



మహాన్నికథనాల  
కేసం  
యాసుభోజులో  
ప్రసారమవుతున్న  
మీ  
SREECHAKRA  
NewsTVని  
వీట్టించవచ్చు.  
ఫైజ్ నబ్బెజ్, లైట్.

సంపుటి 10 | సంచిక 125 | కర్మాలు | అదివారం 01 జూన్ 2025

<https://www.sreechakranews.com>

# శ్రీచక్ర

SREECHAKRA TELUGU DAILY



ఫోన్: 9848334101  
డాక్టర్ వాలొనాథరెడ్డి, మేనెజర్ డైరెక్టర్  
9833000509

పేజీలు: 08 | వెల రూ. 5.00

Published from Kurnool... Circulated by Andhra Pradesh, Telangana & New Delhi

## పేదల సంక్షేమమే కూటమి లక్ష్యం



కోసిము, మే 31: కూటమి ప్రభుత్వం పేదల పక్షమని, తమ లక్ష్యం వారిని ఆదుకోవడమేనని నింపం చంద్రబాబు నాయుడు అన్నారు. పేదలను అదుకునేందుకు వీలుగు పెస్సన్ మొత్తాన్నిపెంచడమే గాకుండా సకాలంలో అందిస్తున్నామని అన్నారు దేశంలో ఎక్కు ఇలాంటి సాకర్యం లేదన్నారు. కోసిము జిల్లాలోని చేయేరులో ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు శనివారం పర్యాటించారు. కాలైనికోనే మండంలం చేయేరులో ల్యాభారులకు నీంపం పెస్సన్ను వంపిచే చేశారు. అనంతరం ప్రజావేదిక నభలో ముఖ్యమంత్రి మాట్లాడుతూ.. ఒక రోజు మందుగానే రాశుంటో పెస్సన్ వంపిచే చేశామని.. ఓపాధి కాలీలకు పచి ప్రచేశాల్లోనే పెస్సన్ ఇస్తున్నామని అన్నారు. ఇదీ.. పేదల కోసిము ప్రభుత్వం పనిచేసే తిరు అని పెప్పుక్కారు.

పోమి ఇచ్చిన ప్రకారం అధికారంలోకి రాగానే పెస్సన్నను రూ. 3 వేల నుంచి రూ. 4 వేలక పెంచామని అన్నారు. 64 లక్ష మండికి ప్రతినెల 1 వ తేదీనే పెస్సన్ అందిస్తున్నామన్నారు. రాష్ట్రంలో ఇప్పటికే 90 శాతం పెస్సన్ పంపిణీ పూర్తి అయినట్లు వెల్లడించారు. త్వరలో నంమేము క్యాబెండ విదుదల చేస్తామన్నారు. రేషన్ వాహనాల పేరుతో అరావం చేశారని మండిప్పడ నీంపం.. జాన్ 1 నుంచి రేషన్ పొర్టల్లో వియ్యుం సరఫరా చేయస్తున్నాలు- తెలిపారు. పేరుకు పూర్తమే డోర్ దెలిపారి అని.. ఆ బియ్యాన్ని అక్కు తీసుకుని కాకిాడ పోర్టుకి ఎగుమతి చేశారని అరోపించారు. గత ప్రభుత్వంలో మాటియా చేశారని ఆగ్రహం వ్యక్తంచేశారు. రాష్ట్రంకి నేర చరితులు వచ్చారని.. దానికి రాజకీయ ముసుగు తొగిారిని వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఆర్టిక ఉగ్రాధులు సమాజాన్ని అతలాకుతలం చేయాలని అనుకంటున్నారని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు పేర్కొన్నారు. ఏడాలిలోనే కూటమి ప్రభుత్వం పేదలకు కన్సివీ ఏరుగని రీతిలో సపోయం చేసిందన్నారు. రూ. 34 వేల కోట్లు- వించు కోసం ఇచ్చామని తెలిపారు. దేశంలో ఎక్కు తమ ప్రభుత్వం ఇచ్చినట్లు- పెస్సన్ ఇష్వరం దేదని అన్నారు. మంత్రులు, ఎమ్మెల్లు, అధికారులు పేదల కోసం ఆలోచించాలన్నారు. భగవంతుడు కనికలైనే భిషిష్ఠులో పించు పెంచుచుమని ప్రకటించారు. గత లైన్పీ ప్రభుత్వం వితరణ పించు ఇష్వరులై.. తామ వచ్చక 71,380 మండికి పెస్సన్ ఇచ్చామనారు. ధనిక రాష్ట్రం మహారాష్ట్రలో పెస్సన్ రూ. 1000, తెలంగాణలో రూ. 2500 మాత్రమే వించు ఇచ్చామనారు. అధిక పెస్సన్ ఇచ్చే ఏక్కు రాష్ట్రం ఏపీ అని తెలిపారు. 3 నెలల పెస్సన్ ఒకేసారి తీసుకునే అవకాశం ఇచ్చామనారు. మొగా దీనిస్తో ఉపాధ్యాయు పోస్తులు భద్రీ చేస్తున్నామని అన్నారు. రాష్ట్రంలో 5 లక్షల మంది వర్క్ ప్రమి హోమ్ కింద ఉద్యోగం విస్తరించారు. ఉపాధ్యాయు పోస్తుల భద్రీ చేస్తున్నారు. వెలికి ప్రభుత్వం చేప్పారు. మరో రెండు నెలల్లో అన్ని ప్రభుత్వం పేలు వాటాన్ని గప్పార్చులో అంచుచాటులోకి ఎగ్గొన్నారు. కోసిములో 1996 తుఫాన్ బీథత్తులో బోఱలను గుర్తు చేసేకున్న సీంపం.. నాడు తాను స్వయంగా చేప్పాయిన సహాయ చర్యలు గురించి వివరించారు. అందరికీ సామాజిక న్యాయం చేసానని హచ్చారు. ఎవరికీ అన్నాయం జరగుండా వ్యక్తికణ చేస్తామని.. భవిష్యత్తులో జల్లాల స్టోల్యాలోని రిజిస్ట్రేషన్లు ఉంటాయాన్నారు. రాజకీయాలు చేస్తు తప్పదు అరోపటు చేస్తే ఊర్కుని నీంపం.. నాడు తాను స్వయంగా చేప్పాయిన సహాయ చర్యలు గురించించారు. బాటాయి హార్టలోను రాజకీయం చేశారని.. ఇప్పుడు కూడా అలాగే చేయాలని అనుకంట-న్యాయం మండిపడ్డారు. టీ-టీ-డీలో ఆచాచకులు చేసూ ప్రభుత్వం ఫైలుల అయించారు. రాజకీయాలు చేస్తున్నారు. కోసిము అనంతపురం కంటే వెనుకబడిపోయిందని అన్నారు.

## మొదిఎస్సి 2025 హోల్ టిక్కెట్లు విడుదల



అమరావతి, మే 31: ఆంధ్రప్రదేశ్ విద్యా శాఖ ఏపీ మొదిఎస్సి 2025 హోల్ టిక్కెట్లును మంత్రి నారా లోకేం విడుదల చేశారు. అభ్యర్థులకు అధికారిక పోర్టల్ లేదా వాటాపు ద్వారా కూడా హోల్ టిక్కెట్లు ద్వారా చేసుకోవు. దరఖాస్తు చేసుకున్న అభ్యర్థులు వారి రిటైర్మెంట్ నంబర్ పుట్టించుటకు అనుకున్నారు. ఇదీ.. పేదల కోసిము ప్రభుత్వం పనిచేసే తిరు అని పెప్పుక్కారు.

అమరావతి, మే 31: ఆంధ్రప్రదేశ్ విద్యా శాఖ ఏపీ మొదిఎస్సి 2025 హోల్ టిక్కెట్లును మంత్రి నారా లోకేం విడుదల చేశారు. అభ్యర్థులకు అధికారిక పోర్టల్ లేదా వాటాపు ద్వారా కూడా హోల్ టిక్కెట్లు ద్వారా చేసుకోవు. దరఖాస్తు చేసుకున్న అభ్యర్థులు వారి రిటైర్మెంట్ నంబర్ పుట్టించుటకు అనుకున్నారు. ఇదీ.. పేదల కోసిము ప్రభుత్వం పనిచేసే తిరు అని పెప్పుక్కారు.

అమరావతి, మే 31: ఆంధ్రప్రదేశ్ విద్యా శాఖ ఏపీ మొదిఎస్సి 2025 హోల్ టిక్కెట్లును మంత్రి నారా లోకేం విడుదల చేశారు. అభ్యర్థులకు అధికారిక పోర్టల్ లేదా వాటాపు ద్వారా కూడా హోల్ టిక్కెట్లు ద్వారా చేసుకోవు. దరఖాస్తు చేసుకున్న అభ్యర్థులు వారి రిటైర్మెంట్ నంబర్ పుట్టించుటకు అనుకున్నారు. ఇదీ.. పేదల కోసిము ప్రభుత్వం పనిచేసే తిరు అని పెప్పుక్కారు.

అమరావతి, మే 31: ఆంధ్రప్రదేశ్ విద్యా శాఖ ఏపీ మొదిఎస్సి 2025 హోల్ టిక్కెట్లును మంత్రి నారా లోకేం విడుదల చేశారు. అభ్యర్థులకు అధికారిక పోర్టల్ లేదా వాటాపు ద్వారా కూడా హోల్ టిక్కెట్లు ద్వారా చేసుకోవు. దరఖాస్తు చేసుకున్న అభ్యర్థులు వారి రిటైర్మెంట్ నంబర్ పుట్టించుటకు అనుకున్నారు. ఇదీ.. పేదల కోసిము ప్రభుత్వం పనిచేసే తిరు అని పెప్పుక్కారు.

అమరావతి, మే 31: ఆంధ్రప్రదేశ్ విద్యా శాఖ ఏపీ మొదిఎస్సి 2025 హోల్ టిక్కెట్లును మంత్రి నారా లోకేం విడుదల చేశారు. అభ్యర్థులకు అధికారిక పోర్టల్ లేదా వాటాపు ద

# సంపాదకీయం

## ప్రంప అక్కసు ఎందుకి..

2025 జనవరి 20న అమెరికా అధ్యక్షుడిగా దొనాల్డ్ ట్రంప్ రెండోసారి బాధ్యతలు చేపట్టిన తర్వాత, అక్రమ వలనలనియంత్రణాన్ని కలిన విధానాలు అమలు చేయడం గమనార్థం. ఈ విధానాల ఫలితంగా, దాదాపు 1,100 మంది భారతీయులు పోరులు బహిపురుణక గురయ్యారని భారత విదేశంగ మంత్రిత్వం శాఖ వెల్లడించింది. ఈ సంఘాలో 62% మంది వాడిజ్ఞ విమూనాల ద్వారా స్వదేశానికి తిరిగి వచ్చారు. ఈ బహిపురుణలు అమెరికా? భారత మధ్య సన్నిహిత సహకారం ఫలితంగా జరిగాయని, అక్రమ మార్కుల ద్వారా అమెరికాలో ప్రవేశించిన వారి జాతీయతను త్రువీకరించిన తర్వాతే తిరిగి రఘ్వించడం జరుగుతుందని ప్రతినిధి రణధీర్ జైశ్వాల్ తెలిపారు. అమెరికాలో అక్రమంగా నివసిస్తున్న భారతీయులు బహిపురుణ ప్రక్రియ క్రమబద్ధంగా, చట్టపరిధిలో జరుగుతోంది. జైశ్వాల్ విపరించిన విధంగా, బహిపురుణక గురైన వ్యక్తుల గుర్తింపు, జాతీయతను త్రువీకరణ, స్వదేశానికి తిరిగి రావడానికి అవసరమైన ఏర్పాటులు భారత ప్రభుత్వం సమర్పించడంగా నిర్వహిస్తోంది. ఈ ప్రక్రియలో అమెరికా అధికారులతో భారత రాయబార కార్యాలయాలు, కాన్సులేట్లు నిరంతర సంప్రదింపులు జరుపుతున్నాయి. ఈ సహకారం ద్వైప్పాక్షిక సంబంధాలలో ఒక ముఖ్యమైన అంశంగా ఉంది, ఇది అక్రమ వలనలను నిరోధించడంలో రెండు దేశాల ముంది నిబధ్యతను సూచిస్తుంది. అమెరికాలో భారతీయ విద్యార్థులు, ఎక్స్చేంజ్ విజిటర్ వీసా దరఖాస్తుదారులపై ఇతీవలవచ్చిన మార్గదర్శకాలను కూడా భారత ప్రభుత్వం నిశితంగా పరిశీలిస్తోంది. ట్రంప్ వరిపాలనలో వీసా నిబంధనలు కలినతరం కావడంతో, విద్యార్థులు, ఇతర చట్టబద్ధ వీసా హోల్డర్లు అనేక సవాళ్లను ఎదుర్కొంటున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో, విదేశాలలో ఉన్న భారతీయ విద్యార్థుల సంక్లేషం కోసం భారత ప్రభుత్వం ప్రత్యేక చర్యలు చేపడుతోంది. రాయబార కార్యాలయాల ద్వారా విద్యార్థులకు సలహోలు, సమాచారం, మరియు అవసరమైన

# పని చేస్తున్నప్రదేశాల్లో మహిళలడ్డు లైంగిక

# వేదంపులు చేస్తే పోవి ఉట్టం ప్రకారం శిక్షార్థులు



జీవితాన్ని కుటుంబంతో ప్రశాంతంగా గడపాలని, ఆరోగ్యంతో దృష్టి సారించాలని సూచించారు. పదవీ విరమణ పొందిన వారి రావాల్నిన అన్ని రకాల ప్రయోజనాలు త్వరగా వచ్చే విధంగా చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు. పదవీ విరమణ పొందినపుట్టి మిారు పోలీస్ కుటుంబ సభ్యులేనని, ఎలాంటి సమస్య ఉన్నా ఎప్పుడైనా తమ దృష్టికి తెస్తే పరిశీలించి, పరిష్కరిస్తామని భార్యనే ఇచ్చారు. ఈ కార్బూకమంలో ఆర్ట్ రిజర్స్ ఇన్సెక్షర్ (అడ్మినిస్ట్రిక్షన్ డి.సురేష్, ఆర్ట్రెషన్ గోపి పోలిసు అసోసియేషన్ ప్రెసిడెంట్ సి.పెట్ట.మోజెష్, పదవీ విరమణ పొందిన ఉద్యోగులు వాకుటుంబ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

జిల్లాలోని 2,37,200 ముండుకి రూ.103.35

## ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಪೆನ್ನೇನ್ನು ವಿಧಿಗೊಳಿಸುತ್ತಿರುವುದು

లభ్యదారుల ఇంటి ఏడకై తెల్పి పెన్ఫ్ల్స్‌ను  
అందజేస్తేన జిల్లా కలెక్టర్ పి.రంజిత్ బాప్తి  
1.12.2023 నుండి 31.11.2024 వరకు భద్ర  
మరణించిన 2319 మంచి మహాతలకు  
శిక్షకులు ప్రీవ్ ర్స్ వ్యవస్థాగు



కర్కాలు, మే 31 (తీవ్రక): ఎస్తీఆర్ భరోసా పెన్సన్ పథకం కింద జూన్ మాసంలో జిల్లాలో అర్చులైన 2 లక్షల 37 వేల 200 మంది పెన్సన్ లభ్యిదారులకు రూ.103.35 టోట్లు పంపిణీ చేయడం జరుగుతోందని జిల్లా కలెక్టర్ వి.రంజిత్ బాషా పేర్కొన్నారు. శనివారం ఉదయం ఎస్తీఆర్ భరోసా పెన్సన్ పంపిణీలో భాగంగా కర్కాలు నగరంలోని దేవసగర్ లో జూన్ రాత్రి, సల్హాబీ లక్ష వృద్ధావ్య పెన్సన్, తోట మిానాక్సి, అది లక్షీ లకు వితంతువు పెన్సన్, నిర్మల, శివ శంకర్ లకు వైకల్య పెన్సన్, షేక్కావలి కి బోదకాలు ట్రీప్పుంట్ కి సంబంధించిన పెన్సన్ లను వారి ఇంటికి వద్దకే వెళ్లి కలెక్టర్ అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాటల్లాడుతూ రాత్రంలోనే ఎక్కువ సంఖ్యలో పెన్సన్ లు పంపిణీ చేస్తున్న జిల్లా కర్కాలు జిల్లా అని తెలిపారు. జూన్ 1 వ తేది ఆదివారం కావడంతో ఒక రోజు ముందుగానే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పెన్సన్ లను పంపిణీ చేస్తోందని కలెక్టర్ తెలిపారు. భర్త లేదా భార్య పెన్సన్ తీసుకుంటూ అకస్మాత్తుగా మరణించినట్లయితే వెంటనే వితంతువు పెన్సన్ ఇచ్చే విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలని తాను రాత్ర ప్రభుత్వం దృష్టికి తీసుకెళ్లానని, ఈ అంశాన్ని ముఖ్యమంత్రి పరిగణన లోనికి తీసుకుని అలాంటి వారికి వెంటనే పెన్సన్ ఇచ్చే విధంగా ఆదేశాలు జారీ చేశారన్నారు. 1.12.2023 నుండి 31.11.2024 వరకు భర్త మరణించిన మహిళలకు వితంతు పెన్సన్ను మంజూరు చేయడం జరిగిందని, అందులో భాగంగా జిల్లాలో 2319 మందికి జూన్ 12 వ తేదిన వితంతు పెన్సన్ ను పంపిణీ చేయస్తామని కలెక్టర్ తెలిపారు. పెన్సన్ లను లభ్యిదారులకు పంపిణీ చేస్తూ కలెక్టర్ వారి యోగ క్లేమాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. అదే విధంగా వారు నివాసం ఉంటున్న ఇశ్శు సాంతమా లేదా అద్దెకు ఉంటున్నారా అని అడిగి తెలుసుకొని అద్దె ఇశ్శు అయినట్లయితే ఇంటి పట్టా కోసం వెంటనే దరఖాస్తు చేసుకోవాలని కలెక్టర్ తెలిపారు.. నచివాలయ సిబ్బంది ఒక డ్రైవ్ మోడ్ లో వారి నుండి దరఖాస్తులను తీసుకునే విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ మునిపల్ కమిషనర్ ను ఆదేశించారు. కార్బ్రూక్రమంలో కర్కాలు ఆర్టీవో సందీవ్ కుమార్, కర్కాలు మునిపల్ కమిషనర్ రఫీంద్ర బాబు, డిఅర్డివి పిడి రమణారెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

A photograph showing a banner with the text "Sensitization Programme On POSH Act". The banner features the Indian national emblem and the text "Sensitization Programme On POSH Act".

A photograph showing a group of people seated around a long red table in what appears to be a formal meeting or training session. In the background, a large white banner hangs across the room, featuring text related to the POSH Act and the Prevention of Sexual Harassment at Workplaces (Establishments). The banner also mentions the Mandal Legal Services Committee and Bhimavaram.



భీమవరం మే 31(శ్రీ వత్క) ”పని చేస్తున్న ప్రదేశాల్లో మహిళలై లైంగిక వేధింపులు చేస్తే పోవ్ చట్టం ప్రకారం శిక్షార్థులు అవుతారని, 2013 సంవత్సరం నుండి ఈ చట్టం అమలులోకి వచ్చిందని, మహిళల వరిరక్షణకు ఎన్నో చట్టాలు రూపొందించినపుటీకి అనునియ్యం ఎక్కడో ఒకచోట మహిళలు, చిన్నారులమై లైంగిక వేధింపులు జరుగుతూనే ఉన్నాయని, మహిళల పట్ల గౌరవం చూపని వ్యక్తులు గానీ, సంస్థలు గానీ అభివృద్ధి చెందవనీ, ఈ పోవ్ చట్టం గురించి ప్రాణల్ న్యాయవాదులు, పారా లీగల్ వాలంబీర్లు ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలని” భీమవరం 3వ అదనపు జిల్లా జిడ్డి మండల న్యాయ సేవా సంస్థ చైర్మన్ గా పూర్తి అదనపు బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్న ఫోకస్ కోర్పు ప్రత్యేక న్యాయమూర్తి డాక్టర్ బి.లక్ష్మి సారాయణ అన్నారు. శనివారంనుట్టిం కోర్పు ఆదేశాల ప్రకారం సంస్థ ఆధ్వర్యం

లో ప్యాసర్ న్యాయవాదులకు, పారా లీగ్ వాలంటీర్లకు పో చట్టం పై అవగాహన కల్పించుటకు న్యాయమూర్తి లష్టై నారాయణ పి ధ్వన్కతన శనివారం 3వ అదనపు జిల్లా కోర్టు లో అవగాహన కార్యక్రమం ఏర్పాటు చేసారు. ఈ కార్యక్రమం లో సివిల్ జ (సీనియర్ డివిజన్) ఎం.సుధారాణి, ప్రిన్సిపల్ సివిల్ జ (జూనియర్ డివిజన్) జి.సురేష్ బాబు, 1వ అదనపు సివిల్ జ (జూనియర్ డివిజన్) పి.హనీషా, 2వ అదనపు జూడీషియల్ మొదట తరగతి మేజిస్ట్రేట్ ఎన్.జ్యోతి కోర్టు తీర్పులను ఉదహరిస్తూ చట్టం పై అవగాహన కల్పించారు. ప్యాసర్ న్యాయవాదులు పి.అంబోద్దు ఎన్.సుధిర్, కె.జ్యోతి, డి.రవికిరణ్, పారా లీగ్ వాలంటీర్ వి.తీలక్ష్మి, పి.సూర్యనారాయణ, కె.చంద్రరావు తదితరుల పొల్చొన్నారు.

## పోస్ట్ బాధ లో మనంగా అపోలోఘాయ ఛల్కెర్ జయిత



రామచంద్రపురం, మే 31( శ్రీచక్ర)రామచంద్రపురం మండలం హన్స బాద గ్రామంలో సర్పంచ్ నాగిరెడ్డి సతీష్ రావు ఆధ్వర్యంలో అహల్యాభాయి ఓల్డర్ 300 జ్యోతిని ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ మేరకు శనివారం కేంద్ర -రాష్ట్రాల భారతీయ జనతా పార్టీ నాయకులు, ప్రథాని వోటీ పిలువు మేరకు రామచంద్రపురం మండలం హన్స బాద గ్రామంలో గ్రామ సర్పంచ్ నాగిరెడ్డి సతీష్

## ଦେଶପାତ୍ରକଲ୍ପ ପିଂଚୁନ୍ଦ୍ର ରାଷ୍ଟ୍ରପତିଙ୍କର ଅଭ୍ୟକଂ

కర్తవ్యాలు, మే 31 (తీవ్రం): దేశంలోకెల్లా అధిక మొత్తంలో సామాజిక భద్రత పించన్న పంపిణీ చేస్తున్న రాష్ట్రం ఏపీ ఒక్కటేని రాపరిశ్రమలు, వాటిజ్యం, ఘ్రం ప్రాసెనింగ్ శాఖ మంత్రి టీజీ భరత్ అన్నారు. శనివారం 48వ వార్డు అమియర్ పైదర్ నగర్లో మంత్రి నగరపాలక కమిషనర్ యస్. రవీంద్ర బాబుతో కలిసి పలువురు లబ్దిధారులకు పించన్న పంపిణీ చేశారు. పించన్న నగదు సక్రమంగ జరుగుతుందా? లేదా? అని లబ్దిధారులను ఆరా తీశారు. స్థానిక సమస్యలను అడిగి తెలుసుకుని, వాటి పరిపూర్వానికి చర్యల తీసుకుంటామని మంత్రి హామిసిచ్చారు. బి.ఎగమ్ముక, సందేశోగు సుకుమార్, వడ్డె లక్ష్మీదేవి, యూ.లక్ష్మున్లకు వృద్ధార్థు, కే.డ్యూసీ. వి.రామకృష్ణలకు దివ్యాంగుల పించన్న అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ.. ఆదాయం సమకూర్చుకోలేని వివిధాల ప్రజలను దృష్టిలో ఉంచుకుని, ఎన్ని ఆర్థిక ఇఖ్యాందులు ఉన్నా, వారికి క్రమం తప్పకుండా ప్రతి నెలా 1వ తేదీ, ఆరోజు నెలల రోజు ఉంటే ఒకరోజు ముందే పించన్న నగదు ఇచ్చేశా ప్రభుత్వం ప్రేక్షక శ్రద్ధ చూపుతుందని పేరొన్నారు. ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన హామి మేరకు గడిచిన 11 నెలలుగా ఎలాంటి ఆటంకం లేకుండా పక్కా ప్రణాళిక పించన్న పంపిణీ కార్బోక్రమం జరుగుతుందని తెలిపారు దేశంలో పించన్న కోసం వేల కోట్లు కేటాయిస్తున్నది ఒక్క అంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వమేనని, పేదల కోసం ప్రభుత్వం చిత్తశుద్ధితో పచ్చుందని చెప్పేరు. పేదలకు రోజువారీ ఖర్చులకు పించన్న నగదు ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుందని, అర్థాల్ని ప్రతి ఒక్కరి పించన్న అందిస్తున్నామని పేరొన్నారు. అమియర్ పైదర్ నగర్ నందు హౌలిక వసతుల కల్పనకు చర్యలు తీసుకుంటున్నామని, తొదశలో రూ. 1.54 కోట్లు కేటాయించి పనులు చేపడుతున్నామని పేరొన్నారు. ఈ కాలనీలో హౌలిక సదుపాయాల కల్పిస్తామని ఎన్నికల ప్రచారంలో హామి ఇప్పడం జరిగిందని, ఒక్కాక్కటిగా తాము ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన హామిలను నెరవేర్చుస్తున్నామని తెలిపారు ప్రభుత్వానికి ఆదాయం పెంచి ఎస్తేయే ప్రభుత్వం ఇచ్చిన హామిలన్నీ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నెరవేర్చుస్తారని పేరొన్నారు. కమిషనర్ మాట్లాడుతూ.. దేశంలో ఎక్కడా లేని విధంగా సామాజిక పించన్న పంపిణీ ఒక్క రాష్ట్రంలోనే పక్కడుండిగా జరుగుతుందని, పుదులు

**పద్మ శీరమణ వాంచన**  
డిలిచ్ ఎస్, సిబి, ఎట్లులు, ఎట్లులను పూర్వాంచిన  
..... కర్మాలు జిల్లా ఎస్టేబ్లిక్యూంతీ హాస్పిట్  
రథాలూ, నే. 21(టీ. కుమార్), రాజీవ్ గాంధీ నగరాల్లో గు. నే.

కర్నాలు, మ 31(త్రచ్క): సుధార్కాలం పొనుశాఖలు వన చన పోలీసు సిబ్బంది పదవి వీరమణ పొండడం అభినందనియమని కర్నాలు జిల్లా ఎస్ట్ వికాంత్ పాటిల్ తెలిపారు.ఈ సంఘర్షంగా శనివారం పదవి వీరమణ పొందిన కర్నాలు డిపిటీ ఎట్ - ఎ. విజయ్ కుమార్ సాయుదు , సిఱ ? జి. సుగుణ కుమారి , కర్నాలు సిసియస్ ఎస్ట్ ? రావుథ్, కర్నాలు సైపాల్ బ్రాంచ్ ఎస్ట్

- ఎ. కొడయకరూ  
ల్చులు పిసిత్తీర్ ఎష్టై ? 

బి. ఉమాపత్ని, ఐఎం కర్తృవ్యాపకాలు పిసిత్తీర్ ఎష్టై ? ఎన్ పి మహాబూబ్ భావు, ఆదోని తాలుకా ఎ ఎష్టై - కె.జి. ఎల్. నారాయణ లను  
జిల్లా పోలీసు కార్యాలయంలో జిల్లా ఎస్టీ శాలవ, పూలమాలతో  
సత్కరించి, జ్ఞాపికను అందజేశారు. కుటుంబాలతో సంతోషంగా  
గడపాలని, పదిపీఠిరమణ పొందిన తర్వాత వమైనా సమస్యలుంటే  
నేరుగా జిల్లా ఎస్టీని సంప్రదించవచ్చని తెలిపారు. ఈ  
కార్యక్రమంలో అడిషనల్ ఎస్టీ అడ్మిన్ హుస్టేన్ పీరా, స్పెషల్ టీ  
బ్రాంచ్ సిబ్ తేజి మూర్తి, డిసిత్రీ బి సిబ్ గుణశేఖర్ బాబు, ఆర్ట్  
ఐ నారాయణ, స్పెషల్ ట్రాంచ్ ఎష్టై వేంగోపాల్ రాజు, జిల్లా  
పోలీసు అధికారుల సంఘం అధ్యక్షులు నాగరాజు పాల్గొన్నారు.ఖ

# పీంచ్చన్న తంతిణీలో మంత్రి టెస్టి భరతీ ఆఖ్యాయిలు అధిగమించి వ్యాప ప్రతారం పీంచ్చన్న



వికలాంగులు, వితంతువులు, దీర్ఘకాలిక వ్యాధులతో బాధపడుతున్న వారికి ప్రభుత్వం ప్రతి నెలా పించన్న నగదు అందిస్తోందన్నారు. నగరంలో ప్రతి నెలా సుమారు 36 వేల మండికి రూ. 16 కోట్ల రూపాయలు పించన్న పంపిణీకి ప్రభుత్వం ఖర్చు చేస్తోందన్నారు. ఆమిార్ హైదర్ కాలనీ రహదారులు, డ్రైవ్ కాలువల నిర్మాణానికి చర్యలు చేపట్టామని, రూ. 40 లక్షలతో డబ్బుబీయం రహదారి నిర్మాణానికి సంబంధించిన ప్రక్రియ పెండర్ దశలో ఉండని, రూ. 1.16 కోట్ల సిసి రహదారి నిర్మాణానికి సైతం చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు కమిషనర్ వెలడించారు.



# ఆపురోవు క్లీన్ మొలిటిక్..

కడవ, మే 31, కడవలో నిర్వహించిన మహానాడు చివరి రోజు సీదీపీ జాతీయ అధ్యక్షుడి హోదాలో వంద్రబాబు సుదీర్ఘ ప్రసంగం చేశారు. సాధారణంగా చంద్రబాబు మైక్ పట్టుకుంటే పదిలే రకం కాదన్న భావన ఉంది. ఈ దధా కూడా అదే జిగింది. అయితే.. ఈ సారి మైక్ పట్టుకుని గంటల తరబడి ఆయన ప్రసంగించించా.. మెరువులు కురిపించారు. ప్రజల్లో ఆభివృద్ధి బీజాలు వేశారు. దీంతో కృతకంగా సాగుతుందని ముందు అనుకున్నా.. చంద్రబాబు ప్రసంగం అద్భుతం అక్కలునేలా సాగింది. మరీ ముఖ్యంగా అపేరేషన్ స్క్రీన్ పాలిటిక్స్ అనే నిసాదాన్న అందుకుని చంద్రబాబు కొత్త బరవడికి కీకారం చుట్టరు. తద్వా ఆయన ఎవరిని పోస్టురించారే.. ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్చిన అవసరం లేదు. ఆపేరేషన్ సిందూర్ ద్వారా ఉ గ్రిపాచులకు మాసీ చెక్ పెట్రాని.. ఆపేరేషన్ స్క్రీన్ పాలిటిక్స్ ద్వారా ఆర్థిక సేరస్తులను ఏర్పాటుని ఆయన పశథం చేశారు. ఇది మంచి పరిషామమే. అయితే.. ప్రస్తుతం ఒన్న రాజకీయాల్లో ఇది సొధుమేమా? అనేది ప్రత్యుత్తు క్లీపి ఎస్టుయినా చెప్పుకోవచ్చు. కానీ, ఎస్టుకల విషయానికి పన్నె.. ప్రతి వెడ్జెక్చు ఎస్టుకల భర్తా ఎప్పగు తూనే ఉంది. ఎక్కడా ఎవరా తక్కువగా భర్తా చేస్తున్న రాఖాలు కనిపించడం లేదు. ఆసంట్లో నియోజక వర్గంలో 30 కోట్లు భర్తా పెట్టడం మంచి నీళ ప్రాయంగా మారిన నేటి ఎన్నికల రాజకీయాల్లో స్క్రీన్ పాలిటిక్స్ అనే మాట.. వినెండుకు బాగానే ఉన్నా.. చేసేందుకు మాత్రం అడ్డంకులు సొంత పార్టీలోనే వినిపిస్తాయి. తమకు దబ్బులు ముట్టలేదని.. తూర్పుగోదావరి జిల్లాలో ఎన్నికల వేకే.. దాడులు చేసిన ఓట్లు దీనికి ఉపాపాఠం. ఒకసు చెబుతున్న ఆపేరేషన్ స్క్రీన్ పాలిటిక్స్ ప్రత్యుత్తుల వరకే పరిమితం చేయాలని అనుకుంటే.. అది సాధ్యం కావోచ్చు. కానీ.. సాంతప్పార్టీ పరిస్థితిని అంచనా వేసుకుంటే.. మాత్రం ఇది చేయలేక పోవచ్చు. అప్పుడు మళ్లీ చంద్రబాబుకు ఎదురు ప్రశ్నలు.. సూట్లు కూడా ఎమరుతాయి. కాబ్లీ.. ఆపేరేషన్ స్క్రీన్ పాలిటిక్స్ అనేది చైట్ చెబుతుస్తుంట కాజే కాడ. రాజకీయాల్లో నాయకులు ఉంటారు. వారికి ప్రత్యుత్తులు కూడా ఉంటారు. అయితే.. ఎవరు ఎలాంటి వారు? అనేది తెలుసుకోవడం నాయకులు.. పార్టీలకు కూడా ఉంటారు. ఈ విషయంలో చాలా మంది నాయకులు తప్పులు చేస్తుంటారు. అందుకే.. వెనుకలది పోతుంటారు. కానీ.. ఈ వ్యవహారంలో రాజకీయాలను తనకు అనుకూలంగా మార్కోపోవడంలో చంద్రబాబు స్టుట్టులు వేరు. అయన దూకుడు వేరు. ఒకరకంగా వెప్పులంటే.. చంద్రబాబు విశ్వాసాపమే వేరు. ఈ విషయాన్ని జగన్ అంచనా వేయలేకపోతే.. పార్టీ పరిస్థితి మరింత దిగ్జారిపోతుందని పరిశీలకులు చెబుతుస్తారు. చంద్రబాబు అంటే.. కేవలం నాయకుడు.. ఒక పార్టీ అధికేతగానే కాదు.. ఆయన ప్రజలను తప్పేవు తప్పుకోవడంలో దిట్ట. ప్రారం చేయడంలో స్టూల్. ప్రజలను మలుపుటిప్పుకోని ప్ర్యూటులు వేయడంలోనూ.. ఆయన నెంబర్ 1. ఇది 2014, 2024 ఎన్నికల్లోనూ.. చంద్రబాబుకు కలిసి వచ్చింది. ఆయన దూకుడు, ప్రారం వంటి కిల్చి అంశం? పదిమంది పోగు చేయడం. ఈ విషయంలోనూ చంద్రబాబు స్క్రీన్ అయ్యారు. గత తన పోలనోలో మేలు జిగిన వారిని ముందంి నిసించారు. వారందచి వికమయ్యో చేశారు. సాత భర్తులు పెట్టుకుని ముందుకు ఉండికిలో చేయడాలు. వారందచి భర్తులు పెట్టుకుని అయ్యారు. గత భర్తుల భర్తులు పెట్టుకుని ముందుకు ఉండికిలో చేయడాలు. వారందచి భర్తులు పెట్టుకుని అయ్యారు. ఇది విషయాన్ని జగన్ అంచనా వేయడంలోనూ.. వైసీ అధికేతగానే కాదు.. ఆయన ప్రజలను తప్పేవు తప్పుకోవడంలో దిట్ట. ప్రారం చేయడంలో స్టూల్. ప్రజలను మలుపుటిప్పుకోని ప్ర్యూటులు వేయడంలోనూ.. ఆయన నెంబర్ 1. ఇది 2014, 2024 ఎన్నికల్లోనూ.. విషయాన్ని వేయలేకపోతే.. పార్టీ పరిస్థితి మరింత దిగ్జారిపోతుందని పరిశీలకులు చెబుతుస్తారు. చంద్రబాబు అంటే.. కేవలం నాయకుడు.. ఒక పార్టీ అధికేతగానే కాదు.. ఆయన ప్రజలను తప్పేవు తప్పుకోవడంలో దిట్ట. ప్రారం చేయడంలో స్టూల్. ప్రజలను మలుపుటిప్పుకోని ప్ర్యూటులు వేయడంలోనూ.. ఆయన నెంబర్ 1. ఇది 2014, 2024 ఎన్నికల్లోనూ.. విషయాన్ని వేయలేకపోతే.. పార్టీ పరిస్థితి మరింత దిగ్జారిపోతుందని పరిశీలకులు చెబుతుస్తారు. చంద్రబాబు అంటే.. కేవలం నాయకుడు.. ఒక పార్టీ అధికేతగానే కాదు.. ఆయన ప్రజలను తప్పేవు తప్పుకోవడంలో దిట్ట. ప్రారం చేయడంలో స్టూల్. ప్రజలను మలుపుటిప్పుకోని ప్ర్యూటులు వేయడంలోనూ.. ఆయన నెంబర్ 1. ఇది 2014, 2024 ఎన్నికల్లోనూ.. విషయాన్ని వేయలేకపోతే.. పార్టీ పరిస్థితి మరింత దిగ్జారిపోతుందని పరిశీలకులు చెబుతుస్తారు. చంద్రబాబు అంటే.. కేవలం నాయకుడు.. ఒక పార్టీ అధికేతగానే కాదు.. ఆయన ప్రజలను తప్పేవు తప్పుకోవడంలో దిట్ట. ప్రారం చేయడంలో స్టూల్. ప్రజలను మలుపుటిప్పుకోని ప్ర్యూటులు వేయడంలోనూ.. ఆయన నెంబర్ 1. ఇది 2014, 2024 ఎన్నికల్లోనూ.. విషయాన్ని వేయలేకపోతే.. పార్టీ పరిస్థితి మరింత దిగ్జారిపోతుందని పరిశీలకులు చెబుతుస్తారు. చంద్రబాబు అంటే.. కేవలం నాయకుడు.. ఒక పార్టీ అధికేతగానే కాదు.. ఆయన ప్రజలను తప్పేవు తప్పుకోవడంలో దిట్ట. ప్రారం చేయడంలో స్టూల్. ప్రజలను మలుపుటిప్పుకోని ప్ర్యూటులు వేయడంలోనూ.. ఆయన నెంబర్ 1. ఇది 2014, 2024 ఎన్నికల్లోనూ.. విషయాన్ని వేయలేకపోతే.. పార్టీ పరిస్థితి మరింత దిగ్జారిపోతుందని పరిశీలకులు చెబుతుస్తారు. చంద్రబాబు అంటే.. కేవలం నాయకుడు.. ఒక పార్టీ అధికేతగానే కాదు.. ఆయన ప్రజలను తప్పేవు తప్పుకోవడంలో దిట్ట. ప్రారం చేయడంలో స్టూల్. ప్రజలను మలుపుటిప్పుకోని ప్ర్యూటులు వేయడంలోనూ.. ఆయన నెంబర్ 1. ఇది 2014, 2024 ఎన్నికల్లోనూ.. విషయాన్ని వేయలేకపోతే.. పార్టీ పరిస్థితి మరింత దిగ్జారిపోతుందని పరిశీలకులు చెబుతుస్తారు. చంద్రబాబు అంటే.. కేవలం నాయకుడు.. ఒక పార్టీ అధికేతగానే కాదు.. ఆయన ప్రజలను తప్పేవు తప్పుకోవడంలో దిట్ట. ప్రారం చేయడంలో స్టూల్. ప్రజలను మలుపుటిప్పుకోని ప్ర్యూటులు వేయడంలోనూ.. ఆయన నెంబర్ 1. ఇది 2014, 2024 ఎన్నికల్లోనూ.. విషయాన్ని వేయలేకపోతే.. పార్టీ పరిస్థితి మరింత దిగ్జారిపోతుందని పరిశీలకులు చెబుతుస్తారు. చంద్రబాబు అంటే.. కేవలం నాయకుడు.. ఒక పార్టీ అధికేతగానే కాదు.. ఆయన ప్రజలను తప్పేవు తప్పుకోవడంలో దిట్ట. ప్రారం చేయడంలో స్టూల్. ప్రజలను మలుపుటిప్పుకోని ప్ర్యూటులు వేయడంలోనూ.. ఆయన నెంబర్ 1. ఇది 2014, 2024 ఎన్నికల్లోనూ.. విషయాన్ని వేయలేకపోతే.. పార్టీ పరిస్థితి మరింత దిగ్జారిపోతుందని పరిశీలకులు చెబుతుస్తారు. చంద్రబాబు అంటే.. కేవలం నాయకుడు.. ఒక పార్టీ అధికేతగానే కాదు.. ఆయన ప్రజలను తప్పేవు తప్పుకోవడంలో దిట్ట. ప్రారం చేయడంలో స్టూల్. ప్రజలను మలు

# ట్రావెల్ జీఎస్, బయ్యాకు సంబంధాలు..

పైదరాబాద్, మే 31, ప్రముఖ తెలుగు వ్హాగర్, బైక్ రైడర్, యూట్యూబర్లు భయ్యా సన్ని యాదవ్ ను జాతీయ దర్శావు సంస్థ(ఎన్సిఎఫ్) అధికారులు చెప్పేలో అరెస్టు చేశారు. సన్ని యాదవ్ అరెస్టు.. ఒకషాపారిగా అతని స్వామం నూతనకల్లో కలకలం రేపింది. సన్ని యాదవ్ అరెస్టుపై ఎన్సిఎఫ్ ఎలాంటి అధికారిక ప్రకటన చేయలేదు. దీంతో బైక్ రైడర్ సన్ని యాదవ్ ఆచాకీ పై తల్లిదండ్రుల ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. సూర్యాపేట జిల్లా నూతనకల్లో మండల కేంద్రానికి చెందిన భయ్యా రవీందర్, అనూప దంపతుల కుమారుడు సన్ని యాదవ్. చిన్నతనం నుంచే బైక్ లను నడవడం సరదా. ఈ సరదాతోనే వ్హాగింగ్ మిాద ఆసక్తి పెంచుకున్నాడు. 2016 నుండి దేశంలోని విధి ప్రాంతాలకు బైక్ పై రైడింగ్ చేసి వీడియోలను పోస్ట్ చేసివాడు. 2019లో 21 రోజుల్లోనే బైక్ పై లద్దాభీకు యాత్ర చేశాడు. ఆ యాత్రతో సబ్సైబర్లు నంబ్యు ఒక్క సారిగా మూడు లక్షలకు చేరుకుంది. దాంతో.. పూర్తిస్థాయి వ్హాగర్గా మారిపోయి 2019లో నేపాల్కు వెళ్లి.. తొలి విదేశీ యాత్రను పూర్తి చేశారు. ఇలా అనతికాలంలోనే బాగా ఫేమస్ అయ్యాడు.. అయితే.. ఈ ఏడాది మార్చిలో రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా యూట్యూబర్లు బెట్టింగ్ యాప్స్ ప్రమాణం చేస్తున్నారని కొందరు పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశారు. దీంతో బెట్టింగ్ యాప్స్ ను ప్రమాణం చేసిన కారణంగా బయ్యా సన్ని యాదవ్ పై మార్పి కవ నూతనకల్లో పోలీస్ స్టేషన్లో కేను నమోదు అయింది. అదే సమయంలో కొందరు యూట్యూబర్లను పోలీసులు ఆదుపులోకి తీసుకొని విచారించారు. అయితే సన్ని యాదవ్ విదేశాల్లో ఉండడంతో పోలీసులు పోలీసులు లుకోట్ నర్ములర్ కూడా జారీ చేశారు. దీంతో సన్ని యాదవ్ దుబాయ్ నుంచి పాకిస్తాన్ కు వెళ్లాడు. ఆ తర్వాత బెట్టింగ్ యాప్స్ ప్రమాణం కేనులో సన్ని యాదవ్ తల్లిదండ్రులు ట్రైక్స్ రైడర్లో ముందస్తు బెయిల్ తీసుకున్నారు. పహల్సామ్ ఉగ్రదాడి జరిగిన సమయంలో బైక్ రైడర్, యూట్యూబర్ సన్ని యాదవ్ పాకిస్తాన్ లోనే ఉన్నాడు. పహల్సామ్ ఉగ్రదాడి తర్వాత భారత్ ‘ఆపరేషన్ సింధూర్’ను చేపట్టిన నేపథ్యంలో భారత్ పాక్ ల మధ్య ఉద్దిక్తతలు నెలకున్నాయి. దేశంలోని కొందరు యూట్యూబర్లు పై గా పనిచేస్తా భారత రహస్యాలన్నింటినీ పాక్

## ఆరా తీస్తున్న అధికారులు

తల్లిదండ్రులు, స్నేహితులు ఆందోళన

ఉపయోగించాలి..

## కాళేష్వరం వ్యవహారమేనా



# గులాబీస దూరం పెట్టేసిన కవిత

అదిలాబాద్, మే 31, బీఆర్ఎవ్స్ నాయకులు మిాడియాతో మాట్లాడినా, బీఆర్ఎవ్స్ కండువాపై కేసీఆర్, కారు గుర్తులు ముద్దించి ఉంటాయి. వీటిని ధరించడం నాయకులు గౌరవంగా ప్రజల్లోకి వెళ్లి ఏదైనా కార్యక్రమాలు చేసినా, లేక పార్టీ కార్యక్రమాలు చేపట్టినా తప్పనిసరిగా ధరించేది బీఆర్ఎవ్స్ కండువానే! ఈ విషయంలో సందేహం లేదు. ఏదైనా మర్చిపోతే తప్ప, లేకపోతే నాయకులు ఎంతటి వారైనా, ఎంత ఉన్నత పదవిలో ఉన్నా ఖచ్చితంగా కండువా వేసుకోవాలనీ గతంలో కేసీఆర్ కూడా ఆధిశించారు. అలా చేయకపోతే వారిని పార్టీ నాయకులుగా ఎలా గుర్తించాలని ఆయన కలిసంగానే పొచ్చరించారుదీనికి కారణం ఉంది. తొలి లేఖ రాసినట్లు స్పష్టం చేశారు. కేసీఆర్ తనకు అధినేత, గురువు అని.. పార్టీ అధినేతకు తాను గతంలో పలు లేఖల విడత ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేసిన తర్వాత కొందరు ధిక్కార స్వారం వినిపించారు. అయినా పార్టీలోనే ఉన్నారు. కానీ వారు కండువాను విస్తరించారు. తద్వారా తమ నిరసనను పార్టీ నాయకుడికి చెప్పాలన్నదే వారి వ్యుతం అయి ఉండోచ్చు. కానీ కేసీఆర్ ఈ విషయంలో స్పష్టమైన సంకేతాలు ఇచ్చారు. “మిారు ఏం చేసినా కండువా వేసుకోండి. అదే మనకు గుర్తింపు. మిారు మర్చిపోయానని చెబితే కేసీఆర్ క్షమిస్తాడు, కానీ తెలంగాణ సమాజం క్షమించదు,” అని అన్నారు. కట్ చేసే? తాజాగా కేసీఆర్ కుమార్త కవిత కండువాను పక్కన పెట్టారు. గురువారం ఆమె మిాడియాతో చిట్టచాట్ చేసినప్పుడు కానీ, అదే సమయంలో కొందరు యువకులు తెలంగాణ జాగ్రత్తిలో చేసినప్పుడు కానీ, అమె వారికి జాగ్రత్తి జెండాలనే కప్పారు తప్ప, బీఆర్ఎవ్స్ జెండాలను మెడలో వేయలేదు. తాను కూడా వేసుకోలేదు. వాపవాణికి గులాబీ వరంలో వేరిపిపోయే

ఓబులాపురం మైన్..విచారణకు  
మారంగా ముస్కురు న్యాయమూర్తులు

ప్రైదరాబాద్, మే 31, ఓబుళావురం మైనింగ్ కంపెనీ కేను అంధ్రప్రదేశ్‌లోని

దక్కించంటున్నారు. దిని ద్వారా మంత్రివర్గంలో కూడా అది శ్రీనివాస్కు హాస్తును పొర్చు వర్గాలు. క్యాబినెట్ కు పక్కా ఛాన్‌ ఉంటుందనే టాక్ నడుస్తేంది. ఇక మిగతా మంత్రులు తుమ్మల వేరు విషయంలో ఒకబీ, రెండు రో

శ్రీ విష్ణువు స్వామి రాజులు ప్రాణం కొనుతున్నారు.

# సాంకోచనాల్

# అంబుల్ రాయుడు ఎక్కడా?

టీమిండియా మాజీ క్రికటర్, తెలుగు తేజం అంబటి రాయుడు ఎక్కడా? అని అభిమానులు ప్రతిశ్నిస్నాను. ఐపీఎల్ 2025 సీజన్లో వివాదాస్వరూపంగా వ్యాఖ్యనంతో తరుచు వార్తల్లో నిలిచిన రాయుడు.. ఐపీఎల్ రీస్టార్ట తర్వాత కామంత్రీ ప్రొఫెల్ట్లో కనిపించడం లేదు. ఆపేర్షన్ సింధూర్ నేపథ్యంలో

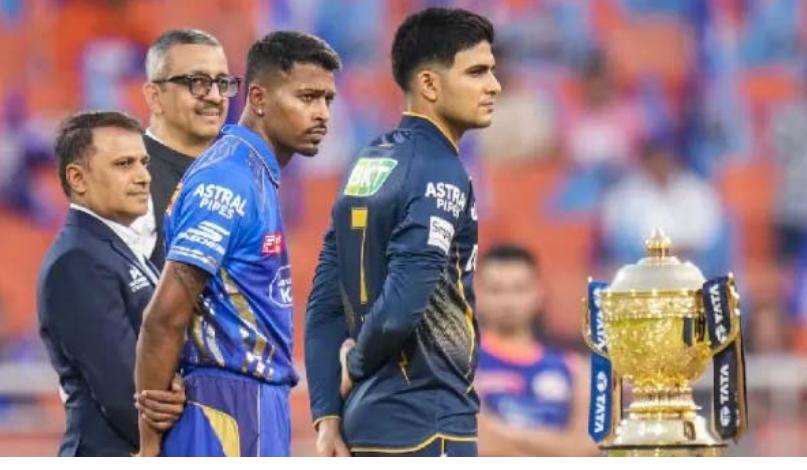


భారత్-పాకిస్థాన్ మధ్య ఉద్దిక్త పరిస్థితులు నెలకొనడంతో ఓపీవెల్ 2025 సీజన్సు బీసీసీఐ వారం పాటు వాయిదా వేసిన విషయం తెలిసిందే. అయితే ఆవరేషన్ సిందూర్.. ఆ తర్వాత భారత్-పాకిస్థాన్ మధ్య నెలకొన్న ఉద్దిక్త పరిస్థితులను ఉద్దేశించి రాయుడు చేసి టీఎస్‌పై తీవ్ర దుమారం రేపింది. 'కన్సుకు కన్సు అంటే ప్రపంచమే గుడ్డిదవుతుంది'గానే మహాత్మగాంధీ కొపీషన్సు రాయుడు టీఎస్ చేశాడు. అయితే ఈ టీఎస్ భారత నెటిజన్సు తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. భారత సాయుధ దళాలను తప్పుబట్టేలా ఈ టీఎస్ ఉండని రాయుడిని ఏకిపారేసారు. తన తప్పును తెలుసుకున్న రాయుడు వరున టీఎస్లో వివరణ ఇచ్చాడు. కానీ నెటిజన్సు మాత్రం శాంతించలేదు. అతనిపై బీసీసీఐ చర్యలు తీసుకోవాలని పూగిపోవారు. వ్యాఖ్యానా అపాపాశాప ఏర్పరు శాచిన్ జిహ్విస్

ఫ్యాన్.. జగుప్పుకరమైన రీతిలో ట్రోల్ చేశారు. ఇరు దేశాల మధ్య పరిస్థితులు చక్కబడటంతో ఐపీఎల్ 2025 సీజన్ రీస్టార్ట్ కాగా.. ఐపీఎల్ కామెంట్రీ ప్యానెల్లో అంబటి రాయుడు కనిపించలేదు. రాయుడిపై బీసీసీబి చర్యలు తీసుకున్నట్లు ఎలాంటి అధికారిక ప్రకటన కూడా రాలేదు. రాయుడు మాత్రం కామెంట్రీకి దూరంగా ఉన్నాడు. బీసీసీబి లేదా బ్రాడ్కాస్టర్ తీసుకున్న నిర్ణయమా? స్వయంగా రాయుడు తీసుకున్న నిర్ణయమా? అనేదానిపై స్వప్తత లేదు. రాయుడి తన కామెంట్రీలో చెప్పే సూపర్ కింగ్స్, ధోనీ పట్ల పక్షపాతం మాపించేవాడు. ఈ విషయాన్ని అతను బహిరంగంగానే అంగీకరించాడు. ముఖ్యంగా ఆర్సీబీ జట్టును తక్కువ చేసేలా మాట్లాడి ఆ ప్రాంచెటీ ఫ్యాన్స్‌ను రెచ్చగొట్టేవాడు. అతని వ్యాఖ్యానంపై సోఫ్ట్ మిాదియా వేదికగా పెద్ద ఎత్తున విమర్శలు వచ్చాయి. నిప్పక్షపాతంగా వ్యాఖ్యానం చేయాలనే నిబంధనల ఉన్నందున నేపథ్యంలో రాయుడిని నుంచి కామెంట్రీ ప్యానెల్ నుంచి తప్పించి ఉండవచ్చని, లేదా దూరంగా ఉండమని చెప్పవచ్చనే అభిప్రాయం వ్యక్తమవుతోంది. రాయుడు కూడా తన గైర్రాజుల్లో ఎలాంటి ప్రకటన చేయలేదు. ఎక్కు వేదికగా కోఫ్టీ రిటైర్మెంట్‌పై చివరి పోస్ట్ చేశాడు. ఆర్సీబీ పైనల్ చేరిన నేపథ్యంలో రాయుడు ఎక్కడా? అంటూ ఆ జట్టు ఫ్యాన్స్ కామెంట్ చేస్తున్నారు. ఈ సీజన్ ప్రారంభానికి ముందు ఆర్సీబీ టైటిల్ గెలవడని రాయుడు జోస్యం చెప్పాడు. ఆ తర్వాత తన అభిప్రాయాన్ని మార్చుకున్నా.. రాయుడిని ఆర్సీబీ ఫ్యాన్స్ ట్రోల్ చేస్తున్నారు.

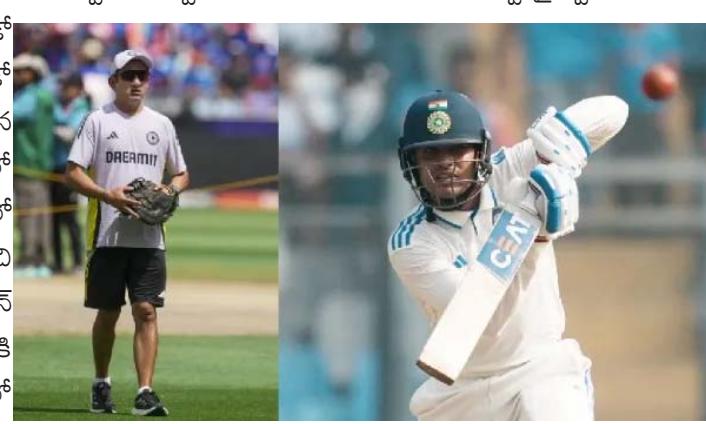
# గిల్ వర్నన పాండ్య.. టెస్ట్ కెప్పునగా మారిన వెంటనే ఇంత అహంకారమా?

ప్రింట్ 2025 ఎలిమినేటర్ మ్యాచ్లో గుజరాత్ టైటాన్స్ జట్టు పోరాటం చేసినపుట్టికి ముంబై ఇండియన్స్పై గెలవల్కపోయింది. శుక్రవారం ఎలిమినేటర్ మ్యాచ్లో ముంబై చేతిలో గుజరాత్ టైటాన్స్ 20 పరుగులు తేడాతో ఓడిపోయింది. 229 పరుగులు లక్ష్మాన్ని ఛేదించే క్రమంలో గుజరాత్ 6 వికట్కు 208 పరుగులు మాత్రమే చేయగలిగింది. ఇదిలా ఉండగా.. ఈ మ్యాచ్లో ఇరు జట్ల కెప్పెన్ల హార్డిక్ పాండ్య, శుభ్రమన్ గిల్ మధ్య చోటుచేసుకున్న సంఘటన ఇప్పుడు క్రీడా వర్గాల్లో హార్ట్ టూపిక్కగా మారింది. మ్యాచ్లో టాన్ సమయంలో వీరిద్దరి మధ్య జరిగిన సంఘటన అందరినీ అలోచించేలా చేసింది. టాన్ సమయంలో హార్డిక్ పాండ్యతో కరచాలనం చేయకుండా శుభ్రమన్ గిల్ ముందుకు కదిలాడు. ఈ క్రమంలో వీరిద్దరి మధ్య సేప్పాపూర్వక వాతావరణం కొరవడిందని సోఫ్ట్ మిసియాలో ఆభిమానులు చర్చిస్తున్నారు. ముల్లన్పూర్ వేదికగా జరిగిన ఎలిమినేటర్ మ్యాచ్లో టాన్ కు నీచే ఉన్న కొరకు కొరకు కొరకు కొరకు



# గిల్ నాలుగిస్ స్వాస్థ్య ఆడిటీ.. మూడిస్ స్వాస్థ్య ఎవరు వస్తారు?

భారత స్కోర్ క్రికెటర్లు విరాట్ కోహ్లీ, రోహిత్ శర్మ టెస్టుల మంచి రిటైర్ అయ్యారు. టెస్టుల్లో రోహిత్ శర్మ జట్టు తరఫున బ్యాటింగ్ ప్రారంభించేవాడు. విరాట్ కోహ్లీ నాలుగో స్థానంలో ఆడేవాడు. రోహిత్ శర్మ స్థానాన్ని ఇప్పటికే కేవల్ రాహుల్ తీసుకున్నాడు. అభిమన్య ఈశ్వరన్ కూడా ఒక ఎంపిక. కానీ టెస్టును అంతా నాలుగో స్థానంలో ఆడే ఆటగాడి గురించే. సచిన్ టెంపూల్ టెస్టుల్లో నాలుగో స్థానంలో దాదాపు 20 సంవత్సరాలు ఆడాడు. ఆ తర్వాత విరాట్ కోహ్లీ ఆ స్థానంలో దాదాపు 11 సంవత్సరాలు ఆడాడు. శుభ్మమన్ గిల్ భారత్ తరఫున టెస్టుల్లో 4వ స్థానంలో బ్యాటింగ్ చేయగలడు. శుభ్మమన్ గిల్ తన కెరీర్ను ఓపెనర్గా ప్రారంభించాడు. ఆ తర్వాత చత్తేశ్వర్ పుజారా.. అనంతరం యశస్వి జైస్పాల్ ఓపెనింగ్ బ్యాటర్లుగా రాణించారు. జైస్పాల్ వచ్చిన తర్వాత శుభ్మమన్ గిల్ మూడో నంబర్లో బ్యాటింగ్ చేయడం ప్రారంభించాడు. గిల్ ప్రధానం మూడో నంబర్ బ్యాటర్. శుభ్మమన్ గిల్ అండర్-19 ప్రపంచ కవలో ఆరత్ తరఫున ఇక్కడ ఆడేవాడు. కానీ ఇప్పుడు శుభ్మమన్ గిల్ను నాలుగో స్థానంలో పంపడానికి సిద్ధమవుతున్నట్లు తెలుస్తోంది. శుభ్మమన్ గిల్ నాలుగో స్థానంలో బ్యాటింగ్కు వస్తే మూడో స్థానంలో ఎవరు ఆడతారు. జూన్ 20 నుంచి భారత జట్టు ఇంగ్లాండ్తో టెస్ట్ సిరీస్ ఆదాల్చి ఉంది. ప్రధాన కోచ్, కెప్టన్ ఇంకా ఇంగ్లాండ్కు చేరుకోలేదు. అంతకు ముందే జట్టు యూజమాన్యానికి సమాధానం వచ్చింది. ఇంగ్లాండ్ లయన్ జట్టుతో జరిగిన మ్యాచలో



# గుండెపగిలన జీవే అబ్బిమానులు.. ఏద్దేసిన శుభమున్ గిల్ సారీదలి..



ముల్లాన్ పూర్: ఐఎల్ ఎలిమెన్టర్ మ్యాచ్‌లో.. గుజరాత్ టైటాన్స్ ఓడిన విషయం తెలిసిందే. 20 రన్స్ తేడాత్ ముంబై చేతిలో శుభమన్ గిల్ లీమ్ పరాజయాన్ని చవిచూసింది. 229 రన్స్ భారీ టార్టోట్స్ బిరిలోకి దిగిన గుజరాత్. తీప్రంగా పోరాడింది. ఆ జట్టు ఓపెనర్ సాయి సుదర్శన్ అధ్యక్ష ఇస్సింగ్స్ ఆడాడు. కానీ ఆ జట్టుకు విజయాన్ని అందించలేకపోయాడు. గుజరాత్ ఓటమిని తట్టుకోలేని అభిమానులు స్టేడియంలోనే ఏధ్యేశారు. ఆ లిస్టలో టైటాన్స్ జట్టు క్లేవ్ శుభమన్ గిల్ సోదరి కూడా ఉన్నారు. ప్రైక్సుకుల గ్యాలరీలో ఉన్న ఆమె .. తన సోదరుడి జట్టు ఓడిపోవడంతో నిరాశకు లోనైరి. దీంతో ఆమె భావేద్యగానికి గురై.. కన్నీళ్ళను ఆపుకోలేకపోయాంది. పక్కనే ఉన్న మరో వ్యక్తి ఆమెను ఓదాంగు ప్రయత్నం చేశారు. గుజరాత్ జట్టు కోచ్ ఆశిష్ నెహ్రో కుమారుడు కూడా ఓటమి తట్టుకోలేక ఏధ్యేశాడు. ముంబై జట్టు ఫస్ట్ బ్యాటింగ్ చేసింది. తొలుత రోహిత్ శర్మ(50 బంతుల్లో 81, 9ఫోర్సు, 4సిక్కులు) అర్థసెంచరీతో కడంతెక్కగా, బెయిల్సెస్టో(47), సూర్యకుమార్(33), తిలక్ శర్మ(25) రాణించడంతో 20 ఓవర్లో 228/5 సోర్కు చేసింది. ప్రసిద్ధ కృష్ణ(2/53), సాయికిషోర(2/42) రెండేసి వికట్లు తీశారు. ఆ తర్వాత ఫేదనకు దిగిన గుజరాత్ 20 ఓవర్లో 208/6 సోర్కు పరిమితమైంది. సాయి సుదర్శన్(49 బంతుల్లో 80, 10ఫోర్సు, సిక్కు) ఒంటరిపోరాటం చేయగా, సుందర్(48) ఆకట్టుకున్నాడు. బౌల్ (2/56) రెండు వికట్లు తీయగా, బుమ్రా, గ్రీసన్, సాంట్రూర్, అశ్వని ఒక్కే వికట్ తీశారు.

# క్వాలిఫిక్యూర్-2 రద్దుయైతే ఏ జట్టు పైనల్కు చేరుతుంది?

ప్రేవీల్ 2025 క్వాలిఫయర్-2 మార్చ్ జూన్ 1న అప్పుడాటాలోనే నరేంద్ర మౌడి స్టేడియంలో పంజాబ్ కింగ్స్, ముంబై ఇండియన్ జిట్లు మధ్య జరగనుంది. శుక్రవారం రాత్రి ముంబై ఇండియన్ ఎలిమినేటర్ మార్చ్ లో గుజరాత్ టైటాన్స్ జిట్లును 20 పరుగుల తేడాతో ఓడించింది. ఈ మార్చ్ ముల్లన్స్పూర్ లో జరిగింది. ఇప్పుడు క్వాలిఫయర్-2లో గలిచిన జిట్లు షైన్‌న్స్ ఎదుర్కొంటుంది. అదే సమయంలో పంజాబ్ కింగ్స్, ముంబై ఇండియన్ జిట్లు మధ్య జరిగే క్వాలిఫయర్-2 రద్దు చేయబడితే ఏ జిట్లు షైన్‌న్స్ స్థానాన్ని దక్కించుకుంటుందనేది పెద్ద ప్రశ్న ప్రేవీల్ 2025లో వర్షం కారణంగా చాలా



చేయబడితే.. పాయింట్ల పట్టికలో మంచి ర్యాంకింగ్లో ఉన్న జట్టు పైనల్లో వోటు దక్కించుకుంటుంది. అంటే మ్యాచ్ రద్దు చేయబడితే పంజాబ్ కింగ్ దాని నుంచి నేరుగా ప్రయోజనం పొందుతుంది. ఎందుకంటే లీగ్ మ్యాచ్లు ముగిసిన తర్వాత పంజాబ్ కింగ్ అత్యధికంగా 19 పాయింట్లతో టాప్-1లో నిలిచింది. అలా జిరిగితే ఆ తర్వాత జాన్ తొసి జిరిగి ఐపీఎల్ 2025 పైనల్లో అర్పించితో తలపడుతుంది. అయితే క్వాలిఫయర్-1లో పంజాబ్ కింగ్ జట్టును ఓడించి ఆర్పించి పైనలక్క చేరుకుంది. అయితే క్వాలిఫయర్-2 మ్యాచ్ రద్దుయ్యే అవకాశం లేదు. నివేదికల ప్రకారం క్వాలిఫయర్-2 మ్యాచ్కు వర్డు ముప్పేమా లేదు. మ్యాచ్ మధ్యలో వర్డు కురిసినా మ్యాచ్ ఆపివేయబడి.. మళ్ళీ అక్కడి నుంచే ప్రారంభించబడుతుంది. గుజరాత్ టైటాన్స్ జట్టుతో జిరిగిన ఎలిమినేటర్ మ్యాచ్లో ముంబై ఇండియన్స్ 20 ఓవర్లలో 228 పరుగులు చేసింది. రోహిత్ శర్మ 81 పరుగులు, జానీ బెయిర్స్పో 22 బంతుల్లో 47 పరుగులు, సూర్యకుమార్ యాదవ్ 20 బంతుల్లో 33 పరుగులు, తిలక్ వర్మ 11 బంతుల్లో 25 పరుగులు, హర్షక్ పాండ్యా 9 బంతుల్లో 22 పరుగులు చేశారు. తర్వాత లక్ష్ చేదనల్లో గుజరాత్ టైటాన్స్ 20 ఓవర్లలో 208 పరుగులు మాత్రమే చేసి 20 పరుగుల తేడాతో ఓడిపోయింది.

## ଓଡ଼ିଆ ପାତ୍ରଙ୍କର ଗୀତିଚିଠି.. ମୋଜୀ ସ୍ନାନ କ୍ରିକେଟର ଜୀବନ୍ୟୁ

దక్కిణాప్రికా మాజీ ఫోలర్ డేల్ సెయిన్ ఎపీవెల్ 2025 గురించి పొకింగ్ అంచనా వేశాడు. డేల్ సెయిన్ తన ఎక్స్ భాతాల్ ఇలా రానుకొచ్చాడు. “మిఱు నమ్మగలరా? ఆర్టీబీ ఐపీవెల్ గెలిచింది” అని రానుకొచ్చాడు. డేల్ సెయిన్ అంచనా తర్వాత ఆర్టీబీ అభిమానులు చాలా సంతోషంగా ఉన్నారు. ఎందుకంటే ఆర్టీబీ ఇప్పటివరకు ఒక్కసారి కూడా ఐపీవెల్ పైచిల్ గెలవలేదు. అయితే కొంత మంది డేల్ సెయిన్ అంచనా తప్పు అంటూ కామెంట్స్



వేయడంతో ఆర్పించి అభిమానుల్లో ఉత్సాహం రెట్టింపు అయింది. క్యాలిఫ్యార్క-1లో పంజాబ్ కింగ్స్ జట్టును ఓడించడం ద్వారా ఆర్పించి పైనల్కు చేరుకున్న సమయంలో డేల్ స్టేయిన్ నుంచి ఈ కీలక ప్రకటన వచ్చింది.ఆర్పించి అభిమానులు చాలా కాలంగా తమ జట్టు తొలి ఐపీవెల్ టైటిల్ కోసం ఎదురుచూస్తున్నారు. డేల్ స్టేయిన్ ఈ అంచనా వారి ఆశలను మరింత పెంచింది. డేల్ స్టేయిన్ ఈ అంచనా నిజమపుతుందా లేదా ఈ సారి కూడా ఆర్పించి తన తొలి ఐపీవెల్ టైటిల్ను గెలుచుకుంటుండా అనేది ఇప్పుడు ఆసక్తికరంగా మారింది. ఈ విషయం పైనల్ మ్యాచ్ ద్వారా తెలియనుంది. ఇదిలా ఉండగా.. దీనికి ముందు డేల్ స్టేయిన్ చాలా అంచనాలు వేశడనే సంగతి తెలిసిందే. చివరిసారి డేల్ స్టేయిన్ సన్కెర్చర్స్ ప్రైదరాబాద్ గురించి ఐపీవెల్లో 300 పరుగులు సాధిస్తుందని పేరొన్నాడు. కానీ అది తప్ప అని తేలింది. ఇప్పుడు ఆర్పించి అభిమానులు తమ జట్టు ఈ ఐపీవెల్ ట్రోఫీని ఎత్తే పైనల్ కోసం ఎదురుచూస్తారు.

# పుచ్ఛకాయ తిన్న వెంటనే ఈ వీదార్థాలు తింటే అంతే

# సంగీతులు.. తెరవీగ్య నిప్పణులు వోచ్చేరిక!



వేసవి వచ్చిందంటే చాలు... దాహార్తిని తీర్చే చల్లని పుచ్చకాయ గుర్తొస్తుంది. ఎండల నుంచి ఉపశమనం పొందడానికి, శరీరాన్ని ప్రాద్రేట్ చేసుకోవడానికి పుచ్చకాయ ఒక అద్భుతమైన వరం. రుచికరంగా ఉండటమే కాదు, ఈ పండులో నీటి శాతం దాదాపు 92% వరక ఉంటుంది. విటమిన్లు 0, ఆ, పొటాషియం, మెగ్నీషియం పంచి పోపుకాలకు ఇది మంచి వనరు. గుండె ఆరోగ్యానికి, చర్చ సౌందర్యానికి, కంటి చూపుకు కూడా పుచ్చకాయ ఎంతో మేలు చేస్తుంది. తక్కువ కేలరీలు ఉండటం వల్ల బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి కూడా ఇది మంచి ఎంపిక. అయితే, ఇంత ఆరోగ్యకరమైన పుచ్చకాయను కూడా సరైన పద్ధతిలో తినకపోతే కొన్ని అనారోగ్య సమస్యలు తప్పవని ఆరోగ్య నిపుణులు పోచ్చరిస్తున్నారు. చాలామందికి తెలియని విషయం ఏమిటంబే, పుచ్చకాయ తిన్న వెంటనే కొన్ని రకాల అహార పదార్థాలను తీసుకోవడం వల్ల జీర్జ వ్యవస్థ దెబ్బిని, కడుపు సంబంధిత సమస్యలు తలతే అవకాశం ఉంది. పుచ్చకాయ చాలా త్వరగా జీర్జమయ్యే వండు. దీన్ని నెమ్ముదిగా జీర్జమయ్యే ఇతర పదార్థాలతో కలిపి తీసుకున్నప్పుడు కడుపులో అసాకర్యం, అజీర్జం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. పుచ్చకాయ తిన్న వెంటనే ఏమేమి తినకూడదరంటే: నీళ్లు తాగడం: పుచ్చకాయలో ఇప్పటికే నీటి శాతం చాలా ఎక్కువ. దీన్ని తిన్న వెంటనే మళ్ళీ నీళ్లు తాగడం వల్ల కడుపులో నీటి నిల్వ మరింత పెరిగి, జీర్జ ఎండ్లొమ్పు పలు చబడిపోతాయి. దీనివల్ల జీర్జకియ నెమ్ముదిస్తుంది. కడుపు ఉఱ్ఱరం, గ్యాష్, అజీర్జం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. కాబట్టి, పుచ్చకాయ తిన్న తర్వాత కనీసం 30 నిమిషాల వరకు నీళ్లు తాగడం మానుకోవాలి. పాల ఉత్పత్తులు: పుచ్చకాయలో విటమిన్ సి పుష్టిలంగా ఉంటుంది. పాల పదార్థాలు, పుచ్చకాయ కలిసినప్పుడు కడుపులో రసాయన ప్రతిస్పందన జరిగి, జీర్జ సమస్యలు తలతే అవకాశం ఉంది. కడుపు నొప్పి, వాంతులు, విరేచనాలు లేదా లూజ్ మోషన్స్ వంటి సమస్యలు రావొచ్చు. అందుకే పుచ్చకాయ తిన్న తర్వాత కనీసం ఒక గంట లేదా రెండు గంటల వ్యవధి ఇచ్చి పాల ఉత్పత్తులు తీసుకోవడం మంచిది. శీవజునీఎవనిటవట రంగంలోకి 26 రాఫెల్-ఎప్లెటర్ జెట్లుపోటీన్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలు: పప్పులు, మాంసం, చేపలు వంటి ప్రోటీన్ ఎక్కువగా ఉండే పదార్థాలు జీర్జం కావడానికి ఎక్కువ సమయం పడుతుంది. పుచ్చకాయ త్వరగా జీర్జమై, కడుపులో సుంచి ముండుకు కడలడానికి సిద్ధంగా ఉంటుంది. ఇలాంటి సమయంలో నెమ్ముదిగా జీర్జమయ్యే ప్రోటీన్ వుడ్న తీసుకుంటే, పుచ్చకాయ జీర్జ క్రియకు ఆటంకం ఏర్పడుతుంది. ఇది కడుపులో అజీర్జం, పులియడం), గ్యాష్, ఉఱ్ఱరం వంటి సమస్యలకు దారితీస్తుంది. జిడ్డుగా ఉండే ఆహారాలు: వేపుశ్శు, ప్రైడ్ శ్శు, మిరాయిలు వంటి జిడ్డుగా ఉండే లేదా కొప్పు అధికంగా ఉండే పదార్థాలు కూడా పుచ్చకాయ తిన్న వెంటనే తీసుకోకూడదు. కొప్పు పదార్థాలు చాలా నెమ్ముదిగా జీర్జమపుతాయి. పుచ్చకాయ

త్వరగా జీర్జమయ్య ప్రయత్నంలో ఉండగా, ఈ కొవ్వు పదార్థాలు జీర్జ వ్యవస్థను మరింత నెమ్మిదిస్తాయి. దీనివల్ల కడుపులో భారంగా అనిపించడం, అజీర్జం, అసాకర్యం వంటివి కలుగుతాయి. ఇతర పండ్లు: చాలామంది పండ్లను కలిపి తినడం చేస్తుంటారు. అయితే, వుష్టకాయను ఎప్పుడూ విడిగా తీసుకోవడం ఉత్తమం అని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా పుల్లగా ఉండే పండ్లు లేదా త్వరగా జీర్జమయ్య ఇతర పండ్లతో కలిపి వెంటనే తినకూడదు. వివిధ పండ్ల వేర్పేరు సమయాల్లో, వేర్పేరు రేట్లలో జీర్జమపుత్తాయి. వుష్టకాయ చాలా త్వరగా జీర్జమపుతుంది. దీన్ని నెమ్మిదిగా జీర్జమయ్య లేదా ఆమ్లత్వం ఎక్కువగా ఉండే పండ్లతో కలిపి తీసుకున్నప్పుడు కడుపులో పులియబెట్టే ప్రక్రియ జరిగి, గ్యాస్, కడుపు నొప్పి, అజీర్జం వంటి సమస్యలు రావాయి. పండ్లు తినేటప్పుడు ఒకే రకం పండు తినడం లేదా పుష్టకాయ తిన్న తర్వాత కనీసం ఒక గంట వ్యవధి ఇవ్వడం ఉత్తమం. ఎంతో ఆరోగ్యకరమైన పుష్టకాయను కూడా సరైన పద్ధతిలో తినకపోతే కొన్ని ఇఖ్యందులు తప్పవు. పుష్టకాయలోని పూర్తి ప్రయోజనాలను పొందాలంటే, అది తిన్న తర్వాత కనీసం 30 నిమిషాల నుంచి ఒక గంట వరకు ఏమీ తినకుండా ఉండటం మంచిది. ఈ చిన్న జాగ్రత్త పాటించడం వల్ల మించి జీర్జ వ్యవస్థ సక్రమంగా పనిచేస్తుంది, పుష్టకాయలోని పోషకాలు శరీరానికి పూర్తిగా అందుతాయి. పుష్టకాయను ఆస్సాదిస్తానే, ఈ జాగ్రత్తలు పాటించి ఆరోగ్యంగా ఉండండి!

# స్లూ శసగల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు

## తెలుస్తు అసలే వటవిషట్టరు! :

మన శరీర ఆరోగ్యానికి దోషదం చేసే ఆపోరాలలో నల్ల శనగలు ఒకటి . నావిటైన నల్లశనగలు ఒక వంద గ్రాములు కనుక మిారు తిన్నట్లయితే శక్తి పెరిగి జీర్ణవ్యవస్థ మెరుగుపడి కండరాలు బలంగా మారుతాయి. ఆ రోజంతా మంచి ఎన్నీతో ఉత్సాహంగా ఉంటారు . అంతేకాదు మిా శరీరానికి కావలసిన అన్ని రకాల ప్రోటోస్ట్రోమలు ఈ నల్ల శనగలలో పుష్టలంగా ఉండటం వలన అలసట రాదు. నల్ల శనగలతో ఆరోగ్యం అధిక బరువుతో, చెడ



చెప్పుకోవచ్చు. కడుపు ఉబ్బరం, జీర్జ్ సమస్యలకు ఉపసమనం కలుగుతుంది.. ముఖ్యంగా మల బద్దకంతో బాధపడేవారికి మంచి ఘరీతాలు ఉంటాయి.. నల్ల శనగలతో ఈ లాభాలు కూడా నల్ల శనగలతో గుండెకు రక్త ప్రసరణ బాగా జరిగి గుండె ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. చర్చ ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. నరాల బలహీనత ఉన్న వారికి దివ్య జౌఫ్రంగా ఇది ఉపయోగపడుతుంది. ఎన్నో మానసిక సమస్యలకు, నరాల బలహీనత, నరాల సమస్యలకు నల్ల శనగలు ఉపయుక్తం. నానబెట్టిన నల్ల శనగలు తింటే మంచి రిజల్ట్ వస్తుందని చెప్పున్నారు. శ్రీవచ్ఛనీఎవనిటవట ఈనీతి జనీభి “పాకిస్థాన్ కు బిగ్ షాక్.. రంగంలోకి 26 రాఫెల్-ఒ షైటర్ జెట్లు” 2-3 లీటర్లు 1-2 లీటర్లు 4-5 లీటర్లు సరిదా తాగితే చాలు శక్తికి నల్ల శనగలు శనగలు కాల్చియం, ఛాస్పర్స్ వంటి మంచి పోషకాలను కలిగి ఉండటం వల్ల ఎముకలు బలంగా ఉంటాయి. శనగలు చర్చ ఆరోగ్యానికి కాదు, జూట్లు ఆరోగ్యానికి కూడా దోహదం చేస్తుంది. శనగలు శరీరానికి తగినంత శక్తిని ఇవ్వటానికి సహాయపడతాయి.

# ఎర్నీ, కాల్పణియం లాస్ట్‌ఫోన్ బాధావీడుష్టున్నారా..

# ಅಯತೆ ಈ ಸೂಪರ್ ಫ್ರಿ ಟ್ರೇ ಚೆಯಂಡಿ!

మన సంప్రదాయ ఆహారంలో రాగులకు ప్రత్యేకమైన స్థానం ఉంది. ముఖ్యంగా దక్కిణ భారతదేశంలో, రాగులను రోజువారీ ఆహారంలో విరివిగా ఉపయోగిస్తారు. వీటిని పేద ప్రజల ఆహారంగా భావించినపుటికీ, పోషకాల విషయంలో ఇవి ఏ మాత్రం తక్కువ కాదు. నిజానికి, అనేక ఆరోగ్యప్రయోజనాలను కలిగి ఉన్న రాగులు, నేడు అరోగ్య స్పృహ కలిగిన వారి ఆహారంలో ఒక భాగంగా మారుతున్నాయి. రాగులు పోషకాల గని. వీటిలో కాల్చియం, ఐరన్ మాత్రమే కాదు, ప్రోటీన్, పైబర్, విటమిన్లు, ఇతర భిన్నజాలు కూడా పుష్టలంగా ఉన్నాయి. 100 గ్రాముల రాగులలో 344 మి.గ్రా కాల్చియం ఉంటుంది. ఐరన్ 3.9 మి.గ్రా, పైబర్ 11 గ్రాములు, ప్రోటీన్ 7.3 గ్రాములు, కార్బోఫ్రైట్టు 72 గ్రాములు, పొట్టాషియం, మెగ్నెమియం, థాస్పరన్స్, జింక వంటివి అధికంగా ఉంటాయి. దీనిలో బి విటమిన్లు, యాంటీఆక్సిడెంట్లు కూడా లభిస్తాయి. ఆరోగ్య నిపుణులు మౌచ్చరిక!“ కాల్చియం పెంచడంలో సహాయం: రాగులు శరీరంలో కాల్చియం, ఐరన్ స్థాయిలను పెంచడానికి నిజంగానే సహాయపడతాయి. వీటిల్లో కాల్చియం చాలా ఎక్కువ మోతాదులో ఉంటుంది. ఇతర ధాన్యాలతో పోల్చినే, రాగులలో 5 నుండి 10 రెట్లు ఎక్కువ కాల్చియం ఉంటుంది. పాలు, పాల ఉత్పత్తులు తినిని వారికి రాగులు ఒక గొప్ప ప్రత్యేకమ్మాయం. కాల్చియం ఎముకలు, దంతాల అరోగ్యానికి చాలా అవసరం. పిల్లలు, వృద్ధులలో ఎముకలు బలహీనపడకుండా రాగులు సహాయపడతాయి. ఆస్ట్రియోపోలోసిన్ వంటి ఎముకల వ్యాధులను నివారించడంలో కూడా ఉపయోగపడతాయి. కాల్చియం కండరాల సంకోచనానికి కూడా అవసరం. రాగులు కండరాల సుక్రమంగా పనిచేయడానికి సహాయపడతాయి. ఐరన్ పెంపు రాగులలో ఐరన్ కూడా గణియమైన మెత్తుంలో ఉంటుంది. ఇది రక్తహీనత (అనీమియా) సమస్యను నివారించడానికి సహాయపడుతుంది. ముఖ్యంగా మహిళలు, పిల్లలలో ఐరన్ లోపం సర్వసాధారణం. రాగులను ఆహారంలో చేర్చుకోవడం ద్వారా ఐరన్ స్థాయిలను పెంచుకోవచ్చు. ఐరన్ శరీరంలోని కణాలకు ఆక్రిజన్సను చేరవేయడానికి అవసరం. తినించ ఐరన్ లైకపోతే, అలుసట, నీరసం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. రాగులు ఐరన్ స్థాయిలను పెంచి, శక్తిని అందిస్తాయి. ఐరన్ రోగినిలోధక వ్యవస్థను బలోపేతం చేయడానికి కూడా సహాయపడుతుంది. రాగులు శరీరానికి రోగినిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి.

# ಅಂದರ್ಶಿಕೆ ವಾಟು ಅರೋಗ್ಯದ ಕರವಾಲಂಬ ಈ ಜ್ಯಾನ್ ತಾಗಂಡಿ!



సహజంగా ఆకుకూరల్లో లభించే పోవకాలు, మిటమిన్లు ఇతర ఏ కూరగాయల్లోనూ అంతగా లభించవ. ఆకుకూరలు తినడం ఆరోగ్యానికి మంచిది అని డాక్టర్లు చెబుతుంటారు..మరి అవే ఆకు కూరలను జ్యౌన్ చేసుకొని తాగితే బోలెడు ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. ఆకుకూరలలో పాలకూరకు ఒక ముఖ్యమైన స్టోనం ఉంది. పాలకూర పుష్టులంగా పోవకాలతో ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను ఇస్తుంది. పాలకూర జ్యౌన్ తో ఈ సమస్యలకు చెక్ పాలకూరను జ్యౌన్ చేసుకొని తాగడం వలన మనకు పుష్టులంగా యాంటీ ఆక్రీడెంబ్లూ కావలసినన్ని లభిస్తాయి.. ఇవి రోగ నిరోధక శక్తిని పెంపాందించడానికి ఉపయోగపడతాయి ,చర్చం పొడిబారకుండా ,ముడతలు రాకుండా కాపాడతాయి. పాలకూరలో మిటమిన్ ఏ కంటి చూపు సమస్య ఉన్నవారికి, రే చీకటితో బాధపడేవారికి ఉపయోగపడుతుంది . కాబట్టి పాలకూర జ్యౌన్ తాగడం వలన ఈ సమస్యకు చెక్ పెట్టాచ్చు. పాలకూర జ్యౌన్ తో హైబీపీ నియంత్రణ పుట్టిన పసి పిల్లలకు పాలిచే తల్లులకు పాల ఉత్పత్తి పెరగడం కోసం పాలకూర జ్యౌన్ తాగితే ప్రయోజనం ఉంటుంది. పాలకూర జ్యౌన్ వలన పాల ఉత్పత్తి పెరుగుతుంది.. పాలకూర జ్యౌన్ తాగడం వలన అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందడమే కాకుండా రక్తపోటు సమస్యతో బాధపడేవారికి ఉపశమనం కలుగుతుంది. పాలకూరలో పొట్టాషియం, మెగ్నిషియం , ఐరన్ వంటి పోవకాలు సమృద్ధిగా లభిస్తాయి . ఇది హైపర్ టెస్ట్ ను తగ్గిస్తుంది గుండె ఆరోగ్యానికి పాలకూర జ్యౌన్ మెదడు పనితీరుని మెరుగుపరుస్తుంది. ఒక్కిడిని అరికడుతుంది. కాలేయ వ్యాధులను దూరం చేస్తుంది. మలబద్రక సమస్య నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది.పాలకూర జ్యౌన్ ను డైలీ కాకపోయిన వారంలో ఒకటి రెండు సార్లు తాగితే క్యాస్పర్ బారిన పడకుండా ఉండేందుకు ముందుగానే జాగ్రత్త పడొచ్చని వైద్య నిపుణులు చెప్పున్నారు. పాలకూర జ్యౌన్ తాగటం గుండె సంబంధిత వ్యాధుల నుండి విముక్తి కలిగిస్తుంది. బాట్లే నీళ్ళతో బీపీ, ఘగర్ కంప్లెంట్.. ఇంకా బోలెడు బెనిఫిట్స్.. వదిలిపెట్టోద్దు! పాలకూర జ్యౌన్ తో అందం, ఆరోగ్యం పాలకూర జ్యౌన్ తో చర్చ ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. జాట్టుకు బలం చేకూరుతుంది. జాట్టు ఆరోగ్యంగా పెరుగుతుంది.త్వరగా వృద్ధావ్య ఛాయలు రాకుండా ఉంటాయి. పాలకూర జ్యౌన్ మన చర్చం మదతలు రాకుండా చేస్తుంది.అందం, ఆరోగ్యం రెండింటినీ ఇచ్చే పాలకూరను జ్యౌన్ రూపంలోనూ, స్మార్ట్ రూపంలోనూ చేసుకుని తీసుకుంటే మంచిది.

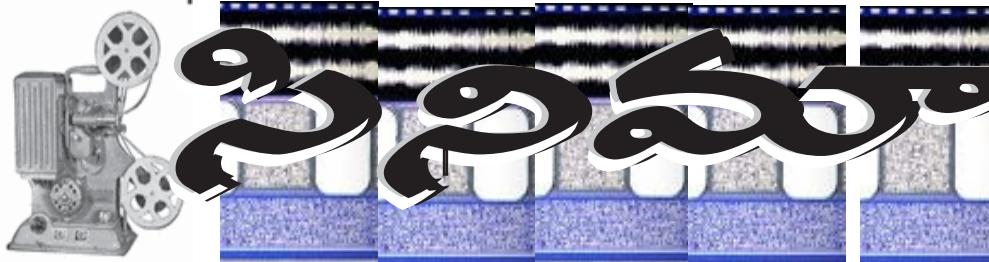
# ఎండుకాలం.. చేల్లుచేల్లుగా ఐన్ వేసేవు

# ଜ୍ୟୋତିଷ ଯ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରମାଣିତ କରିବାକୁ କାହାର ଦେଖିବାକୁ ଚାହିଁ?

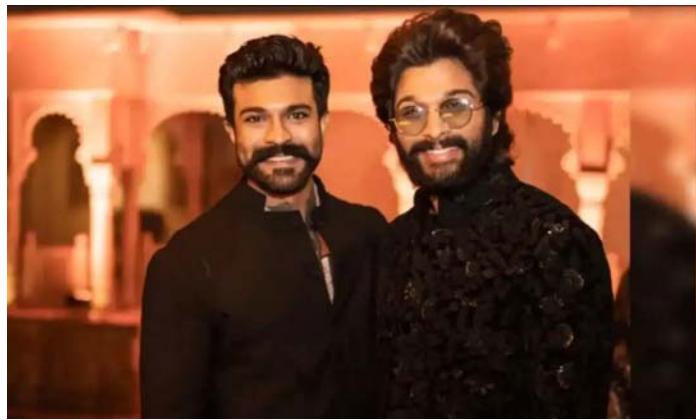
ప్రస్తుతం ఎండలు మండిపోతున్నాయి. ఎండాకాలంలో చల్లచల్లని కూల్ కూల్ గా ఉండే జ్యాసులు తాగడాన్ని చాలామంది ఇష్టవడుతుంటారు. ఇంట్లో జ్యాసులు తయారు చేసుకోలేని వారు, బయట జ్యాన్ పాంచంట్ల వింద అధారవడుతుంటారు. అయితే జ్యాన్ పాయింట్స్ వద్ద తయారు చేసే జ్యాసులు ఏమాత్రం మంచిది కాదని, వాటిలో వినియోగించే ఐన్ తో కూడా అనారోగ్య సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉండని వైద్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. రా ఐన్ వేసిన జ్యాన్ లతో అనారోగ్యాలు సాధారణంగా మంచినీళ్ళతో ఇంట్లో తయారు చేసుకునే ఐన్ క్యాబ్స్ బాగానే ఉంటాయి. కానీ బయట జ్యాన్ పాయింట్ల వద్ద దొరికే రా ఐన్ మాత్రం అనేక ఆరోగ్య ప్రమాదాలకు కారణమని చెప్పాచ్చు. దీనిని శుభ్రమైన నీళ్ళతో తయారు చేయకపోవడం వల్ల, వీటిలో కలుపితాలు, మలినాలు ఉండే అవకాశం ఉంటుంది. రా ఐన్ లో హోనికరమైన బ్యాక్టీరియా ఉండడంవల్ల ఇది అనేక రోగాలకు కారణమవుతుంది. . ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిక!” ఐన్ వేసిన జ్యాన్ లతో ఈ అనారోగ్య సమస్యలు రా ఐన్ లో నోరో వైరస్, ఈకోలీ వంటి బ్యాక్టీరియా ఉంటాయి. ఇవి వ్యాధి కారణాలుగా చెప్పవచ్చు. అయితే ఈ రా ఐన్ తో తయారు చేసిన జ్యాసులు తాగినప్పుడు జీర్ణ సంబంధితమైన సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. వీటితో గొంతు నొప్పి, దగ్గు, జలబు వంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశం కూడా ఉంటుంది. వాంతులు , విరోచనాలు, దీప్మాద్రేషన్ వంటి సమస్యలు కూడా రావచ్చు. బయట జ్యాన్ పాయింట్ల వద్ద జ్యాన్ తాగొర్దు ఆస్తమా, బ్రాంకెలిస్, సైనస్ వంటి సమస్యలు ఉన్నవారు ఈ రా ఐన్ తో తయారు చేసినటువంటి జ్యాసులు తాగుకుండా ఉంటేనే మంచిది. విపరితమైన ఎండల్లో తీవ్రమైన దాహంతో ఉన్నవాళ్ల జ్యాన్ పాయింట్స్ వద్దకు వెళ్లి చల్లగా వేసిన ఐన్ తో ఉన్న జ్యాస్సను ఒకటికి రెండు గ్లాసులు తాగుతూ ఉంటారు. ఇది తీవ్ర ఆరోగ్య సమస్యలను కలిగిస్తుందని, సాధ్యమైనంత వరకు బయట జ్యాన్ లు తాగుకుండా ఉంటేనే మంచిదని చెబుతున్నారు. ఒక జ్యాన్ లు మాత్రమే కాదు బయట రా ఐన్ తో తయారు చేసిన ఏ పానీయాలను తాగుకుండా ఉంటేనే మంచిదని సూచిస్తున్నారు.

**ఖర్చులు తింట రక్తంలో ఉక్కెర స్థాయిలు పెరుగుతాయా?  
ఆంకెన్ను సమస్యలు వస్తాయా తెలుసా?**

ఖర్జారం.. తీయటి రుచికి, మెత్తటి స్వర్గకు మారుపేరు. ఎడారి ప్రాంతపు బంగారంగా పిలువబడే ఈ ఫలం ఎన్నో పోషక విలువలతో నిండి ఉంటుంది. తక్షణ శక్తిని అందించడంలో, జీర్జుక్రియను మెరుగుపరచడంలో, రక్తహీనతను తగ్గించడంలో ఖర్జారం ఎంతో ఉపయోగపడుతుంది. అందుకే చాలామంది ఖర్జారాన్ని తమ ఆపోరంలో భాగంగా చేసుకుంటారు. అయితే, కొన్ని ప్రత్యేక ఆరోగ్య పరిస్థితులు ఉన్నవారు ఖర్జారానికి దూరంగా ఉండటం లేదా పరిమితంగా తీసుకోవడం మంచిది. లేదంచే కొన్ని ప్రతికూల ప్రభావాలు ఎదురుచ్చే అవకాశం ఉంది. ఎవరు ఆ ఖర్జారం తినకూడదో ఇప్పుడు తెలుసుకుండా.. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెంపు: ఖర్జారంలో సహజ చక్కెరలు (ప్రక్షోష్ణ, గూల్కోష్ణ) అధికంగా ఉంటాయి. మధుమేహం ఉన్నవారు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రణలో ఉంచుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ఖర్జారం తింటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు ఒక్కసారిగా పెరిగే అవకాశం ఉంది. ఇది వారి ఆరోగ్యానికి హాని కలిగించవచ్చు. ఒకవేళ తినాలనివిష్టే, వైద్యుల సలహా మేరకు చాలా తక్కువ పరిమాణంలో తీసుకోవాలి. వారి టైటోలో భాగంగా ఇతర ఆపరోలను బ్యాలెన్స్ చేసుకోవడం కూడా అంతే ముఖ్యం. ఆరోగ్య నిపుణులు పోచ్చరిక!” ఊబికాయంతో బాధపడుతున్నవారు: ఖర్జారంలో కేలరీలు ఎక్కువ మొత్తంలో ఉంటాయి. ఒక సాధారణ పైజా ఖర్జారంలో సుమారు 20-25 కేలరీలు ఉంటాయి. అధిక బరువు లేదా ఊబికాయంతో బాధపడుతున్నవారు ఎక్కువ కేలరీలు తీసుకోవడం వల్ల వారి బరువు మరింత పెరిగే అవకాశం ఉంది. బరువు తగ్గాలని ప్రయత్నిస్తున్నవారు ఖర్జారానికి దూరంగా ఉండటం లేదా చాలా తక్కువ మొత్తంలో తీసుకోవడం ఉత్తమం. ఒకవేళ తీసుకోవాలనుకుంటే, వారి రోజువారీ కేలరీల లెక్కల్లో దాన్ని పరిగణనలోకి తీసుకోవాలి. మూత్రపిండాల సమస్యలు పెంపు. ఖర్జారంలో పొట్టాషియం పుష్పలంగా ఉంటుంది. ఆరోగ్యకరమైన వ్యక్తులకు ఇది మంచిదే అయినప్పటికీ, మూత్రపిండాల సమస్యలు ఉన్నవారు లేదా ప్రాపర్కలేమియాతో బాధపడుతున్నవారు ఎక్కువ పొట్టాషియం తీసుకోవడం ప్రమాదకరం. వారి శరీరంలోని మూత్రపిండాలు అదనపు పొట్టాషియంను సమర్పంతంగా తొలగించలేపు. దీనివల్ల గుండె సంబంధిత సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి, ఇలాంటి సమస్యలు ఉన్నవారు ఖర్జారం తీవే ముందు తపునివరిగా పెద్దుచ్చిని సంపదించాలి.



# బస్తు స్కూల్ చరణ కాంపాండ్ లీ!



మొగ పవర్ స్టోర్ రామ్ చరణ్ కథానాయకుడిగా త్రివిక్రమ్ ఓ సినిమాకు సన్నాహంలు చేస్తున్నట్లు ప్రచారం జరుగుతోన్న సంగతి తెలిసిందే. ఈ చిత్రాన్ని పవర్ స్టోర్ పవర్ కళాశ్ళాష్ తన సొంత నిర్మాణ సంస్థలో నిర్వించే దిశగా పాపులు కదుపుతున్నట్లు తెరపైకి వచ్చింది. చరణ్ తో సినిమా తీయమని నలహం ఇచ్చింది కూడా తానేనని ప్రచారంలో ఉంది. పవర్ తో సినిమా తీయదం ఎలాగూ ఆలస్యమవుతుంది? అంతపరకూ గ్యావ్ ఎందుకు అన్న కోణంలో చరణ్ ని నెట్ చేస్తున్నట్లు వార్తలొచ్చాయి. నట్లి కుమార్ దింతో గురూజీ ఓ కొత్త కథతోనే చరణ్ ని అప్రోచ్ అయినట్లు తెలిసింది. కానీ తెలిసింది. ఇదే స్టోర్నీ చరణ్ కి వినిపించినట్లు కాంపోండ్ వర్గాల నుంచి లీకైంది. ఆర్ట్ 17 చిత్రంతోనే దీన్ని కూడా మొదలు పెడదామని చరణ్ భర్తోసా ఇప్పడంతోనే గురూజీ కూడా స్టోర్గ్ గా ముందుకెళ్లరని నన్నిపొతు వర్గాల నమూచారం. ఇప్పటికే ఆ రెండు కుటుంబాల మధ్య చిన్న పాటి మనస్వర్పలున్నాయి. బస్సీ మామ మిాడియా ముఖంగానే పవర్ క్లమాపణలు చెప్పాలని డిమాండ్ చేసిన సంగతి తెలిసిందే. ‘ప్రపు’ రాజ్ పాత్ర విషయంలో తలత్తిన విపాదం ఇది. అప్పటి నుంచి బస్సీ ఆ కుటుంబానికి దూరంగా ఉన్నట్లు ప్రచారంలో ఉండనే ఉంది.

**ତେବୁଗମ୍ଭୀର ଅମେରିକନ୍ ମ୍ୟାଜିକ ଅପାରାଧି!**

నుదుటిన పెద్ద బొట్టు, భారతీయత ఉట్టిపడే ఆహార్యంతో పాటూ అమెరికన్ యూక్సెంట్ తో ర్యాప్ ప్రపంచంలో ఎంతో మంచి క్రీజ్ సంపాదించుకున్న రాజకుమారి అనలు పేరు శేతా రావు ఎల్లాప్రగడ. అమె స్టేజ్ ఎక్కిందంటే అక్కడున్న ఆదియన్న మొత్తం ఉర్రూతలూగడం ఖాయం. ఓ వైపు ర్యాప్ తో పాటూ మరోవైపు హిప్ హాప్ తో అదరగొడుతూ ఔ ను రచ్చ చేస్తూ ఉంటుంది. తాజగా అమెరికన్ మ్యూజిక్ అవార్డును గెలుచుకున్న రాజకుమారి భారతీయరూలే. అంతేకాదు తాను తెలుగుమ్యాయి కూడా. రాజకుమారి అనలు పేరు శేతా రావు. శేత పుట్టుకముందే తన పేరెంట్స్ అమెరికాలో సెటీలపడంతో తాను పుట్టి పెరగడం మొత్తం అక్కడే జరిగాయి. చదువు కూడా కాలిఫోర్నియాలోనే. అయితే అమెరికాలో ఉన్నప్పటికీ శేతా ఛ్యామిలీ తెలుగు సంప్రదాయాన్ని వీడలేదు. ఐదేళ్ళ వయసు నుంచే శాస్త్రీయ స్టృట్లో భాగంగా కూచిపూడి, భరతనాట్యం, కథక్ నేర్చుకుని దేశవిదేశాల్లో పెర్మార్కెన్సులు ఇచ్చింది. అమెరికాలోని హిప్ హాప్ గ్ర్యాప్ ఫ్యూజీ చేసిన ది సోర్క్ ఆల్యామ్ చూసి ఇంట్రెస్ట్ తో తాను కూడా అది నేర్చుకుని 14 ఏళ్ళకే హిప్ హాప్ డ్యూస్‌ర్ గా గుర్తింపు తెచ్చుకుంది. హిప్ హాప్ డ్యూస్‌ర్ గా కంటిన్యూ అవుతూనే ర్యాపర్ గా సాంగ్ రాసి పాడుతుంటే తన ఫ్రెండ్స్ విని ఎంజాయ్ చేస్తూ తనను ది ఇండియన్ ప్రిసెన్ అని పిలిచేవారట. దానికి తెలుగు అర్థం రాజకుమారి కాబట్టి, ర్యాపర్ గా మారక తన పేరును కూడా రాజకుమారిగా మార్చుకుంది శేతారావు. శేతారావు పేరుతో సాంగ్ పాడితే ఆదియన్న కు ఇంట్రెస్ట్ ఉండదని, ర్యాపర్ రాజకుమారిగా పేరు మార్చుకుని, స్టేజ్ మిాద పాట మధ్యలో అమ్ముఖారి స్టేల్ లో డ్యూన్ చేసి పేరుకు తగి ర్యాపర్ గా గుర్తింపు తెచ్చుకుంది. ర్యాపర్ గా మారిన కొన్స్‌క్లాక్ గ్రామిం అవార్డుకు నామినేట్ అవడంతో పాటూ బీఎమ్స పావ్ అవార్డును కూడా అందుకుంది. ఎంతో యూరోపియన్ మ్యూజిక్ అవార్డుకు మూడుసార్లు నామినేట్ అయిన రాజకుమారి గడ్డెండి ఆఫ్రోడిట్ లీగ్ అఫ్ లెజింట్ సీజన్ 2 కోసం పాడిన రెనెగేస్ సాంగ్ తో రీసెంట్ గా అమెరికన్ మ్యూజిక్ అవార్డును సొంతం చేసుకుంది. రాజకుమారి ఎంత అమెరికాలో పుట్టినప్పటికీ ఏటా హైదరాబాద్ వచ్చి కొన్స్‌క్లాక్ పాటూ తన నాస్తమ్మ దగ్గర ఉండి వెళ్లేదట. అందుకే తన నాస్తమ్మ జ్ఞాపకార్థం పీస్ సాంగ్ చేసింది. చిన్నపుట్టుంచి రాజకుమారికి రెహమాన్ సంగీతమన్నా, మాధురి దీక్షిత్ నటనన్నా ఎంతో ఇష్టమట. రెహమాన్ సంగీతంలో దిల్ బేచారా సినిమాలో పాటతో ఆ కల నెరవేరడంతో పాటూ మాధురితో మంచి బాండింగ్ కూడా ఏర్పడింది. 2017లో ముంబైకి చెందిన ర్యాపర్ డివైన్ తో కలిసి ఓ స్ట్రీట్ సాంగ్ తో ఇండియన్ మ్యూజిక్ ఇండస్ట్రీకి ఎంతో ఇచ్చిన రాజకుమారి రేస్ 3, జీరో, జడ్జిమెంటల్ హైదరాబాద్ సాంగ్ కూడా చేసింది. అంతేకాదు, మ్యూజిక్ ఇండస్ట్రీలో వివక్షను ఎదుర్కొంటున్న సింగర్స్ కోసం గాడ్మిడర్ రికార్డ్ పేరుతో ఓ లెబుల్ ను ఏర్పాటు చేసిన రాజకుమారి జపాన్, బేసీ జాన్ సినిమాలకు కూడా పాడింది. తన ప్రతి షో నుంచి వచ్చిన ఆదాయంతో ఎన్నో సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్న రాజకుమారి, అందులో భాగంగానే బెంగుళూరు ఓ హస్పిటల్ ను కట్టించడంతో పాటూ హైదరాబాద్ లో దివ్యాంగ విద్యార్థుల కోసం ఓ ధ్యాన కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేసింది.



# టెంప్ రాక్షసావడం

# ଗ୍ରାମ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ପରିବହନ ପାଇଁ ଯୁଦ୍ଧ !



‘హరిహరవీరమల్లు’ ప్రచారం పనులు మొదలైన సంగతి తెలిసిందే. జూన్ 12న పాన్ ఇండియాలో రిలీజ్ అవుతున్న నేపథ్యంలో ఉన్న సమయాన్ని టీమ్ అంతా ప్రచారానికి కేటాయిస్తుంది. అయితే ఈ ప్రచారం పనులన్నింటిలోనూ పవన్ పాల్గొనలేకపోతున్నారు. ఆయన బిజీ పెద్దుయ్యల్ కారణంగా హజరు కాలేక పోతున్నారు. ముంబైలో జరిగే ప్రెస్ మిట్ పాటు మరో రెండు భారీ ఈవెంట్లకు మాత్రమే పీకే హజరయ్య అవకాశం ఉంది. అప్పటి వరకూ దర్శకు, నిర్మాత, హీరోయిన్, ఇతర నటీసులుతో ప్రచారం పనులు ముందుకు తీసుకె జ్లాబ్సిందే. దీనిలో భాగంగా హీరోయిన్ గా నటిస్టోన్న నిధి అగర్వాల్ మాత్రం ఎక్కడా మిన్ అవ్వడం లేదు. ప్రచారం పరంగా యూనిట్ కి అన్ని రకాలుగా మద్దతిస్తుంది. దర్శ, నిర్మాతల ఆదేశాల మేరకు నడుచు కుంటుంది. ఇది నిధి అగర్వాల్ కు వ్యక్తిగతంగానూ కలిసాస్తుంది. మిండియా సమావేశాల్లో ప్రధానంగా ఆమె హైలైట్ అవుతుంది. అదే పవన్ కళ్యాణ్ కూడా హజరై ఉంటే నిధి ఫోకన్ అయ్యెది కాదు. కెమెరాలన్నీ పవన్ పై నే ఉంటాయి. స్పౌట్ లో ఉన్నంత నేపు ఆయన మిండన్ మిండియా ఫోకన్ ఉంటుంది. కానీ ఆయన లేకపోవడంతో ఆ ఫోకన్ అంతా నిధి అగర్వాల్ పై మళ్ళీస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో నిధి తనను తాను వ్యక్తిగతంగానూ ప్రమోట్ చేసుకుంది. అనంత అమృతికి సరైన ఫీఅర్ లేరు. అన్ని తాషై పినిచేసుకోవాలి చంపుంది. ఈ క్రమంలో అన్ని ఉన్నా? అవకాశాలు అందుకోలేకపోవడానికి కారణం సరైన ఫీఅర్ లేకపోవడం కూడా చెప్పాలి. సోఫ్ట్ మిండియలో కూడా రేర్ గానే యాక్ట్ గా ఉంటుంది. కానీ ఇప్పుడు వీరమల్లు ప్రచారంలో భాగంగా నిధి అగర్వాల్ ఎక్కువగా హైలైట్ అవుతుంది. వృత్తి..వ్యక్తిగతంగా తన మార్కు వేసే ప్రయత్నం చేస్తుంది.



టూలీవుడ్ బ్రదర్స్ విష్ణు-మనోజ్ గురించి పరిచయం ఆవసరం లేదు కెరీర్ లో ఇద్దరు ఇంకా ఫీక్స్ కే చేర లేదు. సరైన సక్షణ్ కోసం ఎదురు చూస్తున్నారు. విష్ణు హీరోగా కంటున్యా అవుతుంటే? మనోజ్ మాత్రం కెరీర్ లో కొత్త టర్బింగ్ కూడా తీసుకున్నాడు. హీరో పాత్రలే కాకుండా మంచి పాత్రలోన్నే చేయాలని దిస్టైన్ అయి ముందుకెళ్తున్నాడు. ఈ క్రమంలో ‘మిరాయ్’ అనే పాన్ ఇండియా చిత్రంలో ప్రతి నాయకుడిగా పాత్ర

పోషిస్తున్నాడు. ఇప్పుటికే రిలీజ్ అయిన మనోజ్ గెటప్ నహ ఇతర ప్రచార చిత్రాలకు మంచి రెస్పాన్స్ వచ్చింది. చూ సుంటే మనోజ్ విలన్ గా క్రికెట్ అయ్యేలా ఉన్నాడు. హిరో కంబే విలనిజం అతడిలో బాగా పండేలా కనె పిస్తుంది. అతడి ఫిజిక్..వాయిస్ లో ఛేస్ లాంటి కొన్ని యూనిక్ క్వాలిటీలలో మనోజ్ ను మంచి విలన్ ని చేసేలా ఉన్నాయి. ‘మిరాయ్’ లో అతడి లుచ్ చాలా ఇప్పెసివ్ గా ఉంది. కొత్తగా తై చేసిన లుక్ పై పాజిటివ్ సైన్ వదుతుంది. సినిమా పై పాన్ ఇండియాలో మంచి అంచనాల ఏర్పడుతున్నాయి. ఇదే ఏడాది ఈ సినిమా ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుండి ఇక విష్ణు ట్రీమ్ ప్రాజెక్ట్ కన్నప్ప ను ఎంత ప్రతిష్టాపకుంగా భావించి చేసాడు చెప్పాల్సిన పనిలేదు. భారీ బడ్జెట్ తో నిర్మించిన చిత్రమిది. ఈసినిమా క్లౌడ్ విష్ణు చాలా ఆశలు పెట్టుకున్నాడు. కొడితే కుంభ స్థలాన్నే కొట్టాలి అన్న కానెప్ట్ తో బిరలికీ దిగుతున్నాడు. ప్రభాన్, మోహన్ లాల్, అక్షర్ కుమార్ లాంటి టావ్ స్టోర్లు కూడా సినిమాలో భాగమైన సంగతి తెలిసిందే. ఈ సినిమా కూడా ఇదే ఏడాది రిలీజ్ అవుతుంది. ఇలా ఒకే ఏడాది అన్నదమ్మల్చిద్దరు పాన్ ఇండియాలో పరిచయం కావడం విశేషం ఇద్ద తొలిసారి. ఇతర వరకూ ఇద్దరు కూడా పాన్ ఇండియా చిత్రాలు చేయలేదు. దీంతో ఈ ఏడాది అనాదమ్మల్చిదరికి కలిసాసుందని ఆశిశాం.

