

బిలేకరీలు కావాలి

ఆంధ్ర తెలంగాణ రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలలో
జిల్లాల వారీగా స్టాప్ లింక్స్, సుందర
లింక్స్, కంట్రీబ్యూటర్స్, యూటి యూటి, కావాలి
తెలుగు భాషపై అవగాహన, వార్తలు రాసుకుంటే
ఉన్న వారికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి

MOBILE : 8886090199, 9885211993,

ఆనంతపురం

తెలుగు బిస్ వత్తిక

ఆనంతపురం

శ్రీ సత్యసాయి

5

ఆదివారం 10 - 11 - 2024

చట్టప్రకారం నడుచుకోకుంటే తీవ్ర పరిణామాలు

- కూటమి ప్రభుత్వాన్ని హెచ్చరించిన అనంత
- ఎన్నడూ లేని విధంగా రాష్ట్రంలో పరిస్థితి
- హామీలు అమలు చేయలేక డ్రెవర్స్ పాలిటిక్స్
- ఎన్నికల వాగ్దానాలను ప్రశ్నిస్తే సోషల్ మీడియా యాక్టివిస్టులపై కేసులా?
- మాజీ సీఎం జగన్, కుటుంబ సభ్యులపై జుగుబ్బాకరంగా పోస్టులు
- టీడీపీ అధికారిక ఖాతాల్లో పోస్టులు పెడుతున్న వారిపై చర్యలు తీసుకోండి
- అనంతపురం జిల్లా వైసీపీ అధ్యక్షులు అనంత వెంకటరామిరెడ్డి డిమాండ్
- అనంతపురం డిఎస్సీని కలిసి వినతిపత్రం అందజేసిన వైసీపీ నేతలు
- అసభ్యపోస్టింగ్ వివరాలను వివరించిన అనంత వెంకటరామిరెడ్డి



శ్రీనివాసరావుకు వినతిపత్రం అందజేశారు. టీడీపీ సోషల్ మీడియా అకౌంట్ల నుంచి పోస్ట్ చేసిన వివరాలను డిఎస్సీకి అనంత వివరించారు. ఆ తర్వాత మీడియాతో అనంత వెంకటరామిరెడ్డి మాట్లాడుతూ “ దేశానికి స్వాతంత్ర్యం వచ్చినప్పటి నుంచి ఎంతో మంది ముఖ్యమంత్రులు అయ్యారు. ఎన్నడూ లేని విధంగా ఇప్పుడు రాజకీయ పరిస్థితులు ఉన్నాయి. లా అండర్ ఆర్డర్ కాపాడాల్సిన బాధ్యత ప్రభుత్వంపై ఉంటుంది. దాన్ని గాలికి వదిలేసి వైసీపీని టార్గెట్ చేస్తున్నారు. ముఖ్యంగా వైసీపీ సోషల్ మీడియా యాక్టివిస్టుల మీద అక్రమ కేసులు పెట్టి అరెస్ట్ చేస్తున్నారు. చంద్రబాబు నాయకత్వంలో కూటమి ప్రభుత్వం పరిపాలనలో వైఫల్యం చెందింది. వాటిని కప్పిపుచ్చుకునేందుకు డ్రెవర్స్ పాలిటిక్స్ చేస్తున్నారు. ఇటీవల పితాపురంలో డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్.. హెండు మంత్రి పనితీరును ప్రశ్నించారు. పరోక్షంగా సీఎం చంద్రబాబును విమర్శించారు. ఆ తర్వాత నుంచి పాలనా వైఫల్యాలను కప్పిపుచ్చుకునేందుకు సోషల్ మీడియా యాక్టివిస్టులను అరెస్ట్ చేయడం ప్రారంభించారు. ఈ ప్రభుత్వం ఎన్నికల ముందు ఇచ్చిన సూపర్ సిక్స్ హామీల అమలులో చేతులెత్తేసింది. ఎన్నికలకు ముందు కూటమి నాయకులు మాట్లాడిన వీడియోలను సోషల్ మీడియా యాక్టివిస్టులు పెడుతుంటే జైల్లోనుకోలేక వారి గొంతు నొక్కడానికి ప్రయత్నిస్తున్నారు. తెలుగుదేశం పార్టీ అధికారిక సోషల్ మీడియా అకౌంట్లలో అసభ్యకరంగా పోస్టులు

పెడుతున్నారు. వైఎస్ జగన్, ఆయన సతీమణి, తల్లి విజయమ్మ మీద, మాజీ మంత్రులు, మహిళా నేతల మీద జుగుబ్బాకరంగా చిత్రీకరించి పోస్టులు చేస్తున్నారు. వాళ్లను ఎందుకు అరెస్ట్ చేయడం లేదు? అసభ్య పోస్టులు పెడుతున్న వారిని గుర్తించి కఠినంగా శిక్షించాలని కోర-
తున్నాం. రాష్ట్రంలో ఐదు నెలల వ్యవధిలో మహిళలు, చిన్నారులపై దాడులు, అత్యాచారాలు జరుగుతున్నాయి. వాటిని కట్టడి చేయడం చేతకాక వైసీపీని టార్గెట్ చేస్తున్నారు. ప్రభుత్వ దాష్టికంపై ప్రజాస్వామ్యబద్ధంగా పోరాడటం కోసం ఎంత వరకైనా వెళ్దాం” అని అనంత వెంకటరామిరెడ్డి తెలిపారు. జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ వర్మన్ గిరిజమ్మ మాట్లాడుతూ తెలుగుదేశం పార్టీ సోషల్ మీడియా కార్యకర్తలు మాజీ సీఎం జగన్, ఆయన కుటుంబ సభ్యుల మీద అసభ్యకరంగా పోస్టులు పెడుతున్నారన్నారు. ప్రజాస్వామ్యంలో స్వేచ్ఛను హరించేలా చంద్రబాబు పాలన కొనసాగుతోందని మండిపడ్డారు. ఇచ్చిన హామీలను అమలు చేయాలని ప్రశ్నిస్తే కేసులు పెడుతున్నారని అన్నారు. లా అండర్ ఆర్డర్ గాడితప్పిందని ఉ ప ముఖ్యమంత్రి చెప్పారంటే రాష్ట్రంలో ఎలా పాలన సాగుతోందో అర్థమవుతోందని తెలిపారు. అనంతపురం నగర మేయర్ మహమ్మద్ వసీం మాట్లాడుతూ కూటమి అధికారంలోకి వచ్చిన ఐదు నెలల నుంచి కక్షసాధింపు చర్యలు కొనసాగిస్తున్నారన్నారు. ఎన్నికలకు ముందు ఇచ్చిన హామీలు అమలు చేయాలని సోషల్ మీడియా ద్వారా కోరితే స్వేచ్ఛను హరిస్తున్నారని తెలిపారు. ఏ కేసులో అయినా అరెస్ట్ చేసిన వాళ్లను 24 గంటల్లో కోర్టులో హాజరుపర్చాల్సి ఉన్నా పట్టించుకోవడం లేదన్నారు. కార్యక్రమంలో జిల్లా పరిషత్ వైస్ చైర్మన్ వేదాంతం నాగరత్నమ్మ, అనంతపురం డిప్యూటీ మేయర్ వాసంతి సాహిత్య, మార్కెట్ యార్డు మాజీ చైర్మన్లు ఘయాజ్, నార్మల్ సత్యనారాయణరెడ్డి, వైసీపీ నగర అధ్యక్షుడు చింతా సోమశేఖరరెడ్డి, జేసీఎస్ జిల్లా కో ఆర్డినేటర్ వెన్నం శివారెడ్డి, జేసీఎస్ కన్వీనర్ ఆలమూరు శ్రీనివాసరెడ్డి, యువజన విభాగం జిల్లా అధ్యక్షుడు ఉమ్మడి మదన్మోహన్రెడ్డి, మైసూర్ విభాగం జిల్లా అధ్యక్షుడు సైపుల్లా బేగ్, కార్పొరేటర్లు ఇసాక్, రహంతుల్లా, వైసీపీ నాయకులు రాధాకృష్ణ అమర్నాథ్రెడ్డి శ్రీనివాసులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రజా సమస్యలపై సిపిఎం ప్రజాపోరు

కూడేరు, నవంబర్ 9 (అనంత ప్రభ)
కూడేరు మండలం స్థానిక మండల కేంద్రంలోని సిపిఎం జిల్లా పార్టీ కమిటీ సభ్యులు ఎం కృష్ణమూర్తి శనివారం రోజున సిపిఎం కార్యాలయం నందు విలేజ్ కమిటీ సమన్వయ కమిటీ నిర్వహించారు. సిపిఎం కృష్ణమూర్తి మాట్లాడుతూ
విద్యుత్ ట్రా ఆఫ్ చార్జీలు ప్రభుత్వం భరించాలి
కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు ధరలు నియంత్రించే ఎలాంటి చర్య లేకపోవడం వల్ల ప్రజలపై అధిక భారం పడి ప్రజల అనేక రకాలుగా ఇబ్బందులు పడుతున్నారని ధరలు హద్దు అదుపు లేకుండా పెరిగిపోవడంతో సామాన్య, మధ్యతరగతి ప్రజలు జీవితాలు దుబ్బారంగా మారాయని అలాగే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం విద్యుత్ చార్జీలు పెంచడంతోనే ట్రా ఆఫ్ చార్జీలు పెరుతో 60 కోట్ల రూపాయలు భారాన్ని ప్రజలపై మోపడాన్ని సిపిఎం పార్టీ తీవ్రంగా వ్యతిరేకిస్తుందని గత ప్రభుత్వం వేసిన ట్రా ఆఫ్ చార్జీలను చంద్రబాబు వ్యతిరేకిస్తానని చెప్పి యధావిధిగా అదేవిధంగా కొనసాగించడం చాలా దుర్మార్గమని సిపిఎం కృష్ణమూర్తి అన్నారు.
ఉచిత ఇసుక పాలనీ అమలు చేయండి
కూటమి తర్వాత అధికారంలోకి వస్తే ఉచిత ఇసుక పాలనీ అమలు చేస్తానని చంద్రబాబు వదేపదే చెప్పారని కానీ నేడు ఇసుక ధరలో ఏ మాత్రం మార్పు లేకుండా నేటికీ ఇసుక కొరత వలన నిర్మాణాలు ఆగిపోయాయని అదే క్రమంలో అక్రమ ఇసుక అక్రమ రవాణా అడ్డుకోలేకపోవడం అదే అదుమగా అక్రమ ఇసుక రవాణా తో ఇసుక మాఫియా రెచ్చిపోవడం చాలా దుర్మార్గమని ఉచిత ఇసుక పాలనపై పూర్తి విధివిధానాల అమలయ్యేలాగా ఇసుక ర్యాంపుల సైతం ఖాళీ అయిపోతాయని వెంటనే ఉచిత ఇసుక పాలనీ పై చర్యలు తీసుకుని ఇసుక ప్రజలకు అందుబాటులో విధంగా పాలనీ తీసుకురావాలని సిపిఎం



డిమాండ్ చేసింది.
మద్యం పాలనీలో-బెల్ట్ షాపులు నియంత్రించండి
మద్యం షాపులు విచ్చలవిడితనం సమయపాలన పెంచడం బెల్ట్ షాపులకు తెరలేపడం మద్యాన్ని నియంత్రించాల్సింది పోయి మద్యం ఏరులై పాలించాలనుకోవడం ప్రజలను బానిసలుగా చేసి ఆదాయాన్ని ఆరోగ్యాన్ని కొల్లగొట్టడం అవుతుందని గత ప్రభుత్వ హయాంలో మద్యం నియంత్రిస్తానని చెప్పి ధరలు విపరీతంగా పెరగడంతో అనేక కుటుంబాలు రోడ్డున పడ్డాయని కూటమి ప్రభావం అధికారంలోకి వస్తే మద్యం ధరలు తగ్గినా-
మని చెప్పి నేడు మద్యాన్ని విచ్చలవిడిగా వీధి వీధిగా అమ్మించి ఏర్పాటు చేశారని బెల్ట్ షాపులు నియంత్రించే పై చర్యలు ఎక్కడని బెల్ట్ షాపుల నియంత్రణ పై చర్యలు తీసుకోవాలని సిపిఎం డిమాండ్ చేసింది.
మహిళలపై జరుగుతున్న దాడుల పై చర్యలు తీసుకోండి
రాష్ట్రంలోని జిల్లాలోని మహిళల పట్ల ఏదో ఒక మూలన నిత్యం మహిళల అత్యాచార ఘటన జరుగుతూనే ఉన్నాయని కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత పిల్లలపై అత్యాచారాలు మహిళలకు నిత్యం దాడులు జరుగుతూనే ఉన్నాయని మద్యం మత్తులో

వివిఆర్ సెలవురోజున తరగతుల నిర్వహణ

ఉరవకొండ, నవంబర్ 9 (అనంత ప్రభ)
సెలవు దినాలలో తరగతులు నిర్వహిస్తున్న వివిఆర్ పాఠశాల యాజమాన్యంపై చర్యలు తీసుకోవాలని ఎస్ఎఫ్ నాయకులు డిమాండ్ చేశారు. ప్రభుత్వ ఉత్త-
ర్వులను తుంగలో తొక్కి ఇష్టారాజ్యంగా తరగతులు నిర్వహిస్తున్న యాజమాన్యంపై విద్యాశాఖ అధికారులు ఎందుకు చర్యలు తీసుకోవడం లేదో అర్థం కాలేదన్నారు. విద్యార్థులను ఉపాధ్యాయులను బయటికి వంపి పాఠశాల తలుపులు వేశారు. విద్యార్థులు పరమనుభులు కాదన్నారు. ఇష్టపడి చదవాలి కానీ కష్టపెట్టి చదివించడం ఏమిటన్నారు. సిలబస్ పూర్తి చేయాలన్న ఉద్దేశంతో ఆదరాబాద రాగా బోధించడం గుణాత్మక విద్య కాదని విద్యార్థి సంఘం నేతలు విమర్శించారు. ప్రభుత్వం సెలవు దినాల్ని ఎందుకు ప్రకటించిందో యా-
జమాన్యం విద్యాధికారులు సమాధానం చెప్పాలన్నారు. మండల, జిల్లా విద్యాధికారులు ప్రైవేట్ పాఠశాలలకు



తాబేదారులుగా వ్యవహరిస్తూ కొమ్ము కాయటం సమంజసం కాదని తూర్పారబట్టారు. ప్రభుత్వ ఉత్త-
ర్వులను విద్యా చట్టాలను ప్రైవేట్ విద్యాసంస్థలు తూచా తప్పకుండా పాటించాలన్నారు. పాఠశాల యాజమాన్యం తగు మూల్యం చెల్లించుకోవాల్సి ఉంటుందని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎస్ఎఫ్ఐ మండల కార్యదర్శి హిరణ్, మండల ఉపాధ్యక్షుడు ఎస్ఎఫ్ఐ నాయకులు వినయ్, సాయికుమార్, శివ, ఆది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నిబంధనలకు విరుద్ధంగా డాబాలు నిర్వహిస్తే కఠిన చర్యలు

యాడికి, నవంబర్ 9 (అనంత ప్రభ)
నిబంధనలకు విరుద్ధంగా డాబాలు నిర్వహిస్తే కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని యాడికి సీబి ఎం ఈరన్న తెలిపారు. ఉన్నతాధికారుల ఆదేశాల మేరకు శనివారం యాడికి మండల కేంద్రంలోని డాబా మరియు రెస్టారెంట్ ఓనర్లతో సీబి సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా సీబి వారితో మాట్లాడుతూ డాబాలలో మద్యం తాగి వారిని అనుమతించకూడదని మరియు మద్యం సపై చేయకూడదని అలాగే ప్రతి డాబాలో సీసీ కెమెరాలను తప్పనిసరిగా ఏర్పాటు చేసుకోవాలని, డాబాలలో మద్యం సేవించరాదు అని బ్యానర్ లను



ఏర్పాటు చేయాలని, డాబాలనందు ఏమైనా గొడవలు జరిగితే వెంటనే సంబంధిత పోలీస్ స్టేషన్ కి సమాచారం ఇవ్వాలని, ప్రతి డాబాను రాత్రి 10 గంటల లోపు క్లోజ్ చేయాలని, మొదలైన నిబంధనలను పాటించకపోతే చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు

బసాపురం ఆంజనేయస్వామి కి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించిన ఆలయ అర్చకులు దుర్గా చైతన్య

కూడేరు, నవంబర్ 9 (అనంత ప్రభ)
కూడేరు మండలం స్థానిక మండల కేంద్రానికి సమీపంలోనే బసాపురం శ్రీ ఆంజనేయ స్వామి వారికి కార్తీక మాసం శనివారం సందర్భంగా శ్రీ ఆంజనేయ స్వామి వారికి కూడేరు గ్రామస్తులైన వెంకటలక్ష్మి, ఈడిగ కృష్ణమూర్తి, కుమారుడు వీరాంజనేయులు, కాంతమ్మ కుమార్తెలు దేవేంద్ర గౌడ్ కాయకారల మార్గశ్రీ వారి సేవార్థం స్వామివారికి ఆలయ అర్చకులు దుర్గా చైతన్య ఆధ్వర్యంలో స్వామివారికి అభిషేకం, పంచామృతాభిషేకం, అలంకరణ, అకు పూజ, అర్చన, సింధూర కుంకుమార్చన మహా వైవేధ్యం మంగళహారతి తదితర పూజలు నిర్వహించారు. ఈ పూజా



కార్యక్రమాల యందు భక్తులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొని స్వామివారిని దర్శించుకున్నారు. అనంతరం తీర్థ ప్రసాదాలను స్వీకరించారు.

ఉపాధి హామీ పనులను ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేసిన డ్యామా ప్రాజెక్టు డైరెక్టర్ సలీం భాష

ఆత్మకూరు, నవంబర్ 9 (అనంత ప్రభ)
ఆత్మకూరు మండలం స్థానిక మండల పరిధిలోని శనివారం రోజున డ్యామా ప్రాజెక్టు డైరెక్టరు శ్రీ సలీం భాషా ఉపాధి హామీ పనులను బి. యలేరు, నసప, మదిగుబ్బ గ్రామాలలో ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. ఉపాధి హామీ పథకం ద్వారా జరుగుతున్న పనుల వంటి పనుల ప్రగతిని పర్యవేక్షించారు. ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా వల్లె పండుగ నందు ప్రారంభించిన పనులను తనిఖీ చేశారు. బి యలేరు నందు జరుగుతున్న సిమెంట్ రోడ్డు పనిని పరిశీలించారు సంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు, నసప నందు జరుగుతున్న సిసి డ్రైన్ ల ప్రగతిని పరిశీలించి సంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. మదిగుబ్బ నందు పాఠశాలలో ఏర్పాటుచేసిన రూఫ్ టెవెల్ వాటర్ హార్నిస్టింగ్ ప్రక్రియ పరిశీలించి బాగున్నదని ఇదే వద్దలోని నిర్మిస్తే భూగర్భ నీటి పరిమాణం పెరుగుతుందని తెలిపారు. నసప నందు నిర్మాణంలో ఉన్న క్యూలిట్ షెడ్డు పరిశీలించారు. పశువులు కలిగిన షెడ్ నిర్మించుకున్న రైతులందరూ కూడా గడ్డి పెంపకమునకు ప్రభుత్వం ఇచ్చే పథకాన్ని ఉపయోగించుకోవాలని అర్థం ఏకంగా పరకు ఒకాళ్ళు రైతుకు గడ్డిని పెంచుకునే అవకాశం ఉన్నదని రెండు సంతృప్తి పరకు వాటిని సంతృప్తిచే అవకాశం ఉన్నదని తెలిపారు. బి యలేరు చెరువు వద్ద జరుగుతున్న పని వద్ద హాజరును తనిఖీ చేశారు. మండలం నందు రెండు కోట్ల 50 లక్షల రూపాయలతో సిమెంట్ రోడ్డు సిమెంటు కాలువల పనులు



జరుగుతున్నాయని, ఇతర పనులు కూడా రెండు కోట్ల 50 లక్ష రూపా-
యలు జరుగుతున్నాయని వీటిని డిసెంబర్లో గా తప్పక పూర్తి చేయాలని ప్రభుత్వం ఆదేశించిందని తెలిపారు. ఎంపీడిఎ్ జి లక్ష్మీ సరసింహా మాట్లాడుతూ గౌరవ శాసనసభ్యులు శ్రీమతి పరిటాల సునీత గారు కూడా వీటిని పూర్తి చేసే సంకల్పంతో లోగా ప్రారంభోత్సవాలు చేయాలని నిర్దేశించారని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపీడిఎ్ జి లక్ష్మీసరసింహా, పి ఆర్ ఇంజనీరు పార్థసారథి, ఆర్ బిఎస్ఎస్ ఏఈ శివకుమార్, ఎస్ఆర్ఎస్ఎస్ ఎపీఎ్ శ్రీమతి సుజాత, ఈసీ భాస్కర్ టిప గురు లక్ష్మి ఫీల్డ్ అసిస్టెంట్లు రామాంజనేయులు శివ, రాజేంద్ర, ఇతర అధికారులు సతీష్, గురు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆదివారం 10 నవంబర్ 2024

ప్రసంత ప్రభ

ప్రసంత ప్రభ

సంస్కృత పత్రిక

Family

WHERE LIFE BEGINS & LOVE NEVER ENDS

స్వామి

7

నిపు చేయి ప్రయత్నములన్నింటిలోను నీకు దీనిని కలుగునట్లు యెహోవా ఆజ్ఞాపించును. డి.ఆర్. 20:8

Cell: 9346383273

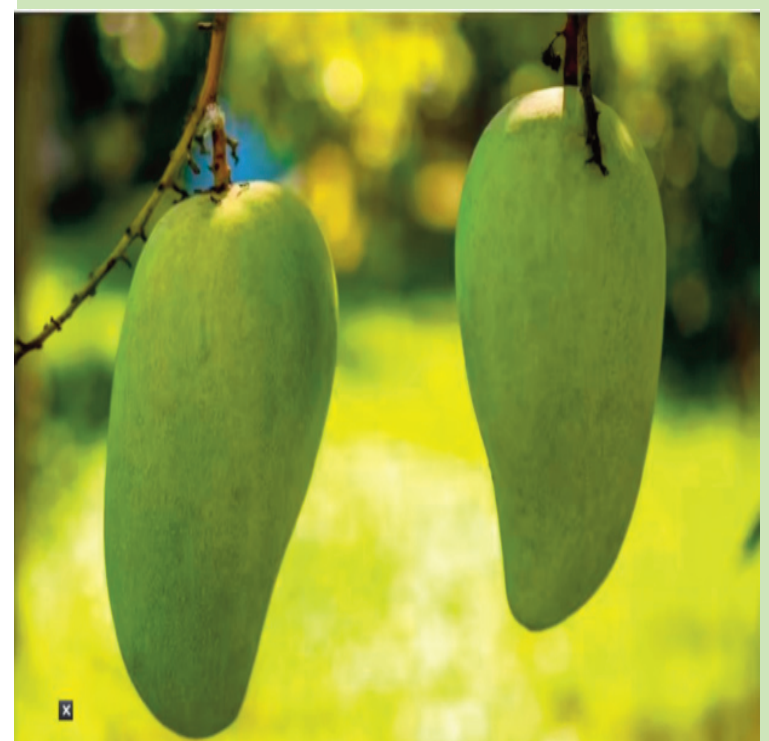
జైస్మి లేడెస్ టైలర్స్

కంప్యూటర్ ఎంబ్రాయిండింగ్ వర్క్

మగ్గం వర్క్ చాలా కుచ్చులు డిజైన్ షిట్లులు పంజాబి డ్రెస్సులు

పాపి పట్ల ఆర్డర్లు పెండ్లి షిట్లులు పంజాబి డ్రెస్సులు పండ్ల షిట్లులు పాపి పట్ల డిజైనింగ్ షిట్లులు పాపి పట్ల కుచ్చులు

డయాబెటిస్ ఉందా? అయితే పచ్చి మామిడిని తినడం ప్రారంభించండి



వేసవి వచ్చిందంటే మార్కెట్లో మామిడికాయలు, మామిడి పండ్లు సందడి చేస్తాయి. భారతదేశంలో ప్రజలు అత్యంతగా ఇష్టపడే పండ్లలో మామిడి పండ్లు కూడా ఒకటి. దీనిలో విటమిన్లు, మినరల్స్ డైటరీ ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. కాబట్టి ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. మందుతున్న వేసవి తాపాన్ని తట్టుకోవడానికి ఈ పోషకాలన్నీ అవసరం. ఎక్కువ మంది మామిడి పండ్లను తినడానికి ఆసక్తి చూపిస్తారు కానీ, పచ్చి మామిడికాయను తినడానికి ఇష్టపడరు. కానీ పచ్చిమామిడిని తినడం కూడా చాలా అవసరం. ఇది శరీరానికి శీతలీకరణాన్ని అందిస్తుంది. వేడి సుంచి తట్టుకునే శక్తిని ఇస్తుంది. దీనిలో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటుంది. కాబట్టి రోగనిరోధక శక్తిని పెంపొందించడంలో ముందుంటుంది. వేసవిలో వచ్చే వ్యాధులకు వ్యతిరేకంగా పోరాడడానికి శరీరానికి శక్తిని ఇస్తుంది. పచ్చి మామిడికాయలో క్యాలరీలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. కాబట్టి బరువు పెరుగుతామనే భయం అవసరం లేదు.

డయాబెటిస్ ఉంటే... మధుమేహంలో బాధపడే రోగులు సీజనల్ గా దొరికే పచ్చి మామిడికాయల్ని తినడం చాలా అవసరం. దీన్ని తినడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అదుపులో ఉంటాయి. తద్వారా డయాబెటిస్ రోగం అదుపులో ఉంటుంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను సమతుల్యం చేయడంలోనూ, తగ్గించడంలోనూ పచ్చి మామిడికాయ చాలా సహకరిస్తాయి. కాబట్టి వేసవిలో ప్రతిరోజూ పచ్చిమామిడి ముక్కలను తినడం అవసరం.

పచ్చిమామిడి కాయలు తినడం వల్ల మనకు కావాల్సిన రోజువారీ విటమిన్ 9%లో 10 శాతం ఇది అందిస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన రోగనిరోధక వ్యవస్థకు ఇది చాలా అవసరం. దీనిలో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటుంది. మామిడిపండ్లలో మెగ్నీషియం, పొటాషియం అధికంగా ఉంటాయి. ఇది రక్తప్రసరణ సవ్యంగా జరగడానికి అవసరం. రక్తప్రసరణ సవ్యంగా జరగడం వల్ల గుండె ఆరోగ్యం బాగుంటుంది. ఈ పోషకాలు రక్తనాళాలు విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి కూడా సహాయపడతాయి. అధిక రక్తపోటు రాకుండా అడ్డుకుంటాయి. తక్కువ రక్తపోటు ఉండటం వల్ల గుండెకు మంచిది. ఈ పచ్చి మామిడికాయలో మాంగిఫెరీన్ అని యాక్సిడెంట్ ఉంటుంది. ఇది గుండెకు ఎంతో మేలు చేస్తుంది.

పచ్చి మామిడికాయలో ఒత్తిడిని తగ్గించే పాలిఫెనాల్స్ ఉంటాయి. ఇవి క్యాన్సర్ నిరోధక లక్షణాలను కలిగి ఉంటాయి. పచ్చి మామిడికాయ తినడం వల్ల లుకేమియా, పెర్ల పేగు, ఊపిరితిత్తులు, ప్రొస్టేట్, రొమ్ము వంటి క్యాన్సర్లు రాకుండా ఇది అడ్డుకుంటుంది. పచ్చి మామిడి కాయని ఈ రోజు నుంచే తినడం అలవాటు చేసుకోండి.

వేసవిలో ఎటువంటి రోగావ్వైనా తగ్గించే అద్భుతమైన హోమో రెమిడీస్ చూడండి

వేసవిలో శరీరం అనేక సవాళ్ళు ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుంది. ఉష్ణోగ్రత, డీహైడ్రేషన్, హీట్ స్ట్రోక్ వంటి అనేక రకాల సమస్యలకు దారితీస్తుంది. వడదెబ్బ, వేడి దద్దుర్లు సాధారణ సమస్యలు. వీటికి తోడు శ్వాసకోశ సమస్యలు తీవ్రమవుతాయి. వేసవి కారణంగా చెమట రూపంలో సోడియం, పొటాషియం వంటి అవసరమైన పోషకాలు క్షీణించిపోతాయి. ఈ సమస్యలను ఎదుర్కోవడానికి హైడ్రేట్ కి ఉండటం, కాటన్ వస్త్రాలు ధరించడం, పీక్ అవర్స్ లో ఎండకు దూరంగా ఉండటం వంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ఎక్కువ మంది ఈ టైమ్ లో జీర్ణక్రియ, చర్మం సమస్యలు, కాలానుగుణ పుణ్య, ఇన్ఫెక్షన్స్ బారిన పడుతూ ఉంటారు. వాటిని ఎదుర్కోవాలంటే సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవాలి. అటువంటి సమస్యలను పరిష్కరించగలిగే వంటింటి చిట్కాలు మీ కోసం..

అసిడిటీ కోసం లవంగం

అసిడిటీ సమస్య ఉన్నప్పుడల్లా ఒక లవంగం ముక్కు తీసుకుని చప్పించండి. లవంగంలో ఉండే సహజ నూనె వల్ల అసిడిటీ సమస్యని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

దగ్గ తగ్గించేందుకు ఖర్జూరాలు

పొడి దగ్గతో బాధపడుతుంటే మీరు రెమిడీస్ ప్రయత్నించవచ్చు. 6 ఖర్జూరాలు తీసుకుని అర లీటరు పాలలో 25 నిమిషాల పాటు తక్కువ మంట మీద మరిగించాలి. పాలు బాగా మరిగిన తర్వాత స్వేద ఆఫ్ చేసుకుని చల్లారనివ్వాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని రోజుకి కనీసం మూడు సార్లు తీసుకుంటే మంచిది.

మైగ్రేన్ కోసం యాపిల్

రోజుకొక యాపిల్ తింటే డాక్టర్ కి దూరంగా ఉండవచ్చని అందరూ చెప్తుంటారు. మైగ్రేన్ నొప్పిని తగ్గించడంలో యాపిల్ సహాయపడుతుంది. అయితే దీన్ని ఖాళీ కడుపుతో మాత్రమే తినాలి.

మొటిమలు తగ్గించే దోసకాయ

దోసకాయలో నీరు సమృద్ధిగా ఉంటుంది. ఖనిజాలు, విటమిన్లతో లోడ్ చేయబడి ఉంటాయి. ఇది చర్మానికి మేలు చేస్తుంది. తురిమిన దోసకాయని మెద, మొహం, కళ్ళపై అప్లే చేసుకోవచ్చు. ఇది మొటిమలు, బ్లాక్ హెడ్స్ ని తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది.

దగ్గు కి తులసి అధిక వేడి కారణంగా చాలా మందికి వేసవిలో వేడి జలుబు చేస్తుంది. దీన్ని తగ్గించుకునేందుకు తులసి చక్కని హోమ్ రెమిడీ. వెబ్బుల్ల రసం, తేనె సమాన పరిమాణంలో తీసుకుని అందులో తులసి రసాన్ని కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని రోజుకి మూడు సార్లు తీసుకుంటే దగ్గుని తగ్గిస్తుంది.

అల్బర్ కి తులసి అకులు తులసిలో ఎన్నో ఔషధ గుణాలు ఉన్నాయి. ఆయుర్వేదంలో ఎన్నో సంవత్సరాలుగా ఉపయోగిస్తున్నారు. ఇందులో యాంటిసెడ్ గుణాలు ఉన్నాయి. రోజుకి కొన్ని తులసి ఆకులు సమిలి మింగితే మంచిది. గ్యాస్ ఉబ్బరం, కడుపులో మంట, అల్సర్లు ఏర్పడకుండా నిరోధించేందుకు సు-ోయపడుతుంది. ఆహారాన్ని సులభంగా జీర్ణం చేయడంలో దోహదపడుతుంది.



తేనెలో ఇవి కలిపి రాస్తే నల్ల మచ్చలు మాయం అవుతాయ్..!



తేనెలో అందరికీ అందుబాటులో ఉండేదే. దీనిలో ఔషధ గుణాలు ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. తేనెలో క్యాలియం, ఐరన్, సోడియం, ఫాస్ఫరస్, నల్బర్, పొటాషియం, విటమిన్ సి, బి వంటి పోషకాలు మెండుగా ఉంటాయి. తేనె ఆరోగ్యాన్ని రక్షించడానికి కాదు.. సౌందర్య సంగ్రక్షణకు సహాయపడుతుంది. తేనెలోని యాంటీఇన్ఫ్లేమేటరీ, యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ గుణాలు.. చర్మ సంగ్రక్షణకు మేలు చేస్తాయి. సూర్యరశ్మి, హార్మోన్ల మార్పుల, వృద్ధాప్యం కారణంగా.. చాలా మంది మహిళలు డార్క్ స్పాట్స్ తో బాధపడుతుంటూ ఉంటారు. తేనె నల్ల మచ్చలను తేలికపరచి.. చర్మం రంగుతో సమం చేయడానికి సహాయపడుతుంది. మీరు నల్ల మచ్చలతో బాధపడుతుంటే.. ఈ ఐదు ఫేస్ మాస్క్ మీకు సహాయపడతాయి.

తేనె, నిమ్మరసం ఫేస్ మాస్క్.. నిమ్మరసం వంటి నేచురల్ స్క్రీన్ టైట్లర్ చర్మంపై డార్క్ స్పాట్స్ ను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ఈ ఫేస్ మాస్క్ ను తయారు చేయడానికి ఒక టేబుల్ స్పూన్ తేనె, ఒక టేబుల్ స్పూన్ ఫ్రెష్ లెమన్ జ్యూస్ మిక్స్ చేయండి. ఈ మిశ్రమాన్ని మీ ముఖానికి అప్లే చేసిన తర్వాత.. 15 నుంచి 20 నిమిషాల పాటు ఆరనివ్వండి. ఆ తర్వాత గోరువెచ్చని నీళ్లతో ముఖం శుభ్రం చేసుకోండి. ఇలా వారానికి ఒకసారి చేస్తే.. మంచి రిజల్ట్స్ ఉంటాయి.

తేనె, పసుపు ఫేస్ మాస్క్.. పసుపులోని యాంటీ ఇన్ఫ్లేమేటరీ, యాంటీఆక్సిడెంట్ గుణాలు మంటను తగ్గిస్తాయి, చర్మ సమస్యలను నయం చేస్తాయి. ఈ ఫేస్ మాస్క్ చేయడానికి ఒక టేబుల్ స్పూన్ తేనెకు చిటికెడు పసుపు పొడి కలిపి మిశ్రమాన్ని తయారు చేయండి. ఆ తర్వాత ముఖానికి అప్లే చేసి.. 10 - 15 నిమిషాల పాటు ఆరనివ్వండి. ఆ తర్వాత గోరువెచ్చని నీళ్లతో ముఖాన్ని శుభ్రం చేసుకోండి. ఇలా వారానికి రెండు సార్లు చేస్తే.. ముఖంపై నల్లటి మచ్చలు తొలగుతాయి.

తేనె, దాల్చిన చెక్క ఫేస్ మాస్క్.. దాల్చిన చెక్కలో యాంటీమైక్రోబియల్ లక్షణాలు ఉంటాయి. మొటిమలతో బాధపడేవారికి దాల్చిన మంచి మెడిసిన్ అనౌచ్చు. అంతేకాకుండా, రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరచి.. డార్క్ స్పాట్స్ ను తగ్గిస్తుంది. ఈ ఫేస్ మాస్క్ తయారే చేయడానికి ఒక టేబుల్ స్పూన్ తేనెలో చిటికెడు దాల్చిన చెక్క పొడి చేసి.. మిక్స్ చేయండి. ఈ మిశ్రమాన్ని మీ ముఖానికి అప్లే చేసి 10 నుంచి 15 నిమిషాల పాటు ఆరనివ్వండి. మంచి రిజల్ట్స్ కోసం.. వారానికి రెండు సార్లు అప్లే చేయండి.

తేనె, బొప్పాయి ఫేస్ మాస్క్.. బొప్పాయిలో పప్టైన్ అనే ఎంజైమ్ ఉంటుంది, ఇది చర్మాన్ని ఎక్స్ ఫోలియేట్ చేయడానికి, డార్క్ స్పాట్స్ రావడాన్ని తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. పండిన బొప్పాయి గుజ్జు ఒక టేబుల్ స్పూన్ తీసుకుని, దానిలో తేనె కలిపి మెత్తని పేస్ట్లా తయారు చేసుకోండి. ఈ మిశ్రమాన్ని ముఖానికి అప్లే చేసి.. 15 - 20 నిమిషాల పాటు ఆరనివ్వండి. ఆ తర్వాత గోరువెచ్చని నీళ్లతో ముఖం శుభ్రం చేసుకోండి. మంచి రిజల్ట్స్ కోసం.. వారానికి ఒక సారి ఈ మాస్క్ అప్లే చేసుకోండి.

తేనె, కలబంద ఫేస్ మాస్క్.. కలబందలోని యాంటీ ఇన్ఫ్లేమేటరీ లక్షణాలు డార్క్ స్పాట్స్ తో సంబంధం ఉన్న ఎరువు, మంటను తగ్గిస్తాయి. దీనిలో చర్మానికి పోషణ ఇచ్చే.. విటమిన్లు, మినరల్స్ ఉంటాయి. ఒక టేబుల్ స్పూన్ తేనె, 1 టేబుల్ స్పూన్ కలబంద గుజ్జు మిక్స్ చేసి పేస్ట్లా చేయండి. ఈ మిశ్రమాన్ని ముఖానికి అప్లే చేసి.. 15 నిమిషాల పాటు ఆరనివ్వండి. ఇలా వారానికి రెండుసార్లు చేస్తే.. డార్క్ స్పాట్స్ మాయం అవుతాయి.

ఆరుబయట నిద్రపోతే ఎన్ని ప్రయోజనాలో తెలుసా? డోన్ట్ మిస్!

ఆరు బయట నిద్రపోవడం చాలామందికి ఇష్టం. ఎంత మంచి జ్ఞాపకశక్తి అంటూ ఫ్లాష్ బ్యాక్ కి వెళ్లిపోతారు కూడా. అప్పుట్లో వే-ంను అని కథలుగా చెప్పే సదీనయులు మీకూ తెలిసే ఉంటారు. ఇప్పుడంటే అంతా ఏసి రూములకు అలవాటయ్యారు. కానీ ఇది పరకు వేసవి వచ్చిందంటే అందరూ ఆరుబయటో, డాబామీదో పడుకునేవారు. నీలకాశం చూస్తూ నిద్రపోయే అద్భుతం ఈ జెనరేషన్ జనాలకు లేదు మరి. అప్పుడు ఉక్కుపోత భరించలేక ఆరుబయట పడుకునే వారు. కానీ అదే ఆరోగ్యానికి మంచిదని కొత్తగా అధ్యయనాలు జరిపి రుజువులు చూపుతున్నారా శాస్త్రవేత్తలు.

ఏ సంఘటన బాధించి డిప్రెషన్ వచ్చేసినా కాసేపలా బయట పడుకుని ఆకాశం వంక చూడమని చెబుతున్నారు మానసిక నిపుణులు. అలా ఆరుబయట గడవడం మనసుకు ఉల్లాసం, శరీరానికి ఆరోగ్యం ఇస్తుందట. ఈ అపార్థమెంటుల్లో ఆరు బయటకెక్కడికి వెళ్లేదీ అనకండి. సరదాగా అప్పుడప్పుడు కాంపింగులకైనా వెళ్లాలని సలహా ఇస్తున్నారు ఎక్స్ పర్ట్స్.

ఆరుబయట నిద్రపోతే సర్వాధియన్ రిథమ్ సమయం రెండు గంటలు వెనక్కి వెళ్లిందని ఈ మధ్య జరిపిన ఒక అధ్యయనం ద్వారా నిరూపితమైందట. అంటే మీరు రెండు గంటల ముందుగానే నిద్ర లేచేస్తారన్న మాట. సర్వాధియన్ రీసెట్ అనేది శరీరం అలవాటు పడిన నిద్రా చక్రాన్ని మార్చడమని అర్థం. ఈ సర్వాధియన్ రిథమ్ మీద కాంతి, ఉష్ణోగ్రత వంటి రకరకాల కారణాలు ప్రభావం చూపుతాయి.

ప్రస్తుతం మన చుట్టూ పరిసరాల్లో అంతలేనంత ఆర్టిఫిషియల్ లైట్ ఉంది. ఆరుబయట సమయం గడవడం అంటే ఈ ఆర్టిఫిషియల్ లైట్ కి దూరంగా ఉండడం అని అర్థం. ఇంట్లో బెడ్ రూమ్ లో ఒక్కరే పడుకుంటారు. లేదా ఇద్దరుంటారు. అందులో ఒకరు నిద్ర పోవడమో లేక ఎవరి ఫోన్లు వారు చూస్తుండటమో చేస్తుంటారు. ఇలా కాకుండా ఆరుబయట బృందంగా అప్పుడప్పుడు పడుకుంటే కబుర్లలో సమయం గడుస్తుంది. తెలియకుండానే కన్నుమరిగి ప్రయత్నం లేకుండానే నిద్ర పట్టేస్తుంది. ఇది మనస్సు, శరీరం రెండూ రెజువేన్ అయ్యేందుకు ఒక మంచి అవకాశమని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి.

ఒత్తిడి లేని జీవితాలు ఈ రోజుల్లో అంత సులభం కాదు. రోజులో దాదాపుగా 8.10 గంటల పాటు తీవ్రమైన ఒత్తిడిలో నే నగం జనాభా బతికేస్తున్నారు. ఇది నాడీవ్యవస్థ మీద, మెదడు పనితీరు మీద తీవ్రమైన ప్రభావాన్ని చూపుతోంది. అనుక్షణం ఏదో ఒక యంత్ర శబ్దంలోనే సమయం గడుపుతున్నా మనం. అలాకాకుండా ప్రకృతిలోని సహజమైన శబ్దాల నడుమ, బహిరంగ ప్రదేశాల్లో గడిపినపుడు మన శరీరంలో కార్మినాల్ స్థాయి గణనీయంగా తగ్గడాన్ని గమనించారట. జర్నల్ ఎన్విరాన్మెంట్ అండ్ బిహేవియర్ లో చెట్లను చూస్తే ఒత్తిడి తగ్గడాన్ని గుర్తించినట్లు ఒక అధ్యయన ఫలితాలుగా ప్రచురించారు.

అర్ధరాత్రి వీచే చల్లని గాలిని ఏ ఏసి గాలితోనూ పోల్చలేము. ఇలా ఆరుబయట గడిపే సమయం చాలా మంచిదని మానసిక, శారీరక ఆరోగ్యాన్ని అందిస్తుందని పరిశోధకులు పునరుద్ఘాటించు-న్నాయి. అందుకే వేసవిలో ఒక వారం పాటు అలా ఊరెళ్లి ఆరుబయట పడుకోవడం బెటర్. లేదంటే క్యాంపింగ్ చేసుకోవచ్చు కూడాను.

దేవర ఓటిటి రిలీజ్ తర్వాత జాన్వీపై ట్రోల్స్.. ఆ విషయంలో ఆడుకుంటున్న నెటిజన్స్



ఈ ఏడాదిలో తెలుగు సినిమా ఇచ్చిన భారీ హిట్ చిత్రాల్లో రికార్డు గ్రాస్ కలెక్ట్ చేసిన సినిమాలు రెండు ఉన్నాయి. మరి వాటిలో పాస్ ఇండియా హీరో ప్రభాస్ నటించిన అవైటెడ్ బిగ్గెస్ట్ ప్రాజెక్ట్ కల్పి 2898 ఒకటి కాగా మరొకటి మాన్ ఆఫ్ మాసెస్ ఎస్టిఆర్ హీరోగా నటించిన సెన్సేషనల్ ప్రాజెక్ట్ “దేవర” అని చెప్పాలి. కాగా కల్పి సినిమా ఏకంగా 1100 కోట్లకి పైగా వసూళ్లు అందుకొని ప్రభాస్ కెరీర్ లో రెండో బిగ్గెస్ట్ గ్రాస్ గా నిలిచి..

ఇప్పుడు దేవర 500 కోట్లకి పైగా గ్రాస్ అందుకొని తన కెరీర్ లో హైయెస్ట్ గ్రాస్ గా నిలిచి అదరగొట్టింది. కాగా సినిమా వసూళ్ల పరంగా చాలా మందికి కంప్లెట్ల ఉండొచ్చు కానీ మేకర్స్ పైసల్ గా ఇచ్చిన పోస్టర్ తో అయితే దేవర 500 కోట్ల గ్రాస్ క్లబ్ లో జాయిన్ అయ్యింది. మరి థియేటర్స్ లో రన్ కంప్లీట్ చేసుకున్న ఈ సినిమా రీసెంట్ గానే ఓటిటి ఎంట్రీ కూడా ఇచ్చిన సంగతి తెలిసిందే.

పాపులర్ స్ట్రీమింగ్ యాప్ నెట్ ఫ్లిక్స్ లో దేవర పాస్ సౌత్ భాషల్లో అందుబాటులోకి వచ్చేసింది. అయితే ఈ సినిమా తోనే బాలీవుడ్ హీట్ అందాల భామ జాన్వీ కపూర్ తెలుగులో ఎంట్రీ ఇచ్చిన సంగతి తెలిసిందే. తన తల్లి అలనాటి అందాల నటి శ్రీదేవి సీనియర్ ఎస్టిఆర్ సరసన నటిస్తే ఆమె వారసురాలు ఇప్పుడు మనవడు జూనియర్

ఎస్టిఆర్ తో నటించడం అనేది ఇంట్రెస్టింగ్ గా మారింది.

కాగా ఈ సినిమాతో జాన్వీ టాలీవుడ్ మంచి డెబ్యూ అందుకోగా బిగ్ స్క్రీన్ పై కూడా జాన్వీ హీటెక్కింది. ఇలా అప్పుడు ఒక రెస్టారెంట్ ని ఈమె అడుగుతుంటే ఇప్పుడు సినిమా ఓటిటిలో వచ్చాక మాత్రం ట్రోల్స్ కి గురవుతుంది అని చెప్పాలి. ఈ సినిమా రిలీజ్ కి ముందు దర్శకుడు కొరటాల శివ జాన్వీ కపూర్ దేవర సినిమా కోసం చాలా డేటిజ్ గా పని చేసింది అని సినిమాలో ఒక సీన్ ని రెండు పేజీల డైలాగ్ ని అవలీలగా చెప్పేసింది అంటూ ఆమెని ఆకాశానికి ఎత్తేసారు.

అయితే ఇప్పుడు ఆ సీన్ ఎక్కడ ఉంది అంటూ నెటిజన్స్ ఓటిటిలో సినిమా చూసాక ట్రోల్స్ చేస్తున్నారు. సినిమా మొత్తంలో జాన్వీకి కొన్ని డైలాగ్స్ మాత్రమే ఇచ్చారు అని నాకు తెలుసు, విషయం ఉంది లేదు వీటికే సరిపెట్టేసారు అని అలాగే ఆమెని కేవలం గ్లామర్ రోల్ కోసం తీసుకున్నారని తప్పులే సినిమాలో జాన్వీకి స్కోప్ లేదు ట్రోల్స్ వినిపిస్తున్నాయి. మరి ఇప్పుడు బిగ్ స్క్రీన్ లో ఏమో కానీ ఇప్పుడు ఓటిటిలో వచ్చాక మాత్రం జాన్వీ పట్ల తెలుగు ఆడియెన్స్ ఈ రకం కామెంట్స్ వినిపిస్తున్నాయి. మరి ఈమెపై ఫ్లాన్ చేసిన ఆ రెండు పేజీల డైలాగ్ పార్ట్ 2 లో గాని ఉంటుందో ఏమో చూడాలి మరి.



మెగాస్టార్ అంటే పిచ్చి ప్రేమ.. చిరు తాగిన టీ కవన్ షోకేస్ లో పెట్టి, ఈ కమెడియన్ రూట్ సిపరేట్!



దివంగత నేరేళ్ల వేణుమాధవ్ స్ఫూర్తితో ఎంతోమంది మిమిక్రీ కళాకారులు తెలుగునాట సత్తా చాటారు. వారిలో శివారెడ్డి ఒకరు. ఈ తరంలో మిమిక్రీ అనగానే వెంటనే గుర్తొచ్చే పేరు శివారెడ్డి. ఎన్నో సినిమాల్లో వేదికలపై ఎందరో ప్రముఖుల గొంతును మిమిక్రీ చేసి సవ్యలు పూయించి మిమిక్రీనే ఇంటిపేరుగా మార్చుకున్నారు. దాదాపు మూడున్నర దశాబ్దాలుగా పాటలతో, కామెడీతో, మిమిక్రీతో, డ్యాన్సులతో సటుడిగానూ సత్తా చాటారు.

తెలంగాణలోని రామగుండు పట్టణానికి చెందిన శివారెడ్డి దాదాపు 100 సినిమాలలో నటించడంతో పాటు దాదాపు 6 వేల స్టేజ్ షోలు ఇచ్చారు. తెలుగు రాష్ట్రాలలో పాటు భారతదేశంలోని పలు నగరాలు, విదేశాల్లోనూ శివారెడ్డి ఎన్నో ప్రదర్శనలు ఇచ్చారు. పలు టీవీ ఛానెల్స్ లో యాంకర్ గానూ పనిచేసిన శివారెడ్డి తర్వాత ఎందుకో వెనుకబడ్డారు. మీడియాకు దూరంగా ప్రశాంతంగా జీవిస్తున్నారు. అయితే ఇటీవలి కాలంలో వరుస ఇంటర్వ్యూలు ఇస్తూ తన వ్యక్తిగత, సినిమా, మిమిక్రీకి సంబంధించిన ఆసక్తికర విషయాల వంతుకుంటున్నారు.

మెగాస్టార్ చిరంజీవి అంటే తనకు ఎంతో ఇష్టమని, ఆయనను ఇన్స్పిరేషన్ గా తీసుకునే తాను మిమిక్రీ, సినిమాలలోకి ఎంట్రీ ఇచ్చినట్లు ఎన్నో వేదికలపై చెప్పారు శివారెడ్డి. ఈ నేపథ్యంలో ఓ యూట్యూబ్ ఛానెల్ లో ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో మరోసారి చిరంజీవిపై తన అభిమానాన్ని చాటుకున్నారు. మెగాస్టార్ ను శివారెడ్డి ఎంత ప్రాణంగా ప్రేమిస్తారో ఈ వీడియో చూస్తే తెలుస్తోంది. సదరు ఛానెల్ ప్రతినిధికి తన ఇంట్లో తాను గెలుచుకున్న అవార్డులు, ట్రోఫీలను చూపించారు శివారెడ్డి. ఈ క్రమంలో షోకేస్ లో కనిపించిన కప్పు అందులో పెట్టిన స్టార్ వెరైటీగా అనిపించి సదరు మీడియా ప్రతినిధి ఇదేంటని అడుగుతాడు.

ఇది మెగాస్టార్ చిరంజీవి తాగిన టీ కప్పు అని.. ఆయన సగం టీ తాగిన తర్వాత ఆ కప్పు అడిగి నేను తాగానని, తర్వాత కప్పుని అడిగి ఇంటికి తెచ్చుకుని షోకేస్ లో పెట్టుకున్నానని శివారెడ్డి తెలిపారు. దాదాపు 20 ఏళ్లు నుంచి ఈ కప్పును భద్రంగా కాపాడుకుంటూ వస్తున్నానని చెప్పా.. లక్షలు ఇచ్చినా ఎవరికీ ఈ కప్పును ఇవ్వనని తేల్చిపెట్టారు. ప్రస్తుతం ఈ వీడియో సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతుండగా.. చిరంజీవిపై శివారెడ్డి ప్రేమను చూసి మెగా ఫ్యాన్స్ ముచ్చటపడుతున్నారు.

ఫ్యాన్స్ కి పవన్ అన్యాయం..డిప్యూటీ సీఎం వదిలేసిన కల్ట్ సినిమా ఏంటో తెలుసా?



తెలుగు సినిమా దగ్గర ఉన్నటువంటి టాప్ మెన్స్ స్టార్ హీరోస్ లో పవన్ స్టార్ పవన్ కళ్యాణ్ కూడా ఒకరని తెలిసిందే. కాగా పవన్ సినిమా సహా రాజకీయ ప్రయాణం ఒక యుద్ధం లానే నడిచాయి అని తెలిసిందే. సినీ పరిశ్రమలోకి మెగా బ్రాండ్ తోనే వచ్చినప్పటికీ దాని కంటే ముందు పవన్ పద్ద కప్పు సవాళ్లు ఎంట్రీ అనేవి చాలా తక్కువమందికే తెలుసు.

అలా సినిమాలోకి వచ్చిన తర్వాత ఏ హీరోకి లేని విధంగా వరుస ఖ్యాతి బస్టర్ హిట్స్ పవన్ ని వరించాయి. కానీ ఇంద్రప్రస్థ హిట్ ఖుషి తర్వాత పవన్ కి గడ్డు కాలం స్టార్డ్ అయ్యింది. అక్కడ నుంచి జల్పా వరకు చేసిన అన్నీ సినిమాల విఫలం అయ్యాయి. కానీ తన క్రేజ్ మాత్రం తెలుగు రాష్ట్రాల్లో చెక్కు చెదరలేదు.

అయితే మన తెలుగు సినిమా దగ్గర పవన్ వరులుకున్న సినిమా కోసం ఒక సెపరేట్ ఇంట్రెస్టింగ్ డిటేల్ కూడా

పెట్టొచ్చు. పవన్ ఇన్నేక్ష కెరీర్ లో తాను వరులుకున్న అన్నీ సినిమాలు గాని చేసే ఉంటే అవి లేకుండానే ఈ రేంజ్ క్రేజ్ ఉంది ఒకవేళ అవి కూడా చేసి ఉంటే పవన్ క్రేజ్ ఇంతలా ఉండేదో ఊహాలకి కూడ అందదు అని చెప్పడంలో అతి లేదు.

కాగా ఇప్పుడు వరకు పవన్ వదిలేసిన సినిమాల్లో అతడు, పోకిరి, అమ్మ నాన్న తమిళ అమ్మాయి, ఇడియట్, ఇట్లు క్రావణి సుబ్రహ్మణ్యం, సీతమ్మ వాకిట్లో సిరిమల్లె చెట్టు, ఇంకా చాలా చాలా పెద్ద లిస్ట్ ఉంది. కానీ వీటి అన్నిటికీ మించిన షాక్ ఇప్పుడు పవన్ ఫ్యాన్స్ కి తగిలింది. పవన్ కోసం రెడీ చేసిన కథల్లో చాలా వరకు మహేష్, రవితేజ లకే వెళ్లారు. కాగా ఇప్పుడు చెప్పబోయే సినిమా కూడా రవితేజ దగ్గరకి వెళ్ళిందే అట..

కాగా ఆ సినిమా ఏదో కూడా కాదు రవితేజ కెరీర్ లో కల్ట్ హిట్ ‘కిక్’ సినిమానే అట. అప్పుడు పవన్ జల్పా సినిమా తర్వాత దర్శకుడు సురేందర్ రెడ్డి

కిక్ సినిమా పవన్ కోసమే ముందు అనుకున్నారట కానీ అది పవన్ చేయలేదు. దీనితో ఆ కథ రవితేజ దగ్గరకి వెళ్ళింది. సీన్ కట్ చేస్తే ఈ సినిమా భారీ హిట్ అయ్యింది. అప్పట్లో అయితే రవితేజ సహా టాలీవుడ్ లో కూడా హైయెస్ట్ గ్రాస్ గా కూడా నిలిచింది.

మరి ఇప్పటికీ ఈ సినిమాకి తెలుగు ఆడియెన్స్ లో ఒక సుస్థిర స్థానం ఉంది. అలాంటి సినిమాని కూడా పవన్ వరులుకోవడంతో ఇప్పుడు పవన్ ఫ్యాన్స్ కి తమ అభిమాన హీరో విషయంలో ఏం మాట్లాడాలో కూడా అర్థం కావట్లేదు. కాగా ఈ విషయాన్ని ప్రముఖ నిర్మాత రామ తత్యూర్ వెల్లడించారు. దీనితో పవన్ వరులుకున్న ఎన్నో సూపర్ హిట్ సినిమాల్లో ఇదొకటిగా కొత్తగా లిస్ట్ లో జాయిన్ అయ్యింది. మరి ఈ సినిమాలు అన్నీ పవన్ చేసుకుని ఉంటే తన రేంజ్ ఇంకో లెవెల్లో ఉండేది. కానీ అది వదిలేసి పవన్ రీమేక్ సినిమాలు ప్రిఫర్ చేసుకోవడం గమనార్హం.

సిటాడల్ హానీ బన్నీ వెబ్ సీరీస్ రివ్యూ

హానీ (సమంత రుత్ ప్రభు) సినీ నటిగా చెలామణి అవుతూ ఓ ప్రాజెక్ట్ కోసం సీక్రెట్ ఏజెంట్ గా పని చేస్తుంటుంది. ఆమెకు నాడియా అనే కూతురు కూడా ఉంటుంది. అలాగే రాహీ గంభీర్ (వరుణ్ ధావన్) స్టంట్ మాస్టర్ గా పనిచేస్తూ బస్సుగా సీక్రెట్ ఏజెంట్ గా పనిచేస్తుంటాడు. విశ్వ అనే కోడ్ పేరుతో పని చేసే జగన్ (కేకే మీనన్) కోసం వీరధర్మ పనిచేస్తుంటాడు. డేవిడ్ వద్ద ఉన్న ఓ డిస్కును దొంగిలించేందుకు రెడీ అవుతారు.

సీక్రెట్ ఏజెంట్ హానీ పేరుతో సీక్రెట్ ఏజెంట్ గా పనిచేసే సమయంలో ఎలాంటి సమస్యలను ఎదుర్కొన్నది? డేవిడ్ వద్ద ఉన్న సమాచారం, దాని వెనుక ఉన్న సీక్రెట్ ఏమిటి? రాహీ గంభీర్ తో ప్రేమాయణం ఎలా సాగింది? కూతురు నాడియా సినిమా థియేటర్ లో ఎందుకు ఉంది? సీక్రెట్ ఏజెంట్ గా హానీ, బన్నీ చేపట్టిన ప్రాజెక్ట్ ఏమిటి? విశ్వ కోడ్ తో జగన్ చేపట్టిన ప్రాజెక్ట్ ఏమిటి? అనే ప్రశ్నలకు సమాధానమే ఈ వెబ్ సీరీస్ కథ.

డేవిడ్ కళ్లు గప్పి ఆయన వద్ద ఉన్న డిస్కును సొంతం చేసుకోవాలనే ఫ్లాన్ తో హానీ ఏజెంట్ గా పంపడం అనే పాయింట్ తో కథలోకి తీసుకెళ్లిన తీరు బాగానే ఉంది. కానీ పాయింట్ చుట్టూ రాసుకొన్న యాక్షన్ ఎపిసోడ్ ఎఫెక్టివ్ గా కనిపించదు. హానీ చేసిన ప్రయత్నంలో జరిగిన యాక్సిడెంట్ తో కథ ఫ్లాష్ బ్యాక్ లోకి వెళుతుంది. అప్పటికే ఏజెంట్ గా పనిచేసే బన్నీతో పరిచయం, ప్రేమ యూత్ ను ఆకట్టుకొనేలా ఉన్నాయి. ఆ తర్వాత సినీ నటిగా

అవకాశాల కోసం ప్రయత్నిస్తున్న హానీ ఎందుకు సీక్రెట్ ఏజెంట్ గా మారిందనేది కన్ఫ్యూసింగ్ గా ఉంది.

నటీనటుల విషయానికి వస్తే.. సీక్రెట్ ఏజెంట్ గాను, లవర్ గా, తల్లిగా సమంత మూడు వేరియేషన్స్ ఉన్న పాత్రలో నటించి మెప్పించారు. యాక్షన్ సీన్లలో కష్టపడిన విధానం, అలాగే వరుణ్ ధావన్ తో కలిసి పండించిన రొమాన్స్ హైలైట్ గా చెప్పుకోవచ్చు. వరుణ్, సమంత మధ్య లివ్ లాక్ యూత్ కు పండుగ లాంటి విషయంగా మారింది. నాడియా పాత్ర కథలో భావోద్వేగాలను పండించేందుకు ఉపయోగపడింది. చిన్నారి అద్భుతంగా నటించింది. వరుణ్ ధావన్ ఇంతకు ముందెన్నడూ లేని విధంగా యాక్షన్, ఎమోషన్స్ తో కూడిన క్యారెక్టర్ లో ఒదిగిపోయాడు. మిగతా క్యారెక్టర్లు కథలో భాగమై నడిచాయి. ఫుడ్ లేదా శృంగారంలో ఏది కావాలంటే? రోజూ అదే కావాలి అంటూ సమంత షాకింగ్ కామెంట్స్ ఫుడ్ లేదా శృంగారంలో ఏది కావాలంటే? రోజూ అదే కావాలి అంటూ సమంత షాకింగ్ కామెంట్స్

సాంకేతిక నిపుణుల విషయానికి వస్తే.. అమన్ పంత్ బ్యాక్ గ్రౌండ్ స్కోర్ బాగుంది. జోహన్ హెర్బిన్ సినిమాటోగ్రఫీ ఈ మూవీకి స్పెషల్ ఎల్మెంట్. ఫ్లెట్స్, ఛేజింగ్ సీన్లను క్యాప్చర్ చేసిన తీరు యాక్షన్ లవర్స్ ను ఆకట్టుకొనేలా ఉంది. రూసో, రాజ్ డీకే అనుసరించిన నిర్మాణ విలువలు బాగున్నాయి. ప్రియంక చోప్రా



సిటాడల్ కథను ఇండియన్ నేటివిటీకి మార్చిన విధానం కొత్తగా ఉందని చెప్పుకోవచ్చు.

సమంత యాక్టింగ్, చైల్డ్ సెంటిమెంట్, యాక్షన్ తదితర అంశాల ఆధారంగా రూపొందిన వెబ్ సీరీస్ సిటాడల్ హానీ బన్నీ సీక్రెట్

ఏజెంట్ కథాంశం చుట్టూ అల్లుకొన్న లవ్, ఎమోషన్స్ కొత్తగా లేకపోయినప్పటికీ.. ఫర్వాలేదనిపిస్తాయి. నాడియా క్యారెక్టర్ ఈ సినిమాకు బలంగా ఉంటుంది. ఈ వారం ఓటిటిలో యాక్షన్ లవర్స్ కు చక్కటి ఎంటర్టైన్మెంట్ గా నిలిచే సీరీస్ గా ఉంటుంది.