



# సంపాదకీయం

## ରେଡ଼ିଆ ଅନ୍ତ୍ୟରୀ ସୁପ୍ରସିଦ୍ଧତା

పిల్లలూరా రారండోయ్... బాల బాలికలు రారండోయ్... బాల ప్రోగ్రాం విన రారండోయ్... అంటూ ప్రారంభమై, పాట మొదలై... 'పోదామా ఇక పోదామా ఇళ్ళకు... మన ఇళ్ళకు... ఆ ముగింపుతో వినిపించే రేడియోలో ప్రసారమయ్యే బాలానంద కార్యక్రమం కోసం పిల్లలే కాదు... పెద్దలు సైతం ఉత్సాహం ఎదిరిచూసిన పాత జ్ఞాపకాలు అయిదు పదుల వయసు దాటే వారికి చేటుగి పోనివి. రేడియో అన్నయ్యగా న్యాయ పరాఫువరావు, రేడియో అక్కయ్యగా ఆయన సతీమణి కామేశ్వర కలిసి ఆకాశవాణి ద్వారా నిర్మహించిన పిల్లల కార్యక్రమాలు మరి పోలేనివి. న్యాయపతి రాఘవరావు పేరు నేటి తర్వానికి తెలియ

పోవచ్చ). అయితే రేడియో ప్రధాన మనో రంజన సాధనంగా ను పాతకాలపు రోజుల్లో రేడియో అన్నయ్యగా ఆయన సుపరిచితులు. పిల్లలే సర్వస్వంగా ఎంచి, పిల్లల కోసం అయిక ఒక్కరే కాక, సహాదర్శకారిణి అయిన కామేశ్వరితో కలిసి ఎనిపిల్లల కార్యక్రమాలను నిర్వహించారు. బాలికల శేయస్తాల సాంస్కృతిక వికాసానికి తన జీవితాన్ని అంకితం చేసిన విద్యావేత్తనా కొనివిదుడు, రచయిత. నాటి రేడియో క్రోతుల వ్యాధయాల సుస్థిర స్థానాన్ని సంపాదించు కున్నారు. న్యాయపతి రాఘవరావు (ఎప్రిల్ 13, 1905 - ఫిబ్రవరి 24, 1984) రేడియో అన్నయ్య ప్రసిద్ధుడు, అంధ్ర బాలానంద సంఘం సంస్కృతప్రకండ బాలసాహిత్యవేత్త, బాలబాలికల శేయస్తా, సాంస్కృతిక వికాసానికి తన జీవితాన్ని అంకితం చేసిన విద్యావేత్త, కళాకోవిదుడు రచయిత. పిల్లల కోసం ఎవరూ, ఏ సంస్కారా, ఏ ప్రభుత్వమయిని చేయనంత క్షప్తి సిలిపారు రాఘవ రావు. 1905వ సంవత్సరమే ప్రపిల్ 13న ఒరిస్సాలోని బరంపురంలో అయిన జన్మించారు. తండ్రి న్యాయపతి రామానుజస్సామి ప్రముఖ న్యాయవాడు. పొరశాల చదువు అనంతరం విజయనగరంలోని మహారాజుగా కళాశాలలో డిగ్రీ పూర్తి చేసారు. 1934లో కామేశ్వరి పెళ్ళయింది. “రేడియో అక్షయ్య”గా పేరుగాంచిన న్యాయపతి కామేశ్వరి ఆమె. రాఘవరావుకు బాల్యం నుంచి పిల్లలంటే ప్రాణానికి కథలు చెప్పటమన్నా. నిచించి చూపటమన్నా మహా ఇష్టములు పొరశాలలో వక్కత్వా పోటీల్లో కథలు చెప్పే పోటీల్లో ప్రథమ బహుమతులన్నీ ఆయనకే సాంతం, సాత్తు అయ్యావి. డిగ్రీ అయ్యా పుట్టానులో “ది లొంగూ” సంగీతంలో విశేషాగా జీవించి

ముప్రానుల ద పారుయి వ్రాక్తల వలశ్చగా జవల  
ప్రెరంభించి, పది సంవత్సరాల తరువాత, దానికి రాజీనామ  
చేసి, ఆకాశవాణిలో కాంట్రాక్టు పద్ధతిపై చేరడు. ఆ రోజు  
బీ.పీ.ఎస్ లోని పిల్ల కార్బూక్యూమాల తరువాతో మన దేశంలో కూ  
రేడియో చిన్న పిల్లల కూరకు రేడియో ప్రసారలను చేపట్టాల  
అప్పటి ప్రభుత్వం జాతీయ సాయిలో ఒక నిర్విధయం తీసుకుం  
మద్రాసు రేడియోలో పిల్లల కార్బూక్మాలను దురాబాయి దేశము

నిర్వహించే వారు. 1933 లో రాఘవ రావు, కామెస్టరి జంటలు అ అవకాశం వరించింది. అక్కడ చేరిన తరువాత చిన్నప్పిల్లి కార్బూక్యూలను ప్రతి వారం నిర్వహించే పద్ధతిని ప్రవేశ పెట్టాడు. ఈ కార్బూక్యూమం నిర్వహిస్తూ క్రమంగా రాఘవరావు “రేడియా

ముద్దు ముద్దు పాటలు వాడస్తూ, వారి పాట కనుగొంగా నొచ్చి రకరకాల ధ్వనలను చేస్తూ మధ్య మధ్యలో ఆగిపెట్టితో చిత్రవిచి ధ్వనలు చేస్తూ ఆ కార్బూక్షమం వింటును వారికి గిలిగింత పెట్టే వారు. వాస్తవానికి ఆ కార్బూక్షమం కోసం పిల్లలకన్నా పెద్ద అత్యతగా వేచి చూసేవారన్నది వాస్తవం. రేడియో అన్నదీ సృష్టించిన పాత్రల్లో “మొద్దబ్యాయి, పాటీబావ, చిట్టమరదం దొడ్డమ్మ” ట్రోతలను విశేషంగా ఆకట్టుకున్నాయి. ఆయన “బాం మూకుడు, కొంటె కిష్టయ్య, పిల్లలకే స్వరాజ్యం వస్తే, చీమ కు ఏనుగొచ్చిందేనుగు, బడి గంట, మడతకుర్చీ, రామూ సోము పిల్లల దొంగ” ఇంకా అనేక హస్తస్నానాటికలు, గమ్మతు నాటికలు చిట్టి నాటికలు దాదాపు వస్తుండు వందలకు పైగా రచించి వాత్స పిల్లలతో వేయించారు. దాదాపు పది చలన చిత్రాలలో కూడా పిల్లలతో వేయించారు. అనేక గ్రామభోను రికార్డులు ఇంకా పిల్లల బంగారు భవిష్యత్తుకు ఎవరూ, ఏ సంస్థా, ఏ ప్రభుత్వమ చేయనంత క్యాపిసిపారు. 1940లో మద్రాసులో ఆంధ్ర బాలానం

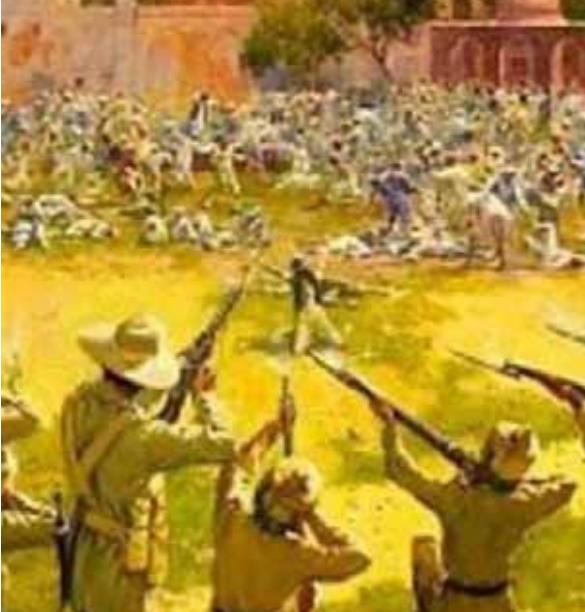
ಸಂಘಂ ಸ್ಥಾಪಿಂಚಾರು. ರೇಡಿಯೋ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಾಲ ಅನಂತರಂ ಅನ್ನಸ್ಯದ್ವಾರಾ ಚೆವೆಪಟ್ಟಿನ ಮರ್ಹೆ ಬೃಹತ್ತಾರ್ಥ್ಯಂ ಬಾಲಲ ಕೋಸಂ “ಭಾಲ್” ಪತ್ರಿಕೆ ಪ್ರಮುರಿಂದವರ್ದಂ. ಅಂತವರಕ್ಕಾ ಪಿಲ್ಲಲಕಂಟೂ ಒಳ ಪತ್ರಿಕೆ ಲೇಖೆ “ಭಾಲ್ ಕೋಸರಿ” ಅನೇ ಪತ್ರಿಕೆ ಕೊಂತಕಾಲಂ ವಬ್ಜಿನಾ ಅದಿ ವೆಂಂತ ಅಗಿಷ್ಟೇಯಂದಿ. ರೇಡಿಯೋ ಅನ್ನಯ್ಯ ಪಿಲ್ಲಲ ಪತ್ರಿಕೆ ಅವಸರಂ ಗುರ್ತಿತ್ತೀರು. 1945ಲ್ಲೋ ಬಾಲ ಪತ್ರಿಕೆ ಸ್ಥಾಪಿಂಬಿ ಬಾಲ ಸಾಹಿತ್ಯಂಲ್ಲೋ ಅನೇ ಪ್ರಯೋಗಾಲು ಚೇಶಾರು. ಅದಿ ಅಪೋರಮೈನ ಪ್ರಭಾವಾನ್ನಿ ಚೂಪಿಂದ ರೇಡಿಯೋ ಅನ್ನಯ್ಯ ಸ್ಥಾಪಿಂಬಿನ “ಅಂಧ್ರ ಬಾಲಾನಂದ ಸಂಘು ವಿಜಯಭೇರಿ ಪ್ರೋಗಿಂಚಿದಿ. 1956ಲ್ಲೋ ಪ್ರೌದರಾಭಾರು ಲೋ ಬ್ರಾಹ್ಮಂ ಕೂಡಾ ವೆಲಿಸಿದಿ. ಅನಂತರ ಈ ವಿಜಯಂ ಗ್ರಹಿಂಬಿ ಬಾಲಭಾಷಿತ ಪತ್ರಿಕಲ ಸಂಘಾಲ ಅವಶ್ಯಕತನು ಗುರ್ತಿಂಬಿ ಅನೇಕ ಬಾಲಾನಂದ ಸಂಘು ಸಂಘಾಲು ಏರ್ಪಡಾಯಿ. ಬಾಲಪತ್ರಿಕಲು ಎನ್ನೋ ವೆಲಿತಾಯಿ. ಜವಹರಲಭಾಬುವರ್ನ (1966), ಅಂಧ್ರಪ್ರದೇಶ ಬಾಲಲ ಅಕಾಡಮೀ (1977) ಸ್ಥಾಪನಕು ಆಯನ ವಿಕೇಷಮೈನ ಕೃಷಿ ಚೇಶಾರು. ಆ ಸಂಘಂಲ್ಲೋ ಅನೇ ಚಕ್ಕನಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಾಲ ಇತ್ತುವೀಕೆ ಜರುಗುತ್ತಾಯಿ. ಸಂಗೀತಂ, ನಾಟ್ಯಂ, ನಾಟಕಂ, ಮೇಜಿಕ್, ಹಿಂಜ್‌ಪ್ರಾಲ್ಯೆಸಿಂ ರಂಗಾಲ್ಲೋ ಕೂಡಾ ಶಿಕ್ಷಣಿಸ್ತೂ ಅದರ ಬಾಲಲ ದೈವಮುಂದಿರಂಗಾ ಅಲರಾರುತ್ತೋಂದಿ. ಬಾಲಭಾಷಿತ ಪ್ರಗತಿ ಪೊಟುಬಳಿದಿನ ನ್ಯಾಯಪತಿ ರಾಘವರಾವುತ್ತ ಸಂತಾನಂತ್ಯದು. ರೇಡಿಯೋ ಅನ್ನಯ್ಯ, ಅಕ್ಕಯ್ಯಲ್ಲ ಕುನ್ನಿ ಲಕ್ಷ್ಮಿ ಅನ್ನಿತಿ ಅಂಧ್ರ ಬಾಲಭಾಷಿತ ಕಾರ್ಯಾದತ್ತಂ ಚೇಸಿನ ತ್ಯಾಗ ಧನುಲು. ಬಾಲಭಾಷಿತ ಅಪ್ಪಾಪಾಲು ವಾರಿಲ್ಲೋ ನಿಕ್ಕಿಮ್ಮಮೈ ಉನ್ನ ಸಹಜಮೈನ ಕಳಾಕಾಶಾನಿಕಿ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಅಂದಿನೇ ವೇದಿಕ ಕೋಸಂ ಪ್ರಭುತ್ವಂಚೇ ಬಾಲಲ ಅಕಾಡಮೀ ಸ್ಥಾಪಿಂದ ಚೇಸಿ, ಆಯನ ಆಶಯಾನ್ನಿ ಸಾಕಾರಂ ರೇಡಿಯೋ ಅನ್ನಯ್ಯ ಧನ್ಯೇ ಬಾಲಾನಂದರಂ ರೇಡಿಯೋ ಅನ್ನಯ್ಯ 1984 ಫೆಬ್ರುವರಿ 24 ಪರಮಪದಿಂಚಾರು. ರೇಡಿಯೋ ಅನ್ನಯ್ಯ ಶತ ಜಯಂತಿ ಸಂದರ್ಭಂ ತಪ್ಪಾಲಾ ಕಾಣ್ಣಾ ಒಕ್ಕ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಕವರು ವಿದುರುಲ ಚೆನ್ನಿಂದ.

# మతీల్నాదానికి అంబేర్‌కు ఓ సవాల్

నొతంత్రు భారతదేశం అంబెడ్కర్ 134వ జయంతి జిరుపుకోవ సిద్ధమవతున్న సందర్భంలో ఒక వక్కాప్లాఫమెంట్ సాక్షిగా జరిగిన అవమానం. మరోవక్క ఆయన ఎన్నడూ లేనంత ఎత్తుకు ఎదిగినట్లు స్పృస్సున్నది. అనేకముఖ్య ఘుట్టల్లో, ఉర్ధ్వమాల్లో నపభారత నిర్మాణాన్ని సామాజిక రుగ్మతలు లేని దేశం కోసం అంబెడ్కర్ చేశారు. ఆయన జీవితానుభవంలో గుర్తించిన సామాజిక సమస్యలు, అధ్యయనం, ఆలోచనలను ప్రయోగాత్మకరంగా పరిశీలించి భారత సమాజం గురించి ఆయన లోతుగా పరిశీలన చేసి లేం అనేక ప్రశ్నలు నేటికే నజీవంగా నిలిచి ఉండటం, ఆక్షఫిని, ప్రాధాన్యతని నేటికి గుర్తు చేస్తున్నాయి. 1871 ఏప్రిల్ 14వ మధ్య భారతదేశంలో మౌ అనే ప్రాంతంలో, మత భావ విశ్వసించే, పేద మెహర్ కుటుంబంలో భీమ్ రావ్ అంజన్మించారు. పారశాల విద్యాభ్యాసం సత్యాలోను, కశాల విద్యా ముంబైలోను పూర్తిచేసిన అంబెడ్కర్ 1913-17లో కొడ్దికాలం బరోడా మహారాజు దగ్గర సేవలందించారు. లండన్ సూక్ల ఎకనామిక్స్ కొలంబియా విశ్వవిద్యాలయంలో, గ్రేన్ ఇన్ విశ్వవిద్యాలయంలో ఉన్నత విద్య నభ్యిసించిన ఈ నవయువకుడు సమకాలీన రాజకీయ నాయకుల్లో చాలా మండికి లేనటు అమోఫుమైన పాండిత్యాన్ని సంపాదించారు. సామాజిక అడ్డ ముఖ్యంగా పక్షపాత వైభారి, సామాజిక అణవిషయాలు ఉన్నత సాధించారు. 1920లలో తొలిసాక్షకే అంపంపి, పిపోవ్డి అర్థశాస్త్రంలో ఎమ్మెస్స్.డి.వెన్.సి, బారిస్టర్ ఎప్పార్ట్ చేశారు. తనకి ముట్టె ఏండ్రూచ్చేసనరికే ప్రముఖ విద్యార్థి అధ్యయనకారులు తమ జీవితకాలంలో సాధించలేనన్నిటి వితతులను అంబెడ్కర్ గడించారు. నాలుగు దశాబ్దాల ప్రజాజీవితంలో అనేక విపాధ్యాన అంశాలలోనూ, అభిగమించి వీలు లేనటువంటి సామాజిక అంధకారంలో నుంచి వెలుతురుచ్చివించారు. అలెగ్జాండర్ గోల్డ్‌వైస్‌ర్ 1916మే నెలలో సాశాస్త్రాలపై సమినార్ జిరిపినప్పుడు, మొట్టమొదటి సారిగా అంశభారతదేశంలో కులాల తీరు తెస్సులు, వుట్టుక, అభివృద్ధి అనే అంశాల అధ్యయనపై అందించారు. పారదర్శకత, నిజముఖ పట్టుదల వంటి అపూర్వగుణాలు కలిగిన ఉదారవాది దా. అంతాత్మికంగా మొదట అదర్పవాదం పైపు మొగ్గినప్పబించి, అంతిమాన్మి సిద్ధాంతం పైపు ఆక్రమితుడయ్యారు. మార్కిసం పుస్తకాదా చాలా లోతుగా అధ్యయనం చేశారు. 1950లో ఆయన న్యాయ మంత్రిగా ఉండి హిందూ కోడ్ బిల్లు తెచ్చినప్పుడు, అదే జవహర్

“రామ కిష్టయ్య సంగన భట్లు...

# దమనకండకు పరాక్రమ



1919, ఏప్రిల్ 13... భారత దేశ చరిత్రలో దుర్దినం. బ్రిటిష్ పాలి దమను కాండకు పరాక్రమ్మగా చరిత్ర సాక్ష్యంగా నివిచిన చీకటి రిభరణ స్వేతంత్ర సంగ్రామ చరిత్రలో అత్యంత దురదృష్టమైన, హేయ సంఘటన జలియన్ వాలాబాగ్ ఉదంతం. నాలీ బ్రిటిష్ పాలి కిరారక్ చర్యలు వంద లాది మంది అమాయకులు ప్రాణాలు కోల్పున్న నేవద్యం. శతాబ్ది కాలం గదిచినా చెరగని నెత్తుటి మంజుపకం. పంజాబ్, బింగాల్ లో నానాటికీ పెప్పరిలుతున్న బిప్పలోద్యం భారత ప్రజల్లో నానాటికీ రగులు తున్న అసంతృప్తి (ముఖ్యంగా బిల్ వర్చర్స్ లో), మొదలైన సంఘటనలను దృష్టిలో ఉంచుకుని ప్రభుత్వం 1918లో ఆంగ్లేయ న్యాయమూర్తి త్రైన సిద్దీ రెఫర్ అద్వయంలో ఒక కమిటీని ఏర్పాటు చేసింది. దినినే రౌలట్ కాంటారు. రౌలట్ కమిటీ ప్రతిపాదనను అనుసరించి బ్రిటీష్ ప్రభుత్వం 1915లో ఏర్పాటు చేయబడ్డ భారతీయ రక్షణ చట్టానికి అదని రౌలట్ చట్టాన్ని ప్రతిపాదించింది. ఈ చట్టం ద్వారా తిరుగుబా

మనస్సక్కని వంచింపలేక, విలువలకై పరితపించి, తాము నిద్దాంతాల నుండి దూరం కాలేక, ఎలాంటి త్యాగాలకైనా నిద్దమైతుప్పన్ని ఎట్టి స్థితిలోనూ ప్రదర్శింపక భారత దేశచరిత్రలో ప్రత్యేక నెపొందిన మానవతావాది బి.పి.మండలగా ప్రసిద్ధుతైన బిందేశ్వర మండల. భారత పారమైంట సభ్యులుగా, బీహార్ ముఖ్యమంత్రి వెనకబడిన తరుగుతుల కమిషన్ ట్రేర్యూన్, పదవి లేవైనా, లక్ష్మివాణిని తృణప్రాయంగా భావించి ఆదర్శనీయులు అయినా రాయన జమీందారీ కుటుంబంలో జన్మించినా, వెనక బడిన పర్గల అభ్యర్థాల్లేని సిద్ధాంత పరపోరాటాలు చేసి, బీసీల బాంధువునిగా చిరస్తుని విచిపోయారు మండల. 1918 ఆగస్టు 25 న బీహార్ లోని జల్లీ యాదవ భూస్వామ్య కుటుంబంలో జన్మించి మాధీపురా జిల్లా మోరో గ్రామంలో పెరిగిన మండల్ మండె పురంలో ప్రాథమిక విద్యాలయంగాలో ఉన్నత విద్యను పూర్తి చేశారు. 1930లో పాటుల్లో పూర్తి చేసి, కలకత్తూ ప్రసిద్ధేసీ కళాశాలలో ఉన్నత విద్యాభ్యాసం చేరి, అనివార్య కారణాల పల్ల చదువు వదిలిపెట్టారు. 23వ ఏట జూన్ 1947కు, 1945 - 51 మధ్య మాధీపురాలో జీతం లేకుండా స్వపూర్జుంధిపియర్ మెజిస్ట్రేట్ గా పని చేశారు. జాతీయ కాంగ్రెస్ చేరి రాజీవితాన్ని ప్రారంభించారు. బీహార్ శాసనసభకు 1952లో ఎన్నిక, ఆప్టాల్లో ఉంటూ, బీహార్లోని కుర్చీలునే బీసీలపై రాజవుత్రుల నిరసించి, తమ నియోజకవర్గంలో పామా గ్రామంలో దళిత మైనారీల్లపై పోలీసుల అత్యాచారాల గురించి మాట్లాడాలని విభావించారు. కొన్ని అధికారి పక్కంలో ఉండి పూటాడ్ కాదుర్ని ని

ప్రెస్ నోళ్ను కట్టయడానికి, విచారణ లెకుండా రాజకియ నిర్వధించినప్పుడం, తిరుగుబాటు దారులుగా అనుమానితులై వారంటు లేకుండా అరెస్టు చేయడం మొదలైన నిరంకుశ మైన్ ఇందులో ఉన్నాయి. ఈ చట్టం పై దేవంలో సర్వులూ ఆ వ్యక్తమయ్యాయి. జలియన్ వాలాబాగ్ దురంతం భారత స్వాతంత్రం సమయంలో జరిగిన అత్యంత దురదృష్టమైన సంఘటన. 1  
13న పంజాబ్ రాష్ట్రంలోనీ అమృత్సర్ లోగల స్విర్ దేవాల ఉన్న జలియన్ వాలాబాగ్ తోట లో దాదాపు 20 వేలమి సమావేశమైనారు. అది వైశాఖ మాసం, సిక్కులకు ఆధ్యాత్మిక సంవత్సరం. వారు అక్కడ సమావేశమవడానికి ముఖ్య కారణాలలో నేతలు ఆంగ్లేయ పాలనకు వ్యక్తిగతికిన్నా చేసేన్ను ఉపాయాలలో అనేక విమర్శలకు గుర్తన కొలట చట్టం క్రింద సత్యపాల్, సైంస్ లను అక్రమంగా నిర్వధించ రాశించి, వారికి ప్రాంత బిభిన్న విధించడానికి వ్యక్తిగతంగా ఏర్పాటు చేసిన సార్వజ్ఞానిన సమయించాలని విభాగాలకు చెందిన 90 మంది సైనికులు (ఇండియన్ ఆఫ్సర్లు రెండు అయిథా లతో కూడిన సురక్షిత వాహనాలు అక్కడ ఇరుకైన సందుల కారణంగా వాహనాలు బాగ్ లోపలికి రాలేకి జలియన్ వాలా బాగ్ (పార్చు) అన్ని ప్రక్కలా ఇండ్స్ట్రీసు, పెద్ద కుటుంబాల ఉంది. ఉన్న కొద్దిపాటి ఇరుకైన సందుల దారుల్లో తాతాలు వేసి ఉన్నాయి. ఏప్రిల్ 13, 1919 న బ్రిటీష్ సైనికుల దయ్యి సార్వధ్యంలో ఈ తోటలో సమావేశ మైన నిరాయా పురుషులు, పిల్లలమైన విచక్కణ రహితంగా కాల్పుల జిక్కాలు పది నిమిషాలపాటు కొనసాగాయి. ఇరుకైన సందుల వాహనాలు బాగ్ లోపలికి రాలేక పోయాయి. జలియన్ (పార్చు) అన్ని ప్రక్కలా ఇండ్స్ట్రీసు, పెద్ద భవనాలతోను చుట్టూ ఉన్న కొద్దిపాటి ఇరుకైన సందుల దారుల్లో చాలావాటికి తాన్నాయి. కాల్పుల కారణంగా వండలమంది మరజించారు. 1  
కాల్పుల జిగాయి. అప్పటి ఆంగ్ల ప్రభుత్వ లెక్క ప్రకారం పురుషులు, 41 మంది బాలురు, 6 వారాల పసికందు) వాకాని ఇతర గణాకాల ప్రకారం అక్కడ 1000 కి పైగా ముందికి పైగా గాయ వద్దారు. అక్కడ స్వారక్షా ప్రాసిన సమాచారం ప్రకారం అక్కడ బావిలోంచి 120 శపాల తీశారు. నగరంలో కర్మాన్ని ఉన్నందున గాయపడిన వారిని తీసినికొని వెళ్లడం సాధ్యం కాలేదు. పంజాబ్ అమృత్స సర్ నుంచి 5-12 క్ర నుంచి 12 క్ర నుంచి 12 క్ర నుంచి 12 క్ర

# విలువల కోసం పాటువడిన ఉరుడు

మనస్సాడ్జీని వంచింపతేక, విలువలకై పరితపించి, తాము నిస్థాంతాల నుండి దూరం కాలేక, ఎలాంటి త్యాగాలకెనా నిద్రమైతే తప్పన్ని ఎట్టి ఫిటిలోనూ ప్రదర్శింపక భారత దేశపురితతో ప్రత్యేక నెపాందిన మానవతావాది బి.పి.మండలగా ప్రేసిద్యులైన బిందేశ్వర మండల్. భారత పార్లమెంట్ నభ్యలుగా, బీహార్ ముఖ్యమంత్రి వెనకబడిన తరుగుతుల కమిషన్ చెర్నెగా, పది లేవై, లక్ష్మి వాచిని తృణప్రాయంగా భావించి ఆదర్శాన్నియులు అయినా రాయుని. జమీందారీ కుటుంబంలో జన్మించినా, వెనక బడిన వర్గాల అభ్యరాజీలేని సిద్ధాంత పరపోరాటాలు చేసి, బీసీల బాంధువునిగా చిరస్తోని నిలిఖిపోయారు మండల్. 1918 ఆగష్టు 25 న బీహార్ లోని బంలో యాదవ భూస్వామ్య కుటుంబంలో జన్మించి మాధ్వపూరా జిల్లా మొరో గ్రామంలో పెరిగిన మండల్ మండె పురంలో ప్రాథమిక విదురాభంగాలో ఉన్నత విద్యుతు పూర్తి చేశారు. 1930లో పాటూలో పూర్తి చేసి, కలకత్తా ప్రసిద్ధేసీ కళాశాలలో ఉన్నత విద్యాభ్యాసం చేరి, అనివార్య కారణాల వల్ల చదవు వదిలిపెట్టారు. 23వ ఏల జూన్ కౌన్సిల్కు, 1945 - 51 మధ్య మాధ్వపూరాలో జీతం లేకుండా స్వచ్ఛ జ్యుడ్చిష్యుల్ మెజిస్ట్రేట్ గా పని చేశారు. జాతీయ కాంగ్రెస్ చేరి రాజీవితాన్ని ప్రారంభించారు. బీహార్ శాసనభకు 1952లో ఎన్నికె, ఆప్టోలో ఉంటూ, బీహార్లోనే కుర్కీలనే బీసీలపై రాజవుత్తుల నిరసించి, తమ నియోజకవర్గంలో పామా గ్రామంలో దళితమైనారిటీలపై పోలీసుల అత్యాచారాల గురించి మాట్లాడాలని విభాగించారు. కానీ ఆదికర పక్షంలో నుండి మాట్లాడ కూడదని ని

ఆదేశిస్తే, నన్నిన విలవల కోసం పార్టీ నుండి దైవాలిగి, రావులోహిరూ, జయప్రకాశ్ నారాయణ్ స్వార్థి ద్వారా సంయుక్తాలో చేరి, ప్రతిపక్ష పాత్ర పోషించ డానికి వెనకాడలేదు. సోషలిస్టు అభ్యర్థుల ఎంపికపై ఆయన సల్విన కృష్ణీ ప్రచారం 1962లో కేవలం 7 సీట్లకే పరిమితంగా ఉన్న పార్టీకి 19 సీట్లు రావడం ఆయన చిత్తస్థద్వికి తార్మణం. బీఫోర్ ని కాంగ్రెసేశర ప్రభుత్వంలో ఎంపి అయి ఉండి, ఆలోగ్య బాధ్యతలు స్నేకరిం చారు. ప్రభుత్వంతో విభేదాల వల్ల కాబయటి మద్దతు పొంది, 1968 ఫిబ్రవరి 1న ముఖ్యమంత్రి కాంగ్రెస్ మద్దతు పొంది ఉన్నా, నీనియర్ కాంగ్రెస్ నేతుల అయ్యి కమిషన్ ద్వారా విచారణ జరిపించడంలో వెనకాడలేదు. నివేదికను బయట పెట్టురాదనే నాటి ప్రధాని ఇందిరి ఒత్తి వాడక పోవడం మూలాన అవిశ్వాసం, ఘలితంగా రాజీనామ వచ్చినా వెరవలేదు. “ఓట్లు సంపాదించడానికి కులపర విజ్ఞపు ప్రభుత్వ నిర్ణయాలలో కులత్వ్యం సహించేది లేదని” స్పుర్తి దీశాలి, నిష్పకషాపి ఆయన. 1967 మార్చి 5న సోషిలిక్ గారిన ప్రజల పార్టీ సాధించి, 1967 నుండి 70 వరక సభ్యుడిగా, 1972 లో తిరిగి ఎన్నికె, నాటి సిఎం పాండిత నెహ్రూవిద్యాలయంలో కింది సాయి ఉద్యోగం నుండి కైన ఛాన్సీ ఒకే కులానికి చెందిన వారిని నింపాలని ప్రయత్నాన్ని వ్యతిరేకించారు. 1974లో శాసన సభ్యత్వానికి రాజీనామ జయప్రకాశ్ నారాయణ్ నేత్తుత్వంలో చేరి, అవినీతి వ్యతిరేక

ఎన్నికె, 79 వరకు కొనసాగారు. ఎమ్బెసీ అనంతరం అధికారానికి వచ్చిన జనతా ప్రభుత్వం ఇందిరా గాంధీ పై కక్ష సాధింపును వ్యతికేంచారు. ఇది మండల్ ఆదర్శ వ్యక్తిత్వ ఒక పార్టీగా, సామాజిక, విద్య తదితర రంగాల్లో ఇతర వెకబడిన వర్గాల సమానత్వాన్ని అయిన స్వప్న సాకారానికి అనన్య సామాన్య కృషి మరో పార్టీగా. సామాజిక, ఆర్థిక, విద్యామూలాలను కనుగొని, బీసీ కులాలవారా దేశంలో 52 శాతం ఉన్నారని, వారికి న్యాయ పరంగా నిష్పత్తి ప్రకారం రిజర్వేషన్లు కల్పిం చాలని కృపి చేశారు. 1979 జనవరి 1 న నాటి ప్రధాని మొరాజీ దేశాయ్ బదుగురు సభ్యులతో హోర హక్కుల కమిషన్ నియమించగా, మండల్ చైర్మన్‌గా, 1980 డిసెంబర్ 31న నివేదిక అందజేశారు. అన్ని ప్రభుత్వాన్ని నిర్వహించిన ఇతర వెనక బడిన తరగతులు బీసీ (అభ్యర్థులకు రిజర్వేషన్ల ప్రకారం సీట్లు కేటాయించాలని సిఫార్సు చేశారు. రిజర్వేషన్లు 50శాతం, మించరాదనే సుప్రీం ఆదేశాలను అనుసరించి, ఎస్సీ, ఎస్టీలతో కలిపి 49 శాతం ఉండేలా బీసీ లకు 27శాతం రిజర్వేషన్లు ఉండాలని కమిటీ ద్వారా సిఫార్సు చేశారు. తర్వాత వచ్చిన ఇందిరి ప్రభుత్వం అమలు చేయుక పోగా దాశాల్చిం తర్వాత విష్ణువాథీ ప్రతాప్ సింగ్ ప్రధాని మంత్రిత్వ పాలనలో అమలుకు నోచుకుంది. 1982 ఏప్రిల్ 13న మండల్ మరణించారు. భారత ప్రభుత్వం అయిన గౌరవం ఒక పోస్ట్ స్టాప్ విదుదల చేసింది. భారతీయ రాజకీయ, సామాజిక, చారిత్రిక నిర్మాణాలలో మండల్ కమిషన్ నివేదిక పాత్ర మరుపురానిది, చారిత్రకమైనది. మండల్ వరంతి సంర్ఘంగా వెనకబడినవర్గాల మార్గదర్శకులైన మండల్కు ఘనంగా నిమాతి అగ్నిశాఖలు అన్వరం తుంది.

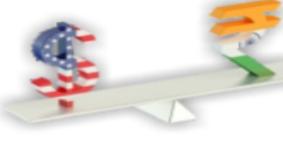












# ಜಿಎಸ್‌ಎಸ್



# పంచిత్రాధికరణ డాక్టర్ మంగ

# విడు నెలల కనిపోనికి పతనం



# వసిడి రూ.96,000 దాటి..



వసించి తగ్గినట్టే తగ్గి మళ్లీ కొండకెర్కుంది. ఈసారి మరింత శైకి ఎగబాకింది. ఫీలీ మార్కెట్లో మేలిమి (99.9 శాతం స్వచ్ఛత) బంగారం 10 గ్రాముల భర పుక్కవారం ఒకర్కోణే రూ. 6,250 పెరిగి సరికొత్త జీవితకాల రికార్డు స్థాయి రూ. 96,450కి చేరింది. దేశీయంగా 10 గ్రాముల బంగారం రూ. 96,000 దాటడం ఇదే తొలిసారి. 99.5 శాతం స్వచ్ఛత లోహం సైతం ఇదే స్థాయిలో పెరిగి రూ. 96,000గా నమోదైంది. కిలో వెండి సైతం రూ. 2,300 పెరుగుదలతో రూ. 95,500 భర వలికింది. అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో విలువైన లోహాలకు డిమాండ్ అమంతం పెరగడం ఇందుకు ప్రధాన కారణం. అమెరికా-చైనా మధ్య సుంకాల యుద్ధం తీవ్రరూపం దాల్చడంతే అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో జౌన్ (31.10 గ్రాములు) గోల్ కూత ఆల్టెపిం రికార్య

స్థాయి 3,249 దాలర్లకు ఎగబాకింది. సిల్వర్ మహ్ని 32 దాలర్లకు చేరుచైంది. భారత్ సహా ఇతర దేశాలపై సుంకాల అమలును 90 రోజుల పాటు వాయిదా వేసిన ట్రింప్.. చైనాపై సుంకాలను మాత్రం మరింత పెంచి అమలులోకి తెచ్చారు.  
 దాంతో చైనా కూడా దీటగూ అమెరికాపై సుంకాలు పెంచింది. ఈ రెండు ప్రధాన దేశాల మధ్య సుంకాల యుద్ధం అంతర్జాతీయ ఎగుమతి వాటిజ్యంపై తీవ్ర ప్రభావం చూవచునుదని, ప్రవంచ ఆర్థిక వృద్ధి మందిగించవచ్చన్న భయాండోళనలు వ్యక్తమవుతున్నాయి.  
 ఈ కారణంగా దాలర్ మరింత బలహీనపడటం కూడా బులియ్యన్ ర్యాలీకి మరో కారణచైంది. హసిడి ధరల భవిష్యత్ గమనంపై మిశ్రమ అభిప్రాయాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. వాటిజ్య యుదాలు, ఆర్థిక ఏమెన్జ్యూలు, వ్యాపార వ్యవస్థల వ్యక్తమవుతున్నాయి. వినియోగ డిమాండ్ నుండి లేకుండా బంగార కో ఏడాడిలో అతివేప పెరుగుతూ వచ్చిందని వేస్తే చీఫ్ గ్లోబల్ ప్రొటజెక్ట్ గోర్యల్ అంటున్నారు. వచ్చే నెలల్లో ఔన్స్ గోల్డ్ ధర మహ్ని 2,600 దాలర్ వరకు పరి అవకాశాలున్నాయిని అయిని పేశారు. హసిడిలో దీక్షాలక పెట్టులనుకునే వారికి అది అవకాశమని గోర్యల్ పేర్కాన్నాయి.

వ్యాపార వ్యవస్థల మధ్య ఉన్న కొండల నుండి వ్యవస్థల మధ్య ఉన్న కొండల నుండి

చ్చవ్వను  
 లోంగని  
 స్కోర్కు  
 నేనుల  
 . ఈ  
 వాలర్ల  
 చనా  
 ఆరిక  
 రావ్  
 పెరిగే  
 ఓంది.  
 గోల్డ్  
 ర్యాల్పి,  
 టుకు  
 గా ఉ  
 ద్వితీ  
 ధర  
 గా  
 360  
 మిత్త  
 6-10  
 400-  
 పోయే  
 చనా  
 అడులు  
 మంచి  
 .

ఫైవ్ నరి బ్రాండ్ అయిన పటిసి  
 యొక్క క్లాస్‌మేట్, స్కూల్‌ఫీల్డ్ జరిగిన  
 ఒక కార్యక్రమంలో క్లాస్‌మేట్ ఆల్  
 రోండర్ (సివిఆర్) కార్యక్రమం  
 యొక్క ముశాదవ ఎడిషన్ ను  
 ముగించింది. ఈ కార్యక్రమం  
 భారతదేశం అంతటా 60 మంది  
 అసాధారణ విద్యార్థులను ఒకచోట  
 చేర్చింది, వారు రండు కలిసమైన  
 ముందస్త రోండ్ పరీక్షల తర్వాత  
 జాతీయ పైనిస్టులుగా నిలిచారు.  
 ఈ క్లేస్ నిస్టులు ప్రతిపాటృత్వక్షేపన ఆల్  
 రోండర్ టైటిల్ కోసం పోతీ పడ్డారు.  
 రండు విభాగాలలో - జూనియర్  
 కేటగిరీ (6-8 తరగతులు),  
 నీనియర్ కేటగిరీ (9-12  
 తరగతులు) ప్రాతినిధ్యం వహించిన  
 ఈ క్లేస్ లో ఎనిమిది మంది  
 విద్యార్థులు విజేతలుగా నిలిచారు.  
 ప్రతి విద్యార్థికి రూ. లక్ష నగదు  
 బహుమతితో పాటు ప్రతిపాటృత్వక్షేపన  
 క్లాస్‌మేట్ ఆల్ రోండర్ 2024  
 ట్రోఫీని అందజేశారు.

2024 ఎడిషన్లో,

భారతదేశంలోని ప్రధాన మట్టి-స్కూల్  
 ఇంటర్-స్కూల్ ఛాలెంజ్ అయిన  
 సివిఆర్ , భారతదేశంలోని 14  
 నగరాల్లోనీ 700 పారశాలల నుండి

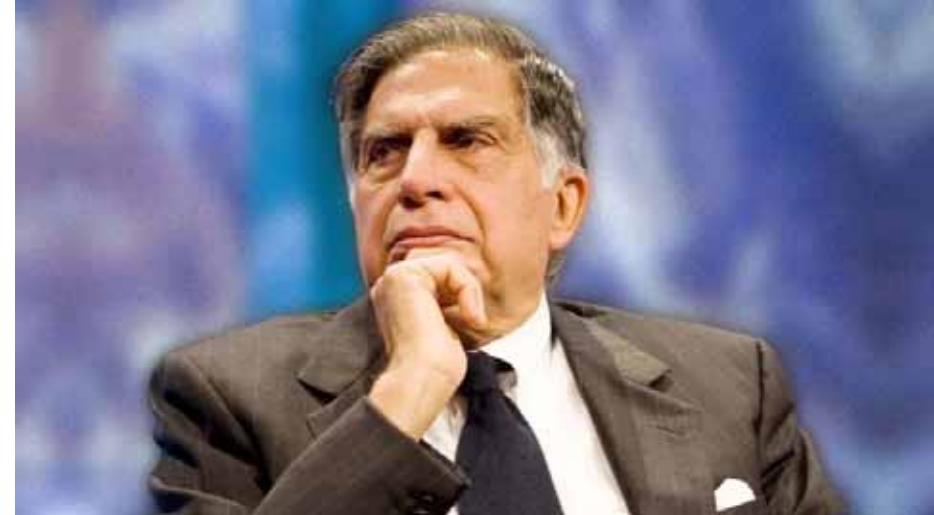


2024 ఎడిషన్ విజేతలందరికి నా హృదయహరూకు అభినవందనలు తెలియేస్తున్నాను. జాతీయ విద్యావిధానం లక్ష్యాలకు అనుగుణంగా వైవిధ్యమైన నైపుణ్యాలను పొందడంలో విద్యార్థులకు మద్దతు ఇప్పుడానికి క్లాస్‌మేట్ కట్టబడి ఉంది. క్లాస్‌మేట్ యొక్క మార్గదర్శక నినాదం “అభ్యాసాన్ని ఆస్ప్యాదించండి” భారతదేశ విద్యార్థుల అభ్యాస ప్రయోజనంలో మేము వారికి నిరంతరం నహచరుడిగా ఉండాలని “కోరుకుంటున్నాము” అని అన్నారు. “క్లాస్‌మేట్ ఆల్రోండర్ ప్రోగ్రామ్ నమిగ్ర విద్య యొక్క పరివర్తన శక్తిం నూచిస్తుంది,” అని CISCE ప్రైవేట్ డాక్టర్ జోస్ఫ్ ఇమ్మానువ్యాయ్ వ్యాఖ్యానించారు.

# ఎన్‌ఎపి యొక్క సమగ్ర విద్య లక్షణాలు తీవ్రడ్వాటు అంచిస్తున్న క్లాస్‌మేట్ ఆల్ రోండ్



# ರತ್ನಗಳ ಬಂಡೂ ಸ್ವಂಪದ ಎಲ್ಲಿಕೆ ಚೆಂಡುತ್ತಂತಿ?



కొంత పేర్, బంగారు  
 అభరణాలు, వెండి  
 వస్తువులను కేటాయించారు.  
 మహిల మిట్రీ పేరుపై  
 అలీబాగ్ లోని బంగ్లా,  
 ముశాదు విస్టోళను  
 కేటాయించారు. కుక్కలంటే  
 చాలా ఇష్టంగా ప్రేమించే  
 రతన్ టాటా.. శునకాల  
 సంరక్షణ కోసం కూడా 12

వీటి పంపకాలకు సంబంధించి  
క్లియర్కట్గా వీలునామా రాసినట్లు  
తెలుస్తోంది. వాటిలో సుమారు  
3,800 కోట్ల సంపదము.. తాను  
నెలకొల్పిన రతన్ టూటూ  
ఎండోవెంట్ ఫౌండేషన్, రతన్  
టూటూ ఎండోవెంట్ ట్రస్ట్ కు  
కేటూంచారు. తన నవతి  
సోచరీమణ్ణైన శిరీన్ జజీభోయ్,  
దియూఘా జజీభోర్య్ వేరుపై 400

కోట్ల రాసినట్లు తెలుస్తోంది. ఆయా కేటాయింపుల్లో ఫిక్స్ డిపాజిట్లు, ఖరీదైన పెయింటింగ్స్, వాచ్లు వంటివి ఉన్నాయి. రత్న టాటాకు సన్నిహితుడైన.. మోబిల్ ఎందత్తాకు కూడా 800 కోట్ల రాయడం మరోసారి అసక్తిగా మారింది. తన సోదరుడు జిమ్ము నావల్ టాటాకు.. రత్న టాటాకు చెందిన ఐప్పొల్రోనీ బిల్డార్టో లక్ష్ల ఘండ్ కేటాయించ ప్రతి మూడు నెలల ఒకసారి 30వేలు చొప్ప వాటికి ఖర్చుచేసేలా నిధుల కేటాయించారు. రత్న టాటాకు విదేశాల్లో కు 40 కోట్ల విలువైన ఆస్తిలు ఉన్నాయి.



# మిమి నుండి ఏక బడ్డు

<b>నిధులను</b> <b>రత్న కూడా</b> <b>ఆస్తులు</b> <b>ప్రముఖి</b> <b>దీనెన 65</b> <b>శాయి..</b>	కృతిమ మేధ (ఏ) కొత్త పుంతలు తొక్కుతోంది. రోజువారీ జీవితాన్ని మరింత నులభం చేస్తోంది. ప్రైదరాబాద్ కేంద్రగా పనిచేసే కన్స్యూమర్ ఎలక్ట్రాన్రింగ్ స్టోర్స్ కంపెనీ 'మివి' అభివృద్ధి చేసిన ఏ ఆధారిత వాయిన్ టూర్ సంచలనం స్టోర్స్ లోంది. ఈ టూర్ ఆధారంగా కంపెనీ ఇప్పటికే ఏ ఇయర్ బిట్స్ ను అభివృద్ధి చేసింది. ఈ ఏడాడి జూన్‌లో ఈ బిట్స్ మార్కెట్లోకి విడుదల కూన్చాయి. వీటి ధర కూడా అందరికి అందుబాటులో ఉండేలా రూ. 10,000 కంటే తక్కువగానే నిర్ణయించున్నట్టు కంపెనీ సహ వ్యవస్థాపకులు, సీఎం మిధుల దేవభక్తుని చెప్పారు. ఈ ఏ బిట్స్ ను చెవిలో పెట్టుకుని తేటి మనిషితో మాట్లాడినట్టు మాట్లాడి మన ప్రశ్నలు, సందేహాలు అన్వితికి సమాధానాలు రాబట్టుకోవచ్చు. అది కూడా మనకు బాగా సన్మిహితులను వ్యక్తులతో మాట్లాడుతున్న అనుభూతితో. ఏ వంటకం ఎలా ప్రివేర్ చేయాలనే విషయం మొదలుకుని, తాజా వార్తల వరకు చక్కబీ స్పూర్చలో ఆప్టాలికప్పుడు అవ్వేద్య చేయడం ఈ టూర్ ప్రత్యేకత. కన్స్యూమర్ ఎలక్ట్రాన్రింగ్ కు సంబంధించినంత వరకు ప్రవంచంలో ఇదే తోలి వాయిన్ ఆధారిత ఏ ఐ ఉత్సత్తి 'మివి ఏ' ద్వారా మేము కేవలం ఒక ఉత్సత్తిని మాత్రమే మార్కెట్లోకి విడుదల చేయడం లేదు. మానవ-ఏ సంభాపణ భవిత్వమును మేము నిర్వచించలోతున్నాం. అది అంతర్జాతీయ స్పూర్చాత్మకతను సమాంగా మార్చించున్నంది. ఈ ప్రయాణంలో మివి ఏ బిట్స్ తోలి అడుగు మాత్రమే 'అన్ని మిధుల అన్నారు. తొలిత ఇంగీసులో మాత్రమే ఈ ఏ బిట్స్ లభిస్తాయి. త్వరలో దీన్ని అన్ని భారతీయ భాషలకు విసరింప చేస్తారు. ముందు మివి వెబ్‌సైట్ ద్వారా, తర్వాత మిగతా ప్లాటఫార్మ్ ద్వారా ఈ బిట్స్
--	--





# చక్కని ఆరశగ్యర

## ఎనుమయంలో వ్యాయామం చేయడం ఉత్తమం..

ప్రసుతం ప్రతి బక్కరూ బిబీచీజీ వీతాన్ని గడువుతున్నారు. శారీరక శ్రేమ తగ్గడంతో ఆనారోగ్యం బారిన పడుతున్నారు. దీంతో ఇప్పుడు వ్యాయామం, యోగాను అశ్రయించేవారి ఎక్కువ అయ్యారు. కొంతమంది బరువు తగ్గడానికి వ్యాయామం చేస్తారు. మరికొందరు కండరల నిర్మాణం కోసం వ్యాయామం చేస్తారు. అయితే ఉదయం, సాయంత్రం ఎనమయంలో వ్యాయామం చేయాలి. తెలుగు గంగారగోలో పడుతారు. చాలా మంది ఫీల్డ్ కండాలని కోరుకొంటూ బరువు తగ్గడం, శారీర పేస్ లో ఉంటాలి. ఒక్కి ఇప్పుడు చాలా మంది అరోగ్యకరమైన జీవనశిల్పం వైపు మొగ్గ చూపుతున్నారు. అటువంటి పరిస్థితిలో వ్యాయామం దేశా యోగా దినస్వర్ణంలో ఒక ముఖ్యమైన ధాగంగా మారింది. అయితే ఎవరినా వ్యాయామం చేయడానికి ఉత్తమ సమయం ఏది? ఉదయం లేదా సాయంత్రం ఏది అనే ప్రత్యే ఖర్చుతంగా వారి మంచునోలికి వస్తుంది. కొంతమంది ఉదయం వ్యాయామం చేయడం వల్ల రోజు శక్తితో ప్రారథమై బరువు తుర్గా తగ్గడంని నమ్ముతారు. మరికొందరు సాయంత్రం వ్యాయామం చేయడానికి ఇష్టపడుతారు. ఎందుకంటే ఇప్పుడు శారీరం మరింత చుర్చగ్గ ఉంటంది. అలసట కూడా పోతుంది. ఉదయం వ్యాయామం చేస్తే.. రోజంతా శరీరాన్ని శక్తివంతంగా ఉంటుంది. ఈ

రయాన్నే స్విప్పమైన గాలిలో, ప్రశాంతంగా వ్యాయామం చేయడం వల్ల శారీరం, మనసు రెండూ ఉల్లంగా ఉంటాయి. భాళీ కడుపుతో తేలికపాటి కార్బియో కెప్పుడు కరిగించడానికి మంచిని భావిస్తారు. కనుక బరువు తగ్గడానికి ఇది మంచి సమయం. ఉదయం వ్యాయామం శరీర గడియారాన్ని సెల్ చేసుంది. నిద్ర నాణ్యతను మెరుగుపరచుటుంది. ఉదయం సమయం సౌధారణంగా తుప్ప రట్టిగా ఉంటుంది. కనుక వ్యాయామంతో దినప్పును మొదలుపెట్టడం సులభం. సాయంత్రం వేళల్లో వ్యాయామం చేయడం వల్ల శారీరం మరింత చుర్చగ్గ. ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. రోజు కార్బుకలపాక తర్వాత శారీర కొంత కాస్టానికి సెల్స్ రట్టంగా ఉంటుంది. అవేధించా కండరల బిలం, పచితీలు సాయంత్రం వేళల్లో గరిష్ట స్టాయలో ఉంటాయి. అయితే కొన్నిసార్లు రోజంతా అలనట కారణంగా సాయంత్రం వ్యాయామం చేయడంలో ఇఖ్యంది ఉంపచ్చ. సాయంత్రం వ్యాయామం తర్వాత.. అరోగ్యకర్మన ఆపరాన్ని తీసుకుంటారు. దీంతో ఈ అలవాటు తీసే ఆపరాన్ని నియంత్రణలో ఉంచుతుంది.



సాయంత్రం వేళల్లో ఎక్కువ మంది వ్యాయామం చేస్తారు. ఇది బ్లాండంగా ఏర్పడి ఇతర కార్బుకలపాక ప్రైరణును అంచిస్తుంది. వ్యాయామం చేయడానికి పట్టే సమయం మీ అవసరాన్ని బట్టి ఉంటుంది. ఉడాహరణకు మీరు బరువు పొందాలంటే సాయంత్రం వ్యాయామం చేయం వల్ల తురగా ఘలిశాలు పస్తాయి.

## జట రూట్ ఐంట్

### ఎం జరుగుతుందో తెలుసో..?



వ్యాయీ క్రీములు, చేస్తాన్ని కాకుండా రోజుా తీసుకోవడం వల్ల చర్చాన్ని కలిగే లాభాల సమాజంగా అధికారించి ఉపాయాలు. వ్యాయామం ప్రారథన కాకుండా చర్చాం ప్రశాంతానికి విప్పించాలి. అల్లెక్కి గరచ్చె సెన్సిప్పును ప్రారథన కొన్ని ఉపాయాలని పొందాలి. అట్టుకొన్న కొల్పుతో అపోరంగా చేర్చితే మంచునన పొందచ్చ. వ్యాయామం కాపాలినికి ఇష్టపడుతారు. వారి మంచునం ఏది అపోరంగా ఉంటంది. అయితే కొన్ని సార్లు రోజంతా అలనట కారణంగా సాయంత్రం వ్యాయామం తర్వాత.. అట్టుకొన్న ఆపరాన్ని తీసుకుంటారు. దీంతో ఈ అలవాటు తీసే ఆపరాన్ని నియంత్రణలో ఉంచుతుంది.

వ్యాయామం ప్రారథన కాస్టానికి విప్పించాలి. కొల్పుతో కొన్ని స్టాయలో ఉంటుంది. అట్టుకొన్న కొల్పుతో అపోరంగా ఉంటంది. అయితే కొన్ని సార్లు రోజంతా అసేక రపాయాలు, సాయంత్రం వ్యాయామం తర్వాత.. అట్టుకొన్న ఆపరాన్ని తీసుకుంటారు. దీంతో ఈ అలవాటు తీసే ఆపరాన్ని నియంత్రణలో ఉంచుతుంది.



## మీగ్రె పేప్‌ఎట్లు ఈ ఆట్లు తింటే అరోగ్యానికి ఎంత మంచిదో..?

చెడు కొల్పుతో తగ్గించడంలో తేడ్స్‌పుత్తాయి. దీని ర్యాల్ గుండె అరోగ్యం మెరుగుపుతుంది. మధుమేహం నియంత్రించాలనికి సహజ మార్గాల వెతికే వారి కోసం కరిపేపాక ఒక అద్భుతమైన పరిపూర్వం. ప్రతి రోజు భాళీ కడుపుతో కొన్ని కిలేవేపాకలు సమాండం వల్ల బ్లూ ఘగ్ ఘగ్గర్ను శారీర బిలింగ్ అంటుంది. అట్టుకొన్న కొల్పుతో అపోరంగా ఉంటంది. అయితే కొన్ని సార్లు రోజంతా అసేక రపాయాలు, సాయంత్రం వ్యాయామం తర్వాత.. అట్టుకొన్న ఆపరాన్ని తీసుకుంటారు. దీంతో ఈ అలవాటు తీసే ఆపరాన్ని నియంత్రణలో ఉంచుతుంది.

మధుమేహం సమస్యను నియంత్రించాలనికి సహజ మార్గాల వెతికే వారి కోసం కరిపేపాక ఒక అద్భుతమైన పరిపూర్వం. ప్రతి రోజు భాళీ కడుపుతో కొన్ని కిలేవేపాకలు సమాండం వల్ల ముట్టాలింపు వెర్గై శారీర బిలింగ్ అంటుంది. అయితే కొన్ని సార్లు రోజంతా అసేక రపాయాలు, సాయంత్రం వ్యాయామం తర్వాత.. అట్టుకొన్న ఆపరాన్ని తీసుకుంటారు. దీంతో ఈ అలవాటు తీసే ఆపరాన్ని నియంత్రణలో ఉంచుతుంది.

మధుమేహం పరిపూర్వం వల్ల తురగా ఘలిశాలు పస్తాయి. ఇది ర్యాల్ గుండె అసేక రపాయాలు, సాయంత్రం వ్యాయామం తర్వాత.. అట్టుకొన్న ఆపరాన్ని తీసుకుంటారు. దీంతో ఈ అలవాటు తీసే ఆపరాన్ని నియంత్రణలో ఉంచుతుంది.

మధుమేహం పరిపూర్వం వల్ల తురగా ఘలిశాలు పస్తాయి. ఇది ర్యాల్ గుండె అసేక రపాయాలు, సాయంత్రం వ్యాయామం తర్వాత.. అట్టుకొన్న ఆపరాన్ని తీసుకుంటారు. దీంతో ఈ అలవాటు తీసే ఆపరాన్ని నియంత్రణలో ఉంచుతుంది.

మధుమేహం పరిపూర్వం వల్ల తురగా ఘలిశాలు పస్తాయి. ఇది ర్యాల్ గుండె అసేక రపాయాలు, సాయంత్రం వ్యాయామం తర్వాత.. అట్టుకొన్న ఆపరాన్ని తీసుకుంటారు. దీంతో ఈ అలవాటు తీసే ఆపరాన్ని నియంత్రణలో ఉంచుతుంది.

మధుమేహం పరిపూర్వం వల్ల తురగా ఘలిశాలు పస్తాయి. ఇది ర్యాల్ గుండె అసేక రపాయాలు, సాయంత్రం వ్యాయామం తర్వాత.. అట్టుకొన్న ఆపరాన్ని తీసుకుంటారు. దీంతో ఈ అలవాటు తీసే ఆపరాన్ని నియంత్రణలో ఉంచుతుంది.

మధుమేహం పరిపూర్వం వల్ల తురగా ఘలిశాలు పస్తాయి. ఇది ర్యాల్ గుండె అసేక రపాయాలు, సాయంత్రం వ్యాయామం తర్వాత.. అట్టుకొన్న ఆపరాన్



# 20 వెళ్లు అయినా అదే అందం..!

మిల్లీ బ్యాక్టీ తమన్నా టాల్వర్డ్ లో కే సినిమాతో ఎంతో జచి దారాపుగా 20 విష అవుతుంది. ఇప్పటి వరకు అమె అందం ఏమాత్రం త్యాగిలేదు అంటూ తాజా భోలోలను చూస్తే అర్థం అవుతుంది. మొదటి సినిమా లో పోలీవీ ఇప్పుడు అంతకు మించి అందంగా ఉంది అంటూ కామెంట్స్ వస్తున్నాయి. సోపల్ మిదియాలో



# నాని ‘ఎంగురడ్డియ’..

# ಮಾಮುಲು ಕೊಂಟರ್ ಇವ್ಯಲೆದು ನಾ..



టుల్లివుడు నేచురల్ స్టోర్ నాని.. పరుసు  
నిమాలతో బిటీగా ఉన్న విషయం తెలిసింది  
అందులో ఒకతో ప్యార్కుడైజ్. దసరాతో మంచి  
టోట్ ను నానికి అందించిన శ్రీకాంఠ్ ఓడలె  
ప్యార్కుడైజ్ కు దర్జకత్తు వహిస్తున్నారు.  
కింపింధ్రాబ్ది బ్యాక్ డ్రాప్ తో తెరక్కుతున్న  
ఆ సినిమాను ప్రాన్ ఇండియా లెవెల్ లో  
భారత చెరకురా గ్రాండ్ గా రిల్యూషన్స్‌ను  
ప్పులికే సినిమా సుంచి మెక్ర్ రిలీస్ చేసి  
రా స్టేట్ మెంట్ (పిండియా) వేరే లెవెల్  
రిస్పోన్స్ అందుకుంది. యాట్యూబ్ లో  
తృథిక్ ప్పులు సాంచించి కించుకొనిపోవచిం  
సినిమాలై అంచనలు పెంచేసాలి.  
తిరుగుబాటు, నాయకత్తులతో పాటు తల్లి  
కొడుకులు అనుబంధం నేపథ్యంలో మూలికి  
కొక్కిస్తున్నట్టు ఛ్లారిటీ ఇచ్చేసింది. ముఖ్యం  
సానిని రెండు జళతో చూపించిన తీరు  
కర్మణా నిలిచింది. నేచురల్ స్టోర్ రా రాట్  
లుక్ అదిరిపోయాంది. అయితే తెలుగు,  
మిల, హిందీ, కన్నడ, మలయాళ, తెగావు  
భాషలతో పాటు ఇంగ్లీష్, స్పెనిష్ లాండి  
విదేశీ భాషల్లో వచ్చే ఏడాది మార్పి 26న  
నిసిమ విదురల కానుంది. ఆ విషయాన్ని  
ఎక్కు ఇప్పులికే అనొన్ని చేశారు. కానీ కొ  
రోజులుగా నిసిమాలై స్టోర్ల మీదియాలో  
రకరకాల డిపోగానాలు చక్కని  
కొడుతున్నాయి. ప్రైట్ విషయంలో నాని

ఆసక్తిగా లేరను, బడ్డెల్ కూడా ఎవ్వున కావడం  
పల్ ప్రాజెక్ట్ అగిపోయిందటూ వార్తలు  
వచ్చాయి. దీంతో మాపీ టీమ్ రెస్పోండ్  
అయిది. కాన్స్ ఫ్యామ్యాగెన్ స్పురందించింది.  
రూమర్న్ క్రియేట్ చేసే వారిని జోక్క్స్ తే  
పోల్చింది. ది ప్యార్డెక్ట్ మాపీ వర్ష్ట్  
అనుకున్న విధంగా జరుగుతున్నాయని మాపీ  
టీమ్ చెప్పింది. ఎంత గొప్పగా మాపీ రెడ్డి  
అవుటుండో త్వరితా చూద్దరు.. అప్పటి వరకు  
రూమర్న్ క్రియేట్ చేస్తూ బతకండని ఎద్దో  
చేసింది. గబరాజు నాడుస్తుంటే గజ్జీ కుక్కలు  
అరుస్తుంటాయి కదా! అంటూ సాపేతను  
గుర్తు చేసింది. సినిమాటై అభిమానులు  
చూపిస్తున్న ప్రేమను గమనిస్తున్నాయని  
చెప్పింది. అదే సమయంలో రూమర్న్ క్రియేట్  
చేసేవారిని కూడా అల్పస్ట్రో చేస్తున్నాయని,  
వాటితో ఒక శక్కిగా ఎదుగుతామని తెలిపింది.  
టూరీవ్హద్ గర్మించే సినిమాగా ప్యార్డెక్ట్  
ఉంటుందని చెప్పింది. తప్పుడు వార్తలు  
ప్రచారం చేసే వారంతా కోల్కోవాలని  
ఆరీట్యున్స్ట్రుట్లు పేర్కొంది. మంచి అవుట పుట్  
తో పాస్ట్రువి, తామంతా మాపీ కోసం అంతా  
కళపదుతన్నట్లు వెల్లించింది. ప్రేష్కులను  
కొత్త వర్షం లోకి తీసుకెత్తువని హేమీ  
ఇచ్చింది. మరి ప్యార్డెక్ట్ ఎలాంటి హీట్  
అవుటుండో వేచి చూడాలి.



అప్పుడే 29  
ఏళ్లా? అనులు  
నమ్మబుద్ధి  
కావడం లేదు!

మండన్నా చలనచిత్ర  
పరిష్కమలో బీజీ  
హీరోయిన్గా  
మార్టిన్సీయంది.  
యానిమల్, పుష్ప 2: ద  
రూల్, ఛావా.. ఇలా వరుసన  
భ్లక్ష్మిశ్వర్స్తు అందుకుని  
బాణాంశ్మికీ కీర్తనగొన్నా  
మారింది. అయితే రంజన్లు  
పండక్కి రిల్యూషన్ హింది  
సినిమా సికండర్ మాత్రం  
అందుకోలేకపోయింది.

# పూల్ సైంట్ నటాషా బంపుల్ సొంపుల్



పూర్వ సైద్ధాంతిక చెలరీగేపోవడం నటాపా స్టోక్స్‌విక్ కి కొత్తేమీ కాదు. హర్ట్‌క్రిక్ పాండ్యాస్‌  
ప్రేమాయణనికి మండు ఈ బ్యాస్ట్ హీంది విత్తినేను, బుల్లితెర అనుబంధంతో అప్పబ్యాస్ట్ రెచ్చిపోయేది.  
ఈక పెళ్లి తర్వాత నటాపా స్టోక్స్‌విక్ కొంత ప్రయాయచేట్ లైఫ్ ని స్టుగ్గా గడిపేసింది కానీ, ఆప్పుడు  
మరోసారి తిరిగి చెలరీగేపోవడని తాజాగా విడుదలైన సోఫ్ట్‌లు మీడియా పోటోలు ఫీడియోలు  
చెబుతున్నాయి. తాజాగా పూర్వ సైద్ధాంతిక కి సంబంధించిన పోటోలు, ఫీడియోలు, అంతర్భాలంలో షైర్ల్  
గా మారుతున్నాయి. హర్ట్‌క్రిక్ పాండ్యాస్ నుంచి ఫిడిపోయన తర్వాత నటాపా పూర్విగా లైన్‌లో పడిందన్న  
వాదనకు ఇది చెక్ పడుతోంది. నటాపా ఫుర్ల స్సిగ్ లో ఉంది. పూర్విగా చిలింగ్ గా కనిపించింది.  
బంబిరి జాన్స్ కానీ, తన ప్రయాయచేట్ లైఫ్ ని నిచ్చినట్లు ఎంజాయ్ చేస్తాడు. ప్రస్తుతం నటాపా పూర్వ  
సైద్ధాంతిక కి సంబంధించిన ప్రత్యేక పోటోలను యమపతరం అంతర్భాలంలో షైర్ల్ గా మారుతున్నాయి.  
నటాపా ఒంపు సొంపలు విందు కళ మండు సాక్ష్యాత్మకంగా, దీనిపై అభిమానుల నుంచి ఘూలైన  
కమంట్లు వచ్చి పడుతున్నాయి. నటాపా టూ హెచ్ గా ఉందంటూ పలవురు కామంట చేస్తున్నారు.  
క్రికెటర్ హర్ట్‌క్రిక్ పాండ్యాస్ నుంచి ఫిడిపోయన నటాపా, ఇలీవే వారా కమారుడు అగ్నస్థు హర్ట్‌క్రిక్ చెంత  
ఫిదిచి వెళ్లిన సంగతి తెలిసిందే. ప్రస్తుతానికి బీచ్ లైన్ వెకెపన్ ని నటాపా ఒక రేంజలో ఎంజాయ్  
చేస్తాడు.

# టూపీన లో సింగ్ బ్యాటీ రంజు రంజగా!



సామాజిక మార్యాదల వెల్లువలో పరిచయం లేని భాషులు కూడా ఉధారు తమనీ ఇన్ స్టోర్స్-లీఫ్లర్ లో ప్రచారం చేసుకుం బూ కొత్త అవకాశాపూరులాలికి కోసం సామాజిక మార్యాదల్నాచ్చి అశ్వయుస్తున్నారు. వెడ్డియైచే ప్రమాణం అవుతున్నారు. ఈ క్రమంలోనే ఎందరో టావ్ మోదాల్ హీలోయ్స్గా ప్రమాణి ఇం పుయ్స్ట్ రుహి సింగ్ మరో ఫోలోటో వేడెక్కియిచే పని పెట్టుపుండి. కీలర్ బూఫీస్ లో ఇలా పాలరాతి అందంబై పరిమిశించింది. తలను నేలపై పెట్టి, వెన్ను పూసను పైకి లేపింది. కాళ్ళను సగం మడత పెట్టింది తల వెనుక వైపుగా చేతులు చాచుకుంది. రెండు కథల్ మూలి ఆలా కానేస్పు భూలోకం పదిలి మరో లోకానికి వెల్లిపోయింది. ఇందులో అమ్మడు స్క్రీని పోలైట్ చేసింది. ప్రస్తుతం ఈ ఫోలో నెట్టింట డైరెక్ట్ గా మారింది. రుహి పోలేప్పు అమ్మడి అందాలు తనివి శీరా అస్సుచుస్తున్నారు. రుహిసింగ్ ఇప్పుకింక అడుపాదపా వెబ్ సినిమి లు చేసింది. కానీ అవేవి అమ్మడని పెడ్గా ప్రోలైట్ చేయలేదు. స్క్రెన్ పాట్ సినిమి కంబటి పదితెలు రుహి సత్తా చాయితుందనడంలో ఎలాంటి సందేహం లేదు. అలగే మార్యాదల్ పీడియోల్స్ నూ యెరుసోంది. ఈ విధాది % - % సొపచల్ కుట్టి రుహి పోలేప్పు అందాలు కొన్ని అంశాలు కొన్ని



