

జీ 7 సద్గుసు వీడిఎ అమెరికా అర్థక్రమ

ప్రశ్నమాసియాలో మరింత ఉభిక్తత

ప్రాణిగ్రంథ :
అమెరికా అర్థక్రమ దొనల్లో
ట్రంప్ పూర్వాంగిగా
స్వదేశంకు బయలదిరి
పెళ్ళాడు. కెన్డూ వేదికగా
జరుగుతున్న ఛీ 7 వేదికము
వీడి అమెరికా తిరిగు
ప్రయాంగం కావడంతో.
సర్ప్రై ఉత్సంగ నెలకొండి.
ప్రోఫై గణతలన్ని
పోస్ట్రైటిండి. 2లో



Hyderabad, Karimnagar, Khammam, Nalgonda, Nizamabad, Warangal, Mahabubnagar.



**1,551.89 కోట్ల
విడుదల
ముదుకరాల వరకు రైతుభరీసా జము**

ఖమ్ము :
తెలంగాణ రాష్ట్రంలో మాడు ఎకరాల వరకు భూవి కున్న అనుమతిలకు రెక్కు భూసొ నిధులను ప్రభుత్వం ఇమ చేసింది. వరం, 1,551.89 కోట్ల రూపాయలను విడుదల అయ్యాయి. ఈ సంచారంలో వ్యవసాయాల మాటల్లు మాటల్లి తుమ్మల నాగేశ్వరాపు మాటల్లు మాటల్లు.

ఈ రోజు 3 ఎకరాల వరకు భూమిని కలిగి ఉన్న రైతులందిరి భూతలులోకి ఎకరానికి 6 వేల పొప్పున రైతు భూసొ నిధుల ఇమ చేయడం జరిగింది వెల్లదించారు. అయితే, అందులో వింపిన వెల్ల 1551.89 కోట్ల రూపాయలను విడుదల చేశాయి మాత్రాల మంత్రమై తుమ్మల నాగేశ్వరాపు మాటల్లు.

మగతా 2లో

రాష్ట్ర అభివృద్ధి మాని



జయశంకర్ భూపాలప్పాి :

రాష్ట్రంలో అభివృద్ధి జరుగుతుందీ బిఅర్ఎస్ పొట్లు కోట్లకోటుందని ఉండేవాళ్ళ అని ఆయన ఎప్పే చేశారు. అందుకే ఈ రాష్ట్రం అభివృద్ధి జరగలేదు, ఇత్కడ ప్రజల ప్రతిగట్టుల్లో మార్పు జరగలేదు అన్నారు. ఇది గమనించి తెలంగాణ ప్రభుత్వం కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వాన్ని అభికారంలోకి చేసుకొన్నారని మండించిన ప్రతి రూపాయిని ప్రజలకు ఇఱ్పు.

పెట్టాలనే ఆలోచన చేసుంది.

గతంలో సంపాదించిన ప్రతి రూపాయిని దేశాలని ఆలోచనతో ఉండేవాళ్ళ అని ఆయన ఎప్పే చేశారు. అందుకే ఈ రాష్ట్రం అభివృద్ధి జరగలేదు, ఇత్కడ ప్రజల ప్రతిగట్టుల్లో మార్పు జరగలేదు అన్నారు. ఇది గమనించి తెలంగాణ ప్రభుత్వం కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వాన్ని అభికారంలోకి చేసుకొన్నారని మెల్లించిన ప్రజలకు ఇఱ్పు.

మగతా 2లో

బీర్వలేకపేరున్న బీర్వలేక

పదేళ్ళ అధికారంలో ఉండగా అప్పులు చేసి పోయారు

కరెంట్ అప్పులు కూడా నెత్తిన వేళారు డిమాండ్కు తగ్గుకుండా విద్యుత్ సరఫరా చేశాం

భూపాలపల్లి జిల్లాలో పలు అజ్ఞవ్యాధి పుధకాలకు భట్టీ శీకారం సార ఇద్దుత్ ప్రాజెక్టుల్లో మహిళలకు భాగస్వామ్యం: శీధర్ బాబు

భూపాలపల్లి పలు అజ్ఞవ్యాధి కార్యక్రమాల్లో మంత్రి దుర్జ్య శీధర్ బాబు పొట్లొన్నారు. ఈ సందర్భంలో ఏప్పాటు చేసిన బహిరంగ సభలో మాటల్లు మార్చాడు. జిల్లాలోని గెల్కోక్త పట్టి మండలం చెన్నాపూర్ లో కోల్చి 40 లక్షలో సభీ స్టేషన్ ప్రారంభం చేసుకొన్నామన్నారు. విద్యుత్ క అంతాయం కలగుండా రూ. 8 కోట్ల వ్యయంతో 33/11 కేప్టెంప్ మంచూరు నగర్, ధర్మాపు పేట, నాగాబాదేటల కుండ కుండ వెల్లించారు. ఇన్రాకౌనికి శంకుస్థాపన చేసుకొన్నామని పెల్లించారు. అలారీ, దీర్ఘకాలికండా చేసుకొన్నామని పెల్లించారు. చేసుకొన్నామని పేర్కొన్నారు.



2లో

మౌల్య వక్ష్యం కీసీఎమ్ వీసిచేశా

తెలంగాణలో అధికారం దక్కులన్నదే ఆకాంక్ష కిషన్ రెడ్డి వ్యాఖ్యలపై రాజుసింగ్ ప్రకటన



ప్రార్దాబాద్ :
పాటీలోని ప్రతి ఒక్కు బాగుపడాలి, తెలంగాణలో ఫార్మియ జనతా పాటీ అధికారంలోకి రావానెది తన లక్ష్ముని

ఎమ్మెల్చే రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి వ్యవసాయ మార్కెట్ లో వ్యాఖ్యలపై రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి చేసారు. తన కృష్ణ ఎప్పుడూ పాటీని లిల్పిపెతం

జాబ్లీహిస్కు ఇప్పుడే ఉపాయిక సీకట్ సుదర్శన్ రెడ్డి వెల్లడి వ్యాఖ్యలపై రాజుసింగ్ ప్రకటన

ప్రార్దాబాద్ :

పాటీలోని ప్రతి ఒక్కు బాగుపడాలి, తెలంగాణలో ఫార్మియ జనతా పాటీ అధికారంలోకి రావానెది తన లక్ష్ముని

ఎమ్మెల్చే రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి వ్యవసాయ మార్కెట్ లో వ్యాఖ్యలపై రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి చేసారు. తన కృష్ణ ఎప్పుడూ పాటీని లిల్పిపెతం

మగతా 2లో

ఎమ్మెల్చే రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి వ్యవసాయ మార్కెట్ లో వ్యాఖ్యలపై రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి చేసారు. తన కృష్ణ ఎప్పుడూ పాటీని లిల్పిపెతం

మగతా 2లో

ఎమ్మెల్చే రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి వ్యవసాయ మార్కెట్ లో వ్యాఖ్యలపై రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి చేసారు. తన కృష్ణ ఎప్పుడూ పాటీని లిల్పిపెతం

మగతా 2లో

ఎమ్మెల్చే రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి వ్యవసాయ మార్కెట్ లో వ్యాఖ్యలపై రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి చేసారు. తన కృష్ణ ఎప్పుడూ పాటీని లిల్పిపెతం

మగతా 2లో

ఎమ్మెల్చే రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి వ్యవసాయ మార్కెట్ లో వ్యాఖ్యలపై రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి చేసారు. తన కృష్ణ ఎప్పుడూ పాటీని లిల్పిపెతం

మగతా 2లో

ఎమ్మెల్చే రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి వ్యవసాయ మార్కెట్ లో వ్యాఖ్యలపై రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి చేసారు. తన కృష్ణ ఎప్పుడూ పాటీని లిల్పిపెతం

మగతా 2లో

ఎమ్మెల్చే రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి వ్యవసాయ మార్కెట్ లో వ్యాఖ్యలపై రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి చేసారు. తన కృష్ణ ఎప్పుడూ పాటీని లిల్పిపెతం

మగతా 2లో

ఎమ్మెల్చే రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి వ్యవసాయ మార్కెట్ లో వ్యాఖ్యలపై రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి చేసారు. తన కృష్ణ ఎప్పుడూ పాటీని లిల్పిపెతం

మగతా 2లో

ఎమ్మెల్చే రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి వ్యవసాయ మార్కెట్ లో వ్యాఖ్యలపై రాజుసింగ్ ప్రస్తుతి చేసారు. తన కృష్ణ ఎప్పుడూ పాటీని లిల్పిపెతం

1,551.89 కోట్ల రూపాయల విడుదల

10.45 లక్షల మంది రైతులకు సంబంధించిన 25.86 లక్షల ఎకరాలకు రైతు భరోసా నిధులు జమ చేశాం అన్నారు. ఎకరాలతో సంబంధం లేకుండా మిగిలిన వారందరికి రైతు భరోసా నిధులు జమ చేస్తామని ప్రకటించారు.

పుట్టాపుటీన స్వదేశంకు ట్రంప్

ప్రాంప హదువుడిగా సిట్యూనీచన్ రూమ్సును నీడ్చం చేయించి.. వాపింగ్స్కు తిరిగిచూపడుతో.. అమెరికా కూడా ఇర్లా అబ్బోక్స్‌లూను ధ్వంసం చేయడంలో ఇజ్యామెర్ట్‌తే చేతులు కలవనుడనే ప్రచారం జోరందుకుంది. ఇందుకోసం దాఢాపు 20 అడుగుల పొడవున్నదే జీఫియూ-57 అనే భారీ బింకర్ బస్టర్ బాంబును వాడాల్సి ఉంటుంది. ఇది సుమారు 13,600 కిలోల బరువు ఉంటుంది. దీనిని కేవలం అమెరికాకు తురుపు ముక్క అయి బి-2 స్పీరిట్ బాంబర్లు మాత్రమే ప్రయోగించగలవు. కొన్ని నెలల క్రితమే దరకానికి చెందిన దాఢాపు 5 రు యుద్ధ విమానాలను పళ్ళిమాసియు సమాపంలోనే డియగ్ గో గార్పియా బేస్‌కు చేర్చింది. దీనికితేడు కేవలం కొన్ని ప్రయోగాలను చేయడానికి విషయం కాదు.

ప్రశ్నాయిలింగ ట్యూకర్డు, ఇతర యుద్ధ వివానాలు, ఆయుధాలను అమెరిక పశ్చిమాసియాకు తరలిస్తోంది. అమెరికా విమాన వాహక నౌక యూనివెసిని నిమిట్ట కూడా ఇప్పటికే ఈ దిగా బయల్సీరింది. ఓ పోర్టు విజిట్సు కూడా రద్దు చేసుకొని ఇది పశ్చిమాసియాకు ప్రయాణం కట్టడం గమనార్థం. దీంతోపాటు డెస్ట్రాయుర్లు ఇతర సాయిక నౌకలు కూడా వస్తున్నాయి. బ్రిటిష్ కూడా తన్ టైర్స్ రెజిస్టర్లు మౌహరిస్తోంది. అమెరికా కూడా ఇంజాయెల్తో కలిసి యుద్ధం చేస్తుందను ప్రచారంలై ప్రముఖ వ్యాఖ్యాత టకర్ కార్బన్ ట్రుంప్ వను విషయించారు. దీనికి అమెరికా అధ్యక్షుడు తనదైనశైలిలో సృంగిదిన్ ‘ఇరాన్ వద్ద అణ్ణాయుధం ఉండకూడదు అన్న విషయాన్ని ఎవరైనా ఆ టకర్ కార్బన్ కు విపరించండి’ అని వెటకారంగా చెప్పడం గమనార్థం. దీంతోపాటు సోషల్ మిడియా పోస్టులో కూడా ఇంజాన్ కు అణ్ణాయుధం అందరు అని ట్రుంప్ తేలికెప్పారు. దీంతో ఆ దేశ అఱు కేంద్రాలపై అమెరికా దాడి జరపాచ్చే ప్రచారానికి బలం చేక్కారుతేంది. మరోవైపు, ఇంజాయెల్ - ఇరాయధ్ కాల్పుల విరమణ ఒప్పందం గురించి ప్రాణ్య అధ్యక్షుడు మేక్రాన్ చేసిన వ్యాఖ్యలను ట్రంప్ ఫండింగారు. నేను జి7 సదస్సును ఎందుకు వీరుడున్నానే మేక్రాన్ తప్పుగా అర్థం చేసుకున్నారు. నేను వాషింగ్టన్ ఎందుకు వెళ్ళున్నాన్నే ఆయనకు తెలియదు. కాల్పుల విరమణ ఒప్పందం గురించి కాదు.. అంతకంతే పెద్దదే జరగడోతేంది’ అని ట్రుంప్ తన ట్రూట్ సోషల్తో పోట్ చెట్టారు. ఇకపోతే ఇంజాన్లోని అఱుకేంద్రాలు పెద్దగా దెబ్బతినలేదని అంతర్జాతీయ అఱుశక్తి సంస్థ అధివితి రఘ్యాలే గ్రూసి వెల్లడించారు. శుక్రవారం చేసిన దాడులు మినపో మిగిలినవి పెద్దగా వీటికై ప్రభావం చూపశేనే అభిప్రాయం వ్యక్తంచేశారు. నత్యాంజల్లోని భూగర్జు అఱుపుద్ది కేంద్రంలై పెద్దగా వీటి ప్రభావం లేదని పేరొన్నారు. విద్యుత్త సరఫరా అంతరాయాలు వంటివి చోలుచేసుకొని మొత్తం 15,000 టెలిఫోన్లు దెలాల్చి ఉండున్నారు. ఉంచేచేి ఇవి రూపుకై

ఉంటాయని తాము అనుకోవటం లేదని వెల్లడించారు. నశాంజ్, ఫార్సీ అణకేంద్రాలు భూగ్రం లో లోతుగా నిర్మించారు. వీటిని పేల్చేయాలంటే అత్యాంత థారీ క్రైషికి చెందిన జీబీయా-57 బింక్ర బస్టర్ బాంబులు అవసరం. ఆవి అమెరికా వర్డ్ మాత్రమే ఉన్నాయి. ఇరాన్‌లోనీ ఫార్సీ అణకేంద్రంలో యునీయంసు 60 శాతం పుట్టి చేయగలరు. ఇది అణబాంబులు తయారీ చేయడానికి అవసరమైన దానికి చాలా సమాపంలో ఉన్నట్టే లెక్క 2023లో అంతరాళియ అణుక్కి సంస్థ ఈ కేంద్రంలో 83.7 శాతం పుట్టి చేసిన యునీయంసు గుర్తించింది. అణబాంబుకు అవసరమైన 90 శాతానికి ఇది చాలా దగ్గరగా ఉంది. ఫార్సీ కేంద్రాన్ని ఓ పర్వతం లోపల సారంగాలు చేసి నిర్మించారు. ఇక్కడ 3,000 సెంటీమీటర్లలు ఉన్నట్టు అంచనా. దినీని సాధారణ బాంబులు ద్వాంసం చేయలేపు. ఇరాన్ నుంచి అణబాంబు తయారీని దూరం చేయాలంటే దినీని ద్వాంసం చేయడం అమెరికా, ఇజ్రాయెల్కు చాలా ముఖ్యం.

42 శాతం బని రిజర్వ్ పన్న సాధిస్తాం

బీసీలుంత చైతన్యం కావాలని కోరారు. కామారెడ్డిలో ఏపసినీ అగ్నేత రామల్గాంది ఎన్నికల సమయంలో ప్రకటించిన దిక్కరేష్వన్ సాధించే వరకు పోరాటుమని అన్నారు. మంగళవారం మెడక్ జిల్లాలో కామారెడ్డి దిక్కరేష్వన్ రాజుంగ లద్దంగా 42శాతం రిజర్వేషన్ సాధన కోసం రౌండ్ టైటల్ నమాశేశం నిర్వహించారు. ఈ నమాశేశానికి కల్గుకుంటు కవిత పోజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడారు. ఇది రాజకీయ వేదిక కాదు.. మానవ హక్కుల వేదిక అని చెప్పారు. విద్యుతు, ఉద్యోగాలకు, రాజకీయాలకు వేర్పుగా వేపంత ప్రభుత్వం రిజర్వేషన్ బిల్లులు పెట్టాని ఎమ్ముచ్చి కవిత కోరారు. దిక్కికి బీసీ రిజర్వేషన్ బిల్లు పంపామని తమకు ఏం సంబంధం లేదనేలా కాంగ్రెస్ నేతులు అనడం నిరికాదని చెప్పారు. బీసీపీ ఎంచీ రఘునందన్ రావు ఒకరోజైనా బీసీ బిల్లు గురించి ప్రధానమంత్రి నరేంద్రమాణితో మాట్లాడారా అని ప్రశ్నించారు. బీసీ బిల్లు వస్తే ఉద్యోగాలు, రాజకీయ అవాశాలు, నిధులు వస్తాయని అన్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం చేపట్టిన కులగణాలో చిత్తవద్ది లేదని తెలిపారు ఎమ్ముచ్చి కవిత. బీసీ బిల్లు సాధనకు కేందుప్రభుత్వంపై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఒత్తిడి తేవాలని ఎమ్ముచ్చి కవిత కోరారు. బీసీ బిల్లు ఆమాదం కోసం కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలపై ఒత్తిడి తీసుకు రావడానికి జలై 17వ తేదీన రైల్రోకో చేపడతామని ప్రకటించారు. బీసీలకు 42 శాతం రిజర్వేషన్లని అంశం తెలుండా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం సాధికి సంస్థల ఎన్నికలు పెడతామనడం నిరికాదని అన్నారు. బీసీలకు రిజర్వేషన్లు ఇప్పుకుండా ఎన్నికలు నిర్వహిస్తే ఆపత్కామని చెప్పారు. అందరూ ఏకాట్మిపైకి వచ్చి పోరాధితే బీసీ బిడ్డల కాళ వద్దకు పదవులు వస్తాయని ఎమ్ముచ్చి కలుపుకుంట కవిత పేర్కొన్నారు. ఇదిలాపుంచే కవిత పురుటనకు మాట ఎమ్ముచ్చే పద్మాదేవందర్ రెడ్డి, ఎమ్ముచ్చే సునీతా మహాందర్ రెడ్డిలు దూరంగా ఉన్నారు.

పార్టీ ఐక్యత కోసమే పనిచేశా

కేంద్రమంత్రి, బీజేపీ తెలంగాణ అధ్యక్షుడు కిఫన్ రెడ్డి తనపై చేసిన వ్యాఖ్యలైపై బీజేపీ గోపాలపూర్ ఎమ్ముళ్ళే రాజుసింగ్ స్పందించారు. పార్టీలో అందరికీ తగిన గారవాన్ని ఇస్తూ, ఈ విషయంపై తాను నేరుగా స్పందించాలనుకుంటున్నానని తెలిపారు. తన ఉద్దేశ్యం ఎవ్వడూ సరళంగా, నిష్పత్తుఘంగా ఉంటుందని తెలిపారు. ఈ మేరకు మంగళవారం ప్రక్రటసను రాజుసింగ్ విదుదల చేశారు. అయితే, తెలంగాణలోని ఆసి 119 నియోజకవరాల్లో ఎలా విజయం సాధించడానికి బదులుగా, తనను మాత్రమే లక్ష్యంగా చేసుకొని, తనను విడదీసి, అడ్డంకులు స్ఫోట్స్తున్నారని అయినప్పటికీ తాను పార్టీకి అంతిమమైన, నిస్పాత సేవ చేశానని రాజుసింగ్ చెప్పారు. పార్టీ కార్యక్రమాన్ని ఇఱ్పండి పెడితే ఏం లాభమని రాజుసింగ్ ప్రతీయించారు. తాను ఎవ్వడూ పార్టీకి అనుకూలంగా నిలబడ్డానని గుర్తుచేశారు. ఈ రోజు తాను తన కోసం కాకుండా, పార్టీ ఐక్యతకు, అదే ఉద్దేశ్యంతో పనిచేస్తున్న లక్ష్మణ కార్యక్రమ మనోబిలాన్ని కాపాడుకోవటం కోసం మాట్లాడుతున్నానని స్పష్టం చేశారు. కిఫన్ రెడ్డి తమకు కొంత సమయం కేటాయించాలని కోరారు. తాను, పార్టీ సూచరులు మింతో వ్యక్తిగతంగా కలిసి, తమ సమస్యలను మింతిప్పికి తీసుకుపాశుమని చెప్పారు. కిఫన్ రెడ్డి ఎక్కడైనా, ఎప్పుడైనా సమావేశం నిర్వియుస్తే తాము రావడానికి సిర్పంగా ఉన్నామని తెలిపారు. తాము పార్టీ విభజించడానికి కాదని, ఐక్యతను తీసుకురావడానికి కృషి చేస్తామని అన్నారు. పార్టీ నిజమైన లక్ష్మీన్ని మనం మరచిపోకూడదని చెప్పారు. తెలంగాణకు బీజేపీ ప్రభుత్వం అవసరమని అన్నారు. వ్యక్తిగత విచ్ఛిదాలన విచిపటి, ఐక్యంగా పని చేశామని రాజుసింగ్ కోరారు.

సెల్ఫార్న్, ల్యాప్‌టాప్ అందించండి

ఈ క్రమంలో కెట్టిఅర్ సెల్ఫోన్, ల్యాప్‌టాప్ లను పరిశీలించేందుకు ఎసిబి నిర్వయించింది. కెట్టిఅర్ జిభ్యున్ స్టేట్‌మెంట్ ఆధారంగా దాక్కుమెంట్లను రెడీ చేస్తున్న ఎసిబి అధికారులు.. రేపటిలోగా సెల్ఫోన్, ల్యాప్‌టాప్ అప్గించాలని కెట్టిఅర్కు ఆడేశాలు జారీ చేశారు. ఈ క్రమంలో న్యాయ సలవో ప్రకారం నముచుకుంటానని కెట్టిఅర్ పేర్కొన్నారు.

రాష్ట్ర అభివృద్ధి చూసి బిర్వలేకపోతున్న బిఆర్ఎస్

భూపాలవారి జిల్లాలో పలు అభివృద్ధి కార్బోకమాలకు మంత్రి శ్రీ ధర్మ బాబుతో కలని శ్రీకారం చుట్టరు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ.. గత ప్రభుత్వం హాయాంలో రైతులు వాడిన విద్యుత్కు పెద్ద ఎత్తున బకాయలు పెట్టిన వారిని కూడా ఈ ప్రభుత్వం చెల్లించి.. ఉచిత కరంటు ఇస్తున్నామని దీప్యుణీ సిఎం భట్టి విక్రమార్కు తెలిపారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా రైతులకు రైతు భరోసా దబ్బులు పదుతున్నాయి.. 9 రోజుల్లోనే రాష్ట్రంలో ఉన్న అర్థత్తెన రైతులందరికి రైతు భరోసా దబ్బులు వడతాయని తేల్చి చెప్పారు. ఏదాదికి 70 వేల కోట్ల రూపాయలను రైతుల కోసం ఖర్చు పెట్టింది ఒక్క తెలంగాణ ప్రభుత్వమే.. ఐడెక్స్‌లో మూడు లక్షల 50 వేల కోట్ల రైతుల కోసం ఖర్చు చెప్పబోతున్నాం.. ఇంత పెద్ద మొత్తంలో రైతుల కోసం ఖర్చు పెట్టిన ప్రభుత్వం దేశంలో ఏక్కడ లేదు.. రూ. 500 కోట్లతో రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా రేషన్ కార్బులను పటిపీచి చేస్తున్నాం.. రాష్ట్రంలో పారిక్రమికంగా, నంక్కిము పరంగా, వ్యవసాయ లాంటి ఆన్ని రంగాల్లో అభివృద్ధి చేస్తున్నామని భట్టి విక్రమార్కు చెప్పుకొచ్చారు. రూ. 38 వేల కోట్ల

నిర్మించాల్సిన కాళైశ్వరం ప్రాజెక్టు లక్ష కోట్లకు పెంచి.. అందిన కాడికి దోహకున్నారు.. ఆ ప్రాజెక్టు ఇప్పుడు పనికి రాకుండా పోయింది అని భట్టి పేర్కొన్నారు. నమస్కలు ఉన్నారా రాజధాని వరకు రాలేదని, ప్రజల సమస్యలను సానికంగా పరిషురించే వాళ్ల ఉండటం గొప్ప విషయమని ఫీప్చుటీ సీవె భట్టి విత్రమార్గ అన్నారు. నిరంతరాయ విద్యుత్ సరఫరాకు కృచేసిన అభికారులు, సిబ్బందికి ధన్యవాదాలు. 29 లక్షల పంపుసెల్లకు ఉచిత విద్యుత్ అందిస్తున్నాం. సాగుకు ఉచిత విద్యుత్ కోసం రూ. 11,500 కోట్లు కేటాయించాం. పేదల జళ గృహజోతీ కింద 200 యూనిట్ల వరకు ఉచిత విద్యుత్ ఇస్తున్నాం. గృహజోతీ, ప్రభుత్వ విద్యుత్సంస్థలకు ఉచిత విద్యుత్ కోసం ఏటూ రూ. 13వేల కోట్లకు పైగా ఖర్చు చేస్తున్నాం. 1 కె 49లక్ష రూ. 35వేల మంది రైతుల భాతాల్సో రైతు భరోసా వేస్తున్నాం'ని భట్టి తెలిపారు. కాంగెనీ ప్రభుత్వం వస్తే కరంట ఉండడన్నారు, అభికారంలోకి వచ్చినప్పటి నంచి అంతరాయం కలగకుండా 24 గంటల ఉచిత విద్యుత్ ఇస్తున్నాం.. 6

పేమిలలో భాగంగా రాష్ట్రంలో 50 లక్షల మందికి 200 యూనిట్ల విద్యుత్ ఉచితంగా ఇస్తున్నామని తేల్చి చెప్పారు. జీల్లో 47 వేల కుటుంబాలకు 200 యూనిట్ల విద్యుత్ ఇస్తున్నాం.. 46 వేల వ్యవసాయ కుటుంబాలకు విద్యుత్ కనెక్షన్స్కు ఉచిత కరంటు ఇస్తున్నామని మంత్రి శ్రీధర్ బాబు వెలడించారు. ఇక, సౌర శక్తి ద్వారా సోలార్ విద్యుత్ లక్ష్మి కేంద్రాలు మహిళా సంఘాలకు ఇష్వానికి సీఎం, డిప్యూటీ సీఎంతో కలిసి ప్రణాళికలు రచిస్తున్నామని మంత్రి శ్రీధర్ బాబు తెలిపారు. పారశాలకు ఉచిత కరంట్ ఇష్వానికి ప్రయత్నం చేస్తున్నాం.. ఇక, గోదావరి నది జలాల కొరకు మేడిగడ్, సుందిల్, అన్నారం ప్రాజెక్టులను నిర్మించామని గొప్పలు చేపే వాళ్ళు ఈ ప్రాంతానికి ఒక చక్కని సీరు ఇష్వాకుండా తరలించుకెళ్లారని మండిపడ్డారు. గోదావరి నది జలాలకు సంబంధించి ఎగువన ఉన్న మహారాష్ట్ర దిగువన ఉన్న ఆంధ్ర వాళ్ళ తెలంగాం రాష్ట్రానికి సీరు ఇచ్చిన తర్వాతే మీరు తీసుకెళ్లాలని పేర్కొన్నారు.

వేలాదిమంది కాంగ్రెస్ నేతల పోన్న ట్రావీ

ఈనాడు కేంతీర్ణ తాము సితివంతులం, నిజాయితీపరుమలని అంటున్నార్ని.. ఆయన సిగ్గుతో తలవంచుకోవాలని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. భోన్ ట్యాపింగ్ దుర్ఘార్ప చర్య అని అన్నారు.బీఆర్వెన్ ప్రభుత్వంలో కాంగ్రెస్ నాయకుల భోన్సు ట్యాపింగ్ జరిగిందన్నారు. కాంగ్రెస్ పోర్టీకి చెందిన వందలాది మంది నాయకుల భోన్సు చ్ఛానికి వ్యక్తిరేకంగా ట్యాప్ చేశారని మండిపడ్డారు. రాజకీయ నేతల భోన్సు ట్యాపింగ్ చేయడం హేమమైన చర్య అని విమర్శించారు. ఆనాటి సీఎం, కేంతీర్ణలు సిగ్గుతో తలవంచుకోవాలని వాయ్యలు చేశారు. ఏ రాజకీయ నేత, పార్టీ ఉండకూడదని.. తామె శాశ్వతులుగా అధికారంలో ఉండలనే దుర్యుద్ధితో భోన్ ట్యాపింగ్కు తెరలేపారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. తమ మూవంట్ట అన్ని కూడా క్రాక్ చేశారని మండిపడ్డారు. 2022 నుంచి కాంగ్రెస్ నాయకుల భోన్ ట్యాపింగ్ జరిగిందన్నారు. 650 మంది కాంగ్రెస్ నాయకుల భోన్సు ట్యాపింగ్ జరిగిందని తెలిపారు. మ భోన్సు ట్యాప్ చేసి రాజకీయ లభ్య పొందాలని చూశారని ఆరోపించారు. నిజాయితీ గల సిట్ అధికారులు ఈ వ్యవహరంపై దర్శావ్యు చేస్తున్నారున్నారు. భవిష్యత్తో మరే ప్రభుత్వం కూడా ఇలాంటి దుశ్శర్యకు పొల్పుడకుండా ఉండాలంటే ఈ కేసులో నిందితులకు శిక్ష పదాల్చిందే అని దిమాండ్ చేశారు. భోన్ ట్యాపింగ్ వ్యవహరంలో ఎవ్విని ఉపేక్షించవద్దన్నారు. విచారణను సజ్ఞాపూగా జరిపి భోన్ ట్యాపింగ్కు పొల్పుడిన వారికి శిక్ష పదేలా చూశాలని ప్రథత్తుగ్గాకి వినతి చేశారు. దేశ చరిత్రలో ఇంత మంది భోన్సు ట్యాప్ చేయడం ఇదే ప్రథమమన్నారు. ప్రైకోర్సు, సుప్రైం కోర్సు ఈ కేసును తీవ్రంగా పరిగణించి నిందితులను శిక్షించాలని కోరారు. ఆనాటి నేతలు వారి అవసరాల కోసం రాజకీయ నాయకులు, జిడ్డిలు, విలేకర్కులతో పాటు వారి హాయాంలో పని చేసిన అధికారుల భోన్సును కూడా ట్యాప్ చేశారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. గత బీఆర్వెన్ ప్రభుత్వం వారి అవసరాలకు అనుగుణంగా భోన్ ట్యాపింగ్ను వాడుకుండిని ఆరోపించారు. 2023 ఎన్నికల్లో ఓడిపోతామని తెలిసి హార్ట్ డిస్ట్రిక్టును ప్రఖాకర్ రావు ధ్వనింసం చేయించార్నారు. ప్రఖాకర్ రావు, అప్పి చీఫ్ సెక్రటరీ కలిసి హార్ట్ డిస్ట్రిక్టులు ధ్వనింసం చేశారని టీపిసీసీ చీఫ్ మహేష్ కుమార్ గాడ్ తీవ్రస్థాయిలో మండిపడ్డారు.

ఆపరేషన్ కగార్ వెంటనే ఆపాలి

ఈ సందర్భంగా కోదండరామ్ మాటల్లదుతూ ప్రజాస్వామ్య సుశ్రావుకు వివరించాలని కెంద్రం వ్యవహరిస్తే దండని విమర్శించారు. అపరేషన్ కగార్లో ఎక్కువ మంది ఆదివాసీలే చనిపోతున్నారని తెలిపారు. అపరేషన్ కగార్లు నిలిపివేసి శాంతియుత చర్చలు చేపట్టాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. అపరేషన్ కగార్ల తమ పార్టీ దృష్టిలో అపరేషన్ కార్బోరేట్ కబ్బా అని.. మాసవత్సవానికి ఇది ఒక మచ్చ అని భారాస నేత దాసోజు క్రావెస్ విమర్శించారు. అణిచిచేయాల్సింది మావోయిస్టులను కాదు.. దోషించిని ఈ ధర్మాలో పాగ్నిస్సు సినీ నటుడు, దర్శకుడు ఆర్ నారాయణ మూర్తి అన్నారు. మావోయిస్టులను చంపడం కాదు.. జల్, జంగిల్, జమిణి నినాదానికి పరిష్కారం చూపించాలని మాజీ ఎమ్మెల్ని ప్రాఫెసర్ నాగేశ్వరరావు కోరారు. ఆదివాసీ, హౌర సంఘాలతో భారత రాజ్యంగం అధారంగా చర్చలు జరపాలన్నారు. శాంతి చర్చలు జరపకపోవడం వల్లే ఆదివాసి ప్రాంతాల్లో అల్లకట్టేలం నెలకొండని చెప్పారు. ‘మావోయిస్టులతో చర్చలు జరపాలని మేం అంటే.. మమ్మల్ని మావోయిస్టులు అంటున్నారు. మేం మావోయిస్టులు అయితే మైక్రోకులు ఎందుకు పట్టుకుంటాం.. తపాకులు పట్టుకునే వాళ్ళంగా అన్నారు. ప్రజాస్వామ్యంలో ఏ నమస్కారానా చర్చల ద్వారా పరిష్కారం చేసుకోవచ్చని రాజ్యంగం చేబుతోందని కాంగ్రెస్ ఎంపి మల్లు రవి అన్నారు. నక్కలెట్లు చర్చలకు సిద్ధంగా ఉంటే.. ప్రభుత్వం చర్చలు జరపాలని కోరారు. రాజీశేఖర్ రెడ్డి హాయాంలో మావోయిస్టులతో చర్చలు జరిపారని, మోదీ ప్రభుత్వం మాత్రం మావోయిస్టుల చర్చలకు సిద్ధంగా ఉన్నా చంపిస్తోందని విమర్శించారు. మావోయిస్టులను చంపడం తాత్కాలిక ఉపశమనమేనని శాశ్వత పరిష్కారం కాదన్నారు. శాంతిచర్చలు జరిపితే పరిష్కారం దొరుకుతుందని మోదీ, అమిత్ పా.. గ్రహించాలని చెప్పారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ రాజ్యంగానికి లోబి ఉండన్నారు. అడవుల్లోనీ ఖనిజ సంపదము అంబాసీ, అదానీలకు దోషిపెట్టేంచుకే అమిత్ పా.. నక్కలెట్ రహిత దేశంగా చేస్తామంటున్నారని నటుడు ఆర్ నారాయణ మూర్తి ప్రైవ్ అయ్యారు పాకిస్టాన్ తో చర్చలు జరిపిన కేంద్రం.. భరత మాత ముద్దు బిడ్డలైన మావోయిస్టులతో ఎందుకు చర్చలు జరపడం లేదని ప్రత్యుంచారు. అన్నాయాన్ని అడిగిన వాడు నక్కలెట్.. అడగని వాడు ఆర్ రెట్ అనే ఉద్దేశంతో కేంద్రం వ్యవహారిస్తుందని విమర్శించారు. పైరూబార్ ధర్మ హ్రా లో శాంతి చర్చల కమిటీ మహా ధర్మ జరిగింది. ఈ సందర్భంగా మాటల్లాడిన ఆయన... అణిచిచేయాల్సింది మావోయిస్టులను కాదు దోషించిని అని అన్నారు. మావోయిస్టులను అంతం చేయడమే లక్ష్మిమణి అన్నారు ప్రాఫెసర్ కి. నాగేశ్వర్. ఇది యుద్ధ సమయం కాదు.. చర్చలతోనే పరిశురించుకోవాలని మాస్కె సైప్రెస్ లో అన్న మోదీ మావోయిస్టులతో ఎందుకు చర్చలు జరపరని ప్రత్యుంచారు. మావోలతో చర్చలు జరపకున్నా నిర్ణయించిని అన్నారు. ఆదివాసీ నిర్ణయించాలన్ని చర్చలు జరపాలని సూచించారు. భారత రాజ్యంగం ఆధారంగా చర్చలు జరపండి. దేశంలోని సహజ వసరులను ప్రజల అభిప్రాయికోసమే వాడాలని రాజ్యంగంలో తెలిపించారు. చర్చలు జరిపితే ఆదివాసి ప్రాంతాల్లో అల్లకట్టేలం ఆగుతుండన్నారు. చర్చలు జరగకుంటే మావోయిస్టులకు ఇచ్చండి లేదు... ప్రభుత్వానికి ఇచ్చండి లేదు. కానీ ఆదివాసీ బిడ్డలకు కష్టం వస్తుంది.. వారి హక్కుల భంగం కలుగుతుందని హాచ్చరించారు. మావోయిస్టులైన భారత శారులను చంపుతున్న మోదీ, అమిత్ పా... వీళ్లోని హింపాలని ప్రత్యుంచారు. ఇదేనా రామ రాజ్యం అంటే? అపరేషన్ కగార్ ను తక్కించే ఆపేసి శాంతి చర్చలు జరపాలని అన్నారు. కార్బోరేట్ సంస్థల కోసమే ఆదివాసీలపై కేంద్రం యుద్ధం వేస్తుండన్నారు ప్రాఫెసర్ హర్షగోపాల్. శాంతి చర్చలే అభిప్రాయికోసి మార్గం అవపుండన్నారు. పై సందర్భంగా మాటల్లాడిన ఆయన చర్చలతో మావోయిస్టుల సమస్యకు పరిష్కారమని అన్నారు. అడవిలోకి కేంద్రం ఎందుకు వెళ్లండి. అపరేషన్ కగార్ ప్రైవెట్ సంస్థల కోసమే ఆపడం లేదని విమర్శించారు.

జూబ్‌లీహాల్‌కు ఇప్పుడే ఉపయనిక ఉండకపోవచ్చు

జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికల నోటిఫికేషన్ ఇప్పుడే ఉండకపోవచ్చని తెలిపారు. జూబ్లీహిల్స్ అసెంబ్లీ స్టానం భాగీ అయినట్లు అసెంబ్లీ తమకు గెట్టి పంపించిని గుర్తుచేశారు. ఆ గెట్టి తాము యథాతథంగా కేంద్ర ఎన్నికల సంఘానికి పంపించామని అన్నారు. జూబ్లీహిల్స్ లో డిసింబర్ వరకు కొత్త ఎమ్ముళ్ళే ఎన్నిక జరగాలని సీకపో సుదర్శన్ రెడ్డి తెలిపారు. కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం చాలా సంసృతిలను తీసుకుపస్తోందని తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రధాన ఎన్నికల అధికారి సుదర్శన్ రెడ్డి తెలిపారు. బూత్ లెవెల్ ఏజెంట్స్, ఈఆర్కిట్లో ఇంటర్ఫెక్షన్ కార్బూక్మాలు చేపడుతోందని అన్నారు. వీరికి ట్రైనింగ్ కార్బూక్మాలు నిర్వహిస్తోందని విపరించారు. పోలింగ్ స్టేషన్లలో మినిమం ఓటర్ల సంఖ్యను 1200కు కుదించిని గుర్తుచేశారు. పోలింగ్ కేంద్రం వద్ద ఆంక్లలను 200 మిటర్ల నుంచి కిలో మిటర్ వరకు పెంచినది వెల్లుడించారు సీకషణ సుదర్శన్ రెడ్డి పోలింగ్ కేంద్రానికి కిలోమిటర్ వరకు పోలీలు ప్రచారం చేయడానికి వీలు లేదని సీకషణ సుదర్శన్ రెడ్డి అన్నారు. పోలింగ్ సెంటర్లు వద్ద ఇక నుంచి మొబైల్ ఫోన్ల కోసం డిపాజిట్ ఫేసిలిటీనీ ఏర్పాటు చేసిందని తెలిపారు. ఈనెల(జూన్) 26, 27 తేదీల్లో తెలంగాణ రాష్ట్ర ఇం, ఇంక్లులకు ధీశ్వర్లో కేంద్ర ఎన్నికల సంఘుం ట్రైనింగ్ ఇస్టోందని చెప్పారు. నేపసల్ లెవెల్ బీగల్ కాస్పారెన్స్ కోసం ముగ్గురు న్యూయార్కులకు శిక్షణ ఇస్టోందని అన్నారు. రూర్లో 87శాతం, అర్ప్పులో 67శాతం ఓటర్, అధార్ కార్ట్ లింక్ జరిగిందని సీకషణ సుదర్శన్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు.

గోదావరి-బనకచర్లపే కెలక నిరయం

రాష్ట్రానికి చెందిన కేంద్రమంత్రులు కిఫ్విన్ రెడ్డి, బండి సంజయ్ ను గౌరవ అభిధులుగా ఆప్సోనించినట్లు చెప్పారు. కాంగ్రెస్ తోపాటు భాజపొ, భారాసు, మళ్ళీ పార్టీలకు చెందిన లోక్సభ, రాజ్యసభ ఎంపీలకు లేఖలు రాయడంతోపాటు స్వరూపంగా థోన్ చేసిన ఆప్సోనించామని తెలిపారు. 'త్రిబ్యునల్, చార్జులకు విరుద్ధంగా ఏపీ ప్రభుత్వం చేపట్టిన గోదావరి - బనకచర్ల ప్రాజెక్టుపై కేంద్ర ప్రభుత్వాన్నికి అభ్యంతరాలు తెలిపాం. నీఎం రేవంత్ రెడ్డి, నేను లేఖలు రాశాం. జల శక్తి శాఖ మంత్రి సీఎర్ పాటీలను కూడా కలిశాం. ఏపీ ప్రతిపాదిస్తున్న ఈ ప్రాజెక్టు తెలంగాణ ప్రజల నీటి హక్కులపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతుంది. ప్రస్తుతం కేంద్ర జల సంఘం వద్ద ఉన్న గోదావరి-బనకచర్ల ట్రైఫీజిబిలిటీ నివేదికను తిరస్కరించాలని కోరాం. ఈ అంశాలను దృష్టిలో ఉంచుకొని తదుపరి కార్బూచరం తీసుకోవడానికి గురువారం ఎంపీలతో సమావేశమై అందరి అభిప్రాయాలు తీసుకోవాలని నిర్ణయించాం'అని ఉత్తమ్ తెలిపారు.

ఫోన్ ట్యూపింగ్ కెసుల్లో సంచలన విషయాలు

నాలగో సారి సీట్ ముందు హజ్జైన ఆయనను మరింత లోతుగా విచారించేందుకు సీట్ ప్రభావికలు రూపొందించింది. ఇప్పటికే 600 మంది ఫోన్ ట్యూపింగ్ బాధితుల జాలిశాను అధికారులు సిద్ధు చేశారు. ఫోన్ ట్యూపింగ్తో వారు ఇబ్బందులకు గరైన తీర్చు విపరించి.. దానిపై ప్రభాకరరావు ఏం చెబుతానే విషయాన్ని నమోదు చేయమన్నట్లు సమాచారం. ఈ క్రమంలో తెలంగాణ ఫోన్ ట్యూపింగ్ కేసులో కీలక పరిషామం చోటు చేసుకుంది. సాధారణ ఎన్నికల సమయంలో నవంబర్ 15న పెద్ద ఎత్తున ట్యూపింగ్ జరిగినట్లు పోలీసులు గుర్తించారు. నవంబర్ 15న 600 మంది ఫోన్సును ప్రభాకర్ రావు తీవ్ర ట్యూపింగ్ చేసినట్లు గుర్తించారు. సాధారణ ఎన్నికల సమయంలో ప్రణీత అడ్వెట్ తీవ్ర పెద్ద ఎత్తున ట్యూపింగ్కు పోల్చినట్లు బయలుపడింది. ఒకి రోజు 600 ఫోన్లను ప్రభాకర్ రావు ట్యూపింగ్ చేశారు. మావోయిస్టుల పేరు చెప్పి ట్యూపింగ్కు పోల్చినట్లు పోలీసులు గుర్తించారు. మావోయిస్టులకు సహకారం అందిస్తున్నారని మావోయిస్టుల సానుభూతిపరుల పేర్లతో ట్యూపింగ్ చేసినట్లు గుర్తించారు. రివ్యూ కమిటీకి మావోయిస్టుల పేద్ద మిార నెంబర్సు ప్రభాకర్ రావు ఇచ్చినట్లు తేలింది. సాధారణ ఎన్నికలో మావోయిస్టుల యూనివ్ అయ్యార్ని కమిటీకి ప్రభాకర్ రావు చెప్పినట్లు సమాచారం. మావోయిస్టుల పేరుతో అధికార, ప్రతిపక్ష వ్యాపార రంగానికి చెందిన వారితో పాటు జర్లులిస్టుల ఫోన్సును కూడా ట్యూపింగ్ చేశారు. ప్రతిపక్ష కాంగ్రెస్ ముఖ్య నాయకులతో పాటు కీలక నాయకుల ఫోన్సు కూడా ట్యూపింగ్ అయ్యాయి. రేపంత రెడి, ఈపెల రాజేందర్, అరవింద్, రఘునందన్ రావు ఫోన్లను ట్యూపింగ్ చేసినట్లు గుర్తించారు. అప్పటి బీఆర్వెన్ అధికారపక్ష నాయకులు, ఎమ్మెల్యేల ఫోన్సు కూడా ట్యూపింగ్ చేశారు. ట్యూపింగ్ కోసం ప్రభాకర్ రావు ప్రత్యేక వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేసుకున్నారు. ప్రవట్ రావు ద్వారా సమాచారం తెప్పించుకొని ప్రణీతరావుకు ప్రభాకర్ రావు ఇచ్చేవారని తేలింది. ట్యూపింగ్ ద్వారా వచ్చిన సమాచారాన్ని ఎప్పటికప్పుడు భజంగురావుకు ప్రణీత్ ఇచ్చారని... భజంగురావు నేరుగా బీఆర్వెన్ నేతులకు ఫోన్ చేసి శ్రీగితులను ఎప్పటికప్పుడు విపరించినట్లు పోలీసులు గుర్తించారు. ప్రతిపక్ష నాయకుల పేవు ఎవరైనా వెట్టంతో వెంటనే అధికారపక్ష నేతులకు ఫోన్ చేసి సమాచారం ఇచ్చారు భజంగురావు. ప్రతిపక్ష పారీలకు ఆర్థిక సాయం చేసున్న వారిపై నిఘా పెట్టి పోలీసులతో డాడులు చేయించారు. వ్యాపారవేత్తలపై దాడుల కోసం టాన్స్ ఫోర్స్ కింది రాధా కిష్కం రావును ప్రభాకర్ రావు ఉపయోగించుకున్నట్లు సమాచారం. డబులు ఎవరైనా తీసుకువెళ్తుంటే వెంటనే ట్యూపింగ్ చేసి మరీ అధికారులు పట్టుకున్నట్లు పోలీసులు గుర్తించారు.

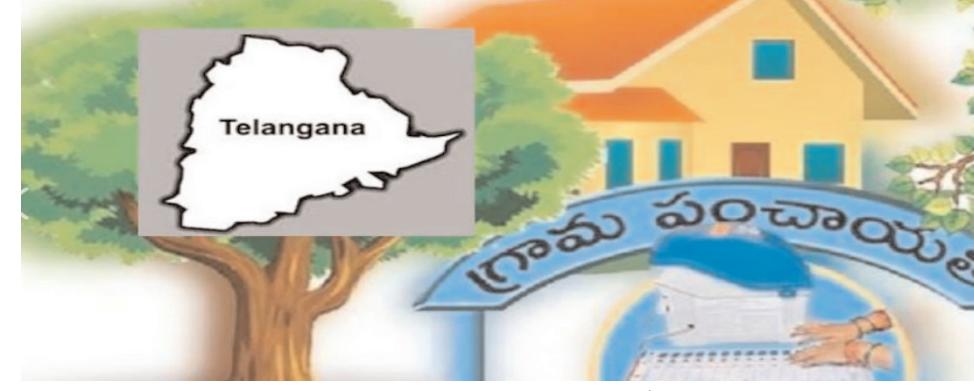
గోదావరి మిగులు జలాలతీ బనకచ్చ

పర్యావరణ : గోదావరి వరదరుల వల్ల ఎప్పక ఎక్కువ నొప్పిన అని మంత్రి నిమ్మల రామానూరు దుఃఖించాడు. ఈ సందర్భంగా నిమ్మల మిండియాతో మాటల్లాడుతూ.. వరదరు వల్ల నష్టపోతున్న ఎపికి. నీళ్ళు ఉపయోగించుకునే హక్కులకుండని చెప్పారు. గోదావరి నీళ్ళు నిరుపయోగంగా నముద్రంలో కలుస్తున్నాయని, ఎగువ నీళ్లి అవసరాలు తీరిన తరువ్వేతే బనకచర్చకు నీళ్ళు వృథాగా పోతున్నాయని ఆ నీళ్లనే బనకచర్చకు వాడుకుంటాం అని తెలియజేశారు. రాజకీయ లబ్ధి కోసమే బనకచర్చకు పై వైమర్యలు చేస్తున్నదని మండిపడ్డారు. ప్రాజెక్టుకో ఎగువ రాష్ట్రాలకు నష్టం లేదని అన్నారు. బనకచర్చకు అనవసర రాధాతం చేస్తున్నారని, ప్రాజెక్టుపై అనుమానులు అవసరం లేదు అని నిమ్మల రామానాయుడు పేర్కొన్నారు. పోలవరం-బనకచర్చ ప్రాజెక్టు వల్ల ఎగువ రాష్ట్రాలకు ఎలాంటి నష్టం లేదని మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు అన్నారు. ఈ ప్రాజెక్టుపై అయిన సచివాలయంలో పవర్పాయింల్ ప్రజంభిషన్ ఇచ్చారు. ఏటా గోదావరి నుంచి 3 వేల టీఎస్ఎల్ల వృథాగా నముద్రంలోకి పోతున్నాయని ఆయన వివరించారు. 'ప్రపంచంలోనే ఒక నదిలో ఒక సమయంలో 50 లక్షల కృష్ణాకుట్లు ప్రవహంచే నది గోదావరి. పోలవరం వద్ద లభ్యమయ్యే గోదావరి వరద జలాలను మాత్రమే ఉపయోగించుకుంటాం. వృథాగా నముద్రంలోకి పోయే నీటిని మాత్రమే బనకచర్చకు తరలిస్తోం. ఎక్కడా నికర జలాలను వాడటిందని స్పష్టంగా చెబుతున్నాం. ఎగువ రాష్ట్రాలకు కేటాయించిన నీటిని వాడుకునే పరిస్థితి లేదని ఆయన వెల్లడించారు. బనకచర్చ ప్రాజెక్టుపై వాస్వాలు ప్రజలకు తెలియాలని, దిన్నిపై అసత్యాలు ప్రచారం చేస్తున్నారని, గత 50 విష్కుగా గోదావరి నీరు వృథాగా 3000 టీఎస్ఎల్ నీరు నముద్రంలో కలుస్తోందని, ఇందులో 200 టీఎస్ఎల్ నీరు ఉపయోగించి బనకచర్చకు తరలించాలనే ఈ ప్రాజెక్టు నిర్మాణ ఉండేశమని ఏపీ నీటి పారుడల శాఖ మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు అన్నారు. మూడు సెక్యూరిటీలూగా బనకచర్చ నిర్మాణం జరుగుతుందని, పోలవరం నుంచి ప్రకాశం బ్యారేజీ వరకు.. ప్రకాశం బ్యారేజీ నుంచి బొల్లావల్లి రిజర్వ్యాయర్ వరకు.. సెక్యూరిట్ 2: బొల్లావల్లి నుంచి బనకచర్చ వరకు.. సెక్యూరిట్ 3.. ఇలా మూడు సెక్యూరిట్లలో నిర్మాణం జరుగుతుందని మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు వెల్లడించారు. బనకచర్చకు పస్తున్న ఆరోపణలు కేవలం రాజకీయాల కోసమేనని, సాంకేతిక అంశాల కన్నా రాజకీయంపై ధృష్టితోనే ఆరోపణలు చేస్తున్నారని మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు విమర్శించారు. తెలంగాణలో అంతర్తరాజకీయలు కోసం బనకచర్చకు పస్తున్న ఆరోపణలు చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. ఎలాంటి అనుమతి లేకుండా ఏపీ ప్రభుత్వం ముందుక వెళుతోందని అనత్యాలు చెబుతున్నారని మండిపడ్డారు. అన్ని నియమ నిబంధనల ప్రకారమే అనుమతి తీసుకుని నిర్మాణం జరుగుతుండనారు. సీడబ్యూస్కి ఇప్పుకీలేకి ప్రాధమిక నివేదిక ఇచ్చామని చెప్పారు. ఆమోదం లేకుండా దీపీఅర్ ఎలా ఇస్ట్రాన్ నీ ప్రతిస్తున్నారని, ప్రాధమిక నివేదిక అమోదం తెలిపాక దీపీఅర్ ఇస్ట్రామని మంత్రి తెలిపారు. పోలవరం, బనకచర్చ అనుమతులు నిబంధనల ప్రకారమే జరుగుతున్నాయని మరోసారి స్పష్టం చేశారు. ఏపీ జలదోషించి అని విమర్శలు చేస్తున్నారని, వరద జలాలు ఉపయోగించు కోవడం తమ హక్కు అని, దిగువ రాష్ట్రం అయిన ఆంధ్రప్రదేశ్ ఎగువ రాష్ట్రాల ప్రయోజనాలు... నీటి అవసరాలు తీరాక మాత్రమే వరద జలాలు ఉపయోగిస్తున్నామని మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు తెలిపారు. ఏ రాష్ట్రాన్ని ఎలాంటి నష్టం లేదని, ప్రతి ఏడాది కేవల టీఎస్ఎల్ నీరు నముద్రంలోకి పోతోందన్నారు. ఒక ఏడాది 7 వేల టీఎస్ఎల్ నీరు నముద్రంలోకి వృథాగా పోయిందన్నారు. ఇంకా వర్షాకాలం పూర్తిగా రాకుండా నముద్రంలోకి నీరు వృథాగా పోతోందని అన్నారు. కేసేఅర్ చేపట్టిన ప్రాజెక్టులకు సరదన అనుమతి తీసుకోలేదని ఆరోపించారు. పూర్వయిన ప్రాజెక్టులకే అనుమతి లేదని, ఇంకా ప్రారంభ దశలో ఉన్న ప్రాజెక్టుల అనుమతిపై మాటల్లాడుతున్నారని విమర్శించారు. తెలంగాణ ప్రాజెక్టును ఆపాలన్న దురద్దేశం తమకు లేదని... సీఎం చంద్రబాబుక అసలే లేదని మంత్రి నిమ్మల స్పష్టం చేశారు. సీతారాం సాగ్రం లిట్టీకు కూడా మొన్నే అనుమతి వచ్చిందని, కానీ 75 శాతం పసులు హర్షార్థయాయిని అన్నారు. దేవారుల ఎత్తి పోతల పథకంతో పాటు చాలా ప్రాజెక్టులకు చంపులు సహకరించారని, భీమా ఎప్పిపోతల పథకానికి కూడా సహకారం అందించారని మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు అన్నారు. ఎస్సార్ ఎస్సీపీ పాటు అనేక ప్రాజెక్టులకు చంపులు సహకరించారన్నారు. ఈ విషయాన్ని తెలంగాణ ప్రజలు గుర్తు పెట్టుకోవాలన్నారు. దిగువ రాష్ట్రాలకు ఉన్న హక్కుల ప్రకారం చంపులు కొన్ని ప్రాజెక్టుల విషయంలో అభిప్రాయం చెప్పారు తప్ప అడ్డుకోవాలని కాదని అన్నారు. అప్పేస్లో ఇరు రాష్ట్రాల సీఎంల మాటలు మినిట్ రూపంలో ఉన్నాయన్నారు. రెండు రాష్ట్రాలు ఇచ్చి పుష్పకునే ధోరణిలో ఉండాలని చంపులు చెప్పారని మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు వ్యాఖ్యానించారు.

ನಂಬಿಕೆಯಂ ಅಪ್ಪುಲು...ಕೆನುಲು... ದಬಾಯಂಪುಲು !

ఉమ్మడి ఎపి రాష్ట్రాన్ని విదదిసిన తరవాత రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల ఏర్పాటు లక్ష్యం నెరవేరిందా అంటే లేదనే చెప్పాలి. ఉమ్మడి ఎపికన్నా దారుణ పరిసితులు నెలకొన్నాయి. రాష్ట్రం ఏర్పడ్డదే తమ అధికారం కోసం అన్వరీతిలో తెలంగాణలో దాదాపు పదేళ్ళ పాటు బిఆర్ఎస్ లేదా బిఆర్ఎస్ రాజ్యమేలింది. ఐదేళ్ళపాటు జగన్ కూడా ఎపిని సర్వనాశనం చేసి, అన్నింటా అవినీతిని జోప్పించారు. ఇలా దోషింది రాజ్యం నడిచింది. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో దోషింది ప్రజలు పట్టించుకోకుండా పందేరాలకోసం పడిగాపులు కాస్తున్నారు. ఇక తెలంగాణలో అయితే ధనిక రాష్ట్రమంటూ అప్పగిలకుప్పను చేసింది. పథకాల పేరుతో డబ్బులు పందేరం చేసింది. కాళేశ్వరం పేరుతో లక్ష్మీట్లు గోదాట్లో పోసారు. ఇది పనికిరాని ప్రాజెక్టు అంటూ తాజాగా కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి కూడా వ్యాఖ్యానించారు. ఇది వయబల్ కాదని అన్నారు. కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టు రాష్ట్రానికి ఉపయోగం కన్నా నష్టం ఎక్కువగా కలిగించిందని కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి అభిప్రాయపడ్డారు. దీనిపై నేపసల్ డ్యూమ్ సేపీ అధారిటీ ఈ మేరకు నివేదిక ఇచ్చిందని వెల్లడించారు. ఈ ప్రాజెక్టు ఫైజిబిలిటీ లేనిదిగా బీజేపీ గతంలోనే చెప్పిందని, ఇప్పుడు కూడా సీబీబి విచారణ కోరుతున్నామని తెలిపారు. గత బిఆర్ఎస్ పదేళ్ళ కాలాన్ని పరిశీలిస్తే అనేక అక్రమాలు చోటుచేసుకున్నాయి. కాళేశ్వరం, మిషన్ భగీరథి, మిషన్ కాకతీయ, గౌరైల పంపెంకం, చేపల పెంకం, రైతుబంధు, ఈ కార్ రేసు వంటివన్నీ అవినీతికి ఆలవాలంగా ఉన్నాయి. ఇందులో పెట్టిన డబ్బులన్నీ స్వార్థానికి వాడుకున్నారు. కోట్లలో అవినీతి జరిగింది. దీనిపై విచారణ కూడా సీరియస్‌గా సాగడం లేదు. ఏడాదినురయినా ఫోన్ ట్ర్యాపింగ్ సహ ఏ కూసూ తేలడం లేదు. ఇవన్నీ మరచిపోయి కెట్టిఆర్ సవాళ్లు విసురుతున్నారు. హరీష్ రావు ఏమర్గులు చేస్తున్నారు. కవిత ఒంటికాలు మింద లేస్తున్నారు. మా నాయనకు సోటిసులు ఇస్తారా అని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. తాము తప్ప ఇతరులు పాలనకు పనికిరారన్న రీతిలో వ్యాఖ్యలు చేస్తున్నారు. నిజానికి కేసులు పెడితే దైర్యంగా ఎదుర్కొప్పాలి. నిజాయితీ నిరూపించుకోవాలి. కానీ నిగగదీస్తున్నారు. ఫార్ములా ఈ కార్ రేసు వ్యవహారానికి సంబంధించి బీఆర్ఎస్ పర్మింగ్ ప్రెసిడెంట్, మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ సవాళ్లు విసురుతూ చట్టాన్ని అపహస్యం చేస్తున్నారు. దమ్ముంటే లై డిటెక్టర్ పరీక్షలకు రావాలని సవాల్ చేస్తున్నారు. సిఎం రేవంత్ను లై డిటెక్టర్ పరీక్షలకు రావాలని సవాల్ చేయడం ఆయన అసహనాన్ని తెలియచేస్తోంది. కుంభకోణం లేదు.. లంబకోసం లేదు.. లొట్టపీసు కేసు అంటూ అహంకారాన్ని ప్రదర్శిస్తున్నారు. పదేళ్ళపాటు దర్జాగా పాలన సాగించి, దగా చేసిన నేతలు ఇవాళ సవాళ్లు విసురుతున్నారు. సవాళ్లు విసిరితే ఇక చట్టాలు ఎందుకు..? కోర్టులు ఎందుకో చెప్పాలి. ఫార్ములా కార్ రేసులో తప్ప చేయలేదని అంటున్నారు. తప్ప చేయకపోతే... నేరుగా 55 కోట్లు ఎందుకు తరలించారన్నదానికి సమాధానం చెప్పాలి. నీ ఇప్పం వచ్చినట్లుగా డబ్బులు విడుదల చేసే అధికారం ఎవరిచ్చారన్నది చెప్పాలి. విచారణకు హజరు కావడానికి మంది మార్పులాన్ని వెనకేసుకుని రావడం ఎక్కడి ప్రజాస్వామ్యమో చెప్పాలి. కెట్టిఆర్ విచారణకు వెళుతున్నారా లేక.. ఏదైనా విజయయిత్తకు వెళుతున్నారా చెప్పాలి. చేసిన తప్పులకు ప్రజాకోర్టులో ప్రజలు ఇప్పటికే శిక్షించారు. కెట్టిఆర్ విచారణకు పసుంటే దాదాపు 200 మంది పోలీసులు అక్కడ మోహరించాలి వచ్చింది. అటు, ఈడీ కార్యాలయం వద్ద అధిక సంఖ్యలో బీఆర్ఎస్ కార్యకర్తలు చేరుకోగా పోలీసులు అడుకున్నారు. ఈ క్రమంలో వారి మధ్య వాగ్వారం జరిగి తోపులాట చోటు చేసుకుంది. దీంతో అక్కడి పరిస్థితి ఉద్దికంగా మారింది. ఫార్ములా ఈ రేసులో వ్యవహారానికి సంబంధించి ఏసీబీ దర్యాపు చేస్తుండగా.. ఇందులో ఆర్పీబి అనుమతి లేకుండా విదేశీ సంస్కు నిదుల చెల్లింపుపై ఈడీ మరో కేసు నమోదు చేసింది. ఇదే కేసులో ఇప్పటికే అప్పటి పురపాలక పటుణాభివృద్ధి శాఖ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శి అర్ధింద కుమార్, హెచ్ ఎండీవీ మాజీ చీపు ఇంజినీర్ బీఎల్ఎస్ రెడ్డిలను ఈడీ విచారించింది. కాగా.. ఏసీబీ తనపై నమోదు చేసిన ఎఫ్పార్క్ ను కొట్టేయాలని కేటీఆర్ దాఖలు చేసిన క్వాష్ పిటిషన్స్ ను ప్రైకోర్ త్రాట్ తిరస్కరించగా.. ఈ నిర్దయాన్ని ఆయన సుప్రింకోర్టులో సవాల్ చేశారు. అయితే, ఈ పిటిషన్స్ నైతిక సుప్రింకోర్టు తోసిపుచ్చింది. ఇంత జరిగినా కెట్టిఆర్కు తాను చేసిన తప్పేంటో తెలియడం లేదని అనుకుంటే ఎలా. తప్ప చేయలేదని నటించినంత మాత్రాన తప్పులు ఒప్పులు కావు. హెచ్ ఎండీవీ భాత్తా నుంచి విదేశీ సంస్కు నిధుల బదిలీపై ఈడీ అధికారులు ఆరా తీస్తున్నారు. విదేశీ సంస్కు రూ.45.7 కోట్ల బదిలీ వ్యవహరంపై కేటీఆర్ను ప్రశ్నిస్తున్నారు. ఇది కళకు కనిపిస్తున్న నిజం. కానీ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పెదుతున్న కేసులు ఘనతను తుడిచేయలేవని అంటున్నారు. ప్రైదరాబాద్లో ఫార్ములా ఈ రేసు నిర్వహించారన్నది చెబుతున్నారు. ఆనాడు రేసర్లు అంతా ప్రైదరాబాద్ వచ్చి నగరాన్ని కీర్తించారట. ప్రైదరాబాద్ నగర బ్రాండ్ నాకు ముఖ్యం. పారదర్శకంగా రూ.46 కోట్లు బ్రాంక్ టు బ్రాంక్ విధానంలో చెల్లించిన తర్వాత అవినీతి ఎక్కుడి..? మనీ లాండరింగ్ ఎక్కుడి..?. ఒక్క రూపాయి కూడా వృధా కాలేదు. ప్రతి పైసాకి లెక్క ఉంది. ఫార్ములా ఈ రేసు రద్దు వల్ ప్రభుత్వ ఇజానాకు నష్టం జరిగింది అంటూ వితండవదం చేస్తున్నారు. ఎలాంటి అవినీతి జరగకున్నా కేసులు కోర్టులంటూ రాజకీయ వేదింపులకు గురి చేస్తున్నారని చేస్తున్న వాదన ఆయన అమాయకత్వాన్ని చాటుతోంది. ఆయన ఇన్నాళ్లూ ఎలాంటి జ్ఞానం లేకుండా మంత్రిగా వెలగబెట్టారని అర్థం అవుతోంది. జగన్ కూడా ఎపిలో కూటమి విఫలం అయ్యిందని విమర్శలు మొదలు పెట్టాడి. కానీ అలాకాకుండా అధికారం కోసం ఇప్పటి నుంచే తనవంతుగా ఎదురుదాడి యత్నాలకు శ్రీకారుల మంత్రిగా వెలగబెట్టారని అయితే చుట్టారు. రాజకీయ అవినీతిని విచారించేందుకు లోకపాల్ లాంటి సంస్కరే శరణ్యం. ఈ దిశగా అదుగులు పడాలి. అప్పుడే దేశం బాగుపడుతుంది.

స్వాస్థ్య ఎన్నికల ఫ్రీవర్



పలకరింపులతో హార్ట్‌చల్

నిజాముల్లార్డ్, జూన్ 17 : బీసీ గణనకు సంబంధించి కమిషన్ రిపోర్టులు ఆధారంగానే రిజిస్ట్రేషన్సు పెంచి లోకల్ భద్రీ ఎన్నికలు నిర్వహించేందుకు ప్రభుత్వం సిద్ధంగా ఉంది. ఖచుశా జాత్యూత్ స్థానిక ఎన్నికలు జథ్యాన్ని ఉండంటూ వార్తలు వస్తున్నాయి. 42 శాతం బీసి రిజిస్ట్రేషన్సు ప్రకటించాలని బిఆర్ఎవ్స్ డిమాండ్ చేస్తోంది. ఇవిప్రకటించి చిత్రశుద్ధి చాటుకోవాలని మాజీమంత్రి వేముల ప్రశాంత్ రెడ్డి అన్నారు. రిజిస్ట్రేషన్సు ప్రకటించకుండా స్థానిక ఎన్నికలకు వెళ్ళితే ఊరుకోమని ఎమ్ముట్టి కవిత పోచ్చరించారు. ఇకపోతే ఈ ఎన్నికలను ప్రతిప్పాత్తుంగా తీసుకోవాలని బిఆర్ఎవ్స్ భావిస్తోంది.

స్తోనిక ఎన్నికల్లో పుట్టబాల ఆదుతామని తెచ్చితార ప్రకటించారు. తుది ఓటర్ల జాబితాను అధికారులు ఇచ్చివల ప్రకటించారు. తాజాగా జీల్లలో 14,35,214 మంది ఓటర్లుండగా పురుషులకన్నా 80,875 మంది మహిళా ఓటర్లు ఎక్కువ ఉన్నట్టు లెక్క తేలింది. మహిళాత్వ యువ ఓటర్లే కీలకం కానున్నారు. కొత్తగా ఓటర్లు పూండినవారు 26 వేల వరకు ఉన్నారు. మొత్త ఓటర్లలో యువతీయివకులే దాదాపు సగం వరకు ఉన్నారు. కొత్త జాబితా ప్రకారం 18 నుంచి 39 ఏంటి మధ్య వయస్సున్న ఓటర్ల సంఖ్య 6, 96,014. దీంతో రానున్న లోకల్ బాణి ఎన్నికల్లో మహిళలు, యువతీలీలకం కానున్నారు. దీంతో యువతలో కూడా సర్వం వదువులపై ఆశ కనిపెస్తోంది. వంచాయితీలతో పాటు

ప్రశ్నమాసియా యుద్ధ వాతావరణం

చమురు ధరలపై తీవ్ర ప్రభావం

మరింతగా పెరగనున్న రూపాయి మారకం

నూగ్యాధిక్షీ, జూన్ 17 : పశ్చిమాసియా ఉద్దిక్తతల కారణం చముక ధరలు పెరిగే ప్రమాదం ఉంది. అందేకాకుండ డాలర్ మారకం కూడా పెరిగే ప్రమాదం ఉంది.

అలాంటి సంకేతాలు కూడా అందుతు న్నాయి. ఇరాన్ కనుక పట్టదలకు పోతే చమురు రవాణాకు తీవ్ర ప్రమాదం ఏర్పడే అవకాశాలు మెండుగా ఉన్నాయి. ఈ క్రమంలో ఇప్పటికే ఆర్కిక మందగమనం, ద్రవ్యోల్యాంశం రూపాయి వచనం ఇప్పుడు దేశాన్ని కుదిపేస్తున్నాయి.

శ్రీ ప్రమాదం దగ్గరుపై చుట్టుకొండి. శ్రావణా

ఎల ప్రభాగం ధిల్లు వై పాతురం. తిద్వారు సామాన్యుడు విలివీళ్లడుతున్నాడు. సజ్ఞావుగా ఉన్నప్పుడి దిబ్బటాటు చర్యలు ఉంటాయా అన్నితి అనుమానంగానే ఉండేది. ఇప్పటికే ధరలు అదుపుతోకి రావడం లేదు. నిరుద్యోగం తీరడం లేదు. రూపాయి విలువను కాపాడే ప్రయత్నాలు జరగడం లేదు. నేలవిడిచి సాము చేస్తున్న చందంగా కేంద్రం చర్యలు ఉంటున్నాయి. నిజానికి చైనాసు చూసి మనం ఎంతో నేర్చుకోవాలిగా ఉంది. అందులో జనాభాను ఉపయోగించుకుని వస్తుత్తుతీని పెంచుకుని ప్రపంచ మార్కెట్ పెంచుకునే ప్రయత్నాలు చేయడం లేదు. అలాగే గత పదేళ్లగా మోదీ అధికారంలోకి వచ్చి నాటి నుంచి నేటి పరకు ఏనాడూ రూపాయిని నిలచ్చేటే ప్రయత్నాలు చేయలేదు. అందుకే డాలర్ ముందు రూపాయి తేలిపోతేంది. రోష్యూరోష్యుకూ విలువ కోల్పోతే తన రికార్డును తానే బద్దలుకొడుతోంది. ఇటీవల రూపాయి విలువ దాలరంతో పోల్చిస్తే.. రూ. 87కు చేరవలో ఉంది. సమాపకాలంలో రూపాయి విలువ మరింత పతనం కావచ్చనని ఆర్థికవేత్తలు అంచనావేస్తున్నారు. చమురు ధరలు పెరిగితే ఇది మరింత పతనం కావచ్చ. పశ్చిమాసియా ఉద్కిరతలు ఇదే సూచిస్తున్నాయి. అయినా ఆర్థికమంత్రి నిర్మలాస్మితారామణ్ మాత్రం కొత్తంగా ఏమీ వస్తులు వేయవచ్చే.. వేతని జీఎస్టీ కిందకు తీసుకుని రావవచ్చే అన్న అలోచనలో ఉన్నట్టుగా ఉంది. యూహివి పేమెంట్లు పై నర్సర్చ్ విధిస్తార్సును వాడనలు బలంగా ముందుకు వచ్చాయి. కానీ తీవ్ర విమర్శలు రావడంతో.. అలాంటిదేమి లేదని సమాచారం వచ్చింది 2014లో ఎన్నికల ప్రచారంలో నరేంద్ర మోదీ రూపాయి పతనం గురించి చేసిన వ్యాఖ్యలు అందరూ గుర్తుకు తెచ్చుకోవాలిన తరుణమిది. దేశ రక్షణ గురించి గానీ, రూపాయి పతనం గురించి గానీ మనసోహనసింగ్ ప్రభుత్వానికి పట్టింపు లేదని మోదీ అప్పట్లో ఘూర్చెన వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఆయనతో పాటు, ఆయన ప్రధాని కావాలని కోరుకున్న ప్రముఖులంతా రూపాయి పతనం మిాద చేసిన వ్యాఖ్యలు అప్పడే మరిపోలేం.

వాటి పరిధిలోనే 5,022 వార్డులకు ఎన్నికలు నిర్వహించేందుకు అభికారులు ఇప్పటికే ఏర్పాట్లు చేశారు. బ్యాలెట్ బాక్స్ లతో పాటు పేపర్ బ్యాలెట్ రెడీ చేశారు. జిల్లాలో 31 మండలాల్లో ఎంపిటీనీ, జడ్పటీనీ స్థానాలకు ఎన్నికలు జరగనున్నాయి. ఈ ఎన్నికలన్నింటి లోనూ యువత, మాజిలీ నీర్చేతలు కానున్నారు. వారు ఎవరివైపు మొగ్గు చూపితే వాక్కే అందలమెక్కే చాస్ట్స్కండని అంటున్నారు. గత విడాది ఫిబ్రవరిలోనే సర్వంచల పదవి కాలం ముగిసింది. జులైలో ఎంపిటీనీ, జడ్పటీనీలు కూడా మాజీలయ్యారు. మునిపల్ కార్బోరేషన్లు, కౌస్టిక్ టర్బూ పూర్తికానుంది. దీంతో రూరాల్, అర్ధనీల్ లోకల్ బాదీలకు పరుగొ ఎన్నికలు జరగనున్నాయి. కొత్తగా 15 గ్రామ పంచాయి తీలు ఏర్పడడంతో జిల్లాలో పంచాయితీల సంఖ్య 545 పెరిగింది. ఈ క్రమంలో జిల్లాలో అప్పుడే స్థానిక హాదావిడి మొదలయ్యాంది. ముఖ్యాగా పంచాయితీ సర్వంచ పదవులకు పోతీ చేసే వారంతా ఇప్పటి నుంచే గ్రామాల్లో కరచాలనాలు మొదలు పెట్టారు. పలకరింపులు చేస్తున్నారు. బాగున్నావా అని ఆత్మీయంగా చూస్తున్నారు. పెళ్ళిట్లు, పేరంటాల సందర్భంగా గ్రామాల్లో ఇదే సందడి కనిపించింది. వాడు సర్వంచు పోతీ చేస్తున్నాడనే కామెంట్ కూడా బాగానే వినిపించాయి. ఇకపోతే జిల్లాలో మహిళా ఉపర్యులు అధిక సంఖ్యలో ఉన్నారు. జిల్లా పరిధిలో ఐదు అసెంబ్లీ నియోజక పర్మాలతో పాటు బాస్పువాడ సెగ్సంటరీలోని కొన్ని మండలాలున్నాయి.

ట్రంప్ తీరుతో అమెరికాలో అనిష్టతి ఇప్పటికీ తేరుకోవేక పోతును.

ಭಾರತ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು

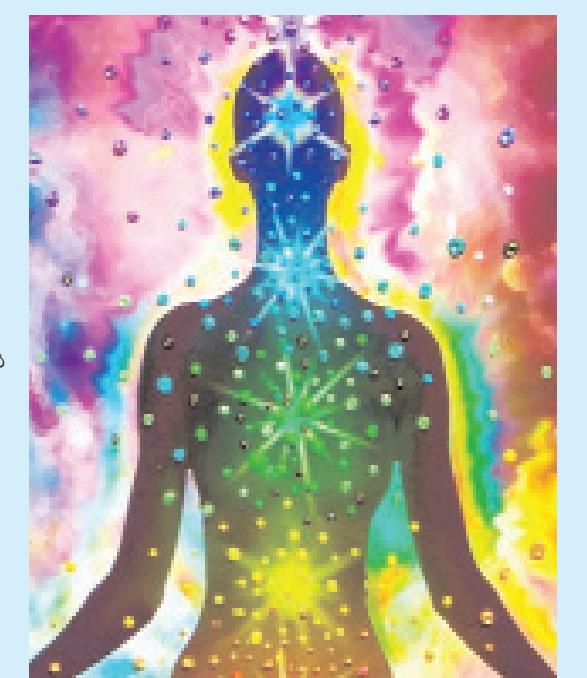
వాణింగ్స్, జూన్ 17 : పెచ్చి వీసిలను
 ఆసియావాసులు దుర్మినియోగం చేస్తున్నారనీ ఉన్నత
 చదువుకోసం వచ్చి ఉద్యోగాలను
 ఎగేరేసుకుపోతున్నారనీ ప్రస్తుతం అమెరికాలో
 చెలరీపోతున్న విమర్శల వెనుకా మెజారిటీ శైవ
 జాతీయవాద విపరీత పోకడ వెల్డడవుతోంది.
 అమెరికాన్ ఉద్యోగాలను కొళ్ళేస్తున్నారన్న విమర్శ
 ఆసియావాసులను ప్రస్తుతం సంషోధంలోకి
 నెడుతోంది. దీనికితోడు ఏరివేత కార్బోకమాలు,
 ఆంక్లులు మరింత అందోళన కలిగిస్తున్నాయి.
 అందోళనలు వస్తున్న ట్రంప్ లెక్స్ చేయడం లేదు.
 లాన్సెంజిన్ అందోళనలను సైన్యంతో
 అణిచివేయించారు. వరువు ముగిసిన తర్వాత
 ఉద్యోగాలు చేసే కాలాన్ని బాగా తగ్గించాలనే
 హిమాండు ఊపందుకుంటోంది. ఇది జరిగితే బాగా
 నష్టపోయేది భారతీయులే. లక్ష్లు ఖరుపెట్టి
 అమెరికాలో చదువుతున్న మొత్తం విదేశి విద్యార్థుల్లో
 25 శాతం ప్రేగా భారతీయులే ఉన్నారు.
 అభివృద్ధిదేందిన దేశాల్లో పలుచోట్ల జానాకర్ణణ,
 ఉన్నాద నిశాధాలతో ఓటల్ రాజకీయాల్లో పైచేయి
 సాధిస్తున్న నెతల్లో విపరీత జాతీయవాద పోకడలు
 లేని వాళ్ళను వేళమిద లెక్కపెట్టొచ్చు. ట్రంప్
 రెండోసారి అమెరికా అర్థక్రూడిగా బాధ్యతల
 చేపట్టాడ ఈ విపరీతం మోతాదు బాగా
 మించిపోతోంది. వలసదారులకు, శరణార్థులకు
 సురక్షిత ప్రదేశంగా ఉన్నప్పుడే అమెరికా ఘనత
 గొప్పగా ఉంటుందని కెన్సుడి ప్రగఢంగా చెప్పారు.
 పోరహక్కులు చట్టమే లేకపోతే ప్రజాస్వామ్యం
 గురించి, సమయాయపొలన గురించి,
 పోరసమానత్వం గురించి ప్రవంచానికి నీతులు
 చెప్పే వైతిక అర్థతే అమెరికాకు ఉండేది కాదు.
 అవకాశాల సీమగా ఇప్పుటికి అమెరికాను
 పరిగణిస్తూ ప్రతి ఏటా దాదాపు లక్షల మందికి
 ప్రేగా ప్రజలు అక్కడికి వెళుతున్నారు. 2021-24
 మధ్య సగటున విడాదికి 24లక్షల మంది అక్కడికి
 చేరుకున్నారు. 1965 నుంచి చూస్తే క్రమేహి లాటిన్
 అమెరికా, ఆసియా నుంచి అమెరికాకు వెళ్లే వారి
 సంఖ్య బాగా పెరిగింది. మొత్తం వలసదారుల్లో 50
 శాతం వారే ఉన్నారు. ఇంతగా వెళుతున్న
 వారందిరికి అక్కడ సమఖాపనతో సమాజంలో
 స్వాగతం లభిస్తోందని ఇప్పుటికి చెప్పాలేం.
 ఎన్నోరూపాల్లో శ్వేతజాతి ఆధిక్యతా ధోరణలు
 ఎగుచున్నాయా

పేమ మధురమైన అనుభూతి !

తిరుమల : భగవద్గీతలోని 'భక్తియూగం' భక్తి తత్త్వాన్ని లక్ష్మణాల్చీ భాగవతం విపులంగా తెలిపింది. శ్రీమద్భాగవతం భగవద్వృత్తుల లక్ష్మణాలను, భక్తి స్వరూపాన్నీ సవిస్తరంగా అవిప్రథంచింది. మానవునికి క్రోధం, కోరం లాంటి ఎన్నోన్నీ అనుభూతులు ఉన్నా ప్రేమ లాంటి మధురమైన అనుభూతి మరేదీ లేదు! ప్రేమ పొందడం కన్నా ప్రేమింపడం ఇంకా మధురం. మానవునికి స్వతప్తగా ప్రేమించే లక్షణం ఉన్నా.. ఆ ప్రేమ ఒక వ్యక్తికో, ఒక వస్తువుకో మాత్రమే పరిమతమవుతుంది.

అప్పుడప్పుడు మాత్రమే కనిపిస్తూ, స్వార్థభావంతో కలుపితహౌతూ, విచ్ఛిన్నమై పోతూ ఉంటుంది. దీనినుంచి బయటపడి ప్రేమతత్త్వాన్ని అలపరుకుంచే భగవంతుడు వశమవుతాడని పురాణాలు చెబుతున్నాయి.

భగవంతుడు ఎల్లాకేళలా తనయందు భక్తి ఉండాలని కోరుకుంటాడు. భక్తితో తనను శరుణు వేడుకున్న వారికి అండగా ఉంటానని చెబుతాడు. మన పురాణాలు, ఉపనిషత్తులు, అన్నీ ఇదే చెబుతున్నాయి. పురాణాలు, ఇతిహసాల్లో ప్రహ్లదాదులంతా ఇలాగే భక్తిని చాటారు. భగవంతుడు వారికి అండగా నిలిచాడు. అంటే భక్తికి భగవంతుడు వశమవుతాడన్నది సత్యం. ప్రతిఫలాపేక్ష లేకుండా తనను కొలువుమని గీతాచార్యుడు చెప్పాడు. ఆధునిక కాలంలోనూ ఇదే పద్ధి కొనసాగుతోంది. గుడికి వెళ్లడం భక్తితో చేయాలని అంటారు. భగవంతుని మిాద పరిపూర్ణమయైన ప్రేమ కలిగి ఉండడమే భక్తి. అది అమృతానంద స్వరూపం. త్యాగరాపమైనది అయి ఏ కోర్కెలూ లేని స్థితిలో ఉండాలి. ఆదే మోక్ష అని నారద భక్తి సూత్రాలు చెబుతున్నాయి. నిష్ఠామంగా ప్రేమింపడాన్ని సాధన చెయ్యాలి. ఈ జగత్తులో భగవంతుడు సర్వవ్యాప్తి. సమష్టి రూపమైన భగవంతుని పట్ల... సాధకులు చేసే 'నిష్ఠాముప్రేమ' అనే ఈ ఉపాసనాక్రమానికి కూడా 'భక్తి' అనేదే వ్యవహార నామం. భక్తి సార్వజనిసం, భేదరహితం కావడంవల్ల నిజమైన భక్తిలో పాలు ఉండవు. అనంతమైన భగవత్తత్త్వానికి అనంతమైన కళ్యాణ గుణాలు, రూపాలు, నామాలు ఉన్నాయి! వారీలో రాముడు, కృపాలు, శివుడు, లలిత తదితర సంపూర్ణ దేవతామార్పుల్లి ఉపాసనా సౌలభ్యం కోసం వేద, పురాణాల మనకు అందించాయి.



ଓଡ଼ିଆ ଲେଖକ

పైవేట్ కార్బియరేట్ విద్యుత్ సంస్థలలో పార్ట్యూన్స్కాలు
స్టేషనరీ అమ్మకాలను ఆపాలి: ఎన్ఎఫ్‌ఎన్‌పి



సుల్తానాబాద్, జూన్ 17: భారత ప్రించి విద్యార్థి ఫెడరేషన్ ఎన్వెఫ్సిన్ అద్విత్యంలో సుల్తానాబాద్ మండల కెంపంట్లోని ఎంతఱి కార్యాలయంలో ప్రైవేట్ విద్యాసంస్థల్లో పార్కపుస్తకాలు స్టేషన్లో అమ్మకాలను అరికట్టలని మంగళవారం వినతిపత్రం అందజేయడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో ఎన్వెఫ్సిన్ పెద్దవల్లి జిల్లా కార్యదర్శి జిల్లా ప్రశాంతీ మాటల్లడుతూ సుల్తానాబాద్ మండలంలో ఉన్నటువంటి ప్రైవేట్ కార్పొరేట్ విద్యాసంస్థలలో లాభార్థిన్ ధేయంగా విష్ణులవిడిగా ట్రై, బెట్ట, స్కూల్ మూనిపాల్మ్, పార్కపుస్తకాలు సంబంధించి స్టేషన్లో లాంటివి అన్ని ప్రభుత్వ నిబంధనలకు విరుద్ధంగా ఇష్టముసారంగా వ్యాపారం చేస్తున్నారు అని, దినివల్ల విద్యార్థులు విద్యార్థుల తల్లిరండ్రులు ఆర్కిక్ భారం తీవ్రంగా అనేకప్రాప్తినటువంటి ఇబ్బందులకు గురవుతున్నారని, వెంటనే నిబంధనల కు విరుద్ధంగా పార్కపుస్తకాలు స్టేషన్లో లాంటివి అమృతున్న ప్రైవేట్ కార్పొరేట్ విద్యాసంస్థలై చర్చలు తీవ్రకోపాలని వారు ఈ సందర్భంగా డిమాండ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎన్వెఫ్సిన్ జిల్లా కమిటీ సభ్యుడు తమన వేసి అభిరామ్ నాయకులు అనిర్, నరేష్, ప్రదివ్, వేణు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పర్యాటకులకు నుభవార్త..
ఈ దేశం భారత్ సహ 35
దేశాలకు వీసా రహిత యాక్సెస్



కాలం నుంచి మరొ దానికి పెళ్ళాలంట వినా తప్పినినిరి కావాల్సింద. అయితే ఇటీవల జరుగు కొన్ని దేశాలు ఎలాంటి వీసా లేకుండా అనుమతి ఇస్తున్నాయి. భారతీయో పాటు ఇతర దేశాలకు కొన్ని దేశాలు వీసా రహిత సదుపాయాన్ని కల్పిస్తున్నాయి. భారతీయ పాసపోర్ట్ హౌల్ట్‌లకు పొరుగు దేశం శ్రీలంక శుభవార్త అందించింది. పొరుగు దేశం భారతదేశంతో సహా అనేక దేశాల నివాసితలకు వీసా రహిత ప్రప్తులను ప్రకటించింది ప్రకటన ప్రకారం, భారతీయ ప్రయాణికులు త్వరలో శ్రీలంకకు వీసా రహిత సదుపాయం పొందవచ్చు. 35 దేశాలు 6 నెలల పాటు ప్రయోజనం వార్తా సంస్థ ఫీటీష నివేదిక ప్రకారం శ్రీలంక 35 దేశాలకు వీసా-రహిత యాక్సెస్ సౌకర్యాన్ని ప్రకటించింది. వాటిల్ భారతదేశం, అమరికా, బ్రైటన్ వంటి దేశాలు ఉన్నాయి. ఆక్షోబరు 1 నుంచి ఈ మార్పు అమల్లోకి రానుంది. 6 నెలల పాటు దీన్ని అమలు చేస్తున్నారు. ఈ మార్పును శ్రీలంక ప్రభుత్వ క్యాపీనెట్ అమాదించింది. భారతీయో పాటు ఈ దేశాల నుంచి వచ్చే ప్రయాణికులు ప్రయోజనం శ్రీలంక పర్యాటక మంత్రి హరీం ఫెర్నాండోసు ఉటంకిస్తూ నివేదిక పేరొంది ఆక్షోబర్ 1 నుండి 35 దేశాల నుండి వచ్చే ప్రయాణికులకు శ్రీలంకకు పెళ్ళడానికి వీసా అవసరం లేదు. ఈ పాలనీ ఆరు నెలలపాటు ఉంటుంది. చైనా, జర్మనీ, నెదర్లాండ్స్ బెచ్చియం, స్పెయిన్, ఆఫ్రీకియా, దెన్మార్క్ పోలాండ్, కజకిస్తున్, సాండ్ అర్బియా, యుసైపది అరబ్ ఎవిరెస్ట్, నేపాల్, ఇండోనేషియా, రష్యా, థాయిలాండ్ పోటు భారతదేశం అమరికా, బ్రిటిష్ ను ఈ సదుపాయాన్ని పొందబోతున్నాయి. ఈ దేశాల పాసపోర్ట్ హౌల్ట్‌లకు కూడా సాకర్యం.. మలేషియా, జపాన్, ప్రెస్స్, కెనడా, వెక్ట లిపట్ల్, ఇటలీ స్పిట్టర్లాండ్, ఆఫ్రీకా, ఇజాయెల్, చెలారన్, ఇరాన్, స్వీడన్, దక్షిణ కొరియా, ఖతార్ ఒమస్, బిహార్ యునియన్, స్వాజిలాండ్ వంటి దేశాల పాసపోర్ట్ హౌల్ట్లల్క కూడా వీసా రహిత యాక్సెస్ ను పొందబోతున్నారు. భారతీయులు వీసా ఛాపీలు చెల్లించాల్సిన అవసరం లేదు శ్రీలంక ఆర్కిక వ్యవస్థక పర్యాటకం చాలా ముఖ్యమనిది. ప్రతి సంపత్తిరం వివిధ దేశాల నుంచి లక్షలాది మంది పర్యాటకులు శ్రీలంకను సందర్భించేందుకు వస్తుంటారు. కొడ్డి రోజుల క్రితమే శ్రీలంకలో వీసా ఆన్ అర్టెవర్ ఫీజుసు పెంచి వివాదం సృష్టించారు శ్రీలంకలో వీసా ఆన్ అర్టెవర్ సౌకర్యాన్ని ఒక విచేశ్ కంపనీ నిర్మిస్తుంది. భారతదేశం చైనా, జపాన్, రష్యా, మలేషియా, థాయిలాండ్, ఇండోనేషియా నుండి ప్రజలు ఎటువంటి రుసుము లేకుండా శ్రీలంకలో పర్యాటక వీసాలు పొందుతారు.

ದಶಂಳ್ಳಿನ 540 ನಗರಾಲ್ಲಿ ಟಾಟಾ ಚಾರ್ಜಿಂಗ್

ପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ କଥା କହିଲା ଏହାର ମଧ୍ୟରେ କଥା କହିଲା ଏହାର ମଧ୍ୟରେ

సింగరేణి బల్యాపీతమే రాష్ట్ర ప్రభుత్వ లక్ష్మి

- మార్లన మార్కెట్ పరిస్థితిలకు అనుగుణంగా సింగరేషి ఎదగాలి ● బోగ్గుతోపాటు ఇతర మైనింగ్ రంగాల్లోకి విస్తరించాలి ● సింగరేషి ఉన్నతాధికారుల సమీక్ష సమావేశంలో డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్కు మల్లు

కౌదావరిఖిని ప్రతినిధి : 45 వేలకు బైబిలిసిన
ఉద్యోగులు ఉన్న రాష్ట్ర ప్రభుత్వ రంగ సంస్, భవిష్యత్తు తరలకు ఉపాధిని అందించే
సింగరేణి బలోపేతం కావడమే ప్రభుత్వ
లక్ష్యం అని దిప్పుటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క
మల్లు అన్నారు. మంగళవారం భూపాలవల్లి
లోని సింగరేణి జిఎం కార్యాలయంలో
ఉన్నతాధికారులతో దిప్పుటీ సీఎం సమీక్ష
సమావేశం నిర్వహించారు. సింగరేణి లాభాల్లో
ఉండి సంస్ ఉద్యోగులకు, సింగరేణి ప్రాంత
ప్రజలకు, రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి మేలు
జరగాలన్నది ప్రభుత్వ ప్రధాన ఆలోచన
అని దిప్పుటీ సిఎం తెలిపారు. గతంలో
బొగ్గు రంగంలో సింగరేణి, కోర్ ఇండియా
లది ఏకవల్కాధిపత్యం కానీ ఇతీవల
ప్రపంచ వ్యాప్తిగా బొగ్గు రంగంలో
వచ్చిన మార్పుల నేపర్చుంటో మార్కెట్లో
పోలీకి తట్టుకొని సింగరేణి నిలబడాలన్న
అవసరం ఉండని దిప్పుటీ సీఎం
అభిప్రాయపడ్డారు. ప్రైవేట్ కంపెనీల
బొగ్గు ఉత్సత్తి వ్యయం, ఆ కంపెనీలు
బహిరంగ మార్కెట్లో బొగ్గు ఏ ధరకు
అమ్ముతున్నాయి, సింగరేణిలో బొగ్గు ఉత్సత్తి
వ్యయం, బహిరంగ మార్కెట్లో సింగరేణి
బొగ్గుకు ఉన్న ధర ఎప్పటికప్పుడు
అధికారులు, సిభ్యంది పోల్చుకోవాలని
దిప్పుటీ సీఎం సూచించారు. ఈ ఉత్సత్తి
వ్యయం, మార్కెట్లో బొగ్గు ధరలకు
సంబంధించిన వివాహలను సింగరేణి
కార్యాలయ అవగాహన కలిగేలా మైన్ వద్ద
బోర్డులు ఏర్పాటు చేయాలని, సింగరేణి



జిఎం కార్బోలయంలో ముందన్న అంతర్జాతీయ యొగా బినీత్వ వేడుకలు

యోగా దినోత్సవ వేదుకలను
పురుషుర్చించుకొని రామగుండం ఏరియా-1
లోని అన్ని గనులు డిపార్ట్ మెంట్ లలో
ముందస్తు సాముహిక యోగా కార్బూకమాన్సిన్
నిర్వహించటం జరిగింది. ఇందులో
భాగంగా జియం కార్బూలయం
నందు ఉద్యోగులు అధికారులతో
సాముహిక యోగా కార్బూకములు
నిర్వహించడం జరిగినది. ఇట్లో
కార్బూకమునకు ఆర్జీ-1 ఏరియా
జియం డి.లలిత్ కుమార్ ముఖ్య అధిధిగా
పాల్గొనటం జరిగింది. ఇట్లో కార్బూకమాన్సిన్
ఉద్యోగించి ఆర్జీ-1 జియం డి.లలిత్ కుమార్
మాటల్లుతూ ప్రతీ ఒక్కు నిత్య జీవితంలో
ఒక్క గంట సమయం తెటాయినే ఏలాంటి
జబ్బులు దరిచేరవని యోగా ఆరోగ్య
పరిక్రమికు ఎంతో దోహదపడుతుందని

సిద్ధింసుందరిని ఇట్టి యోగా ద్వారా భారత దేశానికి అంతర్జాతీయ గుర్తింపు లభించినదని సంస్థలో పని చేయుమన్న ఉద్యోగుల వారి కుటుంబాలను రృష్ణిలో పెట్టుకొని ఈ కార్యక్రమం నిర్వహించబడుతున్నదని సింగరేణి సంస్థ పెర్మన్ మెనేజింగ్ డైరెక్టర్ ఎన్. బలారం ఇట్టి కార్యక్రమం సింగరేణి వ్యాప్తంగా నిర్వహించడం సంతోషించడిన విషయమని తెలిపారు. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా యోగా బహుళ ప్రాచుర్యం పొంది నేడు ఆరోగ్య ప్రధాయానిగా నిలుస్తున్నదని దీనిని అందరు ఆరోగ్యవంతమైన జీవన విధానానికి యోగా శిక్షణ ఆపరించి మంచి ఆరోగ్యవంతులుగా ఉండాలని అందరి చేత యోగ ప్రతిష్ఠ నిర్వహించడం జరిగినది. అలాగే ఆర్ట్-1 ఏరియాలోనీ అన్ని గనులు, డిపార్ట్ మెంట్ లలో ఉద్యోగులచే సాముహిక



జరిగినది. ఈ క్యాప్చమంలో ఏరియా ఇంజనీరు దానసి వెంకటేశ్వర రావు, సిఎం.ఓ.బ్ ప్రతినిధి క్రావెట్ కుమార్, జిఎం ఆఫీస్ ఇంచార్ట్ రాజు, వర్గన్ల్ మేనేజర్ నాగుల వేఱు, సీనియర్ పిబ్ హస్పిట రావు, ఫిర్మేషన్ భావ్, జెంప ఆఫీస్ సిబ్బంది యోగ శిక్షకులు అన్నపూర్ణ, జోడి తదితరులు పార్టీస్‌న్యారు.

ప్రజల పక్షాన ప్రశ్నాస్తున్న కెట్టిఅర్ పై కేసులు

- మాజీ ఎమ్మెల్స్ బి.ఆర్.ఎన్ వోర్ట్ జిల్లా అధ్యక్షుడు కొరుకంట చందర్

రేవంత్ రెడ్డి తన వైఫల్యాలను,
చేతగానితనాన్ని కప్పిపుచ్చుకోవడానికి
ప్రజల ప్రకార ప్రత్యుషమైన కేటీఆర్ పై
కక్క సాధింపు చర్యలకు పాల్గొదుతు
న్నారని, రేవంత్ రెడ్డి తన
18 నెలల పాలనలో కేటీఆర్ పై
14 కేసులు పెట్టారని మాజీ
ఎమ్ముళ్ళే బి.ఆర్.ఎన్ పాటీ జిల్లా
అధ్యక్షుడు కోరుకంటి చందర్
అన్నారు. గుంపు మేట్రి
రేవంత్ రెడ్డి కుట్టలో భాగంగా
ఏనీబీ కార్యాలయానికి విచారణకు
తెలంగాణ భవన్ నుంచి వెళున్నా
సందర్భంగా కేటీఆర్ ని మాజీ
ఎమ్ముళ్ళే కోరుకంటి చందర్ కలిసారు

అనుమతిరంగ త్వయిన వాస్తవాన్ని
 రేవంత్రిడై ప్రజలకు ఇచ్చిన ఒక్క
 హమీ కూడా నెరవేర్పులేదని, 420
 హమీల షస్తే లేదన్నారు.
 ప్రత్యేకిస్తున్న గొంతులను నొక్కిందుకు
 కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కుట్టలు
 చేస్తుందన్నారు. కేటి రామస్వామి కడిగిన
 ముత్యంలా బయల్కి రావాలని
 అంజనేయ స్వామి నీ వేదుకుని వారికి
 అంజనేయ స్వామి దీవెనలు
 ఉంటాయని మా వానరా సైన్యం
 తోడుగా ఉంటుందని రామస్వామి
 తెలిపామని చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమం
 మాబీ పోలీస్ హాసింగ్ బోర్డు చైర్మన్
 కోలేటి దామోదర్ తో పాటు
 నాయకులు పాల్గొన్నారు.



ఇకపై జీవాటోల్స్ ఆ సేవలు కూడా.. పేటీఎంతో రూ. 2వేల కోట్ల డిల్..

ప్రముఖ వ్యాపారం యావ జొమాల్ తని నిలని ప్రసిద్ధమార్కెట్ కెవలం ఔద్ద డెలవర్క మాత్రమ విపరితలం కాపండి ఇతరం సేవలను శైతం యూజర్లకు అందిస్తోంది. ఇందులో భాగంగా ఇప్పటికే జొమాల్ యూపిఎస్ సేవలను అందుబాలోకి తీసుకొచ్చిన విషయం తెలిసిందే. జొమాల్ నుంచి పుడ్ ఆర్డర్ చేసుకొని పేమెంట్ కోసం ఇతర పేమెంట్ ప్లాటఫోర్మలను ఉపయోగించుకునే పనిలేకుండా నేరుగా జొమాలోనే పేమెంట్ చేసేందుకు గాను ఈ సేవలను తీసుకొచ్చినట్లు కంపెనీ ప్రకటించింది. ఇదిలా ఉంటే తాజాగా మరో కొత్త సర్వీసును జొమాల్ పరిచయం చేసింది. జొమాలోలో ఇక్కపై టీకెట్లు, కావెంట్ టీకెట్లు బుక్ చేసుకునే అవకాశం కల్పిస్తున్నారు. ఇందులో భాగంగా పేటీఎంతో జొమాల్ ఫీల్ చేసుకుంది. పేటీఎంకు చెందిన మూఢీ, కావెంట్ టీకెటీంగ్ వ్యాపారాలను కొనుగోలు చేయసున్నట్లు జొమాల్ ఓ ప్రకటన విడుదల చేసింది. ఎంటర్ప్రైజ్‌మెంట్ సెగ్యూరిటీసూ సత్తా చాటేందుకు జొమాల్ ఈ నిర్ణయం తీసుకుంది. మూఢీ, ఈవెంట్ టీకెటీంగ్ వ్యాపారాలను 24x2 మిలియన్ దాలర్లకు కొనుగోలు చేయసున్నట్లు జొమాల్ ప్రకటించింది. మన కరెన్సీలో చెప్పాలంటే సుమారు రూ. 2 వేల కోల్డ్ క్రూ పైమాటీ. కాగా ప్రస్తుతం ఈ రంగంలో బుక్మై షో దూసుకుపోతున్న విషయం తెలిసిందే. అయితే లు, ల్వెం ఈవెంట్ కోసం భారతదేశ అన్లైన్ టీకెటీంగ్ మార్కెట్లో పోటీనిచ్చేందుకే జొమాల్ ఈ నిర్ణయం తీసుకుంది. తీటిట్లను వికియంచే ‘టీకెట్ స్యూ’ ప్లాటఫోర్మతో పాటు ల్వెం ఈవెంట్ కు తీటిట్లను నిర్వహించే ‘ఇన్సెడర్’ ప్లాటఫోర్మని వికియంచడం ద్వారా తన మార్కెట్ వాటాను పేటీఎం జొమాలోకు అప్పగించునుంది. ఈ కొనుగోలుతో కేవేళ్లం ల్వెం కోర్ట్ ఆప్టోల్యూట్ లూగులుం చూడగలిగుంది. ఈ టీఎం కొలాపుల్లకి తెలుగులే టీఎంగా



ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో అవిసె గింజలు నానబెట్టిన నీరు
తాగుతున్నారా..? ఈ విషయాలు తప్పక తెలుసుకోండి..



ಒಕ ಗ್ರಾಮ ನಾನಬೆಳ್ತಿನ ಅವಿಸೆ ಗಿಂಜಲ ನೀಡಿತೋ
ಮೀ ರೋಜುನು ಪ್ರಾರಂಭಿಂದುದಂ ವಲ್ಲ ಮೀ
ಶರೀರಂತೆ ಗೊಪ್ಯ ಪ್ರಭಾವಾಲು ಉಂಟಾಯನಿ ಮೀತು
ತೆಲುಸು ? ಇಡಿ ಉದಯಂ ಟೀ, ಕಾಫೀಕಿ
ಪ್ರತ್ಯಾಮ್ಯಾಯಂ. ಅವಿಸೆ ಗಿಂಜಲ ಕೆಲರೀಲು,
ಪಿಂಡಿ ಪದಾರ್ಥಾಲು, ಕೊವ್ಯು ಷೈಲಿಕ್, ಪ್ರೋಟೀನ್,
ಧರ್ಯಾಮಿನ್, ರಾಗಿ, ಮಾಂಗನೀನ್, ಮೆಗ್ರಾಫಿಯಂ,
ಖಾಸ್ಯರ್, ನೆಲಿನಿಯಂ, ಜಿಂಕ್, ವಿಟಮಿನ್,
, ಏರ್‌ನ್, ಫೋಲೆಟ್, ಒಮ್ಮೆ-3 ಕೊವ್ಯು ಆಮ್ಲಾಲು
ವಂತೆ ಪೋಷಕಾಲಕು ಗೊಪ್ಯ ಮಾಲಂ. ಅವಿಸೆ
ಗಿಂಜಲ ಅವಸರಘನ ಪೋಷಕಾಲತ್ವೋ ನಿಂದಿ
ಉಂಟಾಯಿ. ಕ್ರಿಕ್‌ನಿವ್ಯುಲು, ಉಳಿಸುಂ, ಕ್ಯಾಸ್ಪರ್,
ರತ್ಕನಾಳಾಲ ವ್ಯಾಧಾಲು, ಅಧಿಕ ರತ್ಕಪೋಟು,
ಹೋರ್ಷೆನ್ ಅಸುಮತಲ್ಯಾತ, ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧ
ವ್ಯಾಧಾಲು, ಡ್ರೆಪ್ಟಿಕ್‌ಲರ್ ವ್ಯಾಧಿ, ಮರನ್ನೈ
ಅಣಾರ್ಗ್‌ಗ್ರೈ ಸಮಸ್ಯೆಲು ಉನ್ನವಾರಿಕಿ ಭಾಷ್ಯಿ
ಕಡುವುತ್ತೋ ನಾನಬೆಳ್ತಿನ ಅವಿಸೆ ಗಿಂಜಲ ನೀರು
ತಿಂಸುಕೋವದಂ ವಲ್ಲ ಕಲಿಗೆ ಅರ್ಜೆಗ್ರೈ
ಪ್ರಯೋಜನಾರ್ಲೆಂಬ್‌ ಇರ್ಕುದು ತೆಲುಸುಕುಂದಾಂ..
ಕೀಮೆತ್ ಕೂಡಿನ ಅವಿಸೆ ಗಿಂಜಲ ನಾನಬೆಳ್ತಿನ
ನೀಟಿನಿ ಉದಯಂ ಭಾಷ್ಯಿ ಕಡುವುತ್ತೋ ತಾಗಡಂ ವಲ್ಲ

ମୁଲବନ୍ଧକଂ ମୁଣ୍ଡି ଶ୍ଵରମ୍ବନଂ ପ୍ରାୟଦରଂ
ପୋଟୁ ଶ୍ରୀକୃତିଯ ମେରଗୁ ପଦୁତୁଂଦି. ମୀ
ଶ୍ରୀକୃତିଯଙ୍କ ମୀଳ ସମସ୍ତୟ ଉଠିଲେ ଖାଲୀ
ଦୁଷ୍ଟତେ ଅବିଶେ ଗିଜଳ ନୀତିନ ତାଗଦଂ
ପାରଂଭିତଂହଂଦି. ଇହି ଫେର ସମସ୍ତଲାନ
ଥିଥିବମିଂପଦଂଲୋ ମୀ ଶରୀରାନିକି ସହେତୁ
ଏବୁଦୁତୁଂଦି. ଅବିଶେ ଗିଜଳ ଥିବମିଂଦୁଗା
ନିଚେଷ୍ଟାୟ. ମଲବନ୍ଧକଂ ମୁଣ୍ଡି ଶ୍ଵରମ୍ବନଂ
ପ୍ରାୟଦରଂଲୋ ସହେତୁପଦତାୟ ଏବନ୍ଦୁକଂଠେ
ଥାଈଲୋ ଛୈଲର, ଲିଗ୍ନ୍ଯୁନ୍, ବମ୍ବେଗା-3 ଝ୍ୟାଟୀ
ରୂପିଣିଟିଲୁ ପୁଷ୍ପଲଳିଂଗା ଉଠିଲାଯ. ଇହି
କିମ୍ବାପତ୍ରଫୁନ ଯାଂଠି ଆକିଦେଂଟ. ଅଦନଂଗା,
କିନିଦି ଅତିଶାରଂ, ମଲବନ୍ଧକଂଠେ ସହେ
ପ୍ରତ୍ରମ୍ଭନ ଅନାରୋଗ୍ୟାଲ ଚିକିତ୍ସାଙ୍କେ
ପରେଯପଦୁତୁଂଦି. ନାନବୈଶୀନ ଛୈଲକ୍ଷ୍ମୀ ନୀତି
ଶାଟର ଅର୍ଦ୍ଦଗୁରୁରମ୍ଭନ ଜାଟ୍ଟୁନ ଉପ୍ତୁତି
ପରେଯଦଂଲୋ ସହେତୁପଦୁତୁଂଦି. ଏବନ୍ଦୁକଂଠେ
ଏବନ୍ଦୁଲୋ ବିଟମିନ ଇ, ବମ୍ବେଗା-3 ଝ୍ୟାଟୀ
ରୂପିଣିଟି, ବି ବିଟମିନସ୍ଟ୍, ଯାଂଠି
କିମ୍ବାଦେଂଟ୍, ଇତର ପୋକାଲୁ ପୁଷ୍ପଲଳିଂଗା
ଉଠିଲାଯ. ଇହି ପ୍ରୀ ରାଦୀକଟ୍ଟି ଏବୁଦୟାନ୍ତି

తగినపడం ద్వారా కొత్త జాట్లు పెరుగురలను
ప్రేరించడంలో సహాయపడుతుంది. అవినే
గింజలు చర్చాన్ని అవసరమైన పోవకాలతో
నింపుతాయి. మీకు ప్రకాశవంతమైన,
ఆరోగ్యకరమైన చర్చాన్ని అందిస్తాయి. వాటిలో
మంచి కొవ్వులు, యంతీళక్కిడింట్లు, షైలర్,
ప్రోటీన్, లిగ్నస్, అవసరమైన కొవ్వు ఆప్సుం
ఉంటాయి. అదనంగా ఇది చర్చాలు చికాకును
తగినపడంలో, మొతీమలు కలిగినచే
ఆంధ్రోజెన్ హరోగ్న్ ఉత్సవాన్ని నియంత్రిం
పడడంలో సహాయపడుతుంది. ప్రా భద్ర ఘగర్
లెవెల్ నిర్వహించడంలో సహాయపడుతుంది.
డైబర్ షైలర్ అధికంగా ఉండే ష్టాప్ట్ సీస్ట్మ్
ఇన్సులిన్, బ్లాడ్ ఘగర్ లెవెల్ ను
బ్యాలెన్స్ చేయడం ద్వారా
మరుచుపోన్ని నివారిం

Digitized by srujanika@gmail.com

ఆహ్..భలే మజా..! ఈ తాటి ముంజలు..
అరీగ్య ప్రయోజనాలు తెలిస్తే..



తాటికల్లు తెలియనివారుండగు.. వైద్యులు సైతం తాటికల్లుతో అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని చెబుతున్నారు. దాంతే తాటికల్లుకు ప్రస్తుతం గిరాకీ మరింతగా పెరిగింది. తాటికల్లులో ఖనిజ లవణాలు, విధిమిన్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇష్టి శరీరానికి రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచేందుకు దోషం చేస్తాయి.. ఉదయాన్నే పరగడపున స్వస్థమైన తాటికల్లు తాగితే ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలని పెద్దలు చెబుతుందారు. ఇష్టికే పలు పరిశోధనల్లో కూడా తేలిపోయింది. అయితే, తాటికల్లు మాత్రమే కాదు.. ఇష్టాడు తాటి ముంజలు సీజన్ వచ్చేసింది. సముద్ర సీజన్ వచ్చిందంటే చాలా తెల్లుతెల్లి తాటి ముంజలు ముత్యపు చివ్వల్లా మెరిసిపోతూ మనకు నోరూరిస్తాయి. చెప్పాలంబే కల్పిసినిపి, స్వస్థమైన పండు ఏపైనా ఉండా అంటే.. అది తాటి ముంజలే అని చెప్పాచ్చు. అందుకే తాటిముంజలకు అంతర్భాతీయంగానూ పేరుంది. 'బ్రాన్ అపిల్స్'గా పిలుస్తారు. తాటి ముంజలతో కలిగి ఆరోగ్య ప్రయోజనాలేంటో ఇక్కడ తెలుసుకుండా.. తాటి ముంజలలో విధిమిన్ ఎ, విధిమిన్ కె వంటి పోచాలు పుపులంగా ఉన్నాయి. చేసివి కాలంలో శరీరం చాలా త్వరగా దీప్మాండ్రెప్స్కు గురవుతుంది. అలాంటి పరిస్థితుల్లో తాటిముంజలు శరీరాన్ని హైప్రెస్ట్ గా మారుస్తాయి. దీప్మాండ్రెప్స్, హీట్ స్ట్రోక్ నుండి మిమ్మల్ని మీరు రక్తించుకోవడానికి తాటి ముంజలను తినాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీన్ని తినడం వల్ల శరీరం చల్లబడుతుంది. మీరోగినిరోధక శక్తిని బల్లిపేతం చేస్తుంది. స్ఫూర్తాయంతో భాధపడేవారు తాటిముంజలను తిఱాలి. ఈ పండులో కొఱారీ కంటెంట్ చాలా తక్కువ. తాటి ముంజలు తినడం వల్ల ఎక్కువ సేపు ఆకలి వేయదు, ఎందుకంటే అందులో ఎక్కువ నీరు ఉంటుంది. పొట్ట సమస్యలకు తాటి ముంజలు ప్రభావపంతంగా పనిచేస్తాయి.. పొట్టను వల్లబరచడంలో చాలా మేలు చేస్తుంది. ఇది జీర్జ్ ఎంజ్మెంలను పెంచడం ద్వారా ఎనిడిటీ సమస్యను దూరం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. తాటిముంజలు శరీరంలోని తక్కుర, ఖనిజాల ప్రమాణాలను సమతుల్యం చేస్తాయి. పొట్టాపియం సమృద్ధిగా ఉంటుంది. దాంతే రక్తపోటు అదుపులో ఉండి గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. లివర్ సంబంధిత సమస్యలను దూరం చేస్తాయి. తాటి ముంజలు తినడం వలన చెడు కొలప్పాల్ పోయి మంచి కొలప్పాల వ్యధి చెందుతుంది. మహిళల్లో లొమ్ము క్యాస్ట్రా వచ్చే అవకాశాలను బాగా తగ్గిస్తుంది. అంతేకుండా ఇవి శరీరంలోని హానికర వ్యర్థ పదార్థాలను తొలగించడంలో అధ్యుతంగా పని చేస్తుంది.

బెల్లం తింటే మీ శరీరంలో ఎమవుతుందీ తెలుసా?

చేర్పుకోవడం మంచిదని వైద్యులు
 అంటున్నారు. బెల్లం పొట్టాప్పియం,
 మెగ్గాప్పియం, సోదియం వంటి ఎలక్ట్రాల్ట్రోలను
 కలిగి ఉంటుంది. ఇనీ శరీరంలో ఘ్రాయిడ్ బ్యాలెన్స్ మొయింటెన్ చేయడం, శరీరాన్ని
 చల్లబరపడం, డీప్‌డ్రైషన్స్ ను నివారించడంలో
 సహాయపడతాయి. బెల్లం ఒక అద్భుతమైన
 సహజ స్ట్రోసర్. దీనిని శక్తిరక్ష బదులుగా
 ఉపయోగించవచ్చు. వాటి వల్ల అనేక ఆరోగ్య
 ప్రయోజనాలు కూడా ఉన్నాయి. బెల్లంలో
 ఐరన్, పొట్టాప్పియం, కాల్యాయం, జింక్,
 పొస్పరన్, కాపర్ మరియు మెగ్గాప్పియం
 పుష్టలంగా ఉన్నాయి. బెల్లం తినడం వల్ల
 శరీర ఉప్పుగత అదుపులో ఉండేందుకు, వేడి
 వాతావరణంలో శరీరాన్ని చల్లబరిచేందుకు
 మంచిదని వైద్యులు చెబుతున్నారు.
 కౌళ్యియం, ఐరన్ పుష్టలంగా ఉండే బెల్లం
 తీసుకోవడం వల్ల ఎముకల ఆరోగ్యానికి
 కూడా మంచిది. జీర్ణాప్తియను
 మెరగుపరచడానికి, మలబంధకాన్ని
 నివారించడానికి రోజుా కాస్త బెల్లం తినటం

A photograph of a tall, clear glass filled with a golden-brown beer, standing next to a wooden board holding various types of cheese and dried fruit. The background is a warm, textured wall.

ಮಂದಿರ. ಇನ್ನ, ಭಾಲು ಪ್ರವೃತ್ತಿಂಗಾ ಉದ್‌
ಬೆಲ್ಲಂ ತಿನಡಂ ವಲ್ಲ ರಿನ್ ಲೋಸ್‌ನ್ನಿ ಸರಿಚೇಸಿ
ರಕ್ತಹೀನತತ್ವ ನಿವಾರಿಂಚವಚ್ಯ). ಬೆಲ್ಲಂ ತಿನಡಂ
ವಲ್ಲ ಶರೀರಂ ದಿಟ್ಟಾಕ್ಕಿಷ್ಟೆ ಅಪುತ್ತಂದಿ. ಇದಿ
ಕಾಲೇಯಾನ್ನಿ ಶುಭ್ರಪರುಸ್ತಂದಿ. ಕಾಲೇಯ
ಆರ್ಥಿಕ್ಯಾನ್ನಿ ಮೆರುಗುಪರುಸ್ತಂದಿ. ಇದಿ

ಅನ್ನಪೂರ್ಣಾ, ಜೆವರಿತತ್ತುಲ್, ಪರಿಲುನ್ ಪು
ಫ್ರವರದಾನಿಕಿ ಪನಿಚೆಸ್ತುಂದಿ. ಯಾಂತೀ
ಆಕ್ಕಿದೆಂಟ್ಲು ಪುಷ್ಟಿಂಗಾ ಉಂಡೆ ಬೆಲ್ಲಂನು
ಅಷ್ಟೇರಳ್ಲೋ ಚೆರ್ಪುಕ್ಕೊಡಂ ಕೂಡಾ ರೋಗನಿರ್ಧರ್
ಶತ್ತಿನಿ ಪೆಂಪದಂಲೋ ಸಹಿಯಪಡುತ್ತಂದಿ. ಬೆಲ್ಲಂ
ಕಲಿಪಿನ ಗೋರುವೆಚ್ಚನಿ ನೀತ್ತಲ್ಲೋ ಪಾಟುಷಿಯಂ,

రక్తపోటు అదుపులో ఉంటుంది. బరువు తగ్గానుకునే వారు తమ ఆహారంలో బెల్లం చేర్చుకోవచ్చు. ఇందులో ఉండే పొట్టాయియం ఎలక్రోలైట్‌ను బ్యాలెన్స్ చేస్తుంది. జీవక్రియ రేటును పెంచుతుంది. తద్వారా బరువు తగ్గుతారు. అంతేకాదు, వేసవిలో శరీరంలో నీటి శాతం తక్కువగా ఉండటం వల్ల కొంతమందికి మలబద్ధకం సమస్యగా మారుతుంది. బెల్లం మలబద్ధకాన్ని నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. వేసవిలో తరచుగా బెల్లం కలిపిన నీటిని తాగటం వల్ల ప్రయోజనం కలుగుతుంది. ఇందుకోసం ఒక పెద్ద గ్లాసు నీటిలో చిన్న బెల్లం ముక్కను వేసి కాస్త వేడిచేయాలి. బెల్లం కరిగిన తర్వాత, నీటిని వడకట్టాలి. నీరు చల్లారిన తర్వాత అందులో నిమ్మరూసం కలుపుకుని తాగిచ్చు. ఎందో అలాపించేయినప్పుడు ఈ సీళ్ళను ఇంట్లోనే తయారు చేసుకుని తాగటం వల్ల శరీరానికి తక్కుడి శక్తి సమకూరుతుంది.. బెల్లంలో కైసెమిక్ ఇండెక్స్ కూడా ఎక్కువగా ఉంటుంది.

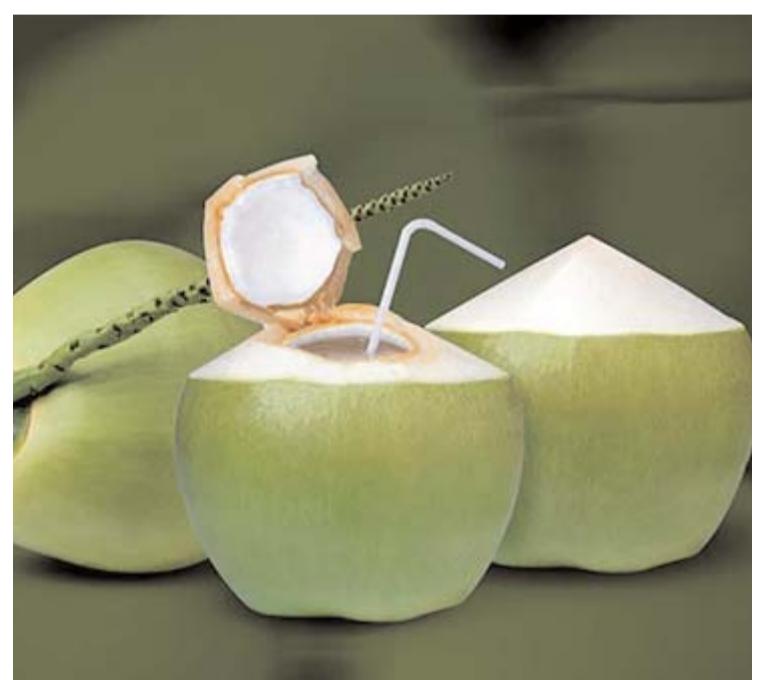
గంజి నీరు తాగితే ఘనమైన లాభాలు..

ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు తెలిస్తే వెష్ట చేయరు..!

గంజి నిరు అధిక బిలవను తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. మరు బిలవు తగ్గాలనుకున్నప్పుడు ప్రైద్రెటర్స్ గా ఉండటం చాలా ముఖ్యం. గంజి నీరు మీ శరీరాన్ని ప్రైద్రెటర్ గా ఉండడంలో సహాయపడుతుంది. రోగి నిరోధక శక్తిని పెంచుకోవడానికి గంజి నీట్లు తాగడం మేలు చేస్తుంది. గంజి నీట్లలో ఎక్కువ మొత్తంలో అమినో యాసిట్ట్ ఉంటాయి. ఇది శరీరంలోని కండరాల ఆరోగ్యాన్ని కించుకొనే మేలు చేస్తుంది. గంజి నీటిలో చి విటమిన్సు పుష్పలంగా ఉంటాయి. అందువల్ల మన శరీరానికి పోషణ లభిస్తుంది. విటమిన్సు లోపం రాకుండా చూసుకోవచ్చు. పిల్లలకు గంజి తాగిస్తే చాలా మంచిది. వారి ఎదుగుదల సరిగ్గా ఉంటుంది. పసిపిల్లలు పాలు సరిగ్గా తాగకపోతే వారికి కనిసిన గంజి నీటిని అయినా తాగించాలి. డాంతో వారికి కావల్సిన అహరం అంది శక్తి లభిస్తుంది. పోషణ సరిగ్గా ఉంటుంది. విరేచనాలు అయిన వారు గంజి నీటిని తాగితే వెంటనే విరేచనాలు తగ్గుతాయి. విటమిన్సు, ఇతర యాంటీఆస్ట్రిడెంట్లను కలిగి ఉన్న గంజి నీరు చర్చ ఆరోగ్యాన్నికి కూడా మంచిది. గంజిలో అల్లాంట్స్, యాంటీ బ్లూక్షిరియర్ గుణాలు.. మొలీమలను నివారిస్తాయి. అలాగే ఎమినో యాసిట్ట్ ఉండడం వల్ల..రంధ్రాలను క్లెస్ట్ చేసి.. చర్చాన్ని బిగుతుగా మార్చి, కాంప్లెక్స్ ని పెంచుతుంది. గంజి నీట్లతో మీ ముఖాన్ని కడుకోవడం వల్ల మూసుకుపోయిన రంధ్రాలు తెరుచుకోవడంతోపాటు మొలీమలు రాకుండా ఉంటాయి. ఇది ముఖంపై ఉన్న నల్ల మచ్చలను పోగొట్టి, చర్చం కాంతివంతంగా, మృదువుగా మారుతుంది. బియ్యం కడిగిన నీటితో ముఖాన్ని శుభ్రం చేసుకుంటే ముఖం కాంతివంతంగా తయారపడుతుంది. అదేవిధంగా, గంజి నీరు జాట్లు రాలదాన్ని నివారిస్తుంది. జాట్లు ఆరోగ్యాన్ని ములుగుపరుస్తుంది. కేశ సంరక్షణలో రైన్ వాటర్ ఉపయోగించేందుకు ఒక కప్పు గంజి నీటిలో 20 గ్రాముల మెంతులు అవసరం. రాత్రంతా గంజి నీటిలో మెంతులు నానికట్టాలి. ఆ మార్చారు ఉదయం మెంతులను వేరు చేసి గంజిని [ప్రై] బాలీల్ పోసుకుని జాట్లు మీద [ప్రై] చేసుకోవాలి. లేదంటే, ఆ గంజినీలిని మొత్తం తలకు పట్టేలా బాగా అప్పే చేసుకోవాలి. పది నిమిషాల తర్వాత కడిగేయాలి. కేవలం గంజి నీటిని మాత్రమే తలకు అప్పే చేయడం వల్ల కూడా జాట్లు రాలదాన్ని నివారించవచ్చు. జాట్లు పెరుగుదలను ప్రోత్స్థిస్తుంది.



నిరుసంగా ఉన్న కొబ్బరి నీళ్లు త్వాతి మంచి రిలిఫ్ ఉంటుంది. సమ్మర్తలో కొబ్బరి నీళ్ల చేసే మేలు అంతా ఇంతా కాదు. కోకోన్స్ హాటర్లో చాలా ఆరోగ్యకరమైన పోషకాలు ఉన్నాయి. అవి శరీరాన్ని చల్లబల్యాస్తాయి. వేసవి తపం నుంచి రక్షణ లభిస్తుంది. మఖ్యంగా వేసవిలో కొబ్బరి నీళ్లు త్వాతి దీప్పైడ్వన్ సమస్య నుంచి బయలుపడవచ్చు. నిత్యం కొబ్బరినీళ్లు త్వాతి ఎన్నో సమస్యలకు గుడ్ కై చెప్పాచ్చు. అదనంగా, చర్చం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. కొబ్బరి నీళ్లు తాగడం వల్ల శరీరంలో రోగసిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. ఎన్నో లెవన్ కూడా తక్కణమే పెరుగుతాయి. లేత కొబ్బరి నీరు - అధిక రక్తపోటును తగిస్తుంది: అధిక బీఫీ ఉన్నపారు కొబ్బరినీళ్లు త్వాతి బీఫీ త్వరగా అదుపులోకి పశ్చందని నివుటులు చెబుతున్నారు. శాస్త్రపేత్తులు జపిసిన పరిశోధనలో ఈ విపరాలు వెల్లడయ్యాయి. లేత కొబ్బరి నీరు మధుమేహస్తుని నియంత్రించగలదు: మధుమేహం ఉన్నపారు కొబ్బరినీళ్లు తాగకూడని భావిస్తారు. కొబ్బరి నీళ్లలో నేసచరల్ ఘగర్ ఉంటుంది కాబట్టి మీరు ఎలాంటి సందేహం లేకుండా కొబ్బరి నీళ్లను తాగుపుచ్చ మితంగా త్వాతిసే. ఘగర్ అదుపులో ఉంటుంది. లేత కొబ్బరి నీరు ఒత్తిడిని తగిస్తుంది: ఈ రోజుల్లో చాలా మంది ఒత్తిడికి గురవుతున్నారు. ఆధిక సమస్యలు, ఇంటి సమస్యలు, ఉద్యోగ సమస్యలు మొదలైన అనేక రకాల సమస్యలతో ఒత్తిడికి గురవుతున్నారు. కొబ్బరి నీళ్లు తాగడం వల్ల ఆ ఒత్తిడి నుంచి ఉపశమనం పొందవచ్చు. లేత కొబ్బరి నీరు కాలేయ ఆరోగ్యం: కొబ్బరి నీళ్లను క్రమం తప్పకుండా తాగడం కాలేయానికి చాలా మంచిది. ఇందులోని పోషకాలు కాలేయాన్ని రక్కిస్తాయి. కాలేయ కణాలు చనిపోకుండా నిరోధిస్తాయి. లేత కొబ్బరి నీరు నిత్య యవ్వనం: కొబ్బరి నీళ్లలో విధి పోషకాలు ఉంటాయి. పీటిని రెగ్గులర్ గా తీసుకోవడం వల్ల వర్ష సమస్యలను నివారించుకోవచ్చు. అంతేకాగ మీరు నిత్యం యవ్వనంగా కనిపిస్తారు. కొబ్బరి నీళ్లలో యాంటీ ఏజింగ్ గుణాలు ఉన్నాయి. ఇవి వృద్ధాప్యాన్ని నివారిస్తాయి. కొబ్బరి నీళ్లను తలకు పట్టించడం వల్ల కూడా జాట్టు ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది!



ఆర్థిక ప్రయోజనాలు తెలిస్తే వెష్టు చేయరు..!

చేస్తుది. గంజి నీళ్లలో ఎక్కువ మొత్తంలో అమినో యాసిష్ట్ ఉంటాయి. ఇది శరీరంలోనీ కండరాల ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. గంజి నీలీలో బి విటమిన్లు పుష్టిలంగా ఉంటాయి. అందువల్ల మన శరీరానికి పోషణ లభిస్తుంది. విటమిన్ల లోపం రాకుండా చూసుకోవచ్చు. పిల్లలకు గంజి తాగిన్నే చాలా మంచిది. వారి ఎదుగుదల సరిగ్గా ఉంటుంది. హసిపిల్లలు పాలు సరిగ్గా తాగకపోతే వారికి కనీసం గంజి నీలీని అయినా తాగించాలి. దాంతో వారికి కావార్సిన అపారం అంది శక్తి లభిస్తుంది. పోషణ సరిగ్గా ఉంటుంది. విరేచనాలు అయిన వారు గంజి నీలీని తాగితే వెంటనే విరేచనాలు తగ్గుటాయి. విటమిన్లు, ఇకర యాంటీఆస్ట్రిడెంట్లు కలిగి ఉన్న గంజి నీరు వర్జు ఆరోగ్యానికి కూడా మంచిది. గంజిలో అల్బాంటన్, యాంటీ బ్యాస్ట్రిటియర్ గుణాలు.. మొలీమలను నివారిస్తాయి. అలాగే ఎమినో యాసిష్ట్ ఉండడం వల్ల..రంధ్రాలను క్లెన్స్ చేసి.. పర్మాన్యూ బిగుతుగా మార్పి, కాంప్లెక్స్ ని పెంచుతుంది. గంజి నీళ్లతో మీ ముఖాన్ని కడుక్కోవడం వల్ల మూసుకుపోయిన రంధ్రాలు తెరుచుకోవడంతోపాటు మొలీమలు రాకుండా ఉంటాయి. ఇది ముఖంపై ఉన్న నల్ల మచ్చలను పోగొట్టి, చర్చం కాంతిపంతంగా, మృదువుగా మారుతుంది. బియ్యం కడిగిన నీటితో ముఖాన్ని శుభ్రం చేసుకుంటే ముఖం కాంతిపంతంగా తయారపడుతుంది. అదేవిధంగా, గంజి నీరు జట్టు రాలడాన్ని నివారిస్తుంది. జట్టు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. కేశ సంరక్షిలో రైన్ వాటర్ ఉపయోగించేదుకు ఒక కప్పు గంజి నీలీలో 20 గ్రాముల మెంతులు అవసరం. రాత్రంతా గంజి నీలీలో మెంతులు నానబెట్టాలి. ఆ మార్పురు ఉదుయం మెంతులను వేరు చేసి గంజిని [స్ట్రె] బాలీలో పోసుకుని జట్టు మీద [స్ట్రె] చేసుకోవాలి. లేదంతే, ఆ గంజినీలీని మొత్తం తలకు పట్టేలా బాగా అపై చేసుకోవాలి. పది నిమిషాలు తర్వాత కడిగేయాలి. కేవలం గంజి నీలీని మాత్రమే తలకు అపై చేయడం వల్ల కూడా జట్టు రాలడాన్ని నివారించవచ్చు. జట్టు పెరుగుదలను ప్రోత్స్థిస్తుంది.

టి, కాంగల్స్ పాయ కలవడనానికి బదులు.. పోల్స్ పశువు పాడి కలవుకుని తాగితే ప్రయోజనాలు పొందవచ్చు. తక్కువ కొవ్వు పాలు తోంగించుకు ప్రయత్నించాలి. టిల్స్ ప్రాటీన్,

**సహజంగా శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ కలగించే
ఆపశిరాలు ఇవే.. తప్పక తీసుకోండి**

నేటి కాలంలో అనేక మంది చిన్న వయసులోనే కొత్తప్రాల్ సమస్యలో బాధపడుతున్నారు. కొత్తప్రాల్ ప్రాథమికంగా ఒక రకమైన లిపిద్. శరీరానికి అవసరమైన విధులు నిర్వహించడానికి ఇది చాలా అవసరం. ఈ కొత్తప్రాల్ శస్త్రజ్ఞున్ పెస్టాన్ వంటి హార్బ్స్‌ఫున్ తయారు చేయడానికి సహాయపడుతుంది. ఈ కారణాల వల్ల శరీరంలో కొత్తప్రాల్ ఉండడం చాలా ముఖ్యం. అయితే దీని పరిమాణం పెరిగితే మాత్రం ప్రమాదమే. మన శరీరంలో చెడు కొత్తప్రాల్, మంచి కొత్తప్రాల్ అనే రెండు రకాల కొత్తప్రాల్ ఉంటాయి. చెడు కొత్తప్రాల్ లేదా మొత్తం పెరిగినప్పుడు అనేక సమస్యలు వస్తాయి. ఈ కొత్తప్రాల్ను తగ్గిచడానికి కొన్ని ఆహాలు తీసుకోవాలి. అవేటో ఇక్కడ తెలుసుకుండా... ఈ రోజుల్లో చాలా మంది ఓట మీల్ తింటున్నారు. ఇందులో కొత్తప్రాల్ను కలిగించి నియంత్రించడంలో సహాయపడే కరిగి షైలర్ ఉంటుంది. ఇందులో మోనోశాచురేప్సి కొవ్వు కూడా ఉంటుంది. అలాగే కొన్ని రకాల పండ్లు కూడా కొత్తప్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. వీలీలో ఉండే యాంటి ఆక్షిడెంట్లు గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉండడంతోపాటు కొత్తప్రాల్ను తగ్గిపోతాయి. యాపిల్స్‌లో షైలర్ పుష్పలంగా ఉంటుంది. ఇది చెడు కొత్తప్రాల్ స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. కాబిలీ రోజుా యాపిల్స్ తప్పక తిఱాలి. రెడ్ మీట్, ఫ్లాష్ పుడ్, జింక పుడ్ వంటి ఆహారాలను పూర్తిగా మానుకోవాలి. అవి కొత్తప్రాల్ను పెంచుతాయి. అలాగే, ప్రాసెన్ చేసిన ఆహారాలు, కేకులు, కుకీలు, వేష్టీలు, జున్సు, నెయ్యి, వెన్న, చీజ్, జామ్ వంటి వాతికి కూడా దూరంగా ఉండాలి. మీగడ పాటు, దానితో చేసిన ఆహారం, నెయ్యి-వెన్న వీలెనంత తక్కువగా తీసుకోవాలి. అలాగే తగినంత నీళ్ల త్రాగాలి. దానితో పాటు క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం తప్పనిసరి. సరైన ఆహారాల అలవాట్లు సగం జబ్బులను వయిం చేసాంది.

గీల్ చరిత్ర స్వాప్నంచే అవకాశం!?

18వ తర్వాత ఇంగ్లండ్‌లో సిలీన్ గెలిచే చాన్స్

విరాగ కోప్పు, ధోనీ టెస్టులలో భారతదేశం అత్యంత విజయమంతమైన కెప్పులలో ఒకరిగా పరిగిచొస్తారు. కానీ వారు తమ నుద్దిర్భు కెరీలో ఒక్కసారి కూడా ఇంగ్లాండ్లో బెస్ట్ సిరీస్‌ను గెలవలేదు. తీవ్ర ఇండియా చివిపిసారిగా 18 సంవత్సరాల త్రితం ఇంగ్లాండ్లో బెస్ట్ సిరీస్‌ను గెలుచుకుంది. ఇప్పుడు 18 సంవత్సరాల తర్వాత, బెస్ట్ జిట్ల కెప్పెన్ శబ్దము గిల్ చరిత్ర స్పష్టింగే ఆవకాశం ఉంది. గిల్ కెప్పెన్‌లీ భారత్ ఇంగ్లాండ్‌తో ఐదు మ్యాచ్ల బెస్ట్ సిరీస్ ఆడాల్ ఉంది. ఇది జూన్ 20 నుంచి ప్రారంభం కానుంది. ఇంగ్లాండ్ సిరీస్‌లో గిల్ తెలిపిసారిగా కెప్పెన్గా

ఆడనున్నారు. అతనికి ఇది అంత నుల్బహం కాదు. కానీ గిర్ జట్టులో కెవర్ లాహుల్, జస్ట్రైట్ బుప్రా, రవీంద్ర జడజ్ఞా వంటి అనుభవప్పులైన ఆటగాళ్లు ఉన్నారు, మ్యాచ్ స్పురాపొన్ని మార్చే సమ్మా కలిగి ఉన్న ఆటగాళ్లు వీక్షణతా. అటువంటి పరిష్కారితి, తీవ్ర ఇండియా ఇంగ్లాండ్కు గట్టి పోతీనిస్తుంది. ఈ జట్టు ఇంగ్లాండ్ను ఓడించి సిరీస్‌ను కూడా గెలుచుకోవచ్చు, ఒకవేళ ఈ జట్టు అలా చేయగలిగితే, 18 సంవత్సరాల తర్వాత భారత జట్టు ఇంగ్లాండ్లో సిరీస్‌ను గెలుచుకుంటుంది. భారత జట్టు చివరిసారిగా 2007లో ఇంగ్లాండ్లో బెస్ట్ సిరీస్‌ను గెలుచుకుంది. అప్పుడు రాహుల్ ప్రవిడ్ జట్టుకు కెప్పేవ్వుగా వ్యవహారించాడు. భారతదేశం, ఇంగ్లాండ్ మర్చు ఐదు మ్యాన్చెల టెస్ట్ సిరీస్ జరగనుంది. ఈ సిరీస్‌లో మొదటి మ్యాన్చె జూన్ 20 నుంచి

ఇంగ్లండ్‌తో పోరుకు సిద్ధమైన యువ అటగాళ్ళ

ಭಾರತ ಕ್ರಿಯೆಲ್ ಜಟ್ಟು ದಾದಾವು ಪ್ರತಿ ಘಾರ್ಯಾಲ್ ಈ ನೆಲ ನುಂಡಿ ಇಂಗ್ಲಾಂಡ್‌ಲ್ ಪರ್ಯಾಯಿನಂಥನುಂದಿ. ಇಂದುಲ್ ಇಂಡಿಯಾ ಸೀನಿಯರ್, ಇಂಡಿಯಾ ಅಂಡರ್-19, ಇಂಡಿಯಾ- ಮಹಿಳಾಕ್ಲ ಜಟ್ಟು, ಇಂಡಿಯಾ ದಿವಾಂಗ್ ಜಟ್ಟು ಉನ್ನಾಯಿ. ಅಯಿತೆ ಇಂಡಿಯಾ- ಪ್ರಯಾಂಬಿ ಜವ್ಪುದು ಮುಗಿಸಿನಂದಿ. ಜ್ಯಾ 20 ನುಂಡಿ ಇಂಡಿಯಾ ಸೀನಿಯರ್ ಜಟ್ಟು ಮ್ಯಾಚೆಲ್ ಪ್ರಾರಂಭಮಾಡುತ್ತಾಯಿ. ಆ ತರ್ವಾತ ಜ್ಯಾನ್ 24 ನುಂಡಿ ಜ್ಯಾಲೈ 23 ವರಕು ಜಿರಿಗೆ ಅಂಡರ್-19 ಜಟ್ಟು ಮ್ಯಾಚೆಲ್ ಪ್ರಾರಂಭಮಾಡುತ್ತಾಯಿ. ಈ ಪರ್ಯಾಯನಕು ಸ್ಪೆಷಲ್ ಅರ್ಟ್ರಾಕ್ಸ್‌ನ್ ಗ್ರಾಹಿತವ್ ಸೂರ್ಯವಂಶಿ, ಕೆಪ್ಲೆನ್ ಅಯ್ಯವ್ ಮಾತ್ರೆ. ಕಾಗ್ ಈ ಪರ್ಯಾಯನ ಕೋನೆ ಜಟ್ಟನು ಪ್ರಕಟಿಸಿದೆ ನಂಗತಿ ತೆಲಿಸಿದೆ. ಅಯಿತೆ ಸೋಮವಾರಂ ಗಾಯಪದಿನ ಇದ್ದರು ಅಟಗಾಳ್ ಸ್ಥಾನಂಲ್ ಕೊತ್ತಲ್ ಅಟಗಾಳ್ನು ಜಟ್ಟಲ್ ಚೇರ್ಪಾರು. ಐವೆಲ್ 2025ಲ್ ಚೆನ್ನೆ ಸೂಪರ್ ಕಿಂಗ್ ತರಪುನ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಂಗಾ ರಾಜೀವಿನ ಅಯ್ಯವ್ ಮಾತ್ರೆ ಭಾರತ ಜಟ್ಟುಕು ನಾಯಕತ್ವಂ ವಹಿಸ್ತಾರು. ಗತ ಐವೆಲ್ ರಾಜಾನ್‌ನ ರಾಯಲ್ ತರಪುನ 35 ಬಂತುಲ್ ಸೆಂಪರಿತ್‌ ಸಫ್ ಸೆಂಪರಿತ್ ಪರುಗಲು ಚೇಸಿನ 14 ಏಕ್ ಪೆಲುದು ಬ್ಯಾಲ್ಸ್‌ಮನ್ ವೈಭವ್ ಸೂರ್ಯವಂಶಿ ಕೂಡಾ ಈ ಜಟ್ಟಲ್ ಉನ್ನಾರು. ಗತ ಸಂಪರ್ತರಂ %ಖಾಜಾಗ %ಲ್ ಜಿರಿನ ಅಂಡರ್-19 ಅಸಿಯಾ ಕವಲ್ ಸೂರ್ಯವಂಶಿ, ಮಾತ್ರೆ ಭಾರತ ರನ್‌ರಾರ್ಪ್ ಜಟ್ಟಲ್ ಕೂಡಾ ಉನ್ನಾರು. ಅದೆ ಸಮಯಂಲ್, ವಿಕೆಲ್ ಕೀಪರ್-ಬ್ಯಾಲ್ಸ್‌ಮನ್ ಅಭಿಜ್ಞಾನ್ ಕುಂಡನು ಜಟ್ಟು ವೈನ್ ಕೆಪ್ಲೆನ್‌ಗಾ ನಿಯಮಿಂಚಾರು. ಈ ಇಂಡಿಯಾ-ಇಂಗ್ಲಾಂಡ್ ಅಂಡರ್-19 ಮ್ಯಾಚ್ ಲಾಫಿಲ್‌ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಂಲ್ 50 ಓವರ್ ಪ್ರಾಕ್ಟಿಕ್‌ನ ಮ್ಯಾಚ್ ಅವಶುಂದಿ. ಆ ತರ್ವಾತ ಪೆಣ್‌, ನಾರ್ತಾಂಪ್ನ್, ವೋರ್ಪ್ರೆಸ್‌ಲ್‌ಲ್ ಏದು ಮ್ಯಾಚೆಲ್ ಯೂತ್ ವನ್ನೆ ಸಿರಿನ್ ಉಂಟಂದಿ. ದೀನಿ ತರ್ವಾತ, ಇಂಗ್ಲಾಂಡ್ ಅಂಡರ್-19ತ್ ರೆಂದು ಮತ್ತಿ-ದೆ ಮ್ಯಾಚೆಲ್ ವರಸಗಾ ಬೆಕೆನ್‌ಪೋಮ್, ಚೆಲ್ಪ್ರೋಥ್‌ಲ್ ಇರುಗುತ್ತಾಯಿ. ಭಾರತ ಅಂಡರ್-19 ಜಟ್ಟು: ಅಯ್ಯವ್ ಮ್ಯಾಚೆಲ್ (ಕೆಪ್ಲೆನ್), ವೈಭವ್ ಸೂರ್ಯವಂಶಿ, ವಿಹೋನ್ ಮಲ್ಲಿತ್ತಾ, ಮೊಲ್ಯೂಜ್ ಸಿಂಗ್ ಚಾವ್ಡ್, ರಾಪುಲ್ ಕುಮಾರ್, ಅಭಿಜ್ಞಾನ್ ಕುಂಡು, ಹಾರ್ಡ್‌ವ್ ಸಿಂಗ್, ಆರ್ವೆನ್ ಅಂಲ್ರಿನ್, ಕನಿವ್ ಚೌಪ್‌ನ್, ಪೊನಿಲ್ ಪಬ್ಲೆಲ್, ಯುಧಾಜಿತ್ ಗುಪ್ತ, ಪ್ರಣವ್ ರಾಘವೆಂದ್ರ, ಮಹುದ್ ಇಜಾನ್, ಅನ್ನೇಲ್‌ತಿತ್, ದಿಪೆವ್, ದಿಪೆವ್, ದಿಪೆವ್, ದಿಪೆವ್, ದಿ.

వన్నే సిరీస్ కోసం ఇంగ్లాండ్ అందర్-19 జట్టు ధామన్ రీవ్ (కెప్టెన్), రాష్ట్ర అల్పర్చ, బెన్ డాకిన్స్, జాడెన్ డెల్స్, రాక్ ఫ్లింటాఫ్, అలెక్స్ ఫ్రెంచ్, అలెక్స్ గ్రెన్, జాక్ పోస్ట్, జెమ్స్ ఇస్ట్రేర్, బిన్ హేయన్, జెమ్స్ మింట్, ఐజాక్ ముహమ్మద్, జోసెఫ్ మూర్స్, నెబ్ మోర్టాన్, అలెక్స్ వేడ్.



A photograph of a young Indian cricketer, likely Hardik Pandya, wearing a blue tracksuit with 'DREAM11' on the chest. He is looking down with his hand on his hip. The background is blurred.



ఖుమ్మాకు తొలి టెస్టులో
విత్తాంతినివ్వండి

ಅಷ್ಟವರ್ಯಾ ಮಾಡಿ ಸ್ವನ್ವಿಂ ಬ್ರಾದ ಹಾಗೆ

ప్రస్తుతం ఇంగ్లాండ్ వర్యటనలో ఉన్న భారత జట్టు. ఆ తీవ్ తో తెలి బెస్టు ఆడెందుకు ఇంకా నాలుగు రోజుల సమయం మాత్రమే ఉంది. ఇప్పటికే కూడా ప్లైయింగ్ లెవన్ పై ఎలాంటి అప్పేల్ లేదు. సాధారణంగా టాన్ వేసిన తర్వాత మాత్రమే ప్లైయింగ్ లెవన్ పై స్పష్టత వస్తుంది. ఈసారి కూడా అదే తరఫోసు తీమిందియూ ఫాలో కావచ్చు. అయితే వర్యటన ప్రారంభానికి ముందు నిర్వహించిన మీదియూ సమావేశించి చెప్పినట్లుగా స్టార్ వేసర్ జన ట్రైట్ బుప్రా ఈ సిన్ లో కేవలం 3 మ్యాచ్ లు మాత్రమే ఆడే అవకాశముంది. అయితే తన ఏమీ బెస్టుల్లో బరిలోకి దిగాలనే దానిపై తీవ్ మేనేజ్మెంట్ ముఖ్యగులాలు పడుతోంది. తాజాగా దినిపై ఆప్ట్రైలియా మాలీ స్పిన్సర్ బ్రాడ్ పార్క్ వ్యాఖ్యానించాడు. ఫలనా బెస్టుల్లో అడించాలని తీమిందియాకు సూచించాడు.. బుప్రాకు తెలి బెస్టులో విట్రాంతించి, తర్వాత జరిగే రెండు బెస్టుల్లో ఆడిస్తే బాగుంటుందని పార్క్ తెలిపాడు. ఇందుకు సంబంధించిన హ్యాచ్స్ న్యూ కూడా వివరించాడు. తొలి బెస్టులో బుప్రా లేకపోవడం వల్ల అతనికి తగినంత విట్రాంతి లభిస్తున్నదని, తొలి బెస్టు ఘటితంతో రెండో బెస్టుల్లో బరిలోకి ఎలా ఆడాలనేడనిపై ఒక స్పష్టత వస్తుందని పేర్కొన్నాడు. ఇక బుప్రా వరుసగా రెండు బెస్టుల్లో బరిలోకి దిగితే ఇంగ్లాండ్ జట్టు ఒత్తలించి పడిపోతుందని, దారంతో తీమిందియా పని కాస్ట్ సులభం అవుతుందని వ్యాఖ్యానించాడు. ఆ తర్వాత మిగిలిన రెండు బెస్టుల్లో ఏ బెస్టుల్లో ఆడించాలనేది తీమిందియూ మేనేజ్మెంట్ నిర్ణయం అప్పటి పరిశీలను బట్టి తీముకోవాలని సూచించాడు. 32 వికెర్చులో తేస్ ను వచ్చికించాడు. అయితే ఐదో బెస్టుల్లో గాయపడి దాదాపు నాలుగు సెలలపాటు క్రికెట్ కు దూరమయ్యాడు. అందువేత అతనిపై వర్న్ లెడ్ పడకుండా, తెలివింగ్ కొన్స్ మ్యాచ్ లో అడించాలని తీవ్ మేనేజ్మెంట్ భావిస్తోంది. అన్ని అనుకున్నట్లు జరిగితే ఈ టూర్ లో మూడు మ్యాచ్ ల్లో మాత్రమే బుప్రా ఆడనున్నాడు. ఇక ఈ టూర్ ద్వారా భారత 37వ బెస్టు కెప్పెన్ గా శుభమాన్ గిల్ నిలవున్నాడు. రోహిత్ శర్మ నుంచి తను వారసతాప్స్ న్యూకరించనున్నాడు. రోహిత్ తో పాటు విరాట్ కోహ్ల్ కూడా బెస్టులకు రిటైర్మెంట్ ప్రకటించి కేవలం వశ్వేలు మాత్రమే ఆడుతున్న సంగతి తెలిసిందే. దీంతో వీరిద్దరి స్నానాలను భర్తీ చేయాలని పలుపురు క్రికెటర్లు తపూతహాలాడుతున్నారు. ముఖ్యంగా కరుణ నాయర్ లాంటి వెరుర్న క్రికెటర్ చాలా కాలం తర్వాత వచ్చిన అవకాశాన్ని రెండు చేతులా యూఎస్ చేసుకుని, జట్లో తన స్థానాన్ని మరింత పదిలం చేసుకోవాలని భావిస్తున్నాడు. అలాగే మరికొంత మంది తమ లక్ష్యము పోల్చించుకోస్తున్నారు.

5 బంతుల్లో 5 వికెట్లు..

సత్తాచాటిన స్పెన్సర్ బిగ్వేచ్ రాల్

లభ్యన్నా సూపర్ జెయింట్ స్పీస్చుర్ దిగ్స్‌క్రెట్ రారి
మరోసారి వార్తల్లోకెక్కాడు. అయితే ఈసారి తన ఆద్యుత
ప్రదర్శనతో వార్తల్లో నిలివాడు. అతడు 5 బంతుల్లోనే 5
వికెట్లు పడగొట్టి బొా అనిపించాడు. దీనికి సంబంధించిన
వీడియోను లభ్య?నన్నా టిఎస్ సంజీవ్ గౌయింకా సోషల్
మీడియాలో పేర్ చేశారు.ఒక స్టోనిక టీ20 లీగ్స్‌లో
సోపారం జరిగిన మ్యాచ్?లో స్పీస్చుర్ దిగ్స్‌క్రెట్
అదగొట్టాడు. ఈ లెగ్స్‌స్పీస్చుర్ వరుసగా 5 బంతుల్లో 5
వికెట్లు పడగొట్టి సత్తా చాటాడు. దిగ్స్‌క్రెట్ స్పీన్ మారుకు
నలుగురు బ్యాటర్లు క్లిన్ బొల్ల్ అవ్వగా, ఒక ప్లేయర్
ఎల్?బీడబ్బుగా పెచిలియన్ చేశాడు. ఈ మ్యాచ్?లో
నాలుగు ఓవర్ల తన స్పోల్?లో దిగ్స్‌క్రెట్ 28 పరుగులిచ్చి
మొత్తం 7 వికెట్లు నేలకూల్చాడు.దీంతో దిగ్స్‌క్రెట్ సూపర్
పూర్వీన్?ను మెచ్చుకుంటూ లభ్యన్నా యజమాని
సంజీవ్ గౌయింకా అతడి బొలింగ్ వీడియోను సోషల్
మీడియాలో పేర్ చేశారు.స్టోనిక టీ20 లీగ్స్‌లో దిగ్స్‌క్రెట్ 5
బంతుల్లో 5 వికెట్లు తీసిన వీడియో ఇది. అతడికి ఇలాంటి
స్ఫూర్ట్ ఉండడం వల్లే ఐపీఎల్ - 18లో లభ్యన్నా సూపర్
జెయింట్ తరఫున సత్తా చాటి వెలుగులోకి వచ్చాడు' అని
గౌయింక రాసుకొచ్చారు. 'దిగ్స్‌క్రెట్ రాతి 5 స్పార్స్?' అని
లభ్య?నన్నా సూపర్ జెయింట్? సోషల్ మీడియా ఎవ్వ?లో
ట్రైట్ చేసింది. కాగా, ఇటీవల ముగిసిన ఐపీఎల్?లో
దిగ్స్‌క్రెట్ తన ప్రదర్శనతో కంటే వివాదాలతోనే ఎక్కువగా
ఫ్లేమన అయ్యాడు. వికెట్ పడగొట్టిన అనంతం అతడు
చేసుకునే స్పీస్చుర్ సెలట్రైప్స్? కాంట్రపరీ అయ్యాంది.
దీంతో ఐపీఎల్ అడ్జెషన్ కమిటీ అతడికి మాడుసార్లు
పైన్ కూడా విధించింది. ఓవరాల్?గా ఈ సీజన్?లో
దిగ్స్‌క్రెట్ 13 మ్యాచ్?ల్లో 14 వికెట్లు పడగొట్టాడు.
2024లో జరిగిన ముగావేలంలో లెగ్ స్పీస్చుర్? దిగ్స్‌క్రెట్?ను
లభ్య?నన్నా సూపర్ జెయింట్ ప్రాంతచేసే రూ.30 లక్షలకు
కూడాగోలా చేసింది.

గంభీర అటగాళ్లను మేనేజ్ చేయలేకపోతున్నాడు

వ్యాపాలు రచించడంలో కోచ్‌గా

గంభీరకు తిరుగులెదు

మాజీ క్రికెటర్ దినేన్ కార్ల్ అస్కికర వ్యాఖ్యలు

ఆంగ్దండతో పదు పెస్టీల సిరీస్కు టీమిండియా సిద్ధప్పొంది. శుక్రవారం నుంచి లీడ్స్ వేదికగా జరిగే శాలి మాయాహో ఈ సిరీస్కు తెరలేవనుంది. ఈ సిరీస్తోనే వరద్ద పెస్టీ ఛాంపియన్స్‌విష 2027 ప్రారంభం కానుంది. విఱత్ కోప్స్, రోహిత్ శర్మ పెస్టీ క్రికెట్కు ఇట్రైంబ్ ప్రకటించిన నేపథ్యంలో ఈ సిరీస్‌పై సర్వత్రా ఆసక్తి నెలకొంది. మరోవైపు కోచ్గా గంభీర్కు ఈ సిరీస్ పరీక్షగా నిలవనుంది. గంభీర్ కోచ్గా బాధ్యతలు చేపట్టిన తర్వాత టీమిండియా ఛాంపియన్స్ ప్రోఫీ గిలిచినా.. పెస్టీ క్రికెట్లో ఘోర పరాజయాలను చవిచూసింది. గంభీర్ పరువేక్షకాల్లో బంగార్డెట్తో పెస్టీ సిరీస్ గిలిచిన టీమిండియా.. న్యాజిలాండ్తో సాంతగుణపై మాడు పెస్టీల సిరీస్లో క్లింస్‌స్వీట్ అయ్యాంది. ఆష్ట్రేలియాతో బోర్డ్ గవాస్టన్ ప్రోఫీని 1-3తో కోల్చేయింది. ఈ పరున పరాజయాలతో దబ్బుల్చిని పైనల్ బెర్తను చేజార్పుకుంది. ఈ క్రమంలోనే గంభీర్ కు చిగింపై తీడు విమర్శలు వచ్చాయి. తాజాగా గంభీర్ కోచింగ్ గురించి మాట్లాడిన టీమిండియా మాజీ క్రికెటర్ దినేక్ కార్కెట్ ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేశాడు. వ్యాప్తిలు రచించడంలో కోచ్గా గంభీర్కు తిరుగులేదని, కానీ అటగ్గాలు సరిగ్గా కేంక్రమేగ్గా ఉండునాదిని, ఇదే లంతి కోన్సింగ్‌లో లోపందా



మారిందన్నాడు. ఈ ఒక్క విషయాన్ని గంభీర్ సరిచేసుకోవాల్సిందన్నాడు. హృషిత్కరంగా గౌతమ్ గంభీర్ చాలా మంచి కోట్. అటగాళ్ళను మేసేచ్ చేసే విషయంపై అతను మరింత ఫోకస్ పెట్టాలి. కానీ అతని గురించి చెప్పాల్సిన విషయం ఏంటంటే.. తన అటగాళ్ళ కోసం ఎదురు చూస్తాడు. అయితే కెప్పెన్గా దూకుడుగా ఉన్నట్లు కోచ్చగా ఉంటానంటే కుదురదనేది నా వ్యక్తిగత అభిప్రాయం.

ప్రదర్శన చేస్తారని నమ్మి మైదానంలోకి పంపించాల్సి ఉంటుంది. కోనగా ఇది అతిపెద్ద సవాల్సిని కార్బ్రిక్ అభిప్రాయపడ్డాడు. ఇప్పటిలేకి జట్టుపై ఘృతి అధిపత్యం చొయిస్తున్న గంభీర.. సినియర్ అటగార్డింగర్ల్స్ ఒకాక్షరిగా జట్టుకు దూరం చేస్తున్నాడనే విమర్శలు ఎదుర్కొంటున్నాయి. ఈ క్రమంలో అతను విజయాలు సాధించకపోతే ఈ విమర్శలు మరింత వీరించే విషయాలు ఉన్నాయి.

မြန်မာ



ఎండాకాలం ప్రీడ్స్ లో వ్యాసిష్ట
వాటర్ బాటిల్ పెట్టేవాలికి
ఘాకింగ్ న్యూన్..

వార్లడ్‌త మరణం గ్యాంట!

ఈ ర్షుల్లో ప్లాస్టిక్ వాటర్ బాటీళ్లు వాడకం ఏపిరింగ్‌గా పెరిగింది. నీను బాటీళ్లో కూడిన వాటర్ బాటీళ్లు మార్కెట్లో చాలా రకాలుగా అందుబాటులో ఉన్నప్పటికీ, ఎక్కువమంది ఇంట్లో ప్రైవ్‌లో ప్లాస్టిక్ బాటీళ్లునే ఎక్కువగా వాడతారు. దీనికి కారణం, నీను బాటీళ్లను తీసుకోవడం చాలా భర్తిదేనది. అలాగే వాలిని తీసుకున్న తరువాత కూడా చాలా జాగ్రత్తగా మానుకోవాలి ఉంటుంది. ఎందుకంటే అవి పగిలిపోతాయి. కానీ ప్లాస్టిక్ బాటీళ్లు ధర చోకగా ఉంటుంది. కింద పద్ద కూడా అంత సులభంగా పగలవు. అందుకే ఎక్కువ మంది వీటిని వినియోగించడానికి త్రి చేస్తుంటారు. కానీ ఈ ప్లాస్టిక్ బాటీళ్లు వాడకం కొన్ని ఆరోగ్య ప్రమాదాలకు దార్శిస్తుంది. అవి మన ఆరోగ్యాన్ని ప్రతికూలమైన ప్రభావాన్ని చూపిసాయి. అవేంటో ఈ సోరీలో తెలుసుకుండా రంగి. ప్లాస్టిక్ బాటీళ్ల వాడకం పల్ల వచ్చే ప్రమాదాలు ప్లాస్టిక్ బాటీళ్లను ప్రస్తుత కాలంలో ఎన్నో రసాయనాలు వాడి తయారు చేస్తున్నారు. వాలి మనం ప్రతిరోజు వాడే విధానం, వాటిలోని రసాయనాలు కరిగి మన శరీరంలోకి చేరే అవకాశం ఉంటుంది. అలాగే అందులోని బ్లౌక్‌రియా, ప్రమాదకరమైన ప్లాస్టిక్ కణాలు అంతా మన శరీరంలోకి చేరి.. ప్రమాదకరమైన క్యాస్టర్, ఇతర రోగాల బాధిన పద్ధ అవకాశాన్ని సృష్టిస్తాయి. అందుకే ప్లాస్టిక్ బాటీళ్లను వాడడం ఆసేది అత్యంత జాగ్రత్తగా చేయాలిన ప్రక్రియ. ఈ రెండు తప్పులు చేయకుండా ఉంటో, మట్టి కుండలోని నీళ్లు చల్గా మారుతాయి!“ ప్లాస్టిక్ బాటీళ్లను వాడినప్పుడు తీసుకోవాలిన జాగ్రత్తలు: బాటీళ్లను తరచూ మార్చడం: ప్రైస్‌లోని ప్లాస్టిక్ బాటీళ్లను ఎప్పులికప్పుడు మారుస్తూ ఉండాలి. ఒకే బాటిల్ను చాలా కాలం వాడడం పల్ల, అది మురికితో నిండిపోతుంది. అలాగే అందులో బ్లౌక్‌రియా పెరుగుతుంది. అలాగే, ప్లాస్టిక్ బాటీళ్లలోని రసాయనాలు నీటిలోకి లీక్ అవటం పల్ల.. అందులోని ఆరోగ్యానికి హస్తికరమైన పదార్థాలు శరీరంలోకి ప్రవేశించవచ్చు. “తరచుగా శుంగారంలో పాల్గొంటే ఈ అరుదైన వ్యాధి వసుందట.. లక్ష్మాలు ఎలా ఉంటాయింటే?“ ఎన్ని రోజుల్లో ప్లాస్టిక్ బాటీళ్లు మార్చాలంటే సాధారణంగా, ప్లాస్టిక్ బాటీళ్లను 6 నెలలలోపు మార్చడం మంచిది. కొన్ని అధిక నాయ్యత కలిగిన ప్లాస్టిక్ బాటీళ్లు 12 నెలల పరక వాడొచ్చు. అయితే, బాటిల్ పగిలిపోయినట్టయితే, దుర్మూసన వచ్చిందని గమనిస్తే వెంటనే మార్చాలి. గ్లోన్ పురియు స్టైల్‌లెన్ స్లీర్ బాటీళ్లు గ్లోన్ వాలర్ బాటీళ్లు, సాధారణంగా, 2-3 సంపత్సుల తర్వాత కచ్చితంగా మార్చాలిన అవసరమైతే ఉంటుంది. ఇవి స్లీరుమైన పదార్థాలతో తయారు కావడంతో పాటు తొందరగా పాడవకోవడంతో వాలిని ఎక్కువగా కాలం వినియోగించుకునేందుకు ఆస్సార్పం ఉంటుంది. ప్రతిరోజు శుభ్రం చేయడం బాటీళ్లను స్టైన పద్ధతిలో శుభ్రం చేయడం చాలా ముఖ్యం. ప్రతి రోజు వాలిని వేడి నీలి మరియు సబ్బుతో శుభ్రం చేయడం పల్ల అందులో పొనే నీరు కూడా పరిపుత్రంగా ఉంటుంది. ప్లాస్టిక్ బాటీళ్లకు ప్రత్యామ్మాయాలు: గ్లోన్ బాటీళ్లు: గ్లోన్ బాటీళ్లను ఉపయోగించడం చాలా మంచి ప్రత్యామ్మాయం. ఇవి లీక్ జి సమయి లేకుండా, ఆరోగ్యానికి ప్రమాదకరం కాని పదార్థాలను విడుదల చేయవు. స్టైల్‌లెన్ స్లీర్ బాటీళ్లు: ఇవి కూడా మంచి ఆప్స్టి. ఇవి ర్షుధంగా ఉండి, ఎక్కువ కాలం వాడటానికి సరైనవి. ఇవి పగిలిపోవడం లేదా లీక్ అవడం చాలా అరుద. తగిన జాగ్రత్తలు ప్లాస్టిక్ బాటీళ్లలో నీటి నిల్చ చేయడానికి, మంచి నాయ్యత కలిగిన బాటీళ్లను మాత్రమే తీసుకోవడం మంచిది. బాటీళ్లను మూసిపేసి ఉంచుకోవడం పల్ల బయలు జంతువులు, ధూళి, కురువులు వాలిలో చేరుకుండా ఉంటాయి. నీనా లేదా స్టైల్‌లెన్ స్లీర్ బాటీళ్లలోనే నీటి నిల్చ చేయడం ఆరోగ్యానికి ఎంతో మంచిది.

రంగురంగుల ఆహాలతో ఆరోగ్యం పదిలం..!

మనం తినే ఆహారంలో వివిధ రకాల పోషకాలు సమతల్యంగా ఉన్నప్పుడే ఆరోగ్యంగా జీవించగలుగుతాం. అందుకే పోషకాపోర నివుణులు మనం తినే ఆహారంలో అన్ని రంగుల్లోని పండ్లు, కూరగాయలు ఉండాలంటున్నారు. ముఖ్యంగా రెయిన్సోఫ్(బిందు ధనుస్సు) డైట్ ఫాలో అప్పాలని చెబుతున్నారు. ఏంటేది అనేకదా...! ఏం లేదంటే ఇంద్రధనుస్సులోని ఏడు రంగుల్లో ఉండే కూరగాయలు, పండ్లు తీసుకుంటే అన్ని రకాల పోషకాలు శరీరానికి అందడమే గాక పక్కటి అరోగ్యం కూడా మన సొంతం అప్పుతుందని చెబుతున్నారు. ఈ డైట్ వల్ల జీవితకాలాన్ని పొడిగించుకోవచ్చని అంటున్నారు. అలాంటి ఈ రెయిన్సోఫ్ డైట్లో రంగుల వారీగా ఉండే కూరగాయలు, పండ్లు వృక్షరకఱ, వాటి ప్రయోజనాలు గురించి సవివరంగా తెలుసుకుండామా..! ఇంద్రధనుస్సులో ఏడు రంగులు ఉంటాయని మనకు తెలుసు. అలాగే రెయిన్సోఫ్ డైట్ అంటే ఎరువు, పసుపు, ఊడా, ఆకుపచ్చ, నారింజ వంటి వివిధ రంగుల్లో పండ్లు, కూరగాయలను కలిగి ఉంటుంది. అందులోనే ప్రతి రంగుతో కూడిన కూరగాయలు, పండ్లు ఎన్నో అరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. అవేంబో చూద్దామా..! రెడ్ ఫుట్స్: ఇవి ట్రైక్సోఫీవీ వంటి యూసోఫీక్సీడెంబ్లుతో నిండి ఉంటాయి. అందువల్ల ఇవి గుండె ఆరోగ్యాన్ని ప్రోత్సహించడమే గాక కేస్పర్ల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయి. ఈ రంగు కూరగాయలు, పండ్లు ప్రోట్సైట్, మూత్ర నాళం, దీపేన్వి ఆరోగ్యానికి మద్దతు ఇస్తాయి. అందువల్ల ఎరువు రంగుల్లో ఉండే యాపిల్స్, చెర్రీన్, నారింజ, బైట్రీలు, వుప్పకాయలు, ఎర్ర ద్రాక్ష, బీటర్చాటలు, టమాటాలు మొదలైస్వ తప్పక తినుమని నివుణులు చెబుతున్నారు. గ్రీన్ పుడ్డు, కోర్కోఫిల్ వుప్పుల్ంగా ఉండటం వల్ల ఇవి శరీరాన్ని నిర్విష్టరకఱ చేసి జీర్ణక్రియకు తోడ్పడతాయి. అలాగే శరీరానికి కావాల్సిన రోగినిరోదక శక్తిని పెంచుతాయి. ఈ ఆహారాలు కంటి, ఊపిరితిత్తులు, కాలేయం, కణాల ఆరోగ్యానికి తోడ్పడతాయి. త్వరగా గాయలు నయం అప్పడంలో, విగుళ ఆరోగ్యంలో సహాయపడతాయి.

మైర్నేస్ తలనొప్పి వేధిస్తుందా? అయితే ఈ జాగ్రత్తలు తీసుకోండి



అవకాశం ఉంది. పైగ్రీన్ నివారణ మార్గాలు నియంత్రిత జీవన్సైలి, ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం, సమయానికి నిద్రపోవడం, ఒత్తిడినీ తగ్గించడం వంటి మార్పులు పైగ్రీన్ ను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. ప్రతిరీళ్ళా యోగాసనాలు, ధ్యానం చేయడం వల్ల పైగ్రీన్ తీవ్రత తగ్గి అవకాశం ఉంది. ఎక్కువ నీరు

తాగడం, తొందరగా జీర్ణం అయ్యే తేలికపాటి ఆహారం తీసుకోవడం మంచిది, రాత్రి సమయంలో ఆలస్యం చేయకుండా తొందరగా భోజనం చేసే తగినంత విశాంతి తీసుకోవడం కూడా మైగ్రేన్ ను తగ్గించడానికి దోహరం చేస్తుంది.

తెమన్‌గ్రాన్ టీఎస్ ఎన్‌ లాభాల్ తెలుసా..!



మనం ఎన్నో రకాల తీల గురించి వి వాటిలో కొన్ని ఆరోగ్యకరమైన గ్రీన్ తీల పలు పానీయాలు గురించి కూడా వి అలాంటి కోవకు చెందిన నిష్పుగ్గిలే తీల గురించి విన్నారా. దీని వల్ కూడా ఎ ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని చెబతున్నారు నిష్పణలు. జీర్ణక్రియ ద నుంచి బరువు తగ్గడం, రోగ నింధక పరకు ఎన్నో రకాల ఆరోగ్య ప్రయోజన అందించగలదు ఈ తీల. అలాంటి ఈ లెపున్గ్రాన్ తీని ఎలా తయారు చేసాడో దీని వల్ కలిగే లాభాలేంటో సివివరం తెలుగుకూడాఏదు ! లైన్క గ్రేట్ తీల్

తయారీ విధానం.. కావాల్సినవి; నీళ్ళు: నాలుగు కప్పులు, నిమ్మగడ్డి: మూడు కాడలు (పచ్చివి), తేనె: మూడు చెంచాలు (బెల్లం కూడా వేసుకోవచ్చు) తయారీ: ముందుగా గిస్తోలో నీళ్ళ పోసి శ్చా మీద ఉంచి బాగా మరిగించుకోవాలి. అందులో నిమ్మగడ్డి వేసి మరో పది నిమిషాలు మరిగించి, ఆవిరి బయలుకి రాకుండా మాత్రపెట్టియాలి.
కప్పులో తేనె వేసుకొని, తేనిటిని అందులోకి వదకట్టుకోవాలి. చక్కని పరిమళంతో పనందెన నిమ్మగడ్డి తీ రెడీ! మరుమేగుసు బెల్లం ఉపయాగినిచూచు లేదా వేయకుండా తీర్చుకోవనూ ఔర్చోగ్ని ప్రార్థించాలూ గీతిని

ఉండే సిట్రల్ జెర్నియల్ గుండె జబ్బులు,
 ప్రోట్క్లు వంటివి రాకుండా కాపాడుతుంది
 యూంటీ కేస్పర్ సామర్థ్యాలను కలిగి ఉంది
 లెమన్ గ్రాసలో ఉండే షైఫర్ గుణాలు
 కేస్పర్తో పోరాడటంలో సహాయపడతాయి
 సెల్ డెక్కు కారణమయ్యే వాలీని
 నివారించేలా రోగ నిఱోధక శక్తిని పెంచి
 కేస్పర్తో పోరాడగలిగే శక్తిని ఇస్తుంది.
 గ్యాట్ట్క్ అల్పర్స్ట్రక్ వ్యక్తిరేకంగా
 ప్రభావపంతంగా ఉంటుంది. రక్తపోటుని
 తగ్గించడంలో సహాయపడతుంది.
 అంతేగాదు ఇందులో పొట్టాపియం ఎక్కువు
 ఉండటం వల్ల నిమ్మర్సనం మూత్ర ఉత్పత్తిని
 పెంచి రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది. కొల్పొస్ట్రో
 తగ్గించడంలో సహాయపడతుందిలిఖితు
 తగ్గంలో సహాయపడతుంది, జీవకీయుని
 నియంత్రిస్తుంది. శరీరం నుంచి అదనపు
 వ్యుత్తాలను తొలగించి జీవకీయును
 వేగవంతం చేస్తుంది. రుతుక్రమంలో
 ఎదురయ్యే అధిక రక్తపొపం వంటి
 అసాకర్యాలను తగ్గిస్తుంది. ఇది ఎంత
 సురక్షితమైనదైనప్పటికీ అతిగా తాగితే
 దుష్ప్రభావాలను ఎదుర్కొనక తప్పదు.
 అవేంటంటే.. తల తిరగడం, ఆకలి పెరగడ
 నోరు పొడిబిటాడం, తరుచుగా
 మూత్రవిస్థర్ణ, అలసట, దధ్వర్ణ, దురద,
 శ్వాస ఆడకపోవడం, వేగవంతమైన హృద
 స్పందన వంటి అలల్సీలు వచ్చే అవకాశాలు
 ఉంటాయి. ఒకవేళ గర్జుతిగా ఉన్నట్టియిం
 వాళ్లలో తక్కువ హృదయ స్పందన రేటు
 లేదా తక్కువ పొట్టాపియం స్థాయిని కలిగి
 ఉంటే ఎల్లిపరిస్థితుల్లో లెమన్ గ్రాన్ లీని
 ఆశక్తాగుర్తు

రాజనొన్ని ఒలకబోస్తున్న
కీస్టల్.. మార్చుల్ టీ పాట సెట్లు

సూరిన పచ్చడి తీణి పెట్టాలన్నా, పులును
కాబిపెట్టాలన్నా ఒకప్పుడు రాతిచిప్ప ఉండేది.
గల్లుపు ఇల్లా అదే. ఈ తరం మరిపిపోయిన
ఆ రాతి పసువు తరపోలోనే క్రిస్తుల్, మార్యుల్
తీ పాట్ సెట్లు పసున్నాయిప్పుడు. రకరకాల
రాళ్తో చేసిన ఇవి రంగుల్లో, ఆకర్షణీయంగా
కనిపించడమే కాదు 70% ఘనంగా రాజసాన్సీ
ఒలకపోస్తున్నాయి. వీలిలో తీ తాగడం
మనసుకు ఉత్సాహాన్ని కాదు, సాంతృప్తాన్ని
ఇస్తుందని నమ్మేవాళ్లు ఉన్నారు. ఆ
సంగతులేంటో మనమూ చూద్దాం. కొత్తతరం
ఎప్పిలికప్పుడు కొత్తదాన్ని కోరుకుంటానే
ఉంటుంది. అయితే నేల విధిచి సాము
చేయకుండా, పాత కొత్తల మేళవింపుగా
ముందుకు వెళ్లడం అన్నది ఇంటీరియర్ నుంచి
ఇంట్లో పస్తువుల దాకా అన్నింటా ట్రీండుగా
మారింది. ఆ కోవలోనే క్రిస్తుల్, మార్యుల్ తీ
పాట్ సెట్లని చెప్పుకోవచ్చ, సహజ రాళ్తో
తయారైన ఇవి మామూలు పింగాణి కప్పులతో
పోలిస్తే చూసేందుకు భిన్నంగా, అందంగా
కనిపిస్తాయి. నేలలో దొరికే విభిన్న రంగుల
రాళ్లు, ఉపరత్యాలతో ఈ టీ పాట్లు, కప్పు
సాన్సర్ సెట్లను తయారు చేస్తున్నారు. తెలుపు
లేత గులాబీ మొదలు నారింజ, నీలంలాంధి
నిండైన రంగుల దాకా ఉంటున్నాయిందులో.
రాయి అంతా గీతలు ఉస్పట్టు కనిపించి, వివి
వరజ్ఞల్లో దొరికే ఒక రకం నపాజ రాయి ఆనికి
కూడా ఈ కోవలో ఉంది. అంతేకాదు, కాప్ట్రీ
క్రిస్తులతోనూ, గ్రీన్ మార్యులతోనూ కూడా ఈ
టీ సెట్లను తయారు చేస్తున్నారు.

డీలాపడిన ఎగుమతులు.. గత నెలలో 2.17 రొతుం పతనం

స్వాధీనీ : వరుసగా రెండు నెలలుగా పెరుగుతూ వచ్చిన ఎగుమతులు మళ్ళీ దీలాపడ్డాయి. గడిచిన నెలకుగాను ఎగుమతులు 2.17 శాతం తగ్గాయి. క్రితం ఏడాది ఇదే నెలలో నమోదైన ఎగుమతులతో పోల్చిన్నిటి 38.73 బిలియన్ డాలర్లకు పరిమితమయ్యాయని కేంద్ర ప్రభుత్వం తొలాగా విడుదల చేసిన నివేదికలో వెల్లిపించింది. ఇదే నెలలో దేశీయ దిగుమతులు కూడా ఏడాది ప్రాతిపదికన 1.7 శాతం తగ్గి 60.61 బిలియన్ డాలర్లకు పరిమితప్పుంది. దీంతో వాటిజ్యులోటు(ఎగుమతులు-దిగుమతుల మధ్య వ్యతాపం) 21.88 బిలియన్ డాలర్లగా నమోదైనది. క్రితం ఏడాది ఇదే నెలలో 22.51 బిలియన్ డాలర్లగా ఉన్న వాటిజ్యులోటు..ఎప్రిల్ నెలలో 26.42 బిలియన్ డాలర్లగా నమోదైనది. పసిడి, క్రూడాయిల్ దిగుమతులు తగ్గమథం పట్టాయి. ప్రస్తుత ఆర్డిక సంవత్సరం తోలి రెండు నెలలు(ఎప్రిల్ నుంచి మే వరకు) ఎగుమతులు 3.11 శాతం పెరిగి 77.19 బిలియన్ డాలర్లకు, దిగుమతులు 8 శాతం ఎగుఖాకి 125.52 బిలియన్ డాలర్లకు చేరుకున్నాయి. దీంతో వాటిజ్యులోటు 48.33 బిలియన్ డాలర్లగా నమోదైనది. అంతర్జాతీయ దేశాల్లో అనిచ్చిత పరిస్థితులు నెలకొనడం, ముఖ్యంగా ఇరాన్-ఇక్రాయిల్ దేశాల మధ్య యుద్ధమేఘాలు కమ్యూకోవడంతో దేశీయ ఎగుమతులుపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపాయి. గత నెలలో బియ్యం, ఇనుప ఫినిజిం, జమ్మీ అండ్ జ్యువెల్రీ, ఇంజినీరింగ్, పలు బెక్స్‌ప్రైస్

పడిపోయాయి. దీంతోపాటు పెద్దలియం
ప్రాచ్ఛ్య ఎగుమతులు కూడా 30 శాతం
పడిపోయి 5.6 బిలియన్ డాలరకు

పరిమితమయ్యాయి. ఇదే నెలలో క్రూడాయి
దిగుబట్టులు 26.14 శాతం తగి 14.75
బిలియన్ డాలరకు పరిమితమవగా, గోల్

దిగువుతలు 12.6 శాతం తగి 2.5 బిలియన్ దాలర్లుగా నమోదుయ్యాయి.

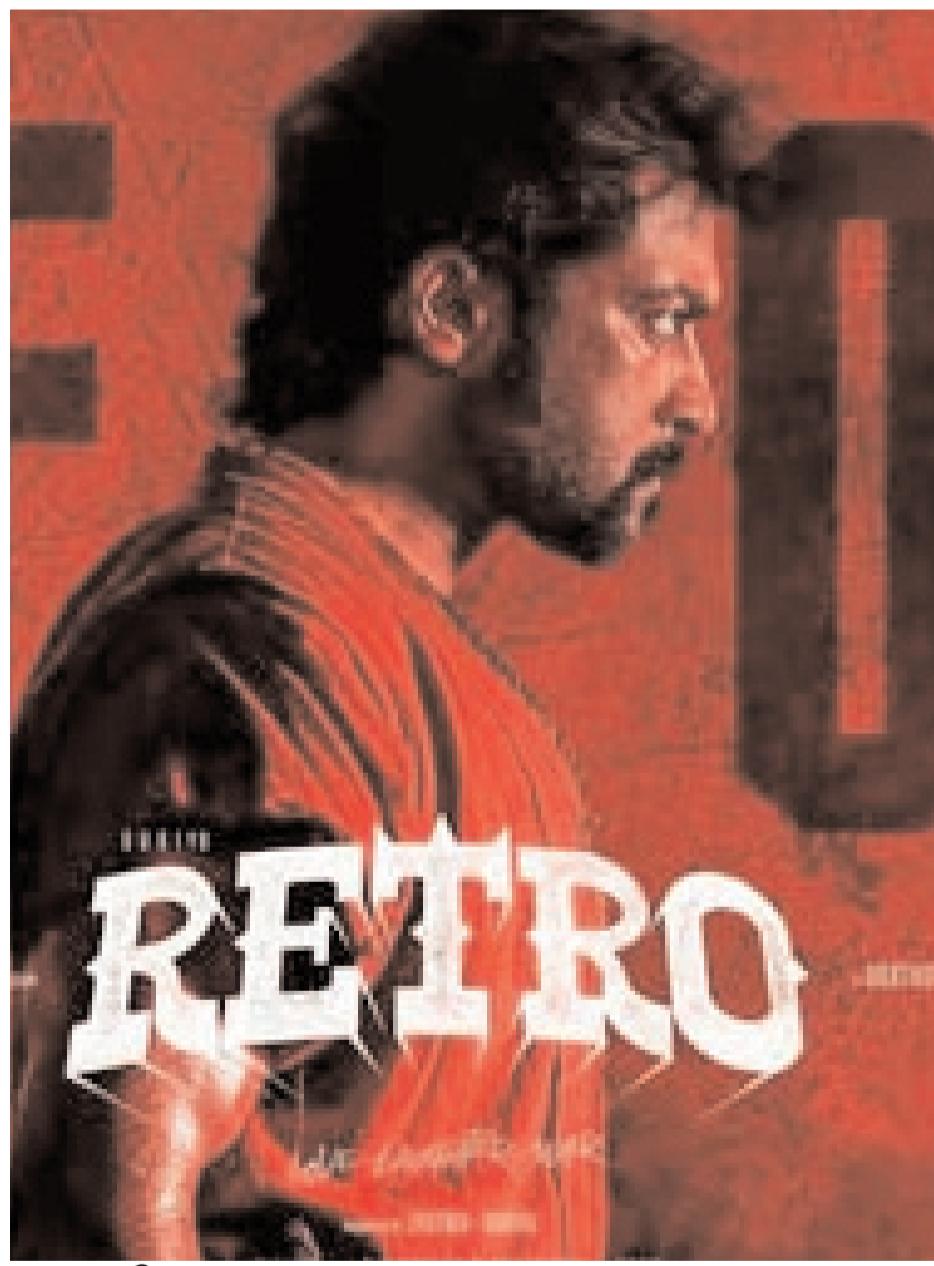




విజయ్ సేతుపతి, పూరి సినిమా

టీవులో చేరిన సంయుక్త

ఇయిమ సేతుపతి హీరోగా దర్శకుడు పూరి
జగన్నాథ్ ఓ సినిమా రూపొందిస్తున్నారు. ఈ క్రేచీ
ప్రాజెక్ట్లో నటి సంయుక్త జాయిన్ అయినట్లు
తెలుపుతూ తీవ్ర ఎక్స్‌లో పోస్ట్ పెట్టింది. ఆమ
నడకలో హండాతనం.. కళల్లో ఆగ్రహం.. అంటూ
సంయుక్తకు స్టోగ్తం పలుకుతూ ఆమతో దిగిన
భార్టోను వంచుకొన్నారు. ఇందులో ఆమ పాత్ర
కీలకంగా ఉండునున్నట్లు వెల్లించారు. ఇప్పటికే ఈ
సినిమాలో సీనియర్ నటి టిబు భాగమైన విషయం
తెలిసిందే. ఇక ఈ చిత్రానికి 'బెగర్' అనే తైలిర్లను
పరిశీలిస్తున్నట్లు మొన్నెలవరకూ వార్తలు వచ్చాయి.
తాజాగా 'బ్లూండెఫై' అనే తైలిర్లను భారు
చేసినట్లు ప్రవారం జరుగుతోంది. దీనిపై అధికారిక
ప్రకటన కోసం అభిమానులు



రట్టో సీలన్ వర్షాన్ విడుదలకు యోచన

తమిళ సూపర్ స్టార్ సూర్య నటించిన సూపర్ హిట్ చిత్రం రెల్వో. కార్బీక్ సుబ్రాజు దర్జకత్తుం వహించిన ఈ లొమాంబీక్ యాక్స్ న్డ్రామాలో పూజా హెగ్గె హీరోయిన్గా నటించగా, తేయ ప్రత్యేక గీతంలో కనిపించారు. 65 కోట్ల బ్లాడెర్టోల్ రూపొందిన ఈ సినిమాను సూర్య, జోర్తిక నిర్మించారు. మే 1న ప్రెక్షకుల ముందు వచ్చిన ఈ చిత్రం తెలుగులో మిశ్రమ స్పుర్సులను అందుకోగా.. తమిళంలో మాత్రం సూపర్ హిట్గా నిలిచింది. ప్రస్తుతం ఈ చిత్రం ఓటీటీ వేదిక నెట్పోఫ్స్ లో స్టీమ్సింగ్ అవుతుంది. ఇదిలాపంటే తాజాగా ఈ సినిమాకు సంబంధించిన ఆసక్తికర విషయాన్ని పంచుకొన్న దర్జకుడు కార్బీక్ సుబ్రాజు. నాలుగు నెలల్లో రెల్వో సిరీస్ వెర్సన్ విడుదల చేయాలని తాను అలోచిస్తున్నట్లు సుబ్రాజు ప్రకటించారు. ఈ ఎస్ట్రిపెండ్ వెర్షన్లో కేవలం తొలించిన నన్నిచేశాలు మాత్రమే కాకుండా, అనేక భావాల్సేధించురిత సన్మిఖ్యాలు మరింత వివరంగా ఉండేలా ప్లాన్ వేస్తున్నానని ఆయన తెలిపారు. అయితే, ఈ విషయంలో నెట్పోఫ్స్ సుమథంగా లేదని, అందుకే వారితే చర్చలు జరుపుతున్నానని సుబ్రాజు పేర్కొన్నారు. రెల్వోను కొన్ని ఎపిసోడ్లుగా తీసుకురావడానికి ప్రయత్నిస్తున్నానని, ఒక్కో ఎపిసోడ్ సుహారు 40 నిమిషాలు ఉండేలా చూస్తున్నానని చెప్పారు. హస్యం, ప్రేమ, యాక్స్ వంటి అంశాలను ఒక్కో ఎపిసోడ్లో కొల్పాలి, చేర్చగానే తన అంశాన్ని అణి నూగాల్సు కొలించారు.



కుబేరతీ అలలించనున్న ధనుష్..రప్పిక

ఎన్నో వైపుధ్వమైన పాత్రలు చేస్తూ అందరి ప్రశంసలు
పొందుతున్నారు నటుడు ధనుష్ణి సిని నేపర్చుం లేకుండా
ఇండస్ట్రీల్ వచ్చి హాలీవుడ్ హీరోల ప్రశంసలు
అందుకుంటున్నారు. ఆయన ప్రధానపాత్రలో నటించిన
'కుబోర్ జూన్ 20న ప్రైక్స్కుల ముందుకు రానుంది. ఈ
సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన ట్రీరిలీజ్ ఈవెంటలో ధనుష్ణి
మాన్యులైజ్ వీడియోసు ప్రదర్శించారు. అది చూసిన
అభిమానులు గూస్‌బంప్స్ వచ్చేలా ఉండంటా

ಅಳ್ಳಿಪ್ರಾಯವುದುತ್ತನ್ನಾರು. ತಾನು ಹೊಸ್ತೀವ್ರದ್ಭಿನ್ನಿನಿಮಾಲ್ಕಿ
ನೆಹಿಸ್ತಾನಿನಿ ಚೆತ್ತಿತೇ ಪ್ರಜಲು ನವ್ಯೇವಾರನಿ ಧನವ್ಯೇ ಓ
ಇಂಬರ್ಪಾಲ್ಕಿಲ್ಲೋ ಚೆಪ್ಪಾರು. ಇಕಪೋತೆ ಇದೆ ಸಿನಿಮಾಲ್ಕಿ ರವ್ವಿಕ್
ನಲ್ಲಿಂಚಾರು. ನೆಷನಲ್ ಕ್ರಿಂಗ್ ಗ್ರಿಂಡಿಂಪು ತೆಚ್ಚುಕೊನಿ ವರುನ
ಸಿನಿಮಾಲ್ಕಿ ಅಲರಿಸ್ತುನ್ನಾರು ರವ್ವಿಕ್. 'ಕುಂಬೆರ್ತೋ' ಜಾನ್ 20
ಸುಂಬಿ ಸಂದದಿ ಚೆಯುಡಾನಿಕಿ ಸಿದ್ಧಮುಹ್ಯಾರು. ಈ ಸಿನಿಮಾ
ಪ್ರೀ ರಿಲೀಜ್ ಕಾವೆಂಟ್ಲೋ ಅಮೆ ಮ್ಯಾನ್‌ಫ್ರಾನ್ ವೀದಿಯೋ
ಪ್ರಸ್ತುತಂ ಅಂದರಿನಿ ಆಕಟ್ಟು ಕುಂಬೋಂದಿ. ಇಂದುಲ್ಲೋ ಅಮೆ ವೈ

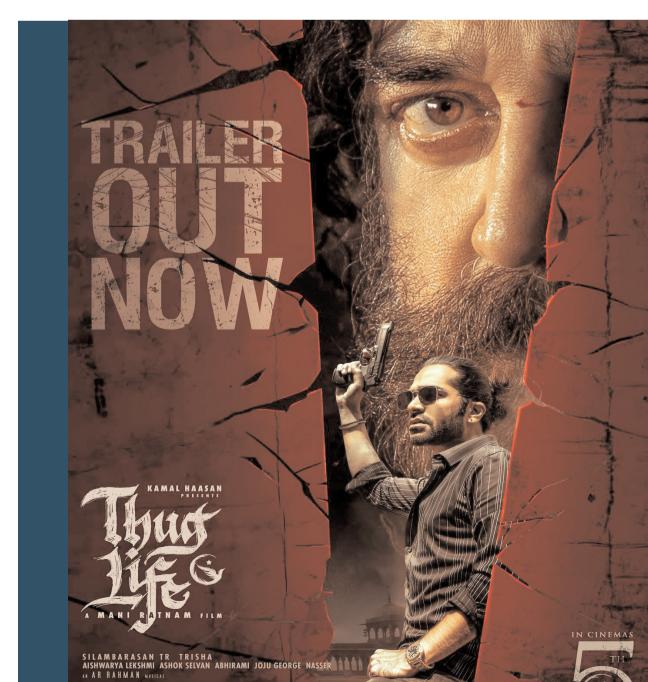


ಇಂದ್ರಿಯ್ಲ್ಯಾ ಅಗ್ರ ಹೀರ್ಜ್ಲು ಪ್ರಶಂಸಲು ಕುರಿಪಿಂಹಡಂ
ಮಾವಿಂಚಾರು.. ಅಲಾಗೆ ತಾನು ಕೆರೀರ್ ಪ್ರಾರಂಭಣಲ್ಲೋ ಓ
ಅಡಿಷನ್ ಇನ್ನೇ ರಿಸ್ಟ್ಯೂ ಚೇಕಾರಂಟೂ ರಷ್ಯಿಕ್ ಓ ಇಂಟರ್ವ್ಯಾಲ್‌
ವಂಚಕ್ಕು ವಿಡಿಯೊಸು ಸ್ಟೇ ಚೇಕಾರು.



ధీ సీక్వెల్కు నేను రేధీ అంటున్న మంచు విష్ణు

తన ద్రీమ్ ప్రాణక్షేత్ర కున్నప్పుతో ప్రెక్కల మందుకు రానునొన్నారు మంచ విష్టు. జాన్ 27 ఈ సినిమా విదువల కానుంది. దీని ప్రచారంలో భాగంగా ఇచ్చిన ఇంతరూపాలో విష్టు తన హిట్ సినిమా 'ధీ' సీక్వెల్ గురించి మాట్లాడారు. 'ధీ' సినిమా సీక్వెల్ గురించి మాట్లాడుతూ.. 'ఆ సినిమా రద్దుకుడు, నేను కలిసి సీక్వెల్ కోసం ప్రయత్నిస్తున్నాను. నేను ఆ చిత్రాన్ని ఎంతో ప్రేమతో చేశాను. ఏదో ఒకరోజు దర్జకుడు దాని సీక్వెల్ సీక్వెల్తో నన్ను కలవాలని కోరుకుంటున్నాను. అదంతా రచయిత చేతుల్లోనే ఉంటుంది. ప్రిఫ్ట్ సిద్ధమైన మరుసటి రోజే దాని ఘాటింగ్సు ప్రారంభిస్తాను అని మంచు విష్టు తెలిపారు. తీను షైల్డ్ దర్జకుత్థంలో విష్టు, జెనీలియా జంటగా నలీంచిన యాక్స్ కాపెడ్ ఫిల్ట్ 'ధీ'. తీపూరి, జయప్రకాశ్‌రెడ్డి, బ్రహ్మణండం కీలక పాత్రలు పోషించారు. 2007లో వచ్చిన ఈ మూవి బాకాసాఫీన్ వద్ద భారీ విజయాన్ని అందుకోవడమే కాకుండా, మంచు విష్టు కెరీలో బెచ్చ ఫిల్ట్లులో ఒకలోగా నిలిచింది. అలాగే తన మనసులో ఉన్న మరో కథను కూడా బయటపెట్టారు. ప్రస్తుతం తాను 'కన్నప్పు' ప్రచారంలో బిట్టిగా ఉన్నట్లు చెప్పిన విష్టు. వేరే సినిమాలు షాట్ చేయడం లేదని వెల్లడించారు. అయితే, 1947 నేపథ్యంలో సాగే పీరియాడిక్ సినిమా చేయాలని తనకు ఎప్పటినుంచో అలోచన ఉండన్నారు. ఆ అలోచనను నిజం చేయడం కోసం ఎదురుచూస్తున్నట్లు తెలిపారు. గతేడాది విదువలై హిట్ సు సాంతం చేసుకున్న ఘపాద్ ఘాటిల్ 'అవేశ' సినిమా తెలుగు రీమేక్ చేయాలని అనుకున్నట్లు మంచు విష్టు చెప్పారు. అయితే, అప్పటికే ఆ సినిమా కెట్టు మరొకరు సాంతం చేసుకున్నారని అన్నారు.



కర్మాంగకలో ధగ్ లైఫ్ విడుదలకు లైన్ కీయర్

అడ్డకోవడం సలకాదంటూ సుప్రీం ఆదేశం

న్యాయికీల్, జూన్ 17 : 'భగ్గ లైఫ్' చిత్ర బ్యాండానికి సుప్రీంకోర్టులో షారట లభించింది. కమర్సన్ ను నటించిన ఈ సినిమా కర్చాటకలోనూ విడుదల చేయాలని అప్పున్నత న్యాయస్థానం ఆదేశించింది. కర్నాట భాషపై కమర్స చేసిన వ్యాఖ్యల వివాదం నేపథ్యంలో ఈ సినిమాను కర్చాటకలో నిప్పించిన సంగతి తెలిసిందే. దీనికై చిత్రభ్యందం సుప్రీంకోర్టును ఆశ్రయించగా.. ఈ మేరక సుప్రీం ఆదేశాలు జారీ చేసింది. కమర్సన్ ను చేసిన వ్యాఖ్యల వల్ల ఆ సినిమాను నిలిపివేయాలంటూ జెడిరించిన సంఘాలను సుప్రీం హెచ్చరించింది. ఆలాంటి జెడిరింపుల పట్టబద్ధం కాదన్న అప్పున్నత న్యాయస్థానం.. థియేటర్లలో ఏది ప్రదర్శించాలో నిర్ణయించే అధికారం ఆ సంఘాలకు లేదని స్పష్టంగా చేసింది. ఎవరైనా ఒక ప్రకటన చేసినప్పుడు దాన్ని మరో కామెంట్సో ప్రతిపథించే స్వేచ్ఛ ఉండి కానీ.. థియేటర్లు తగలడెడతామని జెడిరించే అధికారం ఎవరికి ఉండడనను సుప్రీంకోర్టు వ్యాఖ్యించింది. కర్చాటక ప్రజల కమర్సన్ ను విఫీదించే స్వేచ్ఛను కలిగిన్నారని.. ఆదే సమయంలో ప్రాథమిక హక్కులను కూడా కాపాడాలని కోర్టు పేర్కొంది. ఒక సినిమాకు సెన్సర్ బోర్డు సర్కిఫికెట్ ఇచ్చిన తర్వాత దాన్ని విడుదల చేయాల్సిందేనని సుప్రీం ఆదేశించింది. దాన్ని చూడాలా, వర్డు ఆనే అధికారం పూర్తిగా ప్రజలకు ఉంటుందని.. జెడిరింపుల ఆధారంగా సినిమాను ఆపకూడదని స్పష్టంగా చేసింది. చిత్ర నిర్మాతలు దాఖలు చేసిన పిలిప్పన్నను కర్చాటక కౌకోర్టు నుంచి తనకు బదిలీ చేసుకున్న సుప్రీంకోర్టు.. దీనికై రాత్ర ప్రభుత్వం స్పందనను తెలియ జేయాలని ఆదేశించింది. ఈ విషయంలో నటుడు క్రమాపణు చెప్పాల్సిందేనటూ ప్రాకోర్టు ఇచ్చిన తీర్మానాలను