

వైఎస్ భాస్కర్ రెడ్డి చంచల్ గూడ

జైలుకు

పులివెందులలో అరెస్టు చేసిన సిబిఐ

హైదరాబాద్ లో జడ్జి ఎదుట హాజరు

14 రోజుల లిమాండు

కడపలో వైఎస్సార్స్ శ్రేణుల నిరసన
నిజాయితీని నిరూపించుకుంటాం:

తండ్రి అరెస్టుపై అవినాశ్ రెడ్డి

కడప, ఏప్రిల్ 16 ప్రభాతవార్త బ్యూరో: ఎట్టకేలకు మాజీ మంత్రి వై.ఎస్. వివేకానందరెడ్డి హత్యకేసులో ఆరోపణలు ఎదుర్కొంటున్న కడప ఎం.పి. వై.ఎస్. అవినాష్ రెడ్డి తండ్రి వై.ఎస్. భాస్కర రెడ్డిని ఆదివారం ఉదయం పులివెందులలో సిబిఐ అధికారులు అరెస్టు చేశారు. పులివెందులలోని ఆయన స్వగృహంలో 7 గంటల ప్రాంతంలో సిబిఐ అడివ్ నల్ ఎస్సీ ముఖేష్ శర్మ ఆధ్వర్యంలో ఎ7గా ఉన్న వై.ఎస్. భాస్కర రెడ్డిని అరెస్టు చేసి హైదరాబాదు కు తరలించారు. అక్కడ ఉన్నాయిరా ఆనువత్రిలో వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించిన అనంతరం సిబిఐ కోర్టు జడ్జి ముందు హాజరుపరచగా 14 రోజుల పాటు రిమాండ్ కు ఆదేశించడంతో భాస్కర రెడ్డిని చెలెరే గూడ జైలుకు తం



హైదరాబాద్ లో ఆదివారం కోర్టుపై రాయల్ తో వైఎస్ భాస్కర రెడ్డి లింపారు. వివేకానందరెడ్డి హత్య అనంతరం గుండెపోటు అని మొదట చెప్పడం. ఆధారాలు చెరిపేయడం వంటి ఆరోపణలు ఈయన ఎదుర్కొంటున్నారని. సుప్రీం కోర్టు ఆదేశాలతో సిబిఐ దూకుడు పెంచింది. ఈ నెలఖర లోపు ఈ కేసు దర్యాప్తు పూర్తి చేయాల్సి ఉండడంతో సిబిఐ అధికారులు మరింత దూకుడుగా వ్యవహరిస్తున్నారు. దీంతో వివేకాశేను కైమాక్కడకు చేరుకుంది. కొద్ది రోజులు కేసు దర్యాప్తు మందకొడిగా సాగినప్పటికీ ఇటీవల స్పీడ్ పెరిగింది. మూడురోజులక్రితం అవినాష్ రెడ్డి ముఖ్య అనుచరుడు ఉదయ్ కుమార్ రెడ్డిని అరెస్టు చేయగా ఆదివారం వై.ఎస్. భాస్కర రెడ్డిని అరెస్టు చేయడంతో ఈ కేసును మరింత వేగవంతంగా దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. భాస్కర రెడ్డి అరెస్టు అనంతరం పులివెందులలో వైకాపా నాయకులు శాంతియుతంగా రాల్చి చేయగా వై.ఎస్.ఆర్. కడప జిల్లాలో మరికొన్ని చోట్ల ఆప్కార్డ్ శ్రేణులు నిరసన వ్యక్తం చేశారు. అనంతరం పులివెందులకు చేసుకున్న ఎం.పి. అవినాష్ >>2

కైమాక్కడకు దశకు వివేకా హత్యకేసు!

ఆ పైలు ఏమైంది?

ఢిల్లీ సీఎం కేజ్రీవాల్ ను ప్రశ్నించిన సిబిఐ

మధ్యం పాలసీలో ప్రమేయంపై 9 గంటలు సాగిన సుబీర్ట్ విచారణ

సిబిఐ కేంద్ర కార్యాలయం వద్ద ఆప్ మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేల నిరసనలు

పోలీసుల అదుపులో ఢిల్లీ, పంజాబ్ మంత్రులు

న్యూఢిల్లీ, ఏప్రిల్ 16: ఢిల్లీ ముఖ్యమంత్రి, ఆమ్ ఆద్మి పార్టీ చీఫ్ అరవింద్ కేజ్రీవాల్ ఆదివారం ఉదయం 11.40 గంటలకు సిబిఐ కార్యాలయానికి చేరుకున్నారు. కొత్త మధ్యం విధాన కంభికొణం కేసులో నిందితులు, అనుమానితులు, సాక్షులు ఇచ్చిన స్టేట్ మెంట్లు ఆధారంగా సిబిఐ ఆయనను ప్రశ్నిస్తోంది.

అయితే ఈ కేసులో ఆయన్ను సాక్షిగా మాత్రమే విచారణ చేస్తున్నట్లు సిబిఐ అధికారులు తెలిపారు. సిబిఐ అధికారులకు వచ్చిన సందేహాలపై వివరణ ఇవ్వాలని, వారు సేకరించిన సమాచారం వివిధ కీలక ఆధారాలపై ఆయన్ను సిబిఐ అధికారులు ప్రశ్నించినట్లు సమాచారం, డిప్యూటీ సీఎం మనీష్ >>2



మధ్యం కుంభకోణం

తప్పుడు ఆరోపణ

ఢిల్లీ సీఎం కేజ్రీవాల్

న్యూఢిల్లీ, ఏప్రిల్ 16: ఢిల్లీ లిక్కర్ పాలసీ కేసులో ఆ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి కేజ్రీవాల్ ను సిబిఐ దాదాపు 9 గంటల పాటు విచారించింది. లిక్కర్ విధానంలో మార్పు చేయడం వెనుక కుంభకోణం ఉన్నదన్న ఆరోపణపై ఇప్పటికే పలువురిని అరెస్ట్ చేసిన విషయం తెలిసిందే. ఈ >>2



ఆదివారం ఢిల్లీలో నిరసన తెలుపుతున్న పంజాబ్ సీఎం మాన్, తదితరులు

మధ్యవర్తిత్వమే భేష్

పెండింగ్ కేసుల పరిష్కారానికి అదే మేలు

ఇండియన్ మీడియేషన్ డే కార్యక్రమంలో మాజీ సిజెఐ ఎన్టీ రమణ

ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 16: ప్రస్తుత కాలంలో మధ్యవర్తిత్వ ప్రాధాన్యం క్రమంగా పెరుగుతున్నదని, సమస్యల పరిష్కారంలో మధ్యవర్తిత్వం కీలక పాత్ర పోషిస్తోందని సుప్రీంకోర్టు మాజీ ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్ ఎన్.వి. రమణ అన్నారు. ఆదివారం నగరంలోని అంతర్జాతీయ అర్బిట్రేషన్ అండ్ మీడియేషన్ సెంటర్ (ఐఎంఎంసీ)లో నిర్వహించిన ఇండియన్ మీడియేషన్ డే కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మార్గదర్శకులు, మీడియేషన్ డే కార్యక్రమం నిర్వహిస్తున్న అందరికీ అభినందనలు తెలిపారు. మొదటి ఇండియా మీడియేషన్ డే కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నందుకు ఎంతో సంతోషంగా ఉందన్నారు. జడ్జిగా తనకు 22 ఎండ్ల అనుభవం ఉందని, హైదరాబాద్ మీడియేషన్ కేంద్రం ఏర్పాటుపై తాను, జస్టిస్ లావు నాగేశ్వరరావు ఎన్నోసార్లు చర్చించుకున్నామని చెప్పారు. మొదట్లో చిన్న స్థాయిలో మధ్యవర్తిత్వం కేంద్రం ఏర్పాటు చేద్దామనుకున్నామని తెలిపారు. కానీ జస్టిస్ నాగేశ్వరరావు దాన్ని అంతర్జాతీయ స్థాయిలో తీర్చిదిద్దారని తెలిపారు. హైదరాబాద్ మీడియేషన్ కేంద్రం ఏర్పాటు వెనుక జస్టిస్ లావు



హైదరాబాద్ లో జరిగిన కార్యక్రమంలో మీడి సిజెఐ రమణ

నాగేశ్వరరావు కృషి ఎంతో ఉందని, మధ్యవర్తిత్వ కేంద్రం ఏర్పాటుకు జస్టిస్ హిమాకోష్ఠి కూడా ఎంతో సహకరించారన్నారు. ప్రస్తుత కాలంలో మధ్యవర్తిత్వం ప్రాధాన్యం క్రమంగా పెరుగుతోందని, ఏళ్ల తరబడి కోర్టుల మట్టా తిరిగి బాధ

తప్పకుండా ఉన్నాయి. న్యాయస్థానంలో కేసు పరిష్కారం కోసం భారీగా డబ్బులతో పాటు.. ఏళ్ల ఎదురు చూడల్సి వస్తోందంటూ ప్రజల్లో ఉన్న భావనను తొలగించాల్సిన అవసరం ఉందని ఆయన పేర్కొన్నారు. మధ్యవర్తిత్వమే ఇందుకు సరైన పరిష్కారమని ఆయన స్పష్టం చేశారు. మధ్యవర్తిత్వం అనేది మన పురాణాల కాలంలోనూ ఉందని, కొరవులు, పొందవులు మధ్య కృష్ణుడి మధ్యవర్తిత్వం విఫలం వల్లే మహాభారత యుద్ధం జరిగిందన్నారు. ఆర్థిక సంస్కరణల కారణంగా మధ్యవర్తిత్వ ప్రాధాన్యం భారత్ లోనూ పెరిగిందని తెలిపారు. మీడియేషన్ బిల్లు రాక వల్ల మధ్యవర్తిత్వం ప్రాధాన్యం మరింత పెరిగిందని, ఈ ప్రక్రియ విశ్వసనీయతతో వేగవంతంగా సాగాలని నూచించారు. ఉభయ వర్గాలకు ఉపయోగకరంగా మధ్యవర్తిత్వ ప్రక్రియ ఉండాలని, దీనిలో కృత్రిమ మేధస్సు భాగం చేస్తున్నారని జస్టిస్ ఎన్.వి. రమణ వ్యాఖ్యానించారు. సమస్యకు సత్వర పరిష్కారంతోనే సమాజంలో పాటు దేశాభివృద్ధి సాధ్యమని చెప్పడంలో సందేహం లేదని చెప్పారు. న్యాయ వ్యవస్థలో మధ్యవర్తిత్వం ఓ కీలకమైన అంశమని జస్టిస్ >>7



ఆదివారం మగ్గంపూర్ కొనుగోలు కేంద్రంలో మంత్రి గంగుల తదితరులు

రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 7,100 ధాన్యం కేంద్రాలు

ప్రతి గింజను కొనుగోలు చేస్తాం: మంత్రి గంగుల

కరీంనగర్ ప్రభాతవార్త: దేశంలో ఏ రాష్ట్రంలో లేని విధంగా యాసంగి పంటను కొనుగోలు చేస్తున్న ఏకైక రాష్ట్రం తెలంగాణ అని బీసీ సంక్షేమ పౌరసరఫరా శాఖ మంత్రి గంగుల కమలాకర్ అన్నారు. ఆదివారం కరీంనగర్ రూరల్ మండలం చర్లబూతుగూడ, మగ్గంపూర్ గ్రామాల్లో ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రాలను మంత్రి ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ.. యాసంగి పంట ముందుగానే కోతకు వస్తుందన్నారు. ముఖ్యమంత్రి ఆదేశాల మేరకు 15 రోజులు ముందుగానే ధాన్యం కొనుగోలు ప్రారంభించామని తెలిపారు. ధాన్యం కొనుగోలుకు రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 7100 కొనుగోలు కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేయనున్నామని తెలిపారు. శనివారం 420 కొనుగోలు కేంద్రాలు >>7



పత్రికల్లో విమర్శలు

మంచిదే..

విలువలు పాటించని

నేతలను విమర్శిస్తే తప్పులేదు

రాజకీయాల్లో పాద్మ

తిరుగుడు పూలు పెరిగాయి

వెంకయ్యనాయుడు

3వ



10 వేలుపైనే కొత్త కేసులు

ఉధృతి పెరిగిన కరోనా

మరో 23 మంది మృతి

న్యూఢిల్లీ, ఏప్రిల్ 16: దేశంలో కరోనా కేసులు రోజురోజుకూ పెరుగుతున్నాయి. వదివేల లోపు ఏరోజు కూడా కొత్తకేసుల సమోదా అగ్గకపోవడం వైరస్ ఉధృతిని స్పష్టంచేస్తోంది. గడవిన 24 గంటల్లో 10,093 కొత్త కేసులు నమోదయ్యాయి. దీనితో క్రియాశీల కేసులు మొత్తం 57,542కి పెరిగాయని కేంద్ర ఆరోగ్యశాఖ వెల్లడించింది. మరోజాటు సైతం 5,31,114 కి పెరిగాయి. తాజాగా 23 మంది మృతిచెందినట్లు తెలిసింది. ఢిల్లీలో ఐదుగురు, ఛత్తీస్ గఢ్, >>2

మంత్రి గంగులకు

తప్పిన ముప్పు

కరీంనగర్ ప్రభాతవార్త: కరీంనగర్ రూరల్ కొండలం చర్లబూతుగూడ గ్రామంలో ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రం ప్రారంభించిన అనంతరం గ్రామంలో బిరుదు రామయ్యణం నిర్వహిస్తున్న వేదికపైకి మంత్రి గంగుల కమలాకర్ వెళ్లారు. మంత్రి గంగులతో పాటు బిఆర్ఎస్ నాయకులు వేదికపైకి చేరడంతో స్టేజి కూలిపోవడంతో మంత్రి కాలకి స్వల్ప కాలం అయింది. కాలకి ప్యాక్టర్ ఏమీ కాలేదని వైద్య పరీక్షల అనంతరం డాక్టర్లు వెల్లడించారు. ఎడమ కాలికి కాయమై కరీంనగర్ నివాసంలో బికిత్త పొడుకున్న రాష్ట్ర బీసీ సంక్షేమ, పౌర సరఫరాల శాఖ >>2

కన్నడ కదనానికి

తెలుగు నేతలు

బిజెపి, కాంగ్రెస్ నాయకులు ప్రచారంలో బిజీ

జెడిఎస్ కు మద్దతుగా ప్రచారానికి సీఎం కెసిఆర్

ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 16: కర్ణాటక అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో వివిధ పార్టీలకు చెందిన తెలుగు రాష్ట్రాల నేతలు జోరుగా ఎన్నికల ప్రచారం చేస్తున్నారు. తమ తమ పార్టీల ఆశ్చర్యల గెలుపు కోసం పార్టీ అధిష్టానాల ఆదేశాల మేరకు అక్కడే మతా వేసి ప్రచార హోరు పెంచుతున్నారు. ప్రస్తుతం తెలంగాణ నుంచి కాంగ్రెస్, బిజెపి నేతలు అక్కడే తిరుగుతున్నారు. కీలక నేతలు మాత్రం హైదరాబాద్ కు వచ్చి బెంగళూరుకు వెళ్తున్నారు. మే 10న కర్ణాటక అసెంబ్లీ ఎన్నికల పోలింగ్ జరుగుతుండగా 8వ తేదీ నాయంత్రం ప్రచారానికి తెరపడనుంది. కనీసం రెండు వారాల పాటు తెలంగాణ నేతలు కర్ణాటకలో మతా వేసి అవకాశం ఉంది. కర్ణాటక అసెంబ్లీ ఎన్నికల సందర్భంగా అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాల పరిశీలకులుగా తెలుగు రాష్ట్రాల నేతలకు కాంగ్రెస్ పార్టీ అవకాశం కల్పించింది. తెలంగాణ నుంచి ఐదుగురిని ఎంపిక చేసింది. ఎమ్మెల్యే సీతక్క ఎఐసీసీ కార్యదర్శి సంతకీతుమార్, టిఎస్పీ సీనియర్ ఉపాధ్యక్షులు మల్లు రవి, అడవానీ జాతీయ ఉపాధ్యక్షులు డెల్లాయ్ నాయకీలు ఉన్నారు. ఈ నేతలు వారికి కేటాయించిన అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాలలో కాంగ్రెస్ ప్రచార బాధ్యతలతో పాటు ఇతర అంశాలను కూడా పరిశీలించి ఎప్పటికప్పుడు అభిప్రాయానికి తెలియజేస్తారు. ఏపీకి చెందిన మరో ఇద్దరి నేతలను కూడా నియమించారు. బెంగళూరు పరిశీలకుడిగా రఘువీరారెడ్డి, మరో ప్రాంతానికి మాజీ మంత్రి శైలజానాథ్ ను నియమించారు. వీధిదూర కర్ణాటక సరిహద్దు రాష్ట్రమైన అనంతపురం జిల్లాకు చెందినవారు కర్ణాటకలో విస్తృత పరిచయాలు ఉన్నాయి. కర్ణాటక ఎన్నికలపై తెలంగాణలో అన్ని రాజకీయ పార్టీల నేతలు ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టారు. అక్కడ ఏ పార్టీ గెలిస్తే ఇక్కడ ఆ పార్టీకి అడ్వాంజేట్ ఉంటుంది. అందుకే కాంగ్రెస్ పార్టీ హైకమాండ్ తెలంగాణ కాంగ్రెస్ నేతలు కూడా యాక్టివ్ పార్టీ తీసుకోవాలని కోరుతున్నట్లుగా తెలుస్తోంది. కర్ణాటక పీసీసీ చీఫ్ శివకుమార్ తో రేవంత్ రెడ్డికి ప్రత్యేక అనుబంధం ఉంది. ఆయన కర్ణాటకలో సీఎం అయితే అక్కడ తెలంగాణలో ఎలక్షన్ సింపుల్ గా చేయవచ్చని రేవంత్ రెడ్డి భావిస్తున్నారు. అందుకే కర్ణాటక ఎన్నికల్లో జోక్యం చేసుకోవాలనుకుంటున్న కెసిఆర్ ను కాన్సిడర్ చేయలేనట్లుగా భావిస్తున్నారని తెలుస్తోంది. ఇటీవల కర్ణాటక కాంగ్రెస్ కీలక నేత శివకుమార్ తో కీలక సమావేశం నిర్వహించిన పీసీసీ చీఫ్ రేవంత్ ప్రచారం ప్లాన్ ను రేడి చేసుకున్నట్లుగా తెలుస్తోంది. రేవంత్ తో సహా ఆగ్రనేతలు ఈనెల 20 తేదీకే కర్ణాటకకు తరలి వెళ్లేందుకు సిద్ధమయ్యారు. ప్రచారంలో పాల్గొనే వారి పేర్లను సమాచార చేసుకోవాలని రేవంత్ కోరడంతో వంద మందికి పైగా ఆసక్తి కనబరిచినట్లు కాంగ్రెస్ వర్గాలు >>7



అది 'బిఆర్ఎస్ బంధు'

అంబేద్కర్ విగ్రహం ఏర్పాటు వెనుక రాజకీయ ఎత్తుగడ

విశాఖ స్టీల్ ఫ్లాంట్ గురించి మాట్లాడే నైతిక

హక్కు బిఆర్ఎస్ కు లేదు: కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి

హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 16 ప్రభాతవార్త: విశాఖ స్టీల్ ఫ్లాంట్ గురించి మాట్లాడే నైతిక హక్కు బిఆర్ఎస్ ప్రభుత్వానికి లేదని కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి అన్నారు. గత వారం రోజులుగా విశాఖ స్టీల్ ఫ్లాంట్ పై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చేస్తున్న ప్రచారం నేలవిడిచి సామం చేస్తున్నట్లుగా ఉందన్నారు. ఆదివారం పార్టీ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సమావేశంలో మాట్లాడారు. విశాఖ ఫ్లాంట్ కొంటామని సింగరేణి అధికారులు అభిమతం మీద ఆక్రమిణీ పంపించి రాజకీయ ద్రామాకు తెరతీశారన్నారు. బిఆర్ఎస్ మంత్రులు అనేక ప్రకటనలు చేసారన్నారు. అయితే అవకాశం లేదని కేంద్రం చెప్పిన రాజకీయ అడ్మినిస్ట్రేషన్ సాధ్యం కాదని తెలిసినా బయ్యారం స్టీల్ ఫ్లాంట్ ను రాష్ట్రమే ఏర్పాటు చేస్తుందన్న హామీని నిలబెట్టుకోవాలని ఢిల్లీలో చెప్పారు. మాతృపదవిన అనేక పరిశ్రమలను వంద రోజుల్లో తెలిపిస్తామని సీఎం కెసిఆర్ అన్నారు. ప్రస్తుతం స్టీల్ ఫ్లాంట్ పేరుతో కల్సుకుంటు కుటుంబం అబద్ధాలు ప్రచారం చేస్తూ గవర్నలు భోజాలు కొడుతుందన్నారు. బయ్యారం ఉక్కు పరిశ్రమపై బిఆర్ఎస్ ప్రభుత్వాన్ని ఖమ్మం జిల్లా ప్రజలు తెలంగాణ సమాజం ప్రశ్నించాలన్నారు. తెలంగాణను గాలిలేదేనీ బిఆర్ఎస్ పేరుతో దేశాన్ని ఉధృతిస్తాననటం హాస్యాస్పదంగా ఉందన్నారు. తెలంగాణలో పాలన వదిలేసిన కెసిఆర్ ప్రభుత్వం కేంద్రాన్ని విమర్శించడంమే అబద్ధం సీఎం కెసిఆర్ కు తెలియదని సమయం పెట్టుకుందన్నారు. వంద రోజుల్లో నిజాం షుగర్ ఫ్యాక్టరీని తెలిపిస్తామని అన్నారు. తొమ్మిది సంవత్సరాలు పూర్తవుతున్నాయని ఇరువది రోజుల ప్రచారం సమయం పెట్టుకుందన్నారు. తెలంగాణను దోచుకున్నది పాలటం లేదన్నట్లుగా, బిఆర్ఎస్ అంటూ జాతీయ పార్టీ పెట్టారన్నారు. అవినీతిపై ఆరోపణలు వస్తే దర్యాప్తు జరపవద్దని రాజ్యాంగంలో రాని ఉండా అంటూ ప్రశ్నించారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం అనేక కార్యక్రమాలు చేపడుతున్న రాష్ట్ర సహకరించడంతో ముఖ్యమంత్రి లేఖలు రాస్తూ పస్తున్నామన్నారు. >>2



హైదరాబాద్ లో డా. బి. ఆర్ అంబేద్కర్ విగ్రహం ఆవిష్కరణపై మాట్లాడుతూ సమూహ తొమ్మిది సంవత్సరాల తరువాత అంబేద్కర్ జయంతి రోజున కెసిఆర్ ఇంటి నుంచి బయటకు వెళ్లారన్నారు. ఇది రాజకీయ ఎత్తుగడం తప్ప అంబేద్కర్ పై గ్రేమ లేదన్నారు. గతంలో ప్రతి ముఖ్యమంత్రి ట్యాంక్ బండ్ వద్ద ఉన్న అంబేద్కర్ విగ్రహానికి నివాళులు అర్పించే సంప్రదాయం ఉండేదన్నారు. కెసిఆర్ ముఖ్యమంత్రి అయిన తరువాత ఒక్కసారి కూడా రాలేదన్నారు. అంబేద్కర్ రాసిన రాజ్యాంగం రద్దు చేయాలన్న కెసిఆర్, కల్సుకుంటు రాజ్యాంగం రావాలని అనుకుంటున్నారన్నారు. బిఆర్ఎస్ లో బాటు జగ్జీవన్ రావు విగ్రహం వద్దకు కెసిఆర్ రాలేదన్నారు. అంబేద్కర్ పూర్తి విగ్రహం వద్దకు వెళ్లేలేదన్నారు. తెలంగాణ సమాజం చైతన్యవంతమైందన్నారు. ఇఫ్టర్ వెళ్లేందుకు సమయం ఉన్న కెసిఆర్ కు భద్రాచలం వెళ్లేందుకు సమయం ఉండదన్నారు. తెలంగాణను దోచుకున్నది పాలటం లేదన్నట్లుగా, బిఆర్ఎస్ అంటూ జాతీయ పార్టీ పెట్టారన్నారు. అవినీతిపై ఆరోపణలు వస్తే దర్యాప్తు జరపవద్దని రాజ్యాంగంలో రాని ఉండా అంటూ ప్రశ్నించారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం అనేక కార్యక్రమాలు చేపడుతున్న రాష్ట్ర సహకరించడంతో ముఖ్యమంత్రి లేఖలు రాస్తూ పస్తున్నామన్నారు. >>2

ఎపి మాజీ ఎమ్మెల్యే నీరజారెడ్డి ప్రమాదంలో మృతి

గద్వాల జిల్లా బీచుపల్లి వద్ద పేలిన కారుటైరు

7వ

రుద్రంగి అనే ఊరు చుట్టూ సాగే కథ

కృష్ణబీ స్టార్ హీరో జగపతిబాబు ఇప్పుడు వరుసగా అనేక చిత్రాల్లో పలు పాత్రలతో ఆకట్టుకుంటున్నారు. తాజాగా రుద్రంగి సినిమా చేస్తున్నారు. ఈచిత్రాన్ని ఎమ్మెల్యే, కమి, గాయకుడు రసముయి బాలకిషన్ నిర్మిస్తున్నారు. అజయ్ సామూల్ దర్శకత్వంలో ఈచిత్రం రూపొందుతోంది. మమతా మోహన్దాస్, జ్యూలూ భాయ్ దేశ్ముఖ్గా దొరసాని పాత్రలో అద్భుతంగా నటించారు. ఇందులో ఆహ్వానాంధీ మల్లేష్ కన్సింపారు.. టీజర్ను చూస్తుంటే సినిమా మొత్తం రుద్రంగి అనే ఊరు



చుట్టూ సాగే కథలా అనిస్తోంది. స్వాతంత్ర్య దినోత్సవానికి ముందు రాజుల పాలనలో ప్రజలు ఎలాంటి ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నారు అంశంపై తెరకెక్కింది. రుద్రంగి చిత్రంలో జగపతిబాబు పాత్రను ఒక్క గుర్తొడిచేలా ఉందని.. బ్యాగ్రౌండ్ మ్యూజిక్ కూడ అదిరిపోయింది. డైలాగులు అద్భుతంగా ఉన్నాయి.. ఈచిత్రం త్వరలో ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతోంది.



మరింత ఆసక్తికరంగా ఫస్ట్ సింగిల్

పాన్ ఇండియా స్టార్ హీరో ప్రభాస్ హీరోగా కృతినసన్ హీరోయిన్గా నటిస్తున్న తాజా భారీచిత్రం అదిపురుష్.. బాలీవుడ్ దర్శకుడు ఓంరాత్ దర్శకత్వంలో ఈచిత్రం రూపొందుతోంది.. రామాయణం ఆధారంగా తెరకెక్కించిన ఈచిత్రంలో ప్రభాస్ శ్రీరాముడిగా, కృతినసన్



సీతగా కన్సింపనున్నారు. ఈచిత్రం నుంచి మోస్ట్ అవైటెడ్ ఉన్న ఆవ్డేట్ ఏదైనా ఉందంటే అది కచ్చితంగా సినిమా మొదటి సాంగ్ అని చెప్పాల్సిందే.. రీసెంట్గానే ఈసినిమా నుంచి జైత్రరామ్ సాంగ్ చిన్న బిట్ను మేకర్స్ అనధికారికంగా రిలీజ్ చేసిన సంగతి తెలిసిందే.. ముఖ్యంగా సంగీత ప్రయులు రామభక్తులకు ఎంతగానో నచ్చిన ఈ పాట ప్రోమోలో ఫుల్ సాంగ్ కోసం అంతా వెయిట్ చేస్తున్నారు. ఈ సాంగ్ ఈ నెలలోనే విడుదల కానుందనే టాక్ వినిస్తోంది. దీనిపై మేకర్స్ క్లారిటీ ఇవ్వాలి ఉంది.



హీరో రామ్ పోతినేని లేటెస్ట్ లుక్



యువహీరో రామ్ పోతినేని.. ప్రస్తుతం మాస్ చిత్రాల దర్శకుడు బోయపాటి శ్రీనుతో ఒక భారీ పాన్ ఇండియా మూవీ చేస్తున్నారు. ఈచిత్రంలో శ్రీలీల హీరోయిన్గా నటిస్తోంది. ఈచిత్రాన్ని శ్రీనివాస్ సిల్వర్ స్క్రీన్ బ్యారీపై శ్రీనివాస్ చిట్టూరి ఎంతో భారీ వ్యయంతో ప్రతిష్టాత్మకంగా నిర్మిస్తున్నారు.. యువ అందాల నటి శ్రీలీల హీరోయిన్గా నటిస్తున్న ఈచిత్రానికి ధమన్ సంగీతం అందిస్తున్నారు. ప్రస్తుతం మాటింగ్ శరవేగంగా జరుపుకుంటోంది.. ఈచిత్రంపై ఆయన అభిమానులు భారీఅంచనాలతో ఎదురు చూస్తున్నారు. ఎప్పటికప్పుడు లేటెస్ట్ ఫ్యాషన్స్ ను అలాగే ట్రెండ్స్ ను ఫోలో ఆయ్యే రామ్ పోతినేని తాజాగా ఖాక్ కలర్ ట్రైండ్ స్టైల్ కాస్ట్యూమ్స్ తో ఆకట్టుకున్నారు.. ఈ డ్రెస్ లోని ఫోటో మాట్ ఫోటోలు వైరల్ అయ్యాయి..



కుర్రాళ్ల గుండెల్లో హీట్



మ్యూ ఈవెంటి ఫిక్: తాజాగా హైదరాబాద్ లో జరిగిన కార్యక్రమంలో హీరోయిన్ శ్రీలీల

'ఫేమీనా మిన్ ఇండియా'గా రాజస్థాన్ బ్యూటీ

ప్రతిష్టాత్మక ఫేమీనా మిన్ ఇండియా 2023 కిరీటాన్ని ఈ ఏడాది రాజస్థాన్ బ్యూటీ దక్కించుకుంది. 59వ ఎడిషన్ తుది పోటీ మణిపూర్ రాజధాని ఇంఫాల్ లోని లంపక్ ఇండోర్ స్టేడియంలో ఆటహాసంగా జరిగింది. మొత్తం 29 రాష్ట్రాలకు చెందిన అందగత్తెలు ఈ పోటీలో పాల్గొన్నారు. అందరినీ వెనక్కివెట్టి 19 ఏళ్ల రాజస్థాన్ బ్యూటీ నందినీ గుప్తా కిరీటాన్ని సొంతం చేసుకుంది.. పోటీలో ఎవరికీ వారిదే ఫైచేయి అన్నట్లు సాగింది. అందవందాలతో మిరమిట్లు గలిపారు ముద్దుగుమ్మలు. అంతిమంగా రాజస్థాన్ బ్యూటీకి కిరీటం దక్కింది.. అన్ని పోటీల్లో ఉత్తమ ప్రతిభ కనబర్చిన నందినీ గుప్తా మిన్ ఇండియా కిరీటాన్ని దక్కించుకుంది.. ఎంతో

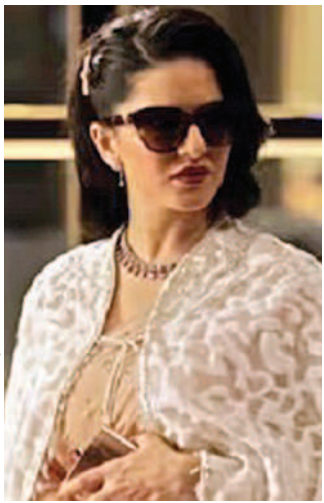


అట్టహాసంగా జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో బాలీవుడ్ ప్రముఖ సెలబ్రిటీలు హాజరయ్యారు.. గత ఏడాది మిన్ ఇండియాగా ఎంపికైన సినీశిల్పి నందినీగుప్తాకు ఈఏడాది కిరీటాన్ని తోడిగింది.. కాగా ఢిల్లీకి చెందిన శ్రీయా పూర్ణా, మణిపూర్ కు చెందిన తోనోజమ్ డ్రైలా లువాంగ్ వరుస స్థానాల్లో నిలిచారు. ఈ పోటీలకు ఎవీ నుంచి గోమతి, తెలంగాణ నుంచి ఊర్మిలా చౌహాన్లు తుదివరకు పోటీ నిచ్చారు. కాగా నందినీ గుప్తా రాజస్థాన్ లోని కోట ఆమె స్వస్థలం.. చిన్ననాటి నుంచి చదువులో యాక్టివ్గా ఉంటూ వచ్చింది. పెయింట్ పాల్ సీనియర్ సెకండరీ స్కూల్ లో విద్యాభ్యాసం చేసింది. ప్రస్తుతం రాలా లజపతిరాయ్ కళాశాలలో బిజినెస్ మేనేజ్మెంట్ లో డిగ్రీ చదువుతోంది..

అంతా తార రకుల్ ప్రీత్ సింగ్. తెలుగులో 'కెరటం' మూవీతో ఇండస్ట్రీలోకి ఎంట్రీ ఇచ్చింది.. అతి తక్కువ కాలంలోనే స్టార్ హీరోల సరసన వాన్సులు అందిపుచ్చుకుంది.. స్టార్ హీరోయిన్గా ఎదిగింది.. అందం, అభినయంలో కోట్లాది మంది అభిమానులకు చేరువైంది.. తెలుగులో ఆమె నటించిన చాలా చిత్రాలు ఖాక్ బిస్కెట్లుగా నిలిచాయి.. ఆపై ఇతర ఇండస్ట్రీలపై ఫోకస్ పెట్టింది. ముఖ్యంగా బాలీవుడ్ లో పలు చిత్రాలు చేసింది.. ఇదిలా ఉంటే ఆమె నిత్యం సోఫిస్టికేట్గా ద్వారా అభిమానులకు టవెలోనే ఉంటుందని సంగతి తెలిసిందే.. ఎప్పటికప్పుడు తన వర్చునల్ ప్రొఫెషనల్ లైఫ్ కు సంబంధించిన పలు విషయాలను అభిమానులతో షేర్ చేసుకుంటుంది.. తాజాగా ఇన్ స్టాగ్రామ్ వేదికగా ఓ ఫోటోను షేర్ చేసింది.. అందులో అదిరిపోయే టెక్స్ట్ లో కన్సింపి కుర్రాళ్ల గుండెల్లో హీటు పెంచేసింది.. వైట్ కలర్ సింగిల్ పీస్ ధరించి అందంగా కన్సింపింది.. ఈ ఫోటోను చూసిన నెటిజన్లు స్పందిస్తున్నారు.. ' నీ అందం అదిరింది..' అంటూ కొందరు.. కామెంట్లు చేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం ఈ ఫోటో అంతర్జాలంలో వైరల్ కుార్చుంది.

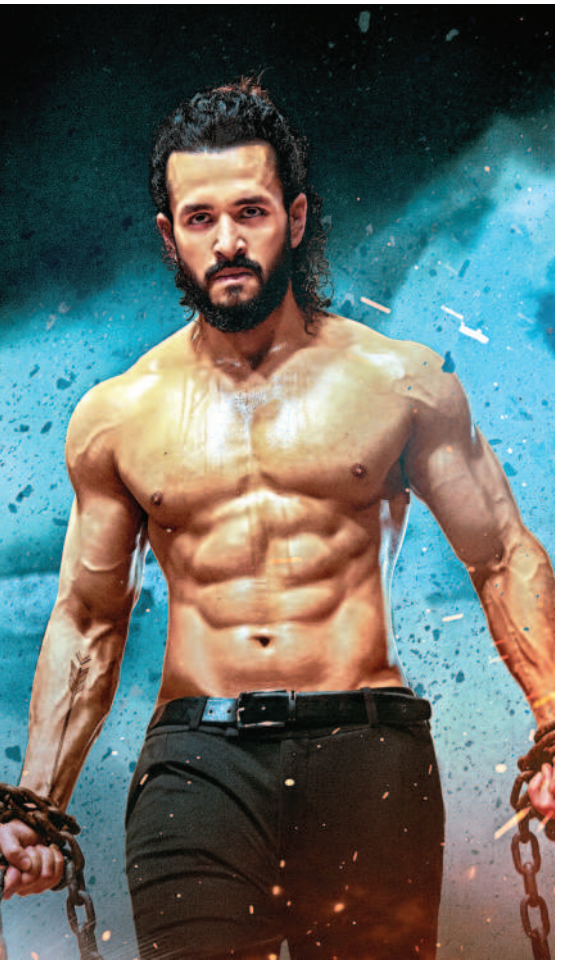
'కేన్స్' ఫెస్టివల్ లో సన్నీలియోన్ మూవీ

సన్నీలియోన్.. శృంగార తారగా కెరీర్ ను స్థాపించేసి బ్యూటీ.. ఆతర్వాత సినిమా హీరోయిన్గా ప్రమోట్ అయ్యింది.. బాలీవుడ్ మూవీస్ ఆమె కెరీర్ ను మలుపుతిప్పాయి. బాలీ వుడ్ నుంచి సౌత్ లో మరింత ఫేమన్ అయ్యింది.. తెలుగులో కొన్ని సినిమాల కూడ చేసింది.. తాజాగా సన్నీలియోన్ నటించిన ఓ సినిమా ఇప్పుడు ఏకంగా కేన్స్ ఫిల్మ్ ఫెస్టివల్ లో ప్రదర్శనకు ఎంపికైంది.. అను రాగి కళ్ళపై దర్శకత్వంలో వహించిన 'కెన్స్ డీ' లో ఆమె నటించింది.. ఇందులో రాహుల్ భట్ కీలకపాత్రలో నటించారు.. ఈసినిమా కేన్స్ కు ఎంపిక కావటంతో సన్నీలియోన్ ఆనందంతో ఉన్నారు.. ' ఇది నేను నమ్మలేకపోతున్నాను.. నా కెరీర్ లో గర్వించే క్షణాల్లో ఇదొకటి అంటు.. నేను ఎప్పుడీ మీ వాల్డ్ గానే ఉంటాను అంటూ ఎమోషన్ అయ్యింది.. కెరీర్ పరంగా చూస్తే ఇప్పుడు సన్నీ బాలీవుడ్ లో బిజీగాఉంది. అంతేకాదు తమిళ, మలయాళ చిత్రాల్లో నటిస్తోంది.



వైల్డ్ అవతార్ లో 'ఏజెంట్' లుక్

యుగ్ హీరో అఖిల్ ఆఖిల్ హీరోగా సైబిల్ డైరెక్టర్ సురేంద్ రెడ్డి దర్శకత్వంలో రూపొందుతున్న చిత్రం 'ఏజెంట్'. స్పై యాక్షన్ థ్రిలర్ గా రాబోతోంది. ఏకే ఎంటర్ టైన్ మెంట్స్, సురేందర్ 2 సినిమా బ్యానర్లపై రామ బ్రహ్మం సుంకర నిర్మిస్తున్నారు. ఈచిత్రానికి హిప్ హాప్ తమిజా సంగీతం అందిస్తున్నారు. సాక్షివైద్య హీరోయిన్గా నటిస్తోంది. ప్రముఖ నటుడు మమ్మూట్టి కీలకపాత్రలో కన్సింప నున్నారు. ఈచిత్రానికి సంబంధించి సరికొత్త పోస్టర్ ను మేకర్స్ విడుదల చేశారు.. ఇందులో సిక్స్ ప్యాక్ బాడీతో, రెండు చేతుల్లో గొలుసులతో అఖిల్ కన్సింపన్నారు. ఈవైల్డ్ అవతార్ ప్రేక్షకులను, అభిమానులను విశేషంగా ఆకట్టుకుంటోంది.. ఈచిత్రం ట్రైలర్ ను ఈనెల 18న విడుదల చేస్తున్నట్లు మేకర్స్ తెలిపారు. తాజాగా టైంసు రివీల్ చేచారు. కాకినాడలోని ఎంసి లారిన్ హైస్కూల్ గ్రౌండ్స్ లో ఈ వేడుక జరగనుంది. ఏప్రిల్ 28న ఈచిత్రం ప్రపంచ వ్యాప్తంగా విడుదల కానుంది. ఈచిత్రంపై భారీ అంచనాలు నెలకొన్న సంగతి విదితమే .



మరల్ స్టార్ నాని.. తాజాగా దసరా మూవీ హిట్ తో మంచి ఊపు మీద ఉన్నారు. ఈచిత్రం సక్సెస్ కోట్టిగా ఏమాత్రం లేట్ చేయకుడా తన తదుపరి చిత్రం మాటింగ్ లో ఆయన పాల్గొంటున్నారు. వైరా క్రియేషన్స్ బ్యానర్లపై శౌర్యన్ దర్శకత్వంలో ఈచిత్రం రూపొందుతోంది నాని 30వ చిత్రం.. ఈచిత్రానికి సంబంధించి రిలీజ్ డేట్ ను మేకర్స్ లాక్ చేశారు. ఈచిత్రం డిసెంబర్ లో రిలీజ్ ఫిక్స్ చేశారు. డిసెంబర్ 21న నాని 30వ చిత్రం రిలీజ్ కానుందని తెలిపారు. క్రిస్టిన్ కానుకగా ఈచిత్రం ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతోంది. ఈచిత్రంలో నాని సరసన మృణాల్ రాహుర్ హీరోయిన్గా నటిస్తోంది.. ఈసినిమాలో నాని మరోసారి తండ్రి పాత్రలో కన్సింప నున్నారు. తెలుగు ప్రేక్షకులకు కొత్త కథలను అందిస్తూ తన మార్క్



క్రిస్టిన్ కానుకగా నాని 30 మూవీ



నటనతో మెప్పిస్తున్న నాని రేంజ్ దసరా మూవీ హిట్ అయ్యాక మరింత పెరిగింది.. కాగా నాని 30వ చిత్రం మరో ప్రయోగాత్మక సినిమాగా రాబోతోందని తెలిసింది.. గోవా లో ప్రస్తుతం మాటింగ్ గ్ జరుపుకుంటోంది.. ఈ చిత్రానికి సంబంధించి కథ, వివరాలను మేకర్స్ వెల్లడించనున్నారు..



వరల్డ్ టెలివిజన్ ప్రీమియర్ కు రెడీ

లీవుడ్ యంగ్ అండ్ టాలెంటెడ్ హీరో నిఖిల్ సిద్ధార్థ్ హీరోగా, బిల్లి బ్యూటీ అనుపమ పరమేశ్వర్ హీరోయిన్గా తెరకెక్కిన చిత్రం '18 పేజెస్'. ఈచిత్రం థియేటర్లలో విడుదలై ప్రేక్షకులు, అభిమానులను విశేషంగా ఆకట్టుకున్న సంగతి తెలిసిందే.. తాజాఫేసు వర్ల డీసెంబర్ పెర్మామెన్స్ ను చూపించిన ఈచిత్రం ఇప్పుడు వరల్డ్ టెలివిజన్ ప్రీమియర్ గా బుల్లితెర ప్రేక్షకులను అలరించడానికి రెడీ అవుతోంది. ఈచిత్రం వరల్డ్ టెలివిజన్ ప్రీమియర్ గా ఏప్రిల్ 23న సాయంత్రం 6 గంటలకు జీతెలుగులో ప్రసారం కానుంది.. ఈచిత్రానికి వల్కాటి సూర్య ప్రతాప్ దర్శకత్వం వహించారు.. గోపీ నందర్ సంగీతం అందించారు.. జిఎ2 పిక్చర్స్, సుకు మార్ రైటింగ్ బ్యానర్లపై ఈచిత్రం రూపొందింది.



ఇండో-ఆస్ట్రేలియన్ పాట విడుదల

కవి ఆనంద్ వెలుదండి ఆందమైన సాహిత్యం, సతీష్ వర్మ వినూత్న దర్శకత్వంలో ఐనియన్ ద మూన్ పాటను చిత్రీకరించారు. పాట ప్రేమయొక్క అందం, దాని మంత్రముగ్ధుల రాగం, వృద్ధుడు పూర్వక సాహిత్యంతో శృంగార సారాన్ని పట్టుకుని సున్నితత్వం, అనురాగ భావాలను కలగలిపి ఉంటుంది. ప్రముఖ సంగీత దర్శకుడు ఆర్మాన్ మాలిక్ మాట్లాడుతూ, ఈ మరోవారైన మెలోడీ లో భాగమైనందుకు ఆనందంగా ఉందనానరు. మెలోడీ మామ మేకర్స్ ప్రతిభావం తమైన టీమ్ కు అభినందలు అన్నారు.. కొత్తతరం ముందుకు రావాలని, హద్దులు దాటి మరిన్ని ఆందమైన ప్రాజెక్టులను రూపొందించాలని కోరుకుంటున్నానని అన్నారు. ఆర్మాన్ మాలిక్ చేతులు మీదుగా విడుదలైన ఈ పాట ఇప్పటికే ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఉన్న సంగీతాభిమానుల వృద్ధ యాలను దోచు కుంటోంది.. అద్భుతమైన



కాఫీ మానలేకపోతున్నారా ?



ఉదయాన్నే కాఫీ తాగడే మంచం దిగు చాలామంది. అది మొదలుకుని రోజంతా కప్పు మీద కప్పు తాగేస్తుంటారు కాఫీ ప్రియులు. అందులోని కెఫీన్ మరీ ఎక్కువైనా ఆరోగ్యానికి సమస్యసని తెలిసినా ఆ అలవాటుని మానుకోలేరు. అలాంటి వాళ్ళకి డిత్ ఫైనెటెడ్ కాఫీ (97 శాతం కెఫీన్‌ను తొలగించిన కాఫీ) మంచి ప్రత్యామ్నాయం అంటున్నారు సిడ్నీ యూనివర్సిటీ పరిశోధకులు.

శాంతితో ఎన్నో ప్రయోజనాలు



శాంతిపాడి వేసి టీ కాఫీ.. ఆ రుచి భలే పసండుగా ఉంటుంది.జలుబు, దగ్గు నుంచి ఉపశమనం కూడా. ఇవే కాదు శాంతితో మరిన్ని ప్రయోజనాలు కూడా ఉన్నాయంటేయో!

- ♦ రోజూ కాసేంట్ శాంతిపాడిని ఆహారంలో చేర్చుకుంటే నెలసరి సమయంలో అధిక రక్తస్రావంతో బాధపడే వాళ్ళకి చక్కని ఉపశమనం దొరుకుతుంది. మొదటి మూడు రోజులు శాంతితో వేసిన అన్నం తింటే నొప్పి కూడా తగ్గుతుంది.
- ♦ కాలి పిక్కులు పట్టేయడం, కండాల నొప్పులతో బాధపడటం వంటి సమస్యలుంటే ఇది మంచి ఔషధం.
- ♦ కొవ్వుని కరిగించడంలో శాంతి ముందుంటుంది. ట్రైగ్లిజెరాయిడ్ సమస్యతో బాధపడేవారు. కొన్ని రోజులు శాంతి టీ తాగితే చక్కని ఫలితం కనిపిస్తుందట.
- ♦ శరీరం లోపలి వాపులకి, కీళ్లదగ్గర వట్టెనీట్టుగా ఉన్నా ఇది మేలు చేస్తుంది. □

కావాల్సినవి : కమలాపండు తొక్కలు-రెండు, నీళ్లు-కప్పున్నర. దాల్చిన చెక్క-చిన్న ముక్క, లవంగాలు-మూడు, ఆకుపచ్చ ఇలాచిలు-రెండు, బెల్లం - చెంచా.

తయారీ : గిన్నెలో నీళ్లు పోసి మంటను మధ్యస్థంగా పెట్టి వేడి చేయాలి. దీంట్లో బెల్లం తప్ప కమలాపండు తొక్కలతోపాటు ఇతర దినుసులన్నీ వేయాలి. రెండు మూడు నిమిషాలు బాగా మరిగించాలి. పొయ్యి కట్టేసి టీని కప్పులోకి వదగట్టుకోవాలి. ఇందులో బెల్లం కలిపితే వేడి వేడి ఆరెజర్ పీల్ టీ రెండి. దీన్ని క్రమ తప్పకుండా తాగుతూనే ఉండండి.



తీసుకుంటే రోగనిరోధకత పెరుగుతుంది. తయారీ వేరేవిధంగా ఉన్నా యాపిల్ తొక్కతోనూ టీ చేసుకోవచ్చు.

కీరా తొక్కల రైతా

కావాల్సినవి : పెరుగు-పెద్ద కప్పు, కీరా తొక్కలు- అయిదారు, కొత్తిమీర తరుగు- రెండు పెద్ద చెంచాలు, వెల్లుల్లి రెబ్బలు-౨



మిరపకాయలు, వెల్లుల్లి రెబ్బలు, రెండు చెంచాల పెరుగు, చిలేడెడు ఉప్పు వేసి మిక్స్ పట్టుకోవాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని మొత్తం పెరుగులో వేసి ఉప్పు, కొత్తిమీర జత చేసి బాగా కలపాలి. టేస్ట్ కీరా తొక్కల రైతా రుచి.

ఆచారాలు

మురుగన్ అనే భక్తుడు తన తల్లి తల్లిదండ్రుల రోజు సందర్భంగా ఆశ్రమ వాసులందరికీ పసన తొనలు పంపిస్తున్నాడు. అది చూసిన రమణులు పనిపోయిన తల్లి మీద మమకారంతో నువ్వులా చేస్తున్నావు! కానీ దీనివల్ల ఇవి తీసుకున్న వారందరితో నీకు తిరిగి కర్మ, రుణబంధం ఏర్పడుతోందని గ్రహించు. ఇది అవార్తమా కావచ్చు. కానీ ఈ ఆచారాలన్నీ కూడా బంధాలను పెంచుతాయి. అప్పుడు ముక్తి దొరకదు. ఇందుకు బదులుగా ఒకచోట నిశ్చలంగా కూర్చుని నీ మాతృమూర్తి గురించి ధ్యానం చేస్తే ఆమె ఆత్మ నీ

ఆధ్యాత్మికం

పద్ధతి వచ్చి నేదతిరుతుంది. అన్నాడు. అలాగే చని పోయిన తండ్రికి తర్పణం వదలడం కోసం అల్పాహారం మానేసిన సుందరేశ్వర్ అయ్యర్ అనే శిష్యునితో 'ఆచారాలనేవి దేహానికి మాత్రమే, ఆత్మకి కాదు. నీకు ఆత్మభక్తి ఉంది. కనుక ముందు ఫలహారం తీసుకోవద్దు. ఆశ్రమంలో స్త్రీలకు నెలసరి సమయంలో బయట వడ్డించడం చూసి ' అది దేహ ధర్మం. వారిని లోపలికి పిలిచి భోజనం వడ్డించండి. ఆత్మకు మైల లేదని గీతలో కృష్ణుడు చెప్పాడు కదా! శరీరమే మనమనే భావన కదా! ఆత్మబలాన్ని గ్రహించాలి. అప్పుడిక మడి, మైల, ఆచారాలతో పనేముంది' అన్నాడు. □

ఎందుకంటే ఒక్కసారిగా కాఫీ మానేస్తే వాళ్ళలో తలనొప్పి చికాకు అలసట.. వంటివి ఎక్కువగా ఉంటుంటాయి. అదే

ఈ డికాఫె తాగితే ఆ సమస్యలేవీ ఉండవు అంటున్నారు. డికాఫెలో కెఫీన్ ఉండదు కానీ రుచిలోనూ పోకాల్లోనూ పెద్దగా తేడా ఉండదు. ఇందుకోసం వీళ్ళ రోజుకి మూడు కప్పుల కాఫీ తాగే అలవాటున్నవాళ్ళని రెండు విభాగాలుగా చేసి ఒకరికి కాఫీకి బదులు నీళ్ళూ మరో వర్గానికి డికాఫెని ఇచ్చారు. మూడో వర్గానికి మాత్రం కాఫీ అని చెప్పి డికాఫెనే ఇచ్చారు. కొన్నాళ్ళ తరవాత చూస్తే నీళ్ళ తాగినవాళ్ళకన్నా డికాఫెని తాగినవాళ్ళే కాఫీ అలవాటుని తగ్గించుకోగలిగినట్లు గుర్తించారు. కాఫీ అనుకుని తాగినవాళ్ళు ఎటు దానికే అలవాటుపడ్డారట. కాబట్టి ఈ పరిశోధన ఆధారంగా ఆల్బర్హామ మాదకద్రవ్యాల అలవాటుని మానిపించవచ్చు అని భావిస్తున్నారు. □

ఉస్మాన్ అల్లాఝా, జాకీర్ హుసేన్, శంకర్‌భోస్లే.. తబలా విద్వాంసులనగానే వీళ్ల పేర్లే వినిపిస్తాయి. వాళ్ళతో పాటుగా శ్యామి గడించారు **అనురాధాపాల్**. ప్రపంచంలోనే తొలి మహిళా తబలా విద్వాంసురాలామె!

ముంబయిలో అనురాధా పాల్ కేవేరీ! దానికి హాజరైన చిత్రకారుడు ఎంఎస్ హుసేన్ కచేరీ పూర్తయ్యాక ఆమెను కలిసి 'రేపు మీ ఇంటికి వస్తా' అని చెప్పి వెళ్ళారట. అన్నట్లుగానే కలిసి నా గజ్జామిని సినిమాకి సువ్వే నేపథ్య సంగీత మిచ్చారట. అన్నారట.

మూడు దీక్షిత నటించిన సినిమా అది ' నా వల్ల అవుతుందా' అన్నా ఆయన పట్టుబట్టి ఆమెను ఒప్పించారట. ఆ సినిమా అంతా అనురాధ ఒక్కరే తబలా వాయిస్తూ రీ రికార్డింగ్ చేశారు. ప్రపంచంలో ఒక స్త్రీ తబలా వాయిస్తూ రీ రికార్డింగ్ పూర్తి చేసిన సినిమా అదొక్కటే అంటారు సంగీత పండితులు. అనురాధా పాల్ పుట్టింది ముంబయి. ఆమెలోని సంగీత జ్ఞానాన్ని అమ్మమ్మ సరోజిదేవి గుర్తించి శాస్త్రీయ సంగీత శిక్షణలో చేర్చించారు. హిందూస్థానీ, కర్ణాటక సంగీతాలను ఒకేసారి నేర్చుకున్న ఆమె గాత్రానికి తోడుగా వాయిస్తున్న తబలాపై మనసు పారేసుకున్నారు. 'ఆడపిల్లలు సితార్, వీణ, హరూలిన్ వంటివి నేర్చు కోవాలి. తబలా అబ్బాయిలకే' అని ఎందరన్నా పట్టుబట్టి

నేర్చుకున్నారామె. ప్రముఖ తబలా విద్వాంసుల వద్ద శిక్షణ తీసుకొని 14 ఏళ్ళకే సంగీత కచేరీల్లో ప్రముఖులతో వేదిక వంచుకొనే స్థాయిరెగిదారు. 'ఉస్మాన్ అల్లాఝా, జాకీర్ హుసేన్ వంటి వారికి శిష్యురాలినవ్వడం అద్భుతం. కళ పట్ల గౌరవం, క్రమశిక్షణ వారి నుంచే నేర్చుకున్నా గంటల తరబడి సాధనమండేది. శారీరక సామర్థ్యమూ తప్పనిసరే! ఇది మగవారి కళంటూ చాలామంది నిరుత్సాహ పడేవారు. సహనంతో, అంకితభావంతో కృషి చేస్తే ఏదైనా సాధించొస్తా అమ్మాయిన్నల ప్రోత్సాహమే నడిపింది. ప్రపంచంలోనే తొలి మహిళా తబలా మాస్టర్గా నిలిపింది' అనే అనురాధ మ్యూజిక్‌లో ఎంఎ చేశారు. హార్వర్డ్, న్యూ ఇంగ్లండ్ వంటి ఎన్నో విశ్వవిద్యాలయాల్లో శిక్షణేస్తున్నారు. 30 దేశాల్లో అయిదువేల కచేరీలిచ్చిన ఈమె 40 రకాల వాద్యాలను



ప్రపంచంలోనే తొలి మహిళా తబలా విద్వాంసురాలు..

వాయిచగలరు. 'అనురాధాపాల్ కల్చరల్ ఆకాడమీ' నిర్వహిస్తూ దేశ విదేశాల్లో శిష్యులను సంపాదించుకున్నారు. రాష్ట్రపతి అవార్డు సహా 108కి పైగా పురస్కారాలను అందుకున్నారు. ఈ క్రమంలో లింగ వివక్ష, అవమానాలు, ఎన్నో

ఇవ్వకండి' అనే ఈమె మహిళా విద్వాంసులతో 'స్త్రీ శక్తి' అనే బ్యాండ్‌ను ఏర్పాటు చేసి 27 ఏళ్ళగా ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ప్రదర్శనలిస్తున్నారు. క్లాసికల్ మెన్స్ జత చేస్తూ 'రేచార్జ్', సుఫోరే, తబలా సింగ్ స్టోరీస్ బ్యాండ్‌లని ప్రారంభించారు. పలు చలనచిత్రాలు, లఘు చిత్రాలు,



ఇబ్బం దులూ ఎదురల్గొన్నారు. 'నా శక్తికి విలువవ్వండి మహిళల నని మెచ్చుకోవాలి' వాటా

మ్యూజిక్ ఆల్బమ్స్ కు సంగీతాన్ని సమ కూర్చారు. '15 ఏళ్ళప్పుడు గురువు ఉస్మాన్ జాకీర్ హుసేన్‌తో కలిసి, 16 ఏళ్ళకు పండీట్ జునాజ్జీ భజనలు పాడుతుంటే సహవాద్యంగా, ఉస్మాన్ సుల్తాన్‌ఖాన్‌తో కలిసి వేదిక వంచుకోవడం, పండిట్ రవిశంకర్‌తో జుగల్‌బందీ తీపి జ్ఞానకాలా' అంటారామె. □

చెలి చిట్కా



జిడ్డుపట్టిన వెండి వస్తువుల్ని జేకింగ్‌నోడల్‌తో అద్దిన అల్పామినియం ఫాయిల్‌తో రుద్దితే వెంటనే శుభ్రపడతాయి. □

అందమంటే ముఖంగా ముఖ సౌందర్యం పైనే క్రద్ద పెడుతుంటారు అమ్మాయిలు. ఈ క్రమంలో ఇటు ఇంటి చిట్కాలను, అటు బయట దొరికే వివిధ రకాల సౌందర్య ఉత్పత్తుల్ని వాడుతుంటారు. అయితే వీటిలో ముఖానికి వాడకూడని పదార్థాలు కూడా కొస్తున్నాయంటున్నారని నిపుణులు. ఆ విషయం తెలియక చాలామంది తమ ముఖ సౌందర్యాన్ని చేజేతులా పాడుచేసుకుంటున్నారని చెబుతున్నారు. మరి, ఇంతకీ అందాన్ని సంరక్షించుకునే క్రమంలో ముఖానికి వాడకూడదని ఆ పదార్థాలేంటో తెలుసుకుందాం రండి.

ముఖానికి ఇవి వద్దు !

బాడీ లోషన్.... చర్మానికి తేమనందించడానికీ బాడీ లోషన్ ఉపయోగించడం మనకు అలవాటే అయితే కొంతమంది దీన్నే ముఖానికి కూడా వాడుతుంటారు. ఫలితంగా ఇందులోని జిడ్డుదనం ముఖ చర్మ రంధ్రాల్లోకి చేరి.. క్రమంగా మొటిమలు రావడానికి దారితీస్తుంది. ఇక దీనిలో ఉండే కృత్రిమ పరిమళాలు మృదువుగా ఉండే ముఖ చర్మ రంధ్రాల్లోకి చేరి.. క్రమంగా మొటిమలు రావడానికి దారితీస్తుంది. ఇక దీనిలో ఉండే కృత్రిమ పరిమళాలు మృదువుగా ఉండే ముఖ చర్మంపై అల్లెలు రావడానికి దారితీస్తుంది. కాబట్టి ముఖం కోసం ప్రత్యేకంగా తయారుచేసి బ్యూటీ ఉత్పత్తులు.. అది కూడా పారానెన్.. వంటి రసాయనం లేనివి ఎంచుకోవడం ఉత్తమం అంటున్నారు నిపుణులు. అందుకే వీటిని కోసేముందు ఓసారి లేబుల్ పరిశీలించడం మర్చిపోవద్దు.

నిమ్మకు బయలు. ముఖానికి ఉపయోగించే స్ర్మట్స్, ఫేస్‌ప్యాక్స్.. వంటి వాటిలో నిమ్మను ఉపయోగించడం సహజమే. కొంతమందిచే నిమ్మచెక్కను నేరుగా ముఖంపై రుద్దుకుంటుంటారు. అయితే ఇందులోని కొన్ని సమ్మేళనాలు కొంతమందిలో ముఖ చర్మాన్ని మరింత సున్నితంగా మార్చుతాయి. తద్వారా ఎండలోకి వెళ్ళినప్పుడు చర్మం ఇరిటేషన్‌కి గురై దురద, మంట.. వంటి సమస్యలొస్తాయి. కాబట్టి దీనికి బదులుగా బంగాళాదుంప, టోమాటో.. వంటి ప్రత్యామ్నాయ మార్గాలైతే మంచిపంటున్నారని నిపుణులు.

టూత్‌పేస్ట్ వద్దు ... మొటిమలను చోట టూత్‌పేస్ట్ రాయమని నలచో ఇస్తుంటారు చాలామంది. కానీ వర్ణంబున్నాన్ని నిపుణులు. ఎందుకంటే ఇది అష్ట చేసిన చోట చర్మంలో మెలనిన్ ఉత్పత్తి పెరుగుతుంది. తద్వారా కొంతమందిలో ఆ ప్రదేశంలో నల్ల మచ్చలు, రంగు మారడం.. వంటి సమస్యలొచ్చే అవకాశం ఉంటుందట. అలాగే ఇందులోని గాఢమైన పదార్థాల వల్ల కొంతమందిలో ఇన్‌ఫ్లేక్షన్, అల్లెలు కూడా రావచ్చట.

వ్యాక్స్ చేస్తున్నారా ? ... ముఖంపై అనాధిత రోమాలల్ని తొలగించుకోవడానికి చాలామంది అనుసరించే పద్ధతి వ్యాక్స్ చేసుకోవడం. ఇందుకు అనుగుణంగానే వ్యాక్స్ డ్రిప్స్ మార్కెట్లో లభిస్తున్నాయి. అయితే చర్మతత్వాన్ని బట్టి వీటిని ఎంచుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఈ విషయాన్ని నిర్లక్ష్యం చేస్తే మూత్రం చర్మం ఎరుపెక్కడం, దద్దుర్లు రావడం, ముదతలు పడడంతోపాటు చర్మం మరింత సున్నితంగా మారుతుంది. తద్వారా ఎండలోకి వెళ్ళినప్పుడు కందిపోవడం, ర్యాషెస్.. వంటి సమస్యలొస్తాయి. కాబట్టి ఫేసియల్ వ్యాక్స్ ఎంచుకునే ముందు చర్మతత్వాన్ని పరిగణనలోకి తీసుకోవడం, ఇంట్లో తయారు చేసుకున్న వ్యాక్స్ అయినా.. బయటి నుంచి తెచ్చిన డ్రిప్స్ అయినా.. అష్ట చేసుకునే ముందు ఓసారి ప్యాకేజీ చూసుకోవడం మంచిదంటున్నారని నిపుణులు. □

అందమైన ఊలు కుసుమాలు

పూలను చూస్తే పరవశించని మనసుంటుందా? అందాన్ని, ఆహ్లాదాన్ని తెచ్చిపెట్టే కుసుమాలు తెచ్చిపెట్టే ఆకర్షణ ఎంతో. అందుకే అలంకరణలో వీటిదే పై చేయి. అలాగని ఎప్పుడోకప్పుడు తాజా కుసుమాలను తెచ్చి వాజుల్ పెట్టుకోవడం అన్నిసార్లు కుదరని పని. అలాంటివారు, ఊలుదారంతో అల్లిన విరులును కూజాల్లో పెట్టుకోవచ్చు. అలాంటివే ఈ చామంతలు, గులాబీలు, గుత్తులుగా పూసిన హైద్రాంజియాలూ, రంగు రంగుల తులివేలూ.. చూడటానికి ఎంత సహజంగా ఉన్నాయో కదా!



పిల్లల కోపానికి కారణం ..



ఉండటం, అంకెలు లెక్కబెట్టడం, మనసుకు నచ్చిన పనేమైనా మొదలు పెట్టడం వంటివన్నీ కోపాన్ని నియంత్రించుకునే మంత్రాలే అని వారికి చెబితే చాలు. □

అప్పుడే తిరిగి వాళ్ళ అలా ప్రవర్తించకుండా ఉంటారు. ఒకవేళ తిరిగి అదే కోపాన్ని ప్రదర్శించినా పెద్దవాళ్ళు దండంచకుండా సహనం వహించే ముందు చేసిన ప్రయత్నమే తిరిగి చేసేవండాలి. క్రమేపీ వారి కోపాన్ని అదుపులో తేవడానికి కృషి చేస్తేనే ఉండాలి. భవిష్యత్తులో కోపం వల్ల కలిగే అనర్థాలు, ఎదురయ్యే సమస్యలపై వారికి ఎప్పుడోకప్పుడు చెబుతూనే ఉండాలి. కోపం వచ్చినప్పుడు దాన్ని అదుపు చేసుకోవడానికి కూడా వివరించాలి. అలాంటి సందర్భాల్లో కాసేపు మౌనంగా

