

**బిజినెస్ కాలెన్డర్**

ఆంధ్ర తెలంగాణ రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలలో  
జిల్లాల వారీగా స్టాప్ లివెల్స్, సెంటర్లు  
అవార్డు, కంట్రీబ్యూటర్స్, యాడ్ షర్ట్ క్యూబిడ్స్, కావాలి  
తెలుగు భాష పై అవగాహన, వార్తలు రాయగల సత్తా  
ఉన్న వారికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడును

**MOBILE : 8886090199, 9885211993,**

# ఆనంతపురం

తెలుగు బిస్ వత్తిక



## ఆనంతపురం

### శ్రీ సత్యసాయి

గురువారం 08 మే 2025

# ధర్మవరం అభివృద్ధికి బీజేపీ కంకణబద్ధత

## మంత్రి నియోజకవర్గ ఇన్చార్జ్ హరీష్ బాబు

- కట్టా భూములను ప్రజా ప్రయోజనాలకే %-%మంత్రి నియోజకవర్గ ఇన్చార్జ్ హరీష్ బాబు.
- ధర్మవరం అభివృద్ధికి బీజేపీ కంకణబద్ధత - మంత్రి నియోజకవర్గ ఇన్చార్జ్ హరీష్ బాబు.
- మండల అభివృద్ధికి ప్రభుత్వ భూముల వినియోగం తప్పనిసరి



ముదిగుబ్బ, మే 7 (అనంత ప్రభ)

రాష్ట్ర ఆరోగ్యశాఖ మంత్రి సత్య కుమార్ యాదవ్ గారి ఆదేశాలకు మేరకు ధర్మవరం నియోజకవర్గం ముదిగుబ్బ మండల కేంద్రంలోని కట్టాలో ఉన్న ప్రభుత్వ భూములను బుధవారం మంత్రి నియోజకవర్గ ఇన్చార్జ్ హరీష్ బాబు పర్యవేక్షించి మండల అధికారులతో, రెవెన్యూ అధికారులతో మాట్లాడి గత పాలకుల కాలంలో అక్రమంగా కట్టాకు గురై భద్రత కోల్పోయిన ప్రభుత్వ భూములను న్యాయపూర్వకంగా తిరిగి స్వాధీనం చేసుకొని ప్రజా ప్రయోజనాల కోసం వినియోగించాల్సిన అవసరాన్ని ఆయన స్పష్టం చేశారు. మండల అభివృద్ధి దృష్ట్యా ఈ భూములను ఉపయోగించాల్సిందిగా ఆయన అధికారులను కోరారు. ఆనంతరం, స్థానిక ప్రభుత్వ ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని సందర్శించిన హరీష్ బాబు, ఆసుపత్రి వరసరాలను శుభ్రంగా ఉంచాలని వైద్య సిబ్బందికి సూచించారు. వైద్య సిబ్బంది కూడా

వెంటనే స్పందిస్తూ తగిన చర్యలు తీసుకుంటామని పేర్కొన్నారు అదేవిధంగా, త్రాగునీటి కోసం ఆసుపత్రిలో బోర్ అవసరమని వైద్య సిబ్బంది కోరిన నేపథ్యంలో, హరీష్ బాబు గారు వెంటనే ఎంపీడీవో గారితో ఫోన్ ద్వారా సంప్రదింపులు జరిపారు. దీనిపై ఎంపీడీవో గారు సానుకూలంగా స్పందించి, నాలుగు రోజులలోగా బోర్ పనులు పూర్తి చేసి త్రాగునీటి సౌకర్యాన్ని కల్పిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. తదనంతరం ఎన్టీవీ కూటమి నాయకత్వంలో ప్రజా అవసరాలకు ప్రాధాన్యతనిస్తూ జరుగుతున్న అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు ధర్మవరం నియోజకవర్గ అభివృద్ధికి ఊతమిస్తాయని హరీష్ బాబు గారు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ముదిగుబ్బ బీజేపీ సీనియర్ నాయకులు మాలపాటి రామకృష్ణ, మండల బిజెపి అధ్యక్షులు అంజన్ రెడ్డి, గడ్డం ఓబిరెడ్డి, గంగాధర్ రెడ్డి, డాము, ధర్మవరం పోతుకుంట రాజు, సుబ్బారావు పేట పవన్ కుమార్ రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## బహుజన సంకల్ప సభ సభను విజయవంతం చేయండి



రాయదుర్గం, మే 7 (అనంత ప్రభ)

రాయలసీమ ఇంచార్జి చిందనూరు నాగరాజు మీడియా తో మాట్లాడుతూ బహుజన సంకల్ప సభ సభను విజయవంతం చేయండి... బహుజన్ సమాజ్ పార్టీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి, రాయలసీమ ఇన్చార్జ్ చిందనూరు నాగరాజు..

బహుజన లను రాజ్యాధికారం కోసం ఏర్పడిన బహుజన సమాజ్ పార్టీ నేతృత్వంలో రాయదుర్గం పట్టణంలో ఈనెల 8వ తేదీన గురువారం నేషనల్ కన్వెన్షన్ హాల్ నందు బహుజన సంకల్ప సభ నిర్వహించినట్లు రాష్ట్ర కార్యదర్శి వెల్లడించారు.

ఈ సంకల్పసభకు ముఖ్య అతిథులు గా రాష్ట్ర కోఆర్డినేటర్ డాక్టర్ పూర్ణచంద్రరావు, మాజీ డిజిపి మరియు రాష్ట్ర అధ్యక్షులు బందల గౌతం కుమార్ హాజరుకానున్నట్లు పేర్కొన్నారు.

రాష్ట్ర కోఆర్డినేటర్ పదంజ్యోతి గారు, ఏం పేరు మరికెళ్లు హాజరు కానున్నట్లు వివరించారు.

కావున జిల్లా, నియోజకవర్గపు నాయకులు, కార్యదర్శులు, నియోజకవర్గ కమిటీ నాయకులు ప్రతి ఒక్కరూ హాజరై విజయవంతం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు.

ఈ సభ ముఖ్య ఉద్దేశం ఏంటంటే బహుజన రాజ్యాధికారం కావాలని చెప్పేసి బహుజనలకు ఆ ముఖ్య ఉద్దేశం తోపాటు స్థానిక సమస్యలు కూడా చర్చించి పరిష్కరించే దిశగా అడుగులు వేస్తామని తెలిపారు.

## శ్రీ సత్య సాయి విమానాశ్రయంలో మాక్ డ్రిల్ నిర్వహించిన పోలీసులు..

పుట్టపర్తి, మే 7 (అనంత ప్రభ)

ఉగ్రవాదులు దాడులు చేపడితే ఎలాంటి రక్షణ చర్యలు చేపట్టాలి వారిని ఎలా ఎదుర్కోవాలి అనే అంశాలపై భద్రతపరంగా బుధవారం శ్రీ సత్యసాయి విమానాశ్రయంలో పోలీసులు మాక్ డ్రిల్ నిర్వహించారు.

కేంద్ర హోంశాఖ ఆదేశాల మేరకు, జిల్లా కలెక్టర్ చేతన్ ఐఎస్ గారు, జిల్లా ఎస్పీ శ్రీమతి వి.రత్న ఐపీఎస్ గారు విమానాశ్రయంలో జరిగిన ఈ మాక్ డ్రిల్ ను పరివేక్షించారు.

డిఎస్పీలు విజయకుమార్, శ్రీనివాసులు, అరెణలు మహేష్, వలి అధ్వర్యంలో మాక్ డ్రిల్ నిర్వహించారు.

విమానాశ్రయంలో ప్రమాదకరమైన పరిస్థితులు ఏర్పడినప్పుడు, వెంటనే తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు, సైరన్లు మోగినప్పుడు తక్షణమే ఏమి చేయాలి రక్షణ కోసం ఎలాంటి చర్యలు చేపట్టాలి, అనే విషయాలపై సైఫర్ల పార్టీ పోలీసులు, బాండ్ స్వామ్, డాక్ స్వామ్, ఫైర్, హెల్ప్ సిబ్బంది వెంటనే చేపట్టే చర్యలు మాక్ డ్రిల్ ద్వారా చూపించారు.

దాడులుకు పాల్పడితే ఆ సమయంలో ఎలాంటి భద్రతాపరమైన చర్యలు తీసుకోవాలి, వివిధవిధ లకు ఎలాంటి రక్షణ కల్పించాలి ప్రమాదం జరిగిన



వెంటనే వారిని అంబులెన్స్ ద్వారా హాస్పిటల్ కు ఎలా తరలించాలి, బాంబులు అమర్చిన ప్రాంతాన్ని డాగ్స్ స్వామ్ ద్వారా గుర్తించి వాటిని ఎలా డిస్పోజల్ చేయాలి అనే విషయాలపై మార్క్ డ్రిల్ నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా ఎస్పీ కలెక్టర్ తో పాటు, డిఎస్పీలు విజయకుమార్, శ్రీనివాసులు, అరెణ్ సువర్ణ, తాసిల్దార్ కళ్యాణ్, సిఐలు, సునీత, సురేష్, అర్ బి లు, మహేష్, వలి, ఎస్పీఎస్ఐ ప్రదీప్ కుమార్, ఎస్ఐలు లింగన్న, కృష్ణమూర్తి ఆర్ఎస్ఐలు వీరన్న, వెంకటేశ్వర్లు, ప్రదీప్ సింగ్, అన్ని శాఖల అధికారులు పోలీస్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు

## కేంద్రం బీసీ కుల గణనను నిర్ణయాన్ని స్వాగతిస్తున్నాం

### చేతి వృత్తి దారుల సమాఖ్య ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షులు సి. లింగమయ్య

శింగనమల, మే 7 (అనంత ప్రభ)

కేంద్రం బీసీ కుల గణనను నిర్ణయాన్ని స్వాగతిస్తున్నాం అని చేతి వృత్తి దారుల సమాఖ్య ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షులు సి. లింగమయ్య పేర్కొన్నారు. బుధవారం స్థానిక సిపిఐ పార్టీ కార్యాలయంలో విలేకరుల సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సమావేశంలో లింగమయ్య తో పాటు చేతి వృత్తి దారుల సమాఖ్య జిల్లా కార్యదర్శి సి.వి హరికృష్ణ, రజక వృత్తిదారుల సమాఖ్య జిల్లా అధ్యక్షులు సి నాగప్ప నాయి బ్రాహ్మణ వృత్తిదారుల సమాఖ్య నగర అధ్యక్షులు గోవిందరాజులు లు మాట్లాడుతూ, దేశంలో జనగణన లో బి సి కుల గణనను చేపట్టేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం నిర్ణయం తీసుకోవడం పట్ల హర్షం వ్యక్తం చేశారు. గత 10 సం. రాలుగా కుల గణన ను చేపట్టాలని ప్రతి పక్ష పార్టీలు, ప్రజా సంఘాలు కేంద్ర ప్రభుత్వం పై వత్తిడి తెస్తున్నప్పటికీ కుల గణన ను చేపడితే సమాజం లో విభజన వస్తుందని ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ తీవ్రంగా వ్యతిరేకించారన్నారు. . బీహార్ లో ఆర్ జె డి తో కలిసి వున్నప్పుడు ముఖ్యమంత్రి నితీష్ కుమార్ బి సి కులగణనను చేపట్టి వివరాలు వెల్లడించగా తెలంగాణ లో అధికారం లో కాంగ్రెస్ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి కులగణనను చేపట్టి వివరాలను ప్రకటించడం జరిగిందన్నారు. కర్ణాటక లో కాంగ్రెస్ ముఖ్యమంత్రి సిద్ధ రామయ్య కులగణన సర్వే ను ఆమోదించారన్నారు. ఇప్పటి దాక మొండిగా తిరప్పించిన ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ ఆలస్యం గా నైనా అంగీకరించడం స్వాగతించాల్సిన విషయం అన్నారు. తక్షణమే కేంద్ర ప్రభుత్వం కుల



గణనను చేపట్టాలి.తమ ప్రభుత్వం బి సి ల ప్రభుత్వమని గొప్పలు చెప్పుకునే రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు ప్రక్క రాష్ట్రం తెలంగాణా లో ప్రభుత్వం బి సి ల కులగణనను చేపట్టి వివరాలు వెల్లడించినా నరేంద్ర మోడీ కి భయపడి ఈ అంశం పై స్పందించలేదన్నారు. . ఇప్పటికయినా రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు ప్రభుత్వం కూడా బి సి కుల గణనను చేపట్టడానికి వెంటనే చర్యలు తీసుకోవాలని చేతి వృత్తి దారుల సమాఖ్య ఎపి రాష్ట్ర సమితి డిమాండ్ చేస్తోందన్నారు. ఈ సమావేశంలో చేతి వృత్తిదారుల సమాఖ్య నగర కార్యదర్శి వీరాంజ్ గౌరవాధ్యక్షులు ఈశ్వరమ్మ తదితరులు పాల్గొన్నారు

## ఈజిఆర్ఐని ఘనంగా సన్మానించిన సర్పంచ్ సుభాషిణి రామాంజనేయులు

శింగనమల, మే 7 (అనంత ప్రభ)

శింగనమల మండల ఈజిఆర్ఐ వెంకటలక్ష్మిని ఆకలేడు సర్పంచు సుభాషిణి రామాంజనేయులు ఘనంగా సన్మానించడం జరిగింది.ఎంపీడీఓ భాస్కర్ ,పంచాయితీ సెక్రటరీలు నరసింహారెడ్డి,ఓబిరెడ్డి అధ్వర్యంలో సన్మానించినట్లు తెలియజేశారు. ఈజిఆర్ఐ వెంకటలక్ష్మి సోమందేపల్లి ఎంపీడీఓగా ప్రమోషన్ పై వెలుతున్న శుభ సందర్భంగా ఆమెకు శాలువా కప్పి ఘనంగా సన్మానించినట్లు తెలియజేశారు. ఈజిఆర్ఐ వెంకటలక్ష్మి నీతి,నిజాయితీకి మారుపేరుగా నిలిచి పంచాయితీలోని సమస్యలు



పరిష్కారానికి ఏంతో కృషి చేశారని తెలియజేశారు. సోమందేపల్లి మండలంలో కూడా ఎంపీడీఓ గా మంచి పేరు తెచ్చుకోవాలని వారు కోరారు.

## దేవరపల్లి కృష్ణారెడ్డిని పరామర్శించిన మాజీ ఎమ్మెల్యే తోపుదుర్తి ప్రకాష్ రెడ్డి

అనంత రూరల్, మే 7 (అనంత ప్రభ)

అనంత రూరల్ మండలం పూలకుంట గ్రామానికి చెందిన వై.యస్.ఆర్ పార్టీ నాయకులు దేవరపల్లి కృష్ణ రెడ్డి ఇటీవల మూడురోజుల క్రితం రోడ్డు ప్రమాదంలో గాయపడగా అనంతపురం లోని “కేర్ %౧౦% క్యూర్” హాస్పిటల్ లో చికిత్స పొందుతున్నారు. విషయం తెలుసుకున్న మాజీ ఎమ్మెల్యే తోపుదుర్తి ప్రకాష్ రెడ్డి “కేర్ %౧౦% క్యూర్” హాస్పిటల్ కి వెళ్లి కృష్ణ రెడ్డి ని పరామర్శించారు. ఆయన ఆరోగ్యం పరిస్థితిపై ఆరా తీశారు చికిత్స అందిస్తున్న వైద్యులు తో మాట్లాడి యోగ



క్షేమాలు అడిగి తెలుసుకొని, ధైర్యంగా ఉండాలని మాజీ ఎమ్మెల్యే నియోజకవర్గ సమన్వయకర్త తోపుదుర్తి ప్రకాష్ రెడ్డి వారి కుటుంబ సభ్యులకు భరోసా కల్పించారు.

## ఆపరేషన్ సింధూర్ ను స్వాగతిస్తున్నాము

యాడికి, మే 7 (అనంత ప్రభ)

ఉగ్రవాదుల దాడికి ప్రతీకారంగా భారత్ సైన్యం చేపట్టిన ఆపరేషన్ కు ఆపరేషన్ సింధూర్ పేరు పెట్టడాన్ని స్వాగతించిన యాడికి మండల బిజెపి నాయకులు అన్నారు. ఈ సందర్భంగా యాడికి మండల బిజెపి అధ్యక్షుడు వడ్డి రాజు- ిఖర్ మాట్లాడుతూ పహాల్గామ్ సమీపంలోని పర్యాటక శిబిరంపై జరిగిన ఉగ్రదాడిలో తీవ్రవాదులు కుటుంబాల్లోని పురుషులను లక్ష్యంగా చేసుకున్నారని ఈ దాడిలో ప్రాణాలు కోల్పోయిన 26 మందిలో అందరూ పురుషులేనని, ఈ ఘటనతో అనేకమంది మహిళలు వితంతువులుగా మిగిలిపోయారని, ఈ దారుణానికి ప్రత్యేకంగా భారత్ సైన్యం చేపట్టిన ఆపరేషన్ కు ఆపరేషన్ సింధూర్ అనే పేరు పెట్టడం వెనక గొప్ప సంకేతార్థం ఉందని, సింధూర్ భార్యగా ఉన్న మహిళా ధరించే పవిత్ర చిహ్నం పురుషులను టార్గెట్ చేసిన దాడి వల్ల భార్యలు సింధూరాన్ని కోల్పోయినట్లు అయిందని, ఈ నేపథ్యంలో భారత్ సైన్యం ఆ మహిళలకు న్యాయం చేయడం కోసం వారి భర్తల ప్రాణాలను పోగొట్టిన వారిపై



ప్రతీకారం తీర్చడంలో భాగంగా ఈ ఆపరేషన్ కు ఆపరేషన్ సింధూర్ అనే భావ ప్రధానమైన పేరు ఇచ్చిందని తెలిపారు. భారత్ సైనికులకు నా సెల్యూట్ అని తెలుపుతూ, ఈరోజు భారత్ ఆదపడుచులకు అన్నలాగా ప్రజలకు పెద్దన్న లాగా వ్యవహరిస్తున్న మన ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోడీ గారికి, భారత ఆర్మీకి అందగా నిలిచి మద్దతు తెలిపే విధంగా మనమందరం సహకరించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా ఓబీసీ మోర్చా కార్యదర్శి మురళీకృష్ణ, ఎగ్జిల్ మెంబర్ నాగశేఖర్, కృపాకర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు



# డయాబెటీస్ ఉందా? అయితే పచ్చి మామిడిని తినడం ప్రారంభించండి



వేసవి వచ్చిందంటే మార్చెట్లో 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. ముందుకు 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.

డయాబెటీస్ ఉంటే... మధుమేహంతో బాధపడే రోగులు సీజనల్ గా దొరికే పచ్చి మామిడికాయల్ని తినడం చాలా అవసరం. దీన్ని తినడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అదుపులో ఉంటాయి. తద్వారా డయాబెటీస్ 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 %నా%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 మారిఫెరిన్ 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, పెద్ద పేగు, ఊపిరితిత్తులు, ప్రొస్టేట్, రొమ్ము వంటి క్యాన్సర్లు రాకుండా ఇది అడ్డుకుంటుంది. పచ్చి మామిడి కాయని ఈ రోజు నుంచే తినడం అలవాటు చేసుకోండి.

# వేసవిలో ఎటువంటి రోగానైనా తగ్గించే అద్భుతమైన హెమామ్ రెమిడీస్ చూడండి

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

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

దగ్గు తగ్గించేందుకు ఖర్జూరాలు  
పొడి దగ్గుతో బాధపడుతుంటే మీరు రెమిడీని ప్రయత్నించవచ్చు. 6 ఖర్జూరాలు తీసుకుని అర పోటు పాలలో 25 నిమిషాల పాటు తక్కువ మంట మీద మరిగించాలి. పాలు బాగా మరిగిన తర్వాత స్వేచ్ఛ 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, మెహం, కళ్ళపై అప్లే చేసుకోవచ్చు. ఇది మొటిమలు, బ్లాక్ హెడ్స్ ని తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది.

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

అల్సర్ కి తులసి ఆకులు  
తులసిలో ఎన్నో ఔషధ గుణాలు ఉన్నాయి. ఆయుర్వేదంలో ఎన్నో సంవత్సరాలుగా ఉపయోగిస్తున్నారు. ఇందులో యాంటాసిడ్ గుణాలు ఉన్నాయి. రోజుకి కొన్ని తులసి ఆకులు సమిలి మింగితే మంచిది. గ్యాస్ ఉబ్బరం, కడుపులో మంట, అల్సర్లు ఏర్పడకుండా నిరోధించేందుకు సహాయపడుతుంది. 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, సల్ఫర్, పొటాషియం, విటమిన్ సి, బి వంటి పోషకాలు మెండుగా ఉంటాయి. తేనె ఆరోగ్యాన్ని రక్షించడానికే కాదు.. సౌందర్య సంరక్షణకు సహాయపడుతుంది. తేనెలోని యాంటిఇన్ఫ్లేమేటరీ, యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ గుణాలు.. చర్మ సంరక్షణకు మేలు చేస్తాయి. సూర్యరశ్మి, హాల్మోస్ మార్పుల, వృద్ధాప్యం కారణంగా.. చాలా మంది ముహేళలు 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 స్కిన్ లైట్నిచ్చే 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 ముఖం శుభ్రం చేసుకోండి. ఇలా వారానికి రెండు సార్లు చేస్తే.. ముఖంపై నల్లటి మచ్చలు తొలగుతాయి.

తేనె, దాల్చిన చెక్క ఫేస్ మాస్క్.  
దాల్చినచెక్కలో యాంటీమైక్రోబయల్ లక్షణాలు ఉంటాయి. మొటిమలతో బాధపడేవారికి దాల్చిన మంచి మెడిసిన్ అనాచ్ఛ. అంతేకాకుండా, రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరచి.. డార్క్ స్పాట్స్ ను తగ్గిస్తుంది. ఈ ఫేస్ మాస్క్ తయారు 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 రూపాన్ని 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 ఎరుపు, 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 ఫ్రెష్ బ్యాక్ కి వెళ్లిపోతారు కూడా. అప్పట్లో చే-ము అని కథలుగా చెప్పే నడివయస్సులు మీకూ తెలిసే ఉంటారు. ఇప్పుడంటే అంతా ఏసి రూములకు అలవాటయ్యారు. కానీ ఇది పరకు వేసవి వచ్చిందంటే అందరూ ఆరుబయటో, డాటామీదో పడుకునేవారు. నీలకాశం చూస్తూ నిద్రపోయే అదృష్టం ఈ జైనేతీషన్ 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 గడపడం మనసుకు ఉల్లాసం, శరీరానికి ఆరోగ్యం ఇస్తుందట. ఈ అపార్థమెంటుల్లో ఆరు బయటకెక్కడికి వెళ్లేదీ అనకండి. సరదాగా అప్పుడప్పుడు కాంపింగులకైనా వెళ్లాలని సలహా ఇస్తున్నారా ఎక్స్ పర్ట్స్.

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

ప్రస్తుతం మన చుట్టూ పరిసరాల్లో అంతటినంత ఆర్టిఫిషియల్ లైట్ ఉంది. ఆరుబయట సమయం గడపడం అంటే ఈ ఆర్టిఫిషియల్

లైట్ కి దూరంగా ఉండడం అని అర్థం. ఇంట్లో బెడ్ రూమ్ లో ఒక్కరో పడుకుంటారు. లేదా ఇద్దరుంటారు. అందులో ఒకరు నిద్ర పోవడమో లేక ఎవరి పోస్టు వారు చూస్తుండటమో చేస్తుంటారు. ఇలా కాకుండా ఆరుబయట బృందంగా అప్పుడప్పుడు పడుకుంటే కలబ్రలో సమయం గడుస్తుంది. తెలియకుండానే కన్నుమరిగి ప్రయత్నం లేకుండానే నిద్ర పట్టేస్తుంది. ఇది మనస్సు, శరీరం రెండూ రెజావనేట్ అయ్యేందుకు ఒక మంచి అవకాశమని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి.

ఒత్తిడి లేని జీవితాలు ఈ రోజుల్లో అంత సులభం కాదు. రోజులో దాదాపుగా 8,10 గంటల పాటు తీవ్రమైన ఒత్తిడిలోనే సగం జనాభా బతికేస్తున్నారు. ఇది నాడీవ్యవస్థ మీద, మెదడు పనితీరు మీద తీవ్రమైన ప్రభావాన్ని చూపుతోంది. అనుక్షణం ఏదో ఒక యంత్ర శబ్దంలోనే సమయం గడుపుతున్నాం మనం. అలాకాకుండా ప్రకృతిలోని సహజమైన శబ్దాల సదుమ, బహిరంగ ప్రదేశాల్లో గడిపినపుడు మన శరీరంలో కార్మిసాల్ స్థాయి గణనీయంగా తగ్గడాన్ని గమనించారట. జర్నల్ ఎన్వైరాన్మెంట్ అండ్ బిహేవియర్ లో చెల్లెను చూస్తే ఒత్తిడి తగ్గడాన్ని గుర్తించినట్లు ఒక అధ్యయన ఫలితాలుగా ప్రచురించారు.

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



## ఒళ్లంతా గులాబీలతో కవర్ చేస్తూ.. కిల్లింగ్ లుక్స్ లో మిల్కిబ్యూటీ!



ఈ జనరేషన్ లో 20 ఏళ్లకు పైగా ఓ హీరోయిన్ కెరీర్ కొనసాగించడమంటే అది అసాధ్యమనే చెప్పాలి. రెండు దశాబ్దాల పాటు ఇండస్ట్రీలో ఉండటమే కాదు.. ఇప్పటికీ స్టార్ గా కొనసాగడం కొందరికే చెల్లింది. వారిలో నయనతార, అనుష్క, త్రిష, కాజల్ అగర్వాల్ వంటి కొందరికే సాధ్యమైంది. ఈ కోవలోనే వస్తారు మిల్కి బ్యూటీ తమన్నా భాటియా. 15 ఏళ్ల వయసులోనే హీరోయిన్ గా ఎంట్రి ఇచ్చి ఇప్పటికీ స్టార్ డేమోను నిలబెట్టుకుని అగ్రనటిగా కొనసాగుతున్నారు.

2005లో హిందీలో చాంద్ సా రోషన్ చెప్తూ సినిమాతో వెండితెరపై అడుగుపెట్టిన తమన్నా.. అదే ఏడాది తెలుగులో శ్రీ సినిమా ద్వారా టాలీవుడ్ లో ఎంట్రి ఇచ్చారు. తెలుగుతో పాటు కోలీవుడ్ లోనూ అడుగుపెట్టి అక్కడూ స్టార్ హీరోయిన్ గా ఎదిగారు. 20 ఏళ్ల కెరీర్ లో తెలుగు, తమిళ, కన్నడ, మలయాళ, హిందీ, మరాఠీ భాషల్లో నటించారు తమన్నా భాటియా. ఈ ఏడాది ఇప్పటికే ఓదెల 2, రైడ్ చిత్రాలతో అలరించిన మిల్కి బ్యూటీ ప్రస్తుతం రేంజర్, నో ఎంట్రి 2, ఫోర్స్ ఆఫ్ ది ఫారెస్ట్, రోహిత్ శెట్టి చిత్రాల్లో నటిస్తున్నారు. ఇవన్నీ కూడా హిందీ సినిమాలు కాగా.. ఆమె సౌత్ ను వక్రస్పెక్ట్రం పూర్తిగా బాలీవుడ్ పై ఫోకస్ పెట్టిస్తట్టుగా కనిపిస్తోంది.

బటెం సాంగ్స్ కు కేరాఫ్ గా హిందీలో హీరోయిన్ అయినా, గెస్ట్ రోల్ అయినా, బటెం సాంగ్ అయినా వెంటనే ఓకే చెప్పేస్తున్నారు. గతేడాది స్త్రీ 2లో తమన్నా చేసిన బటెం సాంగ్ యూత్ ను ఊహించేలా తాజాగా రైడ్ లో ఆమె చేసిన సఫే సాంగ్ కూడా మంచి ఆదరణ దక్కించుకుంటోంది. గత పాటలతో పోలిస్తే రైడ్ 2లో తమన్నా అందాలు, స్టైల్స్, లుక్స్ ఉండటంతో కుర్రాళ్లు ఊహిస్తోంది. దీంతో బటెం సాంగ్స్ కు తమన్నా కేరాఫ్

అడ్రెస్ గా నిలుస్తున్నారు. ఐదు నిమిషాల సాంగ్ కోసం తమన్నా కూడా భారీ మొత్తంలో రెమునలేషన్ తీసుకుంటున్నారు.

విజయ్ - తమన్నల బ్రేకప్ ఈ ఏడాది తమన్నా భాటియా పెళ్లి పీటలెక్కుతారని అంతా అనుకున్నారు. కానీ అనూహ్యంగా ప్రియుడితో విడిపోయి పాకిచ్చింది మిల్కి బ్యూటీ. గత కొద్దిరోజులుగా భారతీయ చిత్ర పరిశ్రమలో చర్చనీయాంశంగా మారింది తమన్నా - విజయ్ వర్మ బ్రేకప్. గత కొన్నేళ్లుగా డేటింగ్ లో ఉన్న ఈ జంట బ్రేకప్ చెప్పుకోవడం అందరినీ దిగ్భ్రాంతికి గురిచేసింది. వీరి మధ్య మనస్సులకల, దూరానికి దారి తీసిన కారణాలు ఇంత వరకు తెలియరాలేదు. కానీ ఎవరికీ నచ్చిన విధంగా వారు కథలు అల్లేస్తున్నారు. కళ్యాణ్ రామ్ మూపీకి లాభమెంతో? నష్టమెంతో? హోట్ హోట్ ఫోటో షూట్ లతో తమన్నా వైరల్ పెళ్లి చేసుకుని లైఫ్ లో సెటిల్ అవ్వాలని తమన్నా నిర్ణయించుకోగా.. విజయ్ మాత్రం కెరీర్ పై ఫోకస్ చేయాలని డిస్టెండ్ అవ్వడమే వీరి బ్రేకప్ కు కారణంగా విశ్లేషణలు భావిస్తున్నారు. ప్రియుడితో విడిపోయిన తర్వాత ఆ బాధ నుంచి త్వరగానే కోలుకున్న తమన్నా తిరిగి తన సినిమాలు, షూటింగ్ ఇతర కార్యక్రమాలపై ఫోకస్ పెట్టారు. వరుసపెట్టి ప్రాజెక్ట్ లకు సైన్ చేస్తున్నారు. సోషల్ మీడియాలో యాక్టివ్ గా ఉండే తమన్నా భాటియా ఎప్పటికప్పుడు ఫోటోలు, వీడియోలు, ఇతర వ్యక్తిగత విషయాలను పంచుకుంటూ ఉంటారు. ఇక హోట్ హోట్ ఫోటో షూట్ లతో ఆమె కుర్రాళ్లకు నిద్రలేకుండా చేస్తారు. తాజాగా గులాబీల ప్రింటింగ్ తో ఉన్న మోడ్రన్ టెట్ ఫెట్ ధరించిన తమన్నా .. కిల్లింగ్ లుక్స్ తో పంపిస్తున్నారు. ప్రస్తుతం ఈ ఫోటోలను తమన్నా ఇన్స్టాగ్రామ్ లో షేర్ చేయగా ఇవి సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతున్నాయి.



చిరంజీవికి అలా.. బాలయ్యకు ఇలానా? అల్లు అరవింద్ నే అడగండి..



మెగా ఫ్యామిలీ, అల్లు కుటుంబానికి మధ్య విభేదాలు తారాస్థాయికి చేరుకొన్నాయనే విషయాల గురించి మీడియాలో ఎక్కువగా చర్చ జరుగుతున్నది. ఈ రెండు కుటుంబాల సర్దుగర్పంగా మాట్లాడే తీరు ఆ వివాదాస్పద అంశానికి బలం చేకూర్చేలా కనిపిస్తుంటుంది. అయితే సాధారణ ప్రజలకు ఆ కుటుంబాల మధ్య గతంలో ఉన్న నష్టం, బంధాల లేవనే అపోహ మాత్రం ఏర్పడింది. అయితే ఈ విషయాలపై రెండు కుటుంబాలకు అప్పడైన తండ్రిలో నిర్మాత బన్నీ వాసు వెల్లడించిన వివరాలేకి వెళితే.. ఇటీవల కాలంలో అల్లు ఫ్యామిలీకి సందమూరి బాలకృష్ణ అత్యంత చేర-సైన్స్ బయట వాళ్లే కాకుండా సినిమా వర్గాలకు అనిపిస్తుంది. అయితే ఈ క్రమంలో బాలయ్యకు పద్మభూషణ్ అవార్డు రావడంపై అన్నీ వర్గాల నుంచి స్పందన వ్యక్తమైంది. అయితే సినీ పరిశ్రమ ఈ సందర్భాన్ని పు-రస్కరించుకొని భారీ సమావేశాన్ని ఏర్పాటు చేసి.. ఆయనకు సన్మానం చేయాలనే ఆలోచనలో సినిమా పరిశ్రమ ఉందనే వార్త ఫిలిం సగర్ లో చక్కర్లు కొడుతున్నది. అయితే బన్నీ వాసును ఈ విషయంపై మెగాస్టార్ చిరంజీవికి పద్మభూషణ్ వస్తే ఎలాంటి సన్మానం చేయలేదు. మెగా హీరోలు, మెగా కుటుంబం

పెద్దది అనే ఫీరింగ్ ఇండస్ట్రీలో ఉంది. ఆ సన్మాన కార్యక్రమాన్ని ఎందుకు నిర్వహించలేదని మీడియా అడిగిన ఓ ప్రశ్నకు ఆయన సరైన రీతిలో స్పందించారు. పద్మ భూషణ్ అవార్డు అందుకొస్తుండుకు చిరంజీవికి సన్మానం చేయకపోవడం.. బాలకృష్ణకు చేయాలనే ప్లాన్ చేయడం లాంటి విషయాలను అరవింద్ గారి లాంటి పెద్ద వాళ్లు అడిగితే బాగుంటుంది. అది చాలా పెద్ద విషయం. నా వయసుకు, నా స్థాయికి మాట్లాడే విషయం కాదు. అరవింద్ గారిని అడిగితే మంచింది. ఈ పరిస్థితుల్లో నేను ఏం మాట్లాడినా బాగుండదు. ఆ విషయం గురించి నేను మాట్లాడితే కలెక్ట్ కాదు అంటూ బన్నీ వాసు తప్పుించుకొన్నారు. సంస్థాల వివాదం తర్వాత నాకు, వవన్ కల్యాణ్ కు మధ్య గ్లాస్ వచ్చిందనే విషయం సరికాదు. అందులో వాస్తవం లేదు. పవన్ కల్యాణ్ మెన్చురీల్లో రెపెట్టి వేరేగా ఉంటాయి. ఆయన ఇలాంటి విషయాలను మనసులో పెట్టుకొని చూడరు. ఎవరు ఏం చేస్తున్నారు? ఎవరు ఎలాంటి వారు? అనేది ఆయనకు పుల్లుగా క్లారిటీ ఉంది. నా విషయంలో ఆయన బన్నీతో కలిపి చూడరు. పార్టీ ఏం చేస్తున్నాను? పార్టీ కోసం ఎలా ఉంటున్నారనేది ఆయన చూస్తారు అని బన్నీ వాసు వివరణ ఇచ్చారు.

## మహేష్ బాబు వదిలేసిన 1800 కోట్ల సినిమా.. థియేటర్లు బద్దలయ్యేవి.. ఆ మూవీ ఏంటంటే?



సూపర్ స్టార్ మహేష్ బాబు ప్రస్తుతం ఇండియాన్ బిగ్ బిల్లర్ డైరెక్టర్ ఎన్ఎస్ రాజమౌళి దర్శకత్వంలో నటిస్తున్న సంగతి తెలిసిందే. ప్రస్తుతం హైదరాబాద్ లోనే మూడవ షెడ్యూల్ జరుగుతోంది. చిత్రీకరణ విషయంలో మాత్రం జక్కున్న ఎన్. ఎస్. ఎం. బి 29 సినిమాను శరవేగంగా కొనసాగిస్తున్నారు. బాలీవుడ్ స్టార్ బ్యూటీ ప్రియాంక చౌద్రీ హీరోయిన్ గా నటిస్తున్న విషయం తెలిసిందే. మలయాళం సూపర్ స్టార్ పుష్పరాజ్ సుకుమారన్ కీలక పాత్రలో నటించే-స్తున్నారని తెలుస్తోంది. ఇదిలా ఉంటే మహేష్ బాబు చివరిగా గుంటూరు కారం చిత్రంతో ప్రేక్షకులను అలరించిన సంగతి తెలిసిందే. అది సూపర్ స్టార్ మహేష్ బాబు ఇప్పటివరకు రెగ్యులర్ క్యారిక్చర్ లోనే నటిస్తూ వచ్చారు. కానీ అభిమానులు మాత్రం ఆయనను పవర్ ఫుల్ రోల్స్ లో చూడాలని ఎంతగానో ఆశిస్తున్నారు. ఈ క్రమంలోనే మహేష్ బాబు వదిలే-సుకున్న 1870 కోట్ల సినిమా గురించి తాజాగా సన్మాన్ బయటకు వచ్చింది. ఆ సినిమా చేసి ఉంటే మాత్రం మహేష్ బాబు ఇండియా ను షేక్ చేసి వారిని సినీ ప్రముఖులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

ఇంతకీ ఆ సినిమా ఏంటో తెలిస్తే అందరూ షాక్ అవ్వచ్చు. క్రియేటివ్ డైరెక్టర్ సుకుమార్, బాన్ స్టార్ అల్లు అర్జున్ కాంబినేషన్లో వచ్చిన పుష్ప చిత్రమే కావడం విశేషం. అయితే ఈ సినిమాకు మొదట హీరోగా మహేష్ బాబు అని అనుకున్నట్లుగా ఇప్పుడు తెలుస్తోంది. కానీ మహేష్ బాబు ఆ సినిమాలు పదులుకోవడంతో అల్లు అర్జున్ వద్దకు వెళ్లిందని ఫిల్మ్ సర్కిల్స్ లో గుసగుసలు నడుస్తున్నాయి. ఇక అల్లు అర్జున్ టెలిఫిక్ పెర్ఫార్మెన్స్ తో పుష్ప, పుష్ప 2 చిత్రాలు ఎంతటి సెన్సేషన్ క్రియేట్ చేశాయో ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన పనిలేదు.

రీసెంట్ గా వచ్చిన పుష్ప 2 చిత్రం ఏకంగా బాక్సాఫీస్ రికార్డులను తిరగరాసింది. 1870 కోట్లు గ్రాస్ కలెక్ట్ చేసి ఇండియాలోనే హైయెస్ట్ గ్రాస్ కలెక్ట్ చేసిన రెండవ సినిమాగా రికార్డు సెట్ చేసింది. బాహుబలి 2 సాధించిన బాక్సాఫీస్ కలెక్ట్ ను 1810 కోట్లను దాటేసి మరి ఈ రికార్డును సెట్ చేయడం సెన్సేషన్ గా మారింది. మన వైపు అల్లు అర్జున్ కు పుష్ప పాత్రలో నటించినందుకు ఏకంగా టెన్స్ యాక్టర్ విభాగంలో నేషనల్ అవార్డు పరిచిన సంగతి తెలిసిందే. ఇక నెక్స్ట్ పుష్ప 3 కూడా రాబోతుంది.

ఆ పార్ట్ లో విజయ్ దేవరకొండ నటిస్తారని తెలుస్తోంది.

అయితే ఇంతటి సెన్సేషన్ క్రియేట్ చేసిన పుష్ప చిత్రాన్ని మహేష్ బాబు ఎందుకు వదులుకున్నారా అన్నది ఇప్పుడు మిలియన్ డాలర్ క్వశ్చన్ గా మారింది. అయితే పుష్ప చిత్రం ప్రారంభానికి ముందు మహేష్ బాబు ఇంట్లో వరుసగా వివాదాలు నెలకొనడం, గుంటూరు కారం చిత్రం తర్వాత ఎన్ఎస్ రాజమౌళి తో సినిమాకు కమిట్ అవ్వడమే కారణం అని తెలుస్తుంది. ఇక పుష్ప చిత్రమే కాదు, శంభాజీ మహారాజ్ జీవిత కథతో వచ్చిన చావా చిత్రాన్ని కూడా మహేష్ బాబు వదిలేసారంటుంది. ఈ హిస్టారికల్ ఫిలిం లో మహేష్ బాబు నటించిన మాత్రం మరింత బీభత్సం సృష్టించే వారిని ఫ్యాన్స్ అభిప్రాయపడ్డారు. ఇలా తన ముందుకు వచ్చిన రెండు బ్లాక్ బస్టర్ మూవీస్ ను మహేష్ బాబు పదులుకోవడం ఆసక్తికరంగా మారింది. ఎన్. ఎస్. ఎం. బి 29 తో మాత్రం ఇండియాన్ బాక్సాఫీస్ రికార్డులను చెల్లించేందుకు చేస్తారని ఫ్యాన్స్ సమ్మతున్నారు. ఆ ప్రాజెక్టుకు మార్కెట్లోనూ భారీ డిమాండ్ ఉండింది.

## రెట్రో మూవీ రివ్యూ అండ్ రేటింగ్

స్ట్రీమ్ కార్యకలాపాలు నిర్వహించే పేరు మోసిన గ్యుంగ్స్టర్ తిలక్ (జోజు జార్జ్) దత్త పుత్రుడు పారివేల్ కన్నన్ (సూర్య). తండ్రి కోసం క్రిమినల్ వ్యవహారాల్లో భాగమౌతాడు. కానీ రుక్మిణి (పూజా హెగ్డే)తో ప్రేమలో పడిన తర్వాత మాఫియా, స్ట్రీమ్ యాక్టివిటీస్ వదిలేయాలని నిర్ణయించుకొంటాడు. కానీ పెంపుడు తండ్రి తిలక్ కావాల్సిన గోల్డ్ ఫిష్ సమాచారం పారివేల్ వద్ద ఉంటుంది. ఈ క్రమంలో అరెస్ట్ అయిన పారివేల్ జైలు నుంచి తప్పించుకొంటాడు. తనపై కోపంతో వదిలేసి వెళ్లిన రుక్మిణి ఆచూకీ కోసం వెతుకులాట మొదలుపెడుతాడు.

పారివేల్ ను తిలక్ ఎందుకు దత్తత తీసుకొన్నాడు? క్రిమినల్ వ్యవహారాలను వదిలేయాలని అనుకొన్న తర్వాత ఎదురైన పరిస్థితులేమిటి? పెంపుడు తండ్రి తిలక్ కోరుకుంటున్న గోల్డ్ ఫిష్ ఏంటి? గోల్డ్ ఫిష్ వివరాలు పారివేల్ నుంచి సేకరించడానికి మాఫియా వర్గాలు ఎలాంటి ప్రయత్నాలు చేశాయి? రుక్మిణి ఆచూకీ దొరికిందా? మైఖేల్ (విధు) టార్గెట్ ఏంటి? అండమాన్ లో బనిసలుగా మారిన ప్రజల ముఖాల్లో చిరు నవ్వులు చిందించాలని పారివేల్ అనుకొన్న లక్ష్యాన్ని సాధించాడా? అనే ప్రశ్నలకు సమాధానమే రెట్రో సినిమా కథ. రెట్రో స్క్రిప్ట్ విషయానికి వస్తే.. మూడు నాలుగు లేయర్లుగా మంచి పాయింట్స్ స్టోరీలో కనిపిస్తాయి. కానీ వాటిని అన్వేషించే దర్శకుడు కార్తీక్ సుబ్బరాజు కిచిడీ చేయడంతో గందరగోళమే క్రియేట్ అయింది. రకరకాల అంశాలు సరిగా లేకపోవడంతో కథ ఎటుపోతుంది? పాత్రలు ఎందుకు అలా బిహేవ్ చేస్తున్నాయి? వారి మధ్య పోరాటానికి టార్గెట్ ఏమిటనే క్లారిటీ లేకపోవడంతో ప్రేక్షకుడికి ఏం చూస్తున్నామో అర్థం కాని పరిస్థితి. క్రెమాట్ లో కథ సారాంశాన్ని చెప్పిన తీరు ఒక్కటే కొంత క్లారిటీ ఇచ్చే ప్రయత్నం చేసింది.

థ, కథనాలతో ప్రేక్షకుడిని మెప్పించడంలో దర్శకుడిగా కార్తీక్ సుబ్బరాజ్ ఫెయిల్ అయినప్పటికీ.. సూర్య తన స్ట్రీన్ ప్రజెన్స్ తో సినిమాను నిలబెట్టే

ప్రయత్నం చేశాడు. పారివేల్ పాత్రలో ఉండే డిస్టెంట్ చేయిండ్స్ ను చక్కగా చూపించాడు. గ్యుంగ్స్టర్ గా, భార్య ప్రేమ కోసం తపించే భర్తగా ఆకట్టుకొనే విధంగా పెర్ఫార్మెన్స్ చేశాడు. ఇక పూజా హెగ్డే విషయానికి వస్తే.. రోల్ రెండ్ ఎక్కువగా ఉన్నా కానీ.. సినిమాలో ఇంపాక్ట్ ఉండదు. నటించడానికి స్టాప్ లేని డీ గ్లామరైజ్డ్ క్యారిక్చర్ కనిపించింది. ఒక్క పాటలో తప్ప ఏ సీన్ లో కూడా ఎట్రాక్టివ్ గా అనిపించదు. జోజు జార్జ్, విధు, ప్రకాష్ రాజ్ పర్ఫార్మెన్స్ వివరాలు.

కథలో విషయం లేనప్పుడు, పస లేనప్పుడు సాంకేతిక విభాగాల పనితీరు కూడా డీలా పడుతాయనే విషయాన్ని రెట్రో మరోసారి స్పష్టం చేసింది. టేసింగ్ కథలో వేగం, ఇంక్రిస్టింగ్ ఎలిమెంట్స్ లేకపోవడం వల్ల మ్యూజిక్, సినిమాటోగ్రఫీ, ప్రొడక్షన్ వాల్యూస్ కూడా ఎలివేట్ కాకుండా పోయాయి. సంతోష్ నారాయణ్ తన వంతుగా బీజీఎంతో న్యాయం చేసే ప్రయత్నం చేశాడు. శ్రేయాస్ కృష్ణ సినిమాటోగ్రఫీ బాగుంది. అండమాన్ ప్రాంతాల్లో సీనిక్ బ్యూటీని చక్కగా కెమెరాల బంధించారు. జ్యోతిక, సూర్య అనుసరించిన నిర్మాణ విలువలు హై స్టాండర్డ్ లో ఉన్నాయి. రెట్రో గురించి ఓవరాల్ గా చెప్పాలంటే.. కథ, కథనాలు, పాత్రల డిజైన్ పరంగా కార్తీక్ సుబ్బరాజు పూర్తిగా విఫలమయ్యారు. సూర్య, పూజా హెగ్డే, జోజు, ప్రకాష్ రాజ్, నాజర్ లాంటి అరిస్టలను సరిగా వాడుకోలేదనే విషయం స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. క్లైమ్, లవ్, ఫ్యామిలీ ఎమోషన్స్, యాక్షన్ ఎలిమెంట్స్ ఉన్నా గ్యుంగ్స్టర్ డ్రామా.. సూర్య, పూజా హెగ్డే అభిమానులకు ఈ సినిమా సచ్చే అవకాశం ఉంది. ఎక్కువ అంచనాలు పెట్టుకొని వెళ్లి కొంత నిరాశ చెందవచ్చు. కాబట్టి సూర్య పెర్ఫార్మెన్స్ ను ఎక్స్ ప్లొరేట్ చేయాలనే మూడిలో వెళ్లండి.. కాస్త రిలీఫ్ ఉంటుందేమో

