

హైదరాబాద్-నవకూపి బ్యూరో
ఆంధ్రప్రదేశ్‌కు చెందిన టీడీపీ సీనియర్ నేత అశోక్ గజపతి రాజు గోవా గవర్నర్‌గా ప్రమాణ స్వీకారం చేశారు. గోవా గవర్నర్ బిర్లా దర్బార్ హాలులో హైకోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తి ఆయనతో ప్రమాణం చేయించారు. ఈ కార్యక్రమానికి గోవా ముఖ్యమంత్రి డివ్యుకాంత్ పర్వేర్, రాష్ట్ర మంత్రులు, కేంద్ర మంత్రి రామకృష్ణ పినియూరు, ఏపీ మంత్రి లోకేశ్‌తోపాటు టీడీపీ ఎంపీలు, మంత్రులు హాజరయ్యారు. ఈనెల 14న గోవా గవర్నర్‌గా అశోక్ గజపతి రాజు నియమితుడైన విషయం తెలిసింది. పీసీసీ శ్రీధర్ నేటి పిక్చు స్థానంలో గవర్నర్‌గా ఆయన బాధ్యతలు స్వీకరించారు. అశోక్ 2014 నుంచి 2018 వరకు మోడి పీపీఎమ్‌డెల్లంలో పౌర విమరసయాన శాఖ మంత్రిగా పనిచేశారు. ఏపీ ప్రభుత్వంలో కూడా మంత్రిగా వ్యవహరించారు.



లిటైర్వెంట్ తర్వాత ప్రభుత్వ పదవులకు దూరం: సీజేబి

ముంబై- నవభూమి: పదవీ విరమణ చేసిన తర్వాత ఎలాంటి ప్రభుత్వ పదవులను అంగీకరించేది లేదని భారత ప్రధాన న్యాయమూర్తి జీఆర్ గవాయ్ చెప్పారు. మహారాష్ట్రలోని అప్రావతి జిల్లాలో తన స్వగృహమైన దారాఫూర్లో శుక్రవారం జరిగిన ఒక కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడుతూ, పదవీ విరమణ తర్వాత ప్రభుత్వ పదవులకు దూరంగా ఉండాలని నిర్ణయించుకున్నట్లు చెప్పారు. లిటైర్వెంట్ తర్వాత చేతినిదా సమయం దొరుకుతుందని,

ఎక్కువ సమయం దారాఫూర్, అప్రావతి, నాగపూర్లలో గడుపుతానని చెప్పారు. **నవంబర్లో లిటైర్వెంట్** భారతదేశ 52వ సీజేబిగా ఉన్న గవాయ్ ఈ ఏడాది నవంబర్ 23న పదవీ విరమణ చేయనున్నారు. మహారాష్ట్రలోని అప్రావతి జిల్లాలో 1960 నవంబర్ 24న ఆయన జన్మించారు. బౌద్ధ మతం నుంచి సీజేబి అయిన తొలి వ్యక్తి కూడా ఆయనే కావడం విశేషం. మాజీ సీజేబి సంజీవ్ భన్సాలి లిటైర్వెంట్ తర్వాత గవాయ్ సీజేబి బాధ్యతలు చేపట్టారు. 2005లో ముంబై హైకోర్టు పెర్మనెంట్ జడ్జి అయిన గవాయ్.. 2019 మేలో సుప్రీంకోర్టు జడ్జిగా పదోన్నతి పొందారు. జమ్మూకశ్మీర్కు స్వయం ప్రతిపత్తిని రద్దు చేస్తూ 2023 డిసెంబర్లో కీలక తీర్పునిచ్చిన ఐదుగురు సభ్యుల ధర్మాసనంలో గవాయ్ కూడా ఒకడు.

ఎడిట్ పేజీ



పీఎం కిసాన్ రైతులందరికీ వర్తించాలి

భారతదేశం వ్యవసాయాధారిత ఆర్థిక వ్యవస్థ. ఇది వాస్తవం కాదు, నిత్య జీవన సత్యం. భారత జనాభాలో సగం మైగ ప్రజలు ప్రత్యక్షంగా వ్యవసాయానికి ఆధారపడిన వాస్తవం మన దేశ సామాజిక, ఆర్థిక నిర్మాణాన్ని అర్థం చేసుకునే వారికి తక్షణంగా అర్థమయ్యే గణాంకం. స్వాతంత్ర్యానంతరం దేశాన్ని ఆకలికి గురి కాకుండా నిలిపిన శక్తి -రైతు. దేశానికి ఆహార భద్రత కల్పించిన మార్గదర్శక శక్తి - వ్యవసాయ రంగం. ఈ విభాగానికి గౌరవాన్ని, గౌరవపంతమైన జీవనాన్ని కూడా కల్పించాలి. అయితే ఆ దిశగా ప్రభుత్వాల కృషి, అర్థసాక్షాత్కారంతో నిలుస్తున్న పరిస్థితి లేదు. పీఎం కిసాన్ పథకం వంటి చర్యలు ప్రారంభం అయినా, అవి పరిపూర్ణ లక్ష్యాన్ని చేరుకున్నాయా? అనే ప్రశ్న ఇంకా నిలిచే ఉంది.

2019లో ప్రారంభమైన ఈ పథకం, రైతుల పెట్టుబడి అవసరాలను తీర్చడానికి ఏడాదికి రూ.6,000 నగదు సహాయం (3 విడతలుగా) అందజేయాలన్నదే లక్ష్యం. ఇది యావత్ దేశంలోని రైతులకు వర్తించాలి అనే ఉద్దేశంతో ప్రారంభించబడింది. అయితే, ప్రస్తుతం ఈ పథకం నుండి లక్షలాది మంది రైతులు వంచితమవుతున్నారు. రాష్ట్రం దీనికి ప్రత్యక్ష ఉదాహరణ. ఈ పథకాన్ని 2019 జనవరి 31 నాటికి ఉన్న పట్టాధారు రైతులకు వర్తింపజేశారు. ఆ తరువాత భూముల కొనుగోళ్లు, విక్రయాలు, వారసత్వ మార్పులు జరిగిన రైతులకు ఇప్పటికా పథకం వర్తించకపోవడం, వ్యవసాయ శాఖ అధికారుల నిర్లక్ష్యత, వెబ్సైట్ సాంకేతిక పరిమితులు, కేంద్ర ప్రభుత్వం, తెలంగాణలో 70 లక్షల మంది రైతుల్లో 63 లక్షల మంది చిన్న, సన్నకారు రైతులు. వీరిలో ఎక్కువ మంది ఐదు ఎకరాల లోపు భూములు కలిగినవారు. 2020లో పీఎం కిసాన్ లబ్ధిదారుల సంఖ్య 37 లక్షలు కాగా, 2024 నాటికి అది 31 లక్షలకు తగ్గింది. అంటే 6 లక్షల మంది రైతులు ఒక్క శేదీ మించినారనే కారణంతో బహిష్కరణకు గురయ్యారు. ఇది గణాంకా సాక్షియాలే మైనస్గా కనిపించినా, వారి జీవన స్థాయిలో మాత్రం భారీ ప్రభావాన్ని చూపిస్తోంది.ఇప్పటి ఖర్చుల దృష్ట్యా, రూ.6,000 అన్నది?చూపించే సాయం మాత్రమే. ఒక ఎకరా భూమిలో వరి సాగు చేయాలంటే కనీసం రూ.10,000%-%15,000 ఖర్చవుతుంది. అందులో విత్తనాలు, ఎరువులు, శ్రమ, నీటి తడులు, కూలీల జీతాలు, మీసూ, దిగుబడి సంక్షోభం అన్నీ కలిపితే రైతులు ఎంత నష్టపోతున్నారో చెప్పకర్దేదు. ఈ నేపథ్యంలో, రైతులు ఈ సాయాన్ని రూ.12,000కు పెంచాలన్న డిమాండ్ చేస్తుండటం సమజసం.2025 జనవరిలో కేంద్ర ప్రభుత్వం ఈ పథకానికి కాసు సాయాన్ని పెంచే అవకాశం ఉందన్న వార్తలు వెలువడ్డాయి. కానీ తాజా ఐడ్యెంట్ పీఎం కిసాన్ నిధులకు తగిన కేటాయింపు లేకపోవడం బాధాకరం. కార్పొరేట్ కంపెనీలకు వేల కోట్లు రాయితీలు ఇవ్వగలిగే కేంద్రానికి, రైతులకు ఏడాదికి రూ.6,000 ఇవ్వమే భారంగా ఉందంటే, ఆర్థిక ప్రాధాన్యత ఎటు మళ్లినో స్పష్టమవుతుంది.నకిలీ విత్తనాలు, కరువు, వరదలు, మధ్యపెద్దల మోసాలు, దిగుమతి ధరల ఒత్తిడి, నిల్వలు లేకపోవడం వంటి సమస్యలతో రైతులు వ్యవసాయాన్ని వదిలేయాలా? లేక ప్రభుత్వాన్ని నమ్మి పోరాటం సాగించాలా? అనే సందిగ్ధంలో ఉన్నారు. ఈ పరిస్థితుల్లో కేంద్రం రైతులకు అతి ప్రాథమికమైన సాయం అయిన పీఎం కిసాన్ పథకాన్ని కూడా పరిపూర్ణంగా అమలు చేయకపోవడం బాధాకరం.భూమి యాజమాన్య హక్కులు మారిన కొత్త రైతులకు ఈ పథకం అందుదీనా? కొత్తగా వ్యవసాయం ప్రారంభించిన యువ రైతులు ఆర్థికంగా? వారికి న్యాయం చేయాలైన బాధ్యత ప్రభుత్వంపై ఉందా? వ్యవసాయ ఉత్పత్తి సరిపడా వృద్ధి చెందాలంటే రైతులకు వైద్యం, పెట్టుబడి, భరోసా కావాలి. ఈ మూడు లేకుండా వారు పొలం పట్ల సమృథక కోల్పోతే, అది దేశ భవిష్యత్తుపట్ల అపాయం.రాష్ట్రాల్లో కొత్తగా ప్రభుత్వం 'విశిష్ట రైతు కార్డులు' ఇవ్వాలన్న యోచన ప్రారంభించింది. దీనికోసం రైతులు తమ పూర్తి వివరాలను స్థానిక వ్యవసాయ శాఖ అధికారుల సమక్షంలో సమోదు చేసుకోవాలి. అయితే, ఈ ప్రక్రియలో ఉన్న స్పష్టతలేని మార్గదర్శకాలు, సాంకేతిక లోపాలు వల్ల రైతులు మళ్లీ మోసపోతున్నారు. ప్రజలకు చేరే సమాచార లోపం వల్ల చాలామంది రైతులు సమోదు చేసుకోవడంలో వెనుకపడ్డారు.కరోనా కాలంలో అన్నీ రంగాలు కుదలేవ్వగా, వ్యవసాయ రంగం మాత్రం 3.4% వృద్ధితో దేశాన్ని నిలబెట్టింది. ఈ రంగాన్ని సమర్థవంతంగా నిలిపే శక్తి - రైతు చేతుల్లో ఉంది. అలాంటి రైతుల చేతిలో ఏకంగా రూ.2,000 కోట్లు కేటాయించినా, అది తగిన సాయం కాదు. వారిని ఆదుకునే అవలైస మార్గం స్థిరమైన విధానాలు, వ్యూహాత్మక నిధులు.

పాలనీ పరమైన మార్పులు అవసరం 2019 కటాఫ్ తేదీని ఇప్పటికైనా సవరించి, కొత్త రైతులకు అవకాశం ఇవ్వాలి. వ్యవసాయ భూముల రిజిస్ట్రేషన్ అయిన తరువాత వ్యవసాయ శాఖ ఆధ్వర్యంలో ఆటోమేటిక్ అప్లేట్ ఆయ్యే విధానాన్ని అమలు చేయాలి.

పీఎం కిసాన్ పథకాన్ని రూ.12,000కి పెంచి, రూ.1,000 చొప్పున నెలకు సాయం అందే విధంగా మార్చాలి. రైతు కార్డుల ప్రక్రియను పారదర్శకంగా చేసి, గ్రామ స్థాయిలో ప్రచారం ద్వారా పూర్తి చేయాలి. స్థానిక వ్యవసాయ శాఖ అధికారుల శిక్షణ, బాధ్యతలను కచ్చితంగా అమలు చేయాలి. రాజకీయ సంకేతం కాదు జీవనాధారం కావాలి రైతు సంక్షేమం ఎన్నికల వాగ్దానంగా మాత్రమే మిగిలితే, అది ప్రజాస్వామ్యానికి అవమానం. పీఎం కిసాన్ వంటి పథకాలు రైతుల జీవితాల్లో పూనాదిలా నిలవాలి. కేంద్ర ప్రభుత్వానికి న్యాయం చేయాలంటే, రాజకీయ లాభం కాదు రైతు సంక్షేమం లక్ష్యంగా ఉండాలి.అన్నదాతకు అర్థపంతమైన సాయం అందని వ్యవస్థను అభివృద్ధి చెందిన దేశంగా పరిగణించలేం. రైతులందరికీ పీఎం కిసాన్ వర్తించాలి. ఆధునికీకరించబోయే వ్యవసాయ రంగానికి ఇది కనీస ప్రథమ బాధ్యత. రైతులు తరిత్రుకొని నిలవాలంటే, ప్రభుత్వం వెన్నెముకలా నిలబడాలి.



తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ముఖ్య మంత్రి రేవంత్ రెడ్డి గారూ.... మీరు ప్రజా ప్రభుత్వాన్ని నిర్మించడానికి ముందు 5వ పెడ్యూల్ ప్రాంతంలో ఇంద్ర వెల్లి వేదికగా గిరిజనులకు భరోసాగా ఉంటా అనే ప్రమాణంతో అధికారంలోకి రావడం జరిగింది. అక్కడ మహాత్మరమైనటువంటి సభతో డీలాపడి ఉన్న నాయకత్వాన్ని గిరిజన అమరవీరుల స్ఫూర్తితో జవనత్వాలను నింపుకొని అధికార పీఠం వైపు వడివడిగా అడుగులు వేశారు. అంతేకాదు ఆదివాసీ కుల దైవాలు అయినటువంటి జంగు భాయ్ కి మోక్కులు, ముదుపులతో ముందుకు సాగి మేదారం సమృద్ధి సారమ్మ దీవెనలతో అధికారాన్ని కైవసం చేసుకున్నారు. ప్రభుత్వాన్ని నిలబెట్టడంలో మానసిక స్థైర్యాన్ని, పోరాట స్ఫూర్తిని గిరిజన ప్రాంతం నుండి పునీతిపృథ్వుకున్నట్లుఅయింది. ఈ ప్రాంత ప్రజలు కూడా మీ యొక్క దీక్ష దక్షతను చూసి మా కష్టాలు నెరవేరినట్లుగానే భావించారు. గత ప్రభుత్వం గిరిజన ప్రాంతాల్లో రాజ్యాంగ హక్కుల ఉల్లంఘన చేశారు. ఐటీడిఎ లను ఏ కీలుకు ఆ కీలు విరిసి ఇక్కడ పరిపాలనలో మూలకు నెట్టారు. గిరిజనుల అభివృద్ధి ధ్యేయంగా వెలిసిన ఈ సంస్థలు స్వీయం పోయాయి. దీనితో గిరిజనుల పరిస్థితి పెసం మీద నుండి పోయ్యలో పడ్డవందంగా తయారయింది. ఇక్కడ ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ లో ఐటీడిఎ లలో వందల కోట్లతో 29 శాఖలలో గిరిజనులకు ప్రయోజనాలు పుష్కలంగా అందేవి. ఏజెన్సీ ప్రాంతంలో ప్రతి పథకము కూడా దాదాపుగా ఐటీడిఎ ద్వారానే గిరిజనులకు అందడం జరిగేది. ఈ ప్రక్రియ అత్యంత ఉత్పమమైనదిగా కాన వస్తున్నది. కానీ ఇప్పుడు ఆ పరిస్థితులు కనబడడం లేదు. ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేసి 19 నెలలు దాటినా ఐటీడిఎ లకు అభివృద్ధి లేదు, పెడ్యూల్ ప్రాంతంలో రాజ్యాంగం



ప్రకారం దక్కవలసిన రిజర్వేషన్ చట్టాలు అమలు కావడం లేదు. అంటే ఇక్కడ స్వతంత్ర పూర్వానికి పరిస్థితులు కానవస్తున్నాయి. ఈ ప్రాంతం నుండి అనేక మంది ఆదివాసీ ఎమ్మెల్యేలు ఎన్నిక కాబడినప్పటికీ గిరిజన జాతి నుండి కూడా గిరిజన మంత్రిని చూడలేకపోతున్నాము. మీ మీద ఎంతో సమృద్ధితో ఈ ప్రాంత ప్రజలు ఎమ్మెల్యేలను అసెంబ్లీకి పంపించారు మీ పార్టీ తరపున. కాబట్టి ఆదివాసీల నుండి ఒక గిరిజన మంత్రిని చూడాలనే ఆశ. 5వ పెడ్యూల్ ప్రాంతంలోని గిరిజనులు ఎదురు చూస్తునటువంటి ముఖ్య అంశం. కాబట్టి ఇక్కడ ప్రాంత ప్రజల కోరికలు నెరవేర్చాలని వెయ్యి కన్నులతో ఎదురుచూస్తున్నారు. ఏజెన్సీలోని ఐదవ పెడ్యూల్ చట్టాలు అమలు చేయడం లేదు. ఐటీడిఎలో పాలకమండలి సమావేశాలు కరువయ్యాయి. గిరిజన స్థితిగతుల మీద చర్చలు జరగడం లేదు. దేశ సంచడలో పాలు పంచుకోవలసిన గిరిజన యువత నైపుణ్యాలకు మెరుగులు దిద్దడంలో సరైన శిక్షణ లేకుండా పోయినది. మైదాన ప్రాంత చట్టాలను ఏజెన్సీ ప్రాంతంలో అమలు చేయడం వలన ఇక్కడి యువత యువకుల భవిష్యత్తు అగమ్య గోచరంగా మారింది. ఇక్కడ ఉన్న నైపుణ్యాల

శిక్షణకు, మైదాన ప్రాంతాల నైపుణ్యాల శిక్షణకు ఎంతో గణనీయమైన తేడా ఉంది. అలాగే చట్టాలను అమలు చేయడంలో కూడా వ్యత్యాసం చాలా ఉన్నది. ఇక్కడ మౌలిక సౌకర్యాలు రవాణా సౌకర్యాలు, విద్యుద సౌందే అంతాలు సంబంధించి రెండు ప్రాంతాలలో విపరీతమైన బేదాలను మనం గమనించవచ్చు. వీటిని సరి చేయడంలో మీ ప్రభుత్వము కార్యాచరణను మొదలు పెడుతుందని గిరిజనులు అంతా ఎదురుచూస్తున్నారు.

ఐటీడిఎ లలో బ్యాక్ లాగ్ ఉద్యోగాలు లేవు. నిత్యం రావికాష్టాల ముందుకున్న పోడు భూముల సమస్య తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పడిన నుండి ఇప్పటివరకు ఈ ఐదో పెడ్యూల్ విరియల్లో రావపుందులా గిరిజనుల జీవితానికి విపరీతమైన బాధను కలగజేస్తుంది. పోడు భూములకు పట్టాలు లేవు, రైతులు వేసిన పంటను ఫార్వెస్ట్ అధికారులు పాడు చేస్తున్నారు. ఇక్కడ ఇంకా ఆస్తుత్రులకు వెళ్ళాలి అంటే డోలి మోతలతోనే కాలం గడుస్తుంది. సరైన చైద్యానికి దిక్కులేదు. ఐటీడిఎ అధికారులు పట్టించుకోనే పరిస్థితి లేదు. గిరిజన విద్యకు అంతర్జాతీయ స్థాయి ప్రమాణాలతో కావాల్సిన వసతులు లేవు. 29 శాఖలలో ఐలోపెటానికి ప్రయత్నం జరగండి. ఏటా నాగారం, భద్రాచలం, తదితర ఐటీడిఎ లలో ట్రైబల్ అడ్వైజరీ వెల్ఫేర్ కమిటీలను నియామకం చేయాలని యావత్ గిరిజన సమాజం ఎదురుచూస్తుంది. గిరిజన ప్రాంతంలో ఉన్న వనరుల మీద ఉన్న ప్రేమ, విద్య, ఉపాధి, ఉద్యోగ రిజర్వేషన్ పథకాలు అమలులో ఎందుకు లేదు అనేది ప్రశ్న గిరిజన సమాజం నుండి ఉదయించిన తర్వాత మీ ప్రభుత్వాన్ని నిలబెట్టి మీ ద్వారా ఇక్కడ హక్కులను

డాక్టర్ మైపతి సంజీవ్ కుమార్
కాకతీయ యూనివర్సిటీ ఏర్పాడ్ల సంఘాల జాక్
సెల్: 86392 76221

28ని అఖిల భారత అమరవీరుల స్మారక విప్లవ దీక్షా దినంగా పాటించండి!



సక్కులూరి తిరుగుబాటు నాయకుడు, సీపీఐ (ఎంఎల్) తొలి ప్రధాన కార్యదర్శి కామ్రేడ్ చారు మజుందార్ (సీఎం) జూలై 28న కలకత్తాలో పోలీసు లాకప్లో అమరుడయ్యారు. అప్పటి నుండి, జూలై 28ని భారతదేశంలోని కమ్యూనిస్ట్ విప్లవకారులు అఖిల భారత అమరవీరుల దినోత్సవంగా పాటిస్తున్నారు. సక్కులూరి తిరుగుబాటు సందర్భంలో భారతదేశం అంతటా అణచివేత, ప్రజల వ్యతిరేక పాలన వ్యవస్థకు వ్యతిరేకంగా సుదీర్ఘ పోరాటంలో, పోలీసు అణచివేత జైలు శిక్షతో సహా వేలాది మంది రాజ్యం యొక్క తీవ్ర అణచివేతకు గురయ్యారు. రాజ్యాంగం యొక్క భీదభ్యయమైన అణచివేతకు వ్యతిరేకంగా సాగిన ప్రతిఘటనలో, పెద్ద సంఖ్యలో కమ్యూనిస్ట్ విప్లవకారులు తమ ప్రాణాలను త్యాగం చేశారు. అందువల్ల, కామ్రేడ్ చారు మజుందార్ (సీఎం) తో పాటు, జూలై 28న అఖిల భారత స్థాయిలో అమరవీరులైన కామ్రేడ్లందరినీ స్మరించుకుంటారు.నిస్సందేహంగా, 'ఆధునిక సరిశీకరణవాదానికి వ్యతిరేకంగా నిరంతర సైద్ధాంతిక పోరాటం ఆధారంగా రైతు పోరాటాలను అభివృద్ధి చేయాలనే చారు మజుందార్ (సీఎం) ఆలోచనలకు అనుగుణంగానే 1967 మే నెలలో చారిత్రాత్మక సక్కులూరి తిరుగుబాటు ప్రారంభమైంది. ఇందులో భూమిలేని పేద రైతులు రైతు సంఘాలను ఏర్పడి జోతేంద్రా నుండి బలవంతంగా భూమిని స్వాధీనం చేసుకోవడం ప్రారంభించారు. రాజ్య అణచివేతను తీవ్రంగా ప్రతిఘటించి ఈ క్రమంలో తమ ప్రాణాలను త్యాగం చేశారు. దాల్మిలింగ్ జిల్లాలోని నీలగురి సబ్డివిజన్లోని సక్కులూరి ఖాకిలో 1967 మే 25న పోరాడుతున్న రైతులపై జరిగిన పోలీసు కాల్పులలో 9 మంది మహిళలు 1 బిడ్డతో సహా చాలా మంది అమరులయ్యారు. అప్పుడు పశ్చిమ బెంగాల్ బెంగాల్ కాంగ్రెస్ సంకీర్ణ ప్రభుత్వంలో సీపీఐ(ఎం) ఎన్యూఓఐఐ రెండూ భాగస్వాములుగా ఉన్న పాలన ద్వారా సృష్టించబడిన భయానక సంఘటనలలో ఇది ఒకటి మాత్రమే. సక్కులూరి పోరాటం, క్రూరంగా అణచివేయబడినప్పటికీ, భారతదేశం అంతటా ఇలాంటి పోరాటాలను ప్రారంభించడానికి కమ్యూనిస్ట్ విప్లవకారులకు సక్కులూరి పోరాటం స్ఫూర్తినిచ్చింది. స్వల్ప వ్యవధితోనే, విప్లవకారుల సంస్థాగత చొరవ వలన అఖిల భారత కమ్యూనిస్ట్ విప్లవకారుల సమన్వయ కమిటీ (ఎఐసీసీసీఆర్) ఏర్పాటుకు దారితీసింది, ఆ తర్వాత కలకత్తాలో జరిగిన భారీ బహిరంగ సభలో 1969 ఏప్రిల్ 22న (మే ఒకటవ తేదీనకలకత్తాలో జరిగిన ఒక భారీ సమావేశంగా) కామ్రేడ్ కాసు సన్యాల్ సీపీఐ (ఎంఎల్) ఏర్పడినట్లుగా స్థాపనను ప్రకటించారు.ఈ రోజు, జూలై 28న అఖిల భారత అమరవీరుల దినోత్సవాన్ని పాటిస్తున్న తరుణంలో, 2025లో శతాబ్ది ఉత్సవాలు జరుపుకుంటున్న ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద

ఫాసిస్ట్ సంస్థ ఆర్ఎస్ఎస్, తన రాజకీయ సాధనం అయిన బీజేపీ ద్వారా, ముస్లింలు ద్వితీయ క్రేజీ పీఠులుగా దళితులు అమానవీయులుగా ఉండే పీఠీకృత, మోజరిటీ, మనువాద హిందూ రాష్ట్ర స్థాపన అనే అతిమృత లక్ష్యం వైపు విపరీతమైన వేగంతో దూసుకుపోతోంది. ఈ ఫాసిస్ట్ లక్ష్యంలో భాగంగా, ఇప్పటికే సాధించిన రాజ్యాంగ, చట్టపరమైన పరిపాలనా చర్యల వరుసకు మద్దతుగా, పోలీసులు పరిపాలన మద్దతుతో కాషాయ గూండాల-అణచివేయబడిన బలహీన వర్గాల ప్రజలపై ఎటువంటి హింస- ఆదుపు-అదులేని అభ్యాయత్యాలకు పాల్పడుతున్నారు. ఇందులో దారుణమైన ఒక కాళం కూడా ఉన్నాయి. దీనికి తోడు, అత్యంత అవినీతిపరులైన కార్పొరేట్ మిత్తులతో, బంధువులతో కలిసిపోయిన అతి మితవాద , కార్పొరేట్ అనుకూల మోడి ప్రభుత్వం, లేబర్ కోడ్లు రైతుసమీప చట్టాలు వంటి అనేక కార్మిక వ్యతిరేక చర్య వ్యతిరేక దారుణమైన చట్టాలను తీసుకు రావట్లాన్ని ప్రారంభించింది. ఇవి కేంద్ర స్థాయిలో నిలిపివేయబడినప్పటికీ, ఫాసిస్ట్ 'డబుల్ ఇంజన్' రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు వాటిని విరివిగా అమలు చేస్తున్నాయి. ఆర్ఎస్ఎస్/బీజేపీ పాలన, ఒక 'కార్పొరేట్ సులభతరం' వలె వ్యవహరిస్తూ, సామ్రాజ్యవాద పాలనలు సయూ ఉదారవాద కేంద్రాల ఆదేశాల మేరకు పట్టుబడిదారుల అనుకూల పన్ను వర్గావరణ పోరాటాలను మొత్తం తీసుకువచ్చింది. దీనికి సంబంధించిన విధాన నిర్ణయాలు పార్లమెంటును కేవలం ప్రేక్షక పాత్రలో ఉంచి కార్పొరేట్ బౌర్ను రూమ్లలో తీసుకోబడుతున్నాయి. ఈ ప్రక్రియలో, అన్ని విధానాలు విమర్శలు దేశ వ్యతిరేకమైనవిగా లక్ష్యంగా చేయబడుతున్నాయి. యూఎపీఏ ఇతర దారుణమైన చట్టాల కింద కేసులు కూడా సమోదు చేయబడుతున్నాయి. అదానీ అంబానీ వంటి కొద్దిమంది బిలియన్డర్లతో సహా అత్యంత ధనవంతులైన ఒక శాతం మంది భారతదేశ సంచడలో 40 శాతానికి మైగ కలిగి ఉండగా, జనాభాలో దిగువ 50 శాతం మంది కేవలం 6 శాతం మాత్రమే కలిగి ఉన్నారు . ఈ విధంగా, ప్రపంచంలోనే అత్యంత అవినీతిపరులైన అవమాన దేశాలలో ఒకటైన భారతదేశం, ప్రపంచ దారిద్ర్యానికి ఒక కోటగా నిరుద్యోగపు బంజరు భూమిగా మారింది.ఈ భయంకరమైన పరిస్థితి ఆర్ఎస్ఎస్ ఫాసిజానికి వ్యతిరేకంగా రాజీనీతి ప్రతిఘటనను కోరుతోంది. స్పష్టంగా, ఈ రోజు ఆర్ఎస్ఎస్ ఫాసిజానికి వ్యతిరేకంగా ప్రతిఘటన భారత ప్రజల సామ్రాజ్య వాదానికి పాలనా వ్యవస్థకు వ్యతిరేకంగా సాగే వ్యూహాత్మక సుదీర్ఘ పోరాటంలో విడదీయరాని విధంగా ముడిపడి ఉంది. అయితే, అందరికీ తెలిసినట్లుగా, వలస రాజ్యాల కాలంలో, ప్రజలు బ్రిటిష్ సామ్రాజ్యవాదానికి వ్యతిరేకంగా సంపూర్ణ దాడిని చేస్తున్నప్పుడు, ఆర్ఎస్ఎస్ తన 'సాంస్కృతిక జాతీయవాదం'తో వలస వ్యతిరేక పోరాటం నుండి దూరంగా ఉంది. ముస్లింలను నె.1 శత్రువుగా పేర్కొంది. యుద్ధానంతర ఆమెరికా

నేతృత్వంలోని సయూ వలసవాదం కింద, భారతీయ ఫాసిస్టుల ఆమెరికా అనుకూల(యూఎం) ధోరణి మరింత స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది.మోడి భారతదేశ విదేశీ దేశీయ విధానాలపై (ట్రంప్ యొక్క అహంకారవాద ప్రకటనలపై మౌనం వహించడమే దీనికి నిదర్శనం. అందువల్ల, వలసరాజ్య సయూ వలసవాద దశలలో సామ్రాజ్యవాదంతో భారతీయ ఫాసిస్టుల చారిత్రక సంబంధాలు నేపథ్యంలో, నేడు సయూ-ఫాసిజానికి వ్యతిరేకంగా సాగే దీర్ఘకాలిక పోరాటం భారత ప్రజల సామ్రాజ్యవాద వ్యతిరేక పోరాటం నుండి విడదీయరానిది.అయితే, కార్మిక వర్గం అణచివేయబడిన అందరి దృక్పథం నుండి, ఫాసిస్ట్ వ్యతిరేక సామ్రాజ్యవాద వ్యతిరేక ప్రతిఘటనకు నాయకత్వం వహించాలిని విప్లవకర వామపక్షం, అంతర్జాతీయ దేశీయ స్థాయిలో ఎదురైన ఎదురుదెబ్బల కారణంగా ఈ పనిని భూజాన వేసుకోవడంలో సిద్ధాంతపరంగా, రాజకీయంగా సంస్థాగతంగా బలహీనంగా ఉంది. భారతదేశంలో విశ్వాభివృద్ధి, ఆర్ఎస్ఎస్ ఫాసిజంతో సహా 21వ శతాబ్దపు సయూ-ఫాసిస్ట్ పరిస్థితి గురించి అనేక కమ్యూనిస్ట్ పార్టీల నుండి స్పష్టమైన అవగాహన లేకపోవడమే దీనికి నిదర్శనం. ఇది ఫాసిస్టులు ప్రతిచర్య పాతక వర్గాలను సంక్షోభం నుండి బయటపడటానికి కార్మిక వర్గాన్ని అణచివేయబడిన పారిని అనేక ప్రతిచర్య పార్టీమోడర్నస్ పార్టీ-మార్క్సిస్ట్ సిద్ధాంతాల ద్వారా విభజించి, గందరగోళానికి గురిచేయడం ద్వారా వారి పతనాన్ని వాయిదా వేయడానికి వీలు కల్పించింది. తద్వారా తన వద్ద ఉన్న అన్ని మార్గాల ద్వారా ఒక చిన్న కార్పొరేట్ ఉన్నతకు బ్రూహ్మాదేవి ఉన్నత వర్గానికి సేవ చేస్తూ, ఆర్ఎస్ఎస్ మద్దతుగల సయూ-ఫాసిస్ట్ పాలన, కమ్యూనిజం వ్యతిరేక ఇన్ఫెమోభాషియా సిద్ధాంతాలను ఉపయోగించి విపరీతమైన దృష్టాన్ని సామాజిక నిర్మాణాన్ని విభజించి, మైనారీటీలు, దళితులు, గిరిజనులు మహిళలపై క్రమం తప్పకుండా సామాజిక హత్యలు అభ్యాయత్యాలను జరపడం ద్వారా సంపద కేంద్రీకరణ అవగాహన, పేదరికం వంచన, నిరుద్యోగం, ధరల పెరుగుదల అవినీతి యొక్క భయంకరమైన స్థాయిల నుండి ప్రజల దృష్టిని మళ్లిస్తోంది.ఈ భయంకరమైన ఫాసిస్ట్ పరిస్థితిలో భారత కమ్యూనిస్ట్ విప్లవకారులు కామ్రేడ్ చారు మజుందార్ (సీఎం)అమరవీరు దీక్షా దినంగా పాటిస్తున్నారు.కామ్రేడ్ తరిమెల నాగిరెడ్డి మరణ వార్తోత్సవం కూడా జూలై 28న వస్తుంది. కాబట్టి, ఇతర మరణించిన విప్లవ నాయకులను కూడా స్మరించుకుంటున్నారు. 1964 బీలీక తర్వాత సీపీఐ (ఎంఎల్) కూడా సవరణదారు మార్గాన్ని అనుసరించడం ప్రారంభించి, పాలక వర్గ స్థానాలకు దిగజారి, సయూ ఉదారవాదాన్ని అలిగినం చేసుకుని, సయూ-ఫాసిజానికి కూడా క్షమాపణలు చెప్పిన తరుణంలో, భారతదేశంలో కమ్యూనిస్టుల కర్తవ్యం చారు మజుందార్, కాసు సన్యాల్, తరి నెల నాగిరెడ్డి, కొల్లా వెంకయ్య , చంద్ర

పుల్లారెడ్డి దేవులపల్లి వెంకటేశ్వరరావు ఇతర అమరవీరుల విప్లవ సంప్రదాయాలను నిలబెట్టటానికి, వీరు భారత కమ్యూనిస్టుల ఎజెండాలోకి విప్లవాన్ని తిరిగి తీసుకువచ్చడానికి, విప్లవ కమ్యూనిస్టుల బక్కుత చొరకు చొరవ తీసుకున్నారు.అయితే, చారు మజుందార్ (సీఎం) యొక్క ప్రసిద్ధ ఎనిమిది దాక్కుమెంట్లు సీపీఐ(ఎం)కి వ్యతిరేకంగా రాజీనీతి సైద్ధాంతిక పోరాటంలో ప్రధాన పాత్ర పోషించినప్పటికీ, వాటిలోని వ్యవసాయ విప్లవం గురించిన భావన భారతదేశం ఇంకా విప్లవానికి పూర్వం చైనా వలె అర్థ వలస ,అర్థ భూస్వామ్య దేశం అనే ఉపాపై ఆధారపడి ఉన్నాయి. తనవగుణంగా, 1930ల 1940లలో మహా జెడాంగ్ నాయకత్వంలో చైనాలో అనుసరించిన “ దీర్ఘకాల ప్రజా యుద్ధపథం” మార్గం భారతదేశ విమోక్షికి వ్యూహాత్మక మార్గంగా ముందుకు వచ్చింది. కార్మిక వర్గాన్ని అణచివేయబడిన ప్రజలను ఉద్యమాల పోరాటాలలో సమీకరించడంపై దృష్టి పెట్టుకుండా, యుద్ధానంతర సయూ వలసవాద భారతీయ పరిస్థితిని స్పష్టంగా విశ్లేషించు చకుండా, మహా యొక్క 1938 ప్రకటన “రాజకీయ అధికారం తుపాని గట్టిం నుండి ఉక్కువిస్తుంది” తో సహా ఈ చైనీస్ మార్గాన్ని యాంత్రికంగా కాపీ చేయడం 70ల నుండి వామపక్ష సాహసవాదానికి , వ్యక్తిగత హింస వాదానికి పార్టీ ఏర్పాటునికి దారితీసింది. అంతేకాకుండా, కామ్రేడ్ తరిమెల నాగిరెడ్డి యొక్క మార్గదర్శక పని, ' తాకట్టులో భారతదేశం', ఇది యుద్ధానంతర ఆమెరికా నేతృత్వంలోని సామ్రాజ్యవాదం ఇతర సామ్రాజ్యవాద శత్రుల సయూ వలసవాద వ్యాప్తిని భారతదేశంలో చత్తుల సయూ వలసవాద విప్లవంపై విపరీతమైన అన్ని పార్టీ కమిటీలకు విజ్ఞప్తి చేస్తుంది. అమరవీరులకు లాల్ సలాం!

ఈ రోజు, జూలై 28న అఖిల భారత అమరవీరుల దినోత్సవాన్ని పాటిస్తున్న తరుణంలో, ఇప్పటికే సోషలిస్టులు, ప్రపంచ స్థాయిలో తీవ్ర మితవాద సయూ-ఫాసిజం పెరుగుదల నేపథ్యంలో, భారతదేశం ఆర్ఎస్ఎస్ ఫాసిజం యొక్క గట్టి పట్టులో ఉంది. భారతదేశంలో రాజ్య అధికారం వీధి అధికారం రెండింటిపై ఆర్థిక, రాజకీయ, సాంస్కృతిక విద్యా రంగాలలోని ప్రతి రంగంలో సామ్రాజ్యవాద అనుకూల ఆర్ఎస్ఎస్ పట్టుతో, ప్రగతిశీల-ప్రజాస్వామ్య శత్రుల సామ్రాజ్యవాద వ్యతిరేక ఫాసిస్ట్ వ్యతిరేక పనులు ఈ రోజు అంతర్జీనంగా ముడిపడి ఉన్నాయి.

పి.జె. జేమ్స్,ప్రధాన కార్యదర్శి
సీపీఐ (ఎంఎల్) న్యూఢిల్లీ

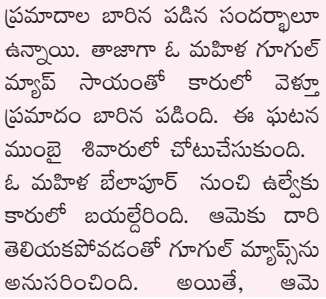


హురుడు ఎవరు? హరి ఎవరు? వీరిద్దరూ ఒకప్పుడు ఒకటేనా? ఈ ప్రశ్న చాలా మందికి అశ్చర్యం

కలిగించవచ్చు. కానీ సుమారు 1200 ఏళ్ల క్రితం మన దేశాన్ని రాష్ట్రకూటులు పాలిస్తున్న సమయంలో - 'హరహరి మతం' అనేది ఒకటి దక్షిణ భారత దేశంలో పరిచయమైంది. ఈ మతానికి చెందిన వారు ఆ ఇద్దరినీ సమానంగా కొలిచేవారు. వీరి దృష్టిలో హరి మన జీవితానికి ఆనందాన్ని ఇచ్చేవాడు. ఈ ప్రపంచంలో మనం ఆనందంగా ఎలా జీవించాలో చెప్పేవాడు. అతని జీవిత భాగస్వామి ఉంది. కానీ కొన్ని కోణాలలో హరిని సామరు. హరుడు దీనికి పూర్తి వ్యతిరేకం. జీవితంలో మనకు ఎదురయ్యే కష్టాలన్నీంటినీ

తీర్చేవాడు శివుడు. ఏదైనా పెద్ద కష్టం వచ్చినా దానిని తనలోనే దామకొగగిన సమర్థుడు. కానీ అతను ప్రపంచమంతా తిరిగి జంగమ సాధువు. మనుషులకు దురదలైనా సుపరిస్తూ ఉంటాడు. హరుడు కూడా జీవిత భాగస్వామి ఉంది. అంటే అతను జంగమ సాధువైన సంసారి. ఈ రెండు వైరుధ్యాలు ఒక చోటకు చేరినప్పుడే ఒక సంపూర్ణ దైవం ఏర్పడుతుంది. వీరిద్దరూ ఒకే నాణానికి ఉన్న రెండు రాష్ట్రాల వంటివారు. రాష్ట్రకూటులు కాంలో.... దక్షిణ

కృష్ణ



నంది తూటాలు దూసుకొస్తున్నాయి. ఆ బులిట్లు తాకకున్నా.. అలా పక్కనుంచి వెళ్ళినా.. ఎవరో గట్టిగా తోసేసినట్లు అనిపిస్తుంది. ఖలుబారీ టాప్‌ను భారత సైనికులు 600 గజాలు కింద ఉండగా.. అన్ని వైపుల నుంచి వారిపై కాల్పులు జరిపారు పాక్ సైనికులు. ఈ క్రమంలో ఎలా ఎదుర్కోవాలో తెలియక అయోమయంలో పడ్డారు కమాండింగ్ ఆఫీసర్ లలిత్ రామ్. అనంతరం ఒక మార్గం ఆలోచించారు. ఆ తర్వాత రెండు గ్రూపుల విడివిడిగా.. శత్రు సైన్యంపై విరుచుకు పడాలని ప్లాన్ చేశారు. ఒక గ్రూప్‌ను పాండ్ లీడ్ చేయాల్సిందిగా ఆఫీసర్ లలిత్ ఆదేశించారు. క్షణం ఆలోచించకుండా.. తూటాలు దూసుకువస్తున్నా ముందుకు కదిలారు పాండ్. కొండ అవార్డ్.. నీళ్ళ లేక చావు అంచుల దాకా చేరుకున్నా.. జవాన్లు ఆగిపోలేదు. అలా ఖలుబారీ టాప్‌కు చేరుకున్నా. పాండ్ ఖలుబారీ టాప్‌కు చేరుకున్నా అక్కడ ఉన్నది నాలుగు కాదు ఆరు బంకర్లని తెలిసింది. దీంతో ఓ బంకర్ ధ్వంసం చేయాల్సిందా హుబ్లూర్ దీమాను పాండ్ పంపించారు. అయితే పాక్ వైపు నుంచి దూసుకొచ్చిన బులిట్లు గాయాలు తీసి జుయోల్ నుంచి వీరపరణం పొందినా..

షే కాలేడు

టీచర్స్ మెడి

శిశురానికి కూడా బోయింగ్ 727 శిథిలాలు
కొట్టుకొచ్చినట్లు ఆపవాళ్లు లేవు. ఎమర్జెన్సీ
నిగ్గుల్నే కూడా ఎక్కడా రివోల్వ్ కాలేదు.
నిమానం హఠాత్తుగా బీకాఫ్ కావడంపై
లొలాంటి సమాచారం లేకపోవడంతో అనేక
శిశుుుుుుుు ప్రచారంలోకి వచ్చాయి.
కాషి అయ్యిందా?

బు బెదిరింపులు

అదమతమైన పోలీసులు భద్రతా చర్యలు యొక్క ముగ్గురం చేశారు. బాంబ్ స్వాస్థ్య, డాక్ స్వాస్థ్యతో ఎంబర్పోర్ట్ గదులకు చేరుకొని తనిఖీలు చేపట్టారు. అయితే, గంటల తరబడి తనిఖీలు చేసినా ఎలాంటి పేలుడు పదార్థాలు, ఆసుమానాస్సుద పన్నుపులా లభించలేదు. ఈ సులభమైన కేసు నమోదా చేసుకున్న పోలీసులు దర్యాప్తు చేపట్టారు. ఆస్సాం-పశ్చిమ బెంగాల్ రహదారిపై సమీపంలో యాక్టీవిగా ఉన్న మైబ్రైల్ రంబర్జ్ నుంచి ఈ కాల్స్ వచ్చినట్లు ప్రాథమిక దర్యాప్తులో తేలింది. దీంతో కాలే చేసిన వారిని సర్దుంచేయడం, బెదిరింపుల వెనుక ఉన్న ఉద్దేశ్యాన్ని తెలుసుకునేందుకు పోలీసులు దర్యాప్తు చేపట్టారని వాదించారు.

**వేధింపులు తట్టుకోలేక..
కల్ స్టూడెంట్ ఆత్మహత్య**

ఉదయపూర్-నవభూమి:మెడికల్
బీడీఎస్ కోర్సు చదువుతున్న
విద్యార్థిని.. తన హాస్టల్ రూమ్లో
ఉరి వేసుకుని బలవస్తూడానికి
పాల్పడ్డాడు. ఈ ఘటన శుక్రవారం
ఉదయపూర్లో జరిగింది. జమ్మాక
శ్రీరకు చెందిన శ్వేతా సింగ్ అనే

పైనే గాలి పీల్చిన ఢిల్లీ..
లో 67 ఏకశ్వాస లికార్డు

పామి:వాతావరణంలో మార్పులు.. ఢిల్లీకి ఊరటను
చాన్సెక్స్ తర్వాత ఢిల్లీలో వాయు నాణ్యత
ఈ ఏడాది జూలైలో దేశ రాజధానిలో ఎయిర్ క్వాలిటీ
లో మార్పు వచ్చింది. నవంబర్ నెలకు కేటగిరీలో నేమాడు
లో ఈ కేటగిరీలో ఎయిర్ క్వాలిటీ చూపించడం చాలా
రుం. జూలై 23వ తేదీన సీటీలో ఎయిర్ క్వాలిటీ
1) కేవలం 67గా నేమాడు అయ్యింది. కేంద్ర కాలుష్య
బోర్డు ప్రకారం 67 ఏకశ్వాస అనేది
సీ.ఎస్.డి.ఎస్.ఎస్.ఎస్. ఢిల్లీలో వాయు కాలుష్యం ఎక్కువ
సానాలు, పంట కాలుష్యంతో ఢిల్లీ ఎప్పుడూ సతమతం
అవుతుంది అక్కడ అనుకూల వాతావరణ పరిస్థితులు
పల ఏకదాటిగా వర్షాలు కురుస్తున్నాయి. దీంతో పాటు
దూర మార్పు వచ్చింది. దీని వల్ల ఢిల్లీ పరిసర ప్రాంతాల్లో
నల్లలు వీస్తున్నాయి.అయితే జూలై 25వ తేదీన మళ్లీ
మాడరేల్ స్టాండ్లో చూపించింది. కానీ రెండుమాడు
అకాశంలో కాలుష్యం తగ్గడం శుభవర్షాణామంగా
క్షీరే ఎయిర్ను పాడివీరి సంతకంగా చూస్తున్నారని
గృహలలో పరిణామలు.. అప్పుడే ఎయిర్ క్వాలిటీని
గృహలు చెబుతున్నారు.సీ.ఎస్.డి. డేటా ప్రకారం ఢిల్లీలో
న ఎయిర్ క్వాలిటీ ఇండెక్స్ 67గా ఉంది. జూలైలో ఇదే
సార్లు అయ్యింది. 51 నుంచి 100 మధ్యలో ఏకశ్వాస
నల్లలు నవంబర్ నెలకు పేరేవీరి స్టాండ్. దీని వల్ల వాయు
నల్లలు ఉండవని, సాధారణ ప్రజల ఆరోగ్య పరిస్థితి
భావిస్తారు.జూలై 22వ తేదీన ఢిల్లీలో వాయు నాణ్యత
ఇది మోడరేల్ క్యాటగిరీలోకి వస్తుంది. జూలై 24వ
నల్లలు నవంబర్ నెలకు పేరేవీరి స్టాండ్. దీని వల్ల వాయు
నల్లలు ఉండవని, సాధారణ ప్రజల ఆరోగ్య పరిస్థితి
భావిస్తారు.జూలై 22వ తేదీన ఢిల్లీలో వాయు నాణ్యత
ఇది మోడరేల్ క్యాటగిరీలోకి వస్తుంది. జూలై 24వ

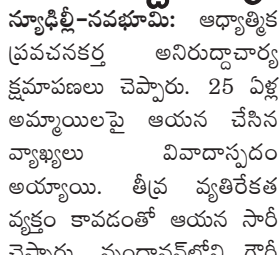
9

హైదరాబాద్

F

ಆದಿವಾರಂ

క్ష్మాపణలు చెప్పిన అనిరుద్ధాచార్య



టాపింగ్ భయంతో ఫోన్లు స్విచాఫ్ చేసిన మంత్రులు

రైక్షల్ అహార నాణ్యతపై 2024-25లో 6,645 ఫిర్యాదులు.. వెల్లడించిన రైల్వే శాఖ మంత్రి

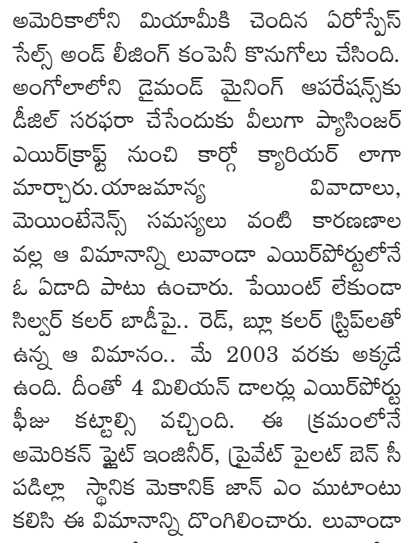
న్యూఢిల్లీ-నవభూమి:రైక్షల్ అహారంచే అహారం విషయంలో ప్రయాణికుల నుంచి పెద్ద ఎత్తున ఫిర్యాదులు వస్తుంటాయన్న విషయం తెలిసిందే. అహారంలో బౌద్ధింక వచ్చిందనో, పాచిపోయిన ఫుడ్ పెట్టెలనో కుప్పెయింటల్సే ఇస్తుంటారు. ఇలాంటి ఫిర్యాదులపై కేంద్ర రైల్వే మంత్రి అశ్వినీ వైష్ణవ్ కీలక నాణ్యతపై ప్రయత్నమన్నారు. 2024-25లో రైక్షల్ అహారంపై అహార నాణ్యతపై ప్రయాణికుల నుంచి 6 వేలకు పైగా ఫిర్యాదులు అందినట్లు వెల్లడించారు. ఈ మేరకు రాష్ట్రసభలో అడిగిన ప్రశ్నకు కేంద్ర మంత్రి లలితభార్యవరంగ నమాధానం ఇచ్చారు. సీబిఐ(ఎం) ఎంఐ జోన్ ట్రిబ్యూన్.. రైక్షల్ అహార నాణ్యత, కంపెనీలకు కాంట్రాక్టుల కేటాయింపులో పొరదర్శకత వంటి అంశాలపై కేంద్ర ప్రభుత్వం పట్నీంచారు. ఇందుకు సంబంధించిన వివరాలు తెలియజేయాలని కోరారు. ఆయన అభ్యర్థనపై స్పందించిన రైల్వే శాఖ మంత్రి అశ్వినీ వైష్ణవ్.. 2024-25లో రైక్షల్ అహార నాణ్యతపై 6,645 ఫిర్యాదులు వచ్చినట్లు తెలిపారు. అందులో 1,341 కేసులో అహార సరఫరదారులకు జరిమానా విధించినట్లు చెప్పారు.

A portrait of a man in a police uniform, wearing a dark hat and a light-colored shirt with a tie. He is looking directly at the camera with a slight smile. The background is a solid light blue.

బోయింగ్ వి



అమె
స్టో
అం
డీజి
ఎం
మా
మెం

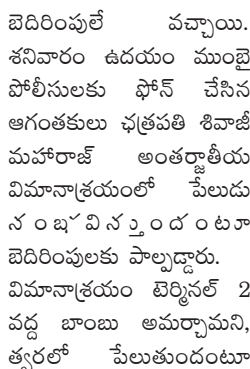


ముంబై ఎయిర్ పోర్ట్



ముంబై పోలీసు కంట్రోల్ రూమ్కు మూడు వేర్వేరు సంబర్ల నుంచి ఫోన్ కాల్స్ వచ్చాయి. బెదిరింపు ఫోన్ కాల్స్ తో

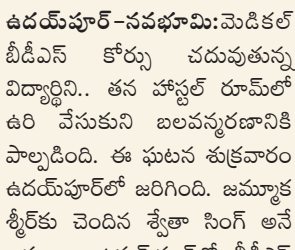
ముంబై ఎయిర్పోర్ట్‌కు వరుస బాంబు బెదిరింపులు



ముంబై పోలీసు కంట్రోల్
 డివిజన్ వేర్వేరు సంబంధ నుంచి
 వచ్చి. బెదిరింపు ఫోన్ కాల్స్ తో

టీచర్ల వేధింపులు తట్టుకోలేక..

మెడికల్ స్టూడెంట్ ఆత్మహత్య



స్వచ్ఛమైన గాలి పీల్చిన ఢిల్లీ.. జూలైలో 67 ఏక్యూట రికార్డు

హ్యూడ్కో-సపథువి:పాతారణంలో మార్పులు... ఢిల్లీకి ఊరటను తీసుకొచ్చాయి. చాన్సెక్ర తర్వాత ఢిల్లీలో వాయు నాణ్యత మెరుగుపడింది. ఈ ఏడాది జూలైలో దేశ రాజధానిలో ఎయిర్ క్వాలిటీ ఇండ్రూస్ అయ్యింది. వాయు నాణ్యత సంతృప్తికర కేటగిరిలో సమాధు అయ్యింది. ఢిల్లీలో ఈ కేటగిరిలో ఎయిర్ క్వాలిటీ చూపించడం చాలా అరుదైన విషయం. జూలై 23న తేదీన సిటీలో ఎయిర్ క్వాలిటీ ఇండెక్స్(ఏక్యూట) కేసుల 67గా సమాధు అయ్యింది. కేంద్ర కాలుష్య నియంత్రణ బోర్డు ప్రకారం 67 ఏక్యూట అనేది

స్వచ్ఛమైన గాలి పీల్చిన ఢిల్లీ.

జూలైలో 67 ఏక్యూఐ రికార్డు

సూర్యోదయ-సమభయము:వాతావరణంలో మార్పులు.. ఢిల్లీకి ఊరటను తీసుకొచ్చాయి. వానాశ్శత తర్వాత ఢిల్లీలో వాయు నాణ్యత మెరుగుపడింది. ఈ ఏడాది జూలైలో దేశ రాజధానిలో ఎయిర్ క్వాలిటీ ఇండ్రామ్ అయ్యింది. వాయు నాణ్యత సంతుల్యితర కేటగిరీలో నమోదు అయ్యింది. ఢిల్లీలో ఈ కేటగిరీలో ఎయిర్ క్వాలిటీ చూపించడం చాలా అరుదైన విషయం. జూలై 23వ తేదీన సీటీలో ఎయిర్ క్వాలిటీ ఇండెక్స్(ఏక్వీఎస్) తేలంల 67గా సమాధు అయ్యింది. కేంద్ర కాలుష్య సంఘటనల బోర్డు ప్రకారం 67 ఏక్వీఎస్ సంతృప్తకరమైంది.సాధారణంగా ఢిల్లీలో వాయు కాలుష్యం ఎక్కువ. ప్లాస్టర్లు, వాహనాలు, పంట కాలుష్యంతో ఢిల్లీ ఎప్పుడూ సతమతం అవుతుంది. ప్రస్తుతం అక్షయ అనువాద వాతావరణ పరిస్థితులు ఏర్పడ్డాయి. జీటీవీ వనకధాశీ వర్షాలు కురుస్తున్నాయి. దీంతో పాటు గాలి కలతలికడం మార్పు వచ్చింది. దీని వల్ల ఢిల్లీ పసరం ప్రాంతాల్లో స్వప్రమైన గాలులు వీస్తున్నాయి.అయితే జూలై 25వ తేదీన మళ్లీ ఎయిర్ క్వాలిటీ మాడరేట్ స్థాయిలో చూపించింది. కానీ రెండుమూడు రోజుల పాటు అకాశంలో కాలుష్యం తగ్గడం శుభపరిణామంగా భావిస్తున్నారు. క్లీన్ ఎయిర్ను పాజిటివ్ సంకేతంగా చూస్తున్నారు. పర్యావరణ, రెగ్యులేటరీ పరిణామలు.. అర్బన్ ఎయిర్ క్వాలిటీని పెంచినట్లు అధికారులు చెబుతున్నారు.సీటీసీటీ డేటా ప్రకారం ఢిల్లీలో జూలై 23వ తేదీన ఎయిర్ క్వాలిటీ ఇండెక్స్ 67గా ఉంది. జూలైలో ఇదే క్లెయిన్ డేగా రికార్డు అయ్యింది. 51 నుంచి 100 మధ్యలో ఏక్వీఎస్ రేటింగ్ ఉంటే దీన్ని సంతుల్యితరంగా సాధారణ ప్రాంతం. దీని వల్ల వాయు సంతృప్తత రుగ్గుతులు ఉడచని, పోరాటలు ప్రాంత ఆరోగ్య పరిస్థితి బాగుంటుందని భావిస్తారు.జూలై 22వ తేదీన ఢిల్లీలో వాయు నాణ్యత 103గా ఉంది. ఇది మోడరేట్ క్వాలిటీగిరీకి వస్తుంది. జూలై 24వ తేదీన ఏక్వీఎస్.. సంతుల్యితరంగా ఉంది. ఆ రోజు మొత్తం నాదీన్పాకర్ రేంజ్లో ఉంది.



కావాలిస పదార్థాలు పెసలు- ఒక కప్పు, నెయ్యి- నాలుగు చెంచాలు, జీడి పప్పులు- ఆరు, బాదం పప్పులు- ఆరు, యాలకులు- రెండు, బెల్లం ముక్కలు- ఒక కప్పు, నీళ్లు- తగినన్నితయారీ విధానం...జీడి పప్పు, బాదం పప్పులను చిన్న పలుకుల్లా కోసి పెట్టుకోవాలి. స్వేదన మీద మందపాటి గిన్నె పెట్టాలి. అందులో పెసలు వేసి చిన్న మంట మీద పది నిమిషాలపాటు దోరగా వేపాలి. పెసలు, కొద్దిగా రంగు మంచి వాసన వస్తున్నప్పుడు స్వేదన మీద నుంచి చల్లార్చాలి. తరువాత మిక్సీలో వేసి మరీ మెత్తగా కాకుండా కాస్త బరకగా ఉండేలా గ్రౌండ్ చేయాలి. ఈ పొడిని ఒక పళ్లెంలోకి తీసుకోవాలి. స్వేదన మీద గిన్నెపెట్టి మూడు చెంచాల నెయ్యి వేసి కరిగించాలి. అందులో జీడిపప్పు పలుకులు, బాదం పప్పు పలుకులు వేసి దోరగా

వేపాలి. తరువాత పెసర పొడి వేసి కలపాలి. చిన్న మంట మీద రెండు నిమిషాలు వేపాలి. తరువాత యాలకుల పొడి వేసి కలిపి స్వేదన మీద నుంచి దించాలి. ఈ పెసర పొడిని ఒక గిన్నెలోకి తీసుకుని చల్లార్చాలి. స్వేదన మీద మరో గిన్నె పెట్టి, బెల్లం ముక్కలు వేసి రెండు చెంచాల నీళ్లు చిలకరించాలి. బెల్లం మొత్తం నీళ్లలో కరిగితే పెసర పొడి ఉన్న గిన్నెలోకి వదలించాలి. పెసర పొడికి బెల్లం పూర్తిగా పట్టేలా కలపాలి. ఈ మిశ్రమం గోరువెచ్చగా ఉన్నప్పుడే ఒక చెంచా నెయ్యి వేసి బాగా కలపాలి. దీన్ని కొద్ది కొద్దిగా చేత్తో తీసుకుంటూ లడ్డులు చుట్టాలి. ఈ పెసర లడ్డులను పిల్లలు ఇష్టంగా తింటారు. చిట్టాలు.. పెసలను సన్నని సెగమీద నెయ్యిదిగా వేయిస్తే లడ్డులకు కమ్మని రుచి వస్తుంది. పెసలు సరిగా వేగకపోతే లడ్డులు చేదుగా అనిపిస్తాయి.

మేం ఎవరికీ తీసిపోం



ఆమెది పుట్టుకతో వెంట తెచ్చుకున్న అంధత్వం కాదు. బడి ఈడు వరకూ మెరుగ్గా ఉన్న కంటిచూపు క్రమేపీ తగ్గుతూ, అంతిమంగా అంధత్వానికి దారి తీసింది.

కానీ ఆ పరిస్థితికి కుంగిపోకుండా గాయనిగా ఎదుగుతూనే, సినిల్ సర్వెంటీగా ప్రజలకు సేవలందించాలనే లక్ష్యాన్ని ఏర్పరుచుకుంది హైదరాబాద్‌కు చెందిన 23 ఏళ్ల పిరాల మౌనిక. ఆమె పంచుకున్న ఆసక్తికరమైన విలేపాలు... “భగవంతుడు మన దగ్గరి నుంచి దేవునా తీసిస్తే, అంతకు మించిన ఉత్తమమైనదేదో తిరిగిస్తాడని అర్థం. కాబట్టి ఆ బెస్ట్ కోసమే మనం ప్రయత్నించాలి. దాన్నే మన లక్ష్యం చేసుకోవాలి. పుట్టుకతోనే అంధత్వాన్ని వెంటబెట్టుకు రావడం వేరు. క్రమేపీ చూపు కోల్పోయి అంధత్వాన్ని చేరుకోవడం వేరు. నా విషయంలో అదే జరిగింది. అయినా నేనెప్పుడూ కుంగిపోలేదు. మరింత మెరుగ్గా, చూపున్న పిల్లల కంటే సమర్థంగా, ఉన్నతంగా ఎదగడం కోసం నాలోని నైపుణ్యాలకు మెరుగులు దిద్దుకోవడం చిన్నప్పటి నుంచే మొదలుపెట్టాను. పుట్టుకతో నా కంటి చూపు అందరు పిల్లల్లాగే మెరుగ్గానే ఉండేది. బడికి కూడా వెళ్తూ ఉండేదాన్ని. కానీ క్రమేపీ చూపు తగ్గుతూ ఉండడంతో, అమ్మా నాన్నా సన్ను స్థానికంగా కంటి వైద్యులకు చూపించారు. ఎల్ని ప్రసాద్, సరోజినీ దేవి కంటి ఆస్పత్రులకు కూడా తీసుకువెళ్లారు. చూపు మెరుగు కోసం చేసిన మొదటి సర్జరీ విఫలమైపోయింది. విదేశీ వైద్యులు చేసిన రెండో సర్జరీ ఫలితాన్నిచ్చి పదో తరగతి వరకూ కొంతమేరకు చూడగలుగుతూ, నా వసులు నేను చేసుకోగలిగానని. అలాగని నేను సాధారణ బడుల్లో చదువుకోలేదు. యుజిసి వరకూ సాధారణ బడిలో చదివినా, పుస్తకాలు చదవడం వల్ల, కంటిచూపు ఇంకా వేగంగా తగ్గిపోయే ప్రమాదం ఉందని వైద్యులు చెప్పడంతో ఒకటో తరగతి నుంచి ట్రైయలిలో చదువు కొనసాగించాను. పదో తరగతి నుంచి చూపు మరింత దిగజారుతూ, అంతిమంగా అంధత్వానికి దారి తీసింది.

నాకున్నది గ్లాకోమా సమస్య కాబట్టి పెరిగే వయసుతో పాటు చూపు తగ్గి అంతిమంగా అంధత్వం వచ్చేస్తుందనే విషయాన్ని నేను అర్థం చేసుకుని మానసికంగా సిద్ధపడిపో యాను. అలా ఇంటర్ వరకూ ట్రైయలిలోనే చదివి, డిగ్రీలో పెన్సిల్స్, అడుగు పెట్టిన తర్వాత ఉస్మానియా వెటెనరీ వైద్యుల సాయంతో ఆధారంగా చదువును తీసుకుంటూ వచ్చాను. కొనసాగించాను. ఆ వేడుకల్లో మిరుమిట్లు గొలిపే... ప్రస్తుతం ఎమ్మెబిఎ మెరుపుతీగలా మెరిసిపోవాలంటే... ఎంకండ్ పెట్టిళ్లు, పుట్టిన రోజు వేడుకలు సాయంకాలాల్లోనే ఏర్పాటువుతూ ఉంటాయి. ఆ వేడుకల్లో మిరుమిట్లు గొలిపే లైట్లు వెలుగుల్లో ఆకట్టుకునేలా కనిపించడం కోసం ప్రత్యేకమైన మేకప్ ఎంచుకోవాలి. అదలాగంటే...

చర్మాన్ని నిర్ధం చేసి: చర్మపు పిపావే వాల్చుకు తగిన సబ్బు లేదా ఫేస్ వాష్‌తో ముఖం శుభ్రపరుచుకోవాలి. సున్నితమైన ప్ర్యేతో పెదవుల మీద మృత చర్మాన్ని పదిలించి, లిప్ మోస్ట్ వేసుకోవాలి. తర్వాత ముఖ చర్మం తేమ కోల్పోకుండా ఉండడం కోసం హైడ్రేటింగ్ సీరమ్ లేదా మన్నితైన మాయిశ్చరైజర్ అప్లై చేసుకోవాలి. ఇలా చర్మాన్ని శుభ్రపరిచి, మేకప్ మొదలుపెడితే, మేకప్ చర్మం మీద సమంగా పరుచుకుంటుంది. రెట్టింపు ఆకర్షణను తెచ్చివేడుతుంది. చర్మానికి తగిన ప్రైమర్: జిడ్డు చర్మమైతే మాటిపైయింగ్ లేదా సిలికాన్ ఫ్రీ ప్రైమర్ ఎంచుకోవాలి. పొడి చర్మమైతే, హైడ్రేటింగ్, లూమినెస్ ట్రైబినింగ్, గ్లోయింగ్ అనే లేబుల్ ఉన్న ప్రైమర్ ఎంచుకోవాలి. అలాగే దాన్లో విటమిన్ సి ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఫౌండేషన్: దీర్ఘకాలం పాటు చెక్కుచెదరని ఫౌండేషన్ ఎంచుకోవాలి.

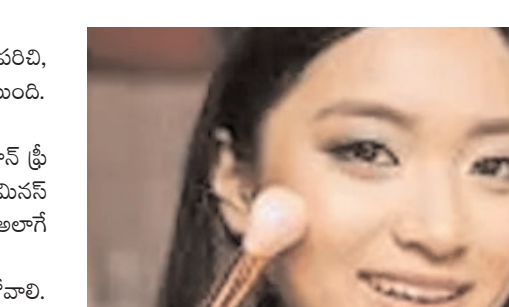
ఆహార కోరికలకు కళ్లం వేద్దాం

భోజనం తిన్న వెంటనే తీపి తినాలనిపిస్తోందా? అర్ధరాత్రి ఉప్పటి స్నాక్స్ మీదకు మనసు మళ్లుతోందా? లేదంటే చీజ్ పిజ్జాలు, పన్నీర్ పకోడీలు లాగించేయాలనిపిస్తోందా? ఈ కోరికలు పూర్తిగా మానసికమైనవి కాకపోవచ్చు. వీటి వెనక భౌతిక, పోషణపరమైన కారణాలు కూడా ఉంటాయి. వీటి గురించిన అవగాహన అవ్వంతో తినాలనిపించినవన్నీ తినేస్తూ ఉంటే, లోపంతో తినాలనిపించినవన్నీ తినేస్తూ ఉంటే, తరచుగా కాలింగు శరీరంలోకి చేరిపోయి ఊబకాయంతో పాటు, సంబంధిత ఆరోగ్య సమస్యలను కొని తెచ్చుకున్నవాళ్లం అవుతాం! కాబట్టి ఆహార కోరికల్లో రకాలతో పాటు వ్యవహరించాలి, ఆరోగ్యకరమైన ప్రత్యామ్నాయాలను ఎలా ఎంచుకోవాలో తెలుసుకోవడం అవసరం. ఆహార కోరికలు

ఇయర్ చదువుతున్నాను. అమ్మానాన్నల ప్రోత్సాహంతో... ఒకటో తరగతిలో మొదటిసారిగా బ్లెండ్ స్కూల్‌కు వెళ్తున్నప్పుడు, అమ్మ సన్ను చూసి విపరీతంగా ఏడ్చింది. అప్పటివరకూ సాధారణ బడికి వెళ్లిన నేను అంధులైన పిల్లలతో కలిసి అంధ పాఠశాలకు వెళ్లడం అమ్మ తట్టుకోలేకపోయింది. నేను కూడా అంధ పిల్లల్లా ఉన్న చోటికి పరిమితమైపోవానేమనో అమ్మ భయపడింది. కానీ ఎదుగుతున్నకొద్దీ అవన్నీ అర్థం లేని భయాలని ఆమె గ్రహించింది. ఒకవేళ ఎప్పుడైనా కాస్త వెనకబడినట్లు కనిపిస్తే, ‘సాధారణ పిల్లల్లాగే నువ్వు కూడా అన్నీ చేయగలుగుతావు’ అంటూ అమ్మానాన్నలు సన్ను ప్రోత్సహిస్తూ ఉండేవారు. వాళ్లు సన్నున్నప్పుడూ ఒక అంధురాలిగా పరిగణించలేదు.

క్రికెటర్, కబడ్డీ ప్లేయర్... అంధత్వం ఉంది కాబట్టి నేను నా బాల్యాన్ని ఎంజాయ్ చేయలేకపోయానని అనుకుంటే పొరపాటు. నేను అంధులైన పిల్లలతోనే కలిసి పెరిగాను. మేమందరం సాధారణ పిల్లలతో సమానంగా మరుగ్గా అన్ని క్రీడల్లో పాల్గొనేవాళ్లం. ప్రత్యేకించి నేను క్రీకెట్ బాగా ఆడేదాన్ని. తెలంగాణా బ్లెండ్ ఎమెస్ టీమ్‌కు వైస్ కెప్టెన్‌గా ఉండేదాన్ని. నేను జాతీయ కబడ్డీ స్టేషన్‌ను కూడా! అంధులమైనంత మాత్రాన మేం సాధారణ పిల్లలకు విమాత్రం తీసిపోము. నిజానికి వాళ్లకంటే ఇంకాస్త మెరుగ్గా ఆడతామనే అనుకోవచ్చు. ఎందుకంటే చూపున్న వాళ్లు చెవులను అంతగా ఉపయోగించరు. అంధులు విషయాలను త్వరగా గ్రహిస్తారు అని అంటూ ఉంటారు. కానీ నిజానికి బక్కు అందరికీ అందుకోసం సమానంగానే ఉంటుంది. అయితే 12 నుంచి 16 మాకు కళ్లు కనిపించవు కాబట్టి గంటల పాటు చెదిరే వినికిడి శక్తి మీద పీలులేని ఫౌండేషన్ ఎంకండ్ పెట్టిళ్లు, పుట్టిన రోజు వేడుకలు సాయంకాలాల్లోనే ఏర్పాటువుతూ ఉంటాయి. ఆ వేడుకల్లో మిరుమిట్లు గొలిపే లైట్లు వెలుగుల్లో ఆకట్టుకునేలా కనిపించడం కోసం ప్రత్యేకమైన మేకప్ ఎంచుకోవాలి. అదలాగంటే...

మెరుపుతీగలా మెరిసిపోవాలంటే...



శరీరం అందించే సూచనలు. ఈ కోరికలు పోషక లోపాలు, భావోద్వేగాలు, అలవాట్లకు మూలాలు. కాబట్టి తినాలనే కోరికలను అర్థం చేసుకుని, ఆరోగ్యకరమైన మార్గంలో వాటిని సంతుష్టి పరుచుకోగలిగితే పోషక లోపం తలెత్తకుండా చూసుకోవచ్చు. నిజానికి పదార్థాల తీసుకోవడం చర్మంపై చిహ్నం కావు. పోషక లోపాలను గ్రహించి సరిదిద్దుకునే వీలు కల్పించే సాధనాలుగా వాటిని భావించాలి. నిరంతర అలవాట్లు, క్రమేపీ మార్పులతో ఆరోగ్యకరమైన ప్రత్యామ్నాయాలను అన్వేషించగలుగుతాం! తీపి కోరికల కారణాలు ఎదురుగా ఎన్ని పదార్థాలున్నా తీయగా ఏదైనా తినాలనిపిస్తే, అందుకు కారణాల కోసం అన్వేషించాలి. ఈ కోరిక వెనకుండే ప్రధాన కారణాలు ఎవంటే... రక్తంలో చక్కెల మోతాదుల్లో హెచ్చుతగ్గులు మానసిక సంతుష్టి లేదా ఒత్తిడి నుంచి ఉపశమనం నిద్ర లేమి

ఆధారపడతాం. వినికిడి పూర్తి సామర్థ్యాన్ని సద్వినియోగం చేసుకుంటాం! వినికిడి శక్తితో పరిసరాలు, పనులు, నైపుణ్యాల మీద పట్టు పెంచుకోగలుగుతాం!” యువతకు చదువుతో పాటు వినోదం కూడా తప్పనిసరి. అయితే ఒత్తిడి నుంచి ఉపశమనం కోసం వినోదాన్ని ఎంచుకున్నా దానికి పరిమితి ఉండాలి. ఎంత చదివినా, ఎంత ఎదిగినా వినోదం పరిమితంగానే ఉండాలి. అప్పుడే అనుకున్నది సాధించగలుగుతాం!మాది ఖమ్మం. నా చదువు కోసం చిన్నప్పుడే హైదరాబాద్ వచ్చేసి, ఇక్కడ స్థిరపడిపోయాం. నాన్న కొండలరావు, కారు నడుపుతారు. అమ్మ మాధవి, గృహిణి. సంగీతంలో అమ్మ సన్ను ప్రోత్సహిస్తే, నాన్న సన్ను చదువులో ప్రోత్సహించారు. నా కాళ్ల మీద నేను నిలబడి, ఎవరి మీదా ఆధారపడకుండా స్వతంత్రంగా బతకాలన్నది అమ్మానాన్నల ఆశాంక్ష. ఎదుటివాళ్లకు సహాయపడేలా ఎదగాలనీ, చేయి చాపే పరిస్థితి ఉండకూడదని దాన్ను అంటూ ఉంటారు. ప్రస్తుతం నేను సివిల్‌కు డిప్లీమ్ అవుతున్నాను. అప్రెంటిస్‌షిప్ అఫీసర్‌గా ఎదగానున్నది. నా లక్ష్యం.పాటలు పాడే అభిరుచి చిన్నతనంలోనే ఏర్పడింది. నా ఆసక్తిని గ్రహించిన అమ్మ సన్ను వెంటబెట్టుకుని మ్యూజిక్ క్లాస్‌లకు తీసుకువెళ్తూ ఉండేది. ప్రతిమి శరీరధర్, కొమండూరి రామచారి దగ్గర సంగీతం నేర్చుకు న్నాను. 2022లో తెలుగు ఇండియన్ బడిలో సీజన్ వన్‌లో పాల్గొని, థియేటర్ లెవల్ వరకూ చేరుకోగలిగాను. ప్రస్తుతం ప్రతి రోజూ సంగీ తం సాధన చేస్తూ ఉంటాను. పాటలు వింటూ, పాడుతూ చేస్తేనే జోనర్స్ ప్రయత్నిస్తూ ఉంటాను.

ప్రపంచవ్యాప్తంగా విస్తరిస్తున్న సమస్య ఒబిసీ. వ్యక్తుల ఆహారపు అలవాట్లు, శారీరక శ్రమ లోపించడం వంటి అనేక కారణాలతో ఇప్పుడు ఇదోక జీవనశైలికి సంబంధించిన అంశంగా మారింది. అందరూ దీనిని కేవలం అధిక బరువుతోనే కొలుస్తుంటారు. అయితే ఇది అంతకు మించిన తీవ్రమైన పరిస్థితిగా పరిగణించి పూర్తి స్థాయి చికిత్స చేయాలి అంటున్నారని కేరళ ఆసుపత్రికి చెందిన డా.బిపిన్ సేఫీ. రోజువారీ జీవనం మీద ఒబెసిటీ ప్రత్యక్ష ప్రభావం చూపుతుంది. హృద్రోగం, డయాబెటీస్, హై బ్లడ్ ప్రెషర్, కీళ్ల నొప్పులు... ఇంకా అనేక ఇతర తీవ్రమైన అనారోగ్యాలతో పాటు కొన్ని రకాల కేన్సర్‌లకూ కారణమవుతుంది. కేవలం శారీరకమైనవే కాకుండా డిప్రెషన్, న్యూనతాభావం తదితర మానసిక సమస్యలకూ ఇది దోహదం చేస్తుంది.

సరైన కారణం గుర్తించాలి ఒబెసిటీ విషయంలో వ్యక్తిగత బాధ్యతా రాజీవత్వం, విలోపవర్తి లోపించడం.. వంటివి చూపిస్తూ బాధితులపైనే పూర్తిగా నెపం వేస్తుంటారు. అలాగే కేవలం ఎక్కువ తినడం, వ్యాయామం లేకపోవడం వంటివి మాత్రమే ఒబెసిటీకి కారణం కావనేది అర్థం చేసుకోవాలి. దీనికి జన్యుపరమైన సమస్యలతో పాటు పరిసరాలు, వాతావరణం, ప్రవర్తన... ఇవన్నీ కూడా కారణాల్లో ఉండొచ్చు.. ఒబెసిటీ కారణాల గురించి మనకు తక్కువ అవగాహన ఉంది. హార్మోన్ల కారణాలపై ఇంకా స్పష్టత రాలేదు. ఏదేమైనా

వయస్సు పెరుగుతున్న కొద్దీ సహజసిద్ధంగా వృద్ధాప్య లక్షణాలు కనిపిస్తుంటాయి. అయితే కొంతమంది వయసులో ఉండగానే ఈ సమస్యతో బాధపడుతుంటారు. అలాంటి వారు ఇంట్లోనే ఈ విజింగ్ లక్షణాలకు చెక్ చెప్పొచ్చు.



మెగ్గిమీయం లేదా క్రోమియం లోపం ప్రత్యామ్నాయాలు ఇవే! తాజా పండ్లు దాల్చి చాక్లెట్ (70౦ కోకో) దాల్చిన చెక్క టీ సల్ట్ బుర్రీ, టిట్నీతో చేసిన స్మూతీలు ఉప్పుని స్నాక్స్ కోరిక వెనక బంగాళాదుంప చిప్స్, సార్లెడ్ పీసెట్స్ లాంటి ఉప్పుని స్నాక్స్ తినాలనిపిస్తే ఒంట్లో ఖనిజలవణాలు లోపించాయని అర్థం. డిప్రెషన్ లేదా ఎలక్ట్రోలైట్ అసమతుల్యత ఒత్తిడి ఆడినంత ఫెటీగ్ ప్రత్యామ్నాయాలు ఇవే! పింక్ సాల్ట్ కలిపి వేయించిన సల్ట్ ఉప్పు కలిపిన కొబ్బరి నీరు వేయించిన శనగలు లేదా మఖ్సా

తోబుట్టువులకు అమ్మగా మారి...



‘రోజంతా సైకిల్‌పై ఎలా తిరుగుతావు’ అని చాలామంది అన్నా పట్టించకోలేదు. ‘నా తోబుట్టువులకు మంచి జీవితం ఇవ్వాలంటే నేను ఏదైనా చేయాలి. అందుకే ఎంత కష్టమైనా సరే... చేరిపోయా’ అంటుంది రమణమ్మ. ఆ పిల్లల్ని చూడాలి... ఆ ఉద్యోగం చేస్తూనే మిగిలినవాళ్లనీ చదివించింది. పెద్ద తమ్ముడికి పెళ్లిచేసిన కొన్నాళ్లకే అతని భార్య చనిపోయింది. రెండేళ్లకు అతను హైస్కూల్‌లో చనిపోయాడు. ఇప్పుడు వాళ్ల ఇద్దరు పిల్లల బాధ్యత కూడా రమణమ్మదే. చిన్న తమ్ముడికి చెవులు వినిపించకపోయినా... ఎమ్మెస్సీ, బీఈడి చేసి, ప్రస్తుతం ఓ ప్రైవేటు బదిర పాఠశాలలో ఉపాధ్యాయుడిగా పనిచేస్తున్నాడు. చెల్లి అమ్మాజీని బీఎస్సీ నర్సింగ్ పూర్తి చేయించింది. ప్రస్తుతం ఆమె హుకూంపేట పీహెచ్‌సీలో స్టాఫ్ నర్స్‌గా చేస్తోంది. ‘మా చెల్లికి పెళ్లి చేశా. జీవితంలో ఎన్నో ఒడిదొడుకుల్ని ఎదుర్కొన్నా. నా పనిని గుర్తించి బ్యాంకు నిర్వాహకులు ఫీల్డ్ వర్క్ నుంచి, ఫీల్డ్ కోఆర్డినేటర్‌గా పదోన్నతి కల్పించారు. పనిచేస్తూనే దూరవిద్యలో ఎమ్మెస్సీ పూర్తిచేశా. టైపు, కంప్యూటర్‌లో శిక్షణ కూడా తీసుకున్నా...’ అంటుంది రమణమ్మ.

ఇప్పుడామె ఆ బ్యాంకులో మేనేజర్‌గా పనిచేస్తోంది. 21 కోట్లకు పెరిగిన టర్నోవరు... ‘నేను వికాస మహిళా పొదుపు బ్యాంకులో చేరినప్పుడు పొదుపు వేలల్లోనే ఉండేది. ఇప్పుడది 21 కోట్లరూపాయల టర్నోవరుకు చేరుకుంది. మేం ఉపాధి కోరుకునే మహిళలకు రుణాలు ఇస్తాం. మా పనితీరు జాతీయ బ్యాంకులు, కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల ఉన్నతాధికారులచేత మెచ్చుకున్నారు. ఇప్పటివరకూ వేలాదిమంది మహిళలకు రుణాలందించి ఉపాధి కల్పించాం. మేనేజరుగా కేవలం రుణాలు మాత్రమే కాకుండా, ఇక్కడికొచ్చే మహిళలకు పలు అంశాల్లో అవగాహన అందిస్తుంటా...’ అంటుంది రమణమ్మ.

సరైన రీతిలో అర్థం చేసుకునే దశలోనే మనం ఉన్నాం. కాబట్టి త్వరపడి ఏదోఒక కారణాన్ని నిర్ధారించుకుని చికిత్స సరికాదు.

చికిత్సకు నిర్ణీత వ్యవధి ఒబెసిటీ బాధితులు కూడా తామెదో హార్మోనల్ సమస్య అని భావిస్తూ సరైన క్రమపద్ధతిలో కాకుండా



త్వరితంగా సమస్య నుంచి బయటపడే మార్గాలు వెతుకుతుంటారు. అది సరైంది కాదు ఈ సమస్య నుంచి కోలుకోవడానికి జీవిత కాలపు ఆరోగ్య నిపుణుల అవసరం ఉంటుంది. వ్యక్తులకు సంబంధించిన డైట్ మాత్రమే కాకుండా తినే ఆహారం, అలాగే వ్యాయామాలను పరిశీలించాలి ఉంది. నెగిటివ్ కేలరీ బ్యాలెన్స్‌తో పాటు ఇదోక దీర్ఘకాలిక కొనసాగాల్సిన ప్రక్రియ, అంతే తప్ప శరవేగంగా ఫలితాలను ఆశించడం, వెంటనే బరువు తగ్గాలని కోరుకోవడం, పెళ్లి వంటి వేడుకల కోసం హడావుడిగా సర్జరీ ఫ్లాన్ ఎంచుకోవడం వల్ల సరైన ఫలితం రాదు.

తీవ్రతకు తగ్గ చికిత్స వ్యక్తిగత ఒబెసిటీ తీవ్రతపై ఆధారపడి దీనికి చికిత్స ఉండాలి. అలాగే వ్యక్తిగత ఆరోగ్య ప్రమాదాలు, మానసిక ప్రవర్తన శైలులు, సాఫ్ట్ వర్క్ కోసం ఎక్కువగా రాయాలి. 15 నిమిషాల తర్వాత శుభ్రం చేసుకోవాలి. -విజింగ్ లక్షణాలను తగ్గించడానికి ఆముదం మంచినీ పనిచేస్తుంది.

వృద్ధాప్య లక్షణాలకు చెక్ !

కొద్దిగా నిమ్మరసాన్ని తీసుకొని ముఖంపై విజింగ్ లక్షణాలు కనిపిస్తున్న దగ్గర రాయాలి. కొద్దిసేపటి తర్వాత శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఈ చిట్కా పాటిస్తున్నప్పుడు ఎండకు వెళ్లకూడదు. -అటల్ సైడర్ వెనిగర్‌తో కొద్దిగా తేనె కలిపి ఆ మిశ్రమాన్ని ముఖానికి వట్టించాలి. ఏజ్

కొద్దిగా అముదాన్ని ముఖానికి రాసి, మర్దనా చేయాలి. తర్వాత రోజూ వాడే సబ్బుతో ముఖాన్ని శుభ్రం చేసుకోవాలి. పాలను ముఖానికి పట్టించి, మర్దన చేస్తే.. సున్నితంగా మారుతుంది. మ ్యతకణాలను తొలగించడంలో పాలు మేలు చేస్తాయి. పాలలో ఉండే లాక్టిక్ యాసిడ్ చర్మ రక్షణకు ఉపయోగపడుతుంది.తాజా బియ్యం ముక్కులతో ముఖాన్ని మర్దన చేయాలి. రసం ముఖానికి పట్టించ వరకూ ఆగాలి. తర్వాత ముఖాన్ని శుభ్రం చేసుకోవాలి.పసుపులో కొద్దిగా రోజ్‌వాటర్ కలిపి.. ఆ మిశ్రమాన్ని ముఖానికి రాయాలి. ఇలా ప్రతిరోజూ చేస్తూంటే ముఖం కాంతివంతంగా మెరుస్తుంది.

బగ్ బాస్ హాజీలోకి వెళ్లేందుకు ఆసక్తిచూపుతున్న సామాన్యులు..ఆ 40 మందికి అగ్ని పరీక్ష



ఇప్పటి వరకూ సెలబ్రిటీలతో హాస్లోకి ప్రవేశం లభించగా, ఈ సీజన్లో మాత్రం నిర్వాహకులు కొత్త ప్రయోగానికి దిగారు. సామాన్యులకు కూడా హాస్లోకి ఎంట్రీ ఇచ్చే అవకాశాన్ని కల్పించారు. దీంతో యువత నుంచి విశేష స్పందన వస్తుంది. వెబ్సైట్ ద్వారా రిజిస్ట్రేషన్ పన్ను నిర్వహించి, “బిగ్ బాస్ హాస్లోకి” ఎందుకు రావాలనుకుంటున్నారో? అనే అంశంపై వీడియోలు కోరారు. దీనికి భారీ స్పందన వచ్చింది.వేలాది అప్లికేషన్లతో తొలి దశకు 200 మందిని ఎంపిక చేశారు. ఆ తర్వాత సెల్ఫీ కాన్ఫిడెన్స్, ఎక్స్ప్రెషన్స్, కమ్యూనికేషన్ స్కిల్స్ ఆధారంగా 100 మందిని షార్ట్లిస్ట్ చేశారు. చివరకు వీరిలో నుంచి 40 మందిని ఫైనల్ రౌండ్కు ఎంపిక చేశారు. వీరిలో 3 నుంచి 4 మందిని ఎంపిక చేసి, వారిని ‘బిగ్ బాస్ హాస్’లో ప్రవేశపెట్టనున్నట్లు తెలుస్తోంది. సామాన్యుల

ఎంపిక ఈ నెలలోనే పూర్తి చేయాలని షో టీం భావిస్తోంది. సెప్టెంబర్ 7న సీజన్ 9 గ్రాండ్గా ప్రారంభం కానుంది. షో స్టార్ మాలో టెలికాస్ట్ అవుతుండగా, జియో హాట్ స్టార్లో డిజిటల్ ట్రీమింగ్ కూడా ఉంటుంది.ఈ సీజన్లో పాపులర్ బుల్లితెర యాక్టర్లు, సోషల్ మీడియా సెలబ్రిటీలు, ఫోక్ సింగర్స్, ఓటీటీ స్టార్స్ కంటెస్టెంట్లుగా ఎంట్రీ ఇవ్వనున్నారు లూక్. ఇప్పటి వరకు వినిపిస్తున్న జాబితాలో జబర్దస్త్ ఇమ్మాన్యూయేల్, జబర్దస్త్ ఐశ్వర్య, బిమ్ చిక్ బబ్లా, రీతూ చౌదరి, సీరియల్ యాక్టర్లు సాయికిరణ్, దేబ్బాస్, కావ్యశ్రీ, కన్నడ నటి కావ్యా శెట్టి, అలేఖ్య చిట్టి, పితర్స్ ఫేం రవ్వు, కల్పితా గజేష్, సుమంత అశ్వినీ, ఆర్తీ రాజ్, శ్రావణి వర్మ, తేజస్విని గౌడ్, దీపికా, పర్వ పరమేశ్వర్ హిద్రాట్, తెలంగాణ ఫోక్ డ్యాన్సర్ నాగదుర్గా దత్తా, ఫోక్ సింగర్ లక్ష్మి వంటి వారు హాజీలోకి ప్రవేశించవచ్చున్నారు లూక్.



బ్లాక్ డ్రెస్లో మీనాక్షి చౌదరి అందాల మాయ



గ్లామరస్ లుక్లు ఆమెకు కొత్తకాదు కానీ, ఈసారి మాత్రం మీనాక్షి చౌదరి చూపిన అబీట్యూడ్ చూస్తే ఏవరికైనా వాన్ అనిపించకమానదు. బ్లాక్ డ్రెస్లో ఆమె చేసిన ఫోటోషూట్ ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో చర్చనీయాంశంగా మారింది. కాస్త బోల్డ్గా కనిపించిన మీనాక్షి ఫైలింగ్లోని ఫినిషింగ్, హేర్ డూ, మేకప్ అన్నీ కూడా పర్ఫెక్ట్ అని నెటిజన్లు కామెంట్స్ చేస్తున్నారు. ఫ్రెండ్ మ్యూజిక్కి స్టయిలిష్గా పోజులిచ్చిన ఈ ఫోటోలు యువతను ఆకర్షిస్తున్నాయి.మెడ దగ్గర నుండి స్లీవ్స్ లూప్ లా డిజైన్ చేసిన డ్రెస్ ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది. ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన విషయం ఏంటంటే, ఆమె కళ్ల లుక్కి, కెమెరాకి ఆమె ఇచ్చిన లుక్కిలో కనిపించిన కాన్ఫిడెన్స్, ఫెమినిన్ గ్రేస్ కలిసి ఫోటోషూట్ను లెవెల్ మీదకు తీసుకెళ్లాయి. అందుకే ఈ ఫోటోలు ప్రస్తుతం వైరల్ అవుతున్నాయి. సినీ సెలబ్రిటీలు కూడా కామెంట్స్ చేస్తూ మీనాక్షికి ఫుల్ మార్పులు చేస్తున్నారు. కేవలం ఫోటోలు మాత్రమే కాదు, మీనాక్షి చౌదరి కెరీర్ కూడా ఇంప్రెసివ్గా కొనసాగుతోంది. మిస్ ఇండియా రన్నరప్గా గుర్తింపు పొందిన ఆమె, తన సినీ ప్రస్థానాన్ని ‘ఇచట హావహులు నిలువరాదు’ అనే చిత్రంతో ప్రారంభించారు. ఆ తరువాత ‘ఫిలాడి’, ‘హిట్ 2’, ‘గుంటూరు కారం’ వంటి సినిమాల్లో గ్లామరస్ పాత్రలతో ఆకట్టుకున్నారు. ఆమెకి త్వరలో విడుదల కాబోయే సినిమాలు కూడా ఓ కీలకమైన మైలురాయిగా మారే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. ఇప్పటికే లక్ష్మి భాస్కర్, సంక్రాంతికి వస్తున్నాం సినిమాలు అమ్మడికి మంచి విజయాన్ని ఇచ్చాయి. గ్లామర్తో పాటు పెర్ఫార్మెన్స్ పరంగా కూడా మెప్పించే రోల్స్ కోసం ప్రయత్నిస్తున్న ఆమెకు ఇది కచ్చితంగా ప్లాన్ అవుతుంది. ఈ తరహా ఫోటోషూట్లు ఆమెకు యూట్యూబ్ క్రేజ్ పెంచడమే కాకుండా, దర్శకుల దృష్టిని కూడా ఆకర్షిస్తాయనడంలో ఎలాంటి సందేహం లేదు.

లావణ్య బేబీ బంట్ రివీల్..

ట్రాలీవుడ్ క్యూట్ కపుల్లో వరుణ్ తేజ్- లావణ్య త్రిపాఠి జోడీ ఒకటి. త్వరలో ఈ ఇద్దరూ పేరెంట్స్ గా ప్రమావన్ పొందనున్న విషయం తెలిసిందే. అయితే ప్రెగ్నెన్సీ బ్రెమ్ సు లావణ్య ఎంజాయ్ చేస్తున్నారు. ఆమె కోసం భర్త వరుణ్ కూడా మాటింగ్ లకు బ్రేక్ ఇచ్చి సమయం ఇస్తున్నారు. భార్య లావణ్యతో ఎక్కువ సమయం గడిపేందుకే వరుణ్ ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారు. తరచూ సతీమణి లావణ్యతో వీదేశీ ట్రిప్ లకు వెళ్తున్నారు. ఈ క్రమంలోనే ఈ మధ్య వరుణ్, లావణ్య ఫారిన్ ట్రిప్ నకు వెళ్లింది. ఈ ట్రిప్ కు సంబంధించిన ఫోటోలు, వీడియోలను ఈ జంట ఎప్పటికప్పుడు సోషల్ మీడియాలో షేర్ చేస్తుంది. తాజాగా వెకెషన్ నుంచి రిటర్న్ వచ్చారు. హైదరాబాద్ శంశాబాద్ ఎయిర్ పోర్ట్ లో దిగింది జంట. ఈ క్రమంలోనే లావణ్య బేబీ బంట్ కనిపించింది. ఫారిన్ ట్రిప్ ముగించుకొని హైదరాబాద్ చేరుకున్న వరుణ్, లావణ్య సరదాగా ముచ్చటిస్తూ తమ కారు వైపునకు నడిచారు. సరదాగా మాట్లాడుతూ కారులో ఎక్కి వెళ్లిపోయారు. ఈ సమయంలో లావణ్య పింక్ కలర్ హుడ్డీలో కనిపించగా, వరుణ్ క్యాజువల్ షర్ట్, జీన్స్ ధరించారు. దీనికి సంబంధించిన వీడియో సోషల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారింది. ఈ వీడియో చూసిన మెగా ఫ్యాన్స్, నెటిజన్లు అద్వాన్య గా వరుణ్, లావణ్యకు కంగ్రాజులైషన్స్ చెబుతున్నారు. కాగా, ఈ ఇద్దరి మధ్య మిస్టర్ సినిమా సమయంలో స్నేహం కుదిరింది. ఆ తర్వాత అంతరిక్షం సినిమాలోనూ స్ట్రీట్ షేర్ చేసుకున్నారు. ఆ సమయంలోనే వీరిద్దరి మధ్య స్నేహం ప్రేమగా మారింది. ఆ తర్వాత వీరి లవ్ కన్సార్ట్ చేశారు. ఇరు కుటుంబాల అంగీకారంతో 2023లో వరణ్, లావణ్య ఘనంగా వివాహ బంధంతో ఒక్కటైయ్యారు. మరోవైపు, వరుణ్ మేర్పాక గాంధీ సినిమాలో నటిస్తున్నారు. ఇది హాస్రర్ కామెడీ జానర్ గా తెరకెక్కుతోంది. ప్రస్తుతం ఈ సినిమా షూటింగ్ శరవంగంగా జరుగుతోంది. రీసెంట్ గా మ్యూజిక్ డైరెక్టర్ తమన్ కూడా సినిమాపై అప్పేట్ ఇచ్చారు. మ్యూజిక్ కు సంబంధించిన పనులు జరుగుతున్నాయని తమన్ సోషల్ మీడియాలో పోస్ట్ షేర్ చేశారు.



సమంత ఇప్పుడు ఎలాంటి డ్రెస్ ఫాలో అవుతుందో తెలుసా?

టాలీవుడ్ స్టార్ హీరోయిన్ సమంత ఇటీవల సినిమాల కన్నా ఇతర విషయాలలో ఎక్కువగా వార్తలలో నిలుస్తుంది. తాజాగా ఆమె ఫాలో అవుతున్న ట్రిక్ డ్రెస్ ఫ్యాషిన్ హాట్ టాపిక్ అయింది. తాజాగా సెలబ్రిటీ న్యూట్రిషన్స్ ర్యాన్ ఫెర్నాండోతో జరిగిన చాట్ సెషన్లో సమంత తన ఆహారపు అలవాట్లు ఎంతలా మారాయో చెప్పుకొచ్చింది. సమంత ప్రస్తుతం యాంటీ ఇన్ఫ్లేమటరీ డ్రెస్ ఫాలో అవుతున్నట్లు తెలిపారు. కేవలం సన్నగా ఉండటానికే కాదు, హెల్త్ గా ఉండటానికి ఈ డ్రెస్ ఎంతో ఉపయోగపడుతుంది అని స్పష్టం చేశారు. గతంలో తాను సన్నగా ఉండడంతో, ఎలాంటి నియమాలు పాటించకుండా అన్నీ తినాచ్చు అనుకునే దానిని. కాని ఇప్పుడు పరిస్థితులు పూర్తిగా మారిపోయాయని చెప్పారు.తన డ్రెస్లో ప్రతి రోజు ఒకే రకమైన ఆహారాన్ని తీసుకుంటున్నట్లు సమంత వెల్లడించారు. ఉదయం బ్రేక్ఫాస్ట్గా స్కూటీలు, బ్రోకలీ, క్యాలీఫ్లవర్, మొలకలు వంటి పోషకాహార కూరగాయలతో లంచ్, డిన్నర్ తీసుకుంటుందట. పాలకూర, కాలే తినడం ఇష్టం లేకపోవడంతో వాటికి బదులుగా పౌష్టిక విలువలు ఉన్న ఇతర ఆహార పదార్థాలను ఎంచుకుందట. సమంత ఏదైనా షూటింగ్ కోసం వెళ్లినప్పుడు తన ఆసిస్టెంట్ను కూడా వెంట తీసుకెళ్తారట. ఎందుకంటే ఆ ఆసిస్టెంట్ ఆమెకు స్పెషల్ డ్రెస్ కు అనుగుణంగా వంట చేసి పెడతారట. ఈ ఆరోగ్యకరమైన ఆహార నియమాలు పాటించడం వలన తాను ఎదుర్కొన్న కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యల నుంచి బయటపడటానికి ఇంతో సహాయపడ్డాయని కూడా సమంత వెల్లడించారు.సమంత ఇటీవలే సిటాడెల్ అనే వెబ్సీరీస్తో ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చారు. ఈ సీరీస్కు మంచి స్పందన లభించింది. అంతేకాకుండా నిర్మాతగా మారి ట్రాలలా మూవింగ్ పిక్చర్స్ అనే బ్యానర్ను ప్రారంభించి, శుభం అనే సినిమాతో నిర్మాణంలో విజయవంతమయ్యారు.



నన్ను కూడా ఈ అవతారంలో చూస్తారు.. అనుపమ ఆసక్తికర పోస్ట్

తెలుగు ప్రేక్షకులకు మలయాళ బూటీ అనుపమ పరమేశ్వరన్ గురించి ప్రత్యేక పరిచయాల అక్కర్లేదు. త్రివిక్రమ్ దర్శకత్వంలో వచ్చిన ‘ఆ ఆ’. చిత్రంలో రావు రమేష్ కూతురు వల్లిగా నటించిన అనుపమ పల్లెటూరి గర్ల్ లుక్తో ఆకట్టుకున్నారు. అదే ఏడాది నాగచైతన్యతో నటించిన ‘ప్రేమమ్’ లోనూ ఆమె కనిపించి మరోసారి ఫ్యాన్స్ ను మెప్పించారు. ఈ రెండు చిత్రాల్లోనూ ఆమె సెకండ్ హీరోయిన్గా కనిపించినా, తన పాత్రలకు 100% న్యాయం చేస్తూ ప్రేక్షకుల మనసుల్లో నిలిచిపోయారు.అనంతరం శర్వానంద్తో కలిసి నటించిన ‘శతమానం భవతి’ ఆమె కెరీర్ కు మలుపు తిప్పిన చిత్రం. లీడ్ రోల్లో నటించిన ఈ సినిమాలో ఆమె నటనకు మంచి గుర్తింపు లభించింది.ఈ విజయంతో తెలుగు పరిశ్రమలో తన స్థానాన్ని పదిలపరుచుకుంది. ఆ ఆర్థాత అనుపమ వరుసగా సినిమాల్లో నటిస్తూ, రోమాంటిక్ డ్రామాలు, కామెడీ, థ్రిల్లర్లలో తన పాత్రల ద్వారా వైవిధ్యాన్ని చూపిస్తూ ముందుకు దూసుకెళ్తున్నారు. 2023లో విడుదలైన ‘బిల్లా స్వేదో’ అనుపమ కెరీర్లో ఒక పెద్ద మైలురాయిగా నిలిచింది. ఈ సినిమా రూ.100 కోట్ల గ్రాస్ ను రాబట్టి, ఆమెకు ‘100 కోట్ల హీరోయిన్’ అనే బైటిల్ ను తీసుకువచ్చింది. ఇందులో ఆమె ప్లైబిల్ లుక్, పెర్ఫార్మెన్స్ ప్రేక్షకులను విశేషంగా ఆకట్టుకున్నాయి. దీంతో ఆమె డిమాండ్ మరింత పెరిగింది. ప్రస్తుతం అనుపమ ‘పరదా’ అనే ఆసక్తికరమైన చిత్రంతో ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతున్నారు. పోస్టు-ప్రాడక్షన్ పనులు పూర్తి చేసుకున్న ‘పరదా’ సినిమాను ఆగస్టు 22న థియేటర్లలో విడుదల చేయనున్నట్లు మేకర్స్ అధికారికంగా ప్రకటించారు.రీలీజ్ డేట్ దగ్గర పడుతుండడంతో మేకర్స్ ప్రమావన్ స్పీడ్ పెంచారు. అయితే రీసెంట్గా హైదరాబాద్లోని ఐమాక్స్ థియేటర్లలో కొందరు మహిళలు పరదా కప్పుకొని హరిహర వీరమల్లు చూసేందుకు వచ్చారు. తమ వీరలని తలకి పరదా మారిరిగా కప్పుకొని నందడి చేశారు. సినిమా స్టార్ట్ అయ్యాక కూడా తీయలేదు. ఇందుకు సంబంధించిన వీడియోని అనుపమ తమ సోషల్ మీడియాలో షేర్ చేస్తూ..వచ్చే నెలలో నన్ను మా ఫ్రెండ్స్ ని కూడా అక్కడ మీరు ఇలా చూడొచ్చు.ఆగస్టు 22న పెద్ద స్ట్రీట్లో చూస్తారు అని కామెంట్ చేసింది. మొత్తానికి సినిమా ప్రమావన్ ప్లైల్ అయితే అది రి పోంంం ద ని కొందరు కామెంట్ చేస్తున్నారు.



తారక్ షర్ట్ లెస్.. ఇక హిస్టరీ రివీట్



సీన్ అరాచకం సృష్టించింది. బ్లాక్ డ్రాప్ లో కమ్ముకున్న మేఘాలు, మొహంపై గాయాలు, తారక్ ఫేస్ లో అగ్రెసివ్ ఎక్స్ ప్రెషన్స్ మామూలుగా లేవు. ఈ లుక్ నిన్నటి నుంచి ఫుల్ ట్రెండింగ్ లో ఉంది. నందమూరి అభిమానులకు ఇది ఐ ఫీస్ట్ లాగా అనిపించింది.ట్రైలర్ లో తారక్ షర్ట్ లెస్ ఒక్క లుక్ తో సినిమా బ్లాక్ బస్టర్ అని ఫ్యాన్స్ కామెంట్ చేస్తున్నారు. దీనికి కారణం లేకపోలేదు. గతంలో ఎన్నో ఆర్ షర్ట్ తీసిన సినిమాలన్నీ సూపర్ హిట్ అయ్యాయని గుర్తు చేస్తున్నారు. గతంలో పూరి జగన్నాథ్ తెరకెక్కించిన బెంపర్ సినిమాలో తారక్ తొలిసారి సిక్స్ ప్యాక్ లుక్ లో కనిపించారు. ఓ పాటలో తారక్ షర్ట్ లేకుండా సిక్స్ ప్యాక్ తో కూల్ లుక్ లో కనిపించి ఆకట్టుకున్నారు. ఈ సినిమా ఆయన కెరీర్ లో కమ్మ బ్లాక్ మూవీగా నిలిచింది. ఆ తర్వాత 2018లో త్రివిక్రమ్ దర్శకత్వం వహించిన అరవింద సమేత వీర రాఘవ రెడ్డిలోనూ షర్ట్ లెస్ సీన్ ఉంది. ఈ సినిమా మొదట్లోనే భారీ యాక్షన్ సీక్వెన్స్ లో సిక్స్ ప్యాక్ లుక్ తో ఎన్టీఆర్ అరాచకం సృష్టించారు. ఫుల్ మూన్ లుక్ లో షర్ట్ లేకుండా విలన్ గా వలెనడం లేకుండా పరిపారేస్తారు. ఇక రాజమౌళి బ్లాక్ బస్టర్ ఆర్ఆర్ఆర్ సినిమా కోసం తారక్ స్పెషల్ గా మేకోవర్ అయ్యారు.ఈ సినిమా కోసం బిరుదు పెరగడమే కాకుండా ఫిట్ గా కనిపించారు. ఇంట్రిడక్షన్ సీన్ లో ఫులితో వేటాడే సీన్ షర్ట్ లేకుండానే చిత్రీకరించారు. ఇది థియేటర్లలో ప్రేక్షకులతో ఈలలు వేయించింది. అయితే గతంలో తారక్ షర్ట్ లేకుండా యాక్షన్ సీక్వెన్స్ చేసిన సినిమాలన్నీ సూపర్ హిట్ అయ్యాయి. తాజాగా వార్ 2 లోనూ ఇదే తరహా సన్నివేశం ఉండడంతో ఇది కూడా భారీ విజయం సాధించడం వశ్యా అంటున్నారు యంగ్ బ్రెగర్ ఫ్యాన్స్.కాగా, అయోన్ ముఖర్జీ తెరకెక్కించిన ఈ సినిమా వచ్చే నెల 14న రిలీజ్ కానుంది. కియారా అద్వానీ హీరోయిన్ గా నిలిచింది. యక్ రాజ్ ఫిల్మ్స్ భారీ బడ్జెట్ తో నిర్మించింది.

బడ్డెట్ లేక అర్జున్ రెడ్డిలో ఆ సీన్ చేయలేక పోయాం : సందీప్ వంగ



ట్రాలీవుడ్ దర్శకుడు సందీప్ రెడ్డి వంగ గురించి ప్రత్యేక పరిచయం అవసరం లేదు. అర్జున్ రెడ్డి వంటి మొదటి సినిమాతోనే ప్రమావన్ ప్లైల్ అయితే అది రి పోంంం ద ని కొందరు కామెంట్ చేస్తున్నారు.

పట్టు బగించారు



మాంచెస్టర్-సవభూమి: నాలుగో టెస్టులో పరుసగా మూడో రోజుగా ఇంగ్లండ్లో ఆదివారం సాగింది. వరల్డ్ నెంబర్వన్ జో రూట్ (150) మరోసారి తన అత్యుత్తమ ఆటతీరుతో అదరగొట్టారు. అతడికి జతగా కెప్టెన్ బెన్ స్టోక్స్ (77 బ్యాటింగ్), పోప్ (71) అర్ధసెంచరీలతో రాణించగా, ప్రస్తుతం ఆతిథ్య జట్టు 186 పరుగుల భారీ అధిక్యంలో దూసుకెళ్తుంది.

తోంది. భారత బౌలర్లు ఎప్పటిలాగే నిరాశపర్చడంతో శుక్రవారం ఆట ముగిసే సమయానికి ఇంగ్లండ్ తొలి ఇన్నింగ్స్లో 135 ఓవర్లలో 544/7 స్కోరుతో నిలిచింది. క్రీజులో స్టోక్స్ పాటు దాసన్ (21 బ్యాటింగ్) ఉన్నారు. ఇద్దరూ బ్యాటర్లే కావడంతో నాలుగో రోజు వీలైనంత వేగంగా ఆడి తమ అధిక్యాన్ని పెంచాలనే భావనలో ఉన్నారు. జడేజా, సుందర్లకు రెండేసి వికెట్లు దక్కాయి.వీకెట్ కోల్పోకుండా..: 225/2 ఓవర్లవైట్ స్కోరుతో ఇంగ్లండ్ మూడో రోజు ఆటను ఆరంభించగా.. రూట్, పోప్ తొలి సెషన్లో పూర్తి ఆదివారం చూపారు. భారత బౌలర్లు ఈ జోడీని విడదీయడంలో విఫలమయ్యారు. వసలేని బౌలింగ్తో నిరాశపర్చారు. దీంతో ఇద్దరు బ్యాటర్లు తమ అర్ధసెంచరీలను పూర్తి చేసుకున్నారు. బుర్రా సైతం ఎలాంటి ప్రభావం చూపకపోగా.. అతడి ఓవర్లలో సులువుగా పరుగులు రాబట్టారు. పోప్ 48 రన్స్ దగ్గర ఉన్నప్పుడు అన్నల్ ఓవర్లో ఇచ్చిన క్లిష్టమైన క్యాచ్ ను కీపర్ జూలీస్ అందుకోలేకపోయాడు. మొత్తంగా ఈ సెషన్లో 107 పరుగులు రాబట్టిన ఇంగ్లండ్ లంచ్ విరామానికి వెళ్లింది.

మైనర్ పై అత్యాచారం



అత్యాచారానికి పాల్పడ్డారట. ఈమేరకు బాలిక చేసిన ఫిర్యాదుతో భారత న్యాయ సంహితలోని సెక్షన్ 64తోపాటు, పోక్సో చట్టం కింద 27 ఏళ్ల యక్ దయాళిపై కేసు నమోదు చేసినట్లు తెలిపారు. కాగా దయాళిపై అత్యాచారం చేశాడు. క్రికెటర్ గా ఎదిగేందుకు న్యాయం చేస్తాననే సాకుతో దయాళి చలుమూర్తి ఆమెపై అత్యాచారానికి పాల్పడ్డారట. ఈమేరకు బాలిక చేసిన ఫిర్యాదుతో భారత న్యాయ సంహితలోని సెక్షన్ 64తోపాటు, పోక్సో చట్టం కింద 27 ఏళ్ల యక్ దయాళిపై కేసు నమోదు చేసినట్లు తెలిపారు. కాగా దయాళిపై అత్యాచారం చేశాడు. క్రికెటర్ గా ఎదిగేందుకు న్యాయం చేస్తాననే సాకుతో దయాళి చలుమూర్తి ఆమెపై అత్యాచారం చేశాడు.

జైహర్-సవభూమి: రాయల్ చాలెంజర్స్ బెంగళూరు (ఆర్సీబీ) పేసర్ యక్ దయాళిపై కేసు నమోదైంది. ఈమేరకు జైహర్ పోలీసులు అతడిపై ఎఫ్ఐఆర్ దాఖలు చేశారు. పోలీసులు అందించిన వివరాల మేరకు..యక్ దయాళి తొలిసారి 2023లో 17 ఏళ్ల బాలికపై అత్యాచారం చేశాడు. క్రికెటర్ గా ఎదిగేందుకు న్యాయం చేస్తాననే సాకుతో దయాళి చలుమూర్తి ఆమెపై అత్యాచారం చేశాడు.



వేద కృష్ణమూర్తి వీడ్కోలు



న్యూఢిల్లీ-సవభూమి: భారత మహిళల జట్టు మిడిలాల్స్ బ్యాట్ల వేద కృష్ణ మూర్తి క్రికెట్ కు వీడ్కోలు పలికింది. 2017 వన్డే వరల్డ్ కప్,

2020 టీ20 వరల్డ్ కప్ లో రన్నరప్ గా నిలిచిన భారత జట్టులో వేద సభ్యురాలు. కర్ణాటకలోని కదురు అనే చిన్న పట్టణం నుంచి భారత జట్టు జెర్మనీ దరించే స్థాయికి ఎదిగినందుకు సంతోషంగా ఉందని 32 ఏళ్ల వేద పేర్కొంది. 2011లో ఆరంభించిన వేద.. భారత్ తరపున ఐదేళ్ల క్రితమే చివరి మ్యాచ్ ఆడింది. మొత్తంగా తన కెరీర్లో 48 వన్డేల్లో 829, 76 టీ20ల్లో 875 రన్స్ సాధించింది.