

సంపాదకీయం

ఉగ్రవాదానికి ఉంతీం.. పొకిస్తూన్ ఏతీనీ

స్వాతంత్ర్యం తర్వాత కూడా భారతదేశానికి శత్రుబాధాలు తప్పలేదు. అప్పుడిన ఆర్థిక ఇండియా ముల్లింగీలీ నీ సాయికుడు మహృత్తాలీ జిన్స్ భారత నుండి ముస్లింలను వేరు చేసి ప్రత్యేక ముస్లిం దేశం కోసం ఒత్తి తేవడం జరిగింది మత ప్రాతిపదికన 1947 అగస్టు 14 వ తేదీన ఇండియా విభజన జరిగిపోవాలన్న ఏదైనింది. పాకిస్తాన్ స్వతంత్ర దేశంగా ఏర్పడి నుమారు 7 సంపత్తులు కావస్తున్నా, భారత్తై ఆ దేశం ఇంకా ప్రతీకారాలత్త రచిపోవడం దేనికి సంకేతం? భారతప్కా మర్యాద దిరిన సిమ్మా, లాపోణా బయందాలు ఏమైనాయి? రక్తపాతంతో పాక్ ఇష్టప్రాపితరు ఏం సాధించింది తన శక్తికిమించిన ఆయుధాలను కొన్గోలుచేసి, అణ్ణుప్రాపితలు ప్రోదిచేసి క్లిపపులకు పదును పెట్టి, ఉగ్రవాదులకు ప్రోత్సాహమిచ్చి, భారత పథందంలో శాంతికి విఫూతం కలిగిన్నస్తు దాయాది దేశానికి ఒనగూ ప్రయోజనమేమీ లేదు. ఇప్పటికే ఆర్కింగా చిత్రికిపోయి, అంతర్గత కలపాలతో కక్షావికలమైన పాక్ తన పూరుగుదేశం భారత్తో యుద్ధం చేసి, విజయం సాధించగలదనుకోవడం త్రపు మార్పుమే. ఉగ్రవాదులు ఏర్పాచేతకు భారత్ తలపెట్టిన ఒక చిన్న చర్చకే పాకిస్తాన్ వెన్నులో పఱుక పుట్టింది. పహల్లూ నరమేధానికి ప్రతికిరంగా భారత్ 'ఆపరేషన్ సింధూరాన్' చేపట్టింది. ఉగ్రవాదులను మట్టుపెట్టిదుంతో భారత్ శాంతిస్తుందని అంతా భావించారు. పాకిస్తాన్ తనను చేసిన పొరాపూర్ఖతో భారత్ను రెచ్కగొట్టే చేసింది. తత్తులితమే పాక్ ప్రస్తుత పరిస్థితికి కారణం. గతంలో భారత్ పాక్ మర్యాద ఆనక సంఘర్షణలు జరిగాయి. కొన్ని సంఘర్షణలు యుద్ధాలకు దారితీసాయి. 1947- 48 మర్యాద, 1965 లోను, 1971 లోను భారత్ పాక్ మర్యాద తీవ్రమైన యుద్ధాలు జరిగాయి. ఇరు దేశాల మర్యాద 1999ల కార్దిల్ యుద్ధం జరిగింది. భారత్తో తలపడిన ప్రతిసారి పాక్ పరాజయ పాలయింది. అయినా ఈ యుద్ధాల నుండి పాక్ గుణపారం నేర్చుకోలేదు ప్రోగ్రామ్ నొంద చూసుకుని భారత్ సమగ్రతను దెబ్బత్కొళ్పాలని పాక్ ప్రయత్నించడం సిగ్గుచేటు. గత నెలలో పవల్యాండ్లో ఉగ్రవాదుల అమాయకులను మతం పేరు చెప్పి చంపడాన్ని భారత్ తీవ్రంగా

ప్రాగా భారతకు పొచ్చురికలు జారీ చేసినది. ఇందుకి ప్రతీకార వర్షాలు తీసుకుంటామని భారత ప్రభుత్వం ప్రతినబూనింది పాకిస్తాన్ అక్కమిత కళ్ళీ లోకి హాచ్చుకుపోయిన భారత సైన్యం 9 గ్రావాద సైపరాలపై దాడులు చేయడంతో సుమారు 100 మందికి ప్రోకరదుగట్టిన ఉగ్రవాదులు హత్యలైనారు. ఈ దాడుల్లో కరదు గట్టిన తీవ్రవాది మసూద్ అజహార్ కుటుంబ సభ్యులంతా హతులవడం, కాంగ్రెస్ విమాన పైజాక్లోను, పార్లమెంట్, పరాన్‌కోట్, వుల్ఫామా దాడుల్లోను ప్రధాన పాత్ర పోయించిన జ్ఞాపే మహ్యం ఉగ్రవాద సంస్కృతముఖ నాయకుడు అబ్బుల్ రఘూథ్ అజార్ హతులవడం ఉగ్రవాదుల వెన్ను లో వఱక వుట్టించింది.

భారత్ ఇంతలీ సాహసానికి ఒలిగిర్చరునుస్త పాక్ నేలవిచి సామచ్చేసినది. ఎల్లసి వెంబడి పాక్ కాల్యూలు జరుపుతున్నది. పాక్ భారత్ దేశంలోని 15 నగరాలను టార్డెల్ చేసినది. నార్త్ నుంచి వెస్ట్ సరిహద్దు వరకు భారత్ మిలిటరీని మట్టుపెట్టడానికి పాక్ ఆర్మీ ద్రయత్నించింది పాక్ మిషన్‌ట్లు, ట్రోస్సు భారత్ మందు నిలపటకపోయాయి. భారత్ ఎయి ఫిఫెస్సు వ్యవస్థ పాక్ దారులను తిప్పికొట్టింది. భారత్ ఎయి డిఫెస్సన్ లక్ష్యంా చేసుకున్న పాక్కు బుద్ధి చెప్పాడానికి భారత్ కూడా పాక్ ఎయి ఫిఫెస్సు ను టార్డెల్ చేయడం స్యాగుతించాలి. రష్యా నుంచి కొనుగోలు చేసిన ఎయి డిఫెస్సు వ్యవస్థలకు సంబంధించిన ఒప్పండాన్ని అప్పటి అమరికా వ్యతిరేకించి, ఆంహ్రలు విధించింది. ఇప్పుడు పాక్కును తిప్పికొట్టడానికి రఘ్యు ఆయుధాలు ఉపకరిస్తున్నాయి. పాక్ ఎంత ప్రమాదకరమా, భారతకు రక్షణ ఎంత ముఖ్యమో అమెరికా ఇప్పటికేనా తెలుసుకోవాలి. తైనా అమరికాల వద్ద పాకిస్తాన్ కొనుగోలు చేసిన యద్ద విమానాలను భారత్ గగనశతలంలోనే పేల్చిస్తింది. ఈ చర్యతో పాకిస్తాన్ త్రివిధ రాశల కకావికలమైనాయి. ఎల్లసి వద్ద (నియంతజ రేఫ్) ఇరుదేశాల సైన్యం మొహరించి ఉంది. భారత్ సైనికుల సాహసానికి పాక్ సైన్యం ప్రతీకాచర్యలకు దిగినా, భారత్ వ్యూహలకు దాయాది దేశం బెంచెల్తెత్తిపోతున్నది అపరేషన్ సింధూర్ పేరుతో జరుగుతున్న పాక్ పేరిత ఉగ్రవాదుల ఏరివేసి కార్బూక్షమం క్రమేపీ ఇరుదేశాల మద్య తీవ్రమైన యుద్ధానికి దారితీసి ప్రమాదముంది. పాక్ ఆర్మీ, సివిలియన్ జోలికి పోకుండా కేవలం

ನಾಂಕೆಟಿಕ ರಂಗ ವಿಜಯಾಲು

ಭಾರತದೇಶಲ್ಲಿ ಜಾತಿಯ ಸಾಂಕೆತಿಕ ದಿನೋತ್ಸವ (ಜಾತಿಯ ಸಾಂಕೆತಿಕ ದಿನೋತ್ಸವ) ಪ್ರತಿ ಸಂವತ್ಸರಂ ಮೇ 11ನ ಭಾರತದೇಶ ಸಾಂಕೆತಿಕ ಪುಸ್ತಕ ಸೂಕ್ತಕಂಗಾ ನಿರ್ವಹಿಂಬ ಬದುತ್ತಂದಿ. ಭಾರತದೇಶ 1944 ಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮನ್ನಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಂಬಿದಿ. ಕ್ರಮಾನುಗತ ಪರಿಕೊಳ್ಳನ, ಆವಿಷ್ಯಾದ್ಯಾರ್ಥ ದೇಶಂಲ್ಲಿ ಮೆಲ್ಲಿಮೆದಬೆ ಅಷ್ಟ ವರೀಕ್ಳಲನು 1974ಲ್ಲಿ ನಿರ್ವಹಿಂಬಿದಿ. ತರ್వಾತ ಚಾಲಾ ಕಾಲಾನಿಕಿ ಅಂತೇ ಸುಮಾರು 24 ಏಕ್ಟ್ ತರ್ವಾತ ಅಷ್ಟ ಪರೀಕ್ಳಲು ಜರಿಗಾಯ. ಭಾರತ ಸೈನ್ಯ 1998, ಮೇ 11ನ ರಾಜಸ್ವ ಪೋಷಣ್ಣನಲ್ಲಿ ಅಪ್ಪಬೆ ಪ್ರಥಾನಮಂತ್ರಿ ಅಂತಲ್ಲಿ ಬಿಂಬಿ ವಾಚಪೆಯಿ ನೇತ್ತಿರೆಂದವ ಅಣ್ವಿತ ವರೀಕ್ಳಲ ನಿರ್ವಹಿಂಬಾರು. ದೀನ್ಯೇ ಪೋಷಣ್ಣ- I ಸ್ವಾಳೀಯರ್ ಬಾಂಬಲ ವಿಸ್ತೇಂಬಿನಾಲ ಪರೀಕ್ಳಲ ವರುಸ) ಅಂಂತಾರು. ಏರ್ಥಸ್ವೇನ್ ಇಂಜನೀರ್ ಡಾ.ಅಬ್ದುಲ್ ಕಲಾಂ ನಿರ್ವಹಿಂಬಿನ ಮನ ಮೆದಬೆ ವಿಮಾನ ಹಂಸ-3 ಪರೀಕ್ಳಲು, ತ್ರಿಶಾಲ್ ಕ್ಷಿಪ್ರಬಂಳು, ಅವರೆವಣ್ಣ ವಂತಂಗಾ ಪರೀಕ್ಳಿಂಬಬಿಡ್ಡಾಯ. ಈ ವಿಜಯಾನಿಕಿ ಗುರುಗ್ಗಾ ಭಾರತ ಅಷ್ಟ ದೇಶಂಗಾ ಪ್ರಕಟಿಂಬದಮೇ ಕಾರ್ಕಂಡಾ ಮೇ 11ವ ತೇದಿನಿ ಜಾತಿಯ ಸಾಂಕೆತಿಕ ದಿನಂ(ಟಿಕ್ಕಾಲಜಿ ದೇ)ಗಾ ಜರುವುಕುಂಬಿನಾರು. ಅಷ್ಟ ಸಾಂಕೆತಿಕ ಪರಿಜ್ಞಾನಂಲ್ಲಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಚೆಂದಿನ ದೇಶಂಗಾ ಮನ ದೇಶಾನಿಕಿ ಗೆ ತೇವಡಂಲ್ಲಿ ರಾಜಾ ರಾಮನ್ನ ಪಾತ್ರ ಅದ್ವಿತೀಯಂ. ಭಾರತ ದೇಶಂ ಸಾಂಕೆತಿಕ ರಂಗಾಲಲ್ಲಿ ಸಂಚಲನ ವಿಜಯಾಲ ಸಾಧಿಂಬದಂಲ್ಲಿ, ಅದ್ದು ಪ್ರಗತಿನಿ ಸಾಧಿಂಬದಂಲ್ಲಿ ಕೀಲಕಪಾತ್ರ ವಹಿಂಬಿನ ವಾರಿಲ್ಲೋ ಡಾಕ್ಟರ್ ರಾಜ್ಯ ಒಕ್ಕರು. ಭಾರತದೇಶ ಅಷ್ಟ ಬಾಂಬಾನು ತಯಾರು ಚೆಯಡಂಲ್ಲಿ ಕೀಲಕಪಾತ್ರ ಪೋಷಿಂಬಾರು. ಇಂದಿರಾ ಗಾಂಧಿ ಹಾಯಾಂಲ್ಲಿ ಭಾರತ ದೇಶಂ ಮೇ 18 ತೇದಿನ ಜರಿಪಿನ ಅಷ್ಟ ವರೀಕ್ಳ ಅಪ್ಪಳ್ಳೋ ಒಕ ಸಂಚಲನ. ದಾಸಿ ರಾಮನ್ನ ಕೃಷ್ಣಿ ಅನಮಾನಂ. ಇಂದಿರಾ ಗಾಂಧಿ ಪ್ರಥಾನಿಗಾ ಉನ್ನಪುರು ದೇಶಪು ಮೆಲ್ಲಿಮೆದಬೆ ಭಾಗಾರ್ಥಿ ಅಷ್ಟ ಪೇಲುಡುಲ್ಲೋ ರಾಜಾ ರಾಮನ್ನ ಪಾತ್ರ ಪೋಷಿಂಬಾರು. ಅಷ್ಟ ಪೇಲುಡು ಪರಿಕರಂ ತಯಾರಿಕಿ ವೆಕ್ಕೇ ವಿಭಾಗಾಲಲ್ಲಿ ನೈಪುಣ್ಯಂ ಉನ್ನ ಅನೇಕ ಬೃದ್ಧಾಲನು ಅಯುನ ಕಲಿಸಿ

పొంత్రీలులు మాం

“వివాహ భోజనంబు వింతైన వంటకంబు, వియ్యాల వారి ఒప్పుపొశ్చ నాకే ముందు” అనే అలనాటి మట్టి స్పూర్ చిత్రమాయి బిల్లర్ చిత్రంలోని పాటను విని తెలుగు వారుండు అతిశయ్యాక్షి కాథిమే. ఆ పాట గుర్తుకు రాగానే వెను వెంటనే కళ్ళ పై కదలాడతూనే రూపం ఎస్సీ రంగారావుది. ఆ వెంటనే స్పూర్ లకు మాధవపెద్ది గారిత్వమే. ఎస్సీఆర్ సంసకు జీవం పోసిన నేపథ్య గారి మాధవపెద్ది. అంతేకాదు, దుర్యోధనుడు, రావణుడు, ఘుట్టోత్సుముడు ప్రతిసాయిక పాత్రలకు నేపథ్య గానం ఆయనదే. ఎస్సీరంగారావు, రమణారెడ్డి లాంటి నాయకేతర నటుల నటనలతో ఆయన గొంతు వాయిదా అయింది. మాధవపెద్దిది సుస్వరం. వివాహ భోజనంబు తిఱుబండారాల గురించి వర్ణించినా, సరదా సరదా సిగరెట్టు ధూమపానం అనర్థాల గురించి పొచ్చరించినా, అయియో జేబులో ८ పోయైనే? అంటూ పేకాట గురించి వాపోయినా, భళి భళి భళి అంటూ తత్త్వాన్ని బోధించినా, భలేచాన్నిలే? అంటూ ఇల్లరికంలో మజాను తెలిపినా, మాధవపెద్ది సుస్వప్ష స్వరం చెవులతో ఇవినిపిస్తుంది. అపస్వరమే తెలియని గాయకుడు మా బాబాయ్ మాధవపెద్ది గురించి గాన గంధర్వుడు ఎస్సీ. బాలు అంటుండే మాధవపెద్ది సత్యం (మార్చి 11, 1922 - డిసెంబర్ 18, 1932) తెలుగు సినిమా నేపథ్య గాయకుడు, రంగస్థల నటుడు. ఈయన తెలుగు మిశన్, కన్వుడు, మశయాళుడు, హిందీ, సిహుళ భాషలతో సహా రాయి అన్ని భారతీయ భాషలలో 7,000 ప్రైగా పాటలు పాడి ప్రసిద్ధి చెం

వచ్చారు. రాజుస్నాన్ ఎడారిలో పోత్రాన్ వద్ద జిరిపిన ఈ శవితంగా అమెరికా, యూరోపియన్ దేశాలు ఇండియ విధించాయి. ఇందియా పట్ల అఱు అంటరాని తనాన్ని తాము ఒక పక్క అణ్ణప్రొలను గుట్టలుగా పేర్చుకుంటూ లాంటి మాడో ప్రపంచ దేశాలు అణ్ణప్రొలు సమకూర్చు కో లేదని శాసించాయి. భారత దేశ మొట్ట మొదటి అఱు బాధే శంకలో కూడా రపస్యంగానే సాగింది. బాంబు రూపకల్ప పరీక్షలలో పాల్గొన్న రాజు రామన్, వికె అయ్యంగార్, చిదంబరం, ఇతరుల నేతృత్వంలో 75 మంది శాస్త్రవేత్తలు బ్యాండం 1967 నుండి 1974 వరకు దీనిపై పనిచేసినది శాస్త్రవేత్తలకు (బార్కు అధిపతి రాజు రామన్ నాయకుడు) మంత్రులకు ఎవరికీ బాంబు నిర్మాణం అవుతున్న సంగే శాస్త్రవేత్తలు కాకుండా భారత ప్రధాని ఇందిరాగాంధి, ఆమె మరియు అప్పటి మాజీ ప్రిన్సిపల కార్యాదర్థి పి.ఎన్.హాక్స్, అప్పటి కార్యాదర్థి డి.పి.ఫర్ లకు తప్ప రక్షణ మంత్రికి కూడా బాధియదు. 1972 సెప్టెంబరులో బార్కు సందర్భంచిన ఇందిర బాంబు నిర్మాణానికి, పరీక్షకు ఆదేశాలు ఇచ్చారని భావి 1997లో డాక్టర్ రాజు రామన్ స్పయంగా పోత్రాన్ లో కే బాంబే అని చెప్పేవరకూ అధికారికంగా రాని గురించి తెలిగమనార్థం.

జక 1998 మే 11న పోత్రాన్-II పరీక్షల్లో బాంబు విస్మేటనా మొదటిది ఘృంజన బాంబు కాగా మిగిలినవన్నీ ఫిషన్ (అఱువిచ్చి బాంబులు). ఆవరేషన్ శక్తి పేరిట ఒక పూళ రెండు ఫిషన్ బాంబుల విస్మేటనంతో పరీక్షలు 1998 మే 1 మయ్యాయి. 1998 మే 13న అదనంగా మరో రెండు ఫిషన్ కూడా విస్మేటనం చేశారు. కొద్దినేపటికి ఆనాటి భారత అంతర్ చిహ్నాల్ వాజపేయి ఆధ్యాత్మికంలోని భారత ప్రభుత్వం

భవపెద్ద స్వరం

దు, సత్యం 1922, మార్చి 11 న బాప్టిస్మిషన్ బ్రాహ్మణంలో మాధవపెద్ది లక్ష్మీ నరసర్యు, సుందరమ్మ జిన్మించాడు. వృత్తిరీత్యా నటుడైన సత్యం చిన్నతనములో వయసునుడి రంగస్థల నాటకాలలో నటించేశాడు. తెలుగు రమల్లాది సూర్య నాయిక నాటక బృందములో సభ్యునిగా నాటకములో నష్టతుకని పాత్రపు అద్భుతము పోషస్తా పేరు తెలుగు ఆయన ప్రతిభధను గుర్తించిన చక్కపాణి మాధవపెద్దిని తనతోపాటి తీసుకువెళ్లి, తను నాగిరెడ్డితో కలిసి అప్పదే కొత్తగా స్థాపించండి పిక్కర్స్ పతాకము కింద నిర్మిస్తున్న పొవుకారు చిత్రము అవకాశము కలుగ జేశాడు. ఈయన తొలిసారిగా వెండికి తమిళ ద్విభాషాచిత్రం రామదాసులో కనిపించాడు. ఆ సినిమి భావస్థలోనూ తన పాత్రర పాటలు తనే స్వయంగా పాడాడు సత్యం పొవుకారు సినిమాతో తెలుగు సినిమా రంగములో అందుల్లా కొన్ని సత్యం ఒక గుడ్డివాని పొత్తపోషించి ఆ మూడు పాటలు పాడాడు. కొన్ని తెలుగు చిత్రాలలో నటించిని సత్యం ప్రధానంగా గాయకే. ఆయన ఆనాటి ప్రసిద్ధ సంగీత సాలూరు రాజేశ్వరరావు, ఖుంటసుల వెంకటేశ్వరరావు తిడిత పనిచేశాడు. ఎస్టీ రంగారావు, కేలంగి వెంకట రాయరు, దాదారు ఆయనే పాడాడు. పోరాణికి చిత్రాలలో పద్మాలు పేరస్తిక గన్నాడు. ముబ్బంగా పిచాపురం నాగేశ్వరరావు, సత్యం జోడి కలిసి పాడిన పాటలు తెలుగు వారి నొళ్ళు.

అఱ పరీక్ష సమావేశం నిర్వహించి భారతదేశం పూర్తి-స్వాయ అణ్ణప్రద దేశమని ప్రకటించింది. ఈ పరీక్షలు కారణంగా తర్వాత జపాన్, అమెరికా నంయుక్త రాష్ట్రాలు సహా పలు ప్రధాన దేశాలు భారతదేశంపై రకరకాల ఆంక్లలు విధించాయి. అలా భారత దేశం విజ్ఞాన శాస్త్ర మేధావుల అక్కంతిక కార్బోన్ అంతిథావం అన్నిటికీ మించి చిత్రపుద్దితో చేసిన కృషి పల్ల శాస్త్ర సాంకేతిక రంగాల్లో గడసియ అభివృద్ధి సాధించగలిగింది. నాటి రాతియుగం నుంచి నేటి రాకెట్ యుగం వరకు జరిగిన మానవ అభివృద్ధి పరిణామ క్రమంలో శాస్త్ర సాంకేతిక పరిజ్ఞాన క్రమాభివృద్ధిదే కీలక పాత్ర. ఇంజనీర్ల నేడు శాస్త్ర సాంకేతిక రంగమే ప్రపంచాన్ని శాస్త్రిస్తున్నది. అభివృద్ధి అంతా సైన్స్ పైనే ఆరాపడి ఉంటుంది. ప్రస్తుతం శాస్త్ర సాంకేతిక విద్యా రంగంలో... విషయ ప్రాథాన్యం నుంచి ఉత్పత్తి ప్రధాన విద్య దిశగా మార్పు చేయచేసు కుంటోంది. ఇటీవలి కాలంలో భారత్తో సాంకేతిక విద్యా సంబంధ కళాశాలల సంఖ్య శర్పించి పెరిగింది. ఐష్టవీలు, మరికొన్ని ప్రతిష్ఠాత్మక సంస్థలు మినహ దేశంలోని అత్యధిక శాతం ప్రివేట్ సాంకేతిక కళాశాలలు విద్యార్థులకు నాణ్యమైన విద్య అందించలేకపోతున్నాయి. పలక బలపం పెన్ను పెన్నిల్ల బ్లక్ బోర్డ్ కనుమరుగు అవుతూ, పార్ట్యూప్స్కాల స్టానంలో కెబ్బ్కు, టాబ్ ల ద్వారా విద్యుభోధన జరుగుతున్న నేటి విద్య వ్యవస్థలో, సాంకేతికత పలన అందరికి అందుబాటులోకి వచ్చింది. చేప్పివారు ఉంటే, ఏ సమయంలోనైనా అన్ లైన్ ద్వారా విద్య అభ్యర్థించ వచ్చు. అయితే జరిగాయి, బాంబులు నమకాలీన, నమాజ పరిస్థితులకు అనుగుణంగా బహుళ అంశాల నమన్యయ కూర్చుతో కూడిన సెలబన్, విద్య అనివార్యంగా మారింది. నేర్చుకునే విద్యలో నాణ్యత ఉండాలి. మేరాపరమైన పైప్పుణ్ణులను విజ్ఞానాన్ని అభివృద్ధి పరచడమే ప్రధానం కావాలి. తద్వారా యుప మేధావులు... నాణ్యమైన విద్య ఆర్థించి, పైప్పుణ్ణులు సాధించి, అంతర్జాతీయ వ్యవస్థలో నూతన ఆవిష్కరణలూ, సమర్థ నిర్ణయకులుగా భాసిన్ని సమాజాభి వృద్ధికి దోహదపడ గలుగుతానేడి నూరుపాట్లు నిజం.

పీరకాయ ప్రవేశం

ఎల్లీబిఎస్ మాధవపెళ్ళి స్కూల్ ప్రార్థనాయ ప్రవేశం

“వివాహ భోజనంబు వింతన వంటకంబు, వియ్యాల వారి ఒప్పెల్పూపెల్పూ నాకే ముందు” అనే అలాసాటి మల్టీ స్టోర్చర్ చిత్రమాయా బజార్ చిత్రంలోని పాటను వినని తెలుగు వారుండి అతిశయ్యాక్రిటికాదేవో. ఆ పాట గుర్తకు రాగానే వెను వెంటనే కళ్ళ వరకడలడతూనే రూపం ఎస్సీ రంగారావుడి. ఆ వెంటనే స్వరణకు మాధవపెద్ది గాత్రమే. ఎస్సీఆర్ నటనకు జీవం పోసిన నేపద్ధు గారి మాధవపెద్ది అంతేకాదు, దుర్మోధనదు, రాపణదు, ఘుంట్చుమదు ప్రతినియాయక పొత్తులకు నేపద్ధు గానం ఆయునదే. ఎస్సీరంగారావు, రెఱమజారాడ్డి లాంటి నాయుకేతర నటుల నటనలతో ఆయున గొంతు వాయిదా అయింది. మాధవపెద్దిది సున్సురం. వివాహ భోజనంబు తినుబండారాల గురించి వర్షించినా, సరదా సరదా సిగెరెట్టు ధూమపానం అన్నాల గురించి పోచ్చరించినా, అయియా జీబులో ఒకపోయేనే అంటూ పేకాట గురించి వాపోయినా, భళి భళి భళి భళి అంటూ తత్త్వాన్ని బోధించినా, భలేచాన్నాలే అంటూ ఇల్లరికంలో మజాను తెలిపినా, మాధవపెద్ది సున్సుష్ట స్వరం చెవులతో ఇచ్చినిపిస్తుంది. అవస్థారమే తెలియని గాయకుడు మా బాటాయ్ మాధవపెద్ది గురించి గాన గంధర్వడు ఎస్సీ. బాలు అంటుండే మాధవపెద్ది సత్యం (మార్చి 11, 1922 - డిసెంబర్ 18, 1922) తెలుగు సినిమా నేపద్ధు గాయకుడు, రంగస్థల నటుడు. ఈయన టెలుగు తత్త్వికం, కన్నడ, మశ్యాళం, హింది, సింహాళ భాషలతో సప్ప దాన్ని భారతీయ భాషలలో 7,000 పైగా పాటలు పాడి ప్రసిద్ధి చెం

దు, సత్యం 1922, మార్చి 11 న బావట్ల సమిపాన బ్రాహ్మణంలో మాధవపెద్ది లక్ష్మీ నరసర్యు, సుందరమ్మ జన్మించాడు. వృత్తిరీత్యా సట్లుడైన సత్యం చిన్నతనములో పయసునుండి రంగస్తల నాటకాలలో నటించేపాడు. తెలుగు రమల్లాది సూర్య నారాయణ నాటక బృందములో సభ్యునిగా నాటకములో సక్షత్కుని పాత్రను అద్భుతము పోషస్తూ చేరు ఉనిగా అయిన ప్రతిభఫు గుర్తించిన వక్రాపాణి మాధవపెద్దిని తనకోపాల్లా తీసుకువెళ్లి, తను నాగరద్దితో కలిసి అప్పదే కొత్తగా స్థాపించచే విక్ర్యు పతాకము కింద నిర్మిస్తున్న పొవుకారు చిత్రము అవకాశము కలుగ జేశాడు. ఈయన తొలిసారిగా వెండికి తమిళ ద్విభాషాచిత్రం రామదాసులో కనిపించాడు. ఆ సినిమా భావస్థలోనూ తన పాత్రర పాటలు తనే స్వయంగా పాడాడు సత్యం పొవుకారు సినిమాతో తెలుగు సినిమా రంగములో అందుల్లా ఈ సినిమాతో సత్యం ఒక గుర్తివాని పాత్రపోషించి ఆ మూడు పాటలు పాడాడు. కొన్ని తెలుగు చిత్రాలలో నటించిన సత్యం ప్రధానంగా గాయకుడే. అయిన ఆనాటి ప్రసిద్ధ సంగీత పాలురు రాజేశ్వరరావు, ఘుంటసౌల వెంకటేశ్వరరావు తదిత పనిచేశాడు. ఎన్నో రంగారావు, రేలంగి వెంకట రాయరు దాదాపు ఆయనే పాడాడు. పొరాణికి చిత్రాలలో పద్మాలు పేరచ్చిక గన్నాడు. ముఖ్యంగా పిచాపురం నాగేశ్వరరావు, సత్యం జొడి కలిసి పాడిన పాటలు తెలుగు వారి నొళ్ళ

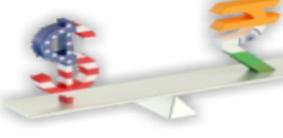
కొడూరు నాన్నాను ఇన్నాయి. / వళ్ళ వయనలు కూడా కృష్ణవిర తనని సింధూరం సినిమాలో సంకురాతిరి వండగొచ్చరో పాటపాచి వలువురి ప్రశంసలందు కున్నాడు. ఇలా ఎందఱో నటులకు ఆయన కంఠం అమరి పోయింది. రంగస్థల అనుభవం ఆయన్ని తీర్చిదిదింది. పద్యం ఆయన గళంలో వయ్యారాలు ఇలికించు కుంది. పాట ఆయన గొంతులో ఒడిగి పోయింది. పాడుతున్నది పాతలేమో, పాతదారులేమో అనిపించేలా పాతలో ఆయన స్సరం పరకాయ ప్రవేశం చేస్తుంది. ఆయన పద్యులో భావం తొణికిన లాడుతుంది. ఆయన పాటలో రాగం అలవోకగా అమరి పోతుంది. ఆయన కంఠంలో గాంభీర్యం నాట్య మాడుతుంది. ఆయన కంఠంలో హస్యం గిలిగింతలు పెదుతుంది. తనకు వచ్చిన గౌరవ పురస్కారాలను ఎప్పుడూ ప్రదర్శించు కోలేదు. కారు కూడా ఎక్కువారు కాదు. తైలులో సెకండ్ క్లాసులోనే ప్రయాణించే వాడు. మాయాబజార్లో నాన్న పాడిన 'విహా భోజనం' పాట 'సాంగ్ ఆఫ్ ద మిలీనియమ్'గా ఎంపికయునా ఏ మాత్రం గలించలేదు. ఆయన సినిమా పరితమలో యాభై ఏళకు పైగా ఉన్నపుటీక్ విజటింగ్ కార్డ్ కూడా ఉండేది కాదు. ఆయన 78 సంవత్సరాల వయసులో 2000, డిసెంబర్ 18న చెన్నెలో అనుస్థతతో మరణించాడు. ఆయన కుమారుడు, కూచిప్పాడి స్వత్స్ కోవిదుడు మాధవపెద్ది మూర్తి తన తలితండ్రుల జ్ఞాపకార్థం 'మాధవపెద్ది సత్యం అవార్ధు, మాధవపెద్ది ప్రభావతి అవార్ధును ' నెలకొల్పారు. ఆ పురస్కారం అందుకొన్న వారిలో ఎం. ఎస్. విశ్వాంధన, పి. బి. శ్రీనివాస్ లాంటి ప్రముఖులున్నారు.

ප්‍රස්ථාන නැම්කණාලියි

ప్రముఖ నృత్య కళాకారిణి, పద్మ భూషణ పురస్కార గ్రహీత మృణాళిని సారాభాయ్ పేరు శాస్త్రీయ నృత్య రంగంలో ఎరుగని వారు అరుదు. శాంతినికేతన్లో గురు రవీంద్రనాథ్ రాగుర్ దగ్గర విద్యాభ్యాసం చేసిన మృణాళిని భరత నాట్యం, మోహినీ యాట్టం, కథాకళి నాట్య రీతులలో శిక్షణ పొందారు. నాట్యకారిణిగానే కాదు, కవయిత్రిగా, రచయితగా, నృత్య దర్శకురాలిగా ఆమె భూతి పొందారు. మృణాళినికి భరతనాట్యం పంచ ప్రాణం. నాట్యమే సర్వస్వం. నాట్యం కోసం జీవితంలో అనులు పెళ్ళే చేసుకో కూడదని అనుకున్నారు. ఆమె కుటుంబానికి నన్నిహితులైన పరమాణు శాస్త్రవేత్త పేశామీ జహంగిర్ భాభానే ... మరో శాస్త్రవేత్త విక్రమ్ సారాభాయ్ ని మృణాళినికి పరిచయం చేశారు. విక్రమ్ ఆమెను కలిసిన తర్వాత ఆమె కూడా మారారు. తర్వాత... మృణాళిని విక్రమ్ పెళ్లి చేసుకున్నారు. మృణాళిని సారాభాయ్ (1918 మే 11 - 2016 జనవరి 20) భారతీయ సాంప్రదాయ నృత్య కళాకారిణి, నృత్య దర్శకురాలు, నృత్య గురువు. ఆమె “దర్శక అకాదమీ అఫ్ పెర్ఫార్మార్ట్ ఆర్ట్” కు వ్యవస్థాపకురాలు. అప్పుడాభాదు లోని ఈ సంస్థలో నృత్య రీతులు, నాటకాలు, నగితం, తోలుబోమ్మాటలమై శిక్షణ ఇవ్వడం జరుగుతుంది. ఆమె 18,000 మంది శిష్యులకు భరత నాట్యం, కథాకళి లలో శిక్షణ ఇప్పడం సామాన్యమైన విపర్యం కాదు. మృణాళిని కేరళ లోని మాజీ పొర్చుమెంట్ సభ్యులు, సామాజిక కార్యకర్త అయిన అమ్మ స్నామినాథన్ కుమార్త. ఆమె బాల్యం స్విప్పన్లాండ్ లో గడిచింది. ఆమె “ధార్మిక్స్” పొరశాలలో తెలి పారాలుగా వశిమాది నృత్య భంగిమలను నేర్చుకున్నారు... ఆమె శాంతి నికేతన్లో రవీంద్ర నాథ్ రాగుర్ మార్గదర్శకత్వంలో విద్యాభ్యాసం చేశారు. అక్కడ జీవిత యదార్థాలను గ్రహించే అవకాశాలు కలిగాయి. తర్వాత ఆమె కొంతకాలం అమెరికా సంయుక్త రాష్ట్రాలకు వెళ్లి... అమెరిక్ అకాదమీ అఫ్ ప్రైవెట్ ఇంటర్వెన్షనలాలిన్ డి లా దాన్స్ నుండి డిప్లోమాడ్రామాటీక్ ఆర్ట్ లో చేశారు. తర్వాత భారత దేశానికి వచ్చి ఆమె దక్కిణాది సాంప్రదాయక నృత్యం అయిన భరతనాట్యాన్ని “మీనాక్షి సుందరంపిష్టే” ద్వారా, కథాకళి నృత్యాన్ని “తకఫిం కుంచు కురూవ్” ద్వారా శిక్షణ పొందారు. మృణాళిని 1948 లో దర్శక అనే సంస్థను స్థాపించారు. ఒక సంవత్సరం తరువాత పొరిస్ లో “దియేటర్ నేపంల్ డి చెలోట్” లో

ప్రాగా సాటకలాలు దర్శకత్వం వహించారు. క నవలలు, కవితలు, సాటకాలు, కథలు నం రచించారు. ఆమె గుజరాత్ రాష్ట్ర అండ్ హండ్ లూం డెవలప్ మెంట్ రిపర్సన్ గా, గాంధీ ఆశయాల ప్రోత్సహం ర్పిడిన, సరోవర్ దయ ఇంటర్వైపసన్ల ట్రిస్ట్కు క ట్రిస్ట్గా కూడా ఉన్నారు. మృణాళిని 1965లో పద్ధుతీ, 1992 లో భారతదేశ పరస్యారం వద్దభావం అవార్డును ల్యారు. 1997 లో యు.కె లోని న్యూయార్ అంగిలియా విశ్వ విద్యాలయం ఆమెకు రోర్ట్ ను ప్రదానం చేసింది. ప్రెంచ ఆర్బిప్ప్ నలాలిన్ డి లా డాస్చె నుండి ఫిష్ట్మా, 2010దుకున్న మొదటి వ్యక్తిగా చరిత్రలో 1990 లో పారిస్ లోని ఇంటర్వైపసన్ల గ్లూలో ఎగ్గుక్కుటిట్ కమిటీలో నామినేట్ రు. 1994 లో స్యూఫ్ట్లో సంగీత సాటక పురస్యారాన్ని అందుకున్నారు. మెక్కికో నుండి బంగారు పతకాన్ని పొందారు. యిక్కాలు నృత్య రంగంలో “మృణాళినీ అవార్డ్ ఫర్ క్లౌసికల్ ఎవ్వులైన్” అవార్డును అంది. 2013లో కేరళ ప్రభుత్వ వార్డుకు నుండిన నిషాగంధి పురస్యారానికి ఆమె మొదటి మృణాళిని కుటుంబీకులు పేరు మొసిన వారు విశేషం. ఆమె తండ్రి డా. స్యూమినాథన్ శైక్షణిక్ ర్స్లో పేరు పొందిన బారిష్టరు. లా కాటిజీలో ప్రినిపాల్గా పని చేశారు. అమ్ము స్యూమినాథన్ ప్రముఖ స్యూతంత్ర్యాధురాలు. మాళీ ఎం.పి. మృణాళిని సోదరి సెహగల్, నేతాజీ సుభాష్ చంద్రబాబున్ ఆజాద్ హింద్ ఫోట్ లోని “రాణి ఆఫ్ జిమెంట్” విభాగానికి కమాండర్ గా ఉమె సోదరుడు “గోవింద స్యూమినాథన్” శైక్షణిక్ ర్స్లో పేరుమొసిన న్యాయవాది. ఏద్రాను రాష్ట్ర (తమిళనాడు) కు అట్టార్చి అధ్యతలు కూడా నిర్వహించారు. మృణాళిని ఆయ భాతిక శాస్త్రవేత్త విక్రం సారాభాయ్ కారతీయ అంతరిక్ష కార్యక్రమ పిత విక్రం తన భార్యకు తన కెరీర్ ను పెంపాందించు నంపురాళ్ స్యూతంత్ర్యం ఇచ్చారు. వారికి రుడు కార్తీకేయ సారాభాయ్, ఒక కుమార్తె రాభాయ్ ఉన్నారు. కుమార్తె మల్లిక కూడా కారిణియే. మృణాళిని అప్పురాబాద్ లోని ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతూ 2016, ఒకవ్వపు నిరంతరి పిరిగంలో విశేష కృషి పాక్కలు పొందడం, అనితర సాధ్యమైన ప్రాధించిన వాడు గర్వకారణం. ఆయనే తిరుమల రావు. అందుల్లో సమాపోరం. 1954 సంవత్సరంలో కెమిస్ట్ర్యా కెజూలై 31న దైరెక్టర్ పరకూ సద్గైశాయి తిసెలవు తీసుకోకపోవ తైలసాంకేతిక రంగంలో ఉన్న పిరిగం విశేషం. సంతృప్తమ పరిశోధనా నుండి ఐదు సార్లు బంగారు కాంస్య పతకాలను గొప్పయిమి కాదు. మృణాళిని తైలసాంకేతికత మీద పరిశోధనా, సిదాంత సుసాధ్యమైని. సద్గైశాయి 28, 1928 - మే పరిశోధనా శాస్త్రవేత్త విమర్శకుడు. ఆజన్మ జోపోరా మరంల కుటుంబంలో కృపా దంపతులకు 1928, అయన పూర్వీకుడు నవాబు దగ్గర మంత్రి రాఘవేంద్ర మరు స్యూతంత్ర్యానంతపురం లలో క్రానిపాల్ అనంతపురం దత్త సాంకేతిక కాలంలో గపర్చుముందు 1954లో రాజస్థాన్ జన్మిట్యాల్ నుండి ప్రథమ బ్రెసెటీలో ఉత్తీర్ణ సాంకేతిక పరిశోధన ను ప్రారంభించి, 1956 లో నారులు ముఖ్యమి కాదు.

ధనులు, మరిపై సాహిత్య రిశేధనల ద్వారా వేటింటు రంతర రచనా వ్యాసంగం, అభిభక్తరికే సాంతం. అవి తెలుగు వాడు కావడం వ్యక్తముగా వారైన సరోవారు జీవితం పలు ప్రత్యేకతల తెలు సాంకేతిక పరిశోధనార్థ ను ప్రారంభించి, 1983 పదవీ విరమణ చేసేంత మలరావు ఒకరోజు కూడా గమనార్థం. ఆయన వేరిటీ పదకొండు వేటింటు ఉ కేంద్ర ప్రభుత్వం యేటా ఉ లకు ఇచ్చే బహుమతులలో రతకాన్ని, పది సార్లు రజత ఎచ్చోవడం సామాన్యమైన తీరు, విదేశీయ ప్రతికలలో ఐదు పందలకు పైగా వ్యాసాలు ప్రాయిడు ఆయనకే తీరుమల రావు (నవంబర్ 1, 1994) పృత్తిరీత్యా తెలుగు. ప్రవృత్తిరీత్యా సాహితీ ఇంప్రాయిలు చెంది వచ్చారి. కర్మాలు జిల్లా పేద మధ్య బ్రాహ్మణ వేణమ్మ, నరసింగరావు నవంబర్ 28న జన్మించారు. నెంకన్న పంతులు ఆదోని పనిచేసి మంత్రాలయంలో ఉన్న తోడ్పడిన వారు. ఆదోని, ఘమిక, ఉన్నత పారశాలలో, ఉడల కళాశాల, తరువాతి ఆర్ట్ కళాశాలలో చదివారు. ప్రాణం పిలానికి చెందిన బిద్దా ఎం.ఎన్.సి. కెమిష్టీ డయ్యారు. 1954లో తెలుగు సంస్థలో కెమిస్టుగా కెర్రీస్ జూలై 31న దైరెక్టర్ గా ఉన్న ఉనికా టంస్ ఆయన



సిహివు



మే 15 వరకు పొర లిమానాల

ରାକ୍ଷେଣ୍ଯକଳପୈ ଶଂକୁ..

ఆపరేషన్ సిందూర్ కింద పాకిస్తాన్‌పై కొనసాగుతున్న చర్యలు మధ్య భారత ప్రభుత్వం కీలక నిర్దయం తీసుకుంది . దేశవ్యాప్తంగా 32 విమానాశ్రయాలను గురువారం (మే 15) ఉదయం 5:29 గంటల వరకు మూసివేయాలని కేంద్ర ప్రభుత్వం ఆదేశించింది. పాకిస్తాన్ చేస్తున్న క్షిపణి, ట్రోన్ దాడులను దృష్టిలో ఉంచుకుని ఈ నిర్దయం తీసుకున్నట్లు వేర్హూది. ఆపరేషన్ సిందూర్ కింద పాకిస్తాన్‌పై కొనసాగుతున్న

వర్యలు మధ్య భారత ప్రభుత్వం కిలక నిర్ణయం తీసుకుంది. దేశవ్యాప్తంగా 32 విమానాశ్రయాలను గురువారం (మే 15) ఉదయం 5:29 గంటల వరకు మాసివేయాలని కేంద్ర ప్రభుత్వం ఆదేశించింది. పొకిస్తాన్ చేస్తున్న క్లిపటి, ట్రోన్ దాడులను దృష్టిలో ఉంచుకుని ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు పేర్కాది. అయితే, దేశవ్యాప్తంగా 24 విమానాశ్రయాలలో విమాన కార్బన్లాపాలు శనివారం (మే 10) వరకు

మూసివేస్తున్నట్లు పోర విమానయాన మంత్రిత్వ శాఖ గురువారం (మే 8) ప్రభక్తించింది. కానీ పాకిస్తాన్ నుండి నిరంతర దాడులు జరిగిన తరువాత, కేంద్ర ప్రభుత్వం తేదీని పొడిగిస్తూ నిర్జయం తీసుకుంది. మే 15 వరకు కేంద్ర ప్రభుత్వం మూసివేయాలని నిర్జయించిన 24 విమానాశ్రయాలలో చండిగధ్, శ్రీనగర్, అమృతసర్, లూధియానా, భుంటార్, కిష్కణ్ఠ్, పాటియాలా, సిమ్మా, జైసల్మేర్, హరణకోర్, జమ్మూ, బికసిర్, లేహ్, పోర్బందర్ సహ ఆనేక ఇతర విమానాశ్రయాలు ఉన్నాయి. ఈ విమానాశ్రయాలన్నీ భారతదేశం-పాకిస్తాన్ సరిపడ్డుకు సమీపంలో ఉన్న నగరాల్లో ఉన్నాయి. ప్రస్తుత పరిస్థితిలో, భద్రత దృష్టాన్తి ఇవన్నీ మూసివేయడం జరుగుతుందని కేంద్ర ప్రభుత్వం

తెలిపింది. భారతేశం - పాకిస్తాన్ మర్యాద కొనసాగుతున్న వివాదం దృష్టి, అనేక విమానయాన నంస్తలు ప్రయాణీకులకు ప్రయాణ సలహోను జారీ చేశాయి విమానాత్మయ మూసిచేతలు, పెరిగిన భద్రతా ప్రోటోకాల్ల గురించి ప్రయాణీకులు తమను తము అవ్వడేట చేసుకోవాలని కోరుతూ కంపెనీలు సలహోలు జారీ చేశాయి. ఎయిర్ ఇండియా హక్కవారం (మే 9 సోఫ్ట్ మీడియా ప్లాటఫోర్మ X పోస్టును షేర్ చేసింది) “విమానయాన అధికారులు జారీ చేసిన నోటిఫికేషన్స్ ప్రకారం, దేశవ్యవహారం అనేక విమానాత్మయాల

మూనావతె ప్రస్తుతానక కనిసాగుతుంది. ఇంతల్లు, జమ్మా, శ్రీనగర్, లేవ్స్, జోధ్పుర్, అమృతసర్, చండీగఢ్, థుజ్, జామ్సనగర్, రాజ్యకోల్కలకు బయలుదేరే అన్ని విమానాలు గురువారం (మే 15) ఉదయం 5:29 గంతల వరకు రద్దు చేయబడ్డాయి” అని ఎయిట్లో కంపేనీ షోస్ట్లో రాసింది. “ప్రస్తుత సమయంలో, ప్రయాణానికి చెల్లుబాటు అయ్యే తీకట్టును కలిగి ఉన్న వినియోగదారులందరికి ప్రయాణ మార్పు లేదా తీటిక్ రద్దుపై హర్షి వాపసి విషయంలో ధర్మపై ఒకసారి తగ్గింపు ఇష్టదం జరుగుతుంది” అని కంపేనీ వేర్చాంది.



వ్యాపారంలో విజయానికి పంచతంత్రం..

వారెన్ బఫ్టేట్ చెప్పిన ఐదు సూత్రాలు

ప్రతి ఒకడ్లరూ తాము ఉన్నత సాయి
ఎదగాలని, దబ్బులు బా
సంపాదించాలని, వ్యాపారంలో ప్రగ
సాధించాలని కేరుకుంటారు. ఆ లక్ష్మీల
నెరవేర్పుకోవడానికి శేంయంబవశ
కష్ట బడతారు. వారిలో కొండ
విజయతీరులకు చేరుకుంటార
మరికొండరు మధ్యలోనే అగిపోతాడ
ఏదైనా అనుకున్న లక్ష్మీన్ని చేరుకోవడా
క్రమిశ్శణ, రుపు, సహనం, ముందు చూ
అవసరం. మన కళ ముందే విజయా
సాధించిన వ్యక్తులు మనకు ఆదర్శం
నిలుసారు. వారిలో అమెరికాకు చెంది



ఎంకిన్స్‌ను వమురు సంక్లిభం..
రాజధానిలో పెట్రోల్ బంకులు క్లోజ్..

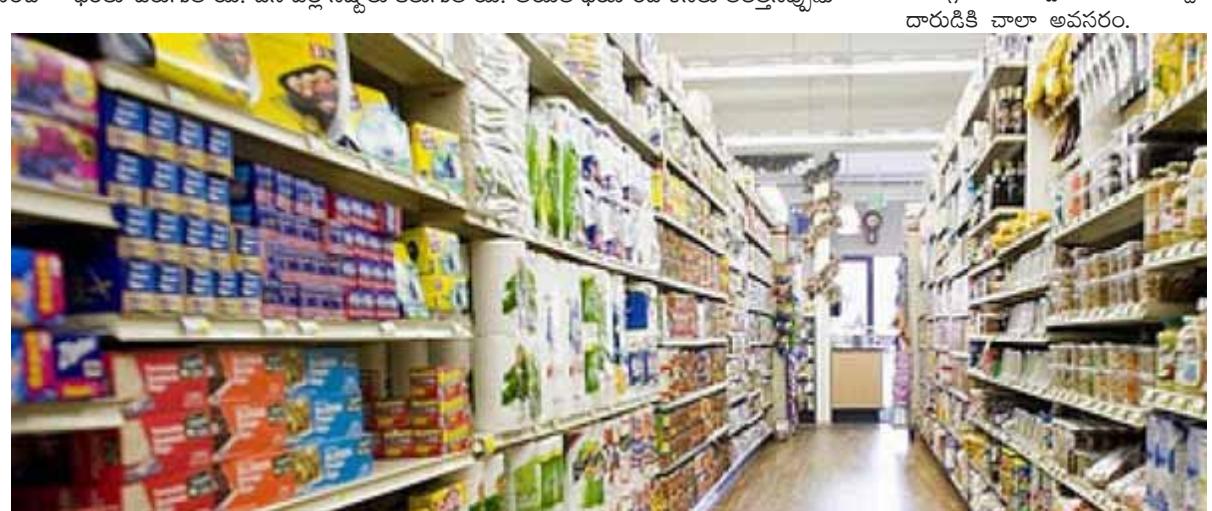
భారత్ దాడితో కుదెలవుతున్న పాక్సు ఇప్పుడు చమురు కూరత వేధిస్తోంది. ఇస్లామాబాద్ రాజధాని పెరిటిరీ అడ్మినిస్ట్రేషన్ రాజధాని నగరంలోని అన్ని పెట్రోల్, డీజిల్ ఫిల్మింగ్ స్టేషన్సు రాబోయే 48 గంటల పాటు పూర్తిగా మూసివేయాలని తక్షణ ఉత్తర్వు జారీ చేసింది. భారత వైమానిక దాడులతో ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతోన్న పాక్సు మరో సంక్షేధం వచ్చిపడింది. భారత్ దాడితో కుదెలవుతున్న పాక్సు ఇప్పుడు చమురు కూరత వేధిస్తోంది. ఇస్లామాబాద్ రాజధాని పెరిటిరీ అడ్మినిస్ట్రేషన్ రాజధాని నగరంలోని అన్ని పెట్రోల్, డీజిల్ ఫిల్మింగ్ స్టేషన్సు రాబోయే 48 గంటల పాటు పూర్తిగా మూసివేయాలని తక్షణ ఉత్తర్వు జారీ చేసింది. శనివారం ఉదయం 6 గంటల నుంచి 48 గంటల పాటు ఇస్లామాబాదీలోని అన్ని పెట్రోల్ బంకులను మూసివేస్తున్నట్టుగా అక్కడి ప్రథుత్వం ప్రకటించింది. అయితే, పెట్రోల్ బంకులు మూసివేయడానికి గల కారణాలు ఏంటనే విషయంపై స్పష్టమైన వివరాలు మాత్రం తెలిసి రాలేదు. కాగా, పాక్సులోని 4 ఎయిర్ బేస్‌లపై భారత్ దాడి చేసింది. దీంతో ఇచ్చుదేశాల మధ్య ఉద్దికతలు తీవ్రతరమయ్యాయి.

పెట్టుబడి దారుడు, పరోవకారి, బైర్జ్ షైర్ హెత్తి వే కంపెనీ చైర్మన్. ప్రపంచంలోని అత్యంత ధనవంతుల్లో ఒకరు. మంచి పెట్టుబడులు పెట్టులంటే తెలుసుకోవాలిన దు విషయాలను ఆయన వెల్లడించారు. మాసాల నాన్ని రక్కించుకోవడం పెట్టుబడిదారుల ప్రధాన బాధ్యతిని బఫెట్ తెలిపారు. డబ్బును పోగొట్టుకుంటే మీరు రేసులో వెనుకబడిపోతారు. దాని నుంచి కోలుకోవడం కష్టంగా మారుతుంది. ఒక స్టాప్ లో 50 శాతం సప్పపోతే, మరో దానిలో లాభాలు సంపాదించాలి. ముఖ్యంగా పెట్టుబడిలో నష్టాలను నివారించడానికి కష్టబడి పనిచేయడమే సరైన మార్కుమని ఆయన నమ్మకం. ఎక్కువ డబ్బులు పెట్టి ఒక మంచి కంపెనీని కొనడం కంటే, తక్కువ డబ్బులతో మధ్యస్త కంపెనీ కొనడం ఉత్తమమని బఫెట్ చెబుతారు. దీని వల్ల తక్కువ ధరకు నాట్యత కలిగిన కంపెనీలో పెట్టుబడి పెట్టే అవకాశం కలుగుతుంది. ఇది వ్యాపార రంగంలో పెద్ద మార్కును తీసుకువస్తుంది. దీర్ఘకాలంలో లాభాల భాటల్ పయనించే అవకాశం కలుగుతుంది. భాద్యదేగాలను దూరంగా ఉండడం పెట్టుబడి దారుడి ప్రధాన లక్షణం. దీనినే బఫెట్ వ్యతిరేక పెట్టుబడి కళగా అభివర్షించారు. మార్కుల్ బాగున్నప్పుడు ధరలు పెరుగుతాయి. దీని వల్ల నష్టాలు కలుగుతాయి. అయితే భయాందోళనలు తల్లితినప్పుడు

పాకిస్తాన్‌కు అంతర్జాతీయ జ

రుణ సంస్కల నుంచి భారీగా అప్పు..! పాకిస్తాన్కు ఐవందిష కింద ఇవ్వదలచిన 700 కోట్ల డాలరలలో 100 కోట్ల డాలర విదురుల, కొత్త అప్పా కింద మర్క

The image shows the official logo of the International Monetary Fund (IMF). It consists of a circular emblem centered on a blue background. The emblem features two interlocking continents, one light blue and one dark blue, representing the Eastern and Western Hemispheres respectively. Below the continents is a stylized torch with three flames. The entire emblem is surrounded by the words "INTERNATIONAL MONETARY FUND" in a white, serif font, which is repeated twice around the circle.



ఎఫ్‌ఎంసిజి అమ్మకాల్స్ మందగమనం

రోజవారి అవసరాల కోసం అత్యంత ఎక్కువగా ఉపయోగించే ఎఫ్‌విఎసిజి అమృకాలు మందగించాయి. ప్రస్తుత విడాది మార్పితో ముగిసిన త్రిమాసికంలో పీటి వికిరయాలు ఏకంగా 5.1 శాతం క్లిష్టించాయని నీల్స్‌నటక్యూ ఓ రిపోర్ట్‌లో వెల్లడించింది. పానియాలు, కసోటోట్స్, ప్యాకేజింగ్ ఫుడ్, క్లినిగ్‌కి ఉపత్తులు, పెన్సులు, పెన్సిష్లు తదితర ఉపత్తులు ఎఫ్‌విఎసిజి రంగంలోకి వస్తాయి.

కర్నిస్లో రాదాపు రూ. 28 వేల కేట్లు ఉండుతున్న లడన భాగం ధ్వజమాత్తుం తీనుకున్న అమృలను పాక్ . వినియోగించులేదని ఆరోపించింది. ఐంవెఫ్ నుంచి నిధులు వస్తూ వాటిని పైన్యానికి, ప్రథమం ప్రాయోజిత సీమాంతర స్క్రీన్ వినియోగిస్తుందని భారత ధ్వజమాత్తుంది. ఆ నిధులను పాక్ సక్రమంగా ఉంటే ఆ దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థ ప్రింగంగా ఉండేదని చెప్పుకొల్చింది భారత్తు

తక్కువ విలువ కలిగి ఎక్కువగా అమ్మడయ్య ఈ ఉత్పత్తుల అమ్మకాలు 2024 ఇదే మార్చి త్రైమాసికంలో 6.1 శాతం వృద్ధిని సాధించాయి. గడిచిన ఐదు త్రైమాసికాల నుంచి వీటి వృద్ధి స్నాగ్లిటిండిని నీల్స్‌న రిపోర్ట్ పేర్కొది. గ్రామీణ మార్కెట్ పట్టణ మార్కెట్ కంటే వేగంగా వరి తెంగుళుాఫే ఉంది. ఈ నూర్చొక్క నుంభాలూ కుట్టే గ్రామీణాల్లో



ବନ୍ଦୁମି ଏରେଟର୍

సంతోష లంత వెద్ద

ರೋಗಮೈನಾ ಪಂರಿಪೋವಾಲ್ಕಿಂದ..

రామ ఘలం, సీత ఘలం (కష్ట్ర్ యాపిల్)తో సమానవైన లక్ష్మాలు కలిగి ఉంటుందని చాలామండికి తెలుసు. శీతాకాలం నుంచి వేసవి కాలంలోకి మారే సమయంలో ఈ పండు మార్కెట్లలో సులభంగా దొరుకుతుంది. రుచిలో సీత ఘలంతో పోలిస్తే ఎట్టి తేడా లేకుండా అదే స్వీట్, క్రీమీ అనుభూతిని అందిస్తుంది. సీజనల్గా మాత్రమే అందుబాటులో ఉండే ఈ రామ ఘలం తిసడం వల్ల ఆనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు లభిస్తాయని తెలిస్తే దీనిని ఎవరూ వదులుకోరు. ఈ పండులో విటమిన్లు, మినరల్సు, ఇతర పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. కాబట్టి, దీనిని తప్పకుండా అపోరంలో చేర్చుకోవాలి. సపజంగా ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరిచే ఈ పండు ఆనేక విధాలుగా శరీరానికి ఉపయోగపడుతుంది. కష్ట్ర్ యాపిల్ లేదా రామ్ సీతాఘలం అని పిలిచే ఈ పండు, దక్కిణ అమెరికా, కరీబియన్ ప్రాంతాల్లో వుట్టిన ఉష్ణమండల పండు. భారతదేశంలో అస్యాగం, తమిళనాడు, కేరళ, మహారాష్ట్ర, గుజరాత్, వచ్చిషు బెంగాల్ వంటి ప్రాంతాల్లో ఈ పండు సీజనల్గా లభిస్తుంది. ఈ పండు ఆకుపచ్చ, ముల్కుతో కూడిన బయటి తొక్కు, తెల్లబీ, గుజ్జు కలిగి గుండు కలిగి ఉంటుంది. రుచిలో తీపి, పులుపు కలగలిపిన ఈ పండు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలతో నిండి ఉంటుంది. రామ్ సీత ఘలం విటమిన్ సి, విటమిన్ ఎ, పొట్టాఫియం, మెగ్రీషియం, పైబర్ వంటి పోషకాలతో సమృద్ధిగా ఉంటుంది. విటమిన్ సి లోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడితే, విటమిన్ ఎ చర్చం, కళ్ళ ఆరోగ్యానికి ఉపయోగపడుతుంది. పొట్టాఫియం, మెగ్రీషియం గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడతాయి, రక్తపోటును నియంత్రిస్తాండు. పైబర్ జీర్జువ్యవస్థను మెరుగుపరుస్తుంది, అజీర్జు సమస్యలను తగ్గిస్తుంది. రామ్ సీత ఘలం, ముఖ్యంగా సౌర్సాట్ (ముల్కు సీత ఘలం), క్యాన్సర్కు వ్యతిరేకంగా పోరాదే

గుణాలను కలిగి ఉండని కొన్ని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. ఈ పండులోని యాంటీఆక్షిడెంట్లు, ప్రైమిటివ్ రాడికల్స్ తో పోరాటి, క్యాన్సర్ కణాల పెరుగుదలను అడ్డుకుంటాయని చెబుతారు. ఆశ్రూకరంగా ఇందులోని కొన్ని సమ్మేళనాలు కీమోథరపీ కంటే ఎక్కడ శక్తితో క్యాన్సర్ కణాలను నాశనం చేస్తాయని కొన్ని పరిశోధనలు పేర్కొంటున్నాయి. ఈ పండులోని అధిక విభిన్న సిస్టాయలు రోగినిర్భక శక్తిని బలంపేతం చేస్తాయి. ఇది సీజన్ల అనార్టగ్యాలు, జలుబు, జ్వరం పంచి సమస్యలు నుంచి రక్కణ కల్పిస్తుంది.

రామ్ సీత ఫలం యాంటీఆక్షిడెంట్లు శరీరంలోని హోనికరట్టాక్సిన్స్ ను తొలగించి, వ్యుతం ఆరోగ్యాన్ని

A close-up photograph of a pile of ripe passion fruits. The fruits have a textured, mottled appearance with various colors including green, yellow, orange, and red. Some fruits are whole, while others are partially cut open, revealing the bright orange, seed-filled pulp inside.

ఆరోగ్యాన్ని ఉపయోగపడుతుంది. ఇది చర్చింపై
మొబీలు, వయసు ముదిరిన ఛాయలను తగ్గించడంలో
సహాయపడుతుంది. కళకు సంబంధించిన సమస్యలను
నివారించడంలో కూడా ఈ పండు ప్రయోజనకరంగా
ఉంటుంది. పైబర్ అధికంగా ఉండే ఈ పండు
జీర్జ్ వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. ఇది
మలబద్ధకం, అభ్యర్థం వంటి సమస్యలను తగ్గించి, గట్
ఆరోగ్యాన్ని ప్రోత్సహిస్తుంది. రామ్ సీత ఫలం తినడం
వల్ల శరీరంలో పొషకాల శేషణ మెరుగుపడుతుంది.

ముక్కలో నుండి రక్తం వస్తుందా..?

ఈ కూరగాయలు తింటే మలబద్దకం గ్యారెంటీ..?



నంబంధించిన వ్యుద్యవైన మాయశ్రోపన రోజుకు
రెండు మూడు సార్లు వారాలి. ఇది లోపి పొరలకు
తేమ అందించి చిల్లు పడి రక్తం కారే అవకాశం
తగ్గినుంది. బయట నూర్యుడు మండిపోతున్న
నమయంలో నేరుగా వెలుతురు తాకకుండా
చూసుకోవాలి. తలపై స్వార్పు లేదా బట్టతో ముఖం
కవర్ చేసుకుంటే వేడి తుక్కప్పగా తగ్గులుతుంది. ఇది
శరీర ఉప్పోటిగ్రాతను నియంత్రించడంలో ఉ
పయోగకరంగా ఉంటుంది. ఇంట్లో గాలిలో నీటి
శాతం తగ్గిపోతే ముక్కు ఎందిపోయి ఇబ్బందిగా ఉ
ంటుంది. అలాంటప్పుడు హాశమిదిష్టైయర్ లేదా తక్కువ
టెంపరేచర్లో పనిచేసే వీని వాడితే గాలిలో తేమ
పెరుగుతుంది. ఇది ముక్కులో తడిని ఉంచుతుంది.



దారి తీసుంది. బాగా జీర్జం కాని ఆపరాం వేగుల్లో ఎక్కువనేపు ఉండిపోతే మలం సరిగా బయటకు రాదు. బ్రోకలీ, కాపీషపర్, బ్రసెల్లు మొలకలలో పైటోకమికర్స్, విటమిన్లు మండుగా ఉన్నపుత్తికి. కొంతమందిలో ఈ కూరగాయలు తీసుకున్న వెంటనే ఉబునం, గ్యాన్ వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి. అలాంటి పరిధితుల్లో మల విసర్జన సాఫీగా జరగక మలబద్ధకం తలెత్తే అవకాశం ఉంటుంది. ముఖ్యంగా వీటిని బాగా వండకుండా తింటే ఇబుందులు తలెత్తువచ్చు. క్యారెట్సు ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే కూరగాయగా భావిస్తారు. ఇందులో పైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. కానీ దీన్ని హచ్చిగా తీసుకున్నప్పుడు లేదా అధిక మొత్తాదుల్లో తీసుపుడు జీర్జ ప్రక్రియ మందగిస్తుంది. తిన్నది సరిగా జీర్జం కాచటితే మలం గట్టిగా అయి మలబద్ధకం వస్తుంది. నెలెరీలో రగని పీచు పదార్థాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. జివి కొంతమందికి జీర్జ మస్యులను కలిగిస్తాయి. శరీరానికి ఇది అంతగా సరిపోకపోతే మల నుసర్జనలో ఆటంకం కలిగి మలబద్ధకంగా మారుతుంది. ఈ కూరగాయను కుఢు మొత్తాదులో మాత్రమే తీసుకోవడం మంచిది. పైవీనీ మన ఆరోగ్యానికి మంచి కూరగాయలే అయినా.. కొన్నిసార్లు వీటి వల్ల మలబద్ధకం లాంటి సమస్యలు రావచ్చు. మన శరీరానికి ఏది సరిపోతుందో లెలుసుకొని మనం తినే విధానాన్ని మార్చుకోవడం మంచిది. ఒకవేళ మస్యులు ఎక్కువైతే డాక్టర్ ను కలవడం ఉత్సమం.

ବନ୍ଦି ମୁଦ୍ରା ବଜ୍ରୀଲୁ ମୁ ଥୁବରେଟ୍ସ୍



କାକ୍ରକାଯ୍ ଅଗି ପାଇପେଟ୍‌ସ୍ଟ୍ରୋରା..?

కాకరకాయ చూడగానే చాలా మంది ముఖం తిప్పేసుకుంటారు.. కానీ, కాకరకాయ ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు తెలిస్తే చిన్న ముక్కుకూడా వదిలిపెట్టకుండా తీసేస్తారని ఆయుర్వేద ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. వివిధ పోషకాలతో సమృద్ధిగా ఉండే కాకరకాయ ఒక జెపథం కంటే తక్కువేమి కాదని అంటున్నారు. కాకరకాయలో పైబర్ పుపులంగా ఉంటుంది. ఇది మలబద్ధకం, ఆమ్లత్వం, ఇతర కడుపు సమస్యలను తగ్గిస్తుంది. ఇది జీర్జ ఎంజైమ్లను ప్రేరిపేస్తుంది. ఇది ఆహారం సరిగ్గా జీర్జం కావడానికి సహాయపడుతుంది. ఇందులో విటమిన్ సి సమృద్ధిగా ఉంటుంది. హోనికరమైన వ్యాధులతో పోరాడి రోగినిరోధక శక్తిని బలపరుస్తుంది. కాకరకాయలో ఉండే యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఫ్రీ రాడికల్స్‌తో పోరాడతాయి. ఇది క్యాన్సర్ కణాల పెరుగుదలను నిరోధిస్తుంది. కాకరకాయ జ్యాస్ చర్యాన్ని శుభ్రంగా, ప్రకాశవంతంగా చేస్తుంది. దీనిలోని యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ లక్షణాలు మొటిమలు, మచ్చలు ఇతర చర్య వ్యాధులను తగ్గిస్తాయి. అంతేకాదు. కాకరకాయను క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవటం వల్ల జుట్టుకు పోషణనిస్తుంది. చుండును తగ్గిస్తుంది. జుట్టును బలంగా, మెరిసేలా చేస్తుంది. చెడు కొలెస్ట్రాల్, త్రిగ్లిజీరైడ్లను తగ్గించడంలో కూడా కాకరకాయ సహాయపడుతుంది. కాకరకాయ తినడం వల్ల ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది. గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. కాకరకాయ పేగు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచి ఆరోగ్యకరమైన జీర్జకియను ప్రోత్సహిస్తుంది. కాకరకాయ అధిక రక్తవోటును తగ్గిస్తుంది. ఇది రక్తంలో చక్కు స్థాయిలు నియంత్రించే గుణం ఉంటుంది. దయాబెటీన్ తో బాధపడేవారికి ఇస్సూలిన్ నిరోధకతను కలిగి ఉంటుంది. కాకరకాయ తినడం వల్ల శరీరంలోని విష వ్యూహాలను తొలగిస్తుంది. రోగినిలోధక శక్తిని పెంచుతుంది. సరైన జీర్జకియను కూడా నిర్వహిస్తుంది. కాకరకాయ రసం కాలేయాన్ని శుద్ధపరుస్తుంది. కాలేయ వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. బరువు తగ్గడానికి కాకరకాయ మంచిది. బరువు తగ్గాలని ప్రయుత్తిచేచారు క్రమం తప్పకుండా ఈ కాకరకాయు కూరగా, లేదంటే జ్యాస్గ్సిగా కూడా తీసుకొచ్చునిస్తాయి. చెబుతున్నారు. కాకరకాయ జీవక్రియను పెంచుతుంది. ఫ్యాల్ట్ బర్బింగ్ కెపసిటీ కలిగి ఉండదు. కాకరకాయ కొలెస్ట్రాల్ ను నియంత్రిస్తుంది. ఇది రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తుంది. గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది కిలో

రోడ్డు పక్కన బజ్జెలు, వునుగులు తినడం చాలా మందికి అలవాటు అయినపుటీకి అరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడం ముఖ్యం. ఈ ఆహారాలు రుచికరమైనవి అయినా, వాటి తయారీలో పరిశుద్ధత, నాణ్యత లోపిస్తే అరోగ్య సమయాలు తప్పవు. స్వల్పకాలిక సమస్యలైన వుడ్ పాయిజనింగ్ నుండి దీర్ఘకాలిక సమస్యలైన గుండె జబ్బుల వరకు ప్రమాదాలు ఉన్నాయి. వీటిని రెగ్యులర్ గా తినేవారిలో ఈ 3 రకాల వ్యాధుల ప్రమాదం తప్పదు. రోడ్డు పక్కన స్టేషన్లో విక్రయించే బజ్జెలు, వునుగులు రుచికరవైనవి, సరస్వతి అయినపుటీకి, వీటిని తరచూ తినడం వల్ల ఆరోగ్య సమయాలు తల్పెత్తే అవకాశం ఉంది. ఈ ఆహారాలు తయారీలో ఉపయోగించే పదార్థాలు, వంట పద్ధతులు, పరిశుద్ధత సాయిలు ఆరోగ్యాన్పై ప్రభావం చూపుతాయి. ఈ ఆర్టిఫిచల్లో రోడ్డు పక్కన వేసే బజ్జెలు, వునుగులు తినడం వల్ల కలిగే సంభావ్య సమస్యలను వివరిస్తాము. రోడ్డు పక్కన స్టేషన్లో తరచూ పరిశుద్ధత ప్రమాదాలు, తక్కువడా ఉంటాయా ఉ

స్వామి నీరు, వంట సామగ్రిలో శుద్ధంగా లేకపోతే, భాజీకిరియలు అపోరంలో కలుస్తాయి. ఇంటులు పొంచనింగ్, వాంతులు రియా, కడుపు నోపీ వంట ర్యులకు దారితీస్తాయి. కొని ర్యాల్, పౌవత్తు టిన్ A స్నేల్లా వంటి తీప్పమైన ఇస్నెక్కనాల్లో నంభవించవచ్చు. బజ్జెల్లు నులు వేయడానికి ఉపయోగించు తరచూ వదేవదే వేయడుతుంది. ఇలా చేయడం వచ్చే ట్రూస్ ప్లాస్టిక్, ప్రీ రాడికల్ ప్లాస్టిక్ స్టూయిల పెరుగుదలక్క మహుతాయి. అలాగే, నాణ్యాత్మక లేక కట్టే నూనె ఉపయోగించడం వచ్చే మస్యలు, కాలేయ ఒత్తిడి వంటి మహుతాయి. బజ్జెలు, పునుగులు స్నాలో వేయబడతాయి, ఇంటిల్లో కలిగి ఉంటాయి ఈ ఈ అంగోలాను క్రిందిన వా



ముఖ్యంగా మూడు రకాల ప్రమాదాలు పొంచి ఉన్నాయి. అవే బరువు పెరగడం, ఊబకాయం వంటి సమస్యలు తలత్తుతాయి. ఈ అపోరాలలో ఉండే అధిక కొష్టం, ఉష్ణ రక్తపోటు, దయాజీబిన్ వంటి దీర్ఘాల్కాలిక జబ్బుల ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. ఈ అపోరాలు తరచూ బరువైనవి, జీర్ణం కావడానికి సమయం పడతాయి. అధిక నూనె, మసాలాలు వాడకం వల్ల అజీర్ణం, గ్యాస్, గుండెల్లో మంట వంటి సమస్యలు రావచ్చు. కొన్ని స్టేట్లలో వాడే ఘైదా, కర్తీ పదార్థాలు జీర్ణ వ్యవస్థ ఒక భూతిగా పెంచుతాయి. లోడ్స్ పక్క స్టాల్లో ఉపయోగించే పదార్థాలు ఎల్లపుస్తా తాజాగా లేదా నాయ్యాపైనవిగా ఉండకపోవచ్చు. కొన్ని సందర్భాల్లో, కర్తీ రంగులు, సంరక్షణ పదార్థాలు లేదా అస్వచ్ఛమైన పదార్థాలు అల్జీర్లకు కారణమవుతాయి. ఇవి

ఈ సూర్యున్న స్వర్ణ తీఱితే సూర్యున్ ఇక గీత జరీలేది రాదు !

రక్తంలో చక్కర స్థాయిని సమతల్యం చేయడం మధుమేఘ ముఖ్యం. ఈ లక్ష్మీన్ని సాధించేందుకు రోజువారీ ఆపరం పదార్థాలను చేర్చడం ద్వారా మంచి ఘనితాలు కనిపించే ఆరోగ్యాన్ని ముగుపరచే సహజ ఛషణంగా పురాతన కలాలం ఉంది. ఇందులో ఉండే ముఖ్యమైన కర్మాన్వితమ్ పదార్థాల వినియోగాన్ని పెంచేలా పని చేస్తుంది. దీన్ని తేఱేతో కలిపి స్థాయి సమతల్యంలోకి వచ్చేందుకు సహకరిస్తుంది. ఒకడుపుతో తీసుకుంబే మెర్గున్న ఘనితాలు కనిపిస్తాయి. ఉండే విటమిన్ సి శరీరానికి రోగినిరోధక శక్తిని అందించడం నియంత్రణలోనూ ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. ఉసిరి సిరికాయ మధుమేఘ నియంత్రణకు మంచి సహాయకారి రక్తంలో చక్కర స్థాయి తగ్గించేందుకు సహాయం చేస్తుంది. దాని ఉపయోగించడమే కాకుండా ఆరోగ్య పరిరక్షణలో భాగంగా చెక్క తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి ఇన్నుల్నిను మెరుగిన రీతిలో

ಬಾಡುತ್ತಲು ಎಂತೆ
ಕೊನ್ನಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕಮೈನ
ಪನವು. ಶರೀರ
ಒಂದಿಂಬಿ ಉದಯಾಗಿಲ್ಲೋ
ಶರೀರ ಇನ್ನುಮೈನ
ಉಸುಕುಂಬೆ ಗ್ರಹಕ್ಕೆಣ
ಉದಯಂ ಖಾಳಿ
ಲೋ ಪುಷ್ಟಿಂಗಾ ಉ
ಕಾರ್ಕಂಡಾ.. ಘರಗ್ರ
ರಂ ಲೇದಾ ತಾಜಾ ಉ
ಮಾರುತುಂದಿ. ಇದಿ
ನ ಕ್ಷೇತ್ರ ಅಪರಂಲೋ
ಇ ಚೇಸುಂದಿ. ದಾಖಿನ
ಉದಯಾಗಿಂತಹನೇ

ಸಾಮರ್ಪಣ ಕಲುಗುತುಂದಿ. ಶೀ ಲೇದಾ ಗೋರು ವೆಚ್ಚಿನ ನೀಡಿ
ದಿನ್ನಿ ತೀಸುಕೋವಡಂ ವಲ್ಲ ಮಂಚಿ ಫಿತಿಂತಾಲು ಲಭಿಸ್ತಾ
ಬ್ರಹ್ಮಕ್ಕೆಂಬೆ, ಕೂಜೆಚ್ಚೆ ವಂಬಿ ಕೂರಾಗಾಯಲು ವಿಟಮಿನ್ ಸಿ, ಪ್ರೈ
ವಂಬಿ ಮುಖ್ಯಮೈನ ಪೊಪ್ಕಾಲನು ಅಂದಿಸಾಯಿ. ಗೂಡ್‌ಕ್ಕೆಂಬೆ
ಶರೀರಂಲೋ ಶಕ್ತಿಗಾ ಮಾರ್ಕೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಯನು ವೆರುಗುಪರಹಡಂ
ಈ ಪರಾಧ್ಯಾಲ ಪಾತ್ರ ಬೋಷಿಸಾಯಿ. ಇವಿ ತರಮಾ ಭೇಜನಂ
ಕೇರ್ಪಡಂ ದ್ವಾರಾ ಚಕ್ಕರ ನಿಯಂತ್ರಣಕು ತೋಡ್ದುತ್ತಾ
ಯಾಫಿಲ್ಲೋ ಉಂಡೆ ಶೈಲಂ ವಲ್ಲ ತೀಸುಕುನ್ನ ಅವಕಾ
ರಕ್ತಪ್ರಪಾಹಂಳೋಕಿ ಮಕ್ಕೆರಗಾ ತ್ವರಿಗಾ ಮಾರ್ಕುಂ
ಸಹರುವದುತುಂದಿ. ಮಥುಮೇಹಂ ಓಸ್ಸುವಾರು ರೋಜಾ ಇ
ಯಾಫಿಲ್ ತಿಂಬೆ ಶರೀರಾನಿಕಿ ಅವಸರಪೈನ ಪೊಪ್ಕಾ
ಲಭಿಸಂದಂತೆ ಪಾಟು ಗ್ರಹಕ್ಕೆಣ ಸ್ಥಾಯಿಲು ಸಮತ್ವಲ್ಯಾ
ಉಂಟಾಯಿ. ಬಾಡಂ, ವಾಲ್ ನಟ್ಟಿ, ಚಿಯಾ ಗಿಂಜಲು..
ಡಿಪ್ರಾಂತು ಶರೀರಾನಿಕಿ ಶಕ್ತಿನಿ ಅಂದಿಸ್ತೂ.. ಉತ್ಸಾಹಿಗಾ ಮು

పెరగుండా నియంత్రణలో ఉంచేందుకు దోహదవడతాయి.
ఇవి ప్రొటీన్, షైబర్, అరోగ్యకరమైన కొవ్వులు కలిగి ఉండటం వలన రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిని సమతల్యం చేశాయి.

విన్న పరిమాణంలో రోజు తీసుకోవచ్చు. పొట్టాషియం, షైబ్రిం, విలుమిన్ నీ అధికంగా ఉండే ఈ పద్మార్థాలు మగెన్సు తగ్గింపడుండో సహకరిస్తాయి. నారింజ, ముల్లంగి, క్యార్బ్ లాంటి పదార్థాలను ఆహారంలో చేర్చడం వల్ల మధుమేహ లక్షణాలు తగ్గి అవకాశం ఉంది. ఈ పద్మార్థాలను రోజుం నరైన మోతాదులో తీసుకుంటే మధుమేహాన్ని నియంత్రించగలుగుతారు. వ్యాయామంతో పొట్టు అరోగ్యకరుచేసే జీవన్స్త్రేష్టి పొత్తుస్తూ తస్సాపర పుష్టిను ఆహారంలో చేర్చడం వల్ల ఆరోగ్యాన్ని కపోదుకోవచ్చు.



స్వలంగ



రాదీ హారీ బర్తు దే స్పష్టల్.. వీడి14 ఫ్లై లుక్ లిలీజ్

టాలీవుడ్ అగ్ర కథానాయకుడు విజయ్ దేవరకొండ నేడు తన 36న పుణీనరోజుని జరుపుకుంటున్నారు. ఇక విజయ్ బర్త్ కానుకగా ఆయన నటిస్తున్న సినిమాల్లో నుంచి అప్పేదేట్టీ వస్తున్న విషయం తెలిసిందే. ఇప్పుటికే కింగ్డమ్ నుంచి కొత్త పోస్టర్ విడుదల కాగా.. తాజాగా తన నెక్స్ ప్రాజెక్ట్ వీడి 14కి సంబంధించి బర్త్ దే విషయం తెలుపుతూ కొత్త పోస్టర్ను పంచుకుండి చిత్రయూనిట్. అయితే ఈ పోస్టర్లో విజయ్ ముఖాన్ని చూపించలేదు. ఒక దేవుడి విగ్రహం ముందు విజయ్ ధ్వానం చేస్తున్నట్లూ ఉంది. కేవలం వీపు భాగాన్ని మాత్రమే చూపించారు. ఈ పోస్టర్లో విజయ్ కండల తిరిగిన శరీరంతో ఆకట్టుకుంటున్నాడు. దీనొతో ఈ పోస్టర్ క్లాల్స్ వైరల్ అవ్వగా, అభిమానులు సినిమాపై భారీ అంచనాలు పెట్టుకున్నారు. శ్యామ్ సింగరాయ్ దర్జకుడు రాహుల్ సంకృత్యాన్ దర్జకత్వం వహించున్న ఈ సినిమాను మైత్రీ మూలిక మేకర్చు సంస్థ నిర్మించబడ్డాడు. ఫీరియాడికల్ బ్యాక్టోరిటీలో రాయలసీమ నేపథ్యంలో 1854 - 1878 మధ్య కాలంలో జరిగే ఆసక్తికర కథాంశంతో రూపొందనుంది. దీంట్లో విజయ్ ఓ యోధుడి పాత్రలో కనిపించనున్నట్లు చిత్ర వర్ణాలు ఇప్పుటికే ప్రకటించాయి. ఈ సినిమాలో రఘృక కథానాయికగా నటించబడ్డారున్నట్లు సమాచారం.



‘కింగ్డమ్’కి పోటీగా
మనోజ్ మినీ మల్టిసార్క

కొన్నిరోజుల క్రితం మంచు ఘ్యామిలీలో గొడవలు జరిగాయి. ప్రస్తుతం అంతా సైలెంట్ గా ఉన్నారు. ?అయితే వివాదం నడుస్తున్న టైంలో కన్సప్ గురించి మనోజ్ అస్క్రిక్టర్ కామెంట్స్ చేశాడు. తన సినిమాకు భయపడే విష్ణు 'కన్సప్' వాయిదా వేశాడని చెప్పుకొచ్చాడు. అసలు విషయానికొస్తే.. ఏప్రిల్ 25న వస్తుందను కున్న కన్సప్ సినిమాని జాన్ 27కి వాయిదా వేశారు. ఇదే టైంలో మంచు మనోజ్ 'క్లైరవం' కూడా చాలారోజులుగా వాయిదా పదుతూ వస్తోంది. లెక్క ప్రకారం గత ఇసైంబరులోనే రిలీజ్ థైన్ చేశారు. మరి ఓటీటీ డీల్ కుదరకపోదడమే, మరుదైనా కారణాలు తెలియదు గానీ రిలీజ్ లేటు చేస్తూ వచ్చారు. ఫైనల్ గా ఇప్పుడు కొత్త విడుదల తేదీని ప్రకటించారు. మే 30న ధియేటర్లోకి వస్తామని పోస్టర్ రిలీజ్ చేశారు. అంటే మనోజ్ అపపడ్డట్లు ఈసారి అన్న విష్ణు 'కన్సప్'తో పోటీ పెట్టుకోలేదు. అదే టైంలో విజయ్ దేవరకొండ 'కింగ్డమ్'కి పోటీగా బరిలో నిలిచారు. మంచు మనోజ్, బెల్లంకొండ శ్రీనివాస్, నారా రోహిత్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటించిన ఈ మినీ మల్టీస్టార్ కి విజయ్ కనకమేడల దరకుడు.



నాని-సుజీత్ మూవీకి లైన్ క్లియర్..

ప్రెటిల్ కూడా ఫీక్కని అయినట్టేనా?

నేచురల్ స్టోర్ నాని పరున సక్షేపిలతో దూసుకుపోతున్నాడు. ఆయన నిర్మాతగా వ్యవహరించిన కోర్టు బిత్తం మంచి విజయం సాధించింది. ఇక నటుడిగా హిట్ తో పెద్ద సక్షేపి సాధించాడు. ఇక ఇప్పుడు ది ప్యారాడైజ్ అనే బిత్తం చేస్తున్నాడు. ఈ మూవీతోను పెద్ద హిట్ కొడతాడని భావిస్తున్నారు. శ్రీకాంత్ ఓదెల దర్శకత్వంలో రూపొందుతున్న ఈ ప్రాజెక్ట్ పై అభిమానులు భారీ అంచనాలు అయితే ఉన్నాయి. రియల్సైట్ డ్రామాగా ఈ మూవీతో సరికొత్త చరిత్ర స్పష్టిస్టాడని అంటున్నారు. అయితే లైనవ్ చాల పెద్దగానే ఉన్నట్టు తెలుస్తుంది. నానికి చాలా కాలం క్రితమే సుజిత్ దర్శకత్వంలో ఓ సినిమా చేయాల్సి ఉంది. అయితే సుజిత్.. పవన్ కళ్యాణితో ఓటీ చేస్తుండగా , ఈ ప్రాజెక్ట్ చాన్నాళ్లగా పెండింగ్లో ఉంది. రాజకీయాల్లో పవన్ బిజీగా ఉండటంతో మధ్యలో మాటింగ్ నిలిచినా, రీసెంట్ గా ఆయన డేట్స్ ఇచ్చి మరల సెట్టు పైకి వచ్చారు. ఓటీ వచ్చే ఆగస్టు-సెప్టెంబర్ లో విడుదల కానుండని తెలుస్తుంది. ఆ తర్వాత సుజిత్ పూర్తి స్టోయలో నాని ప్రాజెక్ట్ పై షిక్సన్ చేయసున్నాడు. దసరా తర్వాత ప్రీ ప్రాడక్షన్ పసులు ప్రారంభమవు తాయిని, వచ్చే ఏదాది ప్రారంభంలో మాటింగ్ మొదలవుతుందని టాక్ వినిపిస్తోంది. నాని రీసెంట్గా ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో ఈ సినిమా 2027లో రిలీజ్ అవుతుందని చెప్పడం మనం చూశాం. ఈ ప్రాజెక్ట్ కు జ్లాఫీ రోమియో అనే టైలిట్ ను ఫిక్స్ చేశారని ఇప్పటికే ఫిల్మ్ నగర్ లో గుసగుసలు వినిపిస్తున్నాయి. దీనిపై త్వరలోనే అధికారిక ప్రకటన చేస్తారని సమాచారం. ఇక ఇదిలా ఉంటే నాని హీరోగా శైలేష్ కొలను దర్శకత్వం వహించిన హిట్ సినిమాతో ఇప్పటికే రూ. 100 కోట్ల వసూళ్లను రాబట్టారు నాని. ఇప్పుడు ప్యారాడైజ్ మూవీ సెట్టు లోకి అడుగుపెట్టేందుకు సిద్ధమవుతున్నారు. శ్రీకాంత్ ఓదెల దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఆ సినిమా భారీ హిట్ అవుతుందని ఫ్యాన్స్ ఆశిస్తున్నారు.



**భారత్-పాక్ మధ్య ఉద్దీక్తత..
అప్పమతంగా ఉండాలని రాజమౌళి విజపేసేఁ**



ప్రశాంతంగా, అప్రమత్తంగా, సానుకూలంగా ఉండండి. విజయం మనదే, అని రాజమైళి రాసుకోచ్చాడు. సినిమాల విషయానికాస్తే, రాజమాళి ప్రస్తుతం మహేష్ బాబుతో కలిసి 'వసవన్ ఎంబీ29 అనే ప్రాజెక్టు చేస్తున్నాడు. ప్రియాంక జోప్రా హిరోయిన్గా నటిస్తున్న ఈ చిత్రంలో పృథ్వీరాజ్ సుకుమార్న్ విలావ్ పొతల్లో వాలిపున్నట్టు నవ్వాచారం రఘుతు విశిష్యేంద ప్రసాద్ కత్తన అందినున్నాడు.

థగ్ లైఫ్' ఈవెంట్ వాయిదా..

ఇటి వేడుకల

నమయం కాదు

కమల్ హసన్ పీరోగా ప్రముఖ దర్శకుడు మణిరత్నం తెరకెక్కిస్తున్న చిత్రం ‘థగ్ లైఫ్’. మే 16న ఈ సినిమా అడియో వేడుక చెప్పేలో జరగాల్సి ఉంది. అయితే, భారత్-పాకిస్తాన్ ఉద్దిక్తతల నేపథ్యంలో ఈ కార్బూకమాన్సి వాయిదా వేస్తున్నట్లు కమల్ హసన్ ప్రకటించారు. ఇలాంటి సమయంలో భారత పొరలకు ఇచ్చండి కలిగించడం ఎంతమాత్రం కర్తృ కాదని తాము ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు ఆయన తెలిపారు. ‘ఆర్ట్ కెన్ వెయిట్.. ఇండియా కమ్సు ఫస్ట్’ అనే శీర్షికతో కమల్ హసన్ ఒక ప్రకటన విడుదల చేశారు. ‘మన దేశ సరిహద్దులో జరుగుతున్న పరిణామాలు, ప్రస్తుత పరిస్థితుల ధృవ్యాపాలు, మే 16న జరగాల్సిన ‘థగ్ లైఫ్’ ఆడియో విడుదలను వాయిదా వేస్తున్నాం. తిరిగి ఔడాయ్ల వివరాలను తెలుపుతాము. మన సైనికులు మన మాతృభూమి రక్షణలో అచంచలమైన దైర్యంతో ముందు వరుసలో ఉండి పోరాటం చేస్తున్నారు. ఇది నిశ్చిల్స సంఘీభావం కోసం నిర్ణయం తీసుకున్నాం. వేడుకలకు ఇదీ సరైన సమయం కాదని నేను నమ్ముతున్నాను. కొత్త తేదీని త్వరలో ప్రకటిస్తారు’ అని ఆయన పంచుకున్నారు. ‘నాయగ్న్’ (1987) వంటి పిాట్ మూవి తర్వాత 38 సంవత్సరాలకు మళ్ళీ కమల్ హసన్ - మణిరత్నం కాంబినేషన్లో ‘థగ్ లైఫ్’ సినిమా వస్తుంది. శింబు, ల్రిప, అశోక్ సెల్వన్, ఐష్వర్యాలిష్, జోజు జార్జ్, అభిరామి, నాజర్ ఇతర ప్రధాన పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. ఉదయనిధి స్టోల్స్, ఆర్. మహాంద్రన్, శివ అనంత భారీ బడ్జెట్తో నిర్మిస్తున్న ఈ చిత్రం జూన్ 5న విడుదల కానుంది. ఈ చిత్రానికి ఏఅర్ రెహామాన్ సంగీతదర్శకుడిగా, రవి కె. చంద్రన్ చాయూగాపూకుడిగా వేపవూరిమునారు.

సరిహద్దుల్లో ఉత్కత



స్వాదురాబాద్: యుద్ధ ప్రాంతంలో చిక్కుకుబోయామని.. తమను అడుకోవాలని, కశీర్ నుంచి సురక్షిత ప్రాంతానికి తరలించాలని కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ కుమార్కు పేర్-ఇ-కాశీర్ కు వ్యవసాయ వ్యవసాయానికి విశ్వవిద్యాలయం యుద్ధానిల్లిసి వెందిన ఏమీ, తెలంగాణ విద్యార్థులు శనివార లేఖ రాతు. ఎంటనే కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ సుందించారు. జీలు కల్కెర్, పర్మి దీనితో బండి సంజయ్ మాట్లాడారు. తక్కణమే సరక్కిత ప్రాంతానికి తరలించాలని బండి సంజయ్ కోరారు. ఏమీ, తెలంగాణకు చెందిన 23 మంది విద్యార్థులను జమ్మాకశీర్ యంత్రాంగం తరలిస్తారు.

కేంద్ర ప్రొంటాలు సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ కుమార్ చెరవతో జమ్మాకశీర్ లోని యుద్ధ ప్రాంతంలో చిక్కుకుబోయి అండోకును గురువుతున్న తెలుగు విద్యార్థులను జమ్మాకశీర్ అధికార యంత్రాంగం సరక్కిత ప్రాంతాలకు తరలించేడుకు స్థిరమంది. తెలంగాణ, ఏమీకి వెందిన మొత్తం 23 మంది విద్యార్థులకు కశీర్ యుద్ధ ప్రాంతం సుంచి సరక్కిత ప్రాంతాలకు వెళ్లేందుకు అన్ని ఏర్పాటుల పూర్వమ్యాయి. జమ్మాకశీర్ లోని వేర్-ఇ-కాశీర్ వ్యవసాయ విభూన, సాంకేతిక విశ్వవిద్యాలయం లో

విద్యార్థులు బయటకు రాలేక ఇఖ్యంది పడుతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో తమ దృష్టిని వివరిస్తూ 23 మంది తెలుగు విద్యార్థులు కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ కు రేపారు.

వర్షాంతి భయానకంగా ఉంది.. సాయం చేయండి... మేము యుద్ధ ప్రాంతంలో చిక్కుకుని ఉన్నారు. మేం చరువుకునే విశ్వవిద్యాలయాల్లోనే ఉన్నపుటీకి ఇంకా పరిష్కార వేగంగా దిగజరిపేటోంది. వర్షాంతి భయానకంగా ఉంది. మిమాన సేవలు నిలిపివేయడంతో మేము జమ్మా కశీర్ సుంచి బయటకు వెళ్లేకపోతున్నాం. ఈ ప్రమాదకర ప్రాంతం సుంచి ముష్ట్లు తక్కణమే తరలించి అటుకేండి: అని విద్యార్థులు అభ్యర్థించారు. ఆ రేఖను పరిగణించి తిసుకున్న కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ విద్యార్థులకే నేఱగా మాట్లాడి పరిష్కార వేగంతో కశీర్ కు వ్యవసాయాలల్లా, అర్థి శిబిరాలపై దాడి వేసుందటతో ఆ ప్రాంత ప్రజలలూ తీవ్రమైన అభ్యర్థులు విప్పాడు అందించారు. కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ కు రేపారు. ఏమీ తెలంగాణకు చెందిన 23 మంది విద్యార్థులను జమ్మాకశీర్ యంత్రాంగం తరలిస్తారు.

