

సంపాదకీయం

పరమేధంపై శ్రేష్ఠ తెగువు

హిటల్, ముస్లిమీలను మించి నరమేధం సాగిస్తున్న నెత్తువ్యాహ సర్పారుపై, రానికి సమస్త వనరులను కట్టబెట్టుతున్న అమెరికా తీరుపై ప్రపంచవ్యాప్తంగా యువతలో ఆగ్రహం పెల్లుబుకుతోంది. పసిభిడ్లు, మహిళలనుసైతం శత్రువులుగా చూస్తూ సహాయ కేంద్రాల పద్ధత ఆపరాం కోసం వచ్చిన వారిని సైతం చంపుతున్న ఇజ్జాయిల్ దుర్మార్గం యువతను కదిలించివేసేంది ప్రముఖ పర్యావరణ ఉర్వముకారిణి గ్రెటా థ్రేస్టర్, పాలస్ట్రీనా సంతతికి చెందిన యూరోపియన్ పాలమెంటో ఫ్రెంచి సభ్యాలు రిపార్మస్టోపోటు వన్నెందు మంది యువకార్యకర్తల బింబం ఈ నెల ఒకచిన సినిమి సుంచి ల్యిఫ్ట్ నొక మాడీలీనో గాజాకు బయలైరింది. రండో ప్రపంచ యుద్ధం తర్వాత ఆ స్థాయికి మించి 55 వేలమందికిపైగా అమాయ కులను, అందులోనూ అత్యధికంగా మహిళలు, చిన్నారులను ఇజ్జాయిల్ పొట్టికుండి. ఆసుపత్రులు, పారశాలలు, శరణార్థి కేంద్రాలపో సహా కీలకమైన వ్యావిశక్తి వనతులన్నిటినీ నాశనం చేసింది. ఇరవై లక్ష్మలకుపైగా నివాసాలను భస్తీన్చ టలం చేయడంతోపోటు దేరాల కింద తలదాచుకుంటున్న వారిని మాబీమాటిక్ భాస్తి చేయిస్తోంది. గాజాలోకి ఆపరాం, ఇతరినిత్యాపురాలు తీసుకొచ్చే మానవతా సాయాన్ని సైతం అట్టుకుంటోంది. పాలస్టీనా జాతి నిర్మాలన చేయాలన్న లక్ష్మంతో మానవతా విపత్తులోకి నెట్లోనే ఇజ్జాయిల్ దుర్మార్గం మత, జాతి ఉన్నాదులకు మానవత్తం ఉండడనడానికి మరో రుజువు.



ఈరుత దేశంలో మిమిక్ కళకు అయిన ఆడ్చుడు. ఎలతో మంది ప్రముఖుల పందలాదిగా గొంతులను సునాయాసంగా, యాటాంతథంగా అపుకరించేవారు. భారతో అసుకరించి, నిష్ఠించే కటక మాత్రమే ఉన్న మిమిక్కిని ఇక్క రాజ్య సమితి ప్రధాన కార్యాలయంలో పద్ధరించే సైయికి తీసుకొస్తున్ గొప్ప కళాకారుడు. నాట్యపుతులు, ప్రధానుల సుందిసాయాన్ని ప్రవరకా దేవంతో అయిన అప్పార్పి, అప్పరూ కళను ఆశిసించివిన వారుడు. రండో ప్రపంచ యుద్ధం తర్వాత ఆ స్థాయికి మించి 55 వేలమందికిపైగా అమాయ కులను, అందులోనూ అత్యధికంగా మహిళలు, చిన్నారులను ఇజ్జాయిల్ పొట్టికుండి. ఆసుపత్రులు, పారశాలలు, శరణార్థి కేంద్రాలపో సహా కీలకమైన వ్యావిశక్తి వనతులన్నిటినీ నాశనం చేసింది. ఇరవై లక్ష్మలకుపైగా నివాసాలను భస్తీన్చ టలం చేయడంతోపోటు దేరాల కింద తలదాచుకుంటున్న వారిని మాబీమాటిక్ భాస్తి చేయిస్తోంది. గాజాలోకి ఆపరాం ఇతరినిత్యాపురాలు తీసుకొచ్చే మానవతా సాయాన్ని సైతం అట్టుకుంటోంది. పాలస్టీనా జాతి నిర్మాలన చేయాలన్న లక్ష్మంతో మానవతా విపత్తులోకి నెట్లోనే ఇజ్జాయిల్ దుర్మార్గం మత, జాతి ఉన్నాదులకు మానవత్తం ఉండడనడానికి మరో రుజువు.

ఈ ఘూతుకాలస్తీ అంతరూపీయంగా చర్చినియాంశం చేయాలని, ఇజ్జాయిల్ సముద్ర దిగ్పాంధనాన్ని చేసించి పిల్లల కోసం పాలు, ఆపోర పదార్థాలు, అత్యవసర వైద్య వరకాలు, ఇతర జీవావసరాలను అందజేసేందుకు ప్రీడమ్ ప్లోబీల్ ఇంప్రోట్ రాజులోకి ప్రపంచ యుద్ధం తెగువులు, పాలస్టీనా జాతి నిర్మాలన చేయాలన్న లక్ష్మంతో మానవతా విపత్తులోకి నెట్లోనే ఇజ్జాయిల్ దుర్మార్గం మత, జాతి ఉన్నాదులకు మానవత్తం ఉండడనడానికి మరో రుజువు.

ఈ ఘూతుకాలస్తీ అంతరూపీయంగా చర్చినియాంశం చేయాలని, ఇజ్జాయిల్ సముద్ర దిగ్పాంధనాన్ని చేసించి పిల్లల కోసం పాలు, ఆపోర పదార్థాలు, అత్యవసర వైద్య వరకాలు, ఇతర జీవావసరాలను అందజేసేందుకు ప్రీడమ్ ప్లోబీల్ ఇంప్రోట్ రాజులోకి ప్రపంచ యుద్ధం తెగువులు, పాలస్టీనా జాతి నిర్మాలన చేయాలన్న లక్ష్మంతో మానవతా విపత్తులోకి నెట్లోనే ఇజ్జాయిల్ దుర్మార్గం మత, జాతి ఉన్నాదులకు మానవత్తం ఉండడనడానికి మరో రుజువు.

ఈ ఘూతుకాలస్తీ అంతరూపీయంగా చర్చినియాంశం చేయాలని, ఇజ్జాయిల్ సముద్ర దిగ్పాంధనాన్ని చేసించి పిల్లల కోసం పాలు, ఆపోర పదార్థాలు, అత్యవసర వైద్య వరకాలు, ఇతర జీవావసరాలను అందజేసేందుకు ప్రీడమ్ ప్లోబీల్ ఇంప్రోట్ రాజులోకి ప్రపంచ యుద్ధం తెగువులు, పాలస్టీనా జాతి నిర్మాలన చేయాలన్న లక్ష్మంతో మానవతా విపత్తులోకి నెట్లోనే ఇజ్జాయిల్ దుర్మార్గం మత, జాతి ఉన్నాదులకు మానవత్తం ఉండడనడానికి మరో రుజువు.

ఈ ఘూతుకాలస్తీ అంతరూపీయంగా చర్చినియాంశం చేయాలని, ఇజ్జాయిల్ సముద్ర దిగ్పాంధనాన్ని చేసించి పిల్లల కోసం పాలు, ఆపోర పదార్థాలు, అత్యవసర వైద్య వరకాలు, ఇతర జీవావసరాలను అందజేసేందుకు ప్రీడమ్ ప్లోబీల్ ఇంప్రోట్ రాజులోకి ప్రపంచ యుద్ధం తెగువులు, పాలస్టీనా జాతి నిర్మాలన చేయాలన్న లక్ష్మంతో మానవతా విపత్తులోకి నెట్లోనే ఇజ్జాయిల్ దుర్మార్గం మత, జాతి ఉన్నాదులకు మానవత్తం ఉండడనడానికి మరో రుజువు.

ఈ ఘూతుకాలస్తీ అంతరూపీయంగా చర్చినియాంశం చేయాలని, ఇజ్జాయిల్ సముద్ర దిగ్పాంధనాన్ని చేసించి పిల్లల కోసం పాలు, ఆపోర పదార్థాలు, అత్యవసర వైద్య వరకాలు, ఇతర జీవావసరాలను అందజేసేందుకు ప్రీడమ్ ప్లోబీల్ ఇంప్రోట్ రాజులోకి ప్రపంచ యుద్ధం తెగువులు, పాలస్టీనా జాతి నిర్మాలన చేయాలన్న లక్ష్మంతో మానవతా విపత్తులోకి నెట్లోనే ఇజ్జాయిల్ దుర్మార్గం మత, జాతి ఉన్నాదులకు మానవత్తం ఉండడనడానికి మరో రుజువు.

ఈ ఘూతుకాలస్తీ అంతరూపీయంగా చర్చినియాంశం చేయాలని, ఇజ్జాయిల్ సముద్ర దిగ్పాంధనాన్ని చేసించి పిల్లల కోసం పాలు, ఆపోర పదార్థాలు, అత్యవసర వైద్య వరకాలు, ఇతర జీవావసరాలను అందజేసేందుకు ప్రీడమ్ ప్లోబీల్ ఇంప్రోట్ రాజులోకి ప్రపంచ యుద్ధం తెగువులు, పాలస్టీనా జాతి నిర్మాలన చేయాలన్న లక్ష్మంతో మానవతా విపత్తులోకి నెట్లోనే ఇజ్జాయిల్ దుర్మార్గం మత, జాతి ఉన్నాదులకు మానవత్తం ఉండడనడానికి మరో రుజువు.

ఈ ఘూతుకాలస్తీ అంతరూపీయంగా చర్చినియాంశం చేయాలని, ఇజ్జాయిల్ సముద్ర దిగ్పాంధనాన్ని చేసించి పిల్లల కోసం పాలు, ఆపోర పదార్థాలు, అత్యవసర వైద్య వరకాలు, ఇతర జీవావసరాలను అందజేసేందుకు ప్రీడమ్ ప్లోబీల్ ఇంప్రోట్ రాజులోకి ప్రపంచ యుద్ధం తెగువులు, పాలస్టీనా జాతి నిర్మాలన చేయాలన్న లక్ష్మంతో మానవతా విపత్తులోకి నెట్లోనే ఇజ్జాయిల్ దుర్మార్గం మత, జాతి ఉన్నాదులకు మానవత్తం ఉండడనడానికి మరో రుజువు.

ఈ ఘూతుకాలస్తీ అంతరూపీయంగా చర్చినియాంశం చేయాలని, ఇజ్జాయిల్ సముద్ర దిగ్పాంధనాన్ని చేసించి పిల్లల కోసం పాలు, ఆపోర పదార్థాలు, అత్యవసర వైద్య వ



సిహెల్క



ବାରାତ୍ରି ଦୂର୍ଲ୍ଲଭ ଭାବିନ୍ଦା ପିତାଙ୍କଙ୍କ..

తులం ధర ఎంత తగ్గిందో తెలుసా..?



స్వాయంర్క్ నుండి స్వాయిత్తి వరకు బంగారం ధరలో భారి తగ్గుదల కనిపించింది. ధిలీలో బంగారం ధర రూ. 1200 తగ్గగా, మరోశైపు, స్వాయంర్క్లో బంగారం ధర 12 డాలర్లకు పైగా తగ్గింది. పరుగులు పెడుతున్న బంగారం ధరలు కాస్ట్ ఉపశమనం కలిగించాయి. ఇటీవల లక్ష్మురూపాయలు దాటిన బంగారం ధరలు.. తర్వాత 95 వేల వరకు దిగి వచ్చాయి. అయితే గత రెండు రోజుల నుంచి తులం బంగారం ధర లభ్య రూపాయలు దాటేసినంది. ఏకంగా లక్ష్మా 2 వేలకుపైగా ఎగబాకింది. ఇక వెండి ధర కూడా అంతే.. కిలో వెండి ధర లక్ష్మా 10 వేలకుపైగా వెళ్లింది. అయితే తాజగా జూన్ 17వ తేదీన రాతి 7 గంటల సమయానికి తులం బంగారం ధరపై భారీగా దిగి వచ్చింది. పెరుగుతున్న బంగారం ఒక్కసారిగా దిగి వచ్చింది. అయితే 24 క్యారెట్ 10 గ్రాముల బంగారం ధరపై 1140 రూపాయలు తగ్గి లక్ష్మా 370 రూపాయల వద్ద ఉంది. ఆదే 22 క్యారెట్ 10 గ్రాముల ధరపై 1050 రూపాయలు తగ్గి ప్రస్తుతం 92,000 రూపాయల వద్ద కొనసాగుతోంది. అయితే ఇది ఉపశమనం కలిగించే

వేలక్కపైగా వైఫింది. అయితే తాజాగా జూన్ 17వ తేదీన రాత్రి 7 గంటల సమయానికి తులం బంగారం ధరపై భారీగా దిగి వచ్చింది. పెరుగుతున్న బంగారం ఒక్కసారిగా దిగి వచ్చింది. అయితే 24 క్యారెట్లు 10 గ్రాముల బంగారం ధరపై 1140 రూపాయలు తగ్గి లక్ష్మి 370 రూపాయలు వద్ద ఉంది. అదే 22 క్యారెట్లు 10 గ్రాముల ధరపై 1050 రూపాయలు తగ్గి ప్రస్తుతం 92,000 రూపాయలు వద్ద కొనసాగుతోంది. అయితే ఇది ఉపశమనం కలిగించే

అంశం కాకపోయినా పెరుగుతున్న ధరలకు కొంత మేలనే చెప్పాలి. ఇంత తగ్గముఖం పట్టినా సామాన్యదు మాత్రం కొనలేని పరస్పితి ఉంది. ఎంత తగ్గినా ప్రస్తుతం బంగారం కొనాలంబి లక్ష రూపాయలు పెట్టుకోవాలిందే. అయితే న్యాయార్థ నుండి న్యాధిలీ వరకు బంగారం ధరలో భారీ తగ్గడల కనిపించింది. ధిలీలో బంగారం ధర రూ. 1200 తగ్గగా, మరోవైపు, న్యాయార్థలో బంగారం ధర 12 దాలర్లకు పైగా తగ్గింది. ఇప్పుడు అతిపెద్ద ప్రత్యు ఏమిటంలే ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద భౌగోళిక రాజకీయ ఉద్ద్రిక్త మధ్య బంగారం ధర ఎందుకు తగ్గింది? ఒక పెద్ద సంక్షేపంలో ముగినే సుకేతాలు ఎమైనా ఉన్నాయా? ఇంజాయెల్స్ కాల్యూల విరమణలో భాగంగా ఇరాన్ దౌత్యపరచేన ప్రయత్నాలు చేస్తోందనే భావన వ్యాపారులలో వేగంగా వ్యాపిస్తోంది. మరోవైపు, వెండి ధరలు పెరిగాయి. ధిలీలో వెండి ధర స్ఫుర్తిగా పెరిగింది. మరోవైపు, ఘృష్ణచర్చ మార్కెట్లో వెండి ధర రికార్డు స్థాయికి చేరుకుంది. న్యాయార్థలో వెండి ధరల్లో కూడా పెరుగుదల ఉంది. అలి ఇండియా సరాఫా అసోసియేషన్ ప్రకారం, దేశ రాజధాని ధిలీలో మంగళవారం బంగారం ధర 10 గ్రాములకు రూ. 1,200 తగ్గి రూ. 1,00,170కి చేరుకుంది. మునుపటి ట్రేడింగ్ సెప్సన్లో, 99.9 శాతం స్వచ్ఛత కలిగిన బంగారం 10 గ్రాములకు రూ. 1,01,370 వద్ద ముగిసింది. 99.5 శాతం స్వచ్ఛత కలిగిన బంగారం 10 గ్రాములకు రూ. 1,100 తగ్గి రూ. 99,450కి చేరుకుంది (అన్ని పన్నులతో సహా). 10 గ్రాములకు రూ. 1,00,550 వద్ద ముగిసింది. అయితే, మంగళవారం, వెండి ధర రూ. 100 పెరిగి కిలోకు రూ. 1,07,200కి చేరుకుంది (అన్ని పన్నులతో సహా). మునుపటి ట్రేడింగ్ సెప్సన్లో, వెండి కిలోకు రూ. 1,07,100 వద్ద ముగిసింది.



ಜಿಯೋ ವಿಸಿಯೋಗ್‌ದಾರುಲಕ್ಷ್ಯ ಗ್ರಂಡ್‌ನ್ಯಾಷ್..

మార్కెట్‌లో లాభాల స్వీకరణ



రూ. 93,601.95 కోట్లుగా ఉండగా.. 2025 మే నాటికి రూ. 1,23,633.60 కోట్లకు పెరిగాయి. అసోసియేషన్ ఆఫ్ మూసుపల్ ఫండ్స్ ఇన్ ఇండియా (యూఎఫ్) దేఱా ఆధారంగా విశ్లేషించి మొత్తిలార్ ఓస్ప్యాల్ ఈ దేఱాను వివరపు చేసింది. మీడియా చానెట్లు, సోషల్ మీడియా ప్లాటఫార్మ్స్ ద్వారా పేర్లను సిపారుసు చేసే మార్కెట్ నిపుణుడు, ఐఐఎఫ్ఎల్ మాజీ టైప్‌కెక్కర్ సంజీవ్ భాసిన్‌తో పాటు 11 మందిని సెక్యూరిటీస్ మార్కెట్ నుంచి

నిషేధిస్తూ సెబీ మంగళవారం ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. స్టోక్ రికమండ్ వప్పలో భాగంగా కొన్ని కంపెనీల పేర్ల ధరలను కృతిమంగా ఎంచేందుకు సాయపడ్డారన్న ఆరోపణలకు సంబంధించిన కేసులో సెబీ ఈ చర్యలు చేపట్టింది. ఈ ప్రక్కియ ద్వారా అయిచితంగా లభి పొందిన రూ. 11.37 కోట్లను తమ వద్ద జమ చేయాలని నియుంత్రణ మండలి వారిని ఆదేశించింది.

మార్కెట్‌కి బజాబ్ చేతక్ 3001 ఎలక్ట్రిక్ స్వాస్థ్..



ప్రాదరంబాద్ టు అడిన్ అబాబా

విమాన సర్వీస్ ప్రారంభించిన ఇధియోపియన్ ఎయిర్లైన్స్

ಇಧಿಯೋಪಿಯನ್ ಎಯರ್ಲೈನ್ಸ್.. ಹೈದರಾಬಾದ್ ನುಂಚಿ ಅಡಿನ್ ಅಬಾಬಾಕು ನೇರುಗಾ ವಿಮಾನ ಸರ್ವೀಸ್‌ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಂಬಿದಿ. ಮಂಗಳವಾರಂ ನುಂಚಿ ಈ ಡೈರೆಕ್ಟ್ ವಿಮಾನ ನೇವಲನು ಅಂದುಭಾಟುಲ್‌ಕಿ ತೀಸುಕುವಚ್ಚಿನಟ್ಟು ಸಂಸ್ಥೆ ಹೇನೆಜಿಂಗ್ ಡೈರೆಕ್ಟ್‌ರ (ಇಂಟರ್ವೆಸ್‌ನಲ್‌ ಸರ್ವೀಸ್‌ನೆನ್) ಪ್ರೆಕ್ಸಿಪ್ರಮ್ಯಾನ್‌ತ್ರ್ಯಾತ್ ಜಿ ಯೋಪಾನ್‌ನೆನ್ ತೆಲಿಪಾರು. ಹೈದರಾಬಾದ್ ನುಂಚಿ ವಾರಾನಿಕಿ ಮೂಡು ಸಾರ್ಲು, ಅಡಿನ್ ಅಬಾಬಾ ನುಂಚಿ ಮಂಗಳ, ಗುರು, ಶನಿ ವಾರಾಲ್ಲೋ ಈ ವಿಮಾನ ಸರ್ವೀಸ್‌ನು ನಿರ್ವಹಿಂಚನುವುಣಿಲ್ಲ ಆಯನ ಚೆಪ್ಪಾರು. ಇಧಿಯೋಪಿಯ ಎಯರ್ಲೈನ್ಸ್ ಇವುಟ್ಟಿಕೆ ಭಾರತ್‌ಲೋನಿ ಧಿಕ್ಲಿ, ಮುಂಬೈ, ಬೆಂಗಳೂರು, ಅಹ್ಮದಾಬಾದ್, ಚೆನ್ನೈ ನಗರಾಲ ನುಂಚಿ ವಾರಾನಿಕಿ 50 ಪ್ರಯಾಣಿಕುಲ, ಕಾರ್ಗಿಕಿ ವಿಮಾನ ಸರ್ವೀಸ್‌ನು ನಿರ್ವಹಿಸ್ತೋಂದನ್ನಾರು. ವೃದ್ಧಿಕಿ ಅಪಾರ ಅವಕಾಶಾಲು: ಭಾರತ್‌ಲೋ ಮೆಡಿಕಲ್ ಟೂರಿಜಂ ಶರವೇಗಂಗಾ ವೃದ್ಧಿ ಚೆಂದುತ್ತಾ ವಸ್ತುಂಡಂತಂ ಇಧಿಯೋಪಿಯನ್ ಎಯರ್ಲೈನ್ಸ್‌ಕು ಎಂತ ಗಾನ್‌ ಕಿಲಿಸಿರಾನುಂದನಿ ಯೋಪಾನ್‌ನೆನ್ ತೆಲಿಪಾರು. ಇಂದುಕು ತಗ್ಗಣ್ಟುಗಾನೆ ಹೈದರಾಬಾದ್‌ಲೋನಿ ಹಸ್ಪಿಟಲ್‌ಕು ಆಗ್ರಿಕಾ ದೇಶಾಲ ನುಂಚಿ ವಚ್ಚೆ



రోగులకు ప్రత్యేక సేవలను అందించాలని చూస్తున్నట్లు ఆయన చెప్పారు. ఇందుకోసం ప్రధాన హస్పిటల్స్‌తో ఇప్పటికే చర్చల సాగిస్తున్నట్లు తెలిపారు.

పూర్తి స్నాయులో కార్బో సేవలను ప్రారంభించాలని చూస్తున్నామన్నారు.

కొవిడ్ సమయంలో పొక్కికంగా ఫార్మా ఉత్పత్తులను రవాణా చేసినట్లు వివరించారు. రానున్న రోజుల్లో ఫార్మా సహా ఐటీ సంబంధిత ఎగుమతి సేవలను పూర్తి స్థాయిలో అందుబాటులోకి తీసుకురావాలని యోచిస్తున్నామన్నారు.



ବନ୍ଦୁନି ଅର୍ଥଗ୍ରହ

వేణు ఆక్రమిత ఐలా చేస్తే చంబు..
ఆ సమస్యలకు చరమగీతం..

ఆకులు, కాయలు, బెరదు, కలవ సహి మొత్తం జెపథ గుణాలు దాగి ఉన్న ప్రకృతి ప్రసాదించిన వరం వేవ చెట్టు. వేవ మల్లిలతో వళ్ళ తోముకోవడం వలన నోరు పరిశుభ్రమవడమే కాకుండా.. ఆరోగ్యంగానూ ఉంటారని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. వేవ ఆకులు చర్చ సమస్యలు నివారణలో అధ్యుతంగా పని చేస్తుంది. వేవను అనేక ఆయుర్వేద జెపథాలలో ఉ పయోగిస్తున్నారు. చర్చ సౌందర్య ఉత్సత్తులలోనూ ఉపయోగిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా వర్షాకాలంలో అనేక సమస్యల సుండి కాపడుతుంది. వేప వలన కలిగే మరిన్ని ప్రయోజనాలు ఇప్పుడు చూద్దాం. చర్చ న సమస్యల నివారణ కోసం వేవ: వర్షాకాలంలో సాధారణం వచ్చే చర్చ సమస్యలు దురద, దడ్డర్లు, మొటిమలు. వేప ఆకులు ఈ సమస్యలు సుండి మీకు చాలా వరకు ఉపశమనం కలిగిస్తాయి. ఇందుకోసం 12 సుంచి 15 ఆకులను ఒక లీటరు నీటిలో కలిపి అరగంట పాటు మరిగించి సాధారణ నీటిలో కలుపుకుని స్నానం చేస్తే చర్చానికి సంబంధించిన అన్ని రకాల ఇస్పెక్షన్లను తొలగిపోతాయి. మధుమేహం నివారణిగా వేప ఆకు: వేపలో జ్ఞాపనాయిష్టు, బెర్పెనాయిష్టు రక్తంలో చక్కెర స్నాయలను నియంత్రిస్తాయి. వేపలో రక్తాన్ని పుద్ది చేసే గుణాలు ఉన్నాయి. పీటి ఆకులను క్రమం తప్పకుండా తీసుకుంటే రక్తాన్ని పుద్ది చేయడంతో పాటు గోళాలు, మొటిమలు మొదలైన అన్ని సమస్యలను నివారిస్తుంది. ఉ దర సమస్యలు దూరం: వేపలో ఉండే యాంటీ ఫంగల్ లక్ష్మణాలు కారణంగా ఇస్పెక్షన్ల సుండి శరీరాన్నికాపోడుతుంది. వీటిని నిత్యం తీసుకోవడం వల్ల కడుపులో సులిపురుగుల సమస్య ఉండదు. వేప ఆకులు అనిడిటీ, ఆకవి లేకపోవడం పంటి సమస్యలను కూడా దూరం చేస్తాయి. దీని విషయాగం కారణంగా జీర్ణవ్యవస్థను మెరుగుపడుతుంది. మొటిమల సమస్యకు వెక్ష: శరీరంలో ఏ ప్రదేశంలోనైనా కురుపుల లేదా మొలీమల సమస్య ఉంటే వేప ఆకులతో పాటు దాని బెరదును రుచ్చి ఆ ప్రదేశంలో రాయాలి. కొడ్డి రోజుల్లో ఆ సమస్య తొలగిపోతుంది. వైరల్ ఫీవర్ నియంత్రణ కోసం వేప ఆకులు: వేపలో యాంటీ బ్యాస్టీరియల్, యాంటైవైరల్ లక్ష్మణాలు కాలానుగుణ జబ్బులను నివారిస్తుంది. జ్యారం, వైరల్ ఫీవర్ మొదలైన న సమస్యలను తొలగించడంలో వేవ సహాయపడుతుంది. యూరినరీ ట్రాక్ట్ ఇస్పెక్షన్లో కూడా వేవ ఆకులు చాలా ప్రయోజనంగా పరిగణించబడతాయి. శ్వాసకోశ సమస్యలు నుంచి ఉపశమనం: వేపలోని యాంటీ



ఉల్లంబ తింటారా అనుకోవద్దు..

జ్యేరం, అయిసం, దగ్గ వంటి సమస్యలతో బాధపడేవారు ఉలవల కషాయం తాగడం ఎంతో మేలు. ఈ కషాయం జ్యేరం, దగ్గ వంటి సమస్యల నుంచి తక్కణ ఉవ శమనం అందిన్నుంది. అంతేకాదు.. తరచూ ఎక్కిట్లు వచ్చేవారికి ఉలవలు మంచి మందులా పనిచేస్తుంది. తరచూ ఉలవలు తీసుకోవడం వల్ల ఎక్కిట్లు సమస్య నుంచి తక్కణ ఉ పశమనం పొందుతారు.

ఉలవలు..మంచి బలవర్ధకమైన ఆహారం. మన శరీరానికి శ్క్రిని అందించడంతో పాటు అనేక అనారోగ్య నమస్యలను దూరం చేస్తాయని పోషకాహార నివృత్తిలు చెబుతున్నారు. ఉలవల్లో పైబర్ పుష్టిలాగా ఉంటుంది. ప్రోటీన్, ఐరన్, కాల్బియం, ఫాస్పరన్, పీచువదార్థం వంటి పోషకాలు పుష్టిలాగా ఉంటాయి. ఊబకాయం సమస్య కస్టూరు ఉలవలను తినటం మంచిదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఉలవల్లోని పైబర్ శరీరంలో చెడు కొల్పిప్పాల్ కరిగించడంలో దోహదపడుతుంది. తద్వారా బరువు అదుపులో ఉంచుతుంది. మూత్ర సంబంధిత సమస్యలు

నివారించడంలో ఉలవలు సహాయపడతాయి. దీనికోసం
ఓ కప్పు ఉలవ చారుకు సమానంగా కొబ్బరి నీళ్లు
తీసుకుంటే మూత్రంలో మంట తగ్గుతుంది. తరచూ
మూత్రంలో మంటతో బాధపడేవారు ఈ చిట్టా
పాటించండి. జ్వరం, అయిసం, దగ్గ వంటి సమస్యలలో
బాధపడేవారు ఉలవల కపాయం తాగడం ఎంతో మేలు.
ఈ కపాయం జ్వరం, దగ్గ వంటి సమస్యల నుంచి
తక్షణ ఉపశమనం అందిస్తుంది. అంతేకాదు.. తరచూ
ఎక్కిశ్శ వచ్చేవారికి ఉలవలు మంచి మందులూ
పనిచేస్తుంది. తరచూ ఉలవలు తీసుకోవడం వల్ల ఎక్కిశ్శ
సమస్య నుంచి తక్షణ ఉపశమనం పొందుతారు. కిట్టీ
సమస్యల నుంచి ఉపశమనం కల్పించడంలో ఉలవలు
దోహదపడతాయి. వీటిలోని పోషకాలు కిట్టీలో రాళ్లు
ఏవుడకుండా రక్షిస్తాయి. అంతేకాదు హృదయ సంబంధ
సమస్యలు రాకుండా ఉలవలు రక్షిస్తాయి. పిల్లల
ఎదుగుదలకు ఉలవలు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. ఇవి
పిల్లల శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యానికి సహాయపడతాయి.
వారికి బలాన్ని ఇస్తాయి. అనారోగ్య సమస్యలు రాకుండా
కాపాడతాయి. చర్చ సమస్యల నివారణలో, కీళ్ల నొప్పుల
నివారణలో బాగా పని చేస్తాయి.

నల్ల ఎండు ద్రాక్ష కలీపి

నానపెట్టి తీసుకుంటే ఇన్ని లాభాలూ..?



చియా విత్తనాలు ఎక్కువనేపు కడువు నిండుగా ఉంచుతాయి. ఎందుద్రాక్ష స్వీట్ తినాలన్న కోరికను తగ్గిస్తుంది. వాటి నీరు కొవ్వును వేగంగా కరిగిస్తుంది. బరువు తగ్గడానికి సహాయ పడుతుంది. నల్ల ఎందుద్రాక్ష, చియా విత్తనాలు రెండూ యూంటీఅక్సిడెంట్లను కలిగి ఉంటాయి. ఇవి నానబెట్టిన నీటిని ప్రతిరోజూ ఉదయం తాగడం వల్ల చర్చ అరోగ్యంగా, ప్రకాశపంతంగా మారుతుంది. నల్ల ఎందుద్రాక్ష, చియా విత్తనాల నీరు ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ఈ రెండింటినీ కలిపి తాగడం వల్ల శరీరానికి లోపలి నుంచి పోషణ, శక్తి లభిస్తాయి. నల్ల ఎందుద్రాక్షలో ఐరన్, చియా విత్తనాలలో ఫైబర్, ఖనిజాలు వుపులంగా ఉంటాయి. వీటి నీటిని తాగడం వల్ల శరీరంలో హిమోగోబిన్ పెరిగి రక్తహనత సమస్య తొలగిపోతుంది. చియా విత్తనాలలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఎండుద్రాక్ష కూడా జీర్ణక్రియకు నమోదుచుపుతుంది. ఇవి నానబెట్టిన నీరు మలబ్దుకం, గ్యాస్, అజీర్ణ వంటి సమస్యలను తొలగిస్తుంది. నల్ల ఎందుద్రాక్షలో విటమిన్ సి, చియా విత్తనాలలో యూంటీఅక్సిడెంటు ఉ



బాణీరియల్, యాంటీవైరల్, యాంటీమైకోబియల్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఇవి శ్వాస సంబంధిత సమస్యలను దూరం చేయడంలో సహాయపడతాయి. దగ్గు, ఊపిరితిత్తులకు సంబంధించిన ఇతర శ్వాసకోశ సమస్యలను కూడా వేప దూరం చేస్తుంది.

పెరుగులో ఉప్పు లేదా చక్కనిటి..

వది కలిపి తింటే మంచిది..

చాలా మంది పెరుగు లేకుండా తినడానికి ఇష్టపడదరు. ఇది అనేక వంటకాలను తయారు చేయడానికి ప్రధాన పదార్థంగా మారింది. దాని వినియోగం గురించి ప్రజల మానన్నలలో ఎల్లపుడూ గందరగోళం ఉంటుంది. పెరుగును చక్కెర లేదా ఉప్పు వేసి తీవొల్లా ? పెరుగు బోపుకాలతో సమృద్ధిగా ఉంటుంది. చాలా మంది భోజన సమయంలో పెరుగును తప్పకుండా తీసుకుంటారు. చాలా మంది పెరుగు లేకుండా తినడానికి ఇష్టపడదరు. ఇది అనేక వంటకాలను తయారు చేయడానికి ప్రధాన పదార్థంగా మారింది. దాని వినియోగం గురించి ప్రజల మానన్నలలో ఎల్లపుడూ గందరగోళం ఉంటుంది. పెరుగును చక్కెర లేదా ఉప్పు వేసి తీవొల్లా ? పెరుగు బోపుకాలతో సమృద్ధిగా ఉంటుంది. చాలా మంది భోజన సమయంలో పెరుగును తప్పకుండా తీసుకుంటారు. చాలా మంది పెరుగు లేకుండా తినడానికి ఇష్టపడదరు. ఇది అనేక వంటకాలను తయారు చేయడానికి ప్రధాన పదార్థంగా మారింది.



బాధపడుతుంటే ఇలా పెరుగు తినకుండా
ఉండాలి. దగ్గరతో బాధపడుతుంటే
పెరుగులో ఉప్పు కలిపి తినకండి.
దీనివల్ల దగ్గర సమస్య పెరుగుతుంది.
చక్కరతో తీసుకుంటో ప్రయోజనం
ఏంటి? ప్రజలు పెరుగులో చక్కర కలిపి
తినడానికి కూడా ఇష్టపడతారు. దీని
ప్రభావం శరీరంపై కూడా కనిపిస్తుంది.
ఇది జీర్ణవ్యవస్థకు మద్దతు ఇస్తుంది.
పెరుగులో ఉండే మంచి బ్యాక్టీరియాను
చక్కర చంపదు. తీపి పెరుగులో చక్కర
కలిపి తినడం వల్ల కడువు చికాకు నుండి
ఉపశమనం లభిస్తుంది. పెరుగులో చక్కర
కలిపి తినడం వల్ల శరీరానికి అధిక
కేలరీలు లభిస్తాయి. దీనివల్ల బరువు
రు. మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు తీపి పెరుగు
ని. ఇది శరీరంలోని రక్తంలో చక్కర స్థాయిని
చేస్తుంది. పెరుగు తీసుకోవడం శరీరానికి
కరమైన లక్షణాలతో నిండి ఉంటుంది. దీనిలో
స్టోర్స్ ఉప్పు లేదా చక్కర కలపవచ్చ. కానీ
యుంలో శరీర వైద్య పరిస్థితిని జాగ్రత్తగా
డం కూడా ముఖ్యం.

పాలులో ఎండు ర్రాక్ష నాన్ బెత్తు తినండి..

మస్త లాభాలు పొందుతారు..!
ప్రతి రోజు ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో పాలలో నానబెట్టిన ఎండ
ద్రాక్షము తీసుకుంటే శరీరానికి చాలా లాభాలు కలుగుతాయని నిపుణులు
చెపుతున్నారు. ఇది ఇంట్లనే సులభంగా తయారు చేసుకోగలిగే ఒక
సహజసిద్ధమైన హార్టీ డ్రింక్. పాలలో ప్రోబీస్సు, కాల్వియం, విటమిన్స్
ఎక్స్ప్రోగా ఉంటాయి. ఎండు ద్రాక్షలో ఎర్న, పైబర్, సహజ చెక్కరలు
చాలా యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. పొలు, ఎండు ద్రాక్ష రెండ



అరటి పండు తిన్న తర్వాత ఈ పదార్థాలు తింటున్నారా..?

అరటి వండులో లెక్కలేనన్ని ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. దీనిని పోషకాల పవర్ హోన్ అంటారు. ఈ పండులో అనేక రకాల పోషకాలు ఉంటాయి. దీన్ని తినడం వల్ల శరీరానికి తక్షణ శక్తి లభిస్తుంది. అరటి పండులో మెగ్రిపియం, పొట్టాపియం, పీచు మొదలైన పోషకాలు పుష్టలంగా ఉంటాయి. అరటి పండుతో అనేక ప్రయోజనాలున్నప్పటికీ. కొన్ని పుష్టుతో కలిపి తినకూడదని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. అరటిపండు తిన్న తర్వాత పుల్లని పండ్లు తినకూడదు. అరటిపండు తిన్న తర్వాత పుల్లని పండ్లు తినడం వల్ల అజ్ఞర్ధం చేస్తుంది.

. దీంతో జీర్ణ సమస్యలు తలెత్తుతాయి. అలాగే అరటిపండ్లు, పాలు ఎవ్వుడూ కలిపి తినకూడదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ కలయిక మీ ఆరోగ్యానికి హానికరం. అరటిపండ్లు తిన్న తర్వాత వీధిని తీసుకోవడం వల్ల పొట్ట సమస్యలు కలిగిస్తాయి. అరటిపండ్లు తిన్న తర్వాత తీవి వదార్థాలు కూడా తినకూడదని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

అరబీపండ్లు తిన్న తర్వాత వాటిని తీసుకోవడం వ్యక్తిగతంగా శరీరంలో రక్తంలో చక్కర స్థాయి పెరుగుతుంది. మధుమేహం లేకపోయినా అరబీ పండు తర్వాత స్వీట్షింగ్ తినకూడదని చెబుతున్నారు. అంతేకాదు.. రాత్రిపూర్వం కూడా అరబీ పండును అస్సులు తినకూడదని నిపుణుల చెబుతుంటారు. బనానా తిన్న తర్వాత వేయించి పదార్థాలు తినకూడదు. కారంతో చేసిన పదార్థాలక వీలైనంత దూరంగా ఉండాలి. కాఫీలు, టీలు బనానా తిన్నప్పుడు తాగడం మానేయాలి. దీని వల్ల జీర్ణసుఖులు అల్లేకీలు, ముఖంపై మచ్చలు వస్తాయి. అలాగే అరబీపండు తిన్న తర్వాత కాఫీ తాగకూడదు. ఈ సమయంలో కాఫీ తాగడం వల్ల మలబద్ధకం ఏర్పడుతుంది. అరబీపండు తిన్న వెంటనే చల్లటి నీరు తాగకూడదు. దీనివల్ల జీర్ణప్రక్రియలో ఆటంకాలు ఏర్పడతాయి. రాత్రిపూర్వం సాధ్యునెనంతవరకు అరబీ పండును తినకపోవడమే మేలు బంగాళదుంప, అరబీ పండును కలిపి తినకూడదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. బంగాళదుంపలో పిండిపదార్థాలు ఎక్కువగా ఉంటుంది. రెండింటినీ కలిపి తినడం వ్యక్తిగతంగా జీర్ణ సమస్యలు, గ్యాస్, మలబద్ధకం వంటి సమస్యలు ఏర్పడవచ్చు. అందుకే ఈ రెండింది కాంబినేషన్ కు దూరంగా ఉండాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

కలిపి తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి అవసరమైన శక్తి, రోగ నిరోధక శక్తి, జీర్జుక్రియకు మద్దతు ఇచ్చే పోషకాలు అందుతాయి. ముఖ్యంగా నీటిలో కాకుండా పాలలో ద్రాక్షసు నానబెట్టి తీసుకుంటే దీని ప్రభావం మరింత పెరుగుతుంది. ఎండు ద్రాక్షలో ఉండే ఐరన్ శరీరంలో హీమాగ్లోబిన్ స్నాయని పెంచడంలో సహాయపడుతుంది. దాన్ని పాలలో నానబెట్టి తింటే ఐరన్ ఒంటపట్టడం మరింత మెరుగుపడుతుంది. రక్తమీనత (అనీమియా) సమస్య ఉన్నవ్యాఘ్రకు ఇది ఒక సహజ మార్గం. పాలలో కాల్చియం ఉంటే ఎండు ద్రాక్షలో బోరాన్ అనే ఖనిజం ఉంటుంది. ఈ రెండింటి కలయిక ఎముకలకు అవసరమైన బలాన్ని ఇస్తుంది. వయసు పెరిగి కొద్ది వచ్చే ఎముకల బలహీనతను ఇది తగ్గించే అవకాశం ఉంది. నానబెట్టిన ఎండు ద్రాక్షలో ఉండే పైబర్ పేగులు చక్కగా పని చేసేలా చేస్తుంది. ఇది మలబద్ధకం, అజీర్తి లాంటి సమస్యలు నుంచి ఉపశమనం ఇస్తుంది. పాలలో కలిపి తీసుకోవడం వల్ల ఆప్యు స్నాయులు నియంత్రితంగా ఉండి, జీర్జుక్రియ సాఫీగా జరుగుతుంది. పాలు ఎండు ద్రాక్ష రెండింటిలో ఉండే యాంటీఆట్కిడెంట్లు శరీరాన్ని రోగాలు రాకుండా కాపాడుతాయి. రోజుా తీసుకుంటే సాచారణ జలబు, దగ్గ లాంటి సమస్యలు రాకుండా ఉంటాయి. దీని వల్ల శరీరం శక్తివంతంగా మారుతుంది. ఎండు ద్రాక్షలో ఉండే సహజ చక్కరలైన గ్లూకోజ్, ప్రోకోజ్ శరీరానికి వేగంగా శక్తిని ఇస్తాయి. ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో తీసుకోవడం వల్ల శక్తి పెరిగి రోజంతా ఉత్సాహంగా ఉండగలగుతారు.

ఒక గ్లాసు పాలలో 6 నుంచి 8 ఎండు ద్రాక్ష వేసి రాత్రి నానబెట్టండి. ఆ పాలను ఉదయం వడగట్టించి పాలు తాగకపోయినా సరే ద్రాక్షను తినండి. ఖాళీ కడుపుతో తీసుకుంటే మంచి ఫలితాలు కనిపిస్తాయి. ఈ అలవాటు కొన్ని రోజులపాటు పాటిస్తే శరీరంలో మంచి మార్పులు కనపడతాయి. మీరు అనీమియా, జీర్జు సమస్యలు, ఎముకల బలహీనత లాంటి సమస్యలతో బాధపడుతుంటే.. ఇది సహజమైన, సురక్షితమైన పరిపూర్వం.



సున్నమార్గ



ఆకట్టుకుంటున్న ‘భూ అంటూ భూతం’



నితిన్ హీరోగా నటించిన తాజా చిత్రం ‘తమ్ముడు’. శ్రీరామ్ వేసు దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ సినిమాలో లయ, వర్షా బొల్లమ్మ, సప్తమి గౌడ కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. జాలై 4వ “తమ్ముడు” సినిమా పరల్ వైద్ గా గ్రాండ్ థియేట్రికల్ రిలీస్ కు రెపీ అవతోంది. ఈ రోజు ఈ సినిమా నుంచి ఘన్స్ సిగిల్ “భూ అంటూ భూతం..” రిలీస్ చేశారు. మేనకోడలు బేచి దిత్యకు మేనమామ నితిన్ ఛైర్యం చెప్పే సందర్భంలో ఈ పాటను చిత్రించారు. ‘భూ అంటూ భూతం..’ పాటను అజన్సీఎస్ లోకనాథ్ బ్యాట్స్పర్ల గా కంపోజ్ చేయగా, అనురాగ్ కులక్రి, అక్షిత్ పోల ఆకట్టుకునేలా పాడారు. సింపోవలం మన్సేలా లిరిక్స్ రాశారు. ‘భూ అంటూ భూతం..’ పాట ఎలా ఉండో చూస్తే - ‘భూ అంటూ భూతం వన్నే ఆగకే అమ్మాటి, భూ మంత్రం వేసి దాంతో బొమ్మలాటలాడాలి. భూ అంటూ భూతం వన్నే ఆగకే అమ్మాటి భూ మంత్రం వేసి దాంతో బొమ్మలాటలాడాలి..పుట్టగానే నేరుగా నువ్వు పరుగత్తలే, పట్టుకుంటూ పదుతూ నడకేనేర్చావే భయపడి అడుగు అపకే..అంటూ సాగుతుంది పాట.



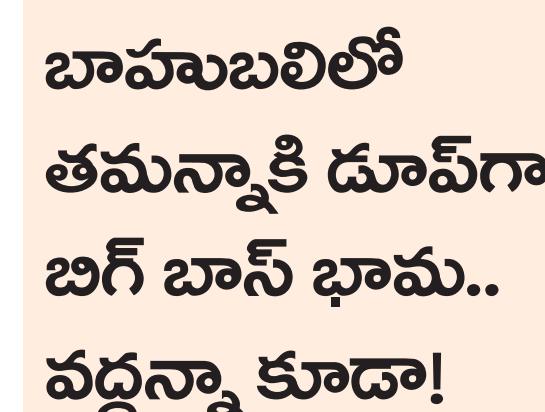
పాఠరడ్జెస్ లక్ష్మణికీ అనుకోని బ్రేకులు

న్యామరల్ స్టోర్ నాని కెరీర్ లోనే అతి పెద్ద ప్యాన్ ఇండియా మూవీగా రూపాందుతున్న ది ప్యారడైజ్ ముందు లాక్ చేసుకున్న విడుదల తేదీ మార్కు 26. ఒక రోజు గ్యావ్ తో రామ్ చరణ్ పెద్ద వస్తున్నా సరే వెనక్కు తగ్గకూడదని తొలుత నిర్మయించుకున్నారు. కానీ తాజా పరిణామాలు ప్యారడైజ్ కు బ్రెక్ లా మారుతున్నాయిని ఇన్ స్టైల్ టాక్. ఇప్పటికే కొంత భాగం ఘాటింగ్ జరిగినప్పటికే ఇంకొందరు కీలక ఆశిస్తుల దేట్లు అందుబాటులో లేకపోవడంతో పాటు సెట్ వర్క్ మరింత మెరుగు పరచాలనే ఉద్దేశంతో చిన్నవిరామం ఇచ్చారని, తిరిగి జూలై లేదా ఆగస్టు లో పునఃప్రారంభమవుతుందని అంతర్గత సమాచారం. ఒకవేళ ఇది నిజమైతే ప్యారడైజ్ మార్క్ లో రావడం కష్టం. వేసవికి వెళ్లిపోవాల్సి ఉంటుంది. దర్శకుడు శ్రీకాంత్ ఓదెల వేగంగా తీయడానికి సిద్ధంగా ఉన్నప్పటికే పరిస్థితులు దానికి సహకరించడం లేదని వినికిది. నాని కూడా ఎలాంటి కమిట్ మెంట్ లేకుండా పూర్తిగా దీనికి అంకితమవుతున్నాడు. బయట ప్రచారం జరుగుతున్నట్టు ఇంకా ఓలిటి డీల్ కాలేడని తెలిసింది. నెట్ లిఫ్ట్ రెడ్గా ఉన్నా రేట్ విషయంలో కంకూజన్ కు రాలేదని అంటున్నారు. చాలా ముఖ్యమైన పాత్రకు మౌహన్ బాబుని తీసుకున్నారనే వార్త కూడా అభికారిక ధృవీకరణ దక్కించుకోలేదు. నెలల తరబడి ఇది గాసివ్ గానే ఫిలిం నగర్ వర్ధాల్స్ తీరుగుతోంది. ఒకరకంగా చెప్పాలంటే భారీ పొచ్చియుల్ ఉన్న పెద్ది, ది ప్యారడైజ్ లు ఛాప్ లేకుండా సోలోగా రావడమే మంచిది. ఒకవక్క పెద్దిని దర్శకుడు బుచ్చిబాబు పరుగులు పెట్టిస్తున్నారు. ఇంకా చాలా తీటిం ఉన్నప్పటికే పోస్ట్ ప్రొడక్షన్, ప్రమాణమై ఎక్కువ సమయం దూరికేలా చూసుకుంటున్నారు. సైప్ పరంగా చూస్తే దీని మీద విపరీతమైన బణ వచ్చేసింది.



ఈ సినిమాకు వెబ్ సిరీస్ ఎందుకు?

ఎంత పెద్ద బడ్జెట్ తో తీసినా ఎంత త్రేపీ క్యాప్టింగ్ ఉన్నా కంపెంట్ బాల్కపోతే ప్రేక్షకులు నిర్వొహమాటంగా మొదటి పోకే తిరస్కరించే రోజులివి. తెరవెనుక 24 క్రాప్ట్స్ ఎంత కష్టపడ్డారనేది ఆడియోన్ కి అనవసరం. తన టీటెట్ దబ్బుకు, సమయానికి న్యాయం చేశారా లేదా అనేది మాత్రమే చూసుకుంటాడు. ఉద్దేశపూర్వకంగా ఏదైనా సినిమాని చంపడం సోపల్ మీదియా జమానాలో అయ్యే పని కాదు. కానీ దర్శకుడు కార్టీన్ సుబ్బురాజ్ మాత్రం ఈ వాస్తవాన్ని అంగీకరించేందుకు ఇష్టపడటం లేదు. సూర్యతో తీసిన రట్లో మంచి చిత్రమని, థియేటర్లకు వెళ్లినవ్యుధు ఆడియోన్ తనకు చెప్పారని మళ్ళీ అదే క్యాసెట్ వినిపిస్తున్నారు. రట్లోని 40 నుంచి 50 నుంచి వరకు ఒక్కో ఎపిసోడ్ కి నిదివి పెళ్లి వెచ్చ సిరీస్ లా రిలీజ్ చేసే ఆలోచన ఉండని, కానీ నెట్ ఫైక్స్ నుంచి అంత సానుకూలా స్పుందన రాలేదని చెప్పుకొచ్చారు. కొందరు ఉద్దేశపూర్వకంగా డబ్బులు ఖర్చు పెళ్లి సినిమాలను నాగదివ్వి చేస్తున్నారని, అలాంటి వాళ్ళకు రట్లో బ్లైపోయిందని అన్నారు. అసలు ఎవరి ప్రభావం లేని సామాన్య ప్రేక్షకులు, అభిమానులకు సైతం రట్లో సచ్చలేదు. కలకత్తవులోనూ అది బయట పడింది. నిజంగా కథలో దమ్ముంటే ఎవరూ ఎవరని ఆపలేరని చాలా సినిమాలు బుఱువు చేశాయి. కానీ కార్టీన్ సుబ్బురాజ్ ఇప్పుడ్నో ఒక్కిప్పదానికి సంశేషించాలన్నారు. ఇప్పుడు చేసిన పొరపాట్లు ఏవో గుర్తిస్తే భవిష్యత్తు అవి రిపీట్ కాకుండా చూసుకోవచ్చు. అలా కాకుండా నేనో క్లాసిక్ తీశాను, కావాలని చంపేశారు అంటే ఎవరూ సానుభూతి చూపరు. కంగువ ట్రైంలోనూ సూర్య భార్య జీతీక ఇదే తరపోలో బాగున్న సినిమాని కిల్ చేశారని, ఎంత కష్టపడి తీశారో మీకు తెలుసా అంటూ సీరియస్ గానే నిలదీశారు.



వన్నెన్న రాజమాళి దర్శకత్వంలో రూపొందిన త్రేణి ప్రాజెక్ట్ బాహుబలి ఎంత పెద్ద విజయం సాధించినో ప్రత్యేకంగా చెప్పసక్కలేదు. ప్రభాన్, రానా, తమన్నా: అనుష్ఠునాజర్ ప్రథాన పొత్తలలో ఈ చిత్రం రూపొందింది. ఈ చిత్రం తెలుగు సినిమా భ్యాతిని పెంచింది. అనేక రికార్డులు తిరగుసాంది. రెండు ప్టోలుగా రూపొందిన ఈ చిత్రం హాలీవుడ్ ప్రముఖులని సైతం ఆశ్చర్యపరిచింది. అయితే ఈ చిత్రంలో తమన్నా కూవగా బిగ్ బాన్ భావమ భాను శ్రీ నటించిందట. ఈ విషయాన్ని తాజా ఇంటర్వ్యూలో తలియజేసింది భాను. బాహుబలి సినిమాలో తమన్నా ఫ్రెండ్లో ఒక క్యారెక్టర్ చేసిన భాను శ్రీ తమన్నా దూవగా కూడా చేసినట్టు పేర్కొంది. నేను ద్వాన్సర్ గా చేస్తున్నప్పుడు తమన్నాకు దూవ గా చేయమని ఆఫర్ ఇచ్చారు. అయితే అది బాహుబలి సినిమా అని నాకు తెలీదు. మొదట చేయన అని చెప్పాను. ఆ తర్వాత వాళ్ళ రెమ్మునేరేపన్ బాగా పెంచడంతో ఓట్ చెప్పాను. సెట్ కి వెళ్ళాక అది బాహుబలి సినిమా అని తెలిసింది. 17 రోజులు తమన్నాకు దూవ గా నటించాను. ఆ తర్వాత నా యాటిటూయ్, యాటింగ్ చూసి తమన్నా ఫ్రెండ్ క్యారెక్టర్ కి తీసుకున్నారని పేర్కొంది భాను శ్రీ. ఈ అమ్మడు బిగ్ బాన్ తర్వాత ఢీ పోలో మెంబర్ గా చేసింది కానీ కొన్ని ఎపిసోడ్స్ తర్వాత మధ్యలోనే వెళ్ళిపోయింది. అందుకు గల కారణం కూడా తాజా ఇంటర్వ్యూలో చెప్పుకొచ్చింది. బిగ్ బాన్ తర్వాత ఢీ ఆఫర్ వస్తే బిగ్ బాన్ టీమ్ కి చెప్పే ఆ పో చేశాను. కానీ అయిదు ఎపిసోడ్స్ పూర్తి అయిన తర్వాత నాకు పోనే చేసి మీరు ఆ పో చేయుద్దు అన్నారు. నేను మీకు చెప్పినప్పుడు ఒకే అన్నారు కదా, అందుకే చేస్తున్నాను అని చెప్పాను. అయితే మా రీజన్స్ మాకు ఉన్నాయి. అగ్రిమెంట్ లో మీరు వేరే ఛానల్ పోలు చేయుద్దు అని ఉంది కదా అన్నారు. దాంతో మధ్యలో వెళ్ళిపోయా. నేను ద్వాన్సర్ గా కటీర్ మొదలుపెట్టి ఢీలో ఒక ద్వాన్సర్ టీమ్ కి మెంబర్ అంటే చాలా సంతోషంగా ఫీల్ అయ్యాను. కానీ మధ్యలోనే వెళ్ళిపోవాల్సి రావడం చాలా బాధ కలిగించిని భాను శ్రీ ఇంటర్వ్యూలో పేర్కొంది.



హెచ్చీ బల్లి పొగాకు కొనుగోళల్లో వేగం పెంచండి

-ముదచీటి తరువాయి

ఏపీ మార్కెట్ ఫ్షె ద్వారా కొసుగోలుకు ఏర్పాటు చేసినట్టు సీఎంకు అధికారులు తెలిపారు. ఖాపట్లు -3, గుంటూరు2, పలుాడు -1, ప్రకారం - 1 కొసుగోలు కేంద్రాల ద్వారా పొగాకు కొసుగోలు కేంద్రాల ప్రార్థించామని. ఏది ద్వారా రెపబీ సుందర్ కొసుగోళ్ల ముఖ్యమంత్రి చేస్తామని అధికారులు సీఎం డృష్టికి తెచ్చారు. కొసుగోళ్ల కేంద్రాల వివరాలను, సంబంధిత సమాచారాన్ని ప్రతి పొగాకు వైపు అందించారు.

ఎగుములు పెంచేందుకు అయ్యుట్టు గ్రేడింగ్

విధానాలు అమలు చేయండి

పామ్ ఆయిల్ పై సుంకం తగ్గింపు, మ్యాంగ్ పట్ పై జీవ్ లైన్ 12 శాతం నుంచి 5 శాతానికి తగ్గించే అంచంపై ఇప్పటికే కేంద్రంలో మాటల్లానని ముఖ్యమంత్రి పండ్రువులు స్వప్తమార్గాలు తెలిపారు. దీనిపై అధికారులు సంబంధిత కేంద్ర ప్రభుత్వాల్లో నుంచినట్టు చేసినట్టు సీఎం విధానాలు.



కొసుగోలు చేసేలా చూడాలని అధికారులకు సూచించారు. రెతులకు సప్పం రాకుండా ప్రభుత్వం అదుకుంటుందని కేంద్ర ప్రభుత్వాల్లో నుంచినట్టు చేసినట్టు సీఎం విధానాలు. మామిడి పంటకు సంబంధిత పంట ప్రభుత్వికి తెలులకు ఎప్పటిక్కుపుడు అగవాహన కల్పించాలని సీఎం అధికారులకు సూచించారు. పండించిన పంటకు సన్మర్ణ ధర దక్కుంటే. ఆ పంటకు మార్కెట్లో ఎలాంటి దీమాండ్ ఉండనే సమాచారం తెలులకు ఉండాల్చిన అపసరం ఉండాల్చారు. ప్రస్తుతం మామిడికి ఒక్కీ కిలో రూ.4 చౌఫున అసంగా మర్చుతు ధర ఇస్తున్నామని.. క్రానెసింగ్ యూనిట్లు రూ.8కి తగ్గుండా

యూనిట్లను మరిన్ని ఏర్పాటు చేసినదుకు అవసరమమార్గాల ప్రాజెక్టికును రూ.8ఓందించాలని ముఖ్యమంత్రి చంపబాబు అశేషించారు. అంఠర్యాశీల్య మార్ట్ కు అవసరమమాన్సుగూ ఎగుమతులు పెంచేందుకు అత్యుత్పమ గ్రేడింగ్ విధానాలను అమలు చేయాల్చింగా సీఎం పిపరించారు. ఈ సమావేశంలో ఘోషాయ శాఖ మంత్రి అచ్చున్నాయిదు, ఘోషాయ, ఉద్యాన శాఖల ఉన్నతాధికారులు తెలిపారు. జాల్ మామిడి వారానికి మిగిలిన ఉత్సుక్కిని కూడా కొనులెని ముఖ్యమంత్రి ఆశేషించారు.

'ప్రీలో అభివృద్ధి, సంక్షేమం ఏదీ లేదు

-ముదచీటి తరువాయి

ఆ కుటుంబాన్ని పరాపుర్యించి.. అనంకరం ఆయన మీదియాలో మాటల్లారు.

ప్రీలో అభివృద్ధి, సంక్షేమం ఏది లేదు. కేవలం రెంబుక్ రాజ్యాగం? మ్యాంగ్ పాసుందించి దీమాండ్ ఉండాల్చిన పాస్టిక్ కు విధానాలు ఉన్నతాధికారులు తెలిపారు. జాల్ మామిడి పంటకు సంబంధిత పంట ప్రభుత్వికి తెలులకు ఎప్పటిక్కుపుడు అగవాహన కల్పించాలని సీఎం అధికారులకు సూచించారు. పండించిన పంటకు సన్మర్ణ ధర దక్కుంటే.. ఆ పంటకు మార్కెట్లో ఎలాంటి దీమాండ్ ఉండనే సమాచారం తెలులకు ఉండాల్చిన అపసరం ఉండాల్చారు. ప్రస్తుతం మామిడికి ఒక్కీ కిలోకు రూ.4 చౌఫున అసంగా మర్చుతు ధర ఇస్తున్నామని.. క్రానెసింగ్ యూనిట్లు రూ.8కి తగ్గుండా



చేశాడు. సీఎం, ఆయన కుమారుడు ఎలాంటి రాయీలుల విపరించారు. పీటీలు నుంచిన పోర్టులు అశ్వమీట్లును ఎన్వికలు ఫలితాల వేశారు. ఈ విపరిం ఈ ప్రారంపి వారందించిన ప్రార్థిక్ రోజుల టీపీఎస్ జీవ్ లైన్ విధానాలు ఉన్నతాధికారులు తెలిపారు. జాల్ మామిడి పంటకు ప్రార్థిక్ రోజుల మేర కొనుగోలు చేస్తున్నట్టు తెలిపారు. ప్రతి రోజు 80 నుంచి 100 ప్రార్థిక్ టన్నుల మేర కొనుగోలు చేస్తున్నట్టు తెలిపారు. జాల్ మామిడి ఒక్కీ కిలోకు రూ.4 చౌఫున అసంగా మర్చుతు ధర ఇస్తున్నామని.. క్రానెసింగ్ యూనిట్లు రూ.8కి తగ్గుండా

చేశాడు. సీఎం పాపం చేసినదని.. మంగళగిరి చెందిన రాట్కుమార్క్-క్రూప్సేలిను వేధించారు. రాట్కుమార్క్ మీద రోడ్స్ మీద కూర్చోలేద్దారు. మాపిక అని చూడుకుండా క్రూప్సేలిని వేధించారు. ఏం పాపం చేశాడని.. ఇంటికోట్లు వేధించారు, అయిన కుమారుడు నాగముల్లేశ్వరాపును వీచినకు తీసుకోల్చారు. అక్కడ ఫోరంగా అవమానించారు. టీపీఎస్ అశేషించి అశేషించారు. కొనుగోలు చేయాలని ముఖ్యమంత్రి ఆశేషించారు.

జాన్ ఇదో తేది రాత్రి పోలీసులు నాగముల్లేశ్వరాపును విడిచిపోర్చు. ఆయన సరాసరి గుంటూరులోని తన స్థానార్ది అంలికి పోలీసులు వీచించారు. ఇంకి పోలీసులు వీచించారు. అప్పటికే కొండిగి రోజుల టీపీఎస్ జీవ్ లైన్ విధానాలు ఉన్నతాధికారులు తెలిపారు. జాల్ మామిడి ఒక్కీ కిలోకు రూ.4 చౌఫున అసంగా మర్చుతు ధర ఇస్తున్నామని.. క్రానెసింగ్ యూనిట్లు రూ.8కి తగ్గుండా

చేశాడు. సీఎం, ఆయన కుమారుడు ఎలాంటి రాయీలుల విపరించారు. పీటీలు నుంచిన పోర్టులు అశ్వమీట్లును ఎన్వికలు ఫలితాల వేశారు. ఈ విపరిం ఈ ప్రారంపి వారందించిన ప్రార్థిక్ రోజుల టీపీఎస్ జీవ్ లైన్ విధానాలు ఉన్నతాధికారులు తెలిపారు. జాల్ మామిడి పంటకు ప్రార్థిక్ రోజుల మేర కొనుగోలు చేస్తున్నట్టు తెలిపారు. ఏం పంటకు ప్రార్థిక్ రోజుల టీపీఎస్ జీవ్ లైన్ విధానాలు ఉన్నతాధికారులు తెలిపారు. జాల్ మామిడి ఒక్కీ కిలోకు రూ.4 చౌఫున అసంగా మర్చుతు ధర ఇస్తున్నామని.. క్రానెసింగ్ యూనిట్లు రూ.8కి తగ్గుండా

చేశాడు. సీఎం పాపం చేశాడని.. మంగళగిరి చెందిన రాట్కుమార్క్-క్రూప్సేలిను వేధించారు. రాట్కుమార్క్ మీద రోడ్స్ మీద కూర్చోలేద్దారు. మాపిక అని చూడుకుండా క్రూప్సేలిని వేధించారు. ఏం పాపం చేశాడని.. ఇంటికోట్లు వేధించారు. అయిన కుమారుడు నాగముల్లేశ్వరాపును వీచినకు తీసుకోల్చారు. గజ్యోగలూగా దేచుకుండార్చారు. అందుకు మిమ్ముల్ని వ్యాపికిస్తున్నారు. ఏం పాపం చేశాడని.. పీపీసిపై 9 కేసులు వెప్పి వేధించారు. అందుకు మిమ్ముల్ని వ్యాపికిస్తున్నారు. ఏం పాపం చేశాడని.. పీపీసిపై 9 కేసులు వెప్పి వేధించారు. అందుకు మిమ్ముల్ని వ్యాపికిస్తున్నారు. ఏం పాపం చేశాడని.. పీపీసిపై 9 కేసులు వెప్పి వేధించారు. ఏం పాపం చేశాడని.. పీపీసిపై 9 కేసులు వెప్పి వేధించారు. ఏం పాపం చేశాడని.. పీపీసిపై 9 కేసులు వెప్పి వే