ప్రజా పక్షం.. ప్రజా గొంతు..

సూర్యోదయం

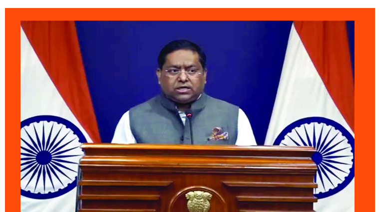
TS-27-0016491

కరీంనగర్ | సంపుటి -5 | సంచిక -159 | పేజీలు : 8 | ఎడిటర్ : శివకృష్ణ | ఆదివారం 21 సెప్టెంబర్ 2025 | వెల : 4/-

విలేకరులు కావలెను

ప్రజా గళాన్ని బలంగా వినిపిస్తూ.. అవినీతిపై సమరాన్ని సాగిస్తున్న సూర్యోదయం తెలుగు దినపత్రికలో పనిచేయుటకు అనుభవం, ఆసక్తి గల వారికి అవకాశం కలదు. అన్ని జిల్లాలు, డివిజన్లు, మున్సిపల్ మరియు మండల కేంద్రాల్లో విలేకరులు కావలెను. ఆసక్తి కలిగినవారు సంప్రదించగలరు

సెల్ : 9177505630



అలాంటి ట్రాప్‌లో పడొద్దు

- ఇరాన్‌లో జాబ్ ఆఫర్లపై కేంద్రం వార్నింగ్
- భారతీయ పౌరులను ఇరాన్ తీసుకెళ్లి కిడ్నాప్ చేసిన ఘటనలు ఇటీవల వెలుగులోకి వచ్చిన సంగతి తెలిసిందే.
- ఉద్యోగ ఆఫర్ల విషయంలో కచ్చితమైన అప్రమత్తత పాటించాలని భారతీయులను కోరుతున్నాం
- పర్యాటక ప్రయోజనాల కోసం మాత్రమే ఇరాన్ ప్రభుత్వం భారతీయులకు వీసా రహిత ప్రవేశాన్ని అనుమతిస్తోందనే విషయాన్ని గమనించాలి
- ఉపాధి లేదా ఇతర ప్రయోజనాల కోసం ఇరాన్ వెళ్లాలని సూచించే ఏజెంట్‌లు క్రిమినల్ ముఠాలతో కుమ్మక్కై ఉండవచ్చు.

ఉగ్రవాద కుట్ర భగ్నం

- జమ్ముకశ్మీర్‌లో చైనా గ్రెనేడ్లు స్వాధీనం..
- పూంచ్ సెక్టార్‌లోని ఒక చోట ఆయుధాలున్నట్లు నిఘా సమాచారం
- 20 చైనా హ్యాండ్ గ్రెనేడ్‌లతో సహా పలు ఆయుధాలను స్వాధీనం
- సకాలంలో వీటిని గుర్తించి స్వాధీనం చేసుకోవడంతో ఉగ్రవాద కుట్రను భగ్నం

పూల పండుగ వచ్చింది తెలంగాణ మురిసింది

- బతుకమ్మ వేడుకలకు సర్వం సిద్ధం
- నేటి నుంచి బతుకమ్మ వేడుకలు ప్రారంభం
- పాటల్లో తెలంగాణ ప్రాంత తీయదనం
- స్త్రీల జీవితానికి అద్దం పట్టేలా పాటలు

హైదరాబాద్

సంస్కృతీ సంప్రదాయాలు, ఆచార, వ్యవహారాల్ని చాటి చెప్పేవి పండుగలు. వాటిలోనూ ఒక్కో పండుగది ఒక్కో విశిష్టత, ప్రత్యేకత. అందులో తెలంగాణాకే ప్రత్యేకమైన పండగ బతుకమ్మ. బతుకునే తల్లిగా భావించే సంస్కృతికి నిలువుటద్దంలా నిలుస్తుంది ఈ పండుగ. పూలను దేవతగా కొలిచే అపురూప వేడుక బతుకమ్మ. తీరొక్కపూలను బతుకమ్మగా పేర్చి మహిళలంతా ఒక్కచోట చేరి జీవితపాఠాలను పాటలుగా ఆలపిస్తారు. ఆశ్వీయుజ మాసం అమావాస్య రోజున బతుకమ్మ ప్రారంభమవుతుంది. ఆ రోజును పెత్తరామాస, పెద్దల అమావాస్య, మహాలయ అమావాస్య అని అంటారు. 9 రోజుల పాటు సాగే ఆ వేడుకలకు మరోసారి ముస్తాబయింది తెలంగాణ. పండుగల పరమార్థం మంచిని చాటి చెప్పడం ప్రజల మధ్య ప్రేమ, ఐకమత్యాలను పెంచడం. అలాంటి వాటిని బతుకమ్మ పండుగ రెట్టింపు - మిగతా3లో

ఆయిల్ ఫామ్ రైతులకు మహర్దశ

- దేశంలోనే తొలిసారిగా అత్యాధునిక టెక్నాలజీ తో నర్మేట్ట పామాయిల్ ఫ్యాక్టరీ నిర్మాణం .....
- ఫ్యాక్టరీలో ట్రయల్ రన్ విజయవంతం ..... సీఎం రేవంత్ రెడ్డి లాంగ్ విజన్‌తో ఆయిల్ ఫామ్ సాగు విస్తరణ.....
- ఆయిల్ ఫామ్ సాగులో దేశంలోనే తెలంగాణ మొదటి స్థానంలో నిలవనుంది.........
- త్వరలోనే సీఎం రేవంత్ రెడ్డి చేతుల మీదుగా నర్మేట్ట పామాయిల్ ఫ్యాక్టరీ ప్రారంభోత్సవం..
- మంత్రి తుమ్మల .....

హైదరాబాద్

నర్మేట్ట పామాయిల్ ఫ్యాక్టరీ తో ఆయిల్ ఫామ్ రైతులకు మహర్దశ పట్టనుందని వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు ప్రకటించారు. శనివారం నాడు అధికారులతో కలసి సిద్ధిపేట జిల్లా నర్మేట్ట లో ఆయిల్ ఫెడ్ 300 కోట్లతో నిర్మాణం చేసిన పామాయిల్ ఫ్యాక్టరీ పరిశీలించారు. ట్రయల్ రన్ విజయవంతం కావడంతో అధికారులను సిబ్బందిని అభినందించారు. ఈ సందర్భంగా - మిగతా3లో

విదేశాలపై ఆధారపడటమే ప్రధాన శత్రువు

- హెచ్1బీ వీసా ఫీజు పెంపు వేళ మోదీ కీలక వ్యాఖ్యలు
- 'నేడు భారత్ "విశ్వబంధు" స్ఫూర్తితో ముందుకుసాగుతోంది
- ప్రపంచంలో మనకు ప్రధాన శత్రువులు ఎవరూ లేరు
- మన అతిపెద్ద శత్రువు ఇతరదేశాలపై ఆధారపడటమే. దీన్ని మనం ఓడించాలి
- విదేశాలపై ఎక్కువగా ఆధారపడితే.. దేశ అభివృద్ధి విఫలమవుతుంది
- కాంగ్రెస్ విధానాలతో యువతకు హాని

మహిళలకు వడ్డీ లేని రుణాలు

- ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క
- కోటి మంది మహిళలను కోటీశ్వరులు చేయాలనే ప్రణాళికతో ముందుకెళు ్తన్నాం
- సంవత్సరానికి 20 వేల కోట్ల రూపాయలు మహిళా సంఘాలకు వడ్డీ లేని రుణాలు ఇస్తామంటే అందరూ నవ్వారు
- మొదటి సంవత్సరంలోనే 21 వేల కోట్ల రూపాయల వడ్డీ లేని రుణాలు ఇచ్చాం.
- హైదరాబాద్ లో 50,764

రేవంత్‌రెడ్డికి కిషన్‌రెడ్డి ఫోబియా

- "విద్యా వ్యవస్థ పూర్తిగా దుర్భర పరిస్థితుల్లోకి వెళ్లింది
- రేవంత్ రెడ్డికి దిల్లీకి వెళ్లడమే సరిపోతోంది
- శ్యామ్ పిట్రోడా ట్రైనింగ్ ఇవ్వడం వల్లే రాహుల్ గాంధీ అలా తయారయ్యారు

మత్స్యకారుల సమస్యలకు పరిష్కారం చూపిస్తాం

- ఇది టీవీకే ప్రధాన అజెండా కూడా
- విజయ్ సంచలన వ్యాఖ్యలు
- ఎల్‌టీటీఈ అధినేత వేలుపిళ్లై ప్రభాకరన్‌పై తీవ్రస్థాయిలో ప్రశంసలు
- "ఈళం తమిళులు మన సంతతి వాళ్లు
- వాళ్లు శ్రీలంకలో ఉన్నా.. ప్రపంచంలో ఏమూల ఉన్నా సరే..
- తమ నాయకుడ్ని కోల్పోయిన బాధలో ఉండి ఉంటారు.
- "మేం డీఎంకేలా ప్రభుత్వంలా సుదీర్ఘమైన లేఖలు రాసి.. ఆపై మౌనంగా ఉండిపోం

ఆరోగ్య శ్రీ సేవలపై డోలాయామానం

- ఆస్పత్రుల మాటొకటి... సర్కారీ మరొకటి
- ప్రవేటు ఆసుపత్రులలో ఆరోగ్యశ్రీ సేవలు నిలిపివేయడంపై రోగులు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు.
- కొన్ని ఆసుపత్రులలో సేవలు కొనసాగిస్తూ, వేరేవాటిలో మాత్రం సేవలు నిలివేవడం ఏంటని ప్రశ్నిస్తున్నారు.
- విభిన్న ప్రకటనల ద్వారా ఆరోగ్యశ్రీ సేవల విషయంలో సందిగ్ధం

అందరికీ వైద్యం — రాజీవ్ ఆరోగ్యశ్రీ

హైదరాబాద్

తెలంగాణలో 1400 కోట్ల రూపాయల పెండింగ్ బకాయిలు వెంటనే చెల్లించడంతోపాటు ఆసుపత్రిలో సేవల ధరలు 20శాతం పెంచాలని డిమాండ్ చేస్తూ గత రెండు రోజులుగా ఆరోగ్యశ్రీ నెట్ వర్క్ ఆసుపత్రులు సేవలు నిలివేస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. అయితే తాజాగా జరుగుతున్న పరిణామాలు రోగులను అయోమయంలో పడేస్తున్నాయి. ప్రవేటు ఆసుపత్రులలో ఆరోగ్యశ్రీ సేవలు నిలిపివేయడంపై రోగులు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. కొన్ని ఆసుపత్రులలో సేవలు కొనసాగిస్తూ, వేరేవాటిలో మాత్రం సేవలు నిలివేవడం - మిగతా3లో

అమెరికాకే ఊపిరాడదు.. భారత్‌కు టర్బోఛార్జ్

- వీసా ఫీజుపై అమితాబ్ కాంత్
- "ట్రంప్ విధించిన లక్ష డాలర్ల హెచ్-1బీ వీసా ఫీజు యూఎస్ ఆవిష్కరణలకు ఊపిరాడకుండా చేస్తుంది.
- భారతదేశంలో అత్యుత్తమ వైద్యులు, ఇంజినీర్లు, శాస్త్రవేత్తలు, ఆవిష్కర్తలు వికసిత్ భారత్ దిశగా దేశ పురోగతికి దోహదం చేసే అవకాశం ఉంది
- అమెరికాకు నష్టం కలిగించే ఈ నిర్ణయం భారత్‌కు లాభం చేకూర్చనుంది"

60 రోజుల్లో దేశం విడిచి వెళ్లండి

- సిరియా వలసదారులకు అమెరికా ఆదేశం
- సిరియా వలసదారులకు కల్పిస్తున్న తాత్కాలిక రక్షణ హోదాను రద్దు
- 2012 నుంచి దాదాపు 6 వేలకు పైగా సిరియా వలసదారులు ఈ రక్షణ పొందుతున్నట్లు అంచనా.
- లేదంటే అరెస్టులు చేస్తామని హెచ్చరిక

ప్రజా పక్షం.. ప్రజా గొంతు..
జయ జయహే సూర్యోదయం
https://suryodhayam.com/
https://epaper.suryodhayam.com/
MANA SHOW
ఆదివారం 21 సెప్టెంబర్ 2025

విదేశాలపై ఆధారపడటమే ప్రధాన శత్రువు

గాంధీనగర్: ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ శనివారం గుజరాత్‌లో పర్యటించారు. ఈసందర్భంగా అక్కడ నిర్వహించిన బహిరంగ సభలో మాట్లాడుతూ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. మనకు ప్రధాన శత్రువులు ఎవరూ లేరని, కానీ.. విదేశాలపై ఆధారపడటమే మన ప్రధాన శత్రువు అని వ్యాఖ్యానించారు. హెచ్-1బీ వీసాల దరఖాస్తు రుసుమును అమెరికా లక్ష డాలర్లకు పెంచుతున్నట్లు ప్రకటించిన సంగతి తెలిసిందే. ఈక్రమంలో మోదీ వ్యాఖ్యలు ప్రాధాన్యం సంతరించుకున్నాయి.

'నేడు భారత్ "విశ్వబంధు" స్ఫూర్తితో ముందుకుసాగుతోంది. ప్రపంచంలో మనకు ప్రధాన శత్రువులు ఎవరూ లేరు. మన అతిపెద్ద శత్రువు ఇతరదేశాలపై ఆధారపడటమే. దీన్ని మనం ఓడించాలి. విదేశాలపై ఎక్కువగా ఆధారపడితే.. దేశ అభివృద్ధి విఫలమవుతుంది. ప్రపంచ శాంతి, స్థిరత్వం, శ్రేయస్సు కోసం అత్యధిక జనాభా కలిగిన దేశం ఆత్మనిర్భర్‌గా మారాలి. ఇతరులపై ఆధారపడితే మన ఆత్మగౌరవం దెబ్బతింటుంది. భారతదేశ అభివృద్ధిని, భావితరాలను పణంగా పెట్టలేం' అని మోదీ పేర్కొన్నారు.

ఈసందర్భంగా దేశం భరించాల్సిన నష్టాల్లో షిప్పింగ్ రంగం ఒకటని మోదీ పేర్కొన్నారు. 50 ఏళ్ల క్రితం మన దేశంలో తయారుచేసిన నౌకలనే మనం ఉపయోగించుకొనేవాళ్లమన్నారు. కానీ, కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి వచ్చిన తరువాత ఆ రంగం పూర్తిగా నాశనమైందని ఆరోపించారు. వారి ప్రభుత్వ హయాంలో స్వదేశంలో నౌకల తయారీపై దృష్టిపెట్టకుండా విదేశీ నౌకలకు అద్దెలు చెల్లించేందుకే ప్రాధాన్యం ఇచ్చారని విమర్శించారు. అందువల్లే ఇప్పటికీ మన వాణిజ్యంలో 90 శాతం విదేశీ నౌకల పైనే ఆధారపడుతున్నామన్నారు. ఇందుకుగాను మనం ఏటా రూ.6 లక్షల కోట్లు

చెల్లిస్తున్నామని వెల్లడించారు. ఇది దేశ రక్షణ బడ్జెట్ కంటే ఎక్కువన్నారు. దీనికి ముందు భావ్‌నగర్‌లో రూ.34,200 కోట్లకు పైగా విలువైన ప్రాజెక్టులను మోదీ ప్రారంభించారు.

కాంగ్రెస్ విధానాలతో యువతకు హాని

'భారతదేశంలో సామర్థ్యానికి ఎప్పుడూ కొరత లేదు. అయితే కాంగ్రెస్ దేశ సామర్థ్యాన్ని విస్మరించింది. అందుకే స్వాతంత్ర్యం వచ్చిన ఆరు నుండి ఏడు దశాబ్దాల తర్వాత కూడా భారతదేశం నిజంగా దక్కించుకోవలసినది సాధించలేకపోయింది. దీనికి రెండు ప్రధాన కారణాలు ఉన్నాయి.. చాలా కాలం పాటు కాంగ్రెస్ దేశాన్ని లైసెన్స్ రాజ్‌లో బంధించి, ప్రపంచ మార్కెట్ల నుండి ఒంటరిగా ఉంచింది. తరువాత.. ప్రపంచీకరణ యుగం ప్రారంభమైనప్పుడు కాంగ్రెస్ కేవలం దిగుమతుల మార్గాన్ని అనుసరించింది. అప్పుడు కూడా వేల కోట్ల విలువైన కుంభకోణాలకు పాల్పడింది. ఇటువంటి విధానాలతో కాంగ్రెస్ మన దేశ యువతకు తీవ్ర హాని కలిగించింది' అని ప్రధాని మోదీ అన్నారు. ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ శనివారం తన సొంత రాష్ట్రం గుజరాత్‌లో 'సముద్ర సే సమృద్ధి' కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. గుజరాత్‌లో మౌలిక సదుపాయాలు, సముద్ర రంగాన్ని మెరుగుపరచడంపై దృష్టి పెట్టి రూ.34,200 కోట్లకు పైగా వివిధ అభివృద్ధి ప్రాజెక్టులను ప్రధానమంత్రి ప్రారంభించారు. ప్రధానమంత్రి భావ్‌నగర్‌లో జరిగిన సభలో ప్రసంగించారు. 'నా పుట్టినరోజున శుభాకాంక్షలు పంపిన దేశవిదేశీయులందరికీ కృతజ్ఞతలు. విశ్వకర్మ జయంతి నుండి గాంధీ జయంతి వరకు, దేశవ్యాప్తంగా సేవా పఖ్వాడాను జరుపుకుంటున్నారు. గత మూడు రోజుల్లో సేవా పఖ్వాడా కింద పలు కార్యక్రమాలు జరిగాయి. గుజరాత్‌లో ఇప్పటివరకు రక్తదాన శిబిరాల్లో లక్ష మంది రక్తదానం చేశారు. అనేక నగరాల్లో పరిశుభ్రత కార్యక్రమాలు చేపట్టారు. రాష్ట్రంలో 30 వేలకు మించిన ఆరోగ్య శిబిరాలు నిర్వహించారు. నవరాత్రి పండుగ ప్రారంభం కానున్న సమయంలో నేను భావ్‌నగర్‌కు వచ్చాను. ఈసారి జీఎస్‌టీ తగ్గింపు కారణంగా మార్కెట్లు మరింత ఉత్సాహంగా ఉంటాయని భావిస్తున్నాను. ఈ పండుగ వాతావరణంలోమనం 'సముద్ర సే సమృద్ధి' పండుగను జరుపుకుంటున్నాం. నేడు భారతదేశం 'విశ్వబంధు' స్ఫూర్తితో ముందుకు సాగుతోంది. ప్రపంచంలో మనకు ప్రధాన శత్రువు ఎవరూ లేరు. మన అతిపెద్ద శత్రువు ఇతర దేశాలపై ఆధారపడాల్సి రావడం. ఇదే మన అతిపెద్ద శత్రువు, ఈ శత్రువును మనం ఓడించాలి. విదేశాలపై ఆధారపడటం ఎంత ఎక్కువగా ఉంటే, దేశం అంతగా వైఫల్యం చెందుతుంది. . ప్రపంచ శాంతి, స్థిరత్వం, శ్రేయస్సు కోసం ప్రపంచంలోనే అత్యధిక జనాభా కలిగిన మన దేశం ఆత్మనిర్భర్ భారత్‌గా మారాలి' అని ప్రధాని మోదీ తన ప్రసంగంలో పేర్కొన్నారు.

మత్స్యకారుల సమస్యలకు పరిష్కారం చూపిస్తాం

కోలీవుడ్ అగ్ర నటుడు, తమిళగ వెట్రి కగళం అధినేత విజయ్ చేసిన వ్యాఖ్యలు తమిళనాట రాజకీయ దుమారం రేపుతున్నాయి. ఎల్‌టీటీఐ అధినేత వేలుపిళ్లై ప్రభాకరన్‌పై తీవ్రస్థాయిలో ప్రశంసలు గుప్పించారాయన. మాజీ ప్రధాని రాజీవ్ గాంధీ హత్యలో ప్రభాకరన్ మాస్టర్ మైండ్ అన్న విషయం తెలిసిందే.

వచ్చే ఏడాది జరగబోయే అసెంబ్లీ ఎన్నికల దృష్ట్యా విజయ్ ప్రస్తుతం రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ప్రచార యాత్రలో పాల్గొంటున్నారు. ఈ క్రమంలో శనివారం నాగపట్టణంలో జరిగిన టీవీకే ప్రచార సభలో విజయ్ భావోద్వేగంగా ప్రసంగించారు. "ఈళం తమిళులు మన సంతతి వాళ్లు. వాళ్లు శ్రీలంకలో ఉన్నా.. ప్రపంచంలో ఏమూల ఉన్నా సరే.. తమ నాయకుడ్ని కోల్పోయిన బాధలో ఉండి ఉంటారు. ఆయన(ప్రభాకరన్‌ను ఉద్దేశించి..) వాళ్లకు తల్లి లాంటి ప్రేమను పంచారు. శ్రీలంక తమిళుల కోసం మనం గొంతెత్తడం మన బాధ్యత" అని ప్రసంగించారు.

నాగపట్టణం శ్రీలంక సమీపంలో ఉండడం.. ఈళం తమిళుల సమస్య కారణంగా మత్స్యకారుల జీవనోపాధి తీవ్రంగా ప్రభావితం కావడం వల్ల విజయ్ ఈ వ్యాఖ్యలు చేసినట్లు స్పష్టమవుతోంది. అదే సమయంలో మత్స్యకారుల సమస్యలపైనా ఆయన మాట్లాడారు. "మేం డీఎంకేలా ప్రభుత్వంలా సుదీర్ఘమైన లేఖలు రాసి.. ఆపై మౌనంగా ఉండిపోం. మత్స్యకారుల సమస్యలకు పరిష్కారం చూపిస్తాం. ఇది టీవీకే ప్రధాన అజెండా కూడా అని అన్నారు. మత్స్యకారుల జీవితాలు ఎంత ముఖ్యమో.. ఈలమ్ తమిళుల జీవితాలు కూడా మాకు అంతే ముఖ్యం అని అన్నారాయన.

అయితే శ్రీలంక తమిళులకు విజయ్ మద్దతు ప్రకటించడం ఇదేం తొలిసారి కాదు. శ్రీలంక అంతర్యుద్ధ (2008 చివరి నుంచి 2009 మే వరకు) సమయంలో ఉత్తర శ్రీలంకలోని ముల్లివాయ్క్కాల్ ప్రాంతంలో సైన్యం చేతిలో తమిళులు ఊచకోతకు గురికావడం తీవ్ర దుమారం రేపింది. దీనికి

నిరసగా చెన్నైలో జరిగిన నిరాహార దీక్ష కార్యక్రమంలో విజయ్ పాల్గొని శ్రీలంక తమిళులకు సంఘీభావం ప్రకటించారు. అయితే ఆ సమయంలో శ్రీలంక తమిళులకు మద్దతు ఇవ్వడం అంటే ఎల్‌టీటీఈకి మద్దతు ఇచ్చినట్లు కాదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. కానీ.. గతంలో కరుణానిధి సహా తమిళనాడుకు చెందిన ఏ రాజకీయ నేత కూడా నేరుగా ప్రభాకరన్‌పై ఈ స్థాయిలో ప్రశంసలు గుప్పించిన దాఖలాలు లేవు. ప్రభాకరన్‌ను తాను ఉగ్రవాదిగా చూడడని.. అయితే ఈళం తమిళుల కోసం ఎల్‌టీటీఈ లక్ష్యాలు గొప్పవే అయినా.. ఆచరించే పద్దతులు సరికావంటూ కరుణానిధి బహిరంగంగానే చెబుతుండేవారు. అలాంటి విజయ్ ఇప్పుడు బహిరంగంగా ప్రభాకరన్‌పై చేసిన వ్యాఖ్యలు హాట్ టాపిక్‌గా మారాయి.

విజయ్ వ్యాఖ్యలపై కాంగ్రెస్ రియాక్షన్

విజయ్ వ్యాఖ్యలను కాంగ్రెస్ పార్టీ తీవ్రంగా ఖండించింది. కాంగ్రెస్ సీనియర్ నేత మాణికం ఠాగూర్ స్పందిస్తూ.. ప్రభాకరన్ %ాుజు% అధినేతగా, భారత మాజీ ప్రధాని రాజీవ్ గాంధీ హత్యకు కుట్ర పన్నిన వ్యక్తి అనే విషయం గుర్తుంచుకోవాలి. అలాంటి వ్యక్తిని పొగడటం భారత ప్రజల భావోద్వేగాలను దెబ్బతీయడమే. పైగా ఎల్టీటీఈపై భారత ప్రభుత్వ నిషేధం ఉంది. అలాంటప్పుడు ఆ గ్రూప్ అధినేతను పొగడడం చట్టపరంగా, నైతికంగా అనుచితం అని మాణికం ఠాగూర్ అన్నారు.

ఎల్‌టీటీఈ ప్రస్థానం

(లిబరేషన్ టైగర్స్ ఆఫ్ తమిళ ఈళం) అనేది 1976లో స్థాపితమైన ఒక సాయుధ సంస్థ. శ్రీలంకలో స్వతంత్ర తమిళ ఈళం ప్రాంతం కోసం దశాబ్దాల పాటు పోరాటం చేసింది. ఫలితంగా ఆ సంస్థకు, సైన్యానికి మధ్య జరిగిన అంతర్యుద్ధంలో వేలాది శరణార్థులుగా భారత్‌కు వచ్చారు. అయితే.. ఆ సమయంలో భారత ప్రధానిగా ఉన్న రాజీవ్ గాంధీ ఇండియన్ పీస్ కీపింగ్ ఫోర్స్ (%ఖాఖఖీ%) పేరిట సైన్యాన్ని శ్రీలంకకు పంపించారు. మూడేళ్లపాటు అది ఆ సాయుధ సంస్థతో యుద్ధం చేసి 1990లో భారత్‌కు తిరిగి వచ్చేసింది. అయితే.. ఈ చర్యను ద్రోహంగా భావించిన ఎల్‌టీటీఐ ప్రతీకారం కోసం ఎదురు చూసింది.

1991లో శ్రీపెరంబుదూర్‌లో ఎన్నికల ప్రచారం కోసం వెళ్లిన రాజీవ్ గాంధీ.. మానవ బాంబు జరిపిన ఆత్మాహుతి దాడిలో మరణించారు. ఈ ఘటన తర్వాత అప్పటి భారత ప్రభుత్వం ఎల్‌టీటీఈని నిషేధించింది. భారత మాజీ ప్రధాని రాజీవ్ గాంధీ హత్యకు %ాుజు% అధినేత వేలుపిళ్లై ప్రభాకరన్ మరియు ఆయన ఇంటెలిజెన్స్ చీఫ్ పొట్టు అమ్మన్ కలిసి కుట్ర పన్నినట్లు ఆరోపణలు వెల్లువెత్తాయి. అయితే.. రాజీవ్ గాంధీని తామే హతమార్చినట్లు ఎల్‌టీటీఈ ఏనాడూ అధికారికంగా ఒప్పుకోలేదు. అలాగని ఖండించనూ లేదు. చివరకు 2009లో శ్రీలంక సైన్యం చేతిలో ఎల్‌టీటీఈ ఓడిపోవడమే కాకుండా.. ఆ గ్రూప్ అధినేత వేలుపిళ్లై ప్రభాకరన్ హతమయ్యారు. అప్పటితో %ాుజు% అంతరించిపోయింది.

అమెరికాకే ఊపిరాడదు.. భారత్‌కు టర్బోఛార్జ్

ఇంటర్నెట్‌డెస్క్: హెచ్-1బీ వీసాల దరఖాస్తు రుసుమును లక్ష డాలర్లకు పెంచుతూ డొనాల్డ్ ట్రంప్ యంత్రాంగం నిర్ణయం తీసుకున్న సంగతి తెలిసిందే. దీనిపై నీతి ఆయోగ్ మాజీ సీఈఓ అమితాబ్ కాంత్ స్పందించారు. ఆ చర్య అమెరికానే ఉక్కిరిబిక్కిరి చేస్తుందని వ్యాఖ్యానించారు. "ట్రంప్ విధించిన లక్ష డాలర్ల హెచ్-1బీ వీసా ఫీజు యూఎస్ ఆవిష్కరణలకు ఊపిరాడకుండా చేస్తుంది. భారతదేశాన్ని టర్బోఛార్జ్ చేస్తుంది. ప్రపంచస్థాయి ప్రతిభకు తలుపులు మూసేయడం వల్ల అమెరికాలో ఏర్పడాల్సిన ల్యాబ్స్, పేటెంట్లు, ఆవిష్కరణలు, స్టార్టప్‌లు బెంగళూరు, హైదరాబాద్, పుణె, గురుగ్రామ్‌కు వచ్చేస్తాయి. దాంతో భారతదేశంలో అత్యుత్తమ వైద్యులు, ఇంజినీర్లు, శాస్త్రవేత్తలు, ఆవిష్కర్తలు వికసిత్ భారత్ దిశగా దేశ పురోగతికి దోహదం చేసే అవకాశం ఉంది. అమెరికాకు నష్టం కలిగించే ఈ నిర్ణయం భారత్‌కు లాభం చేకూర్చనుంది" అని అమితాబ్‌కాంత్ ఎక్స్ వేదికగా పోస్టు పెట్టారు. మన దేశానికి మేలు చేకూర్చుతుందని ఆశాభావం వ్యక్తంచేశారు.

ట్రంప్ చర్యను ఖండిస్తోన్న యూఎస్ ప్రముఖులు..

ఇదొక నిర్లక్ష్యపూరిత ప్రయత్నం. మన శ్రామికశక్తిని ఎంతోకాలంగా బలోపేతం చేసిన, ఆవిష్కరణలకు దోహదం చేసిన, లక్షలాది మంది అమెరికన్లకు ఉపాధి కల్పించే పరిశ్రమలను ఏర్పాటుచేయడంలో సహాయపడిన అధిక

నైపుణ్యం కలిగిన కార్మికులను అమెరికా నుంచి దూరం చేయడమే అవుతోంది.. యూఎస్ కాంగ్రెస్ సభ్యుడు రాజా కృష్ణమూర్తి

హెచ్-1బీ ప్రోగ్రామ్ అనేది ఆవిష్కరణలకు ప్రాణాధారం. దానిద్వారా ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న టాలెంట్‌ను అమెరికా ఆకర్షిస్తోంది. ఈ ఫీజు వల్ల ఇకపై అడ్డంకులు ఎదురుకానున్నాయి. భిన్నమైన టాలెంట్ ఆధారంగా నడిచే చిన్న వ్యాపారాలు, స్టార్టప్‌లను అణచివేస్తుంది. ఆర్థికవ్యవస్థ దూసుకెళ్లేందుకు ఉపకరించే నిపుణులను దూరం చేస్తుంది..అజయ్ భుటోరియా, జోబైడెన్ మాజీ సలహాదారు

ఈ నిర్ణయం దురదృష్టకరమని పలువురు నిపుణులు ఆందోళన వ్యక్తంచేస్తున్నారు. సాఫ్ట్‌వేర్, టెక్ పరిశ్రమకు నష్టం చేకూర్చనుందని అంచనా వేస్తున్నారు. స్టెమ్ కోర్సు ద్వారా యూఎస్ (%ఖూూ%) విద్యాభ్యాసం చేసినవారిపై ఇప్పటికే ఏఐ, టారిఫ్‌లు ప్రభావం చూపుతుండగా, ఈ ఫీజు పెనుభారం కానుందని చెప్తున్నారు. ఇకపై అమెరికా వేదికగా పనిచేస్తున్న కంపెనీలు విదేశీ నిపుణులను నియమించుకునేందుకు జారీ చేసే ఒక్కో వీసాపై ఏడాదికి లక్ష డాలర్లు చెల్లించాల్సి వస్తుంది. దాంతో ఆ సంస్థలు వారిని నియమించుకునేందుకు మొగ్గు చూపకపోవచ్చని తెలుస్తోంది

మణిపూర్ రాజధాని ఇంపాల్‌లో దారుణం

ఇంపాల్ : మణిపూర్ రాజధాని ఇంపాల్‌లో దారుణం ఘటన వెలుగు చూసింది. అస్సాం రైఫిల్స్‌కు చెందిన వాహనంపై కొందరు గుర్తుతెలియన వ్యక్తులు కాల్పులకు పాల్పడ్డారు. ఈ కాల్పుల్లో ఇద్దరు జవాన్లు మరణించగా, మరో ఐదుగురు గాయపడ్డారు. వివరాల్లోకి వెళ్తే.. ఇంఫాల్ నుంచి బిష్ణుపూర్‌కు శుక్రవారం సాయంత్రం పారామిలిటరీ దళాల 407 టాటా వాహనం బయల్దేరాయి. వారు ప్రయాణిస్తున్న వాహనం నంబోల్ సబెల్ లీకాయ్ ప్రాంతంలోకి రాగానే కొందరు గుర్తు తెలియని ముష్కరులు సైనికుల వాహనంపై కాల్పులు జరపడం స్టార్ట్ చేశారు. తమ దగ్గర ఉన్న తుపాకులతో కాల్పులకు తెగబడ్డారు. ఈ ముష్కరుల దాడిలో సుమారు అస్సాం రైఫిల్స్‌కు చెందిన ఇద్దరు సిబ్బంది అమరులయ్యారు. మరో ఐదుగురు గాయపడ్డారు. సమాచారం అందుకున్న అధికారులు వెంటనే ఘటనా స్థలానికి చేరుకొని గాయపడిన వారిని ఇంఫాల్‌లోని రీజినల్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ మెడికల్ సైన్సెస్ (ఖీఎఓూ)కి తరలించారు. ప్రస్తుతం వారికి అక్కడ చికిత్స అందిస్తున్నారు. ఈ విషయాన్ని భారత సైన్యం ఒక అధికారిక ప్రకటన ద్వారా వెల్లడించింది.అయితే ప్రస్తుతానికి, ఈ దాడికి బాధ్యత వహిస్తున్నట్లు ఏ ఉగ్రవాద సంస్థ ప్రకటించలేదు. సైనికులపై ఈ దాడికి పాల్పడిన సాయుధ వ్యక్తులను పట్టుకోవడానికి ఆర్మీ అధికారులు గాలింపు చర్యలు చేపట్టారు. మరోవైపు ఈ ఘటనపై మణిపూర్ గవర్నర్ అజయ్ కుమార్ భల్లా స్పందించారు. ఆయన ఈ దాడిని ఖండిస్తూ, విధి నిర్వహణలో మరణించిన సైనికుల కుటుంబాలకు తన ప్రగాఢ సంతాపాన్ని వ్యక్తం చేశారు. ఈ సంఘటనలో గాయపడిన వారు త్వరగా కోలుకోవాలని ఆయన ఆకాంక్షించారు.

అలాంటి ట్రాప్‌లో పడొద్దు

ఇంటర్నెట్‌డెస్క్: ఉద్యోగాలు ఇప్పిస్తామని ఆశపెట్టి.. భారతీయ పౌరులను ఇరాన్ తీసుకెళ్లి కిడ్నాప్ చేసిన ఘటనలు ఇటీవల వెలుగులోకి వచ్చిన సంగతి తెలిసిందే. తాజాగా వీటిపై భారత విదేశాంగశాఖ స్పందించింది. అలాంటి ట్రాప్‌లలో పడొద్దని హెచ్చరికలు జారీ చేసింది. 'భారతీయ పౌరులకు ఉద్యోగం ఇప్పిస్తామని, ఇరాన్ వెళ్లమని.. ప్రలోభాలకు గురిచేసిన కేసులు ఇటీవల కొన్ని వెలుగు చూశాయి. ఇరాన్‌కు చేరుకున్నాక వారిని క్రిమినల్ ముఠాలు కిడ్నాప్ చేశాయి. వారిని విడుదల చేయాలంటే డబ్బులు ఇవ్వాలని బాధిత కుటుంబాలను డిమాండ్ చేస్తున్నాయి. ఇలాంటి ఉద్యోగ ఆఫర్ల విషయంలో కచ్చితమైన అప్రమత్తత పాటించాలని భారతీయులను కోరుతున్నాం. పర్యాటక ప్రయోజనాల కోసం మాత్రమే ఇరాన్ ప్రభుత్వం భారతీయులకు వీసా రహిత ప్రవేశాన్ని అనుమతిస్తోందనే విషయాన్ని గమనించాలి. ఉపాధి లేదా ఇతర ప్రయోజనాల కోసం ఇరాన్ వెళ్లాలని సూచించే ఏజెంట్‌లు క్రిమినల్ ముఠాలతో కుమ్మక్కై ఉండవచ్చు. కాబట్టి వారి ట్రాప్‌లో పడకుండా.. అప్రమత్తంగా ఉండాలని కోరుతున్నాం' అని విదేశాంగశాఖ ప్రతినిధి రణధీర్ జైశ్వాల్ హెచ్చరించారు.

ఐరాసలో పాక్ సింధు జలాల ప్రస్థావన.. గట్టిగా బుద్ధి చెప్పిన భారత్

ఆస్ట్రేలియాలో ఉద్యోగం వస్తుందనే ఆశతో వెళ్లిన కేరళకు చెందిన ఓ వ్యక్తిని ఇరాన్‌లో ఓ ముఠా కిడ్నాప్ చేసిన సంగతి తెలిసిందే. హరియాణాలో ఇమిగ్రేషన్ సేవలు అందిస్తున్నట్లు అమన్ అనే వ్యక్తి కేరళకు చెందిన హిమాన్షు మాథుర్‌కు పరిచయమయ్యాడు. ఆస్ట్రేలియాలో ఉద్యోగం ఇప్పిస్తానని నమ్మించి.. కొంత డబ్బు తీసుకొని ఇరాన్ తీసుకెళ్లాడు. అక్కడ ఓ గ్యాంగ్ వీరిని కిడ్నాప్ చేసింది. అమన్ కూడా ఆ గ్యాంగ్‌లో భాగమేనని పోలీసులు తెలిపారు. ఆ తర్వాత మాథుర్ కుటుంబానికి కిడ్నాపర్‌లు ఫోన్ చేసి రూ.కోటి డిమాండ్ చేయగా.. చివరకు రూ.20 లక్షలు తీసుకొని విడుదల చేశారు. అంతకుముందు కూడా ముగ్గురు భారతీయ యువకులు టెహ్రాన్‌లో ఇలానే కిడ్నాప్‌కు గురయ్యారు. ఉద్యోగం కోసం ఏజెంట్ల సాయంతో దిల్లీ మీదుగా ఆస్ట్రేలియాకు బయలుదేరిన యువకులను ఇరాన్‌లో ఓ ముఠా వారిని కిడ్నాప్ చేసి డబ్బులు డిమాండ్ చేసింది. ఇరాన్‌లోని భారత రాయబార కార్యాలయం అక్కడి పోలీసుల సాయంతో బందీలుగా ఉన్న యువకులను విడిపించారు.

ఉగ్రవాద కుట్ర భగ్నం

శ్రీనగర్: జమ్ముకశ్మీర్‌లో ఉగ్రవాద కుట్రను భద్రతా దళాలు భగ్నం చేశాయి. చైనా గ్రెనేడ్లతోపాటు పలు ఆయుధాలను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. పూంచ్ సెక్టార్‌లోని ఒక చోట ఆయుధాలున్నట్లు నిఘా సమాచారం అందింది. దీంతో భద్రతా దళాలు సెర్చ్ ఆపరేషన్ చేపట్టారు. 20 చైనా హ్యాండ్ గ్రెనేడ్‌లతో సహా పలు ఆయుధాలను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. ఉగ్రవాద కార్యకలాపాల కోసం తరలించేందుకు వాటిని అక్కడ దాచినట్లు భద్రతా సిబ్బంది అనుమానం వ్యక్తం చేశారు. సకాలంలో వీటిని గుర్తించి స్వాధీనం చేసుకోవడంతో ఉగ్రవాద కుట్రను భగ్నం చేసినట్లు అధికారులు తెలిపారు. కాగా, కశ్మీర్‌లోని ఏడు జిల్లాలైన శ్రీనగర్, బారాముల్లా, అనంత్‌నాగ్, కుప్వారా, హంద్వారా, పుల్వామా, షోపియన్‌లో జమ్ముకశ్మీర్ పోలీసులు, కౌంటర్ ఇంటెలిజెన్స్ సిబ్బంది కలిసి సోదాలు నిర్వహించారు. ఉగ్రవాద నేరాలకు సంబంధించిన డిజిటల్ పరికరాలతోపాటు పత్రాలను స్వాధీనం చేసుకున్నారు.

60 రోజుల్లో దేశం విడిచి వెళ్లండి

ఇప్పటికే అక్రమ వలసదారులపై కఠినంగా వ్యవహరిస్తున్న అమెరికా సిరియన్ వలసదారులకు సంబంధించి కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. సిరియా వలసదారులకు కల్పిస్తున్న తాత్కాలిక రక్షణ హోదాను రద్దు చేస్తున్నట్లు ప్రకటించింది. తాత్కాలిక రక్షణ హోదా కింద రక్షణ పొందుతున్న వారంతా 60 రోజుల్లోగా దేశం విడిచి వెళ్లిపోవాలని ఆదేశించింది. లేదంటే అరెస్టులు చేస్తామని హెచ్చరించింది. కాగా వేల మంది సిరియన్ పౌరులు తాత్కాలిక రక్షణ హోదా కింద అమెరికాలో నివసిస్తున్నారు. 2012 నుంచి దాదాపు 6 వేలకు పైగా సిరియా వలసదారులు ఈ రక్షణ పొందుతున్నట్లు అంచనా. ఈ క్రమంలో వారి బహిష్కరణపై అమెరికా కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. అక్కడ నెలకొన్న పరిస్థితులు వారిని తిరిగి స్వదేశానికి వెళ్లకుండా నిరోధించలేవని డిపార్ట్‌మెంట్ ఆఫ్ హోమ్‌ల్యాండ్ సెక్యూరిటీ అధికార ప్రతినిధి ట్రిసియా మెక్లాఫ్లిన్ వ్యాఖ్యానించారు. సుమారు రెండు దశాబ్దాలుగా ఉగ్రవాదం, ఉగ్రకార్యకలాపాలకు సిరియా కేంద్రంగా మారిందని, తమ దేశ ప్రయోజనాలకు విరుద్ధంగా అక్కడి వారిని తమ దేశంలో ఉండేందుకు అనుమతించడం కుదరదని ట్రిసియా పేర్కొన్నారు. 60 రోజుల గడువులోగా స్వచ్ఛందంగా దేశం వీడాలని, లేదంటే సంబంధిత చట్టాల కింద అరెస్టు, డిపోర్టేషన్ చేస్తామని వార్నింగ్ ఇచ్చారు.

ప్రజా పక్షం.. ప్రజా గొంతు..
జయ జయహే సూర్యోదయం
https://suryodhayam.com/
https://epaper.suryodhayam.com/
MANA SHOW
ఆదివారం 21 సెప్టెంబర్ 2025

ఆరోగ్య శ్రీ సేవలపై డోలాయామానం

-మొదటిపేజీ తరువాయి

ఏంటని ప్రశ్నిస్తున్నారు. ఇదిలా ఉంటే ఆరోగ్యశ్రీ సేవలపై ప్రభుత్వం స్పందిస్తూ కేవలం 13శాతం ఆసుపత్రులలో మాత్రమే ఆరోగ్య శ్రీ సేవలు నిలిచిపోయాయని, మిగతా ఆసుపత్రులలో ఆరోగ్యశ్రీ వైద్యం అందుతోందని అంటోంది. ఇలా విభిన్న ప్రకటనల ద్వారా ఆరోగ్యశ్రీ సేవల విషయంలో సందిగ్ధం నెలకొంది.వైఎస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి సీఎంగా ఉన్నప్పుడు 2008లో ఆరోగ్యశ్రీ పథకం అమల్లోకి వచ్చింది. పేదలకు మెరుగైన కార్పొరేట్ వైద్యం ఉచితంగా అందిచాలనే లక్ష్యంతో మొదలైన ఈ పథకం తరువాతి కాలంలో ఎన్నో ఒడిదుడుకులు ఎదుర్కొంది, నేటికీ ఎదుర్కొంటూనే ఉంది. వైఎస్ ఎంతో ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకున్న ఆరోగ్యశ్రీ పథకం ఆయన మరణం తరువాత రోశయ్య హాయంలో కొంతకాలం ఆటంకాలు లేకుండా కొనసాగింది. ప్రవేటు ఆసుపత్రులకు బిల్లులు చెల్లించడం కోసం అప్పట్లో ఈ పథకం కొ?సం ప్రత్యేకంగా గ్రీన్ చానెల్ ఏర్పాటు చేసి మరీ 45 రోజుల్లోపే ప్రవేటు ఆసుపత్రులకు బకాయిలు విడుదల చేసేవారు. అప్పట్లో ఐఏఎస్ అధికారి బాబు ప్రత్యేక చొరవతో ఆసుపత్రులకు ఎటువంటి ఇబ్బందులు రాలేదు. 2014 తరువాత పరిస్దితులు పూర్తిగా మారిపోయాయి. పెరుగుతున్న వేతనాలు, ఆసుపత్రి నిర్వహణ వ్యయం దృష్టిలో పెట్టుకుని ప్రతీ రెండేళ్లకోసారి రివ్యూచేసి , 20శాతం వైద్య సేవల ఖర్చు పెంచాలని ప్రవేటు ఆసుపత్రులు చేసిన వినతిని పరిగణలోకి తీసుకున్న అప్పటి ప్రభుత్వం , ఖచ్చితంగా పెంచుతామని హామీ ఇచ్చింది. అది మొదలు నేటి వరకూ ఒక్కసారి కూడా వైద్యసేవల ఖర్చు పెంపుపై కనీసం రివ్వూ చేసిన దాఖలాలు లేవు. 20శాతం కాదుకదా, పైసా కూడా పెంచిన పరిస్దితి లేదు. తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పడిన తరువాత కేసీఆర్ ముఖ్యమంత్రి హోదాలో ఆరోగ్యశ్రీపై కనీసం ఒక్కటంటే ఒక్క సమీక్ష నిర్వహించలేదని నెట్ వర్క్ ఆసుపత్రులు ఆరోపిస్తున్నాయి. ఏళ్లతరబడి పేరుకుపోయిన నెట్ వర్క్ ఆసుపత్రుల సమస్యలు కనీసం పరిష్కారం దిశగా ఒక్క అడుగు పడలేదంటున్నారు. హరీష్ రావు మంత్రిగా ఉన్న సమయంలో కొంత వరకూ నిధులు విడుదల చేశారు. గత రెండేళ్లుగా పాత బకాయిలు పూర్తిగా చెల్లించడం మానేశారు. ఇలా కర్ణుడి చావుకి వంద కారణాలు అన్నట్లుగా వైఎస్ హాయం తరువాత నెమ్మదిగా ఆరోగ్యశ్రీ తీవ్ర నిర్లక్ష్యానికి గురైయ్యిందనేది వాస్తవం.ఒకప్పుడు 20శాతం ఉచితంతో మొదలైన ఆరోగ్యశ్రీ తరువాత కాలంలో బిపిఎల్ లబ్దిదారులకు 80శాతం ఉచితం వైద్యం అందిస్తున్నాం. ఇలా దాదాపు పూర్తి స్దాయిలో క్రెడిట్ పై వైద్యసేవలు అందించడం, 1400 కో?ట్ల రూపాయలు పెండింగ్ బకాయిలు పేరుకుపోవడంతో దిక్కుతోచని స్దితిలో ఆరోగ్యశ్రీ సేవలు నిలివేస్తున్నామని చెబుతున్నాయి నెట్ వర్క్ ఆసుపత్రులు. రెండు రోజులుగా తెలంగాణలో ఆరోగ్యశ్రీ సేవల నిలిపివేతపై నెట్ వర్క్ ఆసుపత్రులకు తెలంగాణ ప్రభుత్వం స్వీట్ వార్నింగ్ ఇచ్చింది. వైద్యఆరోగ్య శాఖ మంత్రి దామోదర రాజనర్సింహా స్పందిస్తూ, గత ప్రభుత్వం నెలకు 50 కోట్ల రూపాయాలు మాత్రమే నిధులు విడుదల చేసింది, మేము 100 కోట్లు ఇస్తున్నాం. దయచేసి అర్ధం చేసుకోండి. మీకు ఇచ్చిన అవకాశం మిస్ యూజ్ చేసుకోవద్దంటూ చెప్పారు.

ఎల్ అండ్ టీ హైదరాబాద్ మెట్రో నుంచి ఎందుకు వెళ్లిపోతోంది?

హైదరాబాద్ : హైదరాబాద్ నగరంలో దీర్ఘకాలంగా మెట్రో రైల్ ను ఎల్ అండ్ టీ సంస్థ నిర్వహిస్తోంది.. సేవల విషయం లోనూ సమర్ధవంతంగా వ్యవహరిస్తోంది. అయితే అటువంటి సంస్థ మెట్రో రైలు ప్రాజెక్టు నుంచి తప్పుకుంటామని వ్యాఖ్యానించడం సంచలనం కలిగిస్తోంది. దీనికి తోడు ప్రతిపక్ష భారత రాష్ట్ర సమితి కీలక నాయకుడు కేటీఆర్ ముడుపుల వల్లే ఎల్ అండ్ టీ మెట్రో నుంచి వెళ్ళిపోతోందని ఆరోపించారు. దీంతో ఎల్ అండ్ టీ వ్యవహారం రాజకీయంగా సంచలనంగా మారింది..మెట్రో ప్రాజెక్ట్ నుంచి పదేపదే వెళ్ళిపోతామని ఎల్ అండ్ టీ చెబుతుండడం పట్ల రేవంత్ ప్రభుత్వం కూడా సీరియస్ గానే దృష్టి సారించినట్టు తెలుస్తోంది.. పదేపదే వెళ్ళిపోతామని చెబితే.. దానికి తాము సరే అంటామని ప్రభుత్వం చెప్పినట్టు తెలుస్తోంది. మెట్రో రెండో దశ ప్రాజెక్టు ను రాష్ట్ర ప్రభుత్వమే నిర్మించి.. నిర్వహించాలని నిర్ణయించింది. ప్రస్తుతం ఈ పరిణామాలు జరుగుతున్న నేపథ్యంలో మొదటి దశ కూడా తామే నిర్వహిస్తామని ప్రభుత్వం ముందుకు వచ్చినట్టు తెలుస్తోంది.. అప్పులు, వడ్డీలు అధికంగా ఉన్నాయని ఎల్ అండ్ టీ చెబుతుండగా.. ఇచ్చిన ఆస్తులు నిర్వహణ సరిగా లేదని ప్రభుత్వం అసంతృప్తితో ఉంది. అంతర్గతంగాను మెట్రో రైలు నిర్వహణ తనకు ఏమాత్రం ఉపయుక్తంగా లేదని ఎల్ అండ్ టీ అంతర్గతంగా వ్యాఖ్యానించింది. లేఖలు కూడా రాసింది.. మరోవైపు రెండోదశ నిర్మాణానికి సంబంధించి మొదటి విడతలో 24,259 కోట్లు, రెండవ విడుదల 19,450 కోట్లతో ప్రభుత్వమే విస్తరణ చేపడుతుందని ఇటీవల ముఖ్యమంత్రి వ్యాఖ్యానించారు.హైదరాబాదులో మెట్రో డెవలప్మెంట్ అథారిటీ పరిధిలోని అన్ని ప్రాంతాలను మెట్రో రైలు తో అనుసంధానించాలని ఇప్పటికే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం భావించింది. ఇంతటి భారీ విస్తరణకు ప్రణాళికలు చేపట్టిన ప్రభుత్వం.. మొదటి విడత నిర్వహణను చేతుల్లోకి తీసుకోవడానికి ఇబ్బంది ఉండదని భావిస్తోంది. అయితే ప్రభుత్వం తానంతట తానుగా ఆ ప్రతిపాదన పెట్టదని.. ఒకవేళ ఎల్ అండ్ టీ ఓకే అంటే మాత్రం వెంటనే గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇవ్వాలని సర్కార్ ఉన్నట్టు తెలుస్తోంది. మనదేశంలో చాలా రాష్ట్రాలలో ప్రభుత్వాలే మెట్రో రైలు వ్యవస్థను నిర్వహిస్తున్నాయి. తెలంగాణలో కూడా అదే విధంగా చేయాలని ప్రభుత్వం భావిస్తోంది. అవసరమైతే దీనికోసం ఒక ప్రత్యేకమైన వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేయాలనే ఆలోచన ప్రభుత్వ మదిలో ఉంది. నిధుల సమీకరణ కూడా దీనికోసం పనికి వస్తుందని ప్రభుత్వ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. ఇప్పటికే ఎల్ అండ్ టీ కి కేటాయించిన ఆస్తుల విషయంలో నిర్వహణ సరిగా లేకపోవడంతో ప్రభుత్వం అసంతృప్తితో ఉంది. ఆస్తుల నిర్వహణ కూడా ప్రభుత్వం చేతికి వస్తే ఆర్థికంగా భారం కూడా ఉండదని తెలుస్తోంది.ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో మెట్రో నిర్వహణ ఆర్థిక భారం అవుతుందని. ప్రాజెక్టు కోసం భారీగా పెట్టుబడులు పెట్టినప్పటికీ, ఆర్థిక లాభాలు అనుకున్న స్థాయిలో లభించడం లేదని కంపెనీ

ఆందోళన వ్యక్తం చేసింది. అందుకే నిర్వహణ బాధ్యతను కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు స్వీకరించాలనీ, ఒక స్పెషల్ పర్పస్ వెహికిల్ ను ఏర్పాటు చేయాలని కోరింది. ఎందుకు భారం అవుతోంది? హైదరాబాద్ మెట్రోను నిర్మించడానికి ఒడు సుమారు 20,000 కోట్ల రూపాయలకుపైగా పెట్టుబడి పెట్టింది. ప్రాజెక్టు ప్రారంభ దశలో మంచి ఆదాయం వస్తుందని కంపెనీ అంచనా వేసింది. కానీ వాస్తవంలో కొన్ని ప్రధాన సమస్యలు తలెత్తాయి. కోవిడ్ ప్రభావం ? మహమ్మారి సమయంలో ప్రయాణికుల సంఖ్య తీవ్రంగా పడిపోయింది. ఇంకా పూర్తిగా రికవరీ కాలేదు. ఆపరేషనల్ ఖర్చులు ఎక్కువ ? మెట్రో నడపడం, సిబ్బందికి వేతనాలు, విద్యుత్ ఖర్చులు, నిర్వహణా వ్యయాలు అన్నీ భారీగా పెరుగుతున్నాయి. అంచనాలకు తగ్గ ప్రయాణికులు ? రోజుకు 10?12 లక్షల మంది ప్రయాణిస్తారని అంచనా. కానీ ఇప్పటికీ 5?6 లక్షల మందికి మించి ప్రయాణికులు లేరు. రుణ భారం ? ప్రాజెక్టు కోసం తీసుకున్న అప్పులు, వాటిపై వడ్డీలు కంపెనీకి భారమవుతున్నాయి. ఈ కారణాల వల్లకి నిర్వహణలో ఆర్థిక ఒత్తిడి పెరిగింది. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల పాత్ర. ప్రస్తుతం మెట్రో ప్రాజెక్టు పూర్తిగా పబ్లిక్-ప్రైవేట్ పార్ట్నర్‌షిప్ మోడల్‌లో నడుస్తోంది. ఇందులో ప్రభుత్వాలు భూసేకరణ, అనుమతులు, పాలసీ మద్దతు వంటి సహకారం అందించాయి. కానీ ఆర్థికపరంగా మొత్తం బాధ్యతదే. ఇప్పుడు పరిస్థితులు మారడంతో, కోరుతుంది. నిర్వహణను ప్రభుత్వాలు స్వీకరించాలి. ఒక స్పెషల్ పర్పస్ వెహికిల్ ఏర్పాటు చేసి దానిలో కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు, అలాగే భాగస్వాములుగా ఉండాలి. దీని ద్వారా ప్రాజెక్టు కొనసాగింపు, అభివృద్ధి సజావుగా సాగుతుంది. ఒక ప్రత్యేక వాహకం ఏర్పాటు చేస్తే అనేక లాభాలు ఉంటాయి. ఆర్థిక స్థిరత్వం ? ప్రభుత్వాల మద్దతుతో నిధులు సమకూరుతాయి. పబ్లిక్ ఇంటరెస్ట్ ప్రాధాన్యం ? లాభాల కంటే ప్రజా సేవలకు ప్రాముఖ్యత ఉంటుంది. విస్తరణ సులభతరం ? భవిష్యత్‌లో కొత్త కారిడార్లు, లింకులు సులభంగా నిర్మించవచ్చు. ప్రజల నమ్మకం పెరుగుతుంది ? ప్రభుత్వ భాగస్వామ్యం ఉండటం వల్ల మెట్రో సేవలపై విశ్వాసం పెరుగుతుంది. భవిష్యత్‌లో పరిష్కార మార్గాలు. హైదరాబాద్ మెట్రో దీర్ఘకాలంలో.. విజయవంతం కావాలంటే కొన్ని చర్యలు అవసరం. ప్రయాణికుల సంఖ్య పెంచడం ? బస్సులు, మెట్రో, ఓటూ మధ్య ఇంటిగ్రేషన్ బలోపేతం చేయాలి. రాజకీయ మద్దతు ? కేంద్రం, రాష్ట్రం కలిసి దీర్ఘకాలిక ప్రణాళిక రూపొందించాలి. ఆదాయ వనరుల విస్తరణ ? టికెట్ ధరల కంటే, ప్రకటనలు, రియల్ ఎస్టేట్ ప్రాజెక్టులు, కమర్షియల్ స్పేస్‌ల ద్వారా ఆదాయం పెంచాలి. సాంకేతికత వినియోగం ? స్మార్ట్ కార్డ్, మొబైల్ యాప్‌లు, డిజిటల్ టికెట్టింగ్ ద్వారా సౌకర్యాన్ని పెంచాలి. హైదరాబాద్ మెట్రో నగరానికి ప్రాణాధారం వంటిది. కానీ దాని నిర్వహణలో ఎదురవుతున్న సమస్యలు పరిష్కరించకపోతే, భవిష్యత్‌లో ఇది పెద్ద సమస్యగా మారే అవకాశం ఉంది. ఒడు లేఖ ద్వారా వచ్చిన సంకేతం స్పష్టమే ? ఒక ప్రైవేట్ కంపెనీకి మాత్రమే ఇది భారం అవుతోంది. కాబట్టి కేంద్రం, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు జోక్యం చేసుకుని ఏర్పాటు చేస్తే, మెట్రో ప్రాజెక్టు మరింత స్థిరత్వం పొందుతుంది.

రాజగోపాలరెడ్డి ఫ్రస్టేషన్ ఎందుకో...

నల్గొండ : కొంతకాలంగా తెలంగాణ రాష్ట్రంలో అధికార కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై మునుగోడు ఎమ్మెల్యే కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి అసహనం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. సమయం దొరికిన ప్రతిసారి తన ఆగ్రహాన్ని వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ప్రభుత్వంపై మండిపడుతున్నారు. ప్రభుత్వం తీసుకుంటున్న చర్యలను విభజిస్తున్నారు. ప్రభుత్వ పథకాలలో అవినీతిని ఎండగడుతున్నారు. ముఖ్యంగా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి పనితీరు పట్ల ఎప్పటికప్పుడు తనదైన శైలిలో విమర్శలు చేస్తున్నారు. దీని వెనుక ఉన్న ప్రధాన కారణం ఆయనకు మంత్రి పదవి ఇవ్వకపోవడమే.మంత్రి పదవి ఇస్తానని కాంగ్రెస్ పార్టీ తనకు హామీ ఇచ్చిందని.. ఆ తర్వాత దానిని విస్మరించిందని రాజగోపాల్ రెడ్డి ఇటీవల తరచూ ఆరోపిస్తున్నారు. తనకు మంత్రి పదవి ఇస్తానని ఆశ చూపి ఇలా మోసం చేయడం ఎంతవరకు కరెక్ట్ అని ఆయన పరోక్షంగా పేర్కొంటున్నారు. దీనికి తోడు కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రభుత్వం చేస్తున్న తప్పులను ఆయన మొహమాటం లేకుండా బయటపెడుతున్నారు. ఇటీవల అసెంబ్లీ సమావేశాలు ప్రారంభమైన తొలిరోజే కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు రాజగోపాల్ రెడ్డి. పదవులు ఎలాగో ఇవ్వలేదు కనీసం నియోజకవర్గం అభివృద్ధికి నిధులు అయినా ఇవ్వండి అంటూ వ్యాఖ్యలు చేశారు. పదవులు మీకే పైసలు మీకే అని కొద్దిరోజుల క్రితం అన్నాను... ఎవరినన్నాను. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రేవంత్ రెడ్డి ని అన్నాను తెలుసు కదా అని కార్యకర్తలతో కోమటిరెడ్డి అన్నారు. మన మునుగోడులో నియోజకవర్గంలో రోడ్డు కాంట్రాక్టర్లకు సిసి రోడ్డు కాంట్రాక్టర్లకు ఒక్క రూపాయి నిధులు కూడా రావడం లేదు. నేను మంత్రి దగ్గర పోయి అడిగినా కూడా రాలే.. వందసార్లు తిరిగినా రాలేదు అంటూ ఆయన మండిపడ్డారు. కాంట్రాక్టర్లు వలిగొండ చౌటుప్పల్ రోడ్డు చేయడం లేదు... పని చేయమంటే కాంట్రాక్టర్లు బిల్లులు చెల్లించమని అంటున్నారు అన్నారు కోమటిరెడ్డ రాజగోపాలరెడ్డి. బిల్లు ఏమో నా చేతిలో లేదు...ముఖ్యమంత్రి చేతిలో ఉంటుంది. నేను ముఖ్యమంత్రిని విమర్శించలేదు.. పార్టీని విమర్శించలేదు..కానీ ప్రజలు నన్ను పని చేయమని అడుగుతున్నారు. పదవులలో మీరే ఉంటారు..పైసలూ మీరే తీసుకుంటారు. మీ నియోజకవర్గాలకు పైసలు పోతున్నాయి... కనీసం నాకు పదవి ఇవ్వనందుకు మా నియోజకవర్గానికి డబ్బులు అయినా ఇవ్వండి అని కోమటి రెడ్డి విమర్శించారు. నన్ను ఎన్నుకున్న ప్రజలకు అన్యాయం చేయకండి.. మునుగోడు నియోజకవర్గం సహకరించండి అంటూ విజ్ఞప్తి చేశారు. ప్రజలు కోసం తనకు అన్యాయమైనా పర్వాలేదన చెప్పుకొచ్చారు. స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో మంచివారిని ఎన్నుకోండి... నాతోపాటు ఉంటే నేను పోరాడుతాను.. మళ్లీ ఎక్కడికైనా పోతే రమ్మంటే మళ్ళీ డబ్బులు అడిగే వారిని ఎన్నుకోకుండా మంచివారిని ఎన్నుకోండి అని అక్కడ కార్యకర్తలను ఉద్దేశించి అన్నారు..వర్షాలు కురిసి ప్రజలు ఇబ్బంది పడుతుంటే.. శాసనసభలో తాను ఉండలేనని వ్యాఖ్యానించారు రాజగోపాల్ రెడ్డి.. ఇక గ్రూప్ 1 వ్యవహారంలోనూ రాజగోపాల్ రెడ్డి కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. నేపాల్ తరహాలోనే యువత తిరగబడి ప్రభుత్వాన్ని కూల్చివేయడం ఖాయం అంటూ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. నిరుద్యోగులతో పెట్టుకున్న ప్రభుత్వం మనుగడ సాధించలేదని.. నిరుద్యోగులను గాలికి వదిలేయవద్దని.. వారికి దారి చూపించాల్సిన బాధ్యత ప్రభుత్వంపై ఉంటుందని రాజగోపాల్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు.రాజగోపాల్ రెడ్డి చేసిన వ్యాఖ్యలను భారత రాష్ట్ర సమితి అనుకూల సోషల్ మీడియా విభాగం వారు విపరీతంగా సర్కులేట్ చేస్తున్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం చేస్తున్న తప్పులను సొంత పార్టీ నేతలు విమర్శిస్తున్నారని.. ఇప్పటికైనా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వాస్తవంలోకి రావాలని.. ఆత్మ విమర్శ చేసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. లేనిపక్షంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ కాలగర్భంలో కలిసిపోతుందని.. ప్రజల సమస్యలు పరిష్కరించని ప్రభుత్వం.. హంగు ఆర్భాటాలు చేయడం వెనక ఆంతర్యం ఏమిటని వారు ప్రశ్నిస్తున్నారు.మరోసారి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పై సంచలన వ్యాఖ్యలు చేసిన సొంత పార్టీ ఎమ్మెల్యే కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి..నేపాల్ తరహాలో యువత తిరగబడి మన ప్రభుత్వాన్ని కూల్చేయడం ఖాయమంటూ సంచలన వ్యాఖ్యలు.నిరుద్యోగులతో పెట్టుకున్న ప్రభుత్వం మనుగడ సాధించలేదు.

ఆయిల్ ఫామ్ రైతులకు మహర్దశ

-మొదటిపేజీ తరువాయి

మంత్రి తుమ్మల మాట్లాడుతూ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి లాంగ్ విజన్ తో నర్మేట్ట పామాయిల్ ఫ్యాక్టరీ నిర్మాణం చేపట్టామని, దేశంలోనే తొలి సారిగా అత్యాధునిక టెక్నాలజీ తో ఫ్యాక్టరీ నిర్మాణం చేసినట్లు తెలిపారు.ఆయిల్ ఫామ్ సాగు తో దీర్ఘకాలిక లాభాలు ఉంటాయని,అంతర పంటల సాగుతో అదనపు లాభాలు రైతులకు లభిస్తాయని తెలిపారు.దేశంలోనే ఆయిల్ ఫామ్ సాగులో తెలంగాణ మొదటి స్థానంలో నిలవనుందనీ మంత్రి తుమ్మల ధీమా వ్యక్తం చేశారు.రాష్ట్రం ఆర్థిక భారం పడిన సరే రైతులకు లాభం జరగాలని ముఖ్యమంత్రి గారి ఆకాంక్ష కి అనుగుణంగా నిర్మాణం పూరయ్యిందన్నారు.ఇక్కడ కాయ నుంచే కాకుండా, విత్తనాల నుంచి కూడా ఆయిల్ తీసే విధానం కూడా ఉందన్నారు.ఫ్యాక్టరీ కి కావలసిన విద్యుత్తుని, ఆయిల్ ఉత్పత్తిలో వెలువడే వ్యర్థాలతో ఇక్కడే తయారు చేయడం జరుగుతుందనీ తెలిపారు.స్థానిక రైతులతో మాట్లాడిన మంత్రి వారి సమస్యలు, సాగు చేసే విధానం అడిగి తెలుసుకున్నారు.రైతులకు ట్రాన్స్ పోర్టు చార్జీలు చెల్లింపు లో జాప్యం జరుగుతోందని రైతులు ఆవేదన వ్యక్తం చేయగా స్పందించిన మంత్రి గారు ఈ సమస్య పరిష్కారానికి చర్యలు తీసుకోవాలని సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు.ఆయిల్ ఫామ్ పంట సాగు ఇంకా ఎక్కువ పెరిగేలా శాఖ అధికారులు, శాస్త్రవేత్తలు ఆదర్శ రైతులతో ఎప్పటికప్పుడు అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు.రైతులు సరైన సమయంలో సరైన ఎరువులు వాడేలా ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు.పంట దిగుబడికి వచ్చేలోపు అంతర పంటగా కోకో,జాజి,మెకడామియం, మునగ లాంటి పంటలు వేసుకోవడం వల్ల రైతులకు అదనంగా లాభం చేకూరుతుందని మంత్రి తుమ్మల తెలిపారు. పాత రకం పంటలైన వరి, మొక్కజొన్న, ప్రత్తి , మిరప లాంటి పంటలకి ప్రకృతి విపత్తులు వల్ల పంట నష్టం,మరియు పంటని అమ్ముకోవడంలో అనేక ఇబ్బందులు పడుతున్నారని, ఈ ఆయిల్ ఫామ్ పంట రైతు ఇంటి వద్ద నుంచే నిర్ణిత ధరతో నేరుగా అమ్ముకోవచ్చని, దానికి సంబంధించిన డబ్బులు కూడా 3 రోజుల్లోనే రైతు ఖాతాల్లో జమ అవుతాయని అన్నారు.ప్రస్తుతం 19107 రూపాయలు ఉన్న ఉన్న ధర, త్వరలో 20000 గా అవ్వాలని, రైతులు అభివృద్ధి చెందాలని మంత్రి తుమ్మల ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారుగెల సైజు పెద్దగా, ఆకు సైజు చిన్నగా ఉండేలా మేలురకం మొక్కలని ఎంత ఖర్చు అయిన రైతులకి అందించి పంట సాగు,మరియు దిగుబడి పెంచేలా అధికారులు ప్రత్యేక చర్యలు చేపట్టాలన్నారు.ఫ్యాక్టరీలో మిగిలి ఉన్న చిన్న చిన్న పనుల్ని త్వరితగతిన పూర్తి చేసి త్వరలోనే ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి గారి చేతుల మీదుగా పామాయిల్ ఫ్యాక్టరీ ప్రారంభిస్తామని మంత్రి తుమ్మల తెలిపారు.

మహిళలకు వడ్డీ లేని రుణాలు

హైదరాబాద్ హైదరాబాద్ లో గత పదేళ్లనుంచి వడ్డీ లేని రుణాలు ఇవ్వలేదు. ఇందిరమ్మ రాజ్యం వచ్చాక తిరిగి మహిళలకు వడ్డీ లేని రుణాలు ఇస్తున్నామని ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క అన్నారు. కోటి మంది మహిళలను కోటీశ్వరులు చేయాలనే ప్రణాళిక తో ముందుకెళ్తున్నాం. సంవత్సరానికి 20 వేల కోట్ల రూపాయలు మహిళా సంఘాలకు వడ్డీ లేని రుణాలు ఇస్తామంటే అందరూ నవ్వారు. మొదటి సంవత్సరంలోనే 21 వేల కోట్ల రూపాయల వడ్డీ లేని రుణాలు ఇచ్చాం. హైదరాబాద్ లో 50,764 గ్రూపులున్నాయి, ఐదు లక్షలకు పైగా సభ్యులున్నారు. త్వరలో మరిన్ని మహిళా గ్రూపులు పెంచి, వారందరికీ రుణాలు అందిస్తాం. ఈరోజు 41 కోట్ల 51 లక్షల వడ్డీ లేని రుణాలు మహిళలకు అందిస్తున్నాం. జూబ్లీహిల్స్ నియోజకవర్గంలోనే 8 వేల మంది మహిళలు లబ్ది పొందబోతున్నారు. భర్తతో పాటు భార్య కూడా కుటుంబ పోషణ చూసుకుంటుంది. చిరు వ్యాపారాలు చేసుకునే వారి నుంచి బస్సులు ఇప్పించే వరకు వడ్డీ లేని రుణాలు ఇప్పిస్తున్నాం. భవిష్యత్ లో మహిళలు బయట ఎక్కడికి వెళ్లి రుణాలు తీసుకోవాల్సిన అవసరం లేదు. ప్రభుత్వం ఇచ్చే వడ్డీ లేని రుణాల వల్ల మహిళలు వ్యాపారస్తులుగా మారి ఆర్థికంగా నిలదొక్కుకుంటున్నారు. శిల్పారామం లాంటి ప్రాంతాల్లో మహిళా గ్రూప్ సభ్యులు షాప్స్ నిర్వహిస్తున్నారు. 150 బస్సులు ఆర్టీసీ లో మహిళలు పెట్టారని అన్నారు. త్వరలో వడ్డీ లేని రుణాలు ఇచ్చి మరో 450 బస్సులు ఆర్టీసీ లో పెట్టేలా ప్లాన్ చేస్తుంది ప్రభుత్వం. పేదలందరికీ పది లక్షల వరకు ఏ కార్పొరేట్ హాస్పిటల్ కి అయినా వెళ్ళి వైద్యం పొందేలా ఆరోగ్యశ్రీ ను తీసుకొచ్చాం. రేషన్ కార్డు దారులందరికీ సన్న బియ్యం ఇస్తున్నాం. పది సంవత్సరాలుగా ఒక్క కొత్త రేషన్ కార్డు రాలేదు. మహిళలు ఆర్థికంగా బలంగా నిలబడితే కుటుంబం బాగుంటుంది. అర్హులైన ప్రతీ ఒక్కరికీ వడ్డీలేని రుణాలు అందిస్తామని అన్నారు.

రేవంత్‌రెడ్డికి కిషన్‌రెడ్డి ఫోబియా

హైదరాబాద్: సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి ప్రతిసారి కేంద్ర మంత్రి కిషన్‌రెడ్డిని నిందించడం మానుకోవాలని భాజపా తెలంగాణ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రామచందర్‌రావు అన్నారు. మీడియాతో చిట్‌చాట్‌గా ఆయన మాట్లాడారు. రేవంత్‌రెడ్డికి భాజపా ఫోబియాతో పాటు కిషన్‌రెడ్డి ఫోబియా కూడా అంటుకుందని ఎద్దేవా చేశారు. కాంగ్రెస్ ఇచ్చిన హామీలకు కేంద్ర ప్రభుత్వం ఏం చేస్తుందని ప్రశ్నించారు. ఉద్యోగులకు జీతాల డబ్బులు ఇవ్వలేని రేవంత్ రెడ్డి యూనివర్సిటీకి వెయ్యి కోట్లు ఎలా ఇస్తారని నిలదీశారు. "విద్యా వ్యవస్థ పూర్తిగా దుర్భర పరిస్థితుల్లోకి వెళ్లింది. రేవంత్ రెడ్డికి దిల్లీకి వెళ్లడమే సరిపోతోంది. శ్యామ్ పిట్రోడా ట్రైనింగ్ ఇవ్వడం వల్లే రాహుల్ గాంధీ అలా తయారయ్యారు. ఓట్ల చోరీ అనే కొత్త నాటకాన్ని తెరమీదకు తెచ్చి దేశ ప్రజలను భయభ్రాంతులకు గురి చేస్తున్నారు. బోగస్ ఓట్లు వేరు.. ఓట్ల చోరీ వేరు. ఈ చిన్న విషయం కూడా తెలియని రాహుల్ గాంధీ ఓట్ల చోరీ అంటారు.. హైడ్రోజన్ బాంబ్ అంటారు.. ఇంకేదో అంటున్నారు. ఎన్డీఎస్ఏ ఇచ్చిన రిపోర్ట్ ప్రకారమే కాళేశ్వరంపై పీసీ ఘోష్ విచారణ చేపట్టింది. కమిషన్ విచారణలో నిందితులు ఎవరన్నది తేల్చిందా? రాజకీయ నేతలను ఎవరినైనా అరెస్ట్ చేశారా?" అని రామచందర్‌రావు ప్రశ్నించారు

పూల పండుగ వచ్చింది తెలంగాణ మురిసింది

-మొదటిపేజీ తరువాయి

చేస్తుంది. కుటుంబ అనుబంధాలు, స్నేహం అంటే ఏమిటి, ప్రేమా ఆప్యాయతలను ఎలా పెంచాలి అంటే బతుకమ్మ వేడుకలను చూసి నేర్చుకోవచ్చు. వందలు, వేలాది మంది ఒక్క చోట చేరి ఆటపాటలతో ఉత్సాహంగా నిర్వహించుకునే ఈ పండుగ సామరస్యానికి, ప్రజల మధ్య కలివిడితనానికి ఐక్యతకు పండగ అద్దం పడుతుంది.

బంధువులు, చిన్ననాటి స్నేహితులను కలుసుకోవడమే కాక కష్టసుఖాలూ పంచుకునే వేదిక బతుకమ్మ. ఎక్కడెక్కడో ఉన్న ఆడపడుచులు బతుకమ్మ సందర్భంగా పుట్టింటికి చేరుకుంటారు. అందుకే ఈ రోజుల్లో ఎక్కడ చూసినా తెలంగాణ ఆడబిడ్డలందరి ముఖాల్లో కొత్తకళ కనిపిస్తుంది. కొత్త అల్లుళ్లను ఆటపట్టించే మరదళ్లతో సందడి నెలకొంటుంది. చిన్నా పెద్ద మహిళలంతా కనువిందు చేసే పట్టుచీరలు, పరికిణీలు, లంగా ఓణీలు ధరించి, తలనిండా అందమైన రంగురంగుల పూలతో చేసుకునే అలంకరణ తెలుగు వారికే సొంతమైన అందాన్ని ప్రతిబింబిస్తుంది. ఈ అలంకరణలో ఆడపడుచులంతా బతుకమ్మ ఎత్తుకుని వీధుల గుండా సామూహికంగా నడిచే అద్భుత దృశ్యం తెలంగాణ గ్రామీణ సంస్కృతి, సామరస్యానికి, సమైక్యతకు అద్దం పడుతుంది. మట్టిని గౌరవించడం, పిల్లల నుంచి పెద్దల వరకు అన్ని వయసుల మహిళలు కలిసి ఆడడం ఒక్క బతుకమ్మలోనే కనిపిస్తుంది. అందుకే దీన్ని మట్టి పండుగ అని, మహిళల పండుగ అని పిలుస్తారు. ఒక్క మాటలో చెప్పాలంటే బతుకమ్మ నీరునిండుగా ఉండి ఎటు చూసినా పచ్చగా ఉండే ఈ రోజుల్లోనే ఎందుకు వస్తుందో ఇలాంటి దృశ్యాలు చూసినప్పుడే అర్థం అవుతుంది.

పాట, బతుకమ్మది పేగు బంధం : ఇద్దరక్క చెల్లెళ్లు ఉయ్యాలో ఒక్కూరికిచ్చి ఉయ్యాలో ఒక్కడే మాయన్న ఉయ్యాలో, వచ్చన్న పోడే ఉయ్యాలో అంతేనా చిత్తూ చిత్తూల బొమ్మ శివునీ ముద్దుల గుమ్మ, బంగారు బొమ్మ దొరికెనమ్మో ఈ వాడలోన బతుకమ్మ వస్తే తప్పక వినిపించే పాటలివి. ఇవేకాదు తెలంగాణ పల్లె పదాలను, సాహిత్యాన్ని, జానపదాలను తనలో ఇముడ్చుకున్న పాటలెన్నో బతుకమ్మ సందర్భంగా మారుమోగుతాయి. నాటి మహిళల జీవన చిత్రాన్ని కళ్లకు కడతాయి. పాట, బతుకమ్మది పేగు బంధం అనే చెప్పాలి. పాట లేకుంటే బతుకమ్మ పండుగే లేదు.

ప్రజా పక్షం.. ప్రజా గొంతు..
జయ జయహే
సూర్యోదయం
https://suryodhayam.com/
https://epaper.suryodhayam.com/
MANA SHOW
ఆదివారం
21 సెప్టెంబర్
2025

సైబరాబాద్ పోలీసులు సంచలన కేసుల పరిష్కారంలో మరో విజయపతాకం

స్వాన్ లేక్ హత్య కేసు గుర్తింపుకు కమిషనర్ అవినాష్ మొహంతి నుండి రివార్డ్

తక్కువ కాలంలోనే మూడు ప్రధాన కేసుల్లో ప్రతిభ చాటిన సంపతి కనకయ్య డిటెక్టివ్ ఇన్‌స్పెక్టర్

కుత్బుల్లాపూర్,సెప్టెంబర్ 20:(సూర్యోదయం): సైబరాబాద్ కమిషనరేట్ పరిధిలోని సంచలనాత్మక స్వాన్ లేక్ హత్య కేసును గుర్తించడంలో కీలక పాత్ర పోషించినందుకు సైబరాబాద్ పోలీస్ కమిషనర్ అవినాష్ మొహంతి ఐపీఎస్ శనివారం సాయంత్రం ప్రత్యేక రివార్డ్ అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా, తక్కువ కాలంలోనే వరుసగా మూడు ప్రధాన కేసులను పరిష్కరించి అరుదైన రికార్డు సృష్టించిన జీడిమెట్ల పోలీస్ ఇన్‌స్పెక్టర్ ని కమిషనర్ ప్రత్యేకంగా అభినందించారు.ఇప్పటికే ఇన్‌స్పెక్టర్ ఎటిఎమ్ దొంగతనం కేసు (జీడిమెట్ల), సహస్ర హత్య కేసు (కూకట్‌పల్లి)లను పరిష్కరించి రివార్డులు అందుకున్నారు. తాజాగా స్వాన్ లేక్ హత్య కేసును విపులంగా దర్యాప్తు చేసి నిందితులను పట్టుకోవడంలో చూపిన ప్రతిభకు మూడో రివార్డ్ వరించింది.ఈ విజయాల సందర్భంగా సంపతి కనకయ్య డిటెక్టివ్ ఇన్‌స్పెక్టర్ మాట్లాడుతూ:" డిసిపి సురేష్ కుమార్ ఐపీఎస్ , ఎసిపి బాలానగర్ , టీం జీడిమెట్ల , నా శ్రేయోభిలాషుల నిరంతర మద్దతు వల్లే ఇవన్నీ సాధ్యమయ్యాయి" అని కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.సైబరాబాద్ పోలీస్ వర్గాల్లో వరుస విజయాలు సాధించిన ఈ ఇన్‌స్పెక్టర్ సహచరులకూ ప్రేరణగా నిలుస్తున్నారు.

పేదల ఆరోగ్యానికి కాంగ్రెస్ అండ కుత్బుల్లాపూర్‌లో సీఎంఆర్ఎఫ్ చెక్కుల పంపిణీ

- అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న పేదలకు తక్షణ స్పందన

- హన్మంత్ రెడ్డి ప్రయత్నాలతో మంత్రి శ్రీధర్ బాబు ద్వారా రూ. 60 వేల సహాయం

-పలు డివిజన్లకు చెందిన లబ్ధిదారులకు సీఎంఆర్ఎఫ్ చెక్కుల అందజేత

కుత్బుల్లాపూర్,సెప్టెంబర్ 20:(సూర్యోదయం): కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గంలో పేదలకు సీఎం రిలీఫ్ ఫండ్ రూపంలో సహాయం అందిస్తూ కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రజలకు అండగా నిలుస్తోంది. గత కొద్ది రోజులుగా అనారోగ్యంతో బాధపడుతూ ప్రైవేట్ ఆసుపత్రులలో చికిత్స పొందుతున్న పలువురు పేదలు చికిత్స ఖర్చులు భరించలేక ఇబ్బంది పడుతున్న విషయం స్థానిక కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇంచార్జ్ కొలన్ హన్మంత్ రెడ్డి దృష్టికి రావడంతో, ఆయన వెంటనే స్పందించారు. హన్మంత్ రెడ్డి రాష్ట్ర మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు ని సంప్రదించడంతో, శస్త్రచికిత్సలు, వైద్యం కోసం ఒక్కొక్కరికి రూ.60,000 చొప్పున సీఎంఆర్ఎఫ్ ఆమోదింపజేశారు.శనివారం నిజాంపేట్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ పరిధిలోని బాచుపల్లి కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యాలయంలో సీఎంఆర్ఎఫ్ మంజూరు పత్రాలను (చెక్కులను) లబ్ధిదారులకు అందజేశారు. వీరిలో 132వ డివిజన్ జీడిమెట్ల వాసులు మూడునూరి పుష్పవల్లి (రూ.60,000), చిలుకూరి యాదగిరి (రూ.60,000), నాగిళ్ల దివ్య (రూ.60,000), ప్రగతి నగర్ వాసులు జెర్మయ్య రామానంతుల (రూ.60,000), షేక్ హుస్సేన్ (రూ.60,000), తుమ్మల వెంగల్ రావు (రూ.60,000), ఎ. రామకృష్ణ రావు (రూ.60,000), 126వ డివిజన్ జగద్గిరిగుట్ట ఎ. సరస్వతి (రూ.60,000), అలాగే మరొక లబ్ధిదారునికి రూ.20,000 మంజూరయ్యాయి.ఈ సందర్భంగా హన్మంత్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ:"సీఎం రిలీఫ్ ఫండ్ ద్వారా పేదల ఆరోగ్యానికి నిజమైన మేలు జరుగుతోంది. వైద్య సహాయం కావలసిన ప్రతీ ఒక్కరు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలి. పేద ప్రజల సంక్షేమం కోసం ప్రభుత్వం అంకితభావంతో పని చేస్తోంది" అని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ కార్పొరేటర్ కొలన్ వీరేందర్ రెడ్డి, మాజీ సర్పంచ్ మైసిగారి శ్రీనివాస్, సీనియర్ కాంగ్రెస్ పద్మరావు, గణేష్, షేక్ షరీఫ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

క్షయ వ్యాధి నివారణ దిశగా ప్రభుత్వం చర్యలు

జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్

ఉమ్మడి ఆదిలాబాద్ (సూర్యోదయం జిల్లా ప్రతినిధి) నస్పూర్,సెప్టెంబర్ 20,

క్షయ వ్యాధి నివారణకు ప్రభుత్వం చర్యలు చేపడుతుందని జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్ అన్నారు శనివారం జిల్లాలోని నస్పూర్ లో గల సమీకృత జిల్లా కార్యాలయాల భవన సముదాయంలోని కలెక్టర్ కార్యాలయ ఆవరణలో బ్రౌస్ స్వచ్ఛంద సంస్థ వారి సౌజన్యంతో టి.బి. వ్యాధిగ్రస్తులకు పోషకాహార కిట్లను జిల్లా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ అధికారి డా. అనిత, ప్రోగ్రాం అధికారి సుధాకర్ నాయక్ లతో కలిసి అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ జిల్లాలో టి. బి. వ్యాధి నివారణకు ప్రభుత్వం చర్యలు చేపడుతుందని, ప్రధానమంత్రి టి. బి. ముక్త్ భారత్ కార్యక్రమంలో భాగంగా స్వచ్ఛంద సంస్థల సహకారంతో వ్యాధిగ్రస్తులకు పోషకాహార కిట్లను పంపిణీ చేయడం జరిగిందని తెలిపారు. టి. బి. వ్యాధిగ్రస్తుల సంక్షేమంలో భాగంగా బ్రౌస్ స్వచ్ఛంద సంస్థ వారు 350 పోషకాహార కిట్లను అందించడం అభినందనీయమని తెలిపారు. ఈ కిట్ల ద్వారా మందులతో పాటు పోషక ఆహారం, వ్యాధి నిరోధక శక్తి పెరుగుదల, వ్యాధి నుండి కోలుకోవడం జరుగుతుందని, వ్యాధిగ్రస్తులు క్రమం తప్పకుండా వినియోగించాలని తెలిపారు. వ్యాధిగ్రస్తులు 3 నెలలకు ఒకసారి వైద్యులను సంప్రదించి వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించుకోవాలని, మందులను క్రమం తప్పకుండా వినియోగించాలని తెలిపారు. జిల్లాలో 797 పాజిటివ్ కేసులు ఉన్నాయని, వ్యాధిగ్రస్తుల వివరాలను నిక్షయ మిత్ర పోర్టల్ లో నమోదు చేయాలని, తద్వారా మరింత మెరుగైన వైద్య సేవలు అందించడం జరుగుతుందని తెలిపారు. అనంతరం 10 మంది వ్యాధిగ్రస్తులకు పోషకాహార కిట్లను పంపిణీ చేశారు. మిగతా కిట్లను ఆయా ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాల ద్వారా వ్యాధిగ్రస్తులకు అందించడం జరుగుతుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో బ్రౌస్ స్వచ్ఛంద సంస్థ వ్యవస్థాపకులు డా. వెంకట శ్రీధర్, సంస్థ ప్రతినిధులు, టి. బి. సమన్వయకర్త సురేందర్, మాస్ మీడియా అధికారి బుక్క వెంకటేశ్వర్లు, సంబంధిత అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గ్రామస్తులకు, కిరణా షాప్ యజమానులకు స్వచ్ఛత పై అవగాహన

ఉమ్మడి ఆదిలాబాద్ (సూర్యోదయం జిల్లా ప్రతినిధి) జైపూర్, సెప్టెంబర్ 20 మంచిర్యాల జిల్లా జైపూర్ మండలంలోని ఇందారం గ్రామపంచాయతీలో స్వచ్ఛత హి సేవ కార్యక్రమంలో భాగంగా ఎంపిడిఓ జి.సత్యనారాయణ ఆధ్వర్యంలో షాపుల యజమానులకు, గ్రామస్తులకు స్వచ్ఛతపై అవగాహన కల్పించడం జరిగినది. ఈ సందర్భంగా వారితో ప్రతిజ్ఞ చేయించి మానవహారం నిర్వహించడం జరిగింది. అదేవిధంగా ఎం పి యు పి స్ (ఉర్దూ) పిల్లలకు కూడా అవగాహన కల్పించడం జరిగింది. ఉర్దూ పాఠశాలలో నిర్మిస్తున్న కాంపౌండ్ వాల్, కిచెన్ షెడ్లను పరిశీలించడం జరిగింది. ప్రధానమంత్రి కృషి సించాయి యోజన కార్యక్రమంలో భాగంగా అర్హులైన రైతులకు వ్యవసాయ పనిముట్లను సబ్సిడీపై అందించడం జరిగింది. అనంతరం ఇందిరమ్మ ఇండ్ల నిర్మాణమును, ఆవాస్ ప్లస్ సర్వేను పరిశీలించడం జరిగింది. ఇట్టి కార్యక్రమంలో ఎంపీడీవో జి సత్యనారాయణ, పంచాయతీ కార్యదర్శి ఏ.సుమన్, స్థానిక ప్రజా ప్రతినిధులు, గ్రామ ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

రూ.38 లక్షల సీసీ రోడ్ పనుల శంకుస్థాపన

- ప్రజల విజ్ఞప్తికి వెంటనే స్పందించిన కాంగ్రెస్ ఇంచార్జి కొలన్ హన్మంత్ రెడ్డి

- కార్పొరేషన్ నిధులతో మంజూరైన సీసీ రోడ్ నిర్మాణం

- శాలువాతో సత్కరించిన కాలనీ వాసులు

-కుత్బుల్లాపూర్,సెప్టెంబర్ 20:(సూర్యోదయం):

కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గంలోని నిజాంపేట్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ పరిధిలోని 2వ డివిజన్ శ్రీ విజయ దుర్గ నగర్ కాలనీ (జిపిఆర్ లేఔట్) సీసీ రోడ్డు పూర్తిగా దెబ్బతిని, కాలనీ వాసులు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. ఈ సమస్యను వాసులు కాంగ్రెస్ పార్టీ నియోజకవర్గ ఇంచార్జి కొలన్ హన్మంత్ రెడ్డి దృష్టికి తీసుకెళ్లారు.వెంటనే స్పందించిన హన్మంత్ రెడ్డి ప్రజల సమస్య పరిష్కారం కోసం కృషి చేసి, కార్పొరేషన్ నిధుల ద్వారా రూ.38 లక్షల సీసీ రోడ్ నిర్మాణానికి మంజూరు చేయించారు. శనివారం ఈ పనుల శంకుస్థాపన కార్యక్రమంలో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు.అనంతరం కాలనీ వాసులు హన్మంత్ రెడ్డి ని శాలువాతో సత్కరించి ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో నిజాంపేట్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ అధ్యక్షులు కొలన్ రాజశేఖర్ రెడ్డి, జనరల్ సెక్రటరీ జీవన్ రెడ్డి, 2వ డివిజన్ అధ్యక్షులు సురగాని వీరబాబు గౌడ్, కమిటీ అధ్యక్షులు అంబారెడ్డి వంగల, రాకేష్ రెడ్డి సంకెపల్లి, మురళి, రవీందర్ రెడ్డి, సంతోష్ రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.అలాగే సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకులు మద్ది నారాయణరెడ్డి, రవీందర్ రెడ్డి, మెడ వెంకట్, ప్రశాంత్ రెడ్డి, ఆదిరెడ్డి, ఏవి రెడ్డి, విజయ్ కుమార్, సందీప్ రెడ్డి, హరీష్, జెగ్గా మధుసూదన్ రెడ్డి, సురేందర్ కుమార్, గూడూరు మురళి కృష్ణ, సుబ్రహ్మణ్యం (సుబ్బు), యుగంధర్ రెడ్డి , అనేక మంది స్థానికులు హాజరయ్యారు.

కనుల పండుగలా బతుకమ్మ సంబరాలు

వసతి గృహ సంక్షేమ అధికారిని కవిత

ఉమ్మడి ఆదిలాబాద్ (జిల్లా ప్రతినిధి)

లక్షిట్ పెట్ సెప్టెంబర్ 20:

మంచిర్యాల జిల్లా లక్షిట్ పేట్ పట్టణకేంద్రంలోని ప్రభుత్వ కస్తూరిబా గాంధీ బాలికల పాఠశాలలో బతుకమ్మ పండుగను కనుల పండుగలా ఘనంగా నిర్వహించారు. విద్యార్థినులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని రంగురంగుల పూలతో బతుకమ్మలను అలంకరించారు. సంప్రదాయ బతుకమ్మ పాటలతో నృత్యాలు చేస్తూ పాఠశాల ఆవరణంతా ఉత్సాహభరితమైన పండుగ వాతావరణాన్ని సృష్టించారు. ఈ వేడుకలో వసతి గృహ సంక్షేమ అధికారిని కవిత మాట్లాడుతూ... తెలంగాణలో ప్రజలందరూ అత్యంత ఆనందంగా జరుపుకునే పండుగలలో బతుకమ్మ పండుగ ముఖ్యమైందని పేర్కొన్నారు. పువ్వులను పూజించడం ద్వారా ప్రకృతిని ఆరాధించే అద్భుతమైన సంస్కృతి బతుకమ్మలో దాగి ఉందని తెలిపారు.కార్యక్రమంలో ఉపాధ్యాయుల సిబ్బందితో పాటు విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు

ప్రజా పక్షం.. ప్రజా గొంతు..
జయ జయహే సూర్యోదయం
https://suryodhayam.com/
https://epaper.suryodhayam.com/
MANA SHOW
ఆదివారం 21 సెప్టెంబర్ 2025

మటన్ ఎక్కువగా తింటున్నారా!

ఎర్ర మాంసం పోషకాలతో సమృద్ధిగా ఉన్నప్పటికీ దానిని అధికంగా తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి హానికరం. ముఖ్యంగా ప్రాసెస్ చేసిన మాంసాలు ఆరోగ్య సమస్యలు తెస్తాయి. ఇటీవలి పరిశోధనలు ఇది గుండె జబ్బులు, టైప్ 2 డయాబెటిస్, క్యాన్సర్ వంటి తీవ్రమైన వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని పెంచుతుందని హెచ్చరించాయి. మటన్ అంటే చాలామందికి ఇష్టమైన ఆహారం. దాని రుచి, పోషకాల కారణంగా దీనిని ఎక్కువగా తింటుంటారు. కానీ ఎర్ర మాంసాన్ని దానిని అతిగా తీసుకుంటే తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయని వైద్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఇటీవల జరిగిన కొన్ని పరిశోధనలు ఈ విషయంలో మరింత ఆందోళన కలిగించే విషయాలను వెల్లడించాయి. గొడ్డు మాంసం, దూడ మాంసం, పంది మాంసం, గొర్రె, మేక మాంసం వంటి జంతువుల నుండి వచ్చే మాంసాన్ని ఎర్ర మాంసం అంటారు. దీనికి ఎరుపు రంగు రావడానికి కారణం మయోగ్లోబిన్ అనే ప్రోటీన్. ఎర్ర మాంసంలో విటమిన్ బి12, ఐరన్, జింక్, బి-విటమిన్లు వంటి ఎన్నో ముఖ్యమైన పోషకాలు ఉన్నాయి. ఇది శరీరానికి సులభంగా లభించే అధిక-నాణ్యత ప్రోటీన్‌కు కూడా మంచి మూలం. సుమారు 28 గ్రాములు మాంసంలో 7 గ్రాముల ప్రోటీన్ ఉంటుంది. అందుకే ఆరోగ్యకరమైన ఆహారంలో భాగంగా దీనిని అప్పుడప్పుడు తీసుకోవడం మంచిది. పోషకాలు ఉన్నప్పటికీ ఎర్ర మాంసాన్ని వారానికి ఒకసారి మాత్రమే తీసుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా ప్రాసెస్ చేసిన మాంసాలైన హామ్, బేకన్, సలామీ వంటి వాటిలో సంతృప్త కొవ్వులు, సోడియం ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి గుండె జబ్బులు, టైప్ 2 డయాబెటిస్ ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. గుండె జబ్బులు: ఆక్స్‌ఫర్డ్ విశ్వవిద్యాలయం పరిశోధన ప్రకారం.. రోజుకు 50 గ్రాముల ప్రాసెస్ చేసిన ఎర్ర మాంసం తినేవారిలో గుండె జబ్బుల ప్రమాదం 18 శాతం పెరుగుతుంది. డయాబెటిస్: ది లాన్సెట్ డయాబెటిస్ అండ్ ఎండోక్రినాలజీ పత్రికలో ప్రచురించిన ఒక అధ్యయనం ప్రకారం.. రోజుకు రెండు ముక్కల హామ్ వంటి ప్రాసెస్ చేసిన మాంసం తినడం వల్ల టైప్ 2 డయాబెటిస్ వచ్చే ప్రమాదం 15 శాతం పెరుగుతుంది. కొలెస్ట్రాల్: ఎర్ర మాంసం శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని పెంచుతుంది. ఇది గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని మరింత పెంచుతుంది. క్యాన్సర్: ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ ఎర్ర మాంసాన్ని గ్రూప్ 2ఎ క్యాన్సర్ కారకంగా వర్గీకరించింది. ముఖ్యంగా ప్రాసెస్ చేసిన ఎర్ర మాంసం, కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ వంటి కొన్ని రకాల క్యాన్సర్‌లతో ముడిపడి ఉందని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. ఎర్ర మాంసం పోషకాలను అందిస్తున్నప్పటికీ దానిని మితంగా మాత్రమే తీసుకోవడం మంచిది. ప్రాసెస్ చేసిన మాంసాలను వీలైనంత వరకు దూరం పెట్టాలి. ఆరోగ్యకరమైన జీవితం కోసం సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవడం, తాజా మాంసాన్ని ఎంచుకోవడం, శారీరక శ్రమ చేయడం అవసరం.

ఉల్లిపాయలను తింటే క్యాన్సర్ తప్పదా?

ఉల్లిపాయ.. ఇది లేనిదే ఇంట్లో వంటచేయడమే కుదరదు. ఎందుకంటే ఉల్లిపాయను ప్రతిరోజూ ఒకటి కంటే ఎక్కువ ఆహార పదార్థాలలో ఉపయోస్తాం. చాలా ఇళ్లలో గృహిణులు ఉల్లిపాయలు లేవంటే వంటచేయడమే మానేస్తారు. అలా ఉంటుంది వాటి క్రేజ్. కానీ ఈ ఉల్లిపాయల్లో కొన్నింటిని తినడం వల్ల క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం ఉందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. సాధారణంగా ప్రతిరోజూ ఏదో ఒక ఆహారంలో మనం ఉల్లిపాయను ఉపయోగిస్తాం. ఇవి లేకుండా కూరగాయాలు చేస్తే అసలు టేస్టే ఉండదు. చాలా ఇళ్లలో, గృహిణులు ఉల్లిపాయలు లేకుండా వంట చేయమంటే అస్సలూ కుదరదని మొహం మీదే చెప్పేస్తారు. అలా ఉంటుంది వీటి క్రేజ్ మరీ. అయితే కొన్ని సార్లు ఉల్లిపాయలపై నల్ల మచ్చలు రావడం, లేదా బూజు పట్టడం జరుగుతుంది. అలాంటి వాటిని తినడం ఆరోగ్యానికి చాలా హానికరమని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అవును మీరు విన్నది నిజమే వీటిని తినడం వల్ల ఎలాంటి ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయో తెలిస్తే.. అలాంటి వాటిని తినడం మీరు ఇప్పుడే మానేస్తారు. పోషకాహార నిపుణుల ప్రకారం.. కొందరు ఉల్లిపాయలో దెబ్బతిన్న భాగాన్ని, అంటే నల్ల మచ్చలు ఉన్న ప్రాంతాన్ని తొలగించి, మిగిలిన భాగాన్ని మాత్రమే ఉపయోగిస్తారు. కానీ ఇలా చేయడం చాలా పెద్ద తప్పు. ఈ రకమైన బూజు ఎక్కువగా ఉల్లిపాయ లోపలి భాగంలో మాత్రమే కనిపిస్తుంది. దీనిని గుర్తించడం చాలా కష్టం అని వారు చెప్తున్నారు. పోషకాహార నిపుణురాలు ప్రకారం, నల్ల మచ్చలు లేదా బూజు ఉన్న ఉల్లిపాయలను ఎప్పుడూ ఉపయోగించకూడదు. ఇవి మైకోటాక్సిన్ అనే రకమైన టాక్సిన్‌ను ఉత్పత్తి చేస్తాయి, ఇది మానవ శరీరంపై ప్రతికూల ప్రభావాలను చూపుతుంది. అటువంటి ఉల్లిపాయలను తినడం వల్ల ఆహార అలెర్జీలు, వాంతులు, విరేచనాలు, కడుపు నొప్పి వంటి సమస్యలు వస్తాయి. అవే కాకుండా వాటి వల్ల క్యాన్సర్, కాలేయ క్యాన్సర్ వంటి తీవ్రమైన వ్యాధులు కూడా వచ్చే అవకాశం ఉందని ఆమె చెబుతున్నారు. కాబట్టి వాటిని శుభ్రంచేసి వినియోగించడం కన్నా.. పడేయడం బెస్ట్ అని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మనం ఇలాంటి సమస్యల నుంచి దూరంగా ఉండాలనుకుంటే ఎప్పుడూ ఫ్రెష్‌గా ఉండే ఉల్లిపాయలు వినియోగించాలి. అవి టైప్ 2 డయాబెటిస్‌కు ప్రయోజనకరంగా ఉంటాయి. అలాగే రక్తపోటును నియంత్రించడంలోనూ సహాయపడతాయి. వేసవి ఎండలో బయటకు వెళ్ళే ముందు ఉల్లిపాయలు తినడం వల్ల శరీరానికి శక్తి లభిస్తుంది. అలాగే హీట్ స్ట్రోక్ ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఎందుకంటే ఇది శరీర ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. ఉల్లిపాయలపై నల్ల మచ్చలు లేదా బూజు రాకుండా ఉండటానికి వాటిని సరిగ్గా నిల్వ చేయడం చాలా ముఖ్యం. చాలా మంది మళ్లీ మళ్లీ ఎవరు కొంటారని.. ఒకేసారి బల్క్‌లో కొని ఇంట్లో పెట్టుకుంటారు. ఇలా ఒకే దగ్గర ఎక్కువ మొత్తంలో నిల్వ చేయడం ద్వారా నల్ల మచ్చలు, బూజూ వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. కాబట్టి మీకు అవసరమైన ఉల్లిపాలయను అప్పుడే తెచ్చుకొండి. అలాగే మీరు తెచ్చిన ఉల్లిపాయల్ని చల్లని, తేమగా ఉండే ప్రదేశాల్లో ఉంచకండి.

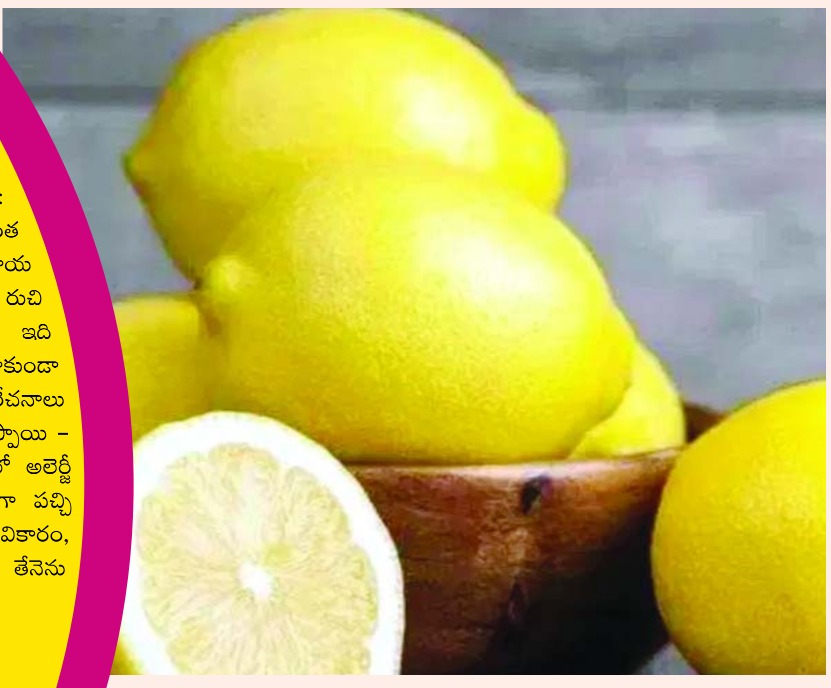
అరటిని ఈ ఒక్కటి కలిపి తినండి..

శరీరానికి బలాన్నిచ్చే అరటిపండు, సుగంధ ద్రవ్యాల రాణి నల్ల మిరియాలు. ఈ రెండింటిని కలిపి తింటే ఏం జరుగుతుందో తెలుసా? చాలామంది రోజుకో అరటిపండు తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాల గురించి మాత్రమే ఆలోచిస్తారు. కానీ దానిపై కొద్దిగా నల్ల మిరియాల పొడి చల్లి తింటే అద్భుతమైన ఆరోగ్య లాభాలుంటాయి. ఈ కలయిక మీ ఆరోగ్యాన్ని ఎలా మెరుగుపరుస్తుందో నిపుణుల మాటల్లో తెలుసుకుందాం. మన వంటింట్లో లభించే కూరగాయలు, పండ్లు, సుగంధ ద్రవ్యాలు పోషకాల నిధి. వాటిని సరైన విధంగా, సరైన సమయంలో తింటే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందవచ్చు. అరటిపండు, నల్ల మిరియాలు రెండూ శరీరానికి చాలా ఉపయోగకరమైనవి. అరటిపండు జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది, శరీరాన్ని బలపరుస్తుంది. నల్ల మిరియాలు ఆయుర్వేదంలో ఔషధంలా భావిస్తారు. రోజూ ఒక అరటిపండును నల్ల మిరియాల పొడితో కలిపి తింటే ఎలాంటి ప్రయోజనాలు కలుగుతాయో ఇప్పుడు చూద్దాం. ఈ సమాచారం డైటీషియన్ నందిని అందించారు. జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది: అరటిపండులోని పీచుపదార్థం, నల్ల మిరియాలలో ఉండే పైపెరిన్ జీర్ణ ఎంజైమ్‌లను చురుకుగా మారుస్తాయి. దీనివల్ల ఆహారం త్వరగా జీర్ణమవుతుంది. గ్యాస్, అసిడిటీ, ఉబ్బరం లాంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి.
కలయికతో రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది: అరటిపండులో విటమిన్ సి, నల్ల మిరియాలలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ రెండింటిని కలిపి తీసుకుంటే రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. రుతువులవల్ల వచ్చే వ్యాధుల నుంచి రక్షణ లభిస్తుంది.బరువు తగ్గడానికి సహాయం: అరటిపండులోని పీచుపదార్థం ఎక్కువసేపు కడుపు నిండుగా ఉన్న భావన కలిగిస్తుంది. దీనివల్ల అతిగా తినకుండా ఉంటారు. నల్ల మిరియాలు జీవక్రియను వేగవంతం చేస్తాయి. ఈ రెండూ బరువు తగ్గడానికి సహాయపడతాయి.

బొప్పాయిని వీటితో కలిపి తింటే..

బొప్పాయి తినడం ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. ఇందులో విటమిన్లు, ఫైబర్, అనేక పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడమే కాకుండా చర్మాన్ని కూడా కాంతివంతం చేస్తుంది. అయితే బొప్పాయిని కొన్ని ఆహార పదార్థాలతో కలిపి తీసుకుంటే అది విషపూరితంగా మారే ప్రమాదం ఉంది. నిమ్మకాయ లేదా సిట్రస్ పండ్లు: బొప్పాయిని నిమ్మకాయ, నారింజ, లేదా ఇతర సిట్రస్ పండ్లతో కలిపి తినడం చాలామంది చేసే సాధారణ పొరపాటు. ఈ రెండింటినీ కలిపి తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థపై ప్రతికూల ప్రభావం పడుతుంది. ఇది గ్యాస్, అసిడిటీ, కడుపు నొప్పి, గుండెల్లో మంట వంటి సమస్యలకు దారితీస్తుంది. గర్భిణీ స్త్రీలు ఈ కలయికను పూర్తిగా నివారించడం మంచిది. ఎందుకంటే ఇది శరీరంలో హిమోగ్లోబిన్ స్థాయిలను కూడా ప్రభావితం చేయవచ్చు.దోసకాయలు - టమాటాలు: బొప్పాయిని దోసకాయ, టమాటా వంటి కూరగాయలతో కలిపి తినకూడదు. బొప్పాయిలో పపైన్ అనే ఒక ప్రత్యేక ఎంజైమ్ ఉంటుంది. ఇది ప్రోటీన్లను జీర్ణం చేయడానికి సహాయపడుతుంది. కానీ దోసకాయ, టమాటాలలో వేరే ఎంజైమ్‌లు, ఫైబర్ ఉంటాయి. వీటిని కలిపి తినడం వల్ల జీర్ణక్రియకు ఆటంకం ఏర్పడి ఉబ్బరం, అజీర్ణం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. పెరుగు లేదా పాలు: ఆయుర్వేదం ప్రకారం.. పండ్లు, పాలు లేదా పెరుగు కలిపి తినడం ఆరోగ్యానికి హానికరం. బొప్పాయి, పెరుగు కలిపి తీసుకోవడం వల్ల కడుపులో విషపదార్థాలు ఏర్పడతాయి. దీనివల్ల చర్మంపై దద్దుర్లు, దురద, విరేచనాలు, మలబద్ధకం వంటి కడుపు సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. బొప్పాయి షేక్ తయారు చేసుకోవాలనుకుంటే పాలకు బదులుగా నీటిని ఉపయోగించడం మంచిది. కాకరకాయ: కాకరకాయతో బొప్పాయిని తినడం అత్యంత ప్రమాదకరమైన కలయికలలో ఒకటి. కాకరకాయ యొక్క చేదు రుచి, బొప్పాయి యొక్క తీపి రుచి శరీరంలో ప్రతికూల ప్రభావాలను సృష్టిస్తాయి. ఇది జీర్ణక్రియ ప్రక్రియను నెమ్మది చేయడమే కాకుండా తీవ్రమైన కడుపు నొప్పి, వాంతులు లేదా విరేచనాలు వంటి సమస్యలకు దారితీయవచ్చు. తేనె: బొప్పాయి - తేనె కలిపి తీసుకోవడం వల్ల కొంతమందిలో అలెర్జీ రియాక్షన్స్ వచ్చే అవకాశం ఉంది. ముఖ్యంగా పచ్చి తేనెను ఉపయోగిస్తే, అది కడుపు నొప్పి, వికారం, వాంతులు లేదా చర్మంపై దద్దుర్లకు కారణం కావచ్చు. తేనెను విడిగా తీసుకోవడం ఉత్తమం.

రుచి కోసమని నిమ్మరసం వీటితో కలిపి తిన్నారో!



నిమ్మకాయ ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తుంది. ఆహారంలో తీసుకోవల్సిన ముఖ్యమైన పదార్థాల్లో కూడా నిమ్మ ఒకటి. చాలా మందికి నిమ్మకాయ లేకుండా భోజనం అసంపూర్ణంగా అనిపిస్తుంది. నిమ్మరసం వేడి వేడి ఆహారంలో అలా చిలికించి తింటే ఆ రుచే వేరు. నిమ్మకాయలో విటమిన్ సి, యాంటీఆక్సిడెంట్లు, నిర్విషీకరణ లక్షణాలు ఉంటాయి. నిమ్మకాయ ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తుంది. ఆహారంలో తీసుకోవల్సిన ముఖ్యమైన పదార్థాల్లో కూడా నిమ్మ ఒకటి. చాలా మందికి నిమ్మకాయ లేకుండా భోజనం అసంపూర్ణంగా అనిపిస్తుంది. నిమ్మరసం వేడి వేడి ఆహారంలో అలా చిలికించి తింటే ఆ రుచే వేరు. నిమ్మకాయలో విటమిన్ సి, యాంటీఆక్సిడెంట్లు, నిర్విషీకరణ లక్షణాలు ఉంటాయి. నిమ్మ తినడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. చర్మ రంగు కూడా మెరుగుపడుతుంది. ముఖ్యంగా, బరువు తగ్గడానికి నిమ్మకాయ కూడా చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. నిమ్మ ఆరోగ్యానికి ఎంత మేలు చేసినప్పటికీ.. దీన్ని కొన్ని ఆహార పదార్థాలతో కలిపి తీసుకుంటే విషపూరితం అవుతుందని ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా ఇది అలెర్జీలు, గ్యాస్, చర్మ సమస్యలను కలిగిస్తుంది. నిమ్మకాయను పాలు, పాల ఉత్పత్తులతో కలిపి మర్చిపోయి కూడా తినకూడదు. దీనివల్ల జీర్ణ సమస్యలు వస్తాయి. పాలు, నిమ్మకాయను కలిపి తినడం వల్ల కూడా గ్యాస్ సమస్యలు వస్తాయి. గుడ్లు ప్రోటీన్ కు మంచి మూలం. అయితే గుడ్లు, నిమ్మకాయను ఎప్పుడూ కలిపి తినకూడదు. ఇది అనేక తీవ్రమైన కడుపు సమస్యలను కలిగిస్తుంది.

ప్రజా పక్షం.. ప్రజా గొంతు..
జయ జయహే సూర్యోదయం
https://suryodhayam.com/
https://epaper.suryodhayam.com/
MANA SHOW
ఆదివారం 21 సెప్టెంబర్ 2025

మటన్ ఎక్కువగా తింటున్నారా!

ఎర్ర మాంసం పోషకాలతో సమృద్ధిగా ఉన్నప్పటికీ దానిని అధికంగా తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి హానికరం. ముఖ్యంగా ప్రాసెస్ చేసిన మాంసాలు ఆరోగ్య సమస్యలు తెస్తాయి. ఇటీవలి పరిశోధనలు ఇది గుండె జబ్బులు, టైప్ 2 డయాబెటిస్, క్యాన్సర్ వంటి తీవ్రమైన వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని పెంచుతుందని హెచ్చరించాయి. మటన్ అంటే చాలామందికి ఇష్టమైన ఆహారం. దాని రుచి, పోషకాల కారణంగా దీనిని ఎక్కువగా తింటుంటారు. కానీ ఎర్ర మాంసాన్ని దానిని అతిగా తీసుకుంటే తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయని వైద్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఇటీవల జరిగిన కొన్ని పరిశోధనలు ఈ విషయంలో మరింత ఆందోళన కలిగించే విషయాలను వెల్లడించాయి. గొడ్డు మాంసం, దూడ మాంసం, పంది మాంసం, గొర్రె, మేక మాంసం వంటి జంతువుల నుండి వచ్చే మాంసాన్ని ఎర్ర మాంసం అంటారు. దీనికి ఎరుపు రంగు రావడానికి కారణం మయోగ్లోబిన్ అనే ప్రోటీన్. ఎర్ర మాంసంలో విటమిన్ బి12, ఐరన్, జింక్, బి-విటమిన్లు వంటి ఎన్నో ముఖ్యమైన పోషకాలు ఉన్నాయి. ఇది శరీరానికి సులభంగా లభించే అధిక-నాణ్యత ప్రోటీన్‌కు కూడా మంచి మూలం. సుమారు 28 గ్రాముల మాంసంలో 7 గ్రాముల ప్రోటీన్ ఉంటుంది. అందుకే ఆరోగ్యకరమైన ఆహారంలో భాగంగా దీనిని అప్పుడప్పుడు తీసుకోవడం మంచిది. పోషకాలు ఉన్నప్పటికీ ఎర్ర మాంసాన్ని వారానికి ఒకసారి మాత్రమే తీసుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా ప్రాసెస్ చేసిన మాంసాలైన హామ్, బేకన్, సలామీ వంటి వాటిలో సంతృప్త కొవ్వులు, సోడియం ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి గుండె జబ్బులు, టైప్ 2 డయాబెటిస్ ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. గుండె జబ్బులు: ఆక్స్‌ఫర్డ్ విశ్వవిద్యాలయం పరిశోధన ప్రకారం.. రోజుకు 50 గ్రాముల ప్రాసెస్ చేసిన ఎర్ర మాంసం తినేవారిలో గుండె జబ్బుల ప్రమాదం 18 శాతం పెరుగుతుంది. డయాబెటిస్: ది లాన్సెట్ డయాబెటిస్ అండ్ ఎండోక్రినాలజీ పత్రికలో ప్రచురించిన ఒక అధ్యయనం ప్రకారం.. రోజుకు రెండు ముక్కల హామ్ వంటి ప్రాసెస్ చేసిన మాంసం తినడం వల్ల టైప్ 2 డయాబెటిస్ వచ్చే ప్రమాదం 15 శాతం పెరుగుతుంది. కొలెస్ట్రాల్: ఎర్ర మాంసం శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని పెంచుతుంది. ఇది గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని మరింత పెంచుతుంది. క్యాన్సర్: ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ ఎర్ర మాంసాన్ని గ్రూప్ 2ఎ క్యాన్సర్ కారకంగా వర్గీకరించింది. ముఖ్యంగా ప్రాసెస్ చేసిన ఎర్ర మాంసం, కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ వంటి కొన్ని రకాల క్యాన్సర్‌లతో ముడిపడి ఉందని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. ఎర్ర మాంసం పోషకాలను అందిస్తున్నప్పటికీ దానిని మితంగా మాత్రమే తీసుకోవడం మంచిది. ప్రాసెస్ చేసిన మాంసాలను వీలైనంత వరకు దూరం పెట్టాలి. ఆరోగ్యకరమైన జీవితం కోసం సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవడం, తాజా మాంసాన్ని ఎంచుకోవడం, శారీరక శ్రమ చేయడం అవసరం.

ఉల్లిపాయలను తింటే క్యాన్సర్ తప్పదా?

ఉల్లిపాయ.. ఇది లేనిదే ఇంట్లో వంటచేయడమే కుదరదు. ఎందుకంటే ఉల్లిపాయను ప్రతిరోజూ ఒకటి కంటే ఎక్కువ ఆహార పదార్థాలలో ఉపయోస్తాం. చాలా ఇళ్లలో గృహిణులు ఉల్లిపాయలు లేవంటే వంటచేయడమే మానేస్తారు. అలా ఉంటుంది వాటి క్రేజ్. కానీ ఈ ఉల్లిపాయల్లో కొన్నింటిని తినడం వల్ల క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం ఉందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. సాధారణంగా ప్రతిరోజూ ఏదో ఒక ఆహారంలో మనం ఉల్లిపాయను ఉపయోగిస్తాం. ఇవి లేకుండా కూరగాయాలు చేస్తే అసలు టేస్టే ఉండదు. చాలా ఇళ్లలో, గృహిణులు ఉల్లిపాయలు లేకుండా వంట చేయమంటే అస్సలూ కుదరదని మొహం మీదే చెప్పేస్తారు. అలా ఉంటుంది వీటి క్రేజ్ మరీ. అయితే కొన్ని సార్లు ఉల్లిపాయలపై నల్ల మచ్చలు రావడం, లేదా బూజు పట్టడం జరుగుతుంది. అలాంటి వాటిని తినడం ఆరోగ్యానికి చాలా హానికరమని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అవును మీరు విన్నది నిజమే వీటిని తినడం వల్ల ఎలాంటి ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయో తెలిస్తే.. అలాంటి వాటిని తినడం మీరు ఇప్పుడే మానేస్తారు. పోషకాహార నిపుణునల ప్రకారం.. కొందరు ఉల్లిపాయలో దెబ్బతిన్న భాగాన్ని, అంటే నల్ల మచ్చలు ఉన్న ప్రాంతాన్ని తొలగించి, మిగిలిన భాగాన్ని మాత్రమే ఉపయోగిస్తారు. కానీ ఇలా చేయడం చాలా పెద్ద తప్పు. ఈ రకమైన బూజు ఎక్కువగా ఉల్లిపాయ లోపలి భాగంలో మాత్రమే కనిపిస్తుంది. దీనిని గుర్తించడం చాలా కష్టం అని వారు చెప్తున్నారు. పోషకాహార నిపుణురాలు ప్రకారం, నల్ల మచ్చలు లేదా బూజు ఉన్న ఉల్లిపాయలను ఎప్పుడూ ఉపయోగించకూడదు. ఇవి మైకోటాక్సిన్ అనే రకమైన టాక్సిన్‌ను ఉత్పత్తి చేస్తాయి, ఇది మానవ శరీరంపై ప్రతికూల ప్రభావాలను చూపుతుంది. అటువంటి ఉల్లిపాయలను తినడం వల్ల ఆహార అలెర్జీలు, వాంతులు, విరేచనాలు, కడుపు నొప్పి వంటి సమస్యలు వస్తాయి. అవే కాకుండా వాటి వల్ల క్యాన్సర్, కాలేయ క్యాన్సర్ వంటి తీవ్రమైన వ్యాధులు కూడా వచ్చే అవకాశం ఉందని ఆమె చెబుతున్నారు. కాబట్టి వాటిని శుభ్రంచేసి వినియోగించడం కన్నా.. పడేయడం బెస్ట్ అని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మనం ఇలాంటి సమస్యల నుంచి దూరంగా ఉండాలనుకుంటే ఎప్పుడూ ఫ్రెష్‌గా ఉండే ఉల్లిపాయలు వినియోగించాలి. అవి టైప్ 2 డయాబెటిస్‌కు ప్రయోజనకరంగా ఉంటాయి. అలాగే రక్తపోటును నియంత్రించడంలోనూ సహాయపడతాయి. వేసవి ఎండలో బయటకు వెళ్ళే ముందు ఉల్లిపాయలు తినడం వల్ల శరీరానికి శక్తి లభిస్తుంది. అలాగే హీట్ స్ట్రోక్ ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఎందుకంటే ఇది శరీర ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. ఉల్లిపాయలపై నల్ల మచ్చలు లేదా బూజు రాకుండా ఉండటానికి వాటిని సరిగ్గా నిల్వ చేయడం చాలా ముఖ్యం. చాలా మంది మళ్లీ మళ్లీ ఎవరు కొంటారని.. ఒకేసారి బల్క్‌లో కొని ఇంట్లో పెట్టుకుంటారు. ఇలా ఒకే దగ్గర ఎక్కువ మొత్తంలో నిల్వ చేయడం ద్వారా నల్ల మచ్చలు, బూజూ వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. కాబట్టి మీకు అవసరమైన ఉల్లిపాలయను అప్పుడే తెచ్చుకొండి. అలాగే మీరు తెచ్చిన ఉల్లిపాయల్ని చల్లని, తేమగా ఉండే ప్రదేశాల్లో ఉంచకండి.

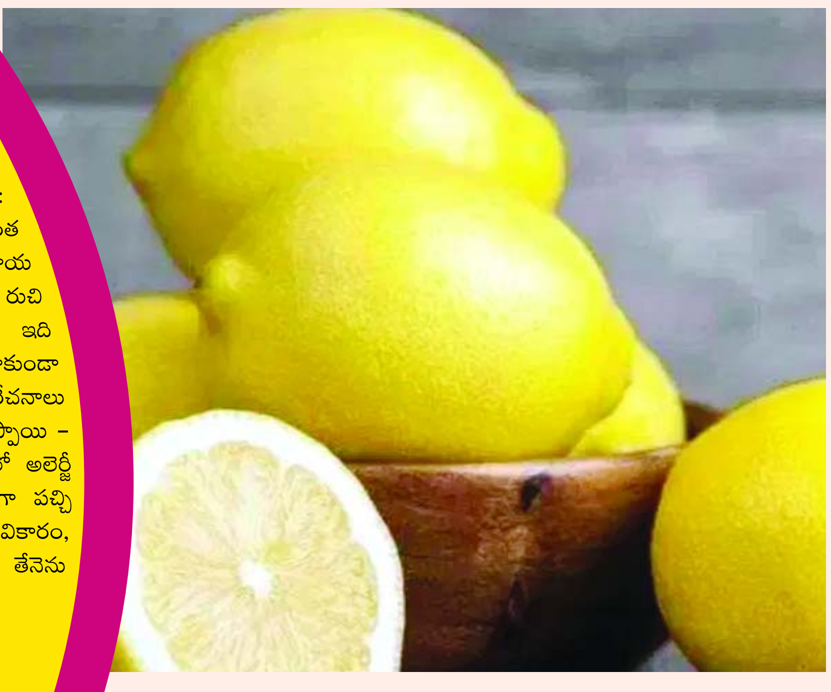
అరటిని ఈ ఒక్కటి కలిపి తినండి..

శరీరానికి బలాన్నిచ్చే అరటిపండు, సుగంధ ద్రవ్యాల రాణి నల్ల మిరియాలు. ఈ రెండింటిని కలిపి తింటే ఏం జరుగుతుందో తెలుసా? చాలామంది రోజుకో అరటిపండు తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాల గురించి మాత్రమే ఆలోచిస్తారు. కానీ దానిపై కొద్దిగా నల్ల మిరియాల పొడి చల్లి తింటే అద్భుతమైన ఆరోగ్య లాభాలుంటాయి. ఈ కలయిక మీ ఆరోగ్యాన్ని ఎలా మెరుగుపరుస్తుందో నిపుణుల మాటల్లో తెలుసుకుందాం. మన వంటింట్లో లభించే కూరగాయలు, పండ్లు, సుగంధ ద్రవ్యాలు పోషకాల నిధి. వాటిని సరైన విధంగా, సరైన సమయంలో తింటే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందవచ్చు. అరటిపండు, నల్ల మిరియాలు రెండూ శరీరానికి చాలా ఉపయోగకరమైనవి. అరటిపండు జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది, శరీరాన్ని బలపరుస్తుంది. నల్ల మిరియాలు ఆయుర్వేదంలో ఔషధంలా భావిస్తారు. రోజూ ఒక అరటిపండును నల్ల మిరియాల పొడితో కలిపి తింటే ఎలాంటి ప్రయోజనాలు కలుగుతాయో ఇప్పుడు చూద్దాం. ఈ సమాచారం డైటీషియన్ నందిని అందించారు. జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది: అరటిపండులోని పీచుపదార్థం, నల్ల మిరియాలలో ఉండే పైపెరిన్ జీర్ణ ఎంజైమ్‌లను చురుకుగా మారుస్తాయి. దీనివల్ల ఆహారం త్వరగా జీర్ణమవుతుంది. గ్యాస్, అసిడిటీ, ఉబ్బరం లాంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి.
కలయికతో రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది: అరటిపండులో విటమిన్ సి, నల్ల మిరియాలలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ రెండింటిని కలిపి తీసుకుంటే రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. రుతువులవల్ల వచ్చే వ్యాధుల నుంచి రక్షణ లభిస్తుంది.బరువు తగ్గడానికి సహాయం: అరటిపండులోని పీచుపదార్థం ఎక్కువసేపు కడుపు నిండుగా ఉన్న భావన కలిగిస్తుంది. దీనివల్ల అతిగా తినకుండా ఉంటారు. నల్ల మిరియాలు జీవక్రియను వేగవంతం చేస్తాయి. ఈ రెండూ బరువు తగ్గడానికి సహాయపడతాయి.

బొప్పాయిని వీటితో కలిపి తింటే..

బొప్పాయి తినడం ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. ఇందులో విటమిన్లు, ఫైబర్, అనేక పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడమే కాకుండా చర్మాన్ని కూడా కాంతివంతం చేస్తుంది. అయితే బొప్పాయిని కొన్ని ఆహార పదార్థాలతో కలిపి తీసుకుంటే అది విషపూరితంగా మారే ప్రమాదం ఉంది. నిమ్మకాయ లేదా సిట్రస్ పండ్లు: బొప్పాయిని నిమ్మకాయ, నారింజ, లేదా ఇతర సిట్రస్ పండ్లతో కలిపి తినడం చాలామంది చేసే సాధారణ పొరపాటు. ఈ రెండింటినీ కలిపి తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థపై ప్రతికూల ప్రభావం పడుతుంది. ఇది గ్యాస్, అసిడిటీ, కడుపు నొప్పి, గుండెల్లో మంట వంటి సమస్యలకు దారితీస్తుంది. గర్భిణీ స్త్రీలు ఈ కలయికను పూర్తిగా నివారించడం మంచిది. ఎందుకంటే ఇది శరీరంలో హిమోగ్లోబిన్ స్థాయిలను కూడా ప్రభావితం చేయవచ్చు.దోసకాయలు - టమాటాలు: బొప్పాయిని దోసకాయ, టమాటా వంటి కూరగాయలతో కలిపి తినకూడదు. బొప్పాయిలో పపైన్ అనే ఒక ప్రత్యేక ఎంజైమ్ ఉంటుంది. ఇది ప్రోటీన్లను జీర్ణం చేయడానికి సహాయపడుతుంది. కానీ దోసకాయ, టమాటాలలో వేరే ఎంజైమ్‌లు, ఫైబర్ ఉంటాయి. వీటిని కలిపి తినడం వల్ల జీర్ణక్రియకు ఆటంకం ఏర్పడి ఉబ్బరం, అజీర్ణం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. పెరుగు లేదా పాలు: ఆయుర్వేదం ప్రకారం.. పండ్లు, పాలు లేదా పెరుగు కలిపి తినడం ఆరోగ్యానికి హానికరం. బొప్పాయి, పెరుగు కలిపి తీసుకోవడం వల్ల కడుపులో విషపదార్థాలు ఏర్పడతాయి. దీనివల్ల చర్మంపై దద్దుర్లు, దురద, విరేచనాలు, మలబద్ధకం వంటి కడుపు సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. బొప్పాయి షేక్ తయారు చేసుకోవాలనుకుంటే పాలకు బదులుగా నీటిని ఉపయోగించడం మంచిది. కాకరకాయ: కాకరకాయతో బొప్పాయిని తినడం అత్యంత ప్రమాదకరమైన కలయికలలో ఒకటి. కాకరకాయ యొక్క చేదు రుచి, బొప్పాయి యొక్క తీపి రుచి శరీరంలో ప్రతికూల ప్రభావాలను సృష్టిస్తాయి. ఇది జీర్ణక్రియ ప్రక్రియను నెమ్మది చేయడమే కాకుండా తీవ్రమైన కడుపు నొప్పి, వాంతులు లేదా విరేచనాలు వంటి సమస్యలకు దారితీయవచ్చు. తేనె: బొప్పాయి - తేనె కలిపి తీసుకోవడం వల్ల కొంతమందిలో అలెర్జీ రియాక్షన్స్ వచ్చే అవకాశం ఉంది. ముఖ్యంగా పచ్చి తేనెను ఉపయోగిస్తే, అది కడుపు నొప్పి, వికారం, వాంతులు లేదా చర్మంపై దద్దుర్లకు కారణం కావచ్చు. తేనెను విడిగా తీసుకోవడం ఉత్తమం.

రుచి కోసమని నిమ్మరసం వీటితో కలిపి తిన్నారో!



నిమ్మకాయ ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తుంది. ఆహారంలో తీసుకోవల్సిన ముఖ్యమైన పదార్థాల్లో కూడా నిమ్మ ఒకటి. చాలా మందికి నిమ్మకాయ లేకుండా భోజనం అసంపూర్ణంగా అనిపిస్తుంది. నిమ్మరసం వేడి వేడి ఆహారంలో అలా చిలికించి తింటే ఆ రుచే వేరు. నిమ్మకాయలో విటమిన్ సి, యాంటీఆక్సిడెంట్లు, నిర్విషీకరణ లక్షణాలు ఉంటాయి. నిమ్మకాయ ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తుంది. ఆహారంలో తీసుకోవల్సిన ముఖ్యమైన పదార్థాల్లో కూడా నిమ్మ ఒకటి. చాలా మందికి నిమ్మకాయ లేకుండా భోజనం అసంపూర్ణంగా అనిపిస్తుంది. నిమ్మరసం వేడి వేడి ఆహారంలో అలా చిలికించి తింటే ఆ రుచే వేరు. నిమ్మకాయలో విటమిన్ సి, యాంటీఆక్సిడెంట్లు, నిర్విషీకరణ లక్షణాలు ఉంటాయి. నిమ్మ తినడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. చర్మ రంగు కూడా మెరుగుపడుతుంది. ముఖ్యంగా, బరువు తగ్గడానికి నిమ్మకాయ కూడా చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. నిమ్మ ఆరోగ్యానికి ఎంత మేలు చేసినప్పటికీ.. దీన్ని కొన్ని ఆహార పదార్థాలతో కలిపి తీసుకుంటే విషపూరితం అవుతుందని ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా ఇది అలెర్జీలు, గ్యాస్, చర్మ సమస్యలను కలిగిస్తుంది. నిమ్మకాయను పాలు, పాల ఉత్పత్తులతో కలిపి మర్చిపోయి కూడా తినకూడదు. దీనివల్ల జీర్ణ సమస్యలు వస్తాయి. పాలు, నిమ్మకాయను కలిపి తినడం వల్ల కూడా గ్యాస్ సమస్యలు వస్తాయి. గుడ్లు ప్రోటీన్ కు మంచి మూలం. అయితే గుడ్లు, నిమ్మకాయను ఎప్పుడూ కలిపి తినకూడదు. ఇది అనేక తీవ్రమైన కడుపు సమస్యలను కలిగిస్తుంది.

బిజినెస్

సెబీ క్లీన్‌చిట్‌తో రూ. 69 వేల కోట్లు పెరిగిన అదానీ గ్రూప్ మార్కెట్ విలువ

అమెరికా షార్ట్‌సెల్లర్ హిండెన్‌బర్గ్ రీసెర్చ్ అదానీ గ్రూప్‌పై చేసిన ఆరోపణలు నిరాధారమని తాజాగా భారతీయ స్టాక్ మార్కెట్ల నియంత్రణ సంస్థ సెబీ ప్రకటించిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ ప్రకటనతో శుక్రవారం ఒక్కరోజే అదానీ గ్రూప్ మార్కెట్ క్యాపిటలైజేషన్ రూ. 69,000 కోట్లకు పైగా పెరిగింది. అదానీ గ్రూప్‌పై ఆరోపణలను సెబీ క్లియర్ చేయడంతో ఇన్వెస్టర్లలో సెంటిమెంట్ పుంజుకుంది. అత్యధికంగా లాభాలను చూసిన కంపెనీల్లో అదానీ పవర్ షేర్ 12.40 శాతం పెరగ్గా, అదానీ టోటల్ గ్యాస్ 7.35 శాతం, అదానీ గ్రీన్ ఎనర్జీ 5.33 శాతం, అదానీ ఎంటర్‌ప్రైజెస్ 5.04 శాతం రాణించాయి. అదానీ ఎనర్జీ సొల్యూషన్స్ 4.70 శాతం పెరిగాయి. మిగిలిన వాటిలో సంఘి ఇండస్ట్రీస్, ఏసీసీ లాంటి కంపెనీలు కూడా మెరుగైన ర్యాలీని చూశాయి. కాగా, 2023 జనవరిలో అదానీ గ్రూప్ ఇన్‌సైడర్ ట్రేడింగ్, మార్కెట్ అవకతవకలు, పబ్లిక్ షేర్‌హోల్డింగ్ నిబంధనల ఉల్లంఘనలకు పాల్పడిందని హిండెన్‌బర్గ్ రీసెర్చ్ సంస్థ సంచలన ఆరోపణలు చేసింది. అదానీ గ్రూప్‌లో పలు కంపెనీల నుంచి నిధులను ఆడికార్ప్, మైల్‌స్టోన్ ట్రేడ్‌లింక్స్, రేవర్‌ఇన్‌ఫ్రా ద్వారా లిస్టెడ్ కంపెనీలైన అదానీ పవర్, అదానీ ఎంటర్‌ప్రైజెస్‌లోకి మళ్లించారని కూడా ఆరోపించింది. అయితే, దీనిపై గతంలో సుప్రీంకోర్టు కూడా అలాంటి ఉల్లంఘనలు జరగలేదని చెప్పడం, తాజాగా సెబీ దర్యాప్తులో అవకతవకలు జరగలేదని తేలడంతో అదానీ గ్రూప్‌నకు భారీ ఉపశమనం లభించింది.

రూ. 18 వేల వరకు ధరలు తగ్గించిన సుజుకి మోటార్‌సైకిల్

ప్రముఖ టూ-వీలర్ కంపెనీ సుజుకి మోటార్ సైకిల్ ఇండియా శుక్రవారం జీఎస్టీ సంస్కరణలో భాగంగా ధరలను తగ్గించినట్టు ప్రకటించింది. తన అన్ని మోడళ్లపై గరిష్ఠంగా రూ. 18,024 వరకు తగ్గించినట్టు తెలిపింది. జీఎస్టీ రేట్ల తగ్గింపు ప్రయోజనాలను పూర్తిగా అందిస్తామని కంపెనీ అధికారిక ప్రకటన విడుదల చేసింది. సవరించిన ధరలు సెప్టెంబర్ 22 నుంచి అమల్లోకి వస్తాయని పేర్కొంది. ద్విచక్ర వాహనాలతో పాటు, విడిభాగాలు, ఇతర పరికరాలపై తగ్గిన జీఎస్టీతో నిర్వహణ ఖర్చులు తగ్గుతాయి. ఇది పరిశ్రమలో డిమాండ్ పెరుగుదలకు వీలు కల్పిస్తుందని కంపెనీ వైస్-ప్రెసిడెంట్, సేల్స్ అండ్ మార్కెటింగ్ దీపక్ ముత్రేజా అన్నారు. పండుగ సీజన్ సమయంలో ధరల తగ్గింపు వల్ల కస్టమర్ల సెంటిమెంట్ మరింత పెరుగుతుందని, అందుకే తమ పోర్ట్‌ఫోలియోలోని వాహనాలు ఆకర్షణీయంగా మారుతాయి, మొత్తంగా టూవీలర్ వాహన మార్కెట్లో గిరాకీకి ప్రోత్సాహం లభిస్తుందని భావిస్తున్నామని ఆయన పేర్కొన్నారు.

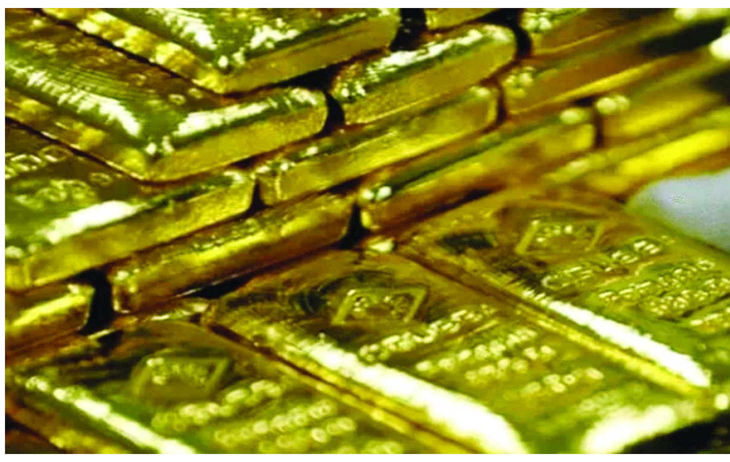
మళ్లీ జాబ్‌లో చేరండి..
మహిళా నిపుణులకు ఐటీ కంపెనీల ఆఫర్లు

మళ్లీ ఉద్యోగానికి రావాలనుకుంటున్న మహిళా నిపుణుల కోసం 'రీస్టార్ట్ విత్ ఇన్ఫోసిస్' పేరిట ప్రత్యేక నియామక కార్యక్రమాన్ని ఏర్పాటు చేసారు. ప్రముఖ ఐటీ కంపెనీ అయిన ఇన్ఫోసిస్ ఈ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించింది. ఈ నియామకాలకు అర్హత సాధించాలంటే, మహిళా అభ్యర్థులకు కనీసం రెండు సంవత్సరాల పని అనుభవం కలిగి ఉండాలి. కనీసం 6 నెలల పాటు విరామంలో ఉండాలని కంపెనీ రూల్ పెట్టింది. జావా, .నెట్, ఎస్ఏపీ, ఒరాకిల్, సేల్స్‌ఫోర్స్, పెగాసస్, రియాక్ట్, పైథాన్, యాంగ్యులర్, ఇన్ఫర్మేటికా, సెలానియం టెస్టింగ్‌లలో డెవలపర్, టెక్ లీడ్, మేనేజర్ స్థానాలకు మహిళా ఉద్యోగులను ఆహ్వానిస్తుంది. పెళ్లయిన తర్వాత పిల్లలు, కుటుంబ బాధ్యలతో చాలా మంది మహిళలు జాబ్ కి బ్రేక్ వేస్తుంటారు. తర్వాత వారు ఒక్కసారిగా మళ్లీ జాబ్ లో జాయిన్ అవ్వాలనుకున్న జాబ్ దొరకక చాలా ఇబ్బందులు పడతారు. వారి కోసేమే ఇన్ఫోసిస్ మంచి ఆఫర్ ప్రకటించింది. 'రీస్టార్ట్ విత్ ఇన్ఫోసిస్' పేరుతో స్పెషల్ డ్రైవ్ నిర్వహిస్తోంది. తమ ఉద్యోగుల్లో మహిళల సంఖ్యను పెంచడంలో భాగంగా ఈ నిర్ణయం తీసుకుంది. 2030కు మొత్తం ఉద్యోగుల్లో 45% మంది మహిళలు ఉండాలని కంపెనీ లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. ప్రస్తుతం ఇన్ఫోసిస్‌లో దాదాపు 3,23,000 మంది ఉద్యోగులు పనిచేస్తున్నారు. ఇందులో మహిళల వాటా 39 శాతంగా ఉంది. విజయవంతమైన

రిఫరల్స్ ఇచ్చిన తమ ఉద్యోగులకు రూ.50,000 వరకు ప్రోత్సాహకాలను సంస్థ అందిస్తోంది. ఫిబ్రవరిలో మహిళలను తీసుకునేందుకు 'రీఇగ్నైట్ 2025' కార్యక్రమాన్ని టాటా టెక్నాలజీస్ ఏర్పాటు చేసింది. 'రిటర్న్‌షిప్' పేరుతో హెచ్‌సీఎల్ టెక్ ఓ పోగ్రాంను ప్రారంభించింది. యాక్సెంచర్ ఇండియా 'కెరీర్ రీబూట్', విప్రో'బిగిన్ ఎగైన్' కార్యక్రమాలు కూడా ఇదే కోవలోకి వస్తాయని ఐటీ నిపుణులు వెల్లడించారు.

అత్యధిక బంగారం నిల్వలున్న దేశాలివే..
భారత్‌కు 8వ ర్యాంక్

బంగారం నిల్వలు ఏ దేశానికైనా ఆర్థిక స్థిరత్వానికి చాలా కీలకం. ఈ కారణంతోనే ప్రతిదేశం ఎప్పటికప్పుడు బంగారాన్ని నిల్వ చేసుకుంటాయి. అయితే, గతంలో కంటే ఇటీవల కొన్నేళ్లలో చాలా దేశాల సెంట్రల్ బ్యాంకులు విపరీతంగా పసిడి నిల్వలను పెంచుకుంటున్నాయి. ముఖ్యంగా ఇటీవల భౌగోళిక రాజకీయ పరిణామాలు, వాణిజ్య సవాళ్లు, ఆర్థిక అనిశ్చితి, యుద్ధ పరిస్థితుల మధ్య అనేక దేశాలు వీలైనంత ఎక్కువ బంగారం నిల్వలకు ఆసక్తిగా ఉన్నాయి. తాజా అత్యధికంగా బంగారు నిలలు ఉన్న ఎనిమిది దేశాల జాబితాను ప్రపంచ స్వర్ణ మండలి(డబ్ల్యూజీసీ) విడుదల చేసింది. ఆ డేటా ప్రకారం భారత్ స్థానం ఎక్కడ ఉందో తెలుసుకుందాం. ఈ జాబితాలో అమెరికా 8,133.5 మెట్రిక్ టన్నులతో అగ్రస్థానంలో ఉంది. ఈ మొత్తం విదేశీ మారక నిల్వలలో దాదాపు 71 శాతాం వాటా కలిగి ఉంది. తర్వాత స్థానంలో జర్మనీ 3,351.5 మెట్రిక్ టన్నులు, విదేశీ మారక నిల్వలలో దాదాపు 70.6 శాతం వాటాతో రెండో స్థానంలో ఉంది. మూడో స్థానంలో ఇటలీ 2,451.8 మెట్రిక్ టన్నులతో మొత్తం విదేశీ మారక నిల్వలలో దాదాపు 67.5 శాతం, 2,437 మెట్రిక్ టన్నులు, విదేశీ మారక నిల్వలలో దాదాపు 68.6 శాతం వాటాతో ఫ్రాన్స్, 2,335.9 మెట్రిక్ టన్నులు, విదేశీ మారక నిల్వలలో దాదాపు 28.1 శాతం వాటాతో రష్యా, 2,279.6 మెట్రిక్ టన్నులు, విదేశీ మారక నిల్వలలో దాదాపు 4.6 శాతం వాటాతో చైనా, 1,040 మెట్రిక్ టన్నులు, విదేశీ మారకపు నిల్వలలో దాదాపు 8 శాతం వాటాతో స్విట్జర్లాండ్, 876.2 మెట్రిక్ టన్నులు, విదేశీ మారక నిల్వలలో దాదాపు 9 శాతం వాటాతో భారత్ టాప్-8 ర్యాంకుల్లో ఉన్నాయి.



టీమిండియా అంటే భయం..
మోటివేషనల్ స్పీకర్ సాయం కోరిన పాక్..!

ఆసియా కప్ లీగ్ దశలో ఎదురుపడిన భారత్ పాకిస్థాన్ సూపర్ 4లోనూ తలపడనున్నాయి. ఆదివారం దుబాయ్ వేదికగా దాయాదుల మధ్య మరోసారి బిగ్ ఫైట్ జరుగనుంది. అయితే.. పాక్ జట్టుకు టీమిండియా ఫోబియా పట్టుకుంది. ఇదివరకే భారీ తేడాతో సూర్యకుమార్ యాదవ్ సేన చేతిలో ఓడడంతో మళ్లీ సల్మాన్ అఘా బృందాన్ని ఓటమి భయం వెంటాడుతోంది. దాంతో.. ఆనవాయితీ ప్రకారం మ్యాచ్‌కు ముందు రోజు జరిగే మీడియా సమావేశాన్ని పాక్ బాయ్‌కాట్ చేసింది. అంతేకాదు.. టీమిండియాను ఎదుర్కొనేందుకు తగిన మానసిక సన్నద్ధత కోసం ఆ జట్టు మోటివేషనల్ స్పీకర్ సాయం కోరింది. లీగ్ దశలో భారత బౌలర్ల విజృంభణతో

పాక్ జట్టు 127 రన్స్‌కే పరిమితమైంది. స్వల్ప లక్ష్యాన్ని అలవోకగా ఛేదించిన టీమిండియా 7 వికెట్ల తేడాతో జయభేరి మోగించింది. ఇప్పుడు సూపర్ 4 మ్యాచ్‌లోనూ చిరకాల ప్రత్యర్థిని చిత్తు చేయాలని భారత జట్టు పట్టుదలతో ఉంది. ఈ నేపథ్యంలో కనీస పోరాటం చేయడానికి పాక్ సన్నద్ధమవుతోంది. అందుకే.. మానసికంగా ధైర్యం, స్ఫూర్తినింపే మాటలు చెప్పే మోటివేషనల్ స్పీకర్ డాక్టర్ రహీమ్‌ను నియమించుకుంది. పాక్ క్రికెటర్లలో రహీం ఆత్మవిశ్వాసాన్ని నూరిపోయనున్నాడు. అయినా సరే అనిశ్చితికి మారుపేరైన దాయది జట్టు ఎప్పుడు ఎలా ఆడుతుందో చెప్పలేం. ముఖ్యంగా ఒత్తిడిని ఏమాత్రం తట్టుకోలేని పాక్ సూపర్ 4లోనూ చేతులెత్తేస్తుందా? చివరి వరకూ పోరాడుతుందా? అనేది అందరిలో ఆసక్తి రేపుతోంది.

చరిత్ర సృష్టించిన టీమిండియా..
పాకిస్తాన్‌ను దాటేసి సింగిల్‌గా ప్రపంచ రికార్డు

ఆసియా కప్ 2025లో భాగంగా నిన్న (సెప్టెంబర్ 19) జరిగిన మ్యాచ్‌లో భారత్ పసికూన ఒమన్‌పై 21 పరుగుల తేడాతో విజయం సాధించింది. ఈ గెలుపుతో టీమిండియా ఓ చారిత్రక రికార్డును సొంతం చేసుకుంది. అంతర్జాతీయ టీ20 క్రికెట్‌లో అత్యధిక దేశాలపై (19) విజయాలు సాధించిన జట్టుగా రికార్డు నెలకొల్పింది. ఈ మ్యాచ్‌కు ముందు ఈ రికార్డు భారత్, పాకిస్తాన్ (18) పేరిట సంయుక్తంగా ఉండేది.

అంతర్జాతీయ టీ20ల్లో అత్యధిక దేశాలపై విజయాలు సాధించిన జట్లు

- భారత్- 19 దేశాలు (166 విజయాలు)
- పాకిస్తాన్- 18 దేశాలు (156 విజయాలు)
- న్యూజిలాండ్- 17 దేశాలు (123 విజయాలు)
- ఆస్ట్రేలియా- 16 దేశాలు (119 విజయాలు)
- సౌతాఫ్రికా- 15 దేశాలు (112 విజయాలు)
- ఇంగ్లండ్- 15 దేశాలు (110 విజయాలు)

అంతర్జాతీయ టీ20ల్లో భారత్ టెస్ట్ హెూదా కలిగిన దేశాలతో పాటు చాలా అసోసియేట్ సభ్య దేశాలను మట్టికరిపించింది.

టీ20ల్లో టీమిండియా విజయాలు నమోదు చేసిన దేశాలు

- ఆస్ట్రేలియా- 32 మ్యాచ్‌ల్లో 20 విజయాలు
- శ్రీలంక- 32 మ్యాచ్‌ల్లో 21 విజయాలు
- సౌతాఫ్రికా- 31 మ్యాచ్‌ల్లో 18 విజయాలు
- వెస్టిండీస్- 30 మ్యాచ్‌ల్లో 19 విజయాలు
- ఇంగ్లండ్- 29 మ్యాచ్‌ల్లో 17 విజయాలు
- న్యూజిలాండ్- 25 మ్యాచ్‌ల్లో 12 విజయాలు
- పాకిస్తాన్- 14 మ్యాచ్‌ల్లో 10 విజయాలు
- జింబాబ్వే- 13 మ్యాచ్‌ల్లో 10 విజయాలు
- బంగ్లాదేశ్- 17 మ్యాచ్‌ల్లో 16 విజయాలు
- ఆఫ్ఘనిస్తాన్- 9 మ్యాచ్‌ల్లో 7 విజయాలు
- ఐర్లాండ్- 8 మ్యాచ్‌ల్లో 8 విజయాలు
- హాంగ్‌కాంగ్- 1 మ్యాచ్‌లో 1 విజయం
- నమీబియా- 2 మ్యాచ్‌ల్లో 2 విజయాలు
- యూఏఈ- 2 మ్యాచ్‌ల్లో 2 విజయాలు
- స్కాట్లాండ్- 1 మ్యాచ్‌లో 1 విజయం
- నెదర్లాండ్స్- 2 మ్యాచ్‌ల్లో 2 విజయాలు
- ఒమన్- 1 మ్యాచ్‌లో 1 విజయం
- నేపాల్- 1 మ్యాచ్‌లో 1 విజయం
- కెన్యా- 1 మ్యాచ్‌లో 1 విజయం

మొత్తంగా 19 దేశాలపై 250 మ్యాచ్‌లు ఆడి 166 విజయాలు సాధించిన భారత్, పొట్టి ఫార్మాట్‌లో అత్యధిక విజయాలు సాధించిన జట్టుగా, అత్యధిక విజయాల శాతం (66) కలిగిన జట్టుగా చలామణి అవుతుంది.

పొట్టి ఫార్మాట్‌లో రెండు ప్రపంచకప్‌లు (2007, 2024) గెలిచిన భారత్ ప్రస్తుతం ఈ ఫార్మాట్‌లో నంబర్ వన్ జట్టుగా (ర్యాంకింగ్స్‌లో) కొనసాగుతుంది. అలాగే ఈ ఫార్మాట్‌లో అన్ని విభాగాల్లో భారత ఆటగాళ్లే టాప్ ర్యాంక్‌ల్లో ఉన్నారు. బ్యాటింగ్‌లో అభిషేక్ శర్మ, బౌలింగ్‌లో వరుణ్ చక్రవర్తి, ఆల్‌రౌండర్ల విభాగంలో హార్దిక్ పాండ్యా నంబర్ వన్‌గా ఉన్నారు.

స్పోర్ట్స్

రాణించిన పూరన్, హేల్స్.. చెలరేగిన రసెల్, పోలార్డ్.. ఫైనల్లో నైట్‌రైడర్స్

కరీబియన్ ప్రీమియర్ లీగ్ 2025 ఎడిషన్‌లో ట్రిన్‌బాగో నైట్‌రైడర్స్ ఫైనల్స్‌కు చేరుకుంది. భారతకాలమానం ప్రకారం? ఇవాళ (సెప్టెంబర్ 20) ఉదయం జరిగిన రెండో క్వాలిఫయర్‌లో సెయింట్ లూసియా కింగ్స్‌ను చిత్తు చేసింది. టాస్ ఓడి తొలుత బ్యాటింగ్ చేసిన నైట్‌రైడర్స్ నిర్ణీత 20 ఓవర్లలో 4 వికెట్ల నష్టానికి 194 పరుగులు చేసింది. అలెక్స్ హేల్స్ (44 బంతుల్లో 58 నాటౌట్‌బీ 2 ఫోర్లు, 4 సిక్సర్లు), కెప్టెన్ పూరన్ (32 బంతుల్లో 50బీ 5 ఫోర్లు, 4 సిక్సర్లు) బాధ్యతాయుతమైన అర్ధ సెంచరీలతో రాణించగా.. ఆఖర్లో పోలార్డ్ (26 బంతుల్లో 35బీ 4 సిక్సర్లు), రసెల్ (12 బంతుల్లో 28బీ ఫోర్, 3 సిక్సర్లు) విరుచుకుపడ్డారు. లూసియా కింగ్స్ బౌలర్లలో అల్జరీ జోసఫ్, ఖారీ పియెర్, రోస్టన్ ఛేజ్ తలో వికెట్ తీశారు. అనంతరం 195 పరుగుల భారీ లక్ష్య ఛేదనలో లూసియా కింగ్స్ చేతులెత్తేసింది. ఇన్నింగ్స్ ప్రారంభం నుంచి ఏ దశలోనూ గెలుపు దిశగా సాగలేదు. నిదానంగా ఆడుతూ, బంతులు వృధా చేసుకుని ఆఖరికి మూల్యం చెల్లించుకుంది. ఓపెనర్ టిమ్ సీఫర్ట్ (40 బంతుల్లో 57బీ 8 ఫోర్లు, సిక్స్) ఒక్కడే తూతూమంత్రంగా గెలుపు కోసం ప్రయత్నించాడు. మిగతా ఆటగాళ్లంతా నిరాశపరిచారు. జాన్సన్ ఛార్లెస్ 17, టిమ్ డేవిడ్ 28, రోస్టన్ ఛేజ్ 16, ఆరోన్ జోన్స్ 12, టైమాల? మిల్స్ 6 పరుగులు చేయగా.. అకీమ్ అగస్టే, కెప్టెన్ డేవిడ్ వీస్ దకౌట్లయ్యారు. నైట్‌రైడర్స్ స్పిన్నర్లు సునీల్ నరైన్ (4-1-18-3), ఉస్మాన్ తారిక్ (4-0-35-4) లూసియా కింగ్స్ బ్యాటర్ల నడ్డి విరిచారు. నిర్ణీత 20 ఓవర్లలో 8 వికెట్ల నష్టానికి 138 పరగులు మాత్రమే చేసిన కింగ్స్ 56 పరుగుల తేడాతో ఘోర పరాజయాన్ని ఎదుర్కొంది. సెప్టెంబర్ 22న జరిగే ఫైనల్లో నైట్‌రైడర్స్ గయానా అమెజాన్ వారియర్స్‌తో టైటిల్ కోసం పోటీపడుతుంది.

ప్రజా పక్షం.. ప్రజా గొంతు..
జయ జయహే సూర్యోదయం
https://suryodhayam.com/
https://epaper.suryodhayam.com/
MANA SHOW
ఆదివారం 21 సెప్టెంబర్ 2025

బిగ్‌బాస్ హౌస్‌లో ఆడపులి.. యూత్‌కు తెగ నచ్చేస్తోన్న కంటెస్టెంట్..

బిగ్‌బాస్ సీజన్ 9 రెండో వారం నడుస్తోంది. ఓవైపు కామనర్స్.. మరోవైపు సెలబ్రిటీస్ తమ బిహేవియర్, ఆట తీరుతో జనాలకు విసుగు తెప్పిస్తున్నారు. మాట్లాడితే అరుచుకోవడం.. పిచ్చి పిచ్చిగా బిహేవ్ చేస్తున్నారు. మరోవైపు ఇద్దరు పవన్లతో రీతూ చౌదరి ట్రయాంగిల్ స్టోరీ స్టార్ట్ చేసింది. అయితే ఇప్పుడు బిగ్?బాస్ హౌస్ లో అత్యధిక పాజిటివిటీ అందుకుంటున్న అమ్మాయి ఎవరో తెలుసా.. ?

యోగా, వర్కవుట్లతో హీరోయిన్ రేంజ్ ఫిట్నెస్ తో కట్టిపడేస్తుంది. ఆమెకు ఇప్పుడు ఫాలోయింగ్ మరింత పెరిగింది. బుల్లితెరపై, సోషల్ మీడియాలో ఆమె పేరు మారుమోగుతుంది. ఇన్నాళ్లు అందం, నటనతో కట్టిపడేసిన ఈ ముద్దుగుమ్మ.. ఇప్పుడు తన బిహేవియర్, ఆట తీరుతో ఆకట్టుకుంటుంది. ప్రస్తుతం తెలుగులో ప్రసారమవుతున్న బిగ్ బాస్ సీజన్ 9లో టాస్కులలో ఆడపులిలా దూసుకుపోతుంది. అలాగే స్నేహానికి అండగా ఉంటూ.. ఆట తీరుతో ప్రేక్షకుల హృదయాల్లో చోటు సంపాదించుకుంటుంది. ఇప్పుడు ఆమెకు నెట్టింట విపరీతమైన క్రేజ్ ఉంది. ఇంతకీ బిగ్ బాస్ హౌస్ లో శివంగి ఎవరో గుర్తుపట్టారా.. ? ఈ అమ్మడు మరెవరో కాదు.. ముద్ద మందారం ఫేమ్ తనూజ పుట్టస్వామి. కన్నడ, తెలుగులో పలు సీరియల్స్ ద్వారా జనాలకు దగ్గరయ్యింది. ఇప్పుడు బిగ్ బాస్ హౌస్ లో కంటెస్టెంట్ ఆమె. బెంగళూరులో పుట్టి పెరిగిన తనూజ.. కాలేజీ రోజుల్లోనే మోడలింగ్ రంగంలోకి అడుగుపెట్టింది. కన్నడలో పలు సీరియల్స్ చేసింది. ఆ తర్వాత కన్నడలో హారర్ సినిమా 6-5=2 తో సినీ రంగ ప్రవేశం చేసింది, ఆ తర్వాత దండే బాయ్స్ చిత్రంలో కనిపించింది. ముద్ద మందారం సీరియల్ తో తెలుగులోకి అరంగేట్రం చేసిన ఆమె.. ఫస్ట్ సీరియల్ తోనే విపరీతమైన క్రేజ్ సొంతం చేసుకుంది. ఇందులో పార్వతి పాత్రలో కట్టిపడేసింది. ముద్ద మందారం తర్వాత చాలా కాలం పాటు మీడియాకు దూరంగా ఉన్న తనూజ.. ఇటీవలే కుక్ విత్ జాతిరత్నాలు షోలో పాల్గొంది. ఇప్పుడు బిగ్ బాస్ సీజన్ 9లోకి అడుగుపెట్టింది. తన ఆట తీరు, ప్రవర్తనతో జనాలకు దగ్గరవుతుంది. తనూజకు సోషల్ మీడియాలో విపరీతమైన క్రేజ్ ఉంది. అటు ట్రెడిషనల్, ఇటు గ్లామర్ ఫోటోస్ షేర్ చేస్తూ నెటిజన్లను ఆకట్టుకుంది.

'ఓజీ' హంగామా షురూ.. హైదరాబాద్‌లో గ్రాండ్ కాన్సర్ట్!

పవర్ స్టార్ పవన్ కల్యాణ్ అభిమానుల ఎదురుచూపులకు తెరదించుతూ 'ఓజీ' సినిమా విడుదలకు సిద్ధమవుతోంది. హరిహర వీరమల్లు ఇచ్చిన దెబ్బతో తీవ్ర నిరాశలో ఉన్న ఫ్యాన్స్ ఓజీపైనే ఆశలు పెట్టుకున్నారు. అయితే ఈ సినిమా రిలీజ్‌కు ఇంకా ఐదు రోజులు మాత్రమే ఉండటంతో చిత్ర బృందం ప్రచార కార్యక్రమాలను వేగవంతం చేసింది. ఇందులో భాగంగానే సెప్టెంబర్ 21న సాయంత్రం హైదరాబాద్‌లోని ఎల్బీ స్టేడియంలో 'ఓజీ' కాన్సర్ట్‌ను నిర్వహించబోతున్నట్లు అధికారికంగా ప్రకటించింది. ఈ కార్యక్రమం ప్రధానంగా పాటల విడుదల వేడుకగా భావిస్తున్నారు. ఈవెంట్‌కు పవన్ కల్యాణ్ హాజరవుతారా లేదా అనే దానిపై మాత్రం ఇంకా క్లారిటీ రాలేదు. అయితే చిత్ర యూనిట్‌లోని మిగతా సభ్యులు ఈ కార్యక్రమానికి హాజరుకానున్నారు. పవన్ రాకపై క్లారిటీ వస్తే ఈ కాన్సర్ట్ మరింత గ్రాండ్‌గా మారే అవకాశం ఉంది. ఇప్పటికే సినిమా నుంచి వరుసగా అప్‌డేట్‌లు వస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా, పవన్ కల్యాణ్ స్వయంగా ఆలపించిన వాషీ పాట నిన్న విడుదలై అభిమానులను విశేషంగా ఆకట్టుకుంది. ఈ పాట సినిమాపై అంచనాలను మరింత పెంచింది. ఈ పాటతో పాటు, మరిన్ని అప్‌డేట్‌లు త్వరలోనే వస్తాయని చిత్ర యూనిట్ తెలిపింది.

పుష్ప 2, సంక్రాంతికి వస్తున్నాం, కన్నప్ప.. ఆస్కార్ రేసులో

వచ్చే ఏడాది జరగబోయే ఆస్కార్ అవార్డ్స్ కోసం కొన్ని తెలుగు సినిమాలు రేసులో నిలిచాయి. టాలీవుడ్ నుంచి దాదాపు ఐదింటిని ఫిల్మ్ ఫెడరేషన్ ఆఫ్ ఇండియా ఫైనల్ చేసింది. ఈ క్రమంలోనే అందుకు సంబంధించిన ఓ లిస్ట్ సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది. ఇంతకీ ఆ తెలుగు మూవీస్ ఏంటి? వాటికి ఏమైనా ఛాన్స్ ఉందా? మన దేశం నుంచి ఆస్కార్స్-2026 కోసం 24 సినిమాల్ని ఫిల్మ్ ఫెడరేషన్ ఎంపిక చేసింది వాటిలో తెలుగు నుంచి పుష్ప 2, సంక్రాంతికి వస్తున్నాం, కన్నప్ప, కుబేర, గాంధీతాత చెట్టు చిత్రాలు ఉన్నాయి. అలానే హిందీ నుంచి ఐ వాంట్ టూ టాక్, తన్వీ ది గ్రేట్, ద బెంగాల్ ఫైల్స్, హౌమ్ బౌండ్, కేసరి 2, సూపర్ బాయ్స్ ఆఫ్ మలేగావ్, హ్యూమన్స్ ఇన్ ద లూప్, జగ్నుమా, ఫూలే, ఫైర్ మూవీస్ ఉన్నాయి. అలానే మరాఠీ నుంచి 6, కన్నడ నుంచి ఒకటి, మణిపురి నుంచి 1, మూకీ సినిమా ఒకదాన్ని ఎంపిక చేశారు. ఇవన్నీ కూడా ఆస్కార్ రేసులో ఉన్నాయి. అయితే వీటి నుంచి ఏమైనా ఎంపిక అవుతుందా లేదా అనేది ఆస్కార్స్ కమిటీ నిర్ణయంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. చూడాలి మరి ఏం జరుగుతుందో? గతంలో భారత నేపథ్యంగా తీసిన కొన్ని సినిమాలు ఆస్కార్స్ వచ్చాయి. కానీ 'ఆర్ఆర్ఆర్' చిత్రంలోని నాటు నాటు పాటకు ఆస్కార్ రావడంతో మన దగ్గర కూడా ఈ అవార్డ్ గురించి అందరికీ తెలిసింది.

నాకు గర్ల్ ఫ్రెండ్స్ ఉన్నప్పుడు..

కునికా సదానంద్ .. ఒకప్పుడు తన నటన, ర్యాప్ సాంగ్స్‌తో బాలీవుడ్ ఇండస్ట్రీని షేక్ చేసింది. నెగెటివ్ క్యారెక్టర్స్‌తోనూ మెప్పించి వావ్ అనిపించింది. ఆ తర్వాత కెరీర్ పీక్స్‌లో ఉన్న టైమ్‌లోనే సింగర్ కుమార్ సనుతో లివ్ ఇన్ రిలేషన్ పెట్టుకున్నట్లు చెప్పింది. 27ఏళ్ల వయసులో తను ఈ పని చేసినట్లు రీసెంట్ ఇంటర్వ్యూస్‌లో తెలిపింది. కుమార్ సను తన భార్యతో విడిపోయాక.. షూటింగ్ జరుతున్న సమయంలో ఆత్మహత్యకు యత్నించాడని.. ఆయనకు ఆ సమయంలో ఎమోషనల్‌గా మద్దతిచ్చానని.. తర్వాత అది లివ్ ఇన్‌గా మారిందని తెలిపింది. కానీ తాను ఈ రిలేషన్ విషయంలో సీరియస్‌గా ఉంటే.. సింగర్ మాత్రం తనను మోసం చేశాడని, మరో అమ్మాయితో ఎఫైర్ పెట్టుకున్నాడని చెప్పింది. ఆ తర్వాత అతని మొహం కూడా చూడాలనిపించలేదని బాధపడింది. ప్రస్తుతం హిందీ బిగ్ బాస్ 19లో కంటెస్టెంట్‌గా ఉన్న ఆమె క్యారెక్టర్ గురించి తోటి ఇంటి సభ్యులు కామెంట్స్ చేయడంతో వీకెండ్ కా వార్‌లో తన తల్లి గొప్పతనం గురించి చెప్పుకొచ్చాడు కొడుకు అయాన్. కొడుకులను కాపాడుకునేందుకు తల్లిగా ఆమె పడిన కష్టాల గురించి వివరించాడు. ఆ తర్వాత ఓ ఇంటర్వ్యూలో ఆమె క్యారెక్టర్ గురించి ప్రశ్నించగా.. ఈ వయసులో నాకు గర్ల్ ఫ్రెండ్స్ ఉన్నప్పుడు.. తన తల్లి యుక్తవయసులో ఉన్నప్పుడు బాయ్ ఫ్రెండ్స్ ఉంటే తప్పేంటని ప్రశ్నించాడు. యుక్తవయసులో ఇదంతా సహజమని సపోర్ట్ చేశాడు.

షాకింగ్ లుక్‌లో దర్శనమిచ్చిన టాలీవుడ్ హీరో శర్వానంద్..

టాలీవుడ్ చార్మింగ్ స్టార్ శర్వానంద్ 'ఐదో తారీఖు' చిత్రంతో ఇండస్ట్రీకి ఎంట్రీ ఇచ్చాడు. ఆ తర్వాత విభిన్న పాత్రలు ఎంచుకుంటూ ఫుల్ పాపులారిటీ దక్కించుకున్నాడు. పలు బ్లాక్ బస్టర్ హిట్స్ సాధించిన ఆయన కొద్ది కాలం ఇండస్ట్రీకి దూరం అయ్యాడు. ఈక్రమంలోనే రక్షిత అనే అమ్మాయిని పెళ్లి చేసుకున్నాడు. ఇక వీరికి ఓ కూతురు కూడా పుట్టింది. ఆ తర్వాత 'ఒకే ఒక జీవితం' చిత్రంతో సెకండ్ ఇన్నింగ్స్ స్టార్ట్ చేశాడు. ఇక ఆ తర్వాత వచ్చిన 'మనమే' అంతగా మెప్పించలేకపోయింది. ప్రస్తుతం శర్వానంద్ 'నారి నారి నడుమ మురారి' సినిమాతో ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతున్నాడు. షూటింగ్ శరవేగంగా జరుపుకుంటున్న ఈ మూవీ త్వరలో ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతుంది. దీంతో పాటు 'శర్వా-36' చిత్రంలోనూ నటిస్తున్నాడు. ఇదిలా ఉంటే.. తాజాగా, ట్విట్టర్ ద్వారా శర్వానంద్ కొన్ని ఫొటోలను షేర్ చేశాడు. ఇక ఇందులో చాలా బక్కగా కనిపించడంతో అంతా ఆయనకు ఏమైనా అనారోగ్య సమస్యలు వచ్చాయా? మానసిక వేదనకు గురవుతున్నాడా? అని అనుమానాలు వ్యక్తం చేస్తున్నారు. గత కొద్ది కాలంగా శర్వానంద్, రక్షిత దూరంగా ఉంటున్నట్లు పలు వార్తలు వైరల్ అవుతూ సోషల్ మీడియాను షేక్ చేసిన విషయం తెలిసిందే. ఈ విషయాన్ని అధికారికంగా ప్రకటించనప్పటికీ దూరం అయ్యారని పలు పుకార్లు షికారు చేస్తున్నాయి. ఈక్రమంలోనే శర్వా అలాంటి ఫొటోలు పెట్టడంతో భార్య దూరం అయిందని బాధపడుతూ అలా సన్నగా అయ్యాడని అంటున్నారు.

Printed by , Published by LN Media and owned by SHIVA KRISHNA , printed at Rathna graphics offset printers, 2-3-703/7, Tirumala nagar colony ,Ambeerpet, police line Hyd-500013 TS.
Published at door no: 5-12, badyathand, Noothanakal mandal, thallasingaram, suryapet- 508221 TS, editor: D Shiva krishna. cell : 95738 22884