



పోలింగ్.. అయ్యోలే

ఓటర్ల స్వరూపం...		
పురుషులు	-	1,65,28,366
మహిళలు	-	1,67,01,192
ఇతరులు	-	2,760
మొత్తం ఓటర్లు	-	3,32,32,318

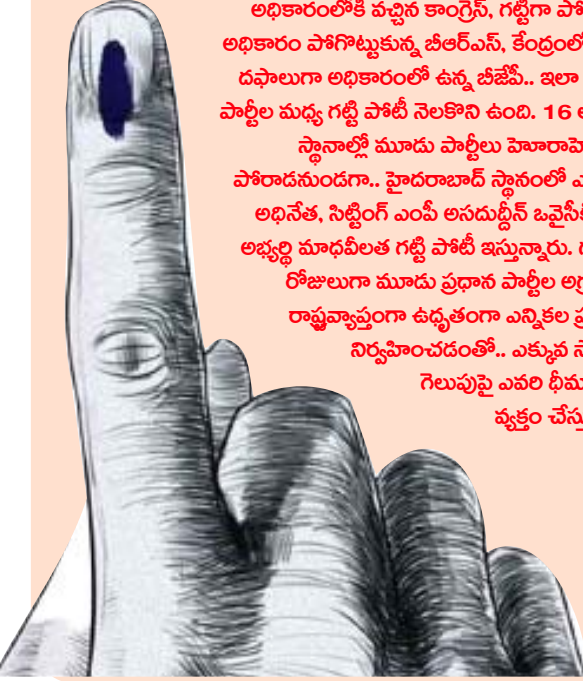


సమస్యత్వ పోలింగ్ కేంద్రాల్లో వెబ్కాస్టింగ్..

రాష్ట్రంలో మొత్తంగా 35,809 పోలింగ్ కేంద్రాల్లో లోక్సభ ఎన్నికలు జరగనున్నాయి. ఇందులో 9,900 సమస్యత్వ పోలింగ్ కేంద్రాల్లో పరిస్థితిని కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం వెబ్కాస్టింగ్ ద్వారా ప్రత్యక్షంగా పర్యవేక్షించనుంది. మిగతా పోలింగ్ కేంద్రాల్లో సీసీ కెమెరాలు, వీడియోగ్రాఫర్లు, స్కాన్డ్ ఫోన్లు, ట్యాబ్లు, ల్యాప్ ట్యాప్లతో విద్యార్థులు పోలింగ్ ప్రక్రియను రికార్డు చేయనున్నారు. ఆ డేటాను ప్రిసైడింగ్ అధికారులు సంబంధిత నియోజకవర్గ లిటర్చింగ్ అధికారికి అప్పగిస్తారు.

నాలుగో దశలో భాగంగా తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్లో ఎన్నికలు పపీ అసెంబ్లీకి.. రాష్ట్రంలో కంటోన్మెంట్ ఉప ఎన్నికకు కూడా పోలింగ్

హైదరాబాద్: పోలింగ్ ఇటీవలి అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో గెలిచి అధికారంలోకి వచ్చిన కాంగ్రెస్, గట్టిగా పోరాడినా అధికారం పోగొట్టుకున్న బీజేపీ, కేంద్రంలో రెండు దఫాలుగా అధికారంలో ఉన్న బీజేపీ.. ఇలా మూడు పార్టీల మధ్య గట్టి పోటీ నెలకొని ఉంది. 16 లోక్సభ స్థానాల్లో మూడు పార్టీలు హైదరాబాద్లో పోరాడనుండగా.. హైదరాబాద్ స్థానంలో ఎంపీఎం అధినేత, సిట్టింగ్ ఎంపీ అనదుర్తిని ఒక్కసారి బీజేపీ అభ్యర్థి మాధవీలత గట్టి పోటీ ఇస్తున్నారు. గత నెల రోజులుగా మూడు ప్రధాన పార్టీల అగ్రనేతలు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఉధృతంగా ఎన్నికల ప్రచారం నిర్వహించడంతో.. ఎక్కువ స్థానాల్లో గెలుపుపై ఎవరి భిమానం వారు వ్యక్తం చేస్తున్నారు.



హైదరాబాద్: రాష్ట్రంలోని 17 లోక్సభ స్థానాలకు సాధారణ ఎన్నికలతోపాటు కంటోన్మెంట్ అసెంబ్లీ స్థానానికి ఉప ఎన్నికలు సోమవారం జరగనున్నాయి. ఉదయం 7 గంటల నుంచి సాయంత్రం 6 గంటల వరకు పోలింగ్ నిర్వహించనున్నారు. వామపక్ష తీవ్రవాద ప్రభావమున్న 13 అసెంబ్లీ సెగ్మెంట్ల పరిధిలో మాత్రం సాయంత్రం 4 గంటలకే ముగించనున్నారు. ఈ మేరకు పోలింగ్కు సర్పంచ్ సిద్ధం చేసినట్లు రాష్ట్ర ఎన్నికల ప్రధాన అధికారి (సీఈఓ) వికాస్రాజ్ ప్రకటించారు. బరిలో 525 మంది..: లోక్సభ ఎన్నికల్లో 1,65,28,366 మంది పురుష ఓటర్లు, 1,67,01,192 మంది మహిళా ఓటర్లు, 2,760 మంది థర్డ్ జెండర్ ఓటర్లు కలిపి మొత్తం 3,32,32,318 మంది ఓటియనున్నారు. 17 లోక్సభ స్థానాల



నుంచి మొత్తం 525 మంది అభ్యర్థులు అదృష్టాన్ని పరీక్షించుకుంటుండగా.. ఇందులో 50 మంది మహిళా అభ్యర్థులు ఉన్నారు. ఈవీఎలతో ఈ ఎన్నికలు నిర్వహిస్తున్నారు. పోలింగ్ ముగిసాక ఎన్నికల సిబ్బంది సంబంధిత లోక్సభ నియోజకవర్గానికి సంబంధించిన రిసెప్షన్ సెంటర్కు తీసుకెళ్లి ఈవీఎలను అప్పగిస్తారు. అక్కడ ఫ్రాంట్ రూమ్లలో భద్రపరుస్తారు. మరోవైపు

ఎపీ అసెంబ్లీకి కూడా సోమవారమే ఎన్నికలు జరగనున్నాయి. అక్కడి 25 ఎంపీ సీట్లకు, 175 అసెంబ్లీ స్థానాలకు పోలింగ్ నిర్వహించనున్నారు. వచ్చే నెల 4వ తేదీన ఓట్ల లెక్కింపు జరగనుంది. గందరగోళ పడకుండా ఓటియండి..: సికింద్రాబాద్ లోక్సభ స్థానంలో అత్యధికంగా

ఇక మాటల్లేవ్!

హైదరాబాద్: రాష్ట్రంలోని 17 లోక్సభ స్థానాలకు సాధారణ ఎన్నికలతో పాటు కంటోన్మెంట్ అసెంబ్లీ స్థానానికి జరిగే ఉప ఎన్నిక ప్రక్రియ కీలక ఘట్టానికి చేరుకుంది. శనివారం సాయంత్రంతో ప్రచార పర్యానికి తెరపడింది. గత నెల రోజులుగా హైదరాబాద్ లోడ్ స్పీకర్లు, మైకులు ఒక్కసారిగా మూగబోయాయి. ఈ నెల 13న సోమవారం ఉదయం 7 గంటల నుంచి సాయంత్రం 6 గంటల వరకు పోలింగ్ జరగనుండగా.. శనివారం సాయంత్రం నుంచి సైరెట్ పీరియడ్ అమల్లోకి వచ్చినట్లు రాష్ట్ర ఎన్నికల ప్రధాన అధికారి(సీఈఓ) వికాస్రాజ్ ప్రకటించారు. రాష్ట్రమంతటా 144 సెక్షన్ల అమల్లోకి వచ్చిందని, ఎక్కడా నలుగురుకి మించి గూమికూడి ఉండరాదని స్పష్టం చేశారు. ఎన్నికల ప్రచారం కోసం వచ్చిన స్టానికేటరులు తక్షణమే వెళ్లిపోవాలని ఆదేశించారు.



ఓటర్లకు డబ్బులు, మద్యం, ఇతర వస్తువులను పంపిణీని అడ్డుకోవడం తమకు కీలకమని, ఇందుకు పకర్మందీగా ఏర్పాటు చేసినట్లు వికాస్రాజ్ తెలిపారు. అంతరాష్ట్ర చెక్పోస్టుల వద్ద నిఘా పెంచామని, అన్ని ట్రాన్స్పోర్ట్ కమర్షియల్ వాహనాలను తనిఖీ చేస్తున్నామన్నారు. ఇప్పటి వరకు రూ.320 కోట్లు విలువైన నగదు, మద్యం, మదకర్తవ్యాలు, ఇతర వస్తువులను స్వాధీనం చేసుకున్నట్లు తెలిపారు. సీవిజల్ యాప్, ఎన్టీఎస్సీ పోర్టల్ ద్వారా వచ్చే ఫిర్యాదులపై తక్షణమే స్పందించి 100 నిమిషాల్లోగా చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు. ఎన్నికల కోడ్ ఉల్లంఘన విషయంలో మొత్తం 8600 కేసులు నమోదు చేయగా, అందులో 293 కేసులు నగదుకి సంబంధించినవి, 449 కేసులు టపీసీ, 7800 కేసులు మద్యానికి సంబంధించినవి అని వివరించారు.



తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ప్రారంభమైన సార్వత్రిక ఎన్నికల పోలింగ్

తెలుగు రాష్ట్రాల్లో సార్వత్రిక ఎన్నికల పోలింగ్ ప్రారంభమైంది. ఓటు వేసేందుకు ఉదయం నుంచే పోలింగ్ కేంద్రాల వద్ద ఓటర్లు బారులు తీరారు. అమరావతి: తెలుగు రాష్ట్రాల్లో సార్వత్రిక ఎన్నికల పోలింగ్ ప్రారంభమైంది. ఓటు వేసేందుకు ఉదయం నుంచే పోలింగ్ కేంద్రాల వద్ద ఓటర్లు బారులు తీరారు. ముగింపు సమయానికి పోలింగ్ కేంద్రం లోపల కూర్చున్న పోలింగ్ కేంద్రాలకు కూడా ఓటు వేసే అవకాశం ఉంటుంది. 7 నుంచి సాయంత్రం 6 గంటల వరకూ పోలింగ్ జరగనుంది. అరకు,

పాడేరు, రంపచోడవరం నియోజకవర్గాల్లో ఉదయం 7 నుంచి సాయంత్రం 4 గంటల వరకూ, పాలకొండ, కురుపాం, సాలూరు నియోజకవర్గాల్లో ఉదయం 7 నుంచి సాయంత్రం 5 గంటల వరకూ పోలింగ్ జరగనుంది.ఎన్నికల సంఘం ఇప్పటికే విస్తృత ఏర్పాట్లు చేసింది. పోలింగ్ ముగింపు సమయానికి పోలింగ్ కేంద్రం లోపల కూర్చున్న పోలింగ్ కేంద్రాలకు కూడా ఓటు వేసే అవకాశం ఉంటుంది. 7 నుంచి సాయంత్రం 6 గంటల వరకూ పోలింగ్ జరగనుంది. అరకు,

2,03,39,851 మంది, మహిళలు 2,10,58,615 మంది, ఇతరులు 3,421 మంది ఉన్నారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా మొత్తం 46,389 పోలింగ్ కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేశారు. ఇందులో అత్యంత సమస్యత్వమైనవి 12,438. వెబ్కాస్టింగ్ నిర్వహిస్తున్న పోలింగ్ కేంద్రాలు 34,651 (74.70 శాతం). తెలంగాణలో..మరోవైపు తెలంగాణలోని 17 లోక్సభ నియోజకవర్గాల్లో ఓటర్లు ఓటుహక్కు వినియోగించుకునేందుకు బీటాగా కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం(ఈసీ) అన్ని ఏర్పాట్లు చేసింది. ఎన్నికల బరిలో

నిలిచిన 525 మంది అభ్యర్థులు తమ అదృష్టాన్ని పరీక్షించుకున్నారారు. మొత్తం 3.32 కోట్ల మంది ఓటుహక్కును వినియోగించుకోనున్నారు. రాష్ట్రంలో 35,809 పోలింగ్ కేంద్రాలు పెట్టారు. ఈ దఫా మారుమూల తండాలు, గిరిజన గూడేలోనూ పెద్దసంఖ్యలో ఏర్పాటు చేశారు. సుమారు 9,900 కేంద్రాలను సమస్యత్వమైనవిగా గుర్తించిన నేపథ్యంలో పకర్మందీగా బండ్ బండ్లు ఏర్పాటు చేశారు. మరోవైపు సికింద్రాబాద్ కంటోన్మెంట్ అసెంబ్లీ స్థానానికి ఉప ఎన్నిక జరుగుతోంది.

రాజకీయాల్లో మార్పులేని బజెపి

న్యూఢిల్లీ: మోడీ అధికారంలోకి వచ్చిన తరువాత ఈ పదేళ్లలో ఇచ్చిన హామీలను అమలు చేసే సంతకల్పం లోపించింది. మరోమారు అధికారం కోసం చెమటోడ్చిన మోడీ అన్నీ మంచి చేశామని చెపుతున్నారే తప్ప...విమర్శలపై సమాక్ష చేయడం లేదు. క్షేత్రస్థాయి పరిస్థితులు గమనించడం లేదు. అయితే ప్రజలు ఈ ఎన్నికల్లో ఏ మేరకు స్పందిస్తారన్నది ఆయో రాష్ట్రాల్లో ఉన్న సమస్యల ఆధారంగా తెలుస్తుంది. ప్రధానంగా ధరల పెరగుదల విషయంలో పట్టింపు లేకుండా పోయాయి. ఆహారధాన్యాలు ఉత్పత్తి అవుతున్నా వాటికి ధరలు దక్కుడం లేదు. గోదాముల్లో ధాన్యం మగ్గుతున్నా బయటకు రావడం లేదు. అలాగే దిగుమతులు కూడా తగ్గడం లేదు. కాంగ్రెస్ తరహా రాజకీయాలు చేస్తున్నారే తప్ప ఆదర్శ రాజకీయాలకు పెట్టింది పేరయిన బిజెపి ఇప్పుడా మునుగు నుంచి బయటపడింది. ఇటీవలి పరిణామాలు కుట్రీల రాజకీయాలకు పరాకాష్ఠగా చెప్పుకోవాలి. బిజెపి లాంటి పార్టీ ఇలాంటి రాజకీయాల చేయడం వల్ల సహజంగానే దానికన్నీ ఇమేజ్ కాస్తా కరిగిపోయేలా చేసింది. పాలన ఎలా ఉన్నా అవినీతి రహితంగా సాగుతుందన్న పేరు వచ్చింది. అవినీతి లేకున్నా అక్రమ రాజకీయాలు సాగుతూనే ఉన్నాయి. అవినీతి మరక అంటుకుండా మోడీ దేశాన్ని పాలించారన్న ప్రశంసలు ఉన్నాయి. అయితే కాంగ్రెస్ తరహా రాజకీయాలకు పెద్ద ఎత్తున తెరతీసారు. అవినీతి విషయంలో తనవైపు చేతిచై చూపి అపకాశం లేకుండా మోడీ జాగ్రత్తగా వ్యవహరించారు. తన వ్యక్తిగత ప్రతిష్ఠను పెంచుకునేలా చేసుకున్నారు. అయితే పాలనలో మాత్రం అంతగా ధూసుకుని పోవడం లేదు. అనేక రాజకీయ నిర్ణయాల వల్ల ప్రధాని మోడీ నైతికత, నిబద్ధత ప్రస్తావ్తకంగా మారాయి. కాంగ్రెస్ విముక్త భారత్ లక్ష్యంగా చేస్తున్న రాజకీయాల ఒక్కోసారి వెగటూగా ఉంటాయనదానికి ఇటీవలి పరిణామాలు ఉదాహరణగా చెప్పుకోవాలి. కాంగ్రెస్ పార్టీని దెబ్బతీసే క్రమంలో చేస్తున్న పనులన్నీ దేశహితం కోసమేనని సరిపెట్టుకోలేం. అలాగే గతంలో మీరు చేయలేదా అని ఎదురుదాడి చేయడం ఇటీవల అలవాటయ్యింది. మిగతా నాయకులకు, మిగతా పార్టీలకు, భారతీయ జనతా పార్టీకి చెందిన మోడీ,పాలకు కూడా తేడా లేదని ప్రజలు గుర్తించారు. ఈ క్రమంలోనే తప్పుబడుగులు వేస్తున్నారు. దేశమంతటా అన్ని రాష్ట్రాలలో భారతీయ జనతాపార్టీ పతాకం రెపరెపలాడా లన్నది ఈ ఇరువురి నాయకుల కోరిక! కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇప్పుడు నీతి వాక్యాలు వల్ల వేస్తోంది గానీ దేశ రాజకీయాలు ఇవ్వాళ్ళ ఇంతలా భ్రష్టుపట్టిపోవడానికి ఆ పార్టీనే ప్రధాన కారణం. గతంలో అధికారంలోకి వచ్చిన కాంగ్రెస్ నేతృత్వంలోని యూపీఏ ప్రభుత్వం కూడా అనేక అడ్డదారులు తొక్కింది. రాష్ట్రాలలో అధికారం నిలబెట్టుకోవడం కోసం లేదా అధికారంలో ఉన్న ఇతర పార్టీల ప్రభుత్వాలను కాల్యుడం కోసం కాంగ్రెస్ పార్టీ చేయని అరాచకం లేదు.ప్రస్తుత ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ గుజరాత్ ముఖ్యమంత్రిగా ఉన్నప్పుడు ఆయనపైకి ఇంటిబిజెన్స్ బిస్మిల్ వంటి సంస్థలను ప్రయోగించి నానా ఇబ్బందులు పెట్టారు. సీబీఐ ద్వారా నిరూపణలు జరిపించారు. ఇప్పుడు కాంగ్రెస్ అడుగుజాడలలో అదే నరేంద్ర మోడీ, అవే విజ్ఞిలీలను కాంగ్రెస్ నాయకుల మీదకు మోడకు ప్రయోగిస్తున్నారు. పార్టీ ఖిరాయింపులను ప్రోత్సపించడంలో గానీ, ప్రభుత్వ విజ్ఞిలీలను దుర్వినియోగం చేయడంలో గానీ కాంగ్రెస్ ఎప్పుడూ ముందుండేది. ఇప్పుడు అదే పంథాను బిజెపి అనుసరిస్తోంది. మొత్తంగా బిజెపి కాంగ్రెస్‌కన్నా భిన్నంగా ఉండలేకపోతోంది.

సనాతన వైదిక ధర్మ పరిరక్షకులు..

శాస్త్రాధ్యాన్ని చెప్పతూ ఎదుటివాణ్ణి ఆచారమునందు ప్రవేశపెడుతూ తాను కూడా ఆచరించేవాడు ఆచార్యుడు. ఇది నూరుపాళ్ళు గురువులకే గురువు మాణిక్య సోమయాజులుకు అన్వయిస్తుంది. వేద విద్యావ్యాప్తి కోసం కృషిచేసినవారిలో భారతదేశంలోనే మాణిక్య సోమయాజులు అగ్రగణ్యులు. చతుర్వేదాలకు భాష్యం చెప్పగల పాండిత్యం ఆయన సొంతం. తెలంగాణలోనే ఏకైక సోమయాజిగా వేల మంది శిష్య పరంపర కలిగిన గురువు విద్యదాహితాగ్ని బ్రహ్మలే పట్నూరు మాడుగుల మాణిక్య సోమయాజులు గుర్తింపు పొందారు. నిగూఢమైన వేదరహస్యాలను కథలుగా, సరళ పదాలలో వివరించగల చెప్పగల పాండిత్యం ఆయనది. వేలాది శిష్యులను వేదవిదులుగా తీర్చి దిద్దిన గురువరోణ్ణుడాయన. వైదిక యజ్ఞాలకు పునఃప్రాణప్రతిష్ఠ చేసిన యాజ్ఞకుడాయన. పీఠాధిపతుల సత్కారాలు, భిరుదాలు పొందిన మహాపాధ్యాయుడాయన. అంతెత్తు ఎదిగినా వినయంగా ఒదిగిన వినయభూషణుడాయన. వేదవిద్యన్నూర్ది మాణిక్య యాజులు వేదవిద్యానిధి, విద్యదాహితాగ్ని, జ్యోతిరభ్రోహ్యమయాజిగా ప్రసిద్ధులాయన. వేద, శాస్త్ర, జ్యోతిష, అలంకార, వేదాంత, శ్రోత మొదలైన ఎన్నో శాస్త్రాల్లో అఖండ పాండిత్యమున్నూ తొణికిసలాడని నిండుకుండ ఆయన. నిజాం నిరంకుశ పాలనలో తెలంగాణలో వైదిక సంప్రదాయ విద్యలు అడుగంటి పోయిన సమయంలో కన్నతల్లి పట్టుదల, ప్రేరణ, కృషితో వేదవిద్యను అభ్యసించి, వైదిక విజ్ఞాన ఖనిగ రూపు దాల్చారు. పట్నూరు సోమయాజీ అనే పేరుతో ప్రసిద్దులైన ఆయన జీవితం ఈనాటి వేద విద్యార్థులకు, శాస్త్ర విద్యార్థులకు ఆదర్శప్రాయం. ఆయన పూర్వికులందరూ వేద విద్యా పారంగతులే. ముతాత గంగాధర దీక్షితులు, తాత రామకృష్ణ సోమయాజీ, తండ్రి పురుషోత్తమ సోమయాజి సంప్రదాయ వేదవిద్యను అధ్యయనం చేసినవారే. 1941లో మాడుగుల పురుషోత్తం సోమయాజి, జానాబాయి దంపతులకు 13వ సంతానంగా పట్నూరు గ్రామంలో జన్మించారు. నిజాం నిరంకుశ పాలనలో తెలంగాణలో వైదిక సంప్రదాయ విద్యలు అడుగంటిపోయిన కష్ట కాలంలో కన్నతల్లి పట్టుదలతో, ప్రేరణతో, కృషితో వేదవిద్యను అభ్యసించి, నేటిదాకా తెలంగాణలో విశిష్టస్థానాన్ని అలంకరించిన వేదవిద్యానిధి బ్రహ్మశ్రీ మాడుగుల మాణిక్య సోమయాజులు. ‘పట్నూరు సోమయాజి’ అనే పేరుతో ప్రసిద్దులైన ఈ మహనీయుని జీవితం ఈనాటి వేదవిద్యార్థులకు, శాస్త్ర విద్యార్థులకు ఆదర్శపాత్రం. పట్నూరి సోమయాజి కుటుంబంలోని పూర్వ పురుషులందరూ వేదవిద్యా పారంగతులే. ముతాల గంగాధర దీక్షితులు, తాత రామకృష్ణ సోమయాజి, తండ్రి పురుషోత్తమ సోమయాజి అందరూ సంప్రదాయక వేదవిద్యను అధ్యయనం చేసినవారే. తండ్రి కేవలం వేదంలోనే కాక, మీమాంసా వాస్తంలోను, వ్యాకరణ శాస్త్రంలోనూ దిట్ట. ఇలా ఉన్నత విద్యుత్కుటుంబంలో 13వ సంతానంగా జన్మించిన మాణిక్య సోమయాజికి శిశుప్రాయంలోనే తండ్రి మరణించారు. తండ్రి మరణంతో కలిగిన లోటును తీర్చడానికి తల్లి జనాబాయి కంకణం కట్టుకున్నది. అప్పటికి తెలంగాణలో వేదాధ్యాపనం చేయించే గురువులు న్యల్సంగా ఉండడం, సామాజిక వాతావరణం అనుకూలంగా లేకపోవడాన్ని గమనించి, ఎంతో శ్రమకోర్చి మాణిక్య సోమయాజిని, ఆయన అన్న సరసింహశాస్త్రిని గుంటూరు జిల్లా సత్తెనపల్లి తాలూకా చపటపాచయ్య పాలెం అగ్రహారంలోని వేద గురుకులానికి చేర్చింది. అక్కడ ఆమెకు ఎన్నో పరీక్షలు ఎదురయ్యాయి. నిజాం ప్రాంతం వారికి ప్రవేశం లేదనే నిషేధీక్తులు గుచ్చినా వెరువక పట్టుదలతో వేదనిధులను ఒప్పించి, తన తనయులకు వేదవిద్యాభ్యాసానికి సిద్ధం చేసింది. ఆమెకు వేదవిద్యపట్ల గల ఆసక్తిని, శ్రద్ధను గమనించి గురువులు ఇద్దరు వేద పిల్లలకు వేదపాఠశాలలో ప్రవేశం కల్పించారు. అక్కడే సంహిత పరకు అధ్యయనం కొనసాగింది. అవాంతరాలకు నిరాశ చెందకపిల్లలను బాపట్లలోని గొల్లపూడి మధుసూదన అవధాని దగ్గర మిగిలిన వేద భాగాన్ని పూర్తి చేయించింది. తరువాత రేపల్లెలోని తామమలూరి సుబ్బావధాని దగ్గర పదం, క్రమం, బ్రాహ్మణ, ఆరణ్య భాగాలు, ఉపనిషత్తులు పూర్తి చేయించి వేదవిద్యలో తీర్చిదిద్దింది.17 ఏళ్ల వయస్సులోనే వేదశాస్త్ర సభల్లో విజయం సాధించే విధంగా తనయుణ్ణి తీర్చిదిద్దింది తల్లి. ఆ తరువాత స్వగ్రామానికి చేరుకుని వేదవిద్యా ప్రచారం కోసం కంకణం కట్టుకున్నారు. అప్పుడే కర్ణాటక భట్ల రాష్ట్రం హుమ్నాబాద్ నమీపంలోని ఖనేరంజోల్ గ్రామంలోకి వెందిన రామచంద్ర కట్టల్ గారి కుమార్తె లలితతో వివాహం జరిగింది. తరువాత గృహస్థాశ్రమంలో విద్యుక్త ధర్మాలను కొనసాగిస్తూ ప్లవంగ నామ సంవత్సరంలో సోమయాగాన్ని నిర్వహించి ‘సోమయాజి’గా సార్థక కీర్తిని అందుకున్నారు. ఇస్మా యిలా?న్ పేటలో శాస్త్రుల విశ్వనాథ శాస్త్రి ప్రేరణతో ప్రారంభమైన వేదవిద్యా పాఠసర్వస్వమంలో చేరి శివంపేట లోని వేదపాఠ శాలలో ఆచార్యులై వందలాది మంది శిష్యులకు వేదవిద్యలోను, శాస్త్ర విద్యలోనూ, యజ్ఞయోగాది ధార్మిక సంస్కారాల లోను తీర్చిదిద్దిన మహాతపస్వి మాణిక్య సోమయాజి. సోమయాజి దేశంలోనే వేదానికి భాష్యం చెప్పగల అతిశాద్ధిమంది విద్యన్మూర్తులలో అగ్రగణ్యులు. ఇటీవల గోదావరి పుష్కరాల సమయంలో శ్రోతసంవర్ధిని సభ ఆధ్వర్యంలో ధర్మపురి క్షేత్రంలో జరిగిన జ్యోతిరభ్రోర్యామం ఉత్సవ్ల సోమయాగం వీరి యాజమాన్యంలో వైభవంగా జరిగింది.

‘భారతీయుల డిఎన్‌ఎలోనే ప్రజాస్వామ్యం ఉంది’ అని ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ అమెరికా అధ్యక్ష భవనం వైట్‌హౌస్ నుంచి ప్రకటించి ఏడాది కూడా కాలేదు. ‘ప్రజాస్వామ్యానికి భారత దేశం మాత్రక’ అని తరుచూ ఆయన అంటుంటారు. ఇందుకు ఖిన్నం గా భారత దేశంలో పత్రికా స్వేచ్ఛ 2015 నుంచి దిగజారుతూ వస్తోంది. గత ఏడాది పత్రికా సేవ్‌లో భారత దేశ స్వాయి 180 దేశాల్లో 161వ స్థానానికి దిగజారిందని సర్వే గణాంకాలు చెపుతున్నాయి. రాజ్యాంగం కల్పించిన భావప్రకటనా స్వేచ్ఛను నరేంద్ర మోడీ నాయకత్వంలోని బిజెపి ప్రభుత్వం అడుగుడునా అణచివేస్తోందనదానికి ఈ నెల 3వ తేదీ దేశ రాజధాని ఢిల్లీలోని ఆన్‌లైన్ న్యూస్ వెబ్ సైట్ ‘న్యూస్‌క్విక్’ కార్యాలయంపైన, జర్నలిస్టులపైన ఢిల్లీ పోలీసులు చేసిన దాడి తాజా ఉదాహరణ. సహజంగా బెిర్రంస్థు దారులుచేసే ఢిల్లీ పోలీసుల్లోని స్పెషల్ సెల్ విభాగం వారు ‘న్యూస్‌క్విక్’ కార్యాలయంపై మంగళవారం మధ్యాహ్నం 3 గంటల సమయంలో దాడి చేశారు. ‘న్యూస్‌క్విక్’ తో ప్రత్యక్షంగా, పరోక్షంగా వృత్తిపరమైన సంబంధాలున్న సీనియర్ జర్నలిస్టులు, కంట్రీబ్యూటర్లు, అర్జెస్టులు, కాలమిస్టులు, యాంకర్లు.

కళాకారులు వంటి 46 మంది ఇళ్ళపైన కూడా దాడులు చేశారు. వీరిలో తొమ్మిది మంది మహిళలు కూడా ఉన్నారు. వీరి నుంచి ల్యాప్ టాబ్‌లు, సెల్‌ఫోన్‌, హార్డ్ డిస్కులు, ఎలెక్ట్రానిక్ డివైసీలను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. వీరిని స్వాధీనం చేసుకున్నప్పుడు తాము స్వాధీనం చేసుకున్న వాటి గురించి ఎలాంటి మెమో ఇవ్వలేదు. వీరందరినీ ఢిల్లీ లోడ్ కాలనీలోకి తీసుకెళ్లి పది గంటలపైగా విచారించారు. ‘న్యూస్‌క్విక్’ వ్యవస్థాపక ఎడిటర్ ప్రబీర్ పురకష్టను, హెజ్‌ఆల్ డ్రెక్టర్ అమిత చక్రవర్తిని చట్టవ్యతిరేక చర్యల నిరోధక చట్టం ‘ఉపా’ కింద అరెస్టు చేశారు.బెిర్రంస్థులపైన పట్లై కేసులు పెట్టి, వీరిని నిర్బంధించడం పట్ల పత్రికారంగ ప్రముఖులే కాదు, ఇతర మేదావులు కూడా ఖండిస్తున్నారు. జర్నలిస్టులు బెిర్రంస్థులక కనిపిస్తున్నారా అని ప్రశ్నిస్తున్నారు. జర్నలిస్టులను నిర్బంధించిన ఢిల్లీ పోలీసుల స్పెషల్ సెల్ వారు చేసిన ప్రశ్నలను గమనిస్తే వీరిని ఎందుకు నిర్బంధించారో స్పష్టమవుతోంది. పౌరసత్వ సవరణ చట్టానికి వ్యతిరేకంగా 2019 21లో ఢిల్లీలో జరిగిన ఆందోళన సందర్భంగా, మూడు విచారణైన వ్యవసాయ చట్టాలకు వ్యతిరేకంగా 2020 21లో జరిగిన రైతుల ఆందోళన సందర్భంగా రాసిన కథనాల గురించి ప్రశ్నించారు.జెఎన్‌యూలో విద్యార్థుల ఆందోళనకు సంబంధించి,

సిక్కు తీవ్రవాదం గురించి ఏవైన సంకేతాలు పంపారా అని ప్రశ్నించారు. ప్రభుత్వానికి ఇబ్బంది కలిగితే ‘న్యూస్‌క్విక్’ కథనాల వల్లనే ఈ దాడులకు ఒడిగట్టినట్లు స్పష్టమవుతోంది. ‘న్యూస్‌క్విక్’ వ్యవస్థాపక ఎడిటర్ ప్రబీర్ పురకష్టను, హెజ్‌ఆల్ డ్రెక్టర్ అమిత చక్రవర్తిని అరెస్టు చేసి, వారి పైన చట్ట వ్యతిరేక చర్యలకు పాల్పడుతున్నారని ‘ఉపా’లోని 13, 16, 17, 18, 22 సెక్షన్ల కింద, మత విద్వేషాలు రచ్చగాడుతున్నారని భారత శిక్షాస్మృతిలోని 153 ఎ, 120 బి సెక్షన్ల కింద కేసులు నమోదు చేశారు. వీరిని అరెస్టు చేసినట్లు మంగళవారం చాలా పొద్దుపోయాక కానీ చెప్పలేదు. అరెస్టు చేసిన వీరికి ఎఫ్‌ఐఆర్ కాపీ ఇవ్వకపోవడంతో వారు కోర్టుకు వెళ్లి ఆ కాపీ తెచ్చుకోవలసి వచ్చింది. గడిచిన ఆగస్టు ఎన్నికల తేదీ ‘స్వామయార్క్స్ టైమ్‌సు’లో ‘న్యూస్‌క్విక్‌కు వ్యతిరేకంగా ఒక కథనం వచ్చింది. అమెరికాకు చెందిన

బిలియన్‌ర్ నెవిల్లి రాఁయ్ అనే వ్యాపార దిగ్గజం నుంచి వీరికి 38 కోట్ల రూపాయలు ముట్టాయన్నది ఆ కథనం సారాంశం. చైనాకు అనుకూల ప్రచారం చేయడానికే ఈ డబ్బు ముట్టినట్లు ఆ కథనం ఆరోపణ. ‘న్యూస్‌క్విక్‌కు వ్యతిరేకంగా నమోదైన ఆర్థిక నేరానికి సంబంధించి ఎలాంటి చర్య తీసుకోరాదని ఢిల్లీ హైకోర్టు ఆదేశాలు జారీ చేసింది. ఆరోపణల్లో నిజానిజాలను తేల్చుకుండా, హైకోర్టు ఆదేశాలను లెక్కచేయకుండా ప్రభుత్వం పోలీసు దాడులు చేయించింది. ఈ దాడులను సమర్థింపకోవడానికి ప్రభుత్వ అనుకూల చానెళ్ళు కొత్త ఆరోపణలతో కొన్ని కథనాలను వండి వారుస్తున్నాయి. మానవ హక్కుల కార్యక్తర గౌతమ్ నవలఖ, తీస్తా సెతల్వాడీలకు అందచేయడానికి చైనా నుంచి నెవిల్లి రాఁయ్ ద్వారా పురకష్ట, చక్రవర్తిలకు నిధులు వచ్చాయన్న విషయం ప్రభుత్వ పరిశీలనలో ఉందని ఆ ఛానెళ్ళ కథనం. గౌతమ్ నవలఖ గృహనిర్బంధంలో, తీస్తాసెతల్వాడ్ బెయిల్‌పై ఉన్నారు. వీరు డబ్బు మట్టించునకు పాల్పడినట్లయితే, దాని గురించి ప్రశ్నించకుండా ముస్సీలపై, దణితులపై జరిగిన దాడులకు సంబంధించిన కథనాల గురించి పోలీసులు ఎందుక ప్రశ్నించారు? దీర్ఘకాలి రైతు ఉద్యమం గురించిన కథనాలు, పౌరసత్వ సవరణ చట్టానికి వ్యతిరేకంగా జరిగిన ఆందోళన గురించిన కథనాలపై, కరోనా సమయంలో రాసిన కథనాలపై ఎందుకు ప్రశ్నించారు? ‘న్యూస్‌క్విక్’ లో వచ్చే కథనాలే ప్రభుత్వానికి మింగురుపదలేదని స్పష్టమవుతోంది. త్వరలో ఆయిదు రాష్ట్రాల శాసనసభ ఎన్నికలు జరగలోతున్నాయి.

మరో అరు నెలల్లో దేశ వ్యాప్తంగా సార్వత్రిక ఎన్నికలు జరగనున్నాయి. ఈ సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో బిజెపి సంపూర్ణ మెజారిటీతో మళ్ళీ అధికారాన్ని చేపట్టినట్లయితే అనేక కీలకమైన మార్పులు చేపట్టదలుచుకుంది. అందులో ముఖ్యంగా ఉమ్మడి పౌరస్మృతిని ప్రవేశపె ట్టడం, రాజ్యాంగంలో లౌకిక, సామ్యవాద పదాలను పూర్తిగా తొలగించడం, తద్వారా సమాజంలో ఆ భావజాలాన్ని పూర్తిగా తుడిచిపెట్టడం, అపకాశం ఏర్పడితే రాజ్యాంగాన్ని సమూలంగా మార్చేసి కొత్త రాజ్యాంగాన్ని తీసుకురావడం, వీలైతే హిందూమతాన్ని అధికార మతంగా ప్రకటించడం అతి ముఖ్యమైనవి. ఈ కీలక సమయంలో ప్రభుత్వ వ్యతిరేక కథనాల వస్తే అవి ఎన్నికలపై తీవ్ర ప్రభావం చూపించే అపకాశం లేకపోలేదు. అందుకునే ప్రభుత్వం తొలకు పత్రికలు, న్యూస్ చానెళ్ళు, న్యూస్ వెబ్‌సైట్ల నోళ్ళు మూయించదలచుకుంది. దేశంలో ప్రతిష్ఠాత్మకమైన ఎన్‌డిటీవి అధినేత ప్రణబ్ రాయ్‌పైన దాడులు చేయించి, ఆ టీవి షేర్‌లో నింహ భాగం అదానీ కంపెనీలు కొనేలా చేయడం కీలక పరిణామం. అనేక పత్రికలు, ఛానెళ్ళ యజమానులపైన ఒత్తిడిలు తీసుకొచ్చి తమకు అనుకూలంగా మలుచుకుంది. ప్రముఖ న్యూస్ వెబ్‌సైట్ ‘ర టైర్’ పైన కూడా దాడులు చేయించింది. ఇప్పుడు ‘న్యూస్‌క్విక్‌పైన ఈ దాడులు చేయించింది.

బాట్లీ మసీదు కులగొట్టిన నేపథ్యంలో గోద్రా సంఘటన ఆనంతరం గుజరాత్‌లో మారణ హోమం జరిగింది. రెండు వర్గాల మధ్య జరిగిన మత ఘర్షణల్లో రెండు వేల మందికి పైగా ప్రాణాలను కోల్పోయారు. ఆధునిక భారత దేశ చరిత్రలో మాయని మచ్చగా మిలిచిపోయిన ఈ మత ఘర్షణల గురించి ప్రపంచం మొత్తానికి పత్రికలు, చానెళ్ళు, న్యూస్ వెబ్‌సైట్ల ద్వారా వెల్లడైంది.నాటి గుజరాత్ ప్రభుత్వానికే కాదు, ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ రాజకీయ

పైవేటుకు భారతీయ రైల్వే ధారాదత్తం..!



మేగానికి అనుగుణంగా ట్రాక్స్ ఆధునికరణ జరగలేదు. రైల్వే ట్రాక్‌ల నిర్వహణ కోసం 1990లోనే 4 లక్షల మంది సిబ్బంది ఉంటే...రైల్వ సంఖ్య, వేగం పెరిగిన నేరీ పరిస్థితిలో సిబ్బందిని 2 లక్షల కుదించారు. సిబ్బందిని పెంచక పోగా కుదింపు ప్రజా భద్రతకా? ప్రమాదాలు పెరగదానికా? రైల్వేల భద్రత కోసం ఏర్పరచిన ‘రాక్సిక్యూ రైల్ సేఫర్క్షణ కోష్’ (ఆర్.ఆర్.ఎస్.క్విక్ ప్రతి ఏటా రూ. 20 వేల కోట్లు ఖర్చు చేయాల్సి వుండగా భద్రతకు మోడి ఇచ్చింది. ఈ ఆరు సంవత్సరాల్లో రూ.3,300 కోట్ల. రైలు ప్రమాదాలు జరగకుండా రైలింజనీకు అమర్చే భద్రతా యంత్రం ‘కవచ్’ను 2022 మార్చి నాటికి 65 ఇంజన్లకు మాత్రమే ఉపయోగిస్తే ధరలుంటే అధుణీకరణ ఉన్నావ నిజమేనా? ప్రజల్ని పట్టే పెట్టడానికి తప్ప! మోడి హయాంలో రైల్ యాక్సిడెంట్ల పెరుగు తున్నాయి. 2021-2022 సంవత్సరంలో 22 జరిగితే, 2022-23లో 48 జరిగాయి. రెవెల్ క్రానింగులు, సిగల్ యొంట్లు, ట్రాక్ నిర్వహణ, రైల్వే టిడ్లీల ఆధునికరణ కోసం నిధులు కావాలంటే భద్రతా చర్యలకు ప్రాధాన్యత ఏది? పైగా ప్రైవేటీకరణే శరణ్యమని మోడి నెలవిస్తున్నారు. 2014 నుండి 2023 వరకూ ఎంత మంది ప్రైవేట్ వ్యక్తులు ఎన్ని వేల కోట్ల రూపాయలు పెట్టుబడులు రైల్వేలో పెట్టారో కేంద్రం చెప్పగలదా?!

రైల్వేల స్థావరం ప్రధానోద్దేశం చౌకగా రవాణా, ఎక్కువ సౌకర్యం, భద్రత, వెనుకబడిన ప్రాంతాల అభివృద్ధి,

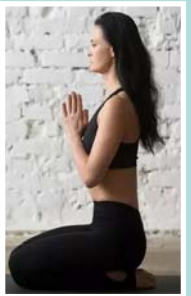
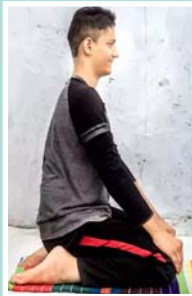
జీవితానికి కూడా మచ్చగా తయారైంది. అనాడు పత్రికలు, ప్రసార మాధ్యమాల నోళ్ళు నోకేసినట్లయితే ఈ దారుడు గురించి బయటి ప్రపంచానికి తెలిసేది కాదు. ఆ అనుభవంతోనే నరేంద్ర మోడీ ప్రధానిగా బాధ్యతలు చేపట్టినప్పటి నుంచి ఎక్కువ గొడవలు జరిగినా ముందు ఇంటర్నెట్‌ను ఆపేయడం మొదలు పెట్టారు. పత్రికలు, న్యూస్ చానెళ్ళు, న్యూస్ వెబ్‌సైట్లపైన ఆంక్షలు ప్రవేశపెట్టారు. ఢిల్లీలో అల్లర్లు జరిగినా ముందు ఇంటర్ నెట్‌ను ఆపేస్తారు. ఉత్తరప్రదేశ్‌లో అల్లర్లు జరిగినా ఇంటర్నెట్ ఆగిపోతుంది. ప్రపంచంలో ఎక్కడా లేని విధంగా కఠోరీలో నెలల తరబడి ఇంటర్ నెట్‌ను ఆపేశారు.భావప్రకటనా స్వేచ్ఛను అణచివేయడంలో ఏమాత్రం వెనుకాడరు.ప్రజాస్వామ్యం గురించి మన ‘విశ్వగురువు’ విశ్వవేదిక నెక్కి ఛఫన్స్ ఇంటికాఛాతీ విరుచుకుని ఉపన్యాసాలిస్తారు. ‘న్యూస్‌క్విక్’ సంఘటనలో పోలీసులు దాడి చేసింది సాధారణ జర్నలిస్టులపైన కాదు. వారంతా సమస్యలపట్ల ఆవేదన కలిగి, వృత్తిపట్ల నిబద్ధత కలిగి, ప్రతిష్ఠ గల జర్నలిస్టులు. వారిలో ఉత్తరప్రే దేశ రాజధాని ఢిల్లీ నుంచి నలభై ఏళ్ళుగా పని చేసున్నారు. ప్రభుత్వ వైఫల్యాల గురించి, ముఖ్యంగా నరేంద్ర మోడీ అనుసరించే అధిపత్య విధానాల గురించి వదేళ్ళుగా రాస్తున్నారు. పరంజాయ్ గుహా తాకూర్ గత 40 ఏళ్ళుగా ప్రభుత్వంలో ఉన్న శ్రేతే పెట్టుబడిదారీ విధానం గురించి రాస్తున్నారు. అదానీ గ్రూపుల అవకతతల గురించి, దేశ ఆర్థిక లోతుపాతుల గురించి రాస్తున్నారు. భాషా సింగ్ కుల వ్యతిరేక ఉద్యమ కార్యక్తర మౌత్మేమే కాదు, మనుషుల చేత మరుగుదొడ్ల శుభ్రం చేయించే విధానానికి వ్యతిరేకంగా పోరాడే జర్నలిస్టు. సుబోద్ వర్మ బైవేస్ ఆఫ్ ఇండియా మాజీ ఎడిటర్. ‘ఉపా’ చట్టం కింద అరెస్టుయిన ప్రదీర్ పురకష్ట వండితుడు, సైంటిస్ట్, కాలమిస్ట్, టెలివిజన్ అంకర్,‘న్యూస్‌క్విక్’ పైన జరిగిన దాడిని 18 మీడియా సంస్థలు ఖండించాయి. జర్నలిస్టులను బెిర్రంస్థుల కింద చిత్రించడం సబబు కాదని హితవు పలికాయి. ‘న్యూస్‌క్విక్’ పై దాడి గురించి ఐక్యరాజ్యసమితి మానవ హక్కుల కమిషన్ తీవ్ర విచారాన్ని వ్యక్తం చేసింది. జర్నలిస్టులను ‘ఉపా’ కింద అరెస్టు చేసి బెిర్రంస్థులుగా చిత్రించడం మంచిది కాదని హితవు పలికింది. ‘ఎమర్జెన్సీ కంటే దారుణమైన పరిస్థితులు నెలకొన్నాయి. ఎమర్జెన్సీ కొంత కాలానికే పరిమితమైంది. నరేంద్ర మోడీ ప్రభుత్వం గణతంత్ర న్యాయవాన్ని, రాజ్యాంగాన్ని మార్చి వేస్తోంది. ప్రజల గొంతు నొక్కిస్తోంది. ‘ఉపా’ కింద కేసులు పెట్టడం గమనిస్తుంటే జర్నలిజానికి, బెిర్రంజానికి తేడా లేకుండా చేస్తోంది’ అని ప్రముఖ రచయిత, ఐకర్ ప్రొఫ్ అవార్డు గ్రహీత అరుంధతీ రాఁయ్ ఆరోపించారు. ‘మోడీ లాగా ఇందిరాగాంధీలో కూడా అధిపత్యవాదం ఉండేది. కానీ ఆమె మతం ప్రాతిపదికగా వివక్షణ చూపలేదు. ఇలా వివక్షణ చూపేవారు గతంలో తుడిచిపెట్టుకు పోయారు’ అని ప్రముఖ చరిత్రకారుడు రాంగుహ అన్నారు. ‘చైనా నుంచి డబ్బులు తీసుకున్నట్లయితే ‘ఉపా’ కింద నేరం కాదు. ప్రధాని సహాయ నిధికి కూడా చైనా కంపెనీల నుంచి డబ్బులు అందాయి కదా!’ కదా ప్రముఖ న్యాయవాది ప్రశాంత్ భూషణ్ గర్భు చేశారు. ‘ప్రజాస్వామ్యం సరైన మార్గంలో నడవడానికి అవసరమైన కఠిన వాస్తవాలను ప్రజలకు తెలియచేయడం, మాట్లాడడం జర్నలిస్టుల కర్తవ్యం’ అని సుశ్రీంకర్కు ప్రధాన న్యాయమూర్తి డి.వై. చంద్రమౌద్ ఇటీవల గర్భు చేసిన విషయాన్ని ఈ సందర్భంగా మనం మర్చిపోకూడదు.

లేదు. కానీ ప్రైవేటు వ్యక్తులు పెట్టుబడులు

లేదా రైల్వే ఆస్తులు మార్కెట్ రేటుకు కొనుగోలు చేయలేరని సులువైన విధానాన్ని అమలు జరుపుతున్నది. 2031 నాటికి మౌలిక వసతుల కోసం ఆదాయం సమకూర్చుకోవడానికి మొత్తం 8 రైల్వే యంత్రాలు, పరికరాలు ఉత్పత్తి చేసే ఫ్యాక్టరీలను, 50 శాతం స్టేషన్లని, 68 వేల కిలోమీటర్ల ట్రాకిని, 500 ప్రయాణీకుల రైళ్లను 12 క్షేత్ర ద్వారానూ, 300 గూర్ప్ షెడ్లను మెనిట్రైజేషన్ పేరుతో 35 నుండి 99 సంవత్సరాలకు దేశ, విదేశీ సంస్థలకు కేవలం నామమాత్రపు లీజుకీవ్వడానికి హానుకుంది. ఈ కార్యోర్ణు పెట్టుబడి ఖర్చులివ్వరు. వారికి వచ్చే ఆదాయంలో వాటా మాత్రం అనలే ఇవ్వను. ప్రయాణీకుల టికెట్లు చార్జీలు, సరుకు రవాణా చార్జీలు వారి ఇష్టం వచ్చినట్లు నిర్ణయించుకోవచ్చు. అంటే రైల్వే సామ్యేమో భారతీయులది. సోకు కార్పొరేట్లదన్నమాట. వీరు చౌకగా టికెట్ ధరలు నిర్ణయించుకుంటే ప్రజలకు చౌకగా, లాభదాయకంగా రైల్వేలను నడుపుతారా? భారత్ ప్రజలు, రైల్వే ఉద్యోగులు తీవ్రంగా ఆలోచించాలి. ఏదయినా భద్రత ఇక అందాలే. ఇప్పటికే వందేభారత్ రైలు వెళ్లిన గంట వరకూ భారత్ రైళ్లు నడవడానికి వీలేదనే అంక్ష ఇది ప్రైవేటు కాంక్షే తప్ప ప్రజా సౌకర్యం కోసం కాదని ఇట్టే అర్థమవుతోంది. ప్రైవేట్ కంపెనీలకు రైల్వేలను అప్పజెప్పిన ఇంగ్లాండ్, అస్ట్రేలియా తదితర దేశాల అనుభవం చూస్తే... నాటికే టైలు 2-3 రెట్లు పెంచారు. సకాలంలో రైళ్లు నడవలేదు. యాక్సిడెంట్లు పెరిగాయి. లాభదానిగా లేని అనేక స్టేషన్లు మూతపడ్డాయి. వివేక్ డేట్రావ నిస్సార్కు ప్రకారం 50 శాతం కూడా ఆదాయం రాని స్టేషన్లు మూసేస్తారు. రాబోయే కాలంలో గ్రామీణ ప్రాంత రైల్వే స్టేషన్లు ఖాయంగా మూతపడతాయి. ఆ ప్రయోజన రైలు రవాణా ఇక అందుబాటులో ఉండదు. ఖర్చు, కార్పొరేట్ లాభాలు కలుపుకొని చార్జీలు నిర్ణయించాలని సిస్సార్లు చేసింది. ఇది దేశ ప్రజల ప్రయోజనాలకే నన్నా కార్పొరేట్ల లాభాలు, ప్రయోజనాలకు అత్యంత ప్రాధాన్యతనివ్వడమే.

కరోనాని పెంచుకోవాలని యోచిస్తున్నామని.. అందులో భాగంగానే కొన్ని పెట్రోల్ బంకుల్లో పెట్రోల్, డీజిల్, ఇతర ఇంధనాన్ని అమెరికా దాలర్లలో మాత్రమే కొనుగోలు చేసేలా ఆదేశాలు జారీ చేసినట్లు రిగ్యర్లో చెప్పారు. గతంలో క్యూబాలో సబ్సిడీ ధరలకు పెట్రోల్, డీజిల్ను అమ్మేవారు. కరోనా వైరస్ సృష్టించిన ఓపికలేతో క్యూబా ఆర్థిక వ్యవస్థ పూర్తిగా కాలరాచైంది. కరోనా వైరస్ ఇటీవలి కాలంలో క్యూబాలో అమెరికా ఆంక్షలకు కఠినతరం చేయడంతో ఆ దేశంలో తీవ్ర సంక్షోభ వర్ధిల్లినటు నెలకొన్నాయి. ఈ రెండు కారణాలతో క్యూబాలోని తాత్కాలిక ధరలు భారీగా పెరిగి ప్రజలు తీవ్ర అవస్థలు వదుతున్నారు. గతేడాది క్యూబా ఆర్థిక వ్యవస్థ 2 శాతం పడిపోగా.. ద్రవ్యోల్బంధం 30 శాతం పెరిగినట్లు స్థానిక మీడియా తెలిపింది. అయితే ఇవి ఇంకా ఎక్కువగా ఉండే అవకాశాలున్నాయని చెబుతున్నారు. రెండో దశగా క్యూబా కరోనా వలెను కూడా భారీగా పడిపోతూ రావడం ఆ దేశాన్ని మరింత కష్టాల్లోకి నెడుతోంది.

భోజనం తర్వాత ఆసనాలు



ఈ రోజుల్లో జీర్ణ సమస్యల కారణంగా చాలామంది ఇబ్బంది పడుతున్నారు. భోజనం తర్వాత కొన్ని యోగాసనాలు ప్రాక్టీస్ చేస్తే జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. ఉదాహరణగా, ఒత్తిడి పెరగడం, చెడు ఆహార అలవాట్లు, లైఫ్ స్టైల్ మార్పులు, శారీరక శ్రమ లేకపోవడం వంటి కారణాల వల్ల చాలామంది జీర్ణ సమస్యలతో ఇబ్బందిపడుతున్నారు. చిన్నచదున్నలో ఉన్నవారు కూడా.. తిన్న ఆహారం సరిగ్గా అరిగిపోలేక ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. అజీర్ణం, కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్ట్రిక్, ఎసిడిటీ వంటి సమస్యలతో ఇబ్బంది పడుతున్నారు. జీర్ణవ్యవస్థను గాఢీలో పెట్టుకోవడానికి, జీర్ణక్రియ సక్రమంగా

జరగడానికి.. కొన్ని యోగాసనాలు సహాయపడతాయని నిపుణులు అంటున్నారు. భోజనం చేసిన తర్వాత.. కొన్ని యోగాసనాలు ప్రాక్టీస్ చేస్తే జీర్ణక్రియ సక్రమంగా జరగడమేకాదు, బరువు కూడా కంట్రోల్లో ఉంటుందని నిపుణులు అంటున్నారు. అవేంటో ఈ స్టోరీలో చూసేయండి. వజ్రాసనం.. తిన్న ఆహారం సరిగ్గా జీర్ణంకాక కడుపుబ్బరం, తేమలతో బాధపడుతున్నారా? అయితే వజ్రాసనం చేయటం సాధన చేయండి. ఇది మలబద్ధం, జననాంగాలకు మధ్య ఉండే వజ్రాసనానికి ప్రభావితం చేస్తుంది. వజ్రాసనం చేయడానికి ముందుగా రెండు కాళ్ళను తిన్నగా చాచి కూర్చోవాలి. ఒకదాని తర్వాత మరో

కాలును మోకాళ్ల దగ్గర వంచుతూ వెనక్కి తీసుకురావాలి. పాదాలను పిరుదుల కిందికి తీసుకురావాలి. మడమలు ఎడంగా ఉంచుతూ.. బొటనవేళ్లు తాకేలా చూసుకోవాలి. అరచేతులను మోకాళ్ల మీద ఆనించి ఉంచాలి. శరీర బరువు పిరుదుల మీద సమానంగా పడేలా చూసుకోవాలి. తల, వెన్నెముక నిటారుగా ఉంచాలి. కళ్లు మూసుకొని నిదానంగా శ్వాసను తీసుకోవాలి. కొద్దిసేపు అలాగే ఉండి తిరిగి మామూలు స్థితికి చేరుకోవాలి. వజ్రాసనం చేసేటప్పుడు శ్వాసను మీద కేంద్రీకరించాలి. ఊర్పు ప్రసారిత పదాననం.. ఈ రివర్స్ భంగిమ.. మీ జీర్ణవ్యవస్థను శాంతపరచడానికి

అద్భుతమైన మార్గం. రక్త ప్రవాహాన్ని రివర్స్ చేయడం ద్వారా.. మీ పేగుల నుంచి వ్యర్థాలు, వాయువులు తరలించడానికి గురుత్వాకర్షణ సహాయపడుతుంది. ఈ ఆసనం రోజూ ప్రాక్టీస్ చేస్తే.. జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. కడుపు ఉబ్బరం వంటి జీర్ణక్రియ సమస్యలు తగ్గుతాయి. ఊర్పు ప్రసారిత పదాననం చేయడానికి.. మీరు గోడకు దగ్గరగా నేల మీద వెలకిలా పడుకోండి. ఆ తర్వాత గోడకు కాళ్ళను ఆనించి ఉంచండి. మీ చేతులను చాచి నితాంతి తీసుకోండి. సాధారణంగా శ్వాస తీసుకుంటూ.. 5 నుంచి 10 నిమిషాల వరకు ఈ ఆసనంలో ఉండండి.? సుబ్బ బర్తకాసనం.. ఈ సున్నితమైన భంగిమ

ఉదర అవయవాలను ప్రేరేపిస్తుంది, ఆరోగ్యకరమైన జీర్ణక్రియను ప్రోత్సహిస్తుంది. ఇది పొత్తికడుపు, పొత్తికడుపులో ఉద్రిక్తతను కూడా విడుదల చేస్తుంది. ఈ ఆసనం చేయడానికి ముందుగా వెలకిలా పడుకుని.. మీ అరికాళ్ళను దగ్గరకు తీసుకురండి. మీ మోకాళ్ళను బయటకు విస్తరించండి. చేతులను పొట్టుపై ఉంచి. 5 నుంచి 10 నిమిషాల పాటు ఈ స్థితిలో ఉండిండి. గోమూతాసనం.. ఈ ఆసనం రోజూ ప్రాక్టీస్ చేస్తే.. జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. ఈ ఆసనం.. పొత్తికడుపు కండలాలను విస్తరించి, వాటి పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది, కడుపులో ఆసాకర్మాన్ని తగ్గిస్తుంది. ఈ ఆసనం

చేయడానికి.. ముందుగా కాళ్ళను నేలకి సమాంతరంగా చాచి కూర్చోవాలి. తర్వాత కుడి మడమను ఎడమ కాచి తుంటిభాగం తగిలేలా, ఎడమ మడమను కుడికాచి తుంటిభాగానికి దగ్గరగా తీసుకురావాలి. రెండు మోకాళ్ళు ఒకదానిపై ఒకటి వచ్చేలా చూసుకోవాలి. ఒత్తిడి లేకుండా కాళ్ళను సర్దుబాటు చేసుకుంటూ వెన్నెముక నిటారుగా ఉంచాలి. శ్వాస మామూలుగా తీసుకుంటూ.. రెండు చేతులను వీపు వెనుక పెట్టి రెండు చేతుల వేళ్ళను లాక్ చేయాలి. తల, వెన్నెముక నిదానంగా ఉండేట్లు సరిచేసుకోవాలి. ఈ ఆసనంలో నిమిషం పాటు ఉండాలి.

బాదం ఎక్కువగా తింటున్నారా..?

ట్రెండప్లో బాదం గురించి స్పెషల్ చెప్పనవసరం లేదు. దీనిలో పోషకాలు అధికంగా ఉంటాయి. బాదంలో ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, ప్రోటీన్లు, మెగ్నీషియం, కాపర్, మాంగనీస్, ఒమేగా-3, 6 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇది చెడు కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించి మంచి కొలెస్ట్రాల్ ను పెంచుతుంది. బాదంలోని విటమిన్ ఇ గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. చర్మంలోని కొల్లాజెన్ ను రక్షించి చర్మం ఎక్కువ కాలంపాటు యువ్వనంగా ఉండేలా చేస్తుంది. వీటిని రోజూ తింటే.. క్యాన్సర్, అల్టిమర్స్ లాంటి భయానక వ్యాధులనూ నిరోధిస్తుంది. బ్లడ్ షుగర్ స్థాయిని నియంత్రిస్తుంది. అయితే, చాలామంది బాదం ఆరోగ్యానికి మంచిదనే ఉద్దేశంతో అతిగా తింటుంటారు. బాదం లిమిటేషన్ మించి తింటే.. అనేక దుష్ప్రభావాలు ఎదురవుతాయని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. జీర్ణ సమస్యలు ఎదురవుతాయి.. బాదం పప్పులు అతిగా తింటే.. కడుపు ఉబ్బరం, మలబద్ధం వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి. బాదంలో పైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. శరీరం పైబర్ ఎక్కువగా తీసుకోలేదు. మీ పైబర్ ఎక్కువగా తీసుకుంటుంటే.. నీళ్లు ఎక్కువగా తాగేలా చూసుకోండి. అయితే, బాదం అతిగా తినడం కూడా నివారించండి. విటమిన్ ఇ మితిమీరిపోతుంది.. 100 గ్రాముల బాదంపప్పులో మీరు బాదం అతిగా



తీసుకుంటుంటే..

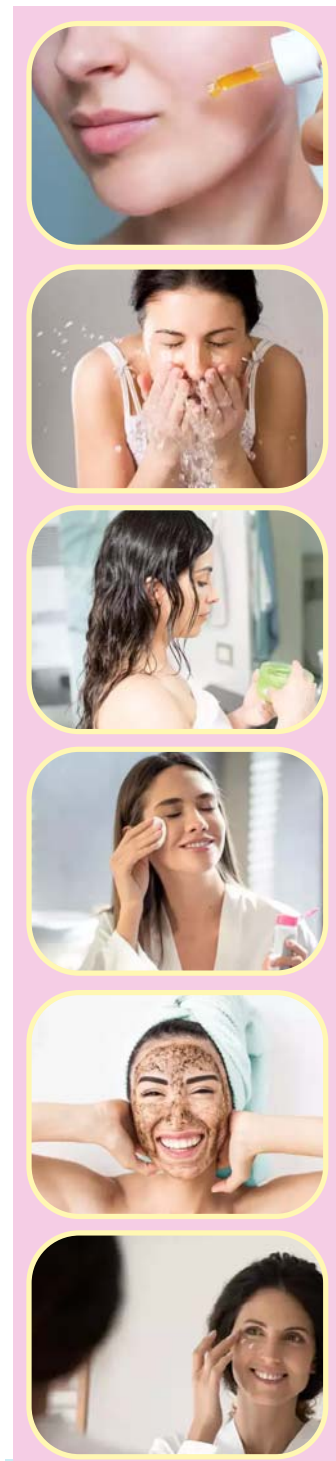
మీ శరీరానికి ఎంత విటమిన్ ఇ అందుతుంటే అర్థం చేసుకోండి. శరీరంలో విటమిన్ ఇ స్థాయిలు ఎక్కువైతే.. అతిసారం, బలహీనత, అస్పష్టమైన దృష్టి వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి. బరువు పెరుగుతారు.. బాదంపప్పులో ఫ్యాట్ కంటెంట్, క్యాలరీలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. సుమారు 100 గ్రాముల బాదంపప్పు మీకు 50 గ్రాముల కొవ్వును అందిస్తుంది, అయితే ఇందులో ఎక్కువ భాగం

మోనోసాచురేటెడ్ కొవ్వులు ఉంటాయి, ఇవి గుండెకు అతిగా తీసుకుంటే.. కిడ్నీలో రాళ్లు ముప్పు పెరుగుతుంది.. బాదం అతిగా తీసుకుంటే.. కిడ్నీలో రాళ్లు ముప్పు పెరుగుతుంది. శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ అక్యులేట్లు ఎక్కువగా ఉండి, ప్రవించనప్పుడు కిడ్నీలో రాళ్లు ఏర్పడతాయి. బాదంపప్పులో ఆక్యులేట్లు వ్యవస్థలంగా ఉంటాయి. కిడ్నీ సమస్యలు ఉన్నవారు, మీ కుటుంబ సభ్యుల్లో కిడ్నీ స్టోన్స్ సమస్య ఉంటే.. బాదం మితంగా తీసుకుంటేనే మంచిది. అల్టర్నిలు ఇబ్బంది పెడతాయి.. బాదం గింజలను మితంగా తినడం వల్ల మీకు ఎలాంటి హాని ఉండదు. కానీ వీటిని ఎక్కువ మోతాదులో తీసుకుంటే ఎల్లర్జి కారణంగా దర్దర్లు, చర్మ సమస్యలు ఎదురయ్యే



అవకాశం ఉంది. కాబట్టి, మీరు బాదం గింజలను తీసుకున్న తర్వాత అల్టర్నిలను గుర్తిస్తే దాక్టర్ ను కలవడం మేలు. వ్యర్థాలు పేరుకుంటాయి.. బాదం పప్పులు అతిగా తింటే.. మీ శరీరంలో విష పదార్థాలు పేరుకునే ప్రమాదం ఉంది. ఈ నట్స్ లో హైడ్రోనీయూన్ యాసిడ్ ఉంటుంది. ఇది అతిగా తీసుకుంటే.. శ్వాస సమస్య, నరాల విచ్ఛిన్నం, చికాకు వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి. గర్భిణులకు మరింత హానిచేస్తుంది.

ఈ ఆయిల్ రాస్తే 40లోనూ అందంగా..



స్కిన్ కేర్ అనేది చాలా ముఖ్యం. ఏ వయసులో ఆయిలు అందంగా కనిపించాలని కోరుకుంటారు. ఈ నేపథ్యంలో 40 ఏళ్ళిచ్చాక స్కిన్ మెరవాలంటే కొన్ని డిప్స్ ఫాలో అవ్వాలి. అవేంటో తెలుసుకోండి. కొన్ని నేచురల్ ప్రోడక్ట్స్ మిమ్మల్ని యువ్వనంగా, కాంతివంతంగా చేస్తుంది. అలాంటి కొన్ని ప్రోడక్ట్స్ గురించి తెలుసుకుని వాటిని ఫాలో అయితే చర్మాన్ని మెరిపించుకోవచ్చు. అలాంటి కొన్నింటి గురించి తెలుసుకుందాం. ఇండిలోనే చిన్నారలకు అవసరమైన ఆహారం తయారుచేసుకోవడం ఎలా?? బక్రీమ్.. బక్రీమ్ అప్లై చేయడం వల్ల మీ ముఖంలో అత్యంత సున్నితమైన చర్మం. కాబట్టి, వాటిని కూడా కాపాడాల్సి అవసరం ఎంతైనా ఉంది. దానికోసం బక్రీమ్ వాడడం చాలా మంచిది. దీని వల్ల కంటి చుట్టూ ఉన్న చర్మం ఈవేన్గా కనిపిస్తుంది. నైట్ క్రీమ్.. ఇక నైట్ టైమ్ సీడ్ ఆయిల్ ఉన్న క్రీమ్స్, మాయిశ్చరైజర్స్ వాడడం మంచిది. దీని వల్ల స్కిన్ హైడ్రేటెడ్గా ఉంటుంది. అందంగా కనిపిస్తుంది. కాబట్టి కచ్చితంగా క్రీమ్ వాడేలా చూసుకోండి. ఎక్స్ ఫోయిటెడ్.. డైక్ లిక్ యాసిడ్, లాక్టిక్ యాసిడ్ సరిగ్గా పనిచేస్తుంది. ముదతలని తగ్గించి స్కిన్ మెరిసేలా చేస్తుంది. వారానికి 2 సార్లు కంటి ఎక్కువగా వాడద్దు. టోనింగ్.. సహజమైన రెటినోల్ ఉన్న టోనిక్స్ క్లీన్ చేయండి. దీని వల్ల చర్మం కాంతివంతంగా, బిగుతుగా మారుతుంది. కాబట్టి, దీనిని కూడా వాడచ్చు. ఇందులో నేచురల్ గా ఉన్నవాటిని ఎంచుకుంటే మంచి రిజల్ట్స్ ఉంటాయని గుర్తుపెట్టుకోండి. మాయిశ్చరైజర్.. పగటిపూట ఎస్సెన్షియల్ ఉన్న మాయిశ్చరైజర్ రాయండి. యూవీబి, యూవీబి ఉన్న మాయిశ్చరైజర్ చర్మాన్ని ఎండ నుంచి వచ్చే హానికరమైన ప్రభావాల నుండి కాపాడుతుంది. క్లెన్సర్.. క్లెన్సర్ లో హైలెటోనిక్ యాసిడ్ ఉన్న ప్రోడక్ట్ వాడచ్చు. దీని వల్ల చర్మం హైడ్రేట్ అవుతుంది. దీని వల్ల చర్మంపై గీతలు, ముదతలు తగ్గుతాయి. చర్మాన్ని మెరుగ్గా చేస్తుంది. విటమిన్ ఈ ఆయిల్.. విటమిన్ ఈ ఆయిల్ కూడా స్కిన్ టోనిక్ మేలు చేస్తుంది. దీని వల్ల చర్మ క్యాన్సర్ కి కారణమయ్యే ఫ్రీ రాడికల్స్ తో పోరాడుతుంది. కాబట్టి, దీనిని కూడా రెగ్యులర్ గా అప్లై చేయాలి.

పడుకున్న వెంటనే నిద్రపట్టాలంటే



నిద్రపోతారు. అయితే పడుకోవడానికి రెండు గంటల ముందు వింటే మనసు ప్రశాంతంగా మారుతుంది. స్లీప్ మాస్స్ కారణంగా కూడా చక్కగా నిద్రపోతారు. పడుకోవడానికి గంట ముందుగానే డీవీలు, ఫోన్స్ దూరం పెట్టి స్లీప్ మాస్స్ వేసుకోండి. దీని వల్ల మీ కళ్లు ఆలోమేటివి నిద్రకి రెడీ అయిపోయేట్లుగా ఉంటాయి. కాబట్టి, హ్యాపీగా నిద్రపోతారు. ఇలాంటి కొన్ని డిప్స్ ఫాలో అయిపోతే త్వరగా పడుకుంటారని మర్చిపోవద్దు.

పెళ్ళి చేసుకోకపోవడమే మంచిది..

ప్రతి ఒక్కరి జీవితంలో ప్రేమ, రిలేషన్ షిప్ అనే ఫీలింగ్స్ ని ఎంజాయ్ చేయాలనుకుంటారు. అయితే, కొంతమంది వీటిలోకి అడుగుపెట్టాలంటే భయపడుతుంటారు. దీనికి కొన్ని కారణాలు ఉన్నాయి. వాటి నుంచి ఎలా బయటపడాలి తెలుసుకోండి. ఎవరూ ఎవరికోసనా ప్రేమలో పడచ్చు. వారితో లైఫ్ స్టైల్ చేయచ్చు. అయితే, రిలేషన్ షిప్ స్టార్ట్ చేసే ముందు మీరు అన్ని విధాలుగా సిద్ధంగా ఉండాలి. అప్పుడే అది హ్యాపీగా ఉంటుంది. కానీ, కొంతమందికి కొన్ని భయాలంటాయి. దీనికి కారణం కారణాలు ఉంటాయి. అలాంటి సమస్యలు ఏంటి. వాటిని ఎలా ఎదుర్కోవాలి తెలుసుకోండి.

ప్రశాంతంగా లేనప్పుడు.. ఏ పని చేసేప్పుడైనా మనం, మన మనస్సు ప్రశాంతంగా ఉండాలి. అప్పుడే ఆ రిలేషన్ బావుంటుంది. ఎంజాయ్ చేస్తారు. అలా లేనప్పుడు ఆ రిలేషన్ స్టార్ట్ చేసినా ఎంజాయ్ చేయలేరు. కాబట్టి, ఏ ఆలోచనలతోనో మీరు రిలేషన్ షిప్ మొదలుపెట్టడానికి భయపడతారు. కాబట్టి, మీరు ఎప్పుడైతే మానసికంగా, శారీరకంగా ప్రశాంతంగా ఉన్నప్పుడే రిలేషన్ మొదలు పెట్టడం మంచిది. కనెక్ట్.. ప్రేమైనా, పెళ్ళినా సరే కాబోయే పార్టనర్ తో కనెక్ట్ అయినప్పుడే సక్సెస్ అవుతుంది. కాబట్టి, మీకు ఇష్టం లేకపోయినా ఆ రిలేషన్ లోకి వెళ్ళే బదులు సోలోగా ఉండడమే సో బెటర్ అనుకుంటారు.



గర్భం ధరించిన మహిళలు.. పాలిస్టేట్ తల్లులు కాఫీ తాగకపోవడమే మేలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఒకవేళ తాగాలనుకుంటే మాత్రం దాక్టర్ సలహాను తీసుకోవాలంటున్నారు. ఎసిడిటీ సమస్యలు ఉన్నవారు కూడా కాఫీని దూరం పెట్టడం మేలు. ఒకవేళ కాఫీని కచ్చితంగా రుచి చూడాలనుకుంటే మాత్రం భోజనం చేసిన తర్వాత తాగడం మంచిది.

అలాంటప్పుడు, ముందుగా మాట్లాడండి. ఒకరికొకరు అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం చేసి తర్వాత రిలేషన్ షిప్ మొదలుపెట్టండి. అందరినీ చూసి.. మన చుట్టూ ఉన్నవారు పెళ్ళి, ప్రేమలతో బిజీగా ఉన్నారు. మనం కూడా మొదలెట్టాల్సిందేనని రిలేషన్ షిప్ స్టార్ట్ చేయచ్చు. ఇలాంటి కారణాలతో రిలేషన్ షిప్ స్టార్ట్ చేస్తే మీరు, మీతో పాటు మీ పార్టనర్ కూడా హ్యాపీగా ఉండలేరు. త్వరగానే బోర్డింగ్ ఫీల్ అయితే.. కొందరికి ఏ పనులపైనా అయినా కూడా త్వరగా బోర్ అనే ఫీలింగ్ వస్తుంది. దీని వల్ల మీకు మీ రిలేషన్ షిప్ కూడా

బోర్ అనే ఫీలింగ్ వస్తుంది. కాబట్టి, అలా చేయకుండా కమిటీమెంట్ గా ఉంటేనే ముందుకు వెళ్ళడం మంచిది. స్నేహంగా ఉండాలనుకుంటే.. కొంతమందికి కమిటీమెంట్ గా ఉండడం అస్సలు నచ్చదు. తమని వేరేవారు క్లుప్త వేయకూడదు ఎలాంటి రిస్క్ టేక్ ఉండొద్దు. ఇలాంటప్పుడు మీరు అలాంటి రిలేషన్ షిప్ లోకి వెళ్ళకూడదు ఉండడమే మంచిది. ఎందుకంటే సమస్యలు ఉంటాయి. కొన్ని బాధ్యతలు ఉంటాయి. వీటన్నింటినీ మీరు హ్యాండిల్ చేయడం ఇబ్బందిగా ఫీల్ అవుతారు. కొంతమందికి ఎక్కి తాలుకా జ్ఞాపకాలు, ఆ ఆలోచనలు ఉంటే అప్పుడే కొత్త బంధంలోకి వెళ్ళకపోవడం మంచిది. దీంతో మీరు మానసికంగా కనెక్ట్ కాలేకపోవచ్చు. కాబట్టి, వీటికి దూరంగా ఉండడం మంచిది.