



### తాండ్రోనే పెళ్లి చేసుకోవాలి

కాంగ్రెస్ పార్టీ అగ్రనేత నేత రాహుల్ గాంధీ సోమవారం రాయబరేలి నియోజకవర్గంలో జరిగిన బహిరంగ సభలో తన సోదరి ప్రియాంకా గాంధీతో కలిసి మీటింగ్లో పాల్గొన్నారు. అయితే సభకు వచ్చిన జనం ఓ ప్రశ్న వేశారు. దాని గురించి స్టేజీ మీద ఉన్న ప్రియాంకా గాంధీ.. రాహుల్ కు చెప్పింది. సభకు వచ్చిన జనానికి ముందు సమాధానం ఇవ్వాలని ఆమె కోరారు. అప్పటికే ప్రసంగాన్ని ముగించిన రాహుల్.. సోదరి ప్రియాంకా చెప్పిన విషయాన్ని గమనించి బదులిచ్చారు. జనం పెళ్లి గురించి అడుగుతున్నట్లు ప్రియాంకా చెప్పగానే.. మీరేమి అడగాలనుకుంటున్నట్లు రాహుల్ మైక్లో అడిగారు. ఆ తర్వాత చిరు నవ్వు చిందిస్తూ.. ప్రశ్న ఏంటో అడగండి అంటూనే ఆయన ఓ విషయాన్ని చెప్పారు. ఇక ఇప్పుడు తాండ్రోనే చేసుకోవాలి ఉంటుందని పెళ్లి గురించి రాహుల్ కామెంట్ చేశారు. అబ్బే జరిగి కర్పి పడేగి అంటూ వ్యాఖ్యానించారు. ఆ ఘటనకు చెందిన వీడియో ప్రస్తుతం ఆన్లైన్లో వైరల్ అవుతున్నది.



### పాకిస్తాన్ కి నేను గాజులు తొడుగుతా.. బిహార్ సభలో ప్రధాని మోదీ.. కామెంట్స్ వైరల్!

**పా**కిస్తాన్ కి నేను గాజులు తొడుగుతా.. అని ప్రధాని మోదీ చేసిన వ్యాఖ్యలు వైరల్ గా మారాయి. విపక్ష ఇండియా కూటమి నేతలను ఉద్దేశించి ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు మోదీ. 2024 లోక్ సభ ఎన్నికల్లో ప్రచారం జోరును పెంచిన ప్రధానమంత్రి సరేంద్ర మోదీ.. పాకిస్తాన్ పై చేసిన వ్యాఖ్యలు ఇప్పుడు వైరల్ గా మారాయి. బిహార్ లో జరిగిన ఓ బహిరంగ సభలో.. 'నేను పాకిస్తాన్ కి గాజులు తొడుగుతాను.' అని ఆయన అన్నారు. లోక్ సభ ఎన్నికల నేపథ్యంలో.. పాకిస్తాన్ పై తీవ్ర విమర్శలు చేస్తూ వచ్చారు రక్షణశాఖ మంత్రి రాజ్ నాథ్ సింగ్. పీ.ఓ.కే (పాక్ ఆక్రమిత కశ్మీర్)ని భారత్ లో కలుపుకుంటామని అన్నారు. ఈ వ్యాఖ్యలపై నేపథ్యం కాన్ఫరెన్స్ నేత ఫరూక్ అబ్దుల్లా మండిపడ్డారు. 'పొరుగు దేశం గాజులు వేసుకుని కూల్చేస్తే.. వాళ్ల దగ్గర అటవీ బాంబ్ ఉంది. అది ఇండియాకు హాని చేయొచ్చు.' అన్నారు. ఇక బిహార్ లో జరిగిన బహిరంగ సభలో..  
 ...మీరతాది 2 లో



### బిజెపికి 195 సీట్లు కూడా రావు

దేశంలో సరేంద్ర మోదీ సారథ్యంలోని బిజెపి కూటమిని మట్టికరిపించి విపక్ష ఇండియా కూటమిని అధికారంలోకి తీసుకొస్తామని నిశ్చయ బెంగాల్ సీఎం మమతా బెనర్జీ ధీమా వ్యక్తం చేశారు. ఇండియా కూటమి బీజేపీని నిలువరించేలా తాము బెంగాల్ సుచే కూటమికి సాయం చేస్తామని చెప్పారు. తనకు అందిన సమాచారం ప్రకారం ఎన్డీయే కేవలం 190 నుంచి 195 స్థానాలకే పరిమితమవుతుందని, విపక్ష ఇండియా కూటమి 315 స్థానాల్లో గెలుపొందుతుందని అన్నారు. ఉత్తర 24 పరగణాల జిల్లా బెంగాల్ లో డిడీ లోక్ సభ ఎన్నికల ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ ఎన్నికల్లో మోదీ సర్కార్ కు భంగపాటు తప్పదని ఆమె పేర్కొన్నారు. విపక్ష ఇండియా కూటమి కేంద్రంలో అధికార పక్షాలు చేపడుతుందని డిడీ ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.



### తన తల్లిపై ప్రజ్వల్ రేవణ్ణ అత్యాచారం

ప్రజ్వల్ రేవణ్ణ తన తల్లిపై నాలుగైదేళ్ల క్రితం బెంగళూరులోని నివాసంలో అత్యాచారానికి పాల్పడినట్లు ఓ మహిళ ఆరోపించింది. దీనికి సంబంధించి సిబ్ అధికారుల ఎదుట వాంగ్మూలాన్ని ఇచ్చింది. అంతే కాకుండా ప్రజ్వల్ వీడియో కాల్ లో బెదిరించి తన దుస్తులు విప్పించాడని తెలిపింది. "ఆయన మా అమ్మ ఫోన్ కు కాల్ చేసి.. వీడియో కాల్ లో మాట్లాడాలని నన్ను బలవంతం చేసాడు. నా దుస్తులు విప్పాలని అడిగేవాడు. నేను అందుకు నిరాకరిస్తే.. నాకు, మా అమ్మకు హాని తలపెడతానని బెదిరించేవాడు" అని ఆమె పోలీసులకు ఇచ్చిన ఫిర్యాదులో పేర్కొంది. ప్రజ్వల్, హెచ్ డీ రేవణ్ణ తన తల్లిపై లైంగిక వేధింపులకు పాల్పడ్డారని ఆమె తెలిపింది. తన తండ్రిని ఉద్దోషం నుంచి తొలగిస్తానని బెదిరించి తనపై, తన తల్లిపై అత్యాచారానికి పాల్పడినట్లు ఆరోపించింది. తాము ఈ ఘటనపై పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేయగానే.. తన తండ్రిని ఉద్దోషం నుంచి తొలగించారని పేర్కొంది. తన నివాసంలో పనిచేసే మహిళలను ప్రజ్వల్ వేధింపులకు గురిచేశాడని తెలిపింది. ప్రజ్వల్ బాధితుల్లో ఎంతో మంది మహిళలు ఉన్నారని.. కేవలం ముగ్గురు మాత్రమే వారి దారుణాలను బయటపెట్టారని చెప్పింది. ఈ ఘటన అనంతరం తమ భూమిని కూడా బలవంతంగా అమ్ముకోవాలి వచ్చిందని ఆ మహిళ ఆవేదన వ్యక్తం చేసింది. ఈ వ్యవహారంలో ఇప్పటి వరకూ ప్రజ్వల్ రేవణ్ణ, ఆయన తండ్రిపై మూడు ఎఫ్ఐఆర్లు నమోదయ్యాయి.



### విజయం మాడే..!

ఇండియా కూటమి తప్పకుండా విజయం సాధిస్తుంది ఓటు వేసిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

**జయభేరి, కొండగల్, మే 13 :**  
 తెలంగాణ వ్యాప్తంగా పార్లమెంట్ ఎన్నికల పోలింగ్ కొనసాగుతోంది. వికారాబాద్ జిల్లా కొండగల్ జిల్లా పరిషత్ బాలల ఉన్నత పాఠశాల పోలింగ్ కేంద్రంలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి తన కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి ఓటు వేశారు. ఓటు వేసిన అనంతరం మీడియాతో సీఎం రేవంత్ మాట్లాడుతూ.. పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో ఇండియా కూటమి తప్పకుండా విజయం సాధిస్తామని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ధీమా వ్యక్తం చేశారు. బిజెపికి ఓటేసేందుకు ప్రజలు సిద్ధంగా లేరని.. దేశ వ్యాప్తంగా బిజెపి గ్రాప్ పడిపోతుందన్నారు. బీజేపీతో వచ్చేది లేదు నచ్చేది లేదని విమర్శించారు. ఇండియా కూటమి అధికారంలోకి వస్తుందని తెలిపారు. ఎన్డీయే కూటమి పతనం జరిగిపోతుందని.. ఆ పార్టీ మ్యూజిక్ ఫిగర్ కూడా రాదని చెప్పారు. ప్రజలంతా మార్పు కోరుకుంటున్నారని తెలిపారు.  
 మోడీ.. ఈ డి. సీబీఐను సమ్ముకున్నారని విమర్శించారు. మోడీ వెనక్ అవినీతిపరులు ఉన్నారని ఆరోపించారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ గెలిస్తే రాజ్యాంగం ఉంటుందని పందాగెప్పులో పుణ్యమాఫీ చేస్తామని రేవంత్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. సంక్షేమ పథకాలకు, ప్రభుత్వానికి ఈ ఎన్నికలు రెఫరెండం అని తెలిపారు. అనంతరం గ్రామస్థులతో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి మాట్లాడారు. ఈ పలు విషయాల గురించి అడిగి తెలుసుకున్నారు.  
 ...మీరతాది 2 లో



### మహిళలు రెడ్ లిప్ సిక్ వాడితే జైలుకే

ఉత్తర కొరియా దేశానికే కిమ్ జాంగ్ ఉన్ అమలు చేసే ప్రతి రూల్ చాలా వింతగా అనిపిస్తుంది. ఇప్పుడు ప్రజలపై కొత్త రకం నియమ నిబంధనలు విధిస్తారు. వాటిని పాటించలేక ప్రజలు నరకం అనుభవిస్తుంటారు. వేసుకునే దుస్తుల నుంచి హెయిర్ స్టైల్ వరకు ఈ దేశంలో అనేక కఠినమైన రూల్స్ అమల్లో ఉన్నాయి. ఇప్పటికే వార్త కొరియా అనేక పాపాలర్ ఫ్యాషన్ ట్రాండ్లు, కాస్టిక్ ప్రొడక్టెస్ ను బ్యాన్ చేసింది. అలాగే మహిళలు రెడ్ కలర్ లిప్ సిక్  
 ...మీరతాది 2 లో

### 4 లో వెంటాడుతున్న మేడిగడ్డ



### పలు చోట్ల ఓట్ల బహిష్కరణ

**జయభేరి, హైదరాబాద్, మే 13 :**  
 తెలంగాణ వ్యాప్తంగా ప్రశాంతంగా పోలింగ్ కొనసాగుతోంది. ఆరు నెలల క్రితమే అసెంబ్లీ ఎన్నికలు జరిగాయి. ఇప్పుడు లోక్ సభ ఎన్నికలు జరుగుతున్నాయి. అయినా ఓటర్లలో చైతన్యం ఏ మాత్రం తగ్గలేదు. అయితే సమస్య పేరుతో కొన్ని గ్రామాల ప్రజలు పోలింగ్ ను బహిష్కరించారు. సమస్యల పరిష్కారం అయ్యే వరకు ఓటు వేసేది లేదని తేల్చి చెబుతున్నారు.  
**ధాన్యం కొనలేదని**  
 భువనగిరి జిల్లా పోచంపల్లి మండలం కసుముకుల లో ప్రజలు ఓటింగ్ ను బహిష్కరించారు. ఈ మధ్య కాలంలో కురిసిన వర్షాలకు తమ పంటలు పూర్తిగా పాడైపోయాయని వాటిని కొనేందుకు ఎవరూ ముందుకు రావడం లేదని చెబుతూ పోలింగ్ ను బహిష్కరించారు. ముఖ్యంగా తడిసిన ధాన్యాన్ని కొనలేదని చెబుతున్నారు. పోలింగ్ వరకు రైతుల సమస్యలపై మాట్లాడుతున్న నేతలు తర్వాత వారి సమస్యలను గాలికి వదిలేస్తున్నారని మండిపడ్డారు. విషయాన్ని తెలుసుకున్న అధికారులు గ్రామానికి వెళ్లి వారితో మాట్లాడారు. ప్రస్తుతం ఎన్నికల కోడ్ అమల్లో ఉన్నందున ఎలాంటి ఆదేశాలు ఇవ్వలేమని తేల్చి చెప్పారు. పోలింగ్ ముగిసిన  
 ...మీరతాది 2 లో



### కూటమి గెలిస్తే జూన్ 5న బయటకు వస్తా

దేశంలో జరుగుతున్న లోక్ సభ ఎన్నికల్లో ఇండియా కూటమి గెలిస్తే.. జూన్ 5న తిహార్ జైలు నుంచి విడుదలవుతానని ఢిల్లీ సీఎం అరవింద్ కేజ్రీవాల్ అన్నారు. ఢిల్లీ ఆమ్ ఆర్డీ పార్టీ కోర్సుల ధ్వజాన్ని ఎత్తిన ఆయన చేసిన వ్యాఖ్యలు ప్రాధాన్యం సంతరించుకున్నాయి. మద్దం పాలే సీఎం  
 ...మీరతాది 2 లో

► మొదటిపేజీ తరువాయి

పాకిస్తాన్ కి నేను గాజులు తోడుగుతా..

ఫరూక్ అబ్దుల్లా వ్యాఖ్యలపై పరోక్షంగా విమర్శలు చేశారు మోదీ. అదే సమయంలో పాకిస్తాన్ ఆర్థిక కష్టాలను లేవనెత్తారు. 'పాకిస్తాన్ ఇంకా గాజులు వేసుకోకపోతే.. నేను గాజులు తోడుగుతాను. వాళ్ల దగ్గర విద్యుత్ లేదు. తిండి లేదు. వాళ్లకి ఇప్పుడు గాజుల కొరత కూడా ఉందని నాకు తెలిసింది.' అని ముజాఫర్ లో జరిగిన సభలో వ్యాఖ్యానించారు. మరోవైపు.. 'పాకిస్తాన్ దగ్గర అటమ బాంబు ఉంది. మనం ఆ దేశాన్ని గౌరవించండి.' అని కాంగ్రెస్ నేత మణి శంకర్ అయ్యర్ గతంలో చేసిన వ్యాఖ్యలకు సంబంధించిన వీడియో ఒకటి తాజాగా బయటకు వచ్చింది. దీనిపై మోదీ కొన్ని రోజుల క్రితం స్పందించారు. 'దేశ ప్రజలను కాంగ్రెస్ నాశనం చేస్తోంది. లాంటి బలహీన మనస్తత్వం వల్లే సీమాంతర ఉగ్రవాదం గతంలో ఎక్కువగా ఉండేది. ఇక పాకిస్తాన్ విషయానికొస్తే.. తాము తయారు చేసిన బాంబులను అమ్ము దానికి ఆ దేశం చాలా ప్రయత్నిస్తోంది. కానీ నాభ్యాత సరిగ్గా లేకపోవడంతో కొనేవారే లేరు!' అని మోదీ అన్నారు. విపక్ష ఇండియా కూటమిపై నా విరుచు కుప్పదూరం మోదీ.

పలు చోట్ల ఓట్ల బహిష్కరణ

తర్వాత ఉన్నతాధికారులతో మాట్లాడి కచ్చితంగా సమస్యను పరిష్కరిస్తామని పేర్కొన్నారు.

కరెంటు లేదని కొండగల్లోని ఓ పల్లెలో మూడు రోజులుగా పవర్ లేదని ప్రజల పోలింగ్ బహిష్కరించారు. ఊరిలోని ఏ ఒక్కరు కూడా ఓటు వేసేందుకు రాలేదు. మూడు రోజులుగా కరెంటు లేని ఇబ్బంది పడుతున్నా అధికారులు పట్టించుకోలేదని వాపోయారు గ్రామస్థులు. అధికారులు విషయాన్ని తెలుసుకొని వారితో చర్చలు జరిపారు. ఖమ్మం జిల్లా రాయచూడారంలో ప్రజలు కూడా వంతెన కోసం పోలింగ్ ను బహిష్కరించారు. ఎన్ఎస్ఐ కాలనుకూర్చి ఎప్పటి నుంచో వంతెన ఏర్పాటు చేయమంటే ఎవరూ పట్టించుకోవడం లేదని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. నిర్జల్ జిల్లా అల్లంపల్లిలో కూడా రోడ్డు సరిగా లేదని ప్రజలు పోలింగ్ ను బహిష్కరించారు. ఎప్పటి నుంచో ఉన్న రోడ్డు సమస్య తీర్చి వరకు ఓటు వేసేది లేదని భీష్మంపూర్లోని బాబ్లూర్ న్యూస్ గ్రూపు న్యూస్ పేజీలో కూడా ప్రజలు పోలింగ్ ను బహిష్కరించారు. స్థానికంగా జరుగుతున్న మైనింగ్ తో ఆలోచన సమస్యలు వస్తున్నాయని ఆరోపించారు. వాటిని ఆపేసే వరకు ఓటు వేయ బోమన్నారు. వారికి ఇచ్చిన అనుమతులు రద్దు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. భద్రాద్రి కొత్తగూడెంలో ఎన్నికల విధుల్లో ఉన్న ఉద్యోగి మృతి చెందాడు. అశ్వా రాధుపేటలోని నెహ్రూనగర్ లో ఏర్పాటు చేసిన పోలింగ్ కేంద్రంలో ఈ దుర్ఘటన జరిగింది. అక్కడ పని చేస్తున్న శ్రీ కృష్ణ అనే ఉద్యోగి ఒక్కసారిగా గుండెపోటుతో పడిపోయాడు. ఆయనకు సీపీఆర్ చేసిన ప్రయోజనం లేకపోయింది. ఆయన చుంపపల్లిలో సీనియర్ అసిస్టెంట్ గా పని చేస్తున్నారు.

ప్రశాంతంగా పోలింగ్: వికాస్ రాజ్ తెలంగాణలో ప్రశాంతంగా పోలింగ్ సాగుతోందని ఎన్నికల ప్రధాన అధికారులు వికాస్ రాజ్ చెప్పారు. విద్యుత్ అంతరాయం కారణంగా కొన్ని ప్రాంతాల్లో అలస్యంగా పోలింగ్ మొదలైందని పేర్కొన్నారు. బనలు, వెటాకల్చర్ వెళ్లలేని ప్రాంతాలకు ఎద్దుల బండిలో ఈవీఎలను తరలించి పోలింగ్ నిర్వహించామన్నారు. హైదరాబాద్ లోని ఎన్ఆర్ నగర్ లోని ఓ పోలింగ్ స్టేషన్ లో వికాస్ రాజ్ ఓటు హక్కు వినియోగించుకున్నారు.

రెడ్ లివ్స్ కి వాడితే జైలుకే

వాడకుండా నిషేధం విధించింది. సాధారణంగా ఎర్రటి పెదవులతో అందంగా కనిపించాలని ముగవలకు ఉంటుంది. కానీ ఉత్తర కొరియా మహిళలకు ఆ కల కలగానే మిగిలిపోతుంది. ఈ నియమాన్ని భేజి చేస్తే కిమ్ విధించే చారుణమైన శిక్షలకు బలి కావాలింది. ఉత్తర కొరియా డిజిటల్ కిమ్ జోన్ కి రెడ్ లివ్స్ కి మంచిది కాదని భావిస్తారు. అందుకే ఆ దేశంలో దాన్ని బ్యాన్ చేశారు. రెడ్ కలర్ స్వేచ్ఛను సూచిస్తుందని, రెడ్ లివ్స్ కి వాడే మహిళలు చాలా అందంగా కనిపిస్తారని కిమ్ అభిప్రాయం. అయితే స్వేచ్ఛ, మహిళల బెండ్లెత్తడం దేశానికి మంచిది కాదని భావిస్తున్న కిమ్, ఎరుపు రంగు లివ్స్ కి తమ దేశంలో బ్యాన్ చేశారు. సంప్రదాయ, నైతిక విలువలను కాపాడటానికి ఈ నిషేధం అవసరం అని ఆ దేశం నమ్ముతోంది. మహిళలు పొరపాటున రెడ్ లివ్స్ కి అడ్డు చేసుకుంటే కఠినమైన శిక్షలు, భారీ పానశీలు విధిస్తారు.

రూల్స్ బ్రేక్ చేస్తే? ఉత్తర కొరియా మహిళలు చాలా సింపుల్ మేకప్ మాత్రమే వేసుకునే అవకాశం ఉంది. ఈ దేశం మిగతా ప్రపంచంలో నుంచి వచ్చే ప్రజల వస్త్రధారణ, ప్రవర్తనలపై ఇప్పటికే పాత కాలపు ఆలోచనలను ఫోలో అప్ చేశారు. అక్కడి ప్రభుత్వం మహిళల మేకప్ చిక్క చేయడానికి ప్రత్యేకంగా పర్మిట్ ను నియమించింది. ప్రతి ఒక్కరూ ఫ్యాషన్ రూల్స్ పాటించాలి చూడటం వీరి బాధ్యత. ఎవరైనా ఈ నిబంధనలను ఉల్లంఘిస్తే పెద్ద ఇబ్బందుల్లో పడతారు. ప్రభుత్వం ప్రతి సీటిజన్ బాధ్యతగా ఉండేలా జాగ్రత్తలు తీసుకుంటుంది. ఇతర దేశాల ఫ్యాషన్ స్టైల్ వల్ల దేశ ప్రజలు ఇన్ ఫ్లయెన్స్ కాకుండా జాగ్రత్త పడుతుంది. ఉత్తర కొరియాలో హెయిర్ స్టైల్స్ కూడా కఠినమైన నియమాలు ఉన్నాయి. మహిళలకు పొడవైన జుట్టు ఉండకూడదు లేదా డిఫరెంట్ స్టైల్స్ ఎంచుకో కూడదు. షార్ట్ హెయిర్ తో మాత్రమే ఉండాలి. జుట్టును శుభ్రంగా, చక్కగా మెయింటెన్ చేయాలి. హెయిర్ కలర్స్ వేసుకోవడం కూడా ఇక్కడ ఒక పెద్ద నేరం. కిమ్ కొన్ని హెయిర్ స్టైల్స్ మాత్రమే ఓకే చెప్పారు. పురుషులు 10, మహిళలు 18 హెయిర్ స్టైల్స్ లో వచ్చిన దాన్ని ఎంచుకోవచ్చని కిమ్ ప్రకటించారు. ప్రజలు తప్పనిసరిగా ఈ హెయిర్ రూల్స్ పాటించాలి. లేదంటే శిక్ష అనుభవించక తప్పదు.

కూటమి గెలిస్తే బయటకు వస్తా



అరెస్టును అరవింద్ కేజ్రీవాలకు సుప్రీంకోర్టు మధ్యంతర బెయిల్ మంజూరు చేసిన విషయం తెలిసింది. మళ్లీ జూన్ 2న లొంగిపోవాలని సూచించిన విషయం తెలిసింది. ఆయన మాట్లాడుతూ 'తిహార్ లోని తన సెల్ లో రెండు సీటీవీ ఫిడెలీటీలు ఉన్నాయి. ఫిడెలీటీ 13 మంది అధికారులు పర్యవేక్షించారు. సీటీవీవీ ఫిడెలీటీ మింకోవ్ న్యూస్ అందించారు. మోదీ సైతం పర్యవేక్షిస్తున్నారు. మోదీకి తనపై ఎలాంటి పగ ఉందో నాకు తెలియదు. బాత్రూమ్ లో వెళ్లడానికి నేను రాత్రి ఏ సమయానికి లేస్తానో కూడా వారు పర్యవేక్షించే వారు' అన్నారు. కేజ్రీ వాల్ డివిజన్ లో లేరని.. తనకు హనుమంతుడి ఆశీస్సులు ఉన్నాయని వారికి చెప్పాలనుకుంటున్నానన్నారు. తాను జూన్ 2న బీహార్ జైలుకు వెళ్లినప్పటికీ.. జూన్ 4న జైలులోనే ఫలితాలను చూస్తానన్నారు. ఇండియా కూటమి గెలిస్తేనే జూన్ 5న మళ్లీ బయటకు వస్తానన్నారు. మనం ఇప్పుడు కట్టడకపోతే మళ్లీ ఎప్పుడు కలుస్తామో తెలియదన్నారు.

కేజ్రీ 'వాల' అనుతారా?

సుప్రీంకోర్టు సంచలన తీర్పు ఇచ్చింది. మాములుగా ఎన్ఫోర్స్ మెంట్ డైరెక్టరేట్ కేసుల్లో బెయిల్ దొరకడం అనేది అసాధ్యం.. కానీ కేజ్రీవాల కేసును స్పెషల్ గా తీసుకొని మరీ బెయిల్ ఇచ్చింది అత్యున్నత న్యాయస్థానం.. జూన్ 1 వరకు మధ్యంతర బెయిల్ ఇచ్చింది. దీంతో తీహార్ నుంచి రిలీజ్ అయ్యారు కేజ్రీవాల.. జైలుకు వెళ్లడానికి ముందే బీజేపీ పై కత్తులు నూరారు కేజ్రీవాల.. తనపై తప్పుడు కేసు నమోదు చేసి జైలుకు పంపారన్న కోపం పీక్స్ లో ఉంది ఆయనకు.. అలాంటి కేజ్రీవాలకు మళ్లీ బయటికి వచ్చి ఎన్నికల ప్రచారంలో పాల్గొనే చాన్స్ వచ్చింది. దీంతో ఇప్పుడు దేశ రాజకీయాల్లో మరింత సైన్ యాడ్ కానుంది.

జయభేరి, న్యూఢిల్లీ, మే 13:

ఇక ఢిల్లీ లిక్కర్ పాలిస్ స్టాంప్ అరెస్ట్ అయ్యి, మధ్యంతర బెయిల్ పై తీహార్ జైలు నుంచి విడుదలైన అరవింద్ కేజ్రీవాల అధినేత అరవింద్ కేజ్రీవాల ఎన్నికల ప్రచారంలో దూసుకుపోతున్నారు. తాజాగా ఇండియా కూటమి అధికారంలోకి వస్తే అమలు చేసే 10 గ్యారంటీలను ప్రకటించారు కేజ్రీవాల. ఆవిడారం ఢిల్లీలో జరిగిన విలేజరుల సమావేశంలో ఆవేశాతీయ కన్వీనర్ మాట్లాడుతూ, దేశవ్యాప్తంగా 24 గంటల విద్యుత్, ఉచిత విద్య, ఢిల్లీకి హార్మి రాష్ట్ర హోదాతో సహా పలు హామీలను ఇచ్చారు. భారత సోపాన్లు వెంబడి చైనా ఆక్రమించుకున్న భూమిని తిరిగి స్వాధీనం చేసుకుంటామని హామీ ఇచ్చారు. తాను జైలులో ఉన్నందున ఈ పది హామీల ప్రకటన అలభ్యమైందని కేజ్రీవాల అన్నారు. దేశంలో ఇంకా ఎన్నికలు మిగిలి ఉన్నాయన్నారు. ఈ హామీలపై తాను ఇతర ఇండియా కూటమి భాగస్వాములతో చర్చించలేదని... అయితే ఎవరికి ఎలాంటి ఇబ్బంది ఉండదని కేజ్రీవాల అన్నారు. ఇండియా కూటమి అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత ఈ హామీలు అమలు అయ్యేలా చూస్తానని హామీ ఇస్తున్నానని కేజ్రీవాల అన్నారు. ముందుగా రాబోయే ఎన్నికల్లో కేజ్రీవాల ఎఫెక్టివ్ మేరకు ఉంటుందో చూద్దాం.. మాములుగా కేజ్రీవాల ఎఫెక్టివ్ ఉన్న రాష్ట్రాల లిస్ట్ లో షర్మిష్టేన్ లో ఉండేది ఢిల్లీ, ఆ తర్వాత పంజాబ్, అహ్మదాబాద్.. ఇక రాజస్థాన్, గోవాలో ఉన్నాయి. అది చాలా తక్కువ.. సో మూడు రాష్ట్రాల్లో కేజ్రీవాల ఎఫెక్టివ్ అని చెప్పాలి. ఇప్పటికే ఈ మూడు రాష్ట్రాల్లో ఆవేశాతీయ ప్రచారం చేస్తుంది. ఇప్పుడు జోరు మరింత పెరగనుంది. ఢిల్లీలో కాంగ్రెస్ తో ఆమ్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ పొత్తు చాలా ముఖ్యం.. మే 20, 25, జూన్ 1 వీటి పోలింగ్ ఉంది. ఢిల్లీ, హర్యానాలో ఆరో దశలో మే 25న.. ఆ తర్వాత పంజాబ్ లో జూన్ 1న పోలింగ్ జరిగనుంది. జూన్ 2న ఆయన తిరిగి తీహార్ కు వెళ్లనున్నారు. సో పర్సెక్యూటర్ బెయిల్ వచ్చింది కేజ్రీవాలకు.. కేజ్రీవాల ఇక స్టేజ్ ఎక్కినా.. రోడ్ షో నిర్వహించినా.. దాని ఇమోవల్స్ అంతా ఇంకా ఉండదు. ఇకపై అటు మోదీని ఓటు బీజేపీని చీల్చి చెందాడటం ఖాయం. ఇప్పటికే



అధికారంలో ఉంది. బట్ ఇప్పుడు కేజ్రీవాల ఎంపిల్లో ప్రచార స్టేజ్ మారనుంది. అసలు కేజ్రీవాలకు బెయిల్ వచ్చిన టైమింగ్ హైలేట్ అని చెప్పాలి. ఎందుకంటే అతను చివరి మూడు దశల పోలింగ్ చాలా ముఖ్యం.. మే 20, 25, జూన్ 1 వీటి పోలింగ్ ఉంది. ఢిల్లీ, హర్యానాలో ఆరో దశలో మే 25న.. ఆ తర్వాత పంజాబ్ లో జూన్ 1న పోలింగ్ జరిగనుంది. జూన్ 2న ఆయన తిరిగి తీహార్ కు వెళ్లనున్నారు. సో పర్సెక్యూటర్ బెయిల్ వచ్చింది కేజ్రీవాలకు.. కేజ్రీవాల ఇక స్టేజ్ ఎక్కినా.. రోడ్ షో నిర్వహించినా.. దాని ఇమోవల్స్ అంతా ఇంకా ఉండదు. ఇకపై అటు మోదీని ఓటు బీజేపీని చీల్చి చెందాడటం ఖాయం. ఇప్పటికే

ఆయన ఈ పనిని మొదలు పెట్టారు. మరి ఈ పరిణామాలను ఎదుర్కోవడానికి బీజేపీ ప్రిపేర్డ్ గా లేదా? అంటే ఉందనే చెప్పాలి.. ఎందుకంటే.. జైలు నుంచి కేజ్రీవాల బయటకు వస్తే ఆయనే సెంటరాఫ్ అట్రాక్టన్ అవుతారని బీజేపీకి కూడా తెలుసు. ఇప్పుడు బీజేపీకి ఒక్కటి చాయిన్ ఉంది. అది కేజ్రీవాల ఎదుర్కొంటున్న అవినీతి ఆరోపణలను బలంగా ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లడం.. ఎట్లో దీనిని బైమ్.. ఆయన జైలు నుంచి వచ్చాడు.. మళ్లీ జూన్ 2న లొంగిపోవాలని సుప్రీం ఇచ్చిన ఆదేశాలను గుర్తు చేయడం.. బీజేపీ ఇదే టాపిక్ పై ప్రచారం చేయనుంది. బట్ బీజేపీ ఈ స్ట్రాటజీని కేజ్రీవాల ఈజీగా ఓపరేట్ చేస్తారనిపి

స్తోంది. ఎందుకంటే ఆయన ఓ మంచి వక్త.. ఆయన ప్రచార స్టేజ్ విద్య, ఉద్యోగం అన్నట్టుగా ఉంటుంది. నేను సామాన్యుడిని.. సామాన్యుల కోసం పని చేస్తా అన్నట్టుగా సాగుతుంది ఆయన ప్రచారం. రియాల్టీ ఎలా ఉన్నా.. ఈ మధ్య ఎన్నికల ప్రచారంలో ఇదే ట్రేండ్.. దీనిని ప్రజలు ఈజీగా కనెక్ట్ అయ్యే చాన్స్ ఉంది. అంతేకాదు.. ఈ ఎన్నికలను కేజ్రీవాల ఓ రెండు తీసుకెళ్లడం.. ఎట్లో దీనిని బైమ్.. ఆయన జైలు నుంచి వచ్చాడు.. మళ్లీ జూన్ 2న లొంగిపోవాలని సుప్రీం ఇచ్చిన ఆదేశాలను గుర్తు చేయడం.. బీజేపీ ఇదే టాపిక్ పై ప్రచారం చేయనుంది. బట్ బీజేపీ ఈ స్ట్రాటజీని కేజ్రీవాల ఈజీగా ఓపరేట్ చేస్తారనిపి

అదే విధానం.. మారని కేసీఆర్

జయభేరి, హైదరాబాద్, మే 13:

కేసీఆర్.. ప్రశ్నించారు.. నిలదీశారు. కేసీఆర్.. ఎవరెన్ని సీట్లలో గెలుస్తారో క్షారిటీ ఇస్తూ జోన్స్ డిమాండ్ చేశారు. కేసీఆర్.. ఇంకా చాలా మాట్లాడారు? ఓ రకంగా చెప్పాలంటే తనదైన స్టైల్ లో రెవిజ్నోయారు. సరే ఇవన్నీ పొలిటికల్ స్టేట్ మెంట్స్.. కానీ ఓ విషయంపై మాత్రం క్షారిటీ ఇచ్చారు. ఆయన చివ్విన్ క్షారిటీ ఇప్పుడు మూడు క్వెస్టన్స్ ను మరోసారి రేయజ్ చేసింది. ఇంతకీ కేసీఆర్ ఏమన్నారో వివరించాలి.. సీట్లలో చాలా మంది డిసీపీలు వస్తుంటారు.. పోతుంటారు. బట్ సీఎం లోకల్.. అన్నట్టుగా ఉంది కదా కేసీఆర్ గారు చెప్పిన డైలాగ్.. కేసీఆర్ చెప్పిన డైలాగ్ లో హైలేట్ పార్ట్ ఏంటంటే.. ఇది ఫస్ట్ ఆశ్చర్యంగా.. ఆ తర్వాత షాకింగ్ గా.. అంత కుమిలి పన్నీగా అనిపించింది. రాధాకిషన్ రావు ఎవరో సీఎంగా పనిచేసిన కేసీఆర్ కు తెలియదా? ఇదేలా సాధ్యం? అన్నలు అంతకుట్టని క్వెస్టన్ ఇది. ప్రశ్న అడిగిన జర్నలిస్ట్ నే రిపర్ట్ లో ప్రశ్నించారు కేసీఆర్.. ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసులో ఇరుక్కున్న రాధాకిషన్ రావు ఎవరో నిజంగా కేసీఆర్ తెలియదా? మరి తెలియకుండానే రిటైర్ అయిన రాధాకిషన్ రావును ఆపీయర్ ఆఫ్ సెక్షన్ దుబ్బాగా నియమించారా? తెలియకపోతే టాస్క్ ఫోర్స్ లో కీలక బాధ్యతలను ఎందుకు అప్పగించారు? ఇదంతా సీఎం హోదాలో ఉన్న మీకు తెలియకుండానే జరిగిందా? మరి ఈ ప్రశ్నలకు కేసీఆర్ సమాధానం చెప్పాలి. కానీ ఆయన మాత్రం వీటిపై నోరు మెదపరు. పోనీ ఎవరైనా కేసీఆర్ గారు రిపర్ట్ లో దాడి మొదలు పెడతారు. ఒక్కసారి రాధాకిషన్ రావు కన్ ఫెషన్ స్టేట్ మెంట్ ను చూద్దాం.. అందులో ఆయన క్షయ రికల్ గా చెప్పారు. కాన్వీనర్ కేసీఆర్ అనుగుణంగానే తన సెలక్షన్ జరిగింది. నన్ను సెలక్షన్ చేసిన తర్వాత SIB చీఫ్ గా ఉన్న ప్రభాకర్ రావు కూడా తనను సెలక్షన్ చేసేందుకు అంగీకరించారు. బీజేపీ ఎన్ సుప్రీమాకు తెలిసే ఇదంతా జరిగింది. ఇదీ ఆయన ఇచ్చిన స్టేట్ మెంట్ లో చెప్పిన అంశం. అది ఎవరి మాటలు నమ్మాలి? కేసీఆర్ మాటలు నమ్మాలా? రాధాకిషన్ రావు మాటలు నమ్మాలా? సమాధానం చెప్పలేదు.. సరే.. కానీ ఆ తర్వాత కూడా ఆయన



ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసుపై మాట్లాడారు. అది మరో హైలేట్.. ఇది దబాయంపుతో కూడిన అంగీకారం లా కనిపిస్తుంది. ఎందుకంటే ఇప్పుడు రేపంట్ రెడ్డి ప్రభుత్వం ట్యాపింగ్ చేయడం లేదా? అని ప్రశ్నిస్తున్నారనే కేసీఆర్.. అంటే ఇప్పుడు మీరు చేశారని చెప్పకనే చెబుతున్నట్టు ఉంది ఆయన స్టేట్ మెంట్.. అంతర్వేదిక దీన్ని నమ్మాలా మరో స్టేట్ మెంట్ కూడా ఇచ్చారు కేసీఆర్.. హోం సెక్యూరిటీ పర్యవేక్షణ తీసుకొని పోలీసులు ఫోన్ ట్యాపింగ్ చేస్తారు. చేసిన తర్వాత దానిని డిమాండ్ చేసే హక్కు కూడా పోలీసులకు

ఉంది. ఇది టెలిగ్రాఫ్ యాక్ట్ లోనే ఉంది. ఇవన్నీ కేసీఆర్ స్టేట్ మెంట్స్.. కేసీఆర్ మాట్లాడిన మాటలను బయటపెట్టే చూద్దాం.. ఫస్ట్ రాధాకిషన్ రావు ఎవరు? అన్నారు. తర్వాత ఫోన్ ట్యాపింగ్ నాకు ఏంటి సంబంధం అన్నారు. ఆ తర్వాత పోలీసులకు ఫోన్ ట్యాపింగ్ చేసే రైట్ ఉంది అంటున్నారు. అంటే ఫోన్ ట్యాపింగ్ చేశారేమో అంటూనే.. చేసే హక్కు ఉంది అంటున్నారు కేసీఆర్.. కేసీఆర్ నిజంగా పోలీసులు ఫోన్ ట్యాపింగ్ చేస్తారు. చేసిన తర్వాత దానిని డిమాండ్ చేసే హక్కు కూడా పోలీసులకు

మాములుగా క్షారిటీ ఇవ్వనప్పుడు రాజకీయ నేతలు చేసే పని మరింత కన్ఫ్యూజ్ చేయడం.. కేసీఆర్ ఈ ఠియరీని ఫాలో అవుతున్నాడు కాదు.. ఇంప్లిమెంట్ చేస్తున్నట్టు కనిపిస్తోంది. ప్రస్తుతం ఎన్నికల టైమ్ కాబట్టి.. ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసు ఎక్కువగా చర్చకు రావడం లేదు. వన్నె ఎలక్షన్ ముగిసిన తర్వాత ఈ పంచాయితీ మరింత పీక్స్ కు చేరడం ఖాయంగా కనిపిస్తోంది. మరి కేసీఆర్ ఇప్పుడు మాట్లాడిన మాటలనైనా గుర్తు పెట్టుకుంటారా? మళ్లీ తర్వాత నేనేపుడు అన్నాను అంటారా? అనేది చూడాలి.





# శిశువుకు మొదటిసారి స్నానం చేయించేటప్పుడు..

పుట్టిన తర్వాత బిడ్డకు మొదటిసారి స్నానం చేయించేటప్పుడు కొన్ని విషయాలు గుర్తుంచుకోవాలి. చాలా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

బిడ్డకు మొదటిసారి స్నానం చేయించేప్పుడు గుర్తుంచుకోవాల్సిన విషయాలు బిడ్డకు మొదటిసారి స్నానం చేయించేప్పుడు గుర్తుంచుకోవాల్సిన విషయాలు మాతృకృష్ణ గొప్పది.. కానీ బిడ్డ పుడితే తల్లిలు బాధ చిన్నది కాదు. చాలా ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటారు. చాలా మంది తల్లిలు మొదటిసారి తమ బిడ్డకు ఎలా స్నానం చేయించాలో తెలియక గంగారు పడతారు. నిజానికి ప్రెగ్నెన్సీ నుంచి ఆందోళన మొదలై మీకు బిడ్డ పుట్టాక రెట్టింపు అవుతుంది. శిశువు మొదటి స్నానం అందుకో ముఖ్యమైనది. ఇది శిశువు తల్లిదండ్రులకు కొత్త అనుభవాలను తెచ్చే ప్రత్యేక క్షణం. మొదటి స్నానం శిశువు జీవితంలో ఒక ముఖ్యమైన అంశం. గతంలో అమ్మమ్మలు పాపకు స్నానం చేయించేవారు. కానీ నేటి తల్లిదండ్రులు తమ బిడ్డకు స్నానం చేయించే విషయంలో భయపడుతున్నారు. మీ శిశువుకు సురక్షితమైన, ఆనందదాయకమైన స్నానం అనుభవాన్ని అందించడానికి గుర్తుంచుకోవలసిన కొన్ని విషయాలు ఉన్నాయి. శిశువు ఎక్కువగా ఆసుపత్రిలో పుడుతుంది. ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలు లేని శిశువులు సాధారణంగా పుట్టిన గంట లేదా రెండు గంటలలోనే ఆసుపత్రిలో స్నానం చేస్తారు. అనేక సంస్థలు గత కొన్ని సంవత్సరాలుగా శిశువు యొక్క మొదటి స్నానం సమయాన్ని విధానాలను వేరుగా చెబుతున్నాయి. బొద్దు తాడులో కొంత భాగం పడిపోయిన తర్వాత మాత్రమే శిశువుకు మొదటిసారి స్నానం చేయాలని చాలా మంది అంటున్నారు. ఇది సాధారణంగా పుట్టిన తర్వాత రెండు వారాలు పడుతుంది. అప్పటి వరకు మీరు స్నానంతో శిశువును తుడవవచ్చు. డైపర్ ప్రాంతం, ముఖం, మెడ, చేతులను సున్నితంగా శుభ్రం చేయవచ్చు. మరికొన్ని చిట్కాలు పాటించాలి. శిశువు మొదటి స్నానం కోసం కొద్దిగా వెచ్చని సౌకర్యవంతమైన వాతావరణాన్ని సిద్ధం చేయాలి. స్నానం చేసిన తర్వాత శిశువు చల్లగా ఉండకుండా గది వెచ్చగా ఉండేలా చూసుకోండి. డిమ్ లైట్లు, మంచి సంగీతాన్ని గదిలో వినిపించేలా చేయాలి. పాపతో మెల్లగా మాట్లాడి భద్రత కల్పించడం మంచిది. స్నానం చేసేటప్పుడు శిశువు మెడ, తలకు మద్దతు ఇవ్వడం చాలా ముఖ్యం. ఒక చేత్తో శిశువు తల, మెడకు సపోర్టు చేసి, మరో చేత్తో శరీరాన్ని మెల్లగా కడగాలి. తల, మెడను కొద్దిగా ఎత్తుగా ఉంచడం మంచిది. అనుకోకుండా కూడా చూసుకోవాలి నీటిలో మునిగిపోకుండా ఉండేందుకు ఇలా చేయాలి. మీ బిడ్డ సున్నితమైన చర్మాన్ని కలిగి ఉంటారు. సువాసన ఎక్కువగా లేని శిశువు నబ్బు, మృదువైన వస్త్రాలను ఉపయోగించండి. మృదువైన, శుభ్రమైన గుడ్డతో కళ్ళను సున్నితంగా తుడవాలి. ఆ తర్వాత ముఖం, మెడ, చేతులు శుభ్రం చేసుకోవాలి. ముఖం కింద, డైపర్ ప్రాంతంలో శుభ్రం చేసేటప్పుడు కొంచెం జాగ్రత్తగా ఉండండి. స్నానం చేసిన తర్వాత, చర్మం మృదువైన డైపర్ ప్రాంతాలను మృదువైన టవల్ తో తుడవండి. కావాలనుకుంటే, చర్మాన్ని తేమగా మార్చడానికి తేలికపాటి, హైపోఅలెర్జిక్ జేబీ లోషన్ లేదా సూనెను వర్తింపండి. శిశువుల చర్మం సున్నితంగా ఉంటుంది. రసాయనాలు లేదా సువాసనలతో కూడిన ఉత్పత్తులను నివారించండి. తల్లితో అందమైన బంధాన్ని ఏర్పరచుకోవడానికి జేబీ మొదటి స్నానం ఉత్తమ అవకాశం. స్నానం చేస్తున్నప్పుడు శిశువును కంటిలోకి చూస్తూ మృదు స్పర్శతో మాట్లాడండి. ఇది శిశువుకు భద్రత, బలాన్ని ఇస్తుంది. ఇది మీకు, మీ బిడ్డకు మధ్య బంధాన్ని బలోపేతం చేయడానికి కూడా సహాయపడుతుంది. సురక్షితమైన వాతావరణాన్ని నిర్ధారించడం, మీ బిడ్డను ప్రేమ, శ్రద్ధతో స్నానం చేయించడం ద్వారా మంచి క్షణాలను సృష్టించవచ్చు.



నెలన్నర రోజులుగా క్రికెట్ అభిమానులను ఉర్రూతలూగిస్తున్న ఇండియన్ ప్రీమియర్ లీగ్ (ఐపీఎల్17) కీలక దశకు చేరుకుంది. లీగ్ ఫైజిల్ ఏడు మ్యాచ్ లో మిగిలున్న ఈ టోర్నీలో ఇప్పటివరకు కోల్ కతా నైట్ రైడర్స్ (కేకేఆర్) మాత్రమే అధికారికంగా ఫ్లే ఆఫ్స్ బెర్తును ఖరారుచేసుకుంది. మిగిలిన మూడు స్థానాల కోసం ఏకంగా ఆరు జట్లు రేసులో ఉన్నాయి. నాకౌట్ దశకు చేరే ఆ మూడు జట్లు సర్వత్రా ఆసక్తి నెలకొంది.

# రేసు రసవత్తరం!

ఏడు మ్యాచ్ లు.. ఆరు జట్లు.. మూడు బెర్తులు..! ఐపీఎల్ 17లో సోమవారం కోల్ కతా నైట్ రైడర్స్ గుజరాత్ టైటాన్స్ (జేటీ) మ్యాచ్ రద్దు అయ్యేసరికి ఉన్న సమీకరణం. అహ్మదాబాద్ లో వర్షం కారణంగా కేకేఆర్ జేటీ మ్యాచ్ రద్దవడంతో ఫ్లే ఆఫ్స్ రేసు నుంచి గుజరాత్ అధికారికంగా నిష్క్రమించిన రాజస్థాన్, చెన్నై, హైదరాబాద్, బెంగళూరు, ఢిల్లీ, లక్నో ఇంకా పోటీలోనే ఉన్నాయి. మరి టాప్ 4లో నిలవాలంటే ఏ జట్టుకు అవకాశాలున్నాయి..? అరింటిలో ఫ్లే ఆఫ్స్ వెళ్లే ఆ మూడు జట్లు ఏవి..? రాజస్థాన్ రాయల్స్.. సీజన్ ఆరంభంలో వరుస విజయాలతో అందరి కంటే ముందే ఫ్లే ఆఫ్స్ బెర్తు దక్కించుకుంటుందనుకున్న రాజస్థాన్ రెండో దశ నుంచి తడబడుతోంది. అయినా పాయింట్ల పట్టికలో 16 పాయింట్లతో ఆ జట్టు రెండో స్థానంలో ఉంది. నెల్ రన్ రేట్ (+0.349) కూడా మెరుగనే ఉంది. శాంసన్ సేనకు మరో రెండు మ్యాచ్ లు మిగిలున్నాయి.

నేడు (మంగళవారం) ఢిల్లీ లక్నో మధ్య జరిగే మ్యాచ్ లో ఢిల్లీ గెలిస్తే రాజస్థాన్ బెర్తును ఖాయం చేసుకున్నట్లే. ఒకవేళ లక్నో గెలిచినా రాయల్స్ తర్వాతి రెండు మ్యాచ్ లలో ఒకటి నెగ్గితే ఆ జట్టు నాకౌట్ దశకు చేరుతుంది. చెన్నై సూపర్ కింగ్స్.. రెండోజూల క్రికెట్ రాజస్థాన్ తో మ్యాచ్ గెలవడం చెన్నై ఆశలను సజీవంగా ఉంచింది. ఏడు విజయాల 14 పాయింట్లతో మూడో స్థానంలో ఉన్న సీఎస్ఆర్.. +0.528 రన్ రేట్ తో మెరుగైన స్థానంలోనే ఉంది. ఆ జట్టు చివరి లీగ్ మ్యాచ్ ను ఈనెల 18న బెంగళూరుతో ఆడాలి ఉంది. ఈ పోరులో నెగ్గితే సీఎస్ఆర్ ఖాతాలో 16 పాయింట్లు చేరతాయి. ఒకవేళ ఓడినా హైదరాబాద్, లక్నో జట్లు తమ తదుపరి మ్యాచ్ లలో ఓడితే ఫ్లే ఆఫ్స్ చేరే అవకాశం ముందుంది. నన్నై హైదరాబాద్.. నన్నై లో లక్నోపై భారీ విజయం హైదరాబాద్ కు కలిసొచ్చింది. ఎన్ఆర్ హెచ్ ఖాతాలో 14

పాయింట్లు ఉండగా ఆ జట్టు మరో 2 మ్యాచ్ లు ఆడాలి ఉంది. ఈ రెండింటిలో ఒక్కటి గెలిచినా హైదరాబాద్ టాప్ 4లో నిలుస్తుంది. రెండూ గెలిస్తే టాప్ 2కు వెళ్లే అవకాశం లేకపోలేదు. అలాకాకుండా రెండు మ్యాచ్ లలో ఓడితే మాత్రం చెన్నై, బెంగళూరు (సీఎస్ఆర్ పై గెలిస్తే), లక్నో, ఎన్ఆర్ హెచ్ అధిగమించే ప్రమాదమూ పొందింది. రాయల్ వాలెంజర్స్ బెంగళూరు.. ఈ సీజన్ తొలి దశలో వరుసగా ఆరు మ్యాచ్ లు ఓడి అసలు అందరికంటే ముందే బిస్కెట్ సర్వే స్పందనుకున్న ఆర్సీబీ అనుభూతిగా ఫ్లే ఆఫ్స్ రేసులోకి దూసుకురావడం ఆశ్చర్యమే. వరుసగా ఐదు విజయాలతో 12 పాయింట్లు ఖాతాలో ఉన్న బెంగళూరు.. 18న సొంతగడ్డపై చెన్నైని ఢిల్లీ తో ఆడాలి ఉంది. ఈ మ్యాచ్ లో బెంగళూరు మొదట బ్యాటింగ్ చేస్తే చెన్నైని 18 పరుగుల తేడాతో ఓడించాలి. ఒకవేళ ఛేదకు దిగాల్సి వస్తే లక్నోపై 18.1 ఓవర్ లో పూర్తి చేయాలి ఉంటుంది. అప్పుడు మెరుగైన రన్ రేట్ తో ఆర్సీబీ సైతం ఫ్లే ఆఫ్స్ రేసులోకి వస్తుంది.

అయితే అంతకంటే ముందే.. హైదరాబాద్, లక్నో తాము తర్వాత ఆడబోయే మ్యాచ్ లలో గెలిస్తే బెంగళూరుకు మరోసారి వామహస్యమే. ఢిల్లీ కాపిటల్స్.. బెంగళూరు చేతిలో ఓటమి ఢిల్లీని దారుణంగా దెబ్బతీసింది. అనధికారికంగా ఆ జట్టు టాప్ 4 రేసులో లేకున్నా.. లక్నోతో మ్యాచ్ గెలిచి లక్నో, హైదరాబాద్ తమ మిగిలిన మ్యాచ్ లలో ఓడితే అప్పుడు ఢిల్లీకి అవకాశం ముందుంది. లక్నో సూపర్ జెయింట్స్.. హైదరాబాద్ తో పరజయం లక్నో ఫ్లే ఆఫ్స్ అవకాశాలను అధికం చేసింది. పాయింట్ల పట్టికలో ఏడో స్థానం (12 పాయింట్లు)లో ఉన్న రాజస్థాన్ సేన.. మరో రెండు మ్యాచ్ లలో గెలిస్తే 16 పాయింట్లు చేరుతుంది. అది కూడా భారీ తేడాతో గెలిచి నెట్ రన్ రేట్ (ప్రస్తుతం 0.769) మెరుగుపరచుకోవాలి. అదే సమయంలో హైదరాబాద్, చెన్నై, ఢిల్లీ మ్యాచ్ లలో పరాభవాలు ఎదుర్కుంటే లక్నోకు ఛాన్స్ ఉంటుంది.



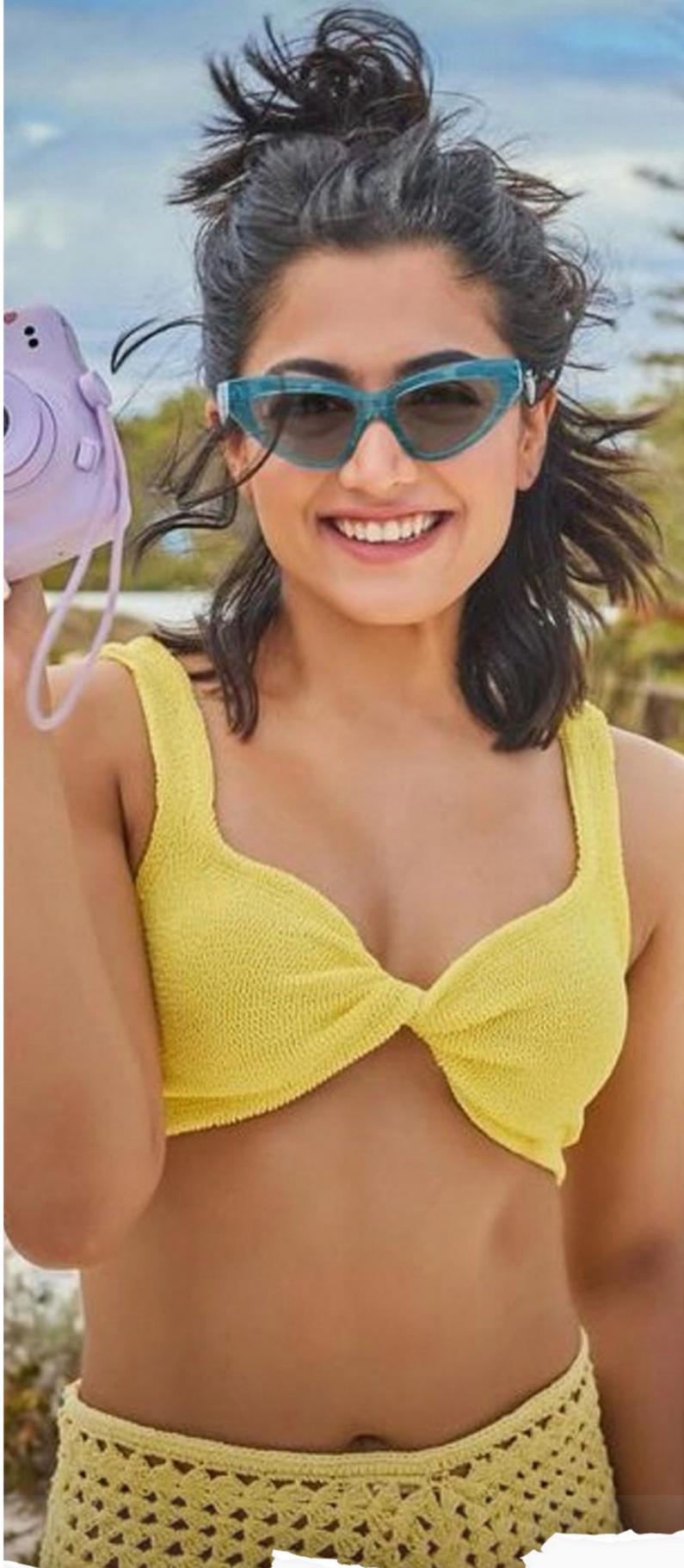
# ఖాళీ కడుపుతో ఈ 5 ఆహారాలు తినకండి..

ఉదయంపూట మనం తీసుకునే ఆహారం మంచిది ఉండాలి. లేదంటే ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయి. ఖాళీ కడుపుతో తీసుకోకూడని కొన్ని ఆహారాలు ఉన్నాయి. పొద్దున్నే నిద్ర లేచినానే పళ్లు తోముకున్న వెంటనే ఏదైనా తినాలనే కోరిక కలుగుతుంది. దీని తర్వాత చాలా మంది టీ లేదా కాఫీ తాగుతారు. కానీ ఈ పద్ధతి చాలా తప్పు. ఎందుకంటే ఇది పొట్టలో ఎసిడిటీని పెంచుతుంది. ఇది అనేక కడుపు సంబంధిత సమస్యలకు కలిగిస్తుంది. జీర్ణం కావడానికి చాలా సమయం పడుతుంది. ఇది కాలేయంపై చెడు ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. నిజానికి రాత్రిపూట ప్రశాంతంగా నిద్రపోతున్నప్పుడు మన పొట్టలో హైడ్రోక్లోరిక్ యాసిడ్ పరిమాణం పెరుగుతుంది. అయితే ఎసిడిక్ ఫుడ్స్ తింటే పొట్టలో యాసిడ్ పరిమాణం పెరుగుతుంది. దీని వల్ల మన శరీరంలో అనేక రకాల అనారోగ్యాలు వస్తాయి. అందుకే పొట్ట సమస్యలు రాకుండా

ఉండాలంటే ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో తినకూడని ఆహారాలు ఏమిటో తెలుసుకోవాలి. మీరు దీని గురించి కచ్చితంగా తెలుసుకోవాలి. చాలా మంది ఉదయం పూట ముందుగా పండ్ల రసాన్ని తాగుతారు. ఇది చాలా తప్పు మార్గం. ఉదయాన్నే పండ్ల రసం లేదా స్వీట్లు తినడం వల్ల కడుపులో యాసిడ్ ఉత్పత్తి పెరుగుతుంది. ఈ సమస్య పొట్టికడుపు నొప్పి, అదనపు గ్యాస్ కలిగిస్తుంది. దీన్ని తీసుకోవడం వల్ల కాలేయం, ప్యాంక్రియాస్ పై భారం పెరుగుతుంది. సుదీర్ఘ రాత్రి విశ్రాంతి తర్వాత, ప్యాంక్రియాస్ ఉదయం పని చేయడం ప్రారంభిస్తుంది. ఉదయం తిప్పి పానీయాలు తాగడం వల్ల దాని భారం పెరుగుతుంది. ఇది దాని పనితీరును ప్రభావితం చేస్తుంది. అందుకే ఉదయం పూట ముందుగా స్వీట్లు లేదా ఫ్రూట్స్ చేసిన ఆహారాలు తినకూడదు. ఇవన్నీ కాలేయంపై అదనపు భారాన్ని మోపుతాయి. ఉదయం పూట నీటిని తాగండి. చాలా మంది టీ లేదా కాఫీతో తమ రోజును ప్రారంభిస్తారు. కానీ టీ, కాఫీ వంటివి ఉదయం పూట ఖాళీ కడుపుతో తీసుకోకూడదు. కాఫీలో కెఫిన్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది కడుపులో హైడ్రోక్లోరిక్ యాసిడ్ యూనిట్ పెంచుతుంది. ఎందుకంటే ఉదయం పూట కడుపులో హైడ్రోక్లోరిక్ యాసిడ్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. అందుకే కాఫీ తాగిన తర్వాత దాని పరిమాణం మరింత పెరగదు. ఇది కడుపు నొప్పిని కలిగిస్తుంది. రోజంతా కడుపు బరువుగా, ఉబ్బింపు అనిపిస్తుంది. ఇది అసిడిట్, పొట్టికడుపు ఎక్కువ పనిని ఇస్తుంది. టీలో తక్కువ మొత్తంలో కెఫిన్, టానిక్లు ఉంటాయి. ఇది కడుపులో గ్యాస్ కు కారణమవుతుంది. నిట్రన్ పండ్లలో ఆమ్లత్వం కలిగిన విటమిన్ సి ఉంటుంది. వీటిలో నిమ్మకాయలు, నారింజ, డ్రాక్షఫండ్లు మొదలైనవి ఉన్నాయి. ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో ఆరింట్ తింటే, కడుపులో ఎక్కువ యాసిడ్ ఉత్పత్తి అవుతుంది. దీనివల్ల కడుపు ఉబ్బరం, కడుపు ఉబ్బరం ఏర్పడుతుంది. పండ్లను ఉదయాన్నే ఎక్కువగా తినడం వల్ల

రోజంతా ఆకలిగా అనిపించుకుండా ఉంటుంది. ఎందుకంటే వాటిలో పైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. మరోవైపు, గ్యాస్, అజీర్ణం కారణంగా రోజంతా తీవ్రమవుతుంది. ఉదయం పూట ఖాళీ కడుపుతో స్నెస్ ఫుడ్ తినడం వల్ల పొట్టలో ఎక్కువ యాసిడ్ ఉత్పత్తి అవుతుంది. స్నెస్ ఫుడ్ లోని యాసిడ్ పేగులపై గీతలు పడటం ప్రారంభిస్తుంది. ఇది కాలేయం, మూత్రపిండాలపై కూడా ప్రభావం చూపుతుంది. దీనితో పాటు స్నెస్ ఫుడ్స్ కూడా ఎసిడిటీని పెంచుతాయి. ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో టమోటాలు తినవద్దు. టమోటాలు కూడా ఆమ్లంగా ఉంటాయి. టోమాటోలో ఉండే సీరంత్ ఆల్కలీక్ యాసిడ్, టమోటాలలో 10 కంటే ఎక్కువ ఆమ్లాలు కనిపిస్తాయి. వీటిలో నిట్రిక్ యాసిడ్, మాలిక్ యాసిడ్ ఎక్కువగా ఉంటాయి. అందుకే ఖాళీ కడుపుతో టోమాటోలు తింటే పొట్టలో ఆమ్లం పెరుగుతుంది. ఉదయం నిద్ర లేచానే ముందుగా నీళ్లు తాగాలి. అప్పుడు ఏదైనా తినండి.

మూవీభేరి



తారా దిగి వచ్చిందా..?

చలో, గీతగోవిందం సినిమాలతో తెలుగు ప్రేక్షకులకు దగ్గరైంది కన్నడ సోయగం రష్మిక మందన్నా. ఈ నేషనల్ క్రాష్ సోషల్ మీడియాలో ఏదైనా పోస్ట్ పెట్టడంబట్టి చాలు కామెంట్స్, లైక్స్ వర్షంలా కురుస్తుంటాయి. ఈ భాష తాజాగా Travel+Leisure ట్రావెల్ మ్యాగజైన్ కోసం ఫోటోషూట్ లో పాల్గొన్నది. మీగన్ కాన్వెన్షియో డిజైన్ చేసిన కాన్వెన్షియోలో హోయలు పోయింది.

యానిమల్ బాక్సాఫీస్ వద్ద భాక్ ఐస్టర్ హిట్ గా నిలిచింది. రష్మిక ఇప్పటికే ఇదే మ్యాగజైన్ కోసం అనైటా ఫ్రాన్స్ డిజైనింగ్ బ్లాక్ బికినీ వేర్ లో బీచ్ లో హాట్ హాట్ ఫోజులిచ్చిందని తెలిసిందే. రష్మిక తన టీతో కలిసి అబుదాబిలోని సెయింట్ రెజినా సాడియట్ ఐలాండ్ బీచ్ కు వెళ్లగా.. ఈ ఫోటోలు సోషల్ మీడియాను షేక్ చేస్తున్నాయి. రష్మిక ప్రస్తుతం అల్లు అర్జున్ కు మార్ కాంటినెంట్ లో షూటింగు కొనసాగింపుగా వస్తున్న షూటింగు ది రూల్ సినిమాలో నటిస్తోంది. దీంతోపాటు రాహుల్ రవీంద్రన్ డైరెక్ట్ చేస్తున్న ది గర్ల్ ఫ్రెండ్ చిత్రంలో నటిస్తోంది. ఇటీవలే మురుగదాస్, నల్సాన్ ఖాన్ కాంటినెంట్ లో రాబోతున్న సికిందర్ లో ఫీ మేల్ లీడ్ రోల్ లో నటించేందుకు గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చినట్లు ఓ అవ్వడం కూడా వచ్చింది.



ఓటింగ్ లో తారలు..

సోమవారం జరిగిన తెలంగాణ లోక్ సభ ఎన్నికల్లో పలువురు సినీ ప్రముఖులు తమ ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. మెగాస్టార్ చిరంజీవి తన భార్య సురేఖ, కుమార్తెతో కలిసి జూబ్లీహిల్స్ క్రేజ్ పోలింగ్ కేంద్రంలో ఓటు వేశారు. అగ్ర దర్శకుడు రాజుమాల్.. భార్య రమా రాజుమాల్, కుమారుడు కార్తికేయతో కలిసి షేక్ సెటల్లో ఓటు హక్కు వినియోగించుకున్నారు. 'దుబాయ్ నుంచి హైదరాబాద్ చేరుకొని నేరుగా పోలింగ్ కేంద్రానికి వచ్చి ఓటు వేశాను' అని రాజుమాల్ ట్వీట్ చేశారు. 'వీరితోపాటు అగ్ర హీరోలు మోహన్ బాబు, మహేష్ బాబు, విశ్వ అర్జున్, అల్లు అర్జున్, రామ్ చరణ్, మంచు విష్ణు, నాగవైభవ్, కల్యాణ్ రామ్ హైదరాబాద్ లోని జూబ్లీహిల్స్ పోలింగ్ కేంద్రాల్లో ఓటు వేశారు. ప్రజాస్వామ్య స్ఫూర్తిని వాడుతూ ప్రతి ఒక్కరూ విధిగా తమ ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవాలని తారలందరూ సోషల్ మీడియా వేదికగా సందేశాలను అందించారు. సీనియర్ నటుడు కోట శ్రీనివాసరావు జూబ్లీ హిల్స్ లో తన ఓటు హక్కు వినియోగించుకున్నారు. వృద్ధాప్యం కారణంగా నడవలేని స్థితిలో ఉన్న ప్రతికేర్ టేకర్ సాయంతో పోలింగ్ కేంద్రానికి వచ్చిన కోట శ్రీనివాసరావు ఓటేసి.. ఓటు ప్రాధాన్యతను తెలియజేశారు. మరోవైపు సందమూరి కల్యాణ్ రామ్, సందీప్ కిషన్, అది సాయికుమార్, అనన్య నాగల్, అల్లు శిరీష్, కిరణ్ అబ్బు రవరం, మంచు మోహన్ బాబు, మనోజ్, విష్ణు, అక్కినేని నాగవైభవ్ తమ ఓటు హక్కు వినియోగించుకున్నారు.



ప్రచారానికి సిద్ధం!

కల్పి 2898 ఏడీ

ప్రభాస్ కథానాయకుడిగా నాగ్ అశ్విన్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిస్తున్న సైన్స్ ఫిక్షన్ చిత్రం 'కల్పి 2898 ఏడీ' నిర్మాణ దశ నుంచే పాస్ ఇండియా స్టూడియోస్ ఆన క్రియేటింగ్ చేస్తున్నది. భారతీయ పౌరాణిక ఇతిహాసాల స్ఫూర్తితో ఘోషానాథ్ సైన్స్ ఫిక్షన్ కథాంశంతో ఈ చిత్రాన్ని రూపొందిస్తున్నారు. అమితాబ్ బచ్చన్, కమల్ హాసన్, దీపికా పదుకొణ్ణి వంటి అగ్ర తారలు ఈ సినిమాలో భాగం కావడంతో దేశ వ్యాప్తంగా క్రేజ్ ఏర్పడింది. ఈ చిత్రాన్ని జూన్ 27న విడుదల చేయబోతున్న విషయం తెలిసిందే. ఇప్పటికే విడుదలైన ప్రచార చిత్రాలకు అద్భుతమైన స్పందన లభించింది. మహాభారత కాలంలో మొదలయ్యే ఈ కథ దాదాపు ఆరువేల సంవత్సరాల వ్యవధిలో నడుస్తుంది. విడుదల తేదీ దగ్గరపడుతుండటంతో ఈ సినిమా ప్రమోషన్ ను విస్తారం చేసినట్లు తెలిసింది. మైదాలజీ, సైన్స్ అంశాల కలబోతగా పాస్ వరల్డ్ కథాంశం కావడంతో ప్రేక్షకులందరికీ సినిమా రీవ్ అయ్యేలా భారీ స్టూడియో ప్రచారం చేయబోతున్నారని సమాచారం. వైజయంతీ మూవీస్ పతాకంపై ని.అశ్వనీధర్ ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు.

