

పాలనా యంత్రాంగానికి వెన్నెముకలు పార సేవలు



వారిని యునియన్ పబ్లిక్ సరీస్ కమిషన్ (యు.పి.ఎన్.సి) ఒక ప్రత్యేక పరీక్ష విధానం ద్వారా సివిల్ సరీస్ నే ఎగ్జిమెంచున్న, ఇందియన్ ఇంజనీరింగ్ సరీస్ నే పరీక్షలు నిర్వహించి అర్థత పొది నవారిని ఆయి సేవా రంగాలలో నియమిస్తారు. ముఖ్యమైన కార్బ్రూక్ మాలకు విష్ణువుర్ రాణిలకు చెందిన కేటగిరీలలో పురస్కారాలను ఇస్తుంటారు. ప్రధాన మంత్రి ఫసర్ బీమా యోజన, దీన్ దయాళ్ ఉపాధ్యాయ కేసభ్ యోజన, సమామి గంగీ యోజన, ప్రధాన మంత్రి రికి లో రౌళీ కుకుల అమలు ప్రాతి పదికన అవార్డుల ప్రధానం చేస్తారు. ఈ ప్రతి ప్యాతుక్ కార్బ్రూక్ మాలు నమీన్ భారతానికి ఎంతో కీలకంగా ఉంటున్నాయి. నూతన భారత కలును సాకారం చేసేందుకు ఈ అవార్డులను ప్రోత్సాహకంగా అందిస్తున్నారు.

రామ కిష్ణయ్య సంగన భట్ట... 9440595494

హంసమాన్ డిక్ష.. ఆరోగ్య రక్ష

యువత చూపు ఆధ్యాత్మికత వైపు - మాల ధారణలో వేలాది మంది యువత - మేలు చెక్కార్చే నియమాల కొనం - ధ్యానంతో మనసు ప్రశాంతత

జయశంకర్ భూపాలప్పల్ బ్యారీ (నినాదం)



నేటి కంప్యూటర్ యుగంలో క్షణం తీర్చిక లేకుండా గడుపుతున్న యమపత హసుమాన్ మాలులు ధరించి ప్రశాంతత పొందుతున్నారు. మాలాధారణ నియమాలను పాటిస్తే ఆరోగ్య కరంగా ఉంటుందని దీక్షను ఎంచుకుంటున్నారు. ఇంతే కాకుండా కులమత బేదాలు లేకుండా అందరూ హసుమాన్ దీక్షాపురులు అందరూ ఒకే వద్ద ఉండటంతో పాటు కుమరిక్షణ ఇకపుత్తుం ఏర్పడుతుంది. దీక్షాపురులు హసుమాన్ జయంతించి పురపురించుకుని గ్రామాల్లో హసుమాన్ మాలలు ధరిస్తారు. ఆలయాల్లో పూజలు ప్రముఖ క్రైస్తవుల్లో ఉపపూజలో ఎటు చూసినా ఆధ్యాత్మికత వాతావరణం కనిస్తుంది. గ్రామీణ, పట్టణ ప్రాంతాల్లో వేలాడి మంది యమవకులు హసుమాన్ దీక్ష చేపడుతున్నారు. కరిన నియమాలతో ఆచరించిన హసుమాన్ దీక్ష అధ్యాత్మికత భావాన్ని పెంపాందించడమే కాకుండా ఆరోగ్యాన్ని ఔతం పంచుతుంది. దీక్ష కుమ పద్ధతిలో జీవనం సాగించడం నిత్యం దేవుడిని ధ్యానం చేయడం వల్ల ఎన్నో ఫలితాలుంటాయి. కరినమైన నియమాలతో హసుమాన్ కృతో స్థాపులకు ఎన్నో ఆరోగ్య ఫలితాలు లభిస్తాయి. ఇందుకోసం అనేక మంది యమపత చూపు అధ్యాత్మికత వైపు మళ్ళీంది.

ప్రతి దిట్టా జయంతిలకు మాలాధరణ..!

మాలాధారణలు ప్రతి ఏటా హసుమాన్ చిన్న జయంతి, పెద జయంతి లకు మాలలు ధరిస్తారు. భక్తులు తమ వీలును బట్టి 11, 21, 41 రోజులు పాటు మాధరించి ప్రతేకి పూజలో ముసుగుతారు. మాలాలో

పన్నున్న రొబులు త్రుతిలు తీరిగి మొక్కలు తీవ్రంగా ఉన్నాయి. పూనుమాన్ మాలధారులు దీన్న కాలమంతా తెల్లవాళామునే లేచి వల్లని నీళ్ళతో స్నానం చేసి పూజకు పాపకుమిస్తారు. చల్లిని నీలితో స్నానం చేయడం వల్ల మనసుకు హాయి కలగుతుంది అంతి కాకుండా ఏకాగ్రత పెరుగుతుంది. ఆలోచనలతో మధుదులో రాశిపి వ్యవహారించి తల వేదక్కుతుంది. చన్నీలై స్నానం వల్ల ఉప్పం నుండి తలకు మంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది.

మితాహారం..! దీక్షాపరులు ప్రతిరోజు మితాహారం మాత్రమే తీసుకుంటారు. మధ్యాహ్నం భోజనం, రాత్రి అల్పాహారం తీసుకుంటారా మితాహారం వల్ల శరీరం తేలికగా ఉంటుంది. ఆరోగ్యం బాగుండటంతో పాటు వ్యాధులు దూరం అవుతాయి. దీక్షాపరులు తీసుకు ఆహారం పూర్తిగా సాత్మ్వికంగా ఉంటుంది. ఈ వంటల్లో వెల్లుల్లి ఉపశమనాలా దినుసులు ఉపయోగించరు. దీంతో తిన్న ఆహారం తేలికగజీరం అవుతుంది.

పాదరక్షలు లేకుండా..!
 మాలధారులు దీఖ్మాకాలం అంతా పాదరక్షలు ధరించరు. కొండగట ఇతర యాత్రలకు వెళ్ళేటప్పుడు యాత్ర అంతా పాదరక్షలు లేకుండా నడవాల్సి పశుంది. భూమికి ఉప్పోగత అయిస్నానుతత్త్వం ఉంటాయి. ప్రాంతాలు నేరుగా భూమిని తాకడం వల్ల స్థితికి తగిన రీతిలో రక్త ప్రసరణ హృదయ స్పందనలు సమకూరుతాయి.
 భూతల శయనం..!
 దీఖ్ చేపటే భక్తులు నిత్యం కరిన నేలపై నిదిస్థంటారు. భూతల శయనం సుఖాన్ని మనక్కాయితిని ఇస్తుంది. భూమి మీద కాసేపు పదుకుంటే మనసు ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. ఆరోగ్య పరంగా కూడా మేలు చేస్తుంది.
 చల్లచి చందనం..! రెండు కనుబోమ్మల మధ్య మొదటి భాగం యోగ రిత్యా విశిష్టమైనది. పొల భాగంగా పిలిచే ఈ ప్రాంతంలో ఇతరుల దృష్టి కేంద్రిక్యతమవుతుంది. కుంకుమ, విబాది, గంధం, చందనంలో ఏదో ఒకబింబముకోవడం వల్ల ఇతరుల దృష్టి కేంద్రిక్యకాదు. నాడీ మండలానికి కేంద్రమైన నుదుబి బౌట్టు సున్నితమైంది. ఆరోగ్యాదాయకమైంది.

କାଷ୍ଟେଯ ଦସ୍ତୁଲୁ... ମାଲଧାରୀଙ୍କ କାଷ୍ଟେଯ ଦସ୍ତୁଲୁ ଦ୍ରିଷ୍ଟିଗତିରେ
ନିର୍ମଳ ଓହି ପାଇଁ ଭକ୍ତିରୁ ଦ୍ଵିତୀୟ ଏକାକାଳିତାରେ ହେବୁଥିଲା ଓହି
ଦି. ତା ଦ୍ଵିତୀୟ ଏକାଳିତାରେ ଏବଂ ବେଳିମିନି ପେଣନ୍ତେ ଗ୍ରହିଣୀର ରକ୍ତଜଳ କଲିପିଥିଲା
ଚଦମିତି କାଷ୍ଟେଯଙ୍କ ରଂଗ ଉପର୍ଯ୍ୟାଗକରଣଗା ଓହିଲୁହିଲା.

ఆరోగ్యానికి రక్ష: - జంగపల్లి తిరుపతి హనుమాన్ భక్తుడు

హనుమాన్ మాల ధరించడం వల్ల మంచి ఆపోరం అలవరచు కుంటారు. దీంతో ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చు. ఆపోరంతో పాటు నియమ నిబంధన లకు కట్టబడి ఉంటాం. దీంతో మాల ఆరోగ్య రక్షణ ఉంటుంది.. అందరూ ఒకే వద్ద 41 రోజుల పాటు ఐక్య తృంగా ఉండడం అన్ని హనులు చేసుకో వడం అలవడతుంది. కోరుకున్న హనులు జరుగుతాయని నమ్మకం. ఒత్తిడిని దూరం చేయవచ్చు. మనశ్శాంతిగా ఉండవచ్చు. మాలధరణ



మనసు ప్రశాంతత కోసం: - రాకూర్ లక్ష్మీన్ గురుస్వామి

మనసుమాన్ దిక్ష మాల ధరించడం
వల్ల మనస్సు ప్రశాంతంగా
ఉంటుంది. నియమాలు పాటించ
దంతో పాటు మంచి అలవాట్లు
అలవరచుకోవాలి. భక్తి భావాలు
పెరుగుతాయి. ప్రతియేటా మాల
ధరిస్తే వాలా మంచిది. ఏకాగ్రత
పెరుగుతుంది. కలిన నియమా
లతో మంచి అలవాట్ల వైపు
వెళిపోతాం. తమిశ్చికణ అలవాటు
పుతుంది. మంచి పనులు కూడా జరుగుతున్నాయి.



మోదీ పాలనలో దేశం తీర్చేగమనం

పదేండ్ మోదీ పాలనలో దేశం 30 ఏండ్లు వెనక్కి వెళ్లింది. దేశంలో రేటు 45 ఏండ్ల గిరిష్ట స్వాయికి చేరింది. జిఫీసీ 8 శాతానికి పెరిగించే చెప్పుకొంటున్న మోదీ అందుకు తగ్గట్టుగా ఉపాధి అవకాశాల పెరగడం లేదో సమాధానం చెప్పాలి. దేశ జనాభాలో యువత ఉన్నారు. అధికారంలోకి రాకముందు ఏటా 2 కోట్ల ఉద్యోగాలు హామీ ఇచ్చిన మోదీ కనీసం కేంద్రప్రభుత్వంలో ప్రస్తుతం ఖాళీగా ఉన పోస్టుల్లి అయినా భృతీ చేయకుండా నిరుద్యోగులకు అన్యాయం మరొకైపు రిజిట్రేషన్లు అమలు చేయకుండా ఉండటానికి ప్రభుత్వరూ ప్రివేట్ పరం చేస్తున్నారు. గత పదేండ్లలో మూడున్నర లక్షల ఉద్యోగాల రంగ నంసల్లో రద్దు చేశారు.

పదేండ్ల మోది పాలనలో దేశం 30 ఏండ్లు వెనక్కి వెళ్లింది. దేశంలో రేటు 45 ఏండ్ల గిరిష్ట స్వాయికి చేరింది. జిఫీలో 8 శాతానికి పెరిగింది. చెప్పుకోంటున్న మోది అందుకు తగ్గట్టుగా ఉపాధి అవకాశాల పెరగడం లేదో సమాధానం చెప్పాలి. దేశ జనాభాలో యువత ఉన్నారు. అధికారంలోకి రాకముందు ఏటా 2 కోట్ల ఉద్యోగాలు హామీ ఇచ్చిన మోది కనీసం కేంద్రప్రభుత్వంలో ప్రస్తుతం ఖాళీగా ఉన పోస్తుల్ని అయినా భర్త చేయకుండా నిరుద్యోగులకు అన్యాయం మరొపై రిజిస్ట్రేషన్లు అమలు చేయకుండా ఉండడానికి ప్రభుత్వరం ప్రైవేట్ పరం చేసున్నారు. గత పదేండ్లలో మూడున్నర లక్షల ఉద్యోగాలంగా సంస్థల్లో రద్దు చేశారు.

ప్రభుత్వ రంగంలోని సంస్థల్లో కాంట్రాక్టు ఉద్యోగులు పెరిగింది. మరొపై సామాన్యులు పొదుపు చేయలేనంతగా పెరిగింది. 40 శాతం సంపద దేశంలోనే ఒక శాతం జనాభా రగ్గు పైంది. ప్రజాసామ్య దేశంలో జలా సంపద ఒక దగ్గర తోగుపడుటం మంచిది కాదు. భారతీసు ప్రపంచంలోనే అత్యధిక వృద్ధి సాధిస్తున్న బీజీపీ నేతులు అభివర్ణిస్తారు. కానీ, గత పదేండ్లూ దేశంలో పేదరికి ప్రస్తున్నది. దేశంలోనే అత్యంత ధనవంతులైన 0.4 మందిపై సంపద సుమారు రూ.8 లక్షల కోట్లు సమకూరుతాయి. కానీ, ఆ పని అదనానీ లాంటి వారికి లభించే చేకార్ఎలా ప్రధాని వ్యవహరిస్తున్నారు. వేతనగతి ప్రజలపై కేంద్రప్రభుత్వం అత్యధికంగా పన్నుల భారత సంపన్యులు, కార్బోరేట్ కంపెనీలకు టాక్స్ రిటెంట్ ఇస్తూ సామాన్యుల పరోక్షంగా పన్నుల బాధుతున్నారు. 2014లో ఎల్లీజీ సిలిండర్ ధండగా.. 2024 నాటికి అది 120 శాతం పెరిగి సుమారు రూ.900 అలాగే పెట్రోల్ 37 శాతం, జిఫీలో 64 శాతం, మంచున్నా శాతం ధరలు 71 శాతం పెరిగాయి. ఈ ధరల్ని భరించలేని పేద కుటుంబాల పిల్లలు పోత్కాపోర లోపంతో బాధపడుతున్నారు. ఎల్లీజీ పాలనల ఏడు కోట్ల మంది దారిద్రుఱే దిగువకు చేరుకున్నారు. మరొపై పాలనలో ఎస్టి, ఎస్టి వర్గాలపై దాడలు 48 శాతం పెరిగాయి చేయాల్చిన జనగణన పూర్తి చేయకుండా ఎస్టి, ఎస్టి, బీసీఎలు, పేదలకు ప్రయోజనాల్లి తెక్కిపెడుతున్నారు. ఈ దశాబ్ద కాలంలో ప్రజ

నిరుద్యోగ అంగట్లో సరుకుగా మార్చారు. అరుణాచల్ పడేర్, గోవా, మహారాష్ట్ర, మజిస్ట్రాటర్లో ఎమ్మెలైట్లు కొనుగోలు చేసి, అత్ర రాస్టి చేచిక్కించుకున్నారు. తమకు మద్దతిప్పని, తమ ప్రాణి ఎంపిలవై సీబీబి, ఈఁడి దాడులు చేయించి, బెదిరించి మరీ ఆత్మస్తున్నారు. 2014 తర్వాత ప్రతిపక్ష నేతులై ఈఁడి కేసుల శాతం పెరగబట్టి అందుకు నిదర్శనం. దేశంలో సమాఖ్య వ్యవహరిస్తున్న వోదీ ప్రభుత్వం ప్రజాశిల్ప సంఘాన్ని మండలిసి రద్దు చేసింది. రాష్ట్రాలకు న్యాయంగా ఇవ్వాలిసిన రాష్ట్రాలలో చర్చించకుండా నిధుల పాపిటీని చేపడ ఇవ్వాలిసిన పన్నుల వాటాను తప్పించకోవచూనికి అడ్డారి

తం 88కి విఫ్సున్నది. కాంగ్రెస్ పదేండ్ల పాలనశి పోలిస్తే మౌది వాబి శాతం 15కు పెరిగింది. జీవ్సీని ప్రవేశపెట్టిన బీజేపు కున్న స్టేచ్చరు మారించింది.
 రాష్ట్రంలో విధించిన వస్తు సేవల పస్సును కేంద్రం నుంచి తిని తిస్తుకుప్పారు. విప్లవ పూరితంగా వ్యవహరిస్తూ బీజేపు అభికి నిదులు కేటాయిస్తున్నారు. ఎన్నికల్లో దబులు ఇంటర్వల్సు మధ్య పెట్టాలని ప్రయత్నిస్తున్నారు. దీర్ఘకాల ప్రార్థించశం-బక్కే ఎన్విక్ పేరిట సమాఖ్య స్వార్థిని పారించేలా ఎమతం పేరుతో కట్టు దండుకోవటానికి అలవాటు పడిన 42026లో జనగణన నిర్వహించి, ఆ తర్వాత పార్లమెంట్ ర్యాఫ్జన చేసి తమకు అనుకూలుపైన రాష్ట్రాల్లో సీట్లు పెంచు చేస్తున్నది. ఒకవేళ ఇదే గసుక జిరిగితే దక్కించాడి రాష్ట్రాలు లేకపోందూత్తు పేరిట కేవలం ఉత్తరపదేశ్, బీచ్ రెండ్, రాజస్థాన్ రాష్ట్రాల్లో వచ్చే సీట్లుకొనే కేంద్రంలో బీజేపు అభికారణలోకి జిదే జిరిగితే దక్కించాడోపాటు ఈశాన్య రాష్ట్రాలకు పాప్రాధాస్యం ఉండడు. ఇప్పటికే ఎలక్షోర్ట బాండ్ల పేరుతో తెలిసిందే. కార్బోరెట్ సంస్థల్ని బెదిరించి వసూలు చేసిన పెట్టా పార్టీ ఎన్నికల్లో ఉపయోగించి అక్కమాలకు పాల్పడు. రాజ్యాంగాన్ని మార్చే లక్ష్మిన్ని బయలుకు తీస్తున్నది. చూపు ప్రయత్నిస్తున్న బీజేపు దేశంలోని విద్యావ్యవస్థను కాపాడు. సంకల్పంతో పని చేస్తున్నది తప్ప, దేశం కోసం కాదనేది వా

ఆమ భాళన పూరించలము
ఆమెకు కన్నోళ్లు కంట్లే పదే సరికి
మెట్లినింట్లో కాలు తీసి పుట్టినింట్లో వేసింది
చీకుటను వెలుతురు మింగినట్లు ఇంట్లో
ఆమె మాటల శబ్దాన్ని హన్యం మిగేసింది
ఆమెలింతా ఇప్పుడు మొద్దు నిదరబోయి
శింపిరెంటుకల తోచి శిరూ పడ్డాంది
సినుకులోని బోల్లున్ని కంపతోచి ముక్కులు
పూర్వాకుగంగానుట్టు

ఆగ్నేయ అర్థ అగ్నికి దూరమై కుక్కర్ విజిల్స
రాక పాల పొంగులు లేక చిలాఫుడింది
మూలకున్న చీపిరి చిన్పోయి తనను
చెతుల్లోకి తీసుకోమని తెగ మారా జేడ్చాంది
ఎకడ బట్టలు అక్కడ ఎల్లకిల్లా పదుకొని
కూడా చిరుండు గెచిపించుకుండు

ఒడుక్కేవాల్సిన పరిస్థితిలో పాలిత రాష్ట్రాలకు జీవ్ సర్వారు వేరిట్ రాజులాల కోసం 'బీ' శిర్గదలు వేస్తున్నారు. రత్నియ జనతా పోర్టీ నియోజకవర్గాల పునరోపాలని ప్రయత్నాలు ఇల్లంతా పారీషోభి ఇకారంగా తయారై జాతరలో తప్పిపోయిన చంటి పిల్లాడిలా బగ్గ బెంగ పద్మాంది కుండిలోని పూల మొక్కలు ఆమె చేతి నీళ్లు తాగక దాహంతో వాటి మఖాలు మార్పిపోతున్నాయి మార్పింగ్ కప్పు కాఫీ లేక కదుపులోని పేగులన్నీ ఒకటే అరుపున్నాయి

మనం బయట ఎంత బలాదూర్ తిరిగినా
ఇంట్లో ఆమె భాళీని మనం హారించలేము
వాళ్ళ ఒల్లంతా కండ్ల చేసుకొని
ఇల్లంతా ఇప్పరంగా ఈదుతుంటరు
ఇంట్లో వాళ్ళ లేకుంటే మనకు రాతియగమే
మగువలు లేకుంటే మనందరం అనాధలమే

- తాటిపొముల రమేశ్ (తారు)
వరంగల్, 7981566031

