

అమిత్ షా, జానియర్ ఎన్టీఆర్ మధ్య

సినిమాల గురించే చర్చ: కేంద్రమంత్రి కిషన్‌రెడ్డి

హైదరాబాద్, ఆగస్టు 22, ప్రభాతవార్త: కేంద్ర హోంశాఖ మంత్రి అమిత్ షా ప్రముఖ సినీనటుడు జూనియర్ భీష్మ కావడం రాజీనామ వల్లనే చర్చకు దారితీసింది. ఆ సేవప్రసంగం వీరధర్ భట్టిపై కేంద్రమంత్రి కౌంటర్ ఇచ్చారు. దాదాపు 45 నిమిషాలపాటు సాగిన సమావేశంలో జడ్డర్ మధ్య సినీమాల గురించి మాత్రమే చర్చ జరిగిందన్నారు. సీనియర్ ఎన్టీ ఆర్. రాజేంద్ర ప్రసాదుల గురించి మాట్లాడుకున్నారు. రాజీనామ ప్రజ్ఞాపిక తీసుకుని వెళ్లిన వైనంపై జడ్డర్ మధ్య చర్చకు వచ్చిందన్నారు.

[illegible][illegible]

భారీ పోలీసు పహారాలో ముగిసిన స్వాతంత్ర్య వజ్రోత్సవాలు

ఎల్బి స్టేడియం పరిసరాల్లో ట్రాఫిక్‌జాం

హైదరాబాద్, ఆగస్టు 22, ప్రభాకరవార్త: దేశ స్వాతంత్ర్యం వజ్రోత్సవాల నామ పురస్కారంనుకుని నగరంలోని ఎల్బీడీ నాగార్జున స్మైటియంలో సామంతుల ప్రభుత్వ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన మంగుపు వేడుకల భారీ పోలీసు పహారా మధ్య ప్రశాంతిగా ముగిసారు. 15 రోజులు వజ్రోత్సవాలుకు ప్రాధాన్యతను ఇవ్వబడిన జరుపుకుండడం తెలిసిందే. ఇందులో భాగంగా ఆసేపాద రకాల కార్యక్రమాలను సర్కారు విభాగాలు నిర్వహించుచున్నవి.

నివేళేమి. విద్యార్థులను, యువపురుషులను, ప్రజాసంఘాలను, మ హిళా సంఘాలను, యువజన సంఘాలను, ఇందులో భాగస్వామ్యం చేసిన సర్కారు వారికి ఈ కార్యక్రమాలకు ప్రోత్సాహం పాలమందుచేసేలా చేసింది. పర్యవేక్షకులు నాడు రాష్ట్రపతిగా అని చోట్లా ఉండి ఇక్కడ జాతీయ పతాకాలను ఎగుర వేయడం ఇందులో భాగంగా

కాగా వజ్రోత్సవాల ముగింపు వేడుకలు ఎల్బి స్టేడియంలో ఘనంగా నిర్వహించేందుకు ముందుగానే నిర్ణయించిన

లోకీ ట్రాఫిక్ జాం

సర్కారు ఇందుకోసం భారీ సన్నాహాలను చేసి బంట్ చేసింది.

రాష్ట్రంలోని అన్ని ప్రాంతాల నుంచి కనీసం లక్ష మందిని ఆ కార్యక్రమానికి మళ్ళీ రాగా చూసేందుకు వీలుగా ఆర్టీసీ బస్సులను, ట్రైవేలను బస్సుల నుంచి పూర్తిగా చేసింది. నిప్పులు, పొద్దులు తగినట్లుగానే అన్ని ప్రాంతాల నుంచి పెద్ద సంఖ్యలో ప్రజలు ఎల్దోటి స్టేషియంలో జరిగిన మళ్ళీనోవాలకు తరలివచ్చారు. మహాస్త్వం నాలుగు గంటల పాటు సాగింది. వేడుకలు మొలకలగా అంతకు ముందుగానే ప్రజలు స్టేషియంలోకి వచ్చారు. స్టేషియంలో ఎలాంటి తోకేసినరాలా జరగకుండా పుండుందుకు వీలుగా బోలీసులు ప్రత్యేక పొద్దుట్ల జేతనులను వే జిల్లాల వారు స్టేషియంలోనే వే వే గేట్ల నుంచి వెళ్ళాలి...? ఎక్కడ కూర్చోవాలి...? వేడుకలు ముగిసిన తరువాత ఏ మార్గం నుంచి బయటకు వెళ్ళాలి...? అనే అంశాలపై బోలీసులు జాగ్రత్తలు తీసుకున్నారు.

తరలిరావడం గమనార్హం. కాగా ఈ వేడుకల్లో పాల్గొనేందుకు సిఎం కెసిఆర్ నా లుగునూర గంటల తరువాత వచ్చి ఏడు

గంటల వరకు వున్నారు. సిఎంతో పాటు మంత్రులు, ఎంఎల్ఎలు, అధికారులు పాల్గొనగా వీరి కార్యక్రమం కోసం ఏర్పాటు చేసిన వేదిక వద్ద కమాండోలు సహారా కాశారు.

ఇవే ఈ కార్యక్రమంలో ఎక్కడా ఎలాంటి అవాంఛనీయ ఫలితాలకు తావుపడకుండా వుండేందుకు సోపానాలు స్థాపించి అవసర బయట ధారీ పశువు బంధోపన్యాసం ఏర్పాటు చేసి ఆటగడుగునా తనిఖీలు చేబట్టారు. వరుసపై ఈ వేడుకలలో సాఫీగా సాగేందుకు వీలుగా స్థాపించిన బయట ట్రా ఫీట్ ఆంక్షలను విధించడం తెలిసింది. వచ్చాకన్నాం రెండు గంటల వరకు లాల్ తొమ్మిది గంటల వరకు ట్రాఫీట్ ఆంక్షలను నిందిచినా కార్యక్రమం ముందుకునే ముగించడంతో ఎనిమిది గంటల తరువాత ఆంక్షలను తొలగించారు.

మధ్యాహ్నం మూడు గంటల తరువాత ఆంధ్రులను అమలు చేశారు. మజ్దూర్లవారు రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఆ స్త్రీ ప్రాంతాలను నాన భరిగా ప్రజలు తలచిరావలసిన వంటి స్త్రీదేవతల పాట అడిగ్న, బిషేరబాగ్, బోలీసు కంట్లో రూం, నాంపల్లి, రవీంద్ర భాతి చౌరస్థాలలో కొంతసేపు ట్రాన్సిజన్ జాం మార్చింది. ఈ మూలాలలో బోలీసులు ముందుగానే జాం వచ్చినందున మళ్లించడంలో దీనివల్ల పెద్దగా సమస్య తలెత్తలేదు.

సిఎం కెసిఆర్‌కు నిజం చెప్పకూడదనే శాపం ఉంది!

● నిజం చెబితే అతని తల వెయ్యి ముక్కలైతదట

పెట్టాలని కెసిఆర్
ఆలోచన వెనుక పెద్ద
కుట్ర దాడి
ఉందన్నారు. ఉచిత

● బిజెపి రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు బండి సంజయ్ కుమార్

హైదరాబాద్, ఆగస్టు 22, ప్రభాతపాఠ్ఙ: తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి కె. చంద్రశేఖరరావుకు నిజం చెప్పే హక్కుదార్డు కావడం ఉందని, అని చెబితే ఆశనీ తల వెయ్యి కన్నుల్తోరతలని, నిజ జీవితీ రాష్ట్ర ఆదర్శవ్యవస్థ బండ్ నిజంబయి ఆస్సార్లు. సింం కెనెఆలై బండ్ నిజంబయి మండ్ పడ్డారు కెనెఆలై మానూ ఒక్కరే చెప్పగని, నేరం మిప్పితే ఆస్సార్లు అనిబద్ధాల అస్సార్లు. దేనిపని మెనానెఆలై, తీర్ బిట్టకే గెంతుకే ఆస్సార్లు కోనీ అం అస్సార్లు. అబద్ధాల ప్రవారానికే కెనెఆలై అడ్డగన అయిన గెజెట్ బతికెంటే తనను మెనెఆలై అబద్ధాల అడ్డోడు బతికెంటే కాన్సర్గని కెనెఆలై మానీ ఆశ్చర్యమయేవాడు అనిబద్ధాల. మెనానెఆలై మీటర్లు పడ్డాల్సిన అవసరం లేదని జీవితీ తెలంగాణ కాన్సర్గని నిరూపిస్తుందని, అయెడు కాన్సర్గాలు మానెస్తామనిబద్ధాల. జీవితీ వస్తే మన బాంయెంటులైవే మీటర్లు పడ్డవని రైతులను కెనెఆలై ఖ్వాతే మెయిలరైవే చెప్పస్సార్లుగనా. ఇప్పటికే దేశంలో 17 రాష్ట్రాలలో జీవితీ ఎండివే ప్రభుత్వం ఉన్నది ఆకర్షడ రైతులను ఇబ్బందిండ్ పడెతున్నట్లు అబద్ధాల కెనెఆలై మానెవపగలరా అస్సార్లు. మెనానెఆలై మీటర్లు మీటర్లు పడ్డాల్సిన కెనెఆలై ఆలోచన వెనకే పడ్డ కులు దాగ ఉందనా. మెనానెఆలై మీటర్లు



కరెంటు ఇయ్యడం కెసెఆర్కు చేతగావడం లేదన్నారు.
ఎందుకంటే రాష్ట్రం ఆర్థికంగా దివాళా తీసిందన్నారు.
ప్రభుత్వం దగ్గర పైసలు లేవని, జీతాలియ్యడానికి పైసలు

ఎంసెట్ ఇంజనీరింగ్ వెబ్‌సైట్‌ను ఆలస్యం!

25 నుంచి ప్రారంభమయ్యే అవకాశం

పైవేటు ఇంజనీరింగ్ కాలేజీల తనిఖీలను

పూర్తి చేసిన జెఎన్టీయూ, రెండు రోజుల్లో నివేదిక

నేటి నుంచి సర్టిఫికేట్ వెరిఫికేషన్ ప్రారంభం

హైదరాబాద్, ఆగస్టు 22, ప్రభాకరవారి: తెలంగాణ సంవత్సరం-2022 ఇంజనీరింగ్ కాన్ఫరెన్స్ వేదిక ఆప్తస్వంత ఆలస్యం కావచ్చును. నేటి(మంగళవారం) నుంచి ప్రారంభం కావల్సిన వేదిక ఆప్తస్వంత రెండు రోజులు ఆలస్యం తెలుస్తోంది. అయితే 25 నుంచి ప్రారంభమయ్యే అవకాశం ఉన్నట్లు అనిధిస్తుంది. వేదిక ఆప్తస్వంత కావడానికి.. రోనువారం సాయంత్రం వరకు రాష్ట్రంలోని ప్రైవేటు ఇంజనీరింగ్ కాలేజీలకు గుర్తింపు రాకపోవడం ఒక అంశమైతే.. ప్రభుత్వం ఇప్పటి వరకు రాష్ట్రంలో ఇంజనీరింగ్ కాలేజీలకు ఫీజులును నిర్ణయించే పోవడం మరొక కారణం.

ప్రధానంగా ఈ రెండు కారణాలతో నేటి నుంచి ప్రారంభం కావల్సిన ఎంసెట్ ఇంజనీరింగ్ వెబ్ ఆప్టన్లు ఆలస్యం కానున్నట్లు తెలుస్తోంది. జ్యూఎస్టీయూ పరిధిలో ఉన్న 145 ప్రైవేటు ఇంజనీరింగ్ కాలేజీల తనిఖీలను సోమవారం సాయంత్రం వరకు నిర్వహించారు. వాటికి సంబంధించిన

శం	తనివీల నివేదికలను పూర్తి చేయడానికి మరో రెండు రోజులు మళ్లీ అవకాశం ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది.. ఏ కారణాల సౌకర్యాలను పొరా ఉన్నాయి.. ఏ కారణాల్లో బోధన, బోధనేతర సిబ్బంది ఎంత మంది ఉన్నారు.. ఏ కారణాల్లో ఎన్ని సీట్లు ఉన్నాయి.. తనివీల అనంతరం ఎన్ని సీట్లు ఉన్నాయి ఇవ్వనున్నారో అనేది రెండు రోజుల్లో తనివీల నివేదిక ఆధారంగా తెలుస్తుంది. ఎన్ని కారణాలను అనుబంధ గుర్తింపు ఇస్తారో తెలిస్తే.. వాటిలో సీట్లు ఎన్ని అనేది తెలుస్తుంది.
----	--

వీటికి తోడు రాష్ట్రంలోని ప్రైవేటు ఇంజనీరింగ్ కాలేజీలకు ప్రభుత్వం ఫీజులను నిర్ణయించాల్సి ఉంది. కానీ సోమవారం (22నాయంత్రం) వరకు కూడా ఫీజులను నిర్ణయించలేదు. ప్రధానంగా ఈ రెండు కారణాలతో నేటి నుంచి ప్రారంభం కావల్సిన ఎంబీబీ ఇంజనీరింగ్ వెబ్ ఆపను, ఆలస్యం కానున్నాయి.

నేటి నుంచి నర్సిపల్లికి వెలికికేషన్
రాష్ట్రంలో ఎంసెట్ ఇంజనీరింగ్ వెబ్ కౌన్సిలింగ్ ఆదివారం నుంచి ప్రారంభమయిన విషయం తెలిసిందే. మొదటి రోజు 16,428 మంది ఫీజు చెల్లింపి... స్లాట్ ఐక్ చేసుకున్నారు. 29 వరకు ఆన్లైన్లో దరఖాస్తు చేసుకొని స్లాట్ ఐక్ చేసుకోవడానికి అవకాశం ఉంది. 23 నుంచి నర్సిపల్లికి వెలికికేషన్ ప్రారంభం కానున్నాయి.

తెలంగాణ ప్రజల ఆత్మగౌరవాన్ని
అమిత్ షా కాళ్ళ దగ్గర తాకట్టుపెట్టిన బండి

పిసిసి వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ మహేష్ కుమార్ గౌడ్

ప్రొడ్రాబాబ్, ౧౪నె 22, ప్రొడ్రాబ్, కేరళ: మునుగగడంలో నిర్వహించిన సభలలో సిఎం కెఆర్, కేరళ హోంమంత్రి అమితాబ్ బచ్చన్ బద్దర్ సహాసన ప్రజల గురించి మాట్లాడటాడని, అంతసేపు రాజకీయం గురించి మాట్లాడని పిసిసి వర్తంగం గుడిడెంట్ మహావీరమాగోడ్ ముచ్చటయ్యారు. సోమవారం ప్రాధిభవంలో ఏర్పాటు చేసిన మీడియం సమావేశంలో మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఎంత సేపు రాజకీయం గురించి మాట్లాడారనా. బండి సంజయ్ అమితాబ్ షా చెప్పేలు మోడరన్, తెలంగాణ ప్రజల అభ్యుగ్రహాన్ని బండి సంజయ్ అమితాబ్ షా కళ్ళ దగ్గర పెట్టారన్నాడు. ఎంపికగా ఉండి పార్టీ రాష్ట్ర ఎన్నికలకు బండి సంజయ్ ఇలా మాట్లాడు మోడరన్ ఎదుర్కొన్నాడు. అత్యధిగలు బిసెల కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులుగా వనితారన్నాడు. బిసెల గురించి

ఎమ్మెల్సీ కవిత ని బిజెపైఎం యత్నం

హాల్వాడ దేశ ఆలభ్య దీక్షిమి నాయకులకు లేదన్నారు. చెప్పులు మోసి దీనిని ఆత్మగృహం కిందపరిచారన్నారు. ఆమెతో పాటుగా నాయకులు క్షమాపణ చెప్పాలని దీమాండ్ చేశారు. చెప్పులు మోసినందుకు బంధి సంఘము ముక్కువేలకు రూపి చెప్పమంటూ కోరింది. దేశంలో ప్రభుత్వం అబద్ధికి, అధాని చేతులో నడుస్తున్నారన్నారు. మునుగోడులో దీక్షిమి కి ఒకానొకా వేసినా, తీఆల్వేమీకు ఓటు వేసినా సామాన్యులకు న్యాయం నానవడనన్నారు. మునుగోడులో కాంగ్రెస్ ఓటు వేస్తేనే సామాన్యులకులకు న్యాయం జరుగుతున్నదన్నారు.

దీక్షిమికి నీనిందు క్షమార్హక్షులు మల్లు రవి హాల్వాడతూ బడ్డే, తీఆల్వేమీ బహిరంగం నభలు రెండు రాజకీయాలకు బడ్డే తీగిగాయన్నారు. సామాన్యుల ప్రజలకు నమస్కలు ఒక్కరూ ప్రస్తావించడం లేదన్నారు. ప్రజలమోక్ష జగదని విషయం ప్రజలు మరిచిపోలేదన్నారు. దీక్షిమి గెలిస్తే మోగాళ్ళను మీటర్లు పెడతారని చెప్పడం ఇప్పుడు కొత్త చాదనానూ.

చానం ముట్టడికి . అడ్డుకాని అరెస్ట్

ఎమ్మెల్సీ కవిత నివాసం ముట్టడికి
బిజెపియం యత్నం.. అడ్డుకుని అరెస్ట్

హైదరాబాద్, ఆగస్టు 22, ప్రభాతపత్రా: ఢిల్లీ లోక్ సత్తా సాంగంట్ తోపాటే పరిశుభ్రతను ఎదుర్కోవడానికి ఎమ్మెల్యే కవిత ఇంటి వద్ద ఉమ్మడిగా బెడ్డిపై ఎం కాక్రెట్ కర్రలు యర్పిస్తున్నారు.

కాకినాడ నేను వచ్చిన ధర్మాన్ని యర్పిస్తున్నారు. దీంతో వారిని తోటికొనినట్లు అప్పుడును, అర్హుని అర్హుని యర్పిస్తామంటో రోడ్డుపై బైరాంయి చేస్తున్నారంటే వేయడానికి దిగారు. ఎమ్మెల్యే వదలికి కాజీనామా చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈనాడు అధ్యక్షంగా కాజీనామా హైదరాబాద్ నుండి జిల్లా అధ్యక్షులు ఎం.ఎస్.గోపాల్ రావు మాట్లాడుతూ లోక్ సత్తా సాంగంట్ రాష్ట్ర

నగార్లో వివాహం చేపట్టాలన్నారు. ఢిల్లీస్మాన్స్‌లో కవిత పేరు వివిధస్థానాల్లో దీనికి వైతిక కార్యక్రమ పాపాని ఏ రాష్ట్రాల్లో పవనానికి దాక్షిణా వాత పడాలన్నారు. ఒప్పై వచ్చేసిన మధురం ఏరులైపారుతుందో... ఢిల్లీ లిక్కర్ టెండర్లలో కవిత ఆపనితికి పాల్పడింది దని ఆరోపించారు. శాంతినియతగా నిరసన తెలుపుకున్న తమను పోలీసులు దురుబాణంగా కొట్టారని ఆపని దండ్రి వ్యక్తం చేశారు. శాంతి ఆపనికి ఆశ్చర్యం చేరుకున్న పలువురు జాగ్రత్త, టీఆర్ఎస్ కార్యకర్తలు కనెక్టివైటం కార్యకర్తలతో వ్యాధివానిని దిగారు. దీంతో జైలుకు జరిగి ఉద్రిక్త పాపాదానం నెలకొంది. దీంతో పోలీసులు వారిని చెదరగొట్టి స్టేషన్‌కు తరలించారు.

అన్న రూపంలో ఉన్న నాన్నకు మనస్ఫూర్తిగా నమస్కరిస్తున్నా...

మోగాస్కార్ బిరంటివి పుట్టినరోజు సందర్భంగా సిసి,రాజకీయ ప్రముఖులు, అభిమానులు, ఘనంగా జన్మదిన శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. మోగాస్కార్ సోదరుడు పవన్ కల్యాణ్ కూడ తన అన్నయ్యకు సోపలేమీడియా ద్వారా పుట్టినరోజు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ప్రస్తుతం ఈ పోస్టర్ అంతర్జాలంలో వైరల్ అవుతోంది.. నేను ప్రేమించే, గౌరవించే, ఆరాధించే నా ప్రియమైన అన్నయ్యచిరంజీవికి వృద్ధయపూర్వక శుభాకాంక్షలు . పుట్టినరోజు సందర్భంగా మీకు మంచి ఆరోగ్యం, విజయం, కీర్తి కలగాలని కోరుకుంటున్నాను" అని పవన్ కల్యాణ్ పోస్ట్ చేశారు.. అంతేకాదు మోగాస్కార్ గొప్పతనాన్ని వివరిస్తూ ఓ సందేశం పెట్టారు. "ఆయన జీవితం తెరిచిన పుస్తకం.. చెమటను ధారగా పోసి సంపాదించిన సొమ్ము నుంచి ఎందరికో సహాయం చేశారు. అన్నిటికన్నా మిన్న ఆయనలోని ఓదిగి ఉండే లక్షణం.. అందరినీ ఆకర్షన చేర్చుకునే విశాల వృద్ధయదు..అలాంటి సుగుణాలున్న అన్నయ్యకు తమ్ముణ్ణి కావటం నా పూర్వజన్మ సుకృతం.. అన్న రూపంలో ఉన్న నాన్నకు మనస్ఫూర్తిగా నమస్కరిస్తున్నాను..అని పవన్ ఎమోషనల్ సందేశం పెట్టారు.



‘అల్లరి’ నరేష్ ‘ఉగ్రం’ ప్రారంభం

హీరో ‘అల్లరి’ నరేష్, దర్శకుడు విజయ్ కనకమేడల కాంబినేషన్లో వచ్చిన ‘నాంది’ చిత్రం కమర్షియల్ సక్సెస్ అందుకోవటంతో పాటు విమర్శకుల ప్రశంసలు దక్కించుకుంది.. ముఖ్యంగా అల్లరి నరేష్ ఈచిత్రాన్ని తన సరికొత్త ఇన్స్పిర్షన్ నాందిగా భావించారు.. వీరిద్దరూ కలిసి తమ రెండో సినిమా కోసం చేతులు కలిపారు. ఇటీవలే ఈచిత్రాన్ని అధికారికంగా ప్రకటించిన సంగతి తెలిసిందే.. కాగా సోమవారం రామానాయుడు స్టూడియోస్లో ఈచిత్రాన్ని గ్రాండ్గా లాంచ్ చేశారు. తొలి సన్నివేశానికి ప్రముఖ నిర్మాత దిల్ రాజున క్లాప్ బోర్డు ఇచ్చారు.. నిర్మాత దామోదర్ ప్రసాద్ కెమెరా స్వీచ్లాన్ చేశారు. స్టార్ డైరెక్టర్ అనిల్ రావిపూడి మొదటి పోజుకు దర్శకత్వం వహించారు.. దర్శకుడి తల్లిదండ్రులు రామకోటేశ్వరరావు కనకమేడల, లోకేశ్వరి కనకమేడల



డు ఈచిత్రం కోసం విలక్షణమైన కథను పవర్ఫుల్గా ఉండేలా తీర్చిదిద్దు తున్నారు. ఇందులో నరేష్ను చాలా డిఫరెంట్ రోల్లో ప్రజెంట్ చేస్తున్నారు.. ప్రముఖ నటీనటులు ఈచిత్రంలో కీలక పాత్రల్లో కనిపించున్నారు. నటీనటులు, ఇతర వివరాలను త్వరలో తెలియ జేస్తామని, వచ్చేనెల్లో రెగ్యులర్ మాటింగ్ ప్రారంభం కానుందని మేకర్స్ తెలిపారు.

కొరియోగ్రాఫర్ జానీ హీరోగా..

ప్రముఖ కొరియోగ్రాఫర్ జానీ మాస్టర్ హీరోగా ‘యథా రాజా తథా ప్రజా’ సినిమా పూజా కార్యక్రమాలతో ప్రారంభమైంది.. ఇందులో వికాస్ మరో హీరోగా నటిస్తున్నారు. శ్రష్టి వర్మ హీరోయిన్గా నటిస్తోంది. ఈచిత్రానిన శ్రీనివాస్ విట్టల దర్శకత్వంలో ఓం మూపే క్రియేషన్స్ , శ్రీకృష్ణ మూపే క్రియేషన్స్ నిర్మిస్తున్నాయి.. శ్రీనివాస్ విట్టల, హరీష్ పటేల్ నిర్మాతలు.. దర్శక, నిర్మాత శ్రీనివాస్ విట్టల మాట్లాడుతూ, హరీష్ పటేల్తో కలిసి ఈచిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నానని తెలిపారు. దీనికి కథ,



స్క్రీన్ ప్లే, మాటలు అందించటంతోపాటు దర్శకత్వం వహిస్తున్నట్లు తెలిపారు. కథ కంప్లీట్ చేసిన తర్వాత ఎవరికి అయితే బాగుంటుందని ఆలోచిస్తున్న క్రమంలో జానీ గారితో పరిచయం ఏర్పడింది, అప్పటికి ఆయన కళ్లు వింటున్నారని, నేను 20 నిమిషాల్లో కథ చెప్పగా, కీలక అంశం నచ్చి ఓకే చేశారని అన్నారు. జానీ మాస్టర్ మాట్లాడుతూ, బిరంటివిగారి పుట్టినరోజున ఈచిత్రం ప్రారంభం కావటం చాలా సంతోషంగా ఉందన్నారు. తెలుగు, తమిళ,కన్నడ భాషల్లో నిర్మిస్తున్నట్లు తెలిపారు. కార్యక్రమంలో హీరోయిన్ శ్రష్టి వర్మ, వికాస్, జానీమాస్టర్ స్నేహితులు గజేష్మాస్టర్, సంగీత దర్శకుడు రఘవ్, సినిమాటోగ్రాఫర్ సునోజ్ వేలాయుధన్ తదితరులు మాట్లాడారు.

కామెడీ ఎంటర్టైనర్గా ‘బ్రహ్మచారి’

దుబాయ్కి వెళ్లి వచ్చిన ఒక అబ్బాయి పెళ్లిచేసుకుందామనుకున్న టైంలో పెళ్లి చేసుకోవటానికి అమ్మాయి దొరక్క తను ఎలాంటి ఇబ్బంది వచ్చాడు అనేదే ఈచిత్ర కథాంశం...పొడిచేటి మూపే మేకర్స్ పతాకంపై వెండితెరకు దర్శకుడిగా పరిచయం కాబోతున్న కొత్త కెరటం నర్సింగ్ దర్శ



కత్వంలో నూతన నటీనటులతో రమేష్ మాస్టర్ శ్రీ కిరణ్, విగ్నేష్ సంయుక్తంగా నిర్మిస్తున్నారు. పక్కా తెలంగాణ కామెడీ చిత్రంగా రూపొందిస్తున్నారు.. ఈచిత్రం ఫస్ట్ లుక్ , ట్రైలర్ ను తాజాగా విడుదల చేశారు.. హైదరాబాద్ లోని ప్రసాద్ ల్యాబ్స్ లో జరిగిన కార్యక్రమంలో ఫిలిం ఛాంబర్ అధ్యక్షుడు కె.బినిరెడ్డి, తెలంగాణ ఫిలిం ఛాంబర్ చైర్మన్లయన్ డాక్టర్ ప్రతాని రామకృష్ణ గౌడ్, ప్రముఖ నిర్మాత, దర్శకుడు లయన్ డాక్టర్ సాయివెంకటే ముఖ్యఅతిథులుగా పాల్గొన్నారు. బనిరెడ్డి మాట్లాడుతూ, ఫుల్ కామెడీ ఎంటర్టైనర్ గా ప్రేక్షకుల ముందుకువస్తున్న ఈసినిమా పెద్ద హిట్ అవ్వాలని అన్నారు. కార్యక్రమంలో చిల్లర వెంకటేశ్వర్, చిత్ర నిర్మాత నారాయణచారి, చిత్ర దర్శకుడు నర్సింగ్ రావు, తెలంగాణ ఫిలిం ఛాంబర్ అధ్యక్షుడు ప్రతాని రామకృష్ణ గౌడ్, సాయి వెంకటే, సంగీత దర్శకుడు పాండురంగ్, చిత్ర దర్శకుడి గురువు దోరవేటి చెన్నయ్య, రామస్వామి, మోహన్ తదితరులు మాట్లాడారు.



బి.గోపాల్ క్లాప్ తో నూతన చిత్రం

మధ్యతరగతి ప్రేమజంటకు వచ్చిన అద్భుతమైన అవకాశాన్ని మంచి ఫ్యాన్ తో చేజిక్కుంచుకుని కోటిశ్రులులు ఎలా అయ్యారు? అనే అంశంపై కొత్త చిత్రం రూపొందుతోంది.. రావుల గౌరమ్మ సమర్పణలో సాయి విలా సినిమాస్ పతాకంపై కృష్ణ (కమెడియన్ గౌతమ్ రాజా తనయుడు) ,



సుమీత జంటగా అలజాన్ చెరుకూరి దర్శకత్వంలో నిర్మిస్తున్న ప్రొడక్షన్ నెం2 కొత్త సినిమా ప్రారంభ భోక్తృ పూజా కార్యక్రమాల హైదరాబాద్ లోని ప్రసాద్ ల్యాబ్స్ లో ఘనంగా ప్రారంభ మైంది.. ప్రముఖ దర్శకుడు బి.గోపాల్ , రేలంగి నర సింహారావు, గౌతమ్ రాజా, ప్రసన్న కుమార్, రామనాథనారాయణ, డివెన్ రావు, మాధవి తదితరులు ముఖ్య అతిథులుగా పాల్గొన్నారు.. పూజా కార్యక్రమాల అనంతరం కృష్ణ, సుమీత పై తొలిసన్నివేశానికి దర్శకుడు బి.గోపాల్ క్లాప్ ఇచ్చారు.. రామనాథనారాయణ కెమెరా స్వీచ్లాన్ చేశారు.. దర్శకుడు రేలంగి నరసింహారావు గౌరవ దర్శకత్వం వహించారు. కార్యక్రమంలో చిత్ర నిర్మాతలు లక్ష్మణరావు, శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ, మా అభిమాన నటుడు బిరంటివిగారి పుట్టినరోజున మా సినిమాను ప్రారంభించటం ఆనందంగా ఉందన్నారు. మా మొదటి సినిమా రుద్రవీణ లీలిజు రడిగా ఉందన్నారు. ఈ కథ నవ్వులతో మా రెండో ప్రాజెక్టుగా ప్రొడక్షన్ నెం2లో ఈసినిమాను తీస్తున్నామని తెలిపారు. నెఫైలెబర్ నుంచి రెగ్యులరైన మాటింగ్ జరుగుతుందని తెలిపారు. ప్రేక్షకులందరూ మెచ్చేలా ఈసినిమా ఉంటుందన్నారు. కార్యక్రమంలో హీరో కృష్ణ, కమెడియన్ గౌతమ్ రాజా, ప్రముఖ జర్నలిస్టు వినియోకరావు ప్రసంగించారు.

సస్పెన్స్ థ్రిల్లర్ నేపథ్యంలో ‘రహస్య’

నేటితరం ఆడియెన్స్ ప్రస్తుతం కొత్త కథలు, మిస్టరీ థ్రిల్లింగ్ సినిమాల పట్ల ఆసక్తి చూపుతున్నారు. రోటీన్ చిత్రాలకు భిన్నంగా తెరకెక్కిస్తూ సక్సెస్ అందుకుంటున్నారని దర్శక, నిర్మాతలు.. ఇప్పుడు ఇదే జాబలో డిఫరెంట్ కాన్సెప్ట్



రూపుదిద్దుకుంటున్న చిత్రం 'రహస్య'.. ఎన్ఎన్ఎన్ ఎంటర్టైన్ మెంట్స్ బ్యానర్ పై నివాస్ శిష్టు, సారా ఆచార్ జంటగా శివ శ్రీ మీగడ దర్శకత్వంలో గౌతమి ఎన్ ఈచిత్రాన్ని తెరకెక్కిస్తున్నారు.. ఇంతకుముందు విడుదల చేసిన రహస్య ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ కు విశేష మైన స్పందన వచ్చిందని మేకర్స్ తెలిపారు. అన్ని కార్యక్రమాల పూర్తిచేసుకుని త్వరలో ప్రేక్షకుల ముందుకు ఈచిత్రం రాబోతున్న సందర్భంగా ఈచిత్రం గ్రింమ్స్ ను విడుదలచేశారు.. హీరో నివాస్ మాట్లాడుతూ, ఈసినిమాతో హీరోగా పరిచయం అవుతున్నానని తెలిపారు. ఇందులో విశ్వతేజ అనే పాత్రలో ఎన్ఎం అధికారిగా నటిస్తున్నానని అన్నారు. థ్రిల్లర్ నేపథ్యంలో ఈచిత్రం రూపొందుతోందని తెలిపారు.. కార్యక్రమం లో హీరో కుప్పిల శ్రీనివాస్, లయన్ సాయివెంకటే, హీరో నటీవీ తదితరులు మాట్లాడారు.

అల్లు అర్జున్ ‘పుష్ప-2’ స్టార్ట్

ఐకాన్ స్టార్ అల్లు అర్జున్ హీరోగా విలక్షణ దర్శకుడు సుకుమార్ తెరకెక్కించిన పుష్ప ది రైజ్.. ఎంతటి ఘనవిజయం సాధించిందో ప్రత్యేకంగా గుర్తుచేయాల్సిన అవసరం లేదు. 2021 బిగ్ స్క్రీన్ కమర్షియల్ బ్లాక్ బస్టర్ గా నిలిచింది.. రూ.350 కోట్లకు పైగా వసూలు చేసి అల్లు అర్జున కరీర్ లో



అతిపెద్ద విజయంగా నిలిచింది.. ఈసినిమా కంటే కూడ పుష్ప మేనియా ప్రపంచాన్ని ఊపేసింది. అందులోని డైలాగులు, మేనరిజమ్స్ , పాటలు తెలుగు రాష్ట్రాలతోపాటు ప్రపంచ వ్యాప్తంగా బాగా పాపులర్ అయ్యాయి.. ఇంతటి సంలన విజయం సాధించిన ఈసినిమా రెండో భాగంగా పుష్ప సీక్వెల్ పూజా కార్యక్రమాల జరిగాయి.. త్వరలోనే రెగ్యులర్ మాటింగ్ మొదలు కానుంది.. సినిమాకు సంబంధించిన వివరాలు త్వరలోనే తెలియజేస్తాని మేకర్స్ తెలిపారు. రషీక్ మందన్న హీరోయిన్ గా నటిస్తున్న ఈ మూవీలో ఫహర్ షాజిల్, ధనుంజయ్, సునీల్, అనసూయ భరద్వాజ్ తదితరులు నటిస్తున్నారు.

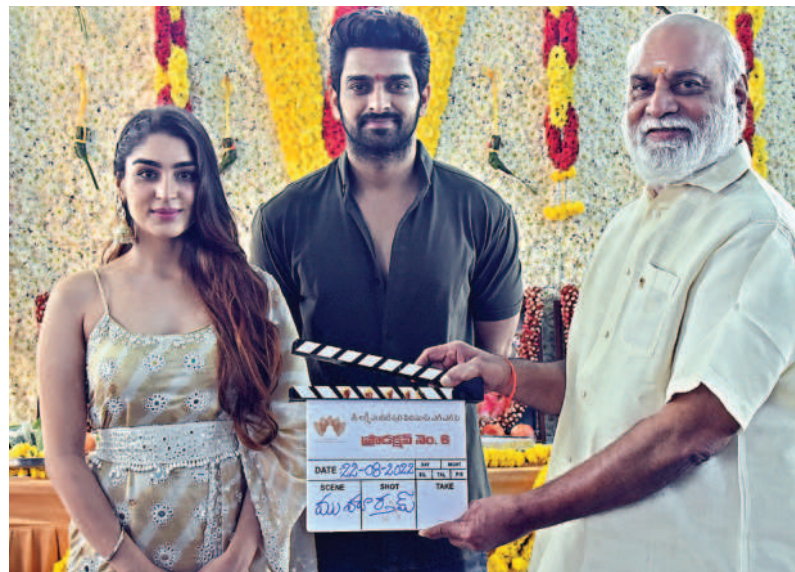
నాని ఇంట్లో పూజా కార్యక్రమం



తల్లిదండ్రులు కూడ పూజల్లో పాల్గొన్నారు.. ఈ పూజా మందిరంలో నాని కుటుంసభ్యులు చాలా సంతోషంగా కన్పించారు.. కేరీ వివయా నికొస్ ప్రస్తుతం నాని దసరా సినిమా మాటింగ్ దశలో ఉంది.. త్వరలోనే పూర్తయి అవకాశం ఉంది.. ఈచిత్రంనుంచి వచ్చిన నాని ఫస్ట్ లుక్ కు అత్యున్నత స్పందన వచ్చిన సంగతి విదితమే.

నాగశౌర్య నూతన చిత్రం

మంచి అభిరుచిగల నిర్మాతగా శ్రీలక్ష్మి వెంకటేశ్వర సినిమాస్, ఎల్ఎల్పి బ్యానర్ పై పలు ఆసక్తి కరమైన ప్రాజెక్టులను తెరకెక్కించిన సుధాకర్చెరుకూరి నిర్మాణంలో హ్యాండ్స్ ఓ హీరో నాగశౌర్య హీరోగా, నూతన దర్శకుడు పవన్ బాసంశెట్టి దర్శకత్వంలో నూతన చిత్రం సోమవారం ప్రారం



భమైంది.. తొలి సన్నివేశానికి రెజెండ్ డైరెక్టర్ రావువేంధ్రరావు క్లాప్ ఇచ్చారు.. అనంతరం స్క్రీన్ ప్లను అందించారు. ప్రముఖ దర్శకుడు శ్రీకాంత్ ఓడెల కెమెరా స్వీచ్లాన్ చేశారు.. ఇంకా పేరు భారం కాని ఈచిత్రం యూత్ , ఫ్యామిలీ ఆడియెన్స్ లో నాగశౌర్యకు ఉన్న క్రేజీకిళ్ళట్లు ఫన్ ఫిల్డ్ కమర్షియల్ ఎంటర్టైన్మెంట్ గా ఉండబోతోంది.. నూతన దర్శకుడు యూనిక్ స్క్రీన్ ప్రొడక్షన్స్ తో ఈసినిమాను చాలా ప్రత్యేకంగా రూపొందించనున్నారు.. భారీ బడ్జెట్ తో మేకర్స్ నిర్మిస్తున్నారు. ఈచిత్రంలో నాగశౌర్యకు జోడిగా యుక్తి తరతరా నటిస్తోంది.. ఎఆర్ రెహమాన్ శిష్యుడు పవనన సిపాచ్ సంగీతం అందిస్తున్నారు.

ఆర్య ‘కెప్టెన్’ తెలుగులోకి



కోటిఫడ్ స్టార్ ఆర్య హీరోగా నటించిన చిత్రం 'కెప్టెన్'.. ఐశ్వర్యలక్ష్మి, సిద్ధాన్త్, హరీష్ ఉత్తవన్, కావ్యశెట్టి , గోకుల్ నాథ్ ఇతర ప్రధాన తారాగణం... ఈచిత్రానికి శశీసాందర్ రాజన్ దర్శకుడు.థింకే స్టూడియోస్ న అసోసియేషన్ తో నిర్మాణ సంస్థ ది స్టో పీపుల్ వతాకంపై ఆర్య నిర్మించారు.. సెప్టెంబర్ 8న ఈసినిమా ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతోంది. తెలుగులో ఈసినిమాను శ్రేష్ఠ మూవీస్ ద్వారా ప్రముఖ నిర్మాత , డిస్ట్రిబ్యూటర్, హీరో నితిన్ తండ్రి సుధాకర్ రెడ్డి విడుదల చేస్తున్నారు. విస్తృత కథాంశంతో సినిమా రూపొందింది. సోమ వారం ఉదయం యూత్ స్టార్ నితిన్ తెలుగు ట్రైలర్ ను విడుదల చేశారు. ఈ చిత్రంలో ఆర్య ఇండియన్ ఆర్మీ ఆఫీసర్ కెప్టెన్ విజయకుమార్ పాత్రలో కన్పించనున్నారు.. ఒక అడవిలో ఎంత జీవులను ఎదుర్కోవ బానికి హీరో అండ టీం వెళ్లివస్తుడు ఏమైందనేది కథగా తెలుస్తోంది.. ఈసినిమా లో ఆర్యకు జోడిగా ఐశ్వర్యలక్ష్మి నటించింది.. మాజీవితా అనిమాష, గోకుల్ ఆనంద్, భరత్ రాజ్, అదిత్యా మీనన్, సురేష్ మీనన్ తదితరులు నటించారు.

సముద్రాలు దాటిన సంప్రదాయ కళ



వెళ్ళిందోసారి. అక్కడి వారంతా చీరలపై హ్యాండ్ షాక్ ఆర్ట్ ప్రింటింగ్ చేస్తుంటారు. ఆ డిజైన్లు, ఆ కళ తనకు పిచ్చిగా నచ్చేకాయి. చిన్నప్పటి నుంచి నృజనాత్మకత అంటే షిపాకు ఆసక్తి. చేనేత కార్మికలకు... మనసుకు నచ్చిన ఈ కళనే కెరియర్గా మార్చుకోవాలనుకున్న షిపా 2013లో భర్త హర్షిక్ వటిల్ కలిసి 'చపా'ను ప్రారంభించింది. చెక్కలను డైల్ ముంచి చీరలపై వేసి ఈ ప్రింటింగ్లో తనూ ఇజ్జత తీసుకుంది. ఇంతటి అద్భుతమైన నృజనాత్మకత ఈ మారుమూల గ్రామానికి పరిమితమవుకుండా,

యేమూ మిగిలిన దాంతో కెమెరా బెల్లులు, పావీలు, ఐప్యాడ్ స్క్రీన్స్, బ్యాగులు వంటివి చేస్తాం. వాటి తయారీలో మరెవరైనా ఉపాధి పొందుతున్నారని అని చెప్పుకోస్తుంది షిపా. కళకు కొత్త కళ.. ఛపాలో తయారీ, చేనేత కార్మికులు దాదాపు 200 మందికిపైగా ఉన్నారు. వీరందరికీ ఏటా ఉచిత వైద్యపరీక్షలు చేయిస్తుంది షిపా. సంస్థ వెబ్సైట్లో, సోషల్ మీడియాలో ఆయా దుస్తుల ప్రింటింగ్ గురించి, వాటి వెనుక ఉన్న కళాకారుల గురించి వివరాలు పొందుపరుస్తుంది. 'ఈ కళ వెనుక కళాకారుల కష్టం, వారు ప్రదర్శించే నృజనాత్మకతపై అందరికీ అవగాహన ఉండాలన్నది నా ఉద్దేశం. గతంలో ఇక్కడి వారు చాలామంది ప్రభుత్వ, ప్రైవేటు సంస్థల్లో ఉద్యోగాలను వెతుక్కుంటూ వెళ్లేవారు. ఇక్కడి వారికి నేను కల్పిస్తున్న అవగాహన, ఉపాధితో యువత ఈ కళపై ఆసక్తి చూపిస్తున్నారు. దేశవ్యాప్తంగానే కాదు.. ఇప్పుడు సింగపూర్, అమెరికా, యుఎఇ వంటి దేశాల నుంచి కూడా ఆర్డర్లు వస్తున్నాయి. వార్షికాదాయం రూ.1.5 కోట్లకు చేరింది. అవ్వడాబాబిల్ రిటైల్ స్టోర్ కూడా నిర్వహిస్తున్నాం.' అని అంటోంది షిపా. ఓ సంప్రదాయ కళకు కొత్త ఉపిరలులుదూతూ తనూ వ్యాపారవేత్తగా ఎదగడం గొప్ప విషయం కదూ.

అక్కడ చీరలపై వేసే డిజైన్లు ఆ అమ్మాయికి ఎంత సచ్చాయంలే.. వాటి కోసం ఉద్యోగాన్నే పదిలి పెట్టింది. ఆ కళలో ఇక్కడ పొందడమే కాకుండా, దాన్నే కెరియర్గా ఎంచుకుంది. పైగా వందల మంది మహిళలకూ ఇక్కడనిచ్చి ఉపాధి కల్పిస్తోంది. చేనేత కార్మికలకూ పని కల్పిస్తోంది. ఆ సంప్రదాయ కళను విదేశీయులకూ పరిచయం చేస్తోంది. దాన్నే వ్యాపారంగా మలుచుకుని కోట్లు సంపాదిస్తోన్న షిపా స్ఫూర్తి తెలుసుకుందాం. షిపాని గుజరాత్. పై చదువుల తర్వాత తాను పుట్టిన పట్టణానికి దగ్గోర్ ఉన్న దీనా గ్రామాన్ని చూడటానికి తలుచుకుందాం. కావలసినది : బియ్యం : అరకిలో, కీరాదోస : పావు కిలో, కొబ్బరికాయ : ఒకటి, బెల్లంతరము : 400గ్రా, ఉప్పు :

కీరా పుడ్డింగ్



చిటికెడు. తయారు చేసేవిధానం : బియ్యం నాలుగు గంటలపాటు నాననివ్వాలి. కొబ్బరి తురమాలి, కీరా తొక్కు తీసి నన్నుగా తురమాలి. బియ్యంలో నీళ్లు వంపిసి మిక్సర్లో వేయాలి. అందులోనే తురిమిన కొబ్బరి, కీరాదోస తురము తగినన్ని నీళ్లు వేసి మెత్తగా దోసపిండిలా రుద్దాలి. విడిగా ఓ గిన్నెలోకి బెల్లంతరము, ఉప్పు వేసి అది కరిగివరకూ కలపాలి. ఇప్పుడు రుద్దిన మిశ్రమాన్ని వేసి బాగా కలపాలి.

దేశవ్యాప్తంగా పరిచయం చేయాలనుకున్నా అంది షిపా. 'ఈ కళను ఏళ్ల నుంచి కాపాడుతూ వస్తున్న కళాకారులకు ఉపాధి కలిగేలా కూడా చేయాలనిపించింది. 'చపా'లో ఈ కళను ఏళ్ల నుంచి కాపాడుతూ వస్తున్న కళాకారులకు ఉపాధి కలిగేలా కూడా చేయాలనిపించింది. 'చపా'లో మహిళలకు ప్రాధాన్యం కల్పిస్తున్నా. ఈ పని తెలియని వారికి ఇక్కడనిప్పించి ఉపాధి కల్పిస్తున్నా. ఈ ప్రింటింగ్కు వినియోగించే కాటన్, థాడ్ వస్త్రాలను నేసి పని స్థానిక చేనేత కుటుంబాలకు అప్పగిస్తున్నా. వీటిపై వేసే రంగులన్నీ సహజ వర్ణాలు నుంచే వస్తాయి. సంప్రదాయ డిజైన్లతోపాటు మాటిఫెలు, ఏనుగులు, గ్రహాలు, వక్షలు.. ఇలా ఎన్నో రకాల డిజైన్లు ఇక్కడ ప్రింట్ అవుతాయి. ఆధునికత ఉట్టిపడేలా, ఆకర్షించేలా డిజైన్లు చేయడంలో ఇక్కడి వారు సిద్ధపడ్డారు, ఇటువంటివి మార్కెట్లో కనిపించవు. మావద్ద వృధా అనే మాటే ఉండదు. నేయిందిన వస్త్రంపై ప్రింట్

మన సంపూర్ణ ఆరోగ్యానికి, ఇమ్మ్యూనిటీని పెరుగుపరచుకోవడానికి మన తీసుకునే ఆహారం కీలకం అన్న విషయం తెలిసిందే. ప్రత్యేకించి-రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో విటమిన్ 'డి' పాత్ర ఎంతో కీలకమైనదో తెలిసిందే. ఈ క్రమంలో విటమిన్ 'డి' లోపం లేకుండా ఉండాలంటే ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి? ఏమే ఆహార

విటమిన్ 'డి' అందుతోందా?

పదార్థాల్ని మెనూలో చేర్చుకోవాలి? తెలుసుకుందాం.. పాలు, పెరుగు... ఆవు పాలలో విటమిన్ 'డి' అధికంగా ఉంటుంది. రోజుకు ఒక గ్లాసు వెన్నతో కూడిన ఆవుపాలు తాగడం వల్ల రోజులో కావాల్సిన మొత్తంలో 20శాతం దాకా ఈ విటమిన్ను శరీరానికి అందించవచ్చు. అలాగే ఇందులో ఉండే క్యాల్షియం కూడా ఎముకల



ఆరోగ్యానికి చాలా అవసరం. పెరుగులో కూడా ప్రోటీన్లతోపాటు 'డి' విటమిన్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. అయితే బయట దొరికే పెరుగులో చాలావరకు ఫేవర్స్

వేయాలంటే, ఒక స్వీట్ గిన్నెలో ఒక చిటికెడు పసుపు, కొద్దిగా బ్లూ డిబ్బెంటో పౌడర్ సరిపడ నీరు పోసి దానిలో నగలు వేసి, బాయిల్ ఆయ్యాక టూత్ బ్రష్ తో బ్రష్ చేసి కొత్త వాటిలా తళతళలాడతాయి. కరోపాకు నిల్వ ఉండాలంటే ఒక సీసాలో వేసి మూతపెట్టే ఉంటుంది.

పిల్లలు అన్నింటా ముందుండాల్ని ఎన్నో సాధించాలి అని కోరుకొని తల్లుండదు. మీరూ అంతేనా! అయితే అందుకు మన పంతుగా కొన్ని చేయాలంటున్నా రుచి నిపుణులు. అవేంటే..

చేయనివ్వండి.. గారాబం కొద్దో, సూర్యో కష్టపడి పోయారనో ఇంట్లో పని చెప్పం. ఇక పెద్దవాళ్లు ఉంటే మనం ఇద్దామనుకున్నా వాళ్లు ఊరకొరు. ఇది మంచి పద్ధతి కాదు. వారికి చిన్న చిన్న పనులు అప్పగించండి. జ్ఞాపక శక్తితోపాటు పనిలో వచ్చే అడ్డంకులు, వాటిని అధిగమించడం, పనిని విజయవంతంగా పూర్తి చేయడానికి తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు వంటివి నైపుణ్యాలు ఏర్పడతాయట. వాళ్ల సొంత పనులు.. పెంపుడు జంతువుకు సంబంధించినవి అప్పగించినా సరే.

మర్యాద నేర్పండి.... ఎదగడానికి మర్యాదకీ సంబంధమేంటి అంటారా? సాయంపొందినప్పుడమి థాంగ్స్ చెప్పడం, ఎవరికైనా చేసినప్పుడమి కృతజ్ఞతలు అందుకోవడం ఆనందాన్ని పెంచ మే కాదు ఒత్తిడినీ దూరంగా ఉంచుతాయట. ఎందుకీ వారి పట్ల కృతజ్ఞతలు అందుకోవడం ఆనందాన్ని పెంచడమే కాదు ఒత్తిడినీ దూరంగా ఉంచుతాయట. ఎందుకీ వారి పట్ల కృతజ్ఞత తాభావం, బాధ్యతగా ఉండటం అనే లక్షణాలనువ పెంపొందిస్తాయి.

భావోద్వేగాలు.. వీటినినా నేర్పించడం? అంటే మనం చేయడం ద్వారా! పిల్లలూ పెద్దల ప్రపంచాల మధ్య చాలా వ్యత్యాసం ఉంటుంది. వాళ్లు చేసే చిన్న తప్పులకూ త్వరగా స్పందించి కోప్పడటం.. మనం తొందరపడ్డామని తెలిసినా చూసిచూడకుంట్ల వదిలేయడం.. మనం చాలా చిన్న అంశాలుగా కొట్టిపడేసేదే. కానీ అవి

మీగడ రుచిగా ఉండటమే కాదు, అందానికి ఆరోగ్యానికి కూడా మంచిది. మీగడ రాయడం వల్ల రంధ్రాల్లో పేరుకున్న దుమ్ము, మృతకణాలు తొలగి చర్మం ఆరోగ్యవంతంగా, మృదువుగా తయారవుతుంది. మీగడలో ఓట్స్ కానీ బ్రెడ్లు పొడి కానీ కలిపి కాళ్ళపై వేతులకు రాసి చల్లబెట్టితే కడిగేస్తే మంచి ఫలితాల్నిస్తాయి. మోకాళ్లు, మోచేతులు, మెడ భాగాలు ఛాయ తక్కువగా, బరకగా ఉండటం మామూలే. మీగడ వట్టిస్తే ఆ భాగాలు కూడా చక్కగా అవుతాయి. ఏ కాస్త ఎండ సోకినా బ్యాన్ అయిపోయామంటూ బాధపడతారు కాలేజీ పిల్లలు. అలా చర్మం నల్లబడినా, కమిలినా



ముఖవర్ణస్సుకు మీగడ

మీగడతో తగ్గించుకోవచ్చు. ద్రై స్కిన్ ఉన్న వారు వానానికి ఓసారి ముఖానికి మీగడ రాసి పావుగంట తర్వాత గోరువెచ్చటి నీటితో కడిగేయండి. చర్మం తేజోవంతంగా మారుతుంది.

మీగడ, శనగపిండి సమపాళ్లలో కలిపి ప్యాకా వేసుకుంటే ముఖం తేటగా ఉంటుంది. పసుపు కలిపి రాసినా అంతే ప్రయోజనం వానానికి రెండుసార్లు ఇలా చేస్తే ముఖం ప్రకాశవంతమౌతుంది. చర్మం ముడతలు పడటం, కంటి కింది వలయాలు, జుట్టు రాలడం లాంటి వాటిని మీగడ నివారిస్తుంది.

ఆందోళన తగ్గాలంటే..



'ఊరికే కంగారు పడతావు' అని సరదాతో అన్నా..మనకు ప్రతి విషయంలో ఇది సాధారణమే! పిల్లలు తినకపోయినా, సమయానికి ఇంటికి చేరుకోకపోయినా, ఇంట్లో ఎవరిదైనా ఆరోగ్యం పాడైనా.. చెప్పకుంటూ పోతే ఆందోళన, కంగారు కలిగించే జాబితా బోలెడు. ఇవన్నీ మన ఆరోగ్యంపైనే దుష్ప్రభావాల్ని చూపుతాయి. తగ్గాలంటే వీటిని పాటిస్తుండండి. సంగీతం.. మనసును శాంత పరిచే సాధనం. కంగారుగా అనిపిస్తే మంద్రంగా ఉండే వాయిద్య సంగీతాన్ని వినండి. గుండె వేగం తగ్గడాన్ని మీరే గమనిస్తారు. ఒత్తిడి కలిగించే హాల్లోను విడుదలను తగ్గించడంలో ఇది విశ్వవధం. 4-7-8.. అనుకూలమైన స్థలాన్ని ఎంచుకొని నిద్రానా కూర్చోండి. పళ్ల మధ్యలో నాలుకను ముడిచి నోటి నుంచి గాలిని పీల్చి వదిలేయండి. తర్వాత ముక్కు ద్వారా 4 సెకన్లపాటు శ్వాస తీసుకొని 7 రెక్కపెట్టెంత వరకూ బిందెంచి వదిలేయాలి. మొదట చేసిన విధంగా నోటితో గాలిని 8 సెకన్లు బిందెంచి వదిలేయాలి. ఇలా మూడుసార్లు చేసి చూడండి. ఉపశమనం లభిస్తుంది. నిద్ర పట్టక పోయినా ఈ పద్ధతి ప్రయత్నించొచ్చు.

వ్యాయామం.. ప్రతికూల ఆలోచనలు, ఆందోళనను తగ్గించడంలో ఇది బాగా పని చేస్తుందని పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి. ఆలోచనలు మట్టు ముడుతోంటే వ్యాయామాన్ని ఆశ్రయించండి. నిర్దిష్ట జాగింగ్, గెంతుడం, స్ట్రెం.. ఇలా ఏదైనా సరే ఆపకుండా కనీసం 15 నిమిషాలు చేయాలి. అప్పుడు కంగారు తగ్గి నృష్టంగా ఆలోచించేలా మెదదూ సిద్ధమవుతుంది. వాటిని చూస్తే సంతోషం.. కాస్త పవ్వుడనం, నీరు ఉన్న పోటీకి వెళ్లండి. ప్రకృతి, ఆకుపచ్చ, నీలం రంగులు మనసుకి ప్రకాశవంతమిస్తాయి. మొక్కల మధ్య నడక, లేదా ఆ రంగులను కాసేపు తడకంగా చూసినా మంచిదే. జాబితా.. ఆక్షరాలను పేపర్పై ఉంచండి. ఏ విషయాలూ కంగారు పెడుతున్నాయి? ఏ సమయంలో గుండె వేగం పెరుగుతోంది. లాంటివి ఆలోచించి రానీయండి. ఓసారి గమనించుకుంటే వాటిపై నృష్టత వస్తుంది కదా! ఉదాహరణకు ఉదయం మీకు బాగా కంగారుగా ఉంటుందనుకోండి. అలాంటి పెట్టుకొని మనసులో 'ఆందోళనకు ఇది సమయం కాదు..' అని చెప్పకుంటూ ఉండండి.. లేదా కాస్త భిన్నమైన పనిని చేసుకుంటూ వెళ్లండి ఆందోళన అల్లంత దూరానికి వెళ్లిపోతుంది.

చెలి చిట్కా

పాపుకప్పు గులాబీ నీళ్లలో చెంవా బేకింగ్ సోడా కలిపి అందులో ముంచి దూడతే హ్యాండ్ డ్రైవర్ లోప తుడవండి. క్రిములు దూరమవుతాయి. మంచి సువాసనా వస్తుంది.



కయ్యలలో విడ్డూసుండుకుని ఊరంతా వెదికినట్లు, ఎదుట కనిపించే కన్నవారిని మరిచి దేవుడికోసం దేవులద తార, మానవులు. వారులేనదే వీరు లేరనే నిజాన్ని తెలుసుకుని, తల్లిదండ్రుల్ని, ప్రేమగా చూచుకుని, అనుభవం వారిని అవసరాలలో ఆదుకునే, పిల్లల జీవనం ధన్యం ప్రాణాన్ని పణంగా పెట్టి నవ మాసాలు మోసి, పుట్టిన సంతానాన్ని వెయ్యి కళ్లతో కాపాడుతూ వారి బాగోగులను గమనిస్తూ, తనని తాను మరచి తల్లి రుణం తీర్చుకోవడం సాధ్యంగానీ విషయం. వారి భవిష్యత్తు జీవితం తీర్చిదిద్దే ప్రయత్నంలో అమ్మా నాన్నల ఆదురాలు క్రమ పిల్లల ఆరోగ్యం కోసం అన్న కష్టాలుపడేవారి వేదన వర్ణనశక్యం కానివి.

విద్యబుద్ధులు క్రమశిక్షణలు, పనిప్రాయం నుండే అలవడేలా వారిని నడిపించే బాధ్యతకన్న వారిదే. చిన్నతనంలో వారి ముద్దుమాటలు తప్పట దుగులు, చూచి ఆనందించే అమ్మానాన్నలు, ఆ తరువాత వారు తమ మాతృంలో తప్పటదుగులు చేయకుండా జాగ్రత్త పహించాలి. పెద్దలపట్ల గురువులగుండు గౌరవ ప్రవర్తనలు కలిగేలా వారి నడక ఉండేలా ఆదుచదు. మొత్తై వంగగిందే మున్నెవంగడు అన్ననానుడి నేటి తరం పిల్లలకు వర్తించదు. బాల్యంలోనే వారు ఎవరి మాట వినక మొండివైఖరితో పెరుగుతూ, ప్రతి విషయంలో పెద్దలను ఎదిరిస్తూ, అమ్మానాన్నలను వినగిస్తూ బాధపడుతూ, వారిచేత తరమా వివాళ్లు తింటూ ఉంటారు. పెద్దలమాట పద్ధిమాలిగా, నిర్లక్ష్యంగా వారి మంచి మాటలను వినక పెదదోవలో పయనించే, పిల్లలన్న తల్లిదండ్రులు, ఏమీ చేయలేని నిస్సహాయ పరిస్థితిలోపడతారు. పూజాకాళి, కొందరి మహనీయులు మాతృపితృ భక్తులు, తమను కన్నవారినే ఆరాధ్య దైవాలుగా భావిస్తూ, వారివారి జన్మకు ధన్యం గావించుకున్నారు. వారిలో శ్రేష్టంగా గణపతి అమ్మయ్య.

తండ్రి అయిన మహా శివుడు గణాధిపత్య వర్తక చేయడలచి తన కుమారులైన వివాయకుడు, కుమారస్వామిలను ముల్లోకాలను ముందు చుట్టి ఎవరువస్తారో వారికే గణాధిపతి పదవి దక్కుతుందని ఆదేశిస్తాడు. వెంటనే స్పందించి శివుడు రెండో పుత్రుడైన కుమారస్వామి శరవేగంతో ఉత్సాహంగా లోకాలను సందర్శించ బయలుదేరగా, గజాననుడు తీవ్ర నిరాశతో, తండ్రి నేను, నా ఈ రూపంతో మల్లోకాలు ఎలాతిరగగలను,

ఆధ్యాత్మికం

- యం.వి.రమణకూరారి



