

తెలుగు చిత్ర పరిశ్రమలో

ఎవరెన్ శిఖరం మోగాస్తూ బిరంజీవి. వెండితెరపై నటనలో పాటు దాన్లు లతోనూ అలరించే ఆయన బిరంజీవి ఐ అండ్ బ్లడ్ బ్యాండ్ ను స్థాపించి తన అభిమానుల సహకారంతో ఎనలేని సేవా కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తోన్న సంగతి తెలిసిందే. బిరంజీవి మానస పుత్ర అయిన బిరంజీవి బ్లడ్ బ్యాండ్ లో అభిమానులు, సిని సెలబ్రిటీలు ఎందరో రక్తదానం చేస్తుంటారు. తాజాగా ప్రముఖ సంగీత దర్శకుడు మణిశర్మ రక్తదానం చేసి బిరంజీవిపై తనకున్న అభిమానాన్ని చాటుకున్నారు. ఇలా మణిశర్మ రక్తదానం చేయటం ఇది రెండోసారి కావటం విశేషం.

చిరంజీవి బ్లడ్ బ్యాండ్ లో మణిశర్మ రక్తదానం



'రక్తదానం'తో లక్షలాది ఆవస్థల ప్రాణాలు నిలపాలన్న బిరంజీవి ఆశయాన్ని తమ సంకల్పాన్ని భావించి రక్తదానం చేసిన అభిమాను లెందరో.. వారిలో తన స్వరాలో ప్రేక్షకుల్ని మైమరపరించే

స్వరభ్రాహ్మ 'మణిశర్మ' ఒకరు. బిరంజీవి పిలుపును కర్తవ్యంగా భావించి నేడు ఈ మహాత్మాగ్యంలో భాగమై రక్తదానం చేసిన మణిశర్మ మరెందరితో స్ఫూర్తిగా నిలిచారు. పాటలకు స్వరాలు కూర్చడమే కాదు.. మానవత్వానికి చిరునామాగా నిలవడమూ తెలుసునని నిరూపించారు మణిశర్మ. ఈ సందర్భంగా మెలోడీ బ్రాహ్మ మణిశర్మ మాట్లాడుతూ "ఎప్పుటి నుంచో రక్త దానం చేయాలని ఆసక్తుంటున్నాను. నేను నా సంగీతాన్ని బిరంజీవి సినిమాలకు అందించటం ద్వారా అభిమానాన్ని చాటుకున్నాను. ఇప్పుడు రక్తదానంచేయటం అనేది సంతోషంగా ఉంది. నా వంట కర్తవ్యంగా భావిస్తున్నాను. లక్షలాది మంది ఇందులో భాగమైయ్యారు. అందులో నేను ఒక బొట్టులాగా ఇప్పుడు చేరాను. ఇలాంటి మంచి కార్యక్రమంలో అందరూ భాగం కావాలి" అన్నారు.

'పైశాచి'లో సూపర్ హిట్ ను అందించిన హీరో ఆది పినిశెట్టి, దర్శకుడు అరివశగనెలు రెండోసారి మరో ఇంటర్వెయ్ సూపర్ నేమరల్ క్రైమ్ థ్రిల్లర్ 'శబ్దం' కోసం చేతులు కలిపారు. 7జి ఫిల్మ్స్ శివ ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. ఇప్పటికే రిలీజైన ప్రమాదంతో కంటెంట్ కి మంచి రెస్పాన్స్ వచ్చింది. మేకర్స్ 'శబ్దం' ట్రైలర్ ని రిలీజ్ చేశారు. 'వెయ్యి గట్టిరాలు వెలిలో అరుస్తున్నట్లు పుంబుంది డాక్టర్' అనే వాయిస్ తో మొదలైన ట్రైలర్ ఆద్యంతం థ్రిల్లింగ్ స్పైన్ విల్లింగ్ ఎలిమెంట్స్ తో కట్టిపడేసింది.

'శబ్దం' థ్రిల్లింగ్ స్పైన్-చిల్లింగ్ టైలర్

ట్రైలర్ ఆడియో హోలోజీనేషన్ కాన్సెప్ట్ ఆడియన్స్ కి సరికొత్త అనుభూతిని ఇచ్చింది. మేకర్స్ సూపర్ నేమరల్ థ్రిల్లర్ ని చాలా డిప్ రెంట్ ప్రజెంట్ చేశారు. ట్రైలర్ సీట్ ఎడ్స్ ఎక్స్ పీరియన్స్ ని ఇచ్చింది. ఆది పినిశెట్టి పారానార్మల్ ఇన్వెస్టిగేటర్ క్యారెక్టర్ తన ఇంటెన్స్ పెర్ఫార్మెన్స్ తో ఆకట్టుకున్నారు. లక్ష్మీమనన్ క్యారెక్టర్ చాలా ఇంటర్ స్టింగ్ గా వుంది. అరుణ్ బత్తు నాథన్ అందించిన విజువల్స్ సినిమాలో లీనమయ్యేలా చేశాయి. ఎన్ థమన్ బ్యాక్ గ్రౌండ్ స్కోర్ సస్పెన్స్ ని మరింతగా పెంచుతుంది. జాతీయ అవార్డు గ్రహీత సాబు జోసెఫ్ ఎడిటింగ్ పార్ట్ గా వుంది. మనోజ్ కుమార్ ఆర్ట్ డైరెక్టర్. 'శబ్దం' ఫిబ్రవరి 28న ఆంధ్రాలో



డైరెక్టర్ గోపీవంద్ మలినేని మ్యాన్ ఎక్సెలెన్స్ మూవీ "జాబ్" విడుదలకు సిద్ధమవుతోంది. ప్రతిష్టాత్మక మైత్రి మూవీ మేకర్స్, పీపుల్ మీడియా ఫ్యాక్టరీ బ్యానర్లపై డైనమిక్ ప్రొడ్యూసర్స్ నవీన్ యెర్నేని, వై రవిశంకర్ నిర్మించిన ఈ చిత్రం ఏప్రిల్ 10, 2025న థియేటర్లలో విడుదల కానుంది. తాజాగా ఈ సినిమా డబ్బింగ్ ని ప్రారంభించారు మేకర్స్. ఇప్పటికే జాబ్ టీజర్ అందరినీ ఆకట్టుకొని సినిమా మ్యాన్ థ్లాస్ట్ యాక్టర్స్ ద్రామాగా వుండబోతోందని హామీ ఇచ్చింది. ఈ చిత్రంలో రణధీప్ హుడా, వినీత్ కుమార్ సింగ్, నయామి థేర్, రేజినా కాసాండ్రా కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. "జాబ్" చిత్రానికి సంగీతం థమన్ ఎస్, రిషి పంజాబీ సినిమాటోగ్రఫీ, నవీన్ నూలి ఎడిటింగ్, అవినాష్ కొల్లా ప్రొడక్షన్ డిజైనింగ్ నిర్వహిస్తున్నారు. అనల్ అరసు, రామ్

'జాబ్' డబ్బింగ్ ప్రారంభం



కుమార్ సింగ్, నయామి థేర్, రేజినా కాసాండ్రా, సాంకేతిక సిబ్బంది: రచన, దర్శకత్వం: గోపీవంద్ మలినేని, నిర్మాతలు: నవీన్ యెర్నేని, వై రవిశంకర్, టీజీ విశ్వ ప్రసాద్, బ్యానర్లు: మైత్రి మూవీ మేకర్స్, పీపుల్ మీడియా ఫ్యాక్టరీ, సంగీతం: థమన్ ఎస్, డి.ఐ.ఐ: రిషి పంజాబీ, ఎడిటింగ్: నవీన్ నూలి, ప్రొడక్షన్ డిజైనింగ్: అవినాష్ కొల్లా, సి.ఇ.ఇ: చెల్లె, ఎక్జిక్యూటివ్ నిర్మాతలు: జాబా సాయి కుమార్ మామిడిపల్లి, జయ ప్రకాష్ రావు (జేపీ), యాక్టర్స్ కొరియోగ్రాఫర్: పీటర్ హాయిస్, అస్థి అరసు, రామ్ లక్ష్మణ్, వెంకట్, డైలాగ్స్: సారథ్ గుప్తా, రైటింగ్ టీం: ఎం వివేక్ ఆనంద్, నిమగ్న శ్రీకాంత్, శ్రీనివాస్ గవిరెడ్డి, మయూత్ అతిథ్య కృష్ణ కాస్ట్యూమ్ డిజైనింగ్: భాస్కర్ (హీరో), కత్తంరెడ్డి వచ్చిన ఈ చిత్రం రాజేష్ కమర్, పబ్లిసిటీ డిజైనింగ్: రేకహాయింది. ఈ మూవీలో విశ్వక్ దక్కన్ డ్రీమ్స్, విఆర్.ఓ: సేన్ లేడీ గెటప్ లో అభిమానులను వంశీశఖర్, అలరించాయి. అయితే ఈ చిత్రం రిలీజ్ కు మార్గదర్శి: ఫస్ట్ థీవ్ ప్రభావం వదిలింది. దీంతో బాక్సాఫీస్ వద్ద మనశ్శ విషయంలో తీవ్రంగా నిరాశపర్చింది. ఈ నేపథ్యంలో హీరో విశ్వక్ సేన్ తాజాగా ఓ లేఖ విడుదల చేశారు. అభిమానులు ఆశించిన స్థాయిలో సినిమాలు చేయలేక పోయారని ట్విట్టర్ వేదికగా వెల్లడించారు. విశ్వక్ సేన్ తన లేఖలో రాస్తూ, 'అందరికీ నమస్కారం..జివితం నా

మహా కుంభమేళాలో 'ఓదెల 2' టీజర్ లాంచ్

తమన్నా భాటియా హైలీ యాంటీసీపెడ్ మూవీ ఓదెల 2, ఇది 2021లో హిట్ అయిన ఓదెల రైల్వే స్టేషన్ కీ క్రెయిట్. అశోక్ తేజ దర్శకత్వంలో మధు క్రియేషన్స్, సంపత్ నంది టీమ్ వర్క్స్ బ్యానర్స్ పై నిర్మాత డి మధు నిర్మిస్తున్న ఈ చిత్రం ఇప్పటికే హ్యూజ్ బజ్ క్రియేట్ చేసింది. నాగ సాధు పాత్రలో తమన్నా పెరోషియన్, స్టన్సింగ్ పోస్టర్ క్యురియాసిటీని పెంచాయి. ఓదెల2 మేకర్స్ ఎక్స్ క్లయిటింగ్ అప్ డేట్ తో వచ్చారు. ఈ సినిమా టీజర్ ఫిబ్రవరి 22న కాశీ మహా కుంభమేళాలో లాంచ్ చేయనున్నారు. కాశీ మహా కుంభమేళాలో లాంచ్ కానున్న మొట్టమొదటి టీజర్ ఓదెల 2 కావడం విశేషం. ఈ సందర్భంగా మేకర్స్ రిలీజ్ చేసిన టీజర్ అనాన్స్ మెంట్ పోస్టర్ లో కుంభమేళా బ్యాక్ డ్రాప్ లో నాగసాధుగా కనిపించిన తమన్నా లుక్ డివైన్ ఫైబోతో పవర్ ఫుల్ గా వుంది. ఈ చిత్రం కోసం ప్రేక్షకులను అలరించే బ్రెట్ టేకింగ్ స్టంట్స్ ని పెర్ఫామ్ చేయడానికి తమన్నా భాటియా ఇంటెన్స్ ట్రైనింగ్ తీసుకున్నారు. ఓదెల2 భారీ బడ్జెట్, హై క్యాబిటీ ప్రొడక్షన్ వాల్యూన్ తో రూపొందిస్తున్నారు. ఈ సినిమా ఓ అద్భుతమైన సినిమాటిక్ ఎక్స్ పీరియన్స్ ని ఇవ్వబోతోంది. ఎంగ్జింగ్ కథనాలతో థ్రిల్లింగ్ యాక్షన్స్ జైండ్ చేయడంలో పావులరైన సంపత్ నంది ఈ చిత్రాన్ని సూపర్

విజన్ చేస్తున్నారు. ఓదెల 2కి కాంతార ఫేం అజనీష్ లోకేనాథ్ మ్యూజిక్ అందిస్తున్నారు. ప్రముఖ డివోపీ సౌందరరాజన్ ఎస్ సినిమాటోగ్రఫీని నిర్వహిస్తారు. ఆర్ట్ డైరెక్షన్ రాజీవ్ నాయర్. డైనమిక్ టెక్నికల్ టీమ్ తో ఓదెల 2 ఒక మరపురాని సినీ ప్రయాణంగా రూపొందుతోంది. తారాగణం: తమన్నా భాటియా, పాబ్బా వటేల్, వశిష్ట ఎన్ సింహ, యువ, నాగ మహేష్, వంశీ, గగన్ విహారి, సురేందర్ రెడ్డి, భూపాల్, పూజా రెడ్డి, సాంకేతిక సిబ్బంది: నిర్మాత: డి



బ్యానర్లు: మధు క్రియేషన్స్, సంపత్ నంది టీమ్ వర్క్స్ దర్శకత్వం: అశోక్ తేజ, డివోపీ: సౌందర రాజన్ ఎస్., సంగీతం: అజనీష్ లోకేనాథ్, ఆర్ట్ డైరెక్షన్: రాజీవ్ నాయర్ పీఆర్ ట్: వంశీశఖర్, మార్గదర్శి: ఫస్ట్ థీ.



కాజల్ అగర్వాల్ నయా లుక్

మనసంతా నవ్వే, నేనున్నాను వంటి భాక్ బస్టర్ సినిమాలు అందించిన దర్శకులు డా.వి.ఎన్.ఆదిత్య లేట్స్ట్ గా స్వప్నాల నావ అనే యూట్యూబ్ మ్యూజిక్ వీడియో రూపొందించారు. డల్హానీకి చెందిన ప్రవాసాంధ్రుడు, ప్రముఖ సాఫ్ట్ వేర్ ఇంజనీర్ అయినటువంటి శ్రీ గోపీకృష్ణ కొటారు శ్రీ క్రియేటివ్ మ్యూజిక్ అండ్ ఎంటర్టైన్మెంట్ అనే నిర్మాణ సంస్థను స్థాపించి తొలి ప్రయత్నంగా స్వప్నాల నావ మ్యూజిక్ వీడియోని నిర్మించారు. నిర్మాత గోపీకృష్ణ కుమార్ శ్రీజ కొటారు ఈ పాటను ఆలపించడమే కాకుండా నటింపడం కూడా విశేషం. ఇక ఈ స్వప్నాల నావ థీమ్ విషయానికి వస్తే, చదువులో ఒకసారి ఫెయిలయిన విద్యార్థిని విద్యార్థులను మోటివేట్ చేసి పాట ఇడి.. దివంగత స్టార్ లిరిసిస్ట్ అయినటువంటి శ్రీ సిరివెన్నెల సీతారామశాస్త్రి దివ్య స్మృతికి అంకితంగా డినిని మలిచారు. ప్రముఖ గాయకుడు, సంగీత దర్శకుడు పార్థసారథి నేమానికీ, గీతరచయిత యశ్వంత అలూరు ఈ పాటకి సాహిత్యం సమకూర్చారు. సిరివెన్నెల సీతారామశాస్త్రి అంటే దర్శకులు డా. పి.ఎన్.ఆదిత్యకి, నిర్మాత గోపీకి, సంగీత దర్శకుడు పార్థసారథి నేమానికీ, గీతరచయిత యశ్వంత అలూరుకీ ఎంతో అభిమానం. పి.ఎన్.ఆదిత్య సూపర్ హిట్ సినిమా మనసంతా నవ్వేలో కూడా సిరివెన్నెల సింగిల్ కార్డ్ పాటలు రాయడమేకాకుండా, ఈనాటికీ గుర్తుండిపోయే ఓ మంచి పాత్రని కూడా చేశారు. ఇప్పుడు స్వప్నాల నావతో సిరివెన్నెల గొప్పతనాన్ని, ఆయనపై ఉన్న అభిమానాన్ని గొప్పగా చాటి చెప్పారు ఈ థీమ్.

'స్వప్నాల నావ'.. 'సిరివెన్నెల'కి గొప్ప ట్రిబ్యూట్



అందుకే ప్రేక్షకుల నుండి స్వప్నాల నావకి విశేషాదరణ లభిస్తోంది. తాజాగా శ్రీ క్రియేటివ్స్ యూ.ఎన్.ఎ. యూట్యూబ్ ఛానెల్ లో రిలీజైన ఈపాటకు 1 మిలియన్ వీక్షలు (పది లక్షల వ్యూస్) నమోదయ్యాయి. దీంతోమేకర్స్ సంతోషం వ్యక్తంచేస్తూ వీక్షకులకి, మీడియా వారికి, కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఇక స్వప్నాల నావని వీక్షించిన వాళ్లలో చాలా మంది ప్రేక్షకులు టాటిఫర్ గర్వింపదగ్గ దిగ్గజ రైటర్ కమ్ లిరిసిస్ట్ అయిన టువంటి సిరివెన్నెల సీతారామశాస్త్రి డా.పి.ఎన్.ఆదిత్య గొప్పట్రిబ్యూట్ కు ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఉన్న క్రేజ్ గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పనక్కర్లేదు. కె.జి.యస్ సీరీస్, సరార్ వంటి చిత్రాలతో భాక్ బస్టర్ సాధించిన సెన్సేషనల్ డైరెక్టర్ ప్రకాంత్ సీల్ ఇప్పుడు ఎస్సీఆర్ వంటి మహా హీరోతో చేతులు కలిపిన సంగతి తెలిసిందే. ఎస్సీఆర్ సీల్ పేరుతో గత ఏడాదిలో పూజా కార్యక్రమాలను పూర్తి చేసుకున్న ఈ మూవీపై అంచనాలు భారీ స్థాయిలో ఉన్నాయి. ఇద్దరు మహా ఇమేజ్ ఉన్న స్టార్స్ కాంబోలో రాబోతున్న ఈ మూవీ కోసం అందరూ ఎదురు చూస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో ఈ సినిమా రెగ్యులర్ మూటింగ్ గురువారం నుంచి రామోజీ ఫిల్మ్ సీటీలో ప్రారంభమైంది. అందరూ ఆశ్చర్య పోయేలా 3వేల మంది జూనియర్ ఆర్టిస్టులతో భారీ యాక్షన్ ఎవినోడ్ చిత్రకరణతో మూటింగ్ మొదలైంది. ఎస్సీఆర్ వచ్చే షెడ్యూల్ నుంచి మూటింగ్లో పాల్గొనబోతున్నారు. ఎస్సీఆర్, ప్రకాంత్ సీల్ కాంబో ఎలాంటి మ్యూజిక్ క్రియేట్ చేస్తుందోనని అందరి కళ్ళు ఇప్పుడు ఈ సినిమాపైనే ఉన్నాయి. తెలుగు, హిందీ, తమిళ, కన్నడ, మలయాళ భాషల్లో ఈ భారీ పాన్ ఇండియా చిత్రం ఆగస్టు 9, 2026లో ప్రపంచ వ్యాప్తంగా గ్రాండ్ లెవెల్ విడుదలవుతుంది. ముందుగానే రిలీజ్ డేట్ అనాన్స్ చేయటంతో అభిమానులతో పాటు సినీ ప్రేక్షకులు సైతం సినిమా మూటింగ్ ఎప్పుడెప్పుడు మొదలవుతుందా అని ఎదురు చూడతారు. ఆ సమయం రానే వచ్చేసింది. రానున్న సంతోషి థియేటర్స్ కు ఈ చిత్రం సరికొత్త పండుగను తీసుకొస్తుందనటంలో సందేహం లేదు. డైరెక్టర్ ప్రకాంత్ సీల్ అంటే భాక్ బస్టర్ చిత్రాలకు

'ఎన్టిఆర్ సీల్' ఘాటింగ్ ఘురూ

కేసా.. ఆయన ఇప్పుడు ఎస్సీఆర్ తొరకెక్కిస్తోన్న చిత్రాన్ని సరికొత్త మోన్ విజన్ తో ఆవిష్కరించ నున్నారు. ఇప్పటి వరకు తారక్ ను చూడనటువంటి మోన్ అవతారంలో డ్రెజంట్ చేయనున్నారు. దీంతో వీరిద్దరి క్రేజ్ కాంబినేషన్ సరికొత్త టెండ్ మార్క్ ను క్రియేట్ చేస్తుందనటంలో సందేహం లేదు. డ్రెస్సింగ్ బ్యానర్స్ మైత్రి మూవీ మేకర్స్, ఎస్సీఆర్ ఆర్ట్ నిర్మాణంలో ఆన్ కాంప్రమైజ్ గా ఈ చిత్రాన్ని రూపొందిస్తున్నారు. ఆడి యెన్స్ కు సరికొత్త సినిమాటిక్ ఎక్స్ పీరి యెన్స్ ను అందించనున్నారు. మైత్రి మూవీ మేకర్స్, ఎస్సీఆర్ ఆర్ట్ బ్యానర్స్ పై కళ్యాణ్ రామ్, నవీన్ ఎర్నేని, రవి శంకర్ యలమంచిలి, హరికృష్ణ కొసరాజు ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. భువన్ గౌడ సినిమాటోగ్రఫీ అందిస్తోన్న ఈ చిత్రానికి రవి బునూర్ సంగీతాన్ని సమకూరుస్తున్నారు. చలపతి ప్రొడక్షన్ డిజైనింగ్ పని చేస్తున్నారు. ఈ డ్రెస్సింగ్ మూవీలో ఇంకా టాప్ యాక్టర్స్, టెక్నిషియన్స్ అందరూ భాగమవుతున్నారు. నటీనటులు: మ్యాన్ ఆఫ్ మానెస్ ఎస్సీఆర్, సాంకేతిక వర్గం: నిర్మాణ సంస్థలు మైత్రి మూవీ మేకర్స్, ఎస్సీఆర్ ఆర్ట్, రచన, దర్శకత్వం: ప్రకాంత్ సీల్, నిర్మాతలు: కళ్యాణ్ రామ్ నందమూరి, నవీన్ ఎర్నేని, రవి శంకర్ యలమంచిలి, హరికృష్ణ కొసరాజు, ప్రొడక్షన్ డిజైన్: చలపతి, సినిమాటోగ్రఫీ: భువన్ గౌడ, సంగీతం: రవి బునూర్.



మెదడుకు మేలుచేసే కొర్రలు



కొర్రలయ్యాన్ని ఫాక్స్ టెయిల్ మిల్లెట్ అంటారు. చిన్నగా నలుసంతా ఉంటే వీటిని నక్కతోకతో పోల్చడం తమాషానే కదూ! ఆడ ఉంటితే ఇది గొప్ప పోషకాహారం. ఇవి తెలుపు, పసుపు రంగుల్లో దొరుకతాయి. వీటితో జాప, రోట్టలు, ఇడ్లీలు, గారెలు, ఉప్పా, కిబిడి, ప్యాన్కాక్, సలాడ్, పలామ్, దోడ్లా, వెజ్ట్ బోల్, లడ్డా, ఖీర్, చాల్యా, ఇలా ఎన్నో వంటకాలు చేసుకోవచ్చు. కొర్రలు ఎంత మేలు చేస్తాయంటే..

● వీటిలో ప్రోటీన్లు, క్యాలరీలు, భాస్వరం, మెగ్నీషియం, ఇరన్, పీచు, విటమిన్ బి3, బి6, బి9, బి12 ఉన్నాయి. తింటే, కండరాలు, ఎముకలు పటిష్టంగా ఉంటాయి. హాయిగా నిద్రపడుతుంది.

●! రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. జీర్ణప్రక్రియ బాగుంటుంది. ఇది ప్రో బయోటిక్స్ పనిచేస్తుంది. ఉబకాయం రాదు. ఒత్తిడి తగ్గి ఉల్లాసంగా ఉంటారు. మెదడు పనితీరు మెరుగుపడుతుంది. మధుమేహం నుంచి ఉపశమనం కలుగుతుంది. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయి క్రమబద్ధంగా ఉంటుంది. రక్తపోటు అదుపులో ఉంటుంది. కొర్రలు కప్పు, మినప్పప్పు అరకప్పు, కాన్ ఉప్పు, అర చెంచా మెంతులు తీసుకోవాలి. కొర్రలు, మినప్పప్పులను ఆరు గంటల పాటు విడివిడిగా నానబెట్టి మెంతులు, ఉప్పు జోడించి గ్రౌండ్ చేయాలి. ఈ పిండిని సుమారు పది గంటలు నానబెట్టి ఇడ్లీలు వేసి రోటి వచ్చడి లేదా సాంబార్ తింటే ఎంతో బలం. ■

నమ్మకాని ఓటేసిన ప్రజల సంక్షేమానికి అనునిత్యం పాటుపడాలి. ఈ మాటలే తన మనసులో నింపుకొని ముందుకుసాగుతున్నా **రేఖా గుప్తా**. విద్యార్థి దశ నుంచే రాజకీయాలపై మక్కువ చూపిన ఆమె తొలుత ఆర్ఎస్ఎస్లో చేరారు. ఆపై ఢిల్లీ యూనివర్సిటీ విద్యార్థి సంఘం నాయకురాలిగా, అధ్యక్షురాలిగా సేవలందించారు. ఇక చదువు పూర్తయ్యాక పాలిటిక్స్ వైపే అడుగులేసిన ఆమె భాజపాలో చేరి వివిధ హోదాల్లో ప్రజలకు సేవలందించారు. ఇన్నేక్షన్లో తన రాజకీయ చతురతతో పార్టీ నాయకుల మనసుగెలుచుకున్న ఇప్పుడు ఢిల్లీ ప్రజల మనసులు కొట్టగొట్టారు. అందుకే అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో విజయమందించి మెగించారు. భారతీయ జనతా పార్టీ పాలిత పడునాలుగు రాష్ట్రాలలో ఎక్కడా మహిళ ముఖ్యమంత్రిగా లేరు. అదే ఆమె పాలిట వరమయ్యింది. ఆమె పాలిమార్ బాంగ్ నుంచి గెలిచిన రేఖా గుప్తా. తొలిసారి గెలిచిన వారికి ఇంత కీలకమైన పదవిని సాహసించి ఒక మహిళకు ఇవ్వడం బహుశా ఇదే మొదటిసారి అనుకోవాలి. చదువుకునే రోజుల్లోనే ఎలివిపి కార్యకర్తగా విద్యార్థి రాజకీయాల్లో ప్రవేశించిన రేఖాగుప్తా ఇప్పుడు ఢిల్లీ రాష్ట్రానికి ముఖ్యమంత్రిగా గురువారం ఉదయం ప్రమాణస్వీకారం చేశారు. పార్టీ విభాగంలో నమ్మకమైన క్రియాశీలక కర్తవ్యంగా పనిచేయడంలో ఆమె ఇప్పుడు ఢిల్లీ సీఎం కాగలిగారు. ఢిల్లీ యూనివర్సిటీ విద్యార్థి సంఘం అధ్యక్షురాలిగా పనిచేశారు. ఎంతమంది సీఎం అభ్యర్థిత్వాన్ని అశించినా పార్టీ అగ్రనాయకత్వం



కలిసొచ్చిన అదృష్టం

ఇంటి నుంచి బయటకు వచ్చేటప్పుడు సీఎంను అప్తతానని నాకు తెలియదు. 48 మంది ఎమ్మెల్యేల్లో ఒకరిగా భాజపా శాసనసభాపక్ష సమావేశానికి వెళ్లాను. కానీ పర్యేష్ వర్తనా పేరు ప్రతిపాదించిన తర్వాతే తెలిసింది. 'తన మీద పార్టీ ఉంచిన నమ్మకమే తనకు కొత్త శక్తిని ఉత్తేజాన్ని కొత్త శిఖరాలకు తీసుకెళ్లే నిజదృఢత' పనిచేస్తా'

రేఖాగుప్తా వైపు మొగ్గు చూపడానికి ఒక ఆచరణాత్మక వ్యూహమే ఆమె పట్ల సానుకూల వైఖరికి అడుగులు వేశాయి. మహిళా కావడంతో పాటు వైశ్య(బనియూ) సామాజికవర్గం కూడా కలిసొచ్చింది. ఆవ్ అధినేత శ్రేణివారికి కూడా బనియూ సామాజికవర్గమే. మాజీ సీఎం ఈ రెండు అంశాలనూ బిజెపి అధిష్టానం దృష్టిలో ఉంచుకొంది. ఆమెకు విధేయత ఉంది. 50 ఏళ్ల రేఖ వివాదాలకు దూరంగా ఉంటారు. హరియాణా లోని జుల్నాలో 1974 జూలై 19న జన్మించిన రేఖా గుప్తా.. ఢిల్లీ యూనివర్సిటీ పరిధిలోని డౌలెట్రామ్ కళాశాలలో బిటాం చదివారు. ఆ సమయంలోనే (1992) ఎలివిపి ద్వారా విద్యార్థి రాజకీయాల్లోకి ప్రవేశించారు. 1995-96లో ఢిల్లీ వర్సటీ విద్యార్థి సంఘం కార్యదర్శిగా పని చేశారు. 1996-97లో అధ్యక్షురాలుగా సేవలందించారు. మేరూలోని చౌధరీ చరన్ సింగ్ విశ్వవిద్యాలయం నుంచి న్యాయశాస్త్ర పట్టా పుచ్చుకున్నారు. ప్రస్తుతం న్యాయవాదిగా పనిచేస్తున్నారు. 1998లో మనీష్ గుప్తాను వివాహం చేసుకున్నారు. ఆయన 'కోట్ లైఫ్ ఇన్స్పైర్స్'లో పనిచేస్తున్నారు. ఈ జంటకు ఇద్దరు పిల్లలు. 2007-12లో ఉత్తర పీఠంపుర మున్సిపల్ కౌన్సిలర్గా విజయం సాధించారు. అనంతరం డక్టి ఇ మున్సిపల్ కౌన్సిలర్షిప్ మేయర్గా బాధ్యతలు నిర్వహించారు. మేయర్గా తన పదవీ కాలంలో లైబ్రరీలు, పార్కులు సృష్టిస్తూ పూర్తి అభివృద్ధిలో తనదైన ముద్ర చూపించారు. అర్ధికంగావెనుకబడిన మహిళా కోసం 'సుమేధ యోజన' కార్యక్రమాలు అనుకరణ చేసిన నేతగా ఢిల్లీ ప్రజలకు చిరుపరిచితులే. అదే ఆమెకు కలిసొచ్చింది. శాలిమార్ బాగ్ నుంచి ఆమె ఆవ్ అభ్యర్థి పదం కుమార్తెపై 29,596 ఓట్ల మెజారిటీతో గెలిచారు. శాసనసభా పక్ష నేతగా 50 ఏళ్ల ఓటిని నేత రేఖా గుప్తాను ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు. సువ్యా స్యరాజ్ పీటా డిక్టీ, అతిశీల తర్వాత ఢిల్లీ ముఖ్యమంత్రి పీటాన్ని అధిరోహించనున్న నాలుగో మహిళా ఆమె నిలిచారు. 2023 ఎన్నికల్లో రాజస్థాన్లో బిజెపి గెలిచినా అక్కడ బలమైన నేతగా ఉన్న వసుంధర రాజేని చక్కనిబెట్టి కత్తగా ఎన్నికైన



భజన్లలోశర్మను సీఎం పీఠంపై కూర్చోబెట్టడంతో పార్టీలో మహిళా సీఎంలు లేరనే లోటు కనిపించింది. దాన్ని ఇప్పుడు ఢిల్లీ ద్వారా భర్తీ చేసింది. బిజెపి నుంచి 9 మంది మహిళలు పోటీ చేయగా నలుగురు గెలిచారు. రేఖా గుప్తాకు గతంలో ఎమ్మెల్యేగానో, ఎంపిగానో చేసిన అనుభవం లేదు. కానీ రాజకీయంగా సుదీర్ఘ అనుభవం ఉంది. ఆమెకు కుటుంబానికి 'సంఘ' నేపథ్యమంది. ఆర్ఎస్ఎస్లో ఆమెకు సన్నిహితసంబంధాలు ఉన్నాయి. అనుభవం ఉంది. ఆమెకు సంబంధిత కార్యక్రమాల్లో ఆమె పాల్గొనేవారు. ప్రస్తుతం పార్టీ మహిళా మోర్చా జాతీయ ఉపాధ్యక్షురాలుగా, పార్టీ జాతీయ కార్యవర్గ సభ్యురాలిగా ఉన్నారు. బిజెపి నుంచి సువ్యా స్యరాజ్, ఉమాభారతి, వసుంధర రాజే, ఆనంద్ బెనె వలే తర్వాత ముఖ్యమంత్రి బాధ్యతలు చేపట్టనున్న 5వ మహిళగా, దేశంలో వివిధ పార్టీల నుంచి సీఎం పదవి చేపట్ట నున్న 18వ అతిథిగా రేఖ గుప్తా నిలిచారు. ■

పార్టీతో సూపర్ హిట్ !



2021 యూట్యూబ్ ఛానెల్ మొదలు పెట్టింది. మొదట లాంగ్ ఫార్మాట్ వీడియోలు చేస్తే హిట్ కావడం పార్టీ చేసి పెడితే మంచి స్పందన వచ్చింది. ఈమె వీడియోల్లో కొన్ని బ్రెండింగ్ సెక్షన్స్ కనిపించేవి. అప్పుట్టుంటే వీడియో, హాస్య విభాగాల్లో పార్టీ చేస్తుంది ఢిల్లీ అమ్మాయి. చాలా వీడియోలు కోట్లలో వీక్షణలు వచ్చాయి. ఏడాదికే పది లక్షలు, రెండేళ్లకు కోటి మంది సబ్స్క్రిబర్లు ఉంటే నాలుగేళ్లలో ఆ సంఖ్య నాలుగు కోట్లకు

ఎర్రని ఎండుమిర్చి చట్నీ



రేఖలు, పొట్టు తీసిన వెల్లుల్లి రేఖలు ముప్పాచు కప్పు, సన్నగా తరిగిన అల్లం ముక్కలు చెంచా, నూనె కప్పు, తాలింపు దినుసులు తీసుకోవాలి. ఎలా చేయాలంటే ముందుగా ఉల్లిపాయల పొట్టు తీసి ముక్కలు కోయాలి. ఎండుమిర్చి తొడిమెలు తీసి రెండు మూడు ముక్కలుగా కత్తిరించాలి. కప్పు వేడినీళ్లు పోసి పక్కనంచాలి. చింతమొలకల కడిగి, వేడినీళ్లతో నానబెట్టాలి ధనియాలు, సోంపు, జీలకర్రలను సన్న పెద్ద మీద వేయించి చల్లారాక గ్రౌండ్ చేయాలి. అదే జాగ్రత్త ఉల్లిపాయ ముక్కలు, వెల్లుల్లి, కరి వేపాకు, వానిని ఎండుమిర్చి, చింతమొలక వేసి మెత్తగా గ్రౌండ్ చేయాలి. కడాయిలో నూనె వేడయ్యాక ఆవాలు, మినప్పప్పు, వెల్లుల్లి, జీలకర్ర వేయాలి. అవి మోక కరివేపాకు, ఇంగువ, మిర్చి మిశ్రమం చేసి ఐదారు నిమిషాలు వేగనిచ్చి దింపేస్తే సరిపో తుంది. ఎర్రని నోరుంటే మిర్చి ఉల్లి చట్నీ తయారైపో తుంది. ■

చిలుకలతో స్నేహం !



ఒంటరిగా గడిపేవారు. అప్పుడే వీటితో పరిచయం ఏర్పడింది. అయితే ఇదంతా అనుకున్నంత తేలికగా జరగలేదు. ఓరోజు రెండు మూడు చిలుకలు నా బాల్కనీలో వాలాయి వాటి కళ్లలో భయం కనిపించింది, దగ్గరకెళ్లి ఎగిరిపోయాయి. ఎలాగైనా వాటితో స్నేహం చేసింది. మరుసటి రోజు తెలవారతుండగానే బాల్కనీలోకి వెళ్లి, వాటికివచ్చేసిన గింజలు వేశా. ఆలా రెండు మూడు రోజుల తర్వాత డైరెక్టుగా మా బాల్కనీ లో

1806లో ఎయిడ్ పై అవగాహన కోసం రెడ్ రిబ్బన్ కు ప్రాణం పోశారు. తరువాత క్యాన్సర్ పై అవగాహన కలిగించడంలోనూ

ఈ రిబ్బన్ కథ?

రిబ్బన్లు ఉపయోగిస్తున్నారు. నేషనల్ క్యాన్సర్ రిబ్బన్ క్యాన్సర్ ప్రకారం ఒక్కో క్యాన్సర్ కి ఒక్కో రిబ్బన్ కేటాయించారు. గులాబీ రోమ్ క్యాన్సర్ ● లాకెమియా వారింజ ●! చర్మ క్యాన్సర్ నలుపు ● ఉపరితీతుల క్యాన్సర్ తెలుపు ● బోన్ క్యాన్సర్ పనపు!! అందరూ క్యాన్సర్ తో బిడ్డ! డైరాయిడ్ రిబ్బన్ సీలం, గులాబీ, టీల ● ఎండ్మెట్ యల్ క్యాన్సర్ పీవ్ ● సర్వైవల్ క్యాన్సర్ టీల్ ఆండ్ వైట్ రిబ్బన్ ● యోని (లియోమియోసార్కోమా) తాజా మెంటికార కొంచెం తక్కువ వినయోగిస్తాం కదూ! నిజానికి ఇది చాలా శ్రేష్టమైంది. ఇందులో ఎ.సి.ఇ విటమిన్లు, కెరోటిన్, క్యాల్షియం, ఇరన్, సోడియం, కాపర్, మెగ్నీషియం, జింక్, పొటాషియం, నియం, మాంగనీస్, ప్రోటీన్లు విస్తారంగా ఉన్నాయి. రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. కొలెస్ట్రాల్ నియంత్రణలో ఉంటుంది.

వీటికి దూరంగా ..



మధుమేహం ఉన్నవారిలో పాటు, అధిక బరువు తగ్గులనుకనే కొంతమంది చక్కెరకు బదులుగా కృత్రిమ తీపి పదార్థాలను తీసుకుంటుంటారు. అయితే ఇది ఆరోగ్యానికి అంత మంచిది కాదంటున్నారు నిపుణులు ఈ క్రమంలో కృత్రిమ తీపి పదార్థాల విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉండాలని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. కొన్ని ఆహార పదార్థాల్లో కృత్రిమ తీపి పదార్థాలు కూడా అందరికీ పడకపోవచ్చు. కొంతమందిలో వీటిని తీసుకోవడం ద్వారా కడుపుబ్బరం, జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. కాబట్టి వీలైనంతవరకు వీటికి దూరంగా ఉండడమే మంచిదంటున్నారు.



క్యాలరీల విషయంలో..... కృత్రిమ తీపి పదార్థాల్లో క్యాలరీలు తక్కువగా ఉంటాయి. కొన్ని పదార్థాల్లో అయితే అసలు క్యాలరీలే ఉండవు. అందుకే కొంతమంది తమ ఫిట్నెస్ కోసావారోపదానికి, బరువు తగ్గడానికి ప్రయత్నించే వారు కూడా కృత్రిమ తీపి పదార్థాలను తమ ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటారు.. అయితే ఆరోగ్యకరమైన బరువు ఉండాలంటే శరీరానికి అవసరమైన నిర్ణీత క్యాలరీల విషయంలో రాజీ పడకూడదంటున్నారు నిపుణులు.

సహజమైనవే!..... కృత్రిమ తీపి

పదార్థాలు సహజ సిద్ధంగా లభించే పదార్థాలను ఎప్పుడీ భర్తీ చేయలేవు. కాబట్టి తక్కువ క్యాలరీలు ఉన్న తీపి పదార్థాల కోసం సహజంగా లభించే పదార్థాలను ఉపయోగించడం మంచిదంటున్నారు నిపుణులు. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల కేవలం రుచి మాత్రమే కాకుండా ఆ ప్రయోజనాలను కూడా పొందే అవకాశం ఉంటుంది. నిపుణులను సంప్రదించాలి... అలాగే మధుమేహ కృత్రిమ తీపి పదార్థాలను వాడే విషయంలో సంబంధిత వైద్యులను సంప్రదించడం మంచిది. నీటి మోతాదు తగ్గకుండా...మనం ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే రోజూ తగినన్ని నీళ్లు తీసుకోవడం తప్పనిసరి. అయితే కొంతమంది కృత్రిమ తీపి పదార్థాలు ఉన్న పానీయాలు తీసుకున్నప్పుడు నీళ్లు తాగరు. కానీ, ఇలాంటిప్పుడు కూడా నీళ్లు తాగాలంటున్నారు నిపుణులు. నీళ్లు శరీరంలోని మలినాలను తొలగించి డీటాక్సినేషన్ గురి కాకుండా కాపాడతాయి. అయితే ఇంతకు చెప్పుకోవచ్చు కృత్రిమ తీపి పదార్థాలు ఉండే పానీయాలు, పదార్థాలుకు ముందుగా దూరంగా ఉండడమే మంచిదంటున్నారు నిపుణులు.



కురుల ఆరోగ్యానికి మెంఠి



ఇస్తులినే స్థాయి సమంగా ఉంటుంది. మధుమేహం అదుపులో ఉంటుంది. ఉబ్బసం, కడుపుబ్బరం తగ్గుతాయి. యాంటిఆక్సిడెంట్లు విస్తారంగా ఉన్నందున వ్యాధి నిరోధకంగా పనిచేస్తుంది. ఇందులోని విటమిన్ డంతాలు, ఎముకలను ఆరోగ్యంగా, దృఢంగా ఉంచుతుంది. బాలింత లకు పాలు పడతాయి.. ఫోలిక్ యూసిడ్ గర్భిణీలకు మేలు చేస్తుంది. ■

ఆనందంగా జీవించాలి..



ఆనందం ముగిసింది. అల్లు సంతోషం కంటే నిత్యం ఉండే ఆనందాన్ని కోసం మనం ప్రయత్నించాలి.. పరమశివుణ్ణి పతిగా పొందటం కోసం పార్వతీదేవి కఠోర తపస్సు చేసింది. బలిష్టమైన పురుషులకు మాత్రమే సాధ్యమయ్యే మహా తపస్సు స్త్రీమూర్తి అయిన పార్వతి చేసిందంటూ సప్తరషులు ఎంతగానో ప్రశంసించారు. అద్వైత ఆనందాన్ని పొందటం కోసమే ఆమె తపస్సు చేసిందని కాళిదాసు కుమారసంభవంలో వివరించాడు. దర్శన ఉత్కృష్టమైంది అన్నది పురాణవచనం. ■

గమనించిన భీమసేనుడు యుద్ధానికి దిగాడు. కీచకుడు మాతమయ్యాడు. మోహవేశంతో కూడిన పరవశం అతడితోనే అంత మయింది సీతమ్మను చెరపట్టిన రావణుడు తాను గొప్ప పునకార్యం చేశానని అహం కారంతో విర్రవీగాడు. నిత్యం అశోకవనానికి వెళ్లి, శ్రీరాముణ్ణి నిందిస్తూ అనందించేవాడు. కానీ రాముడు వానరసేనతో లంకకు వెళ్లాడు. రావణాసురుణ్ణి సంహరించాడు. అక్కడితో లంకేశ్వరుడి అహంకారంతో కూడిన

ఢిల్లీ: ఐ-లీగ్ జాతీయ ఫుట్బాల్ టోర్నమెంట్లో హైదరాబాద్కు చెందిన శ్రీనిధి డెక్కన్ ఫుట్బాల్ క్లబ్ (ఎఫ్సీ) జట్టు ఐదో విజయం సమోయ చేసింది. జైపూర్లో జరిగిన మ్యాచ్లో శ్రీనిధి డెక్కన్ ఎఫ్సీ 2-1 గోల్స్ తేడాతో రాజస్థాన్

ఐ-లీగ్ జాతీయ ఫుట్బాల్ టోర్నీలో.. హైదరాబాద్ శ్రీనిధి డెక్కన్ విజయం 2-1 తేడాతో రాజస్థాన్ యునైటెడ్ ఓటమి

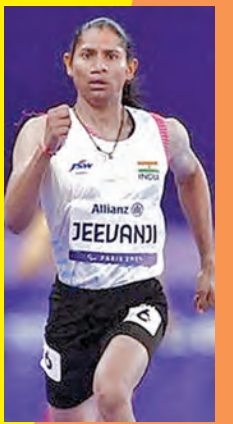
యునైటెడ్ ఎఫ్సీ జట్టును ఓడించింది. 10 మ్యాచ్ల తర్వాత రాజస్థాన్ జట్టుకు ఇది తొలి ఓటమి కావడం గమనార్హం. శ్రీనిధి జట్టు తరఫున ఏంజెల్ ఒరెలియన్ (43వ నిమిషంలో), డేవిడ్ కాన్సెనా ముహోతే (73వ నిమిషంలో) ఒక్కో గోల్ చేశారు. రాజస్థాన్ యునైటెడ్ జట్టుకు మైకోల్ కట్రెరా (75వ నిమిషంలో)

ఏకైక గోల్ అందించాడు. ఈనెల 25న జరిగే తదుపరి మ్యాచ్లో డెంపో స్ట్రోన్గ్ క్లబ్తో హైదరాబాద్ శ్రీనిధి డెక్కన్ ఎఫ్సీ జట్టు తలపడుతుంది. 12 జట్లు పోటీపడుతున్న ఈ ఐ-లీగ్లో 15 మ్యాచ్ పూర్తి చేసుకున్న శ్రీనిధి జట్టు 19 పాయింట్లతో ఎనిమిదోస్థానంలో ఉంది.



జాతీయ పారా అథ్లెట్లో.. తెలంగాణ అమ్మాయికి స్వర్ణం

న్యూఢిల్లీ: జాతీయ పారా అథ్లెటిక్స్ ఛాంపియన్షిప్లో తెలంగాణకు స్వర్ణ పతకం లభించింది. చెన్నైలో జరుగుతున్న ఈ టోర్నీలో తెలంగాణ అమ్మాయి, అంతర్జాతీయ పారాథ్లెట్ జివాంజి దీప్తి 400 మీటర్ల విభాగంలో విజేతగా నిలిచింది. దీప్తి అందరికంటే వేగంగా, అందరి కంటే ముందుగా 57.82 సెకన్లలో గమ్యానికి చేరి పసిడి పతకాన్ని సొంతం చేసుకుంది. హర్యానాకు చెందిన పూజా 1:08.21 సెకన్లలో గమ్యాన్ని చేరుకుని రజతం సొంతం చేసుకోగా, హర్యానాకు చెందిన భువి ఆగర్వాల్ కాంస్యం దక్కించుకుంది.



మహిళల ప్రీమియర్ లీగ్లో.. ఢిల్లీ క్యాపిటల్స్ రెండో విక్టరీ 7 వికెట్ల తేడాతో యుపి వారియర్స్ ఓటమి

న్యూఢిల్లీ: మహిళల ప్రీమియర్ లీగ్ (డబ్ల్యుపీఎల్) టీ20 టోర్నీలో ఢిల్లీ క్యాపిటల్స్ జట్టు రెండో విజయం సమోయ చేసుకుంది. వడోదర వేదికగా జరిగిన పోరులో ఢిల్లీ క్యాపిటల్స్ 7 వికెట్ల తేడాతో యూపీ వారియర్స్పై సెగ్గింది. అనాబెల్ సదర్లాండ్ ఆల్ రౌండ్ ప్రదర్శన కనబర్చడం వల్ల ఈ విజయం సాధ్యమైంది. టాన్ ఓడీ తొలుత బ్యాటింగ్ చేసిన యూపీ వారియర్స్ నిర్ణీత 20 ఓవర్లలో 7 వికెట్ల నష్టానికి 166 పరుగులు చేసింది. ఢిల్లీ ప్లేయర్లలో ఓపెనర్ కిరణ్ నవగిరి (27 బంతుల్లో 51; 6 ఫోర్లు, 3 సిక్స్లు) శుభారంభం అందిస్తూ, శ్వేత సుప్రకాశ్ (37; 4 ఫోర్లు, 1 సిక్స్) హెడ్ (15 బంతుల్లో 33 నాటో; 3 ఫోర్లు, 3 సిక్స్లు) రాజీంచారు. ఢిల్లీ బౌల్లలో అనాబెల్ 2 వికెట్లు తీసింది. అనంతరం లక్ష్మణ్ దేవన్లో ఢిల్లీ క్యాపిటల్స్ జట్టు 19.5 ఓవర్లలో 3 వికెట్లు కోల్పోయి 167 పరుగులు చేసింది. మెగ్ లాసింగ్ (49 బంతుల్లో 69; 12 ఫోర్లు) కెప్టెన్ ఇస్మింగ్ ఆదగా, ప్లేయర్ ఆఫ్ ది మ్యాచ్ అనాబెల్ (41 నాటో; 4 ఫోర్లు), మరిజాన్ కాపి (29 నాటో; 4 ఫోర్లు), వఫాబీ వర్మ (26; 3 ఫోర్లు, 1 సిక్స్) కీలక పరుగులు చేశారు. యూపీ వారియర్స్ బౌల్లలో సోహియా, దీప్తి శర్మ, గ్రేస్ వర్మన్ తలా ఒక వికెట్ తీశారు.

ఖతర్ ఓపెన్ టెన్నిస్ టోర్నీలో.. బోపన్న జోడీ శుభారంభం



న్యూఢిల్లీ: ఖతర్ ఓపెన్ ఏటీపీ-500 టెన్నిస్ టోర్నీ పురుషుల డబుల్స్ విభాగంలో రోహన్ బోపన్న (భారత్)-సునీల్ ఖర్డే (హాంగ్కాంగ్) జోడీ సంచలన విజయంతో శుభారంభం చేసింది. బోపన్న జరిగిన తొలి రౌండ్ మ్యాచ్లో బోపన్న-ఖర్డే ద్వయం 7-6 (7/2), 7-6 (7/4)తో రెండో సీడ్ సిమోన్ బోలిట్-అండీయా వావాసోరి (ఇటలీ) జంటను బోల్తా కొట్టింది. 89 నిమిషాలపాటు జరిగిన ఈ మ్యాచ్లో బోపన్న ద్వయం ఏడు ఏళ్లు సందించింది. మ్యాచ్ మొత్తంలో రెండు జంటలు తమ సర్వీసులను నిలబెట్టుకోవడంతో బ్రెకెట్లు అనివార్యమయ్యాయి. బ్రెకెట్లో బోపన్న-ఖర్డేస్ పైచేయి సాధించి విజయాన్ని అందుకోవడంతో పాటు, క్వార్టర్ ఫైనల్ బెరుగు ఖిలారు చేసుకున్నారు.



న్యూఢిల్లీ: అంతర్జాతీయ హాకీ సమాఖ్య (ఎఫ్ఐహెచ్) ప్రా లీగ్లో భారత్ పురుషుల జట్టు సంచలనం సృష్టించింది. ప్రపంచ ఛాంపియన్ జర్మనీ జట్టుతో భువనేశ్వర్లో జరిగిన రెండో రౌండ్ రెండో మ్యాచ్లో టీమిడియా 1-0 గోల్ తేడాతో విజయం సాధించింది. ఆట నాలుగో నిమిషంలో గుర్బుత్ సింగ్ చేసిన

గోల్తో భారత్ 1-0తో ఆధిక్యంలోకి వెళ్లింది. ఆ తర్వాత చివరి వరకు ఈ ఆధిక్యాన్ని కాపాడుకుంటూ వచ్చిన భారత్ చివరకు విజయాన్ని ఖిలారు చేసుకుంది. అంతకు ముందు జర్మనీతో జరిగిన రెండో రౌండ్ తొలి మ్యాచ్లో భారత్ 1-4 గోల్స్ తేడాతో పరాజయం పాలైంది. మరోవైపు

హాకీ ప్రా లీగ్లో.. భారత్ పురుషుల జట్టు సంచలనం వరల్డ్ ఛాంపియన్ జర్మనీపై 1-0తో గెలుపు స్పెయిన్ చేతిలో భారత్ మహిళల టీం ఓటమి

భారత్ మహిళల జట్టుకు మరో ఓటమి ఎదురైంది. స్పెయిన్ జట్టుతో జరిగిన రెండో రౌండ్ రెండో లీగ్ మ్యాచ్లో భారత్ జట్టు 0-1తో ఓడిపోయింది. స్పెయిన్ తరఫున సెగూ మార్తా (49వ నిమిషంలో) ఏకైక గోల్ సాధించింది.

న్యూఢిల్లీ, ఫిబ్రవరి 20: దాదాపు ఐదేళ్ల తర్వాత రిజర్వ్ బ్యాంకు ఆఫ్ ఇండియా జటీవల రిపో రేటును తగ్గించింది. దానికి అనుగుణంగా ఇప్పుడు బ్యాంకులు కూడా రుణ రేట్లను సవరిస్తున్నాయి. జటీవల ప్రభుత్వ రంగ బ్యాంకు లోగ్ డిగ్రీజం స్టేట్ బ్యాంకు ఆఫ్ ఇండియా వడ్డీరేట్లను తగ్గించగా, ఇప్పుడు మరో

బ్యాంకు గురువారం ప్రకటించింది. కొత్త వడ్డీ రేట్లు ఫిబ్రవరి 10 నుంచి అమల్లోకి తీసుకోబ్లిస్తున్న బ్యాంకు తాజా ప్రకటనలో వెల్లడించింది. గృహరుణాలతో పాటు, కారు ఎదుర్కొనే, వర్మనల్ లోన్లపై ఈ తగ్గింపు వర్తింపనుంది. తాజా సరఫరాతో పిఎన్బిలో గృహరుణాల ప్రారంభ రేటు 8.15 శాతానికి దిగిబ్లింది. దీంతో రూ.లక్ష రుణానికి ఇఎంబ రూ.744గా ఉంటుందని బ్యాంకు తెలిపింది. ఇక ఆటోమొబైల్ రుణాలపై వడ్డీ రేటు 8.50 శాతం నుంచి ప్రారంభం కానుంది. విద్యా రుణాలపై కనిష్ట వడ్డీని 7.85 శాతా

పిఎన్బి వడ్డీరేట్ల తగ్గింపు



నికీ తగ్గించినట్లు పిఎన్బి తెలిపింది. అటు వ్యక్తిగత రుణాలపై సవరించిన వడ్డీరేటు 11.25 శాతంగా ఉన్నట్లు పేర్కొంది. ఫిబ్రవరి 7న రిజర్వ్ బ్యాంకు ఆఫ్ ఇండియా రిపో రేటును 6.50శాతం నుంచి 25 బేసిస్ పాయింట్లు తగ్గింపు 6.25 శాతానికి తగ్గించిన విషయం విడితమే. దీంతో పలు

బ్యాంకులు కూడా తమ రుణాలపై వడ్డీ రేట్లను సవరిస్తున్నాయి. గత వారం ఎక్స్టర్నల్ డెంట్ మార్కెట్ అధారిత రెండింగ్ రేట్, రిపో లింక్ రెండింగ్ రేట్లను ఎసిబిఐ 25బేసిస్ పాయింట్లు మేర తగ్గించింది.

ముంబై, ఫిబ్రవరి 20: గూగుల్కు చెందిన పేమెంట్ యాప్ గూగుల్ పే (గూగుల్ పే) విద్యుత్, గ్యాస్ వంటి బిల్ పేమెంట్లపైనా ఛార్జీలు వసూలు చేస్తోంది. ఇప్పటివరకు ఈతరహా లావాదేవీలపై ఎలాంటి ఫీజూ విధించేది కాదు. ఇక నుంచి క్రెడిట్ కార్డు, డెబిట్ కార్డు ద్వారా

గూగుల్ పేలోనూ ఇక ఛార్జీల మోత!

లావాదేవీలపై కస్టోమియర్స్ ఫీజు రూపంలో స్వల్ప మొత్తంలో రుసుము వసూలుచేసేందుకు సిద్ధమైంది. యూపీఐ లావాదేవీలకు మాత్రం ఈ ఛార్జీలు వర్తింపవు. ఇతర పేమెంట్ ప్లాట్ఫామ్లైన పేటీఎం, ఫోన్పేలు ఇప్పటికీ ఈ తరహా ఫీజును వసూలు చేస్తుండగా, ఇన్స్టాక్లా ఉచితంగా అందించిన గూగుల్ పే సైతం ఇకనుంచి వాటి బాటలోనే నడచనుంది. గూగుల్ పే మొబైల్ రిఛార్జీలపై రూ.3 కస్టోమియర్స్ ఫీజు రూపంలో వసూలు చేస్తోంది. ఇకపై క్రెడిట్, డెబిట్ కార్డు చేసే విద్యుత్, గ్యాస్ బిల్ పేమెంట్లపై 0.5 శాతం నుంచి 1 శాతం వరకు ఛార్జీలు విధిస్తున్నట్లు సూచిస్తున్నాయి. గూగుల్ పేలో జటీవల క్రెడిట్ కార్డ్ ద్వారా విద్యుత్ బిల్లు చెల్లించిన ఓ యూజర్కు ఈ అనుభవం ఎదురైనట్లు ఓ అంగ్లమీడియా సంస్థ ఉదాహరణను ఉటంకించింది. తాను చెల్లించిన కంటెంట్ బిల్లో రూ.15 కస్టోమర్స్ ఫీజు రూపంలో గూగుల్ పేమెంట్ వసూలు చేసిందని ఆ వ్యక్తి పేర్కొన్నాడు. ఈ పేమెంట్ ప్లాట్ఫామ్ ఇప్పటికీ ఛార్జీల వసూలు మొదలు పెట్టిందన్న తెలుస్తోంది. అయితే ఈ రుసుములు అందరికీ వర్తిస్తాయా? లేదా? అనే విషయం ఇంకా తెలియలేదు. భవిష్యత్లో అందరినూంటే ఈ ఫీజు వసూలు చేసే అవకాశం ఉందని

టెక్లు ఉన్నాయి. అయితే ఒప్పందం గూగుల్ పే ఎక్స్ట్రా అధికారికంగా వివరాలు వెల్లడించలేదు. పే గూగుల్ వెబ్సైట్ ప్రకారం.. కార్డ్ పేమెంట్ ప్రాసెసింగ్ ఖర్చుల్ని కవర్ చేయడానికి ఈ రుసుము సాయపడుతుందని, ఇప్పటికే అనేక ఫిట్నెస్, క్రికెట్, ట్రావెల్, ఫుడ్ డెలివరీ సంస్థలు ప్లాట్ఫామ్ ఫీజు వసూలు చేయడం ప్రారంభించాయి. ఇదే ట్రెండ్ను ఇతర సంస్థలూ అనుసరించే అవకాశం ఉందని, తమ ఆదాయాలు పెంచుకోవడానికి ఈ మొత్తాలు ఉపయోగపడతాయని మార్కెట్ వర్గాలు చెబుతున్నాయి.

చదువు మానేయాలన్న నిర్ణయం బాధించింది: బిల్ గేట్స్

వాషింగ్టన్, ఫిబ్రవరి 20: మైక్రోసాఫ్ట్ సహ వ్యవస్థాపక కుడు బిల్ గేట్స్ (బిల్ గేట్స్) తన కాలేజీ జీవితం గురించి పలు ఆసక్తికర విషయాలు, హాస్య యూనివర్సిటీలో చదువు మానేయాలనే నిర్ణయం తీసుకున్నప్పుడు చాలా బాధపడినట్లు చెప్పారు. సోన్ గేట్స్ మైక్రోసాఫ్ట్ పేరుతో తాను తీసుకొచ్చిన వ్యవస్థలో ఆసక్తికర విషయాల లన్నీ తాజాగా పోర్టల్స్ ఓ కార్పొరేషన్లో పంపిస్తున్నారు. కళాశాల రోజులు చాలా ఆహ్లాదకరంగా గడిచాయని, అనాటి రోజులను గుర్తుకు తెచ్చుకున్నారు. హార్వర్డ్లో బాగా ఎంజాయ్ చేశాను. మనస్తత్వ శాస్త్రం, ఆర్థిక శాస్త్రం, చరిత్రకు సంబంధించిన తరగతులను అన్వేషించేవాడిని. తెలివైన వాళ్లతో సమయం గడపడం నాకు నచ్చేది. ఆసక్తికరమైన విషయాలపై రాత్రిళ్లు చర్చించేవాళ్లం అని గేట్స్ అన్నారు. 1975లో సాఫ్ట్వేర్ కంపెనీ తొలి సీఈఓగా బాధ్యతలు చేపట్టేందుకు హార్వర్డ్ యూని వర్సిటీలో చదువు మానేయాల్సి వచ్చిందని బిల్ గేట్స్ ఏర్పాటు చేసింది. ఆ నిర్ణయం తీసుకోవడం చాలా బాధన కలిగింది. డిగ్రీ పూర్తిచేసేందుకు హార్వర్డ్కు తిరిగి వెళ్లాలనిపించింది. అయితే వచ్చిన అందిపుష్ప కోసేందుకు తాను, తన స్నేహితుడు అయిన పాల్ అలెక్సాన్సన్, కళాశాలను విడిచిపెట్టాల్సి వచ్చిందని గేట్స్

చెప్పారు. ఆసమయంలో గేట్స్, అలెన్ ఇద్దరూ కంప్యూటర్ కోసం ఒక సాఫ్ట్వేర్ను సృష్టించగలిగితే కొత్త పరిశ్రమలో ముందంజలో ఉండగలమని భావించారు. అలా రెండేళ్లు మైక్రోసాఫ్ట్ను నడుపుతూనే తన చదువును బ్యాండ్లో కోసం ప్రయత్నించారు. తన చదువు పూర్తి చేయడానికి మరో స్నేహితుడు. మైక్రోసాఫ్ట్ ప్రోగ్రామర్ అయిన రిక్

క్రమాలకు చోటు కల్పించలేదు. భవిష్యత్తులో విడుదల చేసే పుస్తకాల్లో వాటి గురించి వివరించే అవకాశం ఉంది. 2000 సంవత్సరం వరకు మైక్రోసాఫ్ట్ సిజిఒగా గేట్స్ విధులు నిర్వహించారు. తన పదవీకాలంలో కంప్యూటర్ చరిత్రమీద విశ్వవాత్మక మార్పులను తీసుకొచ్చారు. ప్రపంచంలోనే అత్యంత ధనవంతుల్లో ఒకరిగా నిలిచారు.



వాణిజ్యం

వీరాండ్ సాయం తీసుకోవాలనుకున్నారు. కానీ అది కుదరలేదు. ఇక చివరకు చదువు మానే యాల్సి వచ్చిందని చెప్పారు. ఇదిలా ఉంటే, సోన్ గేట్స్ వ్యవస్థాన్ని మూడు భాగాలుగా తీసుకొస్తున్నారు. వాల్యూమ్ 1లో తన చిన్ననాటి సంగతులు, డ్రగ్స్ తో ప్రయోగం లాంటి వివరాలను పాత్రమే గేట్స్ ప్రస్తావించారు. తన ఉద్యోగ జీవితం, మైక్రోసాఫ్ట్ ప్రయాణం, మెలిందా గేట్స్ తో వివాహం, దాతృత్వ కార్య

నవ్యాల్లో ముగిసిన స్టాక్ మార్కెట్లు

ముంబై, ఫిబ్రవరి 20: దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్లు గురువారం కూడా నవ్యాల్లోనే ముగిసాయి. అంతర్జాతీయ మార్కెట్ల నుంచి ప్రతి కూల సంకేతాలతో ఉదయం నవ్యాల్లో ప్రారంభమైన సూచీలు, రోజంతా అదే ఒరవడి కొనసాగించాయి. దీంతో పరుగుగా మూడో రోజూ నవ్యాల్లో ముగిసాయి. అమెరికా అనుసరిస్తున్న టాంప్స్ పాలసీలు, దానివల్ల ప్రవృత్తులైన పెరుగుతుండన్న భయాలు మార్కెట్ సెంటిమెంట్ను దెబ్బతీశాయి. మన మార్కెట్లో హెచ్డీఎఫ్సీ బ్యాంకు, ఐసిఐఎస్ బ్యాంకు, ఐటీసి, మారుతి సుజుకి షేర్లలో అమ్మకాలు సూచీలను కిందకు లాగాయి. చివరికి సెన్సెక్స్ 203.22 పాయింట్లు క్షీణించి 75,735.96 పాయింట్లు వద్ద నిలిచింది. నిస్సీ కూడా 19.75 పాయింట్లు నష్టపోయి 22,913.15 పాయింట్లు వద్ద నిలిచింది. దారుతో మార్కెట్లో రూపాయి విలువ రూ.86.65గాఉంది. హెచ్డీఎఫ్సీబ్యాంకు, మారుతి సుజుకి, టెక్ మహింద్రా, హెచ్ఎస్ ఎల్ టెక్నాలజీస్, ఐటీసి వంటి షేర్లు నష్టపోయాయి. ఎన్టీపీసీ, మహింద్రా అండ్ మహింద్రా, అదానీ పోర్ట్స్, టాటా స్టీల్, టాటా మోటార్స్ వంటి షేర్లు లాభాల్లో ముగిసాయి. అంతర్జాతీయ మార్కెట్లలో టెంట్ క్రూడాయిల్ బ్యారెల్ ధర 76.16 డాలర్ల వద్ద కొనసాగగా, బంగారం షేర్సు 2971 డాలర్ల వద్ద ట్రేడ్ యింది.

