

సంపాదకీయం

విత్తన జీవితం ...

ದೇಶಾನಿಕ ರೈತು ಸೇವೆ ಅಂಕಿತಣ

ప్రతిబు గల ద్వారము ప్రకాశరావు

కాంగ్రెసువాడ. అయినా ప్లఫా భావాలుండపటి. ప్రకాశరావుని దత్తతీతి తీసుకున్న చిన్న తాత సుబ్బయ్య ఆయనలోని విష్ణువు ఆలోచనల కారణంగానే ప్రకాశరావును తండ్రి వద్దకు పంపేసారు. తండ్రి నుంచి రాజకీయం, విష్ణువు భావాలు వారసత్యంగా సంక్రమించడంతో పాటు, అరదనగా సినిమా ఆసక్తి ఏర్పడింది. టూరింగ్ టాకీస్‌లో ఉచితంగా సినిమాలు చూసే అవకాశం కలిగించుకున్నారు. చిన్న తనంలోనే విద్యుత్తీర్గా వుంటానే రాజకీయాలు వేపు ఆసక్తి చూపారు. ఆయన ఉచితంగా సినిమా చూసే టూరింగ్ టాకీస్‌లో అసిస్టెంట్ అపరేటర్ వుద్దోగ్రం సంపాదించు కున్నారు. అదీ వదిలేయాల్సి వచ్చింది కొంత కాలానికి. ప్రజానాట్య మండలి వేపు, కమ్యూనిష్ట్ సిద్ధాంతాలు వేపు ఆకర్షితులయ్యారు తాతినేని ప్రకాశరావు. ప్రజానాట్యమండలి ప్రదర్శించే కళా కార్యక్రమాలను నిర్వహించే పనిలో పడ్డారు. మీటింగు కని ప్రకాశరావు 1946లో మద్రాసు వెళ్గా, అక్కడ దర్జకుడు ఎల్.వి.ప్రసాద్‌తో పరిచయం ఏర్పడగా అది పెంపాందించు కున్నారు. మళ్ళీ కృష్ణాజిల్లాకు తిరిగి వచ్చేసినా, ఏడాది పూర్తి కాకుండానే తను నిర్వహించే రాజకీయ సాంస్కృతిక ఘనవ్యాఖ్యలకు స్ఫుర్తి చెప్పి, మద్రాసు చేరుకుని ఎల్.వి.ప్రసాద్ దర్జక్తప్పంలో కె.వెన్.ప్రకాశరావు హిరోగా రూపొందిన డ్రోఫా చిత్రానికి అసిస్టెంట్ డైరక్టర్ అయ్యారు. ఎల్.వి.ప్రసాద్ పద్ధతి మనదేశం, సంసారం, పొవుకారు, పెళ్ళి చేసి చూడు చిత్రాలకు. కె.వి.రిట్టి వద్ద పాతాళ బైరవి చిత్రానికి సహాయ దర్జకుడుగా పనిచేసారు. పీపుల్చ్ ఆట్ట సంస్కృత నిర్వించిన పట్టటులు చిత్రంలో దర్జకుడయ్యారు ప్రకాశరావు. సంక్రాంతి పండుగ సందర్భంగా సంబరాలు, గ్రామాల్లో ఉండే చెడుగుడు అట వందిచి అత్యంత సుహజంగా చిత్రీకరించడమే కాకుండా సంక్రాంతి పండుగ గురించి ఒక పాట, దేశభక్తిని ప్రబోధించే పాట ఒకటి, తెలుగు తేజం వివరించే చెయ్యిత్తి జైకొట్టు తెలుగుడా.. పాటని చిత్రీకరించారు. ఎస్టీఆర్, ఎస్సీఆర్, సావిత్రి, నాగబ్రాషణం ఈ చిత్రాలకి ముఖ్య పాత్రధారులు. పట్టటులు అందాలు, అనందాలు వర్ణించిన ఈ చిత్రం 1952లో విడుదలై విజయం సాధించింది. 1953లో ఎస్టీఆర్ నటించిన పెచ్చ పుల్లయ్యన్ ద్వారా వ్యక్తిగతి చూసారు. తిరువాత అన్నాచల్లలు నాటకం అధారంగా ఆక్రిస్టేన్సి, ఎస్టీఆర్, సావిత్రి ప్రధాన పాత్రలు పోషించగా పరివర్తన చిత్రం రూపొందించారు. ఈ చిత్రం తమికంలో డబ్బ అయి ఘన విజయం సాధించింది. 1954లో విడుదలైన ఆ చిత్రంలో నీతి నియమాలు, మానవతా విలువులు ఆదర్శాలు చక్కగా చిత్రీకరించారు. ఆక్రిస్టేన్సితో నిరుపేదలు చిత్రాన్ని తీసి 1954లోనే విడుదల చేసారు. 1959లో విడుదలైన ఇలరికం సాధించిన విజయం అందరికీ తెలిసిందే. 1958లో ‘అమరదీప్’ అనే హిందీ చిత్రానికి దర్జక్తప్పు వహించడం ద్వారా బాలీవుడ్ లోనూ ప్రవేశించారు. జయం మనదే, మా బాబు, మైసర్ బాబు, సంసారం, చిరంజీవి రాంబాబు, గాలి పటాలు, గంగా భవాని, పొగరు భోతు, అశా జ్యోతి, భారతంలో అర్జునుడు తదితర చిత్రాలకు తెలుగులో దర్జక్తప్పు వహించారు. తాతినేని ప్రకాశరావు కజిన్ అయిన తాతినేని రామారావు, ప్రకాశరావు వద్ద అసిస్టెంట్ డైరక్టర్గా పనిచేసి ఆయన కూడా ఆయన బాటలో ప్రయాణం చేసి, తెలుగు చిత్రాలు, హిందీ చిత్రాలు డైరక్ట చేసారు. హిందీలో స్టార్ డైరక్టర్గా పేరు తెచ్చుకున్నారు. కె.ప్రత్యుషాత్మక్ కూడా తాతినేని ప్రకాశరావు శిష్యుడే. ప్రత్యుషాత్మక్ హిందీ చిత్ర రంగాన్ని ఏలారు కె.పి.అత్మగా. వి.మధుసూదన రావు, గుత్తా రామినీదు, కె. హేమాంబరథర రావు, తాతినేని ప్రకాశరావు వద్దనే దర్జక్త శాఖలో శిక్షణ పొంది హిట్ చిత్రాల దర్జకులుగా రాశించారు. తెలుగు హిందీ భాషలలో కొన్ని చిత్రాలను డైరక్ట చేసిన టి.ఎల్.వి.ప్రసాద్, తాతినేని ప్రకాశరావు కుమారుడు. ఆయన తాతినేని ప్రసాద్ కూడా కొన్ని చిత్రాలను డైరక్ట చేసారు. వినోదంతో పాటు విజ్ఞానం కూడా అందించాలని సమాజంలోని సమస్యలను కూడా చర్చించాలని, కుటుంబ పరమైన సమస్యలు, సరదాలు చక్కగా చూపించాలని ప్రయత్నించి, సఫలం చెందేవారు. దర్జకుడుగా, అందుకే తాతినేని ప్రకాశరావు చిత్రాలలో కథించి కథనం నాటకీయంతో ఆకట్టుకునేలా ఉండేది. తాతినేని ప్రకాశరావు 1992, జూలై 1న మృతి చెందారు.

ಅಲನಾಟ್ ಮೆಟ್ ನಾಯಕುಲ್ ಎ. ಎಂ.ರಾಜ್

వ.ఎం.రాజు పేరు ఈ తరానికి అంతగా తెలియక పోవస్తు. ఒకనాడు దళిణి భారత సినీ నేపథ్య గాయకుడుగా, అల నాటి కథానాయకులకు అందరికి తన మధురమైన గొంతును అందిం చారు. కేవలం పాటలతో సినిమాల విజయ వంతానికి చేయాత అందించారు. హిందీలో మొట్టమొదట ప్లేబ్సిక్ పాడిన దక్కిణ దేశ గాయకుడైన ఘనత ఎ.ఎం. రాజుదే ఐహుత్త దిన హాయు (1952)లో పాడారు. తమిళ, తెలుగు సినిమా రంగాలలో విశిష్టమైన నేపథ్య గాయకులు, సంగీత దర్శకులు, నటుడులు ఏ.యం.రాజు 1950వ దశకంలో తమిళ, తెలుగు సినిమా రంగాలలో విశిష్టమైన నేపథ్య గాయకులు, సంగీత దర్శకులు, నటులు. రాజు కంఠస్వరం ప్రత్యేక మైనది. ఎక్కడ చినలడినా గుర్తించడం కష్టం కాదు. కానీ అనుకరించడం మాత్రం సులభం కాదు. రాజు గళంలో ఒక వినుాత్మమయిన సౌకర్యం, మార్గవం, మాధు ర్యం ఉండేది. ఆ ప్రత్యేకత వల్లనే సినిమా రంగంలో రాజు మెల్లమెల్ల గా పైకిదిగారు. ఆయన సంగీత దర్శకత్వంలో ప్రాధాన్యత మెలచేకి ఇచ్చే పారు. రాసిలో తక్కువైనా వాసిలో ఏమాత్రము తక్కువ కనిపి రాజు పాటలు. ఏ. ఎం. రాజుగా సుప్రసిద్ధులైన ఏమల మనుధరాజు రాజు 1929 సంవత్సరం జూలై 1వ తేదీన చిత్తరు జిల్లాలోని రామచంద్ర పురంలో మనుధరాజు - లక్ష్మీ దంపతులకు పుట్టారు. పచ్చయిపు కళాశాల నుండి 1951లో బీ. ఏ. పరీక్షలో ఉత్తీర్ణులయ్యారు. కళాశాలలో చదివేటప్పుడే ఎన్నో పాటల పోటీలలో పాల్గొని బహమతులను పొందారు. మాస్టర్ సంప్రదాలను విప్పాలించి పొందారు. రాజు స్వంతగా రాసి స్వపరచిన రెండు పాటలను హాచ్.ఎం.పీ. రికార్డులో చేసే కారు. ఈ పాటలు ఆకాశవాణి 1951లో తరచూ ప్రసారం చేసేది.

అయిన వాడన ముదం రక్కార్చు ఎత్త దూర మ పయినం. ఈ వాటలను విన్న జెమినీ స్ఫోదియో అభినేత వాసన్ తాను తమిళంలో నిర్విష్టవు సంసారం చిత్రంలో రాజును పాడమన్నారు. తమిళంలో సుసర్ద దక్కిణా మూర్తి దర్శకత్వంలో సంసారం, సంసారం అనే పాట (తెలుగు లో దీనిని ఘుంటసాల పాడారు) రాజు పాడిన మొట్టమొదటి సినిమా పాట. తెలుగు లో అయిన పాడిన మొదటి పాటలు 'ఆకత్త' 'ఆదర్శం', 'సంక్రాంతి' (1952) చిత్రాల లోనివి. కానీ గాయకుడిగా గుర్తింపు పొందిది పక్కింటి అమ్మాయి (1953) సినిమాలో పాడిన పాటలతో. రాజు సరదాగా నటించి, పాడిన హస్పిరస చిత్రం పక్కింటి అమ్మాయి. చిత్రంలోని గీతాలు హోయి గొలిపే లలిత గాన మాధు ర్యానికి సంకేతాలుగా నిలిచాయి. అమర సందేశం గీతాలు కూడా రాజు శక్తిని నిరూపించాయి. శోభ, పెళ్ళి కూనుక చిత్రాలకు, మరికొన్ని తమిళ చిత్రాలకు ఏ. యం.రాజు సంగీత దర్శకత్వం వహించారు. అన్ని భాషలలో పాడుతున్నా తెలుగు తమిళ సినిమాలలోనే రాజు ఎక్కువగా పాడేవారు. ఆ సమయంలోనే ఎం. జీ. రామ చంద్ర్ నటించిన 'జెనోవా' చిత్ర నిర్మాణ సమయంలో పీ. జీ. కృష్ణచెంచిని (జెనోవా మనకు చిరపరి చిత్రం అమె గాట్రం) చూడడం తటస్థించింది. ఇద్దరూ కలిసి సినిమాలలో యుగళ గీతాలు పాడేవారు.

అలా ఆ పరిచయం ప్రేమగా మారింది. ఆ ప్రేమ అలా పెరిగి పాటలలోనే కాకుండా జీవితం లో కూడా భాగస్వాము లయ్యారు. రాజు సంగీత జీవితపు ఆరంభ దశలో అతనికి ఎక్కువ ఖ్యాతిని తెల్చివిని మూడు చిత్రాలు - ప్రేమలేఖలు (1953), అమర సందేశం, విప్ర నారాయణ (1954). విప్ర నారాయణ లోని 'చూడుమదే చెలియా' లాంటి, పాటలు ఇప్పటికీ ఏమాత్రం వన్నె తగ్గినివే. సుశిలతో పాడిన మిస్ట్రుమ్మె (1955) చిత్రంలో 'బుందావనముది అందరిది గోవిందుడు అందరి వాడేలే' ఒక మరపు రాని పాట. సంగీత ప్రధానమైన 'అమర సందేశం'లో ముఖ్యంగా చెప్పుకోవచ్చినవి అయిన పాడిన రెండు సోలోలు: మధురం మధురం, అనతి కావలెనా గానానికి సమయము రావలెనా ఏనాటికీ మరిచి పోలేనివే. బంగారు పాప (1954), భాగ్యరేభి (1957) చిత్రాలలో రాజు పాడిన పాటలు కూడా తిప్పి గుర్తులే. నేనూ ఒక మహిళా (మేలు కొలుపు, 1956), అందాల రాణి పీరకంకణం, 1957), తానేమి తలంచేసో (దాంపత్యం, 1957), ప్రభూ తొలిసంజ (సిపాయి కూతురు, 1959). ఇలా 1953-57 మధ్య కాలంలో రాజు సక్కటంలూ ఒక వెలుగు వెలిగారు. ముఖ్యంగా ఒక రెండు సంపత్తురాల పాటు (1953 - 55) ఘుంటసాల కంటే రాజు గాత్రానికి నిర్మాతలు, సంగీత దర్శకులు ప్రాధాన్యత నిచ్చారు. మద్రాస్ ఫిల్మ్ ఫ్యాన్స్ అసోసియేషన్ రాజును 1959లో అత్యుత్తమ సంగీత దర్శకునిగా గౌరవించింది. రాజు గాయకుడు దర్శకుడు మాత్రమే కారు, ఒక సంతుదు కూడా. పక్కింటి అమ్మాయి (1953) చిత్రంలో రాజు నటునను అందరూ మెచ్చ కొన్నారు. ఇందులో ఒక విచిత్రమేమంటే, ఇదే పాత్రను హింది చిత్రంలో (పడ్జసన్, 1968) గాయక దర్శకుడు కిశోర కుమార్ నేయగా, మళ్ళీ తీసిన (1976) తెలుగు చిత్రంలో ఈనాబి గాయక దర్శకుడు బాలసులైప్పుణ్ణాడు పోషించారు.

అయిన కన్యాకుమారి జిల్లా లోని ఒక గుడిలో సంగీతక్షేపి చేసి తిగి వస్తుండగా తీరున లేవి జిల్లాలోని వల్లియూరులో జరిగిన రైలు ప్రమాదంలో 1989, ఏప్రిల్ 9న మరణించారు.

రాజకీయాలలో చెరగన మద్ద వేసిన విడతల

అయిన ఒక అరుదైన నాయకుడు. ఏకగ్రపంగా శాసన మండలికి ఎన్నికెను వ్యక్తి. శాసన సభ, శాసన మండలి రెండింటికీ అధ్యక్షునిగా ఎన్నికెను అరుదైన, అపూర్వ రికార్డును సొంతం చేసుకుని సమర్థ వంతంగా ఉధయ సభలను నడిపి, సామర్ఖ్యాన్ని చాచి చెప్పిన ఘనుడు. పలు మార్గాల జైలు శిక్ష అనుభవించిన ఉద్యమ కారుడు. ప్రావెన్నియాల్ పార్లమెంటీరియన్. అంధ్ర ప్రదేశ్ కాంగ్రెస్ తొలి అధ్యక్షుడు. బహుభాషా కోవిదుడు. పాత్రికేయుడు. అయినే అంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్ర రాజకీయాలలో తనదైన ముద్ర వేసిన పిదతల రంగారెడ్డి (నవంబర్ 10, 1917 - జూలై 1, 1991), అంధ్రప్రదేశ్ కు చెందిన రాజకీయ నాయకుడు. అంధ్రప్రదేశ్ శాసనసభ స్పీకరు, శాసనమండలి అధ్యక్షుడు. అంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర రెండు సభలకు (శాసనసభ, శాసనమండలి) అధ్యక్షుడిగా పనిచేసిన ఎక్కు వ్యక్తి. గిద్దలూరు శాసనసభ నియోజకవర్గం నుండి నాలుగుసౌర్లు శాసన సభకు ఎన్నికయ్యారు. గిద్దలూరు శాసనసభ నియోజవర్గం ఏర్పడక మందు 1952లో తోలిసారిగా కంభం శాసనసభ నియోజవర్గం నుండి గలిచి శాసనసభ సభ్యుడయ్యారు. పిదతల రంగారెడ్డి... ప్రకాశం జిల్లా, రాచర్ల మండలం అనుమలీదుగు గ్రామానికి చెందిన పిదతల వెంగళరెడ్డి, పిచ్చమ్ములకు 1917, నవంబర్ 10న రంగారెడ్డి జన్మించారు. 1937లో కొత్తపట్టంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ సోషలిష్టు విఫాగం నేత్యుత్సవంలో జరిగిన రాజకీయ పారశాలలో శిక్షణాల పొందారు. 1939లో గిద్దలూరులో వ్యక్తిగత సత్యాగ్రహాలో పాల్గొన్న ఐదు వందల రూపాయల జరిమానా చెల్లించడంతో పాటు ఆరు నెలల జైలు శిక్ష అనుభవించారు. 1940 కర్కూలు జిల్లా కాంగ్రెస్ ప్రాణానికి సత్యాగ్రహపాఠం పొల్గొని జరిమానా చెల్లించడంతో పాటు జైలు శిక్షను కూడా అనుభవించారు. 1941లో కర్కూలు జిల్లా కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు. 1942లో క్రీట్ ఇండియా ఉద్యమంలో పాల్గొని, 500

రూపాయలు జిరిమానా తో బాటు 3సంవత్సరముల జైలు శిక్ష అనుభవించారు. 1950వ సంవత్సరములో మద్రాసు శాసనసభ నుండి ప్రావెన్నియల్ పార్లమెంటు ఎన్నికైనారు. విశాలాంధ్ర రాష్ట్రం ఏర్పడిన తర్వాత పిడతల రంగారెడ్డి ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర ప్రదేశ్ కాంగ్రెస్ కమిటీ తొలి అధ్యక్షులుగా ఎన్నికయ్యారు. 1952-1959 వరకు ఆంధ్రప్రదేశ్ కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులుగా వ్యవహారించారు. పిడతల 1952వ సంవత్సరములో ఉమ్మడి మద్రాసు శాసనసభకు నేటి ప్రకాశం జిల్లా కంభం నియోజకవర్గం నుండి ఎన్నికైనారు. 1955వ సంవత్సరములో గిద్దలూరు నియోజకవర్గం మండి ఆంధ్ర శాసనసభకు శాసనసభ్యుడిగా ఎన్నికైనారు. ఆయన దామోదరం సుంబేయ్ మంత్రివర్గంలో 1960వ సంవత్సరం జనవరి 11వ తేదీ నుండి 1962వ సంవత్సరం మార్చి 11వ తేదీ వరకు ప్రణాళిక అభివృద్ధి, పంచాయతీరాజ్, సమాచార, ప్రచారం, పర్యాటక శాఖ మంత్రిగా పనిచేసారు. ప్రణాళిక శాఖ మంత్రిగా ఆయన చేపట్టిన కార్యక్రమాలు, ఆ శాఖాను ఆయన నడిపించిన తీరు తెన్నులు జాతీయ స్థాయిలో మంచి గుర్తింపు పొంది ఆంధ్రప్రదేశ్ గౌరవ ప్రతిష్టలను ఇనుమడింప చేసాయి..ఒకప్పటి పాత్రికేయుడిగా, ప్రతిరోజు ఒక ప్రెనోట్తో పాత్రికేయులకు బాగా పని కల్పించేవారు. భాషావేత్త అయిన రంగారెడ్డి ఇంగ్లీషు, తమిళం, తెలుగు, హిందీ, ఉర్దూలలో అన్నరకంగా మాట్లాడేవారు. 1968వ సంవత్సరములో స్థానిక సంస్లల నియోజకవర్గం నుండి విధాన పరిషత్తుకు పోటి లేకుండా ఎన్నికైన రంగారెడ్డి 15.07.1968 నుండి 13.03.1972 వరకు విధాన పరిషత్తు చైర్మన్ గా పనిచేశారు. ఆయన విధాన పరిషత్తు చైర్మన్ గా సభా కార్యక్రమాలను నడిపించిన తీరు, ఆవలంభించిన విధానాల, అన్ని పక్షాల సభ్యుల మన్సులు, ప్రశంసనలు పొందాయి. 1970వ దశకపు చివర్లో ఆంధ్రప్రదేశ్ కో కాంగ్రెస్ మార్కు వరాలుగా చీలిపోయినపుడు, ఇంద్రింగాంధీ విధాన పరిషత్తు చైర్మన్ గా, శాసనసభ స్పీకరుగా ఎంతోమందికి అదర్చ ప్రాయులైన పిడతల రంగారెడ్డి 1991 సంవత్సరము జూలై ఒకటన సేగిన హరిగోపాలు నసెమిరా మధ్యాత్మను ఇప్పుకూడాడని నిశ్చయించుకొని, పిడతల రంగారెడ్డి తన వర్గంతో అప్పుడు కేంద్రంలో అధికారంలో ఉన్న జనతా పార్టీలో చేరారు. 1972వ సంవత్సరములో గిద్దలూరు నియోజకవర్గం నుండి పిడవ శాసనసభకు ఎన్నికైన ఆయన, 1972-1974 సంవత్సరాల మధ్య కాలంలో స్పీకరుగా పనిచేసి ఆ పిడవికి కీర్తి ప్రతిష్ఠలు తీసుకు వచ్చారు. జలగం వెంగళరావు మంత్రి వర్గంలో రంగారెడ్డి ఆర్టిక్, వాణిజ్య పన్నులు గృహసిర్మాణం, సినిమాటోగ్రఫీ శాఖల మంత్రిగా పనిచేసారు. ఆయన 1978వ సంవత్సరము ఆరవ శాసనసభకు, 1985వ సంవత్సరము ఎనిమిదవ శాసనసభకు గిద్దలూరు నియోజకవర్గం మండి ఎన్నికైనారు. 1985 ఎన్నికలలో స్తరంత అభ్యర్థిగా పోటి చేసినపుడు తెలుగుదేశం పార్టీ ఆయనకు మద్దతునిన్ను గిద్దలూరు శాసనసభా నియోజకవర్గంలో అభ్యర్థిని నిలచెట్టలేదు. ఆ ఎన్నికలలో గలిచిన రంగారెడ్డి, ఆ తరువాత తెలుగుదేశం పార్టీలో చేరి, మరణించే దాకా తెలుగుదేశం లోనే కొనసాగారు. 1985వ సంవత్సరములో ప్రోటోం స్పీకరుగా బాధ్యతలను నిర్వహించారు. శాసనసభకు మంత్రి మండలి సమప్పి భాధ్యత పహించే పేరుతో ఒక మంత్రి తరపున వేరొక మంత్రి సమాధానాలు ఇప్పుడం, ముఖ్యమంత్రి పేరున పున్న సభా కార్యక్రమాన్ని ఇతర మంత్రులు నిర్వహించడం ఒక అలవాటుగా మారకూడదని అనివార్య కారణాల వల్లనో లేదా కొన్ని ప్రశ్నల పరిస్థితుల కారణంగానే ఆ విధంగా చేయాలని పేర్కొండుటా 1974 జనవరి 23వ తేదీన పిడతల రంగారెడ్డి స్పుటంగా రూలింగు ఇచ్చి తమ హక్కితాప్పాన్ని చాలై చెప్పారు. రంగారెడ్డి, 1969లో ట్రైనిడాడ్, టుబాగ్స్, 1971లో మాల్చుమ్ డేశాలలో జరిగిన కామన్ వెల్త పార్లమెంటరీ సదస్యులలో పాల్సున్నారు. అమెరికా, ఇంగ్లాండ్, ప్రొస్ట్, జర్జీఐర్ ప్రాయ్ మొదలైన దేశాలలో పరుటించారు. విధాన పరిషత్తు చైర్మన్ గా, శాసనసభ స్పీకరుగా ఎంతోమందికి అదర్చ ప్రాయులైన పిడతల రంగారెడ్డి 1991 సంవత్సరము జూలై ఒకటన సేగిన హరిగోపాలు

వెద్య నారాయణ వారి

వైద్యులు దేవుళ్ళతో సమానం. అమృతాన్నలు జన్మన్నిస్తే అనారోగ్య సమయంలో ప్రాణాలు నిలుపుతూ వైద్యులు పునర్జన్మన్నిస్తారు. ప్షవ్యాఘ్నేన తెల్లని కోబు, ఆశ్చీయ చెరగని చిరుసప్పు, మొక్కల్ని నిబురుం, అబుపెరుగని అంకిత భావం, విసుగురుగని వృత్తి నిబురుత, స్ఫుర్త వచ్చించే స్ఫుర్తులు, రోగుల పాలిటి దైవ హాస్తాలు, క్రోధాన్ని సూరిపోనే వాకాతుర్యాలు, కరుణ కుమ్మరించే సుగుణాలు లాంటి అనేక అదర్థ పుట్టిత్తు లక్ష్మణాలు కలిగిన వైద్యులు మన మందు కనిపొస్తున్న వైపు స్వరూపాలు, వైద్యులు వేసే ప్రతి అడగు, మాటల్లదే ప్రతి పదం, చేసే ప్రతి చికిత్స, ఇచ్చే ప్రతి సలహ లాంటిది అన్ని రోగులకు అరోగ్య భాగ్యం కలిగించాడినికి అంకితం అని తెలుసుకోవాలి. వైద్యుల మానవీయ సంబంధాలు, పాటించే జీవనపుర్తిపరమమన విలువలు, ఆధునిక వైద్య శాస్త్ర పరిజ్ఞసం, అపార త్వాగ్ గుణం, తన శైయస్యను పవర్కసపెట్టి రోగుల శైయస్యకు పాటువడే నిస్సార్డ జీవి ఓ అసాధారణ వైద్యుడు. కరోనా లాంటి విపత్తుల సమయంలో తమ ప్రాణాలను అడ్డుపెట్టి కోట్ల మందికి పునర్జన్మను ఇచ్చిన వైద్యుల అమూల్య సేవలకు తత్పమాన్ని లేదు, వైద్యుడికి ప్రత్యుమ్మాయం లేదు పశ్చిమ బంగార్ 2వ సిపంగా సేవలు అదించిన భారత రత్న డా: బిధన్ చంద్ర రాయ్ లేదా డా: బి. సి. రాయ్ జన్మదినం

ದೇವಾರ್ಪಂಗ 01 ಜೂನ್ ರೋಜುನ್ ಜಾತೀಯ ವೈದ್ಯುಲ ದಿನೋತ್ಸವ ನೆವೆಸರ್ ಡಾಕ್ಟರ್ ದೇವಾರ್ಪಂಗದೆ ಹಾಗೆ ಬ್ರಾಹ್ಮಿಂಚು ಅನ್ವಯಾಯಾರ್ಥಿಕಾ ಮಾರಿಂದಿ. ಪ್ರಭಾತ ಫಿಜೀಸಿಯನ್‌ನ್ ವೈದ್ಯುಲ ಸೇವನು ಅಂದಿನವಿನ ದಾ: ಬಿ ಸಿ ರಾಯ ಕೊರವತ್ತೆ ಇಂಡಿಯನ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಕೌನ್ಸಿಲ್, ಇಂಡಿಯನ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್‌ನ್ ಪ್ರೊರಂಥಂ ಕಾವಡಂ ವಿಶೇಷಂ. ತ್ಯಾಗ ನಿರತಿ, ವೃತ್ತಿ ನಿಬಂಧನು, ಪ್ರೇಮ ಮೂರ್ತಿ ಅನೇ ಪದಾಲಕ್ ನಿರ್ದರ್ಶನಂ ವೈದ್ಯುಲ ಮಾತ್ರಮೇ. 2025 ಜಾತೀಯ ವೈದ್ಯುಲ ದಿನೋತ್ಸವ ಇತಿಹಾಸದ ಶರೀರ : ವೈದ್ಯುಲ ಚೇನೆ ವಾರಿಕಿ ನಯಂ ಚೇಯಡಂ ಅನೇ ಅಂಬಾನ್ಯಿ ತೀಸುಕೊನಿ ಪ್ರವಾರಂ ನಿರ್ವಹಿಸ್ತಾನ್ವಾರು. ಪೇರಿಕಂ, ನಿರ್ಕಾರಸ್ವಾತ್ಮಕ, ಅಧಿಕ ಜಾಖಾ, ನಿರುದ್ಯೋಗಂ ಲಂಬಂ ಪ್ರಧಾನ ಸಮಸ್ಯೆಯಲ್ಲ ಭಾರತೀಯಾಲ್ಲ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ಪ್ರಭಾವಾನ್ಯಿ ಚಾಪುತಾಯಿ. ವೃತ್ತಿಗತಂಗ, ಕುಟುಂಬ ಪರಂಗಾ ಪಲು ಸವಾರ್ಥಕ ಎದುರ್ಬೋಟುನೇ, ಅಧಿಕ ಪನಿ ಗಂಟಲು ಪನಿ ಚೇಸ್ನ್ಯಾ, ಶಾರೀರಕ ಅಲಸಣ, ಮಾನಸಿಕ ಬ್ರಹ್ಮಿನಿ ವರ್ಕಸ್ ಪೆಟ್ ರೋಗುಲಕ್ ವೈದ್ಯುಲ ಚೇಯಡಂ ನೇ ದೃಷ್ಟಿನ್ ಕೆಂದ್ರಿಕರಿಂದ ಚೇದ್ಯುಲ ಮಾನಸಿಕ ಶ್ರಿತಿನಿ ಅರ್ಥಂ ಚೇಸುಕುನ್ನ ವಾರಿಕಿ ಡಾಕ್ಟರ್‌ನ್ ಅಪಾರಾಪ್ರಾನ್ ಪ್ರೇಮಾಧಿಮಾನಾಲು ಜಿನಿಸ್ತಾಯಿ. ಹೊರ ಸಮಾಜ ಅರೋಗ್ಯಮೇ ಅಯಸ್ಕಾ ಅನಂದಾನಿಸ್ತಂಬಿ. ರೋಗುಲಕ್ ವ್ಯಾಧಿ ನಯಂ ಅಯಸ್ಕೆ ದೇವಾರ್ಪಂಗ ಅಪಾರಾಪ್ರಾನ್ ವಿಜಯಂಗಾ ಭಾವಿಸ್ತಾರು. ರೋಗುಲ ವೇದನಲು ತನ ಮನಸನು ಕಲಿಚಿ ವೇಸ್ತಾಯಿ. ಅಧಿಕ ಪನಿ ಗಂಟಲು, ವಿಶಾಂತಿ ಲೇನಿ ವೃತ್ತಿ ನಿಬಂಧತಲನು ಪ್ರದರ್ಶಿಂಬಿ ದೇವಾರ್ಪಂಗ ರೋಗುಲ ಪ್ರಾಲ್ಯಾಂಗ ಸುಖಾನಂ ಕಲಿಪಿದ್ದಂ, ಅರೋಗ್ಯಕರ್ಪಾನ್ ಜೀವನ್‌ನೆಲಿನಿ ವಿವರಿಂದಂ, ವ್ಯಾಧಿ ಪಟ್ಟ ಅವಾಪ್ನಾನ ಕಲಿಪಂದಂ, ರೋಗಾಲ ನಿವಾರಣಕು ಮಾರ್ಗಾಲನು ಚಾಪಡಂ, ಭಾರ್ಯೆದ್ದೇಗ್ ಮುದ್ದತ್ತ ಇವ್ವಾದಂ, ರೋಗುಲಕ್ ತಗ್ಸ ಸೂಚನಲು ಚೆಯಡಂ, ಅತ್ಯಾವಾರ ವೈದ್ಯುಲ ಸೇವನು ಅಂದಿನದಂ, ಅರೋಗ್ಯಕರ ಪ್ರೇರಣಾನ್ಯಿ ನಿರ್ಧಿಂದಂ, ರೋಗಿಕ ಮಾನಸಿಕ/ಶಾರೀರಕ ಸಾಂಪ್ರಣ ಕಲಿಪಂದಂ ಲಾಂಬಿ ಲಕ್ಷ್ಯಾಲತ್ತೆ ದೇವಾರ್ಪಂಗ ಅಧಿಕಿತ್ಯಿ ಅಸಮಾನ ಸೇವನಲು ಅಂದಿಸ್ತಾನ್ವಾರು. ಜಾತೀಯ ವೈದ್ಯುಲ ದಿನೋತ್ಸವ ಸಂಪರ್ಯಾಂಗ ಮನ ಕುಟುಂಬ ದೇವಾರ್ಪಂಗ ತಕ್ಳಿ ಮನಸ್ಸುಗ್ರಿಗಾ ಕೃತಜ್ಞತಲು ತೆಲೆಪಡಂ, ತಗ್ಸ ರೀತಿಲ್ಲಿ ಡಾಕ್ಟರ್ ದೇ ಶಭಾಕಾಂಕ್ಷಾಲು ತೆಲಿಯಜೆಯಡಂ, ಪ್ರೇಮಗಾ ಬಹುಮತಲು ಅಂದಜೆಯಡಂ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾರ್ದ್ಯಮಾಲ್ಯೆ ವೈದ್ಯುತ ವೃತ್ತಿ ಪಟ್ಟ ಅವಾಪ್ನಾನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಾಲನು ನಿರ್ವಹಿಂದಂ, ಮನ ಈರು ವಾದಲ್ಲಿ ದೇವಾರ್ಪಂಗ ಸನ್ಯಾಸಿಂಧು ಪ್ರದಂ ಲಾಂಬಿ ಪಲು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಾಲನು ನಿರ್ವಹಿಂದಂ. ಭಿವಿಪ್ರಪ್ತಾಪ್ ಆಶಳನು ಕಲಿಗಿಂದಂ, ರೋಗುಲ ಶೈಯಸ್ಸುಕು ಪಾಲ್ಯಾಡಂ, ರೋಗುಲ್ಲೋ ವಿಶಾಂತಿ ನಿಂದಂ ಲಾಂಬಿ ನಿರಂತರಂ ತಮ ವಿಧಿಲುಗಾ ಭಾವಿಸ್ತಾನ್ ಅರ್ಥ ದೇವಾರ್ಪಂಗ ಪಂದನಾಲು, ವಾರಿ ಸೇವನಲು ಶರ್ತಕೋಳಿ ಕೃತಜ್ಞತಲು. ಪ್ರತಿ 1,000 ಮುದಿ ಜಾಖಾಕು ಒಳ ದೇವಾರ್ಪಂಗ, ಮುಗ್ಗುರು ನರ್ಸರ್ಲು ಉಂಡಾಲಿ. ನೇಡು ಭಾರತಂಲ್ ಪ್ರತಿ 1,456 ಮಂದಿಕಿ ಒಳ ದೇವಾರ್ಪಂಗ, 1.7 ನರ್ಸರ್ಲು ಮಾತ್ರಮೇ ಉಂಬಾರು. ಮನ ದೇರಂಲ್ ದೇವಾರ್ಪಂಗ,

జూలై 1న నిర్వహించబడయే దేశవ్యాప్త సమ్మాను విజయవంతం చేయండి.

ఎ ఐ ఎఫ్ టీ యు. రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు. ఎం రాజమల్ల.

చంద్రగిరి శంకర్.

భూపాలపురి జూన్ 30వరదయం ప్రతినిధి): పొదుపు బిజిపి మోదీ ప్రభుత్వం, కార్బుక్ కర్కరెకు-ప్రజా ప్రతిక విధానాలకు స్వతీకరింగు జల్లి.

9న దేశవ్యాప్తంగా ఇగరగోయే సమ్మాను. సంఘానిత. అసంఘానిత. కార్బుక వర్గం పాల్గొని విజయవంతం చేయాలని.

.29-6-25-న. భూపాలపురి లో ఏ ఐ ఎఫ్ టీ యు. ముఖ్యులు సమావేశం నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ సమావేశానికి లి ఐ ఎఫ్ టీ యు. రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు. ఎం రాజమల్ల చంద్రగిరి శంకర్. హింగ మాటలుగు. మోదీ ప్రభుత్వం దేశవ్యాప్తంగా లాభాల్ ఉన్న ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలల్చీని. ప్రవేశ పారం కొనసాగుస్తా అమ్మి వేస్తా.

.అంతానీ, ఆదాని లాంటి మోదీ మిత్రులకు

దేశవ్యాప్తంగా బోగ్గు పుత్రులు. అదివీలో ఉన్న అపార భావిని సంపాదను

అప్పించేయి. ప్రధానులు అందులో భగవాగులో కార్బుక వర్గాలను

రథుచేసి నాలుగు లేచి కొ అంగులు ను తీసుకు వసున్ని భోగ్గు

పరిమలుకుణోసం నిగాణిణిల్లోగునులు కాపాదుకునెందుకు జూలై

9న దేశవ్యాప్తంగా ఇగరించి సార్కులిక సమ్మై.

పరిమల రక్షకోసం, ఉన్నోగ్గ భద్రతకోసం, అసంఘానిత. కార్బుకులకు

నెలకు 26వేల రూపాయల వేతనం చెందించాలని, దోష పర్మానెంట చేయాలని.



సుప్రీంకోర్స్ రైప్పు ప్రకారం నమాన పనికి సమావేశాలు చెందించాలని. 18.86సుంది. కార్బుక వర్గం అనేక ఉద్యమాలు నిర్మించి తమ ప్రాణాలను అర్పించి సాధించుకున్నా 44 కార్బుక వచ్చాలను. నాలుగు కోడ్ లోగు అమలు చేస్తూ కార్బుక వాగ్నాన్ని కట్టు బాధించాలగా. ఉద్యమించాలని. సింగరేణి సమ్మాను పేశింపాట చేరుతో కార్బుకోర్స్ నంస్థలకు అప్పుకుప్పాడికి ప్రధానులు చేసున్నారని. వెలం పాట లేకుంటా సింగరేణి సుస్పుని సింగరేణి ఇప్పాలని కార్బుకులకు సాంతించి కల సాకారం చేయాలని కార్బుకులకు ఇంట్ము టాప్పు రథు చేయాలని. విజిలెన్స్ లో ఉన్న మారు వేర్ సమస్యు ఎంటనే పరిపురించాలని 24.25. సంపత్తుర్పు. లాభాల వాటా. 40 శాతం. ఎంటనే కార్బుకులకు ఆగ్నాలని. %మాజా%. లను. రద్దుచేసి. భోగ్గు బాపులను నిర్మించాలని ఏ ఐ ఎఫ్ టీ యు. రాష్ట్ర కమిటీ దిప్పాండ్ చేస్తాలై నిర్మించి సాప్రతిక సమ్మై. సింగరేణి కార్బుకులు. ప్రభుత్వ రంగ పరిమలు. వాగ్నార్పులు. విరు వ్యాపారస్తులు ఎపరికి వారే స్పృహంతంగా. అన్ని వారాల ప్రజలు దేశవ్యాప్తంగా గా మోదీ నిరంకుప పాలనకు స్వతీకారిగా ఉన్న మారులను కాపాదుకునెందుకు జూలై 9న దేశవ్యాప్తంగా జల్లి సార్కులిక సమ్మై.

పరిమల రక్షకోసం, ఉన్నోగ్గ భద్రతకోసం, అసంఘానిత. కార్బుకులకు నెలకు 26వేల రూపాయల వేతనం చెందించాలని, దోష పర్మానెంట చేయాలని.

చంద్రగిరి శంకర్.

భూపాలపురి జూన్ 30వరదయం ప్రతినిధి): పొదుపు బిజిపి మోదీ ప్రభుత్వం, కార్బుక్ కర్కరెకు-ప్రజా ప్రతిక విధానాలకు స్వతీకరింగు జల్లి.

9న దేశవ్యాప్తంగా ఇగరగోయే సమ్మాను.

సంఘానిత. అసంఘానిత. కార్బుక వర్గం పాల్గొని విజయవంతం చేయాలని.

.29-6-25-న. భూపాలపురి లో ఏ ఐ ఎఫ్ టీ యు. ముఖ్యులు నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ సమావేశానికి లి ఐ ఎఫ్ టీ యు. రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు. ఎం రాజమల్ల చంద్రగిరి శంకర్. హింగ మాటలుగు. మోదీ ప్రభుత్వం దేశవ్యాప్తంగా లాభాల్ ఉన్న ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలల్చీని. ప్రవేశ పారం కొనసాగుస్తా అమ్మి వేస్తా.

.అంతానీ, ఆదాని లాంటి మోదీ మిత్రులకు

దేశవ్యాప్తంగా బోగ్గు పుత్రులు. అదివీలో ఉన్న అపార భావిని సంపాదను

అప్పించేయి. ప్రధానులు అందులో భగవాగులో కార్బుక వర్గాలను

రథుచేసి నాలుగు లేచి కొ అంగులు ను తీసుకు వసున్ని భోగ్గు

పరిమలుకుణోసం నిగాణిణిల్లోగునులు కాపాదుకునెందుకు జూలై

9న దేశవ్యాప్తంగా జల్లి సార్కులిక సమ్మై.

పరిమల రక్షకోసం, ఉన్నోగ్గ భద్రతకోసం, అసంఘానిత. కార్బుకులకు

నెలకు 26వేల రూపాయల వేతనం చెందించాలని, దోష పర్మానెంట చేయాలని.

చంద్రగిరి శంకర్.

భూపాలపురి జూన్ 30వరదయం ప్రతినిధి): పొదుపు బిజిపి మోదీ ప్రభుత్వం, కార్బుక్ కర్కరెకు-ప్రజా ప్రతిక విధానాలకు స్వతీకరింగు జల్లి.

9న దేశవ్యాప్తంగా ఇగరగోయే సమ్మాను.

సంఘానిత. అసంఘానిత. కార్బుక వర్గం పాల్గొని విజయవంతం చేయాలని.

.29-6-25-న. భూపాలపురి లో ఏ ఐ ఎఫ్ టీ యు. ముఖ్యులు నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ సమావేశానికి లి ఐ ఎఫ్ టీ యు. రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు. ఎం రాజమల్ల చంద్రగిరి శంకర్. హింగ మాటలుగు. మోదీ ప్రభుత్వం దేశవ్యాప్తంగా లాభాల్ ఉన్న ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలల్చీని. ప్రవేశ పారం కొనసాగుస్తా అమ్మి వేస్తా.

.అంతానీ, ఆదాని లాంటి మోదీ మిత్రులకు

దేశవ్యాప్తంగా బోగ్గు పుత్రులు. అదివీలో ఉన్న అపార భావిని సంపాదను

అప్పించేయి. ప్రధానులు అందులో భగవాగులో కార్బుక వర్గాలను

రథుచేసి నాలుగు లేచి కొ అంగులు ను తీసుకు వసున్ని భోగ్గు

పరిమలుకుణోసం నిగాణిణిల్లోగునులు కాపాదుకునెందుకు జూలై

9న దేశవ్యాప్తంగా జల్లి సార్కులిక సమ్మై.

పరిమల రక్షకోసం, ఉన్నోగ్గ భద్రతకోసం, అసంఘానిత. కార్బుకులకు

నెలకు 26వేల రూపాయల వేతనం చెందించాలని, దోష పర్మానెంట చేయాలని.

చంద్రగిరి శంకర్.

భూపాలపురి జూన్ 30వరదయం ప్రతినిధి): పొదుపు బిజిపి మోదీ ప్రభుత్వం, కార్బుక్ కర్కరెకు-ప్రజా ప్రతిక విధానాలకు స్వతీకరింగు జల్లి.

9న దేశవ్యాప్తంగా ఇగరగోయే సమ్మాన



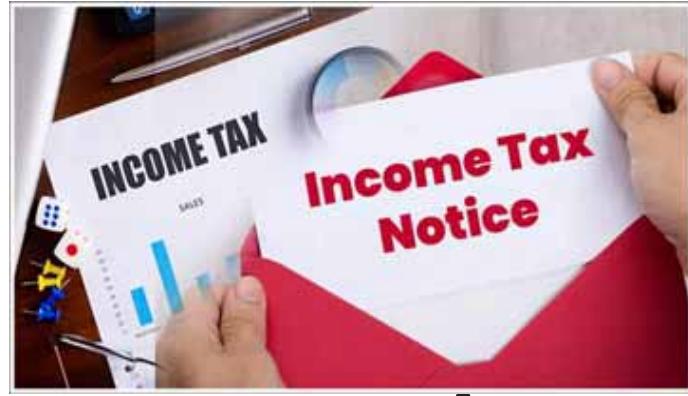
శజీవుడు



କ୍ଷେତ୍ରପାତ୍ର ବିଜୀବିନ୍ଦୁ..

కొన్ని రోజుల క్రితంతో పోలీస్ బంగారం ధరలు కాస్త డిగారటినిస్తున్నాయి.. ఇటీవల లక్ష మార్క్ దాటి పరుగులు పెట్టిన పసిడి ధర వెనక్కి తగ్గుతూ వస్తోంది.. ఇరాన్- ఇజ్రాయెల్ మధ్య ఉద్ద్రిక్త పరిస్థితులు సద్గుమణిగడం.. డిమాండ్ తగ్గడంతో అంతర్జాతీయంగా బంగారం, వెండి ధరలు క్రమంగా దిగివస్తున్నాయి. పసిడి ప్రియులకు గుడ్ న్యూస్.. కొన్ని రోజుల క్రితంతో పోలీస్ బంగారం ధరలు కాస్త డిగారటినిస్తున్నాయి.. ఇటీవల లక్ష మార్క్ దాటి పరుగులు పెట్టిన పసిడి ధర వెనక్కి తగ్గుతూ వస్తోంది.. ఇరాన్- ఇజ్రాయెల్ మధ్య ఉద్ద్రిక్త పరిస్థితులు సద్గుమణిగడం.. డిమాండ్ తగ్గడంతో అంతర్జాతీయంగా బంగారం, వెండి ధరలు క్రమంగా దిగివస్తున్నాయి. పసిడి ప్రియులకు గుడ్ న్యూస్.. కొన్ని రోజుల క్రితంతో పోలీస్ బంగారం ధరలు కాస్త డిగారటినిస్తున్నాయి.. ఇటీవల లక్ష మార్క్ దాటి పరుగులు పెట్టిన పసిడి ధర వెనక్కి తగ్గుతూ వస్తోంది.. ఇరాన్- ఇజ్రాయెల్ మధ్య ఉద్ద్రిక్త పరిస్థితులు సద్గుమణిగడం.. డిమాండ్ తగ్గడంతో అంతర్జాతీయంగా బంగారం, వెండి ధరలు క్రమంగా దిగివస్తున్నాయి. పసిడి ప్రియులకు గుడ్ న్యూస్.. కొన్ని రోజుల క్రితంతో పోలీస్ బంగారం ధరలు కాస్త డిగారటినిస్తున్నాయి.. ఇటీవల లక్ష మార్క్ దాటి పరుగులు పెట్టిన పసిడి ధర వెనక్కి తగ్గుతూ వస్తోంది.. ఇరాన్- ఇజ్రాయెల్ మధ్య ఉద్ద్రిక్త పరిస్థితులు సద్గుమణిగడం.. డిమాండ్ తగ్గడంతో అంతర్జాతీయంగా బంగారం, వెండి ధరలు క్రమంగా దిగివస్తున్నాయి. పసిడి ప్రియులకు గుడ్ న్యూస్.. కొన్ని రోజుల క్రితంతో పోలీస్ బంగారం ధరలు కాస్త డిగారటినిస్తున్నాయి.. ఇటీవల లక్ష మార్క్ దాటి పరుగులు పెట్టిన పసిడి ధర వెనక్కి తగ్గుతూ వస్తోంది.. ఇరాన్- ఇజ్రాయెల్ మధ్య ఉద్ద్రిక్త పరిస్థితులు సద్గుమణిగడం.. డిమాండ్ తగ్గడంతో అంతర్జాతీయంగా బంగారం, వెండి ధరలు క్రమంగా దిగివస్తున్నాయి. పసిడి ప్రియులకు గుడ్ న్యూస్.. కొన్ని రోజుల క్రితంతం లక్ష రెండు వేలకు హైగా పెరిగిన తలలం బంగారం ధర.. ఇప్పుడు 97 వేలకు తగ్గింది.. అంటే దాదాపు రూ.5వేల వరకు ధర తగ్గింది. అయితే.. భవిష్యత్తులో ధరలు మరింత తగ్గి అవకాశం ఉండంటున్నారు బులియన్ మార్కెట్ నిపుణులు.. అయితే.. తాజాగా.. బంగారం, వెండి ధరలు స్వల్పంగా తగ్గాయి.. జూన్ 30 2025 సోమవారం ఉదయం పలు వెబ్సైట్లలో నమోదైన ధరల ప్రకారం.. దేశీయంగా 24 క్యారెట్ల బంగారం పది గ్రాముల ధర 97,260 ఉ

ండగా.. 22 క్యారెట్ల ధర రూ.89,150 గా ఉంది. 10 గ్రాముల బంగారం పై రూ.160 మేర ధర తగ్గింది. వెండి కిలో ధర రూ. 100 తగ్గి.. రూ.1,07,700లుగా ఉంది. ప్రౌదరూబాట్లో 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.97,260 ఉంటే.. 22 క్యారెట్ల గోల్డ్ ధర రూ.89,150 లుగా ఉంది. కిలో వెండి ధర రూ.1,17,700లుగా ఉంది. విజయవాడ, విశాఖపట్నంలో 24 క్యారెట్ల పసిడి ధర రూ.97,260, 22 క్యారెట్ల ధర రూ.89,150లుగా ఉంది. వెండి కిలో ధర రూ.1,17,700 లుగా ఉంది. ధిలీట్లో 24 క్యారెట్ల పసిడి ధర రూ.97,410, 22 క్యారెట్ల ధర రూ.89,300 లుగా ఉంది. కిలో వెండి ధర రూ.1,07,700 లుగా ఉంది. ముంబైలో 24 క్యారెట్ల ధర రూ.97,260, 22 క్యారెట్ల ధర రూ.89,150 ఉంది. వెండి ధర కిలో రూ.1,07,700 గా ఉంది. చెన్నైలో 24 క్యారెట్ల ధర రూ.97,260 లు ఉండగా.. 22 క్యారెట్ల ధర రూ.89,150 గా ఉంది. వెండి ధర కిలో రూ.1,17,700 లుగా ఉంది. బెంగళూరులో 24 క్యారెట్ల ధర రూ.97,260, 22 క్యారెట్ల ధర రూ.89,150 గా ఉంది. వెండి ధర కిలో రూ.1,07,700 లుగా ఉంది.



ರಂಗಂಲೋಕ ವಿಗಿನ್ ಇಟಿ ಶಾಖೆ.. ವೀಲಿಕೆ ನಾಟೀಸುಲು ಪಂಪುತೋಂಡಿ

ఈసారి ఆదాయపు పన్ను రిటర్న్లను దాఖలు చేసే ప్రక్రియలో కొత్త ఫారమ్లు, పన్ను పట్టికలో సవరణలు, నియమాలలో ముఖ్యమైన మార్గులు వంటి అనేక ప్రధాన మార్గులు జరిగాయి. 2025-26 అనేసమంచ సంవత్సరంలో ఆదాయపు పన్ను రిటర్న్లను ఆదాయపు పన్ను శాఖ కలింగంగా దర్శాపు చేయబోతేంది. ఆదాయపు పన్ను శాఖ దీనికి సంబంధించి నోటీసు కూడా పంపుతుంది. ఇందులో ఓటీఆర్లో నమోదు చేయబడిన ఆదాయం, పన్ను తగ్గింపు, పెట్టుబడి, పన్ను మినహాయింపులను పరిశీలిస్తారు. ఈసారి ఆదాయపు పన్ను రిటర్న్లను దాఖలు చేసే ప్రక్రియలో కొత్త ఫారమ్లు, పన్ను పట్టికలో సవరణలు, నియమాలలో ముఖ్యమైన మార్గులు వంటి అనేక ప్రధాన మార్గులు జరిగాయి. ఇప్పుడు ఆదాయపు పన్ను శాఖ అనేక కేసులలో పూర్తి దర్శాపు నిర్వహించబోతేంది. కేంద్ర ప్రత్యుత్త పన్నుల బోర్డు 14 జూన్ 2025న జారీ చేసిన కొత్త మార్గదర్జలలో దీనిని స్పష్టం చేసింది. ఆదాయపు పన్ను శాఖ మీ టీఎర్ నిశితంగా పరిశీలిస్తుంది. ఈ సమయంలో మీ ఆదాయం, తగ్గింపులు, పెట్టుబడులు, పన్ను మినహాయింపుల గురించిన ప్రతి సమాచారం సరిపోలి ఉండాల్సి ఉంటుంది. పేర్కొన్న పరిశులు ఏవైనా వరిస్తే 30 జూన్ 2025 నాటికి దర్శాపు నోటీసు పంపిస్తుంది ఆదాయపు పన్ను శాఖ. దర్శాపు సుంది కేసును మినహాయించడానికి ప్రిన్సిపల్ CIT అమెరిం తప్పనిసరి.

NACFACE ప్రక్రియ విధేశి పన్ను కేసులు, కేంద్ర వర్ధాలక వర్తించడు.

ఆదాయపు పన్ను శాఖ క్రిప్టో లావాదేవీలపై సరైన పన్ను చెల్లించని లేదా ఓటీఆర్ పెద్దాల్ వీడీఎల్ క్రిప్టో ట్రాన్సక్షన్లను నివేదించని పన్ను చెల్లింపుదారులకు పెద్ద ఎత్తున నోటీసులు పంపిస్తోంది ఐ శాఖ. 2023-24 ఆర్కిక సంవత్సరానికి సంబంధించిన ఆదాయపు పన్ను రిటర్న్లలో క్రిప్టో కరటీసి ట్రాన్సక్షన్లను వెల్లడించాలని వివరాలను ఈ-మెయిల్ ద్వారా కోరుతోంది. పన్ను చెల్లింపుదారులు తమ రిటర్న్లను సరిదిద్దుకునేందుకు, తగిన పన్నులు చెల్లించేందుకు మరో అవకాశం ఇస్తోంది. చాలా మంది పన్ను చెల్లింపుదారులు క్రిప్టో ఆదాయాన్ని తక్కువగా చూపడం లేదా అసలు చూపకపోవడం వంటివి చేసినట్లు గుర్తించిన క్రమంలో ఈ నోటీసులు జారీ చేస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. క్రిప్టో ఎక్స్ప్రెంజల సుంచి నేసిరించిన డేటా ఆధారంగా ఆదాయపు పన్ను శాఖ ఈ చర్యలు తీవ్రముకుంటోంది.

ఓటీఆర్లో వెల్లడించని విషయాలను గుర్తించి వారికి నోటీసులు పంపుతోంది. దీనికి సరైన సమాధానం లేకుంటే పెనాట్, కేసులలో ఇరుక్కునే అవకాశాలు ఉన్నాయి.

చెందుతన్న భారతీయ బ్రాండ్ గా అవతరించిందని, దాని బ్రాండ్ విలువ 82 శాతం పెరిగిందని ఒక కొత్త నివేదిక తెలిపింది. దూకుడుగా సమగ్ర వ్యాలిక సదుపాయాల దృష్టి గ్రెన్ ఎన్సై ఆశయాలలో పెరుగుదల, కీలకమైన వాటాదారులలో బ్రాండ్ ఈజ్యులీ పెరుగుదల కారణంగా బ్రావ్ వ్యాధి చెందిందని లండన్‌కు చెందిన బ్రాండ్ పైనాన్స్ ‘మోబైల్ వాల్యూయబల్ ఇండియన్ బ్రాండ్ 2025’ నివేదిక పేర్కూంది. భారతదేశంలో అతిపెద్ద పునరుత్సాధక ఇంధన సంస్థ అయిన అదానీ గ్రెన్ ఎన్సై లిమిటెడ్.. 15,539.9 మెగావాట్లతో అద్భుతమైన కార్బాయిచరణ సామర్థ్యాన్ని అధిగమించింది.. ఇది ఇప్పటిపీ పరకు దేశంలోని పునరుత్సాధక ఇంధన రంగంలో అత్యంత వేగవంతమైన. అతిపెద్ద సామర్థ్య జోడింపుగా నిలిచింది. ఈ పోర్ట్‌ఫోలియాలో దాదాపు 11,005.5 MW సౌరశక్తి, 1,977.8 MW పవర్‌సక్రి, 2,556.6 MW పవన-సౌర ప్లాట్‌ఫారమ్ సామర్థ్యం ఉన్నాయి. ముఖ్యంగా, AGEL భారతదేశంలో ఈ సౌయికి చేరుకున్న



మొదటి.. ఏకైక పునరుత్స్వాదక ఇంధన సంస్క.. ఎక్కువ సామృద్ధుం గ్రీన్ ఫీల్డ్ ప్రాజెక్టుల ద్వారా అభివృద్ధి చేయబడింది. ఈ కార్బోపరస సామృద్ధుం దాదాపు 7.9 విలియన్ గ్రహాలకు విద్యుత్తును అందించగలదు.. మొత్తం ఈశాస్య ప్రాంతంతో సహా పదమాడు భారతీయ రాష్ట్రాలకు స్వపూర్వైన శక్తిని అందించగలదు. భారతీయ అంతర్జాల స్వచ్ఛమైన సమానులను శక్తి సామాన్య కోణాలలో ఉన్న జూలియాల్ లో అందించే

లక్ష్మంతో AGEL పనిచేస్తోంది.. ఈ సంపత్తరం అదానీ గ్రూప్ అత్యంత వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న భారతీయ బ్రాండ్‌గా అవశరించిందని, దాని బ్రాండ్ విలువ 82 శాతం పెరిగిందని ఒక కొత్త నివేదిక తెలిపింది.

దూకుడుగా సమగ్ర వ్యాలిక సదుపాయాల దృష్టి, గ్రీన్ ఎనర్జీ ఆశయాలలో పేరుగుదల, కీలక వైన్స ఆస్ట్రాగ్రాల్చాల్స్ మార్కెట్ క్లీట్‌లు, తొగ్గుగుదల ఆగణంలో

అదానీ శ్రీన ఎనర్జీ మర్కో లకార్యా.. భారతదేశ చరిత్రలోనే తొలినారిగా..

చెందుతన్న భారతీయ బ్రాండ్ గా
అవతరించిందని, దాని బ్రాండ్ విలువ 82
శాతం పెరిగిందని ఒక కొత్త నివేదిక
తెలిపింది. దూరుడుగా సమగ్ర హోలిక
సదుపాయాల దృష్టి గ్రెన్ ఎనర్జీ ఆశయాలలో
పెరుగుదల, కీలకమైన వాటాదారులలో
బ్రాండ్ ఈకోలీ పెరుగుదల కారణంగా గ్రాష్
వ్యధి చెందిందని లండన్కు చెందిన బ్రాండ్
పైనాన్స్ 'మోస్ట్ వాల్యూయబుల్ ఇండియన్
బ్రాండ్ 2025' నివేదిక పేర్కొంది.
భారతదేశంలో అతిపెద్ద పునరుత్సాధక
ఇంధన సంస్థ అయిన అదానీ గ్రెన్ ఎనర్జీ
లిమిటెడ్ 15,539.9 మెగావాట్లలో
అద్భుతమైన కార్బోచరణ సామర్థ్యాన్ని
అధిగిమించింది.. ఇది ఇప్పటిపురకు
దేశంలోని పునరుత్సాధక ఇంధన రంగంలో
అత్యంత వేగవంతమైన.. అతిపెద్ద సామర్థ్య
జోడ్సింపుగా నిలిచింది. ఈ పోర్ట్ఫోలియోలో
దాచపు 11,005.5 MW సౌరశక్తి,
1,977.8 MW పవనశక్తి, 2,556.6
MW పవన-సౌర ప్లాటిం సామర్థ్యం
ఉన్నాయి. ముఖ్యంగా, AGEL
భారతదేశంలో ఈ స్థాయికి చేరుకున్న
మొదటి.. ఏకైక
సామర్థ్యం గ్రె
చేయబడింది.
7.9 మిలి
అందించగలద
పదమాడు భ
అందించగలద
సరసమైన శక్తి



తృతీని నమోదు చేసిందని ప్రభుత్వ గణంకాలు తెలిపాయి. 18 శాతంగా ఉంది. వ్యవసాయాన్ని చిన్న చూపు చూసే ఇంతక్కితం ఆర్థిక సంవత్సరం 2022-23లో రూ.27.56 కేంద్ర ప్రభుత్వానికి ఈ గణంకాలు కనువిప్పు కావాలని లక్ష్యిల కోట్ల విలువను నమోదు చేసింది. కేంద్ర గణాంకాల నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఈ స్థాయిలో వృద్ధి ఉన్నప్పటికీ మంత్రిత్వ శాఖ విడుదల చేసిన తాజా రిపోర్ట్ ప్రకారం.. వ్యవసాయ రంగం ఇంకా అనేక నవాళ్లను కూడా పోత్త.



ବନ୍ଦୁମ ପରେଗା

ప్రతి రిష్టజూ ఎాలకూర తింటున్నారా?

పాలకూరలో పైబర్ వుపులంగా ఉండటంతో జీర్ణశైలియి మెరుగుపడుతుంది
 మలబద్ధకం వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. పాలకూరలోనే ల్యాఫీన్ జియాక్సంతిన్ వలన మాక్యులర్ డిజెనరేషన్, కంటిపుక్కం వంటి కంటి సంబంధిత సమస్యలు తగ్గుతాయి. పాలకూరలో ఐరస్ వుపులంగా ఉంటుంది. ఇది రకఫీనతను నివారిస్తుంది. పాలకూరలోనే పోషకాల రకఫోటును నియంత్రించి గుండెకు మేలు చేస్తుంది. శరీరంలో పేరుకుపోయిన చెదు కొల్పుశ్లో స్థాయిలను తగ్గిస్తుంది. ఆమకూరలల అరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తాయి.. ఇది అందరికి తెలిసిందే. అలాట ఆకు కూరట్లో అతి ముఖ్యమైనది పాలకూర. శరీరానికి అవసరమైన కేలరీలు పాలకూరలో వుపులంగా ఉన్నాయి. బరవ తగ్గి గ్రహితుంటి ఉన్నవారికి పాలకూర ఎంత గానో ఉపయోగపడుతుంది. పాలకూరలల ప్రోటీన్స్, పిండి పదార్థాలు, పైబర్ కలిగి ఉంటుంది. పాలకూరలో ఆప్సుం విటమిన్ ఏ, విటమిన్ బి6 వంచివి కూడా ఉంటాయి. అలానే ఇతర పోషకాలు కూడా ఉంటాయిని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు.
 పాలకూరను తీసుకుంటే జ్ఞాపక శక్తి పెరుగుతుంది. మెదడు పని తీరులు కూడా వేగం పెరుగుతుంది. పాలకూరలో విటమిన్ సి వుపులంగా ఉంటుంది. ఇది శరీర రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. పాలకూరలల విటమిన్ కె, ఎ, ఫోలెట్, ఐరస్, క్యాబ్రియం, మెగ్నెషియం వుపులంగా

లభిస్తాయి. ఇవి ఎముకలను చూడగా చేస్తాయి.. విటమిన్ ఎ లోగిన్సోఫ్ భక్తినీ పెంచి జబ్బుల బారిన పడకుండా రక్తిస్తుంది. పోలేట్ గర్జువతులకు, శిశువుల అభివృద్ధికి అవసరం. రక్తహీనతను నివారించడానికి సహాయపడుతుంది. పాలకూరలో పోలేట్ సమృద్ధిగా ఉంటుంది. దీని వలన కణాల పెరుగుదల మెరుగువుతుంది, **DNA** సంఖ్యణకు అవసరమైన **B** విటమిన్ ఇందులో సమృద్ధిగా ఉంటుంది. తక్కువ కేలరీలు, అధిక పోషక విలువలు కలిగి ఉండటంతో పాలకూర ఆరోగ్య ప్రయోజనాలకు నిలయంగా పిలుస్తారు. పాలకూరలో విటమిన్ సి పుష్టలంగా ఉంటుంది. ఇది శరీర రోగ నిరోధక శక్తినీ పెంచి, పిల్లలు తరచుగా అనారోగ్యం బారిన పడకుండా కాపడుతుంది. పాలకూరలోని ఆక్సికరకున నిరోధకాలు కొన్ని రకాల క్యాస్టర్ల నుంచి రక్కించడానికి సహాయపడతాయి. పాలకూరలో పైబ్ర పుష్టలంగా ఉండటంతో జీవ్ర్షికియ మెరుగుపడుతుంది మలబద్ధకం వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. పాలకూరలోని ల్యూబ్లీన్. జియాక్సంతిన్ వలన మాక్యులర్ డీజెనరేషన్, కంటీప్టకం వంటి కంటీం సంబంధిత సమస్యలు తగ్గుతాయి. పాలకూరలో ఐరస్ పుష్టలంగా ఉంటుంది. ఇది రక్తహీనతను నివారిస్తుంది. పాలకూరలోని పోషకాలు రక్తపోటును నియంత్రించి గుండెకు మేలు చేస్తుంది. శరీరంలో పేరుకుపోయిన చెడు కొలిష్టాల్ స్థాయిలను తగ్గిస్తుంది.

మెదడును ఆరోగ్యంగా ఉంచే సూహర్ ఫుడ్స్..!



ప్రస్తుత రోజుల్లో బిజీ లైఫ్ లో ఉద్దోగ భారం, వ్యక్తిగత బాధ్యతలు పెరిగిపోవడం వల్ల ఎంతోమంది యువత, మధ్య వయస్యలు.. జ్ఞాపకశక్తి తగ్గడం, ఏకాగ్రత లోపం, మానసిక అలసట వంటి సమస్యలను ఎదుర్కొంటున్నారు. శారీరక అరోగ్యానికి ఎంత ప్రాధాన్యత ఇస్తావో.. మెదడు అరోగ్యానికి అంతే ప్రాధాన్యత ఇష్టుడం చాలా ముఖ్యం. మెదడును అరోగ్యంగా ఉంచుకోవడం మన మొత్తం శ్రేయస్సుకు కీలకం. మెదడుకు సహజంగా శక్తిని ఇవ్వాలంటే కొన్ని ప్రత్యేకమైన జీవనశైలి అలవాట్లు.. నడ్డైన ఆహార పద్ధతులు అవసరమని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. మెదడులో ఎసిబైలోల్నిన అనే ముఖ్యమైన స్వారోగ్రాస్య మిటర్ ఉంటుంది. ఇది నాచీ కణాల మధ్య సమాచారాన్ని చేరవేస్తూ శారీరం కడలికల నుంచి జ్ఞాపకశక్తి పరకు ఎన్నో కీలక పనుల్లో పాల్గొంటుంది. ఈ రసాయనం స్థాయి



A photograph of a glass filled with a golden-yellow liquid, likely masala chai, garnished with a slice of lemon and a sprig of mint. To the right, a small white bowl contains several round, brown sweets, possibly jaggery or gur balls. The background is slightly blurred, showing more of the tea setup.

ఏగి ఒత్తిడి డెమొబెటీన్స్‌కు దారి తీస్తుందా..?



ప్రసుతం ఉద్యోగ జీవితం ఎన్నో సహజతో నిండి ఉంది. రోబోజుకీ పనిలో ఒక్కింటి పెరుగుతూ ఉండటంతో ఆరోగ్య సమస్యలు కూడా అంతే వేగంగా పెరుగుతున్నాయి. తాజగా జరిగిన ఒక అతర్జుతీయ పరిశోధనలో ఉద్యోగ ప్రదేశంలోని ఒక్కింటి, దయాబచీన్ మర్యాద సంబంధం బయలుపడింది. ఇది ప్రతి ఉద్యోగి తెలుసుకోవాలిన ముఖ్యమైన విషయం. ఈ అధ్యయనం ప్రముఖ వైద్య పరిశోధనా పత్రిక అయిన ఆక్యవేషనల్ అండ ఎన్విరాన్ మొంటల్ మెడిసిన్ జర్నల్ లో ప్రచురించారు. దీన్ని స్వీడన్ కు చెందిన కరోలినాస్ ఆన్ స్టీటుయాట్ పరిశోధకులు రూపొందించారు. ఈ అధ్యయనం లక్షం.. ఉద్యోగ ప్రదేశంలో ఎదురయ్యే మానసిక ఒక్కింటి, మనముల మర్యాద సంబంధాల్లో కలిగి తేడాలు, ఆరోగ్యంపై ప్రభావాన్ని విశేషించడం. పనిలో ఎక్కువ ఒక్కింటి, ముఖ్యంగా సపూర్వాద్యోగులతో కలిగి భావోద్యోగ సంబంధిత గొడవలు, టైప్ 2 డయాబెటిస్ వచ్చే ప్రమాదాన్ని మహిళలలో 24 శాతం, పురుషులలో 20 శాతం వరకు హెచ్చుయాయిని ఈ అధ్యయనం స్పష్టంగా చెబుతోంది. ఇది ఉద్యోగ ప్రదేశంలో మానసిక ఆరోగ్యం ఎంత ముఖ్యమో తెలియజేస్తుంది. ఈ పరిశోధనలో 2005లో స్వీడన్ లో నమోదైన దాఢాపు 30 లక్షల మందికి పైగా వృక్షుల దేటాను శరీరంలో కోర్ట్‌సెల్ అనే హోర్న్‌న్ ఎక్కువగా విడుదల అవుతుంది. ఇది రక్తంలో గ్లూకోస్ స్టోయిని పెంచుతుంది. ఎక్కువ కాలం ఇలాగే కొనసాగితే.. శరీరంలో ఇన్సులిన్ తక్కువగా పనిచేసే పరిస్థితి ఏర్పడి.. చివరక టైప్ 2 డయాబెటిస్ వస్తుంది. ఈ సమస్యల నుంచి బయటపడాలంటే ఉద్యోగ స్థలాల్లో సానుకూల వాతావరణం, సహ్యదయ సంబంధం, ఒక్కింటి నియంత్రణ, మెడిసిన్, ఫిట్ నెన్ చర్యలు తప్పనిసరి. ముఖ్యంగా ఉద్యోగుల వారానికి ఒకసారి తమ ఆరోగ్యాన్ని న్యయంగా పరిశీలించుకోవడం మంచిది.

ఉ లక్ష్మణాలను గీర్భక్షం చేయకండి



ప్రస్తుతం వైద్య సదుపాయాలు బాగా ఆభివృద్ధి
చెందినపుటీకీ క్యాన్సర్ అనే పేరు వినాన్ని
చాలా మందిలో ఇంకా భయం ఉంటుంది.
ఈ వ్యాక్షి వ్యక్తి ఆలోగ్య పరిస్థితి, జీవవైశిలీ
శరీర నిర్మాణం ఆధారంగా భిన్నంగా ఉ
ంటుంది. అందులో ముఖ్యంగా కడుపు
క్యాన్సర్ ఒక ప్రాణాంతక సమస్యగా
నిలుస్తోంది. దీని లక్షణాలు మొదటి దశల్లో
చిన్నవిగా ఉండి అంతగా గుర్తించబడవు
కానీ కొన్ని ఉదయం కనిపించే లక్షణాలు
దాన్ని ముందే గుర్తించేందుకు
సాయపడతాయి. ఉదయం లేవగానే
కడుపులో బరువు లేదా మంట అనిపిస్తే,
అది సాధారణ అజీర్తిగా భావించి
వదిలేయకండి. ఈ సమస్య తరచూ
కొనసాగితే అది కడుపులో ఏర్పడిన గడ్డ
లేదా కణితి సూచన కావచ్చు. సాధారణ
మంటకు వసిచేసే మంందులు వసి
చేయాలనిఁచ్చే కెంటానే కెర్డో నీకి

ଓପର୍ ଆର୍ଥିକ କାନ୍ଦ୍ରି..!

మనలో చాలా మంది రోజును కాఫీతో ప్రారంభిస్తారు కాఫీ తాగడం వల్ల శరీరానికి అనేక లాభాలు ఉంటాయిని మనం చాలా సొర్లు వింటుంటాం. నిజానికి కాఫీలో ఉన్న కొన్ని రసాయనాలు మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో ఉపయోగకరంగా ఉంటాయి. యూరోపియన్ కార్దియాలచ స్టాప్టేచేసిన పరిశోధన ప్రకారం.. సుమారు 30 శాతానికి పైగా ప్రజలు ఉదయం కాఫీ తాగుతారని తెలుస్తుంది. 1966 నుండి 2007 వరకు జరిగిన అనేక పరిశోధనలు సమీక్షించి నేపనల్ ట్రైబ్రి అఫ్ మెడిసిన్ లో ప్రచురించిన అధ్యయనం ఒక ముఖ్యమైన విషయాన్ని వెల్లడించింది. ప్రతిరోజూ రెండు కప్పుల కాఫీ తాగడం వల్ల కాలేయ క్యాన్సర్ రాకపోవడవే కాకుండా. కాలేయానికి నంబంధించిన మరికొన్ని సమస్యలు కూడా తగ్గుతాయని ఆ అధ్యయనం చెప్పింది. దీని వల్ల కాలేయ ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. కాలేయ సంబంధ వ్యాధుల ప్రమాదం గణియంగా తగ్గుతుంది. ఇంకా నానీ ఇంగ్లీష్ స్టోర్లీ లీనర్ డిటీల్స్ అనే పునర్వ్యక్త కూడా ఉన్నాయి.

కాఫీ తాగడం మంచిదని పరిశోధనలు వెల్లడిస్తున్నాయి. ఈ వ్యాధి లోపల కాలేయంలో కొవ్వు పేరుకుపోవడం వల్ల వస్తుంది. కాఫీలో ఉన్న ఫెఫిన్, క్లోరోజెనిక్ అమ్లం ప్రైగ్ లేనిన్, డెటర్చెన్, మెలాయాడిఫ్స్ హంటి పోషక పదార్థాలు ఈ వ్యాధి పురోగతిని అష్టుకుంటాయి. ఇవి క్యాస్పర్ నిరోధక లక్ష్ణాలు కలిగి ఉండటమే కావుండా శరీరంలో ఆస్కిదేవీవ్ ప్రైన్ తగ్గించే విధానంలో కూడా సహాయవడతాయి. 3 నుంచి 4 కప్పు కాఫీ తాగడం వల్ల డీజనెరేటివ్ జబ్బులు (మానసిక నష్టాలు, జీర్ణక్రియ సంబంధం సమస్యలు, గుండె సంబంధ వ్యాధులు) వచ్చే అవకాశం తగ్గుతుందని వివిధ పరిశోధనల సూచిస్తున్నాయి.

కాఫీ తాగడం వల్ల రక్తకూళాల్ని కొల్పిస్తాల్, రక్తపోటు కూడా నియంత్రణలో ఉండి అవకాశం ఉంది. అయితే కాఫీ అధికంగా తాగడం వల్ల కొండరికి అనారోగ్య సమస్యల ఎదురవుతాయి. అందువల్ల కాఫీ పరిమితంగా తాగడం చాలా ముఖ్యం. 2025లో యూరోపియన్ హోర్ట్ జర్జర్ల్ లో విడుదలైన పరిశోధన ప్రకారం.. ఉదయం కాఫీ తాగేవారికి హృదయ వ్యాధుల కారణంగా మరణించే అవకాశాలు సుమారు 3 శాతం తక్కువగా ఉంటాయని తెలిపింది.

మన అరోగ్యాన్ని కాపుడుకోవాలంటే కాఫీని సరైన పరిమాణంలో మాత్రమే తీసుకోవడ ఉత్తమం. కాబి తీసుకుంటప్పుడు మీ శరీర పరిస్థితిని కూడా గమనించండి. అవసరవైపు దేశుల్లి రుషుక్క తీసుకుండా నుంచి

చేయించుకోవాలి. కొద్దిగా తిన్న తర్వాతే పూర్తిగా తిన్నట్టు అనిపించడం, ఆకలి తగ్గిపోవడం వంటి లక్ష్యాలు కొన్ని రోజులు కనిపించినా ఇది సాధారణం కాదు. కడుపులో ఏర్పడిన కణితి వల్ల ఆహార మోతాదు తగ్గిపోవచ్చు. దీని వల్ల బిరువు తగ్గడం మొదలవుతుంది. శరీర పోషకాల లోపం ఏర్పడుతుంది. మంచి మంచి రంగు మారడం, తరువాగా విరేషాలు కావడం లేదా కాస్త రక్తం కనిపించడం.. ఇవి లోపలి రక్తస్థావానికి సూచనలు. ముఖ్యంగా మంచి ముదురు రంగు కనిపిస్తే అది కడుపు లోపల రక్తం లీకవతున్న సూచన కావచ్చు. ఇది కంటికి కనిపించకపోయినా శరీరం లోపల జిగిం మార్పులకు సూచన. తిన్న ఆహారం వెంటనే జీర్ణం కాకపోవడం.. ఉదయం లేవగానే వికారం రావడం వంటి లక్ష్యాలు కూడా వ్యాధి పెరుగుదలకు సూచనలుగా పరిగణించాలి. ఎలాంటి ఆహార ప్రభావం లేకుండానే ఇలా జరిగితే కడుపులో గడ్డలు అహార ప్రపాహోన్ని అడ్డుకోవడం వల్ల కావచ్చు. ఎటుంటి ప్రత్యేక దైత్య పాటించకపోయాలి.. బిరువు తగ్గిపోవడం కూడా ప్రమాద సూచన. కౌస్టిన్ కణాలు శరీర పోషకాలను ఆక్రమించడం వల్ల శక్తి తగ్గి అలసటగా అనిపించడం మొదలవుతుంది. సాధారణం కంటే ఎక్కువగా నిద్రపోయినా అలసిపోయినట్టే అనిపిస్తే శరీరంలో ఉన్న లోపాల్ని గుర్తించి వైఫ్యూలను కలవాలి. ఉదయం కనిపించే ఈ లక్ష్యాలన్నీ ఖచ్చితంగా కడుపు కౌస్టిన్ గుర్తులు అని చెప్పాలిని. కానీ అవి కొనసాగితే మరింత తీవ్రమైతే నిర్ద్రణ చేయడం తప్ప. అల్పర్థా, యాసిం రిఫ్లెక్టిస్, ఇణ్ణక్కన్లు వంటి ఇతర జీర్ణ సమస్యలు కూడా ఇలాంటి లక్ష్యాలను కలిగిస్తాయి. కానీ అనఱ కారణం తెలుసుకోవడానికి కిచ్చితమైన వైర్సు పరిక్షలు తప్పనిసరి. ప్రారంభ దశలో గుర్తిస్తే కౌస్టిన్ పై విజయవంతంగా పోరాడే అవకాశం ఇచ్చాలి.



శ్రీ కృష్ణ



మంచు విష్ణు కన్ధప్ప.. రెండు రీజుల్లో ఎన్న కోట్లంటే?

మంచు విష్ణు ట్రీమ్ ప్రాజెక్ట్‌గా థియేటర్లోకి వచ్చిన కన్సెప్చు బాక్యాఫీన్ వద్ద సందడి చేస్తోంది. తొలి రోజే పాజిటివ్ టాక్ రావడంతో వసూళ్లపరంగా రాణిస్తోంది. మొదటి రోజు రూ. 9.35 కోట్ల నికర వసూళ్ల సాధించింది. అయితే రెండో రోజు రూ. 7 కోట్లకు పైగా రాబట్టినట్లు తెలుస్తోంది. దీంతో రెండు రోజుల్లో కలిపి ఇండియా వ్యాప్తంగా రూ. 16.35 కోట్ల నెట్ కలక్ష్మీ వసూలు చేసినట్లు సమాచారం. కాగా.. ఈ చిత్రంలో ప్రభాస్‌తో పాటు మోహన్ లాల్, అడ్జయ్ కుమార్, కాజల్ అగర్వాల్ కీలక పాత్రాల్లో నటించారు. కాగా.. ఈ సినిమాకు బాలీవుడ్ డైరెక్టర్ ముకేం కుమార్ సింగ్ దర్జకత్తుం వహించారు. రాబోయే రోజుల్లోనూ ఇదే జోరు కొనసాగితే విష్ణు మంచు కెరిర్లో అత్యధిక వసూళ్ల సాధించిన చిత్రంగా కన్సెప్చు నిలవసుంది. గతంలో మంచు విష్ణు చిత్రాలైన జిన్స్, మోసగాళ్లు సినిమాలకు చాలా తక్కువ వసూళ్లు వచ్చాయి. ఈ సినిమాలో ప్రభాస్ రుద్ర పాత్రాల్లో మెహించగా.. మంచు విష్ణు తిన్నదు పాత్రలో ఆకట్టుకున్నారు. ఈ మూవీలో విష్ణు సరసన ప్రీతి ముకుందన్ కనిపించింది. అంతేకాకుండా మోహన్ బాబు, అర్పిత్ రంకా, బ్రహ్మన్నసందం, బ్రహ్మజీ, శివ బాలాజీ, కౌశల్ మండ, రాహుల్ మాధవ్, దేవరాజ్, ముఖేష్ రిపి, రఘు బాబు, మధు కీలక పాత్రాల్లో నటించారు.

ఆ సినిమాతో మొదలు
కానున్న రవితేజ మర్టీ పైక్కను..
ఫ్యాన్లు వెయిటింగ్



స్టోర్ హీరోలు మళ్ళీపైక్కు బిజినెస్ లలోకి వస్తుండడం ఆశ్చర్యాన్ని కలిగిస్తుంది. ఏపియన్ సనీల్ టాలీవుడ్ హీరోలందరితోనూ మళ్ళీ డైక్షులను కట్టించేస్తున్న నేపథ్యంలో ఆ థియేటర్స్కి గిరాకి బాగానే ఉంటుంది. ఏవంబీతో ఏపియన్ - మహేష్ బాబు ప్రయాణం మొదలైంది. ఆ తరువాత బిల్లీతో కలిసి త్రిబుల్ ఏ థియేటర్ ఏప్రాట్లు చేశారు. ఈ థియేటర్లో కూడా సందడి బాగానే ఉంటుంది. ఇప్పుడు వెంకీమామ, రవితేజ్లు కూడా మళ్ళీపైక్సులను కట్టించేసుకుంటున్నారు. ఇక విజయ్ దేవరకొండతో ఏవీడి సినిమాస్ ను నిర్మించగా, దీనికి ప్రేక్షకులు బాగానే వస్తున్నారు. అయితే కొన్ని నెలల క్రితం మాన్స మహోజా రవితేజ్తో కలిసి ఏసియన్ సంస్థ ఓ మళ్ళీపైక్కు నిర్మాణాన్ని ప్రకటించింది. హైదరాబాద్ శివారు వస్తున్నిపురం ప్రాంతంలో ఈ మళ్ళీపైక్కు నిర్మాణం పూర్తి స్థాయిలో ముగింపు దశకు చేరుకుంది. ఇంటీరియర్ వర్క్ ప్రస్తుతం జరుగుతోంది. విశ్వస్తోయ వర్గాల సమాచారం ప్రకారం, జూలైలో ఈ మళ్ళీపైక్కును గ్రాండ్గా ప్రారంభించేందుకు ఏప్రాట్లు జరుగుతున్నాయి. ఈ మళ్ళీపైక్కు ప్రారంభోత్పాధ్యాన్ పాన్ కళాచార్య సటించిన హరి హర వీరమల్లుతో ప్రారంభించాలని అనుకుంటున్నారు.. ఈ చిత్రం జూలై 24న విడుదల కానుంది. అదే రోజున రవితేజ్ మళ్ళీపైక్కు ప్రారంభం అయ్యే అవకాశాలు ఉన్నట్లు సమాచారం. అయితే, దీనిపై అధికారిక ప్రకటన ఇంకా రావలసి ఉంది. ఈ మళ్ళీపైక్కును అత్యాధునిక సాంకేతికతతో రూపొందించారు. 57 అడుగుల వెడల్చుతో భారీ ట్రైన్, దాల్టీ అట్టున్ శాండ సిస్టమ్, సినిమా ప్రేమికులకు కొత్త అనుభూతిని అందించే విధంగా సినిమాటిక్ ఎవ్విపియిన్ అందించేందుకు అన్ని ఏప్రాట్లు పూర్తి అయ్యాయి. ఇప్పటికే టెస్టింగ్ ప్రక్రియ పలు దఫాలు పూర్తయినట్టు తెలుస్తుంది. త్వరలో టాలీవుడ్ ప్రముఖులతో గ్రాండ్ ఓపెనిగిం నిర్వహించబోతున్నట్లు టాక్ సమస్తుంది.. ఇటీవల మళ్ళీపైక్కులకు ప్రైవ్యక్తుల నుంచి మంచి ఆదరణ లభిస్తున్న నేపథ్యంలో, రవితేజ్ మళ్ళీపైక్కు కూడా ప్రైవ్యక్తాదరణ బాగానే ఉంటుందని భావిస్తున్నారు. మొత్తానికి జూలైలో రవితేజ్ మళ్ళీపైక్కు ప్రారంభం, హరి హర వీరమల్లు విడుదల.. ఈ రెండూ కలిపి టాలీవుడ్ ప్రేక్షకులకు ఓ స్టేప్సర్ ఫీల్గా మారనుంది.

ఓటీఎల్ దూసుకెళ్లున్న తెలుగు క్రొమ్ ద్రామా!

‘ఉన్నాద్ భగత్ సింగ్’ మాటింగ్ జీరు..
అన్నపూర్ సూడియోన్లో పవన్ కళ్యాణ!

టాలీవుడ్ పవర్ స్టార్ పవన్ కళ్యాణ్ మరియు దర్జకుడు హరీష్ శంకర్ కాంబినేషన్లో వస్తున్న చిత్రం ‘ఉస్తాద్ భగత్ సింగ్’ గబ్బర్సింగ్ తర్వాత వీర్దిధి కాంబోలో ఈ సినిమా రాసుంటడంతో భారీ అంచనాలు ఏర్పడ్డాయి. పవన్ కళ్యాణ్ ప్రస్తుతం రాజకీయాలకు విరామం ఇన్ని సినిమాలను కంట్లీట్ చేస్తున్నాడు. ఇప్పటికే హరిహర వీరమల్లు, ఓప్పి సినిమా ఘాటింగ్లను కంట్లీట్ చేసిన పవన్ ప్రస్తుతం ఉస్తాద్ భగత్ సింగ్ని కూడా పూర్తి చేస్తున్నాడు. అయితే ఈ సినిమా ఘాటింగ్కి సంబంధించి ప్రస్తుతం ఒక అవ్వెట్ వైరలపుతుంది. ప్రస్తుతం అన్నపూర్ణ స్టాడియోలో ఈ సినిమా చిత్రీకరణ జరుగుతున్నట్లు సమాచారం. పలు కీలక స్నిహితాలను పవన్ కళ్యాణ్తో తెరకెటిస్తున్నాడు హరీష్ శంకర్. ఈ చిత్రంలో పవన్ కళ్యాణ్ సరసన యువ నటి ట్రైలీల సందిచి చేయసుంది. ఈ సినిమాకు దర్జకుడు దశరథ్ శ్రీనివ్స్ అందిస్తున్నారు. సాక్షి వైర్స్, అపతోవ్ రానా, గౌతమి, నాగ మహావ్, బెంపర్ వంశీ, కేస్టేవ్ ఫ్యామ్ అవిణ్వ్ వంటి ప్రముఖ నటీనటులు కీలక పొత్రల్లో నటిస్తున్నారు. రాంస్టార్ దేవి శ్రీ ప్రసాద్ ఈ సినిమాకు సంగీతం అందిస్తున్నారు. నవీన్ యెర్నేని రవిశంకర్ ఈ భారీ చిత్రాన్ని మెత్తి మూపీ మేకర్కు బ్రానర్స్ నిర్మిస్తున్నారు.



ప్రాయాన్నకు రష్టుక
అదిలపోయే
ఆఫర్..
ఆ ఒక్కపుని చేస్తే
లుస్తానంటూ
పోన్న



