నేర్చుకున్నారు రాఘవయ్య. వీలిలో అతికీపుపుంది, కప్పమైంది 'ప్రహ్లద' యుక్కగానం. దీని ప్రదర్శన కాలం గంటలకో, రాత్రికో పరిమితం కాదు. ప్రహ్లదును సంపూర్ణంగా స్తుత్య ప్రదర్శన పూర్తి చేయటానికి మూడు రాత్రులు అవసరమయ్యపట. ఆ బాలుడు ఆలా పరుస రాత్రులు అలుపు సాలపు లేకుండా, ఆయానం రాకండా ప్రదర్శన ఇచ్చి ప్రేక్షకు

లను మెప్పించేవారు, మైమరిపించేవారు. మచిలీపట్టుంలో సీతారామ కళ్యాణ మహేశ్వరముల సందర్భంగా చింతా వెంకట్రామయ్య సమాజం ప్రఫ్ఫోద స్వత్తు నాటకం ప్రదర్శించింది. దానిలో ప్రఫ్ఫోద పాత్ర ధరించిన బాలుడి హేవ, భావ, రాగ, తాళయుక్త ప్రదర్శనకు అచ్చెరువాందిన అప్పటి కృష్ణ కల్పక్కులు (పీరు భారతియులు కారు, ఆంగ్నేయులు) ఆ బాలునికి ‘ముఖ మర్ల వహిస్తు సూటు’, రాజమండ్ర గలు ‘బంగారు పతకం’లను రాజ లాంచనములుగా అందజేయటం అపూర్వ చరిత్రాంశం. ప్రఫ్ఫోద పాత్ర ధరించి మెప్పించిన రాఘవయ్య వయసు ఏడేళ్ళు మాత్రమే. పదిహేడవ ఏడు వచ్చేవరకూ రాఘవయ్య బాల పాత్రాలనే ధరిస్తూ మెప్పిస్తూ వచ్చారు. ఆ కాలంలో 30 బంగారు పతకాలు అందుకున్నారట. ‘లైంక్రిష్ణ లీలా తరంగమలు’, ‘శ్వేతయ్య వదములు’, ‘ఆధ్యాత్మ రామాయణ కీర్తనలు’, జావ శీలు, పుష్ప భాజి విలాసములోని సంస్కృత శైక్షములు శౌభ్రబ్రధముగా, లయబద్ధముగా ఆలపించటం, ప్రదర్శించటం రాఘవయ్యలోని ప్రత్యేకత. పీరు ధరించిన వాలిల్లో ‘ఉపా కన్సె’ పాత్ర అప్పురూపవైనదిగా గుర్తింపు పొందింది. ప్రభాత హనుమ దోషసక్కలు త్రే శిష్టా చంద్రమాశీ శాస్త్రిగారి ‘హనుమర్షయం తోపుపథములు గుణించాడ తాలూకా పెదాచు గ్రామంలో జిగితినప్పుడు 1939లో ‘ఉపా పరిచయం’ ప్రదర్శించగా, దానిలోని ఆయన పోషించిన ‘ఉపాకన్సె’ పాత్ర అభినయానికి బంగారు హనుమద్విగ్రహమును బలహుమతిగా శాస్త్రిగారి చేతుల మీదుగా పలవురు పండితుల సమస్తంలో అందుకున్నారు రాఘవయ్య అప్పటికి వారి వయసు 16 ఏళ్ళు మాత్రమే. అంద్ర నాటక కళాపరిషత్త ఆరప వారికి మహాసుభలు 1936లో మద్రాసులో జిగితి

నప్పుడు చింతా వెంకట్రామయ్యారు ‘ఉపా పరిణయం’ ప్రదర్శించారు. దానిలో ఉపాకస్యో నాటించిన రాఘవయ్య నటన, నాట్యం, అభినయాలకు మెచ్చిన దేశోద్ధారక కాశీనాథుని నాగేశ్వరరావు బంగారు పతకం అందజేయగా, ఆ సభలకు ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసిన బెంగాలు నర్కీమణి శ్రీమతి రాగించి దేవి రాఘవయ్యకు దుఃఖాలువా కప్పి సత్కరించారు. ప్రారంభంలో ఉపాంగన, శశీభేష, మౌహాని పాత్రలకే పరిమితమైన రాఘవయ్య కలాక్రమంలో సీత, చంద్రమతి, లీలావతి లాంటి పతిపతల పాత్రలు కూడా పోషించి దేశం నలుమాలులా ప్రదర్శనిలిచ్చి కూచిపూడి నాట్యానికి దేవపూశిత గుర్తింపు తెచ్చారు. ట్రై పాత్రల పోషణకే వారు పరిమితం కాకుండా కృష్ణము, రామయు, హరిశ్చంద్రుడు లాంటి పురాణ పురుషుల పాత్రలు ధరించి మెప్పించబడులో కూడా ‘దిట్ట’ అనిపించుకున్నారు. విజయ వాడలో వసన్త సవరాత్రేత్తపముల సందర్భంగా రాఘవయ్య గారు ప్రదర్శించిన ‘శశిభో పరిణయం’ యక్కాన ప్రదర్శనను హరికథా వితామహులుగా చరిత్రలో నిలిచిన ఆదిభట్ట నారాయణదాసగారు తిలకించి ‘శశిభో’, ‘తీర్మిక్షణ’ పాత్రల అభిసయానికి మెచ్చి తాను ధరించిన బంగారు పతకం ఒకబితీ తీసి రాఘవయ్యకు ఇచ్చి “కూచిపూడి నాట్య శక పురుషుడు”గా దివించారు. కూచిపూడి నాట్యంలో వేలాది సాంగ్మాలు, సన్మాలు అందుకున్న రాఘవయ్య గూడావల్లి రామభ్రాంగారి ప్రోత్సాహతో సినిమారంగంలోకి కూడా ప్రవేశించారు. ‘మౌహానీ రుక్మిణిగారు’, ‘రైతుల్లిడ్చు’ లాంటి చిత్రాలలో స్వత్స్య ప్రదర్శన లిప్పటంతో వారికి చిత్రసీమ పరిచయమైంది. ఆ తర్వాత మాయు లోకం; గరుడ గర్వ భంగము’ లాంటి చిత్రాల్లో పెద్ద వేషాలు పోషించి చిత్రరంగంలో స్థిరపడ్డారు. చిత్రాల్లో పెద్ద వేషాలు పోషించి చిత్రరంగంలో స్థిరపడ్డారు. చిత్రాల్లో వి. నాగయ్య నిర్వించిన ‘త్యాగయ్య’ సినిమాతో చిన్నారి భాలికల చేత “గోవికా కృష్ణ” ప్రదర్శన చేయించి, స్వత్స్య దర్శకునిగా గుర్తింపు పొందారు. ఆ తర్వాత మచిలీపట్టంలో ప్రముఖులు, పండితులు కొలువు తీరిన సభలో చిత్రాలు నాగయ్య సమక్షంలో రాఘవయ్య కాలికి ‘గండపెండేరము’ తోడిగారు. ‘దేవదాసు’, ‘చిరంజీవులు’, ‘సువర్ణ సుందరి’, ‘స్వర్ణ మంజరి’, ‘సతీ సక్కుబాయి’, ‘ఆడబితుకు’ లాంటి ప్రభ్రాత సినిమాలకు రాఘవయ్య స్వత్స్య దర్శకులుగా పనిచేశారు. 1964లో జరిగిన అభిల భారత నాల్బోత్తువాలకు రాఘవయ్య అధ్యక్షులుగా నియమితుల యూరు. వారిని “భరత కళాప్రవర్తులు” బీరుధుతో సత్కరించారు. నాట్యమునందు గల చతుర్పీదాభినయం, సంగీత, సాహిత్యాల్లో సర్వ సమర్పణలిపించుకున్న వేదాంతం రాఘవయ్య 1973లో స్వర్ణపులయ్యారు.

ଦାସର ଅଜ୍ଞାରନ୍ଧୀମ୍

# ರೇಪಟಿ ನುಂಡಿ ಮೃಗಶಿರ ಕಾಠೆ ವ್ಯಾರಂಭಂ

ఈ కార్య రోజు ప్రతి ఇంట్లో చేపలు తినడం అనవాయితీగా వస్తోంది. దీని వెనుక ఆరోగ్య రపస్యుం దాగివుంది. రోట్లు పగిలే ఎండలను మొసుకొచ్చిన రోహిణికార్టె ముగిసి.. వల్లబిలిచే వ్యుగశిర మొదలవుతుంది. వ్యుగశిర కార్య అంటే.. అశ్వానీ మొదలుకుని రేవతి వరకూ మనకున్న 27 నవ్యతాల్లో సూర్యుడి ప్రవేశం ఆధారంగా కార్య నిర్ణయం జరుగుతుంది. భారతీయ జ్యోతి ష్ట సాంప్రదాయం ప్రకారం.. ఒక్క కార్టో ఒక్క విధంగా ప్రకృతిలో మార్పులు జరుగుతుంటాయి. ఈ క్రమంలో సూర్యుడు వ్యుగశిర నక్షత్రంలోకి ప్రవేశించి నాటిమంచి నైరుతి రుతువసాయి వస్తాయి. వాతావరణం ఒక్కసారి చల్లలిడటం , ప్రకృతిలో అనేక మార్పులు చోటు చేసుకునే నేడ్వధ్యంలో అనేక రకాల చెపు సూక్ష్మికిములు వంచివి పునరుత్సృతి అవుతాయి. మానవునిలో రోగ నిరోధకశక్తి తగ్గి జ్వరం , దగ్గు , శ్వాస సంబంధ వ్యాధులు వస్తాయి. వ్యుగశిర కార్టో చేపలు తినడం వల్ల అనారోగ్య సమస్యల నుంచి కాపాడుకోవచ్చు. ఇది శాస్త్రియంగా నిరాశించబడింది. చేపలు తినడం వల్ల ముఖ్యంగా గుండి జబ్బులు , ఆస్తమా , మధుమోహ వ్యాధి ఉన్నవారు , గర్జుణులు ఈ సమయంలో చేపలు తింటే ఎంతో ప్రయోజనం ఉంటుంది. ఈ నేడ్వధ్యంలో మనిషి శరీరంలో మార్పులు జరిగి వ్యాధుల బారిన పడే ప్రమాదముంది. గుండజబ్బులు , ఆస్తమా తదితర ఆనారోగ్యసమస్యలు ఉత్పన్నమవుతాయి. వీటన్నింటికి అడ్డకట్ట వేయాలంబే చేపలు తినాల్సిదే.

అసలు వ్యుగశిర కార్టెకు ఉన్న సంబంధం ఏమిటి..?

వ్యాధుల నియంత్రణకు చేపలు వ్యుగశిర కార్టె రోజు చేపలు ఎందుకు తింటారో..? రోండ్సు సైతం పగులగొట్టే ఎండలు తగిపోతాయి. వర్షాలు మొదలవుతాయి. 15 రోజుల పాటు ఈ కార్టె ఉంటుంది. వ్యుగశిర కార్య చేపలు తినడాన్ని మన హర్షికుల నుంచి ఆనాదిగా వస్తోంది. ఎండకాలం తర్వాత వాతావరణం చల్లబడటంతో మన శరీరంలో ఉడ్చీప్రగత తగ్గ తుంది. ఈ క్రమంలో వేడి ఉండేందుకు చేపలను తింటారు. దీని వల్ల గుండ జబ్బులు , ఆస్తమా రోగులకు ఉపశమనం కలుగుతుంది. ఇడేకాక ఈ సిజ్జన్లో చాలా మండికి జీర్ణశక్తితోపాటు రోగ నిరోధక శక్తి తగిపోతుంటుంది. జెరం , దగ్గర బారిన

A large pile of fresh fish, likely rohu, stacked closely together. The fish have silvery scales and distinct yellow fins. They are piled high, filling the frame.

జంద్ర నక్కత్తుం ఉద్యయించగానే వృశ్చాసుర నక్కత్తుం అస్వమిస్తున్ టుంది. ఇక్కడ నురుగు అనేది బుతువవనాలకు , వర్షాలకు సూచన. ఇంద్ర నక్కత్తుపైన్ జ్యేష్ఠ ఉద్యయించినపుడు సూర్యుడు వృఘశిరలోకి ప్రవేశించడం వలన వృఘశిరకారై ప్రవేశిస్తుంది. వర్షాలు పదకుండా అడ్డపడ్డ మృగాసురుని చంపిన ఇంద్రున్ని వర్షపురాతగా , వర్షదేవుగా పిలుస్తారు. ఇది కథ. చేపలలో పోషకాలు:చేపలలో ఎన్నో పోషకాలున్నాయంటున్నారు పైద్య నిపుణులు. చేపలలో అనేకమైన మాంసక్రతులతో పాటు శరీరానికి మేలు చేసే గుణాలు ఎన్నో ఉన్నాయి. కాల్యియం , పొస్ట్రాన్ , ఐర్న్ , మెగ్నోషియం , కాపర్ , జింక్ వంటి ఖినిజ పోషకాలు ఎన్నో లభిస్తాయి. చేపలు కొవ్వులు చాలా సులభం గాజీర్జుమై శక్తిని అందిస్తాయి. చిన్న పిల్లల నుంచి వుధుల వరకూ ఎవరైనా తినవచ్చు చేపల్లో ఉన్న కొవ్వు మన శరీరంలో రక్త ఫీడనంపై మంచి ప్రభావం చూపుతాయి. ఓమోగా 3 కొవ్వు అప్పులలో డీపాచ్చెప్ , తల్లి వంటివి కొంతి చూపునకు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. అలగా జ్ఞాపకశక్తిని కూడా పెంచుతాయి.చేపల్లో బీ12 విటమిన్ , బైటోప్లావిన్ , నియూసిన్ , బయోటీన్ , థయా మిన్ తదితర విటమిన్లు లభిస్తాయి.ముగ్గు చేపల కాలేయంలో విటమిన్ ఏ , డీ , కఱ , వంటి విటమిన్లు పుష్పలంగా లభిస్తాయి. చేపలు గుండెకు సంబంధిత వ్యాధులకు , ఆస్తమా , ఘాగర్ వ్యాధి గ్రస్తులకు మంచి ఆపోరంగా పని చేస్తుంది. ముఖ్యంగా గర్భిణులు , పిల్లల తల్లులకు ఎంతో మేలు. పిల్లల్లో జ్ఞాపకశక్తి , నాఢీ వ్యప్తస్త ఆభివృద్ధి చేస్తాయి చేపలుమన రాష్ట్రమా చేపల్లో కొర్మినులో లభించే ఆరాబిద్ధోనిక్ ఆమ్లం ఉంటుంది. ఇది గాయాలైనపుడు రక్తం తొందరగా గడ్డక్షీంచే స్వోభం ఉంటుంది దేశీయ మార్గు చేపల్లో ఐర్న , కాపర్ వంటి ఖినిజ పోషకాలు ఎన్నో లభిస్తాయి. మృగశిర కారై రోజు చేపలను ఏ రూపంలో తిన్నా మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది.మృగశిర కారైలో చేపలు తినడం వల్ల అనారోగ్య నమ స్యల నుంచి కాపాడుకోవచ్చు. ఇది శాస్త్రీయంగా నిరూపించబడింది.చేపలు తినడం వల్ల ముఖ్యంగా గుండె జబ్బులు , ఆస్తమా గర్భిణులు ఈ సమయంలో చేపలు తింటే ఎంతో ప్రయోజనం ఉంటుంది.

సేనాభిపత్నం రమేష్

# పూర్వాజ్ఞా విధానంలో అంతరార్థము<sup>ఇ</sup>

**గంటలు :** దేవాలయాల్లో పూజ సమయంలో గంటలు వాయిస్తారు. దీనివల్ల రెండు విధాల ప్రయోజనం ఉంది. ఒకటి-బయటి ప్రపంచంలో శభద్యు లోపలికి ప్రవేశించుకుండా చేయడం, రెండవది-మనస్సును దేవుని మీదికి ఏకాగ్రంగా మళ్ళింపడంలో తోడ్పడుతుంది.

**దీపపారచితి:** దీపాన్ని వెలిగించి దేవుని విగ్రహం ముందు తిప్పడం. దీనిలోని అంతర్మార్థం ఎమిటంబే దైవాన్ని జోతి స్వారూపంగా భావించడం. ద్వేవమే కాంతి. ఆ సమయంలో భక్తుల భావన ఈ విధంగా ఉంటుంది. ” స్వామీ! నీవే ఈ విశ్వంలో స్నయం ప్రభవమైన జోతివి. సూర్యుడు, చంద్రుడు అన్ని వీతిలోని తేజస్సు. కాంతివి నీవే. నీ దివ్య కాంతిచే మాలోని చీకటిని తొలగించి, మా బుధ్నిని ప్రభావితం చేయా” అని.

**భూపం :** భగవంతుని ముందు పరిమళాలు వెదజల్లే అగ్రయవత్తులను వెలిగిస్తాము. వాటి సుపాననలు అన్ని దిక్కులా వ్యాపిస్తాయి. వీటి భూపం క్రిమిసంహారిణిగా కూడా పనిచేస్తుంది. భగవంతుడు సర్వవ్యాపి. విశ్వమంతూ నిండియున్నాడు అన్న భావన అందరిలో కలుగుతుంది. ఈ విషయం అక్కడ ఉన్న వారందరికి మాటి మాటికి జ్ఞపి చేసినట్లుపుతుంది.

**కర్మాగ్ర హరితి :** వ్యక్తిగతమైన అపాంకరము కర్మాగ్రమువలె కరిగిపోవాలని తపోరతితోని అంతర్మార్థం. ఈ విధంగా జీవాత్మ పరమాత్మతో ఐక్యం కావాలని భక్తులు కోరుకుంటారు.





# ପ୍ରିଜଲ ଆକାଂକ୍ଷାଲକ୍ଷ୍ମୀ ଅନୁଗ୍ରହିତା ଏକାଚିତ୍ୟାବିଃ ନାରୀ ଉଦ୍‌ଦେଶ୍ୟ



**గుంటూరు : జాన్ 7 ( అప్రథమతీక ) :** గుంటూరు పశ్చిమ నియోజకవర్గంలో ఎమ్మెల్సే గా గెలిచిన అనంతరం గళ్ళా మాధవి టీడీపీ జాతీయ ప్రధాన కార్యాద్ధర్మ నారా లోకేష్ ను మర్యాద పూర్వకంగా కలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భముగా నారా లోకేష్ గళ్ళా మాధవితో మాట్లాడుతూ భారీ మెజారిటీ జిచ్చిన ప్రజలు, మనకు భారీ బాధ్యతను అవ్వగించారని వారి ఆకంక్షలకు అనుగుణంగా పనిచేయాలని, కార్యకర్తలకు అండగా నిలవాలని లోకేష్ సూచించారు. ఈ సందర్భముగా గళ్ళా మాధవి హిందూపురం శాసనసభ్యులు నందమూరి బాలకృష్ణ వర్ధ ఆశీస్సులు తీసుకున్నారు. టీక్కెట్ పొదిని తక్కుపు సమయంలోనే మంత్రి విద్దల రజిని చిత్రగా ఓంచిన శివంగి గళ్ళ మాధవి అని బాలకృష్ణ అభిసందించారు. అనంతరం గుంటూరు పశ్చిమ నియోజకవర్గంలో భారీ మెజారిటీ గెలిచిన గ్రామాల మాధవిని చంద్రబాబు నాయుడు అభిసందించారు. సీటు ప్రకటించిన అనుత్సికాలంలోనే ప్రజల్లోకి ఫ్లోట్ ఇంతలీ భారీ ప్రజామర్దుతును కూడగట్టుకున్న మాధవి పనితీరును చంద్రబాబు అభిసందించారు. ప్రభుత్వం సుండి తన సహాయ సహకారాలు ఉంటాయని, అభిప్రాయి సంక్లేషం ప్రజలకు చేరువచేసిన విధముగా మందుకు సాగాలని, గళ్ళా మాధవి గెలవులో కీలక పాత్ర పోషించిన టీడీపీ, జనసేన, బీజేపీ నాయకులు, కార్యకర్తలకు చంద్రబాబు అభిసందనలు తెలిపారు.

# దురహంకారంతో వ్యవహారించిన అధికారులకి శంకర గిలమాన్యలు తథ్యం

గుంటూరు జిల్లా తెలుగు యువత అధ్యక్షులు రావిపోటి సాయి కృష్ణ



**గుంటూరు : జూన్ 7( అప్రపత్తిక ) :** అధికార దురపంక్తారంతో నియంత జగన్ రెడ్డి కి తాబేదార్లగా వ్యవహరించిన అధికారులకి శంకరగిమాన్యాలు తథ్యం అని గుంటూరు జిల్లా తెలుగు యువత అభ్యర్థులు రావిపొటీ సాయి కృష్ణ అన్నారు. గుంటూరు లోని సిపడి ప్రాంతియ కార్యాలయంలో గుంటూరు జిల్లా తెలుగుయువత అభ్యర్థులు రావిపొటీ సాయి కృష్ణ ఆధ్వర్యంలో సిపడి బాధితులతో కలిసి కేంక కోసి భారీగా బాణసంచా కాల్పిసంబారాలు. అనంతరం కార్యాలయం వెలుపల ఉన్న అధికారులకు మిరాయిలు పంచిన తెలుగుయువత నేతలు..తెలుగు యువ

సిపడి కేసు బాధితులు చేరడై జనర్జున్, పేక్ ఫోర్జ్, మంచోడు మచి, కరణం ప్రశాక్రం, అభిఖామ్ లతో పాటు లీడిపి వాసిజ్యవి భాగం రాష్ట్ర ఓపాధ్యక్షులు వలివేటి కృష్ణప్పిమ్ అధికారులు తల్లం శేఫర్, తెలుగుయువత నాయకులు చెరుకుపల్లి నాగర్జు, గుత్తికొండ కిరణ్ యాదవ్, మన్సోర్ శ్రీనివాసరావు, తఱదర్ త్రిసాద్, క్రిసీయున్ సెల్ జిల్లా అభ్యర్థులు కురంగి అనిల్, కోమ్పునేని కోటేశ్వరావు, శ్రేపతి రాంబాబు, చిక్కాలు శివ బుల్లు, కుమార్ బాబు, శేషార్ సాంబళివరావు, శాంరినేని అనిల్, కృత్తి పూర్వజీవి సింగ్, చిరుమామిష్ వెంకట్, తథితరులు పాల్గొన్నారు.

# దండకారణ్యంలో మారణ పెంచామన్ని అపేయాలి ఆపరేషన్ కగారును తక్షణం నిలిపివేయాలి

పొర హక్కుల సంఘం తెలంగాణ అధ్యక్షులు సాంగడం లక్ష్మణ డిమాండ్



**సంటూరు : జ్ఞాన 7 (ఆంధ్రప్రదీపిక) :** కేంద్ర ప్రభుత్వం చత్తీన్ గడ్ ప్రభుత్వం సంయుక్తంగా ఈ సంవత్సరం మొదటి నుండి ఒకవైపు శాంతి చర్చలు అంటునే మరొపైపు ఆదివాసులను సహాల్చి మారుస్తూ గుర్తించానికి వీలుకాని విధంగా చిత్రపీం సలతో హత్య చేస్తున్న వైనాన్ని ప్రజలు ప్రజాసామిక వాదులు ముక్కకంరంతో ఖండిస్తూ ఏకతాభిప్రేప మద్దతు ప్రకటించి ప్రభుత్వ వ్యక్తిరేకంగా ఉర్ధుమించాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉన్నదని పోరా హక్కుల సంఘం తెలంగాణ అధ్యక్షులు సోగడం లక్ష్మణ పేర్కూర్తారు. శుక్రవారం స్నానిక బ్రాహ్మింపట సిఫి ఎం కార్యాలయం సమావేశంలో మందిరంలో సివిల్ లిబ్రెస్ట్ కౌన్సిల్ (సి ఎం సి) అంధ్రప్రదీప్ అధ్యక్షులో “దండకార్యాలో” మారిన కాండ, అపరేషన్, కార్బోరేట్ హీందుత్వ హాసిజం”అంశంటే సదస్యు నిర్వహించారు. ముఖ్య వక్తగా పాల్గొన్న లక్ష్మణ మాట్లాడుతూ ఆదివాసి కమ్మి కన్సుల్టెటర్ కూడా తన బిధ్య శవాన్ని గుర్తించలే నంతగా పోలీసులు వందలాదిమందిని హింసించి శవాలుగా మార్గచం పోలీసుల అమానవియ క్రూరాశ్వాసికి అధ్యం పడుతున్నదని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఆదివాసీలను సేవలుగా మార్చి వారి పోరాటాన్ని నిశ్శబ్దం చేసి అటవీ సరపడను కార్బోరేట్లు అందించడమే అపేషన్ కగారు లక్ష్మణగా ప్రభుత్వం ఎంచుకున్నదని తీర్పంగా విమర్శించారు. సాప్రాజ్యావాదుల కార్బోరేట్ పెట్టబడుల కోసమే ఆదివాసి ప్రాంతాలను సాయుధ సరిహద్దు భద్రత రచాలతో నింపేసి సరిహద్దు సైనిక ప్రాంతాలుగా మార్చేస్తున్నారని అందోళన వ్యక్తం చేశారు. 2023 సంవత్సరంలో చత్తీన్ గడ్ లో పోలీస్ ఎన్ఱూటర్లో 22 మంది ఎడన ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా పాలకులు ప్రజాసామ్యంలో విఫలమవుతున్న శ్రీతిలో బుద్ధి జీవులు మేధవులు కలిసి ప్రజల పోరాటాలు ప్రజల మాలిక సమస్యలకు పరిష్కారం అని నిరూపిస్తుచే మన ప్రభుత్వాలు మాక్కిస్టులు మావోయిస్టులు లేని భారత్వు నిర్మాణం చేయాలని వికసిత్తు భారత్ నివాదంతో కార్బోరేట్ సెక్యూరిటీ లో భాగంగా అవరేషన్ కగారు పేరుతో లక్ష్మాదిమంది సాయుధ బలగాలు ఆదివాసీలపై అణిచివేతను కొనసాగిస్తూ సాప్రాజ్యవాద అనుకూల భారత్ ను నిర్మిస్తూ ఆదివాసీల జీవించే హక్కును రద్దు చేస్తున్నాయిని అవేదన వ్యక్తం చేశారు. సివిల్ ఎప్పి ప్రధాన కార్యదర్శి చిలుక చంద్రశేఖర్ మాట్లాడుతూ ఆవరేషన్ కగార్ ను వెంటనే నిలిపివేయాలని, చత్తీన్ గడ్ ఆదివాసీల హత్యకాండ పై మావోయిస్టుల బూటకు ఎన్స్యూంటర్ ఔ సుట్రీంకోట్లు జడ్డి చే న్యాయిచివారం జరపాలని పేసా చట్టాన్ని, రాజ్యాలంలోని ఐదు ఆరు పెద్దుల్ని అమలు చేయాలని, శాంతి చర్చలకు అనుకూలమైన వాతావరణం కల్పిస్తూ శాంతి చర్చలు కొనసాగించాలని, సాయుధ మిలిటరీ క్యాంపిలు అన్నిటిని ఎత్తివేయాలని, చత్తీస్గఢ్ ప్రాంతంలో హక్కులు సంఘాలకు, ప్రజా సంఘాలకు, ప్రజాసామ్య మ్యా వాదులకు నిర్ధారణ చేయటానికి అవకాశం కల్పించాలని తీర్మానాల దిమాంట్స్ ను ఆమోదించారు. కార్యక్రమానికి విచీల్చాబు అధ్యక్షత వహించగా విప్పన రచయిత సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షులు అరసవల్ల, ప్రగతిశీల కార్బో సమాఖ్య రాష్ట్ర అధ్యక్షులు మస్తాన్ పలి, పలు ప్రజా సంఘాల నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

**సమస్యలను సత్వరంగా పరిష్కరిస్తా అంగన్వాది కార్యకర్తలకు  
ఎమ్ముల్చే కొలికపూడి శ్రీనివాసరావు హామీ**



**తిరువూరు జూన్ 7 (ఆంధ్రప్రదీపిక):** అంగన్వాడి కార్యకర్తలను ఆయాలను ఉద్దేశించి తిరువూరు ఎమ్ముళ్లే కొలికపూడి పసిచ్చొను రాజకియాలు చెయిను ప్రజా సమస్యల సమాప్తి పరిషోధనికి శాయ శక్తుల కృషి చేస్తానని హమీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో తిరువూరు నియోజకవర్గసభలు అంగన్వాడి కార్యకర్తల పాఠాలు గొప్పంగా వ్యాఖ్యానించారు.

# ఎమ్ముల్చే కొలికపూడి శ్రీనివాసరావును శుభాకాంక్షలు జెట్‌బీన్ లిధువూరు సిటీ ప్లట్ అబ్సుల్ నజి



**తిరువురు జాన్ 7 (ఆంధ్రప్రదీపిక):** తిరువురు నియోజకవర్గ జరగకుండా విధి నిర్వహణలో అంకిత భావంతో పనిచేసిన ఎమ్ముచ్చే కొలికపూడి శ్రీనివాసరావును శుక్రవారం సీపి పేట్ పోలీస్ సిబ్బందికి ఈ సందర్భంగా కృతశ్శతలు తెలిపారు.

# ବାପ୍ତି ଜିଜେପି କାର୍ଯ୍ୟାଲୟମ୍ ଏନ୍ଦ୍ର ସଂପରାଳ



## ಅಂತರ್ವಿದರ ಯಾವಾಗ ಭವಷ್ಯತ್ತು ಕೋನಂ ಚಂದ್ರಬಾಬು ಶ್ರೀಲಿ ಸಂತಕಂ

## గుంటూరు పశ్చిమ ఎమ్మెల్సీ గతాన్ని మార్ధవి



**గుంటూరు : జాన్ 7 ( అంధ్రప్రదీపిక ):** యువత భవిష్యత్తు కోసం ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రిగా చంద్రబాబు తోలి సంతకం మొగా డివిస్యూ పైన పెట్టున్నారు గుంటూరు పశ్చిమ నియోజకవర్గ ఎమ్ము లేచి శ్రీమతి గజ్యా మాధవి తెలిపారు. పుక్కవారం గుంటూరు పశ్చిమ నియోజకవర్గ టీడీపీ కార్యాలయం వద్ద యువత ఆధ్యాత్మికంలో గజ్యా మాధవి ఎమ్ములేగా గిలిచిన సందర్భముగా భారి తేక కటింగ్ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భముగా గజ్యా మాధవి మాటల్లడుతూ... జగన్ మాహాన్ రెషిడ్యులిస్ట్ రూ రాష్ట్రం చాలా ఎనుకబడి పోయిందని, ఒక్క విశ్వవిద్యాలయం, ఒక్క పరిశ్రమ తీసుకొనిరాదేదని, ఏపీ యువతకు ఫిష్ ఆండ్, వాలటీన్ ఇద్వోగ్రాలు ఇచ్చి భవిష్యత్తును సర్వోశనం చేసారని గజ్యా మాధవి ఆవేదన వ్యక్తం చేసారు. 2014 నాటి నుండి 2019 వరకు చంద్రబాబు పాలనలో పరిశ్రమలు ఏపీకి కూడా కషాయిపుని, నేడు తెలుగుదేశం పార్టీ అధికారంలోకి వచ్చిన వెంటనే స్వర్జయుగం మొదలు అఱ్యాందని హర్షం వ్యక్తం చేసారు..మాజీ మంత్రి మాకినేని పెద్దరత్తయ్యసు గుంటూరులోని ఆయన స్వగృహంలో మర్యాదలుపూర్వకంగా కలిసిన గుంటూరు పశ్చిమ నియోజకవర్గ టీడీపీ ఎమ్ములేగి శ్రీమతి గజ్యా మాధవి, రామచంద్రావు. ఈ సందర్భముగా తన గెలుపు కోసం దశ, నిర్దేశం చేసినందుకు మాధవి భస్యవాదాలు తెలుపుకున్నారు.

పవన్ కల్యాణ్ గిహ్వ ప్రజా పోరాట యోధుడు

పీఎస్ కల్యాణి త్వగాల ఫులమే కూటము షున్ విజయం

-ఎన్నికల ప్రక్రియలో జనసైనికుల పాఠాటం స్వాతంత్ర్య దాయకం-మొబిల్ చంద్రబాబు పవన్ కల్యాణ్ లు తీముగూర్చిలుగా రాష్ట్రాన్ని కావెడారు- పవన్ కల్యాణ్ రాజకీయ కార్యాలయింపు పొత్తుల్లో పొలిపుసాద్.

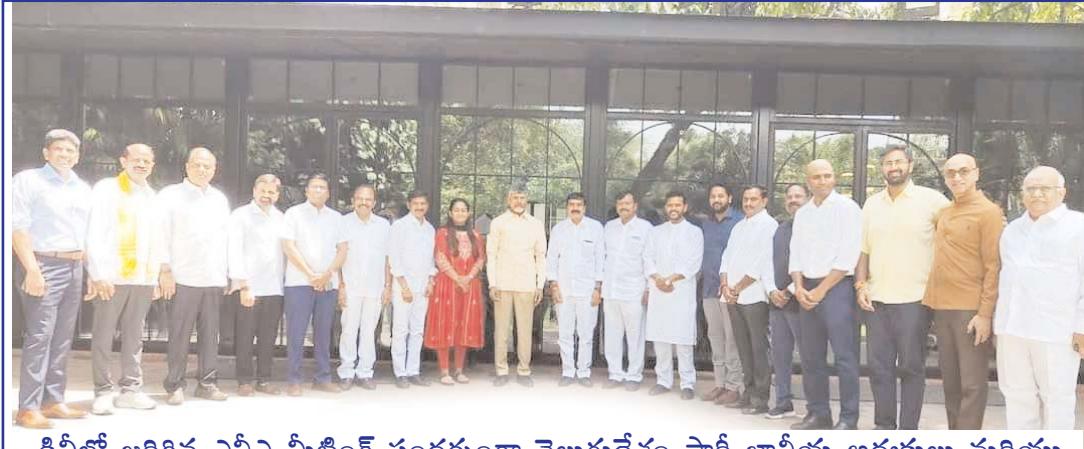


గుంటూరు , జూన్ 7( అంద్రపత్రిక ): సమాజంలో అన్యాయాలకు, నిరాదరణకు గురవుతూ దిక్కుతోచి స్నిహితో దేవుడి మీదే భారం వేసి బ్రతుకును పెళ్ళడిస్తున్న ఎంతోమంది పీడిత, తాడిత ప్రజల కు జనసేనాని పవన్ కల్యాణ అండగా నిలిచారని పవన్ కల్యాణ రాజకీయ కార్యదర్శి హరిప్రసాద్ అన్యాయాలు. పవన్ కల్యాణ అభినవ వివేకానందదుని గొప్ప ప్రభా పోరాటయోధుడంటూ ఆయన కొనియాడారు. జిల్లా జనసేన పాట్రీ అభికార ప్రతినిధి ఆళ్ళ హరి పుక్కావారం హరిప్రసాద్ ను కలిసి జిల్లాలో కూటమి విజయానికి జనసేన పాట్రీ శైఖలు చేసిన కృషిని వివరించారు. క్లైటస్టాయల్ జనస్వానికులు, వీరమహితలు కూటమి అభ్యర్థుల విజయానికి పడ్డ కష్టాలను ఆయన దృష్టి తీసుకువెళ్ళారు. జనసేన ఓట్లు హర్షాగా కూటమికి బడితీ అయ్యాయని తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా బాగా క్షప్పమాడ్చప వెల్లన్ అంటూ ఆళ్ళ హరిని హరిప్రసాద్ భుజం తత్త్వి అభిసందించారు. హరిప్రసాద్ మాటల్డుతూ పవన్ కల్యాణ నిరంతరం రాష్ట్రం గురించి , ప్రజల గరించి అలోచిస్తుంటారని, ఆయన తపసంతూ ఈ దేశం గురించేని కొనియాడారు. పవన్ కల్యాణ ఏంచేసినా రాష్ట్రం కోసమేనిని ప్రజలు విశ్వసించారని అందుకే చారిత్రాత్మక గిలుపుని కూటమికి అందించారన్నారు. రాష్ట్రం సుంచి వైసీఫీని తరిమేయాలంటూ పవన్ కల్యాణ ఇచ్చిన పిలుపునందుకొని జనస్వానికులు కసిగా పనిచేసారన్నారు. చంద్రబాబు ముందుచూపు, పవన్ కల్యాణ త్యాగాల ఘలమే కూటమి భారి విజయమంటూ వ్యాఖ్యాని ఉంచారు. వైసీఫీ అరాచక్కట్టంతో ఐదేళ్లగా రాష్ట్రం విలపిలాడించాన్నారు. ఈ నేవధ్యంలో మౌదీ, చంద్రబాబు, పవన్ కల్యాణ లు త్రిమూర్తుల అవతారమెత్తి రాష్ట్రాన్ని కపాడారన్నారు. వైసీఫీ ఓటమితో ప్రజలు ఊపిరి పీల్చుకున్నారని, కూటమి పొలనలో రాష్ట్రం సుభిక్షంగా ఉంటుందని హరిప్రసాద్ అన్నారు. అనంతరం జనసేన పాట్రీ ప్రోగ్రామింగ్ కమిటీ చైర్మన్ కళ్జూణం శివ శ్రీనివాస్ ను ఆళ్ళ హరి మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి శాలువాతో సత్కరించారు. కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర రెల్లి యువత నాయకులు సోమి ఉదయ కుమార్, డివిజన్ అధ్యక్షుడు సయ్యద్ పర్సుద్దీన్, నాజర వలి, మారాసు అస్పెష్ణ, సాయి, విజయ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

డాన ముల్లా దాచువున్న యి. ర  
లక్ష్మ కోట్లు కక్కిన్నాం: ప్రతిపాటి







ధీల్లో జరిగిన ఎన్నో మీటింగ్ సందర్భంగా తెలుగుదేశం పార్టీ జాతీయ అధ్యక్షులు మరియు అంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడుతో సమావేశమైన ఒంగోలు పార్లమెంటు సభ్యులు మాగుంట శ్రీనివాసులు రెడ్డి మరియు ఇతర పార్లమెంట్ సభ్యులు



କନିଗିରିଲୋନି ତେଲୁଗୁଦେଶଂ ପାଟ୍ଟି କାର୍ଯ୍ୟାଲୟିଙ୍କୁ ବିନ୍ଦିରେ ପାଠ୍ରମେଂଟ୍ ସଭ୍ୟଙ୍କୁ ମାଗୁଣ୍ଟ ଶ୍ରୀନିଵାସଙ୍କୁ  
ରେଷ୍ଟ୍ ତନଯିଲୁ ତେଲୁଗୁଦେଶଂ ପାଟ୍ଟି ଯୁଵ ନାୟକଙ୍କୁ ମାଗୁଣ୍ଟ ରାଘୁଙ୍କୁ ରେଷ୍ଟ୍ କିମିସି ଶୁଭାକାଂକ୍ଷାଙ୍କୁ  
ତେଲିଯଜ୍ଞେନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରୁ, ଅଳିମାନଙ୍କୁ, ତେଲୁଗୁଦେଶଂ ପାଟ୍ଟି, ଜନ୍ମେନ, ବିଜ୍ଞେପି ନାୟକଙ୍କୁ



# ఎయిమ్సు డైరెక్టర్స్‌టో ఎంపికలు

# සුදාන්ත සිංහල

- పరిశోధనా రంగ ప్రాజెక్టులపై పరస్పర చర్చలు

**అప్పరావతి, జూన్ 7 (ఆంధ్రప్రదీపిక) :** మంగళగి రిలోన్ అభిలిభ భారత వైద్య విజ్ఞాన సంస్థ (ఎయి మ్స్) దైరెక్టర్ డాక్టర్ మదబానందకర్తె ఏపీ ఎన్ ఆర్ఎం యూనివర్సిటీ బృందం శుక్రవారం భేటి అయ్యింది. ఏడాది కిందట ఎయిమ్స్, ఎన్సార్ఎం వర్షిటీల నడుమ బోధన, పరిశోధనలకు సంబం ధించి జరిగిన ఎంచోయూ గురించి యూనివర్సిటీ వైస్ ఛాన్సాలర్ ఆచార్య మనోజ్ కుమార్ ఆదోరా ప్రస్తావించారు. ఎంచోయూ ద్వారా తీసుకున్న నిర్ద యాలను అమలు పరిచెందుకు ఎయిమ్స్ సహకా రం అవసరమనీ, కార్యాచరణ ప్రణాళికను రూ పొందించుకుని ముందుకు వెళ్లాల్సి ఉండని అభి ప్రాయపడ్డారు. ఈ సందర్భంగా యూనివర్సిటీ లియోలాజికల్ సైన్స్ ప్రాఫెసర్ డాక్టర్ జయశేలన్ మురుగయ్యాన్ ఎన్సార్ఎం వర్షిటీ స్వరూపాన్ని తెలియజేస్తూ, పరిశోధనలకు సంబంధించిన 40 శాలను పవర్ పాయింట్ ప్రజాంటేషన్ ద్వారా వివ రించారు. యూనివర్సిటీలో జరుగుతను పరిశోధ నల పురోగతిని వైస్ ఛాన్సాలర్ మనోజ్ కుమార్ వివరించారు. ఎన్సార్ఎం వర్షిటీ చేపట్టి రీసెర్చ్ ప్రాజెక్టులు, అప్టు రీచ్ ప్రోగ్రామ్స్, వర్క్‌షాప్స్, ఇన్సెస్ట్యూన్షన్స్ వంటి 40 శాలల్లో రెండు సంస్థలు పరస్పర సహకారం అందించుకోవాలని కోరారు. దీనికి ఎయిమ్స్ డైరెక్టర్ డాక్టర్ మదబానందకర్ సమృద్ధించి అవసరమైన సూచనలు చేశారు. నెలకోసారి అటు ఎన్సార్ఎం. ఇటు ఎయిమ్స్ అధికారులు సమావేశమై పరిశోధనలకు సంబంధిం చిన 40 శాలాలై చర్చించు కోవడం మంచిదినార్థారు. ఉమ్మెడి పరిశోధనలకు అవసరమై లోరీచర్టరీలను అందుచూటులో ఉంచుతామని తెలిపారు. ఈ భీటీలో ఎయిమ్స్ డైరెక్టర్ పాటు డిప్యూటీ డైరెక్టర్ శశికాంత్, డాక్టర్ శ్రీమంతుకుమార్ దాన్, డాక్టర్ దీపి, డాక్టర్ ఆరతిగుప్తా. ఎన్సార్ఎం వర్షిటీ డీన్ డాక్టర్ సినీ టామి, ప్రాఫెసర్లు మహేశ్ కుమార్ రఘ్వి డాక్టర్ కేవి సునిత పాల్మిల్చార్సు

ఎయిమ్స్ డైరెక్టర్ డాక్టర్ మదబానందరకర్ సమృతించి  
అవసరమైన సూచనలు చేశారు. నెలకోసారి అటు  
ఎన్సార్ఎం.ఆటు ఎయిమ్స్ ఆధికారులు సమావేశమై  
పరిశోధనలకు సంబంధిం చిన అంశాలపై చర్చించు  
కోవడం మంచిదన్నారు. ఉమ్మేశ్ పరిశోధనలకు అవస  
రమై తెల్కారేబిలను అందుబాటులో ఉంచుటానని  
తెలిపారు. ఈ భేటిలో ఎయిమ్స్ డైరెక్టర్ పాటు  
డిప్యూటీ డైరెక్టర్ శతికాంత్, డాక్టర్ క్రీమంతుమార్  
దాన్, డాక్టర్ దీపి, డాక్టర్ ఆరతిగుప్తా, ఎన్సార్ఎం  
వర్ణిటీ డీన్ డాక్టర్ సిని టామి, ప్రొఫెసర్లు మహేశ్  
కుమార్ రఘ్వి డాక్టర్ కేవి సునీత పాల్గొర్రు

# నూతన ప్రభుత్వ ఆకాంక్షలకు

# అనుగుణంగా సీవలంబిధాం శిల్ప కలెక్షన్ ఎన్. డిటీర్సన్

జిల్లా కలెక్టర్ ఎన్. ధిల్షీరావు



చేయాలన్నారు. ప్రభుత్వ అభివృద్ధి సంక్లేష పథకాలు ప్రజలకు చేరువ చేసి జిల్లాను అన్ని రంగాల్లో ముందుండవడంలో ప్రతి ఒక్కరూ నమన్యయంతో పనిచేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ కోరారు. జిల్లా కలెక్టర్ కు దీనిల్లా తానిల్లో లీకీ లీకీ ఐఎస్ఎస్ కు లొంగా వ్యాపారాలను ప్రశ్నలు చేయాలన్నారు.

ఎండి. ఇక్కాల్, సహా అర్ధక్కలు పీవి రమేష్, కోశాధికారి బి. నతీష్ కుమార్, సగర శాఖ కొర్చరల్చి వివి. ప్రసాద్, ఉపాధ్యాతులు బి. మథురాధనరావు, మహిళా కార్పొర్ సభ్యులు కె. శెల్పీల, బి. లైంచ్‌టీ. లైంచ్ ఆంబ్ కోర్ట్‌ల్ దిన్‌పత్తులు ఉన్నారు.



శుక్రవారం విజయవాడలోని రాష్ట్ర పార్టీ కార్బూలయంలో తమ నాయకుడు ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోది మూడుసాల ఎస్టీల పార్లమెంటల్ పార్టీ నాయకుడిగా ఎన్నికెత్తినాడుకు జీహ్వలే కార్బూలరు ప్రంబురాలు చేస్తున్నారు.

ఆంధ్రప్రదీపు : సి.పోట్.విజయ భాస్కర



వెలగపూడిలోని రాష్ట్ర  
 సచివాలయంలో  
 శుక్రవారం రాష్ట్ర  
 ప్రభుత్వ ప్రధాన  
 కార్యదర్శిగా  
 బాధ్యతలు  
 స్వీకరించిన నీరబ్  
 కుమార్ ప్రసాద్ను  
 మర్యాదపూర్వకంగా  
 కలిసిన ఎన్టీఆర్  
 జిల్లా కలెక్టర్  
 ఎస్.డిలీరావు,  
 జాయింట్ కలెక్టర్  
 పి.సంపత్తి కుమార్,  
 విజయవాడ  
 నగరపాలక సంస్థ  
 కమిషనర్ స్పెషిల్ల్  
 దినకర్ పుండ్రూర్..



ఏపీ ప్రధాన కార్యదర్శిగా నీరబ్ కుమార్ ప్రసాద్