

# ప్రతిపక్ష ప్రోదా ఇవ్వల్నింది మేం కాదు.. ప్రజలు

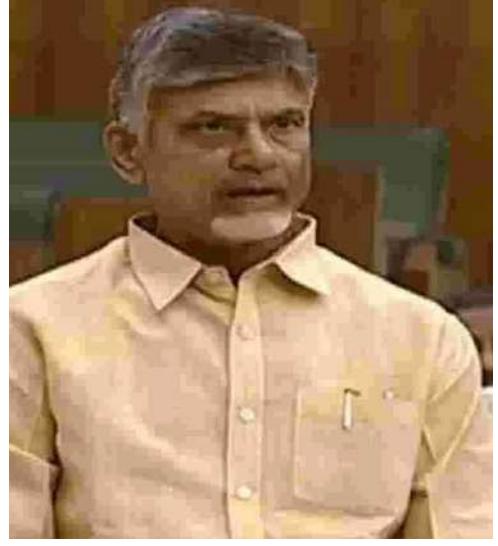


గత అరేణు బీజేపీ

## పాలనలో అసోం రాష్ట్ర

అర్థకాభివృద్ధి రెట్టింపు అయింది

- తూర్పు, ఈశాన్య ప్రాంతాలు దేశం భవిష్యతులో కొత్త ప్రయోగానికి శ్రీకారం
- ఇక 2018లో అడ్వ్యాంటేజ్ అసోం సదస్సు నిర్వహించారు
- దేశ పురోగతికి అసోం రాష్ట్ర సహకారం క్రమక్రమంగా పెరుగుతోంది
- అసోం బిజినెస్ సమ్మిట్లో ప్రధాని మౌద్ద కీలక వ్యాఖ్యలు



- ప్రతి హామీని అమలు చేసి తీరుతాం
  - పథకాల అమలుపై సీఎం కీలక ప్రకటన..
  - తల్లికి వందనం పథకం మే నెలలో అమలు చేస్తాం
  - ఇక దివ్యాంగులకు రూ. 3 వేల నుంచి రూ. 6 వేలు పింఘను పెంచాం
  - ఎన్ని కష్టాలు ఉన్నా గవర్నమెంట్, రిట్రైట్ ఎంప్లాయిస్ అందరికి సమయానికి జీతాలు ఇస్తున్నాం,
  - పేదలకు దీపం కార్బూక్టరుం ద్వారా 3 ఉచిత గ్యాస్ సిలిండర్లు ఇస్తామని హామీ
  - గత ప్రభుత్వంలో ఆర్థిక వ్యవస్థ నిర్విర్యం
  - ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలు నెరవేర్చేందుకు చిత్తశుద్ధితో పనిచేస్తాం.

**ప్రజాశ్చేతి అమరావతి**  
 వెంటిలేటర్స్‌పై ఉన్న రాష్ట్రాన్ని ఇప్పుడిప్పుడే బయటకు తెస్తున్నా మని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు అన్నారు. గవర్నర్ ప్రసంగానికి ధన్యవాదాలు తెలిపే తీర్మానంపై చర్చ సందర్భంగా అసెంబ్లీలో నీఎం మాట్లాడారు. “ వైకాపా హాయంలో జరిగిన సభ కౌరవ సభ. కౌరవసభను గౌరవసభ చేశాకే అనెంబ్లీలో అదుగుపెడతానని శపథం చేశా. గౌరవసభను అవమానించే పార్టీ ఇప్పాళ అనెంబ్లీలో లేకుండా పోయింది. ప్రతిపక్ష హేశాదా ఇస్తేనే అసెంబ్లీకి వస్తాననడం ఎవ్వదూ చూడలేదు. సంప్రదాయాలను మరిచి ప్రతిపక్ష హేశాదా ఇప్పాలనడం సమంజసమా? ప్రతిపక్ష హేశాదా ఇప్పాల్నింది మేం కాదు.. ప్రజలు. నిన్న వైకాపా నేతెలు కేవలం 11 నిమిషాలే సభలో ఉన్నారు. “ తురలో రైతు భరోసా అమలు చేస్తాం. రైతు భరోసా కింద కేంద్రం, రాష్ట్రం కలిసి రూ.20వేలు ఇస్తాం. మత్స్యకారులకు జిచ్చిన హామీ మేరకురూ.20వేలు అందిస్తాం. ఇచ్చిన హామీ మేరకు - మిగతా 3 లో



- అర్థబల లిటియల్ డైరెక్ట్ మొబైల్ యాప్ ప్రయోజనాలు:
- గవర్నమెంట్ సెక్యూరిటీస్ మార్కెట్లోకి ప్రవేశం చేతి వేళ్ళలోనే
- తత్త్వమైన లాగిన్, సరఖమైన యూషర్ ఇంటర్వెస్ట్ మరియు  
సులువైన గమనాగమనము
- వివిధ రకాల చెల్లింపు మార్గాలు - యూపీప్, నెట్ బ్యూంకింగ్  
మరియు NACH
- మొచ్చులిటీకి గ్రాంటిడ్ రాబడులు, బ్రోకరేజ్ ఉండడు,

మరిన్న వివరాల కొరకు <https://rbiretaildirect.org.in> సందర్భంచండి  
ప్రాక్తు వాయిదా: support@rbiretaildirect.org.in

RNI NO.APTEL/2010/36516

# ఎన్న ఇబ్బందులు వచ్చినా కలిసే ఉంటాం

- “ఎన్నీయే సభ్యులు బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహారిస్తున్నారు
  - వైకాపా నేతల తీరుపట్ల.. గపర్చుర్కు మేం క్షమాపణలు చెబుతున్నాం
  - మా తప్పు లేకున్నా గపర్చుర్కు క్షమాపణలు చెబుతున్నాం.
  - ఆసెంబ్లీలో వైకాపా విధ్వంసం చూస్తే.. వివేకా హత్య గుర్తొచ్చింది: పవన్
  - “వైకాపా నేతలు గొడవలు, బూతులకు పర్యాయ పదంగా మారిపోయారు
  - ఇలాంటి నేతలను ఇన్ని సంపత్తులుగా చంద్రబాబు ఎలా తట్టుకుని నిలబడగిలగారా? అని.. నిస్సుటి ఘుటన తర్వాత నాకనిపించింది.
  - అలాంటి వారిని ఎదుర్కొప్పాలంటే ఎంతో ఛైర్యం, తెగువ ఉండాలి

ప్రజాశ్చేతి అమరావతి:  
 పా నేతలు విద్యుంసం చూస్తే.. వివేకా హత్య  
 జీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ ఆన్నారు. గవర్నర్  
 పా నేతలు అలా ప్రవర్తించవచ్చ అని  
 ప్రసంగానికి ధన్యవాదాలు తెలిపే తీర్మానంపై  
 పవన్ మాట్లాడారు. “వైకపా నేతలు గొడవలు,  
 పదంగా మారిపోయారు. ఇలాంటి నేతలను ఇన్ని  
 దబాబు ఎలా తట్టుకుని నిలబడగలిగారా? అని..  
 త నాకనిపించింది. - మిగతా 3లో

# ಅರಗಂಟಲ್‌ 350 ಕಿಲೋಮೀಟರ್‌ ಜಲ್‌!

- హైపర్లూప్ అనేది అత్యంత అధునాతనమైన రవాణా వ్యవస్థ
  - గంటకు వెయ్యి కిలోమీటర్ల ప్రయాణం ఈ రవాణా వ్యవస్థ లక్ష్మిం
  - సుదుర గమ్యాలను నిమిషాల వ్యవధిలో చేరుకునేలా చేయడమే దీని ఉద్దేశం.
  - ఐఐటీ ముద్రాన్ ఆలోచనతో భారత తొలి హైపర్లూప్ టెన్స్ ట్రాక్ సిద్ధమైంది.

# వాస్తవాలకు విరుద్ధంగా గవర్నర్ ప్రసంగం

- మంత్రి నారా లోకేష్ పై బొట్ట ఆగ్రహం
  - అమ్మ ఒడి, రైతు భరోసా ఎగ్గిచ్చడం సుపరిపాలన అవుతుందా? ”
  - గవర్నర్ ప్రసంగంలో దశ లేదు, దిశలేదు .. మీడియాతో బొట్ట
  - ప్రజా వ్యతిరేక, ప్రజలకు మేలు చేయలేని స్థితిలో ప్రభుత్వం ఉంది.



ప్రజాజీవి అమరావతి:

గవర్నర్ ప్రసంగంపై చర్చలో వైస్‌పురీసీపీ, టీడీపీ నభ్యల మధ్య వాడప్పవాదనలు జరిగాయి. ఎమ్మెల్ని వరుచ కళ్యాణి ప్రసంగాన్ని అభ్యక్తునేందుకు మంత్రులు ప్రయత్నించారు. ఆమె ప్రసంగాన్ని మంత్రి నారా లోక్‌ప్రీ అభ్యక్తున్నారు. నాలుగు లక్షల ఉద్యోగాలు చెప్పేదంటూ మంత్రి నారా లోక్‌ప్రీ వాడించారు. గవర్నర్ ప్రసంగంలో కల్పించినట్టు రాశారని వరుదు కళ్యాణి అన్నారు. తాము ఇంస్టి స్పచ్ ప్రాపుల జ్ఞాన్ చహిమంబు మార్పి ల కపి వితండ వాదం చేశారు. మంత్రులు మాటిమాటికీ అడ్డు తగలడంపై విపక్ష నేత బొత్త అభ్యంతరం వ్యక్తం చేశారు. మంత్రుల తీరుపై బొత్త సత్యానారాయణ మండిపడ్డారు. ఉద్యోగాలు ఇచ్చేశాం అని ఎలా చెప్తారంటూ బొత్త అభ్యంతరం తెలిపారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం టీడీపీ, జనసేన పై ఆధారపడి ఉన్న ప్రత్యేక వేషాదా సాధించేలదన్న వరుదు కళ్యాణి వ్యాఖ్యల పట్ల మంత్రి - మిగతా 3 లో

# ಇಂಟರ್ವೆಂಟ್ ಪ್ಲಟ್‌ಡೋನ್‌ಲೀ ಇಂಡಿಯಾ ಫ್ಸ್ಟ್‌

ఇంటర్వెన్ట్ ప్రటిడోన్లో ఇండియా వరుగుగా అర్థ ఏదాది టావ్లో నిలిచింది. ఎక్కువసార్లు ఇంటర్వెన్ సేవలు నిలిపివేసిన ప్రజాస్వామ్య దేశాల్లో మనమే ముందున్నాం. డిటిల్ హక్కుల సంస్థ యూక్సెస్ నొ తాజా నివేదిక ప్రకారం.. గతేడాది అంటే 2024లో వేర్సేరు కారణాలతో మనదేశంలో 84 సార్లు ఇంటర్వెన్ ఆపేశారు. అయితే 2023తో పోలుఖుంచే భారత్తో ఇంటర్వెన్ ప్రటిడెన్సు బాగా తగ్గాయి. 2023లో 116 సార్లు ఇంటర్వెన్ ఆపేశారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రజాస్వామ్యయుత ప్రభుత్వాలు ఉన్న 54 దేశాల్లో గతేడాది 296 పర్యాయాలు ఇంటర్వెన్ సేవలపై ప్రటిడెన్ విధించడం జరిగింది. 2023లో 39 దేశాల్లో 283 సార్లు ఇంటర్వెన్ నిలిపివేసిన ఘనటనలు నమోదుయ్యాయి.

భారత్ కంటే మయన్‌స్టర్ట్లో ఎక్కువ సార్లు ఇంటర్వెస్ట్ సేవలు నిలిపిశారు. 2024లో అక్కడ 85 వర్గాయాలు ఇంటర్వెస్ బంద చేశారు. మయన్‌స్టర్ట్లో షైనిక ప్రభుత్వం ఉండన్న విషయం మనందరికి గుర్తుండి ఉంటుంది. అంటుకే అక్కడ పరిస్థితులు అత్యంత దారుణంగా ఉన్నాయని ప్రత్యేకంగా చెప్పాలిన పని లేదు. ఇక మన దాయాది దేశం పాకిస్థాన్‌లో 21 సార్లు ఇంటర్వెస్ నిలిపివేసింది. ఆ దేశ చరిత్రలో జన్మిసార్లు ఇంటర్వెస్ షట్డొన్ చేయడం ఇదే ప్రథమం. ఉక్కెయిన్‌పై యుద్ధం చేస్తున్న రష్యా 19 వర్గాయాలు ఇంటర్వెస్ రాకుండా చేసింది. ఇందులో ఏడు సార్లు ఉక్కెయిన్‌లోనే ఇంటర్వెస్ ఆపేసింది. యుద్ధం, హింసాత్మక ఘటనల కారణంగా 2024లో ప్రపంచవ్యాప్తంగా 11 దేశాల్లో 103 సందర్భాల్లో ఇంటర్వెస్ బంద చేశారు.

**మణిపూర్వులో అత్యధికం**  
 మనదేశంలో గతేడాది కేంద్రపాలిత ప్రాంతాలతో సహి 16  
 రాష్ట్రాల్లో కనీసం ఒకసూర్యైనా ఇంటర్వెట్సు నిలిపివేయడం  
 జరిగింది. కల్పొలిత మణిపూర్వులో అత్యధికంగా 21

A close-up photograph of a person's hands typing on a laptop keyboard. The laptop screen displays a prominent red warning icon with a white exclamation mark, centered above the text "No Internet Connection". Below the icon, a smaller message reads "Your computer is not connected to the Internet." At the bottom of the screen is a blue "OK" button. The background is blurred, showing an indoor setting.

వర్యాయలు ఇంటరైట్ సేవలను ఆపేశారు.  
హరియాణ(12), జమ్ముకశ్మీర్(12) తర్వాతి స్థానాల్లో  
ఉన్నాయి. అందోళన కార్బూక్షమాలతో 41 సార్లు,  
మతఘర్షణలతో 23 సార్లు, ప్రభుత్వ ఉద్యోగాల పోలీ పరీక్షల  
సమయంలో పదు వర్యాయలు ఇంటరైట్ నివిపివేశారు.  
తరచుగా ఇంటరైట్ సేవలకు అంతరాయం కలిగించడం పట్ల  
విషయాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. డిజిటల్ గవర్న్‌ను,  
ఆర్డిఫిషియల్ ఇంటరిజన్‌లో గ్లోబల్ లీడర్షిప్ కోసం  
ఇండియా చేస్తున్న ప్రయత్నాలకు ఇలాంటి చర్యలు విఫూతం  
కలిగిసాయని నిపటలు అభిప్రాయపడుతున్నారు. భారత

ದೇಶಂ ಇವೆಲ ಪ್ರವೇಶಪಡ್ಡಿನ ಪೆಲಿಕಂಪುನ್ನಾನಿಕೆಷ್ಟನ್ನು ಚಟ್ಟಲ್ಲಿ  
2023, ತೆಲಿಕಾಂ ಸನ್ಸ್ಕರಣ್ಯನ್ ರೂಲ್ಸ್ 2024 ಗುರಿಂಬಿ ಕೂಡಾ  
ಅಂದೋಳನಲು ವ್ಯಕ್ತಮಾಪುತ್ತನ್ನಾಯಿ. ಇಂತರ್ನ್ಯಾರ್ಟ್ ಸೇವಲನು  
ನಿಲಿಹಿವೆಯಾನಿಕಿ ಗಲ ಕಾರಣಾಲನು ಸಮೀಕ್ಷಿಂಚದಾನಿಕಿ ಚಟ್ಟಂಲ್  
ಸ್ವತಂತ್ರ ಪರ್ಯಾವೇಕ್ಷಣ ಯಂತ್ರಾಂಗಾಲು ಲೇವನಿ ವಿಮರ್ಶೆಗಳು ವಾ  
ದಿಂಚಾರು. ಕೂಡಾ ಅರುವ ನಿವೇದಿಕ ಅಂದೋಳನಲು ಲೇವನತ್ತಿಂದಿ  
ಇದ 1885 ಪೆಲಿಗ್ರಾಫ್ ಚಟ್ಟಂ ನುಂಡಿ ವಲಸರಾಜ್ಯಾಲ ಕಾಲಾನ್ತರಿ  
ನಾಲ್ಕಿ ನಿಂಬಂಧನಲು ನಿಲುಪುಕುಂದಿ. ಷಟ್ಟಂಡಾನ್ ಅರ್ದ್ದಲನು  
ಸಮೀಕ್ಷಿಂಚದಾನಿಕಿ ಚಟ್ಟಂಲ್ ಸ್ವತಂತ್ರ ಪರ್ಯಾವೇಕ್ಷಣ  
ಯಂತ್ರಾಂಗಾಲು ಲೇವನಿ ವಿಮರ್ಶೆಗಳು ಬಲಂಗಾ ವಿನಿಪಿಂಚಾಯಿ.

గత ఆర్ట్‌జీ బీజ్‌పీ పాలనలో అనేం రాష్ట్ర ఆర్థికాభివృద్ధి రెట్టింపు అయింది

**గొప్పతి :** అనేందుకు ముఖ్యమంత్రి హేమంత్ బిశ్వ శర్మ పాలనలో అనేందుకు రాష్ట్రం ఆన్ని రంగాలల్లో పురోగమిస్తేందుని ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ స్పష్టం చేశారు. గత ఆర్క్ష బీజేపీ పాలనలో అనేందుకు రాష్ట్ర ఆర్కిభిల్యుస్ట్రి రెట్రోపు అయిందనారు. ఆ విధంగా దేశ పురోగతికి అనేందుకు రాష్ట్ర సహకారం క్రమక్రమంగా పెరుగుతోందని తెలిపారు. మంగళవారం రాజ్యాని గొప్పతిలో అడ్వైంటేషన్ అనేందుకు 2.0 బిజినెస్

నమ్మిత్తను ప్రధాని మౌద్ది ప్రారంభించారు.  
 ఈ సందర్భంగా ప్రధాని మౌద్ది మాటల్డుతూ.. తూర్పు,  
 ఈశాస్య ప్రాంతాలు దేశం భవిష్యతులో కొత్త ప్రయాణానికి  
 వ్రీకారం చుట్టాయన్నారు. అందులోభాగంగా అసోం  
 పురోగతి.. ఈ వేదిక ద్వారా ప్రవంచానికి తెలుస్తోందన్నారు.  
 ఇక 2018లో అద్యాంతేళ్ళ అసోం సదన్ను నిర్వహించారని ఈ  
 సందర్భంగా ప్రధాని మౌద్ది గుర్తు చేశారు. ఆ సమయంలో ఈ  
 రాష్ట్ర ఆర్థికాభివృద్ధి విలువ రూ. 2.75 లక్షల కోట్లు ఉండగా..  
 నేడు అది రూ. 6 లక్షల కోట్లకు చేరుకొండని ప్రధాని నశేంద్ర

మౌద్ది గణాంకాలతో సహి సోదాహరణగా విపరించారు. అలాగే బీజీపీ పాలనలో జరిగిన అభివృద్ధిని సైతం ఆయన విపులీకరించారు. 2014కు ముందు అసోంలోని బ్రహ్మపుత్ర నదిపై మూడు బ్రిడ్జిలు మాత్రమే ఉండేవని. కానీ గత పద్మలో ఈ నదిపై నాలుగు కొత్త బ్రిడ్జిలు నిర్మించామని తెలిపారు. ఇక గత యూపీవి హాయాంలో అంటే.. 2009 నుంచి 2014ల మధ్య అసోంకు రూ. 2,100 కోట్ల మేర రైల్స్ బడ్డెల్లలో నిధులు కేటాయిస్తే.. ఎస్తీయ్ ప్రభుత్వ పాలనలో ఆ కేటాయింపులు కాస్తా రూ.10 వేల కోట్లకు చేరుకుండని ప్రథాని మౌద్ది చెప్పారు. ఇక ఈశాస్య రాష్ట్రాల్లో ఒకటైన అసోంలో వివిధ మార్గాల్లో కిమాన సర్వీసులు సైతం భారీగా పెరిగాయన్నారు. గతంలో యూపీవి హాయాంలో కేవలం 7 మార్గాల్లోనే విమానాలు నడిచేవని.. కానీ ప్రస్తుతం 30

A photograph showing Prime Minister Narendra Modi in the center, wearing a grey vest over a white shirt and a red and orange patterned shawl. He is smiling and holding a small trophy or award. To his left, a man in a blue shirt is laughing and handing him the trophy. To the right, another man in a light-colored shirt and a beige shawl is standing. The background features a large banner with the text "ABBAM Investment and Infrastructure", "5-26 February", and "GUWAHATI". The banner also includes the logo of the Assam Industrial Development Corporation (AIDC) and the text "Industrial Development Corporation Ltd."

మార్గాల్లో విమాన సర్వీసులు నడుస్తున్నాయని ప్రధాని మోదీ సోదాహరణగా వివరించారు. భారతీలో దాదాపు 50 శాతావికి పైగా సహజ వాయువు అసోం నుంచే లభిస్తోందని గుర్తు చేశారు. దీంతో ఈ రాష్ట్రంలోని రిప్పెనరీల కెపాసిటీసి గణసీయంగా పెంచామన్నారు.

అలాగే రాష్ట్రంలో ఎలక్ట్రానిక్స్, సెమీ కండక్టర్స్, గ్రీన్ ఎన్ఫై తదితర రంగాలు దూసుకు పోతున్నాయని తెలిపారు. పశ్చిమ భారతావనిలో అసోం అతిపెద్ద తయారీ హాట్స్ గా మారేదుకు మరంతో కాలం పట్టదని ఈ సందర్భంగా ప్రధాని మోదీ విశ్వాసం వ్యక్తం చేశారు. అందుకోసం అసోంకం కేంద్రం పూర్తి సహయ సహకారాలు అందిస్తుందని ప్రధాని మోదీ సృష్టిమైన పామీ ఇచ్చారు. దేశానికి స్వాతంత్ర్యం వచ్చిన

సమయంలో అసోం ఆర్థికంగా పురోగమించిందని తెలిపారు  
అందుకు తేయాకు, సహజ వాయువులు, షైడ్రోకార్బన్  
పుషులంగా ఉండవని.. ఆ యా రంగాల నుంచి వచ్చే  
అదాయం కారణంగా.. జాతీయ ఆర్థికాభివృద్ధిలో అది  
శాతంగా ఉండేదన్నారు. ఈ సమీక్షకు టాటా సన్స్ షైర్స్  
నటరాజన్ చంద్రశేఖరన్, రిలయ్స్ సంస్థ సీఎండీ ముఖ్యమై  
అంబానీ, అదానీ గ్రూప్ షైర్స్ గౌతమ్ అదాని, వేదాంబ  
సంస్థ గ్రూప్ షైర్స్ అనిల్ అగర్వాల్స్ పాటు జేవెన్డబ్లూ  
గ్రూప్ సీఎండీ సజ్జన్ జిందాల్ తదితరులు హజరయ్యారు  
అలాగే పలువురు కేంద్ర మంత్రులు, వివిధ దేశాల  
రాయబారులతోపాటు దాదాపు 60 దేశాలకు చెందిన  
ప్రతినిధులు సైతం ఈ సమీక్షకు హజరయ్యారు.

# విద్యార్థి ముందే నుంచి ఎన్నికల హాడావిడి

**చెప్పే :** తమిళనాట ఎన్నికలకు ఏదాది సమయం ఉంది.. అయితే అక్కడ పాలిటిక్స్ ఇంప్రైస్సింగ్ గా మారాయి.. ముగ్గురు బడా సినీ హీరోల ప్రేషన్ల ఇందుకు ప్రధాన కారణం.. సూపర్ స్టార్ రజనీకాంత్, విభిన్న కథానాయకుడు కమల్ హన్ని, మాన్ హీరో విజయ్? ఈ ముగ్గురు ఒక్క దారిలో ఉండడం ఇప్పుడు అక్కడ పాలిటిక్స్ ఇంప్రైస్సింగ్ గా మారదానికి కారణం అయ్యాయన్న టూక్ వినిపిస్తేంది. తమిళనాట రాజకీయాలను సినీ పరిశుమను వేరు చేసి చూడలేం. దశాబ్దాలుగా అక్కడ రుజువైన అనుభవాలేన్నో? డీఎంకే ని దశాబ్దాలుగా బలమైన పార్టీగా నడిపిన శక్తిగా చెప్పబడే దివంగత కరుణానిధి మొదలు.. అంతటి కరుణానిధి తో విభేదించి సొంత పార్టీని స్థాపించి సక్షేస్ కొట్టిన అప్పటి సంచలన హీరో ఎం.జి.రామచంద్రన్.. కీలక బాధ్యతలు చేపట్టిన జయలలిత ఎంజెల్ మరుణానంతరం పార్టీని లీడ్ చేసి దశాబ్దాన్నరకి పైగా పార్టీని సక్షేస్ చేయగలిగారు.. ఆ తర్వాత నటుడు విజయ్ కాంత్ కూడా పార్టీని స్థాపించి కొంతమేర తన ప్రభావం చూపగలిగారు.. అయితే దశాబ్దాలుగా సూపర్ స్టార్ రజనీకాంత్ కూడా నేరుగా రాజకీయాల్లోకి పస్తరిన బలమైన చర్చ జరిగిన ఆయన మాత్రం రాజకీయాల్లోకి రాలేదు. 90వ దశకంలో డీఎంకేకి రజనీకాంత్ మద్దతు ఇచ్చిన సమయంలో ఆ పార్టీ అధికారంలోకి వచ్చింది. 2011లో రజనీకాంత్ విడీఎంకేకి ఓటు వేస్తూ ఉన్న దృశ్యాలు నిమిషాల్లో వైరల్ గా మారాయి.. ఆ ఎన్నికల్లో తన మద్దతు జయలలిత నేత్యతప్పంలోని విడీఎంకేకు ఇచ్చారన్న సంకేతాలు వెళ్లాయి.. అయితే రాజకీయంగా జయలలితతో నేరుగా రజనీకాంత్ కు ఎప్పుడూ విభేదాలు మాత్రమే చూసిన సందర్భాలు అనేకం ఉన్నాయి.. ఇధరి మధ్య చెప్పలేనంత వైరం ఆనేది ఎప్పుడు ఉండనే ఉండేది.. అవి తమిళనాడు మొత్తం తెలిసిన విషయమే.. 2017లో రజనీకాంత్ పాలిటిక్ ఎంట్రీ దాదాపు ఖాయమని వార్తలు వచ్చాయి అభిమానులతో వరుస సమావేశాలు కూడా

A large crowd of people holding Indian flags, many featuring the Congress party's symbol, the elephant.

జరిగాయి.. కానీ ఉన్నట్టువంటి రాజకీయాల్లోకి రావడం లేదని ఆయన ప్రకటించిన పరిశీతిని కూడా చూశాం.. రజనికాంత్ రాజకీయాల్లోకి రావడం లేదన్న ప్రకటన తర్వాత విజయ్ రాజకీయాల్లోకి వస్తారని చర్చ జరిగింది.. ఆ తర్వాత ఆయన రాజకీయాల్లోకి రావడమూ జరిగింది. నటుడు విజయ్ ఏపొట్లు చేసిన టీవీకి సాంతంగా కూటమిని ఏపొట్లు చేస్తుందా లేదా ఉన్న బలమైన పార్టీలతో కలిషి ఎన్నికల్లో పోటీ చేస్తుండా అన్నది ప్రస్తుతానికి క్లారిటీ లేదు.. కానీ మొత్తానికితే మాత్రం రాజకీయాల్లో తానేంటో చూపించాలన్న కసితో మాత్రం విజయ్ రాజకీయం చేస్తున్నట్టు తాజా పరిశీతులు చెబుతున్నాయి. ఇక విజయ్ కంటే మందే పార్టీని సాధించిన నటుడు కమలహసన్ 2021లో పోటీ చేసిన సత్తా చాటలేదు.. అయినా ఇటీవల జరిగిన పార్లమెంటు ఎన్నికల్లో డీఎంకె కూటమికి కమలహసన్ మద్దతు ఇచ్చారు.. డీఎంకె ఎన్నికల్లో కీన్ స్పీవ్ చేసింది. కమల్ హసన్ కు డీఎంకె రాజ్యసభ అవకాశం ఇవ్వాలని నిర్ణయం తీసుకుంది.. త్వరలో ఖాళీ అవుతున్న రాజ్యసభ స్థానాల్లో తోలి స్థానం కమల్ కు ఇచ్చేందుకు ఇప్పటికే నిర్ణయం తీసుకుంది.. దీంతో

ಅರಗಂಟಲ್ 350 ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ಜರ್ಲ್



స్వాత్మకీతీ; ధిల్లీ నుంచి జైపూర్(రాజస్థాన్) మధ్య దూరం 300 కిలోమీటర్ల ఉంటుంది. అంతటి దూరాన్ని నిమిషాల్లో చేరుకోగలిగితే ఎలా ఉంటుంది?.. ఇలాంటి హైస్వెడ్ ప్రయాణం కోసం కేంద్ర రైల్స్ మధ్యాత్మత శాఖ తొలి అడుగు వేసింది. ఐపెటీ మద్రాస్ అలోచనతో భారత తొలి హైపర్లూప్ టెస్ట్ ట్రాక్ సిద్ధమైంది. హైపర్లూప్ అనేది అత్యంత అధునాతనమైన రవాణా వ్యవస్థ. గంటకు వెయి కిలోమీటర్ల ప్రయాణం ఈ రవాణా వ్యవస్థ లక్ష్మణ. సుదుర గమ్యాలను నిమిషాల వ్యవధిలో చేరుకునేలా చేయడమే దీని ఉద్దేశం. అందుకే దీన్ని రవాణా వ్యవస్థలో హైపర్లూప్ ను గేము ఫేంజర్గా భావిస్తున్నారు. వందేభారత్ తర్వాత బుల్లెట్ రైల్ మీద దృష్టిసారించిన భారతీయ రైల్స్ ఇప్పుడు మరో ఘనత వైపు అడుగులేస్తోంది. భారత తొలి హైపర్లూప్ టెస్ట్ ట్రాక్ విపరాలను కేంద్ర రైల్స్ శాఖ మంత్ర అశ్వినీ వైష్వా మీడియాకు తెలియజేశారు. బిల్లీ మద్రాస్ సహకారంతో 422 మీటర్ల దూరం ఉన్న ట్రాక్ ను రూపొందించారు. ఈ హైపర్లూప్ ప్రాజెక్టు వాస్తవరూపం దాటిస్తే అరగంటలోపే ధిల్లీ నుంచి జైపూర్కు చేరుకోవచ్చున్నమాట. రోడ్లు, రైలు, నీరు, వాయు రవాణా మార్గాల తర్వాత ఫివ్వు ట్రాన్స్పోర్ట్ ప్రెస్స్ ను రూపొందించారు. వాక్యామ్ ట్యూట్లో పాట్స్ ద్వారా ప్రయాణమే హైపర్లూప్, గొట్టల్లాంటి ఆ నిర్మాణాల్లో గాలి నిరోధకత.. పాద్దలను అధిక వేగంతో ప్రయాణించేలా చేస్తుంది. 2013లో ఇలాన్ మన్జు ప్రచారంతో దీని గురించి ఎక్కువ చర్చ నడిచింది. అమెరికా, చైనా ఇలా చాలా దేశాలు ఈ వ్యవస్థను అందుబాటులోకి తెచ్చే ప్రయాణ్లో ఉన్నాయి. ప్రధాన నగరాలను అనుసంధానించడం కోసమైనా హైపర్లూప్ టెక్నాలజీ వినియోగంలోకి తేవాలని యూవికస్ సైతం భావిస్తోంది.

## నయవంచన ఎక్కువ కాలం సాగదు.



మాజీ ముఖ్యమంత్రి జయలలిత మరణం తర్వాత గతంలో ఎన్నడూ లేని విధంగా అన్నాడీఎంకే వరున ఓటములు చవిచూడటానికి ఆ పార్టీలో కొనసాగుతున్న ఏక నాయకత్వమే కారణమని తమికూడా మరో మాజీ సీఎం ఓ పస్టిర్సెసెల్ఫం అన్నారు. జయ లలిత జయంతి సందర్భంగా మెరీశాటీవ్ కామురాజర్ రోడ్డులో ఉన్న ఆమె విగ్రహానికి పస్టిర్ సెల్ఫం నివాళులు అర్పించారు. తన అనుషులతో కలిసి పుష్టించబడి ఫలించారు. ఈ సందర్భంగా పస్టిర్ సెల్ఫం మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. రాష్ట్ర ప్రజలంతా మళ్ళీ జయ పాలన రావాలని కోరుకుంటున్నారని, ఆమె బ్రితికున్నంతకాలం పార్టీని ఉన్నతస్తాతికి చేర్చారని అన్నారు. ఆ తర్వాత పార్టీలో ద్వంద్వ నాయకత్వం ఉన్నప్పుడు బలం బాగా పుంజుకుండని చెప్పారు. ఇప్పుడు ఏక నాయకత్వం వచ్చినప్పటి నుంచి పార్టీ ప్రతిష్ట క్రమంగా తగ్గుతూ వస్తోండని అన్నారు. అన్నాడీఎంకే పార్టీలోని సీనియర్ నేఱలంతా పార్టీ నాశనమైనా పరవాయేదుగానీ ఏక నాయకత్వమే కావాలని కోరుకుంటున్నారని, ఇది మంచిది కాదని పస్టిర్ సెల్ఫం చెప్పారు. పార్టీలో నిరంకుశధారణి పెరుగుతోండని అర్థపించారు. పార్టీ నుంచి విఫిపోయినవారిందరినీ కలుపుకుని అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో పోటి చేస్తే అన్నాడీఎంకే గలిచి అధికారంలోకి వస్తుండని అన్నారు. అయితే ఆ దిశగా పార్టీ నాయకులు ఎలాంటి చర్చలు తీసుకోకపోవడం గర్భాయమని ఓటివెన్ వ్యాఖ్యానించారు. ఓటివెన్ వ్యాఖ్యలను పళనిస్పాయి తిప్పికొట్టారు. ‘తోడేలు, గారై పిల్ల కలిసి సాగుచేస్తే మంచి పంట దిగుబడి వస్తుందా..?’ నమ్మకస్తుడు, రాజుద్రోహించి ఒకేచోట ఉండగలరా..? మీరు చెప్పింది జరగడం అసాధ్యం.. అని పస్టిర్ సెల్ఫం పెరును ప్రస్తావించకుండా పళని స్పాయి వ్యాఖ్యానించారు. అందుకు పస్టిర్ సెల్ఫం కూడా పళనిస్పాయి పెరును ప్రస్తావించకుండానే.. జయలలితకు అత్యంత నమ్మకస్తుడిని తానేనని, అనలు అన్నాడీఎంకే తనదే అవుతుండని, నీ నయపంచన ఎక్కువకాలం సాగడని కొంట్ ఇచ్చారు.

2 రోజుల్లోనే రూ. 30,77,000 కోట్ల పెట్టుబడులు

భారతదేశాన్ని తయారీ కేంద్రంగా  
మారుస్తామని కేంద్ర పెంచంమంత్రి  
అమిత్ షా కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు.  
మధ్యపదేశ్ రాజధాని భోవాల్టో 2  
రోజుల పాటు జరిగిన గ్రోబ్లర్ ఇస్ట్రేపర్స్  
సమ్మిట్ చివరి రోజున నేడు అమిత్ షా  
యొక్క ప్రార్థన చేసారు.

హోర్స్‌లైన్ క్రమంలో పెరొన్నారు. ఒకవ్యుదు మధ్యపదేశ్‌ను అనారోగ్య రాష్ట్రాలలో ఒకటిగా లెక్కించారన్న ఆయన, ఇవ్వుడు విద్యుత్, రోడ్స్, నీటి పరంగా ఎంపీ ఎంతో అభివృద్ధి చెందిందన్నారు. దీంతోపాటు రాష్ట్రాలలో గనులు, ఖనిజాలు కూడా సమ్మిద్ధిగా ఉన్నాయన్నారు. గత 20 ఏళ్లలో 5 లక్షల కిలోమీటర్ల రోడ్స్ నిర్మించబడ్డాయని, రాష్ట్రం 25 శాతం పత్తిని కూడా ఉప్పత్తి చేస్తుందన్నారు. దీంతో మధ్యపదేశ్ దేశానికి పత్తి రాజభానిగా మారిందన్నారు. ఈ క్రమంలో మధ్యపదేశ్‌తో రూ. 30,77,000 కోట్ల విలువైన అవగాహన ఒప్పందాలపై సంతకాలు జరిగాయని అమిత్ పొ ప్రస్తావించారు. రెండు రోజుల్లో రెండు వందలకు పైగా భారతీయ కంపెనీలు, రెండు వందలకు పైగా గ్రోల్ కంపెనీల ఇంజినియర్లు, ఇరాకెటి పైగా యూనికార్ట్ వ్యవస్థాపకులు, యాంకికి పైగా దేశాల ప్రతిభిన్నాలు రాష్ట్రాలో పెట్టుబడులు పెట్టేందుకు వచ్చారని గుర్తు చేశారు. మధ్యపదేశ్ ఆహార ప్రాసెనింగ్‌కు కూడా ఒక మయ్యామైన రాష్ట్రంగా పరిగణించబడుతుందన్నారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్రంలో పెట్టుబడులు పెట్టేందుకు వచ్చిన వారికి మంచి వాతావరణం లభిస్తున్నదని తాను హామీ ఇస్తున్నట్లు చెప్పారు అమిత్ పొ. అంతేకాదు ఎంపీ మన దేశ గొప్ప వారసత్వాన్ని కూడా గుర్తు చేస్తున్నదని అమిత్ పొ పేరొన్నారు. దీంతోపాటు 2047 నాల్గికి మన దేశం ప్రపంచంలో మాడో అతిపెద్ద ఆరికా వ్యవస్థగా అవతరిస్తుందని అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. ఇందులో మధ్యపదేశ్ మయ్యామైన సహకారాన్ని కలిగి ఉంటుందన్నారు. ఈ క్రమంలో భారతదేశం సమగ్రంగా అభివృద్ధి చెందుతుందని, వివిధ రంగాలలో మధ్యపదేశ్ ప్రభుత్వం రూపొందించిన విధానాలు భారతదేశాన్ని తయారీ కేంద్రంగా మార్గదర్శంలో సంస్థలు పడతాయన్నారు. ఇక్కడ అభయారణ్యం, వైపులయం కలిగిన క్రొమిక శక్తి కూడా ఉందన్నారు. రెండు రోజుల పాటు జరిగిన ఈ ప్రపంచ పెట్టుబడిదారుల సదస్సును ఫిబ్రవరి 24న ప్రధాని మౌద్ది ప్రారంభించారు. ఇది ఫిబ్రవరి 25న ముగిసింది. దేశంలోని అనేక మంది కీలక పారిత్రామికవేత్తలు ఈ శిబురాగ్ సమేవానికి హోజరయ్యారు. ఈ క్రమంలో పెద్ద ఎత్తున పెట్టుబడులు పెట్టునున్నట్లు ప్రకలీంచారు.



# సంపొదకీయం

## 'ఉచితా'ల మీద ఆగని రగడ

సుట్టింటోర్స్ న్యాయమూర్తి జ్ఞాన్ బి.ఆర్.గ్వాయ్ కోర్టులో విధానం సందర్శింగా ఎన్నికల మందు రాజకీయ ప్రార్థించి ప్రకల్సిస్ట్రు ఉపిత పథకల పై వ్యాఖ్యానించారు. ఎన్నికల సందర్శింగా రాజకీయ ప్రార్థించి ఉపిత పథకల పై వ్యాఖ్యానించారు, అది మాని పథకతి కదని, ఉపితాలు పంచి పెట్టటం వలన పజల వచి చేయలు మాన్సేన్నుస్సారుని, విభితాల పంచం ద్వారా మనం పరాన్ భక్తు వాన్ని తయార చేస్తున్నామా? అని తీవ్రమైన వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఎన్నికల మందు వహించి ప్రార్థించి పథక పై పెట్టటంతో ప్రజల విభిత పైనే అధారపడుతున్నారని, వని చేయాలికి యఘపదంల లేదని, వని చేయకుండా విభిత రెషణ పొందుతున్నారని జ్ఞాన్ గవాయ్ వ్యాఖ్యానించారు. ఆ కేసుకు సంబంధించి పచ్చిన సీనియర్ లాయర్ - ప్రశాంతి భూపాన్ - కలగుచుకొని వాలా మంది గ్రామాల నుచి ప్రట్టాలకు వస్తున్నది, సర్న వని దొరక్కుపోటం వల్లనే, కదా! అని అనార్థపక్షంది. ఒక్క జ్ఞాన్ గవాయ్ మాత్రమే కాదు. దేవంలోని సుపస్స వర్ధాల్స్ కలిసి పేదల మీద కళి కళ్లు ఉపిత రాక్షసు, వని గంటల పెంపు కెరకు పెద్ద యెతును పూర్వార చేస్తున్నాయి. కార్పూర్ లో మీదియా వారికి మాటిగం చేస్తూ వుంది. వసదేస్సు ప్రపంచంలో సంబంధించి వచ్చిన తయార చేయాలికి యింతా, అని అంటున్నారు. అంతిమ పరిశీలనలో యంతా వారి స్థార్సం కొరకుని, దేవ ప్రయోజనం యందులో యసుమంతయా లేదని తేలుతుంది. జ్ఞాన్ గవాయ్, తాను వ్యవసాయ కుటుంబాన్నాడి పచ్చినంత మాత్రాన తనకు వ్యవసాయం గురించి అంతా అర్థమాత్రంది? ఏది ఇర్చం కావాల్నా, ముందు దాన్ని అర్థయంది చేయాలి. వారు అర్థయను చేశారా? వారు చేశారో, చేయుటే నాకు తెలియదు. నేనే కూడా వ్యవసాయ కుటుంబాన్నండే పచ్చాను. ఉద్యోగానికి మందు వ్యవసాయ పసుల్నీ చేశాను. వాలీలో పున్ర క్షూప్సెల్వీ నాకు తెలుసు. అంతేకాదు, అరు సంపత్తుల వ్యవధిలో రెండు దశలుగా గ్రామీణ ఆర్టిక, సామాజిక స్టేట్ నాపితులతో కలిసి చేశాను. ఆ స్టేట్ ఆధారంగా మీ ఉపితాల బంధారం బయలుపెడునాను. గ్రామాల్లో ఒక వ్యవసాయ కార్పూర్ కుటుంబానికి సంపత్తురంంలో ఎన్ని దినాలు వని దొరకుతుంది, స్ట్రీలు, పురుషులకు విధిదిగా విధి సీజిస్ట్లో యిచ్చే కూలింట్లు, కుటుంబంలో విచేసే వారి సంఖ్యల రంగంలో కోర్టులో రెండు దశలుగా గ్రామీణ ఆర్టిక, సామాజిక స్టేట్ నాపితులతో కలిసి చేశాను. ఆ స్టేట్ ఆధారంగా మీ ఉపితాల బంధారం బయలుపెడునాను. గ్రామాల్లో ఒక వ్యవసాయ కార్పూర్ కుటుంబానికి సంపత్తురంంలో ఎన్ని దినాలు వని దొరకుతుంది, స్ట్రీలు, పురుషులకు విధిదిగా విధి సీజిస్ట్లో యిచ్చే కూలింట్లు, కుటుంబంలో విచేసే వారి సంఖ్యల రంగంలో కోర్టులో రెండు దశలుగా గ్రామీణ ఆర్టిక, సామాజిక స్టేట్ నాపితులతో కలిసి చేశాను. ఆ స్టేట్ ఆధారంగా మీ ఉపితాల బంధారం బయలుపెడునాను. గ్రామాల్లో ఒక వ్యవసాయ కార్పూర్ కుటుంబానికి సంపత్తురంంలో ఎన్ని దినాలు వని దొరకుతుంది, స్ట్రీలు, పురుషులకు విధిదిగా విధి సీజిస్ట్లో యిచ్చే కూలింట్లు, కుటుంబంలో విచేసే వారి సంఖ్యల రంగంలో కోర్టులో రెండు దశలుగా గ్రామీణ ఆర్టిక, సామాజిక స్టేట్ నాపితులతో కలిసి చేశాను. ఆ స్టేట్ ఆధారంగా మీ ఉపితాల బంధారం బయలుపెడునాను. గ్రామాల్లో ఒక వ్యవసాయ కార్పూర్ కుటుంబానికి సంపత్తురంంలో ఎన్ని దినాలు వని దొరకుతుంది, స్ట్రీలు, పురుషులకు విధిదిగా విధి సీజిస్ట్లో యిచ్చే కూలింట్లు, కుటుంబంలో విచేసే వారి సంఖ్యల రంగంలో కోర్టులో రెండు దశలుగా గ్రామీణ ఆర్టిక, సామాజిక స్టేట్ నాపితులతో కలిసి చేశాను. ఆ స్టేట్ ఆధారంగా మీ ఉపితాల బంధారం బయలుపెడునాను. గ్రామాల్లో ఒక వ్యవసాయ కార్పూర్ కుటుంబానికి సంపత్తురంంలో ఎన్ని దినాలు వని దొరకుతుంది, స్ట్రీలు, పురుషులకు విధిదిగా విధి సీజిస్ట్లో యిచ్చే కూలింట్లు, కుటుంబంలో విచేసే వారి సంఖ్యల రంగంలో కోర్టులో రెండు దశలుగా గ్రామీణ ఆర్టిక, సామాజిక స్టేట్ నాపితులతో కలిసి చేశాను. ఆ స్టేట్ ఆధారంగా మీ ఉపితాల బంధారం బయలుపెడునాను. గ్రామాల్లో ఒక వ్యవసాయ కార్పూర్ కుటుంబానికి సంపత్తురంంలో ఎన్ని దినాలు వని దొరకుతుంది, స్ట్రీలు, పురుషులకు విధిదిగా విధి సీజిస్ట్లో యిచ్చే కూలింట్లు, కుటుంబంలో విచేసే వారి సంఖ్యల రంగంలో కోర్టులో రెండు దశలుగా గ్రామీణ ఆర్టిక, సామాజిక స్టేట్ నాపితులతో కలిసి చేశాను. ఆ స్టేట్ ఆధారంగా మీ ఉపితాల బంధారం బయలుపెడునాను. గ్రామాల్లో ఒక వ్యవసాయ కార్పూర్ కుటుంబానికి సంపత్తురంంలో ఎన్ని దినాలు వని దొరకుతుంది, స్ట్రీలు, పురుషులకు విధిదిగా విధి సీజిస్ట్లో యిచ్చే కూలింట్లు, కుటుంబంలో విచేసే వారి సంఖ్యల రంగంలో కోర్టులో రెండు దశలుగా గ్రామీణ ఆర్టిక, సామాజిక స్టేట్ నాపితులతో కలిసి చేశాను. ఆ స్టేట్ ఆధారంగా మీ ఉపితాల బంధారం బయలుపెడునాను. గ్రామాల్లో ఒక వ్యవసాయ కార్పూర్ కుటుంబానికి సంపత్తురంంలో ఎన్ని దినాలు వని దొరకుతుంది, స్ట్రీలు, పురుషులకు విధిదిగా విధి సీజిస్ట్లో యిచ్చే కూలింట్లు, కుటుంబంలో విచేసే వారి సంఖ్యల రంగంలో కోర్టులో రెండు దశలుగా గ్రామీణ ఆర్టిక, సామాజిక స్టేట్ నాపితులతో కలిసి చేశాను. ఆ స్టేట్ ఆధారంగా మీ ఉపితాల బంధారం బయలుపెడునాను. గ్రామాల్లో ఒక వ్యవసాయ కార్పూర్ కుటుంబానికి సంపత్తురంంలో ఎన్ని దినాలు వని దొరకుతుంది, స్ట్రీలు, పురుషులకు విధిదిగా విధి సీజిస్ట్లో యిచ్చే కూలింట్లు, కుటుంబంలో విచేసే వారి సంఖ్యల రంగంలో కోర్టులో రెండు దశలుగా గ్రామీణ ఆర్టిక, సామాజిక స్టేట్ నాపితులతో కలిసి చేశాను. ఆ స్టేట్ ఆధారంగా మీ ఉపితాల బంధారం బయలుపెడునాను. గ్రామాల్లో ఒక వ్యవసాయ కార్పూర్ కుటుంబానికి సంపత్తురంంలో ఎన్ని దినాలు వని దొరకుతుంది, స్ట్రీలు, పురుషులకు విధిదిగా విధి సీజిస్ట్లో యిచ్చే కూలింట్లు, కుటుంబంలో విచేసే వారి సంఖ్యల రంగంలో కోర్టులో రెండు దశలుగా గ్రామీణ ఆర్టిక, సామాజిక స్టేట్ నాపితులతో కలిసి చేశాను. ఆ స్టేట్ ఆధారంగా మీ ఉపితాల బంధారం బయలుపెడునాను. గ్రామాల్లో ఒక వ్యవసాయ కార్పూర్ కుటుంబానికి సంపత్తురంంలో ఎన్ని దినాలు వని దొరకుతుంది, స్ట్రీలు, పురుషులకు విధిదిగా విధి సీజిస్ట్లో యిచ్చే కూలింట్లు, కుటుంబంలో విచేసే వారి సంఖ్యల రంగంలో కోర్టులో రెండు దశలుగ





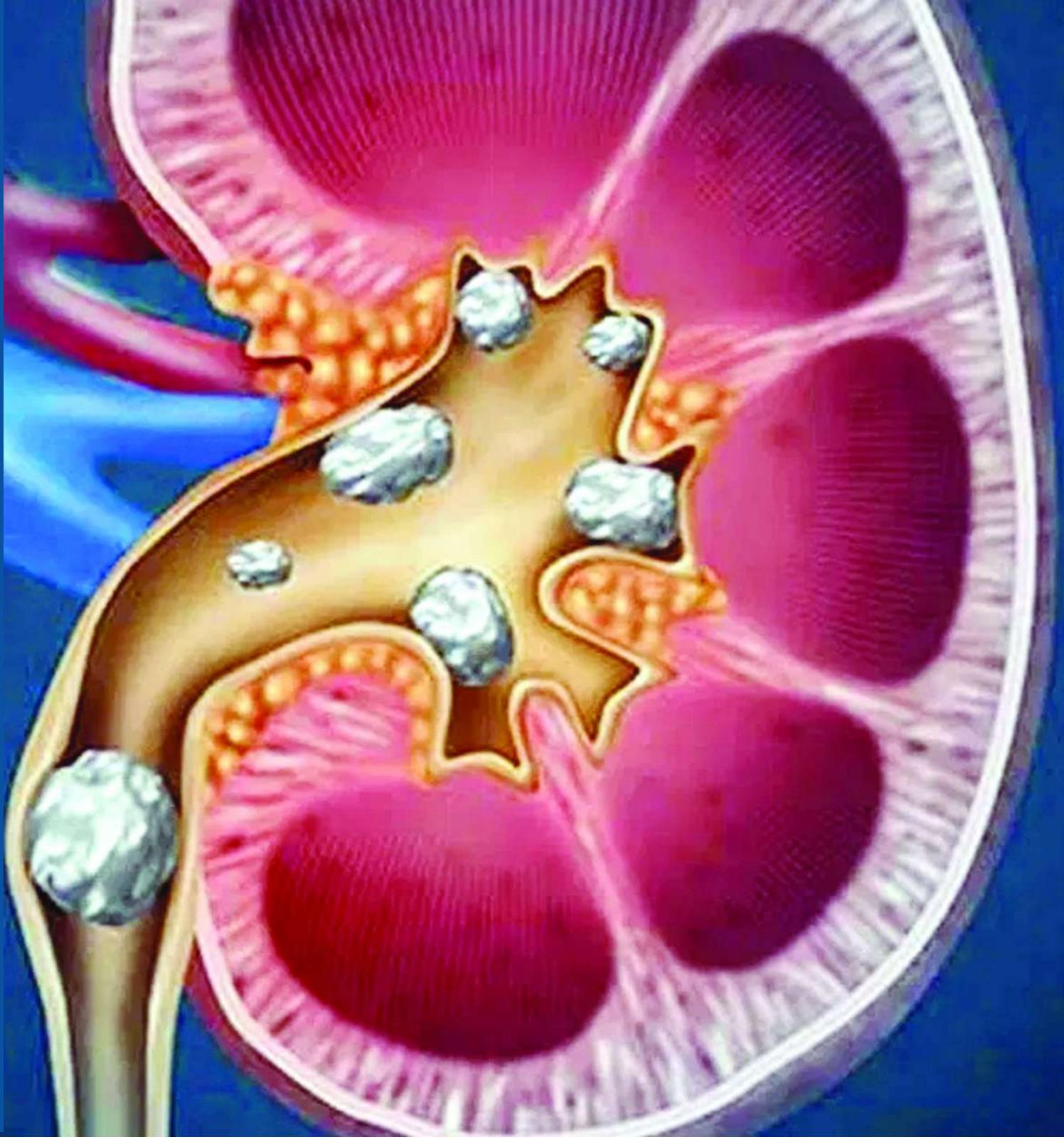






# ఈ లక్షణాలు... కిడ్నీల్స్ రాళ్ళ ఉన్నట!

భారతదేశంలో కిడ్డిల్లో రాళ్ల సమస్య పెరుగుతోంది.. పెద్ద సంఖ్యలో ప్రజలు దీనికి బలైపోతున్నారు. మూత్రపిండాలు మన శలీరంలో చాలా ముఖ్యమైన అవయవం.. దాని ప్రధాన విధి రక్తాన్ని ఫిల్టర్ చేయడం.. ఈ ప్రక్రియ జలగినప్పుడు కావ్యియం, సాంగిదియం, అనేక రకాల ఖనిజాల కణాలు మూత్ర నాక్షరం ద్వారా మూత్రాశయానికి చేరుతాయి. భారతదేశంలో కిడ్డిల్లో రాళ్ల సమస్య పెరుగుతోంది.. పెద్ద సంఖ్యలో ప్రజలు దీనికి బలైపోతున్నారు. మూత్రపిండాలు మన శలీరంలో చాలా ముఖ్యమైన అవయవం.. దాని ప్రధాన విధి రక్తాన్ని ఫిల్టర్ చేయడం.. ఈ ప్రక్రియ జలగినప్పుడు కావ్యియం, సాంగిదియం, అనేక రకాల ఖనిజాల కణాలు మూత్ర నాక్షరం ద్వారా మూత్రాశయానికి చేరుతాయి. ఈ వస్తువుల పరిమాణం పెరగడం ప్రారంభమైన తరువాత అవి ఘనిభవించి రాయి ఆకారాన్ని తీసుకొవడం ప్రారంభస్తాయి.. దీనిని రాళ్లగా పిలుస్తారు. కిడ్డిల్లో రాళ్ల సమస్య ఉన్నవారు తమ ఆపశిరం విషయంలో చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలి.. లేకుంటే కిడ్డిల్లో రాళ్ల ప్రమాదం మరింత పెలిగి.. అత్యవసర పరిస్థితికి దారితీసే అపకాశం ఉండని పైద్య నిపుణులు పొచ్చలిస్తున్నారు. మూత్రపిండాల్లో రాళ్లతో బాధపడేవారు.. మూత్ర విసర్జన చేసేటప్పుడు నొప్పి, తరచుగా టాయిలెట్కు వెళ్లడం, కడుపు నొప్పి, ఆకు లేకపోవడం, నడుము ప్రాంతంలో నొప్పి.. వికారం గులంచి పిరావు చేస్తారు.. అటువంటి పరిస్థితిలో అలాంటి వారు.. కొన్ని ఆపశిరాలకు దూరంగా ఉండటం ముఖ్యం.. డైటీషియన్ల ప్రకారం.. కిడ్డిల్లో రాళ్ల ఉన్న వారు కొన్ని ఆపశిరాలకు దూరంగా ఉండాలి.. లేకపోతే.. ఈ సమస్య మరింత పెరుగుతుంది.. మూత్రపిండాల్లో రాళ్ల సమస్యతో బాధపడే వారు ఎలాంటి ఆపశిరాలను తినుకూడదో ఇప్పుడు తెలుసుకొండి. విటమిన్ నీ ఆధారిత ఆపశిరాలు: రాళ్ల సమస్య ఉన్నట్టయితే, విటమిన్ నీ పుష్టిలంగా ఉండే ఆపశిర పదార్థాలకు దూరంగా ఉండాలి. దీని కారణంగా మరిన్ని రాళ్లు ఏర్పడటం ప్రారంభస్తాయి. నిమ్మ పాలకూర, నాలింజ, ఆవాలు, కివి, జామ వంటి వాటిని తినడం మానేయడం మరించిటి. ఉప్పు: మూత్రపిండాల్లో రాళ్ల ఉన్నవారు ఉప్పు, అత్యధిక ఉప్పు కలిగిన ఆపశిర పదార్థాలను తీసుకొవడం తగ్గించాలి. ఎందుకంటే వాటిలో అధిక మొత్తంలో సాంగిదియం ఉంటుంది.. ఇటి మూత్రపిండాల అరీగ్నాన్ని దెబ్బతీస్తుంది.



# టీలో దాల్చిన చెక్క కలిపి తాగడం వల్ల కలిగే ఆరీగ్య ప్రయోజనాలు

A photograph of a glass of tea with a cinnamon stick and a small bowl of sugar next to it.



పెరుగుపిచేలా పని చేస్తుంది. ఘగ్గర్ శరీరంలో తృప్తిగా ప్రవేశించకుండా నియంత్రించడం వల్ల భోజనం తర్వాత రక్తంలో ఘగ్గర్ స్థాయిలు స్థిరంగా ఉండేందుకు సహాయపడుతుంది. దయాబెట్టిన్ ఉన్నపారికి భోజనం తర్వాత వచ్చే ఘగ్గర్ పెరుగుదలను నియంత్రించడం చాలా అవసరం. టీకి దాల్చిన చెక్క కలిపితే గూక్కోళ్ శరీరంలో మెల్లగా ప్రవేశించేలా చేస్తుంది. డాంతో రక్తంలో ఘగ్గర్ స్థాయి ఆకస్మాత్తుగా పెరగకుండా నియంత్రించవచ్చు. దీని వల్ల దయాబెట్టిన్ చెక్క పూర్తిగా ఉపయోగించలేనప్పుతీకి దీన్ని ర్యాయామం భాగంగా చేర్చుకోవచ్చు. కన్నిరం దీర్ఘకాలం దాల్చిన చెక్క తీసుకుంటే ఉపపానాలు కొంతమేరకు తగ్గవచ్చని భావిస్తున్నారు. టీలో ఉలభం. మీరు చేసిన టీలో చిట్టికెడు దాల్చిన చెక్క పోతుంది. రుచిని మరింత పెంచాలనుకుంటే టీలైక్క కడ్డిని నేరుగా ఉంచి మరిగించవచ్చు. తీపి దాల్చిన చెక్కను అల్లం, లవంగం లాంబి ఉపయోగించవచ్చు. ఈ విధంగా రుచితో పొటుచ్చు.

# ನಾರಕಾಯತ್ವ ಪಾರಪಾಟುನ ಕೂಡಾ ಈ ಅಪರಾಲನು ಕಲಿಪಿ ತಿನಕಂಡೆ!

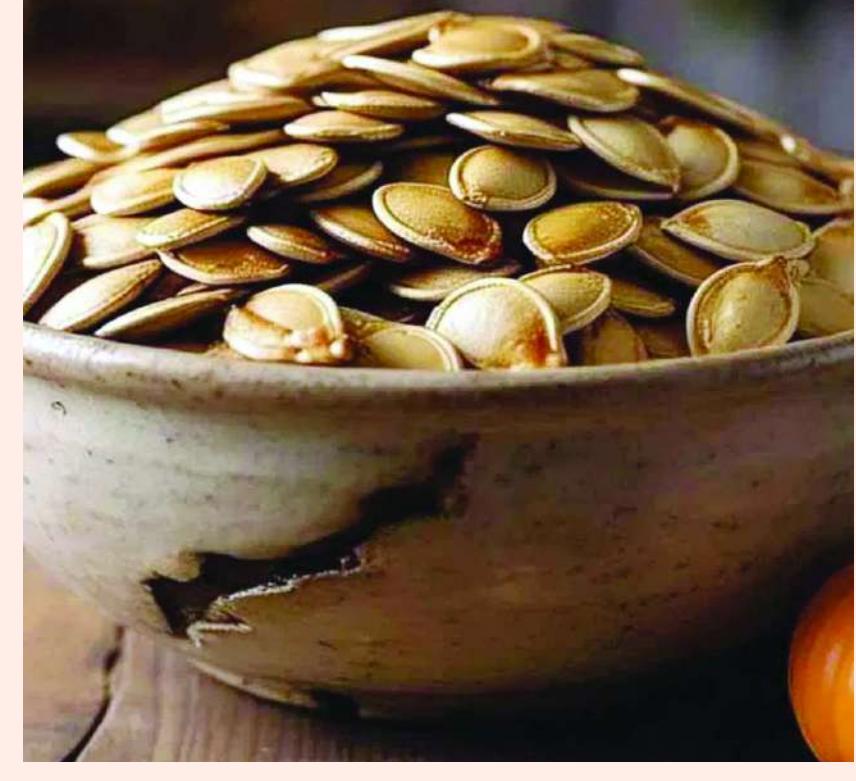
సారకాయ మన ఆరోగ్యవికి ఎంతో ప్రయోజనం చేకూర్చే కూరగాయలలో ఒకటి. అయితే కొన్ని ఆహారాలను సారకాయతో కలిపి తినడం వల్ల ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తువచ్చు, మన ఆపోరపు అలవాట్లలో కూరగాయలను భాగం చేసేకోవడం చాలా ముఖ్యమైంది. వివిధ రకాల కూరగాయలు శరీరానికి అవసరమైన నారులను, భనిజాలను, విటమిన్లను అందిస్తాయి. ఆ కూరగాయలలో సారకాయ కూడా ఒకటి. ఇది అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలిగిస్తుంది. సారకాయలో నారులు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఈ నారాలు పేగు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడమే కాకుండా మలబద్ధకం వంటి సమస్యలను నివారించడంలో కూడా సహాయపడతాయి. అంతేకాక సారకాయ నీటిని అధికంగా కలిగి ఉండబట్టంతో శరీరానికి తక్కుణ శక్తి అందిస్తుంది. అంతేకాక ఇది అధిక రకపోటు ఉన్నవారికి చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. సారకాయతో కాలిష్టవర్ కలిపి తినడం మంచిది కాదు. ఈ రెండు కూరగాయలను ఒకే సమయంలో తీసుకుంటే జీర్జుక్రియపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపిస్తుంది. ఘలితంగా కడుపు ఉబ్బరం, అజీర్జం వంటి సమస్యలు రావచ్చు. కాబట్టి పీటిని కలిపి తినడం మానేయుడు మంచిది. సారకాయను కారకాయతో కలిపి తినడం వల్ల ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తువచ్చు. ముఖ్యంగా ఈ రెండు కూరగాయలను కలిపి తింటే ఘ్ర్యు పాయిజన్స్ సమస్యలు రావచ్చని నిపుణులు సూచిస్తారు. ఘలితంగా జీర్జ సమస్యలు, పొళ్ళ నొప్పి వంటి సమస్యలు ఏర్పడే ప్రమాదం ఉంటుంది. ఆయుర్వేదం ప్రకారము సారకాయను పాలతో కలిపి తినడం ఆరోగ్యాన్నికి మంచిది కాదని చెబుతున్నారు



పాలు, సారకాయ కలిపి తింటే శరీరంలో విభిన్న రకాల రసాయన చర్యలు జరిగేవ్వు నమస్కయలు తెల్తుతాయని చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా జీర్జ సంబంధించిన నమస్కయలు రావచ్చు. సారకాయను నిమ్మరసంతో కలిపి తినడం వల్ల చర్య సమస్కయలు వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. ఈ రెండింటిని కలిపి తినడం వల్ల అల్రెడ్, తెల్లటి మచ్చలు దురద వంటి నమస్కయలు ఏర్పడే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి సారకాయతో నిమ్మరసకలిపి తినడం మానేయడం మంచిది.

# గుమ్మడి గీంజలు

## కమ్మని నిద్ర



ఆరోగ్యవీకి మెలు చేసే ఆపోరాల్లో గుమ్మడి గింజలు మొదటి స్థానంలో ఉంటాయి. త్వరగా బరువు తగ్గడానికి, శరీరాన్ని నిర్విష్టకరణ చేయడానికి కూడా ప్రత్యేకంగా ఉపయోగపడతాయి. గుమ్మడి గింజలు చాలా పోషకమైనవి. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయింటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు, నేటి కాలంలో అధిక మంది ఒబీసిటీలో బాధపడుతున్నారు. త్వరగా బరువు తగ్గడానికి వివిధ రకాల విత్తనాలను తింటుంటారు. వీటిలో చియా గింజలు, అవిసే గింజలు, జనపనార గింజలు, నువ్వులు, పొద్దుతిరుగుడు విత్తనాలు, గుమ్మడికాయ గింజలు ముఖ్యమైనవి. ఈ విత్తనాలు డైటింగ్, శరీరాన్ని నిర్విష్టకరణ చేయడానికి కూడా ప్రత్యేకంగా ఉపయోగపడతాయి. వీటన్నింటిలో గుమ్మడి గింజలు చాలా పోషకమైనవి. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయింటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. ఈ విత్తనాలను రోజుకు ఒక టేబుల్ స్వాన్ తింటే శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలు పుపులంగా లభిస్తాయి. ఈ విత్తనాలు గుండె ఆరోగ్యం నుంచి మెరదు పనిచేరు వరకు ప్రభావపంతంగా పనిచేస్తాయి. గుమ్మడికాయ గింజల్లో మెగ్రీపియం పుపులంగా ఉంటుంది. ఇది రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. గుండె సక్రమంగా పనిచేయడానికి సహాయపడుతుంది. ఇందులో యాంటీఆస్కిండెంట్లు, ఆరోగ్యకరమైన కొప్పలు ఉంటాయి. ఇవి చెడు కొలెప్ట్రాల్సు తగ్గిస్తుంది. మంచి కొలెప్ట్రాల్సు పెంచుతుంది. గుమ్మడి గింజల్లో ట్రైపోషాన్ అనే అప్పెన్ ఆఫ్సం ఉంటుంది. ఇది సెరోలోనీన్, మెలటోనీన్ అనే శరీరం సహజ నిద్ర హరోస్టస్ ఉత్పత్తి చేయడానికి సహాయపడుతుంది. రోజు రాత్రి పడుకునే ముందు ఒక టేబుల్ స్వాన్ తినడం వల్ల మంచి నిద్ర వస్తుంది. ఇందులోని మెగ్రీపియం కండరాలు, నరాలను మరింత సడిలిస్తుంది. ఈ విత్తనాల్లో జింక, మెగ్రీపియం, యాంటీఆస్కిండెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. జ్ఞానపక్షక్షత్తిని పెంచడానికి సహాయపడుతుంది. ముఖ్యంగా జింక నరాల సిగ్గులింగ్, మెదడు ఆభివృద్ధిలో ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. గుమ్మడికాయ గింజల్లో జింక, విటమిన్ ఇ పుపులంగా ఉంటాయి. జింక గాయాలను నయం చేయడానికి, జలుబుతో పోరాదటానికి సహాయపడుతుంది.





### బిబీటీలో 'మద్రాస్కార్స్' తెలుగు వర్షం

మొగా దాటర్ నిషోరిక కోణిదెల తమిళ సినిమా తెలుగులో బీబీటీ వేదికగా విదుదల కానుంది. ఈ మేరకు అధికారికంగా ప్రకటన కూడా వచ్చేసింది. సంక్రాంతి కానుకగా జనవరి 10న 'మద్రాస్కార్స్' చిత్రం కొల్పివుడిలో విదుదలైంది. ఈ మూలిలో హేచ్ లివ్ మ్యూష్, కల్పియురాన్ హిరోలుగా నల్గించారు. థియేటర్లలో వచ్చే నెల రోజులు కూడా గడవకముందే తమిళ వర్షం ఒక్కిలో బీబీటీలో వచ్చేనింది. ఇప్పుడు తెలుగు వర్షంలోను మేకట్టు విదుదల చేస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. వాలిమోహన్ దాన్ దర్జకత్వం వహించిన ఈ విత్తున్న ఎన్ఱార్ ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్స్‌పై బి.ఐగార్డ్స్ నిర్మించారు. తమిళలో ఈ సినిమాకు మిత్రులు స్వందన లభించింది. వితార్ ముదగజరాజు మూలి హింగ్ టాక్ రావడంతో ఈ సినిమాకు కాస్త్రోల్ తగ్గింది. శివరాత్రి వండుగ కానుకగా ఫిలిప్పరి 26న 'ఆపోలో 'మద్రాస్కార్స్' సినిమా బ్రీమింగ్ కానుంది. ఈ మూలి కోసం సుమారు రూ. 5 కోట్ల బడ్జెట్లతో తెరకెక్కించారు. అయితే, కోటీ లోపి వసూళ్లను రాబిట్డంతో నిష్టాతలకు భారీ స్పెషల్ ను తెచ్చిపెట్టింది.

ఏడెళ్ల తర్వాత రాఘవంలీక పాత్రాలో రీవిఎల్ సుమారు విడెళ్ల తర్వాత మద్రాస్కార్స్ సినిమాతో తమిళలో నిషంక రీవిఎల్ ఇచ్చింది. 2018లో విజయ్ సేకుచి సంతోషించిన ఒక సినిమా అమోదీ కోల్చివేచు కురించయి. అయితే, అమెక పెద్దగా గుర్తింపు దక్కలేదు. ఇప్పుడు మద్రాస్కార్స్ మూలిలో మీరా అనే విత్తున్న గామర్ రోల్స్ నిషంక కనిపించింది. ఒక రాఘవంలీక సాంగిలో కూడా అమె సంతోషించింది. ఈ పాటలో అటు రొమాన్స్, ఇటు ద్వాన్సులో నిషంక రెచ్చిపోయిందని చెప్పాము. తెలుగులో సినిమాలో సంతోషించి కానీ ఈ తరపో యాక్టింగ్ మాత్రం ఎప్పుడూ చేయలేదు. ఇందులోని సాంగ చూసి పూన్ ప్రేస్ అయిపోయారు. ఎందుకంటే రొమాన్స్ .. ఆ రేంజలో ఉండి మరి! ఈ సినిమాకు హిరోలుగా హిట్లు కొట్టాలని నిషంక ప్లాన్ చేసుకుంది. కానీ, ఫలితం మరోలా వచ్చింది.



### అప్పుర రాణి 'బ్హెష్మ రీజన్' ఫన్స్ లుక్ లిలీజ్

రంగట రామ, అప్పుర రాణి ప్రథమ పొత్తలో సలిస్తున్న సినిమా భద్ర రీజన్. లీభీఅర్ సినీ క్రియేషన్స్ లో పారీష్ కె నిర్మాతా వ్యవహారంచారు. మహా శివరాత్రి సందర్భంగా చిత్ర ఫన్స్ లుక్ ను రీల్చెంట్ చేశారు. క్రైస్తు యూక్స్ కథతో ఈ సినిమాని తీటారు. ఘూర్చింగ్ ఘూర్చి చేసుకున్న ఈ చిత్రం.. పోన్ట్ ప్రొడక్షన్ దశలో ఉంది. దాచాపు ఘూర్చింగ్ పరిసర ప్రాంతాల్లోనే జిగింది.

### తెలుగు తెరపై మరీ కొత్త హీరోయిన్

ఉండలు ప్రీత్తీ కు ఓ కొత్త గ్లామర్ యార్డ్ కాబోతుంది. అందం, అభినయం కలగలిసిన బైరపి తెలుగు ప్రీత్తుకులకు పరిచయం అపుత్తింది. సంచూత్ నొకల్ ఫేమ్, ప్రముఖి సిగంగ్ సినీశ తనయుడు ఆచావ్ హీరోయిన్గా తథాస్తు క్రియేషన్స్ భూతీర్ణవై చేస్తున్న ప్రాడక్షన్ నెంబర్ 1 మూలిలో హీరోయిన్గా భైరపి నుటించింది. ఇది అమెకు డెబ్బు మూలి, సంబించెంట్, ఎమోషనల్ పంచీ సీటులో బైరపి యాక్టింగ్ నేచ్చు, లెపల్ లో ఉండితుపున్టు చిత్ర యానిట్ చెబుతోంది. సినిమా విదుదల తర్వాత భైరపి తెలుగు ప్రీత్తుకుల పూర్వయాల్లో నిలిచిపెటిందం భాయిముని చెబుతున్నారు. శివ దర్జకత్వంలో, తాటి బాలకప్ప విశ్వాంలో సినియర్ నుటీనటులు రఘుబాబు, పూర్ణి ప్రుభావిత తబితులు లభించారు. ఈ సందర్భంగా నిర్మాత తాటి బాలకప్ప మాటల్లాడుతూ... "ఈ మూలి విలేచే భూతీర్ణవైండ్లి రూపాందిస్తున్నాం. రొమాంబింగ్ లవ్ సస్సున్ కామెడీ చిత్రం. సంచూత్ నొకల ఫేమ్ ఆచావ్ హీరోయిన్గా నుటించే ఈ సినిమా కీసోన్ హీరోయిన్ గా భైరపి తెలుగు తెరపై తెరుకు తొలి పరిచయం చేస్తున్నాం. అచ్చమైన పట్టటుల అమ్ములు ప్రేతులో బైరపి సంఖార సంపాదించుటంది. హీరోయిన్ మరదలు పాత్ర చేస్తున్నాం. అమె పాత్ర సినిమాలో ప్రైలైట్ గా ఉండణబోతోంది. ఈ సినిమా ప్రతి ఒక్కరిన అలింగ్సుండని భాష్యితంగా చెవుగలము, ప్రత్యుతం మా మూలి పశిక్కు ప్రాడక్షన్ వెన్ను. జరుపుకుంటున్నారు. త్వరలోని సినిమా బ్రైటీల్, విదుదల తేచీ ప్రకటిస్తోం." అని అన్నారు.



### రామిణి నేపథ్యంలో 'ప్రేమకు జై'

అనిల్ బురగాని, అర్చ.జ్యోతి జంటగా నల్గించిన చిత్రం 'ప్రేమకు జై'. మల్లం త్రేనివాన్ దర్జకత్వంలో అనసూర్య నిర్మించిన ఈ చిత్రం మార్పిల్ విదుదల కానుంది. ఈ సందర్భంగా నిర్మించిన ప్రీత్తీ వేదుకు దర్జక% - % నిర్మాత సాయి వెంకట్ అతిథిగా పోజ్రె, ఈ సినిమా తీటాం. హిరో అనిల్ బురగాని, హిరోయిన్ జ్యోతి తాలూకా చేశారు. ప్రతి ఒక్క ఆర్టిస్టు వెక్కిపెట్టుకున్న ప్రేమకును కోరుకుంటున్నాం." అని అన్నారు. కో ప్రోడక్షన్స్: మైల్ లార్జ్ రూపులు, దర్జకుడు అంచులు ప్రాంతాల్లో అభిమాని అశ్చర్యంలో ఉంది. అంత మార్పిల్ విదుదల కానుంది. హిరోయిన్ అన్నారని అశ్చర్యమైను. "అని అన్నారు.

