

కెసిఆర్ కు సిట్ పిలుపు

సమయం: నేటి మధ్యాహ్నం గం. 3
వయస్సు రీత్యా విచారణ స్థలం ఎంపిక చాయిన్ ఆయనదే

- ▶ జూబ్లీహిల్స్ పోలీసు స్టేషన్కు రావచ్చు
- ▶ హైదరాబాద్ లోని మరే చోటిసైనా సూచించవచ్చు
- ▶ జైలులో ఉన్న పోలీసు అధికారుల వాంగ్మూలాల ఆధారంగా కెసిఆర్‌ను విచారించవలసి ఉంది : సిట్
- ▶ కెసిఆర్‌కు నోటీసులపై బిఆర్ఎస్ శ్రేణుల ఆగ్రహం



ದೊಂಬರಿ

ప్రమాదంలో మేడిగడ్డ

- » రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి కేంద్రం హెచ్చరిక
 - » కేటగిరి 1 ప్రమాదకర డ్యామ్ గురించి
 - » పాస్ మాన్ సూన్
- తనిఖీల్లో లోపాలు బట్టబయలు

పుదయం, హైదరాబాద్ బ్యూరో : మెడిగడ్ ప్రాజెక్టుకు కేంద్రం రెడ్ అల్టర్ జారీ చేసింది. కెటగిరి 1 ప్రపంచదేశ ద్వాయ్గా మెడిగడ్ గుంపునింది. గతేడాది హెన్స్ వాన్ ముసన్ తనిఖీల్లో కేంద్రం అనేక లోపాలను గుర్తించింది. వాటిని పరిష్కరించకపోతే ప్రపంచదేశ గురువారు ప్రభుత్వానికి వాచ్మనికలు జారీ చేసింది. మరొకవైపు ఇప్పటికీ మెడిగడ్ బ్యారీటిక్ కుందానికి, ప్రభుత్వ జ్ఞానానా భగిని నష్టం వాల్చిల్లడని పిసి నిర్ధాన, సన్నపెట్ట ప్రధాన కార్యదర్శి పిసి హోప్ కమిషన్ నివేదిక నిగ్గ తెల్చింది. ముఖ్యంగా నికరల్ ఫైల్స్, మెయిండ్లని నింప గుర్తు పాల్చివేయాలిందని, పని పూర్తయిన తర్వాత కాఫ్డర్స్ గుంపును లోకంబంకపాపవంత్ నిల్వ ప్రసానాల్లో మార్చాలని 20వ పిల్లర్ కుంగిన తర్వాత ఆధారాలను లోకంబంకపాపవంత్ దుకు కూడా ప్రయత్నాలు జరిగాయని విజిలెన్స్ అవేరించింది. యా.4.6.3 క్లెట్టుకు అంతరాలను సహించి, బ్యాటిక్ నిర్ధానం పూర్తి కాకమండి పూర్తయినట్లు ధ్రువీకరణ పత్రం కొరడపెట్ట కూడా గతలో విపరణ జరిగింది. కాగా 2023, ఆక్టోబరు 21న మెడిగడ్ బ్యాటిల్స్ ని ఏడో భాకు కుంగింది.

మిగతా 2లో

పేరు సూపర్



వ్యవసాయంతో పాటు తయారీ రంగంలోనూ తెలంగాణ 5 శాతం వాటాను నమోదు చేసింది. బిటి, ఫైనాన్స్ సేవల్లో కొద్దిగా, మహారాష్ట్ర, తమిళ నాడులతో కలిసి తెలంగాణ... దేశంలో 40 శాతం వాటాను కలిగి ఉంది. ఏవ స్టార్టప్లలో తెలంగాణ 7 శాతం వాటాతో దూసుకుపోతున్నది. వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న నగరాల్లో జాబ్స్ కోసం హైదరాబాద్ నాలుగో స్థానంలో నిలిచింది. 2035 నాటికి హైదరాబాద్ జిడిపి 201.1 బిలియన్ డాలర్లకు చేరుతుందని ఆర్థిక సర్వే అంచనా వేసింది. మున్సిపల్ బౌండ్స్ జారీలో కూడా హైదరాబాద్ అగ్రస్థానంలో నిలిచింది. సాగు విస్తీర్ణం పెరుగుదల కేవలం అవశర చర్యతోనే కాకుండా, గ్రూవింగ్ ఆర్థిక వ్యవస్థను కూడా బలోపేతం చేస్తోందని నవేదా పేర్కొంది.

అతిపెద్ద లిప్త ఆంగ్లవేదిక ప్రాజెక్టుగా పెరుగాందిన కాశీశ్రీరంధ్రా గతంలో ఎదాగారి ఉన్న ప్రాంతాలను కూడా సాగునీరు అందింది.

వీటితో పాటు.. చెక్ డ్యామ్లను నిర్మాణం, కాలువల ఆధునకరణ డ్యారా చిల్లపవరి భూములను కూడా నీరు చేరుతోంది. వీటి ప్రయోజనం.. సాగు భూమి విస్తీర్ణం అధికంగా పెరిగింది. ఇటీవల ప్రవేశపెట్టిన భూ బాంధగతం అధికారికంగా ప్రక్షాళన, రెవెన్యూ, రిజిస్ట్రేషన్ విభాగాల ఏకీకరణతో భూ రాయజమానులను స్పష్టత పడింది. ఇది రైతులకు భూ హక్కును మరింత సమర్పవంతంగా సాగు చేసుకునేలా ప్రోత్సహించింది.

పురందర, హైదరాబాద్ బ్యూరో : ఛోస్ ట్యాపింగ్ కేసులో విచారణకు నేడు (శుక్రవారం) మధ్యాహ్నం మూడు గంటల కు రావాలని ప్రత్యేక దర్యాప్తు బృందం(సీబీ) ఓటికేఆర్ అండ్ సోన్, మాజీ ముఖ్యమంత్రి కుమార్తె కుమార్తె నందీపతి రావు (కెసిఆర్) నేతీయను ఇచ్చింది. సీబీ అధికారులు గురువారం నేడుగా హైదరాబాద్ నందినగర్లోని కేజీఆర్ నినాసాని కి వెళ్లి ఆరున ఏపీకు నేతీయను అందజేశారు. నేడు మధ్యాహ్నం 3 గంటలకు విచారణకు సిద్ధం కావాలని కోరాడలని నేతీయను వేర్వేన్యారు. 65 ఏళ్లు పైదేదం దృష్ట్యా కేజీఆర్ కు విచారణ సమయంలో సీపీసీ హాజరు ప్రత్యేక మిన హాయినిచ్చినాడారు. జ్యూజీబీలో సీపీసీ రావొచ్చు లేదం టి. హైదరాబాద్ నందినగర్ ప్రాంతాన్ని సూచించే ముచ్చసని ఆ నేతీయను సీబీ అధికారులు వేర్వేన్యారు. **మంగళ 28**

రాజకీయ కక్ష : హరీశ్ రావు
దురుద్దేశం లేదు : మహేశ్ గౌడ్
 సిట్ ముందు నిజాత్ చెన్నూరి : వివే శ్రీనివాస్
 ఎన్నికలు ఉన్నందునే : కవిత, ఒయుల్ సాదత్ కుమార్

ఇప్పుడే రాలేను

మున్సిపాల్స్ ముగిసిన తరువాతనే విచారణ చేపట్లండి

ఫామ్ హౌజ్ కైనా రావచ్చు : సిటీ కు కెసిఆర్ లేఖ

పురయం, హైదరాబాద్ లో : ఢోన్ ల్యూసింగ్ కేసులో సీడ్ అధికారులు జారీ చేసిన నోటీస్ సేకరించే సేపిం కేసులో సుందించారు. ఈ పేరుకు గురువారం రాత్రి సీడ్ అధికారులకు కేసులో తేల్చి రావారు. మున్సిపల్ ఏర్వీకులు, నామినేషన్ వద్దం కొనసాగిస్తున్న కే నేడు ఏ మరణకు హాజరు కాలేనని పేర్కొని పేర్కొన్నారు. తరువాత సుముందుగా గానన కొరారు. ఎర్ర వెల్లిలోని ఫామిన్ హాల్ లోనే విచారణ చేసుకోవచ్చని తెలిపారు. రేపటి విచారణకు నాయుడూ పేరుగాని విచారణ చేశారు. మున్సిపల్ ఏర్వీకుల ప్రతినిధులు ముగిసిన తర్వాత విచారణ చేపట్టాలని కొరారు. నాథుల కేసులో విచారణకు సహకరిస్తానని కొరారు. ఇదిలా ఉండే కోశేశ్వరం ప్రాజెక్టు అక్రమంగా దర్వాజు విడుదల చేసిన జ్యుస్టిస్ వీసీ ఘోష కమిషన్ విషయంలోనూ కోశేశ్వర్ ఇదే తరహాలో వ్యవహరించారు. 2025 జూన్ లో విచారణకు రావాలని కమిషన్ కేసులోనే నేర్చినందు ఇన్ కొంత సుముందుగా కాలాని కోశేశ్వర్ కొరారు. దానికి కమిషన్ నైపురం అంగీకరించినది. తాజాగా ఢోన్ ల్యూసింగ్ కేసులోనూ సీడ్ ఇదే తరహాలో గడుపు ఇస్తుందా? లేక నేడు విచారణ చేపడుతుందా? అనేది ఉత్సాహంగా నాదించినది

స్పీకర్ నుంచి
పిలుపు రాలేదు
ఖైరతాబాద్ ఎమ్మెల్యే దానం



పుదయం, హైదరాబాద్ బ్యూరో :
పార్టీ ఫిరాయింపు కేసు వ్యవహారంలో విచారణకు రావాల్సిన అసెంబ్లీ స్పీకర్ నుంచి తనను ఎలాంటి ఆదేశాలు రాలేదని ఖైదీ తాబాద్ ఎమ్మెల్యే దానం నాగిరెడ్డి సుప్రీం చీఫ్ న్యాయాధికారిని సమీక్షించి తనను వ్యక్తిగతంగా హాజరు రుకావాలని స్పీకర్ నుంచి ఇప్పటి

మిగతా 2లో



సంక్షోభ తరణానికి

సంస్కరణలు

ఊర్ధ్వ వృద్ధి.. పతన రూపాయి,
 తయారీ రంగం పెరగడమే శరణ్యం : ఆర్థిక సర్వే

న్యూఢిల్లీ (ఉదయం ప్రతినిధి) జనవరి 29 : ఆర్థిక మంత్రి సర్వేపల్లి రామారావును గురువారం ఆర్థిక సర్వే 2025-26ను నిర్వహించేందుకు ప్రవేశపెట్టారని ఆర్థిక రాష్ట్రసభలో కూడా మంత్రి సర్వేపల్లి ప్రకటించారు. ప్రపంచ ఆర్థిక రాజకీయాలను నొక్కిబట్టి, భారతదేశం ఓడిసారి మారడానికో, స్పృంట్ (వేగంగా పరుగుత్రింపు) చేకరాకపోతే భార్యాపవలన పరిస్థితిలు ఉన్నాయని, సర్వేను ప్రవేశపెట్టడం సీతారామారావు స్వాగతించారు. సర్వే, బాణీజ్ ఆసమయల్గులు, భౌగోళిక రాజకీయాల అంశాలను, ఏని యోగం పవలీ వర్ష ప్రభావాల తదితర కీలక అంశాలను సర్వే పవలీరింపింపిం. కేంద్ర బడ్జెట్ పనులబ్జుకు ముందు ఆర్థిక సర్వేను ప్రవేశపెట్టడం ఆనామయితగా పవ్నాం. గత నవవర్షర కాలంలో దేశ ఆర్థిక పవలీరింపిం. రాధోని నవవర్షరంలో ఆర్థికంగా ఏదరయ్యే సవార్షును ముందుగా గానీ అంపనా పవలీ చెప్పేదీ ఈ ఆర్థిక సర్వే. ఆర్థిక మంత్రిత్వశాఖా చెరిన ఆర్థిక భవ్షరాల రాజ్ఞలోని ఏర్పి విభాగం ఈ సర్వేను దాహించింపిం. 1950-51 నవవర్షరం ముందు ఆర్థిక సర్వేను బడ్జెట్లో పాపి ప్రవేశపెట్టినా, 1960 ర్వార్షిక బడ్జెట్కు ముందు ప్రవేశపెట్టే సందభాలం మెదలెం. జిడిపి వర్ష, రూపాయ



లు వపడిపోవడం నుంచి ప్రభుత్వ రంగ సంస్థల
ట్టుబడుల ఉపసంహరణ (డిన్ ఇన్వెస్ట్మెంట్) వరకూ
దు కీలక అంశాలను ఆర్థిక సర్వే 2025-26 పట్టిచూ
ంది.

పినియూల నుంచి పెట్టుబడుల ఉపసంహరణ
 ధర్మ పెట్టుబడుల ఉపసంహరణను చేసేందుకు ప్రభుత్వం
 స్టేట్ ప్రభుత్వ కమిటీలో 26తాతం ప్రభుత్వ యాజమాన్యం
 ణ్ణే చాలని నిర్ణయనాన్ని మార్చాలని ప్రభుత్వం పరిగణ
 న్నోందని నర్త్య పట్టి మాపింది.

మిగతా 2లో

ఒబిసిలు ఇతరులా?

- ▶ కులగణనలో విజెపి కుట్ర
 - ▶ ఖండించని బిఆర్ఎస్
 - ▶ రౌండ్ టేబుల్ సమావేశంలో
- తెలంగాణ జాగ్రత్తి అధ్యక్షురాలు కవిత**



పురుషం, హైదరాబాద్ బ్యూరో : కేంద్రంలోని ఓటీసీవీ సర్కార్ కుగంజం విషయంలో దేశ ప్రజలను మోసం చేస్తోందని తెలియజేసి జగ్గుపిల్ల అధ్యక్షులూ కలెక్టరుకూ కవిత ఆరోపణ చేశారు. దేశవ్యాప్తంగా ట్వీట్లలో నిరసనచలవతోపాటు జనరల్ టీవీ జనగణన దాక్కుమోసం చేస్తోందంటూ... గతంలో ఉన్న మారిగానే ఎన్ని, ఎన్ని కేటగిరీ పెట్టి ఓటిసీ, ఇతర కులాలను ఉత్తరంలోని అవి పొందేలా పాల్గొని విమర్శించారు. దింట్ కులం కులాలని కేరళ ఓటిసీ ఉప కులాల ముఖ్యత తీవ్ర అన్యాయం జరుగుతుందని ఆమె ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.

మిగతా 2లో

మేడారం ప్రగతికి కృషి చేస్తాం

- » ఇది దేశంలోనే అతిపెద్ద గిరిజన జాతర
 - » మేడారం జాతర శాస్త్ర అభివృద్ధి కి కృషి
 - » మీడియా సమావేశంలో
- రాష్ట్ర మంత్రులు పొంగులేటి, సీతక్క

தமிழக அரசின் சிறப்பறிக்கை - மீளாய்வு



మేడారం, జనవరి 29 (శుభదయం ప్రతినీధి) : మేడారం నున్న వ్యవసాయకానికి మహా జాతరలో భక్తుల రాకను గమనించే ఎవ్వరుదూరం జేరినాకా పెరిగిందని దొర్లు తెలిపాడు. హానింగ్, నునూదార పౌర సంబంధాల కార్య మం పొందరలెట్టి శ్రీనివాస రెడ్డి తెలిపాడు. మేడారం వీడియోలో మంత్రి మూల్యుతూ గురుదయం వరదానాపురం 80 లులందరినీ భక్తుల దర్శనం చేసుకునా రాక, నున్నక్క గొర్రెపెట్టి వచ్చే నమయూనిక్ ఈ సంబంధానికి మించే సేవకాశం ఉందని గుడికాపుల అంబం చేసే నున్నట్లు వెల్లడించాడు. తిరిగి దొర్లు తెలిపాడు అంబం దేక్, మేడారం పట్టణ, పట్టిస్తే తదితర పౌరుల రాస్తా.

నాని పెద్ద సంఖ్యలో భక్తులు మేడారానికి తరలివచ్చినానని తెలిపారు. భక్తులకు ఎలాంటి ఆసక్తి ర్యం కలగకుండా ప్రభుత్వం అన్ని ఏర్పాట్లను నిరంతరం చర్యవేత్తీ స్టాండ్స్ మంత్రి స్వస్థం చేశారు.

మేడారా శాశ్వత అభివృద్ధికి 70 ఏకరాల విస్తీర్ణం

మేడారం జాతర శాశ్వత అభివృద్ధి కోసం ఇప్పటికే 29 ఏకరాల భూమిని సేకరించామని, మరో 41 ఏకరాల భూసేకరణ ప్రక్రియ కొనసాగిందని మంత్రి తెలిపారు. మొత్తం గా నమూనా 70 ఏకరాల విస్తీర్ణంలో శాశ్వత మౌలిక సదుపాయాలు ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు చెప్పారు. ఈ ప్రాంతంలో శాశ్వతంగా కాణిటిలు, పంక్షన్ హాల్స్, మరిన్ని మరుగుదొడ్లు, స్నానపు గదులు ఏర్పాటుచేయనున్నట్లు వివరించారు.

దగ్గిణ భారత్ కు అంబేద్కర్గా పేరొందిన మేడారం జాతర ప్రాధాన్యతను మరింత పెంచేందుకు బాసర నుంచి భద్రాచలం వరకు రూ.2.50 కోట్ల వ్యయంతో

ప్రభుత్వం శ్రీకారం చుట్టిందని మంత్రి తెలిపారు. గోదావరి పరిపాలక ప్రాంతంలో ప్రముఖ ఆలయాల అభివృద్ధిలో మేడారం అందోన్నా కూడా భాగంగా చేర్చు నున్నట్లు ఆయన ప్రకటించారు.

ఇంపన్లు వాగులో ఏడాది పొడవునా నీరు ఉండేలా చర్యలు తీసుకుంటూవున్నామని మంత్రి తెలిపారు. ఇంకోసం రామన్న-లక్ష్మవరం-ఇంపన్న వాగు వరకు పైవైన్ల ద్వారా నీటిని తరలిస్తూ ప్రాజెక్టును ముఖ్యమంత్రి రేలంజి రెడ్డి ప్రకటించారు, వాగుపై చెక్ డాములు నిర్మించి శాశ్వత నీటి నిల్వకు ప్రణాళిక రూపొందిస్తామని మంత్రి చెప్పారు. మేడారం ప్రాంతానికి ఇప్పటికే ఒక సముగ్ర మహాసరై పైన్ నిర్మిస్తున్నందున, దాని ప్రకారం అంతరత్ రోడ్ అభివృద్ధి, ఎకే పార్కుల ఏర్పాటు, పర్యాటక సౌకర్యాల ఏర్పరణ చేపట్టుతున్నట్లు మంత్రి విల్లెదియారు. దుష్ప్రచారాల ను నమృద్దగ్గని విజెజ్జ - మంత్రి సీక్రెట్ సోఫ్ట్ మీడియాలో వస్తున్న దుష్ప్రచారాలను నమృద్దగ్గని భక్తులకు మంత్రి విజెజ్జ చేశారు.

మిగతా 2లో



సంపాదకీయం

దేశ ఆర్థిక వృద్ధి రేటు ఈ సంవత్సరం 7.4 శాతం వద్ద ఘనంగా ఉండే గలదని ఆర్థిక సర్వే నివేదిక చెబుతున్నది అదే సమయంలో రూపాయి విలువ పతనమై భయోత్పాతాన్ని కలిగిస్తున్నది. ఈ నెలలో డాలర్ తో భారతీయ రూపాయి విలువ ఎన్నడూ లేనంతగా పడిపోయి రూ.92.24 కి చేరుకున్నది. అంతర్జాతీయ మార్కెట్ కలెక్టి అయిన డాలర్ తో రూపాయి పతనం అన్ని కరెన్సీల వస్తువుల దిగుమతి ఖర్చును పెంచివేస్తుంది. పెట్రోల్ అవసరాలకు అత్యధికంగా దిగుమతులపై ఆధారపడుతున్న పరిస్థితుల్లో, నిరుద్యోగం నానాటికీ ప్రబలుతున్న సమయంలో వృద్ధి రేటు ఎంత ఘనంగా ఉన్నా ధరలు దిగి రాక, కంచం ఖాళీగా ఉండి కడుపులు నకనకలాడుతూ ఉంటాయి. అందుచేత 300

2026 ఆర్థిక సంవత్సరంలో భారత్ 7.4 శాతం వృద్ధిని సాధిస్తుంది. 2027లో ఈ వృద్ధి 6.8 - 7.2 మధ్య ఉంటుంది. క్రమబద్ధీకరణ సంస్కరణలు కొనసాగించడం, పెట్టబడులు పెంచాలని పైవేటు రంగానికి మళ్ళీ విజ్ఞప్తి చేయడం ద్వారా దీనిని సాధ్యం చేయవచ్చు వర్తమాన ఆర్థిక సంవత్సరంలో ఇండియా 7.3 శాతం వృద్ధిని నమోదు చేస్తుందని అంతర్జాతీయ ద్రవ్యనిధి సంస్థ అంచనా వేసింది. అదే సందర్భంలో ఈ సంవత్సరానికి భారత్ 7.2 శాతం వృద్ధిని సుసాధ్యం చేసుకుంటుందని వరల్డ్ బ్యాంకు భావిస్తోంది. 2027 ఆర్థిక సంవత్సరంలో 6.4 శాతం వద్ద మన వృద్ధి పరిమితమవుతుందని ద్రవ్యనిధి సంస్థ, 6.5 శాతం వద్ద ఆగుతుందని ప్రపంచ బ్యాంకు జోస్యం చెప్పాయి. తయారీ రంగం బలం పుంజుకుంటే కొంత కాలానికి రూపాయి బలహీనత అవుతుంది.

ఆర్థిక సర్వే - 2026 నివేదికలో చీఫ్ ఎకనామిక్ అడ్వైజరీ వి అనంత నాగేశ్వరన్

ట్రేలియన్ డాలర్ల ఆర్థిక వ్యవస్థ అని గొప్పలు మార్కెట్లను విశేషంగా ఆకర్షిస్తున్నాయి. మౌలిక చెప్పుకొని ఏమి లాభం? పరిస్థితులలో పేను సదుపాయాలు దారుణంగా కొరవడడం, తగినంత

తయారీ రంగం డీలా!

మార్కులు రావాలి. రూపాయి బలం పెరిగి అది బాగా పుష్కలంతం కావాలి అని ఈ ఏడాది ఆర్థిక సర్వే చెప్పింది. అభివృద్ధి చెందిన దేశాలన్నీ తయారీ రంగం శిఖరం ఎక్కిన తర్వాత బాగుపడాయని వివరించింది. ఎగుమతులు భారీగా పెరిగిన దేశమే దిగుమతులను తట్టుకొంటుందని చెప్పింది. అందుచేత దారుణంగా పడిపోయిన తయారీ రంగాన్ని బాగు చేసుకోవాలి. ఇక్కడ కూడా చైనాయే సవాలుగా తయారయింది. దాని చౌక ఉత్పత్తులు ప్రపంచ

రుణం అభివృద్ధిపాదం నాణ్యతలో పోటీ పడ లేకపోవడం మన తయారీ రంగాన్ని బాధిస్తున్న ప్రధాన సమస్యలు. దేశంలో గల కార్మికుల్లో 80 శాతం మంది అవ్వనీకృత రంగంలోనే ఆరకార వేతనాలతో పని చేస్తున్నారు. వారి నైపుణ్యాలను పెంచి వారిని సద్వినియోగంలోకి తెస్తే తయారీ రంగం మెరుగుపడుతుంది. అందరినీ అన్నింటినీ మన కేంద్ర ప్రభుత్వం స్పార్డపర పైవేటు రంగానికి అప్పగించి చేతులు దులుపుకొంటున్నది. ఇది

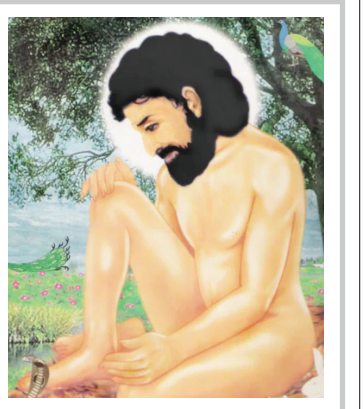
వేమనపద్యం

అన్ని దానములను అన్నదానమే గొప్ప

కన్నతల్లికంటే ఘనములేదు

ఎన్న గురునికన్న నెక్కుడ లేదయ

విశ్వదాభిరామ! విమరవేమ!



రచనలు పంపండి



పుడయం సాహిత్య పేజీ 'ఉష' కు సాహిత్య వ్యాసాలు, కవితలు, విమర్శలు పంపించాలని రచయితలకు ప్రత్యేకంగా విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాం. అలాగే సంపాదకీయం పుటకు రాజకీయ ఆర్థిక, సామాజిక, సాంస్కృతిక తదితర రంగాలపై వ్యాసాలను పంపించవలసిందిగా కోరుతున్నాం. వాటిని ఈ కింది ఈమెయిల్ కు పంపించాలని మనవి. voodayam2007@gmail.com website : www.voodayam.com Editor : 9247698676 1-7-25/5, Risalagadda, RTC X Roads, Hyderabad - 500020



ఆఖరి నిరాహార దీక్ష

1948 జనవరి 13న మధ్యాహ్నం సుమారు 12 గంటలకు గాంధీజీ రెండు డిహాండతో నిరాహార దీక్షలో కూర్చున్నారు. మొదటి డిహాండ్ పాకిస్తాన్కు భారత్ విభజన ఒప్పందంకు సంబంధించిన మిగిలిన రూ.55 కోట్లు ఇవ్వాలి, రెండోది దిల్లీలో ముస్లింలపై జరుగుతున్న దాడులు ఆగాలి. దీనికి ముందు గాంధీ తన రోజువారీ పనులను పూర్తి చేశారు. సెల్లూ, పబ్లిక్, ఆజాద్ లిట్ ఆయన సుదీర్ఘ చర్చలు జరిపారు. కొంతమంది బిర్లా హౌస్ పచ్చిక బయళ్లలో గుమిగూడారు. 'వైష్ణవ జి' తో తేనె కహీమ తో పాటు, ఆయనకు ఎంతో ప్రీయమైన భజనను, శ్లోకాలను పాడారు. తర్వాత ఖుర్ఆన్ మరియం గురు గ్రంథ్ సాహిబ్ చివరి అమరణ నిరాహారదీక్ష ప్రారంభించారు. ఎవరంతగా ప్రాధేయపడినా ఆయన తన దీక్ష వ్యవస్థలేదు. చివరకు భారత ప్రభుత్వం దిగివచ్చి పాకిస్తానుకు 55 కోట్ల డబ్బు ఇవ్వడానికి అంగీకరించింది. 1948 జనవరి 18న ఒక శాంతి కమిటీ ఏర్పాటైంది. ముస్లింలు దిల్లీలోని తమ ఇళ్లలోకి వెళ్లవచ్చని, హిందువులు, సిక్కుల ఆక్రమణ నుంచి మనీదులను విడిపిస్తామని, ఆక్రమ కట్టాల నుంచి ముస్లింల ప్రాంతాలను విడిపిస్తామని, ఇళ్ల నుంచి భయంతో వెళ్లిపోయిన ముస్లింలు తిరిగి రావడానికి హిందువుల నుంచి ఏలాలి అభ్యంతరం ఉండదని ఆ కమిటీ మహాత్మా గాంధీకి హామీ ఇచ్చింది. హిందూ, ముస్లిం, సిక్కు వర్గాల నాయకులను సఖ్యంగా ఉండటానికి కట్టుబడి ఉన్నామని ఆయనవద్ద ప్రమాణం కూడా చేశారు. జనవరి 18న మధ్యాహ్నం 12.45కు మౌలానా ఆజాద్ ఇచ్చిన నారింజ రసం తాగిన మహాత్మా గాంధీ తన నిరాహార దీక్షను విరమించారు. కానీ ఈ మొత్తం వ్యవహారంలో గాంధీ పట్ల మహాత్మానుల ద్వేషం బలపడింది. మత ప్రాతిపదికన పాకిస్తాన్ ప్రత్యేక దేశం ఏర్పాటుకు గాంధీ వ్యతిరేకిస్తున్నారని ముస్లింలు భావించగా, ముస్లింల వేదంపులపై ప్రతికారం తీర్చుకునేందుకు గాంధీ తమకు అడ్డుపడుతున్నాడని హిందు తీవ్రవాదులు భావించారు. ఈ నేపథ్యంలో గాంధీ హత్యకు దారితీసినది హిందు - ముస్లింల మధ్య నెలకొన్న కలహాలే అనే వాదన బలంగా ఉంది. ఈ క్రమంలోనే నాథూరాం గాడ్సే పథకం ప్రకారం 1948 సంవత్సరం జనవరి 30వ తేదీ నాడు బిర్లా మండ్రి ప్రార్థన మందిరం మైదానంలో హత్య చేయడం జరిగిందని స్పష్టమయింది. గాంధీ సమృతితో కాంగ్రెస్ లోని ఆగ్రేసే తలు అంతా కలిసి దేశాన్ని చీలితలు - పేలికలుగా మార్చారని, దేశ విభజనకు సమృతి తెలిపి పెద్ద కుమారుడు వంటి గాంధీ భారత దేశానికి ద్రోహం చేయడం ద్వారా ఆయన తన ధర్మాన్ని సేరచేర్చడంలో ఘోరంగా విఫలం అయ్యాడని, అన్ని అంశాలు పరిగణనలోకి తీసుకున్న తర్వాతనే తుది నిర్ణయానికి వచ్చానని, అందుకే తానే గాంధీని కాల్చి చంపానని .. గాడ్సే కోర్టులో వివరించాడు. స్వతంత్ర భారతదేశంలో ఉపతీరుబడిన మొదటి వ్యక్తిగా గాంధీని చంపిన నాథూరాం విషయకే గాడ్సే చరిత్రలో నిలిచి పోయాడు.



సంగంజబ్బు 9440595494

కేంద్ర ఉద్యోగాల్లో బీసీలకు దగా

భారత ప్రభుత్వ పర్యవే అండ్ ట్రయినింగ్ విభాగం (డీవోపీటీ) 8 సెప్టెంబర్ 1993 నాడు జారీ చేసిన ప్రభుత్వ ఉత్తర్వు 36012/22/93/ఎస్టాబ్లిష్మెంట్ (ఎస్సీసీ) ప్రకారం కేంద్ర ప్రభుత్వ ఉద్యోగాల్లో సామాజిక, విద్యాపరంగా వెనుకబడిన వర్గాలకు (ఓబీసీ)లకు 27 శాతం రిజర్వేషన్లు అమలవుతున్నాయి. అంటే దాదాపు 32 ఏండ్లకు పైగా దేశంలో రిజర్వేషన్లు అమలవుతున్నాయి. గతవారం ఇదే శాఖ ప్రకటించిన తమ వార్షిక నివేదికలో 'ఏగ్రూప్ ఉద్యోగాల్లో బీసీ ఉద్యోగుల శాతం 19.14 శాతంగా ఉన్నది. ఇందులో జనరల్ కోటాలో ఎంపికైన బీసీలు కూడా ఉంటారు. అంటే 27 శాతం రిజర్వేషన్లు అమలు ఎంత ఫార్మ్ గా ఉన్నదో అర్థమవుతున్నది. బీసీలు దగ్గరకు గురవుతున్నారా తెలుస్తున్నది. 2024-25 సంవత్సరానికి గాను డిపార్ట్మెంట్ ఆఫ్ పర్యవే అండ్ ట్రయినింగ్ (డీవోపీటీ) శాఖ ప్రకటించిన ఈ వార్షిక నివేదికలో చాలా ఆశ్చర్యం గొలిపే, బీసీలు అన్యాయం చేసిన అంశాలు కనబడుతున్నాయి.

శాతం. గ్రూప్ 'సి'లో 27.29 శాతం, గ్రూప్ 'సి' (సానిటీషన్ వర్కర్స్)లో 21.51 శాతం ఓబీసీలు ఉద్యోగులుగా ఉన్నారు. ఒక్క గ్రూప్ 'సి' (చప్రాస్)లో తప్ప ఎక్కడా కూడా చట్ట ప్రకారం హక్కుగా దక్కాల్సిన 27 శాతం ఉద్యోగాలు బీసీలకు దక్కడం లేదు. ఈ అన్ని పోస్ట్లలోనూ 'ఓపెన్ కోటా'లో ఉద్యోగాలు పొందినవారు, ప్రమాప్తు పొందిన బీసీలు కూడా ఉంటారు. దీనినిబట్టి ఇన్స్పెక్షన్లు అమలవుతున్నాయి. గతవారం ఉద్యోగ నియమావళిలో జరుగుతున్న అర్థం చేసుకోవాలి. నిజానికి 13 ఫిబ్రవరి 2014లో జారీ చేసిన ఉత్తర్వుల ప్రకారం ప్రతి నియమావళి కమిటీలో ఎస్సీ, ఎస్టీ, ఓబీసీల ప్రతినిధులు ఉండాలనే నిబంధన పెట్టారు. అయితే ఈ నిబంధన ఎంత పక్కపొడిగా అమలువుతున్నది సంతోషం! ఒక వేళ అమలుచేసినా తమకు అనుకూలమైన వారిని కమిటీలో నియమించి వారి ద్వారా అన్యాయం చేస్తున్నారనేది ఈ అంశాల ద్వారా కనబడుతున్నది. అదే సమయంలో 2019 జనవరి నుంచి అమలువుతున్న 'అర్థికంగా వెనుకబడిన

అందులో 101 పోస్టులను అర్హులు లేరంటూ ఖాళీగా ఉంచారు. రిజర్వు కేటగిరీలోని మిగిలిన 606 ఉద్యోగాల్లో 162 ఎస్సీ, 63 ఎస్టీ, 303 ఓబీసీ, 78 ఇడబ్ల్యూఎస్ వర్గాలలో భర్తీ చేశారు. అర్హత లేదు అని ప్రకటించే ఉద్యోగాలు దాదాపు అన్ని రిజర్వు వర్గాల వారివే ఉంటాయి. అదే విధంగా 'ఇడబ్ల్యూఎస్' కోటా కింద నింపే ఉద్యోగాల్లోనూ ఎల్లాంటి కోత లేకుండా వారికి అందరు అర్హులు లభిస్తారు. ఇక్కడ గమనించాల్సింది ఏమిటంటే గత 32 సంవత్సరాలుగా ఓబీసీలకు రిజర్వేషన్లు అమలవుతున్నప్పటికీ వారికి హక్కుగా దక్కాల్సిన 27 శాతం రిజర్వేషన్లు దక్కడం లేదు. గ్రూప్ 'ఎ'లో ఓబీసీల ఉద్యోగులు 22807 (19.14 శాతం), గ్రూప్ 'బి'లో 79,952 (21.95 శాతం) మాత్రమే ఉన్నారు. మొత్తం కేంద్ర ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు 32,52,152 మంది ఉండగా అందులో ఓబీసీలు 8,55,900 (26.32 శాతం) ఉన్నారు. 2018లో మొత్తం ఉద్యోగుల సంఖ్య 32,58,663 ఉండగా అందులో ఓబీసీ ఉద్యోగులు 7,03,017 (21.57 శాతం) ఉన్నారు. ఉద్యోగులను నియమించే చిట్టా, వారికి శిక్షణ ఇచ్చే చిట్టా, వారి పెన్షన్ వ్యవస్థ



వర్గాల' (ఇడబ్ల్యూఎస్) వారి సమాచారాన్ని ఈ నివేదికలో పేర్కొనలేదు. పదిశాతం 'ఇడబ్ల్యూఎస్' రిజర్వేషన్తో పాటుగా 50 శాతం జనరల్ కోటాలో కూడా 'ఓబీసీ'లను నియమించుకుంటున్నారనేది తెలుతెల్లం. ఎస్సీ, ఎస్టీలకు అన్యాయం జరిగినప్పుడు వారి తరఫున ఎంపిక చేసేంది. అట్లాగే రక్షణ శాఖలో మరో 1925 మందిని ఎంపికచేసింది. ఇట్లా మొత్తం 7999 ఉద్యోగాలకు గాను 3122 ఉద్యోగులను ఎస్సీ, ఎస్టీ, ఓబీసీ, ఇడబ్ల్యూఎస్ వారి కోసం రిజర్వు చేశారు. ఈ రిజర్వు చేసిన వాటిలో కేవలం 2924 ఉద్యోగాలను మాత్రమే భర్తీ చేశారు. అందులోనూ 115 మంది ఓపెన్ కోటాలో ఎంపికయ్యారు. డీవోపీటీ దాదాపు 80 మంత్రిత్వ శాఖలు, విభాగాల కోసం వివిధ సంస్థల ద్వారా (యూపీఎస్సీ, స్టాఫ్ సెలక్షన్ కమిషన్) ద్వారా నోటిఫికేషన్లు జారీ చేసి ఉద్యోగులను ఎంపిక చేసి వారికి శిక్షణ ఇస్తుంది. ఈ శాఖ ద్వారా 2023-24 సంవత్సరానికి గాను 1420 ఉద్యోగాలను ప్రకటించి కేవలం 1266 మందిని ఎంపిక చేసింది. తగిన అర్హతలు గల అభ్యర్థులు లేరని (అని చెబుతూ) 154 ఉద్యోగాలను భర్తీ చేయలేదు. భర్తీ అయిన దాంట్లో 707 ఉద్యోగాలు వివిధ వర్గాలకు రిజర్వు చేయగా

హారాలను చూసేది డివోపీటీనే అయినప్పటికీ వారికి వివిధ మంత్రిత్వ శాఖలు సమాచారం ఇవ్వడంలో అలసత్వం చూపుతున్నారని నివేదికలో వాపోయింది. ఇట్లా అలసత్వం ప్రదర్శించే శాఖలు అధిపతులు కచ్చితంగా అధిపత్యకూలం వారే అయి ఉంటారు. ఈ రెక్కలు ఇప్పడం మాండేటే చేయడమే గాకుండా, అట్లా ఇవ్వడానికి నిరాకరించిన వారి పై డిస్మిసరీ చర్యలు తీసుకున్నట్లయితే అసలు నిజాలు వెలుగులోకి వస్తాయి. బీసీ ప్రధాని, అధిక సంఖ్యలో ఓబీసీ మంత్రులు అని భావించుకున్న భారతీయ జనతాపార్టీ ప్రభుత్వం ఇప్పటికైనా ఈ ఉద్యోగ నియమావళి ప్రకటించిన పారదర్శకంగా చేసి, ఓబీసీ బ్యాకలాగ్ ఉద్యోగాలను స్పెషల్ డ్యూటీ ద్వారా భర్తీ చేయాలి. అంతే గాకుండా నియమావళిలో ఆక్రమాలకు పాలిడిన వారిని, 'నాట్ ఫౌండ్' సూటబుల్' అని నాకులు చెప్పే వారిపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలి. 80 మంత్రిత్వ శాఖలకు సంబంధించి సంవత్సరానికి నాలుగైదు వేళా ఉద్యోగాలను మాత్రమే కేంద్రం భర్తీ చేస్తున్నది. ఆ ప్రభుత్వం ఖాళీగా ఉన్న అన్ని ఉద్యోగాలను నింపాలి.



డా. సంగేశ్ బి.వి.ఎస్ 9849220321

వోట్ బిజీ పనిలో ఉండగా మొబైల్ మోగుతుంది. చూస్తే ఏదో సంబరం నుంచి కాల్, ఎత్తితే- 'మీకు కారు లోన్ కావాలా... లేదా మీ కారుపై లోన్ తీసుకోవాలనుకుంటున్నారా?' అని ప్రశ్నలు మొదలౌతాయి. ముందు సంస్కారణకు అంగీకారం మార్కెట్లో సారే లేదా గుడ్ ఈవెనింగ్ అన్నా ఆ తర్వాత ఆడిగ్ ప్రశ్న అదే. ఒక్క కార్ల విషయంలోనే కాకుండా బ్యాంకు అకౌంట్, రియల్ ఎస్టేట్, ఇన్సూరెన్స్ లాంటి ఎన్నో విషయాలపై ఇలాంటి కాల్స్ వస్తుంటాయి. ఈ కాలంలో ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నారో తెలియదు. తెలిసినదల్లా తమ సంస్థ అందిస్తున్న వ్యాపార సదుపాయాల గురించి చెప్పడమే. తమ ఉత్పత్తుల, సేవల ప్రచారం కోసం వ్యాపార సంస్థలకు చౌకగా దొరుకుతున్న సదుపాయం ఇదే. దీని వల్ల వ్యాపార వృద్ధి జరుగుతోందని అన్ని సంస్థలు ఒప్పుకుంటున్నాయి. ఫోన్ కాల్ పరిధిని వారిలో 45 % కు పెంచారు. 65 % కు పెంచేవి ఇలాంటి కాల్స్ రాని మొబైల్ ఉండదేమో అనేది అతితయోక్తి కాదు. ఆ కాల్స్ చేసేవారికి ఎవరికి ఫోన్ చేస్తున్నార

జాతీయం - అంతర్జాతీయం

సాంకేతికత మనుషులకు ప్రత్యామ్నాయం కాదు: మోదీ

వృధయం, ఎయంఎస్ :
బడ్జెట్ సమావేశాల్లో భాగంగా గురువారం ప్రధాని నేపథ్యంలో, ఆదాయపు పన్ను చెల్లింపుదారులు సుదీర్ఘ కోరికల జాబితాతో ఎదురుచూస్తున్నారు. వారి అజెండాలో ప్రధానమైంది పన్ను ఊటలు. ఆర్థిక మంత్రి నిర్భలా సీతారామన్ ఫిబ్రవరి 1వ తేదీన పార్లమెంటులో ప్రవేశపెట్టనున్న బడ్జెట్ పై అంచనాలు అధికంగా ఉన్నాయి. నూతన పన్ను విధానం కింద సమూల మార్పులు అందించిన గత ఏడాది బిగ్ బ్యాంగ్ బడ్జెట్ తర్వాత ఈ అంచనాలు మరి అధికమయ్యాయి. నూతన పన్ను విధానం కింద గత ఏడాది బడ్జెట్లో రూ. 12 లక్షల వరకూ ఆదాయపు పన్నును మినహాయున్నట్లు ప్రభుత్వం ప్రకటించింది. అంతేకాదు, వేతనం పొందే ఉద్యోగులకు రూ. 7.5వేల తగ్గింపును ప్రకటించింది. అలాగే, సెక్షన్ 87ఎ రాయితీని రూ. 2.5వేల నుంచి రూ. 60 వేలకు పెంచి, అనేకమంది మధ్యతరగతి పన్నుచెల్లింపుదారులకు దాదాపుగా సున్నా పన్ను ఉండేలా హామీ ఇచ్చింది. నూతన పన్ను

అది శుభసాధికమన్నారు. రీపార్ట్స్ వెబ్సైటు హెడ్స్ ఫామ్ అంటూ బడ్జెట్ టైమ్స్లో మాట్లాడారు. ప్రస్తుతం భారత్ రీపార్ట్స్ ఎక్స్ ప్రెస్లో ముందుకెళ్తుందని, ఎంతోకాలంగా పెండింగ్లో ఉన్న సమస్యలకు పరిష్కారం లభిస్తోందని చెప్పారు. అలాగే సాంకేతికత మనుషులకు ప్రత్యామ్నాయం కాదని మోదీ అన్నారు. “రాష్ట్రపతి ప్రసంగం ప్రజల ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ప్రతిబింబించింది. ప్రపంచానికి భారత్ ఆశాకిరణం. అన్నిరంగాల్లో అభివృద్ధి దిశగా భారత్ దూసుకెళ్తోంది. వికసిత్ భారత్ కోసం ఎంపీలు కృషి చేయాలి. పెండింగ్ సమస్యలకు పరిష్కారాలు లభిస్తుండటంతో భారత్ను సుస్థిరదేశంగా ప్రపంచం చూస్తోంది. ట్రేడ్ డిల్తో కొత్త మార్కెట్ అవకాశాలు అందుబాటులోకి వస్తాయి. వాటినుంచి తయారీదారులు లబ్ధి పొందాలని కోరుతున్నాను. ఈయూలోని

27 దేశాలకు నాణ్యమైన ఉత్పత్తులు అందించాలి” అని పేర్కొన్నారు. “మనం టెక్నాలజీతో పోటీపడతాం. దానిని అందిపుచ్చుకుంటాం. దాని సామర్థ్యాన్ని అంగీకరిస్తాం. అయితే అది మనుషులను భర్తీ చేయలేదు” అని అన్నారు.



పాత పన్ను విధానానికి ఆర్థిక మంత్రి స్వస్తి చెప్పనున్నారా?

న్యూఢిల్లీ, జనవరి 29 :
కేంద్ర బడ్జెట్ 2026 సమీక్షిస్తున్న నేపథ్యంలో, ఆదాయపు పన్ను చెల్లింపుదారులు సుదీర్ఘ కోరికల జాబితాతో ఎదురుచూస్తున్నారు. వారి అజెండాలో ప్రధానమైంది పన్ను ఊటలు. ఆర్థిక మంత్రి నిర్భలా సీతారామన్ ఫిబ్రవరి 1వ తేదీన పార్లమెంటులో ప్రవేశపెట్టనున్న బడ్జెట్ పై అంచనాలు అధికంగా ఉన్నాయి. నూతన పన్ను విధానం కింద సమూల మార్పులు అందించిన గత ఏడాది బిగ్ బ్యాంగ్ బడ్జెట్ తర్వాత ఈ అంచనాలు మరి అధికమయ్యాయి. నూతన పన్ను విధానం కింద గత ఏడాది బడ్జెట్లో రూ. 12 లక్షల వరకూ ఆదాయపు పన్నును మినహాయున్నట్లు ప్రభుత్వం ప్రకటించింది. అంతేకాదు, వేతనం పొందే ఉద్యోగులకు రూ. 7.5వేల తగ్గింపును ప్రకటించింది. అలాగే, సెక్షన్ 87ఎ రాయితీని రూ. 2.5వేల నుంచి రూ. 60 వేలకు పెంచి, అనేకమంది మధ్యతరగతి పన్నుచెల్లింపుదారులకు దాదాపుగా సున్నా పన్ను ఉండేలా హామీ ఇచ్చింది. నూతన పన్ను



విధానాన్ని స్వీకరించిన పన్నుచెల్లింపుదారులు ప్రముఖంగా లాభపడగా, పాత పన్ను విధానంలో ఉన్నవారు ఖాబాలు, తగ్గింపులు లేదా మినహాయంపులను అందుకోలేదు. నూతన పన్ను విధానం కింద పదే పదే ఖాతా ఊటలను ఇస్తుండడం, పాత పన్ను విధానాన్ని ప్రభుత్వం అంతిమంగా ఎత్తివేస్తుందా లేక చివరే ఊటలు ఇచ్చి దానిని సజీవంగా ఉంచుతుందా అని అనేకమంది పన్ను ధానాన్ని సృష్టించా ముందుకు తీసుకువచ్చింది. సెక్షన్ 80సీ, సెక్షన్ 80డి వంటి తగ్గింపులు, సెక్షన్ 24(బి) కింద ఇంటి రుణ వడ్డీ, ఎస్ఐఎస్ ప్రయోజనాలను గత కొన్ని ఏళ్లగా సవరించలేదు. నూతన విధానం కింద పదే పదే ఖాతా ఊటలను ఇస్తుండడం, పాత పన్ను విధానాన్ని ప్రభుత్వం అంతిమంగా ఎత్తివేస్తుందా లేక చివరే ఊటలు ఇచ్చి దానిని సజీవంగా ఉంచుతుందా అని అనేకమంది పన్ను ధానాన్ని సృష్టించా ముందుకు తీసుకువచ్చింది. సెక్షన్ 80సీ, సెక్షన్ 80డి వంటి తగ్గింపులు, సెక్షన్ 24(బి) కింద ఇంటి రుణ వడ్డీ, ఎస్ఐఎస్ ప్రయోజనాలను గత కొన్ని ఏళ్లగా సవరించలేదు. నూతన విధానం కింద పదే పదే ఖాతా ఊటలను ఇస్తుండడం, పాత పన్ను విధానాన్ని ప్రభుత్వం అంతిమంగా ఎత్తివేస్తుందా లేక చివరే ఊటలు ఇచ్చి దానిని సజీవంగా ఉంచుతుందా అని అనేకమంది పన్ను ధానాన్ని సృష్టించా ముందుకు తీసుకువచ్చింది.

అజిత్ పవార్ అంత్యక్రియలు పూర్తి

ముంబై, జనవరి 29 :
ఘోర విమాన ప్రమాదంలో మరణించిన మహారాష్ట్ర ఉపముఖ్యమంత్రి అజిత్ పవార్ అంత్యక్రియలు గురువారం ఉదయం ముగిశాయి. ప్రభుత్వ లాంఛనాలతో అజిత్ పవార్ అంతిమ సన్మానాలు నిర్వహించారు. కేంద్ర మంత్రులు అమిత్ షా, నితిన్ గడ్కరీ, మహారాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి దేవేంద్ర ఫడ్నెస్, డిప్యూటీ ముఖ్యమంత్రి ఎన్కనాద్ కుండే, ఎపి మంత్రి నారా లోకేశ్ తదితరులే ఇందులో పాల్గొన్నారు. భారీ అక్షున వచ్చిన ఎస్పీఎస్ కర్ణలు అభిమానులు తమ నేతకు కన్నీటి వీడ్చేలా తెలిపారు. అజిత్ పవార్ భార్య పద్మాలు? ముంబై, జనవరి 29: మహారాష్ట్ర ఉపముఖ్యమంత్రి అజిత్ పవార్ మహారాష్ట్రం లో ఖాళీ అయిన పదవులను ఎవరు స్వీకరిస్తారనే సస్పెన్స్ సాగుతోంది. నిజానికి పవార్ అంత్యక్రియలు పూర్తి కాక ముందు నుంచే



రాజకీయ వారసులెవరనే చర్చ వినిపిస్తోంది. ఈ నేపథ్యంలో అజిత్ పవార్ భార్య సునేత పవార్ ను ఉప ముఖ్యమంత్రిగా ఎంపిక చేసే అవకాశమున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈ మేరకు మహారాష్ట్ర కులమి నేతలతో కూడా చర్చలు జరుగుతున్నట్లు కథనాలు వినిపిస్తున్నాయి. నిజానికి సునేత్రా పవార్ రాజకీయాలకు కొత్త కాదు. ప్రస్తుతం ఆమె రాజ్యసభ ఎంపికా ఉన్నారు. ఒకవేళ ఆమెకు ఆ పదవి ఇస్తే, ఆమె ఎంపిక పదవిని వదులు చేసి, భారామణి నియోజకవర్గం నుంచి పోటీ చేయవలసి ఉంటుంది. దీనితో పాటుగా ఎస్పీఎస్ అధ్యక్ష ప్కాలను కూడా ఆమె ఆపగలిగిందని పార్టీ నాయకులు కోరుతున్నారని తెలుస్తోంది.

కాంగ్రెస్ అగ్రనాయకత్వంతో సంతృప్తి



న్యూఢిల్లీ, జనవరి 29 :
సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకుడు, ఎంపీ శశి ధూర్ గురువారంనాడు రెండు గంటల పాటు కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు మల్లిఖార్జున ఖర్గే, లోక్ సభ ప్రతిపక్ష నాయకుడు రాహుల్ గాంధీతో భేటీ అయ్యారు. గత కొన్ని నెలలుగా కాంగ్రెస్ పార్టీతో ధూర్ నకు సంబంధాలు దెబ్బతిన్న విషయం తెలిసిందే. అసెంబ్లీ ఎన్నికల కోసం పూర్వోపసం ఖరారు చేసినందుకు ఢిల్లీలో అలిసిపోయిన కాంగ్రెస్ కమిటీ (ఐఎస్సీ)తో కేరళ అగ్రనాయకులు గతవారం సమావేశం అయిన తర్వాత మిరువసంతృప్తం ఎంపీ ఈ కీలక సమావేశానికి గ్రెగారీ అవకాశం ఏర్పడిన అసం తృప్తల అసంతరం ఈ సమావేశం జరిగింది. రాష్ట్ర కాంగ్రెస్ నాయకులు ఆయన గ్రెగారీని తప్పు చేసే చూపినప్పటికీ, అనేకమంది వ్యాఖ్యలు మాత్రం వెలువడ్డాయి. దీనితో ధూర్ అగ్రహారాన్ని భావనకు వచ్చినట్లు వార్తలు తెలుస్తోంది. తాజా సమావేశం సందర్భంగా, ఆయన అవసరం పార్టీకి ఎంతో ఉందని, కేరళ కాంగ్రెస్ ను సంబంధించిన అన్ని నిర్ణయాలలో నూ ధూర్ ను విశ్వసనీయత తీసుకుంటామని రాహుల్ గాంధీ చెప్పినట్లు కాంగ్రెస్ వర్గాల కథనం. ఈ సమావేశంలో రాహుల్ గాంధీనే

ఎక్కువ మాట్లాడారని, పార్టీకి ధూర్ అవసరం ఉందని, ఆయన కేరళ అసెంబ్లీ ఎన్నికలలో కాంగ్రెస్ నేతృత్వంలోని యుడిఎఫ్ ధరుషున ప్రచారం చేయాలని కోరినట్లు చెప్పారు. కేరళకు సంబంధించి అన్ని ప్రధాన నిర్ణయాలు నూ ధూర్ కు తెలియచేస్తామని ఆయనకు హామీ ఇచ్చినట్లు చెప్పారు. కాంగ్రెస్ కమిటీ పని చేసి, కేరళకు గెలవాలని రాహుల్ అతడికి తెలిపినట్లు ఆ వర్గాలు వెల్లడించాయి. పార్లమెంట్ హౌజ్ లో ఖర్గేతో సమావేశం పూర్తయిన తర్వాత అగ్రనాయకులు గతవారం సమావేశం అయిన తర్వాత తెలిపారు. పార్టీ వర్గాల ప్రకారం, పార్టీలో తాను ఎదుర్కొంటున్న సమస్యల గురించి ధూర్ వివరణ ఇచ్చినట్లుగా మాట్లాడారు. ఇటీవల కొద్దిలో రాహుల్ గాంధీ ప్రారంభించిన భారీ మహాసభ చాయిత్తో తనకు జరిగిన అవమానం గురించి నిర్దిష్టంగా చెప్పినట్లు వర్గాల కథనం. రాహుల్ ఉపనాన్నాన్ని ప్రారంభించినప్పుడు వేదికపై ఉన్న నాయకుల విధ్వంసానికి ప్రస్తావించి, ధూర్ పేరును మిగిల్చుకున్నారు. కేరళ ఎంపీసీ ఇన్ ఛార్జ్ డిపా మున్ కేరళ ఐఎస్సీ ఇన్ ఛార్జ్ కాంగ్రెస్ ప్రధాన కార్యదర్శి కెనెజేబు గోపాల్ కు తన అసంతృప్తిని ధూర్ తెలిపారు. ఇప్పటివరకూ జరిగినందుకు మరచిపోవద్దని గాంధీ ఆయనను కోరారు. కేరళకు గెలుచుకో

ఎన్కౌంటర్లో ఇద్దరు మావోయిస్టుల మృతి



గురువారం నాడు చత్తీస్ గఢ్ లోని బిజాపూర్ జిల్లాలో భద్రతా సిబ్బందితో జరిగిన ఎన్కౌంటర్లో కనీసం ఇద్దరు నక్కలైట్లు మరణించినట్లు ఒక పోలీసు అధికారి తెలిపారు. జిల్లాలోని దక్షిణ ప్రాంతంలో గల అడవులలోకి నక్కల్ వ్యతిరేక ఆపరేషన్ నిర్వహించేందుకు జిల్లా రిజర్వ్ గార్డ్ బృందం ఉదయం 7 గంటలకాల్కులు, ప్రతికాల్కులు ప్రారంభమయ్యాయని ఆ అధికారి తెలిపారు. ఇప్పటివరకూ, ఇద్దరు మావోయిస్టుల మృతదేహాలను, ఒక వెటె 47 రైఫిల్ ను, ఒక 9 ఎంఎం పిస్టల్ ను, ఆయుధాలను, పేలుడు పదార్థాలను ఎన్ కౌంటర్ జరిగిన ప్రదేశం నుంచి స్వాధీనం చేసుకున్నారు. ఆపరేషన్ ఇంకా కొనసాగుతోందని ఆయన అన్నారు. నేటి చర్చతో ఈ ఏడాది రాష్ట్రంలో 22 మంది మావోయిస్టులు మరణించారు. జనవరి 3వ తేదీన, బస్తర్ ప్రాంతంలో రెండు ఎన్కౌంటర్లలో వంద్యులు గుమరిం మావోయిస్టులను భద్రతాదళాలు హతం చేశాయి. గత ఏడాది, చత్తీస్ గఢ్ లో భద్రతా దళాలతో జరిగిన ఎన్కౌంటర్లలో మొత్తం మొత్తం 285 మంది మావోయిస్టులు మరణించారు. వామపక్ష తీవ్రవాదాన్ని నిర్మూలించేందుకు కేంద్రం మార్చి 31వ తేదీ గడువుగా నిర్దేశించింది.

Study in the UK!

APRIL INTAKE OPEN! FOR INTERNATIONAL STUDENTS

DE MONTFORT UNIVERSITY LEICESTER

University of Leicester

University of Sunderland

Buckinghamshire New University

UL Law

UNIVERSITY of GREENWICH

University of Chester

University of Roehampton London

Middlesex University London

Apply Now for April Intake!

Book Free Counselling with Us Grads Universe International Educational Consultancy +91 63017 26400 www.gradsuniverse.com | Address: RTC X Roads, Hyderabad

గులాబీ గూటికి చేరిన చైర్మన్ అభ్యర్థి పాపిశెట్టి రాము



కల్వకుర్తి, వుదయం

అమనగల్లు మున్సిపాలిటీ కి చెందిన ప్రముఖ సంఘ సేవకులు పాపిశెట్టి రాము గురువారం మాజీ ఎమ్మెల్యే జైపాల్ యాదవ్, రాష్ట్ర షర్డ కమిషన్ చైర్మన్ గౌరీ శ్రీనివాస్ రెడ్డి, మిషన్ భగీరథ రాష్ట్ర మాజీ వైస్ చైర్మన్ డబ్బుల

బి. ఆర్. ఎస్ 11వ వార్డు అభ్యర్థిగా తరనుం నామినేషన్ నారాయణపేట, వుదయం



జిల్లా కేంద్రంలోని వార్డ్ నంబర్ 11 నుండి చహీదా తరన్నుమ్ (జాకీర్ హాజర్) గురువారం నామినేషన్ దాఖలు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో తాజుద్దీన్ తింగిడి సహాయంతో కలిసి నామినేషన్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో తాజుద్దీన్ తింగిడి, జాకీర్ హుస్సేన్, హాజరీ గులాం, దస్తగిరి చాంద్, రియూజుద్దీన్, రంగరెడ్డి మొహమ్మద్ ఇలియాస్ లతోపాటు తదితరులు ఉన్నారు.

29వ వార్డు నుండి నామినేషన్ వేసిన టీఆర్పి అభ్యర్థి మామిడి శ్రీకాంత్

భూపాలపల్లి, వుదయం

భూపాలపల్లి మున్సిపాలిటీ ఎన్నికల్లో ఈరోజు 29వ వార్డు నుండి తెలంగాణ రాజ్యాధికార పార్టీ అభ్యర్థిగా మామిడి శ్రీకాంత్ నామినేషన్ దాఖలు చేయించారు. ఈ కార్యక్రమానికి తెలంగాణ రాజ్యాధికార పార్టీ భూపాల పల్లి జిల్లా అధ్యక్షుడు రవి పటేల్ ముఖ్యంగా హాజరై నామినేషన్ ప్రక్రియను పర్యవేక్షించారు. అనంతరం ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సమావేశంలో రవి పటేల్ మాట్లాడుతూ, భూపాలపల్లి మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని అన్ని వార్డులలో తెలంగాణ రాజ్యాధికార పార్టీ తరపున రేపు నామినేషన్లు దాఖలు చేయనున్నట్లు తెలిపారు. ఇంకా పార్టీ తరపున పోటీ చేయాలనుకునే ఆశావాహాలు ఎవరైనా ఉంటే వెంటనే తమను సంప్రదించాలని కోరారు. భూపాలపల్లి పట్టణ అభివృద్ధి సాధించాలంటే, అవినీతి నిర్మూలన జరగరావంటే అది కేవలం టీఆర్పి పార్టీతోనే సాధ్యం అని స్పష్టం చేశారు.

అంగన్వాడి సమస్యలపై పూనెం కృష్ణసమీక్ష సమావేశం..



భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా, వుదయం

భద్రాచలం గ్రామపంచాయతీ కార్యాలయంలో సర్పంచ్ హసెం కృష్ణ అధ్యక్షతన భద్రాచలం అంగన్వాడీలలో ఉన్న సమస్యలపై అంగన్వాడీ టీచర్స్ తో సమక్ష సమావేశం నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా పలు కాల నిలలోని అంగన్వాడీ టీచర్స్ వివిధ సమస్యలను సర్పంచ్ కృష్ణ దృష్టికి తీసుకురావడం జరిగింది. ప్రతి సమస్యపై కృషిచేసేందుకు నేను సిద్ధం గా ఉన్నానని, ప్రతి అంగన్వాడీ కేంద్రానికి సౌకర్యాలను నిర్మించేందుకు ప్రయత్నం చేస్తున్నట్లు ఆయన తెలిపారు. సర్పంచ్ హసెం కృష్ణ కు వార్డు మెంబర్లకు అంగన్వాడీ టీచర్లు శాలువాతో సన్మానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అంగన్వాడీ సీడిపిఓ జ్యోతి 3వ వార్డు మెంబర్ బొంత రమణ, 10వ వార్డు మెంబర్ నిట్టా రాజు, 13వ వార్డు మెంబర్ తాటి ఉదయ గ్రామపంచాయతీ సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బీఆర్ఎస్ 8వ వార్డ్ కౌన్సిలర్ అభ్యర్థిగా చాంద్ పాపా



సత్తుపల్లి, వుదయం

సత్తుపల్లి మున్సిపాలిటీ 8వ వార్డు కౌన్సిలర్ అభ్యర్థిగా బీఆర్ఎస్ తరపున చాంద్ పాపా తన నామినేషన్ పత్రాలను ఎన్నికల రిటర్నింగ్ అధికారికి సమర్పించారు.

పేట డి పి ఆర్ ఓ రషీద్ జన్మదిన వేడుకలు

నారాయణపేట టౌన్, వుదయం

నారాయణపేట జిల్లా డిపీఆర్ ఓ ఎంపి రషీద్ జన్మదిన వేడుకలను గురువారం వైభవంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కార్యాలయ సిబ్బంది శివ శంకర, అనిల్ తో కలిసి కేక్ కట్ చేసి జన్మదిన వేడుకలను జరుపుకున్నారు.



పార్టీ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు తీన్వార్ మల్లన్న ప్రవేశపెట్టిన మేనిఫెస్టో అవినీతి నైన మున్సిపాలిటీలు, ప్రజలకు నిజాయితీగా సేవ చేసే పాలన అందించడమే లక్ష్యంగా ఉండవచ్చు. గత పాలకులు చేసిన అవినీతిని ఇక్కడ జరగనివ్వకుండా నిలువరించాలంటే, టీఆర్పి పార్టీ బలపరిచిన అభ్యర్థులను భారీ మెజారిటీతో గెలిపించాలి, అవినీతి నిర్మూలన జరుగుతున్నది. భూపాలపల్లి మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని అనేక సమస్యల పరి

శ్రీ లక్ష్మీ గణపతి ఆలయ కమిటీ సభ్యుల ఆధ్వర్యంలో జీఎం కు ఘన సన్మానం

భద్రాద్రి కొత్తగూడెం, వుదయం



కొత్తగూడెం ఏరియాలో జనరల్ మేనేజర్ గా విరులు నిర్వహిస్తున్న ఎం.షాలేం రాజకు గణతంత్ర దినోత్సవం సందర్భంగా కొత్తగూడెం ఏరియా ఉత్తమ అధికారిగా ఎంపిజె సింగరేణి సంస్థ చైర్మన్ అండ్ మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ డి. కృష్ణ భాస్కర్ చేతుల మీదుగా అవార్డు అందుకున్నందుకు గాను రామవరం లక్ష్మీ గణపతి ఆలయ కమిటీ సభ్యులు గురువారం శాలువాతో సన్మానించారు. రామవరం అభివృద్ధిలో భాగంగా గణేష్ వింపుల్ చమన్ పార్క్లో ప్రతిష్ఠాత్మకంగా ఏర్పాటుచేసిన వాకింగ్ ట్రాక్ నింపుల్ లైటింగ్ ఏర్పాటు చేయడం రామవరం కమిటీ హోటలు నుంచే సాకర్వంపాత అభివృద్ధి చేయడంలో ఎం.షాలేం రాజు కృషి

మున్సిపాలిటీలో రెండో రోజు 58 నామినేషన్లు దాఖలు



జిన్నారం, వుదయం

గడ్డపోతారం మున్సిపల్ ఎన్నికల నేపథ్యంలో గురువారం రెండో రోజు నామినేషన్ల పర్యం కొనసాగింది. రెండో రోజు దాఖలైన నామినేషన్ల వివరాలను కమిషన్ వెంకట రామయ్య ప్రకటించారు.



వివరించారు. నామినేషన్ల సందర్భంగా పోటీనలు పక్కస్థుండి బందోబస్తు చర్యలు చేపట్టారు.

బాల్య వివాహ రహిత జిల్లాగా మార్చేందుకు అవగాహన

జయశంకర్ భూపాలపల్లి, వుదయం :

జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా చిట్టాల మండలం లోని వెంచరామి దగ్గరలోని పుర్రేగ గట్టు జాతర లో జిల్లా కలెక్టర్ ఆదేశాల మేరకు, జిల్లా సంక్షేమ అధికారి మల్లేశ్వర్ సూచనలతో బాల్య వివాహాల నిర్మూలన లక్ష్యంగా జిల్లా మహిళా సాధికారత కేంద్రం ఆధ్వర్యంలో అవగాహన కార్యక్రమం స్థాని నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో చిట్టాల తానిల్లార్ ఇమామ్, ఎస్సెక్రాబ్ కుమార్ అతిథులుగా పాల్గొని పోస్టర్ అవిష్కరణ చేశారు, మహిళా సాధికారత కేంద్రం ఇన్ ఛార్జ్ మిషన్ కో ఆర్డినేటర్ శ్రీమతి మాట్లాడుతూ బాల్య వివాహాలు సమాజ అభివృద్ధికి అవరోధం అని తెలిపారు, బాల్య వివాహాలు బాలికల ఆరోగ్యం, విద్య,



భవిష్యత్తుపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతాయని తెలిపారు. జెండర్ స్పెషలిస్ట్ అనూప మాట్లాడుతూ బాలికల రక్షణ, విద్యా ప్రాముఖ్యత, మహిళా సాధికారత అంశాలపై విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పించారు. బాల్య వివాహాల నిర్మూలనకు ప్రతి ఒక్కరూ బాధ్యత తీసుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ

ఉపకారవేతనాల కొరకు షెడ్యూల్డ్ కులముల విద్యార్థుల వివరాలు సమీక్షించేయాలి: జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ (రెవెన్యూ) పి.చంద్రయ్య

వుదయం, మంచీర్యాల

జిల్లాలో 5వ తరగతి నుండి 10వ తరగతి చదువుతున్న షెడ్యూల్డ్ కులముల విద్యార్థులకు ప్రీ మెట్రిక్ ఉపకార వేతనాల కొరకు వివరాలు సమీక్షించేయాలి జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ (రెవెన్యూ) పి.చంద్రయ్య అన్నారు. జిల్లాలోని సమగ్ర లో గల సమీకృత జిల్లా కార్యాలయాల భవన సముదాయంలోని జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ ఛాంబర్ లో జిల్లా షెడ్యూల్డ్ కులముల అభివృద్ధి శాఖ ఉపసంచాలకు చాతరాజుల దుర్గాప్రసాద్, జిల్లా కలెక్టర్ యాదయ్య, జిల్లా లీడ్ బ్యాంక్ మేనేజర్ తిరుపతి, జిల్లా తహిలా శాఖ అధికారితో కలిసి సమీక్షించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ఆర్థిక సంవత్సరం 2019 కావస్తున్న సందర్భంగా 100 శాతం ఉపకార వేతనాల వివరాలు ఆన్ లైన్ లో లో సమీక్షించేయాలి తెలిపారు. రాజీవ్ విద్యా దినం పథకం ద్వారా ప్రభుత్వ,

ప్రైవేట్ పాఠశాలలలో అర్హులైన 9, 10 తరగతులు చదువుతున్న షెడ్యూల్డ్ కులముల విద్యార్థుల, విద్యార్థులకు ప్రతి ఒక్కరికి 3 వేల 500 రూపాయల చొప్పున విద్యార్థి వ్యక్తిగత బ్యాంకు ఖాతాలో జమ చేయడం జరుగుతుంది దని తెలిపారు. ఈ పథకంలో భాగంగా కేవలం ప్రభుత్వ పాఠశాలలో మాత్రమే 5వ తరగతి నుండి 8వ తరగతి వరకు చదువుతున్న అర్హులైన షెడ్యూల్డ్ కులముల విద్యార్థులైన ప్రతి బాలికకు 1 వేలు 500 రూపాయలు, ప్రతి బాలునికి 1 వేలు రూపాయల చొప్పున వారి బ్యాంకు ఖాతాలో జమ చేయడం జరుగుతుందని తెలిపారు. వివరాల సమీక్ష కొరకు అర్హులైన ప్రతి విద్యార్థి మీ-సేవా ద్వారా తీసుకున్న కుల ముడికారణ, నామన ఆదాయ ప్రమీకారణ పత్రాలు, విద్యార్థి పేరు మీద తీసుకున్న బ్యాంకు ఖాతా / పోస్టల్ బ్యాంకు ఖాతాను ను కలిగి ఉండి, విద్యార్థి ఆధార్ కార్డు సమీకరణ చేసుకొని, బ్యాంకు ఖాతాను ఆధార్ కార్డు, మొత్తం నెంబర్ తో అనుసంధానం చేసుకొని <https://telanganaepass.cgg.gov.in> వెబ్ సైట్ ద్వారా ప్రీ-మెట్రిక్ ఉపకార వేతనాలలో సమీక్షించేయాలి అధికారులను ఆదేశించారు.

శించారు. కుల, ఆదాయ ప్రమీకరణ పత్రాలు లేని షెడ్యూల్డ్ కులములకు చెందిన విద్యార్థులకు వాటి సమీక్ష, మంజూరు బాధ్యతలు వసతి గృహ సంక్షేమ అధికారులు, మీ-సేవా నిర్వాహకులు తీసుకోవాలని, మీ-సేవ లో సమీక్షించేయాలి తెలిపారు. మొదటిరోజు సారలమ్మ తల్లి గడ్డకు రావడంతో ప్రారంభమైన జాతర రెండో రోజు సమీక్ష తల్లి డబ్బు పచ్చల మధ్య కొయి పూజారల సమక్షంలో ఆర్కే వన్ ఏ పోచమ్మ తల్లి గుడికి చేరారు. అనంతరం అక్కడ పూజలు నిర్వహించి అక్కడి నుండి మేళతాళాల మధ్య గున్నాడి నృత్యాలతో పోతురాజుల విద్యార్థులతో టపాసులు పేలుస్తూ భారీ బందోబస్తు మధ్య సమీక్ష ను గడ్డకు తీసుకువెళ్లి ప్రతిష్టించారు. సమీక్ష గడ్డ పైకి రావడంతో ఇద్దరు

వనం నుండి జనంలోకి వన దేవతలు...

గడ్డలపై కొలుచుపు తీరిన సమీక్ష సారలమ్మ తల్లులు..

మొక్కులు చెల్లించుకునేందుకు పెద్ద ఎత్తున భక్తుల రాక..

భారీ బందోబస్తు నిర్వహించిన పోలీస్ శాఖ

వన దేవతలను దర్శించుకున్న జిఎం రాధాకృష్ణ దండంతులు



రామకృష్ణపూర్, వుదయం

వనం నుండి జనంలోకి వచ్చిన వన దేవతలైన సమీక్ష సారలమ్మ తల్లులు గడ్డలపై కొలువడిరారు. మండమిరి ఏరియాలోని రామకృష్ణపూర్ ఆర్కే వన్ ఏ గని సమీపంలో గల పాలవగు పద్మ సింగరేణి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించే సమీక్ష సారలమ్మ జాతరను ఘనంగా జరుపుకున్నారు. మొదటిరోజు సారలమ్మ తల్లి గడ్డకు రావడంతో ప్రారంభమైన జాతర రెండో రోజు సమీక్ష తల్లి డబ్బు పచ్చల మధ్య కొయి పూజారల సమక్షంలో ఆర్కే వన్ ఏ పోచమ్మ తల్లి గుడికి చేరారు. అనంతరం అక్కడ పూజలు నిర్వహించి అక్కడి నుండి మేళతాళాల మధ్య గున్నాడి నృత్యాలతో పోతురాజుల విద్యార్థులతో టపాసులు పేలుస్తూ భారీ బందోబస్తు మధ్య సమీక్ష ను గడ్డకు తీసుకువెళ్లి ప్రతిష్టించారు. సమీక్ష గడ్డ పైకి రావడంతో ఇద్దరు

వైభవంగా కొడకంచి అదినారాయణ స్వామి రథోత్సవం భారీగా తరలివచ్చిన భక్తులు

జిన్నారం, వుదయం

జిన్నారం మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని దక్షిణ కాంచీగా పేరు పొందిన కొడకంచి శ్రీ అదినారాయణ స్వామి రథోత్సవం గురువారం మధ్యాహ్నం అత్యంత వైభవంతో నిర్వహించారు. శ్రీదేవి భూదేవి సమేతంగా శ్రీ అదినారాయణ స్వామికి ఆలయ ట్రస్ట్ అల్లాని రామోజీ రావు ప్రత్యేక పూజలు అనంతరం కొడకంచి గ్రామ మీదంలో ఊరేగారు. గోవింద నామస్మరణతో రథోత్సవం కన్నుల పండుగ సాగింది. చుట్టూ కుల గ్రామాల నుంచి, తెలుగు రాష్ట్రాల భక్తులే కాకుండా కర్ణాటక మహారాష్ట్ర నుంచి భక్తులు పెద్ద ఎత్తున తరలి వచ్చి అదినారాయణ స్వామిని దర్శించుకు

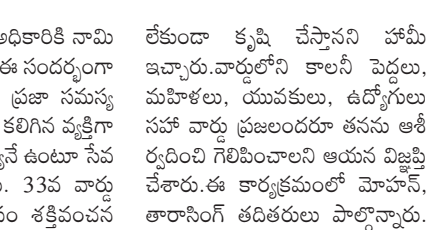


న్నారు. జాతర ఉత్సవాలతో కొడకంచి గ్రామంలో ఆధ్యాత్మిక వైభవం వెల్లివిరిసింది. ఈ సందర్భంగా భక్తులకు బిటువంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా అన్ని ఏర్పాట్లు చేసినట్లు ఆలయ చైర్మన్ రామోజీరావు తెలిపారు. ఉత్సవాల నేపథ్యంలో పోలీసులు ఎటువంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలకు కూడా పట్టిన బందోబస్తు నిర్వహించారు.

బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థిగా గోవర్ధన్ నాయక్ నామినేషన్ దాఖలు

సంగారెడ్డి, వుదయం

సంగారెడ్డి పట్టణంలోని 33వ వార్డుకు బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థిగా గోవర్ధన్ నాయక్ గురువారం మున్సిపల్ కార్యాలయంలో రిటర్నింగ్ అధికారికి నామినేషన్ దాఖలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా అయన మాట్లాడుతూ, ప్రజా సమస్యలపై పూర్తి అవగాహన కలిగిన వ్యక్తిగా ఎల్లప్పుడూ ప్రజల మధ్యనే ఉంటూ సేవ నిర్వహించే తెలిపారు. 33వ వార్డు సమగ్ర అభివృద్ధి కోసం శక్తివంతమైన



లేకుండా కృషి చేస్తానని హామీ ఇచ్చారు. వార్డులోని కాలనీ పెద్దలు, మహిళలు, యువకులను, ఉద్యోగులను సహా వార్డు ప్రజలందరూ తనను ఆశీర్వదించి గెలిపించాలని ఆయన విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మోహన్, తారాసింగ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పరకాల మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫామ్—బీ కలెక్టర్ కు అందజేత

హనుమకొండ టౌన్, వుదయం:

పరకాల మున్సిపాలిటీ వార్డు సభ్యుల ఎన్నికల సందర్భంగా కాంగ్రెస్ పార్టీ తరపున ఫామ్—బీ నోటీసులు జారీ చేసి అధికార ప్రతినిధిగా హనుమకొండ జిల్లా కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులు ఇనకల వెంకట్రావు రెడ్డి ని నియమించినట్లు జిల్లా కలెక్టర్ కు అధికారికంగా సమాచారం అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఇనకల వెంకట్రావు రెడ్డి, టీడీపీసీ ప్రధాన కార్యదర్శి ఈ.వి. శ్రీనివాస్ రావు లు జిల్లా కలెక్టర్ స్నేహ



జబర్దీ గారిని కలసి సంబంధిత నియమావళి వివరాలను సమర్పించారు. ఎన్నికల కమిషన్ నిబంధనలకు అనుగుణంగా, పారదర్శకంగా ఎన్నికల ప్రక్రియను నిర్వహిస్తామని కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు తెలిపారు.

చిలకలగుట్ట నుంచి సమీక్ష రాక

మేడారం, వుదయం:

మేడారంలో చిలకలగుట్టపై పూజల అనంతరం సమీక్ష అమ్మవారు కుకుమ జరిగి రూపంలో గడ్డకు బయలుదేరారు. భక్తుల జరుజయధ్వనాలు, తీవ్రసభలు వాసకాలతో మేడారం అడవి చూపుమోగతోంది. లక్షలాది మంది భక్తులు అమ్మవారికి బంగారాన్ని (బెల్లం) సమర్పించుకునే



దుకు సిద్ధమయ్యారు. ఆ దృశ్యాలను మేడారంలో గూసమ్మి తెప్పిస్తున్నారు.

నిమ్మకాయ నీటిలో ఈ ఒక్క పదార్థం కలిపి తాగండి చాలు!



మలబద్ధం ఈ రోజుల్లో చాలామందిని ఇబ్బంది పెడుతున్న సాధారణ సమస్య. అనియమిత ఆహారపు అలవాట్లు, తక్కువ ఫైబర్ తీసుకోవడం, నీరు సరిపడా తాగకపోవడం, ఒత్తిడి వంటి కారణాల వల్ల ఈ సమస్య వస్తోంది. అయితే సహజంగా, ఇంట్లోనే సులభంగా మలబద్ధకాన్ని తగ్గించుకునే ఒక మార్గం ఉందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే మనం తిన్న ఆహారం సంపూర్ణంగా జీర్ణమై విసర్జించబడాలి. లేదంటే అనేక వ్యాధుల బారినపడాలి వస్తుంది. మారుతున్న జీవనశైలిలో భాగంగా ఎవరూ కూడా సమయానికి భోజనం చేయడం లేదు. దీంతో తిన్నది జీర్ణం కావడం లేదు. ఈ క్రమంలో

చాలా మంది మలబద్ధం సమస్యను ఎదుర్కొంటున్నారు. మలబద్ధకం అనేది మన దైనందిన జీవితాన్ని చాలా ఇబ్బంది పెట్టడమే గాక.. అనేక అనారోగ్య సమస్యలకు కారణమవుతుంది. అయితే, ఈ విషయాన్ని చాలా మంది బయటకు చెప్పకోలేక బాధపడే వాళ్ళూ ఉన్నారు. అయితే సహజంగా, ఇంట్లోనే సులభంగా మలబద్ధకాన్ని తగ్గించుకునే ఒక మార్గం ఉందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.

వీరు జామపండు అన్నలు తినకూడదు..!

జామపండు విటమిన్ సి, ఫైబర్, పొటాషియం రోగనిరోధక శక్తిని, జీర్ణశక్తిని పెంచుతుంది. అయితే కడుపు ఉబ్బరం, డయాబెటీస్, మూత్రపిండాల సమస్యలు, దంత సమస్యలు, అల్సర్లు, జలుబు ఉన్నవారు దీనిని తినే విషయంలో జాగ్రత్త వహించాలి లేదా నివారించాలి. అధిక మోతాదులో తీసుకోవడం కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలను తీవ్రతరం చేయవచ్చు. జామపండులో విటమిన్ సి, డైటరీ ఫైబర్, పొటాషియం తో పాటు శక్తివంతమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి.



చదవండి.. రాత్రి మిగిలిన అన్నంతో తయారుచేసే సాంప్రదాయ ఆహారం, అధునిక పోకడలతో మరుగున పడింది. అమెరికన్ డైటెటిక్ అసోసియేషన్ సైతం దీని అద్భుత ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను గుర్తించింది. జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడం, ఎముకలను బలోపేతం చేయడం, రక్తపోటును నియంత్రించడం, శరీర ఉష్ణోగ్రతను తగ్గించడం వంటి అనేక లాభాలు దీనిలో

పోకడల కారణంగా ప్రాధాన్యతను కోల్పోయింది. అయితే, దీని విలువను అమెరికన్ డైటెటిక్ అసోసియేషన్ వంటి సంస్థలు సైతం గుర్తించడం విశేషం. రాత్రికి తినడానికి వండుకున్న అన్నం తినగా మిగిలిన దానిలో మజ్జిగ లేదా పెరుగు కలిపి నానబెడతారు. కొన్ని సార్లు పాలు పోసి డైరెక్టుగా తోడు చేస్తారు.. దీనిని ఉదయాన్నే తినేందుకు ఉపయోగిస్తారు. ఈ విధంగా రాత్రంతా నానబెట్టిన అన్నం చదవడం అంటారు. వండుకున్న అన్నం తినగా మిగిలిపోయిన అన్నం

అందుకే చదవడం తినమనేది..



ఉన్నాయి. అధునిక ప్రపంచం.. ఉరుకులు పరుగుల జీవితంతో చాలా మంది అనారోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకుంటున్నారు.. ఆరోగ్యానికి హాని చేసే వాటిని తినడంతో పాటు.. వీలవచ్చిన జీవనశైలిని అవలంబిస్తున్నారు.. దీంతో తరతరాలుగా పాటిస్తున్న అనేక ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లు అధునిక జీవనశైలిలో మరుగున పడుతున్నాయి. అలాంటి వాటిలో ఒకటి రాత్రి మిగిలిపోయిన అన్నంతో తయారుచేసే చదవడం. ఒకప్పుడు సాధారణమైన ఈ ఆహారం పాశ్చాత్య

ఎంపిక. అంతేకాకుండా, ఈ పర్మెంటెడ్ రైస్లో బి6, బి12 విటమిన్లు పుష్కలంగా లభిస్తాయి. ఇవి శరీరానికి అత్యవసరం. చదవడంలో వృద్ధి చెందే ప్రయోజనకరమైన బ్యాక్టీరియా జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచి, పేగుల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది. గ్యాస్, ఎసిడిటీ వంటి సమస్యలను నివారించడంలో ఇది సహాయపడుతుంది. చదవడం తినడం వల్ల ఎముకలకు సంబంధించిన అనారోగ్య సమస్యలు కూడా తగ్గుముఖం పడతాయి. ఇది శరీరంలో వేడిని తగ్గించే గుణాన్ని కలిగి ఉంటుంది. ముఖ్యంగా వేసవి కాలంలో ఇది ఎంతగానో ఉపకరిస్తుంది. ప్రతిరోజు చదవడం తినేవారిలో రక్తపోటు అదుపులో ఉంటుందని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి.

అయిదు గంటల్లో చల్లబడి బ్యాక్టీరియా చేరి చది అన్నం అవుతుందని.. దీనిలో ఎన్నో పోషకాలు దాగున్నాయని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. చదవడం కేవలం ఒక సాధారణ ఆహారం కాదు.. పోషకాల గని. రాత్రి వండిన అన్నాన్ని నీటిలో నానబెట్టి ఉదయం మజ్జిగ లేదా పెరుగుతో కలిపి తినే ఈ పద్ధతి అద్భుతమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. ఉదయం అల్పాహారానికి బదులుగా చదవడం తీసుకోవడం వల్ల పొట్టు తేలికగా ఉండడమే కాదు.. రోజంతా శక్తివంతంగా పనిచేయగలుగుతారు. దీనికి కారణం చదవడంలో గోజు, టిఫిన్ కారణం చదవడంలో ఉండే లాక్టిక్ యాసిడ్, బెరన్, పొటాషియం వంటి విలువైన పోషకాలు. సాధారణంగా వేడి అన్నంలో కన్నా చదవడంలో 60% క్యాలరీలు తక్కువగా ఉంటాయని పరిశోధనలు వెల్లడిస్తున్నాయి. అందువల్ల, బరువు తగ్గాలను కునే వారికి ఇది ఒక గొప్ప

అంపిక. అంతేకాకుండా, ఈ పర్మెంటెడ్ రైస్లో బి6, బి12 విటమిన్లు పుష్కలంగా లభిస్తాయి. ఇవి శరీరానికి అత్యవసరం. చదవడంలో వృద్ధి చెందే ప్రయోజనకరమైన బ్యాక్టీరియా జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచి, పేగుల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది. గ్యాస్, ఎసిడిటీ వంటి సమస్యలను నివారించడంలో ఇది సహాయపడుతుంది. చదవడం తినడం వల్ల ఎముకలకు సంబంధించిన అనారోగ్య సమస్యలు కూడా తగ్గుముఖం పడతాయి. ఇది శరీరంలో వేడిని తగ్గించే గుణాన్ని కలిగి ఉంటుంది. ముఖ్యంగా వేసవి కాలంలో ఇది ఎంతగానో ఉపకరిస్తుంది. ప్రతిరోజు చదవడం తినేవారిలో రక్తపోటు అదుపులో ఉంటుందని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి.

తున్నారు. నిమ్మకాయ నీటికి ఇదొక్కటి కలపండి.. మలబద్ధకాన్ని నివారించేందుకు చాలా మంది నిమ్మకాయ నీరు తాగుతుంటారు. అయితే, ఇందులో ఒక పదార్థం చేర్చడం వల్ల మలబద్ధకం సమస్యకు పరిష్కారం లభిస్తుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. నిమ్మకాయ నీరు పేగులను హైడ్రేట్ చేయడంతోపాటు సిటిక్ యాసిడ్ను విడుదల చేసే సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉంటుంది. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. అయితే, రు తాగే నిమ్మకాయ నీటిలో కేవలం ఒక స్పూన్ చియా గింజలను కలిపి 10 నిమిషాలు నానబెట్టి తీసుకోవడం వల్ల అదనపు ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. చియా గింజలను నిమ్మకాయ నీటికి జోడించడం వల్ల పేగులకు, ఆరోగ్యానికి ఎన్నో ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి. చియా గింజలతో నిమ్మకాయ నీరు కలిపి తాగితే.. చియా గింజల్లో కలిగే ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. అందుకే నానబెట్టేప్పుడు అవి గుజ్జు లాంటి పదార్థంగా మారుతాయి. ఫైబ్ సైన్ అంటే స్కూటిప్సన్ అధ్యయనం ప్రకారం.. ఆ గుజ్జు జీర్ణ వ్యవస్థ పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది. ఉదయం మలబద్ధకం నుంచి ఉపశమనాన్ని అందిస్తుంది. జీర్ణవ్యవస్థ శుభ్రపరచడం ద్వారా మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తుంది. చియా గింజలలో ఒక్కొక్క (ఆల్ఫా-లిఫోలెనిక్ ఆమ్లం), నిమ్మకాయ నీటితో కలిపితే గ్లైసెరైన్, ఎలెక్ట్ కొలెస్టెరిల్, వాపును తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. మంచి కొలెస్టెరిల్ ఊతబ, స్థాయిలను పెంచుతుంది. రెండు కలిపి తీసుకోవడం వల్ల లిపిడ్ స్థాయిలను మెరుగుపర్చి గుండె ఆరోగ్యాన్ని

మెరుగుపరుస్తుంది. దీంతో గుండె జబ్బులు ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయి. చియా గింజల్లో లభించే ఫైబర్, నిమ్మకాయ నీటితో కలిపితే కార్బో హైడ్రేట్ల శోషణను నెమ్మదిస్తుంది. ఇది గ్లూకోజ్ స్థాయిలను నియంత్రిస్తుంది. ఇన్సులిన్ సున్నితత్వాన్ని పెంచుతుంది.

ప్రతి ఇంటి వంటగదిలో ఉల్లిపాయలు లేకుండా ఏ వంటకం పూర్తి కాదు. రుచికరమైన బిర్మాని అయినా లేదా సలాడ్ ప్లేట్ అయినా అందులో ఖచ్చితంగా ఉల్లిపాయలు ఉండాలి. కానీ పచ్చి ఉల్లిపాయలు తినడం ఆరోగ్యకరమైనదా లేదా ఉడికించిన ఉల్లిపాయలు తినడం ఆరోగ్యకరమైనదా? అనే సందేహం చాలా మందికి ఉంటుంది.. పోషకాహార నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, ఉల్లిపాయలు ప్రయోజనాలు హాని మనం వాటిని తినే విధానంపై ఆధారపడి ఉంటాయి. పచ్చి ఉల్లిపాయలు రుచిగా ఉన్నప్పటికీ వి అందరికీ సురక్షితం కాకపోవచ్చు. కొన్ని సందర్భాల్లో వ్యాధులను వ్యాప్తి చేస్తాయి. ఉల్లిపాయల్లో ప్లేవనాయిడ్లు, టానిన్లు, ఆల్కలాయిడ్స్ వంటి భాగాలు యాంటీఆక్సిడెంట్లుగా పనిచేస్తున్నప్పటికీ వాటి అధిక వివిధమైన శరీరానికి హానికరం. పచ్చి ఉల్లిపాయలను ఎక్కువగా తినడం వల్ల శరీరం ఇసుమం, కాల్షియం గ్రహించే సామర్థ్యాన్ని తగ్గిస్తుంది. ఉల్లిపాయల్లో ఈఆంటానిన్ ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి అందరికీ సులభంగా జీర్ణం కావు. దీనివల్ల గ్యాస్, ఉబ్బరం, కడుపు నొప్పి వంటి సమస్యలు వస్తాయి. ఉల్లిపాయలు భూమి లోపల పెరు

ఉల్లిని పచ్చిపచ్చిగా తినేస్తున్నారా?

గుతాయి. కాబట్టి అవి నేల స్పృశ్యతలతో కలుపితం కావచ్చు. పచ్చి ఉల్లిపాయలను సరిగ్గా కడగకుండా తింటే ఈ శ్రీములు శరీరంలోకి ప్రవేశించి మెదడును ప్రభావితం చేసే సిస్టిక్ సిరోసిస్ వంటి తీవ్రమైన వ్యాధులను అహ్వనిస్తాయి. పరిశోధన ప్రకారం పచ్చి ఉల్లిపాయలు ఆరోగ్యకరమైన వ్యక్తులలో కూడా గుండెలో మంటలు కలిగిస్తాయి. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, ఉడికించిన ఉల్లిపాయలు తినడం సురక్షితం, ఆరోగ్యానికి మరింత ప్రయోజనకరం కూడా. ఉల్లిపాయలను ఉడికించడం వల్ల వాటిలోని హానికరమైన సూక్ష్మజీవులు పూర్తిగా నాశనమవుతాయి. ఉడికించిన ఉల్లిపాయలు జీర్ణం కావడానికి చాలా సులభం. ఇది కడుపు, ఛాతీ సమస్యలను నివారిస్తుంది. వంట చేయడం వల్ల ఉల్లిపాయలలోని 'యాంటీ-స్కూటిప్సన్' ప్రభావం తగ్గుతుంది. శరీరం ఇతర పోషకాలు, ఖనిజాలను బాగా గ్రహించడానికి వీలు కల్పిస్తుంది. ఉల్లిపాయలు ఆరోగ్యానికి మంచివే. కానీ రుచి వీటిని తినే విధానం ముఖ్యం. రుచి పచ్చి ఉల్లిపాయలు తినవలసి వస్తే, వాటిని బాగా కడిగి, పరిమిత పరిమాణంలో తినడం మంచిది. అయితే, కడుపు నొప్పిని నివారించడానికి మెరుగైన ఆరోగ్యం కోసం నిపుణులు ఎల్లప్పుడూ వాటిని ఉడికించమనే సిఫార్సు చేస్తారు.



వయసు మీరుతున్నా.. ఆరోగ్యంగా..!

వయసు పెరిగే కొద్దీ వివిధ రకాల అనారోగ్యాలు చుట్టుముడుతుంటాయి. మధుమేహం, అధిక బరువు, హార్టోస్టలో మార్పులు, యాంగ్టి, డిప్రెషన్.. వంటివి వాటిలో కొన్ని. అయితే ఇవి దరిచేరకుండా ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే.. కొన్ని పదార్థాల రోజువారీ ఆహారంలో చేర్చుకోవాలంటున్నారు నిపుణులు. నియాసిన్, రైబోఫ్లేవిన్, విటమిన్-ఇ.. వంటి పోషకాలు అధికంగా ఉండే చిరుధాన్యాలతో మానసిక ఒత్తిళ్లు, అందోళనలు దూరమయ్యే అవకాశం ఉందంటున్నారు నిపుణులు. శరీర బరువును అదుపులో ఉంచే ఫైబర్తో పాటు ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, ప్రోటీన్లు కూడా ఇందులో



పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి రోగనిరోధక వ్యవస్థను బలోపేతం చేస్తాయట. యాపిల్లోని పీచు పదార్థం కారణంగా అజీర్ణ సమస్యలు దూరమయ్యే అవకాశం ఉందంటున్నారు నిపుణులు. పెరుగులో ప్రొ-బయోటిక్స్ పుష్కలంగా లభిస్తాయి. ఇవి శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తిని మెరుగుపరచడానికి దోహదం చేస్తాయని చెబుతున్నారు నిపుణులు. సాధారణంగా మెన్పాజ్ దశలోకి ప్రవేశించిన మహిళల్లో వేడి అవిర్రతో పాటు రాత్రి సమయాల్లో చెమట పట్టడంతో అనారోగ్యంగా ఫీలవుతుంటారు. ఒక్కో-3 ఫోటీ అమ్మలు అధికంగా ఉండే చేపలను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే ఇలాంటి సమస్యలు నుంచి ఉపశమనం పొందవచ్చంటున్నారు నిపుణులు.

బరువు తగ్గడం అనేది ఒక తపస్సు లాంటిది. ఈ క్రమంలో ప్రతి ఒక్కరూ తమకు

పెరిగే అవకాశం ఉందని పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి. పొద్దున్నే ఏ తినకపోవడం వల్ల మధ్యాహ్నం సమయానికి కడుపులో ఆకలి పెగులు పుడుతుంటాయి. ఈ తీవ్రమైన ఆకలి వల్ల మధ్యాహ్నం భోజనంలో మనకు తెలియకుండానే ఎక్కువ క్యాలరీలు ఉన్న ఆహారాన్ని, జంక్ ఫుడ్స్ ఆరగిస్తారు. ఉదయం ఆహారం తీసుకోకపోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు ఒక్కసారిగా పడిపోతాయి. ఆ తర్వాత మధ్యాహ్నం భారీ భోజనం చేయడం వల్ల ఇన్సులిన్ అకస్మాత్తుగా పెరుగుతుంది. ఈ హెచ్చుతగ్గులు శరీరంలో కొవ్వు నిల్వలు పెరగడానికి ప్రధాన కారణం.

బరువు తగ్గాలనుకుంటే ఆ పని మాత్రం అన్నలు చేయద్దు!



తోచిన చిట్టాలు పాటిస్తుంటారు. అందులో అత్యంత ప్రజాదరణ పొందిన పద్ధతి 'ట్రైక్ ప్యాన్ స్క్వింగ్'. ఉదయం పూట కడుపు ఖాళీగా ఉంటే అందులో ఉన్న కొవ్వు కలిగిపోతుందని చాలా మంది గట్టిగా నమ్ముతారు. కానీ ఇది ఎంతవరకు నిజం? అసలు ఉదయం పూట శరీరానికి అందాల్సిన ఇంధనం అందకపోతే మన అవయవాలు ఎలా స్పందిస్తాయి? పొద్దున్నే టిఫిన్ మానే యడం వల్ల రు నిజంగా నన్న బడతారా లేక లేనిపోని రోగాలను కొని తెచ్చుకుంటున్నారా? జపాన్ నుంచి అమెరికా వరకు జరిగిన అనేక పరిశోధనలు ఈ విషయంలో సందేహ విషయాలను వెల్లడం చేశాయి. బరువు తగ్గడం పక్కన పెడితే.. ఈ అలవాటు వల్ల మెదడు పనితీరు కూడా మందగించే ప్రమాదం ఉంది. అప్పుడు.. వినడానికి ఆశ్చర్యంగా ఉన్నా నిజం. చాలా సందర్భాల్లో ట్రైక్ ప్యాన్ మానేయడం వల్ల బరువు తగ్గకపోగా.. మరింత

సమృద్ధిగా లభిస్తాయి. విటమిన్-ఎ పుష్కలంగా దొరికే క్యారెట్లు చర్మాన్ని మృదువుగా మారుస్తాయట. నల్ల ముప్పలు, ముదతలు, మెటిమలు.. లాంటి సమస్యలకు చెక్ పెడతాయంటున్నారు నిపుణులు. అన్ని సీజన్లలోనూ అందుబాటులో ఉండే యాపిల్ను సూపర్ ఫుడ్గా పేర్కొంటారు. ఇందులో సి, బి, కె విటమిన్లు; పైబర్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు

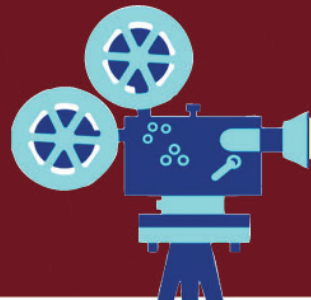
నికీ ఇష్టపడే ఆహారం. ఇది దక్షిణ భారత వంటకం. కానీ, ఇప్పుడు దేశవ్యాప్తంగా చాలా మంది ఎంతో ఇష్టంగా ఇడ్లీలు తింటూ ఉంటారు. ప్రతి ఉదయం ట్రైక్ ప్యాన్ చాలా మంది ఇడ్లీనే తింటారు. కొంతమంది భారతీయులైతే ప్రతి రోజు ఆహారంగా కూడా వీటిని తీసుకుంటారు.. నిజానికి వీటిని అతిగా తినడం మంచిదేనా? ఆరోగ్య నిపుణులు ఏం చెబుతున్నారు. అతిగా ఇడ్లీలు తినడం వల్ల అనేక రకాల దుష్ప్రభావాలు కలుగుతాయని ఆరోగ్య నిపుణులు తెలుపుతున్నారు. ఇడ్లీలో కార్బోహైడ్రేట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. కాబట్టి అతిగా తినడం మంచిది కాదని అంటున్నారు. ముఖ్యంగా మధుమేహం ఉన్నవారు ఎల్లీ పరిస్థితుల్లో తినకూడదని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ఇడ్లీ అతిగా తింటే డేంజరేనట..!

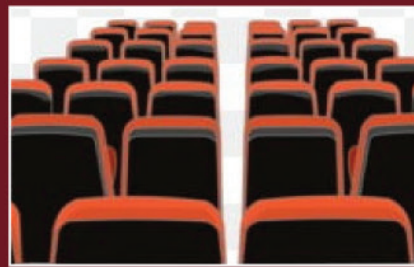


అతిగా తినడం వల్ల రక్తంలో షుగర్ లెవల్స్ ఊహించని స్థాయిలో పెరిగి అవకాశాలు కూడా ఉన్నాయి. ఇడ్లీలో కేలరీలు తక్కువగా ఉన్నప్పటికీ, అధిక మొత్తంలో కార్బోహైడ్రేట్లు లభిస్తాయి. కాబట్టి అతిగా తింటే బరువు పెరుగుతారు. ఇడ్లీ పిండిని పులియబెట్టి తయారు చేస్తారు. కాబట్టి ఇలా తయారు చేసిన ఇడ్లీని అతిగా తింటే గ్యాస్ట్రిక్ వంటి సమస్యలు వస్తాయి.

మృతాయి. రాత్రంతా నిద్రపోయిన తర్వాత మన శరీరానికి శక్తి అవసరం. అది అందకపోతే శరీరం 'సెలెబ్రేట్ మోడ్'లోకి వెళ్తుంది. అంటే శక్తిని అదా చేయడం కోసం మెటబాలిజం రేటును తగ్గించేస్తోంది. ఫలితంగా రు ఎంత తక్కువ తిన్నా సరే క్యాలరీలు త్వరగా ఖర్చు అవుతు. కేవలం 'ఇంటింటింటి ప్యాసింగ్' (16/8 పద్ధతి) పాటించే వారు మాత్రమే ట్రైక్ ప్యాన్ మానేసిన బరువు తగ్గే అవకాశం ఉంది. అంటే ఉదయం టిఫిన్ మానేసి, కేవలం మధ్యాహ్నం నుంచి రాత్రి ఎనిమిది గంటల లోపు మాత్రమే భోజనం చేస్తూ, రోజంతా తీసుకునే మొత్తం క్యాలరీలను కచ్చితంగా లెక్కిస్తే ఫలితం ఉంటుంది. అయితే ఇది ఉందరికీ సరిపడదు. ముఖ్యంగా గ్యాస్ట్రిక్ సమస్యలు ఉన్నవారు, షుగర్ వ్యాధిగ్రస్తులు ఇలా చేయడం వల్ల తీవ్ర అనారోగ్య పాలయ్యే ప్రమాదం ఉంది. ట్రైక్ ప్యాన్ అంటేనే రాత్రంతా మనం ఉన్న ఉపవాసాన్ని విరమించడం అని అర్థం. ఉదయం పూట పోషక విలువలూ ఉన్న ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల కలిగే లాభాలు చాలా ఉన్నాయి. ఉదయం గ్లూకోజ్ అందడం వల్ల ఏకాగ్రత, జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతాయి. అక్సిడెంట్ రోజు చదువులో చురుగ్గా ఉండవచ్చు. సరైన ట్రోఫిక్ ఉండే టిఫిన్ తీసుకుంటే రోజంతా నీరసం రాకుండా ఉంటుంది. క్రమం తప్పకుండా ట్రైక్ ప్యాన్ చేసే వారిలో కొలెస్టెరిల్, రక్తపోటు అదుపులో ఉంటాయని అధ్యయనాలు సుష్టం చేస్తున్నాయి.



వృదయం సినిమా



తారల అనలు పేరు



కమల్ హాసన్

కమల్ హాసన్ అనలు పేరు పార్వతి సారథి. పరమాకుడిలో 7-11-1954న పుట్టిన తరువాత పెట్టిన పేరు పార్వతి సారథి. క్రిమినల్ లాయర్ అయిన తండ్రి శ్రీనివాస్ అయ్యంగర్ తొలుత స్వాతంత్ర్య సమర యోధుడుగా జైలు శిక్ష అనుభవించేటప్పుడు హాసన్ అనే జైలు మిత్రుడు మరణంతో అతనికి గుర్తుగా తన అందరి కొడుకులకు హాసన్ అని జేసుకొచ్చాడు. తండ్రి మీద గౌరవాభిమానాలతో తమ సంతానం పేర్లకి హాసన్ కలిసేలా పెట్టడం విశేషమే! బాల నటుడుగా 1960లో 'కలత్తూరు కన్యమ్' తమిళ సినిమాలో 'కన్యమ్' (సావిత్రి) క్రొవడుకు నల్లంగా) నటిస్తే బాల నటుడుగా జాతీయ

స్థాయి అవార్డు వచ్చింది. కొన్ని సినిమాల్లో నటించాక 1974లో మలయాళంలో 'కన్యాకుమారి'లో నటిస్తే ఉత్తమ నటుడుగా ఫిలిమ్ ఫేర్ అవార్డు దక్కింది. అంతేకాదు ఉత్తమ నటుడుగా మొత్తం 18 ఫిలిం అవార్డులు తీసుకున్న ఏకైక నటుడు. తమిళనాడు రాష్ట్ర ఫిలిం అవార్డులు 11, నంది అవార్డులు 4, జాతీయ స్థాయిలో మూలాం పిరయి, నాయగన్, ఇండియన్ సినిమాలో ఉత్తమ నటుడు అవార్డులు వచ్చాయి. 1990లో పద్మశ్రీ, 2014లో పద్మ భూషణ్ అందుకున్నాడు. శ్రీ శ్రీ కవితలంటే ఇష్టపడే ఆయన తదుమకుకొందా వాటిని చెబుతారు. తమిళ తెలుగు కన్నడ మలయాళం బెంగాలీ హిందీ భాషల్లో ఇప్పటికీ 250 సినిమాల్లో నటించి ఇంకా నటిస్తూ ఉన్నాడు. అంతలేని కథమరే చరిత్ర, అందుకా అమావాస్య చంద్రుడు ఎర

గులాబీలు, ఇది కథ కాదు, విభిన్నమైన మైఖేల్ మదన కామరాజు, మూకీ చిత్రం పుష్పక మారి'లో నటిస్తే ఉత్తమ నటుడుగా అవార్డు సహజం, నాయగన్, పొట్టి వాడుగా అవార్డు రాజ్యం, విభిన్నమైన మహానది నృత్య కౌశలం చూపే సాగర్ సంగమం, అంతర్ముఖుడుగా, స్త్రీ పాత్రలో భామనే సత్య భామనే, 10 విభిన్న పాత్రల దశావతారం ఇలా దేనికదే ఈయన చేసిన అద్భుత పాత్రల చిత్రాలు. నిర్మాత, దర్శకుడు, మూలం పాటల స్ట్రీన్ ఫీ రచయిత గాయకుడు కొరియోగ్రాఫర్, నాట్యకారుడు, టీవీ హాస్య, పత్రిక ఎడిటర్, పార్లమెంటు సభ్యుడు, రాజకీయ పార్టీ అధినేత ఇలా బహుముఖ ప్రజ్ఞావంతుడు కనుకనే ఉలగ నాయగన్ (విశ్వ నాయకుడు) అని కూడా కమల్ హాసన్ ని పిలుస్తారు.

నందా

హిందీ నటి నందా అనలు పేరు నందిని కర్ణాటక. మరాఠీ నటుడు సిని నిర్మాత దర్శకుడుగా మాస్టర్ వినియూట్ గా పేరొందిన వినియూట్ దామోదర్ కర్ణాటకీ దంపతుల కు 8-1-1939న జన్మించింది. ఈమె తండ్రి ప్రముఖ దర్శకునిర్మాత వి. శాంతారామ్ కి కజిన్. నందిని తండ్రి ఆమె విద్య విట పోవడంతో ఆర్థిక బాధలు చుట్టుముట్టి బాల నటిగా సినిమాల్లో ప్రవేశించి పలు పాత్రలు వచ్చింది. బేబీ నందాగానే 1948లో మరాఠీ చిత్రం 'మందీర్'లో నటన ప్రారంభం చేసి 1956 వరకు పలు చిత్రాల్లో నటించింది. బాబాయి శాంతారామ్ 1956లో అనాధ తర్వాత ఒక బాధతో అంధురాలైన యువతి పాత్రతో 'తుమారీ బెరీ దియా' సినిమా



లో చేయిస్తే చక్కని నటిగా గుర్తింపు వచ్చింది. తరువాత సంవత్సరం భారీ లోను మంచి పేరు తెచ్చుకుంది. ఇంకా కొన్ని మరాఠీ చిత్రాలు చేసింది. మరాఠీ సినిమా 'పెమ్మా' చాయా

పెంగా సినిమాలో చేసిన చెల్లెలు పాత్రకు మెచ్చిన జవహర్ లాల్ నెహ్రూ స్వయంగా నందాను సత్కరించారు. 'ధూల్ కా హుల్'లో 1959లో ముఖ్యమైన సహాయ పాత్ర దేవనంద్ తో, కాలా బజార్ హిందీ సినిమాలో సహాయ పాత్ర చేసి హిందీ సినిమాలో గుర్తింపు పొందింది. ఎల్. వి. ప్రసాద్ దర్శకత్వంలో అంధురాలైన 'చోటి బెనాన్' కి 1959లో చాలా మంచి పేరొచ్చింది. హిందీలో గా హమ్ దోస్, తీన్ దేవియాన్, కానూన్, అషిక్, జబ్ జబ్ ఫూల్ ఫిల్మ్, రాజా సాల్, ఇత్తేఫాక్, దిల్లీస్ ఇలా పలు సినిమాలు హిట్ అయ్యాయి. షోర్, అహిస్తా, ప్రేమ్ రాగ్, మజ్రూర్ సినిమాల్లో కేరకర్ పాత్రలు చేసి 1983లో రిటైరయింది. 25-3-2014న గుండె పోటుతో ముంబై లో మృతి చెందింది.



- వి.ఎస్.ఆర్.
కేశవరావు
9989235320

(ఇంకా వున్నాడు)

లేచిపోదాం అనుకున్నాం

చిరకాల ప్రేమకుడు అంటోనీ తటిలేతో క్రికె సురేష్ 2024లో ఏడడుగులు వేసిన విషయం తెలిసిందే. ఘనంగా జరిగిన వారి వివాహ వేడుక గురించి తాజాగా ఆమె ఒక ఇంటర్వ్యూలో మాట్లాడారు. ఆ మధుర క్షణాలను గుర్తుచేసుకున్నారు. పెళ్లి అంత గ్రాండ్ గా అవుతుందని అనుకోలేదని తెలిపారు. "15 ఏళ్లు ప్రేమలో ఉన్నాం. పెళ్లి అలా వైభవంగా జరుగుతుందని కలలో కూడా అనుకోలేదు. మేం కట్టితంగా పారిపోయి పెళ్లి చేసుకుంటామనే అనుకున్నాను. కాని, ఇంట్లో అంగీకరించడంతో ఘనంగా జరిగింది. దీంతో కలిగి జలమైనట్లు అనిపించింది. అందుకే మా వివాహ వేడుకలో నేను భావోద్వేగానికి గురయ్యాను. ఒక్క క్షణం నోట మాట రాలేదు. 15 ఏళ్ల ప్రేమ 30 సెకన్లలో తాళి కట్టే సమయంలో కళ్ల ముందు కదలాడింది. దీంతో ఆనందబాష్పాలు ఆగలేదు. అంటోనీ కూడా నమ్మలేకపోయాడు. అందుకే అతడు కూడా ఎమోషనల్ అయ్యాడు. మొదటిసారి అంటోనీ కళ్లల్లో నీళ్లు చూశాను. ఇది ఓ అందమైన ప్రయాణం" అని క్రికె గుర్తుచేసుకున్నారు



ఓటీటీలోకి ధురంధర్



బాక్సాఫీసు వద్ద ఘన విజయం సాధించిన 'ధురంధర్' ఓటీటీలో స్ట్రీమింగ్ అయ్యేందుకు సిద్ధమైంది. శుక్రవారం (జనవరి 30) నుంచి 'నెట్ ఫ్లిక్స్'లో అందుబాటులోకి రానుంది. ఈ విషయాన్ని తెలియజేస్తూ నెట్ ఫ్లిక్స్ పోస్టర్ ను పంచుకుంది. థియేటర్లో వెర్షన్ రన్ టైమ్ 3 గంటలూ 34 నిమిషాల కాగా, ఓటీటీలో దాన్ని 3.25 గంటలకు కుదించారు. ఓటీటీలో అనీకట్ వెర్షన్ రిలీజ్ చేస్తారని సామాజిక మాధ్యమాల వేదికగా ప్రచారం జరిగిన రన్ టైమ్ తగ్గడం గమనార్హం.

రికార్డులే రికార్డులు..

ఎలాంటి అంచనా లేకుండా 2025 డిసెంబరు 5న థియేటర్లలో విడుదలైన ఈ సినిమా.. తొలి షో నుంచే మోట్ టాకెట్ దూసుకెళ్లింది. సీక్వెల్ ఏజెంట్ గా హీరో రజీవ్ సింగ్ బుక్స్, యాక్టింగ్, విలన్ గా అక్బర్ ఖన్నా పెర్ఫామెన్స్, పోరాటాలు ప్రేక్షకులను విశేషంగా ఆకట్టుకున్నాయి. అందుకు తగ్గట్టే ఈ చిత్రం పహుల్ రికార్డులు సృష్టించింది. దాదాపు రూ.1.400 కోట్లతో అత్యధిక పహుల్ సాధించిన సినిమాగా 'ధురంధర్' రికార్డు నెలకొల్పింది. ఎక్కువ కలెక్షన్లు రాబడిన

భారతీయ చిత్రాల జాబితాలో నాలుగో స్థానంలో ఉండగా, కేవలం ఒక్క భాషలోనే (హిందీ) విడుదలై, అత్యధిక పహుల్ సాధించిన రెండో మూవీగా రికార్డు సాధించింది. హిందీలో విడుదలైన కొన్ని రోజులకే తెలుగులోనూ రిలీజ్ చేసేందుకు ప్రయత్నాలు జరిగినా.. సాధ్యం కాలేదు. మరి ఓటీటీలో తెలుగు ఆడియో అందు బాటులో ఉంటుందో లేదో తెలియాలంటే మరికొన్ని గంటలు ఆగాల్సిందే.

కథంటే..

1999లో జరిగిన ఐస్ 814 విమాన హైజాక్, 2001 భారత పార్లమెంట్ పై జరిగిన ఉగ్ర దాడి ఘటనల తర్వాత భారత ఇంటెలిజెన్స్ బ్యూరో చీఫ్ అజయ్ సన్యాల్ (మాధవన్) ఓ కీలక నిర్ణయం తీసుకుంటాడు. పాకిస్తాన్ ను చావు దెబ్బ కొట్టేందుకు ఆ దేశంలోని ఉగ్రవాద సంస్థల్ని సమూలంగా అంతం చేసేందుకు అవశేషన్ ధురంధర్ పేరుతో ఓ రహస్య మిషన్ కు శ్రీకారం చుడతాడు. ఈ మిషన్ లో భాగంగా పంజాబ్ లో జైలు జీవితం గడుపుతున్న ఓ కుర్రాడిని భారత ఏజెంట్ గా హుష్మా (రజీవ్ సింగ్) అనే మారుపేరుతో పాక్ లోకి పంపుతాడు. మరి ఆ తర్వాత ఏమైంది? రహస్య ఏజెంట్ గా శత్రు దేశంలో అతడి ప్రయాణం ఎలా సాగింది? ఈ కథలో సంజయ్ దత్, అర్జున్ రాంపాల్ పాత్రలకున్న ప్రాధాన్యత ఎంతో అన్నది చిత్ర కథ.

మళ్లీ మూడు చిత్రాలతో

ఒక సినిమా పూర్తయ్యాక మరొక సినిమా అనే పద్ధతికి ఎప్పుడో ఫుల్ స్టాప్ పెట్టేవారు ప్రభాస్. ఆయన కొంతకాలంగా ఒకేసారి రెండు, మూడు చొప్పున సినిమాల్ని ముందుకు నడిపిస్తున్నారు. 'ది రాజా సాల్' సినిమాతో బిజీగా ఉన్న సమయంలోనే, 'కల్కి 2898 ఎ.డి.', 'ఫౌజ్' సినిమాల్ని చేశారు. దేశవ్యాప్తంగా బలమైన మార్కెట్ ఉన్న ఆయన కోసం పలు కథలు నిర్మించి అవుతున్నాయి. అన్నీ కూడా పాస్ ఇండియా స్టాయిల్, భారీ హంగులతో రూపొందుతున్న కథలే. ఏడాదికి రెండు సినిమాల్నినా ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకు రావాలనే లక్ష్యంతో ఆయన ఆయా ప్రాజెక్టుల్ని వెంట వెంటనే పట్టాలెక్కిస్తూ వాటి కోసం డెట్లు కేటాయిస్తున్నారు. ప్రస్తుతం 'ఫౌజ్', 'స్పిరిట్' సినిమాలు చిత్రీకరణ సాగుతుండగా, 'కల్కి 2' సినిమాని పట్టాలెక్కించాలని నిర్ణయించారు. విజయవంతమైన 'కల్కి 2898' ఏడీ కి కొనసాగించుగా రూపొందుతున్న చిత్రమే 'కల్కి 2'. నాగ్ అశ్విన్ కొంతకాలంగా ఈ సినిమా పూర్వ నిర్మాణ పనుల్ని చేస్తూ వస్తున్నారు. వచ్చే నెలలోనే ప్రారంభం కానున్న ఈ సినిమాకి ప్రభాస్ కొన్ని రోజులు డేట్స్ కేటాయించినట్లు తెలుస్తోంది. అంటే... మళ్లీ మూడు సినిమాల్ని ఒకేసారి ముందుకు నడిపిస్తారన్నమాట. 'ది రాజా సాల్' ఫలితాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకుని వీలైనంత త్వరగా ఆయన కొత్త సినిమాని ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకు రావాలనే ఉద్దేశంతో ఉపాధు తెలుస్తోంది.



అల్లు అర్జున్ లోకేశ్ కనగరాజ్ ప్రాజెక్ట్ లో బాలీవుడ్ బ్యూటీ

వికాస్ స్టూర్ అల్లు అర్జున్, లోకేశ్ కనగరాజ్ సినిమా అఫిషియల్ అనౌన్స్ మెంట్ వచ్చేసింది. మైత్రీ మామీ మేకర్స్ నిర్మిస్తున్న సినిమాకు అనిరుద్ రవిచందర్ సంగీతం సమకూరుస్తున్నాడు. ఓ పుస్తకం ఆధారంగా తెరకెక్కుతున్న ఈ సైన్స్ ఫిక్షన్ స్థానీ బాక్సాఫీస్ ను షేక్ చేయడం భాయమంటున్నారు విశ్లేషకులు. ఇందులో బన్నీ సూపర్ నేచురల్ పవర్స్ ఉన్న సైంటిస్ట్ గా కనిపించబోతున్నాడని టాకీ. కాగా ఆయనకు జోడిగా బాలీవుడ్ బ్యూటీ శ్రద్ధా కపూర్ నటిస్తుందనే రూమర్స్ వినిపిస్తున్నాయి. ఇప్పటికే ఫైనల్ అయిపోయిందని.. త్వరలో ఇందుకు సంబంధించిన అధికారిక ప్రకటన రిలీజ్ కానుందని తెలుస్తోంది. ఇక శ్రద్ధ పుస్తకం 'ఈట' సినిమా ఫూటింగ్ లో బజ్గా ఉంది. ఇప్పటికే ప్రభాస్ 'సాహో' మామీ ద్వారా తెలుగు ప్రేక్షకులకు దగ్గరైన బ్యూటీ.. ఈ సినిమాతో మరింత పేరు దక్కించుకునే అవకాశముంది.