

విలేకరులు కావలెను

మనవార్త దినపత్రిక లో
పనిచేయుటకు విలేకరులు కావలెను

తెలంగాణ రాష్ట్రంలో అన్ని జిల్లాల వారీగా
స్టాఫ్ రిపోర్టర్స్, మరియు నియోజక వర్గాల
వారిగా మండల స్థాయి రిపోర్టర్లు కావలెను
Cell: 9247819181
8309605189

RNI-TGTEL/25/A1882



మనవార్త

ప్రజాగణానికే అక్షర రూపం

MANA VAARTHA



హైదరాబాద్, కలీంగర్, పెద్దపల్లి, రాజన్న సిరిసిల్ల, వరంగల్, జగిత్యాల, సిద్దిపేట సోమవారం 28 జులై 2025 పేజీలు : 8 వేల : 5.00

ఆకట్టుకుంటున్న సాలేగూడ వాటర్ ఫాల్స్



కాసిపేట : తెలంగాణలో ప్రకృతి అందాలకు కొదవే లేదు. అంతరంగ, పల్లగట్టు, కుంటాల, బొడకుండ, బోగత తదితర జలపాతాలు పర్యాటకులను ఎంతగానో ఆకర్షిస్తున్నాయి. వర్షకాలం వచ్చిందంటే ఈ ప్రాంతాలకు పర్యాటకుల తాకిడి మొదలవుతుంది. అదేతరహాలో మంచిర్యాల జిల్లాలోని కాసిపేట మండలం సాలేగూడ వాటర్ ఫాల్స్ అందాలు అదర్స్ అనిపిస్తున్నాయి. ప్రకృతి సిద్ధంగా ఏర్పడిన సాలేగూడ జలపాతం కురుస్తున్న వర్షాలకు పరవళ్లు తొక్కుతుంది. చుట్టూ కొండలు ఆహ్లాదకరమైన వాతావరణంతో పాటు ఆదివాసి పల్లె దగ్గరలో ప్రకృతి సోయగాల నడుమ ఉన్న వాటర్ ఫాల్స్ ప్రకృతి ప్రియులను ఆకట్టుకుంటున్నాయి. పర్యాటకులు అక్కడి వచ్చి ప్రకృతిని ఆస్వాదిస్తున్నారు. కాసిపేట మండలం గత్రావ్ పల్లి పంచాయతీలోని సాలేగూడ గ్రామం నుంచి సుమారు 2 కిలో మీటర్ల దూరంలోని అటవీ ప్రాంతంలో ఈ వాటర్ ఫాల్స్ కనువిందు చేస్తున్నాయి.

ఇకపై ఆ అవసరం లేకుండానే పింఛన్ డబ్బులు



తెలంగాణలో పెన్షన్లపై ఆధారపడి జీవిస్తున్నవారు చాలా మంది ఉన్నారు. వృద్ధులు, వికలాంగులు, ఒంటరి మహిళలకు పెన్షన్లు అసరాగా నిలుస్తున్నాయి. రాష్ట్రంలో సుమారు 44లక్షల మంది పెన్షన్లను అందుకుంటున్నారు. అయితే చాలా మంది పింఛన్ తీసుకునే సమయంలో పలు ఇబ్బందులను ఎదుర్కొంటున్నారు. ఫింగర్ ప్రింట్స్ రాక చాలా మంది వృద్ధులు పెన్షన్స్ తీసుకోలేని పరిస్థితులు నెలకొంటున్నాయి. దీన్ని అసరాగా చేసుకుని పలుచోట్ల అవకతవకలు చోటుచేసుకున్న ఘటనలు లేకపోలేదు. ఈ సమస్యలపై ప్రత్యేక ఫోకస్ పెట్టిన ప్రభుత్వం.. కొత్త విధానానికి శ్రీకారం చుట్టింది. ఫేషియల్ రికగ్నిషన్ విధానాన్ని తీసుకొచ్చింది. చాలా మంది వృద్ధుల వేళ్ల రేఖలు పోవడం వల్ల ఫింగర్ ప్రింట్స్ సరిగ్గా రావడం లేదు. అందుకే ఫేషియల్ రికగ్నిషన్ విధానాన్ని అమలు చేయనుంది. తొలిదశలో పోస్టాఫీసుల్లో పెన్షన్లు తీసుకునే 23లక్షల మందికి దీన్ని అమలు చేయనున్నారు. బ్యాంకుల్లో పెన్షన్లు తీసుకుంటున్న 21 లక్షల మంది మాత్రమే పాత విధానంలోనే పింఛన్లు తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఫేషియల్ రికగ్నిషన్ విధానానికి సంబంధించి ప్రభుత్వం ఒక యాప్ ను తెచ్చింది. పోస్ట్ మాస్టర్లు, పంచాయతీ సెక్రటరీలు, బిల్ కలెక్టర్లకు దీనిపై ట్రైనింగ్ కూడా ఇచ్చింది. అంతేకాకుండా పోస్ట్ మాస్టర్లకు కొత్త ఫోన్లను అందించనుంది. పోస్టాఫీస్ లో పెన్షన్ తీసుకోవడానికి వెళ్లిన వారి ఫోటో తీసి.. ఆధార్ తో చెక్ చేసి.. యాప్ లో అప్ లోడ్ చేస్తారు. ఆ తర్వాత వారికి పెన్షన్ అందించారు. ఎవరికైనా ఫోటో తీయలేని పరిస్థితి ఉంటే బయోమెట్రిక్ ద్వారా పెన్షన్ ఇస్తారు. ఫోటో, బయోమెట్రిక్ రాని వారికి పంచాయతీ కార్యదర్శుల ఫింగర్ ప్రింట్ తో డబ్బులు అందజేస్తారు.

పోలీసులు చేయాల్సిన పని ఎందుకు చేయడం లేదు



- పోలీసులు రేవంత్ రెడ్డికి కట్టు బానిసలుగా పనిచేస్తున్నారా
- కల్లకుంట్ల తారక రామారావు
హైదరాబాద్: తెలంగాణ పోలీసులపై బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ (ప్రెసిడెంట్, మాజీ మంత్రి కల్లకుంట్ల తారక రామారావు సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. పోలీసులు చేయాల్సిన పని ఎందుకు చేయడం లేదని ప్రశ్నించారు. ఇవాళ(శనివారం జులై 26) హైదరాబాద్ లో నిర్వహించిన బీఆర్ఎస్ సభలో కేటీఆర్ ప్రసంగించారు. ఎవరూ సోషల్ మీడియాలో ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా పోస్టులు పెడుతున్నారో కనుక్కోవడమే పోలీసుల పనిగా మారిందని విమర్శించారు. తెలంగాణలో పోలీసు వ్యవస్థ ఘోరంగా ఉందని ఆరోపించారు. పోలీసుల మెడకాయపైన తలకాయ ఉన్న పనే చేస్తున్నారా అని నిలదీశారు. పోలీసులు అన్నం తింటున్నారా? గడ్డి తింటున్నారా? అని ప్రశ్నించారు. తెలంగాణ పోలీసులు రేవంత్ రెడ్డి కట్టు బానిసలుగా పనిచేస్తున్నారని షాకింగ్ కామెంట్స్ చేశారు. అధికారం శాశ్వతం కాదని.. రేవంత్ బానిసలుగా పని చేస్తున్న ఒక్కో పోలీసు పేరు రాసి పెట్టుకోవాలని బీఆర్ఎస్ శ్రేణులకి పిలుపునిచ్చారు. కేసీఆర్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి రాగానే అన్ని లెక్కలు వడ్డీతో సహా కలిపి చెల్లిస్తామని హెచ్చరించారు. బనకచర్ల ప్రాజెక్ట్ ఆపేదాక తాము పోరాటం చేస్తామని ఉద్ఘాటించారు మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ తెలంగాణ నీటి వాట మనకి ఇచ్చిన తర్వాత ఎవరూ ఏ ప్రాజెక్ట్ కట్టుకున్నా మనకి అభ్యంతరం లేదని స్పష్టం చేశారు. ఎలాంటి పర్మిషన్ లేకుండా ప్రాజెక్ట్ కడుతామంటే ఎలా? అని ప్రశ్నించారు. పోస్ట్ కార్డు, ఆన్ లైన్ పిటిషన్ ద్వారా మన డిమాండ్ తెలియ చేద్దామని అన్నారు. అన్ని ప్రభుత్వాలు ఫోన్ ట్యాపింగ్ చేస్తున్నాయని.. తాము కూడా ట్యాపింగ్ చేస్తున్నామని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఒప్పుకున్నారని గుర్తుచేశారు. అధికారులు ట్యాపింగ్ చేస్తే చేయొచ్చని రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు చెప్పారు. రేవంత్ ప్రభుత్వంలో ట్యాపింగ్ చేస్తే అధికారుల తప్పా? అని నిలదీశారు. కేసీఆర్ ప్రభుత్వంలో ట్యాపింగ్ చేస్తే కేసీఆర్, కేటీఆర్ లిద్దరూ తప్పా? అని ప్రశ్నించారు. కేసీఆర్ నాట్ల సమయంలో రైతుబంధు ఇన్స్... రేవంత్ రెడ్డి ఓట్లప్పుడు ఇస్తున్నారని విమర్శించారు. మనకి సోషల్ మీడియా సపోర్ట్ తప్పా.. ఏ మీడియా సపోర్ట్ లేదని చెప్పుకొచ్చారు. సోషల్ మీడియాలో మన తడాఖా చూపేటట్లని మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ సూచించారు.

లీడర్ అంటే ఎవరో ఆకాశం నుంచి ఊడేపడారు



తెలంగాణ జాగృతి సంస్థ తెలంగాణలో చురుకైన నాయకత్వాన్ని తీర్చిదిద్దడమని, తెలంగాణలో కొత్త నాయకత్వాన్ని పెంపొందించాలనుకుంటున్నామని జాగృతి అధ్యక్షురాలు, బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యే కల్వకుంట్ల కవిత స్పష్టం చేశారు. తెలంగాణ జాగృతి ఆధ్వర్యంలో హైదరాబాద్ లో “లీడర్” పేరిట నిర్వహించిన రాజకీయ శిక్షణ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే కల్వకుంట్ల కవిత కీలకోపన్యాసం చేశారు. కాలానుగుణంగా తెలంగాణ జాగృతి తన పంథాను మార్చుకుందని, ఎప్పుడు కూడా కొత్తగా, నవీనంగా ఉంటేనే సంస్థలు బ్రతుకుతాయని వివరించారు. సాంస్కృతిక నేపథ్యం లేకుండా ఏ జాతి కూడా మనుగడ సాధించలేదని, సాంస్కృతిక నేపథ్యం లేని జాతి పునాది లేకుండా కట్టిన బిల్డింగ్ లాంటిదని వివరించారు. తెలంగాణ జాతికి అద్భుతమైన సాంస్కృతిక నేపథ్యం ఉందని తెలిపిన ఎమ్మెల్యే కవిత దాన్ని పరిరక్షించడమే మన ఆలోచనగా తెలంగాణ జాగృతి పని చేస్తూ వచ్చిందని స్పష్టం చేశారు. గత 19 ఏళ్లలో మన భాష, యాస, కట్టు, బొట్టు, బతుకమ్మ, బోసం వంటి వాటి గురించి కొట్లాడిందని, తెలంగాణ ఉద్యమకాలంలో యాసను అవహేళన చేసిన ఒక వ్యక్తి నంది అవార్డును ఇవాన్ని నిరసించిన ఒకే ఒక సంస్థ తెలంగాణ జాగృతి అని, తెలంగాణకు వ్యతిరేకంగా ఉన్న ఆంధ్రా సినిమాలను అడ్డుకోవాలని పిలుపునిచ్చిన ఏకైక సంస్థ తెలంగాణ జాగృతి అని వివరించారు. నమ్మిన సిద్ధాంతం కోసం ఎంత పెద్ద వ్యక్తులైనా సరే, ఎంత పెద్ద మార్కెటుమైనా ఎదురొడ్డి నిలిచిన సంస్థ తెలంగాణ జాగృతి అని తేల్చిచెప్పారు. తెలంగాణ రాకముందు రాష్ట్రం కోసం కొట్లాడాయి. వచ్చిన తర్వాత ప్రజల అభివృద్ధి కోసం పనిచేశామని, యువతలో నైపుణ్యాభివృద్ధి కోసం స్కీల్ డెవలప్ మెంట్ కార్యక్రమాలు చేపట్టామని తెలిపారు. తెలంగాణకు నష్టం జరుగుతుంటే తెలంగాణ జాగృతి ఊరుకోబోదని, తెలంగాణకు నష్టం చేసే బనకచర్ల ప్రాజెక్టును తెలంగాణ జాగృతి ఆపి తీరుతుందని ఎమ్మెల్యే కవిత స్పష్టం చేశారు.

మనవార్త
ప్రజాగణానికే అక్షర రూపం
MANA VAARTHA
epaper
చదవడానికి QR కోడ్ ను
స్కాన్ చేయండి
EPAPER.MANAVAARTHA.NET



MANA VAARTHA

లీడర్ నుంచి వేసిన డాక్టర్ అరెస్ట్



- దంపతులకు ఇతరుల వీర్య కణాలతో సంతానం కలిగించిన టెస్ట్ ట్యూబ్ బేబీ సెంటర్ డాక్టర్
- దంపతుల ఫిర్యాదుతో రంగంలోకి దిగిన పోలీసులు
- సరోగిని కోసం పెద్ద ఎత్తున వీర్యం నిల్వ చేసినట్లు గుర్తించిన పోలీసులు
సికింద్రాబాద్ లోని ఓ టెస్ట్ ట్యూబ్ బేబీ సెంటర్ లో అక్రమాలు వెలుగు చూశాయి. శనివారం పోలీసుల నిర్వహించిన తనిఖీలో ఈ విషయం బయటపడింది. ఒక మహిళ తన భర్త వీర్య కణాల ద్వారా సంతానం పొందాలనే ఆశతో టెస్ట్ ట్యూబ్ బేబీ సెంటర్ ను ఆశ్రయించింది. అయితే, వైద్యులు వేరే వ్యక్తి వీర్యకణాలతో ఆమెకు గర్భం కలిగించారు. అనుమానం వచ్చిన దంపతులు డీఎన్ఎ పరీక్ష చేయించగా, అది వేరే వ్యక్తి డీఎన్ఎగా తేలింది. దీంతో వారు పోలీసులను ఆశ్రయించారు. దీనిపై స్పందించిన పోలీసులు శనివారం ఆ టెస్ట్ ట్యూబ్ బేబీ సెంటర్ లో విస్తృతంగా తనిఖీలు నిర్వహించి, డాక్టర్ ను అదుపులోకి తీసుకున్నారు. సరోగిని కోసం పెద్ద ఎత్తున వీర్యాన్ని నిల్వ ఉంచినట్లు పోలీసులు గుర్తించారు. వీర్య సేకరణలో అక్రమ పద్ధతులు అవలంబిస్తున్నట్లు పోలీసుల విచారణలో తేలింది. డాక్టర్ తో పాటు ఆ సెంటర్ లో పనిచేస్తున్న మరో ఏడుగురిని కూడా పోలీసులు అదుపులోకి తీసుకున్నారు.



వర్షానికి కూలిన ఇల్లు

ఆరోగ్యానికి ఆల్బుఖారా...



-ప్రభుత్వం ఆదుకోవాలని వేడుకుంటున్న బాధిత కుటుంబం...

శంకరపట్నం:జూలై27(మనవార్త ప్రతినిధి నేరెళ్ల సంతోష్)

ఇటీవల కురుస్తున్న వర్షాలకు ఇల్లు కూలినదని బాధితుడు బోరున విలపించాడు.కరీంనగర్ జిల్లా శంకరపట్నం మండలం మొలంగూర్ గ్రామానికి చెందిన జంపాల పోచయ్య,రాధమ్మలకు చెందిన ఇల్లు శనివారం రాత్రి కూలింది.ప్రభుత్వం ఆర్థికంగా ఆదుకొని ఇందిరమ్మ ఇల్లు మంజూరు చేయాలని బాధిత కుటుంబం ప్రభుత్వాన్ని కోరుకుంటున్నారు.

నిజంగానే టీ తాగితే తలనొప్పి తగ్గుతుందా



టీ అంటే ఇష్టపడని వారు ఉండరు. ప్రతి ఒక్కరూ ఎంతో ఇష్టంగా టీ తాగుతుంటారు. కొందరు రోజుకు ఒకసారి తాగి మరికొందరు రోజుకు రెండు లేదా మూడు సార్లు తాగుతుంటారు. అయితే చాలా మంది టీ తాగడం వలన తలనొప్పి తగ్గుతుంది అని చెబుతుంటారు. అంతే కాకుండా ఆఫీసుల్లో కూడా వర్క్ చేసేటప్పుడు మైండ్ ఫ్రెష్గా ఉండాలని, తలనొస్తుందని టీ తాగడానికి ఎక్కువ ఇంట్రెస్ట్ చూపిస్తుంటారు. మరి నిజంగానే టీ తాగితే తలనొప్పి తగ్గుతుందా? అసలు వాస్తవం ఏంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం.. టీ తాగడం వలన తక్షణ శక్తి లభించి, ఎనర్జిటిక్గా ఉంటారు. అయితే తలనొప్పి తగ్గుతుందా అంటే? టీ అనేది తలనొప్పి పెరిగేలా చేస్తుంది అంటున్నారు కరెంట్ ఓపీనియన్ ఇన్ న్యూరాలజీ వారు. వారు ఓ సమీక్షలో ప్రచురించగా టీలో ఉండే కెఫిన్ తలనొప్పి పెరిగేలా చేస్తుందని తెలిపారు. అలాగే టీ బదులు హెర్బల్ టీ తలనొప్పి తగ్గేలా చేస్తుందంట. అంతే కాకుండా అల్లం టీ తాగడం వలన త్వరగా తలనొప్పి తగ్గుతుందంట. కానీ టీ తగడం వలన తలనొప్పి పెరిగే కాన్స్ ఉందని, అలాగే అతిగా టీ తాగడం వలన చాలా సమస్యలు వస్తాయంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. అంతే కాకుండా కొంత మంది టీకి ఎక్కువగా అలవాటు పడటం వలన వారు టీ తాగకపోతే తలనొప్పి లాంటి సమస్యలు ఎదుర్కొనే అవకాశం ఉందని వారు చెబుతున్నారు.

నైట్ ఈ డ్రింక్స్ తాగితే ప్రశాంతంగా నిద్ర పడుతుంది?



రాత్రిళ్ళు ప్రశాంతంగా నిద్ర పట్టాలంటే ఇప్పుడు చెప్పే ఈ డ్రింక్స్ ఖచ్చితంగా తాగాలి.పాలు, దాల్చినచెక్క ఇంకా అల్లం వంటి ఇతర సుగంధ ద్రవ్యాలతో పసుపు కలపాలి. అప్పుడు గోలైన్ మిల్క్ లాగా మారుతాయి. పసుపులో కర్నూమిన్ అనేది ఉంటుంది. ఇది మంచి నిద్రను అందిస్తుంది. పైగా ఇందులో యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ, యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు ఉంటాయి.అందుకే నిద్రపోయే ముందు ఈ పసుపు పాలు తాగడం వల్ల వాపు తగ్గుతుంది. దీనివల్ల నిద్ర నాణ్యత మెరుగుపడుతుంది. అందుకే నిద్రించే ఒక గంట ముందు ఈ పసుపు పాలను తాగడం మంచిది. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంతో పాటు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో కూడా సాయపడుతుంది.అలాగే అల్లంలో యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ, డైజెస్టివ్ గుణాలు ఉన్నాయి. కండరాలను రిలాక్స్ చేయడంతో పాటు మంచి నిద్రను ప్రేరేపిస్తుంది. నిద్రించే ముందు అల్లం టీ తాగడం వల్ల అజీర్ణం, ఉబ్బరం తగ్గుతుంది. ప్రశాంతమైన నిద్ర పోవచ్చు. నిద్రకు ఒక గంట ముందు సాయంత్రం ఈ అల్లం టీని సేవించాలి. అల్లం టీ కూడా వికారం తగ్గించడంతో పాటు రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరచడంలో సాయపడుతుంది.ఇక అశ్వగంధ అనేది అడాప్టోజెనిక్ హెర్బ్. శరీరంలో ఒత్తిడిని తగ్గించి విశ్రాంతిని కలిగిస్తుంది. ఇది కార్డిసాల్ స్థాయిలను తగ్గించే గుణాలను కలిగి ఉంటుంది. ఒత్తిడికి సంబంధించిన హార్మోన్ ఇంకా మంచి నిద్రను ప్రోత్సహిస్తుంది. నిద్రవేళకు ఒక గంట ముందు సాయంత్రం సమయంలో ఈ అశ్వగంధ టీని సేవించడం మంచిది. ఈ అశ్వగంధ టీ మానసిక స్థితిని మెరుగుపరచడంలో అద్భుతంగా ఉ పయోగపడుతుంది.ఇంకా అలాగే పిప్పరమింట్ టీ రిఫ్రెష్గా ఉండటమే కాదు.. మీ కండరాలను రిలాక్స్ చేయడంలో కూడా చాలా బాగా సాయపడుతుంది. అలాగే, ఇది టెన్షన్ను కూడా ఈజీగా తగ్గించగలదు. అందువల్ల మీకు మంచి నిద్ర పడుతుంది. అందుకే నిద్రపోయే ఒక గంట ముందు సాయంత్రం ఈ టీని సేవించడం మంచిది. పిప్పరమింట్ టీ కూడా జీర్ణక్రియకు బాగా సాయపడుతుంది. ఇది ప్రేగు సింక్రోమ్ లక్షణాలను కూడా తగ్గిస్తుంది.అలాగే లావెండర్ అనేది మంచి సువాసనను కలిగి ఉంటుంది. ఇది ఒత్తిడి, ఆందోళనను తగ్గించడంలో సాయపడుతుంది. అందుకే నిద్రకు ముందు లావెండర్ టీ తాగడం వల్ల మనస్సు, శరీరానికి విశ్రాంతి లభిస్తుంది. తద్వారా మంచి నిద్ర పడుతుంది. మీరు నిద్రకు ఒక గంట ముందు ఈ టీని తీసుకోవడం మంచిది. ఇక లావెండర్ టీ కూడా యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలను కలిగి ఉంది. జీర్ణ సమస్యలను తగ్గించడంలో ఇది చాలా అద్భుతంగా సాయపడుతుంది.



సీజనల్ పండ్లలో ఆల్బుఖారా ముఖ్యమైనవి. ఇవి వర్షాకాలంలో మార్కెట్లో అందుబాటులోకి వస్తాయి. ఎరువు రంగులో ఉండి.. నిగ నిగ లాడుతూ నోట్లో నీరు ఊరేలా చేస్తాయి.అయితే ఇవి కాస్త పుల్ల పుల్లగా ఉన్నప్పటికీ చాలామంది ఈ పండు ఇష్టంగా తింటుంటారు. అలాగే వర్షాకాలం సీజన్ పోయేంతవరకు చిన్నా పెద్దా ఆల్ బుఖారాతో పలు వెరెటీస్ రెడీ చేసుకుని లాగించేస్తారు. అయితే ఈ పండ్లకు కొందరు తినడానికి కూడా ఇష్టపడరు. కానీ దీని వల్ల చాలా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అవేంటో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం. ఈ పండ్లలో ఫైబర్, విటమిన్స్, పొటాషియం, ఐరన్, కాల్షియం, మెగ్నీషియం ఉండి పలు అనారోగ్య సమస్యల నుండి ఉ పశమనాన్ని కలిగిస్తాయి.ఈ పండ్లలో ఉండే ఫైబర్ కంటెంట్, మలబద్దకాన్ని తగ్గిస్తుంది. అలాగే జీవక్రియకు సహాయపడడం తో పాటుగా, పేగు ఆరోగ్యానికి మేలు కలిగించి పలు అనారోగ్య సమస్యలు రాకుండా చేస్తాయి. ఆల్ బుఖారా పండ్లు ఆంథోసైనిక్స్ అనే ఫ్రీ రాడికల్స్ తో పోరాడి క్యాన్సర్ కణాలు ఉత్పత్తి చెందకుండా చేస్తాయి. అలాగే పలు రకాల క్యాన్సర్ల నుంచి రక్షిస్తాయి. ఇందులోని పొటాషియం రక్తపోటు రాకుండా చేస్తుంది. ఆల్ బుఖారా పండ్లలో ఉండే విటమిన్లు కంటిచూపు మెరుగుపరచడంతో పాటుగా రోగనిరోధక శక్తిని పెంచి వర్షాకాలంలో వచ్చే సీజనల్ ఇన్ఫెక్షన్లు రాకుండా కాపాడుతుంది. ప్రస్తుతం ఉన్న బిజీ బిజీ లైఫ్ లో వర్క్, ఇంట్లో సమస్యల వల్ల ఒత్తిడి గురవుతుంటారు. దీంతో నిత్యం ఏదో ఆలోచిస్తూ చిన్న దానికి టెన్షన్ పడిపోతుంటారు. అలాగే ఎలా సమస్యలను పరిష్కరించుకోవాలని ఆందోళన చెందుతూ ఉంటారు. అయితే ఈ పండ్లు క్లోరోజెనిక్ యాసిడ్స్, యాంజియోలైటిక్ లక్షణాలు ఉండటం వల్ల ఒత్తిడి, ఆందోళనను తగ్గిస్తాయి. కాబట్టి ఆల్ బుఖారనే డైట్ లో చేర్చుకోవడం మంచిది. ముఖ్యంగా రక్తహీనత సమస్యతో బాధపడేవారు ఆల్ బుఖారా పండ్లు తీసుకోవడం వల్ల మంచి ఫలితం ఉంటుంది. అలాగే జుట్టు పెరుగుదలకు దోహదపడుతుంది.

ఉదయం టిఫిన్ మానేస్తున్నారా..?



ఈ బిజీ లైఫ్ లో చాలా మంది ఉదయం టిఫిన్ చేయకుండా డ్యూటీకి వెళ్లడం మనం చూస్తున్నాం. మీరు కూడా అదే చేస్తే జాగ్రత్తగా ఉండాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. తొందరపడి అల్పాహారాన్ని విస్తరించే మీ అలవాటు మిమ్మల్ని తీవ్రమైన వ్యాధులకు గురి చేస్తుంది. టిఫిన్.. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడమే కాకుండా మీ శక్తి స్థాయిని ఎక్కువగా ఉంచుతుంది. ఇది జీవక్రియను ప్రోత్సహిస్తుంది. ఉదయం పూట చేసే మొదటి భోజనం రోజంతా మిమ్మల్ని శక్తివంతంగా ఉంచుతుంది. దీని లోపం ఏ వ్యక్తినైనా లోపల నుండి బలహీనపరుస్తుంది. దీనివల్ల వ్యాధుల ముప్పు పెరుగుతుంది. అల్పాహారం మానేస్తే ఆరోగ్యానికి ఎంత హాని కలుగుతుందో తెలుసుకుందాం. ఇది మిమ్మల్ని 5 తీవ్రమైన వ్యాధుల బారిన పడేలా చేస్తుంది. అవేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. తక్కువ తింటే ఊబకాయం తగ్గుతుందని చాలా మంది అనుకుంటారు. దీని కోసం కొందరు ఉదయం అల్పాహారం మానేస్తున్నారు. మీరు కూడా అదే చేస్తుంటే అది మీకు హానికరం. ఉదయం అల్పాహారం తీసుకోకపోవడం వల్ల ఊబకాయం పెరుగుతుంది. దీనికి కారణం మధ్యాహ్న భోజనంలో అతిగా తినడం, దీని కారణంగా వ్యక్తి బరువు పెరుగుతాడు. దయాబెటీస్ కు బ్రేక్ ఫాస్ట్ స్క్రిప్టింగ్ కారణాల వల్ల అల్పాహారం తీసుకోని వ్యక్తులకు మధుమేహం వచ్చే ప్రమాదం కూడా చాలా రెట్లు పెరుగుతుంది. వీరికి టైమ్ 2 దయాబెటీస్ వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువ. దీన్ని నివారించడానికి అల్పాహారం తప్పకుండా తీసుకోవాలి. ఉ దయం పూట అల్పాహారాన్ని నిర్లక్ష్యం చేయడం వల్ల శరీరానికి కావాల్సిన పోషకాలు అందవు. దీని వల్ల ఎనర్జీ లెవెల్ తగ్గిపోతుంది. దీని వల్ల అలసటగానూ, బలహీనంగానూ అనిపిస్తుంది. ఆకలి కారణంగా మానసిక స్థితి కూడా చెదుగా ఉంటుంది.ఉదయం అల్పాహారం తీసుకోకపోవడం వల్ల రక్తపోటు పెరుగుతుంది. ఇది గుండె సంబంధిత వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది.



బతుకు బిడియో కాలేజీ బట్టలు టెప్పమన్నాడు



ఇండస్ట్రీలో క్యాస్టింగ్ కోచ్ ను ఎదుర్కోకుండా బయటపడిన ఒక్క హీరోయిన్ లేదు అంటే అతిశయోక్తి కాదు. కొత్తగా ఇండస్ట్రీకి వచ్చినవారైనా.. స్టార్ హీరోయిన్లు అయినా ఏదో ఒక సమయంలో ఇలాంటి పరిస్థితిని ఎదుర్కొన్నవారే. స్టార్ హీరో సరసన నటించే ఛాన్స్ కావాలంటే కమిట్ మెంట్ ఇవ్వాలి. మొదటి హీరోయిన్ గా ఛాన్స్ కావాలంటే నిర్మాత రూమ్ కి వెళ్లాలి. అందుగా చుపించాలంటే సినిమాటోగ్రాఫర్ దగ్గరకు వెళ్లాలి.. అసలు ఇండస్ట్రీలో అవకాశం రావాలన్నా రూమ్ కి వెళ్లాలి. ఇక్కడితో ఆగాయా అంటే లేదు. లైంగిక వేధింపులు.. ఘాటింగ్స్ లో, ఆడిషన్స్ లో డ్రెస్ మీట్ లలో ఇలా ఎక్కడా ఆడదానికి భద్రత లేదు. ఇది కేవలం ఇండస్ట్రీకి వచ్చే కొత్తవారికే కాదు. నట వారసురాళ్లకు కూడా తప్పదం లేదు. బాలీవుడ్ స్టార్ కమెడియన్ జానీ లివర్ కుమార్తె జామీ లివర్ పైతం క్యాస్టింగ్ కోచ్ ఇబ్బందులను ఎదుర్కొన్నట్లు చెప్పడం ప్రస్తుతం సెన్సేషన్ గా మారింది. తండ్రి బాటలోనే కామెడీ నటిగా తనకంటూ ఒక ప్రత్యేకమైన గుర్తింపును తెచ్చుకుంది జామీ. తెలుగులో ఆమె ఆ ఒక్కటి ఆడక్కు అనే సినిమాలో నటించింది. సరేష్, ఫరియా జంటగా నటించిన ఈ చిత్రంలో సరేష్ కు వదినగా ఆమె నవ్వులు పూయించింది. ప్రస్తుతం బాలీవుడ్ లో వరుస సినిమాలతో బిజీగా ఉన్న జామీ తాజాగా ఒక ఇంటర్వ్యూలో తాన్ క్యాస్టింగ్ కోచ్ సంఘటనను బయటపెట్టింది. ‘ కెరీర్ ప్రారంభంలో నాకు మేనేజర్ అంటూ ఎవరూ ఉండేవారు కాదు. ఎవరు ఆడిషన్ కు పిలవాలన్నా నాకే ఫోన్ వచ్చేది. ఒకసారి ఒక ఇంటర్వ్యూనల్ సినిమాలో ఛాన్స్ అని ఒక వ్యక్తి వీడియో కాల్ చేశాడు. నేను కూడా కథ బాగా అర్థం కావాలని ఇలా ఎదురెదురు కూర్చొని మాట్లాడతాడేమో అని అలాగే ఉండిపోయాను. అతని ముఖం నాకు కనిపించడం లేదు. నన్ను మాత్రం అతను చూస్తున్నట్లు చెప్పాడు. కథ మొత్తం వివరిస్తూ.. చాలా మంచి పాత్ర. కామెడీతో పాటు చాలా బోల్డ్ గా ఉంటుంది అని చెప్పాడు. ఆ తరువాత నీ ముందు ఒక 50 ఏళ్ల వ్యక్తి ఉన్నట్లు ఊహించుకో.. నెమ్మదిగా బట్టలు విప్పు అన్నాడు. నేను షాక్ అయ్యా. వీడియో కాల్ లో ఇలాంటివి నాకు సౌకర్యంగా ఉండవు. బోల్డ్ పాత్ర అయితే నేను సీన్ లే చేస్తాను అని చెప్పాను. అతను వినకుండా ఇది చాలా పెద్ద ప్రాజెక్ట్. ఆ పాత్రకు నువ్వు సెట్ అవుతావో లేదో చూడాలి కదా. వద్దేరు బట్టలు విప్పు అన్నాడు. వెంటనే నేను నాకు ఇలా చేయడం సౌకర్యంగా లేదు అని టక్కున కాల్ కట్ చేశాను. అప్పటి వరకు నాకు క్యాస్టింగ్ కోచ్ అంటే ఏంటో తెలియదు. ఇండస్ట్రీలో నా తండ్రి ఉండడం అదృష్టం. అప్పటివరకు ఇలాంటి ఇబ్బందులు ఉంటాయన్న మాటే కానీ, నెప్పుడు అనుభవించలేదు. ఇక నా వరకు వచ్చాక తెలిసింది’ అని చెప్పుకొచ్చింది. ప్రస్తుతం జామీ వ్యాఖ్యలు నెట్టింట్ల వైరల్ గా మారాయి. ఇక జామీ వ్యాఖ్యలు విన్న నెటిజన్స్.. బయటవారికే కాదు .. స్టార్ వారసులకు కూడా క్యాస్టింగ్ కోచ్ ఇబ్బందులు ఉంటాయా.. అశ్రద్ధంగా ఉండే అని కామెంట్స్ పెడుతున్నారు.

హీరో ఆరడుగులున్నా డోంట్ కేర్..



ఎత్తు అనేది పెద్ద సమస్యేం కాదు. అదే సమస్య అనుకుంటే రషిక నేషనల్ క్రష్ అయ్యేదా..? నిత్యామీనన్ ఇంతమందికి అభిమాన నటిగా ఎదిగేదా..?’ అంటూ అంతెత్తు లేచింది తమిళ అందం ఇవానా. రీసెంట్ గా ఓ ఇంటర్వ్యూలో ‘మన హీరోల్లో ఎక్కువమంది టాల్ బాయ్స్ కదా..! మీరేమో షార్ట్.. ఇబ్బంది కాదా..? అని ఓ విలేకరి అడగగా ఆమె పై ఎధంగా స్పందించారు. ఇంకా చెబుతూ ‘హీరో ఎంత హైట్ ఉన్నా మేనేజ్ చేయగల కెపాసిటీ నాకుంది. నటికి టాలెంట్ ముఖ్యం. హావభావాలతో, అందంతో మెప్పించడం ముఖ్యం. తెరపై ఎత్తును ఎవరూ చూడరు. ఎవర్ని ఎలా చూపించాలనేది డివోప్ చేతిలో ఉంటుంది. ఇప్పుడున్న టెక్నాలజీకి నన్ను హైట్ గా చూపించడం పెద్ద పనేం కాదు. ఆరడుగుల హీరో పక్కన కూడా నటించి మెప్పించగల సామర్థ్యం నాకుంది.’ అంటూ చెప్పుకొచ్చింది ఇవానా. ‘లవ్ టుడే’ సినిమాతో తెలుగులోనూ గుర్తింపు తెచ్చుకున్న ఈ అందాలభామ.. రీసెంట్ గా ‘సింగిల్’ సినిమాతో తెలుగులో నేరుగా విజయాన్ని అందుకుంది. ప్రస్తుతం త్రినాథరావు నక్కిన సినిమాలో కథానాయికగా ఇవానా ఎంపికైనట్టు వార్తల్లోన్నాయి.



కోట శ్రీనివాసరావు హీరోగా సినిమాల్లోకి రావాలని ఆసక్తున్నారు



-మాజీ ఎమ్మెల్యే సాధినేని ఆనక్తికర వ్యాఖ్యలు..

విలక్షణ నటుడు కోట శ్రీనివాసరావు గురించి ఎన్టీఆర్ జిల్లా జగ్గయ్యపేట మాజీ ఎమ్మెల్యే, బీజేపీ నాయకుడు సామినేని ఉదయభాను ఆనక్తికర విషయాలను తెలియజేశారు. కోట హీరోగా సినిమాల్లోకి రావాలని అనుకున్నారుని.. కానీ అప్పటికే ఆయన 40 ఏళ్లకు దగ్గరకు రావడంతో హీరో అవ్వడం కుదరలేదని చెప్పారు. అందుకే ప్రాణం ఖరీదు సినిమాలో చిన్న పాత్రతో సినిమాల్లోకి ఎంట్రి ఇచ్చారని అన్నారు. విజయవాడలోని హోటల్ ఐలాపురంలో ఏర్పాటు చేసిన కోట శ్రీనివాసరావు సంతాప సభలో ఆయన ఈ విషయాలను పంచుకున్నారు. కోట శ్రీనివాసరావు 1978లో సినీ ఇండస్ట్రీలోకి ప్రవేశించి.. సుమారు 40 ఏళ్ల కెరీర్ లో చలన చిత్ర రంగంలో మరిచిపోలేని వ్యక్తిగా ఎదిగారని సామినేని ఉదయభాను కొనియాడారు. కోట శ్రీనివాసరావు హీరోగా రావాలని అనుకున్నారుని.. కానీ అప్పటికే 40 ఏళ్లకు వచ్చేసారని చెప్పారు. కాబట్టి 1978లో ప్రాణం ఖరీదు సినిమాతో చిన్న పాత్రతో వెండితెర మీద కనిపించారని అన్నారు. తెలుగులోనే కాకుండా హిందీ, తమిళం, మలయాళం, కన్నడ ఐదు భాషల్లో దాదాపు 750 సినిమాల్లో నటించారని అన్నారు. కోట జీవితంలో మరిచిపోలేని సంఘటన ఏదైనా జరిగిందంటే.. అది ఆయన కుమారుడిని కోల్పోవడమే అని అన్నారు. పలుమార్లు ఆయన చాలామందితో చర్చించిన విషయం ఏమైనా ఉందంటే.. అది తన కుమారుడి అకాల మరణం గురించేనని తెలిపారు. ఇక ఏపీ బీజేపీ చీఫ్ పీవీఎన్ మార్కెట్ మాట్లాడుతూ.. కోట శ్రీనివాసరావు బహుముఖ ప్రజ్ఞాశాలి అని కొనియాడారు. బీజేపీ సిద్ధాంతాలను చాటిచెప్పి.. పాటించిన వ్యక్తి కోట అని అన్నారు. తెలుగువారిని, తెలుగు సినిమాను కాపాడటానికి ఆయన ఎప్పుడూ ముందు ఉండేవారని అన్నారు. తాను నమ్ముకున్న కలమా తల్లిని, చలన చిత్ర రంగాన్ని ముందుకు తీసుకెళ్లిన వ్యక్తి అని అన్నారు. కోట ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని ప్రార్థించారు.

చాంబర్ ఎన్క్విరీల కోసం పోరాటం



షెడ్యూల్ ప్రకారం తెలుగు ఫిల్మ్ చాంబర్ ఎన్నికలు నిర్వహించాలని, లేని పక్షంలో పోరాటం చేస్తామని పలువురు నిర్మాతలు అల్లిమేటం ఇచ్చారు. శుక్రవారం హైదరాబాద్ ఫిల్మ్ ఛాంబర్ కార్యాలయంలో దర్శక నిర్మాత ప్రతాని రామకృష్ణగౌడ్ ఆధ్వర్యంలో కొందరు నిర్మాతలు మీడియా సమావేశం నిర్వహించారు. ఇందులో నిర్మాతలు కేఎస్ రామారావు, అశోక్ కుమార్, బసినెడ్డి, మోహన్ గౌడ్, విజయేందర్ రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా కేఎస్ రామారావు మాట్లాడుతూ.. ఫిల్మ్ ఛాంబర్ కు 50 ఏళ్ల చరిత్ర ఉందని, అనేక సమస్యల గౌరవాన్ని కాపాడాలని, షెడ్యూల్ ప్రకారం ఎన్నికలు నిర్వహించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ఎంతో చరిత్ర ఉన్న ఫిల్మ్ ఛాంబర్ లో నిరంకుశత్వం తగదని, వెంటనే ఎన్నికలు జరిగేలా చూడాలని ప్రతాని రామకృష్ణగౌడ్ డిమాండ్ చేశారు. ఈ నెల 30 తో ఇప్పుడున్న కమిటీ గడువు ముగుస్తుందని, షెడ్యూల్ ప్రకారం ఎన్నికలు నిర్వహించకుంటే తామందరం రేపటి నుంచి ఇక్కడే కూర్చుంటామని నిర్మాత అశోక్ కుమార్ అన్నారు. ఎన్నికలు వాయిదా వేయడం నిబంధనలకు విరుద్ధమని, కొందరు స్వార్థంతో ఇలాంటి నిర్ణయాలు తీసుకుంటున్నారని, తప్పకుండా ఎన్నికలు నిర్వహించి తీరాల్సిందేనని విజయేందర్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు.

ప్రత్యేక గేతంతో విశ్వంభర పూర్తి



అగ్ర కథానాయకుడు చిరంజీవి నటిస్తున్న సోషియో ఫాంటసీ చిత్రం ‘విశ్వంభర’ చిత్రీకరణ పూర్తి చేసుకుంది. చిరంజీవి, బాలీవుడ్ నాయిక మౌనిరాయ్లపై తెరకెక్కించిన ప్రత్యేకగేతంతో షూటింగ్ కంప్లీట్ చేశామని మేకర్స్ తెలిపారు. వశిష్ట దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని యూవీ క్రియేషన్స్ పతాకంపై విక్రమ్, వంశీ, ప్రమోద్ నిర్మిస్తున్నారు. ఈ స్పెషల్ సాంగ్ కు భీష్మ సినిరోలియో స్వరాల్ని సమకూర్చగా కానర్ల శ్యామ్ రచించారు. గణేష్ ఆచార్య నృత్యరీతుల్ని అందించిన ఈ పాటను పందమంది ద్వ్యాస్త్రతో గ్రాండ్ గా తెరకెక్కించామని, చిరంజీవి తన సిగ్నచర్ స్టెప్స్ తో అదరగొట్టారని చిత్రబృందం పేర్కొంది. బ్రహ్మాదేవుడు ఉండే సత్యలోకం నేపథ్య కథాంశంతో ఈ చిత్రాన్ని తెరకెక్కిస్తున్నట్లు ఇటీవల ఓ ఇంటర్వ్యూలో దర్శకుడు వశిష్ట పేర్కొన్న విషయం తెలిసిందే. త్రిష, ఆషికా రంగనాథ్ కథానాయికలుగా నటిస్తున్న ఈ చిత్రానికి సంగీతం: ఎం.ఎం.కీరవాణి, భీష్మ సినిరోలియో, రచన-దర్శకత్వం: వశిష్ట.



సుందర్ డబుల్ ధమాకా.. తొలి ఇన్నింగ్స్ లో ఇంగ్లండ్ ఆధిక్యం



లాడ్స్ లో బంతితో మాయ చేసిన వాషింగ్టన్ సుందర్ (2-23) మాంచెస్టర్ టెస్టులోనూ మెరిశాడు. మూడోరోజు లంచ్ తర్వాత ఇంగ్లండ్ ను గట్టి దెబ్బకొట్టాడు వాషీ. తొలి సెషన్ నుంచి క్రీజులో పాతుకుపోయిన ఓలీ పోప్ (71)ను బెట్ చేసి భారత్ కు బ్రేకిచ్చాడు. ఆ కాసేపటికే డేంజరస్ హ్యూరీ బ్రూక్ (3)ను వెనక్కి పంపి ఇంగ్లండ్ స్కోర్ వేగాన్ని తగ్గించాడు. స్వల్ప వ్యవధిలో రెండు కీలక వికెట్లు పడినందున జో రూట్ (83) కెప్టెన్ బెన్ స్టోక్స్ (4)లు జాగ్రత్తగా ఆడుతున్నారు. మరో ఎండ్ లో జడేజా సైతం కట్టుదిట్టంగా బౌలింగ్ చేస్తుండడంతో ఇద్దరూ రన్స్ తీసేందుకు కష్టపడుతున్నారు. ప్రస్తుతానికి ఇంగ్లండ్ 5 పరుగుల ఆధిక్యంలో ఉంది. మాంచెస్టర్ టెస్టులో ఇంగ్లండ్ జట్టు పటిష్ఠ స్థితిలో నిలిచింది. రెండో రోజు బజ్ బాల్ ఆటతో ఓపెనర్లు బెన్ డకెట్ (94), జాక్ క్రాలో (84)లు విద్యుంసం సృష్టించగా.. మూడో రోజు మిడిలార్డర్ క్రీజులో పాతుకుపోయారు. జో రూట్ (63 నాటౌట్), ఓలీ పోప్ (70 నాటౌట్)లు భారత బౌలర్లను దీటుగా ఎదుర్కొంటూ అర్ధ శతకాలతో చెలరేగారు. పేన్ దళం లో బౌన్సర్తో ఇబ్బంది పెట్టినా వెరవని ఈ ద్వయం మూడో వికెట్ కు రన్స్ జోడించింది. లంచ్ సమయానికి ఆతిథ్య జట్టు 2 వికెట్ల నష్టానికి 332 రన్స్ కొట్టింది.

మైనర్ పై అత్యాచారం పేసర్ యశ్ దయాళ్ పై ఎఫ్ బిఆర్



రాయల్ చాలెంజర్స్ బెంగళూరు (ఆర్సీబీ) పేసర్ యశ్ దయాళ్ పై మరో అత్యాచారం కేసు నమోదైంది. ఈమేరకు జైపూర్ పోలీసులు అతడిపై ఎఫ్ బిఆర్ దాఖలు చేశారు. పోలీసులు అందించిన వివరాల మేరకు.. యశ్ దయాళ్ తొలిసారి 2023లో 17 ఏళ్ల బాలికపై అత్యాచారం చేశాడు. క్రికెటర్ గా ఎదిగేందుకు సాయం చేస్తాననే సాకుతో దయాళ్ పలుమార్లు ఆమెపై అత్యాచారానికి పాల్పడ్డాడట. ఈమేరకు బాలిక చేసిన ఫిర్యాదుతో భారత న్యాయ సంహితలోని సెక్షన్ 64తోపాటు, పోక్సో చట్టం కింద 27 ఏళ్ల యశ్ దయాళ్ పై కేసు నమోదు చేసినట్లు తెలిపారు. కాగా దయాళ్ పై అత్యాచారం కేసు నమోదు కావడం ఇది రెండోసారి. యాపీకి చెందిన ఓ మహిళను పెళ్లి చేసుకుంటానని ఐదేళ్లపాటు ఆమెతో సహజీవనం చేసి మోసం చేసిన కేసులో పోలీసులు అతడిపై కేసు నమోదు చేశారు.

చెక్ చెప్పడెవరోనేటి నుంచి మహిళల చెస్ ప్రపంచ కపిష్ఠనల్



విశ్వ చెస్ లో భారత్ ఆధిపత్యానికి తాజా నిదర్శనం.. మహిళల వరల్డ్ కప్ ఫైనల్. శనివారం ఆరంభమయ్యే రెండు రోజుల తుదిపోరులో భారత్ కు చెందిన కోనేరు హంపి, దివ్యా దేశ్ ముఖ్ అమీతుమీ తేల్చుకోనున్నారు. 38 ఏళ్ల హంపి డిఫెండింగ్ వరల్డ్ ర్యాంపిడ్ చాంపియన్ కాగా, 19 ఏళ్ల దివ్య వర్తమాన సంచలనం. వరల్డ్ నెం. 5 హంపి, 18వ ర్యాంకర్ దివ్యా దేశ్ ముఖ్ సెమీఫైనల్స్ లో చైనా స్థానం పోటీపడడం విశేషం. ప్రపంచ కప్ లో ఇద్దరు భారత క్రీడాకారిణులు ఫైనల్ కు చేరడం చరిత్ర. బ్రిటిష్ ఫైట్ కు చేరడం ద్వారా గ్రాండ్ మాస్టర్ హంపి, ఇంటర్నేషనల్ మాస్టర్ దివ్య ప్రతిష్టాత్మక క్యాండిడేట్స్ బోర్డమెంట్ క్వాలిఫై అయ్యారు. క్యాండిడేట్స్ టోర్నీ ద్వారా ప్రపంచ చాంపియన్ జు వెన్ జున్ తో బ్రిటిష్ కోసం తలపడే క్రీడాకారిణిని నిర్ణయిస్తారు. ఇక.. వరల్డ్ కప్ ఫైనల్లో శనివారం జరిగే క్లాసికల్ ఫార్మాట్ మొదటి గేమ్ లో హంపి, దివ్య తలపడతారు. ఇరువురి మధ్య ఆదివారం రెండో గేమ్ జరగనుంది. ఒకవేళ రెండు గేముల్లో విజేత తేలకపోతే.. సోమవారం బ్రెజిల్ కర్ నిర్వహిస్తారు. మరి ఈ ఆసక్తికర అంతిమ సమరంలో అనుభవజ్ఞురాలైన హంపి విజేతగా నిలుస్తుందా లేక దివ్య సంచలనం సృష్టిస్తుందా? ఎవరు నెగ్గినా వరల్డ్ కప్ లో స్వర్ణ, రజత పతకాలు భారత్ కే దక్కునున్నాయి.

నాలుగో టెస్టులో ఇంగ్లండ్ దే ఆధిపత్యం..!



భారత్ తో నాలుగో టెస్టులో పరుసగా మూడో రోజు ఇంగ్లండ్ దే ఆధిపత్యం సాగింది. వరల్డ్ నెంబర్ వన్ జో రూట్ (150) మరోసారి తన అత్యుత్తమ ఆటతీరుతో అదరగొట్టాడు. అతడికి జతగా కెప్టెన్ బెన్ స్టోక్స్ (77 బ్యాటింగ్), పోప్ (71) అర్ధసెంచరీలతో రాణించగా, ప్రస్తుతం ఆతిథ్య జట్టు 186 పరుగుల భారీ ఆధిక్యంతో దూసుకెళుతోంది. భారత బౌలర్లు ఎప్పటిలాగే నిరాశపర్చడంతో శుక్రవారం ఆట ముగిసే సమయానికి ఇంగ్లండ్ తొలి ఇన్నింగ్స్ లో 135 ఓవర్లలో 544/7 స్కోరుతో నిలిచింది. క్రీజులో స్టోక్స్ తో పాటు డానన్ (21 బ్యాటింగ్) ఉన్నారు. ఇద్దరూ బ్యాట్ డ్రీ కావడంతో నాలుగో రోజు వీలైనంత వేగంగా ఆడి తమ ఆధిక్యాన్ని పెంచాలనే భావనలో ఉన్నారు. జడేజా, సుందర్ లకు రెండేసి వికెట్లు దక్కాయి. వికెట్ కోల్పోకుండా.. : 225/2 ఓవర్లలో స్కోరుతో ఇంగ్లండ్ మూడో రోజు ఆటను ఆరంభించగా.. రూట్, పోప్ తొలి సెషన్ లో పూర్తి ఆధిపత్యం చూపారు. భారత బౌలర్లు ఈ జోడీని విడదీయడంలో విఫలమయ్యారు. పసలేని బౌలింగ్ తో నిరాశపర్చారు. దీంతో ఇద్దరు బ్యాట్లర్లు తమ అర్ధసెంచరీలను పూర్తి చేసుకున్నారు. బుర్రా సైతం ఎలాంటి ప్రభావం చూపకపోగా.. అతడి ఓవర్లలో సులువుగా పరుగులు రాబట్టారు. పోప్ 48 రన్స్ దగ్గర ఉన్నప్పుడు అన్నల్ ఓవర్ లో ఇచ్చిన క్లిష్టమైన క్యాచ్ ను కీపర్ జురెల్ అందుకోలేకపోయాడు. మొత్తంగా ఈ సెషన్ లో 107 పరుగులు రాబట్టిన ఇంగ్లండ్ లంచ్ విరామానికి వెళ్లింది. రూట్ శతకం : వికెట్ కోసం నిరీక్షిస్తున్న భారత్ కు సెషన్ ఆరంభంలోనే ఆ అవకాశం దక్కింది. పాత బంతితో స్పిన్నర్ సుందర్ చక్కటి టర్న్ రాబట్టి ముందుగా పోప్ ను అవుట్ చేశాడు. దీంతో మూడో వికెట్ కు 144 పరుగుల భారీ భాగస్వామ్యం ముగిసింది. కాసేపటికే హ్యూరీ బ్రూక్ (3) సుందర్ ఓవర్ లో ముందుకు వచ్చి స్టంపౌట్ కావడంతో భారత్ పైవేయి సాధించినట్లు కనిపించింది. ఈ దశలో గిల్ కొత్త బంతి తీసుకోకుండా స్పిన్నర్లతోనే ఓవర్లు వేయించాడు. కానీ రూట్ తో జత కట్టిన కెప్టెన్ స్టోక్స్ భారత్ సంబరాలకు చెక్ పెట్టాడు. ఓవైపు అన్నల్ ఓవర్ లో ఫోర్ తో రూట్ శతకం పూర్తి చేశాడు. అటు 91వ ఓవర్ మధ్యలో రెండో కొత్త బంతిని తీసుకున్నా పేసర్లు ఎలాంటి ఒత్తిడి తేలేకపోయారు. సెషన్ లో 101 పరుగులు సాధించిన ఇంగ్లండ్ జట్టు.. ఇన్నింగ్స్ 100వ ఓవర్ లోనే స్కోరును 400 దాటించింది. ఇక డ్రింక్స్ విరామంలో వాషిరామ్ కు వెళ్లిన బుర్రా ఐదు ఓవర్ల తర్వాత మైదానంలోకి వచ్చాడు. అయితే తను మెల్ల మీద నుంచి జారి పడినందుకే సమయం తీసుకున్నాడని వ్యాఖ్యాత నాసిర్ హుసేన్ తెలిపాడు. చివర్లో ఊరట : ఆఖరి సెషన్ చివర్లో భారత బౌలర్లు మూడు వికెట్లు తీసుకులిగారు. కానీ ఆరంభంలో రూట్, స్టోక్స్ అవలీలగా బంతులను ఎదుర్కొంటూ అడపాదడపా ఫోర్లతో తమ ఆధిక్యాన్ని పెంచుకుంటూ వెళ్లారు. ఈ క్రమంలో స్టోక్స్ 15 ఇన్నింగ్స్ తర్వాత భారత్ పై అర్ధసెంచరీ పూర్తి చేశాడు. అయితే తొడ కండరాలు వట్టేయడంతో 116వ ఓవర్ ముగిశాక తను రిటైర్డ్ హార్ట్ గా వెనుదిరిగాడు. అప్పటికి రూట్ తో కలిసి ఐదో వికెట్ కు 142 పరుగులు జత చేయడం విశేషం. అలాగే డ్రింక్స్ తర్వాత భారత్ కు కాస్త కలిసివచ్చింది. క్రీజులో పాతుకుపోయిన రూట్ ను జడేజా అవుట్ చేయాగా.. స్వల్ప వ్యవధిలో స్పిత్ (9)ను బుర్రా, వోక్స్ (4)ను సిరాజ్ వెనక్కిపంపారు. ఈ దశలో స్టోక్స్ తిరిగి బ్యాటింగ్ కు రాగా, డానన్ తో కలిసి వికెట్ కోల్పోకుండా రోజును ముగించాడు.

హెచ్ సీఏ కార్యదర్శి దేవరాజ్ అరెస్ట్.. పుణెలో సీబీడి పోలీసుల అదుపులోకి



హైదరాబాద్ క్రికెట్ అసోసియేషన్ (హెచ్ సీఏ) ఫోర్టర్ కేసులో మరో కీలక మలుపు. కేసు నమోదనప్పటి నుంచి అజ్ఞాతంలోకి వెళ్లిన ఏ-2, హెచ్ సీఏ కార్యదర్శి దేవరాజ్ రామచంద్రన్ సీబీడి పోలీసులు శుక్రవారం పుణెలో అరెస్ట్ చేశారు. స్థానికంగా ఓ త్రి స్టార్ హోటల్ లో బస చేస్తున్నాడన్న పక్కా సమాచారంతో వెళ్లిన పోలీసులు దేవరాజ్ ను తమ అదుపులోకి తీసుకున్నారు. దాదాపు 36 గంటల పాటు నిర్విరామంగా పనిచేసిన పోలీసు బృందాలు ఎట్టకేలకు సఫలీకృతమయ్యాయి. మల్కాజ్ గిరి కోర్టులో దేవరాజ్ ను సీబీడి హాజరుపరిచింది. ఈ కేసు నమోదైన 9వ తేదీ నుంచి ఏ-2గా ఉన్న దేవరాజ్.. పోలీసులను ఏమారుస్తూ తప్పుించుకున్నారు. సస్పెన్షన్ కు గురైన ఉప్పల్ సీబి ఎలక్ట్రన్ రెడ్డి సమాచారంతో పోలీసుల కండ్లుగప్పి తిరిగారు. ఈ 17 రోజుల వ్యవధిలో ఏడు రాష్ట్రాలు తిరిగినట్లు తెలిసింది. తొలుత హైదరాబాద్ నుంచి భద్రాచలం, కాకినాడ, వైజాగ్, తిరుపతి, నెల్లూరు, చెన్నై, కాంచీపురం, బెంగళూరు, గోవా, పుణె, ఊటీ, యానాం నగరాల్లో దేవరాజ్ బసచేసినట్లు పోలీసుల విచారణలో తెలిసింది. దేవరాజ్ ను తమ అదుపులోకి తీసుకునేందుకు ఆరు ప్రత్యేక బృందాలు.. వేర్వేరు రాష్ట్రాల పోలీసుల సమన్వయంతో ముందుకు సాగాయి. ఇదిలా ఉంటే ఫోర్టర్ కేసులో ఏ-1గా ఉన్న అధ్యక్షుడు జగన్ మోహన్ రావును కస్టడీ కొనసాగించాల్సిన సీబీడి వేసిన పిటిషన్ ను మల్కాజ్ గిరి కోర్టు కొట్టేసింది. సోమవారం పిటిషన్ ను వాదనలు జరుగనున్నాయి. మరోవైపు ఇదే కేసులో హెచ్ సీఏ కోశాధికారి శ్రీనివాసరావు, శ్రీచక్ర క్రికెట్ క్లబ్ అధ్యక్షురాలు కవిత, కార్యదర్శి రాజేందర్ యాదవ్ కు బెయిల్ మంజూరు అయ్యింది.