



మీ గొడవల్లోకి నన్ను లాగకండి

- హరీశ్ రావు, సంతోష్ రావు వెనక నేనెందుకు ఉంటాను?
- నాకు అంత సమయంలేదు..
- కవిత వ్యాఖ్యలపై సీఎం స్పందన

02

పాలమూరును ఎండబెట్టిన కేసీఆర్

ఎంపీగా గెలిపించినా పట్టించుకోని నేత

- తెలంగాణ వస్తే అభివృద్ధి జరుగుతుందని మోసపోయాం
- గ్రీన్ ఛానల్ ద్వారా ప్రజెక్టులకు నిధులు మంజూరు
- అవకాశాలను అంది పుచ్చుకోవాలని సీఎం రేవంత్ పిలుపు
- మూసాపేట కార్మింగ్ కంపెనీ రెండో యూనిట్ ప్రారంభం

ఒకప్పుడు పాలమూరు వలసల జిల్లాగా ఉండేదని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి గుర్తు చేశారు. ఎక్కడ తట్ట పని, పార పని ఉన్నా పాలమూరు జిల్లా వారే కూలీలని తెలిపారు. అందుకు ప్రధాన కారణం మనం చదువులో వెనకబడి ఉండటమే అని పేర్కొన్నారు. స్వరాష్ట్రం వస్తే.. అభివృద్ధి జరుగుతుందని భావించామని చెప్పుకొచ్చారు. కానీ తెలంగాణ వచ్చాక కూడా అభివృద్ధి జరగలేదని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.

ప్రజానావ, మహబూబ్ నగర్: అప్పట్లో పాలమూరు విశ్వవిద్యాలయం కేవలం ఒక ఏ కాల్ జిల్లా మాత్రమే ఉండేదని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి గుర్తు చేశారు. ఇప్పుడు రాష్ట్రాన్ని నడిపించే అవకాశం వచ్చిందని తెలిపారు. ముసాపేట మండలం వేముల కార్మింగ్ కంపెనీలో రెండవ యూనిట్ ను ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడారు.. ఇప్పుడు వి

ద్యా, ఉపాధి, అవకాశాలను జిల్లా అంది పుచ్చు కుంటుందని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. అప్పట్లో దివంగత నేత ఇందిరా గాంధీ ఎస్సీ, ఎస్టీలకు భూములు అసైన్ చేసేందని పేర్కొన్నారు. ఇప్పుడు చదువుకుంటేనే తలరాత మారుతుందని స్పష్టం చేశారు. మీరు చదువుకోవాలంటే కావలసిన వనతుల కల్పన బాధ్యత తాను తీసుకుంటానని భరోసా ఇచ్చారు.

మిగతా 2 లో



రేపు కేటీఆర్ కు ఇలాంటి గతే!

బీఆర్ఎస్ ను హస్తగతం చేసుకునే కుట్రలు

నన్ను బయటకు పంపేందుకు ఎప్పటినుంచో ప్లాన్లు

గుంటనక్కలు హరీశ్ రావు, సంతోష్ పట్ల జాగ్రత్త

రేవంత్ తో కుమ్మక్కయిన హరీశ్ రావు

03

మీడియా సమావేశంలో కవిత సంచలన వ్యాఖ్యలు

ప్రజానావ, హైదరాబాద్: బీఆర్ఎస్ ను హస్తగతం చేసుకునేందుకు గుంటనక్కలా చుట్టూ చేరిన హరీష్ రావు, సంతోష్ రావులతో జాగ్రత్త అంటూ కేసీఆర్ తనయ కవిత హెచ్చరించారు. అధికారంలో ఉండగా అడ్డగోలుగా సంపాదించుకున్న వీరు ఇప్పుడు మీకు కూడా ఎనరు పెట్టే పనిలో ఉన్నారు.. తస్మాత్ జాగ్రత్త అని అన్నారు. అన్నారామన్నా నీవు కూడా వరితో జాగ్రత్త అంటూ హెచ్చరికలు చేశారు.

పార్టీకి, ఎమ్మెల్సీ పదవికి కవిత రాజీనామా

సస్పెండ్ చేయడంతో నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు వెల్లడి

03



హిందూ శరణార్థులకు ఊరట

- పాస్ పోర్టు లేకున్నా ముస్లిం మేతర శరణార్థులకు ఆశ్రయం
- కేంద్ర హోంశాఖ వెల్లడి

04

పాకిస్థాన్, బంగ్లాదేశ్, అఫ్ఘానిస్థాన్ నుంచి వచ్చి భారత్ లో ఆశ్రయం పొందుతున్న మైనార్టీలకు కేంద్రం ఊరట కల్పించింది. వివిధ రకాల కారణాలతో డిసెంబరు 31, 2024 తేదీ లోపు భారత్ కు వచ్చిన ముస్లిం మేతర శరణార్థుల వద్ద పాస్ పోర్టు, ఇతర పత్రాల లేకపోయినా వారు భారత్ లో ఉండేందుకు అనుమతిస్తున్నట్లు కేంద్ర హోంశాఖ వెల్లడించింది.



6న హైదరాబాద్ గణేశ నిమజ్జనం

- హాజరవుతున్న హోంమంత్రి అమిత్ షా
- నిమజ్జనానికి అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తి: డీసీపీ

.. వివరాలు 2లో



ప్రియుడి మోజులో భర్త హత్య

- తరవాత కూతురును కడతేల్చిన రాకాసి
- పోలీసుల విచారణతో గట్టురట్టు

02



నాంపల్లి కోర్టుకు నాగార్జున

విదేశాల నుంచి ఆగిన యూరియా దిగుమతులు

- కొరత అందుకేనని వెల్లడించిన కేంద్రం
- వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి తుమ్మల

న్యూఢిల్లీ: యుద్ధాల కారణంగా కేంద్రం ఇతర దేశాల నుంచి యూరియా దిగుమతి చేసుకోలేదని, అందువల్లనే కొరత ఏర్పడిందని మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు తెలిపారు. దిల్లీలో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. దేశంలో యూరియా సరైన సమయంలో ఉత్పత్తి చేయలేదన్నారు. దేశవ్యాప్తంగా ఉన్న కొరత తెలంగాణను కూడా

మిగతా 2 లో



కాంగ్రెస్ పార్టీని దండుపాళ్ళం బ్యాచ్

- ప్రజలకు దమ్మిడి మేలు చేసేది కాదు
- కాంగ్రెస్ పై మరోమారు కేటీఆర్ విమర్శలు

03



కాంగ్రెస్ పార్టీని దండుపాళ్ళం బ్యాచ్ అని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఇది ఎత్తుకుపోయే బ్యాచ్ తప్ప ఇచ్చే బ్యాచ్ కాదని కేటీఆర్ విమర్శించారు. మిగతా 2 లో



కాశీక్షరం అవినీతిపై కావాలనే కాలయాపన

- ఫోన్ ట్యాపింగ్ పై ఎందుకు అడగడం లేదు
- మీడియాతో మంత్రి బండి సంజయ్

03



లక్ష్మి పదివేలు

- భగ్గుమంటున్న బంగారం ధరలు
- 10 రోజుల్లోనే ఏకంగా 5 వేలకు పైగా

04

రేపు కేటీఆర్‌కూ ఇలాంటి గతే

- బీఆర్‌ఎస్‌ను హస్తగతం చేసుకునే కుట్ర
- నన్ను బయటకు పంపేందుకు ఎప్పటినుంచో ప్లాన్‌లు
- గుంటనక్కలు హరీష్, సంతోష్ పట్ల జాగ్రత్త
- రేవంత్‌తో కుమ్మక్కయిన హరీష్ రీపు
- ప్రెస్‌మీట్‌లో కవిత సంచలన వ్యాఖ్యలు

ప్రజానాథ, హైదరాబాద్: బీఆర్‌ఎస్‌ను హస్తగతం చేసుకునేందుకు గుంటనక్కల్లా చుట్టూ చేరిన హరీష్ రావు, సంతోష్ రావులతో జాగ్రత్త అంటూ కేసీఆర్ తనను కవిత హెచ్చరించారు. అధికారంలో ఉండగా అడ్డగోలుగా సంపాదించుకున్న వీరు ఇప్పుడు మీకు కూడా ఎనరు పెట్టే పనిలో ఉన్నారు..తస్మాత్ జాగ్రత్త అని అన్నారు. అన్నా రామన్నా నీవు కూడా వరితో జాగ్రత్త అంటూ హెచ్చరికలు చేశారు. నన్ను పార్టీ నుంచి బయటకు పంపడానికి కారణమైన వీరు మన కుటుంబం విచ్ఛిన్నం కావాలని పన్నాగం పన్నారని అన్నారు. బీఆర్ ఎస్‌లోని కొందరు తనపై పనిగట్టుకుని దుష్ప్రచారం చేశారని ఎమ్మెల్సీ కవిత ఆరోపించారు. మాజీ మంత్రి హరీశ్‌రావు, మాజీ ఎంపీ సంతోష్‌ను ఉద్దేశించి ఆమె ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. భారత రాష్ట్ర సమితి నుంచి సస్పెండ్ చేసిన నేపథ్యంలో కవిత మీడియా సమావేశం నిర్వహించారు. హైదరాబాద్‌లోని తెలంగాణ జాగృతి కార్యాలయంలో మాట్లాడుతూ.. భారత రాష్ట్ర సమితి ప్రాథమిక సభ్యత్వానికి, ఎమ్మెల్సీ పదవికి రాజీనామా చేస్తున్నట్లు ఈ సందర్భంగా కవిత ప్రకటించారు. పార్టీలో ఉంటూ కేవలం డబ్బు సంపాదించుకోవాలనే ఆలోచన ఉన్నవాళ్లు, వ్యక్తిగత లబ్ధి పొందాలనుకునే వాళ్లు మేం ముగ్గురం కలిసి ఉండకూడదని ఇలా కుట్రలు చేశారని కవిత ఆరోపించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. మా కుటుంబం బాగుండొద్దు.. మేం విచ్ఛిన్నమైతేనే వాళ్లకు అధికారం వస్తుంది. నేను, నాన్న, అన్న కలిసి ఉండటం చాలా మందికి ఇష్టం లేదు. దీనిలో భాగంగా మొదటిగా నన్ను బయటకు పంపించారు. అదికట్టిపోతే ఆగదు. నాన్నా.. మీ చుట్టూ ఏం జరుగుతుందో ఓసారి చూసుకోండి. రేచి నాడు ఇదే ప్రమాదం రామన్న (కేటీఆర్)కు, మీకూ పొంచి ఉంది. భారత రాష్ట్ర సమితిని హస్తగతం చేసుకునే కుట్రలోనే నన్ను బయటకు పంపించారని కవిత వ్యాఖ్యానించారు. తెలంగాణ ఉద్యమంలో మొదటినుంచీ హరీశ్‌రావు లేరు. పార్టీ పెట్టిన 10 నెలల తర్వాత వచ్చారు. సీఎం రేవంత్‌రెడ్డికి హరీశ్‌రావు ఎప్పుడో లోంగిపోయారు. ఆయన్ను గమనించుకో రామన్న అంటూ హెచ్చరించారు. సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి, హరీశ్‌రావు ఒకే విమానంలో ప్రయాణించారా? లేదా? చెప్పాలి. సంతోష్, హరీశ్‌రావు గ్యాంగ్ భారత రాష్ట్ర సమితికి పట్టిన జలగలని కవిత తీవ్రస్థాయిలో విమర్శించారు. కాళేశ్వరంలో అవినీతికి హరీష్ రావే కారణమన్నారు. తుమ్మడిహట్టి నుంచి మార్చిందే హరీష్ రావని అన్నారు. హరీష్ రావు మీద ఆరోపణలు వచ్చిన పాల సరఫరా, ఫామ్ హౌజ్ గురించి మరుసటి రోజే మాయం అయ్యాయని అన్నారు. ఆసో ట్రబుల్ ఘాటర్ కాదు...ట్రబుల్ క్రిమిటర్ అని ఘూటు విమర్శలు చేశారు. మోగ కాంక్రెట్‌తో



పోచంపల్లి మోకిల్లాలో 750 కోట్ల విల్లా ప్రాజెక్టులు చేపట్టారని అన్నారు. ఇవన్‌తన గుర్తించి కుటుంబాన్ని విచ్ఛిన్నం చేస్తున్న ఈ ఇద్దరిపట్ల జాగృతగా ఉండాలని హెచ్చరించారు. పార్టీకి కూడా ఇదో హెచ్చరిక అన్నారు.

హరీష్ రావు బబుల్ ఘాటర్

హరీష్‌రావు ట్రబుల్ ఘాటర్ కాదని, బబుల్ ఘాటర్ అని కవిత వ్యంగ్యాస్త్రాలు సంధించారు. తన ప్రాణం పోయినా కేసీఆర్‌కు అన్యాయం జరగనివ్వనని స్పష్టం చేశారు. కవిత వేరే పార్టీలో చేరుతుందంటూ జరుగుతుందన్న ప్రచారంపై కూడా ఆమె క్లారిటీ ఇచ్చారు. తాను ఏ పార్టీలో చేరనని, తనకు ఏ పార్టీలో పనిలేదని స్పష్టం చేశారు. జాగృతి కార్యకర్తలు, అభిమానులతో మాట్లాడకే భవిష్యత్ కార్యాచరణ ప్రకటిస్తానని అన్నారు. తన 20 ఏళ్ల జీవితాన్ని బీఆర్‌ఎస్, తెలంగాణ కోసం పనిచేయడానికి వెచ్చించానని, సస్పెన్షన్‌పై మరోసారి ఆలోచించాలని కవిత కోరారు. సోషల్ మీడియాలో తనపై తప్పుడు ప్రచారం చేస్తున్నారంటూ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. కేటీఆర్‌ను ఓడించేందుకు ప్రత్యర్థులకు హరీష్‌రావు డబ్బు పంపారన్నారు. పోచంపల్లికి మోకిలాలో వందల కోట్ల ప్రాజెక్ట్ వచ్చిందని, హరీష్‌రావు, సంతోష్ బీఆర్‌ఎస్‌ను జలగల్లాగా పట్టిపీడిస్తున్నారని విమర్శించారు. కాంగ్రెస్,

బీజేపీతో ఇద్దరూ అంటకాగుతున్నారన్నారు. సంతోష్‌రావు బాధితులు చాలా మంది తనకు ఫోన్ చేస్తున్నారని చెప్పారు. తనపై పుకార్లు చేసిన వారు.. చేయించిన వారు అంతకుఅంత అనుభవిస్తారంటూ శాపనార్థాలు పెట్టారు. తాను కర్మ సిద్ధాంతాన్ని నమ్ముతానని స్పష్టం చేశారు. ఏదీ ఏమైనా తన ప్రాణం పోయినా కేసీఆర్‌కు మాత్రం అన్యాయం జరగనివ్వనని ఆమె కుండ బద్దలు కొట్టారు. తనపై ఇన్ని కుట్రలు, ఇన్ని అవమానాలు అవసరమా? అంటూ బీఆర్‌ఎస్ అగ్రనేతలను కల్లుకుంటు కవిత ఈ సందర్భంగా అడిగారు. ఎన్నో జన్మల పుణ్యం ఉంటేనే కేసీఆర్‌కు తాను కుమార్తెగా జన్మించానని చెప్పారు. అలాంటి కేసీఆర్‌ను, ఆయన పార్టీని తాను ఎందుకు ఇబ్బంది పెట్టాలనుకుంటానని ఆమె పేర్కొన్నారు. అయితే కేసీఆర్‌పై ఒత్తిడి పెంచి తద్వారా తనను సస్పెండ్ చేయించారంటూ కల్లుకుంటు కవిత ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. డ్రెస్ మీట్‌లో హరీష్ రావు, సంతోష్ రావుపై కల్లుకుంటు కవిత సంచలన ఆరోపణలు చేశారు. వీరిద్దరూ బీఆర్‌ఎస్ పార్టీని అస్తగతం చేసుకోవాలని కుట్రలు చేస్తున్నారని కవిత అన్నారు. మొత్తం వాళ్లే చేశారు నాన్నా.. అంటూ కవిత వారిరువురి మీదా తీవ్ర ఆరోపణలు గుప్పించారు. హరీష్‌రావు టార్గెట్‌గా ఎమ్మెల్సీ కవిత తీవ్ర విమర్శలు గుప్పించారు.

పార్టీకి, ఎమ్మెల్సీ పదవికి కవిత రాజీనామా

ప్రజానాథ, హైదరాబాద్: తను పార్టీ నుంచి సస్పెండ్ చేసిన కారణంగా బీఆర్‌ఎస్ ప్రాథమిక సభ్యత్వానికి, ఎమ్మెల్సీ పదవికి రాజీనామా చేస్తున్నట్లు కవిత ప్రకటించారు. కేసీఆర్ తనపై సస్పెన్షన్ చేయి వేయడంతో తన నిజాయితీని నిరూపించుకునేందుకు ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు వివరించారు. బుధవారం హైదరాబాద్‌లోని తెలంగాణ జాగృతి కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన విలేకర్ల సమావేశంలో కవిత మాట్లాడారు. తన ఆత్మాభిమానం కాపాడుకునేందుకు తాను ఈ పదవికి, పార్టీకి రాజీనామా చేసినట్లు తెలిపారు. తాను చేసిన వ్యాఖ్యల వల్ల ఏదో జరిగిపోయినట్లు- దుష్టచతుష్టయం ఏదో ప్రచారం చేస్తుందంటూ కవిత మండిపడ్డారు. తన విషయంలో రెండు గ్యాంగులు జరగనిది జరిగి నట్లుగా ప్రచారం చేశారని మండిపడ్డారు. కేసీఆర్ వద్దకు వెళ్లితే.. తనను గన్‌మెన్లు అడ్డుకున్నట్లు రాయం చారన్నారు. ఆరడుగుల బుల్లెట్ ఈ రోజు తనను గాయపరిచిందన్నారు. సంతోష్ రావు.. చేసిన పనులతో కేటీఆర్‌కు చెద్ద పేరు వచ్చిందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. హరీష్, సంతోష్ మూర్ఖులు.. బీజేపీ, కాంగ్రెస్ పార్టీలతో కుమ్మక్కయ్యాయన్నారు. హరీష్ రావును పక్కన పెట్టుకుని.. నిజాలు మాట్లాడిన తనను బయటకు పంపాంటూ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.



అవినీతిలో కవితకు భాగస్వామ్యం లేదంటే ఎలా

ఆమె మాటలు నమ్మదగ్గవిగా లేవు: కాంగ్రెస్

ప్రజానాథ, హైదరాబాద్:పదేళ్ల పాటు బీఆర్‌ఎస్ పాలనలో కీలక స్థానంలో ఉన్న కవితకు అవినీతి వ్యవహారాల్లో భాగస్వామ్యం లేకుండా అవి జరిగాయని అనటం అసాధ్యమని మంత్రి శ్రీధర్ బాబు విమర్శించారు. ప్రజల సొమ్ము దోచుకున్న తర్వాత, వాటాలో తేడా రావడంతోనే కవిత బహిరంగ వేదికపైకి వచ్చారని వ్యాఖ్యానించారు. కవిత రాజీనామాపై ఆయన తీవ్ర వ్యాఖ్యలు చేశారు. కవిత కొన్ని కఠోర సత్యాలు, కొన్ని అబద్ధాలు మాత్రమే మాట్లాడారని ఆయన అన్నారు. కవిత నిజంగా అవినీతి విషయాల్లో ఆధారాలు ఇస్తే వాటిని పరిశీలించి, తగిన చర్యలు తీసుకుంటామని స్పష్టం చేశారు. ముఖ్యంగా లిక్కర్ మార్కెట్ ను, ఎమ్మెల్సీ నవీన్ రావు తండ్రిపై ఎత్తేసిన కేసు వంటి అంశాలపై సరైన వివరాలు ఇస్తే కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం తక్షణమే స్పందిస్తుందని హామీ ఇచ్చారు. కేసీఆర్‌పై పై చేయాలి అవసరం లేదన్నారు. పై చేయడం మాకు అలవాటు కాదు.. ఛోస్ ట్యాప్‌లు మీరు చేశారు. మీరు మీలో మీరే గొడవ పడి బయటపడుతున్నారని అంటూ బీఆర్‌ఎస్ నాయకత్వంపై విరుచుకుపడ్డారు. ఆయన కవిత ఇటీవలే అమెరికా నుండి తిరిగివచ్చిన తర్వాత హరీష్ రావు, సంతోష్‌పై ఆరోపణలు చేయడం, అంతకు ముందు కేటీ-ఆర్‌పై విమర్శలు చేయడం బీఆర్‌ఎస్ లోపల విభేదాలను బహిరంగం చేస్తోందని అన్నారు. ఇదిలావుంటే కవిత రాజీనామా చేయడాన్ని మహేష్ గౌడ్ సాక్ష్యగతించారు. నైతికతకు కట్టుబడి ఎమ్మెల్సీ పదవికి కూడా రాజీనామా చేయడం చుభవరిణామమని అన్నారు. కవిత కేసీఆర్ వదిలిన బాణం మాత్రమే. ప్రజల దృష్టిని డ్రైవర్ చేయడానికి ఇవన్నీ చేస్తున్నారు. అయితే నైతికతతో తీసుకున్న ఈ నిర్ణయం సానుకూలమే అని వ్యాఖ్యానించారు. అంతేకాక, రాబోయే ఎన్నికల నాటికి బీఆర్‌ఎస్ అనే పార్టీ రాజకీయ ముఖచిత్రంలో ఉండదని మహేష్ గౌడ్ స్పష్టం చేశారు.

కాంగ్రెస్ పార్టీది దండుపాళ్ళం బ్యాచ్

ప్రజలకు దమ్మిడీ మేలు చేసేది కాదు • కాంగ్రెస్‌పై మరోమారు కేటీఆర్ విమర్శలు

ప్రజానాథ, హైదరాబాద్: కాంగ్రెస్ పార్టీది దండుపాళ్ళం బ్యాచ్ అని బీఆర్‌ఎస్ వర్కింగ్ డైరెక్టర్ కేటీఆర్ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఇది ఎత్తుకుపోయే బ్యాచ్ తప్పు ఇచ్చే బ్యాచ్ కాదని కేటీఆర్ విమర్శించారు. ఖమ్మం జిల్లాకు చెందిన కాంగ్రెస్ నేత ఊకంటి ప్రభాకర్ రావుతో పాటు 300 మంది కార్యకర్తలు కేటీఆర్ సమక్షంలో చేరారు. దమ్మున్న నాయకుడు ఉంటే దమ్మిడి లేకున్నా సంక్షేమ పథకాలు ఆగవు. చిత్తశుద్ధి గల్ల ప్రభుత్వం ఉంటే పనులు చేస్తది తప్పు నాకులు వెతకదు. ఈ సన్మానులకు ప్రభుత్వం సడపడం చేతకాదు. ఎంతసేపు ఢిల్లీకి మూటలు పంపడం.. పదవులు కాపాడుకోవాలనే సోయ తప్పు ఇంకోటి లేదు. చివరకు కేసీఆర్‌ను తిట్టాలి అదే వారి పని అని కేటీఆర్ ధ్వజమెత్తారు. బీజేపీ ఎంపీ రఘునందన్ రావు పార్లమెంట్‌లో తెలంగాణలో అప్పులు ఎంత అని ప్రశ్న వేసింది. వదేంద్రలో కేసీఆర్ ప్రభుత్వం చేసిన అప్పు, వదిలిపెట్టిపోయిన అప్పు మూడున్నర లక్షల కోట్లు- అని కేంద్రం చెప్పింది. అందులో కేసీఆర్ రాకంటే ముందు 72 వేల కోట్ల అప్పు ఉంది. ఆయన వచ్చిన తర్వాత 2 లక్షల 80 వేల కోట్ల అప్పు చేసింది. ఇది మాత్రమే అప్పు అంటూ కేంద్ర ప్రభుత్వం పార్లమెంట్‌లో స్పష్టంగా చెప్పింది. అయినా కాంగ్రెస్ నేతలకు సిగ్గులేదు. ఒకడు ఆరు లక్షలు అంటు.. ఇంకోకడు ఏడు లక్షలు అంటుడు. ఇంకోడు ఎనిమిది లక్షలు.. నోటికి ఎంత వస్తే అంత మాట్లాడుతున్నారు.. ఆధారం, ప్రామాణికం, పత్రం అడిగితే లేదంటరు. ఉపన్యాసాలు అదరగొట్టాలి.. మీడియా మేనేజ్‌మెంట్ చేసుకోవాలి.. ఇదే కాంగ్రెస్ నేతల పని. వారి మీడికి దృష్టికి రాకుండా.. డ్రైవర్స్ గేమ్ ఆడుతున్నారు. కాళేశ్వరం, ఫార్ములా రేస్, విద్యుత్ అంశాల మీద సొల్లు పురాణం తప్ప ప్రజలకు పనికాస్తే పని చేయలేదు అని కేటీ-ఆర్ నిప్పులు చెరిగారు. పంచాయితీ ఎన్నికలు అయినా, ఢిల్లీ ఎన్నికలు అయినా ఎగరాల్సింది గులాబీ జెండానే. కేసీఆర్ నాయకత్వంలో ముందుకు పోవాలి. చిన్నచిన్న సమస్యలు ఉంటాయి.. వాటిని పక్కన పెట్టాలి. తెలంగాణ ప్రజల కోసం కేసీఆర్ మట్టి సీఎం కావాలి. ప్రజలు ఇవాళ కేసీఆర్‌ను గుర్తు చేసుకుంటు-న్నారు ఎందుకంటే.. మన మధ్యన ఒక పెద్దాయన ఉంటే ఆయన విలువ తెలియదు. ఆయన ఆ పోజిషన్‌లో లేనప్పుడే తెలుస్తుంది. ఎప్పుడైనా చీకటిని చూస్తేనే వెలుగు విలువ తెలుస్తుంది. గాడిదను చూస్తేనే గుర్రం విలువ తెలుస్తుంది. ఇవాళ గాడిదులు ఎవరైతే ఉన్నారో వారిని చూసిన తర్వాత కేసీఆర్ విలువ ప్రస్థుటంగా తెలుస్తుంది. కాంగ్రెస్ పార్టీకి ఓటేసి మోసపోయామని రైతులు బాధపడుతున్నారు. ఆడబిడ్డల పెళ్లిళ్లకు ఇన్నామన్న తులం బంగారం ఇవ్వడం లేదు.. చివరకు ఇసుము కూడా ఇవ్వరు. ఇది ఎత్తుకుపోయే బ్యాచ్ తప్ప ఇచ్చే బ్యాచ్ కాదు. ఇది దండుపాళ్ళం బ్యాచ్.. బంగారం ఇచ్చే బ్యాచ్ అనలే కాదు. ఒక్కొక్క వర్గాన్ని చైతన్యపంపం చేసి.. గెలుపు దిశగా పయనించాలని కేటీఆర్ పిలుపునిచ్చారు.



కొండపోచమ్మ సాగర్‌కు భారీగా గోదావరి జలాలు

ప్రజానాథ, సిద్దిపేట:కజ్జెల్ పరిధిలోని మర్నాక్ మండలంలోని కొండపోచమ్మ సాగర్ జలాశయంలోకి గోదావరి జిల్లాలను ఎత్తిపోసే పక్రియ ప్రారంభమైంది. రంగనాయక సాగర్ జలాశయం నుంచి మల్లన్న సాగర్ జలాశయంలోకి ఎనిమిది పంపుల ద్వారా గోదావరి జలాలను విడుదల చేశారు. మల్లన్న సాగర్ నుంచి కొండపోచమ్మ సాగర్ వంటి హోస్ కు మూడు పంపుల ద్వారా గోదావరి జలాలను ఎత్తిపోసే పక్రియను ఈ రోజు ప్రారంభించారు. మూడు పంపుల ద్వారా 3,750 క్యూసెక్కుల నీటిని జలాశయంలోకి విడుదల చేస్తున్నట్లు- జలాశయం నిర్వహణ విభాగం ఏఈ సాయికుమార్ రెడ్డి తెలిపారు. ప్రస్తుతం జలాశయంలో 6.85 టీ-ఎంసీల నీరు నిల్వ ఉన్నట్లు- తెలిపారు

ప్రజానాథ

ప్రతి అక్షరం జనం కోసం..

గురువారం
4 సెప్టెంబర్ 2025

కలీంగర్

3

కాళేశ్వరం అవినీతిపై కావాలనే కాలయాపన

ఫోన్ ట్యాపింగ్‌పై ఎందుకు అడగడం లేదు మీడియాతో మంత్రి బండి సంజయ్

ప్రజానాథ, కలీంగర్:కాళేశ్వరం అవినీతిపై ఎన్టీఎస్ఎ, విజిలెన్స్ రిపోర్టులు వచ్చాక కూడా కాలయాపన చేశారని, ఇప్పుడు సీబీఐకి అప్పగిస్తున్నారని కేంద్రమంత్రి బండి సంజయ్ విమర్శించారు. మరి ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసును సీబీఐకి ఎందుకు ఇవ్వట్లేదో చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు. కవిత భారత రాష్ట్ర సమితికి రాజీనామా చేస్తే ఏంటని ప్రశ్నించారు. కాళేశ్వరం నుంచి దృష్టి మరల్చేందుకే కవిత అంశం ముందుకు వచ్చిందన్నారు. కాళేశ్వరం, గొర్రెలు, బర్రెల కుంభకోణంపై చర్చ జరగాలని అన్నారు. కాళేశ్వరం ప్రాజెక్ట్ అవకతవకలపై సీబీఐ వేయాలని తొలుత డిమాండ్ చేసింది తామేనని కేంద్ర హోం శాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ స్పష్టం చేశారు. అయితే తమ డిమాండ్‌పై ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి రెండేళ్ల కాలయాపన చేశారని మండిపడ్డారు. బుధవారం కలీంగర్‌లో కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ మాట్లాడుతూ.. జస్టిస్ పీస్ ఘోష్ కమిషన్ రిపోర్ట్ ఆధారంగా సీబీఐ విచారణ ఎలా చేస్తుందంటూ ఆయన సందేహం వ్యక్తం చేశారు. కమిషన్ రిపోర్ట్ బీఆర్‌ఎస్ చేతిలో పెట్టి.. సీబీఐతో విచారణా అని ఆయన వ్యంగ్యంగా ప్రశ్నించారు. ఘోష్ కమిషన్ రిపోర్ట్ బీఆర్‌ఎస్‌కు ఇచ్చి.. డాంగ్ చేతికి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి తాళాలు ఇచ్చారంటూ ఎద్దేవా చేశారు. కాళేశ్వరంలో అవినీతి జరిగిందంటూ బీఆర్‌ఎస్ అధినేత కేసీఆర్ బిడ్డ కవిత చెప్పిందని ఈ సందర్భంగా కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ గుర్తు చేశారు. కేసీఆర్ బిడ్డ రాజీనామా చేస్తే ఏమవుతుందంటూ కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ సందేహం వ్యక్తం చేశారు. కవితను సస్పెండ్ చేస్తే ఎం? చేయకపోతే ఎం? అంటూ అభిప్రాయపడ్డారు. పార్టీ అంతర్గత వ్యవహారాన్ని కావాలనే బయటకు తెచ్చారని ఆయన పేర్కొన్నారు. కాళేశ్వరం అవినీతిని డ్రైవర్ చేయడానికే.. తెరపైకి కవిత అంశం తీసుకు వచ్చారని కేంద్ర మంత్రి సంజయ్ విశ్లేషించారు. కవిత ఎపిసోడ్‌తో తెలంగాణకు ఏమైనా లాభం ఉందా? అంటూ బండి సంజయ్ ప్రశ్నించారు.



ఏపి పరిజ్ఞానాన్ని తప్పనిసరిగా పెంపొందించుకోవాలి

జర్నలిస్టులకు మీడియా అకాడమీ ఛైర్మన్ శ్రీనివాసరెడ్డి సూచన



ప్రజానాథ, హైదరాబాద్: బుధవారం నాంపల్లిలోని తెలంగాణ మీడియా అకాడమీ ఆడిటోరియంలో కృత్రిమ మేధలో, టూల్స్ టె-క్నిక్స్, వర్క్ షాపును తెలంగాణ మీడియా అకాడమీ, అదిరా డాటా లీడ్స్ సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించారు. ప్రముఖ దినపత్రికలు, టీవీ ఛానల్స్ కు చెందిన తెలుగు, ఇంగ్లీష్, ఉర్దూ భాషలకు సంబంధించిన దాదాపు 100 మందికి పైగా జర్నలిస్టులు ఈ వర్క్ షాప్ లో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మీడియా అకాడమీ ఛైర్మన్ కే.శ్రీనివాస్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, జర్నలిజం రంగంలో కూడా ఎవని విరివిగా వాడుతున్నారని అన్నారు. అందులో భాగంగా న్యూస్ రూములు పరివర్తన చెందినందున జర్నలిస్టులు కూడా ఏపి పరిజ్ఞానాన్ని తప్పనిసరిగా పెంపొందించుకోవాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. జర్నలిజంలో భాగంగా డిజిటల్ మీడియా, సోషల్ మీడియాలో ఏపి ని జర్నలిస్టులు వృత్తిలో భాగంగా ఉపయోగించుకొని రిపోర్టింగ్ లో సులభతరమైన పద్ధతులను పాటించి తక్కువ సమయంలోనే ఎక్కువ అంశాలను పాఠకులకు, వీక్షకులకు అందించవచ్చు అని ఆయన తెలిపారు. ఏపి సాంకేతికత పై లోతైన నైపుణ్యం ఉన్న, ఇంటర్నెట్‌పల్ల - టైసర్ ఉడుముల సుధాకర్ రెడ్డి శిక్షణ నిర్వహించారు. దేశంలో వివిధ ప్రాంతాలలో ఏపి శిక్షణ కార్యక్రమాలు విస్తృతంగా జరుగుతున్నాయన్నారు. అలాగే మన తెలంగాణలో జర్నలిస్టులకు ఏపిలో శిక్షణా కార్యక్రమం నిర్వహించడం ఇదే మొదటి ప్రయత్నం అని ఆయన అన్నారు. ఉడుముల సుధాకర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, జర్నలిస్టు కూడా నిత్య విద్యాల్ని లాగా ఉండాలన్నారు. అదేవిధంగా తాను కూడా జాజ్, మత, వర్గ, లింగ భేదాలు కలిగించే విద్యార్థిగానే కొనసాగుతున్నానని తన వృత్తి జీవితం గురించి వివరించారు. ఏపి శిక్షణలో భాగంగా ఏపి టూల్స్ ఉపయోగాలు, ప్రమాదాలు, ఏపి పద్ధతులు, నియమ నిబంధనలు, ప్రాథమిక అంశాల గురించి విస్తృతంగా వివరించారు. కృత్రిమ మేధ జర్నలిస్టుల వృత్తిలో భాగంగా తప్పనిసరి అయిందని, ఏపి మనసును భ్రమింప జేసే తప్పుడు సమాచారాన్ని వివక్ష లాంటి సమాచారాన్ని అందించే ప్రమాదం ఉందన్నారు. తన వద్ద ఉన్న ఉదాహరణలు ఆధారంగా ఏపి అప్డేట్ పుట్టే టూల్స్ కూడా జాజ్, మత, వర్గ, లింగ భేదాలు కలిగించే కంటెంట్ ను అందిస్తాయన్నారు. ఆటోమేషన్ లో భాగంగా ఏపి ఏజెంట్స్ వస్తున్నాయని, దీని ద్వారా రాబోయే కాలంలో వివిధ రకాల ఉద్యోగాలు కోల్పోయే అవకాశం ఉందని ఆయన తెలియజేశారు. చాట్ జిపిటి, పెర్సెక్షివీటీ-, నోట్ బుక్ ఎల్ ఎం, గూగుల్, జమినయి, మీడ్ జర్నీ, సోరా, విజిఓ3, తదితర టూల్స్ ని పరిచయం చేసి జర్నలిస్టులు ఎలా ఉపయోగించాలో పవర్ పాయింట్ ప్రజెంటేషన్, ఉదాహరణల ద్వారా అవగాహన కలిగించారు. ఆజ డాటా -ట్రెయినింగ్ లో వినియోగంలో లోపం వల్ల, ప్రాప్టింగ్ ఇంజనీరింగ్ సరిగా చేయకపోవడం వల్ల, ఈ వివక్ష లేదా తప్పుడు సమాచారం వ్యాప్తి చేందుతుంది అన్నారు. ఆజ నైతిక నియమాలు తదితర అంశాలకు లోబడి జర్నలిస్టులు బాధ్యతా యుతంగా కృత్రిమ మేధ పరిజ్ఞానంను ఉపయోగించాలని ఆయన సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మీడియా అకాడమీ కార్యదర్శి నాగులపల్లి వెంకటేశ్వరరావు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



సంపాదకీయం



అవినీతి కారణంగా బీఆర్ఎస్ అంతర్ధానం!

బీఆర్ఎస్‌లో అవినీతి ఉందని, పాలనను అడ్డంపెట్టుకుని అందరూ బాగా సంపాదించారని కవిత వ్యాఖ్యల వల్ల మరింత స్పష్టం అయ్యింది. హరీష్ రావు, సంతోష్ రావులు బాగా సంపాదించారని కవితే స్పృహంగా ఆరోపిస్తున్నారు. వారే మీడియాను ఆడిస్తున్నారని కూడా చెప్పారు. కేసీఆర్ కుటుంబాన్ని విచ్చిన్నం చేయడమే వారి లక్ష్యం అని కూడా ఆమె చెప్పారు. మొత్తంగా ఇదంతా బీఆర్ఎస్‌లో అంతర్గత సమస్యలకు కారణంగా మారాలి. అన్నింటికీ మించి కేసీఆర్ కేవలం ఫామిలీతో పరిమితంకావడం, అధికారం పోగానే ప్రజల్లోకి రాకపోవడం వల్ల పార్టీ పతనానికి చేరిందని చెప్పాలి. అధికారం ఉందగా అవినీతిలో మునిగారు. తెలంగాణ ప్రజల ఆకాంక్షలను కాలరాశారు. అధికారం, డబ్బుతో విర్రవీగారు. తాను అచేతనంగా మారడంతో సమస్యలు వస్తున్నాయని ఇప్పుడు కేసీఆర్ గుర్తించడం లేదు. తాను కట్టిన కాళేశ్వరం సకల సమస్యలకు సమాధానమని చెప్పిన నేత, దానిని ఎదుర్కొనేందుకు ముందుకు రాలేదు. అసెంబ్లీకి ముఖం చాటేశారు. ఇదంతా కేవలం ఏడాదిన్నరలో పార్టీ పూర్తిగా తుడిచిపెట్టుకుపోయే దశకు చేరుకోవడానికి కేవలం కేసీఆర్ స్వయంకృతం తప్ప మరోటి కాదు. నాయకుడు అన్న వాడు ఎప్పుడూ ఉత్సాహంగా ముందుకు సాగాలి. అవినీతిని ఎదుర్కోవాలి. అధికారం ఉంటే అనుభవించమే కాదు...అవమానాలు వచ్చినా ధైర్యంగా నిలబడాలి. అప్పుడే నేతగా ప్రజలు గుర్తిస్తారు. కవిత వ్యవహారంతోఇప్పుడు బీఆర్ఎస్ అవినీతి పతాక స్థాయిలో కనిపిస్తోంది. అనేక పథకాల ద్వారా పార్టీలో ఉన్నవారు ఎంతగా సంపాదించారో ప్రజలకు అర్థం అయ్యింది. ప్రాంతీయ పార్టీలు అన్నీ తట్టుకుని నిలబడ గలగాలంటే నేత అన్నవారు గట్టిగా ఉండాలి. కానీ కేసీఆర్ తనకు వచ్చిన విధంగా ఉంటూ వచ్చాడు. అధికారం ఉన్నప్పుడు నడిచింది. కానీ ఇప్పుడు నడవదు. అందుకే బీఆ ర్ఎస్ మనుగడ అన్నది ప్రశ్నార్థకంగా మారింది. ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ సీఎంగా మూడు దశాబ్దాల క్రితం ప్రమాణ స్వీకారం చేసిన చంద్రబాబునాయుడు ఇంకా అదే ఉత్సాహం తో ముఖ్యమంత్రిగా బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్నారు. తనను జైలులో వేసినా గట్టిగా నిలబడి కొట్టాడు. పార్టీలో కార్యక్రమాల, నేతలకు ధైర్యం ఇచ్చాడు. తరిగి పార్టీని అధికారంలోకి తీసుకుని వచ్చే వరకు విగ్రహించలేదు. ఇది చంద్రబాబు పట్టుదలకు తార్కాణంగా చూడాలి. చంద్రబాబుతో పోలిస్తే వయసులో చిన్నవాడైనా కేసీఆర్ అంతగా ఏనాడూ నిలబడలేకపోయారు. ఇకపోతే ప్రాంతీయ పార్టీలు కేంద్రంలో ఏ పార్టీతో సంబంధాలు పెట్టుకున్నాయన్నది ప్రధానం కాదు. అవసరార్థం అది కామన్‌గా జరుగుతూనే ఉంటుంది. కాదనుకుంటే వదిలేస్తూంటారు. చంద్రబాబులాగా కరుణానిధి, మమతా బెనర్జీ, జయలలిత కూడా బీజేపీతో నూ కాంగ్రెస్ తోనూ సంబంధాలు ఏర్పర్చుకున్నారే. అయినా వారు తమ అస్తిత్వాన్ని పణంగా పెట్టి రాజకీయం నెరప లేదు. వారు ప్రజల్లో ఉంటూనే రాజకీయం చేశారు. ఏది జరిగినా ఓటమిని అంత సులభంగా అంగీకరించే వారు కాదు. పట్టుబట్టి మళ్లీ గెలవడానికి సర్వకృతులు ఒడ్డేవారు. ఆ తెగువ కేసీఆర్‌లో కనిపించడం లేదు. ప్రజలకు అనవరమైతే వారే ఓటేస్తారని భావించే రకంగా కేసీఆర్ ఉంటున్నారు. అందుకే ఆయన పార్టీ అనేక ఓడిదుడుకులను ఎదుర్కొంటోంది. తెలంగాణ రాష్ట్ర సమితి ఏర్పడ లక్ష్యాలకు, ఆశయాలకూ దూరం కావడంతో పాటు, కేసీఆర్ నేల విడిచి సాము చేయడం వల్ల పార్టీ ఈ దుస్థితిని ఎదుర్కొంటుందన్నది ముమ్మాటికీ నిజం. కవితను బయటకు పంపడం ద్వారా ఓ రకంగా పార్టీకి మరిన్ని సంక్షోభాలు తెచ్చుకున్న ట్టుగానే గుర్తించాలి. అలాగే పార్టీ అవినీతి పాలన చేసిందన్న వాదనకు కవిత వ్యాఖ్యలు బలం చేశాయి. హరీష్ రావు, సంతోష్‌లపై అవినీతి మరకలు వేసినా అవి నేరుగా కేసీఆర్‌కే తాకాయని గుర్తించాలి. ప్రాంతీయ నాయకులకున్న స్థిరత్వం, లక్ష్యవద్ది, ప్రజాస్వామ్య స్ఫూర్తి కేసీఆర్ దగ్గర లేకపోవడం కూడా ఇందుకు కారణంగా చూడాలి. అధికారం వస్తే అనుభవించడం లేకుంటే వదిలేయడం అన్న తార్కిక ధోరణిలో కేసీఆర్ ఉండడం కూడా పార్టీ పతనానికి కారణంగా చూడాలి. తెలంగాణ ప్రజల్లో, ముఖ్యంగా సామాజికంగా బలహీనవర్గాల్లో ఆకాంక్షలు పెరిగిపోయిన క్రమంలో జయశంకర్, కోదండరాం వంటి అనేక మంది నేతలు నిర్మించిన ఉద్యమం ఆయన రాజకీయంగా బలపడేందుకు తోడ్పడింది. కానీ దానిని ఆయన గుర్తించలేదు. జయశంకర్ సార్ ఎన్ని అవమానాలు ఎదురైనా ఓర్వితో భరించారు. ఇక కోదండరామ్‌తో పాటు అనేకమంది ఉద్యమకారులను కేసీఆర్ మెడపట్టి గెంటేశారు. అసోలో అస్సాం గణపరిషత్ కూడా ఇలాగే పతనం అయ్యింది. ప్రాంతీయ పార్టీల్లో వారసులు ఉండడం, తండ్రి తరవాత వారు పెత్తనం చేయడం సహజం. మమతా బెనర్జీకి కూడా మేనల్లుడు వారసుడిలా వెన్నంటి ఉన్నారు. కాని ఆ పార్టీలేవీ వారసుల మూలంగా అంతర్గత సంక్షోభంలో చిక్కుకోలేదు. మూలాల, లాలాప్రసాద్, కరుణానిధి, శిబియా సోరెన్‌ల వారసులే ఆ తర్వాత ముఖ్యమంత్రులయ్యారు. పైగా వారి బంధువులు కూడా పార్టీల్లో, పదవుల్లో కీలక స్థానాలు పోషించారు. జయలలిత ఉన్నప్పుడు నెచ్చెలి శశికళ పెత్తనం చేశారు. కానీ పార్టీని దెబ్బతీయలేదు. కాంగ్రెస్‌లో కూడా రాహుల్, ప్రియాంక ఎంత సన్నిహితంగా, ఎవరి బాధ్యతలు వారు నెరవేరుస్తూ, అధికారం కోసం చెమటోడుస్తున్నారు. కానీ బీఆర్ఎస్ కుటుంబస్థుల వల్ల దెబ్బతింటున్నదని గట్టిగా చెప్పానికి కవిత సస్పెన్స్ కారణంగా చూడాలి. కేసీఆర్ పార్టీని గాలికి వదిలేయడం, ప్రజల్లోకి రాకపోవడం, చుట్టోటరిల ప్రభావానికి లోను కావడం వల్ల కవితను దూరం చేసుకోవడం తో పాటు, ఇంటిగుట్టును రోడ్డున వదేసుకున్నారు. కేసీఆర్ అప్రమత్తంగా, జాగ్రత్తగా లేకపోవడం వల్ల, సరైన మార్గదర్శకత్వం అందించపోవడం వల్ల, ఎవరి పాత్ర ఏంటన్నది నిర్ధేశించకపోవడం వల్ల ఇప్పుడు కోలుకోలేని దెబ్బతిన్నారనే చెప్పాలి. కేసీఆర్ విషయాన్ని గ్రహించారు...ఎవరైనా ఏమైనా చెబితే అర్థం చేసుకున్నారు. దేశ రాజకీయాల్లో చక్రం తిప్పుగలనని ఆశించిన కేసీఆర్ అలా ప్రచారం చేసుకున్న తీరు కూడా ఆయనలోని నాయకత్వ లోపాన్ని ఎత్తి చూపింది. ఫాంహౌజ్‌లో ఉంటూ పూర్తిగా జాతీయ రాజకీయాలపై దృష్టి సారించడం సాధ్యం కాదని తెలుసుకోలేదు. ఇంటిని చక్కదిద్దుకోలేక ఇప్పుడు ప్రజల్లో అభాస పాలయ్యారు. ఇంటిగుట్టును బయటపెట్టుకున్నారు. కాళేశ్వరం తదితర ప్రాజెక్టుల్లో అవినీతిపై విచారణ జరుగుతున్న వేళ దానిని ఎదుర్కోవడంలో పూర్తిగా విఫలం కావడం కూడా కేసీఆర్ నాయకత్వ లోపానికి నిదర్శనంగా చూడాలి. అలాగే తనచుట్టూ రాజకీయాంగా ఆయనను చేసే చెప్పే అనుభవజ్ఞులను దూరం చేసుకున్నారు. కేవలం అధికారం, డబ్బు సంపాదన మత్తులో తెలంగాణను ఆగం చేసిన పార్టీగా బీఆర్ఎస్ మిగిలిపోయింది. త్వరలో అంతర్ధానం అయినా ఆశ్చర్యం లేదు.

హిందూ శరణార్థులకు ఊరట

- పాస్‌పోర్టు లేకున్నా ముస్లిమేతర శరణార్థులకు ఆశ్రయం
- కేంద్ర హిందూ శాఖ వెల్లడి

న్యూఢిల్లీ: పాకిస్థాన్, బంగ్లాదేశ్, అఫ్ఘానిస్థాన్ నుంచి వచ్చి భారత్‌లో ఆశ్రయం పొందుతున్న మైనార్టీలకు కేంద్రం ఊరట కల్పించింది. వివిధ రకాల కారణాలతో డిసెంబరు 31, 2024 తేదీ లోపు భారత్‌కు వచ్చిన ముస్లిమేతర శరణార్థుల వద్ద పాస్‌పోర్టు, ఇతర పత్రాలు లేకపోయినా వారు భారత్‌లో ఉండేందుకు అనుమతిస్తున్నట్లు కేంద్ర హోంశాఖ వెల్లడించింది. ఆయా దేశాల నుంచి వచ్చిన హిందువులు, క్రైస్తవులు, సిక్కులు, జైనులు, బౌద్ధులు, పార్శీలకు భారత పౌరసత్వం కల్పిస్తామని పేర్కొంటూ నోటిఫికేషన్ జారీ చేసింది. అయితే గతేడాది అమల్లోకి వచ్చిన పౌరసత్వ సవరణ చట్టం(సీఏఏ) ప్రకారం.. 2014 డిసెంబరు 31 కంటే ముందు పాకిస్థాన్, బంగ్లాదేశ్, అఫ్ఘానిస్థాన్‌ల నుంచి వలస వచ్చిన ముస్లిమేతర శరణార్థులకు మాత్రమే భారత పౌరసత్వం కల్పించనున్నట్లు- కేంద్రం వెల్లడించింది. తాజాగా ఈ పౌరసత్వ నిబంధనలకు సడలింపులు కల్పిస్తూ ఈ నిర్ణయం తీసుకుంది. పౌరసత్వ సవరణ చట్టం(సీఏఏ) 2025లో భాగంగా ఈ చర్యలు తీసుకుంటు-న్నట్లు- కేంద్ర హోంశాఖ తన ఉత్తర్వుల్లో పేర్కొంది. ‘అఫ్ఘానిస్థాన్, బంగ్లాదేశ్, పాకిస్థాన్‌లలో మతపరమైన హింసల కారణంగా భయంతో డిసెంబరు 31, 2024 తేదీలోపు భారత్‌ను ఆశ్రయించిన ముస్లిమేతర శరణార్థులకు భారత పౌరసత్వం ఇవ్వడానికి కేంద్రం చర్యలు తీసుకుంటుంది. చెల్లుబాటు అయ్యే గుర్తింపు పత్రాలు లేకపోయినా భారత్‌లో నివసించవచ్చు. ఇకపై వారికి న్యాయపరమైన అడ్డంకులు తొలగిపోతాయి. దశాబ్దాలతరబడి



కాందిశీకుల్లా బతుకుతున్న వారికి గౌరవప్రదమైన జీవితం లభిస్తుంది. దేశంలో ఎక్కడి-కైనా వారు రాకపోకలు సాగించొచ్చు.

ఆస్తులు కొనవచ్చని హోంశాఖ వెల్లడించింది. పాకిస్థాన్, బంగ్లాదేశ్, అఫ్ఘానిస్థాన్‌ల నుంచి వలస వచ్చిన ముస్లిమేతర శరణార్థుల వద్ద తగిన పత్రాలు లేకపోయినా వారికి సత్వరం మన పౌరసత్వాన్ని ఇచ్చేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం గతేడాది పౌరసత్వ సవరణ చట్టం-2019 ని అమల్లోకి తెచ్చింది. సీఏఏ (ఈషు కురూ ఆపవష ఆ-

ష)-2019 చట్టం ప్రకారం.. పాకిస్థాన్, బంగ్లాదేశ్, అఫ్ఘానిస్థాన్‌ల నుంచి వలస వచ్చిన ముస్లిమేతర శరణార్థుల వద్ద తగిన పత్రాలు లేకపోయినా వారికి సత్వరం భారత పౌరసత్వాన్ని ఇచ్చేలా కేంద్రం నిబంధనల్ని రూపొందించింది. 2014 డిసెంబరు 31 కంటే ముందు ఈ మూడు దేశాల నుంచి మన దేశానికి వచ్చిన హిందువులు, -క్రైస్తవులు, సిక్కులు, జైనులు, బౌద్ధులు, పార్శీలకు ఈ నిబంధనలు వర్తిస్తాయి. దరఖాస్తు ప్రక్రియ అంతా ఆన్‌లైన్‌లోనే ముగుస్తుంది.

హరీశ్రావు, రేవంత్ కుమ్మక్క నిజమే

గతంలోనే తాను ఈ విషయం చెప్పా

ఇప్పుడు కవిత కొత్తగా చెప్పిందేమీ లేదు

పోచంపల్లి, నవీన్‌రావు అక్రమాలపై విచారణ జరపాలి

మీడియాతో ఎంపీ రఘునందన్ రావు డిమాండ్



ప్రజానాథ, హైదరాబాద్: రేవంత్‌రెడ్డి, హరీశ్రావు కుమ్మక్కయ్యారని తాను గతంలోనే చెప్పానని భాషా ఎంపీ రఘునందన్ రావు అన్నారు. కవిత కూడా ఇప్పుడు అదే విషయంచెబితోందని అన్నారు. ఆమె ఇప్పుడు మీడియాతో కొత్తగా చెప్పింది ఏం లేదని పేర్కొన్నారు. వాళ్ల పార్టీ వ్యవహారాల గురించి మాట్లాడదల్చుకోలేదని తెలిపారు. కవిత చెప్పిన మోకిల ప్రాజెక్టు అవకతవకల గురించి విచారించాలని చెప్పారు. పోచంపల్లి శ్రీనివాసరెడ్డి, నవీన్‌రావు చేసిన అక్రమాలపై విచారణ జరపాలన్నారు. జడ్చీ అధ్యక్షుడిగా నన్ను ఎవరు ఓడించారో గతంలో కేసీఆర్‌కు చెప్పాను. ఆరోజు ఎలాంటి చర్యలు తీసుకోలేదు. మెదక్ ఎంపీ ఎన్నికల్లో ఇబ్బందిపెట్టాలని చూసినట్లు-

గతంలోనే చెప్పాి. కవిత ఇంకా వేరే విషయాలు కూడా మాట్లాడితే బాగుండేది. ఆమె మాటలతో భారత రాష్ట్ర సమితి అవినీతి పునాదుల మీద విస్తరించబడిందని తేలింది. మళ్లీ వచ్చే ఎటినోట్‌లో భారత రాష్ట్ర సమితి పెద్దలు చేసిన అవినీతిని బయటపెడితే బాగుంటుంది. పోచంపల్లి శ్రీనివాసరెడ్డి, నవీన్‌రావు చేసిన అక్రమాల మీద మీరు పార్టీలో, ప్రభుత్వంలో ఉన్నప్పుడు ఎందుకు చర్యలు తీసుకోలేదని రఘునందన్‌రావు కవితను ప్రశ్నించారు. బీఆర్ఎస్ పార్టీలో తాజాగా చోటు చేసుకున్న పరిణామాల నేపథ్యంలో మెదక్ ఎంపీ రఘునందన్ రావు స్పందించారు. బుధవారం హైదరాబాద్‌లో ఆయన విలేజ్‌క్లత్ మాట్లాడుతూ.. దుబ్బాకకు మీ కుటుంబం చేసిన అన్యాయం గురించి తాను అనేక సార్లు చెప్పానన్నారు. అలాగే దుబ్బాక హరీష్ రావు వల్లే అన్యాయం జరిగిందని కూడా తాను ఆనాడే చెప్పానని తెలిపారు. బీఆర్ఎస్‌లో తాను ఓడిపోవడానికి కారణం ఏమిటో కూడా బీఆర్ఎస్ అధినేత కేసీఆర్‌కు గతంలోనే చెప్పానన్నారు. ఒకే విమానంలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, హరీష్ రావులు ప్రయాణం చేశారని తాను గతంలోనే చెప్పానని పేర్కొన్నారు. అయితే కవిత చెప్పిన దాంట్లో కొత్తదనం ఏమీ కనిపించడం లేదన్నారు. మోకిల్లాలో జరుగుతున్న విల్లా ప్రాజెక్ట్‌పై విచారణ జరిపించాలని ప్రభుత్వాన్ని ఈ ఆయన ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. కేసీఆర్‌కు కుమార్తె, కుమారుడు ముఖ్యం కాదు.. ఆయనకు పార్టీయే ముఖ్యం. దేశవ్యాప్తంగా ఇలాంటి సస్పెన్సు ప్రతి పార్టీలో జరిగింది. ప్రతి కుటుంబంలో గొడవలు సహజం. తెలంగాణ ప్రజలే కేసీఆర్‌కు ముఖ్యం. తన కుమార్తె, కుమారుడి కోసం పార్టీని ఆయన నాశనం చేసుకోలేరు. కాళేశ్వరంపై తప్పుడు ప్రచారం చేస్తున్నారు. ఈ విషయంలో సీబీఐ మాత్రమే కాదు.. ఎవరూ ఏమీ చేయలేరు. సీబీఐ పేరుతో కేసీఆర్‌ను ఇబ్బంది పెట్టాలనుకోవడం సరికాదు. ఆయనలాంటి గొప్ప వ్యక్తి తెలంగాణ నాయకుడిగా ఉంటుం మనందరి అధ్యక్షం. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కాళేశ్వరం అంశంపై ప్రజలను తప్పుదోవ పట్టిస్తూ ద్రామాలు చేస్తోందని మల్లారెడ్డి విమర్శించారు.

కేసీఆర్‌కు కూతురుకన్నా పార్టీయే ముఖ్యం

మాజీ మంత్రి మల్లారెడ్డి వ్యాఖ్య

ప్రజానాథ, హైదరాబాద్: కేసీఆర్‌కు కూతురుకన్నా, పార్టీ ముఖ్యమని, అందుకే సస్పెండ్ చేశారని భారత రాష్ట్ర సమితి నుంచి ఎమ్మెల్సీ కవిత సస్పెన్షన్‌పై ఆ పార్టీ నేత, మాజీ మంత్రి మల్లారెడ్డి స్పందించారు. పార్టీని ధిక్కరించిన ఆమెపై చేటు- చేయడం సరైన నిర్ణయమేనని చెప్పారు. బోయన్‌పల్లిలో శ్రీవెంకటేశ్వర లారి అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన గణనాథుడి ప్రత్యేక పూజా కార్యక్రమంలో మల్లారెడ్డి పాల్గొన్నారు. అనంతరం ఆయన ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. కేసీఆర్‌కు కుమార్తె, కుమారుడు ముఖ్యం కాదు.. ఆయనకు పార్టీయే ముఖ్యం. దేశవ్యాప్తంగా ఇలాంటి సస్పెన్సు ప్రతి పార్టీలో జరిగింది. ప్రతి కుటుంబంలో గొడవలు సహజం. తెలంగాణ ప్రజలే కేసీఆర్‌కు ముఖ్యం. తన కుమార్తె, కుమారుడి కోసం పార్టీని ఆయన నాశనం చేసుకోలేరు. కాళేశ్వరంపై తప్పుడు ప్రచారం చేస్తున్నారు. ఈ విషయంలో సీబీఐ మాత్రమే కాదు.. ఎవరూ ఏమీ చేయలేరు. సీబీఐ పేరుతో కేసీఆర్‌ను ఇబ్బంది పెట్టాలనుకోవడం సరికాదు. ఆయనలాంటి గొప్ప వ్యక్తి తెలంగాణ నాయకుడిగా ఉంటుం మనందరి అధ్యక్షం. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కాళేశ్వరం అంశంపై ప్రజలను తప్పుదోవ పట్టిస్తూ ద్రామాలు చేస్తోందని మల్లారెడ్డి విమర్శించారు.

భగ్గుమంటున్న బంగారం ధరలు

లక్షా పదివేల బిశగా పరుగులు

న్యూఢిల్లీ: బంగారం ధరలు భగ్గుమంటున్నాయి. గత 10 రోజులుగా పెరుగుతూ వస్తున్న గోల్డ్ రేట్స్.. ఎప్పుడూ లేని విధంగా కొత్త గరిష్ఠాన్ని తాకాయి. బుధవారం బలియన్ మార్కెట్‌లో 24 క్యారెట్ల 10 గ్రాముల పసిడి ధర రూ.1,06,970గా.. 22 క్యారెట్ల ధర రూ.98,050గా ట్రేడ్ అవుతోంది. ఈరోజు 24 క్యారెట్ బంగారం 10 గ్రాముల ధర రూ.880.. 22 క్యారెట్ బంగారం రూ.800 పెరిగింది. ఈ 10 రోజుల్లోనే ఏకంగా 5 వేలకు పైగా పెరగడం విశేషం. చరిత్రలో ఎన్నడూ లేని విధంగా బంగారం లక్షా పది వేల రూపాయల చేరువకు వచ్చేసింది. హైదరాబాద్ మార్కెట్‌లో 24 క్యారెట్ల 10 గ్రాముల బంగారం ధర రూ.1,06,970గా.. 22 క్యారెట్ల ధర రూ.98,050గా కొనసాగుతోంది. విశాఖ, విజయవాడలో కూడా ఇవే ధరలు కొనసాగుతున్నాయి. దేశ రాజధాని ఢిల్లీలో 24 క్యారెట్ బంగారం 10 గ్రాముల ధర రూ.1,07,120గా.. 22 క్యారెట్ ధర రూ.98,200గా ట్రేడ్ అవుతోంది. ధరలు పెరుగుతుండడంతో సామాన్యులు కంగారుపడి పోతున్నారు. ఇక దీపావళి నాటికి బంగారం ధరలు ఎలా ఉంటాయో అని టెన్షన్ పడుతున్నారు. మరోవైపు వెండి ధర కూడా బంగారం బాటలోనే నడుస్తోంది. గత ఐదు రోజులుగా వెండి పెడుతోంది. బలియన్ మార్కెట్‌లో కిలో వెండిపై ఈరోజు రూ.900 పెరిగి.. రూ.1,27,000గా సమాధైంది. హైదరాబాద్ మార్కెట్‌లో కిలో వెండి లక్షా 37 వేలుగా ఉంది. బుధవారం ఉదయం 10 గంటల వరకు గుడ్ రిటర్న్స్ వెబ్‌సైట్లో సమాధైన గోల్డ్, సిల్వర్ ధరలు ఇవి. ప్రాంతాల వారిగా ధరల్లో మార్పులు ఉంటాయన్న విషయం తెలిసిందే.

కేసీఆర్ వదిలిన బాణం కవిత

టీపీసీసీ చీఫ్ మహేశ్ కుమార్ గౌడ్

ప్రజానాథ, హైదరాబాద్: కేసీఆర్ కుటుంబ సభ్యులు అవినీతి సామ్యును పంచుకొని ఇప్పుడు తిట్టుకుంటున్నారని టీపీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేశ్‌కుమార్ గౌడ్ అన్నారు. ఎమ్మెల్సీ కవిత వ్యాఖ్యలపై ఆయన స్పందించారు. కవిత చెప్పిన విషయాలన్నీ వాస్తవమేనని, రాష్ట్రంలో వదల్లపాటు యథేచ్ఛగా దోపిడీ జరిగిందన్నారు. పంపకాల్లో విభేదాలు వచ్చి ఇప్పుడు బయటపడుతున్నారు. వాళ్ల పార్టీ లేకుండా వారే చేసుకుంటున్నారు. కవిత ఇన్ని రోజులు బాణాన్ని కేటీఆర్ మీదకు ఎక్కుపెట్టారు. అకస్మాత్తుగా ఆ బాణాన్ని హరీశ్రావు మీదకు తిప్పారు. అకస్మాత్ వెళ్లి వచ్చాక కవిత వైఖరిలో మార్పు కనిపించింది. కవిత.. కేసీఆర్ వదిలిన బాణమని నా సందేహం. కేసీఆర్ కుటుంబంలో ఇది కొత్త నాటకం అని అన్నారు.



బీజింగ్‌లో కిమ్‌తో పుతన్ ప్రత్యేక భేటీ

ఉక్రెయిన్‌తో యుద్ధంలో సాయపడినందుకు కృతజ్ఞతలు

బీజింగ్: ఉక్రెయిన్ ఆక్రమించుకొన్న క్రెస్న్ ప్రాంతాన్ని తిరిగి స్వాధీనం చేసుకొనేందుకు ఉత్తరకొరియా నేత కిమ్ జోంగ్ ఉన్ చేసిన సాయానికి రష్యా అధినేత పుతన్ ప్రత్యేకంగా ధన్యవాదులు తెలిపారు. ఈ యుద్ధంలో మాస్కో సేనలకు అండగా.. ఉత్తరకొరియా నుంచి కూడా ప్రత్యేక దళాలు రంగంలోకి దిగిన విషయం తెలిసిందే. రెండో ప్రపంచ యుద్ధంలో జపాన్‌పై విజయం సాధించి 80 ఏళ్లు పూర్తయిన సందర్భంగా చైనా బీజింగ్‌లో ప్రత్యేక పరేడ్ ఏర్పాటు-చేసింది. దీనికి పుతన్ , కిమ్ హాజరయ్యారు. ఈసందర్భంగా వీరద్ధరి మధ్య ప్రత్యేక భేటీ- జరిగింది. దీనిలో కిమ్ సాయాన్ని రష్యా అధినేత అభినందించారు. ఇరువురు నేతలు కలిసి ఒకే కారులో ప్రయాణించారు. ఈసందర్భంగా పలు అంశాలపై చర్చించారు. రష్యాలోని దాదాపు 2 లక్షల జనాభా ఉన్న క్రెస్న్ ప్రాంతాన్ని గతేడాది ఉక్రెయిన్ (+ఖనశ) దళాలు ఆక్రమించాయి. దీంతో అక్కడి ప్రజలు నగరాన్ని వీడారు. కొన్ని నెలల తరువాత ఉత్తర కొరియా దళాల సాయంతో రష్యా ఈ ప్రాంతంలో చాలా భాగాన్ని తిరిగి స్వాధీనం చేసుకొంది. కిమ్ దాదాపు 11,000 మంది సైనికులను ఇక్కడికి పంపారు. ఈ ఏడాది జనవరిలో ఇద్దరు సైనికులను ఉక్రెయిన్ దళాలు బంధించాయి.

రాజన్న సన్నిధిలో రాజమండ్రి ఇస్కాన్ ఆలయ అధ్యక్షుడు

ప్రత్యేక పూజలు చేసిన సత్య గోపీనాథ్ దాస్

ప్రజానావ, వేములవాడ: దక్షిణ భారతదేశ ఇస్కాన్ ఆలయాల అధ్యక్షుడు, రాజమండ్రి ఇస్కాన్ ఆలయ గురువు సత్య గోపీనాథ్ దాస్ బుధవారం వేములవాడ రాజన్నను దర్శించుకున్నారు. ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. కోడె మొక్కులు చెల్లించారు. అనంతరం నాగిరెడ్డి మండపంలో వేదపండితులు అర్చకులతో ఆశీర్వాదనం పొందారు. సత్య గోపీనాథ్ దాస్కు ఆలయ పర్యవేక్షకులు జీ శ్రీనివాస్ శర్మ శేషవస్త్రం సమర్పించి, లడ్డు ప్రసాదం అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రొటోకాల్ పర్యవేక్షకులు శ్రీకాంత్ చార్మలు, సీనియర్ అసిస్టెంట్ జోడుసు మహేష్ ఉన్నారు.



సమయానికి నిమజ్జనం పూర్తి చేయాలి

ప్రజానావ, సిరిసిల్ల: నిర్దేశించిన సమయానికి గణేష్ నిమజ్జనం పూర్తి చేయాలని ఎస్సీ మహేష్ బి.గితే సూచించారు. బుధవారం వేములవాడ పట్టణ పరిధిలోని పలు గణేష్ మండపాలను వేములవాడ పట్టణ సీబిఐతో కలిసి ఎస్సీ సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్సీ మాట్లాడుతూ.. వేములవాడలో జరిగే నిమజ్జనానికి 200 మంది సిబ్బందితో పటిష్ట బందోబస్తు ఏర్పాటు చేశారన్నారు. మండపాల నిర్వాహకులు నిర్దేశించిన సమయానికి శాంతియుత వాతావరణంలో నిమజ్జనం పూర్తి అయ్యేలా ప్రణాళిక చేసుకోవాలని కోరారు. పోలీస్ వారి సలహాలు సూచనలు తప్పక పాటిస్తూ, ఎలాంటి గొడవలు, అవాంఛనీయ సంఘటనలు, ప్రమాదాలు జరగకుండా శాంతియుత వాతావరణంలో శోభాయాత్ర సాగేలా పోలీసులకు సహకరించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. శోభాయాత్రలో ఎట్టి పరిస్థితుల్లో డిజేలకు అనుమతి లేదని, నిబంధనలకు విరుద్ధంగా డిజేలు ఏర్పాటు చేసిన చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించారు.

రాజన్న యూత్ విగ్నేశ్వరుని దర్శించుకున్న ఎస్సీ

వేములవాడలోని బద్రి పోచమ్మ స్టేట్ వద్ద ఏర్పాటు చేసిన రాజన్న యూత్ విగ్నేశ్వరుడిని ఎస్సీ మహేష్ బి.గితే దర్శించుకున్నారు. ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఎస్సీకి స్థానిక ప్రజలు, రాజన్న యూత్ సభ్యులు స్వాగతం పలికారు. అనంతరం యూత్ సభ్యులు శాలువా అర్పించి, వారికి హృదయపూర్వక అభినందనలు తెలిపారు. ఈ దర్శనం ద్వారా జిల్లాలో శాంతి మరియు సమృద్ధి కలగాలని భక్తులు కోరుకున్నారు.

శోభాయాత్రలో డిజేలకు అనుమతి లేదు • ఎస్సీ మహేష్ బి.గితే



గణేశుని ఆశీస్సులు పట్టణ ప్రజలపై ఉండాలి

● గణనాథుని మండపం వద్ద ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించిన చత్తెడ

ప్రజానావ, వేములవాడ: వేములవాడ పట్టణ ప్రజలపై గణేశుని ఆశీస్సులు ఎల్లప్పుడూ ఉండాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటున్నానని బీఆర్ఎస్ వేములవాడ నియోజకవర్గ ఇన్చార్జ్ చత్తెడ లక్ష్మీనరసింహారావు అన్నారు. బుధవారం పట్టణంలోని తెలంగాణ చౌక్ లో బీఆర్ఎస్ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటుచేసిన గణనాథుని మండపం వద్ద వారు ప్రత్యేక పూజలు, భక్తులకు అన్నదానం నిర్వహించి మీడియాతో మాట్లాడారు. గణేష్ నవరాత్రి ఉత్సవాల్లో పట్టణంలోని ప్రతి వార్డులో నిర్వాహకులు ఎంతో భక్తి శ్రద్ధలతో గణనాథుల మండపాలు ఏర్పాటుచేసి తొమ్మిది రోజులు పూజలు నిర్వహించడంతో పాటుగా భక్తులకు అన్నదానం నిర్వహించడం ఆనవాయితీగా వస్తుందని అన్నారు. ఆ గణనాథుని ఆశీస్సులు ప్రజలపై ఉండి సుఖీకృతంగా ఉండాలని కోరుకుంటున్నానని తెలిపారు. ప్రతి ఒక్కరు గణేష్ నిమజ్జన వేడుకలు ప్రశాంతమైన వాతావరణంలో జరుపుకోవాలని తెలిపారు. అనంతరం భగవంతరావునగర్ లోని వినాయక మండపం వద్ద ప్రత్యేక



పూజలు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ నాయకులు ఏనుగు మనోహర్ రెడ్డి, రామతీర్థపు రాజు, పోలాన నరేందర్, మాజీ కౌన్సిలర్లు నిమ్మశెట్టి విజయ్, నరాల శేఖర్, గోపీ మహేష్, సిరిగిరి చందు, మండల అధ్యక్షుడు గోస్సుల రవి, నాయకులు వెంగళ శ్రీకాంత్ గౌడ్, నీరటి మల్లేశం, వాసాల శ్రీనివాస్, గడ్డం హనుమాన్, ప్రసాద్ రావు, ఈర్లపల్లి రాజు, గన్నమనేని రామారావు, వెంకట్ రెడ్డి, డ్రిమ్ చారి సందీప్, ఉమర్, రఫీక్, పర్వేజ్, రాసురి రాజేశం, బత్తుల మహేందర్, అనిల్, సాయి పటేల్, సాయి గౌడ్ తదితరులు ఉన్నారు.



బీజేపీకి మహిళా మోర్చా మాజీ అధ్యక్షురాలి రాజీనామా

ప్రజానావ, వేములవాడ : వేములవాడ అర్బన్ మండల మాజీ మహిళా మోర్చా అధ్యక్షురాలు నాగుల మమత భారతీయ జనతా పార్టీ సభ్యత్వానికి రాజీనామా చేస్తున్నానని తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా నాగుల మమత మాట్లాడుతూ భారతీయ జనతా పార్టీ బలోపేతానికి, మహిళలు పెద్ద ఎత్తున పార్టీ కార్యక్రమంలో పాల్గొనే విధంగా నిరంతరం శ్రమించి ఎన్నో కార్యక్రమాలను నిర్వహించమని అన్నారు. ఇన్ని రోజులు తనకు సహకరించిన నాయకులకు, కార్యకర్తలకు ప్రతి ఒక్కరికి పేరు పేరున ధన్యవాదాలు తెలుపుతూ, బుధవారం రోజున వారి రాజీనామా లేఖను బిజిపి జిల్లా అధ్యక్షుడికి ఇవ్వనున్నామని తెలిపారు. స్థానిక సంస్థల ఎలక్షన్ల ముందు రాజీనామా చేయడం రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లాలో చర్చనీయాంశంగా మారింది.

జిల్లా పోలీస్ కార్యాలయంలో ఘనంగా నిమజ్జనం

ప్రజానావ, సిరిసిల్ల: రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా పోలీస్ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన వినాయక విగ్రహం వద్ద జిల్లా ఎస్సీ మహేష్ బి. గితే పూజా కార్యక్రమం నిర్వహించి తీర్థప్రసాదాలు తీసుకొన్నారు. అనంతరం సందర్భంగా ఎస్సీ మాట్లాడుతూ.. ఈ వినాయక నవరాత్రి ఉత్సవాలను ప్రజలు భక్తి శ్రద్ధలతో పూజలు నిర్వహిస్తున్నారని, జిల్లా పరిధిలో ప్రజలు, పోలీస్ అధికారులు, సిబ్బంది తాము మొదలు పెట్టిన పనులు ఎలాంటి విఘ్నాలు లేకుండా పూర్తి అయ్యేట్లు చూడాలని మహాగణపతిని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకోవడం జరిగింది. ముఖ్యంగా జిల్లా పోలీసు శాఖ సూచించిన మేరకు ఆయా మండపాల నిర్వాహకులు, యువత జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం కనిపించిందని, ఇదేరీతిలో నిమజ్జనం రోజు వరకు ప్రతి ఒక్కరు పోలీస్ వారికి సహకరించాలని ఎటువంటి ఆటంకాలు లేకుండా నిమజ్జన శోభయాత్ర నిర్వహించుకోవాలని ప్రజలకు ఎస్సీ తెలిపారు. అనంతరం పోలీస్ పోలీస్ కార్యాలయంలో గత ఏడాది రోజులుగా విశేష పూజలు అందుకున్న గణనాథుని శోభయాత్రను ఎస్సీ గారు ప్రారంభించగా గణపతి దేవుని ప్రతిమను డప్పు వాయిద్యాలతో, పోలీస్ అధికారులు సిబ్బంది, పిల్లలు, మహిళల కొలాలు ఆట పాటలతో అందరు ఆనందోత్సవ నృత్యాలతో కొలాహలం మధ్య ఊరేగింపుగా తీసుకెళ్లి మానేరు నదిలో నిమజ్జనం చేశారు. ఈకార్యక్రమంలో వేములవాడ ఎంపిస్సీ శేషాద్రిని రెడ్డి, అదనపు ఎస్సీ చంద్రయ్య,సి.బి లు , ఆర్ఐబిలు, ఎస్.బి లు, కార్యాలయ సిబ్బంది,పోలీస్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.



తాగునీటి వృథా.. ఇద్దరికి పైన్.!

ఎవరైనా ఇలా చేస్తే చర్యలు తీసుకుంటామని ఎండి హెచ్చరిక



ప్రజానావ, భైరతాబాద్: జలమందలి సరఫరా చేసే తాగునీటిని ఇతర అవసరాలకు వినియోగించిన ఇద్దరికి అధికారులు జరిమానా విధించారు. ఈ ఘటన బంజారా హిల్స్ లో జరిగింది. జలమందలి ఎండి అశోక్ రెడ్డి బంజారా హిల్స్ ప్రధాన రహదారిపై వెళుతుండగా... రోడ్ నం. 12 లో నీరు లీకేజీ అయినట్టు ఎండి గమనించి.. స్థానిక మేనేజర్ ను లీకేజీకి కారణాలు అరా తియ్యమని ఆదేశించారు.. దీంతో ఓ అండ్ డివిజన్ స్థానిక మేనేజర్ వెళ్లి పరిశీలించారు. అయితే దగ్గరికి వెళ్లి చూస్తే ఒక వ్యక్తి జలమందలి సరఫరా చేసే నీటితో కార్, బైక్ కడిగాడు. ఇదే విషయం ఎండికి విన్నవించారు.. దీంతో ఎండి ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసి.. తాగునీటిని ఇలా ఇతర అవసరాలకు వినియోగించవద్దని చెప్పారు. అంతే కాకుండా అతనికి నోటీసు అందించి, జరిమానా వెయ్యాలని సంబంధిత మేనేజర్ ను ఆదేశించారు. ఎండి ఆదేశాల మేరకు ఆ వ్యక్తి రూ.10000 జరిమానా విధించారు. అలాగే ఆ ప్రాంతంలోనే మరో వ్యక్తి తాగునీటి సంపు నిండి ఓవర్ ఫ్లో అయి దాదాపు ఒక కిలో మీటర్ వరకు తాగునీరు రహదారిపై ప్రవహించింది.. నిర్లక్ష్యంతో నీటిని వృధా చేసినందుకు ఈ వ్యక్తికి రూ.5000 జరిమానా విధించారు. జలమందలి సరఫరా చేసే తాగునీరు ఇలా ఇతర అవసరాలకు వినియోగించడంపై ఎండి విజ్ఞప్తి చేశారు. ఎవరైనా ఇలాంటి పనులు చేస్తే.. తగిన చర్యలు తీసుకుంటామని ఆయన హెచ్చరించారు.

ఉత్సాహంగా గణేశ్ నవరాత్రి వేడుకలు



ప్రజానావ, భైరతాబాద్: జూబ్లీహిల్స్ డివిజన్ ఫిల్మ్నగర్ పరిధిలో గణేశ్ నవరాత్రి వేడుకలు ఉత్సాహంగా ప్రారంభమయ్యాయి. ఈ సందర్భంగా ఫిల్మ్నగర్ 18 జస్టీల వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షుడు మామిడి నర్సింగ్ రావు అనేక గణేశ్ మండపాలను సందర్శించి, ప్రత్యేక పూజల్లో పాల్గొన్నారు. అదేవిధంగా ఎక్కడిక్కడ అన్నదాన కార్యక్రమాలు జరుగుతున్న మండపాలలో భక్తుల మధ్య చేరి, అన్నదానంలో సైతం సక్రియంగా పాల్గొన్నారు. ఆయనతోపాటు అకుల రాజు, మహద్దే ఫునీ, అవుల రాజన్న, శ్రీనివాస్, ప్రసాద్ తదితరులు కూడా ఈ కార్యక్రమాల్లో భాగమయ్యారు. ఎంఆర్సీ కాలనీ, అంబేద్కర్ నగర్ రోడ్ నెం. 9, స్వామి వివేకానంద నగర్, బసవతారక నగర్ వంటి ప్రాంతాల్లో గణనియమైన సంఖ్యలో భక్తులు గణేశ్ నవరాత్రి కార్యక్రమాల్లో పాల్గొంటున్నారు. ఈ సందర్భంగా మామిడి నర్సింగ్ రావు మాట్లాడుతూ “గణేశ్ నవరాత్రి ఉత్సవాలు సామాజిక ఐక్యతకు, భక్తి భావానికి ప్రతీక. ప్రతి బిన్నీ ప్రజలు ఎంతో ఉత్సాహంగా పూజలు నిర్వహిస్తున్న తీరుకు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నాను” అన్నారు.

ఎల్లమ్మబండలో గణపతి పూజలు

ప్రజానావ, శేరిలింగంపల్లి : వినాయక చవితి పర్వదినాన్ని పురస్కరించుకొని శేరిలింగంపల్లి నియోజక వర్గం ఎల్లమ్మబండ, చందానగర్, మియా పూర్, గణేష్ మండపాలను సందర్శించి గణేష్ కమిటీ భక్తులను కలుసుకొని అన్నదాన కార్యక్రమాలలో హాజరయ్యారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు అభిమానులు, గణేష్ కమిటీ భక్తులు భారీ సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు



డెస్క్ వర్క్ చేసేవారికి షుగర్ కంట్రోల్ టెక్నిక్స్!



క్యారెట్, బీట్ రూట్ జ్యూస్ను రోజూ తాగండి..

అనేక లాభాలు కలుగుతాయి..!

ఆరోగ్యంగా ఉండడం కోసం చాలా మంది రోజూ అనేక రకాల జ్యూస్లను తాగుతుంటారు. కొందరు పండ్ల రసాలను సేవిస్తే, కొందరు కూరగాయల జ్యూస్లను తాగుతుంటారు. అయితే మనకు అందుబాటులో ఉండే కూరగాయలతో అయితేనే జ్యూస్ తయారు చేసి తాగడం సులభతరం అవుతుంది. అలాంటి వాటిల్లో క్యారెట్లు, బీట్ రూట్ కూడా ఉన్నాయి. వీటిని మనం తరచూ వంటల్లో ఉపయోగిస్తుంటాం. క్యారెట్లను పూల్స్ రైస్, వివిధ రకాల వంటకాల్లో వేస్తుంటారు. బీట్ రూట్ను సలాడ్గా ఉపయోగిస్తుంటారు. అయితే ఈ రెండింటినీ కలిపి జ్యూస్ తయారు చేస్తే అది శక్తివంతమైన టానిక్ అవుతుందని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. క్యారెట్, బీట్ రూట్లను కలిపి జ్యూస్ను తయారు చేసి రోజూ ఉదయం ఒక కప్పు మోతారులో తాగాలి. దీంతో అనేక పోషకాలు లభిస్తాయి. ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చు. పలు వ్యాధులను నయం చేసుకోవచ్చు. దీంతో ఎలాంటి ప్రయోజనాలు కలుగుతాయో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

గుండె ఆరోగ్యానికి..

క్యారెట్, బీట్ రూట్ లతో తయారు చేసిన జ్యూస్ను తాగడం వల్ల నైట్ల అధికంగా లభిస్తాయి. ఇవి శరీరంలో నైట్రిక్ ఆక్సైడ్గా మారుతాయి. నైట్రిక్ ఆక్సైడ్ వల్ల రక్త నాళాలు వెడల్పుగా మారి రక్త సరఫరా మెరుగు పడుతుంది. దీంతో బీపీ నియంత్రణలో ఉంటుంది. హైబీపీ ఉన్నవారికి ఈ జ్యూస్ ఎంతగానో మేలు చేస్తుంది. అలాగే ఈ జ్యూస్లో పొటాషియం సైతం అధికంగానే ఉంటుంది. ఇది కూడా బీపీని తగ్గించడంలో గణనీయంగా సహాయం చేస్తుంది. శరీరంలో సోడియం స్థాయిలు నియంత్రణలో ఉంటాయి. దీంతో గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. హార్ట్ ఎటాక్ రాకుండా సురక్షితంగా ఉండవచ్చు. ఈ రెండింటి మిశ్రమంలో సహజనిర్మిత చక్కెరలు ఉంటాయి. అందువల్ల ఈ రెండింటి జ్యూస్ను తాగితే శరీరానికి తక్షణ శక్తి లభిస్తుంది. ఉత్సాహంగా మారుతారు. యాక్టివ్గా ఉంటారు. చురుగ్గా పనిచేస్తారు. బద్ధకం పోతుంది. ఈ జ్యూస్ను ఉదయం సేవిస్తే రోజంతా శరీరంలో శక్తి స్థాయిలు అధికంగా ఉంటాయి. నీరసం, అలసట ఏర్పడవు.

కంటి చూపు సమస్యకు..

ఈ మిశ్రమంలో బీటా కెరోటిన్ అధిక మొత్తంలో ఉంటుంది. ఇది మన శరీరంలో విటమిన్ ఎ గా మారుతుంది. అలాగే లుటీన్, జియాజాంటిన్ అనే శక్తివంతమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కూడా ఈ జ్యూస్లో ఉంటాయి. ఇవన్నీ కంటి చూపును మెరుగు పరిచి కళ్ళను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. అతినీలరేపిత కిరణాల బారి నుంచి కళ్ళను రక్షిస్తాయి. కంటి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగు పరుస్తాయి. ఈ మిశ్రమంలో బీటెయిన్ అనే సమృద్ధి ఉంటుంది. అలాగే విటమిన్ ఎ, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కూడా లభిస్తాయి. ఇవి లివర్ పనితీరును మెరుగు పరుస్తాయి. శరీరంలోని వ్యర్థాలు సులభంగా బయటకు వెళ్లేలా చేస్తాయి. లివర్ ఆక్టివరణ ఒత్తిడికి గురి కాకుండా ఉంటుంది. ఫ్లావీ లివర్ సమస్య ఉన్నవారికి మేలు జరుగుతుంది. లివర్ సంబంధిత వ్యాధులు తగ్గిపోతాయి.

క్యాన్సర్ రాకుండా..

ఈ రెండింటి జ్యూస్లో బీటాలెయిన్ అనే శక్తివంతమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి శక్తివంతమైన యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ స్వభావాన్ని కలిగి ఉంటాయి. అలాగే బీటా కెరోటిన్, విటమిన్ సి కూడా అధికంగానే ఉంటాయి. ఇవన్నీ ప్రీ ర్యాడికల్స్ను నిర్మూలించడంలో సహాయం చేస్తాయి. వాపులను తగ్గిస్తాయి. ముఖ్యంగా శరీరం అంతర్గతంగా ఉండే వాపులు తగ్గిపోతాయి. గుండె కండరాలు, రక్త నాళాల వాపులు తగ్గుతాయి. దీంతో గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. హార్ట్ ఎటాక్ రాకుండా నివారించవచ్చు. కణాలకు జరిగే నష్టం నివారించబడుతుంది. క్యాన్సర్ రాకుండా చూసుకోవచ్చు. ఈ రెండింటి మిశ్రమంలో ఉన్న యాంటీ ఆక్సిడెంట్ల కారణంగా రక్త సరఫరా మెరుగు పడి చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. చర్మ కాంతి పెరుగుతుంది. యవ్వనంగా కనిపిస్తారు. ముఖంపై ఉండే ముడతలు తగ్గిపోతాయి. ఇలా క్యారెట్, బీట్ రూట్ జ్యూస్ను రోజూ తాగుతుంటే అనేక లాభాలను పొందవచ్చు.



గతంలో, ఓ వయస్సు దాటాకే కొన్ని వ్యాధులు వచ్చేవి. కానీ నేటి కాలంలో వయస్సుతో సంబంధం లేకుండానే అనేక దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు వస్తున్నాయి. అలాంటి వాటిలో డయాబెటిస్ ఒకటి. యువకులు, పసి పిల్లలు సైతం ఈ వ్యాధికి గురవుతున్నారు. రక్తంలో చక్కెర లేదా గ్లూకోజ్ స్థాయి చాలా ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు పదే పదే మాత్రవిసర్జనకు వెళ్లాల్సి వస్తుంది. డెస్క్ ముందు గంటల తరబడి పనిచేసే వారికి తీరిక ఉండదు. ఈ కారణంగా డయాబెటిస్ మరింత తీవ్రం కావచ్చు. కాబట్టి, షుగర్ పేషెంట్లు వారి ఆరోగ్యం పట్ల కూడా పూర్తి శ్రద్ధ వహించాలి. ఎంత బిజీగా ఉన్నప్పటికీ ఆఫీసులో ఈ సులభమైన చిట్కాలను అనుసరించడం ద్వారా పని, ఆరోగ్యం మధ్య సమతుల్యతను కాపాడుకోవచ్చు.

రక్తంలో చక్కెర స్థాయి ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు తరచుగా మాత్ర విసర్జన చేయడం, దాహం వేయడం, ఎక్కువ ఆకలిగా అనిపించడం, అలసట, గాయం త్వరగా మానకపోవడం వంటి కొన్ని సాధారణ లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. ఈ లక్షణాలు ఉన్న వ్యక్తి ఎప్పుడూ అప్రమత్తంగా ఉండాలి. ఆరోగ్యం పట్ల నిరంతరం శ్రద్ధ వహించాలి. లేకుంటే భవిష్యత్తులో ఇది అనేక తీవ్రమైన వ్యాధులకు కారణం కావచ్చు. అధిక చక్కెర స్థాయి కారణంగా, కళ్ళు, మూత్రపిండాలు, నరాలు దెబ్బతింటాయి. దీనితో పాటు గుండె జబ్బుల ప్రమాదం కూడా పెరుగుతుంది. ఆఫీసులో షుగర్ పేషెంట్లు తమకు ఎదురయ్యే సవాళ్లను ఈ సింపుల్ టెక్నిక్స్ ద్వారా పరిష్కరించుకోవచ్చని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు.

షుగర్ ఉన్నవారు ఆఫీసులో అనుసరించాల్సిన రోజువారీ టిప్స్

1. తరచుగా కదలండి

ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల బయట సైకిల్ విచ్చిన్నం అవుతుంది. కాబట్టి, ప్రతి 30 నుండి 60 నిమిషాలకు కాసేపు అటూ ఇటూ వేగంగా నడవండి. స్ట్రెచింగ్ చేయండి. మీటింగ్ లో ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం తగ్గించండి. ఈ కదలికలు దీర్ఘకాలిక హానికరమైన ప్రభావాలను తప్పిస్తాయి. రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి.

2. డైట్ ఎంపికలో జాప్యం

హైసెమిక్ ఇండెక్స్ తక్కువగా ఉండి, పోషకాలు అధికంగా ఉన్న ఆహారాలకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వండి. ఫైబర్, లీన్ ప్రోటీన్, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులతో కూడిన భోజనం స్థిరమైన శక్తిని అందిస్తుంది. రక్తంలో చక్కెరలు పెరగకుండా కంట్రోల్ చేస్తుంది.

3. క్రమం తప్పకుండా సాల్ట్ చెక్ చేయండి

భోజనానికి ముందు నీళ్లు తాగితే బరువు తగ్గుతారా?

హార్వర్డ్ రిసెర్చ్లో తెలియబడి..



బరువు తగ్గడానికి చాలామంది రకరకాల చిట్కాలు పాటిస్తుంటారు. వాటిలో ఒకటి భోజనానికి ముందు నీరు తాగడం. బరువు తగ్గాలనుకుంటే తినడానికి ముందు ఎక్కువ తాగాలని కొందరు తరచుగా చెబుతారు. ఇలా చేస్తే కడుపు నీటితో నిండిపోవడం వల్ల తక్కువ ఆహారం తింటాము. కానీ ఇలా చేయడం సరైనదేనా? ఆయుర్వేద నిపుణులు ఈ విషయమై ఏం చెప్పారు? ఇటీవల హార్వర్డ్ పరిశోధకులు నిర్వహించిన అధ్యయనంలో ఏం తెలియింది? ఆయుర్వేదం, సైన్స్ రెండూ ఒకే అంశాన్నే చెబుతున్నాయా?

ఆయుర్వేదం ప్రకారం తినడానికి ముందు నీరు తాగితే.. ఆయుర్వేదం ప్రకారం, తినడానికి అరగంట లేదా పదిహేను నిమిషాల ముందు నీరు తాగకూడదు. ఇలా చేయడం వల్ల కడుపులోని అగ్ని బలహీనపడుతుంది. దీని కారణంగా శరీరం అనేక వ్యాధులతో చుట్టుముడతాయి. రోగనిరోధకశక్తి నశించి శరీరం బలహీనంగా మారుతుంది.

జీర్ణ సమస్య

అహారాన్ని జీర్ణం చేయడానికి కడుపులో అగ్ని ఉంటుందని ఆయుర్వేదం చెబుతోంది. మనం తినడానికి ముందు నీరు తాగితే ఈ అగ్ని నెమ్మదిగా చల్లారుతుంది. అహారం తిన్నా సరిగ్గా జీర్ణం కాదు. దీని కారణంగా అజీర్ణం, గ్యాస్, అజీర్ణ వంటి జీర్ణక్రియకు సంబంధించిన అనేక జీర్ణ సమస్యలు మొదలవుతాయి.

హార్వర్డ్ అధ్యయనంలో ఏం తెలియింది

హార్వర్డ్ మెడికల్ స్కూల్ అధ్యయనం 3 సిద్ధాంతాలను పేర్కొంది. వాటిలో ఒకటి ఏమిటంటే ప్రజలు దాహం వేసివచ్చుదు వారు తరచుగా ఆకలితో ఉన్నారని భావిస్తారు. ఈ సమయంలో నీరు తాగితే అతిగా తినడం నివారించవచ్చు. మరొక సిద్ధాంతం ప్రకారం, నీరు తాగడం వల్ల తక్కువ సమయంలో బరువు తగ్గడం ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. నిజానికి, కడుపు నరాలలో ఇండ్రయిలు ఉంటాయి. ఇవి నీరు తాగాక ప్రెస్ అయినట్లు అనిపిస్తాయి. కడుపు నిండిందని.. ఎక్కువ తినవలసిన అవసరం లేదని మెదడుకు సంకేతాలను ఇస్తాయి. అహారం తినడానికి ముందు నీరు తాగి ఈ సిద్ధాంతం తక్కువ సమయంలో బరువు తగ్గడానికి మాత్రమే పనిచేస్తుంది. అయితే, దీని దుష్ప్రభావాలపై ఎటువంటి విషయం వెల్లడించలేదు.

మూడవ థియరీ ప్రకారం, భోజనానికి ముందు నీరు తాగడం అనే ఆలోచన పూర్తిగా తప్పు. భోజనానికి ముందు నీరు తాగడం వల్ల కేలరీలు ఖర్చవుతాయనేందుకు తాజా అధ్యయనంలో ఎటువంటి ఆధారాలు కనుగొనబడలేదు. కాబట్టి మీరు బరువు తగ్గాలనుకుంటే.. కేలరీలు బర్న్ చేయాలనుకుంటే.. భోజనానికి ముందు నీరు తాగినా ఎటువంటి ప్రయోజనం ఉండదు. ఆయుర్వేదం ప్రకారం చూస్తే జీర్ణ ప్రక్రియ నెమ్మదిచి బలహీనంగా మారతారు.



వార్షిక ఆరోగ్య పరీక్షలు ఆన్-సైట్ గ్లూకోజ్ పర్యవేక్షణ మార్పులను ముందుగానే గుర్తించడంలో సహాయపడతాయి. జీవనశైలి లేదా మందులకు సకాలంలో సర్దుబాట్లు చేసుకోవడానికి వీలు కల్పిస్తాయి.

4. ఒత్తిడిని నిర్వహించండి

ఒత్తిడి రక్తంలో చక్కెరను పెంచుతుంది. మైండ్ ఫుల్ నెస్, స్ట్రెస్ వ్యాయామాలు లేదా పగటిపూట చిన్నపాటి విరామాలు వంటి

సాధారణ పద్ధతులు భావోద్వేగ శ్రేయస్సు, గ్లూకోజ్ నియంత్రణ రెండింటినీ మెరుగుపరుస్తాయి.

5. హైడ్రేషన్ గా ఉండండి

మెరుగైన జీవక్రియకు తగినంత నీరు తాగండి. శరీరం నుండి అదనపు చక్కెరను తొలగించడానికి సహాయపడుతుంది. నిర్బలీకరణం వల్ల కలిగే అసమతుల్యతను నివారిస్తుంది.



పైనాపిల్ అందరికీ కాదండోయ్!

ఈ 5 రకాల వాళ్లు దూరంగా ఉండాలి..

పైనాపిల్ చాలా రుచికరమైన, జ్యూసీ వండు. చూసేందుకే కాకుండా ఈ వండు ఆరోగ్యానికి కూడా చాలా మేలు చేస్తుంది. పైనాపిల్ను నేరుగా జామ్, జ్యూస్ లేదా ఫ్రూట్ సలాడ్ రూపంలో తినవచ్చు. కాల్షియం, మెగ్నీషియం, భాస్వరం, విటమిన్ సి, ఫైబర్, కార్బోహైడ్రేట్లు, యాంటీఆక్సిడెంట్లు, శక్తిమంతమైన అనేక పోషకాలు పైనాపిల్లో కనిపిస్తాయి. పైనాపిల్ తింటే జ్వరం నుంచి ఉపశమనం కలుగుతుంది. అలాగే బరువును తగ్గించడంలో, రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో, అజీర్ణం, ఎసిడిటీ, వికారం, అధిక రక్తపోటును నియంత్రించడంలో చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. ఇన్సూలీన్ ప్రయోజనాలు ఉన్నప్పటికీ పైనాపిల్ తినడం వల్ల కొంతమంది అనారోగ్య సమస్యలు వస్తాయి. ఇంతకీ, ఏవి వ్యక్తులు పైనాపిల్ కు దూరంగా ఉండాలి? ఇది తింటే కలిగే సమస్యల ఏమిటో తెలుసుకుందాం..

1. గర్భిణీ స్త్రీలు

గర్భిణీ స్త్రీలు తగినంత పోషకాహారం పొందడానికి గండ్లు, కూరగాయలు తినమని డాక్టర్లు సలహా ఇస్తారు. ఇక గర్భధారణ సమయంలో బోవాయి తినకూడదని అనడం మామూలే. ఇదేగాక, పైనాపిల్ కూడా (మెగ్నీషి) ట్రైలో తినకూడదని మీకు తెలుసా. ఎందుకంటే ఇది గర్భిణీలకు జరిగే ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది.

2. రక్తంలో చక్కెర పెరగవచ్చు పైనాపిల్ రసంలో సహజ చక్కెరలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ వండును పెద్ద పరిమాణంలో తీసుకుంటే అధిక కేలరీలు, చక్కెర కారణంగా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు వేగంగా పెరుగుతాయి. ముఖ్యంగా డయాబెటిక్ రోగులకు హానికరం. కానీ, షుగర్

పేషెంట్లు పైనాపిల్ తినాలనుకుంటే మితంగా తినవచ్చు.

3. దంత సమస్యలు పైనాపిల్ రసం సహజంగా ఆమ్లతత్వం కలిగి ఉంటుంది. ఇది దంతాల ఎనామిల్ను ప్రభావితం చేస్తుంది. దీన్ని ఎక్కువ పరిమాణంలో క్రమం తప్పకుండా తీసుకుంటే గనక దంతాలు బలహీనపడతాయి. దంత క్షయం వచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. ముఖ్యంగా చిగుళ్ల నొప్పి, వాపు లేదా మరేదైనా దంత సమస్యలు ఉన్నవారు పైనాపిల్ అన్నలు తినకూడదు. ఎందుకంటే పైనాపిల్ తినడం వల్ల దంతాలపై తెల్లటి పొర ఏర్పడి దుర్వాసన వస్తుంది.

4. జీర్ణవ్యవస్థ ప్రభావం పైనాపిల్లో ట్రోమెలైన్ అనే ఎంజైమ్ ఉంటుంది. ఇది జీర్ణక్రియకు సహాయపడుతుంది. కానీ అధికంగా తీసుకుంటే అసిడిటీ, కడుపు నొప్పి, విరేచనాలు, వికారం వంటి సమస్యలకు దారితీస్తుంది.

5. కిడ్నీ ఆరోగ్యంపై ప్రభావం అధిక పొటాషియం మూత్రపిండాలకు హానికరం. ఇప్పటికే ఏదైనా కిడ్నీ సంబంధిత సమస్యలు ఉన్నవారు పైనాపిల్ జ్యూస్ తాగితే మూత్రపిండాలపై అదనపు ఒత్తిడి పడుతుంది. కాబట్టి, వీలైనంత తక్కువ తీసుకోవడమే మేలు.

పై సమస్యలే గాక కొంతమందికి పైనాపిల్లో ట్రోమెలైన్ వల్ల దురద, దద్దుర్లు, వాపు లేదా తేలికపాటి చికాకు వంటి చర్మ సమస్యలు, అలెర్జిక్, గాయాలైనప్పుడు రక్తస్రావ ప్రమాదం, బలహీనత, తలతిరుగుడు, లో బీపీ సమస్యలు వచ్చేందుకు ఆస్కారముంది.

సంబరాలల్లో విషాదంపై విరాట్ కోహ్లా ఎమోషనల్ పోస్ట్

క్రికెట్ అటకు భారతదేశంలో ఉన్న ఫ్యాన్ ఫాలోయింగ్ మరెక్కడా లేదని చెప్పవచ్చు! ముఖ్యంగా యువతరం ఎంతో ఇష్టపడే క్రికెట్, జీవితంలో ఒక ఎమోషన్ గా మారిపోయింది. %౫౫%తో అభిమానం మరింత పెరిగింది. ముఖ్యంగా ఎన్నో ఏళ్ల ఎదురుచూపుల తర్వాత ఒక ప్రాంచైజీ ట్రోఫీ గెలిస్తే అది మరింత ప్రత్యేకంగా ఉంటుంది. అలాంటి సందర్భం రాయల్ ఛాలెంజర్స్ బెంగళూరు జట్టుకు 2024లో వచ్చింది. కానీ ఆ విజయ సంబరాలు విషాదంలో ముగిసాయి. కోట్ల మంది ఫ్యాన్స్ ఆనందంలో మునిగిపోతుంటే, చరిత్రలో నిలిచిపోయేలా ఒక దుర్ఘటన చోటుచేసుకుంది. ఇక ఆ ఘటనపై విరాట్ కోహ్లా తాజాగా ఒక వివరణ ఇవ్వడం వైరల్ అవుతోంది. 2024 జూన్ 4న బెంగళూరులోని ఎం.చిన్నస్వామి స్టేడియంలో ఆర్చీబీ తొలి ఐపీఎల్ ట్రోఫీ విజయోత్సవం జరిగింది. దాదాపు 2.5 లక్షల మంది అభిమానులు ఒకేచోట గుమికూడారు. ఆనందం, కేరింతులు, పాటలు అన్నీ నడుస్తున్న వేళ ఒక్కసారిగా నియంత్రణ తప్పింది. జనసంద్రంలో గందరగోళం ఏర్పడి తొక్కినలాట జరిగింది. ఆ క్షణాల్లోనే 11 మంది ప్రాణాలు కోల్పోయారు. వందలాది మంది గాయపడ్డారు. ఒక టీమ్ సెలబ్రేషన్స్ తో వండుగ కావాల్సిన సందర్భం విషాద వాతావరణం సృష్టించింది. ఆ రోజు జరిగిన దుర్ఘటనపై విచారణకు ఆదేశాలు జారీ అయ్యాయి. నివేదికల ప్రకారం, సరైన అనుమతులు లేకుండా భారీగా ప్రజలను ఆహ్వానించడం, తగిన సెక్యూరిటీ లేకపోవడం ప్రధాన కారణాలుగా తేలింది. సోషల్ మీడియా ద్వారా ఆర్చీబీ విస్తృతంగా ఫ్యాన్స్ కి ఆహ్వానం పంపినందు వల్లనే జనాలు అధికంగా వచ్చారని అధికారులు చెప్పారు. పోలీసులు కూడా తక్కువ సంఖ్యలో ఉండటం వల్ల గుమికూడిన జనాన్ని కంట్రోల్ చేయలేకపోయారని అంగీకరించారు. ఫలితంగా ప్రాంచైజీనే బాధ్యత వహించాలని విమర్శలు వచ్చాయి. ఆర్చీబీలో ప్రధాన అటగాడిగా ఉన్న విరాట్ కోహ్లా, ఆ ఉత్సవాల్లో ముఖ్య పాత్ర పోషించాడు. కానీ ఈ ఘటన తర్వాత ఆయన మనసు బరువెక్కింది. “మన ప్రాంచైజీ చరిత్రలో అత్యంత సంతోషకరమైన రోజు



విషాదంగా మారింది. ఆ రోజు జీవితంలో మరచిపోని బాధ” అని అన్నారు. “ప్రాణాలు కోల్పోయిన వారి కుటుంబాల కోసం నేను ప్రార్థిస్తున్నాను. వారి నష్టం ఇప్పుడు మన జట్టు కళ్లలో భాగం. ఇక నుంచి జాగ్రత్త, గౌరవం, బాధ్యతతో ముందుకు వెళ్తాం” అని కోహ్లా అన్న మాటలు అభిమానుల హృదయాలను కదిలించాయి. ఈ విషాదం తర్వాత ఆర్చీబీ ప్రాంచైజీ వెంటనే చర్యలు తీసుకుంది. మరణించిన వారి కుటుంబాలకు 25 లక్షల రూపాయల చొప్పున ఆర్థిక సహాయం ప్రకటించింది. “ఆర్చీబీ కేర్స్” పేరుతో ఒక ఫౌండేషన్ ను కూడా ప్రారంభించింది. దీని ద్వారా భవిష్యత్లో ఇలాంటి సంఘటనలు జరగకుండా చూసే చర్యలు తీసుకోవాలని

హామీ ఇచ్చింది. స్టేడియం అధికారులు, లీగ్ నిర్వాహకులు, పోలీసులు కలిసి భద్రతా మార్గదర్శకాలు కఠినంగా పాటించేలా ప్రణాళికలు రూపొందిస్తున్నామని స్పష్టం చేసింది. ఆ రోజు జరిగిన విషాదం ఇంకా అభిమానుల మనసుల్లో చెరగని ముద్ర వేసింది. ఒకవైపు తమ జట్టు విజయంపై గర్వం, మరోవైపు నిరహాధుల ప్రాణనష్టం పై బాధ. ఇక విరాట్ కోహ్లా స్పందన, ఆర్చీబీ చర్యలు అభిమానులకు కొంత ఊరటనిచ్చాయి. కానీ ఆ రోజు సంబరాల్లో కలిసిన కన్నీటి జ్ఞాపకం మాత్రం ఎప్పటికీ మరవలేనిది. ఇకనైనా ఇలాంటి ఘటనలు మళ్లీ జరగకుండా చాలా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాల్సి అని ఫ్యాన్స్ రిక్వెస్ట్ చేస్తున్నారు.

బిగ్ బాష్ లీగ్ లోకి అశ్విన్ ఎంట్రి

భారత క్రికెట్ లో ఇప్పటివరకు ఎంతోమంది లెజెండ్లరీ షేయర్డ్ వేర్పేరు ఫార్మాట్లలో తమ ముద్ర వేశారు. కానీ ఐపీఎల్ కి గుడ్ బై చెప్పిన కార్తి రోజుల్లోనే మరో అంతర్జాతీయ లీగ్ లో అడుగుపెట్టి అవకాశాలు వస్తే ఎలా ఉంటుంది? ఇదే ఇప్పుడు క్రికెట్ అభిమానుల్లో హాట్ టాపిక్ అయింది. రవిచంద్రన్ అశ్విన్ లాంటి లెజెండ్లరీ బొల్లర్ ఐపీఎల్ తో తర్వాత, భారీ క్రికెట్ తో కానసాగుతున్న ఒక విదేశీ లీగ్ లో ఆడవచ్చని సమాచారం బయటకు రావడంతో ఆసక్తి మరింత పెరిగింది. ఒకవేళ ఇది నిజమైతే ఇండియన్ క్రికెట్ చరిత్రలో కొత్త కొత్త ట్రెండ్ ప్రారంభం అయినట్లే! ఇది అభిమానుల్లో ఆసక్తి, ఆతృతను పెంచుతోంది. అశ్విన్ పేరు వినగానే అందరికీ గుర్తొచ్చేది అతని మ్యాజిక్ లో ఉల్లే స్పిన్. టెస్ట్ క్రికెట్ తోపాటు, ఐపీఎల్ లోనూ తన ప్రతిభను నిరూపించుకున్న ఈ అటగాడు ఎప్పుడూ సరికొత్త ట్రైక్స్ తో ప్రత్యర్థులను కంగారు పెడతాడు. అశ్విన్ 2011 వరల్డ్ కప్ టీమ్ లో కూడా ఉన్నాడు. తరువాతి దశలో భారత క్రికెట్ లో కీలక అటగాడిగా ఎదిగా. ఐపీఎల్ లో చెన్నై సూపర్ కింగ్స్, రాజస్థాన్ రాయల్స్ తరపున తన ప్రాతినిధ్యం వహించాడు. ఇందులో తన అద్భుత ప్రదర్శనతో ఆయా జట్ల విజయాల్లో కీలక పాత్ర పోషించాడు. 38 ఏళ్ల వయసులో కూడా క్రికెట్ పట్ల చూపుతున్న ప్యాషన్ నిజంగా ప్రేరణాత్మకం. క్రికెట్ వరల్డ్ లో ఐపీఎల్ తర్వాత అత్యంత ఆదరణ ఉన్న టోర్నీ ‘బిగ్ బాష్ లీగ్’. క్రికెట్ ఆస్ట్రేలియా ఈ లీగ్ ను ప్రతీ ఏడాది డిసెంబర్- జనవరిలో నిర్వహిస్తుంది. సాధారణంగా భారత అటగాళ్లు విదేశీ లీగ్స్ లో ఆడటానికి అనుమతి లేదు. అలా ఆడాలి అనుకుంటే పూర్తిస్థాయిలో



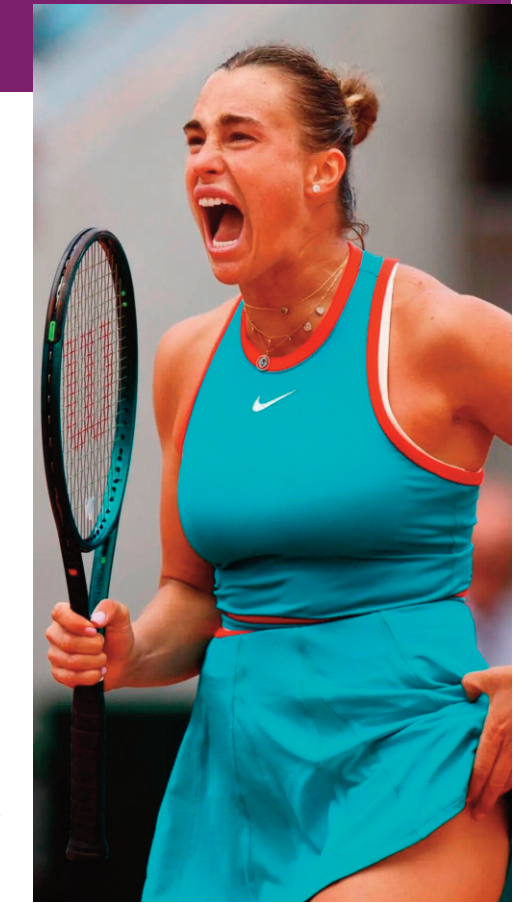
ఇండియన్ క్రికెట్ కు దూరం కావల్సిందే. బీసీసీఐ కి సంబంధించిన ఎలాంటి లీగ్స్, టోర్నీలలో ఆడటానికి వీలుండదు. అయితే అశ్విన్ ఇటీవల ఐపీఎల్ కు రిటైర్మెంట్ ఇచ్చాడు. దీంతో అతనికి ఫారిన్ లీగ్స్ లో ఆడేందుకు అవకాశం ఉంది. ఈ క్రమంలోనే ఫారిన్ లీగ్? ప్రాంచైజీల నుంచి అశ్విన్ కు ఆఫర్లు వస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. రీసెంట్ గా ఆస్ట్రేలియా క్రికెట్ బోర్డు సీఈఓ టాడ్ గ్రీన్ బర్గ్ ఇప్పటికే అశ్విన్ తో సంప్రదింపులు జరిపారని వార్తలు వచ్చాయి. ఆయన మాట్లాడుతూ “అశ్విన్ లాంటి ఛాంపియన్ అటగాడు మా బిగ్ బాష్ లీగ్ కి వస్తే ఆస్ట్రేలియా క్రికెట్ కు లాభం” అని అన్నారు. అతడి అనుభవం, ప్రఖ్యాతి బీబీఎల్ స్థాయి పెంచుతుందని నమ్ముతున్నారు. కానీ సమస్య ఏమిటంటే,

ఇప్పటికే ఎక్కువ జట్లు తమ ఐడెల్?ను పూర్తిస్థాయిలో వినియోగించాయి. అందువల్ల ప్రత్యేక కాంట్రాక్టులు, స్పాన్సర్ ఆధారిత డీల్స్ ద్వారా అశ్విన్ ను తీసుకోవాలని బోర్డు ప్రయత్నిస్తోంది. అటగాడిగా మాత్రమే కాకుండా కోచ్ గా, క్రికెట్ అనాలిస్ట్ గా కూడా అశ్విన్ తన భవిష్యత్ ను నిర్మించుకోవాలని అనుకుంటున్నాడు. ఇప్పటికే తన పాడికాస్ట్ ల ద్వారా అభిమానులతో నేరుగా కనెక్ట్ అవుతూ ఉన్నాడు. బీబీఎల్ లాంటి లీగ్ లో ఆడటం ద్వారా కోచ్ గా?లోనూ కొత్త విషయాలు నేర్చుకోవచ్చని, మీడియా రోల్స్ లో కూడా అవకాశాలు వెతుక్కోవచ్చని భావిస్తున్నాడు. ఇది కేవలం ఒక లీగ్ లో ఆడటమే కాకుండా, భవిష్యత్తులో క్రికెట్ లోనే ఓ రోల్ నంపాడించుకోవచ్చు! ఇప్పుడు అభిమానుల మదిలో ఉన్న ప్రధాన ప్రశ్న, అశ్విన్ బీబీఎల్ లో ఏ జట్టు తరపున ఆడతాడు మెల్బోర్న్ స్టార్స్ లేదా రెనెగేడ్స్ జట్టు అశ్విన్? ను తీసుకోవచ్చని చెబుతున్నారు. ఇది జరిగితే బీబీఎల్ కు దక్షిణాసియా మార్కెట్ లో మంచి రెస్పాన్స్ ఉంటుంది. అతని అడుగులు ఇతర భారత అటగాళ్లకు కూడా మార్గం చూపే అవకాశం ఉంది. ఐపీఎల్ తర్వాత కెరీర్ కొనసాగించాలనుకునే వారికి ఇది ప్రేరణగా నిలుస్తుంది. మొత్తంగా చూస్తే, అశ్విన్ బీబీఎల్ లో అడుగు పెడతాడా లేదా అనేది ఇంకా క్లారిటీ రాలేదు. కానీ ఆయన పేరు వినిపించడం కూడా లీగ్ కు కొత్త ఊపు తీసుకువచ్చింది. ఇది ఒక అటగాడి వ్యక్తిగత ప్రయాణం మాత్రమే కాదు, భారత క్రికెట్ భవిష్యత్తులో ఒక కొత్త ట్రెండ్ కూడా కావచ్చు. అశ్విన్ అడుగులు ఇతర ఇండియన్ స్టార్లకు దారి చూపవచ్చు. మరి అతని నిర్ణయం ఎలా ఉంటుందో చూడాలి.

నేరుగా సెమీఫైనల్ కు అరియానా సబలెంకా

యూఎస్ ఓపెన్ క్వార్టర్ ఫైనల్ మ్యాచ్ నుంచి మార్కెట్రా వొండ్రోసోవా మోకాలి గాయం కారణంగా తప్పుకోవడంతో డిఫెండింగ్ ఛాంపియన్ అరియానా సబలెంకా నేరుగా సెమీఫైనల్ కు చేరుకుంది. సెమీఫైనల్ లో ఆమె జెన్నికా పెగులాతో తలపడనుంది. ప్రపంచ నంబర్-1, డిఫెండింగ్ ఛాంపియన్ అరియానా సబలెంకా ఒక్క పాయింట్ కూడా సాధించకుండానే యూఎస్ ఓపెన్ సెమీఫైనల్ కు చేరుకుంది. క్వార్టర్ ఫైనల్ లో సబలెంకా ప్రత్యర్థి మార్కెట్రా వొండ్రోసోవా మోకాలి గాయం కారణంగా మ్యాచ్ నుంచి వైదొలిగింది. సబలెంకా తన యూఎస్ ఓపెన్ టైటిల్ ను నిలుపుకోవడానికి కొన్ని అడుగుల దూరంలో ఉంది. సెమీఫైనల్ లో ఆమె జెన్నికా పెగులాతో తలపడనుంది. గత ఏడాది ఫైనల్ లో సబలెంకా.. పెగులాను డ్రైయిట్ సెట్లలో ఓడించింది. గాయం కారణంగా మ్యాచ్ నుంచి తప్పుకోవడంపై మార్కెట్రా వొండ్రోసోవా చాలా బాధపడింది. “మోకాలి గాయం కారణంగా క్వార్టర్ ఫైనల్ మ్యాచ్ నుండి తప్పుకుంటున్నానని ప్రకటించడానికి బాధపడుతున్నాను. నేను కోర్టులోకి వెళ్లడానికి చాలా ప్రయత్నించాను, కానీ వార్మప్ లో నా మోకాలిలో మళ్లీ నొప్పి వచ్చింది.” అని ఆమె తన బాధను వ్యక్తం చేసింది. “వైద్యుడిని సంప్రదించిన తర్వాత గాయాన్ని మరింత పెంచుకునే రిస్క్ తీసుకోకూడదని నేను

నిర్ణయించుకున్నాను. ఈ బోర్నెమెంట్ లో నాకు లభించిన మద్దతుకు నేను కృతజ్ఞురాలిని. ఈ మ్యాచ్ కోసం ఎదురుచూస్తున్న అభిమానులకు నేను క్షమాపణలు చెబుతున్నాను. నేను న్యూయార్క్ లో చాలా మంచి సమయం గడిపాను. వచ్చే ఏడాది తిరిగి రావడానికి ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నాను.” అని మార్కెట్రా గురించి ఇన్ స్టాగ్రామ్ స్టోరీలో ఒక సందేశాన్ని పోస్ట్ చేసింది. “నాకు మార్కెట్రా పట్ల చాలా బాధగా ఉంది. ఆమె చాలా బాధలను అనుభవించింది. ఆమె అద్భుతమైన టెన్నిస్ ఆడుతోంది. దీనివల్ల ఆమె ఎంత బాధపడి ఉంటుందో నాకు తెలుసు. మార్కెట్రా, జాగ్రత్తగా ఉండు. నువ్వు త్వరగా కోలుకోవాలని ఆశిస్తున్నాను” అని ఆమె రాసింది. జెన్నికా పెగులా క్వార్టర్ ఫైనల్ లో బార్బెరా క్రెజిసికోవాను 6-3, 6-3 తేడాతో ఓడించి సెమీఫైనల్ కు చేరుకుంది. ఈ మ్యాచ్ 1 గంట 26 నిమిషాలు సాగింది. గత ఏడాది రన్నరమ్ గా నిలిచిన జెన్నికా పెగులా ప్రస్తుతం నాలుగో సీడ్ లో ఉంది. 31 ఏళ్ల జెన్నికా పెగులా, ఓపెన్ ఎరాలో 30 ఏళ్ల తర్వాత తన మొదటి రెండు గ్రాండ్ స్లామ్ సెమీఫైనల్స్ కు చేరుకున్న రెండో క్రీడాకారిణిగా నిలిచింది. అంతకుముందు 2013లో ఫ్లావియా పెనెట్టా 31 ఏళ్ల వయస్సులో ఈ ఘనత సాధించింది.



అమాంతం బరువు తగ్గిన రోహిత్ శర్మ

భారత క్రికెట్ జట్టుకు అద్భుతమైన కెప్టెన్ లోల్ రోహిత్ శర్మ ఒకరు. అంతర్జాతీయ స్థాయిలో భారత్ కు చిరస్మరణీయ విజయాలు అందించి నెక్సెన్ ఫుల్ కెప్టెన్ గా రోహిత్ శర్మ గుర్తింపు పొందాడు. టీ20, టెస్ట్ క్రికెట్ కు వీడ్కోలు పలికిన హిట్ మ్యాన్ 2027 ప్రపంచకప్ వరకు వస్తే క్రికెట్ లో కొనసాగాలని భావిస్తున్నాడు. అనంతరం క్రికెట్ నుంచి వైదొలగాలననే ప్రణాళికలో రోహిత్ ఉన్నాడు. అతడి క్రికెట్ వక్రంపెడితే రోహిత్ శర్మ బరువు తగ్గాడనే వార్త వైరల్ గా మారింది. ఏకంగా 20 కిలోల బరువు తగ్గాడని.. స్లిమ్ అయ్యాడని చర్చ జరుగుతోంది. కొంతకాలంగా రోహిత్ శర్మ ఫిట్ నెస్ పై చర్చ జరుగుతోంది. రోహిత్ ఫిట్ గా లేడని.. ప్రదర్శన పేలవంగా ఉందని తీవ్ర విమర్శలు వస్తున్నాయి. ఈ క్రమంలోనే ఆక్స్ బర్న్ లో ఆస్ట్రేలియాతో జరిగే వన్ డే సిరీస్ తర్వాత విరాట్, రోహిత్ లను వన్ జట్టు నుంచి తప్పించేందుకు బీసీసీఐ యోచిస్తున్నట్లు వార్తలు వస్తున్నాయి. 2027 ప్రపంచకప్ టోర్నీకి శుభంవే గెల్ సారథ్యంలో జట్టు వెళ్తుందనే వార్తలు కలకలం రేపుతున్నాయి. ఫిట్ నెస్ లేని రోహిత్ శర్మతో ఐసీసీ వన్ డే కప్లను అభిప్రాయం నేపథ్యంలో హిట్ మ్యాన్ తన ఫిట్ నెస్ పై దృష్టి సారించారని క్రికెట్ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. 2024 శ్రీలంక వన్ డే సిరీస్ పూర్తి చేయడానికి ముందు రోహిత్ శర్మ తన ఫిట్ నెస్ పై ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాడు. రోహిత్ శర్మ తన శరీరాన్ని తిరిగి ఫిట్ గా మార్చుకోవడానికి తీవ్రంగా కృషి చేస్తున్నాడని తెలుస్తోంది. ఇటీవల మాజీ కోచ్ అభిషేక్ శర్మతో కలిసి బెంగళూరులోని ఎన్ సిఎల్ జరిగిన ఫిట్ నెస్ పరీక్షలో రోహిత్ శర్మ పాల్గొని ఉత్తీర్ణుడయ్యాడు. ఇప్పుడు అతను పూర్తి ఫిట్ నెస్ ను తిరిగి పొందాడనే వార్త అతడి అభిమానులను సంతోషపరుస్తోంది. ఈ క్రమంలో రోహిత్ శర్మ దాదాపు 20 కిలోల బరువు తగ్గాడని తెలుస్తోంది. 95 కిలోల నుంచి 75 కిలోలకు చేరాడని సమాచారం. ఇటీవల రోహిత్ శర్మ బయట కనిపించిన వీడియో వైరల్ గా మారింది.

సీఎస్ కే చైర్మన్ గా ఎన్ శ్రీనివాసన్

ఐపీఎల్ 2026 సీజన్ కు ముందు చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ కు గుడ్ న్యూస్. మాజీ బీసీసీఐ, ఐసీసీ ప్రెసిడెంట్ ఎన్ శ్రీనివాసన్ తిరిగిన సీఎస్ కే చైర్మన్ గా నియమితులయ్యారు. ఐపీఎల్ 2025 సీజన్ లో పేలవ ప్రదర్శన కనబర్చిన సీఎస్ కే.. శ్రీనివాసన్ నియామకం బూస్ట్ ఇవ్వనుంది. క్రికెట్ పరిపాలన అధ్యక్షుడిగా శ్రీనివాసన్ కు అపారమైన అనుభవం ఉంది. అతని అనుభవం జట్టు తిరిగి పుంజుకునేలా చేయనుంది. గతేడాది డిసెంబర్ లో సీఎస్ కే వ్యవస్థాపక కోపెసీ అయిన ఇండియా సిమెంట్స్ తమ వ్యాపారాన్ని అల్లాటేకిక్ విక్రయించింది. దాంతో శ్రీనివాసన్ తో పాటు అతని కుటుంబ సభ్యులు జట్టు డైరెక్టర్ బోర్డు నుంచి తాత్కాలికంగా వైదొలిగారు. ఈ ఏడాది ఫిబ్రవరిలో శ్రీనివాసన్ తో పాటు ఆయన కుమార్తె రూపా గురునాథ్ తిరిగి డైరెక్టర్లుగా నియామకమయ్యారు. తాజాగా 80 ఏళ్ల శ్రీనివాసన్ తిరిగిన సీఎస్ కే చైర్మన్ గా నియమితుడయ్యాడని జట్టు వర్గాలు పేర్కొన్నాయి. సీఎస్ కే జట్టు ఏర్పాటులో శ్రీనివాసన్ కీలక పాత్ర పోషించాడు. ఐపీఎల్ చరిత్రలోనే అత్యంత విజయవంతమైన జట్టుగా సీఎస్ కే నిలవడం వెనుక శ్రీనివాసన్ ఉన్నారు. ఇండియా సిమెంట్స్ చైర్మన్ గా ఉన్నప్పుడు.. జట్టును ప్రత్యక్షంగా నిర్వహించకపోయినా.. వరేక్షంగా మార్గనిర్దేశం చేయడంలో కీలక పాత్ర పోషించాడు. 2011లో బీసీసీఐ అధ్యక్షుడిగా బాధ్యతలు చేపట్టిన ఆయన.. ప్రపంచ క్రికెట్ లోనే అత్యంత ప్రభావవంతమైన వ్యక్తుల్లో ఒకరిగా నిలిచాడు. కానీ 2013లో ఐపీఎల్ స్పాట్ ఫిక్సింగ్ ఉదంతం కారణంగా ఆయన పదవిని కోల్పోవాల్సి వచ్చింది. ఫలితంగా సీఎస్ కే రెండేళ్ల పాటు నిషేధం ఎదుర్కొంది. శ్రీనివాసన్ చైర్మన్ గా బాధ్యతలు చేపట్టారని సీఎస్ కే విశ్వనాథన్ మీడియాకు తెలిపాడు. ‘శ్రీనివాసన్ తిరిగి జట్టులోకి రావడం సీఎస్ కేకు గొప్ప వరం లాంటిది. ఆయన అత్యుత్తమమైన నిర్వాహకుడు. శ్రీనివాసన్ పునరాగమనం పట్ల చాలా సంతోషంగా ఉన్నాను. ఆయన జట్టుతో ప్రయాణించుకున్నా.. సలహాదారు పాత్రలో సేవలు అందిస్తారు. మేము ఆయనతో నిరంతరం సంప్రదింపులు జరుపుతాం. ప్రస్తుతం మేం ఇద్దరం చెన్నైలోనే ఉన్నాం. కాబట్టి రోజువారీ వ్యవహారాల్లో ఆయన మాతో సంప్రదింపులు జరుపుతూనే ఉంటారు.’ అని విశ్వనాథన్ చెప్పుకొచ్చారు. సీఎస్ కే సీఎస్ కే బోర్డు చైర్మన్ గా ఐపీఎల్ 2026లో పాటు సాతాఫ్రికా 20 లీగ్ వరకు ప్రాంచైజీకి చెందిన జట్టును పర్యవేక్షించనున్నారు. ఆయన టీమ్ డైరెక్టర్ గురునాథ్, సీఈఓ విశ్వనాథన్ తో కలిసి పని చేస్తారు. ఈ బోర్డులో అనుభవజ్ఞులైన సభ్యులు సంజయ్ వట్టేల్, ఆర్ శ్రీనివాసన్, రాకెష్ సింగ్, పీఎల్ సుబ్రమణియన్, మణిక్ం, జయప్రీ ఉన్నారు. శ్రీనివాసన్ రీఎంట్రీతో ధోనీ కొనసాగుతాడనే విషయం స్పష్టమవుతోంది.



అనుకున్న సన్నివేశాలు

మిస్ అయ్యాం

హరిహరవీరముల్లుపై దర్శకుడు క్రిష్

పవన్ స్టార్ పవన్ కళ్యాణ్ పాస్-ఇండియా సినిమాగా వచ్చిన హరిహర వీర మల్లు బాక్సాఫీస్ వద్ద అనుకున్నంతగా కలెక్షన్లను రాబట్టలేక పోయింది. కేవలం కలెక్షన్ల పరంగా మాత్రమే కాకుండా కంటెంట్ కూడా ప్రేక్షకుల అంచనాలకు ఏమాత్రం రీస్ కాలేదని టాక్. ఈ సినిమాకు మొదట దర్శకుడిగా ఉన్న క్రిష్ జాగ్రత్తమూడి సినిమా మధ్యలో తప్పుకోవడంతో, తర్వాత సినిమా దర్శక బాధ్యతలు జ్యోతి కృష్ణకి చేపట్టిన సంగతి తెలిసిందే. అయితే, తాజాగా ఘాటి సినిమా ప్రమాషన్ల సందర్భంగా దర్శకుడు క్రిష్ హరి హర వీర మల్లులోని కొన్ని కీలక విషయాలను బయటపెట్టారు. ఆయన చెప్పినదాని ప్రకారం.. తాను తెరకెక్కించిన ఎక్కువ సన్నివేశాలు ఢిల్లీ దర్బార్ నేపథ్యంలోనే జరుగుతాయి. అందుకోసం అన్నపూర్ణ స్టూడియోస్లో ప్రత్యేకంగా ఒక అద్భుతమైన సెట్ వేసి వాటిని తీశాం. ముఖ్యంగా పవన్ కళ్యాణ్ ఒక ఛాండేలియర్పై జరిగే ఫైట్ సీక్వెన్స్ లో అద్భుతంగా యాక్ట్ చేశారు. కానీ, ఈ ఎపిసోడ్ కథ ఢిల్లీకి వెళ్లిన తర్వాత వస్తుంది. ఇందుకు సంబంధించి దాదాపు 40 నిమిషాల ఫుటేజ్ సెకండ్ పార్ట్ కోసం ఉంచామని తెలిపారు.అలాగే పవన్ కళ్యాణ్ స్వయంగా ఫైట్స్లో పాల్గొని అద్భుతంగా పని చేశారన్నారు. ఆయన ఔరంగజేబ్ దర్బార్కి వెళ్లి సూటిగా సవాల్ చేస్తారని, మొఘల్ చక్రవర్తి కోసం ప్రత్యేకంగా చేసిన సింహాసనంపై కూర్చోని, అక్కడి నుండి కోహినూర్ వజ్రం దొంగిలించే సన్నివేశం ఉందంటూ సినిమా విశేషాలను రివీల్ చేశారు. ఇలాంటి ఎన్నో మంచి సన్నివేశాల ఫుటేజ్ ఇంకా ప్రేక్షకుల ముందుకు రావాల్సి ఉందని ఆయన అన్నారు. నేను పవన్ కళ్యాణ్ పై నా ప్రేమను ఈ సినిమాతో చూపించాను అని క్రిష్ వెల్లడించారు.



మళ్ళీ నటించాలనే ఉంది

గోవా బ్యూటీ ఇలియానా

గోవా బ్యూటీ- ఇలియానా గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పనక్కర్లేదు. దేవదాసు సినిమాతో తెలుగు తెరకు పరిచయమైన ఈ నటి ఆ తర్వాత రాఖీ, పాకిరి, జల్సా వంటి సూపర్హిట్లను అందుకోవడమే కాకుండా స్టార్ నటిగా గుర్తింపు తెచ్చుకుంది. ఒకప్పుడు స్టార్ నటిగా రూల్ చేసిన ఈ భామ ప్రస్తుతం సినిమాలు మానేసి ఫ్యామిలీతో సమయం గడుపుతున్న విషయం తెలిసిందే. 2023లో మైఖేల్ డోలన్ అనే వ్యక్తిని వివాహం చేసుకున్న ఇలియానా ఇద్దరు బిడ్డలకు జన్మనిచ్చింది. అయితే గత కొన్ని రోజులుగా ఫ్యామిలీతోనే గడుపుతున్న ఈ భామ.. తాజాగా మళ్ళీ సినిమాలు చేయబోతున్నట్లు ప్రకటించింది. ప్రస్తుతం తాను తన ఇద్దరు కొడుకుల సందర్శనలో బీజీగా ఉన్నానని, అందుకే సినిమాలకు విరామం తీసుకున్నానని ఇలియానా చెప్పింది. అలాగే అభిమానులు నన్ను ఎంతగా మిస్ అవుతున్నారో నాకు తెలుసు. నటన అంటే నాకెంతో ఇష్టం. తెరపై కనిపించడం, విభిన్నమైన పాత్రలు పోషించడం, సెట్లో ఉండే సందడి... ఇవన్నీ నాకు చాలా ఇష్టం. నా కెరీర్లో ఎంతోమంది గొప్ప వారితో కలిసి పనిచేసే అవకాశం రావడం నా అదృష్టం అని ఇలియానా అన్నారు. అయితే బిల్లర బాధ్యతకు తాను మొదటి ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నానని, అందుకే కొద్ది రోజులు ఆగి మళ్ళీ వస్తానని ఆమె తెలిపారు. తిరిగి వచ్చే ముందు మానసికంగా, శారీరకంగా సిద్ధం కావడానికి కొంత సమయం పడుతుంది. ఏ పని చేసినా దానికి పూర్తిగా న్యాయం చేయాలనుకుంటాను అని ఆమె ఇలియానా తెలిపారు.

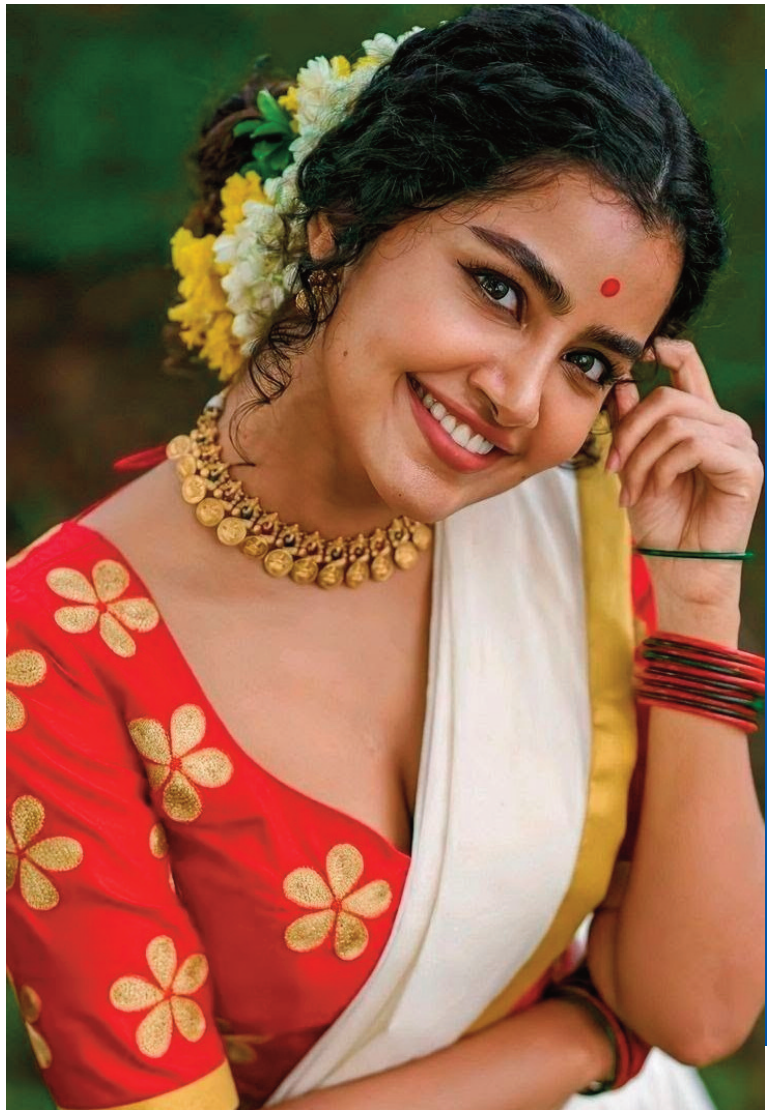


మెస్మరైజ్ చేస్తున్న బాలయ్య బ్యూటీ!

ప్రస్తుతం సినీ సెలబ్రిటీలు ఎక్కువగా సోషల్ మీడియాను ఫోలో అవుతున్నారు. అందులో భాగంగానే అకేషన్ ఏదైనా సరే అందుకు సంబంధించిన ఫోటోలను అభిమానులతో పంచుకుంటున్నారు. ఇంకొంతమంది ఫోటోవర్స్ ను పెంచుకోవడానికి గ్లామర్ ఫోటోలను షేర్ చేయడమే కాకుండా.. చిత్రవిచిత్రమైన దుస్తులు ధరిస్తూ అలరిస్తున్నారు. ఇంకొంతమంది అందాలు ఆరబోసేలా ఫోటోలు షేర్ చేస్తే.. మరికొంతమంది సాంప్రదాయంగా కనిపించి అబ్బురపరుస్తున్నారు. ఇప్పుడు ఆ జాబితాలోకి బాలయ్య బ్యూటీ ప్రగ్ధ జైస్వాల్ కూడా వచ్చి చేరింది. ఇంస్టాగ్రామ్ వేదికగా కొన్ని ఫోటోలను ఈ ముద్దుగుమ్మ షేర్ చేసుకుంది. అందులో తన అవుట్ ఫిట్ తో అందరినీ ఆకట్టుకుంది అని చెప్పవచ్చు.అసలు విషయంలోకి వెళ్తే.. ప్రముఖ నటి, మోడల్ అంజనా బోప్రా ప్రత్యేకంగా డిజైన్ చేసిన పింక్ కలర్ లెహంగా సెట్ ను ప్రగ్ధ జైస్వాల్ ధరించింది. ముఖ్యంగా పెక్కి , పండుగలకు ప్రత్యేకంగా దుస్తులు డిజైన్ చేయడంలో ప్రసిద్ధి చెందిన అంజనా తాజాగా ప్రగ్ధ జైస్వాల్ కోసం.. పింక్ కలర్ వట్టు వస్త్రంపై క్లిష్టమైన ఎంబ్రాయిడరీ, మిగర్ల వర్క్ తో డిజైన్ చేసిన లెహంగాను రూపొందించింది. ఇది ధరించిన ప్రగ్ధ జైస్వాల్ తన అందాన్ని దుస్తులతో మరింత రెట్టింపు చేసుకుందని చెప్పవచ్చు. పింక్ కలర్ లెహంగా ఈమె మేనిఫాయరు మరింత మెరిసేలా చేస్తూ.. చూపరులను కూడా ఆకట్టుకుంది. ప్రస్తుతం ప్రగ్ధ జైస్వాల్ ధరించిన ఈ అవుట్ ఫిట్ అభిమానులను మరింత అలరిస్తోంది. ప్రస్తుతం ఇందుకు సంబంధించిన ఫోటోలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారుతున్నాయి.

ఆమె అలా అనడం వల్లే దెయ్యంగా నటించా!

అనుపమ పరమేశ్వరన్. అ..ఆ సినిమాతో తెలుగు ప్రేక్షకులకు పరిచయమైన అమ్మడు తక్కువ టైమ్ లోనే తనకంటూ ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకున్నారు. కార్తికేయ2 తర్వాత మంచి మంచి సినిమాలను ఎంచుకుంటూ నక్సెస్ ను అందుకుంటున్న అనుపమ టిల్లా స్క్వేర్ తో సూపర్ హిట్ ను భాతాలో చేసుకున్నారు. ఇంకా చెప్పాలంటే టిల్లా స్క్వేర్ తర్వాత అనుపమ క్రిజ్ మరింత పెరిగింది. రీసెంట్ గా పరదా అనే లేడీ ఓరియెంటెడ్ సినిమాతో ప్రేక్షకుల ముందుకొచ్చిన అనుపమ ఆ సినిమాపై ఎన్నో ఆశలు పెట్టుకుంటే అవన్నీ నిరాశనే మిగిలాయి. పరదా తర్వాత అనుపమ ఇప్పుడు మరో సినిమాతో ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. అదే కిష్కింధపురి. బెల్లంకొండ సాయి శ్రీనివాస్ హీరోగా అనుపమ పరమేశ్వరన్ ఫీమేల్ లీడ్ గా వస్తోన్న సినిమా కిష్కింధపురి. కౌశిక్ పెగిళ్లపాటి దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన ఈ ఇంట్రెస్టింగ్ ట్రిబ్లర్ కిష్కింధపురి సెప్టెంబర్ 12న ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. రిలీజ్ డేట్ దగ్గరపడుతుండటంతో చిత్ర యూనిట్ ప్రమాషన్స్ లో భాగంగా ట్రైలర్ ను రిలీజ్ చేస్తూ ఓ ఈవెంట్ ను ఏర్పాటు చేయగా ఆ ఈవెంట్ కు చిత్ర యూనిట్ మొత్తం హాజరయ్యారు. రీసెంట్ గా రిలీజైన ట్రైలర్ కు ఆడియన్స్ నుంచి మంచి రెస్పాన్స్ వస్తుంది. ఈ సినిమాలో అనుపమ దెయ్యంగా కనిపించనుందని ట్రైలర్ చూశాక క్లారిటీ వచ్చింది. అయితే తాను దెయ్యం పాత్రలో నటించడానికి ఎందుకు ఒప్పుకుందో ట్రైలర్ లాంచ్ ఈవెంట్ లో అనుపమ చెప్పారు. అనుపమను తన తల్లి రోజూ నిద్ర లేవగానే దెయ్యంలా ఉన్నావంటుందట, అందుకే ఫోన్స్ కథ చెప్పగానే ఓకే చెప్పేశానని సరదాగా చెప్పారు అనుపమ. కౌశిక్ కథ చెప్తున్నప్పుడే కథపై తనకు చాలా ఇంట్రెస్ట్ కలిగిందని, హెల్మీ బాలేకపోయినా మన సినిమా కదా అని కిష్కింధపురిని ప్రమోట్ చేయడానికి ఓపిక చేసుకుని మరో ట్రైలర్ లాంచ్ ఈవెంట్ కు వచ్చినట్లు ఆమె తెలిపారు.



ప్రపంచానికి కెన్యా ప్రకృతి దృశ్యాలు

రాజమౌళి సినిమాపై ఆ దేశ మంత్రి వ్యాఖ్య

మహేశ్బాబు హీరోగా రాజమౌళి తెరకెక్కిస్తున్న చిత్రం 'ఎస్ఎస్ఎంబి29' (వర్సింగ్ -టైటిల్). భారీ బడ్జెట్తో ఈ సినిమా రూపొందుతున్న సంగతి తెలిసిందే. అదే స్థాయిలో విడుదల చేసేందుకు రాజమౌళి ప్లాన్ చేశారు. కెన్యాలో షూటింగ్ చేస్తున్న సందర్భంగా.. ఆ దేశ మంత్రి ముసాలియా ముదావాడిని మూవీ టీమ్ మర్యాదపూర్వకంగా కలిసింది. భేటీ అనంతరం ముఖ్యాంశాలను సోషల్ మీడియాలో అక్కడి మంత్రి పోస్టు చేశారు. రెండు దశాబ్దాలుగా రాజమౌళి సినీ ఇండస్ట్రీలో కొనసాగుతున్నారు. చాలా శక్తిమంతమైన కథనాలను, విజువల్స్ను, లోతైన సాంస్కృతిని ప్రపంచానికి చాటిచెప్పడంలో ఆయన ఎంతో ప్రసిద్ధి చెందారు. తూర్పు ఆఫ్రికా అంతటా పర్యటించిన అనంతరం 120 మందితో కూడిన రాజమౌళి టీమ్ కెన్యాను ఎంచుకుంది. మసాయి మరా వైదానాల నుంచి మొదలు సుందరమైన నైవాషా, ఐకానిక్ అంబోసెలి వంటి

ప్రాంతాలు ఆసియాలోనే అతిపెద్ద చలనచిత్రంగా తెరకెక్కుతున్న మూవీలో భాగం కాబోతున్నాయి. 120 దేశాల్లో ఈ మూవీని విడుదల చేసేందుకు చిత్రబృందం ప్లాన్ చేస్తోంది. ఈ చిత్రం ప్రపంచవ్యాప్తంగా 100 కోట్ల మందికిపైనే చేరువయ్యే అవకాశం ఉంది. కెన్యాలో షూటింగ్ చేయడం ఒకమైలురాయిగా నిలిచిపోతుంది. ప్రపంచ వేదికపై మా దేశ అందాలను, ఆతిథ్యాన్ని, సుందర దృశ్యాలను చూపడంలో ఈ సినిమా శక్తిమంతంగా పనిచేయనుంది. ఎస్ఎస్ఎంబి 29 చిత్రంతో కెన్యా తన చరిత్రను ప్రపంచంతో పంచుకోవడానికి సిద్ధంగా ఉంది. ఈ విషయంలో గర్వంగా ఉంది అని ముసాలియా ముదావాడి పేర్కొన్నారు. అమెజాన్ ఆడవుల నేపథ్యంలో సాగే ఈ కథలో పలువురు విదేశీ నటులు కనిపించనున్నారు. భారతీయ భాషలతో పాటు-, విదేశీ భాషల్లోనూ దీనిని అనువదించనున్నట్లు- ఇప్పటికే వార్తలు వచ్చిన విషయం తెలిసిందే. భారతీయ చిత్ర పరిశ్రమలో ఇప్పటివరకూ చూడని సరికొత్త ప్రపంచాన్ని రాజమౌళి ఈ చిత్రంతో ఆవిష్కరించనున్నారని రచయిత విజయేంద్రప్రసాద్ గతంలో ఓ ఇంటర్వ్యూలో తెలిపారు.

