

సంపాదకీయం

ମୁଖ୍ୟଦା ତୀର୍ଥନ୍ତିର ଶିରାଳିନ୍ଦ୍ରନା!

పహళాం ఉగ్రఫూతుకాన్ని తీవ్రంగా ఖండిస్తూ ప్రపంచ దేశాలకు కనువిప్పు కలిగేలా ఐక్యరాజ్యమితి భద్రతా మండలి తీర్మానం పారం ఉంటుందని భారతీ ఆశించింది. కానీ తీర్మానం ఎవరికీ ఏమాత్రం నొప్పి కలగని రీతిలో మొక్కబడి తంతుగా ముగిసింది. “ అంతర్జాతీయ శాంతిభద్రతలకు తీవ్రమైన ప్రమాదం కలిగించే బహు రూపాల్లో, వ్యుతీకరణల్లో ఉగ్రవారం నెలకొంది. ఉగ్రవాద మూకలను, వారిని పెంచి పోషిస్తున్న బాధ్యులను చట్టం ముందుకు తీసుకురావలసిన అవసరం ఉంది” అని తీర్మానం ప్రకటించింది. ఈ ప్రకటనలతో ఎలాంటి ఫలితం ఉండదన్న సంగతి అందరికి తెలిసిందే. పహళాం దాడికి తామే బాధ్యులమని ది రెసిస్టెన్స్ ఫోర్స్ (బిఆర్ఎఫ్) మొదల్లో ప్రకటించిన సంగతి తెలిసిందే. కానీ తీఆర్ఎఫ్ పేరు తీర్మానంలో ఎక్కడా ప్రస్తావించలేదు. అలాగే తీఆర్ఎఫ్ వంటి ఉగ్రవాద ఫిలి సంస్థలకు మూలవేరుగా పేర్కొనే లఘుర్ ఇ తొఱుబాను ఉగ్రవాద సంస్థగా భద్రతా మండలి ఎప్పుడో గుర్తించింది. పహళాం దాడి వెనుక లఘుర్ ఇ తొఱుబా ప్రేరణ ఉండని అనుమానాలు వ్యక్తం అవుతున్నాయి. ఈ లఘుర్ ఇ తొఱుబా పేరు కానీ, దీంతో సంబంధం ఉన్న బ్రావులు విషయం కానీ తీర్మానంలో ఎక్కడా పేర్కొనక పోవడం విశేషం. ముస్లిమేతరులను టాగ్రెట్ చేసుకున్న ఉగ్రవాదుల గురించి కానీ, మతపరమైన ఉద్దితతలను ప్రేరేపించే లక్షం పెట్టుకున్న విద్రోహ చర్య గురించి కానీ, తీర్మానంలో రేఖామాత్రమైనా ప్రస్తావించలేదు. ఉగ్రవాద నిరూపాలన ప్రయత్నంలో గతంలో మాదిరిగా భారత ప్రభుత్వంతో అన్ని దేశాలూ సహకరించాలన్న సూచన కూడా తీర్మానంలో చోటు చేసుకోలేదు. ఇదివరకటి తీర్మానాలతో పోలిస్టే ఇప్పటి తీర్మానం భాష ముసాయిదా వూర్తిగా నీరు కారిపోయినట్టు నువ్వు మమతోంది. రాజీ వార్కఎంగా అందరిక్కే

ఆమోదయోగ్యమైన భాషను ఉపయోగించినట్లు తెలుస్తోంది. దీని వెనుక పాకిస్తాన్, చైనా దేశాల ప్రభావం ఉన్నట్లు చెప్పవచ్చు. భద్రతా మండలికి శాశ్వతేతర సభ్య దేశంగా ఈ ఏదాదే పాకిస్తాన్ ఎన్నికింది. పాకిస్తాన్కు సర్వకాల మిత్రదేశం చైనా. పాకిస్తాన్ను ఇరకాటంలో పెట్టే సంక్లిష్టమైన తీర్మానాలను తీసుకురాకుండా చూడడంలో చైనా హస్తం ఉంది. గతంలో కూడా అనేకసార్లు పాకిస్తాన్ పక్షాన చైనా నిలిచిన ఉదంతాలు ఉన్నాయి. పహల్గాం ఉగ్రదాడిపై తమపై వచ్చిన ఆరోపణలపై ప్రపంచ దేశాల దృష్టిని మళ్ళీంచేందుకు పాకిస్తాన్ ఎంతో ప్రయత్నిస్తోంది. దానికి చైనా, అమెరికా సాయం కోరుతోంది. ఈ సందర్భంలో పహల్గాం దాడిపై నిష్పాక్షిక దర్శాపును వేగపంతం చేయాలని పాకిస్తాన్ డిమాండ్ చేస్తోంది. దానికి చైనా వంత పాదుతోంది. అమెరికా, రష్యా, బిటిన్ దేశాలైనా సరే పాకిస్తాన్కు వ్యతిరేకంగా ఏ తీర్మానం తీసుకువచ్చినా ఆమోదం లోకి తీసుకురావడ్నని ప్రస్తుత భద్రతా మండలి అధ్యక్షుడు, ఫ్రాన్స్ దౌత్యవేత్తకు వరోక్కంగా చైనా సంకేతాలందిస్తోంది.

ఖలితంగా భద్రతా మండలి తీర్మానం పనటిక మెత్తగా వెలువడింది. తీర్మానంలో చీఅర్ఎఫ్ పేరు లేకుండా చేయడంలో అమెరికాతో కలిసి చైనా లాబీ చేయడంలో కృతక్షుర్యాలైంది. ఎలాంటి సాక్షాధారాలు లేవని తీఅర్ఎఫ్సు తప్పించింది. దీంతో తీఅర్ఎఫ్ తన ఇదివరకటి ప్రకటనను ఉపసంహరించుకుంది. తీఅర్ఎఫ్ పేరును తొలగించి భద్రతా మండలి తుది తీర్మానం ఖరారు చేసిన తరువాత పాకిస్తాన్ విధానపరమైన వైభాగికి అనుకూలంగా తనకు తాను మలచుకుంది. పాకిస్తాన్ సార్కోమత్త్వాన్ని , భద్రతను చైనా సమర్థిస్తుందని చైనా విదేశాంగ మంత్రి వాంగ్ రుఖ్ ప్రకటించడం ఈ సందర్భంగా

గమనార్థం. పాకిస్థాన్లో వివిధ ప్రాజెక్టుల్లో కొన్ని వేల మంది చైనా జాతీయులు పనిచేస్తున్నారు. మిత్రేడ్ శమైన పాకిస్థాన్ ను ఉగ్రవాద విషయంలో తూర్పురపట్టితే పాకిస్టాన్ వైరం కొని తెచ్చుకోవలసి వస్తుందని, పాక్ లోని చైనా జాతీయులకు రక్షణ లేకుండా పోతుందని చైనా ముందుచూపుతో వ్యవహారిస్తోంది. భద్రతా మండలి వ్యవహారం భారత్కు అనంత్పుటి కలిగిస్తోంది. ఉగ్రవాదాన్ని ఖండిస్తూ అత్యంత కలినమైన పదజాలంతో తీర్మానాన్ని ఐక్యరాజ్యసమితి జనరల్ అసెంబ్లీలో ప్రవేశ పెట్టాలన్న అలోచనలో భారత్ ఉంది. పాకిస్థాన్ స్థావరంగా ఉగ్రకార్యకలాపాలు సాగిస్తున్న జైష్ ఇముహమ్మద్ బీఫ్ మసూద్ అజహార్ నిర్మాకాన్ని పుల్మామా దాడి తరువాత భారత్ ప్రపంచానికి చాటి చెప్పింది. పహల్సాం దాడికి బాధ్యతైన టిఆర్ఎఫ్ వంటి ఉగ్రసంస్థలను ఐక్యరాజ్యసమితి వేదికగా ప్రపంచ దేశాలకు నిరూపించాలన్న పట్టుదలతో భారత్ ఉంది. 2008 లోముంబై, 2019 లో పరాన్కోట్, 2019లో పుల్మామా ఉగ్రదాడులు జరిగిన నేపథ్యంలో అలాంటి ఉగ్రదాడులకు వీలు కల్పించకుండా ఉగ్రవాదాన్ని నిరూపిస్తామని పాకిస్థాన్ గతంలో అనేక సార్కులు భారత్కు ద్వేపాక్షిక చర్చలో హమీలు ఇచ్చింది. కానీ ఏపీ నెరవేర్చలేకపోయింది. భారత్తో దౌత్యపరమైన సంబంధాలు కూడా సరిగ్గా సాగించడం లేదు. పాకిస్థాన్ ఆర్థిక మూలాలపై వేటు వేయాలన్నది భారత్ ప్రధాన లక్ష్మి. ఉగ్రసంస్థలకు పాకిస్థాన్ నిధులు అందిస్తోందన్న కారణం చూపించి పైనాన్నియల్ టాస్క్స్ ఫోర్స్ ముందు పాక్సు నిలబెట్టాలని భారత్ సిద్ధమవుతోంది. 2012 నుంచి 2015, 2018 నుంచి 2022 సమయాల్లో పాకిస్థాన్ ను ట్రైస్టులో పైనాన్నియల్ టాస్క్స్ ఫోర్స్ ఉంచిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ పరిశీతుల్లో ప్రపంచ వేదిక సాక్షిగా ఉగ్రవాద నిరూపిస్తాడను ఒక పాత ముఖ ప్రయత్నాలు వేయాలని భారత్ యోచిస్తోంది. ముంబై ఉగ్రదాడుల్లో కీలక పాత్ర వహించిన ఉగ్రవాది తహాహార్ రాణాను అమెరికా నుంచి బహిష్మరింప చేసి ఏ విధంగా భారత్ తన చట్టం ముందుకు తీసుకు రాగలిగిందో అదే విధంగా పహల్సాం ఉగ్రదాడి ముప్పరులను న్యాయస్థానం ముందు నిలబెట్టగలిగితేనే పహల్సాం దాడిలో అమరులైన వారికి ఆత్మశాంతి లభిస్తుంది.

పొత్తు ప్రాంతయితాక్షుట్టున్న అబద్ధాలు

నీ స్వీపాతులను చూస్తే నువ్వెలాంటి వాడివో తెలుస్తుందన్నది ఒక లోకోక్తి. అనెక దేశాల నేతలు డోనాల్డ్ ట్రంప్ తమ జిగ్ని దోస్తు అని చెప్పుకోవటం, చెట్టపట్టల్ వేసుకొని తిరగటం తెలిసిందే. ట్రంప్ దాదాపు ప్రతి రోజు ఎక్కుడో అక్కడ మీడియాతో మాటల్డాడితే, నోరు విప్పేది లేదని మోదే భీషణ ప్రతిజ్ఞ చేసినట్టు వ్యవహారిస్తారు! ట్రంప్ వచ్చి అబద్ధాల కోరు అని చైనా తాజాగా చెబుతోంది, ఒక్క చైనాయే కాదు, అమెరికా మీడియా సైతం గతంలోనూ ఇప్పుడూ అదే చెబుతోంది. రోజువా ఎన్ని అనశ్శాలు, తప్పుడు సమాచారం చెబుతున్నదీ లెక్కలు తీయటం ఒక పనిగా మారింది. తాజా అబద్ధం ఏమిటంబే చైనా ఆర్డక్షన్డు తనతో మాటల్డాడినట్టు ట్రంప్ చెప్పాడు. పప్పుడు అంటే అవన్నీ మీకెందుకు మూడు నాలుగు వారాల్లో పన్నుల మీద అమెరికా ఒప్పందం చేసుకుంటుంది అన్నాడు. పన్నుల నుంచి వెనక్కు తగ్గుతున్నట్లు చైనా సంకేతం వంపింది, వ్యాల్రీ విజయం నాడే అని కూడా చెప్పుకున్నాడు. పన్నుల గురించి అమెరికాతో ఎలాంటి సంప్రదింపులు, చర్చలు జరగటం లేదని చైనా విదేశాంగ, వాణిజ్య మంత్రిత్వ శాఖలు స్పష్టం చేశాయి. అమెరికా ప్రజలను తప్పుడారి పట్టిస్తున్నదని విమర్శించాయి. ఇక ట్రంప్ అనశ్శాలు, వక్రీకరణల విషయానికి వస్తే రెండోసారి పదవి స్థిరారం చేసిన రోజే 20 అబద్ధాలు చెప్పినట్టు మీడియా విశ్లేషించింది. తొలి నాలుగేళ్ళ పదవి కాలంలో 30,573 అబద్ధాలు చెప్పినట్టు వాణింగ్స్ పోస్టు పత్రిక వెల్లడించింది. తొలి వంద రోజుల్లోనే 492 అబద్ధాలు, 2020లో ఓటోంగ్ కు ముందు నవంబరు రెండవ తేదీన ఒక్క రోజే 503 అవస్తవాలు చెప్పి ఓట్లర్ను ఆకట్టుకొనేందుకు చూసినట్టు ఆ పత్రిక పేరొన్నది. నిజంగా ఒక రాజకీయ నేత అలా మాటల్డాడతారా అన్న అనుమాను ఉంటే ట్రంప్, అతగాడి స్వీపాతులను చూడాల్సిందే. ట్రంప్ నోటి నుంచి నిగబున రోజుకు 21 తప్పుడు సమాచారం లేదా అబద్ధాలు వెలువడినట్టు తేలింది. తొలి ఏడాదిలో రోజుకు సగటున అరు, రెండో ఏడాది 14, మూడో ఏడు 22, నాలుగో సంవత్సరం 39 చొప్పున, అంటే పదవి కాలం ముగినే వ్యవహించిన కొండి అబద్ధాలు పెరిగాయి. న్యూయార్క్ విశ్వవిద్యాలయంలోని జర్లులిజిం నంస్ట ఏకంగా ట్రంప్ అబద్ధాల సమాచార కేంద్రాన్నే ఏర్పాటు చేసింది. రెండోసారి తొలి రోజే రెండు ప్రసంగాలలో 20 అబద్ధాలతో ప్రారంభం అయిన

బూదరాజు

తెలుగు భాషకు తన జీవనాన్ని అంకితంగా సమర్పించుకున్న వారు అరుదు. వారిలో బూదరాజు రాధాకృష్ణ ప్రముఖులు. వాక్ నిప్పణిత, వ్యాకరణ విలాసం, పదబంధాల పరిపుస్తతతో కూడిన ఆయన రచనలు పరిపుష్టమైన భాషా సేవకు నిలువెత్తు నిదర్శనాలు. ‘తెలుగు భాషా భక్తుడు’ అనే పదం ఆయనకు అక్కరార్థంగా అంకితమవుతుంది. బూదరాజు రాధాకృష్ణ తెలుగు సాహితీ ప్రపంచంలో ఒక విశిష్టమైన వ్యక్తి. వారు కేవలం ఒక భాషా శాస్త్రవేత్తగానే కావుండా, సీనియర్ పాత్రికేయులుగా, రచయితగా, అనువాదకుడిగా బహుముఖ ప్రజ్ఞాశాలిగా గుర్తింపు పొందారు. తెలుగు భాషకు, పాత్రికేయ రంగానికి ఆయన చేసిన సేవలు చిరుస్తురణీయమైనవి. తెలుగు సాహితీ సముద్రంలో ఎన్నో మాణిక్యాలు వెలుగుతూనే ఉన్నాయి. అటువంటి అమూల్య వెలుగులు ప్రసాదించిన మణి మాణిక్యాలలో ఒకరు బూదరాజు రాధాకృష్ణ. భాషపై అపారమైన ప్రేమ, పరిశోధనా దృక్పథం, పాత్రికేయ శ్రద్ధ, రచనా నైపుణ్యాలకు నాలుగు మణిపూనలతో ఆయన నిర్మించిన జీవన మార్గం తెలుగు భాషాభిమానులకు మార్గదర్శిగా నిలిచింది. బూదరాజు రాధాకృష్ణ 1932 మే తెన ప్రకాశం జిల్లా పేటపాలెం గ్రామంలో జన్మించారు. ప్రాథమిక విద్య చీరాలలో, ఉన్నత విద్య విశాఖపట్టంలోని ఆంధ్ర విశ్వవిద్యాలయంలో పాఠించి. భాషపై ఆసక్తితో ‘Historical Grammar of Early Telugu Inscriptions’ అనే విషయంపై 1965లో డాక్టరేట్ పొందారు. ఇది ఆంధ్ర విశ్వవిద్యాలయం అందించిన భాషా అధ్యయనానికి చెందిన అప్పార్చు కీర్తిగా గుర్తించబడింది. చీరాల వి.ఆర్.ఎన్. కళాశాలలో తెలుగు అధ్యాపకునిగా తన ఉపాధ్యాయ జీవితం

వట్టడినిపిస్తోంది. ఒక ప్రధానిగా నరేంద్ర మాణి అమెరికా అధ్యక్షుడిగా ఎన్నికైన ఎవరిటైనా అభినందనలు తెలుపటం ఒక సంప్రదాయం, కానీ అబద్ధాల కోరు ట్రంప్ ను నా స్నేహితుడు అంటూ మాణి సందేశాలు పంపారు. విధి సందర్భాలలో వర్షించారు కూడా. రాజకీయాల పుట్టుకతోనే అబద్ధాలు కూడా వెంట వచ్చాయిగానీ ఇతీవలి కాలంలో కొత్త పుంతలు తెక్కుతున్నాయి. ఎవరు అపునన్నా కాదన్నా వాతికి దోసార్ట్ ట్రంప్, అతగాడి బాటలో నడిచే వారు నిష్టాతులుగా మారారు. అతగాడిని చూసి ఉత్సేధం, ఉత్సాహం పొంది ప్రపంచంలో అనేక దేశాల అధ్యక్షులు లేదా ప్రధానులు కూడా సిగ్గు ఎగ్గు లేకుండా అవాస్తవాలు, అనత్యాలు, వక్రీకరణలకు పాల్పడుతున్నట్లు కనిపిస్తోంది. రాజకీయ నాయకుడంటే ఒఫినియన్స్ (అభిప్రాయాలు) మారుస్తూ ఉండాలని గురజాడ చురక అంటించారు. ఆయనే ఇప్పుడు బిత్తికి ఉంటే అబద్ధాలు చెప్పిని వాడు రాజకీయ నేతులు కానే కాడని గిరిశం చేత చెప్పించి ఉండిపోవారు. జర్వులిస్టులు వార్తలను సేకరించే పనిలో భాగంగా నేతల మాటల్లో అబద్ధాలు ఎన్ని ఉన్నాయా ఎత్తి చూపే పని భారం వారి మీద పడిందంటే ఆతిశయ్యాకీ కాదు. ఘోష్య చెక్క పేరుతో కొన్ని సంస్థలు ప్రత్యేకంగా సిబ్బందినే నియమించాయి. ట్రంప్ రెండవసారి జనవరి 20న పదవిని చేపట్టి వందవ రోజు పూర్తి చేసుకొనేందుకు ముందుకు పోతున్నాడు. ఈ లోగానే మీడియాను అణచివేసేందుకు కూడా పూనసుకున్నాడు. నిరిపాడ్లు లేని రిపోర్ట్లు అనే సంస్థ పత్రికా స్వేచ్ఛ మీద రాజ్యాంగితర దాడి ఎలా జరుగుతున్నదో విపరించింది. ఆరోగ్యం, నేరాల వంటి సమాచారం తెలుసుకొనేందుకు వీలు కల్పించే ప్రభుత్వ సంస్థల వెబ్సైట్లు నుంచి ఎనిమిదివేల పేజీలను ప్రభుత్వం తోలిగించింది. జాసలు, మీడియాకు సమాచారం అందకుండా చేయటం తప్ప ఇది మరొకబీ కాదు. ప్రభుత్వం నిర్వహించే 180 రేడియో స్టేషన్లను మాసిసేసేందుకు గాను వాతికి అందచేస్తున్న 110 కోట్ల డాలర్లకు నిధులు నిలిపివేయాలని పార్ట్‌మెంట్‌ను కోరాడు. దీనిపలన గ్రామిణ, నుదూర ప్రాంతాల వారికి వాతి సేవలు నిలిచిపోతాయి. ప్రభుత్వం రంగంలోని మీడియాకు ప్రతి ఏటా సగటున ఒక పొరుడు చెల్చిస్తున్న మొత్తం కేవలం 1.6 డాలర్లు మాత్రమే. ఫిబ్రవరి 11వ తేదీ నుంచి అధ్యక్ష భవన వార్తలను సేకరించకుండా అసోసియేటెడ్ (ప్రెస్(ఎపి)) సంస్థ విలేకరణు నిషేధించారు. మెక్సికో గల్ఫ్ పేరును అమెరికా గల్ఫ్ అని

సేవలు చిరా

ప్రారంభించిన రాధాకృష్ణ, తర్వాత తెలుగు అకాడమీలో డిప్యూటీ డైరెక్టర్గా బాధ్యతలు నిర్వించారు. భాషా ప్రామాణికతకు తోడ్పడే అనేక పుస్తకాలను ఈ సమయంలో సమీకరించారు. 1988లో పదవీ విరమణ చేసిన తర్వాత కూడా ఆయన సేవ ధర్మం ముగిసి పోలేదుకొవలసిన చోటా, అవసరపూన సమయంలో రచన ద్వారా ఆయన శబ్దజీవితమై మిగిలారు. పదవీ విరమణ అనంతరం “ఈనాడు” జర్నలిజం సంస్థ లో ప్రాచార్యులుగా పదేళ్ల పాటు సేవలందించారు. ఎంతోమంది యువ పాత్రికేయులకు భాషా శాస్త్రం, రచనా వ్యాకరణం బోధించి, వారిని సామాజిక పరిణితో కూడిన రచయితలుగా తీర్చిదిద్దారు.

“పుణ్యభూమి” శీర్షికతో సి. ధర్మారావు కలం పేరుతో వందలాది వ్యాసాలు రాశారు. భాషా విలువ, సంస్కృతి పరంపర, చరిత్ర సంక్రమణ, సమకాలీన సమీక్ష వంటి అనేక అంశాలు ఆయన వ్యాసాల్లో పదునైన పరిశీలనతో కూడుకున్నవి. ఈ వ్యాసాలు ప్రజలలో పారణాభిరుచి పెంచేలా, ఆలోచనలను పెంచేలా ఉండేవి. తెలుగు భాషా శాస్త్ర పరిశేధకు బూదరాజు కృషి విలువైనదిగా గుర్తించ బధింది. “వాస్తు పదకోశం”, “వ్యవహర కోశం”, “తెలుగు దినపుత్రికల భాష” వంటి ప్రామాణిక రచనలు ఆయన మేదస్సుకు నిదర్శనాలు. నన్నయ పూర్వుకాలపు శాసన భాషను అధ్యయనం చేసి, మాండలికాల వ్యాప్తి పై చేసిన విశేషణ భాషా పరిశేధకులకు గొప్ప వసరుగా నిఖిలింది. వ్యాకరణ నియమాలు, విశియోగ నిబంధనలు, భాషా అభివృద్ధిలో సమాజ పాత్ర వంటి అంశాలపై ఆయన వ్యాఖ్యానాలు అత్యంత విలువైనవిగా భావించ బుదున్నాయి. రాధాకృష్ణ రచయితగా తెలుగుని ప్రభావపంతమైన భావ ప్రకటనకు ఒక పటిష్ఠమైన

మీడియ

అర్థం వాటి నిర్వహకులు తనకు తగిన ఆదాయం, లాభాలు లేకుండా నడుపుతున్నారనా? టీవి చానల్స్ కూడా అంతే. కొన్ని పార్టీలు, వాటి నేతులు, వ్యాపార సంస్థల వార్తలను ఇస్తే ఏదో మార్గంలో కానులు కరుస్తాయి. కొన్నింటికి మాత్రమే ఎలాంటి ప్రతిఫలమూ వుండదు. అందుకే నేడు నూబిటికి తొండ్రి తొమ్మిది సంస్థలు మాకేమిటి అన్నట్లుగా వ్యవహారిస్తున్నాయి. అలాంటి వాటికి భావ ప్రకటనా స్వేచ్ఛ వంటేనే లేకపోతేనేం. నేడు మీడియా సంస్థలను డబ్బులు సంపాదించే పెట్టుబడి దారులు నడుపుతున్నారు తప్ప సంపాదకులకు ఎలాంటి స్వేచ్ఛ లేకుండా పోతేంది. సంపాదన, ఆధికారం ధ్వేయాలైన మీడియా నిర్వహకులు వార్తలను అమ్ము కోవటానికి ఏమాత్రం వెనకాడటం లేదు. ఈ కారణంగానే గతంలో, ప్రస్తుతం ఎవరు ఆధికారంలో వున్న మీడియాను వూరిగా తమ చెప్పుచేతల్లోకి తీసుకొనేందుకు ప్రయత్నించడం కొనసాగుతున్నది. లొంగని వాటి ఆర్థిక మూలాలను దెబ్బు తీసేందుకు, తద్వారా వాటి మూతకు ప్రయత్నాలు జరుగడం నిత్య కృత్యమే. మీడియా స్వేచ్ఛకు కలగుతున్న హిని గురించి ఒక్క మాట కూడా రాయలేని నిస్పతాయ సంపాదకులను నేడు మనం చూస్తున్నాం. ఫోర్ట్ ఎస్టేట్‌గా మన్సునునలను పొందిన మీడియా రియలైస్ట్‌గా మారిపోయిందనే ఆరోపణలు నిత్యం విశాల్య వస్తోంది. మీడియా యజమానులు, రాజకీయ నేతలకు మధ్య వున్న గీత దాదాపుగా చెరిగిపోయింది. ఒకరి ప్రయోజనాలను ఇంకొకరు కాపడు కుంటున్నారు. కొందరు రాజకీయ నేతలు స్వయంగా మీడియా సంస్థలను ఏర్పాటు చేసుకున్నారు. అధికారంలో వున్నప్పుడు దానిని అడ్డుపెట్టుకొని లాభాలు సంపాదించటం, ప్రతిపక్షంలో వున్నప్పుడు వాటినే పెట్టుబడిగా పెట్టి నిలుపుకోవటం గతంలో జరుగుతున్నదే. ఇప్పుడు రాజకీయ నేతలు, వారి కనుస్నులలో మెలిగే మీడియా సంస్థలు ఎక్కడ ఆధికారం వుంటే ఆమైపే చేరటం రివాజాగా మారింది.

దేశంలోని గుత్త పెట్టుబడిరారీ సంస్థలు మీడియా రంగంలో ప్రవేశించటంతో ప్రతికా స్వేచ్ఛ హరించుకు పోతున్నది. పాలక పక్కాలు సాధ్యమే పరమార్థంగా వ్యవహారిస్తున్నా యన్నది స్పష్టం. గతంలో కాంగ్రెస్ అత్యవసర పరిస్థితిని ప్రకటించి మీడియా వార్తలపై ప్రత్యక్ష సెన్సార్టీషిప్ విధించింది. ఇప్పుడు అదే కాంగ్రెస్ లేదా బిజెపి వాటితో జట్టుకట్టే పాలకపర్స్ ప్రాంతియ పార్టీలు మీడియా మీద పరోక్ష సెన్సార్ట్ ను

మార్పినపుట్టికి ఆ సంస్కత తన వార్తలో పాత పేరునే వినియోగిస్తుండటమే దీనికి కారణం. ఏప్రిల్ 9న ఒక కోర్టు ఈ నిషేధం ఎత్తివేయాలని అదేశించినపుట్టికి భాతరు చేయటం లేదు. తన స్వంత సామాజిక మాధ్యమం ట్రూట్ డ్యూరా 64 సార్లు మీడియా మీడిం అవమానకరమైన వ్యాఖ్యలు చేశాడు. 2021 జనవరి అరున కాపిబోల్ వద్ద జర్జులిస్టులపై దాడి చేసిన కేసులో లీక్కలు పడిన తన అనుచరులైన 13 మంది గూండాలను క్షమాభిక్ష పేరుతో విదుదల చేశాడు. మీడియా సంస్కరణలు వేధించేందుకు ఆరు కంపెనీలపై విచారణకు ఆడిశించాడు. ప్రాజెక్టు 2025 పేరుతో ట్రంప్ ఎజండాకు రూపకల్పన చేసిన డ్రెండ్ కార్ట, మీడియా నియంత్రణ కమిషన్ ప్రెర్నను చేసిన తరువాత ట్రంప్ గురించి విపర్యునాత్మక వార్తలను అందించే సిబివెన్, ఎబిసి, ఎన్పిబిసి, ఎన్పిఆర్, పిబివెన్, కాలిఫోర్నియా టెలివిజన్లలై విచారణ పేరుతో వేధింపులకు ఘోసుకున్నాడు. నాలుగు సంస్థలపై ట్రంప్ వ్యక్తిగతంగా పరువునష్టం కేసులు వేశాడు. ఇక కమ్యూనిషానికి, తమను వ్యక్తిగతికించే దేశాల గురించి తప్పుడు ప్రచారం చేసేందుకు అమెరికా ప్రభుత్వం యువెన్ ఎజిస్ట్ ఫర్ గ్రేబల్ మీడియా అనే సంస్కరణ దశాఖ్యాల క్రితమే ఏర్పాటు చేసింది. తరువాత మీడియా పెద్ద ఎత్తున విస్తరించి అలాంటి ప్రచారం చేసేందుకు వాటితో పెద్దగా అవసరం లేకపోయింది. అందుకే అది నిర్వహించే రేడియో, టీవీ సేవలను నిలిపివేయాలని ప్రభుత్వం నిధులను నిలిపివేసింది. విలేకర్లను సెలవుపై వెళ్లాలని కోరారు. ఈ సంస్కర్ డ్యూరా నిర్మాణంచే వాయిస్ ఆఫ్ అమెరికా, రేడియో ట్రీ ఆసియా, యూరోప్ లిబరీ వంటి వాటిలో కమ్యూనిస్టు, ప్రజాస్పాద్య వ్యక్తిరేక వార్తలను ప్రచారం చేస్తున్నారు. అవి ఎంతగా రెచ్చగొట్టినా అమెరికా పాలక వర్గానికి వచ్చిన మేలేమీ లేకపోవటంతో ట్రంప్ వాటికి నిధులు నిలిపివేశాడు. ఈ వర్య వలన మూడున్నర్న వేల మందికి పైగా జర్జులిస్టులు, ఇతర సిబ్బంది ఉపాధి కోల్పోస్తున్నారు. ఈ సంస్థలలో పని చేస్తూ తప్పుడు వార్తలను ప్రచారం చేసిన జర్జులిస్టులలో విదేశాలకు చెందిన 84 మందిని స్వదేశాలకు పంపాలని నిర్ణయించింది. అయితే వారిలో అనేక మందిని ఆయా దేశాలు కేసులు పెళ్లి జైలు పాలు చేసే అవకాశం ఉండట. కమ్యూనిస్టు వ్యక్తిరేక ప్రచారం చేసేందుకు వివిధ దేశాలలో ప్రేట్టు టీవీలు, ప్రతిక్రిలకు, కొండరు జర్జులిస్టులకు సిపాపి, ఇతర సంస్కర్ డ్యూరా పెద్ద ఎత్తున నిధులు అందచేస్తున్న సంగతి తెలిసింది.

స్వరణీయం

రూపకర్త పాత్రికేయులకు మార్గదర్శకంగా “రచన రీతులు”, “తెలుగుబడి” వంటి పుస్తకాలు రచించారు. మహాకవి త్రైతీ జీవితాన్ని అంగ్రంలో రచించి, స్వయంగా తెలుగులోకి అనువదించారు. “మరవరాని మాటలు” అనే గ్రంథంలో తెలుగు సాహిత్యంలోని అమూల్య సూక్తులను సంకలనం చేశారు. అంతేకాక, నోమ్ చారిస్టీ కార్బ్ మార్పు, గుల్జ్ వంటి రచనలకు రచనలను తెలుగులోకి అనువదించి భావానువాదానికి అర్థవంతమైన ప్రమాణాలు నెలకొల్పారు. జ్ఞానం, వినయం, మిత్ర భాషణం, త్రద్ధ అనే నాలుగు గుణాలతో ఆయన మానవియత వెలిసింది. నుకల నారాయణ, కాళోజీ సారాయించావు, న్యాపుతి సుబ్బారావు వంటి ప్రముఖులతో ఉన్న సన్మిహిత సంబంధాలు ఆయన సమాజాభిముఖ దృక్ప్రఫానికి ప్రతీకలుగా నిలిచాయి. విశేషమైన విషయ పరివక్తుత, పదాలను నాఱ్యంగా ఉ పయాగించే నైవృణ్యం ఆయన రచనలకు స్ఫూర్తినిచ్చాయి. బూదరాజు రాధాకృష్ణ జీవితం తెలుగు భాషకు అంకితమై, పరిశోధనతో నిండి, త్రద్ధతో నడిచిన ఆత్మసాక్షాత్కార యాత్ర. ఆయన రచనలు నేటికి తెలుగు అధ్యాపకులకు, పాత్రికేయులకు, తరువమకారులకు మార్గరల్చిగా నిలుస్తున్నాయి. తెలుగు భాషే తన ముక్కిపథం అని నమిస్తే జీవితాంతం అదే వైపు నడిచిన బూదరాజు రాధాకృష్ణ, సాహిత్యాన్ని మానవీకరించిన సాహితీ వేత్త గానే నిలిచారు.

ఆయన రచనలు భాషానురాగులకు ఆదర్శంగా, పాత్రికేయులకు పారశాలలూ నిలిచాయి. తెలుగు భాషా పట్ల ఆయన కలిగిన భక్తిసనజీవంగా శభ్దంలో, వాక్యంలో, వ్యాసంలోజపుటికీ స్పుర్ణందిస్తేంది.

బూదరాజు సేవలు చిరస్తరణీయం

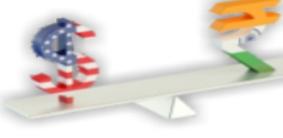
తెలుగు భాషకు తన జీవనాన్ని అంకితంగా నమర్చించుకున్న వారు అరుదు. వారిలో బూదరాజు రాధాకృష్ణ ప్రముఖులు. వాక్ నిపుణత, వ్యాకరణ విలుసం, పదబంధాల పరిపుష్టతో కూడిన ఆయన రచనలు పరిపుష్టమైన భాషా సేవకు నిలువెత్తు నిదర్శనాలు. ‘తెలుగు భాషా భక్తుడు’ అనే పదం ఆయనకు అక్షరార్థంగా అంకితమవుతుంది. బూదరాజు రాధాకృష్ణ తెలుగు సాహితీ ప్రపంచంలో ఒక విశిష్టమైన వ్యక్తి. వారు కేవలం ఒక భాషా శాస్త్రవేత్తగానే కాకండా, సీనియర్ పాత్రికేయులుగా, రచయితగా, అనువాదకుడిగా బహుముఖ ప్రజ్ఞాశాలిగా గుర్తింపు పొందారు. తెలుగు భాషకు, పాత్రికేయ రంగానికి ఆయన చేసిన సేవలు చిరుస్తరణియమైనవి. తెలుగు సాహితీ సముద్రంలో ఎన్నో మాణిక్యాలు వెలుగుతూనే ఉన్నాయి. అటువంటి అమూల్య వెలుగులు ప్రసాదించిన మణి మాణిక్యాలలో ఒకరు బూదరాజు రాధాకృష్ణ. భాషపై అపారమైన ప్రేమ, పరిశోధనా దృక్పథం, పాత్రికేయ శ్రద్ధ, రచనా మైప్యమైయి నాలుగు మణిపూసలతో ఆయన నిర్మించిన జీవన మార్గం తెలుగు భాషాచిహ్నమానులకు మార్గదర్శిగా నిలిచింది.బూదరాజు రాధాకృష్ణ 1932 మే 3న ప్రకాశం జిల్లా వేటపాలెం గ్రామంలో జన్మించారు. ప్రాథమిక విద్య చీరాలలో, ఉన్నత విద్య విశ్వవిద్యాలయంలో సాగింది. భాషపై అనుక్తితో ‘Historical Grammar of Early Telugu Inscriptions’ అనే విషయంపై 1965లో డాక్టరేట్ పొందారు. ఇది ఆంధ్ర విశ్వవిద్యాలయం అందించిన భాషా అధ్యయనానికి చెందిన అపూర్వ కీర్తిగా గుర్తించబడింది. చీరాల వి.ఆర్.ఎన్. కళాశాలలో తెలుగు అధ్యాపకునిగా తన ఉపాధ్యాయ జీవితం ప్రారంభించిన రాధాకృష్ణ, తర్వాత తెలుగు అకాడమిలో డిప్యూటీ డైరెక్టర్ గా బాధ్యతలు నిర్మించారు. భాషా ప్రామాణికతకు తేద్వదే అనేక పుస్తకాలను ఈ సమయంలో సమీకరించారు. 1988లో పదవి విరమణ చేసిన తర్వాత కూడా ఆయన సేవా ధర్మం ముగిసి పోలేదుకావలసిన చోటా, అవసరమైన సమయంలో రచన ధ్వాన శబ్దజీవితమై మిగిలారు. పదవి విరమణ అనంతరం “ఈనాడు” జర్నలిజిం నంస్థ లో ప్రాచార్యులుగా పదేళ్ళ పాటు సేవలందించారు. ఎంతోమంది యువ పాత్రికేయులకు భాషా శాస్త్రం, రచనా వ్యాకరణం జోధించి, వారిని సామాజిక పరిణామాలు కూడిన రచయితలుగా తీర్చిదిద్దారు.

“పుణ్యభూమి” శీర్షికతో సి. ధర్మారావు’ కలం పేరుతో వందలాది వ్యాసాలు రాశారు. భాషా విలువ, సంస్కృతి పరంపర, చరిత్ర సంక్రమణ, సమకాలీన సమీక్ష వంటి అనేక అంశాలు ఆయన వ్యాసాల్లో పదునైన పరిశీలనతో కూడుకున్నావి. ఈ వ్యాసాలు ప్రజలలో పారనాభిరుచి పెంచేలా, ఆలోచనలను పెంచేలా ఉండేవి. తెలుగు భాషా శాస్త్ర పరిశోధనకు బూదరాజు కృషి విలువైనదిగా గుర్తించ బడింది. “వాస్తు పదకోశం”, “వ్యవహార కోశం”, “తెలుగు దినపుత్రికల భాష” పంటి ప్రామాణిక రచనలు ఆయన మేధస్సుకు నిదర్శనాలు. నస్తుయ పూర్వకాలపు శాసన భాషాపు అధ్యయనం చేసి, మాండలికాల వ్యాప్తి పై చేసిన విశ్లేషణ భాషా పరిశోధకులకు గొప్ప వసరుగా నిలిచింది. వ్యాకరణ నియమాలు, వినియోగ నిబంధనలు, భాషా అభివృద్ధిలో సమాజ పాత్ర వంటి అంశాలపై ఆయన వ్యాఖ్యానాలు అత్యంత విలువైనవిగా భావించ బడుతున్నాయి. రాధాకృష్ణ రచయితగా తెలుగుని ప్రభావపంతమైన భావ ప్రకటనకు ఒక పటిష్ఠమైన

శ్రీ స్వచ్ఛ..

లేదా కనిపించే కనిపించకుండా ఒక మాలన పడవేయటమో జరుగుతోంది. తమ విధానాలను ప్రశ్నించిన మీడియా సంస్లకు ప్రకటనలు నిపిపి యెయటం, తీవీ ఛానల్స్ అయితే కేబల్ నిర్వహకులను బెదిరించి ఛానల్స్ ప్రసారాలను అడ్డు కోవటాన్ని చూస్తున్నాం. మన దేశంలో గత కొన్నేళ్ళగా కుహనా వార్తలు సామాజిక మాధ్యమాన్ని ముంచేత్తు తున్నాయి. నిజం మాడు అడుగుల వేసే లోగా అబద్ధం ముపై అడుగుల ముందు వుంటోంది. అవన్నీ ఒక పథకం ప్రకారమే వెలువదు తున్నాయి. ఏది నిజమో ఏది కాదో తెలుసుకోలేని గందరగోళంలో జనాన్ని పడ వేసేందుకు, నిజాన్ని కూడా ఒక పట్టాన నమ్మకుండా చేసేకుట్ల దీనిలో వుంది. రెండవ ప్రపంచ యుద్ధంలో హిట్లర్ ప్రభుత్వంలో మంత్రిగా వున్న గోబిల్ ఒక అబద్ధాన్ని వందశార్లు చెబితే నిజమై కూర్చుంటుంది అన్న సూత్రంతో పని చేశాడు. ఇప్పుడు మనిషి మనిషికి ఇంటర్వెట్ అందుబాటులోకి రాపటంతో గోబిల్లు వికటాట్లపోసం చేస్తున్నారు. వెనుకా ముందూ చూడకుండా వాట్టమ్, ఫేన్బుక్ వంటి సామాజిక మాధ్యమాల్లో వచ్చిన సమాచారాన్ని ప్రతి ఒక్కరూ ఇతరుల మీద ఎత్తిపోస్తున్నారు. అవాస్తవాలు, మక్కీకరణలు ప్రచారం చేస్తూ, నకిలీలను నిజమైనవిగా చిత్రించటం మనకు నిత్యం అనుభవేక వేద్యమే. ప్రధాన ప్రపంచి మీడియా సంస్లు కూడా ఇందుకు తమపంత తోడ్చాడును అందిస్తున్నాయి. అందువలన నిజమైన వార్తలు, నిజమైన పత్రికా, మీడియా స్వేచ్ఛ అంపే జనం కూడా గందర గోళానికి గురి అవుతున్నారు.

మన దేశంలో 1956లో ఏర్పాటు చేసిన తొలి ప్రెస్ కమిషన్ సిఫార్సుల మేరకు 1966 నవంబరు 16న ప్రెస్ కౌన్సిల్ ఏర్పడింది. ఆ రోజును జాతీయ పత్రికా దినంగా పాల్టిస్ట్ 1997 నుంచి ప్రెస్ కౌన్సిల్ ప్రతి ఏటా కార్బూక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నది. భారతదేశంలోనే కాకుండా చాలా ప్రపంచ దేశాలలో ప్రెస్ కౌన్సిల్ ఉన్నాయి. అయితే భారతదేశ కౌన్సిల్కు ఉన్న ప్రత్యేకత, గుర్తింపు ఏమంటే ప్రభుత్వ శాఖలపై కూడా తన అధికారాన్ని వినియోగించే అవకాశం లభించడమే. స్వేచ్ఛాయుతమైన, జవాబుదారీ తనంతో కూడినదిగా మీడియా పుండలనే లక్ష్మిన్ని ప్రకటించారు. ఆపరాషణలో స్వేచ్ఛను పారించే వారిని, అడ్గోలుగా వ్యవహరించే మీడియా సంస్థలనూ స్వర్ణన దారిలో పెట్టటం దాని లక్ష్మి. లక్ష్మి సారువకు ప్రెస్ కౌన్సిల్ పూర్విగా ఆంకితం కూవాలని ఆశీర్వాదం.



సిద్ధివేత



ବିନ୍ଦୁ ପାତ୍ରମାଣିକ୍ୟ ବିଜେତା

నింగికంతిన బంగారం ధరలు క్రమంగా దిగివస్తోన్నాయి. అమెరికా, చైనా మధ్య టారిఫ్ ఉద్రిక్తతలు తగ్గమయిం పట్టడం సహి రష్యా, ఉత్కోణియ్ యుద్ధం ముగియనుందనే అంచనాలు పసిం తగ్గుదలకు దోహదం చేస్తాయి. ఈ నేపథ్యంలో గురువారం న్యూఫ్లైటీ బులియన్ మార్కెట్లో 24 క్యారెట్ల స్వప్భత కలిగిన 10 గ్రాముల బంగారంపై రూ. 2,160 తగ్గి రూ. 95,880కి దిగివచ్చింది. గుడ్సిటర్న్ సమాచారం ప్రకారం.. 22 క్యారెట్ల స్వప్భత కలిగిన 10 గ్రాముల బంగారంపై రూ. 2,000 దిగివచ్చి రూ. 87,900గా పలికింది. 10 రోజుల్లో పసిం ధర దాఢాపు రూ. 5వేల మేర తగ్గింది. ఇచ్చివేల తులం బంగారం ధర రూ. 1 లక్ష దాఢిని విషయం తెలిసినదే. కిలో వెండిపై రూ. 2,000 తగ్గి రూ. 98,000గా నమోదయ్యాంది. మరోవైపు అంతర్జాతీయ మార్కెట్లోనూ బంగారం ధర దిగివస్తోంది. జెస్పు ధర 3,236.94 డాలర్ల వద్ద నమోదయ్యాంది. ఆర్టైం గరిష్ట స్టోయి 3,500 డాలర్ల నుంచి నుంచి 7 శాతం మేర తగ్గి 3,232 వద్ద పలికింది. ప్రపంచ మార్కెట్లో గడిచిన ఏడాది కాలంలో బంగారం ధర దాఢాపు 40 శాతం పెరిగింది. అంతర్జాతీయ పరిణామాలకు తోడు డాలర్ విలువ బలపడుతుండటం కూడా పసిం ధర తగ్గడానికి కారణమని నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు. ద్రవ్యోబ్యంపై ఆందోళనలు, టుంప టారిఫ్లు, ప్రపంచవ్యాప్తంగా కేంద్ర బ్యాంకులు పెద్ద ఎత్తున కొనుగోళ్లు తదితర అంశాలు బంగారం ధరలకు ఆఱ్యం పోశాయి. నింగికంతిన బంగారం ధరల వల్ల ఈ ఏడాది జనవరి మార్పి త్రైమాసికంలో భారతీలో పసిం దిమాండ్ 15 శాతం తగ్గిందని పరిశ్రేణీలో కొన్నిల్ (డబ్బుజెసి) బుధవారం ఓ రిపోర్ట్లో వెల్లదించిన విషయం తెలిసిందే. ఆ మూడు నెలల కాలంలో బంగారం అమృకాలు 118.1 టన్నులకు పదిశోయాయి. పెట్టుబడుల దిమాండ్ మాత్రం 7 శాతం పెరిగి 46.7 టన్నులుగా చోటు చేసుకుంది. ఇదే సమయంలో అభరణాల దిమాండ్ ఏకంగా 25 శాతం క్లీషించి 71.4 మెట్రిక్ టన్నులకు క్లీషించింది. 2009 తర్వాత ఈ స్టోయల్లో పడిపోవడం ఇదే తోలిసారి కావడం విశేషం.



భారత్తుల ప్రవృత్తిధాయ సీరికాల్‌ లకాయ..



భారత మార్కెట్లోకి ప్రవేశించిన తర్వాత కంపెనీ ఇప్పటి వరకు 90 లక్షల వాహనాలను విక్రయించింది. ఈ విక్రయాల గణాంకాలు దేశంలో మధ్యందార్య కార్బు ఎంతగా ఇప్పటపడినపుడుతున్నాయో స్పష్టంగా తెలియజ్ఞున్నాయి మధ్యందార్య మోటార్ ఇండియా లిమిటెడ్ భారతదేశంలో ఒక పెద్ద మైలూరాయిని సాధించింది. కంపెనీ ఇప్పటివరకు భారతీయ మార్కెట్లో 90 లక్షల వాహనాలను విక్రయించింది. ఏప్రిల్ 2025లో కంపెనీ మొత్తం 60,774 వాహనాలను విక్రయించింది, వీతిలో 44,374 భారతదేశంలో, 16,400 విదేశాలలో విక్రయించబడ్డాయి. కంపెనీ త్వరలో మహారాష్ట్రలోని తలేగాంవల్ కొత్త ప్లాంట్సు ప్రారంభించసుంది. దీనితో ఉత్సవి సాప్రశ్రీ మరింత పెరుగుతుంది. భారతదేశంలో మధ్యందార్య మోటార్ ఇండియా ఒక పెద్ద సాఫల్యాన్ని సాధించింది. భారత మార్కెట్లోకి ప్రవేశించిన తర్వాత కంపెనీ ఇప్పటి వరకు 90 లక్షల వాహనాలను విక్రయించింది. ఈ విక్రయాల గణాంకాలు దేశంలో మధ్యందార్య కార్బు ఎంతగా ఇప్పటపడినపుడుతున్నాయో స్పష్టంగా తెలియజ్ఞున్నాయి. కంపెనీ నిరంతరం తన అర్థాత్మమైన కార్బుతో కస్టమర్లను ఆకర్షించడంలో విజయవంతమవుతోంది. గత సెల (ఏప్రిల్ 2025) విక్రయాల నివేదిక ప్రకారం.. మధ్యందార్య మొత్తం 60,774 వాహనాలను విక్రయించింది. వీతిలో 44,374 యూనిట్లు దేశీయ మార్కెట్లో, 16,400 యూనిట్లు ఎగుమతి చేయబడ్డాయి. మధ్యందార్య భారతదేశంలో మే 6, 2025న 30

సంవత్సరాల సందర్భాన్ని జరుపుకోనుంది. ఈ కాలంలో కంపెనీ మారుతి సుజకీ తర్వాత రెండవ అతిపెద్ద కార్ కంపెనీగా గుర్తింపు పొందింది. నిరంతరం మెరుగైన ఉత్సత్తులను అందించడం, కషపుర్ణ హృదయాల్లో నమ్మకాన్ని హ్యాండాయ్ సాధించింది. ఈ సందర్భంగా హ్యాండాయ్ మోటార్ ఇండియా లిమిటెడ్ డ్రెక్టర్ తరువాత గార్ మాట్లాడుతూ.. వేళ 6, 2025న కంపెనీ భారతదేశంలో 30 సంవత్సరాలు పూర్తి చేసుకోనుండని తెలిపారు. భారతీయ మార్కెట్లో ఇప్పటివరకు 90 లక్షల వాహనాలను విక్రయించిన లక్ష్యాన్ని సాధించినదుకు తాము సంతోషిస్తున్నామని, ఇది నిజంగా ఒక పెద్ద విజయమని చెప్పారు. కంపెనీ త్వరలో మహోరాష్ట్రలోని తలేగాంవలో కొత్త ప్లాంట్సు ప్రారంభించనుందని, దీనితో కంపెనీ ఉత్పత్తి సామర్థ్యం మరింత పెరుగుతుందని తెలిపారు. హ్యాండాయ్ భారతదేశం కోసం వివిధ రకాల కార్లను తయారు చేస్తుంది. కంపెనీ చిన్న కార్ల నుండి ప్రీమియం సెగ్రెంట్ కార్ల వరకు రూపొప్పి సారిస్తుంది. ప్రస్తుతం హ్యాండాయ్ వద్ద హ్యాచ్బ్యూక్ సెగ్రెంట్లో బ్రాండ్ ఐ10 నియోన్, ఐ20, ఐ20 ఎన్ లైన్ వంటి కార్లు ఉన్నాయి. అంతేకాకుండా సెడాన్ కార్లో ఆరా, వెర్సా కూడా అందుబాటులో ఉన్నాయి. కాంపాక్ట **SUV** సెగ్రెంట్ ఎవ్స్టర్, వెన్యూ, క్రెటా వంటి కార్లు ఉన్నాయి. అదే సమయంలో ఛ్యామలీ క్ల్యాస్ కోసం అల్జూజార్ వంటి కారు కూడా అందుబాటులో ఉంది. భారతదేశంలో హ్యాండాయ్ క్రెటా **SUV** అత్యధికంగా విక్రయమవుతోంది. ఇటీవల ఐ10 బ్రాండ్ 30 లక్షల యూనిట్ల విక్రయ రికార్డును స్థాపించింది. త్వరలో భారతదేశంలో కొన్ని కొత్త మోడల్లను పరిచయం చేసేందుకు కంపెనీ ప్రణాళికలు సిద్ధం చేస్తోంది.



ଓক 15 সেকন্ড লর্সে যোৰ্মাইল চেলুণ্টিল

డెవిట్, క్రెడిట్ కార్బూల ద్వారా జిరిపే యాహీస చెల్లింపుల ప్రక్రియ మరింత త్వరితం కానుంది. ప్రస్తుతం ఒక్కొ యాహీస చెల్లింపు లావాదేవీ పూర్వయ్యోందుకు 30 సెకస్షన్ పడుతోంది. వచ్చే నెల 16 నుంచి ఇది 15 సెకస్షన్ తగ్గనుంది. దీనికి సంబంధించి నేషనల్ పేమెంట్స్ కార్బూరైషన్ ఆఫ్ ఇండియా (ఎన్పిఎస్) గురువారం స్పష్టమైన మార్గదర్శకాలు విడుదల చేసింది. ఇందుకనుగణంగా తమ శ్వషపులను సిద్ధం (అప్పదేట) చేసుకోవాలని బ్యాంకులు, పేటీఎం, ఫోన్హోస్, గూగుల్పే వంటి థర్డ్ పార్ట్ యాప్స్ ను ఎన్పిఎస్ ఆదేశించింది. మరొకేపు చెల్లింపులు, బదిలీలు, బ్యాలెన్జ్ చెక్, పింగ్ మార్పు వంటి ఏఫిస్ రెస్పోన్స్ టైమ్స్ బ్యాంకులు, పేమెంట్ యాప్స్ ఇక నిర్దిత సమయంలోగా పూర్తి చేయాలి. లేకపోతే చర్యలు తప్పవని ఎన్పిఎస్ హెచ్చరించింది. ఏటీఎం చార్ట్స్ ల పెంపులై రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా (ఆర్బీఐ) ఆదేశాలు గురువారం నుంచి అమలులోకి వచ్చాయి. దీని ప్రకారం ఒక నెలలో ఉచితంగా విత్తిడ్రా చేసుకునేందుకు ఇచ్చిన పరిమితి దాటితే చేసే ఒక్కొ లావాదేవీపై బ్యాంకులు రూ.23 చార్ట్స్ చేయనున్నాయి. గతంలో ఈ చార్ట్ రూ.21 ఉండేది. ఒక్కొ లావాదేవీపై రూ.2 పెంచుకునేందుకు బ్యాంకులను అనుమతిస్తూ మార్పి 28 సం ఆర్బీఐ సర్కులర్ జారీ చేసింది. కషమున్ ఖాతా ఉన్న బ్యాంక్ ఏటీఎంలో ఉచిత లావాదేవీల (ఆర్థిక, ఆర్థికేతర) పరిమితి మెట్రో నగరాల్లో అయితే నెలకి మూడు కాగా నాన్ మెట్రో నగరాల్లో అయితే బదుగా ఉంది.

వాక్ గగనతలం మూసివేస్తే ఎయిర్ ఇండియాకు ఎంత నష్టమో తెలుసా?

ఎయర్ ఇండియా ఎటువంటి ప్రకటన ఇవ్వలేదు. వ్యాఖ్య కోసం చేసిన అభ్యర్థనకు భారత పౌర విమానయాన మంత్రిత్వ శాఖ వెంటనే స్పుందినవలేదు. భారతదేశం- పాకిస్తాన్ మధ్య ఉద్దిక్తత ప్రభావం ఇప్పుడు భారత కంపెనీలలై స్పృష్టంగా కనిపొస్తాడి. ఇప్పటివరకు ఇండిగో ఎయిర్లైన్స్ ఏర్పు పతనం గురించి చర్చ జరిగింది. ఇప్పుడు రత్న టాటాకు ఇప్పుడైన కంపెనీలలో ఒకటిన ఎయర్ ఇండియా గురించి కూడా చర్చ జరుగుతోంది. భారత విమానయాన సంస్థలకు పాకిస్తాన్ గగనతలం ఒక సంవత్సరం పాటు మూడిసివేస్తే ఎయిర్ ఇండియాకు ఏటా రూ. 50,000 కోట్ల నష్టం వాటిల్లుతుంది. ఈ వాదన రాయటర్స్ నివేదికలో చేయబడింది. ఎయిర్ ఇండియా భారత ప్రభుత్వానికి ఒక లేఖ రాసి ఈ నష్టాన్ని ప్రస్తావించిందని రాయటర్స్ పేర్కొంది. ఈ లేఖను తాను చూశానని, చదివానని రాయటర్స్ పేర్కొంది. పాకిస్తాన్ గగనతలంపై నివేధం ఒక సంవత్సరం పాటు కొనసాగితే ఎయిర్ ఇండియా దాదాపు **\$600** మిలియన్ (50,400 కోట్ల)పైగా అదనపు ఖర్చులను ఎదుర్కొవాల్సి ఉంటుందని రాయటర్స్ నివేదిక ద్వారా తెలుస్తోంది. ఈ నష్టాన్ని భర్తి చేయాలని కేంద్ర ప్రభుత్వాన్ని కోరింది. గత వారం కార్బీన్లోని పహరామ్లో పర్యాటకులలై జరిగిన దాడికి ప్రతీకారంగా సింధు జల ఒప్పందాన్ని భారతదేశం నిలిపివేసిన తరువాత పాకిస్తాన్ తన వైమానిక ప్రాంతాన్ని ఆ దేశ విమానయాన సంస్థలకు మూడిసింది.



ఆ తరువాత భారతీయ విమానయాన సంసలు అధిక ఇంద్రన ఖర్చులు,

కాగ్గిజెంటల్ 25,000 మంచ ప్రైవేట్ హోటిల్



ఈ ఏడాది ప్రోంగణ నియామకాల ద్వారా
 20,000 మంది ఫ్రెషర్లను చేర్చుకోనున్నట్లు
 అవెరికాలోని స్వాయజేర్స్ కేంద్రంగ
 కార్బ్యూకలాపాలు సాగిస్తున్న ఐటీ కంపెనీ
 కాగ్నిజెంట్ తెలిపింది. గత ఏడాదితో పోలిస్ట్లు
 రెట్టింపు సంఖ్యలో ఫ్రెషర్లకు ఉద్యోగాలివ్వసున్నట్లు
 కాగ్నిజెంట్ నీ ఈచ్ రవి కుమార్ ఎన్ని
 వెల్లడించారు. బలమైన మానవ వనరుల వ్యవస్థ
 నిర్మాణంతో పాటు గడిచిన రెండేళ్లలో పెరిగిన
 మేనేజ్ సర్వీసెన్ ప్రాజెక్టులు, కృతిమ మేధ (ఎఱ
 అధారిత ప్రాజెక్ట్ డెవల్పమెంట్కు మద్దతుగ
 ఫ్రెషర్ నియామకాలను పెంచాలనుకుంటున్నట్లు
 ఆయన చెప్పారు. ప్రస్తుతం కంపెనీ ఫ్రెషర్ల
 నియామకాలతో పాటు ఏపి దారా ఉత్సాదకం

పెంపు, మానవ వనరులను మరింత మెరుగ్గా వినియోగించుకోవడంపై దృష్టి సారించిందన్నారు. ఈ మార్పి 31 నాటికి కాగ్నిజెంటలో మొత్తం 3,36,300 మంది ఉద్యోగులున్నారు. అందులో 85 శాతానికి పైగా కంపెనీకి చెందిన భారత కార్బోలయాల్లో వనిచేస్తున్నారు. త్రైమాసిక ఆదాయం 510 కోట్ల డాలర్లు; మార్పితో ముగిసిన త్రైమాసికంలో కాగ్నిజెంట్ ఆదాయం వారిష్టక ప్రాతిపదికన 7.45 శాతం పెరిగి 510 కోట్ల డాలర్లకు చేరింది. ఈ ఏడాది మొత్తానికి ఆదాయ వృద్ధి అంచనాను గతంలో ప్రకటించిన 2.6-5.1 శాతం నుంచి 3.9-6.4 శాతానికి పెంచింది. 2025లో మొత్తం 2050-2,100 కోట్ల డాలర్ల రాబడి నమోదు కావచ్చని సంస అంచనా వేసింది.



జాతీయం - ఆంతర్జాతీయం



ప్రాథమిక నవేడికను సమర్థంచిన ఎన్ఱదల

న్యూఫ్రెంచ్‌ జమ్యు కార్బోర్లో ఏలీట్ 22న జరిగిన పహల్లుండం ఉగ్రాదిపై జాయి దర్శావు సంస్థ (ఎన్సి) పుత్రవారం ప్రాథమిక నివేదికను సమర్పించింది. పాకిస్తాన్ నివేదిక సంస్థ, ఇంటర్- సర్వీసెస్ ఇంటెలిజెన్స్ (ఎన్సి), ఉప్రవాద సంస్థ లఘువై తోయిబా (ఎల్ఎటీ) ల మళ్ళీ సంబంధం ఉన్నట్టు నివేదికలో పేరొన్నట్టు సంబంధిత వరాలు తెలిపాయి. సీనియర్ ఐఎస్సి అపరేటివ్లు జూరీ చేసిన ఆదేశాల మేరకు ఈ దాడి ప్రణాళికను పాకిస్తాన్లోని ఎల్ఎటీ సంస్థలో అభివృద్ధి చేసినట్టు నివేదిక పేరొంది. దాడికి కీలకంగా ఉన్న ఇద్దరు ఉప్రవాదులు హాఫీముసా అలియాన్ సులేమాన్, అలీబారు అలియాన్ తల్లాబారులు పాకిస్తానీయులును ఎన్సి నిరాధించిన సంగతి తెలిసిందే. ఆ ఇద్దరు వ్యక్తులు పాకిస్తాన్లోని వ్యక్తులతో సంబంధం కలిగి ఉన్నారని, సమయం, స్వాహారచన అమలుపై నిర్దిష్టమైన సూచనలు అందుకున్నారని తెలినట్టు ఎన్సి పేరొంది. దాడికి వారం రోజుల ముందు ఉప్రవాదులు భారతీలోకి ప్రవేశించారని, వారికి స్థానిక వ్యక్తుల గ్రామ (కివర్గొండ వర్కర్స్) నిలవర్ప ఆశ్రయం కల్పించడంతో వాటు నిఖాలివీసేషన్, పూర్వహోనికి మద్దతు ఇచ్చిందసి పేరొన్నారు. ఎన్సి విన్స్టుతంగా ఫోరెన్సిక్ ఎలక్ట్రానిక్ డేటాను సేకరించింది. దాడి ప్రాంతంలో నుండి స్టూడీసం చేసుకున్న 40కి పైగా తూటాలను విశ్లేషణ కోసం పంచింది. ఆ ప్రాంతంలో 38ల మాపింగ్ ను నిర్మిపాంచారు. లోయ చుట్టూ న్ను మొబైల్ టివర్ల నుండి సమాచారాన్ని సేకరించారు. దాడికి ముందు.. ఈ ప్రాంతంలో ఉపగ్రహ ఫోన్ కార్బుకలాపాలు పెరిగాయి. బైరసర్కి చుట్టూపక్కల సుమారు మూడు ఉపగ్రహ ఫోన్లను పనిచేస్తున్నాయిని, రెండింటి నుండి సంకేతాలన గుర్తించి విశేషించినట్టు ఎన్సి విశేషించినట్టు తెలిపింది ఎన్సి, భద్రతా సంస్థలు 2,800 మంది పైగా వ్యక్తులను విచారించాయి. మే 2 నాటి 150 మందిని అమపులోకి తీసుకున్నాయని విచారణ కోసం కన్ఫెడ్లో ఉంచినట్టు తెలిపింది వీరిలో అనుమానిత ఒజిడబ్యులు మరియు జమాతే ఇస్లామి వంటి నిషేధిత గ్రూపుల మరియు హరియత్ కాన్సెర్క్స్ లోని విచింది వర్ధాలతో సంబంధం ఉన్న ఇద్దరు వ్యక్తుల ఉన్నారని తెలిపింది.

సృజనాత్మకత పేదల వీట!



ముంబయి : స్వజనాత్మక బాధ్యతకు పెద్దటిట వేయాలని ప్రధాని నశీంధు మోడి అన్నారు. మానవతావాద వ్యతిరేక అలోచనల నుండి యువతాన్ని కాపాడుకోవాలిన అవసరం చాలా పుండని ఆయన పేరొన్నారు. ఈనాడు ప్రజల జీవితాల్లో సాంకేతిక పరిజ్ఞానం చాలా కీలక పాత్ర పోయిస్తోందని, అందువల్ల వానానువుల్లో నున్నితశ్శాస్త్రాన్ని కాపాడుకోవడానికి అడవను కృషి అవసరమని ప్రధాని అభిప్రాయపడ్డారు. “స్టేరీ టెల్లింగ్ (కథలు చెప్పడం)కు కొత్త మార్గాల కోసం యూవుత ప్రపంచం ఎదురుచూస్తున్న వేళ ప్రపంచం కోసం భారతీలో సృష్టించేందుకు ఇదే సరైన నమయం” అని ప్రధాని వ్యాఖ్యానించారు. ముంబయిలోని జియో వరల్డ్ కనెప్షన్స్ సెంటర్లో వేవ్స్ (వరల్డ్ ఆధియో విజపర్ అండ్ ఎంటర్ప్రైనెంట్ సమిక్షల్) 2025ను ప్రధాని గురువారం ప్రారంభించారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా

A close-up photograph of a man with dark hair and a beard, wearing a dark suit, white shirt, and red tie. He is shouting with his mouth open and a fist raised, wearing a gold ring on his ring finger. The background is a bright, clear sky.

ఉగ్రదాడికి పాకిస్తాన్ బాధక వహించాలి

వాప్పింగ్స్ : పెహల్లామ్ ఉగ్రదాడికి పాకిస్తాన్ బాధ్యత వహించాలి అని అపెరికా ఉపాధ్యక్షుడు జెడివాస్ట్ వ్యాఖ్యానించారు. ఉగ్రవాదులను మట్టుబెట్టే ప్రక్రియకు భారత్తు పాకిస్తాన్ పూర్తిగా సహకరించాలని ఆయన సూచించారు. తాజాగా ఆయన ఫాక్స్ న్యూస్కు ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. జెడివాస్ట్ భారత్ పర్యాటనలో ఉన్న సమయంలోనే పెహల్లామ్లో ఉగ్రదాడికి 26 మంది మృతి చెందారు. ఈ విషయంపైనే ఫాక్స్ ఇంటర్వ్యూలో మీడియా ప్రతినిధి ‘భారత్, పాక్ల గురించి మీరు అందోళన చెందుతున్నారా? అని ప్రశ్నలైంచారు. ఈ ప్రశ్నపై ఆయన స్పుర్ణందించారు. ‘ముఖ్యంగా రెండు అణ్ణాయుధ శక్తుల మధ్య ఇలాంటి సంఘటన జరగడం అందోళన కలిగించే విషయం. మేము మా స్నేహితులు భారత్, పాకిస్తాన్లలతో సన్నిహిత సంబంధాలనే కలిగి ఉన్నాము. ఈ ఉగ్రదాడి ప్రాంతియ సంఘర్షణకు దారితీయిని విధంగా భారత్ ప్రతిస్పందిస్తుండని మేమ అశీస్తున్నాము. పాకిస్తాన్ వారు ఈ ఉగ్రదాడికి బాధ్యత వహిచేంత వరకు భారత్ భూభాగంలో జరుగుతున్న ఉగ్రదాల వేటాడే ప్రక్రియకు భారత్తు సహకరించాలి’ అని ఆయన అన్నారు.

ଡିଲ୍‌ଇଲ୍ ଭାରି ପରାୟ

వలుగురు మృతి



ନ୍ୟାୟଧିକୀଁ: ଫିଲ୍ଡଲୋ ପୁକ୍ତପାରଂ କରିଲିନ ଭାରୀ ପରାମାର୍କ ଇଲ୍ଲା କୁଳି ନଲଗରୁ ମରିଛିମାରୁ。 ମୃତୁଲଙ୍କୋ ମୁଗ୍ଗରୁ ପିଲାଲୁ, ଉଚ ମହିଳା ଓ ନ୍ଯାରୁ。 ବଲମ୍ବନ ଗାଲିଲଙ୍କୋ କୁଦାନ ଭାରୀ ପରାମାର୍କ କୁରପଦଂତୋ ବିମାନ ସର୍ବୀନୁଲକୁ ଅଂତର୍ଯ୍ୟାଯଂ ଏବୁଦ୍ଧିନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟି ଆନ୍କ ପ୍ରାଂତାଳଙ୍କୋ ନୀରୁ ନିଲିଚିପୋଦଂ ହେଲୁ ରାକପୋକଲକୁ ଅଂତର୍ଯ୍ୟାଯଂ କଲିଗିନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟି ଉଠିଲାମାଲା, ମେରୁପୁଲଙ୍କୋ କୁଦାନ ପରାମାର୍କ, କଥରୁଗାଲିଲୁ ପଲନ ଧିଲ୍ଲି ବିମାନାଶ୍ରୟାଂଲୋ ମାଦାନ ବିମାନାଲମ୍ବନ ଦାରି ମଧ୍ୟିନାମାରୁ 100କି ମୈଗା ବିମାନାଲା ଅଲନ୍ତ୍ୟ ଅଯନ୍ତ୍ୟାଯାଇଁ ଆନ୍କ ପ୍ରାଂତାଳଙ୍କୋ ଚେଟ୍ଟୁ କୁଳିପୋଯିନଟ୍ଟୁ, ନୀତିକୋ

అమెరికాలో ఇద్దరు భారతీయ విద్యార్థులు అరెస్ట్

ఆమెరికాలో ఇద్దరు భారతీయ విద్యార్థుల పై మనీలాండరింగ్ కేసు నవొరు చేసినట్టు అధికారులు పేర్కొన్నారు. విద్యార్థి వీసాపై అమెరికాకు వచ్చిన ఇద్దరు భారతీయ యువకులు వృద్ధులను లక్షంగా చేసుకొని బిడిరింపులకు పాల్పడుతుండడంతో ఈ చర్యలు తీసుకున్నాయినారు. నిందితులను భారతకు చెందిన 24 ఏళ్ల మహావృద్ధిలాట్ము వచ్చారా, హజియాలి వహోరాలుగా గుర్తించినట్టు పేర్కొన్నారు. వారు చికాగో లోని ఈస్ట్ వెన్స్ విశ్వవిద్యాలయంలో చదువుతున్నట్టు తెలిపారు. తనకు స్కూపుర్ల నుంచి ఫోన్ వచ్చిందని ఓ వృద్ధుడు పోలీసులను ఆశ్యించాడని అధికారులు పేర్కొన్నారు. స్కూపుర్ల తమను ప్రభుత్వ ఏజింట్లుగా చెప్పుకొని ఓ కేసు విషయంలో డబ్బులు ఇవ్వాలని బిడిరింపులకు పాల్పడ్డారని అతడు ఫిర్యాదులో పేర్కొన్నారు. దీంతో క్రిప్పోకర్నీ ఎబిఎం ద్వారా బంగారం కొనుగోలు చేసి వారికి ఇచ్చారని తెలిపారు. దీనిపై దర్శాత్మ చేస్తున్న అధికారులు నిందితులను అదుపు లోకి తీసుకున్నారు. గతం లోనూ వీరు ఇదే విధంగా పలువురు వృద్ధులను మోసం చేసినట్టు గుర్తించామన్నారు.

ଓଡ଼ିଆ ମେଲ୍ ଅନ୍ଦରୁ ଭିକର କାର୍ଯ୍ୟମ୍ବ୍ରତ

ଭାଷାଯୁଗରେଣି ଜେରୂସଲେଂ ଶୀରୁଦ୍ଧ ହେଲେ ଅନ୍ତର୍ମାତ୍ରରେ ଫୀକର କାର୍ଯ୍ୟଚ୍ଛ୍ଵ ଚେଲେଗିନି. ଆ ନଗରରେ ଦୃଷ୍ଟିମୈନ ପ୍ରାଗ ଅଳମୁକୁଣ୍ଡ ଦିନତୋ ଦେଶରେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ପରିସ୍ଥିତି ଏବୁଦ୍ଧିନିବୁ. 24 ଗଂଠରେ ଵେଳାଦି ମଂଦି ସ୍ନାନିକୁଳରୁ ଅଧିକାରୁଲୁ ସୁରକ୍ଷିତ ପ୍ରାଣତାଳକ ତରିଲିଂଚାରୁ. 13 ମଂଦି ଗାୟପଦ୍ମାରୁ. ଅଯିତେ ପ୍ରାଣନ୍ତର୍ପଣ ଭିକା ତେଲିଯାରୀରୁ. ଵାତାଵରଣଙ୍କ ପାଦିଗୀ ଉଂଦପଟଂ, ବଲମୈନ ଗାଲଲୁ ପଲ୍ଲ ମଂଠଲୁ ଵେଗିଗା ବ୍ୟାପ୍ତିସ୍ତନ୍ତାରୁ. ମଂଠଲୁ ଜେରୂସଲେଂ ନଗରାନ୍ତିକ ଚେରକୋଷଚ୍ଛବି ପ୍ରଧାନି ବୈଜ୍ଞାନିକ ନେତର୍ଣ୍ଣାମୁଖ ହୋଚ୍ଚିରିଂଚାରୁ. ଇହ ଜାତିଯ ଅତ୍ୟନ୍ତ ପରିଷ୍ଠିତି ଅନି, ଜେରୂସଲେଂନୁ ରକ୍ଷିତିମାତ୍ରେ ପଦଂ ପ୍ରସ୍ତୁତ ପ୍ରଧାନ୍ୟଂ ଅନି ପିଲପୁଣିଚାରୁ.

అమెరికాలో భార్య, కుమారుడిని చంపి
ఆత్మహత్య చేసుకున్న భారతీయుడు

నూర్యార్స్‌కు అమెరికాలో భారతీకు చెందిన ఓ ట్రైక్ తన భార్య, ఒక కుమారుడిని చంపి తాను ఆత్మవాహ్య చేసుకున్నాడు. పోలీసులు తెలిపిన విపరాల ప్రకారం.. కర్రాటుకలోని మాండ్య జిల్లాకు చెందిన హర్షవర్ధన్(57), శ్వేత వన్యం(44) తన ఇద్దరు కుమారులతో కలిసి వాపింగ్డ్రెస్ ప్రాంతం న్యాక్యూజిల్లో ఉంటున్నాడు. హర్షవర్ధన్ తన భార్య శ్వేత, ఒక కుమారుడిని తుపాకీతో కాల్చి చంపి అనుంతరం తాను కాల్చుకున్నాడు. మరో కుమారుడు ఇంట్లో లేకపోవడంతో ప్రాణాలతో బయటపడ్డాడు. ఏప్రిల్ 24న ఈ ఘటన చోటుచేసుకోగా ఆలస్యంగా వెలుగులోకి వచ్చిందని స్థానిక పోలీసులు వెల్లడించారు. 2017లో భార్య శ్వేతతో కలిసి భారతీకు తిరగొచ్చాడు. మైసూర్ లో హౌలోవరల్డ్ అనే రోబోటిక్ కంపెనీని ప్రారంభించారు. ఈ కంపెనీకి సహ వ్యవస్థాపకురాలి శ్వేత ఉంటున్నారు. కంపెనీకి మంచి పేరు రావడంతో సరిహద్దులో భద్రత కోసం రోబోలను తయారు చేసేందుకు ప్రధాని నరేంద్రమాణి హర్షవర్ధన్ కలిశారు. కరోనా సమయంలో నష్టాలు రావడంతో కంపెనీని మానేజి మళ్ళీ అమెరికాకు వెళ్లిపోయారు. గతంలో హర్షవర్ధన్ మైక్రోపాట్టలో వని చేసినట్టు సమాచారం. రోబోటిక్ నిపుణిగా హర్షవర్ధన్కు మంచి పేరు ఉంది.

ఇక్కడున్నట మోడి సరార్.. వేంగాడి తీరుణార

ನ್ಯಾಫ್ಲೀ : ಜಮ್ಹಾರ್ಕಶ್ವಿರ್ ಲೋನಿ ಪಹಳಂತೆ 26 ಮಂದಿ ಟುಬಿನ್ಸ್ ಲನು ಹಾತಮಾರ್ಪಿನ ಪೆರ್ಪ್ರಿನ್ಸ್ ಲು ಎಕ್ಕಡ ದಾಗಿನಾ, ವೆದಿಕಿ ವೇಟಾಡತಾಮನಿ ಕೆಂಡ್ರ ಪೊಂ ಮಂತ್ರಿ ಅಮಿತ್ ಷಾ ತೀವ್ರ ಪೊಚ್ಚರಿಕ ಜಾರ್ಲ್ ಚೆರಾರು. ಧಿಲ್ಲಿಲೋ ಜರಿಗಿನ ಓ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಂತೋ ಉಗ್ರವಾದ ದಾಡಿ ಪೈ ಮೊದಲೆ ಸಾರಿ ಬಹಿರಂಗಂಗಾ ಪ್ರಸಂಗಿಸ್ತೂ ಈ ಪೊಚ್ಚರಿಕ ಚೆರಾರು. ಪೆರ್ಪ್ರಿನ್ಸ್ ಲಕು ಇಪ್ಪಣಿವರಕೂ ತಗಿನ ಶಾಸ್ತ್ರಿ ಜರಗಲೇದನಿ ಅನ್ನಾರು ಪಹಳಂ ದಾಡಿಲೋ ಪೊಲ್ಯಾನ್ಸ್ ಪೆರ್ಪ್ರಿನ್ಸ್ ಲನೇ ಕಾರು, ಈ ದಾಡಿ ಕುಟುಂಬನ್ನಿವಾರಿನೀ, ಮದ್ದತು ಇಖಿನ್ ವಾರಿನೀ ಒಕ್ಕಾಕ್ಕರಿನೀ ಕಬ್ಜಿತಂಗಾ ವೆದಿಕಿ ವೇಟಾಡಿ ತೀರತಾಂ ಎವರಿನೀ ವದಿಲಿಪೆಟ್ಟಂ ಅನಿ ಅಮಿತ್ ಷಾ ತೀವ್ರಪ್ರಾಪ್ತಿ ಅಗ್ರಹಂತೋ ಅನ್ನಾರು. 26 ಮಂದಿನಿ ಚಂಪಡಂ ದ್ವಾರಾ ಮೀರು ಗೆಲಿಂಬಾಮನಿ ಅನುಕೋಕಂಡಿ, ಪ್ರತಿ ಅಕ್ಕರೂ ಅಂತಕ್ಕಂತೆ ತೀವ್ರ ಶಿಕ್ಕಕು ಗುರಿಕಾಕ ತಪ್ಪದು ಅನಿ ಪೊಂ ಮಂತ್ರಿ ಅನ್ನಾರು. ಅಸೋಂ ಬೋದ್ದುಕು ಕಮ್ಮುಣಿನಿ ಸಾಯಕುಡು ಓಪೇಂಡ್ರಾಫ್ ಬ್ರಹ್ಮ ವಿಗ್ರಹ ಅವಿಷ್ಕರಣ ಸಭಳೋ ಅಮಿತ್ ಷಾ ಪೊಲ್ಯಾನ್ಸ್ ರೂಪ್ ಧಿಲ್ಲಿಲೋ ಓ ರಹಾದಾರಿಕಿ ಬ್ರಹ್ಮ ವೇರು ಪೆಟ್ಟಾರು.



మాస్టర్: ఉత్తర కొరియా, రఘ్యుల మధ్య మొదటి రోడ్ లింక్ నిర్మాణాన్ని ప్రారంభించినట్లు ఇరు దేశాలు గురువారం ప్రకటించాయి. సరిహద్దు నదిపై వంతెనను నిర్మించడం పథాన అభివృద్ధి పరిణామమని, దీనివల్ల ఇరు దేశాల మధ్య సంబంధాలు మరింత విస్తరిస్తాయని రెండు దేశాలు పేర్కొన్నాయి. వీడియో లింక్ ద్వారా ఇరు దేశాల ప్రధానులు పాక్ థె సాంగ్,

మిథాయల మిపుస్తిన్లు ఈ కార్యక్రమంలో పాట్లున్నారని మీడియా వర్గాలు తెలిపాయి. ద్వ్యాపాక్షిక నంబంధాలలో ఈ వంతెన నిర్మాణమనేది ఒక చారిత్రక కట్టడంగా గుర్తుందిపోతుందని పాక్ థేసాంగ్ వ్యాఖ్యానించగా, రష్యా -ఉత్తర కొరియా సంబంధాలకు ఇది ఒక మైలురాయి వంచిదని ఇప్పటికే ఇరు దేశాలను కలుపుతూ ఒక రైల్స్ ట్రిడిప్ వుండగా, వైమానిక సేవలు కూడా కొనసాగుతున్నాయి. రష్యా పరియు తైలాల మళ్ళీ ఉత్తరకొరియా సిలిపాద్మల వెంబడి ప్రపహించే తుమెన్ నదిపై ఆల్జీమ్యుబైల్స్ కోసం వంతెనను నిర్మించడానికి ఇరు దేశాలు గతేడాది జూన్లో అంగెకరించాయి.

పొత్తం లెగ్గించుకున్న ట్రంప్



వాషింగ్టన్ : ఉక్కెయిన్‌వై అనేక వారాల నుంచి అమెరికా అధ్యక్షులు దొనార్ట్ ట్రంప్ ఒత్తిడి చేస్తున్న ఖనిజాల వెలికితీత ఒప్పందంపై ఇరు దేశాలు సంతకం చేశాయి. ఈ విషయాన్ని ఇరు దేశాలు బుధవారం అధికారికంగా ప్రకటించాయి. ఈ ఒప్పందంతో ఉక్కెయిన్‌లో విలువైన ఖనిజాలు, లోహాలను అమెరికా వెలికితీసుకుంటుంది. అదే సమయంలో రష్యాతో సంక్లోభం సమయంలో ఉక్కెయిన్‌కు అమెరికా కొంత మేరకు సహాయం చేస్తుంది. ఈ ఒప్పందాన్ని ఇప్పటి వాషింగ్టన్‌కు వేరుకున్నారు. ఉక్కెయిన్‌పై ఘండ్ అని ఇరు దేశాలు పిలిచాయి. తాజాగా దీనికి ఆర్థిక ఒప్పందంగా ప్రకటించాయి. ఈ ఒప్పందాన్ని ఖారు చేయడానికి ఉక్కెయిన్ ఆర్థిక మంత్రి యులియా స్టేరిడెంకో వాషింగ్టన్‌కు చేరుకున్నారు. బధవారం రాత్రి వరకూ కూడా ఈ ఒప్పందంపై చర్చలు జరిగాయి. తరువాత ఈ ఒప్పందం కుదినిసట్టు అమెరికా అధికారులు ప్రకటించారు. ఉక్కెయిన్‌రష్యా మధ్య దాదాపు మాడేళ్గా సంక్లోభం నడుస్తోంది. ఉక్కెయిన్‌కు సహాయం చేయడంపై ట్రంప్ అనుంత్థితో ఉన్నారు. ఉక్కెయిన్‌పై పెట్టిన పెట్టబడి తిరిగిరావాలని ట్రంప్ కోరుకుంటున్నారు. ఈ ఒప్పందంతో అమెరికా ఉక్కెయిన్‌కు వేసిన సాయం కంచే తిరిగి ఎక్కువ



ବନ୍ଦୁମ ପରେଗା

తక్కువ ఖర్చులో ఎక్కువ లాభాలు పొందాలంటే ఇది తినాల్సిందే

వేరుశనగలో ఆరోగ్యానికి అవసరమైన అనేక పోఫ్కలు ఉన్నాయి. ఇవి మెదడు, గుండి ఆరోగ్యం, బరువు నియంత్రణ, దయాబెట్టిన వంటి సమస్యల్ని నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. రోజూ కొంత ఉడికించిన వేరుశనగ తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి శక్తి అందుతుంది. తక్కువ ఖర్చుతో ఎక్కువ ప్రయోజనాలు పొందాలంటే వేరుశనగ ఉత్సమం. వేరుశనగ మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ముఖ్యంగా మెదడు ఆరోగ్యానికి ఇది చాలా ఉపయోగకరం. వేరుశనగలో విటమిన్
E ఉంటుంది. ఇది వెందడును ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో సహాయపడతుంది. వయస్సు పెరిగే కొద్ది మెదడు వనిటిరు శర్మాచుకుండి. లూపుల్లా కుటుంబంలో కేంకుంచు ఇకడం చూ కొద్దులో విటమిన్సు, ఖనిజాలు లభిస్తాయి. ప్రోటీన్ శరీర నిరాణానికి అవసరం. ఇది కండరాలను బలోపేతం చేస్తుంది. పైబర్ జీర్జుక్రియ బాగుండేందుకు అవసరం. ఇది జీర్జు సమస్యలు తగ్గిస్తుంది. విటమిన్లు శరీర వ్యాధి నిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. ఖనిజాలు ఎముకలకు బలం ఇస్తాయి, శక్తిని అందిస్తాయి. వేరుశనగలో మోనో అన్ శాములేట్డ్ కొవ్వులు ఉంటాయి. ఇవి గుండి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంలో సహాయపడతాయి. అధిక కొవ్వులు గుండకు హసికరం. కానీ వేరుశనగలో ఉండే మంచి కొవ్వులు గుండ నాడులు నరిగ్గా పనిచేసేందుకు ఉపయోగపడతాయి. ఇవి రక్తసాళాల్లో రోధం లేకుండా ఉంచుతాయి.

తత్కువవుతుంది. అలాంటి సమయంలో వేరుశనగ తినడం వల్ల మెదడలో సమస్యలు తత్కువగా ఉంటాయి. అలనట, మతిమరువు వంటి సమస్యల్ని తగ్గించడంలో ఇది సహాయపడుతుంది. ఉడికించిన వేరుశనగను సాయంత్రం సమయంలో స్వాస్థగా తినడం మంచిది. ఇవి ఆకలిని తీర్చుడుతో పాటు శరీరానికి తేలికగా ఉంటుంది. చిన్నపిల్లలు, పెద్దవారు అందరూ ఈ వేరుశనగను సులభంగా తినవచ్చు. ఇది తత్కువ ఖర్చుతో ఎక్కువ ప్రయోజనం ఇచ్చే ఆహారంగా చెప్పవచ్చు. ఉడికించిన వేరుశనగలో ఎన్నో పోషకాలు ఉంటాయి. ఇ ఉధులో ప్రోటీన్, ప్రైటర్, గుండె పోటు ముఖ్యము తగ్గిస్తాయి. వేరుశనగ తీసుకోవడం వల్ల చెడు కొల్పొల్ స్థాయి తగ్గుతుంది. ఇది గుండె సంబంధిత సమస్యల ముఖ్యము తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. చెడు కొల్పొల్ అధికంగా ఉండటం వల్ల రక్తనాళాల్లో పొరలు ఏర్పడి రక్త ప్రసరణకు ఆటంకం కలుగుతుంది. కానీ వేరుశనగ తినడం వల్ల ఇది తగ్గుతుంది. బరువు నియంత్రణలో వేరుశనగ కీలకంగా సహాయపడుతుంది. ఎక్కువగా తినకుండానే ఆకలిని నియంత్రించాలి అంటే ఇది మంచి ఎంపిక.

“**It** is **not** **the** **time** **for** **us** **to** **be** **afraid**.”



ಮೈದಾ ವೀರಂಡಕಾಲು ತೆಗ್ಗ ಲಿಂಟುನ್ನಾರ್ಥಾ..?

మధుమేహనికి ఎక్కువ నివారణ..!

ଲଭିଂଚେ ଅନ୍ତିମ ରକାଳ ପଂଦୁଲ ହେତିକାବେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଲକ୍ଷଣାଲଶ୍ଵର୍ଣ୍ଣ ପାଇଁ ପ୍ରଯୋଜନାଲାନୁ କଲିଗି ଘନାୟା ଥିଲା. ଦ୍ରାଗନ୍ ପ୍ରାଟ୍ ଆର୍ଟିଗ୍ରେ ପ୍ରଯୋଜନାଲାନୁ ମାତ୍ରଂ ପୁଷ୍ପଲମନି ଚେବିତନୁମ୍ବାରୁ ହୋଇପକାହେର ନିପୁଣିତିଲୁ. ଦ୍ରାଗନ୍ ପ୍ରାଟ୍ ଲୋ ହୋଇପକାଲୁ ପୁଷ୍ପଲଂଗା ଉନ୍ନାୟା. ଶରୀରାନିକି ଅବସରମୈନ ହୋଇପକାଲୁ, ଭିନ୍ନଜାଲୁ ସମ୍ମୃଦ୍ଧିଗା ନିଂଦି ଉଠାଯା. ରୋଜକେ ପଂଦୁ ତିନଟଂ ଵଲ୍ଲ ରୋଜିଂତା ଶକିପିଲତଙ୍ଗା, ଉତ୍ସାହଂଗା ଓ ଉଠାରୁ. ଯୁକ୍ତିକାଙ୍କା ହିନ୍ଦେଖେସ୍ତାରୁ. ଦ୍ରାଗନ୍ ପ୍ରାଟ୍ ଲୋ ହୋଇପକାଲୁ ପୁଷ୍ପଲଂଗା ଉନ୍ନାୟା. ଶରୀରାନିକି ଅବସରମୈନ ହୋଇପକାଲୁ, ଭିନ୍ନଜାଲୁ ସମ୍ମୃଦ୍ଧିଗା ନିଂଦି ଉଠାଯା. ମେଗ୍ରିଫିରୁଙ୍କ ପୁଷ୍ପଲଂଗା ଉନ୍ନ ଦ୍ରାଗନ୍ ପ୍ରାଟ୍ ଗୁଂଡ଼େଟୁ, ପ୍ରିୟକ୍ ପ୍ରମାଦାନ୍ତି ତର୍ଗିନ୍ତୁଂଦି. ନୀରୁ- ଦୈଟରୀ ଶୈବର୍ ଅଧିକଂଗା ଵନ୍ଦୁ ଦ୍ରାଗନ୍ ପ୍ରାଟ୍ ମଲଭଦ୍ଧକଂ ନୁଂଦି ଓ ପକମନଂ କଲିଗିନ୍ତୁଂଦି. ଏରନ୍ ପୁଷ୍ପଲଂଗା ଉନ୍ନ ଦ୍ରାଗନ୍ ଭ୍ରାଟ୍ ରକତହୀନତନୁ ତର୍ଗିନ୍ତୁଂଦି. ବିଟମିନ୍ ନି, ଯାଂତ୍ରୀକରିତାମ୍ବିଦେଣଟୁ ଅଧିକଂଗା ଉନ୍ନ ଦ୍ରାଗନ୍ ପ୍ରାଟ୍ ରୋଗନିରୋଧକ ଶକ୍ତିନି ପେଂଚତମଂଦି. ଦ୍ରାଗନ୍ ପ୍ରାଟ୍ ଲୋକି ଭାସ୍ଵରଂ, ମେଗ୍ରିଫିରୁଙ୍କ ଦୃଢ଼ମୈନ ଏମୁକଲୁ, ଦଂତାଳ ନିର୍ମାଣାନିକି ସହେଯଦୁରୁତ୍ବମୁକ୍ତି ପାଇଲା. ଦ୍ରାଗନ୍ ପ୍ରାଟ୍ ଲୋ ଶୈବର୍ ଏକୁହାଙ୍କା ପଂଦୁଟମଂଦି. କନୁକ ଇଦି ବରୁପ ତର୍ଗିନ୍ତାନିକି କୂଦା ପ୍ରଯୋଜନକରଂଗା ଉଠାନ୍ତମଂଦି. ଦ୍ରାଗନ୍ ପ୍ରାଟ୍ ତିନଦଂ ଵଲ୍ଲ ଉଚିତ ଆର୍ଦ୍ଦନିକ ଶୈବର୍ ଲଭିନ୍ତୁଂଦି. ଇଦି ବ୍ୟାକ୍ରିଟିର୍ ପେରୁଗୁଦଳନୁ ପ୍ରୋତ୍ସହିତାନ୍ତୁଂଦି. ବିଟମିନ୍ ନି, ପ୍ଲେଵନାଯାଦୁ ଉଠାଯା. ଇଦି ରୋଗନିରୋଧକ ଶକ୍ତିନି ବିଲପରୁନ୍ତୁଂଦି. ଆକ୍ରୀକରଣ ଉତ୍ତିତି, ଵାପୁନୁ ତର୍ଗିନ୍ତୁଂଦି. ଇଦି ପ୍ରାଣାଂତକ ବ୍ୟାଧାଳ ନୁଂଦି ମୀମୁଖ୍ୟୀ ଦୂରଂଗା ଓ

దయాబెట్టిన రోగులకు కూడా మంచిదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ద్రాగన్ ప్రాట్కు గైనిమిక్ ఇండెన్ తక్కువగా ఉండటం వల్ల, రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నెమ్ముదిగా పెరుగుతాయి. పైబర్ జీర్జ్క్రియస్ మెరుగుపరుస్తుంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. ద్రాగన్ ప్రాట్కు పైబర్ పుష్టిలంగా ఉండటం వల్ల దయాబెట్టిన రోగులకు మంచి ఎంపిక. ద్రాగన్ ప్రాట్కు లో యాంటీ ఆక్రిడెంట్లు పుష్టిలంగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలోనే కణాలను నష్టం నుంచి రక్కిస్తాయి. దయాబెట్టిన వల్ల కలిగే కొన్ని కణాల నష్టాలను ఈ యాంటీ ఆక్రిడెంట్లు తగించడంలో సహాయపడతాయి.

ఈ సమయాల్లో న్యానం చేస్తే ఇబ్బందులు తప్పవు

స్నానం ఎప్పుడు పదితే అప్పుడు
చేసువారా ఆవుఁడే వీ తప్పు॥

A close-up photograph of a man's head and shoulders as he takes a shower. He is leaning forward, with his hands supporting his head. A powerful stream of water is falling from above, covering his hair and face. The background is dark and out of focus.

అయి, వీళ్ళను కూడా ఉక్కండానే ఈ ఆరోగ్య సమస్యలన్నీ కొనితెచ్చుకున్నవారవతారు. ఈ మాట ఎవరో అంటున్నది కాదు. అటు మానసిక శారీరక ఆరోగ్యంతో పాటు ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో వెళ్లాలనుకునే వారు కూడా ఈ విషయం తప్పకుండా తెలుసుకుని తీరాలి. స్నానం చేయకూడని సమయంలో చేస్తే ఎన్నో వ్యాధులకు వెల్పం ఏప్పినవారవతారిని నిపుణులు చేపున్నారు. స్నానం మన ఆరోగ్యానికి, మానసిక ప్రశాంతతకు ఎంతో వేలు చేస్తుంది. అయితే, సాంప్రదాయ విశ్వాసాల ప్రకారం, కొన్ని నిర్దిష్ట సమయాల్లో స్నానం చేయడం ఆరోగ్యానికి, ఆధ్యాత్మిక వమతుల్యతకు హాని కలిగించవచ్చని నమ్మారు. ఈ విషయంలో ఆజూగ్రత్త వహిస్తే శారీరక, ఆధ్యాత్మిక ఇబ్బందులు తలతే అవకాశం ఉంది. స్నానం చేయకూడని నాలుగు సమయాల గురించి, ఆవి ఎండుకు నివ్విధుని ఖాచిస్తారో తెలుసుకుండాం. భోజనం చేసిన వెంటనే స్నానం చేయడం సాంప్రదాయ ఆరోగ్య సూత్రాల ప్రకారం నిషేధం. భోజనం తర్వాత, శరీరంలో రక్తపుసరణ ప్రథానంగా జీర్జువుపు వెపు కేంద్రిక్యతమవుతుంది. ఈ

ಆರೋಗ್ಯಂಗ ಉಂಡಾಲಂಟೆ ಚಕ್ರವರ್ತನು ಕಂಪ್ರೆಂಟ್ ಚೆಸ್ಸಿಕರ್ವಿಎಲ್‌ಎಂದೆ..

ఈ రోజుల్లో అధికంగా చక్కర తీసుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు ఎదురవుతున్నాయి. ఊబికాయం నుంచి గుండ జబ్బులు వరకు అన్ని సమస్యలూ చక్కర మోతాదుతో సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. **WHO** సూచనల ప్రకారం రోజువారీ చక్కర పరిమితిని పాటించడం ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ఈ రోజుల్లో అధికంగా చక్కర తీసుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తున్నాయి. చక్కర తక్కువగా తీసుకుంటే ఊబికాయం, దయాబాటిన్, గుండ సంబంధిత సమస్యలు దూరం కావచ్చి, అందుకే ప్రతిరోజు ఎంత వోతాదులో చక్కర తినాలో తెలుసుకోవడం అవసరం. **WHO** సూచనల ప్రకారం పురుషులు రోజుకు 36 గ్రాముల వరకు అదనపు చక్కర మాత్రమే తీసుకోవాలి. అంటే దాదాపు 9 టీస్సుస్తున్నాము.

A gold spoon is filled with granulated sugar, resting on a pile of sugar. Three large, white, cube-shaped pieces of sugar are scattered around the spoon.

ఇది తీంటే రశీమాలు
నల్ల ఉమాటాలు శోధ నిరోధక లక్ష్యాలను కలిగి ఉంటాయి, ఇవి శరీరంలో వాపును తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. అవి తక్కువ కేలరీలను కలిగి ఉండడం వల్ల బరువు నిర్వహణకు కూడా ఉపయోగపడతాయి. అంతేకాదు, వాటిలోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు సూర్యుని యూసీ కిరణాల నుండి దశ్యాన్ని రక్షించడం ద్వారా చర్చ అరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. నల్ల ఉమాటాలు.. వాటి ప్రత్యేకమైన రంగుతో మాత్రమే కాదు. అరోగ్యప్రయోజనాల కారణంగా కూడా ఎంతో గుర్తింపును తెచ్చుకున్నాయి. సాధారణ ఎల్లపు ఉమాటాలు కంబే ఇచ్చి అధిక మొత్తంలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఇతర పోపుకాలును కలిగి ఉంటాయి. నల్ల ఉమాటాలు అరోగ్యానికి అందించే ఐదు ముఖ్యమైన ప్రయోజనాలును వివరంగా తెలుసుకుండాం. నల్ల ఉమాటాలు యాంటీఆక్సిడెంట్ల గనిగా పిలవబడతాయి, ముఖ్యంగా ఆంధ్రసైనిక అనే శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్ ఇందులో సమృద్ధిగా ఉంటుంది. ఈ ఆంధ్రసైనికలు నల్ల ఉమాటాలకు వాటి గాఢ రంగును అందిస్తాయి మరియు శరీరంలో త్రీ రాడికల్స్‌ను నిరోధించడం ద్వారా క్యాప్సర్, గుండె జబ్బులు వంటి దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయి. ఈ యాంటీఆక్సిడెంట్లు శరీర కణాలను రక్కించి, మొత్తం అరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. నల్ల ఉమాటాలలో విటమిన్ సి సమృద్ధిగా ఉంటుంది, ఇది రోగినిఁధక శ్వషణు బలోపేతం చేయడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. విటమిన్ సి కొలాజెన్ ఉత్పత్తిని ప్రోత్సహిస్తుంది, ఇది చర్చ అరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంతో పాటు గాయాలను త్వరగా నయం చేయడానికి సహాయపడుతుంది. రోజువారీ ఆహారంలో నల్ల

భవిష్యత్తులో ఆరోగ్యంగా జీవించవచ్చు, 2 సంవత్సరాల లోపు ఉన్న పిల్లలు అదనంగా చక్కర తీసుకోవడం పూర్తిగా నివారించాలి. ఈ వయసులో శరీరం త్వరగా అభివృద్ధి చెందుతుంది. ఎక్కువ చక్కర తీసుకుంటే అది శరీరానికి హనికరం. ఈ సమయంలో తీవ్రి ఆహారాల బదులు సహజంగా ఉండే తీవ్రిని ఉన్న పండ్లు ఇవ్వడం మంచిది. చక్కర ఎక్కువగా తీసుకుంటే శరీరానికి అవసర్పమైన దాని కన్నా ఎక్కువ కేలరీలు అందుతాయి. ఇది శరీర బిరువు పెరగడానికి కారణం అవుతుంది. అలాగే అధిక చక్కర వల్ల రక్తంలో ట్రిగ్లిసర్టైడ్ స్థాయిలు పెరుగుతాయి.

ಇದಿ ಗುಂಡೆ ಸಂಬಂಧಿತ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ತಲ್ಲಿತ್ತೆ ಅವಕಾಶಂ ಕಲುಗಳಿನ್ನುಂದಿ. ಗುಂಡೆ ಬಲಪೀಠವದುತ್ತುಂದಿ. ಹಕ್ಕೆರ ಎಕ್ಕುವಗಾ ತೀಸುಕೋವದಂ ವಲ್ಲ ಕಾಲೇಯಂಲೋ ಕೊವ್ವು ಪೇರುಕುಪೋತ್ತುಂದಿ. ದಿನಿ ವಲ್ಲ ಘ್ಯಾಟೀ ಲಿವರ್ ಅನೇ ವ್ಯಾಧಿ ವಸ್ತುಂದಿ. ಇದಿ ಕಾಲೇಯ ವನಿತೀರುವೈ ಪ್ರಭಾವಂ ಚಾರುತ್ತುಂದಿ.

ଓଡି ପିଠୀର୍ଦ୍ଧାଳୁ ନେମ୍ବିଲ୍ଡା କ୍ଷେତ୍ରରେ..



టమాటూలను చేర్చడం ద్వారా శరీరం ఇష్టకున్నతే పోరాదే సామర్థ్యాన్ని పెంచవచ్చు. నల్ల టమాటూలలో లైకోఫీన్, పొట్టాపియం మరియు ఇతర పోషకాలు గుండె అరోగ్యాన్ని ప్రోత్సహిస్తాయి. లైకోఫీన్ రక్తంలో చెడు కొలప్రాల్ న్యాయిలను తగిన్నటంది, అయితే పొట్టాపియం రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. ఈ పోషకాలు గుండె సంబంధిత సమస్యల ప్రమాదాన్ని తగినచి, వ్యాధు వ్యవస్థను బల్లోపేతం చేస్తాయి. నల్ల టమాటూలను ఆపోరంలో చేర్చడం ద్వారా గుండె అరోగ్యాన్ని సహజంగా కాపాడుకోవచ్చు. నల్ల టమాటూలలో విటమిన్ ఎ మరియు బీటా-కెరోబీన్ పుష్టిలంగా ఉంటాయి, ఇవి కంటి అరోగ్యాన్ని ఎంతో మేలు చేస్తాయి.

