

పువ్వు ఎంత అందంగా ఉన్నా పరిమళం లేకపోతే అది వ్యర్థమే. అలాగే క్రియాశూన్యమైన మాటలు వినడానికి ఎంత సొంపుగా ఉన్నా నిష్ప్రయోజనమే.

-ಮೆಕಾಳೆ

‘శ్రీధర్మవేద్యం’ అందేనా?

శయం జీవితానికి విలువ నేర్చుకుంది. ఆశ ఆటబిడ్డనుంది. అదే ఆశ మరో దురాశ ముందుకు వేసి ఆలాశాళా మరో అనాళా రూపాంతరం చెందితే నమావలెన్న తీవ్ర ప్రభావం పడుతుంది. కష్టపడుకుదా తెల్లవానకెరిగి లెట్టివృత్తుల కావాలనే దురాశతో కొందరు చేయరుగాని, చేయకుండానే నమావలె చేస్తున్నారు. ఆ డబ్బునసంపాదంలో మంచి,చెడు ఆలోచించడం లేదు. మానవ అవయవాల వ్యాపారం తెలిగాలంటే అటు అంధ్రప్రదేశ్లోనూ చావకింద నీరులా విసిగిస్తున్నారు. అప్పుడప్పుడు ఆ వ్యవహారం పోలీసుల కక్షకన్న పచ్చిగా నిర్దోషమైన చర్యలు తీసుకోని పేదమగిరికి పాదరేకహాసగన్నారు. గుర్తుతీయని మృతదేహాల నుండి అవయవాలను సకరించి బిచ్చముకునే మూఠా నంగలి గణంలో పోలీసు దృష్టికి వచ్చింది. మెడికల్ కాలేజీల్లో విద్యార్థులు ప్రాక్టికల్స్ చేసే సరి సరగా వేస్తున్నట్లు ఆరోపణలు వచ్చాయి. ఎందరో అమాయకులు ముఖ్యంగా యువకులు బల్బెనాగూరు, శ్రీలంక రాజధాని కొలంబోలో కేంద్రంగా ఆ రాకెట్ పాకెట్సాగుతున్న విషయం గతంలో బయటపడింది. విజయవాడ ప్రాంతంలో కూడా మరోక మూఠా తోసిబిలు బట్టుకున్నారు. రోగికి అనవధుననే కిడ్నీ వ్యాధి గ్రాతలను రోగికి డగ్గర బండ్లను అంటూ నాసిక వీలైనా నున్నవీది నలబదింటి అకౌటారు నంతలా ఘోరం చేసి కిడ్నీలు అమ్మే ఇద్దరు వ్యక్తులను హతం పోలీసులు పట్టుకున్నారు. తాజాగా తెలుగు మనసిన అంతర్భాగము కిడ్నీ రాకెట్ నాశ్రుతంగా హైదరాబాద్‌కు చెందిన ఒక వైద్యుడుగా కేరళ పోలీసులు గుర్తించారు. కొన్ని విమానాగారాలలో పట్టుబడిన నబీత్ సాదీక్ ఇప్పటి వాంగ్మూలం ప్రకారం హైదరాబాద్‌కి చెందిన ముగ్గురు మూఠా ఆ కిడ్నీ వ్యాపారంలో పాలుపం చుకోతే అందులో ఒక వైద్యుడు ఉన్నట్లు దర్యాప్తులో వెలుగుచూసింది. అటు కర్ణాటక ఇటు తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాల్లో పేద యువకులను ఇరాన్‌కు తీసువెళ్లి అక్కడ వారి కిడ్నీలను అమ్ముతున్నారు. ముఖ్యంగా డబ్బు అవసరం ఉన్న పేద యువకులను గుర్తించి వారికి డబ్బు అశక్తిగా, వారికి కావాల్సిన వాసినాస్థానం, పీసాలు దశాలో నమకచ్చి రొగ్గినక తరలివస్తున్నారు. ఎవరి కిడ్నీ వ గ్రహానికి సరిపోతుందో మెడికల్ గా నిర్ధారించుకొన్న తరువాత ఆ మార్కెట్ కార్యక్రమం చేయిస్తున్నారు. బాడిక యువకులను ఒకరు జడిపడే మరొకరిని జడిపిస్తే అలాగే కుటుంబసభ్యులు ఫిర్యాదు చేయడంతో పోలీసులు కూసీలాగుతున్నారు. అంతకు ముందు హైదరాబాద్‌లో ఇరాన్‌కి సంఘటనే అలాగే చేసుకొన్నది. హైదరాబాద్‌కు చెందిన ఒక యువకుడు విశాఖపట్నం వెంటకన్నట్లు కుటుంబసభ్యులకు చెప్పి వెళ్లి తిరిగివస్తే కొలంబోలో శవమై తేలాడు. కూడా లాగడంలో కిడ్నీ మార్కెట్ అవసరమే విలబలై పోతున్నావని కార్యోన్ముఖులు నలుగురనిగిరింది. కిడ్నీవ్యాధులు ప్రబలిపోతున్నారు. మారిన ఆహార అలవాట్లతో కిడ్నీ

స్వామి దేశవ్యాప్తంగా తెలుగు రాష్ట్రాల్లో బాగా పెరిగినదేయాయి. కొన్ని సందర్భాల్లో, కిష్కీ సలత్తి నుండి మొదలై, లక్షల లక్షల చెల్లెలలను పురుగు ఉన్నారు. వ్యవసాయయోగంలో పెరుగుతున్న క్రిమినంజరళి మందులు, రసాయనక ఎరువులు, ప్రజాశాస్త్రగ్రంథ తీవ్ర ప్రభావం చేసినవని నమ్ముతారు. దీనికీవలె వాతావరణవాదవ్యవస్థ, జీవన విధానంలో మార్పులు కరణకాగా మూలకమిడాలు, కాలేయ వ్యాధులు విస్తరిస్తున్నాయి. దేశవ్యాప్తంగా కోటీల మంకీలపై మూత్రమిడాలాశ నలబడిందివన దీర్ఘకాలిక అంశగ్లనవనరతల కోట్లకుమిడ్లవనరతలు. దాదాపు పది లక్షల వరకు మూత్రమిడాలాశ మూర్ఖిని చీకటికి చేయాలిన అవసరం ఉందనబడ్డాయి. అవసరం మేకుకు అయితే ఇందుకు సలత్తి, దాతలు మందులు రావడం లేదు. ఒక్క తెలుగు రాష్ట్రాల్లో దాదాపు లక్షన్నర మందికిపైగా మూత్రమిడాలు పనచేయక డయూర్మినితో జీవనం సాగుస్తున్నారు. వీరికి మూర్ఖిని చీకటి ఒక్కటి పరిస్థానం ఉంది. అయితే ఇందుకు సలత్తి, దాతల లక్షల రూపాయల వరకు మందులు చేయాలి ఉంటుంది. నిర్జీవపాలన అంతటి ఖర్చున పెట్టుకునే పరిస్థితుల్లో లేరు.. ప్రపంచంలో డ్రెయినివేడి ఆరు ఏళ్ల ముందు కిష్కీ వ్యవస్థ నుంచి అపయవాలా నీకురించి జీవనీధారో పశుకల కీద మందుగా నమ్మారు చేయించుకున్నవారికి నీనియోల్ బట్టి మూర్ఖిని చీకటికి చేస్తున్నారు. అయితే దాత ముంది అనాయవాలు వేరు చేసిన తర్వాత విలీనంవల తర్కరగా కోటి అమర్ఖాల్ల ఉంటుంది. హైదరాబాద్ వంటి నగరాల్లో తప్ప మిగిలిన ప్రాంతాల్లో ఈ మూర్ఖిని చీకటికి నమ్మవలతంగా నిర్వహించేవరకు అవసరమైన డాక్టర్లు కనీస, పరిరకాల కోనా మౌలిక వసతులు కానీ నేమనీ విషయం మెప్పు కరోనా వసతి విజ్ఞానంవల మందులో బయటపడింది. సమయాలికి ప్రాజావాయువు అందించ లేక హివడంతో ఎందరో కరోనా రోగులు ప్రాజాలు అనంత వాయువున వచ్చి కలిసిపోయారు. ఇప్పుటికి పరిస్థితుల్లో మూర్ఖులు వచ్చినప్పటికీ కనిపించడంలేదు. తెలంగాణలో, ఆటు ఆంధ్రప్రదేశ్లో డయూలనిని అందుంచకునీ ఆర్థిక స్థావరం ఉండే మంహానికి పరిమితమై రోజువారీగా వ్యవస్థాపించి అమవులు బాస్తున్న వేలంది కుటుంబాలు కేవలం వ్యవసాతీతంగా ఉంది. సరకరాతనను అనభవనమై అయమలేకానీ వయసం కడతులతో ఏమీ చేయకునీ నిన్నురాయక స్థితిలో ఉన్న కుటుంబ నభ్యులు పనుతున్న వేడవ అంతాఆశాపాలు. తెలంగాణలో గత ప్రభుత్వం ఈ డయూలనిని నిండున్న పెంచి పెదలకు ఉపయోగం చీకటి అందించే ఏర్పాలు చేశారు. అది ఉపయోగం మేకుకు కిష్కీ బాధితమిడాలనినీ సరిపడే స్థాయిలో, అయితేబాటులో లేవనే చెప్పవచ్చు. పాలకులు ఈ విషయంలో క్రద్ తీసుకొని ఆటు కిష్కీలు వ్యాపారానికి పులేస్తావే పెద్దపడవడమే ఈ ఆటు ప్రభుత్వపరంగా పర్యలు తీసుకొని మూర్ఖిని చీకటికి సామన్యరతు ఉంది బాటులో వచ్చేలా చేయాలిన అవసరం ఉంది

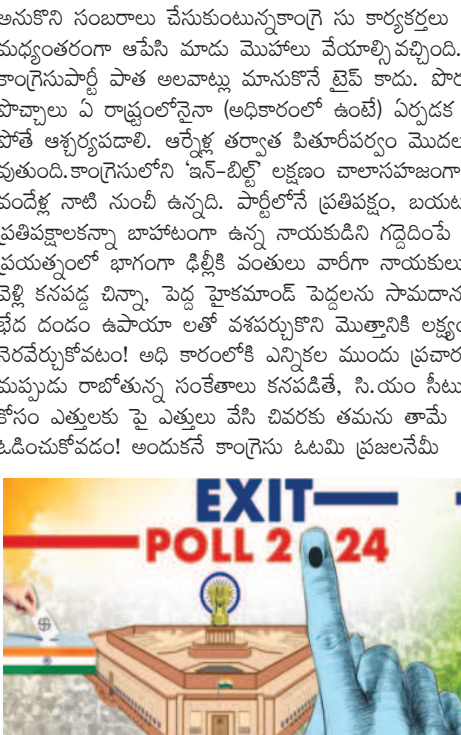
సర్వేలు తప్పని తేల్చిన ఫలితాలు

జమ్మూకాశ్మీర్ ఫలితాలు స్పష్టంగా సమీక్షిస్తే 2014 ఎన్నికల ఫలితాలకు భిన్నంగా ఉన్నాయి. కాశ్మీర్ లోయప్రాంతాలలో జరిగిందా భూత ఉగ్రవాద పి.డి.పి. ప్రభుత్వ నెహ్రూనింది. జమ్మూలో మాత్రం బీజేపీలో హవాను నిలుపుకోని హిందువుల గణనీయంగా ఉన్న ప్రాంతాలకు ఎక్కువ స్థాని సాధించింది. దీనిని వర్గవిభజనకీ తీసుకుంటే మతవరంగా ప్రాంతాల ఉద్బులపడ్డాయి అని అర్థమవుతున్నది. కానీ జమ్మూలో హిందువుల భూతా ఉపాధి పేర్ విభాగానే సాధించింది. బీజేపీ మత వేరుకాని పార్టీరంగా ఉన్నా విషయంలో ఘర్షణగా తీసుకున్నది. రాష్ట్రంలో ముందు జరగబోయే ఎన్నికలలో ముఖ్యంగా మహిళాస్థ, ఢిల్లీలోతర తర రెండు జాతీయ పార్టీలు ఏకీకరణగా కట్టా తాటాటయ్యా వేచిచూడతూ ఉన్నామని.



రావులపాటి
సీతారాంరావు

అందరి నర్తలు అలాంటివే అని తప్ప వట్టడం, అందరినీ ఒకే గాట కలగటం కూడా సమజసంకామం. శాస్త్రీయ దృక్పథంతో శాస్త్ర కళలలోని బలమైన అధారాలతో, జనం నాడిని వట్టడానికే ముఖ్యమే ఉన్నాడు. కానీ వారి రెక్కలు బలవల ప్రధానాన్ని పొందుట కష్టం. రాజకీయ పార్టీలు ఎప్పుడైతే డబ్బులు ఇస్తే నర్తలు చేయవలసినటుమొదలు పెట్టారో నర్తల నాణ్యత తగిలింది. ఓట్లపై నాడి వట్టడం అంత తేలిక కాదని ఎప్పుడూ బయటపడే వాస్తవాన్ని చూస్తూ, జమ్మూకాశ్మీర్ ఎన్నికల ఫలితాల మీదకొస్తూ రుజువు చేశాం. నర్తలు అలా సంపాదకులు కన్నా కాశీరాం ఈ రాష్ట్రాల ఎన్నికల ఫలితాల వెలుపడ్డాయి. ముఖ్యంగా చూస్తూ విషయంలో దాదాపు అన్ని నర్తలు తప్ప రెక్కలతో తలకొని ఉంటారు. అందువల్లే నర్తలందున్న ఫలితాలను చూస్తూ వాస్తవ ఫలితాల ఎగతాళి చేసినట్లయింది. చూస్తూనే ఓడిన మూడవసారి ముప్పటిగా అంప నాలను తారుమారు చేస్తూ మళ్ళీ అధికారాన్ని చేపట్టింది. 1992 నుంచి 48 సీట్లకు 36.5 శాతం సుంపి 39.9 శాతం వరకు కనాటి పెంపుకోసమే జయభేరి గట్టిగానే మ్రోగిని విన్నట్లయింది. కాంగ్రెసు అధికారం చేజిక్కినంతలోతరహానా అయినట్లు ఎన్నికల ఫలితం ఈసారి ఎన్నికలలో 37కు చేరుకుంది. 39.1 శాతం ఓట్లపై పర్సంటేజీ వాగ్దానం చేస్తూ వారిని సీట్లను పెంచుకుంది. వట్టజు ప్రాంతాలలో కూడా ఓ.బి.సి వారి నా నాయకులను దగ్గరకు తీసుకొని ముప్పిక చేసుకుని సీట్లను పెంచుకుంది. వట్టజు ప్రాంతాలలో కూడా ఓ.బి.సి వారి జాతీ ఓట్లు గణనీయమైన పడటం చేతనే అంతటి విజయం సాధ్యమైంది. ఇది రాజకీయ పంథావేరుల ఊహించలేదు. యుద్ధం ఇకనూ ఓడినీ తోపాటు కాంగ్రెసుపార్టీ ఎగిరిన పరిస్థితులనుగో ఈసారి ఓడినీ గట్టిగానే డిబ్బెల్లిస్తుంది అని అందరూ నమ్మే నానా రెక్కలు కట్టారు. కానీ ఓట్లపై రెక్క పట్టడం, పైకి మాత్రం గుంభనగా ఉండ బంతో కాంగ్రెసు తప్పుడు ముఖ్యంగా నాయకుడు రాహుల్ గాంధీ ప్రచారనరళితో, ప్రాచూర్య గాంధీ కూ ఇందిరా గాంధీ రాకూ అనుసరించ బంతో ప్రజలు నభలకు ఎక్కువ సంఖ్యలో రావటంతో కూడట, తెలంగాణ రాష్ట్రాంతోపాటు చూస్తూనాలో కూడా నానా అధికారంలోకి వస్తున్నట్లు ప్రగాఢంగా నమ్మారు. కానీ నమ్మకాల వామ్యంగా మారాయి. విజయం తమదే



ఆవృత్యంకరమైదు. ఈ విజయవల్ల దిజిమి 2024సాంస్కృతిక అవకాశాలను మెనకలను మేనకలను, అధినాయకత్వం ఆకరణ తగినమేరకు ప్రదర్శించి కలిపింది సుకౌతాల మబుల్లుల్లు విడిపోయాయి. మళ్ళీ మోడి ప్రాభవం ముందుకొచ్చినట్లుంది. దీని, మహారాష్ట్ర రాష్ట్రాల ఎన్నికలముందు అయోధిలో దామవుడు పరమ గెలుపినట్లుంది.జమ్మూకాశ్మీర్ ఎన్నికలలో కాంగ్రెసుకు మరేమి గెలుపు కన్పటలేదేనా దామ తమిళులట్లుంది. జమ్మూకాశ్మీర్ ఎన్నికల ఫలితాల కొన్నివిషయాలను బహుళపరచాయి. జమ్మూలో దిజిమి ఓటు పేరు 45 శాతం పోయిన ఎన్నికలలో పోటీని పేరింది. అంతేకాదు 29సీట్ల గెలిచి జమ్మూ-కాశ్మీర్లో బలమైన పార్టీగా ఎప్పుడొంది. నేషనల్ కాంగ్రెస్ కాంగ్రెసు నాయకత్వంలోని కూటమి అంటే రెయిర్లుద్ ఇందియా బ్లాక్ డెమోక్రటిక్ ఫ్రెండ్స్ ఫ్రంట్ నాలుగు గెలిచింది. రెండో కాండేడిట్ల కొన్ని సీట్లు గెలుపినట్లున్నట్లు ఇందియా బ్లాక్ 49 సీట్ల గెలుపు అమర్చుగానే గెలిచింది. దిజిమి ఎత్తుగడులు అధికారం చేజిక్కిన మకోమకానీ వనచేయ లేదు. అలెమైన ప్రతిపక్షం పాత్రనే ప్రజల దిజిమి కట్టబట్టినట్లు. జమ్మూకాశ్మీర్కు రాష్ట్రప్రతిపక్షం సాధనపదానీ సీ.యం డిజిగ్నీలే డమర్ అబ్దుల్లాజులైప్రతిపక్షాలు చేయకతప్పదు. పెద్ద మెజార్టీ సాధించిన కూటమి ప్రజల తోడ్పాటుతో అంతిని నెలకొలిపి అవకాశం కలిపిందాంగ్రెసుట్లుంది. కేంద్రంతో స్నేహం అనేది కాశ్మీరు ప్రజల కోరికలను తీర్చే ప్రయత్నం కొత్త ప్రభుత్వం చేయకతప్పదు.

కొరడం కూడా జమ్మూ-కాశ్మీర్ ప్రజల మాండేవీన స్వీకరించి కొత్త ప్రభుత్వం నుంచి పొనగ ఇవ్వే విధంగా వారు ప్రజలకు ఇచ్చిన వాగ్దానాన్ని నెరవేర్చేందుకు నహకారించే బాధకరమైన గౌరవం అందజేసవచ్చును. బిజెపి, కాంగ్రెసు రెండు జాతీయ పార్టీలకూ ఒక ఎన్నికలు ఒక గుజరాతం లాంటివి. రాబోయే రాష్ట్రపతి ఎన్నికలో ఇప్పటినుంచే బలపరచువచ్చునని అనుయాయులు. బిజెపి హయాంలో నరేంద్రకుమార్ ఓడి గెలుపును సాధించింది. కాంగ్రెసు గెలవడానికి ఉన్న అన్ని అవకాశాలను నరేంద్రకుమార్ గమనిస్తే రకపాటుంది. ఇంకా గాంధీ దాదాపు కాంగ్రెసు పార్టీని రెండు గెలుపులు కర్ణాటక తెలంగాణాలో సాధించిన తర్వాత ఆంధ్ర ప్రదేశ్ వచ్చే ప్రతి ఎన్నికలోనూ విజయం సాధించి కాంగ్రెసు పార్టీ వైభవాన్ని పునఃప్రతిష్ఠాసాధించి అందరూ అనుకున్నారు. కానీ రాజకీయంలో ఎన్నికల ముందు మర్యాదలు ఒక విధంగా ప్రచార నమయంలో ఇంత విధంగాను ఫలితాలలో మరొక విధంగాను ఉండటం సర్వసాధారణం. తప్పక గెలుస్తామని మకున్న కాంగ్రెసు హయాంలో గణనీయమైన ఫలితాలు సాధించినా, పై మెట్టు దగ్గర బోలాడండి. బిజెపి ఆదిత్యనా అందుకునేవారు ఓడిపోతూ ఉన్న అనుమానాలు కలిగినా చివరి మెట్టు వరకూ అన్ని ప్రయత్నాలు చేస్తూ సులభంగానే పై మెట్టు ఎక్కి అసెంబ్లీ ఫలితాలే మేనుకొగిరింది. ఈ రెండు రాష్ట్రాల ఎన్నికల ఫలితాలు స్వంగాం విశ్లేషిస్తే హయాంలో ఓటు పేరు రెండు పార్టీల మధ్య దాదాపు సమానంగా ఉన్నట్లు అనిపించినా బిజెపి విజయంనికి కారణం దక్షిణ, పశ్చిమ ప్రాంతాలలో బలంగా పనిచేసే ఓట్లు సాధించడంవల్ల అని అనుకోవచ్చు. కాంగ్రెసు రోజువారీ పాటు దగ్గరగా జనాభానా జనపద్ధాలు గలిచినా బిజెపి ఇతర స్థానం పెద్ద మెట్టు ఎక్కినా సునాయనంగా గలిచింది. బిజెపి పట్టణాలలో పాటు బోనూ అంటే గుర్తాం, పరీవాహాం, పానీబత్, కర్నూల్లో మంచి ఫలితాలు సాధించింది. కాంగ్రెసు రాష్ట్రంవంతటా బోయ్ మినోరిటీ పోయినట్లు కనిపించినా పట్టణ ప్రాంతాలలో పేలవ ప్రదర్శన ఇచ్చింది. ముఖ్యం అవసరంగా నిమిషే ప్రాంతాలలో మంచి ఫలితాలు సాధించినా అలాంటి ఫలితాలు ఇతర ప్రాంతాలలో మాట్లాడినట్లే పనిపించుట గెలుపు ప్రాధాన్య నియంతర్పీ దగ్గరకు తీసుకొని వెళ్లే రకపాటుంది. జమ్మూ-కాశ్మీర్ ఫలితాలు స్వంగాం నమిషే 2014 ఎన్నికల ఫలితాలకు భిన్నంగా ఉన్నాయి. కాశ్మీర్ లోయ ప్రాంతాలలో పేలవంగా ట్టే కానీ ఓడి. ఓసి ప్రత్యేక నేతృత్వం. ఇబ్రూల్లో మాత్రం బిజెపితన పాహాన నిలుబుకొని హిందువులు గణనీయంగా ఉన్న ప్రాంతాలలో ఎక్కువ స్థానాధిపతింది. ఓసిని పరిగణనలోకి తీసుకుంటే మతపరంగా ప్రాంతాల ఓట్లు పట్టడాన్ని అని ఆసక్తి వచ్చు. కానీ జమ్మూలో ఇండియా ట్టే ఓటు పేరు బాగానే సాధించిందే. బిజెపి కాశ్మీర్ లో ఓట్లు విషయంలో ఘోరంగా దెబ్బతినిందే. రాష్ట్రంలో ముందు ఇరగదోయే ఎన్నికలలో ముఖ్యంగా మహిళాత్వ, ధర్మిలలో కరెండు జాతీయ పార్టీలు ఏవిధంగా సతా చాలాతాలూ వేచి మారడక తప్పదు. ●

ఉన్నత విద్యతోనే అవినీతిరహిత సమాజం సాధ్యం



ఇచ్చింది మర్చిపోవడం,
పుచ్చుకున్నది జ్ఞాపకముంచు
కోవడమే స్మృహం.

మహాత్మాగాంధీ



ఇతరులపై నీ ముందు నిందలు
వేసివాడు, వరుల వద్ద నీపై
నిందలు వేయకుండా
ఉండలేదు.

సోత్రతీర్థ

ప్రజావాక్కు

హామీలను నెరవేర్చాలి

ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మూడు పార్టీల కూడలి అధికారంలోకి వచ్చే ముహూర్తాల ఉద్దేశ బిల్లు ప్రస్తుతం శిల్పిసాహెబ్ మాన్వీ విధానాల అమత ఆదిత్య ఆ రాష్ట్రంలో ప్రభుత్వం ఏర్పాటుచాలా రోజులు గడిచినా వారు ఇచ్చిన హామీ మూత్రం అమలుకు నోపలేదేమో. మూడు మార్లున్న తల్లింపుమకునే ప్రయత్నం చేస్తున్నారా. తెలంగాణలో అధికారంలోకి వచ్చిన సరిలేరాజులకు నువ్వే ముఖ్యమంత్రి కదిలబిల్లు ప్రస్తుతం అందిస్తావేని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం. ఈ మధ్యనే రైతు రుణమహా పథకాన్ని అమలులోకి తెచ్చారు. కొందరి రైతుల రుణాలను మహా పేజీలు. దళలబాటా రైతులందరి రుణాలు మహా పేజీ తీరుతామని అంటున్నారు. దీపం పథకాన్ని మూత్రం దీపాపళికి అందిస్తామంటున్నారు. బిల్లులో నువ్వే తానీ మూడు సరిలేంద్ర కదిలితగా ఇచ్చినట్లు అవుతుంది.

-కె.రాధాకృష్ణ, విశాఖపట్నం

గ్రామీణ ఆర్థిక వ్యవస్థపై దృష్టిపెట్టాలి

భారత గ్రామీణ ఆర్థికవ్యవస్థ వైపరీత్యం భారత ప్రయోజనం చేయాలన్న అవసరం ఉంది. దానికి అనుసంధానం చేస్తూ ప్రపంచం అప్పుడు బడ్జెట్ ప్రధానంగా ఇప్పుడు ప్రధాన మంత్రి పట్టణ ఆహ్వాన యోజనా ఒక మేలి అనిపిస్తూ పరి గణించవచ్చు. ఎలాగైతే బ్రిటిష్ కాలంలో మధ్యతరగతి వర్గం వచ్చిందో అలాగే ఆహార భద్రత పట్ల తరువాత, ప్రధాన మంత్రి గరిష్ట కార్యక్రమ యోజనా లాంటి పట్టణ తరువాత చాలామంది ఆహార అవసరం కోసం తరగ్గా ముగిసి నిజ ఆహారం కోసం ఉరుకులు మొలకెత్తింది.

-బి. అవినాష్, జనగామ

పాలికుద్దం నిర్వహణలో నిర్లక్ష్యం
 కరువుస్తు వహలు, దానిలోపై పాలికుద్దం నిర్వహణలో రోపాలు వేసి సేజిజీలో వ్యాధులు ప్రబలమవుతున్నాయి. రోడ్లవక్రపు ఎక్కడ చూసినా చెత్త కుప్పలు పేరుకుపోయి కనపడతాయి. ఎక్కడ ఎక్కడ ఇళ్లలోనే తడి, పానీయ చెత్త ను తేనుకొట్టి రోడ్లపై మురుగు కాలువలలో పోడున్నాయి. పలు ప్రాంతాల్లో చెత్తను సేకరించే పావాహలు నిత్యం కరువుపడడంతో చుట్టూ చెత్త పేరుకుపోతుంది. వహలు కరువుపడడంతో వ్యర్థాల కుత్తిదర్శనానికి వ్యాపి చెయ్యడే ఒక కాక, దోపిడీ వారి జరిగాలు చూసినా...

-బి.రాజేష్, నల్గొండ జిల్లా

మత్తులో యువత

నేటి నమాజంలో యువత ఎక్కువగా మత్తుపదార్థాలు, మదానికి బానిసలుగా మారుతూ భవిష్యత్తును అంధకారం చేసుకున్నారన్నారు. మత్తు పదార్థాలను బానిసలుగా మారి నేర ప్రస్థులైవు అలోచనలు చేస్తూ ఆసక్త నోలారు పాలెటబువన్నానూర్. జటు కుటుంబం చిన్నాభిన్నం అవుతుంది. ఆటు ప్పున్నున కలుషితం చేస్తున్నారు. చక్కాలు, వ్యవస్థలు యువతలో పంపి మార్పులు తీసుకురాలేకపోతున్నాయి. నేటి యువతలో లాకా లకాఅలా అలాగా చక్కలు మార్పులు చేయకపోవడం కారణం ఒక ప్రధాన కారణం. మార్పులు సృజించి అమలు చేయ వోతే చివ్వాప్వవస్థ వతనానికి దారితీస్తుంది. ప్రతి కాలేజీలో నేలకు ఒక్కసారి చెదు అవవాల్సి మీద. వదవప్వత్త వట్ల ఉంట్నీ న బాధ్యతల వట్ల అవగాహనా నడవపులు నిర్వహించాలి.

-ఎన్.నారాయణ, పాఠశాలాధికారి

ದಿನಿ ನಿಯಮಿಂ-ಚಾಲಿ

ರೈಲ್ವೆ ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ನಿರ್ಯಮಿಂಚಾಲಿ

భారతదేశంలో తరచుగా రైలు ప్రమాదాలు జరుగుతున్నాయి. నిత్యం ప్రమాదాలు చోటుచేసుకోవడం ప్రయాణికులకు భయం కలిగిస్తుంది. రైలు కార్మికులను ఆందోళనకు గురిచేసే ప్రయత్నం, ప్రమాదాలు వచ్చేలా చేయాలని, తీవ్ర గాయాలు, ప్రజా ఆస్తులు విపరీతంగా నష్టపోతాయి. అసలు కారణాన్ని గుర్తించకముందే లోకో పై ట్రైన్, ట్రైన్ పై వాహనం, రైలు మెషిన్స్ సిగ్నలింగ్ సిస్టం మొదలైన వాటితో సహా రైల్వే కార్మికులను బలి చేసేవారని భావిస్తారు. రైల్వే కార్మికుల భద్రతా కేటగిరీ కార్మికులపై తీవ్ర ఒత్తి. రైల్వే ప్రమాదాలకు ప్రధాన కారణం అని తెలుస్తుంది. ప అ.జి.సి.ఎ తగ్గించేందుకు రైల్వేలో భద్రతా విభాగంలో ఖాళీని తీసి అని సాఫలంగా భర్త చేయాలి.

-ఎ. వేణుమాధవ్, శ్లో

ఆరిగ్నా కేంద్రాలను విస్తరించాలి
కేంద్రప్రభుత్వ ఆరిగ్నా విభక్తం మన రాష్ట్రంలో ఉన్న ఆరోగ్య కేంద్రాలు, ఉత్తరాధ్వర విద్యుత్ కేంద్రాలకు ప్రస్తుతం రెండు మాత్రమే ఉన్నవి. యేటా రిటైర్ అయ్యే ఉద్యోగులు వారి కుటుంబ సభ్యులు మిగిలినా ఉన్నారని, దీనిలో సర్వీసోలో ఉన్న ఉపాధ్యక్షులు కూడా భాగమే. వీరిపట్ల జాగ్రత్తపడాలి. కనీసం నడుమ రూపల, వాసుగిలో లేక వేంకటగిరి ఆస్పత్రులకు గురువత్సరాధ్వర కేంద్ర ఆరోగ్యశాలకు వంపిని నివేదికలు రాష్ట్ర సహాయ దర్శి ద్వారా కృషి, సమయ ప్రతినిధులు జిల్లాలో మంజూరు చేయించుకోవాలి. సమయ ప్రతినిధులు జిల్లాలో మంజూరు చేయించుకోవాలి.

ఎమ్. రామకృష్ణ, విశాఖపట్నం

పాపములు అధికారంలో ఉన్నా, ఎన్ని సంక్షేమ పథకాల ప్రవేశపెట్టినా అవినీతి రహిత సేవ సమజ సౌకర్య దాదాపు అపార్థవ్యంగా కనపడుతున్నది నేటి ప్రజాస్వామ్యంలో. ఎందుకంటే కన్నత చదువులు చదువుకున్న సామాన్యులకు రాజ్యం లో అధికారం దాచువు అందరి ద్రాక్షగా మారి పోయింది. కేవలం అంగ, అర్థ చాలంటే చాలు మరే కనీస అక్షరాల తోకపాటుగా అధిక శాతం లోని మేజార్టీ వ్యక్తులు నేటి ప్రజాస్వామ్యంలో రాజకీయ పదవులు పొందుతుండటం, అందరిం ఎన్నికలుండటం అత్యంత తరుమ్యపత్రం. దీంతో వారు ఆడింది ఆట పోడింది పోటాగా భయం ఇష్టం పచ్చని పాత్రగా అధికారం చెలాయించే కేవలం కోట్లాది రూపాయల సంపాదించేటటువంటి పనిగా పెట్టుకున్నారని కేవలం తమ అధికారాన్ని అసంగా చేసుకొని, అది అమెలి ఇష్టానికి యూలలో కొట్టే గొప్ప అధికారం మెలు చేసే నాయకులు ఉన్న ఆలంలో వారిని మనం వేళ్ళమీద లెక్కపెట్టవచ్చు. అంతే తప్ప సామాన్య ప్రజలకు ఒక స్వార్థిదాయకమైన పాలనను అందించడంలో, వారి సమస్యల పరిష్కారానికి కృషి చేయడంలో మాత్రం ఇప్పటి నాయకులు దాదాపుగా

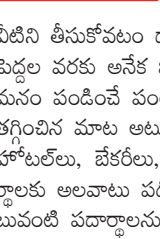
బి.మధుపాళి

వైభల్యం చెందుతూనే ఉన్నారని అనే మూడు ఆక్షర సత్వం. ఇలాంటి సందర్భ, క్షిప్ర పరిస్థితుల్లో సామాన్య ప్రజలు నాయకులు సమాచారాన్ని దబ్బకూ, మందుకూ, వీందులకూ లోంగిపోకుండా ఆత్మతన వీరేశ్వరా స్వప్రహరం చి తమ విలువైన ఓటు అనే ప్రజాస్వామ్యంతో ఉన్నత చదువులు చదువుకున్న సామాన్యులకు రాజకీయ అధికారం కట్టబెడితేనే అవినీతి రిహిత సమాజం కా ప్రజాస్వామ్యంలో సాధ్యం అవుతుంది. పైగా రాజకీయ సామాన్యుల రాజకీయంగా ఉన్నతస్థానం అధిరోహిస్తేనే ప్రజలు తమకు కావలసిన కనీస సౌకర్యాలూ, పొందుతూ ఉన్న జీవితాలను ఎలాంటి ఒడిదుడుకులూ బాధలేకుండా గడగడగ గుతారు. ఎందుకంటే ఉన్నత చదువులు చదివిన సామాన్యులకు ఎలాగో సామాన్య నిరుపేద ప్రజల దయనీయ పరిస్థితులు, గగన కనుమయంగా మారిన వారి బతుకుతెరువు వాటికి ఎరుకుకే కాబట్టి వారు స్వతః స్వాధీనం సామాన్య ప్రజలకు చేదుగలుగుతారు అనేది నిజమనిగిన సత్వం.

ఇలా ఏ విధంగా చూసినా పూర్తిగా స్వార్థం, బంధుప్రీతి, ఆపనినీ వంటి అవలంబణాలతో కళ్ళు పట్టిచూసిన నేటి రాజకీయ రంగస్థలి ప్రక్షాళన ఒకటి ఉన్నట్ల చదవటాలు వదిలి విన సామాన్యమైన సాధ్యం అనేది మన సత్యమార్గం కాదు. ఏఏఏమైనా ఇప్పటికైనా ప్రజలు, ఓటర్లు మహాశయులు తమ ఆలోచన విధానాన్ని మార్పుచేసి, అత్యంత చైనత్వం తో, వివేకంతో వ్యవహరించి కళ్ళు పట్టిన చదవులు, మనకు కన్న సామాన్యతల అధికారాన్ని కట్టడిచేతే మనం కోరుకుంటున్న, కలుచుకున్న రామకృష్ణ స్థానం, అత్యంత నీతి పరమమైన, న్యాయబద్ధమైన పాలన మన కక్షమందు నాస్థా తరగిస్తుంది అనే మాట వాస్తవపడతారం కాదు. ఇలా ఇందులో ఏలాంటి సందేహానికి కూడా తావులేదు. ఏమైనా ఆలాం కి గొప్పకరణలు మన ప్రజానీతికలిగి రావాలని, మంచి మన్న ప్రపంచమందు, నిసార్థమైన సునీతిపాలన అందించే నాడు కలుపు పుట్టుక రావాలని మననా, వాచనకర్తృజ్ఞానవ్యూహం వ్యూహం కాదు. చదవుకుండా ముప్పవేగం ఒకేమాట, ఒకేజాతం పోరుకుండా, చదవుకున్న యువతకు రాజకీయ అధికారం కట్టబెట్టడమే ప్రజలందరి ప్రధాన ఎజెండా కావాలి. ●

పోషకాహార లోపాలను అధిగమించడమెలా?

మోవి చిరంజీవి



చేస్తున్నాం.

శం ఉంది. పిల్లల పెరుగుదల అంతర్జాతీయంగా జూబాబోలో విదేశాధీనతతో అక్కడికి ముఖ్యమైన సూచికగా గుర్తింపబడింది. తక్కువ పట్టు ఉన్న పిల్లల శాతం అనగా తక్కువ వయస్సు గల వారు పుట్టినిప్పుటి నిలబడి, పుట్టుకు ముందు చాలా సార్లు దేశాధీనం లోపం. అందువల్ల వారు సరింత ప్రభావాలను ప్రతిబింబిస్తారు. అందువల్ల కఠోలక పేద పర్యావరణ వర్తిపుతుకున సూచనగా లేదా పిల్లల పెరుగుదల సుభావ్యత తర్జుకాతల పరిమితిగా అర్థంచేసుకోవచ్చు. వదు వయస్సు తగ్గ వేసేసరిటి పిల్లల శాతం ఎక్కువగా వుంది.ఇది తీర్పునకు బరువు తగ్గటం, కుంగిపోయిన వంటి వాటిని సూచిస్తుంది.అందువల్ల, తక్కువ బరువు అనేది ఒక పిల్లకు సూచి, దానిని తగ్గించే చేసుకోవటం కష్టం. తల్లిదండ్రులకు వారి వంతుకృషి చేసేవచ్చునట్లు, పిల్లల ఒకటి లేదా అంత కంటే ఎక్కువ దేశాధీనం లోపాలతో బాధపడుతున్నారు. చాలామంది మహిళలు రక్షణనుకోరి బాధపడుతున్నారు. పేదవారిలో కనీ సమస్య మరింత తీవ్రంగా ఉంది. దేశాధీనతాధీనం అందకపోవడమైనాని నిపురాలు భావిస్తున్నారు.

పెనునాల్లు ఈ సన్నిధికి ఒక ముఖ్యకారణం అని ఆశీర్వాదము వస్తుతున్నాను. పిల్లలలో పోషక కారకం లేవం వారి మెత్తతలో ఆపద్యిస్తే, ఎదుగుతూనే ఆకులం కలిగిఉంటారు. ఆహారం నుండి ఆవసరమైన ప్రాథమిక పోషకాలను శరీరం గ్రహించు లేనప్పుడు ఇవి సుఖమిస్తాయి. ఇది శారీరక విదగ్ధులకు, మనాసిక ఆపద్యిస్తోంది ఆ సాధారణమైన దారిలోనే వస్తున్నా. కొంతమంది పోషక పోషకాహార లేవాలు వున్నాకూడా సాధారణంగా కనిపిస్తారు. తల్లిగర్భిణులు వారిని గర్భిణులకు కష్టం. లక్షణాలు గురించి మనకు తెలియకపోతే పిల్లలకు పోషకాహార లేవాలున్నాడా లేదో నిర్ధారించటం సులభం కాదు. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా అత్యంత సాధారణ, నిర్లక్ష్యం చేయబడన వైద్య సమస్యలలో ఇది ఒకటి. శరీరంలో తగినంత ఆవసరమైన ఖనిజాలు, విటమిన్లు, ఇతర సేంద్రియ మూలాకారాల కారణంగా జీవమణి వ్యాధులు సందర్భిస్తాయి. అంతోకాకుండా, ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం కొరత, ఆహార వినియోగ గంభీర సరైన అభివాహన లేనప్పుడు శరీరంలోని కొన్ని భాగాలు కూడా లేవానిని గురికావచ్చు. ఇవిమీన్ డి, విటామిన్ బి12, పాదపానీ బి12 లేవనొస్తుంది కలిగి ఉన్నప్పుడు కొన్ని వ్యాధులు సందర్భిస్తాయి. బిలీబిసమైన ఆహారం లేదా తక్కువ పోషకాహార తీసుకున్నందు గుండె సుమన్యతకు దారి తీస్తుంది. ఆదనంగా, ఆధిక వినియోగ వ్యాధులు ప్రేరేపిస్తుంది. ఇది ప్రోక్రీ వంటి గుండె జబ్బులకు దారితీస్తుంది. పోషకాలు ప్రజల ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచటంలో, ఆరోగ్యకరమైన జీవితాన్ని గడపటంలో సహకారం చేస్తాయి. అతే వ్యాధులలో నతమతవస్తుతున్న వేళ ఆరోగ్య బీమాను తీసుకుంటే మంచిది. ఇది వైద్యభర్తలు, ఆరోగ్యసమన్వలు, ఇతర వైద్యఆత్మవర పరిస్థితుల కారణంగా ఉత్సర్జనమయ్యే భర్తలును కరక చేస్తుంది. కాబట్టి భారీభర్తలును భరించాల్సిన అవసరం లేదు. పోషకాహారం నుండి వల్ల వచ్చేదాన్ని సుబంధ వ్యాధులు, ప్రధానంగా గుండె జబ్బులు, ప్రోక్రీ, మధుమేహం, మున్యలో సెగిలెటి డిజాక్రఫ్, ముఖ్యంగా ఆస్ట్రీయా ఆక్రైటిస్, ఎంపిఎలీయం, రోమ్యు వెడ్గెడ్గ్ వంటివి. తల్లిగర్భిణులకు, ఇది పిల్లలలో మరలా ప్రమాదం పెరుగుతుంది. తీవ్రమైన తక్కువ బరువు ఉన్న పిల్లలలో ప్రమాదం మరింత ఎక్కువగా ఉలుంది. పోషకాహార లేవామన నివారించేందుకు పోషకాహార వినియోగరచటం, ఆరోగ్య సంగక్షణను మెరుగు పరచటం, పోషకాహార

పెద్ద, పునరుత్పత్తి వరుసలలోని మహిళలు, కొమార్ బాలి కల పోషకపదార్థ మెరుగుపరచేందుకు అనేక పద్ధతులను అవలంబిస్తున్నారు. జబ్బుపడ్డప్పుడు కాని కేవలశుక్లాన్ని పిల్లలకు ఆహారమివ్వటం, చిన్న పిల్లలకు అనగా 2 సంవత్సరాల వయసున్న పిల్లలకు సూత్తు పోషకాల పోషకాలలో అవసరం లేకుండా భర్తీ చేయటం, వసూజం, ప్రభుత్వాల మద్దతు, వారవ దీని నివారణక అవసరము. పోషకాహారలో తరచుముస నివారించేందుకు ప్రభుత్వం అన్ని స్థాయిలలో జాతీయ స్థాయి నుండి గ్రామస్థాయి వరకు వివిధ పద్ధతాల ప్రణాళికలు అమలు చేసికి అవసరం. సాధారణ ఆహార పదార్థాల పోషకాహార నాణ్యత, ముఖ్యంగా నూనెలలోని లభించే తక్కువ ధర ఆహార పదార్థాలు, పిల్లలకు తగ్గి పాలెయిలం, అనబడగ ఆహారాన్నివ్వటం ప్రాముఖ్యత, తీసుకునే మత్తల ఆహారపు మహిళలకు విలువను పెంచేందుకుగానూ సరియైన వరి మాజాల్లో పాలు, గడ్డు, జబ్బు, దాణాలును కలిపాలి అవసరం ఉంటుంది. జబ్బు పడ్డప్పుడు పిల్లలకు, పెద్దలకు ఆహారాన్ని ఉపయోగించే ప్రాముఖ్యతను తెలుసుకోవాలి. పోషకాహారలో లోపాన్ని అధిగమించేందుకు వివిధ ఆహారపదార్థాల ద్వారా క్యాపరీలు, మసంకువలను, సూత్తుపోషకాలను వరకీ, విలువను ఎ, జిలకు ముద్రల వంటి వాటిని తీసుకుంటూ ద్వారా లేకుండా భర్తీ చేయవచ్చు. అదర్థా గర్భిణీ స్త్రీలు, శిశువులు, చిన్నపిల్లలను పోషకాహారలో లోపానికి గురయ్యే ప్రమాదం నుంచి కాపాడవచ్చు. అవసరమైన సూత్తుపోషకాల ఆహార పదార్థాల ద్వారా లభించనట్లుంటే వైద్యులు సలహానుకూలంగా కొన్ని మందులను ఉపయోగించి ఆ లోటును భర్తీచేయాలి. పిలువిన-ఎ లోపము ఉన్న ప్రత్యేకలో పప్పు మోతాదును తగ్గించి-ఎ బిల్లును ప్రసవించేటప్పుడు, ప్రసవమైన పిల్లను ఎనిమిది వారాల పుట్టి తీసుకోవాలి. మహిళలను పిల్లలను ఎనిమిది-పాదరు పెరుగుతుంది. తల్లిపిల్లలను వ్యాధిగ్రస్తులు కాకుండా సహాయపడుతుంది. జబ్బుపడ్డప్పుడు పిల్లలకు చాలినంత పోషకాహారం అందించాలి. కొందర రాత్తుప్రభుత్వాల మహిళలు, సరైవ్ము, పిల్లల నాణ్యత పిల్లలకు ప్రత్యేక పాలు, గడ్డులో పాలు మరిన్ని పోషకవిలువలతో కూడిన ఆహారాన్ని కూడా అంగీకరిస్తావే కొందర ద్వారా అందుకుంటారు. అయినప్పటికీ అక్కడ క్రూర పోషకాహార లోపాలు మనకు కనిపిస్తున్నాయి. వాటిని కూడా అధిగమించటానికి ప్రయత్నం చేయాలి. ●

ఎడిట్ పేజీకి..

ఆర్థిక, సాంఘిక, రాజకీయ పరిణామాలకు సంబంధించిన విశ్లేషణాత్మక వ్యాసాలు పంపగోరేవారు ఈ కింది ఈ మెయిల్ చిరునామాకు పంపగలరు. **e-mail: editpage@vaartha.com**

వాళ్లకి మనమే నేర్పాలి..

పిల్లలు ఏదైనా తప్పు చేసినప్పుడు.. చాలాసార్లు స్కూల్లో ఇదే నేర్పుతున్నారా అనేసరికంటా. పాఠ్యపుస్తకాలు నేర్పులేని బోలెడు విషయాలు ఉంటాయి. తల్లిదండ్రులగా వాటిని మనమే వాళ్లకి నేర్పాలి. డబ్బులు పొదుపు చేయాలి. లేనివారికి సాయం చేయాలి వంటివి స్కూల్లో మాటల ద్వారా నేర్చుకుంటారు. నిజ జీవితంలో మనమే అలవాటు చేయాలి. అవసరమైన సాధన వారితో చేయించాలి. ఉదాహరణకు మార్కెట్ నుంచి చిన్న చిన్న వస్తువులు తెచ్చుని చెప్పండి. అలాగే డబ్బులు దాయడం, పేదవారికి వారి చేత సాయం మందివ్వడం లాంటివి చేయండి. ఏదీ సులువుగా రాదన్న విషయం అర్థమవుతుంది. తోటివారికి తోడ్పడాలనే గుణమూ అలవాటుతుంది. పిల్లలన్నాక గొడవలుండవా? అలాగని వారి మధ్య దూరిపోవద్దు. వీలైనంత వరకూ వారి మధ్య వివాదాలను వాళ్లే పరిష్కరించుకోవాలి. వీలైతే.. ఇద్దరూ కూర్చోని మాట్లాడుకుంటే సమస్యలు ఎలా తొలగిపోతాయో వివరిస్తే చాలు. పొరపాటు అని తెలిసినా కూడా కొందరు పిల్లలు సారీ చెప్పడం నామాపిగా భావిస్తుంటారు. స్నేహంలో భేషజాలకు తావుండదని వివరించగలిగే సరి. ఈ విధమైన తర్కీదు చిన్నతనంలోనే వారితో నాయకత్వ లక్షణాలు పెంపొందించాలి సాయపడతాయి. చిన్నప్పుడు వాళ్లలో చేసినా ముప్పుగానే ఉంటుంది. బెదిరించినా, కొట్టినా, తెలిసీ తెలియక తప్పుగా మాట్లాడినా మురిసిపోతుంటాం. పెద్దల ప్రోత్సాహం ఉండనిపిస్తే పిల్లలు దాన్నే



కొనసాగిస్తారు. నలుగురిలోనో, స్కూల్లోనో అలా ప్రవర్తించినప్పుడు పరువు పోయినట్లుగా భావిస్తాం. దండిస్తాం. అసలు తాము చేసిన తప్పులతో తెలియదుక సతమతమవుతుంటాయి ఆ చిన్న మనసులు. తొలిసారి వారిని సరిచేస్తే తర్వాత ఈ సమస్యలుండవు. ఎదుటివారితో మర్యాదగా ప్రవర్తించడం, నవ్వుతూ పలకరించడం ముందు పరిచయం చేస్తే వాళ్లే కొనసాగిస్తారు. సందేహాలడిగి చంపేస్తున్నారనో.. ఇల్లంతా చిందర మందర చేయకుండా ఉంటారనో.. మర్రాం చేస్తున్నారనో చేతిలో పోన్ పెట్టి ఊరుకోవద్దు. మానవ సంబంధాల విలువ తెలియదు. పైగా మెదడుపై దుష్ప్రభావం కాబట్టి, ఓపికగా చెప్పండి. లేదా పుస్తకాలు అలవాటు చేయండి. ఇంకా ఆరు బయట ఉడుకునేలా చూడండి. దీనివల్ల వారు శారీరకంగా మానసికంగా ఆరోగ్యంగా ఎదుగుతారు. □



సోయాపాలు - సోయా బీన్స్ నుంచి తయారయ్యే ఈ పాలలో విటమిన్లు, ఖనిజాలు పుష్కలంగా లభిస్తాయంటు న్నారు నిపుణులు. అవు పాలతో సమానమైన పోషకాల్ని ఈ పాల నుంచి పొందవచ్చుంటున్నాడు. **కొబ్బరి పాలు** - పచ్చి కొబ్బరి నుంచి తీసిన ఈ పాలు చిక్కగా, త్రీమీగా ఉంటాయి. మంచి కొవ్వులం గా, విటమిన్ 'సి' పుష్కలంగా లభించే ఈ పాలలో క్యాలరీలు చాలా తక్కువ! అందుకే బరువు తగ్గాలను కునే చేస్తాయి. వీటి బెడద ఇంకావే **చిట్టారి.. బేకింగ్ సోడా...** పంటగడిలో దొరికే బేకింగ్ సోడాతో చీమలను రాకుండా చేయవచ్చు. వేవమసినలో స్కూన్ బేకింగ్ సోడా చేసి రెండింటినీ కలిపి చీమలు ఉండే ప్రదేశంలో రాయాలి. ఇలా చేయడం వల్ల మొక్కలకు పట్టిన చీమలు పోతాయి. ఫైట్ వెనిగర్ ఫైట్ వినిగర్, నీళ్లు సమాన పరిమాణంలో తీసుకుని సిసాలో పోసు కోవాలి. దీన్ని ఇంటి తోటలోని మొక్కల దగ్గర చేరిన చీమలపై పిచికారీ చేయాలి. ఇలా వారానికి రెండు సార్లు ఈ నీటిని పిచికారీ చేయవచ్చు. **సాధనాలు** సదా ప్రశాంతంగా ఉండేందుకు ప్రయత్ని స్తారు. ఇతరులు ఏమైనా ఇబ్బంది పోనోనో మాపి బెహత్యాన్ని, బెహత్యాన్ని చాలు కుంటారు. ముఖ్యంగా ఈర్వ, ద్వేషాలు మనిషిని దిగజారుస్తాయి. ఉద్యోగ స్థితిలో మనసు మాట విన్నామంటే పిల్లవాడు చెప్పిన



మొక్కలకు చీమలా?

చేయం వల్ల చీమలు పోతాయి. **నిమ్మరసం**.. సిట్రస్ వాసన చీమలను అరికట్టడానికి సాయ పడుతుంది. లీటరు నీటిలో రెండు చక్కల లవంగ నూనె, కాస్త నిమ్మరసం కలిపి మొక్కలపై (స్ప్రే) చేసినత ఈ వాసనకు చీమలు పారిపోతాయి. □

జీవుడు, దేవుడు ఒకరే

సలహా పండితుడు పాటిచినట్లుంటుంది. 18 క్షణాల పాటు ఆలోచనారహిత స్థితిని సాధిస్తే ఆత్మజ్ఞానం సిద్ధించినట్లే అన్నాడే ఆధ్యాత్మికవేత్త. అంత సులభం కాదు మరి. అందుకెంతో సాధన అవసరం. కోవతాపాలు కరీరంతోపాటు మనసునూ ప్రభా వితం చేస్తాయి. కోవం, కామం విశ్వామిత్రుణ్ణి సైతం సాధనలో అణచివేసినాయి. వందల సంవత్సరాల కఠోర తపస్సు నిరుపయోగమైంది. తీవ్ర తపస్సు వల్ల లోకానికి ముప్పు వాటిల్లుతుందని హామీలు వచ్చి చెబితే అప్పుడు తపస్సు విరమించాడు. విజయగర్విత్వం య్యారు. తర్వాత నిజా నిజాలు గ్రహించి తనకన్నా అతడే



గస్తూవాదని తెలుసుకు న్నాడు. ఎదుటివారి సంపద, పదవి, గౌరవాలు మాస్తే ఈర్వ కలుగు తుంటుంది. రాజనాయ యాగంతో పాండవులకు లభించిన సంపదలు, గౌరవాలు మాసి అనూయ పెందిన దుర్యోధనుడు వైరానికి దిగడంతో కురుక్షేత్రసంగ్రామం సంభవించింది. వినాశనానికి దారితీసే అసూయను తృప్తితో, అశాంతి కలిగించే ద్వేషాన్ని ప్రేమతో జయించాలి. ప్రేమ శత్రువులను కూడా మిత్రులుగా మారుస్తుంది. సుఖాలకు ఆనందం, దుఃఖాలకు విచారం సాధకుడికి కూడదు. అవి అంటుని దృఢదృష్టితో స్థితి వస్తేనే సాధకుడి ప్రయాణం గాడిలో పడినట్లువుతుంది. అలాగే పుట్టుకను మరణం వెంటాడు తుందనే ఆలోచన భయ్యాన్ని కలిగిస్తుంది. అది సహజమని అర్థంచేసుకుని ఆధ్యాత్మికంగా పురోగమిస్తే ప్రేమ, సహనం, కరుణ, శాంతి లభిస్తాయి. జీవుడు, దేవుడు ఒకరే నన్న భావన ఏర్పడుతుంది. ఆ అద్వైతంలోంచి సర్వ వ్యాపకత్వం వస్తుంది. అక్కడే ఆత్మజ్ఞాన అంకురం మొలకెత్తు తుంది. అదే సాధనలో మహావక్తవై భగవంతుడి దగ్గరకు చేరుస్తుంది. □

ఆధ్యాత్మికం

మధ్యమేహాలు రోజూ నిర్దిత సమయాల్లో ఇన్సులిన్ తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఈ క్రమంలో వృత్తి ఉద్యోగాల రీత్యా బయటికి వెళ్లే వాడు, దూర ప్రాంతాలకు ప్రయాణించే వారు ఇన్సులిన్ వయల్స్ ని వెంట ఉంచుకోవడం కష్టమే! ఎందుకంటే వీటినిఎప్పుడూ చల్లబడి ప్రదేశంలో/ ఫ్రీజ్లో భద్రపరచాల్సి ఉంటుంది. ఆ ఆప్షన్ ప్రయాణాల్లో, పనిచేసే చోట ఉండకపోవచ్చు. తన తండ్రి పనిచేసే సంస్థలో ఇలాంటి సదుపాయం లేక ఆయన పడే కష్టాల్ని దగ్గర్నుంచి గమనించింది కోమల్ పండా. దీనికి పరిష్కారంగా ఆమె రూపొందించిన ఓ పోర్టబుల్ పరికరం తాజాగా ఆమెకు అంతర్జాతీయ పురస్కారం తెచ్చిపెట్టింది. ఈ ఏడాదికిగాను భారత్ తరపున 'జేమ్స్ డైసన్ అవార్డు' గెలుచుకున్న ఈ ఇండస్ట్రియల్ డిజైనర్ స్పూర్తి తెలుసుకుందాం.

22 ఏళ్ల కోమల్ ది హరియణాలోని కరుణ్లేత. ప్రస్తుతం రియాణాలోని నేషనల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ డిజైన్లో నాలుగో సంవత్సరం చదువుతోన్న ఆమె. తన సృజనాత్మకతతో కొత్త కొత్త ప్రయోగాలు చేస్తుంటుంది. ఆయా సమస్యలకు కొత్త పరికరాలతో పరిష్కారం చూపే దిశగా ఆలోచనలు చేస్తుంటుంది. ఈ సక్రమంలోనే మధుమేహంతో బాధపడు తోన్న తనతండ్రి కోసం ఓ పరికరాన్ని అభివృద్ధి చేసిందామె. పూటపూటకీ ఇన్సులిన్ తీసుకోనే తన తండ్రి.. ఇన్సులిన్ వయల్స్ ని తన వెంటే ఉంచుకునేందుకు వీలుగా 'నోవోకాస్కర్' అనే పోర్టబుల్ పరికరాన్ని రూపొందించింది కోమల్.

ఆ సౌకర్యం లేకపోవడంతో.. మా నాన్నకు మధుమేహం ఉంది. తను మా ఇంటికి దగ్గర్లోని ఓ స్ట్రీట్ ఫ్యాక్టరీలో పనిచేస్తారు. అయితే మధుమేహం కారణంగా ఆయన మూడు పూటలూ భోజనానికి ముందు ఇన్సులిన్ తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఈ క్రమంలో ఉదయం, రాత్రి పూట ఇబ్బందేమీ లేదు కానీ మధ్యాహ్నం మాత్రం ఇన్సులిన్ తీసుకోవడానికి రోజూ ఇంటికి వచ్చి హడావిడిగా ఇంజెక్షన్ తీసుకొని భోజనం చేసి వెళ్లేవారు. నా చిన్నప్పుట్లుంచి తను ఇలా ఉరుకులు పరుగులు పెట్టడం, కష్టపడడం కల్లారా చూశాను. అలాగని ఇన్సులిన్ వయల్స్ తన వెంట ఉంచుకునే సదుపాయం లేదు. ఎందుకంటే వాళ్ల కంపెనీలో రిజిటరైజ్డ్ సౌకర్యం లేదు. పోనీ ఐసోమార్క్ట్ లో పెట్టి తీసుకెళ్లాంటే.. అవీ ఎంతో సేపు చల్లగా ఉండవు. ఇవన్నీ చూశాక ఈ సమస్యకు ఏదైనా పరిష్కారం కనుక్కోవాలనిపించింది. అయితే ఆర్టెటిస్ట్, హార్డ్వేర్ ఇంజనీర్లు తీసుకునే వారు కూడా ఇలా మందుల స్టోరేజీ విషయంలో మా నాన్నలాంటి సమస్యలే ఎదుర్కొన్నట్లు చిన్న రీసెర్చ్ లో భాగంగా తెలుసుకున్నా. ఇవే నోవోకాస్కర్ పరికరం

రూపొందించేందుకు ఊతమిచ్చాయి. అంటోంది కోమల్. **..ఎలా పనిచేస్తుందంటే.. ?** సాధారణంగా ఇన్సులిన్ వంటి కొన్ని రకాల మందుల్ని 2-8 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రత వధనద భద్రపరచాల్సి ఉంటుంది. లేదంటే మందులు వాటి సామర్థ్యాన్ని కోల్పోతాయి. అయితే ఇంట్లో ఉంటే మందుల్ని ఫ్రీజ్లో పెట్టుకోవచ్చు. మరి, ప్రయాణాల్లోనూ ఈ సదుపాయాన్ని అందిస్తూ సులభంగా క్యారీ చేసేలా నోవోకాస్కర్ ని అభివృద్ధి చేసినట్లు చెబుతోంది కోమల్. 'నోవోకాస్కర్' అనేది పోర్టబుల్ కూలింగ్ పరికరం. పెట్టియర్ బిట్ టెక్నాలజీని ఆధారంగా చేసుకొని సాంకేతికంగా నిరూపితమైన బీర్/వ్యాక్సిన్ కూలింగ్ పద్ధతుల స్ఫూర్తితో ఈ పరికరాన్ని రూపొందించాను. అరవేతిలో ఇమిడిపోయే పవర్ బ్యాంక్ మాదిరిగా ఉంటుందీ డిజైన్. ఇందులో బుబ్బల్ తరహా కార్బిడ్డ్లు ఉంటాయి. ఇవి నిత్యం 5 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రత ను మెయింటెయిన్ చేయడంలో తోడ్పడతాయి. వీటి మధ్యలో ఇన్సులిన్ వయల్స్ ఇతర మందులు అమర్చుకునే



ఇన్సులిన్ వయల్స్ కోసం..



సదుపాయం ఉంటుంది. ఇక ఇందులో ఉండేకూలింగ్ ఫ్యాన్లు పరికరమంతా చల్లగా ఉండేందుకు దోహదం చేస్తాయి. అంతేకాదు.. ఈ నోవోకాస్కర్లో మందులతో పాటు ఇంజెక్షన్ సూదులు, ఆల్బుహాల్ ఫ్యాస్ట్..వంటివి అమర్చుకునేంత ఖాళీ స్థలం ఉంటుంది. వాతావరణ మార్పులతో సంబంధం లేకుండా మధుమేహాలు, ఇతర వ్యాధిగ్రస్తలూ తమ మందుల్ని సురక్షితంగా, సులభంగా తీసుకెళ్లగలిగేలా ఈ పరికరాన్ని అభివృద్ధి చేశాను. అంతోన్న ఈ యంగ్ డిజైనర్ తానుఅభివృద్ధి చేసిన పరికరాన్ని మధుమేహాల నేస్తంగా అభివర్ణిస్తోంది.



ఇంట్లో ఈగల బెడదా?

చెక్కలను లీటరు వేడినీటిలో వేసి మరిగించాలి. అపై దానికి కొన్ని చుక్కల రోజ్మెరీ నూనెను కలిపి ఒక స్ప్రేబాటిల్లో పోసుకోవాలి. ఈగలు ఉన్నచోట చల్లితే సరి సమస్య పోవడమే కాదు పరిమళాలూ వెదజల్లు తాయి. కప్పు నీటికి, రెండుచక్కల వెనిగర్, అరకప్పు నిమ్మరసం కలిపి ఇంట్లోనే ఈగల మందునూ తయారు చేసుకోవచ్చు. వచ్చేవి వేసవి సెలవులు. చిన్నపిల్లలు ఉంటే ఆహారపదార్థాలు కింద పడకుండా తీసుకు. సోఫా, కార్పెట్లు ఇలాఎక్కడ బడితే అక్కడ పడెస్తారు. వీటిని శుభ్రం చేయడమూ కష్టమే. ఇలాంటిప్పుడు వంటరొడ్డును వీటిపై చల్లి మందపాటి బ్రష్తో రుద్ది, కొద్దిసేప య్యాక్ దులిపేయాలి. దీంతో కంటికి కనిపించని ఈగల గుడ్లు కూడా తొలగి పోతాయి. □

ఆర్థికంగా అడుగేయండి..



లెక్క తెలియడమే కాదు. మెరుగైన ప్రణాళికతో ఆస్కారం ఉంటుంది. కొత్తలో కలిసి పక్కననలు, పాపింగ్ వంటివి సహజమే. అలాగని మరి ఖర్చు చేసుకుంటూ వెళ్లొచ్చు. కానీ ఏదైనా నిజంగా అవసరమేనా అని ప్రశ్నించుంటే దూబాకా చోటుండదు.

పట్టుకోండి. దీని ద్వారా నెలకు ఎంత అవసరం అన్న విషయం తెలుస్తాయి. అసంపర ఖర్చుల వివరాలూ తెలుస్తాయి. వీలైతే వాటిని తగ్గించుకోని పొదుపుగా మలుచుకోవచ్చు. ఇద్దరూ సంపాదిస్తోంటే.. ఏ బాధ్యతలూ లేకపోతే ఒకరి జీతాన్ని పూర్తిగా వక్కన పెట్టేయొచ్చు. భవిష్యత్తులో నింత్రిండ్లి, స్థలం పంటిపిష్టానే చేసుకున్నా డబ్బుపరగా ఇబ్బంది ఉండదు.

ఓట్స్ వడలు

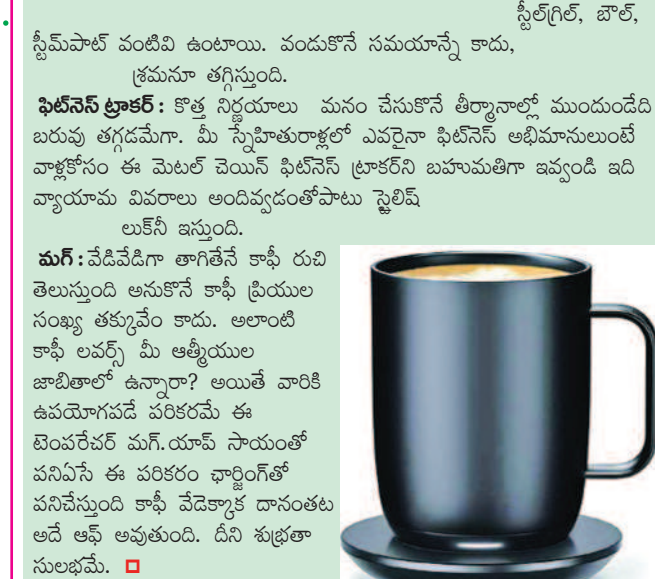


ఓట్స్ తో చేసే మసాలా వడలు పిల్లలు చాలా ఇష్టపడతారు. నేను చేస్తే మెత్తగా వచ్చాయి. కరకలాదుతూ మరింత రుచిగా ఉండేందుకు కొన్ని లిట్రాలు తెలుసుకుందాం.

మన తెలుగు వారి ఇళ్లల్లో తరచూ చేసే మసాలా వడల్లా ఉత్తరాదివాళ్లు ఓట్స్ మసాలా వడ చేస్తారు. ఇవి తక్కువ నూనె పీలుస్తాయి. కనుక ఆరోగ్యానికి మంచిది. 2. శనగపప్పును ఎక్కువగా నానబెట్టుకాడదు. రెండు గంటలు నానితే 80% నాన, మిగిలించి వలుకుగా ఉంటుంది. అలా ఉంటేనే వడలు కరకలాదుతాయి. 3. పప్పును బరకగా రుద్ది.. అందులో ఓట్స్, ఉల్లిపాయ ముక్కలు, పచ్చిమిర్చి తరగరు, కారం, తగినంత ఉప్పు వేసి బాగా కలపాలి. 4. ఎక్కువ నీళ్లు వేయకుండా.. అవసరం మేరకు వెంచాతో కొద్ది కొద్దిగా పోస్తూ..పిండిని గట్టిగా కలపాలి. వడలు సరిగ్గా రాకుండా.. పొడిపొడిగా అయితేవంటే ఇంకొన్ని నీళ్లు పోయండి. 5. ముందు హైస్పెడ్ మిడ నూనెను కాగనివ్వాలి. సలసలా కాగిన తర్వాత.. వడలు వేసి మంటను కాస్త తగ్గించి..ఎర్రగా వేయించాలి. ఇలా చేసినత బయట కరకలాదుతూపే లోపల చక్కగా ఉడికి.. ఎంతో రుచిగా ఉంటాయి. □

ఉపయోగపడే బహుమతులు ఇస్తే..

ఆత్మీయులకీ, అయినవారికీ బహుమతులు ఇస్తుంటాం కదా! ఏదో ఒకటి ఇవ్వడం కాకుండా.. అవతలివారికి ఉపయోపదేమి ఇస్తే బాగుంటుంది. అందుకే.. వీటిని ఓసారి చూసేయండి. **మసాజ్ గన్** : ఇల్లు, ఆఫీస్ పని. పిల్లలతో తరచూ అలసిపోతుంటాం. అపై ఒళ్లు నొప్పిలు, ఈ సమస్య నుంచి ఉపశమనం కలిగించే పరికరమే మసాజ్ గన్. ఇది వైబ్రేషన్స్ సాయంతో శరీరంలో రక్తప్రసరణను పెంచుతుంది. నొప్పి నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. అయితే దీనిని సూచించిన మేరకు మాత్రమే ఉపయోగించాలి. అప్పు, అమ్మమ్మల్లాంటి వారికి మంచి బహుమతి. **ఎయిర్ ప్యూరిఫయర్** : వైరస్లు, కాలుష్యం దాడిచేస్తుంటే ఎప్పుడు ఏ అనారోగ్యం వస్తుందో తెలియదు. మీరు బహుమతి ఇవ్వాలనుకుంటున్న వ్యక్తికి ఆరోగ్యం ఎక్కువగా ఉంటే ఎయిర్ ప్యూరిఫయర్ ని ఎంచుకోండి. ఇవి అల్లరిలకు కారణమయ్యే నూకృతిములని, గాల్లోని ఇతర కాలుష్య కారకాలనీ వడకట్టేస్తాయి. ఈ ఏడాది ఎక్కువమంది ఆనక్లి చూపించిన వాటిల్లో ఇవే ఎక్కువ అట. **మిసి ఎలక్ట్రిక్ కుక్కర** : మీ స్నేహితురాలు ఉద్యోగిని. సమయం సరిపోక ఇబ్బంది పడుతోంది. అలాంటి అమ్మాయికి సరిగ్గా సరిపడే కానుక ఈ బుజ్జి కుక్కర. దీన్నే అన్నంతోపాటు నూడుల్స్, పాస్తా ఉడికించుకోవచ్చు. బిర్యానీ కూడా వండేసుకోవచ్చు. ఇందుకు వీలుగా స్టీల్ గ్రిడ్, బౌల్,





టేబుల్ టెన్నిస్ ఛాంపియన్లలో భారత్ కు మూడు కాంస్యాలు

ఢిల్లీ: ఆసియా టేబుల్ టెన్నిస్ ఛాంపియన్షిప్ లో భారత్ ప్యాడ్లర్లు మూడు కాంస్యాలతో మెరిశారు. కజకిస్తాన్ వేదికగా జరుగుతున్న ఈ టేబుల్ టెన్నిస్ టోర్నమెంట్ లో మహిళల డబుల్స్ సెమీస్ ఫోరంలో భారత్ ప్యాడ్లర్లు ఐహిక ముఖర్జీ, సుదీర్ ముఖర్జీ ద్వయం 4-11, 9-11, 8-11 తో జపాన్ కు చెందిన మివా హరిమొటో, మియు కిహారావెతిలో ఓడి కాంస్యంతో సరిపెట్టుకుంది. ఈ టోర్నీలో ఇది వరకే భారత్ మహిళల జట్టు మనికా బులా, ఐహిక ముఖర్జీ, సుతీర్ ముఖర్జీ చారిత్రాత్మక కాంస్యం సాధించి, ఆచంబ శరత్ కమాల్, మానవ్ శర్కర్, హర్షిత్ దేశాయ్ తో కూడిన పురుషుల జట్టు సైతం కాంస్యం గెలిచిన విషయం తెలిసిందే. కాగా 1972 నుండి ఈ టేబుల్ టెన్నిస్ టోర్నమెంట్ జరుగుతుండగా, మహిళల టీమ్ ఈవెంట్ లో భారత్ పతకం గెలవడం ఇదే తొలిసారి కావడం విశేషం.



పవర్ లిఫ్టింగ్ లో హైదరాబాద్ అమ్మాయికి స్వర్ణం

ఢిల్లీ: దక్షిణాఫ్రికాలో జరిగిన పవర్ లిఫ్టింగ్ ఛాంపియన్షిప్ లో భారత్ కు స్వర్ణం లభించింది. హైదరాబాద్ అమ్మాయి చాంప్ చెష్టవి ఈ స్వర్ణ పతకాన్ని సాధించింది. దక్షిణాఫ్రికాలోని సన్

సిటీలో జరిగిన కామన్వెల్త్ పవర్ లిఫ్టింగ్ ఛాంపియన్షిప్ టోర్నమెంట్ లో భాగంగా 84 కిలోల విభాగంలో (స్క్వాట్, బెంప్ (ప్రెస్) లో ఈ పసిడి పతకాన్ని దక్కించుకుంది. సికింద్రాబాద్ కు చెందిన వైష్ణవి 2021 లో జరిగిన జాతీయ సబ్ జూనిర్ పవర్ లిఫ్టింగ్ పోటీలో కాంస్య పతకాన్ని గెలుచుకుంది. 2022 లో కేరళలోని సబ్ జూనియర్ క్లాసిక్ లో బంగారు పతకాన్ని, ఆసియా పవర్ లిఫ్టింగ్ పోటీలో కాంస్య పతకాన్ని కైవసం చేసుకుంది.

వాణిజ్యం

స్ట్రీమింగ్ రంగంపై అంబానీ ఫోకస్

ముంబై, అక్టోబరు 14: భారత్ లో మార్కెట్ విలువపరంగా అతిపెద్ద కంపెనీ రిలయన్స్ ఇండస్ట్రీస్. దేశంలోనే అత్యంత ధనవంతుడు ముఖేష్ అంబానీ దీనికి చైర్మన్ గా ఉన్నారు. ఈ సంస్థ ఆయల్, టెలికం, మీడియా, పవర్, న్యూఎనర్జీ, విండ్, రిటైల్ ఇలా ఎన్నో విభాగాల్లో కీలకంగా వ్యవహరిస్తోంది. ఇదివరకే అంబానీ తన వ్యాపార విభాగాల్ని తన సంతానానికి అప్పజెప్పారు. రిలయన్స్ రిటైల్ బాధ్యతల్ని ఇషా అంబానీ చూస్తుండగా, రిలయన్స్ ఇయో బాధ్యతల్ని పెద్ద కుమారుడు ఆకాష్ అంబానీ, న్యూఎనర్జీ విభాగం అనంత అంబానీ చూస్తున్నారు. అయితే వీరి చేతుల్లోకి వెళ్లిన తర్వాత రిలయన్స్ ఇండస్ట్రీస్ ఇంకా దూకుడు పెంచింది. విస్తృతంగా పెట్టుబడులు పెడుతూ, పలు కంపెనీల్లో మెజార్టీ వాటాల్ని దక్కించుకుంటున్నట్లు తెలుస్తోంది.



ఇప్పుడు రిలయన్స్ ఇండస్ట్రీస్ మరో పెద్ద కంపెనీని సొంతం చేసుకునేందుకు ప్రయత్నాలు చేస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. అంబానీ డిజిటల్ స్ట్రీమింగ్ వ్యాపారాల్ని మరింత ముందుకు తీసుకెళ్లాలని ప్లాన్ చేస్తున్నారు. డిస్ట్రిబ్యూట్ స్టార్ కోసుగేలు కోసం ఇప్పటికే అనుమతులు పొందగా, స్ట్రీమింగ్ రంగంపై అంబానీ దృష్టి మరింత పెరిగింది. ఇప్పుడు బాలీవుడ్ ప్రముఖ నిర్మాత కరణ్ జోహార్ కు చెందిన ధర్మ ప్రొడక్షన్స్ కంపెనీలో కీలక వాటాదారుగా మారాలని చూస్తున్నట్లు రిపోర్ట్స్ వస్తున్నాయి. కరణ్ జోహార్ సందర్భం ప్రొడక్షన్స్, పూర్ అండ్ సన్స్, కల్ హో నా హో, కబీ ఖుషీ కబీ ఘమ్, యే జనానీ హై దీవానీ వంటి హిట్ సినిమాలు తీసింది. అయితే రిలయన్స్ కంటెంట్ ప్రొడక్షన్ వ్యాపారంలో ముందుకెళ్లేందుకు ఈవాటా కోసు గేలుకు దిగుతున్నట్లు తెలుస్తోంది. డీల్ విలువ ఎంత అనేది బయటికి రాలేదు. ప్రస్తుతం ధర్మ ప్రొడక్షన్స్ హాస్టల్ కరణ్ జోహార్ వాటా 90 శాతానికి పైగా ఉంది. మిగతా 9.24 శాతం ఆయన తల్లి హిరూ జోహార్ వద్ద ఉంది.

బోర్డర్ గవాస్కర్ ట్రోఫీపై భారత్ స్కెచ్

భారత్-ఎ కెప్టెన్ గా రుతురాజ్ గైకాడ్

నవంబరు 22 నుండి

పెర్త్ లో మ్యాచ్ ప్రారంభం

ఢిల్లీ: ట్వరలో జరగబోయే బోర్డర్ గవాస్కర్ ట్రోఫీపై టీమిండియా దృష్టిసారించింది. ఈ ట్రోఫీని కైవసం చేసుకునేకునేందుకు భారత్ సేన సిద్ధమవుతోంది. గవాస్కర్ ట్రోఫీలో టీమిండియాకు అతిథ్యం ఇవ్వడానికి ఆస్ట్రేలియా జట్టు పూర్తి స్థాయిలో సన్నాహాలు చేసింది. వరుసగా రెండు సార్లు భారత్ చేతితో స్వదేశంలో ఓటమిని చవిచూసిన నేపథ్యంలో కంగారూ జట్టు ఇప్పటికే ఒత్తిడితో ఉంది. ఇది సమయంలో నవంబరు 22 నుండి పెర్త్ లో జరిగే మ్యాచ్ లో బోర్డర్ గవాస్కర్ ట్రోఫీ ప్రారంభం కానుంది. ఈ సీరీస్ ప్రారంభానికి ముందు మెన్ ఇన్ బ్లూ ప్రత్యేక మ్యాచ్ ఆడనుంది. ఇది ఆస్ట్రేలియా గడ్డపై మూత్రమే నిర్వహించనున్నారు. నిజానికి సీరీస్ కు సన్నద్ధం కావడానికి భారత్ జట్టు ప్రక్షీప్త మ్యాచ్ ఆడనుంది. ఈ మ్యాచ్ లో రోహిత్ శర్మ సేన భారత్-ఎ తో తలపడనుంది. సీనియర్ భారత్ జట్టు ఆస్ట్రేలియా చేరుకోవడానికి కొద్ది రోజుల ముందు ఇండియా-ఎ జట్టు కూడా ఆక్కడ వెళ్లనుంది. ఈ జట్టుకు రుతురాజ్ గైకాడ్ నాయకత్వం వహించనున్నారు. టీమిండియాతో మూడు రోజుల ప్రాక్టీస్ మ్యాచ్ ఆడేందుకు భారత్-ఎ జట్టు ఏర్పాట్లు చేసింది. ఈ సీరీస్ ఆడిన తర్వాత కొన్ని రోజులు ఆక్కడే ఉంటుంది. ఇరు జట్టు మధ్య ఈ మ్యాచ్ నవంబరు 15 నుండి 17 మధ్య జరుగుతుంది. ఇక ఈ నెల 31 నుండి నవంబరు 3 వరకూ గ్రేట్ బారియర్ రీఫ్ ఎరినాలో ఇండియా-ఎ కు, ఆస్ట్రేలియా-ఎ కు మధ్య మొదటి మ్యాచ్ జరగనుంది. ఆ తర్వాత నవంబరు 7 నుండి 10వ తేదీ మధ్య మెల్బోర్న్ క్రికెట్ గ్రౌండ్ లో రెండవ మ్యాచ్ ను నిర్వహించనున్నారు. ఇక బోర్డర్



గవాస్కర్ ట్రోఫీకి భారత్ జట్టును ప్రకటించేందుకు ఇప్పటికే భారత్ క్రికెట్ కంట్రోల్ బోర్డు కనరత్న చేస్తోంది. కాగా బ్యాంగ్లాదేశ్ లో జరిగిన టెస్ట్ సీరీస్ ను 2-0 తేడాతో గెలుచుకోవడంలో భాతర్ జట్టు విజయవంతం అయింది. ఆ తర్వాత అతిథ్య జట్టు టీ20 సీరీస్ లో కూడా 3-0 తేడాతో గెలుపు సాధించింది. ఇప్పుడు రోహిత్ శర్మ నేతృత్వంలోని టీమిండియా న్యూజీలాండ్ లో జరిగే మూడు మ్యాచ్ ల టెస్ట్ సీరీస్ కోసం సన్నద్ధమవుతోంది. ఈ నెల 16వ తేదీ నుండి బెంగళూరులోని చిన్న స్వామి స్టేడియంలో జరిగే మ్యాచ్ ఈ టెస్ట్ సీరీస్ ప్రారంభమవుతుంది. ఆ తర్వాత రెండో ఖ్యచ్ ఈ నెల 24 నుండి 28 మధ్య పూణెలో జరగనుంది. కాగా మూడో, చివరి టెస్ట్ నవంబరు 1 నుండి 5వ తేదీ వరకూ ముంబైలోని వాంఖడే స్టేడియంలో జరగనుంది. దీని తర్వాత టీమిండియా దక్షిణాఫ్రికాలో వరదించి 4 టీ20 మ్యాచ్ లు ఆడి, ఆక్కడి నుండి ఆస్ట్రేలియాకు బయలు దేరుతుంది.



5 వికెట్లు తేడాతో లంకపై వెస్టిండీస్ ఘన విజయం

ఢిల్లీ: శ్రీలంకతో మూడు టీ20ల సీరీస్ లో వెస్టిండీస్ శుభారంభం చేసింది. దంబుల్లా వేదికగా జరిగిన తొలి వన్డేలో 5 వికెట్ల తేడాతో వెస్టిండీస్ ఘన విజయం సాధించింది. 180 పరుగుల లక్ష్యాన్ని కర్రబియన్ జట్టు 5 వికెట్లు కోల్పోయి 19.1 ఓవర్ లో ఛేదించింది. లక్ష్య ఛేదనలో విండీస్ ఓపెనర్ బ్రాండెన్ కింగ్, ఈవెన్ లూయీస్ హాఫ్ సెందర్లతో మెరిశారు. 22 బంతులు ఎదుర్కొన్న కింగ్ 11 ఫోర్స్, 1 సిక్స్ లతో 63 పరుగులు చేయగా, లూయీస్ 28 బంతుల్లో 5 ఫోర్స్, 4 సిక్స్ లతో 50 పరుగులు చేశాడు. శ్రీలంక బౌలర్లతో మతిపావతిరానా 2 వికెట్లు పడగట్టగా, మెండిస్, ధీర్జక చెరో వికెట్ సాధించారు. ఇక తొలుత బ్యాటింగ్ చేసిన శ్రీలంక నిర్ణీత 20 ఓవర్లలో 7 వికెట్ల సన్నానికి 179 పరుగులు చేసింది. లంక బ్యాట్లర్లలో కెప్టెన్ అనలంక 59 పరుగులు, 9 ఫోర్స్ తో మాస్ సగ్గరగా నిలువగా, కపిందు మెండిస్ 51 పరుగులతో రాణించాడు. వెస్టిండీస్ బౌలర్లలో షెఫర్డ్ 2 వికెట్లు, అల్లారిజోషన్, షెమర్ జోషన్, మోటీ, స్ప్రింగర్ తలా ఒక వికెట్ సాధించారు. ఇక ఇరు జట్టు మధ్య రెండో టీ20 టెస్ట్ ఈ నెల 15వ తేదీన దంబుల్లా వేదికగానే జరగనుంది.

నాయకత్వం వహించనున్న తిలక్ వర్మ

18 నుండి 8 దేశాల జట్ల మధ్య వార్

ఢిల్లీ: ఒమన్ వేదికగా జరగనున్న ఎమర్లింగ్ ఆసియా కప్ కు 15 మంది సభ్యులతో కూడిన భారత్ జట్టు ఖరారైంది. దీనికి సంబంధించి భారత్ క్రికెట్ కంట్రోల్ బోర్డు జట్టును ప్రకటించింది. ఈ జట్టుకు రైజింగ్ స్టార్, ముంబై ఇండియన్స్ మిడిల్ ఆర్డర్ బ్యాటర్ తిలక్ వర్మ కెప్టెన్ గా ఎంపికయ్యాడు. జట్టులో యువ సంచలనం అభిషేక్ శర్మ, స్పిన్నర్ రాహుల్ చాహర్ భాగమయ్యారు. ఇండియన్ ప్రీమియర్ లీగ్ లో లక్ష్మీ సూపర్ జియింట్స్ తరపున ఆడరగట్టిన యువ ఆటగాడు ఆయుష్ వాదోని, కోల్ కతా నైట్ రైడర్

ఆసియా కప్ కోసం భారత్ జట్టు ఖరారు

ర్మ కు చెందిన రమన్ దీప్ సింగ్ పంజాబ్ కింగ్స్ కు చెందిన ప్రభు సిప్రాన్ సింగ్, ముంబై ఇండియన్స్ ఫ్లేయర్ నేహల్ వదేరా, రాహుల్ ఛాలెంజర్స్ బెంగళూరు టీమ్ సభ్యుడు అనుజ్ రావత్ కు ఆసియా కప్ లో ఆడే టీమిండియాలో చోటు దక్కింది. అండర్-19 ప్రపంచ కప్-2022లో ఆడరగట్టిన ఆల్ రౌండర్ నిశాంత్ సింధుకు అవకాశం లభించింది. ఇక ఈ టోర్నీ ఈ నెల 18వ తేదీ నుండి మొదలు కానుంది. కాగా టోర్నీల మొత్తం 8 జట్లు పోటీపడనున్నాయి. గ్రూప్-ఎ లో అఫ్ఘానిస్థాన్, బంగ్లాదేశ్, హంగ్ కాంగ్, శ్రీలంక ఉన్నాయి. గ్రూప్-బిలో భారత్,

ఒమన్, పాకిస్తాన్, అమెరికా దేశాల జట్లు ఉన్నాయి. గ్రూప్-లలో తొలి 2 సాఫ్ట్ నాల్ లన నిలిచిన జట్టు సెమీ ఫైనల్స్ కు చేరుతాయి. ఇందులో భాగంగా ఈ నెల 25 నుండి సెమీస్, 27వ తేదీన ఫైనల్ మ్యాచ్ జరగనుంది. భారత్ క్రికెట్ బోర్డు ప్రకటించిన ఎమర్లింగ్ ఆసియా కప్ లో పాల్గొనే భారత్ ఏ జట్టులో తిలక్ వర్మ (కెప్టెన్), అభిషేక్ శర్మ, ఆయుష్ వాదోని, నిశాంత్ సింధు, అనుజ్ రావత్, ప్రభు సిప్రాన్ సింగ్, నేహల్ వదేరా, అనుల్ కాంబోజ్, హృతిక్ షోక్సిన్, అశీష్ ఖాన్, వైభవ్ అరోరా, రన్వీర్ సలామ్, సాయి కిశోర్, రాహుల్ చాహర్ ఉన్నారు.





భారతీయ ప్రమాణాల బ్యూరో హైదరాబాద్ ప్రతిజ్ఞ

ప్రపంచ ప్రమాణాల దినోత్సవ వేళ ఓ బాధ్యతాయుత భారతీయ పౌరుడిగా, నాకు అవకాశం ఉన్న ప్రతీ చోట నాణ్యతా ప్రమాణాలను పాటిస్తానని ప్రతిజ్ఞ చేస్తున్నాను.

నా వ్యక్తిగతంగా దైనందిన జీవితంలో ప్రమాణాలకు ప్రథమస్థానం ఇవ్వడంతో పాటు, నా కుటుంబ సభ్యులు, చుట్టూ ఉన్నవారిని సైతం ఈ దిశగా నడిపిస్తాను.

సరైన నాణ్యతా ప్రమాణాలతో ఉన్న వస్తువులను మాత్రమే ఖరీదు చేయడంతో పాటు, అందరినీ నావంతు బాధ్యతగా ప్రోత్సహిస్తాను.

నాణ్యత నా హక్కు కావున.. ఏ వస్తువైనా నాణ్యమైనది మాత్రమే విక్రయించాలని డిమాండ్ చేస్తాను. అందరికీ తమ హక్కును గుర్తుచేసేలా చైతన్యపరుస్తాను.

భారతీయ ప్రమాణాలకు కట్టుబడి ఉండటంతో పాటు దేశవ్యాప్తంగా భారతీయ ప్రమాణాల బ్యూరో చేపట్టిన ఈ నాణ్యతా యజ్ఞంలో నావంతు పూర్తి సహకారం అందిస్తానని ప్రమాణం చేస్తున్నాను.



Scan To Download
BIS CARE APP



Scan To Download
BIS CARE APP





22K916
For 22 Karat Jewellery

XXXXXX
6 Digit Alphanumeric Number (HUID)



