

600 బలియన్ డాలర్ల తొలి సంపన్నుడిగా ఎలన్ మస్క్ లికార్డు ప్రపంచంలోనే అత్యంత సంపన్నుడైన ఎలన్ మస్క్ మరిన్ని కొత్త రికార్డులతో ఎవ్వరికీ అందనంత ఎత్తుకు వెళ్తున్నారు. తాజాగా ప్రపంచంలోనే 600 బిలియన్ డాలర్ల(మన కరెన్సీలో రూ.54.54 లక్షల కోట్లు) సంపద ఉన్న మొదటివ్యక్తిగా నిలిచారు. మస్క్ కు చెందిన స్పేస్ఎక్స్ స్టార్టప్ 800 బిలియన్ల డాలర్ల విలువతో ఐపీఓకు సిద్ధమవుతున్న నేపథ్యంలో ఆయన సంపద

ధర్మమంత్రి

జాతీయ తెలుగు దినపత్రిక

ఫిన్కార్డ్లో గెలాక్సీ డేస్ సేల్ను ప్రకటించిన శాంసంగ్ ప్రముఖ స్మార్ట్ఫోన్ బ్రాండ్ శాంసంగ్ మొదటిసారి గెలాక్సీ డేస్ సేల్ను తీసుకొచ్చింది. ఫిన్కార్డ్లో ప్రారంభించిన ఈ సేల్లో భాగంగా కంపెనీ తన స్మార్ట్ఫోన్ కొనుగోళ్లపై భారీ రాయితీలు, ప్రయోజనాలు అందిస్తున్నట్లు తెలిపింది. ఈ సేల్ డిసెంబర్ 16-18 మధ్య మూడు రోజులు మాత్రమే ఉంటుందని, ఇది కేవలం ఫిన్కార్డ్లో మాత్రమే అందుబాటులో ఉంటుందని స్పష్టం చేసింది.



2029లోనూ ఇవే.. ఘటితాలు పునరావృతం

పంచాయతీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీకి అత్యధిక స్థానాలు వచ్చాయి కేటీఆర్ నాయకత్వంలో బీఆర్ఎస్ ఒక్క ఎన్నికను కూడా గెలవలేదని విమర్శ ప్రభుత్వం ఏర్పడి రెండేళ్లయిన తర్వాత జరిగిన ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ను ప్రజలు ఆదరించారు

హైదరాబాద్ మాజీ ముఖ్యమంత్రి, బీఆర్ఎస్ అధినేత కేటీఆర్ క్రియాశీలక రాజకీయాల్లో లేరని, అందుకే ఆయనతో ఎలాంటి ప్రయోజనం లేదని గజ్పల్ నియోజకవర్గ ప్రజలు గ్రామ పంచాయతీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీకి అత్యధిక స్థానాలు ఇచ్చారని

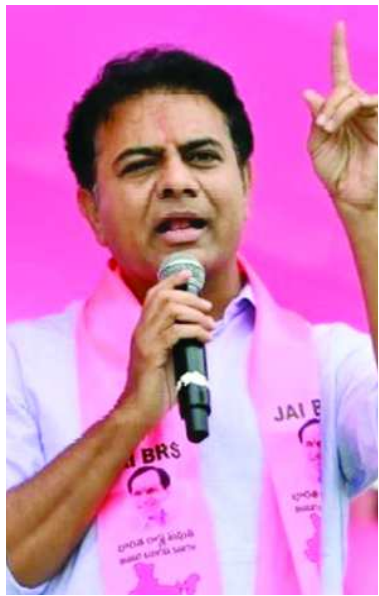
తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. పంచాయతీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ అద్భుతమైన ఫలితాలు సాధించిందని ఆయన అన్నారు. 12 వేలకు పైగా గ్రామపంచాయతీల్లో 7,500కు పైగా కాంగ్రెస్ విజయం సాధించిందని తెలిపారు. కేటీఆర్ నాయకత్వంలో బీఆర్ఎస్ ఒక్క ఎన్నికను కూడా

గెలవలేదని ఆయన విమర్శించారు. హరీష్ రావు నాయకత్వం మార్చాలని చూస్తున్నారని, అందుకే కేటీఆర్ ఇప్పుడు కాంగ్రెస్ గురించి అలోచించడం లేదని అన్నారు. స్పీకర్ నిర్ణయాలు నచ్చకపోతే కోర్టులు ఉన్నాయని, అక్కడికి వెళ్లవచ్చని సూచించారు. కృష్ణా, గోదావరి జలాలపై - మిగతా3లో

- కేసీఆర్ కు సీఎం రేవంత్ సవాల్..
- 'కృష్ణా జలాలపై ప్రతిపక్ష నేతగా లేఖ రాయండి
- ఎవరు అన్యాయం చేశారో చర్చకు సిద్ధం
- గోదావరి, కృష్ణా జలాలపై సభలో చర్చకు సిద్ధంగా ఉన్నాం
- ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో కంటే బీఆర్ఎస్ హయాంలోనే ఎక్కువ ద్రోహం చేశారు
- మీరు చేసిన ద్రోహాన్ని ఆధారాలతో సహా నిరూపిస్తాం
- కేటీఆర్ వచ్చాక బీఆర్ఎస్ గెలవలేదు..
- కేసీఆర్ క్రియాశీలక రాజకీయాల్లో లేరు..
- ఆయనతో ప్రయోజనం లేదని గజ్పల్ ప్రజలకు అర్థమైంది

రాష్ట్రంలో చిల్లర రాజకీయాలు

- బీఆర్ఎస్ కార్యకర్తలను అరెస్ట్ చేసి స్టేషన్ కు తీసుకెళ్లి వేధించారు
- చిన్నకాపర్తిలో బ్యాలెట్ పేపర్లను పడేశారు
- రాష్ట్రంలో 100-150 గ్రామాల్లో బీఆర్ఎస్ గెలిచినా కాంగ్రెస్ గెలిచినట్లు ప్రకటించారు
- పార్టీ మారిన వాళ్లే సిగ్గులేకుండా చెప్పినా స్పీకర్ కు వినపడటం లేదట
- పది మంది ఎమ్మెల్యేలు ఆదనా మగనా అని కూడా చెప్పుకోవడం లేదు
- బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్



భువనగిరి(యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా): రాష్ట్రంలో చిల్లర రాజకీయాలు నడుస్తున్నాయని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ ధృవమె త్తారు. ఈరోజు(గురువారం, డిసెంబర్ 18వ తేదీ) యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లాలో నూతనంగా ఎన్నికలైన సర్పంచుల సన్మాన కార్యక్రమం లో కేటీఆర్ పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా కేటీఆర్ మాట్లాడుతూ.. ' రాష్ట్రంలో చిల్లర రాజకీయాలు నడుస్తున్నాయి. బీఆర్ఎస్ కార్యకర్తలను అరెస్ట్ చేసి స్టేషన్ కు తీసుకెళ్లి వేధించారు. చిన్నకాపర్తిలో బ్యాలెట్ పేపర్లను పడేశారు. రాష్ట్రంలో 100-150 గ్రామాల్లో బీఆర్ఎస్ గెలిచినా కాంగ్రెస్ గెలిచినట్లు ప్రకటించారు. ఈ వ్యవహారంపై ఖచ్చితంగా కోర్టుకు వెళ్తాం. పార్టీ ఫిరాయింపులు స్పీకర్ కు కనుబడటం లేదా.. పార్టీ మారిన వాళ్లే సిగ్గులేకుండా చెప్పినా - మిగతా3లో

ప్రధాని మోదీకి ఒమన్ అత్యున్నత పురస్కారం...

- 29వ అంతర్జాతీయ గౌరవం
- 'ది ఫస్ట్ క్లాస్ ఆఫ్ ది అర్డర్ ఆఫ్ ఒమన్'ను ప్రధానం చేసిన సుల్తాన్
- రెండు రోజుల క్రితం ఇథియోపియా నుంచి కూడా అత్యున్నత గౌరవం
- భారత్-ఒమన్ మధ్య కీలక సమగ్ర ఆర్థిక భాగస్వామ్య ఒప్పందం
- ఇరు దేశాల 70 ఏళ్ల చాత్య సంబంధాలకు గుర్తుగా ఈ పర్యటన

ఆర్థికంగా సంక్షోభంలో విద్యుత్ రంగం

- గత, ప్రస్తుత ప్రభుత్వాల అప్పులు తడిసి మోపెడయ్యాయి
- తెలంగాణకు విద్యుత్ ఉత్పత్తి విషయంలో అన్ని రకాలుగా సహకరించేందుకు కేంద్రం సిద్ధంగా ఉంది
- తెలంగాణలోని విద్యుత్ ఉత్పత్తి సంస్థలు, పంపిణీ సంస్థల.. అప్పుల బాటలో, నష్టాల ఊబిలో పేరుకుపోయాయి
- వేలకోట్ల రూపాయల అప్పుల భారాన్ని మోయలేక నడ్డి విరుగుతోంది
- తెలంగాణ ప్రభుత్వం సింగరేణి కంపెనీకి 47 వేల కోట్ల రూపాయలు అప్పు ఉంది



మ్యాడీటీ తెలంగాణ విద్యుత్ రంగం ఆర్థికంగా సంక్షోభంలో ఉందని కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి అన్నారు. గురువారం మీడియాతో మాట్లాడు తూ.. గత, ప్రస్తుత ప్రభుత్వాల అప్పులు తడిసి మోపెడయ్యాయని

వ్యాఖ్యలు చేశారు. తెలంగాణకు విద్యుత్ ఉత్పత్తి విషయంలో అన్ని రకాలుగా సహకరించేందుకు కేంద్రం సిద్ధంగా ఉందని స్పష్టం చేశారు. తెలంగాణలోని విద్యుత్ ఉత్పత్తి సంస్థలు, పంపిణీ సంస్థల.. అప్పుల బాటలో, నష్టాల ఊబిలో పేరుకుపోయాయని - మిగతా3లో



కష్టకాలం ముగిసింది.. లిటిపెద్ద తుఫాను నుంచి బయటపడ్డాం

- ఎయిర్లైన్ రోజువారీ సర్వీసులు పునరుద్ధరించినట్లు వెల్లడి
- ప్రస్తుతం రోజుకు దాదాపు 2,200 విమానాలను నడుపుతున్నాం
- ఫైలెట్లు, క్యాబిన్ సిబ్బంది, ఎయిర్పోర్టు సిబ్బంది, ఓసీసీ, కస్టమర్ సర్వీస్ ఇలా మాకు మద్దతు ఇచ్చిన అన్ని విభాగాల ఉద్యోగులకు ధన్యవాదాలు'

రాష్ట్రంలో బీజేపీ బలం పెరిగింది



యాదాద్రి(భువనగిరి జిల్లా) స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో ప్రజాప్రతినిధులుగా ఎన్నికైన బీజేపీ సర్పంచ్, ఉపసర్పంచ్లకు జరిగిన సన్మాన కార్యక్రమంలో ఆ పార్టీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రామచంద్రరావు పాల్గొన్నారు. దీనిలో భాగంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. ' యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లాలో

- రాష్ట్రంలో 900 సర్పంచులు 1200 ఉపసర్పంచులు 10,000 మంది వార్డులను గెలిచాం
- గతంలో 162 సర్పంచ్ స్థానాలను ఉండేది.
- గ్రామీణ ప్రాంతాలలో కూడా బీజేపీ బలం పెరుగుతుంది
- కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికార బలంతో, అవినీతి, అరాచకంతో గెలిచింది
- గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం బీజేపీ పథకాల పేరు మార్చి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టింది

4 సర్పంచులు 20 మంది ఉపసర్పంచులు 1000 వార్డులు గెలిచాం. రాష్ట్రంలో 900 సర్పంచులు 1200 ఉపసర్పంచులు 10,000 మంది వార్డులను గెలిచాం. గతంలో 162 సర్పంచ్ స్థానాలను ఉండేది. గ్రామీణ ప్రాంతాలలో కూడా బీజేపీ బలం పెరుగుతుంది. కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికార - మిగతా3లో



బంగ్లాదేశ్ లో రాజకీయ సంక్షోభం.. భారత్ కు పెనుముప్పు

- షేక్ హసీనా కుమారుడు సాజిబ్
- ఉగ్రవాద శిబిరాలు పుట్టుకు వస్తున్నాయన్న సాజిబ్ వాణ్ణి
- బంగ్లాలో ఉగ్రచర్యలు భారత్ వంటి దేశాలకు ముప్పేనని వ్యాఖ్య
- లష్కరే తోయిబా కమాండర్లు బహిరంగ కార్యక్రమాల్లో పాల్గొంటున్నారన్న సాజిబ్

రష్యా సైన్యంలో 202 మంది భారతీయులు... 26 మంది మృతి

- ఇప్పటివరకు 119 మందిని సురక్షితంగా వెనక్కి తీసుకొచ్చినట్లు వెల్లడి
- మరో 50 మంది విడుదల కోసం రష్యాతో చర్చలు జరుపుతున్నట్లు ప్రకటన
- మరణించిన వారిలో 10 మంది మృతదేహాలను స్వదేశానికి తరలింపు
- మృతుల గుర్తింపు కోసం 18 కుటుంబాల డీఎన్ఎ శాంపిళ్లు రష్యాకు పంపినట్లు వెల్లడి

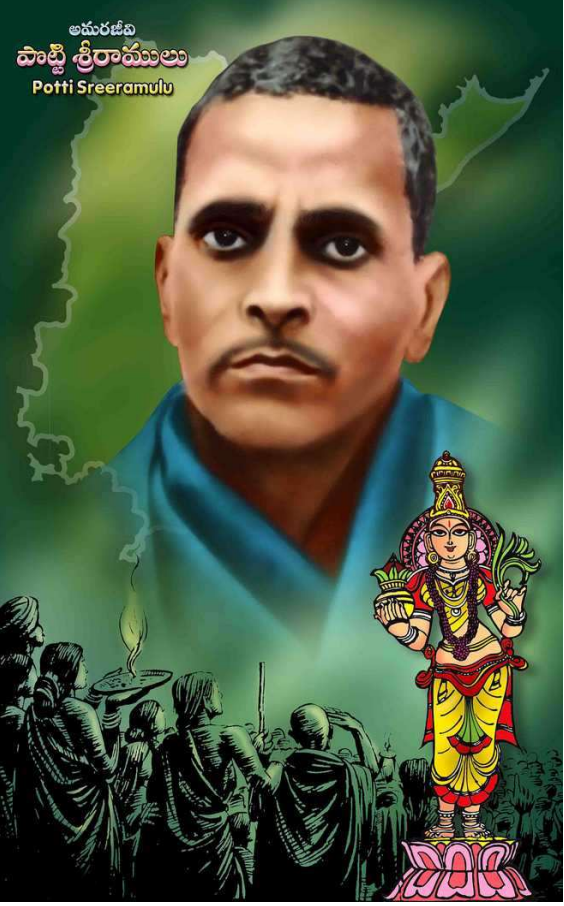
సంపాదకీయం

రాహుల్ నాయకత్వంపై అసంతృప్తి పెరుగుతున్నదా!

పార్లమెంట్‌లో తన పనితీరుతో కాంగ్రెస్ ప్రధాన కార్యదర్శి ప్రియాంక గాంధీ వాద్రా దాదాపు అన్ని రాజకీయ పక్షాల నుండి అభినందనలు అందుకుంటున్నారు. సోదరుడు రాహుల్ గాంధీ కన్నా ఆమె పరిణతితో వ్యవహరిస్తున్నారనే అభిప్రాయం చలవురిలో కలుగుతుంది. మరోవంక రాహుల్ గాంధీ నాయకత్వం పనితీరు పట్ల సొంత పార్టీ నేతల నుండే విముఖత వ్యక్తం అవుతున్నది. ఈ పరిణామాల రాహుల్ గాంధీలో అసహనాన్ని పెంచుతుందా? అనే అనుమానాలు వ్యక్తం అవుతున్నాయి. హిందీలో ఆమె ప్రసంగాలు అర్థవంతంగా ఉంటున్నాయని, ప్రభుత్వ విధానాలపై సున్నితంగా విమర్శలు చేస్తూనే బాధ్యతాయుతంగా మాట్లాడుతున్నారని, పైగా నిర్వాణాత్మక సూచనలు కూడా చేస్తున్నారనే అభిప్రాయం కలుగుతుంది. ఆమె ఏ అంశంపై ప్రసంగం చేసినా ముందుగా తగు విధంగా తయారై, నోట్స్ పట్టుకొని అందరినీ ఆకట్టుకొనే విధంగా మాట్లాడుతున్నారని అభిప్రాయం కలుగుతుంది. పైగా, ఆమె తన వయనాడ్ నియోజకవర్గానికి కేంద్రం సహాయం కోరుతూ అమిత్ షా, జెపి నద్దా వంటి సీనియర్ కేంద్ర మంత్రులను కలవడం, హెంస వ్యవహారాల పార్లమెంటరీ కమిటీలో చురుకైన సభ్యురాలుగా వ్యవహరించడం గమనిస్తుంటే రాహుల్‌కు పూర్తిగా భిన్నమైన వ్యక్తిత్వాన్ని ప్రదర్శిస్తున్నారని స్పష్టం అవుతుంది. పైగా, సమావేశాలలో పార్టీలకు అతీతంగా తోటి ఎంపిలతో స్నేహపూర్వకంగా సంబంధాలను ఏర్పరచుకుంటున్నారు. అందుకు పూర్తి విరుద్ధంగా, రాహుల్ సాధారణంగా అధికార పార్టీ నేతలపట్ల కఠినంగా, దూరంగా ఉంటారు. రాష్ట్రాల నుండి సొంత పార్టీ నేతలకు సైతం ఆయన అందుబాటులో ఉండటం లేదు. ఆయనను కలవాలంటే ఆయనకు సన్నిహితులైన కొందరు నాయకులను ప్రసన్నం చేసుకోవాల్సి ఉంటుంది. రాహుల్ లేవనెత్తే అంశాలపై ప్రభుత్వం నుండి తీవ్రమైన దాడులు ఎదురు కావడమే కాకుండా ఇండియా కూటమి పక్షాల నేతల నుండి కూడా సపక్షిభావం ఎదురు కావడం లేదు. చివరకు సొంత పార్టీ నేతలు సైతం పట్టింపుకోవడం లేదు. అదానీ, -అంబానీ గుత్తాధిపత్యం లేదా ‘ఓటు చోరీ’ గురించి ఆయన పల్లవి అయినా, ఆయన సమస్యల ఎంపిక అయినా గందరగోళంగా ఉంటుందని, లోతుగా పరిశోధన చేస్తున్నట్లు ఉండటం లేదని, అప్రయత్నంగా ప్రభుత్వంపై పరుషంగా చేస్తున్న పలు విమర్శలు కాంగ్రెస్ పార్టీనే అత్యర్థక్షణలో పడవేస్తున్నవని పలువురు సొంత పార్టీ నేతలే వాపోతున్నారు. ఆపరేషన్ సిందూర్ తర్వాత, ట్రంప్ కారణంగా భారతదేశం లొంగిపోయిందని రాహుల్ ప్రధాని నరేంద్ర మోదీని ఎగతాళి చేశారు. భారత ఆర్థిక వ్యవస్థను ‘చనిపోయినట్లు’ అమెరికా అధ్యక్షుడు చేసిన వర్ణనను ఆమోదిస్తూ విమర్శలు గుమ్మరించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రధాని మోదీని మోతాళి చేసే హడావుడిలో జాతీయదూర భావాలను కించపరుస్తున్నామనే అంశాన్ని రాహుల్ మర్చిపోయారని కాంగ్రెస్ వర్గాల నుండే అసంతృప్తి వ్యక్తం అవుతుంది. మరోవైపు, ఆపరేషన్ సిందూర్‌పై తన పార్లమెంటు ప్రసంగంలో ప్రియాంక సంయమనంతో, ఉగ్రవాదులు బైనరన్ లోయలోకి ప్రవేశించడానికి అనుమతించిన భద్రతా లోపాలకు ఎవరైనా జవాబుదారీగా ఉండాలని అంటూ సంబంధిత అంశాన్ని లేవనెత్తారు. ప్రభుత్వాన్ని సున్నితంగా విమర్శిస్తూనే దేశ ప్రజల మనోభావాలు దెబ్బతినకుండా ఆమె జాగ్రత్త పడుతున్నారు. ఉపాధి హామీ చట్టాన్ని రద్దు చేసి కొత్త చట్టాన్ని తీసుకురావాలన్న నరేంద్ర మోదీ ప్రభుత్వ ప్రతిపాదనపై ఆమె అభ్యంతరం వ్యక్తం చేస్తూ ఈ పథకం నుంచి మహాత్మా గాంధీ పేరును తొలగించాలన్న ప్రభుత్వ ప్రతిపాదన వెనుక ఉన్న అంతర్భం ఏమిటని అంటూ సున్నితంగా ప్రశ్నించారు. పైగా, పేరు మార్పడం వల్ల కొత్తగా స్టేషనరీ, బోర్డుల ముద్రణకు అదనపు ఖర్చు తప్ప ప్రయోజనం ఏముంటుందని ఎద్దేవా చేశారు. రాహుల్ నాయకత్వంపై పెరుగుతున్న అసంతృప్తి కారణంగా సాధారణంగా సౌమ్యులైన కాంగ్రెస్ సీనియర్ నేతలలో సైతం అసహనాన్ని కలిగిస్తున్నది. ఇప్పటికే ఆమెను చూస్తుంటే ఇండిరా గాంధీ గుర్తు వస్తుందని అనుకుంటున్న కాంగ్రెస్ యువ నేతలకు ప్రియాంక గాంధీలో మరో అవకాశం కనిపిస్తోంది. రాహుల్ నిశితంగా తరచూ విమర్శలు కురిపించే బిలియనీర్ గౌతమ్ అదానీతో బహిరంగంగా సహవాసం చేస్తున్నట్లు కనిపించడానికి కూడా పలువురు కాంగ్రెస్ నేతలు వెనుకాడటం లేదు. భోపాల్‌లో జరిగిన అదానీ కంపెనీ డైరెక్టర్ వివాహానికి దిగ్విజయ్ సింగ్ హజారు కాగా, సుశీల్ కుమార్ షిండే తన సొంత మనవరాలి వివాహంలో వివాదాస్పద పారిశ్రామికవేత్తతో కలిసి ఫోజులిచ్చారు. తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అదానీలు, అంబానీలు ఇద్దరితోనూ ఒప్పుదాల కోసం వెంటపడుతున్నారు. కాంగ్రెస్ మిత్ర పక్ష ఎంపిలైన సుప్రీయా సులే, మహమూ మొయిత్తా బిజెపి ఎంపి కంగనా రనౌత్‌తో కలిసి మాజీ కాంగ్రెస్ సభ్యులు, బిజెపి ఎంపి నవీన్ జిందాల్ కుమార్తె వివాహంలో బాలీవుడ్ పాట ‘దీవాంగి దీవాంగి’కి వేదికపై స్పృశ్యం చేశారు. తాజాగా బీహార్‌లో ఇండియా కూటమి ఘోర చైఫ్‌ల్యానికి రాహుల్ గాంధీ కారణం అంటూ ఆరేజెడి నేత తేజస్వి యాదవ్ బహిరంగంగానే ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు మలికార్జున్ ఖర్గే అయితే ఎన్నికల తర్వాత సోనియా గాంధీని కలిసి రాహుల్ వ్యవహారంపై తీవ్ర అసంతృప్తి వ్యక్తం చేస్తూ కొడుకును మందలించమని కోరినట్లు తెలుస్తోంది. హర్యానా, మహారాష్ట్ర ఎన్నికల సందర్భంగా కూడా రాహుల్, ఆయన చుట్టూ ఉన్న బృందం దుందుడుకు చర్యల కారణంగానే కాంగ్రెస్‌తో పాటు, మిత్రపక్షాలు సప్తహోయస్పట్ల ఖర్గే స్పష్టం చేస్తున్నారు. అరవింద్ కేజ్రీవాల్ వంటి వారిని ఎంతో కష్టపడి ‘ఇండియా కూటమి’ లోకి తీసుకు వస్తే వెళ్లిపోయేటట్లు చేశారని కూడా వాపోతున్నారు. తాజాగా కాంగ్రెస్ లో జాతీయ స్థాయి నాయకత్వ సంక్షోభాన్ని ఎత్తిచూపినందుకు ఒడిశాలో పార్టీ సీనియర్ నేత మోహన్‌మూర్తి మోహిమ్‌ను ‘పార్టీ వ్యతిరేక కార్యకలాపాల’ కారణంగా పార్టీ నుండి బహిష్కరించారు. పార్టీ పునరుజ్జీవనం కోసం ‘లోతైన నిర్వాణాత్మక, సంస్థాగత, సైద్ధాంతిక పునరుద్ధరణకు పిలుపు ఇవ్వడంతో పాటు ఖర్గే వంటి వృద్ధతర నేతలను పక్కన వేల్చి ప్రియాంకకు జాతీయ నాయకత్వం ఇవ్వాలని సూచిస్తూ నేరుగా సోనియా గాంధీకి లేఖరాయడం సహజంగానే పార్టీ నాయకత్వానికి ఆగ్రహం కలిగించింది. పార్టీ తనపై చర్య తీసుకుంటుందని తెలిసి కూడా మోహిమ్ ఉద్దేశపూర్వకంగానే ఆ విధమైన విమర్శలు చేశారని పార్టీ వర్గాలు భావిస్తున్నాయి. ‘కాంగ్రెస్ నాయకుడు రాహుల్ గాంధీ ఎప్పుడూ ‘దారో మతో’ అని అంటారు. పార్టీని ప్రభావితం చేసే సమస్యలను ఎత్తిచూపుతూ సోనియా గాంధీకి లేఖ రాయడానికి నేను ఆయన నినాదం నుండి ప్రేరణ పొందాను. పార్టీ దానిని అంగీకరించలేదు. నన్ను కాంగ్రెస్ నుండి బహిష్కరించింది. నేను ఇంకేమీ చెప్పవద్దు’ అని మోహిమ్ తన బహిష్కరణ తర్వాత నిస్సహాయతను వ్యక్తం చేశారు. సోనియా గాంధీకి రాసిన తీవ్రమైన లేఖలో, మోహిమ్ తప్పుడు నాయకత్వం ఎంపికలు, అగ్ర నాయకత్వం- కార్యకర్తల మధ్య దూరం పెరగడం, యువతతో కనెక్ట్ కాలేకపోవడం కారణంగానే కాంగ్రెస్ వరుసగా దెబ్బలు తింటున్నట్లు వివరించారు. పలు రాష్ట్రాల్లో పార్టీ ఇటీవల జరిగిన ఎన్నికల పరాజయాలపై, మోహిమ్ మాట్లాడుతూ ‘లోతైన సంస్థాగత డీన్‌కనెక్ట్’ ని ప్రతిబింబిస్తుందని పేర్కొన్నారు. మలికార్జున్ ఖర్గే (83) వయస్సును ఉదహరిస్తూ ఆయన నాయకత్వాన్ని మోహిమ్ ప్రశ్నించారు. రాహుల్ గాంధీని మూడు సంవత్సరాలుగా కలవడానికి తాను చేసిన విఫల ప్రయత్నాన్ని కూడా మోహిమ్ ఈ సందర్భంగా ఎత్తి చూపారు. అందుకు అడ్డుగా నిలబడుతున్న కాంగ్రెస్ ప్రధాన కార్యదర్శి కెసి వేణుగోపాల్ తనకు ఇష్టమైన వారిని తప్ప దగ్గరకు రానీయడంలేదని విమర్శించారు. శశిధరూర్ వంటి నాయకులు దూరంగా ఉండడానికి సైతం వేణుగోపాల్ వంటి వారనే అభిప్రాయం బలపడుతుంది. అటువంటి నేతలతో రాహుల్ నేరుగా చర్చించే ప్రయత్నం చేయకపోవడం పార్టీ నాయకత్వంలో అగాధాన్ని పెంచుతుంది. రాహుల్ గాంధీని కలిసేందుకు సుదీర్ఘకాలం ప్రయత్నించి, విఫలమైన ప్రస్తుత అస్సాం ముఖ్యమంత్రి హేమంత్ బిస్వా శర్మ కాంగ్రెస్ నుండి బిజెపిలో చేరారు. పంజాబ్ మాజీ ముఖ్యమంత్రి కెప్టెన్ అమరీందర్ సింగ్ సైతం కాంగ్రెస్ ధోరణితో విసుగు చెందే పార్టీకి దూరం అయ్యారు. ప్రజలతో సంబంధం లేని నాయకులను దగ్గరకు చేర్చుకుని, ప్రజలను ప్రభావితం చేయగల వారిని దూరంగా పెడుతూ ఉండటం కారణంగానే కాంగ్రెస్ రాజకీయంగా భారీ మూల్యం చెల్లించాల్సి వస్తుందనే వాస్తవాన్ని గ్రహించలేకపోతున్నారు.

అసమాన్యుడు పొట్టి శ్రీరాములు

ఆంధ్ర రాష్ట్ర ఏర్పాటు విషయం ప్రస్తావనకు వస్తే, అమరజీవిగా ప్రాచుర్యం పొందిన పొట్టి శ్రీరాములు అమరణ దీక్ష గుర్తుకు రాక మానదు. 1952 డిసెంబర్ 19న భారత తొలి ప్రధాని పండిట్ నెహ్రూ ఆంధ్ర రాష్ట్ర ఏర్పాటు గురించి పార్లమెంట్ లో ప్రకటన చేశారు. ఈ విషయం గురించి మననం చేసు కోవాలంటే పొట్టి శ్రీరాములు ఆత్మార్పణం చేసుకున్న నేపథ్యం గురించి తెలుసుకోవాల్సిన అవసరం అనివార్యం. మహాత్మా గాంధీ వ్యక్తిత్వానికి ప్రభావితమై, ఉద్యోగం వదిలి దాదాపు రెండు దశాబ్దాలు శ్రీరాములు సన్నిహితంగా మెదిలి, జాతిపిత అహింస సిద్ధాంతాన్ని విశ్వసించి, పలుమార్లు ఆచరించి.. విజయం సాధించారు. వివిధ రాష్ట్రాల్లో సత్యాగ్రహ ఉద్యమాలు చేస్తూ జైలుకెళ్లిన శ్రీరాములు బీహారు వంటి రాష్ట్రాల్లో కూడా సేవలు చేశారు. అనంతరం నెల్లూరులో దళితులకు ఆలయ ప్రవేశం, అస్పృశ్యత నివారణ మొదలైన వాటికోసం ప్రచారం, నిరాహార దీక్షలు చేసి విజయం సాధించారు. ఆంధ్ర రాష్ట్రం కోసం చేసిన 58 రోజుల అమరణ దీక్షకు ముందు శ్రీరాములు ఐదు సార్లు నిరాహార దీక్షలు చేశారు. 1952 సెప్టెంబర్ 15వ తేదీన శ్రీరాములు నెల్లూరు నుంచి భాగవతుల లక్ష్మీ నారాయణకు ఒక లేఖ రాశారు. అందులో.. “ఆంధ్ర రాష్ట్ర సమస్య అనేక మందికి, అనేక పార్టీలకు, అనేక అభిప్రాయాలకు, అనేక భావాలకు అనేక రకాలుగా పుట్టిల్లు అయ్యింది. ప్రతి ఒక్కరి స్వార్థమూ వేర్వేరుగా ఉంది. ప్రత్యక్ష ఆర్థిక లాభాలున్నాయి. కాబట్టి అందరూ పరమార్థ దృష్టితో ఆలోచిస్తే తప్ప ఏకాభిప్రాయానికి రాలేరు. అధికారంలో ఉన్న మహా నాయకుల దృష్టి మార్చాలంటే సామాన్యం కాదు. ఇందుకు ఒక్కటే మార్గం కనబడుతోంది. నిష్కామ దృష్టితో, ద్వేష రహితంగా, నిశ్చింతగా ప్రాణాలర్పించటమే. ఇక ఈ సమస్యను ఉపేక్షించటం పాపమని నిన్నే (1952 సెప్టెంబర్ 14) అనిపించింది”. స్వామి సీతారాం అక్టోబర్ 2వ తేదీన శ్రీరాములుకు తన స్పందన తెలియజేస్తూ లేఖ రాశారు. ఆ లేఖకు శ్రీరాములు స్పందిస్తూ, ప్రజాభిప్రాయాన్ని అమలు జరపడమే పండిట్ నెహ్రూ వంతు” అని పేర్కొన్నారు. 1952 అక్టోబరు 19వ తేదీన తన దీక్ష ప్రారంభించడానికి ముందు పత్రికలకు శ్రీరాములు ఒక ప్రకటన విడుదల చేశారు. అందులో.. “మద్రాసు నగర భవిష్యత్తు విషయమై మద్రాసు పౌరుల్లో ఏకాభిప్రాయం సాధించడానికి తీవ్రమైన కృషి జరగాలి” అని పేర్కొన్నారు.దీక్షకు ఐదు రోజుల ముందు



మద్రాసు పౌరులకు చేసిన విజ్ఞప్తిలో ఆయన ఇలా పేర్కొన్నారు.. “ఆంధ్ర రాష్ట్రం ఏర్పాటు చేయాలని తగినంత ప్రచారం, ఆందోళన, లెక్కల సేకరణ మొదలైనవి ఇప్పటికే జరిగాయి. 1916లోనే ఆంధ్రోద్యమ ప్రచారం ముమ్మరం కావటంతో ప్రత్యేకాంధ్ర రాష్ట్ర స్థాపన సమస్య అందరి దృష్టినీ ఆకర్షించింది. దానివలన కలిగిన తక్షణ ఫలితం అనిబిసెంటు అధ్యక్షతన 1917 డిసెంబరులో కలకత్తాలో జరిగిన కాంగ్రెస్ మహాసభలో ప్రత్యేక ఆంధ్ర రాష్ట్ర కాంగ్రెసు సంఘాన్ని ఏర్పాటు చేయడం. ‘ఆ రాష్ట్ర కాంగ్రెసు సంఘం మదరాసు నగరం మీద తక్కిన మదరాసు రాష్ట్ర కాంగ్రెసు సంఘంతో సమానంగా హక్కు కలిగి ఉంటుంది అని ఒక తీర్మానం కూడా ఆ సందర్భంగా ఆమోదించబడింది. ఆయన దీక్షను చేపట్టాక,

విరమించడానికి రెండు షరతులు పేర్కొన్నారు...1) మద్రాసు నగర భవిష్యత్తు విషయమై మద్రాసు పౌరుల్లో ఏకాభిప్రాయం ఏర్పడటం. 2) భారత ప్రభుత్వం రాజ్యాంగం లోని 3వ ఆర్టికల్ కింద ఆంధ్ర రాష్ట్రాన్ని ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు ప్రకటించటం. శ్రీరాములు ఒక సందర్భంలో.. “నేను చచ్చిపోవాలని చెయ్యడం లేదు. మనకు న్యాయమైన హక్కు ఉన్నదనటం కోసం చేస్తున్నాను. అదివస్తే సంతోషిస్తాను. రాకపోతే చచ్చిపోతాను. నేను పోతే దీన్ని సాధించటానికి ఎవరికైనా అవకాశం ఉండవచ్చు” అన్నారని (ఆంధ్ర పత్రిక: 18 డిసెంబర్ 1952)లో పేర్కొన బడింది. ప్రకాశం పంతులు మాటల్లో చెప్పాలంటే.. “ఉపవాసం చెయ్యడానికి ఎవ్వరూ స్థలం ఇవ్వకపోతే అట్టలు కట్టుకొని, వీధుల్లో తిరిగి ప్రాణాలైనా అర్పిస్తానన్న పట్టుదల గల మనిషి శ్రీరాములు”. ఆయనకు ఆశ్రయం ఇచ్చేందుకు బులుసు సాంబమూర్తి ముందుకు వచ్చారు. పొట్టి శ్రీరాములు 1952 అక్టోబర్ 19వ తేదీన బులుసు సాంబమూర్తి ఇంట్లో అమరణ దీక్ష ప్రారంభించారు. 1952 అక్టోబర్ 19వ తేదీ నుంచి డిసెంబర్ 15వ తేదీ వరకు అమరణ నిరాహార దీక్ష చేశారు. మద్రాసు లేకుండా ప్రత్యేక ఆంధ్ర రాష్ట్రాన్ని ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు డిసెంబర్ 19వ తేదీన లోక్‌సభలో ప్రధాన మంత్రి జవహర్‌లాల్ నెహ్రూ ప్రకటించారు. ఈ మేరకు వాంఛా కమిటీని ఏర్పాటు చేశారు. 11 జిల్లాలు, బళ్ళారి జిల్లాలోని 3 తాలూకాలు ఇందులో భాగంగా ఉంటాయని ప్రకటించారు. (శ్రీకాకుళం, విశాఖపట్నం, తూర్పు గోదావరి, పశ్చిమ గోదావరి, కృష్ణా, గుంటూరు, నెల్లూరు, చిత్తూరు, కడప, అనంతపురం, కర్నూలు జిల్లాలతో పాటు, బళ్ళారి జిల్లాలోని రాయదుర్గం, ఆదోని, ఆలూరు తాలూకాలను కలుపుకుని 1953 అక్టోబర్ 1వ తేదీన కర్నూలు రాజధానిగా ఆంధ్ర రాష్ట్రం ఏర్పడింది. బళ్ళారి జిల్లాలోని బళ్ళారి తాలూకాను ఎల్.ఎస్ మిశ్రా సంఘం నివేదిక ననుసరించి మైనూరు రాష్ట్రంలో కలిపేసారు. 1937 నాటి బ్రిటాన్ ఒడంబడిక ననుసరించి కొత్త రాష్ట్రానికి కర్నూలు ముఖ్యపట్టణం అయింది. టంగుటూరి ప్రకాశం ముఖ్యమంత్రి అయ్యారు. సి.ఎం. త్రివేది గవర్నరు అయ్యారు. నెహ్రూ చేతుల మీదుగా జరిగిన ప్రత్యేక రాష్ట్ర ఏర్పాటుతో ఆంధ్రుల చిరకాల స్వప్నం ఫలించింది.

యేసుక్రీస్తును పరిచయం చేయడానికి పరిశుద్ధత కావాలి

రిజాయిన్ మినిస్ట్రీస్ ఫౌండర్, ధైవజనురాలు శోభిక సల్వాది

పరిశుద్ధుడైన దేవుడు తన పరిశుద్ధుడైన కుమారుణ్ణి పాపిష్టి మనిషికి బహుమానంగా ఇవ్వాలని తలచినప్పుడు తనకు పరిశుద్ధులు కావలసి వచ్చింది. పరిశుద్ధుడైన దేవుడు పురుషుణ్ణి ఎరుగని కన్యక గర్భాన మాత్రమే జన్మించాలి. కావున తనకు కన్యక కావలసి వచ్చినప్పుడు. దేవునికి కన్యక దొరికింది. ఆమె పేరు మరియ. ఆ క్రీస్తును పోషించడానికి, పెంచడానికి పరిశుద్ధుడైన ఓ యౌవనస్థుడు కావలసి వచ్చాడు. ఆ సమయంలో దేవునికి నీతిగా, యదార్థంగా జీవించే ఒక యౌవనస్థుడు దొరికాడు. అతని పేరు యోసేపు, లోక రక్షకుని లోకానికి పరిచయం చేయడానికి దేవునికి పరిశుద్ధులు కావలసి వచ్చినప్పుడు.. యోసేపు, మరియ తమ యౌవన ప్రాయంలో లోక మాలిన్యం అంటుకుండా తమియ్యును తాము పవిత్రంగా కాపాడుకున్నారు కాబట్టే దేవుని చిత్తంలో లోక రక్షకుని ఈ లోకానికి పరిచయం చేశారు. జాగ్రత్తగా గమనిస్తే...!! ఈ లోకానికి క్రీస్తును ఎవరు పరిచయం చెయ్యగలరు? లోకానికి క్రీస్తును పరిచయం చెయ్యగలిగేది త్రాగుబోతులు, తిరుగుబోతులు, అల్పకాల పాప భోగాలతో తమ ఇష్టానుసారముగా జీవించేవారు పరిశుద్ధుడైన క్రీస్తును ఈ లోకానికి పరిచయం చేయలేరు. కేవలం పరిశుద్ధులు మాత్రమే క్రీస్తును పరిచయం చేయగలరు. ఆనాడు యోసేపు, మరియ తమ యౌవన ప్రాయంలో నీతిగా, పరిశుద్ధముగా జీవించి లోకానికి క్రీస్తును పరిచయం చేసారు. ఈ రోజు ఆ క్రీస్తును నశించి పోతున్న వారికి పరిచయం చెయ్యడానికి పరిశుద్ధులు కావాలి. అటువంటి పరిశుద్ధులు ఇది చదువుతున్న వారిలో ఉన్నారా? వివాహం కాక మునుపు ఏ అబ్బాయికి లేదా అమ్మాయికి నా శరీరాన్ని అప్పగించలేదు అని ధైర్యంగా చెప్పగలిగే వారు ఉన్నారా? నా భర్త లేదా నా భార్య తప్ప నన్ను ఇప్పటివరకు ఏ పరపురుషుడు లేదా ఏ పర స్త్రీ



నన్ను ముట్టలేదు అని చెప్పగలరా? అటువంటి జీవితాన్ని జీవిస్తున్నారా? యోసేపు జీవితాన్ని పరిశీలిస్తే మరియ పరిశుద్ధాత్మ ద్వారా గర్భవతి అయినదని తెలుసుకొనినప్పుడు యేసుక్రీస్తు పుట్టేంతవరకు అతడు మరియను తాకనే తాకలేదు. నీతిగా జీవించాడు. కానీ ఈ రోజుల్లో అనేకమంది అబ్బాయిలు పెళ్లి కాకముందే అమ్మాయిలతో నీచమైన పనులు చేస్తున్నారు. పెళ్లి కాకముందే ప్రేమ ప్రేమ అని చెప్తూ తమ శరీరాన్ని పాడుచేసుకుంటున్న యౌవనస్థులు అనేకమంది ఉన్నారు. ఈ విధంగా తమ శరీరాన్ని మలినం చేసుకుంటున్న యౌవనస్థులను దేవుడు కోరుకోడు. దేవునికి కావలసింది మరియ వంటి అమ్మాయిలు, యోసేపు వంటి నీతిమంతులు ఇది చదువుతున్న వారిలో ఏ పాపమునకు తావు ఇవ్వకుండా, లోకము నన్ను ఎంగిలి చెయ్యకుండా పరిశుద్ధంగా నన్ను నేను కాపాడుకుంటున్నాను అని చెప్పగలిగే అమ్మాయిలూ, అబ్బాయిలూ ఉన్నారా? ఉంటే అటువంటి వారినే దేవుడు కోరుకుంటున్నాడు. కేవలం వారు మాత్రమే క్రీస్తును లోకానికి పరిచయం చెయ్యగలరు. సోదరా.. సోదరి.. దేవుడు క్రీస్తును లోకానికి పరిచయం చేయడానికి పరిశుద్ధులను

వెతుకుచున్నాడు కాబట్టి, పరిశుద్ధతను కాపాడుకుందాం ... యెహూవా దృష్టి నీతిమంతులమీద నున్నది. ఆయన చెవులు వారి మొరలకు ఒగ్గియున్నవి” (క్రీస్త 34:15) “మనము భక్తిహీనతను, ఇహలోక సంబంధమైన దురాశలను వినర్జించి, శుభప్రదమైన నిరీక్షణ నిమిత్తము అనగా మహా దేవుడును మన రక్షకుడునైన యేసుక్రీస్తు మహిమ యొక్క ప్రత్యక్షత కొరకు ఎదురుచూచుచు, ఈ లోకములో స్వబుద్ధితోను నీతితోను, భక్తితోను బ్రదుకుచుండవలెనని మనకు బోధించుచున్నది” (తీతుకు 2:12,13)



రిజాయిన్ మినిస్ట్రీస్ ఫౌండర్, ధైవజనురాలు శోభిక సల్వాది



ఈ రోజుల్లో చాలా మంది ఫిట్‌నెస్ పట్ల అవగాహన కలిగి ఉన్నారు. అందుకే చాలా మంది ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని తీసుకోవటం అలవాటు చేసుకుంటున్నారు. ఇందులో భాగంగా కొందరు తమ రోజువారీ ఆహారంలో మొలకెత్తిన ధాన్యాలను చేర్చుకోవడం అలవాటు చేసుకుంటున్నారు. మొలకలు ఆరోగ్యానికి చాలా ప్రయోజనకరం. అవి శరీరానికి శక్తిని అందిస్తాయి. శరీర రోగనిరోధక శక్తిని బలోపేతం చేస్తాయి. మీరు వాటిని అల్పాహారం, సలాడ్లు, సూప్లు లేదా ఆరోగ్యకరమైన చిరుదండీగా కూడా తినవచ్చు. మొలకెత్తిన గింజలను ఉదయాన్నే తినడం వలన రెడ్డింపు లాభాలు ఉన్నాయి. మొలకలు విటమిన్లు, ఖనిజాలు, యాంటీఆక్సిడెంట్లతో సమృద్ధిగా ఉండే పోషకాల నిధి. అవి జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడానికి, రోగనిరోధక శక్తిని బలోపేతం చేయడానికి సహాయపడతాయి. మీరు మీ ఆహారంలో ఆరోగ్యకరమైన, పోషకమైన ఆహారాన్ని చేర్చాలనుకుంటే మొలకలను సలాడ్స్‌గా, స్ట్రెస్‌గా వీటిని తీసుకోవచ్చు. మొలకెత్తిన చిడికెడు ఉప్పు, నిమ్మరసం, స్ట్రెస్‌గా చేసుకుని తినవచ్చు. మొలకలు యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్ ఎ సమృద్ధిగా ఉండటం వలన విటమిన్ సి, ఈ మరియు యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఫైబర్, ప్రోటీన్ సమృద్ధిగా ఉన్నట్లు తినడం వలన కడుపు నిండుగా అనివిస్తుంది. దీని వలన ఉంటుంది. ఫైబర్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉండే తినడం వలన గుండె ఆరోగ్యం మెరుగుగవుతుంది. ఫైబర్, ఎంజైమ్ మొలకెత్తిన గింజలు తినడం వలన జీర్ణకక్తి పెరుగుతుంది. మొలకెత్తిన చిత్తనాల్లో పెసలు, శనగలు, పల్లెలు, మెంతులు, ధాన్యాలు ఆరోగ్యకరమైన, రుచికరమైన ట్రైక్‌ఫాస్ఫేట్ అవుతున్న పోషకాలతో సమృద్ధిగా ఉన్న మొలకలు మీ ఆరోగ్యం ఉంటాయి. వాటిని మరింత ఉల్లిపా

గుప్పెడు మొలకెత్తిన
గింజలు తింటే
శరీరంలో జరిగే
మార్పులు!



పంటి పదార్థాలను కూడా యాదే చేసుకోవచ్చు. మొలకలు రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి. ఇనుము, రాగితో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. మొలకలు తినడం వల్ల గ్లూటెన్ కు సున్నితంగా ఉండే వ్యక్తులకు ప్రయోజనకరం. కేలరీలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. ఫైబర్ అధికంగా ఉండటం వల్ల ఇవి బరువు తగ్గడానికి సహాయపడతాయి. మొలకలు యాదే ఆక్సిడెంట్లతో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలోని విషవృద్ధాలను బయటకు పంపడంలో సహాయపడతాయి. మలబద్ధకం, కడుపు సమస్యలను నివారిస్తాయి. మొలకలు ఓమీగా-3 కొవ్వు అమ్లాలకు గొప్ప మూలం. ఇవి గుండెకు చాలా ప్రయోజనకరం. హృదయ నలబద్ధ వ్యాధులు, అధిక క్రూరీలు, గుండెపోటు ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. ఇవి కాలెస్ట్రాల్ స్థాయిను నియంత్రించడంలో కూడా సహాయపడతాయి. మొలకలలో విటమిన్ ఎ

పుష్పలంగా ఉంటుంది. ఇది కంటి చూపును మెరుగుపరుస్తుంది. మొలకలలో ఉండే యాంటీకీటికెంట్లు కంటి కణాలను శ్రీ రాధికల్స్ నుండి రక్షించడం ద్వారా వాటిని దెబ్బతినకుండా కాపాడతాయి. రక్తహీనత ఉన్న రోగులు మొలకలు తినిాలి. ఎందుకంటే వాటిలో ఇనుము పుష్పలంగా ఉంటుంది. అంతేకాకుండా, అవి ఎర్ర రక్త కణాల సంఖ్యను బాగా నిరస్థాపించడానికి సహాయపడతాయి.

బాదం పప్పును

ತಾಂತ್ರಿಕ ಪಾಟುಗಾ ತಿಂಟುನ್ನಾರಾ?

బాదం తొక్కతో పాటు తినాలా, లేక తొక్క తీసి తినాలా అనే సందేహం చాలా మందిలో ఉంది. నిపుణుల ప్రకారం, బాదం తొక్కలలో యూదీఆక్సిడెంట్లు, ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తాయి, బరువు తగ్గడంలో సహాయపడతాయి. కానీ చాలా సార్లు తినబడిన 5-7 బాదంపప్పులను ఉదయం భోజీ కడుపుతో, తొక్కతో సహా బాగా నమిలి తినడం వల్ల గుండె ఆరోగ్యానికి, ఎముకల బలానికి ఎన్నో ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి. బాదం తొక్కలలో యూదీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరానికి అనేక వ్యాధుల నుండి ఉపశమనం కలిగించడంలో సహాయపడతాయి. అందుచే బాదం పప్పు తోకాల్సినా తినాలి చాలా ప్రయోజనకరంగా భావిస్తారు. కానీ బాదం తొక్కతో పాటు తినాలా..? లేదంటే తొక్క తీసేసి తినాలా..? అని చాలా మంది సందేహం వ్యక్తం చేస్తున్నారా? కలిపి తినడం వల్ల ఎక్కువసేపు కడుపు నిండుగా బరువును నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. బాదం అధికంగా ఉంటుంది. మంచి మొత్తంలో ఫైబర్ ఉంటుంది. జీర్ణక్రియను నిర్దుష్టంచడంలో చాలా సహాయకారిగా ఉంది. ప్రతినోటి ఒకటి వాడకండి, ముగసనీ రోజు తినండి. కడుపుతో బాదంపప్పు తినడం వల్ల చాలా ప్రయోజనాలు



పాడిని త్వరగా మింగేయకుండా బాగా నమలి తినాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు. బాదంపప్పులో ఉండే ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. రోజూ బాదం తినడం వల్ల చెడు కొలెస్ట్రాల్ తగ్గుతుంది. గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. అంతేకాదు.. బాదం పప్పులో కాల్షియం, మెగ్నీషియం, భాస్వరం పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి ముకులన బలోపేతం చేయడంలో సహాయపడతాయి. ఫైబర్ అధికంగా ఉండే బాదం జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచుతుంది. అవి వుబుబద్ధం నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తాయి. పేగులను శుభ్రంగా ఉంచుతాయి.

రాత్రి మిగిలిన చపాతీలు ఉదయం తింటే ఆరోగ్యమా?

రాత్రి మిగిలిపోయిన చపాతీలు పారేయకుండ్! ఆయుర్వేదం ప్రకారం ఉదయం నన్నె రొ తినడం ఆరోగ్యానికి ఎంతో మంచిది. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది, రక్తంలో చక్కె న్నాయిలను నియంత్రిస్తుంది. బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి, అధిక పైబెట్ ఉండటం వ ఆకలిని తగ్గిస్తుంది. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచి, మలబద్ధకం, రక్తపోటు వంటి సమస్యల నుండి ఉపశమనం ఇస్తుంది. వేడి చేయకుండా తినడం మరింత ప్రయోజనకరం. చపాతీలు చాలామంది రోజువారీ ఆహారంలో తీసుకుంటూ ఉంటారు. మధ్యాహ్న భోజనం అయిన రాత్రి భోజనంలో కూడా కొందరు ఆరోగ్య రీత్యా చపాతీలు తింటారు. చాలా సార్లు రా న్నమయంలో కొన్ని చపాతీలు మిగిలిపోతాయి. కొందరు వాటిని బయట పారవేస్తారు. లేదా ఎక్కువైనా తింటారు ఉంటారు. కానీ వాటిని ఉదయం తింటే మంచిదని ఆయుర్వేదం చెబుతోంది... రాత్రి చేసిన చపాతీల్లో చాలా జీవద లక్షణాలు ఉన్నాయని అంటున్నారు. ఇ సరిరానికి మీలు చేస్తేవచ్చు. రాత్రి మిగిలిన చపాతీలు పోషకాలకు పవర్ బ్లస్ అంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు.



హార్వేన్ స్థాయిలో
హెచ్చుతగ్గులు
దేనికి సంకేతం?



**వీరికి బొప్పాయి వేరీ డేంజర్
ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ తినొద్దు!**



నీజనతో సంబంధం లేకుండా లభించే పండ్లలో బొప్పాయి ఒకటి. బొప్పాయిలో విటమిన్ ఎ, సి, ఇ, ఫోలేట్, మెగ్నీషియం, పొటాషియం, కాపర్ ఉంటుంది. వీటి వల్ల ఇమ్యూనిటీ పెరగడంతోపాటు ఆరోగ్యం అందుతుంది. ఇన్ని ఉపయోగాలున్న బొప్పాయి అందరికీ సరిపడదని మీకు తెలుసా..? అవును కొందరు బొప్పాయి జోలికి అన్నలు వెళ్లకూడదని అంటున్నారు. బొప్పాయిలో పప్టైన్ ఉంటుంది. బొప్పాయి తినడం వల్ల గర్భధారణ సమయంలో గర్భాశయంలో సంకోచాలు ప్రారంభమవుతాయి. ఇవి సమయానికి ముందే ప్రసవానికి కారణమవుతాయి. కొన్నిసార్లు గర్భస్రావానికి దూరాలిసీ ప్రమాదం ఉంది. ప్రస్తుత రోజుల్లో చాలా మంది లేటెక్స్ బెల్ట్ సమస్యతో బాధపడుతున్నారు. అలాంటి వారు బొప్పాయిని కూడా తింటే, ఒకవేళ తింటే అవకాశం వచ్చే అవకాశం ఉంది. దాంతో దద్దుర్లు, తుమ్మలు, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది , శరీరంలో వాపు వంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. బొప్పాయిలో విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటుంది కాబట్టి కస్టీల్స్ రాళ్లు ఉన్నవారు తినకపోవడం మంచిది. ఒకవేళ తింటే కిస్టీల్స్ రాళ్లు పరిమాణం మరింత పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది. కాబట్టి బొప్పాయి అవాయిడ్ చేయడం మంచిది. బొప్పాయి గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో సహకరిస్తుంది. అయితే ఏదైనా గుండె జబ్బుతో బాధపడేవారు మాత్రం బొప్పాయి తినకపోవడం మంచిది. ఎందుకంటే బొప్పాయిలో హృదయ స్పందనలు సక్రమంగా ఉండకుండా చేసే కొన్ని పదార్థాలు ఉంటాయి. బొప్పాయి ముగ్గ రోగులకు ఎంతో ఉపయోగకరం. అయితే చక్కెర ఉన్న తక్కువగా ఉన్నవారు లేదా హైపోగ్లీసిమియాతో బాధపడుతున్నవారు వైద్యుడి సలహాతో బొప్పాయిని తినాలి. ఎందుకంటే ఇది గ్లూకోజ్ స్థాయిని తగ్గిస్తుంది. అల్బర్ట్ ఉన్న పుక్తులు బొప్పాయి తింటే దురద, తుమ్మలు, శ్వాస సమస్యలు ఎదురొనవచ్చు. డైర్యాల్స్ సమస్యలున్న వారు ఉన్న కూడా బొప్పాయి తినకపోవడమే బెస్ట్ ఆప్షన్. కిస్టీల్స్ రాళ్లు ఉన్న వారు బొప్పాయి ఎక్కువగా తినడం హానికరం కావచ్చు.

ఆధునిక జీవనశైలిలో పని ఒత్తిడి, కుటుంబ సమస్యలు, ఆర్థిక ఇబ్బందుల వల్ల ఒత్తిడి అనేది ప్రతి మనిషి జీవితంలో ఒక భాగమైపోయింది. అయితే, ఈ ఒత్తిడి కలిగినప్పుడు మన శరీరంలో 'కార్టినాల్' అనే హార్మోన్ విడుదలవుతుంది. ఆధునిక జీవనశైలిలో పని ఒత్తిడి, కుటుంబ సమస్యలు, ఆర్థిక ఇబ్బందుల వల్ల ఒత్తిడి అనేది ప్రతి మనిషి జీవితంలో ఒక భాగమైపోయింది. అయితే, ఈ ఒత్తిడి కలిగినప్పుడు మన శరీరంలో 'కార్టినాల్' అనే హార్మోన్ విడుదలవుతుంది. దీనిని సాధారణంగా 'స్ట్రెస్ హార్మోన్' అని పిలుస్తారు. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో శరీరం స్పందించడానికి ఇది అవసరమే అయినప్పటికీ, దీర్ఘకాలం పాటు ఈ హార్మోన్ స్థాయిలు రక్తంలో ఎక్కువగా ఉంటే అది ఒక నిశ్శబ్ద హంతకీలా మారుతుంది. మీ శరీరంలో మీకు తెలియకుండానే కొన్ని మార్పులు వస్తున్నాయంటే, అది కార్టినాల్ పెరుగుదలకు సంకేతం కావచ్చు. శరీరంలో కార్టినాల్? స్థాయి పెరిగిందని ఎలా తెలుస్తుంది? కార్టినాల్ పెరిగినప్పుడు అది శరీర మెటబాలిజంపై దాడి చేస్తుంది. దీనివల్ల ఎంత తక్కువ తిన్నా, ఎంత వ్యాయామం చేసినా బరువు పెరుగుతూనే ఉంటారు. ముఖ్యంగా పొత్తికడుపు భాగంలో కాళ్ళు ఎక్కువగా పేరుకుపోతుంది. దీనిని వైద్యపరిభాషలో 'స్ట్రెస్ బెల్లి' అంటారు. అలాగే ముఖం ఉబ్బినట్లుగా కనిపిస్తుంది. అంతేకాకుండా, కార్టినాల్ ప్రభావం వల్ల నిద్రలేమి సమస్య వేధిస్తుంది. రాత్రిపూట ఎంత ప్రయత్నించినా నిద్ర రాకపోవడం, ఉదయాన్నే లేకపోతే తీవ్రమైన నీరసం, అలసటగా అనిపించడం దీని ప్రధాన లక్షణం. చర్మంపై ముడతలు రావడం, గాయాలు త్వరగా మానకపోవడం కూడా కార్టినాల్ అధికంగా ఉండడదానికి లక్షణాలు. కార్టినాల్‌ను అదుపులో ఉంచుకోవడానికి జీవనశైలిలో మార్పులు తప్పనిసరి. ప్రతిరోజూ కనీసం 15 నుంచి 20 నిమిషాల పాటు ధ్యానం చేయడం వల్ల మనసు ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. కెఫెన్ అధికంగా ఉండే కాఫీ, టీలను తగ్గించి, గ్రీన్ టీ లేదా హెర్బల్ టీలను ఎంచుకోవాలి. మెగ్నీషియం, విటమిన్-బి పుష్కలంగా ఉండే ఆహారం తీసుకోవాలి. అనుబంధితంగా ప్రతిరోజూ రాత్రి కనీసం 8 గంటల గాధ నిద్ర. మనసును ఉల్లాసంగా ఉంచుకునేందుకు మనసుకు ఇష్టమైన హాబీలను అలవాటు చేసుకోవాలి. ఇలా చేయడం వల్ల హార్మోన్ల సమతుల్యత దెబ్బతినకుండా ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది.

બિઝિનેસ

స్వయంకృషి సంపదలో బీపిందర్ టాప్

రూ. 2.20 లక్షలు దాటిన వెండి

ఒకరోజు గ్యాప్ తర్వాత వెండి
ధరలు మరోసారి రికార్డు
గరిష్టాలకు చేరాయి. అంతర్జాతీయ
పరిణామాలు బలంగా ఉండటం,
సరఫరా అందోళ్ళనలు కొనసాగడం,
మచ్చే ఏడాది అమెరికా ఫెడ్ నవ్వీ
రేట్లను తగ్గిస్తుందనే అంచనాల
మధ్య ధరలు అమాంతం
ఊపందుకున్నాయి. ముఖ్యంగా



ప్రవృత్తిబాధ ఒత్తితకు సంబంధించి ఇన్స్పెక్టర్లు గురువారం విడుదలయ్యే నవంబర్ నెల డేటా కోసం, శుక్రవారం వెలువడే వ్యక్తిగత వినియోగ వ్యయం డేటా కోసం ఎదురుచూస్తున్నవారు. క్రమంలో విలువ లోహాలపై దృష్టి సారించారు. ప్రపంచ వాణిజ్యంలో బంగారం కంటే బిరుదా వెండికి గిరాకీ ఎక్కువగా కనిపిస్తోందని మార్కెట్ విశ్లేషకులు తెలిపారు. దేశీయంగా కూడా గిరాకీతో పాటు మలాక్రమాకర వినియోగం పెరగడం వంటి పరిణామాలు వల్ల కార్యక్రమ లక్షల మార్పుకు చేరాయి. ఈ ఏడాదిలో ఇప్పటివరకు వెండి ధరలు రూ. 11,000 పెరిగి రూ. 12,222 లక్షల మార్పుకు చేరాయి. ఈ ఏడాదిలో ఇప్పటివరకు వెండి ధరలు రూ. 87,578 నుంచి పెరిగి రూ. 1,18,533 లేదా 135.34 శాతం పెరిగాయి. మరోవైపు, గోల్డ్ ఫ్యూచర్స్ సానుకూలంగా ప్రారంభమవుతున్నదీ, ఆ తర్వాత తగ్గుముఖం పట్టాయి. బుధవారం బంగారం ధరలు స్వల్పంగా పెరిగాయి. బలియన్ మార్కెట్లో స్వస్థమైన పది గ్రాముల బంగారం రూ. 650 పెరిగి రూ. 1,34,510 వద్ద ఉన్నాయి. ఆధారణల తరువాత సాదే 22 క్యూరిల్ల వేసిడి 10 గ్రాముల రూ. 600 పుంజుకుని రూ. 1,23,300కి చేరాయి. అంతదాటించి మార్కెట్లలోపా సా ఫిబ్రవరి డెలివరీ సంబంధించిన కామెక్స్ గోల్డ్ ఫ్యూచర్స్ 13.1 డాలర్లు పెరిగి, ఔస్న్స్ 4,345.1 డాలర్లకు చేరుకున్నాయి.

ಬಯೋಮೆಟ್ರಿಕ್ ವಿಧಾನంలో

యూపీఐ చెల్లింపులు ప్రారంభించిన అమెజాన్



ప్రముఖ ఈ-కామర్స్ దగ్గజం అమెజాన్ పేమెంట్ విభాగం అమెజాన్ పే డేరీయూ మార్కెట్ప్లేస్ కొత్త ఫీచర్ను ప్రారంభించింది. దీని ద్వారా వినియోగదారులు ప్రతిసారి యూపీఐ పిన్ నంబర్ ఎంటర్ చేయడానికి బదులుగా ఫింగర్ప్రింట్ లేదా ఫేస్ స్కాన్ ద్వారా యూపీఐ చెల్లింపులు చేయవచ్చు. దీనిద్వారా కస్టమర్లు తమ ఫోన్లోనే బయోమెట్రిక్ వెరిఫికేషన్ ద్వారా దబ్బులు బదిలీ చేయడం, స్మార్ట్లో చెల్లింపులు, అమెజాన్లో ఉత్పత్తులను కొనుగోలులు చేయవచ్చు. ఈ ఫీచర్ను ఉపయోగించి చెల్లింపులను వేగంగా, సురక్షితంగా చేయవచ్చని కంపెనీ తెలిపింది. లావాదేవీల కోసం పిన్ కోడ్ను గుర్తుంచుకోవాల్సిన అవసరంలేకుండా ఉండదని కంపెనీ స్పష్టం చేసింది. గతంలో, ఎవరైనా పిన్ నంబర్ను దొంగిలెత్తితే బాధితుడికి తెలియకుండానే చెల్లింపులు చేసే అవకాశం ఉండేది. అయితే, అలాంటివిమీదటి సారి జరగవని వెల్లడించింది. ఫేస్, ఫింగర్ప్రింట్ ప్రామాణీకృత సురక్షితమైన కీగా పనిచేసేలా చెల్లింపులు చేయవచ్చు. అయితే, కొత్త బయోమెట్రిక్ ఫీచర్ను ఉపయోగించేవారు రూ. 5,000 వరకు లావాదేవీలనే చేయగలరని, అధిక లావాదేవీలకు అప్రోచ్ చేయవచ్చని కంపెనీ తెలిపింది.

స్వయంకృషి సంపాదనలో జోహూతో మాతృసంస్థ ఎటెర్నల్ నిజజ్ఞ దీపిందర్ గోయల్ ఆగ్రస్థానంలో నిలిచారు. మారుమర్ల జంబియాలో టూప్ 200 స్వయంకృషి టెక్నోసాపేక్షివేత్తలు 2025 జూలైతోలో అనేకత అనేకత రాధాక్రిష్ణన్ దమనని వెక్కి నెట్టి దీపిందర్ మొదటి స్థానంలోకి వచ్చారు. 25 సెప్టెంబర్ 2025 నాటికి సంపద ఆధారంగా ఐడిఎస్సి ఫస్ట్ ప్రయవేలు, మారుమర్ల జంబియా టూప్-200 వ్యాపారవేత్తల జూలైతో-2025ను బుధవారం విడుదల చేసింది. బిలియన్ డాలర్ల కంపెనీగా (దాదాపు రూ.9వేల కోట్లు) ఏర్పాటు చేసిన స్వయంకృషికి ప్రైవేట్ను వ్యాపారవేత్తల సంఖ్య గతేడాది 121గా ఉంటే.. ఈ ఏడాది 128కి పెరిగింది. ఈ జూలైతోలో చోటు దక్కించుకున్న నాటిలో 52 కంపెనీలు బెంగళూరు ప్రధాన కేంద్రంగా ఉన్నాయని నివేదిక పేర్కొంది. రిహ్మాన్ ప్రకారం, జిహూలోకు చెందిన ఎటెర్నల్ రూ.3.2 లక్షల కోట్లు మార్కెట్ విలువను సాధించింది. ఏడాదిలో 27 శాతం వృద్ధిని సమూహ చేరింది. దీపిందర్ తొలిసారి స్థానం దక్కించుకోగా..

జామాదో దేశభక్తులుగా 800 నగరాల్లో సేవలందిస్తుందని నివేదిక వెల్లడించింది. పోటీ కంపెనీ స్వర్గ్ సహా వ్యవస్థాపకుడు శ్రీచంద్ర మూజేబీ, నందం రెడ్డి ఈ జాబితాలో ఐదో స్థానంలో ఉన్నారు. ఉమ్మడి, గతేడాదిలో పోలిస్స్ 5 శాతం వద్ద చెందింది. దమానీకి చెందిన అవెన్యూ సూపర్మార్కెట్ వద్దకు విలువ ఏడాదిలో 13 శాతం తగ్గి రూ.3 లక్షల కోట్లకు పరిమితమయ్యింది. ఇటీవల తీవ్ర వివాదస్పదమైన ఇండిగో ఎయిర్లైన్స్కు కూ చెందిన వ్యవస్థాపకులు రాహుల్ భాటియా, రాజ్ కి గంగూల్ వారున్న స్వయంశాసన జాబితాలో తొలిసారి చేరుకుందక్కించుకున్నారు. ఇన్ఫర్మేషన్ టెక్నాలజీ వేరల్ జాబితాలో మూడో స్థానంలో నిలిచారు. వీరు నెలకొల్పిన



ఇంటర్గ్రేడ్ వివిధాప్న మార్కెట్ విలువ రూ.2.2 లక్షల కంటే ఎక్కువగా ఉంది. దేశీయ విమానయాన రంగంలో 65 శాతం మార్కెట్ వాలూతో ఇండిగ్ అగ్రగామిగా ఉందని హుబ్బల్ వీర్పేటి. అధునాక పద్ధతలతో అంతర్జాతీయంగానూ విస్తరిస్తోందని తెలిపింది. వీటియం వ్యవస్థాపక చైర్మన్ శేఖర్ శర్మ ఈ జాబితాలో 8వ స్థానంలో నిలిచారు. ఆయనను వ్యాపార సంస్థ వన్ 97కమ్యూనికేషన్స్ మార్కెట్ విలువ రూ.72,800 కోట్లుగా ఉంది. గతేడాదితో పోలిస్తే 67 శాతం మేర పెరిగింది. లెక్సార్క్ సైతం 60 శాతం పెరుగుదలతో రూ.67 వీలైంది. రోస్టర్ మార్కెట్ విలువ సాదించగా... కంప్యూటర్ ఫౌండర్లు వీయార్ట్ ఇన్ఫర్మ్, అమెక్ నాదెర్, నేష్ ఇన్ఫర్మ్, సుమెత్ కవేహ్ ఈ జాబితాలో 10వ స్థానంలో నిలిచారు.

మారునీ వెలువరించిన కంపెనీల మొత్తం మార్కెట్ విలువ రూ.42 లక్షల కోట్లుగా ఉంది. అంతకుముందు ఏడాది రూ.36 లక్షల కోట్లుగా చోటు చేసుకుంది. దీంతో ఏడాది 15 శాతం విలువ పెరిగింది. నాలుగో స్థానంలో మ్యాక్స్ హెల్త్ కేర్ ఇన్స్టిట్యూట్ అడినతే అభయ సోయ్, ఐదో స్థానంలో స్నీగ్గిసి చెందింది శ్రీహర్ష మాజేదీ, నందన్ రెడ్డి, ఆరో స్థానంలో మేకేమైట్రీస్ ఫౌండర్స్ దీప్ కర్ణ, రాజేశ్ మాగా, ఏడో స్థానంలో పాలనీ జబారీ వ్యవస్థాపకులు యూశిఫ్ దహూయ్, అలాగే బస్సల్, ఎనిమిదో స్థానంలో పీదీరుడు ఎజరు శేఖర్ శర్మ, తొమ్మిదో స్థానంలో నైతా ఫౌండర్స్ ఫల్గుణి నాయర్, అద్వైత్ నాయర్ నిలిచారు.

ఇయర్ ఎండ్ సేల్.. రూ. 40,990కే ఐఫోన్ 16

మరో రెండు వారాల్లో ఏడాది ముగియనుంది. ఇంకో వారం రోజుల్లో క్రిస్మస్ పండుగ రానుంది. ఈ నేపథ్యంలో టూటా యాజమాన్యంలోని ఆలైవెస్ ఫాటోఫామ్ క్రోమా భారీ అపగ్రహ ప్రకటించింది. ఇయర్ ఎండ్ సేలీతో భాగంగా 'క్రోమాటాస్టిక్ డిసెంబర్ సేల్' పేరుతో స్పార్టిఫోన్లు, ల్యాప్టాప్లు భారీ డిస్కంట్లు తీసుకొచ్చింది. ఈ సేల్ డిసెంబర్ 15 నుంచి డిసెంబర్ 2026, జనవరి 4 వరకు కొనసాగుతుంది. ఈ సేలీలో భాగంగా క్రోమా ఐఫోన్, ప్రీమియం ఫ్లాట్బుల్ స్పార్టిఫోన్లు, ఎం4 చిప్తో కూడిన యాపిల్ సరికొత్త మ్యాక్బుక్ ఎయిర్తో సహా అనేక పరికరాలపై తగ్గిపు ధరలను అందిస్తోంది. ఐఫోన్ 16 రూ.40,990తో లభిస్తుందని కంపెనీ తెలిపింది. ఈఎంబ రూ.1,833 నుంచే మొదలవుతుంది. ఐఫోన్ 15 కూడా రూ. 36,490తో కొనుగోలు చేయవచ్చు. ఈ ఫోన్ కోసం ఈఎంబ రూ. 1,604 నుంచి ప్రారంభమవుతుంది. కానీ, ఈ తగ్గిపు ధరలు బ్యాంక్ ఆఫర్లు, ఎక్స్చేంజీ ప్రయోజనాలు, క్యాష్బ్యాక్ అమలు తర్వాత వర్తిస్తాయని క్రోమా స్పష్టం చేసింది. అలాగే, ఇవి ప్రాంతం, స్టోర్, లభ్యతను బట్టి మారుచున్నవి పేర్కొంది. శాసుంగ్



స్టార్ట్ ఘోస్ లపైనా భారీ రాయితీలను క్రోమా ప్రకటించింది. శాంసంగ్ గెలాక్సీ ఎస్ 25 అబ్దుర్ రూ. 69,999 కే అందుబాటు లో ఉంది, ప్రీమియం శాంసంగ్ గెలాక్సీ జీ ఫోల్డ్ 7 కూడా రూ. 99,999 కే లభిస్తుంది. ఈ సీజన్ లో లాప్ టాప్ డీల్స్

మరొక ప్రధాన ఆకర్షణగా ఉండనుంది. ఎం4 చివ్ కో కూడిన మ్యూజిక్ ఐ ఎయిర్ చాలా తక్కువ రూ. 55,911 ధరకు అందుబాటులో ఉంది. ఇది మాత్రమే కాకుండా డీవీలు, గ్లోహెా పకరణాలపైనా అధిక తగింపు ఇస్తున్నట్లు కోమా పేర్కొంది.

చరిత్ర సృష్టించిన కివీస్ ప్లేయర్లు..

ప్రపంచ రికార్డు

స్వర్గ

పోరాడుతున్న ఇంగ్లండ్..

ರೆಂಡ್‌ರೊ ಜು ಆಸೆಸ್‌ದೆ



అదిలైడే వేదికగా ఆస్ట్రేలియాలో జరుగుతున్న యాషెస్ మూడో టెస్టులో ఇంగ్లండ్ పోరాడుతోంది. రెండో రోజు ఆట ముగిసి సమయానికి ఇంగ్లండ్ జట్టు 8 వికెట్ల సవ్యానికి 213 పరుగులు చేసింది. క్రిజ్లో కెప్టెన్ డెన్ స్టేక్స్(45), జోహ్నా ఆర్చర్(30) ఉన్నారు. వీరిద్దరూ తొమ్మిదో వికెట్కు 45 పరుగుల ఆజేయ భాగస్వామ్యం నెలకొల్పారు. ఇంగ్లండ్ జట్టు ఇంకా 158 పరుగుల వెనకంలో ఉంది. ఈ ప్రతిష్టాత్మక సీరీస్లో ఇంగ్లండ్ బ్యాట్లపై చేలవ ప్రదర్శన కొనసాగుతోంది. ఇంగ్లండ్ ఇన్నింగ్స్లో స్టేక్స్, ఆర్చర్తో పాటు డేవిడ్ బ్రాక్ (45), డెన్ డెజర్ (29) ఫూల్టేదవ్వించారు. వైస్ కెప్టెన్ హేం(33, బ్రావీ(9), రూలే(19) తీవ్ర నిరాశపరిచారు. ఆసీస్ బౌలర్లలో కెప్టెన్ ప్యూట్ల కమ్మిన్స్ మూడు వికెట్లు పడగట్టగా.. లియోన్, బోలాండ్ తలా రెండు వికెట్లు సాధించారు. మరో వికెట్ గ్రీన్ తన ఖాతాలో చేసుకున్నాడు. ఇక అంతకుముందు 326/8 ఓవర్ల నైట్ స్పాన్తో రెండో రోజు ఆటను ప్రారంభించిన ఆసీస్ 371 పరుగులకు ఆటబైంది. వికెట్ కీపర్ అబెక్స్ కేరీ (143, 40తుట్ల) 106; 8 ఫిర్దౌ, 1 సీక్స్) టాప్ స్కోరర్గా నిలచాడు..బుజావా(82), నార్(54) రుణించారు.

డీఆర్ఎస్ వివాదం..

తాగా ఈ మ్యూజ్లో డిఆర్ఎస్ఎస్ విధానం చోటు చేసుకుంది. ఆనన్ ఇన్స్పిర్గ్లో అలెక్స్ క్లాగ్ బ్యాటింగ్ చేస్తుండగా బంతి స్పష్టంగా బ్యాట్కు తాకినప్పటికీ... స్పిక్మేటర్ సాంకేతిక లోపం వల్ల పైకి రాలేదు. ఇంగ్లండ్ రివ్యూ టీనుకున్నప్పటికీ స్పిక్మేటర్లో పైకి సాపేక్షపరచబడడంతో ధర్మి అంపైర్ నాటోట్గా ప్రకటించారు. అయితే ఈ విషయంపై చీఫ్స్ నుండి సందేహం. సాంకేతిక అంకితరీక్ష... ఇంగ్లండ్ కోట్లొయిన రివ్యూను తిరిగి ఇచ్చింది

స్వామిలాండ్ స్టార్టర్ టూమ్ లాభమే, డెవన్ కాన్సే సరికొత్త చరిత్ర సృష్టించారు. ప్రపంచ బెస్ట్ చాంపియన్షిప్ చరిత్రలో తొలి వికెట్కు అత్యుత్తమ భాగస్వామ్యం సెలకొల్పిన ఓపెనింగ్ జోడీగా నిలిచారు. వెస్టిండీస్తో గురువారం మొదలైన మూడో బెస్ట్ సందర్భంగా ఈ ఘనత సాధించారు. డబ్బుల్డీసీ (డబ్ల్యు) 2025-27లో భాగంగా కివీస్ జట్టు స్వదేశంలో విండీస్తో మూడు బెస్ట్ సెరీస్ ఆడుతుంది. అనాధారణ పోరాటంతో వెస్టిండీస్ తొలి బెస్ట్ డ్రా చేసుకోగా... రెండో ఇంగ్లండ్ మ్యాచ్లాంటి తొమ్మిది వికెట్ల తేడాతో గెలిచింది. జరుజట్టు వంద్య గురువారం 'బే ఓపర్' వేదికగా మూడో బెస్ట్ మొదలైంది.

ఓపెనింగ్ జోడీగా వచ్చి.. శతకాలతో చెలరేగి

టాప్ గెలిచిన అతిథిగా కివీస్.. చుర్రుక్కాప విండిస్ను జౌలింగెక్కు అహస్సానించింది. ఈ క్రమంలో ఓపెనింగ్ జోడీగా వచ్చిన కివీస్ కెప్టెన్ టామ్ లాథమ్ (81వ శతకపులు), డెవాన్ కాన్స్టేనెన్సోవితో చలలేగారు. లాథమ్ 246 బంతుల్లో 15 ఫోర్లు, ఒక సిక్సర్ బాది 137 పరుగులు చేసే.. రోబ్ కేలింగ్తో రోస్సన్ చేజుక్ క్యాచ్ ఇచ్చి అవుటయ్యాడు. మరోవైపు.. తొలిరోజు అట ముగిసే సరికి కాన్స్టే 279 బంతుల్లో 178 పరుగులతో (25 ఫోర్లు) జేజీయంగా నిలిచాడు. అండీకి తోడుగా నైట్ పావ్స్ను జేజీబ్ డబ్బీ (జ్ఞాపింపే ఇబటబట) 9 పరుగులతో క్రీజులో ఉన్నాడు. ఫలితంగా 90 పరువారం నాటి మెదదిరోజు అటలో న్యూజ్లాండ్ గురు ఓవర్లలో వికెట్ నష్టానికి 334 పరుగులు సాధించింది.



ప్రపంచ రికార్డు

ఇదిలా ఉంటే.. తొలి వికెట్కు లాభమే, కాన్సే కలిసి 520 బంతుల్లో ఏకంగా 323 పరుగులు జతచేశారు. డబ్బుల్స్ట్రీన్ వరల్డ్తో ఇదే అత్యధిక ఓపెనింగ్ భాగస్వామ్యం కావడం విశేషం. సాతాప్రకాశ్ బెన్సన్ 2019లో తొలిమిదియే 31.మన పోహేట్ శర్మ- మురూంట్ అగులాల్తో టీవి కెట్టికు 317 పరుగులు జోడించాడు.. లాభమే- కాన్సే తాజాగా 46 రికార్డును సమర్పించారు. అంతేకాదు.. సాంకేగడ్డు బెన్సన్తో

అత్యధిక ఓటెనింగ్ పార్టీనర్షిప్ సాధించిన జోడీగూ
లాభమ్- కాన్స్ పరితెకకూర్. గతంలో ఈ రికార్డు చాన్స్
స్వేచ్ఛ దెంచెన్- జాన్ ఎన్స్ మిల్లీ వేరిల ఉండేది. వీధర్ల
వలసి ఇంగ్లండ్మై 1930లో 276 మరుగుల భాగస్వామ్యం
కలిగిల్లారు. ఇదిలా ఉండే, తెలుదాబిలో మంగకూరూర్
జరిగిన జిమ్మీ-2026 ఏప్రిల్ వేలంలో ఆన్సార్లగా మిగిలి
పోయిన కాన్స్. వేలం తర్వాత తన తొలి మ్యూన్టీటీ రికార్డు
సెంచరీ సాధించడం విశేషం.

మయాంక్ కెప్టెన్సీలో ఆడుతున్న కేఎల్ రాహుల్

విజయ్ వాహార్ క్రోఫీ 202526 సీజన్ కోసం 16 మంది నభ్యులతో కూడిన తమ జట్టును కర్ణాటక క్రికెట్ అసోసియేషన్ ప్రకటించింది. ఈ జట్టులో టీమిండియా స్టార్ షేయర్లు కేవల్ రాహుల్, సునీల్ కుష్టుల ఉన్నారు. దీంతో కర్ణాటక జట్టు మరింత పటిష్ఠంగా మారింది. బీసీసఱ అదేశాలతో వీరిద్దరూ దేశనాఱీ వస్తే టోర్నీలో బరిలోకి దిగనసాగారు. ఇక ఈ జట్టు కెప్టెన్గా స్టార్ మయూంక్ అగర్వాల ఎం అతడే డిప్యూటీగా కరుణ్ నాయర్ వ్యవహరించగనన్నాడు. అదేవిధంగా అందరినీ కర్ణాటక తరపున అదగినాల్సిన మార్చిల్ దర్గాలు, ధ్రువ్ ప్రభాకరకు సీనియర్ జగ్ లభించింది. ఈ టోర్నీలో దర్గాని తమిళనాడుపై 142 పరుగులు, ప్రభాకర్ వి



పరుగులతో రాజీవిని సెలక్షన్స్ దృష్టిని ఆకర్షించారు. స్పెషలిస్ట్ స్పెన్సర్ గార్ల ట్రీమ్ ఆచారో హేబు దక్షిణంకున్నాడు. కర్ణాటక తమ గ్రూప్ దేశ మ్యూజిక్ ఆలంకారం అయినా రాజీవి అడవనుంది. ఈ టోర్నిర్లో కర్ణాటక జట్టు గెప్పిందేమిగిలి ఛాంపియన్ గా బరిలోకి దిగనుంది. కర్ణాటక టీమ్ తొలి మ్యూచల్ డిసెంబర్ 24న జాక్సన్ థిల్ తలపడనుంది. విరాట్ కోహ్లా, రోహిత్ శర్మ వంటి దిగ్గజాల స్పెషల్ అడవన్నాడు. మయంకీ అగర్వాల్ (కెప్టెన్), దేవదత్త పడిక్తల్, కరుణ్ కెప్టెన్, సురత్, జీరీత్, అభిషేక్ మనోహర్, శ్రీయాన్ గోపాల్, వ్యాపాక్, ఛార్, శ్రీపా ఆచార, అభిలాషె డెట్టి, శరత్, హర్షిత్ ధర్మాని, కేవల్ రాహుల్,

