

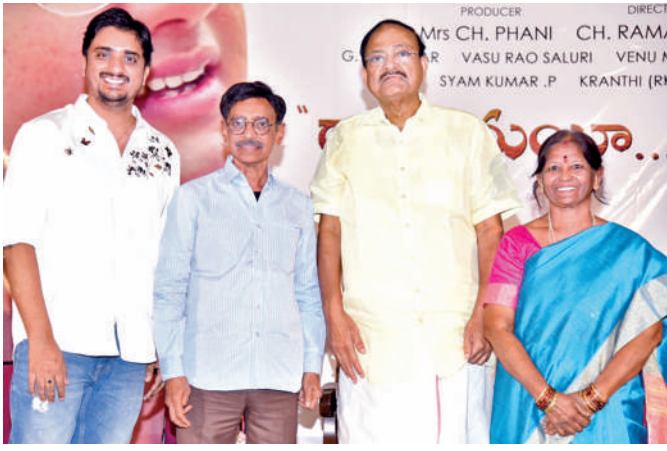
'ఘంటసాల ది గ్రేట్' రిలీజ్ డేట్ పోస్టర్ లాంచ్

పిపుల్స్ స్టార్ ఆర్ నారాయణమూర్తి.. అమర గాయకుడు ఘంటసాల వెంకటేశ్వరరావు జీవితం మీద తెరకెక్కిన బయోపిక్ 'ఘంటసాల ది గ్రేట్'. కృష్ణ చైతన్య టైటిల్ పాత పోషించారు. ఈ సినిమాలో ఘంటసాల భార్య సావిత్రి పాత్రలో కృష్ణ చైతన్య భార్య మృదుల నటించారు. సిహెచ్ రామారావు దర్శకత్వంలో సిహెచ్ ఫణి నిర్మించారు. ఫిబ్రవరి 14న ఈ సినిమాను విడుదల చేయనున్నారు.

హైదరాబాద్ ప్రసాద్ ల్యాబ్స్ లో జరిగిన కార్యక్రమంలో మాజీ ఉపరాష్ట్రపతి వెంకయ్య నాయుడు చేతుల మీదుగా రిలీజ్ డేట్ పోస్టర్ ఆవిష్కరించారు. ఈ కార్యక్రమానికి పీపుల్స్ స్టార్ ఆర్ నారాయణమూర్తి, నిర్మాత ఆశోక్ కుమార్, సంగీత దర్శకుడు మాధవపెద్ది సురేష్, నటులు ఆశోక్ కుమార్, సుబ్బరామ శర్మ, నటి జయవాణి, నిర్మాత దామోదర ప్రసాద్, దర్శకులు కర్ర బాలాజీ తదితరులు హాజరయ్యారు.

మాజీ ఉపరాష్ట్రపతి వెంకయ్య నాయుడు మాట్లాడుతూ... నేను సినిమా కార్యక్రమాలకు వెళ్తేను. అప్పుడప్పుడు సినిమాలు చూస్తాను, ముఖ్యంగా పాత సినిమాలు చూస్తాను. ఘంటసాల గారి జీవితం గురించి నేటి తరానికి తెలియవెచ్చే కార్యక్రమం కనుక వచ్చాను.

ఘంటసాల వారి సమగ్ర జీవితాన్ని ఇతివృత్తంగా తీసుకుని సినిమా తీశామని, అన్ని విషయాలూ స్పృశించామని చెప్పడంతో వచ్చాను. స్వాతంత్ర్య సమరయోధుడిగా, ప్రజా గాయకుడిగా, ప్రముఖ సంగీత దర్శకుడిగా, అన్నిటికీ మించి అమర గాయకుడిగా దేశానికి, తెలుగు ప్రజలకు పరిచయమైనా. వారి జీవితం ఆధారంగా తీసిన 'ఘంటసాల ది గ్రేట్' చిత్రాన్ని వీక్షించే అవకాశం లభించడం నాకు ఎంతో ఆనందంగా ఉంది. ఘంటసాల గారితో పాటు సినిమా తీయడం సాహసం. ఎందుకంటే... సినిమా తీయడం ఇప్పుడే చూడకున్న వ్యవహారం. అందుకని, నిర్మాత ఫణి గారిని అభినందిస్తున్నా. ఒక సుమధుర గాయకుడి జీవితాన్ని తెచ్చి ఆవిష్కరించాలనే గొప్ప ఆలోచనతో నిర్మాణంలో పాలు పంచుకున్న జీవీ భాస్కర్, లక్ష్మి ప్రసాద్ లకు అభినందనలు. ఘంటసాల పాత్రలో నటించిన యువ గాయకుడు కృష్ణ చైతన్య, శ్రీమతి పాత్రలో నటించిన మృదులను ప్రత్యేకంగా అభినందిస్తున్నా. ఘంటసాలను శతాబ్ది గాయకుడు (సింగర్ ఆఫ్ సెంటరీ) అంటారు. నేను ఆయన్ను అమర గాయకుడు అంటాను. సంగీతం ఉన్నంత కాలం ఆయన ప్రజల మనస్సులో ఉంటారు. ఈ సినిమాను ప్రేక్షకులు ఆదరిస్తారని, ప్రోత్సహిస్తారని, ఘంటసాల అభిమానులు ఆసాదిస్తారని ఆశిస్తున్నాను. కమర్షియల్ హంగులతో కాకుండా సదుద్దేశంతో తీశారు కనుక సినిమా చూడమని తెలుగు వారి కృతజ్ఞత. నేను ఉపరాష్ట్రపతి అయ్యాక రాత్రి ఏడున్నర తర్వాత కార్యక్రమాలు బండ్ తొమ్మిదిన్నరకు నిద్రపోయాడిని. తెల్లవారి నిద్ర లేచాక అనారోగ్యం కీర్తనలు, ఘంటసాల, ఎన్నో బాలు పాటలు విన్నాడిని అని అన్నారు.



పిపుల్స్ స్టార్ ఆర్ నారాయణమూర్తి మాట్లాడుతూ.. "ఓ ఎన్టీఆర్, ఓ ఎయిన్, ఓ ఘంటసాల. ఎన్టీఆర్, ఎయిన్, ఓ ఘంటసాల కాలం ఘంటసాల ఉంటారు. ఆ మహానీయిడి చరిత్ర సినిమా తీసి ఇప్పుడు ధన్యం చేసుకుంటున్న దర్శకులు రామారావు గారికి, నిర్మాత ఫణి గారికి, ఘంటసాల పాత్రలో నటించిన తమిళనాడు కృష్ణ చైతన్యకు అభినందనలు. ఘంటసాల అంటే గానగంధర్వము, సంగీత దర్శకుడిగా తెలుసు. ఆయన స్వాతంత్ర్య పోరాటంలో పాల్గొన్నారు. ఆయనకు భారతరత్న ఇవ్వాలి. ఉత్తరాది గాయకులకు ఇచ్చి ఆయనకు ఎందుకు ఇవ్వలేదు? ఎంతో ఆసక్తి భారతరత్న ఇచ్చి ఎన్టీఆర్ కు ఇవ్వలేదు. ఆయనకూ ఇవ్వాలి" అని అన్నారు.

'ఘంటసాల: ది గ్రేట్' టైటిల్ రోల్ పోషించిన కృష్ణ చైతన్య మాట్లాడుతూ... 'మా చిత్రాన్ని ఆశీర్వాదించడానికి విచ్చేసిన వెంకయ్య నాయుడు గారికి ధన్యవాదాలు. నేను ఒక గాయకుడిని, నాకు యూకేగ్ పెద్దగా రాదు. పెద్ద పెద్ద నటులు మా సినిమాలో ఉన్నారు. సినిమా బావుంటే, నన్ను ఆశీర్వాదించాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటున్నాను. నాకు అవకాశం ఇచ్చిన దర్శకులు రామారావు గారికి థాంక్స్" అని అన్నారు. దర్శకులు సిహెచ్ రామారావు మాట్లాడుతూ "ఘంటసాల పాట అందరికీ తెలుసు. ఆ పాట ఎంత గొప్పదో తెలుసు. కానీ, ఆయన వ్యక్తిత్వం చాలా కొంతమందికి తెలుసు. కృష్ణతో నాన్న దుర్భిక్షం, వినయంతో విద్య ప్రకాశిస్తుందని ప్రవచించిన సినిమేతరు నిదర్శనం ఘంటసాల. ఆయన వ్యక్తిత్వాన్ని, ఆ జీవితాన్ని మా సినిమాలో చెప్పడం జరిగింది. భారతదేశ సినిమా చరిత్రలో ఏ గాయకుడి మీద పూర్తిస్థాయి నిడివి సినిమా రాలేదు. ఆ అవకాశాన్ని నాకు ఇచ్చిన భగవంతుడికి సర్వదా కృతజ్ఞుడిని" అని అన్నారు. ఘంటసాల వెంకటేశ్వరరావు, సావిత్రి పాత్రలో నిజజీవిత దంపతులు కృష్ణ చైతన్య, మృదుల నటించిన 'ఘంటసాల ది గ్రేట్' సినిమాలో సుమన్, సుబ్బరామ శర్మ, దీక్షితులు చూస్తారు, మాస్టర్ అశుబిత్ ఇతర ప్రధాన పాత్రలు పోషించారు.

సిన్స్ పనల్ కాన్సెప్టుతో రాబోతున్న 'ఎమ్4ఎమ్'

13న రానున్న 'ప్రణయ గోదారి'..



సంగతి తెలిసిందే. ఆయన వేదధారణ, ఆచార్యం, నటన ఈ చిత్రానికి స్పెషల్ అట్రాక్షన్ కానున్నాయి. ప్రణయ గోదారి నుంచి ఇప్పటి వరకు రిలీజ్ అయిన కంటెంట్ ఆడియోస్ ను ఆకట్టుకున్న పాటలు, పోస్టర్లు ఇలా అన్ని సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అయ్యాయి. ఇక ఈ చిత్రాన్ని డిసెంబర్ 13న రిలీజ్ చేస్తున్నారని ప్రకటించారు. ప్రమావన్ కార్యక్రమంలో స్పీడు పెంచుతున్నారని మేకర్స్, మున్ముందు వస్తుంది అంటున్నారు. కంటెంట్ తో కంటే ఆడియోతో హైవే పెంచుతున్న చిత్రయూనిట్ ప్లాన్ చేస్తోంది. మార్చిందేయ సంగీతం అందిస్తున్న ఈ సినిమాకు ఈదర ప్రసాద్ కెమరామెన్ గా పని చేస్తున్నారు. కో డైరెక్టర్ గా జగదీశ్ పల్లి, పురం కృష్ణ, డిజైనింగ్ కుమార్, వర్మి చేస్తున్నారు. కోరియోగ్రఫర్ కళాధర్, మోహనకృష్ణ, రజిని, ఎడిటర్ గా కొడంగల్ వీక్షిత వేణు, ఆర్ట్ డైరెక్టర్ గా విజయకృష్ణ ఈ చిత్రానికి పని చేస్తున్నారు.

రామ్ చరణ్ ఆర్ సి 16లో మున్నాభాయ్ 'దివ్యేందు'

ఆరేఆరేతో గ్లోబల్ నెట్వర్క్ ను సాధించి ప్రపంచ వ్యాప్తంగా అభిమానులను, సిని ప్రేక్షకులను మెప్పించిన గ్లోబల్ స్టార్ రామ్ చరణ్ ఇప్పుడు తన ఆర్ సి 16 సినిమా మాటింగ్ ను ప్రారంభించిన సంగతి తెలిసిందే. తొలి చిత్రం ఉప్పెనతో ఎక్స్ ప్లీయర్స్ ఇచ్చి బ్లాక్ బస్టర్ సాధించి అందరి దృష్టిని పున విజయాన్ని ఆకర్షించిన దర్శకుడు బుద్ధిబాబు సానా అందుకుంది కిరణ్ ఈ సినిమాను తెరకెక్కిస్తున్నారు. ఇబ్బవరం మూవీ క. ఈ మైత్రీ మూవీ మేకర్స్, సుకుమార్ సినిమాలో నయన్ సారెక్, తస్మీ రైటింగ్స్ బ్యానర్స్ సమర్పణలో రామ్ హీరోయన్ గా నటించారు. ఈ భారీ పాన్ ఆడియో చింతా వరలక్ష్మి సమర్పణలో శ్రీచక్రాన్ సినిమాను వృద్ధి ఎంటర్ టైన్ మెంటర్స్ బ్యానర్స్ పై చింతా సినిమాను బ్యానర్స్ పై వెంటకు సతీష్ కిలారు నిర్మిస్తున్నారు. గోపాలకృష్ణ రెడ్డి భారీ ప్రొడక్షన్ వ్యాల్వూస్ తో అనెస్ మెంటర్ రోజు నుంచి అంచనాలు పెంచుతూ మెస్సేస్ నిర్మించారు. దర్శక ద్వయం సుజీత్, సందీప్ "క" ఈ సిని మాను భారీ స్టాయిల్ హై క్లికేట్ వేల్వూస్ తో 'సినిమాతో తమ ప్రతిభ నిరూపించుకున్నారు. "క" అన్ కాంప్లెక్స్ గా రూపొందిస్తున్నారు మేకర్స్. సినిమాను తెలుగులో ప్రొడ్యూసర్ వంశీ సందిపాటి తాజాగా ఇప్పుడు బాలీవుడ్ యంగ్ సెన్సేషన్ రిలీజ్ చేయగా.. మలయాళంలో స్టార్ హీరో దుల్కర్ దివ్యేందు ఇందులో కీలక పాత్రలో సల్మాన్ తన వేషధరి ఫిలింస్ పై డిస్ట్రిబ్యూట్ చేశారు. దీపావళి బ్యాన్సర్స్ సేవలో విస్తరించి నిలిచిన ఈ సినిమా వరల్డ్ వైడ్ దర్శకుడు బుద్ధిబాబు దివ్యేందు పాత్రకు 50 కోట్ల రూపాయల గ్రాస్ కలెక్షన్స్ సాధించింది. "క" బ్లాక్ బస్టర్ సంబంధించి స్పందిస్తూ తనకు ధమాకా ఈవెంటుస్ హైదరాబాద్ లో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ ఆర్ సి 16 ఎంతో ఇష్టమైన పాత్ర కార్యక్రమంలో దర్శకుడు సుజీత్ మాట్లాడుతూ, మా "క" సినిమాకు ఇదేసిన పేర్కొంటూ తన లుక్ థియేటర్ లో వందే పుల్ రెస్టాన్స్ వచ్చింది. డాబ్బీ విజన్ 4కి, ఆట్యూస్ మెలి తిప్పిన మీసం, రగ్గ్ సిన్స్ లోని ప్రతి డిటెయిల్ గా బాగా తెలుస్తుంది. అలాగే ఆట్యూస్ లో సౌండ్ ను లుక్ దివ్యేందు సరేత్త క్లియర్ గా వింటూ దాని థీమ్ ను అర్థం చేసుకుంటారు. ఈ సినిమా విషయంలో పాత్రలో మెప్పించ మాకు కిరణ్, ప్రొడ్యూసర్ చింతా గోపాలకృష్ణ రెడ్డి ఇచ్చిన సపోర్ట్ ను మర్చిపోలేం. ఆడియోస్ కు మరోసారి థ్యాంక్స్ చెబుతున్నాం. అన్నారు. దర్శకుడు సందీప్ మాట్లాడుతూ "క" సినిమా టీజర్ రిలీజ్ అయినప్పటి నుంచి ఇప్పటిదాకా మీరు చూపిస్తున్న ఆదరణకు థ్యాంక్స్ చెబుతున్నాం. ఈ సినిమా పుతుంది.



'క' బ్లాక్ బస్టర్ ధమాకా ఈవెంట్



విజన్ 4కి, ఆట్యూస్ టెక్నాలజీలో మా మూవీ మరింత ఎక్సైట్ గా మీకు సినిమాటిక్ ఎక్స్ ప్లీయర్స్ ఇస్తుంది. అన్నారు. హీరో కిరణ్ ఇబ్బవరం మాట్లాడుతూ పైరసీ అనేది జరగకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకుని ప్రతి ఒక్కరి ఇంటికీ క సినిమాను చేర్చారు. అలాగే డాబ్బీ విజన్ 4కి, ఆట్యూస్ టెక్నాలజీ నుంచి ఓటీటీలోకి వచ్చిన ఫస్ట్ తెలుగు సినిమా క కావడం విశేషం. అందుకు చాలా సంతోషంగా ఉంది. డాబ్బీ విజన్ 4కి, ఆట్యూస్ టెక్నాలజీలో మా సినిమా మరింత డిటెయిల్ గా సౌండ్, విజువల్ మరింతగా ఆకట్టుకుంటాయి. "క" సినిమా నెక్స్ట్ కు మా నటిస్తుంది. ప్రొడ్యూసర్ గేవీ గారు, డైరెక్టర్ సందీప్, వంశీ సుజీత్, డిస్ట్రిబ్యూటర్ వంశీ గారు.. ఇలా ప్రతి విశేష వేడుకలంటే ఒక్కరూ కారణం. అందరికీ కృతజ్ఞతలు ప్రముఖ సీనియర్ ఆర్టిస్ట్ చెబుతున్నా. మంచి సినిమా చేస్తే నాగ మహేష్ మోహన్ లాల్ కు ఆడియోస్ ప్రేమను గెల్చుకోవచ్చు వాయిని ఓవర్ ఇస్తున్నారని అనే డైరెక్టర్స్, నమ్మకాన్ని క చిత్రానికి ప్రముఖ పీఆర్ ఓ వీరబాబు సినిమా ఇచ్చింది. ప్రొడ్యూసర్ గా ముగించుకుని త్వరలో చిత్రాన్ని ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకురానున్నాం. అని అన్నారు. మోహన్ లాల్, కాష్ట మాధవన్, తదితరులు నటిస్తున్న ఈ చిత్రానికి సంగీతం: రాజీవ్ వేగ్, డి.డి. ప్రదీప్ నాయర్, ఎక్సిక్యూటివ్ ప్రొడ్యూసర్: బానిశిద్దీ వీరబాబు, నిర్మాతలు: కాసుల శ్రీకర్ గుప్తా, కాసుల రామకృష్ణ, దర్శకత్వం: జోషి.

కేరళలో '1000 కోట్లు'



యంగ్ ఛాప్ నందమూరి తారక రామారావు ఫిలిమ్స్ లోకి గ్రాండ్ ఎంట్రీ ఇస్తున్నారు. డైసెమిక్ డైరెక్టర్ వైవిఎన్ చౌదరి రచన, దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ ఎక్సలెంట్ ప్రొడక్షన్ "న్యూ టాలెంట్ రోడ్స్" బ్యానర్ పై యలమంచిలి గీత నిర్మించనున్నారు. ఇప్పటికే లాండ్ చేసిన నందమూరి తారక రామారావు ఫస్ట్ దర్శకీ చరిత్ర వైడ్ రిలీజ్ అవుతున్నాడు. ఈ చిత్రం ద్వారా ప్రతిభావంతులైన కూచిపూడి డ్యాన్సర్, తెలుగు అమ్మాయి వీణారావు కథానాయికా పరిచయం అవుతున్నారు. ఈ రోజు వీణారావు ఫస్ట్ దర్శన ని నిర్మాతలు సుప్రీయ యాదగడ్డ, స్వచ్ఛ దత్ లాండ్ చేశారు. అప్పటినుంచి అందలరాజీ వీణారావు ఫస్ట్ దర్శన అందరినీ మెప్పించేలా చేసింది. ఫస్ట్ దర్శన రోల్ లో ట్రిడిషనల్, మోడ్రన్ అవుట్ ఫిట్ లో వీణారావు డిఫరెంట్ బ్యూటీఫుల్ లుక్స్ విశేషంగా ఆకట్టుకున్నారు. కథలు, సన్నివేశాలు, పాత్రలకు అనుగుణంగా నటించి ప్రేక్షకుల్ని రంజింప చేయడంలో తన వంతు నిరంతర కృషి చేస్తానని, తన అభిమాన నటి డాక్టర్ పి భానుమతి రామకృష్ణ గారి సాక్షిగా ప్రమాణం చేశారు వీణారావు. డైరెక్టర్ వైవిఎన్ చౌదరి వద్ద గత 18 నెలల అన్ని వీణారావు శిక్షణ పొందానని సినిమా, నటన పట్ల తన అసంతృప్తి తెలియజేశారు వీణారావు. ఈ చిత్రానికి ఆస్కార్ విజేత ఎమ్మెఎమ్ కిరణ్ మాస్టర్ అందిస్తున్నారు. మరో ఆస్కార్ విజేత చంద్రబోస్ లిరిక్స్ అందిస్తున్నారు. స్టార్ డైలాగ్ రైటర్ సాయి మాధవ్ బుర్రా ఈ భారీ అంచనాల చిత్రానికి డైలాగ్స్ అందిస్తున్నారు. వీణారావు ఫస్ట్ దర్శన ప్రెస్ మీట్ లో డైరెక్టర్ వైవిఎన్ చౌదరి మాట్లాడుతూ, అన్ని దత్ గారి కాంపౌండ్ లో దాదాపు ఐదేళ్లపాటు ఉన్నాను. నా తొలి సినిమా వారి బ్యానర్ లోనే చేయాల్సి వచ్చింది. తర్వాత నాకు అన్నపూర్ణలో డైరెక్టర్ కాన్స్ వచ్చింది. దక్షిణం నుంచి నాకొచ్చిన గాయ ఇద్దరు నాకు బిరస్టర్లున్నారు. ఇద్దరు భోజనం నా ఆఫీసులో ఉంటాయి. వారి ప్యాషన్స్ నుంచి వచ్చి మహిళా శక్తులుగా ఎదిగిన సుప్రీయ, స్వచ్ఛ చేతుల మీదుగా నేను కథానాయికా పరిచయం చేస్తున్న తెలుగు అమ్మాయి వీణారావు ఫస్ట్ లుక్ దర్శనని లాండ్ చేయడం అద్భుతంగా భావిస్తున్నాను. నాకోసం ఈ వేడుకీ పచ్చిన వారికి ముందుగా ధన్యవాదాలు. మా కథానాయకుడు నందమూరి తారక రామారావు గారి ఫస్ట్ దర్శనకి చాలా చరల్ వైడ్ చాలా అద్భుతమైన రెస్టాన్స్ వచ్చింది. వీణారావుకి కూడా చరల్ వైడ్ మంచి ప్రశంసల రావాలని కోరుకుంటున్నాను. వీణా మన తెలుగమ్మాయి. మంచి కూచిపూడి డ్యాన్సర్. అందాల రాజి. తనకి మంచి భవిష్యత్తు ఉండాలని కోరుకుంటున్నాను. అన్నగారు నందమూరి తారక రామారావు గారు నాకు స్ఫూర్తి. ఆయన నటించిన యుగంధర్, ఆడపడుగు సినిమా ఇదే రోజున రిలీజ్ అయ్యాయి. భానుమతి గారు బహుముఖ ప్రజ్ఞాశాలి. వారిని స్ఫురించుకుంటూ ఈ రోజున మా కథానాయికని తెలుగు ప్రేక్షకులకు పరిచయం చేయడం బిరస్టర్లున్నారు అన్నారు. నిర్మాత స్వచ్ఛదత్ మాట్లాడుతూ.. వీణా మా విజయవాద అమ్మాయి. చాలా ఆందంగా కనిపిస్తుంది. తెలుగు అమ్మాయిలు హీరోయిన్ గా రావాల్సిన సమయం ఇది అన్నారు. నిర్మాత సుప్రీయ యాదగడ్డ మాట్లాడుతూ.. వైవిఎన్ చౌదరి గారు అన్నపూర్ణ స్టూడియోస్ నుంచే డైరెక్టర్ గా పరిచయమయ్యారు. ఆ సినిమాతో తాత గారిని డైరెక్టర్ చేశారు. సీతారాముల కళ్యాణం చూడము రారాడి. సినిమా చూసిన తర్వాత తాతగారు చాలా హ్యాపీ ఫీల్ అయ్యారు. వైవిఎన్ చౌదరి గారు కిత్రవారిని పరిచయం చేయడంలో ముందుంటారు. తన కేరీలో ఎంతోమంది కిత్రవారిని అందరికీ పరిచయం చేశారు. వీణారావు ఎంతో అద్భుతమంటారు. ఇలాంటి లాండ్ రోజులకు ముందుగా ముందుగా వీణా ఎన్నో సినిమాల చేయాలని కోరుకుంటున్నా. ఈ సినిమా కోసం ఎదురుచూస్తున్నాను అన్నారు. నిర్మాత యలమంచిలి గీత మాట్లాడుతూ, హీరోయన్ ఫస్ట్ దర్శన ని లాండ్ చేసిన సుప్రీయ, స్వచ్ఛ గారికి థాంక్స్ యూ. మాహీల్ ఎలా అయితే ప్రపంచవ్యాప్తంగా హిట్ అయ్యారో మా హీరోయిన్ కూడా మనస్ఫూర్తిగా ఆదరిస్తారని కోరుకుంటున్నాను అన్నారు.

'న్యూ టాలెంట్ రోడ్స్' ప్రొడక్షన్ నెం 1 నుంచి వీణారావు ఫస్ట్ దర్శన లాంచ్



పోలి పాడ్యమి.. కార్తీక అమావాస్య మర్నాడు వచ్చే రోజుని పోలి పాడ్యమి అంటారు. ఈ రోజు నుండి మార్గశిర మాసం ప్రారంభం అవుతుంది. కార్తీక మాసం శివుడిని పూజిస్తే.. మార్గశిర మాసంలో విష్ణుమూర్తిని పూజిస్తారు. పోలి పాడ్యమి రోజున మహిళలు, యువ తులు అరటి దోవలలో దీపాలు వెలిగించి.. నీటి కొలనులు, చెరువులు, నదుల్లో వసుపు కుంకుమలతో వదులుతారు. ఇలా ఎందుకు చేస్తారు ? దాని వల్ల కలిగే ఫలితాలేంటో తెలుసుకుందాం. కార్తీక మాసం పూర్తికాగానే గుర్తుచేస్తే కథ పోలి స్వర్గం. ఇంతకీ ఆవిడ ఎవరు ? ఎందుకు పూజిస్తారు ? అంటే ఆనక్తికరమైన కథలు చెప్పుంటారు. ఇది అసలు సిసలైన తెలుగువారి ఆచారం. ఒక ఊరిలో ఒక ఉమ్మడి కుటుంబం ఉండేది. ఆ కుటుంబంలో ఐదుగురు కొడుకులు, కోడళ్లు ఉండేవారు. అందరిలోకెల్లా చిన్నాకోడలైన పోలి అనే మహిళకు చిన్ననాటి నుండి పూజలన్నా, ప్రతాలన్నా ఆసక్తి. కానీ.. ఆమె మాస్తే అత్తగారికి కంటగింపుగా ఉండేది. పూజలు చేయడంలో తనను మించి భక్తురాలు లేరని, అచారాలను పాటించే హక్కు తనకే

కనిపించకుండా దానిపై ఓ బుట్టును బోర్పించేది. కార్తీక మాసమంతా ఇలా నిర్విఘ్నంగా దీపాలు వెలిగించింది పోలి. ఆఖరిరోజైన అమావాస్య రానే వచ్చింది. ఆరోజు

పనస తొనలతో లక్షల్లో వ్యాపారం..

పెళ్లింది రాణి. ఈ ఏర్పాటునే ఓసారి, మహిళా సాధికారత కోసం కేరళ ప్రభుత్వం నిర్వహించే 'కుటుంబ శ్రీ' అనే కార్యక్రమానికి హాజరైందామె. పెద్దయ్యాక వ్యాపార రంగంలోనే స్థిరపడాలనుకున్నా.. కానీ ఏ వ్యాపారం చేయాలో నాకు స్పష్టత లేదు. కుటుంబ శ్రీ హాజరయ్యాక ఈ విషయంలో స్పష్టత వచ్చింది. ఆనక్తి నేరుగా వంటకాల్లో భాగం చేసుకోవచ్చు.. ఒకప్పుడు పనస పండ్లను ఎలా ఉపయోగించుకోవాలో తెలియక వృథా చేసేవాళ్ళం. కానీ అదే ఇప్పుడు లక్షలు సంపాదించి పెడుతున్నాయి. మా పెరట్లో పండే పనస పండ్లతో పాటు ఇక్కడి రైతుల దగ్గర్నుంచి వీటిని కొనుగోలు చేస్తున్నాను. ప్రస్తుతం నా వ్యాపారంలో స్థానిక మహిళల్ని భాగం చేశాను. ఇలా మా వద్ద 10 మంది మహిళలు ఉపాధి పొందుతున్నారు. మేము తయారు చేసే వస్తువులను ఇక్కడి సూపర్ మార్కెట్లలో, స్థానిక స్టోర్లలో అందుబాటులో ఉండాము. అయితే ట్యూరంలోనే వెటెనెరీనూ ప్రారంభించబోతున్నా. ఆపై ఆన్లైన్లో మా ఉత్పత్తులను విక్రయిస్తా.. అంటోన్న రాణి తన వ్యాపారంలో ప్రస్తుతం సుమారు రూ.8 లక్షల ఆదాయాన్ని ఆర్జిస్తోంది.

పనిలోనే ఆనందం! తనన, పట్టుదలతో వ్యాపారంలో రాణిస్తున్న రాణి.. తనకు పనిలోనే ఆనందం దొరుకు తుందని, ఇదే ఇంటికెరెర్ని సమన్వయం చేసుకునే శక్తినిస్తుందని అంటోంది. మాది వ్యవసాయాధారిత కుటుంబం కావడంతో చిన్నతనం నుంచే నేను కష్టపడి పనిచేసేవాణ్ని. ఉదయం 5 గంటలకే నిద్ర లేచి అమ్మకు ఇంటి పనుల్లో సహాయం చేసి స్కూలుకు వెళ్లేదాన్ని. ఇలా పనుల్ని సమన్వయం చేసుకోవడం నాకు చిన్నతనం నుంచే అలవడింది. చేసిన పనిలోనే ఒక ఆనందం నచ్చుతుంది. ఇదే ఎలాంటి ఒత్తిళ్లు మానసిక ప్రశాంతతను అందిస్తుంది. ఇప్పటివరకీ మహిళలనే సమాజంలో ఒక చక్కమైన చిన్న చూపు ఉంది. వ్యాపారం చేస్తామంటే నీ వల్ల అవుతుందా? అని నిరుత్సాహ పరిచే వారే ఎక్కువ మంది ఉన్నారు. అలాంటి వాళ్ళకు కనువిప్పు కలిగేలా చేయాలంటే. కష్టపడి పనిచేయమిక్కడే మార్గం! అంటూ ఔత్సాహిక మహిళా వ్యాపారవేత్తల్లో స్ఫూర్తి నింపుతోంది రాణి. మరోవైపు తోటి మహిళల్ని తమకు నచ్చిన రంగాల్లో రాణించేలా ప్రోత్సహిస్తోన్న ఆమె.. గతంలో 'కర్కశ శ్రీ' అవార్డు కూడా అందుకుంది.

పాళి పాడ్యమి విశిష్టత

నదీస్నానం చేసి.. దీపారాధన చేసేందుకు బయల్దేరింది అత్తగారు. వెళ్తు వెళ్తు పోలికి ఎక్కడలేని పనులన్నీ అప్పజెప్పి.. దీపాలు పెట్టే తీరిక లేకుండా చేసింది. కానీ పోలి ఎప్పుడీలాగే ఇంటిపనులన్నీ ముగించుకుని దీపాన్ని వెలిగించింది. భారతదేశంలో భక్తులు అత్యధికంగా సందర్శించే ఆలయాలు ఎన్ని ఆటంకాలు ఎదురైనా నిర్విఘ్నమైన భక్తితో అందుబాటులో ఉన్న పూజా సామగ్రితో తనను పూజించిన పోలి భక్తికి మెచ్చి పుష్పక విమానాన్ని పంపుతారు దేవతలు. ఊరిజనమంతా హుస్సందగానే పోలి స్వర్గానికి వెళ్లేందుకు ఆ విమానంలో ఎక్కుతుంది. తనకంటే ముందు పోలి స్వర్గానికి వెళ్లడం సహించలేని అహంకారి అత్తగారు.. పోలి కాలు పట్టుకుని కొందికి లాగుతుంది. మిగతా నలుగురు కోడళ్లు ఒకరి కాలు ఒకరు పట్టుకుంటారు. ఆగ్రహించిన దేవతలు పోలితో వారికి పోలిక లేదంటూ కొందికి నెట్టేస్తారు. పోలమ్మ స్వర్గానికి చేరుకుంటుంది. అందుకే మార్గశిర పాడ్యమి నాడు అరటి దోవలలో దీపాలు వెలిగించి..పోలిని స్వర్గానికి పంపుతూ నీటిలో వదులుతారు. అలాగే తమకు పనుపు కుంకుమలు ఇవ్వాలని, తమకీ స్వర్గ ప్రాప్తి కలగాలని కోరుకుంటారు. ఇదీ పోలిపాడ్యమి వెనుక ఉన్న నిజమైన కథ.

పల్లెల పకోడి

ఒక కప్పు, బియ్యపు పిండి: పావు కప్పు, శనగపిండి: పావుకప్పు, కారం: ఒక టీస్పూన్, చాట్ మసాలా: అర టీస్పూన్, గరం మసాలా: అర టీస్పూన్, ఉప్పు: తగినంత, నిమ్మరసం: ఒక టీస్పూన్, నూనె: వెయిండుదానికి సరిపడా. తయారీ విధానం: ఒక గిన్నెలో పల్లెలు, బియ్యపు పిండి, శనగ పిండి, కారం, చాట్ మసాలా, గరం మసాలా, ఉప్పు, నిమ్మరసం చేసి బాగా కలపాలి. కొద్దికొద్దిగా నీళ్లు చల్లుకుని పల్లెలకు పిండి బాగా పట్టేలా గట్టిగానే

కలుపుకోవాలి. స్టవ్మీద కడాయి పెట్టి, వెయిండుదానికి సరిపడా నూనెపోసి, వేడయ్యాక పిండితో ఉన్న పల్లెలను విడివిడిగా వేస్తూ దోగరా కాల్యకుంటే కరకరలాడే పల్లెల పకోడి సిద్ధం.

నిరక్ష వేస్తే అవి మన ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీసి ప్రమాదం ఉంది. మధుమేహం జీవనశైలి వ్యాధి. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరిగిపోవడమే దయాబెటిస్. అయితే మధుమేహం అదుపులో లేకపోతే అది రోగి శరీరంలోని వివిధ అవయవాలపై ప్రభావం చూపుతుంది. వీటిలో దంతాలు కూడా ఉండటం గమనార్హం. ముగిరి వల్ల దంతాలు ప్రత్యక్షంగా దెబ్బతినవు.

దంతాలకు షుగర్

దంతాలు మనిషి ఆరోగ్య నిర్వహణలో ప్రధాన పాత్ర పోషిస్తాయని చాలామందికి తెలియదు. పంటినొప్పి వస్తే కనీసం మంచిదీరు కూడా తాగలేని పరిస్థితి తలెత్తుతుంది. అయితే, దంత సమస్యలను నిరక్ష వేస్తే అవి మన ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీసి ప్రమాదం ఉంది. ఇక కొన్ని రకాలైన వ్యాధులు శరీరంతోపాటు మన దంతాలపైనా దుర్బలభావం చూపు తాయి. వాటిలో ముఖ్యమైంది మధు మేహం. మామూలుగా అయితే దయాబెటిస్ కిడ్నీలు, గుండె తదితర అవయవాలపై ప్రభావం చూపుతుందని వైద్యులు హెచ్చరిస్తుంటారు. అలాంటిది దయాబెటిస్ దంతాలపై ఎలా ప్రభావం చూపుతుంది? దానివల్ల తలెత్తే ఇతర అనారోగ్య సమస్యల గురించి తెలుసుకుందాం.

దంతాలకు షుగర్ ఎలాంటి ముఖ నిర్మాణంలో దంతాలు కీలకం. ఆహారం సమలదానికి మాత్రమే కాకుండా దంతాలు మనిషి ఆరోగ్య నిర్వహణలో ప్రధాన పాత్ర పోషిస్తాయని చాలామందికి తెలియదు. పంటినొప్పి వస్తే కనీసం మంచిదీరు కూడా తాగలేని పరిస్థితి తలెత్తుతుంది. అయితే, దంత సమస్యలను

పండ్లతో పళ్ల చెట్టు

పండ్లతో పండ్ల చెట్టు జామ, సపోటా, మామిడి.. ఇలా ఏ చెట్టుకు ఆ పండ్లు కాయడం మామూలు. కానీ ఒక చెట్టుకు రకరకాల పండ్లు కాస్తే.. తినుబండారాలు కూడా కోసుకోవడానికి వీలుగా చెట్లకు ఉంటే వాడే అనిపించే ఆ ఉహన వాస్తవం చేస్తే.. ఇదిరో ఇలా ఉన్నాయి. మనం కూడా త్రే చేద్దామా మరి!

తరువాత ఊడిపోతాయి. ఏ రకమైనా ముప్పు తప్పదుసాధారణంగా దయాబెటిస్ టైప్1, టైప్2 అని రెండు రకాలు. టైప్1 దయాబెటిస్ రోగుల్లో జన్యువరంగానే ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి తక్కువగా ఉంటుంది. టైప్1 జువెనైల్ దయాబెటిస్ (బాల్యంలోనే మధుమేహం) రోగుల్లో 20 ఏళ్ల లోపే మోలార్ (నవీలే) దంతాలు ఊగిపోతాయి. అంటే ఎవరిలోనైనా నాలుగు మోలార్ దంతాలు వదులైతే వారిని టైప్1 దయాబెటిస్ రోగులుగా పరిగణిస్తారు. ఇక టైప్2 రోగుల్లో ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి బాగానే ఉన్నప్పటికీ అది రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించలేదు.

చెలి చిట్కా

నీరు జీవాధారం. మనిషి బతకాలంటే.. నీరు తాగడం చాలా అవసరం. అయితే, అప్పుడప్పుడు మనం తీసుకునే ద్రవాల కన్నా.. మన శరీరం ఎక్కువ మోతాదులో ద్రవాలను కోల్పోతుంది. అప్పుడు బాడీ డీహైడ్రేట్ అవుతుంది. సరిపడా నీరు తాగకపోవడం, శరీరం ఎక్కువగా నీటిని కోల్పోవడం వల్ల ఈ సమస్య ఎదురవుతుంది. పెద్దవాళ్లలో ఈ

వ్యాధులకు ప్రతిరోజూ మందులు వేసుకోవాల్సి రావడం వల్ల మూత్ర విసర్జన ఎక్కువవుతుంది. దీంతో శరీరంలో నీటిసంపదం భారీగా ఉంటుంది. నిరంతరం పెద్దవాళ్లు డీహైడ్రేషన్కు గురైతే.. తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కోవాల్సి రావచ్చు. నిరక్ష వైద్యం ఉంటే.. కాలేయం, మూత్రపిండాలు, గుండె తదితర అవయవాలపై ప్రభావం చదుతుంది. ఇలాంటి సమస్యలు ఎదురుకావద్దే.. తరచూ నీళ్లు తీసుకుంటూ ఉండాలి. దాహం వేయకున్నా.. గంటగంటకూ నీళ్లు తాగడం

డీ హైడ్రేషన్ను ఢీ కొందాం !

సమస్య అధికంగా కనిపిస్తుంది. సాధారణంగానే వయసు పెరిగేకొద్దీ శరీరంలో నీటి నిల్వలు తగ్గుతుంటాయి. దాహం వేయడం కూడా తగ్గుతుంది. శరీరానికి నీరు అవసరం కన్నా.. వారితో దాహం వేయదు. దాంతో పెద్దవాళ్లు నీటిని తక్కువగా తీసుకుంటారు. ఇది డీహైడ్రేషన్కు దారితీస్తుంది.

2. వయసు పెరిగేకొద్దీ మూత్రాశయ సామర్థ్యం కూడా తగ్గిపోతుంది. దీని ప్రభావం వల్ల మూత్ర విసర్జన సమయంలో ఎక్కువ నీటిని కోల్పోవాల్సి వస్తుంది.

3 టీవీ, మగిలాలంటి దీర్ఘకాలిక పడుతుంది. ఇలాంటి సమస్యలు ఎదురుకావద్దే.. తరచూ నీళ్లు తీసుకుంటూ ఉండాలి. దాహం వేయకున్నా.. గంటగంటకూ నీళ్లు తాగడం

ఆర్థిక అక్షరాస్యతా అవసరమే!

తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలకు చదువుతోపాటు ఆటలు, పాటలు.. ఇలా వారికి ఆసక్తి ఉన్నవాటిపై శిక్షణ ఇప్పిస్తుంటారు. కానీ, ఆర్థికపరమైన అంశాల గురించి ఎక్కువగా చర్చించరు. వాటిపైన పిల్లలకు అవగాహన కల్పించరు. కొందరైతే.. పిల్లలు అడిగినంత డబ్బులు ఇవ్వాలంటారు. ఈ క్రమంలో పిల్లలకు ఆర్థిక అక్షరాస్యత అత్యవసరమని నూపొన్నవారు. ఆర్థిక చేసుకోండి: డబ్బు సంపాదించడం (ఆదాయం), పొదుపు, ఖర్చు, పెట్టు బడి.. ఆర్థిక నిర్వహణలో ప్రాథమికాంశాలు. ముందుగా మీ పిల్లలకు ఈ విషయాలపై పూర్తిగా అవగాహన కల్పించాలి. ఆదాయం: పిల్లల ప్రధాన ఆదాయ మార్గాలు.. పాకెట్ మనీ, బహుమతులే! కొందరు టీనేజర్లు పార్ట్ టైమ్ ఉద్యోగం ద్వారా ఎంతో కొంత సంపాదిస్తూ ఉంటారు. అయితే, ఆ డబ్బు ఎక్కడినుంచి వచ్చిందో పిల్లలకు అర్థమయ్యేలా చెప్పాలి. ఆ డబ్బులను సమర్థంగా నిర్వహించడంలో సాయపడాలి. ఖర్చు: తమ చేతికి వచ్చిన డబ్బును ఏయే వస్తువులపై

ఖర్చు చేయాలి? పిల్లలకు అవగాహన కల్పించాలి. అవసరం లేనివి కొనుగోలు చేయడం వల్ల డబ్బు ఎలా వృథా అవుతుందో తెలియకుండా పోతుందని ఆర్థిక నిపుణులు చెబుతున్నారు. పెద్దయ్యాక వారు ఆర్థిక ఇబ్బందులకు గురయ్యే ప్రమాదం ఉన్నదని హెచ్చరిస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో పిల్లలకు ఆర్థిక అక్షరాస్యత అత్యవసరమని నూపొన్నవారు. ఆర్థిక చేసుకోండి: డబ్బు సంపాదించడం (ఆదాయం), పొదుపు, ఖర్చు, పెట్టు బడి.. ఆర్థిక నిర్వహణలో ప్రాథమికాంశాలు. ముందుగా మీ పిల్లలకు ఈ విషయాలపై పూర్తిగా అవగాహన కల్పించాలి. ఆదాయం: పిల్లల ప్రధాన ఆదాయ మార్గాలు.. పాకెట్ మనీ, బహుమతులే! కొందరు టీనేజర్లు పార్ట్ టైమ్ ఉద్యోగం ద్వారా ఎంతో కొంత సంపాదిస్తూ ఉంటారు. అయితే, ఆ డబ్బు ఎక్కడినుంచి వచ్చిందో పిల్లలకు అర్థమయ్యేలా చెప్పాలి. ఆ డబ్బులను సమర్థంగా నిర్వహించడంలో సాయపడాలి. ఖర్చు: తమ చేతికి వచ్చిన డబ్బును ఏయే వస్తువులపై

ఒక్కోసారి ఏదైనా స్వీట్ తింటే బాగుండు అనిపిస్తుంది. మరికొన్ని సార్లెమో ఎలాగైనా సరే తిపి తినాల్సిందేనని గట్టిగా నిర్ణయించుకుంటాం. ఇలాంటి స్వీట్ క్రేవింగ్ను అదుపులో పెట్టుకోకపోతే కోరి అనారోగ్యాలను ఆహ్వానించుకుంటాం. మరి ఏం చేయాలంటే? బాగా తిపి తినాలనిపించి నప్పుడు పండ్లు తినడం మంచిది. వీటిలోని పోషకాలు తుందో వారికి తెలిసేలా చేయాలి. ఇందుకోసం ఇంకో పనికొరకుండా ఉన్న వస్తువులు, వాటి ఖరీదు, అవి కొనకుండా ఉండటం వల్ల కలిగే

మొత్తాలుగా అవసరం కోసం తీసుకోని.. రెండుమూడు నెలల తర్వాత ఇంకొంత డబ్బు కలిపి పిల్లలకు తిరిగివ్వండి. పెట్టుబడి పెట్టడం ద్వారా కలిగే ప్రయోజనాలను వారు ప్రత్యక్షంగా అనుభవించాలి. అప్పుడే.. వారికి మదుపు విలువ తెలిసొస్తుంది.

