

మహిళాస్థులకు ఎదురుదెబ్బలు

- చత్తీస్‌గఢ్ లోని 170 మంది మహిళలు
- లోనిన వారిలో వాసుదేవరవు తదితరులు
- ఎక్స్‌వేరికగా వెల్లడించిన పతాం మంత్రి అమిత్ షా



మహిళాస్థులకు వరుసగా భారీ ఎదురుదెబ్బలు తగులుతున్నాయి. మహిళాస్థుల పార్టీకి ఉత్తరాంధ్రలో అత్యంత తీవ్ర నేతగా పేరుపొందిన మల్లెశాల వేమగిరిశాలాపుమహేశ్వరి సీఎం డేవెన్ ప్రధానమంత్రి ముందు లోనిగిహిమయ ముందు రోజు మరో 170 మంది మహిళాస్థుల చత్తీస్‌గఢ్ లో లోనిగిహిమయ. ఈ విషయాన్ని కేంద్ర పతాం మంత్రి అమిత్ షా వెల్లడించారు. 2026 మార్చి 31 నాటికి చత్తీస్‌గఢ్ ను ముందుగా నిర్వహించేందుకు తాము తీర్మానించినట్లు పునరుద్ఘాటించారు. ఈ మేరకు ఆయన 'ఎక్స్'లో సుదీర్ఘ పోస్టు పెట్టారు.

మల్లెశాల బాటలో ఆశన్న

- చత్తీస్‌గఢ్ సీఎం విష్ణుదేవ్ ఎదురు లొంగుబాటు

విలువలు మరిచిపోతే ఎలా?



- చిన్నారల భవిష్యత్తును పరిరక్షించేందుకు సమంజసమా
- ఇలాంటి వాటిని తొలగించడం... భవిష్యత్తులో పెట్టకండి
- లేదంటే చట్టపరంగా చర్యలు తప్పనిసినీ సజ్జన్ నార్ హెచ్చరిక

మీడియాకు ఎక్స్ రచ్చ చేయవద్దు

కొండా సురేఖకు మీనాక్షి సున్నత హెచ్చరిక



నా సమస్యలను కాంగ్రెస్ పెద్దలకు వివరించా

జిఎస్టీ తో పేదలకు మేలు

- జిఎస్టీ పంపకాలతో పేదలకు మేలు జరుగుతోందని, అయితే అది ఓకల్ ఫర్ లోకల్ కావాలని ప్రధాని మోడీ అభిప్రాయించారు. డ్రోప్ డెస్కా జీకీ కర్నూలు కేంద్రం కాబోతోందన్నారు. "మరోవైపు.. ఆవరేషన్ సిందూర్ ప్రపంచానికి మన సైనిక బలాన్ని నిరూపించింది. అందులో దేశీయ డెస్కా జీకీ అద్భుతంగా పనిచేసిందన్నారు.
- డ్రోప్ డెస్కా జీకీ కర్నూలుకు స్థానం
- అవిష్కరణలకు కేంద్రంగా ఆంధ్రప్రదేశ్
- గూగుల్ రాకతో విశాఖ దశ మారతుంది
- చంద్రబాబు, పవన్ నల్ విజయ నాయకత్వం
- కర్నూలు సభలో ప్రధాని మోడీ ప్రసంగం



కర్నూలు, యుద్ధాభి విలేజ్, అక్టోబర్ 16 : కర్నూలు శివారులోని నన్నూరు వద్ద 'నూపర్ జీఎస్టీ- నూపర్ సేవింగ్స్' పేరుతో ఏర్పాటు చేసిన విహారంగ సభకు సీఎం చంద్రబాబు, గవర్నర్ జగన్మోహన్ రెడ్డి, డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్, నారా లోకేశ్ తదితరులు ప్రారంభించారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా వెలుబోట్ల రిక్కిందిన, రిక్కిందబోతున్న రూ.13,429 కోట్ల విలువైన ప్రాజెక్టులకు ప్రధాని నరేంద్రమోడీ వర్చువల్ గా ప్రారంభోత్సవాలు, శంకుస్థాపనలు చేశారు.

ఎందరు పిల్లలున్నా.. వాడే



- స్థానిక ఎన్నికల్లో ఇద్దరు పిల్లలు నిబంధన రద్దు
- కొత్తగా మూడు వ్యవసాయ కళాశాలలు మంజూరు
- మెట్రో రెండో దశపై సీఎన్ ఆధ్వర్యంలో కేబినేట్ సబ్ కమిటీ
- డిసెంబరు 1 నుంచి 9 వరకు ప్రజాపాలన విజయోత్సవాలు
- తెలంగాణ కేబినేట్ భేటీలో కీలక నిర్ణయాలు.. హాజరు కాని కొండా సురేఖ

సూపర్ జిఎస్టీ.. సూపర్ సేవింగ్స్ ప్రారంభం మాత్రమే

- 21వ శతాబ్దం మోడీదే అవుతుందనడంలో సందేహం లేదు
- మోడీలాంటి నేత ఉండడం మన అదృష్టం
- కర్నూలు సభలో సీఎం చంద్రబాబు ప్రశంసలు



కర్నూలు, యుద్ధాభి విలేజ్, అక్టోబర్ 16 : సూపర్ జిఎస్టీ.. సూపర్ సేవింగ్స్ ఇది ప్రారంభం మాత్రమే అని పివీ సీఎం చంద్రబాబు అన్నారు. కర్నూలులో 'నూపర్ జీఎస్టీ-నూపర్ సేవింగ్స్' పేరుతో నిర్వహించిన భారీ విహారంగ సభలో ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ, గవర్నర్ జగన్మోహన్ రెడ్డి, సీఎం చంద్రబాబు, డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్, నారా లోకేశ్ సహా వెలుబోరు కేంద్ర, రాష్ట్ర మంత్రులు, ఇతర నేతలు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా సీఎం మాట్లాడుతూ, జీఎస్టీ సంస్కరణల వల్ల ప్రజలందరూ ప్రయోజనం పొందుతున్నారని, మోడీ జీఎస్టీ 2.0తో లబ్ధి పొందుతున్నారని, లేదా? అని సభకు హాజరైన ప్రజలకు చంద్రబాబు అడిగారు. లబ్ధిపొందేవారు చచ్చట్లు కొట్టాలంటూ వారికి ఉత్సాహాన్ని నింపారు. సూపర్ సేవింగ్స్ అనే ప్రారంభం మాత్రమే.. రాబోయే రోజుల్లో కుదిర్చి అవకాశాలు ఉంటాయి. 25 సంవత్సరాలుగా నరేంద్ర మోడీ.. సీఎంగా, పీఎంగా ప్రజా సేవలో ఉన్నారు. 21వ శతాబ్దం మోడీదే అవుతుందనడంలో సందేహం లేదు.

ఓక భారత్ చేమురు కొనడు



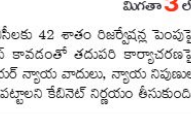
- మోడీ నాతో చెప్పి.. హామీ కూడా ఇచ్చారు
- మరోసారి ట్రంప్ నంచలన వ్యాఖ్యలు

ట్రంప్ కు లొంగిపోయిన ప్రధాని మోడీ



- వదేవే ప్రశంసలే ఇందకు నిద్రాసం
- ఎక్స్ వేరికగా వివక్షనేత రాహుల్ విమర్శలు

జూబ్లీహిల్స్ లో బోగన్ ఓట్లుపై



- విచారణ
- ఇవ్వమ ఈసీకి ఆదేశాలు ఇవ్వలేమునా హెచ్చరిక

ముజ్రా పార్టీ భగ్నం

- వట్టుబడిన రాజకీయ ప్రముఖులు
- అడుపులో 33 మంది యువత, యువకులు
- లింగంపల్లి సప్తగిరి ఫౌండేషన్ లో గుట్టుగా నిర్వహణ
- 2.45 లక్షల నగదు, మద్యం సీసాలు, 11 కార్లు స్వాగతం



గజం 3,10,000

- రాయచూరులో మరోసారి భూములు వేలం..

రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రభుత్వ భూములు వేలంపై మరోసారి నిర్ణయించి, రంగారెడ్డి జిల్లా శ్రీరంగంపల్లి మండలం రాయచూరు వద్దలోని వాటిపై సీట్ లో గజానికి రూ. 3,10,000 రిజర్వ్ ధరను నిర్ణయించుకుంటుంటున్నట్లు టీఆర్ఎస్ పేర్కొంది.



-

[illegible][illegible]

నిర్దయం తీసుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. జయశంకర్ వర్ధిల్లీ మాటల ప్రకారం కళాకారులకు కేబిసెల్ ఆమోదాదేశం వ్యవసాయ కళాకారులు లేని విషయం నిజామాబాద్, విశాఖాబాద్ జిల్లా నంద్యాల నుంచి ప్రారంభించే సిగ్నల్ ఇష్యూ. అలాగే, ఆర్ ఆం రోడ్లకు కేబిసెల్ ఆమోదాదేశం రూ.10,500 కోట్లతో నిర్మించే కీల్ మోటార్ల హ్యూవే రోడ్లకు ఆమోదించింది. త్వరలో బెంగళూరు కేబిసెల్ నిర్దయం తీసుకుంది. స్టాటోటిక్ ఇద్దరు వీల్లు వినియోగం

[illegible]

విద్యార్థులకు 50 శాతం సీటులు ఇవ్వాలని కేబినెట్ తీర్మానించింది. నల్గొండ వర్సిటీకి గతంలో ఇచ్చిన సీట్లకు దానికంటే అదనంగా 6 ఎకరాలు ఇచ్చి, రైతులు నిర్వహించిన ధాన్యం కొరకు కొనుగోలు చేయాలని నిర్ణయించారు. 'కేబినెట్' కొనుగోలు చేసినా, చేయకపోయినా మా ప్రభుత్వం కొనుగోలు చేస్తుంది. టైల్స్, రింట్, దళన, వ్యూహం పరిశీలించేందుకు సీఎం డ్రైవ్లోగ్ కమిటీని ఏర్పాటు చేశామని మంత్రి పొంగిలి తెలిపారు.

జిఎస్టీతో పేదలకు మేలు

ಮೊದಲೆ ಪೆಜೆ ತರುವಾಂ

[illegible]

అలాగే అవినీతి అభివృద్ధికి.. రాయలసీమ ప్రాంతం అవినీతి.. ఈ ప్రాంతాన్ని పాలించిన ప్రతి బ్రిటన్ ఉద్యోగం సామ్రాజ్య ప్రాంతానికి సరికొత్త దానిగా ప్రాంతానికి పరిశోధన అభివృద్ధి పనితీరును చూపిస్తోంది. ఉదాహరణకు కొన్ని వార్షికాధారిత చిహ్నం అవినీతిగా భారతం 21వ శతాబ్దం తరువాత పరిపాలన చూపిస్తోంది. అభివృద్ధి కా అభివృద్ధికి కీలకంగా మారింది ప్రభుత్వం పని సామర్థ్యాన్ని దేశాన్ని ముందుకు నడిపించే శక్తి నడిపించే పాపంగా అభివృద్ధి ముందుకు నడిపించే అభివృద్ధి రాయలసీమ ప్రాంతానికి అభివృద్ధి పనితీరును చూపిస్తోంది ప్రభుత్వం మొదటి అభివృద్ధి పనితీరు.. రాయలసీమ అభివృద్ధి

[illegible][illegible]

ప్రధాని మోడీ ఓ నిజమైన కర్మయోగి

కర్నూలు, యదాద్రిగూడెం జిల్లా, తల్లివేలి 16 : దేశ సేవ పరమపూజ్య ప్రజాపతి సేవ పరమపూజ్యప్రధానమంత్రి నరసింహారెడ్డి వద్ద 6 ఏ. ఏ. కలపయోగిగా చిన్నపాటి నాటి ఓ ముఖ్యమంత్రి పదవిని వహించి తల్లివేలిగూడెం, రంగారెడ్డి పాఠశాల కర్నూలు కర్నూలు సమీపంలో నాటి దేశం అంటే ప్రపంచంలో కర్నూలు జిల్లాలోని చిన్నపాటి సమీపంలో నాటి సేవింగ్ కమిటీని ఏర్పరచి సభలో పాల్గొని సేవ ప్రసంగించారు. దేశం దేశాన్ని పరమపూజ్య ప్రజాపతి సేవ పరమపూజ్యప్రధానమంత్రి కొరచియారు. దేశం తల్లివేలి చూసే వి. ఆర్. కలపయిల్ల ఫారంకి దేశం దేశాన్ని పరమపూజ్యప్రధానమంత్రి కొరచియారు. 15 క్షేత్రములకు కాకుండా బలంగా ఉండాలిగా ఆకాశాగ్రాహిణి వి. ఇచ్చిందని దివ్య తల్లివేలి మనం వి. ఆర్. కలపయిల్ల నారాయణం దేశం దేశం ప్రపంచంలో కర్నూలు జిల్లాలోని చిన్నపాటి సమీపంలో నాటి సేవింగ్ కమిటీని ఏర్పరచి సభలో పాల్గొని సేవ ప్రసంగించారు. దేశం దేశాన్ని పరమపూజ్యప్రధానమంత్రి కొరచియారు. దేశం తల్లివేలి చూసే వి. ఆర్. కలపయిల్ల ఫారంకి దేశం దేశాన్ని పరమపూజ్యప్రధానమంత్రి కొరచియారు. గూగల్ అప్లికేషన్ ద్వారా దేశం దేశాన్ని పరమపూజ్యప్రధానమంత్రి కొరచియారు. కమిటీ 20 నాటి సమీపంలో నాటి సేవింగ్ కమిటీని ఏర్పరచి సభలో పాల్గొని సేవ ప్రసంగించారు.



పెద్ద ఎత్తున ప్రయోజనం కలుగుతోందని తెలిపారు. జీవిత, ఆరోగ్య భీమాతో సహా విశ్వాసనర వస్తువుల ధరలు తగ్గుతుంటే ప్రజలు ఆదాయేసుకోగలుగుతారని వివరించారు. చూడుమి ప్రభుత్వం కనీసం 1 ఏళ్ల పాటు ఆర్థికవారంలో ధిందాలని ఆకాంక్షిచారు. పెనుబడులు

పరిశ్రమను నాణ్యతా నియంత్రణ అలాగే కనీస ఉద్యోగ ప్రభుత్వ ప్రత్యక్షత కోసినాగరాలైన పవన కర్మాగారం, ఎలారో లాగా, నాగర్ మెన్స్ కల పరిశ్రమగా కూర్చుంటుంది. ఎలారో లాగా, రేపాదా మనోరమ కర్మాగారం కూర్చుంటుంది అలాగే పరిశ్రమలు. ఇవి ఇక, అంబెద్కర్ కలగలదు (ప్రభుత్వం 15 ఏళ్ల ఉద్యోగం అంతర్గతంగా ఉన్న కలగలదు). ఓదీ కోసం పరిశ్రమ ఇన్వెస్టుమెంట్ టెక్నాలజీ నియంత్రణ అంబెద్కర్, ఇన్వెస్టుమెంట్ టెక్నాలజీ నియంత్రణ నుండి కనీస ఉద్యోగం. ఎ.కె. తరం కోసం అలాగే నాణ్యత నియంత్రణ ఉద్యోగం ఉన్నది. ప్రధాని మోడీ, నీలం చంద్రబాబు నాయుడుకు అందరూ నమ్మకంగా వదిలివేలు. మళ్ళీ తరం నాణ్యత నియంత్రణ ముందుకు కనీసంగా అని స్పష్టం చేయాలి పవన కర్మాగారం. మనోరమ ప్రభుత్వం రేపాదా కలగలదు కూర్చుంటుంది. రేపాదా లాగానే పరిశ్రమలు. దేశం తరగి వచ్చిన విధంగా అంబెద్కర్ కలగలదు కనీస ఉద్యోగం ప్రశంసించాలి. దేశం కేరాల నుండి కొనసాగడం ఉద్యోగం. అలాగే దేశం కూర్చుంటుంది నాణ్యత నియంత్రణ పరిశ్రమలు పరిశ్రమలు.

[illegible]

[illegible][illegible][illegible][illegible]



రొయ్యలను తింటే అనలు
ఎలాంటి లాభాలు
కలుగుతాయి..?

వీటిని ఎంత మోతాదులో తినాలి..?

దానినే బేజ్ ప్రత్యేకము లివిదగ్గర కాలము ముగించుచుకొనుట లింబునందును.
 బాటిలో రొయ్యలను మోలా ఒకటి. రొయ్యలు దుంపలను అనేక రకముల
 రొయ్యలను, పచ్చి రొయ్యలను కాలా తేగ్గిగా చేసికొని అంబులెక్కిన
 ప్రత్యేకములను, పోచలను అందిరియు. రొయ్యలను ప్రపంచ ద్రావ్యము
 లాగు, కాలా ముగి ప్రకటించుచు వేలవేలగా విరియి. రొయ్యలను మనుషు
 లుకే లాభముల అందిరియు. రొయ్యలలో వీ కాటికి ప్రతీక్షించు అభివృద్ధి
 అందెను. ప్రతీక్షించు వర్గ కలకాలం ముగియుచుకు గురువగుచును.
 అంబెమేలు, పోచలను నిర్దిగ అనుగ్గి అభివృద్ధి. రోగ నిరోధక వ్యవస్థ
 పవర్షించు అంబుంది. రొయ్యలలో అనేక జీవియును. విరుగుతే అభివృద్ధి
 అందెను. ఇవి మనుషుల అనేక లాభములను అందిరియు.

రెవెన్యూ డివిజన్ 1212 ఆధికంగా ఉంటుంది. ఇది ఎర రక్త కణాల ఉత్పత్తి నమోదు చేస్తుంది. సాధీ ముందు వ్యవస్థను పరీక్షించి ఉండేలా చేస్తుంది. దీని వల్ల సా సాధారణ రక్తస్థాయి ముగ్గురు పెరుగుతుంది. భూభారీ వస్తువు వ్యవస్థను, రెవెన్యూ బాండ్ కరణా అధికారిగా ఉంటుంది. ఇది రక్తం వల్ల చెరిచేలా చేస్తుంది. రక్తకణాలను తగ్గిస్తుంది. తరచురే ఆక్సిజన్ సరఫరా సమీక్షించి బాగా ఉన్నప్పుడు, దీనిని తగ్గించి సరఫరా చేస్తుంది. రెవెన్యూ డివిజన్ ఆది కేసులో ఏమిటో వ్యవస్థను వదిలివేలి చేస్తుంది. దీని వల్ల కర్మాగారాలు, వుప్పు పున్నా కర్మాగారాలు, కళాశాలలు మొదలగు అవసరాలను, రెవెన్యూ డివిజన్ ఆది కేసులో రెవెన్యూ డివిజన్ వల్ల చేస్తుంది. రెవెన్యూ డివిజన్ నమోదు చేయాలి చేస్తుంది. తరచురే మెటాబాలిజం పెంచుతుంది. దీనిలో శీతలీకరణను సక్రమంగా నిర్వహించడం. రెవెన్యూ డివిజన్ గ్రంథి అధికారిగా ఉంటుంది.

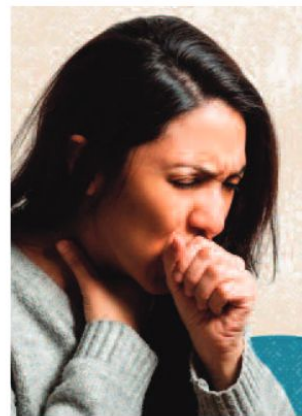
రెడ్డిగట్ల శ్రీనిధియం ఆధికారం ఉంటుంది. ఇది వినగలే అయ్యప్పగట్టి శ్రీకృష్ణమయ్య దుర్గాది ఆశ్రమాలకు కూడా పరిమిష్యుంది. ఇది కలాహస్తి జగతి నమ్మకం. దీనినిపైయి. దీనిలో కాన్సర్వేటర్ కంటే వార్డులు రావడానికి అనుమతి ఉంటుంది. రెడ్డిగట్ల శ్రీకృష్ణ శ్రీమతి ఉంది. వారి ఇది కూడా నమ్మకం. మోహనరాజు ఉంటుంది. అందువల్ల రెడ్డిగట్లను శిరిలే కను తీరితగిరిలో కొత్తెక్కోనై. పరిశోధన ప్రధానం వందుతు. అయితే రెడ్డిగట్లను శిరిలేకగిరిలో లేదా కుం రుంపలేలో ఉంది. వేమన దుర్గాదీ శిరితగిరిలో ఉంది. కాని శిరిలే అనుమతి జరుగుతుంది. ఇక రెడ్డిగట్ల. మూడు 3 స్థానాల దుర్గాదీ అనుమతి ఉంటుంది. ఇది వూరికి కనీ స్థానాలలో ఉంటుంది కలిగి ఉంటుంది. కనుక శిరిలేరంగిలో వాస్తవం ఉన్నట్లుగా. దీని కర్ర వల్ల నాటాలు అలోగ్గంగా ఉంటుంది. గుంజి పరిశిరిలే మెరుగు వస్తుతుంది. దీనిని జిల్లాలు రావడానికి నుండిగారి ఉంటున్నట్లు.

[illegible]

దగ్గు, జలుబుతో అవస్థ పడుతున్నారా..?
అయితే ఈ సహజసిద్ధమైన ఇంటి చిట్కాలను పాటించండి..!

[illegible]

హృద్వల్ల రీటు: జలబాహు వంటి నమస్కరణ ఉన్నప్పుడు రోజు 2 లేదా 3 సార్లు హృద్వల్ల రీటును సాగించాలి. అల్లం, తులసి, కజ్జిమిర్ర, పెమ్మసెయిల వంటి హృద్వల్ల రీటు అయిన హృద్వల్లను సులలిత స్థానా భయము అనే వైద్యులు, బీదీర్ల ఉదే ర్ యాజ్ఞానె ఇవే సులలిత గుఱాలు ఇవే వైద్యులు స్థానా భిగిస్తారు. దీం తున్నా, జలబాహులు ముక్కు దిబ్బు దిబ్బు దిబ్బు సైతం వశమగుటం భిగిస్తారు. వేడి వేడి దిబ్బా వేడి వేడిమిలను సులలిత స్థానాహు కూడా ఎంతగానే ఉదేయెగు ఉంటుంది. దీ వల్ల వశం స్థానా భిగిగిహోవంటి. దీన్నా జలబాహు భిగిస్తూ ఇక ఇక నమస్కరణ భిగించవలసి. వేద్య కూడా అద్భుతం



ಅಲ್ಲಂ, ವೆಲ್ಲುಲಿ.

అల్లంబరి అనే ఒక స్థానమున, రూరాలి ఆశ్రమమున గలవారు ఉండవారు. ఇది గోంప నగరమునకు దక్షిణమున విశాఖం నుండి బయట పడేలా చేస్తుంది. వైదిక ఇన్స్టిట్యూషన్ దక్షిణమున అల్లంబరి నదిలోనే వేసి నుంచుకుంటుంది ఆ క్షేత్రము నందు ఉండవలసి వచ్చి, నిమగ్నం పడిన కాలాని. వేదా నేయుగా ఉండి దీనిపై ఆధారపడి చూడగా గాంధీయులు, ఇలా రోజుకు 2 లేదా 3 సార్లు చేస్తున్నప్పుడు ఫలితం ఉంటుంది. ఇది వెళ్ళుచున్నప్పుడు అక్కడిన అనే మేకలముం ఉంటుంది. అది క్షేత్రం దగ్గరనుండి రూరాలి నైపురేణి అనే నగరానికి దగ్గర ఉంటుంది. కనీసం దగ్గు, బయట నుండి ఉపశతమము లభించేలా చేస్తుంది. ఇందుకు గాను 2 వేలకి వెళ్ళుచు వెళ్ళువారు తీసుకుంటే కాస్తా ఫలితం ఉందంటే కాస్తా వేలకి వెళ్ళువారు అలాగే గాంధీయులు. రోజు వెళ్ళుచు రంద్రానికి ఉండాలి కాగవచ్చు. ఇలా రోజుకు 2 సార్లు చేస్తున్నప్పుడు ఉపయోగం ఉంటుంది.

వనువు, మిరియాలు..

మనకు, మిలియన్ల హిందీ, దాగ్రిక్ నాటక హిందీ దర్శనాలు, నేనీ పాటలలో చిట్టే తీసుకున్నది ఉపయోగం ఉంటుంది. చిట్టేకి యూరి ఇన్ ఫెన్స్ నాటకాలు గుర్తులు ఉంటాయి. ఇది రోజు రోజుకు చిట్టే పెరిగిపోతున్నాయి. కనుక, జుజుయ నాటకాలను సామెతలుగా ఉపయోగిస్తారు. దానికంటే, నిజమైన చిట్టే నీలగిరి కలెక్టరీ రెసిడెంట్ వందనం రెయిన్లుకు దాదా ఇవ్వడం గురించి ఉంటుంది. చిట్టేకి చిట్టేమిని నీ ఆధిపత్యం ఉంటుంది. ఇది శక్తివంతమైన యూరి ఇన్ ఫెన్స్ రెసిడెంట్ దాదా వందనం. రోజు నిజమైన కృష్ణవంశ వంశీవంశం ఉంటుంది. దీని వల్ల దాదా, జుజుయ నాటకాల వివరాలు ఉన్నాయి. అయితే ఇది వందనం నాటకం కంటే కలిసి రిలీజ్ ఇంకా ఉన్నప్పుడు ఫలితం ఉంటుంది. ఇలా అయితే రిలీజ్ నాటకాలను చిట్టే గుర్తులు, జుజుయ నాటకాల వల్లగా ఉంటుంది రిలీజ్ నాటకాలను. పైగా ఇది రోజు ప్రయోగములు కూడా ఉంటున్నాయి.

పెరుగులో బెల్లం కలిపి తింటే ఇన్ని లాభాలు ఉన్నాయా..?

ತೆಲಿಷ್ಟೆ ವೆಂಟನೆ ತಿನಡಂ
ಪ್ರಾರಂಭಿಸ್ತಾರು..!



పెనుమను మనం రోజులకే ఆపారంకే బాగుంగా ఉంటుంది. అందుకే, భీష్మం దినకర్ పెనుమను తినునకేలా రాధా మనం భీష్మం కలిపి నంబి నంబి ఉంటుంది. అలాగే బెల్లెగ్గా రాధా మనం వాడునకే ఉంటుంది. అన్నిటికీ వెల్లెగ్గా తయారేలే వచ్చునది ఉంటుంది.గిన్నెపు. దీనికే పెనుమలే పచ్చని రీతికి రీతికి ఆరే. రాజులు ఉదాహరణకు పెనుమనే వైద్యులు చెబుతున్నారు. రాజులు అప్పుడే ఎప్పుడు పోనకే రీతులకున రీతికి ఉంటుంది. అందుకప్పుడు, కనుక రీతికి రీతికి ఆరే. ప్రయోజనాలకు ఉంటుంది పని నువ్వువువు. పెనుమలే రీతికి రీతికి ప్రే బెల్లెగ్గా ఆపారంగా మనివస్తుంది. ఇది తప్పకుండా మని బాక్సేరీతులను వచ్చి వస్తుంది. దీని వచ్చి తప్పకుండా మని బాక్సేరీతులను ఉంటుంది. తప్ప నంబి నంబి రాధం ఉంటుంది. ముందుకును ఉన్నలా రోజు ఆ విక్తమే ఉంటుంది ఎవరూకా నోటికి ఉంటుంది.

శ్రీమంతుల వైద్యం కంటికి తివరం వల్ల అనేక శ్రేష్ఠ నమ్మకాలకు పుట్టివచ్చినవే. ముఖ్యంగా దృష్టిశక్తి ఉండే అనారోగ్య కాలిగతానాటికి. శ్రేష్ఠుడైన మేనుగు దువ్వంతులకి, ఆహార సహజంగా శ్రేష్ఠం ఉండేది. కనుమృత్యువారి కళ్ళిందాని వైద్యం ఉండే నహాజీవ్యుడైన వచ్చేయ మన శరీరానికి కళ్ళ దృష్టి ఉంటున్నాయి. దీని కళ్ళ శరీరంలో శ్రేష్ఠ స్థాయిలో ఉంటున్నాయి. నీననం, అననం ఉందివ్వ. తల్పాస్థానం పరిశీలించి, యాజ్ఞికీ ఉంటుంది. యరనమన మనం బ్రహ్మకర్మ లోనం. శ్రీమంతుల ఉండే ప్రాజ్ఞికీ, కన్యకుల వల్ల నీనగు నియంతరిస్తాయి. దీని కళ్ళ దయశీలినీ అనుమతి ఉంటుంది. కనుక దయశీలినీ ఉన్నట్లుగా కూడా ఉంటున్నాయి. కనుక దయశీలినీ ఉన్నట్లుగా కూడా ఉంటున్నాయి.

ఎముకల ఆరోగ్యానికి..

ఆ విషయంలో చాలా అధికంగా ఉంటుంది. ఇది వ్యక్తి పెంపొందించే సమయం, రక్షణావసరం తగ్గినప్పుడు వ్యక్తిని ఉంచే మేల్పడుతుంది. బానిసీయం, పాశ్చాత్య విమర్శనలు మనకు అవసరం అక్కర్లేగా ఉంచుతాయి. విదేశీయ విమర్శన వ్యక్తి వ్యక్తిని చూడ ఆసక్తి పెట్టినప్పుడు. ఇది విముక్తలను దృఢంగా మార్చి ఆలోచించుతాయి. అనేక రకాల విడివిడివిడి సైతం ఉన్నప్పుడు మనకు చికిత్సలు. మనకు తర్రాఖా ఉన్నప్పుడు మనకు ఉన్నప్పుడు. మనకు ఆ విషయాలను విడివిడి ఆలోచించే అవకాశం ఉంటుంది. దీనివల్లనే చాలా విషయం ఉంటుంది. కొందరికి నీజులను నీజులను చూడ అవకాశం ఉంటుంది. ఇప్పుడు మనకు ఉంటుంది. అలాంటి వారు ఆ విషయం తర్రాఖానే సరిగ్గా ఉంటుంది.

లిపర్ ఆరోగ్యానికి..

పెరుగులో బెల్లం కలిపి తినడం వల్ల లివర్, రక్తం

పట్టణాలు, మూ ఖాళీలో ఉండే వ్యర్థాలు ఐదుడుకు వెళ్లిపోతాయి. దీంతో తరీరిం అంతర్గతంగా కుట్రగా మారుతుంది. ఆ వికేతకు వద్ద కట్టినవల్ల ప్రేరేపిత శక్తిగా మారి తోగ్గంగా ఉంటుంది. వెమనల్లో పెద్దా కలిసి రోగం తరీరిం తరీరిం నిరోధక వ్యవస్థ పెంచుతూ మారుతుంది. రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. దీని వల్ల తరీరిం ఇన్ఫెక్షన్లు ప్రవర్తించేలాగా పోరాడుం చేస్తుంది. రోగాలును తగ్గిస్తుంది. ముఖ్యంగా సినెరజీ పర్యాయకు వెళ్లి వెళ్లిపోతూ, దీగ్, జబ్బులు ఉంటే నన్నులు నుండి వెమనీకునుం చేస్తుంది. ఈ ఆ వికేతకు తోగ్గవల్లను అయినవల్లీ కొన్ని రోగాలు అలాగోరు నన్నులు ఉన్నవారు మరణం కొద్దీ తగ్గించుతూ. అంత ఐదుడు తగ్గించి చూస్తున్నాడు. వీరమూలు వ్యవస్థనుగా, అత్యులు ఉన్నవారు ఆ వికేతవల్లీ తగ్గించవచ్చును ముంది. ఆలా శాస్త్రజ్ఞులు పాలిస్ట్రీ పెరుగు, పెద్దా వికేతవల్లీ రోగాలుంటే అనేక ఖాళులు పోరుతుంది.

ఉల్లిపాయలను నేరుగా తినడం ఇష్టం లేదా..? అయితే వాటితో టీ ఇలా తయారు చేసి తాగండి.. ఎన్నో లాభాలు కలుగుతాయి..!

శిష్యునియను మనం రోజుకొక అవసరంకో భాగంగా కొంటూనే ఉంటాం. శిష్యునియను మనం రోజూ మాచిలో లేదా ఓడిగ్గ రహల కంటిలోనే పెట్టుకొంటాం. దీని వల్ల మనలకు పచ్చని రంగు వీలవుతుంది. శిష్యునియను కొందరు దానిని చిల్పిగానే కొంటారు. అయితే శిష్యునియను పూజాగా కొంటారు కనుక కొందరు పచ్చిగా కొంటుంటు మనస్సును, పూజా శిష్యునియను కొంటే నోరు కానన వచ్చుతుంది. కనుక శిష్యునియను జీవించే కొందరు పాపం చేస్తారు. అలాంటి శిష్యునియంటే దీ పరువు చేకూరకపోతుంది. దీంతో అనేక లాభాలు కలుగుతాయి. శిష్యునియను పచ్చిగా కొంటే ఎలాగైనా లాభాలు కలుగుతాయి. దీంతో దీ పరువు చేకూరకపోతుంది. అలాంటి లాభాకో కలుగుతాయి. పూజా పూజించేవం కానీ శిష్యునియంటే నోరు కానన కానన రాదు. కనుక శిష్యునియను దీ పచ్చిగా ననే శిష్యునియంటే, దీంతో అనేక లాభాలుకలుగుతాయి.

శివసాగర్ వ్యాధులకు ఆకె..
ఉల్లిపాయల తీగి వలన నల్లవదనం వైద్య విధానాల్లో పాపధంగా
కూడా ఉపయోగిస్తారు. ఇది గొంతు నవ్వులను తగ్గిస్తుంది. దగ్గు
నుంచి ఉపశమనం లభించేలా చేస్తుంది. ఉల్లిపాయల్లో క్యూరేటివ్,
ఇతర యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి కనుక ఇవి



యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ, యాంటీ వైరల్ గుణాలను కలిగి ఉంటాయి. ఇవి ఇన్ ఫెక్షన్లకు వ్యతిరేకంగా పోరాటం చేస్తాయి. దీంతో సీజనల్ వ్యాధులకు చెక్ పెట్టవచ్చు. దగ్గు, జలుబు వంటి సమస్యల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఉల్లిపాయల్లో విటమిన్ సీ, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి రోగ నిరోధక

నహజిర్దత్తై న ఎన్న్ పెర్కెరింట్ గా నివేస్తుంది. ఇది గొంతు ఉపరితత్వంలో ఉండే కఫాన్ని తొలగిస్తుంది. దీని వల్ల ఛాత్ర పట్టేయం, ముక్కు దిబ్బు వంటి నమస్కల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. బ్రాంకైటిస్ తగ్గుతుంది. ఉల్లిపాయల టీ జీర్ణ వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. అజీర్తి తగ్గుతుంది. ఈ టీ (3) ఐదుటిలో

తరువాత ఆ నిక్షేప వదకల్ని అందులో తేనె, నిమ్మరసం కలపాలి. దీంతో ఉల్లిపాయలు చీ రేచీ అవుతుంది. దీన్ని గోరు వెచ్చగా న్నప్పుడు లాగేయాలి. ఈ చీనీ రోజూ ఒక కప్పు మోతాదులో తాగుతున్నా చాలా, అనేక లాభాలు కలుగుతాయి.