

Broopera

TELANGANA SENA TELUGU DAILY

తెలుగు దినపత్రిక

PUBLISHED FROM: HYDERABAD

సంపుటి: 10

ಸಂಚಿಕ: 155

మంగళవారం, 24 డిసెంబర్, 2024

ఎడిటర్ : బొమ్మరబోయి

అ

సియేట్ ఎడిటర్: కే

జెండ్ర ప్రసాద్

గాంధీ భవన్కు అల్యు అర్చున్ మామ జీ

పోన్ చేసి మాటల్లాడిన తీవీపీసీ అధ్యక్షుడు
తీవీపీసీ అధ్యక్షుడు మౌర్య్ కుమార్ గాడ్ అందుబాటులో
లేకపోడంతో దీపాదాన్ మున్నిని కలిసి మాటల్లాడిన చంద్రశేఖర్ రెడ్డి



ತೆಲಂಗಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ರಾಷ್ಟ್ರ ವ್ಯವಹಾರಾಲ ಇಂಥಾಗ್ಗೆ ದಿಪಾದಾನ್ ಮುಸ್ತಿನಿ ಹೀರ್ಕೆ ಅಲ್ಲ ಅರ್ಥನ್ನ ಮಾಡು, ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನೇತ ಚಂದ್ರಶೇಖರ್ ರೆಡ್ಡಿ ಗಾಂಥಿಭವನಲ್ಲೋ ಕಲಿಸಾರು. ಹೀಸೀನೀ ಅರ್ಥಕ್ಕುದು ಮಹೇಶ್ವರ್ ಕಮಾರ್ ಗೊಡ್ಡ, ಸೀಡಬಳ್ಳಾನೀ ಸಭ್ಯರು ಕೊಪ್ಪುಲ ರಾಜು, ದಿಪಾದಾನ್ ಮುಸ್ತಿನಿ ಉನ್ನಾರನ್ನು ಸಮಾಜಾರಂತ್ರೋ ಆಯನ ಗಾಂಥಿಭವನ್ ವೆಳ್ಳಾರು. ಕಾನೀ ಆಯನ ವಚಿನ ಸಮಯಂಲ್ಲಿ ಹೀಸೀನೀ ಅರ್ಥಕ್ಕುದು ಮೀಡಿಯಾ ಸಮಾರ್ಥಕಂತ್ರೋ ಉನ್ನಂದುನ ದಿಪಾದಾನ್ ಮುಸ್ತಿನಿ ಕಲಿಸಿ ಅಕ್ಕಡಿ ನುಂಬಿ ವೆಳಿಪೋಯಾರು. ಈ ವಿಷಯಂ ತೆಲುಸುಕುನ್ನ ಮಹೇಶ್ವರ್ ಕಮಾರ್ ಗೊಡ್ಡ ಚಂದ್ರಶೇಖರ್ ರೆಡ್ಡಿಕಿ ಕಾಲ್ ಚೇತರು. ಚಂದ್ರಶೇಖರ್ ರೆಡ್ಡಿಕಿ ದಿಪಾದಾನ್ ಮುಸ್ತಿನಿ ಅಂತರ್ಗಾ ಪರಿವರ್ಯಂ ಲೇಕಪೋವಡಂತೆ ಕಾರ್ಡಿನೆಸ್ಪು ಮಾಟ್ಲಾಡಿ ವೆಳಿಪೋಯಾರು.



యూపీలో బార్ లైన్కౌంటుర్

- హతమైన ముగ్గురు
ఖలిస్తానీ
ఉగ్రవాదులు..
 - పంజాబ్‌లోని
గురుదాస్‌పూర్ పోలీస్
పోష్ట్‌పై దాడికి
పాల్పడినట్లు
ఆరోపణలు
 - ఎన్కొంటర్ తర్వాత
నిందితుల నుంచి
రెండు ఏకే-47 రైఫ్లిష్‌ల్ల
రెండు గ్లోక్ పిస్టల్స్,
మందుగుండు
స్టాపుగిని సార్డినం

సంధ్య ఘటనను రాజకీయం చేయడం సరికాదు

- శ్రీతేజ్కు రూ.50లక్షల చెక్కు అందించిన మైత్రి మూవీస్
 - అట్లు అర్ధన్ ఇంటిపై దాడిని ఖండించిన కోమటిరెడ్డి
 - శ్రీతేజ్ కోలుకోవడానికి చాలా సమయం పట్టేలా ఉండన్న మంత్రి
 - కిమ్మ ఆస్పత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న శ్రీతేజెను పరాపరిధించిన మైత్రి మూవీ నిర్మాత నవీన్, సినిమాటోగ్రాఫర్ మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకటరెడ్డి
 - అట్లు అర్ధన్ ఇంటిపై దాడిని ఖండించిన మంత్రి



ଅଲ୍ଲ ଅର୍ଜୁନ୍ ଇଂଦ୍ରୀପୈ ଦାଢି ଘୁଟନନ୍ତ ଖାଂଡିଷ୍ଟୁନ୍ତୁ
 ଅଲ୍ଲ ଅର୍ଜୁନ୍ ଇଂଦ୍ରୀପୈ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ସଂଘାଲ ଫେଲୀନ୍ ନେତଳୁ ଦାଢି
 ଚେଯଦାନ୍ତି ଖାଂଡିଷ୍ଟୁନ୍ତୁନି ମୁଂତି କୋମ୍ବେରିଟ୍ଟି ଵେଂକଟ୍ ର୆ଡ଼ି
 ତେଲିପାରୁ. ସିନ୍ ହୀରୋଲ, ନିର୍ମାତଳ ଇଣ୍ଡପ୍ଲେ ଦାଢି ଚେଯଦଂ,
 ପୃଥିକ୍ରିଗଠଙ୍ଗା ଦୂମିଚଦଂ ନରିକାଦନ୍ତାରୁ. ଅଲା ଚେନ୍ଟେ ଚର୍ଯ୍ୟଲୁ
 ତପ୍ତପନି, ଚଟ୍ଟାନ୍ତି ଚେତିଲୋକି ତୀସୁକନେ ପ୍ରଯୁତ୍ତଂ
 ମାନୁକୋପାଲନ୍ତାରୁ. ଇଲାଂତି ଘୁଟନଲ ପିପରୁଂଲୋ ପୋଲୀଶୁ ଶାଖା
 ଚାନୁକଳମୁଣ୍ଡନି ଅନନ୍ତାରୁ. ତେଲଙ୍ଗାଣଲୋ ସିନ୍ ପରିଶ୍ରମନୁ ଅନିୟ
 ରକାଲୁଗା ପ୍ରୋତ୍ସାହନ୍ତି ଅଂଦିଂଚି ମୁଂଦୁକ ତୀସୁକେଶ୍ଵରମନି
 କୋମ୍ବେରିଟ୍ଟି ପେର୍ମାନ୍ତାରୁ. ରାତ୍ରି ପ୍ରଭୁତ୍ବଂ

రేవంత్ మెగా టీఎస్

ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నిర్లయంపై నెట్టింట ప్రశంసలు
శభాష రేవంత్ రెడ్డి.. అదీ దెబ్బ అంటే అని కామెంట్స్

పైదరాబాద్

తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నిర్ణయంపై నెట్టింట ప్రశంసలు కనిపిస్తున్నాయి. శభావ్ రేవంత్ రెడ్డి.. అది దెబ్బ అంటే అని కామెంట్స్ వినపడుతున్నాయి. నిజానికి నిన్న ఆసెంబ్లీలో రేవంత్ రెడ్డి చేసిన వ్యాఖ్యల్లో తప్పేమంది? అందులో నిజాలను ఎవరు అంగీకరించినా.. అంగీకరించకపో యినా అందులో నూతికి నూరుపొళ్ళు నిజం ఉంది. ఒక ప్రాణం విలువను సినిమా టీక్ష్ణాల్ ను చించినట్లు చించి అవతలపడేయడం ఎంత వరకూ సమంజసం అని కూడా కొండరు ప్రశ్నిస్తున్నారు. టాలీవుడ్ లో హీరోలను, అందులోనూ మెగా కుటుంబాన్ని ఎరుర్కొలాంటే ఎంతో కొంత ఛైర్యం కావాలి. మెగా ఫ్యాన్స్ ను రాజకీయంగా దూరం చేసుకోవడానికి కూడా ఏ రాజకీయ పార్టీకి చెందిన నేత సాహసించరు. కానీ రేవంత్ రెడ్డి మాత్రం అంతటి ధైర్యాన్ని ప్రదర్శించారు. రేవంత్ ను పొగడ్తులతో ముంచెత్తడం కాదు కానీ.. ఒక సినిమాకు సంబంధించి బెనిఫిట్ షో కు అనుమతి ఇచ్చింది ప్రభుత్వం. టీక్ష్ణాల్ ధరలు భారీగా పెంచుకోవడానికి అంగీకరించింది ప్రభుత్వమే. కానీ అప్పుడు నిజానికి సినిమా హీరో ఏం చేయాలి? లేదా టాలీవుడ్ ఏం చేయాలి? ఒక పదకొండ గంటలు ఔలులో అది న్యాయస్థానం రిమాండ్ విధిస్తే ఉండి వస్తే ప్రపంచమే మునిగిపోయినట్లు, ఇక ఎంతో అన్యాయం జరిగినట్లు అంతా ఒక్కటై అల్లువారి ఇంటికి పెద్దల సుంచి పిల్లల వరకూ కూడా కట్టారు. సాసుభూతి ప్రకటించారు. .



**వందే భారత్ తొలి స్నిపర్
రెలు వచేసోంది..!**

- ప్రయల్ తర్వాత రైళ్లు వివిధ నగరాల మధ్య రాకపోకలు
 - భారతదేశపు తొలి స్లిపర్ వందే భారతీ రైలు త్వరణో ప్రయల్ రన్
 - దేశంలోని వివిధ రైల్వే జోన్ల నుంచి రైల్వేబోర్డుకు భారీగానే ప్రతిపాదనలు
 - ప్రధానంగా బెంగళూరు, ఫిల్మ్, ముంబాయి నుంచి ప్రారంభించేందుకు ఎక్కువగా ఐవుడాణ్ణు



ప్రెక్ష వాస్తవాను అప్పగించండి

- భారతీకు లేఖ రాసిన బంగ్లాదేశ్
 - బంగ్లాదేశ్‌లో ఆమె ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా నిరసనలు వెల్లువెత్తడంతో.. హాసీనా దేశం విడిచి వెళ్లారు.
 - గత ఆగస్టు 5వ తేదీ నుంచి ఇండియాలోనే నివసిస్తున్నారు.



తెలంగాణ సేన

సంపాదకీయం

వచన కవిత్వ మూలాల
అన్వేషణలో శీర్షట్లా దొలికాడు!



తెలుగులో మొదటిసారి వచన కవిత్వం రాసిన శిష్టాల్ని ఉమా మహాశ్వరరావు (1909 - 1953) కథలు, కవిత్వం, గీయలు, నాటీకలు, వ్యాసాలతో కలిపి మొత్తం 800 పేజీల పుస్తకం ‘శిష్టాల్ని ఉమా మహాశ్వరరావు సర్వలభ్య సాహిత్యం’ జటీల విడుదలంది. ఏటుకూరి ప్రసార్. యూమిజాల కనిపిస్తున్న సందర్భంలో, తెలుగు జనజివనంలోకి నూతనంగా ప్రవేశించిన ప్రపంచి కరణ ప్రభావాలమైన కవిత్వం రాశాను. పెట్టబడి కెంద్రి కృతం ఆవుతున్న సుదూర ప్రాంతాలకు, అరబ్బు దేశాలకు వలసలను, దూరాల దుఃఖాలను, కార్యాలయాల చుట్టూ తిరుగుతున్న అమాయక ప్రజల బాధలను, అప్పుడ ప్పుడే కవిత్వంలోకి ప్రవేశిస్తున్న అనేక సందిగ్ధ సంద రాళాలను మొట్టమొదటిసారిగా కొత్త డిక్షన్టో తీసుకు వచ్చాను. అప్పుడూ ఇప్పుడూ సల్లూరిక యాసిడ్లో ముంచి తీసిన అక్కరాల తోనే కవిత్వం రాశాను. అద్దాన్ని, ఆకారాన్ని విభజించలేనట్టే నేను జీవితాన్ని, కవితాన్ని వేరువేరుగా ఇప్పటికీ దర్శించలేకపోతున్నాను. స్వభావమైన గుండెల నిండా ప్రాణవాయువు నింపుకొని ఉదయపు తాజాదనంతో, నది వారసత్వంగా బహుజన ప్రజల ప్రయోజనంగా పంటపొలాలమైన సాహిత్యంగా ప్రవహిస్తున్నాను. నా మొదటి పుస్తకం నుండి ఇప్పటి వరకు వచ్చిన 16 కవిత్వ సంపుటాలలో ఇదే చేశాను, చేస్తానే ఉంటాను. సమాజానికి నాకు మధ్య నా కవిత్వం ఒక యానకం.

తొల్యాలి బడ్డను ఎత్తుకున్నంత సంబంధం

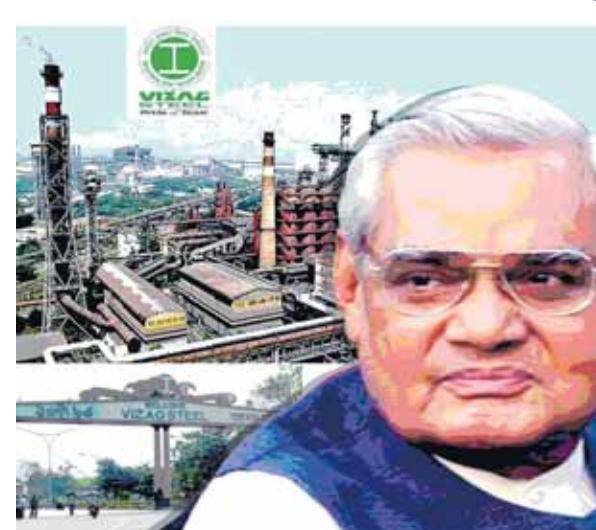


శాశ్వత తండ్రి



వాజవీయ-, విశాఖ ట్రెక్సు

స్వతంత్ర భారతదేశంలో ప్రప్రథమంగా ఏర్పడ్డ తొలి కాంగ్రెసేతర ప్రభుత్వ విదేశాంగ విధానం గూర్చి తెలుసుకోవడానికి సకల దేశాలు సహజంగానే ఎంతో ఆసక్తితో ఎదురు చూశాయి. విదేశాంగ విధానంలో నూతన ఒరవడికి తమ ప్రభుత్వం ప్రాధాన్యత ఇస్తుందని చెబుతూ, తాము నెప్పుగా విధానానికి భిన్నంగా ఏ రకమైన మార్పులు తీసుకోరావడం లేదని విదేశీ వ్యవహరాల మంత్రి అటల్ బిహారి వాజపేయి చెప్పడం సంచలనం స్ఫైంచింది. సోవియట్ యూనియన్తో మన మైత్రి యథా ప్రకారం కొనసాగుతుందని, భారత దేశ ఉక్క పారిశ్రామిక రంగంలో రష్యా పాత్ర కించిత్ కూడా తగ్గబోవడం లేదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. విశాఖపట్టణంలో నెలకొల్పునున్న ఉక్క పరిశ్రమలో రష్యా మరింత కీలక పాత్ర వహించనున్నట్లుగా 1977లో పదవి బాధ్యతలు చేపట్టిన వెంటనే నిర్వహించిన దౌత్యవేత్తల సమావేశంలో వాజపేయి వెల్లడించారు. భిలాయి, బొకారో ఉక్క పరిశ్రమల తర్వాత భారత్ సోవియట్ పై ఆధారపడడం తగ్గించి ఇతర దేశాల వైపు చూస్తున్నట్లుగా పలువురు అనుమానించారు. దీనికి తగినట్లుగా రూర్మేళా, దుర్గాపూర్ ఉక్క పరిశ్రమలకు జర్మనీ, బ్రిటన్ సహా యం నేపథ్యంలో, జనసంఘు నేత, మేధావి అయిన వాజ్ పేయి సహజంగా మార్పును స్వాగతించవచ్చని పలువురు దౌత్యవేత్తలు భావించారు. అయితే ఆనాటి సోవియట్ యూనియన్ విదేశాంగ మంత్రి గ్రోమికోకు పంపిన ఒక సందేశంలో విశాఖ ఉక్క పరిశ్రమ మన ఇరు దేశాల మధ్య మైత్రికి మరో వారథిగా మారసుందని వాజపేయి పేరొన్నారు. ఆ రకంగా ప్రారంభమైన విశాఖ ఉక్క అనేక అవరోదాలను ఎదురోంటూ నవరత్న ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలలో ఒకటిగా ఎదిగింది. ఈ విశాఖ ఉక్కలో పని చేసిన అనుభవంతో గల్ప దేశాలకు వచ్చిన కొందరు ఇంజనీర్లు మరింత ఉన్నత స్థానాలకు ఎదిగారు. ఇక వర్తమానానికి వస్తే, వాజపేయి వారసుడిగా వచ్చిన నరేంద్ర మోదిది విభిన్న వైఫలి. పూర్తిగా ప్రైవేట్ కరణ వైపు అమిత ఆసక్తి కనబరుస్తున్న మోది సర్కారు లాభదాయకమైన సంస్థలలో ఒకటిగా ఉన్న విశాఖ ఉక్కను వికయించాలని నిరయించింది. అయితే ఇది విదాన



నిర్దయమని అందరు చేతులు ముడుచుకోని కూర్చోవడం విస్మయం కల్గిస్తుంది. నవరత్న ప్రభుత్వరంగ సంస్థలలో ఒకటయిన విశాఖ ఉక్కును ప్రభుత్వాలు ఎంత నిర్దయగా, వ్యుహాత్మకంగా దెబ్బతిసాయో అందరికీ తెలుసు. లక్ష్మీ మిట్ల్ లాంటి భారతీయ ఉక్కు పారిశామికవేతలు వీదేశాలలో సైతం ఉక్కు రంగంలో రాణిస్తుండగా దేశంలోని ప్రఖ్యాత ప్రభుత్వరంగ సంస్థలలోని ఉక్కు పరిశ్రమలు దీవాలా తీస్తుండడం గమనార్థం. ప్రైవేటు సంస్థలకు చివరకు గల్ఫ్ దేశాలకు చెందిన కొన్ని అనామక సంస్థలకు కూడా ఖనిజ గనులను ఉదారంగా కేటాయించిన మోదీ సర్కారు విశాఖ ఉక్కుకు మాత్రం ఇనుప ఖనిజాల గనులు కేటాయించలేదు? సాంత గనులు కేటాయించక లోగుకే, విశాఖ ఉద్దు చూచుకున్న జూదు తెలింగి రకులు

రేవంత్ మగా హిరి

-ముదలీడీ తరువాయి

పదకొండు గంటలు బైలులో ఉండి వసేనే ఇంతలి సాసుశుభితి కనిష్ఠులో ఇక ప్రొంగం పోయిన కుటుంబానికి కలిసిన ఓధరు లేకపోవడం సిగ్గు చేట కాదా? అన్న ప్రత్యుత్త బాధీప్రవర్త లో ఎవరూ సమాధాను ఆస్తా? అంటే ఏదీ లేదు. పోస్టర్ మిండియాలో వీపురులు వెల్లావెత్తడంతోనే అల్లు అరవిదీ అనవుత్తికి వైపీ చిత్తికు పొందుతున్న భాలుడిని పరామర్చంచారు. నిజానికి కోర్సీగా నిలిచాడే చెప్పారి. ఎందుకంబే టాలీవుడ్ తో పెట్టుకోవడం అంటే కోరివో తల గోక్కుఫుడం అని ప్రతి రాజకీయ నాయకుడికి తెలుసు. కానీ వేపంత కుటుంబానికి రూ.కోలీ తన రాజకీయ భావిష్యత్త ను పక్కన పెట్టి అయిన తీసుకున్న నిర్ణయం శభ్దానికి దిమాండ్ చేశారు. అల్లు అర్థున్ నెక్కురించే నిరసనకారుల ముఖ్య తీవ్ర వాగ్మానం నెలకుండి. ఉద్దిక్కతల నేపుంటో పోలీసులు అక్కడికి చేరుకుని. నిరసనకారులను అదుపులోకి తీసుకున్నారు. అందోళనలతో జాస్సి ఎగిరి గంతేనే ఘోస్థు సంగతి పక్కన పెడితే అల్లు అర్థున్ ఇంటి దగ్గర భద్రత పెంచారు పోలీసులు. సంఘ్ ధియెబర్ ఘటనలై ఘటనలై మాటలు యుద్ధం కొనసాగుతుడూ. ఘోస్థుకు కీలక సూచనలు చేశారు కొన్ స్టార్ అల్లు అర్థున్. ఘోస్థు ఒధ్యాత్మయంగా పుష్పారంగాలని కోరారు. ఎవనీ కించపరిచేలా పోస్టులు పెట్టుకూడదని సూచించారు. కొన్ని రోజులూ ఘోస్థు ముసుగలో ఫ్రెక్షన్ పోస్టులు పెడుతున్నారని. అలాంటి వారిపై కరిం పరచులు ఉంటాయన్నారు. నగదీన పోస్టులు పెట్టేవారికి దూరంగా నిరసనకారులు. కంపోండ వాల్ ఎక్కి అల్లు అర్థున్కి ఘోస్థుకు సూచించారు అల్లు అర్థున్కి ఘోస్థుకు నిసాదాలు చేశారు. దేవతి మరణానికి అల్లు ముఖ్యమంచులో ఉన్నారు.

అర్థున్ కారచమంచు అగ్రహావేశాలు ప్యక్టం చేశారు. జేసీ నేఱలను సక్కులో సిఖ్యంది అడుకున్నారు. ఈ క్రుమంలో కంపోండ వాల్ ఎక్కి అర్థున్కి ఘోస్థుకు నీలాదాలు చేశారు స్స్యాంట్. పుష్టు2 ప్రిమిప్రెస్ రోజు ఇరిన తెక్కిసలాలో చసియెన పెటితి కుటుంబానికి రూ.కోలీ పరిపరా అప్పాలని దిమాండ్ చేశారు. అల్లు అర్థున్ నెక్కురించే నిరసనకారుల ముఖ్య తీవ్ర వాగ్మానం నెలకుండి. ఉద్దిక్కతల నేపుంటో పోలీసులు అక్కడికి చేరుకుని. నిరసనకారులను అదుపులోకి తీసుకున్నారు. అందోళనలతో జాస్సి ఎగిరి గంతేనే ఘోస్థు సంగతి పక్కన పెడితే అల్లు అర్థున్ ఇంటి దగ్గర భద్రత పెంచారు పోలీసులు. సంఘ్ ధియెబర్ ఘటనలై ఘోస్థుకు కీలక సూచనలు చేశారు కొన్ స్టార్ అల్లు అర్థున్. ఘోస్థు ఒధ్యాత్మయంగా పుష్పారంగాలని కోరారు. ఎవనీ కించపరిచేలా పోస్టులు పెట్టుకూడదని సూచించారు. కొన్ని రోజులూ ఘోస్థు ముసుగలో ఫ్రెక్షన్ పోస్టులు పెడుతున్నారని. అలాంటి వారిపై కరిం పరచులు ఉంటాయన్నారు. నగదీన పోస్టులు పెట్టేవారికి దూరంగా నిరసనకారులు. కంపోండ వాల్ ఎక్కి అల్లు అర్థున్కి ఘోస్థుకు సూచించారు అల్లు అర్థున్కి ఘోస్థుకు నిసాదాలు చేశారు. దేవతి మరణానికి అల్లు

దినా, దన లేకుండా కమలం,...

ప్రాదురాబాద్ : శాసన సభ సమావేశాలు వాడి వేడిగా ముగిసాయి.. ఒకపోతు ప్రజాపాలనలో ప్రభుత్వం త్రయి పదంలో దుసుకుతుంది. రాష్ట్ర అభివృద్ధి లక్ష్మణ్ పక్కన అందుకు భిస్సుంగా బీటిపీ, బీఆర్వెన్ ప్రైస్టర్ మాటల్లి సమాధానికి కించి వేసిన ప్రార్థనలో ఉంటాయి. అందుకే ఇక బెం ఫిట్ ఛో ఉండవు.. ధరల పెంచము అన్న రేపంత నీర్మయానికి యాపన రెండు రాష్ట్రాల తెలుగు ప్రజలు ఫీడా అప్పుతున్నారు. ఘోస్థు రేపంత. మహో ప్రైస్టర్ అర్థున్ ఇంటి వాహనాల్లో వచ్చి అనేక మంది ప్రమాదాల భారిసి పడి మరిపించియా వారికి పట్టదు. వారికి బాకాస్టిన్ నర్సర్ కరిస్టి నోస్టు కలక్కుట రూపంలో కనిపించాలి తప్ప, ప్రాణాలు గాలిలో కలిపిపోతున్నా ఎవరు పట్టించుకురు. ఒక స్టేట్ మొంట్ తో ఘోస్థుకు ప్రార్థనలై వేసిపోతారు. కానీ దూరార ప్రాంతం నుంచి బస్సుల్లో గాల్లో లాటిస్ట్ వాహనాల్లో వచ్చి అప్పుతున్నారు. ఘోస్థు రేపంత. మహో ప్రైస్టర్ అర్థున్ ఇంటి వాహనాల్లో వచ్చి అనేక మంది ప్రమాదాల భారిసి పడి మరిపించియా వారికి పట్టదు. వారికి బాకాస్టిన్ నర్సర్ కరిస్టి నోస్టు కలక్కుట రూపంలో కనిపించాలి తప్ప, ప్రాణాలు గాలిలో కలిపిపోతున్నా ఎవరు పట్టించుకురు. ఒక స్టేట్ మొంట్ తో ఘోస్థుకు ప్రార్థనలై వేసిపోతారు. కానీ దూరార ప్రాంతం నుంచి బస్సుల్లో గాల్లో లాటిస్ట్ వాహనాల్లో వచ్చి అనేక మంది ప్రమాదాల భారిసి పడి మరిపించియా వారికి పట్టదు. వారికి బాకాస్టిన్ నర్సర్ కరిస్టి నోస్టు కలక్కుట రూపంలో కనిపించాలి తప్ప, ప్రాణాలు గాలిలో కలిపిపోతున్నా ఎవరు పట్టించుకురు. ఒక స్టేట్ మొంట్ తో ఘోస్థుకు ప్రార్థనలై వేసిపోతారు. కానీ దూరార ప్రాంతం నుంచి బస్సుల్లో గాల్లో లాటిస్ట్ వాహనాల్లో వచ్చి అనేక మంది ప్రమాదాల భారిసి పడి మరిపించియా వారికి పట్టదు. వారికి బాకాస్టిన్ నర్సర్ కరిస్టి నోస్టు కలక్కుట రూపంలో కనిపించాలి తప్ప, ప్రాణాలు గాలిలో కలిపిపోతున్నా ఎవరు పట్టించుకురు. ఒక స్టేట్ మొంట్ తో ఘోస్థుకు ప్రార్థనలై వేసిపోతారు. కానీ దూరార ప్రాంతం నుంచి బస్సుల్లో గాల్లో లాటిస్ట్ వాహనాల్లో వచ్చి అనేక మంది ప్రమాదాల భారిసి పడి మరిపించియా వారికి పట్టదు. వారికి బాకాస్టిన్ నర్సర్ కరిస్టి నోస్టు కలక్కుట రూపంలో కనిపించాలి తప్ప, ప్రాణాలు గాలిలో కలిపిపోతున్నా ఎవరు పట్టించుకురు. ఒక స్టేట్ మొంట్ తో ఘోస్థుకు ప్రార్థనలై వేసిపోతారు. కానీ దూరార ప్రాంతం నుంచి బస్సుల్లో గాల్లో లాటిస్ట్ వాహనాల్లో వచ్చి అనేక మంది ప్రమాదాల భారిసి పడి మరిపించియా వారికి పట్టదు. వారికి బాకాస్టిన్ నర్సర్ కరిస్టి నోస్టు కలక్కుట రూపంలో కనిపించాలి తప్ప, ప్రాణాలు గాలిలో కలిపిపోతున్నా ఎవరు పట్టించుకురు. ఒక స్టేట్ మొంట్ తో ఘోస్థుకు ప్రార్థనలై వేసిపోతారు. కానీ దూరార ప్రాంతం నుంచి బస్సుల్లో గాల్లో లాటిస్ట్ వాహనాల్లో వచ్చి అనేక మంది ప్రమాదాల భారిసి పడి మరిపించియా వారికి పట్టదు. వారికి బాకాస్టిన్ నర్సర్ కరిస్టి నోస్టు కలక్కుట రూపంలో కనిపించాలి తప్ప, ప్రాణాలు గాలిలో కలిపిపోతున్నా ఎవరు పట్టించుకురు. ఒక స్టేట్ మొంట్ తో ఘోస్థుకు ప్రార్థనలై వేసిపోతారు. కానీ దూరార ప్రాంతం నుంచి బస్సుల్లో గాల్లో లాటిస్ట్ వాహనాల్లో వచ్చి అనేక మంది ప్రమాదాల భారిసి పడి మరి

ମୋତ କାର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିକ୍ର୍ୟାନ୍ତୁନ୍ତରା?

చాలా మందికి కారు కొనుగోలు చేయాలనే కల ఉంటుంది కొందరేమో వారి వద్ద ఉన్న పాత కారును అమ్మేసి కొత్త కారు కొనుగోలు చేయాలని భావిస్తుంటారు. అయితే మీ పాత కారు మంచి ధరకు అమ్ముడు పోవాలంటే కొన్ని బ్రిక్సును పాటించడాని మంచిదంటున్నారు టెక్ నిపుణులు. అప్పుడే మీ పాత కారుకు అప్పుత్తమైన రేట్ వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. మీరు కొత్త కారును కొనుగోలు చేయాలనే ఉత్సాహంలో ఉంటే, మీ పాత కారును విక్రయించాలనుకుంటే, మీ పాత కారుకు మంచి ధరను పొందడానికి ఇక్కడ కొన్ని మార్గాలు ఉన్నాయి. మీరు మీ పాత కారును ఎవరికొని విక్రయించినప్పుడు అది పాతదని, ఇంజిన్ పనిచేయడం లేదని సమస్యలున్నాయని చెప్పడం తరచుగా వింటుంటాము. మీరు కొత్త కారును కొనుగోలు చేయాలనే ఉత్సాహంలో ఉంటే, మీ పాత కారును విక్రయించాలనుకుంటే, మీ పాత కారుకు మంచి ధరను పొందడానికి ఇక్కడ కొన్ని మార్గాలు ఉన్నాయి. మీరు మీ పాత కారును ఎవరికొని విక్రయించినప్పుడు అది పాతదని, ఇంజిన్ పనిచేయడం లేదని సమస్యలున్నాయని చెప్పడం తరచుగా వింటుంటాము. మీడియా నివేదికల ప్రకారం... దేశంలో సెకండ్ హోండ్ కార్డ్ మార్కెట్ వేగంగా పెరగుతోంది. పెరగుతున్న ప్రఫోండ్ ఐఓఎం, పెల్రో ధరలు నిరంతరం పెరగడమే ఇందుకు కారణం. మీరు కూడా మీ కారును

విక్రయించాలనుకుంటే, కొన్ని విషయాలను గుర్తుంచుకోండి. తద్వారా మీరు కారుకు మంచి ధరను పొందవచ్చు). మీ కారును కండీషన్గా ఉంచుకుంటే ఎవరికైనా విక్రయించవచ్చు. డీలర్కు విక్రయించవచ్చు లేదా డీలర్ ఫైవ్ కు తిరిగి ఇవ్వవచ్చు. కారు రూపురేఖలతోనే ఫస్ట్ ఇంప్రెసన్ ఏర్పడింది. కారు రూపాన్ని చూడటం ద్వారా ఒక నమ్మకం ఏర్పడుతుంది. దాని ఆధారంగా అతను దానిని కొనుగోలు చేయాలని నిర్ణయించుకుంటాడు. అందువల్ల మీరు మీ కారు లోపలి, వెలుపలి భాగాన్ని నిర్వహించడం చాలా ముఖ్యం. దీనితో మీరు మీ కారును అవ్యుడం ద్వారా మంచి దబ్బు పొందవచ్చు. కారును ఎప్పటికుపడు సర్పీస్ చేయాలి. ఇంజన్ అయిల్, కూలింట్ ట్రావ్-ఆప్, ఫ్యాయర్ లీఫ్ల్స్ నీ క్రమం తప్పకుండా మార్కూలి. ఇది కారును మంచి స్థితిలో ఉంచుతుంది. ఇది మంచి ధరను పొందే అవకాశాలను పెంచుతుంది. కొన్నిస్టార్లు మీరు కారుపై ఉన్న చిన్న పాటి గీతలు మీ కారు ధరను తగ్గించేలా చేస్తాయి. మీరు కారును విక్రయించడానికి వెళ్లినపుడు, గీతలు ధరను మాత్రమే తగ్గిస్తాయి. చిన్న చిన్న డెంటలు వెంటనే సరిచేయండి.



మీ ఏవున్న ఖూచాలాలో వేడ్డి వేళ్ళిందా?

ఉద్యోగుల భవిష్యత్తు, అర్కి భద్రత కోసం మినిస్ట్రీ ఆఫ్ ఎంప్లాయాన్ ప్రావిడెంట్ ఫండ్ కింద ప్రతి ఉ చోగ్గికి పీఎఫ్ ఖాతాను ప్రారంభిసారు. జీతం నుంచి నిరీత్త మొత్తం పెస్సన్ కింద జమ చేసి ప్రతి నెలా ఈ ఖాతాలో చేరుసారు. అయితే ఇందులో ఉద్యోగితో పాటు సంస్కర్త కూడా జీతంలో 12 శాతం జమ చేస్తుంది. ఇది తమ పీఎఫ్ ఖాతాలో జమ అయిందో లేదో ఎప్పటికప్పుడు చెక్ చేసుకోవడం మంచిది. వేసంలో ప్రభుత్వం, ప్రైవేట్ రంగ ఉద్యోగులు సంక్లేషమం కోసం కేంద్ర ప్రభుత్వం పీఎఫ్ వధకాన్ని తీసుకొచ్చింది. నెలవారీ జీతం నుంచి 12 శాతం ప్రభుత్వం తీసుకుంటుంది. అలాగే ఉద్యోగి పని చేసే సంస్కర్త నుంచి కూడా అతని జీతంలో 12 శాతం తీసుకుంటుంది. అంటే ఉద్యోగి ఖాతా నుంచే కాకుండా కంపెనీలు కూడా అదే మొత్తాన్ని ఉద్యోగి పీఎఫ్ ఖాతాలో జమ చేసాయి. ఉద్యోగులు తమ అవసరాల కోసం ఎప్పుడైనా ఈ డబ్బును ఉ మసంహరించుకోవచ్చు, ఇది ఉద్యోగుల భవిష్యత్తు కోసం ఈ స్నేహికు జమ చేసారు. ఒక వేళ ఉద్యోగి తన పని జీవితంలో ఈ డబ్బును ద్రా చేయకపోతే, చదివి విరమణ తర్వాత పెస్సన్గా తీసుకోవచ్చు. ఈ వపుధలో మొత్తం డబ్బు పీఎఫ్? ఖాతాకు జమ

మరీసాల తగ్గిన బంగారం ధర..?



ప్రొదరాబాద్లో 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ. 70,990లు కాగా, 24 క్యారెట్ల ధర రూ. 77,440లుగా ఉంది. విశాఖపట్నం, విజయవాడ నగరాల్లో 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ. 70,990, 24 క్యారెట్ల ధర రూ. 77,440లుగా ఉంది. ఫిథ్ లో 10 గ్రాముల 22 క్యారెట్ల పసిడి ధర రూ. 71,140లు కాగా, 24 క్యారెట్ల ధర రూ. 77,590లుగా ఉంది. ముంబైలో 22 క్యారెట్ల ధర రూ. 70,990లు కాగా, 24 క్యారెట్ల ధర రూ. 77,440లుగా ఉంది. చెన్నైలో 22 క్యారెట్ల రేట్ రూ. 70,990లుకాగా, 24 క్యారెట్ల రూ. 77,440లుగా ఉంది. బెంగళూరులో 22 క్యారెట్ల ధర రూ. 70,990లుగా, 24 క్యారెట్ల ధర రూ. 77,440లుగా ఉంది.

ಭಾರತ ವೃಷಿ 6.5 ಶಾತಂಗ ಉದ್ದೇಶ

CareEdge

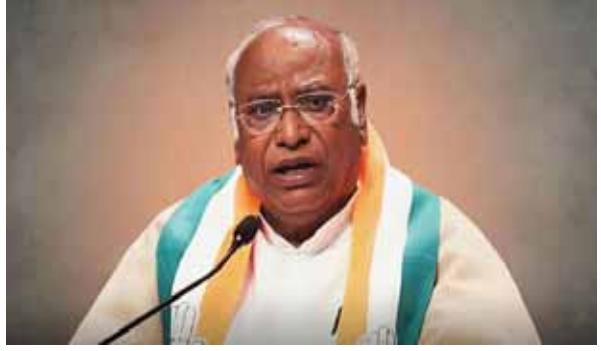
GLOBAL RATINGS

ఓండొద్దు

విశేషంచింది. ”అంతర్జాతీయ అనిశ్చిత వాతావరణం మర్యాద ప్రయుచేటు మూలధన వ్యయంలో ఊహాచిన స్థాయిలో కార్బోరూపం దాల్చనందున దీర్ఘకాలిక పెట్టుబడుల్లో సంకోచం ఉంటుంది. అయినపుడికీ ద్రవ్య విధాన సదలింపు మద్దతుతో 2025లో ప్రావేట్ పెట్టుబడిలో మెరుగుదలని ఉండుచు.” అని కేరవ్ రేచింస్ చీఫ్ అపరేటింగ్ ఆపర్టర్ సిఎస్ రుసె పేర్లునారు

ఆసి సమ్మితును దెబ్బతీసెండుకు కేంద్రం కుటుంబం

ప్రశ్నాధీశ్ ఎన్నికలకు సంబంధించిన ఎలక్షోనిక్ రికార్డులను తలిఫీ చేసేందుకు అనుమతించే నిబంధనల్లో కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం మార్పులు చేయాలన్నిటికంగాన్ని అభ్యర్థుల మహిళాక్రూర్ లో తప్పుపోతారు. ఎన్నికల సంఘం సిఫారసు మేరకు ఎన్నికల దెబ్బతీసెండుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం పచ్చిన కుటుంబం ఇదాక భాగమని విమర్శించారు. ఈ మేరకు అదివారం ఎప్పులో ఒక పోస్టు చేశారు. ఎన్నికల సంఘం సిఫారసు మేరకు ఎన్నికల నిర్వహణ నిబంధనలు-1961లోని 93(2)(బ) నిబంధనను కేంద్ర న్యాయాలాఖ లోపి వల నపరించింది. ఎన్నికలకు సంబంధించిన ఎలక్షోనిక్ రికార్డులను తలిఫీ చేసేందుకు అనుమతించే నిబంధనలో మార్పులు చేయడం ఒక క్రమ పద్ధతిలో ఎన్నికల సంఘాన్ని నిర్వహించిన చేసేందుకు కేంద్ర పచ్చిన కుటుంబులో భాగమని విమర్శించారు. ఎన్నికల సంఘాన్ని నిర్వహించిన చేసేందుకు గతంలో ఎన్నికల సంఘాన్ని నిర్వహించిన అభ్యర్థుల మార్పులు చేయడం ఒక క్రమ పద్ధతిలో రాకుడు పోలింగ్ సిస్టమ్ ప్రశ్నలను తొలింగచక్కని నిషేధం విధించారని అన్నారు. ఎన్నికల కమిషన్ సమాగ్రమ మోడీ ప్రభుత్వం క్రమంగా దెబ్బతీయడం రాజ్యాంగం, ప్రజాస్వామ్యం మోడీ ప్రభుత్వం దాడికి పాల్చుడుతోందనడానికి ఇదే నిర్ద్రణనుమని అన్నారు. ఈ రాదికి వ్యతికంగా కాంగ్రెస్ పోరాటునే ఉంటున్న ఖ్రీస్తుప్రస్తుం చేశారు.



ఎన్నికల నిబంధనలకు సపరణలు తగ్గవు

సూచిటి : ఎన్నికల నిర్వహణకు సంబంధించిన నిబంధనలను సపరించాడనికి నిర్మించ మోడీ నేర్తుంగంలోని కేంద్ర ప్రభుత్వం చేసున్న ప్రయత్నాలకు నిర్మించిన (ఎ) తీవ్ర అభ్యర్థులకు ప్రయత్నం వ్యక్తం చేసింది. వీడియో, ఇతర జిటిల్ విచారణలు సహా ఎలక్షోనిక్ రికార్డులు పొందేందుకు రాశేలు, అభ్యర్థులకు ప్రస్తుతం ఉన్న అవకాశాన్ని ఈ సపరణల ద్వారా ప్రారంభించిన కేంద్ర ప్రయత్నం వ్యక్తం చేసిందని విమర్శించింది. ఈ మేరకు అభ్యర్థుల మోడీ ప్రభుత్వం క్రమంగా దెబ్బతీయడం రాజ్యాంగం, ప్రజాస్వామ్యం మోడీ ప్రభుత్వం దాడికి పాల్చుడుతోందనడానికి ఇదే నిర్ద్రణనుమని అన్నారు. ఈ రాదికి వ్యతికంగా కాంగ్రెస్ పోరాటునే ఉంటున్న ఖ్రీస్తుప్రస్తుం చేశారు.

ప్రొజెక్ట్ : మిమాసం కుపుకూలు ఒకే కుటుంబానికి చెందిన 10 మంది ప్రయాచీకులు మృతి చెందిన విచార ఘనుల ప్రోజెక్ట్ లో జరిగింది. ప్రోజెక్ట్ సిలీర్ దిఫెన్స్ అధికారుల విపరాల మేరకు... బూరిస్తులతో వెటుతున్న చిస్టు మిమాసం అదుపువు పర్పుల ప్రాంతంలోని పాపులకు బూరిస్తు ద్వారా ప్రయోగించిన ఖ్రీస్తుప్రస్తుం క్రమంగా దెబ్బతీయడం రాజ్యాంగం, ప్రజాస్వామ్యం మోడీ ప్రభుత్వం దాడికి పాల్చుడుతోందనడానికి ఇదే నిర్ద్రణనుమని అన్నారు. ఈ రాదికి వ్యతికంగా కాంగ్రెస్ పోరాటునే ఉంటున్న ఖ్రీస్తుప్రస్తుం చేశారు.

ప్రారంభించిన ప్రయత్నం

ప్రార

మామిడి ఆకుల వ్లు లన్ని రకాల ప్రయోజనాలా!

మామిడి ఆకుల వల్ల ఎన్నో రకాల అర్ధుతమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని వీటిని తరచుగా తీసుకోవాలని చెప్పున్నారు. మామిడి ఆకులు అనగానే చాలామందికి గుర్తుకు వచ్చేది తోరణాలు. వీటిని తోరణాల కోసం మాత్రమే ఉపయోగిస్తారని చాలామంది అనుకుంటూ ఉంటారు. కానీ మామిడి ఆకుల వల్ల ఎన్నో రకాల ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి అన్న విషయం చాలామందికి తెలియదు. మామిడి ఆకుల పుష్పులమైన ఔషధాలను కలిగి ఉంటాయి. ఇవి ఎన్నో రకాల అనారోగ్య సమస్యలను తగ్గిస్తాయట. మన పరిసర ప్రాంతాల్లో ఎక్కువగా కనిపించే ఈ మామిడి ఆకుల వల్ల ఎలాంటి ప్రయోజనాలు ఉన్నాయో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుండా.. మామిడి ఆకులు కడుపులో మంచి బ్యాక్టీరియాను ప్రోత్స్ఫీహిస్తాయి. శరీరంలోని అదనపు కేలరిలను బర్షు చేసి లావు తగ్గేలా చేస్తాయి. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని కూడా కంట్రోల్ చేస్తాయి. ఊర్ధ్వరం, వాపు, మలబిధకం వంటి జీర్ణ సమస్యలు కూడా తొలగిపోతాయట. అంతేకాదు, మామిడి ఆకులు ఉంటాయం, మధుమేహం, క్యాన్సర్, గుండె జబ్బుల నుంచి



రక్షిస్తాయని చెబుతున్నారు. మామిడి ఆకులలో విటమిన్ ఏ, విటమిన్ సి, విటమిన్ బి, ప్లేవనాయిద్దు, శక్కిపంతుమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుపులంగా ఉంటాయి. కడుపులో అల్ఫరూను తగ్గించి, జీర్ణక్రియ మెరుగుచ్చేయా మామిడి ఆకులు చేస్తాయి. మామిడి ఆకులలో ఉండే మాంగిఫెరిన్ యాంటీ మైక్రో బయల్ ఏజెంట్ గా పనిచేస్తుందట. ఇది రక్తంలోనే చక్కర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో ప్రభావంతంగా పనిచేస్తుందట. మామిడి ఆకులను నీళ్ళలో వేసి మరిగించి ఆ నీటిని రాత్రంతా ఉంచి ఉదయాన్నే వడకట్టుకుని ఖాళీ కడుపుతో తాగితే మంచి ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయని చెబుతున్నారు. లేత మామిడి ఆకులు మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు దివ్యాప్యధంగా పనిచేస్తాయట. మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు లేత మామిడి ఆకులను నమిలి తిన్నాయి. లేదా మామిడి ఆకులను మరిగించి కపాయంలా తీసుకున్న మధుమేహం అదుపులో ఉంటుందట. మామిడి ఆకులలో ఉండే యాంటీ కార్బిన్సోజెనిక్ లక్ష్మాలు క్యాస్సర్ వంటి వ్యాధులకు కారణమైన ప్రీ రాడికల్స్ పల్ కలిగే నష్టాన్ని నివారిస్తాయి. మామిడి ఆకులు రక్తనాళాలను బలపరిచి రక్తపోటును నియంత్రించడంలో ఎంతగానో ఉపయోగపడతాయి. మామిడి ఆకుల టీ తయారు చేసుకుని తాగిన, మామిడి ఆకులను మరిగించి ఆ నీటితో స్నానం చేసిన ఒత్తిడి తగ్గుతుందని చెబుతున్నారు. మామిడి ఆకుల్లో ఉండే ప్లేవనాయిద్దు జాట్లుకు ఎంతో బాగా ఉపయోగపడతాయి. జాట్లు నెరిసిపోకుండా ఇవి కాపాడతాయి. ఇవి కొలాచైన్ ఉప్పత్తికి కూడా ఎంతగానో ఉపయోగపడతాయి. మామిడి ఆకులతో టీ, ఆకులను మరిగిస్తే వచ్చే రసం, ఆకులను ఎండబెట్టి పొడిగిా చేసుకుని కూడా వాడుకోవచ్చట.

ಯಾಂತೀ ಆಕ್ರಮಿಸಿದ್ದಾಗಿ ಪ್ರಾಲಂಬಿಸಿದ್ದೇ ಬ್ರಹ್ಮ.



మెరుగుపరచడానికి మరియు గుండె
 ఆరోగ్యాన్ని కాపాడ టానికి
 సహాయపడుతుంది. గుండె ఆరోగ్యాన్ని
 కాపాడుతుంది. బ్రోకరీలో ఉండే
 పొటాషియం రక్తపోటును
 నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది.
 ఇందులో ఉండే పైబర్ చెడు కొలాప్టోల్
 స్థాయిలను తగ్గిన్నుంది. క్యాన్సర్
 ప్రమాదాన్ని తగ్గిన్నుంది. బ్రెకోలీ
 శరీరంలోని చెడు కొలాప్టోల్తో
 పోరాటానికి సహాయపడుతుంది. బ్రెకోలీ
 జీర్జ్క్రియను వెరుగుపరచడానికి
 గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటానికి
 పడుతుంది. గుండె ఆరోగ్యాన్ని
 6 ఉండే పొటాషియం రక్తపోటును
 పడంలో సహాయపడుతుంది. ఇందులో
 లర్ చెడు కొలాప్టోల్ స్థాయిలను తగ్గిన్నుంది.
 ప్రమాదాన్ని తగ్గిన్నుంది. ఇది జలబు, ఘ్రూ
 10టువ్యాధులను నిపారించడంలో
 దుతుంది. బ్రోకరీలో ఉండే కాల్షియం,

విటమిన్ కె ఎముకల ఆరోగ్యాన్ని
 మెరుగుపరుస్తాయి. ఎముకలను బలంగా,
 దృఢంగా చేస్తుంది. బ్రోకరీలో ఉండే
 విటమిన్ కె వెడడు వనితిరును
 మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది.
 ఇది ఘ్రూఘ్రూఘ్రూతో వచ్చే మెడడు క్లీంటను
 నిపారించడంలో కూడా
 సహాయపడుతుంది. బ్రోకరీలో ఉండే
 లూటిన్ కంటి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడతాయి.
 ఇవి పచున్ని-సంబంధిత మాక్యులర్
 డిజనరేషన్ వంటి కంటి వ్యాధులను
 నిపారించడంలో సహాయపడతాయి.
 బ్రోకరీలో ఉండే పైబర్ మనకు
 ఎక్కువేసేపు కడుపు నిండినట్లుగా ఉ
 10డేలా చేస్తుంది. దీంతో బరువు
 తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. చర్చు
 ఆరోగ్యాన్ని వెరుగువరున్నుంది.
 బ్రోకరీలో ఉండే విటమిన్ సి చర్చు
 ఆరోగ్యాన్ని వెరుగువరున్నుంది. ఇది
 చర్చాన్ని వుగుదువుగా అలాగే
 కాంతిపంతంగా చేస్తుంది.

నేడు మార్కెట్లో అనేక రకాల నబ్బులు
అందుబాటులో ఉన్నాయి, వాటిలో కొన్ని మీ
చర్చానికి హని కలిగిస్తాయి. దీని బదులు కెపికల్
ఉత్పత్తులను సహజసిద్ధమైన ఉత్పత్తులతో భర్తి
చేసి చర్చాన్ని కాంతివంతంగా , అందంగా
మార్పుకోవచ్చు, సహజంగా రూపొందించిన
శాకాహారి సబ్బులను ఉపయోగించడం ద్వారా
మొచ్చిమలు , మచ్చలు వంచి చర్చ సంబంధిత
నమన్యల ప్రమాదం ఉండడు. చర్చం
ఆరోగ్యంగా , మృదువుగా ఉండేందుకు
మనందరం వివిధ రకాల నబ్బులను ఉ
పయోగిస్తాము. ఈ రోజుల్లో, ప్రజలు సబ్బులకు
బదులుగా బాడీ వాష్టలు , పవర్ జెల్స్ వంటి



ເຜົ່າກູ້ອົບມືນ ຜົບປະໂຫຍດ

ఆరోగ్య లక్ష్ణాలకు విలువైనది. ఇది చర్యాన్ని మెరుగుపరచడానికి, మంటను తగ్గించడానికి, తేమను నిలువుకోవడానికి సహాయపడుతుంది. సహజ కాంతి , యాంతీ-ఆక్షిడెంట్లతో సమయించాలిగా, ఇది కళ్ళ చుట్టూ ఉన్న సన్మని , సున్నితమైన చర్యాన్ని ఎక్కువ నష్టం కలిగించకుండా కళ్ళ కింద చర్యాన్ని ప్రాప్తిచేస్తుంది. కలబంద సబ్బు కళ్ళ కింద నల్లటి పలయాలను, మచ్చలను తొలికుస్తుంది. దార్ట్ ప్రిల్స్ కాకుండా, ఎక్కువ గంటలు టీపీ లేదా కంప్యూటర్ చూడటం వల్ల వచ్చే కంటి నొప్పిని కూడా ఇది తగ్గిస్తుంది. సబ్బు తయారీలో ముఖ్యమైన సూనెలు ముఖ్యమైనవి. ఇది సహజ వాసన , చికిత్స ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. వాటి మొక్కల ఆధారిత లక్ష్ణాలు చర్యాన్నికి పోపణ, విశ్రాంతి , నయం. ఉదాహరణకు, లావెండర్ ఆయల్ ఓదార్పునిస్తుంది, అయితే టీ ట్రీ ఆయల్ యూటీ బ్యాక్టీరియల్ లక్ష్ణాలను కలిగి ఉంటుంది. ఈ సూనెలు సబ్బు యొక్క సువాసనను పెంచుతాయి, వాటిలోని అరోమాథరపీ స్నానం చేసేటప్పుడు గొప్ప అనుభూతిని ఇస్తుంది. ఆరెంజ్ పీల్ సోప్ ముఖ్యానికి సహజమైన కాంతిని ఇస్తుంది. చర్యామై మొదిమల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. విటమిన్ సి పుష్పంలంగా ఉండే ఆరెంజ్ పీల్ సోప్ చర్యాన్ని తేమగా మారుస్తుంది. చర్యాన్ని బాగా శుభ్రపరుస్తుంది.

100 వేళలు వెన్నిలా కరగాల్సిందే..

ಸಿರಲ್ಲಿ ಚೆಡು ಕೊಲಿಪ್ರೋಲ್ ಪೆರಿಗಿತೆ ಅರ್ಕೆಗ್ಯಾಂ ಕ್ಲಿಷಿಸ್ಟುಂದಿ.. ಕೊಲಿಪ್ರೋಲ್ ಅಧಿಕ ರಕ್ತಪೋಟು, ಮಧುಮೇಹಂ, ಗುಂಡೆಪೋಟು, ಗುಂಡ ವೈಫಲ್ಯಂ, ಕರ್ಕನರೀ ವಂಟಿ ಅನೇಕ ಪ್ರಮಾದಕರಮೈನ ವ್ಯಾಧಿಲಕ್ಷ ದಾರಿತೀಸ್ಟುಂದನಿ ಮನಂದರರೀ ತೆಲುಸು.. ಅಟುವಂಟಿ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಲ್ಲೋ ಒಕ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಪಂಡು ಮೀಕು ಸಹಾಯಂ ಚೇಸ್ಟುಂದನಿ ವೈದ್ಯ ನಿಪುಣಿಲು ಚೆಬುತುನ್ನಾರು.. ಆ ಪಂಡು ಎಂಟ್ ತೆಲುಸುಕೋಂಡಿ.. ಪ್ರಸ್ತುತ ಕಾಲಂಲೋ ಶರೀರಂಲೋ ಅಧಿಕ ಕೊಲಿಪ್ರೋಲ್ ಸಮಸ್ಯೆ ಪ್ರೋಜಾಂತಕಂಗಾ ಮಾರುತೋಂದಿ.. ಇದಿ ಹೈಲಿಂಟ್ ಕಿಲ್ಲರ್.. ಅರ್ಕೆಗ್ಯಾಂಪೈ ಶೀರ್ವಂಗಾ ಪ್ರಭಾವಂ ಚಾಪುತುಂದಿ.. ವಾಸ್ತವಾನಿಕಿ.. ಸಿರಲ್ಲಿ ಚೆಡು ಕೊಲಿಪ್ರೋಲ್ ಪೆರಿಗಿತೆ.. ಅರ್ಕೆಗ್ಯಾಂ ಕ್ಲಿಷಿಸ್ಟುಂದಿ.. ಶರೀರಂಲೋನೀ ಹೈ ಕೊಲಿಪ್ರೋಲ್ (ಅಧಿಕ ಕೊವ್ವು) ಅಧಿಕ ರಕ್ತಪೋಟು, ಮಧುಮೇಹಂ, ಗುಂಡೆಪೋಟು, ಗುಂಡ ವೈಫಲ್ಯಂ, ಕರ್ಕನರೀ ಧಮಿನಿ ವ್ಯಾಧಿ, ಶೀಪುಲ್ ನಾಜಾಲ ವ್ಯಾಧಿ ವಂಟಿ ಅನೇಕ ಪ್ರಮಾದಕರಮೈನ ವ್ಯಾಧಿಲಕ್ಷ ದಾರಿತೀಸ್ಟುಂದನಿ ವೈದ್ಯ ನಿಪುಣಿಲು ಹೊಷ್ಟರಿಸ್ತುನ್ನಾರು.. ಅಟುವಂಟಿ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಲ್ಲೋ, ಹೈಕೊಲಿಪ್ರೋಲ್ ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿದೆ ಒಕ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಪಂಡು ಮೀಕು ಸಹಾಯಂ ಚೇಸ್ಟುಂದನಿ ವೈದ್ಯ ನಿಪುಣಿಲು ಪೇರ್ಪೂಂಟುನ್ನಾರು. ರಕ್ತಂಲೋ ಉಂಡೆ ಚೆಡು ಕೊಲಿಪ್ರೋಲ್ನು ತಗ್ಗಿಂಚದಾನಿಕಿ ಅವಕಾಢ್ ತಿನವಚ್ಚನಿ ದೈಟೀಪಿಯನ್ನು ಪೇರ್ಪೂಂಟುನ್ನಾರು. ವಾಸ್ತವಾನಿಕಿ ಅವಕಾಢ್ ದೀನಿಪುಳಿ ಶರೀರಾನಿಕಿ ಎನ್ನೋ ಪ್ರಯೋಜನಾಲು ಲಭಿಸಾಯನಿ ಪೇರ್ಪೂಂಟುನ್ನಾರು.



గొర్కిస్తేలు మేటగ్ లివ్ర్ లింష్ విమవ్సుంది?



చలికాలంలో ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే..



జామపండులో కేలరీలు తక్కువ, పైబర్ పుష్టులంగా ఉంటుంది. ఇది చాలా నేపు పొట్ట నిండుగా ఉంచి, బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. చలికాలం రాగానే మనలో రోగినిరోధక శక్తి తగ్గపోతుంది. ఈ నీజన్నలో జలబు, దగ్గ వంటి వ్యాధులు సర్వసాధారణం. అయితే రుచిగా ఉండటమే కాకుండా మన ఆరోగ్యానికి కూడా ఎంతో మేలు చేసే పండు ఉండని మీకు తెలుసా. ఈరోజు మనం జామ కాయ గురించి వ్యాధుకుఱ్ఱువాం

జామ విటమిన్ సి అధ్యుతమైన మూలం. మన రోగనిరోధక శక్తిని బల్లోపేతం చేయడంలో విటమిన్ సి ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది.

చల్కికాలంలో జామపండు తినడం వల్ల జలబు, దగ్గ వంటి వ్యాధులను సులభంగా దూరం చేసుకోవచ్చ. జామపండు తినడం వల్ల ఎలాంటి ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చే? దానిని ఎలా తినవచ్చే ఇక్కడ తెలుసుకుండాం. జామపండులో పుష్టులంగా పైబర్ ఉంటుంది. ఇది జీర్ణక్రియను సక్రమంగా నిర్వహించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది మలబద్ధకం, అజీర్ణం వంటి సమస్యల నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. జామపండులో విటమిన్ సి

పుష్టులంగా లభిస్తుంది. ఇది శరీరంలో రోగినిరోధక శక్తినీ పెంచుతుంది. జలబు, దగ్గు, పూల వంటి వ్యాధుల నుంచి కాపాడుతుంది. జాముకాయలో పొట్టాఫియం, మెగ్గిపైయం వంటి ఖనిజాలు ఉన్నాయి. ఇవి గుండె ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తాయి. ఇది రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. జాముపండులో కేలరీలు తక్కువ, పైబం పుష్టులంగా ఉంటుంది. ఇది చాలా సేపు పొట్టా నిండుగా ఉంచి, బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. జాముపండులో

మాంసం తినేవారికి లివర్ కూడా ఇష్టంగానే తింటారు. ఇందులో అధిక పోషకాలతో పాటు అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కలిగి ఉంటుంది. కానీ, గర్భిణీ ట్రైలు దీనిని తినకుండా ఉండటమే మంచిదని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. దానికి బదులుగా ఇతర ప్రత్యామ్నాయాలుగా కొన్ని ఆహారాలను సూచిస్తున్నారు. జంతువుల్లో ఉండే లివర్లో ఐరన్, ప్రోటీన్, విటమిన్ B12 వంటి ముఖ్యమైన పోషకాలు ఉంటాయి.

ప్రమాదమని హెచ్చరిస్తున్నారు. లివర్ తినడం వల్ల అభివృద్ధి చెందుతున్న శిశువుకు ప్రమాదకరమని చెబుతున్నారు. ఇందులో విటమిన్ ఏ అధికంగా ఉండటమే ఇందుకు కారణం. యూఎస్‌డీఎప్రకారం గర్భిణీ ట్రైలకు విటమిన్ ఏ రోజుకు 8,000 IU అవసరమని నిర్ధారించింది. కానీ, కేవలం 100 గ్రాముల చికెన్ లివర్లో 11,100 IU విటమిన్ ఏ ఉంటుంది. మటన్ లేదా బీఫ్ లివర్లో ఇది మరింత ఎక్కువగా ఉంటుంది. అయితే, ఈ ప్రయోజనాలను ఇతర ఆహార పదార్థాల నుంచి పొందవచ్చు.

విటమిన్ ఏ ఆరోగ్యానికి చాలా అవసరం. కానీ అధిక మొత్తంలో అది పోనికరం అని వైద్యులు చెబుతున్నారు. లివర్?లో పెద్ద మొత్తంలో విటమిన్ ఏ లేదా రెటినోల్సు కలిగి ఉంటుంది, ఇది ఎక్కువ పరిమాణంలో తీసుకుంటే విషపూరితం ఆవుతుందని హెచ్చరిస్తున్నారు. గర్భిణీ ట్రైలు లివర్? తినడం ఎందుకు నివారించాలో వివరిస్తూ యూపీకి చెందిన గైనకాలజిస్ట్స్? డాక్టర్ అగర్వాల్ ఇలా అన్నారు. “లివర్?లోని అధిక విటమిన్ ఏ కంటెంట్ ఉంటుంది. అధిక రెటినోల్స్ ప్రతికూల ప్రభావాలు ఏర్పడుతాయి. అంటే అభివృద్ధి చెందుతున్న పిండంలో వైకల్యం కలిగిస్తుంది” అని చెప్పారు.

పార్టీ 1 - సీజ్సైర్'కు వదండి పూర్తి

పొర్ట్ 2 'శోరాయంగ పర్వం' లలీజ్ ఎప్పుడంటే?

భారీ తారాగణం, కాన్వాస్, అబ్బురపిచే యూక్లిడ్ సన్నిఖేశాలతో సలర్ సినిమా యూక్లిడ్ జోనర్లో సరికొత్త పంథాను క్రియేట్ చేసింది. ప్రభాస్ మాన్ అప్పీల్, పుట్టిరాజ్ సుకుమార్ న పెర్చామెన్స్ సహా అన్ని ఎలిమెంట్స్ దీన్ని ఓ కల్టమావీగా నిలబెట్టింది. ఓటీటీ మాధ్యమంలో 'సలార్: పార్క్1-సీజ్స్పైర్' 300 రోజుల పాటు త్రావ్ ట్రైండింగ్లో నిలవటం విశేషం. ఇది సినిమా ప్రేక్షకుల మనసుల్లో సంపాదించుకున్న స్థానం, తిరుగులేని విజయానికి తార్కాణంగా నిలిచింది. అలాగే ప్రభాస్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా రీ రిలీజ్ అయిన ఈ చిత్రం అద్భుతమైన స్పందనను రాబట్టుకుంది. 'సలార్: పార్క్1-సీజ్స్పైర్' అనేక ఊహించన మలుపులు తిరుగుతూ సీక్వెల్గా 'సలార్ పార్క్2: శౌర్యంగ పర్వం' రానుండని ఆశ్చర్యపరిచింది. ఈ రెండో భాగానికి సంబంధించిన ఘాటింగ్ త్వరలోనే ప్రారంభం కానుంది. సెన్సేషనల్ డైరెక్టర్ ప్రశాంత్ సీల్ దర్జకత్సుంలో ప్రముఖ నిర్మాణ సంస్థ పెయాంబలే ఫిల్మ్ బ్యానర్పై విజయ్ కిరగందూర్ సలార్ చిత్రాన్ని నిర్మించారు. ప్రభాస్ టైటిల్ పాత్రలో నటించిన చిత్రంలో పుట్టిరాజ్ సుకుమార్ నీకి ఉత్తర పాత్రలో నటించగా త్రుతి హసన్, జగపతి బాబు, లైయా రెడీ తదితరులు ఇతర ప్రధాన పాత్రల్లో మెప్పించారు. 'సలార్: పార్క్1-సీజ్స్పైర్' ఏదాది పూర్తి చేసుకున్న సందర్భంగా పెయాంబలే ఫిల్మ్ సలార్ పార్క్2: శౌర్యంగ పర్వం' ఘాటింగ్ త్వరలోనే ప్రారంభం కానుండని తెలియజేసింది. ఇక ప్రస్తుతం ప్రభాస్ చేతిలో ఒక అరడజనకు పైగా సినిమాలున్నాయి. సలార్ పార్క్ -2, కల్పి-2 సినిమాలతో పాటు ది రాజు సాబ్, శోబీ, స్పీరిట్ మావీస్ ఉన్నాయి.



**రామ్ చరణ్ దెబ్బతీఁ
ఇండస్ట్రీ రెంజ్, లెక్కలు
మారిపోయనట్టే!**

ಇಂಡಪ್ರೈಸ್ ರೇಂಟ್ ಮಾರಿಪೋಯಂದಿ.. ಲೆಕ್ಕಲು ಮಾರುತುನ್ನಾಯಿ.. ಪೆದ್ದ ಸಿನಿಮಾಲು ವಸ್ತೇ ಅಂತ ಮುಂದುಗಾ ಮಾಟ್ಲಾಡುತ್ತನ್ನದಿ ಕಲೆಕ್ಟನ್ ಗುರಿಂದೆ. ಮರೀ ಮುಖ್ಯಂಗಾ %ಭಾ% ಪ್ರೀಮಿಯರ್ಸ್‌ಲೋ ಎಂತ ವಸ್ತುನ್ನಾಯಿನೆ ರಘು ಕೂಡಾ ಷರ್ಪಾ ಅಯಂದಿ. ಮರಿಪ್ಪುಡು ಗೇಮ್ ಥೇಂಜರ್ ಪ್ರೀ ಲಿಲೀಟ್ ಅಕ್ಕದೆ ಜರಗಬೋತುಂದಿ. ಮರಿ ರಾಮ್ ಚರಣ ಮುಂದು ಏಯೆ ಟಾರ್ಟನ್ ಉನ್ನಾಯಿ..? ವಾಟಿನಿ ಗೇಮ್ ಥೇಂಜರ್ ಅಂದುಕುಂಟಾಡಾ..? ಗೇಮ್ ಥೇಂಜರ್ ಪ್ರಮೊಪ್ನ್ ಕಾಸ್ಟ ಅಲಸ್ಯಂಗಾ ಮೊದಲಯ್ಯಾಯೆಮೋ ಕಾಸ್ಟಿ ಒಕ್ಕಸಾರಿ ಮೊದಲಯ್ಯಾಕ ಮಾತ್ರಂ ಎಕ್ಕಡಾ ತಗ್ಗಳ್ಳೆದು ಮೇಕರ್ಸ್ ಮರಿ ರಾಮ್ ಚರಣ ಮುಂದು ಏಯೆ ಟಾರ್ಟನ್ ಉನ್ನಾಯಿ..? ವಾಟಿನಿ ಗೇಮ್ ಥೇಂಜರ್ ಅಂದುಕುಂಟಾಡಾ..? ಗೇಮ್ ಥೇಂಜರ್ ಪ್ರಮೊಪ್ನ್ ಕಾಸ್ಟ ಅಲಸ್ಯಂಗಾ ಮೊದಲಯ್ಯಾಯೆಮೋ ಕಾಸ್ಟಿ ಒಕ್ಕಸಾರಿ ಮೊದಲಯ್ಯಾಕ ಮಾತ್ರಂ ಎಕ್ಕಡಾ ತಗ್ಗಳ್ಳೆದು ಮೇಕರ್ಸ್. ಓವರ್ಲೆನ್ ಆಡಿಯನ್ಸ್‌ನು ಅಕಟ್ಟುಕೊನಿಕಿ ಅಕ್ಕದೆ ಈವೆಂಟ್ ಫ್ಲೌನ್ ಚೆಸಾರು ಗೇಮ್ ಥೇಂಜರ್ ಬೀಂ. ಇದಿ ಅಕ್ಕಡ ಕಲೆಕ್ಟನ್ನು ಪೆಂಪಡಂತೆನೂ ಯುಬಾಜ್ ಕಾನುಂದಿ. ರೀಸೆಂಟ್‌ಗ್ರಾ ವಚಿನ್ ಪೆದ್ದ ಸಿನಿಮಾಲು ಓವರ್ಲೆನ್ಸ್‌ಲೋ ಪ್ರೀಮಿಯರ್ಸ್ ನುಂಚೆ ರಿಕಾರ್ಡ್‌ಲು ತಿರಗರಾಸಾಯಿ. ದೇವರಕು ಪ್ರೀಮಿಯರ್ಸ್‌ತೋ ಕಲಿಪಿ ಫ್ರಷ್ಟ್ ದೇ 3.77 ಮಿಲಿಯನ್ ವಸ್ತೇ.. ಪುಟ್ಟ 2ಕು 4.33 ಮಿಲಿಯನ್, ಕಲ್ಕಿ 2898 ಏಡಿಕಿ 5.56 ಮಿಲಿಯನ್ ದಾಲರ್ಸ್ ವಚ್ಚಾಯಿ. ಗೇಮ್ ಥೇಂಜರ್‌ಕು ಓವರ್ಲೆನ್ಸ್‌ಲೋ ಓಪೆನಿಂಗ್‌ನ ಪರಿಕ್ಕ ಮೊದಲ್ಲೆಂದಿವ್ವುದು. ಇದಿ ಏ ಸ್ಥಾನಂಲೋ ಉಂಟುಂದಾ ಅನೇ ಚರ್ಚ ಮೊದಲ್ಲಂದಿ ಟ್ರೇಡ್ ವರ್ಗಾಲ್ಲೋ..! ಚರಣಕು ಓವರ್ಲೆನ್ ಮಾರ್ಕೆಟ್ ಎತ್ತುಷ್ಟೇ. ಪೈಗಾ ಶಂಕರ್ ಸಿನಿಮಾಲು ಅಕ್ಕಡ ರಪ್ಪುಡಿಸ್ತುಂಟಾಯಿ. ದಿಲ್ ರಾಜು ಬ್ರಾಂಡ್ ಎಲಾಗೂ ಉಂದಿ. ಈ ಮುಗ್ಗುರೂ ಕಲಿಸಿ ಎಸ್ಸಿ ಮಿಲಿಯನ್ಸ್ ಓಪೆನಿಂಗ್ ತೀಸುಕಾಸ್ಟಾರನೇದಿ ಅಸ್ತಕಿರಂಗಾ ಮಾರಿಂದಿವ್ವುದು. ಜನಪರಿ 9ನ ಭಾರೀಗಾ ಪ್ರೀಮಿಯರ್ಸ್ ಪದನ್ನಾಯಿ.

రామ చరణకు జాతీయ అవార్డు పక్కా

గేమ్ చేంజర్ సినిమాకు సుకుమార్ ఫస్ట్ రివ్యూ

గేమ్ చేంజర్ మావీ ప్రమాణస్తోలో భాగంగా ఈ మావీ ప్రీ రిలీజ్ ఈవెంట్స్ ఘరిష్టూ డ్రీమ్స్ రాజేష్ కల్పనల్ని ఆశ్చర్యం దల్లన్లో గ్రాండ్గా నిర్వహించారు. ఈ కార్బూక్టమానికి సుకుమార్ ముఖ్య అతిథిగా విచేశారు. ఈ కార్బూక్టమంలో గ్లోబ్ స్టోర్ రామ్ చరణ్ మాట్లాడుతూ.. ‘శంకర్ గారు చేసిన స్నేహితుడు సినిమాకు గెస్టుగా వెళ్లాను. ఆ టైంలో ఆయనతో మాట్లాడేందుకు కూడా చాలా టెస్సున్ పడ్డాను. నాతో కాకపోయినా ఎవరితో అయినా నరే ఓ తెలుగు సినిమా చేయండని అడగుదామని కూడా అడగిలేకపోయాను. కింగ్ ఆఫ్ ఇండియన్ సినిమా.. ట్రికెట్కు సచిన్ ఎలాగో.. ఇండియన్ సినిమాకు శంకర్ గారు అలా.. డైరెక్టర్కే డైరెక్టర్ ఆయన. అలాంటి శంకర్ గారితో పని చేయడం నా అద్భుతం. నా నుంచి సోలో ఫిల్ట్ వచ్చి ఐదేళ్ల అవతోంది. ఇది నాకు చాలా ప్రత్యేకమైన సినిమా. ఈ మావీ ఏ ఒక్క నిరాశపర్చుదు. ఏం సాధించాలన్నా సహనం ఉండాలి. పుప్పు 2తో సుకుమార్ గారు అధ్యాత్మమైన విజయాన్ని అందుకున్నారు. అలాంటి సుకుమార్ గారు మా ఈవెంట్కు వచ్చి మాట్లాడటం అనందంగా ఉంది. దిల్ రాజు గారితో పని చేయడం అనందంగా ఉంది’ అని అన్నారు. సెస్టేషనల్ డైరెక్టర్ సుకుమార్ మాట్లాడుతూ.. ‘ఓవరీన్ ఆడియోన్ తెలుగు సినిమాల్ని ఎక్కువగా అదరిస్తుంటారు. వన్ నేనాక్కడినే మాపీని ఇక్కడి ఆడియోన్ అదరించి ఉండకపోతే నాకు నెట్లు సినిమాలు వచ్చేవి కావు. దిల్ రాజు గారు నాకు ఘట్ట ఫాన్స్ ఇచ్చాడు. నన్ను నిలబెట్టినందుకు దిల్ రాజు గారి రుణం ఎప్పటికీ తీర్చుకోలేను. శంకర్ గారి చేతుల మీదుగా ఫిల్ట్ ఫేర్ అవార్డు తీసుకున్నాను. చిరంజీవి గారు ఎందుకు శంకర్ గారితో సినిమా చేయలేదు.. శంకర్ గారు ఎందుకు తెలుగు సినిమా చేయడం లేదు? అని అనుకునేవాళ్లం. కానీ శంకర్ గారితో రామ్ చరణ్ సినిమా అని తెలియడం తెగ అనంద పడ్డాను. ఈ విషయాన్ని రామ్ చరణ్ మొదటగా నాకే చెప్పినట్టున్నాడు. సూర్య తీసిన ఖుపి నాకు చాలా ఇష్టం. టైటల్గా వచ్చి డైరెక్టర్గా చేశా. ఖుపి సినిమాను రిఫరెస్చూ పెట్టుకున్నాను. అంజలి మా ఊరు అమృతాయి. చాలా బాగా నటించారు. నేను క్లిప్పు పరిస్థితుల్లో ఉన్నప్పుడు తమన్ సాయం చేశాడు. కానీ అది నేను వాడుకోలేకపోయాను. ఓ హీరోతో సినిమా చేసినప్పుడు ఆ హీరోని ఎక్కువగా ప్రేమిస్తాను. రంగస్టలం అయిపోయాక కూడా ఆ ఆనుబంధం రామ్ చరణతో మాత్రమే కొనసాగింది. రామ్ చరణతో ఎప్పుడూ టచ్లోనే ఉంటాను. చిరంజీవి గారితో కలిసే ఈ గేమ్ చేంజర్ చూశాను. ఘట్ట హాఫ్ అధ్యాతం.. ఇంటర్వెల్ బ్యాక్ బస్టర్.. సెకండాఫ్లో ప్లాష్ బ్యాక్ గూస్ బంప్స్, ఫినామినల్.. జంబీలైన్, భారతీయుడు చిత్రాలను ఎంతగా ఎంజాయ్ చేశానో మళ్లీ అంతే ఎంజాయ్ చేశాను. రంగస్టలం తరువాత రామ్ చరణ్కు జాతీయ అవార్డు పసుందని అనుకున్నాను. కానీ రాలేదు. ఇక గేమ్ చేంజర్ క్లైమాక్స్ లో రామ్ చరణ్ నటనకు జాతీయ అవార్డు పక్కగా వస్తుంది’ అని అన్నారు. స్టోర్ ప్రాండ్యూసర్ దిల్ రాజు మాట్లాడుతూ.. ‘డల్లన్లో ఈవెంట్ గురించి రాజేష్ పోతో మాట్లాడాం. అధ్యాతంగా ఆగ్రహితో చేశారు. ఈవెంట్ గురించి అంతా మాట్లాడుకుంటున్నారు. 1998లో ఒకే ఒక్కడు సినిమాతో మా జర్నీ ప్రారంభం అయింది. శంకర్ గారు, చంద్రబాబు గారి చేతుల మీదుగా వంద రోజుల పీట్ తీసుకున్నాం.



అభిమానులకు
అల్లు అర్థజన
గీతక రిక్వెస్ట్!



ప్రముఖ నటుడు అల్లు అర్బున్ సోపర్ మీడియా వేదికగా అభిమానులకు కీలక సూచన చేశారు. తన ఫ్యాన్స్ తమ అభిప్రాయాలను బాధ్యతాయుతంగా వ్యక్తపరచాలని, ఎవరినీ వ్యక్తిగతంగా కించపటిచే విధంగా పోస్టులు వేయవడ్లని సూచించారు. ఫ్యాన్స్ ముసుగులో గత కొన్ని రోజులుగా ఫేక ఐడి, ఫేక ప్రాప్లైన్స్ తో పోస్టులు వేస్తున్న వారిపై చర్యలు తీసుకోబడుతాయని హెచ్చరించారు. నగటివ్ పోస్టులు వేస్తున్న వారికి దూరంగా వుండాలని నా ఫ్యాన్స్కు సూచించారు. సంధ్య థియేటర్ వ్యవహారం కొత్త మలుపు తీసుకున్నది. అసెంబ్లీ వేదికగా సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అల్లు అర్బున్పై తీవ్రంగా స్పుందించిన విషయం తెలిసిందే. థియేటర్లో ఒక తల్లి చనిపోయినా మానవత్వం లేకుండా రూఫ్టావ్ ఓపెన్ చేసి చేతులు ఊపుకుంటూ వెళ్లిపోయడని విషయంచారు. అయితే, పోలీసుల అనుమతి లేకుండానే థియేటర్కు వెళ్లి, రోడ్పో, ర్యాలీ నిర్వహించినట్లు వస్తున్న ఆరోపణలన్నీ అవస్థవమని అల్లు అర్బున్ స్పష్టంచేశారు. అయితే, తనపై వస్తున్న విషయాలపై అల్లు అర్బున్ తోసిపుచ్చారు. తొకిస్తులాట ఘుటనలో తన వ్యక్తిత్వంపై దుట్టువారం చేస్తున్నారని వాపోయారు. థియేటర్ వద్ద జరిగిన ఘుటన చాలా దురదృష్టకరమని.. బాధిత కుటుంబానికి సానుభూతి తెలియజేస్తున్నానని, చికిత్స పొందుతున్న బాలుడు శ్రీతేజ్ త్వరగా కోలుకోవాలని ఆకాండిస్టున్నట్లు తెలిపారు. తన ఇమేజ్ను డ్యూమేజ్ చేసే ప్రయత్నం జరుగుతుందని వ్యాఖ్యానించిన విషయం తెలిసిందే.

