

సంపాదకీయం

ବ୍ୟାକୁଲ-ଶ୍ରୀମତୀ ନେହି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ

గాజాలో ఇజ్రాయెల్ సామాహిక నరవేదానికి పొల్పడుతున్నది. ఒకజాతి మొత్తాన్ని నంపరించేలా చిన్నారులు, మహిళలు, వృద్ధులు అనే తేడా లేకుండా రోజుకు వందలాది మందిని హత్య చేస్తున్నది. మానవతా సహాయం, ఆఫోరం, వైద్య కోసం ఎదురుచూస్తున్న వారిపై సైతం బుల్లెట్లు, బాంబుల పర్షం కురిపిస్తున్నది. దీంతో 2023 అక్టోబర్ నుంచి సుమారు 60-80 వేల మంది వరకు మరణించారని గాజూ ఆరోగ్యమంత్రిత్వ శాఖ, నేచర్ నివేదికల ద్వారా స్పష్టమువుతున్నది. ఇందులో సుమారు 18 వేల మంది చిన్నారులు ఉండగా, 15 వేల కంటే ఎక్కువ మంది మహిళలు ఉన్నారు. రెండు వేల మంది వరకు వృద్ధులు ఉన్నట్టు అంచనా. గాజాలో మరణించిన వారిలో 59.1 శాతం మహిళలు, చిన్నారులు, వృద్ధులు ఉన్నారని లాస్టెట్ ఒక నివేదికలో స్పష్టం చేసింది. ఇజ్రాయెల్ విధించిన దిగ్భంధం వల్ల ఆఫోరం, నీరు, ఇంధనం, వైద్య సామాగ్రి వంటి ప్రాథమిక అవసరాలు కూడా గాజాకు అందడం లేదు. దీనివల్ల ఆకలి చావులు, వ్యాధులు విస్తరిస్తున్నాయి. ఇప్పటికే వందలాది మంది ఆకలితో మరణించినట్టు పలు రిపోర్టుల ద్వారా తెలుస్తున్నది. ఇందులోనూ 80 శాతం మంది చిన్నారులు ఉండడం మనసులను కలచివేసున్నది. గత కొన్ని రోజుల్లో ఆఫోర సహాయ కేంద్రాల వద్ద ఇజ్రాయెల్ సైనికులు జరిపిన కాల్వల్లో 875 సాధారణ మంది పౌరులు మరణించారని ఐక్యరాజ్య సమితి (%ఖఱత్తవల చీఫ్ ఇళీఅం%) నివేదించింది. అంతేకాకుండా సుమారు 19 లక్షల మంది నిర్వాసితులుగా మారారు. ఈ నేపద్యంలో యుద్ధాన్ని వెంటనే ఆపాలని, మానవతా సహాయానికి అనుమతించాలని ఇజ్రాయెల్పై ఒత్తిడి తీసుకొచ్చేందుకు ఇటీవల 28 దేశాలు నిర్ణయించాయి. ఈ మేరకు ఒక సంయుక్త ప్రకటనను విడుదల చేశాయి. ఇందులో

ఎవర్క్లని శాంతియుత ప్రయోజనాలకే పరిమితం యాలనే సంకల్పంతో ఈ సంస్కృతప్రవంజన



వ్యాప్తంగా అఱుళక్తి వినియోగంపై వర్యవేషణలని
నియంత్రణ, నహకారం వంటి కర్తవ్యాలన
నిర్వర్తిస్తాంది. ఈ సంస్కృత్యులు ముఖ్య ఉద్దేశ్యాలను
అఱుళక్తిని నాశనానికి కాదు, మానవాలి శ్రేయస్వస్క
ఉపయుక్తంగా మలచడం. విద్యుత్తి ఉప్పుత్తి, వ్యాపారాల,
నివారణ, వ్యవసాయ పరిశోధన, నీటి పుద్ది వంట
అనేక రంగాలలో అఱుళక్తిని వినియోగించేందుకు
మార్గదర్శకత్వం కల్పించడం సంస్కృత్యులంగా ఉండి
ఈ లక్ష్మీల సాధనకు ప్రపంచం లోనీ అఱుళక్తి
కేంద్రాలపై తనిటీలు నిర్వహించడం, భద్రతా
ప్రమాణాలను రంగాలందించడం, సాంకేతిక
సహకారాన్ని అందించడం, శాస్త్రియ పరిశోధనలన
ప్రోత్సహించడం వంటి కార్యక్రమాల
కొనసాగుతున్నాయి.

బహుమతి లభించింది. ఇది ఈ సంస్థలోపాటు అప్పటి ప్రధాన కార్యదర్శి మొహమ్మద్ ఎల్ బర్డాక్టి కూడా వరించింది. అఱుశక్తి వ్యాప్తిని నిరోధించడంలో, శాంతియుత అవనరాలకు దాన్ని వినియోగించడంలో, ప్రపంచ దేశాల మధ్య నమ్మకాన్ని పెంపాందించడంలో చేసిన కృషికి ఇది ప్రతసాపాత్రమైన గుర్తింపు. భారత దేశం ఈ సంస్థలో 1957 నుంచే సభ్యులు దేశంగా కొనసాగుతోంది. భారత దేశానికి అఱుశక్తి రంగంలో విశేష అనుభవం, స్వావలంబన ఉన్నప్పబీకీ, అఱుశక్తి వ్యాప్తిని నిరోధించే ఒప్పండంపై అభ్యంతరాలు ఉన్నందున దాని పక్కన నిలిచి, ఐఐఎప్పోలే సాంకేతిక, శాస్త్రియ పరంగా సహకార బంధం కొనసాగిస్తూ ఉంది. 2008లో భారత దేశం అమెరికాతో శాంతియుత అఱుశక్తి ఒప్పండం చేసుకొన్న సందర్భంగా, ఐఐఎప్పోలే ప్రత్యేక పర్యవేచ్ఛల ఒప్పండానికి అంగీకరించింది. దీని కలినతరం చేసింది. ఉక్కుయైన్లోనే జాపాన్‌రిజిస్ట్రేషన్లు యుద్ధ భయాలు నెలకొన్న సందర్భంలో ఐఐఎప్ నేరుగా తనసు పరిశీలకులను పంపించి భద్రతా నివేదికలు అందజేయడం ద్వ్యారా అంతర్జాతీయ స్థాయిలో నమ్మకాన్ని ఏర్పరిచింది. ఇహాన్ అఱుశక్తి ఒప్పండం, ఉత్తర కొరియా అఱుశక్తిలైన పర్యవేచ్ఛల వంటి వ్యవహారాలలో కూడా నంస్త తన పొత్రను బలంగా నిలిపిచ్చుకుంది. 1957 జూలై 29న స్థాపితమైన అంతర్జాతీయ అఱుశక్తి సంస్థ నేడు శాంతికోసం శాస్త్రీయంగా, నియంత్రితంగా అఱుశక్తిని వినియోగించే దిశగా విశ్వ వ్యాప్తంగా మార్గిన్డేశకంగా నిలుపోంది. శాంతియుత ప్రయోజనాలకు అఱుశక్తిని వినియోగించాలన్న సంకల్పాన్ని నెరవేర్పే దిశగా వ్యవహారించిని ఈ సంస్థ అఱుశక్తికి కొత్త నిర్వహాన్ని ఇచ్చింది. నాశనానికిపై మార్గమైంది ఆన్న నగిటివ్ అభిప్రాయాన్ని తోలగించి, శాంతికోసం వినియోగించే శక్తిగా అఱుశక్తిని మలచ గలమని ప్రపంచానికి చాటి చెప్పింది. శాస్త్రీయ విజ్ఞానాన్ని మానవతులకే నిర్మించే దిశగా ఐఐఎప్ చేస్తున్న కృషి అభినందనీయం. భవిష్యత్ తరం అవసరాల కోసం భద్రతా ప్రమాణాలను పాటిస్తూ, జాగ్రత్తగా అఱుశక్తిని వినియోగించాలన్న అవసరాన్ని గుర్తుచేస్తూ ఐఐఎప్ మానవాళికి సుధిర అభివృద్ధి దిశగా వెలుగు చూపుతున్నది.

అనివార్యమైన పులుల నందక్కణ

29 ଜ୍ଞାନ୍ତ୍ରଣ ପ୍ରପଦିତ ଯୁଗୀଂଗା ଅଂରତ୍ତାଜୀ
ନିର୍ମାଣସାର୍ତ୍ତୁ ପୁଲାଲ ଆପାଶାଲ ରକ୍ଷଣ, ବିସ୍ତରଣ
ପୁଲାଲ ପରିରକ୍ଷଣପୈ ଅବଗାହନ ଦ୍ୟାରା ପୋଠୀ
ନୁଂଦି ତ୍ରୁଟି ସଂପତ୍ତିର କୁ ଦିନୋତ୍ସବଂ ନିରା
ରଫ୍ଯାଲୋନି ସେଯଂଟ୍ ପୀଟର୍ସ୍‌బର୍ଗ୍ ନଗରଂଲୋ ଜି
ନମାଚେଶଂଲୋ କୁ ଅଂରତ୍ତାଶୀଘ୍ର ପୁଲାଲ ଦିନୋତ୍ସବ
ପୁଲାଲ ସହାଜ ଆପାଶାଲନୁ ପରିରକ୍ଷିତେ ବିଧିଂଗା ।
ପୁଲି ସଂରକ୍ଷଣ ଗୁରିଠିବି ପ୍ରଜଳାଲୋ ଅବଗାହ
ନହୋଯାନ୍ତି ଅଂଦୁକୋପଦଂ କୁ ଦିନୋତ୍ସବ ମହିନେ
ପୁରସ୍କାରିତମଙ୍କାନୀ ପୁଲାଲ ସଂରକ୍ଷଣ, ପାଇଁ ସଂରକ୍ଷଣ
ଜାଗର୍ତ୍ତିଲୁ ତତ୍ତ୍ଵିତର ଅଂଶାଲ ଗୁରିଠିବି ପ୍ରଣାଳୀକୀ
ଚେସୁକୁଠାଯା ପୁଲାଲ ପୁଟ୍ଟାକ... ଏକୁହି କାହାର
ଅଧାରପଦବୁ. ତମକୁ ତମ କାଳ୍ପନୀଖିତାମୁ ନିଲା
ରେଂଦେଖ୍ଲୁ କାଗାନେ ବିଦିଗୀ ପେଣ୍ଟିପୋତାଯା. ମୁଗ ପୁଲ
ସନ୍କୁହାର୍ଥ ମେଘାର୍ଥି ପନ୍ତୁଂଦି. ଆଦ ପୁଲାଲକ
ପନ୍ତୁଂଦି. ପୁଲାଲୁ 20 ଏକ୍କ ଦାକା ବିତୁକୁତାଯା.
ପାଇଁକି କଳ୍ପ କନପଦବୁ. ତମ ତଲ୍ଲୁ ନୁଂବି ହାତ
ଅନୁସରିପୋତାଯା. ପୁଲି ପିଲାଲ୍ଲୋ ନଗନ ଅକଳିତି
ହାତାପରଣ ପରିସ୍ଥିତିଲକ ତଟ୍ଟୁକୋଲେକ ଚନିପୋତା
ହେଲ୍ଲେରୁଗା ଫଂଟାଯା. ମନମୁଖିଲ୍ଲୋ ଏ ଇନ୍ଦ୍ରାର୍କି ବୁଦ୍ଧି
ଦିନନ୍ତ୍ରୀ... ଏ ରେଂଦୁ ପୁଲାଲକୁ ବେଳକମ୍ବେନ ଚବାଗା
କୁଦଗଲବୁ. ଆହୋରଂ କେନ୍ଦ୍ରଂ ଚାଲା ଦୂର
ନିମ୍ନପେଲୁ ଗୁଂପୁଲାଗା ଜୀବିପୋତାଯା. ପୁଲାଲୁ ବିଦି
ପୁଲି ତନକଠା ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରାଣାନ୍ତି ଏମଚକୁ
ପୁଲି 140 କେଜୀଲ ନୁଂବି 300 କେଜୀଲ ଦାକା କୁଠା
65 କିଲୋମୀଟର ଦେଶରେ ପରାଗିଦତାଯା. ପୁଲାଲ
କୁଠାରେ ନାଦିଚେଟପୁରୁ ଶବ୍ଦଂ ରାଦୁ. ହେଟାଦେଇ
ପରାଗିଦତାଯା. ପୁଲିନି, 1986 ନୁଂଦି ଐତିହ୍ୟ
ଅଂତରିତିବୋତୁନ୍ତୁ ଜାବିତାଲୋ ଚେର୍ପାରୁ. ଗତ 1
ଶାତଂ ଅନ୍ଦବି ପୁଲାଲନୁ ପ୍ରପଦିତ କୋଲୋଗ୍ରାମ

పులుల దనిత్తపుం ప్రోత్సహించడానికి... మద్దతుకోసం 2010 స్వస్తున్నారు. 2010లో నన పులుల సంరక్షణ ప్రకటించ బడింది. సమస్య ప్రోత్సహించడం, పెంచి వారినుండి శ్వాసధేశ్యం. ఈ దినాన్ని వృధ్ఛికి తీసుకోవాలిన ప్రభుత్వాలు సిద్ధం తమ తల్లిరండులపై టానికి ఇష్టపడతాయి. లకు మూడేళ్ల తర్వాత రాలుగేళ్ల తర్వాత అది లిపిలులు పుట్టినపుడు వానను బట్టి తల్లిని చనిపోతాయి. చలికి ప్రతీ పులికి చారలు ఉంటపు. పులులు ఈదుతూ వెళ్లగలవు. చిగా జీవిస్తాయి. ప్రతీ సంది. బాగా పెరిగిన ది. పులులు గంటకు ఏదాల కింద మెత్తగా దు నిశ్శబ్దంగా వచ్చి ఎన్ రెడ్ జాబితాలో సంపత్తురాలో, 97 ది. 20వ శతాబ్ది పులుల విస్తరణ, వ్యవసాయం మేర సహజ ఆవాన కోల్పొందిన వన్యప్రాణి సంఘర్షణ, ఖాతావ క్లీషిట్టు, మనుగడ నష్టానికి సంఖ్యలో 2226 పులులతో భాగం 500 పులులతో మలేపియా అనుమాదో స్థానంలో ఉన్న బంగార్లదేవి పులుల జనాభా క్లీషిట్టను చవిచు రక్షించడానికి 2010 లో రప్పొల్ వద్ద పులుల దినోత్సవం స్థాపిం ప్రపంచ పులుల జనాభా రెల్సొఫం పులుల సంరక్షణ ప్రాధికార సంస్థ ఎన్టిసిఎఫ్) దేవశాస్త్రంగా పులులను నాలుగేళ్లకో సారి ఈ గణన జరుగు దేశంలోని అన్ని అటవీ ప్రాంతాలలో నుమరు నాలుగు కిలోమీటరుల ఇతర వన్యప్రాణుల అధికారిని కెమెరాలను వాడుతోంది ఎదురుచురుగా చెట్లకు అమరును ఎత్తులో ఉంచే ఈ కెమెరాలు 2 చిత్రాల్లోని జంతువుల ఎత్తు, చాటి సంఖ్యను లెక్క గడతారు. భారత దేశం అనువైన ప్రాంతం పెరి పోతోంది. 2006లో 1,2,226 పులులు ఉండగా, 2011 ప్రతి నాలుగేండ్రపు ఒకసారి ఇవిభాజ్య ఆంధ్ర ప్రదేశ్లో పులులు

3200 త్రిపుల్లూ యాయి. మానవులు తర కారణాల వల్ల పులుల 93శతం యాయి. అంతే కాకుండా, మానవ - మార్పు కూడా పులుల జనాభా రణాలు. ప్రపంచ దేశాల్లో, అత్యధిక దేశం ఉంది. భారత దేశం తర్వాత రిస్టస్టున్డి. 2004 లో 440 పులులతో తైగర్ సెన్ఱ్ ను 2015 లో 106 కు ఉంది. పులులు అంతరించి పోకుండా నేయింట పీటర్స్‌న్ తైగర్ సమీక్షల్ బడింది. ఈ సమీక్షల్ 2022 కల్గా వేసేందుకు ప్రతినిష్ఠనింది. జాతీయ నేపసల్ తైగర్ కస్టర్స్‌ఫ్స్ అధారిటీ-లెక్షిస్టున్డి. రాష్ట్రాల్లోనీ అన్ని అడవుల్లో ఉంది. వన్యప్రాణుల గణాంక సేకరణ ల్లో జరుగుతుంది. అటవీ సిఖ్యంది పురుషును నడుచు కుంటూ వెళ్లి, పులులతో గాలను అస్వేషిస్తారు. 2014 నుండి అత్యాధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో ఉటిణి వన్యప్రాణులు తిరిగి ప్రదేశాల్లో ఉండి. ఒకటి నుంచి రెండు అదుగుల గంటలూ వాటంతటవే వనిచేస్తాయి. ను, నడకును పరిగణించాలని తేశంలో దాదాపు 3 వేల పులులు. పులుల అవాసానికి ప్రపంచంలోనే దేశంలో క్రమంగా పులుల జనాభా 11, 2010లో 1,726, 2014లో ఆ నుంభు 2,967కు చేరుకుంది. ల గణన చేపడుతారు. 2014లో నుంభు 68 కాగా, 2018 నాటికి



జవవైషిధ్యంతోనే మానవాళి మనుగడ

వస్తుప్రాణల్లో రాజనం, ఆప అమాయకత్వం, తీవి, చూపు గాంభీర్యం, పరుగులో వాయు దినవర్షలో చురుకుదనం ల పర్యాయపదంగా పులి జాతి ని సింహామే అయినప్పటికీ వేగంగా పులి ముందున్నది. వస్తుప్రాణ

అంతా పూర్వాతనం, వ్యుతిర్దూపం, నడకలో ఉన్న శిరంలో శక్తి కొట్టి, విప్పత్తిక లక్ష్మణకు సున్నది అడవికి రాజు గుర్తుడంలో రాగాజగా తో మమేకం అప్పుతా,

కాళీర్ రాజులు తాము కర్ణాటక నాగరాజు సంతతి వారమని చెప్పుకునే వారు. నాగపూరు రాజుస్యులు తాము పుండరిక నాగరాజు సంతతికి చెందిన వార మని ప్రకాశించుకునే వారు. అంద్రులూ నాగరాజు వారనే వారను కూడా లేకపోలేదు. బొడ్డ ధర్మమంటే నాగులకు అనురక్తి ఉన్నట్టు, బుద్ధునికి పరమ భక్తులు నాగులు బౌద్ధాన్ని ఆదరించి, అవలంబించారని, బొడ్డ వాజ్యమంలో అనేక గాథలు తెలుపుతున్నాయి. వెలాపుత్త నాగుడు, మచిలింద నాగుడు మొదలైన వారు బొడ్డ గాథలలో ప్రసిద్ధులు. దిక్కులను పాలించే లోకపాలకులకు, నాగులకు సంబంధమున్నట్టు బొడ్డుల విశ్వాసం. శివుడు పార్వతికి నాగ పంచమి పార్వత్యై గురించి చెప్పునట్టు పూర్ణాంగ కథనం. అమరవతి, నాగార్జున కొండలో పాటు అభివృత్త కరించనగ్రీ జిల్లాలోని ప్రాచీనమైన ధూశి కట్ట తదితర ప్రాంతాలలో బొడ్డ తిల్మలలో నాగరాజ, నాగిమల చిత్రాలన్నాయి. ప్రాచీనాంధ్రాలు నాగులను కటి ప్రదేశం నుండి పైభాగమంతా మనిషి రూపంలో, క్రింది భాగమంతా సన్పర్యాపాలలో చెక్కారు. నాగరాజు చిత్రాలకు తలపైన బిదు పడగలుంటాయి. నాగినికి ఒక్కిపే పడగ. భారతావ నిలో నాగపూజ అదిసంిధి ఆపరాలో ఉంది. గాతముడు తన గృహ్య నూత్రాలలో పేర్కొన్నాగా, యజ్ఞ మంత్రాలలో నాగుల స్తుతి పేర్కొనబడింది. నాగిలలు, నాగ కల్ప, ప్రతిమలు ప్రతి బోట దర్శన మిస్తాయి. పుట్టిన విద్యలు చనిపోతుంటే సంతాసం నిలవాడికి నాగ ప్రతిష్ఠలు తనను పంచమినాడు వూడించే వరమీముని శేషుడు కోరుకున్నట్టు విష్ణువు అల్మే వరమిచి, పంచమి నాలీ పూజా వల్ల సప్త భద్రమండనట్టు పరమిచినట్టు పూరాణాధారం. పర్వతినం నాడు ఇంతి గడవలకు ఇరు వక్కలూ గోమయంతా నాగుల మార్పులు ప్రతిష్ఠించి, 12 విభజని విడవకుండా ప్రతాస్నా ఆపరిస్తే గాప పుణ్యం. ఓదు తలల పొములను వెండితెచ్చాలి, మట్టితోపో చేసి పూజించండి. గాని, మట్టితోపో చేసి పూజించండి. ఆపరాలం, చెవిలో చీము పట్టినా, వినపడి పోయినా, చెవులను బంారు, వెండితెచ్చాలి, చేయించి కిఫాలయాలకు సమర్పించండి. పరిపాలిగా ఉంది. నాగపంచమినాడు బతిలు ఉన్న పొమును చూస్తే ఆ దృష్టమిని భక్తుల విశ్వాసం. అనంత, వాసుి, శేష పద్మానాథు కంటి, కర్ణాటక, అశ్వతర్త, ధృతరాష్ట్రాల శంఖపాల, కాళీయ, తప్పక, పింగి ఆశించి 12 కాల న సార్వలను ఒకొక్క నెలలో పూజించండం ప్రాచీన సాంప్రదాయంగా ఏ ఉన్నది. ప్రపంచంలో శాస్త్రవేత్తలకు తెలిసినా దాదాపు అన్ని రకాల పొములున్న దేశముల భారత దేశమే. తమితులు తొపణ పుణ్య పంచమి నాడే నాగపూజలు చేపారు.

సీర్పుపూజకు ఉత్సవమైనేని నాగు ఏంచేమి

తొపణ శుక్ల పక్క పంచ మిని “నాగ పంచమి” లేదా “నాగుల పంచమి”గా పిలుస్తారు. ఇది సర్వపూజ ఉద్ఘాషణ దినం. నాగులకు, అంధ్రులకు ప్రాతిని కాలమునుండి విశేష సంబంధముంది. భారతావినీలో అనేక ప్రదేశాలలో నాగజతి పారవున్నట్లు చరిత్ర చెబుతున్నది.

కాశీశ్ర రాజులు తాము కర్ణాటక నాగరాజు సంతతి వారమని చెప్పుకునే వారు. నాగపూర్య రాజుమ్ము తము పుండరీక నాగరాజు సంతతికి చెందిన వార మని ప్రకాశించుకునే వారు. అంధ్రులూ నాగజతి వారనే వాదసు కూడా లేకపోలేదు. బొర్డ ధర్మమంటే నాగులకు ఆనురక్తి ఉన్నట్లు, బుద్ధునికి పరమ భక్తులు నాగులు బొద్దాన్ని అదరించి, అవలంబించారని, బొర్డ వాజ్యమంలో అనేక గాథలు తెలుపుతున్నాయి. ఏలాపుత్ర నాగుడు, మచిలింద నాగుడు మొదలైన వారు బొద్ద గాథలలో ప్రసిద్ధులు. దిక్కులను పాలించే లోకపాలకులకు, నాగులకు సంబంధమున్నట్లు బొద్దుల విశ్వాసం. శివుడు పాపుకించి నాగ పంచమి పరాన్ని గురించి చెప్పినట్లు పూరణ కథనం. అమరావతి, నాగర్జున కొండలో పాటు అవిభక్త కరీంనగర జిల్లాలోని ప్రాచీనమైన ధూశి కట్ట తదితర ప్రాంతాలలో బొద్ద శిల్పాలలో నాగరాజ, నాగిమల విత్తాలున్నాయి. ప్రాచీనాంధ్రులు నాగులను కటి ప్రదేశం నుండి పైఖాగమంతా మనిచి రూపంలో, క్రింది భాగమంతా నర్సరూపాలలో చెక్కారు. నాగరాజు విత్తాలకు తలపైన ఇదు పడగలుంటాయి. నాగినికి ఒక్కటి పదగ, భారతావ నిలో నాగపూజ అదిమంది అవరణలో ఉంది. నా తముడు తన గృహపూ సూత్రాలలో ఫేరొన్గా, యజ్ఞ మంత్రాలలో నాగుల స్తుతి పేర్కొనబడింది. నాగశిలలు, నాగ కల్లు, ప్రతిమలు ప్రతి బోట దర్శన మిస్తాయి. పట్టిన విద్దలు చనిపోతుంటే సంతాసం నిలపడానికి నాగ ప్రతిష్ఠలు చేయడం ఆరాధించడం ఆచారంగా ఉంది. అదినుండి అంధ్రులు నాగారాధకులుగా ఉన్నారు. అది కేవడు భూభారాన్ని నిర్వహించడానికి, తమకు సేవ చేయడానికి మెచ్చిన మిష్టమార్గి, వరం కోర్కుచుపునగా తనను వంచమినాడు వూజించే వరమీయమని శేషుడు కోర్కున్న ట్లు మిష్టువు అట్లే పరమిచ్చి, పంచమి నాలీ పూజా వల్ల సర్వ భూమయిందనశు పరమిచ్చినట్లు పూరాణాధారం. పర్వతిని నాడు ఇంటి గడపలకు ఇరు పక్కలా గోమయంతా నాగుల మూర్ఖులు ప్రతిష్ఠించి, 12వింట విదవకుండా ప్రతాన్ని ఆపరిస్తే గొప్ప పుష్టి. ఐదు తలల పొమలను వెండితి గాని, మట్టితోప్పెనా చేసి పూజించడం ఆహారం. చెల్లి చీమ పద్మిని, వినపడ పొయినా, చెప్పలను బంగారు, వెండితి చేయించి శివాలయాలకు సమర్పించడం పరిపాలిగా ఉంది. నాగపంచమినాడు బితికి ఉన్న పొమలును చూస్తే ఆ దృష్టమిని భక్తుల విశ్వాసం. అనంత, వాసుసి, శేష పర్వతాభాగాల కంటి, కర్ణాటక, అశ్వతర్త, ధృతరాష్ట్రముల పంచాలు, కాశీయు, తత్కష, పింగిటి అని 12వింట నర్సాలను ఒక్కట నెలలలో పూజించడం ప్రాచీన సాంప్రదాయంలో ఉందేది. ప్రపంచంలో శాస్త్రవేత్తలకు తెలిసిన దాదాపు అన్ని రకాల పొమలున్న భారత దేశమే. తమితలు తొపణ పంచమి నాడే నాగపూజలు చేపారు.



ప్రజీవు



ಉತ್ತರದಲ್ಲಿನ ಪೆದ್ದ
— — ಸುಖ-

తీసివేయవచ్చు, కియా కేరన్వు,
రూ. 11.41 లక్ష్మతో ప్రారంభం
ఇది 115 హస్తపవర్నన ఉత్తర్వుల్లి
చేసే 1.5-లీటర్ పెట్రోల్యూమ్
ఇంజిన్సు కలిగి ఉంది. ఇది
షైలిష్, సాకర్యవంతంగా ఉ
ంటుంది. ఇది పెద్ద

చేస్తుంది. దీని డోర్జు వెడల్పుగా ఉంటాయి. దీని వలన లోపలికి, బయటికి వెళ్డడం సులభం అవుతుంది.

ముందు సీట్లు సాకర్యవంతంగా ఉంటాయి. మధ్య సీట్లను వెనుకకు జారవచ్చు. మధ్యలో ఉన్న పెద్ద కిటికీ ఉంటుంది. చివరి సీట్లలో ఇద్దరు రుక్కలు సాకర్యవంతంగా కూర్చోవచ్చు. ఇక్కడ **AC** వెంట్లు, **t-C** ఘార్షింగ్ పోర్లు కూడా ఉన్నాయి. మహింద్రా శీలర్స్, రూ. 9.81 లక్షలు - 10.93 లక్షలు: 1.5 లీటర్ డీజీల్ ఇంజన్ కలిగిన ఈ కారు 76 హార్ట్స్ పవర్సన్

அங்கிலம் இல்லை. இது பாத இடைஞ்சீல் குருகுவான் தாந்திரம் என்று அழைப்பது விரைவாக வருகிறது. முன்னால், முத்து ஸ்டீல் அங்க ஸ்டீல் வாய்க்காலி என்று அழைப்பது விரைவாக வருகிறது. முன்னால், முத்து ஸ்டீல் அங்க ஸ்டீல் வாய்க்காலி என்று அழைப்பது விரைவாக வருகிறது.

చాలా తక్కువ ధరకే అమేళస్తనాదు?

చాలా తక్కువ ధరకే అమేళ్స్తనాదు?

భారతదేశంలో పెట్రోల్ సగటు ధర లీటరుకు రూ. 101 ఉండగా, భూటాన్లో అదే పెట్రోల్ లీటరుకు రూ. 58.8 గా ఉంది. భూటాన్ మన దేశం నుండి ఎక్కువ పెట్రోల్ను కొనుగోలు చేస్తుంది. కానీ అక్కడ తక్కువ రేట్లు ఉండడం గమనార్థం. మన దేశంలో పెట్రోల్ రేట్లు ఎవ్వుమా చర్చియాంశమే. అంతర్జాతీయంగా ధరలు తగ్గినా మన దగ్గర మాత్రం తగ్గవు. దీనికి కారణం కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు పస్సులు. మన దేశంలోని వివిధ రాష్ట్రాల్లో పెట్రోల్ రేట్లు లీటరుకు రూ. 94.72 నుండి రూ. 107.50 వరకు ఉంటుంది. ఇదే సమయంలో పొరుగు దేశమైన భూటాన్లో పెట్రోల్ లీటరుకు రూ. 58 నుండి రూ. 67 రూపాయలకే లభిస్తుంది. ఔగా మన దేశం నుంచి భూటాన్ పెట్రోల్ కొనుగోలు చేస్తుంది. మన రగ్గి నుండి పెట్రోల్ కొనుగోలు చేసే దేశం జిం చెకగా ఎలా అమ్ముతుందనే ప్రశ్నలు ఉత్సవమవుతున్నాయి. దేశంలో పెట్రోల్ ధర అంతగా పెరిగడానికి పసులై కారణం. ఒక వ్యక్తి లీటర్ పెట్రోల్ కొల్చిస్తే.. దానిలో ఎక్కువ భాగం కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల ఖజానాలకే వెళ్లాయి. కేంద్ర ఎక్సైజ్ సుంకం, రాష్ట్ర వ్యాట్, డీలర్ కమిషన్ వంటివి ఉంటాయి. అందుకే మనదేశంలో పెట్రోల్ రేట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో ముడి చమురు ధర తగ్గినప్పటికీ, దేశ ప్రజలకు దాని ప్రత్యక్ష ప్రయోజనం లభించకపోవడానికి ఇదే కారణం. ప్రభుత్వ పసు విధానం చాలా భారీగా ఉండటం వల్ల పెట్రోల్ ధర దాని మూల ధర కంటే చాలా రెట్లు పెరగుతుంది. భూటాన్ ప్రభుత్వం భారతదేశం నుండి పెట్రోల్ను కొనుగోలు చేస్తుంది. కానీ

తక్కువ పన్ను లేదా సట్టిపీడి ద్వారా శారులకు చెక ధరకు అందుబాటులో ఉంచుతుంది. అంటే అక్కడి ప్రభుత్వం శారులపై పన్ను భారాన్ని మొపదు. అందుకే భూటాన్లలో అదే పెట్రోల్సు లీటరుకు రూ. 58 నుండి రూ. 67 వరకు విక్రయిస్తున్నారు. భూటాన్ మొత్తం 8 లక్షల జనాభా కలిగిన చిన్న దేశం మరియు ఆక్కడ పెట్రోల్ వినియోగం చాలా వరిమితం. అటువంటి పరిస్థితిలో, పంచిణి ఖర్చు కూడా తక్కువగా ఉంటుంది. నిర్వహించడం మన దేశంలో సగటు పెట్రోల్ ఇరూ. 101 నుంచి 107 మధ్యలో అమెరికా, ఇరాన్, లిబియా వా మన దేశం కంటే చాలా తక్కువ అమెరికా వంటి దేశాలు తమ మార్కెట్లలో 60% కంటే ఎకా చేసుకుంటుండగా, భారతదేశం చమరు అవసరాలలో 90% చేసుకుంటుంది.

సులభం. దీనితో పాటు, భాటాన్ పెట్రోలిమ్ వ్యవస్థ అమలులో ఉంది. అంటే పెట్రోలిమ్ ఎటువంటి భారీ ఎక్సైజ్ సుంకాన్ని విధించడు. ధరలు ప్రతిరోజు మారుతూ ఉంటాయి.

12 వేల మంట ఉద్దీపనలు ఉస్తింగ్..!



పాట కన్నడైనీ సర్విసెస్ (టీఎస్‌ఎస్) 2024లో 12,000 కోర్ట్యాలను తగ్గించసుందని ప్రకటించింది. AI, ఆర్టిఫిషియల్ ఇంజనీరింగ్ మాండ్యం ప్రభావం వలన ఐటీ రంగంలో అనిశ్చితి విగిరించి, కొంతంగా నద్ర ఐటీకులు విలువలు అవున్నాయి.

ಯುಾಹೀವ ಹೇಮಂಟ್‌ಪ್ರೈ ಜೆನ್ಸ್‌?..?

యూపీల (యూనిప్రైడ్ పేమెంట్స్ ఇంటర్ఫేస్) ద్వారా దైలీ కోట్లాది రశాపాయల లావాదేవిలు జరుగుతున్నాయి.. ప్రవంచంలోనే అత్యధికంగా యూపీల పేమెంట్లు చేసే దేశంగా భారత్ అగ్రస్థానంలో కొనసాగుతోంది.. అయితే.. ఇప్పటివరకు యూపీల పేమెంట్స్కు ఆర్టీఐ ఎటువంటి ఛార్జ్లు లు విధించడం లేదు. గతంలో యూపీల పేమెంట్స్కు ఛార్జ్లు లు వేస్తారని ప్రచారం జరిగినా.. అటువంటిది ఏమి లేదని కేంద్రప్రభుత్వం కూరిటీ ఇచ్చింది. యూపీల (యూనిప్రైడ్ పేమెంట్స్ ఇంటర్ఫేస్) ద్వారా దైలీ కోట్లాది రశాపాయల లావాదేవిలు జరుగుతున్నాయి.. ప్రవంచంలోనే అత్యధికంగా యూపీల పేమెంట్లు చేసే దేశంగా



కొనసాగుతోంది.. అయితే.. ఇప్పటివరకు యూపీప్ వేమెంట్స్కు ఆర్టీఐ ఎటువంటి చార్జీలు విధించడం లేదు. గతంలో యూపీప్ వేమెంట్స్కు చార్జీలు వేస్తారని ప్రచారం జరిగినా.. అటువంటిది ఏమి లేదని కేంద్రప్రభుత్వం క్లారిటీ ఇచ్చింది.. ఈ తరుణంలోనే.. ఆర్టీఐ గవర్నర్ కొనసాగుతోంది.. అస్తిత్వం కొనసాగుతోంది.. అయితే.. ఇప్పటివరకు యూపీప్ వేమెంట్స్కు ఆర్టీఐ ఎటువంటి చార్జీలు విధించడం లేదు. గతంలో యూపీప్ వేమెంట్స్కు చార్జీలు వేస్తారని ప్రచారం జరిగినా.. అటువంటిది ఏమి లేదని కేంద్రప్రభుత్వం క్లారిటీ ఇచ్చింది.. ఈ తరుణంలోనే.. ఆర్టీఐ గవర్నర్ కొనసాగుతోంది.. అస్తిత్వం కొనసాగుతోంది.. అయితే.. ఇప్పటివరకు యూపీప్ వేమెంట్స్కు ఆర్టీఐ గవర్నర్ వ్యాఖ్యానించారు. ఇటీవల, RBI గవర్నర్ నంజయ్ మల్టీట్రా UPI లావాదేవీలైపై చార్జీలు విధించడం గురించి మాట్లాడంతో.. రాబోయ్ కాలంలో, ప్రభుత్వం అలాంటి లావాదేవీలైపై చార్జీలు విధించవచ్చని ప్రజలు అందోళన చెందుతున్నారు. సోషల్ మీడియాతోపాటు.. కెన్ని మీడియా నివేదికలు కూడా ప్రభుత్వం రూ.2000 కంటే ఎక్కువ UPI లావాదేవీలైపై GST విధించాలని యోచిస్తోందని ప్రసారం చేశాయి. దీనిపై కేంద్రం స్పందించి క్లారిటీ ఇచ్చింది.. దీంతోపాటు.. ఇటీవల, కేంద్ర ప్రభుత్వం రూ.2000 కంటే ఎక్కువ లావాదేవీలైపై GST విధించాలని యోచిస్తోందా..? అని రాజ్యసభలో అడిగిన ప్రత్యుత్కు కేంద్ర మంత్రి పంకజ్ చౌదరి సమాధానం ఇచ్చారు. రూ. 2000 కంటే ఎక్కువ UPI లావాదేవీలైపై జీవ్సీ విధించాలని జీవ్సీ కొన్నిల్ ఎటువంటి సిఫార్సు చేయలేదని పంకజ్ చౌదరి అన్నారు. జీవ్సీ కొన్నిల్ సిఫార్సు ఆధారంగా జీవ్సీ రేట్లు, మినహాయంగా మరు నిర్దిశించబడతాయని కూడా అయిన అన్నారు. జీవ్సీ కొన్నిల్ ఒక రాజ్యాంగ సంస్థ.. ఇందులో కేంద్రం, రాష్ట్రాలు, కేంద్ర పొలిటి ప్రాంతాల (యూటీలు) సభ్యులు ఉంటారు.



ପକ୍ଷିନ ଅର୍ଥାତ୍

ఈ ఏండ్రు ఆడివాళ్లకు అమృతశీలం..!

ಡ್ರಾಗನ್ ಪ್ರಾಟ್ ರುಚಿಕರಮೈದಿ ಮಾತ್ರಮೇ ಕಾದು.. ಹೊಷಕಾಲ ಸ್ಟೋರ್ ಹಾನ್ಸ್‌ಗಾ ಪಿಲಿಸ್ತಾರು. ಇಂದುಲ್ಲೋ ಪೈಬೆಂಟ್, ಪ್ರಾಟ್‌ನ್ನು ಪವ್ಪಲಂಗಾ ನಿಂದಿವುನ್ನಾಯಿ. ಮೆಗ್ನಿಷಿಯಂ, ಕಾಲ್ವಿಯಂ, ಐರನ್, ಫಾಸ್ರಪನ್ ವಂತಿ ಮಿನರಲ್ಸ್, ಭಿನಿಜಾಲು ಎಕ್ಸ್‌ಪ್ರಾಗಾ ಸಮೃದ್ಧಿಗಾ ಉನ್ನಾಯಿ. ವಿಟಮಿನ್ ಸಿ ಅಧಿಕಂಗಾ ಉಂಡಬಂ ವಲ್ಲ ಈ ವಂಡು ಇಮ್ಯಾಸಿನ್‌ಶೀ ಪವರ್ನಿ ಪೆಂಚುತುಂದಿ. ಅಂತೇಕಾರುಂದಾ.. ಬಿ1, ಬಿ2, ಬಿ3 ವಿಟಮಿನ್ಸ್ ಕೂಡಾ ಮೆಂಡುಗಾ ಉನ್ನಾಯಿ. ತರಚೂ ಡ್ರಾಗನ್ ಪ್ರಾಟ್ ತಿಂಬುಂ ಉಂಟೇ ಅನೇಕ ಆರ್ಥರ್‌ಗ್ರೈ ಸಮಸ್ಯೆಲು ದೂರಮವುತ್ತಾಯನಿ ಹೊಷಕಾಫೋರ್ ನಿವಿಣಿಲು ಚೆಬುತ್ತನ್ನಾರು. ಮುಖ್ಯಂಗಾ ಅಡವಾಶ್ಟಕು ಈ ವಂಡು ಪರಂಲಾಂಟಿದಿ ಅನಿ ಅಂಟುನ್ನಾರು. ಡ್ರಾಗನ್ ಪ್ರಾಟ್‌ಲೋ ವಿಟಮಿನ್ಸ್, ಭಿನಿಜಾಲು, ಯಾಂಬಿಂಬಿಸ್‌ದಿಂಟ್ಲು ಪವ್ಪಲಂಗಾ ಉಂಟಾಯಿ. ಇವಿ ಮಹಿಳೆಗಳ್ಲೋ ವಚ್ಚೆ ಅನೇಕ ಸಮಸ್ಯೆಲನು ತಗ್ದಿಸ್ತಾಯಿ. ಮಹಿಳಾಶಲಕು ಐರನ್ ಚಾಲಾ ಅವಸರಂ. ನೆಲಸರಿ ಸಮಯಂಲೋ ರಕ್ತಸ್ವಾವಂ ಕಾರಣಂಗಾ ಮಹಿಳೆಗಳ್ಲೋ ಐರನ್ ಲೋಪಂ ವಚ್ಚೆ ಅವಕಾಶಂ ಎಕ್ಸ್‌ಪ್ರಾಗಾ ಉಂಟುಂದಿ. ಡ್ರಾಗನ್ ಪ್ರಾಟ್‌ಲೋ ಅಧಿಕ ಮೆತ್ತಂತ್ರೋ ಐರನ್ ಉಂಡಬಂ ವಲ್ಲ ಇದಿ ರಕ್ತಪೀಸಣತನು ನಿವಾರಿಸ್ತುಂದಿ. ಶರೀರಂಲೋ ಎರ ರಕ್ತ ಕಣಳ ಉ ತ್ವರ್ತಿನಿ ಪೆಂಚುತುಂದಿ. ಡ್ರಾಗನ್ ಪ್ರಾಟ್‌ಲೋ ಮೆಗ್ನಿಷಿಯಂ, ಕಾಲ್ವಿಯಂ ಪವ್ಪಲಂಗಾ ಉಂಡಬಂ ವಲ್ಲ ಎಮುಕಲು ಬಲವದುತಾಯಿ. ಮುಖ್ಯಂಗಾ ಮಹಿಳಾ ಮೆನ್‌ಪೋಜ್ ದಶಕ ಚೆರುಕುನ್ನಪ್ಪುದು ಅಣಿಯಾಪೋರ್‌ಸಿನ್ ವಚ್ಚೆ ಪ್ರಮಾದಂ ಉಂಡಿ. ಇಲಾಂತಿ ಪರಿಸಿತ್ತಲ್ಲೋ ಎಮುಕಲನು ಅರ್ಲೋಗ್ರ್ಯಂಗಾ ಉಂಚುಕೋವಡಂಲೋ ಮೆಗ್ನಿಷಿಯಂ ಕೀಲಕ

పాత్ర పోషిస్తుంది. ద్రాగన్ ప్రాట్లో పైబర్ అధికంగా ఉండటం వల్ల ఇది జీర్జ్ వ్యవస్థను నక్రమంగా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. దీనివల్ల మలబద్రకం, కడుపు ఉఖ్యరం వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. పేగు ఆరోగ్యం కూడా మెరుగుపడుతుంది. ద్రాగన్ ప్రాట్లోని విభిన్న సి శరీరంలో రోగసిరోధక శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడుతుంది. రోగసిరోధక శక్తి బలంగా ఉంటే అంటువ్యాధులు వ్యాపించకుండా ఉంటాయి. ద్రాగన్ ప్రాట్లో ఉండే యాంటీఆక్షిడెంట్లు ప్రై రాడికల్స్ వల్ల కలిగే చర్చ సమస్యలను నివారించడంలో సహాయపడతాయి. అంతేకాకుండా ఇవి చర్చాన్ని యవ్వనంగా, ఆరోగ్యంగా, కాంతివంతంగా ఉంచుతాయి. ఈ పండులో ఉండే విభిన్న సి కొల్హాజెన్ ఉత్సుక్తి సహాయపడుతుంది. దీనివల్ల చర్చం ఫీసిస్టాపకత పెరుగుతుంది.

ఈ పండులో కేలరీలు తక్కువగా, పైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది బరువు తగ్గడానికి ప్రయత్నిస్తున్న వారికి మంచి ఎంపిక అంటున్నారు నిపుణులు. ద్రాగన్ ప్రాట్లో ఉండే ఫోలెట్.. గర్భిణీలకు అవసరమైన ముఖ్యమైన పోషకం. ఇది గర్భంలో ఉన్న శిశువు మెరడు, వెన్నుపాము అభివృద్ధిలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. ఈ పండులో ఉండే ఐరస్ గర్జధారణ సమయంలో వచ్చే రక్తహీనతను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. కాబళ్హి మహిళలు ద్రాగన్ ప్రాట్ కచ్చితంగా తినండి. ఆరోగ్యంగా ఉండండి.



ଅତେବୀକ୍ଷଣ ଦିଗ୍ନଦୀ ମାଠ ଶୁଭ୍ରତାଙ୍କ ମେନା?



భోజనం తర్వాత యాలకులు తింటున్నారా..?

యాలకులు వీటినే ఇలాంచిలు అని కూడా అంటారు. ఇవి వంటకులకు మంచి సువాసన, రుచినిచ్చే మసాలా దినునులు. అంతేకాదు.. యాలకుల్లో అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కలిగి ఉన్న ఒ ఔషధ గుణాలు కూడా పుష్టిలంగా ఉన్నాయని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. రోజు కొద్ది మొత్తాదులో యాలకులు తీసుకోవడం వల్ల మన ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుండని చెబుతున్నారు.. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి బోలెదు లాభాలు కలుగుతాయని చెబుతున్నారు. భోజనం తరువాత యాలకులు తీసుకోవటం వల్ల శరీరంలో ఊహించని మార్పులు జరగుతాయని చెబుతున్నారు. భోజనం తర్వాత యాలకులు తినటం వల్ల ఆరోగ్యానికి అనేక లాభాలు కలుగుతాయని పోషకాపరి నిపుణులు తెలిపారు. యాలకులు తినటం వల్ల అజ్ఞేరి, ఉ విందాల వనితీరును మెరుగు రక్తపోటును నియంత్రించి గత్తుస్తాయి. యాలకులు నోటిల్స్ నిరోధించి దుర్మూలనను తొలగి పంపి మాత్రపిండాల వనితీరును తగించి నిద్రకు సహాయపడతాయి మానసిక ఒత్తిడిని తగించి ప్రశాయిలకుల్లో ఉండే యాంటీ ఆక్టివేట్ పెంచి, వ్యాధుల నుంచి రక్కిస్తా రక్త ప్రసరణను పెంచి, జ్ఞాపు క్యాప్సు?ను నివారించడం సమర్థవంతంగా పనిచేస్తాయని యాలకులలో ఉన్న యాంటీఆక్సియాల్ ఇఱ్పామైటరీ లక్షణాలు సామర్యాన్ని కలిగి ఉన్నాయని కారాతి భోజనం తర్వాత యాలకు బిలపడుతుంది.

భురం, గ్యాన్ తగ్గతాయి. యాలకులలో ఉండే ముఖ్యమైన నూనెలు అజీర్తి, కడుపు ఉభురం, గ్యాన్ వంబి జీర్ణ నమన్యలను తగించడంలో సహాయపడతాయి. సహజంగా నోటిషి శుద్ధపరుస్తాయి. యాలకులు నమలడం వల్ల నోట్లో బ్యాక్టీరియా పెరుగుదలను నిరోధించి, దుర్మాసనను తగ్గిస్తుంది. శీరం నుంచి టాక్సిన్స్ బయటకు పంపి, మూత్ర అలాగే వికారం, వాంతుల వంబి సమస్యల నివారణకు కూడా యాలకులను సహజ ఔషధంగా వాడతారు. యాలకులను క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం రల్లు ఆరోగ్యపరంగానే కాకుండా, శౌందర్యపరంగా ఎన్నో ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని నిపుణులు అంటున్నారు. ఇంటులో ఉన్న విటమిన్లు, ప్రైటో మ్యాల్టీమంట్లు, ఎనెన్నియుర్ ఆయుర్ అనేవి జంటల్ని, వర్జాన్చి ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయని వివరిస్తున్నారు.

వీరం, గ్యాన్ తగ్గతాయి. యాలకులలో ఉద్దేశ్యమైన నూనెలు అట్టిరి, కడుపు ఉప్పరం, గ్యాన్ వంటి జీర్ణ సమన్యలను గ్రంగించడంలో సహాయపడతాయి. సహజంగా ఏచ్చిని పుట్టపరుస్తాయి. యాలకులు సమలడం రల్లి నోట్లో బ్యాక్టీరియా పెరుగుదలను లోరోధించి, దుర్మాసనను తగ్గిస్తంది. శీరం మంచి ట్రాక్సీన్స్ బయటకు పంపి, మూత్ర అలాగే వికారం, వాంతుల వంటి సమస్యల నివారణకు కూడా యాలకులను సహజ ఔషధంగా వాడతారు. యాలకులను క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల ఆరోగ్యపరంగానే కాకుండా, సొందర్యపరంగా ఎన్నో ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని నిపుణులు అంటున్నారు. ఇందులో ఉన్న విటమిన్లు, పైటో న్యూట్రియంట్లు, ఎసెనియల్ అయిల్లు అనేవి జట్టున్ని, చర్చాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయని వివరిస్తున్నారు.

వర్షాకంలంలో ఈ ఏండ్రు తిన్నారో కథ కంచికే..!



వర్షాకాలంలో జీర్ణకియ మందగిన్నుంది. వ్యాధుల ప్రమాదం పెరుగుతుంది. అందుకే వర్షాకాలంలో ఏ పండ్లు ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి? ఏవి తినకూడదు? అనే దానిపై సృష్టిత ఉండాలి. లేదంచే చిక్కుల్లో పడాల్సి వస్తుంది. ముఖ్యంగా వర్షాకాలంలో చాలా మంది రుచిగా ఉండే ఆహారాన్ని తినడానికి ఇష్టపడుతారు. వర్షాకాలంలో చాలా మంది రుచిగా ఉండే ఆహారాన్ని తినడానికి ఇష్టపడుతారు. కానీ వర్షాకాలంలో ఆరోగ్యం పట్ల ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకోవాలి. ఎందుకంటే

కూలంలో తేమతో కూడిన గాలిలో, జీర్ణక్రియ
దెంచం నెమ్మిదిస్తుంది. ఇస్కోన్ ప్రమాదం కూడా
గుంతుంది. అంటే ఈ సమయంలో ఏం
లి? ఏం తినకూడదు? అనే దానిపై క్లారిష్
వాలి.

వర్షాకాలంలో అరటిపండ్లు తినడం వల్ల కఫం వస్తుంది. దీనివల్ల జలుబు, దగ్గు, కడుపు సమస్యలు వస్తాయి. గాయ్స్, మలబధ్కం జీర్జు సమస్యలు పెరుగుతాయి. అందుకే వర్షాకాలంలో అరటిపండ్లు తినకూడదు. వాటిని తినవలసి వస్తే, పగిపొట్ట మాత్రమే తినాలి. యాపిల్స్ తేలికగా జీర్జుమయ్యే షైబర్తో నిండి ఉంటాయి. ఇవి జీర్జుకియను మొరుగుపురుస్తాయి. యాపిల్స్ శరీరాన్ని తుట్టంగా, బలంగా ఉంచడంలో సహాయపడతాయి యాపిల్స్ లోని షైబర్ జీర్జువ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది వీటిని తొక్కుతో కలిపి తింటే మరింత ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. జీర్జుశక్తి తుట్టపుగా ఉన్నవారు ఆపిల్స్ ను అల్పావ్యారుగా సాయంత్రం స్నాక్ గా తినడం మంచిది. లిచీ వర్షాకాలంలో తినడం ఆరోగ్యానికి మంచిది.

శీర్షమవుతుంది. ముఖ్యంగా ఇది యాంటోరెల్ లక్ష్మణలను కలిగి ఉంటుంది. శరీరాన్ని వివిధ ఇసైక్సన్ నుంచి రక్కిస్తుంది వర్షాకాలంలో దానిమ్మ మరో గొప్ప ఎంపిక. ఇది రక్త ప్రాపోన్సి పెంచుతుంది. శరీరాన్ని బలపరుస్తుంది. ఇది శోధు నిరోధక లక్ష్మణలను కలిగి ఉంటుంది. జీవక్రియను మెరుగుపరచడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. అలాగే ఘం వండ్లు కూడా వర్షాకాలంలో ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. వర్షాకాలంలో బొప్పాయి తినడం కూడా మంచిదే. బొప్పాయిలో ఉండే పడ్డెన్లు ఎంజైమ్ జీర్ణవ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. తేమత్తు కూడిన వాతావరణంలో జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడానికి ఇది చాలా ఉపయోగపడుతుంది.

వాటిని తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి చాలా ప్రయోజనకరంగా పరిగణిస్తారు. వాటిలో ఉండే పైబర్, ప్రోటీన్, ఖనిజాలు, విటమిన్లు, యాంటీఆక్సిడెంట్లు అనేక వ్యాధుల నుండి మనల్ని రక్షిస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ప్రధానంగా జింక, ఐరన్, ప్రోటీన్, ఒమేగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు, విటమిన్ ఎ గుమ్మడికాయ గింజలలో ఉంటాంటి. ఇటీవల న్యూఫీల్డ్లోని నార్ట్ శస్ట్ డిట్రిక్ జనరల్ ఫిజిషియన్, ఇమ్యూనేషన్ ఆఫీసర్ దాక్టర్ పియావ్ మిత్రా ప్రకారం.. ఇందులో అధిక మొత్తంలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు కనిపిస్తాయి. ఇవి మన కణాలను థ్రీ రాడికల్స్ వల్ల కలిగే నష్టం నుండి రక్షిస్తాయి. గుమ్మడికాయ గింజలను కాల్చిన లేదా వేయించకుండా తినవచ్చు. దీనిని స్ట్రోక్ గా ఉపయోగించవచ్చు. అలాగే రోజుల్లో ఎప్పుడైనా తినవచ్చు. గుమ్మడికాయ గింజలను సలాడ్లో కలిపి తినడం వల్ల ఇది మరింత రుచికరంగా, ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. గుమ్మడికాయ గింజలను స్యూటీలో వేసి తాగడం వల్ల దానిలోని ముఖ్యమైన పోషకాలు పెరుగుతాయి. ఓట్టు, గంజి మరియు పెరుగులో కలిపి కూడా తినవచ్చు. గుమ్మడికాయ గింజలను కూర లేదా సూవ్ లో కలిపి కూడా తినవచ్చు. గుమ్మడికాయ గింజలు తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలోని క్యాన్సర్ కణాలను తొలగించవచ్చని అనేక ప్రయోగాలు మాపించాయి. ఇది మహిళల్లో రొమ్ము క్యాన్సర్ను, పురుషులలో ప్రోస్టేట్ క్యాన్సర్ను నివారిస్తుంది. అధిక మొత్తంలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉండటం వల్ల, ఇది క్యాన్సర్ కణాలు పెరగకుండా నిరోధిస్తుంది. మీ రోగనిరోధక వ్యవస్థను బలంగా చేసుకోండి ఇందులో అధిక మొత్తంలో జింక ఉండటం వల్ల ఇది మన రోగనిరోధక శక్తిని బలపరుస్తుంది. దీనిని తీసుకోవడం ద్వారా శరీరంలోని ఎంజైములు మరింత చురుగ్గా మారతాయి. ఏదైనా ఇస్ట్రోక్సిన్స్ పోరాడ్స్ సామర్థ్యాన్ని పెంచతాయి. ఇది మన జట్టు, చర్మానికి ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. దీనిని తీసుకుంటే గాయాలు త్వరగా మానడం ప్రారంభిస్తాయి. దీనితో పాటు ఉదయం గుమ్మడికాయ గింజల నీరు తాగడం వల్ల మీ జీర్ణక్రియ తినవచ్చు. గుమ్మడికాయ గింజలను సలాడ్లో



సుఖిశ్రీ



కింగ్డమ్పై రహిత ట్వెట్.. ముద్దు పేరుతో విజయ్ దేవరకొండ లష్ట!

గడ్డాది పుప్ప-2తో భూక్షబ్సర్సను తన భాతాలో వేసుకున్న ముద్దుగుమ్మ రప్పిక మందన్నా.. ఈ ఏదాది కూడా చావా మూవీతో భూక్షబ్సర్ హిట్ కొట్టేసింది. వరుస సినిమాలతో రప్పిక దూసుకెళ్తోంది. ఇల్లేవలే కుబేరా మూవీతో మరో హిట్సును తన భాతాలో వేసుకుంది. త్వరులోనే ఆమె నటించిన ది గ్లోఫ్రాండ్ చిత్రం ధియేటర్లలో సందడి చేయనుంది. ఆ తర్వాత లేడీ ఓరియంబెడ్ మూవీలో కనిపించనుంది. ఇక సినిమాల సంగతి పక్కనపడితే ల్రైప్లికి టాలీప్రెడ్ హీరో విజయ్ దేవరకొండతో ఉన్న రిలేషన్స్ చాలాసార్లు వార్తలొచ్చిన సంగతి తెలిసిందే. తాజగా విజయ్తో జంటగా నటించిన డియర్ కాప్రైడ్ మూవీ ఫోలోలను సోపల్ మీడియాలో పేర్ చేసింది. దీంతో మరోసారి ఈ జంట దేటింగ్ గురించి చర్చ మొదలైంది. ఈ నేపథ్యంలోనే రప్పిక.. విజయ్ దేవరకొండ కింగ్డమ్ చిత్రాన్ని ఉండేలించి చేసిన టీట్లు సెట్లొంట శైరలగా మారింది. కింగ్డమ్ ట్రైలర్ను విజయ్ దేవరకొండ పోస్ట్ చేయగా.. ఆ టీట్లుకు రిప్లై ఇచ్చింది. ఈ నెల 31వ తేదీ కోసం ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నా.. ఆ రోజు విజయ్ దేవరకొండ పైర్ చూడాలని ఉండంటూ పోస్ట్ చేసింది. గౌతమ తిన్నమారి, అనిరుధ్, విజయ్ దేవరకొండతో పాటు ముగ్గురు జీనియస్లు కలిసి స్పృష్టించిన చిత్రం కోసం ఎంతో ఆనక్కిగడా ఎదురు చూస్తున్నా అంటూ పోస్ట్ చేసింది. ఇది చూసిన విజయ్ దేవరకొండ పైతం రప్పికకు రిప్లై ఇచ్చాడు. రోస్లు అంటూ లవ్ సింబల్తో పాటు ఎంజాయ్ ది కింగ్డమ్ అని టీట్లు చేశాడు. ఇది కాస్టా సోపల్ మీడియాలో వైరల్ కావడంతో అభిమానులు క్రేచీ కామెంట్స్ చేస్తున్నారు.

నాను మీడియాలో పనిలేనోళ్ళ ఎక్కువయ్యారు

సోషల్ మీడియాలో తరచుగా సెలబ్రిటీల్స్‌పై ట్రోలింగ్ జరుగుతున్న విషయం తెలిసిందే. ఈ ట్రోలింగ్‌లు, ప్రతికూల వ్యాఖ్యలపై నటీనటులు అవ్యావహరించు తపాలంసంతృప్తిని వ్యక్తం చేస్తునే ఉన్నారు. తాజాగా ఈ విషయంలో టాలీవుడ్ స్టౌర్ హీరోయిస్ రకుల్ ట్రైత్ సింగ్ స్పుందిస్టూ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేసింది. సోషల్ మీడియాలో వచ్చే అనవసర విమర్శలపై రకుల్ తనడైన శైలిలో ఘాటుగా స్పుందించింది. రకుల్ ట్రైత్ సింగ్ మాటల్డుడుతూ.. “సోషల్ మీడియా ఇప్పుడు అందరికీ అందుబాటులోకి వచ్చింది.

దుర్భరష్టపాత్రు, మన దేశంలో చాలా మందికి ఎలాంటి పనిలేదు. వారందరికీ ఉచిత దేటా ప్లాన్లు అందుబాటులో ఉన్నాయి. అందువల్ల, ఇతరుల జీవితాల గురించి కామెంట్స్ చేయడం తప్ప వారికి ఇంకేమీ పనిలేకుండా పోయింది” అని అన్నారు.

కాగా రకుల్ చేసిన వ్యాఖ్యలు ప్రస్తుతం వైరల్గా మారాయి.

మరోపై రకుల్ చేసిన ఈ వ్యాఖ్యలు సోషల్ మీడియాలో సెలబ్రిటీలు ఎదురొంటున్న వేధింపులు, ట్రోలింగ్‌కు అద్దం పడుతున్నాయి.

ఉచిత దేటా ప్లాన్ల లభ్యత, స్టార్క్షాఫోన్ వినియోగం పెరగడం వల్ల ప్రతి ఒక్కరూ సోషల్ మీడియాకు సులభంగా చేరువయ్యారని, అయితే దీనిని దుర్మినియోగం చేసే వారి సంబ్యు కూడా గణియంగా పెరిగిందని ఆమె పరోక్షంగా అభిప్రాయపడ్డారు.



ఏంటే సదెన్నగా పెళ్లి ఘాటింగ్కి బ్రైక్ ఇచ్చారు.. కారణాలు ఏంటుంటే

గోబిల్ స్టార్ రామ్ చరణ్ ప్రధాన పాత్రంలో, ‘ఉపైను’ ఫేమ్ సానా బుచ్చిబాబు దర్కరక్తవుంలో తెరకుత్తున్న తాజా చిత్రం ‘పెద్ది’. గేమ్ ఛేంజర్ చిత్రంతో నిరా శ చెందిన అభిమానులు ఇప్పుడు ఈ కొత్త సినిమాపై భారీ అంచనాలు పెట్టుకున్నారు. ‘రంగస్టలం’ తరచులో మాన్, రా లుక్కలో చెర్లే కనిపించడంతో పాటు ఘన్స్ లుక్, న్యింప్టో సినిమాపై క్లోస్ విపరితంగా పెరిపోయింది. ముఖ్యంగా రామ్ చరణ్ కొట్టిన క్రికెట్ షార్ట్ సోఫ్ట్‌ల మీడియాలో తెగ షైరలగా మారింది. ఈ చిత్రంలో బాలీపుడ్ బ్యాటీ జాన్సీ కపుర్ రామ్ చరణ్ కు జోడిగా నటిసోంది. ఇది రామ్ చరణ్ తో చేస్తున్న తూలి తెలుగు సినిమా కావడంతో, ఈ కాంబోపై మంచి షైరల ఏర్పడింది. తెరవెనుక బుచ్చిబాబు జెట్ స్పీడ్ తో పని చేస్తున్నారు. ఇప్పటి వరకు సినిమాకు సంబంధించి 50 శాతం పైగా ఘాటింగ్ పూర్తయింది. ప్రస్తుతం షైరలగా భారీ సెట్లో యాక్షన్ సీన్ చిత్రికరణ జరుగుతోంది. ఇందులో చరణ్, జాన్సీ ఇద్దరూ పాల్టోంటున్నారు. ఘాటింగ్ బ్రేక్ సమయంలో, బుచ్చిబాబు % - 0% జాన్సీ కలిసి షైరలగా ఏంబి మాల్లో ‘హరిహర వీరమలు’ సినిమా వీక్షించిన ఫోలోలు సోఫ్ట్‌ల మీడియాలో షైరల్ అయ్యాయి. అయితే అనూహంగా తెలంగాణలో కురుస్తున్న భారీ వర్షాల కారణంగా ఘాటింగ్ తాత్కాలికంగా నిలిపియింది. యాక్షన్ ఎపిసోడ్ పూర్తిగా జెట్ కోడ్ తో చేస్తుండడంతో వాతావరణం సహకరించకపోవడం వలన బ్రేక్ ఇవ్వాలి వచ్చింది. వర్షాలు తగ్గిన వెంటనే మళ్ళీ ఘాటింగ్ ను పునఃప్రారంభించనున్నట్లు సమాచారం. ఈ సినిమా ఉత్సరంద్ర విలేజ్ స్పీట్ బ్యాక్ట్రాషన్లో రూపొందుతోంది. ఇందులో వచ్చే తైన్ యాక్షన్ సీక్వెన్స్, భారతీయ సినిమాలో ఇప్పటివరకు చూడనంత విజావల్ ట్రీట్గా ఉంటుందని తెలుసోంది. ‘రంగస్టలం’ కంబే ఇది చాలా గొప్పగా ఉంటుందని రామ్ చరణ్ స్వయంగా చెప్పడంతో ఫోల్స్ పుల్ ఖుషీగా ఉన్నారు. ఈ చిత్రాన్ని రామ్ చరణ్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా 2026 మార్చి 27న విడుదల చేయాలని చిత్ర బృందం పోన్ చేసోంది. తర్వాత సుకుమార దర్కరక్తంలో మరో సినిమా చేయనున్నాడు. ఈ కాంబోలో వచ్చిన ‘రంగస్టలం’ ఎంత పెద్ద హిట్ అయ్యందో అందరికీ తెలిసిందే. ఇకపోతే, చరణ్ ప్రస్తుతం మరో రెండు మూడు ప్రాజెక్టుల కోసం కథలు వింటున్నట్లు సమాచారం. మొత్తాన్నికి ‘పెద్ది’ సినిమాపై భారీ అంచనాలు అయితే ఉన్నాయి.

‘కింగ్డమ్’ సినిమాతో
మీ మనసులో స్థానం
సంపాదించుకుంటా

టాలీవుడ్ రోడ్ బాయ్ విజయ్ దేవరకొండ హీరోగా నటిస్టెన్సు కింగ్ డమ్ సినిమా రిలీజ్ కు రెడ్ అవుతోంది. అన్ని హంగులు పూర్తి చేసుకున్న ఈ సినిమా జాలై 31న ప్రపంచ వ్యాప్తంగా విడుదల కానుంది. దీంతో సినిమా ప్రమాణశ్లో స్నైడ్ పెంచారు మేకర్స్. ఇందులో భాగంగా శనివారం (జూలై 26) తిరువతి వేదికగా కింగ్ డమ్ ట్రైలర్ లాంఫ్ ఈవెంట్ ను గ్రాండ్ గా నిర్మిషాంచారు. హీరో విజయ్ దేవరకొండ హీరోయిన్ భాగ్యశ్రీతో పాటు చిత్ర బృందమంతా ఈ వేడుకలో సందర్భించినది. ఈ సందర్భంగా ట్రైలర్ అవిష్కరణ వేడుకలో కథానాయిక భాగ్యశ్రీ బోర్జీ మాట్లాడుతూ, “నేను చేసింది ఒక్క సినిమానే అయినా.. మీరు నా మీద చూపిస్తున్న ప్రేమకు కృత్యతలు. దర్శకుడు గౌతమ్ గారు ‘కింగ్డమ్’ సినిమాని అధ్యాతంగా తెరకెక్కించారు. ఈ సినిమాలో కీలక పాత్రలో సలించే అవకాశం రావడం సంతోషంగా ఉంది. విజయ్ దేవరకొండ గారికి తన వర్క్ పట్ల ఎంతో డిఫేషన్ ఉంటుంది. ఈ సినిమా కోసం విజయ్ పడిన కష్టాన్ని త్వరలో ప్రెక్షకులు ట్రైన్ పై చూడబోతున్నారు. అనిరుధ్ గారు అధ్యాతమైన సంగీతం అందించారు. నాగవంశి గారు ఒకే సమయంలో ఎన్నో సినిమాలు నిర్మిస్తున్నా.. ప్రతి సినిమాపై ఎంతో త్రచ్ఛ తీసుకుంటారు. జాలై 31న విదుదలవుతున్న ‘కింగ్డమ్’ మీ అందరికి సచ్చతుండని, మీ హృదయం లోపల నేను స్థానాన్ని సంపాదిస్తానని ఆశిస్తున్నాను.” అన్నారు. కాగా ప్రమాణశ్లో భాగంగా కింగ్ డమ్ మూవీ ట్రీ రిలీజ్ ఈవెంట్ ను సోమవారం (జూలై 28న) సాయంత్రం 5 గంటలకు షైదురాబాద్ యూనిఫె గూడలోని పోలీన్ గ్రాండ్ లో నిర్వహించున్నారు. . సితార ఎంబర్ట్రైన్మెంట్స్, ఫారూఖ్ న్యూ ఫోర్క్ సినిమాస్ బ్యానర్స్పై నాగవంశి, సాయి సౌజన్య సంయుక్తంగా ఈ సినిమాను నిర్మించారు. ట్రైకర స్టూడియోన్ ఈ సినిమాను సమర్పిస్తోంది. ఈ సినిమాలో మరో కీలక పాత్రలో సత్యదేవ్ నటించాడు. అనిరుధ్ అందించిన స్వాలు ఇప్పటికే చార్ట్ బస్టర్ గా నిలిచాయి.



‘మహావతార్ నరసింహా’ భియేటర్న్ పణానపుల్?

మహావతార్ నరసింహా' యానిమేటెడ్ చిత్రం ఎలాంటి అంచనాలు లేకుండా విడుదలైంది. మహా విష్ణువు దశావతారాల ఆధారంగా 'మహావతార్' సినిమాటిక్ యూనివర్స్ (ఎమ్.సి.యు) పేరుతో తొలి చిత్రంగా జ్లై 25న విడుదలైంది. కీమీ ప్రిడక్షన్స్, ప్రభ్యాత హోంబలే ఫిల్మ్ సంస్థలు సంయుక్తంగా ఈ చిత్రాలను పాన్ ఇండియా రేంజ్లో తెరకెట్టున్నారు. ఈ యానివర్స్లో భాగంగా వచ్చిన తొలి చిత్రం 'మహావతార్ నరసింహా' బాక్సాఫీన్ వద్ద మెప్పిస్తుంది. చాలాకోట్ల థియేటర్లు కూడా హాన్స్‌పుర్ అవపున్నాయి. అయితే, హరిహర విరమల్ల వల్ పెదగా ఈ చిత్రానికి థియేటర్లు దొరకలేదు. కానీ, మొదటిరోజునే మంచి టాక్ రావడంతో మెల్లిగా బాక్సాఫీన్ వద్ద జోరందుకుంటుంది. యానిమేటెడ్ రూపంలో తెరకెట్టున భారతియి చిత్రాలకు ఇంత పెడు మొత్తంలో కలక్ష్మీ రావడం ఇదే మొదటిసారని సినిమా క్రిటిక్స్ చెబుతున్నారు. 'మహావతార్ నరసింహా' విడుదలను మొదటిరోజు రూ. 1.75 కోట్ల నెట్ రాబిట్టెండి. రెండోరోజు రూ. 5.20 కోట్ల రాబట్టి రిక్కార్డ్ క్రియేట్ చేసింది. రెండురోజుల్లో ప్రపంచవ్యాప్తంగా రూ. 7 కోట్ల నెట్ కలక్ష్మీతో రిక్కార్డ్ క్రియేట్ చేసింది. ఇదే కలక్ష్మీ గ్రాన్ పరంగా చూస్తే రూ. 10 కోట్ల వరకు రాబట్టినట్లు తెలుస్తోంది. అయితే, నేడు ఆదివారం కావడంతో బుక్షమైపోలో ఏకంగా 3 లక్షలకు పైగా టికెట్లు అమ్ముడుపోయాయి. సినిమాకు మంచి టాక్ రావడంతో రోజురోజుకు టికెట్లు తెగడం పెరుగుతుందని చెప్పవచ్చు. అధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానం అభివృద్ధి చెందుతున్న తరుణంలో దాన్ని సక్రమంగా ఉపయాగించుకుంటే ఘరీతం ఎలా ఉంటుంది అన్న దానికి తాజా నిదర్శనం 'మహావతార్ నరసింహా'. నరసింహ స్వామి, భక్త ప్రపంచదుడు ఇతివ్యతాలతో ఇంతకుముందు చాలా చిత్రాలు వచ్చాయి. ప్రేక్షకులను భక్తి పొరవశ్యంలో ముంచెత్తాయి కూడా. అదే ఇతిహసంతో యానిమేషన్ అనే సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని మాత్రమే నమ్ముకొని ఈ విషయాన్ని విస్తరించాలని ప్రార్థించాడు.

250 కుటుంబాలను చంద్రబాబు దత్తత



తిరుపతి : రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్ఠాత్మకంగా తీసుకున్న పీ4 కార్యక్రమంలో భాగంగా ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు కుప్పం నియోజకవర్గంలోని 250 బంగారు కుటుంబాలను దత్తత తీసుకుంటున్నట్టు ప్రకటించారు. ఈ మేరకు బృష్టిని అధికారులు చంద్రబాబుకు అందించారు. గురువారం రాష్ట్ర సచివాలయం నుంచి పీ4 కార్యక్రమంపై మంత్రులు, ప్రజాప్రతినిధులు, జిల్లా కలెక్టర్లు, అధికారులతో ముఖ్యమంత్రి జామ్ కాస్పరెన్స్ నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పోస్టర్ ను ముఖ్యమంత్రి ఆవిష్కరించారు.”కుప్పం నియోజకవర్గానికి చెందిన 250 కుటుంబాలను దత్తత తీసుకుంటున్నాను. ఆ కుటుంబాలను అన్ని రకాలుగా అభివృద్ధి చేసే బాధ్యత నాది. మార్గదర్శ్యాలు ముందుకు రావాలని పిలివు ఇస్తున్న నేను.. చెప్పడమే కాదు.. ఆ వరంచి చూపాలని 250 బంగారు కుటుంబాలను దత్తత తీసుకుంటున్నా: ఈ కుటుంబాల అభ్యర్థుతి కోసం ప్రణాళిక రూపొందిస్తాను. ఐయామ్ ఏ మార్గదర్శి. సమాజంలో పేద-ధనికల మధ్య అంతరాలు తగ్గించే ఇలాంటి కార్యక్రమాన్ని ఎక్కడా చేపట్టలేదు. గతంలో జన్మభూమి స్వార్థితో గ్రామాలను అభివృద్ధి చేస్తే.. ఇప్పుడు పేదలను అదుకునేందుకు పీ4 అమలుకు ప్రణాళికలు చేపట్టాం. ఈ కార్యక్రమం దేశానికి ఆదర్శంగా నిలిచేలా రూపొందించాం. పేదలకు చేయాతనిచ్చే పీ4 కార్యక్రమం నిరంతరం కొనసాగుతుంది” అని ముఖ్యమంత్రి చెప్పారు. పీ4లో భాగంగా బంగారు కుటుంబాలుగా నమోదైన వారు అన్ని రకాలుగా అభివృద్ధి చెందాలి. ఇవాళీ బంగారు కుటుంబాలు.. రేపటి మార్గదర్శ్యాలుగా ఎదగాలన్నదే నా అలోచన. సాయం పొదిన సాయం చేసేందుకు ముందుకు

ప్రతిష్టాత్మక “పీ4” పథకంపై ప్రజాప్రతినిధులు, జిల్లా అధికారులతో గౌరవ ముఖ్యమంత్రి శ్రీ నారా చంద్రబాబునాయుడు నేడు సచివాలయం నుంచి వీధియొ కాన్సరెన్స్ నిర్వహించారు. ఎమ్మెల్సీలు, జిల్లా కలెక్టర్లు, నియోజకవర్గ స్పెషల్ ఆఫీసర్లు పాల్గొన్న ఈ కార్యక్రమంలో “పీ4” పథకం లోగోను ఆవిష్కరించారు.?

“అగస్టు 15 నుంచి పీ4 మొదటి విడత ప్రారంభమవుతుంది. ఈ కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేయడానికి నా దగ్గర నుంచి ఎమ్మెల్సీ వరకు పని చేయాలి. ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి నుంచి క్రైత్ర స్థాయి ఉద్యోగి వరకు కృషి చేయాలి. బంగారు కుటుంబాలను.. మార్కెటర్లులను గుర్తించే విషయంలో కొన్ని జిల్లలు ఇంకా మెరుగ్గా పని చేయాలి. వచ్చే 15 రోజుల్లో దీని కోసం గ్రామ, వార్డు సచివాలయాల స్థాయిలో కసరత్తు చేయాలి. ఎమ్మెల్సీలు ప్రత్యేకంగా తఢ్ప పెట్టాలి.” అని సీఎం సూచించారు. జూమ్ కాన్సరెన్స్ ద్వారా మంత్రులు, ప్రజాప్రతినిధులు, అధికారులతో ముఖ్యమంత్రి చర్చించారు. సీఎం సూర్యితో తాను కూడా ఐదు పేద కుటుంబాలను దత్తత తీసుకుంటున్నట్లు మదనపల్లె ఎమ్మెల్సీ ఘాజపోన్ ప్రకటించారు. ఘాజపోన్ ను ఈ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి అభినందించారు. దేశంలోనే తొలిసారిగా చేపట్టిన ఈ తరపో కార్యక్రమాన్ని సమర్థవంతంగా అమలు చేసేందుకు సహకరిస్తామని ప్రజా ప్రతినిధులు సీఎంకు పోవానిచ్చారు

**పీఎస్ ప్రైండ్రి ప్రభుత్వం.. పెట్టుబడులతో రండి
మాచిల్లా**

-ಮೆಡಿಪ್ಲಿ ತರುವಾಯ

భాగస్వామ్యం వహించాలని ముఖ్యమంత్రి కోరారు. దేటా సెంటర్ ఏర్పాటుకు సంబంధించిన అంశంలోనూ సింగపూర్ భాగస్వామ్యం అవసరమని సీఎం చంద్రబాబు అన్నారు. లాజస్టిక్ రంగంలో సింగపూర్ బలంగా ఉండని.. ప్రస్తుతం ఏపీలోనూ పోర్టుల నిర్మాణం వేగంగా జరుగుతోందని సింగపూర్ మంత్రికి సీఎం చంద్రబాబు వివరించారు. పోర్టులు, లాజస్టిక్ రంగంలో ఉత్తమ విధానాలను అనుసరించటంలో సింగపూర్ ఏపీకి సహకరించాలని ముఖ్యమంత్రి కోరారు. మానవ వసరులు, ఔన్స్ అండ్ పెక్కాలజీ, ట్రైడ్ రంగాల్లో సింగపూర్ భాగస్వామ్యం అవసరమని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు అభిప్రాయపడ్డారు. మరోషైపు గత ప్రభుత్వం హాయంలో సింగపూర్ కంపెనీలు ఎదుర్కొన్న ఇబ్బందులు, వాతీని పరిపురించే అంశంపై సింగపూర్ మంత్రి టాన్ సీ లాంగ్ తో సీఎం వర్షించారు. గతంలో జరిగిన పొరపాట్లు పునరావృతం కాకుండా రికార్డులు సరి చేసేందుకే సింగపూర్ వచ్చానని ముఖ్యమంత్రి స్పష్టం చేశారు. సింగపూర్ ఔన్ ఉన్న అభిమానంతో గతంలో హైదరాబాద్ లో సింగపూర్ టాన్ షిప్ నిర్మించామని చంద్రబాబు గుర్తు చేశారు. సింగపూర్ ను చూసే గతంలో హైదరాబాద్ లో రాత్రిపూట రోడ్సను శుభ్రం చేసే కార్యక్రమాన్ని చేపట్టామని అన్నారు. మరోషైపు ఏపీలో నవంబరు నెలలో జరిగే భాగస్వామ్య సదస్యకు హజరు కావాలని సింగపూర్ మంత్రి టాన్ సీ లాంగ్ ను సీఎం అప్పోనించారు. అంధ్రప్రదేశ్ లో గృహ నిర్మాణం, సబ్ సీ కేబుల్ రంగంలో ఏపీతో కలిసి పని చేసేందుకు ఆసక్తిగా ఉన్నామని సింగపూర్ మంత్రి టాన్ సీ లాంగ్ ముఖ్యమంత్రికి తెలిపారు. ఈ రంగంలో సింగపూర్ - ఏపీ కలిసి పని చేస్తామని వెల్డించారు. గ్రీన్ ఎనర్జీ, గృహానిర్మాణం లాంటి అంతాల్లో ప్రపంచ బ్యాంకుతో కలిసి పని చేస్తున్నామని సింగపూర్ మంత్రి ఏపీ సీఎంకు వివరించారు. గతంలో హైదరాబాద్ వచ్చి ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబుతో కలిశానని సింగపూర్ మంత్రి నాటి సంగతులను గుర్తు చేసుకున్నారు. ఈ సమావేశానికి మంత్రులు నారా లోకేష్, నారాయణ, టీజీ భరత్ సహ ఏపీ ఉన్నతాధికారులు హజరయ్యారు.

పీఎస్‌ సానిక ఎన్నికల నోటిఫికేషన్ విడుదల

ఆమరావతి : అంద్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో ఖాళీగా ఉన్న 3 ఎంపీటీసీ 2 జడ్పీటీసీ, 2 సర్పంచ్ స్థానాల ఎన్నికలకు ఇవాళ (జూలై 28)నోటిఫికేషన్ జారీ అయింది. దీంతో రామకుప్పం, కారంపూడి, విడవలారు ఎంపీటీసీ ఎన్నికలు జరుగుతాయి. పులివెందుల, ఒంబిమిట్ట జడ్పీటీసీ స్థానాలకు కూడా ఎన్నికలు జరుగబోతున్నాయి. ఇక, ఇదే క్రమంలో కొండపూడి, కడియవులంక గ్రామాల్లో సర్పంచ్ ఎన్నికలు కూడా జరుగుతాయి. ఇక, జూలై 30 నుండి ఆగష్టు 1 వరకూ నామినేషన్ స్వీకరణకు అనుమతిస్తారు. ఆగష్టు 12న ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు జరుగుసండగా, ఆగష్టు 14న ఏపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికల ఫలితాలు వస్తాయి. ఆగష్టు 10న సర్పంచ్ ఎన్నికలు .. ఉండగా, అదే రోజున ఘరీతాలు విడుదల చేస్తారు.

వైఎస్ జగన్ నెల్లూరు పర్యటన..

2026 నాటకి స్టేల్ వ్హెంట్ పూర్తి



నిర్ణయించారు.ఆంధ్రప్రదేశ్ రీఆర్డనేషన్స్ యాక్ట్, 2014లోని 13వ పెద్దుల్ ప్రకారం కడప స్టీల్స్ప్లాంట్ ఏర్పాటు చేయాలని నిర్ణయించారు. ఈ క్రమంలోనే మూడు మిలియన్ టన్సుల వారిక ఉత్పత్తి సామర్థ్యంతో రెండు దశలలో కడప స్టీల్స్ప్లాంట్ ఏర్పాటు చేయాలని నిర్ణయించారు. మొదటి దశలో ఒక మిలియన్ టన్సులు ఉత్పత్తి చేయాలని.. రెండో దశ కల్గా ఉత్పత్తి సామర్థ్యాన్ని మరో 2 మిలియన్ టన్సులకు పెంచుకోవాలని నిర్ణయించారు. ఇందుకోసం జేవెన్స్ బాబ్లూ సంస్కృతు 1100 ఎకరాల భూమిని 33 సంవత్సరాలు లీజుకు

ఇచ్చారు. ఇక కడవ స్టీల్ప్లాంట్ నిర్మాణానికి ఇప్పటికే పలుసార్లు శంకుస్థాపనలు చేశారు. 2023లో జేఎస్‌డబ్బు స్టీల్ లిమిటెడ్ భూమి పూజ చేసింది. తాజాగా జేఎస్‌డబ్బు ప్రతిపాదనలకు ఏపీ ప్రభుత్వం ఆమోదం తెలపటంతో పనులు వేగం పుంజుకొనున్నాయి. ఈ స్టీల్ ప్లాంట్ మొదటి దశ నిర్మాణం ద్వారా ప్రత్యక్షంగా 3,200 మందికి, పరోక్షంగా 25,000 మందికి ఉపాధి అవకాశాలు. లభిస్తాయని అధికారులు చెప్పున్నారు.

చెత్త తీసుకెళ్లి...బహుమతులు తీసుకోండి



సూచనలతో పొన్నారు మన్నిపాలిటీ, ఐటీసీ మద్య ఒప్పందం కుదిరింది. ఈ నేపథ్యంలో చెత్త సేకరణకు కొత్త విధానాన్ని పొన్నారు మన్నిపాలిటీలో పైలెట్ ప్రాజెక్టుగా అమలు చేయసున్నారు. ఇక్కడి నుంచి వచ్చే ఫలితాల ఆధారంగా మరికొన్ని చోట్ల ఇదే తరహ విధానాన్ని అమలు చేసే అవకాశాలు ఉన్నాయి.ఈ విధానంలో భాగంగా పొన్నారులోని సూళ్ల విద్యార్థుల నుంచి చెత్త సేకరించి వారికి ప్రోత్సాహకాలు అందించనున్నారు. పొన్నారు పరిధిలోని జిల్లా పరిపత్తి, మన్నిపాలిటీ, ప్రాథమిక పారశాలల్లో సుమారుగా 1500 మంది విద్యార్థులు చదువుకుంటున్నట్లు అంచనా. ఐటీసీ ప్రతినిధులు ప్రభుత్వ పారశాలలను సందర్శించి విద్యార్థులకు చెత్త సేకరణ, వాటి నుంచి సంపద

ఎలా స్ఫైంచవచ్చే అవగాహన కల్పిస్తారు. అలాగే ప్రతి విద్యా?రథికి ఓ సంచీని అందజేయనున్నారు. రోజూ ఉదయం పారశాలకు వచ్చే సమయంలో విద్యార్థులు ఆ సంచీలో తమ ఇంబి నుంచి పొడి చెత్తును తీసుకుని రావాల్సి ఉంటంది. అలా తీసుకువచ్చిన పొడిచెత్తును తూకం వేసి.. ఆ బరువు ప్రకారం విద్యార్థులకు ప్రోత్సాహకాలు అందిస్తారని పొన్నారు మున్నిపొలిటీ అధికారులు తెలిపారు. లాగే మున్నిపొలిటీలోని ప్రతి ఇంబికి వెళ్లి మున్నిపొలిటీ అధికారులు, ఐటీనీ ప్రతిష్ఠింథలు చెత్త సేకరణ, ఉపయోగాలపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పిస్తారు. అలాగే సేకరించిన తడిచెత్తును సేంద్రీయ ఎరువుగా మార్చే ప్రయత్నం చేస్తామని పొన్నారు మున్నిపొలిటీ అధికారులు తెలిపారు.

10 మంచికే అనుమతి!

విజయవాడ: వైఎస్‌ఆర్‌సీపి అధ్యక్షుడు,

ప్రభుత్వం మరోసారి కక్ష సాధింపు చర్యలకు దిగింది. వైన్ జగన్ ఏ పర్యటన చేపట్టినా జనం ప్రభంజనంలా తరలి రావడాన్ని చూసి ఓర్చులేక చంద్రబాబు నేత్తెత్తుంటోని కూటమి సర్చారు.. అధికారాన్ని అడ్డం పెట్టుకొని జనాన్ని నియంత్రించాలని చూస్తోంది. ఇందులో భాగంగా ఈనెల 31వ తేదీన గురువారం వైన్ జగన్ నెల్లారు పర్యటనపై అంక్షలు విధించింది. కేవలం పది మండికి మాత్రమే అనుమతి అంటూ పోలీసులతో నోటీసులు ఇప్పించింది చంద్రబాబు సర్చారు. వైన్ జగన్ హాలీప్పాడ్ వద్ద కేవలం పది మండి మాత్రమే ఉండాలని నోటీసుల్లో పేర్కొంది. వైన్ జగన్ నెల్లారు పర్యటనలో భాగంగా జైల్లో ఉన్న వైఎస్ఐస్ నీపి నేత కాకాసితో వైన్ జగన్ ములాళత్ కానున్నారు. ఇక్కడకు కూడా జనం రాకూడదని అంక్షలు విధించింది. అదే సమయంలో మాజీ ఎమ్ముల్చీ వైఎస్ఐస్ నీపి నేత ప్రసన్నకుమార్ రెడ్డి నివాసినికి వైన్ జగన్ వెళ్లి క్రమంలో కూడా జనానికి అనుమతి లేదని పోలీసులు నోటీసుల్లో పేర్కొన్నారు. కేవలం కాన్యాయులకు మాత్రమే అనుమతి ఉండని, జనం పది మండి మించి రావడానికి వీల్కేదని నోటీసుల్లో సుప్పుం చేశారు. జగన్ వస్తున్నారంటే జనం తండ్రోపతండ్రాలుగా వచ్చే అవకాశం ఉండటంతో కూటమి సర్చారు భయప్రాంతులకు గురొపుతుంది., అందుకే అంక్షలతో వైన్ జగన్ జనాభిమాన్ని అర్థకోవాలని చూస్తున్నారని వైఎస్ఐస్ నీపి మండిపడుతోంది. అప్పుడు హాలీప్పాడ్ కు అనుమతి లేదంటూ..

జులై 28న వైవన్ జగన్ చేపట్టాల్చిన నెల్లురు పర్యటనకు సైతం అ?ద్వంకులు సృష్టించింది కూటమి సర్హదు. హాలీప్యాడ్కు అనుమతి ఇవ్వకుండా కుటులకు తెరలేపింది. గత నెల 27న వైవన్ జగన్ పర్యటన కోసం వైవస్సార్సిసీపీ నేతలు దరఖాస్తు చేశారు. ఆ సమయంలో హాలీప్యాడ్కి అనుమతి ఇవ్వకుండా అడ్డంకులు కల్గించారు. ఇప్పుడు పది మంది మాత్రమే రావాలంటూ ఆంక్షల పర్యావ్రమి తెరపైకి తెస్తు మరోమారు నోటిసులు ఇప్పుడం వైవన్ జగన్ పర్యటనను ఏదో రకంగా అడ్డుకోవాలని చూడటమేనని వైవస్సార్సిసీపీ ట్రేణలు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నాయి.

‘ಕಾಲೆಜ್‌ಲು ಖೂಳ್‌’ ಅಂಟೂ ಪ್ರಚಾರಂ..

-ముద్దిపేజీ తరువాయ

తెచ్చిన సంస్కరణల కారణంగా 2025-26 విద్య సంవత్సరంలో దాదాపు 18 శాతం మేర అడ్డిషన్లు పెరిగాయి. %ఖణ ఖాజు% దేటా ఈ విషయాన్ని స్పష్టం చేస్తాంది. ఈ నెల 31వ తేదీ వరకు అడ్డిషన్లు కొనసాగుతాయి. ప్రకాశం జిల్లా కనిగిరి వంటి మారుమాల ప్రాంతాల్లోని కళాశాలల్లో సైతం అడ్డిషన్లు రెట్టింగు కావడం ప్రభుత్వ విద్యా వ్యవస్థాపై ప్రజల్లో పెరిగిన నమ్మకానికి నిదర్శనం. విద్యార్థులు, అధ్యాపకుల్లో మానసిక షైర్ప్యాన్ని దెబ్బతిసే తప్పుడు రాతలపై ప్రభుత్వం చట్ట పరంగా చర్యలు తీసుకుంటాంది. ఈ మేరకు షైసీఫీ మీడియా, నేతల్పత్తి రాష్ట్ర విద్య, ఐటీ శాఖల మంత్రి నారా లోకేష్ హాచ్‌రించారు. అంధ్రప్రదేశ్ బ్రాండ్సు లక్ష్మీంగా చేసుకుని పెట్టుబడులు ఆకర్షించేందుకు సీఎం నారా చంద్రబాబు నాయుడు, మంత్రులు పి. నారాయణ, నారా లోకేష్, టీటి భరత్తెతోపాటు పలువురు ఉన్నతాధికారులు సింగహర్లో పర్యాలిస్టున్నారు. ఆ క్రమంలో ఈ ప్రతినిధి బృందం పర్యాలిన బిభిన్న బిభిగ్గా సాగుతోంది. జూలై 31వ తేదీన ఈ పర్యాటన ముగించుకుని సీఎం చంద్రబాబు బృందం స్వదేశానికి తిరిగి రానుంది. మరోషైపు గత అనెంబ్లీ ఎన్నికల్లో కూటమికి పట్టం కడుతూ అంధ్రప్రదేశ్ ఓటరు స్పృష్టమైన తీర్పు ఇచ్చారు. దీంతో చంద్రబాబు సారథ్యాలో కూటమి ప్రభుత్వం కొలువు తీరింది. అనంతరం గత ప్రభుత్వ హాయాలో చోటు చేసుకున్న పలు కుంభోజాలను వెలికి తీసే ప్రయత్నాలను కూటమి ప్రభుత్వం చేపట్టంది. అలాంటి వేళ.. చంద్రబాబు సారథ్యాలోని కూటమి ప్రభుత్వాన్ని లక్ష్మీంగా చేసుకుని షైసీఫీకి చెందిన మీడియా అస్యత కథనాలకు తెర తీసిందనే వాదన వినిపిసోంది.

మారనున్న బిర్డ్‌కల్

కర్నాలు : కర్నాలు జిల్లాలోని ఓర్వకర్లు సమాపంలో ఉన్న నేపసల్ ఓపెన్ ఎరియా రేంజ్ టెస్ట్ రేంజ్లో లాంచ్డ్ ప్రైసిఫన్ గైదెడ్ మిష్ట్లీట్ క్రూ షైట్ ట్రియల్స్‌ను డీఆర్కీడీవి విజయవంతంగా నిర్వహించింది. భారత రక్షణ సామర్థ్యాలను బలోపేతం చేసే దిగగా ఒక ముఖ్యమైన ప్లెలురాయిగా భావిస్తున్నారు. డిఫెన్స్ రిసర్చ్ అండ్ డెవలప్మెంట్ ఆర్డర్సేసెప్సన్ అంధ్రప్రదేశ్లోని కర్నాలు జిల్లాలో ఈ విజయాన్ని రక్షణ మంత్రి రాజ్యసాధ్య సింగ్ సోపల్ మిాడియా లో ప్రకటించారు. కర్నాలుజిల్లా ఓర్వకర్లు మండలం, పాలకొలను సమాపంలో నేపసల్ ఓపెన్ ఎరియా రేంజ్ ఉంది. జూంబీ అనేది అత్యాధునిక రక్షణ సాంకేతికతలను పరీక్షించడానికి డీఆర్కీ డీస్ ఉపయోగించే కీలక సౌకర్యం, ఇది గతంలో ప్రై-ఎనర్జీ లేజర్ ఆధారిత డైరక్టెడ్ ఎనర్జీ వెపన్స్ పరీక్షలకు కూడా ఉపయోగించబడింది. జబితాప్ల్యా-ఎలె షైట్ ట్రియల్స్ విజయవంతంగా పూర్తయ్యాయి, ఇది భారత్ కు చెందిన డ్రోన్-లాంచ్డ్ ప్రైసిఫన్ ప్రైక్ సామర్థ్యాలలో ఎంతో కీలకమైనది. సిరీస్లో మూడు తెలిసిన వేరియంటలు ఉన్నాయి. డీఆర్కీ డీస్ టెర్మినల్ బాల్సిస్టిక్స్ రిసర్చ్ లాబోరేటరీ ద్వారా అభివృద్ధి చేసిన ప్రాడక్షన్ వేరియంట్ బహుళ వార్పొడ్ కావ్యిగ్రసేపన్లలో ఉంటుంది. ఎక్స్పోండెడ్ రేంజ్ వేరియంట్, ఇమేజింగ్ ఇన్ఫ్రారెడ్ సీకర్ , ద్వాయల్-త్రస్ట్ ప్రాపల్ను సిస్టమ్లలతో మెరుగైన ఫీచర్సు కలిగి ఉంది. ఈ వేరియంట్ ను 2025లో ప్రశాపించారు. ఈ మిష్ట్లీట్ సిస్టమ్ తేలిక్కనది, ఖచ్చితమైనది, వివిధ ఏరియల్ ప్లాట్ఫామ్లలతో అనుకూలంగా ఉంటుంది, ఇది ఆధునిక యుద్ధాలలో వ్యాపారాత్మక సౌలభ్యాన్ని అందిస్తుంది. అదానీ గ్రూప్ , భారత్ డైనమిక్స్ లిమిటెడ్