RNI. No. TELTEL /2022/ 89348

మన వార్తలు.. మన సమాచారం.. మన విశేషాల మాగాణ.. మన..

తెలంగాణ అవతరణ

ఆత్మ గౌరవ అక్షర సాక్ష్యం

తె లు గు ది న ప త్రి క

సంపుటి : 4 సంచిక : 132 | పెద్దపల్లి | ఎడిటర్ : పి. రామకృష్ణ | మంగళవారం, మే,12, 2026 | పేజీలు : 8 | వెల : రూ. 5/-

జాతి ప్రయోజనాలే సుప్రీం

భారతదేశాన్ని ఏ శక్తీ తలవంచేలా చేయలేదు

సోమనాథ్ అమృత్ మహోత్సవ్‌లో ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ

గాంధీనగర్:చారిత్రక సోమనాథ్ ఆలయం పునర్నిర్మాణం జరిగి 75 వసంతాలయిన సందర్భంగా గుజరాత్‌లోని గిర్ సోమనాథ్ జిల్లాలో నిర్వహించిన సోమనాథ్ అమృత్ మహోత్సవ్‌లో ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ సోమవారంనాడు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా జరిగిన కార్యక్రమంలో ప్రపంచంలోని ఏ శక్తీ భారతదేశాన్ని తలవంచేలా కానీ, అణిచివేయడం కానీ చేయలేదని స్పష్టం చేశారు. భారతదేశాన్ని ఏ శక్తీ తలవంచేలా చేయలేదు 'జాతి ప్రయోజనాలే సుప్రీం. ఎలాంటి ఒత్తిళ్లు మన సంకల్పాన్ని నీరుగార్చలేవు' అని మోదీ పేర్కొన్నారు. మాజీ ప్రధాని అటల్ బిహారీ వాజ్‌పేయి నాయకత్వంలో భారతదేశం ఎలాంటి అంతర్జాతీయ ఒత్తిళ్లను కూడా లెక్కచేయలేదని, జాతీయ ప్రయోజనాలకే ఎప్పుడూ తొలి ప్రాధాన్యం ఉంటుందని చెప్పారు. సోమనాథ్ ఒక ఆలయం మాత్రమే కాదని దేశ దృఢ సంకల్పానికి ప్రతీక అని అభివర్ణించారు. సర్దార్ పటేల్ విజన్‌ను గుర్తుచేశారు. ధ్వంసం నుంచి నవనిర్మాణం వరకూ సోమనాథ్ జర్నీ చెక్కుచెదరని నాగరికతను ప్రతిబింబిస్తుందని చెప్పారు. సోమనాథ్ అమృత్ పర్వ్ కేవలం ఒక పండుగ కాదని, రాబోయే వెయ్యేళ్లు భారతదేశానికి స్ఫూర్తి అని చెప్పారు. సోమనాథ్ ఆలయంలో వేదమంత్రాల మధ్య అభిషేకం,

ధ్వజ పూజ, మహాపూజలో ప్రధాని పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా సోమనాథ్ ఆలయం వద్ద భారీ భద్రతా ఏర్పాట్లు చేశారు. దీనికి ముందు, ప్రధానమంత్రి హెలిప్యాడ్ నుంచి వీర్ హమీర్జీ సర్కిల్ వరకూ రోడ్‌షోలో పాల్గొన్నారు. సుమారు 1.5 కిలోమీటర్ల మేర జరిగిన ఈ రోడ్‌షోలో వేలాది మంది ప్రజలు పాల్గొన్నారు. జెండాలు ఊపుతూ, నినాదాలు చేస్తూ సంప్రదాయ నృత్యాలతో దారిపొడవునా ప్రధానికి సాదర స్వాగతం పలికారు. కాగా, సోమనాథ్ ఆలయ ప్రాభవాన్ని గుర్తుచేస్తూ స్మారక స్టాంపు, నాణేన్ని ఈ ఉత్సవాల్లో ప్రధాని విడుదల చేశారు. గుజరాత్ ముఖ్యమంత్రి భూపేంద్ర పటేల్, ఉపముఖ్యమంత్రి హర్ష్ సంఘ్వి, తదితర నేతలు ప్రధానిని సన్మానించారు.

కీలక నిర్ణయాలు తీసుకున్న తమిళనాడు సీయం విజయ్

మూడు కీలక హామీల దస్త్రాలపై సంతకాలు

చెన్నై, మే 11:తమిళనాడు రాజకీయాలు కీలక మలుపులు తీసుకుంటున్నాయి. ఆ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రిగా అగ్రనటుడు విజయ్ ఆదివారం ప్రమాణం చేసిన సంగతి తెలిసిందే. అదే ఊపులో మేనిఫెస్టోలో కీలక మూడు హామీల అమలును ప్రకటించారు. తొలి సంతకాన్ని గృహ వినియోగదారులకు 200 యూనిట్ల ఉచిత విద్యుత్తు ఫైలుపై చేశారు. అలాగే రాష్ట్రవ్యాప్తంగా మహిళలకు భద్రత, మాదక ద్రవ్యాల నిర్మూలన దస్త్రాలపైనా సంతకాలు పెట్టారు. ఇక.. మహిళల భద్రత కోసం ఏర్పా టు చేసే టీంను తన పర్యవేక్షణలోనే ఉంచుకోనున్నట్లు విజయ్ ఇవాళ చెప్పారు. ఎమ్మెల్యేగా అసెంబ్లీలో ప్రమాణం చేసిన కాసేపటికే వరుస సమావేశాలకు సిద్ధమయ్యారు. ఇందులో భాగంగా.. రాజకీయ వర్గాలను ఆశ్చర్యరుస్తూ ప్రతిపక్ష నేతల ఇంటికి వెళ్లాలని నిర్ణయించుకున్నారు. ముందుగా డీఎంకే అధినేత, మాజీ ముఖ్యమంత్రి ఎంకే స్టాలిన్ ఇంటికి విజయ్ వెళ్లనున్నారు. అక్కడి నుంచి ఎండీఎంకే నేత వైకో నివాసానికి వెళ్తారని సమాచారం. డీఎంకే కూటమిలో ఉన్న ఎండీఎంకే నాలుగు స్థానాల్లో పోటీ చేసినా ఒక్క సీటు నెగ్గలేకపోయింది. వీళ్లతో పాటు పలువురు నేతలను కలుస్తారని తెలుస్తోంది. అయితే.. ఇది మర్యాదపూర్వక భేటీనేనని టీవీకే వర్గాలు చెబుతున్నాయి. అయితే అన్నాడీఎంకే నేతలను కలుస్తారా? ఆ పార్టీ జనరల్ సెక్రటరీ పళని ఇంటికి వెళ్తారా? అనే ఉత్కంఠ నెలకొంది. టీవీకే మద్దతు విషయంలో అన్నాడీఎంకేలో చీలిక ఏర్పడిన సంగతి తెలిసిందే. ఇక.. తమిళనాడులో కొత్త అసెంబ్లీ ఇవాళ కొలువు దీరింది.

మోదీకి టీపీసీసీ చీఫ్ కౌంటర్

నిజామాబాద్: ప్రధాని మోదీ వ్యాఖ్యలపై టీపీసీసీ చీఫ్ మహేష్ కుమార్ గౌడ్ కౌంటిరిచ్చారు. నరేంద్ర మోదీ దేశానికి కాదు.. కేవలం బీజేపీకి ప్రధానిగా వ్యవహరిస్తున్నారని మండిపడ్డారు. అలాగే, తెలంగాణలో బీజేపీ మొలకెత్తే పరిస్థితి లేదు అంటూ వ్యాఖ్యానించారు. తెలంగాణకు ప్రధాని ఎన్ని సార్లు వచ్చిన బీజేపీ బలపడే అవకాశం లేదన్నారు. ప్రధాని మోదీ వ్యాఖ్యలపై టీపీసీసీ చీఫ్ మహేష్ కుమార్ గౌడ్ స్పందించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. ప్రధాని మోదీకి బహుషా తెలంగాణ పరిస్థితులు తెలియకపోవచ్చు. తెలంగాణలో బీజేపీ మొలకెత్తే పరిస్థితి లేదు. అన్ని రాష్ట్రాలకు సమాన నిధులిచ్చి ఆదుకోవాల్సిన ప్రధాని కేవలం రాజకీయాలు మాట్లాడటం ప్రజలకు రుచించదు. తెలంగాణ కాంగ్రెస్‌కు అనుకూలం.. ప్రత్యేక రాష్ట్రాన్ని

ఇచ్చింది కాంగ్రెస్ పార్టీనే. ఎన్నికలు ఎప్పుడు వచ్చినా పరిపూర్ణ మెజారిటీతో అధికారంలోకి రావటం ఖాయం అని వ్యాఖ్యానించారు.

బార్డర్ ఫెన్సింగ్ కోసం బీఎస్ఎఫ్‌కు భూమి బదిలీ..

ఆమోదం తెలిపిన బెంగాల్ ప్రభుత్వం

కోల్‌కతా,మే 11:భారత్–బంగ్లాదేశ్ సరిహద్దుకు కంచె వేయడానికి అవసరమైన భూమిని సరిహద్దు భద్రతా దళం కు బదిలీ చేసే ప్రక్రియను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రారంభించిందని పశ్చిమబెంగాల్ ముఖ్యమంత్రిసువేందు అధికారి ప్రకటించారు. అక్రమ చొరబాట్ల సమస్యను పరిష్కరించేందుకు 45 రోజులలోపు ఆ భూమిని కేంద్ర హోంశాఖకు అప్పగిస్తామని చెప్పారు. హౌరాలోని నబన్నాలో సమావేశమైన బెంగాల్ నూతన క్యాబినెట్ అందుకు అమోదం తెలిపినట్లు వెల్లడించారు. సమావేశం అనంతరం సీఎంసువేందు అధికారి మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. మంత్రివర్గ సమావేశంలో తీసుకున్న ముఖ్య తీర్మానాల్లో బీఎస్ఎఫ్‌కు భూమిని బదిలీ చేయాలనేది ఒకటని చెప్పారు. 'ఇవాళ మా తొలి మంత్రివర్గ సమావేశం లోనే బీఎస్ఎఫ్‌కు భూమిని బదిలీ చేయాలనే నిర్ణయం తీసుకున్నాం. ఈ భూమి బదిలీ ప్రక్రియ ఇవాళ ప్రారంభమవుతుంది. వచ్చే 45 రోజుల్లో దీన్ని కేంద్రహోంశాఖకు బదిలీ చేస్తాం.బదిలీ పూర్తయిన తర్వాత బీఎస్ఎఫ్ సరిహద్దు కంచె నిర్మాణం చేస్తుంది. తద్వారా ఇన్నాళ్లుగా కొనసాగుతున్న అక్రమ చొరబాట్ల సమస్య పరిష్కారమవుతుంది' అని సువేందుఅధికారి ప్రకటించారు. సీనియర్ అధికారులతో జరిగిన తొలి క్యాబినెట్ సమావేశం.. డబుల్ ఇంజిన్ సర్కారు పాలనా ప్రాధాన్యతలు, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలపై దృష్టి సారించిందని తెలిపారు. తమ తొలి క్యాబినెట్ సమావేశంలో ఆరు నిర్ణయాలు తీసుకున్నామని సువేందు

అధికారి చెప్పారు. ఆయుష్మాన్ భారత్, జన ఆరోగ్య యోజన సహా కేంద్ర సంక్షేమ పథకాలు ఇక నుంచి పశ్చిమ బెంగాల్‌లోనూ అమలవుతాయనిసువేందుచెప్పారు. మా రాజకీయ పోరాటంలో ప్రత్యర్థుల చేతిలో ప్రాణాలు కోల్పోయిన 321 మంది బీజేపీ కార్యకర్తల కుటుంబాలు కోరుకుంటే ఆ హత్య కేసులతో ప్రభుత్వం దర్యాప్తు ప్రారంభం చేయిస్తుందని చెప్పారు. అసెంబ్లీ ఎన్నికలను శాంతియుతంగా నిర్వహించడంలో సహకరించిన ఓటర్లు, ఎన్నికల సంఘం, పోలీసు సిబ్బంది, కేంద్ర బలగాలు, రాజకీయ పార్టీలకు సీఎం కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

'కేసు తీవ్రతను బట్టే యాక్షన్'

కేటీఆర్ అరెస్టుపై సీఎం రేవంత్ స్పష్టత

హైదరాబాద్,మే 11:గత ప్రభుత్వ హయాంలో జరిగిన ఫార్ములా–ఈ రేస్ నిధుల మళ్లింపు వ్యవహారంపై ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఈ కేసులో ప్రభుత్వం ఎవరిపై కావాలని రాజకీయ కక్షసాధింపు చర్యలకు పాల్పడదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఈ కేసులో ఇప్పటికే చార్జిషీట్ దాఖలు చేసినట్లు వెల్లడించిన సీఎం, తదుపరి చర్యలపై స్పష్టత ఇచ్చారు. ఈ కేసులో ఎవరిని అరెస్ట్ చేయాలి అనేది తన చేతుల్లో లేదని, అది పూర్తిగా దర్యాప్తు సంస్థలు, కోర్టుల నిర్ణయంపై ఆధారపడి ఉంటుందని చెప్పారు. కేసు తీవ్రతను బట్టి మాత్రమే చర్యలు ఉంటాయని, విచక్షణారహితంగా ఎప్పుడూ విచారణలకు ఆదేశించబోనని స్పష్టం చేశారు. ఎవరిని ఇబ్బంది పెట్టాలనే ఉద్దేశ్యం ప్రభుత్వానికి లేదని, చట్టపరమైన నిబంధనల ప్రకారమే విచారణ జరుగుతుందని ఆయన వివరించారు. ఫార్ములా–ఈ రేస్ నిర్వహణ కోసం నిబంధనలకు

విరుద్ధంగా నిధులు కేటాయించారనే ఆరోపణలపై ఇప్పటికే విచారణ ముమ్మరంగా కొనసాగుతున్న తరుణంలో సీఎం చేసిన ఈ వ్యాఖ్యలు రాజకీయ వర్గాల్లో ఆసక్తికరంగా మారాయి.

2047 నాటికి ఏపీ 2.4 ట్రిలియన్ డాలర్ల

ఆర్థిక వ్యవస్థే లక్ష్యం: చంద్రబాబు

న్యూఢిల్లీ,మే 11:దేశ ప్రయోజనాలు, రాష్ట్ర అభివృద్ధియే తన అజెండా అని ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు స్పష్టం చేశారు. ఢిల్లీలోని తాజ్ ప్యాలస్‌లో జరిగిన సీఐఐ బిజినెస్ సమ్మిట్‌లో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా ప్రసంగించారు. ఈ సందర్భంగా పారిశ్రామిక రంగం, ఆర్థిక సంస్కరణలు, ఏపీ భవిష్యత్తు ప్రణాళికలపై ఆయన కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ నేతృత్వంలో భారత్ ప్రపంచంలోనే అగ్రస్థానానికి చేరుతుందని చంద్రబాబు ధీమా వ్యక్తం చేశారు. "సరైన సమయంలో దేశానికి సరైన నాయకుడు దొరికారు. మోదీ జీ సూచించిన 8 అంశాల నేషనల్ మిషన్‌ను మనం విజయవంతం చేయాలి. గ్రేటర్ సెల్ఫ్ రిలయన్స్ సాధించడమే మన లక్ష్యం కావాలి" అని ఆయన పిలుపునిచ్చారు. 1990లలో వచ్చిన ఆర్థిక సంస్కరణల్లో తాను కూడా భాగస్వామిని కావడం సంతోషంగా ఉందని, ఇప్పుడు టెక్నాలజీ, ట్రస్ట్, స్పీడ్ అనే అంశాలపై ప్రపంచంతో పోటీ పడాల్సిన అవసరం ఉందని పేర్కొన్నారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ అభివృద్ధిపై ఆయన పక్కా ప్రణాళికను వివరించారు. 2047 నాటికి ఆంధ్రప్రదేశ్‌ను 2.4 ట్రిలియన్

డాలర్ల ఆర్థిక వ్యవస్థగా తీర్చిదిద్దడమే లక్ష్యమని సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు తెలిపారు. గడిచిన 22 నెలల్లో ఏపీ రూ. 23 లక్షల కోట్ల పెట్టుబడులను ఆకర్షించి, 24 లక్షల ఉద్యోగాలను సృష్టించగలిగిందని వెల్లడించారు. దేశ గ్రీన్ ఎనర్జీ లక్ష్యంలో 160 గిగావాట్లను ఒక్క ఏపీలోనే ఉత్పత్తి చేసేలా ప్రణాళికలు రూపొందించామన్నారు.

గుప్తనిధుల కోసమే 800 ఏళ్ల చరిత్ర ఉన్న

ఆలయాన్ని కూల్చారా?

- హరీష్ రావు సంచలన ఆరోపణలు

హైదరాబాద్,మే 11: వరంగల్ లోని అశోక్ నగర్లో 800 ఏళ్ల చరిత్ర కలిగిన.. శైవక్షేత్రంగా పిలిచే అతి పురాతన ఆలయాన్ని ప్రభుత్వం కూల్చివేయడంపై బీఆర్ఎస్ నేత హరీష్ రావు ఫైరయ్యారు. ప్రభుత్వం ఇంటిగ్రేటెడ్ స్కూల్ నిర్మాణం పేరుతో ఆలయాన్ని కూల్చివేయడంపై విమర్శలు గుప్పించారు. సోమవారం వరంగల్ లో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ.. రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వానికి కూల్చడం తప్ప కట్టడం రాదని ధ్వజమెత్తారు. పేదల ఇళ్లతో పాటు దేవాలయాలను కూడా కూల్చుతున్నారని ఆరోపించారు.

ఆ ప్రాంతంలో నిజంగా స్కూల్ నిర్మాణమే చేపడితే.. అర్ధరాత్రి పనులు చేయాల్సిన అవసరం ఏంటని హరీష్ రావు ప్రశ్నించారు. ఆలయాన్ని కూల్చివేసింది గుప్తనిధుల కోసమేనని.. పురాతన ఆలయాలను ఇందుకోసమే తవ్వుతున్నారేమోనన్న అనుమానాలు వస్తున్నాయన్నారు. ఆలయాన్ని కూల్చివేయడంపై పురావస్తుశాఖ ఫిర్యాదు చేసినా ఎలాంటి కేసు నమోదు చేయలేదని, దీని వెనుక ఏదో కుట్ర ఉన్నట్లుగా తెలుస్తోందన్నారు. కూల్చిన ఆలయం గర్భగుడి కింద 24 అడుగుల గొయ్యి తవ్వారని, అక్కడ నిధులేమైనా దొరికితే ఎత్తుకెళ్లి ఉండొచ్చని ఆరోపిం చారు. అక్కడ గొయ్యి తవ్వినట్లు పురావస్తుశాఖ అధికారులే

గుర్తించారన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆలయం కూల్చివేతపై హరీష్ రావు కొన్ని డిమాండ్లను ప్రభుత్వం ముందుంచారు. పురావస్తుశాఖ ఇచ్చిన కంప్లైంట్ ఆధారంగా తక్షణమే ఆలయం కూల్చివేతపై ఎఫ్ఐఆర్ నమోదు చేయాలని, ఆలయాన్ని కూల్చివేసిన వారిని అరెస్ట్ చేయాలని ఈ సందర్భంగా హరీష్ రావు డిమాండ్ చేశారు. యుద్ధ ప్రాతిపదికన ఆ దేవాలయాన్ని పునరుద్ధరించాలని,1958 పురావస్తు శాఖ చట్ట ప్రకారం వందేళ్లకు పైబడిన ఏ ఆలయం అయినా, దానికి సంబంధించినదైనా పురా వస్తుశాఖ పరిధిలోకి వస్తుందని దాన్ని వెంటనే ఆ శాఖ అప్పగించాలని కూడా డిమాండ్లలో పేర్కొన్నారు.

సోమ్‌నాథ్ ఆలయ పునర్నిర్మాణాన్ని నెహ్రూ వ్యతిరేకించారు

భారత తొలి ప్రధాని నెహ్రూపై మోదీ తీవ్ర విమర్శలు

గాంధీనగర్,మే 11: ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ మరోసారి దేశ తొలి ప్రధాని జవహర్‌లాల్ నెహ్రూ పై తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. స్వాతంత్ర్యానంతరం గుజరాత్ లోని సోమనాథ్ ఆలయ పునర్నిర్మాణాన్ని నెహ్రూ వ్యతిరేకించారని ఆరోపించారు. బుజ్జగింపు రాజకీయాల కోసం జాతీయ ఆత్మగౌరవాన్ని పక్కనపెట్టే శక్తులు దేశంలో ఇప్పటికీ ఉన్నాయని, అప్రమత్తంగా ఉండాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు. సోమనాథ్ ఆలయ పునర్నిర్మాణం జరిగి 75ఏళ్లు పూర్తయిన సందర్భంగా సోమవారం నిర్వహించిన 'సోమనాథ్ అమృత్ మహోత్సవ్'లో ప్రధాని మోదీ పాల్గొని ప్రసంగించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. '1951లో సోమనాథ్ ఆలయ పునఃప్రతిష్ఠ కేవలం ఒక సాధారణ విషయం కాదు. అది భారతదేశ స్వతంత్ర నాగరిక స్పృహకు ప్రతీక' అన్నారు.

స్వాతంత్ర్యానంతరం ఆలయపునర్నిర్మాణానికి అంకితభావంతో పనిచేసిన సర్దార్ వల్లభ్‌భాయ్ పటేల్, తొలి రాష్ట్రపతి డాక్టర్ రాజేంద్ర ప్రసాద్‌ల సేవలను ప్రధాని కొనియాడారు. దేశంలోని 500కు పైగా సంస్థానాలను ఏకంచేసిఆధునిక భారతాన్ని నిర్మించిన సర్దార్ పటేల్, సోమనాథ్ పునర్నిర్మాణం ద్వారా మన ప్రాచీన వైభవాన్ని తిరిగి పొందుతున్నామన్న సందేశాన్ని ప్రపంచానికి ఇచ్చారని మోదీ వివరించా రు.

సంపాదకీయం

'పాశ్చాత్య నాగరికత'

'పాశ్చాత్య నాగరికత'ను సంరక్షించుకోడానికి యూరోపియన్ దేశాలన్నీ తమ తమ దేశాల్లోకి బైటనుంచి వచ్చే వలసలను పరిమితం చేయాలని అమెరికా పిలుపునిచ్చిందన్నదే ఆ కథనం సారాంశం.

ఈ 'పాశ్చాత్య నాగరికత' అనేది చాలా విలువైనదని అనుకోవ డం గాని,దానిని ఎలాగైనా కాపాడాలని అనుకోవడం గాని మూ డవ ప్రపంచ దేశాలలోని చాలామందికి హాస్యాస్పదంగా అనిపి స్తుంది. పాశ్చాత్య సామ్రాజ్యవాద దేశాలు గత కొన్ని శతాబ్దాలుగా తక్కిన ప్రపంచం లోని దేశాల ప్రజలమీద సాగించిన దురాగతాలు, అత్యాచారాలు తలుచుకుంటేనే మన రోమాలు నిక్కబొడుచుకుంటాయి. సామ్రాజ్యవాద దేశాల 'నాగరికత' అటువంటి వికృతమైనది. అసలు వారి ప్రవర్తన వికృత రూపాన్ని కప్పిపుచ్చడానికి 'నాగరికత' అన్న పదంతో దానికి ముసుగు వేయడమే సహించరానిది. బ్రిటిష్ సామ్రాజ్యవాదులు అనుసరించిన విధానాల వలన తలెత్తిన కరువుల ఫలితంగా భారతదేశంలో కోట్లాదిమంది ప్రాణాలను కోల్పోయారు. నిస్సహాయులైన భారత రైతాంగం నుండి ఆదాయాన్ని పిండుకోడానికి దురాశాపూరితంగా బ్రిటిష్ సామ్రాజ్యవాదులు వ్యవహరించిన పర్యవసానమే ఈ కరువులు. కాంగో ప్రజలమీద బెల్జియం రాజు లియోపాల్డ్ మాటలతో చెప్పడానికి అలవికాని క్రూరత్వాన్ని ప్రదర్శించాడు. నమీబియాలో జర్మనీ నిర్వహించిన నిర్బంధ శిబిరాల్లో ఏకంగా కొన్ని తెగలకు తెగలే కనుమరుగైనాయి. పాశ్చాత్య నాగరికత గురించి ఏమనుకుంటున్నారని గాంధీజీని ఒక విలేకరి అడిగితే చాలా వ్యంగ్యంగా అటువంటి 'నాగరికత' వారికి ఉండి వుంటే బాగుండేది అని ఆయన జవాబిచ్చారట. అయితే ఈ క్రూరత్వాన్ని అంతటినీ పక్కన బెట్టి కాస్సేపు పశ్చిమ దేశాలు భౌతిక సంపద విషయంలో సాధించిన పురోగతి పైనే దృష్టి సారిద్దాం. పాశ్చాత్య సామ్రాజ్యవాద దేశాలు మూడవ ప్రపంచ దేశాలను దోపిడీ చేసే విధానాలను అనుస రించడం ద్వారానే తమ పాదార్థిక అభివృద్ధిని సాధించగలిగాయి. దాని వలన ఏర్పడిన ఫలితాల ప్రభావం నుండి తప్పించుకుని ఎలాగైనా బైట పడాలని ఇప్పటికీ ఆ మూడవ ప్రపంచ దేశాల ప్రజానీకం నానా తిప్పలూ పడుతున్నారు. పశ్చిమ దేశాలు తమ స్వతంత్రమైన ప్రత్యేక శక్తి సామర్థ్యాల ద్వారా సాధించిన అభివృద్ధి అంటూ వేరే ఏదీ లేదు. మూడవ ప్రపంచ దేశాలను సర్వనాశనం చేయడం ద్వారా మాత్రమే పాశ్చాత్య దేశాల అభివృద్ధి అనేది సాధ్యపడింది. ఇప్పుడు ఆ మూడవ ప్రపంచ దేశాల నుండే ప్రజలు వలసదారుల రూపంలో ఎక్కడికైనా పోయి తలదాచుకోడానికి నానా అగచాట్లూ పడుతున్నారు. మూడవ ప్రపంచ దేశాలు తమ తమ దేశాల్లో అభివృద్ధి మార్గాన ముందుకు సాగి తద్వారా ఈ వలసలను నియంత్రించడానికి చేస్తున్న ప్రయత్నాలను సైతం దెబ్బ తీయడానికి సామ్రాజ్యవాద దేశాలు ప్రయత్నిస్తున్నాయి. అందుకోసం అవసరమైతే సైనికపరంగా కూడా జోక్యం చేసుకోడా నికి తయారౌతున్నాయి. నేను చేస్తున్న ఈ వాదనను అతిశయో క్తులుగా పరిగణించి కొందరు కొట్టివేయవచ్చు. అటువంటివారు చేస్తున్న వాదనలు ఇలా ఉన్నాయి: 'పాశ్చాత్య దేశాల్లో గణనీయమై న సాంకేతిక మార్పులు ప్రవేశపెట్టబడ్డాయి. వాటి ద్వారా చాలా అద్భుతంగా శ్రామిక ఉత్పాదకత పెరిగింది. తద్వారా పశ్చిమ దేశాల్లో నిజవేతనాలు, నిజ ఆదాయాలు బాగా పెరిగాయి. సామ్రాజ్యవాద దేశాల్లో ఉన్నది, మూడవ ప్రపంచ దేశాల్లో కనిపించనిది ఈ కొత్త కొత్త పరిశోధనలే. ఆ సాంకేతిక పురోగతిఅన్నదే పశ్చిమ దేశాలను మూడవ ప్రపంచ దేశాల కంటే భిన్నంగా నిలబెట్టింది. వాటి ఆర్థిక గమన దిశలో పూర్తి తేడా అన్నది దానివల్లే తలెత్తింది. దాని వల్లే ఆమూడవ ప్రపంచ దేశాల నుండి వలసదారులు వేరే వేరే ప్రాంతాలకు వలసలు పోతున్నారు.'అయితే ఇక్కడ నూతన పరిశోధనల విషయంలో రెండు అంశాలను చెప్పాలి. ఏదైనా ఒక కొత్త సరుకుకు సంబంధించిన పరిశోధనను ఉత్పత్తి రంగంలో ఉపయోగించాలంటే అటువంటి సరుకుకు సంబంధించిన మార్కెట్ విస్తరించే పరిస్థితి ఉండాలి. అందువల్లే ఆర్థిక మాంద్యంలో చిక్కుకున్నప్పుడు కొత్త పరిశోధనలను ఉత్పత్తి రంగంలో ప్రవేశపెట్టరు. రెండవది: కొత్త ఆవిష్కరణలు వాటంతట అవే నిజవేతనాలను పెంచడానికి దోహదం చేయలేవు. అప్పటికి లేబర్ మార్కెట్‌లో కార్మికులు తగినంత సంఖ్యలో లభ్యం కానిపరిస్థితులు ఉన్నప్పుడే కొత్త ఆవిష్కరణలు నిజవేతనాల పెంపుకు తోడ్పడగలవు. మూడవ ప్రపంచ దేశాల మార్కెట్లను సామ్రాజ్యవాదులు చేజిక్కించు కున్న కారణంగా చరిత్రలో దీర్ఘకాలం పాటుపాశ్చాత్య దేశాల ఉత్పత్తుల మార్కెట్ విస్తరిస్తుంద న్న అంచనాలు కొనసాగాయి. బ్రిటన్‌లో మొదలైన పారిశ్రామిక విప్లవం పారిశ్రామిక పెట్టుబడిదారీ యుగానికి నాంది పలికింది. అక్కడ యంత్రాల ద్వారా తయారైన సరుకులకు మార్కెట్‌ను కల్పించడం మూడవ ప్రపంచ దేశాల చేతివృత్తుల మార్కెట్‌ను దెబ్బ తీయడం ద్వారా మాత్రమే సాధ్యపడింది. పశ్చిమ దేశాలలో వచ్చిన కొత్త ఆవిష్కరణలకు రెండో పార్శ్వంలో మూడవ ప్రపంచ దేశాల స్థానిక మార్కెట్ల వినాశనం కనిపిస్తుంది. దానితోబాటు పెద్ద ఎత్తున అక్కడ రిజర్వు శ్రామికులు (ఉపాధి కోల్పోయినవారు) తయారయ్యారు. సాంకేతిక పురోగతి కారణంగా నూతన ఆవిష్కర ణలు ప్రవేశపెట్టిన దేశాల్లో సైతం రిజర్వు శ్రామికులు తయార య్యారు. అయితే,పశ్చిమ యూరప్ నుండి పెద్ద సంఖ్యలో శ్రామి కులు కెనడా, అమెరికా, ఆస్ట్రేలియా, న్యూజిలాండ్, దక్షిణాఫ్రికా తదితర సమశీతోష్ణ మండల దేశాలకు వలసలు పోయారు. ఇలా వలసలు పోయినవారు ఆకొత్త ప్రాంతాల్లో నివసిస్తున్న స్థానిక తెగల ప్రజలను పెద్దఎత్తున ఊచకోత కోశారు. వారిని అక్కడి నుండి వెళ్ళగొట్టారు. వారి భూములను ఆక్రమించుకుని అక్కడసాగు చేయడం ప్రారంభించారు. ఈభారీవలసల కారణంగా, ఏ దేశాల్లోనైతే కొత్త ఆవిష్కరణలు ఉత్పత్తిలో ప్రవేశపెట్టారో అక్కడ లేబర్ మార్కెట్‌లో కొంతవరకు కొరత కనిపించింది. అందువలన ఒకమేరకు నిజవేతనాల్లో పెరుగుదల వచ్చింది. కొత్త ఆవిష్కరణలు ఆ ప్రత్యేక పరిస్థితుల్లో ఉత్పాదకత పెరగడానికి, అదే సమయంలో నిజవేతనాలు పెరగడానికి దారి తీశాయి. కాని మూడవ ప్రపంచ దేశాల్లో పెరిగిన రిజర్వు శ్రామికులు యూరప్ కార్మికుల మాదిరిగా ఆ సమశీతోష్ణ మండల దేశాలకు వలసలు పోవడం సాధ్యపడలేదు.వాళ్ళు ప్రధానంగా ఉష్ణ మండ తక్కువ వేతనాల స్థాయిని ఉపయోగించుకుని తమ వద్దనున్న కొత్త సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని వాడి ప్రపంచ మార్కెట్‌కు సరుకులను అందించివుంటే అప్పుడు పశ్చిమ దేశాలకు, మూడవ ప్రపంచ దేశాలకు మధ్య వేతనాల్లోని వ్యత్యాసాలు అంతరించి వుండేవి. కాని సమశీతోష్ణ మండల దేశాల నుండి పెట్టుబడి ఉష్ణమండల దేశాలకు ఆ విధంగా తరలిరాలేదు. కేవలం పరిశ్రమలకు కావలసిన ముడిసరుకుల ఉత్పత్తి రంగాలకు మాత్రమే వచ్చింది.

రోడ్లపైనే ధాన్యం.. రైతు దైన్యం!

- అందుబాటులోలేని డ్రయర్ మిల్లులు

కృష్ణా: రైతులకు అండగా ఉంటామని ప్రభుత్వం చేస్తున్న ప్రకటనలు మాటలకే పరిమితమవుతున్నాయి. ధాన్యం అమ్మకాల్లో రైతులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను పరిశీలిస్తే ఈవిషయం తేటతెల్లమవు తుంది. తాజాగా దిత్వా తుపాను ప్రభావంతో వాతావరణంలో చోటుచేసు కున్న మార్పులు రైతులకు శాపంగా మారాయి. రోజువారీ యంత్రాలతో నూర్చిన ధాన్యాన్ని వెంటనే రైస్ మిల్లులకు తరలించే పరిస్థితి లేకుండా పోయింది. చిరుజల్లులు పడుతుండటంతో ధాన్యం ఆరబెట్టడానికి రైతులు తీవ్ర అవస్థలు పడుతున్నారు. తుపానును ఆసరాగా చేసుకుని కొందరుమిల్లర్లు, దళారులు ధాన్యం ధరలో కోత పెట్టి రైతులను నిలువు దోపిడీ చేస్తున్నారు. కృష్ణా జిల్లా మొవ్వ మండలం అవిరిపూడి నుంచి కూచిపూడి, బందరు, నిమ్మకూరు, పాలంకిపాడు వెళ్లే రోడ్లన్నీ ధాన్యంతో నిండిపోయాయి. నవంబర్ 30నాటికి జిల్లాలో 24,137 ఎకరాల్లో వరి నూర్పిడి పూర్తి చేశారు. 1,62,068 టన్నుల ధాన్యం సేకరించారు. మరో2,30, 686. 842 టన్నుల ధాన్యం సేకరించాల్సి ఉంది. రోజువారీ నూర్పిడి సామర్థ్యానికి తగిన డ్రయర్ మిల్లులు లేకపోవడంతో నూర్చిన ధాన్యం వెంటనే మిల్లులకు తరలించే పరిస్థితి లేకుండా పోతోంది. 75 డ్రయర్ మిల్లుల్లో రోజువారీ ఎనిమిది వేల టన్నులు మిల్లింగ్ చేసే సామర్థ్యం మాత్రమే ఉంది. దీంతో రోజువారీ ఏడువేల టన్నుల ధాన్యం రోడ్లపై ఉండిపోతోంది. వాతావరణ మార్పులతో నూర్చిన ధాన్యం వెంటనే ఆరబెట్టే పరిస్థితి లేకుండా పోయింది. ఈ పరిస్థితుల్లో ధాన్యం నాణ్యత దెబ్బతింటుందని, నాణ్యతలో కొద్దిపాటి తేడావచ్చినా రైస్ మిల్లర్లు కొనుగోలు చేయరనిరైతులు, కౌలు రైతులు ఆందోళన చెందుతున్నారు. ధరలో కోత: మొవ్వ మండలం అవిరిపూడికి చెందిన కౌలుసు వెంకటప్పయ్య పది ఎకరాలు కౌలుకు తీసుకుని ఎంటియు 1318 రకం వరిసాగు చేశారు. నవంబరు 24న ఐదు ఎకరాలు యంత్రాలతో నూర్పిడి చేశారు. తేమశాతం చూడకుండా పచ్చి ధాన్యం 75 కిలోల బస్తా 1475 రూపాయలకు కమీషన్ వ్యాపారికి విక్రయించారు. మరో ఐదు ఎకరాల్లో ధాన్యం ఆరబెట్టారు. రైతు సేవా కేంద్రాలకు ధాన్యాన్ని తీసుకెళితే మిల్లు వద్దకు పంపారు. అయితే మానుగాయ ఉందని సాకులు చెప్పికొనడానికి నిరాకరించారు. ఈ గ్రామానికి చెందిన మరో రైతుకారుమూరి రామకృష్ణ(నాని) ఎనిమిది ఎకరాల్లో వరి సాగు చేశారు. నాలుగు ఎకరాల్లో వచ్చిన ధాన్యం దిగుడిని బస్తా 1500 రూపాయలకు విక్రయించారు. తుపాను నేపథ్యంలో మిగతా నాలుగు ఎకరాల్లోని దిగుబడిని బస్తా రూ.1300 అడుగుతున్నారు. బంటుమిల్లి మండలం అర్తమూరు గ్రామానికి చెందిన కాగిత వెంకట్రావు ఒక ఎకరాలో స్వర్ణ రకం వరి పండించారు. పంటను యంత్రాలతో నూర్పిడి చేసి రోడ్డుపై ఆరబెట్టారు.ధాన్యం రంగుమారిందని చెబుతూ మిల్లర్లు కొనడానికి నిరాకరిస్తున్నారని రైతు వాపోతున్నారు. ఘంటసాల మండలం చిట్టూర్పు గ్రామంలోతేమ శాతం ఆధారంగా ధర నిర్ణయించాలని డిమాండ్ చేస్తూ రైస్ మిల్లుయజ మానితో రైతులు వాదనకు దిగడం రైతు సేవా కేంద్రాల వైఫల్యాలను ఈ ఘటనలు ఎత్తిచూ పుతున్నాయి.

హాంకాంగ్ ఘటన నుంచైనా గుణపాఠాలు నేరుస్తారా

హైదరాబాద్ విశ్వనగరంలా అభివృద్ధి చెందుతున్నది. నగరం నలువైపులా విస్తరిస్తున్నది. ఎటూ చూసినా బహుళ అంతస్తులే వెలుస్తున్నాయి. ఆకాశమే హద్దుగా యేడాదికి ఏడాది అంతస్తులు పెరుగుతున్నాయి. వాటి భద్రతకు భరోసా ఎక్కడుంది.. అగ్నిప్రమా దాలు సంభవిస్తే.. వాటిని సమర్థవంతంగా ఎదుర్కొనే అగ్నిమాపక వ్యవస్థ ఉందా అంటే లేదనే సమాధానం వస్తోంది.

అగ్నిప్రమాదాన్ని నియంత్రించే పరికరాలు అందుబాటులో ఉన్నాయా అంటే..అవేమీ లేవంటున్నారు. ఇటీవల హాంకాంగ్‌లో జరిగిన అగ్ని ప్రమాదాలు వస్తే ప్రాణాలకు భద్రత ఏదని బహుళ అంతస్తుల్లో నివసిస్తున్న ప్రజలు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ప్రమాదం అనుకోకుండా వచ్చేది అలాంటి ప్రమాదాలను ఎదుర్కొవడానికి కావాల్సిన పరికాలు, యంత్రాలు ప్రభుత్వం దగ్గర సిద్ధంగా ఉండాలి.. కాని మన తెలంగాణ ప్రభుత్వం మాత్రం అలాంటి ఆలోచనే చేయడం లేదు.. హైదరాబాద్‌తోపాటు ఇతర ప్రధాన నగరాల్లో తరుచూ అగ్ని ప్రమాదాలు సంభవిస్తూ ఆస్తి నష్టంతోపాటు ప్రాణ నష్టం కూడా జరుగుతుండడం ఆందోళన కలిగిస్తోంది.

ఇటీవల హాంకాంగ్‌లో 30 బహుళ అంతస్తుల సముదాయంలో జరిగిన ఘోర అగ్నిప్రమాదంలో వందల సంఖ్యలో మరణాలు చోటు చేసుకున్నాయి. అలాంటి ఘటనల నుంచి కండ్లు తెరవాల్సిన అవసరముంది. హైదరాబాద్‌లో 18 అంతస్తుల భవనాల్లో ఎక్కడైనా అగ్నిప్రమాదం జరిగిందంటే నివారించేందుకు కావాల్సిన యంత్రాలు మన అగ్నిమాపక శాఖ దగ్గర లేవు.

అంటే18 అంతస్తులపైన ప్రమాదం జరిగిందంటే ప్రభుత్వం చేతెలెత్తేసే పరిస్థితి. హైదరాబాద్ మహానగరం విశ్వనగరంలా అభివృద్ధి చెం దుతూ నలువైపులా విస్తరిస్తున్నది. ఎటూ చూసినా బహుళ అంతస్తులే వెలుస్తున్నాయి. 63 అంతస్తుల వరకు అపార్ట్‌మెంట్ నిర్మాణాలకు హెచ్ఎండీఏ అనుమతులు ఇవ్వడంతో ఆకాశమే హద్దుగా యేడాదికి ఏడాది అంతస్తులు పెరుగుతున్నాయి.

ఇలా బహుళ అంతస్తుల భవనాలు పెరుగుతున్నా, వాటి భద్రతకు భరోసా ఎక్కడుంది.. ఊహించని అగ్నిప్రమాదాలు సంభవిస్తే, వాటిని సమర్థవంతంగా ఎదుర్కొనే వ్యవస్థ అగ్నిమాపక శాఖ వద్ద ఉందా అంటే లేదనే సమాధానం వస్తోంది. 18 అంతస్తులకుపైన ఎక్కడైనా అగ్నిప్రమాదం సంభవిస్తే అక్కడ మంటలను ఎలా ఆర్పేస్తారు, అక్కడ చిక్కుకున్న వారిని ఎలా రక్షిస్తారు, అగ్నిప్రమాదాన్ని నియంత్రించే పరికరాలు అందుబాటులో ఉన్నాయా అంటే.. అవేమి లేవనే సమాధానాలు వస్తుండడంతో నగరవాసులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ప్రభుత్వం యుద్ధ ప్రతిపాదికన అగ్నిమాపక శాఖలో ప్రమాదాలను నివారించేందుకు కావాల్సిన అత్యాధునిక పరికరాలను సమకూర్చాల్సిన అవసరం ఉంది. ఇతర రాష్ట్రాలు, దేశాలు ఏ విధంగా పరికరాలను సమకూర్చు కుంటున్నాయో పరిశీలించాల్సిన అవసరం ఏర్పడింది. బోంటో స్కై లిఫ్ట్‌లు రెండు అగ్నిమాపక శాఖ వద్ద ఉండగా, ఇవి 54 మీటర్ల ఎత్తు వరకు (18 ఫ్లోర్ల వరకు), ఒక ఇంపోర్టెడ్ రెస్క్యూ టెండర్ , రెస్క్యూ రెండర్స్ 4, ఒక హజ్మత్ వాహనం, ఒక డీసీపీ టెండర్స్, ఒక స్నోర్కెల్, మల్టీపర్పస్ టెండర్లు 68, అడ్వాన్స్ వాటర్ టెండర్లు 9, వాటర్ కమ్ ఫోమ్ టెండర్లు 9,160 వాటర్ టెండర్లు, 18 మినీ వాటర్ టెండర్లు, 21 వాటర్ బ్రౌజర్లు, ఐదు వాటర్ లారీలు, 29 మిస్ట్ జీప్ ఇలా ప్రమాదాలను నిలువరించేందుకు ఉపయోగించే వాహనాలు అగ్ని మాపక శాఖ వద్ద 827 ఉన్నట్లు లెక్కలు చెబుతున్నాయి.

50 రోజుల్లో 2వేల మంత్రాల పఠనం

కాశీ కుర్రాడు వేదమూర్తికి మోడీ ప్రశంసలు

న్యూఢిల్లీ: 19 ఏళ్ల పండితుడు వేదమూర్తి దేవ్రవ్రత్ మహేశ్ రేఖీపై ప్రధాని మోదీ ప్రశంసలు కురిపించారు. దండక్రమ పారాయణాన్ని పూర్తి చేసిన క్రమంలో ఆ కుర్రాడిని ప్రధాని మెచ్చుకున్నారు.

శుక్ల యజుర్వేదంలోని మధ్యాంధినిలో ఉన్న సుమారు 2000 మంత్రాలను ఆ యువకుడు పారాయణం చేశారు. వరుసగా 50 రోజుల్లో ఆ మంత్రాలను అతను వల్లించాడు. ఇదో గొప్ప ఘనత అని ప్రధాని మోదీ తన ప్రశంసలో పేర్కొన్నారు.

రాబోయేతరాలు ఈఅద్భుత ఘనతను గుర్తుంచుకుంటాయని అన్నారు. భారతీయ సంస్కృతి పట్ల ఆసక్తి ఉన్న ప్రతి ఒక్కరూ ఆ కుర్రాడు సాధించిన ఘనతను గర్విస్తారన్నారు. ఎటువంటి అవరోధాలు లేకుండా శుక్ల యుజుర్వేదంలోని 2వేలమంత్రాలను ఆ యువకుడుపఠించినట్లు చెప్పారు.కాశీ నియోజకవర్గానికి చెందినఆ కుర్రాడుఆ పవిత్ర పట్టణంలో అసాధారణఫీట్‌ను సాధించడం పట్ల సంతోషంగాఉందని ప్రధాని అన్నారు. తన ఎక్స్ అకౌంట్‌లో మోదీ మెసేజ్ చేశారు.

ఆకుర్రాడికి సపోర్టు ఇచ్చిన కుటుంబసభ్యులకు, పండితులుకు, సంస్థలకు ప్రధాని థ్యాంక్స్ తెలిపారు. మరో వైపు హర్యానాలోని జాజర్‌లో ఉన్న సిద్ధ బాబా పాల్‌నాథ్‌ఆశ్రమాన్ని యూపీ సీఎం యోగి ఆదిత్యనాథ్ సందర్శించారు. ప్రాణ ప్రతిష్ట, ఆత్మ భండార కార్యక్రమా ల్లో ఆయన పాల్గొన్నారు. సనాతన సంస్కృతి, మానవ పరిణామ క్రమంలో దాని ప్రభావాన్ని ఆయన తన ప్రసంగంలో తెలిపారు.

15లక్షల కోట్ల అప్పుల్లో తెలుగు రాష్ట్రాలు..!

ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ విడిపోయి కొత్తంగా రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలు ఏర్పడి దాదాపు పుష్కరకాలం కావస్తోంది. రెండు రాష్ట్రాల్లో ఇద్దరు సిఎంలు, కొన్ని పొలిటికల్ పదవులు, డిజిపిలు, సిఎస్‌లు ఏర్పడ్డా ఈ రెండు రాష్ట్రాల్లో సాధించిన అభివృద్ధి శూన్యం. ఉమ్మడి ఎపిగా ఉన్ననాటికి నేటికి..సాధించిన అభివృద్ధి ఏదయినా ఉందంటే అది అప్పులు మాత్రమే. రాజకీయ నేతలకు పాలన చేతగాకపోవడం వల్ల రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలు దాదాపు 15లక్షల కోట్ల అప్పుల్లో మునిగిపోయాయి. ఈ అప్పులు ఏ అభివృద్ధికి తార్కాణమో పాలకులు చెప్పాలి. దీనికి ఎవరు బాధ్యులో చెప్పాలి. ఉచిత పథకాలతో రాష్ట్రాలను దివాళా తీయిస్తున్న పాలకుల తీరు వల్ల రాష్ట్రాలు ఎప్పటికీ అభివృద్ధి చెందవు. ప్రజలు కడుతున్న విలువైన ట్యాక్స్ మొత్తాలను ఇలా దుబారా చేయడం ఎంతవరకు న్యాయమో ప్రజలే ఆలోచన చేయాలి. ఎంతకాలమీ ఉచిత పథకాలు ఇస్తారో చెప్పాలి. దీనిని ఏ రకమైన అభివృద్ధి అంటావో కూడా తెలపాలి. ఎందుకంటే రోడ్లు వేయడానికి నిధులు లేవు. అభివృద్ధి పనులకు నిధులు లేవు. సకాలంలో జీతాలు, పెన్షన్లకు నిధులు లేవు. స్కూళ్లు, వైద్యశాలలు కునారిల్లుతున్నాయి. పన్నులు మాత్రం దండిగా వసూలు చేస్తున్నారు. దక్షుడు లేని ఇంటికి పదార్థ వే లక్షలు వచ్చినా..అన్న శతకకారుడి పద్యం ఇప్పుడు ఈ రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలకు బాగా సరిపోతుంది. కిలో రూపాయికే బియ్యం, పెన్షన్లు, ఉచితబస్సు, ఉచిత విద్యుత, ఉచిత సిలిండర్, ఉచితంగా ఇళ్లు..ఇలా ఇంచుమించుగా ఇలాంటి పథకాలు రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో అమలవుతున్నాయి. ఇదే అభివృద్ధిగా చెబుతూ గొప్పగా ప్రచారం చేసుకుంటున్నారు. పెన్షన్లు పంచడానికి ఎపిలో సిఎం చంద్రబాబు హెలికాప్టర్ వేసుకుని తిరుగుతున్నారు. ఇంతదండగ మారి ఖర్చు ఎందుకో బాబు చెప్పాలి. హెలికాప్టర్ ఖర్చులు తడిసి మోపెడు అవుతున్నాయి. ఇక తెలంగాణలో పదేళ్ల కేసిఆర్ పాలన అప్పుల కుప్పగా నిలిచింది. వాటిని సరిచేసుకుని అభివృద్ధి చేసుకుంటూ పోవాల్సిన రేవంత్ సర్కార్ కూడా ఉచిత పథకాలను రద్దు చేయలేకపోతున్నది. ఓట్లు పోతాయన్న భయంతో ఈ పథకాలు కొనసాగిస్తున్నారు. కిలో రూపాయికి బియ్యం ఇవ్వడమే పెద్ద దగా అనుకుంటే ..సన్నబియ్యం ఇవ్వడం పెద్ద సంస్కరణగా చెప్పకుంటున్నారు. ఇక దీనిని దేశవ్యాప్తంగా అమలు చేయాలని ఇటీవల కేంద్రానికి సిఎం రేవంత్ సూచించారు. ఇలాంటి పథకాలు ప్రజలు సోమరులై, ఇళ్లల్‌ఓ కూర్చుని పనులకు పోకుండా ఉంటున్నారు. గ్రామాల్లో లేబర్ కావాలన్నా దొరకడం లేదు. వ్యవసాయానికి కూలీలు దొరకడం లేదు. ఇవన్నీ తెలిసిన విషయాలే అయినా ఎవ్వరూ పెద్దగా చర్చించడం లేదు. ఇకపోతే రాష్ట్ర అభివృద్ధి, భవిష్యత్తు లక్ష్యాలను దృష్టిలో ఉంచుకుని తెలంగాణ ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా 'తెలంగాణ రైజింగ్ 2047' విజన్ డాక్యుమెంట్‌ను రూపొందిస్తోంది. కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికారంలోకి వచ్చి రెండేళ్లు పూర్తి కావస్తున్న సందర్భంగా, ఈ విజన్ పాలసీ లక్ష్యాలు, ప్రణాళికలపై చర్చిస్తున్నారు. నిజానికి మిగులు ఆదాయం లేకుండా, అప్పులను ఎలా తీర్చాలో తెలప కుండా, ఉచిత పథకాల నుంచి గట్టెక్కడం ఎలాగో చెప్పకుండా తెలంగాణను 2037 వరకు1ట్రిలియన్ ఎకానమిగామారుస్తామని ప్రకటించడం దారుణం. అంతేనాఅంటే ప్రజలను మభ్య పెట్టడం తప్ప మరోటి కాదు. ఉభయ తెలుగు రాష్ట్రాల్లో సిఎంలు ఇద్దరూ అప్పులను తీర్చేందుకు ఉపాయాలు కోరడం లేదు. అప్పుల ఊబినుంచి బయటపడే ప్రయత్నం చేయడం లేదు. 2047 నాటికి 3ట్రిలియన్ ఎకానమిగా ఎదగాలన్నదే మా తుది లక్ష్యం అని తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఘనంగా ప్రకటించుకుంది. ఈ లక్ష్యాలను సాధించేందుకు వీలుగానే మేము తెలంగాణ రైజింగ్ 2047డాక్యుమెంట్ పాలసీని రూపొందిస్తున్నట్లు మంత్రిశ్రీధర్ బాబు స్పష్టం చేశారు. ఈ ప్రణాళికలో ముఖ్యంగా సంక్షేమం, అభివృద్ధి సమానంగా ఉండేలా చూస్తున్నా మని, వాటి మధ్య సమతుల్యతను కొనసాగించాలన్నదే తమ ప్రధాన ఉద్దేశమని మంత్రి తెలిపారు. ఈ విజన్ డాక్యుమెంట్ నాలుగు కోట్ల మంది ప్రజల భవిష్యత్తుకు సంబంధించినదని పేర్కొంటు న్నారు. దాని రూపకల్పనలో విస్తృత ప్రజాభిప్రాయాలను పరిగణన లోకి తీసుకున్నామని వెల్లడించారు. దాదాపు 4 లక్షల మంది ప్రజల సూచనలు,ముఖ్యంగా యువకుల అభిప్రాయాలు,సూచనలు తీసుకున్నా మని చెప్పారు.

వేసవిలో ఆరోగ్యం కోసం

ఏడాది పొడవునా వివిధ కాలాల్లో పండ్లు, ఫలాలను ప్రకృతి మనకు అందించింది. వేసవిలో లభించే రకరకాల పండ్లు కూడా మనకెంతో మేలు చేస్తాయి. వాతావరణంలోని అధిక ఉష్ణోగ్రతలకు శరీరం కోల్పోయిన నీటిని తిరిగి అందించటం, జీర్ణ సంబంధిత సమస్యల్ని దూరం చేయటం.. ఇలా పలు రకాలుగా ఇవి మన ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. ఈకాలంలో లభించే పండ్లు, పండ్ల రసాలు తీసుకుంటే ఎంతోకొంత ఉపశమనం పొందొచ్చు. పండ్లుగా తినటమే కాకుండా రసాలు (జ్యూసులు)గా కూడా వీటిని తీసుకుంటే చక్కటి ఆరోగ్యం సొంతమవుతుంది. బొప్పాయి, జామ, ఆపిల్, ద్రాక్ష, మామిడి, పుచ్చకాయ వంటివి మార్కెట్లో ప్రస్తుతం విరివిగా దొరుకుతున్నాయి. పండ్లలో బెటాకెరోటీన్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్, విటమిన్-సి, పొటాషియం, విటమిన్-బి కలిగివుండటం వల్ల శరీరానికి కావాల్సిన వ్యాధి నిరోధక శక్తి సమకూరుతుంది. మంచి ఆరోగ్యానికి కూడా ఇవి దోహదపడతాయి. పుల్లని నిమ్మ, నారింజ పండ్లలో విటమిన్-సి అధికంగా ఉంటుంది. పండ్లుగానూ, జ్యూస్‌లుగానూ కూడా వీటిని తీసుకోవచ్చు. జ్యూస్ కన్నా పండ్లను నేరుగా తీసుకోవటం మంచిది. పండ్లలో ఎక్కువశాతం విటమిన్లు, మినరల్స్, ఫైబర్లు, ఫ్లావానోయిడ్స్ ఉంటాయి. జ్యూస్ చేసేటప్పుడు తొక్కను తీసేస్తుంటాం. అలాంటపవిదు వాటిలో ఉండే ఫైబర్, మినరల్స్, విటమిన్స్ తగ్గిపోతాయి. పండ్లలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్, ఫాయిటో స్టేరోల్స్, ఫ్లావనోయిడ్స్ వంటివి శరీర ఆరోగ్యానికి కూడా దోహదపడతాయి. అదే జ్యూస్ అయితే ఈ ఫాయిటోకెమికల్స్ పండ్ల తొక్కలోనే ఉండిపోతాయి.

కొబ్బరి బోండాం: సమ్మర్‌లో మరో హెల్దీ డ్రింక్‌గా కొబ్బరి బోండాంను చెబు తుంటారు. వేసవి తాపాన్ని తట్టుకోవటానికి రోజుకు ఒక గ్లాస్ కొబ్బరినీటిని తీసుకుంటే మంచిది. దీనివల్ల అందులోని ఎలక్ట్రోలైట్స్ మన శరీరానికి అందుతాయి.

కివీ : పోషకాలు ఎక్కువగా నిక్షిప్తమే ఎండా కాలంలో లభ్యమయ్యే మరో పండు కివీ. ఇందులో అధికంగా ఉండే విటమిన్లు సి, ఇ, పొటాషియం, ఫైబర్ వంటివి శరీరం కోల్పోయిన నీటిని తిరిగి అందించటంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తాయి.

ఆఫ్రికాట్ : పొటాషియం, ఐరన్, బీటా కెరోటిన్,ఫైబర్‌తోపాటు విటమిన్ సి వంటి పోషకాలు అధికంగా లభించే మరో పండు ఆఫ్రికాట్. ఎండు ఆఫ్రికాట్ శరీరంలో ద్రవాల స్థాయిలు తగ్గకుండా చేయడంతోపాటుగా మలబద్ధకం వంటి పలు జీర్ణ సంబంధిత సమస్యల్ని తగ్గించటంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుంది. జ్వరం, రక్తహీనత, చర్మ సమస్యలు మొదలైనవి దరిచేరకుండా కాపాడుతుంది.

కర్బూజా : నీటిశాతం అధికంగా ఉండే పండ్లలో కర్బూజా ముఖ్యమైనవి. దీన్ని తినడం వల్ల ఇందులో ఎక్కువగా ఉండే నీరు శరీరంలోకి చేరి..చెమట రూపంలో కోల్పోయిన నీటిశాతాన్ని తిరిగి భర్తీ చేస్తుంది. ఈ పండు రక్తపోటుని అదుపులో ఉంచటంతోపాటు ఆస్తమా దరి చేరకుండా కాపాడటంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుంది. చెరకు రసం చెరకును ముక్కలుగా కట్ చేసి నమలొచ్చు. మిషన్ ద్వారా చెరకు రసం కూడా తీసితాగొచ్చు. దీనినితీసుకోవటం వల్లతక్షణశక్తి లభిస్తుంది. వేడికారణంగా అలసిన శరీరానికి దీనివల్ల ఉపశమనం లభిస్తుంది. చెరకు రసాన్ని కూడా బెస్ట్ సమ్మర్ డ్రింక్‌గా చెబుతారు.

మ్యాంగో లస్సీ : ఇప్పుడిప్పుడే మామిడి పండ్లు మార్కెట్లోకి వచ్చేస్తున్నాయి.పండిన రసంకాయల నుంచి రసాన్నితీసి లస్సీలాకూడా తాగేయొచ్చు. ఇది నార్మల్ లస్సీ కంటే కాస్త డిఫరెంట్‌గా ఉంటుంది. పెరుగు కూడా కలుపుకోవచ్చు.ఈ రెండింటి కలయిక అద్భుతంగా ఉంటుంది.

అనాస : జీర్ణశక్తిని పెంచడానికి ఉపయోగపడే అద్భుతమైన పండు అనాస. వీటిలోఉండే బ్రోమెలైన్ అనే ఎంజైమ్ కారణం. ఎన్నో రకాల ఖనిజాలు, విటమిన్లు దాగున్నాయి. వీటిలో ఎక్కువమొత్తంలో ఉండే యాంటీఆక్సిడెంట్లు శరీరంపలు వ్యాధులబారినపడకుండా కాపాడతాయి. ఇవే కాకుండా బ్లూ బ్రెర్రీ, బ్లాక్ బెర్రీ, స్ట్రా బెర్రీ వంటి పండ్లలో ఫైటో కెమికల్స్ ఎక్కువ మొత్తంలో ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో రోగ నిరోధక శక్తిని మెరుగుపర్చడానికి తోడ్పడతాయి. శరీరంలో రక్త ప్రసరణ సరిగ్గా జరిగేలా చేయడంతోపాటు..క్యాన్సర్, గుండె సంబంధిత సమస్యలు రాకుండా నివారించడంలో కూడా సహాయపడతాయి.

పుచ్చకాయ వేసవిలో శరీరానికి ఉపశమనం కల్పించేవాటిలో పుచ్చకాయలు కూడా కీలకపాత్ర పోషిస్తాయి. ఇందులో నీటిశాతం చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. దీనిని తినటం వల్ల డీహైడ్రేషన్ సమస్య తగ్గుతుంది. కాయను ముక్కలుగా చేసి తినొచ్చు. లేదా డ్రింక్‌గా తయారుచేసుకుని తాగొచ్చు. వేసవిలో దీనిని బెస్ట్ సమ్మర్ డ్రింక్‌గా పిలుస్తుంటారు. బీటా కెరోటిన్, పొటాషియం, ఐరన్ వంటి ఖనిజాలతో పాటు విటమిన్ సి కూడా ఈ పండులో సమృద్ధిగా ఉంటుంది. ఇవన్నీ శరీరం కోల్పోయిన నీటిని తిరిగి అందించటంలో సహాయపడతాయి.

పచ్చి మామిడి రసం : పచ్చిమామిడిని కూడా ముక్కలుగా కోసి తినొచ్చు. లేదా మిక్సీలో వేసి రసంలా చేసి తాగొచ్చు. ఇది కూడా వేసవి తాపాన్ని తగ్గించేసి శరీరానికి శక్తి నిస్తుంది. దీనివల్ల హైడ్రేట్‌గా కూడా ఉండొచ్చు. టిఫిన్ లేదా భోజనం ఒకవేళ ఆలస్యమైనా రోజంతా అలసట రాకుండా ఉంటుంది. ప్రస్తుతం చిన్నరసాలు, బంగినిపల్లి మామిడిపండ్లు మార్కెట్లోకి కోల్డ్ కాఫీ, టీ: చాలామంది ప్రతిరోజూ కాఫీ తాగుతుంటారు. ప్రతిసారీ హాట్ కాఫీ తాగేబదులుగా ఈ సీజన్‌కు తగ్గట్టుగా కోల్డ్ కాఫీ తాగటం కూడా మంచిదే. మనసు ప్రశాంతంగా హాయిగా ఉంటుంది. టీ కూడా అంతే. చల్లగా కూడా తీసుకోవచ్చు. పాలు లేకుండా డికాషన్‌లో నిమ్మరసం వేసి దానిని చల్లబరిచి తీసుకోవచ్చు. తద్వారా అలసట కూడా తగ్గుతుంది.

మామిడిపండ్లు వేసవిలో లభించే పండ్లలో అతి ముఖ్యమైనవి మామిడి పండ్లు. పెద్ద రసాలు, చిన్నరసాలు రసంతో అందరూ ఎంతో ఇష్టంగా తింటుంటారు. మామిడిలో ఎక్కువగా ఉండే విటమిన్ ఎ కంటి ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. మామిడి పండ్లలో ఎక్కువగా ఉండే ఫైబర్, బీటా కెరోటిన్, విటమిన్ సి వంటి పోషకాలు ఆరోగ్యానికి చాలా అవసరం. ముంతమామిడి, తోతాపురి, హిమాపసంద్ వంటి పచ్చికాయలు కూడా ఆరోగ్యానికి బాగా మేలు చేస్తాయి.

లస్సీ : పెరుగుతో చేసిన లస్సీ కూడా మంచి రిఫ్రెషింగ్ డ్రింక్‌గా చెబుతారు. దీనిని తీసుకోవటం వల్ల శరీరం చల్లబడుతుంది. ఎంత వేడిగా ఉన్నా కాస్త లస్సీ తాగితే చాలా రిలాక్స్‌గా ఉంటుంది.

నిమ్మనీరు : ఎండాకాలంలో తప్పకుండా తాగాల్సిన నీరు నిమ్మరసం. ఈ రసాన్ని నీటిలో పిండి కొద్దిగా ఉప్పు, కొద్దిగా పంచదార వేసి షర్బత్‌లా తీసుకోవచ్చు. చక్కటి ఉపశమనం శరీరానికి వస్తుంది.

ఎల్లప్పుడూ యంగ్‌గానే కనిపించాలా..?

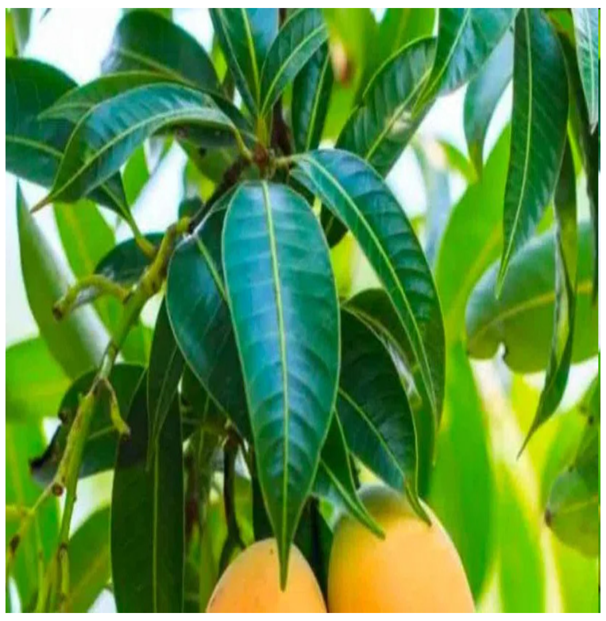
సినిమా తారలను చూస్తే ఎల్లప్పుడూ వారు యంగ్‌గానే కనిపిస్తారు. 50 సంవత్సరాల వయస్సులోనూ యవ్వనంగానే కనిపిస్తారు. అయితే వారు అలా కనిపించేందుకు ఎంతో కష్టపడతారన్న విషయం మాత్రం చాలా మందికి తెలియదు. వారు సినిమాల్లో నటించాలి కనుక యంగ్‌గా ఉంటేనే బాగుంటుంది. కనుక ఆ ఫిజిక్‌ను మెయింటెయిన్ చేసేందుకు తీవ్రంగా శ్రమిస్తుంటారు. వ్యాయామం చేయడంతోపాటు స్ట్రిక్ట్ డైట్‌ను కూడా పాటిస్తుంటారు. అయితే మన శరీరాన్ని యవ్వనంగా ఉంచడంలో ఆహారం ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తుందని చెప్పవచ్చు. మనం తీసుకునే ఆహారాలే మన శరీనాన్ని యవ్వనంగా ఉంచుతాయి. అనారోగ్యాల బారిన పడకుండా చూస్తాయి. ఈ క్రమంలోనే నిత్యం పలు ఆహారాలను తినడం వల్ల ఎల్లప్పుడూ యంగ్ గా ఉండేలా చూసుకోవచ్చు. దీంతో అందరి దృష్టి మీపైనే పడుతుంది. ఇక అందుకు ఏయే ఆహారాలను తినాలో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. రోజూ 2 నుంచి 3 కప్పుల గ్రీన్ టీని సేవిస్తుండడం వల్ల ఎల్లప్పుడూ చర్మాన్ని యవ్వనంగా ఉంచుకోవచ్చు. గ్రీన్ టీలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ముఖ్యంగా ఇందులో పాలిఫినాల్స్ ఉంటాయి. ఇవి వృద్ధాప్య ఛాయలను తగ్గిస్తాయి. ముఖంపై ఉండే ముడతలు, మచ్చలు పోయేలా చేస్తాయి. దీంతోపాటు తీవ్రమైన వ్యాధులు రాకుండా చూస్తాయి. కనుక గ్రీన్ టీని రోజూ తాగుతుంటే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలగడమే కాకుండా శరీరాన్ని ఎల్లప్పుడూ యవ్వనంగా ఉంచుకోవచ్చు. చర్మం కాంతివం తంగా మారి మెరుస్తుంది. అలాగే వారంలో కనీసం 2 నుంచి 3 సార్లు చేపలను ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి. సాల్మన్ వంటి చేపల్లో ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు, ప్రోటీన్లు, సెలీనియం, ఆస్టాజాం తిన్ వంటి పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి మన శరీరంలో కొల్లాజెన్‌ను ఉత్పత్తి చేసేందుకు దోహదపడతాయి. చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. కనుక చేపలను తరచూ తింటుండాలి.

డార్క్ చాకొలెట్లు..: డార్క్ చాకొలెట్లను తినడం వల్ల కూడా చర్మం ఎల్లప్పుడూ యవ్వనంగా ఉంటుంది. వీటిల్లో ఫ్లేవనాయిడ్స్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి సూర్యుని నుంచి వచ్చే అతినీలలోహిత కిరణాల బారి నుంచి చర్మాన్ని సంరక్షిస్తాయి. దీంతో చర్మం యవ్వనంగా కనిపిస్తుంది. వృద్ధాప్య ఛాయలు అంత త్వరగా రావు. అవిసె గింజలలో ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు అధికంగా ఉంటాయి. ముఖ్యంగా ఈ గింజల్లో ఆల్ఫా-లినోలీనిక్ యాసిడ్ ఉంటుంది. ఇది చర్మం పొరలను సంరక్షిస్తుంది. చర్మం ఎల్లప్పుడూ తేమగా ఉండేలా చేస్తుంది. దీంతో చర్మానికి సహజసిద్ధమైన నిగారింపు వస్తుంది. కనుక అవిసె గింజలను కూడా రోజువారి ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి.

దానిమ్మ పండ్లు..: చూసేందుకు ఎరుపు రంగులో దానిమ్మ పండ్లు ఎంతో ఆకర్షణీయంగా కనిపిస్తాయి. ఇవంటే చాలా మందికి ఇష్టమే. అయితే దానిమ్మ పండును రోజూ ఒకటి తింటున్నా చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. దానిమ్మ పండ్లలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి చర్మానికి మరమ్మత్తులు చేస్తాయి. దీంతో చర్మ కణాలు పునరుత్తేజం చెందుతాయి. చర్మం యవ్వనంగా మారి కాంతివంతంగా కనిపిస్తుంది. రోజూ దానిమ్మ పండును తినడం ఇష్టం లేకపోతే దాని జ్యూస్‌ను అయినా తాగవచ్చు. దీంతో చర్మాన్నియంగ్‌గాఉంచుకోవచ్చు. అలాగే చెర్రీలను ఆహారంలో భాగం చేసుకున్నా కూడా చర్మం ఆరోగ్యంగా, సురక్షితంగా ఉంటుంది. చెర్రీ పండ్లలో విటమిన్ సి, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తికి దోహదం చేస్తాయి. దీంతో చర్మం సురక్షితంగా ఉంటుంది. యవ్వనంగా కనిపిస్తుంది.

మామిడి ఆకులతో ఇంటి చిట్కాలు..

ఎన్ని వ్యాధులను తగ్గించుకోవచ్చో తెలుసా..?



వేసవి కాలంలో మనకు మామిడి పండ్లు లభిస్తాయి. సీజనల్ ఫ్రూట్ అయిన ఈ పండ్లను వేసవి కాలంలో తింటే అనేక లాభాలను పొందవచ్చు. మామిడి పండ్లలో అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. ఇవన్నీ మనకు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తాయి. మామిడి పండ్లలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది బరువు తగ్గేందుకు దోహదం చేస్తుంది. జీర్ణ వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. గ్యాస్, అజీర్తి, అసిడిటీ, మలబద్ధకం ఉన్నవారు మామిడి పండ్లను తింటుంటే ఫలితం ఉంటుంది. మామిడి పండ్లలో విటమిన్ ఎ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది కంటి చూపును మెరుగు పరుస్తుంది. అయితే కేవలం పండ్లే కాదు, మామిడి ఆకులు కూడా మనకు ఎన్నో లాభాలను అందిస్తాయి. ఆయుర్వేద ప్రకారం ఈ ఆకుల్లో అనేక ఔషధ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి అనేక వ్యాధులను నయం చేసేందుకు దోహద పడతాయి.

షుగర్ పూర్తిగా మాయం..: డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి మామిడి ఆకులను ఒక వరంగా చెప్పవచ్చు. 10 నుంచి 15 మామిడి ఆకులను తీసుకుని బాగా కడిగి ఒక పాత్రలోని నీటిలో వాటిని వేసి ఆ నీళ్లను బాగా మరిగించాలి. అనంతరం ఆ నీళ్లను చల్లార్చి రాత్రంతా అలాగే ఉంచాలి. మరుసటి రోజు ఉదయం ఆ నీటిని వడకట్టి పరగడుపునే అల్పాహారానికి 30 నిమిషాల ముందు తాగాలి. ఇలా రోజూ చేస్తుంటే కొద్ది రోజుల్లోనే ఫలితం కనిపిస్తుంది. షుగర్ లెవల్స్ పూర్తిగా అదుపులోకి వస్తాయి. డయాబెటిస్ నియంత్రణలో ఉంటుంది. అయితే ఇలా నీళ్లను తయారు చేసేసదుపాయం లేనివారు మామిడి ఆకులను నీడలో ఎండబెట్టి పొడిగా చేసి దాన్నినిల్వ చేసుకోవాలి. ఈ పొడినిఒక టీస్పూన్ మోతాదులో తీసుకుని ఒక గ్లాస్‌గోరు వెచ్చని నీటిలో కలిపి ఉదయం పరగడుపునే అల్పాహారానికి 30 నిమిషాల ముందు తాగాలి. షుగర్ మరీ ఎక్కువగా ఉన్నవారు రాత్రి పూట భోజనానికి ముందు కూడా ఈ నీళ్లను తాగాలి. ఇలా చేస్తున్నా కూడా షుగర్ అదుపులోకి వస్తుంది.

చర్మ సమస్యలకు..: మామిడి ఆకులను కొన్ని తీసుకుని నీడలో ఎండబెట్టాలి. ఆ ఆకులను పొడిగా చేయాలి. అనంతరం ఆ పొడిని పెనంపై వేయించి బూడిదలా మార్చాలి. అందులో కాస్త కొబ్బరినూనె కలిపి మెత్తని పేస్ట్‌లా మార్చాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని రాస్తుంటే మొటిమలు తగ్గిపోతాయి. దీన్ని రాత్రి పూట మొటిమలపై రాసి మరుసటి రోజు ఉదయం కడిగేయాలి. దీంతో మొటిమలు తగ్గుతాయి. ఈ మిశ్రమం గాయాలు, పుండ్లు మానేందుకు కూడా పనిచేస్తుంది. మామిడి ఆకులను నీటితో కలిపి మెత్తగా నూరి పేస్ట్‌లా చేయాలి. అందులో కాస్త పెరుగు కలిపి ఆ మిశ్రమాన్ని ఫేస్ ప్యాక్‌లా ముఖానికి రాయాలి. 15-20 నిమిషాలు ఆగిన తరువాత గోరు వెచ్చని నీటితో కడిగేయాలి. ఇలా తరచూ చేస్తుంటే ముఖంపై ఉండే డల్ నెస్ తగ్గుతుంది. ముఖం కాంతివంతంగా మారి మెరుస్తుంది. ముఖం అందంగా కనిపిస్తుంది.

జుట్టు పెరిగేందుకు..: మామిడి ఆకులను నీటితో కలిపి మెత్తగా నూరి పేస్ట్‌లా చేసి ఆ మిశ్రమంలో కాస్త ఆలివ్ ఆయిల్ కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని హెయిర్ ప్యాక్‌లా జుట్టుకు బాగా రాయాలి. 20 నిమిషాలు అయ్యాక తలస్నానం చేయాలి. తరచూ ఈ హెయిర్ ప్యాక్‌ను ఉపయోగిస్తుంటే శిరోజాలు కాంతివంతంగా మారి మెరుస్తాయి. జుట్టు ఒత్తుగా పెరిగి దృఢంగా, ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. చుండ్రు తగ్గిపోతుంది. మామిడి ఆకులను నీటిలో వేసి మరిగించి ఆ నీళ్లను మీరు స్నానం చేసే నీటిలో కలిపి ఆ నీటితో స్నానం చేయండి. దీంతో చర్మంపై ఉండే ఇన్‌ఫెక్షన్లు తగ్గుతాయి. ముఖ్యంగా దురద నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. మామిడి ఆకులను నీటితో కలిపి నూరి మెత్తని పేస్ట్‌లా చేసి అందులో కాస్త కొబ్బరినూనె కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని రాస్తుంటే గాయాలు, పుండ్లు త్వరగా మానుతాయి.

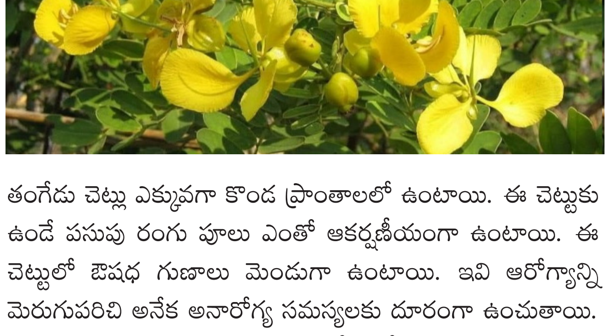
ఒత్తిడి, ఆందోళన తగ్గుతాయి..: మామిడి ఆకులను నీటిలో వేసి మరిగించి ఆ నీటిలో కాస్త తేనె కలిపి తాగితే ఒత్తిడి, ఆందోళన తగ్గుతాయి. మైండ్ రిలాక్స్ అవుతుంది. మానసిక ప్రశాంతత లభించి రాత్రి పూట నిద్ర చక్కగా పడుతుంది. మామిడి ఆకుల నుంచి రసం తీసి దాన్ని కొద్దిగా వేడి చేయాలి. ఆ రసాన్ని ఒకటి లేదా రెండు చుక్కల చొప్పున చెవిలో వేయాలి. దీంతో చెవి నొప్పి, చెవి ఇన్ఫెక్షన్ తగ్గుతాయి. మామిడి ఆకులను కాల్చగా వచ్చే పొగను పీలుస్తుంటే వెక్కిళ్లు తగ్గిపోతాయి. గొంతులో గరగర, మంట నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. మామిడి ఆకులను నీటిలో వేసి మరిగించి ఆ నీళ్లను ఒక కప్పు మోతాదులో రోజూ తాగుతుంటే బీపీ తగ్గుతుంది. హైబీపీ ఉన్నవారికి ఈ మిశ్రమం ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ఇలా మామిడి ఆకులతో అనేక చిట్కాలను పాటించి అనేక వ్యాధులను తగ్గించుకోవచ్చు. అయితే అలర్జీలు ఉన్నవారు మామిడి ఆకులను ఉపయోగించకూడదు.

అన్ని రకాలుగా ఆరోగ్యంగా ఉండాలని చూస్తున్నారా..?

ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు మనకు అనేక రకాల డైట్స్ అందుబాటులో ఉన్నాయి. ఎవరైనా సరే తమ సౌకర్యానికి అనుగుణంగా ఉండే డైట్‌ను పాటిస్తుంటారు. అయితే ప్రస్తుతం ఒక డైట్ మాత్రం బాగా ట్రెండింగ్‌లో ఉంది. అదే మైండ్ డైట్. రెండు రకాల డైట్‌లను కలిపి ఈ డైట్‌ను రూపొందించారు. మెడిటరేనియన్‌తోపాటు డ్యాష్ డైట్‌ను కలిపి మైండ్ డైట్‌ను రూపొందించారు. రష్ యూనివర్సిటీ మెడికల్ సెంటర్‌కు చెందిన పరిశోధకులు ఈ డైట్‌కు రూపకల్పన చేశారు. ఇందులో భాగంగా పలు ఆహారాలను వారంలో నిర్దిష్టమైనన్ని సార్లు కచ్చితంగా తీసుకోవాలి. అలాగే కొన్ని ఆహారాలను తీసుకోవడం మానేయాలి. లేదా వారంలో చాలా తక్కువ సార్లు తీసుకోవాలి. ఇలా మైండ్ డైట్‌ను పాటించాల్సి ఉంటుంది. దీంతో అనేక ప్రయోజనాలు పొందవచ్చని పరిశోధకులు చెబుతున్నారు. **ఏం తినాలి..?:** మైండ్ డైట్‌లో బాగంగా వారంలో కనీసం 6 సార్లు కూరగాయలు, ఆకుకూరలను తినాలి, పిండి పదార్థాలు లేని కూరగాయలను ఏదో ఒకటి కచ్చితంగా రోజూ తినాలి. వారంలో కనీసం 2 సార్లు బెర్రీలను తినాలి. వారంలో కనీసం 5 సార్లు నట్స్‌ను తీసుకోవాలి. రోజూ ఆలివ్ ఆయిల్‌ను వంటలకు కచ్చితంగా ఉపయోగించాలి. ఓట్ మీల్, బ్రౌన్ రైస్‌ను వారంలో కనీసం 3 సార్లు తినాలి. వారానికి ఒకసారి చేపలను కచ్చితంగా తినాలి. వారంలో 3 సార్లు బీన్స్, వారానికి 2 సార్లు చికెన్ లేదా కోడిగుడ్లను, రోజుకు ఒక గ్లాస్ వైన్‌ను (వీలుంటే) తాగాలి. ఇలా మైండ్ డైట్‌లో భాగంగా ఈ ఆహారాలను కచ్చితంగా తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది.

ఏం తినకూడదు..?: మైండ్ డైట్‌ను పాటించే వారు మటన్ తినకూడదు. లేదా వారంలో ఒకసారి తినవచ్చు. అంతకు మించరాదు. వెన్న, నెయ్యి రోజుకు ఒక టీస్పూన్ మించకూడదు. చీజ్‌ను వారంలో ఒకసారి మాత్రమే తినవచ్చు. పేస్ట్రీలు, స్వీట్లను కూడా వారంలో ఒకసారి మాత్రమే తినాలి. వేపుళ్లను కూడా వారంలో ఒకసారి మించి తినకూడదు. ఇక మైండ్ డైట్‌ను పాటిస్తే అనేక లాభాలను పొందవచ్చని పరిశోధకులు చెబుతున్నారు. మైండ్ డైట్‌ను పాటించడం వల్ల అల్జీమర్స్ వచ్చే రిస్క్ చాలా వరకు తగ్గుతుందని చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా వయస్సు మీద పడిన వారిలో అల్జీమర్స్ అధికంగా వస్తుంది. కానీ మైండ్ డైట్‌ను పాటిస్తే అల్జీమర్స్ రాకుండా చూసుకోవచ్చు. అలాగే మెదడు యాక్టివ్‌గా మారి ఉత్తేజంగా పనిచేస్తుంది. బద్దకం పోతుంది. రోజంతా ఉత్సాహంగా ఉంటారు. వృద్ధాప్యంలో మతిమరుపు కూడా రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు. **లాభాలు..:** మైండ్ డైట్‌ను పాటిస్తే శరీరానికి అనేక విటమిన్లు, మినరల్స్ లభిస్తాయి. ముఖ్యంగా విటమిన్లు ఎ, కె, బి విటమిన్లు పొందవచ్చు. ఫోలేట్, ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు అధికంగా లభిస్తాయి. ఇవి మెదడును సంరక్షిస్తాయి. కణాలు వాపులకు గురి కాకుండా ఉంటాయి. ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. క్యాన్సర్, గుండె జబ్బులు వచ్చే ప్రమాదం తగ్గుతుంది. మైండ్ డైట్ వల్ల హృదయ సంబంధిత వ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. బీపీ తగ్గుతుంది. కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్ అదుపులో ఉంటాయి. మైండ్ డైట్‌ను పాటిస్తే తీవ్రమైన వ్యాధులు రాకుండా అడ్డుకోవచ్చని పరిశోధకులు చెబుతున్నారు.

తంగేడు పువ్వు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు..



తంగేడు చెట్లు ఎక్కువగా కొండ ప్రాంతాలలో ఉంటాయి. ఈ చెట్టుకు ఉండే పసుపు రంగు పూలు ఎంతో ఆకర్షణీయంగా ఉంటాయి. ఈ చెట్టులో ఔషధ గుణాలు మెండుగా ఉంటాయి. ఇవి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరిచి అనేక అనారోగ్య సమస్యలకు దూరంగా ఉంచుతాయి. మరి ఈ చెట్టును ఏ విధంగా ఉపయోగిస్తే ఆరోగ్యానికి మంచి ఫలితాలు కలుగుతాయో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.. 1.మలబద్ధకం తగ్గుతుంది: తంగేడు ఆకుల పొడిని ఒక గ్లాసు గోరువెచ్చట నీటితో కలిపి ఉదయాన్నే తీసుకుంటే పేగులలో పేరుకుపోయిన మలం తేలికపడి మలవిసర్జన సాఫీగా జరుగుతుంది. కనుక మలబద్ధక సమస్యలతో బాధపడేవారు తంగేడు ఆకుల కషాయాన్ని తీసుకుంటే మంచి ఫలితం ఉంటుంది. 2.అతిమూత్ర వ్యాధి సమస్యలు తగ్గుతాయి: కొందరిలో మూత్రం అధికంగా పోతుంటుంది. ఈ సమస్యను తగ్గించుకోవడానికి తంగేడు పూల పొడి బెల్లాన్ని సమాన భాగాలుగా తీసుకుని చూర్ణం తయారు చేసుకోవాలి. ఈ చూర్ణాన్ని ప్రతిరోజు సగం స్పూన్ చొప్పున తీసుకుంటే అతిమూత్ర వ్యాధి సమస్యలు తగ్గుతాయి. 3.నీళ్ల విరోచనాలు తగ్గుతాయి: ఒక గిన్నెలో రెండు గ్లాసుల నీళ్లు, తంగేడు చెట్టు వేర్లను వేసి బాగా మరిగించాలి. నీళ్లు బాగా మరిగిన తరువాత స్టవ్ ఆఫ్ చేసుకుని వడగట్టుకుని గోరువెచ్చగా

ఉన్నప్పుడు తాగాలి. ఇలా ఈ చెట్టు వేర్లతో చేసుకునే కషాయం నీళ్ల విరోచనాలను తగ్గించడానికి చక్కగా పనిచేస్తుంది. 4.మధుమేహం అదుపులో ఉంటుంది: తంగేడు పూల కషాయం మధుమేహాన్ని అదుపులో ఉంచుతుంది. ఇందుకోసం ఒక గిన్నెలో రెండు గ్లాసుల నీళ్లు, తంగేడు పువ్వులు ఒక స్పూన్ నల్ల వక్కల పొడి వేసి బాగా మరిగించాలి. ఈ నీటిని వడగట్టుకుని తాగాలి. ఇలా క్రమం తప్పకుండా నెల రోజుల పాటు తాగితే మధుమేహం అదుపులో ఉంటుంది.

సినిమా

రాముడికి ఇచ్చిన మాట కోసం!

పానిండియా బ్లాక్‌బస్టర్ 'హను-మాన్'కి సీక్వెల్‌గా వస్తున్న మైథలాజికల్ అడ్వెంచర్ 'జై హనుమాన్'. సప్త చిరంజీవుల మేళవింపుతో కూడిన కథాంశంతో హాలీవుడ్ 'అవెంజర్స్'ని తలపించేలా దర్శకుడు ప్రశాంత్‌వర్మ తెరకెక్కిస్తున్న ఈ వెండితెర అద్భుతానికి కథానాయకుడు 'కాంతార'ఫేం రిషబ్‌శెట్టి. ఇందులో ఆయన వీరాంజనేయుడిగా కనిపించబోతున్నారు. రానా దగ్గుబాటి కీలక పాత్ర పోషించనున్నారు.

ఆ పాత్ర వివరాలను చిత్రబృందం గోప్యంగా ఉంచింది. ఇక శు క్రచార్యుడిగా అక్షయ్‌ఖన్నా.. ఇలా వివిధ పాత్రల్లో దేశంలోని పేరెన్నికగన్న తారలంతా ఈ సినిమాలో కనిపించబోతున్నారు. ఇప్పటికే ఈ సినిమా ఒక షెడ్యూల్‌ని పూర్తిచేసుకున్నది. మలి షెడ్యూల్ మొదలైంది. రిషబ్‌శెట్టి, రానా, అక్షయ్‌ఖన్నాలపై కీలక సన్నివేశాలను దర్శకుడు ప్రశాంత్‌వర్మ తెరకెక్కిస్తున్నారు. రాముడికిచ్చిన మాట కోసం హనుమంతుడు చేసిన యుద్ధమే ఈ సినిమా అని ఇన్‌సైడ్ టాక్. సంక్రాంతి కానుకగా సినిమాను విడుదల చేసేందుకు మేకర్స్ ప్లాన్ చేస్తున్నారు. మైత్రీ మూవీమేకర్స్ పతాకంపై నవీన్ యర్నేని, రవిశంకర్ యలమంచిలి నిర్మిస్తున్న ఈచిత్రానికి సంగీతం: గౌర హరి.

పర్యావరణ సంక్షోభంపై కాజల్ అగర్వాల్ ప్రయోగం..

ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఎండల తీవ్రత పెరుగుతూ, గ్లోబల్ వార్మింగ్ ప్రభావం స్పష్టంగా కనిపిస్తున్న ఈ సమయంలో, సినీ రంగం కూడా సామాజిక బాధ్యతను గుర్తుచేసే కథల వైపు అడుగులు వేస్తోంది. ఈ క్రమంలో టాలీవుడ్ చందమామగా గుర్తింపు పొందిన కాజల్ అగర్వాల్ ఓ ఆసక్తికరమైన ప్రయోగంతో ముందుకు వస్తోంది. పర్యావ రణ కాలుష్యం, వ్యవసాయ రంగంలో రసాయనాల దుర్వినియోగం, పురుగుమందుల అధిక వినియోగం వల్ల తలెత్తుతున్న ప్రమాదకర పరిస్థితుల నేపథ్యంలో తెరకెక్కుతున్న ఈ చిత్రానికి 'ది ఇండియా స్టోరీ' అనే టైటిల్‌ను ఖరారు చేశారు. కేవలం ఒక కుటుంబం సమస్యగా కాకుండా, దేశవ్యాప్తంగా ప్రజారోగ్యం మరియు భద్రతను ప్రభావితం చేసే పెద్ద సంక్షోభాన్ని ఈ కథలో ప్రతిబింబించనున్నారు. ఈ చిత్రంలో పురుగుమందుల కుంభకోణాలు, వ్యవస్థలోని లోపాలు, నియంత్రణల లోటు వంటి కీలక అంశాలను ప్రస్తావిస్తూ, సమాజాన్ని ఆలోచింపజేసేలా కథను రూపొందించినట్లు నిర్మాత సాగర్ బి షిండే వెల్లడించారు. ఇది కేవలం పర్యావరణ సమస్య మాత్రమే కాదు, మానవాళికి ఎదురవుతున్న తీవ్రమైన సంక్షోభమని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈ చిత్రంలో కాజల్ అగర్వాల్‌తో పాటు శ్రేయస్ తల్పాడే కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. వీరి నటన ఈ సినిమాను మరింత బలంగా నిలబెడుతుందని చిత్ర వర్గాలు భావిస్తున్నాయి. దర్శకత్వ బాధ్యతలను చేతన్ డికె చేపట్టగా, కథను కూడా సాగర్ బి షిండే అందించారు. జీ స్టూడియోస్ సమర్పణలో రూపొందుతున్న ఈ చిత్రం జూలై 24న థియేటర్లలో విడుదల కానుంది. తెలుగు, హిందీ, తమిళ భాషల్లో ఒకేసారి విడుదలకు సిద్ధమవుతోంది. సినిమాటోగ్రఫీని నిశాంత్ భాగవత్ అందించగా, సంగీతాన్ని మంగేష్ ధక్డే సమకూరు స్తున్నారు.సామాజిక అంశాలను ప్రధానంగా తీసుకుని రూపొందిన ఈ సోషియో-నేషనల్ డ్రామా ప్రేక్షకులను ఆలోచింపజేయడమే కాకుండా, వినోదాన్ని కూడా అందిస్తుందని చిత్ర యూనిట్ విశ్వాసం వ్యక్తం చేస్తోంది. ఇక కాజల్ అగర్వాల్ కెరీర్ విషయానికి వస్తే, కమర్షియల్ సినిమాల నుంచి కాస్త దూరంగా వెళ్లి, లేడీ ఓరియెంటెడ్ మరియు సామాజిక స్పృహ కలిగిన కథలపై ఎక్కువగా దృష్టి పెడుతోంది. కుటుంబ జీవితాన్ని సమతౌల్యంగా కొనసాగిస్తూ, నటిగా తన ప్రయాణాన్ని కొత్త దిశలో తీసుకెళ్తోంది.

57 ఏళ్ల వయసులో ప్రేమకు కొత్త నిర్వచనం..

వెండితెరపై కరుడుగట్టిన విలనిజంతో ప్రేక్షకులను భయపెట్టిన ప్రముఖ నటుడు రాహుల్ దేవ్ ఇప్పుడు తన వ్యక్తిగత జీవితంతో వార్తల్లో నిలిచారు. దశాబ్దాలుగా స్టైలిష్ విలన్‌గా గుర్తింపు పొందిన ఆయన, ప్రస్తుతం 57 ఏళ్ల వయసులో తనకంటే 18 ఏళ్లు చిన్నదైన నటి, మోడల్ ముగ్ధా గోడ్సేతో పదేళ్లుగా సహజీవనం చేస్తుండటంతో సోషల్ మీడియాలో చర్చనీయాంశంగా మారారు. రాహుల్ దేవ్ జీవితంలో ఎన్నో ఎత్తుపల్లాలు ఉన్నాయి. 2009లో ఆయన భార్య రీనా దేవ్ క్యాన్సర్‌తో మృతి చెందడం ఆయనను తీవ్రంగా కలిచివేసింది. ఆ సమయంలో కెరీర్ పీక్స్‌లో ఉన్నప్పటికీ, తన కుమారుడి బాధ్యత కోసం సినిమాలకు కొంతకాలం దూరమయ్యారు. ఒక తండ్రిగా తన బాధ్యతలను నిర్వర్తించిన అనంతరం, 2013లో ఒక స్నేహితుడి పెళ్లిలో ముగ్ధా గోడ్సేతో పరిచయం ఏర్పడింది. ఆ పరిచయం క్రమంగా స్నేహంగా, తర్వాత ప్రేమగా మారింది. ముగ్ధా గోడ్సే 'మిస్ ఇండియా 2004' సెమీ ఫైనలిస్ట్‌గా నిలిచిన వ్యక్తి. అలాగే ఫ్యాషన్ సినిమాతో బాలీవుడ్‌లో మంచి గుర్తింపు తెచ్చుకున్నారు. వీరిద్దరి మధ్య 18 ఏళ్ల వయసు తేడా ఉన్నప్పటికీ, యోగా, ఫిట్‌నెస్, ఆధ్యాత్మికత పట్ల ఉన్న ఆసక్తి వీరిని మరింత దగ్గర చేసింది. "ప్రేమకు వయసుతో సంబంధం లేదు" అంటూ ట్రోల్స్‌కి రాహుల్ దేవ్ తరచూ సమాధానం ఇస్తుంటారు. ఢిల్లీలో జన్మించిన రాహుల్ దేవ్, 2000లో వచ్చిన ఛాంపియన్ సినిమాతో బాలీవుడ్‌లోకి అడుగుపెట్టారు. తొలి సినిమాతోనే ఉత్తమ విలన్ విభాగంలో గుర్తింపు పొందిన ఆయన, ఆ తర్వాత వెనుదిరిగి చూసుకోలేదు. తెలుగులో ఆయన విలనిజం ప్రత్యేక స్థానం సంపాదించింది. సింహాద్రి సినిమాలో బాలా నాయర్ పాత్ర ఆయనకు విశేషమైన గుర్తింపు తీసుకువచ్చింది. అలాగే అతడు సినిమాలో ప్రొఫెషనల్ కిల్లర్‌గా కనిపించి ప్రేక్షకులను మెప్పించారు. 'ఆంధ్రావాలా', 'మున్నా', 'జై చిరంజీవ', 'టక్కరి దొంగ' వంటి చిత్రాల్లో తనదైన స్టైల్‌తో టాలీవుడ్‌లో టాప్ విలన్‌గా నిలిచారు. రాహుల్ దేవ్ అంటే నటనతో పాటు ఆయన అద్భుతమైన ఫిజిక్ కూడా గుర్తుకు వస్తుంది. 57 ఏళ్ల వయసులో కూడా యువ హీరోలకు పోటీగా సిక్స్ ప్యాక్ బాడీని మెయింటైన్ చేస్తూ ఫిట్‌నెస్ ఐకాన్‌గా నిలుస్తున్నారు. క్రమశిక్షణ, వ్యాయామం, యోగా ఆయన జీవనశైలిలో భాగమయ్యాయి. తెలుగు, హిందీతో పాటు మొత్తం తొమ్మిది భాషల్లో 100కు పైగా చిత్రాల్లో నటించిన ఆయన, ప్రస్తుతం ఓటీటీ వేదికలపై కూడా సత్తా చాటుతున్నారు. 'ది ఎంపైర్', 'పాయిజన్' వంటి వెబ్ సిరీస్‌లలో తన నటనతో మరోసారి ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్నారు. ఇక రాహుల్ దేవ్ తమ్ముడు ముకుల్ దేవ్ కూడా తెలుగు ప్రేక్షకులకు పరిచితుడే. ఇటీవల ఆయన మరణం రాహుల్‌ను కలచివేసినా, వృత్తిపరంగా తన బాధ్యతలను కొనసాగిస్తున్నారు. తెరపై విలన్‌గా భయపెట్టే రాహుల్ దేవ్, నిజ జీవితంలో మాత్రం ఒక బాధ్యతాయుతమైన తండ్రిగా, క్రమశిక్షణ కలిగిన వ్యక్తిగా, ప్రేమకు కొత్త అర్థం చెప్పే వ్యక్తిగా నిలుస్తున్నారు.

ప్రేమలో పూజా హెగ్డే..

బుట్ట బొమ్మ పూజా హెగ్డే ప్రేమలో పడిందా? అంటే.. బాలీవుడ్ వర్గాల్లో అవుననే మాటే వినిపిస్తోంది. కొన్ని రోజులుగా ఆమె ఓ కుర్రాడితో చెట్టాపట్టాలేసుకుని కనిపిస్తుండటంతో, బాలీవుడ్ మీడియా వర్గాలు.. ఆమె ప్రేమలో పడిందని, త్వరలోనే పెళ్లి కూడా చేసుకోబోతుందంటూ వార్తలు వైరల్ చేస్తున్నారు. ఈ వార్తలు చూసిన ఆమె అభిమానులు, ఆమెను ప్రేమలో పడేసిన కుర్రాడు ఎవరా? అని సెర్చింగ్ మొదలెట్టారు. ఈ సెర్చింగ్‌లో బయటికి వచ్చిన పేరే రోహన్ మెహ్రా. అవును, గత కొంతకాలంగా రోహన్‌తో పూజా హెగ్డే రిలేషన్‌లో ఉన్నట్లుగా టాక్ నడుస్తోంది. అందుకు కారణం వీరిద్దరూ పలు ప్రదేశాల్లో కలిసి కనిపించడమే. ఇదే టైమ్ అనుకుని, అసలు వీళ్లద్దరి మధ్య ఉన్న రిలేషన్ ఏంటా అని, వీరి పాత ఇన్‌స్టా పోస్ట్‌లు కూడా తిరగేస్తున్నారు. అలా తిరగేస్తుంటే అసలు విషయం బయటకు వచ్చింది. పూజా హెగ్డే బర్త్‌డేని పురస్కరించుకుని రోహన్ చేసిన ఇన్‌స్టా పోస్ట్‌ని వైరల్ చేస్తూ.. వాళ్లిద్దరూ రిలేషన్‌లో ఉన్నట్లుగా వార్తలు క్రియేట్ చేస్తున్నారు. ఆ వార్తలకు తగినట్టే.. ఇద్దరూ రెస్టారెంట్స్‌కు వెళుతూ మీడియాకు చిక్కుతున్నారు. వాస్తవానికి వీరిద్దరూ కలిసి ఒక్క సినిమా కూడా చేయలేదు. మరి ఎలా వీరికి పరిచయమైందనే కోణంలో కూడా బాలీవుడ్ మీడియా.. ఒక ముందడుగు వేసేసింది. వీరిద్దరికి ఉన్న కామన్ ఫ్రెండ్స్ ద్వారా పరిచయం ఏర్పడి, ఆ పరిచయం రిలేషన్ వరకు దారితీసిందట. త్వరలోనే వీరిద్దరూ తమ మధ్య ఉన్న రిలేషన్‌ని అధికారికంగా ప్రకటించే అవకాశం ఉన్నట్లుగా కథనాలు రాస్తున్నారు. చూద్దాం, మరి ఏం జరుగుతుందో? ఇదిలా ఉంటే, పూజా హెగ్డే ఫ్యాన్స్.. రోహన్ మెహ్రాపై మరోలా రియాక్ట్ అవుతుండటం విశేషం. కుర్రాడు కత్తిలా ఉన్నాడు.. పూజాకు సరైన జోడు.. అంటూ ఇద్దరూ కలిసున్న ఫొటోలను సోషల్ మీడియాలో వైరల్ చేస్తున్నారు. ఒకప్పుడు టాలీవుడ్‌లో టాప్ హీరోయిన్‌గా దుమ్మురేపిన పూజాకు ఇప్పుడు అవకాశాలే లేకుండా పోయాయి. ప్రస్తుతం 'జననాయగన్' సినిమాతో పాటు దుల్కర్‌తో చేస్తున్న సినిమా మాత్రమే ఆమె చేతిలో ఉన్నాయి. బాలీవుడ్‌లో మాత్రం ఈ భామ బిజీ నటిగానే కొనసాగుతోంది.

'పెద్ది' రిలీజ్ డేట్‌పై కొత్త అనుమానాలు..

మెగా హీరో రామ్ చరణ్ నటిస్తున్న పెద్ది సినిమా విడుదల తేదీ మరోసారి మారే సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి. మొదట మార్చి 27న విడుదల చేస్తామని ప్రకటించిన మేకర్స్, ఆ తర్వాత కి వాయిదా వేశారు. అయితే ఆ తేదీకి కూడా సినిమా సిద్ధం కాలేకపోవడంతో జూన్ 25కి రిలీజ్‌ను షిఫ్ట్ చేశారు. తాజాగా ఇప్పుడు ఆ తేదీ కూడా మారవచ్చనే టాక్ ఇండస్ట్రీలో వినిపిస్తోంది. దర్శకుడు బుచ్చిబాబు సానా జూన్ 25న సినిమా విడుదల అవుతుందని అధికారికంగా ప్రకటించినప్పటికీ, అదే సమయంలో అఖిల్ అక్కినేని నటిస్తున్న లెనిన్ మూవీ జూన్ 26న విడుదలకు సిద్ధమవుతోంది. దీంతో బాక్సాఫీస్ వద్ద పెద్ద పోటీ నెలకొనే అవకాశాలు ఉన్నాయనే చర్చలు మొదలయ్యాయి. మొదట 'లెనిన్' సినిమాను మే 1న రిలీజ్ చేయాలనిభావించినప్పటికీ, 'పెద్ది' కోసం వాయిదా వేసినట్లు టాక్. కానీ ఇప్పుడు చరణ్ సినిమా ఒక రోజుముందే విడుదలకానుండటంతో, రెండు పెద్ద సినిమాలు బ్యాక్ టు బ్యాక్‌గా వస్తాయా? అనే సందేహాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. రీసెంట్‌గా నాగార్జున.. 'లెనిన్' ఫస్ట్ కాపీ చూసినట్లు చెప్పుకొచ్చారు. "కొత్త అఖిల్‌ను ప్రేక్షకులు చూడబోతున్నారు" అంటూ జూన్ 26 తేదీని గుర్తుంచుకోవాలని స్పష్టం చేశారు. దీంతో అక్కినేని కుటుంబం ఈసారి వెనక్కి తగ్గేలా కనిపించడం లేదని ఇండస్ట్రీ వర్గాలు భావిస్తున్నాయి. ఇక చిరంజీవి - నాగార్జున కుటుంబాల మధ్య మంచి అనుబంధం ఉండటంతో, ఈ రెండు సినిమాలు ఒకేసారి రిలీజ్ అవుతాయా? అనే సందేహాలు మరింత పెరిగాయి.గతంలో ఒకసారి 'లెనిన్' వాయిదా పడిన నేపథ్యంలో, మళ్లీ అదే పరిస్థితి వస్తుందా లేదా అన్నది ఆసక్తికరంగా మారింది. ఇక ఇదే సమయంలో యష్ నటిస్తున్న టాక్సిక్ సినిమా విడుదల తేదీ మారడం 'పెద్ది'కి కొత్త ఆప్షన్‌గా మారింది. ముందుగా మార్చిలో విడుదల చేయాలని భావించిన ఈ చిత్రం,

రూ.30,000 కోట్ల ఆస్తి వివాదం.. కరిష్మా కపూర్ పిల్లలకు ఊరట!

నటి కరిష్మా కపూర్ మాజీ భర్త, ప్రముఖ వ్యాపారవేత్త, దివంగత సంజయ్ కపూర్‌కు చెందిన రూ.30,000 కోట్ల వారసత్వ ఆస్తి వివాదంలో ఢిల్లీ హైకోర్టు కీలక ఆదేశాలు జారీ చేసింది. సంజయ్ కపూర్ ఆస్తులను విక్రయించకుండా వాటిని పరిరక్షించాలని మధ్యం తర ఉత్తర్వులు ఇచ్చింది. ఆయన మూడో భార్య ప్రియా సచ్‌దేవ్ కపూర్‌ను ఆస్తులు అమ్మకుండా, బ్యాంకు ఖాతాలను నిర్వహిం చకుండా నిలువరిస్తూ ఇంజంక్షన్ ఆర్డర్ మంజూరు చేసింది.సంజయ్ కపూర్‌కు ఆయన రెండో భార్య కరిష్మా కపూర్ ద్వారా కలిగిన సంతానం కియాన్, సమైరాలు ఈ కేసును దాఖలు చేశారు. తమ తండ్రి మరణానంతరం ఆయన మూడో భార్య ప్రియా సచ్‌దేవ్ ఒక నకిలీ వీలునామాను సృష్టించారని వారు ఆరోపించారు. అంతేగాక కోర్టుకు సమర్పించిన ఆస్తుల జాబితా అసంపూర్ణంగా ఉందని, పోలో క్రీడకు ఉపయోగించే ఖరీదైన గుర్రాలు, రోలెక్స్ వంటి విలాసవంతమైన వాచీలను అందులో చేర్చలేదని తమ పిటిషన్‌లో పేర్కొన్నారు. కపూర్ కుటుంబానికి చెందిన అనేక స్థిరాస్తులు, అత్యంత విలువైన పెయింటింగ్స్‌ను కూడా ప్రియా కపూర్ దాఖలు చేసిన జాబితాలో చూపలేదని కోర్టు దృష్టికి తెచ్చారు. ఈ వాదనలను పరిగణనలోకి తీసుకున్న న్యాయస్థానం, వీలునామాపై ఉన్న అనుమానాలను నివృత్తి చేయాల్సిన బాధ్యత ప్రియా కపూర్‌పైనే ఉందని స్పష్టం చేసింది. ఒకవేళ భవిష్యత్తులో వీలునామా నకిలీదని తేలితే, అప్పటికే ఆస్తులు చేజారిపోతే వారికి తీవ్ర అన్యాయం జరుగుతుందని కోర్టు అభిప్రాయ పడింది. అందుకే ఆస్తులను పరిరక్షించాల్సిన అవసరం ఉందని పేర్కొంది.గతేడాది జూన్‌లో 53 ఏళ్ల సంజయ్ కపూర్ లండన్‌లో పోలో ఆడుతూ మరణించారు. ఆయన మరణం గుండెపోటు వల్లే జరిగిందని తొలుత భావించినా, దీని వెనుక అంతర్జాతీయ కుట్ర జరిగి ఉండొచ్చని ఆయన తల్లి రాణి కపూర్ అనుమానం వ్యక్తం చేశారు.

Printer, Published and Owned by AMBATI PUBLICATIONS at H.No. 8-3-214, Mallikarjun Nagar, Godavarikhani, Dist. Peddapalli. Telangana State - 505 209."
Printers : Ganesh Offset Printers, Godavarikhani. Editor: P. Ramakrishna, RNI No. TELTEL/2021/02031, email : yadavpolaveni123456@gmail.com, Mobile : 7396644411