



రెండు రోజుల్లో 2322 పోస్టుల భర్తీ

రెండేళ్లలో 10,327 మెడికల్ నియామకాలు చేశాం: ఆరోగ్య మంత్రి దామోదర రాజనల్లంహ



మంగళవారం హైదరాబాద్ లో మెడికల్ నియామక పత్రాలు అందజేస్తున్న మంత్రి దామోదర హైదరాబాద్, ప్రభాతవార్త, ఏప్రిల్ 7: వైద్య, ఆరోగ్యశాఖలో గడిచిన రెండేళ్లలోనే 10,327 ఉద్యోగాలు భర్తీ చేశామని, రెండేళ్లలో మరో 2322 పోస్టుల భర్తీ ప్రక్రియ పూర్తి అవుతుందని వైద్య, ఆరోగ్యశాఖ మంత్రి దామోదర రాజనల్లంహ వెల్లడించారు. ఉస్మానియా మెడికల్ కాలేజీ ఆడిటోరియంలో మంగళవారం సాయంత్రం జరిగిన కార్యక్రమంలో ఆసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్, సివిల్ ఆసిస్టెంట్ సర్జన్ (స్పెషలిస్ట్) పోస్టులకు ఎంపికైన డాక్టర్లకు మంత్రి నియామక పత్రాలు అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆరోగ్యశాఖ ప్రిన్సిపల్ సెక్రటరీ శ్రీనివాస జడ్ చౌగ్గు, మెడికల్ ఎడ్యుకేషన్ డైరెక్టర్ నరేంద్ర కుమార్, తెలంగాణ వైద్య విభాగం పరిపతల కమిషనర్ డాక్టర్ అజయ్ కుమార్ పాల్గొన్నారు. కొత్తగా ఉద్యోగాలకు ఎంపికైన డాక్టర్లందరికీ హృదయపూర్వక అభినందనలు.. ఇది మీ జీవితంలో మచ్చిపోలేని ఒక అద్భుతమైన రోజు.. ఓ వైపు పరల్ హెల్త్ డే.. మరోవైపు ఉద్యోగ నియామక పత్రాలు అందుకోవడం చాలా అరుదుగా జరిగే విషయం. 692 మంది సివిల్ ఆసిస్టెంట్ సర్జన్ (స్పెషలిస్ట్) డాక్టర్లకు, 174 మంది ఆసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్లకు అపాయింట్మెంట్ ఆర్డర్లు అందజేస్తున్నారన్నారు. >>2

పోలీసు జులుంతో ప్రజాస్వామ్యం ఖూనీ

రైతులకు ఆసరాగా వెళ్లే అరెస్టులు చేస్తారా: కెటిఆర్ ఆగ్రహం

ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 7: బీఆర్ఎస్ డిప్యూటీ ఛీఫ్ లీడర్స్ హామ్మీ రావు, సబితా ఇంద్రారెడ్డి, ఇతర నేతల అరెస్టులపై పార్టీ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కెటిఆర్ ఎక్కి వేదికగా ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. తమ భూమిని కాపాడకోవాలని పోరాడుతున్న రైతులకు భానటగా నిలిచేందుకు వెళ్తున్న మాజీ మంత్రి హామ్మీ రావు, సబితా ఇంద్రారెడ్డి, పార్టీ నేతలను మహాపే రెడ్డి, నరేందర్ రెడ్డి, మెతుకు ఆనంద్, ఇతర నేతలను అక్రమంగా గృహనిర్బంధం చేయడం, అరెస్టు చేయడం కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ పీఠికీపంద చర్య అని పేర్కొన్నారు. ప్రశ్నించే గొంతులను పోలీసుల బలంతో నొక్కాలని చూడటం ప్రజాస్వామ్యాన్ని ఖూనీ చేయడమే అని మండిపడ్డారు. పరిగి నియోజకవర్గంలోని కాడ్లపూర్, రాపోలు గ్రామాల్లో ఇండస్ట్రియల్ పార్క్ పేరుతో రైతుల నుండి 1200 ఎకరాల భూమిని బలవంతంగా లాక్సోపడాన్ని ఆయన తీవ్రంగా తప్పుపట్టారు. అధికారంలోకి వచ్చిన నాటి నుండి రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వం ప్రజలకిచ్చిన హామీలను గాలికొదిలి పేదల భూముల పైన పడిందని ఆరోపించారు. రైతు >>2



గడువు ముగియడంతో కత్తులు దూసిన ట్రంప్

గజగజ వణికిన ఖర్చిబి.. ప్రతీకార దాడులు ముమ్మరం చేసిన ఇరాన్ నాతోపాటు ఇరాన్ ప్రజలంతా ప్రాణత్యాగానికి సిద్ధమే: ప్రెసిడెంట్ పెజ్షియాన్

అట్టుడుకుతున్న పశ్చిమాసియా ప్రతిక్షణం అగ్నిగోళం

ఇరాన్ పై భూతల, వైమానిక, నావికా దళాలతో దాడులు జరుపుతున్న అమెరికా-ఇజ్రాయేల్ దళాలు

టిప్రన్ / టెలెగ్రాఫ్ / వాషింగ్టన్, ఏప్రిల్ 7: మధ్యప్రాచ్యం మరోసారి ఔంబులు క్షిపణులతో అట్టుడికిపోతోంది. ఇరాన్ తో మరో ఒకసారి రావాలని అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ ఇచ్చిన గడువు ముగియడంతో ఇక కాల్పులు ప్రారంభిస్తామని ట్రంప్ చేసిన హెచ్చరికలు ఇరాన్ లో ఉద్రిక్తతలను >>2

లెటర్ వార్

చర్చలకా? నాకేం పని!

అభివృద్ధి, అవినీతిలో మీ రాష్ట్రం ఎక్కడో తెలుసు ప్రజలే తీర్పు ఇచ్చే రోజు వస్తుంది.. కేరళంలోని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వాల అవినీతి కూడా అందరికీ తెలుసు రేవంత్ విమర్శలకు ఘాటుగా బదులిచ్చిన కేరళం సిఎం విజయన్

ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 7: కేరళ అసెంబ్లీ ఎన్నికల వేడి పెరుగుతున్న కొద్దీ, రాజకీయ మాటల యుద్ధం తారస్థాయికి చేరుకుంది. తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి చేసిన విమర్శలపై కేరళ ముఖ్యమంత్రి, ఎల్ డిఎఫ్ నేత పినరాయ విజయన్ సుదీర్ఘమైన, ఘాటైన సమాధానం ఇచ్చారు. తనతో చర్చకు రావాలన్న సిఎం రేవంత్ రెడ్డి సహాపై పినరాయ విజయన్ మంగళవారం స్పందించారు. రేవంత్ రెడ్డితో చర్చకు దిగే ఉద్దేశం తనకు లేదన్నారు. రేవంత్తో చర్చకు దిగేందుకు తెలంగాణలో పార్టీలు ఉన్నాయని, రేవంత్ ప్రభుత్వ పనితీరుపై తెలంగాణ ప్రజలే తీర్పు ఇవ్వాలని విజయన్ తెలిపారు. రాజకీయ విభేదాలు సహజమే అయినా, వ్యక్తిగత దూషణలతో కూడిన వ్యాఖ్యలను తాను తీవ్రంగా వ్యతిరేకిస్తున్నారని స్పష్టం చేశారు. తమ ప్రభుత్వ జవాబు దారితనం బద్దేశకు ఒకసారి ఎన్నికలప్పుడు మాత్రమే కాదని, నిరంతర ప్రక్రియ అని, >>2

ఆ బంగారం ఏమైంది?

శబరిమల కేసు ఇప్పటికీ అపరిష్కృతమే గత కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వాల వల్లే కేరళం అభివృద్ధి మీ డాష్ కామెంట్ కు నేను ర్యాష్ కామెంట్ చేయను విజయన్ కు సిఎం రేవంత్ కౌంటర్ లేఖ

ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 7: కేరళం రాష్ట్రం ఇప్పటివరకు సాధించిన విజయాలన్నీ గతంలోని యూడీఎఫ్ ప్రభుత్వాల పనితీరు ఫలితమేననే విషయాన్ని గుర్తించాలని కేరళం ముఖ్యమంత్రి పినరాయ విజయన్ రాసిన లేఖలో తెలంగాణ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి ఎ. రేవంత్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. ఎల్ డిఎఫ్ వరుసగా రెండు సార్లు ఏర్పాటు చేసిన ప్రభుత్వాల హయాంలో ఏం జరిగిందో కేరళ ప్రజలకు తెలియజేయాలని సిఎం డిమాండ్ చేశారు. తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డితో చర్చకు దిగే ఉద్దేశం తనకు లేదని విజయన్ రాసిన లేఖకు సిఎం రేవంత్ రెడ్డి మంగళవారం ప్రత్యుత్తరం రాశారు. కేరళం ప్రభుత్వ పనితీరుపై తాను గౌరవంగా, హుందాగా స్పందించాలని అనుకున్నానని, కానీ, మీ ప్రతిస్పందనలో మాత్రం మీరు అభ్యంతరకరమైన భాషను ఉపయోగించారని విజయన్ ఉద్ఘోషించి సిఎం పేర్కొన్నారు. ప్రత్యుత్తరం >>2

త్వరలో తులం బంగారం ఎన్నికల హామీ అమలుకు ప్రభుత్వం సిద్ధం

హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 7, ప్రభాతవార్త: మహిళలకు తులం బంగారం పథకంపై తెలంగాణ ప్రభుత్వం కీలక ప్రకటన చేసింది. గత అసెంబ్లీ ఎన్నికల మేనిఫెస్టోలో కార్యకర్తల, మహిళలకు పథకాల్లో భాగంగా మహిళలకు తులం బంగారం అందిస్తామంటూ కాంగ్రెస్ హామీ ఇచ్చిన విషయం తెలిసింది. >>2

ఉత్తరం వైపు లిజినల్ లింగ్ రోడ్ కు వేగంగా భూసేకరణ

హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 7, ప్రభాతవార్త: రిజినల్ లింగ్ రోడ్ ఉత్తర దిశవైపు భూసేకరణ కోసం సంగారెడ్డి, మెదక్, సిద్దిపేట, యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లాల అధికార యంత్రాంగం వేగం పెంచింది. సంగారెడ్డి జిల్లాలో శివపేట, వెండికోలు, లింగంపల్లి, వెంకటకపిల్లూర్ కోల్స్, గ్రామాలతో పాటు, సిద్దిపేట జిల్లాలోని జగదేవ పూర్, మర్నాక్ మండలాల, భువనగిరి మండలం మినహా మిగిలిన అన్ని మండలాల్లో భూ సేకరణ కోలిక్కి వచ్చింది. త్రిపులూర్ పరిధిలోని జిల్లా కలెక్టరీలు, అదనపు కలెక్టర్ రెవెన్యూ ప్రత్యేక చొరవ తీసుకుని గ్రామాల వారీగా రైతులతో సమావేశాలు నిర్వహిస్తున్నారు. రైతులకు నష్టపెట్టే భూములు ఇప్పించే వనిలో ఉన్నారు. ఉత్తర భాగంలో సంగారెడ్డి, మెదక్ సిద్దిపేట, యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లాల మీదుగా సుమారు 164 కి.మీ మేర త్రిపులూర్ ఆర్ వెళ్తుంది. భూముల సేకరణ కోసం ఆయా జిల్లాలో వేగం పెంచడమే కాకుండా నెలవారీ జిల్లా కార్యదర్శి కూడా రైతులతో సమావేశాలు నిర్వహించి ఒప్పించే ప్రయత్నాలు చేస్తున్నారు. సంగారెడ్డి >>2

సంగారెడ్డి, సిద్దిపేట జిల్లాల్లో కొలిక్కి వచ్చిన భూ సేకరణ భూముల కోసం రైతులను బుజ్జగిస్తున్న అధికారులు పెట్టుకున్నారు. తుర్కపల్లి మండలం వీరారెడ్డిపల్లిలో ప్రారంభమై రిజినల్ లింగ్ రోడ్ యాదగిరిగుట్ట, భువనగిరి, పలిగిండ్, చౌటుప్పల్ మీదుగా వెళ్తుంది. యాదగిరిగుట్ట, తుర్కపల్లి మండలాల భూ సేకరణ క్రమం దాదాపు పది >>2

15 లోగా రెండో విడత రైతు భరోసా

హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 7, ప్రభాతవార్త: రెండో విడత రైతు భరోసా నిధుల విడుదల కోసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కనరత్నను వేగవంతం చేసింది. ఈ నెల 15 లోపు రెండో విడత రైతు భరోసా నిధులను అన్నదాతల ఖాతాల్లో జమ చేయాలని నిర్ణయించినట్లు తెలుస్తోంది. రెండో విడత యాసంగి రైతు భరోసా విడుదలలో భాగంగా 5 ఎకరాల్లోపు భూమి ఉన్న రైతుల ఖాతాల్లో ఎకరాకు రూ.6వేల చొప్పున జమ చేయనుంది. తొలి విడతలో జమ చేసిన 6 వేల >>2

కెసిఆర్ లా విజయన్ నూ మార్చేస్తారు

విజయన్ కు మాడినే గాడ్ ఫాదర్, అందుకే కేసులు, అరెస్టులు లేవు ఆయన తెలంగాణకు వచ్చి మేం చేస్తున్న పరిశీలించుకోవచ్చు కేరళం ఎన్నికల ప్రచారంలో సిఎం రేవంత్ >>2

సాయిల్ హెల్త్ వలంటీర్లుగా రైతులు

30 వేల మంది యువ రైతులకు శిక్షణ - వ్యవసాయ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు

హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 7, ప్రభాతవార్త: పశ్చిమ సమాచార పరిక్షణ ఆధారంగా ఎరువులను శాస్త్రీయంగా వాడాలని అన్నదాతలకు వ్యవసాయశాఖ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు పిలుపునిచ్చారు. ఈ మేరకు ప్రతి వారం నిర్వహించే రైతునేస్తం కార్యక్రమంలో భాగంగా మంగళవారం ఆయన సచివాలయం నుండి వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా రైతులతో రైతులు అధికంగా పాల్గొనేలా అధికారులు చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. రైతుల సందేహలను నివృత్తి చేయడంతోపాటు ఆధునిక వ్యవసాయ పద్ధతులపై ఆ గావన కల్పించడమే ఈ కార్యక్రమ లక్ష్యమన్నారు. ఈ సందర్భంగా యారాయా యావ్ పై రైతుల అభిప్రాయాలను మంత్రి ఆడిగి తెలుసుకున్నారు. ప్రతి రైతు భూసార పరీక్షలు చేయించుకుని సిఫార్సుల మేరకు నేల సర్వ్యావనితి అనుగుణంగా శాస్త్రీయంగా ఎరువులు వినియోగించేలా ప్రణాళికలు అమలు చేస్తున్నదని వివరించారు. ఈ ప్రణాళికలో భాగంగా భూసార పరీక్షల అనంతరం రైతులకు అందించే నేల ఆరోగ్య కార్డులో పొందుపరిచిన వివరాలను సులభంగా అర్థమయ్యేలా వివరించేందుకు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా సుమారు 30 వేల మంది యువ రైతులను వలంటీర్లుగా ఎంపిక చేసి శిక్షణ అందిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ప్రతి గ్రామంలో ఇద్దరు నుండి ముగ్గురు వలంటీర్లు అందుబాటులో ఉండేలా చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు చెప్పారు. ప్రొఫెసర్ల జయశంకర్ తెలంగాణ వ్యవసాయ విశ్వవిద్యాలయం ఆధ్వర్యంలో భూసార పరీక్షలు, వాటి ఫలితాల అర్థం చేసుకోవడం, వంటలకు అనుగుణంగా ఎరువుల వినియోగం వంటి అంశాలపై వలంటీర్లకు ప్రత్యేక శిక్షణ అందజేస్తున్నామని, రాష్ట్రంలోని రైతు విజ్ఞాన కేంద్రాలు, కృషి విజ్ఞాన కేంద్రాలు, పరిశోధనా కేంద్రాల్లో రోజుకు సుమారు వెయ్యి మందికి శిక్షణ అందిస్తూ, నెలరోజుల పాటు ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తున్నామని తెలిపారు. >>2

మరుగుతున్న నూనెలు

రూ. 30 పెరిగిన సన్ ఫ్లవర్ పామాయిల్ రూ. 20 పెంపు

గత కొద్ది రోజులుగా వంట నూనె ధరలు అమాంతం పెరగడమే ఇందుకు నిదర్శనం. యుద్ధం కారణంగా వంట నూనెల ధరలు అమాంతం పెరగ సున్నాన్ను భయందోషితం రాష్ట్రంలోని ప్రధాన సూపర్ మార్కెట్లు, కిరాణి దుకాణాల వద్ద వంట నూనెల కొనుగోలు కోసమే జనం కూర్చో కడుతున్నారు. యుద్ధం సుదీర్ఘకాలం కొనసాగితే సరఫరా >>2



మహిళా రైతులకు ఉపాధి కల్పిస్తూ..

ఆవలేడు. వాళ్ళ తగ్గక తప్పలేదు. అలా ఆ ఊరికి చెరువొచ్చింది. ఈమె గురించి తెలిసి ప్రధాన

మా తలరాత ఇంతే. ఏమీ చేయలేమని పరిస్థితులకు తలొగ్గు తారు కొందరు. కొందరుంటారు... వాటిని సవాళ్ళగా చూస్తారు. మార్పుకు వంతులంక రోజులమైతేనే కాదు. ఆ రెండో కోవకే చెందుతారు **లిలావతి మహళా.**

అనే ఎన్నిక తన అనుసరించే వ్యవసాయ విధానాలను ఇతరులకి నేర్పేలా నియమించుకుంది. 'మా ఊళ్ళో ఎక్కడ చదువుకున్నది నేనే. అందుకే నాకి అవకాశమిచ్చారు. నాకొచ్చిన గుర్తింపు వల్ల గ్రామస్థులు నా మాట విన్నవారని ముందుకొచ్చారు. దీంతో మళ్ళీ రికార్డులు, తక్కువ నీటితో వ్యవసాయం, ఏ పంటలు వేస్తే మేలు వంటి వాటిపై అవగాహన కల్పిస్తున్నా. ఆర్థిక రికార్డులు, చిన్న ఆనకట్టలు, ట్యాంకులు వంటివెన్నో నిర్మించాం. ఇవన్నీ వ్యవసాయానికి సాయపడుతున్నాయి. ఒకప్పుడు పంట అప్పుక జబ్బులుంటు వడవాళ్ళం. ఇప్పుడు కొనేవాళ్ళే మా దగ్గరకొస్తున్నారు అని చెబుతారు లిలావతి 35 ఏళ్ళ లిలావతి సేవలు 85కి పైగా గ్రామాలకు విస్తరించాయి. అక్కడి రైతులంతా నీటి వనరులను సమకూర్చుకోవడంతో పాటు తక్కువ నీటితో సాగునీ అవలంబిస్తున్నారు. తమ జీవితాలను మార్చుకుంటున్నారు. సహజ వనరులతో వ్యవసాయాన్ని ముందుకు తీసుకోవడం మహిళా రైతుల సంఖ్య పెంచడం తన లక్ష్యమంటాను నా లిలావతి మెచ్చుకోవాల్సిందే!



పిల్లలు ఏ వయసులో ఎలా?

అందుకే, వారినెలా చక్కదిద్దాలో తెలియక తల్లిదండ్రులు ఒత్తిడిని గురవు తున్నారు. ఈ ఇబ్బంది తలెత్తకుండా వారిని ఏ వయసులో ఎలా పెంచాలో చెబుతున్నారని నిపుణులు. ఇది సంచలనం లాంటి పిల్లలు ఎక్కడెక్కడా అల్లరి చేస్తుంటారు. అలాగని వారిని నియంత్రించడానికి కొట్టడం, తిట్టడం, శిక్షలు వేయడం వంటివి చేస్తే మరింత మొండిగా తయారయ్యే ప్రమాదం ఉంటుంది. అందుకే వారితో సున్నితంగా ప్రవర్తించాలి. అర్థమయ్యేలా చెప్పాలి. ఇదేకే నుంచి పదమూడేళ్ళ పిల్లలు ఎదుటివారిని ఎక్కడెక్కడా గమనిస్తుంటారు. వాటిని తిరిగి అనుసరించారు. అందుకే ఈ వయసులోనే వారికి మంచి అలవాట్లు నేర్పించాలి. మంచిచెడు లను బోధిస్తూ పెంచాలి. కుటుంబంలో ఎవరైనా వారి ముందు చెడుగా ప్రవర్తించినా భవిష్యత్తులో వారు అదే చేయాలనుకుంటారు. అందుకే ఈ వయసులో పిల్లల ముందు ఆలోచించి మాట్లాడాలి. ఆచితూచి నడుముకోవాలి. ఇక టీనేజీకి వచ్చేసరికి వారికి ప్రతి విషయం అర్థమవుతుంది. ఈ వయసు లోనే వారితో స్నేహంగా ఉండాలి. ఆర్థిక విషయాలు, కుటుంబ పరిస్థితులు, ప్రేమ వ్యవహారాలు ఇలా సమాచారం జరిగే ప్రతి విషయాన్ని వారికి అర్థమయ్యేలా ఉదాహరణలతో వివరించాలి. ఈ విధంగా చేయడం వల్ల భవిష్యత్తులో అలాంటి పరిస్థితి వారికి ఎదురైనా ధైర్యంగా ఎదుర్కోగలుగు తారు. ఎటు వంటి మోసాలకు లోనుకాకుండా ఉంటారు.

రోజంతా పరిమళ భరితంగా..



అవకాశం ఉంది. అలాగే వాటిని వార్లతో భద్రపరిచేటట్లు పుడు వాటిని బాల్చీ, సూనూనూ వెడజెట్ కామేలు.. ఉంటితే ఫలితం ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

అవకాశం ఉంది. అలాగే వాటిని వార్లతో భద్రపరిచేటట్లు పుడు వాటిని బాల్చీ, సూనూనూ వెడజెట్ కామేలు.. ఉంటితే ఫలితం ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు.



ధ్యానయోగి

అవుతుందా? అందామో. వివేకానంద పసిబిడ్డను ఒళ్ళో పడుకోబెట్టికొని రాత్రంతా ధ్యానమగుంటున్నారు. శిశువు ఒళ్ళపైకొచ్చినా ఏదవలేదు. అదీ స్వామిజీ ధ్యానమహిమ. మీ శక్తిని వ్యర్థమైతే వుద్ధా చేయక. ధ్యానసాధన చేస్తే శక్తిలేస్తా జాగ్రత్తమవుతాయి. మోసం పోవేస్తా మనశక్తిని సమీకరించి అధ్యాత్మిక శక్తిజనక యంత్రంగా తయారవండి అనేవారు. వివేకానంద



ధ్యానయోగి వివేకానంద ఒకసారి మహాలక్ష్మణుని వెళ్ళారు. ఆ రాత్రి శిశువు గుక్క పెట్టి ఏదవలం వివేకానంద చెప్పిన పదేంది. మార్గాడు ఉదయం ఇల్లాటి వట్టి విన్నాదని ఈ రాత్రికి నా దగ్గరందండి! అన్నారు. అయ్యో స్వామిజీ! తల్లిని నేనే సముదాయంకే లేకపోతున్నాను. మీ వల్ల

ఊ

దేశమంతా పర్యటిస్తూ 1892 దీపంబులు అభారణ దక్షిణ భాగ భూభాగంలో మూడు మహా సముద్రాల సంగమస్థితిమైన కన్యాకుమారి చేరుకున్నారు. సముద్రం మధ్యనున్న శిలపై మూడు రోజులు ధ్యానం చేశారు. అప్పుడాయన దర్శించింది దీనభారతం, దుఃఖభారతం. వివేకానందలో దేశ పునర్నిర్మాణానికి, భారతానికి పునరుద్ధరణకూ సంకల్పాడిం ఆ సమయంలోనే! మిగిలిన వారంతా నూనెడిపాలు, మిఠాయి మిఠాయినునే నక్షత్రాలైతే నా నంద్రుడు విశ్వానికి వెలుగునిచ్చే జ్ఞాన సూర్యుడు అన్నారు రామకృష్ణ పరమహంసం.

వేసవి కాలంలో శరీరానికి చలన నిచ్చే పానీయాలు సోల్గడి ఒకటి, ముఖ్యంగా మహారాష్ట్ర కొండల్లో తీరప్రాంతాల్లో ప్రసిద్ధి పొందిన ఈ పానీయం రుచిరమైనదే కాదు... అద్భుతమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తోంది. కొబ్బరి పాలుకోకమ్ పండ్లతో దీని గురించి మరిన్ని వివరాలు తెలుసుకుందామ!



ఎండల వల్ల శరీరం త్వరగా వేడెక్కుతుంది. సోల్గడిలో ఉంటే కోకమ్ము సహజంగానే చలన చేసే గుణం ఉంటుంది. ఇది తాగితే తక్షణ సోల్గడి తాగితే గ్యాస్, ఎసిడిటీ, అజీర్ణం వంటి సమస్యలు దూరమవుతాయి. వేసవిలో శరీరం నుంచి చెమట రూపంలో ఖనిజ లవణాలు బయటకు వెళ్లిపోతాయి. కొబ్బరి పాలలో ఉండే పొటాషియం, ఇతర ఎలక్ట్రోలైట్లు శరీరానికి తిరిగి శక్తినిస్తాయి. ఇవి దీహైడ్రేషన్ బారిన పడకుండా మిమ్మల్ని రక్షిస్తాయి. గుండెకి ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. అంతకాదు, కోకమ్ ఆలవని నియంత్రిస్తాయి. ముఖ్యంగా పైగాడ్రాస్ట్ నిల్వ కోవ్వన్ను కరగించి బరువు తగ్గండి. ఇందులో యాంటీఆక్సిడెంట్, యాంటీ సెప్టిక్, యాంటీ ఇన్ఫ్లేమేటరీ లక్షణాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. దీనితో వ్యాధినిరోధకశక్తి బలపడుతుంది.

శక్తినిచ్చే సోల్గడి!

ఉపశమనం కలుగుతుంది. ఈ కాలంలో జీర్ణవ్యవస్థ పనితీరు నెమ్మదిస్తుంది. ముఖ్యంగా ఇందులో కలిపే అల్లం, వచ్చిలిచ్చి, జీలకర్ర... జీర్ణక్రియను మెరుగు పరుస్తుంది. భోజనం చేశాక సోల్గడి తాగితే గ్యాస్, ఎసిడిటీ, అజీర్ణం వంటి సమస్యలు దూరమవుతాయి. వేసవిలో శరీరం నుంచి చెమట రూపంలో ఖనిజ లవణాలు బయటకు వెళ్లిపోతాయి. కొబ్బరి పాలలో ఉండే పొటాషియం, ఇతర ఎలక్ట్రోలైట్లు శరీరానికి తిరిగి శక్తినిస్తాయి. ఇవి దీహైడ్రేషన్ బారిన పడకుండా మిమ్మల్ని రక్షిస్తాయి. గుండెకి ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. అంతకాదు, కోకమ్ ఆలవని నియంత్రిస్తాయి. ముఖ్యంగా పైగాడ్రాస్ట్ నిల్వ కోవ్వన్ను కరగించి బరువు తగ్గండి. ఇందులో యాంటీఆక్సిడెంట్, యాంటీ సెప్టిక్, యాంటీ ఇన్ఫ్లేమేటరీ లక్షణాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. దీనితో వ్యాధినిరోధకశక్తి బలపడుతుంది.

మనిషిక్కడ.. మనసిక్కడో..

అక్షీన్ మన మూడో రోజూ ఒక్కోలా ఉండడు. ఒక్కో జాతిగా పని చేస్తే.. మరో రోజూ మానసికంగా డిస్టర్బ్ అవుతాం.. ఇంకో రోజూ ఏదో ఒక ఆరోగ్య సమస్య వేధించవచ్చు. యాక్టివ్ గా ఉన్న రోజూ ఏకాగ్రతతో పని పూర్తి చేసినా.. మానసిక, ఆరోగ్య సమస్యలున్న పురుషుల పనిపై పూర్తి దృష్టి పెట్టాలి. ఈ విషయం తెలిసిందే.. ఒక్కో సెలవు పెట్టి విశ్రాంతి తీసుకుంటూ మంటే ఒక్కోసారి కుదరకపోవచ్చు. అయితే తప్పనిసరి పరిస్థితుల్లో ఇలా అక్షీనుల పనిపై సరిగ్గా పని చేయాలి. మనిషిక్కడన్నా.. మనసిక్కడో ఉంటే ఈ పరిస్థితిని ప్రజెంటియం అంటారు. ఈ లక్షణాలు కనిపిస్తే..! అనవసరంగా సెలవు పెట్టడం ఎందుకనో, సెలవు ఇవ్వకపోవడం వల్ల, ఇతర వ్యక్తిగత కారణాల వల్ల, ప్రజెంటియంజంగా పిలిచే ఇలాంటి స్థితిలో పని చేయడం వల్ల సరైన కార్యదక్షతను అందించలేం. తద్వారా మన కెరీర్ పై ప్రతికూల ప్రభావం వడుతుంది. అయితే ఈ స్థితిని కొన్ని

అక్షణాల ద్వారా గుర్తించవచ్చు నిపుణులు. +ఎవైనా సమస్య ఉన్నప్పుడు అక్షీనుల హాజరైతే.. రోజూలా ఉత్సాహంగా పనిచేస్తే లెం. చేసే పనిపై పూర్తి దృష్టి పెట్టకపోవడం వల్ల పొరపాట్లు దొర్లే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. + ఏకాగ్రత లోపంతో పనిలో నాణ్యత కూడా తగ్గిపోతుంది. ఒకసారి వెనక్కి తిరిగి చూసుకుంటే. ఈ తేడా మనకు తెలిసిపోతుంది. + అసక్తి లేనప్పుడు అక్షీనుల రావాలంటే ఏదోలా అనిపిస్తుంది.. ఎవరో బలవంతంగా లాక్కొచ్చినట్లు ఫీలవుతారు. దీంతో అక్షీని రావడానికి అలసటమవుతుంటుంది. త్వరగా అక్షీని వెళ్లాలనిపిస్తుంది.. కొన్ని సందర్భాల్లో పని పూర్తి కాకుండా అదనపు గంటలు అక్షీన్ లోనే ఉండాలి వస్తుంది. + మనసు, ఆరోగ్యం బాగోలేక పోయినప్పుడు అక్షీనులపై ఒక రకమైన ఒత్తిడితో మనసంతా సతమతమవుతుంటుంది. ఇలాంటి సమయంలో అదనపు పని భారం వదనా, సెలవు కూడా మనల్ని కడిపినా వారిపై తీవ్రమైన ఒత్తిడి ఉంటుంది. దీనివల్ల కూడా ఇటు వ్యక్తిగతంగా, అటు కెరీర్ పై ప్రతికూల ప్రభావం వడుతుంటుంటున్నారని నిపుణులు. అలాగే కొన్ని సందర్భాల్లో అధిక పని గంటలు కూడా ఈ పని స్థితికి కారణం కావచ్చునని నిపుణులు అంటున్నారు.

యాక్షన్ థ్రిల్ చిత్రం 'డెకాయల్'



నవ్వు చాలా పొడుగు ఉన్నావు దాస్ చేయొద్దు ఎవరో అన్నారు అప్పటినుంచి ఆ ఫీలింగ్ ఎలా ఉండిపోయింది. నాకు నేనే ఆ లిమిట్ పెట్టుకున్నాను. ఈ సినిమా కాస్త డీప్ అయింది కదా దీనికి కారణం? నిజానికి ఒక డీప్ కాలేదు. నేను సినిమా చేసే ప్రాసెస్ లు ఉంటుంది. నా పరకు గత రెండు సంవత్సరాలుగా రోజూ ఆగకుండా పనిచేస్తున్నాననే ఉంది. వరుసగా సినిమాలు రావాలంటే నేను రైటింగ్ ప్రాసెస్ లో ఉండకూడదు. గూడవారి 2 తర్వాత ఎమోషనల్ గా రివార్డ్ అవ్వాలి అనుకుంటున్నా. దాల్చీ లో రిలీజ్ చేయాలి అనే ఆలోచన ఎప్పుడు వచ్చింది? మాకు మొదటి నుంచి సినిమాని దాల్చీలో రిలీజ్ చేయాలని ఉంది. కాకపోతే అల్లు అర వింద ఫోన్ చేసి సినిమా చాలా ప్రామీసింగ్ గా ఉంది కొలబరెట్ అవుదాం అని చెప్పారు. అది నాకు చాలా ఆనందాన్ని ఇచ్చింది. ఖీమ్ తో వర్కీ చేయడం? ఒక ప్రేమ మ్యాజిక్ చేయాలని అనుకున్నాం. ఖీమ్ గాంటి కూడా చాలా ప్రేమ ప్రాజెక్టు లాగా అయింది. ఇది నేను చేసిన మ్యాజిక్ లాగా లేదని అయిన అన్నారు. కన్నే పెట్టే సాంగ్ ఆలోచన ఎవరిది? హరి క్యారెక్టర్ ఒక మామెంట్స్ ఎంజాయ్ చేసే మాజిక్ ఉంటుంది. ఆ సిక్వెన్స్ చెబుతున్నప్పుడు సుధీరు ఫస్ట్ టైం ఎప్పుడు దాస్ చేస్తున్నావు ఫంక్షన్ లో దాస్ చేస్తున్నప్పుడు

నవ్వు చాలా పొడుగు ఉన్నావు దాస్ చేయొద్దు ఎవరో అన్నారు అప్పటినుంచి ఆ ఫీలింగ్ ఎలా ఉండిపోయింది. నాకు నేనే ఆ లిమిట్ పెట్టుకున్నాను. ఈ సినిమా కాస్త డీప్ అయింది కదా దీనికి కారణం? నిజానికి ఒక డీప్ కాలేదు. నేను సినిమా చేసే ప్రాసెస్ లు ఉంటుంది. నా పరకు గత రెండు సంవత్సరాలుగా రోజూ ఆగకుండా పనిచేస్తున్నాననే ఉంది. వరుసగా సినిమాలు రావాలంటే నేను రైటింగ్ ప్రాసెస్ లో ఉండకూడదు. గూడవారి 2 తర్వాత ఎమోషనల్ గా రివార్డ్ అవ్వాలి అనుకుంటున్నా. దాల్చీ లో రిలీజ్ చేయాలి అనే ఆలోచన ఎప్పుడు వచ్చింది? మాకు మొదటి నుంచి సినిమాని దాల్చీలో రిలీజ్ చేయాలని ఉంది. కాకపోతే అల్లు అర వింద ఫోన్ చేసి సినిమా చాలా ప్రామీసింగ్ గా ఉంది కొలబరెట్ అవుదాం అని చెప్పారు. అది నాకు చాలా ఆనందాన్ని ఇచ్చింది. ఖీమ్ తో వర్కీ చేయడం? ఒక ప్రేమ మ్యాజిక్ చేయాలని అనుకున్నాం. ఖీమ్ గాంటి కూడా చాలా ప్రేమ ప్రాజెక్టు లాగా అయింది. ఇది నేను చేసిన మ్యాజిక్ లాగా లేదని అయిన అన్నారు. కన్నే పెట్టే సాంగ్ ఆలోచన ఎవరిది? హరి క్యారెక్టర్ ఒక మామెంట్స్ ఎంజాయ్ చేసే మాజిక్ ఉంటుంది. ఆ సిక్వెన్స్ చెబుతున్నప్పుడు సుధీరు ఫస్ట్ టైం ఎప్పుడు దాస్ చేస్తున్నావు ఫంక్షన్ లో దాస్ చేస్తున్నప్పుడు

వివేక్ మిత్రా, శుభిక్ బంటా నటిస్తున్న సినిమా 'అహోం'. ఈ చిత్రాన్ని ఈగల్ ఐ స్టూడియో ఇంటర్నేషనల్ బ్యానర్ పై భారత్ నిర్మిస్తున్నారు. ప్రసాద్ రాజు దర్శకత్వంలో వహిస్తున్నారు. పాన్ ఇండియా భాషల్లో తెలుగు, హిందీ, తమిళ, కన్నడ, మలయాళం లో సినిమా తెరకెక్కనుంది. నిర్మాత చేసిన రామారావు, డైరెక్టర్ వి.వి.వి.నాథ్ ముఖ్య అతిథులు ఈ చిత్ర ప్రారంభోత్సవం

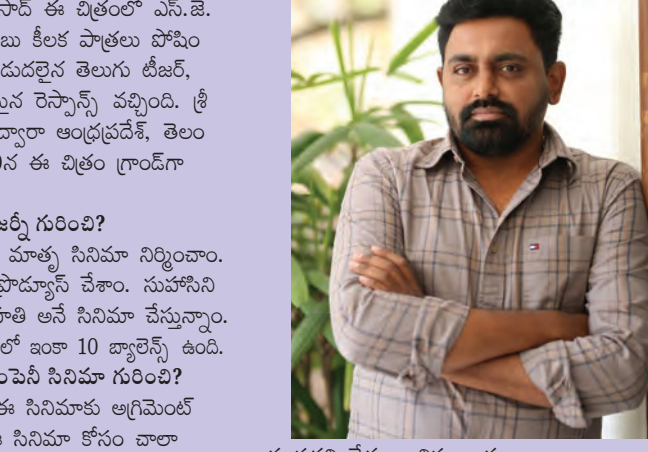


'అహోం' సినిమా ప్రారంభోత్సవం

హైదరాబాద్ లో ఘనంగా జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో నిర్మాత కేఎస్ రామారావు డైరెక్టర్ ప్రసాద్ రాజు మంచి అనుభవం ఉన్న వ్యక్తి. ఆయన దర్శకత్వంలో ఈ సినిమా పలు భాషల్లో రూపొందించడం సంతోషంగా ఉంది అన్నారు హీరోయిన్ శుభిక్ మాట్లాడుతూ 'అహోం' చిత్రంలో హీరోయిన్ గా నటించే అవకాశం రావడం ఆనందంగా ఉంది. 'హీరో వివేక్ మిత్రా మాట్లాడుతూ హైదరాబాద్ అంటే మూవీస్, మ్యాజిక్ కన్నట్లంటే ఫేమస్. మా మూవీలో నటిచేయడం ఉత్కృష్టి రావడం సంతోషంగా ఉంది. ప్రముఖ మోడల్ దీప్తి మాట్లాడుతూ 'అహోం' చిత్ర ప్రారంభోత్సవంలో పాల్గొనేందుకు సన్ను ఆహ్వానించిన దర్శకుడు ప్రసాద్ రాజుకి ధ్యాన్యం. నటుడు ఆజాద్ మాట్లాడుతూ ఈ చిత్రానికి మంచి టైటిల్ పెట్టుకున్నారు. హీరో హీరోయిన్ల జంట కూడా బాగుంది. నటుడు విశ్వ మాట్లాడుతూ ప్రసాద్ రాజు దర్శకత్వం అవకాశం కోసం చాలాకాలంగా వేచి చూస్తున్నాను.

అల్లరి నరేష్ హీరోగా 'కనక దుర్గ'

'లవ్ ఇన్సూరెన్స్ కంపెనీ'తో ఆడియన్స్ ఎంజాయ్ చేస్తారు: ప్రొడ్యూసర్ శివప్రసాద్



ప్రొడ్యూసర్ శివప్రసాద్ ఈ చిత్రంలో ఎస్.జె. సూర్య, యోగి బాబు కీలక పాత్రలు పోషించారు. ఇప్పటికే విడుదలైన తెలుగు టీజర్, ట్రైలర్ కు అద్భుతమైన రెస్పాన్స్ వచ్చింది. శ్రీ పద్మిని సినిమాస్ ద్వారా ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణలో ఏప్రిల్ 10న ఈ చిత్రం గ్రాండ్ విడుదల కానుంది. ప్రొడ్యూసర్ గా జీ బెర్నీ గురించి? మొదట శ్రీరామ్ తో మాట్లాడి సినిమా నిర్మించాం. తర్వాత రాజాజీ ప్రొడ్యూసర్ చేశాం. సుహాసినీ మణిరత్నం తో మాట్లాడి ఆనే సినిమా చేస్తున్నాం. ఆ సినిమా మాడింగ్ లో ఇంకా 10 బ్యాచ్ లో ఉంది. లవ్ ఇన్సూరెన్స్ కంపెనీ సినిమా గురించి? గత సంవత్సరం ఈ సినిమాకు ఆగ్రిమెంట్ చేసుకున్నాము. ఈ సినిమా కోసం చాలా మంది ప్రయత్నించారు. కొత్తగా మీరు చేయడంమే సినిమాలు? మా తమ్ముడు అజయ్ హీరోగా రంగూర్ రాజా సినిమా చేశాం. అది జూన్ లేదా జూలైలో రిలీజ్ చేయాలని ఫ్లాన్ చేస్తున్నాం. అలాగే మహాలి సినిమా కూడా త్వరలో రిలీజ్ అవుతుంది. నాకు ఎలాంటి కథలు ఇష్టం? ప్రస్తుత సమస్యలను అందరికీ కనెక్ట్ అయ్యేలా చేస్తే కథలు ఇష్టం. లవ్ ఇన్సూరెన్స్ కంపెనీ ఒక ఫుల్ రిలీజ్ ఎంటర్టైన్. పూర్వరస్టిక్ జానర్ అడియన్స్ కు కొత్త అనుభూతి ఇస్తుంది.



తమిళ సినీ ఇండస్ట్రీలో విజయ వంతమైన ప్రముఖ కంటెంట్ స్టూడియో అఫ్టాజ్ ఎంటర్టైన్మెంట్ ఇప్పుడు టాలీవుడ్ ఎంట్రి ఇచ్చింది. అందులో భాగంగా టెంపుల్ టోన్ పిక్చర్స్ తో కలిసి చేయబోతున్న సినిమా 'కనక దుర్గ'ను మూజీ కార్యక్రమాలలో ప్రారంభించారు. భారతీయ దేశతల ఆధారంగా ఒక డిస్కం ప్రపంచాన్ని అవివరిస్తూ ఈ సినిమా థ్రిల్, యాక్షన్, భావోద్వేగాలు, సంగీతం ఇలా అన్ని అంశాలతో ప్రేక్షకులకు ఓ అద్భుతమైన సినిమాటిక్ ఎక్స్ పీరియెన్స్ అందించనుంది. ఘనంగా జరిగిన కార్యక్రమంలో సురేష్ మిక్సిల్ సినీ మార్కెట్, కోసం వెంకట, ప్రకాష్ వర్మ, మధుర శ్రీధర్, సుధాకర్, సుధీరు, విద్యా కొప్పినేడు, పద్మ కస్తూరింగన్, అనురాధ గూడూరు, దివ్యవిజయ్, హాస్య రిడ్డి, జాన్వీ నార్గన్, ప్రపంచ వీక్యారెడ్డి, విరువ తదితరులు అతిథులుగా విచ్చేసారు. ముఖ్యారథుల సన్నివేశానికి నిర్మాత అల్లరినరేష్ క్లాస్ కొట్టగా, సురేష్ కొట్టింది కెమెరా స్విచ్ ఆన్ చేశారు. సర్వత్రానే గౌరవ దర్శకత్వం ఎవరించారు. శ్యామ్ ప్రసాద్ రెడ్డి స్క్రీన్ ప్లే అందించారు. టెంపుల్ టోన్ పిక్చర్స్ నిర్మాతలు అజీత్ కాకూర్, బి.వి.ఎస్. రవి మాట్లాడుతూ కనక దుర్గ కథ తెలుగు నేకు సంబంధించిన అధ్యాత్మికత, సంస్కృతిలో బలంగా నాటుకుపోయింది. దీంతో మా ప్రయాణం ప్రారంభం కావటం ఎంతో ప్రత్యేకం. మా బ్యానర్ లో రూపొందితోన్న తొలి తెలుగు సినిమా ఇది. మంచి కథతో పాటు మంచి భాగ స్వామ్యంలో సినిమా చేస్తుండటం అర్హతగా భావిస్తున్నాం. దర్శకుడు ప్రదీప్ మద్దాలి మాట్లాడుతూ 'కనక దుర్గ' సినిమా నాకు చాలా ప్రత్యేకం. దర్శకుడిగా మాత్రమే కాదు, ఆ అమ్మవారిపై నాకు ఉన్న భక్తి కూడా దీనికి కారణం. శ్రీదేవి విజయ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ: 'బ్యాడ్ బాయ్ కార్తీక్' సినిమా ఏప్రిల్ 17న ఢియేట్ లో విడుదల అవుతుంది.

'బ్యాడ్ బాయ్ కార్తీక్' ప్రేక్షకులకు నచ్చుతుంది: నాగశౌర్య



నాగశౌర్య, రామ్ దేశిని, శ్రీనివాస రావు చింతలపూడి, శ్రీ వెన్నెమి ఫిల్మ్స్ వారి 'బ్యాడ్ బాయ్ కార్తీక్' యాక్షన్ థ్రిల్లర్ లాండ్ హీరో నాగశౌర్య, రామ్ దేశిని (రమేష్) దర్శకత్వంలో తెరకెక్కు తున్న ఇంటెన్స్ యాక్షన్ డ్రామా 'బ్యాడ్ బాయ్ కార్తీక్' చిత్రంలో మానీ అవతారంలో రాజీవున్నారు. శ్రీ వెన్నెమి ఫిల్మ్స్ బ్యానర్ పై శ్రీనివాసరావు చింతల పూడి నిర్మించిన ఈ చిత్రం, సూపర్ హిట్ పాటు, శౌర్యను మునుపెన్నడూ ఇంటెన్స్ గా చూపించిన పవర్ ఫ్యాక్ట్ టీజర్ తో స్ట్రాంగ్ డిమాండ్ చేసింది. ఈ నెల 17న టేడీ విడుదలకు సిద్ధమవుతున్న సందర్భంగా మేకర్స్ ఈరోజు ఢియేట్ లో ట్రైలర్ ను లాండ్ చేశారు. నరేష్ వీకే పాల్ దేవుడిని ప్రార్థిస్తూ.. ప్రమాదకరమైన వ్యక్తుల అణచివేతలో ఇబ్బందులు పడు తున్న నేపథ్యాన్ని ప్రజెంటే చేస్తుంది. ఆ సమయంలో 'బ్యాడ్ బాయ్ కార్తీక్' అనే రిగ్, తన రూల్స్ తో జీవించే పవర్ ఫుల్ క్యారెక్టర్ ఎంట్రి అందించుతుంది. విలన్ పై అతను ఎలా పోరాడుతాడు, అమాయకులని ఎలా కాపాడుతాడు అన్నదే కథలో ప్రధానాంశం. నాగ శౌర్య తో మాన్ పెర్ఫార్మెన్స్ ఇచ్చారు. యాక్షన్ సన్నివేశాలతో పాటు, తనలోని వేరువేదాన్ని అద్భుతంగా పున్నాయి. ముఖ్యంగా సాను కుమార్ తో చేస్తే సీన్స్ లో అతని కామిక్ టైమింగ్ అత్యంత అద్భుతం. హీరోయినిగా విధి తన వార్తలో ఆకట్టుకోగా, మంచి పాత్రలో సముద్రాని పవర్ ఫుల్ గా కనిపించారు. ఇక నరేష్ వీకే ఎమోషనల్ పెర్ఫార్మెన్స్ తో ఎలా ఇంఫాక్ట్ క్రియేట్ చేశారు. సినిమా మాన్ యాక్షన్, డ్రామా, రొమాన్స్, కామెడీ అన్నీ కలిపిన పూర్తి ఎంటర్టైన్ గా రానుందని ట్రైలర్ ప్రామీస్ చేస్తోంది. దర్శకుడు రమేష్ ఈ సినిమాను కమర్షియల్ ప్యాకేజీగా మలిచాడు. ట్రైలర్ లాండ్ ఈవెంట్ లో హీరో నాగశౌర్య చాలా రోజుల తర్వాత మిమ్మల్ని కలవడం చాలా హ్యాపీగా ఉంది. మా ప్రొడ్యూసర్ గారు ఈ సినిమా జరగాలని ఎంతో పట్టుబట్టే ముందు కు తీసుకోవచ్చు. ఆయనకే హ్యాట్స్.



