മാർക്കറ്റ്			സ്വർണം	
403.65 ↑	സെൻസെക്സ്	35756.26	പവൻ (8ഗ്രാം)	25,160
131.1 ↑	നിഫ്ടി	10735.45	ഒരു ഗ്രാം	3145

ബ്രാൻഡാണ് 'ധർമ്മം': അമിതാഭ് ബച്ചൻ

ആഗോള പരസ്യ സംഗമത്തിന് കൊച്ചിയിൽ തുടക്കം

ബിസിനസ് ലേഖകൻ

കൊച്ചി: ഉപഭോക്താക്കൾക്ക് പരസ്യങ്ങളിലൂടെ നൽകുന്ന വാഗ്ദാനങ്ങൾ പൂർണമായി പാലിച്ചാൽ മാത്രമേ 'ബ്രാൻഡ് ധർമ്മം' ഉറപ്പാക്കാനാകൂ എന്ന് ബോളിവുഡ് സൂപ്പർതാരം അമിതാഭ് ബച്ചൻ പറഞ്ഞു. വാഗ്ദാനം പാലിച്ചില്ലെങ്കിൽ ഉപഭോക്താവിനെയും അദ്ദേഹം ചെലവഴിച്ച പണത്തെയുമാണ് ആ ബ്രാൻഡ് അപമാനിക്കുന്നത്.

കൊച്ചി ഗ്രാൻഡ് ഹയാത്തിലെ ലുലു കൺവെൻഷൻ സെന്ററിൽ ആരംഭിച്ച ഇന്റർനാഷണൽ അഡ്വർടൈസിംഗ് അസോസിയേഷന്റെ 44-ാമത് വേൾഡ് കോൺഗ്രസിൽ മുഖ്യപ്രഭാഷണം നടത്തുകയായിരുന്നു അദ്ദേഹം.

ബ്രാൻഡ് ഒരു വാഹനം ആണെങ്കിൽ ധർമ്മം അതിന്റെ എൻജിനാണ്. മികച്ച പരസ്യങ്ങൾ ഉത്പന്നങ്ങളുടെ ഡിമാൻഡ് വർദ്ധിപ്പിക്കുക മാത്രമല്ല, ബോധവത്കരണത്തിലൂടെ സമൂഹത്തിന്റെയും രാജ്യത്തിന്റെയും ഉന്നമനം കൂടിയാണ് ഉറപ്പാക്കുന്നത്. സമൂഹത്തോട് കൂറില്ലാത്ത ബ്രാൻഡുകൾ 'ലാഭയന്ത്രങ്ങളായി' ഒതുങ്ങിപ്പോകും. ഓരോ വ്യക്തിക്കും ഓരോ ബ്രാൻഡിനും അവരുടേതായ ധർമ്മമുണ്ട്. ധർമ്മം പാലിക്കപ്പെടുമ്പോഴാണ് ആ ബ്രാൻഡും വ്യക്തിയും എക്കാലവും ഓർമ്മിക്കപ്പെടുന്നത്.

"മരുന്നുകൾ മുതൽ സ്കൂട്ടറുകൾ വരെ 24 ബ്രാൻഡുകളുടെ പരസ്യത്തിൽ ഞാൻ അഭിനയിച്ചിട്ടുണ്ട്. പുകയില, മദ്യം എന്നിവയുടെ പരസ്യത്തിൽ അഭിനയിക്കാറില്ല. അത്, എന്റെ ധർമ്മമാണ്. കുഞ്ഞിന് പോളിയോ മരുന്ന് കൊടുക്കാൻ വന്ന ഗ്രാമീണ പറഞ്ഞത്, മരുന്ന് കൊടുത്തത് ബച്ചൻ പറഞ്ഞതുകൊണ്ടാണെന്നാണ്. അത്തരം ബ്രാൻഡിംഗ് ധർമ്മത്തിൽ അധിഷ്ഠിതമാണ്" - ബച്ചൻ പറഞ്ഞു. ധർമ്മം പാലിക്കാൻ ബ്രാൻഡ് പരാജയപ്പെടുമ്പോൾ അതിന്റെ സെലബ്രിറ്റി അംബാസഡർ കൂടിയാണ് പഴി കേൾക്കുന്നത്.

ബ്രാൻഡുകൾ തമ്മിലെ മത്സരക്ഷമത ഉപഭോക്താക്കൾക്ക് കൂടുതൽ 'ചോയിസ്' നൽകും. തദ്ദേശ ഉത്പന്നങ്ങൾ ആഗോളതലത്തിൽ മത്സരിക്കുന്നതും നല്ല കാര്യമാണ്. മത്സരക്ഷമത ഉത്പന്നങ്ങളുടെ നിലവാരവുമുയർത്തും. ലോകത്ത് വലിയ ഒട്ടേറെ കമ്പനികളുണ്ട്. എന്നാൽ ഗവേഷണം, ശാസ്ത്രം തുടങ്ങിയ മേഖലകളിൽ നിക്ഷേപവും കൂടുതൽ ശ്രദ്ധയും നൽകുന്നവരാണ് ഗ്ലോബൽ ലീഡർമാർ ആയി മാറുന്നത്.

കമ്പനികളുടെ സാമൂഹിക പ്രതിബദ്ധതാ പ്രവർത്തനം സമൂഹത്തോടുള്ള സേവനമാണെന്നും ബച്ചൻ പറഞ്ഞു. അഭിനയ രംഗത്ത് 50 വർഷം പൂർത്തിയാക്കിയ ബച്ചനെ ചടങ്ങിൽ ആദരിച്ചു.

'ബച്ചൻ, അച്ഛൻ സമ്മാനിച്ച ബ്രാൻഡ്'

'ബച്ചൻ' എന്നത്, തന്റെ അച്ഛൻ സമ്മാനിച്ച ബ്രാൻഡ് ആണെന്ന് അമിതാഭ് ബച്ചൻ പറഞ്ഞു. അതിനു പിന്നിലൊരു സാമൂഹിക സന്ദേശവുമുണ്ട്. ഹരിവംശ റായ് ശ്രീവാസ്തവ എന്നായിരുന്നു അച്ഛന്റെ പേര്. ശ്രീവാസ്തവ ജാതിപ്പേരാണ്.

സമൂഹത്തിൽ ജാതികൾ തമ്മിലുള്ള അകൽച്ചയിൽ പ്രതിഷേധിച്ച് അച്ഛൻ ശ്രീവാസ്തവ എന്ന പേര് ഒഴിവാക്കി ബച്ചൻ എന്നാക്കി. കവിയും അദ്ധ്യാപകനുമായ അച്ഛന്റെ പേരിലെ ബച്ചൻ എനിക്കും ലഭിച്ചു. ജാതിക്കെതിരെയുള്ള സാമൂഹിക സന്ദേശമാണ് അച്ഛൻ നൽകിയത്. ഇങ്ങനെയാവണം ഓരോ ബ്രാൻഡും - ബച്ചൻ പറഞ്ഞു.

ധർമ്മയല്ല, ധർമ്മം ആണ് ശരി

ധർമ്മം എന്ന ഇന്ത്യൻ പദവും ധർമ്മ എന്ന ആംഗ്ലേയവത്കൃത പദവും തമ്മിൽ അർത്ഥ വ്യത്യാസമുണ്ടെന്ന് അമിതാഭ് ബച്ചൻ പറഞ്ഞു. ധർമ്മം എന്ന വാക്കിന് ഒരുപാട് അർത്ഥങ്ങളുണ്ട്. 'തിരുവനന്തപുരം' എന്നാൽ അനന്തന്റെ നിവാസസ്ഥാനം എന്നാണർത്ഥം. ട്രിവാൻഡ്രം എന്ന വാക്കിന് ഒരർത്ഥവുമില്ല - ബച്ചൻ പറഞ്ഞു.

ഇന്ത്യയുടെ 'ബ്രാൻഡ്' അംബാസഡർമാർ... കൊച്ചി ബോൾഗാട്ടിയിലെ ലുലു കൺവെൻഷൻ സെന്ററിൽ ആരംഭിച്ച ഐ.എ.എയുടെ 44-ാമത് വേൾഡ് കോൺഗ്രസിൽ പങ്കെടുക്കുന്ന ബോളിവുഡ് താരം അമിതാഭ് ബച്ചനും ആർട്ട് ഒഫ് ലിവിംഗ് ആചാര്യൻ ശ്രീശ്രീ രവിശങ്കറും സംഭാഷണത്തിലേർപ്പെട്ടപ്പോൾ

ഫോട്ടോ: അനുഷ് ഭദ്രൻ

ബ്രാൻഡ് ധർമ്മം ആഹ്വാനം ചെയ്ത് ഒന്നാംദിനം

പരസ്യരംഗത്ത് മൂല്യവും നീതിയും ഉറപ്പാക്കാനുള്ള 'ബ്രാൻഡ് ധർമ്മ' എന്ന ആശയം ആഹ്വാനം ചെയ്താണ് ഐ.എ.എ 44-ാമത് വേൾഡ് കോൺഗ്രസിന് കൊച്ചിയിൽ തുടക്കമായത്. അമിതാഭ് ബച്ചൻ, ശ്രീശ്രീ രവിശങ്കർ, ഐ.എ.എ വേൾഡ് ചെയർമാൻ ശ്രീനിവാസൻ സ്വാമി, വൈസ് പ്രസിഡന്റ് എം.വി. ശ്രേയാംസ്‌കുമാർ, ഇന്ത്യാ ഘടകം ചെയർമാൻ പ്രദീപ് ഗുഹ, പുനീത് ഗോയങ്ക, കൗശിക് റോയ് തുടങ്ങിയവർ ഉദ്ഘാടന ചടങ്ങിൽ സംബന്ധിച്ചു. പുൽവാമയിൽ വീരമൃത്യുവരിച്ച സൈനികർക്ക് ആദരാഞ്ജലി അർപ്പിച്ചാണ് സമ്മേളനം ആരംഭിച്ചത്.

പരസ്യരംഗം ഡിജിറ്റലിലേക്ക് ചുവടുവച്ചു കഴിഞ്ഞുവെന്നും ഈ ഘട്ടത്തിൽ വെല്ലുവിളികൾ ഏറെയാണെന്നും ശ്രീനിവാസൻ സ്വാമി പറഞ്ഞു. ഡാറ്റ സംരക്ഷണം, ഉപഭോക്താക്കളുടെ സ്വകാര്യത എന്നിവ ഗൗരവമേറിയ വിഷയങ്ങളാണ്. നാം സ്വയം നിയന്ത്രിച്ചില്ലെങ്കിൽ ഭരണകൂടം നിയന്ത്രണം കൊണ്ടുവരും. 20 രാജ്യങ്ങൾ ഇക്കാര്യത്തിൽ നിയമമുണ്ടാക്കി. ഇതു സംബന്ധിച്ച ചർച്ചകൾ ഉണ്ടാവണമെന്നും അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു. ഉപഭോക്താവിനെ കബളിപ്പിച്ച് വിജയം നേടാൻ ബ്രാൻഡുകൾ ശ്രമിക്കരുതെന്ന് ആർട്ട് ഒഫ് ലിവിംഗ് ആചാര്യൻ ശ്രീശ്രീ രവിശങ്കർ പറഞ്ഞു. മനുഷ്യനന്മ ഉറപ്പാക്കുകയാവണം ബ്രാൻഡുകളുടെയും പരസ്യങ്ങളുടെയും ലക്ഷ്യമെന്നും അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു.

5ജി വലിയ വിപ്ലവമാകും: പെന്നി ബാൽഡ്‌വിൻ

5ജി യാഥാർത്ഥ്യമാകുമ്പോൾ വ്യവസായ-വാണിജ്യ ലോകം മാത്രമല്ല മനുഷ്യജീവിതം തന്നെ വിപ്ലവകരമായ മുന്നേറ്റത്തിന് സാക്ഷ്യം വഹിക്കുമെന്ന് ക്വാൽകോം സീനിയർ വൈസ് പ്രസിഡന്റും സി.എം.ഒയുമായ പെന്നി ബാൽഡ്‌വിൻ പറഞ്ഞു. ഒട്ടേറെ തൊഴിലവസരങ്ങളാണ് സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുക. 800 കോടി കണക്ഷനുകളുമായി മൊബൈൽഫോൺ ഇപ്പോൾ വലിയൊരു സാങ്കേതിക ശക്തിയായി കഴിഞ്ഞു. 2018ൽ ഇന്റർനെറ്റ് ഉപയോഗത്തിന്റെ 60 ശതമാനവും വീഡിയോ കാണാനാണ് ആളുകൾ ഉപയോഗിച്ചത്. 2021ൽ ഇത് 78 ശതമാനമാകുമെന്നാണ് കരുതുന്നതെന്നും അവർ പറഞ്ഞു.

കേരള ബ്രാൻഡായിരുന്ന കല്യാൺ ജുവലേഴ്സിനെ ദേശീയ-ആഗോളതലത്തിലെ ശ്രദ്ധേയ ബ്രാൻഡായി വളർത്തിയ ചെയർമാനും മാനേജിംഗ് ഡയറക്ടറുമായ ടി.എസ്. കല്യാണരാമന് കൊച്ചിയിൽ നടക്കുന്ന ഐ.എ.എ വേൾഡ് കോൺഗ്രസിൽ കല്യാൺ ജുവലേഴ്സിന്റെ ബ്രാൻഡ് അംബാസഡറും ബോളിവുഡ് താരവുമായ അമിതാഭ് ബച്ചൻ പ്രത്യേക പുരസ്കാരം സമ്മാനിക്കുന്നു.

ആധാർ: എതിർവാദങ്ങൾ തള്ളി നിലേക്കനി

ഇന്ത്യക്കാരുടെ ജീവിതത്തിന് മികച്ച 'അടിത്തറ' ഉറപ്പാക്കുകയാണ് ആധാറിന്റെ ലക്ഷ്യമെന്ന് യു.ഐ.ഡി.എ.ഐ മുൻ ചെയർമാനും ഇൻഫോസിസ് ചെയർമാനുമായ നന്ദൻ നിലേക്കനി പറഞ്ഞു. ഇന്ത്യയിൽ ഒട്ടേറെ 'ഐ.ഡി' കാർഡുകളുണ്ട്. എന്നാൽ, പലർക്കും പല ഐ.ഡി കാർഡുകളുമില്ല. എല്ലാവർക്കുമായി ഒറ്റ (യുണീക്ക്) കാർഡ് വേണമെന്ന ആശയം അങ്ങനെയാണുണ്ടായത്.

ഉപഭോക്താവിനെ അറിയാൻ (ഇ-കെ.വൈ.സി) മാത്രമാണ് ആധാർ ഉപയോഗിക്കുന്നത്. മറ്റു വിവരങ്ങൾ സുരക്ഷിതമാണ്. ഓരോമാസവും പത്തുലക്ഷത്തോളം ആധാർ എൻറോൾമെന്റുകൾ നടക്കുന്നുണ്ട്. ഇപ്പോൾ 20ഓളം രാജ്യങ്ങൾ സമാന രീതിയിൽ യുണീക്ക് ഐ.ഡി കാർഡ് അവതരിപ്പിക്കാനൊരുങ്ങുന്നു.

ചെലവ് ചുരുക്കലിന്റെ ഭാഗമായാണ് ആധാറിലെ ഫോട്ടോ മോശമാകുന്നത്. ഫോട്ടോ എടുക്കപ്പെടുന്ന സാഹചര്യവും മികച്ചതല്ല. എന്നാൽ, ആധാറിന്റെ ലക്ഷ്യത്തെ അത് ബാധിക്കില്ലെന്നും അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു.

ലുലു ഗ്രൂപ്പ് സൗദി അറേബ്യയിൽ നിക്ഷേപമുയർത്തും

ന്യൂഡൽഹി: സൗദി അറേബ്യയിലെ റീട്ടെയിൽ രംഗത്ത് ലുലു ഗ്രൂപ്പ് കൂടുതൽ നിക്ഷേപം നടത്തുമെന്ന് ചെയർമാൻ എം.എ. യൂസഫലി പറഞ്ഞു. സൗദി കിരീടാവകാശി മുഹമ്മദ് ബിൻ സൽമാൻ രാജകുമാരന്റെ ഇന്ത്യാ സന്ദർശനത്തോട് അനുബന്ധിച്ച് ന്യൂഡൽഹിയിൽ നടന്ന ഇന്ത്യ-സൗദി ബിസിനസ് ഫോറത്തിലാണ് യൂസഫലി ഇക്കാര്യം അറിയിച്ചത്.

സൗദിയിൽ നിലവിൽ 15 ഹൈപ്പർമാർക്കറ്റുകൾ ലുലുവിനുണ്ട്. 100 കോടി റിയാൽ നിക്ഷേപത്തോടെ 2020ഓടെ 20 പുതിയ ഹൈപ്പർമാർക്കറ്റുകൾ കൂടി തുറക്കും. ഇതിനകം 100 കോടി റിയാൽ സൗദിയിൽ ലുലു ഗ്രൂപ്പ് നിക്ഷേപിച്ചിട്ടുണ്ട്. കിംഗ് അബ്ദുള്ള എക്കണോമിക് സിറ്റിയിൽ 200 മില്യൺ സൗദി റിയാൽ നിക്ഷേപത്തോടെ അത്യാധുനിക ലോജിസ്റ്റിക് സെന്ററും തുറക്കും.

സൗദിയിലെ ലുലു ഗ്രൂപ്പ് ജീവനക്കാരിൽ 40 ശതമാനവും തദ്ദേശീയരാണ്. 2020ഓടെ ലുലുവിലെ സൗദി സ്വദേശികളുടെ എണ്ണം 5,000 കവിയും.

ലോകത്തെ ഏറ്റവും വലിയ എണ്ണക്കമ്പനിയായ സൗദി ആരാംകോയുടെ 15 സൂപ്പർമാർക്കറ്റുകളുടെ ചുമതല ലുലുവിനാണ്. സൗദി നാഷണൽ ഗാർഡിന്റെ ക്യാമ്പുകളിൽ ഷോപ്പിംഗ് സെന്റർ, സൂപ്പർ മാർക്കറ്റ് എന്നിവയുടെ നടത്തിപ്പ് ചുമതലയും ലുലുവിനാണ്. സൗദി കിരീടാവകാശിയുടെ ബഹുമാനാർത്ഥം ഹൈദരാബാദ് ഹൗസിൽ പ്രധാനമന്ത്രി നരേന്ദ്ര മോദി ഒരുക്കിയ ഉച്ചവിരുന്നിലും യൂസഫലി പങ്കെടുത്തു.

സൗദി കിരീടാവകാശി മുഹമ്മദ് ബിൻ സൽമാന്റെ ബഹുമാനാർത്ഥം ഹൈദരാബാദ് ഹൗസിൽ പ്രധാനമന്ത്രി നരേന്ദ്ര മോദി ഒരുക്കിയ ഉച്ചവിരുന്നിൽ ഇരുനേതാക്കൾക്കുമൊപ്പം ലുലു ഗ്രൂപ്പ് ചെയർമാൻ എം.എ. യൂസഫലി.

അപ്പോളോ ആശുപത്രിയുടെ പേരിലുള്ള തപാൽ സ്റ്റാമ്പ് തമിഴ്നാട് ഗവർണർ ബൻവരിലാൽ പുരോഹിത് പുറത്തിറക്കുന്നു. അപ്പോളോ ഗ്രൂപ്പ് ചെയർമാൻ ഡോ. പ്രതാപ് സി. റെഡ്ഡി, വൈസ് ചെയർപേഴ്സൺ പ്രീത റെഡ്ഡി, മാനേജിംഗ് ഡയറക്ടർ സുനിത റെഡ്ഡി തുടങ്ങിയവർ സമീപം.

'ഹ്യൂമൻ ബൈ നേച്ചർ' പ്രചാരണ പരിപാടിയുമായി കേരള ടൂറിസം

ന്യൂഡൽഹി: കേരളത്തിന്റെ ദൃശ്യഭംഗിയും മനുഷ്യനുമായുള്ള ബന്ധവും വിഷയമാക്കി വിദേശ സഞ്ചാരികളെ ആകർഷിക്കാൻ കേരള ടൂറിസം 'ഹ്യൂമൻ ബൈ നേച്ചർ' പ്രചാരണ പരിപാടിക്ക് തുടക്കമിട്ടു. കുമരകം, ആലപ്പുഴ, അർത്തുങ്കൽ, ചെല്ലാനം, ഫോർട്ട് കൊച്ചി, മൂന്നാർ, വയനാട്, കണ്ണൂർ, തളിപ്പറമ്പ് എന്നിവിടങ്ങളിൽ ചിത്രീകരിച്ച കേരളത്തിന്റെ തനതു ദൃശ്യങ്ങളും വിനോദസഞ്ചാരികൾക്കു നാട്ടുകാർ നൽകുന്ന ഊഷ്മളതയും വിവരിക്കുന്ന മൂന്നു മിനിറ്റ് നീളുന്ന പരസ്യചിത്രങ്ങളും ഫോട്ടോകളും ഉപയോഗിച്ചാണ് പ്രചാരണം.

സ്റ്റാർക്ക് കമ്യൂണിക്കേഷൻസിനു വേണ്ടി വിവേക് തോമസ് ആണ് പരസ്യചിത്രം സംവിധാനം ചെയ്തത്. കനേഡിയൻ ഫോട്ടോഗ്രാഫർ ജോയി പകർത്തിയ ചിത്രങ്ങൾ പത്രമാദ്ധ്യമങ്ങളിലെ പ്രചാരണത്തിന് ഉപയോഗിക്കും. അമേരിക്ക, ബ്രിട്ടൻ, ഗൾഫ് രാജ്യങ്ങളെയാണ് പരസ്യചിത്രം ലക്ഷ്യമിടുന്നത്. കേരള ടൂറിസത്തിന്റെ ഫേസ്ബുക്ക് പേജിൽ പരസ്യചിത്രം കാണാം. ഡൽഹിയിൽ മന്ത്രി കടകംപള്ളി സുരേന്ദ്രൻ പ്രചരണ പരിപാടി ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ചലച്ചിത്രതാരവും നർത്തകിയുമായ ശോഭന പരസ്യചിത്രം അനാവരണം ചെയ്തു. ടൂറിസം വകുപ്പ് സെക്രട്ടറി റാണി ജോർജ്, ഡയറക്ടർ പി.ബാലകിരൺ എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു.

ജോയ് ആലുക്കാസ് ഫൗണ്ടേഷൻ സ്നേഹഭവൻ സമർപ്പണം 23ന്

കൊച്ചി: രജത ജൂബിലി ആഘോഷിക്കുന്ന പീച്ചി ചെന്നായ്പാറ ദിവ്യഹൃദയാശ്രമത്തിനായി ജോയ് ആലുക്കാസ് ഫൗണ്ടേഷൻ നിർമ്മിച്ച സ്നേഹഭവൻ 23ന് സമർപ്പിക്കും.

രാവിലെ 11.30ന് തൃശൂർ അതിരൂപതാ സഹായമെത്രാൻ മാർ ടോണി നീലങ്കാവിൽ ആശീർവാദ കർമ്മം നിർവഹിക്കും. ജോളി ജോയ് ആലുക്കാസ്, സ്നേഹഭവൻ അന്തേവാസികൾക്കായി തുറന്നു കൊടുക്കും. തുടർന്ന് സമ്മേളനം അഡ്വ. രാജൻ എം.എൽ.എ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യും. പഞ്ചായത്ത് പ്രസിഡന്റ് മിനി ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ അദ്ധ്യക്ഷത വഹിക്കും. വാർഡ് മെമ്പർ സുബിത ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ സംസാരിക്കും. ജോയ് ആലുക്കാസ് ഗ്രൂപ്പ് ചെയർമാൻ ജോയ് ആലുക്കാസ് സംബന്ധിക്കും. രണ്ടരക്കോടി രൂപ ചെലവഴിച്ച് 12,000 ചതുരശ്ര അടിയിലാണ് സ്നേഹഭവൻ ഒരുക്കിയിരിക്കുന്നത്.

ശാസ്ത്രകൗമുദി

പ്രമേഹത്തിന് പ്രതിവിധി കറിവേപ്പില

പ്രമേഹം നിയന്ത്രിക്കാൻ കറിവേപ്പില സഹായിക്കും. ഇതിലുള്ള ആന്റിഓക്സിഡന്റുകളായ ബീറ്റാകരോട്ടിൻ, ജീവകം സി എന്നിവയാണിതിന് സഹായിക്കുന്നത്. കറിവേപ്പിലയിലെ നാരുകൾ വളരെ പെട്ടെന്ന് ഉപാപചയം സാദ്ധ്യമാക്കാത്തതിനാൽ രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ അളവ് നിയന്ത്രണവിധേയമാക്കും. സ്റ്റാർച്ച് ഗ്ലൂക്കോസ് ആയി വിഘടിക്കുന്ന പ്രവർത്തനം സാവധാനത്തിലാക്കുന്ന സംയുക്തങ്ങൾ കറിവേപ്പിലയിലുണ്ട്. രക്തത്തിലേക്ക് കലരുന്ന ഗ്ലൂക്കോസിന്റെ അളവ് നിയന്ത്രിക്കാനും കഴിവുണ്ടിതിന്.

രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ ഉയർന്ന അളവ് 45 ശതമാനം കുറയ്ക്കാൻ കറിവേപ്പിലയ്ക്കു കഴിവുണ്ടെന്ന് പഠനങ്ങൾ തെളിയിക്കുന്നു. ആന്റി ഓക്സിഡന്റുകളായ ജീവകങ്ങളും ബീറ്റാകരോട്ടിനും കാർബസോൾ ആൽക്കലോയ്ഡുകളും കറിവേപ്പിലയിൽ ഉണ്ട്. ഇത് ഫ്രീറാഡിക്കലുകളുടെ ഓക്സീകരണവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ടൈപ്പ് 2 പ്രമേഹം ഉൾപ്പെടെയുള്ള നിരവധി രോഗങ്ങളെ തടയുന്നു.

പതിവായി മരുന്നിനൊപ്പം കറിവേപ്പില കഴിക്കുമ്പോൾ രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ അളവ് വളരെയധികം കുറഞ്ഞേക്കാം. അതിനാൽ ഡോക്ടറുടെ നിർദേശം സ്വീകരിക്കുന്നത് ഉത്തമം.

മഹാഗുരു

തിങ്കൾ മുതൽ വ്യാഴം വരെ രാത്രി 7 നും 10നും കൗമുദി ടിവിയിൽ

എപ്പിസോഡ് 8

നാണുവും മുത്തശ്ശിയും തമ്മിൽ വല്ലാത്തൊരു ബന്ധമായിരുന്നു. കഥ കേൾക്കാനുള്ള ജിജ്ഞാസ നാണുവിന് വളരെക്കൂടുതൽ. അതു മനസിലാക്കി പുരാണകഥകൾ മുത്തശ്ശി പറഞ്ഞുകൊടുക്കും. ഓർക്കാപ്പുറത്തുണ്ടായ മുത്തശ്ശിയുടെ വേർപാട് കൊച്ചുനാണുവിനെ ദുഃഖിപ്പിച്ചു. ഭക്ഷണത്തിൽ താല്പര്യമില്ല. കളിയും ഉറക്കവുമൊന്നുമില്ല. എപ്പോഴും ചിന്തിച്ചിരിക്കും. മുതിർന്നവരൊക്കെ ദുഃഖം മറന്ന് പഴയ ജീവിതത്തിലേക്ക് തിരിച്ചുവന്നു. കാട്ടിലെവിടെയോ ഒളിച്ച നാണുവിനെ എല്ലാവരും അന്വേഷിക്കുന്നു. ദുഃഖത്തിന്റെ നാരായവേരു തേടി നടക്കുകയാണ് നാണു. ഭസ്മവും മാലയും കുറിയും നാണു - നാണുഭക്തനായി മാറുകയാണ്.

Kaumudy

6.00 മഹാഗുരു
6.26 am, pm ദൈവദശകം
7.00 ജീസസ് ഈസ് എലൈവ്
7.30 പ്രണവം
8.00 സ്നേക് മാസ്റ്റർ
8.30 ന്യൂസ് ട്രാക്ക്
9.00 മഹാഗുരു
9.30 ഹരിതം സുന്ദരം
10.30 സ്വയംവരം
11.00 താരപ്പകിട്ട്
12.00 ജി.ഐ.ടി.ഡി
12.30 സാൾട്ട് ആൻഡ് പെപ്പർ
1.00 മഹാഗുരു
1.30 ഓ മൈ ഗോഡ്
2.00 ലേഡീസ് അവർ
3.00 കേരളാ ലോട്ടറി ഫലം - ലൈവ്
4.00 ബെസ്റ്റ് ഒഫ് ഡേ വിത്ത് എ സ്റ്റാർ
5.00 നേർക്കണ്ണ്
5.30 സ്വയംവരം
6.00 ഹാസ്യരസം
6.30 ദേവാമൃതം
7.00 മഹാഗുരു
8.00 ബിസിനസ് ന്യൂസ്
9.00 സ്ട്രെയ്റ്റ് ലൈൻ
10.00 മഹാഗുരു

ടിവി സിനിമ

ഏഷ്യാനെറ്റ് hd : 9.00 ഓർമ്മയുണ്ടോ ഈ മുഖം
ഏഷ്യാനെറ്റ് മൂവീസ് : 9.30 പോപ്പിൻസ്
12.00 കാസനോവ 2.30 കാതോടുകാതോരം
9.30 ഒരു ഇന്ത്യൻ പ്രണയകഥ
ഏഷ്യാനെറ്റ് : 9.00 ഓർമ്മയുണ്ടോ ഈ മുഖം
ഏഷ്യാനെറ്റ് പ്ലസ് : 9.30 പോത്തൻവാവ
1.00 കുഞ്ഞിരാമായണം 4.00 വാനപ്രസ്ഥം
7.00 ബെസ്റ്റ് ആക്ടർ
ഡിഡി മലയാളം : 3.05 എന്റെ സൂര്യപുത്രിക്ക്
Sony PIX : 7:01 pm JURASSIC PARK 3

നിങ്ങളുടെ ഇന്ന്

കൂറുകളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ (2019 ഫെബ്രുവരി 21 വ്യാഴം)

മേടം: *(അശ്വതി, ഭരണി, കാർത്തിക ആദ്യ കാൽ ഭാഗം വരെ)*

ഉത്തരവാദിത്വം വർദ്ധിക്കും. ഉദ്യോഗമാറ്റം. കാര്യവിജയം.

ഇടവം: *(കാർത്തിക അവസാന മുക്കാൽ ഭാഗം രോഹിണി, മകയിരം ആദ്യപകുതി വരെ)*

ആഘോഷങ്ങളിൽ പങ്കെടുക്കും. ദൂരയാത്രകൾ വേണ്ടിവരും. പ്രതിസന്ധികൾ തരണം ചെയ്യും.

മിഥുനം: *(മകയിരം രണ്ടാം പകുതിഭാഗം, തിരുവാതിര, പുണർതം ആദ്യം മുക്കാൽ ഭാഗം)*

സംയുക്ത സംരംഭങ്ങളിൽ നിന്നു പിന്മാറും. സദ്ഭാവനകൾ വർദ്ധിക്കും. ആത്മാഭിമാനം അനുഭവപ്പെടും.

കർക്കടകം: *(പുണർതം അവസാന കാൽ ഭാഗം, പൂയം, ആയില്യം)*

സഹപ്രവർത്തകരുടെ സഹകരണം. ചർച്ചകൾ വിജയിക്കും. അഭിപ്രായ വ്യത്യാസങ്ങൾ തീരും.

ചിങ്ങം: *(മകം, പൂരം, ഉത്രം കാൽഭാഗം)*

അധികാരപരിധി വർദ്ധിക്കും. ആത്മവിശ്വാസം ഉണ്ടാകും. സർവാദരങ്ങൾ നേടും.

കന്നി: *(ഉത്രം അവസാന മുക്കാൽഭാഗം, അത്തം, ചിത്തിര ആദ്യ പകുതി ഭാഗം)*

ശാന്തിയും സമാധാനവും. സാമ്പത്തിക നേട്ടം. ആരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കും.

തുലാം: *(ചിത്തിര രണ്ടാം പകുതി, ചോതി, വിശാഖം ആദ്യപകുതി)*

ആഗ്രഹങ്ങൾ സഫലമാകും. പരിശ്രമങ്ങൾ വിജയിക്കും. പ്രശസ്തിപത്രം ലഭിക്കും.

വൃശ്ചികം: *(വിശാഖം അവസാന കാൽ ഭാഗം, അനിഴം, തൃക്കേട്ട)*

കീർത്തി വർദ്ധിക്കും. പ്രവർത്തനവിജയം. വിദ്യാഗുണം.

ധനു: (മൂലം, പൂരാടം, ഉത്രാടം 15 നാഴിക)

ഭൂരിപക്ഷ അഭിപ്രായം മാനിക്കും. വിട്ടുവീഴ്ച കാട്ടും. സാമ്പത്തിക മേന്മ.

മകരം: *(ഉത്രാടം അവസാന മുക്കാൽ ഭാഗം, തിരുവോണം, അവിട്ടം- ആദ്യ പകുതി).*

വ്യവസ്ഥകൾ പാലിക്കും. അഭിപ്രായം പ്രകടിപ്പിക്കും. ആഘോഷങ്ങളിൽ പങ്കെടുക്കും.

കുംഭം: *(അവിട്ടം 30 നാഴിക, ചതയം, പൂരുരുട്ടാതി, 45 നാഴിക)*

മാറ്റങ്ങൾക്ക് തയ്യാറാകും. സത്കീർത്തി വർദ്ധിക്കും. ആത്മവിശ്വാസം ഉണ്ടാകും.

മീനം: *(പൂരുരുട്ടാതി അവസാന കാൽ ഭാഗം, ഉത്രട്ടാതി, രേവതി).*

കാര്യങ്ങൾ അനുകൂലമാകും. സ്വസ്ഥതയും സമാധാനവും. ചെലവുകൾക്ക് നിയന്ത്രണം.

- ഗോപകുമാർ ശർമ്മ