



# భక్తిరంగం ప్రతీక వినాయక చవితి

యాదినిగుళ్లు, ఆగ్నేయి 26:

ప్రతి సంవత్సరం భాద్రపద శుద్ధ తథ్యత్తి రోజు మనం వినాయకవతి పండగని జరుపుకుంటాము. గడవతిని పూజించుటండా ఎలాంటి శుభ కార్యమూ తలపెట్టం. ఎందుకే, అయిన కృపాకృష్ణులో సకల కాల్యాలు నిర్విష్టమూగా నెలవేరుతాయని శాపమచ్చన. ఏ పండగ రోజు లేని భక్తి శర్దుల వినాయక చవితి రోజు ప్రదర్శిసారు. వినాయకదికీ కేపం రావశ్రద్ధ స్వపు చిన్నతం సుంచే మన పెద్దల అలవాటు చేశారు. అందుకే వినాయకవత్తు రోజు అందరూ ప్రాంతాలానే లేచి ఆశ్చర్యించు స్వామాచరించి పట్టుబట్టలు లేదా పుష్టమైన దుర్శాల ధరించి వినాయక పూజకు స్థిరం అవుతారు. భాద్రపదమాసంలో వాసల పదుతూ, ఎక్కువక్కుడ చింపిగా, బురగా ఉంటంది. గుంటులో నీళు నిలిచి స్వామిక్కిములు వ్యాప్తి చెందే అవకాశం ఉంటంది. ఇలాంటి సమయంలో వినాయకనికి ఔషధ గుటాలను పుత్రిలో పుజ చేయడంపై ఇంట్లో వాతావరణం బాగుండి, స్వామి క్రిములను నించిపెట్టుటి. గడవతి సమార్థి తోపులు పేరుతో తొమ్మిది రోజుల పుజ చేయడం అనుమతించుటారు. తొమ్మిది రోజుల పుశ్చాలు కొమ్మించుటారు. వినాయక ప్రతం చేసి ఆశారం ఇష్టికీ శాల ప్రాంతాలో ఉంది. కొన్నిటోట్లు రావస్మాను మరుగున పదుతోంది. కొండరు పుజ ముగినిన తల్లు విప్పాటు తోలగించిపుటికి పుత్రిని మాత్రం కనీసం తొమ్మిది రోజులు ఇంట్లోనే ఉంచి తర్వాత నదిలో నిమ్మజునం చేస్తారు. అంతే, పెద్దోజులపై మనం ఔషధ గుటాలను పుత్రి సుంది వచ్చే గాలిని పీలిప్పాటు. తొమ్మిది రోజుల తర్వాత సమాపంలోనే నదిలోనే, చెరువులోనే నిమ్మజునం చేయడం వల్ల కూడా లాభించి చేకూరుతుంది. తుంటోని ఔషధ గుటాలో కొస్యులుా ఆ నీలోని చేరాయి. ఆ రక్కగా అవి నీలోని క్రిములను నించిపెట్టేయాడు. ఆ నీలోని తాగినపుడు అనాంగ్లులు కలగవు. తొమ్మిది రోజుల ఇంట్లో పుజ వల్ల అలోగ్పరంగా సస్థలిత కలగుతుందని నమ్మించు మూడుమ్మకు కాదు! శాస్త్రమ్యంగా ఇది నిజమే. వినాయక ప్రతం ఆశారం వెనపక ఉన్న ఆయుర్ రేడు పరమైన కారణం. ఇది. వినాయకని ఆరాధనలో ఆధ్యాత్మిక రఘుస్యాలు ఎంచే ఉస్యాయి చేపేందుకు ఓ గొప్ప ఉధారణ ఆయన అవవారాలు. ముఢుల పూరాణం ప్రకారం వినాయకదు ఎనిమిది అవవారాలను ధరించాడు. వక్తవుండుడు; కిందంతుడు; మహార్షుడు; లంభోదురుడు; గజానుడు; . విఫటుడు; విఘ్నురాజు; . ధూప్ర పట్టుడు. ఈ పూజా సామాగ్రింంచా స్థిరం చేసుకొని, మండపాన్ని విర్పులో పుత్రిని వ్యాప్తమై ఆపహాన చేసి, శాస్త్రక్రంగా పూజాలు నిర్విష్టాప్తారు. స్వామి ఇష్టుమైన పుట్టుములు, అప్పుగులు, తెంపులు, పొలు, తెనె, అర్థిలుప్పులు, పొరును, పానకం, పడుపు నైప్పేలును వైపీంచాడు. వక్తవుండుడు; కిందంతుడు; మం పండగల్నీ పుత్రి ఆయుర్ రేడు పరమాంచం, అంతానే పుత్రిలోనే పుట్టుములు, అప్పుగులు, తెంపులు, పొలు, పొరును, పానకం, పడుపు నైప్పేలును వైపీంచాడు. పుత్రిని శిరస్తులో నించిపెట్టేయాడు. ఆ నీలోని తాగినపుడు అనాంగ్లులు కలగవు. తొమ్మిది రోజుల ఇంట్లో పుజ వల్ల అలోగ్పరంగా సస్థలిత కలగుతుందని నమ్మించు మూడుమ్మకు కాదు! శాస్త్రమ్యంగా ఇది నిజమే. వినాయక ప్రతం ఆశారం వెనపక ఉన్న ఆయుర్ రేడు పరమైన కారణం. ఇది. వినాయకని ఆరాధనలో ఆధ్యాత్మిక రఘుస్యాలు ఎంచే ఉస్యాయి చేపేందుకు ఓ గొప్ప ఉధారణ ఆయన అవవారాలు. ముఢుల పూరాణం ప్రకారం వినాయకదు ఎనిమిది అవవారాలను ధరించాడు. వక్తవుండుడు; కిందంతుడు; మహార్షుడు; లంభోదురుడు; గజానుడు; . విఫటుడు; విఘ్నురాజు; . ధూప్ర పట్టుడు. ఈ పూజా సామాగ్రింంచా స్థిరం చేసుకొని, మండపాన్ని విర్పులో పుత్రిని వ్యాప్తమై ఆపహాన చేసి, శాస్త్రక్రంగా పూజాలు నిర్విష్టాప్తారు. స్వామి ఇష్టుమైన పుట్టుములు, అప్పుగులు, తెంపులు, పొలు, తెనె, అర్థిలుప్పులు, పొరును, పానకం, పడుపు నైప్పేలును వైపీంచాడు. వక్తవుండుడు; కిందంతుడు; మహార్షుడు; లంభోదురుడు; గజానుడు; . విఫటుడు; విఘ్నురాజు; . ధూప్ర పట్టుడు. ఈ పూజా సామాగ్రింంచా స్థిరం చేసుకొని, మండపాన్ని విర్పులో పుత్రిని వ్యాప్తమై ఆపహాన చేసి, శాస్త్రక్రంగా పూజాలు అంచుంచాడు. వక్తవుండుడు; కిందంతుడు; మహార్షుడు; లంభోదురుడు; గజానుడు; . విఫటుడు; విఘ్నురాజు; . ధూప్ర పట్టుడు. ఈ పూజా సామాగ్రింంచా స్థిరం చేసుకొని, మండపాన్ని విర్పులో పుత్రిని వ్యాప్తమై ఆపహాన చేసి, శాస్త్రక్రంగా పూజాలు నిర్విష్టాప్తారు. స్వామి ఇష్టుమైన పుట్టుములు, అప్పుగులు, తెంపులు, పొలు, తెనె, అర్థిలుప్పులు, పొరును, పానకం, పడుపు నైప్పేలును వైపీంచాడు. వక్తవుండుడు; కిందంతుడు; మహార్షుడు; లంభోదురుడు; గజానుడు; . విఫటుడు; విఘ్నురాజు; . ధూప్ర పట్టుడు. ఈ పూజా సామాగ్రింంచా స్థిరం చేసుకొని, మండపాన్ని విర్పులో పుత్రిని వ్యాప్తమై ఆపహాన చేసి, శాస్త్రక్రంగా పూజాలు నిర్విష్టాప్తారు. స్వామి ఇష్టుమైన పుట్టుములు, అప్పుగులు, తెంపులు, పొలు, తెనె, అర్థిలుప్పులు, పొరును, పానకం, పడుపు నైప్పేలును వైపీంచాడు. వక్తవుండుడు; కిందంతుడు; మహార్షుడు; లంభోదురుడు; గజానుడు; . విఫటుడు; విఘ్నురాజు; . ధూప్ర పట్టుడు. ఈ పూజా సామాగ్రింంచా స్థిరం చేసుకొని, మండపాన్ని విర్పులో పుత్రిని వ్యాప్తమై ఆపహాన చేసి, శాస్త్రక్రంగా పూజాలు నిర్విష్టాప్తారు. స్వామి ఇష్టుమైన పుట్టుములు, అప్పుగులు, తెంపులు, పొలు, తెనె, అర్థిలుప్పులు, పొరును, పానకం, పడుపు నైప్పేలును వైపీంచాడు. వక్తవుండుడు; కిందంతుడు; మహార్షుడు; లంభోదురుడు; గజానుడు; . విఫటుడు; విఘ్నురాజు; . ధూప్ర పట్టుడు. ఈ పూజా సామాగ్రింంచా స్థిరం చేసుకొని, మండపాన్ని విర్పులో పుత్రిని వ్యాప్తమై ఆపహాన చేసి, శాస్త్రక్రంగా పూజాలు నిర్విష్టాప్తారు. స్వామి ఇష్టుమైన పుట్టుములు, అప్పుగులు, తెంపులు, పొలు, తెనె, అర్థిలుప్పులు, పొరును, పానకం, పడుపు నైప్పేలును వైపీంచాడు. వక్తవుండుడు; కిందంతుడు; మహార్షుడు; లంభోదురుడు; గజానుడు; . విఫటుడు; విఘ్నురాజు; . ధూప్ర పట్టుడు. ఈ పూజా సామాగ్రింంచా స్థిరం చేసుకొని, మండపాన్ని విర్పులో పుత్రిని వ్యాప్తమై ఆపహాన చేసి, శాస్త్రక్రంగా పూజాలు నిర్విష్టాప్తారు. స్వామి ఇష్టుమైన పుట్టుములు, అప్పుగులు, తెంపులు, పొలు, తెనె, అర్థిలుప్పులు, పొరును, పానకం, పడుపు నైప్పేలును వైపీంచాడు. వక్తవుండుడు; కిందంతుడు; మహార్షుడు; లంభోదురుడు; గజానుడు; . విఫటుడు; విఘ్నురాజు; . ధూప్ర పట్టుడు. ఈ పూజా సామాగ్రింంచా స్థిరం చేసుక











# గుట్టంకు

దేశంలో బంగారం, వెండి ప్రియులకు గుడిస్తున్నాము (2025) వచ్చేసింది. పెళ్ళిళ్ళ సీజన్ వేళ పసిడి కొనుగోలు చేయాలని చూస్తున్న వారికి ఇది మంచి అవకాశమని చెప్పవచ్చు. ఎందుకంటే గత 24 గంటల్లో భారీగా పెరిగిన ధరలు మళ్ళీ తగిపోయాయి. ఈక్రమంలో ఎంతకు చేరుకున్నాయనే విషయాలను ఇక్కడ్లో చూద్దాం. దేశంలో పసిడి ప్రియులకు మళ్ళీ ఉరండి లభించిందని చెప్పవచ్చు. ఎందుకంటే నేడు (మే 2025) ఉదయం నాటికి వీటి ధరలు మళ్ళీ తగ్గుముఖం (%+శీతీలు తీవ్రవంగా శీఖువా మీవ 21%) 2025 పట్టాయి. ఈ క్రమంలో గుడి రిటర్న్సు బెబ్బిసైట్ ప్రకారం ఉదయం 6.30 గంటల నాటికి ప్రైదరూబాద్ విజయవాడలో 24 క్యారెట్ గోర్డ్ రేటు 10 గ్రాములకు రూ. 510 తగిపోయి రూ. 95,010 స్థాయికి చేరుకేగా 22 క్యారెట్ గోర్డ్ రేటు 10 గ్రాములకు రూ. 87,090 కేసేరుకుంది.

ఇదే సమయంలో ధీలీలో 24 క్యారెట్ బంగారం ధర 10 గ్రాములకు రూ. 95,160గా ఉండగా, 22 క్యారెట్ పసిడి ధర రూ. 87,240గా ఉంది. ఇక చెన్నె ముంబై కోల్కతా, భేరిజ, పూచేలో 24 క్యారెట్ పుత్తి ధర 10 గ్రాములకు రూ. 95,010గా ఉండగా, 22 క్యారెట్ గోర్డ్ రేటు 10 గ్రాములకు రూ. 87,090 స్థాయికి చేరుకుంది. ఈరోజు వెండి రేటు. ఇదే సమయంలో వెండి ధరలు

కూడా భారీగా తగ్గిపోయాయి. ఈ  
 క్రమంలో మే 21, 2025న ఉదయం  
 ధీశ్వరీలో కిలో వెండి ధర రూ. 1200  
 తగ్గిపోయి రూ. 96,900 స్థాయిక  
 చేరింది. ఈ నేడుధృవంలో హైదరాబాద్ లో  
 వరంగల్, విజయవాడ, తిరుపతిలో  
 కేసీ వెండి ధర రూ. 1100 తగ్గి  
 రూ. 1,07,900కు చేరుకుంది.  
 మరోపైపు చెట్టు కేరళ, థోపాల్ వంటి  
 ప్రాంతాల్లో కూడా వెండి రేటు  
 రూ. 1,07,900 స్థాయిక  
 చేరుకున్నాయి. దీంతోపాటు నోయిడా  
 నాసిక్, మైసూర్, సురాత్, నగర్ పూర్వ  
 పాట్లు, జైపూర్, ముంబై వంటి  
 ప్రాంతాల్లో కేసీ వెండి ధర రూ. 96,  
 బంగారం, వెండి ధరల తగ్గదలకు 2  
 అంతర్జాతీయ మార్కెట్ ప్రభావం:  
 బలవడడం, ఆసియా మార్కెట్లలో  
 వంటి అంకాలు బంగారం ధరలను |  
 భారతదేశంలో డిమాండ్ తగ్గడం: వివిధ  
 తగ్గడం వల్ల బంగారం డిమాండ్ తగ్గి  
 ప్రభుత్వ విధానాలు: స్వర్ణ దిగువు  
 వన్నులు, టాక్కులు బంగారం ధర

A close-up photograph of several gold bars stacked together. The bars are rectangular with a slightly tapered end. One bar in the foreground is clearly visible, showing the inscription "FINE GOLD" at the top, followed by "999.9" and "1000g". Other bars are visible in the background, creating a sense of depth.

ಚೆನ್ನೊಂ

భవిష్యత్తులో ఎలా: గత 10 రోజులలో బంగారం ధర సుమారు రూ.5,600 తగ్గాయి. భవిష్యత్తులో, గ్రోబ్ మార్కెట్ పరిస్థితులు, డాలర్ మారకం, భారతదేశం దీమాండ్ వంటి అంశాలు బంగారం ధరలను ప్రభావిసే చేస్తాయి. ఈ ధరలు గ్రోబర్ మార్కెట్ త్రణంప్రక్రియలు, డాలర్ మారకం, అంతర్జాతీయ రాజకీయ పరిస్థితులు భారతదేశంలో బంగారం దీమాండ్ వంటి అంశాలు ఏప్పటికప్పుడు మారుతూ ఉంటాయి.

పనులు, నిమ్మరసం మిత్రమం..  
మన శరీరానికి ప్రకృతి అందించిన దివ్యాషధం..

ర పసుపు, నిమ్మకాయ.. ఇవి మన  
 వంటింట్లో ఉండే పదార్థాలే. తరచూ  
 మనం వీటిని పలు రకాలుగా  
 ఉపయోగిస్తుంటాం. పసుపును నిత్యం  
 వంటల్లో వేస్తుంటారు. నిమ్మరసాన్ని  
 చాలా పరకు ఆశ్రిరాల  
 తయారీతో పాటు పాసీనీయాల  
 తయారీలోనూ ఉపయోగిస్తుంటారు.  
 వేసవి కాలంలో సహజంగానే  
 నిమ్మరసాన్ని ఎక్కువగా సేవిస్తుంటారు.  
 అయితే ఆయుర్వేద ప్రకారం ఈ రెండు  
 పదార్థాలు మనకు ఎంతో మేలు  
 చేస్తాయి. కానీ వీటిని కలపి  
 తీసుకుంటేనే ఆధిక ప్రయోజనం  
 కలుగుతుందని ఆయుర్వేద వైద్యులు  
 చెబుతున్నారు. పసుపు, నిమ్మరసాన్ని  
 కలిపి తీసుకోవడం పల్ల అనేక  
 పోషకాలు లభించడంతో పాటు  
 అనారోగ్య నమస్కరిలు కూడా

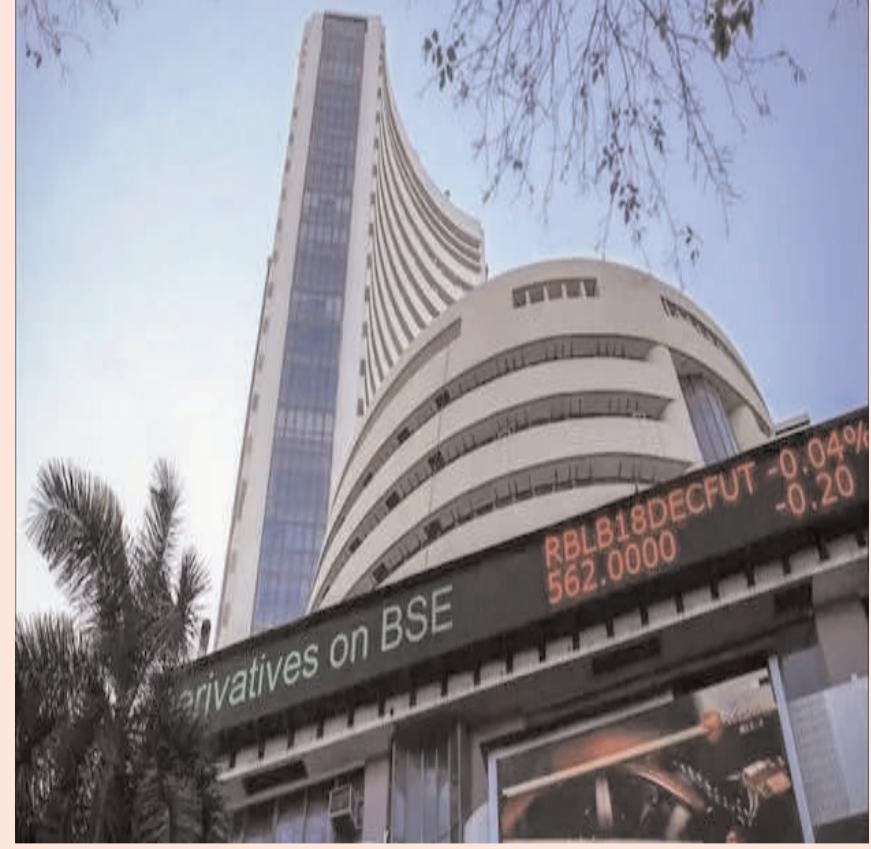


తగ్గుతాయని, ఈ మిశ్రమంతో పలు వ్యాధులను నయం చేసుకోవచ్చని వారు చెబుతున్నారు. వాపులు, నొప్పులకు.. పసుపులో కర్కుమిన్ అనే సమ్మేళనం ఉంటుంది. ఇది శక్తివంతమైన యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలను కలిగి ఉంటుంది. నిమ్మరసంలో విటమిన్ సి ఉంటుంది. ఇది యాంటీ ఆక్సిగెంట్గా పనిచేస్తుంది. అందువల్ల వాపులను సైతం జడి తగ్గిస్తుంది. అయితే ఈ రెండింటినీ కలిపి తీసుకుంటే వాపులను మరింత సమర్థవంతగా తగ్గించుకోవచ్చు. దీంతోపాటు నొప్పుల నుంచి సైతం ఉపశమనం లభిస్తుంది. ముఖ్యంగా ఆర్జురైన్ లేదా గౌట వంటి సమస్యలు ఉన్నవారికి ఈ రెండింటి మిశ్రమం దివ్యాపథంగా పనిచేస్తుంది. ఆయా సమస్యల నుంచి బయట పడేందుకు సహాయం చేస్తుంది. పసుపు, నిమ్మరసం మిశ్రమాన్ని తీసుకుంటే ట్రీ ర్యాడికల్స్‌ను నిరూపిస్తాయి. కణాలు అట్టీకరణ ఒత్తిడికి గురి కాకుండా రక్కించుకోవచ్చు. దీంతో క్యాస్పర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులు రాకుండా అడ్డకోవచ్చు. లివర్ అరోగ్యానికి.. పసుపు, నిమ్మరసం మిశ్రమం జీర్ణికియను మెరుగు పరుస్తుంది. కడువు ఉబ్బురాన్ని తగ్గిస్తుంది. లివర్ను అరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. లివర్లోని వ్యాధాలు బయటకు పెళ్ళేలా చేస్తుంది. ఫ్యాటీ లివర్ సమస్య నుంచి బయట పడవచ్చు. లివర్లో ఉన్న కొప్పు కరిగిపోతుంది. ఈ రెండింటిలోనూ యాంటీ ఆక్సిగెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి కనుక ఈ మిశ్రమం రోగ నిరోధక వ్యవస్థను మరింత దృఢంగా మారుస్తుంది. దీంతో శరీరం వ్యాధులకు వ్యతిరేకంగా పోరాదుతుంది. ఇన్ఫెక్షన్సు తగ్గిపుట్టంది. పసుపు, నిమ్మరసం మిశ్రమాన్ని తీసుకుంటే మ్యాజిక్ బుల్లెట్లు పనిచేస్తుంది. ఇది మెటటాలిజింను పెంచుతుంది. క్యాలెరీలు ఖర్పయి కొప్పు కరిగేలా చేస్తుంది. దీంతో బరువు తగ్గుతారు. బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి ఈ మిశ్రమం జీవధంలా పనిచేస్తుంది. దయాబెట్టిన వ్యాధి ఉన్నవారికి కూడా ఈ మిశ్రమం ఎంతో మేలు చేస్తుంది. పసుపు, నిమ్మరసం మిశ్రమాన్ని మన శరీరంపై బాహ్యంగా కూడా ప్రయోగించవచ్చు. దీన్ని ఫేన్ ప్లైక్ గా కూడా వాడవచ్చు. ఇలా చేస్తుంటే ముఖం కాంతివంతంగా మారి మెరుస్తుంది. ముఖంపై ఉండే మొటిమలు, మచ్చలు తగ్గిపోతాయి. ముఖం యిప్పస్తగా కనిపిస్తుంది. ఈ మిశ్రమాన్ని రాసుంటే చర్చ సమస్యలు సైతం తగ్గిపోతాయి. గజ్జి, తామర, దురద నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఇక పసుపు, నిమ్మరసం మిశ్రమాన్ని గోరు పెచ్చని నీలిలో కలిపి తాగాల్చి ఉంటుంది. అవసరం ఆనుకుంటే అందులో కాస్త తేనె కలిపి తాగవచ్చు. ఇలా ఈ మిశ్రమం మనకు అద్భుతాలను అందిస్తుంది.

# ಬ್ರಿಡ್‌ಲೆಸ್

# వరుస నష్టాలకు బ్రేక ..

**400 పాయింట్లకు పైగా లాభపడిన సెన్సెక్స్**



వరుసగా మూడు రోజులుగా నష్టపోతున్న స్టేక్ మార్కెట్ బుధవారం లాభాల బాటలో సాగింది. ఫార్మా రియాలీ పేర్లు లాభాల బాటలో సాగడన దేశియ సూచిలకు కలిసివచ్చింది. అలాగే ఆటలో, బ్యాంక్ ఎఫ్సెమ్సీఎస్ రంగాలు కూడా లాభపడ్డాయి. అయితే విదేశీ మదుపర్ల అమ్మకాలు తగ్గకపోవడం కాన్సెండోళన కలిగిస్తోంది. దీంతో ఓ దశలో భారీగా లాభపడిన మంగళవారం ముగింపు (81, 186)తో పోల్చుకుంటే బుధవారం ఉదయం దాదాపు 150 పాయింట్ల లాభంతో మొదలైన సెన్సెక్స్ ఆ తర్వాత మరింతగా లాభాల్ఫోకి దూసుకెళ్లింది. ఒక దశలో 800 పాయింట్లకు పైగా లాభపడి 82, 021 వద్దు ఇంటూడే గిలిష్టోనికి చేరుకుంది. అయితే మధ్యాహ్నం తర్వాత అమ్మకాలు మొదలవ్యాయాయి. దీంతో సెన్సెక్స్ కిందకు దిగి వచ్చింది. చివరకు 410 పాయింట్ల లాభంతో 81, 596 వద్ద రోజును ముగించింది. మరొక వైపు నిష్టి కూడా సెన్సెక్స్ బాటలోనే కడలాడింది. 129 పాయింట్ల లాభంతో 24, 813 వద్ద రోజును ముగించింది. సెన్సెక్స్లో భారత్ ఎలక్ట్రానిక్స్, సీమన్స్, సోలార్ ఇండస్ట్రీస్, పీబీ ఫిన్షన్చిక్ పేర్లు లాభాల్ఫోకి ముగిశాయి. డిక్సన్ టెక్నాలజీస్, ఆదిత్య విల్డ ఫేఫ్స్, మార్క్స్ హెల్తోక్రెంట్, ఇండస్ట్రీ పేర్లు నష్టాలను మూటగట్టుకున్నాయి. నిష్టి మిడ్ క్యాప్ ఇండెక్స్ 436 పాయింట్ల లాభంతో రోజును ముగించింది. బ్యాంక్ నిష్టి 197 పాయింట్ల ఎగభాకింది. డాలర్తో పోల్చుకుంటే రూపాయి మారకం విలువ 85.64గా ఉంది.

# ఆర్టిస్టో- మహిళలు

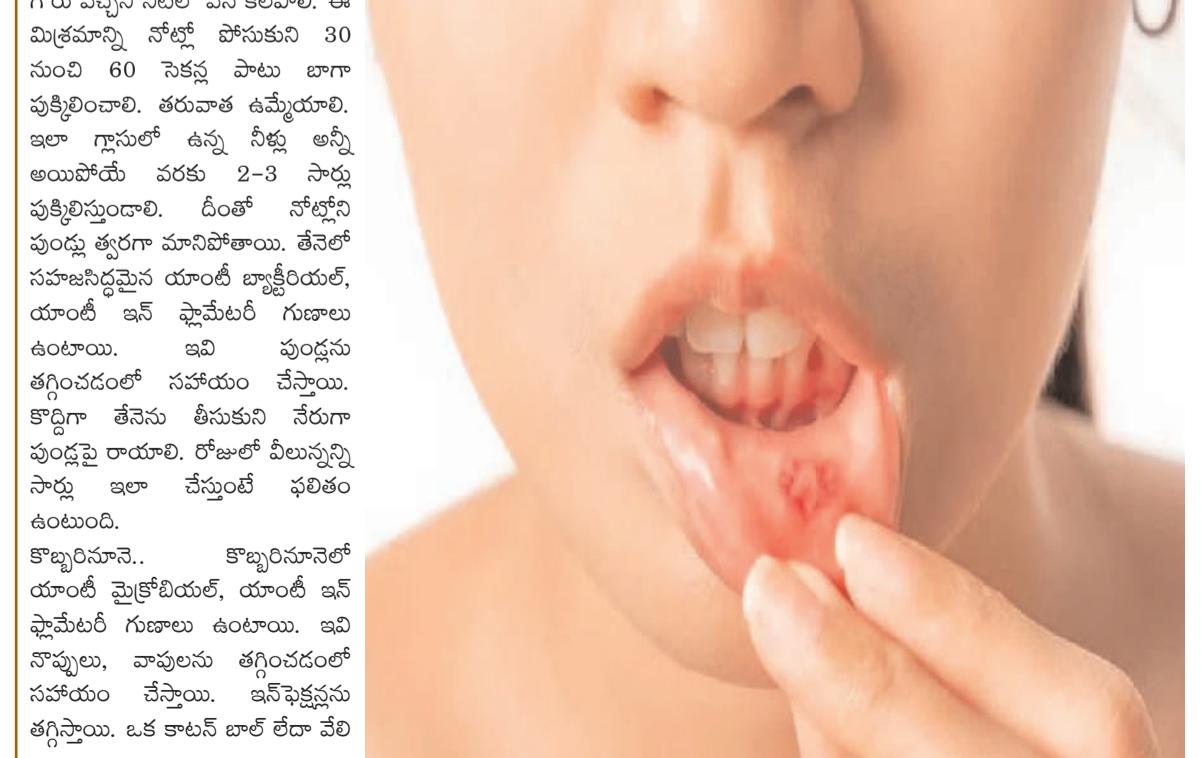
పనువు), నిమ్మరనం మిత్రమం..  
శలీరానికి ప్రకృతి అందించిన బివోషధం..

నొట్లు పుండ్లు ఎర్పుడి  
జబ్బందిగా ఉందా..

ಕೂ ಚಟ್ಟಲನ್ನು ಹಾಡುವರು.

చాలా మండిక నోట్లో అప్పుడుప్పుడు చిన్నపాటి వుప్పిర్చుతుంటాయి. వీటినే వేడి గులలు లేదా పొక్కలు, హౌత్ అలా అని కూడా పిలుస్తారు. శరీరంలో వేడి ఎక్కువగా ఉన్నా వేక కలిగించే ఆహారాలను అధికంగా తీస్తూ కారం, మసాలాలు తీసుకున్నా పలు రకాల మెడిసిన్ల మల్ల కూడా ఇలా జరుగుతున్నా నోట్లో పుండ్ల వాటంతట అవే తగ్గిపోతాయి. అందుకు వారం నుంచి రెండు వారాల పరకు నమరు పడుతుంది. అయితే నొప్పి, వాపు, మంట నుంచి ఉపశమ పొందాలంటే పలు చిట్టాలను పాటించాల్సి ఉంటుంది. దీని పుండ్ల కూడా త్వరగా మానిపోతాయి. ఇక ఆ చిట్టాలు ఏమిటం తేనే.. ఉపు నీళలో సహజిస్తమైన యాంటీ సెపిక్ గుణం ఉంటాయి. అందువల్ల నోట్లో ఉపు నీళను పోసి పుక్కిలిస్తున్న వాపులు, పుండ్ల తగ్గిపోతాయి. నోట్లో పుండ్ల నుంచి ఉపశమ లభిస్తుంది. అర టీస్పూన్ లేదా ఒక టీస్పూన్ ఉపును ఒక గోరు వెచ్చని నీటిలో వేసి కలపాలి. ఈ మిత్రమాన్ని నోట్లో పోసుకుని 30 నుంచి 60 సెకన్డ్సు పాటు బాగా పుక్కిలించాలి. తరువాత ఉమ్మేయాలి.

ඇලා ගැසුවල් ක්‍රිස්තු අත්තු  
අයව්පීයේ වරකු 2-3 පාරුව  
ප්‍රකිලිනිසුවදාවි. දින්තේ නොලුණි  
ව්‍යාපෘති තුරුගා මානිප්‍රෝටායා. තේන්ලේ  
සහජිනිද්‍රිපූන යාමන්ත් බාධියිරියා,  
රාමන්ත් ඇන් ප්‍රාමේතරි ගුණාල  
ක්‍රිස්තායා. ඇවි ව්‍යාපෘති  
ත්‍රිඛිංචදංල් න්‍යායාම ජේස්තායා.  
ක්‍රිඛිංචදංල් තේන්සු තීසුකුනි නේරාග  
ව්‍යාපෘති රාමන්ත්. රෝජල් ඩීලුවුන් බ්‍රිතාන්තියා  
පාරුව ඇලා ජේස්තුව් අත්ති  
ක්‍රිස්තායා..







**మట్టి వినాయకులను పూజిద్దాం  
పర్యవరణాన్ని పరిరక్షిద్దాం...**

# జమ్ముకుంట మున్సిపాలిటీ మేనేజర్ జి రాజిరెడ్డి



కరీంనగర్/జమ్ముకుంట/ఆగస్టు 26/అక్టోబర్ 20 నుహెస్:

జమ్మికుంట మున్నిపొలిటీ ఆధ్వర్యంలో మంగళవారం మట్టి విగ్రహాలను వంపిణి నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మున్నిపల్ మేనేజర్ జి. రాజిరెడ్డి మాట్లాడుతూ పర్మావరణ పరిరక్షణ మన అందరి భాధ్యతగా ప్రతి ఒక్కరూ గుర్తించాలన్నారు. సీసం, క్రోమియం, పాదరసం వంటి మూలకాలు భూమిలో చేరడం వల్ల మానవుడు తీసుకొనే ఆహారం తో మునిషిలోకి విష రసాయనాలు చేరుతున్నాయిన్నారు. ప్లాస్టిక్ ఆఫ్ ఫ్యారిన్ తో తయారు చేసే విగ్రహాలు నీటిలో కరగడానికి సంపత్తురాలు పడుతుందని అన్నారు. మట్టి తో తయారు చేసే విగ్రహాలు నీటిలో త్వరగా కరుగుతాయిన్నారు. మట్టి గణపతులను వినియోగించే విధంగా ప్రజలు, ఆర్టీల్యూ అవగాహన కల్పించాలన్నారు. ఈ కార్బూక్మంలో శానిటరీ ఇన్సెక్టర్ మహేష్, సీనియర్ అసైన్సెంట్, వాణి, ఈ ఈ క్రీకాంత్, వార్డు అఫీసర్లు, ఆర్పి లతో పరిశుధ్య సిబ్బంది పలువురు పాల్గొన్నారు.

అబ్బల్లా బాబా దర్గాలీ ప్రత్యేక  
పూజలు చేసిన వేణ్ణ జీవి డిసిపి



జనగామ జిల్లా / రఘునాథవల్లి/( అక్షరం న్యాన్) ఆగస్టు 26: జిల్లా కేంద్రంలోని హజుత్ అబ్బల్లా బాబాదర్లాలో జనగామ వేస్తే జోన్ డిసిపి రాజు మహాందర్ నాయక్, జనగామ ఎన్ హెచ్చెచ్ దామోదర్ రెడ్డిలు ఉర్ను ఉత్సవంలో పాల్గొని దర్శను సందర్శించి బాదర్ సమర్పించారు సందర్భంగా ప్రత్యేక ఘాజ లు చేసి చాదర్ ను సమర్పించినారు ఈ కార్యక్రమంలో ముస్లింల అభివృద్ధి కమిటీ అధ్యక్షుడు, ప్రముఖ న్యాయవాది మహముద్ ఇంజమాల్ పరీఫ్, దర్లా ముతవల్లి సయ్యద్ హబీబ్ హుస్సేన్, సయ్యద్ జహాంగీర్ హుస్సేన్, ఎండి దిరూఫ్, ఎం డి యూసుఫ్, ఎండి ముస్తాఫ్ తడితరులు పాల్గొన్నారు అనంతరం వేస్తే జోన్ డిసిపి జనగామ రాజు మహాందర్ నాయక్, జనగామ ఎన్ హెచ్చెచ్ ఓ దామోదర్ రెడ్డిలను వర్ధా ముతవల్లి శాలువతో ఘనంగా సత్కరించారు

# తణనాడు ఈటీవీ ఆధ్వర్యంలో పోటీలలో గెలుపాంచిన విజేతలు



2019 年 10 月

పెద్దపల్లి టాన్ అగస్టు 26 అక్టోబర్ న్యూస్‌లో జిల్లా కేంద్రంలోని గాయత్రి జూనియర్ కళాశాల యందు ఈనాడు ఈటీవి అధ్యర్థులు నిర్వహించిన ప్రతిభాపాటువా పోటీలలో మొదటి సంవత్సరం ఇంటర్ రెండవ రంవత్సరం ఇంటర్ లలో 80 మంది విద్యార్థిని విద్యార్థులు “భారతదేశం ను అభివృద్ధి చేయటంలో నా పాత్ర” అనే అంశంలో పాల్గొన్నారు ఈ వ్యాసరచన పోటీలో పెద్ద పెళ్లి జిల్లా కేంద్రానికి చెందిన సిఇసి రెండవ సంవత్సరం విద్యార్థిని వెన్నుపల్లి లక్ష్మీ ప్రియకు మొదటి ప్రతిభాపాటువా ర్యాంకు రెండవ ర్యాంకు ఎంపిసీ సెకండ్ ఇయర్ వందనకు, మూడవ ప్రతిభాపాటువా ర్యాంకు కైపిసి ఫస్టీయర్ షైఫ్ట్ వి కి రావడం జిరిగింది వీరు ముగ్గురిని గాయత్రి కళాశాల కరిస్పాండెంట్ అయిన అల్లంకి క్రీనివాస్ మరియు అధ్యాపక బృందాంగిల్లా ఉన్నారని అనిపించి

## ಚಿತ್ರನಿರ್ಣಯಂ ಗಂಗೀಕೆ ಜಯಂ ರವಿ

రవిమోహన్ సూడియోన్ నిరాణ సంసకు శ్రీకారం

ఉక్కలోవు మాజీ భార్య ఆర్తితో విదాకుల వివాదంతో వార్తల్ని నిలుస్తునే.. మరోవైపు తన కెరీర్లో లేక మందుగు వేశాడు నటుడు జయం రవి (రవి మొహన్). తాజాగా ఈ నటుడు రవిమొహన్ స్ఫూడియోన్ పేరుతో సొంత నిర్మాణ సంస్థను ప్రారంభించాడు. చెష్టలో ఈ వేదుక ఘనంగా జరుగగా.. ఈ వెంటికి రవి తన ప్రేయిసి కెన్నిప్రాతో కలిసి వచ్చి ఘనంగా ప్రారంభించారు. ఇక ఈ వేదుకకు.. ముఖ్య అతిధులుగా కన్నడ స్టార్ శివరాజ్ కుమార్, కమిల పీరోలు కార్తీతో పాటు-, శివకూర్తికేయన్ సూర్య, అధర్య, జెనిలియా, రితేష్ దేవ్మయ్య, వర్ధకురూలు నుధా కొంగరతో పాటు- పలువురు స్టార్ సెలబ్రీటీలు హిజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా రవి మొహన్ స్ఫూడియోన్ బ్యానర్ లో నిర్మించబోయే తొలి రెండు సునిమాలను కూడా ప్రకటించారు. అందులో మొదటి సినిమాలో రవి మొహన్ పీరోగా కార్తీక్ మొగి దర్శకత్వంలో తెరక్కబోతుంది. సూర్య ఈ సినిమాలో కీలక పాత్ర పోషించనున్నాడు. ఇక రెండవ సినిమాలో హస్య నటుడు యోగిబాబు లీడ్ లో రాబోతోంది. ఈ సినిమాను ర్యాయంగా రవి మొహన్ దర్శకత్వం వహించబోతున్నాడు.

# మానవత్వం చాటుకున్న యువ డాక్టర్ మనోజ్



కోమటిపల్లి గ్రామానికి చెందిన గడ్డం వంశి (24) పెద్ద కోమటిపల్లి నుండి చిట్టాల వైపుకు వస్తుండగా బంగ్లా పల్లి గ్రామానికి చెందిన భార్యాబ్రథలు అంకున్, సలీమా, బంగ్లా పల్లి కి వెళ్తుండగా నవాబుపేట గ్రామం మూలమలుపు వద్ద రెండు వాహనాలు ఎదురెదురుగా థీకొన్నాయి. ఇరుపురికి గాయాలవగా చిట్టాలు ప్రభుత్వ ఆనుప్రతిలో సివిల్ సర్జన్ పొనగంటి మనోజ్ విధులు ముగించుకొని జమ్ముకుంటకు వసుండగా, గాయాపేన క్షతగాస్తులను చూసి వెంటనే నవాబ్ పేట గ్రామానికి చెందిన కాసిరెడ్డి శ్రీనివాస్ రెడ్డి తో కలిసి తన కారులో చిట్టాల ప్రభుత్వ ఆనుప్రతికి తరలించారు. తీవ్ర గాయాలు అవడంతో ఎంజీఎం ఆస్పుత్రికి తన కారులో తీసుకెళ్లి మనోజ్ తన మానవత్వాన్ని చాటుకున్నారు. విషయం తెలుసుకున్న చిట్టాలు ఎన్సి శ్రావణ్ కుమార్ మనోజ్ ను అభినందించారు.

# యథావిధిగా 5వ విడుదలవుతున్న ఘాట

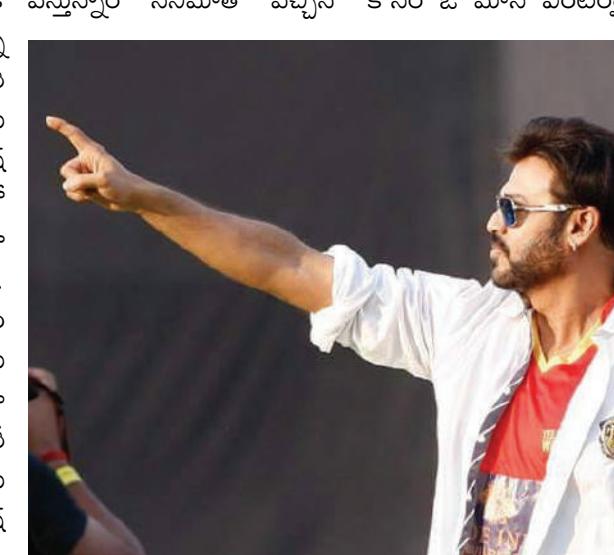
క్రిష్ జాగర్రమూడి దర్శకత్వంలో అనుష్ట వికమ్ ప్రభు కీలక ప్రాతిల్లో నటిస్తున్న యాక్షన్ కైమ్ డ్రామా 'ఘాటీ-' సెప్టెంబరు 25 ఈ మూవీ విడుదల కానుంది. ఇదే రోజున రావాల్చిన 'మిరాయ్' వాయిదా పదటం అనుష్ట సినిమాకు కలిసాచే అంశం. ఎక్కువ థియేటర్లు దొరికే అవకాశం ఉంది. అదే సమయంలో తమిళం నుంచి వస్తున్న శివకార్తికేయన్ 'మదరాశి' పైనా మంచి అంచనాలే ఉన్నాయి. ఏఆర్ మురుగదాన్ దర్శకత్వంలో ఈ చిత్రం రూపొందుతోంది. ప్రస్తుతం ఈ సినిమాలకే కాదు, దనరా కానుకగా రాబోతున్న చిత్రాల పైనా సమ్మే ప్రభావం పడినట్లు - తెలుస్తోంది. పవన్ కల్యాణ్ కథానాయకుడి నుజీత్ దర్శకత్వంలో రూపొందుతున్న గ్యార్డ్సపర్ డ్రామా 'భజీ'. దీపిటీ ఎంటర్-టైన్మెంట్ నిర్మిస్తున్న ఈ ముఖాన్ని సెప్టెంబరు 25న విడుదల చేసేందుకు సిద్ధమవుతున్నారు. ఇటీ-వల ఈ సినిమా విడుదల తేదీ విషయంలో కాస్త గందరగోళం నెలకొంది. ఇంకో నాలుగైదు రోజుల ఘాటీంగ్, అది కూడా పోచ్ వర్క్ మిగిలింటందని టాక్ వినిపించింది. ఈక్రమంలో సినిమా విడుదల వాయిదా పడే అవకాశం ఉండన్నారు. కానీ, 'సువ్యి.. సువ్యి.. సాంగ్ ప్రకటిస్తూ విడుదల తేదీలో ఎలాంటి మార్పు లేదని చిత్ర బృందం స్ఫ్టం చేసింది. ఇంకా నెల రోజులే సమయం ఉండటంతో వీలైనంత త్వరగా ప్రమోషన్స్ మొదలు పెట్టాలని పవన్ అభిమానులు కోరుతున్నారు. బాలకృష్ణ కథానాయకుడిగా నటిస్తున్న 'అభండ2: తాండవం' కూడా సెప్టెంబరు 25నే విడుదల కావాల్సింది. ఈ విషయాన్ని కూడా చిత్ర బృందం ప్రకటించింది. ఇటీవల చోటుచేసుకున్న పరిస్థితుల వల్ల విడుదల తేదీపై స్ఫ్టమెన నిర్మయం తీసుకోలేకపోతున్నారు. త్వరలోనే దీనికి సంబంధించిన స్ఫ్టత వచ్చే అవకాశం ఉంది. దనరా సీజన్ తప్పితే, 'అభండ2 వచ్చిన దిసెంబరులోనే 'అభండ2' కూడా వచ్చే ఆవకాశం ఉంది. ఇప్పటికే బాలకృష్ణ దబింగ్



కూడా పూర్తి చేశారు. పోణీ ప్రాండక్షన్ పనులకు ఇంకాన్ని సమయం పట్టే అవకాశం ఉందని టూక్.

# వెంకటేశ్వర మరీ సనిమాకు వివి వినాయక యత్పు

టాలీవుడ్ సినియర్ పీఎస్ వెంకటేష్, తన తదుపరి జాగ్రత్తగా వ్యవహరిస్తున్నారు. సంక్రాంతికి వస్తు విజయాన్ని కొనసాగించాలని భావిస్తున్న వెంకి, ఎంతో ఆలోచించి తన తదుపరి ప్రాజెక్టును మాటల మాంత్రికుడు త్రివిక్రమ్ శ్రీనివాస్ దర్శకత్వంలో చేస్తున్నాడు. వెంకటేష్ - త్రివిక్రమ్ కాంబినేషన్లో రూపొందశ్శతున్న ఈ సినిమా పూజా కార్యక్రమాలతో ఇప్పటికే ప్రారంభమైంది. సెప్టెంబర్ నుంచి ఘాటింగ్ ప్రారంభం కానుండని సమాచారం. త్రివిక్రమ్ దర్శకత్వంలో వెంకి చేస్తున్న తొలి సినిమా ఇదే కావడంతో ఈ ప్రాజెక్టుపై భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. ఇకపోతే త్రివిక్రమ్ సినిమా మాత్రమే కాకుండా, వెంకటేష్ ప్రస్తుతం ఇతర దర్శకులతో కూడా చర్చలు జరుపు తున్నారు. కొత్త కథలు వింటూ, తదుపరి ప్రాజెక్టుల కోసం పునరాలోచన చేస్తున్న ఆసక్తికరమైన వార పిల్ల నగర్లో చక్కరు కొడుతో



A photograph of actor Chiranjeevi in profile, facing right. He is wearing dark sunglasses and a white button-down shirt over a red and yellow patterned undershirt. His right arm is extended upwards and to the side in a dynamic pose. The background is dark and out of focus.

# జీ స్వాడియోకు చిరు చిత్రం దిజిటల్ రైట్స్

అనిల్ రావిపూడి చివరిగా చేసిన సంక్రాంతికి వస్తున్నాం సినిమా ఎంత పెద్ద హిట్ అయిందో ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన అవసరం లేదు. ఏకంగా 300 కోట్లు- కల్పక్క చేసి, ప్యామిలీ సినిమా సత్తా ఏంటో చాటింది. నామ ధియేటర్ హక్కులను జీ స్టూడియోస్ సంస్థ భారీగానే దక్కించుకొని, గట్టిగానే లాభపడింది. ఇక ఇప్పుడు చిరంజీవి-అనిల్ రావిపూడి సినిమా విషయంలో కూడా హక్కులు జీ స్టూడియోస్ దక్కించుకున్నట్టు- తెలుస్తోంది. ఈ సినిమాకు మన శంకర వరప్రసాద్ గారు పండగకి వస్తున్నారు అనే టైటిల్సు అనిల్ రావిపూడి ఫిక్స్ చేశాడు. జీ స్టూడియోస్ సంస్థ డిజిటల్ రైట్స్ పాటు- శాబీల్లెట్ రైట్సును కూడా ఛౌస్టీ ప్రైన్కి దక్కించుకునే ప్రయత్నం చేస్తున్నట్టు- నమాచారం. దాదాపుగా దీల్ క్లోజ్ అయినట్టేనని, చిరంజీవి-అనిల్ రావిపూడి కెరీర్లోనే అత్యధిక దబ్బులు రాబట్టిన ఓటీటి- దీల్గా ఇది నిలిచే అవకాశం ఉండని తెలుస్తోంది. అనక్కిరమైన విషయం ఏమిటంటే, జీ స్టూడియోస్ సంస్థ ఈ సినిమాకు సంబంధించిన హిందీ డిజిటల్ రైట్సును అమెజాన్ ప్రైమ్ కు అమ్ముసింది. అయితే, సౌత్ శాబీల్లెట్, డిజిటల్ రైట్సును మాత్రం తన దగ్గరే ఉంచుకుంది. నిజానికి, నెట్పిక్స్, అమెజాన్ సంస్థలు ఈ సినిమా రైట్సు దక్కించుకునే ప్రయత్నం చేశాయి. అయితే, అనిల్ రావిపూడితో ప్రస్తుతం ఛోన్ కూడా చేస్తున్న జీ స్టూడియోస్ సంస్థ పైనల్గా దీల్ క్రాక్ చేసింది. ఇప్పటికే ఇండస్ట్రీ సమ్మి పూర్తికావడంతో, నెప్టైంబర్లో కొత్త షెడ్యూల్ ప్రారంభం కానుంది. ఈ సినిమాను వచ్చే సంక్రాంతికి బిరిలోకి దించబోతున్నారు. నయనతార హీరోయిన్గా నటిస్తున్న ఈ సినిమాకు బీమ్స్ సంగీతం అందిస్తున్నాడు.

# మరాయ్ సినిమా మరీ వారం వాయిదా



హనుమాన్ సినిమాతో ఫ్యాన్ ఇండియా క్రీజ్ సంపాదించుకున్న తేజా, ఇప్పుడు మిరాయ్ అనే సినిమాతో ప్రేక్షకుల ముందుకు రావడానికి సిద్ధమవుతున్నాడు. కార్తీక్ ఘట్టమనేని దైరెక్ట చేస్తున్న ఈ సినిమాను పీపుల్ మిాడియా ఫ్యాఫ్రో బ్యానర్స్‌పై విశ్వప్రసాద్ అత్యంత ప్రతిప్యాత్తుకంగా నిర్మిస్తున్నారు. నిజానికి, ఈ సినిమా సెప్టెంబర్ 15వ తేదీన ప్రేక్షకుల ముందుకు రావాల్సి ఉంది, కానీ ఈ సినిమా ఒక వారం వాయిదా వదే అవకాశం ఉందని అంటున్నారు. ఇంకా అధికారిక సమాచారం రాలేదు, కానీ సెప్టెంబర్ 12వ తేదీన సినిమా రిలీఫ్ చేయబోతున్నారు. ఈ విషయాన్ని 28వ తేదీన రిలీఫ్ చేయబోతున్న ట్రైలర్స్ పాటు- ప్రకటించున్నారు. ఈ సినిమా పూర్తిగా కంప్యూటర్ గ్రాఫిక్స్ బేస్ సినిమా. సినిమాలో సింహాభాగం కంప్యూటర్ గ్రాఫిక్స్‌పై ఆధారపడి ఉంటుంది. ఈ నేపథ్యంలో, ఈ సినిమా కంప్యూటర్ గ్రాఫిక్స్ అవుటపుట్ సెప్టెంబర్ 1వ తేదీ నాటికి రెడి అవుటండని అంచనా వేసినప్పటికీ, ఒకవేళ వాటిలో ఏమైనా కరక్కున్న చేయాల్సి వస్తే, అప్పటికప్పుడు చేసి 5వ తేదీ లోపు రిలీఫ్ చేయడం కష్టం కాబట్టి, కాస్త సమయం తీసుకునేందుకు సెప్టెంబర్ 12వ తేదీన ఫిక్ చేసుకున్నట్టు సమాచారం.

## టీఎస్‌ఇండియా ఫ్లోన్‌కు బంపర్ అఫర్

ఆసియా క్వె మ్యాచ్లకు 'ప్రీ ఎంట్రీ

టీఎంబియా ఫ్యాన్స్కు గుడ్స్‌న్యాస్. 2025 హక్కి ఆసియా కవ్ టోర్పుమెంట్? కు ఉచితంగా పాసులు పొందే అవకాశం దక్కస్తుంది. ఈ ప్రతిప్రాత్మకమైన టోర్స్‌కి ఈసారి భారతీ ఆతిథ్యం ఇస్తోంది. ఆగస్టు 29న ప్రారంంభం కానున్న టోర్స్ సెప్టెంబర్ 7న షైనల్ మ్యాచ్? తో ముగుస్తుంది. ఈ మ్యాచ్? లన్నీ బిహార్ వేదికగా జరగనున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో టోర్స్‌కి అభిమానులకు ఉచిత ప్రవేశం కల్పించాలని హక్కి ఇండియా నిర్ణయించింది. బిహార్లోని రాజీగీర్ హక్కి స్టేడియంలో ఆసియా కవ్? మ్యాచ్? లు జరుగుతాయి. దేశంలో హక్కీకి మరింత ప్రాధాన్యం కల్పించాలన్న ఉద్దేశంతో హక్కి ఇండియా ఫ్రీ ఎంత్రీ కల్పించనుంది. ఈ మేరకు అభిమానులు వెబ్‌సైట్ ద్వారా ఆసియా మ్యాచ్లలకు ఉచిత పాసులు పొందవచ్చని హక్కి ఇండియా పత్రికా ప్రకటనలో తెలిపింది. ఈ ప్రాసెన్ ముగిసిన తర్వాత, ఎంత్రీ లభించిన అభిమానులకు వర్షువల్ టికెట్ ఇవ్వనున్నట్లు పేర్కొంది. అభిమానులకు ఎలాంటి ఇబ్బంది లేకుండా ఈ ప్రక్రియను అందించడానికి ఏర్పాట్లు చేస్తున్నట్లు తెలిపింది. వరుషుల ఆసియా కవ్ టోర్స్‌ని రాజీగీర్లో నిర్వహించడం భారత హక్కీకి ఒక చరిత్రాత్మకం అని హక్కి ఇండియా అధ్యక్షుడు దిలీప్ తుర్కి అన్నారు. అలాగే ప్రతి అభిమాని ఈ జర్సీలో భాగం కావాలని కోరుకుంటునట్లు చెప్పారు.

# లేదీ పోలీస్ అఫీసర్కి పుల్ ఫ్రెంచ్ ఫాలోయంగ్

జైపూర్ క్రీడాకారులు క్రీడా పోటీలలో నిరంతరం బంగారు పతకాలు సాధిస్తున్నారు. జైపూర్ కు చెందిన కచ్చార్ చౌదరి రీసెంట్‌గా చెప్పే లో జరుగుతున్న సీనియర్ నేషనల్ ఇంటర్ స్టేట్ ఛాంపియన్‌షిప్‌లో 15.75 మీటర్ల దూరంతో పాటపుట్లో బంగారు పతకాన్ని గెలుచుకుంది. అంతకుమందు ఆమె రాష్ట్ర ఛాంపియన్‌షిప్‌లో 14.98 మీటర్లతో స్వరంగిలుచుకుంది. సీనియర్ నేషనల్ ఇంటర్ స్టేట్ ఛాంపియన్‌షిప్‌లో ఆమె ఆట మరింత మెరుగుపడింది. అయితే, ఆమె ఇంకా తన అత్యుత్తమ ప్రతిభను సాధించలేకపోయాంది. ఇది ఆమెను ఒలింపిక్స్ రేసులలో ఉంచుతుంది. కాచ్చార్ కాకుండా రాజస్థాన్ కు చెందినిసిన నలుగురు క్రీడాకారులు సీనియర్ నేషనల్ ఇంటర్ స్టేట్ ఛాంపియన్‌షిప్‌లో టూర్స్ -10లో చోటు దక్కించుకున్నారు. అమెరికాలో జరిగిన ప్రపంచ పోలీన్ క్రీడలలో, కచ్చార్ చౌదరి పాటపుట్లో 14.98 మీటర్లతో స్వరం, డిస్ట్రో రజత పతకాన్ని గెలుచుకున్నారు. రాష్ట్ర అధ్యేతీక్ ఛాంపియన్‌షిప్‌లో కచ్చార్ 18.41 మీటర్ జాతీయ రికార్డు కంటే కేవలం 3.5 మీటర్ వెనుకబడి బంగారు పతకాన్ని కూడా గెలుచుకుంది. కచ్చార్ వరుసగా రెండుసార్లు ప్రపంచ పోలీన్ క్రీడలలో పతకాలు సాధించింది. ప్రపంచ పోలీన్ క్రీడల్లో 70 దేశాల నుండి క్రీడాకారులు పాల్గొన్నారు. దీనితో పాటు ఆమెరికాలోని అలబామాలోని బర్క్‌హమ్సలో జరిగిన ప్రపంచ పోలీన్, ఫ్లోర్ గేమ్స్‌లలో కచ్చార్ చౌదరి బంగారు పతకం గెలుచుకున్నారు. కచ్చార్ చౌదరి తన పాటపుట్ ఆటను 9 సంవత్సరాల క్రితం ప్రారంభించారు, అప్పటి నుండి ఆమె అనేక పోటీలలో బంగారు, వెండి పతకాలను గెలుచుకుంది. కచ్చార్ చౌదరి తండ్రి పరేవ్ చౌదరి కూడా పాటపుట్, డిస్ట్రో రైయర్. చెప్పే లో జరిగిన సీనియర్ నేషనల్ ఇంటర్ స్టేట్ ఛాంపియన్‌షిప్‌లో మహిళల పాటపుట్ ఈవెంట్లో సీనియర్ విభాగంలో కచ్చార్ చౌదరికి ఇది మొదటి బంగారు

వతకం. ఊ పోలీస్‌లో ఆమె తన రెండవ ప్రయత్నంలో 15.4 మీటర్లు నాల్గవ ప్రయత్నంలో 15.75 మీటర్ల దూరం ప్రయాణించి బంగారు పతకాన్ని గెలుచుకుంది. ఆమె ముంబైలోని రిలయ్స్ స్టోర్స్ ఫోండెషన్‌లో ప్రాక్టీస్ చేస్తోంది. కచ్చార్ చౌదరికి 19 సంవత్సరాల వయసుల్లా రైల్వేస్‌లో ఉద్యోగం వచ్చింది. దీని తర్వాత ఆమె రాజస్థాన్ పోలీస్‌లో చేరింది. ప్రస్తుతం ఆమె రాజస్థాన్ పోలీస్‌లో సబ్-ఐన్‌స్పెక్టర్గా ఉన్నారు. భారతదేశంలో వివిధ దేశాలల్ల జరిగిన పోలీస్ గేమ్స్ వంటి అనేక పోలీస్‌లలో ఆమె అనేక పతకాలు గెలుచుకుంది. కచ్చార్ చౌదరి అల్ ఇండియా పోలీస్ గేమ్స్‌లో కూడా బంగారు పతకం గెలుచుకున్నారు వివిధ పోలీలలో నిరంతరం పతకాలు సాధించడం ద్వారా కచ్చార్ రాజస్థాన్ పోలీస్ పేరును ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రసిద్ధి చెందినిస్తోంది. ఆమెను అనేకసార్లు సత్కరించారు. క్రీడలత్తా పాటు, కచ్చార్ చౌదరి చదువులో కూడా టాపర్గా నిలిచింది ఆమె 12వ తరగతిలో 90% మార్కులు సాధించి బిఎ, ఎంఎ

(ఇంగ్లీష్)లో ఫస్ట్ డివిజన్ సాధించింది. ప్రస్తుతం కచ్చార్ ఎలవెల్చి చదువుతోంది. క్రీడలను చదువుతో సమతుల్యం చేసుకోవడం చాలా కష్టమని కచ్చార్ చొదరి అంటున్నారు. క్రీడలు , చదువు రెండింభిలోనూ విజయం సాధించాలంటే నిరంతరం కష్టపడి పనిచేయాలి. 1999 మే 17న చురు జిల్లాలోని సుజన్‌గాంధీ పట్టణంలో జన్మించారు. కచ్చార్ చొదరి తల్లి అనితా సింగ్ తండ్రి పరేవ్ చొదరి రాజస్థాన్ విద్యా శాఖలో పనిచేస్తున్నారు. కచ్చార్కు ఇన్‌స్ట్రోగ్రామ్‌లో 1.76 లక్షల మంది, యూట్యూబ్‌లో 1 లక్ష మంది. ఫేనెబుక్‌లో 3.09 లక్షల మంది ఫ్లాపోవర్లు ఉన్నారు. తన హాలి అంతర్జాతీయ క్రీడను 19 సంవత్సరాల వయసులో అడింది, అక్కడ ఆమె రాజస్థాన్ నుండి పొట్ పుట్‌లో అతి పిన్న వయస్సులైన అభ్యోస్. కచ్చార్ తన పొట్ పుట్ అట కోసం వివిధ ప్రదేశాలలో శిక్షణ పొందింది. ఆమె జైపూర్‌లోని సాహయ్ మాస్మింగ్ స్టేడియంలో ద్రోణాచార్య అవార్డు గ్రహీత కోచ్ వీరేంద్ర హానియాతో కలిసి చాలా కాలం పాటు ప్రాణీస్ చేసింది. కచ్చార్ చొదరి ఇప్పటివరకు 2024లో ఇంటర్-స్నేచ్ నేషనల్ పొట్‌పుట్‌లో 16.76 మీటర్లు చేసింది, ఇది ఆమె వ్యక్తిగత ఉత్తమ ప్రదర్శన. 18 సంవత్సరాల వయస్సు నుండి, కచ్చార్ చొదరి అనేక టోర్చుమెంట్లో బంగారు పతకాలు గెలుచుకుంది. ఆమె ప్రపంచ విశ్వవిద్యాలయ క్రీడలు , ఓపెన్ నేషనల్ గేమ్స్‌లో బంగారు , వెండి పతకాలు గెలుచుకుంది. 2016లో జరిగిన జానియర్ నేషనల్ యూట్ నేషనల్ లో కచ్చార్ బంగారు పతకాలు గెలుచుకుంది. 2018లో గౌహితిలో జరిగిన జాతీయ అంతర్-రాష్ట్ర అభ్యోస్‌క్రీ ఛాంపియన్‌షిప్‌లో రజత పతకం గెలుచుకుంది. ఆమె 2019లో దక్కిణాసియా క్రీడలలో కాంస్య పతకాన్ని, 32వ జాతీయ జానియర్ అభ్యోస్‌క్రీ ఛాంపియన్‌షిప్‌లో బంగారు పతకాన్ని గెలుచుకుంది. ఇది కాకుండా, కచ్చార్ అనేక ఓపెన్ టోర్చుమెంట్లో బంగారు , వెండి పతకాలను గెలుచుకున్నాడు.

# ಆಸೀಯಾ ಕವ್ ಕೋನಂ ಜಾಬಿತಾ ಪ್ರಕಟಿಂಚಿನ 6 ದೇಹಾಲ ಜಟ್ಟು

ಸಿಯೂ ಕವ್ ಟೋರ್ನೀ ಪ್ರಾರಂಭಂ ಕಾವಡಣಿಕಿ ಇಂಕಾ 2 ವಾರಾಲ  
ಸಮಯಂ ಮಾತ್ರಮೇ ಉಂದಿ. ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 9 ನುಂಚಿ  
ಪ್ರಾರಂಭಮಯ್ಯೆ ಈ ಟೋರ್ನೀಲ್ ಮೊತ್ತಂ 8 ಅಸಿಯಾ ಜಟ್ಟು  
ಪಾಲ್ಂಂಟಾಯಾ. ಭಾರತ್, ಪಾಕಿಸ್ತಾನ್ ಗ್ರಾವ್ ಎಲ್ ಉನ್ನಾಯಿ.  
ದಾಯಾದಿ ಜಟ್ಟು ಇವ್ವಿಕ್ಕೆ ತಮ್ ಜಟ್ಟನು ಪ್ರಕಟಿಂಚಾಯಾ. 2  
ಗ್ರಾವುಲ್ಲೋನಿ 3-3 ಜಟ್ಟು ತಮ್ ಜಟ್ಟನು ಪ್ರಕಟಿಂಚಾಯಾ, ಮರ್ 2  
ಜಟ್ಟು ಅಟಗಾಳ್ ಜಾಬಿತಾ ವಿಡುದಲ ಚೇಯಾಲ್ಪಿ ಉಂದಿ. ಅಯಿತೆ 6  
ಜಟ್ಟುಲ್ಲೋನಿ ಅಟಗಾಳ್ ವಿವರಾಲು ಇವಿ. ಅಸಿಯಾ ಕವ್ 2025ಲ್ಲಿ  
ಭಾಗಗೂ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 9 ನುಂಚಿ 19 ವರಕು ಗ್ರಾವ್ ದಶ  
ಮ್ಯಾಚ್ಲು ಜರುಗುತ್ತಾಯಾ. ಮೊತ್ತಂ 8 ಜಟ್ಟು ಮರ್ 12 ಲೀಗ್  
ಮ್ಯಾಚ್ಲು ಜರುಗುತ್ತಾಯಾ. ಪ್ರತಿ ಜಟ್ಟು ತಮ್ ಗ್ರಾವುಲ್ಲೋನಿ ಅನ್ನಿ  
ಜಟ್ಟತೋ ಒಕ್ಕೆ ಮ್ಯಾಚ್ ಆಡುತುಂದಿ. ಆ ತರ್ವಾತ 2 ಗ್ರಾವುಲ  
ನುಂಚಿ ಟಾವ್ 2 ಜಟ್ಟು ಸೂಪರ್ ಫೋರ್ಕು ಚೇರುಕುಂಟಾಯಾ.  
ಮಿಗಿಲಿನ 4 ಜಟ್ಟು ಇಂದಿದಾರಿ ಪಡಡಾಯಾ. ಗ್ರಾವ್ %೩೦ , ದೀ%  
ಲ ನುಂಡಿ ಮೂದೆಸಿ ಜಟ್ಟು ತಮ್ ಅಟಗಾಳನು ಪ್ರಕಟಿಂಚಾಯಾ.

**గ్రావ్ ఏ జట్ల వివరాలు:**

గ్రావ్ బీ జట్ల వివరాలు

**అప్పనిస్తాన్ జట్టు:** రఘీద్ భాన్ (కెప్పెన్), ఇబ్రహీం జ్దార్న, రెహ్మానుల్లా గుర్వాజ్, దర్రివ్ రసువి, సెడిఖుల్లా అల్లర్, కరీమ్ జనతీ, మహ్మద్ నవీ, గుల్మిద్ నైబ్, అజ్ముతుల్లా ఒమర్జాయ్, షరాఫుద్దీన్ ఆఫ్రివ్, మహ్మద్ ఇషాక్, అల్లహ్ గజ్జనిఫర్, నూర్ అహ్మద్, ఫరీద్ మాలిక్, ముజీబ్ ఉర్ రెహ్మాన్, నవీన్-ఉల్-హాక్, థజల్లహ్ క్రిస్టిఫర్.

**బంగ్లాదేశ్ జట్టు:** లిటన్ దాన్ (కెప్పెన్), తంజీద్ హసన్, సైఫ్ హసన్, తోహిద్ హృదయ్, జేకర్ అలీ అనిక్, వర్యేజ్ హుస్నేస్ ఇమోన్, షమీమ్ హుస్నేన్, భాజీ నూరుల్ హసన్ సోహన్, రిషద్ హుస్నేన్, నసుమ్ అహ్మద్, ముస్తాఫిజుర్ రెహ్మాన్, మెహెదీ హసన్, తంజీమ్ హసన్ సాకిబ్, షోరుఫుల్ ఇస్లాం, షైఫ్ ఉద్దీన్, తస్లీన్ అహ్మద్.

**హోంగ్కాంగ్ జట్టు:** యాసిమ్ ముర్జూమ్ (కెప్పెన్), బాబర్ హయాత్, నసరుల్లా రాణా, మార్లిన్ కోయెట్, అన్నమాన్ రాథ్, జీప్సన్ అలీ, నిజాకత్ భాన్ మహ్మద్, కల్వీ మార్కు చల్లా, ఆయువ్ ఆశిష్ శక్కా, మహ్మద్ ఎజాజ్ భాన్, ఆదిల్ మహమ్మద్, హరూన్ మహ్మద్ అర్రద్, అలీ హసన్, షిహిద్ వాసిఫ్, అతిక్ ఊర్ రెహ్మాన్ ఇక్బాల్, కించిత్ పా, గజ్జనిఫర్

పెట్టినట్టు మన పురాణాధ, దీనిలో అంతరార్థం ఏమిటంటే? క్షేత్రముగనిద్రలో ఉంటుంది అని, ఈ కుండలిని శక్తియే మహాశక్తిని వేల్చులపడానికి ప్రవేశించే ద్వారం వద్దనే గణపతిచంపతి బీజాకరణతో మూలాదార్మాని చెత్తనవంతం చేసే శక్తిని

లోల్పటం సాధ్యపడు తుంది. భక్తులకు సకల శుభాలను చేకూర్చే రాయకుడు తాను భక్తుల పాలిట కల్పతరువు అని సూచించకనే చిన్నా సంచాదు! ఆయన భంగిమలను కాస్త గమనిస్తే అవుననే విపిస్తుంది. చాలా ప్రతిమలలో వినాయకుడు తన ఎదుమ కాలుని దుచుకుని, కుడిపాదాన్ని కిండికి ఉంచి కనిపిస్తాడు. దీనినే యోగు స్పంతో లలితాసనం అంటారు. సొంతూళ్ళనానికి ప్రతిబింబమైన వంతాదేవి కూడా ఈ ఆసనంలోనే కనిపిస్తుంది. భారతీయ తిమలలో ఇది కాస్త అరుదైనప్పటికీ, బొద్దనికి సంబంధించిన రోజు శిల్పాలు ఈ ఆసనాన్ని సూచిస్తుంటాయి. ఒక పక్కా కాంతంగా ఉంటునే అవసరమైనప్పుడు ఎలాంటి కార్యాల్యూమర్కెనేందుకు సిద్ధంగా ఉండే తత్కాంపికి ఈ ఆసనాన్ని ప్రతీకగా విస్తారు. కర్మయోగులకు ఈ రెండూ అవసరమే కదా! ఒక పక్కా వంతంలో ఎదురుయ్యే ఒడుదొడుకులను ఎదుర్కొంటునే, మనసుని వంగా నిలుపుకోగలడమే మానవులకి నిజమైన సవాలు. తాను ఖాంటి స్తితిలో ఉన్నానని గట్టిపుడు చెప్పకనే చెబుతున్నాడు. తనను విచే భక్తుల విఘ్నాలను తొలగించి వారిని కూడా పరిపూర్జ్ఞమైన కృతులుగా తీర్చిదిద్దుతానని హమా ఇస్తున్నాడు. అందుకనే భక్తులు పూపగా లలితాసనంలో ఉన్న వినాయకునికి పూజలు చేసుంటారు.

## గణపతి సర్వశక్తులకు అధిపతి

అందుకే ఆయనకు తొలిపూజ

