



చిరంజీవి, వెంకయ్యకు పద్మ విభూషణ్

132 మందికి 'పద్మ' పురస్కారాలు ప్రకటించిన కేంద్రం

ఐదుగురికి పద్మ విభూషణ్

17 మందికి పద్మభూషణ్.. 110 మందికి పద్మశ్రీలు

న్యూఢిల్లీ, జనవరి 25: వివిధ రంగాల్లో సేవలందించిన నిష్ణాతులకు కేంద్ర ప్రభుత్వం పద్మ అవార్డులు ప్రకటించింది. కళలు, సాంస్కృతికం, ప్రజావ్యవహారాలు, వైద్యరంగం సామాజిక సేవల రంగాల్లో అనితరస్పాద్యమైన సేవలందించినందుకు గాను వివిధ రంగాల ప్రముఖులకు ఈ అవార్డులు లభించాయి. గణతంత్ర దినోత్సవం వేళ కేంద్ర ప్రభుత్వం పద్మ పురస్కారాలను కూడా ప్రకటించడం విశేషం. ప్రముఖ సినీనటుడు చిరంజీవి, మాజీ ఉపరాష్ట్రపతి వెంకయ్యనాయుడుతో పాటు ఐదుగురిని కేంద్రం పద్మ విభూషణ్ తో గౌరవించింది. ఈ ఏడాది మొత్తం 132 మందికి పురస్కారాలు ప్రకటించగా వీటిలో ఐదుగురికి పద్మ విభూషణ్, 17 మందికి పద్మభూషణ్, 110 మందికి పద్మశ్రీ అవార్డులు దక్కాయి. దేశ అత్యున్నత పురస్కారమైన భారత రత్నను బీహార్ జననాయక్ >>2

వారసత్వ సంపదకు చిహ్నం 'అయోధ్య'

75వ గణతంత్ర దినోత్సవ సందర్భంగా రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము సందేశం



గురువారం న్యూఢిల్లీలో జాతీయధ్వజించి ప్రసంగిస్తున్న రాష్ట్రపతి ముర్ము

న్యూఢిల్లీ, జనవరి 25: పరితాపకమైన అయోధ్య రామమందిర ప్రారంభోత్సవం భారత నాగరికత వారసత్వ సంపదకు చిహ్నమని రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము పేర్కొనన్నారు. ప్రజల నమ్మకమే కాకుండా న్యాయవ్యవస్థపై ప్రజలకు ఉన్న విశ్వాసానికి కూడా ఈ అయోధ్య రామమందిర నిర్మాణం స్పష్టంచేస్తుందన్నారు. 75వ గణతంత్ర దినోత్సవం సందర్భంగా రాష్ట్రపతి జాతీకీ సందేశం ఇచ్చారు. ప్రపంచదేశాలన్నింటికంటే నేడు భారత్ లో సొంత ఇల్లులేని కుటుంబాలు అత్యంత తక్కువగా ఉండటం మనకు గర్వకారణమని సంక్షేమ పథకాలు ప్రపంచంలో ఏదేశంలోనూ లేనివిధంగా అమలు అవుతున్నాయని గుర్తుచేశారు. భారత రత్న అవార్డు పొందిన బీహార్ మాజీ >>2

టీఎస్పీఎస్సీ చైర్మన్ గా మాజీ డిజిపి మహేందర్ రెడ్డి



హైదరాబాద్, జనవరి 25, ప్రభాతవార్త: తెలంగాణ స్టేట్ పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్ (టీఎస్పీఎస్సీ) చైర్మన్ గా మాజీ డిజిపి మహేందర్ రెడ్డి నియమితులయ్యారు. ఆయనతోపాటు మరో ఐదుమందిని సభ్యులుగా నియమించారు. ఇందుకు సంబంధించిన ఉత్తర్వులను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం గురువారం జారీ చేసింది. టీఎస్పీఎస్సీ చైర్మన్ గా మాజీ డిజిపి నియమిస్తూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం జీవో ఎంఎస్ నంబర్ 11ను జారీ చేశారు. కమిషన్ చైర్మన్ గా >>2

ఇఎపి సెట్ గా మారిన ఎంసెట్

సెట్స్ తేదీలు ప్రకటించిన విద్యాశాఖ ముఖ్య కార్యదర్శి బుర్రా వెంకటేశం

హైదరాబాద్, జనవరి 25, ప్రభాతవార్త: తెలంగాణ రాష్ట్రంలో వివిధ ఉన్నత విద్య కోర్సుల్లో ప్రవేశాల కోసం నిర్వహించే కామన్ ఎంట్రన్స్ పరీక్షలు మే నెలలోనే కొన్ని నిర్వహిస్తూ జూన్ రెండో వారంలోగా అన్ని ప్రవేశ పరీక్షలను పూర్తి చేయనున్నారు. ఈ ఏడాది నుంచి ఎంసెట్ పరీక్షను ఇంజనీరింగ్, అగ్రికల్చర్, ఫార్మసీ (ఏఈపీ) కామన్ ఎంట్రన్స్ టెస్ట్ (ఏఈపీ సెట్) గా కొనసాగించనున్నారు. >>2



గురువారం హైదరాబాద్ లో పలు పరీక్షల తేదీలను వెల్లడిస్తున్న అధికారులు

అవును.. నేనే తెలంగాణ పునర్నిర్మాణ మేస్ట్రీని



గతంలో రైతుబంధు ఆపిన మీరా మాట్లాడేది? సోనియా, రాహుల్ ను వేధించేందుకు ఇడి, సిబిఐలతో కేసులు పెట్టిస్తున్న మోడీ బూత్ లెవెల్ కార్యకర్తల సమావేశంలో సిఎం రేవంత్

హైదరాబాద్, జనవరి 25, ప్రభాతవార్త: విద్యంసమైన తెలంగాణ పునర్నిర్మాణ మేస్ట్రీని నేను బిఆర్ఎస్ అక్రమాలు వెలికితీసి మిమ్మల్ని వంద మీటర్ల లోతులో పాతిపెట్టి ఘోరీకట్టే మేస్ట్రీని అని తెలంగాణ ముఖ్య మంత్రి, టిపిసీసీ అధ్యక్షుడు రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. గురువారం ఎల్సీ స్టేడియంలో తెలంగాణ కాంగ్రెస్ బూత్ లీడర్స్ కన్వెన్షన్ సమావేశంలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి >>2

75వ గణతంత్ర దినోత్సవం సందర్భంగా పౌరులందరికీ శుభాకాంక్షలు



సంపదకు చిహ్నం 'అయోధ్య'

75వ గణతంత్ర దినోత్సవ సందర్భంగా రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము సందేశం

హైదరాబాద్, జనవరి 25, ప్రభాతవార్త: తెలంగాణ స్టేట్ పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్ (టీఎస్పీఎస్సీ) చైర్మన్ గా మాజీ డిజిపి మహేందర్ రెడ్డి నియమితులయ్యారు. ఆయనతోపాటు మరో ఐదుమందిని సభ్యులుగా నియమించారు. ఇందుకు సంబంధించిన ఉత్తర్వులను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం గురువారం జారీ చేసింది. టీఎస్పీఎస్సీ చైర్మన్ గా మాజీ డిజిపి నియమిస్తూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం జీవో ఎంఎస్ నంబర్ 11ను జారీ చేశారు. కమిషన్ చైర్మన్ గా >>2

‘భారత్’ అభివృద్ధిలో ఇది అమృత కాలం. ప్రస్తుతం భారత్ యువశక్తి, అంతులేని సామర్థ్యాలతో నిండి ఉంది. ఈ కీలక తరుణంలో మనం చేసే ప్రతి ప్రయత్నం రాబోయే వెయ్యి సంవత్సరాల భారతదేశ పునాదిని మరింత బలోపేతం చేస్తుంది

నరేంద్ర మోదీ

ఉదయం 9 గంటలకు కర్తవ్యపథ్ నుంచి గణతంత్ర దినోత్సవ వేడుకలు దూరదర్శన్ నెట్వర్క్ లో ప్రత్యక్ష ప్రసారం



బజెపివైపు నితీష్ అడుగులు!



పాట్నా, జనవరి 25: బీహార్ రాజకీయ క్షేత్రంలో కీలక మలుపులు చోటుచేసుకోబోతున్నాయి. బీహార్ సిఎం నితీష్‌కుమార్ మరోసారి బజెడెంట్ కలిసిపో నున్నారని సమాచారం. ప్రస్తుతం రాష్ట్రంలో ఉన్న

మహాకూటమి నుంచి వైదోలగనున్నారని విశ్వాసం. నీయ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. లోక్‌సభ ఎన్నికలతో పాటు ఆసెంబ్లీ ఎన్నికలకు వెళ్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఇదే జరిగితే ఇండియా కూటమికి అతిపెద్ద

పాకే తగలనుంది. నితీష్‌కుమార్ 2013 నుంచి ఎన్డీయే, మహాఘటబంధన్ మధ్య ఊగిసలాడుతున్నారు. నిత్యం పొత్తులతో జిమ్మిక్కులు వేస్తూ సిఎం పదవిని చేజిక్కించుకుంటూ వచ్చారు. మహాకూటమి నుంచి వైదొలిగి ఎన్డీయేలో చేరిన రెండేళ్లకే బివరిసారిగా 2022లో ఆయన మళ్లీ మహాకూటమిని ఏర్పరిచారు. 2020లో బీహార్‌లో బివరిసారి ఆసెంబ్లీ ఎన్నికలు జరిగాయి. జెడియూ, ఆర్కేడీ, కాంగ్రెస్‌సహా స్థానిక పార్టీలతో కలిసి మహాకూటమి పేరుతో ప్రభుత్వం ఏర్పడింది. నితీష్‌కుమార్ సిఎం ఆయ్యారు. దివంగత సిఎం కర్పూరి రాకూరకు కేంద్ర ప్రభుత్వం ఇటీవల భారత రత్న ప్రకటించడాన్ని నితీష్ ప్రభుత్వం సాగగలిగింది. అంతేకాకుండా వంశపారంపర్య రాజకీయాలను ఎత్తిపూపుతూ ఆర్కేడీ ట్యాగ్‌గా నితీష్ కుమార్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. కర్పూరి రాకూర్ చూపిన మార్గంలోనే తమ పార్టీ

వయనిస్తోందని నితీష్ పేర్కొన్నారు. కొన్ని పార్టీలు తమ వారసులకు రాజకీయ భవిష్యత్ కోసం పోరాడుతారని విమర్శించారు. నితీష్ వ్యాఖ్యలపై ఆర్కేడీ నేత లాలూ కుమార్ కుమార్తె రోహిణీ కూటంగా స్పందించారు. కొందరు తమ సొంత లోపాలను మానుకోలేరు. ఇతరులపై బురద జల్లుతారు అంటూ ట్విట్టర్ వేదికగా మండిపడ్డారు. ఈ వరిజామాలు బీజెపి వైపు నితీష్‌కుమార్ అడుగులు వదులుస్తాయనడానికి ఆసమానాలను పెంచుతున్నాయి. ఆటు జనవరి 30న బీహార్‌లో ప్రవేశించే కాంగ్రెస్ భారత్ జోడో న్యాయ యాత్రలో నితీష్‌కుమార్ హాజరుకాబోరని పార్టీ వర్గాలు తెలిపాయి. కాంగ్రెస్ రెజిస్ట్రేషన్ పార్టీ నాయకుడు షరీఫ్ అహ్మద్ ఖాన్ ద్వారా నిన్న సాయంత్రం ఆహ్వానం అందిందని, అయితే లోక్‌సభ ఎన్నికలకు సంబంధించి సీట్ల పంపకాల చర్చల్లో జాప్యం జరగడంతో నితీష్ కుమార్ కలత చెందారని వెల్లడించాయి.

ఆస్ట్రేలియాలో నీటమునిగి నలుగురు భారతీయులు మృతి

మెల్‌బోర్న్, జనవరి 25: ఆస్ట్రేలియాలో నలుగురు భారతీయులు దుర్ఘరణం చెందారు. విక్టోరియా రాష్ట్రంలోని ఫిలిప్ ఇలాండ్‌కు చెందిన బీచ్ వద్ద వారంతా నీట మునిగి మరణించారు. 20యేళ్లలో ఆ ప్రాంతంలో ఈ తరహా విషాదం చోటు చేసుకోవడం ఇదే తొలిసారిని అధికారులు తెలిపారు. బుధవారం మధ్యాహ్నం సమయంలో ఈ ఘటన జరిగింది. ఫిలిప్ ఇలాండ్ బీచ్ సమీపంలో వారిని గుర్తించి సిబ్బంది కాపాడేందుకు ప్రయత్నించినా ఘటితం లేకపోయింది. అక్కడే ముగ్గురు మరణించగా, మరోకరు ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతూ మృతి చెందారు. మృతుల్లో ముగ్గురు మహిళలున్నారు. దీనిపై కాన్‌జెలాలోని భారత హైకమిషన్ స్పందించింది. 'ఆస్ట్రేలియాలో విషాదకర ఘటన చోటు చేసుకుంది. నీటమునిగి నలుగురు భారతీయులు ప్రాణాలు కోల్పోయారు. వారి కుటుంబానికి ప్రగాఢసానుభూతి తెలియచేస్తున్నాం. ఇతర సహృదయర్థుల నిమిత్తం మెల్‌బోర్న్ అధికారులు మృతుల సన్నిహితులతో టవీలో ఉన్నారని' అని వెల్లడించింది.

యూపిలో రోడ్డు ప్రమాదం 12 మంది మృతి

లక్నో, జనవరి 25: ఉత్తరప్రదేశ్‌లో ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం చోటు చేసుకుంది. పాజుహర్‌పూర్ జిల్లాలో అటోను డ్రాంగర్ ఢీకొన్న ఘటనలో 12 మంది మృతి చెందారు. దట్టమైన మంచు కారణంగా గురువారం తెల్లవారజామున ఈ ఘటన చోటు చేసుకుందని పోలీసులు తెలిపారు. పోలీసుల వివరాల మేరకు జలరాశాద్ నుంచి ప్రయాణికులతో వస్తున్న అటోను ఎదురుగా రాంగ్ రూట్లో వస్తున్న ఒక ట్యాంకర్ ఢీకొట్టింది. ఈ ప్రమాదంలో అటోలో ప్రయాణిస్తున్న 12 మంది అక్కడికక్కడే మరణించారు. బెర్లి-ఛరూఖాబాద్ రహదారిపై ఈ ఘటన చోటు చేసుకుంది. మృతుల్లో మహిళలు, చిన్నారులు ఉన్నారు. సమాచారమందుకున్న పోలీసులు వెంటనే అక్కడికి చేరుకుని సహాయక చర్యలు చేపట్టారు. మృతుల వివరాలు తెలియ రాలేదు. పోస్టుమార్టం నిమిత్తం మృతదేహాలను ఆసుపత్రికి తరలించారు. ఈ ఘటనపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు పోలీసులు తెలిపారు.

తమిళనాడులో ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం వంతెనపై ఢీకొన్న బహుళ వాహనాలు.. నలుగురు దుర్ఘరణం చెన్నై, జనవరి 25:

తమిళనాడులో ఘోర రోడ్డుప్రమాదం చోటుచేసుకుంది. ధర్మపురి జిల్లాలోని తోప్పురుపూట్ రోడ్ వద్ద ఓ వంతెనపై బహుళ వాహనాలు ఢీకొన్నాయి. మూడు ట్రక్కులు, రెండు ట్రాక్టర్లు ఢీకొనడంతో నలుగురు మృతి చెందారు. అక్కడికక్కడే దుర్ఘరణం కాగా, మరో ఎనిమిది మందికి తీవ్రంగానూ కాగా చికిత్స నిమిత్తం వారిని వెంటనే ధర్మపురికి ఆస్పత్రికి తరలించారు. వేగంగా దూసుకొస్తున్న ట్రక్కు ఎదురుగా వెళ్తున్న రెండు ట్రక్కులను ఢీకొంది. దీంతో.. ఒక ట్రక్కు ఆదుపుతప్పి వంతెనలో పడి పోయింది. ఈ మూడు ట్రక్కుల మధ్య వెళ్తున్న ఒక కారు సుజ్జనుజ్జ అయ్యింది. ఇంతలోనే ఓ ట్రక్కుకు మంటు అంటుకున్నాయి. మరోవైపు.. ఈ ప్రమాదంలో ఆసుపరిస్తున్న మరో కారు కూడా ధ్వంసం అయ్యింది. ఫలితంగా.. ఇద్దరు మహిళలతో కలిపి మొత్తం నలుగురు మృతి చెందారు. ఈ ఘటన గురించి తెలుసుకున్న తమిళనాడు సిఎం స్టాలిన్.. మృతుల కుటుంబాలకు రూ. 2 లక్షల చొప్పున ఎన్టీగ్రేడియా ప్రకటించారు. అలాగే.. గాయపడిన వారికి రూ. 50 వేల సహాయాన్ని అందజేశారు. ఈ ఘటనపై ధర్మపురి డిఎంకే ఎంపి సెంటిల్ కుమార్ స్పందిస్తూ.. 'పెండింగ్‌లో ఉన్న ఎలివేటెడ్ నేషనల్ హైవే పనులను వీలైనంత త్వరంగా పూర్తి చేయాలని కేంద్రాన్ని డిమాండ్ చేశారు. ఇలాంటి ఘటనలు చోటుచేసుకుంటాయన్న భయంతోనే తాము తోప్పురు పూట్ సెక్షన్ వద్ద మంజూరైన ఎలివేటెడ్ హైవేను సత్వరమే అమలు చేయాలని పట్టుబడుతున్నామని ఆయన అన్నారు.

బెంగాల్‌లోకి ప్రవేశించిన రాహుల్ యాత్ర

కోల్‌కతా, జనవరి 25: కాంగ్రెస్ అగ్రనేత రాహుల్‌గాంధీ నేతృత్వంలో జరుగుతున్న భారత్ జోడో న్యాయ యాత్ర గురువారం పశ్చిమబెంగాల్ రాష్ట్రంలోకి ప్రవేశించింది. ఆస్సాం నుంచి బెంగాల్‌లోని కూన్ బెహార్ జిల్లాలోకి రాహుల్ అడుగుపెట్టారు. వయనాడ్ ఎంపికి స్వాగతం పలికేందుకు కాంగ్రెస్ శ్రేణులు భారీగా ఆకర్షిడి చేరుకున్నారు. అయితే ఇండియా కూటమిలో కీలక భాగస్వామి అయిన డిఎంసీ అధినేత మమతాబెనర్జీ లోక్‌సభ ఎన్నికల్లో బెంగాల్‌లో తాము ఓటందిగా పోటీ చేయనున్నట్లు ప్రకటించిన విషయం తెలిసిందే. కాంగ్రెస్‌తో సీట్ల పంపకంపై చర్చలు విఫలమయ్యాయని, దీంతో ఆ పార్టీతో ఎలాంటి పొత్తు ఉండదని ఆమె స్పష్టం చేశారు. అంతేకాక రాహుల్

యాత్ర రాష్ట్రంలోకి వస్తున్న సమయంలో దీనిపై తమకు కపీస సమాచారం ఇవ్వలేదని ఆనవానం వ్యక్తం చేశారు. వచ్చే ఎన్నికల్లో బెంగాల్‌లో పోటీ సీట్ల పంపకంపై కాంగ్రెస్, టిఎంసీ మధ్య విభేదాలు నెలకొన్న వేళ రాహుల్ యాత్ర ఎలా సాగబోతుంది. ఆయన ఎలాంటి వ్యాఖ్యలు చేయనున్నారనే విషయాలపై ఉత్కంఠ నెలకొంది. బెంగాల్‌లో యాత్ర ప్రారంభమైన సందర్భంగా రాహుల్ మాట్లాడుతూ దేశవ్యాప్తంగా జరుగుతోన్న అన్యాయానికి వ్యతిరేకంగా ప్రతిపక్ష ఇండియా కూటమి పోరాడుతుందని తెలిపారు. దేశంలో అన్యాయం రాజ్యమేలుతోందని అందుకే తమ యాత్రకు 'న్యాయ' అనే పదాన్ని చేర్చినట్లు చెప్పారు. పశ్చిమబెంగాల్‌కు రావడం ఆనందంగా ఉందన్నారు. ప్రజల మాటలు వినడానికి, వారికి అందగా ఉండేందుకు ఇక్కడికి వచ్చినట్లు చెప్పారు. దేశంలో బీజెపి, ఆర్ఎస్సెస్ విచ్ఛేదాలు పెంపొందిస్తుందని మండిపడ్డారు. హింస, అన్యాయాన్ని వ్యాప్తి చేస్తున్నాయని విమర్శించారు. అందుకే ఇండియా కూటమి సమష్టిగా అన్యాయంపై పోరాడబోతోందని తెలిపారు. జనవరి 14న ప్రారంభించిన రాహుల్‌గాంధీ భారత్ జోడో న్యాయ యాత్ర గురువారం 12వ రోజుకు చేరుకుంది. ఘజీపూర్, నాగరాండ్, మేఘాలయా, ఆస్సాం రాష్ట్రంలో ఇప్పటి వరకు పర్యటించారు. అయితే బీజెపి పాలిత రాష్ట్రాల్లో రాహుల్ యాత్ర తీవ్ర ఉద్రిక్తతల నడుమ సాగుతోంది. మార్చి 20న ముంబైలో రాహుల్ యాత్ర ముగియనుంది. మొత్తం 15 రాష్ట్రాల గుండా 6,200 కిలోమీటర్లకు పర్యటింపనున్నారు.

ఇకపై బహోస్ క్షిపణుల ఎగుమతి!

క్రాయిజ్ క్షిపణులను ఎగుమతి చేయనుంది. ఈ విషయాన్ని డీఆర్డీవో చీఫ్ సమీర్ వీ కామత్ ధృవీకరించారు. డీఆర్డీవో చీఫ్ గురువారం జాతీయ మీడియాతో మాట్లాడారు. డీఆర్డీవో రాజ్‌యే పది రోజుల్లో క్షిపణుల గ్రౌండ్ సిస్టమ్‌లను ఎగుమతి చేయడం ప్రారంభిస్తుందన్నారు. అంతేకాకుండా డీఆర్డీవో అభివృద్ధి చేసిన, భారత్ ఫోర్స్, టాటా అడ్వాన్స్‌డ్ సిస్టమ్స్ తదితర ప్రైవేట్ రంగ సంస్థలు తయారు చేస్తున్న ఎటిఎజిఎస్ 307 గన్స్‌కు విదేశాల నుంచి ఆర్డర్స్ ఈ ఆర్థిక సంవత్సరం నాటికి రావచ్చన్నారు. ఫిలిప్పీన్స్‌తో పాటు పలు దేశాలు బ్రహ్మాస్త్ర క్షిపణిపై ఆసక్తి చూపుతున్నాయని డీఆర్డీవో చీఫ్ తెలిపారు. ఎగుమతికి సిద్ధంగా ఉన్న ఎటిఎజిఎస్ గన్స్ ట్రయల్స్ అన్న పూర్వాయాసని తెలిపారు. వాటికి మార్చి 31 వరకు ఆర్డర్ వస్తుందని ఆయన అంచనావేశారు. ఇప్పటి వరకు డీఆర్డీవో ఉత్పత్తి చేస్తున్న ఆయుధాలను త్వరలో సైన్యంలోకి మూడు విభాగాల్లో చేరనున్నాయని ఆయన వెల్లడించారు. ఎలీసెఎంకె, 1ఎ, ఆడ్వన్ ఎంకె 1ఎ, క్విక్ రియాక్ట్ సర్వైస్ టు ఎయిర్ మిస్సైల్ తదితర క్షిపణులు త్వరలోనే సైన్యంలో భాగమవుతాయన్నారు.

మూఢనమ్మకానికి బాలుడిమృతి కేన్సర్ నయమవుతుందంటూ.. చిన్నారిని గంగలో ముంచిన ఘటన

దెహ్రాడూన్, జనవరి 25: కాలం మారుతున్నా కొందరు మాత్రం ఇంకా మూఢగానే ప్రవర్తిస్తున్నారు. బ్లడ్ కేన్సర్‌తో బాధపడుతున్న ఐదేళ్ల బాలుడిని మూఢనమ్మకానికి బలి చేసింది ఓ కుటుంబం. ఈ ఘటన ఉత్తరాఖండ్‌లో బుధవారం చోటు చేసుకుంది. పోలీసుల వివరాల మేరకు, ఢిల్లీకి చెందిన ఓ ఐదేళ్ల బాలుడు బ్లడ్ కేన్సర్‌తో బాధపడుతున్నాడు. తల్లిదండ్రులు తమ కుమారుడిని కాపాడమంటూ ఎంతోమంది వైద్యులను సంప్రదించారు. కానీ అతడి పరిస్థితి తీవ్రంగా ఉండడంతో బాలుడిని కాపాడలేమంటూ డాక్టర్లు చేతులెత్తేశారు. దీంతో తమ బిడ్డను కాపాడుకునేందుకు బ్రతుకొస్తామంటూ, బాలుడిని గంగలో ముంచితే రోగం నయం అవుతుందని అనుకున్నారు. దీనిలో భాగంగా బాలుడిని తీసుకొని తల్లిదండ్రులతో పాటు అతడి అత్త హరిద్వార్‌కు బయలుదేరారు. ఒకప్పుడు తల్లిదండ్రులు పార్కునలు చేస్తుండగా, మరోవైపు అనారోగ్యంతో బాధపడు తున్న చిన్నారిని అతడి అత్త చల్లగా ఉన్న నది నీటిలో ముంచింది. ఇదంతా అక్కడున్న వారు గమనించారు. ఎంతకీ బాలుడిని బయటకు తీయకపోవడంతో ఆమెను అడ్డుకున్నారు. దీంతో ఆమె వారిపై దాడికి లుక్కించింది. బాలుడిని బయటకు తీసి ఆసుపత్రికి తరలించారు. ఇప్పటికే అతడు మరణించినట్లు వైద్యులు ప్రకటించారు. ఈ ఘటనపై పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి కుటుంబసభ్యులను అదుపులోకి తీసుకున్నట్లు వెల్లడించారు.

‘భారత్‌తో వివాదం మనకే ప్రమాదం’ మాల్దీవుల అధ్యక్షుడికి ప్రతిపక్షాల హెచ్చరిక!

పరిశోధన నౌకను మాల్దీవుల తీరంలో నిలవడానికి అనుమతించిన తరువాత ప్రతిపక్షాల నుంచి హెచ్చరిక రావడం విశేషం. మాల్దీవుల అభివృద్ధిలో సుదీర్ఘ భాగస్వామ్యం ఉన్న మిథులను దూరం చేసుకోవడం దేశానికి హానికరం అంటూ ‘మాల్దీయన్ డెమోక్రటిక్ పార్టీ', ది డొమెస్టిక్ ఆర్కేడీ ప్రభుత్వాన్ని హెచ్చరించాయి. భారత్‌ను దీర్ఘకాల మిత్రుడిగా అభివృద్ధిపై ఈ భారత్‌ను చేశాయి. ఎప్పటి నుంచో ఆసుపరిస్తున్నట్లుగా అన్ని అభివృద్ధి భాగస్వామ్య పక్షాలతో మాల్దీవులు కలిసి పనిచేయాలంటూ మారుతున్న ‘విదేశాంగ విధాన వైఖరిని ఎత్తిపూపాయి. హిందూ మత సముద్రంలో శాంతి, సుస్థిరత, సుస్థిర భద్రతల చాలా కీలకమని గుర్తించాయి. ఎండిపి వైర్లన్ ఫయోజ్ ఇస్మాయిల్, పార్లమెంట్ డిప్యూటీ

స్పీకర్ అహ్మద్ సలీమ్, డెమోక్రాట్స్ అధిపతి హసన్ లతీఫ్, పార్లమెంటు గ్రూప్ నేత అలీ అజీమ్ జిబీపిల నిర్వహించిన సంయుక్త మీడియా సమావేశంలో ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. మార్చి 15కల్లా తమ భూభాగం నుంచి భారత దశాలు వైదొలగాలని మాల్దీవుల అధ్యక్షుడు మహ్మద్ ముయిజు జిబీపిల తుది గడుపు విధించడంతో వివాదం మొదలైంది. భారత సేన వెనక్కి తిరిగి వస్తే, ఆ స్థానంలో చైనా దశాలు ప్రవేశించే అవకాశం ఉంది. లక్షద్వీప్‌లో భారత ప్రధాని నరేంద్రమోడీ పర్యటనపై మాల్దీవుల మంత్రులు ముగ్గురు జిబీపిల విమర్శలు చేయడంతో వివాదం మొదలైంది. చైనా పరిశోధన నౌకను మాల్దీవుల తీరంలో నిలవడానికి అనుమతించడం చైనా భారత్ అభ్యంతరం వ్యక్తం చేసింది.

దేశం, విదేశం 5

కుటుంబ పార్టీలను ఓడించండి

యువ ఓటర్లకు ప్రధాని మోడీ పిలుపు

న్యూఢిల్లీ, జనవరి 25: కుటుంబ పార్టీలను, రాజకీయాలను ఓడించేందుకు మీ ఓటు అనే శక్తిని ఉపయోగించాలని ప్రధాని నరేంద్రమోడీ యువ ఓటర్లను కోరారు. జాతీయ ఓటర్ల డివైజన్‌ను సందర్శించి బీజెపి యువమోర్చా అభ్యర్థనలో కొత్త ఓటర్లతో ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో ప్రధాని మోడీ మీడియా కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా ప్రసంగించారు. దేశ భవిష్యత్తును నిర్ణయించేది యువ ఓటర్లే అన్నారు. అవినీతి, ఆశత పక్షపాతానికి వ్యతిరేకంగా యువత ఉన్నారన్నారు. కానీ ప్రతిపక్ష పార్టీల నేతల ఆలోచనలు విధానం మాత్రం యువతకు వ్యతిరేకంగా ఉంటోందన్నారు. కుటుంబ పార్టీలను మీ ఓటు బలంతో ఓడించాలని యువతకు పిలుపు నిచ్చారు. ఓటరు జాబితాలో మీ పేర్లు సమోదు చేసుకోవడం ద్వారా ఇప్పుడు మీరు ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థలో ముఖ్యభూమిక పోషించనున్నారని పేర్కొన్నారు. మనదేశం అమృతీకాల్ దిశగా వెళుతోన్న తరుణంలో మీరంతా ఓటరు జాబితాలో నమోదు చేసుకున్నారన్నారు. 2047 నాటికి అభివృద్ధి

చెందిన భారతాన్ని నిర్మించడంలో మీ బాధ్యత కొనసాగుతుందన్నారు. అభివృద్ధి భారతంలో మీ పేర్లను సువర్ణకాలంతో లిఖించుకోవడానికి మీ అందరికీ ఇదే గొప్ప అవకాశమన్నారు. భారత అభివృద్ధి వేగం, దిశ, విధానం నిర్ణయించడంలో మీదే ఆసక్తి పాత అన్నారు. ఇందుకు ఓటు సరైన ఆయుధంఅన్నారు. కీలకమైన నిర్ణయాలు తీసుకోవడానికి స్థిరమైన, పూర్తి మెజారిటీ ప్రభుత్వం అవసరమన్నారు. మీ ఓట్లు ఓటుకు చాలా పెద్ద శక్తి ఉంటుందని దేశంలో స్థిరమైన, పూర్తి మెజారిటీ ప్రభుత్వం ఉంటే దేశానికి మంచి జరిగే కీలక నిర్ణయాలు తీసుకోగలదని పేర్కొన్నారు. డిజిటల్ ఇండియా, మౌలిక సదుపాయాల పెంపు, స్టార్టప్స్ వంటి వాటిపల్ల యువతకు అవకాశమైన అవకాశాలు వస్తున్నాయన్నారు. మీ కలలే నా సంతకం ఇది నా హామీ. యువతే తన ప్రాధాన్యత అని ప్రధాని మోడీ అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పెద్ద సంఖ్యలో యువఅతి యువకులు పాల్గొనడం చట్ల ప్రధాని మోడీ హర్షం వ్యక్తం చేశారు.



ఫ్రాన్స్ అధ్యక్షుడు మేక్రాన్‌కు ఘనస్వాగతం

జైపూర్, జనవరి 25: ఫ్రాన్స్ అధ్యక్షుడు ఇమాన్యుయేల్ మేక్రాన్ భారత్‌కు చేరుకున్నారు. రెండు రోజుల పర్యటన నిమిత్తం గురువారం మధ్యాహ్నం ఆయన రాజస్థాన్ రాజధాని జైపూర్‌లో అడుగుపెట్టారు. విదేశాంగ మంత్రి ఎస్.జైశంకర్, రాష్ట్ర గవర్నర్ కల్‌రాజ్‌మిత్రా, సిఎం భజేన్‌లాల్ శర్మ ఆయనకు స్వాగతం పలికారు. శుభవారం ఢిల్లీలో నిర్వహించనున్న గణతంత్ర వేడుకలకు మేక్రాన్ ముఖ్యఅతిథిగా హాజరు కానున్న విషయం విడితమే. జైపూర్ సమీపంలోని ఆమెరీటను మెక్రాన్ సందర్శించనున్నట్లు సమాచారం. యునెస్కో ప్రపంచ వారసత్వ సంపదగా గుర్తింపు పొందిన 'జంతర్‌మంతర్' వద్దకు ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోడీ ఆయనతో కలిసి రానున్నారు. తర్వాత

అక్కడి నుంచి సంగనేరి గేట్ వరకు వీరిద్దరూ రోడ్ పోలో పాల్గొంటారు. మధ్యలో హవా మహల్ వద్ద జైపూర్ స్పెషల్ మసారా చాప్ ఆస్పాడించనున్నట్లు తెలుస్తోంది. అక్కడే యువీబి చెల్లింపుల ద్వారా హస్తకళాకృతులు కొనుగోలు చేయనున్నట్లు సంబంధిత వర్గాలు తెలిపాయి. రాంబాగ్ ప్యాలెస్‌లో మెక్రాన్ కోసం ప్రత్యేక విందు ఏర్పాటు చేశారు. గణతంత్ర వేడుకలకు తొలుత ఆమెరకా అధ్యక్షుడు జో బైడెన్‌ను ఆహ్వానించగా, వివిధ కారణాల వల్ల ఈ కార్యక్రమానికి హాజరుకాలేనని చెప్పినట్లు సమాచారం. ఈ సేవధ్యంలో ఫ్రాన్స్ అధ్యక్షుడిని ఆహ్వానించగా ఆయన అంగీకరించారు. గతేడాది జూలైలో పారిస్‌లో నిర్వహించిన ఫ్రాన్స్ జాతీయ డివైజన్ 'బాన్సెట్ డే' వరేడ్‌లో ప్రధాని మోడీ ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొన్నారు.

ప్రైమరీలో ట్రంప్‌కు మరో గెలుపు

వాషింగ్టన్, జనవరి 25: ఆమెరికా అధ్యక్ష ఎన్నికల్లో రిపబ్లికన్ పార్టీ అభ్యర్థిత్వం కోసం జరుగుతున్న ప్రైమరీల్లో డొనాల్డ్ ట్రంప్ మరో కీలక ముందడుగు వేశారు. ఇప్పటికే అయోవా ప్రైమరీలో గెలిచిన ఆయన న్యూహాంప్‌షైర్ ప్రైమరీలో నెగ్గు. అయితే భారతీయ ఆమెరికన్ నాయకురాలు నీశ్మి పాల్ ఆయనకు గట్టిపోటీ ఇచ్చారు. ట్రంప్‌కు 55 శాతానికిపైగా ఓట్లుగాగా ఆమె 44 శాతం సాధించారు. న్యూహాంప్‌షైర్ ప్రైమరీని మూడుసార్లు గెలిచిన తొలి రిపబ్లికన్ అభ్యర్థిగా ట్రంప్‌వలె స్పష్టంచారు. ట్రాజా ఫలితాలపై నీశ్మి పాల్ ఆయనకు గట్టిపోటీ ఇచ్చారు. హాంప్‌షైర్‌లో గెలిచిన ట్రంప్‌కు శుభాకాంక్షలు. అయినా ఇంకా డజన్ల కార్డ్ రాష్ట్రాల ప్రైమరీ ఎన్నికలు జరగాల్సి ఉంది. పార్టీ ఓటర్ల అంతిమతీర్పు వెలువడడానికి ఇంకా చాలా

దూరం ప్రయాణించాల్సి ఉంది. ఈ పోటీలో నేను చిట్టచివరిదాకా పోరాడతా. రేసేలో కొనసాగుతా. ఈ పోరు మొదలైస్తున్నప్పుడు రెసుల్ట్ మొత్తం 14 మంది ఉండేవాళ్ళం. నాకు రెండు శాతం ఓట్లు వచ్చేవి. ఇప్పుడు ట్రంప్‌కు గట్టిపోటీ ఇస్తున్నది నేను మాత్రమే అని పాల్ ప్రసంగించారు. ట్రంప్‌కు రిపబ్లికన్ అధ్యక్ష అభ్యర్థిత్వం దక్కాలని ఆయితే తేలిగ్గా ఓడించవచ్చని వారి ఆశ. నిజంగా ట్రంప్‌కు అభ్యర్థిత్వం దక్కితే బైడెన్, కమరాహ్‌సేల విజయం అత్యంత అని పాల్ అన్నారు. మరోవైపు ఈ రోజు పాల్‌కి కాశరాతి. అయినా తానే గెలిచినట్లు ప్రసంగాలు దండెస్తోంది అని ట్రంప్ ఎడ్వైచా చేశారు. సౌత్ కరోలినాలో డెమోక్రటిక్ పార్టీ ప్రైమరీలో అధ్యక్షుడు బైడెన్ నెగ్గు.

‘ఎన్నికల్లో విదేశీ జోక్యం’పై దర్యాప్తులో భారత్ పేరు మళ్లీ రెచ్చగొట్టిన కెనడా

ఒట్టవా,జనవరి 25: భారత్ విషయంలో కెనడా ప్రధాని జస్టిన్ ట్రూడో వ్యవహారాన్ని తీసుకు ఇరు దేశాల మధ్య సంబంధాలు దిశాంశాలున్నాయి. నిజ్జర్ హత్య విషయంలో ఇప్పటికే దౌత్యపరమైన విభేదాలు కొనసాగుతున్న వేళ, తాజాగా ట్రూడో ప్రభుత్వం తీసుకున్న నిర్ణయం ఈ ఉద్రిక్తతలకు మరింత ఆజ్యం పోస్తోంది. ఎన్నికల్లో విదేశీ జోక్యంపై జరుగుతోన్న దర్యాప్తులో భారత్ పేరును కెనడా చేర్చడమే ఇందుకు కారణం. తమ దేశంలో ఎన్నికలను ప్రభావితం చేసేందుకు చైనా యత్నించినందుకూ వెలువడిన కథనాల సేవధ్యంలో వాటిపై విచారణ నిమిత్తం ట్రూడో ప్రభుత్వం గత సెప్టెంబర్‌లో ఒక స్ఫుతంత్ర కమిషన్ ఏర్పాటు చేసింది. ఇప్పుడు భారత్ పేరును ఆ దర్యాప్తులో చేర్చారు. ఈ క్రమంలో 2019-2021 ఎన్నికల్లో

న్యూఢిల్లీ జోకనయం ఆలోచనలపై సమాచారం ఇవ్వాలంటూ ఆ కమిషన్ తమ ప్రభుత్వాన్ని అడిగింది. దీనికి సంబంధించి ప్రభుత్వం తీసుకున్న చర్యలను పరిశీలిస్తామని, అలాగే ప్రతిపాదనల సేవ్తామని కమిషన్ తెలిపింది. చైనా, భారత్‌తో పాటు రష్యా వంటి దేశాలపైనా కెనడా ఈ ఆలోచనలు చేసింది.



‘నా సామిరంగ’ను అందమైన పాటలా విజయ్ బిన్ని తీశాడు: నాగార్జున

కింగ్ నాగార్జున అక్కినేని తాజా చిత్రం నా సామిరంగ.. ప్రముఖ కొరియోగ్రాఫర్ విజయ్ బిన్ని దర్శకుడిగా పరిచయయ్యారు.. శ్రీనివాసా సిల్వర్స్ట్రీస్ పతాకంపై శ్రీనివాస చిట్టూరి భారీస్కాయిలో నిర్మించారు.. పవన్కల్యాణ్ సమర్పించారు.. నాగార్జునకు జోడీగా ఆమెక రంగనాథ్ హీరోయిన్గా నటించింది.. ఈచిత్రంలో అల్లరి నరేష్, రాజేశ్వరజ్ నటించారు.. జనవరి 14న విడుదలైన ఈచిత్రం మంచి చిత్రంగా బ్లాక్బస్టర్ విజయం అందుకుంది... ఈ నేపథ్యంలో తెలుగు ఫిల్మ్ అండ్ టీవి డ్యూస్ట్ ట్రై అండ్ డ్యూస్ట్ డైరెక్టర్స్ అసోసియేషన్ కంగ్రాట్స్ మీట్ నిర్వహించింది. కింగ్ నాగార్జున మాట్లాడుతూ, అందరి చిరునవ్వులు చూస్తుంటే ఆనందంతో మనసు



పొంగిపోతోం దన్నారు. విజయ్తో పర్క్ చేయటం వందర్ఫుల్ ఎక్స్పీరియన్స్ అన్నారు. మా అందరినీ చాలా జాగ్రత్తగా చూసుకుంటూ కళ్లు మూసి తెరిచేలోగా చక్కగా సినిమా ను పూర్తిచేశాడన్నారు. సినిమాను ఒక పాటలా చాలా అందంగా తీశారన్నారు.. కొరియోగ్రాఫర్ అన్నింపుకున్నారన్నారు.. ప్రతి పాటను మంచి ప్లాన్తో తీర్చిదిద్దాడని అన్నారు. తనకు ఏం కావాలో తెలుసు అని, సినిమాకు ఎంతకావాలో సరిగ్గా అంతే తీశాడన్నారు. తాను దాదాపు 95 సినిమాల్లో నటించానని, ఇందులో ఇలాంటి చక్కటి క్లాంటీ ఉన్న కొద్దిమందిలో విజయ్ ఒకరు అని అన్నారు.. అలాగే డ్యూస్ట్ ట్రై అసోసియేషన్కుఅలాడి బెస్ట్ అని తెలిపారు.. ఈ వేడుకకు రావటం గౌరవంగా భావిస్తున్నానని అన్నారు. కార్యక్రమంలో విజయ్ బిన్ని మాట్లాడుతూ, నాగార్జున గారు తనను దర్శకుడిగా ఎంచుకోవటం నా అద్భుతమన్నారు.. మా అందరి తరపున నాగార్జున గారికి థాంక్స్ అన్నారు.. ఆయన ఇచ్చిన ప్రేమను మర్చిపోలేనని అన్నారు. నాగార్జునగానే నన్ను దర్శకుడిగా చేశారన్నారు.మేకర్స్కు కృతజ్ఞతలు అని అన్నారు. కార్యక్రమంలో హీరో అల్లరి నరేష్, శిఖర్ మాస్టర్ తదితరులుమాట్లాడారు.

విశాల్ ‘రత్నం’ లిలీజ్కు రెడీ ..

మాన్ యాక్షన్ హీరో, పురుచ్చి దళపతి విశాల్ సినిమాకు కోటిపుడ , టాలీవుడ్లో మంచి డిమాండ్ ఉంటుందనే సంగతి తెలిసిందే.. విశాల్ అంటే అందరికీ యాక్షన్ చిత్రాలు గుర్తుకొస్తాయి.. అలాంటి యాక్షన్ డైరెక్టర్ హరితో విశాల్ మూవీ అటే యాక్షన్ మూవీ లవర్స్కు ఇక పండుగే.. దానికి తగ్గట్టుగానే -రత్నం అనే మూవీ పుల్ యాక్షన్ మూవీగా రాబోతోంది... అలోరెడీ ఇప్పటి వరకు విడుదలైన కంటెంట్ మానీ మానీ లవర్స్లో ఈ మూవీపై అంచనాలు



పెరిగాయి... జీస్టూడియోతో పాటు స్టోన్ బెండ్ ఫిల్మ్స్ సంయుక్తంగా రత్నం అనేసినిమాను నిర్మిస్తున్నారు.. రత్నంచిత్రానికి హరి డైరెక్టర్గా , కార్తీకేయన్ సంతానం నిర్మాతగా వ్యవహరిస్తున్నారు.. కళ్యాణ్ సుబ్రహ్మణ్యం అలంకార్ పొందియన్ కో ప్రొడ్యూసర్గా వ్యవహరిస్తున్నారు.. ఈచిత్రానికి దేవిప్రి ప్రసాద్ సంగీతం అందిస్తున్నారు. టీజర్, పాటలు ఇప్పటికే ఆకట్టుకున్నాయి.. తాజాగా మాటింగ్ పూర్తయినట్లు తెలిపారు. ఏప్రిల్ 26న ఈచిత్రాన్ని రిలీజ్ చేస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. సమ్మర్కు ఈచిత్రం ప్రేక్షకులకు చేరువ కానుంది.. పోస్టప్రొడక్షన్ పనులు జరుపుకుంటోంది..

‘అలనాటి రామచంద్రుడు’ టీజర్



క్రష్టవంశీ హీరోగా పరిచయం అవుతున్న సరికాత్త ప్రేమకథా చిత్రం అలనాటి రామచంద్రుడు... చిలుకూరి ఆకాష్రెడ్డి దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు.. ఈచిత్రాన్ని హైనివా క్రియేషన్స్ బ్యానర్పై హేమావతి, ఎరామ్ జడహోలు నిర్మిస్తున్నారు. మోక్షన్ హీరోయిన్గా నటిస్తోంది.. ఇప్పటికే విడుదలైన ఈచిత్రం ఫస్టులుక్కు మంచి స్పందన వచ్చింది... తాజాగా టీజర్ను లాంచ్ చేశారు.. ప్రముఖ ముఖ్యఅతిథిగా హాజరై టీజర్ను రిలీజ్ చేశారు. కార్యక్రమంలో దర్శకుడు చిలుకూరి ఆకాష్రెడ్డి, హీరో కృష్ణవంశీ, హీరోయిన్ మోక్షా, నిర్మాత శ్రీరామ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



మ్యూజిక్ టీమ్తో టీమ్

కీలక సన్నివేశాల చిత్రీకరణ...



మాన్మహారాజా రవితేజ స్టార్ డైరెక్టర్ హరీష్ శంకర్, టాప్ ప్రొడక్షన్ పీపుల్మీడియా ప్లాట్ఫారమ్ మ్యూజికల్ కాంటినెంట్స్లో రూపొందుతున్న క్రేజీ ప్రాజెక్టు మిస్టర్ బచ్చన్, రెగ్యులర్ మాటింగ్ కొద్ది రోజుల క్రితమే ప్రారంభమైంది... తాజాగా ఒక ఇంట్రెస్టింగ్ షెడ్యూల్ కోసం టీం కర్లకుడికి వెళ్లింది. ఈషెడ్యూల్లో కర్లకుడి చుట్టూపక్కల ప్రాంతాల్లో కీలక సన్నివేశాలను చిత్రీకరించనున్నారు.. రవితేజ పూర్తిగా డిఫరెంట్ లుక్తో కనిపించనున్న ఈ సినిమాపై భారీ అంచనాలు ఏర్పడ్డాయి. టీజ్ విశ్వప్రసారం నిర్మిస్తున్నారు. ఈచిత్రంలో భాగ్యలీ బోర్స్ హీరోయిన్గా నటిస్తోంది.. వివేక్ కూచిబొట్ల సహనిర్మాత.. పవన్కల్యాణ్ సూపర్ హిట్, టి.సిరీస్ సంయుక్తంగా ఈచిత్రాన్ని ప్రజెంట్ చేస్తున్నాయి. మిక్సీ జె.మేయర్ సంగీతం అందిస్తున్నారు.

డ్రీమ్ ఫార్వర్డ్స్ ప్రొడక్షన్ నెం.4 పూజా కార్యక్రమాలు

ప్రియమణి నటించిన భామాకలాపం, ప్రాంపైజీ విశ్వకోసినే ఆశీర్వాద వనంలో అర్చన కళ్యాణం సినిమాలో డ్రీమ్ ఫార్వర్డ్స్ ప్రొడక్షన్ పెరిగింది.. అలాంటి ప్రొడక్షన్ కంపెనీ నుంచి మరో కొత్త చిత్రం రాబోతోంది.. తాజాగా ఈ క్రేజీ ప్రాజెక్టును ప్రారంభించారు.. ఈటివి వినీ సహకారంతో డ్రీమ్ ఫార్వర్డ్స్ బ్యానర్పై బాపినిడు , సుధీర్ ఈదర ఈచిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు.. ఈ ప్రాజెక్టులో సీనియర్ నటుడు నరేష్, రాగి మయూర్, ప్రియా వడ్లమాని ప్రధాన పాత్రలు పోషించనున్నారు.. లెజెండరీ తెలిపారు.



కమెడియన్ నటుడు బ్రహ్మానందం కీలకపాత్రతో కనిపించనున్నారు.. గురువారం వైభవంగా పూజా కార్యక్రమాలు జరిపారు.. దర్శకుడు రవికిరణ్ కోలా, రాధాకృష్ణ, భరత్ కమ్మ తదితరులు పాల్గొన్నారు.. ప్రముఖ నిర్మాత తన్నయ్ కెమెరా స్వీచ్చాన్ చేయగా, చిత్ర నిర్మాత రాధ క్లాప్ ఇచ్చారు.. అనురాగ్ పాలుష్లు దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. మరిన్ని వివరాలు త్వరలో వెల్లడిస్తామని మేకర్స్ తెలిపారు.

‘ట్రూ లవర్’ ఫస్టులుక్ పోస్టర్ లిలీజ్

మజికండన్, శ్రీగారిప్రయ, కన్న రవి లిడ్రోల్స్లో నటిస్తున్న చిత్రం ట్రూ లవర్... ఈసినిమాను మిలియన్ డాలర్ స్టూడియోస్, ఎంఆర్ఐ ఎంటర్టైన్మెంట్ బ్యానర్లపై సజెరత్ వసిలియన్, మగేష్ రాజ్ వసిలియన్, యువరాజ్ గజేషన్ నిర్మించారు.. ఓ విభిన్న ప్రేమ కథగా దర్శకుడు ప్రభురామ్ వ్యాస్ రూపొందించారు.. ఈసినిమాకు తెలుగులో మాన్ మూవీ మేకర్స్ మారుతీ టీం



ప్రొడక్షన్ పై స్టార్ డైరెక్టర్ మారుతి, నిర్మాత కెఎన్ రవికుమార్ ప్రజెంటర్స్గా వ్యవహరిస్తున్నారు.. గురువారం ట్రూ లవర్ సినిమా ఫస్టులుక్ను విడుదల చేశారు.. ఈ పోస్టర్లో గాయాలతో ఉన్న హీరో, ఆలోచిస్తూ ఎమోషనల్గా కనిపిస్తున్నారు.. ప్రేమికుల రోజున ఈ లవర్ను మర్చిపోకండి.. అంటూ క్యాప్షన్ పెట్టారు.. ఒక ఇంటెన్స్ లవ్స్టోరీగా సినిమాను ప్రేక్షకులకు చూపిస్తామని మేకర్స్ తెలిపారు.. త్వరలోనే రిలీజ్ డేట్ను ప్రకటించనున్నామని తెలిపారు.

చిన్నారులందరూ శివకార్తీకేయన్కు ఫ్యాన్స్ అవుతారు

నా చిన్నారులందరూ శివకార్తీకేయన్కు ఫ్యాన్స్ అవుతారు... అవుడీ అయిలాన్ విడుదల తర్వాత తెలుగు రాష్ట్రాల్లో చిన్నపిల్లలు అందరూ శివకార్తీకేయన్గారికి అభిమానులు అయిపోతారని యువహీరో కార్తీకేయ అన్నారు.. ఈచిత్రానికి సంబంధించి ప్రచారచిత్రాలు బాగున్నాయని, సినిమా బ్లాక్బస్టర్ హిట్ అవుతుందన్నారు. శివకార్తీకేయన్ హీరోగా నటించిన ఫాంటసీ స్టైల్ ఫిక్షన్ ఫిల్మ్ అయిలాన్... రకల్ప్రీమ్సింగ్ హీరోయిన్గా నటించింది... శుక్రవారం తెలుగులో



గంగ ఎంటర్టైన్మెంట్స్ అధినేత మహేశ్వర్రెడ్డి విడుదల చేస్తున్నారు.. ఈసందర్భంగా తాజాగా ప్రీలిజ్ ఈవెంట్ను నిర్వహించారు.. కార్తీకేయ, శివకార్తీకేయన్ సందడి చేశారు.. దర్శకుడు గోపీవండ్ మలిసేని, వశిష్ట ముఖ్యఅతిథులుగా పాల్గొన్నారు.. వీరిచే బిగ్ టికెట్ను విడుదల చేశారు.. కెజెఆర్ స్టూడియోస్ పతాకంపై కోటపాడి జె.రాజేష్ నిర్మించగా, ఆస్కార్ గ్రహీత సంగీత దర్శకుడు ఏఆర్ రెహమాన్ సంగీతం అందించారు.. ఆర్ రవికుమార్ దర్శకత్వం వహించారు. కార్తీకేయ మాట్లాడుతూ, శివకార్తీకేయన్గారు తన స్నేహితులనుకూడ ఉన్నత స్థాయికి తీసుకొస్తున్నారున్నారు. ఆయన తాజా చిత్రం మహావీరుడు నా మోస్ట్ ఫేవరేట్ అన్నారు.. తమిళంలో ఆయన పరుస విజయాలను అందుకుంటున్నారని అన్నారు.. శివకార్తీకేయన్ మాట్లాడుతూ, ఈచిత్రం ప్రేక్షకులకు నచ్చుతుందని అన్నారు.. పిల్లలు, ఫ్యామిలీ అందరూ కలిసి చూడొచ్చు అని అన్నారు.. మేకర్స్కు థాంక్స్ అని తెలిపారు.. కార్యక్రమంలో ప్రముఖ దర్శకుడు గోపీవండ్మలిసేని, వశిష్ట, గంగ ఎంటర్టైన్మెంట్స్ అధినేత మహేశ్వర్రెడ్డి, చిత్ర దర్శకుడు రవికుమార్, రామజోగయ్యశాస్త్రి, కార్తీకేయ మోళి, విఎస్ఎస్ కౌన్సిల్ డిజైనర్ విజువల్ డెవలప్మెంట్ విశ్వనాథ్ సుందరం తదితరులు మాట్లాడారు.

నేషనల్ అవార్డు విన్నింగ్ యాక్టర్, ధనుష్ కెప్టెన్ మిల్లర్ తమిళంలో ఇప్పటికే 100 కోట్ల పసూళ్లను దాటింది... జనవరి 26న ఈచిత్రం తెలుగు ప్రేక్షకుల ముందుకు వస్తోంది... ఈసందర్భంగా ఈచిత్రంలో హీరోయిన్గా నటించిన ప్రియాంక అరుల్ మోహన్ ఈచిత్రం విశేషాలను పంచుకున్నారు.

కొంత గ్యాప్ తర్వాత కెప్టెన్ మిల్లర్తో తెలుగులో కనిపించటం ఎలా అనిపిస్తోంది? నా గత చిత్రాలు వరుసే డాక్టర్, డాన్ తెలుగు ప్రేక్షకులను విశేషంగా ఆలరించాయి... ఇప్పుడు కెప్టెన్ మిల్లర్తో తెలుగులోకి రావటం చాలా ఆనందంగా ఉంది. ఈచిత్రంలో ధనుష్ లాంటి అద్భుతమైన నటుడితో కలిసి పనిచేయటానికి మీరు ఎలాంటి హోం పర్ఫొమెన్స్?

దర్శకుడు అరుణ్ మాధేశ్వర్ సీనిమా పాత్ర గురించి వివరంగా చెప్పారు.. బాడీ లాంగ్వేజ్, క్యారెక్టరైజేషన్ విషయంలో దర్శకుడి విజన్ను ఫాలో అయ్యాయం.. మీరు ఎక్కువ నటనకు అస్సారం ఉన్న పాత్రలను ఎంచుకుంటారు కదా? ఏదైనా కథను బట్టి ఉంటుంది. కథ, నా పాత్ర నచ్చితేనే ఎంచుకుంటాను. కెప్టెన్ మిల్లర్ కథ, పాత్ర నాకు బాగా నచ్చాయి. అంత రగిడ్ రోల్ చేయటం ఎలా అనిపించింది?

దర్శకుడు మునుపటి చిత్రం నాకు బాగా నచ్చింది... అతను సృష్టమైన విజన్ ఉన్న సెన్నిబుల్ డైరెక్టర్.. ఇంత పెద్ద కాన్వాస్ సినిమాలో భాగం కావటం ఆనందంగా ఉంది. కెప్టెన్ మిల్లర్తో మీ పాత్ర ఎలా ఉంటుంది? సినిమా చాలా ఫ్రెష్గా ఉంటుంది... యూనిక్ ఉంటుంది.. 1930 నేపథ్యంలో సాగే కథ.. సినిమాలో ప్రతి ఒక్కరి ప్రేక్షకులకు ఫ్రెష్గా కనిపిస్తుంది.. విభిన్న కథ, పాత్ర కాన్స్ట్రూమ్స్ యూనిక్ స్టయిల్, గ్రాండ్ ప్రొడక్షన్ వాల్యూస్ ఇవన్నీ ప్రేక్షకులను తప్పకుండా ఆలరిస్తాయి.

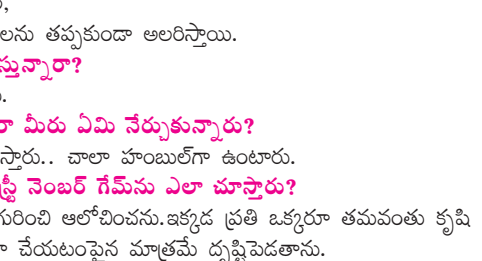
మీరు ఇంకేమైనా తెలుగు సినిమాలు చేస్తున్నారా? పవన్కళ్యాణ్గారి ఓజీ సినిమా చేస్తున్నారా? స్టార్ హీరోలతో కలిసి పనిచేయడం ద్వారా మీరు ఏమి చేయగలగారు? వారంతా కష్టపడి, అంగీకారంతో పనిచేస్తారు.. చాలా హంబుల్గా ఉంటారు. నటీమణుల ర్యాంకింగ్ వరంగా ఇండస్ట్రీ నెంబర్ గేమ్సు ఎలా చూస్తారు? నాకు నంబర్ గేమ్ అర్థం కాదు.. దాని గురించి ఆలోచించను.ఇక్కడ ప్రతి ఒక్కరూ తమవంతు కృషి చేస్తారు. నామినా వనిని సమర్థవంతంగా చేయటంపైన మాత్రమే దృష్టిపెడతాను.

‘కెప్టెన్ మిల్లర్’ ఎలిమెంట్స్ గొప్పగా ఉంటాయి..

‘గేమ్ ఆన్’పై పూర్తి నమ్మకంతో ఉన్నా: నిర్మాత రవి కస్తూరి...

కస్తూరి క్రియేషన్స్ అండ్ గేల్లెన్ వింగ్ ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్లపై రవి కస్తూరి నిర్మించిన తొలి చిత్రం గేమ్ ఆన్... గీతానంద్, నేహా సోలంకి జంటగా నటించిన ఈచిత్రానికి దయానంద్ దర్శకత్వం వహించారు.. సీనియర్ నటులు

సుధీర్బాబు, ఆదిత్య మీనన్, శుభలేఖ సుధాకర్ కీలకపాత్రల్లో నటించారు.. ఫి బ్రవరి 2న ప్రపంచ వ్యాప్తంగా విడుదల కానుంది... ఈ సందర్భంగా నిర్మాత రవి కస్తూరి మాట్లాడారు.. కాలేజీ రోజుల నుంచే సినిమాలో ఆసక్తి ఉండేదన్నారు.. గీతానంద్ హీరోగా, నేను నిర్మాతగా సినిమా చేయాలనుకున్నామని, ఇప్పుడు మంచి కథ సెట్ అవ్వడంతో ఈ ప్రాజెక్టును స్టార్చేశామన్నారు. ఈ జర్నీలో చాలా ఎక్స్పీరియన్స్ వచ్చిందన్నారు.. ఇదొక సైకలాజికల్ థ్రిల్లర్ అని రియల్ లైఫ్ సాగే కథకు కమర్షియల్ ఎలిమెంట్స్ జోడించా మన్నారు.. యాక్షన్ ఎమోషన్తో పాటు ఫ్యామిలీ డ్రామా కూడ ఉంటుందన్నారు. జీవితాన్ని చాలించాలనుకునే ఓ వ్యక్తి దాన్ని ఎలా ఆధిగమించాడనే గేమ్ థీమ్లో చూపించా మన్నారు. సినిమా ప్రారంభం నుంచి కాన్సిడెంట్గానే ఉన్నామన్నారు. ఇందులోని అద్భుతమైన పాటలు ఆకట్టుకునేలా ఉంటాయన్నారు..



మహిళా డ్రైవర్లకు శిక్షణ



అమృత

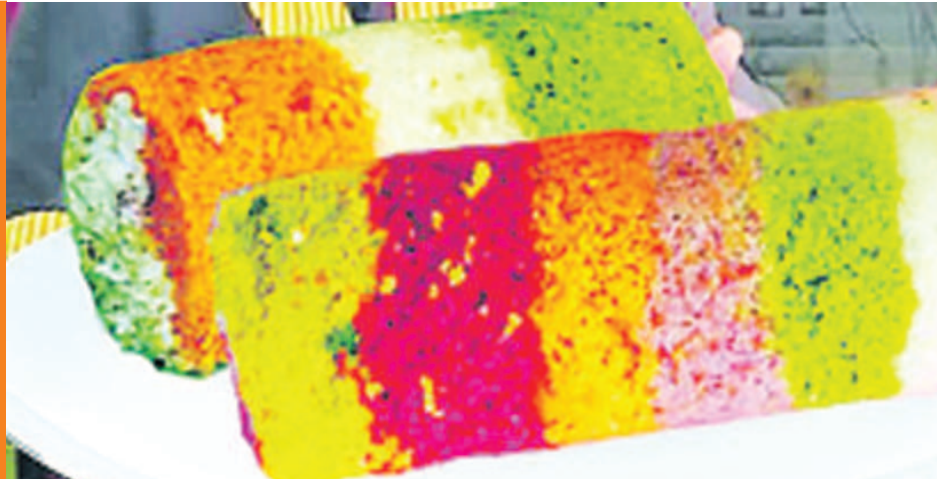
21 ఏళ్ల వయసులో 2018లో 'విమన్ ఆన్ వీల్స్' ప్రారంభించా. నేర్పేడి ఆడవాళ్లే అనే అమ్మత ఎన్నో సవాళ్లు ఎదుర్కొంది. 'అమ్మాయి నేర్పడం సురక్షితం కాదనేవారు. తట్టుకొని నిరూపించుకున్నా. ఇంతలో కొవిడ్. నా దగ్గర నేర్పుకున్నవారే చాలా మంది ఇన్ ప్రకర్టుగా చేరారు. ఒక్కసారిగా ఉపాధి పోయింది. చేతిలో డబ్బు లేదు. కొన్ని బండల్లా వృథాగా పడి ఉన్నాయి. అప్పుడు కొందరు వృద్ధులు కావాల్సినవి తెచ్చుకోవడానికి ఇబ్బందులు పడటం చూశా. కొన్ని సంస్థలతో ఒప్పందం కుదుర్చుకొని 2021లో 'వామ్ డెలివరీస్' ప్రారంభించా. మా దగ్గర నేర్పుకుని ఆసక్తి ఉన్నవారికి దీనిలో అవకాశమిస్తున్నా. మూడేళ్లలో పెద్దగా ఫిర్యాదులేం లేకుండా సాగుతున్నాం సరిగా నడవలేరన్న పేరును చేరిపేస్తూ.. సకాలంలో అందిస్తున్నారన్న గుర్తింపు తెచ్చుకోవడం ఆనందంగా ఉంది' అంటోన్న అమ్మత వేలమందికి నేర్పింది. 'షీ కెన్ రైడ్' పేరుతో అమాహాస కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తోంది. 2022లో 'ఇన్ స్పిరింగ్ ఉమెన్' సహా పలు పురస్కారాలు అందుకున్న తన మోటివేషనల్ స్పీకర్ కూడా. ఈ సేవలను దేశవ్యాప్తం చేయాలన్నది ఆమె కల అల!

బైకెల్లిగా బండి మీద దూసుకెళ్లడం తనకు సాధారణ విషయమే! కానీ చాలామంది అమ్మాయిలకు రాదని గ్రహించారు ఇయభారతి. నేర్పుకోవాలనుండి వీలు లేనివారికి సాయం చేయాలనుకున్నారే హైదరాబాద్. 'బైకు మీద దేశవిదేశీలు ప్రయాణించా. ఓసరి వియత్నాం వెళ్లినప్పుడు ఇద్దరు మహిళలు బైక్ ట్యాంక్ డ్రెస్లను చూశా. మన దగ్గర నలభేయ్యేళ్ల మహిళలు ఇలాంటి వుత్తులను చేయడం ఉపాసామా? ఇక్కడా అలా ఉంటే బాగుంటుంది అనిపించింది. అందుకే 2019లో 'మోవో' (మూవింగ్ మిమెస్) ప్రారంభించా. వాహనాలు మావే. ఉచితంగా నేర్పిస్తాం. అయితే లైసెన్స్ తీసుకోవాలి. ఇన్ ప్రక్రెడ్లను నియమించుకొని ఏడాదిలోనే 1200 మందికి నేర్పా. ఇంతలో కొవిడ్ రావడంతో శిక్షణ ఆపాల్సివచ్చింది. లాక్ డౌన్ సడలిండాక అమ్మాయిలు వాహనాలు నడపడంపై ప్రచారం కల్పించాలనుకున్నా. దేశంలోని పలు ప్రాంతాలను

కలుపుతూ 40 రోజుల్లో 11000 కి.మీ. రైడ్ ఫైనల్ చేశా. ఆ విశేషాలన్నీ సోషల్ మీడియాలో పంచుకుని చాలామందికి చేరువయ్యాయి. ఈసారి నేర్పడమే కాదు. తమ కాళ్లపై తాము నిలవాలనుకునే మహిళలకు ఉపాధిని చూపించాలని 'మోవో' స్టీట్ ప్రారంభించా. బ్లూడాట్. ఈటివో మోటార్స్ వంటి సంస్థలతో ఒప్పందాలు చేసుకొన్నాం. పరిశోధన చేసి, అంతా బాగున్నారే సంస్థను సిఫారసు చేస్తాం. అలా 200 మందికి పైగా ఉపాధి చూపించాం. ప్రస్తుతం కూకట్ పల్లి



జయభారతి.



జెండా రంగుల పుట్టు

పొరుగు రుచి: తమ పార్టీ జెండా రంగుకు జతయ్యేలా దుస్తులను ధరించే కార్యకర్తలను చూసుంటారు. కానీ కేరళలో జెండాకు జతయ్యే రంగులన్న 'పొలిటికల్ పుట్టు'ను ఎంతో ఇష్టంగా తింటున్నారు. పుట్టు తెలుసుగానీ కొత్తగా ఈ పొలిటికల్ పుట్టంటిని అనుకుంటున్నారు కదూ.. తిరువనంతపురంలోని హోటల్ యజ్ఞ మాని బాలికల్ రంగరంగుల పుట్టును ప్రత్యేకంగా అందిస్తున్నాడు. మిగతా వారికంటే భిన్నంగా పుట్టును అందించాలనే ఉద్దేశంతో ఈ ప్రయోగానికి శ్రీకారం చుట్టాడు. క్యారెట్, బీట్ రూట్, బీన్స్, రాగి, మొక్కజొన్నల సహజ సిద్ధమైన రంగులనే పుట్టుకు ఉపయోగిస్తాడు. భార్య సహకారంతో ఆరు రకాల పుట్టులనురుచికరంగా వండి వడ్డిస్తున్నాడు. రేటు కూడా ఇరవై నుంచి నలభై రూపాయలే. □

మాడుతున్న జీవనశైలి, ఆహారపు అలవాట్లు, పనివేళల్లో మార్పులు.. కారణాలు ఏమైనా కావొచ్చు. బరువు పెరగడం పెద్ద సమస్యగా మారిపోయింది. చిన్నా, పెద్దా తేడా లేకుండా అందరూ దీని బారిన పడుతున్నారు. బరువు తగ్గాలనుకునే చాలామంది ఆడవాళ్లు చేసేపని నోరు కట్టేసుకోవడమే! బదులుగా ఈ త్రియాక కటి ఆసనం వేయండి. సులువుగా తగ్గివచ్చు.

సురక్షితమైన వాటర్ బాటిల్

భిన్న రంగులు, ఆకారాల్లో దొరుకుతాయి. మోడుదమూ తేలిక అని ఫ్లాస్క్ వాటర్ బాటిళ్లను వాడుతుంటారు. వేడి చేస్తేనే ప్రమాదం అనుకుంటున్నాం కానీ.. సాధారణంగా వాడినా ఫ్లాస్క్ రేణువులు పొట్టలోకి చేరుతున్నాయంటున్నాయి అధ్యయనాలు. కాబట్టి.. ప్రత్యామ్నాయాలను కాపర్, ఆలోగ్యానికి మంచిది చాలామంది వీటిని ఎంచుకుంటున్నారు. దీనిలో యాంటీ మైక్రోబియల్, యాంటీ ఇన్ ఫ్లమేగర గుణాలు కోగనిరోధకతను పెంచడంలో సాయపడతాయి. కాపర్ సీసాలో ఉంచిన నీళ్లు జీర్ణవృద్ధి సవ్యంగాసాగేలానూ చూస్తాయి. అయితే దీనిలో ఎసిడిక్ గుణాలున్నవి పోయకూడదు. అనారోగ్యం కొని తెచ్చుకున్నట్లు

వాతావరణ మార్పులు, కాలుష్యం, తీసుకునే ఆహారం, తెలియకుండానే చేసే కొన్ని పొరపాట్లు కారణంగా జుట్టు రాలిపోవడం, పొడిబారిపోవడం, నెరిసిపోవడం, ముంపు, ఇలా పలు రకాల సమస్యలు తలెత్తుతుంటాయి. ఫలితంగా జుట్టు ఆరోగ్యం దెబ్బతింటుంది. ఈ క్రమంలో కొంతమంది బయటి ఉత్పత్తుల కంటే సహజ చిట్కాలకే అధిక ప్రాధాన్యమిస్తుంటారు. ఉల్లిపాయ నూనె కూడా ఇదే కోవలోకి వస్తుంది. జుట్టుకు ఎన్నో ప్రయోజనాలను అందించే ఈ నూనెను తయారుచేసుకోవడం కూడా ఎంతో సులువు.

ఇలా తయారుచేసుకోవచ్చు...

కావాల్సినవి : ఎర్ర ఉల్లిపాయలు-2 , కొబ్బరినూనె-కప్పు, నువ్వుల నూనె-కప్పు, తయారీ.. ముందుగా ఉల్లిపాయలపై పొట్టు తొలగించి పెద్ద పెద్ద ముక్కలు చేసుకోవాలి. వీటిని మిక్సీ జార్లో వేసి పేస్టా మిక్సీ పట్టుకోవాలి. ఈ క్రమంలో కావాలంటే కొద్ది కొబ్బరి నూనెను వేసుకోవచ్చు. • ఇప్పుడు స్టా మీద ప్యాస్ పెట్టి.. అందులో ఈ ఉల్లిపాయ పేస్ట్, మిగతా కొబ్బరి నూనె, నువ్వుల నూనె వేసి బాగా కలుపుకోవాలి. • పెద్ద మంట పైన పెట్టి ఒక పొంగు వచ్చాక.. సిమ్ చేసి 6. ఆరగంట పాటు మరిగించుకోవాలి. తద్వారా ఉల్లిపాయలోని సుగంధా లన్నీ నూనె లోకి చేరతాయి. • అపై ఒక శుభ్రమైన క్లాత్ సహాయంతో ఈ

ఒత్తిన కురులకు ఉల్లి నూనె !

తిప్పుతూ మర్చన చేసుకోవాలి. తద్వారా కుదుళ్లలో రక్తప్రసరణ మెరుగవుతుంది. నూనెలోని పోషకాలు

కుదుళ్లలోకి ఇంకుతాయి. ఫలితంగా కుదుళ్లు దృఢమై జుట్టు రాతే సమస్య తగ్గు ముఖం పడుతుంది. ఉల్లిపాయలో అధికంగా ఉండే నల్లర్ర జుట్టు పెరుగుదలను ప్రేరేపిస్తుంది. • కుదుళ్లు పొడిబారిపోవడం, ఆక్రటి వర్షం పొంగుతూ రాతిపోవడం, ముంపు.. వంటి సమస్యల నుంచి విముక్తి పొందాలంటే ఉల్లిపాయ నూనె ఉపయోగించాల్సిందే. ఈ నూనెలోని బయోయాక్టివ్ సమ్మేళనాలు ఇలాంటి కుదుళ్ల సమస్యల్ని తగ్గించి జుట్టుఆరోగ్యాన్ని పెంపొందిస్తాయి. • చిన్న వయసులోనే జుట్టు నెరిసిపోవడం ఇప్పుడు చాలామందిలో కామనైపోయింది. అయితే ఉల్లిపాయ నూనె వాడిగే ఈ సమస్య తగ్గుతుందంటున్నారని నిపుణులు. ఈ నూనెలోని విటమిన్లు, ఇనుబాలు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ దీనికి కారణమంటున్నారు. • ఉల్లిపాయ నూనె క్యారియర్ అయితే ఉపయోగపడుతుంది. అంటే ఏదైనా అత్యవసరం నూనె వాడాలనుకున్నప్పుడు దాన్ని ఈ నూనెలో చేర్చుకొని ఉపయోగిస్తే.. రెండు నూనెల్లో ఉన్న సుగంధాలు కుదుళ్లకు, జుట్టుకు సంపూర్ణంగా అందుతాయి. • ఉల్లిపాయ నూనె జుట్టుకు కండిషనర్లా కూడా ఉపయోగపడుతుంది. రోజూ ఈ నూనెతో మర్చన చేసుకుంటే కేసలు పొడిబారిపోవడం, నిద్రపమైపోవడం, గడ్డిలా మారిపోవడం.. వంటి సమస్యలకు చెక్ పెట్టవచ్చు. • పేల సమస్య ఉన్న వారికి ఈ నూనె మేలు చేస్తుంటుంటున్నారని సౌందర్య నిపుణులు. అలాగే కుదుళ్లలో వచ్చే వ్యాధిగ్రస్తాల్లో ఇన్ ఫ్లమేషన్లు ఈ నూనెతో తగ్గించుకోవచ్చు. • ఉదయాన్నే తలస్నానం చేయాలనుకున్న వారు రాత్రి పడుకునే ముందు ఈ నూనెను కుదుళ్లు, జుట్టుకు పట్టింది రాతంతా అలాగే ఉంచుకోవాలి. ఉదయాన్నే గాఢత తగ్గువగా ఉండే పొంపూతో తలస్నానం చేస్తే చక్కటి ఫలితం ఉంటుంది. □

జిడ్డును గ్రహించడంలో సాయపడుతుంది. కొన్ని రోజుల తర్వాత మార్పుకుంటే సరి గోడలు

కుంటూ యధాస్థితికి రావాలి. అదే వద్దతిలో కుడివైపునకి ప్రయత్నించాలి. ఇలా రోజుకి 20 సార్లు చేయాలి. అలవాటుయ్యాక సంఖ్య పెంచుకుంటూ వెళ్లివచ్చు. ఉపయోగాలు ... నడుము, పొట్టు, తొడలు, చేతుల దగ్గర పేరుకున్న కొవ్వు కరుగుతుంది. కావాల్సిన దానికంటే అధికంగా బరువు ఉన్నవాళ్లు ఈ ఆసనంతో వేగంగా తగ్గుతారు. ఆసనంతోపాటు కొన్ని ఆహార నియమాలు పాటించాలి. రోజుకి రెండుసార్లు భోజనం తినాలి. అది ఉదయం 10 గంటలలోపు, రాత్రి భోజనం 7గం.లోపు ముగించాలి. మధ్యాహ్నం కూరగాయలతో చేసిన సూప్, పల్లెటి మజ్జిగ తీసుకోవాలి. శరీరం డీప్లాడేషన్ కి గురి కాకుండా బాల్స్, మంచి నీటిని తీసుకుంటూ ఉండాలి. నియమాలు పాటిస్తూ ఈ ఆసనం వేస్తే తప్పక బరువు తగ్గుతారు అనారోగ్య సమస్యలూ దరిచేరవు. □

చెలి చిట్కా

గాజు సీసాలు మురికిపట్టి ఉంటే అందులో బంగారమంటలని ఉడికించిన నీటిని వేసి కడిగితే మెరిసిపోతాయి. □

కామ, క్రోధ, లోభ, మద్య, మోహ, మాత్సర్యం ఈ ఆరు మనసిక ఆసలైన శత్రువులు. ఈ అరిషడ్వర్గాల మనసిని ఎదగలేదు కుండా అడ్డుపడుతూ ఉంటాయి. ఒక్కసారి ప్రశాంతంగా ఆలోచిస్తే మన ఇతరులతో పెంచుకుంటున్న వైరానికి, వ్యతిరేకతలకు కారణం మనమే అనిపిస్తుంది. మనలో ఏదో లోపం లేనదే ఎవరితోనూ మనకు వైరుధ్యం ఏర్పడదు. కామ, క్రోధ, లోభ, మోహాల్ని పదిలనవారే ఆత్మను తలుసుకోగలరు. ఆత్మజ్ఞానం లేనివారు సరళభాదలను అనుభవిస్తారు. అందుకే అరిషడ్వర్గాలను అదుపులో పెట్టుకోవాలి. కామం పల్ల రావణాదు నేల కూలాడు. క్రోధం వలన దుర్వాసుడు చెడిపోయాడు. లోభం పల్ల పారజ్యాపదు మరణించాడు. మోహం వలన భస్మాసురుడు బృహద్యోధను భస్మించాడు. పల్ల పారజ్యాపదు మట్టి కరిచాడు. మాత్సర్యం పల్ల దుర్యోధనుడు మరణించాడు. అందుకే ఈ అరిషడ్వర్గాలను అరిచి అదుపులో

ఆవాకుతో ఆరోగ్యం

జుట్టులు పాలకూర పకోటిల్లానే ఘుమాయిస్తాయి. ఆవాకులో ఎ,బి1, బి3, బి6, సి,ఇ,కె విటమిన్లు, ప్రోటీన్లు, కాపర్,ఇతర శరీరానికి అవసరమైనవెన్నో ఉన్నాయి. రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. వ్యాధులను తరిమికొట్టే యాంటీఆక్సిడెంట్స్ ఆవాకులో విస్తారంగా ఉన్నాయి. ఇది టైమ్-2 డయబెటిస్, గుండెజబ్బులను నిరోధిస్తుంది. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని తగ్గిస్తుంది. ఒత్తిడి, ఆంధ్రానల నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. రక్తం గడ్డకండా చేస్తుంది. ఎముకలు, దంతాలను దృఢంగా ఉంచుతుంది. కంటిచూపును మరుగుపరుస్తుంది. ఆవాకు మతిమరపును కూడా తగ్గిస్తుందని ఇటీవలి పరిశోధనల్లో తెలిసింది. ఇన్ని లాభాలన్నీ ఈ ఆవాకు మనమూ తిందామా! □

పేపర్ ని ఆహారాన్ని ప్యాక్ చేయడానికి మాత్రమే వినియోగిస్తున్నారా? దీంతో చాలా ప్రయోజనాలున్నాయి.

అవేంటో తెలుసుకుందామా? • కిచెన్ లో కత్తెరలు, చావులు కొంతకాలానికి అవి పడును కోల్పోతాయి. తిరిగి పడునెక్కాలంటేనే ఈ సిల్వర్ కాగితాలని పొరలుగా ఉంచే.. వాటిని కత్తిరించడం లేదా కోస్తే సరి. • వంటగట్టు బాగా జిడ్డుగా ఉందా? అల్యూమినియం ఫాయిల్ ను ఉడకలా చుట్టి జిడ్డుగా ఉన్న చోట రుద్దే సరి.

అల్యూమినియం ఫాయిల్ తో ఉపయోగాలు

పాడవకుండా ఉంటాయి. • గార్డెన్ లో ఎలుకల బెడద ఎక్కువగా ఉంటే అల్యూమినియం కవరును ముక్కలుగా కత్తిరించి, కుండీలోని మట్టిలో చుట్టూ పెట్టాలి. ఇలా చేస్తే ఎలుకలు, కీటకాలు మొక్కల దరికి చేరవు. • వెండి వస్తువులను శుభ్రం చేయడానికి ఒక గిన్నెలో నీటిని వేసి అందులోనే చెండా ఉప్పువేసి అల్యూమినియం కవరును కప్పి నీటిని మరగనివ్వాలి. తర్వాత ఆ నీటిలో వెండి పాత్రలను ఐదునిమిషాలు నాననిచ్చి మెత్తని ప్రక్కవర్తో తుడిస్తే సరి. మెరుస్తాయి. □

అరిషడ్వర్గాలు..

అవహించి ఆడిస్తున్నాయి. మిత్రులను కూడా ఆహ్వానించి ఆడిస్తున్నాయి. శత్రువులను కూడా ఆహ్వానించి ఆడిస్తున్నాయి. మానవత్వం మానవత్వం రాక్షసుత్వం నింపుతున్నాయి. - కాయల నాగేంద్ర

ఆధ్యాత్మికం

