



జాతీయం - లంతర్రాజీయం



రూపాయిపై ఒత్తిడి..

ప్రపంచంలోనే హైస్పీడ్ రైలు సారంగం

● దిగుమతుల భారం..

● సరుకుల పెరుగుదల ప్రభావం

● రవాణా వ్యయాల దెబ్బ

న్యూఢిల్లీ, ఆగస్టు 22 (ఎ.ఎం.ఎస్):

దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థకు ఆందోళన కలిగించే విధంగా భారత్ వాణిజ్య లోటు భారీగా పెరిగింది. పశ్చిమా సీనియర్ నెలకొన్న ఉద్రిక్తతలు, అంతర్జాతీయ రవాణా వ్యయాల పెరుగుదల నేపథ్యంలో జులైలో దేశ వస్తు వాణిజ్య లోటు 31.98 బిలియన్ డాలర్లకు చేరింది. ఇది ఆరు నెలల గరిష్ట స్థాయి కావడం ఆం దోళనకరం. జూన్‌లో నమోదైన 30.43 బిలియన్ డాలర్లతో పోలిస్తే లోటు మరింత పెరిగింది. ఆర్థికవే త్రలు అంచనా వేసిన 30.20 బిలియన్ డాలర్ల కంటే కూడా ఇది అధికం కావడం ఆందోళన కలిగిస్తోంది. దిగుమతుల వేగం పెరగడమే వాణిజ్య లోటు విస్తరణకు ప్రధాన కారణంగా నిలిచింది. జులైలో దేశ దిగుమతులు 76.22 బిలియన్ డాలర్లకు చేరాయి. జూన్‌లో ఇవి 70.84 బిలియన్ డాలర్లుగా ఉన్నాయి. ముఖ్యంగా ఎలక్ట్రానిక్ వస్తువులు, బంగారం దిగుమ తులు భారీగా పెరగడం విదేశీ మారకద్రవ్యంపై ఒత్తి డిని పుట్టించింది. ఎలక్ట్రానిక్ వస్తువుల దిగుమతులు 44 శాతానికి పైగా పెరిగి 14.37 బిలియన్ డాలర్లకు చేరగా, బంగారం దిగుమతులు దాదాపు 5 శాతం పెరిగి 4.16 బిలియన్ డాలర్లుగా నమోదయ్యాయి.

దిగుమతుల పెరుగుదల ప్రభావం దేశ విదేశీ మార కద్రవ్య నిల్వలు, రూపాయి విలువపై పడే అవకాశం ఉంది. వాణిజ్య లోటు ఎక్కువ కాలం కొనసాగితే ది గుమతుల కోసం విదేశీ మారకద్రవ్య డిమాండ్ పెరు గుతుంది. ఫలితంగా రూపాయిపై ఒత్తిడి పెరగడంతో పాటు విదేశీ పెట్టుబడుల ప్రవాహంపైనా ప్రతికూల ప్రభావం పడే అవకాశం ఉందని ఆర్థిక నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఇప్పటికే అంతర్జాతీయ మార్కె

ట్రాల్ నెలకొన్న అనిశ్చితికి ఇది అదనపు భారంగా మారవచ్చు.

ఎగుమతులు కొంత పెరిగినప్పటికీ.. దిగుమతుల వేగాన్ని అధిగమించలేకపోవడం ప్రధాన సమస్య గా మారింది. జులైలో వస్తు ఎగుమతులు 44.24 బిలియన్ డాలర్లకు చేరాయి. ఇది 2022 జులైలో నమోదైన 38.34 బిలియన్ డాలర్ల మునుపటి గరిష్టాన్ని అధిగమించింది. అయితే భారీ దిగుమ తుల కారణంగా ఎగుమతుల పెరుగుదల వాణిజ్య లోటును నియంత్రించలేకపోయింది. సేల రంగంలో భారత్‌కు 16.95 బిలియన్ డాలర్ల విగులు నమోదైనప్పటికీ, వస్తు వాణిజ్య లోటు పెరు గుదల ఆర్థిక వ్యవస్థకు నష్టాలుగానే మారుతోంది. ఎఫ్ఐటీ నుంచి జులై వరకు అమెరికాకు 33.49 బిలియన్ డాలర్ల విలువైన వస్తువులను భారత్ ఎగుమతి చేసింది. అయితే అమెరికా విధించిన కొత్త సుంకాలు, అంతర్జాతీయ వాణిజ్య విధానాల్లో మార్పులు రానున్న నెలల్లో ఎగుమతులపై మరింత

ఒత్తిడి తీసుకురావచ్చున్న ఆందోళన ఉంది. ఇదే సమయంలో పెరుగుతున్న సముద్ర రవాణా వ్యయాల ఎగుమతిదారుల సమస్యలను మరింత తీవ్రం చేస్తున్నాయి. పశ్చిమాసియా ఉద్రిక్తతలు, నౌకల కొరత, కంటైనర్ లభ్యతలో సమస్యల కారణంగా అమెరికా, ఐరోపా, పశ్చిమాసియా మార్కెట్ రవాణా ఛార్జీలు పెరిగాయి. దీంతో బియ్యం, వస్త్రాలు, ఔషధాలు, ఇంజనీరింగ్ ఉత్పత్తుల ఎగుమ తిదారుల లాభదాయకత దెబ్బతింటోంది. రవాణాలో జాప్యం, పెయిమెంట్ అనిశ్చితి కూడా ఎగుమతి రంగంపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతున్నాయి. దిగుమతులపై అధికంగా ఆధారపడటం, వాణిజ్య లోటు పెరుగుదల, అంతర్జాతీయ రవాణా వ్యయాల పెరుగుదల కలిసి భారత్ ఆర్థిక వ్యవస్థకు బహుళ ఒత్తిడిని సృష్టిస్తున్నాయి. దిగుమతుల నియంత్రణ, దేశీయ ఉత్పత్తి సామర్థ్యం పెంపు, ఎగుమతులకు మద్దతు, రవాణా సమస్యల పరిష్కారంపై ప్రభుత్వం తక్షణ చర్యలు తీసుకోవాల్సిన అవసరాన్ని తాజా గణాంకాలు స్పష్టం చేస్తున్నాయి.

ఇక అణుశక్తి కూడా ప్రయివేటుకే

- భారత్‌కు అమెరికా సమగ్ర ప్రతిపాదనలు
- శాంతి ుసాయిదా నియమ నిబంధనలకు పాతర
- గుట్టుచప్పుడు కాకుండా ఢీలే
- ప్రయివేటు వైపే మోడి చూపు
- శాంతి చట్టంలో సప్లయర్ లయబలిటీ క్లాజ్ తొలగింపు

న్యూఢిల్లీ, ఆగస్టు 22 (ఎ.ఎం.ఎస్):

దేశంలోని ప్రభుత్వరంగంలో ఉన్న సంస్థల్ని హోల్ సేల్ గా ప్రయివేటుకు కట్టబెట్టడానికి మోడీ సర్కార్ ప్రయత్నిస్తోంది. కేంద్రంలోని ఢిల్లీకి ప్రభుత్వం చేస్తున్న ప్రయివేటు వ్యాపారానికి మరిన్ని అవ్వగించేలా ట్రంప్ సర్కార్ సమగ్ర ప్రతిపాదనలు పంపింది. స్టూడరాబాద్ కోకాపేటలో ట్రంప్ రియల్ ఎస్టేట్ బిజినెస్ చేయటానికి ఏర్పాటు చేసుకుంటుంటే... మరోవైపు దేశానికి కీలకమైన అణుశక్తి రంగంలోకి కార్గోరైట్లు చొరబడేలా అమెరికా రూల్డ్ మ్యాన్ ను ఖరారు చేసింది. దీనిపై సర్వత్రా ఆందోళన వ్యక్తమవుతోంది

అణుశక్తి రంగంలో ప్రయివేట్ భాగస్వామ్యానికి అను మతిస్తూ తెల్చిన శాంతి చట్టం అమలుకు సంబంధించిన ముసాయిదా నియమ నిబంధనలపై అమెరికా అణు పరి శ్రమ భారత్‌కు సమగ్ర ప్రతిపాదనలు సమర్పించనుంది. గత వారం ‘సస్టైనబుల్ ఛార్జెస్సింగ్ అండ్ అడ్వాన్స్‌మెంట్ ఆఫ్ న్యూక్లియర్ ఎనర్జీ ఫర్ ట్రాన్సిస్మార్షింగ్ ఇండియా’ (శాంతి) చట్ట ముసాయిదా నియమ నిబంధనలను విడుదల

చేసింది. దీనిపై ఏవైనా సూచనలు, అభిప్రాయాలు ఉంటే సెప్టెంబర్ 4లోగా తెలియజేయాలని కోరింది. ఈ నేపథ్యంలోనే అమెరికా ఈ మేరకు ప్రతిపాదనలు పంపించింది.

పౌర అణు రంగంలో అవకాశాలను అన్వేషించడానికి ఈ ఏడాది ప్రారంభంలో అమెరికా అణు పరిశ్రమ ప్రతిని ధుల బృందానికి యూఎస్ఇండియా ప్రొటజెక్ట్ పార్టనర్షిప్ షోరమ్ (యూఎస్ఇండిఎస్పిఎఫ్) నాయకత్వం వహించింది. తాజాగా అదే బృందం గురువారం భారతదేశంలోని న్యాయ నిపుణులు, న్యూక్లియర్ ఎనర్జీ ఇన్స్టిట్యూట్‌తో చర్చలు జరిపింది. ఇటీవల విడుదలైన శాంతి ముసాయిదా నియమ నిబంధనలపై యూఎస్ఇండిఎస్పిఎఫ్ తన అణు పరి శ్రమ కమిటీ కోసం ఒక వర్కుషెల్ సమావేశాన్ని కూడా నిర్వహించింది. ఢిల్లీకి చెందిన పీఎల్ ఆర్ ఛాంబర్స్‌కు చెందిన సుహానీ ముఖర్జీ, న్యూక్లియర్ ఎనర్జీ ఇన్స్టిట్యూట్‌లో జాతీయ భద్రత, అంతర్జాతీయ కార్యక్రమాల సీనియర్ డైరెక్టర్ బెడ్

జేస్సీ వంటి నిపుణులు ఈ వర్కుషెల్ సమావేశంలో ప్రసంగించారని అది తెలిపింది.

“సెప్టెంబర్ 4వ తేదీ గడువులోగా భారత అణుశక్తి విభాగానికి (డీడిఎఫ్) ఒక సమగ్ర ప్రతిపాదనను సమర్పించేందుకు యూఎస్ఇండిఎస్పిఎఫ్ సమన్వయం చేస్తోంది. ఈ వర్కుషెల్ సమావేశంలో న్యూక్లియర్ సస్టైన్బ్లెస్ వివిధ రంగాలకు చెందిన పరిశ్రమ నిపుణులు పాల్గొన్నారు. ఇందులో ముసాయిదా శాంతి నియమాలు, కీలక నిబంధనలు పరిశ్రమకు వాటి అర్థం ఏమిటి? ప్రయివేట్ రంగ ప్రవేశం, లైసెన్సింగ్, బాధ్యత, ప్రాజెక్ట్ నిర్మాణంపై ప్రభావాలు, పరిశ్రమ దృష్టి సారించాల్సిన రంగాలు, ప్రభుత్వానికి అందించే అభిప్రాయాలు వంటి అంశాలపై చర్చించారు.” అని యూఎస్ఇండిఎస్పిఎఫ్ ఒక సోషల్ మీడియా పోస్ట్‌లో తెలిపింది.

ఇప్పటివరకు భారత్ పౌర అణుఇంధన రంగం అనేది ప్రభుత్వ రంగంలోనే ఉండేది. ఇకపై ప్రభుత్వ - ప్రయివేటు భాగస్వామ్యంలో ఆ రంగంలో పనిచేయొచ్చు. ఇకపై న్యూక్లియర్ పవర్ ప్రాజెక్టుల్లో భారతీయ ప్రయివేటు కంపెనీలు 49 శాతం దాకా వాటాలను కలిగి ఉండొచ్చు. ఇందుకోసం 2025 డిసెంబరులో శాంతి చట్టానికి భారత ప్రభుత్వం ఆమోదం తెలిపింది. 2010 నాటి అణు విద్యుత్ బాధ్యత పౌర బాధ్యత చట్టం స్థానంలో వచ్చిన సస్టైనబుల్ ఛార్జెస్ సింగ్ అండ్ అడ్వాన్స్‌మెంట్ ఆఫ్ న్యూక్లియర్ ఎనర్జీ ఫర్ ట్రాన్సిస్మార్షింగ్ ఇండియా (శాంతి) చట్టం ప్రయివేట్ కంపెనీలను పౌర అణు విద్యుత్ ఫ్యాంట్లను ఏర్పాటు చేయడాని

కి అనుమతిస్తుంది. దీని ద్వారా అణు విద్యుత్ కేంద్రాలను నిర్మించడం, సొంతం చేసుకోవడం, నిర్వహించడం, అణు పరిశోధన, అభివృద్ధికి వీలు కల్పిస్తుంది. ఇది ప్రయివేట్ సంస్థలను అణు ఇంధనాన్ని తయారు చేయడానికి, వైద్యం, వ్యవసాయం, ఇతర పరిశ్రమల్లో విద్యుత్ ఉత్పత్తియేతర పనుల కోసం అయినీకరణ వికీరణాన్ని ఉపయోగించడానికి కూడా అనుమతిస్తుంది. ఇది దేశ ప్రజలపై మరింత భారంగా మారవచ్చని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

2033 నాటికి 300 మెగావాట్లు, 2047 నాటికి 100 గిగావాట్ల అణు విద్యుత్తును ఉత్పత్తి చేయాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. ఇందుకోసం పార్టీ ట్రాక్ ప్రాతిపదికన స్వదేశీ టెక్నాలజీతో స్వార్ మ్యాడ్యుల్ రియాక్టర్లను నిర్మించడాని 2025-2026 కేంద్ర బడ్జెట్‌లో గతా. 20వేల కోట్లను కేటాయించారు. 2033 కల్లా కనీసం 5 స్వార్ మ్యాడ్యుల్ రియాక్టర్లను నిర్మించాలనే టార్గెట్‌తో భారత్ ఉంది. శాంతి చట్టం ద్వారా సస్టయర్ లయబిలిటీ అనే క్లాజ్‌ను తొలగించారు. దీంతో అమెరికాకు చెందిన వెస్టింగ్ హౌస్, ఫ్రాన్స్ కిట్లను చెందిన ఈడిఎఫ్, రష్యాకు చెందిన రొసాటోమ్ కంపెనీలతో గతంలో కుదిరిన ఒప్పందాల పునరుద్ధరణ జరిగే అవకాశం ఉంది. ఇప్పటికే మోడీ ప్రభుత్వం ట్రంప్ ముందు సాగిలపడు తున్నది. తాజాగా అణుశక్తి రంగంలో అమెరికా సూచించిన వ్యక్తులకు, ప్రయివేట్ భాగస్వామ్యం కల్పిస్తే దేశ భవిష్యత్ అమెరికా చేతిలో రిమోట్ గా మారటం ఖాయమని అణురంగం విశ్లేషకులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

ఒక్కరోజే 400 కేసుల పరిష్కారం

మాపై దాడి జరుగుతున్నా పట్టించుకోరా?

రిజర్వ్ బ్యాంక్ ప్రత్యేక స్వాప్

● సుప్రీంకోర్టు ప్రత్యేక లోక్ అదాలత్ ప్రత్యేకత

● మూడు రోజుల ప్రత్యేక డ్రైవ్

న్యూఢిల్లీ, ఆగస్టు 22 (ఎ.ఎం.ఎస్):

ఒక్కరోజే 400 కేసులను సుప్రీంకోర్టు ప్రత్యేక లోక్ అదాలత్ పరిష్కరించింది. వేగవంతమైన న్యాయపరిష్కారం అందించేందుకు సర్వోన్నత న్యాయస్థానం మూడు రోజుల ప్రత్యేక డ్రైవ్ చేపట్టింది. ‘సమాధాన్ సమరోహ్ 2026’ పేరుతో చేపట్టిన ఈ ప్రత్యేక డ్రైవ్ భారత ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్ సూర్యకాంత్ మార్గదర్శకత్వంలో పనిచేస్తోంది. ఇందులో భాగంగా మొదటి రోజైన చుక్రవారం 400 కేసుల్లో పరిష్కారాలు చూపింది. ఆదివారంతో ఈ లోక్ అదాలత్ ముగియనుంది. పెండింగ్‌లో ఉన్న వివాదాలను స్నేహ

పూర్వకంగా పరిష్కరించుకోవడానికి వీలు కల్పించడమే ఈ ప్రత్యేక లోక్ అదాలత్ లక్ష్యమని సుప్రీంకోర్టు వెల్లడించింది. సర్వోన్నత న్యాయస్థానానికి చెందిన ఇద్దరు సీట్టింగ్ న్యాయమూర్తులు, సీనియర్ న్యాయవాదులు, అడ్వోకేట్‌ఆనెలికార్డ్ లు, ఇతర న్యాయ వాదులతో కూడిన 16 ప్రత్యేక లోక్ అదాలత్ బెంచ్‌లు ఈ డ్రైవ్‌లో పాల్గొన్నట్లు తెలిపింది. లోక్ అదాలత్‌లో మొదటి రోజు 600కు పైగా కేసులు పరిష్కారం కోసం లిస్ట్ కాగా.. వాటిలో 400కు పైగా కేసులను సామర్పించిన పరిష్కరించినట్లు బీజేపీ గూండాల దాడి చేశారని, అశుభోష్తో పాటు ఇతర కార్యకర్తలు గాయపడ్డారని, కానీ పోలీసులు స్పందించలేదని మరో పోస్ట్‌లో

- పోలీసులు ప్రేక్షకులూ ఉండిపోయారు
- సీజేబీ నేత లభజిటీ డిమ్మీ ఆగ్రహం

జైపూర్, ఆగస్టు 22 (ఎ.ఎం.ఎస్) :

తమ బృందంపై దాడి జరుగుతున్నా పోలీసులు ప్రేక్షకులుగా ఉండిపోయారని కార్క్ ట్ జనతా పార్టీ (సీజేబీ) వ్యవస్థాపకుడు అభిజిత్ డిమ్మీ విమర్శించారు. ‘స్కూల్ టీక్ కరో’ ప్రచారంలో భాగంగా జైపూర్‌లోని రాంపుర కన్వర్షుర గ్రామంలో ప్రభుత్వ పాఠశాలలను పరిశీలించేందుకు వెళ్లిన సీజేబీ బృందాన్ని బీజేపీ కార్యకర్తలు అడ్డుకున్నారు. సీజేబీ సహకర్నిస్‌ని అశుభోష్ నులపై తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలలను పరిశీలించేందుకు వెళ్లిన సీజేబీ వాలంటీర్లపై దాడులు జరుగుతున్నా రాజస్థాన్ పోలీసులు ప్రేక్షకులుగా ఉండిపోయారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. పాఠశాలలు పశువుల కొట్లాటలో నిర్వహించడం పోలీసులకు సమస్యగా అనిపించడం లేదా అని ప్రశ్నించారు. పశువుల కొట్లాటలో నిర్వహించడం సమస్యగా అనిపించలేదని, తమ కార్యకర్తలు ఆ పాఠశాలల్లోకి వెళ్లడం మాత్రం వారికి సమస్యగా మారిందని విమర్శించారు. గ్రామంలోని పాఠశాల భవనాన్ని అనుక్రమంగా ప్రకటించడంతో దాన్ని మూసివేసి, ప్రస్తుతం సమీపంలోని పశువుల కొట్లలో తరగతులు నిర్వహిస్తున్నట్లు ఆయన అన్నారు. అశుభోష్ రాంకాతోపాటు సీజేబీ వాలంటీర్లపై బీజేపీ గూండాల దాడి చేశారని, అశుభోష్తో పాటు ఇతర కార్యకర్తలు గాయపడ్డారని, కానీ పోలీసులు స్పందించలేదని మరో పోస్ట్‌లో

పేర్కొన్నారు. జైపూర్ జిల్లాలోని రెండు ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో మౌలిక వసతులు, విద్యార్థులకు అందుతున్న సౌకర్యాలను పరిశీలించేందుకు సీజేబీ బృందం శుక్రవారం పర్యటించాల్సి ఉంది. రాజస్థాన్‌లోని ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లోకి ప్రజలు, మీడియా ప్రతినిధుల ప్రవేశంపై వివాదం కొనసాగుతున్న నేపథ్యంలో ఈ పర్యటన జరిగింది. సీజేబీ గతంలో నిర్వహించిన పాఠశాలల తనిఖీల నేపథ్యంలో, సరైన కాణాం లేకుండా బయటి వ్యక్తులు, మీడియా ప్రతినిధులు ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లోకి ప్రవేశించకుండా రాష్ట్ర విద్యాశాఖ అంక్షలు విధించినట్లు సమాచారం.

- జులై నాటికి 15.4 శాతం వృద్ధి
- 2016 తర్వాత ఇదే గరిష్టం
- కేరెండ్స్ రేటింగ్స్ వెల్లడి
- రెండు వారాల్లోనే 6.57 లక్షల కోట్లు..

ముంబయి, ఆగస్టు 22 (ఎ.ఎం.ఎస్) :

బ్యాంకింగ్ వ్యవస్థపై ప్రజల నమ్మకం, పొదుపు ధోరణి పెరుగుతోంది. గత కొంత కాలంగా స్టాక్ మార్కెట్లలో తీవ్ర ఒత్తిడి నెలకొనడంతో ఇటీవల డిపాజిట్లపై ప్రజలు ఆసక్తి కనబడుతున్నారు. బ్యాంకింగ్ వ్యవస్థపై ప్రజల నమ్మకం, పొదుపు ధోరణి పెరుగుతోంది. ఈ ఏడాది జులై 31 నాటికి బ్యాంకుల డిపాజిట్ల వార్షిక ప్రాతిపదికన 15.4 శాతం వృద్ధిని నమోదు చేశాయి. 2016 డిసెంబర్ తర్వాత డిపాజిట్ల వృద్ధి ఈ స్థాయికి చేరడం ఇదే తొలిసారి. అంతటి తీవ్ర జులై 15 నాటికి డిపాజిట్ల వృద్ధి 12.7 శాతంగా ఉండగా, గతేడాది ఇదే సమయంలో 10 శాతంగా నమోదయ్యింది. సదుపాయం కింద విదేశీ కరెన్సీ ప్రవాస భారతీయుల బ్యాంకు డిపాజిట్లకు భారీ స్పందన లభించడం ఈ వృద్ధికి ప్రధాన కారణమని కేరెండ్స్ రేటింగ్స్ హేర్మంగ్, జులై 31 నాటికి ఈ సదుపాయం ద్వారా సమీకరించిన నిధులు 36.7 బిలియన్ డాలర్లకు చేరుకున్నాయి. దీంతో బ్యాంకులకు అదనపు విదేశీ మారకద్రవ్య నిధులతో పాటు ద్రవ్యలభ్యత కూడా పెరిగిందని నివేదిక తెలిపింది. బ్యాంకింగ్ వ్యవస్థలో మొత్తం డిపాజిట్లు రూ.269.4 లక్షల కోట్లకు చేరాయి. కేవలం రెండు వారాల వ్యవధిలోనే రూ.6.57 లక్షల కోట్ల మేర కొత్త డిపాజిట్లు వచ్చాయి. ఇందులో కాలపరిమితి

డిపాజిట్లు 14.8 శాతం వృద్ధితో రూ.235.1 లక్షల కోట్లకు చేరాయి. మొత్తం డిపాజిట్లలో వీటి వాటా 87.3 శాతంగా ఉంది. మరోవైపు డిమాండ్ డిపాజిట్ల కూడా 19.3 శాతం వృద్ధి చెందడం బ్యాంకింగ్ వ్యవస్థపై ప్రజల నమ్మకం, పొదుపు ధోరణి బలపడు తున్నాయనే సంతకాలను ఇస్తోంది. డిపాజిట్ల పెరుగుదలకు అనుగుణంగా బ్యాంకుల రుణ విస్తరణ కూడా కొనసాగుతోంది. రిటైల్ రుణాలు, నూక్ల, చిన్న, మధ్యతరహా పరిశ్రమలు, సేవలు, మౌలిక వసతులు, ఎన్ఐఎస్ షేరిలకు రుణాల అందజేత పెరగడంతో జులై 31 నాటికి బ్యాంకుల రుణ వృద్ధి 19.3 శాతానికి చేరుకుంది. మొత్తం బాంకు రుణాలు రూ.220.8 లక్షల కోట్లుగా నమోదయ్యాయి. డిపాజిట్ల వృద్ధి వేగం పెరగడంతో రుణాలు-డిపాజిట్ల నిష్పత్తి 82.7 శాతం నుంచి 81.9 శాతానికి తగ్గడం బ్యాంకుల నిధుల స్థితి మరింత సమ తుల్యతకు నిదర్శనమని ఆ పర్ధాలు హేర్మంగ్లున్నాయి.

యువతలోనూ అధికమవుతున్న పెద్ద పేగు క్యాన్సర్..



ప్రస్తుత పెద్దలలో మాత్రమే కాదు, యువతలో కూడా పెద్దపేగు క్యాన్సర్ కేసులు పెరుగుతున్నాయని వైద్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా ఈ వ్యాధి చాలా కాలం పాటు ఎలాంటి స్పష్టమైన లక్షణాలు లేకుండా నెమ్మదిగా అభివృద్ధి చెందడం ఆందోళన కలిగించే అంశంగా మారింది. చాలా సందర్భాల్లో దాదాపు పదేళ్ల పరకు కూడా ఎలాంటి హెచ్చరికలు కనిపించడం లేదు. మల విసర్జనలో మార్పులు, రక్తస్రావం, కడుపు నొప్పి వంటి లక్షణాలు కనిపించే సమయానికి వ్యాధి ముదిరిపోయి ఉండే అవకాశం ఉందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే రోజువారీ జీవితంలో కొన్ని సులభమైన అలవాట్లు పాటించడం ద్వారా పెద్దపేగు క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని గణనీయంగా తగ్గించుకోవచ్చని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

ముఖ్యంగా సమయానికి జామ, తెల్ల జామ రెండూ ఎర్ర ఆరోగ్యానికి చాలా మంచివే. అయితే ఎర్ర జామలో నీటి శాతం ఎక్కువ. చక్కెర, కార్బోహైడ్రేట్లు తక్కువగా ఉంటాయి. తెల్ల జామలో విటమిన్-సీ, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువ. మధుమేహం (షుగర్) ఉన్నవారికి బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి ఎర్ర జామ కొంత మేలు చేస్తుంది. తెల్ల జామ ఎక్కువ తియ్యగా, రుచిగా ఉంటుంది. దీంట్లో షుగర్, స్ట్రాబ్బెర్, గింజలు

స్ట్రోనింగ్ పరిక్షలు చేయించుకోవడం, ఆహారపు అలవాట్లలో మార్పులు తీసుకురావడం, శారీరక చర్యకుదనం పెంచుకోవడం ఎంతో ముఖ్యమని చెబుతున్నారు. 45 ఏళ్ల వయస్సు వచ్చిన తర్వాత క్రమం తప్పకుండా కొలెస్ట్రోల్ స్కోప్ పరీక్ష చేయించుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఎందుకంటే పెద్దపేగు క్యాన్సర్ నిశ్శబ్దంగా అభివృద్ధి చెందుతుంది. లక్షణాలు బయటపడే సమయానికి అది మందడుగు దశకు చేరి ఉండే ప్రమాదం ఉంటుంది. అందువల్ల ముందుగానే స్ట్రోనింగ్ చేయించుకోవడం ద్వారా

సమస్యను ప్రారంభ దశలోనే గుర్తించే అవకాశం ఉంటుంది. ఆహారంలో ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉండే పదార్థాలు తీసుకోవడం కూడా చాలా అవసరం. రోజుకు కనీసం 30 గ్రాముల ఫైబర్ తీసుకుంటే పెద్దపేగు క్యాన్సర్ ప్రమాదం తగ్గే అవకాశం ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. రోజువారీ ఫైబర్ వినియోగాన్ని కేవలం 10 గ్రాములు పెంచినా క్యాన్సర్ ప్రమాదం గణనీయంగా తగ్గుతుందని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. కూరగాయలు, పండ్లు, గింజలు, సంపూర్ణ దాణ్యాలు వంటి ఫైబర్ అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. ప్రాసెస్డ్ మాంసాన్ని తగ్గించడం కూడా ముఖ్యమని చెబుతున్నారు. ప్రాసెస్డ్ మాంసాన్ని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ క్యాన్సర్ కు కారణమయ్యే పదార్థంగా గుర్తించగా, రెడ్ మీట్ ను కూడా ప్రమాదకరంగా పరిగణిస్తోంది. అందువల్ల వీటి వినియోగాన్ని తగ్గించడం ద్వారా పెద్దపేగు క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని తగ్గించుకోవచ్చు. రోజుకు కనీసం 30 నిమిషాల పాటు శారీరక వ్యాయామం లేదా నడక చేయడం కూడా ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. వ్యాయామం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగుపడి, వ్యర్థాలు పెద్దపేగులో ఎక్కువసేపు నిల్వ ఉండకుండా బయటకు వెళ్లిపోతాయి. దీని వల్ల హానికర పదార్థాలు పెద్దపేగు గోడలతో ఎక్కువసేపు సంబంధం కలిగి ఉండే ప్రమాదం తగ్గుతుంది. అలాగే మద్యం వినియోగాన్ని పూర్తిగా మానేయడం లేదా గణనీయంగా తగ్గించడం అవసరం. మద్యం పెద్దపేగు క్యాన్సర్ కు నేరుగా ప్రమాద కారకంగా పనిచేస్తుంది. క్యాన్సర్ ప్రమాదం విషయంలో మద్యం సేవనానికి సురక్షితమైన

నెల రోజులు మానేస్తే!

రోజులు టీ మానేస్తే శరీరం అద్భుతమైన రీబూట్ ప్రక్రియకు లోనవుతుంది. ఈ మార్పు జాప్యం సౌందర్యానికి కాకుండా శరీరంలోని ప్రతి కణాన్ని పునరుజ్జీవింపజేస్తుంది. ముఖంపై సహజమైన కాంతి రావడం నుంచి, మొండి మెటిమలు, మచ్చలు తగ్గడం వంటి మార్పులెన్నో చోటా చేసుకుంటాయి. కళ్ల కింద నలుపు మార్పులు, ముఖం యవ్వనంగా మారుతుంది. లోలోపల అవయవాలు కూడా మరింత చురుగ్గా పనిచేస్తాయి. రక్తస్పందన మెరుగుపడి, మంచి పద్ధతులతో మెరుగుపడే మనలో ఒక కొత్త ఉత్సాహం ఉద్భవించేది. టీలో ఉండే కెఫీన్ మన శరీరం నుంచి నీటిని త్వరగా బయటికి పంపించేస్తుంది. దీంతో చర్మం పొడిబారినట్లు కనిపిస్తుంది. కాబట్టి టీ మానేయడం వల్ల శరీరంలో నీటి శాతం స్థిరంగా ఉండి, చర్మకణాలకు తగిన తేమ అందుతుంది. తద్వారా ముఖం, బుగ్గలు తాజాగా మెరుస్తూ ఉంటాయి. టీ వల్ల చర్మంపై ఎర్రటి మచ్చలు, దురద, వాపు, గుల్లలు వచ్చేందుకు అస్సారం ఉంది. టీ మానేస్తే ఈ సమస్య తగ్గుతుంది. ముఖంగా చకిర ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల చర్మాన్ని యవ్వనంగా ఉంచే కొలాజెన్, ఎలాస్టన్ అనే ప్రోటీన్లు దెబ్బతింటాయి. ఇక టీ మానేసే నీళ్లు, హెర్బల్ డ్రింక్స్ తాగడం వల్ల నివర్, కిడ్నీలు చురుగ్గా పనిచేసి, రక్తాన్ని సమర్థంగా ముద్దీ చేస్తాయి. టీలో మనం కలిపే పాలు, చకిర మెటిమలకు మంచి మిత్రులు. చకిర తీసుకోవడం వల్ల ఇబ్బందిని ఒకసారిగా మెరుగుతుంది. ఇది చర్మంలోని నూనె గ్రంథులను ప్రేరేపించి ముఖంపై ఎక్కువ నూనె ఉత్పత్తి అయ్యేలా చేస్తుంది. దీంతో చర్మ రంగురాలు మూసుకుపోయి మెటిమలు వస్తాయి. ఇక పాలలోని హోర్మోన్లు మెటిమలను ప్రేరేపిస్తాయి. టీ మానేయడం వల్ల నూనె ఉత్పత్తి తగ్గి కొత్త

పరిమితి అంటూ ఏదీ లేదు. పెద్ద పేగు క్యాన్సర్ ను పూర్తిగా నివారించడం సాధ్యం కాకపోయినా, ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలి, సమతుల్య ఆహారం, క్రమం తప్పని వ్యాయామం, సమయానికి వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవడం ద్వారా ప్రమాదాన్ని గణనీయంగా తగ్గించుకోవచ్చని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

వెంటనే కొద్దిసేపు నడవడం ఇప్పుడు సోతో మీడియాలో ఫార్ట్ వాక్స్ పేరుతో చైత్ర అవుతోంది. అయితే ఇది కొత్త అలవాటు కాదని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. భోజనం తర్వాత స్వల్పంగా నడవడం జీర్ణక్రియకు చాలా కాలంగా సూచిస్తున్న సరళమైన అలవాట్లలో ఒకటని వివరిస్తున్నారు. ఈ చిన్న నడక కేవలం ఆహారం జీర్ణం కావడానికే కాదు, కడుపులో గ్యాస్, ఉబ్బరం తగ్గించడంలో, మలబద్దకం తగ్గించడంలో, అలాగే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో కూడా సహాయపడుతుందని నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు. జీర్ణాశయ ఆరోగ్య నిపు

భోజనం చేసిన చేస్తుంది. ఫార్ట్ వాక్స్ చేయాలంటే ముందుగా భోజనం పూర్తి చేసిన తర్వాత కొద్దిసేపు ఆగాలి. ఆ తర్వాత నెమ్మదిగా, ఒత్తిడి లేకుండా నడవాలి. వేగంగా పరుగులు తీయడం లేదా గట్టిగా వ్యాయామం చేయడం చేయడం కాదు. రోజు రాత్రి భోజనం తర్వాత ఇలా కొద్దిసేపు నడిస్తే జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యానికి మేలు జరుగు

రాత్రి భోజనం చేశాక కాసేపు నడిస్తే ఎన్నో లాభాలు..



బుల ప్రకారం భోజనం చేసిన తర్వాత 5 నుంచి 15 నిమిషాల పాటు నెమ్మదిగా నడవడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థ చురుకుగా పనిచేస్తుంది. ఇంటి చుట్టూ, ఆఫీస్ లో, ట్రైడ్ మెల్ పై లేదా బయట వీధిలో నెమ్మదిగా నడిచినా సరిపోతుందని చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా ఈ సమయంలో కలిసేమైన వ్యాయామం చేయకుండా సాదాసీదా నడక మాత్రమే చేయాలని సూచిస్తున్నారు. భోజనం తర్వాత నడక వల్ల ఆహారం పేగుల్లో సులభంగా కదలడంలో సహాయం జరుగుతుంది. దీని వల్ల కడుపులో చిక్కుకుపోయిన గ్యాస్ బయటకు వెళ్లేందుకు అవకాశం ఉండి ఉబ్బరం తగ్గుతుంది. అలాగే పేగుల కదలికలు మెరుగుపడి మల విసర్జన సులభమవుతుంది. యాసిడ్ రిఫ్లక్స్ సమస్యతో బాధపడేవారికి కూడా

ఈ అలవాటు కొంత ఉపశమనం ఇస్తుంది. భోజనం చేసిన వెంటనే పడుకోవడం లేదా కూర్చోనడం కంటే కొద్ది సేపు నడవడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగుపడి ఆస్పార్యం తగ్గుతుంది. ఈ అలవాటులో ప్రత్యేకమైన పరికరాలు, ఖరీదైన పిటీ నెస్ సామగ్రి అవసరం లేదు. ఎవరైనా సులభంగా రోజువారీ జీవితంలో భాగం చేసుకోవచ్చు. ముఖ్యంగా ఎక్కువసేపు కూర్చుని ఉద్యోగాలు చేసే వారికి భోజనం తర్వాత చిన్న నడక శరీరానికి చలనం కలిగించి ఆరోగ్యానికి మేలు

తుంది. సాధారణంగా కనిపించే ఈ అలవాటు దీర్ఘకాలంలో మంచి ఆరోగ్యానికి దోహదపడుతుంది. ముఖ్యంగా జీర్ణక్రియ సమస్యలు, గ్యాస్, మలబద్దకం వంటి ఇబ్బందులు తరచూ ఎదురయ్యే వారు ఈ అలవాటును ప్రయత్నించవచ్చు.

ఎర్ర జామ వర్సెస్ తెల్ల జామ ఏది ఆరోగ్యానికి మంచిది?



స్నానం చేసేటప్పుడు సబ్బు ఉపయోగించడం చాలామందికి అలవాటే! అయితే కొంతమంది సబ్బుకు బదులుగా బాడీవాష్/షవర్ జెల్ వాడుతుంటారు. సబ్బు మదిరిగానే దీన్ని ఎంచుకునేటప్పుడా వలు విషయాలు దృష్టిలో ఉంచుకోవాలంటున్నారు సౌందర్య నిపుణులు. అప్పుడే చర్మ ఆరోగ్యాన్ని, అందాన్ని కాపాడుకోవచ్చని చెబుతున్నారు. అదెలాగో తెలుసుకుందాం రండి.. ఏ సౌందర్యోత్పత్తిని చర్మతత్వాన్ని బట్టి ఎంచుకుంటాం. అప్పుడే చర్మంపై ప్రతికూల ప్రభావం పడకుండా ఉంటుంది. బాడీవాష్ కు ఇది పర్తిస్పందంబున్నా

మంటారు నిపుణులు. బాడీ వాష్ ఉపయోగించేటప్పుడు ఇది ముఖ్యమంటున్నారు. ఎందుకంటే గోరువెచ్చటి నీళ్లు చర్మంపై పేరుకొన్న మురికి, జిడ్డు సులభంగా తొలగిపోయేట. తద్వారా చర్మం శుభ్రపడడమే కాకుండా.. చర్మ ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుందంటున్నారు. స్నానం చేసే క్రమంలో సురగోచ్చేదాకా సబ్బు రుద్దుకోవడం చాలామందికి అలవాటు! నిజానికి దీనివల్ల చర్మం పొడిబారిపోతుంది. అందుకే బాడీ వాష్ కూడా మరి ఎక్కువగా వాడబడుతున్నారు నిపుణులు. కాస్త అలవాటుగా సుమారు రెండు టేబుల్ స్పూన్ జెల్ అయితే చాలామందికి సరిపోతుందంటున్నారు. ఇక ఈ జెల్ ను అరచేతిలో వేసుకొని.. రెండు చేతులతో శరీరానికి అన్ని చేసుకోవాలి. ఆపై లాఫా, స్నాండ్, వాష్ క్రాత్, బాత్ గ్లోస్.. వంటి వాటితో చర్మంపై గుండ్రంగా మసాజ్ చేస్తూ రుద్దుకోవాలి.

తీసుకుంటుంటే జామకాయను తీసుకునే ముందు వైద్యుడిని సంప్రదించడం చాలా ముఖ్యం. ఏదైనా శస్త్రచికిత్స తర్వాత వెంటనే జామ పండ్లు తినకూడదు. ఎందుకంటే జామ తినడం వల్ల రక్తస్రావం ప్రమాదం పెరుగుతుంది. దీంతో గాయం మానడం అలస్యం అవుతుందని చెబుతున్నారు.

బాడీవాష్ వాడుతున్నారా?

నిపుణులు. జిడ్డు చర్మం, పొడి చర్మతత్వం, సున్నితమైన చర్మం, ఇలా ఆయా చర్మతత్వాలుకు నమ్మే షవర్ జెల్స్ ప్రస్తుతం మార్కెట్లో దొరుకుతున్నాయి. ఈ క్రమంలో పొడి చర్మం ఉన్న వారు.. గ్లిజెరిన్, షియూ బల్బర్, కలబంద.. వంటి ఉత్పత్తులతో తయారైన బాడీవాష్ లు ఎంచుకోవాలి. అదే సున్నితమైన చర్మమైతే.. సర్బెట్లు, పారబెన్స్, లేని, పరిమళాలు వాడని ఉత్పత్తిని ఎంచుకోవాలి. ఉంటుంటుంది. జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే వారు.. నూనెలు, మృదుశ్చరైడ్లు ఉన్న వాటిని చక్కని పట్టేయడమే మంచిదంటున్నారు. సాధారణ చర్మం కలిగిన వారు.. పైన పేర్కొన్న మూడింటల్లో ఏదైనా ఉపయోగించవచ్చని చెబుతున్నారు. స్నానానికి ఉపయోగించే నీళ్లు మరి చల్లగా, మరి వేడిగా కాకుండా.. గోరువెచ్చగా ఉండేలా చూసుకో

తద్వారా చర్మం మృదువుగా మారడంతో పాటు ప్రకాశవంతంగా మెరిసిపోవచ్చు. అలాగే సురగ మొత్తం పోయేలా చర్మాన్ని శుభ్రం చేసుకోవడమూ ముఖ్యమే! ఇక స్నానం పూర్తయ్యాక పొడిగా తుడుచుకొని మాయిశ్చరైజర్ రాసుకోవడం మర్చిపోకూడదు. స్నానానికి బాడీవాష్/షవర్ జెల్ వాడడం వల్ల చర్మానికి పలు ప్రయోజనాలు చేకూరతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. లాఫా, స్నాండ్ వంటి వాటితో రుద్దుకోవడం వల్ల బాడీ వాష్ లో ఉండే గ్లిజెరిన్, కలబంద వంటి పదార్థాలు చర్మంలోకి ఇంకి.. చర్మం తేమగా, మృదువుగా మారుతుంది. అత్యవసర నూనెలు.. వంటి సహజ పరిమళాలు వాడి తయారైన బాడీ వాష్ లు ప్రస్తుతం మార్కెట్లో దొరుకుతున్నాయి. వాటిని ఉపయోగిస్తే.. ఇటు చర్మానికి, అటు మనసుకు అభివృద్ధి కలుగుతుంది. కొన్ని షవర్ జెల్స్ స్కల్డ్ మాదిరిగా ఉంటాయి. వీటిని వాడడం వల్ల అటు నీళ్లు, ఇటు స్నానం చేసిన ఫీలింగ్ ఒకసారి కలుగుతుంది. దీనివల్ల కూడా చర్మం మృదువుగా, కాంతివంతంగా మారుతుంది. సున్నిత చర్మతత్వం ఉన్న వారికి సబ్బు కంటే బాడీ వాష్ లే మేలంటున్నారు నిపుణులు. ఎందుకంటే వీటితో పోల్చితే సబ్బులో చర్మ ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీసే రసాయనాలు ఎక్కువగా ఉంటాయని!

ఇక ప్రయాణాల్లో సబ్బు కంటే షవర్ జెల్స్ వాడడమే సౌకర్యంగా ఉంటుంది. ఒకవేళ చర్మతత్వానికి నష్టం బాడీ వాష్ ఎంచుకున్నప్పుడీ.. చర్మంపై అల్లర్ల, దురద, ఎరుపెక్కుడం, దద్దుర్లు.. వంటివి కనిపిస్తే దాన్ని వాడకపోవడమే మంచిది. అవసరమైతే ఈ విషయంలో నిపుణుల సలహా తీసుకోవడం మేలు!



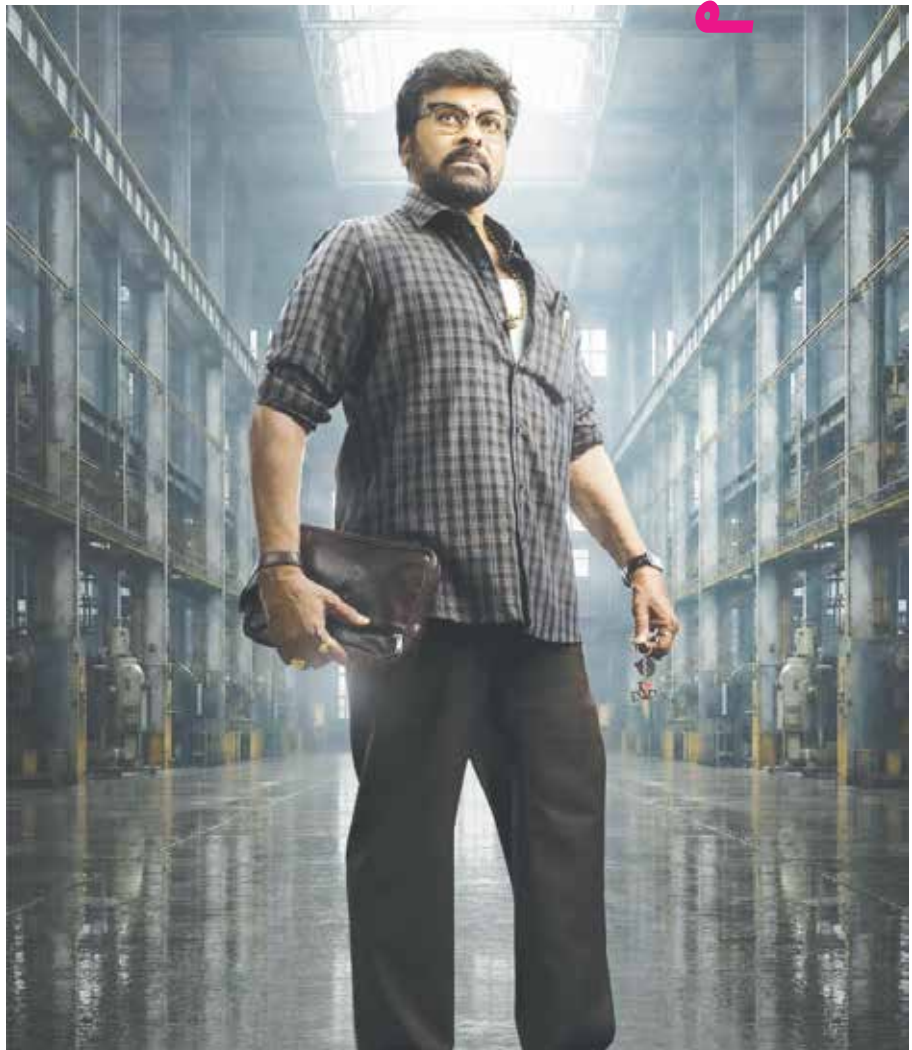
కూడా వివిధ రకాల గానీ కల్లి అవుతోందంటున్నారు నిపుణులు. ఈ క్రమంలో చూడానికి ఆకర్షణీయంగా కనిపించాలని కృత్రిమ రంగులు, రసాయనాలు కలపడం; ఆహారం పోలిన గ్లీ గింజలు ఇందులో కలిపి విక్రయించడం.. ఇలా కలుషితమైన ఈ పదార్థాన్ని తీసుకోవడం వల్ల ఆరోగ్యంపై తీవ్ర ప్రతికూల ప్రభావం వరుతుందంటున్నారు. ముఖ్యంగా వికారం, నాతులు, అజీర్తి, గ్యాస్ తీసుకున్న, కడుపు నొప్పి, విరేచనాలు, మూత్ర పిండాల సందబింద అనారోగ్యాన్ని వారికి కాలే రంగు మారిస్తూ.. వాటిలో కృత్రిమ రంగులు కలిపారని అర్థం. సహజంగా ఉండే వాసనతో కాకుండా సౌంపు వాసన మరో గాఢంగా ఉన్నట్లు అయితే కల్లి జరిగినట్లుగా గుర్తించాలంటున్నారు నిపుణులు. అలాంటి వాటిని ఎంచుకోకూడదని

న్నారు. అసహజ రంగు, మెరుపు, గింజలన్నీ ఒకే రకంగా ఆకుపచ్చ రంగులో ఉన్నట్లు అయితే.. ఆ సౌంపు కల్లి అయినట్లుగా గుర్తించాలంటున్నారు నిపుణులు. ఎందుకంటే సహజసిద్ధంగా లభించే సౌంపు అంతా ఒకే రంగులో ఉండదు. కాబట్టి గింజలన్నీ అసహజం పేక్షలో ఉన్నవి. ప్రకాశవంతంగా కనిపించని సౌంపును ఎంచుకోవడం ఉత్తమం అంటున్నారు. కొన్ని సౌంపు గింజలు అరచేతిలో తీసుకొని బాగా నలపాలి. లేదంటే ఒక తడి టీవ్యాన్నె వాటిని ఉంచాలి. అది కలబంద ఓ గ్లాసు గోరువెచ్చటి నీటిలో వాటిని వేయాలి. ఈ క్రమంలో రంగు అరచేతులకు అంటుకున్నా, టీవ్యాన్నె పరచుకున్నా, నీళ్ల రంగు మారిస్తూ.. వాటిలో కృత్రిమ రంగులు కలిపారని అర్థం. సహజంగా ఉండే వాసనతో కాకుండా సౌంపు వాసన మరో గాఢంగా ఉన్నట్లు అయితే కల్లి జరిగినట్లుగా గుర్తించాలంటున్నారు నిపుణులు. అలాంటి వాటిని ఎంచుకోకూడదని

అయినట్లు అర్థమి! అలాకాకుండా ఒక రకమైన తియ్యటి రుచితో ఉన్నట్లు అయితే దాన్ని అసలైన సౌంపుగా భావించాలంటున్నారు నిపుణులు. కొంతమంది ముందస్తుగా ప్యాక్ చేయని (లూట్) ఆహార పదార్థాల్ని కొంటారు. అలాకాకుండా ప్యాక్ చేసినవి; రూపొందిన తయారీ, ఎక్స్ పైరీ టేరీలు పరిశీలించి; FSSAI సర్టిఫికేషన్ ఉండని గుర్తించాకే ఏ పదార్థాన్నినా కొనడం మంచిదంటున్నారు నిపుణులు. సౌంపు కొనే విషయంలో నూనె ఇది పర్తిస్పందని చెబుతున్నారు. తక్కువ ధరకొస్తున్నాయని ఆయా ఆహార పదార్థాల్ని కొనడం చాలామందికి అలవాటు. సౌంపు కూడా ఇలాగే కొంటున్నారా? అయితే ఆ అలవాటు మానుకోవాలంటున్నారు నిపుణులు. నాణ్యత కొరవడడమే లేదంటే కల్లి జరగడం వల్లే ఆయా పదార్థాలు చవకగా లభిస్తున్నట్లు గ్రహించమంటున్నారు.



'కాకా'- అదరగొట్టిన స్టెలిష్ టైటిల్ గింప్స్



వుదయం సినిమా: మెగాస్టార్ చిరంజీవి, దర్శకుడు బాబీ కొలి కొంటినేషన్ లో మోస్ట్ అవైబిడ్ మూవీ #Mega158 / #ChiruBobby2, వెంకట్ కే నారాయణ కేవీఎస్ ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్ పై నిర్మిస్తున్న ఈ సినిమా ప్రకటన నుంచే భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. తాజాగా విడుదలైన టైటిల్ గింప్స్ స్టైల్, యాక్షన్, రా మాన్ అప్పీల్ తో ఆ అంచనాలను మరింత పెంచింది. కె. సత్యం, సూపర్ హెజర్ గా చిరంజీవి ఆక్వా ఇండస్ట్రీకి ఎంట్రీ ఇవ్వడంతో గింప్స్ ప్రారంభమవుతుంది. చెన్నై టీవీకు ఫోన్ చేసి లోడ్ సమయానికి వస్తుందని చెబుతూ అందరినీ పలక రిస్తారు. సునీల్ లీమ్ అదగగా, తమ బారెట్ ఫెస్టివల్ అని చెప్పి లీమ్ ను తిరస్కరిస్తారు. గెటప్ టీవీ స్కూటర్ కీన్ గురించి చెప్పగా సత్యం వాటిని వినరమని చెబుతారు. ఆ కీన్ అనుకోకుండా నీటిలో పడిపోతాయి. అయితే ఓ కుక్క ఒక రిమోట్ తీసుకొస్తుంది. దానితో మాగ్నెట్ సాయంతో కీన్ ను బయటకు తీస్తారు. ఆసక్తికరంగా.. కీన్ తో పాటు గన్న కూడా బయటకు వస్తాయి. ఆ తర్వాత కళ్ళధూలు పెట్టుకున్న చిరంజీవిని చూపిస్తూ 'కాకా' టైటిల్ ను రివీల్ చేయడం ఆద రిపోయింది. ఫ్లాష్ బ్యాక్ లో యంగ్, స్టెలిష్ చిరంజీవి గన్ ఫైరింగ్ సీక్వెన్స్ తో కనిపించడం గింప్స్ కు మాన్ టప్ ఇచ్చింది. 'కాకా' టైటిల్ పవర్ ఫుల్ గా ఉంది. టైటిల్ గింప్స్ కూడా ఫైరింగ్ విజువల్స్, డిఫరెంట్ సెటప్ తో వెంటనే ఆకట్టుకుంటుంది. చిరంజీవిని అభిమానులకు, మాన్ ఆడియన్స్ కు బలంగా కనెక్ట్ అయ్యేలా ప్రజెంట్ చేయడంలో బాబీ కొలి మరోసారి తన మార్క్ చూపించారు. రెండు విభిన్నమైన లుక్స్ ను చూపించిన విధానం, పవర్ ఫుల్ విజువల్స్, మ్యూజిక్, యాక్షన్ గింప్స్ ను అసక్తికరంగా మార్చాయి. చిరంజీవి తన స్టైల్ ప్రజెన్స్ తో మెస్సేజ్ చేశారు. బాబీ మెగాస్టార్ ను రెండు విభిన్నమైన లుక్స్ లో ప్రజెంట్ చేశారు. మిడిల్ క్లాస్ అవతార్ లో చిరంజీవి చాలా సహజమైన చార్మ తో కనిపించగా, యంగ్ వెర్షన్ లో ఆయన యూటిట్యూబ్, ఎనర్జీ ఆకట్టుకుంటాయి. గన్ ఫైరింగ్ సీక్వెన్స్ లో ఆయన బాడీ లాంగ్వేజ్, ఈజీగా చూపించే స్వాగ్ మంచి మాన్ మూమెంట్ ను క్రియేట్ చేశాయి. ముఖ్యంగా చివరి షాట్ బలమైన ఇంపాక్ట్ ను ఇస్తుంది.

మెగాస్టార్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా 'విశ్వంభర' నుంచి పవర్ ఫుల్ పోస్టర్

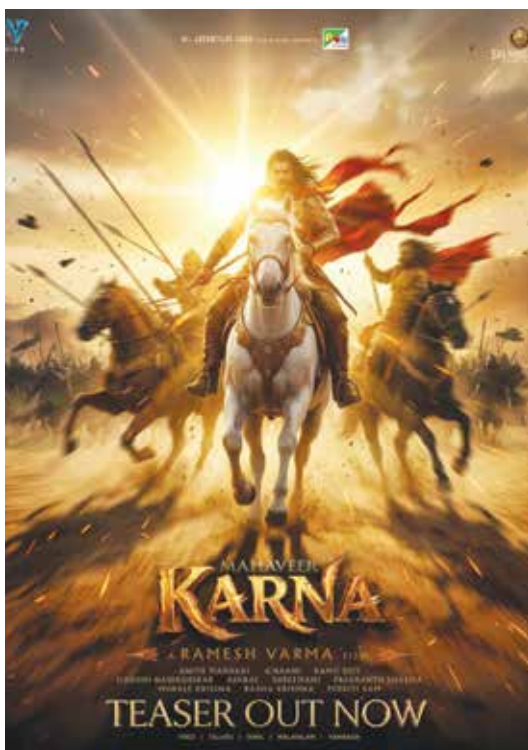


వుదయం సినిమా: మెగాస్టార్ చిరంజీవి మోస్ట్ అవైబిడ్ సోషియో-ఫాంటసీ 'విశ్వంభర'. పశుప్త దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న ఈ ప్రతిష్టాత్మక చిత్రాన్ని యూపీ క్రియేషన్స్ బ్యానర్ పై విక్రమ్, వంటి, ప్రమాద్ భారీ స్కేయిల్ నిర్మిస్తున్నారు. ప్రస్తుతం సినిమా పోస్టర్ ప్రొడక్షన్ పనులు తుది దశకు చేరుకున్నాయి. ప్రముఖ స్టూడియోలు వీఎఫ్ఎక్స్ పనులను ఛార్జి చేస్తున్నాయి.

వుదయం సినిమా: హనీ క్రియేషన్స్ సమర్పణలో హీరోలు శ్రీ, రాజువర, హీరోయిన్ శృతి శంకర్, నటులు అప్పారావు, రైజింగ్ రాజు ముఖ్యపాత్రల్లో నటిస్తున్న చిత్రం 'ప్రేమబానిస'. ఈ చిత్రానికి స్క్రీన్ ప్లే -దర్శకత్వం సలీం భాషా. నిర్మాతలు ఎన్. మహబూబ్ భాషా, కె. ప్రభాకర్. ఈ చిత్రానికి సంబంధించి ఫిలిం ఛాంబర్ లో జరిగిన కార్యక్రమంలో ప్రముఖ హీరోయిన్ లయ చేతుల మీదుగా పూజా కార్యక్రమం, పోస్టర్ లాంఛ్ ఘనంగా జరిగింది. ఈ చిత్రానికి డైరెక్టర్ అప్ షోట్ గ్రఫీ శివ నిర్వహిస్తుండగా, అతోక్ ఎడిటింగ్ బాధ్యతలను సమకూరుస్తున్నారు. ఈ సందర్భంగా దర్శకుడు సలీం భాషా మాట్లాడుతూ... హీరోయిన్ లయ చేతుల మీదుగా 'ప్రేమబానిస' పోస్టర్ విడుదల కావడం చాలా ఆనందంగా ఉంది. మా చిత్ర కార్యక్రమానికి చీఫ్ గెస్టు వచ్చిన లయకు ఈ సందర్భంగా కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. 'ప్రేమబానిస' అందర్నీ ఆలరించే కథాంశంతో రూపదిద్దుకుంటోంది. అన్ని వర్గాల ప్రేక్షకులను ఈ సినిమా ఆకట్టుకుంటుందనన్న నమ్మకం ఉంది. సెప్టెంబర్ నుండి కర్నూల్ లో ఈ చిత్రం శరవేగంగా రెగ్యులర్ షూటింగ్ జరగనుంది అని తెలిపారు. నిర్మాతలు ఎన్. మహబూబ్ భాషా, కె. ప్రభాకర్ లు మాట్లాడుతూ.. ప్రస్తుతం టాలీవుడ్ లో పస్తాన్న ప్రేమకథలకు భిన్నంగా ఈ చిత్రం ఉంటుంది. ఎక్కడా రాజీ పడకుండా చిత్రాన్ని నిర్మించనున్నాం అని తెలిపారు.



డిసెంబర్ 4న 'మహావీర్ కర్ణ'..



వుదయం సినిమా: ప్రతిష్టాత్మక నిర్మాణ సంస్థ పెన్ మూవీస్, శ్రీ నీలాద్రి ప్రొడక్షన్స్.. ఆర్టీవీ సూడియోస్ తో కలిసి 'మహావీర్ కర్ణ' అనే ఎపిక్ హైథిడ్ లైవ్ యాక్షన్ చిత్రాన్ని ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకురాబోతున్నాయి. భారతీయ సినిమాను సరికొత్త విజువల్ ప్రపంచంలోకి తీసుకెళ్తూ ఈ చిత్రాన్ని భారీ స్కేయిల్ రూపొందిస్తున్నారు. ఈ చిత్రాన్ని జయంతీలాల్ గదా సమర్పిస్తున్నారు. భాక్ బస్టర్ చిత్రాల దర్శకుడు రమేష్ వర్మ ఈ ప్రెస్టిజియస్ ప్రాజెక్టుకు దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. కమర్షియల్ గా సక్సెస్ ఫుల్ అయిన 'రాక్షసుడు', 'ఖిలాడీ', వంటి డిఫరెంట్ జోనర్ మూవీస్ తో తనదైన గుర్తింపు తెచ్చుకున్న రమేష్

వర్మ.. 'మహావీర్ కర్ణ'ను అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకంగా తెరకెక్కిస్తున్నారు. యాక్షన్, థ్రిల్లర్, కమెడీలతో సినిమాలతో తనదైన గుర్తింపు తెచ్చుకున్న డైరెక్టర్ రమేష్ వర్మ.. ఇప్పుడు సరికొత్త జోనర్ లోకి ఎంట్రీ ఇస్తున్నారు. మహాభారతంలోని చిరస్మరణీయమైన కర్ణుడి కథను అద్భుతంగా చేసుకుని 'మహావీర్ కర్ణ'ను తెరకెక్కిస్తున్నారు. ఈ చిత్రాన్ని రమేష్ వర్మ ఓ విస్తృతమైన హైథిడ్ లైవ్ యాక్షన్ ఫార్మాట్ లో రూపొందించనున్నారు. లైవ్ పెర్ఫార్మెన్స్ లోని భావోద్వేగ బలాన్ని, అత్యాధునిక విజువల్ ఎఫెక్ట్స్ అందించే అపారమైన అవకాశాలను కలిపి ఈ చిత్రాన్ని సరికొత్త అనుభూతి అందించేలా రూపొందిస్తున్నారు. ఈ ప్రయోగాన్ని మరింత ఆసక్తికరంగా మార్చి అంశం కర్ణుడి కథనే ఈ చిత్రానికి భావోద్వేగ కేంద్రంగా ఎంచుకోవడం, కర్ణుడి కథ కేవలం కీర్తి కోసం పోరాడిన ఓ యోధుడి కథ.

వుదయం సినిమా:

సుమంతి, ఐశ్వర్య రాజేష్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటిస్తున్న స్పిరిచువల్ మిస్టరీ థ్రిల్లర్ 'మహేంద్రగిరి వారాహి' సంగ్ లాంచ్ ఈవెంట్ డ్రగిరి వారాహి'. సంతోష్ జాగర్లవాడి దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న ఈ చిత్రం మహేంద్రగిరి నేపథ్యంగా, వారాహి మాత డివైన్ పవర్ చుట్టూ సాగే కథతో రూపొందుతోంది. ఎన్నో అంతువిక్లవి సంఘటనలు, రహస్యాలు, మిస్టరీతో ప్రేక్షకులకు సరికొత్త సినీ అనుభూతిని అందించబోతుంది. ఈ చిత్రంలో మీనాక్షి

'మహేంద్రగిరి వారాహి' సంగ్ లాంచ్ ఈవెంట్



గోస్వామి, మాళవిక నాయర్, బ్రహ్మానందం, వెన్నెల కిషోర్, రాజీవ్ కనకాల, అలీ కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. ఇప్పటికే విడుదలైన టీజర్ ను మంచి రెస్పాన్స్ వచ్చింది. ఈ చిత్రం సెప్టెంబర్ 11న ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. ఈ సందర్భంగా 'వాలే ఏ లాజిక్ నరే జీ' పాటను లాంచ్ చేశారు. సాంగ్ లాంచ్ ఈవెంట్ లో హోస్ట్ సుమంతి మాట్లాడుతూ.. మిమ్మల్ని అందరినీ చూస్తుంటే చాలా ఆనందంగా ఉంది. మీరు ఎంత సౌండ్ చేస్తున్నారో, సెప్టెంబర్ 11న మా 'మహేంద్రగిరి వారాహి' సినిమాతో అంత సౌండ్ చేయాలని కోరుకుంటున్నాం. 'మహేంద్రగిరి వారాహి' సినిమాలో కథ, నా పెర్ఫార్మెన్స్ చాలా ప్రత్యేకంగా, వేరే కోణంలో ఉంటాయి. ఇది ఒక డివోషన్ థ్రిల్లర్. 'కాంతారా', 'కార్తికేయ', 'విరాపాక్ష' లాంటి సినిమాలు ఎంతో పెద్ద విజయాలు సాధించాయి. అలాంటి సినిమాల జాబితాలోకి 'మహేంద్రగిరి వారాహి' కూడా చేరుతుందని నమ్ముతున్నాను. ఆడియన్స్ అభిప్రాయ కావాలని కోరుకుంటున్నాను.



చైతన్య 25వ సినీమా వెంకీ అట్లూరితో?



వుదయం సినిమా: నాగ్ చైతన్య 25వ సినీమా ఎవరితో అన్నది ఎప్పటి నుంచో వినిపిస్తున్న ప్రశ్న. బెదురులంక అనే సినిమా అందించిన దర్శకుడు క్లాక్ తో చైతన్య సినిమా వుంటుందని ఎప్పటి నుంచో వినిపిస్తోంది. కానీ రేటెన్జ్ ఆ సినిమాకు పాజ్ బటన్ నాక్సీ లేదా, కాస్త వెనక్కు నెట్టి, వెంకీ అట్లూరితో సినిమా చేసి ఆలోచనలో చైతన్య వున్నట్లు తెలుస్తోంది. వెంకీ అట్లూరి ఇప్పుడు హిట్ ట్రాక్ లో వున్నారు. ఇప్పటి వరకు చేసిన సినిమాల్లో ఒక్కటి తప్ప అన్నీ మంచి పేరు

తెచ్చుకున్నవే. వెంకీ వరుసగా మూడు సినిమాలు అదర్ లాంగ్వేజ్ హీరోలతో చేశారు. అందువల్ల ఈ సారి సినిమా తెలుగు హీరోతో చేసి ఆలోచనలో వున్నారు. నాగ్ చైతన్య సినిమాల అలాగే సితార నాగవంశీ ఎప్పటి నుంచో చైతన్యతో సినిమా చేయాలని చూస్తున్నారు. సరైన ప్రాజెక్ట్ సెట్ కావడంలేదు. ఇటీవలే అక్కినేని అఖిల్ సినిమా ను గట్టిగా ప్రమోట్ చేసి, నెలకెట్టింది నాగవంశీనే. వెంకీ అట్లూరి నాగవంశీ దగ్గర వున్నారు. అందువల్ల అన్నీ కలిస్తే చైతన్య 25వ సినిమా చైతన్యతో వుండే అవకాశం ఎక్కువ వున్నట్లు తెలుస్తోంది.

సూర్య నమ్మకాన్ని నిజం చేసిన సినీమా 'విశ్వనాథ్ & సన్స్'

మీడియాతో ముచ్చటించిన దర్శకుడు వెంకీ అట్లూరి, 'విశ్వనాథ్ & సన్స్' సాధించిన విజయం పట్ల సంతోషం వ్యక్తం చేయడమే కాకుండా, ఈ సినిమా ప్రయాణం వెనుక ఉన్న పలు ఆసక్తికర విషయాలను పంచుకున్నారు. 'విశ్వనాథ్ & సన్స్' సినిమాకి ఈ సాయి స్పందన రావడం ఎలా అనిపిస్తుంది? చాలా చాలా సంతోషంగా ఉంది. మేము ఊహించిన దానికంటే అద్భుతమైన స్పందన లభిస్తోంది. ఈ కథ వినగానే సూర్య గారి రియాక్షన్ ఏంటి? కథ వినగానే సూర్య గారికి చాలా నచ్చేసింది. నిజానికి ఆయన ఒక ఫ్యామిలీ స్పోర్ కోసం చూస్తున్నారు. ఆ చివరకు నాకు చెప్పారు. ఈ కథ నా దగ్గర అప్పటికే సిద్ధంగా ఉండటంతో, ఆయనకు వినిపించాను. 'త్రివిక్రమ్ గారి రచనలో ఉండే బలం, మీ రచనలో కనిపిస్తుంది అనే ప్రశంసలు రావడం ఎలా ఉంది? నేను సినీ పరిశ్రమలోకి రావడానికి స్ఫూర్తి నింపినది మజిలీత్యం గారు. త్రివిక్రమ్ గారు. అలాంటిది త్రివిక్రమ్ గారితో సన్ను పోల్చడం అనేది గౌరవంగా భావిస్తున్నాను. అసలు 'విశ్వనాథ్ & సన్స్' కథ ఎలా పుట్టింది? వయసు వ్యత్యాసం ఉన్న బంధంపై కథ రాయాలని మొదట అనుకున్నాను. 40 ఏళ్ళు వచ్చినా పెళ్ళి చేసుకోకపోవడానికి బలమైన కారణం ఉండాలి. 'విశ్వనాథ్ & సన్స్' చూసా త్రివిక్రమ్ గారి రియాక్షన్ ఏంటి? త్రివిక్రమ్ గారికి సినీమా చాలా నచ్చింది. సితార ఎంటర్టైన్మెంట్స్ బ్యానర్ లో రూపొందిన సినిమాల నిర్మాణంలో ఆయన భాగస్వామిగా ఉన్నారు కాబట్టి, దాదాపు అన్ని సినిమాలు చూశాం.



ఈ సినిమా విషయంలో ఎడిటింగ్ ప్రభావం ఎంత ఉంది? నా దృష్టిలో ఏ సినిమా అయినా ఎడిట్ బేబుల్ మీద బెటర్ అవుతుంది. మనం తీసిన ప్రతిదీ సినిమాలో ఉండాలి

తమిళ వెర్షన్ లో షూట్ చేశారు కానీ, తెలుగు లోనే ఎక్కువ వసూళ్లు వస్తుండటంపై అభిప్రాయం? సూర్య గారి మార్కెట్ ను దృష్టిలో ఉంచుకొని తమిళంలో చిత్రీకరించాము. తెలుగు రాష్ట్రాలతో పోలిస్తే తమిళనాడులో థియేటర్ల సంఖ్య తక్కువ.

'కామ్రేడ్ కళ్యాణ్' నుంచి 'సరస్వతమ్మ' గా రాధికా శరత్ కుమార్ ఫస్ట్ లుక్ రివీజ్

వహిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని కోన వెంకట్ సమర్పిస్తున్నారు. స్పందన వాహన మోషన్ పిక్చర్స్ LLP బ్యానర్ పై వెంకట కృష్ణ కర్నాటి, సీత కర్నాటి నిర్మిస్తున్నారు. 1992లో ఆంధ్ర-ఒడిశా సరిహద్దు ప్రాంతం నేపథ్యంలో ఈ సినిమా తెరకెక్కుతోంది. మహిమా నందియార కథానాయికగా నటిస్తున్నారు. ఇప్పటికే విడుదలైన టైటిల్ గింప్స్ తో పాటు తొలి రెండు పాటలకు మంచి స్పందన వచ్చింది. ఈ చిత్రంలో రాధికా శరత్ కుమార్ కీలక పాత్రలో నటిస్తున్నారు. ఆమె పుట్టినరోజు సందర్భంగా మేకర్స్ 'సరస్వతమ్మ'గా ఆమె ఫస్ట్ లుక్ ను విడుదల చేశారు. 'జై బాలయ్య' హెడ్ బ్యాండ్ కట్టుకుని, సీరియస్ లుక్ తో కనిపిస్తున్న రాధికా శరత్ కుమార్ పాత్రపై ఆసక్తి పెంచుతోంది. ఆమె బాడీ లాంగ్వేజ్ సరస్వతమ్మ పాత్రకు కథలో మంచి ప్రాధాన్యత ఉన్నట్లు కనిపిస్తోంది. ముఖ్యంగా బాలయ్య అభిమానిగా పాత్రను డిజైన్ చేయడం ఆసక్తికరంగా ఉంది. సరస్వతమ్మ గా రాధికా శరత్ కుమార్ ఫస్ట్ లుక్ సినిమాపై మరింత క్యూరియాసిటీని పెంచుతోంది. ఈ చిత్రంలో 'మైట్ టామ్ చాకో', ఉపేంద్ర రిహాయ్ కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. ఈ చిత్రానికి విజయ్ బుల్లూనిన్ సంగీతం అందిస్తుండగా, సాయి శ్రీరామ్ సినిమాలో గ్రఫీ నిర్వహిస్తున్నారు. చోటా కె. ప్రసాద్ ఎడిటింగ్ వనిచేస్తున్నారు.

