



# సంపాదకీయం

కార్పూరేట్ విషపులయంలో విద్య- వైద్యం  
కేంద్ర- రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు పలు రకాల విద్య - వైద్య సంస్థలను నిర్వహిస్తున్నాయి. వాటి నిర్వహణకు సరిపడా నిధులు మాత్రం కేటాయించడం లేదు. అనేక రకాల సంక్లేషము పథకాలు అమలు చేస్తున్నాయి. భారతదేశంలో పథకాలకు కొదువ లేదు, పైనలకు కొరత లేదు. ప్రభుత్వాలు మారినప్పుడల్లా పథకాల పేర్లు మారుస్తున్నారు. ప్రధాన మంత్రులు, ముఖ్య మంత్రులు మారుతున్నారు. కానీ ప్రజల జీవితాలు మాత్రం మారడం లేదు. స్వేతంత్యం వచ్చి 78 సంవత్సరాలు గడిచినప్పటికీ సగటు భారతీయుని ప్రాథమిక హక్కులన కూడు-, గూడు-, గుడ్డతోపాటు విద్య- , వైద్యం- , ఆరోగ్యం సమకూర్చడంలో కేంద్ర- , రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు ఉద్దేశ పూర్తిత నిర్దిష్ట పైభారిని అనుసరిస్తున్నాయి. సమగ్ర విద్య- వైద్య- ఆరోగ్య విధానాన్ని రూపొందించడంలోను, అమలు చేయడంలోను పూర్తాగా విఫలం చెందాయి. పూర్తి నిర్దిష్ట ధోరణిని ప్రదర్శిస్తున్నాయి. ఓట్లు దండుకోవడంలో, సీట్లు దక్కించుకోవడంలో కనబిరిచిన శ్రద్ధాసక్తులలో పది శాతం కలిగి వున్నా 'అక్షర భారత్ ఆరోగ్య భారత్' నిర్మాణం జరిగి ఉండేది. దీని వర్యవసానమే విద్య- వైద్య రంగాలలో ప్రైవేటీకరణ,- కార్పూరేటీకరణ ప్రభలంగా పెరిగి పోయింది విద్య- వైద్య రంగంలో కార్పూరేట్ విషపోకడలు మొత్తం మానవాళి మనుగడకే ప్రమాదకరంగా పరిణమించాయి సమస్యల సాలగూళ్ళలో చిక్కి ప్రభుత్వ విద్య- వైద్య సంస్థల ప్రజాదరణ కోల్పోతున్నాయి. కోట్లాది రూపాయలు భర్య పెదుతున్నామని చెపుతున్న ప్రభుత్వాలు విద్య- వైద్య సంస్థలో నేటికి కనీస మాలిక వసతులు కూడా కల్పించలేదు. కమిటీలు కమిషన్లు వేస్తా కడుపు నింపని సంక్లేషు పథకాలతో కాలయాపన చేస్తూ మీనమేషాలు లక్కుపెడుతున్నాయి. చిత్తశంధి లోపించిన ప్రభుత్వాల పనితీరు ప్రజల పాలిటి శాపంగా మారింది. లక్ష్మలాది మంది విద్యార్థిసీ, విద్యార్థులు పోషక ఆపోర లోపం, రక్తహీనత, కంటి, దంత, మాత్ర సంబంధించాయి ద్వార్ధులతో బాధపడుతున్నారు. సమాజ మనుగడకు విద్య- వైద్యం- , ఆరోగ్యం అతి ప్రధానమైనవి. ప్రజల ప్రాథమిక అవసరాలు తీర్పడం ప్రజాస్ామిక ప్రభుత్వాల ప్రధాన లక్ష్మణం. అతిపెద్ద ప్రజాస్ామయ్య దేశంగా గొప్పల చెప్పుకుంటున్న భారత పాలక వర్గాలు ఆచరణలో దానికి భిస్సువైన పైభారిని కలిగి వున్నాయి. భారత దేశంలో భూస్యాములు,- పెట్లుబడిదారులు ప్రైవేట్- కార్పూరేట్ శక్తులుగా ఎదిగి పాలక వర్గాలుగా అవతరించాయి. కేంద్ర- , రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు పాలక వర్గ ప్రయోజనాలే ప్రథమ కర్తవ్యంగా అంతర్గత ఎజెండాను అమలు చేస్తున్నాయి ప్రభుత్వ అనుమతితోనే విద్య- వైద్య రంగాల్లో కార్పూరేటీకరణ

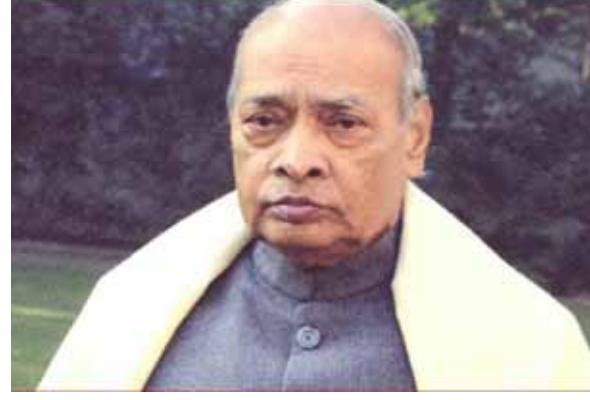
విష ఘలాలనందించే వటవ్యక్తంగా పెరిగిపోయింది కార్బోరైట్ యాజమాన్యాలు ప్రభుత్వ పాలక వర్గంలో కీలక భాగమై కూర్చున్నాయి. విధానాల రూపకల్పనలో, అమలుల్లచ క్రంతి తిప్పుతున్నాయి. ఈ వర్గాలే సేవా రంగాలైన విద్య-వైద్య రంగాలను అత్యంత లాభసాధి వ్యాపారంగా మార్చాయి.

ఈ వర్ధాలై ప్రజలను కార్బోరెట్ రాజకియాల వైపు మళ్ళీస్తున్నాయి. కార్బోరెట్ యాజమాన్యాలు విద్యార్థులను, ఉపాధ్యాయులను, డాక్టర్లను కీలుబొమ్మల్లగా మార్చుకున్నాయి. ప్రైవేట్, కార్బోరెట్ విద్య వైద్య సంస్థలమధ్య నెలకొన్న తీట్రప్లెన అనారోగ్యకరపైన పోటీ కారణంగా స్పార్ట్రం, అవినీతి అక్రమాలతో కూడానె తప్పుడు విధానాలకు పూనుకుంటున్నాయి. పొరిశుధ్యం తాగునీరు, మూత్ర శాలలు, భోజన శాలలు, వంట శాలలు పక్కా భవనాలు, ప్రహరి నిర్మాణాలు, మురుగు కాల్వులు ఈగలు, దోషమలు, శిథిలావస్థలో పున్న భవనాలు, విద్యుత్తీ పార్యవుస్తకాలు, నోట్ పుస్తకాలు, ఫర్మిచర్, వైద్య పరికరాలు మందులు తదితర మాలిక వసతులు, సదుపాయాలు లేక ప్రభుత్వ విద్య- వైద్య సంస్థలు ఆదరణ కోల్పోతున్నాయి వీటికి తేడు అరకొర నిధుల కేటాయింపు, సిబ్బంది కొరత వర్యవేక్షణ లోపం, అవినీతి, నిర్లక్ష్యం తదితర ప్రధాన నమస్యలు ప్రభుత్వ విద్య- వైద్య సంస్థలను నిత్యం పట్టిపీడిస్తున్నాయి. సమస్యల వలయంలో చికిత్స ప్రభుత్వ విద్య- వైద్య సంస్థలు ప్రజల విశ్వాసాన్ని, సమ్మకాన్ని కోల్పోయాయి. ఒకప్పుడు విదేశీయులు, దోషిడి దొంగల బీభత్తుంతో ప్రజలు అభ్యర్థత భావంతో బికిపోవారు. నేడు విద్య వైద్యం అందక జీవితంపై భయంతో, బెంగతో అభ్యర్థతా భావంతో జీవనం సాగిస్తున్నారు. స్పౌతంత్ర్య వచిన 78 ఏండుగా పాలక వరాల మోసపూరిత, కుట

బుద్ధితో విద్య-, వైద్య-, అరోగ్య, ఉపాధి అవకాశాల సామాన్య ప్రజలకు అందకుండా పోయాయి. వలనలు అప్పులు, ఆకలి చాపులు, ఆత్మహాత్యలు జరుగుతున్నాయి ఆకలి చాపులైనా, ఆత్మహాత్యలైనా ప్రజాసామ్య వ్యవస్థల్లో ప్రభుత్వ హాత్యలుగానే వరిగణించాలి. నేడు దేశంలో జరుగుతున్న రైతు ఆత్మహాత్యలు, కుల వృత్తిదారులు ఆత్మహాత్యలు కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు అవలంబిస్తున్న ప్రజావ్యతిరేక విధానాల మూలంగానే ఈ ఆత్మహాత్యలు జరుగుతున్నాయి. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల స్వార్థపూరిత అనాలోచిత నిర్ణయాలు-, నిర్దఖ్యాల మూలాలే నేడు ఆత్మహాత్యలకు కారణాలు. ప్రజాద్రోహాలు, పెట్టుబడిదారులు కార్బోరేటర్ శక్తులు కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల తో మమేకముతున్నాయి. ఇది చాలా ప్రమాదకరం. ప్రజలకు ఉపకరించే ప్రభుత్వ పథకాలను, లక్ష్మీలను నిర్వీర్యం చేస్తూ తమ వర్గ ప్రయోజనాలు కాపాడుకునే ప్రయత్నించో భాగవే ఈ ఈ శక్తుల కలయిక. భారతదేశ ప్రజలు విజయానికి విజయం తాలూకు ఘలాలను ఆస్త్వాదించడానికి మధ్య ఉన్న సంధికాలంలో ఉన్నారు. ప్రజల నోటి కాది ముద్దను దళారుల గుంజకునేందుకు ప్రభుత్వ విధానాలే దోహదం చేస్తున్నాయి ప్రజాద్రోహాలు, -రాజకీయ దళారులు ప్రభుత్వ విధానాలను ప్రభావితం చేస్తున్నారు. విద్య-, వైద్యం-, ఉపాధి మొదలైన వోలిక రంగాలలో విధానాలు రశపాండించడం, - అమలువర్ధడంలో ప్రజలు మరింత చైతన్యవంతమైన పోరాట సూరిని కలిగియుండాలి

విద్య వైద్య రంగాలలో కార్పొరేటీవరణ మానవజాలి మనుగడకే సమస్యగా తయారై ప్రజాజీవనానికి పెన సవాలుగా మారింది. ప్రజలందరికి సమానమైన, నాణ్యమైన విద్య వైద్యం అందాలంటే వీటిని జాతీయాకరణ చేయడమే ఏకైక వరిష్ఠార్థం. విద్య- వైద్యం జాతీంచాకరణ జిగేంతవరకు, దోషికీ, పీడన ఆగేంతవరకు అలుపెరగసి పోరాటం చేయడమే ప్రజల ముందున్న తక్షణ కర్తవ్యం.

# రాజకీయ దురంధర్యాను పొములప్పి



ಸಮಕಾಲೀನ ರಾಜಕೀಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಅವಗಾಹನ ಚೇಸುಕೊನಿ ತಡನುಗಳಂಗಾಗಿ ಸಾನುಕಾಲ ವಾತಾವರಣ ಏರ್ಪರುಹುಕುನಿ ಪರಿಪಾಲನ ಸಾಗಿಂಬಿನ ವಾದೆ ಸಮರ್ಪಣೆನ ನಾಯಕು ಕಾಗಲದು ಅನೇದಿ ಅರ್ಥಾಪ್ರಸ್ತುತ ರಚಯಿತ ಅಯಿನ ಕೆಟ್ಟಿಲ್ಲದೀಗಾ ವೇರನ್ನ ಚಾಳಕ್ಕುನಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಅಕ್ಷಿಂಬ ಚೇಸುಕೊನಿ, ತಡನುಗಳಂಗಾಗಿ ಸದುಹುಕೊನಿ ಬಳಂ, ಬಳಗು ಲೇಕುನ್ನಾದೆ ಶರಾಜ್‌ಕೀಯಾಲ್ಪೈ ಚೆರಗಿ ಮುದ್ರ ವೇಯ ಗಿಗಿರು ಪಿ.ವಿ. ನರಸಿಂಹರಾವು. ದ್ವಿಷಿಣಿ ಭಾರತಾವರಿ ನುಂಡಿ ಪ್ರಥಾನರು ಮಂತ್ರಿ ಪದವಿನಿ ಅಧಿಕ್ಷಿಂಬಿನ ಶೋಲಿನೆತಗಾ, ಒಕ್ಕ ಒಕ್ಕ ತೆಲುಗುವಾನಿಗಾ, ನರಸಿಂಹರಾವು ಕಾರ್ಯದಿಕ್ಕತ, ದಾರ್ಶನಿಕತ್ವ ದ್ವಾರಾ ಭ್ರಾತಿ ಗಡಿಂಬಾರು. “ಪಿ.ವಿ”ಗಾ ಲಭ್ಯ ಪ್ರತಿಸ್ಥಾನ ಅಯಿನ ಬಹು ಭಾಪಾವೇತ್ತ, ರಚಯಿತ. ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯತ್ವರ ನ್ಯಾಯಶಾಸ್ತ್ರ ಕೋವಿದುಲು, “ಅವರ ಚಾಳಕ್ಕುದೀಗಾ” ಪೇರಿಂದಾರು. ಅಂಥ ಪ್ರದೇಶ ಲೋನಿ ವರಂಗಲ್ ಜಿಲ್ಲಾ ನರ್ಸಂಪೇಟ ಮಂಡಲಂ ಲಕ್ಷ್ಯಪವಿ ಗ್ರಾಮಂಲೋ 1921 ಜೂನ್ 28 ನ ರುಕ್ಖಾಜಾಯ, ಸೀತಾರಾಮಾರಾವು ದಂಪತುಲಕು ಪಿ.ವಿ ಜೀವಿಂಚಾರು. ವರಂಗಲ್ಲು ಜಿಲ್ಲಾಲೋನೆ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ವಿರ್ಯ ಮೆಡಲು ಪೆಟ್ಟಾರು. ತರುವಾತ ಕರ್ನಿಂಗರ್ನ್ ಜಿಲ್ಲಾ ಭೀಮದೇವರಪವಿ ಮಂಡಲಂ ವಂಗರ ಗ್ರಾಮಾನಿಕಿ ಚೆಂದಿನ ಪಾಮುಲಪರಿ ರಂಗಾರಾವು, ರುಕ್ಖಿಣಿಮೃಲು ಆಯಿನನು ದೃತತ ತೀಸುಕೋವದಂತೆ ಅಪ್ಪಣಿಸುಂದೆ ಪಾಮುಲಪರಿ ವೆಂಕಟ ನರಸಿಂಹರಾವು ಅಯ್ಯಾರು. 1938 ಲೋನೆ ಪ್ರೌದರ್ಜಾಬಾಧು ರಾಷ್ಟ್ರ ಕಾಂಗ್ರೆಸು ಪಾರ್ಲಿಮೆಂಟ್ ಚೇರಿ ನಿಜಾಮು ಪ್ರಥಮತ್ವ ನಿರ್ವೇಧಾನ್ವಿ ಧಿಕ್ಕರಿನಸ್ತು “ವಂದೇಮಾತರಂ” ಗೆಯಾನ್ನಿ ಪೊದಾರು. ತಾನು ಚದುವುಕುಂಬನ್ನು ಉಸ್ಕಾನ್ನಿಯು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಂ ನುಂಡಿ ಆಯಿನನು ಬಹಿಪೂರಿಂಚಾರು. ದಾಂತೆ ಓ ಮಿತ್ರುದಿಸಿ ಸಾಯಂತ್ರೇ ನಾಗಪೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಂಲೋ ಚೇರಿ ನಾಗಪೂರುಲೋ ಅ ಮಿತ್ರುನಿ ಇಂಥ್ಲೋನ್ನೇ ಉಂಟೂ, 1940 ನುಂಡಿ 1944 ವರಕು ಎಲ್. ಎಲ್. ಬಿ ಚದಿವಾರು. ಸ್ವಾಮಿ ರಾಮಾನಂದ ತೀರ್ಥ, ಬೂರ್ಗುಲ ರಾಮಕೃಷ್ಣಪ್ರಾರ್ಥಾವಲ ಅನುಯಾಯಿಗಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ್ಯಮಂ ಲೋನು, ಪ್ರೌದರ್ಜಾಬಾಧು ವಿಮುಕ್ತಿ ಪೋರಾಟಂಲೋನು ಪಾಲ್ನಾನ್ನಾರು. 1957 ಲೋ ಶಾಸನಸಭ್ಯದೀಗಾ ರಾಜಕೀಯ ಜೀವಿತಂ ಆರಂಭಿಂಬಿನ ಪಿವಿ, ರಾಷ್ಟ್ರ ಮಂತ್ರಿಗಾ, ಮುಖ್ಯ ಮಂತ್ರಿಗಾ ಕೇಂದ್ರ ಮಂತ್ರಿಗಾ, ಚಿವರಕು ಪ್ರಥಾನಿಗಾ ತನ ಮೇಧಾಸ್ತಕಿತ್ತೋ, ಕ್ರಮಾನುಗತಂಗಾ ಉನ್ನತ ಪದವುಲನು, ಕ್ವಾಂಸಂ ಚೇಸುಕುನ್ನು ರಾಜನೀತಿಜ್ಞಾಲು ಅಯನ. ಕಾಂಗ್ರೆಸ್ ಹಾಯಾಂಲೋ, ಹೃತಿ ಸಂಭಾಬಲಂ ಲೇನಿ ಮೈನಾರ್ಟೆ ಪ್ರಭುತ್ವಾನ್ನಿ, ತನ ಚಾಕಚಕ್ಯನೀತಿತ್ತೋ, ಹೂರಿ ಕಾಲಂ ನಡಿಯಿಂಬಿನ ಮೇದಾವಿ. 1957 ಲೋ ಮಂಧನಿ ನುಂಡಿ ಎಮ್ಪುಲ್ಯೋಗಾ ಎನ್ನಿತ್ತೆ, ವರುಸುಗಾ ನಾಲುಗು ಸಾರ್ಲು ಗೆಲಿವಾರು. 1962 ಲೋ ಮೊದಲಿನ್ನಾರಿ ರಾಷ್ಟ್ರ ಮಂತ್ರಿವರ್ಗಂಲೋ ಸ್ಥಾನಂ ಪೊಂದಿ, 62 ನುಂಡಿ 64 ವರಕು ನ್ಯಾಯ ಸಮಾಚಾರ ಮಂತ್ರಿಗಾ, 64 ನುಂಡಿ 67 ವರಕು ದೇವಾದಯ, ನ್ಯಾಯಾಂಶಿ 67 ಲೋ ವೈರ್ಯ ಅರೋಗ್ಯ 68 ನುಂಡಿ 71 ವರಕು ನ್ಯಾಯ, ಸಮಾಚಾರ ಶಾಭಲನು ನಿರ್ವಹಿಂಚಾರು. 77ಲೋ ಲೋಕಸಭ್ಯತ್ವ ಎನ್ನಿತ್ತೆನಾರು. ಜನವರಿ 1980 - ಜೂಲೈ 1984 ಕೇಂದ್ರ ವಿದೇಶ ವ್ಯವಹಾರಾಲ ಮಂತ್ರಿಯಿಬೆ ಜಾಲ್ತ್ರ 1984 - ಡಿಸೆಂಬರ್ 1984 ಎಂತ್ರ ಹೆಚ್‌ಎಂ ಶಾಭಮಂತ್ರಿಯಿಬೆ ನವಂಬರು 1984 - ಫಿಬ್ರವರಿ 1985 ಭಾರತ ಪ್ರಣಾಲೀಕಾ ಶಾಭಮಂತ್ರಿ, ಪ್ರಣಾಲೀಕಾ ಸಂಘಂ ಓಪಾರ್ಕ್‌ಹುಡು, ಜನವರಿ 1985 - ಸೆಪ್ಟೆಂಬರು 1985 ಕೇಂದ್ರ ರಕ್ಷಣ ಶಾಭಮಂತ್ರಿ, ಸೆಪ್ಟೆಂಬರು 1985 - ಜೂನ್, 1988 ಕೇಂದ್ರ ಮಾನವ ವಸರಲ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಶಾಭ ಮಂತ್ರಿಯಿಬೆ ಜಾಲ್ತ್ರ 1986 - ಫಿಬ್ರವರಿ 1988 ಕೇಂದ್ರ ಅರೋಗ್ಯಂ, ಕುಟುಂಬ ಸಂಖೇಯು ಶಾಭಮಂತ್ರಿಯಿಬೆ ಜೂನ್ 1988 - ಡಿಸೆಂಬರ್ 1989 ವಿ ದ ಶ

卷之三

వ్యవహరాల శాఖ మంత్రిభీ 1991 మే 29 - 1996 కాంగ్రెసు పార్టీ అధ్యక్షునిగాబీ జూన్ 1991 1996 మే 10 వరకు ప్రధానమంత్రి పని చేశారు. 71 సెప్టెంబర్ నుండి 73 జనవరి వరకు ముఖ్యమంత్రి ఎన్నో ఒడియుడుకులను ఎదుర్కొన్నారు. సీఎం పీరు అధిక్షించానే అనమ్ము ఈ విషయమై అధిక్షాసంతో చర్చించేందుకు ఫీల్ - ప్రైదరాబాదు మర్యాద తిరిగేందుకే ఆయనకు సమయం నిరిపోయింది. పట్టణ భూ గలిగి చట్టాన్ని తెచ్చింది ఆయనే. ఆ తర్వాత ఆయన కార్బోక్సైటం ఫీల్కి మారింది ఏసిసి ప్రధాన కార్బోర్గా, మొదటిసారి హనుమకొండ నుండి లోకసభలో ఎన్నికేశారు. నంద్యాల ద్వారా ఉప ఎన్నికలలో, తీడిపి పోటీ లేకుండా ఐదు లక్షల పైవిలుకు మొజారిటీతో గెలపొంది, గిన్నిస్ రికార్డు స్థాపించి పదవ లోకసభలో అడుగిడి, పలు శాఖల మంత్రిగా విధులు నిర్వహించారు. రాజీవ్ హత్య కారణంగా 1991 లో సార్వత్రిక ఎన్నికలలో పోటీ చేయకుండానే, దేశ 10వ ప్రధాన మంత్రి పదవి చేపట్టారు. భారత ఆర్థిక సంస్కరణలకు వీంజం వేసి కుంటుతన్న వ్యవహరము, తిరిగి పట్టాలెక్కించి ఘనత సాంతం చేసుకొని, “భారత ఆర్థిక సంస్కరణల పితామహాడిగా పేరొందిన మేధావి.

ఆర్థిక వ్యవస్థ పునర్జీవనం కోసం చేపట్టిన సంస్కరణలు, రిజర్వు బ్యాంకు గవర్నర్ గా, ఆర్థిక శాస్త్రవేత్త గా ఉన్న మన్సోహన్ సింగ్ ను, ప్రత్యేకించి పిలిచి, దేశ ఆర్థిక మంత్రిని చేయడం ఆయనకే చెల్లింది. దేశాన్ని బంగార తాకట్టు పెట్టాలిన ఫీతి నుండి, సూపర్ పవర్ గా తేర్చి దిర్దూసానికి పునాది వేశారు. ఆర్థిక సంస్కరణల ద్వారా మార్కెట్ సరళీకరణ ఆర్థిక విధానాన్ని రూపొందించారు. సంస్కరణల 1992 లో నేపస్ట్ నైట్ ఎక్స్ప్రెంజ్ కంపౌటర్ ఆధారిత వ్యాపార పద్ధతిని ప్రారంభించారు. పంజాబీ ప్రభవాదాన్ని అణికి వేసింది ఆయన ప్రభుత్వమే. కాశీర్ తీవ్రవాదు ప్రమఖులను అపహారించినప్పుడు, వారి డిమాండ్సు లక్క పెట్టక బందిల విడిపించిన ఘనత ఆయనదే.

ఇజ్రాయెల్ తో దౌత్య సంబంధాలు, తీవ్రవాదానికి పాకిస్థాన్ ఇస్లామ్ ప్రాత్మకాప్పన్ని బయలపట్టి, అగ్నేయాసియా దేశాలలో సత్యంబంధాలు కల్పించడం, పివి ప్రభుత్వం సాధించిన విజయమే. 1998లో వాజుపేరం ప్రభుత్వం జరిపిన అణవరీక్షల కార్బోక్సైటాన్ని మొదలు పెట్టింది పీటించిన ఘనత ఆయనదే.

ప్రభుత్వమే. ఆయన కాలంలోనే బాంబు తయారయింది. ఈ విషయాన్ని స్వయంగా వాజపేచే ప్రకటించారు. రాష్ట్ర విద్యా మంత్రిగా రెసిడెన్చియల్ పౌరశాలల వ్యవస్థ, కేంద్ర మానవ వనరుల శాఖ మంత్రిగా నవోదయ విద్యాలయాలకు రూపకర్త అయినారు. 1973లో సీఎంగా భూస్వామ్య వ్యవస్థ నిర్మాలనకు నడుం బిగించి, భూ గరిష్ట పరిమతి, పట్టు పరిమితి చట్టాన్ని అమలు చేసింది పి.వి.నే. ప్రధానిగా ఆయన హాయాంలో 1992 డిసెంబర్ 6 న అయ్యాధ్యలో భాబరి ముసీదును కూలగొట్టిన సంఘటనలో పీవి వైశాఖి వివాదాన్ని మైంది. ప్రధానిగా ఈ విషయాన్ని అమలీకాలంలో అనేక అవిషీకిత ఆరోపణలను పించి విదుర్గొన్నారు. విపరికేసులన్నీ పీపోయాయి. బహుభాషా పండితులు, 17 భాషలలో అలవోకగా మాట్లాడ గలిగిన మేధావి. 1940 లో తన సోదరులతో కలిసి కాకతీయ పత్రికలో ఎన్నో వ్యాసాలు రాశారు. 1948 నుండి 51 వరకు కాకతీయ పత్రిక “సంపాదకునిగా” పని చేశారు. తిపిసామ్రాట్ విశ్వాధ సత్యనారాయణ విరితి వేయి పడగలను, “సహస్ర ఘణ్ణ” పేరుతో, హిందీ అనువాదం చేసి జ్ఞానపీరి అవార్డు పొందారు. 1968-74 మధ్య తెలుగు సాహిత్య అకాడమీ చైర్మన్ గా ఉన్నారు. ఆయన రచనల్లో ప్రభూతి చెందినది “జ్ఞాన్సైడర్” అనే ఆత్మకథ. లోపలి మనిఖిగా ఇది తెలుగులోకి అనువాద మయింది. 1983 లో స్టోన్స్ భాషల్లో ప్రసంగించి, అలీన దేశాల లిఖితాగ్ర సమావేశంలో, కృయాలా అగ్నిష్టులు ఫిదేర్ ను అబ్బుర పరిచిన గొప్పతనం ఆయనది. నిరాడంబరుడు, తన పిల్లలను పైతం ప్రధాని కార్యాలయానికి దూరంగా ఉంచిన నిజాయతీతి పరులు. చివరిదశలో కోర్టుల చుట్టూ తిరగడానికి సాంత ఆస్తులను అమ్ముతప్పను వ్యక్తి.

నిజాం వ్యక్తిగా పోరాట యుద్ధ తంత్ర నిపుణునిగా చివరకు స్వాతంత్య సముపర్జన దినం నాడు, 1947 ఆగస్టు 15 న కూడా అటువి క్లైప్టంలో పోరాట క్రమంలోనే ఉన్న పోరాట యోధుడు. 2004 డిసెంబర్ 23 న తుది దాను పదిలా రాయాన. పి.వి.

స్తుత్యరం పైదరాబాదులో భారత  
దేశంలోనే అతిపెద్ద షై బిల్ కు  
పి.వి. నరసింహరావు ఎక్స్‌ప్రైస్ వే  
అని పేరుపెట్టారు. శంపాభాద్  
విమానాటకయం ప్రయాణీకులను  
దృష్టిలో ఉంచుకొని దీనిని  
నిర్మించి, 19.10.2009 న  
ప్రారంభించారు.

ప్రథమ భారత అర్థాన్ని అవ్వాడు  
జివ్వాలని సీఎం కేసిఆర్ కేంద్ర  
ప్రభుత్వానికి విజ్ఞాపించేస్తునే ఉన్నారు.  
శత జయంతి ఉత్సవాలను  
విదాదిపాటు నిర్వహించాలని కేసిఆర్ నిర్దయించి, సీనియర్ నేత కేశవరావు  
అధ్యక్షతన కార్యాచారం ప్రఘాళిక సిద్ధం చేసి, అనురించడం ద్వారా కేసిఆర్,  
తెలుగు జాతి మహాన్నత వ్యక్తికి తగిన గౌరవం ఇప్పుడం ముదాహారా.

தீவு

# భూషణము వారధిగా లంగోప్పు

ఇంగ్లీష్ భాష ప్రపంచవ్యాప్తంగా అత్యంత ప్రభావపంతమైన, విస్తరితంగా మాటల్లుడే భాషలలో ఒకటి. ఇది కేవలం ఒక భాష కాదు, సాంస్కృతిక, ఆర్థిక, విద్య, సాంకేతిక రంగాలలో వంతెనగా వని చేస్తుంది. కేంద్ర ప్రొంగా శాఖ మంత్రి అమిత శ్యామల్ ఇంగ్లీష్ మాటల్లుడే వారిని అవమానకరంగా వ్యాఖ్యానించారు. ఇంగ్లీష్ భాష ప్రపంచంలోని వివిధ దేశాలు, సంస్కృతుల మర్యాద సంభాషణకు సాధనంగా ఉంది. భారతదేశం వంటి బహుభాషా దేశంలో, హిందీ, తెలుగు, తమిళం వంటి భాషలతో పాటు ఇంగ్లీష్ ఒక సామాన్య భాషగా వనిచేస్తుంది. ఉ దాహరణకు, ఒక తెలుగు వ్యక్తి, ఒక బెంగాలీ వ్యక్తితో ఇంగ్లీష్లో నులభంగా మాటల్లుడగలడు. అంతర్జాతీయ సమావేశాలు, వాణిజ్య ఒప్పందాలు, దోత్స్వసంబంధాలలో ఇంగ్లీష్ ఒక కీలక భాషగా ఉంది. ఐక్యరాజ్యమనితి వంటి సంస్థలలో ఇంగ్లీష్ అధికారిక భాషగా ఉ పయోగించబడుతుంది. ఇంగ్లీష్ భాష విద్య, ఉద్యోగ రంగాలలో అపారమైన అవకాశాలను అందిస్తుంది. ప్రపంచంలోని అత్యుత్తమ విశ్వవిద్యాలయాలు, గూగుల్, ప్లైక్రోసాప్ట్ వంటి సాంకేతిక కంపనీలు ఇంగ్లీష్ను ప్రధాన భాషగా ఉపయోగిస్తాయి. భారతదేశంలోని లింగాలీ, లింగాలం వంటి సంస్థలలో ఇంగ్లీష్లోనే బోధన జరుగుతుంది. ఉ దాహరణకు, ఒక గ్రామీణ యువకుడు ఇంగ్లీష్ నేర్చుకొని సాప్ట్వేర్ ఇంజనీర్గా అమెరికాలో ఉద్యోగం సంపాదించవచ్చు. ఇంగ్లీష్ లేకపోతే అతని అవకాశాలు పరిమితమవుతాయి. ఇంగ్లీష్ ఇంటర్వెన్ట్, సాంకేతికత రంగాలలో ఆధిపత్య భాష, వికీపీడియా, యూట్యూబ్, గూగుల్ వంటి ప్లాటఫారమ్లలలో అత్యధిక సమాచారం ఇంగ్లీష్లో ఉంటుంది. భారతీయ విద్యార్థులు ఇంగ్లీష్ నేర్చుకోవడం వల్ల ఆన్‌లైన్ కోడింగ్, కోడింగ్,

2027 నాట  
భారతదేశ ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థలో నియోజకవర్గాల పునర్వ్యాఖ్యన ఒక ముఖ్యమైన వ్యవస్థాపక ప్రక్రియ. ఇది జనాభా ప్రాతిషిపదికన ప్రజలకు సమయించేన ప్రాతిషిపదికన ప్రజలకు సమయించేన ప్రాతిషిపదికన ప్రజలకు అవసరమవుతుంది. దేశంలోని పార్లమెంటు మరియు శాసనసభ నియోజకవర్గాల భౌగోళిక విభజనను, పరిమాణాన్ని సమయానుకూలంగా పునర్వ్యాఖ్యించడమే ఈ ప్రక్రియ యొక్క లక్ష్యం. రాజ్యాంగంలోని అధికరణ 82 మరియు 170 ప్రకారం, ఇది సపరాణం ద్వారా అమలవుతుంది. చివరిసారిగా 2002లో పునర్వ్యాఖ్యన జరిగి, 2008లో అమలులోకి వచ్చింది. కానీ రాజ్యాంగ 84వ సపరాణ (2002) ప్రకారం, తదుపరి పునర్వ్యాఖ్యనను 2026 వరకు నిలిపివేశారు. అంటే, 2026 తర్వాత జరగనున్న జనాభా గణన ఆధారంగా కొత్త దీనిమిహేష్ణు కమిషన్ ఏర్పాటు చేసి, 2027 నాటికి దేశవ్యాప్తంగా నియోజకవర్గాల పునర్వ్యాఖ్యన జరగవచ్చని అంచనా. ఈ నేపథ్యంలో తెలంగాణలో శాసనసభ స్థానాలు 119 నుండి 153కి పెరగవచ్చని రాజకీయ విశ్లేషకులు భావిస్తున్నారు. ఈ అంశంపై 2014లో వెలువడిన ఆంధ్రప్రదేశ్ పునర్వ్యాఖ్యన చట్టంలోని 26వ విభాగంలో స్పృష్టంగా ప్రస్తావించ బడింది. అయితే, 2026లోని రాజ్యాంగ పరిమితి పూర్తయ్యే దాకా కేంద్ర ప్రభుత్వం ఈ పెంపును ఆమోదించ లేని స్థితి ఏర్పడింది. ఇక, 2027 పునర్వ్యాఖ్యన అనంతరం దీనికి చట్టబద్ధంగా మార్గం సిద్ధమవుతుంది. తెలంగాణలో 2023 జనాభా అంచనాల ప్రకారం రాష్ట్ర మొత్తం జనాభా దాదాపు 4 కోట్ల 35 లక్షలు. ఈలోపు ప్రోదరాబాద్ మెట్రో ప్రాంత జనాభానే దాదాపు 1.1 కోట్ల తో ఉంది. శాసనసభ స్థాయిలో చూస్తే, ప్రస్తుతం ఉన్న 119 నియోజకవర్గాల సగటు జనాభా దాదాపు 3.65 లక్షలు.

ఆలిఫిషియల్ ఇంపెలిజన్స్ వంటి రంగాలలో ముందుకు వెళ్తాన్నారు. దాహారణకు, పైథాన్, జావా వంటి ప్రోగ్రామీంగ్ భాషల డాక్యుమెంటేస్ ఇంగ్లీష్‌లోనే ఉంటుంది. ఇంగ్లీష్ తెలియకపోతే, ఈ రంగాలలో రాశించద కష్టం. ఇంగ్లీష్ భాష ద్వారా ప్రపంచ సాహిత్యం, సినిమాలు, సంస్కరిత భారతీయులకు అందుబాటులోకి వచ్చాయి. షైక్సింగ్ రూపీలో వంటి రచయితల రచనలు, హాలీవుడ్ సినిమాలు ఇంగ్లీష్‌లో ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రజారరణ పొందాయి. ఆదే విధంగా, భారతీం రచయితలు అరుండాథీ రాయ్, సల్మాన్ రుషీ ఇంగ్లీష్‌లో రాసిన నవలాస్తులు ప్రపంచవ్యాప్తంగా గుర్తింపు పొందాయి. ఇంగ్లీష్ లేకపోతే, ఈ సాంస్కృతిక వినిమయం సాధ్యపడేది కాదు. భారత దేశంలో ఇంగ్లీష్ ఒక అధికారి భాషగా, న్యాయ వ్యవస్థ, పరిపాలనలో కీలక పాత పోషిస్తుంది. సుప్రీమ్ కోర్టు, పొర్సుమంటు చర్చలలో ఇంగ్లీష్ వాడబడుతున్నది. ఇంగ్లీష్ మీడియమ్ స్ట్రోమ్లో చదివిన విద్యార్థులు ఉన్నత విద్య, ఉద్యోగాలలో ముందుకు వెళ్తాన్నారు. ఉదాహరణకు, బెంగళూరు, హైదరాబాద్ వంటి నగరాలలో ఐరంగంలో ఇంగ్లీష్ తప్పినిసరి. ఇంగ్లీష్ మాట్లాడగలిగే వ్యక్తులు సమాజంలో గౌరవం, ఆత్మవిశ్వాసం పొందుతారు. ఇంగ్లీష్ నేర్చుకోవడం వల్ల గ్రామీయువతకు నగరాలలో, అంతర్జాతీయ స్టోలో సమానంగా పోలిస్టుల అవకాశం లభిస్తుంది. ఉదాహరణకు, ఒక దైత్య కుమారుడు ఇంగ్లీష్ నేర్చుకోవడం వల్ల విఫిట ఉద్యోగాలో చేరి తన కుటుంబాన్ని ఆర్టికంగా ఆదుకోవడం చివరిగా 70% ఇంగ్లీష్ భాషాను అవమానింపడం కంటే, దాని ప్రాముఖ్యత గుర్తించి, భారతీయ భాషలతో సమన్వయం చేస్తూ ప్రోత్సహించాలి. ఇంగ్లీష్ ఒక భాష కాదు, అది జ్ఞానం, అనేక అవకాశాలు ఇచ్చే జ్ఞాన భాండాగారం ప్రపంచ సమైక్యతకు ద్వారం. హిందీ, తెలుగు, సంస్కృతం వంటి భాషలకు

క్రికెట్ పునర్వ్యాభజ  
కానీ కొన్ని పట్టణ నియోజకవర్గాల్లో ఇది 5 లక్షలు దాటి సందర్శాలున్నాయి, అటు పత్తల్లోని నియోజక వర్గాల్లో మాత్రమే 2 లక్షలకు లోపే ఉన్న ఉదాహరణలు ఉన్నాయి. ఈ అసమానతలను సరిదిద్దేందుకు, జనాభా సమానమైన నియోజక వర్గాలు ఏర్పరచడం అత్యవసరమవుతుంది. నియోజక వర్గాలు సంఖ్యను 119 నుండి 153కి పెంచితే, ప్రతి నియోజకవర్గాన్ని సగటు జనాభా 2.85 లక్షల పరిధిలో ఉంటుంది. ఇది ప్రజలకు ప్రాతినిధ్యాన్ని మరింత సమీపంగా చేస్తుంది. పైగా ప్రస్తుత రాష్ట్రంలో 33 జిల్లలు ఉండగా, కొన్ని జిల్లల్లో మూడు నియోజక వర్గాల్లో ఉండగా, ఇతర జిల్లల్లో ఏదు వరకు ఉన్నాయి. 15 నియోజక వర్గాలు ఏర్పుచేసి, జిల్లల వారీగా నియోజకవర్గ పంచించాలని తారతమ్యం తగ్గే అవకాశముంది. పునర్వ్యాభజన తర్వాత కొన్ని నియోజక వర్గాలు ఏర్పడే అవకాశమున్న ప్రాంతాలు - మేదుళ్ల సంగారెడ్డి, రంగారెడ్డి, నల్గొండ, భిమ్మం, మహబూబ్ నగర్ వరంగల్ అర్బ్న్, వరంగల్ రూర్ల్, నిర్మల్, జనగామ, కరీంనగర్ పెద్దపల్లి, జోగులాంబ గద్దాల్, నారాయణపేట మొదలైనవి అలాగే జడ్పుర్, కందుకూర్, బూద్దన పోచెంపల్లి, భువనగిరి మిర్చలగూడ, సిద్దిపేట, వంటి అభివృద్ధి చెందిన పట్టణాల కొత్త నియోజక వర్గాలుగా మారే అవకాశముంది. పునర్వ్యాభజన వల్ల కలిగే లాభాలు అనేకం. ప్రథమంగా ప్రజలకు దగ్గరగా ఉండే ప్రజా ప్రతినిధులను ఏర్పాటు చేయడం ద్వారా ప్రభుత్వాల పాలన మరింత సమర్థవంతంగా మారుతుంది. ప్రజా అవసరాలు అభివృద్ధి ప్రాధాన్యతలు త్వరగా ప్రభుత్వానికి చేరతాయి వెనుకబడిన ప్రాంతాల సమస్యలు కూడా శాసనసభల ప్రాధాన్యతతో చర్చకు వస్తాయి. పట్టణాలలోని వృద్ధి చెంది మున్సిపాలిటీలకు ప్రత్యేక నియోజకవర్గ ప్రాతినిధ్యం లభిస్తుంది

# 2027 వాటికి పునర్వ్యాఖ్యన జరిగేనా?

ಭಾರತದ್ದೇಶ ಪ್ರಜಾಸ್ಥಾನ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ನಿಯೋಜಕವರ್ಗಾಲ ಪುನರ್ನಿರ್ಭರಣೆ ಒಂದು ಮುಖ್ಯಮೈನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯ. ಇದಿ ಜನಾಭಾ ಪ್ರಾತಿಪದಿಕನು ಪ್ರಜಲಕು ಸಮುಚಿತವೈನ ಪ್ರಾತಿನಿಧಾನ್ಯಿನು ಕಲ್ಪಿಸಿದೆ ಎಂದು ಕುರಿತು ಅವಸರವಾಗುತ್ತಂದಿ. ದೇಶಂಲೋನಿ ಪ್ರಾರ್ಥಮಣಿಯ ಮರಿಯು ಶಾಸನಸಭೆ ನಿಯೋಜಕವರ್ಗಾಲ ಭಾಗೀಶಿಕ ವಿಭಜನನು, ಪರಿಮಾಣಾನ್ವಿತ ಸಮಯಾನುಕೂಲಂಗಾ ಪುನರ್ನಿರ್ಭರಣಿಂದ ಹೇಳಬಹುದು. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಯೊಕ್ಕ ಲಕ್ಷ್ಯಂ, ರಾಜ್ಯಾಂಗಂಲೋನಿ ಅಧಿಕರಣ 82 ಮರಿಯು 170 ಪ್ರಕಾರಂ, ಇದಿ ಸವರಳಳ ದ್ವಾರಾ ಅಮಲವಾಗುತ್ತಂದಿ. ಚಿವರಿಸಾರಿಗಾ 2002ಲೋ ಪುನರ್ನಿರ್ಭರಣ ಜರಿಗಿ, 2008ಲೋ ಅಮಲುಲೋಕಿ ವಚ್ಚಿಂದಿ. ಕಾನೀ ರಾಜ್ಯಾಂಗ 84ವ ಸವರಳ (2002) ಪ್ರಕಾರಂ, ತರುವರಿ ಪುನರ್ನಿರ್ಭರಣನು 2026 ವರಕು ನಿಲಿವಿವೇಶಾರು. ಅಂತೆ, 2026 ತರ್వಾತ ಜರಗನುವು ಜನಾಭಾ ಗಣನೆ ಆಧಾರಂಗಾ ಕೊತ್ತಲ್ಲಿದೆ ಮಿಥಿಫ್ನೆನ್ ಕಮಿಷನ್ ಏರ್ಪಾಟು ಚೇಸಿ, 2027 ನಾಟೀಕಿ ದೇಶವ್ಯಾಪ್ತಂಗಾ ನಿಯೋಜಕವರ್ಗಾಲ ಪುನರ್ನಿರ್ಭರಣ ಜರಗವಚ್ಚನಿ ಅಂಚನಾ. ಈ ನೇರಡ್ಯಂಳೋ ತೆಲಂಗಾಣಲೋ ಶಾಸನಸಭೆ ಸ್ಥಾನಾಲು 119 ಸಂಂದಿನ 153ಕಿ ಪೆರಗವಚ್ಚನಿ ರಾಜಕೀಯ ವಿಶೇಷಕುಲ ಭಾವಿಸುತ್ತಾನ್ನರು. ಈ ಅಂಶಂಲ್ಲೇ 2014ಲೋ ವೆಲುವಡಿನ ಆಂತ್ರಾಧ್ರಪದೇಶ್ ಪುನರ್ನಿರ್ಭರಣ ಚಟ್ಟಂಳೋನಿ 26ವ ವಿಭಾಗಂಲೋ ಸ್ಪಷ್ಟಂಗಾ ಪ್ರಸ್ತಾವಿಂಚಿದೆ. ಅಯಿತೆ, 2026ಲೋನಿ ರಾಜ್ಯಾಂಗ ಪರಿಮಿತಿ ಪೂರ್ತಯ್ಯೆ ದಾಕಾ ಕೇಂದ್ರ ಪ್ರಭುತ್ವಂ ಈ ಪೆಂಪನು ಆಮೋದಿಂಚಲೇನಿ ಸ್ಥಿತಿ ಏರ್ಪಡಿಂದಿ. ಇತ್ತೀಚೆ, 2027 ಪುನರ್ನಿರ್ಭರಣ ಅನಂತರಂ ದೀನಿಕಿ ಚಟ್ಟಂಬಂಗಾ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಸಿದ್ಧಮವುತ್ತಂದಿ. ತೆಲಂಗಾಣಲೋ 2023 ಜನಾಭಾ ಅಂಚನಾಲ ಪ್ರಕಾರಂ ರಾಷ್ಟ್ರ ಮೆತ್ತಂ ಜನಾಭಾ ದಾದಾಪು 4 ಕೋಟ್ಟಿ 35 ಲಕ್ಷಲು. ಈಲೋಪು ಪ್ರೋದರ್ಜಾಬಾದ್ ಮೆಟ್ರೋ ಪ್ರಾಂತ ಜನಾಭಾನೇ ದಾದಾಪು 1.1 ಕೋಟ್ಟಿ ತೋ ಉಂದಿ. ಶಾಸನಸಭೆ ಸ್ಥಾಯಿಲೋ ಚೂಸ್ತೇ, ಪ್ರಸ್ತುತಂ ಉನ್ನತಿ 119 ನಿಯೋಜಕವರ್ಗಾಲ ಸಗಟು ಜನಾಭಾ ದಾದಾಪು 3.65 ಲಕ್ಷಲು.

ఇది మూలిక సదుపాయాల విస్తరణకు తోడ్చుడుతుంది. అయితే సహాళు కూడా తక్కుపగా లేవు. శాసనసభ స్థానాల పెంపుతో ప్రతినిధుల భర్యలు, సిబ్బంది, కార్యాలయ నిర్వహణ మొదలైనవి ప్రభుత్వంపై ఆరిక భారం కలిగిస్తాయి. అంతేగాక, కొత్త నియోజక వర్గాల సరిహద్దులు నిర్ణయించేటప్పుడు సామాజిక, భౌగోళిక, రాజకీయ కోణాలు పరస్పరంగా పోటీ పదే అవకాశం ఉంటుంది. దీనిపల్ల కొన్నిచోట్ల ప్రజల నిరసనలు, సంఘర్షణలు తలత్తే ప్రమాదం కూడా ఉంటుంది. రాజకీయంగా చూస్తే, స్థానాల పెంపుతో స్థానిక నేతల మధ్య పోటీ పెరగడం వల్ల పార్టీల అంతర్గత సమీకరణాలు మారే అవకాశం ఉంది. ఈ నేపథ్యంలో డీలిమిటేషన్ ప్రక్రియ పారదర్శకంగా, నిష్పాక్షికంగా, రాజ్యాంగ స్వార్థిక అనుగుణంగా జరగాలి. కమిషన్ అందుబాటులో ఉన్న తాజా భౌగోళిక, జనాభా గణాంకాలను పరిగణనలోకి తీసుకుని ప్రజలకు సముచిత ప్రాతినిధ్యం కల్పించేలా నియోజక వర్గాలను పునర్నిఖజించాలి. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం, రాజకీయ పార్టీలు, ప్రజలు ఈ ప్రక్రియను అంగీకరించి, భాగస్వామ్యం వహించాలి. 2027లో జరగబోయే ఈ పునర్నిఖజన తెలంగాణ రాజకీయ భవిష్యత్తుకు, పాలనా స్వరూపానికి గణియమైన మలుపును ఇస్తుంది. 153 శాసనసభ స్థానాలపై జరిగే మార్పు ప్రజాస్వామ్య వికేంద్రికరణకు మార్గం వేయ గలదు. ఇది తగిన సమయంలో, సమగ్రంగా, నిబిద్ధతతో జరిగితే, తెలంగాణ ప్రజలకు ఇది మెరుగైన పాలనా వ్యవస్థకు నాంది ఆవుతుంది. ఈ పునర్నిఖజన ప్రక్రియ తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రజలకు ప్రాధాన్యతను కల్పిస్తూ - గ్రామీణ, పట్టణ, వలస జనాభా ప్రాంతాలకు సమపాళ్లలో ప్రతినిధ్యం ఇచ్చే విధంగా సాగాలి. అప్పుడే నిజమైన ప్రజాస్వామ్య లక్ష్యాన్ని సాధించిన ఫలితం రావచ్చు.













# సిహెవల్



ఐటీఆర్ గడువు దాటిన తర్వాత  
దాఖలు చేస్తే వడ్డి,  
జిల్మానా చెల్లించాల్సి ఉంటుందా?

ಇದಿ ಬ್ರಹ್ಮೀಂಗರ್ ದಾಖಲು ಚೇಸೇಪಟ್ಟುದು ಚೆಲ್ಲಿಂಚೆ ಲೇದಾ ಮಾಪಿಂಚೆ ಪನ್ನು ಬಾಧ್ಯತ. ಇದಿ ಮನ ಮೊತ್ತಂ ಪನ್ನು ಬಾಧ್ಯತ ಎಂತ? ಎಂತ ಟೀಡಿಎನ್ ತಗ್ರಿಂಪು ಉಂಟುಂದಿ? ಎಂತ ಅಡ್ವಾಸ್ವಿಂದ್ ಟಾಕ್ಸ್ ಚೆಲ್ಲಿಂಚಾಮು ಮೊದಲೈನ ವಾಟಿನಿ ಲೆಕ್ಕಿಸ್ತುಂದಿ. ಈಸರಿ ಆದಾಯವು ಪನ್ನು ರಿಟರ್ನಲು ದಾಖಲು ಚೇಯಡಾನಿಕಿ ಜಾಲೈ 31ಗಾ ಉನ್ನ ಗಡುವನು ಸೆಪ್ಪೆಂಬರ್ 15 ವರಕು ಪೊಡಿಗಿಂಚಾರು. ಫಾರಮ್ 16 ಅಂದರಕಷ್ಟೇವರದಂ ವಂಭೀ ವಿವಿಧ ಕಾರಣಾಲ ವಲ್ಲ ಬ್ರಹ್ಮೀಂಗರ್ ದಾಖಲು ಅಲಸ್ಯಂ ಕಾವಚ್ಯನಿ ಅಂದೋಳನ ಚೆಂಡುತ್ತನ್ನ ಪನ್ನು ಚೆಲ್ಲಿಂಪುದಾರುಲಕು ಕೆಂದ್ರ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಪನ್ನುಲ ಬೋರ್ಡು ಉಪಕರ್ಮನಂ ಕಲಿಗಿಂಬಿಂದಿ. ಅಯಿತೇ, ಜಾಲೈ 31ಲೋಪು ಸ್ವೀರ್ಯ-ಅಂಚಾ ಪನ್ನು ಚೆಲ್ಲಿಂಚಾಲ ವರ್ದಾ ಅನಿ ಕೊಂತಮುಂದಿ ಅನೆಲೈನ್ ಪ್ಲೈಟ್‌ಬ್ರಹ್ಮೀಂಗರ್ಮಲಲ್ಳೋ ತಮ ಸಂದೇಹಾಲನು ವೈಕ್ರಂ ಚೇಶಾರು. ಎಕನಾಮಿಕ್ ಟ್ರೈಮ್ಸ್ ನಿವೇದಿಕ ಕೊಂತಮುಂದಿ ನಿವೃಣಿಲ ಅಭಿಪ್ರಾಯಾಲನು ಕೋರಡು ದ್ವಾರಾ ಈ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಮುಗಿಂಪು ಹಲಿಕಿಂದಿ. ಐಫೀ ರಿಟರ್ನಲನು ದಾಖಲು ಚೇಯಡಾನಿಕಿ ಗಡುವನು ಸೆಪ್ಪೆಂಬರ್ 15 ವರಕು ಪೊಡಿಗಿಂಬಿನಂದುನ, ಸ್ವೀರ್ಯ-ಅಂಚಾ ಪನ್ನು ಚೆಲ್ಲಿಂಚಾನಿಕಿ ಕೂಡಾ ಸಮಯಂ ಉಂಟುಂದಿ. ಗತಂಲ್ಲೋ ಜಾಲೈ 31 ಲೋಪು ಪನ್ನುಲು ಚೆಲ್ಲಿಂಚಾಲಿ ಉಂದೆದಿ. ಅ ತರ್ಥಾತ ಚೆಲ್ಲಿಸ್ತೇ ಜಿರಮಾನಾ ಚೆಲ್ಲಿಂಚಾಲಿ ವಚ್ಚೇದಿ. ಅದನಂಗಾ ವರ್ಡೀಶ್ ಸರ್ವ ಪನ್ನು ಚೆಲ್ಲಿಂಚಾಲಿ ವಚ್ಚೇದಿ. ಇವುದು ಸೆಪ್ಪೆಂಬರ್ 15 ವರಕು ಗಡುವು ಉಂಂದಿ. ಇದಿ ಮನಂ ಬ್ರಹ್ಮೀಂಗರ್ ದಾಖಲು ಚೇಸೇಪಟ್ಟುದು ಚೆಲ್ಲಿಂಚೆ ಲೇದಾ ಮಾಪಿಂಚೆ ಪನ್ನು ಬಾಧ್ಯತ. ಇದಿ ಮನ ಮೊತ್ತಂ ಪನ್ನು ಬಾಧ್ಯತ ಎಂತ? ಎಂತ ಟೀಡಿಎನ್ ತಗ್ರಿಂಪು ಉಂಟುಂದಿ? ಎಂತ ಅಡ್ವಾಸ್ವಿಂದ್ ಟಾಕ್ಸ್ ಚೆಲ್ಲಿಂಚಾಮು ಮೊದಲೈನ ವಾಟಿನಿ ಲೆಕ್ಕಿಸ್ತುಂದಿ. ಚಿವರಕು, ಏಡ್ರೆಸ್ ಪನ್ನು ಬಿಂಬಾಯ ಉಂಬೇ ದಾನಿನಿ ಚೆಲ್ಲಿಂಚಾಲಿ. ಸೆಪ್ಪೆಂಬರ್ 15 ತರ್ಥಾತ ಮೀರು ಪನ್ನುಲು ಚೆಲ್ಲಿಸ್ತೇ, ಮೀರು 1% ವರ್ಡೀ ಚೆಲ್ಲಿಂಚಾಲಿ. ಈ ವರ್ಡೀ ನೆಲವಾರೀಗಾ ಉಂಟುಂದಿ. ಮೀರು ಮುಂದನ್ನ ಪನ್ನು ಚೆಲ್ಲಿಂಚಕಪೋತೇ ಲೇದಾ ತಕ್ಕುವ ಚೆಲ್ಲಿಂಬಿನಂತ್ಯಾತೇ, ಮೀರು ಆ ಮುತ್ತಾನಿಕಿ 1% ನೆಲವಾರೀ ವರ್ಡೀನಿ ಚೆಲ್ಲಿಂಚಾಲಿ. ಸ್ವೀರ್ಯಂ ಉಪಾಧಿ ಪೊಂದುತ್ತನ್ನ ವ್ಯಕ್ತುಲು, ವ್ಯಾಪಾರ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ವಾರಿ ಆದಾಯವು ಪನ್ನು ಬಾಧ್ಯತ ರೂ. 10,000 ದಾಖಿತೆ ಮುಂದನ್ನ ಪನ್ನು ಚೆಲ್ಲಿಂಚಾಲಿ. ಜೀತಂ ಪೊಂದುತ್ತನ್ನ ವ್ಯಕ್ತುಲು ವಾರಿ ಜೀತಂ ಕಾನಿ ಆದಾಯವು ಪನ್ನು ಬಾಧ್ಯತ ರೂ. 10,000 ದಾಖಿತೆ ಮುಂದನ್ನ ಪನ್ನು ಚೆಲ್ಲಿಂಚಾಲಿ. ಇತರ ಆದಾಯಂಲೋ ವಾಟಾಲ ಅಮೃತಂ, ಆಸ್ತಿ, ಅಡ್ರೆ, **FD** ವರ್ಡೀ, ಪ್ರೀಲಾಸ್ವಿಂಗ್ ಆದಾಯಂ ಮೊದಲೈನ ವಾಟಿ ನಂಡಿ ವಚ್ಚೆ ಮೂಲಧನ ಲಾಭಾಲು ಉಂಟಾಯಿ.

ఉండి. ఇది మనం గట్టిఅర్ దాఖలు చేసేటవుడు చెల్లించే లేదా చూపించే పన్ను బాధ్యత. ఇది మన మొత్తం పన్ను బాధ్యత ఎంత? ఎంత టీడీఎస్ తగ్గింపు ఉంటుంది? ఎంత అడ్వాన్స్డ్ టాక్స్ చెల్లించాము మొదలైన వాటిని లెక్కిస్తుంది. చివరకు, ఏదైనా పన్ను బకాయి ఉంటే దానిని చెల్లించాలి. సప్టెంబర్ 15 తర్వాత మీరు పన్నులు చెల్లిస్తే, మీరు 1% వడ్డి చెల్లించాలి. ఈ వడ్డి నెలవారీగా ఉంటుంది. మీరు ముందస్త పన్ను చెల్లించకపోతే లేదా తక్కువ చెల్లించినట్లుయే, మీరు ఆ మొత్తానికి 1% నెలవారీ వడ్డిని చెల్లించాలి. స్వయం ఉపాధి పొందుతున్న వ్యక్తులు, వ్యాపార సంస్థలు వారి ఆదాయపు పన్ను బాధ్యత రూ. 10,000 దాటితే ముందస్త పన్ను చెల్లించాలి. జీతం పొందుతున్న వ్యక్తులు వారి జీతం కని ఆదాయపు పన్ను బాధ్యత రూ. 10,000 దాటితే ముందస్త పన్ను చెల్లించాలి. ఇతర ఆదాయంలో వాటాల అమృకం, ఆస్తి, అద్ద, **FD** వడ్డి, ప్రీలానింగ్ ఆదాయం మొదలైన వాటి నుండి వచ్చే మూలధన లాభాలు ఉంటాయి.

# శక్తివాయిలు వీడుఎన్స్

# സാമ്പര്ക ധർമ്മം..



పెళ్ళిళ్ సీజన్లో బంగారం ధరలో వేగంగా హెచ్చుతగ్గులు ఉంటాయి. వాణిజ్య యుద్ధ కారణాల వల్ల బంగారం ధర హెచ్చుతగ్గులకు లోనపుతుండని నిపుణులు అంటున్నారు. అయితే, దేశీయ బులియన్ మార్కెట్లో ధరలు నిరంతరం తగ్గుతున్నాయి. బంగారం ధరల్లో ప్రతి రోజు మార్పులు చోటు చేసుకుంటానే ఉంటాయి. ఒక రోజు తగ్గితే మరొక రోజు పెరుగుతున్నాయి. తాజాగా జాన్ 27వ తేదీన తులం బంగారంపై స్వల్పంగా తగ్గముఖం వట్టాయి. ప్రస్తుతం దేశీయంగా 24 క్యారెట్లు 10 గ్రాముల బంగారం ధర 98,020 రూపాయలు ఉండగా, అదే 22 క్యారెట్లు 10 గ్రాముల ధర 89,850 రూపాయల వద్ద కొనసాగుతోంది. ఇక వెండి విషయానికాస్తే కిలో వెండి ధర కూడా అతి స్వల్పంగానే తగ్గింది. ప్రస్తుతం కిలో వెండి ధర లక్ష 7,900 రూపాయల వద్ద కొనసాగుతోంది. ప్రాదరాబాద్లో 24 క్యారెట్లు 10 గ్రాముల బంగారం ధర రూ. 98,020 ఉండగా, 22 క్యారెట్లు ధర 89,850 వద్ద ఉంది. ఇక ఫిలీలో 24 క్యారెట్లు 10 గ్రాముల బంగారం ధర రూ. 98,170 ఉండగా, 22 క్యారెట్లు 10 గ్రాముల ధర రూ. 90,000 వద్ద కొనసాగుతోంది. ఇక ముంబైలో 24 క్యారెట్లు 10 గ్రాముల బంగారం ధర రూ. 98,020 ఉండగా, 22 క్యారెట్లు 10 గ్రాముల ధర రూ. 89,850 వద్ద ఉంది. బంగారం ధర తగ్గడానికి ప్రధానంగా అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో పసిడి ధరలు తగ్గి రావడమే అసలు కారణమని చెప్పవచ్చు. ముఖ్యంగా పశ్చిమ

ఆసియా దేశాలలో ప్రిక్ట పరిస్థితులు తగ్గిన అనంతరం బంగారం ధరలు తగ్గుతున్నాయి. దీనికి తేడు అమెరికాలో కూడా బంగారం ధర తగ్గముఖం వట్టింది కః ప్రభావం కూడా బంగారంపై గమనించవచ్చు. బంగారం ధరలు తగ్గడానికి మరో ప్రధాన కారణం అంతర్జాతీయ స్టోక్ మార్కెట్లు లాభాల్లో పుంజుకోవడం కూడా బంగారం ధరలు తగ్గడానికి ఒక ప్రధాన కారణంగా చెప్పవచ్చు. పసిడి ధరలు మార్కెట్లో తగ్గుతున్న నేపథ్యాలో బంగారు ఆధరణాలు కొనుగోలు చేసే వారికి ఇది కాన్త ఊరట అని చెప్పవచ్చు. పెల్లిళ్ల సీజన్లలో బంగారం ధరలో వేగంగా పోచ్చుతగ్గులు ఉంటాయి. వాటిజ్య యుద్ధ కారణాల వల్ల బంగారం ధర పోచ్చుతగ్గలకు లోనపుతుండిని నిపుణులు అంటున్నారు. అయితే, దేశీయ బులియన్ మార్కెట్లో ధరలు నిరంతరం తగ్గుతున్నాయి. ఇది కొనుగోలుదారులకు ఓపశమనం కలిగించే విషయం. అయితే, ఘ్యార్హ్స్ మార్కెట్లో ధరలు పెరుగుతున్నాయి. అదే సమయంలో విదేశీ మార్కెట్లలో కూడా సందడి ఉంది. భవిష్యత్తులో కూడా బంగారం, వెండి ధరల్లో పోచ్చుతగ్గులు ఉంటాయని నిపుణులు అంటున్నారు.

# ಅಮೆಜಾನ್‌ಲರ್ ಕ್ರಿಡಿಟ್ ಕಾರ್ಯುಲೈವ್ ಬಂಹರ್ ಆಫ್ಸರ್‌..



భారతదేశంలో ఆన్డ్రాప్రద్వారా కొనుగోళ్లు విపరీతంగా పెరిగాయి. ముఖ్యంగా అమెజాన్ ఫ్లైవ్కార్ట్ వంటి యాప్స్ ద్వారా ఆర్డర్స్ చేసే వారు పెరిగారు. గతంలో వస్తువులు ఇంటికి వస్తాయో? రాబో? అనే అనుమానంతో క్యాష్ అంక డెలివరీ ఆప్స్‌ను ఎంచుకునేవారు. క్రమేపి డిజిటల్ పేమెంట్ కూడా పెరిగాయి. దేశంలో డిజిటల్ చెల్లింపులు భారీగా పెరిగాయి. స్క్రోఫోన్ వినియోగం పెరగడంతో ఎక్కువు మంది రోజువారీ అవసరాల కోసం ఆన్డ్రాప్రద్వారింగ్ నుంచి యుచీలిటీ బిల్లు చెల్లింపుల వరకు డిజిటల్ లావాదేవిల వైపు మొగ్గు మావుతన్నారు. దీంతో క్రెడిట్ కార్డులు చాలా మందికి ప్రాథాన్యత ఉన్న చెల్లింపు సాధనంగా మారాయి. ముఖ్యంగా క్రెడిట్ కార్డుల భర్యుపై గిఫ్ట్), ఈఎంపికలు, సురక్షిత చెల్లింపులు, ప్లాట్ఫారమ్లలో ఇఖ్వంది లేని లావాదేవిల కారణంగా క్రెడిట్ కార్డుల చెల్లింపులు పెరిగాయి. ఈ-కామర్స్ దిగ్గజం అమెజాన్ ఇందియా క్రెడిట్ కార్డ్ లావాదేవిలపై భారీ డిస్కాంట్లు, జీరో ఈఎంపికలతో పొటు అగ్ర బ్రాండ్స్‌పై ఆకర్షిణీయమైన డిట్స్ అందిస్తుంది. అయితే వీటి కోసం మందుగా మీరు మీ క్రెడిట్ కార్డును మీ అమెజాన్ భాతాకు లింక్ చేసుకోవాలి. అమెజాన్ మొబైల్ అప్లికేషన్‌ను ఇన్సెస్ట్ చేసి ఆపై మీ రిజిస్టర్ ఈ-మెయిల్ ఐడి లేదా ఫోన్ నంబర్‌ను ఉపయోగించి మీ పరసుత భాతాలోకి లాగ్స్ అవేశి. మీరు కొత యూజర్ అయితే ఇటీవీ (వన్ హెమ్ ప్లాస్టిక్) నమోదు చేయాల్సి ఉంటుంది. ఎదుమ షైప్సన్ ఉన్న మెనూను ఎంచుకుని మై అకోంటలోకి వెళ్లాలి. ‘అమెజాన్ పే’ విభాగం కింద ‘చెల్లింపు ఎంపికలను నిర్మించం’ షైప్సన్ కొత్తాల్స్ చెల్లింపు వర్ధతిని జోడించు’ ఎంచుకోవాలి. ఆపై ‘క్రెడిట్ లేదా డెలివరీ కార్డును జోడించు’ ఎంచుకోవాలి. మీ కార్డు విపరాలను నమోదు చేయాల్సి ఉంటుంది. మీ కార్డు నంబర్, గదువు తేదీ, సీవీవీ, కార్డు హైలైట్ పేరు నమోదు చేయాల్సి ఉంటుంది. సమాచారాన్ని సేవ చేయడానికి ‘మీ కార్డుని జోడించు’ ఎంచుకోవలి. మీ బ్యాంక్ పంపిన బిటీపీను ఉపయోగించి ప్ర్రొఫీల్రాటను పూర్తి చేయాలి. అప్పుడు మీ కార్డు మీ అమెజాన్ భాతాకు సురక్షితంగా యాడ్ అవుతుంది. ఇలా యాడ్ చేయడం వల్ల ప్రతి లావాదేవికి మీ క్రెడిట్ కార్డు నంబర్‌ను నమోదు చేయకుండా ఉండటానికి ఆర్టిబీపి మార్కెటర్స్‌కాల ప్రకారం మీ కార్డు విపరాలను సేవ చేసే ఎంపికను కూడా మీరు ఎంచుకోవచ్చు. అమెజాన్ ఎల్క్రిష్పన్ అధారిత వ్యవస్థలు, పేమెంట్ కార్డ్ ఇండస్ట్రీ దేటా సెక్యూరిటీ స్టోండర్డ్ సమృతితో సురక్షిత చెల్లింపులను నిర్మిస్తుంది వినియోగాదారులు సురక్షితమైన నెట్‌పర్సెల్ ద్వారా మాత్రమే కార్డులను జోడించాలని, బిటీపీలు లేదా సీవీవీలు వంటి సున్నితమైన విపరాలను ఎప్పుడూ పంచుకోవదని నిపుణులు సూచిస్తాన్నారు. ఈ యాప్ ద్వారా మట్టి క్రెడిట్ లేదా డెలివరీ కార్యలను నిలా చేయడానికి అనుమతిస్తుంది.

# వడ్డి రేటను వెంటనే తగ్గించండి



తమ రుణలపై వడ్డి రేట్లను అర శాతం (0.5%) తగ్గిస్తున్నట్టు ప్రకటించాయి. ఇంకా కొన్ని బ్యాంకులు ఈ తగ్గింపును తమ రుణ భాతాదారులకు బిడిలీ చేసేందుకు మీనవేషాలు లెక్కబెడుతున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో ఆర్థిక తాజా బలటినీ ఆ బ్యాంకులను సుతిమెత్తగా హెచ్చరించిని భావిస్తున్నారు.

# జాతీయ - ఆంతర్జాతీయ జ

# ఆమె సంపాదిస్తున్నా భరతం ఇవ్వాలిందే బంబే హైకార్డ్స్ స్టోకరి

ముంబయి : భార్య సంపాదిస్తున్నా భర్త ఆమెకు భరణం ఇవ్వాల్సిందేనని బాంబే ప్రైకోర్టు స్పష్టం చేసింది. ఒక మహిళ సంపాదిస్తు నుండున, ఆవో తన జీవన ప్రమాణాలను కాపాడుకోవాల్సిన అవసరం ఉన్నందున, భర్త నుంచి ఆర్థిక సాయం పొందకుండా ఉండకూడదని తీర్చునిచ్చింది. జూన్ 18న జిల్లెస్ మంజూషా దేవీ పొందేతో కూడిన ధర్మానునం ఇచ్చిన తీర్చును.. గురువారం అందుబాటులో ఉన్న కావీ ప్రకారం బాంబే ప్రైకోర్టు ప్రశ్న వెల్లిడించింది. భర్త నుంచి విధిపోవడానికి ముందు భార్య అలవాటు వడిన జీవన ప్రమాణాలను పొందేందుకు అర్పుచూలని పేర్కొంది. తన భార్యకు నెలకు రూ. 15,000



భరణం చెల్లించాలని అడిశిస్తూ 2023 ఆగస్టును.. కుటుంబ కోర్టు ఉత్తర్వులను సవాలు చేస్తూ ఒక వ్యక్తి దాఖలు చేసిన పిటిషన్సు కోర్టు కొట్టించేంది. తన భార్య నెలకు రూ. 25,000 కంటే ఎక్కువ సంపాదిస్తోందని, తన నుంచి ‘అధిక’ భరణం కోరలేదని ఆ వ్యక్తి పిటిషన్లో పేర్కొన్నాడు. తన నెలవారీ సంపాదన తన భార్యకు నెలకు రూ. 15,000 భరణం ఇచ్చేంత ఎక్కువగా లేదని తెలిపాడు. అనారోగ్యంతో ఉన్న తన తల్లిదండ్రులను తాను చూసుకోవాలి వుండని పేర్కొన్నాడు. అయితే ఆ వ్యక్తి తక్కువ సంపాదిస్తున్నాడనే వాడనను అతని భార్య తోసిపుచ్చింది. అతను నెలకు రూ. లక్ష కంటే ఎక్కువ సంపాదిస్తున్నాడని ఆమె పేర్కొంది. భార్య సంపాదిస్తున్నప్పటికీ, ఆమె ఉద్దోగం కోసం రోజుా చాలా దూరం ప్రయాణించాలి వస్తున్నాందను ఆ ఆదాయం ఆమె పోషణకు నిరిపించని కోర్టు తన ఉత్తర్వుల్లో పేర్కొంది. అంత తక్కువ ఆదాయంతో ఆమె మంచి

జీవనం గడిపే స్థితిలో లేదని హైకోర్టు పేర్కొంది. భార్య సంపాదిస్తున్నందున, అమె భర్త నివాసంలో అలపాటు పడిన జీవన ప్రమాణాలను పొందేందుకు అమె భర్త నుంచి మద్దతును కోల్పోకూడదని జస్తిన్ దేవపాండే పేర్కొన్నారు. భార్య కంబే అతను ఎక్కువ సంపాదిస్తాడని, ఎటువంటి ఆర్థిక భాధ్యతలు లేవని కోర్టు పేర్కొంది.

ఆ మహిళ ప్రస్తుతం తన తల్లిదండ్రులు, సోదరుడితో నివసిస్తున్నప్పటికీ, వారందిరికి అసాకర్యం, ఆర్థిక ఇబ్బందులు కలిగించే అవకాశం ఉన్నందున, అలాగే కొనసాగించలేమని కోర్టు తన ఉత్తర్వుల్లో పేర్కొంది. అతని తండ్రికి నెలకు రూ. 28,000 పెన్నో వస్తున్నందున వారు ఆ వ్యక్తిపై ఆధారపడటం లేదని తెలిపింది. ప్రీ, పురుషుల ఆదాయంలో భారీ వ్యతాయం ఉండనీ, దీనిని పోల్చలేమని పేర్కొంటూ కుటుంబ కోర్టు ఇచ్చిన ఉత్తర్వులను రద్దు చేసేందుకు బాంబే హైకోర్టు నిరాకరించింది.

# ଭାଷ୍ୟକ୍ରମିତିମେନ୍ଦ୍ର ରାଜ୍ୟବିହାରୀ



ముంబయి: దేశంలో పార్లమెంట్ స్టుడీం అని చాలామంది భావిస్తుంటారనీ, కానీ తన ర్షఫైలో రాజ్యంగమే అత్యవ్యుత తమైనదని భారత ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్ బీఆర్ గవాయ్ అన్నారు. రాజ్యంగం పరిధిలోనే భారత ప్రజాసామ్విక వ్యవస్థకు చెందిన శాసన, న్యాయ, కార్యాన్వితమైన శాఖలు వని చేస్తారున్నారు. రాజ్యంగంలో సవరణలు చేసే అధికారం పొర్లమెంటుకు ఉన్నప్పటికీ, దాని హాలిక స్వరూపాన్ని పొర్లమెంటు జడ్డిలు తీర్పులను ఇప్పకూడన్నారు. రాజ్యంగ లోని ప్రాథమిక హక్కుల భావనకు అనుగుణంగా స్వతంత్రంగా తీర్పులను వెలువరించాలని జడ్డిలకు సీజెప్ బీఆర్ గవాయ్ సూచించారు. తాను ఇప్పటివరకు ఇచ్చిన తీర్పులన్నే ఇదే కోంటో ఉంటాయిన్నారు. ప్రజలపై బుల్డోజర్ చర్చలకు వ్యతిరేకంగా తాను తీర్పు ఇచ్చానని, నిలువ నీడ పొందే ప్రజా హక్కునే పరమావధిగా పరిగణించానని సీజెప్ తెలిపారు.

# వాక్కు కీలక సమాచారం లీక్ నేట్ ఉద్యోగి అరెన్స్



భారత రక్షణ వ్యవస్థకు సంబంధించిన కీలక సమాచారాన్ని పాకిస్థాన్ కు రహస్యంగా చేరవేస్తున్న ఓ నేవీ ఉద్యోగ పోలీసులకు చికాడు. ధిల్లీ లోని నేపల్ హెడ్ కౌర్ట్స్‌లో కర్కూగా పనిచేస్తున్న హర్యానాకు చెందిన విశాల్ యూదవ్సు రాజస్థాన్ సీఐడీ పోలీసులు అరెస్టు చేశారు. కొన్ని సంవత్సరాలుగా అతడు పాకిస్థాన్ ఇంపొలిజెస్స్ సంస్థ ఎవెన్సుకి కీలక సమాచారం చేరవేస్తున్నట్టు అధికారులు గుర్తించారు. విశాల్ యూదవ్ సోఫ్ట్‌ల్ మీడియా వెడికగా పాక్ హైండ్‌రెట్స్ సంప్రదింపులు కొనసాగించే వాడిగా గుర్తించారు. బ్రియాసర్జు అనే పేరు ఉపయోగించి ఆ పాక్ మహిళా హైండ్‌రెట్ తను భారతీయురాలినని నమ్మించి, అతడికి దబ్బు ఆశ చూపి, భారత నోకాదానికి సంబంధించిన సున్నితపున సమాచారాన్ని రాబట్టిందని తెలిపారు. అతని భోనును పరిశీలించిన తర్వాత నేపీటోపాటు ఇతర రక్షణ విభాగాల కీలక సమాచారం లీక్ కేసినట్టు వెల్లడంది. ఇటీవల భారత చేపట్టిన ఆవహనస్త సింధూర్ సమాచారం కూడా పాకిస్థాన్ కు చేరవేసినట్టు గుర్తించారు. ఈ సమాచారం అందించినందుకు నిందితునికి రూ. 50 వేల ముట్టిందని సీఐడీ బణీ గుప్తా పేర్స్‌న్యారు. ఆన్‌లైన్ గేమ్స్ కు బాణినై డబ్బులు కోల్పోయన అతను, ఆ నష్టాలను భర్త చేసుకోవడానికి ఈ చర్చలకు పాల్పడినట్టు సీఐడీ అధికారులు పేర్స్‌న్యారు. క్రిప్టో కర్టీ వాలెట్లు, భ్యాంకు ఖాతాల ద్వారా డబ్బులు స్వీకరించినట్టు అధారాలు లభించాయని సీఐడీ బణీ విష్టుకాంత గుప్తా తెలిపారు. మొదట్లో యూదవ్ తక్కువ ట్రైడ్ సమాచారం అందించినందుకు

రూ. 5000 నుంచి రూ. 6000 వరకు ముట్టెపేవారని, ఇంకా విలువైన సమాచారం అందించాలని పాకిస్తాన్ హైండ్లర్ ప్రోట్స్పీంచడంతో రక్షణ శాఖకు చెందిన కీలక సమాచారాన్ని అందించడం ప్రారంభించాడని పోలేసులు పేర్కొన్నారు. పాకిస్తాన్ ఇంపెటిజెన్ సంస్థలు అత్యంత ఆధునిక పద్ధతులను ఉపయోగించి భారత రక్షణ శాఖ సంబంధించిన కీలక సమాచారాన్ని సేకరిస్తున్నారని, అలాంటి వ్యవహరాల పట్ల మనం అప్రమత్తంగా గమనించాల్సి ఉండని గుప్తా సూచించారు. ఈ గూడచర్యలో మరెవ్వేనా ఉన్నారా అన్న కోణంలో దర్శావ్శు సాగుతోంది.

# హిందీ ఏ భారతీయ భాషకూ వ్యతిరేకి కాదు



# ఇత్తలయల్ దాచ్చెల్లో 90 మీంచి పాలస్టినియన్లు మృతి

ଅଜ୍ଞାଯିତ ଗୁରୁପାରଂ ଜିପିବିନ ଦାଢ଼ିଲ ପଲ୍ଲ ଗାଜାଲୀ  
14 ମଂଦି ପାଲ୍ପିନ୍ଦିନ୍ଦୁ ମୃତି ଚେଣଦର. ଗଦଚିନ୍  
24 ଗଂଠଳ୍କ 90 ମଂଦି ମୃତି ଚେଣଦିନଟ୍ଟ ଗାଜାତ୍ମୀୟ  
ଅନୁପ୍ରତି ପର୍ଦ୍ଦାଲ ପେର୍ଦ୍ଦାନ୍ତାଯ. ଅଜ୍ଞାଯିତ ଗାଜାତ୍ମୀୟ  
କାର୍କଂଦା ପୋରୁଗୁ ଦେଶାଲନୁ କୁଦା ଅର୍କମିନ୍ଦିନୁକର

## కెన్యా ఆందోళనల్లో ఎనిమిటి మంచి మృతి

బుధవారం కన్నా విధుల్లు జరిగిన నిరని ప్రదర్శనల్లో 8 మంది మృతి చెందారు. 400 మందికి పైగా గాయాలయ్యాయి. ఈ విషయాన్ని కెన్నా జాతీయ మానవ హక్కుల కమిషన్ (కెవన్సి హెచ్ఆర్) వెల్లడించింది. గతేడాది జూన్ 25న కెన్నా అధ్యక్షుడు విలియం రూటో ప్రజలపై మరిన్ని ఆర్థికభారాలు మోపే విధంగా బిల్లును తెచ్చారు. ప్రజలపై విపరీతంగా పన్నులు మోపే ఈ బిల్లుకి వ్యతిరేకంగా కాలం పట్టపచ్చని ఇజ్జాయల మీడియా తెలియజసింది. నెత్తన్యాహాకు క్లమాభక్క ప్రసాదించే అధికారం ఇజ్జాయల ప్రధాని పసాక్ హర్జాగ్ కు ఉంది. అయితే ఆ ప్రతిపాదన ఏది ప్రస్తుతం పరిశీలనలో లేదని మీడియా వార్తలు చెబుతున్నాయి. అలాంటి అభ్యర్థనలేవి తనకు అందులేదని హర్జాగ్ కూడా స్పష్టం చేశారు. ‘ఇజ్జాయల్ను రక్షించింది అమెరికాయే. ఇప్పుడు బిభి నెత్తన్యాహాను రక్షించబోయేది కూడా అమెరికాయే’ అని త్రంప్ తన పోస్టులో చెప్పుకొచ్చారు. ఇజ్జాయల నెత్తను త్రంప్ ‘బిభి నెత్తన్యాహా’ అని బిలుస్తుంటారు. కాగా నెత్తన్యాహాపై వచ్చిన ఆరోపణల కేసులను త్రంప్ లేదా అమెరికా ప్రభుత్వం ఎలా అడ్డుకుంటుందో తెలియడం లేదు.

# ಅಮೆರಿಕಾನು ಗಟ್ಟಿ ದೆಬ್ಬಕೊಟ್ಟಾಂ ದಾಡುಲತ್ತೇ ವಾಟ್ಟು ನಾಭಿಂಚಿಂದೆಂ ಲೇದು



କାଲ୍ୟାଳ ପିରମଣ ଛପୁଣିରଂ ତର୍ଯ୍ୟାତ ଇରାନ୍ ନୁହିଁଏ ନେତ୍ ଅଯତ୍ତାଳ୍ଲା ଭାବେନୀ ଗୁରୁପାରଂ ତୋଲିସାରିଗା ବହିରାଙ୍ଗ ପ୍ରକଟନ ଚେତାରୁ. ଅମେରିକାନୁ ଗଢ଼ି ଦେବୁ କୌଟ୍ରାମୁନି ଚେପ୍ପାରୁ. ମର୍ଦ୍ଦୁପ୍ରାଚ୍ୟାଳୀ ଅମେରିକାକୁ ଚେଂଦିନ ପ୍ରଧାନ ଅର୍ଲ-କ୍ଷର୍ଦ୍ଦିନ ଵୈମାନିକ ସ୍ଥାପରଂପ୍ରୈ ତାମୁ ଜରିପିନ ଦାଦିନି ପ୍ରସ୍ତାବିନିଚାରୁ. ତଃ ଦାଦିନି ଅମେରିକାକୁ ଚେଂପପେଟ୍ଟୁଗା ଭାବେନୀ ଅଭିନ୍ଦିରିଂଚାରୁ. ଭାବେନୀ ପ୍ରକଟନନୁ, ଅଯନ ପ୍ରସଂଗାନ୍ତି ଇରାନ୍ ପ୍ରଭାତ୍ତ୍ଵ ବେଳିବିଜନ ପ୍ରସାରଂ ଚେସିଥିଲା. ‘ଅମେରିକାନୁ ଗଢ଼ି ଦେବୁ କୌଟ୍ରାଂ. ତଃ ପ୍ରୋଟଂତଳୀନି କୀଳକ ଅମେରିକା ସ୍ଥାପ ରାଣ୍ଟ୍ ବକଟିନ ପ୍ରଧାନ ଅର୍ଲ-କ୍ଷର୍ଦ୍ଦିନ ଦୈମାନିକ ସ୍ଥାପ ରଂପୈ ଦାଦି ଚେତାଂ. ଦାନିନ ଭାରୀଙ୍କ ନଷ୍ଟପରିଚାଂ’ ଅନି ଭାବେନୀ ତେଲିଯଜେଶାରୁ. ଅମେରିକା କୀଳକ କେଂଦ୍ରାଳ ଜ୍ଞାଦନୁ ପଣିଗଟ୍ଟାମୁନି, ଅପରମମନୁକୁ ନୁହୁପୁରୁଷ ବାତିପୈ ଦାଦି ଚେନେ ସାମର୍ଦ୍ଧାନ ତମକୁ ନୁହୁଦନି ଚେପ୍ପାରୁ. ଅଭିଷ୍ଟତୁଳୀଙ୍କ କୁଦା ଇଲାଂବୀ ଚର୍ଚାଲୁ ପୁନରାବୃତଂ କାପଚୁନି ନୁହୁପ୍ରତିକାରୀ ଶତ୍ରୁପରିଚାଂ ହେବାରୁ. ଶତ୍ରୁପରିଚାଂ ଦୂରକଦୁଗା ବ୍ୟବହାରିନ୍ତେ ଭାରୀ ମୂଳ୍ୟଂ ଚାଲିଯିବାକେ ହେବାରୁ. ଅମେରିକାକୁ ଏନ୍ଦୂତୀକୀ ଲୋଗବୋମନି ଭାବେନୀ ତମ ପ୍ରକଟନ, ପ୍ରସଂଗାନ୍ତି ତେବୀ ଚେପ୍ପାରୁ. ତମତୋ ସାଗିନିଚିନ ଯୁଦ୍ଧଂ ନୁବଂଚି ଅମେରିକା ପୋଂଦିନ ଏମୀ ଲେଦନି ବ୍ୟାଖ୍ୟାନିନିଚାରୁ. ଅମେରିକା ଦାଦଲ କାରଣଂଗୀ ଇରାନ୍ ଅଛି କେଂଦ୍ରାଳକୁ ପେଦ୍ଗା ନୁହୁପ୍ରତିକାରୀ ହେବାରୁ. ବିଵାଦଂଲୋ ପାଛିନ୍ଦନ ଜୋକ୍ୟଂ ନମ୍ବରପଂତଂଗା ଲେଦଂଟା ଅମେରିକାପୈ ଯୁଦ୍ଧାନ୍ତି ବିଜଯଂ ସାଧିନିଚିନଦୁକ ଇରାନ୍ତିନୁ ଅଭି ନଂଦିନିଚାରୁ. ‘ଅମେରିକାପୈ ବିଜଯଂ ସାଧିନ ଚିନଦୁକ ପ୍ରିୟତମ ଇରାନ୍କ ଅଭିନଂଦନଲୁ. ତାପୁ ଜୋକ୍ୟଂ ଚେନୁକେକହିତେ ଯୁଦ୍ଧାମାଲ ପେଲନ ପ୍ରାର୍ଥା ଧ୍ୟାନପୁରୁଷଙ୍କରୁଙ୍କରୁ ପରିଚାନ ଭାବିନିଚିନଦୁନି ଅମେରିକା ନେରଗା ଯୁଦ୍ଧାନ୍ତିକି ଦିଗିନିଦି. ଯୁଦ୍ଧ ପ୍ରଭାତ୍ତ୍ଵାନ୍ତି କାପାଦେ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟତା ଯୁଦ୍ଧାନ୍ତି ପ୍ରବେଶିନିଚିନପୁଣୀକୀ ଅମେରିକା ସାଧିନିଚିନଦେମୀ ଲେଦୁ’ ଅନି ତେଲିପାରୁ. କଲକଳ, ପାଦନଲତୋ ଯୁଦ୍ଧାମାଲ ପୋଲନ ଇରାନ୍ ପୋଦାଳ କିଂଦ ପଦି ନଲିଗପୋଲୁନି ଭାବେନୀ ଚେପ୍ପାରୁ.

# వియత్వంలో నేరం

## రిక్ల కొత్త చట్టం

వియత్తాంలో సరికొత్త నేరం శిక్ష చట్టం అమలులోకి వచ్చింది. చట్ట సంస్కరణలలో భాగంగా ఎవరైనా ఎనిమిది రకాల ననేరాలు చేసినా ఎటువంటి శిక్షలకు గురి కాకుండా ఉండొచ్చు. ఈ క్రమంలోనే దేశంలోని అత్యంత పేరు మోసిన రియల్ ఎస్టేట్ మహిళా దిగ్గజం, వ్యాపారవేత్త ట్రూంగ్ మై లాన్ మరణశిక్ష అమలు నుంచి తప్పించుకున్నారు. వియత్తాంలో జరిగిన అతి భారీ ఆర్థిక మోసాల కేసు విచారణ తరువాతి మరణశిక్ష నుంచి ఆయన బయటపడ్డారు. దేశంలో తీసుకువచ్చిన చట్టపరమైన మార్పుల ప్రకారం ఎనిమిది నేరాలు అంటే ఎన్నికైన ప్రజా ప్రభుత్వాన్ని కూలదోసే యత్నాలు , ప్రభుత్వ అస్తుల విధ్వంసం, నకిలీ ఔషధాల తయారీ విక్రయాలు , యుద్ధాలు రెచ్చగొట్టడం , వేగువర్యులు, మాదకద్రవ్యాల అక్రమ రవాణా, లంచాలు తీసుకోవడం, కల్లోల స్వష్టి చర్యలకు దిగిన వారికి మరణశిక్ష ఉండదు. ఈ కీలక సంస్కరణల బిల్లుకు పార్లమెంట్ బుధవారం ఆమోదం తెలిపింది. అక్రమ ఆర్థిక లావాదేవీల కేసులో మరణశిక్ష పడ్డ తమ క్షయంల్య కూడా ఈ శిక్ష నుంచి మినహాయింపు పొందేందుకు నీసేస్తుంది ఓకొ శర్మ, ఆంధ్రాది గురువాడం తెలిపారు.



# చక్కని ఆరంగ్యం

# అవినెలు మహిళలకు ఒక దివ్యాప్రదం

మీ రోజువారీ ఆపోరంలో అవినె గింజలనే చేర్చుకుంటే ఎన్నో లాభాలు ఉంటాయంతున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. మహిళలు ఎదురొచ్చే ప్రధాన సమస్యలలో హారోష్ట మార్పులు ఒకటి. అవినె గింజల ఇటీవలి కాలంలో అత్యంత ప్రాముర్యం పొందిన విత్తనాలలో ఒకటి. అవి పైబర్, ఒమెగా-3 కొవ్వు అమ్మలు, మీ మొత్తం అరోగ్యాన్ని మెరుగుపరిచే ముఖ్యమైన పోషకాలతో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. చాలా మంది జాట్లు, చర్చ అరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడానికి అవినె గింజలను తింటారు. మహిళలు తమ ఆపోరంలో ఒక టెబుల్ స్ఫూర్ట్ అవినె గింజలను క్రమం తప్పకుండా చేర్చుకోవాల్సిన ఆవసరం గురించి డైలీపియన్ రిచా దోషి ఏమి చెబుతున్నారో మాద్దాం. హారోష్ట మార్పులు మహిళలు ఎదురొచ్చే ప్రధాన సమస్యలలో ఒకటి. ఇది మిలో క్రమరహిత పీరియడ్స్, మూడు స్వింగ్స్, రోజువారీ కార్బూకలూపాలతో సహస సమస్యలను కలిగిస్తుంది. అవినె గింజలు లిగాన్వెలను కలిగి ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో కూప్లోజెన్ స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడే మొక్కల అధారిత సమేళనాలు. రిచా ప్రకారం.. అవినె గింజలను క్రమం తప్పకుండా టీసుకోవడం పల్ల హారోష్ట సమతుల్యత ఏర్పడుతుంది. ఇది క్రమరహిత బుతు చక్కాలకు సహాయపడుతుంది. మరొక కారణం గుండెకు సంబంధించినది. అవినె గింజలు గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటాయి. వయసు పెరిగే కొడ్డి కొల్పెట్ స్థాయిలను అదువులో ఉంచుకోవడం చాలా ముఖ్యం. అవినె గింజల్లో పైబర్, ఒమెగా-3 కొవ్వు అమ్మలు పుష్పలంగా ఉంటాయి. ఈ రెండూ చెడు కూప్లోజెన్ ను తగ్గించడంలో, రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి. అందుకే మీ ఆపోరంలో అవినె గింజలను జోడించడానికి సంకోచించకండి. ముఖ్యంగా బుతు చక్కాల సమయంలో హారోష్ట మార్పుల పల్ల ప్రీలలో జీర్జ సమస్యలు సర్వాసాధారణం. అవినె గింజలు కరిగే, కరగిని పైబర్ సహజ మూలం. ఇది పేగు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడానికి ఒక గొప్ప మార్గం. మలబర్ధకాన్ని తగ్గించడానికి, మీ జీర్జవ్వప్పు సజావుగా పనిచేయడానికి మీ ఆపోరంలో ఒక టెబుల్ స్ఫూర్ట్ అవినె గింజలను చేర్చుకోవడం మర్చిపోవడ్డు.



# గర్భధారण సమయంలో అధికరక్తవశిష్టుకు సంకేతాలివే!



అమ్మ అవ్వడు దేవుచ్చిన గొప్ప వరం. ప్రతి మహిళ  
జీవితంలో తాను తల్లిని కాబోతున్నాను అని తెలిపే  
అది అమెకు వెయ్యేరేట్లు ఆనందాన్ని ఇస్తుంది. అయితే  
ప్రెగ్నోంట్ సమయంలో చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలని  
చెబుతుంటారు. ఇందుకంటే ఇది శరీరంలో అనేక  
మార్పులను తీసుకొస్తుంది. మరీ ముఖ్యంగా ఈ  
సమయంలో చాలా మందిని అధికర్తవ్యాటు ప్రథావితం  
చేస్తుంది. విపరీతమైన తలనొప్పి.. తల నొప్పి అనేది  
విపరీతంగా ఉన్నప్పుడు ముఖ్యంగా అది గూర్చారణ  
సమయంలోనే ఎక్కువ పసున్నప్పుడు తప్పకుండా పలు  
జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలంట. [ప్రెగ్నోంట్ ఉమ్మేసి సరిగ్గా  
విక్రాంతి తీసుకోకపోవడం పలన ఈ సమస్య ఎక్కువగా  
కనిపిస్తుంటుందంట. అయితే మరీ తీవ్రతరం అయితే  
అధిక రక్తపోటుకు పౌచ్ఛరిక కావచ్చు. అందుకే  
తప్పకుండా ఈ విషయంలో జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని  
సూచిస్తున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. మూత్ర విసర్జనలో  
ఇబ్బంది లేదా మూత్ర విసర్జన చేయకపోవడం అనేది

ఇది రక్తపోటు సమస్యలలో ఒకలీగా చేపువచ్చు. ఇది మూత్రపిండాలపై దాని ప్రభావం చూపుతుంది. రక్తం నుండి వ్యూరాలను ఫిల్టర్ చేసే చిన్న రక్త నాళాలను రక్తపోటు దెబ్బతిసి నమ్మడు మూత్రపిండాలు ప్రభావితమవుతాయి. ఈ క్రమంలో మూత్ర విసర్జన సమయంలో ఇబ్బందులు తల్లితుంటాయి. అయితే గర్భిణీ స్ట్రోలు సాధారణం కంటే చాలా తక్కువగా మూత్ర విసర్జన చేస్తేన్నట్లు గమనించినపుడు లేదా ఆమె మూత్రం సురుగుగా కనిపిస్తే వీరు మూత్ర పిండాల సమస్యతో బాధపడుతున్నట్టే అంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. గర్భధారణ సమయంలో పాదాలు, చీలమండలలో తేలికపాటి వాపు రావాడం అనేది సహజం. కానీ ఇది అందిరిలో కనిపించదు. కొంత మందిలో ఈ సమస్య అధికంగా ఉంటుంది. అయితే పాదాలు, చీలమండలు, ముఖం, చేతులు అక్షాశ్వుగా వాపు రావాడం అనేది రోజు రోజుకు ఎక్కువ అవుతే అది తల్లితుంచు. ఇది సాధారణం. అయితే ఎలాంటి బిలువు ఎక్కువ లేకపోయా, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది, లేదా ఘాతి చిగుతుగా అనిపిస్తే తప్పకుండా వైద్యాగిని నంపండించాలంట. [ప్రెగ్గింట్] సమయంలో వాంతులు, వికారం అనేది చాలా కామన్. మరీ ముఖ్యంగా గర్భం ధరించిన మూడు నెలల్లో ఈ సమస్య ఎక్కువగా ఉంటుంది. అయితే కొన్ని సార్లు మార్పింగ్ సిక్కెస్ లా కాకుండా, రోజు రోజుకు ఈ సమస్య అనేది విపరీతంగా పెరిగితే ఇది రక్తపోటుకు కారణం అవుతుందంట.

అందుకే ఇలాంటి సమస్యలు ఉన్న వారు తప్పకుండా వైద్యాగిని సంపదించడం ఉత్తమం

# రిష్టజూ వాలు తాగడం ఆరీగ్యనికి మంచిదేనా..?



మన అందరికీ పాలు ఆరోగ్యానికి మంచిదనే అభిప్రాయం ఉంది. రోజు ఉదయం లేదా సాయంత్రం వేళ చాయ్ లేదా కాఫీగా తీసుకోవడం మనలో చాలా మందికి అలవాటు. పన్నీరు, చీజ్, వెన్న, బస్స క్రీమ్, మిల్క్ షైక్ లు లాంటి అనేక రూపాల్లో పాలు మన రోజువారీ ఆహారంలో భాగమవుతుంటాయి. అయితే నిత్యం పాలను తీసుకోవడం శరీరానికి మేలు చేస్తుందా..? పాలలో ప్రోటీన్, కాల్చియం, విటమిన్ డి లాంటి ముఖ్యమైన పోషకాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. వీటి వల్ల ఎముకలు గట్టిపడుతాయి. నిత్యం పాలు తాగడం ద్వారా ఎముకల ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. ఈ పోషకాలు కీళ్ళను బలంగా, ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో కీలకం. ముఖ్యంగా వృద్ధావ్యంలో ఎముకలు బలహీనమవకుండా ఉండటానికి పాలు ఉపయోగపడుతాయి. బరువు తగ్గలనుకునేవారు పాలను తమ డైట్ లో చేర్కుటోవచ్చు. ఎందుకంటే పాలలో కారోబ్ప్రైట్ట్, ఫ్యాట్, ప్రోటీన్ నమత్తుంగా ఉంటాయి. ఇవి తీసుకున్న వెంటనే పాట్ల నిండిన అనుభూతిని కలిగించి మళ్ళీ తిఱాలన్ను కోగికను తగిపుంగి సౌంటో ఉన్నే



బ్రాంచ్ చెయిన్ అమినో యాసిధ్ను, కేసిన్, వెయ్ ప్రోటీన్ లు శరీరంలో కండరాలు పెరగడానికి, గడ్డిగా మారడానికి సహాయపడుతాయి. ప్రతిరోజు పాలను తగిన మొత్తాదులో తీసుకుంటే ప్రైప్ 2 దయాబెటీన్ వచ్చే అవకాశం తక్కువగా ఉంటుంది. ముఖ్యంగా ఘగర్ డ్రింక్స్ బదులుగా పాలు తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో గ్లూకోస్ స్థాయిని నియంత్రించుకోవచ్చు. ఇది రక్తంలో ఇన్సులిన్ నమత్తుల్యతను మెరుగుపరుస్తుంది. పాలలో ఎక్కువగా ఉండే పొట్టాపియం కారణంగా ఇది గుండెకు మంచి రక్షణ ఇస్తుంది. రక్తపోటు నియంత్రణ, ప్రైప్ ప్రమాదం తగ్గడం లాంటి అనేక ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. పాలలో ఉండే కాల్చియం వల్ల కొన్నిసార్లు పేగు క్యాస్పర్ ప్రమాదం కూడా తగ్గుతుందని పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి. కానీ కొన్ని అధ్యయనాలు చెబుతున్నదాని ప్రకారం.. ఎక్కువ మొత్తాదులో పాలను తరచుగా తీసుకుంటే ప్రోటీన్ క్యాస్పర్ వచ్చే అవకాశం పెరుగుతుందట. దీని వెనక కారణం పాలలో ఎక్కువగా ఉండే కాల్చియం. అయితే దీన్ని బట్టి ప్రతి రోజుగా పాలు తాగితే క్యాస్పర్ వస్తుందని చెప్పేలోం. ఇంకా ఈ విషయంపై స్వప్తతకు మరిన్ని పరిశోధనలు అవసరం. పాలు మంచివే అయినా.. తగిన మొత్తాదులో తీసుకోవడం మంచిది. వ్యక్తిగత ఆరోగ్య పరిస్థితిని బట్టి డైట్ ను మార్చుకోవాలి. ప్రోటీన్, కాల్చియం, విటమిన్ డి లాంటి పోషకాల అవసరం ఉన్నపారికి పాలు సహజంగా మంచి ఎంపిక. అయితే పాలు సంబంధిత ఆరోగ్య నమస్క్యలు ఉన్నపారు డాక్టర్ సలహాతో మాత్రమే తీసుకోవాలి.

# ରତ୍ନାଂ ଦାଳିଂ ଚେଯିଙ୍ଗିଂ ମୁଠିଦେଳା?



# రిహబ్‌ల తినే అన్నంతిర్

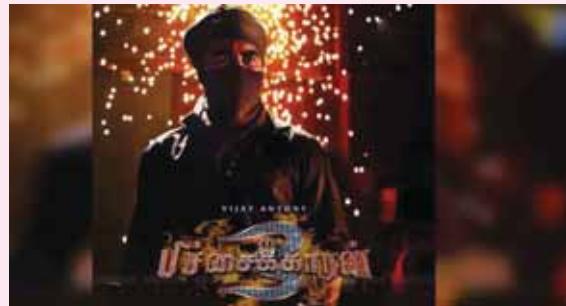
# ఆరోగ్యసికి మంపా..!

ప్రతి ర జీ మనకు శక్తినాచ్చ అన్నం.. ఇప్పుడు ఆరోగ్యానికి ముప్పుగా మారుతోందని తాజా పరిశోధనలు పోచ్చరిస్తున్నాయి. వేగంగా మారిపోతున్న వాతావరణ పరిస్థితులు, ముఖ్యంగా ఉషణీగ్రతలు పెరగడం, గాలిలో కార్బన్ దయాక్రొడ్ స్థాయి పెరగడం లాంటి అంశాలు మన పంటలపై విపరీత ప్రభావం చూపుతున్నాయి. ముఖ్యంగా వరి ధాన్యం విషవదార్థ లను అధికంగా శోషించుకుంటుందని నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు. గ్లోబల్ ట్రేడ్యూ జర్లుల్ లో వచ్చిన ఆధ్యయన విషయాల ప్రాంగం 2050 వర్షాల్లి





# ‘బిచ్చగాడు 3’ విడుదల ఎప్పుడో చెప్పిన విజయ్ ఆంటోన్



తమిళ సటుడు విజయ్ ఆంటోనీ ప్రధానపాత్రాలో తెరకెస్తున్ చిత్రం ‘మార్గాన్’ క్రిమ్ ట్రిల్లర్గా రాబోతున్న ఈ సినిమాకు లియో జాన్ పాల్ దర్జకత్తుం వహిస్తుండగా.. విజయ్ ఆంటోనీ ఫిలిం కార్బోరేవన్ బ్యానర్లై మీరా విజయ్ ఆంటోనీ నిర్మిస్తుంది. ఈ చిత్రం జాన్ 27న ప్రెక్షకుల ముందుకు రాబోతుంది. ఈ సినిమాను తెలుగులో సురేష్ ప్రోడక్షన్ విడుదల చేయబోతుంది. ఈ సందర్భంగా తెలుగు మీడియాతో ముచ్చాయించాడు విజయ్. మంచి కంటెంట్ ఉన్న సినిమాలను తెలుగు ప్రెక్షకులు ఎప్పుడు అదరిస్తారని విజయ్ తెలిపాడు. బిచ్చగాడు సినిమా హిట్ అయినట్టుగానే మార్గాన్ సినిమా కూడా తెలుగులో మంచి విజయం సాధిస్తుడనే సమ్మకం ఉండన్నారు విజయ్. అయితే ఈ మీటలో మీడియా అడుగుతూ.. మీ దర్జకత్తుంలో సినిమా ఎప్పుడు వస్తుందని అడుగుగా.. విజయ్ సమాధానమిస్తా.. ప్రస్తుతం నేను బిచ్చగాడు 3 సినిమాను తెరకెస్తున్నాను. 2027లో ఈ చిత్రం ప్రెక్షకుల ముందుకు రాబోతుంది. ఘస్ట్ రెండు పార్ట్లల కంటే భిస్టుంగా ఈ సినిమా ఉండబోతుందని విజయ్ చెప్పుకోచ్చాడు. ఈ సినిమా కథ విషయానికి వస్తే.. ఒక సైకో స్ట్రోచ్ స్టోర్స్ అమృతాలుకు ఒక వింత డ్రగ్స్ ను ఇచ్చి పాత్య చేస్తుంటాడు. ఈ డ్రగ్ ప్రభావం వల్ల వారి భాదితుల శరీరాలు నల్లగా మారి ప్రాణాలు కోల్చేతాయి. అయితే ఈ కేసును దర్శావు చేసే పోలీస్ అధికారి పూత్రులో విజయ్ ఆంటోనీ కనిపించన్నారు. దర్శావులో భాగంగా అతను కూడా ఈ డ్రగ్ బారిన పడి, అతని శరీరంలో సగం నల్లగా మారడం త్రైలర్లో ప్రాలైట్‌గా నిలిచింది. ఈ పాత్యలు వెనుక ఉన్న అసలు కారణం ఏమిటి, హాంతకుడిని విజయ్ ఆంటోనీ ఎలా పట్టుకుంటాడనేది సినిమా ప్రధాన కథానంశం.



**కన్నప్ప బుకింగ్ మాములుగా లేవుగా..  
24 గంటల్లోనే లక్షకి పైగా..**

మంచు విష్ణు కన్సుప్ప మరి కొద్ది గంటలలో ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. ఈ సినిమా కోసం దేశం మొత్తం ఎంతో ఆస్తిగా ఎదురు చూసుంది. ఈ క్రమంలో అడ్వెన్స్ బుకింగ్స్ జోరుగా కొనసాగుతున్నాయి. [ప్రేక్షకుల రెస్పోన్స్] చూసి మరోసారి మంచు విష్ణు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ‘కన్సుప్ప’ కోసం ముందస్తు బుకింగ్స్ జోరుగా సాగుతున్నాయి. 24 గంటల్లోనే 1,15,000 టికెట్లు అమ్ముదయ్యాయి, అని ఈ విషయాన్ని టీట్టర్లో తెలిపారు. ఈ రేంజలో టీకెర్ బుకింగ్స్ జరుగుతుండటంతో ఈ మూవీ తీలిరోజే భారీ ఓపెనింగ్స్ రాబ్బిడం ఖాయమని మేకర్స్ ఫీమా వ్హక్తం చేస్తున్నారు. అయితే ఈ రకమైన ట్రీ-రిలీజ్ ప్రేమ తనకు ఎంతో ఆసందాన్ని ఇచ్చింది అని విష్ణు అన్నారు. కన్సుప్పకు ఇలాంటి మద్దతు ఇచ్చిన ప్రతి సినీ ప్రేమికుడికి కృతజ్ఞతలు తెలుపుతున్నాను అంటూ మంచు విష్ణు తన టీట్టర్లో వేరొన్నారు. ఇక ఈ సినిమాలో మౌహన్ బాబు, మౌహన్ లాల్, శరత్ కుమార్, ప్రభాన్, అష్టమ్ కుమార్, కాజల్ తదితరులు కీలక పాత్రాల్లో నటిస్తున్నారు. ఈ సినిమాను పాన్ ఇండియా భాషల్లో భారీ స్థాయిలో రిలీజ్ చేస్తున్నారు. ఇక ‘కన్సుప్ప’ సినిమా ఇప్పటికే అమరికాలో ప్రీమియర్ పోలు జరుపుకుంటుంది, అలాగే ఇండియాలో సాయంత్రం 6 గంటల నుంచి ప్రీమియర్ మొదలవుతాయి. ఈ సినిమాను శివ భక్తుడు ‘కన్సుప్ప’ జీవిత కథ ఆధారంగా నిరించారు. ఈ ప్రాజెక్టుచై మంచు విష్ణు అండ్ బీమ్క చాలా సన్మాకముంది. హాండ్ డైస్ వైనర్ కావీని ఇప్పటికే పలవురు ప్రమమి సినీ వ్హక్తులు చూసి చిత్రం చాలా బాగుందని తెలియజేశారు. మంచు విష్ణు ఈ చిత్రాన్నితన ప్రీమ్ ప్రాజెక్ట్ గా భావిస్తున్న నేపథ్యంలో మూవీని భారీ బడ్జెట్తో, అంతర్జాతీయ స్థాయి నైపుణ్యంతో రూపొందించారు. %ఎఫీఐ%, భారీ లోకప్పు ఈ సినిమాకి ప్రధాన ఆకర్షణగా నిలవనున్నాయి. బాలీవుడ్ డైరెక్టర్ ముఖేష్ కుమార్ సింగ్ దర్జకత్తుంలో ఈ చిత్రం తెరకెక్కింది.



# వెండితెరపైకి దశావతారాలు..

పన్నెండెళ్లలో 7 సినిమాలు.. ఏవి ఎప్పుడంటే?

ప్రముఖ నిర్మాణ సంస్థ పోంగలే ఫిల్పీ తాజాగా క్లిమ్ ప్రాడక్షన్స్‌తో కలిసి వస్టిండెఫ్ట్ ప్రణాళికతో మహావార్ సినిమాటిక్ యూనివర్స్ (ఎంసీయూ) అనే ప్రాజెక్ట్ ప్రారంభించింది. ఈ యూనివర్స్‌లో భాగంగా రాసున్న తొలి చిత్రం ‘మహావార్ నరసింహా’. అశ్వీన్ కుమార్ దర్శకత్వంలో శిల్ప ధవాన్, కుశల్ దేశాయి, చైతన్య దేశాయి నిర్మించారు. ఈ చిత్రం 3డి ఫార్మాల్ట్లో ఐదు భాషల్లో జాలై 25న రిలీస్ కాసుంది. సామ్ సీఎస్ సంగీతం అందించిన ఈ సినిమా నుంచి ‘రోర ఆఫ్ నరసింహా...’ పాటను రిలీస్ చేశారు. సామ్ సీఎస్, రాకేందు మౌళి సాహిత్యం అందించి, పాడారు. ఈ సందర్భంగా అశ్వీన్ కుమార్ మాటలాడుతూ %-% “ఇది కేవలం సినిమా కాదు... ఆధ్యాత్మిక అనుభూతి” అన్నారు. “ఇప్పుడు మన కథలు వెండితెరపై అలరించబోతున్నాయి. ఇదో అధ్యుతమైన సినిమా ప్రయాణం” అని శిల్ప ధవాన్ తెలిపారు. ఇదిలా ఉంటో... ఎంసీయూ దశావతారాలను తెరపైకి తీసుకొస్తుంది. 2025లో నరసింహా, 2027లో పరశురామ, 2029లో రఘునందన్, 2031లో ద్వారకాధిక్, 2033లో గోకులానంద, 2035లో మహావార్ కల్పి పార్ట్ 1, 2037లో మహావార్ కల్పి పార్ట్ 2, చిత్రాలు (ప్రెక్షకుల ముందుకు రాసున్నట్టు మేకర్) తెలిపారు.



## ఇలా చేసే రపికను

# కోల్డ్ చార్ట్

Digitized by srujanika@gmail.com

స్టార్ హీరోయిన్ రపైక్ మండస్ వరుస విజయాలత్త దూసుకుపోతుంది. కస్సద ఇండట్రై నుంచి వచ్చిన ఈ ముద్దుగుమ్మె తక్కువ సమయంలోనే టాలీవుడ్ లో తోష్ హీరోయిన్ గా మారిపోయింది. చలో సినిమాతో టాలీవుడ్ లోకి అడుగుపెట్టిన రపైక్ తొలి సినిమాతోనే మంచి విజయాన్ని అందుకుంది. ఆతర్వాత గీతగోవిందం సినిమాతో మరో హిట్ ను తన భాతాలో వేసుకుంది. ఇలా వరుసగా సినిమాలు చేస్తున్న క్రమంలోనే సూపర్ స్టార్ మహేష్ బాబు సరసన నదించే అవకాశం అందుకుంది. మహేష్ అనిల్ రావిపూడి కాంబోలో వచ్చిన సరిలేరు నీకెప్పురూ సినిమాలో హీరోయిన్ గా చేసింది. ఈ సినిమా బ్లక్ బస్టర్ అయ్యంది. ఆతర్వాత ప్రష్ట సినిమాతో పాన్ ఇండియా స్టార్ అయ్యంది. కేవలం తెలుగులోనే కాదు తమిళ్, హంది భాషల్లోనూ సినిమాలు చేసి సక్షేపిం అయ్యంది రపైక్. ప్రస్తుతం మోస్ట్ వాంపటి బ్యాటీగా మారిపోయింది ఈ చిన్నది. ఇంటం గా కుబేర సినిమాతో మరో విజయాన్ని తన భాతాలో వేసుకుంది.. ఈ నేషనల్ క్రమం అయితే రపైక్కాకు ఉన్న ఫ్యాన్ బేస్ గురించి ప్రేత్యకంగా చెప్పాలిని అవసరం లేదు. రపైక్కకు డై హోర్ట్ ఫ్యాస్ ఉన్నారు. అయితే రపైక్కాను కలవాలని చాలా మంది అభిమానులు ఎదురుచూస్తుంటారు. తాజాగా తనకు కలవడానికి ఓ క్రెడిషన్ అఫర్ ఇచ్చింది రపైక్. నేనే నేరుగా పీమి వద్దకు వచ్చి కలుసాను అని చెప్పుంది ఈ చిన్నది. తాను వచ్చి కలవాలంటే తాను చేపివా పని చేయగాలి అని అందుకుంది.



**మురుగ్న పుస్తకంతో దర్శనమిచ్చిన ఎన్నిఅర్.. ఆ సినిమా కోసమేనా!**

యంగ్ టైగర్ ఎస్టేట్ ప్రస్తుతం వరున సినిమాలతో చిట్టగా గడువుతున్న విషయం తెలిసిందే. ఇప్పటికే ప్రశాంత నీలతో డ్రాగన్ (వరింగ్ టైలీర్) అనే ప్రాజెక్ట్ చేసున్న తారక్ బాలీవుడ్ నుంచి వార్ 2 ని విడుదలకు సిద్ధం చేశాడు. ఈ చిత్రం ఆగష్టు 14న ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతుంది. ఈ సందర్భంగా ప్రమాణమ్ కోసం ముంబై నుంచి హైదరాబాద్కు రాకపోకలు సాగిస్తున్నారు. అయితే తాజాగా ఎస్టేట్ ఎయిర్పోర్ట్ నుంచి వెళుతుండగా.. ఆయన చేతిలో ఉన్న ఒక పుస్తకం ప్రస్తుతం సోపల్ మీదియాలో వైరల్గా మారింది. ఎయిర్పోర్ట్ నుంచి తారక్ వెళుతులో అతడి చేతిలో ఆనంద్ బాలసులిహ్వాయిం రచించిన “మురుగు: ది లార్డ్ అఫ్ వార్, ది గాడ్ ఆఫ్ విషమ్ (%వీలితీబ్లూమ్: ఉప్పప శాశ్వతీన శీల చ్యూతీ, ఉప్పప +శీన శీల జెఱింసనీవీ%)” అనే పుస్తకం కనిపించింది. తారక్ తన తదుపరి చిత్రం త్రివిక్రమతో చేయబోతున్న విషయం తెలిసిందే. ఈ సినిమా మైథాలజీ బ్యాంక్డ్రావెల్స్ రాసుండగా.. మురుగ్ న్న కథతో రాబోతుంది. దీంతో ఈ సుఖిహ్వాయిది గురించి తెలుసుకుంటున్నాడు తారక్.

