దైనిక్ జనం వాయిస్
తెలుగు దినపత్రిక
RNI NO:TGTEL/26/A0383
WWW.JANAMVOICE.COM

సంపాదకీయం

ఆఫ్‌లైన్ జీవితం సాధ్యమేనా?

ఇంటర్నెట్ లేకుండా ఒక రోజు నిజంగా సాధ్యమేనా?
సౌకర్యంగా మొదలైన సాంకేతికత ఇప్పుడు అవసరంగా మారిందా?
డిజిటల్ ప్రపంచంపై పెరుగుతున్న ఆధారపడటం కొత్త ప్రశ్నలు లేవనెత్తుతోందా?
మనిషి జీవితం ఇంటర్నెట్ చుట్టూనే తిరుగుతోందా?

జనం వాయిస్, డెస్క్, మే 21:

ఒకప్పుడు ఇంటర్నెట్ అంటే ప్రత్యేక అవసరం. ఇప్పుడు అది జీవనశైలిలో భాగమైపోయింది. ఉదయం కళ్లుతెరిచిన దగ్గర నుంచి రాత్రి నిద్రపోయే వరకు మన జీవితంలోని దాదాపు ప్రతి పని ఇంటర్నెట్‌తో ముడిపడి ఉంది. సమాచారం తెలుసుకోవడం, పని చేయడం, చదువు, కొనుగోళ్లు, చెల్లింపులు, వినోదం, సంభాషణలు ఇలా అన్నీ డిజిటల్ ప్రపంచంలోకి చేరిపోయాయి. ప్రపంచ జనాభాలో సుమారు 74 శాతం మంది ఇప్పుడు ఇంటర్నెట్ వినియోగిస్తున్నారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా దాదాపు 600 కోట్ల మంది ఆన్‌లైన్‌లో ఉన్నారని తాజా గణాంకాలు చెబుతున్నాయి. కొన్ని సంవత్సరాల క్రితం వరకు ఇంట్లో ఇంటర్నెట్ లేకపోయినా పెద్ద సమస్యగా భావించేవారు కాదు. కానీ ఇప్పుడు కొన్ని గంటల పాటు సేవలు నిలిచిపోయినా అసౌకర్యం మొదలవుతోంది. చాలా మందికి మొబైల్ డేటా పనిచేయకపోతే అసహనం పెరుగుతోంది. ఇది కేవలం అలవాటు కాదు, జీవన విధానంలో వచ్చిన భారీ మార్పుకు సంకేతంగా కనిపిస్తోంది.

ప్రస్తుతం యువతలో ఎక్కువ భాగం డిజిటల్ ప్రపంచంలోనే ఎక్కువ సమయం గడుపుతోంది. రోజువారీ సంభాషణలు కూడా క్రమంగా ప్రత్యక్షంగా కాకుండా తెరల మీదకు మారుతున్నాయి. పరిశోధనల ప్రకారం చాలామంది యువత ఇంటర్నెట్ లేకుండా ఉంటే ఆందోళనకు గురవుతున్నారని నివేదికలు చెబుతున్నాయి. సాంకేతికతపై ఆధారపడటం క్రమంగా మానసిక ప్రభావాలను కూడా కలిగిస్తోందనే ఆందోళనలు పెరుగుతున్నాయి. తాజా అధ్యయనాల ప్రకారం ప్రపంచంలో చాలా

మంది వినియోగదారులు దాదాపు రోజంతా ఆన్‌లైన్‌లోనే ఉంటున్నారు. కొన్ని సర్వేలు పెద్ద సంఖ్యలో ప్రజలు "ఎప్పుడూ ఇంటర్నెట్‌లోనే ఉంటాం" అని పేర్కొన్నాయి. ముఖ్యంగా యువతలో ఈ ధోరణి మరింత వేగంగా పెరుగుతోందని అధ్యయనాలు వెల్లడించాయి.

ఇంటర్నెట్ మనకు ఎన్నో సౌకర్యాలు అందించింది అనడంలో సందేహం లేదు. ఒకప్పుడు గంటలు పట్టే పనులు ఇప్పుడు నిమిషాల్లో పూర్తవుతున్నాయి. బ్యాంకింగ్ నుంచి విద్య వరకు, ఉద్యోగాల నుంచి వైద్య సేవల వరకు ప్రతిదీ అందుబాటులోకి వచ్చింది. గ్రామీణ ప్రాంతాలకు కూడా కొత్త అవకాశాల తలుపులు తెరిచింది. డిజిటల్ మార్పు అభివృద్ధికి పెద్ద వేదికగా నిలిచింది. కానీ మరోవైపు ఈ సౌకర్యమే ఆధారపడటంగా మారుతుందా అన్న ప్రశ్న కూడా ఎదురవుతోంది. కొందరు రోజు మొత్తం ఎన్ని గంటలు తెర ముందు గడుపుతున్నారో కూడా గుర్తించలేని పరిస్థితి కనిపిస్తోంది. అధిక వినియోగం నిద్ర సమస్యలు, ఒత్తిడి, ఏకాగ్రత లోపాలకు దారితీస్తోందని పలు అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి.

ఇటీవల ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఇంటర్నెట్ సేవలు నిలిచిపోయిన సంఘటనలు కూడా చర్చనీయాంశమయ్యాయి. కొన్ని ప్రాంతాల్లో ఇంటర్నెట్ అంతరాయం కలిగితే విద్య, వ్యాపారం, రవాణా, సమాచార వ్యవస్థలు వెంటనే ప్రభావితమవుతున్నాయి. 2025లో ప్రపంచవ్యాప్తంగా రికార్డు స్థాయిలో ఇంటర్నెట్ నిలిపివేతలు నమోదయ్యాయని నివేదికలు పేర్కొన్నాయి. ఇప్పుడు ప్రశ్న ఒక్కటే. నిజంగా ఒక రోజు ఇంటర్నెట్ లేకుండా గడపగలమా? సమాధానం వ్యక్తులవారీగా మారవచ్చు. కానీ ప్రయత్నిస్తే సాధ్యమేనని కొందరు చెబుతారు. కుటుంబంతో సమయం గడపడం, పుస్తకాలు చదవడం, బయటకు వెళ్లడం, ప్రత్యక్ష సంభాషణలు పెంచుకోవడం వంటి మార్గాలు ఇప్పటికీ మన చుట్టూనే ఉన్నాయి.

సాంకేతికతను పూర్తిగా దూరం చేయడం సాధ్యం కాదు. అవసరం కూడా కాదు. సమస్య సాంకేతికతలో లేదు. దాన్ని ఎలా ఉపయోగిస్తున్నామన్నదే అసలు విషయం. మనం ఇంటర్నెట్‌ను నియంత్రిస్తున్నామా, లేక ఇంటర్నెట్ మన సమయాన్ని నియంత్రిస్తోందా అనే ప్రశ్న ప్రతి ఒక్కరూ తమను తాము అడగాల్సిన అవసరం ఉంది. ఇంటర్నెట్ లేకుండా ఒక రోజు గడపడం కష్టమై ఉండొచ్చు. కానీ అది అసాధ్యం కాదు. అసలు పరీక్ష ఇంటర్నెట్ లేకపోవడంలో కాదు, మన అలవాట్లపై మనకున్న నియంత్రణలో ఉంది. సాంకేతికత మనిషి జీవితాన్ని సులభం చేయాలి కానీ పూర్తిగా తన చుట్టూ తిప్పుకునేలా చేయకూడదు. భవిష్యత్తులో డిజిటల్ ప్రపంచం మరింత విస్తరించే అవకాశం ఉన్న నేపథ్యంలో సమతుల్యత నేర్చుకోవడం ఇప్పుడు అత్యంత అవసరంగా కనిపిస్తోంది.

జీవ వైవిధ్యాన్ని కాపాడుదాం

భూమి భవిష్యత్తును రక్షిద్దాం.
జీవరాశుల సమతుల్యతే ప్రకృతి బలానికి ఆధారం.
ఆధునిక జీవనశైలి కారణంగా పెరుగుతున్న ముప్పులు.
జీవ వైవిధ్య పరిరక్షణలో ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత అవసరం.

మే 22న ప్రపంచ జీవ వైవిధ్య దినోత్సవం

జనం వాయిస్, డెస్క్, మే 21:

ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రతి సంవత్సరం మే 22న ప్రపంచ జీవ వైవిధ్య దినోత్సవాన్ని నిర్వహిస్తారు. భూమిపై ఉన్న జీవరాశుల విలువను గుర్తుచేస్తూ వాటి పరిరక్షణపై ప్రజల్లో అవగాహన కల్పించడం ఈ దినోత్సవం ప్రధాన ఉద్దేశం. మనిషి జీవితం ప్రకృతితో ముడిపడి ఉంటుంది. ప్రకృతిలోని ప్రతి జీవి తనకంటూ ప్రత్యేక స్థానం కలిగి ఉంటుంది. ఆ సమతుల్యత దెబ్బతింటే జీవ వ్యవస్థ మొత్తం ప్రభావితమవుతుంది. జీవ వైవిధ్యం అంటే కేవలం అడవులు, పక్షులు, జంతువులు మాత్రమే కాదు. మన చుట్టూ కనిపించే ప్రతి మొక్క, చెట్టు, పురుగు, చేప, సూక్ష్మజీవి కూడా జీవ వైవిధ్యంలో భాగమే. ప్రకృతి వ్యవస్థలో ఇవన్నీ పరస్పరం అనుసంధానమై ఉంటాయి. ఒక్క జీవి అంతరించినా దాని ప్రభావం మరో జీవిపై పడుతుంది. ఇలా జీవ చక్రం ఒక గొలుసు మాదిరిగా పనిచేస్తుంది.

ప్రపంచవ్యాప్తంగా లక్షలాది రకాల జీవరాశులు ఉన్నాయి. వాటిలో కొన్ని మాత్రమే మనకు తెలిసినవి. ఇంకా అనేక జీవులు పరిశోధకులకు పూర్తిగా తెలియకుండానే ఉన్నాయి. సముద్ర గర్భంలో, అరణ్యాల్లో, పర్వత ప్రాంతాల్లో ఎన్నో కొత్త జీవరాశులు ఇప్పటికీ గుర్తింపు కోసం ఎదురుచూస్తున్నాయి. ప్రతి జీవి ప్రకృతి సమతుల్యతలో తన పాత్రను పోషిస్తోంది. మనిషి అభివృద్ధి పేరుతో ప్రకృతిపై పెరుగుతున్న ఒత్తిడి జీవ వైవిధ్యానికి పెద్ద ముప్పుగా మారింది. అడవుల నరికివేత, పరిశ్రమల విస్తరణ, పట్టణీకరణ, రహదారుల నిర్మాణం వంటి చర్యల కారణంగా అనేక జీవుల నివాస ప్రాంతాలు నాశనమవుతున్నాయి. ఫలితంగా కొన్ని జాతులు అంతరించే పరిస్థితికి చేరుకుంటున్నాయి.

వాతావరణ మార్పులు కూడా జీవ వైవిధ్యంపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతున్నాయి. ఉష్ణోగ్రతలు పెరగడం, అసమాన వర్షపాతం, వరదలు, కరువులు వంటి పరిస్థితులు జీవ వ్యవస్థలను దెబ్బతీస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా కొన్ని ప్రాంతాల్లో జీవించే ప్రత్యేక జాతులు వాతావరణ మార్పులను తట్టుకోలేక కనుమరుగయ్యే ప్రమాదం ఉందని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. జీవ వైవిధ్యం తగ్గిపోవడం కేవలం జంతువుల సమస్య మాత్రమే కాదు. అది మనిషి జీవితంపైనా ప్రభావం చూపుతుంది. మన ఆహారం, ఔషధాలు, వ్యవసాయం, నీటి వనరులు, పరిశ్రమలు కూడా జీవ వైవిధ్యంపైనే ఆధారపడి ఉంటాయి. తేనెటీగలు వంటి చిన్న జీవులు లేకపోతే పంటల పరాగసంపర్కం కూడా దెబ్బతింటుంది.

అనేక అరుదైన జాతులు ఇప్పటికే అంతరించిపోయాయి. కొన్ని పక్షులు, జంతువులు, మొక్కలు ఇప్పుడు కేవలం పుస్తకాలలో మాత్రమే కనిపిస్తున్నాయి. ఈ పరిస్థితి కొనసాగితే భవిష్యత్తులో మరిన్ని జీవరాశులు కనుమరుగయ్యే ప్రమాదం ఉంది. ఇది భూమి సహజ సమతుల్యతను దెబ్బతీయవచ్చు. జీవ వైవిధ్య పరిరక్షణ కోసం ప్రపంచ దేశాలు పలు కార్యక్రమాలు చేపడుతున్నాయి. వన్యప్రాణి సంరక్షణ కేంద్రాలు, జీవ వైవిధ్య పార్కులు, ప్రత్యేక చట్టాలు అమలు చేస్తున్నారు. పర్యావరణ పరిరక్షణకు సంబంధించిన అంతర్జాతీయ ఒప్పందాలు కూడా కొనసాగుతున్నాయి. ప్రకృతి వనరులను సంరక్షించేందుకు ప్రభుత్వాలు చర్యలు తీసుకుంటున్నాయి.

భారతదేశం జీవ వైవిధ్యంలో ప్రపంచంలోనే ప్రత్యేక స్థానం కలిగిన దేశంగా గుర్తింపు పొందింది. హిమాలయ ప్రాంతాల నుంచి పశ్చిమ కనుమల వరకు అనేక రకాల జీవరాశులు ఇక్కడ కనిపిస్తాయి. పులులు, ఏనుగులు, అరుదైన పక్షులు, ఔషధ మొక్కలు భారతదేశ ప్రకృతి సంపదకు ప్రతీకలు. వాటిని సంరక్షించడం మన అందరి బాధ్యతగా నిపుణులు చెబుతున్నారు. జీవ వైవిధ్యాన్ని కాపాడటంలో ప్రతి వ్యక్తి పాత్ర చాలా ముఖ్యమైనది. చెట్లు నాటడం, ప్లాస్టిక్ వినియోగాన్ని తగ్గించడం, నీటి వనరులను కాపాడడం, అడవులను రక్షించడం వంటి చిన్న చర్యలు కూడా పెద్ద మార్పుకు దారితీస్తాయి. జీవ వైవిధ్య పరిరక్షణ అంటే ప్రకృతిని ప్రేమించడం మాత్రమే కాదు, భవిష్యత్తు తరాలకు ఆరోగ్యకరమైన భూమిని అందించడం కూడా అంతే ముఖ్యమని పర్యావరణవేత్తలు చెబుతున్నారు.

ప్రత్యేక గుర్తింపుగా గోత్ సంస్కృతి

యువతలో పెరుగుతున్న ఆసక్తి.
సంగీతం, ఫ్యాషన్, కళల సమ్మేళనమే గోత్ సంస్కృతి.
ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రత్యేక శైలిగా గోత్ జీవన విధానం.
స్వేచ్ఛాయుత భావాలకు ప్రతీకగా మారిన గోత్ కమ్యూనిటీ.

జనం వాయిస్, డెస్క్, మే 21:

ప్రతి సంవత్సరం మే 22న ప్రపంచ గోత్ దినోత్సవాన్ని జరుపుకుంటారు. గోత్ సంస్కృతి, సంగీతం, ఫ్యాషన్, కళాత్మక అభిరుచులను ప్రపంచానికి పరిచయం చేయడం ఈ దినోత్సవం ప్రధాన లక్ష్యం. ప్రపంచవ్యాప్తంగా గోత్ కమ్యూనిటీలు ఈ రోజును ప్రత్యేక కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తూ జరుపుకుంటాయి. తమ ప్రత్యేక గుర్తింపును, ఆలోచనా విధానాన్ని ప్రదర్శించుకునే అవకాశంగా ఈ రోజును భావిస్తారు. గోత్ సంస్కృతికి మూలాలు ప్రధానంగా సంగీత రంగంలో కనిపిస్తాయి. ఇరవయ్యవ శతాబ్దం చివర్లో కొన్ని ప్రత్యేక సంగీత శైలుల నుంచి ఈ సంస్కృతి రూపుదిద్దుకుంది. ఆ తర్వాత అది క్రమంగా ఒక జీవన విధానంగా, ప్రత్యేక ఫ్యాషన్ ధోరణిగా అభివృద్ధి చెందింది. ప్రస్తుతం గోత్ అనేది కేవలం సంగీతంతో పరిమితం కాకుండా ఒక ప్రత్యేక సామాజిక గుర్తింపుగా మారింది.

గోత్ సంస్కృతిలో దుస్తులు ప్రత్యేక ఆకర్షణగా ఉంటాయి. నలుపు రంగు దుస్తులు, ప్రత్యేక అలంకరణలు, వినూత్న దుస్తుల శైలి, కళాత్మక రూపకల్పన గోత్ శైలిలో భాగంగా కనిపిస్తాయి. ఈ శైలిని అనుసరించే వారు తమ వ్యక్తిత్వాన్ని ప్రత్యేకంగా చూపించడానికి ప్రాధాన్యం ఇస్తారు. ఫ్యాషన్‌తో పాటు గోత్ సంస్కృతిలో సంగీతానికి కూడా కీలక స్థానం ఉంది. భావోద్వేగాలు, ఆత్మపరిశీలన, జీవితంలోని వివిధ కోణాలను ప్రతిబింబించే సంగీత శైలులు గోత్ ప్రపంచంలో ప్రముఖంగా కనిపిస్తాయి. ప్రపంచవ్యాప్తంగా అనేక సంగీత బృందాలు ఈ సంస్కృతికి ప్రేరణగా నిలిచాయి.

గోత్ సంస్కృతి కేవలం దుస్తులు లేదా సంగీతం మాత్రమే కాదు. సాహిత్యం, చిత్రకళ, కళాత్మక వ్యక్తీకరణలు కూడా ఇందులో భాగంగా ఉంటాయి. ప్రత్యేక ఆలోచనలతో, భిన్నమైన భావాలతో జీవనాన్ని చూడాలనుకునే వారిని ఈ సంస్కృతి ఆకర్షిస్తుంది. ప్రపంచంలోని అనేక దేశాల్లో గోత్ కమ్యూనిటీలు ఉన్నాయి. వారు ప్రత్యేక సమావేశాలు, సంగీత కార్యక్రమాలు, కళా ప్రదర్శనలు నిర్వహిస్తుంటారు. సామాజిక మాధ్యమాల ద్వారా ఈ కమ్యూనిటీ మరింత విస్తరించింది. భిన్న దేశాల ప్రజలు ఒకే అభిరుచితో కలిసే వేదికగా మారింది.

గోత్ సంస్కృతి గురించి సమాజంలో కొన్నిసార్లు అపోహలు కూడా కనిపిస్తుంటాయి. కేవలం నలుపు దుస్తులు ధరించడం లేదా ప్రత్యేక రూపాన్ని అనుసరించడం మాత్రమే గోత్ కాదని కమ్యూనిటీ సభ్యులు చెబుతుంటారు. ఇది వ్యక్తిగత భావ వ్యక్తీకరణకు సంబంధించిన అంశమని వారు వివరిస్తున్నారు. ప్రపంచ గోత్ దినోత్సవం సందర్భంగా అనేక ప్రాంతాల్లో సంగీత కార్యక్రమాలు, కళా ప్రదర్శనలు, సామాజిక సమావేశాలు నిర్వహిస్తారు. గోత్ సంస్కృతిని మరింత మందికి పరిచయం చేసే ప్రయత్నాలు జరుగుతుంటాయి. కొత్త తరం యువతలో కూడా దీనిపై ఆసక్తి పెరుగుతోంది.

సామాజిక మాధ్యమాల ప్రభావంతో గోత్ సంస్కృతి ప్రపంచవ్యాప్తంగా మరింత ప్రాచుర్యం పొందింది. యువత తమ అభిరుచులను స్వేచ్ఛగా వ్యక్తపరచేందుకు కొత్త మార్గాలను వెతుకుతున్నారు. ఈ క్రమంలో భిన్న సంస్కృతులపై ఆసక్తి కూడా పెరుగుతోంది. ప్రపంచ గోత్ దినోత్సవం ఒక సంస్కృతిని గుర్తు చేసుకునే రోజు మాత్రమే కాదు. విభిన్న అభిరుచులు, వ్యక్తిగత భావాలు, కళాత్మక వ్యక్తీకరణలను గౌరవించే అవకాశంగా కూడా దీనిని భావిస్తున్నారు. ప్రతి సంస్కృతికి ప్రత్యేకత ఉంటుందని, భిన్నతను అంగీకరించడం సమాజ అభివృద్ధికి అవసరమని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

సముద్ర మార్గాలే దేశ ఆర్థికాభివృద్ధికి బలమైన పునాది

జనం వాయిస్, డెస్క్, మే 21:

దేశ ఆర్థికాభివృద్ధిలో సముద్ర రవాణా రంగం కీలక పాత్ర పోషిస్తున్న నేపథ్యంలో ప్రతి సంవత్సరం జాతీయ సముద్ర దినోత్సవాన్ని నిర్వహిస్తారు. సముద్ర మార్గాల ద్వారా జరిగే వాణిజ్య సేవలు, నౌకాయాన రంగ ప్రాముఖ్యతను ప్రజలకు తెలియజేయడమే ఈ దినోత్సవం ముఖ్య ఉద్దేశం. ప్రపంచ దేశాల మధ్య వస్తువుల రవాణాలో సముద్ర మార్గాలు అత్యంత ప్రధానమైనవిగా భావిస్తారు. భారతదేశంలో సముద్ర రవాణా రంగానికి ఎంతో చరిత్ర ఉంది. ప్రాచీన కాలం నుంచే భారత వ్యాపారులు సముద్ర మార్గాల ద్వారా ఇతర దేశాలతో వాణిజ్యం నిర్వహించేవారు. భారత తీర ప్రాంతాలు వాణిజ్య కేంద్రాలుగా అభివృద్ధి చెందాయి. కాలక్రమేణా ఈ రంగం మరింత విస్తరించి దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థలో ప్రధాన భాగంగా మారింది. జాతీయ సముద్ర దినోత్సవం వెనుక ప్రత్యేక చారిత్రక నేపథ్యం కూడా ఉంది. భారతీయ నౌకాయాన రంగ చరిత్రలో కీలక ఘట్టంగా నిలిచిన ఒక ప్రయాణాన్ని గుర్తు చేసుకునే సందర్భంలో ఈ దినాన్ని నిర్వహించడం ప్రారంభమైంది. దేశీయ నౌకాయాన సామర్థ్యాన్ని ప్రపంచానికి చాటిన ఆ ఘట్టం భారత సముద్ర రంగ అభివృద్ధికి నాంది పలికిందని చరిత్ర చెబుతోంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా జరిగే వాణిజ్యంలో భారీ శాతం సముద్ర మార్గాల ద్వారానే జరుగుతుంది. చమురు, యంత్రాలు, వ్యవసాయ ఉత్పత్తులు, ముడి సరుకులు, వినియోగ వస్తువులు వంటి అనేక వస్తువులు నౌకల ద్వారా ఒక దేశం నుంచి మరో దేశానికి చేరుతుంటాయి. తక్కువ ఖర్చుతో భారీ స్థాయిలో వస్తువులను తరలించే సామర్థ్యం సముద్ర రవాణా ప్రత్యేకతగా చెప్పవచ్చు.

భారతదేశానికి వేల కిలోమీటర్ల పొడవైన తీరప్రాంతం ఉంది. ఈ తీర ప్రాంతాల వెంట అనేక ప్రధాన నౌకాశ్రయాలు ఉన్నాయి. దేశీయ, అంతర్జాతీయ వాణిజ్యంలో ఇవి కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నాయి. తీర ప్రాంతాల అభివృద్ధితో ఉపాధి అవకాశాలు కూడా పెరుగుతున్నాయి. సముద్ర రవాణా రంగం వల్ల దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థకు భారీ ఆదాయం లభిస్తోంది. దిగుమతులు, ఎగుమతుల ద్వారా దేశ అభివృద్ధికి ఈ రంగం వెన్నెముకగా నిలుస్తోంది. ప్రపంచ మార్కెట్లతో భారతదేశాన్ని అనుసంధానం చేయడంలో నౌకాశ్రయాలు కీలక కేంద్రాలుగా మారాయి.

ఆధునిక సాంకేతికత రావడంతో సముద్ర రవాణా రంగంలో కూడా అనేక మార్పులు చోటుచేసుకున్నాయి. స్మార్ట్ పోర్టులు, డిజిటల్ పర్యవేక్షణ వ్యవస్థలు, ఆధునిక నౌకలు రంగాన్ని మరింత సమర్థవంతంగా మారుస్తున్నాయి. సముద్ర భద్రతకు కూడా ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. అయితే ఈ రంగం కూడా పలు సవాళ్లను ఎదుర్కొంటోంది. సముద్ర కాలుష్యం, వాతావరణ మార్పులు, తుఫానులు, అంతర్జాతీయ వాణిజ్య ఒత్తిళ్ల ప్రభావం చూపుతున్నాయి. సముద్ర జీవవ్యవస్థను కాపాడుతూ అభివృద్ధి కొనసాగించడం ఇప్పుడు ప్రధాన అవసరంగా మారింది.

ప్రభుత్వం కూడా సముద్ర రవాణా రంగాన్ని బలోపేతం చేసేందుకు పలు కార్యక్రమాలు అమలు చేస్తోంది. నౌకాశ్రయాల విస్తరణ, ఆధునికీకరణ, తీర ప్రాంత అభివృద్ధిపై దృష్టి పెడుతోంది. ప్రపంచ స్థాయి మౌలిక సదుపాయాలను అందించేందుకు చర్యలు కొనసాగుతున్నాయి. జాతీయ సముద్ర దినోత్సవం కేవలం ఒక ప్రత్యేక రోజు మాత్రమే కాదు. దేశ ప్రగతిలో సముద్ర రవాణా రంగం పాత్రను గుర్తుచేసే సందర్భం కూడా. ఆర్థికాభివృద్ధి, వాణిజ్య విస్తరణ, ప్రపంచ అనుసంధానంలో సముద్ర మార్గాల ప్రాముఖ్యతను ప్రతి ఒక్కరూ గుర్తించాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

గోంగూర.. రుచికే కాదు ఆరోగ్యానికి వరం

పోషకాలతో నిండిన ప్రత్యేక ఆకుకూర.
శరీరానికి ఎన్నో ప్రయోజనాలు అందించే గోంగూర.
వంటింటి రుచుల్లో ప్రత్యేక స్థానం.

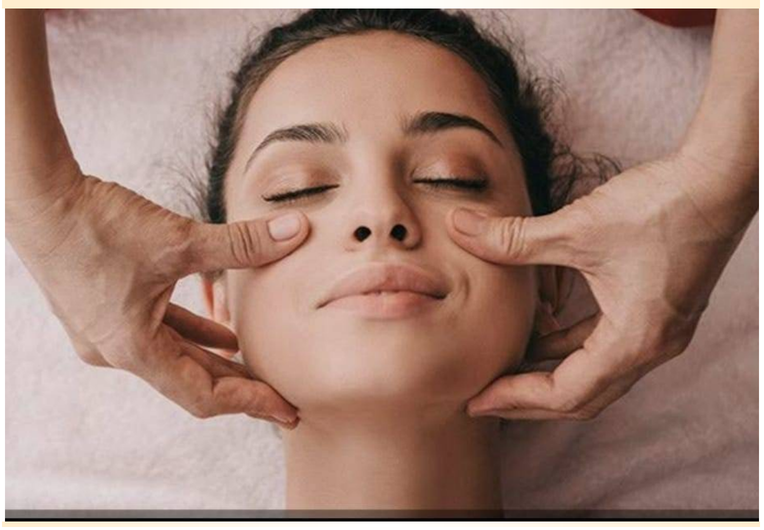
తెలుగు ప్రజల ఆహార సంస్కృతిలో గోంగూరకు ఒక ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. పుల్లటి రుచితో ఆకట్టుకునే ఈ ఆకుకూర దశాబ్దాలుగా వంటింట్లో ప్రత్యేక గుర్తింపు పొందింది. గోంగూర పచ్చడి పేరు వినగానే చాలామందికి నోట్లో నీళ్లు ఊరుతాయి. గ్రామీణ ప్రాంతాల నుంచి నగరాల వరకు గోంగూరతో చేసే వంటకాలకు ప్రత్యేక ఆదరణ కనిపిస్తుంది. కేవలం రుచికే పరిమితం కాకుండా ఆరోగ్యపరంగా కూడా గోంగూర ఎన్నో ప్రయోజనాలు అందిస్తుందని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. గోంగూరలో శరీరానికి అవసరమైన అనేక ముఖ్యమైన పోషకాలు ఉంటాయి. ముఖ్యంగా ఇనుము, కాల్షియం, పీచు పదార్థాలు, విటమిన్ ఎ, విటమిన్ సి, ఖనిజ లవణాలు సమృద్ధిగా లభిస్తాయి. ఈ పోషకాలు శరీరాన్ని దృఢంగా ఉంచడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. ముఖ్యంగా రక్తహీనత సమస్యతో బాధపడేవారికి గోంగూర ఎంతో మేలు చేస్తుందని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. శరీరంలో రక్తకణాల ఉత్పత్తి మెరుగుపడటానికి కూడా ఇది తోడ్పడుతుంది. గోంగూరలో ఉండే విటమిన్ సి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడుతుంది. తరచూ జలుబు, దగ్గు వంటి సమస్యలతో బాధపడేవారికి ఇది ఉపయోగకరంగా ఉంటుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. శరీరానికి వ్యాధులను ఎదుర్కొనే శక్తిని పెంచడంలో గోంగూరలోని పోషకాలు తోడ్పడతాయి. ముఖ్యంగా పిల్లలు, యువత, వృద్ధులు ఆహారంలో పరిమిత మోతాదులో గోంగూర చేర్చుకుంటే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందే అవకాశం ఉంటుంది. జీర్ణక్రియ వ్యవస్థ పనితీరును మెరుగుపరచడంలో కూడా గోంగూర పాత్ర కీలకం. ఇందులో ఉండే పీచు పదార్థాలు జీర్ణవ్యవస్థను చురుకుగా ఉంచుతాయి. మలబద్ధకం వంటి సమస్యలు తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. శరీరంలోని వ్యర్థ పదార్థాలు సక్రమంగా బయటకు వెళ్లేందుకు కూడా ఇది ఉపయోగపడుతుంది. ఆరోగ్యకరమైన జీర్ణవ్యవస్థకు గోంగూర మంచి ఆహారంగా పరిగణిస్తున్నారు. గోంగూరలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు కూడా అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో హానికర కణాల ప్రభావాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటంలో కూడా గోంగూర ఉపయోగపడుతుందని కొన్ని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. చెడు కొవ్వు స్థాయిలను తగ్గించడంలో సహాయపడే గుణాలు ఇందులో ఉన్నాయని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. శరీరానికి ఉత్సాహాన్ని అందించడంలో కూడా గోంగూర పాత్ర ఉందని చెబుతున్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో గోంగూర సాగు రైతులకు మంచి ఆదాయం తెచ్చిపెడుతోంది. తక్కువ సమయంలో పెరిగే ఈ పంటకు మార్కెట్‌లో ఏడాది పొడవునా డిమాండ్ ఉంటుంది. ఇంటి

తోటల్లో కూడా చాలామంది గోంగూరను పెంచుకుంటున్నారు. అయితే ఏ ఆహారమైనా మితంగా తీసుకోవడం మంచిదేనని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. పరిమిత మోతాదులో గోంగూర తీసుకుంటే రుచి, ఆరోగ్యం రెండూ ఒకేసారి పొందవచ్చని చెబుతున్నారు.

ముఖ మసాజ్‌తో అందం.. ఆరోగ్యానికి కూడా మేలు

- చర్మానికి రక్త ప్రసరణ పెరుగుతుంది.
- ముఖ కండరాల ఒత్తిడి తగ్గే అవకాశం.
- రోజుకు కొన్ని నిమిషాలే సరిపోతాయి.

అందంగా కనిపించేందుకు చాలామంది ఖరీదైన ఉత్పత్తులు వాడుతుంటారు. అయితే ఇంట్లోనే కొన్ని నిమిషాలు కేటాయించి ముఖానికి మసాజ్ చేయడం ద్వారా కూడా మంచి ఫలితాలు పొందవచ్చని సౌందర్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ముఖ మసాజ్ అనేది కేవలం అందానికి మాత్రమే కాదు, ముఖ కండరాల విశ్రాంతికి కూడా ఉపయోగపడే అలవాటు అని పేర్కొంటున్నారు. ముఖానికి సున్నితంగా మసాజ్ చేయడం వల్ల చర్మంలో రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడే అవకాశం ఉంటుంది. దీనివల్ల చర్మానికి తాత్కాలికంగా కాంతి పెరిగినట్లు కనిపించవచ్చు. రోజువారీ ఒత్తిడి వల్ల ముఖ కండరాల్లో వచ్చే బిగుతు కూడా కొంత తగ్గవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ముఖ మసాజ్ చేసేటప్పుడు చేతులు శుభ్రంగా ఉండటం ముఖ్యమని సూచిస్తున్నారు. కొద్దిగా మాయిశ్చరైజర్ లేదా తేలికపాటి నూనె ఉపయోగించి సున్నితంగా పైవైపు మసాజ్ చేయాలని చెబుతున్నారు. బలంగా లాగడం, అధిక ఒత్తిడి పెట్టడం మంచిది కాదని హెచ్చరిస్తున్నారు. దవడ భాగం నుంచి చెవుల వైపు, చెంపల నుంచి పైవైపు, నుదిటి భాగాన్ని బయటకు సున్నితంగా మసాజ్ చేయడం సాధారణ పద్ధతిగా చెబుతున్నారు. కళ్ల చుట్టూ చాలా జాగ్రత్తగా తేలికపాటి ఒత్తిడితో చేయాలని సూచిస్తున్నారు. రోజుకు ఐదు నుంచి పది నిమిషాలు సమయం కేటాయించడం సరిపోతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. నిరంతరం చేయడం వల్ల ముఖం తాజాగా కనిపించేందుకు తోడ్పడవచ్చని అభిప్రాయపడుతున్నారు. అయితే చర్మ సమస్యలు, మొటిమలు లేదా అలర్జీలు ఉన్నవారు వైద్యుల సలహా తీసుకుని మాత్రమే ప్రత్యేక మసాజ్ పద్ధతులు పాటించడం మంచిదని సూచిస్తున్నారు.



ఎండాకాలంలో గర్భిణుల జాగ్రత్తలు

వేసవి వేడి ప్రభావం అధికంగా ఉండే అవకాశం.
శరీరంలో నీటి శాతం తగ్గకుండా జాగ్రత్త.
ఆహారం, విశ్రాంతిపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ అవసరం.

గర్భధారణ సమయంలో మహిళల శరీరంలో అనేక మార్పులు జరుగుతాయి. సాధారణంగా గర్భిణీల శరీరంలో రక్తప్రసరణ ఎక్కువగా ఉండటం, గుండె వేగంగా పనిచేయడం వంటి మార్పులు కనిపిస్తాయి. ఈ కారణంగా శరీర ఉష్ణోగ్రత కూడా కొంత ఎక్కువగా ఉండే అవకాశం ఉంటుంది. వేసవి కాలంలో అధిక ఉష్ణోగ్రతల ప్రభావం గర్భిణీలపై మరింత ఎక్కువగా ఉండవచ్చని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఎండాకాలంలో శరీరంలో నీటి శాతం తగ్గిపోతే నీరసం, తలనొప్పి, అలసట, అధిక చెమట వంటి సమస్యలు రావచ్చు. కొన్ని సందర్భాల్లో వడదెబ్బ ముప్పు కూడా ఉండవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అందువల్ల గర్భిణీలు శరీరంలో తగినంత నీటి శాతం ఉండేలా జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం అవసరం. ఉదయం టీ, కాఫీలను ఎక్కువగా తీసుకోవడం తగ్గించి వాటికి బదులుగా కొబ్బరి నీరు, పండ్ల రసాలు, తగినంత నీరు తీసుకోవడం మంచిదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఆహారంలో దోసకాయ, పుచ్చకాయ, నారింజ వంటి నీటి శాతం ఎక్కువగా ఉండే పండ్లు చేర్చుకోవాలి. ఇవి శరీరాన్ని తేమగా ఉంచడంలో

సహాయపడటంతో పాటు తల్లి, శిశువు ఆరోగ్యానికి కూడా

ఉపయోగపడతాయి. మధ్యాహ్నం పన్నెండు గంటల తర్వాత ఎక్కువసేపు ఎండలో తిరగకుండా ఉండటం మంచిదని సూచిస్తున్నారు. బయటకు వెళ్లాల్సి వచ్చినా తేలికపాటి పత్తి దుస్తులు ధరించడం మంచిది. శరీరానికి గాలి సరిగా తగిలే దుస్తులు ధరించడం వల్ల వేడి ప్రభావం కొంత తగ్గే అవకాశం ఉంటుంది. రోజుకు రెండు సార్లు గోరువెచ్చటి నీటితో స్నానం చేయడం, అధిక మసాలా ఆహారాలకు దూరంగా ఉండటం మంచిదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. శరీరానికి అధిక అలసట కలిగించే పనులు చేయకుండా మధ్య మధ్యలో విశ్రాంతి తీసుకోవడం కూడా అవసరం. ప్రతిరోజూ కొద్దిసేపు నడక చేయడం ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. తీవ్రమైన తలనొప్పి, తలతిరగడం, గుండె వేగంగా కొట్టుకోవడం లేదా శిశువు కదలికల్లో మార్పులు కనిపిస్తే వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించడం అవసరం. గర్భధారణ సమయంలో ఆరోగ్యానికి సంబంధించిన ఏ అంశాన్నైనా నిర్లక్ష్యం చేయకుండా జాగ్రత్తగా ఉండాలని వైద్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

వంట చేసేటప్పుడు నిలబడితే ఎందుకు అలసట?

ఎక్కువసేపు నిలబడటమే ప్రధాన కారణం.
శరీరంపై ఒత్తిడి పెరగడంతో నీరసం.
చిన్న జాగ్రత్తలతో సమస్యకు చెక్.

చాలామందికి వంట చేసేటప్పుడు ఒక విచిత్రమైన సమస్య ఎదురవుతుంది. ఎక్కువసేపు వంటగదిలో నిలబడి పని చేసిన తర్వాత కాళ్లు నొప్పి, నడుము నొప్పి, శరీరంలో అలసట, నీరసం వచ్చినట్లు అనిపిస్తుంది. కొందరికి తల తిరుగుతున్న భావన కూడా కలుగుతుంది. అయితే దీనిని చాలామంది సాధారణ అలసటగా భావించి పట్టించుకోరు. కానీ దీని వెనుక కొన్ని శారీరక కారణాలు ఉంటాయని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. వంట చేసేటప్పుడు ఒకే చోట ఎక్కువసేపు నిలబడటం వల్ల కాళ్ల కండరాలపై అధిక ఒత్తిడి పడుతుంది. మనం నడుస్తున్నప్పుడు కండరాలు కదులుతుంటాయి. కానీ ఒకేచోట నిలబడినప్పుడు కండరాలు నిరంతరం శరీర బరువును మోయాల్సి వస్తుంది. దీంతో కాళ్లలో రక్తప్రసరణ కొంత మందగించి త్వరగా అలసట అనిపించవచ్చు. వంటగదిలో ఎక్కువసేపు నిలబడటం వల్ల మోకాళ్లు, పాదాలు, నడుముపై కూడా ఒత్తిడి పెరుగుతుంది. ముఖ్యంగా గట్టి నేలపై నిలబడితే ప్రభావం మరింత ఎక్కువగా ఉంటుంది. శరీర బరువు మొత్తం కాళ్లపై పడటంతో కండరాలు ఒత్తిడికి గురై నొప్పులు, అలసట కలగవచ్చు. ఎక్కువసేపు ఇదే పరిస్థితి కొనసాగితే నడుము నొప్పి కూడా మొదలయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. కొన్ని సందర్భాల్లో నీరు తక్కువ తాగడం కూడా అలసటకు కారణం అవుతుంది. వంట చేసే సమయంలో వేడి కారణంగా శరీరం చెమట రూపంలో నీటిని కోల్పోతుంది. కానీ చాలామంది మధ్యలో నీరు తాగరు. దీని వల్ల శరీరంలో నీటి శాతం తగ్గి నీరసం, బలహీనత, తలనొప్పి వంటి సమస్యలు రావచ్చు. అలాగే రక్తహీనత, తక్కువ రక్తపోటు, విటమిన్ లోపం వంటి సమస్యలు ఉన్నవారికి నిలబడినప్పుడు మరింత అలసటగా అనిపించే అవకాశం ఉంటుంది. ముఖ్యంగా మహిళల్లో ఇనుము

లోపం ఉంటే ఎక్కువసేపు నిలబడటం కష్టంగా అనిపించవచ్చు. తరచూ ఇలా జరుగుతుంటే వైద్యుల సలహా తీసుకోవడం మంచిదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఈ సమస్యను తగ్గించేందుకు కొన్ని చిన్న జాగ్రత్తలు పాటించాలి. మధ్య మధ్యలో కూర్చోవడం, నీరు తాగడం, కాళ్లను కదిలించడం, వంటగదిలో మృదువైన పాదరక్షలు ఉపయోగించడం ఉపయోగపడుతుంది. శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలు ఉండే ఆహారం తీసుకోవడం ద్వారా కూడా అలసటను తగ్గించుకోవచ్చు.

RNI NO:TGTEL/26/A0383
దైనిక్ జనం వాయిస్
తెలుగు దినపత్రిక
WWW.JANAMVOICE.COM

మెటాలో ఉద్యోగాల కోత కలకలం.. ఉద్యోగులకు జుకర్‌బర్గ్ భరోసా

ప్రపంచ దిగ్గజ సాంకేతిక సంస్థ మెటాలో భారీ స్థాయిలో ఉద్యోగుల తొలగింపు వార్తలు అంతర్జాతీయ టెక్ రంగంలో తీవ్ర చర్చకు దారి తీశాయి. దాదాపు 8 వేల మంది ఉద్యోగులను తొలగించినట్లు వెలుగులోకి రావడంతో సంస్థలో మిగిలిన సిబ్బందిలో ఆందోళన నెలకొంది. మరోసారి లేఆఫ్స్ ఉంటాయన్న ప్రచారం జోరుగా సాగుతుండటంతో ఉద్యోగులు భయాందోళనకు గురవుతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో మెటా సంస్థ అధినేత మార్క్ జుకర్‌బర్గ్ ఉద్యోగులకు భరోసా కల్పించే ప్రయత్నం చేశారు. ఈ ఏడాది సంస్థ వ్యాప్తంగా మరో భారీ స్థాయి ఉద్యోగాల కోత ఉండదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఉద్యోగుల తొలగింపు నిర్ణయం తనను కూడా తీవ్రంగా బాధించిందని వెల్లడించారు. కంపెనీ అభివృద్ధిలో కీలక పాత్ర పోషించిన ఉద్యోగులకు వీడ్కోలు చెప్పడం ఎంతో ఆవేదన కలిగించిందన్నారు. ఈ క్లిష్ట సమయంలో ఉద్యోగులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా ముందుకు తీసుకెళ్లేందుకు తాను పూర్తి స్థాయిలో కృషి చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఉద్యోగులకు పంపిన అంతర్గత సందేశంలో కృత్రిమ మేధ ప్రపంచాన్ని వేగంగా మార్చేస్తోందని జుకర్‌బర్గ్ పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుతం టెక్నాలజీ రంగంలో పోటీ తీవ్రంగా పెరుగుతోందని, అలాంటి పరిస్థితుల్లో మెటా లాంటి దిగ్గజ సంస్థ కూడా అత్యంత జాగ్రత్తగా వ్యవహరించాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. భవిష్యత్తు అవసరాలకు అనుగుణంగా సంస్థను పునర్వ్యవస్థీకరించే ప్రక్రియలో భాగంగానే ఈ నిర్ణయాలు తీసుకోవాల్సి వచ్చిందని వివరించారు. ప్రస్తుతం మెటాకు ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న ఉద్యోగుల్లో దాదాపు 10 శాతం మంది ఉద్యోగులు ఈసారి ప్రభావితమైనట్లు సమాచారం. మరో 7 వేల మందిని ఇతర విభాగాలకు బదిలీ చేసినట్లు అంతర్జాతీయ మీడియా కథనాలు వెల్లడించాయి. అంతేకాకుండా సంస్థలో ఖాళీగా ఉన్న సుమారు 6 వేల ఉద్యోగాల భర్తీ ప్రక్రియను కూడా తాత్కాలికంగా నిలిపివేసినట్లు తెలుస్తోంది. ఇక కృత్రిమ మేధ రంగంపై మెటా భారీ స్థాయిలో దృష్టి సారిస్తున్న విషయం తెలిసిందే. సంస్థను పూర్తిగా ఏఐ ఆధారిత భవిష్యత్తు వైపు తీసుకెళ్లేందుకు ఇప్పటికే ప్రణాళికలు సిద్ధం చేసిన జుకర్‌బర్గ్, ఈ ఏడాది ఏఐ రంగంలోనే 145 బిలియన్ డాలర్ల వరకు పెట్టుబడులు పెట్టేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నట్లు ఇటీవల ప్రకటించారు. భవిష్యత్తులో సోషల్ మీడియా, వర్చువల్ రియాలిటీ, డిజిటల్ కమ్యూనికేషన్ రంగాల్లో ఏఐ కీలక పాత్ర పోషించనున్న నేపథ్యంలో మెటా తన వ్యూహాలను వేగంగా మార్చుకుంటోందని మార్కెట్ నిపుణులు విశ్లేషిస్తున్నారు.

ఈఎంఐలు చెల్లించకపోతే ఫోన్ ఫీచర్లు బ్లాక్?..

ఆర్‌బీఐ కొత్త ప్రతిపాదనలు

దేశంలో మొబైల్ ఫోన్లు, టాబ్లెట్‌లు వంటి ఎలక్ట్రానిక్ పరికరాలను ఈఎంఐలపై కొనుగోలు చేసే వారి సంఖ్య వేగంగా పెరుగుతున్న నేపథ్యంలో రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా (ఆర్‌బీఐ) కీలక ప్రతిపాదనలు తీసుకొచ్చింది. రుణగ్రహీతలు ఈఎంఐలు చెల్లించడంలో విఫలమైతే, కొన్ని కఠిన నిబంధనలు మరియు షరతులకు లోబడి, రుణదాతలు మొబైల్ ఫోన్ లేదా టాబ్లెట్‌లోని కొన్ని ఫీచర్లను రిమోట్ ద్వారా నిలిపివేయడానికి అనుమతించేలా కొత్త ముసాయిదా నిబంధనలను విడుదల చేసింది. 'రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా (కమర్షియల్ బ్యాంకులు బాధ్యతాయుతమైన వ్యాపార ప్రవర్తన) సవరణ ఆదేశాలు, 2026' పేరుతో విడుదలైన ఈ ముసాయిదా ప్రకారం, రుణం 90 రోజులపాటు బకాయిగా ఉన్నప్పుడు మాత్రమే బ్యాంకులు లేదా రుణదాతలు పరికరాలపై పరిమితులు విధించగలరు. ఈ నిబంధనలు 2026 అక్టోబర్ 1 నుంచి అమల్లోకి వచ్చే అవకాశం ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. ఆర్‌బీఐ ప్రతిపాదనల ప్రకారం, ఈఎంఐ గడువు దాటిన 60 రోజుల తర్వాత రుణగ్రహీతకు మొదటి నోటీసు ఇవ్వాలి. అందులో బకాయిలు చెల్లించేందుకు 21 రోజుల గడువు ఇవ్వాల్సి ఉంటుంది. అనంతరం కనీసం మరో వారం వ్యవధితో రెండో నోటీసు జారీ చేసిన తర్వాత మాత్రమే ఫోన్ ఫంక్షన్లపై ఆంక్షలు అమలు చేయవచ్చు. అయితే ఈ విధానం అమలు కావాలంటే రుణ ఒప్పందంలో వినియోగదారుల స్పష్టమైన సమ్మతి తప్పనిసరిగా ఉండాలని ఆర్‌బీఐ స్పష్టం చేసింది. ఈ టెక్నాలజీని కేవలం రుణ బకాయిల వసూలు కోసమే ఉపయోగించాలనీ, ఇతర ప్రయోజనాల కోసం వినియోగించరాదని ఆర్‌బీఐ పేర్కొంది. ముఖ్యంగా ఇంటర్నెట్ సేవలు, ఇన్‌కమింగ్ కాల్స్, అత్యవసర ఎస్‌ఓఎస్ ఫీచర్లు, ప్రభుత్వ హెచ్చరికలు వంటి కీలక సేవలను ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ నిలిపివేయరాదని స్పష్టం చేసింది. రుణగ్రహీత బకాయిలు పూర్తిగా చెల్లించిన గంటలోపే విధించిన ఆంక్షలను తొలగించాల్సి ఉంటుంది. ఒకవేళ గంటలోపు అన్‌లాక్ చేయకపోతే సంబంధిత బ్యాంకు లేదా రుణదాత గంటకు రూ.250 చొప్పున నష్టపరిహారం చెల్లించాల్సి ఉంటుందని ఆర్‌బీఐ పేర్కొంది. అదేవిధంగా ఫోన్ లేదా టాబ్లెట్‌పై ఆంక్షలు అమలు చేసిన సందర్భంలో వినియోగదారుల వ్యక్తిగత డేటాను బ్యాంకులు లేదా రికవరీ ఏజెంట్లు యాక్సెస్ చేయకుండా నిషేధం విధించింది. రుణ వసూలు ప్రక్రియలో వినియోగదారుల గోప్యతకు భంగం కలగకుండా ప్రత్యేక జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించింది. రికవరీ ఏజెంట్ల ప్రవర్తనపై కూడా ఆర్‌బీఐ కఠిన నిబంధనలు ప్రతిపాదించింది. ఉదయం 8 గంటల నుంచి సాయంత్రం 7 గంటల మధ్య మాత్రమే రుణగ్రహీతలను సంప్రదించాలనీ, బెదిరింపులు, దుర్భాషలు, అవమానాలు లేదా కుటుంబ సభ్యులను వేధించడం వంటి చర్యలను పూర్తిగా నిషేధించింది. ప్రస్తుతం భారతదేశంలో వినియోగదారు ఎలక్ట్రానిక్ వస్తువుల కొనుగోళ్లలో గణనీయమైన భాగం చిన్న మొత్తాల రుణాల ద్వారానే జరుగుతోంది. దేశంలో 1.16 బిలియన్లకు పైగా మొబైల్ కనెక్షన్లు ఉన్న నేపథ్యంలో, ఆర్‌బీఐ ప్రతిపాదించిన ఈ కొత్త నిబంధనలు కోట్లాది వినియోగదారులపై ప్రభావం చూపే అవకాశముందని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

భారత కుబేరుల జాబితాలో కొత్త రికార్డులు.. అంబానీ అగ్రస్థానంలోనే

అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో రూపాయి విలువ ఒత్తిడిని ఎదుర్కొంటున్నప్పటికీ భారతీయ కుబేరులు మాత్రం సంపద సృష్టిలో కొత్త రికార్డులు నెలకొల్పుతున్నారు. ప్రముఖ అంతర్జాతీయ వ్యాపార పత్రిక ఫోర్బ్స్ విడుదల చేసిన ప్రపంచ కుబేరుల జాబితా–2026లో భారత్ నుంచి రికార్డు స్థాయిలో 229 మంది చోటు దక్కించుకోవడం విశేషం. వీరి మొత్తం ఆస్తి విలువ తొలిసారిగా లక్ష కోట్ల డాలర్ల మార్కును దాటినట్లు ఫోర్బ్స్ వెల్లడించింది. ఈసారి ఏకంగా 30 మంది కొత్తవారు జాబితాలోకి ప్రవేశించారు. దేశంలోనే కాకుండా ఆసియాలో అత్యంత ధనవంతుడిగా ముకేశ్ అంబానీ తన స్థానాన్ని నిలబెట్టుకున్నారు. ఆయన మొత్తం ఆస్తి విలువ 99.7 బిలియన్ డాలర్లుగా నమోదైంది. రెండో స్థానంలో గౌతమ్ అదానీ నిలిచారు. ఆయన సంపద 63.8 బిలియన్ డాలర్లుగా అంచనా వేశారు. దేశవ్యాప్తంగా కృత్రిమ మేధ ఆధారిత మౌలిక సదుపాయాల అభివృద్ధికి ఈ రెండు వ్యాపార సామ్రాజ్యాలు కలిపి 210 బిలియన్ డాలర్ల పెట్టుబడులు పెట్టనున్నట్లు ప్రకటించాయి. దీంతో భారత టెక్నాలజీ రంగంలో భారీ మార్పులు చోటుచేసుకునే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. ఓపీ జిందాల్ గ్రూప్ అధినేత్రి సావిత్రి జిందాల్ 39.1 బిలియన్ డాలర్ల ఆస్తితో దేశంలోనే అత్యంత ధనవంతురాలైన మహిళగా నిలిచారు. మొత్తం జాబితాలో ఆమెకు మూడో స్థానం దక్కింది. జిందాల్ గ్రూప్ వ్యాపార విస్తరణతో ఆమె సంపద గణనీయంగా పెరిగినట్లు విశ్లేషకులు చెబుతున్నారు. ఇక కోటక్ మహీంద్రా బ్యాంక్ వ్యవస్థాపకుడు ఉదయ్ కోటక్ 14.4 బిలియన్ డాలర్ల ఆస్తితో టాప్–10 జాబితాలో చోటు సంపాదించారు. భారత విద్యా సాంకేతిక రంగంలో ఈసారి సంచలన మార్పులు కనిపించాయి. ప్రముఖ విద్యా వేదిక 'ఫిజిక్స్ వాలా' వ్యవస్థాపకులు అలఖ్ పాండే, ప్రతీక్ మహేశ్వరి తొలిసారి కుబేరుల జాబితాలో చోటు సంపాదించారు. గత ఏడాది సంస్థ ఐపీఓకు వచ్చిన అద్భుత స్పందనతో వీరి సంపద భారీగా పెరిగింది. ఈసారి జాబితాలో చోటు దక్కించుకున్న అత్యంత పిన్న వయస్కుడైన భారతీయుడిగా అరవింద్ శ్రీనివాస్ నిలిచారు. కేవలం 31 ఏళ్ల వయసులోనే ఆయన కుబేరుడిగా అవతరించారు. ప్రముఖ కృత్రిమ మేధ సెర్చ్ స్టార్టప్ 'పెర్‌ప్లెక్సిటీ' సహ వ్యవస్థాపకుడిగా ఆయన ప్రపంచవ్యాప్తంగా గుర్తింపు పొందారు. కొన్నేళ్ల తర్వాత పేటీఎమ్ వ్యవస్థాపకుడు విజయ్ శేఖర్ శర్మ మళ్లీ కుబేరుల జాబితాలోకి తిరిగి వచ్చారు. మరోవైపు ఓలా వ్యవస్థాపకుడు భవీష్ అగర్వాల్ సహా మరో ఏడుగురు ఈసారి కుబేరుల హోదాను కోల్పోయారు. భారత్ టాప్–10 కుబేరుల జాబితాలో ముకేశ్ అంబానీ మొదటి స్థానంలో ఉండగా, గౌతమ్ అదానీ రెండో స్థానంలో నిలిచారు. సావిత్రి జిందాల్ మూడో స్థానంలో ఉండగా, లక్ష్మీ మిట్టల్, శివ్ నాడార్, సైరస్ పూనావాలా, దిలీప్ సంఘ్వీ, కుమార్ మంగళం బిర్లా, రాధాకిషన్ దమానీ, ఉదయ్ కోటక్ తదుపరి స్థానాల్లో నిలిచారు.

స్కోడా 'జీఓఏటీ' ప్రచారం.. ఆసియా రికార్డులతో దూసుకెళ్లిన కార్లు

ప్రముఖ కార్ల తయారీ సంస్థ స్కోడా ఆటో ఇండియా తన 125 ఏళ్ల మోటార్ స్పోర్ట్స్ వారసత్వాన్ని మరోసారి ఘనంగా చాటుకుంది. బ్రాండ్‌కు చెందిన శక్తివంతమైన పనితీరు, రేసింగ్ డీఎన్ఏను ప్రతిబింబించేలా 'జీఓఏటీ' పేరుతో సరికొత్త గ్లోబల్ ప్రచారాన్ని ప్రారంభించింది. సాధారణంగా "గ్రేటెస్ట్ ఆఫ్ ఆల్ టైమ్"గా పిలిచే జీఓఏటీ పదాన్ని స్కోడా తనదైన శైలిలో "గ్రేటెస్ట్ ఆన్ ఎ ట్రాక్"గా మార్చి ఈ వినూత్న ప్రచారాన్ని రూపొందించింది. ఈ ప్రచారంలో భాగంగా తమిళనాడులోని కోయంబత్తూరులో ఉన్న కోస్ట్ రేసింగ్ సర్క్యూట్‌లో స్కోడా కార్లు సరికొత్త రికార్డులను సృష్టించాయి. "ఒకే తయారీదారుకు చెందిన అత్యంత వేగవంతమైన మల్టీ కార్ రిలే" విభాగంలో పోటీ పడి, ఆసియా బుక్ ఆఫ్ రికార్డ్స్‌తో పాటు ఇండియా బుక్ ఆఫ్ రికార్డ్స్‌లో కూడా స్థానం సంపాదించాయి.

ఐదు కార్లు.. ఒకే లక్ష్యం.. వేగంలో కొత్త చరిత్ర

ఈ ప్రత్యేక రికార్డు కోసం స్కోడా తన ఫ్లీట్‌లోని ఐదు ప్రముఖ కార్లను ట్రాక్‌పైకి దించింది. కైలాక్, కుషాక్, స్లావియా, కోడియాక్ మరియు ఆక్టేవియా ఆర్ఎస్ కార్లు ఈ రిలే రేసులో పాల్గొన్నాయి. ఐదుగురు ప్రొఫెషనల్ డ్రైవర్లు పిట్ లేన్ మార్పులతో కలిపి మొత్తం 3.8 కిలోమీటర్ల ట్రాక్‌ను కేవలం 12 నిమిషాల 30.97 సెకన్లలో పూర్తి చేసి రికార్డు నెలకొల్పారు.

ఈ పోటీలో ఆక్టేవియా ఆర్ఎస్ అత్యంత వేగంగా 2 నిమిషాల 10.85 సెకన్లలో ట్రాక్ పూర్తి చేసి అగ్రస్థానంలో నిలిచింది. కోడియాక్ 2:26.34, స్లావియా 2:27.63, కుషాక్ 2:29.7 మరియు కైలాక్ 2:31.6 సమయంలో ట్రాక్‌ను పూర్తి చేసి తమ వేగం, హ్యాండ్లింగ్, బ్రేకింగ్ సామర్థ్యాలను నిరూపించాయి.

125 ఏళ్ల రేసింగ్ వారసత్వం

స్కోడా ఆటో ఇండియా బ్రాండ్ డైరెక్టర్ ఆశిష్ గుప్తా మాట్లాడుతూ.. స్కోడా కార్లలో మోటార్ స్పోర్ట్స్ డీఎన్ఏ అనేది కేవలం ప్రచార పదం కాదని, ప్రతి వాహనంలో అంతర్లీనంగా ఉండే ప్రత్యేకత అని తెలిపారు. 1901 నుంచే రేసింగ్ ప్రపంచంలో స్కోడాకు ప్రత్యేక స్థానం ఉందని, అర్ధ శతాబ్దానికి పైగా "ఆర్ఎస్" గుర్తును గర్వంగా కొనసాగిస్తున్నామని చెప్పారు.

స్టీరింగ్ కచ్చితత్వం, ఛాసిస్ సమతుల్యత, డ్రైవర్‌కు కలిగే అనుభూతి వంటి అంశాలను కేవలం కాగితాలపై చూసి అర్థం చేసుకోలేమని, స్టీరింగ్ వెనుక కూర్చుని డ్రైవ్ చేసినప్పుడే ఆ అనుభూతి తెలుస్తుందని వివరించారు.

వేగంతో పాటు భద్రతలోనూ ముందంజ

స్కోడా వాహనాలు గ్లోబల్ క్రాష్ టెస్టుల్లో 5 స్టార్ భద్రతా రేటింగ్ సాధించాయని కంపెనీ తెలిపింది. వేగం మాత్రమే కాకుండా ప్రయాణికుల భద్రతకూ అత్యంత ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నామని వెల్లడించింది. ఈ "జీఓఏటీ" ప్రచారం ద్వారా భారత ఆటోమొబైల్ రంగంలో కొత్త ప్రమాణాలను నెలకొల్పాలన్న లక్ష్యంతో ముందుకు సాగుతున్నట్లు స్కోడా స్పష్టం చేసింది.

కావ్య మారన్ పెళ్లి పుకార్లు వైరల్

సన్‌రైజర్స్ హైదరాబాద్ సీఈఓ కావ్య మారన్, సంగీత దర్శకుడు అనిరుధ్ రవిచందర్ పెళ్లి వార్తలు ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో వైరల్‌గా మారాయి. ఈ ఏడాది చివర్లో వీరిద్దరూ వివాహం చేసుకోబోతున్నారంటూ తమిళ సినీ వర్గాల్లో పెద్ద ఎత్తున ప్రచారం సాగుతోంది. గత కొంతకాలంగా వీరిద్దరి మధ్య ప్రేమ కొనసాగుతోందని, త్వరలోనే ఇరు కుటుంబాల నుంచి అధికారిక ప్రకటన వచ్చే అవకాశముందని నెటిజన్లు చర్చించుకుంటున్నారు. గత ఏడాది జూన్ నుంచి వీరి రిలేషన్‌షిప్‌పై ఎక్స్, రెడ్డిట్ వంటి సామాజిక మాధ్యమాల్లో అనేక కథనాలు వెలువడ్డాయి. విదేశాల్లో కలిసి కనిపించారంటూ కొన్ని ఫొటోలు కూడా వైరల్ అయ్యాయి. అలాగే సన్ పిక్చర్స్ నిర్మిస్తున్న పలు భారీ చిత్రాలకు అనిరుధ్ సంగీతం అందిస్తుండటంతో ఈ ప్రచారానికి మరింత బలం చేకూరింది. ఇటీవల ఈ వివాహ సంబంధం కోసం సూపర్ స్టార్ రజనీకాంత్ కూడా రంగంలోకి దిగినట్లు తమిళ మీడియాలో ఊహాగానాలు వినిపించాయి. అయితే ఈ వార్తలపై ఇప్పటివరకు ఎలాంటి అధికారిక ప్రకటన వెలువడలేదు. ఇటీవల ఓ పబ్లిక్ ఈవెంట్‌లో పెళ్లి గురించి ప్రశ్నించగా అనిరుధ్ చిరునవ్వుతో స్పందిస్తూ ఆ ప్రశ్నను దాటవేశారు. గతంలో కూడా తన పెళ్లిపై వస్తున్న పుకార్లను ఖండిస్తూ సామాజిక మాధ్యమాల్లో పోస్టు చేశారు. ప్రస్తుతం అనిరుధ్ భారీ సినిమాలతో బిజీగా ఉన్నారు. మరోవైపు కావ్య మారన్ ఐపీఎల్‌తో పాటు దక్షిణాఫ్రికా టీ20 లీగ్ వ్యవహారాల్లో నిమగ్నమై బిజినెస్ ఉమెన్‌గా బిజీ షెడ్యూల్ కొనసాగిస్తున్నారు.

జకోవిచ్‌కు కొత్త కోచ్.. 25వ గ్రాండ్‌స్లామ్‌పై గురి

ఫ్రెంచ్ ఓపెన్ ప్రారంభానికి ముందు ప్రపంచ టెన్నిస్ దిగ్గజం నొవాక్ జకోవిచ్ కీలక నిర్ణయం తీసుకున్నాడు. గత ఏడాది నుంచి స్థిరమైన ప్రధాన కోచ్ లేకుండానే టోర్నీల్లో పాల్గొంటున్న జకోవిచ్ ఇప్పుడు తన స్వదేశానికి చెందిన మాజీ టెన్నిస్ ఆటగాడు విక్టర్ ట్రాయ్‌స్కీని హెడ్ కోచ్‌గా నియమించుకున్నాడు. ఈ విషయాన్ని జకోవిచ్ స్వయంగా సామాజిక మాధ్యమాల వేదికగా ప్రకటించడంతో టెన్నిస్ ప్రపంచంలో ఇది హాట్ టాపిక్‌గా మారింది. ఒకప్పుడు కోర్టులో కలిసి ఆడిన స్నేహితులు అయిన జకోవిచ్, ట్రాయ్‌స్కీ ఇప్పుడు గురు-శిష్యులుగా కొత్త ప్రయాణాన్ని ప్రారంభించబోతున్నారు. "నా స్నేహితుడు, నా సహచరుడు.. ఇప్పుడు నా కోచ్. విక్టర్ ట్రాయ్‌స్కీకి స్వాగతం" అంటూ జకోవిచ్ చేసిన పోస్టు అభిమానులను ఆకట్టుకుంది. ఇప్పటికే 24 గ్రాండ్‌స్లామ్ టైటిళ్లు గెలిచి చరిత్ర సృష్టించిన జకోవిచ్ గత రెండేళ్లుగా 25వ టైటిల్ కోసం ఎదురు చూస్తున్నాడు. మే 22తో 39వ ఏట అడుగుపెట్టనున్న ఈ సెర్బియా స్టార్ ఇంకా తనలోని పోరాట స్ఫూర్తి తగ్గలేదని నిరూపించాలనే పట్టుదలతో ఉన్నాడు. ప్రస్తుతం టెన్నిస్ ప్రపంచాన్ని శాసిస్తున్న యువ ఆటగాళ్లు జన్నిక్ సిన్నర్, కార్లోస్ అల్కరాజ్‌లకు గట్టి పోటీ ఇవ్వాలంటే తన ఆటను మరింత మెరుగుపరచుకోవాల్సిన అవసరం ఉందని భావించిన జకోవిచ్.. అందుకే అనుభవజ్ఞుడైన ట్రాయ్‌స్కీని కోచ్‌గా తీసుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. విక్టర్ ట్రాయ్‌స్కీ కూడా సెర్బియాకు చెందిన ప్రముఖ మాజీ టెన్నిస్ ఆటగాడే. జకోవిచ్‌తో కలిసి సెర్బియా జట్టుకు పదేళ్లకుపైగా ఆడిన అనుభవం అతనికి ఉంది. ఆటకు వీడ్కోలు పలికిన తర్వాత కోచింగ్ రంగంలోకి అడుగుపెట్టిన ట్రాయ్‌స్కీ, కొంతకాలంగా జకోవిచ్ బృందంలో భాగంగానే కొనసాగుతున్నాడు. ముఖ్యంగా ఒలింపిక్స్‌లో జకోవిచ్ విజయానికి వెనుక అతని పాత్ర కూడా ఉందని టెన్నిస్ వర్గాలు భావిస్తున్నాయి. ఇప్పుడు పూర్తి స్థాయి హెడ్ కోచ్ బాధ్యతలు చేపట్టిన ట్రాయ్‌స్కీ, జకోవిచ్‌కు ఎంతోకాలంగా ఊరిస్తున్న 25వ గ్రాండ్‌స్లామ్ టైటిల్ అందించాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నాడు. రోలాండ్ గారోస్ వేదికగా జరగనున్న ఫ్రెంచ్ ఓపెన్ నుంచే వీరి గురు-శిష్యుల ప్రయాణం అధికారికంగా మొదలుకానుంది. ఈ నెల 24 నుంచి ప్రారంభమయ్యే ఫ్రెంచ్ ఓపెన్‌లో జకోవిచ్ ప్రదర్శనపై ఇప్పుడు ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఆసక్తి నెలకొంది. వయసు పెరిగినా తన పట్టుదల, అనుభవం, మానసిక ధైర్యంతో మరోసారి చరిత్ర సృష్టించగలడా అనే చర్చ టెన్నిస్ అభిమానుల్లో జోరుగా సాగుతోంది.

టీనేజర్లకు కొత్త డిజిటల్ చెల్లింపుల సౌకర్యం

దేశంలో డిజిటల్ చెల్లింపుల వినియోగం వేగంగా పెరుగుతున్న నేపథ్యంలో, టీనేజర్ల కోసం ప్రత్యేకంగా కొత్త సౌకర్యాన్ని అందుబాటులోకి తీసుకొచ్చారు. ఇప్పటివరకు బ్యాంకు ఖాతా లేకపోతే నేరుగా యూపీఐ చెల్లింపులు చేయడం సాధ్యం కాకపోయినా, ఇప్పుడు తల్లిదండ్రుల ఆధ్వర్యంలో టీనేజర్లు కూడా తమ సొంత మొబైల్ ఫోన్ల ద్వారా చెల్లింపులు చేసుకునే అవకాశం కల్పించారు. చిన్న మొత్తాల ఖర్చులు, పాఠశాల లేదా కళాశాల అవసరాలు, క్యాంటీన్ ఖర్చులు, మెట్రో ప్రయాణాలు, షాపింగ్ వంటి రోజువారీ అవసరాల కోసం ప్రతిసారీ తల్లిదండ్రులపై ఆధారపడాల్సిన అవసరం లేకుండా ఈ కొత్త విధానం ఉపయోగపడనుంది. ఈ విధానం ద్వారా బ్యాంకు ఖాతా కలిగిన తల్లి లేదా తండ్రి ప్రధాన వినియోగదారులుగా ఉండగా, పిల్లలను ద్వితీయ వినియోగదారులుగా చేర్చుకునే అవకాశం ఉంటుంది. దీంతో పిల్లలు తమ మొబైల్ ఫోన్ల ద్వారానే క్యూఆర్ కోడ్ స్కాన్ చేసి చెల్లింపులు చేయగలుగుతారు. ఇంతకుముందు మాదిరిగా తల్లిదండ్రుల ఫోన్ తీసుకోవడం, సంకేత సంఖ్యల కోసం వేచి చూడడం లేదా చెల్లింపు కోడ్‌ను సందేశాల ద్వారా పంపించుకోవడం వంటి ఇబ్బందులు తగ్గనున్నాయి. పిల్లలు అధికంగా ఖర్చు చేయకుండా ఉండేందుకు కొన్ని పరిమితులను కూడా అమలు చేశారు. ఒక్కో లావాదేవీకి గరిష్ఠంగా రూ.5 వేల వరకు మాత్రమే చెల్లింపులు చేయగలుగుతారు. నెల మొత్తం ఖర్చు పరిమితిని రూ.15 వేలుగా నిర్ణయించారు. భద్రతా కారణాల దృష్ట్యా, ఈ సౌకర్యాన్ని ప్రారంభించిన తొలి అరగంటలో రూ.500 వరకు మాత్రమే, మొదటి 24 గంటల్లో రూ.5 వేల వరకు మాత్రమే లావాదేవీలు చేసేందుకు అనుమతి ఉంటుంది. అదేవిధంగా పిల్లలు ఎక్కడ ఎంత ఖర్చు చేస్తున్నారనే విషయాన్ని తల్లిదండ్రులు ఎప్పటికప్పుడు పరిశీలించే విధంగా ప్రత్యేక ఖర్చుల నివేదిక సదుపాయాన్ని కూడా అందుబాటులోకి తీసుకొచ్చారు. అవసరమైతే వెంటనే యాక్సెస్‌ను నిలిపివేసే అధికారం కూడా తల్లిదండ్రులకే ఉంటుంది. డిజిటల్ చెల్లింపుల సౌకర్యాన్ని టీనేజర్లకు చేరువ చేస్తూనే, భద్రత మరియు ఖర్చుల నియంత్రణపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టి ఈ కొత్త విధానాన్ని రూపొందించినట్లు సంస్థ వెల్లడించింది.

చీటీల ట్రెండ్‌పై రషీద్ సరదా హెచ్చరిక

ఇండియన్ ప్రీమియర్ లీగ్ 2026 సీజన్ ముగింపు దశకు చేరుకున్న వేళ ప్లేఆఫ్స్ పోరు మరింత ఉత్కంఠగా మారింది. అహ్మదాబాద్‌లోని నరేంద్ర మోదీ స్టేడియంలో గుజరాత్ టైటాన్స్, చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ జట్లు తమ చివరి లీగ్ మ్యాచ్‌లో తలపడుతున్నాయి. అయితే మ్యాచ్ కంటే ముందే ఇరు జట్ల ఆటగాళ్ల మధ్య జరిగిన సరదా సంభాషణ ఇప్పుడు సామాజిక మాధ్యమాల్లో వైరల్‌గా మారింది. ఈ సీజన్‌లో ఆటగాళ్లు సెంచరీలు, అర్ధ సెంచరీలు లేదా వికెట్లు సాధించిన తర్వాత జేబులో నుంచి చిన్న కాగితం తీసి కెమెరాకు చూపించడం కొత్త ట్రెండ్‌గా మారింది. మొదట సన్‌రైజర్స్ హైదరాబాద్ ఆటగాడు అభిషేక్ శర్మ ఈ తరహా సెలబ్రేషన్ చేయగా, తర్వాత పలువురు ఆటగాళ్లు అదే బాట పట్టారు. ముంబై ఆటగాడు రఘు శర్మ, లక్నో బౌలర్ ఆకాష్ సింగ్ కూడా ఇలాంటి నోట్లతో సందేశాలు ఇచ్చారు. చెన్నై యువ బ్యాటర్ ఉర్విల్ పటేల్ కూడా ఈ ట్రెండ్‌లో చేరాడు. లక్నోపై జరిగిన మ్యాచ్‌లో కేవలం 13 బంతుల్లో అర్ధ సెంచరీ పూర్తి చేసి రికార్డు సృష్టించిన ఉర్విల్, ఆ ఇన్నింగ్స్‌ను తన తండ్రికి అంకితం చేస్తూ జేబులో నుంచి ప్రత్యేక సందేశం ఉన్న చీటీని చూపించాడు. ఇదే ట్రెండ్‌ను సరదాగా ఎగతాళి చేస్తూ ముంబై ఆటగాడు దీపక్ చాహర్ ఖాళీ చేతిని కెమెరాకు చూపించి నవ్వులు పూయించాడు. ఇప్పుడు ఇదే అంశంపై గుజరాత్ టైటాన్స్ వైస్ కెప్టెన్ రషీద్ ఖాన్ సరదాగా స్పందించాడు. గుజరాత్ జట్టు విడుదల చేసిన వీడియోలో ఉర్విల్ పటేల్‌ను ఉద్దేశించి "రేపు నువ్వు బ్యాటింగ్‌కు వచ్చేటప్పుడు నీ జేబుల్లో ఏమైనా చీటీలు ఉన్నాయేమో నేను స్వయంగా చెక్ చేస్తా" అని నవ్వుతూ అన్నాడు. అంతేకాదు చెన్నై బ్యాటర్ డెవాల్డ్ బ్రెవిస్ కూడా ఇలాంటి ప్లాన్‌లతో ఉంటాడని, వారిద్దరిపై తన కన్ను ఉంటుందని సరదాగా వ్యాఖ్యానించాడు. మ్యాచ్ విషయానికి వస్తే గుజరాత్ టైటాన్స్ ఇప్పటికే 16 పాయింట్లతో ప్లేఆఫ్స్‌కు అర్హత సాధించింది. ఇప్పుడు టాప్-2 స్థానాన్ని ఖాయం చేసుకోవాలని చూస్తోంది. మరోవైపు చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ పరిస్థితి క్లిష్టంగా ఉంది. 13 మ్యాచ్‌ల్లో 12 పాయింట్లతో ఏడో స్థానంలో ఉన్న చెన్నై, ప్లేఆఫ్స్ ఆశలు నిలుపుకోవాలంటే గుజరాత్‌పై భారీ విజయం సాధించాల్సి ఉంది. అదే సమయంలో ఇతర జట్ల ఫలితాలు కూడా చెన్నైకు అనుకూలంగా రావాల్సిన పరిస్థితి నెలకొంది.

త్రిష మళ్లీ ఫామ్‌లోకి..

హీరోయిన్ల మధ్య కొత్త పోటీ

దక్షిణాది సినీ పరిశ్రమలో స్టార్ హీరోయిన్ త్రిష పేరు మళ్లీ హాట్ టాపిక్‌గా మారింది. దాదాపు రెండు దశాబ్దాలుగా తన నటన, అందంతో ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్న త్రిష.. మధ్యలో కొంతకాలం సినిమాలకు దూరంగా ఉన్నారు. ఆ సమయంలో ఆమె రాజకీయాల్లోకి వెళ్లబోతున్నారనే ప్రచారం కూడా జోరుగా సాగింది. దీంతో అభిమానుల్లో ఆందోళన నెలకొంది. అయితే ఆ వార్తలన్నీ కేవలం పుకార్లేనని, తన దృష్టి పూర్తిగా సినిమాలపైనే ఉందని త్రిష స్పష్టం చేయడంతో అభిమానులు ఊపిరి పీల్చుకున్నారు. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లోనే విడుదలైన 'కరుప్పు' సినిమా త్రిష కెరీర్‌కు మళ్లీ కొత్త ఊపును తీసుకొచ్చింది. తమిళనాడులో ఈ చిత్రం మంచి వసూళ్లు సాధిస్తూ విజయవంతంగా ప్రదర్శితమవుతోంది. దీంతో త్రిష కెరీర్ ముగిసిందని భావించిన విమర్శకులు కూడా ఇప్పుడు ఆమె సక్సెస్‌ను ప్రశంసిస్తున్నారు. ఈ విజయం తర్వాత త్రిష మళ్లీ వరుస సినిమాలతో బిజీ అవుతారా.. లేక ఎంపిక చేసిన కథలతో మాత్రమే ముందుకు వెళ్తారా అన్న చర్చ సినీ వర్గాల్లో ఆసక్తికరంగా మారింది. త్రిష ఒకవేళ భవిష్యత్తులో సినిమాలకు విరామం ఇస్తే.. ఆమె స్థానం ఎవరు భర్తీ చేస్తారన్న చర్చ కూడా ఇండస్ట్రీలో మొదలైంది. ప్రస్తుతం కొత్త హీరోయిన్లు ఎంతోమంది వస్తున్నప్పటికీ.. సీనియర్ స్టార్ హీరోయిన్ల స్థాయిలో మార్కెట్‌ను నిలబెట్టుకోవడం అంత సులువు కాదని సినీ విశ్లేషకులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో తమన్నా, కాజల్ అగర్వాల్ పేర్లు ముందుగా వినిపిస్తున్నాయి. తమన్నాకు ఇప్పటికీ అవకాశాలు వస్తున్నప్పటికీ.. మహిళా ప్రాధాన్యత ఉన్న సినిమాలను ఒంటరిగా విజయవంతం చేసే స్థాయిలో ఇటీవల ఆమెకు పెద్ద హిట్‌లు రావడం లేదు. మరోవైపు కాజల్ అగర్వాల్ రెండో ఇన్నింగ్స్ ప్రారంభించినప్పటికీ.. ఆశించిన స్థాయిలో మళ్లీ బలమైన మార్కెట్‌ను సొంతం చేసుకోలేకపోయారు. దీంతో త్రిష స్థాయిని పూర్తిగా భర్తీ చేయడం వీరికి అంత సులభం కాదనే అభిప్రాయం వ్యక్తమవుతోంది. ఇక త్రిష స్థానం విషయంలో ఎక్కువగా వినిపిస్తున్న మరో పేరు నయనతారది. ఇప్పటికే దక్షిణాదిలో అత్యంత భారీ మార్కెట్ కలిగిన హీరోయిన్లలో నయనతార ముందంజలో ఉన్నారు. ఆమె నటిస్తున్న చిత్రాలు బాక్సాఫీస్ వద్ద మంచి వసూళ్లు సాధిస్తున్నాయి. దీంతో త్రిష సినిమాలకు దూరమైతే.. ఆ మార్కెట్‌ను పూర్తిగా నయనతార తన ఆధీనంలోకి తెచ్చుకునే అవకాశం ఉందన్న చర్చ సాగుతోంది. అయితే సినీ పరిశ్రమలో పరిస్థితులు ఎప్పటికప్పుడు మారుతూ ఉంటాయని, ఒక్క విజయంతోనే సమీకరణాలు పూర్తిగా మారిపోతాయని విశ్లేషకులు చెబుతున్నారు. ప్రస్తుతం 'కరుప్పు' విజయంతో మళ్లీ వార్తల్లో నిలిచిన త్రిష.. ఈ అవకాశాన్ని ఎలా వినియోగించుకుంటారన్నదే ఇప్పుడు అభిమానుల్లో ఆసక్తిని పెంచుతోంది.

'లగ్గం' సినిమా హీరోయిన్

హాట్ షో

దక్షిణాది సినీ పరిశ్రమలో తన అందం, అభినయంతో ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్న యువ నటి ప్రగ్యా నగ్రా మరోసారి సామాజిక మాధ్యమాల్లో హాట్ టాపిక్‌గా మారింది. ఇటీవల ఆమె పంచుకున్న తాజా ఫొటోలు నెటిజన్ల దృష్టిని ఆకర్షిస్తూ విపరీతంగా వైరల్ అవుతున్నాయి. స్టైలిష్ లుక్స్, ట్రెండీ కాస్ట్యూమ్స్‌తో కనిపించిన ప్రగ్యా నగ్రా ఫొటోలకు అభిమానుల నుంచి భారీ స్పందన లభిస్తోంది. ముఖ్యంగా యువత సోషల్ మీడియాలో ఈ ఫొటోలను విస్తృతంగా పంచుకుంటూ ప్రశంసలు కురిపిస్తోంది. హర్యానాలోని అంబాలాలో కాశ్మీరీ కుటుంబంలో జన్మించిన ప్రగ్యా నగ్రా చిన్నప్పటి నుంచే కళలపై ఆసక్తి పెంచుకున్నారు. ఆమె తండ్రి సైనికాధికారి కావడంతో దేశంలోని పలు ప్రాంతాల్లో విద్యాభ్యాసం పూర్తి చేశారు. అనంతరం ఢిల్లీలో ఇంజినీరింగ్ చదివిన ఆమె, తర్వాత మోడలింగ్ రంగంలో అడుగుపెట్టి తన కెరీర్‌ను ప్రారంభించారు. వందకు పైగా వాణిజ్య ప్రకటనల్లో నటించి మంచి గుర్తింపు తెచ్చుకున్న ప్రగ్యా నగ్రా, తన అందం మరియు కెమెరా ముందు ఉన్న ఆత్మవిశ్వాసంతో సినీ అవకాశాలను అందుకున్నారు. రెండువేల ఇరవై రెండులో విడుదలైన తమిళ చిత్రం 'వరలారు ముక్కియం' ద్వారా హీరోయిన్‌గా సినీ రంగ ప్రవేశం చేసిన ఆమె, తొలి సినిమాతోనే ప్రేక్షకుల దృష్టిని ఆకర్షించారు. అనంతరం మలయాళంలో సుందరి యమునా' చిత్రంలో నటించి ప్రశంసలు అందుకున్నారు. తెలుగు ప్రేక్షకులకు 'లగ్గం' సినిమా ద్వారా పరిచయమైన ప్రగ్యా నగ్రా, తన సహజ నటనతో మంచి గుర్తింపును సంపాదించారు. ఇటీవల ఆమె సామాజిక మాధ్యమాల్లో పంచుకున్న ఫొటోల్లో ఆధునిక దుస్తుల్లో గ్లామరస్‌గా కనిపించారు. ఫ్యాషన్, స్టైల్ విషయంలో ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపించే ప్రగ్యా నగ్రా ప్రతి ఫొటోషూట్‌తో అభిమానులను ఆకట్టుకుంటున్నారు. ఆమె ఫొటోలకు వేల సంఖ్యలో లైక్స్, కామెంట్లు వస్తుండగా, పలువురు సినీ అభిమానులు "గ్లామర్ క్వీన్", "స్టైలిష్ స్టార్" అంటూ కామెంట్లు చేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం ప్రగ్యా నగ్రా చేతిలో పలు దక్షిణాది చిత్రాలు ఉన్నట్లు సమాచారం. వరుస ఫొటోషూట్లు, కొత్త ప్రాజెక్టులతో ఆమె సినీ రంగంలో మరింత బిజీగా మారుతున్నట్లు సినీ వర్గాలు చెబుతున్నాయి.

ఆశయాలు ఉండాలి.. కానీ ఇతరులను తొక్కేయకూడదు: అనన్యా పాండే

గ్లామర్ ప్రపంచం, కార్పొరేట్ రంగాల్లో విజయాన్ని అందుకోవాలంటే ఇతరులను వెనక్కి నెట్టాల్సిందే అన్న భావన చాలా మందిలో ఉంటుంది. ఆశయం అంటే స్వార్థం, పోటీ అంటే ఎదుటివారిని పడగొట్టడం అనే అభిప్రాయం సమాజంలో బలంగా కనిపిస్తుంది. అయితే ఈ ఆలోచనా విధానాన్ని బాలీవుడ్ నటి అనన్యా పాండే పూర్తిగా ఖండించారు. ఆశయాలు కలిగి ఉండటం తప్పు కాదని, కానీ ఎదుటివారికి హాని చేయకుండా కూడా విజయాన్ని సాధించవచ్చని ఆమె స్పష్టం చేశారు. ఇటీవల ఓ ఇంటర్వ్యూలో మాట్లాడిన అనన్యా పాండే తన వ్యక్తిగత ఆలోచనలు, కెరీర్ లక్ష్యాల గురించి ఎంతో స్పష్టంగా వివరించారు. "నాకు పెద్ద ఆశయాలు ఉన్నాయి. జీవితంలో చాలా సాధించాలనుకుంటున్నాను. కానీ దాని కోసం మరొకరిని కిందకు లాగాలనే ఆలోచన మాత్రం నాకు ఎప్పుడూ రాదు. నేను ఏం చేయాలనుకుంటున్నానో నాకు స్పష్టంగా తెలుసు" అని ఆమె తెలిపారు. ప్రస్తుతం ఈ వ్యాఖ్యలు సామాజిక మాధ్యమాల్లో విస్తృతంగా చర్చకు దారి తీశాయి. సినీ పరిశ్రమలో మహిళల మధ్య ఆరోగ్యకరమైన సహకారం ఎంత ముఖ్యమో కూడా అనన్యా ప్రస్తావించారు. ముఖ్యంగా బాలీవుడ్ స్టార్ నటి దీపికా పదుకోన్‌ను ఉదాహరణగా చెబుతూ, ఆమె తన కెరీర్‌లో నిర్మించుకున్న స్థానం ఎంతోమంది యువ నటీమణులకు స్ఫూర్తిగా నిలిచిందన్నారు. "ముందున్న మహిళలు తమ తర్వాతి తరం కోసం మార్గం సుగమం చేస్తే, ఇండస్ట్రీ మరింత బలపడుతుంది" అని అనన్యా వ్యాఖ్యానించారు. అనన్యా చెప్పిన ఈ ఆలోచనలకు మానసిక నిపుణులు కూడా మద్దతు తెలుపుతున్నారు. ఇతరులపై ఈర్ష్యతో కాకుండా, తన ప్రతిభపై నమ్మకంతో ముందుకు వెళ్లడం నిజమైన ఆత్మవిశ్వాసానికి సంకేతమని వారు చెబుతున్నారు. ఇటువంటి వ్యక్తులు ఎల్లప్పుడూ తమ లక్ష్యాలపైనే దృష్టి పెడతారని, అదే సమయంలో మానవ సంబంధాలకు, నైతిక విలువలకు కూడా ప్రాధాన్యం ఇస్తారని విశ్లేషిస్తున్నారు. ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియా, సినీ రంగం, కార్పొరేట్ ప్రపంచంలో తీవ్రమైన పోటీ నెలకొంది. ఈ క్రమంలో ఒకరు ఎదగాలంటే మరొకరు పడిపోవాలనే భావన చాలా మందిలో పెరుగుతోంది. కానీ ఇదంతా అభద్రతా భావం వల్లే వస్తుందని మానసిక నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఓటమి భయం, నిరంతరం గుర్తింపు పొందాలనే తపన, అంతర్గత అసంతృప్తి కారణంగానే కొందరు ఇతరులను దెబ్బతీయాలనే ఆలోచనతో ముందుకు వెళ్తారని పేర్కొంటున్నారు. అయితే అలాంటి పోటీ తత్వం తాత్కాలిక విజయాన్ని మాత్రమే ఇస్తుందని, దీర్ఘకాలంలో మంచి సంబంధాలు, నమ్మకం, మానసిక ప్రశాంతతను దూరం చేస్తుందని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. నిజమైన విజయం అంటే మరొకరిని కిందకు తోసేయడం కాదని, అందరినీ గౌరవిస్తూ మన ప్రతిభతో మనం పైకి ఎదగడమేనని వారు చెబుతున్నారు. అనన్యా పాండే వ్యక్తం చేసిన ఈ అభిప్రాయాలు ప్రస్తుతం యువతలో మంచి చర్చకు దారి తీశాయి. ముఖ్యంగా మహిళలు మహిళలకు అండగా నిలబడాలి, పోటీని ద్వేషంగా కాకుండా ప్రేరణగా మార్చుకోవాలి అన్న ఆమె సందేశం ఎంతో మందిని ఆకట్టుకుంటోంది. నేటి యువతలో పెరుగుతున్న అనారోగ్యకరమైన పోటీ తత్వానికి ఇది సరైన సమాధానమని పలువురు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

Printed, Published and Owned by **GATTU MAHESH**, Printed at **M R PUBLICATIONS**, # 6-3-1880, Vanasthalipuram, Rangareddy, Telangana, 500070, **EDITOR: GATTU MAHESH, JANAMVOICE PUBLICATIONS, 2-80/A,** VILL: ADAVISRIRAMPUR, MANDAL: MUTHARAM, DIST: PEDDAPALLI, TELANGANA , 505184. **RNI NO: TGTEL/26/A0383,** CELL: 8008398069, MAIL ID: janamvoicedaily@gmail.com