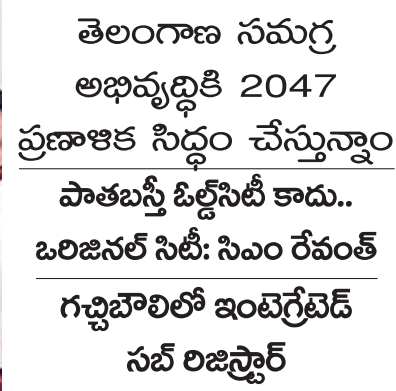


$\gg 2$

>>2

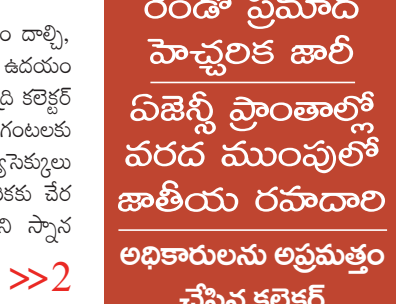


$\gg 2$

$\gg 2$

కీలక బిల్లుకు లోక్సభ ఆమోదం
న్యూఢిల్లీ, ఆగస్టు 20: డబ్బులతో ముడిపడిన ఆర్థిక కేమింగ్ గేమింగ్ నిర్వహణను నిషేధించే కీలక బిల్లుకు లోక్సభ ఆమోదం తెలిపింది. 'ది ప్రెమియన్ షన్ అండ్ రెగ్యులేషన్ ఆఫ్ ఆన్లైన్ గేమింగ్ బిల్లు-2025' పేరిట తీసుకువచ్చిన ఈ బిల్లును కేంద్ర పాఠశాల నిర్మాణ, సామాజిక మంత్రి ఆశ్వినీ కుమార్ ప్రవేశపెట్టారు. మహిళావాహిని డిజిటల్ ఈ బిల్లు ఆమోదం పొందింది. ఆన్లైన్ డిజిటల్ గేమింగ్ మార్కెట్ కోసం తమ ది బిల్లును కాపాడండి.

>>> 2



‘చాయ్ వాలా’ చిత్రం అందరికీ నచ్చతుంది



టీజర్ లాంచ్ ఈవెంట్‌లో నిర్మాత రాజ్ కందుకూరి..

నవ్వారు. ఈ ప్రయోజంలో ప్రమోద్ నాకు మంచి స్పృహతుడిగా మారిపోయారు. రైటర్ ఇహ్సాన్, డిజిటీ ప్రాంటి, ఆర్ట్ సుప్రియ ఇలా మంచి టీంతో ప్రమోద్ మూవీని తెరకెక్కించారు. ఈ చిత్రాన్ని చూసి వచ్చిన తరువాత తండ్రితో కాసేపు మాట్లాడతారు. థియేటర్ నుంచి ఓ మంచి

క్రాంతి గారు మా అందరినీ అందంగా చూపించారు. సెల్లో మా అందరినీ రాజ్ కందుకూరి గారు ఎంతరేజ్ చేస్తుండేవారు. ‘చాయ్ వాలా’ అందరికీ నచ్చుతుంది’ అని న్యాయ. రాజీవ్ కనకాల మాట్లాడుతూ.. ‘నిర్మాత వెంకట్ రెడ్డి ‘చాయ్ వాలా’ కోసం ఎక్కువ కాలప్రయత్నం కాకుండా నిర్మించారు. ‘చాయ్ వాలా’ కథ నాకు చాలా నచ్చింది.ప్రమోద్ ఏడాదికి కనీసం రెండు చిత్రాలైనా చేయాలి. ప్రతి సీన్‌ను ఎంతో వివరించి నటీనటుల నుంచి నటనను రాబట్టుకునేవాడు. రాజ్ కందుకూరి గారు ఈ సినిమా మీద మా అందరి కంటే ఎక్కువ నమ్మకంగా ఉండేవారు. కనీరెడ్డి అద్భుతమైన నటుడు. మా డిజిటీ క్రాంతి ఎంతో వేగంగా పని చేసేవారు. రచయిత ఇహ్సాన్ గారు కూడా సెట్లోకి వచ్చి సపోర్ట్ చేస్తుండేవారు. సుప్రియ గారి ఆర్ట్ వర్క్ కూడా అద్భుతంగా ఉంటుంది. తేజా ఆశ్వినీతో నాకు కొన్ని సీన్లు ఉంటాయి. తేజా చాలా చక్కగా నటించారు. శివ కందుకూరి బోలెడంత ఆకలితో ఉన్న ఆర్టిస్ట్. నా పక్కన ఎక్కువ తగ్గుకుండా ఉండాలని ఎంతో తపన పడి నటించేవాడు. ఆ ఆకలితో ఉన్న శివ కందుకూరి ఎంతో ఎత్తుకు వెళ్లాలని కోరుకుంటున్నాను. ‘చాయ్ వాలా’ అందరికీ నచ్చుతుందని ఆశిస్తున్నాను’ అని అన్నారు. నటుడు రాజ్ కుమార్ కనీరెడ్డి మాట్లాడుతూ.. ‘ప్రమోద్ నటించాలని ఉంది. తేజా ఆశ్వినీ గారు అద్భుతంగా నటించారు. రాజ్ కందుకూరి గారి మారాంటి కొత్త వాళ్లందరినీ మొదటగా అభినందించారు. కొత్త వారిని ఎంతరేజ్ చేసేందుకు ఆయన ఎప్పుడూ ముందుంటారు. ‘చాయ్ వాలా’ చిత్రం అందరినీ ఆకట్టుకుంటుంది’ అని అన్నారు.

యంగ్, ప్రామిసింగ్

యాక్టర్ శివ కందుకూరి హీరోగా ‘చాయ్ వాలా’ అనే చిత్రాన్ని హార్లీక ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్ మీద రాధా విజయ

లక్ష్మి, వెంకట్ ఆర్. పాపుడిపై భారీ అత్యున్నతంగా చిత్రానికి ప్రమోద్ వర్ష రచన, దర్శకత్వం వహించారు. రీసెంట్ గా రిలీజ్ చేసిన ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ అందరినీ ఆకట్టుకుంది. ఇక బుధవారం (ఆగస్టు 20) నాడు ఈ మూవీ టీజర్‌ను రిలీజ్ చేశారు.

‘నా చాయ్ విలువ రూ. 15.. అంతకన్న ఒక్క రూపాయి ఎక్కువ తీసుకున్నా.. నా విలువ పడిపోతుంది’ అంటూ రాజీవ్ కనకాల చెప్పిన డైలాగ్‌తో టీజర్ అద్భుతంగా

అరంభమైంది. ఈ సందర్భంగా ప్రముఖ నిర్మాత రాజ్ కందుకూరి మాట్లాడుతూ.. ‘.. ‘చాయ్ వాలా’ టైటిల్‌ను నిర్మాత వెంకట్ గారి నిర్ణయించారు. అందరికీ కనెక్ట్ అయ్యే టైటిల్ ఇది. ‘చాయ్ వాలా’ చిత్రాన్ని చూసిన తరువాత ఎమోషన్‌తో బయటకు వెళ్లారు. రాజీవ్ కనకాల గొప్ప యాక్టర్. రెండేళ్ల క్రితం కథ చెప్పినప్పుడే రాజీవ్ కనకాల తండ్రి పాత్రను పోషించినారని డైరెక్టర్ ప్రమోద్ చెప్పారు. ఇహ్సాన్ రైటింగ్ చాలా అద్భుతంగా ఉంటుంది. తేజా ఆశ్వినీకి తెలుగులో చక్కటి భవిష్యత్తు ఉంటుంది. ప్రమోద్ రాసిన మంచి కథకు, మంచి నటీనటుల కలిసి వచ్చారు. శివ స్నేహితుడిగా ఇందులో కనీరెడ్డి చాలా చక్కగా నటించారు. క్రాంతి గారు చక్కటి విజిల్ ఇచ్చారు. త్వరలోనే ఈ చిత్రం థియేటర్లోకి రానుంది. ప్రమోద్ హర్ష అనే వ్యక్తి మంచి దర్శకుడిగా నిలబడతారు.. శివకు మంచి పేరు వస్తుంది.. నిర్మాత వెంకట్ గారు ఇలాంటి మంచి చిత్రాలేన్నీ నిర్మించాలి. ‘చాయ్ వాలా’ చిత్రం ఎమోషనల్ గా అందరికీ కనెక్ట్ అవుతుంది. ఈ మూవీ అందరినీ ఆకట్టుకునేలా ఉంటుంది అని అన్నారు. శివ కందుకూరి మాట్లాడుతూ.. ‘.. ‘చాయ్ వాలా’ టీంతో నాకు మంచి బంధం ఏర్పడింది. ప్రమోద్ చెప్పిన కథ నాకు చాలా నచ్చింది. మా నిర్మాత ఈ కథను మాకంటే ఎక్కువగా

ఎమోషన్‌తోనే బయటకు వస్తారని మాత్రం కచ్చితంగా చెప్పగలను. రాజీవ్ కనకాల గారితో పని చేసిన క్షణాల్ని నా జీవితాంతం గుర్తు పెట్టుకుంటాను. ఆయన న్నుంచి నేను ఎంతో నేర్చుకున్నాను. తేజాతో కలిసి నటించడం ఆనందంగా ఉంది. ఆమె చాలా మల్టీ టాలెంటెడ్. మా ‘చాయ్ వాలా’ చిత్రం త్వరలోనే థియేటర్లోకి రానుంది. అందరినీ ఆకట్టుకునేలా మా మూవీ ఉంటుంది’ అని అన్నారు. దర్శకుడు ప్రమోద్ హర్ష మాట్లాడుతూ.. ‘.. ‘శివకే ఈ కథను చెప్పాను. కథకు తగ్గట్టుగా ఫేస్‌లోనే ఓ సెన్సిబిలిటీ, ఓ జాబ్ కనిపించాలి. అందుకే శివకి ‘చాయ్ వాలా’ కథను చెప్పాను. నేను రాసుకున్న పాత్రలు, కథ నుంచే ‘చాయ్ వాలా’ టైటిల్‌ను తీసుకున్నాను. ప్రతి మనిషి జీవితంలో జరిగే సంఘటనలే మా చిత్రంలో ఉంటుంది. ప్రతి ఒక్కరికీ కనెక్ట్ అయ్యేలా మా సినిమా ఉంటుంది అని అన్నారు. నిర్మాత వెంకట్ ఆర్. పాపుడిపై మాట్లాడుతూ ఈ మూవీ లోని కొన్ని సీన్లను చూశాను. ఇదొక సెన్సిబుల్ లవ్ స్టోర్. అందరినీ ఆకట్టుకునేలా ఈ మూవీని తీశారని అన్నారు. తేజా ఆశ్వినీ మాట్లాడుతూ.. ‘.. ‘తెలుగులో నాకు ‘చాయ్ వాలా’ మొదటి చిత్రం. రాజీవ్ కనకాల వంటి సీనియర్ ఆర్టిస్ట్‌తో పని చేయడం ఆనందంగా ఉంది. శివ గారు అద్భుతమైన కో ఆర్టిస్ట్.

క్రేజీ కింగ్స్ స్టూడియోస్ ఎల్‌ఎల్‌పి బేనర్‌లో నూతన చిత్రం ప్రారంభం

రోహిత్ వర్మ కథానాయకుడిగా

రియా సుమన్ నాయకగా నటిస్తోన్న నూతన చిత్రం మంగళవారం హైదరాబాద్ రామానాయుడు స్టూడియోలో పూజా కార్యక్రమాలతో ఘనంగా ప్రారంభమైంది. క్రేజీ కింగ్స్ స్టూడియోస్ ఎల్.ఎల్.పి. బేనర్ లో నటీర్ జమూల్ నిర్మిస్తుండగా, గోవిందరెడ్డి చంద్ర దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. హీరో హీరోయిన్లపై తీసిన ముహూర్తపు సన్నివేశానికి విజయ కనకమేడల క్లాప్ కొట్టగా, సీనియర్ దర్శకుడు రామ్ ప్రసాద్ కెమెరా స్పిచాన్ చేశారు. మరో దర్శకుడు మల్లిఖార్జున గౌరవ దర్శకత్వం వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాజీవ్ కనకాల, ప్రగతి, వర్మ తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఆనంతరం చిత్రం గురించి నిర్మాత నటీర్ జమూల్ మాట్లాడుతూ.. తెలుగులో నాకిది మొదటి సినిమా. కథ విన్న తర్వాత బాగా నచ్చి సినిమా చేయడానికి ముందుకు వచ్చాను. రోహిత్ హీరోగా నటిస్తున్నాడు. ఇందులో పాటలు అద్భుతంగా ఉంటాయి. దర్శకుడు కథకు అనుగుణంగా నటీనటుల ఎడిక చేయడం జరిగింది. కథానాయకుడు రోహిత్ వర్మ మాట్లాడుతూ.. దర్శకుడు అద్భుతమైన కథ చెప్పారు. ఈ సినిమాతో తెలుగులోకి రావడం చాలా ఆనందంగా వుంది. సినిమాకి సీనియర్ సాంకేతిక సిబ్బంది పనిచేస్తున్నారు. తెలుగు ప్రేక్షకులకు మంచి సినిమా ఇవ్వాలని నా మనసులో కోరిక వుండేది. ఈ చిత్రంలో అది



కుదిరింది. చిత్రం కోసం తెలుగు బాగా నేర్చుకుంటున్నాను. అందరూ మెచ్చే సినిమా అవుతుందని నమ్మకం ఉంది. హీరోయిన్ రియా సుమన్ మాట్లాడుతూ.. ఈ సినిమాలో పనిచేయడం ఆనందంగా వుంది. మంచి పాత్రను పోషిస్తున్నాను. ఇందుకు దర్శక నిర్మాతలకు ధన్యవాదాలు తెలియజేస్తున్నాను. అలాగే ఈ సినిమాకు మంచి టైటిల్

పెట్టబోతున్నాడు. వినాయకపవిత్రకి తెలియజేయనున్నాను. తొలుత మోటిజ్ సాంగ్‌లో రేపటినుంచి మాటింగ్ ప్రారంభిస్తున్నాం. చక్కటి సాహిత్య, సంగీతం ఈ కథకు బాగా కుదిరింది. నటుడు నిఖిల్ దేవేదుల మాట్లాడుతూ.. ఈ రోజు మంచి ముహూర్తంతో ప్రారంభించి నందుకు ఆనందంగా వుంది. చక్కటి పాత్రను పోషిస్తున్నాను. అందరూ ఆశీస్సులు కావాలి.నటీ ఆర్టర్ మాట్లాడుతూ.. సినిమాలో భాగమైనందుకు ఆనందంగా వుంది. అందరూ చూడతగ్గ సినిమా ఇది అన్నారు. దర్శకుడు గోవిందరెడ్డి చంద్ర మాట్లాడుతూ.. క్రేజీ కింగ్స్ ప్రొడక్షన్స్‌లో క్రేజీ కథతో రాబోతున్నాం. ఛోబాక, ప్రసాద్, మజిశర్మ వంటి సీనియర్స్ ఈ సినిమాకు పనిచేస్తున్నారు. కథ అందరికీ కనెక్ట్ అయ్యేవిధంగా వుంటుంది. రోహిత్ హిందీలో చేశాడు. తెలుగులో మొదటి సినిమా. రియా కథ నచ్చి బాగా సపోర్ట్ చేసింది. ఇది పక్కా కమర్షియల్ సినిమా అవుతుందనే నమ్మకముంది. పూర్తి వివరాలు వినాయకపవిత్రకి తెలియజేస్తాం అన్నారు.



పాయల్ రాజ్‌పుత్

సుకృతి వేణిని అభినందించిన సిఎం రేవంత్ రెడ్డి

ఇటీవల ప్రకటించిన జాతీయ అవార్డ్స్ లో ‘గాంధీ తాత చెట్టు’ చిత్రానికి గాను ఉత్తమ బాలనటిగా అవార్డుకు ఎంపికైన ప్రముఖ దర్శకుడు సుకుమార్ కూతురు సుకృతి వేణిని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అభినందించారు. మంగళవారం జుబ్బిహార్లోని తన నివాసంలో ఉత్తమ బాలనటిగా పురస్కారానికి ఎంపికైన సుకృతి వేణితో పాటు ప్రముఖ దర్శకుడు సుకుమార్, చిత్ర సమర్పకురాలు, సుకుమార్ సతీమణి తబితా సుకుమార్ ‘గాంధీ తాత చెట్టు’ చిత్ర నిర్మాతలు వై.రవిశంకర్, శేష సింధురావులు సిఎం రేవంత్ రెడ్డిని కలిశారు. ఈ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సుకృతివేణితో పాటు నిర్మాతలను ఈ సందర్భంగా సత్కరించారు. 71 జాతీయ అవార్డ్స్‌లో ‘గాంధీ తాత చెట్టు’ చిత్రానికిగాను సుకృతివేణి ఆ చిత్రంలో ఉత్తమ నటనకు ఉత్తమ బాలనటిగా పురస్కారం దక్కించుకున్నారు. పద్మావతి మల్లాది దర్శకత్వంలో ప్రేమి మూవీ మేకర్స్, గోపీ టాకీస్, సుకుమార్ రైటింగ్స్ బ్యానర్లపై శ్రీమతి తబితా సుకుమార్ సమర్పణలో నవీన్ ఎర్నేని, వై.రవిశంకర్, శేష సింధురావులు ఈ చిత్రాన్ని నిర్మించారు. అందరి హృదయాలను హత్తుకున్న చిత్రంగా ‘గాంధీ తాత చెట్టు’ ప్రశంసలు అందుకున్న సంగతి తెలిసిందే.

‘కాంతార చాప్టర్-1’ నుంచి గుల్షన్ దేవయ్య ఫస్ట్ లుక్ విడుదల



మ్యాస్ ఎంటర్టైన్ బిగ్స్ పాన్ ఇండియా మూవీ కాంతార చాప్టర్ 1 నిర్మాతలు బాలీవుడ్ నటుడు గుల్షన్ దేవయ్య ఫస్ట్ లుక్‌ను లాంచ్ చేశారు. రిషట్ శెట్టి బ్లాక్‌బస్టర్ కాంతారకు ప్రతిష్టాత్మక ప్రీక్వెల్‌లో కులశేఖర పాత్రలో నటిస్తున్నాడు గుల్షన్ దేవయ్య. ఈ ఆస్కార్స్ మెంట్ ప్రాంజెజీ అభిమానులలో ఉత్సాహాన్ని నింపింది. ఈ చిత్రం ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ప్రేక్షకులను అలరించడానికి సిద్ధమవుతోంది. రిషట్ శెట్టి రచన, దర్శకత్వం వహించి తానే మల్టీ సెంట్రల్ క్యారెక్టర్‌గా నటిస్తున్న ‘కాంతార చాప్టర్-1’ మొదటి పార్ట్‌లో ఉన్న యూనివర్స్‌ని ఇంకా విస్తరించబోతోంది. తొలి సినిమా రా, ఫోకోలో, ఆధ్యాత్మికత, భావోద్వేగా లతో రూపొంది స్టోరీటెలింగ్‌కి కొత్త నిర్వచనం ఇచ్చింది. ఈ ప్రీక్వెల్ మాత్రం మూలాలను ఇంకా లోతుగా ఎక్స్‌లోర చేస్తూ,

మరింత ఇంటెన్సిటీ, భావోద్వేగం జోడించబోతోంది. ఈ సినిమా విజువల్ విజువల్ వందరీగా ఉండబోతోంది. సినిమాలోగోషిని అర్గింద్ ఎన్. కాశ్యప్ అందిస్తుండగా, ఫస్ట్ పార్ట్‌లో ప్రేక్షకులను మంత్రి ముగ్గులను చేసిన బి. అజనీష్ లోక్నాథ్ మ్యూజిక్ ఇస్తున్నారు. హోండాలో పిలిమ్స్ విజయ కిరగంధూర్ నెక్స్ట్ రివల్ లో నిర్మిస్తున్నారు. కులశేఖర పాత్రలో గుల్షన్ దేవయ్య ఫస్ట్ లుక్ బయటికి రావడంతో సినిమా మీద మరింత హైప్ పెరిగింది. ఈ మ్యాస్ లవ్ యూనివర్స్‌లో అతని రోల్ ఎలాంటి మలుపులు తీసుకొస్తుందో అన్న ఆసక్తి పెరుగుతోంది. ఈ చిత్రం కన్నడలో పాటు తెలుగు, హిందీ, తమిళం, మలయాళం, బెంగాలీ, ఇంగ్లీష్ లో అక్టోబర్ 2, 2025న గ్రాండ్ గా వరల్డ్‌వైడ్ రిలీజ్ కానుంది.

నీలి నీలి ఆకాశం పాటకు సీక్వెల్ పాట



నీలి నీలి ఆకాశం క్రియేషన్స్, ప్రశ్నిత ఎంటర్టైన్‌మెంట్, ఎన్‌వీఎల్ క్రియేషన్స్ బ్యానర్లపై అంతర్ గౌడ, పాయల్ వెంగప్ప, రోజీ, యష్, రోహన్ సూర్య, మొయిన్ ముఖ్య తారాగణం తో ‘30 రోజుల్లో ప్రేమించడం ఎలా’ సినిమాతో మంచి విజయాన్ని అందుకున్న డైరెక్టర్ మున్నా ధులిపూడి దర్శకత్వంలో వస్తున్న చిత్రం ‘బ్యాడ్ గాజీ’ కానీ చాలా మంచిళ్లు అనేది బ్యాగ్ లైన్. శిఖర్ నల్లా, ఎమ్మాడి సోమ నర్మయ్య, రామిశెట్టి రాంబాబు, రావుల రమేష్ ఈ చిత్రానికి నిర్మాతలు. ఆస్కార్ విన్నర్ లిరిసిస్ట్ చంద్రబోస్ సాహిత్యం అందిస్తుండగా మెలోడీ కింగ్ అనూప్ రూబెన్ తన చక్కని బాణీలతో ఈ చిత్రానికి సంగీతం అందించారు. ఇటీవలే ఈ చిత్రానికి సంబంధించిన మోషన్ పోస్టర్ 5 మిలియన్ వ్యూస్‌తో సోఫట్ మీడియా లో ట్రెండింగ్‌లో నడుస్తోంది. ఇప్పుడు మరో మెలోడీ పాటను తెలుగు ప్రేక్షకులకు త్వరలో అందించబోతున్నారు. ‘ఇలా చూసుకుంటానే’ అనే పాటకి చంద్రబోస్ సాహిత్యం అందించగా సిద్ శ్రీరామ్ పాడారు. ఈ పాటకు సంబంధించి విడుదల అయిన ప్రీ టీజర్ చూసుకుపోతుంది, ఈ ప్రీ టీజర్ లో చంద్ర బోస్ గారు కూడా యాక్టింగ్ అద్భుతంగా చేశారు. ఈ చిత్ర దర్శకుడు మున్నా ధూళిపూడి మాట్లాడుతూ ఇప్పుడు ‘ఇలా చూసుకుంటానే’ అనే పాట ‘బ్యాడ్ గాజీ’ చిత్రం ద్వారా త్వరలో విడుదల చేస్తున్నాం. చంద్ర బోస్ గారు అందించిన లిరిక్స్, సంగీత దర్శకుడు అనూప్ రూబెన్ స్వర్గ పరివిన పాట మరియూ సిద్ శ్రీరామ్ పాడిన పాట ‘నీలి నీలి ఆకాశం’ పాట కంటే గొప్పగా వచ్చింది. త్వరలో విడుదల చేస్తాం. ‘బ్యాడ్ గాజీ’ అనేది పూర్తి ఎంటర్టైన్ చిత్రం. జాబ్ రథ్యాలు, మ్యాడ్ రాంటి హిరోయిన్ చిత్రాలు అమ్మాయిలు చేస్తే ఎలా ఉంటుందో అలాంటి చిత్రం మా ‘బ్యాడ్ గాజీ’ అని తెలిపారు. తారాగణం: అంతర్ గౌడ, పాయల్ వెంగప్ప, రోజీ, యష్, రోహన్ సూర్య, మొయిన్ సాంకేతిక బృందం: దర్శకుడు: మున్నా ధులిపూడి, బ్యానర్స్: ప్రశ్నిత ఎంటర్టైన్‌మెంట్, నీలి నీలి ఆకాశం క్రియేషన్స్, ఎన్‌వీఎల్ క్రియేషన్స్, నిర్మాతలు: శిఖర్ నల్లా, ఎమ్మాడి సోమ నర్మయ్య, రామిశెట్టి రాంబాబు, రావుల రమేష్, ఎక్స్‌క్యూటివ్ ప్రొడ్యూసర్: కె ఎమ్ కుమార్, సంగీతం: అనూప్ రూబెన్, లిరిక్స్: ఆస్కార్ చంద్ర బోస్, సాహిత్యం: చంద్రబోస్, సినిమాటోగ్రాఫర్: అల్లి గజేష్, ఎడిటర్: బొంతల నాగేశ్వరరెడ్డి



ఇటీవల కాలంలో వారా సెలెక్టివ్గా సినిమాలు చేస్తున్న నటిరీటి డా:

రాజేంద్ర ప్రసాద్, ‘సువ్వేకావాలి, ప్రేమించు’ వంటి సూపర్ హిట్ ఫిల్మ్స్ ఫేమ్ సాయికిరణ్, జోగిని శ్యామల ముఖ్యపాత్రల్లో యువ ప్రతిభాశాలి చిరంజీవి తనీరు దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న సందేశభరిత విశ్వాత్మక చిత్రం ‘నేనెవరు?’ జై చిరంజీవ మూవీ మేకర్స్ పతాకంపై సరికొండ మల్లిఖార్జున్ సమర్పణలో అందెకర్ జగదీష్ బాబు సకినాన భూలక్ష్మి సయ్యుక్తంగా నిర్మించిన ఈ చిత్రంతో వైజాగ్ సత్కారంద్ శిష్యులు అభిలాష్, సాయిచెర్ల హీరోలుగా పరిచయమవుతున్నారు.

‘నేనెవరు’ టైటిల్ లోగో లాంచ్

డివిక, సోనాక్షి, జబర్దస్త్ రాజవంశీ... అంతర పాత్రల్లో నటించిన ఈ చిత్రం మాటింగ్ ముగింపుకు, ప్రస్తుతం పోస్ట్ ప్రొడక్షన్ పనులు జరుపుకుంటోంది!! త్వరలో విడుదల తేది ప్రకటించుకోనున్న ఈ చిత్రం టైటిల్ లోగోను తెలుగు నిర్మాతల మండలి అధ్యక్షులు ప్రముఖ నిర్మాత కె.ఎల్.రామేశ్వర్ ప్రసాద్, ప్రముఖ దర్శకులు రేలంగి నరసింహారావు, వి.నమ్మద్ర అప్పియ్యం చిత్ర యూనిట్ కి అభినందనలు తెలిపారు. హైదరాబాద్ లోని, తెలుగు ఫిల్మ్ ఫౌండర్స్ ప్రియ్య థియేటర్లో జరిగిన ఈ వేడుకలో చిత్రబృందం పాల్గొని, ఈ సినిమా తామందరికీ పేరు తెచ్చిపెడుతుందని పేర్కొన్నారు!! ఈ చిత్రానికి పి.ఆర్.బి. ధీరజ్ అప్పాజీ, మాటలు: శ్రీనివాస్, పాటలు: ఎన్.ఎస్.వీరు, మ్యూజిక్: చిన్నిరెడ్డి, ఎడిటర్: సందమూర్ హరి తారకరామారావు, సినిమాటోగ్రఫీ: నాయుడు ప్రసాద్ కొల్లి, సమర్పణ: సరికొండ మల్లిఖార్జున్, నిర్మాతలు: అందెకర్ జగదీష్ బాబు సకినాన భూలక్ష్మి, రచన దర్శకత్వం: చిరంజీవి తనీరు!!



విలువైన జీవ వైవిధ్యానికి నెలవైన అడవులవి. పేదలైన వాటి యజమానులకు డబ్బు ఆక చూపి అక్కడి చెట్లను కొట్టేస్తుంటారు వ్యాపారులు. పశ్చిమ కనుమల్లోని ఆ విశిష్ట అడవులతో పర్యావరణానికి మేలని భావించారు అర్చనా జగదీష్ గాడ్కర్. భావించడమే కాదు, వేల ఎకరాలను కాపాడుతున్నారు. దానికోసం ఆమె ఏం చేస్తున్నారంటే...

వృక్ష పరిశోధకురాలైన అర్చన మొదట్లో 'బొటానికల్ సర్వే ఆఫ్ ఇండియా'లో శాస్త్రవేత్తగా పనిచేసేవారు. అరుదైన మొక్కల్ని గుర్తించి వాటికి పేర్లు పెట్టడం ఆమె విధులు. కానీ వృక్ష సంపదను, పర్యావరణాన్ని పరిరక్షించాలన్న ఆమె లక్ష్యం అక్కడ నెరవేరలేదు. దాంతో ఉద్యోగం వదిలి 1995లో పుణె కేంద్రంగా 'అప్లైడ్ ఎన్విరాన్మెంటల్ రిసర్చ్ ఫౌండేషన్(ఏకాఆర్ఎఫ్)'ను స్థాపించారు. ఆమె లక్ష్యం ప్రస్తుతం పర్యావరణ పరిరక్షణ నచ్చే దిశగా పనిచేస్తున్న జయంత శర్మాయిత్ తోడొచ్చారు. జీవవైవిధ్యాన్ని

కాపాడటానికి వివిధ మార్గాల్లో ప్రయత్నిస్తుంది ఆ సంస్థ. ఆ ప్రాజెక్టునే మహారాష్ట్రలో విస్తరించిన పశ్చిమ కనుమల్లోని ప్రైవేటు అడవుల్లో భారీగా చెట్లను నరికేస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. తమ ఆర్థిక అవసరాల కోసం ఎంతో విలువైన చెట్లను వర్తకులకు అమ్మేవారు యజమానులు. దీన్ని ఆపడానికి ఓ వినుత్న పరిష్కారాన్ని చూపే అర్చన, అడవుల్లో చెట్లను కొట్టుకుంటే రైతులకు డబ్బులిస్తామని చెప్పారు. మొదట్లో వీరి మాటల్ని ఎవరూ నమ్మలేదు. అనేక కార్యక్రమాలు, సమావేశాలు నిర్వహించడంతో ఇది ఆచరణలోకి వచ్చింది. 2007లో 100 ఎకరాలతో చట్టబద్ధంగా మొదటి ఒప్పందం కుదుర్చుకున్నారు.

అడవులతో పర్యావరణానికి మేలు



దీని ప్రకారం భూ యాజమాన్య హక్కులు రైతులకే ఉంటాయి. అయిదేళ్లపాటు రైతులు చెట్లు కొట్టరు. బదులుగా ఏడాదికి కొంత

మొత్తం వాళ్లకి చెల్లెస్తారు. రత్నగిరి, పుణె, రాయగడ్, సింధుదుర్గ జిల్లాల్లో ప్రధానంగా ఏకాఆర్ఎఫ్ రైతులతో పనిచేస్తోంది. పవిత్ర తోటలు.. ఈ అడవులను పవిత్ర తోటలుగా పిలుస్తారు స్థానికులు. వీటిలో ఆలయాలు ఉంటాయి. ఒక్కో కుటుంబానికి 5-10, 50-100 ఎకరాలు ఉంటాయి. చెట్ల నుంచి వస్త్రీ పండ్లు, కాయలు, ఔషధం... లాంటి వాటిని మాత్రం రైతులు తీసుకొని అమ్ముకోవచ్చు. మొదట్లో దీనికి నిధులు సమకూర్చడం కష్టమయ్యింది. క్రొత్త ఫండింగ్, స్పాన్సర్ ఏ ఫార్మేట్స్... కార్యక్రమాలు చేపట్టి విజయవంతమయ్యాయి. ఇప్పుడు మాకు మద్దతు తెలిపేవారు చాలామంది ఉన్నారు. గ్రామస్థుల సమ్మతాన్ని పొందడం ఇక్కడ కీలకం. ఏ చిన్న కష్టం వచ్చినా రైతులూ, గిరిజనులూ అడవులవైపే చూస్తారు. అందుకే మేమూ ఆర్థిక ప్రయోజనం చూపించాం. చెట్లను కొట్టుకుంటూ పోతే చివరకు ఆదాయమే ఉండదన్న సంగతి గుర్తుచేశాం అని చెబుతారు. ఈ అటవీ ఉత్పత్తుల్లో ఔషధ లక్షణాలు ఉన్నవాటికి

ఏకాఆర్ఎఫ్ మార్కెట్లోని మాపుతోంది. మహారాష్ట్రలో 25 లక్షల ఎకరాలు ప్రైవేటు అడవులు ఉన్నాయి. ఏకాఆర్ఎఫ్ ద్వారా 13వేల ఎకరాల అడవులను సంరక్షిస్తున్నారు. బదులుగా కోట్ల రూపాయలు ఇస్తున్నారు. రైతులు ఒప్పందాన్ని ప్రతి అయిదేళ్లకూ నవీకరించి

పసరద్దరిస్తారు. ఈ అడవుల వల్ల లక్షల టన్నుల కార్బన్ డయాక్సైడ్ పర్యావరణంలో కలపకుండా ఆగుతోంది. ఇక్కడ విభిన్న వృక్షాలే కాదు, పక్షులు, జంతువులు ఉన్నాయి. వీటితోపాటు పశ్చిమ తీరంలోని కొన్ని ప్రైవేట్ మడ అడవులు, మహారాష్ట్రలో గోండియా, చత్తీస్ గడ్లో కేంకర్ లాంటి ప్రాంతాల్లో అడవుల సంరక్షిస్తోంది. రఫాల్ స్మార్ట్ గ్రాంట్స్ ఫౌండేషన్, ఎల్ఆండ్టీ, యూపిల్, ప్రజ్ఞ ఇండస్ట్రీస్, ఇన్స్టేటివ్ ఇండస్ట్రీస్, పక్కా హెర్బ్ సహా పలు కార్పొరేట్ సంస్థలు వీరికి నిధులు అందిస్తున్నాయి. జీవవైవిధ్యం లేని పర్యావరణంలో లాభంలేదు. కలిసి కట్టగా పనిచేస్తే ఎలాంటి పర్యావరణ సమస్యలైనా పరిష్కారం చూపించవచ్చు. □

కళ్లు కళగా ఉండాలంటే..

సరిపడినంత నిద్ర లేకపోవడం, థైరాయిడ్, ఉప్పు అధికంగా ఉన్న ఆహారపదార్థాలు తీసుకోవడం.. ఇలాంటి కారణాల వల్ల కళ్ల చుట్టూ వాపు, కళ్ల కింద నల్లటి పలచులు, కళ్ల అలసినపోయి నట్లుగా కనిపించడం.. వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి. ఇవి కంటి అందాన్ని దెబ్బతీస్తాయి కూడా! మరి, ఈ సమస్యలకు చెక్ పెట్టాలంటే ఈ చిన్న చిట్కాలు పాటించాలని నిపుణులు అంటున్నారు.



కీరాదోసతో కూర్చు.. ముందుగా కీరాదోసను పలుచని చక్రల్లా కోసుకొని కాసేపు ఫ్రిజ్లో ఉంచాలి. తర్వాత వాటిని తీసి కళ్ల మీద పెట్టుకొని పది నిమిషాలు రిలాక్స్ అయితే చాలు. కళ్ల చుట్టూ ఉన్న వాపు తగ్గి మోము కాంతిల్గుతుంది. కీరాదోసకు బదులుగా యాపిల్ కూడా ఉపయోగించవచ్చు. ఫ్రిజ్లో భద్రపరచిన యాపిల్ తీసుకొని పలుచని ముక్కల్లా కోసి నేరుగా కళ్ల మీద పెట్టుకుంటే సరి. అందులో ఉండే ఇన్సుమేటర్ గుణాల కారణంగా కళ్ల చుట్టూ ఉన్న వాపు ఇక్కే తగ్గిపోతుంది.

బంగాళదుంప రసంతో... ఒక బంగాళాదుంప తీసుకొని తొక్కేసి ముక్కలుగా కోసి మెత్తగా చేసుకోవాలి. దాని నుంచి రసం వేరు చేసి అందులో దూది ముంచి కళ్ల కింద అప్లై చేసుకోవాలి. 20 నిమిషాలు ఆరనిచ్చి ఆ తర్వాత గోరువెచ్చని నీటితో శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఈ విధంగా చేయడం వల్ల కళ్లకు రక్తప్రసారణ సక్రమంగా జరిగి వాపు తగ్గుతుంది. రోజూ రాత్రి పడుకోనే ముందు ఈ చిట్కా పాటిస్తే కళ్ల కింద నల్లటి పలచులు కూడా తగ్గుముఖం పడతాయి.

రోజ్ వాటర్.. రోజ్ వాటర్లో ముంచిన దూదిని కళ్లపై పెట్టుకొని పలుచని వస్త్రంతో కప్పివేయాలి. వాపుగంట తర్వాత కళ్లను చల్లని నీటితో శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఫలితంగా వాపు తగ్గి, అలసిన కళ్ల తిరిగి సాధారణ స్థితికి చేరుకుంటాయి.

బేబీ ఆయిల్ తో.. గోరువెచ్చని నీటిలో కొన్ని చుక్కల బేబీ ఆయిల్ వేసి బాగా కలపాలి. ఈ మిశ్రమంలో ముంచి దూదిని కళ్లపై ఉంచి 15 నుంచి 20 నిమిషాల పాటు విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. బేబీ ఆయిల్ ఉండే విటమిన్ 'బి' వల్ల ఉబ్బిన కళ్ల తిరిగి సాధారణ స్థితికి చేరుకుంటాయి. □



కురులకు ముత్యాల సిరులు



ఓవైపు పేరంటాలు, మరో పెళ్లి పిలుపులు. చూడబడతా మనదే దుస్తులు, నగలు... వీటితో సిద్ధమైనట్టేనా? పూర్తి లుక్ ఆకర్షించాలంటే కురులకి గ్లామర్ హంగులద్దాలి. వేడుకైనా సంప్రదాయ దుస్తుల్లో సిద్ధమైనా ఆధునిక అమ్మాయినే అనిపించుకోవాలన్నది నేటి అమ్మాయిల తత్వం. అందుకే పట్టు చీర, ఓణీ కట్టినా, లెహంగాలో సిద్ధమైనా కురుల విషయంలో మాత్రం ఆధునికతకే ప్రాధాన్యమిస్తారు. కాస్త చిన్న, మధ్యస్థ పొడవుంటే హాయిరీ లీవ్స్ మించిన ఉత్తమ మార్గం మరొకటి ఉంటుందా చెప్పండి? అలాగని ఓ పఫ్, రెండు క్లిప్పులతో పదిలేస్తే బాగుంటుంది? అందుకే కురులని ఆకర్షించేలా ఎన్నో ఆప్షన్లు. ఈ పెరల్ క్లిప్స్ అలాంటివే నల్లని కురులపై తెల్లగా మెరుస్తూ భలే అందంగా ఉన్నాయో కదూ? వాటి ఆకర్షణ మరింత పెంచుతూ కుండస్సు, రంగుల రాళ్లు, గవ్వలు వగైరా మరింత ఇత కుదిరాయి. చూడటానికి భారతీయం తెస్తూ చక్కగా ఉన్నావు కానీ... ఇవి దగ్గరంటే సిద్ధమవడమూ చిటికెసినంత సేపే! కళ్ల, మెస్సీ, డ్రైయిట్... ఏరకంగా స్టైలింగ్ చేసుకుంటూ హాయిరీ లీవ్స్ చేసి సరే! చివర్లో వీటిని తగిలిస్తే చాలు. కురులకే కాదు... మీకూ స్టైలిష్ లుక్కి ఇస్తాయి. ప్రత్యేకంగా కనిపించేలా చేస్తుంది. త్వరలో వేడుక ఉందా? స్పెషల్గా కనిపించడం తప్పనిసరా? అయితే ఇంకేం ఈ పెరల్ యాక్సెసరీలను తెచ్చేసుకోండి. చిటికెలో సిద్ధమైపోండి



సారకాయ చపాతీలు

పాలక చపాతీ, అల్లూ చపాతీ, మేతీ చపాతీ ఇలా చాలా రకాలుగా రుచుల చపాతీలను చేసుకోవచ్చు. కానీ చపాతీలు చేయాలంటే.. మెత్తగా పస్తామెరా రావోసని చాలామందికి భయం. పిండి సరిగ్గా కలవక బొయినా, ఇంగ్లీషియంట్స్ సమపాళ్లలో పడకపోయినా, చపాతీలు మన మాట వినవు. మరి సారకాయ చపాతీ ఎప్పుడైనా టై చేశారా? మెత్తగా చూడులాంటి సారకాయ చపాతీ ఎలా చేయాలో చూద్దాం.

తలకే కాకుండా శరీరానికి కూడా నూనెను పట్టించి మద్దన చేయడం వలన శరీరానికి చక్కని వ్యాయామం అభివృద్ధి చేశావుష్ట కలుగుతుంది.

చెలిచిట్కా ప్రశ్న: నా వయస్సు 40 ఏళ్లు. ఒక ప్రైవేటు సంస్థలో కీలకమైన బాధ్యత నిర్వహిస్తున్నాను. దీనివల్ల కొంత మానసిక ఒత్తిడి ఉంటుంది. చెవ్ అలవాట్లు ఏవీ లేనప్పటికీ రోజూ నాలుగైదు సార్లు కాఫీ తాగుతుంటాను. పని ఒత్తిడి వల్ల ఒక్కోసారి చేక తప్పి భోజనం చేసుకోవాను. దీనివల్ల కొంతవరకు జీవనశైలి గాడి తప్పిందని చెప్పవచ్చు. గత మూడునెలల నుంచి మూత్ర విసర్జన సమస్య తలెత్తింది. పగలు ఎన్నిసార్లు మూత్ర విసర్జన చేసినా సమస్య అనిపించదు. కానీ రాత్రులో నాలుగైదు సార్లు మూత్ర విసర్జన కోసం లేచాల్సి వస్తోంది. దీని వల్ల నిద్ర సరిపోవడం లేదు. రాత్రి 11 గంటలకు పడుకుని ఉదయం ఐదు గంటలకు నిద్రలేవవలసి వస్తోంది.

వ్యథ ఒత్తిడి వల్ల అతిమూత్రం

అయితే మూత్ర విసర్జన సమస్య వల్ల నిద్ర చాలడం లేదు. దీని వల్ల పగలు అలసట, విసుగు, కోపం వస్తున్నాయి. ఒక్కోసారి నీరసంగా ఉంటోంది. ఈ లక్షణాలను బట్టి మధుమేహ సమస్య తల ఎత్తి ఉంటుందని మిత్రులు చెప్పారు. డాక్టరుకు కలిసి పరీక్షలు చేస్తే మగ్గర్ తెచ్చే సక్రమంగా ఉన్నట్లు తెలియి దీనితో ఇతర ఆరోగ్య పరీక్షలు చేశారు. శారీరకంగా ఎలాంటి లోపాలు లేవని చెప్పారు. మానసిక ఒత్తిడి, నిద్రలేమి, అతిగా టీ కాఫీలు, మధ్యం సేవించడం కూడా కారణం కావచ్చని డాక్టరు చెప్పారు. ఆయన చెప్పిన లక్షణాలు లేదా కారణాలలో మూడు ఉన్నాయని చెప్పాను. ఎక్కువగా ఎసి రూపంలో ఉండటం కూడ ఒక కారణం కావచ్చని మరి తక్కువగా కాకుండా చూసుకోమని సలహా ఇచ్చారు. అలాగే సైకాలజిస్టును కలిసి కౌన్సిలింగ్ తీసుకోమన్నారు. ఒత్తిడి నిర్వహణ పద్ధతులు పాటించ మన్నారు. నాలో ఒత్తిడి తగ్గడానికి, నిద్రబాగా పట్టడానికి, మూత్రవిసర్జన సమస్య తగ్గడానికి తగిన సలహాలు ఇవ్వండి.

- ఒక సోదరి, కడప. **జవాబు :** అమ్మో సహజంగా ఎక్కువ సార్లు మూత్ర విసర్జన చేయాల్సి వస్తోంది అనగానే ఆందరికీ గుర్తుకు వచ్చేది మధుమేహమే. అయితే ఇతర కొన్ని శారీరక సమస్యలు ఇందుకు కారణం కావచ్చు. అలాగే ఇతర జబ్బులు కోసం వాడే మందుల వల్ల సమస్య తల ఎత్తవచ్చు. అయితే డాక్టరు పరీక్షలు చేసి శారీరక సమస్యలు ఏవీ లేవని చెప్పడం వల్ల మానసిక కోణంలో ఆలోచించాలి. అలాగే అలవాట్లు లేదా జీవన శైలిని పరిశీలించాలి. మీ సమస్యకు మానసిక ఒత్తిడి, అలవాట్లు కారణంగా భావించవచ్చు. ఒత్తిడి వల్ల అతి మూత్ర సమస్య తలెత్తే అవకాశం ఉంది. అలాగే భయం ఆందోళన వల్ల కూడ మూత్ర విసర్జన జరిగే అవకాశం ఉంది. టీ, కాఫీలు ఎక్కువగా తాగడం వల్ల అందులోని కెఫెన్ సల్ఫుల కూడ సమస్య కారణం కావచ్చు. రోజుకు కనీసం ఎనిమిది గంటలు నిద్ర అవసరం ఉంటుంది. కొందరికి గంట తగ్గినా పరవాలేదు. మీరు రోజూ ఆరు గంటలే నిద్రపోతున్నారు. మూత్ర

- యం.పి.సాయిరాధ్

ఎంత మదిలోచే పెరివ్వమో అయినా.. కాసే పటికే దాని ప్రభావం తగ్గిపోతుంది. అలా కాకుండా ఎక్కువసేపు పరిమళాలు వెడ జల్లుతూ.. మిమ్మల్ని ఉత్సాహంగా ఉంచాలంటే.. దగ్గరగా ఉంటాయి. అందుకే మెడ దగ్గర స్ట్రెప్ చేస్తే పరిమళం చక్కగా వ్యాపిస్తుంది. ఎక్కువ సేపు ఆ తాజాదనం నిలిచి ఉంటుంది. కానీ రాళ్లు పొదిగిన ఆభరణాలపై పడితే వాటి నాణ్యత దెబ్బతినే అవకాశం ఉంది.

చెవుల వెనుక : ఇక్కడ చర్మం చలా సున్నితంగా ఉంటుంది. సువాసన నిలిచి ఉండాలన్నా వ్యాపించాలన్నా పరిమళాన్ని అక్కడ స్ట్రెప్ చేయాలి. పార్శ్వలు, వేడుకలప్పుడు.. అత్యయితో కాస్త దగ్గరగా మసలు తుంటూ కాబట్టి ఈ విధంగా

తాజాదనం ఎక్కువసేపు..

మతి కట్టు : చర్మం సున్నితంగా ఉంటుందికక్కడ. ఇక్కడ పెరివ్వమో రాసి, రుద్దితే. చేతి కదలికల వల్ల సువాసన వ్యాపిస్తుంది. రోజంతా తాజాగా ఉన్న భావన కలుగుతుంది. **మోకాళ్ల వెనుక :** ఈ ప్రాంతంలో వెచ్చగా ఉంటుంది. ఇక్కడ పెరివ్వమో రాసి, రుద్దితే.. చేతి కదలికల వల్ల సువాసన వ్యాపిస్తుంది. రోజంతా తాజాగా ఉన్న భావన కలుగుతుంది. **మోకాళ్ల వెనుక :** ఈ ప్రాంతంలో వెచ్చగా ఉంటుంది. ఇక్కడ స్ట్రెప్ చేస్తే సువాసన చుట్టుపక్కలకు సులభంగా వ్యాపిస్తుంది. □

ఒకసారి శరణు వేడిన చాలు!

నల్ల మస్తాన్ గారు గుంటూరుకు వచ్చిన తొలి దినాలలో ఒక రోజు ఉరుములు, మెరుపులతో కుంభవృష్టిగా వాన కురవసాగింది. విశేషమేమిటంటే ద్వానం చేస్తున్న మస్తాన్ గారి ఇంటిపై ఒక వర్షపుచుక్క కూడ పడకపోవటం. ఇంతలో పిడుగు పడి ఒక మేక పిల్లి, ఒక మనిషి మరణించారు. వర్షం తగ్గింది. మస్తాన్ గారు సమాధి నుండి లేవగానే మరణించిన మేకపిల్లి కనిపించింది. ఆయన దానివద్ద కూర్చొని, భగవద్ధ్యానం చేసి, దాని చుట్టూ ముహూర్త తిరిగి 'ఉత్' అన్నారు. ఆ మేకపిల్లి లేచి మస్తాన్ గారి పాదాల నందునుండి దూరి వెళ్లిపోయింది. ఈ వార్త ఊరంతా వ్యాపించగా పిడుగుపాటుతో మరణించిన వ్యక్తి తల్లి పచ్చి, మస్తాన్ గారి పాదాలను చట్టుకుని వల, వల దూఖించింది. కరుణా సముద్రుడు ఆ తల్లి దూఖం చూడలేకపోయాడు. శవం వద్దకు పోయి దైవ ద్వానం చేసి, శరీరాన్ని తాకాడు.

వెంటనే విగత జీవితీ ప్రాణం వచ్చింది. లేచి కూర్చున్నాడు. సంగతి గ్రహించి మస్తాన్ గారి పాదాలపై వడ్డాడు. మహనీయుల కరుణకు పాతమైన ఏ జీవి అయినా అర్హుడవ్వకుండా, జంతువు కావచ్చు, మనిషి కావచ్చు. పిరిడీలోని ద్వారాకామాయిలో కొలువై ఉన్న సాయి ఇందుకు భిన్నుడు కాదు. అది 1917వ సంవత్సరం, వైశాఖ మాసం (మే నెల). ఎండలు మండిపోతాయని ప్రత్యేకంగా చెప్పనక్కర్లే లేదు. ఒక పిల్లి కుక్కచే కరవబడిన ఒక చిన్ని కుక్క వెంటబడ్డారు. దిక్కులేని వారికి దేవుడే దిక్కు అనే నానంది జంతువులకు కూడా



వర్తనస్తుంది. అది ద్వానకా మాయలోనికి పరుగు తీసింది. గ్రామస్థులందరు అది బయటకు వస్తే చంపడానికి బయట నిలబడి 'బాదా! ఆ కుక్క పిచ్చిది. వెలువలకు తరవండి, దానిని చంపెదమ అనగా, సాయిబాబా పిచ్చివారలా! దూరంగా పొందు. దిక్కులేని ఈ చిన్న జీవిని చంపదలచినారా. ఆ నాన్నా. ఆ జీవి రక్షణ పొందింది. అంతిమే కాదు దాని పిచ్చి కూడా మలుమాయమైంది. సాయినాథుని పాదధూళితో పరమ పాపమైన ద్వారకామాయని శరణు వేడిన వారికి ఆపదలు ఆపడం దూరం పోతాయి. సాయి రక్షణ పొందిన చాలు - భీతికి తావు ఉండదు.

తగ్గపోతున్నది. దీని వల్ల శరీరం మరింత ఒత్తిడికి గురి అవుతుంది. దీనితో నీరసం, నిస్సత్తువ, చిరాకు, కోపం తలెత్తుతుంది. కాబట్టి మీరు సాయంత్రం నాలుగు లేదా ఐదు గంటల తరువాత టీ, కాఫీలు తాగడం మానేయండి. సాయంత్రం తప్పని సరిగా వాకింగ్ లేదా చిన్న వ్యాయామాలు చేయడం అలవాటు చేసుకోండి. రాత్రి సమయాల్లో నీరు తక్కువగా తాగండి. ఎసి గదిలో పడుకునే టట్టు అయితే మరి తక్కువ కాకుండా సాధారణ ఉష్ణోగ్రత కంటే కొద్ది తక్కువగా పెట్టుకోండి. నిద్ర పోదు సమయం పెంచుకోండి సమయం పాలన చనుల్లో పాటించండి. ద్వానం లేదా ఇతర ఉప శమన మార్గాలు పాటించండి. అవసరం అయితే కొద్ది రోజులు చందులు వాడండి. □

