



# మా సంతోషానికి అవధులేవు..

ఈ అవార్డు మొత్తం భారత దేశానికే గుర్తింపు!

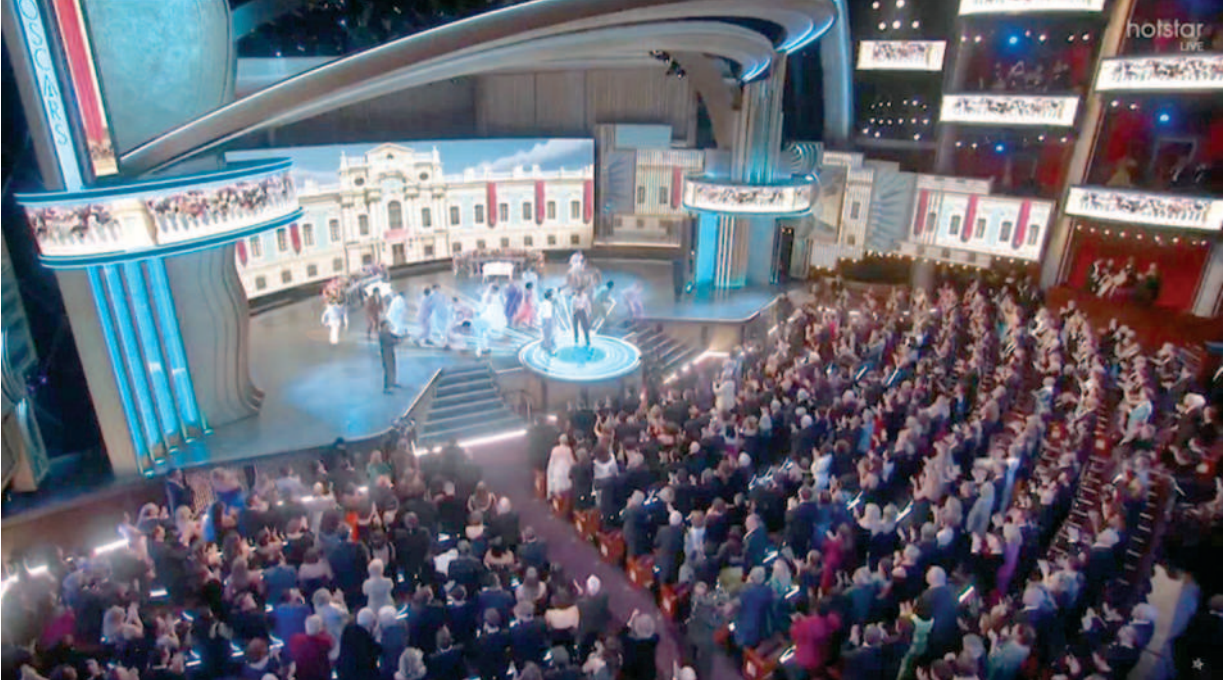
జానియర్ ఎన్టీఆర్, రామ్‌చరణ్



సోమవారం లాస్‌ఎంజెల్స్‌లో రాజమౌళి, ఎన్టీఆర్, రామ్‌చరణ్ తదితరులు

**లాస్‌ఎంజెల్స్,మార్చి 13:** ఎన్‌ఎస్ రాజమౌళి తెరకెక్కించిన ట్రిపుల్ ఆర్ చిత్రంలోని నాటునాటు పాటకు ఆస్కార్ రావడంతో ఇప్పుడ అపొట ప్రపంచదేశాల్లో మారుమోగుతోంది. అవార్డుల ప్రధానోత్సవానికి హాజరయిన ఆ చిత్రంలోని హీరో జానియర్ ఎన్సారామారా తూర్పుమాట్లాడుతూ సంతోషంతో తనకు మాటలు రావడంలేదన్నాడు. కేవలం విజయం మాత్రమేకాదని, ఆర్‌ఆర్‌ఆర్ చిత్రానికే కాదని, మొత్తం భారత దేశానికి లభించిన అరుదైన గౌరవమని పేర్కొన్నారు. ఇది కేవలం ఆరంభం మాత్రమేనని భవిష్యత్తులోభారతీయ సినిమా మరింత దూరం వెళ్లగలదని ఆయన ఆకాంక్షించారు. కీరవాణి, చంద్రబోసేలకు ఈసందర్భంగా జానియర్ ఎన్టీఆర్ అభినందనలు తెలిపారు. అలాగే దాక్యమెంటరీ ఫిలిం యూనిట్ కీర్తి గోస్వాలైజ్ ఇతర బ్రాందానికీ ఆయన అభినందనలు తెలిపారు. ఆర్‌ఆర్‌ఆర్‌నటుడు రామ్‌చరణ్ కూడా తాను పాల్గొన్న పాటకు అవార్డు రావడంపై హర్షం ప్రకటించారు. ఇందుకు ఆర్‌ఆర్‌ఆర్ టీమ్‌పై బహుశీ ఆయన కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. మా టీమ్ విజయం సాధించిందని, భారతీయ సినిమాగా ఆస్కార్ గెలిచామని భారత దేశం మొత్తానికీ ఈ ఆస్కార్ వర్షిస్తుందని ఆయన పేర్కొన్నారు. మాజీబిటాల్లోటిపుల్ ఆర్ సినిమా అత్యంత ప్రత్యేకమైనదని, అలాగే భారతీయ చలనచిత్రరంగంలోకూడా ప్రత్యేకతను సంతరించుకున్నదన్నారు. చలనచిత్రరంగంలో కోహ్నూర్ వజ్రం లాంటివారు ఎన్‌ఎస్ రాజమౌళి, ఎంఎంకీరవాణిలని వారి కృషివల్లనే ఆస్కార్‌కు తెలుగు చలనచిత్రం చేరువ అయిందన్నారు.

➤ ప్రవీణ్ కు మారీలు ధన్యా నాయక్‌తో పాటు వారి బంధువులు కేతావత్ నీలేష్ నాయక్ (28), కేతావత్ రాజేశ్వర్ (33), పవితవత్ గోపాల్ నాయక్ 929), కేతావత్ శ్రీనివాస్ (30), కేతావత్ రాజేందర్ నాయక్ (31)లకు డబ్బులు తీసుకుని ముందుగానే ఇచ్చేరారు. ఇందులో శ్రీనివాస్ నాయక్ మేడ్చల్ పోలీసు స్టేషన్‌లో కానిస్టేబుల్‌గా పనిచేస్తున్నారు. పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్ నిర్వహించిన కీలకమైన పోస్టుల భర్తీకి సంబంధించిన ప్రస్తావనలకు ప్రవీణ్, రాజశేఖరలు డబ్బులు తీసుకుని విక్రయిస్తున్నట్లు తెలుసుకున్న శ్రీనివాస్ నాయక్, తన బావ అయిన ధన్యా నాయక్‌తో



సోమవారం లాస్‌ఎంజెల్స్‌లోని డాబ్బీ థియేటర్‌లో ఆస్కార్ వేదికపై నాటునాటు పాట అలవిస్తున్న దృశ్యం

# తెలుగు పాటకు పట్టాభిషేకం

➤ రాజమౌళి దర్శకత్వంలోరావొందిన ఆర్‌ఆర్‌ఆర్ సినిమాలోని నాటునాటు పాటలో ఎన్టీఆర్, రామ్‌చరణ్‌కలిసి దాన్స్ చేయడం విశేషం. ఈ పాటను రాజమౌళి 17 రోజులపాటు చిత్రీకరించారు. వారంలోజులపాటు పాటను సృష్టదర్శకుడు డ్రెమ్‌లర్కెట్ రిహార్డుల్స్ చేయించిన తర్వాత ఘాటీచేసారు. 150 మంది నర్తకులు, 200 మంది యూనిట్ సభ్యులతో ఈ పాట చిత్రీకరణ అంతా సందడిగా సాగింది. కీరవాణి సంగీత సార్వం వహించిన ఈపాటను చండ్రబోస్ రాయగా రాహుల్‌సిన్హిగంజ్, కాలభైరవలు పాడిన సంగతి తెలిసిందే. **ఆస్కార్ అవార్డు పొందిన భారత దాక్యమెంటరీ** ఆస్కార్ 95వ అవార్డు ప్రధానోత్సవంలో భారతీయ చిత్రం తొలి అవార్డును సొంతంచేసుకుంది. బెస్ట్ దాక్యమెంటరీ పార్ఫొఫిలిమ్‌విభాగంలో భారత్‌బిబివి నామినేట్ అయిన ది ఎలిఫెంట్ విన్సర్స్ ఆస్కార్‌ను డక్కించుకుంది. ఈ మేరకు దర్శకురాలు కార్తికి గోస్వాలైజ్, నిర్మాత గునీత్ మోగ్గులు అవార్డులు అందుకున్నారు. తమ శ్రమను గుర్తించి ప్రతిష్ఠాత్మక అవార్డును అందించిన అలాడమ్ బ్రాందానికీ ధన్యవాదాలుచెప్పారు. ఈ దాన్యమెంటరి ఓటిటీ నెట్ఫ్లిక్స్‌లోప్రసారం అవుతోంది. రఘు, ఆమ్ము అనే రెండు అనాథ ఏనుగు పిల్లలు వాటిని ఆదరించిన దంపతుల కథను చిత్రంగామలివారు. 42 నిమిషాల నిడి ఉన్న ఈచిత్రం కనిపించేది ఇద్దరు వ్యక్తులు, రెండు ఏనుగు పిల్లలే. కానీ



'ది ఎలిఫెంట్ విన్సర్స్' దాక్యమెంటరీకి ఆస్కార్ అందుకుంటున్న దృశ్యం

దీనికేసం 450 గంటల ఫుటేజిని చిత్రీకరించి ప్రపంచం దృష్టిని ఆకీర్షించి నేడు ఆస్కార్ వేదికపై భారత్ తరఫున అవార్డును సొంతంచేసుకున్నారు. దర్శకురాలు కార్తికి గోస్వాలైస్ దర్శకురాలిగా తొలిప్రయత్నంలోనే ప్రతిష్ఠాత్మక అలాడమ్ పురస్కారాన్ని సొంతంచేసుకున్న కార్తికి తన సినిమా పై వివరాలను అందించారు.

## మరో పరీక్ష కూడా వీక్

మాట్లాడి ఎఈ పరీక్ష పత్రాు పత్రాన్ని కూడా సంపాదించాడు. కాగా వివరి నిమిషంలో ఈ గోల్ మార్ వెలుగు నూడడంతో ఆదివారం నాడు జరగాల్సిన పట్టుజ భవన ప్రణాళిక వర్షవేక్షణ అధికారుల పోస్టుల భర్తీ, ఈ నెల 15వ తేదీన జరగా ల్గిన వెటర్నరీ అనీ స్టవోల్ డర్జన్ పరీక్షలను రద్దు చేశారు. కాగా ఐదవ తేదీన జరిగిన ఈ పోస్టుల భర్తీకి

సంబంధించిన పరీక్ష ప్రస్తావన ప్రతం కూడా ిక్ అయినట్లు తెలిందని, దీనిపై స ర్కారుకు నివేదిక ఇచ్చినట్లు డిసిపి తెలిపారు. కాగా కమిషన్ ఉద్యోగులు ప్రవీణ్ కుమార్, రాజశేఖరలు ఇంకా ఎప్తునా పరీక్షలకు సంబంధించిన ప్రస్తావనలకు ఇదే విధంగా డబ్బులకు అమ్మారా...? అనే కోణంలో విచారిస్తున్నామని ఆయన తెలిపారు. అరెస్టు చేసిన సిందితులను రిమాండుకు తరలిస్తామని ఆయన తెలిపారు. ఈ సమావేశంలో టాన్స్‌ఫోర్ట్ డిసిపి రాధాకీషన్ రావుతో పాటు గోపామహల్ ఎసిపి సతీష్, బేగంబజార్ ఇన్స్పెక్టర్ శంకర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



సోమవారం రాష్ట్రపతి డ్రాపది ముర్దును కలుసుకున్న స్టేట్ సివిల్ సర్వీసు అధికారులు

# రభన.. రభన

➤ ముందుకు చేరుకుని,కేంద్ర ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా స్వకార్డులు చేతబట్టుకుని పెద్ద ఎత్తున నినాదాలు చేస్తూ ధర్మా చేశారు. లోక్‌సభా వ్యవసేత నాగేశ్వరరావు మాట్లాడుతూ కేంద్రం కావాలనే పార్లమెంటోలో చర్చకు అనుమతించకుండా తప్పుంచుకుంటుందని అన్నారు. వాయిదా తీర్మానాలను తోసిపుచ్చుతుందన్నా రు. అయినా సరే మళ్లీ వాయిదా తీర్మానాలను ఇవ్వామని నామా న్నట్లుం చేశారు. ప్రజా ప్రయోజనాలకు సంబంధించిన అంశాలపై కేంద్ర ప్రభుత్వం ఎందుకు చర్చించడం లేదని నామా ప్రశ్నించారు. ప్రధానంగా కేంద్ర దర్మాపు సంతల వసతిరున్న దేశ వ్యాప్తంగా పెద్ద ఎతునతన విమర్శలు,చర్చ జరుగుతోందని, దర్మాపు సంతలు స్వతంత్రంగా వ్యవహరించడం లేదన్నారు. కేంద్రం చెప్పే చేతల్లో సదున్నతాయని మండిపడ్డారు. లేని కేసుల్లో ఇరికించి,దర్మాపు పేరుతో ఇబ్బంది పెడుతున్నారని, ఈవిషయమై ఎంటల వాదనను పార్లమెంటోలో వినిపించేందుకు అవకాశం లేకుండా చేస్తున్నారని అన్నారు. ఈఢి,సిఢిబ దర్మాపు సంతలను కేంద్ర ప్రభుత్వం పెద్ద ఎత్తున దుర్నియోగం చేస్తోందని ధ్వజమెత్తారు. మోడీ సమాధానం చెప్పేంత వరకు ప్రశ్నిస్తానే ఉండామని నామా చేర్కొన్నారు.

### కె.విజయరామారావు కన్నుమూత

➤ ఆ తర్వాత సివిల్స్ కి ఎంపికయ్యారు. ఐపిఎస్ అధికారిగా ఉమ్మడి రాష్ట్రంలోని వివిధ జిల్లాల్లో పనిచేశారు. నెల్లూరులో ఎన్సాగా పనిచేశారు. జలగం వెంగళరావు, ఎన్టీఆర్ ముఖ్యమంత్రులుగా ఉన్న సమయంలో ఇంటిజెన్స్ బీఫ్గా పనిచేశారు. రెండు రహాలు హైదరాబాద్ పోలీస్ కమిషనర్‌గా పనిచేశారు. ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో హామ్ సెక్రటరీగా పనిచేశారు. కేంద్రంలో ఓపీ నరసింహారావు ప్రధానిగా ఉన్న సమయంలో సిఢిబ డైరెక్టర్‌గా పనిచేశారు. 58 ఏళ్ల వయస్సులో ఆయన తనకాల్చి ఉన్నప్పటికీ, సిఢిబ డైరెక్టర్‌గా మరో ఏడాది పాటు ఆయన పదవీకాలాన్ని పెంచారు. పోలీస్ ఎన్‌కోంటర్లకు సంబంధించిన భారత కమిషన్ విచారణ విషయంలో ఇంటిజెన్స్ బీఫ్గా మానిటరింగ్ చేశారు. ఆయన ఐపిఎస్‌గా చేసిన సేవలకు కేంద్రం ఐపిఎం,పిఐఎం వంటి ఇందియన్ పోలీస్ మెంటరీను అందించి గౌరవించింది. ఆయన సిఢిబ డైరెక్టర్‌గా రిటైర్ అయిన తర్వాత రాజకీయాల్లోకి దిగారు. అప్పటి ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు హయాంలో 1999లో ఖైరతాబాద్ అసెంబ్లీకి పోటీచేసి అప్పటి దిగ్గజ కాంగ్రెస్ నాయకుడు పి. జనార్దన్ రెడ్డిని ఛార్ మెజారిటీతో ఓడించారు. చంద్రబాబు నెత్తుల్లోనూ ఆయన రోడ్డు భవనాలు శాఖ మంత్రిగా కూడా పనిచేశారు. ఆయన ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో ఐపిఎస్ అధికారిగా ఉన్నప్పుడు పోలీస్ శాఖ నిర్వహించే సురక్ష పత్రికకు వ్యవస్థాపక ఎడిటర్‌గా పనిచేశారు. ఉమ్మడి ఎపికి సంబంధించిన పోలీసు మాన్యవలెన అయన తన బ్రాండుంతో కలిసి రచించారు. 1984లో ఎన్టీఆర్‌ను ముఖ్యమంత్రి పదవి నుంచి బలవంతంగా దించి నాదొడ్ల భాస్కరరావును సిఎం చేసిన సమయంలో ఆయన హైదరాబాద్ పోలీస్ కమిషనర్‌గా పనిచేశారు. ఆ సమయంలో తెలుగుదేశం ఎంఎల్ఎలకు మువీరాబాద్‌లోని రామకృష్ణ స్కూడియోలో వుండగా కొందరు రోడ్డులు వారిని అదువంతంగా నాడొడ్ల భాస్కరరావుకు మద్దతుగా తీసుకువెళ్లేందుకు ప్రయత్నించగా ఆ సమయంలో విజయరామాారావుతో పాటు తూర్పు మండల డిపివీగా వున్న కె. ఆరవిందరావు అడ్డుకున్నారు. దీని తరువాత నాదొడ్ల సర్కారు నెల రోజుల్లోనే కూలిపోయి ఎన్టీఆర్ తిరిగి సిఎంగా కావడం తెలిసిందే. కాగా పి.వి నరసింహారావు ప్రధాన మంత్రిగా వున్న సమయంలో విజయరామారావు సిఢిబ డైరెక్టర్‌గా ఓ వెలుగు వెలిగారు. ఆయన హయాంలోనే కీలకమైన హవారా కేసుల్లో నిందితులను వి చారించిన సిఢిబ నిందితులకు

### వారం - వర్షం

**14-3-2023 మంగళవారం**  
శ్రీ శుభకృత్ నామ సంవత్సరం, ఉత్తరాయనం  
పౌర్ణాణ మాసం, కృష్ణ పక్షం, కార్తి పూర్వాశ్వాద  
సప్తమి సా.04-59; జ్యేష్ఠ తె.04-32  
వర్షం ఉ.10-52 ల 12-24  
రా.శా. మ.3-00 ల 4-30 వ  
యమగండం ఉ.9-00 ల 10-30 వ  
దుర్ముహూర్తం ఉ.8-24 ల 9-12 వ  
రా.10-48 - 11-36

### వార్తాఫలం

**మేషం:** సామాన్య ధన లాభం. ప్రత్యర్థుల వ్యూహాల వల్ల కార్య హాని.

**శుభభం:**ముఖ్యమైన పనుల్లో అటంకాలుంటాయి, ఓర్పుతో వుండండి.

**విధురం:**ధర్మ రక్షణకై పాటపదతారు. ఉద్యోగులకు పదోన్నతి లభిస్తుంది.

**కర్మాఙ్కం:**ప్రయత్నాలు ఫలిస్తాయి. వృద్ధులను దర్శిస్తారు.

**సింహం:**వృత్తి రంగాల్లో పున్నవారికి బాగుంటుంది. విద్యార్థులకు శుభయోగం.

**కన్య:** వృత్తి వ్యాపారులకు లాభం. ఇతరులకు ఆర్థికంగా బాగుంటుంది.

**తుల:**మిత్రులను కలుసుకుంటారు. దంపతుల మధ్య అశాన్త్యంత ఏర్పడుతుంది.

**శుక్రశకం:**వ్యాపారులు రుణాలు చేయాలి వస్తుంది.

**ధనుస్సు:**వాహన యోగం. ఉద్యోగులు సంయమనంతో వుండడం మంచిది.

**మకరం:**కోర్పు వ్యవహారాలు అను కూలం. సమస్యలు పరిష్కారమవుతాయి.

**కుంభం:**కోర్త రుణాలు చేసి పాత రుణాలు తీరుస్తారు.

**మీనం:** జ్ఞాయింలు వ్యవహారాలు పరిష్కారమవుతాయి. శుభ యోగం.

- **పాలకుర్తి సంతోష శర్మ, విజయపు కాటన్, హైదరాబాద్**

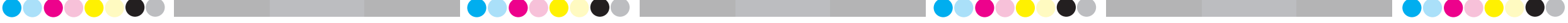
#### ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలో 90% పోలింగ్

➤ వచ్చిన వారందరికీ ఓటువేసి అవకాశాన్ని అధికారులు కల్పించారు. ఇలా వచ్చిన వారు సాయంత్రం 5.30 గంటల వరకు కూడా కొన్ని పోలింగ్‌కేంద్రాల్లో ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. మాజీ ఎమ్మెల్సీ ప్రొఫెసర్ నాగేశ్వర్ తన ఓటు హక్కును అంబివేబిల్లో వినియోగించుకోా..టీఎన్ యూటీఓపి రాష్ట్ర అధ్యక్షులు జంగయ్య, రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి శావ రవి హైదరాబాద్‌లోని ముఠీరాబాద్‌లో తమ ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. పీఆర్‌డీయూ టీఎన్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు పింగిలి శ్రీహర్షిరెడ్డి తన ఓటు హక్కును ప్రభుత్వ జానియర్ కాటగొడలో వినియోగించుకున్నారు. ఉపాధ్యాయ ఎమ్మెల్సీ పోలింగ్ కోసం మొత్తం 9 జిల్లాల్లో 139 పోలింగ్ స్టేషన్లను ఏర్పాటుచేశారు. ఇందుకు సంబంధించిన ఓట్ల లెక్కింపు ఈ నెల 16న ఉదయం 8 గంటలకు ప్రారంభించనున్నారు. ఉపాధ్యాయ ఎమ్మెల్సీ పోలింగ్ సందర్భంగా ఎక్కడ ఎటువంటి అవాంఛనీయ ఘటనలు జరగలేదని, ప్రశాంతంగా పోలింగ్ జరిగిందని అధికారులు ప్రకటించారు. ఉపాధ్యాయ ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల బరిలో మొత్తం 21 మంది అభ్యర్థులు పోటీలో ఉన్నారు. 2017 లో జరిగిన ఎన్నికల్లో 23000 మంది ఓటర్లుగ నమోదుచేసుకోగా.. ఈ సారి ఎన్నికల్లో 29,720 మంది ఓటర్లుగ నమోదు చేసుకున్నారు. మొదటి ప్రాధాన్యతా ఓటుతో గెలుపు సైన్‌లో కాకుండా రెండో ప్రాధాన్యతా ఓటు ద్వారా గెలుపు సాధించ కానుంది. గెలిచే అభ్యర్థికి పోలైన ఓట్లలో 51 శాతం ఓట్లు వచ్చే వరకు ఎలిమినేషన్ ప్రక్రియ ద్వారా లెక్కింపు కొనసాగునుంది

జిల్లుల పడేలా చేసింది. దీంతో పాటు ముంబాయి వరస పేలుళ్ల కేసును, మరెన్నో ముఖ్యమైన కేసులను ఆయన హయాంలోనే సిఢిబ విచారించి ఓ కొలిక్కే తెచ్చింది. పోలీసు శాఖ నుంచి పదవీ విరమణ చేసిన తరు వాత విజయరామారావు రాజకీయాల్లో దిగారు.పోలీసు ఖైరతాబాద్ నుంచి పోటీ చేసి గెలిచిన తర్వాత మంత్రి పదవీచేశారు. రెండసారి ఖైరతాబాద్ నియోజకవర్గం నుంచి పోటీచేసి ఓడిపోయారు. ఆయన అప్పటి నుంచి రాజకీయాలకు దూరంగా ఉన్నారు. రాష్ట్ర విభజన తరువాత టీఆర్ఎస్ లెలుపు మేరకు ఆ పార్టీలో కొంతకాలం సేవలందించారు. పోలీసు శాఖలో మంచి అభివృద్ధి నాయకుడుగా ఆయనకు పేరుంది. జాతీయ పోలీసు అకాడమిలో జరిగిన అనేక సెమినార్లలో విజయరామారావు కీలక అంశాలపై తనప్రేన శైలిలో ఉపన్యాసాలు ఇచ్చారు. కండు కంఠంతో విజయరామారావు ఇచ్చే ఉపన్యాసాలలో సవకాలీన అంశాలతో పాటు సున్నితమైన హాస్యంతో వుండే చతురీక్తులు వుండేవి. ఏ అటంపైన అయినా ఆయన అన ళ్లకగా మాట్లాడేవారాగా వేరొందారు. కాగా విజయరామారావు మృతిపట్ల రాష్ట్ర పోలీసు ఉన్నతాధికారులు వలుపురు తీవ్ర దిగ్భ్రాంతిని వ్యక్తం చేశారు. విజయరామారావు మృత దేహానికి బుధవారం నాడు జూబ్లీహిల్స్‌లోని మహా ప్రాస్నంలో అంత్యక్రియలు జరుగుతాయని కుటుంబ సభ్యులు తెలిపారు.

సిఢిబ మాజీ డైరెక్టర్,ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో కేబిఎల్ మంత్రిగా పనిచేసిన కె.విజయ రామారావు మరణం పట్ల ముఖ్యమంత్రి కె.చంద్రశేఖరరావు దిగ్భ్రాంతిని వ్యక్తం చేశారు. వారి మరణం పట్ల సిఎం కెఆర్ తన సంతాపాన్ని ప్రకటించారు. ప్రభుత్వ అధికారిగా,ప్రజాప్రతినిధిగా విజయరామారావు అందించిన ప్రజా సేవలు గొప్పపని అన్నారు. ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో అనంతరం తెలంగాణ రాష్ట్రంలో విజయరామారావుతో తనకున్న అనుబంధాన్ని ఈ సందర్భంగా సిఎం కెసీఆర్ స్మరించుకున్నారు. వారి ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని సిఎం ప్రార్థించారు. వారి కుటుంబ సభ్యులకు సిఎం కెసీఆర్ తన ప్రగాఢ సానుభూతిని తెలిపారు.

**నేడు అధికారిక లాంఛనాలతో విజయరామారావు అంత్యక్రియలు**  
దివంగతులైన మాజీ మంత్రి విజయరామారావు అంత్యక్రియలను ప్రభుత్వ అధికారిక లాంఛనాలతో నిర్వహించాలని సిఎం నిర్ణయించారు. ఇందుకు సంబంధించిన ఏర్పాట్లు మానుకోవాల్సిందిగా ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి శాంతికుమారిని సిఎం కెసీఆర్‌శించారు. విజయరామారావు మరణం పట్ల టిఢిపి అధినేత,మాజీ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబునాయుడు సంతాపం వ్యక్తం చేశారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర మంత్రులు, వలు పార్టీ నేతలు సంతాపం తెలిపారు.













# 'నాటు నాటు..'కు ఆస్కార్...

తెలుగు చలన చిత్ర పరిశ్రమచరిత్రలో సోమ వారం అపూర్వ అధ్యాయం ఆవిర్భవించింది.. గగన విధులను ముద్దాడిన ఘన చరిత్రను తెలుగు 'తెర' సొంతం చేసుకుంది.. ప్రపంచ యవనికపై రికార్డు సృష్టించే స్థాయికి చేరింది.. ఇవన్నీ కలిసి 'ఆరీఆరీఆరీ' 10 కోటల లామంది తెలుగు ప్రజల ఆశలను నజీవం చేస్తూ ప్రపంచ అవార్డును దక్కించు కుంది. ప్రతిష్టాత్మకంగా భావించే ఆస్కార్ ను సొంతం చేసు కుంది. కాగా ఉత్తమ ఒరిజినల్ సాంగ్ విభాగంలో 'నాటు నాటు' పాట ఆస్కార్ అవార్డును గెలుచు కుంది..

**ప్రపంచ సినిమా అవార్డుల వేదికపై రాజమౌళి 'ఆరీఆరీఆరీ' రికార్డు**

## 'ఆస్కార్'తోపాటు పాటందుకున్న కీరవాణి

ఆస్కార్ అందుకునేందుకు వేదికపై వెళ్ళిన ఎంఎం కీరవాణి తన స్పీచ్ తో ఆకట్టు కున్నారు. అవార్డు దక్కిన అనంతం లో ఆయన మాట్లాడుతూనే పాట రూపంలో తన సంతోషాన్ని వ్యక్తం చేశారు. తన చిన్నపుడు తాను కార్పెంటర్ని (అమెరికన్



సింగర్ని) మ్యూజిక్ వినేవాడినని ఇప్పుడు ఆస్కార్ అవార్డును అందుకుని ఇక్కడ ఉన్నాని చెబుతూ తన బట్టతలను సవ రించుకున్నారు.. ఆ తర్వాత ఆయన పాట పాడుతూ, ఆస్కార్ అవార్డు అందుకోవటం చాలా సంతోషంగా ఉందని. నామైండ్లో ఒకే ఒక కోరిక ఉండేదని, రాజమౌళి సహా మా కుటుంబం అలాగే ప్రతి భారతీయుడు గర్వించేలా ఆరీఆరీఆరీ ఆస్కార్ అవార్డు అందుకోవాలని, ఆరీఆరీ ఆరీ అలానే అవార్డు అందుకుందన్నారు. నన్ను ప్రపంచ చంలో ఆగస్టానంలో ఉంచింది ఇది పాణిబుల్ అవటానికి కృషిచేసిన కార్తీకేయ కు థాంక్స్ అని పాట పాడి అలరించారు.. ఇక మరోవైపు లిరిసిస్ట్ చంద్రబోసన తన అనందాన్ని అడుపు చేసుకోలేక కీరవాణి స్పీచ్ అయ్యాక వెంటనే నమస్తే ప్రముఖులు సైతం ప్రశంసలు కురిపిస్తున్నారు. ప్రతి భారతీయుడు గర్వపడే క్షణం ఇది అంటూ సోపల్మీడియాల్లో కామెంట్లు వర్షం కురిపిస్తున్నాయి.

## ఆస్కార్ చరిత్రలో అత్యంత ఖరీదైన డ్రెస్

ప్రపంచ ప్రశిద్ధిగాంచిన సినిమా అవార్డుల వేడుక ఆస్కార్ 2023. ఈసారి ఈ వేడుక తెలుగువారికే కాకుం దా ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఉన్న భారతీయు ల్లో ఆసక్తిని పెంచింది.. రాజమౌళి, ఎస్వీఆర్, రామ్చరణ్, కీరవాణి సహా ఆరీఆరీఆరీ కు పనిచేసిన పలువురు ఆస్కార్స్ ఈ వేడుకలో పాల్గొన్నారు.. లాని ఎంజెల్స్ లో సైట్ పార్ట్ లో మన స్టార్లలా హంగామా చేశారు. ఇదిలా ఉంటే ఆస్కార్స్ లో మొదటిసారి 2.65



లక్షల డాలర్ల ఖరీదైన డ్రెస్ హాట్ టాపిక్ గా మారింది.. నిజానికి ఇక్కడ ధరించే డ్రెస్ విలువ స్టూర్డమ్ అధికారం మారు తూ ఉంటుంది. కాబట్టి ఆస్కార్స్ ఒక లుక్ సగటు ధర సుమారు 1.5 మిలియన్ డాలర్లుగా ఉంది. కేట్ బ్లాంచెట్ 2014లో 18.1 మిలియన్ల డాలర్ల ఖరీదైన రూపంతో ఆస్కార్స్ లో చరిత్ర సృష్టించింది.. ఆమె లక్ష డాలర్ల ఆర్మ్యాని ప్రైవ్ గౌను ధరించగా, కేవలం నగల కోసం 16 మిలియన్ల డార్లు ఖర్చుపెరిందని అంచనా...



## ఆస్కార్ వేదికగా ఎస్వీఆర్ 30' అప్డేట్



మీడియా ఛానల్స్ తో ఆయన మాట్లాడారు. తన తదుపరి ప్రాజెక్టుల గురించి మాట్లాడుతూ, మార్చి 29 నుంచి ఎస్వీఆర్ 30 మాటంగ్లో పాల్గొనబోతున్నట్లు తెలిపారు. ఇంకా బ్రెటిల్ ఫిక్స్ చేయని ఈచిత్రానికి కొరటాల శివ దర్శకుడిగా వ్యవహరిస్తున్నారని ఎస్వీఆర్ తెలిపారు.

ఆస్కార్ వేడుకకు యంగ్టైగర్ ఎస్వీఆర్, రామ్చరణ్, ఉపాసన సహా మిగతా యూనిట్ పాల్గొంది.. ఈ అవార్డును అందుకున్న తర్వాత ఎస్వీఆర్ చాలా ఎమోషనల్ అయ్యారు. మా అనందాన్ని వ్యక్తపరచడానికి నాకు ప్రస్తుతం అసలు వదాల్ దొరకటం లేదని, ఈ ఆరీఆరీఆరీ యూనిట్కు మాత్రమే కాదు.. భారతదేశా నికి కూడ గర్వకారణం అన్నారు. ఇది ప్రారంభం మాత్రమే అని.. నేను నమ్ము తున్నానని అన్నారు. ఇంకా ఇండి యన్ సినిమా ఎంతదూరం వెళుతుందో తాను చెప్పలేనని, కీరవాణి చంద్రబోసకు అభినందనలు అన్నారు. అలాగే దర్శకుడు రాజమౌళి అనే మాస్టర్ స్టోరీ టైలర్ లేకుంటే ఇవి సాధ్యం కాదని, చెబుతూనే ఇవాళ్ల విజయం సాధించిన ఎలిఫెంట్ విన్సర్స్ టీంకు కూడ అభినందనలు అని పేర్కొన్నారు. ఇంతకు ముందు



## ఆకట్టుకున్న జోడీ...

విశ్వవ్యాప్తంగా అందరి దృష్టిని ఆకట్టు కున్న ఆస్కార్ 2023 వేడుకల్లో రామ్చరణ్, ఉపాసన దంపతుల ప్రస్తావ రణ మెప్పిస్తోంది.. కస్తమ్ మేడ్ ఎట్రెర్లో చూపుల దృష్టిని ఆకర్షించారు. ఈ జంట అత్యంత ప్రతిభావంతులైననిపుణుల పనితీరుని ప్రదర్శించేలా వారి దస్సులు కన్పించాయి.. రామ్చరణ్ నటిమణి ఉపాసన కాంబియో కూడ స్పెషల్ ఆట్రాక్షన్ గా నిలిచాయి.. జయతిరెడ్డి డిజైన్ చేసిన స్ట్రాప్ లెస్ లెగ్స్ లో రసమయి బాలికవన్, కరాటే రాజు, మహమ్మి, లియోన్ జేమ్స్ మాట్లాడారు.. తెలుగు, తమిళ, మలయాళ, హిందీ భాషల్లో విడుదల కానుంది.. ఈ పడెళ్ల ప్రయాణంలో ఎన్నో మార్పులు, మన ఆలోచనా విధానం మారుతుంది.. మన భావోద్వేగాలు మారుతుంటాయి.. అందుకే నాపాత్రలో నటనకి ఎంతో ఆస్కారం ఉంది. ఈ సినిమాలో ముద్దుసీను నాకు ఇబ్బందిగా అనిపింప లేదు.. ఎందుకంటే అది కావాలని పెట్టిన సన్నివేశం కాదు. కథలోభాగమైన కథకి అవసరమైన సన్నివేశం.. వచ్చిన ప్రతినివాసనచేయటం లేదు.. నా మనసుకి నచ్చిన సినిమాల ను మాత్రమే ఎంపిక చేసుకుని నటిస్తున్నాను.. కళ్యాణ్మాలిక్ గారు మంచి సంగీతం అందించారు.. తదుపరి చిత్రాలు అన్నీ మంచి

## మనసుకు నచ్చిన సినిమాలే చేస్తున్నా; మాళిఖిక నాయర్

యువ హీరో నాగశౌర్య, దర్శకుడు తీనివాన్ అవసరాల కలయికలో వస్తున్న హాగ్లిక్ మూవీ ఫరానా అబ్బాయి, ఫరానా అమ్మాయి.. ఈ ఫీల్డ్ రొమాంటిక్ ఫిల్మ్ ను ప్రముఖ నిర్మాణ సంస్థ పీపుల్ మీడియా ప్రాక్టర్, దాసరి ప్రొడక్షన్స్ సంయుక్తంగా నిర్మిస్తున్నాయి.. టీజీ విశ్వప్రసాద్, పద్మజ దాసరి నిర్మాతలు.. ఈ చిత్రానికి వివేక్ కూచిబొట్ల సహనిర్మాత.. ఈనెల 17న ఈచిత్రం విడుదలకానుంది. ఈనందర్బం గా హీరోయిన్ మాళిఖిక నాయర్ సోమవారం మీడియాతో మాట్లాడారు. ఆమె మాటల్లోనే.. ఈచిత్రం ట్రెండర్నుమల్లీబళ్ళీ చూస్తేనే ఉన్నాను. నటిగా నేను ఎవరనేది చూపించే చిత్రమిది.. ఇప్పటిదాకా ఒక నటిగా సినిమాలు చేశాను. నటిగా ఎం చేయాలో అంతవరకే చేశాను.. కానీ ఇది అన్నివిధాలా పరంగా నాకు దగ్గరైన సినిమా.. ప్రతిభగల దర్శకుడితో పనిచేయటం సంతోషంగా ఉంది.. ఈ చిత్రంలో అనుపమ పాత్రలో కన్పిస్తాను. నా నిజ జీవితానికి దగ్గరగా ఏముండదు. నాగశౌర్య పోషించిన సంజయ్ పాత్ర మాత్రం కాస్త దగ్గరగా ఉంటుంది.. అయితే పాత్రలు, సన్నివేశాలు సహజంగా నిజజీవితంలో మనకు ఎదురైనట్లుగా ఉంటాయి.. ఇది ఒకంత ప్రయోగాత్మక సినిమానే.. అలా అని మనకు తెలియని భావోద్వేగాలు కాదు. మానసస్థంత పేపు ఓ మంచి అనుభూతి కలుగుతుంది.. ఏం చేసినా ప్రేక్షకులను మెప్పించగలిగేలా తీస్తే చాలు.. ఇందులో సందేశాలు ఇవటం లేదు.. సహజమైన సన్నివేశాలు, సంభాషణలతో స్వచ్ఛమైన విన్యాసాన్ని పండుకోతున్నాం.. నటిగా చాలా సంతృప్తిగా ఉంది.. ఈ పడెళ్ల ప్రయాణంలో ఎన్నో మార్పులు, మన ఆలోచనా విధానం మారుతుంది.. మన భావోద్వేగాలు మారుతుంటాయి.. అందుకే నాపాత్రలో నటనకి ఎంతో ఆస్కారం ఉంది. ఈ సినిమాలో ముద్దుసీను నాకు ఇబ్బందిగా అనిపింప లేదు.. ఎందుకంటే అది కావాలని పెట్టిన సన్నివేశం కాదు. కథలోభాగమైన కథకి అవసరమైన సన్నివేశం.. వచ్చిన ప్రతినివాసనచేయటం లేదు.. నా మనసుకి నచ్చిన సినిమాల ను మాత్రమే ఎంపిక చేసుకుని నటిస్తున్నాను.. కళ్యాణ్మాలిక్ గారు మంచి సంగీతం అందించారు.. తదుపరి చిత్రాలు అన్నీ మంచి



## 'కబ్జ' అందరినీ మెప్పిస్తుంది: ఉపేంద్ర

ఇండియన్ రియల్స్ డివైజర్ హీరోగా నటిస్తున్న పాన్ ఇండియా మూవీ కబ్జ... ఘనీత్ మలయాళ భాషల్లో ప్రపంచ వ్యాప్తంగా రాబోతోంది.. ఆరేవం దర్శక నిర్మాణంలో రూపొందిన ఈచిత్రం తెలుగులో ప్రముఖ నిర్మాత ఎన్.సుధాకర్ రెడ్డి సమర్పకుడిగా హీరో నితీన్ బ్యానర్స్



రుచితా ఎంటర్టైన్ మెంట్స్, ఎన్ సినిమాస్ పతాకాలపై తెలుగులో రిలీజ్ అవుతుంది.. తాజాగా ఈచిత్రం యూనిట్ మీడియాతో మాట్లాడింది.. ఉపేంద్రమాట్లాడుతూ, ఇవాళ చాలా స్పెషల్ డే అన్నారు. ఆరీఆరీఆరీ ఆస్కార్ అందుకోవటం పట్ల యూనిట్ కు అభినందనలు అని తెలిపారు. కాగా ఈచిత్రం విజాపల్ వందర్ గా ఉంటుందన్నారు. దీని క్రిడిట్ అంతా ఆరేవం ద్రుగారికే దక్కుతుందన్నారు. ఈ మూవీ అద్భుతంగా వచ్చిందన్నారు. ఈచిత్రాన్ని ప్రేక్షకులు ఆశ్చర్యదించాలని కోరుకుంటున్నానని అన్నారు. కార్యక్రమంలో నిర్మాత లక్ష్మీకాంత్ రెడ్డి, శ్రీకాంత్, కోప్రాడ్యూర్ ఆర్కా సాయికృష్ణ, శ్రీయాశరణ్ ప్రసంగించారు.

## ఉగాదికి వస్తున్నా.. విశ్వక్ సేన్



చేశారు.. ఈనందర్బంగా విశ్వక్ సేన్ మాట్లాడారు.. ఈచిత్రం అందరినీ ఆకట్టుకునేలా ఉంటుందన్నారు.. ఈనెల 17న జరిగే ప్రీరిలీజ్ కావెంటేకు ఎస్వీఆర్ గారు వస్తున్నారని అన్నారు. ఉగాదికి ఈనెల 22న ఈచిత్రం విడుదల అవుతుందన్నారు.. నేను పూర్తిగా నమ్మకంతో చెబుతున్నానని, వస్తున్నా కొడుతున్నా ఇది విశ్వక్ సేన్ 2.0 అని అన్నారు. కార్యక్రమంలో ప్రసన్నకుమార్ బెజవాడ, సుమేధా పేతురాజ్, ఎమ్మెల్యే రసమయి బాలికవన్, కరాటే రాజు, మహమ్మి, లియోన్ జేమ్స్ మాట్లాడారు.. తెలుగు, తమిళ, మలయాళ, హిందీ భాషల్లో విడుదల కానుంది.. ఈ పడెళ్ల ప్రయాణంలో ఎన్నో మార్పులు, మన ఆలోచనా విధానం మారుతుంది.. మన భావోద్వేగాలు మారుతుంటాయి.. అందుకే నాపాత్రలో నటనకి ఎంతో ఆస్కారం ఉంది. ఈ సినిమాలో ముద్దుసీను నాకు ఇబ్బందిగా అనిపింప లేదు.. ఎందుకంటే అది కావాలని పెట్టిన సన్నివేశం కాదు. కథలోభాగమైన కథకి అవసరమైన సన్నివేశం.. వచ్చిన ప్రతినివాసనచేయటం లేదు.. నా మనసుకి నచ్చిన సినిమాల ను మాత్రమే ఎంపిక చేసుకుని నటిస్తున్నాను.. కళ్యాణ్మాలిక్ గారు మంచి సంగీతం అందించారు.. తదుపరి చిత్రాలు అన్నీ మంచి

## గొప్ప సినిమా చేశానని అభినందిస్తున్నారు:

దిలీరాజు సారధ్యంలో శిరీష సమర్పణలో హన్సిత్ హన్సిత్ నిర్మించిన చిత్రం బలగం... ప్రియ దర్శి, కావ్యా కళ్యాణ్ రామ్ హీరోహీరోయిన్లుగా నటించారు. ఈ మూవీని వేటా ఎల్లండి తెరకెక్కించారు.. మార్చి 3న విడుదలైన ఈ చిత్రం హిట్ అయ్యింది.. ఈనందర్బంగా



ప్రియదర్శి మీడియాతో మాట్లాడారు. ఆయన మాటల్లోనే.. చాలా మంది ఈచిత్రాన్ని చూసి ఓ గొప్ప చిత్రం అని అంటున్నారు. చాలా సంతోషంగా ఉంది.. మనిషిని లోలోతుగా కదిలిచిన చిత్రమని అంటున్నారు. ఈచిత్రం స్టూడింగ్లో నేను కూడ ఎంజాయ్ చేశాను. అప్పటికింకా బుడగ ఇంగం దేవర పాట రాలేదు. పాట రూపం చేసిన తర్వాత ఇంకా హర్ష బచిగొగా అనిపించింది.. హాట్ స్టార్లో సేవ్ ది టైగర్ వెబ్ సీరీస్ చేశాను. సుయోధన అనే మరో సినిమాలో నటిస్తున్నాను.. ఇదొక క్రైమ్ డ్రామా.. కొన్ని రోజులు మాత్రమే మాటంగ్ బ్యాంక్స్ ఉంది..

## భారత్ కు తొలి ఆస్కార్

తాజాగా 96వ ఆస్కార్ అకాడమీ అవార్డుల ప్రధానోత్సవంలో భారత్ తొలి ఆస్కార్ అవార్డును కైవసం చేసుకుంది.. ప్రపంచ వేదికపై భారత చలనచిత్ర రంగాన్ని సగర్వంగా నిల బెట్టింది.. ఉత్తమ డాక్యుమెంటరీ పార్ట్ ఫిల్మ్ విభాగంలో మనదేశం నుంచి నామినేట్ అయిన 'ది ఎలిఫెంట్ విన్సర్స్ రన్స్' చిత్రానికి ఆస్కార్ గౌరవం దక్కింది.. డాక్యుమెంటరీ దర్శకురాలు కార్తిక గోస్వా లెస్, నిర్మాత గునీత్ మోగ్.. అవార్డు



ను అందుకున్నారు. తమ శ్రమను గుర్తించి ప్రతిష్టాత్మక అవార్డును అందించిన అకాడమీ బృందానికి ధన్యవాదాలు తెలిపారు. కాగా ప్రకృతితో మనిషికి ఉన్న సంబంధాన్ని, ప్రకృతికి రక్షించుకోవాలనే ప్రధాన బెజ్జిత్రంతో ఈ డాక్యుమెంటరీని నిర్మించారు.. అడవుల పరిరక్షణ మూగ జీవాల రక్షణకు ఈ డాక్యుమెంటరీ పెద్దపీట వేసింది. నెట్ ఫ్లిక్స్ సంస్థ దీనికి నిర్మాతగా వ్యవహరించింది.. 97 శాతం మంది ఇష్ట పడటం విశేషం..

## ప్రఖ్యాత నిర్మాణ సంస్థల ప్రాజెక్టుల్లో...

రోషన్ మేకా తెలుగు చలనచిత్ర పరిశ్రమలో యువ నటుడు.. సీనియర్ నటుడు శ్రీకాంత్, నటి ఊపాల కుమారుడు.. ఈ కుర్రాడు మొదట బాలనటుడిగా రుద్రప్రదేవి



చిత్రంలో తెరపై కన్పించారు. తర్వాత ప్రధాన పాత్రలో తొలిసారిగా నటించారు. నిర్మాతా కాన్వెంట్ 2016లో.. మరెయ్ త్వును నటుడిగా సైమా అవార్డును అందుకున్నారు.. తర్వాత దాక్టర్ కె.రాఘవేంద్రరావు పర్యవేక్షణలో గౌరీ రోజంగి దర్శకత్వం వహించిన రొమాంటిక్ కామెడీ చిత్రం పెళ్లిసంద-డి చిత్రంలో హీరోగా నటించారు. రోషన్ మేకా నటనలో ప్రవేశించే ముందు అధికారికంగా శిక్షణ పొందారు. ముంబైలో బాలీవుడ్ లో అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్ గా పనిచేశారు. రోషన్ ఇప్పటికీ తన లుక్స్, ఆన్ స్క్రీన్ ప్రెజెన్స్, డైలాగ్ డెలివరీతో తన విలువైన సినిమాలతో ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్నారు. పెళ్లిసంద-డి విజయం తర్వాత రోషన్ కొత్త సినిమాపై అంచనాలు పెరిగాయి.. ఈ యువ హీరో ఇప్పుడు వైజ యంత్ర మూవీస్, వేదాన్ షిఫ్ట్స్ ప్రొడక్షన్స్ చిత్రాలతో పఖ్యాత నిర్మాణ సంస్థ ల్లో రాబోతున్నాయని రోషన్ చాలా ఉత్సాహంగా చెల్లడించారు.

## సరిపడినన్ని నీళ్లు తాగుతున్నారా ?



నీరు.. జీవక్రియలకు ఎంతో అవసరం. సరిపడినన్ని నీళ్లు తాగితే మనకెదురయ్యే సగం ఆరోగ్య సమస్యలను ఇట్టే తగ్గించవచ్చుట! ఇది తెలిసినా సరే.. నీళ్లు తాగడానికి ఇష్టపడని వారు చాలామంది ఉంటారు. అందుకే నీళ్లు తాగడానికి కొన్ని బిస్కెట్లను మార్గాలను వెతుక్కోవడం ద్వారా ప్రత్యేకించి వేసవిలో శరీరంలో నీటి మోతాదు తగ్గకుండా జాగ్రత్తపడచ్చు. తద్వారా ఎన్నో సమస్యల నుంచి దూరంగా ఉండే వీలుంటుంది.

- ఈ క్రమంలో రోజూ కొన్ని వేళల్లో నీళ్లు తాగడం తప్పనిసరి అని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.
- ఉదయం లేచగానే తప్పనిసరిగా రెండు గ్లాసుల నీళ్లు తాగాలన్నది నిపుణుల సలహా. దీనివల్ల అన్ని అవయవాలు సక్రమంగా పని చేస్తాయి.
- టిఫిన్ లేదా భోజనం ఇలా ఏ ఆహారానికైనా అరగంట ముందు గ్లాసు నీళ్లు తాగాలి. దీనివల్ల జీర్ణవ్యవస్థ బాగా పనిచేస్తుంది.
- స్నానం చేసే ముందు ఒక గ్లాసు నీళ్లు తాగాలి. దీనివల్ల రక్తపోటు రాకుండా కాపాడుకోవచ్చు.
- రాత్రి పడుకోవడానికి అరగంట ముందు ఒక గ్లాసు నీళ్లు తాగడం వల్ల గుండెపోటు వచ్చే అవకాశాలు తక్కువవు.

**అందంగా తయారవ్వచ్చే...** ఏదైనా అందంగా, కంటికి ఇంపుగా ఉంటే ఆ పని ఇట్టే చేయాలనిపిస్తుంది. సాధారణంగా జిమీకి వెళ్లడం ఇష్టం లేని వారికి కూడా అందమైన ట్రాకిస్ను అనిపించే దాన్ని వేసుకోవాల్సి ఆతుత జిమీకి పరిగెత్తుతుంది. అలాగే అందంగా సర్దుకున్న డెస్క్ పనిలో ఉత్సాహాన్ని పెంచుతుంది. ఇదే సూత్రం నీటికి కూడా వర్తిస్తుంది. అందుకే ఒక అందమైన రంగురంగుల లేదా మీకు నచ్చిన ఆకారంలో ఉన్న బాటిల్ని కొనుక్కోండి. దాని నిండా నీటిని నింపి మీకు ఎదురుగా పెట్టుకోండి. దీనివల్ల నీరు తాగే అవకాశాలు మెరుగవుతాయి. దాన్ని చూసినప్పుడల్లా నీళ్లు తాగాలన్న విషయం గుర్తొస్తుంది.

**ఫ్లీవర్ కలపండి...** నీటికి ఎలాంటి రుచి ఉండదు కాబట్టి తాగాలనిపించదు అని చాలా మంది అనుకోవడం సహజం. ఇలాంటిప్పుడు నీటికి కొన్ని రకాల ఫ్లేవర్లను జోడించడం ద్వారా దాన్ని రుచిగా మార్చి సులభంగా తాగేందుకు ప్రయత్నించవచ్చు. అయితే దీనికోసం మార్కెట్లో దొరికే ఆర్టిఫిషియల్ ఫ్లేవర్లను కలపాల్సిన అవసరమేమీ లేదు. ఇంట్లోనే అందుబాటులో ఉన్న పండ్లతో నీటికి నోరురించే రుచి తీసుకురావచ్చు. నీటిలో పండ్లు లేదా పుడినా వంటి ఆకులు కలిపి కూడా వాటికి రుచిని తీసుకురావచ్చు. దీనికోసం పుడినా, పుచ్చకాయ ముక్కలు, స్ట్రాబెర్రెలు, కీరా వంటి వాటిలో ఏదైనా ఎంచుకొని దాని ముక్కలను నీటిలో వేసి ఫ్రిజ్లో పెడితే సరి. పండ్లలో ఉన్న పోషకాలతో పాటు వాటి రుచి కూడా నీళ్లలోకి చేరిపోతుంది.

**ఆకలి వేసినప్పుడు.....** మన శరీరం కొన్నిసార్లు దాహాన్ని సైతం ఆకలిగా భావిస్తుంటుంది. అందుకే మనకు దాహం వేసినప్పుడల్లా ఆకలినినట్టుగా అనిపించి ఎక్కువగా తినేస్తుంటాం. దీనివల్ల అనవసరమైన క్యాలరీలు శరీరంలోకి చేరి, మరింత లాభపడతాయి. అందుకే ఆకలిగా



అనిపించినప్పుడు కొన్ని నీళ్లు తాగి చూడండి. ఆపై పది నిమిషాలు ఆగండి. ఒకవేళ ఆకలి తగ్గిపోతే ఫర్వాలేదు. లేదంటే మాత్రం ఏదైనా ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోండి. ఇలా చేయడం వల్ల బరువు పెరగకుండా జాగ్రత్తపడచ్చు.

**నీటితో ఆట...** నీళ్లు తాగడాన్ని ఒక పనిలా భావిస్తే అది కొన్నాళ్లకే బోర్ కొట్టే అవకాశం ఉంటుంది. అందుకే రోజూ సరిపడినన్ని నీళ్లు తాగేందుకు ఒక చక్కటి పద్ధతిని పాటించవచ్చు. ఒక చిన్న పని పూర్తయితే చాలు. కొన్ని నీళ్లు తాగేయండి. ఇదేవిధంగా నీళ్లు తాగాలని గుర్తు చేయడానికి వివిధ రకాల అవుట్స్ నీ కూడా ఉపయోగించుకోవచ్చు. □

దుట్టూ ఏం జరిగినా 'మనకెందుకటే!' అనుకునే వారే ఎక్కువ. అందులోనూ కాలుష్యాన్ని తగ్గించడమంటే అది మన పని కాదన్నట్టుగా వ్యవహరిస్తుంటారు చాలామంది. కానీ చేయూ చేయూ కలిపితేనే ఈ పెను విషయం సమాధానం అంతమొందించగలముంటోంది యువ పర్యావరణవేత్త **సాహితీ పింగళి**. ఓ చేదు అనుభవంతో చిన్న వయసు లోనే నీటి కాలుష్యానికి సంబంధించిన పూర్వాచారాన్ని అర్థం చేసుకున్న ఆమె.. నడులు, సరస్సుల పరిరక్షణకు సడింపించింది. దీనికి సాంకేతి కతను జత చేసి.. నీటి నాణ్యతా ప్రమాణాల్ని పరిశీలించడానికి ఓ యాప్ ను కూడా రూపొందించింది. ఇలా పర్యావరణ పరిరక్షణలో భాగంగా ఆమె చేస్తోన్న కృషికి గుర్తింపుగా మన పాలపుంతలోని ఓ చిన్న గ్రహానికి 'పింగళి సాహితీ'గా నామకరణం కూడా చేశారు. డిజిటల్ పరిజ్ఞానంతో నీటి కాలుష్యానికి అడ్డుకట్ట వేస్తోన్న ఈ యువ ఇంజనీర్ గురించి తెలుసుకుందాం...

సాహితీ తనకు ఎనిమిదేళ్ల వయసొచ్చే దాకా ఆంధ్రప్రదేశ్లోనే చదువుకుంది. ఆపై తన కుటుంబంతో కలిసి బెంగళూరులో స్థిరపడిన ఆమె.. అక్కడి 'ఇన్స్పైరెడ్ ఆకాడమీ'లో స్కూలింగ్ పూర్తిచేసింది. చిన్న వయసు నుంచే పర్యావరణంపై మక్కువ పెంచుకున్న సాహితీ. స్కూలింగ్ దశ నుంచే డిజిటల్ పరిజ్ఞానంపై దృష్టి సారించింది. ఆ అనుభవం కదిలింది.... మన జీవితంలో ఎదురయ్యే కొన్ని అనుభవాలు మనలో సరికొత్త ఆలోచనల్ని రేకెత్తిస్తాయి. కొత్త మార్గాన్ని ఎంచుకునేందుకు ఉత్సాహిస్తాయి. సాహితీ విషయంలోనూ ఇదే జరిగింది. బెంగళూరులో తాను నివసించే ఇంటికి సమీపంలో ఒక ఎరువు ఉండేది. అందులోకి వ్యర్థాలు రసాయనాల పెద్ద ఎత్తున చేదంతో అది దాదాపు కలుషితమైపోయింది. అయితే ఓ రోజు ఆ చెరువు ఉపరితలపై అనుకోకుండా మంటలు చెలరేగాయి. దాంతో ఆ చుట్టూ చక్కల ఉన్న ఇళ్ల సముదాయాలు ఇబ్బంది పడడం గమనించిన ఆమె. నీటి కాలుష్యానికి అడ్డుకట్ట వేయాలని ఆ క్షణమే నిర్ణయించుకుంది. ఈ క్రమంలోనే కలుషితమవుతోన్న చెరువులు, సరస్సులు, నదులు గురించి తెలుసుకోవడానికి ఓ చిన్నపాటి అధ్యయనమే చేసింది సాహితీ. ఇందులో భాగంగా దేశవ్యాప్తంగా ఉన్న 80 శాతం మంది నీటి వనరులు ఇప్పటికే కలుషితమైనట్లు గుర్తించింది. ఇక ఈ నీటి కాలుష్యానికి అడ్డుకట్ట వేసేక్రమంలో తొలి అడుగుగా.. బెంగళూరులోని అత్యంత కలుషితమైన నది సరస్సులపై అధ్యయనం చేపట్టేందుకు నిధులు సమీకరించింది. మరోపైపు ఈ అధ్యయనంలో భాగంగా.. అక్కడి 'ఇండియన్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ సైన్స్' ప్రొఫెసర్స్ నీ కలిసి అందులోని ప్రయోగాశాలల్లో ప్రయోగాలు చేసేందుకు అనుమతి కోరింది. ఈ క్రమంలో కొంతమంది 'ఇంత చిన్న వయసులో ఎందుకింత శ్రమపడుతున్నావు. అయినా నీ వయసు, అనుభవం ఈ అధ్యయనానికి సరిపోవు. కాబట్టి ప్రయోగాలు మానుకో' అంటూ నిరుత్సాహపడినా వెనకడుగు వేయలేదు సాహితీ.

'యాప్'తో పరిష్కారం ... తన అధ్యయనంతో పాటు నీటి కాలుష్యం పై అత్యంత లోతుగా పరిశోధనలు చేసేందుకు దేశవిదేశాల్లో పలు ప్రతిష్టాత్మక విద్యా సంస్థల్లో ఇంటర్నెషివ్ కూడా చేసింది సాహితీ. ఇలా

ఈ గ్లోబల్ సమస్య పూర్వపరాలు తెలుసుకున్న ఆమె. నీటి కాలుష్యానికి అడ్డు కట్ట వేసే క్రమంలో 'వాటర్ ఇన్ సైట్స్' అనే యాప్ ను అభివృద్ధి చేసింది. దీంతో పాటు సెన్సార్ ఇన్స్టాలేషన్ కిట్ ను కూడా రూపొందించింది. ఈ కిట్ తో నీటి నాణ్యతా ప్రమాణాల్ని కొలిచి, దానికి సంబంధించిన సమాచారాన్ని యాప్ ద్వారా అందిస్తోంది. ఈ యాప్ ను, కిట్ ను.. ఇంట్లో.. స్కూల్లో, ఇతర ప్రదేశాల్లో.. ఇలా ఎక్కడైనా ఉపయోగిస్తూ నీటి కాలుష్యాన్ని గుర్తించి.. ప్రతి ఒక్కరూ దాన్ని తగ్గించేందుకు కృషి చేయడమే తన లక్ష్యమంటోంది సాహితీ.

ఇలా పర్యావరణ పరిరక్షణ గురించి అందరిలో అవగాహన కల్పిస్తూ... సమాజంలో మార్పు దిశగా ప్రయత్నిస్తోన్న సాహితీ స్ఫూర్తి గాఢను 'ఇన్స్పైరెడ్ టూమోరో' అనే డాక్యుమెంటరీలో భాగంగా చిత్రికరించారు. ఇప్పటికే ఇది ప్రపంచవ్యాప్తంగా కొన్ని ప్రతిష్టాత్మక చిత్రోత్సవాల్లో ప్రదర్శితమై.. పలు అవార్డులు



## నీటి కాలుష్యంపై అధ్యయనం..

అందుకుంది. అంతేకాదు.. 'టీన్ వోగ్ 21 అందర్ 21' జాబితాలోనూ చోటు దక్కించుకుంది సాహితీ. దీంతో పాటు పలు ప్రతిష్టాత్మక అవార్డులు అందుకుంది. ఈ క్రమంలో పాలపుంతలోని ఓ



చిన్న గ్రహానికి 'పింగళి సాహితీ'గా నామకరణం చేయడం విశేషం. **డాక్టర్ కూడా!.....** కాలిఫోర్నియాలోని స్టాన్ ఫోర్డ్ యూనివర్సిటీలో డిగ్రీ, మాస్టర్స్ పూర్తిచేసిన సాహితీ. ప్రస్తుతం 'సస్టైనబిలిటీ-కన్సర్వేషన్ ఇంజనీర్'గా కొనసాగుతోంది. ఇలా అమెరికాలో చదువుకునే క్రమంలోనూ

అక్కడి నీటి కాలుష్యం పైనా అధ్యయనం చేసిందామె. ప్రస్తుతం తన యాప్ తో భారత్, అమెరికా దేశాల్లో నీటి కాలుష్యాన్ని తగ్గించేందుకు కృషి చేస్తోన్న సాహితీ మంచి డ్యాన్సర్ కూడా! 'నాకు భరతనాట్యంలో ప్రవేశం ఉంది. వీణ కూడా బాగా వాయింపగలను. పుస్తకాలు చదవడమన్నా. కథలు రాయడమన్నా నాకు మక్కువే ఎప్పుడూ కొత్త విషయాలు నేర్చుకోవడానికి, కొత్త వ్యావసాయ అలవాటు చేసుకోవడానికి అసక్తి ఉబుతా. అయితే నిరంతరం రీసెర్చ్ అంటూ బిజీగి గడిపే మీకు వీటన్నింటికీ సమయమెలా దొరుకుతుందని అడుగుతుంటారు చాలామంది. కానీ నచ్చిన పనులు చేయడానికి సమయం వెచ్చించడం పెద్ద కష్టం కావేమన్నానని నా భావన' అంటూ తన బహుముఖ ప్రజ్ఞ గురించి బయటపెట్టిందే బెంగళూరు టీన్. □

**చెలి చిట్టా**

కొంతమంది ఉద్యోగులకు వదేళ్ల అనుభవం ఉంటుంది. అయినా తన తర్వాత వచ్చినవారందరికీ పదోన్నతి దొరుకుతున్నా. వారికి మాత్రం దూరమవుతునే ఉంటుంది. విధుల్లో చేసే పొరపాట్లు దీనికి కారణమైతాయంటున్నారు కెరీయర్ నిపుణులు.

కొందరు ఉద్యోగినులు తమ పని పూర్తిచేయడంపై మాత్రమే ఏకాగ్రత ఉంచుతారు. బృందసభ్యురాలిగా ఎంత కృషి చేసినా, అవసరమైనప్పుడు చొరవ తీసుకొని మిగతావారి పనుల్లో చేయూతనందించడానికి అసక్తి చూపించరు. కొన్ని అత్యవసర సందర్భాల్లో ముఖ్యమైనదేదైనా పని పూర్తాకపోవచ్చు. మట్టుపక్కల ఎం జరుగుతోంది. ఏదైనా పూర్తిచేయాల్సిన పని ఉండేమో అని దృష్టి పెట్టాలి. వాటిలో సహకారం అందించడానికి ప్రయత్నించాలి. ఇది బృందంతో కలిసి పనిచేసిన అనుభవంతోపాటు పై అధికారులకు మీ నైపుణ్యాలపై అవగాహన వచ్చేలా చేస్తుంది. ఎటువంటి బాధ్యతనప్పగించినా పూర్తిచేయగల సమర్థత మీలో ఉందని, అవసరమైనప్పుడు చొరవ తీసుకుంటుందని తెలుసుకుంటారు. దాంతో పదోన్నతికి మీ పేరు జాబితాలో చేరుతుంది. **దైర్ఘ్యం..** కెరీయర్లో అవకాశం అదే

కొంతమంది పిల్లలకు లక్ష్యమంటూ ఉండదు. చదువుసహా సమయపాలన, అభిరుచి వంటి ఏ విషయంలోనైనా తనకంటూ అభిప్రాయం ఏర్పరచుకోదు. ఎలాంటి కెరీయర్ నెంచు కోవాలనేదానిపై చిన్నప్పటి నుంచి అవగాహన ఉండాలంటున్నారు నిపుణులు. వారి దిశా మార్గాన్ని వారే నిర్ణయించుకోవాలి పెద్దవాళ్లు ద్రోహి మంచాలని సూచిస్తున్నారు.

**నిష్పక్షపాత అధ్యయనం**

వృక్షాలుగా, మూడ విశ్వాసాల పుష్పాలుగా, పిచ్చి వట్టిం చే అభూత కల్పనల గట్టల్లా కనిపిస్తాయి. మనపై వారి ప్రభావం ఉండరారు. వీరి ప్రభావము ఉండరారు. మన తలలను వాళ్లకు తాళట్టుపెట్టరారు. వీరికి తాళట్టు పెట్టరారు. ఏది నిజమో, ఏది అబద్ధమో, ఏది మూఢ విశ్వాసమో, ఏది స్వప్నమైన జ్ఞాన రత్నమో, ఏది విషమో, ఏది అమృతమో, ఏది ఉపయోగకరమో ఏది కాదో మనమే తెలుసుకోవాలి. తేల్చుకోవాలి. అంటే మనమే శ్రద్ధా, నిష్పక్ష పాతంగా ఆగ్రంథాలను అధ్యయనం చేయాలి. కల్పవృక్షము అనువారు ఆ గ్రంథాలను ఒకపైపు నుంచే అధ్యయనం చేసి ఉంటారు. విషవృక్షము అనువారు మరోక పైపు నుంచే

రామాయణ, భారత, ఆగవతాది గ్రంథాలు కొందరికి కల్ప వృక్షాలుగా, అమూల్య జ్ఞాన రత్నాల నిధిలా, అన్ని రోగాల నివారణ కు పయోగపడే ఔషధాల నిలయంగా గోచరిస్తాయి. మరి కొందరికేమో అవి విష

అధ్యయనం చేసి ఉంటారు, విషవృక్షము అనువారు మరోకపైపు నుంచే చూసి ఉంటారు. నాణాన్ని రెండు వైపుల నుంచి చూస్తేనే దాని విలువ తెలిసేది. ఒంటి కన్ను చూపు యదార్థాన్ని చూపలేదు. ఒంటి కాళి నడక సజావుగా లక్ష్యాన్ని చేర్చ లేదు. ఆ గ్రంథాల్లో పున్నదంతా పవిత్రమైనదే, సత్యమైనదే అనేవారు మూఢులు కావచ్చు. అట్లే ఆ గ్రంథాల్లో పున్నదంతా పరమవైతే అనేవారు మూర్ఖులు కావచ్చు. మనము వారెవర్ని సమీప వారి వెంట గుడ్డిగా నడువరారు. మన వివేకాన్ని వినియోగించిపోతేనే అధ్యయనం అత్యంత శ్రద్ధగా చేసి వాటిలో ఉండే విలువైన విషయాలను వేరు చేసి, ఇతరులకూ చూపి, ఆచారణలోకి తీసుకెళ్ళాలి. అట్లే సత్యాలును, మూఢ విశ్వాసాలను, మూర్ఖ ఆచారాలను, కాలం చెల్లిన విషయాలను బయటికి తీసి, వాటిని రూపు మాపేదానికి కృషి చేయాలి. అప్పుడే మన బాధ్యతను నిర్వహించిన వారమవుతాం. ఊరకే వాటిన్నన్నిటిని పవిత్రగ్రంథాలని నెత్తిన పెట్టుకొన్నా. పనికిపాతిన గ్రంథాలని పారేసినా మూర్ఖులమే అవుతాం. మన ధర్మాన్ని విస్మరించిన వారమవుతాం. సంఘద్రోహులమవుతాము.

- రాచమడుగు శ్రీనివాసులు.

**నిమిషాల్లో ఐస్ క్రీమ్**

కదూ.. ఆరోగ్యానికి ఎలాంటి ధోకా లేకుండా ఇంట్లోనే ఐస్ క్రీమ్ ను తయారు చేసుకునే డిజిటల్ మేకింగ్ మెషిన్ ఇది. ఫ్రీజర్లో పెట్టాల్సిన పని ఏలకుండా గ్రెండ్ అవుతున్నప్పుడే ఉడ్డోగ్రతలను సమతల్యం

చెన్నై నిమిషాల్లో నోరురించే ఐస్ క్రీమ్ మనకి అందించేస్తోంది. ఎలా వాడాలంటే.. ముందుగా ఐస్ క్రీమ్ తయారీని కాల్షిన్ స పదార్థాలన్నింటిని రెడీ ఉంచుకోవాలి. నచ్చిన పండ్ల జ్యూస్ ను తీసి మెక్యుకోవాలి. ఐస్ క్రీమ్ మిక్స్ గెన్నెసు మెషిన్లో పెట్టి, గ్రెండ్ చేసి పెడల్ ను బిగించాలి. ట్రెమర్ ను సెట్ చేసి స్పిన్ అవ్ చేస్తే సాఫ్ట్ గా, క్రీమ్ గా ఉండే ఐస్ క్రీమ్ నిమిషాల్లో మన ముందుకుంది. స్క్రాబ్స్ ముందుకుంటే బోల్ మార్పు ఫ్రీజర్లో పెట్టేస్తే సరి. రుచికి, ఆరోగ్యానికి, ఆరోగ్యం అందించే డిజిటల్ ఐస్ క్రీమ్ మేకింగ్ మెషిన్ భలే ఉంది కదూ.. మీకూ కావాలనిపిస్తుందా.. లేట్ ఎందుకు? ఆన్ లైన్ వేదికల్లో వేతికేయండి మరి. □

**సీజన్ కు తగ్గట్టు మార్పులు ..**

సీజన్ తోపాటు చర్మసంరక్షణలో మార్పులు చేసుకోవడం చాలా అవసరం. వాతావరణంలో మార్పులు చర్మం మీద ప్రభావం చూపుతాయి. ఈ

సీజన్ తో అందాన్ని కాపాడుకునేందుకు ఏం చేయాలంటే.. ఒక టీస్పూన్ చొప్పున కాఫీ పొడి, కొబ్బరినూనె, సగం టీస్పూన్ బియ్యపిండి తీసుకొని ఫేస్ ప్యాక్ తయారుచేసు కోవాలి. ఈ ప్యాక్ ను ముఖం, మెడ చుట్టూ వేళ్లతో మృదనా చేసినట్లు రాసుకోవాలి. పది నిమిషాల తరువాత వేడినీళ్లతో శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఈ ఫేస్ ప్యాక్ మృతజణాలను తొలగించి, చర్మానికి తాజాదనాన్ని, బిగుతుగణాన్ని ఇస్తుంది. కొబ్బరినూనెలోని ఫ్యాటీ ఆమ్లాలు చర్మానికి తేమను అందిస్తాయి. కాఫీపొడిలోని రయాంటి ఫీల్ డెంట్లు యవ్వనంగా ఉంచుతాయి. బియ్యపిండి చర్మానికి గట్టిదనాన్ని ఇస్తుంది. వారం రోజులు ఇలా చేస్తే చర్మం కాంతిమంతంగా మారుతుంది. □

