

సం/

కృత అధికారి

వరసిద్ధి మహాగణపతి దేవాలయానికి ఆర్థిక సహాయం అందజేసిన పిఎం సాయి ప్రసాద్

అల్వాల్ సర్కిల్ ఏప్రిల్ 01 (సాక్షిం న్యూస్): బీజేపైఎమ్ జాతీయ కోశాధికారి, టీం సాయి సాహక సభ్యుడు పి.ఎం. సాయి ప్రసాద్ మచలీలారం 133 డివిజన్, మధురానగర్ కాలనీలోని శ్రీ వరసిద్ధి మహాగణపతి దేవాలయానికి తన వంతు సహాయంగా 50,001 రూపాయల చెక్కును దేవాలయ కమిటీ సభ్యులకు అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా పి.ఎం. సాయి ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ హిందూ ధార్మిక సంస్థల అభివృద్ధికి తాము కట్టుబడి ఉన్నట్లు



తెలియజేశారు. అలాగే దేవాలయ అభివృద్ధి, నిర్వహణకు అవసరమైన సహాయం అందించేందుకు ఎప్పుడైనా అందుబాటులో ఉంటానని హామీ ఇచ్చారు. దేవాలయ కమిటీ సభ్యులు ఈ సహాయాన్ని హర్షిస్తూ, ఆధ్యాత్మిక, సాంస్కృతిక పరిరక్షణలో ఇలాంటి దానాలు ఎంత ముఖ్యమైనవో వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో, సుధాకర్ రెడ్డి, పద్మిని, కవిత, శాస్త్రి, రాజేంద్ర, దేవేంద్ర, అజిత్, సాయి, భక్తులు, స్థానిక బీజేపీ కార్యకర్తలు, కమ్యూనిటీ నేతలు తదితరులు పాల్గొన్నారు. పి.ఎం. సాయి ప్రసాద్ గారి ఈ సహాయ సహకారం ధర్మ పరిరక్షణకు, సనాతన విలువలను కాపాడేందుకు ఆయన చూపుతున్న అంకిత భావానికి నిదర్శనం.

ప్రజల సహకారం ఉంటే ఏదైనా సాధిస్తాం ఎమ్మెల్యే మర్రి రాజశేఖర్ రెడ్డి

మచలీలారం ఏప్రిల్ 01 (సాక్షిం న్యూస్): మచలీలారం స్వశాసనాధికారి అక్రమంగా ఏర్పాటు చేసిన డంపింగ్ యార్డును తొలగించాలని ఎమ్మెల్యే మర్రి రాజశేఖర్ రెడ్డి చేస్తున్న కృషికి కృతజ్ఞతలు తెలిపిన స్థానికులు. డంపింగ్ యార్డులో ప్లాస్టిక్ దండా



నిర్వహించడం కోసం హిందూ స్వశాసనాధికారి కట్టా చేయడాన్ని తీవ్రంగా వ్యతిరేకిస్తూ ఏకంగా చెత్తలోనే కూర్చోని, ఎమ్మెల్యే ధర్మా చేయడంతో మచలీలారం డంపింగ్ యార్డు సమస్య రాష్ట్ర ప్రభుత్వం దృష్టికి వెళ్లిందని స్థానికులు అన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ ప్రజల సహకారం ఉంటే సమస్య పరిష్కారమవుతుందని, అల్వాల్ సర్కిల్ పరిధిలోని ఎన్నో సమస్యలున్నాయని, ప్రభుత్వ భూములను రక్షించాల్సిన భాగ్యత ప్రజలు పై ఉందని, ప్రజలు కూడా ముందుకు రావాలని, తన చేస్తున్న పోరాటంలో ప్రజలు కూడా ముందుకు రావాలని కోరారు.

దొడ్డి కొమురయ్య ఆశయ సాధనకు కృషి చేద్దాం

- ఏప్రిల్ 03న ప్రభుత్వం అధికారికంగా నిర్వహించను దొడ్డి కొమురయ్య 98వ వర్ధంతి - కురుమ సంఘం జనగామ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి జాయ మల్లేశం

జనగామ జిల్లా బ్యారో, సాక్షిం న్యూస్ : జనగామ, ఏప్రిల్ 01 : దొడ్డి కొమురయ్య ఆశయ సాధనకు కృషి చేద్దామని కురుమ సంఘం జనగామ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి జాయ మల్లేశం మంగళవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. తెలంగాణ రైతాంగ సాయుధ పోరాట యోధుడు, తొలి అమర వీరుడు దొడ్డి కొమురయ్య 98వ జయంతిని ప్రభుత్వం ఘనంగా నిర్వహించేందుకు జిల్లాలోని, మండలాల్లోని, గ్రామంలోని ప్రజలు సహకరించాలని కురుమ సంఘం జనగామ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి జాయ మల్లేశం పిలుపునిచ్చారు. దొడ్డి కొమురయ్య భూమి కోసం, భుక్తి కోసం, ప్రజాస్వామ్య విముక్తి కోసం తన ప్రాణాలను అర్పించిన ధీరుడు దొడ్డి కొమురయ్య అన్నారు. 20 ఏళ్ల యువకుడిగా ఉన్నప్పుడే భూస్వామ్య వ్యతిరేక పోరాటంలో ముందుడి పోరాడి, తెలంగాణ రైతాంగ సాయుధ పోరాటానికి తొలి అమర వీరుడిగా నిలిచారన్నారు. తెలంగాణ రైతాంగ సాయుధ పోరాట చరిత్రలో చిర స్థాయిగా నిలుస్తుందన్నారు. వరంగల్ విమానాశ్రయానికి దొడ్డి కొమురయ్య విమానాశ్రయంగా నామకరణం చేయాలని, జనగామ జిల్లా కేంద్రంలో దొడ్డి కొమురయ్య స్మారక భవనం కట్టించాలని, హైదరాబాద్ ట్యాంక్ బండ్ మీద దొడ్డి కొమురయ్య విగ్రహం పెట్టించాలని ప్రభుత్వాన్నిడిమాండ్ చేశారు.

రాంపురం గ్రామంలో కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరిక

జనగామ జిల్లా బ్యారో, సాక్షిం న్యూస్: జనగామ డి సి సి అధ్యక్షులు కొమ్మూరి ప్రతాప్ రెడ్డిలి గారికి ఆదేశాల మేరకు కాంగ్రెస్ మండల అధ్యక్షులు అధ్వర్యంలో కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరిన %డి.ఁ.ఁ%. నాయకులు కాంగ్రెస్ పార్టీ చేస్తున్న అభివృద్ధికి సంక్షేమ పథకాలకు ఆకర్షితై కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరిన దొడ్డి వెంకటేష్ బండారి కనకయ్య బండ రాజు తదితరులు పార్టీలో చేరడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షులు కొమ్మూరి రవి రాంపురం గ్రామ శాఖ అధ్యక్షుడు రంగం తిరుపతి మండల నాయకులు రంగం శంకర్ గౌడ్ శవాల రాజయ్య మార్కెట్ డ్రైరెక్టర్ కనకయ్య చేర్వాల మండల యూత్ అధ్యక్షులు భూమని బాలరాజు, వెంకటేష్, రాజు, సురేష్ ,కొమురయ్య,శంకర్ తదితరులు పాల్గొనడం జరిగింది.



సెంట్రల్ యూనివర్సిటీ భూముల వేలంపాట వెనక్కి తీసుకోవాలి

సిపిఎం జిల్లా కమిటీ అధ్వర్యంలో అంబేద్కర్ సెంటర్లో భారీ నిరసన ప్రజా ఉద్యమాలపై పోలీసు నిర్బంధాన్ని ఆపకుంటే రేపంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వానికి పతనం తప్పదు

జనగామ జిల్లా బ్యారో, సాక్షిం న్యూస్:

జనగామ: సెంట్రల్ యూనివర్సిటీ భూముల అమ్మకాన్ని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వెంటనే ఆపాలని సెంట్రల్ యూనివర్సిటీలో పోలీసు నిర్బంధాన్ని నిలిపివేయాలని అక్రమంగా విద్యార్థినేతలపై పెట్టిన కేసులు ఎత్తివేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ సిపిఎం జనగామ జిల్లా కమిటీ అధ్వర్యంలో జిల్లా కేంద్రంలోని మంగళవారం రోజున బస్టాండ్ చౌరస్తా అంబేద్కర్ విగ్రహం ఎదుట ప్లే కార్డులు పట్టుకొని ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా పెద్ద పెట్టున నిరాదాని చేస్తూ నిరసన కార్యక్రమం నిర్వహించారు ఈ కార్యక్రమానికి సిపిఎం జనగామ పట్టణ కార్యదర్శి జోగు ప్రకాష్ అధ్యక్షత వహించగా ముఖ్యఅతిథిగా సిపిఎం జిల్లా కార్యదర్శి వర్గ సభ్యులు రావర్తి రాజు మాట్లాడుతూ హైదరాబాద్ సెంట్రల్ యూనివర్సిటీ 400 ఎకరాల భూమిని ప్రజాస్వామికంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అమ్మకానికి తెచ్చడం సమంజసం కాదన్నారు ఈ నిర్ణయాన్ని వ్యతిరేకిస్తూ ఆందోళన చేస్తున్న యూనివర్సిటీ విద్యార్థులను భయభ్రాంతులకు గురిచేస్తూ

పోలీసులు అమానుషంగా ప్రవర్తిస్తూ లాఠీచార్జి చేయడం తీవ్రంగా ఖండిస్తున్నామన్నారు విద్యార్థినేతలపై కేసులు పెట్టి వేధింపులకు పాల్పడడం మానుకోవాలని అన్నారు.హైదరాబాద్ సెంట్రల్ యూనివర్సిటీ భూములను కాపాడుకోవాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు ఇప్పుడిప్పుడే ఎన్నో ఎన్నో సిపిఎం సామాజిక తరగతుల నుండి పేద మధ్యతరగతి విద్యార్థులు యూనివర్సిటీలో విద్యను అభ్యసించేందుకు వెళుతున్న క్రమంలో విశ్వవిద్యాలయాలను నిర్దిష్టం చేసేందుకు ప్రైవేటు యూనివర్సిటీలను ప్రోత్సహించే కుట్రలో భాగంగా ఈ చర్యలకు పాల్పడుతుందని ఈ ప్రభుత్వ విధానాన్ని ప్రతి ఒక్కరూ వ్యతిరేకించాలని కోరారు కాలుష్యం కొరల్లో హైదరాబాద్ మహానగరం చిక్కుకోకుండా స్వచ్ఛమైన ఆక్సిజన్ ఇచ్చే అరుదైన వృక్షాలను కొట్టివేయకుండా భవిష్యత్ తరాల కోసం కాపాడుకుందాం అని అన్నారు మానవ సహజం మనుగడకు ఉపయోగపడే ప్రకృతి-జీవవైవిధ్యాన్ని అర్థం చేసుకోలేని ప్రభుత్వ దమన కాండను

ప్రతిఘటించాలని అన్నారు ఇప్పటికైనా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం యూనివర్సిటీ భూములను



అమ్మాలనే అనారోచిత నిర్ణయం వెనక్కి తీసుకోవాలి వెంటనే యూనివర్సిటీ భూముల్లో ఉన్న బుల్డోజర్లు జెనీలీలను బయటికి పంపాలని డిమాండ్ చేశారు ఈరోజు జిల్లా న్యాయస్థానా విద్యార్థి నాయకులను సిపిఎం నేతలను అక్రమంగా అరెస్టు చేయడాన్ని తీవ్రంగా ఖండిస్తున్నామని పేర్కొన్నారు సెంట్రల్ యూనివర్సిటీ

గురికాక తప్పదని సిపిఎం అధ్వర్యంలో ప్రజా ఉద్యమాన్ని చేపడతామని హెచ్చరించారు. ఈకార్యక్రమంలో సిపిఎం జిల్లా కార్యదర్శి వర్గ సభ్యులు రావర్తి సోమారపు రమేష్ బొట్ల శేఖర్ పార్టీ జిల్లా కమిటీ సభ్యులు బూడిద గోపి సుంపు విజేందర్ భూక్య వంధు నాయక్ మునిగిల రమేష్ చిట్రావల సోమన్న బిట్ల గణేష్

లింగం బాబ్జే వెంకట మల్లయ్య పిమ్మ శ్రీకాంత్ కి కళ్యాణి బి ధర్మ బిక్కిం నాయక్ అజ్మీర్ సురేష్ నాయక్ ఏదునూరి మదర్ సరనింహస్వామి లతాకమారి తాండ్ర ఆనందం జైస్సింగ్ టన్ పెద్ది సాయి ప్రసన్న భునాద్రి వెంకటాద్రి సుధాకర్ గాడి శివలింగం కచ్చ గళ్ళ వెంకటేష్ ముస్సీర్ నామల యాదగిరి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పేదలకు సన్న బియ్యం అందించడమే లక్ష్యం

ఎమ్మెల్యే నాయని

ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా బ్యారో (సాక్షిం న్యూస్) :

ప్రతి నిరుపేద కుటుంబానికి సన్నబియ్యం అందించడమే కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ లక్ష్యమని వరంగల్ పశ్చిమ శాసనసభ్యులు నాయని రాజేందర్ రెడ్డి అన్నారు. మంగళవారం ర హన్మకొండ 5 వ డివిజన్ రెడ్డి కాలనీ , 57 వ డివిజన్ గోకుల్ నగర్ లో సన్న బియ్యాన్ని అభిదారులకు పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా నాయని రాజేందర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో పేదల ఆహార భద్రతకు ప్రభుత్వం పెద్దపీట వేసింది. దారిద్ర్య రేఖకు దిగువన ఉన్న తెల్ల రేషన్ కార్డు కలిగిన కుటుంబాలకు సన్న బియ్యం పంపిణీ చేయం జరుగుతుంది. ముఖ్యమంత్రి రేపంత్ రెడ్డి పేదలందరూ తినే విధంగా సన్న బియ్యం కార్యక్రమం అందుబాటులోకి తెచ్చారు. ఉచిత సన్న బియ్యం పంపిణీ కోసం ప్రభుత్వం కిలోకు రూ.40 వరకు ఖర్చు చేసింది. ధనవంతులు తినే సన్న బియ్యం ఇక పై పేదలు కూడా తినే రోజులు వచ్చాయని నాయని రాజేందర్ రెడ్డి అన్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎన్నికల మ్యానిఫెస్టో లో ఇచ్చిన హామీ మేరకు రేపంత్ రెడ్డి ఉగాది కానుకగా సన్నబియ్యం పంపిణీని లాంచనంగా ప్రారంభించడం జరిగిందన్నారు. దేశంలోనే తొలిసారిగా రేషన్ కార్డు దారులకు ఉచితంగా సన్న బియ్యం కార్యక్రమం కాంగ్రెస్



అన్నారు. అందుకే వారి ఆకలి తీర్చేందుకు ఈ పథకం కాంగ్రెస్ పరభుత్వం ప్రవేశ పెట్టిందని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో కార్కరేటర్ పోతుల శ్రీమాన్ , కాజీపేట తహసీల్దార్ భావింగ్ , రేషన్ డీలర్ సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రమేష్ , బంక సంపత్ యాదవ్ , అనిత తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సన్న బియ్యం సామాన్యుల కల

- కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆర్మూర్ నియోజకవర్గ ఇన్చార్జ్ వినయ్ కుమార్ రెడ్డి

ఆర్మూర్ సాక్షిం న్యూస్ : పేద మధ్యతరగతి కుటుంబాలకు సన్నబియ్యం అందించడం కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ ధ్యేయమని కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆర్మూర్ నియోజకవర్గ ఇన్చార్జ్ వినయ్ కుమార్ రెడ్డి వెల్లడించారు.



మంగళవారం ఆర్మూర్ పట్టణంలోని 44వ నెంబర్ చౌక్ ధరల దుకాణంలోపాటు పలు చౌక్ ధరల దుకాణాలలో ప్రభుత్వం ప్రతిస్పాత్కరంగా ప్రవేశపెట్టిన సన్న బియ్యం పంపిణీ కార్యక్రమాన్ని ఆయన ప్రారంభించారు. గత ప్రభుత్వాలు దొడ్డు బియ్యాన్ని ప్రజలకు అందించినప్పటికీ అవి పూర్తిస్థాయిలో ఉపయోగపడలేదని, మధ్య దశారులే లబ్ధి పొందాలని ఆయన తెలిపారు. కాంగ్రెస్ ప్రజా పాలనలో ఇచ్చిన హామీలో భాగంగా ఉగాది నుండి సన్న బియ్యం కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించడం హర్షించదగ్గ విషయం అన్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం చెప్పింది చెప్పినట్లుగా హామీలను



కుటుంబాలను దృష్టిలో పెట్టుకొని ప్రభుత్వం సన్న బియ్యం కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించడం ద్వారా ప్రతి కుటుంబంలో ఆనందం వెల్లువిరుస్తుందని ఆయన ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. రాబోయే రోజులలో ప్రభుత్వం ఇచ్చిన హామీలను 100% నెరవేరుస్తుందని ఆయన ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. మరిన్ని ప్రజా ఉపయోగకర కార్యక్రమాలను చేపట్టడంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఎల్లప్పుడూ ముందంజలో ఉంటుందని ఆయన చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో పట్టణానికి చెందిన పలువురు కాంగ్రెస్ నాయకులు కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీ కోటి జల్య లింగేశ్వర మఠం శ్రీగురు గంగాధర్ మహాస్వామి ఆశ్రమం సందర్శించిన దేశ్ పాండే

సాక్షిం న్యూస్ సదాశివపేట:



సందర్భంగా బిగ్ టీవీ వారి అధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ఉచిత మేడికల్ క్యాంప్ నీ ప్రారంభించిన ఎమ్మెల్యే అంజిరెడ్డి గారితో కలిసి పాలుగొన్నా శ్రాజేశ్వర్ రావు దేశ్ పాండే బీజేపీ నాయకులు జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి మాజీకి రావు రాష్ట్ర జిల్లా మండలనాయకులు సదాశివ పెల్లె మండల అధ్యక్షులు ఆదిత్య మరియు స్వామివారి భక్తులు అధికసంఖ్యలో పాల్గొని స్వామివారి ఆశీర్వాదం పొందడం కార్యక్రమంలో పాల్గొనడం జరిగింది



శ్రీరామ నవమి కల్యాణ మహోత్సవానికి ఎమ్మెల్యే కడియం శ్రీహరి ని ఆహ్వానించిన జిడికంటి శ్రీ రామచంద్రస్వామి దేవస్థాన ధర్మకర్తల మండలి సభ్యులు

జనగామ జిల్లా బ్యారో, సాక్షిం న్యూస్ : జనగామ జిల్లా లింగాల ఘనపూర్ మండలం జిడికల్ గ్రామంలోని శ్రీ



వీరాచల, జిడికంటి శ్రీ రామచంద్రస్వామి దేవస్థానంలో ఈ నెల 6వ తేదీన శ్రీరామనవమి సందర్భంగా నిర్వహించనున్న కల్యాణ మహోత్సవానికి మాజీ ఉప ముఖ్యమంత్రి, స్టేషన్ ఘనపూర్ ఎమ్మెల్యే కడియం శ్రీహరిని ఆయన ఈవో, ధర్మకర్తల మండలి సభ్యులు, అర్చకులు హన్మకొండ కనకదుర్గ కాలనీలోని ఎమ్మెల్యే మంగళవారం నివాసంలో మార్గాదర్శకంగా కలిసి ఆహ్వాన పత్రాకం అందించారు. ఈ సందర్భంగా ఆలయ అర్చకులు వేద మంత్రోచ్ఛరణలతో ఆశీర్వచనాలు అందజేసి స్వామి వారి కల్యాణ వేడుకకు ఆహ్వానం పలికారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆలయ ఈవో, ధర్మకర్తల మండలి చైర్మన్, కమిటీ సభ్యులు, ఆలయ అర్చకులు, స్థానిక నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జనగామ జిల్లా ఆస్పత్రిలో రక్త నిధి ఏర్పాటు

జనగామ జిల్లా బ్యారో, సాక్షిం న్యూస్ : జనగామ జిల్లా అమ్మ ఫౌండేషన్ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షుడు మంత్రిన మణికుమార్ ముఖ్య సలహాదారుడు వంగ భీమ్ రాజుగారు మంగళవారం రోజున మాట్లాడుతూ అత్యవసర సమయాలలో జనగామ జిల్లా ఆసుపత్రిలో యాక్సిడెంట్ మరియు మాతృమూర్తి లకు మాతా శిశు హాస్పిటల్ లో అత్యవసరంగా రక్త అవరేషన్ నిమిత్తం అత్యవసరంగా



రక్తం అవసరం ఉంటే ఇప్పుడు అలోచన వస్తుంది రక్తం అవసరం ఉంటుంది మాకు అవరేషన్ నిమిత్తం అని ప్రజలు ప్రతి ఒక్కరు 6 నెలలకు ఒకసారి రక్తదానం చేసి రక్తనిధి ఏర్పాటు లక్ష్యంగా భాగస్వాములు కావాలని రక్తదానం వల్ల ప్రాణదాతలు అత్యవసర సమయాలలో యాక్సిడెంట్ మరియు అవరేషన్ నిమిత్తం రక్తం అవసరం ఉన్నప్పుడు ఎవరు రక్తం ఇవ్వడం లేదు ద్వారా అవసరం ఉన్నప్పుడు రక్తం దొరకడం లేదు కాబట్టి ఆరు నెలలకు ఒకసారి ప్రజలు యువత ఆలోచించి జనగామ జిల్లా ఆస్పత్రిలో రక్తదానం చేసి ప్రాణదాతలుగా నిలవాలని ప్రజల కోసం పనిచేస్తున్న ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో ప్రజలు కూడా సహకరించవలసిందిగా సామాజికవేత్తలు మానవతగా ఆలోచించి రక్తనిధి ఏర్పాటు లక్ష్యంగా జనగామ జిల్లా ఆస్పత్రిలో రక్తదానం చేయవలసిందిగా ప్రజలకు యువతకు పిలుపునిస్తున్నాము.

రాజీవ్ యువ వికాసం దరఖాస్తు గడువును పెంచడం పై రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి కృతజ్ఞత తెలిపిన కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు గంధసీరి లంబాబ్బ

మహబూబాబాద్ జిల్లా ప్రతినిధి ఏప్రిల్ 1 సాక్షిం న్యూస్:

తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రజలకు గుడ్ న్యూస్ చెప్పింది.రాజీవ్ యువ వికాసం దరఖాస్తుల గడువును ప్రభుత్వం పెంచింది.ఏప్రిల్ 14 వరకు గడువు పెంచిన తెలంగాణ అసెంబ్లీ వరకు అప్లై చేసుకోవచ్చని చెప్పడం తో దరఖాస్తు దారులు సంతోషం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.. దీంతో పాటుగా రేషన్కార్డు ఉన్నవారికి ఆదాయ ధృవీకరణపత్రం అవసరం లేదని ప్రభుత్వం తెలిపింది.రాజీవ్ యువ వికాసం దరఖాస్తుల గడువును ప్రభుత్వం పెంచడం పై తెలంగాణ ప్రభుత్వనికి జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు గంధసీరి అంబరీష్ కృతజ్ఞత తెలిపారు.



వాస్తవాలకు ప్రతిరూపం టీవీ5

మరిపెడ సీబి రాజకుమార్ గౌడ్

మహబూబాబాద్ జిల్లా, ప్రతినిధి ఏప్రిల్ 1 సాక్ష్యం న్యూస్ : యుద్ధాధిపతి కండ్లకు కనిపించినట్లు చూపించే టీవీ 5 అని మరిపెడ సీబి రాజకుమార్ గౌడ్ అన్నారు. మంగళవారం మరిపెడ



సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ కార్యాలయంలో టీవీ5 ఆధ్వర్యంలోని హిందూ ధర్మం కార్యాలయం ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా సీబి మాట్లాడారు. ఉమ్మడి తెలుగు రాష్ట్రాలలో ఎక్కడ ఎలాంటి సంఘటనలు జరిగిన వాటిని వాస్తవ రూపంలో చూపించే టీవీ 5 అన్నారు. అవినీతి పరుల గుండెలను చీల్చి వేస్తుందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మరిపెడ ఎస్సై బోలగాని సతీష్ గౌడ్, నియోజకవర్గ ఎలక్ట్రానిక్ మీడియా గౌరవఅధ్యక్షుడు, టీవీ 5 జర్నలిస్టు గండి విష్ణు గౌడ్ పాల్గొన్నారు.

చేనేత కార్మికులను ఆదుకోవాలి..!

అబ్బాయి పాలెం లో మృగలను పరిశీలనలో

సిపిఐ (ఎం) జిల్లా కార్యదర్శి వర్గ సభ్యులు అలవాల వీరయ్య

మహబూబాబాద్ జిల్లా ప్రతినిధి ఏప్రిల్ 1 సాక్ష్యం న్యూస్ చేనేత కార్మికులను ఆదుకోని వారికి ఆర్థిక సాయం అందించాలని సిపిఐ(ఎం) జిల్లా కార్యదర్శి వర్గ సభ్యులు అలవాల వీరయ్య ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. మంగళవారం మరిపెడ మండలంలోని అబ్బాయి



పాలెం గ్రామంలో దున్న బాబు తయారు చేస్తున్న నేత బట్టలను, చేనేత ముగ్గాన్ని ఆయన పరిశీలించారు. అనంతరం వీరయ్య మాట్లాడుతూ చేతివృత్తులు పదిపోవడంలో చేనేత కార్మికులు జీవన ఉపాధి కోల్పోయి, సూరకు, భీమడి ప్రాంతాలకు వలసలు వెళుతున్నారని తెలిపారు. మండలంలోని గుండెపడి, అబ్బాయిపాలెం, బాచోజి గూడెం, తదితర ప్రాంతాలలో ఉన్నారని వివరించారు. కులవృత్తిని కోల్పోయిన వారికి ప్రత్యామ్నాయ మార్గాన్ని ప్రభుత్వాల చూపించాలని ఆయన ప్రభుత్వాన్ని కోరారు. అర్హత కలిగిన చేనేత కార్మికులందరికీ వృత్తిగత రుణాలు మంజూరు చేయాలని, వయోపరిమితి చెందిన వారికి వృద్ధా పెన్షన్స్ అందించాలన్నారు. మృగాలున్న రాజీవ్ యువ వికాస పథకంలో వర్తింపచేయాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల కార్యదర్శి గుండ గాని మధుసూదన్, బాణాల రాజన్న,అబ్బాయి పాలెం శాఖ కార్యదర్శి కొండ ఉప్పలయ్య, నాయకులు జిన్నా లచ్చయ్య, నందిపాటి వెంకన్న, తాడూరి వీరింకులు, ఎర్ర వెంకన్న తదితరులు ఉన్నారు.

యువ నేతాజి ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యం లో అన్నదాన కార్యక్రమం

ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా బ్యారో (సాక్ష్యం న్యూస్) : యువ నేతాజి ఫౌండేషన్ వరంగల్ వారి ఆధ్వర్యంలో జనగామ జిల్లాకు చెందిన వెల్లే వినయ - ప్రసన్న దంపతుల కుమార్ వెల్లే మైత్రీ మల్లేశ్వరి పుట్టినరోజు సందర్భంగా తల్లిదండ్రులు వెల్లే వినయ -



ప్రసన్న , సోదరి వెల్లే మహాలక్ష్మిల సహకారంతో మల్లికాంబ మనోవికాస కేంద్రం హనుమకొండలో ఉన్న మానసిక విభిన్న ప్రతిభాపంతులకు 392వ రోజు అన్నదాన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో వెల్లే వినయ, వెల్లే ప్రసన్న, వెల్లే మహాలక్ష్మి, వెల్లే మైత్రీ మల్లేశ్వరి, నేరేళ్ళ రవికుమార్, సామాజిక సేవకుడు టీ.వి అశోక్ కుమార్, యువ నేతాజి ఫౌండేషన్ వరంగల్ అధ్యక్షులు కొత్తకొండ అరుణ్ కుమార్, వరంగల్ పోలీస్ కానిస్టేబుల్ కన్నె రాజు (స్పెషల్ రాజు), కానిస్టేబుల్ బొట్టు కమలాకర్, కోలా రాజేష్, ప్రభుత్వ ఉపాధ్యాయుడు గణేల సుమన్, అలవాల పుద్ది, ఉప్పరపల్లి రాజ్ కుమార్, మునిగాల రాంప్రసాద్, ఊరటి రవికుమార్, స్వజన్, జ్యోతి, భావన, బిటుకూరి యాకయ్య, పాలకుర్తి విష్ణు, ఎన్.కె ముస్తఫా, లింగర్ అద్దెజర్ రాచకట్ల కృష్ణ (హైకోర్ట్ అడ్వకేట్), యాద రవి కుమార్, చెలిమల్ల అశోక్ కుమార్, తూనం రామ్మ, సి.ఐ.ఎస్.ఎఫ్ కానిస్టేబుల్ వైసాల రమేష్, మండల భూపాల్, మోడం రాజశేఖర్ గౌడ్, నాగవెళ్లి కార్తిక్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పోలీస్ స్టేషన్ లను సందర్శించిన సిపి

ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా బ్యారో (సాక్ష్యం న్యూస్) : వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ సన్ శ్రీశ్రీ సింగ్ మంగళవారం హనుమకొండ డివిజన్ పరిధిలోని సుబేదారి, హన్మకొండ, కెయూసి పోలీస్ స్టేషన్లలో పాటు హన్మకొండ ట్రాఫిక్, సుబేదారి మహిళా పోలీస్ స్టేషన్లను సందర్శించారు. వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ గా బాధ్యతలు చేపట్టిన అనంతరం తొలిసారిగా హన్మకొండ డివిజన్ పోలీస్ స్టేషన్లను సందర్శించిన సీఐ ముందుగా పోలీస్ స్టేషన్ పరిసరాలు, సిసి కెమెరాల పనితీరును పరిశీలించారు.



ఎన్ఎస్ఎస్ వాలంటీర్ల సామాజిక సేవ అభినందనీయం

సాక్ష్యం న్యూస్ సదాశివపేట: సంగారెడ్డి జిల్లా సదాశివపేటతారా ప్రభుత్వ కళాశాల సంగారెడ్డికి చెందిన ఎన్ఎస్ఎస్ విభాగాలు రెండు మూడు మరియు నాలుగు ఆధ్వర్యంలో దత్తత



తో పాటు వివిధ ఆర్థిక సామాజిక సమస్యలపై గ్రామాలలో ర్యాలీలను నిర్వహించడం జరిగిందని తెలిపినారు. అనంతరం దేశ సామాజిక సేవలో యువ పాత్ర అనే అంశంపై ప్రత్యేక

రుగ్మతలపై అవగాహన కార్యక్రమాలను కార్యక్రమాలను అభినందనీయమని, ఎన్ఎస్ఎస్ శీతాకాల శిబిరాలు జాతి నిర్మాణానికి కారణం అవుతున్నాయని ఎందుకంటే యువత ఈ శిబిరాలలో పాల్గొనడం ద్వారా గ్రామ సమస్యలను అవగాహన చేసుకుని వాటిపై సరియైన పరిష్కార మార్గాలను కనుగొనుటకు అవకాశం ఏర్పడుతుందన్నారు. దేశ నిర్మాణము యువత పైన ఆధారపడుతుందని కావున యువత మత్తు పదార్థాలు ధూమపానము మద్యపానాలకు దూరంగా ఉండాలని మత్తుకు బానిసలు కారాదని తెలిపినారు. ఎన్ఎస్ఎస్ ప్రత్యేక శిబిరాలు విద్యార్థులలో సామాజిక అవగాహనను పెంపొందించడమే గాక వారి సమగ్ర మూర్తి వృత్త వికాసానికి తోడ్పడుతున్నాయని, ఇది విద్యార్థులలో సేవాభావము మరియు జాతి భావాలను పెంపొందించడానికి అవకాశం ఉందని తెలిపినారు. మన ఆలోచన విధానాన్ని మార్పు చేసి, మనలో నాయకత్వ లక్ష్యాలను పెంపొందించి ఉన్నతమైన పౌరులుగా ఎదుగుటకు ఎన్ఎస్ఎస్ తోడ్పడుతుందన్నారు. ప్రతి వ్యక్తి ఓటమిని కూడా జీర్ణించుకోవాలని అప్పుడే మన లక్ష్యానికి మార్గము సులభమవుతుందని తెలిపినారు అనంతరము చింతలపల్లి లోని మహిళా ప్రత్యేక శీతాకాల శిబిరాన్ని సందర్శించి వారిని ఉద్దేశించి ప్రసంగిస్తూ ఎన్ఎస్ఎస్



ందాలని అప్పుడే ఆ వ్యక్తి ఉన్నత స్థాయికి ఎదుగుతాడని తెలిపినారు. ప్రతి వ్యక్తి స్వేచ్ఛగా తన కాళ్ళపై తాను నిలబడే శక్తిని ఎన్ఎస్ఎస్ నేర్పుతుందని, ఎన్ఎస్ఎస్ ద్వారా విద్యార్థులలో సమగ్ర మూర్తిమత్వము జరుగుతుందని దీని ద్వారా యువత దేశ ఆర్థిక అభివృద్ధిలో దేశ సమగ్రతను కాపాడుటలో ముందు

ఉండడానికి అవకాశం ఉందని తెలిపినారు. అనంతరము అంగడిపేట్ మరియు కలబగర్ గ్రామాలలో అజిత్ ప్రేమ్ జి ఫౌండేషన్ వారి సహకారంతో డిజైరబుల్ ఇంటిమెంట్ యువత పాత్ర అనే అంశముపై ప్రత్యేక కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించడం జరిగిందని తెలిపినారు. ఈ కార్యక్రమములో ఎన్ఎస్ఎస్

సెంట్రల్ యూనివర్సిటీ భూముల వేలాన్ని వెంటనే ఆపాలి

యూనివర్సిటీ విద్యార్థులు, నాయకుల పై పెట్టిన కేసులను వెంటనే కొట్టివేయాలి. ప్రజా పాలనలో కూడా అక్రమ అరెస్టులు తప్పవా తొర్రూర్ లో సిపిఐం నాయకుల అక్రమ అరెస్టు

సాక్ష్యం న్యూస్ ఏప్రిల్ 01 దంతాలపల్లి ప్రతినిధి

హైదరాబాద్ సెంట్రల్ యూనివర్సిటీ భూముల వేలం పాటను వెంటనే నిలిపివేసి సిపిఐం పార్టీ జిల్లా కమిటీ సభ్యులు బొబ్బిల అశోక్ ప్రభుత్వాన్ని కోరారు. మంగళవారం రోజు తొర్రూర్ మండల కేంద్రంలో సిపిఐం పార్టీ నాయకులను మరియు ఎన్ఎఫ్ఐవె విద్యార్థి నాయకులను ముందస్తుగా అరెస్టు చేయడం జరిగింది. ఈ అక్రమ అరెస్టులను ఖండించాలని వారు అన్నారు. హైదరాబాద్ సెంట్రల్ యూనివర్సిటీ భూములను ప్రభుత్వం అమ్మకానికి పెట్టే ప్రయత్నాలను విరమించాలని, సోమవారం జరిగినటువంటి యూనివర్సిటీ విద్యార్థుల పోరాటంపై పోలీసుల ప్రైవేటికత్వాన్ని వారు తీవ్రంగా ఖండించారు. ప్రజా పాలనలో కూడా యూనివర్సిటీ భూములు అమ్ముకునే పరిస్థితి తప్పదం లేదని వారు ప్రభుత్వాన్ని ఎద్దేవా చేశారు. హెచ్ యూని యూనివర్సిటీ భూమిని వేలం పాట ద్వారా అమ్మకానికి పెట్టడం చాలా దురదృష్టకరమని, సోమవారం విద్యార్థులను విద్యార్థి సంఘ నాయకులను అరెస్టు చేయడం,



అక్రమ అరెస్ట్ చేయడం ప్రభుత్వ పిరికిపంద చర్య అని వారు అన్నారు. ఇప్పటికైనా రేపంట్ రెడ్డి ప్రభుత్వం భూముల వేలం ఆపి విద్యార్థి సంఘం నాయకుల పై పెట్టిన కేసులను ఎత్తివేసి, అరెస్టు చేసిన వారందరిని జేసరత్నగా వెంటనే విడుదల చేయాలని లేనియెడల సిపిఐం పార్టీ

మంగళవారం రోజు అర్ధరాత్రి నుంచి సిపిఐం పార్టీ నాయకులు ఎన్ఎఫ్ఐవె విద్యార్థి సంఘం నాయకులను ముందస్తు గా అధ్వర్యంలో అందరినీ కలుపుకొని పెద్ద ఎత్తున ఆందోళన పోరాటాలు నిర్వహించడానికి కూడా వెనకాడమని ఈ

దుర్గమ్మ ఆలయానికి గ్రానైట్ అందజేసిన చిలువేరు సమ్మి గౌడ్

ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా బ్యారో (సాక్ష్యం న్యూస్) : కేసముద్రం మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని బ్రహ్మంగారి గుడి తండా లో నిర్మిస్తున్న కనకదుర్గమ్మ ఆలయానికి సమ్మి గౌడ్ ఫౌండేషన్ చైర్మన్ కాంగ్రెస్ మండల నాయకులు చిలువేరు సమ్మయ్య గౌడ్ గ్రానైట్ అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా తండావాసులు సమ్మయ్య గౌడ్ ను శాలువాతో సత్కరించి దుర్గమ్మ ఆశీస్సులు వారికి వారి కుటుంబానికి ఎల్లవేళలా ఉండాలు అకాంక్షించారు. ఈ సందర్భంగా మాజీ వార్డు సభ్యులు బిద్రు నాయక్ మాట్లాడుతూ మండలంలోని ఎన్నో గ్రామాలకు అడిగితే లేదనకుండా సహృదయంతో గ్రానైట్ లేదా విరాళాలు అందించి ఆయా గ్రామాల గ్రామదేవతల ఆశీస్సులు ప్రజల మన్ననల పొందిన ఏకైక వ్యక్తి అని అన్నారు. అదేవిధంగా మాజీ వార్డు సభ్యులు బాలు నాయక్ మాట్లాడుతూ ఏమీ ఆశించకుండా నిస్వార్థమైన ప్రేమతో నిరుపేదలకు తన వంతు సహాయాన్ని అందించడమే కాకుండా ఎవరు అడిగినా సరే వెంటనే స్పందించి అడిగిన ప్రతివారికీ ఆలయాలు నిర్మాణాలకు తన వంతు సహాయంగా విరాళాలు అందజేయడంలో ముందుండే వ్యక్తి సమ్మి గౌడ్ అని ఇలాంటి వ్యక్తికి ప్రజలు



గ్రామం అభివృద్ధి దిశలో ఉంటుందని,వారికి మా సహాయ సహకారాలు ఎల్లవేళలా ఉంటాయని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో బానోల్ బిద్రు,బానోల్ వెంకన్న (దోబర్),

యోకన్న,తండా రాములు,పొన్నెటి బాలాజీ,లాలాద్రి రమేష్ రెడ్డి,వెంకటానారాయణ,వెలితాల శంకర్,మోహన్,మండల యూత్ ఉపాధ్యక్షులు బెల్లె సంపత్, గ్రామ పార్టీ అధ్యక్షులు ఎల్లూ శ్రీనివాసరెడ్డి,మహేష్,వీరన్న కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యకర్తలు,నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

దంతాలపల్లిలో డీలర్ గుట్టారెడ్డి రేషన్ షాప్ వద్ద సన్న బియ్యం పంపిణీ పథకాన్ని ప్రారంభించిన ప్రభుత్వ అధికారి

సాక్ష్యం న్యూస్ ఏప్రిల్ 01 దంతాలపల్లి ప్రతినిధి స్థానిక మండల కేంద్రంలో డీలర్ గుట్టారెడ్డి రేషన్ షాప్ వద్ద తెలంగాణ ప్రజా ప్రభుత్వం చేపట్టిన సన్న బియ్యం పంపిణీ పథకాన్ని మంగళవారము రోజు ప్రభుత్వ అధికారి ఎమ్మార్వో కె.చంద్రరాజశేఖర్ ప్రారంభోత్సవం చేశారు. ఈ సందర్భంగా వారితో పాటు



కార్యక్రమములో ఏ.ఎమ్.సి వైస్ చైర్మన్ తొర్రూర్ %౧౫ దంతాలపల్లి మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు గుగర్లోక్ భట్టు నాయక్, రెడెక్ట్ వాసు, పిపిఎస్ఎస్ చైర్మన్ సంపెట రామ్మ గౌడ్,జిల్లా నాయకులు లింగారెడ్డి, కొమ్మివేని రవీందర్,మండల యూత్ అధ్యక్షులు సంపెట సురేష్ గౌడ్, మండల నాయకులు మాజీ ఎంపీటీసీ నెమ్మది



యోకన్న,తండా రాములు,పొన్నెటి బాలాజీ,లాలాద్రి రమేష్ రెడ్డి,వెంకటానారాయణ,వెలితాల శంకర్,మోహన్,మండల యూత్ ఉపాధ్యక్షులు బెల్లె సంపత్, గ్రామ పార్టీ అధ్యక్షులు ఎల్లూ శ్రీనివాసరెడ్డి,మహేష్,వీరన్న కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యకర్తలు,నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సెంట్రల్ యూనివర్సిటీ భూముల వేలం పాట వెనక్కి తీసుకోవాలి

సీబిటియూ వరంగల్ జిల్లా అధ్యక్షులు సాగర్

ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా బ్యారో (సాక్ష్యం న్యూస్) : సెంట్రల్ యూనివర్సిటీ భూముల అమ్మకాన్ని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వెంటనే ఆపాలని సెంట్రల్ యూనివర్సిటీలో పోలీసు నిర్బంధాన్ని నిలిపివేయాలని అక్రమంగా విద్యార్థి నేతలపై పెట్టిన కేసులు ఎత్తివేయాలని సీబిటియూ వరంగల్ జిల్లా అధ్యక్షులు ఎం. సాగర్ డిమాండ్ చేశారు. ఈసందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ హైదరాబాద్ సెంట్రల్ యూనివర్సిటీ 400 ఎకరాల భూమిని ప్రజా నిర్ణయికంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అమ్మకానికి పెట్టడం సమంజసం కాదన్నారు. ఈ నిర్ణయాన్ని వ్యతిరేకిస్తూ ఆందోళన చేస్తున్న యూనివర్సిటీ విద్యార్థులను భయభ్రాంతులకు గురిచేస్తూ పోలీసులు అమానుషంగా ప్రవర్తిస్తూ లాఠీచార్జి చేయడం తీవ్రంగా ఖండిస్తున్నామన్నారు. విద్యార్థినేతలపై కేసులు పెట్టి వేధింపులకు పాల్పడడం మానుకోవాలని అన్నారు. హైదరాబాద్ సెంట్రల్ యూనివర్సిటీ భూములను కాపాడుకోవాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ఇప్పటివ్పుడే ఎన్నో ఎన్నో బీసీ మైనార్టీ సామాజిక తరగతుల నుండి పేద మధ్యతరగతి విద్యార్థులు యూనివర్సిటీలో విద్యను అభ్యసించేందుకు వెళుతున్న క్రమంలో విశ్వవిద్యాలయాలను నిర్వీర్యం చేసేందుకు ప్రైవేటు యూనివర్సిటీలను ప్రోత్సహించే కుట్రలో భాగంగా ఈ చర్యలకు పాల్పడుతుందన్నారు. ఈ ప్రభుత్వ విధానాన్ని ప్రతి ఒక్కరు వ్యతిరేకించాలని కోరారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం యూనివర్సిటీ భూములను అమ్మాలనే ఆలోచిత నిర్ణయం వెనక్కి తీసుకోవాలి వెంటనే యూనివర్సిటీ భూముల్లో ఉన్న బుల్డేజర్ల జేసిబిలను ఐదుటికి పంపాలని డిమాండ్ చేశారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా విద్యార్థి నాయకులను సిపిఐం నేతలను అక్రమంగా అరెస్టు చేయడాన్ని తీవ్రంగా ఖండిస్తున్నామన్నారు.

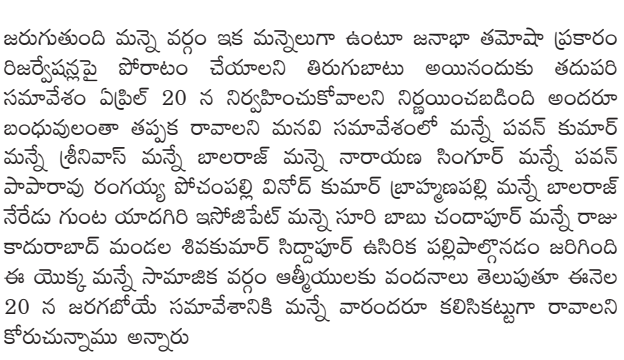


సంగారెడ్డి జిల్లా మన్నె సోదరుల వర్గం కల్వకుంట గ్రామంలో నీ దుర్గామాత ప్రాంగణంలో నిర్వహించడం జరిగింది

సాక్ష్యం న్యూస్ సదాశివపేట సంగారెడ్డి జిల్లాలో ముఖ్యంగా మన్నె సామాజిక వర్గాన్ని రిజర్వేషన్లు గ్రూప్ ఏ వర్గంగా పరిగణించడం జరిగింది. దీనికి అనుమతి కృతజ్ఞతలు చెప్పడం







“ఎవరైతే మనఃప్రసన్నతను పొందుతారో... తక్షణం వారి దుఃఖాలన్నీ నశిస్తాయి. ప్రసన్నచిత్తుడైన యోగి బుద్ధి ఇతర విషయాలన్నిటి నుంచి వైదొలగి, పరమాత్మ పట్ల మాత్రమే పూర్తిగా స్థిరపడుతుంది” అని శ్రీకృష్ణుడు చెబుతున్నాడు. మన కోరికలన్నీ తీరిన తరువాత... మనం సంతృప్తి చెంది, సుఖాన్ని పొందుతామనీ, దుఃఖాన్ని దూరం చేసుకుంటామనీ భావిస్తూ ఉంటాం. కానీ మొదట సంతృప్తి చెందాలనీ, ఆ తరువాత మిగిలినవన్నీ పాటంతట అవే అనుసరిస్తాయనీ శ్రీకృష్ణుడు బోధిస్తున్నాడు. ఉదాహరణకు మనకు జ్వరం, శరీర అవయవాల్లో నొప్పులు తదితర లక్షణాలు ఉంటే... మనం ఆరోగ్యంగా లేమని నిర్ధారించుకుంటాం. ఈ లక్షణాల మూలాలకు చికిత్స చేయకుండా వాటిని అణచివేయడం వల్ల ఆరోగ్యం కుదుటపడదు. పోషకాహారం, మంచి నిద్ర, వ్యాయామం లాంటివి మనకు మంచి ఆరోగ్యాన్ని అందిస్తాయి. అదే విధంగా అసంతృప్తికి కారణమైన భయం, క్రోధం, ద్వేషం లాంటివి మనలో సంతృప్తి లేకపోవడాన్ని సూచిస్తాయి. వాటిని కృత్రుతంగా అణచివేయడం వల్ల మనకు సంతృప్తి లభించదు. క్రోధాన్ని, ద్వేషాన్ని అణచివేసి, సమాజంలో ఆమోదయోగ్యమైన ప్రవర్తనను ప్రదర్శించడానికి అనేక శిష్టు పరిష్కారాలు ఉన్నాయి. ప్రస్తుతకాలంలో కూడా అవి ఆచరణలో ఉన్నాయి. కానీ ఈ లక్షణాల్ని అణచివేస్తే...

సంతృప్తికి మార్గం

కొంతసేపటి తరువాత మరింత శక్తితో తిరిగి వస్తాయి. ఉదాహరణకు మన బాస్ మీద అణచిపెట్టుకున్న కోపం తరచుగా కింది ఉద్వేగులు లేదా కుటుంబ సభ్యుల మీద వ్యక్తమవుతుంది. ఈ ప్రపంచం తాలూకు ద్వంద్వ స్వభావం గురించి తెలుసుకోవడం, కర్మ ఫలం అతివకుండా కర్మను ఆచరించాలనే అవగాహన, త్రిగుణాలే మన కర్మలకు, ఆలోచనలకు భావాలకు అసలైన కర్తలనీ, మనం కేవలం సాక్షులం మాత్రమేననీ గుర్తించడం... ఇది సంతృప్తికి మార్గం. మన నిజ స్వరూపమైన అంతరాత్మ ఎల్లప్పుడూ సంతృప్తిగా ఉంటుంది. తాడు, పాము ఉదాహరణలో... తాడులో పాముని చూసినట్టు మనలో వ్యక్తమయ్యే దానితో మనల్ని జత చేసుకొని, అసంతృప్తికి లోనవుతాం. ఈ దుఃఖం నుంచి విముక్తి పొందడానికి శ్రీకృష్ణుడు మనల్ని ‘అత్మవాన్’, ‘ఆత్మారామన్’... అంటే ఆత్మతో తాదాత్మ్యం చెందాలని సూచిస్తున్నాడు. ఇది దుఃఖాల అణచివేత కాదు. వాటిని సాక్షిగా చూస్తూ ఉండే సామర్థ్యాన్ని సంపాదించుకోవడం.



కుండలినీ శక్తి నిజంగానే ఉందా?

జిడ్డు కృష్ణమూర్తి ఉపన్యాసాల్లో, సంభాషణలలో ‘చైతన్యం’ అతి ముఖ్యమైన అంశం. ‘యోగః చిత్త వృత్తి నిరోధః’ అని పతంజలి మహర్షి అష్టాంగ యోగాన్ని నిర్వచించాడు. చైతన్యంలో పుట్టి, నిరంతరం చలనంలో ఉండే వృత్తుల్ని నిరోధించడాన్ని అంటే... వాటిని అరికట్టే లేదా నిర్మూలించే సాధనను ‘యోగం’ జిడ్డు కృష్ణమూర్తి ఉపన్యాసాల్లో, సంభాషణలలో ‘చైతన్యం’ అతి ముఖ్యమైన అంశం. ‘యోగః చిత్త వృత్తి నిరోధః’ అని పతంజలి మహర్షి అష్టాంగ యోగాన్ని నిర్వచించాడు. చైతన్యంలో పుట్టి, నిరంతరం చలనంలో ఉండే వృత్తుల్ని నిరోధించడాన్ని అంటే...

వాటిని అరికట్టే లేదా నిర్మూలించే సాధనను ‘యోగం’ అంటారని అర్థం. అయితే ‘చిత్తం అంటే ఏమిటి?’ అనే ప్రశ్నకు పతంజలి యోగసూతాల్లో మనకు జవాబు దొరకదు. ‘నేను ఎవరిని?’, ‘ఈ ప్రపంచం ఏమిటి?’ అనే రెండు మౌలికమైన ప్రశ్నలు అర్థం కావాలంటే... చైతన్యం అంటే ఏమిటో అర్థం చేసుకోవాలి. కాబట్టి చిత్తం లేదా చైతన్యం ప్రాకృత్తిమ తత్వశాస్త్రంలో అతి ముఖ్యమైన విషయం. మన అనుభవాలన్నిటికీ ఇదే రంగస్థలం. అయినంలో భువిని, గులాబీలో పరిమళాన్ని, వేణునాదంలో మాధుర్యాన్ని, ఉదయస్తున్న సూర్యుడిలో రంగులను జ్ఞానేంద్రియలు గ్రహిస్తున్నప్పటికీ... అవి

అనుభవం అయ్యేది చైతన్యంలోనే. మన సంకల్పాలకు, ఆలోచనలకు, రాగద్వేషాలకు, సుఖదుఃఖాలకు, వినయం, మదం లాంటి గుణాలకు చైతన్యమే వేదిక. దీని పర్యాయ పదాలైన ‘మనసు, బుద్ధి, చిత్తం, హృదయం’ లాంటివి మన మాటల్లో తరచు దొడ్డుతూ ఉంటాయి. అది కేవలం ఒక మిష ఆధ్యాత్మిక సాధన అంతా చైతన్యపరమైనదే. మనిషి చైతన్యంలో కుండలినీ అనే అనంతమైన శక్తి ఒకటి ఉంటుంది, దాన్ని సాధన ద్వారా మేల్కొల్పినప్పుడే మన సంప్రదాయం చెబుతోంది. “కుండలినీ శక్తి నిజంగానే ఉంటుందా?...” కృష్ణమూర్తితో జరిపిన సంభాషణల్లో పుషలో జయకర్ లాటి మేధావులు ఈ ప్రశ్న చేశారు. “అవును, చైతన్యంలో అనంతమైన, నిత్యనూతనమైన, అక్షయమైన శక్తి ఒకటి ఉంటుంది” అనేది కృష్ణమూర్తి జవాబు. “అయితే



మనకు అనంతమైన ఈ చైతన్యంలో ఒక చిన్న భాగం మాత్రమే అందుబాటులో ఉంటుంది. ‘నేను’ అనే అహంభావం, అది సృష్టించిన ‘నేను-నువ్వ’ అనే విభజన (అంటే ద్వైతం), ఆ ‘నేను’ చుట్టూ పేరుకున్న కుహనా మనుగడ... ఇవన్నీ చైతన్యాన్ని ఆవరిస్తాయి. అందువల్ల మనకు మన చైతన్యం సంపూర్ణంగా అందుబాటులో ఉండదు. చైతన్యాన్ని శుభ్రపరిస్తే ఈ శక్తి మేలుకొనే అవకాశం ఉంటుంది. సంప్రదాయం చెప్పే సాధన అందుకు పనికిరాదు” అంటారు కృష్ణమూర్తి. అబద్ధాలు, అవినీతి, అసూయ లాంటి వాటితో నిండిన జీవితాన్ని గడుపుతూ కుండలినీ శక్తిని మేల్కొల్పాలనే ఉద్దేశం హాస్యాస్పదం, కేవలం ఆధ్యాత్మిక వ్యాపారానికి ఒక మిష. చైతన్యాన్ని సంపూర్ణంగా శుభ్రపరచడం ఒక్కటే ఈ శక్తిని మేలుకొలుపగలిగే మార్గం. అంటే దానిలో ఎలాంటి ఆలోచనలకు, జ్ఞాపకాలకు... అంటే గతంతో మడిపడిన అనుభవాలకు, సంకల్పాలకు, మంత్రాలకు, ఉపదేశాలకు, జపాలకు (ఇవన్నీ ఆలోచనల ప్రతిరూపాలే)... చివరకు ‘కుండలినీ శక్తిని మేలుకొలపాలి’ అనే ఆలోచనలకు కూడా తావు లేకుండా చూడాలి. నిరంతర ప్రక్రియ చైతన్యాన్ని శుభ్రపరిచే ఈ ప్రక్రియను ‘ధ్యానం’ (మెడిటేషన్) అంటారు కృష్ణమూర్తి. ఈ ధ్యానం పక్షమో, మానమో, ఆరునెలలో చేసే పునశ్చరణ కాదు. ఇది 24 గంటలూ నిర్విరామంగా, అత్యంతమైన అప్రమత్తతతో జరిగే మనసుకే ప్రక్రియ. చైతన్యాన్ని సంపూర్ణంగా శుభ్రపరచడం వరకే మన ప్రయత్నం పరిమితమై ఉంటుంది. కుండలినీ శక్తి తాలూకు జగ్గణ్ణి మన చేతిలో ఉండదు. ఉంటేని శుభ్రం చేసి కిటికీలు, తలుపులు తెరిస్తే గాలి లోపలికి వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. గాలిని మనం నిర్బంధించలేం. కుండలినీ శక్తి కూడా అంతే.

మహా భక్తుడుగా, సంకీర్తనా చార్యుడిగా

అబ్బితియమైన స్థానాన్ని పొందిన మహానీయుడు (శ్రీ పురందరదాసు. వేదాలు, పురాణాలు, ఉపనిషత్తుల సారాంశాన్ని సాధారణ ప్రజలకు అర్థం అయ్యేలా ... సరళమైన కన్నడ భాషలో ఆయన అందించాడు. పురందరదాసు రచన... మహా భక్తుడుగా, సంకీర్తనా చార్యుడిగా అబ్బితియమైన స్థానాన్ని పొందిన మహానీయుడు (శ్రీ పురందరదాసు. వేదాలు, పురాణాలు, ఉపనిషత్తుల సారాంశాన్ని సాధారణ ప్రజలకు అర్థం అయ్యేలా ... సరళమైన కన్నడ భాషలో ఆయన అందించాడు. పురందరదాసు రచన... అద్భుతమైన సంగీతం, సరళమైన సాహిత్యం, ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానాల అపూర్వ సంగమం. భౌతికమైన సంపదలకన్నా భక్తి తత్వరత, జ్ఞానం గొప్పదని బోధించిన ఆయన జననం... దైవ సంకల్పం.

భగవంతుడి ఆజ్ఞ మేరకు... నారదుడు తాను రచించిన భక్తి సూత్రాలను ఆచరణలో తీవ్రదానికీ... శ్రీనివాసనాయకుడుగా ఈ భూమి మీద అవతరించాడు. ధన సంపాదనే ద్వేయంగా, లోభిత్వంతో... నవకలీ నారాయణుడి కోట్లకు పడగరితైన శ్రీనివాస నాయకుడు.... ఒక చిన్న ఘటంతో భక్తి, జ్ఞాన, వైరాగ్యాలే అసలైన సిరిసింపదలని సమాజానికి తెలియజేసే పురందరదాసుగా మారాడు. జగన్నాటక సూత్రధారి అయిన శ్రీహరి... స్వయంగా బ్రాహ్మణ రూపంలో వచ్చినా, ఆయనను సామాన్య యాచకుడిగా భావించి, ఆరు నెలలపాటు వాకిలిలో

వ్యాసుల తరువాత దాసులే...

నిలబెట్టాడు శ్రీనివాసనాయకుడు. ఆ తరువాత తన తప్పును తెలుసుకొని, విరక్త శిఖాసుకీగా మారాడు. శ్రీవ్యాసరాయల నుంచి సకల శాస్త్రాల్లో ఉపదేశాలను పొందాడు, భక్తితో పాడి శ్రీకృష్ణునితో నాట్యం చేయించాడు.

ఎవరి భాగ్యం గొప్పది?

కర్ణాటక శాస్త్రీయ సంగీత పితామహుడు అనిపించుకున్న పురందరదాసుకు, విజయనగర సామ్రాజ్యానికి ఎవరేని అనుబంధం. ఆయన కాలంలో శ్రీకృష్ణదేవరాయలు విజయనగర చక్రవర్తిగా పాలన సాగించేవాడు. తన రాజ్యంలో పేరుమోసిన వ్యాపారి ఒకరు... రాత్రికి రాత్రి సర్వస్వాన్ని దానం చేసి, హరిదాసుగా మారాడనీ, ఎన్నో దివ్యమైన తత్వాలు ఉపదేశిస్తున్నాడనీ, మహిమార్పిడుడని రాయలు విన్నాడు. ఆయనను స్వయంగా చూడాలని వ్యాసరాయల మతానికి వచ్చాడు. వ్యాసరాయలు... పురందర, కనకదాసులతో భజనలో ఉన్నారు. రాయలు దేవాలయ మండపంలో కూర్చున్నాడు. పూజలో, భజనలో లీనమై, భావసమాధిలో మునిగిపోయిన వారు అతని రాకను గమనించలేదు. ఆ తాదాత్మ్యం నుంచి బయటకు వచ్చిన తరువాత... రాయలను కుశల ప్రశ్నలు వేశారు. తన సుకృతం వల్ల యతులను, హరిదాసులను చూసే భాగ్యం కలిగిందని, పురందరదాసు వృత్తాంతం విని వచ్చానని రాయలు తెలిపాడు. తరువాత పురందరదాసును తనతోపాటు ఏకాంతానికి తీసుకువెళ్ళి, ఆయన అనుభవాల్ని విన్న రాయలు భక్తితో, ఆనందంతో పరవశుడయ్యాడు. అప్పుడు పురందరదాసు వైరాగ్యాన్ని విన్నోదంతో మిశ్రమం చేసి... ‘నిమ్మ భాగ్య దొడ్డదో, నమ్మ భాగ్య దొడ్డదో?’ (మీ భాగ్యం గొప్పదా? మా భాగ్యం గొప్పదా?) అంటూ భగవన్నామ సంకీర్తన చేశాడు.



“రాజ్య సంపదకు చోరులు, శత్రువుల భయం ఉంటుందేమో కానీ... మా రామ నామ సంపదకు ఎలాంటి భయం లేదు. ధాన్యం, బెల్లం, నెయ్యి లాంటి సరుకులు చెడిపోతాయేమోననే వింత ఉండవచ్చు, ‘హరినామామృతం’ అనే సరుకు విషయంలో ఏ వింతా ఉండదు. మీ భాగ్యం లక్ష్మీదేవి అయితే... మా భాగ్యం నారాయణుడు. మన అందరి బాగ్యం పురందర విరలుడు” అని పాడాడు. రాయలు పరమానందం చెంది... పురందరదాసును సత్కరించాడు. రాయలు ఇచ్చిన ఆభరణాలను, వస్త్రాలను, కానుకలను పేదలకు పురందరదాసు



దానం ఇచ్చాడు. ఇది తెలుసుకున్న శ్రీకృష్ణదేవరాయలు బాధ పడగా... “కృష్ణరాయా! వాటిని నేను అలంకరించుకుంటే హరికీ ప్రీతిపాత్రం కాదు. అందుకే వాటిని ఆ హరికే సమర్పించాను” అని వివరించాడు. దీనితో రాయలుకు పురందరదాసు మీద గౌరవం మరింత పెరిగింది.

అంతటా నెలకొన్న దేవుడాక్కడే...

‘మానవ జన్మ దొడ్డదో’ అనే కృతిలో మానవజన్మ విశిష్టతను అందరూ తెలుసుకోవాలనీ, దాన్ని వృధా చేసుకోవద్దనీ

పురందరదాసు హెచ్చరిస్తారు. ఆయన కీర్తనలలో వైవిధ్యం ఉపాతీతం. భక్తి, విరక్తి, లాలిపాటలు, దేవతా/ క్షేత్ర వర్ణన, వ్యాపారం, సామాజిక బాధ్యత, విమర్శ... ఇలా అన్ని అంశాల గురించి ఆయన కీర్తనలు ఉంటాయి. ఒకసారి కొంతమంది ముస్లిం యువకులు ఆయనను ఉరుసుకు అవ్వ్వించి దేవునిమీద పాట పాడమని కోరినప్పుడు... అంతటా నెలకొని ఉన్న దేవుడు ఒకడి అంటూ ‘క్లాపింగ్స్ బాహుస్సీస్’ అనే కీర్తనలో దశావతార స్తుతి చేసి, అక్కడ ఉన్న ముస్లింల మనసును గెలిచారు. పరమత సహనం అవశ్యకతను తెలియజేశారు. పురందరదాసు రచించిన కృతుల గొప్పదనం ఎంతోదేదంటే ‘వ్యాసుల (వ్యాసభగవానుడు) తరువాత దాసులే’ అని ఆయన ప్రసిద్ధి చెందారు. వ్యాసరాయలవారు... శ్రీమద్భాగవత సర్వమూల గ్రంథాలతోపాటు... పురందరదాసు కృతులను వ్యాసపీఠం మీద ఉంచి... రెండిటికీ సమానమైన నిర్బంధం ఇచ్చేవారు. ఆయన సాహిత్య ఔన్నత్యానికి ఇది నిదర్శనం.

కర్ణాటక సంగీతానికి పునాది

సాక్షాత్తూ నారదుడే పురందరదాసు అయినందున ఆయన సంగీత స్థాయి అనుపమానంగా ఉంటుంది. ఆ కాలంలో కర్ణాటక శాస్త్రీయ సంగీతంలో శక్తిని పొందే విద్యార్థులకు వ్యవస్థీకృతమైన పద్ధతి ఉండేది కాదు. పదిహేనవ మేళకర్త రాగమైన మాయమాళవగళ రాగాన్ని... ఆదిరాగంగా చేసుకొని, సంగీత శక్తిని కోసం దాన్ని సిద్ధపరచారు. విద్యార్థులకు అనుకూలంగా ఉండేలా... మలహరి రాగంలో పిచ్చారి గీతాల రచించారు. ఈ విధంగా కర్ణాటక సంగీతానికి భద్రమైన పునాది వేసి, దాని మీద సుస్థిరమైన కట్టడాన్ని పురందరదాసు నిర్మించారు. ప్రతి సంవత్సరం పుష్క మస అమావాస్యనాడు వచ్చే వారి పుణ్యతిథిని సద్గురులందరూ అత్యంత వైభవంగా జరుపుకొని పునీతులవుతారు. దానిశ్రేష్ఠుడైన పురందరదాసు నామసమరణతో అభివృద్ధి చెందిన నెరవేరుతాయనీ భక్తుల విశ్వాసం.



మీకు ఇలా
అవుతుందా..?

ప్రపంచ వ్యాప్తంగా క్యాన్సర్ బారిన పడుతున్న వారి సంఖ్య ఏటా పెరుగుతుందని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ వెల్లడించిన గణాంకాలను చెబుతున్నాయి. క్యాన్సర్ అనేది చాలా కీడు చేసుకునే వ్యవస్థలొంది. మన దేశంలో చాలా మంది గుర్రు, కైసీ నమలండు, పొగ తాగడం వల్ల నేటి క్యాన్సర్ బారిన పడుతున్నారు. అలాగే గొంతు క్యాన్సర్, లంగ్ క్యాన్సర్, కుడు చాలా మందికి వస్తోంది.

నాస్థులు..

కృష్ణానీ ఉన్నవాలో శరీరంలో ఏదో ఒక భాగంలో నొప్పిగా ఉంటుంది. ముఖ్యంగా తలనొప్పి, వెన్ను నొప్పి, కీళ్ల నొప్పులు వంటి నొప్పులు తీవ్రంగా ఉన్నాయాదే దాన్ని క్యాన్సర్ గా అనుమానించాలి. ఈ లక్షణం ఉన్నా చూసి నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు. అలాగే క్యాన్సర్ నొప్పి కట్టవారిలో చర్మం రంగులో మార్పులు కనిపిస్తుంటాయి. ముఖ్యంగా చర్మంపై ఉండే కొన్ని రకాల మచ్చలు పెద్దగా అవడం లేదా నొప్పిగా ఉండడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. దీన్ని కూడా క్యాన్సర్ గా అనుమానించాలి. నిర్లక్ష్యం చేస్తే క్యాన్సర్ కణాలు పెద్దగా మారి వికీర్ణత కూడా సృష్టించవు. దీంతో ప్రాణాంతకం అవుతుంది.

ఎంతకూ తగ్గని దగ్గు..

తీరవూ తీవ్రమైన దగ్గు సముద్ర వస్తుండంటే లేదా దగ్గినప్పుడు రక్తం పడుతున్నా కూడా దాన్ని క్యాన్సర్గా అనుమనించాలి. ఈ లక్షణం కనిపించినా కూడా ఏమీతరం అలస్యం చేయకుండా వెంటనే డాక్టర్ను సంపాది. అలాగే క్యాన్సర్ ఉన్నవారు ఏదైనా మింగాలన్నా, తాగాలన్నా జబ్బయినా ఉంటుంది. గొంతు నొప్పిగా ఉంటుంది. ఏదైనా తిన్నప్పుడు లేదా తాగినప్పుడు గొంతులో అడ్డం పడవట్టు అనిపిస్తుంది. అలాగే కారింటికి తినే లేదా తాగే ఆహారం కూడా రుచిగా ఉండదు. తరచూ రుచి కోల్పోయినట్లు అవుతుంది. ఈ లక్షణాలు ఎవరిలో అయినా ఉదయం కనిపిస్తే వెంటనే అప్రమత్తం అవ్వాలి. డాక్టర్ను కలిసి పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. క్యాన్సర్ ఉన్నట్లు తేలితే వెంటనే చికిత్స చేసుకోవాలి. గొంతు ప్రాణాలకు చిన్నదన్న వారు అవుతారు.

మనం ఆర్థికంగా ఉండాలంటే అందుకు ఆర్థికగర్వమైన ఆహారాలను తినాలి. ఉంటుందన్న విషయం అందరికీ తెలిసిందే. కానీ నేటి ఉడుకుల పురుగు బిజీ యుగంలో చాలా మంది జంకీ ఫుడ్స్ అలవాటు పడ్డారు. ఉదయం బ్రేక్ ఫాస్ట్ మొదలుకొని రాత్రి తేలి సిస్టర్ వరకు జంకీ ఫుడ్స్ ఎక్కువగా తింటున్నారు. అలాగే చేత తప్పింది వాడనే అనిపించినప్పుడు, రాత్రి పూట ఉదయం తినుకుంటున్నారని అనిపిస్తుంది. ఇందులో ఆహార్యమైన జీవనశైలి కిందుకు వస్తుంది. దీంతో ఆర్థిక సమస్యలను చేజిక్కులా కొని తిమ్మిస్తుంటున్నారు. అందువల్ల ఆర్థికసమస్యైన ఆహారాలను తగినాని పోషకాహార నిణుణులతోపాటు ఆర్థికగ్య నిపుణులు కూడా మనకు సూచిస్తున్నారని. ఇక ఆర్థికసమస్యైన ఆహారాల విషయానికొకటి వస్తే కడిగిరమ్మ ముఖాని పోషిస్తామని చెప్పవచ్చు.

(పోటీన్ను అధికం..)

రోజుకు కనీసం ఒక కోడిగుడ్డును ఉడకబెట్టి తింటే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కోడిగుడ్డులో ప్రోటీన్లు అధిక మొత్తంలో ఉంటాయి. ఒక కోడిగుడ్డును తింటే మనకు సుమారుగా 6 గ్రాముల మేర ప్రోటీన్లు లభిస్తాయి. ఇవి కండరాలకు శక్తిని, పోషణను అందిస్తాయి. దీంతో మనం పరుగు గుండు, ఎత్తాకాని వనిస్తాం. ఉదయం బ్రేక్‌ఫాస్ట్‌లో కోడిగుడ్డును తింటే రోజంతా యాక్టివ్‌గా ఉండవచ్చు. ఎంతో పనిచేసేనా అనిపించుకొందా ఉంటుంది. అలాగే కోడిగుడ్డులో కోలినో అనే పోషక పదార్థం సమృద్ధిగా ఉంటుంది. ఇది కణాల్లో పనితీరును సహకరిస్తుంది. లివర్ పనితీరును మెరుగు పరుస్తుంది. శరీరంలోని కొలెస్ట్రాల్‌ను నియంత్రిస్తుంది. కోలినో వల్ల శరీరంలో అనిబైటో కోలినో ఉత్పత్తి అవుతుంది. ఇది మన మెదడు పనితీరును, జ్ఞాపకశక్తికి, ఏకాగ్రతకు, కండరాల పనితీరును అంతగానే సహాయ పడుతుంది. కనుక కోడిగుడ్డును తింటే మెదడును యాక్టివ్‌గా ఉంచుకోవచ్చు.

కంటి చూపు మెరుగు పడుతుంది..

కడిగడ్డలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కూడా ఎక్కువగానే ఉంటాయి. ముఖ్యంగా లుటీన్, జెయిజాంటిన్ అనే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు గడ్డలో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి కళ్ళను సూర్యుని నుంచి వచ్చే అతినిలలోహిత కిరణాల భారీ నుంచి రక్షిస్తాయి. దింట్ కళ్ళలో క్షణాలు రాకుండా చూపాకొచ్చును. వయస్సు మీద పడకుండా వల్ల కలిగే చూపు తగ్గడం అనే సమస్య వస్తుంది. దీన్ని కూడా రాకుండా నివారించవచ్చు. కడిగడ్డలో నల్లనియోను అధిక మెత్తతలో ఉంటుంది. ఇది శరీర రంగ్ ని రోడ్లక శక్తిని పంపించుతుంది. దింట్ కిజనల్ వ్యాధుల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఇలా కడిగడ్డను రోజూనా ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు.

ఎన్ని గుడ్లను తినాలి..?

ఇక కోడిగుడ్డను రోజుకు ఎన్ని తినాలి.. అని చాలా మంది సందేహం వ్యక్తం చేస్తుంటారు. ఇందుకు నిపుణులు ఏమని సమాధానం చెబుతున్నారంటే.. అరోగ్యవంతమైన వ్యక్తులు రోజుకు 1 నుంచి 2 కోడిగుడ్డను ఉడకబెట్టి తినవచ్చు. గుండె జబ్బులు ఉన్నవారు, కొలిస్ట్రాల్ సమస్య ఉన్నవారు డాక్టర్ సలహా మేరకు గుడ్డను తినాలి. వీరు కోడిగుడ్డు తెల్లనిన మాత్రమే తినాలి. అలాగే శారీరక శ్రమ లేదా వ్యాయామం ఎక్కువగా చేసేవారు రోజుకు 2 నుంచి 4 కోడిగుడ్డను తినవచ్చు. ఇలా కోడిగుడ్డను తింటే అన్ని విధాలుగా అరోగ్యంగా ఉండవచ్చు.

మహిళలకు మాత్రమే..

ద్రుస్తుత తరుణంలో మహిళలు నిత్యం ఎంతటి ఒత్తిడిని అనుభవిస్తున్నారో ద్రుష్టకంగా చెప్పాల్సిన పనిలేదు. ఇంటి పనులు, కుటుంబ నమస్సులు, ఆర్థిక ఇబ్బందులతో వారు సతమతం అవుతున్నారు. ఇంట్లోని అందరి ఆరోగ్యం, బాగోగులను వారు చూస్తారు. కానీ తమ ఆరోగ్యం గురించి తామే పట్టించుకోరు. ఇక పనిచేసే మహిళలు అయితే ఓ వైపు కుటుంబాన్ని, మరోవైపు పని ఒత్తిడిని ఎదుర్కోవటం అపస్థులు పడుతుంటారు. ఇలా ఒత్తిడి బాలిన పడుతున్న మహిళలు చాలా త్వరగా వృద్ధాప్యంలోకి వచ్చేసినట్లు కనిపిస్తారు. 30 లేదా 40 ఏళ్ల వయస్సులోనే వృద్ధులు అయిపోయినట్లు కనిపిస్తారు. అయితే కొన్ని రకాల ఆహారాలను తరచూ తీసుకుంటే ఒత్తిడి తగ్గవంతోపాటు చర్మం యువ్వనంగా కనిపించేలా చేయవచ్చు. దీంతో వృద్ధాప్య ఛాయలు తగ్గతాయి. వయస్సు మీద పడినా కూడా యువ్వనంగానే కనిపిస్తారు. ఇక మహిళలు యువ్వనంగా కనిపించాలంటే తీసుకోవాల్సిన ఆ ఆహారాలు ఏమిటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

మమేళలు రోజూ పాలను తాగుతుండాలి. పాలలో ప్రోటీన్లు అధికంగా ఉంటాయి. అయితే కొవ్వు శాతం తక్కువగా ఉండే పాలనే తాగాల్సి ఉంటుంది. పాలలో ఎముకలను బలంగా ఉండే క్యాల్షియం, విటమిన్ డి, విటమిన్ సి అధికమైతే ఉంటాయి. ఇవి స్త్రీలకు పెరుగును అందిస్తాయి. చర్మాన్ని సుందరిస్తాయి. చర్మం ఎరువ్వనగా కనిపించేలా చేస్తాయి. అలాగే కొవ్వు తక్కువగా ఉండే పెరుగును కూడా స్త్రీలు తీసుకోవాలి. ఇది చర్మానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ఇలాంటి పెరుగును తింటే రోమ్మ్యూ క్యాన్సర్ వచ్చే అవకాశాలు గణనీయంగా తగ్గుతాయని చివరికిచెప్పాలి చెబుతున్నాడు. కడుపులో మంట, గ్యాస్ వంటి సమస్యలతో బాధపడేవారికి కూడా పెరుగు ఎంతగానో మేలు చేస్తుంది. స్త్రీలకు వచ్చే కొన్ని రకాల ఇన్ ఫెక్షన్లు, అల్సర్లును కూడా పెరుగు తగ్గిస్తుంది. చర్మాన్ని సుందరిచేడంతోపాటు యువనంగా కనిపించేలా చేస్తుంది.

టమాటా, సోయా..

ప్రేమకు ఓమహులు ఒడవడంతో నమనం అనే చెప్పాలి. ఎందుకంటే వీటిల్లో లైకానేస్ అనే యాంటీ ఆక్సిడెంట్ సమ్మర్దిగా ఉంటుంది. ఇది రోమ్ను క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. ఈ విషయాన్ని సైంటిస్టులు చేపట్టిన అధ్యయనాలే వెల్లడిస్తున్నాయి. ఓమహుల్లో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు మహిళల్లో వచ్చే నెలకొని జబ్బుల ప్రమాదాన్ని కూడా తగ్గిస్తాయి. ఓమహులను తరచూ తినడం వల్ల ఎంతో వయస్సు వచ్చేనా కుడా యువస్యంగానే కనిపిస్తారు. ఎందుకంటే ఇవి వచ్చేసిన తాజాగా, అత్యగ్గంగా ఉంటుతాయి. పోషకాలు పుష్కలంగా ఉండే సోయాను తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి కావల్సిన పోషకాలు లభిస్తాయి. సోయాను విటమిన్లు, మినరల్స్ సమ్మర్దిగా ఉంటాయి. ఇవి స్త్రీలను అన్ని విధాలుగా అత్యగ్గంగా ఉంటుతాయి.

రొజా" గుప్పడు ద్రుష్ట ప్రాత్యుత్సవ తినడం వల్ల శరీరానికి అవసరమైన ఎన్నో రకాల పోషకాలు లభిస్తాయి. అందుకే వీటిని స్త్రీలు తప్పకుండా తినాలని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. వీటిల్లో విటమిన్ బి12, విటమిన్ ఇ ఎక్కువ మొత్తంలో ఉంటాయి. రొజా ద్రుష్ట ప్రాత్యుత్సవ తిండి బలంగా ఉంటారు. బ్లూబెర్రీలు, బ్లాక్ బెర్రీలు, రాగి బెర్రీలు, స్ట్రాబెర్రీలు, ఛాక్ బెర్రీలను రొజా తిండి స్త్రీలు ఎంపిక చేసి రాగి బాదం పడే అకానోమ్స్ రాండులను నిపుణులు. ఎందుకంటే వీటిలో ఎన్నో రకాల పోషకాలు ఉంటాయి. వీటిని రెగ్యులర్ గా తినడం వల్ల పడ్ర పేగు క్యాన్సర్, బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్ ముప్పు తగ్గుతుంది. ఎందుకంటే వీటిలో క్యాన్సర్లో పోరాడే బెషడ్ గుణాలు ఉంటాయి. ఇలా పలు రకాల పోషకాలను మహిళలు తీసుకోవడం వల్ల అనేక పోషకాలను పొందడంతోపాటు పచ్చని ఆరంగుంక, యువనంగా ఉంచుతేవచ్చు, అలాగే ఇతర ఆరోగ్య సుయోజనాలను కూడా పొందవచ్చు.



మనకు తరచు పలు అనారోగ్య సమస్యలు వస్తూనే ఉంటాయి. చాలాలో చాలా పెయిన్స్ కూడా ఒకటే. ఒళ్ళు నొప్పులు అనేవి సహజంగానే మనకు తరచు వస్తున్న ఉంటాయి. ఇంకా ఎక్కువగా పనిచేసినా లేదా పలు ఇతర కారణాల వల్ల కూడా మనకు ఒళ్ళు నొప్పులు వస్తుంటాయి. అందుకు ఇవి రోజూ సరిగ్గా నిద్రపై ఉండవు. ఇంకొక పురాతన మందున కీల్బర్న్స్ వాడాలిని పనిలేదు. కానీ కొందరికి మాత్రం ఒళ్ళు నొప్పులు ఎల్లప్పుడూ ఉంటాయి. ఇలా ఒళ్ళు నొప్పులు ఎల్లప్పుడూ ఉంటే చాలా ఇబ్బందుగా ఉంటుంది. ఏ పనిచేయలేకపోతుంటారు. బయటకు వెళ్ళలేకపోతుంటారు. ఇలా ఒళ్ళు నొప్పులు ఎప్పుడూ ఉండాయని మేమకు పలు బలమైన కారణాలు ఉండాయని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఆమెమటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

నిద్రలేదు..

మనకు రోజుకు 6 నుంచి 8 గంటలపాటు నిద్రించాలి. ఈ విషయన్ని ఆరోగ్య నిపుణులు

చెబుతున్నారు. మనం నిద్రపోయినప్పుడే శరీరం శక్తి వనరులను వ్యయించుకున్నట్లే చెబుతుంటుంది. నిద్ర వనరుల్ని రిఫైల్ చేస్తుంది. అయితే కరొనావైరస్ వాతామంది నిద్రలేమితో బాధపడుతున్నారు. తగినంత నిద్ర లేకపోవడం వల్ల శరీరం శక్తి వనరులను ఖర్చు చేసుకోకపోవడంతో ఒక్కో నవ్వులు వస్తాయి. కనుక ఒక్కో నవ్వులకు దీన్ని ప్రధాన కారణంగా చెప్పవచ్చు. శరీరంలో నీరు తగ్గిపోవడం వల్ల నవ్వులకు దూరం తీస్తుంది. శరీరానికి అవసరం అయిన నీటిని తాగకపోవడం, దానికి తోడు శరీరంలోని నీరు బయటకు పోవడం వల్ల డిహైడ్రేషన్ బారిన పడతారు. దీని వల్ల అలసట, ఒళ్లంతా నవ్వులు వస్తాయి. ఒక్కో నవ్వులు వచ్చేందుకు దీన్ని కూడా ఒక కారణంగా చెప్పవచ్చు.

క్రీడ నొప్పులు..

రక్తంలో ఐరన్ చాలా ముఖ్యమైన మూలకం అని చెప్పవచ్చు. ఇది తక్కువ మొత్తంలో ఉండడం వల్ల శరీరంలోని వివిధ భాగాలకు పోషకాలు, ఆక్సిజన్ సరిగ్గా లభించవు. ఫలితంగా అలసటతోపాటు బాడి

వియన్నా కూడా సన్నాయి. ఆర్థోడోక్స్ లేదా క్లిక్
వాపుల సమస్యలు ఉన్నవారే కూడా తరచూ ఒళ్లు
నెచ్చులు వస్తుంటాయని ఆంగ్లో నిపుణులు
చెబుతున్నారు. వీటిని తప్పించుకుంటే బాడీ
వియన్నాను తగ్గించుకోవచ్చని అంటున్నారు. చరి,
వానా కాలాల్లో జలుబు, ప్లూ సమస్యలు సర్వ
సాధారణంగా అందరిలో వస్తున్న ఉంటాయి. అయితే
ఈ షెరల్ ఇన్స్క్రప్ట్ వద్ద కూడా విపరీతంగా ఒళ్లు
నెచ్చులు వస్తాయంటుంది. కనుక ఒళ్లు నెచ్చులకు వీటిని
కూడా గ్రాహితులు చెబుతున్నారు.

బిట్టి..
బిట్టి మనల్ని కారేకంగానే కాక మానసికంగా కూడా ప్రభావితం చేస్తుంది. బిట్టి ఎక్కువైతే శరీరం బాగా అలసిపోతుంది. దీంతో శరీరం మరింత బలహీనంగా మారుతుంది. దీని వల్ల రోగ నిరోధక శక్తి క్షయిస్తుంది. దీంతో మీ శరీరం ఎన్నో రోగాలకు నిలయంగా మారుతున్నది అత్యధి నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇవన్నీ శరీర నొప్పులుకు కారణం అవుతాయని అంటున్నారు. ఇలా మీకు ఒళ్ళు



புகழ்ஜெனியல் வீம் ஐயங்குதேவ..

★వందేండ్లు క్రితం కనిపించిన ప్లానెట్ 9 ఏమైపోయింది?

జేకే దిశలో, జేకే వేగంతో కదులుతుండటం ఈ సిద్ధాంతానికి బలాన్నిచ్చింది. కాతిఫెర్మియాకు చెందిన మైకే బ్రౌన్, కాన్సెప్షన్ల బెబిజెన్ ఈ గ్రహపు పరిణామాన్ని గురించి కూడా అంచనా వేసి ప్రస్తుతం చేశారు. మన భూమి కంటే ఈ గ్రహం 5-6 రెట్లు బరువుగా ఉంటుందని, 2-4 రెట్లు అధిక పరిమాణంతో ఉండవచ్చునీ తేల్చారు. అది మిగిలిన ఎంతోమంది శాస్త్రవేత్తలూ ఈ గ్రహం గురించి మనస్సు విచారించి ఉహనిస్తూన్నాయి. వీటి విషయంలో వేర్వేరు శాస్త్రవేత్తల తేల్చిన వేర్వేరుగా ఉన్నాయి కానీ ఊహ కోసం ఓసారి వాటిలో ముఖ్యమైనవాటిని చూద్దాం. ఈ గ్రహం, సూర్యుడి చుట్టూ తిరిగేందుకు పది నుంచి 20 వేల సంవత్సరాల పడుతుందని ఆ అంచనా.

భూమి నుంచి సూర్యుడికి మధ్య ఉన్న దూరాన్ని ఆస్ట్రనామికల్ యూనిట్ గా (AU) పేర్కొంటారు. ఖగోళ చారాలను ఈ AU లెక్కతో పోలుస్తారు. మన భూమి నుంచి ఈ తొమ్మిదో గ్రహం 400-800 AU ల దూరంలో ఉందని అంటున్నారు.

భూమి లాగానే ఈ తొమ్మిదో గ్రహం కూడా సూర్యుడి చుట్టూ దీర్ఘవృత్తాకారంలో తిరుగుతున్నది.

కానీ చుట్టూ గడ్డకట్టుకున్న మంచుతో ఈ గ్రహం రుచి ఉండని ఊహిస్తూన్నా.

కేరణాల ద్వారా ఈ ఉన్నోగ్రతలను పసిగట్టి, అక్కడ
ఈ గ్రహమో, గ్రహకలమో ఉన్నట్లు
నిర్ధారించవచ్చు. ఈ సాంకేతికతతో పనిచేసే
అధునాతన తిలినీర్వాహక ప్లానెట్ సైన్ డివిజన్
గమనించే ప్రయత్నం జరుగుతున్నది
(గ్రహరాజు సూర్యుడు
వేద వ్యాఖ్యయింకో గ్రహగతుల గురించి విస్తారమైన
విశ్లేషణలు కనిపిస్తాయి. భగవత్ శాస్త్రం సత్యతంగా
తేల్చిన సూర్యుణ్ణి జ్యోతిశాస్త్రం గ్రహంగా
పేర్కొన్నది. సూర్యుడు, చంద్రుడు, బుధుడు,
శుక్రుడు, గురువు, శుక్రుడు, శని ఏడు
గ్రహాలతోపాటు రాహువు, కేతువును ఛాయా
గ్రహాలుగా చెబుతున్నది. ఈ గ్రహాలన్నిటికీ రవిని
రాజుగా నిర్ణయించింది. గ్రహాలకు భావాలు
నిర్దేశించబడినవి. ద్వారక ఆరాధ్య గ్రహమన్నా
బజ్జీ.. ఫలితాలు నిర్దేశించింది. రవి కాంతి
చలంలోకి వెళ్ళిన గ్రహాలు తమ శక్తిని
కోల్పోతాయిని.. గ్రహాలు ప్రభావం అలాంటిదని
తన జ్యోతిష గ్రంథాలు పేర్కొన్నాయి.
ముందే కనుగొన్న భారతీయుడు?

మరిన్ని రెండు దశాబ్దాల తర్వాత పూర్తి గ్రహాన్ని కనుగొన్నారు. ఆశ్చర్యం ఏమిటంటే - సూర్యుడి నుంచి పూర్తి వరకు ఉన్న దూరం, సూర్యుడి మహిమ అది తిరిగే సమయం వెంటకట్టే స్థానిచిన తెల్లకుల చాలా దగ్గరగా ఉండటం. మరి రెండో గ్రహం గురించి వెంటకట్టే అంచనా నిజమే కాదో తెలియాలంటే, దాని ఉనికి గురించి పూర్తి సమాచారం రావాల్సిందే. దురదృష్టవశాత్తూ ఏమిటంటే ఈ శాస్త్రవేత్త గురించి ఇటు ప్రజలకు కానీ, అటు వైజ్ఞానిక లోకానికి కానీ తెలియకపోవడం.

హాచం పూర్ణిలో

కాదు. కైరథ బెల్లూలో నెలకొన్న పరిస్థితులకు కారణం ప్లాన్ నె 9 మూత్రమే కాకపోవచ్చు అంటారు కొందరు శాస్త్రవేత్తలు. ఇది ఫలానా చోట ఉంది, ఇంత వైశాల్యంతో ఉంది అని వేసే డిజైన్ ను నిజం కాకపోవచ్చు అన్నది వారి వాదన. దానికి కారణం మరో గ్రూం కావచ్చు. అది మరింత దగ్గరగానే, చాలా దూరంలోనో ఉండవచ్చు. కొజోయ్ మెకానిజం అనే సిద్ధాంతం చెప్పేదేంంటంటే కొన్ని ఖగోళ వస్తువులు పరస్పర ఆకర్షణతో కలిసి తిరిగే అవకాశం ఉంది. దీనికి ప్లాన్ నె 9 ప్రభావమే కారణం కానవసరం లేదు.

నవ్యానంద గిరిలో మారులుకు కారణం పూటోనీ అని నిర్ధారించుకుంటే, మరో గ్రహం గురించిన ఆలోచన వచ్చేదీ కాదు. కానీ పూటోనీ అంత శక్తి లేదని గ్రహించారు శాస్త్రవేత్తలు. ఓ గ్రహనీతి ఉండాలిను- గుండగా ఉండటం, సూర్యుని చుట్టూ తిరగడం అనే లక్షణాలు పూటోనీ ఉన్నప్పటికీ దాని దిశలో ఎలాంటి అడ్డంకులూ లేకుండా చేసుకునేంత శక్తి లేదు. ఓ గ్రహనీతి ఉండాలిను ముఖ్యమైన లక్షణం ఇదే. ఒకవేళ పూటోనీ కేవలం గ్రహంగా గుర్తిస్తే క్వేసర్ బెల్టులోని నక్షా, సూర్యుని దిశలో ఇతర మరుగుజ్జు (గ్రహాలు నుండి గుర్తించాలి) ఉంటుంది!

ఈ డిఫరెంట్ బెల్టలోని వస్తువులను అకస్మాత్తున్న ఫ్లానెట్ 9 అనులు ఒక గ్రూపును కలిపి ఇంజనీరింగ్ అని పిలుస్తారు. వీరిని కూడా వర్గీకరిస్తారు. కృష్ణబిలాలకు కూడా తమ వరుట్టు ఉన్న వాతావరణం మీద ఆధారపడి ప్రభావము చూపబడుతుంది. కృష్ణబిలాల కాంతిని సైతం మింగిపోయే కాబట్టి, వాటిని కనిపెట్టడం అంత తేలికపాదు. ఎంత ప్రయత్నిస్తున్నా ఫ్లానెట్ 9 కనిపించదు! వాటిని దానికి కారణం ఇదేనీమో అని ఒక అనుమానం!

ప్లానెట్ 10 కూడా ఉంటుందా!

ఫైనల్ 9 క్వెస్ట్ బెల్టులో భాగంగానే, దానికి సమీపంగానే ఉండవచ్చు. ఈ అయ్యడితో సార కుటుంబం అంతమవుతుంది. ఈ సందర్భంలో ఆవల మరో గ్రామం ఉందని కొందరు శాస్త్రవేత్తలు ఊహిస్తున్నారు. క్వెస్ట్ బెల్ట్ ఒక్కసారిగా అంతమవుతుంది, తర్వాత అంతా నిర్వాసమృంగా ఉండిపోతే కారణం ఆ గ్రామమే అయినట్లున్నారు. సార కుటుంబం చుట్టూ క్వెస్ట్ బెల్ట్ ఉంటే, మరింత దూరంలో ఊర్లో క్లడే అనే మరో వలయం ఉంటుంది. గడ్డకట్టిన వాయువులూ, గ్రహకలాలతో నిండి ఉండే ప్రదేశమిది. కాస్తా తోకమర్కలు ఆవిర్భవించేవి ఇక్కడే. ఇందులో టైట్ అనే ఓ భారీ గ్రామం ఉందని కొందరు శాస్త్రవేత్తలు ప్రతిపాదించారు.

Backyard Worlds పేరుతో నానా భిగ్గేశ్ శాస్త్రం పట్ల ఆసక్తి ఉన్నవారితో రకరకాల ప్రాజెక్టులు చేపడుతున్నది. నెప్ట్యూన్ ఆవల గ్రహాల ఉనికిని కనుక్కోవడమే దీని ఉద్దేశ్యం. ఇందులో భాగంగా రకరకాల గ్రహాల ఉనికి బయటపడుతున్నది కానీ వాటిలో చెప్పక్కర్లేదని ఏమీ తోచడం లేదు. మొత్తానికి ఫ్లేనిస్ 9 ఉందనే అనుమానం చాలా పెరిగింది ఉంది. అందుకు అనుకూలంగా, ప్రతికూలంగా ఎన్నో సాక్ష్యాలు ఉన్నాయి. మనిషి అల్పసంఖ్యే. 3 కొత్త గ్రహం ఉందని తెలిసినప్పుడు దానిపట్ల ఎలాంటి ఉపయోగం లేకున్నా 3 తెలియని పరిమాణాలలోని గురుత్వాకర్షణ అందుకే అందరూ ఫ్లేనిస్ 9 ఉనికి కచ్చితంగా ఉన్నాయి. ఒకవేళ మనం చెప్పక్కన్న చోట, ఊహించిన పరిమాణంలో ఫ్లేనిస్ 9 లేకున్నా సౌర వ్యవస్థపై అందుల రోలం ఏదో ఒక కొత్త గ్రహం దొరికితే మనా ప్రాచుర్యాల చాలా అవకాశం ఉన్నాయి. విశ్వానికి ఉన్న ప్రత్యేకతే అది. అందులో రాకెట్ కొడప లేదు. రహస్యాలకు అంతం ఉండదు. అంతేకాదు బ్రహ్మాండాన్ని గమనించినప్పుడు, పరిశోధిస్తున్నప్పుడు మనం ఎంత సామన్యాలమో కూడా తెలిసేస్తుంది!

ఈ నేల నాది, ఈ ఇల్లు నాది అనుకునే భావనల నుంచి కాస్త బయటకు వచ్చి చీకటివేళ ఆకసాన్ని చూస్తే, పలకరిస్తున్నట్లుగా మిణుకుమిణుకుమనే తారలు. వాటి మధ్య సాటబుబుగ్గలతో జాబిలి, ఆ జాబిలికి కాస్త దూరంగా స్థిరంగా కాంతిని ప్రతిఫలించే (గ్రహాలు). ఇప్పుడంటే నేల మీద పరుగులు పెరిగి, నింగి వంక చూసి తీరిక, ఓపిక ఉండటం లేదు కానీ ఒకప్పుడు ఆకాశం వంక చూడటం, (గ్రహగతులను గమనించడం చాలామందికి తెలిసిన విద్యగానే ఉండేది. అలా చూస్తూనే (గ్రహాలను, నక్షత్రాలను వేర్వేరుగా గుర్తించారు. మన సౌరకుటుంబంలో ఉన్న బుధుడు, శుక్రుడు, భూమి, అంగారకుడు, గురుడు, శని (గ్రహాలను కేవలం కంటే చూపుతోనే కనిపిస్తారు అంటే ఆశ్చర్యంగా ఉండ వచ్చు. యురేనస్, నెప్ట్యూన్, ప్లూటోలను మాత్రమే టెలిస్కోప్ సాయంతో కనుగొన్నారు. వాటిలో ప్లూటో.. (గ్రహం హోదాను కోల్పోయాక నవగ్రహాలు కాస్తా అష్టగ్రహ కూటమిగా మిగిలిపోయాయి. కథ ఇక్కడితో ఆగలేదు. నెప్ట్యూన్ ఆవల ఓ భారీ (గ్రహం ఉందనే వార్తలు ఆసక్తి కలిగిస్తున్నాయి. ఆ (గ్రహపు స్థితిగతుల మీద కచ్చితమైన సమాచారం లేకపోయినా దాని ఉనికి మీద మాత్రం సందేహాలు వీడిపోతున్నాయి.అంతరిక్షంలో ఏం జరుగుతున్నదో, ఆకాశంలో ఎక్కడ ఏముందో తెలుసుకునేందుకు ఇప్పుడు సవాలక్ష మార్గాలున్నాయి. కానీ ఒకప్పుడు కేవలం కంటిచూపు, మస్టిస్కోప్ లో సాగే విస్తృతాలు, తాళపత్రాల మీద లెక్కలే ఆధారితంగా ఉండేవి. టెలిస్కోప్ వచ్చాక, ఆవిష్కరణల వేగం పుంజుకుంది. హాస్ట్ లిఫ్ట్స్ అనే డచ్ అద్దాల వ్యాహులు, 1608లో టెలిస్కోప్ కనుగొన్నారు. దాన్ని గెలిలియో ఖగోళ శలశోధనకు అనువుగా మార్చాడు. అయినా ఓ కొత్త (గ్రహాన్ని కనుగొనడానికి దాదాపు రెండు శతాబ్దాలు వట్టింది. విలియమ్ హర్షల్ అనే శాస్త్రవేత్త 1781లో యురేనస్ (గ్రహాన్ని కనిపిస్తాడు. దాంతోపాటే కొన్నివేల ఖగోళ పదార్థాలనీ కనిపిస్తాడు హర్షల్. అప్పటిదాకా ఆరు (గ్రహాల జాబితానే వల్లే వేస్తున్న పిల్లలు యురేనస్ పేరును బట్టివట్టగాారు.

కరుకుంబంలోకి కొత్తగా చేసిన ఈ యూరేనీస్
 పనినియేమడు భగవంతుని శాస్త్రవేదంలా తమ
 పనిని అనుసరించి ఆ దిశగా ఎక్కువమీదూరు. అయితే
 మిన్నన్న పరిశోధించినవారికి అది తేడా
 పడింది. దాని ఆవల ఉన్న మరో వస్తువేదో
 యూరేనీస్ గతని ప్రభావితం చేస్తున్నట్లు
 పేర్కొంది. ఆ తర్వాత ఉద్భావంగా యూరేనీస్
 తన గమనించినవారికి మెట్టకే
 యుటబడింది. గ్రహాల జాబితా పెరిగింది. నెప్ట్యూన్
 తన కూడా మరో గ్రహం ఉంది అనే
 సమాచారాన్ని కూడా అందించాడు.
 యూరేనీస్ గతని మరో గ్రహమే ప్రభావితం
 చేస్తుంది అనుకున్నప్పుడు అది ఘటాల్లో ఏమా
 దుకరమైనది. కానీ ఘటాల్లో అంత శక్తి లేదని
 యూరేనీస్ అట్టేమనడంలో మరో గ్రహం కొనసా
 గిస్తున్నాడు.

రు లేని గ్రహం కోసం

నిండిన క్రితమే లోపలే అనే శాస్త్రవేత్త నమ్మకం. దీని గ్రహానికి, ప్లానెట్ X అని పేరు పెట్టాడు. సమీకరణం చెందిన ఈ లోపలే చిత్రమను మనిషి. అనిపించింది, వ్యాపారవేత్త, గణిత శాస్త్రవేత్త అయిన. అతని కుమారుడు మీద కనిపించే వారలను. రక్షణలుగా భావించాడు. అధునిక నాగరికతకు అనుగుణంగా అక్కడ ఉంది. ఆ ఆనందాన్ని అనుభవించారని నమ్మాడు. తన నమ్మకాన్ని ప్రచారం చేసింది. పరిగణనలను మూడు ప్రకారం రాశాడు. నమ్మకం. దీనిని ఓ మార్కుతో గ్రహం ఉందని, దాని పేరు ప్లానెట్ X అని చెప్పగలిగాడు. లోపలే మూడు వారల భారత చయలేడు కానీ, ప్లానెట్ ఎక్స్ అని. ముఖ్యం స్థలం దేఖించింది. తర్వాత కాలంలో గురించి విన్నవించిన పరిశోధకుని చేసిన బ్రా. ప్లానెట్ అనే శాస్త్రవేత్తలు ఈ గ్రహానికి పుష్కలభరి. దీనిలో అనేక రకరక వస్తువులు ఉన్నాయి. నమ్మకం. దీని ఉన్న భిగ్గ వచ్చుచున్నట్టిదే కూడా (ట్రాన్) అనిపించిన ఆక్షేపి దేవులే బిల్లున్నారా.

వాటిలో ఈ గ్రహమూ ఒకటి. భగోళంలో ఓ వస్తువు ఉనికిని స్పష్టంగా నిరూపించేంతవరకు దానికి పేరు పెట్టేందుకు అంతర్జాతీయ భగోళ సమాఖ్య ఒప్పుకోదు. కాబట్టి ఈ గ్రహానికి ఇంతవరకు ఏ పేరు స్థిరపడలేదు. ప్రస్తుతానికి ప్లానెట్ 9 పేరుతో గుర్తిస్తున్న దీని గురించిన సమాచారాన్ని పంచుకుంటున్నారు.

ಪ್ಲಾನೆಟ್ ೨ ಎಲಾ ಆವಿರ್ಭವించಿంది

ప్లానేట్ 9 ఎలా ఏర్పడింది అనే విషయం మీద
 అనేక సిద్ధాంతాలు ప్రచారంలో ఉన్నాయి.
 1. ఓ అందమైన ప్రకారం మొదట్లో ఈ గ్రహం
 గురుడు, వీని లాంటి భారీ గ్రహాలకు దగ్గర్లో ఉండేది.
 వాటి గురుత్వాకర్షణ క్రితే వల్ల ఏ ఇతర గ్రహం కూడా,
 ఆ మార్గంలోకి రాకుండా ఉంటాయి. అలా ప్లానేట్
 9, క్రమంగా పెద్ద గ్రహాల నుంచి తప్పుకొని,
 దూరంగా వెళ్లిపోయింది అంటారు.
 2 మరో సిద్ధాంతం ప్రకారం ప్లానేట్ 9, ఇతర
 నక్షత్రానికి చెందిన గ్రహం. కానీ సూర్యుడి ఆకర్షణ
 వల్ల, మన సౌర కుటుంబంలోకి వచ్చి చేరింది.
 3 వాయువులు, ధూళికణాల కలయికతో
 ఆకర్షణకృషి ఓ గ్రహం ఏర్పడింది మరో ఊహ.
 4 సౌర కుటుంబం ఏర్పడిన సమయంలో ఇతర
 గ్రహాల్లాగానే ఈ ప్లానేట్ 9 ఏర్పడిందనీ, అయితే ఓ
 గ్రహంగా రూపాంతరం చెందకుండానే,
 అనపూర్వంగా మిగిలిపోయిందనీ ఇంకో మాట.
చలయంలో కలవరం

సౌర కుటుంబంలో గ్రహాలన్నీ ఏర్పడిపోయిన మిగిలిన శకలాన్నీ ఒక పరిమలంగా వాల్చడే తిరుగుతున్నాయి. వాటిని కనుగొన్న స్పృశ్యతే పేరుమీదుగా, దానికి క్షిరం బెల్ట్ అని పేరు పెట్టారు. వీటిలో కొన్ని రాతితో, కొన్ని లోహాలతో, మరికొన్ని గడ్డకట్టిన వాయువులతో ఉంటాయి. యునెస్కో గ్రహన్నీ, అలాగే క్షిరం బెల్టులో ఉన్న నెడ్డా లాంటి పదార్థాలను ఒక భారీ గ్రహమేదీ ప్రభావితం చేస్తున్నదని గ్రహము 11 భగ్గం పదార్థాలు

అతివృద్ధి చెందిన సమయంలో ఓ పెద్ద గ్రామం మన కళ్ళ కన్నీ తిగినదం ఆకస్యంగా ఉండవచ్చు. కానీ ఈ అనంత విశ్వంలో మన ఉనికి పీల్చికమ అని చెప్పేందుకు ఈ గ్రామన్నీ కనిపెట్టలేవని సమయం ఓ పెద్ద ఉదాహరణ. నెహ్రూకు సూర్యుడికి మధ్య ఎంత దూరం ఉందో నెహ్రూనీ నుంచి అంతకు 13-26 రెట్లు దూరంలో ఈ తొమ్మిదో గ్రామం ఉంది. అల్లంత దూరంలో ఉన్న గ్రామం నుంచి ప్రతిఫలించే కానీ చాలా చాలా తక్కువగా ఉంటుంది. పూజలో కంటే 600 రెట్లు కాంతివీసంగా ఈ గ్రామం ఉంటుందని అనుమానం. పైగా ఇది సూర్యుని ఉడుకు దీర్ఘవృత్తాకారంలో తిరుగుతుంది కాబట్టి, బాగా దూరంగా వెళ్ళినప్పుడు దాన్ని కనిపెట్టడం కష్టం! అయినా పట్టు విడవకుండా వేరేయి మార్గాలలో పూజలో 9 ఉనికిని కనిపెట్టే సామ్యతేంద్ర చేస్తున్నాను. సూరవో కాంపుడుగిరి, ప్రత్యేక పావ్యేంద్ర ద్వారా ఇబ్బందికర అంబాబాలో ఉన్న బౌగ్గో పిత్రాలన్నిటినీ పరిశీలిస్తూ పూజలో 9 కళ్ళ అని ఉపనిషత్ ప్రాంతంలో ద్వైదాన వస్తువు ఉపనిషత్తుడేమో చూస్తూన్నాను. పావాయ ద్వీపపు వనోజు అనే నిద్రాణ అగ్నిపర్వతం మీద సుబారు తిరిస్తోన్నీ ఉంది. ప్రపంచంలో అతి పెద్ద దూరదర్శనలలో ఇది ఒకటి. తక్కువనుంచి తరచూ పూజలో 9 ఉనికిని గుర్తించే ప్రయత్నం జరుగుతున్నది. చిటిలో వేరా రామినీ నక్షత్రశాల ద్వారా నుంచి కనిపించే ఆకాశం ముత్తాన్ని

దళపాఠాగారి చిత్రీకరించినది. ఆ డిటూను
ఉపయోగించుచున్న ఫ్లానెస్ 9 అనవచ్చును
గమనిస్తున్నాను. ఈ గ్రూప్ ప్రయోజిస్తున్నది అని
ఉపాస్తున్న కక్షలోని గ్రూప్ అంతలా, తోకమట్టాన్ని
నిజతగా గమనిస్తే వాటి మీద కచ్చితంగా ఫ్లానెస్ 9
ప్రభావం కనిపిస్తుంది. శాస్త్రవేత్తలు అదే
చేస్తున్నారు. తక్కువ కాంటి ఉన్న బిగ్గర్ వస్తువులను
కాగనెరెయిడు రడియోషన్ తో పనిచేసి
తిరిగిపోవులు ఉపయోగిస్తారు. వెలుతురు లేకున్నా
చల్లదవుతు, వేడే ఉంటుంది కదా! ఇన్ఫ్రారెడ్

A vertical illustration of a solar system. A large, bright orange sun with visible solar flares dominates the right side. Several planets are shown: a blue planet in the upper left, a yellow planet on the left, and a green planet with a ring system at the bottom. Thin white lines represent the elliptical orbits of the planets. The background is a dark space filled with stars and nebulae.

సమ్మోహనే ఆవలి గ్రామం గురించి జనతలా చర్చ జరుగుతున్న సమయంలో నందేంద్ర క్రితం ఓ భారతీయ ఖగోళ శాస్త్రవేత్త ప్రతిపాదించిన సంద్ధాంతం తెలిపే దేదకు చచ్చింది. 1911లోనే వెంకటేశ్ కుంకరి అనే శాస్త్రవేత్త, సమ్మోహనేకి ఆవల మరో రెండు గ్రామాలు ఉన్నాయని చెప్పడమే కాకుండా వారికి బ్రహ్మ, విష్ణు అనే పేర్లు కూడా పట్టాడు. ప్రపంచ ఖగోళ చక్రంలో ఈ సంద్ధాంతాన్ని సందర్శించారు కూడా! ఈ వ్యాసం వెలుగులోకి

ఆటతీరు మార్చుకుండా నిలకడగా ఆడండి

ఆటగాళ్ళకు హెడ్ కోచ్ డేనియల్ వెటోరి సూచన ఐపీఎల్ 2025 సీజన్ ప్రారంభాన్ని అద్భుత విజయంతో మొదలుపెట్టిన సన్రైజర్స్ హైదరాబాద్ ఆ తర్వాత రెండు పరాజయాలను ఎదుర్కొంది. రాజస్థాన్ రాయల్స్పై ఏకంగా 286 పరుగులు చేసిన సన్రైజర్స్, ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంచుకున్నప్పటికీ, అనంతర మ్యాచుల్లో అదే ధోరణిలో రాణించలేకపోయింది. అయినా, జట్టుకు ముఖ్యంగా బ్యాటింగ్ను దూకుడుగా కొనసాగించడంలో ఎలాంటి వెనుకంజ ఉండదని హెడ్ కోచ్ డేనియల్ వెటోరి స్పష్టం చేశాడు. ఇప్పటివరకు రెండు పరాజయాలు ఎదురైనా, సీజన్ ప్రారంభ దశలో ఇలాంటివి జరిగేవే అని వెటోరి చెప్పాడు. ఆటగాళ్ళు తమ కంబినేషన్లను అర్థం చేసుకుంటున్న సమయంలో చిన్నచిన్న పరాజయాలు సహజమని అభిప్రాయపడ్డాడు. ఒక పెద్ద వేలానికి తర్వాత వచ్చే మొదటి ఏడాది కావడంతో జట్టు ఇంకా సమస్యలన్నీ సాధించాల్సిన అవసరం ఉందని తెలిపాడు. తన మాటలలో, 'ఒక విజయం మేము సాధించలేనిది కాదు. ప్రదర్శన చేయడమే మాకు ప్రధాన అవసరం. మొదటి మ్యాచ్లో అద్భుతంగా ఆడిన తర్వాత మేము అదే స్థితిని కొనసాగించాలని భావిస్తున్నాం. కానీ దాన్ని స్థిరంగా చేయగలమా? అనేది మాకు మిగిలిన సవాల్' అని అతను తేల్చి చెప్పాడు.

వీల్చైర్లోనూ డ్రావిడ్ జట్టుకు సేవలు..

రాజస్థాన్ రాయల్స్ - చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ మధ్య మ్యాచ్కు ముందు ఒక అద్భుతమైన దృశ్యం అభిమానులను ఆకర్షించింది. మ్యాచ్కు ముందు రాజస్థాన్ రాయల్స్ కోచ్ రాహుల్ ద్రావిడ్ ఓపికతో వచ్చి పిచ్ను వీల్చైర్లోనే పరిశీలించారు. ఇది కేవలం ఫిజికల్ డిజిటలైజ్ అయినా కూడా తన బాధ్యతను వదలకుండా చేసిన పని. డ్రావిడ్ ఈ సమర్పణతో మరోసారి "ద వాల్" అన్న తన పేరు సార్థకతను చూపించారు. ఒక స్థానిక మ్యాచ్లో గాయపడిన డ్రావిడ్, కాలికి గాయం అయినా కూడా తన పనిని విస్మరించలేదు. ఐపీఎల్ 2025 ప్రారంభానికి ముందు బెంగళూరులో ఈ గాయం చోటు చేసుకుంది. అయితే, గువాహటిలో మ్యాచ్కు ముందు బర్మాపరా స్టేడియంలో జరిగిన దృశ్యం ఇప్పుడు ఇంటర్నెట్ను ఊపేసింది. వీల్చైర్లో ఆయన 22-యార్డు పిచ్కి వచ్చి దాన్ని పరిశీలించడం ఎంతో మందిని ఆశ్చర్యపరిచింది. ఈ ఘటనను కమెంటేటర్ మంజ్రేకర్, అంబటి రాయుడు గమనించి ప్రసారంలోనే అసక్తిగా చర్చించారు. రాయుడు చేసిన వ్యాఖ్యలు, మంజ్రేకర్ మెచ్చుకోవడం ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో చర్చనీయాంశంగా మారాయి. డ్రావిడ్ తన కర్తవ్యాన్ని ఎంతగానో ప్రాధాన్యత ఇస్తారన్నది మరోసారి రుజువైంది. అటు మ్యాచ్ ఫలితంలో రాజస్థాన్ రాయల్స్ ఆరు పరుగుల తేడాతో చెన్నైపై విజయాన్ని సాధించింది. నీతిష్ రానా 81 పరుగులతో ఆకాశాన్ని తాకిన ఇన్నింగ్స్ ఆడాడు. చెన్నై తరపున ఓపెనింగ్లో రాచిన్ రవీంద్ర త్వరగా అవుట్ కావడంతోనే రన్చేసేస్తే ప్రభావం పడింది. చివరికి రాజస్థాన్ చేతిలో పరాజయం పాలైంది.



పాయింట్ల పట్టికలో అగ్రస్థానంలో ఆర్సీబీ

గౌహాటిలోని బర్హుపర క్రికెట్ స్టేడియంలో ఐపీఎల్ 2025లో జరిగిన 11వ మ్యాచ్లో ఐదుసార్లు ఐపీఎల్ ఛాంపియన్ చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ ఓటమిపాలైంది. ఉత్తరం పోరులో రాజస్థాన్ రాయల్స్ 6 పరుగుల తేడాతో చెన్నైపై విజయం సాధించింది. ప్రస్తుత ఇండియన్ ప్రీమియర్ లీగ్ ఎడిషన్లో రాజస్థాన్ రాయల్స్ తొలి విజయం సాధించింది.

రుతురాజ్ గైక్వాడ్ నేతృత్వంలోని చెన్నై జట్టు వరుసగా రెండో మ్యాచ్లో ఓటమి చెందడాన్ని ఫ్యాన్స్ తీర్చిదిద్దుకోలేకపోయారు. విశాఖపట్నంలో మ్యాచ్లో ఢిల్లీ క్యాపిటల్స్, సన్రైజర్స్ హైదరాబాద్ పై 7 వికెట్ల తేడాతో ఓడించింది. ఢిల్లీ క్యాపిటల్స్ పరుసగా రెండవ విజయాన్ని సమారు చేసింది. ఈ సీజన్లో సన్రైజర్స్ తమ తొలి మ్యాచ్లో నెగ్గింది. ఆపై వరుస రెండు మ్యాచ్లలో సన్రైజర్స్ హైదరాబాద్ వరుసగా రెండో మ్యాచ్ ఓడిపోయింది. అదివారం మ్యాచ్లో తరువాత చూస్తే రాయల్ ఛాంపియన్ బెంగళూరు పాయింట్ల పట్టికలో అగ్ర స్థానంలో నిలిచింది. 4 పాయింట్లు 2.266 రన్రేటుతో ఆర్సీబీ టాప్లో ఉంది. ఢిల్లీ క్యాపిటల్స్ ఆడిన రెండు మ్యాచ్లోనూ నెగ్గా 1.32 రన్ రేటుతో రెండో స్థానంలో ఉంది. లక్నో సూపర్ జెయింట్స్, గుజరాత్ టైటాన్స్, పంజాబ్ వరుసగా 3, 4, 5 స్థానాల్లో ఉన్నాయి. టాప్ 5 జట్లలో ఐపీఎల్ నెగ్గిన జట్టు గుజరాత్ మాత్రమే ఉంది. మూడు ఐపీఎల్ ట్రోఫీలు నెగ్గిన కోల్ కతా జట్టు 2 మ్యాచ్ లలో ఒకటి నెగ్గి, ఒకటి ఓడింది. -0.308 రన్ రేటు ఉన్న 6వ స్థానంలో నిలిచింది. 5 ఐపీఎల్ ట్రోఫీలు నెగ్గిన చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ 3 మ్యాచ్ లలో ఒకటి నెగ్గి, రెండు మ్యాచ్ లలో ఓడిపోయింది. -0.771 రన్ రేటుతో 7వ స్థానంలో నిలిచింది. ఒక ఐపీఎల్ ట్రోఫీ సాధించిన సన్రైజర్స్ హైదరాబాద్ 3 మ్యాచ్ లలో ఒకటి నెగ్గా, రెండు మ్యాచ్ లలో ఓడింది. -0.871 రన్ రేటుతో 8వ స్థానంలో ఉంది. తొలి ఐపీఎల్ విన్నర్ రాజస్థాన్ రాయల్స్ మూడు మ్యాచ్ లాడి ఒకదాంట్లో నెగ్గి, రెండింట్లో ఓడిపోయింది. -1.112 రన్ రేటుతో 9వ స్థానానికి పడిపోయింది. 5 ఐపీఎల్ ట్రోఫీలు నెగ్గిన ముంబై ఇండియన్స్ పాయింట్ల పట్టికలో చివరి స్థానంలో ఉంది.

రియాన్ పరాగ్ నిర్ణయాలతో సత్ఫలితాలు

మాజీ ఛాంపియన్స్ రాజస్థాన్ రాయల్స్ ఈ సీజన్ లో బోటీ కొట్టిన సంగతి తెలిసిందే. చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ తో ఆదివారం జరిగిన మ్యాచ్ లో ఆరు పరుగుల తేడాతో ఉత్తరంభరిత విజయం సాధించింది. ఇక కీలక సమయాల్లో కెప్టెన్ రియాన్ పరాగ్ తీసుకున్న కొన్ని నిర్ణయాలు సత్ఫలితాలనిచ్చాయి. ముఖ్యంగా ఆఖరి ఓవర్ ను సందీప్ శర్మకు ఇవ్వడం కూడా సానుకూలంగా మారింది. అప్పటికే స్టేర్ మీదున్న జోప్రా ఆర్డర్ ను కాదని సందీప్ కు బంతినిచ్చి ఒక రకంగా గ్యాంబుల్ చేశాడు. అయితే ఆ ఓవర్లో విజయానికి 20 పరుగులు అవసరం కావల్సి ఉండగా, చెన్నై కేవలం 13 పరుగులు మాత్రమే సాధించడంతో పరాజయం పాలైంది. మ్యాచ్ ముగిసిన తర్వాత దీనిపై పరాగ్ స్పందించాడు. జట్టులోని ఆ అనుకూలత వల్లే తాను కీలక సమయాల్లో విభిన్న నిర్ణయాలు తీసుకునేందుకు ఉపకరించిందని పేర్కొన్నాడు.

మాజీ ఛాంపియన్స్ రాజస్థాన్ రాయల్స్ ఈ సీజన్ లో బోటీ కొట్టిన సంగతి తెలిసిందే. చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ తో ఆదివారం జరిగిన మ్యాచ్ లో ఆరు పరుగుల తేడాతో ఉత్తరంభరిత విజయం సాధించింది. ఇక కీలక సమయాల్లో కెప్టెన్ రియాన్ పరాగ్ తీసుకున్న కొన్ని నిర్ణయాలు సత్ఫలితాలనిచ్చాయి. ముఖ్యంగా ఆఖరి ఓవర్ ను సందీప్ శర్మకు ఇవ్వడం కూడా సానుకూలంగా మారింది. అప్పటికే స్టేర్ మీదున్న జోప్రా ఆర్డర్ ను కాదని సందీప్ కు బంతినిచ్చి ఒక రకంగా గ్యాంబుల్ చేశాడు. అయితే ఆ ఓవర్లో విజయానికి 20 పరుగులు అవసరం కావల్సి ఉండగా, చెన్నై కేవలం 13 పరుగులు మాత్రమే సాధించడంతో పరాజయం పాలైంది.

మ్యాచ్ ముగిసిన తర్వాత దీనిపై పరాగ్ స్పందించాడు. జట్టులోని ఆ అనుకూలత వల్లే తాను కీలక సమయాల్లో విభిన్న నిర్ణయాలు తీసుకునేందుకు ఉపకరించిందని పేర్కొన్నాడు. ఈ మ్యాచ్ లో తమ జట్టు అద్భుతమైన ఫీల్డింగ్ కూడా విజయంలో కీలకపాత్ర పోషించిందని పరాగ్ తెలిపాడు. మంచి క్యాచ్ లు, ఫీల్డింగ్ వల్ల చేయి సాధించామని, గత రెండు మ్యాచ్ లో ఓటమిని మర్చిపోయి, ఈ మ్యాచ్ లో విజయం కోసమే బరిలోకి దిగామని పేర్కొన్నాడు. ఇక తన కెప్టెన్సీలో తొలి విజయం సాధించడం అనందం వ్యక్తం చేశాడు. ఇక ఈ మ్యాచ్ లో టాప్ ఓడి ఫస్ట్ బ్యాటింగ్ కు దిగిన రాజస్థాన్ నిర్ణీత 20 ఓవర్లలో తొమ్మిది వికెట్లకు 182 పరుగులు చేసింది. నీతిష్ రానా (81) సత్తా చాటాడు. బౌలర్లలో నూర్ అహ్మద్, మతీషా పతిరాణకు రెండేసి వికెట్లు దక్కాయి.ఇక ఛేదనలో ఓవర్లన్నీ ఆడిన చెన్నై 6 వికెట్లకు 176 పరుగులు చేసింది. రుతురాజ్ గైక్వాడ్ కెప్టెన్ ఇన్నింగ్స్ (63)తో టాప్ స్కోరర్ గా నిలిచాడు. వనిందు హసరంగా 4 వికెట్లతో చెన్నైని పడికించాడు. ఇక చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ కి వరుసగా రెండో ఓటమి ఎదురైంది.



మాకు కూడా అవకాశం ఇవ్వాలి

ఇంపాక్ట్ ప్లేయర్ రూల్పై శార్దూల్ కీలక వ్యాఖ్యలు

ఐపీఎల్లో భారీ స్కోర్లు సమోదప్పుడంపై లభిస్తూ ఆల్ రౌండర్ శార్దూల్ రాకార్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశాడు. బ్యాటింగ్కు అనుకూలించే పిచ్లు, ఇంపాక్ట్ ప్లేయర్ రూల్ వంటివి ఐపీఎల్ నుంచి తీసేయాలని బీసీసీఐని విజ్ఞప్తి చేశాడు. ఐపీఎల్లో బ్యాటర్లతో పాటు బౌలర్లకు న్యాయమైన, సమానమైన అవకాశాలను కల్పించాలని కోరాడు. బీసీసీఐ ఏకపక్ష పోటీలకు దూరంగా ఉండాలని అభిప్రాయపడ్డాడు. 'ఐపీఎల్లో బ్యాటర్లతో పాటు బౌలర్లకు న్యాయమైన అవకాశం ఇవ్వాలి. ఇది నా ఒక్కడి అభిప్రాయం కాదు. బౌలర్లందరూ ఇదే కోరుకుంటున్నారు. బౌలర్లలో చాలా మంది ఇదే విషయంపై బహిరంగంగా మాట్లాడకపోవచ్చు. పిచ్ పరిస్థితుల గురించి మీడియా ముందు మాట్లాడటానికి లేదా ఇంటర్వ్యూలు ఇవ్వడానికి వారికి అవకాశం లభించకపోవచ్చు' 'బౌలర్లు అడుగుతొంది ఆటలో సమానత్వం. సమతాకంగా ఉండేటట్లు పిచ్ సిద్ధం చేయడమే. బ్యాటర్లు వచ్చి బౌలర్లను



ఊతికి ఆరేస్తున్నారు. గేమ్ ఏకపక్షంగా ఉండకూడదు. హై స్కోరింగ్ పిచ్ లు, ఇంపాక్ట్ ప్లేయర్ రూల్ వంటివి ఐపీఎల్ ఎంట్రైన్డ్ మెంట్ ఫ్యాక్షన్ కావచ్చు. కానీ వీటిని తొలగించాలి. బౌలర్లకు సమానమైన, న్యాయమైన అవకాశాలు ఇవ్వాలి' అని శార్దూల్ వ్యాఖ్యానించాడు.అలాగే హై స్కోరింగ్ మ్యాచ్లు బ్యాటింగ్ అనుకూల పిచ్ల ఫలితమని అన్నాడు. 'ఇంపాక్ట్ రూల్ ప్రకారం చాలా మంది బ్యాటర్లేనే ఆడిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా చేజింగ్ చేస్తున్నప్పుడు అలానే చేస్తున్నారు. మొదట బ్యాటింగ్ చేస్తున్నప్పుడు అంతే అనూహ్యంగా రాణిస్తున్నారు. దిల్లీపై తొలి మ్యాచ్లో రెండు వికెట్లు పడగొట్టిన అతడు, తర్వాత సన్రైజర్స్ తో రోహితు ఐపీఎల్ కెరీర్లోనే ఉత్తమ ప్రదర్శన (4/34) చేశాడు. రెండు మ్యాచ్లో ఆరు వికెట్లు పడగొట్టాడు.

