

ದೊತ್ಯಪರಂಗಾ ಭಾರತಕು ಎಡುರುದೆಬ್ಬ !

సూర్యాధీని : ఐక్యరాజ్య సమితిలో కీలక పదవి చేపట్టకుండా పాకిస్తాన్‌ను నివారించడంలో ప్రధాని మౌద్దీ ప్రభుత్వం విఫలమైందని కాంగ్రెస్ బుద్ధపారం విమర్శించింది. "భారతీకు ఇది ప్రధానమైన దౌత్యపరమైన ఎదురు దెబ్బ" అని వ్యాఖ్యానించింది. ఇల్లి మాసానికి ఐక్యరాజ్య సమితి భద్రతా మండలి అధ్యక్ష భాద్యతలను చేపడుతున్నట్లు పాకిస్తాన్ ముగిళపారం వెల్లడించింది. ఐక్యరాజ్య సమితికి అధికార కేంద్రంగా భద్రతా మండలి వినిచేస్తుంది. ఐక్యరాజ్య సమితి భద్రతా మండలిలో తాత్కాలిక సభ్య దేశంగా పాకిస్తాన్‌కు రెండేళ్ళ పదవీకాలం ఈ ఏడాది జనపరి నుండి ప్రారంభమయింది. అందులో భాగంగానే ఈ అధ్యక్ష పదవి కూడా చేపడుతోంది. దీనికి తేడు త్వాయిబన్ అంక్లల కమిటీకి కూడా పాకిస్తాన్ అధ్యక్షత వహించనుంది. ఐక్యరాజ్య సమితి తీవ్రపాద వ్యతిరేక కమిటీ ఉపాధ్యక్షరాలిగా కూడా చేయనుంది. కాంగ్రెస్ ప్రధాన కార్యదర్శి రణదీప సింగ్ సూర్యివాలా ఇక్కడ విలేకర్తతో మాట్లాడుతూ, తీవ్రపాద దేశమైన పాక్ ఇప్పుడు అంతర్జాతీయ సెక్యూరిటీ ట్రోకర్స్‌గా మారిందని విమర్శించారు. 'దెయ్యిం ఇప్పుడు కుర్రలో కూర్చుంది.' అని అయిన వ్యాఖ్యానించారు. తీవ్రపాద దేశంగా రుజువైన, ఉగ్రవాదులకు ఆశ్రయమిస్తున్న, వారిని పెంచి పోస్తున్న, భారతీకు తీవ్రపాదాన్ని ఎగుమతి చేస్తున్న పాకిస్తాన్ ఇప్పుడు అంతర్జాతీయ నాయకత్వ పదవులకు ఎగబడింది. ఒకపక్క ఆ దేశం పొల్చుదుతున్న ఉగ్రవాదాన్ని భారతీ అనుభవస్తుండగానే ఇది చోటు చేసుకుండని సూర్యివాలా విమర్శించారు. పహల్గా డాడి జరిగిన కొద్ది వారాలకే ఇలా జరగడం పట్ల మాడీ ప్రభుత్వం మానంగా, నిష్ఠియాపరట్టంగా వుండడాన్ని ప్రశ్నించారు. పైగా ఐక్యరాజ్య సమితి తీవ్రపాద నిరోధక కమిటీ ఉపాధ్యక్షరాలిగా గతనెల 4న పాక్ భాద్యతలు చేపట్టాన్ని కూడా ఆయన ప్రశ్నించారు. ఉగ్రవాదంపై అంతర్జాతీయ తీర్మానాలను పదే పదే ఉల్లంఘించినా ఈ పదవులు వరించడాన్ని ఆయన ప్రశ్నించారు.

**పార్లమెంటు భద్రతా ఉల్లంఘన కేసుల్లో
ఇద్దరు నిందితులకు బెయిల్**

న్యాధినీ : భారత పొర్లమెంటులో 2023 డిసెంబర్లో చేటు చేసుకున్న భద్రతా ఉల్లంఘన కేసుకు నంబంధించి నిందితులకు బెయిల్ లభించింది. ఇద్దరు నిందితులు నీలం ఆజాద్, మహేశ్ కుమారవత్తులకు ధీశ్ ప్రైకోర్స్ బెయిల్ మంజూరు చేసింది. న్యాయమార్గులు జస్టిస్ సులభమణియం ప్రసాద్, జస్టిస్ హరీక్ వైడ్యూథాఫ్స్ ఎంకర్లో కూడిన ధర్మానును దీనిపై విచారణ జరిపింది. అనంతరం నిందితులు నీలం ఆజాద్, మహేశ్ కుమారవత్తులకు ఒక్కప్రతికి రూ.50 వేల వ్యక్తిగత బాండ్, అంతేముత్తానికి ఇద్దరు పూచీకట్టువై న్యాయస్థానం వారికి బెయిల్ను మంజూరు చేసింది. ఈ సంఘటనకు నంబంధించి మీదియా సంస్లకు ఇంటర్వ్యూలు ఇప్పవడణి, సోషల్ మీదియా పోస్టులు చేయడని ధర్మానును వారిని అడిశించింది. గతంలో ట్రయల్ కోర్స్ వారి బెయిల్ పిటీవ్స్‌ను తిరస్కరించింది. అయితే, దానిని సపాలు చేస్తూ నిందితులు ధీశ్ ప్రైకోర్స్‌ను ఆశ్రయించారు. దీంతో న్యాయస్థానం నుంచి వారికి అనుకూలంగా తీర్చు వచ్చింది. ‘2001 పొర్లమెంటు ఉగ్రగాడి’ రోజు 2023, డిసెంబర్లో లోకసంస్థలో ఒక పెద్ద భద్రతా ఉల్లంఘన చేటు చేసుకున్నది. నిందితులు సాగర్ శర్మ, డి.మన్సరంజన్లు జీరో అవర్ నమయంలో వథ్కీ గ్యాలరీ నుంచి లోకసభ చాంబర్లోకి దూకరు. డబ్బాల నుంచి పసుపు వాయువును విడుదల చేసి, నినాదాలు చేశారు. ఆ తర్వాత కొంత మంది ఎంపీలు వారిని నిరోధించే యత్నం చేశారు. దాదాపు అదే సమయంలో మరో ఇద్దరు నిందితులు అమోర్ పిండే, ఆజాద్ లు పొర్లమెంటు వెలుపల తానాపొపి నహి చల్గే(నియంత్రప్తం వని చేయదు) అనే నినాదాలు చేస్తూ తమ వెంట తెచ్చుకున్న డబ్బాల నుంచి వాయువును వదిలారు.

ఇన్విసిసలో కావుందుడు..

వాషిరూమ్మేలో సిక్కెట్ గా..

భంగళూరు: జన్మస్తిన అభీసులో ఓ కామాంధుడు.. సీక్రెట్ గా మహిళా ఉద్యోగుల వీదియొలను రికార్డు చేస్తూ దొరికిపోయాడు. నగరంలోని జన్మస్తిని హెలిక్స్ విభాగంలో సీనియర్ అసోసియేల్ కస్టమ్స్ లెంట్స్ గా పనిచేస్తున్న ఉద్యోగి స్పౌస్‌లీల్ నాగేష్ మాలి, కంపెనీ క్యాంపస్‌లోని మహిళల వాపరూమ్ లోపల ఒక మహిళా సహాయోగిగాని చిత్రికరించారనే ఆరోపణలతో అరెస్టు అయ్యాడు. పోలీసులు తెలివిన వివరాల ప్రకారం.. జన్మస్తినిలో పెక్కికల్ పెస్టింగ్ లీడ్గా పనిచేస్తున్న ఓ మహిళా ఉద్యోగి.. జూన్ 30 (సోమవారం) ఉదయం 11 గంటల ప్రాంతంలో అభీసు ఖుజు విభాగం మూడవ అంతస్తులోని మహిళల రప్పేరూమ్లో ఉన్నప్పుడు రహస్యంగా వీదియో తీసేందుకు ప్రయత్నించాడు. ఈ సంఘటన జరిగింది. బాధితురాలు వాపరూమ్లో ఉన్నప్పుడు.. ప్రక్కనే ఉన్న గది స్టాల్టలో ఆమె ఏదో అనుమానస్వరూపించింటం, కదలికను గమనించింది. దీంతో టాయిలెట్ స్టీలుబ్లై లేచి నిల్చుని చూడగా.. పక్క స్టాల్టలోని టాయిలెట్‌పై నిలబడి, మొబైల్ ఫోన్ పట్టుకుని ఆమెను రికార్డ్ చేస్తున్న వ్యక్తిని చూసి పోక్ అయ్యాడి. వెంటనే కేకలు వేస్తూ వాపరూమ్ నుండి బయటకు వచ్చి సహాయోగులకు సమాచారం ఇచ్చింది. అభీసు సిబ్బంది సంఘటనాశాకి చేరుకుని స్పౌస్‌లీల్ను పట్టుకున్నారు. అతని మొబైల్ ఫోన్ను తినిథి చేయగా.. బాధితురాలి వీడియో ఫుల్ఫోన్ గుర్తించారు. నా: సూచనల మేరకు స్పౌస్‌లీల్ క్షమాపణలు చెప్పి వీడియొను తొలగించాడు. తర్వాత ఈ ఘటనపై తన భర్తతో కలిసి బాధితురాలు పోలీసులను ఆత్మయించింది. అతడిని వదిలేస్తే.. మళ్ళీ ఇలాంటి వర్యాలు పునరావృతం కావచ్చని, ఆభీసు లోని ఇతర మహిళలకు హని కలిగించవచ్చని ఆమె అందోళన వ్యక్తం చేసింది. నిందితుడిపై కలిన చర్యలు తీసుకోవాలని ఆమె దిమాండ్ చేసింది. దీంతో స్పౌస్‌లీను అరెస్టు చేసిన పోలీసులు కేను నమోదు చేసి దూరావ్యక్త ప్రారంభించారు.

సిబల్ సోర్టింగ్ ఆర్టిఫిషియల్ లార్జర్స్ ఇక రుణాలు తీసుకునే వారికి వ్రయోజనం



శాంతిక్రమం బ్యాంకు లోన్ తీసుకుంటే పండగే..

வங்குகள் வசீனவுப்புரூபா சூரியன்கு வழகித் ருணாலைப் பொது
அவர்கள் ஆஸ்திராய் மீவை, நூற் இயந் வங்கி ஸம்யாதோ
‘ப்ரா-ஸெயிங் ஹிஜ் லீடு’ அங்கு அகர்ஷியமேன பிரக்டங்களு
சூரியன்கள். அதே, சூரியன்கு இல கூடர்க்காட்டும் வெநுக
பெரு ஸ்டீன் கீங்கும். ஆரத்தீர்க்கலோ வழகித் ருண
அவர்கள் வெப்புமூ கீலோ கீங்கு. தரசுகா இவி மாருதாய். வீரு
கோந்த, அவேஜான் லீ பாபீங் சீன்ஸ்டீ, ஸுரை ஸம்யாதோ
ருணம் கீங்கும் ராபாஸ்து சீந்தீ சாலா ரவுபு அரா சீன்கோவெப்பு.
வங்குகள் ஸந்தா ருண வழகித் தீட்டும் வெலா பிராவிதங் சீஸ்தும்.
வழகித் ருண அவர்கள் ஸ்ஜின்ஸு பல்லீ மாருதாய். சூரியன்கு,
அறிக் ஸந்தா தம் திரும்பானிக் லக்ஷ்மீநு சீருகீவானிகி,
வங்குகள் அமுகாலனு பெங்கானிகி பிரயதீஸ்தாய். அங்குகீ
அக்கீப்ரிர்லீ கனிபீங்சீ லீந் அவர்க் மாரிப் வசீநரிகி
மாரிபீதும்கும். ஦ிபாவளி, ரஸரா, கிஸ்தி, நூற் இயர்க்
வங்கி வங்குகள் ஸம்யாதோ சூரியன்கு பிரதீக் அவர்கள்
அஸ்தாய். வழகி ரீத்து தகிள்காடும், ப்ரா-ஸெயிங் ஹிஜ்களு லீகுந்தா
சீயும், தூர்கா லீந் அவந்த, காஷ்சியாக் லீநா கிழ்வேர்களு
அவந்த, திரிகி சீலீங்புலீ வெநுல்லாட்டு கிழிப் பந்து
சுருகுதும். பேதீங் ஸ்ஜின் (ஜனவரி-மாரிபு): பேதீங்கு வாலா
இருபு அவந்தும் கால்கீ, கா ஸம்யாதோ வழகித் ருணாலகு
கீமாநிக் பெருகுதும். சூரியன்கு தம் கஷ்மீரக பிரதீக்
அவர்கள், எகுவு மெதுத் லீந்து, தூர்கா ரவுபு அங்கிந்தா
வங்கீவி சீஸ்தாய். அறிக் ஸந்வத்துரங் சிவரிலீ (ஜனவரி-மாரிபு):
அறிக் ஸந்வத்துரங் சிவரி திரும்பானிகலோ சூரியன்கு தம்
லக்ஷ்மீநு புருதி சீயுடானிகி சூக்குட்கா கீங்கு. கா
ஸம்யாதோ அவி முரித் ஸரக்கா வைப்பாரிஸ்தாய். ஹிஜ்களு
மா஫ி சீயும் கீநா அடந்து பிரயோஜநாலு இவந்த
சுருகுதும். இவி காகுந்தா, ரிஜ்வீ சூரியன்கு அவ் இங்கீயா



ఉట్టను తగ్గించినపుడు లేదా ఆర్థిక వరస్తితులు మెరుగుపడినపుడు కూడా రుణ వడ్డి ఉట్టు తగ్గుతాయి. డిజిటల్ ఉండర్స్ (అన్నలైన్ లోన్ ఇచ్చే సంస్థలు) పోలీ కూడా బ్యాంకులై ఒత్తిడి పెంచి, మెరుగైన ఆఫర్లు ఇచ్చేలా చేస్తుంది. వండుగ ఆఫర్లు ఉన్నప్పటికే, వ్యక్తిగత రుణం మంజురు చేసేటపుడు, దాని ధరను నిర్ణయించేటపుడు బ్యాంకులు కొన్ని ముఖ్యమైన విషయాలను పరిగణనలోకి తీసుకుంటాయి. వండుగ ఆఫర్ ఉండనో, ఆర్థిక సంవత్సరం చివరి భాగమనో కనిపించిన వెంటనే ఏ లోన్స్‌నైనా తీసుకోవద్దు. తెలివిగా వ్యవహారించండి. పరిశోధన చేయండి: వివిధ బ్యాంకుల వడ్డి ఉట్టు, థీజిలు, నిబంధనలను పోల్చుండి. ఆన్లైన్ ప్లాట్‌ఫారమ్లను ఉపయోగించి నిజ-సమయ ఆఫర్లను చూడండి. ఆఫర్ల ఆకర్షణీయంగా ఉన్నా వాటికి కరింపున త్రిచీల్ సోర్ట్ షరతులు ఉండవన్ను. అస్త్రత ప్రమాణాలను ఎవ్వుడూ చదవండి. తక్కు వడ్డి ఉట్టు మొదటి కొన్ని నెలలకు మూత్రమే వర్తించవచ్చు, లేదా పెద్ద మొత్తంలో రూజాలకే ఉండవన్ను. దాచిన ఛార్ట్లు, ఆఫర్ల తర్వాత శేష్టు వంటివి గమనించండి. మీకు తొందర లేకపోతా పండుగల సీజన్ లేదా ఆర్థిక సంవత్సరం చివరి తైమాసికంల వచ్చే ఆఫర్ల కోసం వేళి ఉండండి. కొద్ది రోజులు ఆగితే వేరూపాయలు ఆదా చేసుకోవచ్చు.

తగ్గనున్న జివన్‌టి భారం?



ముఖ్యాతిగి ప్రజలకు పూర్వాప్తి, ఏద్యాతిగిత, తల్లించాయిప్పద్గలవారా ఎక్కువగా వణయాగించి పన్నువులు, ఉత్సత్తులపై జీవ్సీనీ తగ్గించాలని కేంద్ర ప్రభుత్వం ఆలోచిస్తోంది. జీవ్సీ విధానాన్ని మరింత సరళతరం చేసే లక్ష్యంతో 12 శాతం జీవ్సీస్టుల్లో ఉన్నపన్నువుల్లో కొన్చించిపై పన్నువుల్లో పూర్తిగా తూలిగించడం, 5 శాతానికి తగ్గించాలని కేంద్రం ఆలోచిస్తోంది. మధ్యశతరగతి, బలహీపార్వత్యాల వారు ఎత్తువగా ఉపయాగించే పన్నువులపైనే దృష్టి పెట్టా రు. పన్నుతగ్గనున్న పన్నువులలో టూతీపేస్టీ, టూతీపోడర్, గొడుగులు, కుబ్బమిషప్పు, ప్రెపర్ కుక్కర్, వంట పూత్రలు, ఎలక్ట్రిక్ ఐర్నెలు, గీబర్లు, తక్కువ సామర్థ్యం గల వాపింగ్ మిఫీస్టు, సైకిత్సు, 1000 రూపాయిలక్కన్నా ఎక్కువ ధర ఉన్న రెడ్మెండ్ పన్నువులు, 500 నుంచి 1000 రూపాయిలలోపు ధరకంటే చెప్పులు స్టేషనరీ పన్నువులు, టీకాలు, సిరామిక్ టైల్స్, వ్యవసాయ ఉపకరణాలు, వంటి చాలా పన్నువులు ఉన్నాయి. ఈ చర్య వల్ల ప్రభుత్వం పై రూ.40 వేలకోట్ల నుంచి 50 వేల కోట్ల భారం పడుతుంది అయితే ఈ భారాన్ని భరించేందుకు ప్రభుత్వం నిద్రంగా ఉండని విశ్వసియి వర్గాలు తెలిపాయి పన్ను వినియోగం పెంచే ఉండశంతో ప్రభుత్వం ఈ ప్రతిపాదనకు పచ్చింది. దీనివల్ల తక్కువ ధరల అమృకాలు పెరుగుతాయిని, చివరికి పన్ను బేస్సు, దీర్ఘకాలిక జీవ్సీ పన్నాళ్ళ పెరుగుతాయిని కేంద్ర నమ్ముతోంది. కేంద్ర ఆర్కికమంత్రి నిర్మలా సీతారాముని ఈ మధ్య ఓ ఇంటర్ వ్యూలో జీవ్సీ రేట్లుగా మార్పులు చేసే ప్రతిపాదన ఉండని సూచనాప్రాయిలగా తెలిపారు. ప్రభుత్వం హేతుబద్ధంగా ఆలోచిస్తోందని, చాలా పన్నువులపై పన్ను తగ్గించడం ద్వారా మధ్యశతరగతి ప్రజలకు ఉపశమన కలిగించే అవకాశం ఉండని తెలిపారు.

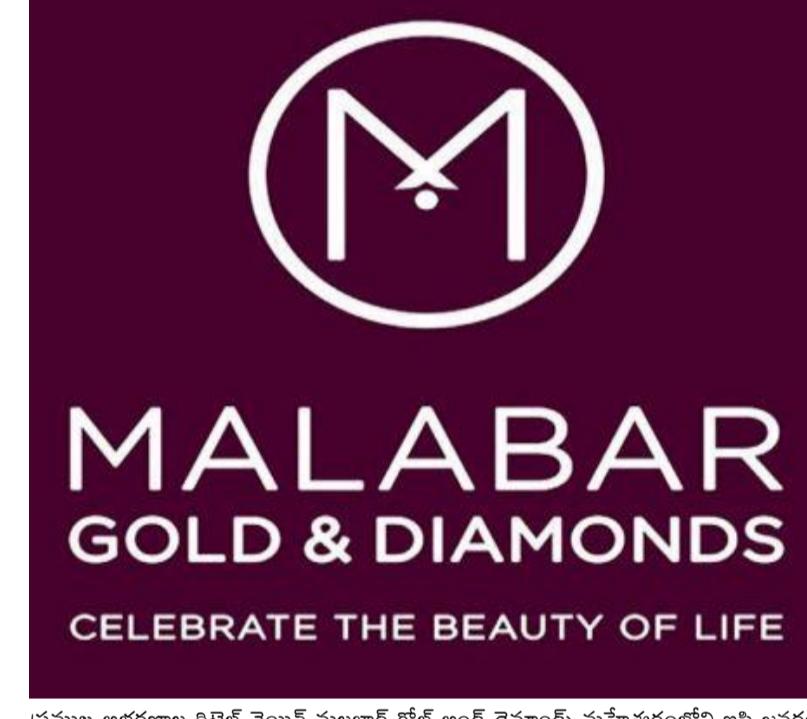
ಂಜು ಂಜುವ ವಯಸ್ಸುಗಳು

ବନ୍ଦାରଂ ଧରିଲୁ



నుండి 10 గ్రాముల 22 క్వార్టల్ బంగారం ధర 90,760 రూపాయల దగ్గర.. 10 గ్రాముల 2 క్వార్టల్ బంగారం ధర 98,890 రూపాయల దగ్గర.. 10 గ్రాముల 18 క్వార్టల్ బంగారం ధర 74,170 రూపాయల దగ్గర ట్రైడ్ అయింది. బంగారం కొనాలసుకునే వారికి వరుస షైక్లు తగ్గలుతున్నాయి. గత వారం రోజుల సుంచి బంగారం ధరలు పెరుగుతున్నాయే తప్ప తగ్గట్లేదు. వారం క్రితం స్ఫూర్థమైన 24 క్వార్టల్ బంగారం ధర 93 వేల దగ్గర ట్రైడ్ అయింది. వారం రోజుల్లోనే ఊహించిని విధంగా .. 98 వేలకు చేరుకుంది. అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో కొనసాగుతున్న పరిస్థితులు చూస్తుటే బంగారం ధరలు మరింత పెరిగే అవకాశం కనిపిస్తోంది. బంగారం కొనాలసుకునే వారు ముందుగానే జాగ్రత్త పడాలని, ధరలు తగ్గిపుడు కొని పెట్టుకోవలని ఉత్తమమని ట్రైడ్ నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ప్రైదరాబాద్ నగరంలో నిన్న 10 గ్రాముల 2 క్వార్టల్ బంగారం ధర 90,650 రూపాయల దగ్గర.. 10 గ్రాముల 24 క్వార్టల్ బంగారం ధర 98,890 రూపాయల దగ్గర.. 10 గ్రాముల 18 క్వార్టల్ బంగారం ధర 74,170 రూపాయల దగ్గర ట్రైడ్ అయింది. నిన్నిటో పోల్చుకుంటే పది గ్రాముల బంగారంపై.. గ్రాముకు ఒక రూపాయల చౌప్పున 10 రూపాయలు పెరిగింది. 10 గ్రాముల 24 క్వార్టల్ బంగారం ధర 98,900 రూపాయల దగ్గర.. 10 గ్రాముల 22 క్వార్టల్ బంగారం ధర 90,660 రూపాయల దగ్గర.. 10 గ్రాముల 18 క్వార్టల్ బంగారం ధర .. 74,180 రూపాయల దగ్గర ట్రైడ్ అవకోంది. మొన్నె పరకు బంగారం ధరలు తగ్గినా వెండి ధరలు మాత్రం పెరుగుతూ పోయాయి. కానీ, ఈ రోజుల వెండి ధరలు తగ్గాయి. నిన్న ప్రైదరాబాద్ నగరంలో 100 గ్రాముల వెండి ధర 12000 దగ్గర ట్రైడ్ అయింది. కేళీ వెండి ధర 1,20,000 దగ్గర ట్రైడ్ అయింది. ఈ రోజు 100 గ్రాముల వెండిపై 10 రూపాయలు, కేళీ వెండిపై 100 రూపాయలు తగ్గింది. 100 గ్రాముల వెండి ధర

మలబార్ గోల్డ్ తయారీ యూనిట్ ప్రారంభం



పార్క్లో తమ తయారీ యూనిట్సు ఏర్పాటు చేసింది. దీనిని గురువారం ముఖ్య ఆఫిషల్ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, పరిప్రకమల శాఖ మంత్రి డి శ్రీధర్ బాబు లాంపనంగా ప్రారంభించిన పార్క్ విధంగా మలబార్ గ్రూప్ కైర్రాక్ ఎంపి అహోద్ హోజరు కానున్నారు. రంగారెడ్జిల్లాలోని ఈ యూనిట్సు దాదాపు 3.7 ఎకరాల విస్తరణలో ఏర్పాటు చేసింది. దాదాపు 750 కోట్ల పెట్టుబడుల వ్యయం చేస్తేన్నట్లు ఇది వరకు ఆ సంస్థ పేర్కాది. సంవత్సరానికి 10 టన్నుల బంగారు ఆధరణాలు, 1.5 లక్షల క్యూట్ల వజ్రాల ఆధరణాలు, 180 టన్నుల సాప్రత్యుతి అత్యాక్షరానికి బంగారు శుద్ధికరణ చేయాలని నీర్దేశించుకుంది. మలబార్ గోల్డ్ ట్రైక్ 13 దేశాల్లో 37 ప్రైగా షోరూంలున్నాయి. తెలంగాణలో ఈ విధాది జనవరి నాటికి 23 స్టేట్లో 1000 మందికి ప్రైగా ఉద్యోగాలను కలిగి ఉంది. తెలంగాణతో పాటు భారతీలో 9 యూనిట్లు కలిగి ఉంది. కత్తు దుబారు, పొర్క, బ్రోయిల్స్ 5 యూనిట్లున్నాయి.

ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ವಿಜ್ಞಾನದ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಮೆಗಾ ಕಾರ್ಯಾಲಯ

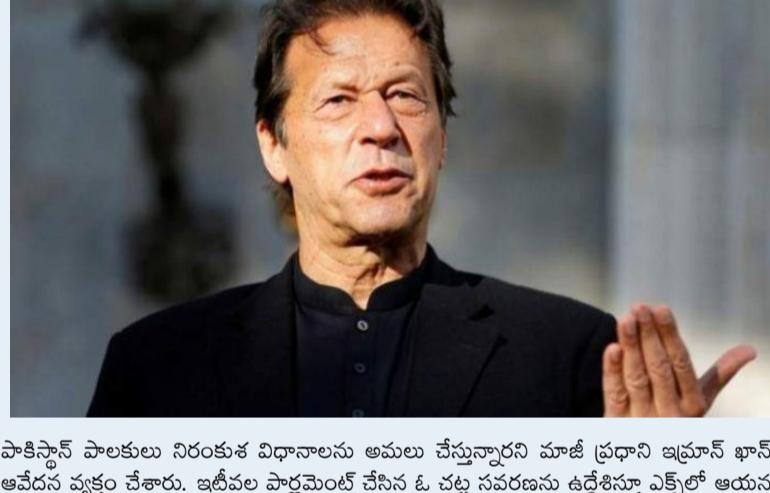


రిజర్వు బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా (ఆర్బిఐ) మార్గర్చకల ప్రకారం అధిక రిస్న్యూ కలిగి భాతాదారుల రెండెండ్కోసారి నో యువర్ కస్టమర్ (కేవైసీ) దాక్కూమెంట్సు నమర్చించాలే ఉంటుందని యూనియన్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా ఓ ప్రకటనలో తెలిపింది. ప్రతి భాతాను కస్టమర్ వ్యతీ ఆఫారంగా తక్కువ, మర్యాద, అధిక రిస్న్యూ వర్షికరించాలి ఉంటుందని తెలిపింది. తక్కువ రెస్న్యూ కలిగిన భాతాదారులు 10 సంవత్సరాలకు ఒకసారి, మర్యాద రెస్న్యూ కస్టమర్ సంవత్సరాలకు, అధిక రిస్న్యూ కస్టమర్లు 2 సంవత్సరాలకు ఒకసారి కెవైసిని నమర్చించాలే ఉంటుందని వెల్లడించింది. యూనియన్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియాకు చెందిన మొబైల్ బ్యాంకింగ్ ఇంబర్టోన్ బ్యాంకింగ్, రీ కెవైసి ప్రోల్ట్, కార్బోట్ వెట్సోట్లో కెవైసిని అవేడ్ట్ చేసుకోవాలని తెలిపింది. లేదా వాట్సావ్ బ్యాంకింగ్ 96666606060కు ప్రైమా అని పంపడం ద్వారా దాక్కూమెంట్స్ నమర్చించవచ్చని పేర్కొంది. తెలంగాణ రాష్ట్రప్యాపుంగా వివిధ ప్రదేశాలలో కస్టమర్లు రీ-కెవైసి నివీకరించడానికి ఒక మొగా క్రౌన్పిలున్ నిర్వహించనుట్లని వెల్లడించింది. కెవైసి నివీకరణ కోసం సమీప శాఖను సందర్శించాలని లేదా బిజినె

జాతీయ పత్రక రాష్ట్ర

ಭಾರತೀಯರು ಸಗರವಂಗ ತಲ್ಲಿತ್ತಿ ವಂದನ ಚೇಸೆ, ಭಾರತ ಸಾರ್ಥಕೋಮಾಧಿಕಾರಾನಿಕಿ ಪ್ರತೀಕ ಅಯಂ ತ್ವಿವ್ರಜ್ಞ ಪತಾಕ ರೂಪಕರ್ತ ವಿಂಗಳಿ ವೆಂಕರ್ಯ. ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಸಮರಯೋಧನಿಗಾ, ವ್ಯವಸಾಯ, ಭಾಗರ್ಥಿ ಖನಿಜ ಶಾಸ್ತ್ರವೇತ್ತಗ್, ಜವಹೆನ್ ಭಾಷಾ ಬೋಧಕನಿಗಾ, ಚಿತ್ರಕಾರುನಿಗಾ, ವಿವಿಧ ದೇಶಾಲ ಪರ್ಯಾಟಕನಿಗಾ, ಬಹುಮುಖ ಪ್ರಜ್ಞ ಕಲಿಗಿನ ವೆಂಕರ್ಯನು ಭಾರತೀಯರಲ್ಲಾ ಗುರ್ತು ಚೇಸುಕೊಳ್ಳಿನ ನಂದರ್ಭಂ ಅನಿವಾರ್ಯ. 1878 ಅಗಸ್ಟ್ 2ನ ಕೃಷ್ಣಾಜಿಲ್ಲಾ ಪೆದ್ದ ಕಕ್ಷೆಪಲ್ಲಿಲ್ಲೋ, ಜನ್ಮಿಂಬಿನ ವೆಂಕರ್ಯ, ಭಾಷ್ಟಿಪೆನುಪರಿಲ್ಲೋ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸಂ ಮುಗಿಂಮುಕ್ಕಾನಿ, ತನ 19 ವ ಏಟ ಮುಂಬೈ ವೆಚ್ಚಿ ಪ್ರೈಸ್‌ಪ್ರೈಸ್‌ಲೋ ಹೇರಾರು. ಮದ್ರಾಸಲ್ಲೋ ಫೇಸ್‌ನು ಇನ್‌ಸ್ಪೆಕ್ಟರ್‌ರು ಶಿಕ್ಷಣ ಪೂರ್ತಿ ಚೇಸಿ, ಕೊಂತಕಾಲಂ ಬಳಲ್ಲಿಲ್ಲೋ ಫ್ರೆಗ್ ಇನ್‌ಸ್ಪೆಕ್ಟರ್‌ಗಾ ಪರಿಚೇಸಾರು. ಅತನಿ ಜ್ಞಾನ ದಾಹಂ ಅಂತಲೆನಿಕಿ. ಶ್ರೀಲಂಕ ವೆಳ್ಳಿ ಕಾಲಂಬೋಲ್ಲೋ ನಿಸ್ಟಿ ಕಾಲೇಜೀಲ್ಲೋ ಪಾಲಿಡಿಕಲ್ ಎಕನಮಿಕ್ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ವಿಷಯಂಗ ಚದವಿ ಕೆಂಪಿನ್‌ ಸೀನಿಯರ್ ಪರೀಕ್ಷೆಲ್ಲೋ ಉತ್ತೀರ್ಜನರ್ಯಾಸು. ಕೊಂತಕಾಲಂ ರೈಲ್ವೇಲ್ ಗಾರ್ಡುಗಾ ಪನಿಚೇಸಾಡು. ಅ ಉದ್ದೇಶಾನಿಕಿ ರಾಜೀವಾಮಾ ಚೇಸಿ ಲಾ-ಪೊರ್ಟ್ ಲೋನಿ ಡಿ.ಎ.ವಿ. ಕಾಲೇಜೀಲ್ಲೋ ಚೇರಿ, ಸಂಸ್ಕೃತಂ, ಉರ್ಧ್ವ, ಜಪಾನ್ ಭಾವಲ್ಲೋ ಮಂಬಿ ಪಾಂಡಿತ್ಯಂ ಸಂಪಾದಿಂಬಾರು. ಜಪಾನ್ ಭಾವಲ್ಲೋ ಅನ್ರಾಕ್ಷಂಗಾ ಮಾಟ್ಲಾಡೆ ವೆಂಕರ್ಯ ಗಾರಿನಿ “ಜಪಾನ್ ವೆಂಕರ್ಯ” ಅನಿ ಪಿಲಿಚೇವಾರು. 1899 - 1902 ಮರ್ಯಾದ ದರ್ಶಕ ಸೈನ್ಯಾನಿಕ ವ್ಯಾಕೆರಂಗಾ, ದಕ್ಕಿಣಾಫ್ರಿಕಾಲ್ ಬೋಯರ್ ಯುದ್ಧಂಲ್ಲೋ ಪಾಲ್ಯಾನ್‌ನಾರು. ಅಕ್ಕಡೇ ಆಯನಕು ಸೌತಾಂತ್ರ್ಯದ್ವರ್ಮ ನೀರೆಶಕುಲ, ಭಾವಿಭಾರತ ಜಾತಿವಿತ ಮಹಾತ್ಮಾ ಗಾಂಧಿಂಢೆ ಪರಿಚಯಂ ವಿರ್ಗಿಂದಿ. ದಕ್ಕಿಣಾಫ್ರಿಕಾಲ್ ಉಂಡಗಾ ಮಹಾತ್ಮಾ ಗಾಂಧಿನಿ ಕವಿಶಾರು. ಗಾಂಧಿಂಢೆ ವೆಂಕರ್ಯತ್ವ ಏರ್ಪಡಿನ ಈ ಸಾಸ್ನಿಹಿತ್ಯಂ ಅರ್ಥಸಂಘಳಿಂ ಪಾಟು ನಿಲಿವಿದಿ. ಭಾಗರ್ಥಿ ಖನಿಜ ಶಾಸ್ತ್ರವೇತ್ತಗ್ ಮೈತ್ರಾ, ವಜ್ರಾಲಾವೈ ಆಯನ ವಿನ್ಯಾಸ ಪರಿಕೊಳ್ಳಬಂತು ಜಿರಿಪಾರು. ಸ್ವದೇಶಂ ವಸ್ತು ಅರೆಬಿಯಾ, ಅಪ್ಪಿಸ್ಥಾನ್ ಲು ಚಾಚಿ ವಾಚಾರು. ಗಾಂಧಿಂಢೆ ಪರಿಚಯಂ ಅಯಂ ನಾಲೀ ಸುಂದಿ ಜಾತಿಯ ಜೆಂಡಾ ಎಲಾ ಉಂಡಾಲನೆ ಸಮಸ್ಯೆನೇ ತನ ಅಭಿಮಾನ ವಿಷಯಂಗಾ ಪೆಟ್ಟುಕಾನಿ, ದಾಣಿ ಗುರಿಂಬಿ ದೇಶಂಲ್ಲಿ ಪ್ರಪಾರಂ ಪ್ರಾರಂಭಿಂಬಾರು. 1913 ನುಂಡಿ ಪ್ರತಿ ಕಾಂಗ್ರೆಸ್ ಸಮಾವೇಶಾನಿಕಿ ಹೋಜರೈ, ನಾಯಕುಲಂದರಿಂತೆನೂ ಜಾತಿಯ ಪತಾಕ ರೂಪಕಲ್ಪನೆ ಗರಿಂಬಿ ವರ್ಷಲು ಜಿರಿಪಾರಿ. 1916ಲ್ಲಿ “ಭಾರತ ದೇಶನಿಕಿ ಒಕ ಜಾತಿಯ ಪತಾಕಂ” ಅನೇ ಅಂಗ್ ಗ್ರಂಥಾನ್ವಿ ರವಿಂಬಾರು. 1916 ಲೋ “ಸಿದ್ ಫರ್ ನೆಪನ್‌ಲ್ ಫ್ರೆಗ್” ಹೇರುನ 30 ನಮ್ಮಾನಾಲತ್ತೋ ಜಾತಿಯ ಪುಸ್ತಕ ರಚನ ಗಾವಿಂಬಾರು. ಈ ಗ್ರಂಥಾನಿಕಿ ಅಪ್ಪಣಿ ವೈಪ್ರಾಯ್ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಾಹಕ ನಭ್ಯಾದೈನ ಕೆಂಪ್ರಮಂತ್ರಿ ಸರ್ ಬಿ.ಎನ್. ಶರ್ಜ ಉತ್ತೇಜಕರಪ್ಪೆನ್ ಹೀರಿಕ ರಾಷ್ಟ್ರ. 1916ಲ್ಲಿ ಲಕ್ಷ್ಮೀಲ್ ಜರಿಗಿನ ಭಾರತ ಜಾತಿಯ ಕಾಂಗ್ರೆಸ್

ಸಮಾವೇಶಂಲ್ಲಿ ವೆಂಕರ್ಯು ತಯಾರು ಚೇಸಿನ ಜಾತೀಯ ಜೆಂಡಾ ಎಗ್ಸ್‌ರ ವೇಶಾರು. 1919ಲ್ಲಿ ಜಲಂಧರ್ ಹಾಸ್ತವ್ಯಾಲೈನ್ “ಲಾಲಾ ಹ್ಯಾರಾಟ್” ಮನ ಜಾತೀಯ ಪತಾಕಂಪೈ ರಾಣ್ಣ ಚಿಹ್ನೆಯುಂಬಾಗುಂಟುದಿನಿ ಸೂಚಿಂಬಾಗಾ ಗಾಂಧಿಜೀ ದಾರ್ಶಿ ಅಂತಿಕ್ರಿಯಾರ್ಥ 1921ಲ್ಲಿ ಅಭಿಲಿ ಭಾರತ ಕಾಂಗ್ರೆಸ್ ಸಮಾವೇಶಾಲ್ಯ ಬೆಜವಾದು ಜರಿಗಾಯಿ. ಗಾಂಧಿಜೀ ವೆಂಕರ್ಯುನು ಆ ಸಮಾವೇಶಾನಿಕಿ ಪಿಲಿಪಿಂ ಕಾಷಾಯಂ, ಆಕಪಚ್ಚ ರಂಗುಲು ಕಲಿಗಿ, ಮಧ್ಯ ರಾಣ್ಣಂಗಲ ಜೆಂಡಾನು ಚಿತ್ರಿಂಬಮನಿ ಕೋರಾರು. ಮಹಾತ್ಮೆದ್ದು ನೂಚಿಂಬಿ ಪ್ರಕಾರಂಗಾನೇ, ಒಕ ಜೆಂಡಾನು ನಮಕುರಾಣ್ಣದು ವೆಂಕರ್ಯು ಅನಂತರಂ ವರ್ಷಿನ ಅಳೋಚನಲ ಮೇರಕ, ಸತ್ಯಂ, ಅರ್ಥಿಂಸಲು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ನಿದರ್ಶನಮೈನು, ತೆಲುಪು ರಂಗು ಕೂಡಾ ಉಂಡಾಲನಿ ಗಾಂಧಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಡಗಾ, ವೆಂಕರ್ಯು ಆ ಜೆಂಡಾಲ್ಲೋ ಅರದನಂಗಾ ತೆಲುಪು ರಂಗುನು ಚೆಂಬಿ, ನೇತಿ ತ್ರಿಪಢಿ ಪತಾಕಾನ್ನಿ ದೇಶಾನಿಕಿ ಪ್ರಸಾದಿಂಬಾರ್ಥ “ಮದಡತ ಪೆಡಿತೆ ಪಿಡಿಕಡೆ ಕಾಸೀ, ಕೋಟುಸುಕೋಟ್ಟಿ ಭಾರತೀಯಲು ಪ್ರಿಯ ವಸ್ತುಂ”ಗಾ “ಗಾಂಧಿಜೀ”ನೇ, ವೆಂಕರ್ಯು ರೂಪಕಲ್ಪನೆ ಚೇಸಿನ ಜಾತೀಯ ಪತಾಕಂ ಪ್ರಶಂಸಾ ಪಾತ್ರಮಂದಿ. 1947, ಜುಲೈ 22 ವ ತೆದೀ ಭಾರತ ರಾಜ್ಯಾಂಗ ಸಭ್ಯರ್ಲೋ ಸೆಪ್ರೂ ಜಾತೀಯ ಜೆಂಡಾ ಗುರಿಂಬಿ ಒತ್ತಿರ್ಣಾಸಂ ಚೆನ್ನೂ, ಮುನುವಪೆಟಿ ತ್ರಿಪಢಿ ಜೆಂಡಾಲ್ನಿ ರಾಣ್ಣಾನ್ನಿ ತೀನೆಸಿದಾನಿ ಸ್ಥಾನಂಲ್ಲೋ ಅಕೋಕುನಿ ಧರ್ಮಪ್ರಕಾಂನ್ನಿ ಚಿಹ್ನೆಗಂಗಾ ಇಮಿದ್ದಾರ್ಥ ಚಿಹ್ನೆಗಂ ಮಾರ್ಪಿ ತವೀತೆ ಪಿಂಗಳಿ ವೆಂಕರ್ಯು ರೂಪಾಂದಿಂಬಿ ಜೆಂಡಾಕು ನೇತಿ ಜೆಂಡಾಕು ತೇಡಾ ಏಮಿ ಲೇದು. ಅಕೋಕುನಿ ಧರ್ಮಪ್ರಕಾರ ಮನ ಘಾರ್ಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಕಿ ಸಂಕೇತಂ. ಪಿಂಗಳಿ ವೆಂಕರ್ಯು 190 ಸುಂಬಿ 1922 ವರಕು ಭಾರತ ಜಾತೀಯೋದ್ಯಮಂ ಲೋನಿ ವಿವಿ ಘುಟ್ಟಾಲಲ್ಲೋ ಪಾಲ್ಗೊಸ್ತಾರು. ವಂದೆಮಾತರಂ, ಪೆಸಾಮ್ ರೂಪಂದ್ರಮಂ, ಅಂದ್ರೋದ್ಯಮಂಹಂಲಂಲಿ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಉದ್ಯಮಾಲ್ಲೋ ಪ್ರಥಾ ಪಾತ್ರಧಾರಿಗಾ ಉನ್ನಾರು. ಭಾರತದೆಶಾನಿಕಿ ತಿರಿಗಿ ವಿಚ್ಛಿನ ತರ್ವಾ ಅಯನ ಬೆಂಗಳೂರು, ಮದ್ರಾಸು ಲಲ್ಲೋ “ರೈಲ್ಸ್ ಗಾರ್ಲ್ಸ್” ಹಾಗೆ ಪಿನಿಚೇಶಾರು. ಆ ತರುವಾತ ಕೊಂತ ಕಾಲಮು ಬಳಳಿಲ್ಲೋ “ಪ್ಲೈಟ್ ಅಧಿಕಾರಿ”ಗಾ ಪ್ರಭುತ್ವ ಉದ್ದೇಶಗಮು ಚೇಸಾರು. ವೆಂಕರ್ಯುಲ್ಲೋ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಿ ಅಯನನು ಎಂತೋ ಕಾಲಮು ಉದ್ದೇಶಗಮು ಚೇಯನಿವ್ವೀಕರಿದ್ದೀರ್ಣಿ 1906 ಸುಂದಿ 1922 ವರಕು ಜಾತೀಯೋದ್ಯಮಾಲತೋ ಪಾಲ್ಗೊ ಮನಸ್ಗಾಲ ಪರಗಣ ನಡಿಗೂಡೆಲ್ಲೋ ಜಮೀಂದಾರು ರಾಜ ಬಹುದೂ ನಾಯನಿ ರಂಗಾರಾವು ಕೋರಿಕ ಮೇರಕ, ನಡಿಗೂಡೆಲ್ಲೋ ನಿವಾಸಮುಂದು ಪತ್ತಿ ಮೊಕ್ಕಾಲ್ಲಿನಿ ಮೇಲು ರಕ್ತಮುಲ ಪರಿಕೊಳ್ಳಣಲು ವಿನಿಯೋಗಿಂಚಾರು. ನಡಿಗೂಡೆಲ್ಲೋ ವ್ಯವಸಾಯ ಕ್ಷೇತ್ರಾನಿ ನಿರ್ಮಿಂಬಾಡು. ಈ ಪರಿಕೊಳ್ಳಣಲ್ಲೋ “ಕಂಬೋಡಿಯಾ ಪತ್ತಿ” ಅನು ಒತ್ತೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ರಕ್ತಮುಲ ಪತ್ತಿ ಮೀದ ವಿಕೇಷ ಕೃಷಿ ಚೇಸಾರು. ಅಯನ ಕೃಪಿತೆ ಅನಾಟಿ ಟ್ರಿಬೀಷಣ ಪ್ರಭುತ್ವಮುಕೂಡಾ ಗುರ್ತಿಂಬಡಮುತ್ತೋ ಅಯನ



స్నగ్దించారు. ఈ బానిసత్త్వాన్ని అంగీకరించడానికి బద్దులు జైల్లో చీకటి గదిలో జీవించడానికి ఇష్టవడతానని అన్నారు. తన సందేశాన్ని ప్రజలకు చేరకుండా ప్రభుత్వం అన్నివిధాలా అస్తకుంటేందని ఆరోపించారు. ప్రభుత్వానికి వ్యతిశేకంగా నిరసనలు తెలపాలిని తన మద్దతుదారులకు ఈ సందర్భంగా పిలుపునిచ్చారు. “ ప్రశాస్నావ్యంలో నాలుగు అంశాలకు చాలా ప్రాధాన్యం ఉంటుంది. ఓటుహక్కు చట్టబడ్డ పాలన, నైతికత, స్నేచాయుత మీదియా, ఇటీవల చేసిన ఇరవై అరవ రాజ్యాంగ సవరణ వీటన్నించినీ నాశనం చేసింది. జల్లి 6 తరువాత ఈ నిరంకుశ పాలకులకు వ్యతిశేకంగా పోరాదాలని, దేశం మొత్తానికి ముఖ్యంగా పీటిటి కార్యకర్తలకు, మద్దతు దారులకు విజ్ఞప్తి చేస్తున్నా. ఈ బానిసత్త్వాన్ని అంగీకరించడం కంటే జైల్లో చీకటి గదిలోనే జీవిస్తా ” అని ఇమ్రాన్ పేరొన్నారు. పాకిస్థాన్ ఆర్య చీఫ్ ఆసిమ్ మునీర్ పైనా ఇమ్రాన్ ఖాన్ తీవ్రస్థాయిలో ధృఢమెత్తారు. ఓ నియంత అధికారం లోకి వస్తే ఆతడికి ఓటు అవసరం లేదని, ప్రయుక్త అండ్ ఎర్ర పద్ధతిలో పాలన కొనసాగిస్తున్ని విమర్శించారు. అక్కడిని న్యాయవ్యవస్థ పైనా ఇమ్రాన్ మాట్లాడారు. కోర్టుల్లో ఎంపిక చేసిన న్యాయమార్గులే ఉంటున్నారని, స్నేహంత్రంగా వ్యవహరించే వాళ్ళ శక్తిశేషులుగామారిపోతున్నారని అన్నారు. దేశంలో వాక్ స్పెషాలింట్ర్యూ కనమరుగుతోందన్న ఇమ్రాన్ నిజాయాతీ గల జర్జులిస్టులను లక్ష్మింగా చేసుకుంటున్నారని ఆరోపించారు.

సూర్య జుంగ్రుంగ్రీయాంగిడ్లో



A portrait of K. S. Raghavendra Rao, a middle-aged man with dark hair and a yellow shirt, looking slightly to the right. The image is a close-up shot.

ನನ ನಾರ್ತ್‌ನ ಅನುಭಾವ



శేశారు. మీకు ఏపైనా సందేహం ఉండా అని మీదియాను నిలించారు. కాగా, తనకు మరో గత్యంతరం లేదని, తాను ఆయనకు మర్దతు ఇవ్వాలని, పైకమాండ్ నిర్ణయమే తనకు శిరీధార్యం అని డిప్యూటీ సిఎం డికె లిపకుమార్ అన్నారు. కర్ణాటక ముఖ్యమంత్రి పరచిని డికె లిపకుమార్ కు ఇప్పాలని పొట్టి శాసనసభలు, ఆయన మర్దతు దారుల డిమాండ్ లేపచ్చంలో ఇద్దరు అగ్రసాయకులు ఈ విధమైన వ్యాఖ్యలు చేశారు. రాష్ట్రంలో నాయకత్వం మార్పుపై కొద్దికాలంగా కొనసాగుతున్న రాజకీయ ఉపాధిగానాలకు ముగింపు పలికేందుకే సిద్ధరామయ్య ఈ ప్రకటన చేశారని భావిస్తున్నారు. కర్ణాటకలో నాయకత్వం మారబోవడం లేదని కాంగ్రెస్ జనరల్ సెక్రటరీ రణాదీవ్ సుస్థేషవాలా మంగళవారం స్పృష్టిమైన ప్రకటన చేసిన తర్వాత కూడా ఈ ప్రకటన వెలువడడం విశేషం. అయితే, బధధారంనాడు లిపకుమార్ చేసిన వ్యాఖ్య ఒకరోజు ముందు ఆయనే చెప్పినదానికి బిస్సుంగా ఉంది. మంగళవారం నాడు తాను ముఖ్యమంత్రిత్వం ఆశించడం లేదని 2028 అసంఖ్యి ఏన్నికలకు ముందు కాంగ్రెస్ పొర్ట్‌ని బలోపేతం చేయడం పైనే తాను పూర్తిగా దృష్టి కేంద్రికరించవలసి ఉందని ఆయన అన్నారు. 2028లో మళ్ళీ కాంగ్రెస్ ను రాష్ట్రంలో తిరిగి అధికారంలోకి తీసుకురావడమే తన తత్త్వం కర్తవ్యం అని డికె వివరించారు.

నారీ చెప్పిన సిలం



మగ్నిరు భారతీయవ్యా

కిడ్నీస్ చేసిన అల్జైమర్ ట్రైటా ఉర్వవాదులు..

మాలీలో ముగ్గురు భారతీయులు కిడ్న్యూప్ట్కు గురయ్యారు. ఓ నీమెంటు ఛౌక్కరీపై సాయుధ దుండగులు దాడి చేసిన తర్వాత ఈ ఘటన చోటుచేసుకుంది. నిషేధిత ఉగ్వాద సంస్కరణల్లో నీమెంటు ఉన్న ఉగ్వాదులు ఈ దారుణానికి పొల్పిడినట్లు తెలుస్తోంది. ఈ విషయాన్ని భారత విదేశాంగగశభ గుర్వారం బ్రూఫీకరించింది. పళ్ళిము మాలిలోని కాయెన్ ప్రాంతంలోని డ్రైమెండ్ నీమెంటు ప్రౌక్కరీలో ఈ ఘటన చోటుచేసుకుంది. ఈనెల 1న ఈ ప్రాంతంలో సాయుధ దుండగులు దాడి చేసి.. అక్కడి కార్బూకులను బండిలుగా తీసుకెళ్లారు. వారిలో భారతీకు చెందిన ముగ్గురు కార్బూకులు ఉన్నారు. అల్లిష్ట్రోడా అనుబంధ సంస్కరణ జమాత్ నుస్రత్ అల్ ఇస్లాం వార్ల ముస్లిమ్ నీ ఈ దాడిని తామే చేశామని ప్రకటించింది. కిడ్న్యూప్కు గురయిన వారి విపరాలను విదేశాంగగశభ వెల్లడించలేదు. మాలి రాజుధాని బిమాకోలోని భారత రాయబార కార్బూలయం స్థానిక అధికారులు, పరిశ్రమ యాజమాన్యతో నిరంతరం సంప్రదింపులు జరువుతుందని విదేశాంగగశభ తెలిపింది. బాధిత కుటుంబాలతో సంప్రదింపులు జరిపేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నారుని వెల్లడించింది. కాగా.. ఈ ఘటనను భారతీ తీప్పంగా ఖండించింది. ఒండిలును సురక్షితంగా, త్వరగా విదుదల చేయడానికి మాలీ ప్రథమత్వం తగిన చర్చలు తీసుకోవాలని కోరింది. ఈసందర్భంగా మాలిలోని భారతీయ శౌరులందరూ అప్రమత్తంగా ఉండాలని పేర్కొంది. సాయం కోసం మన రాయబార కార్బూలయాన్ని సంప్రదించాలని నూచించింది.

ପାଠେ ବ୍ୟାକିନ୍ଦରାଜଙ୍କ ଶ୍ରୀମତୀ ଲାଲ

హమాన్తో శాంతి ఒప్పుందం కుదుర్కువడానికి ఇజ్జాయల్ నిర్దింగానే ఉన్నరని అమరికా అధ్యయను దోసాల్ ట్రుంప్ తెలిపారు. కాల్యూల విరమణ ఒప్పుందానికి మధ్యపరిత్వం వహిం చేందుకు ఆయన సంస్థిత్వం వ్యక్తం చేశారు. ఈ మేరకు ఆయన తన సామాజిక మార్పుమ వేదిక ట్రూత్ సోశల్ లో ఓ పోష్ట్ పెట్టారు. ‘అర్పి రోజుల కాల్యూల విరమణ ను ఖారా చేయడానికి అవసరమైన పరతులకు ఇజ్జాయల్ అంగీకరించింది. కాల్యూల విరమణ సమయంలో యుద్ధాన్ని ఆపేందుకు అన్ని ప్రకూలతో మేము చర్చలు జరువుతాం’ అని ట్రుంప్ వివరించారు. ఖార్ల్, ఈజిస్ట్స్ కు చెందిన ప్రతినిధులు హమాన్ ముందు ‘తుది ప్రతిపాదన’ను ఉంచుతారని అన్నారు. కాగా ట్రుంప్ పోష్ట్ పై ఇజ్జాయల్, హమాన్లు అధికారికంగా ఇంకా స్పందించలేదు. ఇజ్జాయల్ ఏ పరతులకు అంగీకరించిందో తెలియడం లేదు. ట్రుంప్ గతంలో కూడా ఇలాంటి ప్రకటనే చేశారు. అమెరికా అర్ధక్షుడిగా తాను బాధ్యతలు చేపట్టడానికి ముందే కాల్యూల విరమణను పాల్టింపడం సహా యుద్ధాన్ని ఆపేసేందుకు ఇజ్జాయల్ సంస్థిత్వం వ్యక్తం చేసిందని ట్రుంప్ చెప్పుకొచ్చారు. అయితే అది ఒల్డీస్ అని తేలిపోయింది. క్రైస్తిల్ మార్టిన్‌పై కుదుర్కుతన్న ఒప్పుందాలను ఉల్లంఘించారంటూ ఇఱ పక్కాలు పరస్పరం ఆరోపణలు చేసుకున్నాయి. ఐక్యరాజ్యమయితి కూడా అనేక నెలలుగా కాల్యూల విరమణ ప్రతిపాదనలు చేస్తోంది. శాంతి స్థాపన కోసం తీప్త కృషి చేస్తున్న ఖార్ల్, ఈజిస్ట్ దేశాలు తుది ప్రతిపాదనను హమాన్ ముందు ఉంచుతాయని ట్రుంప్ తన తాజా పోష్ట్‌లో తెలియజేశారు. ‘మధ్యప్రాచ్యం మంచి కోసం ఈ ఒప్పుందానికి హమాన్ అంగీకారం తెలుపుతుందని అనుకుంటున్నాను. ఒప్పుందాన్ని పూతిరేకిస్తే హమాన్ పరిస్థితి మరింత దారుణంగా మారుతుంది’ అని ఆయన పేర్కొన్నారు. కాగా ట్రుంప్ వచ్చే సోమవారం స్టేట్‌సెధంలో ఇజ్జాయల్ ప్రధాని బెంజిమిన్ నెతన్యాహూతో సమావేశమయ్యే అవకాశం ఉంది.

ఆరు నెలల జైలు శిక్ష



తెలుగు తెగింది. ఈ కనుల్ ఆవు దాఖా తెల్పున బంగ్లాద్ధర అంతర్జాతీయ నొల్లు త్రిబ్యునల్ (ఐఎసీ), బుధవారం ఆమెకు ఆరు నెలల జైలు శిక్ష విధించింది. దాచాపు ఏడాది క్రితం దేశంలో తీవ్ర నిరసనల మర్య ఆమె ప్రభుత్వం కూలిపోయి, దేశం విడిచి వెళ్లిన తర్వాత ఒక కేసులో ఆమెకు శిక్ష పడటం ఇదే మొదలిసారి. ధాకా ట్రైబ్యూన్ల ప్రతిక కథనం ప్రకారం, జస్టిస్ ఎందీ గోలాం మెర్రెజా మొజుందర్ నేత్తుత్వంలోని అంతర్జాతీయ నేరాల త్రిబ్యునల్-1కు చెందిన ముగ్గురు సభ్యుల ధర్మానునం ఈ సంచలన తీర్మాను వెలువరించింది. ఇదీ కేసులో సంబంధం ఉన్న టైలందా ప్రాంతానికి చెందిన షక్రీల ఆకండ్ బుల్వర్స్కు కూడా రెండు నెలల జైలు శిక్ష విధించినట్లు త్రిబ్యునల్ స్వస్థం చేసింది. వేక్ హాసీనా ప్రస్తుతం కేవలం కోర్టు ధిక్కరణ కేసులోనే కాకుండా, అంతకంటే తీవ్రమైన ఆరోపణలను కూడా ఎదుర్కొంటున్నారు. గత ఏడాది తన ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా జరిగిన భారీ నిరసనల సమయంలో అమానవియి రీతిలో నేరాలకు పాల్వాడ్చారంటూ ఆమెపై అధికారికంగా అభియోగాలు నమోదయాయి. నిరసనకారులపై వేక్ హాసీనా ‘పద్ధతి ప్రకారం దారులు’ చేయంచారని ఐఎసీ చీఫ్ ప్రొఫీకూటర్ మహముద్ తాజుల్ ఇస్లామ్ ఆరోపించారు. బక్యూరాజునమితి మానవ హక్కుల కార్యాలయం నివేదిక ప్రకారం, 2024 జూలై 15 నుంచి ఆగస్టు 15 మర్య జరిగిన ఆ హింసాత్మక ఘులనల్లో సుమారు 1,400 మంది ప్రాణాలు కోల్టైయస్టులను అంచొనా. అయితే, తనపై మౌఖిం అన్ని ఆరోపణలను వేక్ హాసీనా మొదటి నుంచి ఖండిస్తూ వస్తున్నారు. ఈ ఆరోపణలపై వాదసలు వినిపిస్తామని ఆమె తరఫు న్యాయాది అమీర్ హస్సేన్ మీదియాకు తెలిపారు. 2024 ఆగస్టులో దేశవ్యాప్త అందోళనలతో అవామీ లీక్ ప్రభుత్వం అనుమాంగా కూలిపోవడంతో వేక్ హాసీనా బంగ్లాదేశ్ విడిచిపెట్టి భారతదేశానికి చేరుకున్నట్టు కథనాలు వచ్చాయి.

భారత్, చైనాలపై 500 శాతం పన్నులు..

భారత్, చైనాలపై అమెరికా పన్నుల విడుగు వేయాలనే యొవనలో ఉంది. రష్యా ఆయిల్, విధ్యుతీ ఉత్పత్తుల్ని దిగుమతి చేసుకుంటే భారత్, చైనా దిగుమతులపై 500 శాతం అమెరికా పన్నులను విధించసంది. ఈ మేరకు అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ నంకెతాలిచ్చారు. ట్రంప్ రష్యాను టార్గెర్గా చేసుకునే సుంకాలు త్రుప్తికంగా విధించే సెనెట్ బిల్లుకు ఆయన ఆమోదం తెలిపారు. ఈ విషయాన్ని అమెరికా సెనెట్ లిండ్సే గ్రాహమ్ అదివారం ఎబిసి న్యూస్కి ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో వెల్లడించారు.అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ రష్యా -ఉక్రెయిన్ యుద్ధంలో పెద్ద మందడుగు వేశారు. ఈ క్రమంలోనే ఉక్రెయిన్తో చర్చలు జరపడానికి ట్రంప్ చేస్తున్న ప్రయత్నాల్లో భాగంగానే. ఈ సెనెట్ బిల్లు ప్రవేశపెట్టాలని తనను కోరిసట్లు గ్రాహమ్ ఈ ఇంటర్వ్యూలో వెల్లడించారు. అయితే ఈ రష్యా- ఉక్రెయిన్ యుద్ధాన్ని నిలిపివేయాలని చర్యల్లో భాగంనే ట్రంప్ ఈ బిల్లును ప్రవేశపెట్టిందుకు ప్రయత్నిస్తున్నట్లు గ్రాహమ్ తెలిపారు. ఈ నేపథ్యంలోనే యుద్ధానికి నపాకరిస్తున్న భారత్ చైనాలపై బెదిరింపు వ్యాఖ్యలు చేశారు. ‘మీరు రష్యా నుండి ఉత్పత్తులను కొనుగోలు చేస్తూ.. ఉక్రెయిన్కు సహాయం చేయకపోతే.. అమెరికాలోకి వచ్చే మీ ఉత్పత్తులపై 500 శాతం సుంకం ఉంటుంది. భారత్, చైనా పుతిన్ చమురులో 70 శాతం కొనుగోలు చేస్తాయి. వారు పుతిన్ చేస్తున్న యుద్ధాన్ని కొనసాగిస్తున్నాయి’ అని గ్రాహమ్ ఈ ఇంటర్వ్యూలో తెలిపారు. అయితే ఈ బిల్లు కాంగ్రెస్లో అమోదం పొంది చట్టమైతే దానిపై సంతకం చేయాలా వద్ద అని ట్రంప్ నిర్ణయించుకోవచ్చ అని గ్రాహమ్ నోక్కి చెప్పారు. రష్యాపై అంక్షల్ని విధించే ఈ బిల్లుకు 84 మంది సెనెటర్లు మద్దతిపుస్తారు. ఈ బిల్లు రష్యా, చైనాలపై ఎకానమీ బంక్ బస్టర్గా నిలుస్తుంది.

ప్రాణ బంధులు

విషవ వీరుడు అల్లారి సీతారామరాజు గురించి తెలియని వారుండరు. మన్యం ప్రజల కోసం అలుపెరగని పోరాటం చేసి, వారి కోసం ప్రాణ త్యాగం చేసిన అమరుడైన అల్లారి, అక్కడి ప్రజలకు దైవ సమాపుడై, భారత స్వాతంత్ర్యం కోసం పోరాడిన యోధుడుగా, మన్యం వీరుడుగా, అగ్ని పీదుగుగ ప్రసిద్ధి గాంచిన పోరాట యోధుడు సీతారామరాజు. మన్యం ప్రజల హక్కుల కోసం, స్వాతంత్ర్యం కోసం పోరాడి 27 ఏళ్ళ చిన్న వయసులోనే ప్రాణ త్యాగం చేసిన విషవ జ్యోతి అల్లారి. ఆయన ఒక మహేశ్వరుల శక్తి. ఆయన జరిపిన సాయుధ పోరాటం స్వాతంత్ర్య ఉద్ఘమంలో ఒక ప్రత్యేక అధ్యాయం. సాయుధ పోరాటం రూరానే స్వతంత్రం వస్తుందని నమ్మి దాని కొరక తన ప్రాణాలర్పించిన యోధుడు. కేవలం 27 ఏళ్ళ వయసులోనే నిరక్షరూస్యులు, నిరుపేదలు, అమాయకులు అయిన అనుపరులతో, చాలా పరిమిత వసరులతో లిటీము సామ్రాజ్యమనే మహా శక్తిని ధీకొన్నాడు. రెండేళ్ల పాటు బ్రిప్పద్రుకు కంఠిమీద కనుకులేకుండా చేసిన సీతారామరాజు.. తనను సమ్మకున్న ప్రజల కోసం ప్రాణత్యాగం చేశాడు. సీతారామరాజు జన్మనినం 1897 జూలై 4. హేవళంబి నామ సంవత్సరం, ఆప్యాధ మాసం, శుద్ధ వంచమి - 23 ఘడియిల 30 విషుద్ధియిలు. (సాయంకాల 4 గంటలకు) మఖా సక్తతయుక్త వృత్థిక లగ్గం. వారి స్వాగమం ఇప్పటి పశ్చిమ గోదావరి జిల్లాలోనీ మోగల్లు, అయినా విజయసగరం దగ్గరి పాండ్రుగిలో తాతగారైన (మాతామహాదు) మందలపాటి శీరామరాజు ఇంట రాజు జన్మించాడు. అయితే పెరిగింది మాత్రం పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా మోగల్లులో. రామరాజు తండ్రి వెంకట రామరాజు, తల్లి సూర్యనారాయణమ్మ 9వ తరగతి వరకు చదివిన అల్లారి.. సంస్కతం, జోత్తిప్పశాస్త్రం, జాతక శాస్త్రం, విలవిద్య, గుర్రపు స్వార్లో ప్రాణియం పొందారు. 1917లో విశాఖపట్టం జిల్లా క్రిష్ణదేవిపేట ద్వారా మన్యంలోకి అడుగుపెట్టారు. రాజు కుటుంబం 1918 వరకు తనిహినే ఉంది. ఆ కాలంలోనే చుట్టుపక్కలగల కొండలు, అడవులలో తిరుగుతూ, గిరిజనుల జీవన విధానాన్ని గమనిస్తూ ఉండేవాడు. ధారకొండ, కృష్ణదేవి పేట మొదలైన ప్రాంతాలు ఈ సమయంలో చూసాడు. వత్సవాయి నీలాద్రిరాజు వద్ద జ్యోతిష్పుం, వాస్తు శాస్త్రం, హరయోగం, కవిత్వం నేర్చుకొన్నాడు. సూరి అభ్యాయశాస్త్రి వద్ద సంస్కతం, అయిర్చేదం నేర్చుకొన్నాడు. మన్యం ప్రజల దీన స్థితిగతులను పరిశీలించి, బ్రిటిష్ అధికారుల నిరంకుశ చర్యలకు వ్యతిరేకంగా విషవానికి నిదం కావాలని మన్యం ప్రజలను పురిగొల్పాడు. చిన్నప్పటినుండి సీతారామరాజులో దైవ భక్తి, నాయకత్వ లక్ష్మణాలు, దాన గుణం అధికంగా ఉండేవి. నిత్యం దెవ ఘూజ చేసేవాడు. తుని రామలింగేశ్వరాలయంలో కొంతాలం తపస్సు చేశాడు. 1916 ఏప్రిల్ 26 న ఉత్తరభారతదేశ యూత్రుకు బయలుదేరాడు. బెంగాలులో సురేంద్రనాథ బెనస్టీ వద్ద అతిధిగా కొన్నాళ్లు ఉన్నాడు. తయాత లక్కోలో జగిని కొంగ్రెసు మహాసభకు హజరయ్యాడు. కాశీలో కొంతాలం ఉండి సంస్కతభావను అధ్యాయనం చేశాడు. ఈ యూత్రలో ఇంకా బరోడా, ఉజ్జ్వలిని, అమృత్సేనర్, హరిద్వార్, బదరీనాథ్, బ్రహ్మపూలం మొదలైన ప్రదేశాలు చూసాడు. బ్రహ్మపూలంలో సున్యాస్ఫీడ్ స్వీకరించి, యోగిగా తిరిగివచ్చాడు. ఈ యూత్రలో అనేక భాషలు, విద్యులు కూడా అభ్యర్థించాడు. గృహావైద్య గ్రంథము, అశ్వశాస్త్రము, గజశాస్త్రము, మంత్రవ్యప్తమాల, రసాయన ప్రక్రియలు వంటి విషయాల గ్రంథాలను స్వయంగా ప్రాసుకొని భద్రపరచుకొన్నాడు. అనేక యుద్ధవిద్యల్లోను, అయిర్చేద వైద్యవిద్యలోను ప్రాణిష్టుడవటంచే త్వర్లలోనే రాజు చుట్టుపక్కల ప్రాంతాల ప్రజలకు ఆరాధ్యుడయ్యాడు. మన్యం ప్రజల కప్పలను నివారించాడనికి ప్రయత్నించేవాడు. ముహూర్తాలు పెట్టడం, రక్షణేకులు కట్టడం, మూలికా వైద్యం, చిట్టా వైద్యం, రామాయణ భాగవత కథలు వినిహించడం చేసేవాడు. భక్తి చూపేవారు. 1918 ప్రాంతంలో కొంగ్రెసింగిలో ఒక మౌద్యు చెట్టు క్రింద మందల దీక్క నిర్మించాడు. ఇతనికి అతీంద్రియ శక్తిలున్నాయని ప్రజలు భావించేవారు. బ్రిటీష్ ప్రభుత్వం మన్యం ప్రజలను నానా ఇఖ్యాందులకు గుర్తించాడు. శ్రమదోషించి, ఆనుల దోషించి, స్త్రీల మానవరణం సర్వసాధారణంగా జరగుతూ ఉండేవి. మన్యంలో గిరిజనుల జీవితం దుర్భరంగా ఉండేది. పోదు వ్యపసాయం చేసుకుంటూ, అటవీ ఉత్సత్తులను సేకరించి వాటిని అముకుని జీవించే వారిపై బ్రిటీషువారు ఫోరమెన దురాగతాలు చేసేవారు. రక్తిత అటవీప్రాంతం పేరుతో పోదు కొరకు చెల్లు కొట్టాడన్ని నిషేధించింది ప్రభుత్వం. గిరిజనులకు జీవనాధారం లేకుండా చేసింది. అటవీ ఉత్సత్తుల సేకరణలో కూడా అడ్డంకులు స్థష్టించింది. మన్యం వాసుల కప్పలను కడతేర్చటానికి, తెల్లదొరల దోషించిని ఎదుర్కొండానికి గిరిజనులకు అండగా నిలిచి పోరాటానికి సిద్ధ మైనాడు. చుట్టుపక్కల 30, 40 గ్రామాల ప్రజలకు రాజు నాయకుడయ్యాడు. గంటలొర, మల్లదొర, మొట్టడం వీరయ్యదొర, కంకిపాటి ఎండు పడాలు, సంకేజి ముక్కడు, వేగిరాజు (అగ్నిరాజు), గోకిరి ఎల్రెసు, చొంకుల మోదిగాడు వంటి సాపున వీరులు 150 మంది దాకా ఇతని అజమాయిలో తయారయ్యారట. పోలీసు స్టేషన్స్ ద్వారా దాడి చేసి ఆయుధాలు ఎతుకెళ్డంతో విషపం పొరంభమంది. 1922

నిశ్చయంచూకొన్నారు. అగష్టు 22న మన్యం విప్పవం ఆరంభమైంది. చింతపల్లి, కృష్ణదేవ్ పేట, రాజవోమ్యంగి, అడ్డతీగల, రంపోడవరం, తదితర పోలీన్ సేపన్ లను ముట్టడించి ఆయుధాలను తీసుకెళ్లరు. ప్రభుత్వం ప్రజలను పెడుతున్న కష్టాలను చూడలేని రాజు ప్రాణత్యాగానికి సిద్ధపడ్డారు. 1924 మే 7న కొయ్యారు గ్రామ సమీపంలో ఒక ఏలి పద్మ కూర్చొని, ఒక పశువుల కాపరి ద్వారా తనున్న చేటును పోలీసులకు కబురు పంపాడట. ఏలి బడ్డున స్నానం చేస్తూ ఉండగా పోలీసులు మట్టముల్లి రాజును బంధించారు. కొయ్యారులో విడిది చేసి ఉన్న మేజర్ గుడాల్ వద్ద రాజును హజరు పరిచారు. బంధిగా ఉన్న అల్లారి సీతారామ రాజును (ఒక చెట్టుకు కట్టిపోసి) ఏ విచారణ లేకుండా గుడాల్ కాల్చి చంపాడు. తల్లికి కూడా రాజు మరణ వారము తెలియజేయలేదు. మే 8 న రాజు దేవ్ న్నీ పొలో తీయించిన తరువాత దహనం చేసారు. అతని చిత్రా భస్మాన్ని సమీపంలో ఉన్న వారాహ నదిలో కలిపారు. ఆ విధంగా కేవలం 27 ఏళ్ళ వయసులోనే అల్లారి సీతారామరాజు అమరపీరుడయ్యాడు. రామరాజు చనిపోయే ముందు రూథర్ ఫర్ట్ తో సాగిన సంభాషణ ఆయన వ్యక్తిత్వానికి దర్శణం పడుతుంది... నీలాంటి వీరుడు మా దేశంలో పుట్టి ఉంటే అని రూథర్ఫర్ట్ అన్న సందర్భంలో...."రూథర్ఫర్ట్.. పొరపాటున కూడా అలా ఊహించవద్దు. ఇది నా మాత్రభూమి. ఇక్కడి మల్లి పవిత్రం, నీరు పవిత్రం, గాలి పవిత్రం. నదులు, కొండలు నమస్తుం పవిత్రం. ఈ జన్మకే కాదు.. వేయి జన్మలకైనా ఈ పుణ్యభూమిలోనే పుడతాను. నా ప్రజల నముఘ్రణకే పెటుపడతాను". స్వరాజ్యం ఒకరిస్తే పుచ్చుకనే బిచ్చుం కాదు. పోరాడి గిలుచుకునే హక్కు రక్తమాంసాలు దారబోసి రక్కించుకోవాల్సిన వరం. నేను కోరేది నంపన్నులు, మేధావులు అనుభవించే స్వరాజ్యం కాదు. అట్టుగున ఉన్న మనిషి కూడా స్సేశ్వరు వాయువులు పీట్లే స్వరాజ్యం. ఎక్కడ భయానికి చావులేదో, ఎక్కడ ప్రతి మనిషి తల ఎత్తుకొని తిరగలడో, ఎక్కడ ఒకరి కష్టాన్ని మరొకరు కొళగొట్టరో, ఏది ద్వేష అసూయలకు అతీతమైన సంఘమో అలాంటి సంఘాన్ని రామరాజ్యాన్ని నేను కోరుతున్నాను. నీ దుష్ట రాజ్యం నా జాతిని సర్వాశనం చేసింది. ఆ కన్నిటి ప్రవాహాల్లో కరిగిన ఈ గుండె కరదుకట్టింది. మీ పొలనపై దగులట్టింది. రేగిన ఈ అగ్ని జ్వల చల్లారు. మీ అధికారం అంతమయ్యేవపరకు, ఆఖరి తలప్రాణి ఈ గడ్డ వదలి పారిపోయేం వరకు ఈ నిప్పుటోరులే, ఈ రక్త వర్షాలే, ఈ జీవన మరణ పోరాటమే.. ఒక్క సీతారామరాజు చనిపోతే లక్ష్మాది సీతారామరాజులు ఉర్ధువిస్తారు. ఒక్కాక్కడు ఒక్కాక్క విప్పవ వీరుడై విజ్ఞంభించి త్రిలిష్ట సామ్రాజ్యపు పునాదులు పెట్టగిస్తారు. సీతారామరాజు ఒక వ్యక్తి కాదు.. సమూహశక్తి, సంగ్రామ భేటి, స్వాతంత్ర్య నినాదం.

రాంచంద్ర రావు నెత్తుత్వం

తెలంగాణ రాజకీయ సమీకరణాలు వేగంగా మారుతున్న వేళ

పూర్వాలు, నామాజిక పర్గలు తత్త్వాల అర్థం, వాటాపై అపొహన కలిగిన ప్రశాలికలు... ఇష్టీ రాంచందర్ రాపు వంటి పరిణితితో కూడిన నాయకుడి చేతిలో రూపాందితేనే విజయవంత మహత్వాయి. రాంచందర్ రాపు న్యాయవాది కాబట్టి, విషేషాత్మకుడంగా ఆలోచించే శైలి ఆయన రాజకీయ నిర్వహయాలకు కూడ అన్వయించ గలదు. పోలీస్‌దారుల గౌరవాన్ని నిలుపుతూ, వారిని సమర్పణతంగా ఉపయోగించుకునే విధానాన్ని అమలు చేయగల నాయకుడిగా రాంచందర్ రాపు వ్యవహరించ గలరన్న నమ్మకం ఉంది. పార్టీలో పోలీస్ తత్త్వాన్ని అంతరంగిక విభేదంగా కాక, బలంగా మార్చే శక్తిని ఆయన దృక్పథం కలిగించి మాపగలదు. ఎవరి పైపు మొగ్గు చూపక, పార్టీ ప్రయోజనాలకే పెద్దవీట వేసే నైతిక స్ఫేర్యం ఆయన వ్యక్తిత్వాన్ని ప్రత్యేకంగా నిలబెడుతంది. రాంచందర్ రాపు కు గల ప్పన్ పాయింట్స్..ఆయన తక్కువ గౌడవలతో, ఎక్కువ ప్రభావాన్ని చూపగల నాయకుడు.

న్యాయవాది వర్గంలో నెడ్డబొక్కు తననునై వ్యక్తప్పించాడని. వ్యాయవాది శైలి ద్వారా వ్యవస్థాపిత రాజకీయం. ధీల్ని మద్దతుతో పాటు, రాష్ట్ర క్యాండర్కు అవగాహన ఉన్న వ్యక్తి. దూకుడు రాజకీయం కాకుండా, ధృఢమైన వ్యవస్థాపక దిలలో పాపేని నిధిపించే శక్తి. ఇవన్నీ సమీక్షనీ, బీజేపీకి రాంచందర్ రావు నాయకత్వం ఒక వ్యాపారత్తుక వనరుగా మారపచ్చన్నను అంచనాలు కొట్టిపాఠేయ లేనివి. పార్టీకి సూతన దిశ, క్యాప్టర్కి ప్రేరణ, ప్రజల్లో విశ్వాసం, రాజకీయ ప్రత్యుహ్యయంగా నిలపగల సామర్థ్యం - ఈ నాలుగు అంశాల సమ్ముఖీతి ఈ నాయకులో కనిపిస్తుంది. ఈ సందర్భంగా బీజేపీ తన గమనాన్ని క్రమబద్ధత, క్రమశిక్షణ, ప్రజాసమస్యల పట్ల స్పుందనలతో నింపుకని ముందుకు నడిచే అవకాశాన్ని చేయాల్సి కోకూడదు. నాయకత్వ మార్పు అపహస్యం కాకూడదు. రాంచందర్ రావతో ఆ అవకాశం ఇప్పుడు బీజేపీ ముందుంది. ఆ అవకాశాన్ని ఎంతపరకు వినియోగించ కుంటుంటో? ఏ మేరకు సఫలిక్కతం అవుతుందో! వేచి చూడాలి.

జాతీయ క్రూడా ప్రధానానిక టండ్రం ఆమాదం

కేంద్రమంత్రివర్గం పలు కీలక నిర్ణయాలు తీసుకుంది. పరిశోధనాభివృద్ధి ఆవిష్కరణల రంగంలో ప్రివేటు పెట్టబడులను ప్రోత్సహించడమే లక్ష్మంగా పరిశోధన అభివృద్ధి ఆవిష్కరణ(ఆర్డిఎఫ్) పథకానికి ఆమాదం తెలిపింది. ఈ పథకానికి రూ. లక్ష కోట్లు కేటాయించడానికి పచ్చజండా తోపింది. ఆర్డిఎఫ్ ప్రివేటు రంగ పెట్టబడులను ప్రోత్సహించడానికి తక్కువ లేదా వర్షార్జిత దీర్ఘకాలిక షైనాన్సింగ్ లేదా రీ షైనాన్సింగ్ అందించడమే ఈ పథకం లక్ష్మని కేసినట సమావేశం అనుంతరం మీడియాకు వివరాలను వెల్లించిని కేంద్ర మంత్రి అఖ్యానీ షైప్స్వ్ చెప్పారు. ప్రివేటు రంగం నిధుల విషయంలో ఎదుర్కొంటున్న అడ్డంకులు, సవాళ్లను అధిగమించడమే ఈ పథకం లక్ష్మని మంత్రి చెప్పారు. ప్రధానమంత్రి అధ్యక్షతన న్ను అనుసంధానం జాతీయ పరిశోధనా శాందేహస్ పాలక మండలి ఆర్డిఎఫ పథకానికి దిశానీర్థం చేస్తుందని షైప్స్వ్ తెలిపారు. దేశంలో కీడా మాలిక సదుపాయాలు పెంచడం, కీడాకారుల పమగ్రాఫీల్డ్ లక్ష్మంగా జాతీయ కీడా విధానం 2025కే కేంద్రమంత్రివర్గం ఆమాదం తెలిపింది. అట్టడుగు స్టోయసుంచి స్నూట్స్పోర్టులు వరకు ప్రతిభసు ప్రోత్సహించడం, కోలింగ్కు ప్రాప్శతును మెరుగుపర్చడం, దేశ కీడా మాలిక సదుపాయాలను మెరుగుపర్చడం పాలనీ లక్ష్మని మంత్రి తెలిపారు. కీడల్లో యువ అందోట్లు



నాణ్యత, నైపుణ్యాలు లేని చదువులేల?

ప్రస్తుతాల బద్దులు పెరుగుతున్నాయి. బట్టివద్దులతో జ్ఞానం విద్యార్థుల మస్తకాలను తాకడందేదు. నేటి విద్యాప్యవస్తలో చేటుచేసుకుంటున్న హంగసు, ఆర్ధాటాలు, ప్రచారాలు ‘చిగ్పం ప్పష్టి- నైవేద్యం సప్టి’ అనే సామాను తలిపున్నస్తుది. పీలిల చదువులవలన తల్లిదండ్రులపై ఆర్థిక భారం మౌయశక్యం గాని విధంగా తయారైంది. కిన్న పయము చదువుల పేరుతో సీర్గారిపోతున్నది. వ్యాపారంగా మారిన చదువుల వలన బాల్యం మొద్దుబారిపోతున్నది. నేటి చదువుల ప్పస్తకాలు మౌయానికి, బట్టి పట్టి, ర్యాంకులు సాధించడానికి పరిమితం కావడం వలన ప్రతిభకు నిర్వచనం మారిపోయాది. ప్రపంచం విజ్ఞాన రంగంలో ఎంతో ముందుకు దూసుకుపోతున్నది. ఇతర గ్రహాలపై అనేషణ కొనసాగుతున్నది. భారతదేశం కూడా సూర్యంద్రాదులపై పరిశోధనలు చేసున్నది. అంతర్వింటాను, అఱు, సాంపేతిక రంగాలోను దేశం ముందుకు దూసుకుపోతుంటే, ఇంకా మన విద్యా వ్యవస్తలో పరిశోధనాత్మకతకు, సాంకేతికతకు తావిష్వకుండా కంఠస్థంతో విద్యార్థులు కాలం నెట్టుకులావడం దేనికి సంతోషం? కృతిము మేధస్సు ఉర్రూతలూగిస్తూ ఉరకలేస్తుంటే, సాంఘిక మాధ్యమాలు పీళ్కకులకు ఊపిరి సలహనీయడం లేదు. అంతర్వింటా అధ్యుతాలు జరుగుతున్నాయి. స్నేహవాక్ చేసి అంతర్భిక్యునంలో ఎదురైన ఆటంకాలను అవిలిగా జయించి విజేతగా భూమికి అడుగిని సునీతా విలియమ్ సాహసాన్ని చూశాం. అంతర్వింటాకి అడుగిని భారత వ్యోమగామి శుభంపు శుక్లకు శుభాన్నిస్సులందించాం. విజ్ఞానం ఇంతగా వికసించి, గ్రహంతరయానానికి దారులు వెదుకుతుంటే, ఇంకా మనం విద్యాప్యవస్తును మారుతున్న కాలానికి అనుగుణంగా మార్పులు చేసుకోలేక ఇఖ్యందులుపడుతున్నాం. బట్టి చదువులకు స్ఫ్సీ చెప్పులేకపోతున్నాం. ఇంకా మార్పులు, ర్యాంకులంటూ మాన పద్ధతిలోనే పయినిస్తున్నాం. బండెదు పుస్తకాలను విద్యార్థులకు అంటగట్టి, ఫీజుల పేరుతో మౌయలేని ఆర్థిక భారాన్ని తల్లిదండ్రులనెత్తిన పెట్టడం భావ్యమా? మారుతున్న కాలానికి అనుగుణంగా చదువుల్లో గుణాత్మకమైన మార్పురావాలి. విద్యార్థుల భిప్పట్టుకోసం ఉపాధ్యాయులు నిరంతరం ప్రమించాలి. విద్యాపోధనలో సులభమైన పద్ధతులు అందుబాటులోకి పచ్చాయి. వాటిని అందుకుని నాణ్యతా ప్రమాణాలగల విద్యను భావితరాలకు అందించాలి. విద్యార్థులకు ఉపాధ్యాయులకు మధ్య గల సంబంధం కేవలం తరగతి గదులకే పరిమితమయ్యే గురుశిష్యుల సంబంధం మాత్రమే కారాదు. విజ్ఞానాన్ని ప్రపంచం నలుచెరగులా వ్యాపించ చేసి, అభివృద్ధికి ఆలంబించాలి. ఉపాధ్యాయులు నవప్రపంచ నిర్మాతలు. విద్యార్థులకు మార్గ నీరేశకులు. విక్యానికి వెలుగురేఖలు ఉపాధ్యాయులు. అజ్ఞానమనే అంధారంనుండి విజ్ఞానమనే వెలుగువైపు పయనింప చేసే శక్తి కేవలం ఉపాధ్యాయులకే సాధ్యం. ప్రపంచ ప్రగతి సాధన ఉత్తమ విద్య ద్వారా మాత్రమే సాధ్యం. ఉత్తమ నాణ్యతా ప్రమాణాలను నెలకోవ్చి, విద్యార్థుల్లో సైపుణ్యమైన ఉత్తముల క్రషి చేయాలి. కంఠస్థం చేయడం వలన కంఠశోష తప్ప ప్రయోజనం శూన్యం. దరద్రుష్పవశత్తు ఈనాలీకి ప్రపంచంలో చాలా మండికి విద్యావకాశాలు గగనకునుమంలా మారాయి. కొన్నిదేశాల్లో ట్రీలకు చదువుకునే స్వేచ్ఛ లేదు. మరికొన్ని దేశాల్లో కుటుంబాల ఆర్థిక స్థోమత సరిగా లేక, చదువుకునే అవకాశాలు మృగ్యమైపోతున్నాయి. బాలకార్యికులగా, వీధిభాలల్లా మిగిలిపోతున్నారు. ఒకవైపు ఇలాంటి పరిస్థితులు త్యండవిస్తుంటే మరొకవైపు నాణ్యత లేని విద్యవలన ఉద్యోగవకాశాలు సన్మగిల్లుతున్నాయి. ఔప్యుణ్యం లోపించిన చదువులవలన ప్రపంచ ప్రగతి సాధ్యం కాదు. ఉత్తమ ప్రమాణాలు నెలకోల్చుడంలో ఉపాధ్యాయుల పొత్ర కీలకంఉపాధ్యాయులు అంకితభావంతో కృషిచేసి, విద్యార్థులను ఉత్తమంగా తీర్చిదిద్దాలి. విద్య ప్రాధాన్యతను పెంచే విధంగా సంస్కరణలు రావాలి. నిజమైన విద్యకోసం పాటుపడాలి. సాంకేతిక రంగాన్ని చెడిపోవడానికి వినియోగించుకునే ధోర్యిలో మార్పురావాలి. వాస్తవ ప్రపంచానికి దూరంగా, రంగుల లోకంలో విపరిస్తూ పెనుశారంగా తయారైన యువత చాలా ప్రమాదకరం. ఊహలో తేలియాడే ప్రపంచాన్ని ఉర్రాతలూగుతున్న యువతను సంస్కరించాలి. తల్లిదండ్రుల ర్యాక్షధంలో కూడా మార్పు రావాలి. తల్లిదండ్రులు ఒక స్తోయి వరకు తమ పిల్లలను తమ వద్దే పెరిగేటట్టు మాడాలి. బాహ్య ప్రపంచంలోనే అరైతిక ధోరణలవలన కలిగే పర్యవ్హసానాల గురించి తెలియచెప్పాలి. ఉపాధ్యాయులు కూడా తమ వ్యతి పట్ల అంకితభావం ప్రదర్శించాలి. భావితరాలను మేధాశక్తి సునంపన్నులు తయారు చేయడంలో వారిపట్ల గురుతరమైన బాధ్యత ఉంది. ఉపాధ్యాయుల అలోవనల్లోనే నిజమైన దేశనిర్మాణం ఆధారపడి ఉంది. విద్య అనేది అత్యంత శక్తిమంత్రమైన ఆయుధం. విద్య ద్వారా సాంధంచలేనిదంటూ ఏదీ లేదు. అఱుంటి నాణ్యమైన విద్య దేశంలో ప్రతి ఒక క్రాంతి అందించాలి. సక్కమమైన విద్యవలన విద్యాప్యవస్తులో నిషిఫ్టిస్తున్న ప్రస్తుతాల ప్రస్తుతి సాధ్యం. ప్రపంచం కుటుంబాల ప్రస్తుతి సాధ్యం. ప్రపంచం కుటుంబాల ప్రస్తుతి సాధ్యం.

భారతదేశ సంస్కృతిని, ఆద్యాత్మిక చింతనను, విదేశాలకు చాటి చెప్పిన మహాన్వత వ్యక్తి

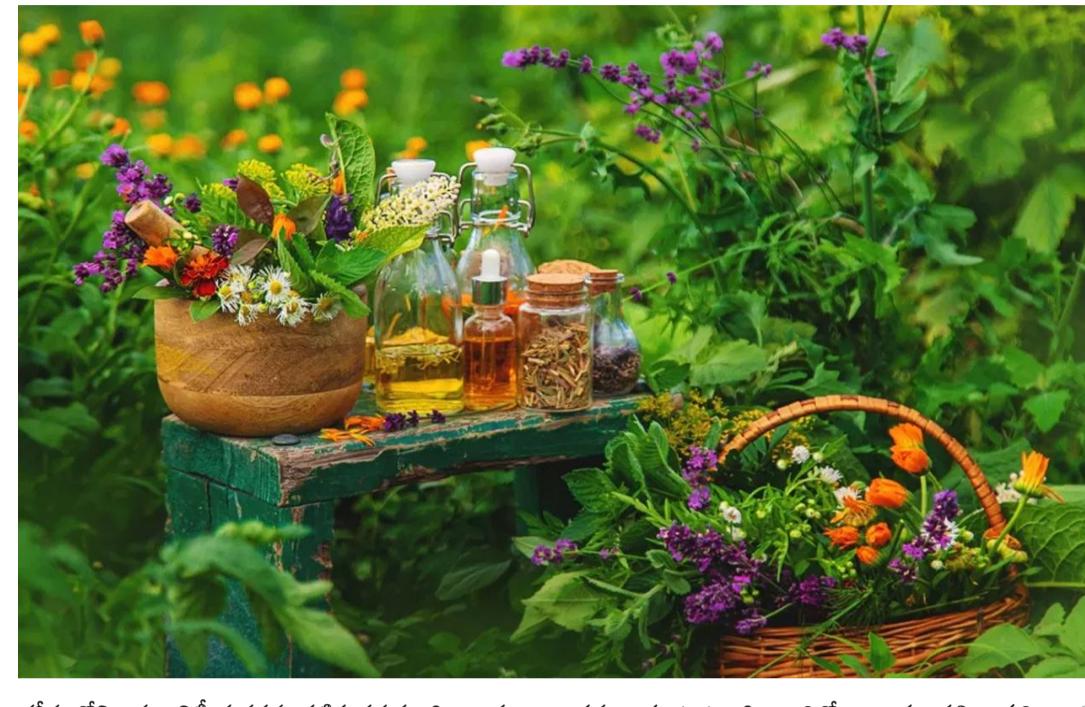
స్నామి వివేకానంద. ఉపన్యాసల ద్వారా భారత యోగ, వేదాంత శాస్త్రాలను ఖండాంతరాలు దాటించిన వ్యక్తి ఆయన. అమెరికాలోని చికాగోలో, ఇంగ్లాండులో ఆనాడు చేసిన ఆయన ప్రసంగాలను భారత సమాజం గ్రహంగా గొప్పగా నేటికీ గుర్తు చేసేకుంటునే ఉంటుంది. పొశ్చాత్య దేశాల్లో అదుగు పెట్టిన తోలి పొందూ సన్మాని కూడా వివేకానందనే కావడం విశేషం. ఇనుప కండరాలు, ఉక్క నరాలు, వజ సంకల్పం ఉన్న యువత ఈ దేశానికి అవసరం” లేపంది.. మేల్కోండి.. గమ్యం చేరేవరకు విషమించకండి” వంటి వివేకానంద సూక్తులు ఇప్పటికీ ఎంతోమంది యువతకు స్నామినిస్తానే ఉన్నాయి. యువతకు స్నామి ప్రదాత అయిన వివేకానందుని వ్యక్తిత్వాన్ని ఆయన జయంతి సందర్భంగా భారతీయులు ఏటా స్నృరించుకుంటున్నారు. ఆయన సేవలను స్నృరిస్తూ భారత ప్రభుత్వం వివేకానంద జన్మదినాన్ని ‘జాతీయ యువజన దినోత్సవం’గా జరుపుతోంది. స్నామి వివేకానంద 1863 సంవత్సరం జనవరి 12 తేదీన మపర సంక్రాంతి లోజున ఒక బెంగాలీ కటుంబంలో కలకత్తాలో జర్వించారు. జులై 4, 1902న ఈ లోకాన్ని వదిలి వెళ్లారు. చిన్న పయసులోనే ఎన్నో పొశ్చాత్య, తత్త్వ శాస్త్ర గ్రంథాలు, నవలలు, చరిత్రలు, అన్ని మతాలు గ్రంధాలు, ఇలా ఎన్నో చదివ వారు. జీవించింది కేవలం 39 సంవత్సరాలే కానీ శతాబ్దాల పాటు చెరిగిపోని ముద్ర వేశారు. తూర్పు మరియు పశ్చిమ సంస్కృతుల మధ్య ఒక వారధి నిర్మించారు. మన దేశానికి ప్రపంచ దేశాల్లో గౌరవం తెచ్చిన గొప్ప వ్యక్తి. ఆయన జీవితం మెత్తం మీద తనకంటూ చేసేకుస్తుని, దాచుకుస్తుని ఏది లేదు. ఆయన విచేశాలలో ఎలాంటి ముద్ర వేశారంబే ఇప్పటికి అమెరికాలో ఒక ఏధికి “స్నామి వివేకానంద ప్రైట్” అని పేరు పెట్టుకున్నారు అంటే ఆయన గొప్పతనం స్పష్టం అవుతున్నది. మహాత్మా గాంధీ, సుభాష్ చంద్రబాబున్నార్, లోకమాన్య తిలక్, చిహ్ని చంద్ర పాల్ వంటి ఎంతోమంది స్నామిత్ర యోధులకు వివేకానందుడే అదర్చం. . “మీరు ఇండియా గురించి తెలుసు కోవాలను కుంటే స్నామి వివేకానంద గురించి చదవండి” అన్నారు విశక్తవి టాగోర్. మఖ్యంగా యువతకోసం ఆయన ఎంతో తిపించారు. రామకృష్ణ మార్మాన్ని సాపించి తద్వారా భారతీయ యువతకు దిశా నిర్దేశం చేశారు. భారతదేశ భవిష్యత్తుని మార్గాలిగెది యువతేని, యువత ఒక మంచి ఆశయంతో ముందుకు వెళ్లాలని ఆయన అనేవారు. అందుకే “డబ్బు లేని వాడు కాదు.... జీవితంలో ఒక ఆశయం 10 అంటూ లేని వాడు అస్త్రున పేదవాడు” అనే వారు వివేకానంద. ఆయన ఎప్పుడు కూడా “గొర్రెలలా కాదు సింహంలా డైర్టంగా బ్రితమని” దేనికి భయపడవడన్ని చెప్పుతుందే వారు. ”ఇనుప కండరాలు, ఉక్క నరాలు కలిగిన కొంతమంది యువకులను నాకు అప్పగిసే ఈ దేశం స్వరూపాన్నే మార్చేస్తాను” అని స్నామిజీ తరచూ అనేవారు. మన దేశంలో యువత మనసులో స్నామి నిపించినవారిలో వివేకానంద అంతటి వారు మరొకరు లేరు. అందుకే మన దేశంలో ఆయన పుట్టినరోజు జనవరి 12 ను “నేషనల్ యూట్ డే”గా జరుపు కుంటారు. ఆయన తన ప్రసంగాలతో, సూక్తులతో పుస్తకాలతో, యువతరాన్ని ఉత్సేజపరిచి, దిశానిర్దేశం చేశారు. వ్యక్తి విజయవంతమైన జీవితం గడవడానికి కొన్ని సూత్రాలను వివేకానందుడు పేర్కొన్నారు. ఆధ్యాత్మిక భావనలతో వైలో నిష్పారఫైన వైఫరులు ఏర్పడతాయని విపరించారు. సుఖదుభాలు నాశానికి రెండు పార్శ్వాలు లాంటివి. కాబట్టి సానుకూల దృష్టించంటే ఉండాలి. కష్టాలు వచ్చినప్పుడు ఏదుస్తూ కూర్చుంటే సమయం వ్యధా అవుతుందే తప్ప ప్రయోజనం ఉండదు. విశ్వంలో ప్రతి అంశం తారిక్ అలోచనలతో ముడిపడి ఉంటుంది. కాబట్టి తారిక్ అలోచనలతో ప్రపంచాన్ని అవగాహన చేసుకోడానికి ప్రయత్నించాలి. ఎవరి సామర్థ్యంపై వారికి నమ్మకం ఉండాలి. ఇతరులైనే ఆధారపడే విధానానికి స్ఫూర్తి పలకాలి. మందలో ఉండకు... వందలో ఉండటానికి ప్రయత్నించు.. ప్రయత్నుం చేసి ఓడిపో కానీ ప్రయత్నం చేయడంలో మాత్రం ఓడిపోకు. కెరటం నాకు ఆదర్శం... లేని పదుతున్నందుకు కాదు పడినా కూడా లేస్తున్నందుకు. మతం అనేది సిద్ధాంత రాద్యాంతాలలో లేదు... అది ఆచరణలో ఆడ్యాట్మికులుగా పరిషతి చెందడంలో మాత్రమే ఉంది. ఈ ప్రపంచం బలవంతులకు మాత్రమే సహాయ పదుతుంది.

ఈలా యువతకు వివేకానందుడు స్వార్థిని కలిగించే ప్రయత్నము చేశారు. జీవితం నిరాశ నిస్పత్యాలతో నిండిపోయి నస్పును, భయము భ్రాంతులకు గుర్తైనపుడు, మనుసు చెదు మార్గాలలైపు మళ్ళీ ఏమి చెయ్యాలో దిక్కు తోచని పరిస్థితులలో ఉన్నపుడు స్వామీ వివేకానందకు నంబిందిచిన పుస్తకాలు, స్వాక్షరులను పదవాలి. వివేకానందుడి సందేశాలు సూతీగా మన హృదయాన్ని తాకుతాయి. మనుసులో ఒక తెలియని దైర్ఘ్యం, అలోచనలో మార్పు కలుగుతుంది. జీవితానికి అసలైన అర్థం తెలుస్తుంది. నిరాశమై ఉన్న భారత జాతిని మేల్కొలిపిన ఆ

ఈ మొక్కలు నీ ఇంట్లో ఉంటే...

చెక్కుణి ఆరోగ్యం, మొల్నీ అందం స్తు లెంపే..!

శతాబ్దాల కాలం నుంచి మన ఆయుర్వేదంలో ఎన్నో రకాల మొక్కలను పలు రకాల చికిత్సలకు మెడిసిన్గా వాడుతున్నారు. ఇవ్వీ మన శరీర అరోగ్యానికి ఎంతో ఉపయోగపడతాయి. అటువంటి వాటిలో కొన్నింటిని మనం ఇంట్లో కూడా పెంచుకోవచ్చ. ప్రకృతిలో లభించే అనేక రకాల మొక్కలు, చెట్లు ఆయుర్వేద దైషధాలుగా పనిచేస్తాయి. శతాబ్దాల కాలం నుంచి మన ఆయుర్వేదంలో ఎన్నో రకాల మొక్కలను పలు రకాల చికిత్సలకు మెడిసిన్గా వాడుతున్నారు. ఇవ్వీ మన శరీర అరోగ్యానికి ఎంతో ఉపయోగపడతాయి. అటువంటి వాటిలో కొన్నింటిని మనం ఇంట్లో కూడా పెంచుకోవచ్చ పుదీనా పుదీనా అక్కలు.. ఏటి వాసన చూస్తే మూడ్ అంత పిఫ్రేష్ అయిన ఫీలింగ్ కలుగుతుంది. వంటల్లోనూ మంచి రుచి, వాసన అందించడానికి పుదీనాను వాడుతుంటారు. పుదీనా వంటల బీస్ట్స్ పెంచడానికి కాదు.. మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. రోజు కొన్ని పుదీనా ఆక్కలు మన ఆహారంలో భాగంగా తీసుకుంటే.. అనేక అరోగ్య ప్రయోజనాలు సాంతం చేసుకోవచ్చిని విపుఱులు అంటున్నారు. ముఖంగా టీ, సాన్, స్టోట్లు మొదలైన వాటికి రుచి, సువాసన కోసం దీన్ని కలుపుతారు. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది, ఉఘరం తగినస్తుంది. కరివేపాకు: పప్పు, సాంబారు వంటి అన్ని వంటకాల్లో కరివేపాకు వాడతారు. కరివేపాకు ఆక్కలలో క్యాల్చియం, మెగ్రీషియం, ఐరన్, ఫాస్పరన్, జింక, పీచు పోషకాలతోపాటు విటమిన్-సి, విటమిన్-బి, విటమిన్-బిలు అభికం. రోజు దీన్ని ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం వల్ల భీలేడన్ని ప్రయోజనాలు పొందుతారు. మధుమేహాలకు ఇది సరైన ఆహారం. నాడీసంబంధిత వ్యాధుల్లో, క్యాప్సరన్ అడ్డుకుంటుందట. ఇందులో ఐరన్, యూంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్టిలంగా ఉంటాయి. లెమన్ గ్రాన్: సువాసనతో కూడిన మొక్క లెమన్ గ్రాన్. దీన్ని టీ, సూప్, ధాయ్ వంటకాల్లో వాడతారు. ఈ మొక్క జెపథ గుణాలతో నిండి ఉంది. యాంటీ బాక్టీరియల్ మరియు యాంటీ ఫంగల్. ఇన్స్యూల్న్, బ్యాక్టీరియ నుండి శరీరాన్ని రక్తిస్తుంది. లెమన్ గ్రాన్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అభికంగా లభిస్తాయి. రక్తంలో బ్యాడ్ కొలెస్టర్ల్ లెవర్ల్ ను కూడా తగినస్తుంది. ఈ లెమన్ గ్రాన్లో అనేక పోషకాలు లభిస్తాయి. ఇవి



రోగాలతో పోరాదే శక్తిని ఇస్తుయి. గిలోర్ము: రోగినిరోధక శక్తిని పెంచే గుహాలకు ప్రసిద్ధి చెందినది గిలోర్ము. ఇది శరీర ఉప్పోగ్రహము తగ్గించి, రోగినిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. తిప్పుతీగ లో యాంటి ఘంగల్, యాంటి బ్యాక్టీరియల్, యాంటి ఆక్సిడెంట్లు పుష్టలంగా లభిస్తాయి. వీటిని మెడిసిన్స్ తయారీలో కూడా ఉపయోగిస్తారు. తిప్పుతీగ అక్కలను రోజుకు రెండు తిసినం వల్ల శరీరంలో రోగ నిరోధక శక్తిని బాగా పెంచి ఎక్కువ వ్యాధుల బారిన వదకుండా కాపాడుతుంది. దయాబెలీక్ సమస్యలు ఉన్నవారూ తిప్పుతీగ చూర్చం ప్రతి రోజు ఉదయం, సాయంత్రం తీసుకుంటే మగర్ లెవెల్స్ ను కంట్రోల్ లో ఉంచుకోవచ్చు.తులనిసి: హిందూ మతంలో తులనికి ప్రత్యేక

ముంగిలి తులనిచెట్టు కనిపిస్తుంది. ఎందుకంటే తులనిచెట్టును లక్ష్మీదేవి స్వరూపంగా భావిస్తారు.

ఆందుకే ప్రతిరోజు తులసి చేట్లకు నియ పోసి ఉద్యమం సాయంత్రం దీపాలు వెలికిస్తారు. ఇలా చేయడం వల్ల లభ్యిదేవీ అనుగ్రహం లభ్యిస్తుందని చాలా మంది నమ్మితారు. అయితే తులసి మొక్క కేవలం మతపరమైన ప్రామాణ్యతలకు మాత్రమే కాదు.. పుష్టుమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కూడా అందిస్తుంది. ఆయుర్వేదం చెబుతుంది. తులసికి అనేక ఔషధ గుణాలున్నాయి. ఇది మీ శరీర రోగినిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది, దగ్గన తగిస్తుంది, జీర్ణకిర్యను మెరుగుపరుస్తుంది.

କୁର୍ବାଳୀ କଣ୍ଠାମେଲୁଙ୍କ ମେଲୁତିଥି..?



వగీలిపోకుండా ఉండాలంటే..!



రాముడు కావ్యాన్వర్తన మం

రొమ్ము క్యాస్టర్ ఒక ప్రాణంతక వ్యాధిగా ఉన్నప్పటికీ.. ప్రారంభ దశలో గుర్తిస్తే చికిత్స విజయవంతం అవుతుంది. ప్రతి మహిళా తన శరీరంలో జిరిగే మార్పులను గమనించడం ఎంతో ఆవసరం. రొమ్ము క్యాస్టర్ కు సంబంధించి కనిపించే ముఖ్యమైన లక్షణాల గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుండా. రొమ్ము క్యాస్టర్ అనేది మహిళల్లో సర్వసాధారణంగా కనిపించే ఆరోగ్య సమస్య వయసుతో సంబంధం లేకుండా ఎంతో మందిని ఇది ప్రఖావితం చేస్తోది. లక్షణాలను ముందుగానే గుర్తించి.. సరైన వైద్య సహాయం తీసుకుంటే చికిత్స విజయవంతమయ్యే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. అందుకే ప్రతి మహిళా తన శరీరంలో జిరిగే మార్పులను ఎప్పటికప్పుడు గమనిస్తూ ఉండాలి. రొమ్ము క్యాస్టర్కు ముందు కనిపించే కొన్ని ముఖ్యమైన లక్షణాల గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుండా. రొమ్ముల్లో ఎటువంటి స్ఫ్రోట్మైన కారణం లేకుండా చిన్న చిన్న వాపులు కనిపించడం సాధారణం కాదు. ఇలాంటి అసాధారణ మార్పు కనిపిస్తే వెంటనే

దాక్షర్ ను కలవడం మంచిది. రొమ్ము చర్చ సాధారణంగా సాభీగా ఉండాలి. కానీ ఒకస్తాపిగా చర్చ లోపలికి లాగబడటం, చిన్న గుంతలుగా మారడం కనిపిస్తే అది హెచ్చరిక కావచ్చు. ఇలాంటి మార్పులు గమనిస్తే వెంటనే దాక్షర్ కి చూపించాలి. అప్పుడప్పుడు వచ్చే నొప్పి సాధారణమే అయినా.. నెలసరి సమయం కాకుండా రొమ్ముల్లో ఏదైనా ప్రత్యేకమైన భాగంలో అనుకోని నొప్పి వస్తుంటే అది ముఖ్యమైన విషయం. ఇది రొమ్ము క్యాస్చర్ కు సూచన కావచ్చు. రొమ్ముల్లోని ముఖ్యమైన భాగం నిప్పల్. కొన్ని సందర్భాల్లో ఇది లోపలికి ముడుచుకపోవడం. ఆకారం మారడం వంటి మార్పులు వస్తే అవి సాధారణంగా కనిపించకపోవచ్చు. అలాంటి మార్పులను గురించిన వెంటనే దాక్షర్ ను సంప్రదించాలి. ఇంకను లేసహట్టికి

గుండెవోటు.. ప్రధాన కారణం

ଓঠৰ রমেনা?



ప్రస్తుతం చాలా ఏదిగా గుండ పాటులు ఎంచుటన్నారు. ఎందుకంటే రోజుా వారీ ఆహారపు అలవాగుండే శోటు ప్రమాదాన్ని నిర్వహింగా పెంచుతున్నాయని చెబుతున్నారు కార్దియాలంబిసిపుణులు. కాగా, గుండెపోటు రాకుండా ఉండాలంటే? మనం ప్రతి రోజుా తీసుకునే ఆహారమన గుండెలై తీవ్ర ప్రభావాన్ని చూపుతుందంటున్నారు అరోగ్య నిపుణులు. ముఖ్యంగా జఘ్ణి, ప్రాసెన్ చేసినటువంటి ఆహారపదార్థాల వలన తెలియకుండానే మనమే గుండె సమస్యలను కొనితెచ్చుకుంటున్నామంట. మరీ ముఖ్యంగా అధిక ఉప్పు, అధిక చక్కర్చ గుండెపోటు ప్రమాదాన్ని పెంచుతున్నట్లు కార్దియాలంబిస్తే నిపుణులు చేసిన ఓ స్వేచ్ఛ వెల్లడైనట్లు తెలుపుతున్నారు. కాగా ఏ ఆహారాలకు దూరం ఉండాలంటే? అల్ట్రా-ప్రాసెన్ స్నౌక్స్, ప్రాసెన్ చేసిన ప్రస్తుత్తు, భోజనం గట్ బ్లైకీరియాను అంతరాయం కలిగిస్తాయంట. అంత కాకుండా ఇది గుండెపోటు ప్రమాదాన్ని కూడా పెంచుతుందని చెబుతున్నారు ఆరోగ్యిసిపుణులు. అధికంగా ప్రాసెన్ చేసిన ప్రస్తుత్తు తినడం వలన జబ్బులు, జీవక్రియ సమస్యలను ఎక్కువగా వస్తాయని అందుకే సాధ్యమైనంత వరకు వీల్కి దూరంగా ఉండాలని సూచిస్తున్నారు నిపుణులు. ఎవ్ర మాంసం, గుడ్డమ కూడా ఎక్కువగా తీసుకోకూడదంట. ఈ ఆహారాల ప్రాసెన్ స్ఫోయలను పెంచుతాయి, దీని వలన చెడు కొల్పోల్ పెరిపోయి, గుండె రక్తప్రవాహం సరిగా జరగడంట. అందువలన ఇది గుండెపోటుకు కారణం అయ్యే అవకాశాలా ఎక్కువగా ఉన్నందున, వీల్కనంత వరకు ఈ రకం ఆహారపదార్థాలకు దూరం ఉండాలని సూచిస్తున్నారు నిపుణులు. కొంత మంది ఆహారంలో ఉప్పును ఎక్కువ తీసుకుంటుంటారు. అయితే ఇలా తీసుకోవడం ఏమాత్రం మంచిది కాదు అని చెబుతున్నారోగ్య నిపుణులు. ఉప్పు అధికంగా తీసుకోవడం వలన ఇది రక్తప్రస్తుత్తు పెరగడానికి కారణం అపుతుందంట. ఇది గుండె ఆరోగ్యానికి అన్సలే మంచిది కాదని, వీల్కనంత వరమాసనపేరంల, లేదా ఎలాంటిఅహార పదార్థాలు తిన్న అందులో ఉప్పు అధిక మొత్తం లేకుండా చూసుకోవాలంట. స్వీట్ తినడం ఎవరికి ఇష్టం ఉండదు. చాలా మంది ఎంత ఇష్టంగా స్వీట్ తింటుంటారు. ఇక చాలా మంది రాత్రి డిస్ట్రీబ్ చేసిన తర్వాత స్వీట్ తినడాని ఎక్కువ ఇంత్రిప్ట్ చూపుతారు. కానీ ఇది ఆరోగ్యానికి ఏ మాత్రం మంచిది కాదు ఉండి చెబుతున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. దీని వలన రక్తంలో చక్కర సొయిలు విపరీతం పెరుగుతారంట. అంతే కాకుండా దీని వలన త్వరగా బరువు పెరిగే ఛాన్సీ ఉన్నదంట.

A horizontal banner at the bottom of the page featuring a colorful illustration of a garden scene. The illustration shows various flowers in shades of pink, purple, and yellow, along with green leaves and stems. Two butterflies are visible: one with orange and black patterns on the left, and another with blue and white patterns on the right. The background is a soft-focus green, suggesting a natural outdoor environment.



అయితే మీరు కూడా రక్తదానం చేస్తారా? రక్తదానం చేసే ముందు కొన్ని ఆహారాలు తప్పక తినాలని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. రక్తదానం ఓ గొప్ప దాతృత్వ కార్యం. ఒక రక్తపు చుక్క లిలువైన ప్రాణాన్ని కాపాడుతుంది. అందుకే అవసరమైన సమయాల్లో రక్తదానం చేసేందుకు లక్ష్మిది మంది ముందుకొస్తుంటారు. అయితే మీరు కూడా రక్తదానం చేస్తారా? రక్తదానం చేసే ముందు కొన్ని ఆహారాలు తప్పక తినాలని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. బీటరూట్లో తైటీట్లు, ఐరాన్ పుష్పులంగా ఉంటాయి. ఇవి హిమోగ్జోబిన్ ఉత్సత్తిని పెంచి రక్తాన్ని ఆరోగ్యంగా చేస్తాయి. అందువల్ల రక్తదానం చేసే ముందు బీటరూట్ శిసుకోవడం మంచిది. అలాగే సిట్రుస్ పండ్రులో విభిమిన్ సి పుష్పులంగా ఉంటుంది. ఇది శరీరంలో ఇనుము శోషణను పెంచుతుంది. ఎరు రక్త కణాల ఉత్సత్తిని పెంచుతుంది. రక్త ప్రసరణను నిర్మించడానికి సహాయపడుతుంది. గుడ్లలో పోపుకాలు పుష్పులంగా ఉంటాయి. ముఖ్యంగా ప్రోటీన్, విభిమిన్ బి12 విథిలో పుష్పులంగా ఉంటాయి. ఇవి ఎరు రక్త కణాల ఉత్సత్తిని పెంచుతాయి. రక్తదానం చేసిన తర్వాత వచ్చే అలనట, సీరసాన్చి తగ్గించడంలో ఇవి సహాయపడతాయి. పాలకూరాల్లో ఐరాన్, పోలేట్ పుష్పులంగా ఉంటాయి. ఇవి హిమోగ్జోబిన్ స్టూయిలను పెంచడంలో సహాయపడతాయి. అందుకే రక్తదానం చేయడానికి ఒకది లేదా రెండు రోజుల ముందు పాలకూర శిసుకోవడం మంచిది. బాదంలో ప్రోటీన్, ఐరాన్ పంటి పోపుకాలు పుష్పులంగా ఉంటాయి. అవి రక్తదానం చేసిన తర్వాత అలనటను నివారిస్తాయి. సీరు ఎక్కువగా తాగాలి. మన శరీరంలో సగం రక్తం నీటితో తయారవుతుంది. రక్తదాన ప్రక్రియలో మీరు కొంత ద్రవాన్ని కోల్పోయినప్పుడు, రక్తపోటు తగ్గవచ్చు. దీనిపల్ల తల తిరుగుతున్నట్లు అనిపించవచ్చు.

రిహ్మ క్యాన్సర్ ను మండుగానే గుర్తించండి..!



రూమ్యు చర్యంపై ఎరువు రంగు రావడం, పొడిబారడం కూడా రూమ్యు క్యాస్టర్ సూచన కావచ్చి. ముఖ్యంగా ఇవి నిపుల్ చుట్టా గానీ.. రూమ్యుపై గానీ కనిపిస్తే నిరక్షణం చేయకూడదు. బిడ్డకు పాలు పట్టింపుచు కాకుండా లేదా ప్రసవం జరగని మహిళల్లో కూడా నిపుల్ నుంచి ఏదైనా ద్రవం లేదా రంగుతో కూడిన ప్రావం వస్తే.. అది తీవ్రమైన నమస్కృతు సంకేతం కావచ్చి. ఇలంటి మార్పు గమనించిన వెంటనే డాక్టర్ ను సంప్రదించడం చాలా ముఖ్యం. ఒకవేళ రూమ్యు లోపల గడ్డలూ ఉండటం గానీ లేదా చంక భాగంలో గడ్డిగా ఉండే మార్పు కనిపిస్తే కూడా అది ఒక ప్రాథమిక సంకేతం కావచ్చు. అన్ని గడ్డలు క్యాస్టర్ కు సూచన కావు.. కానీ నిర్ధారణ కోసం వైర్చన పరీక్షలు అవసరం.

రూమ్యు క్యాస్టర్ పై అవగాహన పెరగాలిన అవసరం ఉంది. ప్రతి మహిళ నెలకు ఒక్కసార్టొనా స్వయంగా తన శరీరంలో మార్పులు గమనిస్తూ ఉండాలి. ఏదైనా అనుమానం కలిగితే వెంటనే డాక్టర్ ను సలహా తీసుకోవాలి. మొదటి డశలోనే ఈ వ్యాధిని గుర్తిస్తే నయం ఆయ్యే అవకాశాలు చాలా ఎక్కువగా ఉంటాయి.

ఆక్రమించేయవున పెదవుల రహస్యాలు..

ಇಂಟರ್ನ್‌ನೇ ಇಲ್ಲಾ ಚೆಯಂಡಿ ಚಾಲು..!

పొడి వాతావరణంలో పెదవులు పొడిబారడం చాలా మందికి ఎవరుయ్యే సమస్య సరైన శ్రద్ధ తీసుకోకపోతే పగుళ్లు పడటానికి దారి తీస్తుంది. అయితే ఈ సమస్యను ఇంట్లోనే సరళమైన పరిపోగ్గాలు ఉన్నాయి. పెదవులను అరోగ్యంగా, తేమగా ఉండే చిట్టాలు గురించి ఇష్టుడు విపరంగా తెలుసుకండా. పొడి వాతావరణంలో చాలా మందికి ఎదురుయ్యే సాధారణ సమస్యల్లో ఒకటి పెదవులు పొడిబారడం. బయట వాతావరణం పొడిగా ఉండటం వల్ల మన పెదవులపై తేమ తగ్గిపోతుంది. సాధారణంగా పెదవులకు చెమట గ్రంథులు, వెంట్యూకల రంధ్రాలు ఉండవు. కాబట్టి సహజ తేమను నిలుపుకునే శక్తి వాటికి ఉండదు. దీంతో అవి ఎండిపోయి పగుళ్లు పడే ప్రమాదం ఉంటుంది. ఈ సమస్యను తగ్గించడానికి కొన్ని ముఖ్యమైన అలవాట్లు పాటించాలి. పెదవులు పొడిగా మారాడానికి ముఖ్య కారణం శరీరంలో తేమ లేకపోవడమే. అందుకే ప్రతి రోజు కనీసం ఎనిమిది గ్లూసలు నీళ్లు తాగడం వల్ల పెదవులకు అవసరమైన తేమను అందించవచ్చు. పుచ్చకాయ రసం, దోసకాయ రసం, పండ్ల జ్యాసులు లాంటివి తాగడం వల్ల కూడా శరీరంలో తేమ నిలుస్తుంది. పెదవులను పొడిబారకుండా ఉంచాడానికి రాతిపూట మృదువైన లివ్ బామ్ రాసే అలవాటు చేసుకోవాలి. ఇది పెదవులపై ఒక రక్షణ పొరలు పనిచేస్తూ రాత్రంతా తేమను నిలుపుతుంది. దాని వల్ల ఉదయం పెదవులు మృదువుగా ఉంటాయి. ప్రతి రోజు ఉదయం పశ్చ తోమిన తర్వాత ఒక మృదువైన బ్రైమ్ తో పెదవులపై నున్నితంగా రుద్దం ద్వారా చర్చంపై ఉండే మృత కణాలను తొలగించవచ్చు

ఇది పెదవులకు కొత్త మృదుత్వాన్ని ఇస్తుంది. చూడటానికి కూడా బాగుంటారా తి పడుకునే మందు కొబ్బగా నెయ్యాన్ని లేదా కొబ్బరినూనెను పెదవులపై రాన్నే అవి తేమగా ఉండేలా చేస్తాయి. ఇది పొడిబారడం, పగలిపోవడం లాంటి సమస్యలు రాకుండా చూస్తుంది. చాలా మంది పెదవులు పొడిగా ఉన్నప్పుడు వాణిని నాలుకతో తడిపే అలవాటు కలిగి ఉంటారు. కానీ ఇది మంచిది కాదు. ఎందుకంటే ప్రతిసారి నాలుకతో తడిపినప్పుడు పెదవులపై ఉండే సహజ నూనె శాతం తగ్గుతుంది. దానివల్ల అవి త్వరగా పొడిబారే ప్రమాదం ఉంటుంది.

ఖటమిన్ దీ1, దీ2, దీ6 లాంటి ఖటమిన్ను పెదవుల ఆరోగ్యానికి అవసరమైనవి. కాబట్టి ఇవి ఉన్న ఆహారాలను ప్రతిరోజు తీసుకోవాలి. అలాగే వీటితో తయారైన లిష్ట్ క్రీమ్ కూడా వాడొచ్చు, పల్చని పండ్ల రసాలు, కొబ్బరి నీరు లాంటి తేమగా ఉండే డ్రింక్స్ లను రోజుల్లో తరచుగా తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలోని నీటి సాయి సరిగా ఉండి పెదవులలో పొడిబారడం తగ్గుతుంది. పెదవులను తేమగా, మృదువుగా ఉంచాలంటే ఈ చిన్న చిన్న అలవాటు చాలా ముఖ్యమైనవి. ఈ సూచనలను పాటిస్తే పొడిబారే సమస్య సుండి బయటపడటమే కాకుండా.. పెదవులను ఆరోగ్యంగా ఆకర్షణియంగా ఉంచుకోవచ్చు.



ಕರ್ನಾಟಕ ಸಂಗೀತಾನಿಕ ಇಂತ ಶಕ್ತಿ ಉಂದಾ?



కాల్ అవడంతో పాటు ఎమోషన్స్ కంట్రోల్ ఉంటాయనిది ఒక నమ్మకంగా మాత్రమే ఉండది కానీ ఐటీ మండి నిర్వహించిన అధ్యయనంలో ఆశ్ర్యకరమైన విషయాలు వెల్లదయ్యాయి శాస్త్రీయ రాగాలు మెదడును ఎలా ప్రభావితం చేస్తాయా తెలివే కొత్త విషయాలు ఈ అధ్యయనంలో వెలుగులోకి వచ్చాయి. భారత శాస్త్రీయ సంగీతానికి ఎంతో అద్భుత చరిత్ర ఉంది. విదేశీయులు పైతం మన సంగీతానికి ముగ్గులై..దానిని నేర్చుకున్న ఘటనలు ఎన్నో ఉన్నాయి. ఇది కళారూపకంగా మాత్రమే కాదు ఆరోగ్య పరంగానూ ఎంతో ప్రామణ్యతను సంతరించుకుంది అవును ఇండియన్ క్లాసికల్ రాగాలు మెరడు కార్యకలాపాలను ప్రభావితం చేస్తాయని తాజా అధ్యయనంలో వెల్లడంది. ఐటీ మండి.. ఐటీ కాస్పార్ సహకారంతో నిర్వహించిన అధ్యయనంలో.. శాస్త్రీయ సంగీత రాగాలు ప్రశ్నలు పెంచుచుంతో పాటు భావోద్యగ నియంత్రణ మానసిక స్థిరత్వాన్ని అందిస్తాయని తేలింది. ఒత్తిడి, మెంటల్ ఓవర్లోడ్, భావోద్యగ డిస్కిసెక్షన్లు అన్ని వయసులవారిలో సర్పసాధారణం అవుతున్నాయి. ఈ క్రమంలో భావోద్యగ సమతల్పుల కోసం ప్రజలు కొత్త మార్గాలను అనేపిస్తున్నారు. ఇక్కడే భారతీయ శాస్త్రీయ సంగీతం ప్రత్యేకంగా నిలుస్తుందని ఐటీ మండి ట్రైన్‌సర్ ల్యాబ్‌ధర్ బెహారా అన్నారు. ప్రతి రాగం నిశ్చిప్పి భావోద్యగ స్థితులను ప్రేరిపిస్తాయని.. ఇది మనస్సుకు ప్రశాంతతను కలిగించి.. ఆనందానికి మార్విన్‌శం చేస్తుందని చెప్పారు. 40 మండితో నిర్వహించిన ఈ అధ్యయనంలో భారతీయ శాస్త్రీయ సంగీతం.. నాడీ కార్యకలాపాలలో స్థిరమైన పరివర్తనలకు దారిస్తుందని, మానసిక ఆరోగ్యానికి సంగీతం ఒక మంచి సాధనంగా పనిచేస్తుందని కనుగొన్నట్లు తెలిపారు. భారతీయ శాస్త్రీయ సంగీతం యొక్క చికిత్స సామర్థ్యాన్ని ఈ పరిశోధన ఫ్లోల్ట్ చేస్తుంది. ప్రధానంగా రాగ దర్జారి మనస్సును ప్రశాంతంగా ఉంచి.. ప్రశ్నలు పెంచుతుంది. పరీక్షలు లేదా ముఖ్యమైన సమాఖ్యాలకు ముందు ఇది సిఫార్సు చేయబడింది. ఇక రాగ జోగియా.. కాస్పార్ ట్రైన్ నెట్‌వర్క్సు పెంచుతుందని.. భావోద్యగాలను నియంత్రించి ప్రశాంతతను కలిగిస్తుందని తేలింది కాగా రాగ జోగియా మెంటల్ ప్లైన్, రుఖ్మాన్ని అడుగుచేయడానికి సహాయపడుతుంది. శాస్త్రీయ రాగాల వల్ల నాడీ కార్యకలాపాలలో గమనించిన మార్పులు యాదృచ్ఛికం కాదని అధ్యయనంలో పాల్గొన్న ప్రాఫేసర్ ఆశిష్ గుప్తా న్యాక్షి చెప్పారు. భారతీయ శాస్త్రీయ సంగీతం మానసిక ఆరోగ్యానికి శక్తివంతమైన సాధనంగా ఉపయోగపడుతుందని ఆయన అన్నారు. అంతేకుండా ఇది కచ్చితంగా ఆచరణీయ ఫారూక్లా అని లక్ష్మీధర్ బెహారా అన్నారు. దాని పునాది ఇప్పటికే బలంగా ఉండని..రాగ చికిత్స మన దేశంలో శతాబ్దాలుగా ఉండని గుర్తు చేశారు. అయితే తాజా అధ్యయనంలో రాగాలకు మెరడు ఎలా ప్రభావితమపుతుందనే అంశాలు శాస్త్రీయంగా ధృవీకరణ అయ్యిందని చెప్పారు.

ఇంట్లో కొత్తగా ఏం చేయాలని ఆలోచిస్తున్నారా.?

କବିତା ପରିଚୟ



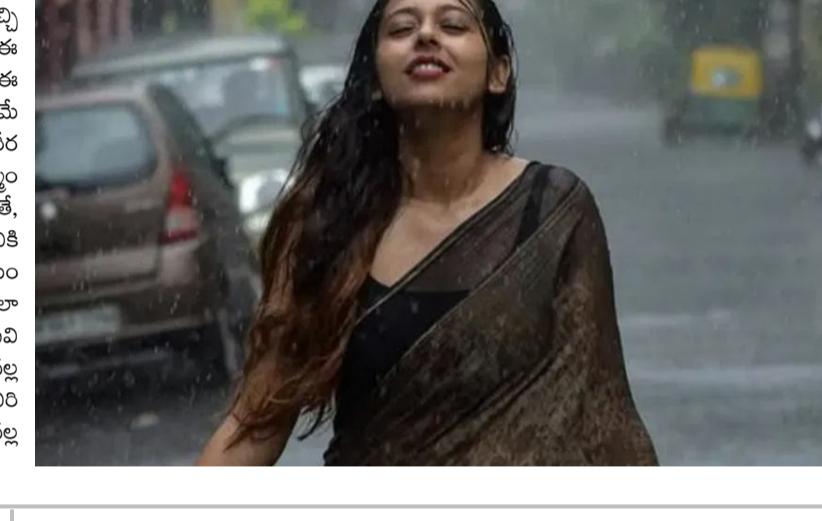
A close-up photograph of a dish of chicken tikka masala with a vibrant green sauce, garnished with cilantro and a lemon wedge.

గరం మసాలా, సునా గ్రీన్ చికెన్ తయారీకి కావాలిన పదార్థాలు. మందుగా పొవ్ నుంచి తెచ్చుకొని ఉంచుకోవాలి. మందుగా పీరు పొవ్ నుంచి తెచ్చుకున్న చికెన్ మంచి సీటితో శుద్ధంగా కడుక్కొని పక్కన పెట్టుకోవాలి.

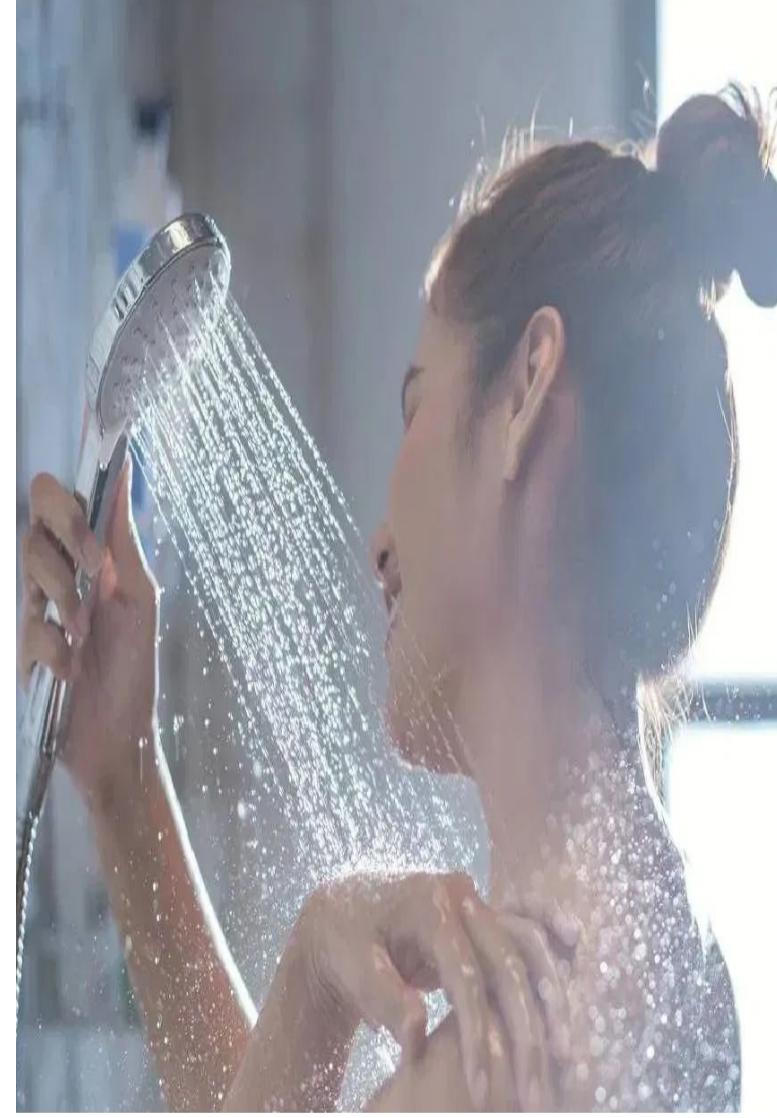
కొత్తిమీర, తొక్క తీసిన వెల్లుల్లి రెబ్బులు, పచ్చిమిర్చి, పుద్దీనా, ఇడ్లి చేసిన ఉల్లి మక్కలు, జీడిపప్పును వేసి పేస్పులా గ్రిండ్ చేసుకోవాలి. తర్వాత ఒక బొల్లలో కడిగిన చికెన్కు ఉపు, నల్ల మిరియాల పొడి, పసుపు, పెరుగు, గ్రిండ్ చేసిన గ్రీన్ పేస్పును వేసి బాగా కలుపుకోవాలి. ఒక ప్యాంలో నూనె తీసుకొని స్టోవ్‌పై వేడి అయిన తర్వాత రెడిగా ఉంచుకున్న చికెన్ మొత్తం వేసి బాగా కలపాలి. తర్వాత మూత ప్యాన్‌పై పెట్టి మీడియం షైమ్స్‌లో మధ్య మధ్యలో కలుపుతూ 15 నిమిసాలు పాటు స్టోవ్‌పై ఉండికించాలి. 15 నిమిషాల తర్వాత అందులో గరం మసాలా వేసుకోని మక్క ఉండికిందో లేదో చూసుకొని అవసరం మేరకు ఉపును కలుపుకోవాలి. మళ్ళీ కాసేపు నిమ్మలో ఉండికించుకోవాలి. అంతే, బోటీ బోటీ గ్రీన్ చికెన్ కర్రి రడ్డి అయినట్లే, ఈ కర్రి రైస్, చపాతీ, పరోటాతో రుచిగా ఉంటుంది. ఇది మీ ప్రియమైనవారికి, పిల్లలకి, కుటుంబ నట్టులకు కవితంగా నమ్మతుంది. ఒకసారి టై చెయ్యాండి.

వర్షంలో ఎక్కువగా తడుస్తున్నారా?

అయితే ఇది కొడ్నిసేపు అయితే మాత్రం ఎలాంటి సమస్యలు ఉండవు. ఇది మితిమిరితే మాత్రం అనారోగ్య సమస్యలు వస్తాయని అంటున్నారు నిపుణులు. మరి వర్షాలో ఎక్కువగూ తడవడం వల్ల వచ్చిన సప్తాలు ఏంటి? వర్షాకాలంలో నేల, చెట్లపై ఉన్న బ్యాక్టీరియా, వైరస్లు గాలిలోకి వ్యాపిస్తాయి. ఈ వైరస్లు, బ్యాక్టీరియా శరీరంలోకి ప్రవేశించి జలబుకు కారణం కావచ్చు. ఇది మాత్రమే కాదు ఈ బ్యాక్టీరియా వల్ల మరికొన్ని సమస్యలు వచ్చే ఆకాశం ఉంది. అయితే, ఈ వైరస్లు వర్షం వల్ల మాత్రమే వ్యాపించవచ్చ. వేడినీటితో స్నానం చేసి అలవాటు పడిన వ్యక్తులకు, కొద్దిగా చల్లని వర్షపు నీరు శరీరంలోకి ప్రవేశించు తగ్గించి, శరీరంలోని క్లేష్టాన్వి అధికంగా ఉత్పత్తి చేయడానికి దారితీయవచ్చు. ఈ క్లేష్టాన్వి బ్యాక్టీరియా, వైరస్లులకు అనుకూలమైన వాతావరణాన్ని స్ఫోటించి, జలబుకు దారితీయవచ్చు. అయితే రోజుా చల్లని నీటితో తలస్నానం చేసి వ్యక్తులకు ఈ సమస్య ఉండదు. శరీరాన్ని చల్లని వాతావరణానికి అలవాటు చేసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ఉదయం చల్లని నీటితో తలస్నానం చేయడం, ప్రాణాయామ వంటి వ్యాయామాలు చేయడం, ఇమ్మూనిటీని పెంచే ఆపహరం తీసుచోవడం వంటివి చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటాయి. బత్తాలు రసం, కూరగాయల రసాలు, జాముకాయలు వంటివి ఇమ్మూనిటీని పెంచుతాయి. జలబు వచ్చినపుడు, దెండు రోజుల పాటు ఉపవాసం ఉండటం వల్ల రోగినిరోధక వ్యవస్థ బిలవడుతుంది. ముఖ్యంగా చిన్స్పిల్లలకు జలబు వచ్చినపుడు వేడినీటితో ఆవిష్కరించాడు. తేనె కలిపిన వేడినీరు ఇష్టదం ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. ఇలా చేయడం వల్ల వర్షాకాలంలో పిల్లలు జబ్బు వడటం తగ్గుతుంది.



ಉಪರ್ಯುಸ್ ಆಕ್ರಮಣ ಕಾಸ್ತ್ಯು ? ವೀರಭದ್ರಾಲಯನ್ನು ಯೋ..?



వేడి నీటితో స్నానం చేయడం చాలా మందికి అలవాటు. ఇది శరీరాన్ని రిలాక్స్ చేయడం సహాయపడుతుంది. అయితే దీన్ని ప్రతిరోజు మితిమీరిన ఉష్ణీగ్రత్తతో చేయడం వల్ల కొన్ని ఆరోగ్యస్థలు తల్లే అవకాశం ఉంది. మనలో చాలా మందికి ఉదయం లేదా రాత్రి వేళల్లో నీటితో స్నానం చేయడం అలవాటు. శరీరానికి ఓ రిలీఫ్ లాగా అనిపించే ఈ ప్రత్యియ ఆరోగ్యానికి ఎంత వరకు ఉపయోగపడుతుందో ఆలోచించాల్సిన అవసరం ఉంది. పనుల మనాలు, కండరాలు ఒక భలిటిలో బాధపడతాయి. అలాంటవ్యుదు తక్కువ ఉష్ణీగ్రత్తతో వేడి నీటి స్నానం చేయడం శరీరాన్ని రిలాక్స్ చేయడంలో సహాయపడుతుంది. మానసిక ఒట్టిని కూడా కొంతవరకు తగ్గిస్తుంది. ముఖ్యంగా శారీరకంగా అలసిపోయిన రోజుల్లో ఇది ఓ ఉపశమనం పనిచేస్తుంది. తీవ్రమైన వేడి నీటితో ప్రతిరోజు స్నానం చేయడం వల్ల శరీర ఉష్ణీగ్రత సాధారించి నుండి తప్పించుతుంది. ఇది ఒక్క మత్తుగా అనిపించడంతో పాటు అలసటను కలిగించవచ్చే ఎక్కువ వేడి నీరు శరీరంలోని నీటి సమతల్యతను కూడా ప్రభావితం చేయవచ్చు. వేడి నీరు చాలా మీద ఉన్న సహజ నూనె పదార్థాలను తొలగించే శక్తిని కలిగి ఉంటుంది. దీని వల్ల చాలా పొడియారడం, చికాకు వంటి సమస్యలు తల్లే అవకాశం ఉంటుంది. ముఖ్యంగా చాలా సహజంగా పొడియా ఉంటే రోజు వేడి నీరు మితిమీరిన సమస్యలు తెచ్చివెట్టవచ్చు. ఆర్డ్రోలైన్ లేక కీళ్ల నొప్పుల వల్ల బాధపడుతున్నవారు ఎక్కువ ఉష్ణీగ్రత గల నీటితో స్నానం చేయడం మంచి కాదు. దీని వల్ల కీళ్లలో వాపు పెరిగే అవకాశం ఉంది. తక్కువ ఉష్ణీగ్రత గల నీటి ఉపయోగించడం ఎంతో మంచిది. రాత్రి పడుకునే ముందు నెమ్మిగా వేడి నీటితో స్నానం చేయాలనికి ప్రశాంతత కలుగుతుంది. ఇది నిద్ర ప్రభావంలో సహాయపడుతుంది. మెదడు కూడా కొంత విక్రాంతిగా మారి మంచి నిద్రకు దోహరం చేస్తుంది. రోజు స్నానం చేయడంలో తప్పే లేదు. కానీ నీటి ఉష్ణీగ్రతను శరీర అవసరానికి తగినట్టుగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఎక్కువ నీరు ఆశించిన ప్రయోజనాల కన్కన్ వోనికరం కావచ్చు. అందుకే మితమైన ఉష్ణీగ్రతతో స్నానం చేయడం ఉత్తమం. వేడి నీటితో స్నానం చేయడం మనకు చాలా ప్రయోజనాలను ఇస్తుంది. అయితే మితంగా మాత్రమే ఇది ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. ఎప్పుడూ తగిన ఉష్ణీగ్రత పాటించడం. అవసరమైతే వేయుటి సలహా తీసుకోవడం మంచిది.



పోషకావరి నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ ఆకుతో వంటకు రుచి పెరగడమే కాకుండా.. జీవి ఆరోగ్యానికి సైతం మేలు చేస్తాయని చెబుతున్నారు. బిర్యానీ ఆకుల్లో విటమిన్ సి, విటమిన్ ఈ, కెరోటినాయిద్దీ ఉంటాయి. ఇవి బ్లూ కొలాప్స్‌ల్, యూరిక్ యాసిడ్ లెవ్స్‌ని తగిస్తాయి. బిర్యానీనీ ఆకులు జీర్ఘవ్యవహస్తమ మెరుగు పరుస్తాంది. అహోన్ని తురగా జీర్ఘం చేసే ఎంజ్యోమ్ లను పెంచుతుంది. దీంతో ఆశ్రీర్, మలబద్ధకం దరి చేరవు. మూత్ర సంబంధ సమస్యలు, కింద్లో రాళ్ళను దూరం చేస్తాయి. బిర్యానీ ఆకుల్లో ప్రైట్ కెమికల్స్ అధిక మొత్తాదులో ఉంటాయి. జీవి మగర్ను నియంత్రిస్తాయి వీటిని తీసుకుంటే ట్రై-2 దయాబాటిన్ కంట్రోల్లో ఉంటుంది. బిర్యానీనీ ఆకుల్లో యాంటీ ఇన్స్ప్ష్షన్‌మేటరీ లాక్షణ్యాలు ఉంటాయి. ఇవి ఎముకల్లో నొప్పి, వాపును తగిస్తాయి. బిర్యానీ ఆకుల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి కణాలను ఆరోగ్యంగా మార్చుతాయి. భోలీంగ్, గ్యాస్ పంటి సమస్యల్ని బిర్యానీ ఆకులు తొలగిస్తాయి. బిర్యానీ ఆకుల్లో యాంటీ ఇన్స్ప్ష్షన్‌మేటరీ గుణాలు పుష్టిలంగా ఉంటాయి. ఇవి వాపు, చర్చరం ఎవు పెక్కడం వంటి సమస్యలను తొలగిస్తాయి. బిర్యానీ ఆకులు తీసుకుంటే ఆర్ట్రెటిన్, జాయింట్ పెయిస్స్ తగ్గుతాయి. ఇందులోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలు, ప్రైట్‌కెమికల్స్ ఆక్సిడెంట్ ప్రైస్‌నీని తగిస్తాయి. దీంతో పాటు లివర్, కడువు సంబంధిత సమస్యల్ని దూరం చేస్తాయి. బిర్యానీ ఆకుల్లో ఉండే పోషకాలు గుండె సమస్యలను దూరం చేస్తాయి. బిర్యానీ ఆకులను విధి రూపాల్లో తీసుకుంటే రక్తపురణజ మెరుగుపడుతుంది. రోగినిరోధక శక్తిని పెంచడానికి బిర్యానీ ఆకులు బాగా ఉపయోగపడతాయి. బిర్యానీ ఆకులను తీసుకుంటే శ్వాస సంబంధిత సమస్యలు నుంచి బయటకుపోవచ్చు. బిర్యానీని ఆకులు తింటే ముక్కు దిబ్బుడ తగ్గుతుంది. బిర్యానీ ఆకుల్లో విటమిన్ ఏ, విటమిన్ సి, యాంటీ ప్రైట్‌విటయ్ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి మంద్రుని పోగాట్లే ఇట్లు ఎదుగుదలకి తోడ్డుడతాయి. వీటిలో విటమిన్ ఏ, సితోపాటు రిన్, మగ్గిప్పియం వంటిని ఇమూనిటీనీ పెంచుతాయి.



టిపికా పదుకొణికు హాల్టవుడ్ వాక్ ఆఫ్ ప్రైమ్ స్టార్ అవార్డు..

ಹಿಂದಿ ಭಾರತೀಯ ನಾಯಕರ ರಿಕಾರ್ಡ್

తెలుగైన సిర్కయం తీసుకున్న తమ్ముడు

సువహన్ రామా... భలే ధాన్య భామా



କ୍ଷାତ୍ରୀ 11 ବିଦୁରଦଲ କାହାରେଣ୍ଟିନ ଅନୁଷ୍ଠାନିକ ମୁଖ୍ୟ ବାସ୍ତଵ ପଦଟଂ ଦାଦାପୁରୀଙ୍କ ଫିର୍କିନ୍. ୧୦୯ ଅଧିକାରିକ ପ୍ରକଟନ ରାନ୍ଧାପୁରୀଙ୍କ ପୋଷଣ୍ଡ ପ୍ରାଦୃତନ୍ ପଶୁଲୁ ବ୍ୟାଲାନ୍ ଉଳଂଗଟଂ ପଦ୍ଧତି ରେଣୁ ନମବି ତପ୍ତିକୁନ୍ତରୁ ଫେର୍ମ ଆପେଟର. ଅଂଦୁକେ ପ୍ରମାଣନ୍ତ ଚେଯକୁଂଦା ଶୈଳେଣ୍ଟର୍ ଗା ଉନ୍ନୟ ଯୁବି କ୍ରିୟେଣ୍ଟନ୍ ମେତ୍ରତଂ ପର୍ବ୍ରା ଅର୍ଯ୍ୟାକ କ୊ତ୍ର ଦେତ୍ ମୀଦ ନିରାଯିଂ ତୀରୁକେବୋତୁନ୍ନାରୁ. ଅଦିଲା ଉଳଂଗା ଘୁର୍ହୀ ବାସ୍ତଵ ସୁହୋନ୍ କୁ ଚାଲା ପ୍ରେତ ପ୍ରାଣ କାନୁନଦି. ଏବନ୍ଦକଂହେ ତଣ କ୊ତ୍ର ନିମିମା ଓ ଭାବ ଅର୍ଯ୍ୟ ରାମା ଜ୍ଞାତ୍ରୀ 11୯ ପସ୍ତେଂଦି. ପ୍ରମାଣନ୍ତ ଚେଷ୍ଟନ୍ନାରୁ, ଉଳଂଗର୍ମ୍ୟାଲୁ ଜ୍ଞାନ୍ତନ୍ନାରୁ. ମେନ୍ଦୁ ମହୋ ନ୍ଯାନ୍ ଧାନ୍ତ ମୀଦ ଦାଦି ଜରିଗିନପୁରୁଦୁ ସୁହୋନ୍ ଅକ୍ଷ୍ୟଦେ ଉଣ୍ଣାରୁ. ଚାଲା ପୋଲୀଗା ମାରୁତୁଂଦନୁକୁ ଘୁର୍ହୀ ତପ୍ତିକେପଦଂତେ ଓ ଭାବ ଅର୍ଯ୍ୟ ରାମା ମୀଦ ଅଦୀଯନ୍ ଅପେନ୍ଦ୍ର ପେଣ୍ଟିପୋତୁନିଂଦି. ଅନ୍ତରେ ସୋଲୋଗା ଶ୍ରୀନ ହୀଲ୍ କୋନ୍ ନିର୍ମାଣ ପଦରୁ ଚାମୁନ୍ନ ସୁହୋନ୍ ଅଶଲ୍ନ୍ତି ଦୀନି ମୀଦ ଉଣ୍ଣାଯି. ରୈଟର୍ ପଦ୍ଧତିଭାବକ୍ ତର୍ପଣ ମୁଖ୍ୟ ଆ ସ୍ଥାଯ ନକ୍ଷେତ୍ର ଦ୍ୱାରକିଲୁଦୁ. ଏପୁନ୍ତେ ଉପ୍ତିକୁନି ଚେସିନ ଗୋରେ ପୁରାଣଂ, ଶ୍ରୀ ରଙ୍ଗନୀତିଲୁ ଲାଙ୍ଗୀବି ଦାରାଣଂଗା ଫ୍ଲାଇସ କାଗା ଅଂବାଜୀ ପେଟ ମୁଖ୍ୟରେଇଁ ବ୍ୟାଙ୍ଗଦୁ କ୊ଂତ ପର୍ଯ୍ୟାଲେଦିନିପିମୁକତଂଦି. ଦିଲ୍ ରାଜୁ ନିର୍ମିତିନ ଜନକ ଅଯତ୍ତ ଗନକ ମୀଦ ନମ୍ବକଂତେ ସୁହୋନ୍ ଓପରୀନ୍ ହାତୁଲୁ କ୊ଂହେ ଅଦେମା ଇଂକୋ ସୁହର୍ ଫ୍ଲାଇସ ଚେତିଲୋ ପେଣ୍ଟି କଷ୍ଟଂ, ନଷ୍ଟଂ ରେଂଦର ମିଗିଲିବିନିଂଦି. ଆପିଶ୍ରୀଗା ଏତ ବିଜୀଗା ଉଣ୍ଣା ସୁହୋନ୍ ନ୍ତରେନ ଟ୍ରେକ୍ କୋନ୍ ନିର୍ମାଣ ପଦରୁ ଚାମୁନ୍ନାରୁ. ଓ ଭାବ ଅର୍ଯ୍ୟ ରାମା କଂଟେଣ୍ଟ ମାତ୍ରମିଳିବା ମନବି ଏବନ୍ଦ ଟ୍ରୈନ୍ୟୁଟର୍ ଉନ୍ନତି ଅନିଧିପୋତେଂଦି. କାକପାତେ ବିଲ୍ ଲେଣି ଇଲାଂବୀ ଟ୍ରୈନ୍ଲୋ ପଶୁଭୁଲୁ ରାହାଲିବେ ପୋଟିଲୀନ୍ ଟାକ୍ ଚାଲା କୀଲକଂ. ଅଂଦୁଲୋନ୍ତା ବାକ୍ଷାନ୍ତିନ୍ କ୊ଂଚେଂ ଅବ୍ ଅନ୍ଦ ଦୋନ୍ ଲୋ ଉଣିଂଦି. କଥିର ହୀଟ୍ଟୁଯିନା କଷ୍ଟପୁ ଅଶିଳିନ ସ୍ଥାଯିତ୍ବ ଦୁମାକେତ୍ତଦଂ ଲେଦୁ. ତମ୍ଭୁଦୁ ଫୁଲିତଂ ଏଲ୍ଲାଂଦି ପଶୁନିଂଦି. କା ନେବଧ୍ୟାଂଲୋ ଓ ଭାବ ଅର୍ଯ୍ୟ ରାମା କନକ କିଳିକ ଅଯତ୍ତ ଧିୟେଟର ଅଦୀଯନ୍ ପସ୍ତେର. ସୁହୋନ୍, କିରି ସୁର୍ବେ ଜଂଗା ନବୀନିଂଦି ଉପ୍ରକାଶରଂବ ଜ୍ଞାତ୍ରୀ 4 ନେରଗା ଅମେଜନ୍ ଟ୍ରୈମ୍ ଲୋ ପ୍ରିମିଂଗ କାର୍ବୋଫୋଂଦି.

ఎలండ్ 2లో

భార్య జాన్ ఆమ్రాయ

ఇస్తేంది. అది కూడా ఆపమాణి నినిమాలో కాదు.
 బాలకృష్ణ అభండ 2 తాండవంలో జనని పాత్ర చేస్తేంది. దర్శకుడు
 బోయపాటి శీనుకి ఈ అలోచన ఎలా వచ్చిందో కానీ నిజంగా ఈ సెలక్కన్ కు
 సూపర్ అనాల్చిందే. ఆమె ఫస్ట్ లుక్ చూసిన బాలయ్య అభిమానులు ఇదే
 అభిప్రాయం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. చిన్నతనంలో ఈమెను కాపాడే అఫోరాగా
 బాలకృష్ణ చూపించిన విశర్పువం ఈసారి నెక్కి లపెర్ కు వెళ్లిపోతుంది.
 ప్రస్తుతం మోదచింగ్ చేసున్న హర్షాల్లి బాలీవుడ్ డెబ్యూ ఇంకా చేయలేదు.
 నాస్తిక్ అనే మూపి ప్రతిపాదన దశలో ఉంది. సెప్పెంబర్ 25 విధురల
 ప్రకటించిన అభండ 2 అనుకున్న టైంకి వచ్చేలా ఉంది. పవన్ కళ్యాణ్
 ఓజి రిలీషన్సా కాకపోయినా క్లాష్ కు సిద్ధపదే ఉన్నారని ఇన్ సైట్
 టాక్. థియేటర్ కేటాయింపుకు సంబంధించిన చర్చలు ఆలిడీ
 మొదలైపోయాయట. అందుకే మాటింగ్ వేగంగా జయగుతోందట.
 డిసెంబర్ లేదా సంక్రాంతికి వెళ్లే ఆలోచనలో బాలయ్య లేరని
 అంటున్నారు. చిజ్జెనెన్ పరంగా విపరీతమైన భేజ్ ఉన్న అభండ
 22 కి నాట్ మార్కెట్ లోనూ డిమాండ్ ఎక్సప్రోగా ఉంది. ముంబై,
 ధిల్లీ, కోల్కతా లాంటి నగరాల్లో ప్రత్యేక ప్రమాణము చేస్తున్నారు.
 తమన్ ఇవ్వబోయే సంగీతం గురించి మూడుజీక్ లవర్స్ లో

నమ్మకం సిలబెట్టుకున్న

అంబుర్ బుండ



సితారే జమీన్ పర ఖాక్షాఫీన్ వద్ద స్పష్టిగా దూసుకుపోతేంది. నిన్న పదమూడో రోజు అందులోనూ వర్షింగ్ డే నాడు 40 వేలకు పైగా బ్యాక్ వై షో టికెట్లు అమ్ముదాబోవడం మాటలు కాదు. మాములుగా ఇలాంటి నెంబర్ భ్లాక్ బ్స్టర్కే కనిపీస్తుంది. కానీ అమీర్ భాన్ సినిమా మరీ జవాన్, పర్టా నేంజ్ లో రికార్డులు బదలు కోట్లడం లేదు. అయినా సరే నింపాగించా వహనాళ్లు రాబడుతూ లాంగ్ రన్ వైపు ఆశలు పెంచుతోంది. ఇప్పటికే దబుల్ సెంచరీ దాలీసిన సితారే జమీన్ పర కు మొస్తు కృష్ణవారం రిలీజ్సన్ జాజోల్ మా మిట్రము స్పుందన తెచ్చుకోవడం కలిసి వస్తోంది. సీరియస్ హోర్స్ రో రూపొందిన ఆ చిత్రం సోసోగా ఆడుతోంది. బాలీవుడ్ విశ్లేషించులు ఈ విజయానికి దారి తీసిన కారణాలు విశ్లేషిస్తున్నారు. ఏ టిలీటికి అమ్మునని అమీర్ భాన్ ముందే తేగిసి చెప్పడం వాటిలో మొదటిది. నెట్ ట్లిక్స్ లాంటి బదా సంస్థలు వంద కోట్లకు పైగా ఆఫర్ చేసినా నిర్మించా మాటల్గా నో చెప్పడం ఘన్ అయ్యిందట. పైగా రెండు మూడు నెలల తర్వాత యూట్యూబ్ లో పే పర వ్యూ ప్యాచల్ లో స్ట్రీమింగ్ చేసే ఆలోచన ఉన్నట్టు బయలీకి రావడం ఇంకో కారణం. అక్కడ కట్టే డబ్బులేవో ఇప్పుడే టికెట్లు కొని థియేటర్లో చూస్తే పోలాని ఆడియోన్ అనుకోవడం వల్లే అమ్మకాలు బాగున్నారుని అంటున్నారు. పైరసీ వెర్షన్ వచ్చినా దాని ప్రభావం తక్కువగా ఉండటం గమనార్థం. మరో ముఖ్యమైన విషయం అమీర్ భాన్ మీధాన్ సింపత్తి. ఎంత కషపపడుతున్నా విజయం దక్కడం లేదనే సాసుభాతితో ఉన్న మావీ లవర్స్ కు దీసెన్ట్ గా ఉన్న సితారే జమీన్ పర కంపెంట్ గొప్పగా కనిపించింది. అందులోనూ ప్రమోషన్ పరంగా అమీర్ భాన్ మాములుగా కప్పపడలేదు.

ట్రోలింగ్ జబ్బుకి మంచు విష్ణు వైద్యం



పీఎస్‌లు కలవకుండా వార్ 2 పమోపను



ଅଦେଂବୀ ଅଂତ ପେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରେସ୍‌ନ୍ ଇଂଡ଼ିଆ ମୁଟ୍ଟେସ୍ଟାରର୍ ପ୍ରମୋଷନ୍ତର୍ ହୀର୍ଭୋଲୁ କଲବକପୋଦଂ ଏମିଟିନି ଅନୁକୁଳନ୍ତାନ୍ତାରୁ ଅନ୍ତରୁ ମେଲିକ ଜିକ୍କଦ୍ଵୀ ଉଠିଲି. ଆଗ୍ନି 14 ବିଦୁରଦ କାର୍ତ୍ତିତୁନ୍ତ ଵାର୍ 2 କୋଣ୍ଠିଂ ଯୁଧ ରାଜ୍ ଫିଲିଂଙ୍ ଏକ ପୈରେଟ୍ ପ୍ରୋଟଲ୍ ହେଲେଂଠିଲି. ଅଦେଂବଳିଟି ପାତିକ ରୋଜୁଲ ପାଟୁ ଜରିଲି ପ୍ରମୋଷନ୍ତ, ତଥାପିଲ୍ଲାପିଲ୍ଲା ଏକବ୍ୟାକ୍ ଜାନିଯାରି ଏବୀର୍ଭାବ, ହୃତିକ ରୋହନ୍ କଲିଲି ପାଣ୍ଡିନରତ. ଏମନ୍ତରେ, ଏକଦିନେ ନରେ ଏହିବିଦିଗୀନେ କନିପିପୁରୁ. ଏମତି ପେନ୍ଦ୍ର ମୀଡିଆ ଅଦିଗିନା ନରେ ସବେଳ୍ ଗା ପାଶରୁ ତପ୍ତିପାଞ୍ଚି ଚେତୁଲ୍ଲୋ ଚେତୁଲ ଵେଳକିନ ମାତ୍ରଂ କାଢି. ନିର୍ମାତା ଅଦିତ୍ୱ ଚେତୁଲ୍ଲୋ ପ୍ରୋଟଲ୍ ସେଂଟିମେଂଟ ପ୍ଲଟ୍ ପର୍ଦତି ପ୍ରକାରଂ ତଥା ନିର୍ଜଯନ୍ ତୀରୁକିନ ତୀରୁକିନ ପାଶରୁ. ଗତଂଲୋ ଵାର୍ ୩୩୦ଲୋ କୁଦା ହୃତିକ, ତୈଗର ଟ୍ରେଫିଲ୍ ଲକୁ ପୈତତି ଅଦିତ୍ୱ ପାଲୋ ଅର୍ଯ୍ୟାରୁ. ନକ୍ଷତ୍ର ମୀଟିଂ ମୁଠିକି ଅନ୍ତର୍ଭାବି କଲିପାରୁ. ଏକ ଵାର୍ 2 ଏହିଯାନିକି ପାଶରୁ ମେଦାଲିସିରି ଏକ କ୍ରେଟି କାଂବିନେଷନ୍ ତେରକିଳିଦି କାବଟ୍ଟିଲା ଦାନ୍ତି ପଦେ ପଦେ ଟୀପିଲ, ଯୁଦ୍ଧାଟ୍ୟାର୍ଥ ତୋ ମାହିପୁର୍ବା ଉଠିଲି ବିର୍କ ପ୍ରେସ୍‌ନ୍ ମୀଦ ଚାନ୍ଦିନୀକି ପ୍ରିଲ୍ ହୃବ୍ରାତୁମଂଦନି ଯୁଧ ଅଧିନେତ୍ ଆଲୋଚନା. ଜିନ୍ଦାରି ଧିଯେଟର୍ କୁ ପଚାକ ପାଶ୍ଚ କଲଯକମ୍ବ ଚାନ୍ଦିନିପୁରୁଦୁ କଲିଗେ କିକୁନି ମୁମଂଦୁଗାନେ ଚନ୍ଦରକାଦନେ ଉଦ୍ଦେଶତେ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ଲାନ୍ ଚେଶରନ୍ ମାଟି. ଏକରକଂଗା ଚେପ୍ପାଲିବେ ରାଜମାଳିକି ରିପର୍ଟ ପ୍ଲାନ୍. ଅର୍ତ୍ତଅର୍ତ୍ତ କୋଣ୍ଠିଂ ଅର୍ଯ୍ୟାନ୍ ଉତ୍ତର ହୀର୍ଭୋଲାନୁ ଦେଶମଂତା ତିପ୍ପଦଂ ଚାନ୍ଦା. କୁଶି ମୁଠିକି ଚାଲା ପେନ୍ଦ୍ର କାଂପିଟିଚନ୍ ଏଦୁରକଂଠନ୍ତ ଵାର୍ 2 ତେଲଗୁ ରାଷ୍ଟ୍ରର ମହିଳାନ୍ତ ନିତାର ଏମଟର ପ୍ରତ୍ୟେନ୍ତ୍ର ସାଂତରଂ ଚେମୁକେବଦନତେ ଖୋନ୍ତ ହୃଦୀଗା ଉନ୍ନାରୁ. ଦେଵର ତରପାଲୋ ଧିଯେଟର୍ ବାଗା ଦକ୍ଷତାରୁନି ପାଶ୍ଚ ନମ୍ବକଂ, ନିତି କେମାନ୍ତା କାଲୀ କାନ୍ଦାକ ଏକ କେମାନ୍ତା ଟିକ୍ ଏକିମାନ୍ତା ଏକ କାମି