



నిండుతున్న కేంద్ర ఖజానా



ప్రభుత్వ సంస్థల్లో కేంద్రానిదే మేజర్ వాటా

న్యూఢిల్లీ, జనవరి 6: కేంద్ర ప్రభుత్వానికి ప్రత్యక్ష, పరోక్ష వస్తువులు, సెస్లతో పాటు ఇతర మార్కెట్లో నిధులు సమకూరుతుంటాయి. అయితే ప్రభుత్వ సంస్థల్లో కేంద్రానిదే మేజర్ వాటా. ఆ కంపెనీలు ఆర్థికసంవత్సరంలో రాజ్యాల్లో ఉంటే అవి ఇన్వెస్టర్లకు డివిడెండ్ల రూపంలో నగదు బదిలీ చేస్తాయి. దాంతో కేంద్రానిదే ఆధిక వాటా ఉంటుంది కాబట్టి భారీ గా నిధులు సమకూరుతాయి. ఈ యేడాది ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలు కేంద్రానికి భారీడివిడెండ్లను చెల్లిస్తాయని ప్రభుత్వ వర్గాలు తెలిపాయి. బడ్జెట్లో నిర్దేశించిన అంచనాల్ని మించి చెల్లింపు ఉంటుందని పేర్కొన్నాయి. ప్రస్తుత 2023, 24 ఆర్థికసంవత్సరంలో పిఎస్యూ ల నుంచి రూ.55,000 కోట్ల నుంచి రూ.60,000 కోట్ల వరకు డివిడెండ్లు వస్తాయని ఆ వర్గాలు వివరించాయి. కేంద్ర ప్రభుత్వ రంగ సంస్థల ద్వారా రూ.43,000 కోట్ల డివిడెండ్ మొత్తాన్ని బడ్జెట్లో లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు. ఈ లక్ష్యానికిమించి ఈయేడాది అదనంగా రూ.12,000, 17,000 కోట్లు వస్తాయని అంచనా. ప్రస్తుత ఆర్థిక సంవత్సరంలో ఇప్పటికే పిఎస్

యూల నుంచి రూ.43,800 కోట్ల డివిడెండు మొత్తంకేంద్రానికి అందింది. పిఎస్ యూల డిజిస్ట్రేషన్మెంట్ ద్వారా ప్రభుత్వానికి దీర్ఘకాలికంగా కొంత నష్టం వాటిల్లే ప్రమాదం ఉంది. అయితే ఆ లోటును డివిడెండ్లు భర్తీ చేస్తాయని భావిస్తున్నట్లు ప్రభుత్వ వర్గాలు తెలిపాయి. కొన్ని ప్రభుత్వ సంస్థలు రాజ్యాల బాటపడుతూ కేంద్రానికి భారీగా నిధులు సమీకరిస్తున్నాయి. అయితే ఇంకొన్ని కంపెనీల్లో ప్రభుత్వం వాటా విక్రయించడం ద్వారా రానున్న రోజుల్లో కేంద్రానికి వచ్చే మొత్తంలో కోత పడనుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. డిజిస్ట్రేషన్మెంట్ పేరుతో వాటాలు అమ్మి రూ.51,000 కోట్లనుసమీకరించాలని బడ్జెట్లో నిర్దేశించుకోగా, ప్రస్తుత అంతర్జాతీయ ఆర్థిక అనిశ్చితుల వల్ల రూ.30,000 కోట్లు కూడా రావడం కష్టమని సంబంధిత వర్గాలు వెల్లడించాయి. గతేడాది ఏప్రిల్ నుంచి ఇప్పటివరకు వాటాల విక్రయంతో రూ.10,500 కోట్లు మాత్రమే కేంద్రం సమీకరించగలిగింది. ప్రస్తుతం ఎనిమిది ప్రభుత్వ రంగ సంస్థల్లో వాటాల విక్రయ ప్రతిపాదన వివిధ దశల్లో ఉందని తెలిసింది.



లాగ్రాంజ్ పాయింట్కు ఆదిత్య ఎల్-1

శ్రీహరికోట నుంచి 127 రోజుల సుదీర్ఘ ప్రయాణం

15 లక్షల కిలోమీటర్లు ప్రయాణించి ఎల్1 పాయింట్కు..

ఇది శాస్త్రవేత్తల పనితీరుకు గీటురాయి: ప్రధాని మోదీ

శ్రీహరికోట (తడ), జనవరి 6 ప్రభాతవార్త: ఆదిత్య ఎల్1 సూర్య పరిశోధన కోసం ఇక ముందు తన ప్రతిభ చూపించనుంది. శనివారం సాయంత్రం లాగ్రాంజ్-1 పాయింట్కు ఆదిత్య ఎల్1 ఉపగ్రహం చేరుకుంది. ఇన్రో చరిత్రలో ఇది మరొక మైలురాయిగా జాతి మొత్తం శాస్త్రవేత్తలకు అభినందనలు చెబుతున్నారు. ఏకంగా 15 లక్షల కిలోమీటర్లు ప్రయాణించిన ఆదిత్య ఎల్1 127 రోజులు ప్రయాణించి శాస్త్రవేత్తలు నిర్దేశించిన ప్రదేశానికి చేరుకుంది. ఇక ఇది పరిశోధనలు చేయడమే మిగిలింది. సూర్య పరిశోధన కోసం అంతరిక్ష శాస్త్రవేత్తలు రూపొందించిన ఆదిత్య ఎల్1 ఉపగ్రహాన్ని సెప్టెంబర్ 2న మన తెలుగు నేల శ్రీహరికోట నుంచి పిఎస్ఎల్వి సి57 రాకెట్ ద్వారా ప్రయోగించారు. ఆ రోజున భూమికి దగ్గర దూరం 235 కిలోమీటర్లు, భూమికి ఎక్కువ దూరం 19 వేల 530 కిలోమీటర్ల దూరంలోని దీర్ఘ వృత్తాకార కక్ష్యలో ఈ ఉపగ్రహాన్ని ప్రవేశపెట్టారు. 1475 కిలోల బరువు ఉన్న ఆదిత్య ఎల్1లో ఏడు అత్యంత ఆధునిక శక్తివంతమైన ఉపకరణాలు అమర్చారు. ఈ పడు పేలోడ్ల బరువు 244 కిలోల మాత్రమే. అయితే >>2

3 క్లస్టర్లుగా తెలంగాణ

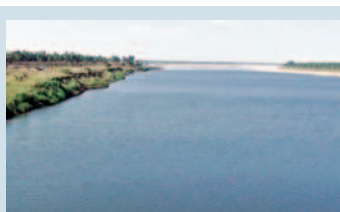
ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, జనవరి6: 2050 నాటికి తెలంగాణ అంతటా పారిశ్రామిక వృద్ధి జరగాలనే భవిష్యత్తు లక్ష్యంతో మెగా మెన్సారీ పాలసీ రూపకల్పన చేస్తామని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. శనివారం సెక్టెంబరియట్లో భారత పారిశ్రామిక సమాఖ్య(సిఐఐ) ప్రతినిధులతో ఆయన సమావేశమయ్యారు. తెలంగాణ ప్రాంతంలో 1994 నుంచి 2004 వరకు పరిశ్రమల అభివృద్ధికి అనుసరించిన ఫార్ములా ఒక తీరుగా ఉంటే 2004 నుంచి 2014 వరకు అది మరో మెట్టుకు చేరుకుందని తెలిపారు. రాజోమే రోజుల్లో ఇది అత్యున్నత వృద్ధి దశకు(నెక్స్ట్ లెవల్ డెవలప్మెంట్) చేరుకోవాలనే లక్ష్యంతో ప్రభుత్వం పని చేస్తుందన్నారు. పరిశ్రమల అభివృద్ధి.. పెట్టుబడులను ఆహ్వానించేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సరికొత్త ఫ్రెండ్లీ పాలసీని అనుసరిస్తుందన్నారు. పారిశ్రామిక అభివృద్ధి విషయంలో అపోహలు, అనుమానాలకు తావు లేదని అన్నారు. పారిశ్రామికవేత్తలు తెలంగాణలో పెట్టి ప్రతి సైని పెట్టుబడికి రక్షణ కల్పిస్తామని, అంతకంతకు విలువకూడా ఉంటుందని ముఖ్య

3వేల ఎకరాలకు ఒక ఫార్మా విలేజ్ కొత్తగా సోలార్ పవర్ విధానం పెట్టుబడులను ఆహ్వానించేందుకు ఫ్రెండ్లీ పాలసీ పారిశ్రామిక వృద్ధికి మెగా పాలసీ రూపకల్పన సిఐఐ ప్రతినిధులతో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ సమావేశం

మంత్రి భరోసా ఇచ్చారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం గ్రామీణ ప్రజల సంక్షేమం, గ్రామీణ ప్రాంతాల ప్రయోజనాలకే పెద్ద పీట వేస్తుందనే ఆలోచనలకు భిన్నంగా కొత్త పాలసీని తమ ప్రభుత్వం అనుసరిస్తుందని స్పష్టం చేశారు. హైదరాబాద్ ఒక్కటే పారిశ్రామిక అభివృద్ధి కేంద్రీకృతం కాకుండా తెలంగాణలోని అన్ని ప్రాంతాలు హైదరాబాద్ తరహాలోనే



అభివృద్ధి చెందాలనే ఆకాంక్షను వ్యక్తపరిచారు. గ్రామీణ ప్రాంతాలకు పరిశ్రమలు విస్తరించాలనేది తమ లక్ష్యమని అన్నారు. నగరాలు, పట్టణాల్లో అభివృద్ధి ఫలాలు, పెట్టుబడులతోనే గ్రామాలు, గ్రామీణ ప్రాంతాల సౌభాగ్యం, సంక్షేమం కూడా ముడిపడి ఉంటుందని అన్నారు. పారిశ్రామికంగా అన్ని రంగాలు అభివృద్ధి చెందేలా >>2



గోదావరి, కావేరి అనుసంధానికీ అంచనా వ్యయం 74 వేల కోట్లు

కేంద్రమంత్రి అధ్యక్షతన వచ్చే నెలలో సిఎంల సమావేశం

హైదరాబాద్, జనవరి 6, ప్రభాతవార్త: గోదావరి-కావేరి రెండు నదుల అనుసంధానికీ రూ.74329 కోట్లు వ్యయం కాగలదని జాతీయ నీటి అభివృద్ధి సంస్థ ప్రాథమికంగా అంచనా వ్యయంను లెక్కగట్టింది. గోదావరి-కావేరి నది పరిపాలనా ప్రాంతాల రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రులతో కేంద్ర >>2

ఖజానాకు రూ.1.49 లక్షల కోట్ల రాబడి

హైదరాబాద్, జనవరి 6, ప్రభాతవార్త: ప్రస్తుత 2023-24 ఆర్థిక సంవత్సరానికి సంబంధించి ఎనిమిది నెలల కాలానికి గాను తెలంగాణ రాష్ట్రం మిశ్రమ ఆర్థిక పనితీరును కనపరచింది. ఈ విధంగా రాబడి, మూలధనాన్ని కలిపి తెలంగాణ ప్రభుత్వ ఖజానాకు మొత్తంగా >>2

గత ఏడాది కంటే 15 శాతం పెరిగిన ఆదాయం బడ్జెట్ అంచనాల్లో 57.46% సాధన ప్రభుత్వానికి కాగ్ నివేదిక



వచ్చే నెల నుంచి తెలంగాణ భవన్కు కెసిఆర్: హాల్షిరావు

ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, జనవరి6: బిఆర్ఎస్ అధినేత కల్వకుంట్ల చంద్రశేఖరరావు వచ్చే నెల(ఫిబ్రవరి)లో రోజూ తెలంగాణ భవన్ను వచ్చి కార్యక్రమాలను కలుస్తారని, త్వరలోనే జిల్లాల్లోనూ పర్యటిస్తారని మాజీ మంత్రి హాల్షిరావు వెల్లడించారు. శనివారం హైదరాబాద్లో పెద్దపల్లి లోక్సభ నియోజకవర్గ >>2

MARUTI SUZUKI ARENA

SCAN TO CHAT WITH US

HOT AND TECHY

BREZZA

THE CITY-BRED SUV

Electric Sunroof

Head Up Display

360 View Camera

6 Airbags

Next Gen Suzuki Connect

BREZZA

E-BOOK* TODAY AT WWW.MARUTISUZUKI.COM OR VISIT YOUR NEAREST MARUTI SUZUKI ARENA DEALERSHIP

AUTHORISED DEALERS: HYDERABAD: ACER: (TIRUMALGIRI) CALL: 9154073240. AUTOFIN: (BOWENPALLY) CALL: 040-67292222. JAYABHERI: (GACHIBOWLI) CALL: 8100823456. (UPPAL) CALL: 9281105815. PAVAN: (SERILINGAMPALLY) CALL: 7093711199. VARUN: (BEGUMPET) CALL: 040-44607676. (BANJARA HILLS) CALL: 040-44887676. (KUKATPALLY) CALL: 040-44587676. (VANASTHALIPURAM) CALL: 040-24029979. (GACHIBOWLI) CALL: 040-49497676. RKS: (SOMAJIGUDA) CALL: 9848898488. (SECUNDERABAD) CALL: 9848898488. (KUSHAGUDA) CALL: 9848898488. (MITHRA: (HIMAYATHNAGAR) CALL: 040-27634444. (MEHDIPATNAM) CALL: 7799884949. SAI SERVICE: (ERRAGADDA) CALL: 7331168888. (MIYAPUR) CALL: 7331168888. ADARSHA: (ATTAPUR) CALL: 8897973366. (KARMANGHAT) CALL: 8297576633. (LB NAGAR) CALL: 9100102157. GEM MOTORS: (KONDAPUR) CALL: 9272506060. E-OUTLETS: SAI SERVICE: (SANGAREDDY) CALL: 7331168888. ADARSHA: (SIDDIPET) CALL: 9581656633. VARUN: (MEDAK) CALL: 9703656111. AUTOFIN: (MEDCHAL) CALL: 8885040034. PAVAN: (BRAHMAPATNAM) CALL: 7093711199. TELANGANA STATE: SRI JAYARAMA: (MEHABUBNAGAR) CALL: 8096998841. WIN MOTORS: (WARANGAL) CALL: 8688828002. ADARSHA: (KARIMNAGAR) CALL: 9133308022. (WARANGAL) CALL: 8462236236. (KARIMNAGAR) CALL: 0878- 2950555. PAVAN: (NALGONDA) CALL: 8790902131. E-OUTLETS: ADARSHA: (MANCHERIAL) CALL: 8886006633. (NIRMAL) CALL: 9133307720. (JAGTIAL) CALL: 8886776633. (GODAVARIKHANI) CALL: 8886556633. (ADILABAD) CALL: 7799784536. (JANGAON) CALL: 8886256633. (SIDDIPET) CALL: 9581656633. VARUN: (KAMAREDDY) CALL: 9966111132. (ARMUR) CALL: 9052022990. (KOTTAGUDEM) CALL: 9885260333. PAVAN: (MIRYALAGUDA) CALL: 8790902154. (KODADA) CALL: 8790902135. SRI JAYARAMA: (SHADNAGAR) CALL: 8096998841. (WANAPARTHY) CALL: 8096998841. MITHRA AUTO: (KHAMMAM) CALL: 8886063524. SAI SERVICE: (ZAHEERABAD) CALL: 7331168888.

*Terms and conditions apply. Creative Visualization. Black Glass on the vehicle is due to lighting effect. Features and accessories shown may not be part of standard fitment. Images used are for illustration purposes only **Ex - Showroom Price Delhi.

శరవేగంగా ‘తందేల్’ పనులు

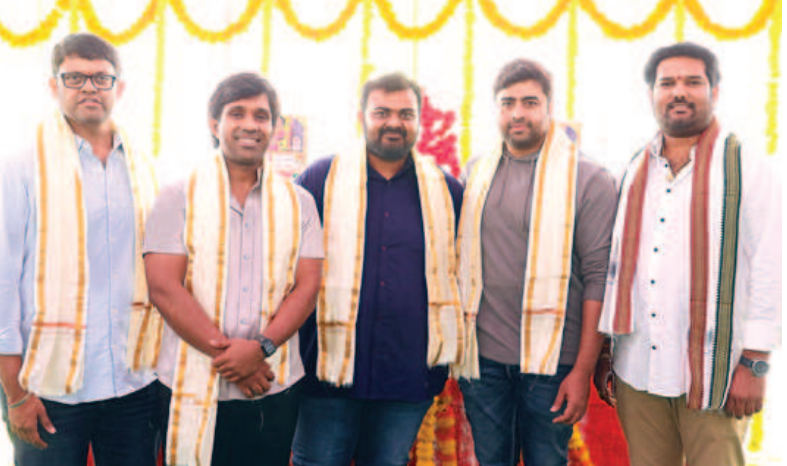
తందేల్ చిత్రం యూనిట్ ప్రీప్రాడక్షన్ పనుల కోసం ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకుని చాలా హార్డ్ వర్క్ చేసింది. ఇప్పుడు సినిమా మాటింగ్ సరఫరను ఆస్కాదిస్తోంది.. సినిమాకు సంబంధించిన పనులు వేగంగా జరుపుతోంది.. తాజాగా సాంరాశాన్ని ఆవిష్కరించి విజువల్ ట్రీట్ అందించారు. చేపలు వట్టటానికి సముద్రం మధ్యలో ఉన్న నాగపైతన్య పాత్రను పరిచయం చేయటంతో గ్లింప్స్



ప్రారంభమవుతుంది.. అనుకోకుండా వారు పాకిస్తాన్ జలాల్గీకి ప్రవేశించినపుడు వారిని కరాచీలోని సింఠల్ జైలులో బంధిస్తానతరు.. అక్కడ వారికి కఠినమైన శిక్షణ వేస్తారు.. రాజు ప్రేమరుకాలిగా సాయిపల్లవి బుజ్జి పాత్రలో నటించింది.. నాగపైతన్య మునుపెన్నడూ చూడని రస్మిక్ అవతారంలో కన్పించారు. శ్రీకాకుళం యానసను అద్భుతంగా పలికారు.. చైతన్ ప్రీప్రాడక్షన్ కు మంచి సమయానిన కేటాయించారు.. ఇందులో మాండలికం, బాడీ లాంగ్వేజ్లో బాగుండేందుకు ప్రత్యేక శిక్షణ తీసుకున్నారు.. సాయిపల్లవి అందంగా కన్పించింది.. ప్రేమకథ నెక్స్ట్ లెవల్లో ఉంది.. దర్శకుడు చందు మొండేటి గ్లింప్స్ ద్వారా కోర్ పాయింట్ను వెల్లడించారు.గీతా ఆర్ట్స్ పతాకంపై అల్లు అరవింద్ సమర్పణలో బస్మివాసు నిర్మించారు.. దేవిప్రిప్రసాద్ సంగీతం అందించారు. ప్రస్తుతం మాటింగ్ కర్ఫాటకలోజరుగుతోంది.

నారా రోహిత్ మూవీ రెగ్యులర్ షూటింగ్

ప్రతినిధి2 తో గ్రాండ్ కమిబ్యాక్ ఇప్పున్న హీరో నారా రోహిత్.. తన ల్యాండ్మార్క్ 20వ చిత్రాన్ని అనౌన్స్ చేశారు. సందీప్ పిక్చర్స్ ఎన్ఐపి బ్యానర్పై సంతోష్ చిన్నపొళ్ళ, గౌతమ్ రెడ్డి, రాకేష్ మహంకాణి నిర్మిస్తున్న ఈసినిమాతో వెంకటేష్ నిమ్మలపూడి దర్శకుడిగా పరిచయం అవుతునాననరు. అందరినీ ఆకట్టుకునేలా రొమాంటిక్ కామెడీ ఎంటర్టైనర్గా రూపొందుతోంది.. తాజాగా శనివారం పూజా కార్యక్రమాలతో సినిమా లాంఛ్ అయ్యింది.. సంతోష్ చిన్నపొళ్ళ,



గౌతమ్ రెడ్డి, రాకేష్ మహంకాణి, విజయ్ కృష్ణ, స్క్రిప్టును మేకర్స్ కు అందించారు.. ప్రదీప్ ఎం వర్మ కెమెరా స్పెషియల్ చేశారు. తొలి షాట్సుగౌతమ్ రెడ్డి క్లాష్ ఇచ్చారు. విజయ్ కృష్ణగౌరవ దర్శకత్వం వహించారు.. రెగ్యులర్ షూటింగ్ శనివారం నుంచి స్టార్ట్ అయ్యింది.. విక్రి వాఘవి కథానాయికగా నటిస్తోంది. లియోన్ జేమ్స్ సంగీతం అందిస్తున్నారు.

విక్టరీ వెంకటేష్ 75వ చిత్రం సైంధవ్.. శైలేష్ కొలను దర్శకత్వం వహించారు.. సంక్రాంతి కానుకగా ఈనెల 13న రాబోతోంది.. ఈ సేషన్లోనే నవాజుద్దీన్ సిద్ధిక్ మీడియాతో మాట్లాడారు.

మీ నటనతో దేశవ్యాప్తంగా ప్రేక్షకాదరణ పొందారు.. తెలుగులోకి రావటానికి ఆలస్యానికి కారణం?

ప్రతి నటుడు ఒక మంచి కథ కోసం ఎదురుచూస్తాడు.. నేను కూడ అలా సరైన స్క్రిప్టు కోసం ఎదురుచూశాను. అది సైంధవ్తో కుదిరింది..

చాలా ఆసక్తికరంగా ఉంటుంది.. వెంకటేష్గారి తో కలిసి పనిచేయటం ఎవరికైనా ఒక డ్రీం.. ఆయనతోకలిసి పనిచేయటం చాలా అసం దంగా ఉంది..

ఇప్పుడు మీరు విలన్ పాత్రలు తగ్గించారు. కదా.. సైంధవ్లోవిలన్ గా కన్పించటానికి కారణం?

నేను ఎప్పుడూ విలన్, హీరో పాత్ర అని చూడలేదు.. పాత్ర ఆసక్తికరంగా ఉందా? లేదా? అనేది ముఖ్యం.. కొన్నిసార్లు పాజిటివ్ రోల్స్ కంటేనెగిటివ్ రోల్స్ లో పెర్ఫామెన్స్ చేసే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది.. సైంధవ్లో దర్శకుడు శైలేష్ యూనిక్ రోల్స్ డిజైన్ చేశారు. నటించటానికి చాలా అవకాశం ఉన్న పాత్ర.

తొలి సినిమాకు డబ్బింగ్ చెప్పారు కదా.. దీనికి స్పాల్లి ఏంటి?

ఈవిషయంలో దర్శకుడు ప్రేరణ ఇచ్చారు. నా నటనకు వేరే ఎవరో డబ్బింగ్ చెప్పటం నాకు ఇష్టం ఉండదు.. పాత్రలో ఆ డెప్త్ రాదు.. ఇందులో నాది హైదరాబాద్ పాత్ర.. హిందీం కొంచెం తెలుగు రెండూ మూట్లాడే పాత్ర.. ఆ పాత్రలో నేను డబ్బింగ్చెబితేనే న్యాయం జరుగుతుంది.. భాషను, భావాన్ని అర్థం చేసుకుని చెప్పాను.. ఏదైనా కొత్త భాష నేర్చుకున్నప్పుడు మొదట్లో కొంత కష్టంగానే ఉంటుంది.. భాష గురించి తెలుసుకున్న కొద్దీ అది సులువు అవుతుంది..

తెలుగుసినిమాలు చూస్తూ? చాలా తెలుగు సినిమాలు చూశాను వెంకటేష్గారు చేసిన ఫ్యామిలీ సజ్జెక్టు చూస్తుంటాను.. ఆయన హిందీలో చేసిన అనారసినిమా కూడ చూశాను.

మీకు సవాల్ అన్నించిన అంశం ఏంటి?

హుబ్బి యాక్టర్ ఉన్నచిత్రమిది.. యాక్షన్ సీక్వెన్సులు చేయటం కాస్త సవాల్ గా అన్పించింది. మీరు చూస్తున్నప్పుడు ఇందులో యాక్షన్ ఎంత కష్టమో అర్థమవుతుంది..

మీ మెమరబల్ మూమెంట్?

శ్రీలంక పెడక్కలో మర్చిపోలేను.. సముద్రంలోబోట్ యాక్షన్ సీక్వెన్స్ నుచిత్రీకరిస్తున్నాం.. బోట్ పై అగ్నిలో వెళుతున్నాను.. అకస్మాత్తుగా ఒక పెద్ద అల వచ్చింది. దీంతో ఒక్కసారి బోట్ వదిలేసి సైలంట్ పాటు పైకి లేచాను. లక్కిగా మళ్ళీ బోట్లోనే ల్యాండ్ అయ్యాను (సవ్వతూ).. ఆ సీన్ సినిమాలోఉంటుంది.. ఆ సీక్వెన్స్ ను ప్రేక్షకులు చాలా ఎంజాయ్ చేస్తారు.

మీ డ్రీమ్ రోల్ ఉందా?

ఓషో పాత్ర చేయాలని ఉంది.. అవకాశం వస్తే ఆయన బయోపిక్ చేస్తాను.



న్యూ ఫాటో లుక్: ఆరియాభట్

నాగార్జున లక్ష్మినేని తాజా చిత్రం నా సామిరంగం.. ప్రముఖ కొరియోగ్రాఫర్ విజయ్ బిన్ని దర్శకుడిగా పరిచయం అవుతున్నారు. ఈచిత్రం అందరినీ ఆకట్టుకునేలా ప్రమోషన్స్ స్టార్ట్ చేశారు.. శ్రీనివాసా సిల్వర్ స్క్రీన్ పతాకంపై శ్రీనివాస చిట్టూరి హైబిడ్డతో ఈచిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు.. సంక్రాంతి కానుకగా జనవరి 14న రాబోతోంది.. దర్శకుడు విజయ్ బిన్ని మీడియాతో మాట్లాడారు

కొరియోగ్రాఫర్ నుంచి దర్శకుడిగా ఎలా టర్న్ అయ్యారు?

దర్శకుడు కావాలనే పరిశ్రమలోకి వచ్చా.. నువ్వొస్తానంటే నేనొద్దంటానా సినిమా చూసిన తర్వాత అన్ని క్రాష్టి బాగా చేశారు.కొరియోగ్రాఫర్ కి ఆ గ్రేడ్ ఉంటుందని భావించి కొన్నాళ్ళ కొరియోగ్రఫీ వైపు వెళ్లాను.

మీ తొలి సినిమానే నాగార్జున లాంటి పెద్దస్టార్ ని డైరెక్టు చేయటం ఎలా అన్నించింది?

ఇంతకుముందు నాగార్జునగారికి పాటలు చేశాను. సినిమా కూడా చాలా హ్యాపీగా చేసుకుంటూ వెళ్లాం.. దర్శకుడిగా తొలి సినిమాను నాగార్జునగారితో చేయటం నా అదృష్టం.

ఈ ప్రాజెక్టులోకి ఎలా వచ్చారు?

ముందు నాగార్జున గారితో ఒక సినిమా చేయాలని ఆయనకు కథ చెప్పాను. అప్పుడు ఆయన ఈ కథ గురించి చెప్పి ఈ



నాగార్జునగారితో చేయటం నా అదృష్టం ప్రాజెక్టును డైరెక్టు చేయమని చెప్పారు.. అప్పుడు ఈ కథను వోన్ చేసుకుని నా స్టయిలో చేశాను.. ఈసినిమాలో చాలా ప్లాస్ ఉంటాయి... ఏంటిజే నాగార్జున గారు కన్పిస్తారు. నేను నాగార్జునగారిని ఎంత డిఫరెంట్ గా చూపించాలని అనుకున్నానో అంత కొత్తగా ప్రజెంట్ చేశానని భావిస్తున్నాను.

అల్లరి నరేష్, రాజ్ తరుణ్ ల పాత్ర గురించి?

ఇదొక థ్రైండ్ షిప్ మూవీ. నరేష్గారికి నాగార్జున గారంటే పిచ్చి.. వాడెవరినీ ఈకథలో పెడితే బాగుంటుందని అన్పించింది. నరేష్గారు అద్భుతంగా చేశారు. వీరోచోపాటు మరో యంగ్ యాక్టర్ ఉండాలి.. ఆ పాత్రకు రాజ్ తరుణ్ ను తీసుకున్నాం... ఇందులో ముగ్గురికి ఒక్కొక్క కథ ఉంటుంది.. ఈ కథలు ఎలా కనెక్ట్ అయి ఉన్నాయో? వాళ్ళ మధ్య జరిగిన పరిస్థితులు ఏమిటనేది చాలా కొత్తగా ఉంటాయి.

అసాగర్ విజేత కీరవాణితో పనిచేయటం ఎలా అన్నించింది?

కీరవాణిగారు చాలా సపోర్ట్ చేశారు.. ఎప్పుడూ కొత్త దర్శకుడిలా చూడలేదు.. నేను కొరియోగ్రాఫర్ ని కాబట్టిమ్యూజిక్ సెన్స్ ఉంటుంది.. ఆయనకి ఏదైనా చెప్పినా ఒక సెన్స్ తోనే చెబుతుంటాడని భావించేవారు ఆయన సపోర్ట్ ను మర్చిపోలేను.. ఇప్పటివరకూ వచ్చిన మూడు పాటలు సూపర్ హిట్ అయ్యాయి.. రాబోయే మూడు పాటలకూడ వైరల్ అవుతాయి..

నిర్మాతల గురించి?

నిర్మాతలు చాలా సపోర్ట్ చేశారు. కావాల్సిన ప్రతిదీ సమకూర్చారు.. అందుకే ఇంత సజావుగా సినిమా జరిగింది.

ఎలాంటి జోనర్ లు చేయాలని అనుకుంటారు?

అన్ని జోనర్ సినిమాలు చేయాలని ఉంది.

40 ఏళ్లలో ఎన్నో విజయాలు బిఎర్రాజు జయంతి సందర్భంగా..

సూపర్ స్టార్ కృష్ణ వద్ద పట్టినిటీ వ్యవహారాలు చూసి పీఆర్ యోగ్ గా సీన్ కెరీర్ ఆరంభించిన బిఎర్రాజు ఆ తర్వాత ఆయన ప్రోత్సాహంతోనే సినిమాపాత్రికీయుగా రాణించారు.. ప్రముఖ దిన పత్రికలు,సినిమా వారపత్రికల్లో వివిధ హోదాల్లో పనిచేశారు. తన సతీమణి బి.జయ సహచర్యంతో 1994లో సూపర్ హిట్ వార పత్రికను స్థాపించి సంవలన రేపారు.. ఆయన మరణం వరకు ఒక్క సంచిక మిస్సవ్వకుండా 27 సంవత్సరాలపాటు దిగ్విజయంగా నిర్వహించారు. సుమారు 1500 చిత్రాలకు పైగాపట్టినిటీ ఇన్ వార్షిగా వ్యవహరించారు. చిత్ర పరిశ్రమ హైదరాబాద్ కు బదిలీ కావటం తో 2001లో ఆయన కార్యాలయాన్ని హైదరా బాద్ కు షిఫ్ట్ చేశారు.. ఈ ఏడాది ఆయన నిర్మాతగా, ఆయనభార్య జయ దర్శకురాలిగా ప్రేమలో పావని కల్యాణ్ అనే సినిమాతో అరేజి సినిమాన్ బ్యానర్ తో నిర్మాణ రంగంలోకి అడుగుపెట్టారు.చంటిగా, ప్రేమికులు, గుండమ్మగారి మనవడు, సవాల్, లచ్చి, వైశాఖం వంజలు సినిమాలను ప్రేక్షకులకు అందించారు. ఫిలిం క్రిటిక్స్ అసోసియేషన్ అవర్డునుగా కూడ పనిచేశారు..



మైత్రీ మూవీస్ కోసం ఏఆర్ రెహమాన్

గ్రేబర్ స్టార్ రామ్ చరణ్ తన తొలిచిత్రం సెన్సేషనల్ బ్లాక్ బస్టర్ ఉప్పెనతో జాతీయ అవార్డు అందుకున్న దర్శకుడు బుచ్చిబాబు సానాత్ చేతులు కలిపారు. ఈ సెన్సేషనల్ కాంటినెషనల్ వచ్చే క్రేజ్ సిజనమా టెక్నికల్ స్టాండ్ డ్స్ పరంగా అతగ్యున్నతంగా ఉండబోతోంది.. ప్రముఖ నిర్మాణ సంస్థ మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ సగర్వంగా సమర్పిస్తున్న ఈచిత్రాన్ని వృద్ధి సినిమాన్ , సుకుమార్



రైటింగ్ బ్యానర్లపై అత్యంత భారీ బడ్జెట్ లో వెంకట సతీషన్ కిలారు నిర్మించనున్నారు. ట్రేకింగ్ న్యూస్ ఏంటంటే.. ఈ చిత్రానికి ఏఆర్ రెహమాన్ సంగీతం అందిస్తున్నారు రెహమాన్ పట్టినరోజు సందర్భంగా మేకర్స్ ఈవిషయాన్ని తెలిపారు. ఈచిత్రానికి పవర్ ఫుల్ స్క్రీపును రెడీ చేశారు. మరిన్ని వివరాలను త్వరలో తెలియజేస్తామన్నారు.

ప్రేక్షకులు వందశాతం శాటిన్స్ పై అవుతారు

‘గీతాంజలి మళ్ళీ వచ్చింది’ సమర్థకుడు కోసం వెంకట్

హీరోయిన్ అంజలి టైటిల్ పాత్రలో నటిస్తున్న హరర్ కామెడీ మూవీ గీతాంజలి మళ్ళీ వచ్చింది. ప్రముఖ రైటర్, ప్రొడ్యూసర్ కోసం వెంకట్ సమర్థణలో ఈ సీక్వెన్సు ఎంపీవీ సిజనమా, కోసం ఫిల్మ్ కార్పొరేషన్ సంస్థలపై ఎంపీవీ సత్యనారాయణ, జీవీ నిర్మిస్తున్నారు. అంజలి నటిస్తున్న 50వ చిత్రమిది.. హరర్ కామెడీ, జోనర్ లో ట్రెండ్ సెట్ చేసిన గీతాంజలి సినిమాకు ఇది సీక్వెల్.... ఈ ఏడాది ప్రథమార్ధంలో విడుదలకు సిద్ధమవుతున్న ఈచిత్రాన్ని శివ తుర్లపాటి తెరకెక్కి స్తున్నారు. శనివారం ఈసినిమాలోని క్యారెక్టర్స్ ను పరిచయం చేస్తూ మీడియాతో మాట్లా డారు. కోసం వెంకట్ మాట్లాడుతూ, సాధారణంగా మనకు సముద్రంలోముత్యాలు దొరకుతుంటాయని,



అలా నాకు అమెరికాలోదొరికిన ఆజీముత్యాలు ప్రవీణ్ లక్ష్మరాజు, శివ తుర్లపాటి, మా లిరిసిస్ట్ శ్రీశ్రీ వంటి వారు దొరకారని అన్నారు. ఏదైనా కొత్తగా చేయాలన్నించిచేసిన గీతాంజలి. అది ట్రెండ్ సృష్టించిందన్నారు. ఈ సీక్వెల్ రావటానికి వచ్చేళ్ళ పట్టించన్నారు.. అందరూ ఎంజాయ్ చేసి చూశారన్నారు. మా శివకు ఈచిత్రం పెద్ద హిట్ అవుతుందన్నారు. సంత్రాంతికి టీజర్ ను విడుదల చేయటానికి ప్లాన్ చేస్తున్నామని తెలిపారు కార్యక్రమంలో ఎడిటర్ హోటా కె.ప్రసాద్, సినిమాటోగ్రఫీ సుజాత సిద్ధార్థ్, సంగీత దర్శకుడుప్రవీణ్ లక్ష్మరాజు, రవి క్రిష్ణ, డైరెక్టర్ శివ తుర్లపాటి, శ్రీనివాసరెడ్డి, అంజలి తదితరులు మాట్లాడారు.

‘ఈగల్’ లిలీజ్ డేట్ వాయిదా

మాస్ మాహారాజ రవితేజ తాజా చిత్రం ఈగల్.. కార్తీక్ ఘట్టమనేని దర్శకత్వం వహిస్తు న్నారు. పిపుల్ మీడియా ఫ్యాక్షరీ పతాకంపై తెరకెక్కుతోంది. సంక్రాంతి కానుకగా జనవరి 13న విడుదల కానుంది.. కాగా ఈవందక్కి అయిదు సినిమాలు రానుండటంతో థియేటర్ల వద్ద రద్దీ ఏర్పడింది.. ఈ క్రమంలో ఈగల్ చిత్రాన్ని వాయిదా వేయాలని నిర్ణయం తీసుకున్నారు. కొత్త రిలీజ్ డేట్ ను వెల్లడించారు. ఫిబ్రవరి 9న ఈగల్ చిత్రాన్ని గ్రాండ్ గా విడుదల చేయనున్నట్లు మేకర్స్ అనౌన్స్ చేశారు.. కాగా మన తెలుగు సినిమా సంక్షేమం కోసం ఒక అడుగు వెనక్కి వేస్తున్నామని, రావటంలో కొద్ది మార్పు పోట్, టార్గెట్ లో కాదు. ఈగల్ పిబ్రవరి 9 నుంచి అని మాస్ మాహారాజా రవితేజ టీల్ డే శేశారు. ఈచిత్రంలో అనుపమ పరమేశ్వరన్ హీరోయిన్.. రవితేజ మల్లిపుల్ సేడ్స్ ఉననన పాత్రల్లో అలరించనునాననరు. టీజ్ విశ్వప్రసాద్ నిర్మిస్తున్నారు. వివేక్ కూచిపొట్ల సహనిర్మాతగా వ్యవహరిస్తున్నారు.



‘ముఖ్యగమనిక’ ప్రామిసింగ్ గా ఉంటుంది

ఐకాన్ స్టార్ అల్లు అర్జున్ కజిన విరాన్ ముత్తంకెట్టి హీరోగా పరిచయం అవుతున్న చిత్రం ముఖ్యగమనిక.. సినియర్ సినిమాటోగ్రాఫర్ వేణు మురళీధర్ దర్శకుడిగా పరిచయం అవుతునాననరు. లావణ్య హీరోయిన్ గా నటిస్తోంది. శివిన ప్రొడక్షన్స్ పతాకంపై ప్రొడక్షన్ నెం1గా రాజాఖర్, సాయికృష్ణ నిర్మిస్తునాననరు. ఇప్పటికీ విడుదలైన ఫస్ట్ సింగిల్ ఆ కన్ను చూపుల్లోనా.. పాటకుమంచి స్పందన వచ్చింది. తాజాగా టీజర్ ను ప్రముఖ దర్శకుడు మారుతి విడుదల చేశారు..



సోఫల్ మీడియా లో మంచిస్పందన అందుకుంటోంది.. ఈసందర్భంగా జరిగిన కార్యక్రమంలో మారుతి మాట్లాడుతూ, టీజర్ ను చూశానని,చాలా ప్రామిసింగ్ గా ఉందన్నారు. ఒక మంచి డ్రిల్లర్ బ్యాక్ డ్రాప్ లో తెరకెక్కిందని తెలుస్తోందన్నారు. కార్యక్రమంలో హీరో విరాన్ ముత్తంకెట్టి, దర్శకుడు వేణు మురళీధరన్, నిరానమత రాజాఖర్, నటుడు బాబా, నటి ఆర్వాన్ తదితరులు మాట్లాడారు.



ప్రతి ఒక్కరూ ఎన్నో కలలు కంటారు. వాటిని నెరవేర్చుకోవడానికి ప్రణాళికలు కూడా వేసుకుంటారు. తీరా ఆమలు పరిచే సమయానికి ఏదో ఒక ఆవాంతరం ఎదురవుతుంటుంది. దీంతో అవి కలలానే మిగిలిపోతాయి. ఇలాంటి పరిస్థితి చాలామందికి ఎదురవుతుంది. కానీ, కొంతమంది సమస్యలను లెక్కచేయకుండా తమ కలను నెరవేర్చుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తుంటారు. ఇందులో ముంబయికి వెందిన **పర్లిచెర్ల చాల్ల** ముందు వరుసలో ఉంటారు. **22 ఏళ్ల** వయసులోనే ఎముకల వ్యాధి కారణంగా **వీల్‌చైర్**కే పరిమితమైన ఆమె. ఇప్పుడు సోలో ట్రావెలర్‌గా ప్రపంచాన్ని చుట్టేస్తున్నారు. ఇప్పటివరకు **వీల్‌చైర్‌లోనే 59 దేశాలను** చుట్టేశారు. ఈ క్రమంలో ఆమె గురించి మరిన్ని వివరాలను ఆమె మాటల్లోనే తెలుసుకుందాం...

అమ్మ గుర్తించింది... మాది పంజాబ్‌లోని లుధియానా ప్రాంతం. నేను ఆలో తరగతి చదువుతున్నప్పుడే మేము ముంబయికి వచ్చేశాం. నా బాల్యమంతా ఆటపాటలతో సాఫీగానే సాగింది. ఓ రోజు నేను భోజనం చేస్తుండగా నా దవదను సరిగా ఆడింపలేకపోతున్నట్లు అమ్మ గుర్తించింది. ఆ విషయం నాకు కూడా అర్థం కాలేదు. అప్పుడు నా వయసు 15 ఏళ్లు. అసలు సమస్య ఎంతో తెలుసుకోవాలని హాస్పిటల్‌కు వెళ్లాం. వాళ్లు పలు పరీక్షలు చేసి రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్ అనే సమస్య ఉన్నట్లు చెప్పారు. ఎముకలు, కీళ్లకు సంబంధించిన దీర్ఘకాలిక సమస్య ఇది. అప్పటినుంచి కొంతకాలం పాటు మందులు

వాడాను. ఓ రోజు సోదరి వివాహానికి హాజరయ్యా. కుటుంబ సభ్యులంతా డ్యాన్సు చేస్తూ కోలాహలంగా ఉన్నారు. దాంతో నేను కూడా వారితో కలిసి డ్యాన్స్ చేద్దామని ప్రయత్నించా. కానీ, నా కాల్చిని కొంచెం కూడా చదవలేకపోయాను. విపరీతమైన నొప్పి వచ్చింది. అప్పటినుంచి సమస్య పెరిగితే కానీ, కొంచెం కూడా తగ్గలేదు. కొంతకాలం తర్వాత నడవడం కూడా కష్టమైంది. ఒకానొక సమయంలో నడుమును కూడా పక్కకు తిప్పు లేకపోయామన్నా. బలవంతంగా ప్రయత్నిస్తే విపరీతమైన నొప్పి వేదింపేది. ఎన్ని మందులు వాడినా ఫలితం లభించలేదు. దాదాపు రెండేళ్ల పాటు మంచానికే పరిమితమయ్యాను.

వీల్‌చైర్‌లో ప్రపంచాన్ని చుట్టేసింది ..

ఆయుర్వేద చికిత్సతో... ఎప్పుడైతే నేను పక్కకు కూడా తిరగలేకపోయానో అప్పుడే ఇక నేను వీల్‌చైర్‌కు పరిమితమవ్వాలి అనేది ఆలోచించింది. అలాంటి కఠిన సమయంలో అమ్మ నాలో ధైర్యం నింపింది. భగవంతుడిని ప్రార్థించు తప్పకుండా సహాయం చేస్తాడు అని నాకు భరోసానిచ్చింది. కొంతకాలం తర్వాత తెలిసిన వారి సలహాతో ఆయుర్వేద చికిత్స తీసుకున్నా. దాని వల్ల నొప్పి కొంచెం తగ్గింది. ఆపై వీల్‌చైర్ సహాయంతో బయటకు వెళ్లడం మొదలుపెట్టా. అప్పుడే ఇతరులపై ఆధారపడకుండా సొంతంగా ఉద్యోగం చేద్దామనుకున్నా. ఆ ప్రయత్నంలో ఓ కాలే సెంటర్‌లో ఉద్యోగమొచ్చింది. వీల్‌చైర్‌లోనే రోజూ ఆఫీస్‌కెళ్లి వచ్చేదాన్ని. దాంతో నాకు కొంత ఉపశమనం లభించేది.

ఆ బహుమతిలో పునర్జన్మ... రోజూ మా స్నేహితులు జమ్మూకశ్మీర్‌లోని వైస్రోడేవి ఆలయానికి వెళ్లామని అన్నారు. వీల్‌చైర్‌కే పరిమితమైన నాకు ఇతర ప్రదేశాలకు వెళ్లడం ఎలా సాధ్యమవుతుందని వెళ్లనన్నా. అయినా వారు బలవంత పెట్టడంతో హెలికాప్టర్‌లో అక్కడికి వెళ్లాం. ఈ మొత్తం ప్రయాణంలో వివిధ సందర్భాల్లో నాకు పలువురు సహాయం చేయడంతో ఆ జర్నీ విజయవంతమైంది. అంతేకాదు.. ఈ ప్రయాణం నాలో ఆత్మవిశ్వాసాన్ని కూడా నింపింది. నేను కూడా ఇతర ప్రాంతాలకు వెళ్లగలనన్న సమ్మతం కలిగింది. ఆ ధైర్యంతోనే నా సోదరితో కలిసి దుబాయికి వెళ్లా. అక్కడ మరో సోదరి, ఆమె భర్త ఆటోమేటిక్ వీల్‌చైర్‌ని బహుమతిగా ఇచ్చారు.

అది నాకు మరింత సౌకర్యవంతంగా అనిపించింది. ఇతరుల సహాయం లేకుండానే ముందుకు వెనక్కి వెల్లడానికి అనువుగా ఉండడంతో దాని సహాయంతోనే ఒంటరిగా కెల్లాను, మార్చుకు వెళ్లా. అప్పుడు నాకు పునర్జన్మ ఎత్తిన ఫీలింగ్ కలిగింది. నా సంతోషం ఇందులోనే దాగుందని అనిపించింది. అందుకే ప్రపంచాన్ని చుట్టేయాలనే నిర్ణయం తీసుకున్నా.

ప్రతికూలతలు ఎదురైనా.... నేను నలభైల్లో ఉన్నప్పుడు నా ప్రపంచయాత్ర ప్రారంభించా. మొదట ఒంటరిగా బాల్కీ వెళ్లాను. అక్కడ అనేక ప్రాంతాలను సందర్శించాను. కొన్నిప్రతికూలతలు ఎదురైనా నా ప్రయాణం విజయవంతమైంది. ఆ సూర్యోత్థాన ప్రపంచంలోని వివిధ దేశాలకు వెళ్లాలని ప్లాన్ చేసుకున్నా. అయితే మొదట్లో వీల్‌చైర్‌లో వెళ్లడం వల్ల కొన్ని



ఇబ్బందులు ఎదురయ్యాయి. ఆపై అవి పునరావృతం కాకుండా వెళ్లే ప్రాంతం గురించి ముందే లోతుగా తెలుసుకునేదాన్ని. నాకు కావాల్సిన సౌకర్యాలన్నీ అక్కడ ఉన్నాయని తెలుసుకున్న తర్వాతే జర్నీ ప్రారంభిస్తున్నా. అలా ఇప్పటివరకు 59 దేశాల్లో ఒంటరిగానే ప్రయాణించాను. అయితే చాలామంది 'ఒంటరిగా వెళుతున్నావు. నీకు బోర్ అనిపించదా? అని అడుగుతుంటారు. కానీ, ట్రావెలింగ్ చేయడం వల్ల నాకు సంతోషం, మానసిక ప్రశాంతత దొరుకుతుంది. ఈ రోజుల్లో చిన్న సమస్య వస్తేనే దిగులు పడే వారు చాలామంది ఉన్నారు. అలాంటిది వీల్‌చైర్‌కే పరిమితమైనా.. అది ఉద్యోగం చేస్తూనే, ఇటు ఒంటరిగా దేశాల్ని చుట్టేస్తానన్న పర్లిచెర్ల కథ ఎంతోమందికి స్ఫూర్తిదాయకం. □

22వ పాశురం

అంగకో మా శ్శాలత్త రళరీ అభిమాన బంగమామ్ వస్తు నిన్ పళజ్జుక్కట్టి త్తీక్కే శంగ మిరుప్పార్ పోరే వస్తు తల్లై ప్పెయిదోమ్ కింగిణివాదు చ్చెయ్త తామరైప్పుప్పోరే శెంగళి శిశిప్పిత్తిదే యేమ్మేల్ విలియావో తింగళు మాదిత్తిరుంగు మెళునాతోల్ అంగజిరందుంగ్ శ్శెంగ్ మేర నోక్కు తియేరే ఎంగకోమేర శాబమిళిన్దేల్ రెమ్మావాదు||

ఇరవై రెండవ పాట
నర్తము తామని నర్తము తామని అవని అంతయు తమ దన్న అహము చేత విల్లవీగమ రాజాధిరాజులంత పచ్చిదూరిరి నర్తలోకైకనాడ నీపాడపిటించి అల్లనల్లన



శశిమూర్తులవతరించినయట్లు మెల్లమెల్లన నీ కనుల కమలాలు విప్పి చల్లచల్లగ కరుణ వర్షించ కనులనాథ జలకమాదాలి మనమంత జగన్నాథ జన్మజన్మాల మా పాపమంతరించ మేమునీచిన మానేము పలకపడం. **భావం:** సుందరమైన, విశాలమైన ప్రదేశములను ఏలుతున్న, ఎంతోమంది రాజులు తమకంటే గొప్పవారు లేరని అహంకారమును వీడి, తాము జయించిన సార్వభౌమని సింహాసనము క్రింద సమాహములు చేరినట్లు, మేము కూడా నీ సింహాసనము క్రింద గుంపులు గుంపులుగా చేరినాము. గోపికలు కృష్ణునితో అంటున్నారు. చిరుగంట ముఖ మువర విడియున్న తామరపూలను పోలిన, వాళ్ళల్నిముతో ఎర్రగా నున్న, నీ కనులను మెల్ల మెల్లగా విప్పి మాపై ప్రసరింపజేయుము. సూర్యవంధ్రులు ఆకాశములో ఒకేసారి కనబడితే ఎంత ఆనందం ఉంటుందో, ఆ అందము గల నీ రెండు నేత్రములు మాపై పడునట్లు చేయి. అప్పుడు ఏనైన శాపములుంటే అవి తొలగి పోతాయని వెలువలి గోపికలు కృష్ణునితో చెపుతున్నారట! **ఫలం:** అహంకారం సశిస్తుంది. □



తాజాదనం ఎక్కువసేపు..

ఎంత మదిదోచే పెరీప్యామ్ అయినా.. కానీపటికే దాని ప్రభావం తగ్గిపోతుంది. అలా కాకుండా ఎక్కువసేపు పరిమళాలు వెదజల్లుతూ.. మిమ్మల్ని ఉత్సాహంగా ఉంచాలంటే.. **కెప్చుల వెనుక:** ఇక్కడ చర్మం చాలా సున్నితంగా ఉంటుంది. సువాసన నిలిచి ఉండాలన్నా,

వ్యాపించాలన్నా పరిమళాన్ని అక్కడ స్ప్రే చేయాలి. పార్శ్వలు, వేడుకలప్పుడు.. ఆత్మీయులతో కాస్త దగ్గరగా మసులుతుంటాం కాబట్టి ఈ విధంగా ప్రయత్నించి చూడండి. అలాగని అతిగా ఉపయోగించొద్దు. చర్మానికి హాని కలిగొచ్చు. తలనొప్పి వంటి సమస్యలూ ఎదురవుతాయి. **మెడ చుట్టూ** :... ఇక్కడ రక్తనాళాలు చర్మ ఉపరితలానికి దగ్గరగా ఉంటాయి. అందుకే మెడ దగ్గర స్ప్రే చేస్తే పరిమళం పక్కగా వ్యాపిస్తుంది. ఎక్కువ సేపు ఆ తాజాదనం

చలి పనిపట్టే నెయ్యి

జలుబు, దగ్గు, జ్వరం.. ఎవరిని పలకరించినా ఈ సమస్యలు కామనీ. మరి వీటి నుంచి ఉపశమనం పొందాలంటే? నెయ్యి చూడండి..
❖ నెయ్యిలోని యాంటిఆక్సిడెంట్లు రోగనిరోధకశక్తిని పెరుగుపరిచి, ఇన్‌ఫ్లేక్షన్ నుంచి కాపాడతాయి. శరీరాన్ని ఉత్తేజపరుస్తాయి. కీళ్లనొప్పుల నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. అందుకే రోజువారీ ఆహారంలో నెయ్యికి చోటివ్వండి.
❖ ఈ కాలంలో చర్మం పొడిబారినట్టుగా ఉంటుంది కదా!



నెయ్యిని ఆహారంలో చేర్చుకుంటే.. చర్మానికి తగినంత తేమ అంది నిగనిగలాడుతుంది. దీనిలోని ఎ.వి.ఇ.ఆర్ విటమిన్‌లు శరీరకొవ్వులలో సులభంగా కరిగి చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. పలికాలంలో కొంతమంది బరువు పెరుగుతుంటారు. రోజూ మోతాదుకు మించకుండా నెయ్యిని తీసుకోవడం వల్ల బరువు నియంత్రించలే ఉంటుంది.
❖ శీతాకాలంలో జీర్ణవ్యవస్థ కాస్త మందగిడిగా ఉంటుంది. అదే మొదటిమధ్యలో చెందా నెయ్యిని చేర్చుకుని చూడండి. ఆహారం సులభంగా జీర్ణం అవుతుంది. నెయ్యిలో ఉండే ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, విటమిన్లు.. ఆహారం నుంచి పోషకాలనుగ్రహించడానికి దోహదపడతాయి. □

పెద్దలు జాగ్రత్త

చలివేళ.. ఇంట్లో పసిపిల్లలు ఉంటే ఎన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటాం? పుడ్తులనీ అంతే సంరక్షించుకోవాలి. లేదంటే.. అనారోగ్యాలు పొంచి ఉంటాయి. కాబట్టి...
అసలే చలి పెరిగిపోతుంది. శిశుులులకు కీళ్లనొప్పులు, అజీర్తి, జలుబు, దగ్గువంటివి పెద్దవాళ్లని ఇబ్బంది పెడతాయి.

తడిలోకి వీలైనంత వరకూ వారిని వెళ్లనివ్వద్దు. **ఉత్సాహంగా...** చల్లదనానికి స్తబ్ధుగా ఉండటం సాధారణమే. అలాగని వాళ్లనలా వదిలేయొద్దు. ఉత్సాహంగా ఉండేలా చూడాలి. వాళ్లకి నచ్చిన పాటలు వినిపించడం, పుస్తకాలు తెచ్చిస్తుడం వంటివి చేయాలి. వాదస్త్రమని చాలామంది వారితో మాట కలపడానికి ఇష్టపడరు. కానీ ఆ ఒంటరితనం వారికి కుంగుబాటును తేగలదు. సరదాగా దగ్గర కూర్చోని కబుర్లు చెప్పండి. వాళ్ల ఆసుభశాలను తెలుసుకోండి. వాళ్లతో కలిసి చిన్నచిన్న వ్యాయాలను చేస్తే ఇంకా మంచిది. మనసు, శరీరం ఉత్సాహంగా మారతాయి. శరీరానికి రక్తప్రసరణ బాగా జరిగి ఆక్సిజన్ స్థాయలు పెరుగుస్తాయి. ఈ కారణం వల్లే ఆందోళన, ఒత్తిడి వంటివి దూరమవుతాయి.



ఆహారంగా... పుడ్తులకు వేడివేడిగా తాజా ఆహారాన్నే అందించాలి. తేలికగా జీర్ణమయ్యేలా సూపులు, రసం, పెరుగు వంటివి పెడితే మేలు. ఇవి శరీర ఉష్ణోగ్రత తగ్గుకుండా చూస్తాయి. అలాగే మసాలాలు, కారానికి దూరంగా ఉండాలి. చలి ఎక్కువగా ఉంటే దాహమనిపించదు.కానీ గోరువెన్నని తీసుకునేలా చూడాలి. దీంతో డీప్లైడేషన్ ప్రమాదం ఉండదు. నీజినేరే పండ్లు.. నారింజ, కమలా వంటివి ఇవ్వాలి. వీటి ద్వారా నీ పెరుమిన పుష్కలంగా అంది వ్యాధి నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. ఉదయం కొంత సమయం ఎండలో కూర్చోవలసింది. డి విటమిన్ అంది ఎముకలు, కీళ్ల ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. □

కాసర సింధూరడ్డి జంకారెడ్డి గూడెం

