

# యాజీవు



# 4వ ఆర్థిక శేక్షికా భారతీ

ఆరుతదేశం ఇప్పుడు 4వ అతి పెద్ద ఆర్థిక శక్తివంత దేశంగా అవతరించిందని నీతి ఆయా గ్రామ్యాన్ని విస్తరించాలి (సిఇబ్) బిఫిలెర్ సుబ్రమణ్యం తెలిపారు. ఈ కీలక ప్రైలురాయి సాధన దిశలో మనం జపాన్‌ను వెనకు నెప్పివేశమని వివరించారు. ఇది మనకు మనం చెప్పుకునే ప్రగతి కాదని, ఐపంఎఫ్ ఇతర అంతర్జాతీయ ద్రవ్య సంస్థలు వెలువరించిన తాజాగణాంకాల, నివేదికల క్రమంలో వెలుగులోకి వచ్చిన సత్యం అని వివరించారు. తాను ఈ ప్రగతి పథం గురించి వివరిస్తున్న దశలో మన ఆర్థిక వ్యవస్థ 4 ట్రైలియన్ డాలర్ల స్థాయిలో బలోపేతంగా ఉండని తెలిపారు. ఇది మన నాలుగవ స్థానాన్ని నిర్మారించింది. ఇంత తల్లితో ఆగిపోకుండా మనకు అన్ని రకాలుగా భూగోళిక రాజకీయ, ఆర్థిక అనుకూల పరిస్థితులు పలు విధాలుగా ఊతం ఇస్తున్నాయని సిఇబ్ చెప్పారు. అమరికా, చైనా, జర్మనీ తరువాతి స్థానం మనదే అని, ఈ ప్రగతి పథం వేగం మరింత ఇస్తున్నదీన్నే ఇక మనం వచ్చే రెండ్స్క్రోల్స్‌నే మూడవ ఆర్థిక శక్తివంత దేశంగా నిలుస్తామని తెలిపారు. గత ఏడాది చివరి పరకూ ఇండియా జపాన్ కన్నా వెనుక ఉండి, ఐదవ ఆర్థిక శక్తిగా జాబితాలో ఉంది. అయితే జపాన్‌ను మనం తోసిరాజున్నామని తెలిపారు. ఎప్పిల్లో ఐపంఎఫ్, పరల్డ్ ఎకాన్మాక్ ఔట్లుక్ సంస్థల నివేదిక

విలువదింది. ఇందులో ఇండియా నాలుగవ ఆర్కి శక్తి కానుండని తెలిపారని గుర్తు చేశారు. దేశ జిడిపి ఈ ఏదాది ఆర్కిక సంవత్సరంలో 4.187 బిలియన్ దాలర్లు దాటుతుంది. ఇది జపాన్ ఆర్కిక శక్తిని దాటేయడం కిందికి తీసుకోవచ్చు. ఇక తలసరి ఆదాయం క్రమంలో భారతదేశ వివరాలు ఐంఎఫ్ దేటా ప్రకారం చూస్తే ఏదాదిలో రెండింతలు అయింది. పలు అంతరాళీయ ఆర్కిక సంస్థల విశ్వసనీయ ప్రతిష్ఠాత్మక నివేదికలలో కూడా భారత్తు అజ్ఞేయ ఆర్కిక శక్తిగా ఎదుగుతున్న వైనం స్పష్టంగా అవుతోందని సిఇబ తెలిపారు. ఐంఎఫ్ తమ ప్రపంచ ఆర్కిక. పరిస్థితి నివేదికలలో భారతదేశ ఆర్కిక రంగం 2025 26 ఆర్కిక సంవత్సరంలో 6.2 శాతం ఎదుగుదల ఉంటుందని విశ్లేషించింది. నీరీత ఆరుస్సుర శాతంతో పోలిస్టిక్ కొణ్డ్రా మందగమనం ఉంటున్నప్పటికీ పరిస్థితి ద్విగుణీకర్తృత రీతిలో ఉందని తెలిపారని సిఇబ చెప్పారు. ఈ విషయాలన్నిటిని సిఇబ ఇటీవలిత నీతి ఆయోగ్ భేటిల్లో పచుటించిన వికితిత్ రాజ్య వికితిత్ భారత్ ఏ2047 నివేదికలో తెలిపారు. ఇంతకు ముందటి పరకా బలహీన స్థాయి ఐదవ ఆర్కిక శక్తిగా మన దేశండశాభ్య కాలంలో బట్టియీ ఆర్కిక శక్తివంత దేశంగా ఎదిగింది. ఇది ఇప్పుడు నాలుగో అంతి పెద్ద ఆర్కిక శక్తిగా మారిడం తిరుగులేని విజయం అని నీతి ఆయోగ్ నిర్వాహక అధికారి



వివరించారు. ఇక భారతదేశ ఆర్థిక వ్యవస్థ నిర్ణిత 2047 సాటిక 30 ట్రైలియన్ డాలర్ల స్థాయికి చెరుకుని తీరుతుందని వివరించారు



# ବିଜ୍ଞାନୀ ପାଠ୍ୟ ମଧ୍ୟାତ୍ମକ ପରିଚୟ

నెడు మే 26న భారతదేశ పూర్వార్బ్లో 24 క్యారెట్లు బంగారం ధర 1 గ్రాము రూ. 9,807లుగా ఉంది. అదే విధంగా 22 క్యారెట్లు బంగారం ధర 1 గ్రాము రూ. 8,989లుగా ఉంది. ఇకపోతే, 18 క్యారెట్లు బంగారం ధర 1 గ్రాము రూ. 7,355లు పలుకుతోంది. పెల్లిళ్ల సీజన్ నడుస్తోంది. అటువంటి పరిస్థితిలో మీరు బంగారం, వెండి కొనాలని ఆలోచిస్తుంటే, లేదా బంగారం, వెండిలో పెట్టుబడి పెట్టాలని ఆలోచిస్తున్నట్టయితే.. ఇది మీకు సరైన సమయం అని చెప్పాలి. ఎందుకంటే 70% ప్రస్తుతం పసిది పరుగులకు చిన్న కళ్లెంపడినట్లుగా కనిపిస్తుంది. బంగారం, వెండి ధరలు ఏ రోజు కార్బో తగ్గినట్టే తగ్గి మళ్లీ అమాంతంగా పెరిగిపోతున్నాయి. కానీ, మే 26న గోల్డ్ రేట్ కాస్ట్ దిగొచ్చింది. భారతదేశ బులియన్ మార్కెట్లో బంగారం ధరలు కొనుగోలుదారులకు కాస్ట్ ఊరటనిస్తున్నాయి. ఈరోజు ఇక్కడ బంగారం ధరలు తగ్గాయి. గత కొన్ని రోజులుగా బంగారం ధరలు పెరుగుతున్నాయి. స్వల్ప పొచ్చుతగ్గులు మినహా సామాన్యాలకు అందనంత ఎత్తులోనే పుత్తడి ధరలు ఉంటున్నాయి. నేడు మే 26న భారతదేశ మార్కెట్లో 24 క్యారెట్లు బంగారం ధర 1 గ్రాము రూ. 9,807లుగా ఉంది. అదే విధంగా 22 క్యారెట్లు బంగారం ధర 1 గ్రాము రూ. 8,989లుగా ఉంది. ఇకపోతే, 18 క్యారెట్లు బంగారం ధర 1 గ్రాము రూ. 7,355లు పలుకుతోంది. చెష్టెలో 10 గ్రాముల 22 క్యారెట్లు పసిది ధర రూ. 90,040, 24 క్యారెట్లు ధర రూ. 98,220 గా ఉంది. ప్రాదరాబాద్లో 10 గ్రాముల 22 క్యారెట్లు పసిది ధర రూ. 89,890, 24 క్యారెట్లు ధర రూ. 98,070 గా ఉంది. ఫిలీలో 10 గ్రాముల 22 క్యారెట్లు పసిది ధర రూ. 89,890, 24 క్యారెట్లు ధర రూ. 98,070 గా ఉంది. చెష్టెలో 22 క్యారెట్లు ధర రూ. 89,890, 24 క్యారెట్లు రేటు రూ. 98,070 గా ఉంది. బెంగళారులో 22 క్యారెట్లు ధర రూ. 89,890, 24 క్యారెట్లు ధర రూ. 98,070 గా ఉంది. విజయవాడలో 22 క్యారెట్లు బంగారం ధర రూ. 89,890, 24 క్యారెట్లు ధర రూ. 98,070 గా ఉంది.

# ఆపీల్ ప్రంప బెచుఱంపులకు తీరొగ్గుతుందా?

భారతదశంలో లడా అవిరకు కాకుండా  
మరీ ఇతర దేశంలో ఐఫోన్లను తయారు  
చేస్తే కనీసం 25 శాతం నుంకాల  
చెల్లించాల్సి ఉంటుందని అమెరికా  
అధ్యక్షుడు దొనాల్ట్ ట్రంప్ పుక్కవారం  
ఐఫోన్ తయారీదారు ఆపిల్ సీకస్ టిమ్స్  
కుక్కను హెచ్చరించిన విషయం తెలిసిందే  
ఇంతలో చైనా - అమెరికా మధ్య నుంకాల  
యుద్ధం ప్రారంభమైన తర్వాత కంపెనీ తన  
ఉత్పత్తి కేంద్రాన్ని చైనా నుండి  
భారతదేశానికి మార్పడానికి వ్యాపి  
సన్నాహలు చేసింది. ఇప్పుడు మరో ప్రశ్న  
తలెత్తుపుంది. ట్రంప్ బిడరింపులకు కుక్క  
తలొగ్గుతాడా? అని. కొన్ని వర్గాలను ఉ  
టంకిస్తూ, ఆపిల్ వంటి ప్రధాన సాంకేతిక  
నంస్త భారతదేశంలో తన తయారీ  
యుసానిట్సు విర్మాపు చేయాలని  
నిర్ణయంలో ఎటువంటి మార్పు ఉండదని  
కేంద్ర ప్రభుత్వం ఆశావాదంతో ఉండని  
**CNN-News18** నివేదించింది  
ఇంతలో కంపెనీ రాజకీయ ఒత్తిటి కంటే  
దాని లాభాలకే ఎక్కువ ప్రాముఖ్యత  
జ్ఞస్తుంది. భారతదేశంలో ఐఫోన్లను



తయారు చేయడం వల్ల తక్కువ ఖర్చులు, ప్రభుత్వం నుండి ప్రోత్సాహకాలు, మెర్గన్ న సరఫరా మొదలైన అనేక ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. ఈ ప్రయోజనాలకు కంపెనీ ఎక్కువ ప్రోఫాస్యూల ఇస్తుంది. ట్రింప్ ఒత్తిడి ఉన్నప్పటికీ ఆపిల్ లాభాల మారిస్తను పరిశీలిస్తుందని తాను విశ్వసిస్తున్నానని ప్రభుత్వ నీనియార్ అధికారి ఒకరు మీడియాకు తెలిపారు. ప్రస్తుతం, ఆపిల్ యుషైప్ స్టేట్స్‌లో స్టోర్స్‌నేలను తయారు చేయడం లేదు. చాలా బఫోన్లు చైనాలో తయారపడున్నాయి. అయితే భారతదేశం ఇప్పుడు ఆపిల్ మొత్తం ఉత్పత్తిలో దాదాపు 15 శాతం వాటాను కలిగి ఉంది. ఇది సంవత్సరానికి దాదాపు 40 మిలియన్ యూనిట్లు. మార్చి 31తో మగినిస్ ఆర్టిక సంవత్సరంలో ఆపిల్ తన బఫోన్లలో 60 శాతానికి ప్రోగ్రామ్ భారతదేశంలో తయారు చేసింది. దీని ఉత్పత్తి విలువ \$22 బిలియన్లు అని అంచనా.

ఇండియన్ స్టార్టవ్ లో జతకట్టిన యమహర్..



యుప్ప ఆర్ట్రో ఈవీ స్యాట్లర్సు  
బెంగళూరులోని రివర్ కంపెనీ  
తయారు చేస్తుంది. ఇక్కడి నుంచే  
ఈ స్యాట్లర్ ప్రపంచ మార్కెట్లకు  
ఎగుపతి చేస్తారు. దీని ల్యాట్ దేశంతో  
కుత్స్త్రీ పరిమాణం పెరగడంతో  
ఒక్కఱు నిర్వహించలో ఉంటారు. వీ

యమహో కంపనీ త్వరలో రివర్ ఇండి ఆధారంగా నరసమైన ఎలక్ట్రిక్ స్యూటర్ మార్కెట్లో విదుదల చేసిందికు సిద్ధంగా ఉండని నిపుణులు చెబుతున్నారు. రాబోయ్ యమహో ఈవీకు అర్థాట 01 అనే కోడ్ నేమ్ కూడా ఉంది. రివర్ ఇండి ఈవీ స్యూటర్ మాదిరిగానే బ్యాటరీ నిర్వహణ వ్యవస్థ, పవర్ ట్రైయిన్సు ఉపయాగిస్తుందిని పలు నివేదికల ద్వారా స్పష్టమైంది. జాపన్ కు చెందిన యమహో కొండ్రా కంపెనీ లీఎస్‌డి 2024లో రివర్

# కోర్టు ఐద్ వారం..

# ఈ నంబర్స్ పై యూపీఎల్ లావాదేవీలు నిలపివేత!

అంత ప్రథమంగా డక షట్ ప్రకారం చేసినంది. ఇప్పటి నుండి అనేక మొబైల్ నంబర్లకు **UPI** చెల్లింపులు చేయలేదు. దేశంలోని కేంద్ర పెలికాం మంత్రిత్వ శాఖ ఆర్థిక మౌన్సు ప్రమాద సూచిక సాంకేతికతను ప్రవేశపెట్టింది. ఈ సేవ అన్ని మొబైల్ నంబర్లను విశేషిస్తుంది. వాటిలో ఇది అధిక-రిస్క్ మొబైల్ నంబర్లపై యూపీఎల లావాదేవీలను భ్యాక్ చేస్తుంది. దేశంలో ఆర్థిక నేరాలను గుర్తించి నిరోధించడానికి ఈ కొత్త సాధనాన్ని రూపొందించామని ప్రభుత్వం తెలిపింది. దేశంలో సురక్షితమైన ఆర్థిక లావాదేవీలను నిరారించడానికి రూపొందించాలని బడిన ఒక పెద్ద డిజిటల్ ఇంపెలిజెన్స్ ప్లాట్‌ఫార్మలో ఈ కొత్త **FR** వ్యవస్థ భాగం అని కేంద్ర పెలికాం మంత్రిత్వ శాఖ తెలిపింది. ఇది భ్యాంకులు, భ్యాంకింగ్ తర ఆర్థిక సంస్థలకు యూపీఎల లావాదేవీలను నష్టించాలను అర్థం చేసుకోవడానికి నహచోయివడుతుంది. వీటిలో **PhonePe, BharatA Paytm, Google Pay**



వంబి పెద్ద కంపేనీలు ఉన్నాయి. భారతదేశంలోని మొత్తం యూపీఎల్ లో 90 శాతం ఈ ప్లాటఫోర్మలకే పరిమితం అయ్యాయి. ఈ ఎత్తార్థ వ్యవస్థ ప్రాథమికంగా ఏషైనా సైబర్ నేరంలో పాల్గొన్న లేదా ధృవీకరణ ప్రక్రియకు ప్రమాట్ చేయబడని లేదా నియంత్రణ నంస్త నియమాలను ఉల్లంఘించిన మొబైల్ నంబర్లను గుర్తిస్తుందని తెలికాం మంత్రిత్వ శాఖ తెలిపింది. ఈ సాంకేతికత ఈ నంబ్యలన్నింటినీ రిస్కు అధారంగా ఈ క్రింది విధంగా విభజిస్తుంది. మీదియం, ప్రై, సీరియస్ లీ ప్రై. ఈ విభజన నేపున్ల సైబర్ క్రైమ్ రిపోర్టింగ్ పోర్టల్ దేఱా (UPI)

# నిన్న యాహిల్.. నేడు శామ్సంగ్



భారతీలో తయారైన ఐఫోన్సును అమెరికాలో ఎక్కడ విక్రయించినా ఇరవై షదు శాతం సుంక విధిస్తానని యాపిల్ కంపెనీని పొచ్చరించిన కొన్ని గంటలకే దేశాధ్యక్షుడు డోనాల్డ్ ట్రంప్ శామసంగ్రహాల్ ను ప్రారంభించినప్పుడు దేశాధ్యక్షుడు డోనాల్డ్ ట్రంప్ శామసంగ్రహాల్ ను ప్రారంభించినప్పుడు





# ବର୍ଷା ପରେ



# ఇది ఒంకెలు లుంకెలు సంగతులు..!

శరీర బరువు తగ్గించుకోవాలంటే స్వర్న ఆహారం తీసుకోవడం చాలా చాలా అవసరం. కొన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలు శరీరంలో కొవ్వును పెంచుతాయి అంటున్నారు కైద్య నిపుణులు. కాబట్టి అలాంటి వాటిని తగ్గించి ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాలను ఎంచుకోవడం ముఖ్యం. ఎక్కువ నూనెతో చేసిన వంటల్లో కొవ్వు, క్యూలరీలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి ఎక్కువగా తీంటే బరువు పెరుగుతారు. నూనెతో వేయించినవి, జంక్ ఫుష్ట్ తినడం తగ్గించాలి. బదులుగా ఆవిరిపై ఉడికించినివి లేదా గ్రీట్ చేసిన ఆహారాలు ఆరోగ్యానికి మంచివి. కేకులు, కుకీలు వంటి వాటిలో చక్కర చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. వీటిని తరచుగా తీంటే శరీరంలో ఎక్కువ శక్తి పేరుకుస్తోనో ఇంపుగా పూరి బిరువు పెరుగుతారు.



వాలి. చీజ్ లో సోడియం, కొవ్వు ఎక్కువగా ఉమ. దీన్ని ఎక్కువగా తినడం మానుకోవాలి. చీజ్ తింటే గుండ నమస్కలు, రక్కపోటు ఉపకారం ఉంది. దీనికి బలులుగా తక్కువ ఉన్న ఆహారాలను తీసుకోవడం ద్రిఫ్రెంచ్ ప్రైస్‌లో నూనె, ఉప్పు, పిండిలు (కార్బూ) ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి తింటే శరీరంలో ఎక్కువగా పేరుకుపోయి బరువు ప్రమాదం ఉంది. బలులుగా బీక్ చేసిన అవిరిటై ఉడికించిన బంగాళాదుంప వంటకాలు ఆరోగ్యానికి మంచివి. వివిధ రకాల వండు రసాలు.. ముఖ్యంగా దుకాణల్లో దూరికేవి ఎక్కువ చక్కరతో ఉండి బరువు పెరగడానికి కారణమవుతాయి. ఇంట్లోనే తాజా పండ్ల నుంచి రసం తీసుకుని తాగడం ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. బరువు తగ్గాలంటే కేవలం తక్కువ తినడమే కాదు.. సరైన ఆహారాన్ని ఎంచుకోవడం కూడా చాలా అవసరం. ఎక్కువ నూనె, చక్కర, ఉప్పు ఉన్న ఆహారాలను దూరం పెట్టి.. శరీరానికి కావాల్సిన పోషకాలను అందించే ఆహారాలను తీసుకోవడం ముఖ్యం. అలాగే రోజు వ్యాయామం చేయడం కూడా బలువు తగ్గడంలో చాలా సహాయపడుతుంది.

# ఉఁడి తెలుగుల వ్యాపార కలిగే బెనిధిత్వాల్?

శ్రుతి మనకు అందించిన జెప్పడు  
 వాల కలిగిన మొక్కల్లో కర్ణారవల్లి మన  
 కటి. , కర్ణారవల్లి మన కటి  
 రీవీకుల వైర్య పద్ధతుల్లో ఒక  
 బ్యాంక్ వైన స్థానం  
 పాదించుకుంది. ఆధునిక  
 వసన్తులో సైతం దీని ప్రామాణ్యత  
 లేదు. నేటి రసాయన ఆధారిత  
 ద్వయం యగగంలో  
 స్ఫోరచిల్లాంతి సహజ మొక్కలు  
 గ్రోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి.  
 న ఛోటోల కనిపిస్తున్న మొక్కము  
 శారా అదేదో పిచ్చివెంకు  
 పుకునేరు. అయియేదుంలో దానికి  
 తో ప్రాధాన్యత ఉంది. రాని  
 కర్ణారవల్లి. ఇందియస్ట్రీ  
 రేంజ్ లేదా వామాకు అని కూడా  
 ఉచ్చే దీన్ని ఒక అర్థద్వాన మూలికగా  
 ఉతుంటారు. మందమైన ఆకులు,  
 కపాటి మృదువెన పూర్వులత్తు  
 మందమైన ఆకులు,



కర్మవరమ్మ కషాయం శ్వాసనాళాలు పుట్టం  
చేయడంలో సహాయపడుతుంది. జీర్జప్పవస్తుకు  
రు ఉన్నాయి.

మంచి మెడిసిన్:  
కర్మారవల్లి ఆకుల రసాన్ని తాగితే అజీర్తి, పొట్ట  
నెప్పి), గ్యాస్, మలబద్ధకం వంటి సమస్యలు  
తగ్గుతాయి. ఇది జీర్ణక్రియను  
మెరుగుపరుస్తుంది. వర్క సమస్యల పరిష్కారం:  
కర్మారవల్లి రసం చర్చ దద్దుల్లు, పొడిచర్చ వంటి  
సమస్యలకు ఉపశమనం ఇస్తుంది. , తామర  
వాపు, సోరియాసిన్ వంటి చర్చ వ్యాధులకు ఉ  
పయోగపడుతుందట. గాయాలకు ఉపశమనం:  
కర్మారవల్లి ఆకులను తరిగి, పేస్పులా చేసి  
గాయాలపై పెట్టితే ఉపశమనం కలుగుతుంది.  
ఇమ్మూనిటీ బూస్టర్: ఈ మొక్కలోని పొషిక  
గుణాలు శరీర రోగినిరోధక శక్తిని పెంచడంలో  
సహాయపడతాయి. కర్మారవల్లి మొక్కను చిన్న  
కాండాలను నాటడం ద్వారా పెంచుకోవచ్చు.  
ఎక్కువ నీరు అవసరం లేదు. సూర్యకాంతి

# ବେଲୁଆଗ ଏହିତର କଲିପି ଅନ୍ତର୍ମାଳା ତିକଣିକଂଦି..

వెల్లుల్లిని ఆహోర రుచిని పెంచడానికి మాత్రమే  
కాకుండా ఔషధంగా కూడా ఉపయోగిస్తారు.  
వెల్లుల్లి తినడం ద్వారా అనేక రకాల వ్యాధులు  
నయమవుతాయి. కానీ వెల్లుల్లిని కొన్ని  
పదార్థాలతో కలిపి అస్పులు తినకూడదు.  
వెల్లుల్లిని కొన్ని వదార్థాలతో కలిపి  
తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి హోనికరమని..  
అయిర్చేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. వెల్లుల్లిని  
ఆహోర రుచిని పెంచడానికి పుట్టాడనే కాకుండా



# యంలకులు నీరీట్టో వేసుకుంటే..?

యాలకులు వంటకు మంచి రుచి,  
నువ్వాననను పెంచుతాయి.  
అంతేకాదు.. ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే  
మసాలా దినుసుల్లో యాలకులు అతి  
వుఱ్ఱువైనవి అంటున్నారు  
ఆయుర్వేద ఆరోగ్య నిపుణులు.  
అంతేకాదు ఆరోగ్యానికి కూడా చాలా  
మేలు చేస్తాయి. ఎన్నో పోపుకాలతో  
నిండి వున్న ఈ యాలకులను  
ప్రతిటీజూ రాత్రి రెండు నోట్లో  
వేసుకున్నారంటే.. ఊహించని  
ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని



కాల్చియం, పాటుఫియం, బరన్, వెగ్గుఫియం, ఫాన్సరన్, కార్బోఫ్రైట్లు, ప్రొటీస్లు, ప్లైబర్ వంటి పోషకాలు పుష్టిలంగా ఉన్నాయి. యాలకులు నోటి ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తాయి. నోటి దుర్వాననతో ఇబ్బంది పడుతున్నవారు కూడా రోజు రెండు యాలకులు తింటే నోటి దుర్వానన నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుండని

A close-up photograph of a single green cardamom pod cut in half, revealing its dark purple, aromatic seeds, placed in a shallow wooden bowl. The bowl is surrounded by a large quantity of whole, unopened green cardamom pods.

କରିଗିପ୍ତାଯୁ. ଉଦର ସଂବନ୍ଧି  
ପ୍ରାଚୀନ ନିହାରଣକୁ ଯାଲକୁଳ  
ଚକ୍ରୀ ପରିଷ୍ଠରଣା ପରିଚେତ୍ତୁଂଠି  
ଯାଲକୁଳତେ ଭାବୀଦି ତୃତୀୟତାଂର  
ମେଦରୁଲୋ ନେର୍ଦ୍ଦିଶ୍ଵାନିନ୍ ସ୍ନାଯୁଲଙ୍ଘ  
ପୈଂଚଦଂ ଦ୍ୟାରା ଇ  
ପନ୍ଥିଚେତ୍ତୁଂଠି. ଯାଲକୁଳରେ ଓଂ  
ଫୈଲର୍ ଏକବ୍ରଦ୍ଧ ନେପୁ କରଦୁପୁ ନିଂଦି  
ଅନୁଭ୍ରାତିନି କଲିଗିପ୍ତାଯୁ  
ମିମୁଖୀ ତକ୍କୁବ ତିନେବେ  
ଚେତ୍ତୁଂଠି. ଫଲିତଂଗା ବରୁବ  
ତଗ୍ରଦାନିକି ସହେଯପଦୁତୁଂ  
. ଯାଲକୁଳ୍ଲୋ ପ୍ରାଚୀଣୀଯ  
ମେଗ୍ରୀଷିଯଂ ପଂଚୀ ଭନିଜାଲୁ  
ଠରାଯି.. ଇହି ରକ୍ତଶୀଟିଲୁନ  
ନି ଯୁ ୧୦ ପ୍ରତି ୦ ଚ ଦ ଠ ଲ  
ସହେଯପଦୁତୁଂଠି. ଇହି ଗୁଂ  
ଜବ୍ଲୁଲ ପ୍ରମାଦାନ୍ତି ତଗ୍ରିପ୍ତାଯୁ  
ଯାଲକୁଳରେ ଓଂଦେ ଫୈଲର୍ ଏକବ୍ରଦ୍ଧ  
ନେପୁ କରଦୁପୁ ନିଂଦିନ ଅନୁଭ୍ରାତି  
କଲିଗିପ୍ତାଯୁ  
ତକ୍କୁବ ତିନେବେ  
ଚେତ୍ତୁଂଠି. ଫଲିତଂଗା ବରୁବ  
ତଗ୍ରଦାନିକି ସହେଯପଦୁତୁଂଠି

పెప్పంగా కూడా ఉపయోగిస్తారు  
వెల్లుల్ని తినడం ద్వారా అనేక రకాల  
వ్యాధులు నయమవుతాయి. కానీ  
వెల్లుల్ని కొన్ని పదార్థాలతో కలిపి  
అస్సులు తినకూడదు. వెల్లుల్ని కొన్ని  
పదార్థాలతో కలిపి తీసుకోవడం  
ఆరోగ్యానికి హానికరమని.. ఆయుర్వేద  
నిపుణులు చెబుతున్నారు. వాస్తవానికి  
వెల్లుల్ని పోషకాల నిధిగా  
పిలుస్తారు.. ఇది చాలా శక్తివంతమైన  
యాంటీఆక్సిడెంట్‌గా పనిచేస్తా.  
ఆరోగ్యాన్ని పలు సమస్యల నుంచి  
కాపాడుతుంది. అంతేకాకుండా.  
. ఖాళీ కడుపుతో వెల్లుల్ని నమించి  
తినడం వల్ల అపారమైన  
ప్రయోజనాలు లభిస్తాయిసి  
పేర్కూరటున్నారు. అయితే.. వెల్లుల్ని  
ఏ పదార్థాలతో కలిపి తినకూడదు.  
నిపుణులు ఏం చెబుతున్నారు..? అనే  
వివరాలను ఈ కథ నంలు

శైలుసుకుండాం.. రక్తాన్ని పలుచబరిచే మందులు: వైద్య నిపుణుల ప్రకారం.. మీరు రక్తం పలుచబడే మందులు తీనుకుంటుంటే, వెల్లుల్లి తినకూడదు. ఎందుకంటే వెల్లుల్లి మరియు మందులు తీనుకోవడం వల్ల నమస్య పెరుగుతుంది. మద్యంతో తీసుకోకూడదు: వెల్లుల్లిని ఆల్ఫాహోల్ తీసుకునే ముందు లేదా తర్వాత అస్పులు తినకూడదు. వెల్లుల్లి తినడం వల్ల కాలేయంపై చెడు ప్రభావం పడుతుంది. వెల్లుల్లి - ఆల్ఫాహోల్లో ఉండే సమ్మేళనాలు కాలేయం, జీష్టక్రియను దెబ్బతిస్తాయి. వెల్లుల్లి, ఆల్ఫాహోల్ తీసుకోవడం వల్ల కడుపు నొప్పి, మంట, యాసిడ్ రిఫ్క్స్ వస్తాయి. గ్రీన్ టీ తో వెల్లుల్లిని తీసుకోకూడదు: వెల్లుల్లిని గ్రీన్ టీ తాగడానికి ముందు లేదా తర్వాత కొంతసేపటి వరకు తినకూడదు. గ్రీన్ టీ - వెల్లుల్లి రెండూ ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి కానీ వాటిని కలిపి తినడం వల్ల మీకు హాని కలుగుతుంది. గ్రీన్ టీలో కెఫిన్ ఉంటుంది. కాబట్టి వెల్లుల్లి తినడం వల్ల కడుపు మంట, ఆప్సుత్స్పానికి దారి తీసుంది.



## విశాల్ ప్రియురాలి కొత్త సినిమా.. ట్రైలర్లో దుష్టురేపిందిగా

సాయి ధన్యక పేరు ఇప్పుడు సౌత్ ఇండియా చిత్రపరిశ్రమలో బాగా వైరల్ అవుతుంది. నటుడు విశాల్తో ఆమె ప్రేమలో ఉండగలమే ఇండుకు కారణం. తాజాగా వారిద్దరూ అధికారికంగా తమ ప్రేమ విషయాన్ని ప్రకటించారు. అయితే, తాజాగా సాయి ధన్యక సభించిన కొత్త సినిమా 'యోగి డా' సంచి త్రైలర్ విడుదలంది. గౌతమ్ కృష్ణ దర్శకత్వం హించిన యాశ్వన్ తమిళ చిత్రంలో సాయాలీ ఓండే, కబీర్ దుష్టున్ సింగ్ సభించారు. శ్రీ మౌనికా సిని ఫిల్మ్ బ్యానర్లై వి సంఘిర్ కుమార్ ఈ చిత్రాన్ని విర్యంచారు. తాజాగా ఈ మూవి త్రైలర్ను విశాల్ పేలిం ప్స్టోక్కి లేకుండా రిఎల్గా ఆమె స్టంట్స్ చేశారట. రజనీకాంక్ హీరోగా తెరకెల్కిన కబాలి మూవితో తెలుగు ప్రేషిటులకు బాగా దగ్గరింద ధన్యక. అందులో ఆయన కూతురు (యోగి) పాతలో మెఖ్చించింది. ఇప్పుడు 'యోగి డా' ట్రైలర్లో తనే ప్రధాన పాతలో నలిపచింది. త్వరలో ఈ మూవి విడుదల కాసుంది.



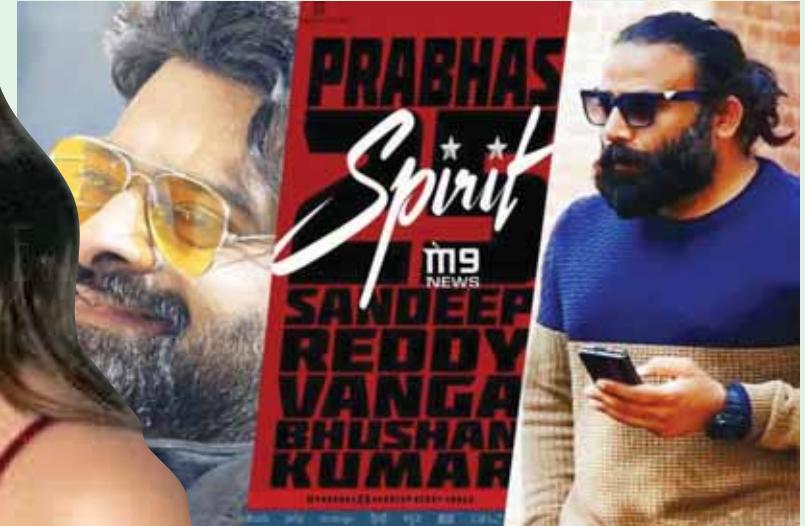
## వరువ్ - తేజ్ - మేర్లపాక గాంధి ప్రాజెక్ట్ తొలి షెడ్యూల్ పూర్తి!

మొగా (ప్రిన్) వరువ్ తేజ్, దర్శకుడు మేర్లపాక గాంధి కాంబినేషన్లో తెరకెక్కుతున్న హార్ట్-కామెడీ సినిమా సంచి తాజా అవ్వేల్ వచ్చింది. 'కొరియన్ కనకరాజు' అనే వర్షింగ్ ట్రైలిల్టో రూపొందుతున్న ఈ ప్రాజెక్ట్కి సంబంధించి తొలి షెడ్యూల్ అనంతపురంలో విజయవంతంగా పూర్వాయినట్లు మేకర్న్ అధికారికంగా ప్రకటించారు. అనంతపురంలో జరిగిన ఈ షెడ్యూల్లో చిత్రమిందం ఒక అద్భుతమైన పాటను చిత్రికంచింది. అంతేకండా, ప్రధాన తారాగణంపై కొన్ని కీలకమైన, అనుకూలమైన సన్మిలేశనలు ఘాట చేసినట్లు తెలుస్తోంది. ఈ షెడ్యూల్ పూర్వాయినట్లు ప్రకటించానికి మేకర్న్ వరువ్ తేజ్ ఒక్క ఒక ప్రత్యేక పోష్టును విడుదల చేశారు. ఈ సినిమా తదురపి షెడ్యూల్ ఈ జూన్లో కొరియలో ప్రారంభం కాసుందని సమాచారం. ఇది ఒక ఇండో-కొరియన్ కొప్పంభంతో కాసుందని సమాచారం. ఇది ఒక ఇండో-కొరియన్ ప్రాజెక్ట్ కావడంతో, కొరియలో చిత్రికం కీలకమైన భాగంగా ఉంది. ఈ చిత్రంలో రితిక నాయక్ కథానాయికగా సభిస్తుండగా, సత్య కీలక పాతలో కనిపించనున్నారు. యూపి క్రియేషన్స్ నిర్మాణ భాగస్వీమ్యుల్తో, ఫ్రెంచ్ ఎంటర్టెన్మెంట్స్ సహకారంతో ఈ సినిమా నిర్మితమపుతోంది. అధిక బడ్జెట్లో, ఆర్ స్టాయలో ఈ సినిమాను తెరకెస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈ చిత్రానికి తమమ సంగీతం అందిస్తున్నారు. వరువ్ తేజ్ అభిమానులతో పాటు, హార్ట్-కామెడీ జాసర్ ఇష్టపడే ప్రేక్షకుల్లో ఈ సినిమాపై మంచి అంచనాలు నెలకొన్నాయి.

# సినిమా



సంటివ్ స్క్యూచ్ మాములుగా లేదు..  
స్పీలిట్ కోసం యానిమల్ హిరీయిన్నని పట్టుకొచ్చాడుగా..!



ధార్మింగ్ ప్రభాన్ ప్రస్తుతం పలు సినిమాలతో బిఫీగా ఉన్నారు. దాదాపు అరడజను సినిమాలు అయిన భాతాలో ఉన్నాయి. అయితే వీటిన్నింటిలో కూడా అందరిలో ఆస్తి పెంచుతున్న చిత్రం స్పీరిట్. ఇంకా ఘాటింగ్ కూడా స్ట్రైట్ కాలేదు కాసే.. స్పీరిట్ గురించి ఓ రేంజ్లో చర్చలు జరుగుతున్నాయి. గతిదాది రిలీషన్ కట్టి అరివీర భయంకర హిట్లు కొట్టడంతో.. ప్రభాన్ తర్వాత సినిమాలపై ఓ రేంజ్లో చర్చ నడుస్తుంది. ప్రస్తుతం ప్రభాన్ మారుతితో రాజా సాబ్.. హాను రాఘవపూడి దగ్గరక్కుంటో ఘోట్ అనే సినిమా చేస్తున్నారు. ఈ సినిమాలు ఫినిష్ అయ్యాక సందీవ్ రెడ్డితో స్పీరిట్ చిత్రం చేయున్నారు. ఈ మూవీ పూర్తి అయ్యాక నాగ్ అశ్విన్ తో కల్చి %-% 2 , ప్రశాంత్ నీల్స్ లెంకార్ 2.. అలానే యంగ్ ట్రైట్క్రెక్ ప్రశాంత్ వర్క్షతో ఒక సినిమా చేయున్నట్లు సమాచారం స్పీరిట్ చిత్రాన్ని సందీవ్ ఏ జానరలో తెరకెక్కిస్తూడా అని అందరు ఆస్క్రిగా ఎచురు మాస్టున్నారు. ఇక ఇందులో హీరోయిల్గా దీపిక పదుకొణిసి ఎంపిక చేసినట్లు ఇటీవల వార్తలు వచ్చాయి. అయితే దీపికా కండీషన్స్ తట్టుకోలేక అమె స్టోనలో యాశ్వన్ మర్ల హీరోయిల్ని ఎంపిక చేశాడు సందీవ్. భారీ యాశ్వన్ ఎంట్లున్నారో? లో బాలీవుడ్ బ్యాటీల్ త్రిప్తి దిమ్మి హీరోయిల్న?గా నటించున్నట్లు సందీవ్ జనివారం సోపల్ మీడియా ద్వారా ప్రకటించారు. దీంతో ధార్మింగ్ ఫ్యాన్స్?కు హీరోయిల్ విషయంలో క్లారిస్ వచ్చేసింది. అయితే స్పీరిట్ సినిమాకు సంబంధించి అఫీషియల్?గా ఒక అసెన్స్యూట్ రావడంతో ఫ్యాన్స్ పుల్ భావ్లో ఉన్నారు. స్పీరిట్ అనేది ఇప్పుడు మనకు సింపుల్ వర్క్లూ అనిపిస్తుంది కాసే.. ఒక్క సారి సినిమా స్టోర్ అయ్యాక ట్రైట్క్రెక్ జస్టిఫీకెషన్ అనిపిస్తుందని సందీవ్ రెడ్డి వంగా ఓ ఇంటర్వ్యూలో చెప్పాడం మాశారు. ఇప్పటికే ప్రే ప్రాడక్షన్ వర్క్ కూడా సందీవ్ స్టోర్ చేసినట్లు తెలుస్తుంది. ఈ సినిమాని దాదాపు 9 భాషట్లో తీర్చిదిద్దన్నట్లు తెలుస్తుంది. తాజాగా చిత్రంలో కథానాయిక త్రిప్తి దిమ్మి ఘోర్ అని అనోన్ చేస్తూ అమె పేరును తెలుగుతో పాటు, ఇంగ్లీష్, హిందీ, తమిళ, కన్డు, క్లోన్, జపానీస్, కొరియన్ రాశారు. అంతే ఈ సినిమాని ఆభాసలన్నింటిలో విడుదల చేయున్నారు. ఈ సినిమాతో ప్రభాన్ రేంజ్ ఎక్కుడికో వెళ్లడం భాయం.

## 'ప్పెట్ పూర్తి' ట్రైలర్.. మంచి ప్రయత్నం

'ప్పెట్ పూర్తి' సినిమా ట్రైలర్ తాజాగా వచ్చేసింది. మంచి కంబెంట్లోనే ఈ సినిమా ప్లాన్ చేసినట్లు తెలుస్తోంది. 'లేదైన ట్రైలర్' సినిమాతో మెప్పించిన రాజేంద్రప్రసాద్ అర్థన సుమారు 38 ఏళ్ల తర్వాత మరోసారి వారిద్దరూ కలిసి 'ప్పెట్ పూర్తి' మూవిలో నటించారు. తాజాగా ఈ మూవి సంచి విడుదలను ట్రైలర్కు మంచి రెస్స్యూన్ వస్తుంది. ఈ మూవిని పదన ప్రభ దర్శకత్వంలో రూపేష్ణ వోడరి నిర్మించారు. ఈ విత్రానికి ఇక్కయురాజా సంగీతం అందించారు. ఇది ఒక మంచి లెవ్ ట్రూక్టో పాటు కుటుంబ విలువలకు పెద్ద పీర వేసినట్లు ప్రటిలో చూస్తే అర్థం అవుతుంది. రాజేంద్ర ప్రసాద్, అర్థన జంటలో పాటు రూపేష్ణ వోడరి నిర్మించారు. ఈ విత్రానికి ఇక్కయురాజా సంగీతం అందించారు. మంచి లెవ్ ట్రూక్టో పాటు కుటుంబ విలువలకు పెద్ద పీర వేసినట్లు ప్రటిలో చూస్తే అర్థం అవుతుంది. రాజేంద్ర ప్రసా

# తోక విద్యు లఘురమ్.

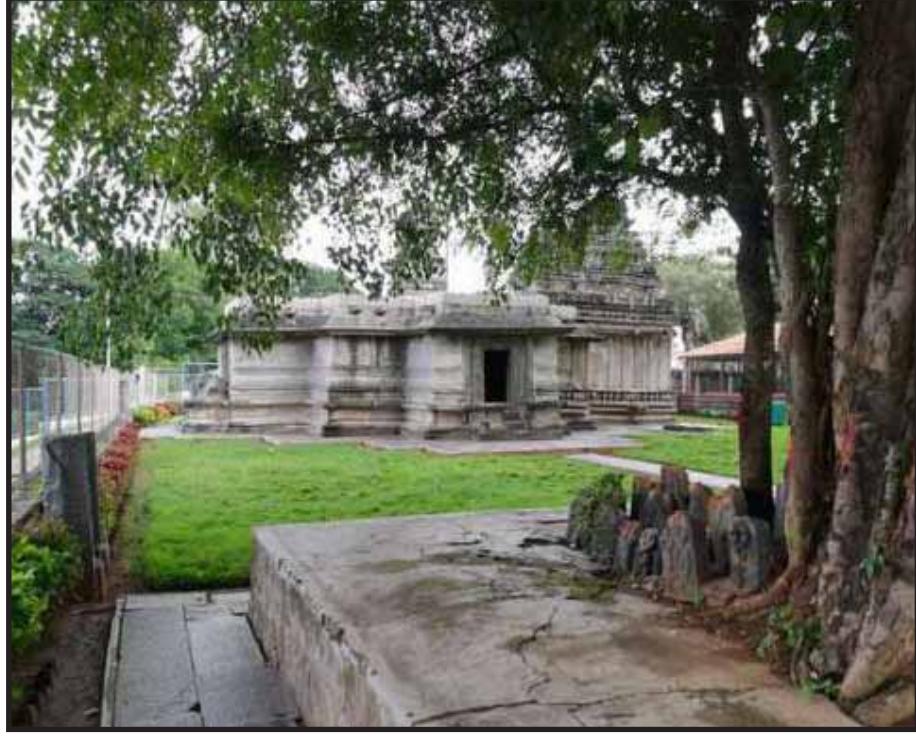
**పైదరాబాద్**, (ఎ.ఎం.వెన్): పాండిత్యం, ప్రజ్ఞ, ప్రతిభ ఆచరణలో ఉపయోగపడకపోతే చెల్లని కాసుల వలె, కాలం చెల్లిన వస్తువుల వలె ఉండిపోతాయి. అందుకే చదువులన్నీ బతుకు బండిని నడిపించేవిగా ఉండాలి. శైల్క విద్యతో బాటు లోక విద్యను అభ్యసించమంటున్నది. సూక్ష్మంగా ఆలోచించమంటున్నది. అడుగు వేద్దామంటే, అడవి చిక్కదనం భయం కలిగిస్తున్నది. పైగా ముని మాపు వేళ. అంతకు ముందే సూర్యుడు అస్తువించినందున పట్టుల కలకలారావం చెవిన పదటం లేదు. కాలిదారి కానరావటం లేదు. అడవిలోకి వెళ్ళే దారి ఆనవాలు కంటికి ఆనటం లేదు. ఎంత పండితుడైనా ఏమి చెయ్యగలడు! ఆలోచనలో పడ్డాడు. ఎట్లాగైనా తెలివారే సరికి అడవి దాటి గ్రామం చేరుకోవాలి. కానీ ఎట్లా? దారీ తెన్నూ తెలియటం లేదు. చీకటి మరింత చిక్కచౌతున్నది. ఆలోచనలు తెగటం లేదు. పండితుడు తన అనహియతను నిందించుకుంటూ నిలబడిపోయాడు. ఇంతలో దూరంగా సన్నని వెలుగు, ఆశా రేఖ వలె కనబడుతున్నది. అడవి పురుగేమోనన్న అనుమానం, కాకూడ దనే కోరిక బలపడుతున్నయ్య. నెమ్మిదిగా వెలుగు తన వైపే తరలివస్తున్నది. చీకటి భయం! చీకటి పలవనొతూ వెలుగు. పండితుడి దాకా చేరింది. అడవిలో పగలంతా కట్టెలు కొట్టుకుని ఇంటికి తిరిగివస్తున్న బక్కపల్చటి మనిషి పండితుణ్ణి సమీపించాడు. కట్టెల మోపు కిందకు దింపి, ‘అయ్యా! ఒక్కరే నుంచుని ఉన్నారు! నేనేనం సాయం చెయ్యగలను?’ అన్నాడు. ‘సాయనా! అవతలి ఊరు ఎంత దూరంలో ఉంది? రేపు వేకువకల్లా అక్కడికి చేరుకోవాలి. అడవిదారి కంటికి ఆనటం లేదు. పైగా చిమ్మ చీకటి. జంతువులు, పసరాలు వెళ్లనిస్తాయా? నువ్వేమైనా సాయం చేస్తావా? అడిగాడు పండితుడు. ‘దీనికంత ఆలోచన ఎందుకు స్నామీ! ఇదుగో నా చేతిలో లాంతరు తీసుకోండి. ఎవరి సాయమూ అక్కరలేదు. అడుగు ముందుకు వేస్తే, చీకటి అడగు వెనక్కు వెళుతుంది. వెడుతూ ఉండండి. చీకటి వెనుకబడిపోతుంది. అనుకున్నంతలో ఊరొస్తుంది. ఆలోచిస్తూ ఉంటే అడుగు ముందుకు సాగేనా?’ అంటూ లాంతరు పండితుని చేతికందించాడు. పండితుడు లాంతరు అందుకుని ప్రయాణం ప్రారంభించాడు. అవును! ఆలోచన దగ్గరే మనిషి ఆగిపోతే ఆచరించేపుడు? చదివిన చదువులన్నీ మనిషికి అవసరమైన వేళ అక్కరకు రాకపోతే, స్నూరణ,

స్విపు కలిగించకపోతే వృద్ధా కదా! భయం మనిషిని ఆలోచించనివ్వదు. సర్వ శక్తులన్నీ నిరుపయోగం చేస్తుంది. నిర్వీర్యం చేస్తుంది. స్వప్పతను దూరం చేస్తుంది. ఇంకొకరి కోసం చేసే ప్రభోధం ఆచరణకు నోచుకోకపోతే, ఈ ప్రమాదంగా మిగిలిపోతుంది. పాండిత్యం, ప్రజ్ఞ, ప్రతిభ ఆచరణలో ఉపయోగపడకపోతే చెల్లని కాసుల వలె, కాలం చెల్లిన వస్తువుల వలె ఉండిపోతాయి. అందుకే చదువులన్నీ బతుకు బండిని నడిపించేవిగా ఉండాలి. కట్టెలు కొట్టుకుని జీవించే వ్యక్తి వండితునికి దారి చూపటం ఏమని చెబుతున్నది? శ్లోక విద్యతో బాటు లోక విద్యను అభ్యాసించమంటున్నది.. నూక్కుంగా ఆలోచించమంటున్నది. ఇట్లాగే మరో సందర్భం. ఇది బహుళ ప్రచారంలో ఉన్నదే. ఇందులోనూ చదువుకున్న పండితుడున్నాడు. అతను పడవ ఎక్కాడు. అప్పుడే సన్మానసత్యాగ్రాలందుకుని వస్తున్న వైసం అతని ప్రతి కదలికలోనూ కనిపిస్తున్నది. రెండు చేతులా కంకణాలు, భుజంపై శాలువా, మెడనిండా రుద్రాక్షలు, కాళ్ళకు కడియాలు. ఆకాశం నిర్వులంగా ఉంది. పడవాడితో మాట కలిపాడు పండితుడు. ‘ఏరా అభ్యాసి ఏమన్నా చదువుకున్నావా? ఎన్నాళ్ళగా పడవ నడుపుతున్నావు? పిల్లలెంతమంది? వారినీ ఈ పనిలోనే పెట్టావా?’ అడిగాడు. ‘బాబయ్య ఏమీ చదువుకోలేదు. మాతాతల నాటి నుంచి ఇదే పని. దేవుడి దయ వల్ల అంతా బాగానే ఉంది’ అన్నాడు. ‘చదువుకోకపోతే ఎలా? నన్ను చూడు తర్వాత, వ్యాకరణం వంటివ్వే చదువుకున్నాను కనుక ఈ గౌరవం, డబ్బు, మర్యాద, సుఖం లభిస్తున్నాయి. చదువుకోకపోతే జన్మ వృద్ధా’ అంటూ పండితుడు తాంబూల సేవనం మొదలుపెట్టాడు. ఈలోగా వాతావరణం ప్రతికూలంగా మారటం, పడవ అటూ ఇటూ ఊగటం మొదలైంది. దానితో పడవ



సరంగు ‘అయ్యా! ఎన్నో చదువుకున్నారు. ఎంతో నేర్చుకున్నారు. వాటితో పాటు ఈత కూడా నేర్చుకున్నారా?’ అని ప్రశ్నించాడు. ‘లేదురా ఆ ఒక్కటీ నేర్చుకోలేదు ఏం’ అన్నాడు పండితుడు. ‘అయ్యా ఇప్పుడక్కరకు వచ్చేది అదే. పడవ మునగటం భాయం. ఈదటం తప్ప మరో మార్గం లేదు. మీకా ఈత రాదు ఏం చేధాం? అన్నాడు సరంగు. ఆ పైన జిరిగినదంతా కథ.జివితం బహుమఖీనం. అది అందమైన శతపత్రంది విద్యా మలొకదాని కంటే ఎక్కువా కాదు. తక్కువా కాదు. దేనికదే ప్రత్యేకంపామరత్యం మనసుదే!కావలసినదల్లా అందరినీ అంతటినీ గౌరవించటంపాండిత్యం అహాన్ని తుంచాలేగాని పెంచకూడులోక విద్యలు జీవితాన్ని భద్రంగా నడిపిస్తాయ్తు ఆత్మ విద్య మనిషి జీవితాన్ని సంపూర్ణంగా ఆవిష్కరిస్తుంది.

# మారేడు చెట్టును పూజిస్తే.. మారేడు దళానికి బీరువాలో వుంచుకుంటే?



పైదరాబాద్, (ఎ.వి.ఎస్): శివ పూజలో పుష్టయత్తో పాటు కొన్ని ఆకులను ఉపయోగిస్తారు. వాటిలో బిల్వపత్రం (మారేడాకు) ప్రధానమైంది. బిల్వ ఆకులతో పూజ త్రైప్పమైనది. బిల్వపత్రాలు గాలిని, నీటిని శుభ్రపరుస్తాయి. ఈ చెట్టు నుంచి వచ్చే గాలి శరీరానికి సోకడం ద్వారా అరోగ్యానికి మేలే జరుగుతుంది. జబ్బులు అంటవు. అంతర కణాలకు మంచిది. దేహాన్ని శేష్టంగా వుంచుతుంది. బిల్వ పత్రాలను నూరి రసం తీసి. శరీరానికి పూసుకుంటే చెముట వాసన రాదు. మారేడు వేరు రసం తీసి, తేనెతో రంగరించి తాగితే వాంతులు వెంటనే తగ్గుతాయి. ఈ రసాన్ని రోజూ సేవిస్తే అనారోగ్యాలు దరిచేరవు. బిల్వపత్రాలను దంచి కళ్ళాపై లేపనంగా వేసుకుంటే కంటి దోషాలు ఏమైనా వుంటే నిశ్చిస్తాయి. బిల్వ చూర్చు అతిసారాన్ని తగ్గిస్తుంది. ఇక పవిత్ర వృక్షాల్లో ఒకటి, శివునికి ప్రీతికరమైన ఈ మారేడు ఆకులతో శివపూజ చేస్తే అనుకున్న కోరికలు నెరవేరుతాయి. మారేడు దళం మూడు భాగాల్లో త్రిమూర్తులైన బ్రహ్మ, విష్ణు, శివుడు కొలువుంటారు. మారేడు దళం ఇచ్చాశక్తి, జ్ఞానశక్తి, క్రియాశక్తి సంకేతం. ఇవి మూడు శివ స్వరూపం. శివ సమౌదరి అఱువ మహాలక్ష్మీదేవి హృదయం నుంచి మారేడు దళం ఆవిర్భవించడంతోనే శివునికి ఆ దళం శివునికి ప్రీతికరమైనదని పురాణాలు చెప్పున్నాయి. మారేడు దళం చుట్టూ భక్తితో ప్రదక్షణలు చేసి భక్తితో తాకినట్టతే శివుడిని స్ఫుర్యంచినట్టేనని ఆధ్యాత్మిక నిపుణులు అంటున్నారు. అంతేగాకుండా రోహిణి నష్టత్తం రోజున మారేడు చెట్టు

కింద పూజ చేస్తే దారిద్ర్య బాధలు తొలగిపోతాయి. సూర్యోదయం నుంచి వచ్చే రోహిణి నక్షత్రం రోజు మారేడు చెట్టుకు పూజ చేస్తే సిరిసంపదలు వెల్లివరుస్తాయి. రోహిణి నక్షత్రం చంద్రునికి చెందింది. ఇక చంద్రుడిని ఆధిపత్యం వహించే దైవం శ్రీమహాలక్ష్మి అందుకే రోహిణి నక్షత్రం రోజున మారేడు చెట్టు వద్ద పూజ చేస్తే ఐశ్వర్యం స్థిరంగా నిలబడుతుంది. మారేడు చెట్టు ఎక్కుడున్నా.. లేకుంటే దేవాలయాల్లో వుండే మారేడు చెట్టు వద్దకు వెళ్లి.. హూమండీలో 11 రూపాయలు వేసి ఈ పూజ చేయాలి. మారేడు చెట్టు మొదట్లో నీరు పోసి, ఆవు నేతితో దీపారాధన చేసి, గంధపు సువాసన వచ్చే అగరవత్తులను వెలిగించి.. చెట్టు కింద కూర్చుని లక్ష్మీదేవికి సంబంధించి అపోత్రాన్ని పారాయణం చేయాలి. తమలపొకు, పండు, తూంబూలం పెట్టాలి. తమలపాకులు మూడు, రెండు తెలుపు పచ్చిపోకల వక్కలు, రెండు అరటిపండ్లు వుంచి, దళ్ళిణాగా ఐదు రూపాయలు వుంచి..

మారేడు చెట్టు వద్ద పెట్టాలి. అపై తమ దారిద్ర బాధలు తొలగిపోవాలని ఇష్టదైవాన్ని నమస్కరించుకోవాలి. లక్ష్మీదేవికి సంబంధించిన ఏదైనా స్తోత్రాన్ని పొరాయణ చేసుకోవాలి. తర్వాత చినుగులు లేని మారేడు దళాలను రెండు లేదా మూడు ఇంటికి తెచ్చుకుని.. ఒక దళాన్ని బీరువాలో ఉంచుకోవాలి. రెండోది కవర్లో వుంచి.. ప్యాకెట్లో వుంచుకుంటే డబ్బు స్థిరంగా నిలుస్తుంది. రోహిణి సక్కుత్రం నాడు ఇంటికి తీసుకొచ్చే మారేడు దళాన్ని క్యాప్చబాక్సులో వుంచుకుంచే ఆప్లైశ్యర్యాలు చేకూరుతాయి. ఇంకా మారేడు చెట్టు పూజతో సకల పొపాలు తొలగిపోతాయి. వేదాల ప్రకారం శివుడే ఐశ్వర్య ప్రదాత.. అందుకే మారేడు ఆకులతో ఆయన్ని పూజించి సకల సంపదాలను పొందవచ్చునని ఆధ్యాత్మిక పండితులు సూచిస్తున్నారు.

# గోసేవతో సకలపాప హరణం భక్తుల ఆంతర్జం తేలిసిన మహాత్మలు..

ప్రాదుర్బాణం, (ఎ.వి.ఎస్): గత జన్మలో మనం చేసిన దుష్టర్థలు వ్యాధి రూపంలో బాధిస్తాయి. అలాంటి దుష్టర్థలు వల్ల నండకమించే వ్యాధులకు గోమాతను పూజించడం ద్వారా పరిష్కరం దౌరకుపతుండని ధర్మశాస్త్రాలు సూచించాయి. శాతాతప స్ఫూర్తి ప్రకారం కొంగసు హింసనైస్తే ఆ పాపం వల్ల మరుజన్మలో ముక్కుకి నంబందించిన సమస్యలతో భాధపడతారు. వీరీ తెల్ల గోపును సేవిస్తే ఘణితం ఉంటుంది. గత జన్మలో కాకిని హింసిస్తే ప్రస్తుత జన్మలో చెవి నంబందిత రోగాలతో భాధపడతారు, వీరీ నల్లని ఆవృకీ సేవ చేస్తే పరిషోరం లభిస్తుంది. గత జన్మలో ఎవరిలైనా వంచిస్తే అలాంటి వారు మార్గరోగంతో భాధపడతారు. దానిని పోగొట్టుకోవాలంటే కపిల గోవకు సేవ చేయాలని శాతాతపుడు తెలిపాడు. పూర్వజన్మలో పరిసిందలకు

పాల్చిడన వారికి ఈ జన్మలో బట్టతల వస్తుంది. గోవులక్ష నేనే వచేయడం లేదా వాటిని స్కరమంగా చూసుకనే వారికి దానమిస్తే ఈ పాపం పరిషరం అవుతుంది. పరులను ఎగుతోళీ చేసిన వారికి ఈ జన్మలో ఒక కస్తు కనబడు. ఇందొచ్చి వారు గోవు సంరక్షించి దాని సంతకిని వృథి చేయాలి. అంతేకాదు దాని పాలను నేవించడం, పేద పిల్లలక్ష దానం చేస్తే పాపం పరిషారమవుతుంది. ధర్మ శాస్త్రాలు గోవు అనేక విధాలుగా ప్రతించాయి.

ప్రాదుర్బాద, (ఎ.వం.ఎస): మహానుభావులకు త్రికలాప  
వేదిత్వం అంటే భూతథిష్ట వర్త మానాల్లో జిరిగినని  
జరుగుతున్నవి జరగబోయేవి తెలుస్తాయి. అలాగే తమ  
గురించి ఎవరు ఏమాలోయి స్తున్నాన్నో కూడా వారికి తెలు  
స్తుంది. ఎంతో మంది మహా తృపులు అటువంటి శక్తులు  
ప్రదర్శించారు. అటువంటి మహాతృపుల శివనేశవ్ స్వామీజీ  
ఆయన తన జీవిత కాలాన్ని ప్రిందిలో సాయి సేవలనే  
గడిపి ‘సాయి సేవక్’గా పేరు పొందారు. ప్రింది సాయి  
సంస్థానం వారు స్వామీజీకి గురుస్థానకు ఎదురుగా ఉన్న  
భవను మెట్ల కింద బస ఏర్పాటు చేశారు. ఇది సహించలేని  
కల్యాణ ఎంకట సాయి సమాజం వారు స్వామీజీని కల్యాణరూ  
తీసుకు పోయి, అన్ని వస్తులతో కూడిన ఒక ఆర్థమాన్సి  
నిర్మించదివిచారు. దానికి స్వామి ‘నాకు ప్రిందియే సర్వస్ఫుర్ము  
ప్రిందిని వీడేది లేదు’ అని చెప్పారు. దానితో వారు  
బలవంతంగానైనా స్వామీజీని కల్యాణ తీసుకుపోదిలిచారు.  
స్వామీజీ రాత్రి సమయంలో లెండి బాగ్లో ప్రదక్షిణలు  
చేస్తాని వారికి తెలుసు అందువల్ల ఒక రాత్రి సమయంలో  
—

లెండి భాగి సమిపంలో కారు పొర్కు చేసి స్నామీజీ కోసం ఎదురు చూడసాగారు. భక్తుల మనసులను బాగా అవగతం చేసుకునే శక్తిగల స్నామీజీ ఆ రాత్రి ప్రదక్షిణలకు వెళ్లకపోగా పది గంటలకే గది తలుపులు వేసుకుని తెల్లవారు జాము వరకు బయటకు రాలేదు. తెల్లవార్ల స్నామీ రాకం ఎదురు చూసిన భక్తులు తే లుపారగానే స్నామీజీని కలపగా, ఆయన 'రాతల

A painting depicting a man in a white robe and a woman in a red sari with a blue border, sitting in a lush green field under a clear blue sky. The man is gesturing with his right hand towards the horizon. In the background, there are several trees and a distant mountain range.

భుత్తె కాదు, ప్రవక్తవ ఎద్దనా హన జయితుందమానన. మహ్మద్ తుతుస్తె భయివడక అల్లా మనకు తోడుగా ఉన్నాడు' అన్నారు.  
కుట్రాదారులు మహ్మద్, అబ్యా బ్రక్తలు ఉన్న గుహ వద్దకు వచ్చేశారు. అక్కడ ఎంతో కాలంగా గుహ ద్వారానికి అట్టగూ అల్లుకుపోయి ఉన్న సౌలైరూడు, పొవరం గూడు కనబడ్డాయి. దానితో ఎవరూ గుహలోనికి ప్రవేశించలేదని భావించి వారు గుహ లోనికి పోకుండానే మిగతా చోట్ల వెత్తికి తిరిగి వెళిపోయారు.

**నుమంతుడికి వానర రూపం...**

పరీష్ఠించదలచి ఈ సర్వులోని నీటిలో వీరిద్దరిని పడమేశ్యాను. పరులకు పుట్టినవార్తె మర్పుట రూపులుగా, తనకు పుట్టినవార్తె తమ స్ఫురూపులుగా ఈ నీటి నుండి తిరిగి వస్తారని చెప్పి పిల్లలిధ్దరిని నీటిలో పడమేశ్యాను. పిల్లలిధ్దూ మర్పుట రూపులై తిరిగి రావడం చూసి గౌతము మహార్థి మిక్కిలి కోపిష్టులవుతారు. ఈ విషయం తెలిసిన అహల్య అచ్ఛటకు వచ్చినది. కోపిష్టుడైన మహార్థి పరపురముని స్పర్శ తెలియనంతగా బండరాత్మితే ఉన్నావా?

నీవు రాతి బండవు కమ్ముని అహల్యను శపించి పిల్లలును వదిలేసి మహార్థి కోపముతో ఆక్రమ నుండి వెళ్లిపోయాడు. అప్పుడు అహల్యాదేవి తన కుమారై అంజనాతో పరపురములు తన తలాడి రూపముతో వచ్చినారని తెలిసి కూడా తనతో ఇంతకాలం చెప్పుక తను శాపగ్రస్తులాగుటకు, తన కుమారులు మర్పుట రూపులు అగుటకు కారణమైతివి.

కాబట్టి నీవు అంధూరాలివికమ్ము నీకు పుట్టబోయే కుమారుడు కూడా మర్పుట రూపుడై పుట్టగాక అని తన కుమారై అంజనాదేవిని శపించినది.

తల్లి శాపముతో అంధూరాలిగా మారిన అంజనాదేవి ఆ ప్రాంతం వదిలి కిష్మింద చేరి అచ్ఛట కేసరి అనుసత్తడిని విఘామాడినది. వారికి కలిగిన సంతాసమే అంజనేయస్యామి. ఆనాడు అహల్య పెళ్లిన శాపం వల్ల అంజనాదేవి కుమారుడైన అంజనేయస్యామికి మర్పుట రూపం వచ్చింది.

అస్తాలు పెట్టిన శాపం వల హానుమంతుడికి ఎానర రూపం...

ప్రాదురొబార్డ్, (ఎ.ఎం.వెన్): గౌతమ మహర్షి అప్పల్చ దంపతులకు కలిగిన పుత్రులు వాలి, సుగ్రీవులు మర్యాద రూపులుగా ఎందుకు ఉన్నారు? ఏరి పుత్రిక అంజనా దేవి కుమారుడు అంజనేయ స్నామి మర్యాద రూపుడు అవడానికి కారుణ్యమేమిలో? తెలుసుకుండాం. గౌతమ మహర్షి తపస్సుకు మెచ్చి శివుడు సొంత తృప్తిరించిన తరువాత తను బ్రాహ్మణరూపు వీధి తను ఇచ్ఛటనే ఉండి ఇంకనూ సంతానం పొందగోరి సంసార జీవితం గడిపారు. అప్పల్చ గౌతమ మహర్షి దంపతులకు ఒక కుమారై ఇద్దరు కుమారులు కలిగారు. ఏరి కుమారులు వాలి, సుగ్రీవులు.

పేర్కొంచదలచి ఈ సరషులోని నీటిలో పీరిధరిని పడవేస్తాము. పరులకు పుట్టినవార్తతే మర్కు రూపులూగా, తనకు పుట్టినవార్తలే తమ స్వారూపులుగా ఈ నీటి నుండి తిరిగి వస్తారని చెప్పి పిల్లలిద్దరిని నీటిలో పడవేస్తాము. పిల్లలిద్దరూ మర్కు రూపులై తిరిగి రావడం చూసి గౌతమ మహార్థి మిక్కిలి కోస్తులవతారు. ఈ విషయం తెలిసిన అహల్య అఘృంతకు వచ్చినది. కోపిష్టుడైన మహార్థి పరవరుమని స్వర్ణ తెలియనంతగా బందరాత్మితి ఉన్నావా?

నీవు రాతి బందవు కమ్మని అహల్యాను శపించి పిల్లలను వదిలేసి మహార్థి కోపముతో ఆక్రమ నుండి వెళ్లిపోయాడు. అప్పుడు అహల్యాదేవి తన కుమార్తె అంజనాతో పరవరుమలు తన తండ్రి రూపముతో వచ్చినారని తెలిసి కూడా తనతో ఇంతకాలం చెప్పక తను శాపగ్రస్తురాలగుటకు, తన కుమారులు మర్కు రూపులు అగుటకు కారణమైతివి.

కాబట్టి నీవు అంధురాలివికమ్ము నీకు పుట్టబోయే కుమారుడు కూడా మర్కు రూపుడై పుట్టుగాక అని తన కుమార్తె అంజనాదేవిని శపించినది.

తల్లి శాపముతో అంధురాలిగా మారిన అంజనాదేవి ఆ ప్రాంతం వదిలి కిష్మింద చేరి అఘృంత కేసరి అనుసత్తడిని విపామాడినది. వారికి కలిగిన సంచానమే ఆంజనేయస్వామి. ఆనాడు అహల్య పెట్టిన శాపం వల్ల అంజనాదేవి కుమారుడైన ఆంజనేయస్వామికి మర్కు రూపం వచ్చింది.