



## మహా నిమజ్జనం నేడే

**గణేశ శోభయాత్రకు హైదరాబాద్ నలుమూలలా విస్తృత ఏర్పాట్లు**  
**ట్యాంక్ బండ్ వద్ద భారీ క్రేన్లు సిద్ధం**  
**నగరమంతటా 47 వేల మంది పాల్గొనుటకు బందోబస్తు**

**ఖైరతాబాద్ మహాగణపతి నిమజ్జనం మధ్యాహ్నానికి పూర్తయ్యే అవకాశం**

హైదరాబాద్, సెప్టెంబరు 5, ప్రభాతవార్త: జంట నగరాలలో పాటు శివార్లలో శనివారం జరగనున్న గణేశ నిమజ్జనోత్సవానికి పోలీసు శాఖ భారీ బందోబస్తు ఏర్పాటు చేసింది. ట్రై కమిషనరేట్ల పరిధుల్లో 47 వేల మంది పోలీసులను బందోబస్తు కోసం రంగంలో దింపారు. దీంతో పాటు సున్నిత, అతి సున్నిత ప్రాంతాలలో సాయుధ బలగా లను మొహరించగా డ్రాస్ట్లతో పహరా కోసం ప్రత్యేకంగా డ్రాస్ట్లను నియమించారు. హైదరాబాద్ లో నిమజ్జనం సాఫీగా సాగేందుకు పీలగా టెక్నా >>2

# విద్యతోనే వెలుగుదాలి

## టీచర్లతోపాటు కష్టపడతా..

**ఎక్కడికి రమ్మన్నా వస్తా..**  
**తెలంగాణకు కొత్త విద్యావిధానం కావాలి**  
**రెండోసారి సిఎం అవ్వాలనుకుంటున్నా**  
**టీచర్లడే సందర్భంగా ఉత్తమ ఉపాధ్యాయులకు అవార్డులు ప్రధానం చేసిన సిఎం రేవంత్**



శుక్రవారం హైదరాబాద్ లో నిర్వహించిన గురుపూజోత్సవంలో ఉత్తమ ఉపాధ్యాయులకు అవార్డులు ప్రధానం చేస్తున్న సిఎం రేవంత్. చిత్రంలో మంత్రి పాంగులెటి, కెకె అతిథులు

హైదరాబాద్, ప్రభాతవార్త, సెప్టెంబరు 5: తెలంగాణ రాష్ట్రంలో విద్యాభివృద్ధి కోసం టీచర్లు ఎక్కడికి రమ్మంటే అక్కడికి వస్తానని.. తండ్రి, గ్రామాలు ఎక్కడికైనా వస్తానని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. మీతోపాటు నేను కష్టపడతానని అన్నారు. రాష్ట్రంలో విద్యారంగం అభివృద్ధికోసం ప్రత్యేకంగా నూతన విద్యావిధానం కావాలన్నారు. విద్యారంగాన్ని గత ప్రభుత్వం వ్యాపారంగా మార్చుకుందని సిఎం విమర్శించారు. వందలకొద్దీ పైగా చరిత్ర కలిగిన ఉస్మానియా యూనివర్సిటీ మాతపడే పరిస్థితికి వచ్చిందన్నారు. సెప్టెంబర్ 5న గురుపూజోత్సవం సందర్భంగా శుక్రవారం హైదరాబాద్ లోని శిల్ప కళావేదికలో నిర్వహించిన గురుపూజోత్సవంలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో రెవెన్యూశాఖ మంత్రి పొంగులెటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి, ప్రభుత్వ సలహాదారు కె కేశవరావు, ఎమ్మెల్యే పింగిలి శ్రీపాల్ రెడ్డి, పిఎస్ రెడ్డి, విద్యాశాఖ కార్యదర్శి యోగితా రాజు, కళాశాల విద్య కమిషనర్ శ్రీదేవ సేన, ఇంటర్ విద్య డైరెక్టర్ కృష్ణ అదిత్య, పాఠశాల విద్య డైరెక్టర్ నవీన్ నికోలస్ పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా పాఠశాల నుంచి యూనివర్సిటీ స్థాయి వరకు ఉత్తమ ఉపాధ్యాయులు ఎంపికైన 120 మందికి అవార్డులను ప్రధానం చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. గురు పూజోత్సవ కార్యక్రమానికి రావడం సంతోషంగా ఉందన్నారు. విద్యాశాఖ అత్యంత ప్రాధాన్యతతో కూడుకున్నదని, విద్యాశాఖను స్వయంగా పర్యవేక్షిస్తూ ప్రతిసంవత్సరం పరిష్కరిస్తున్నానని తెలిపారు. విద్యాశాఖలో ఎన్నోసంస్కరణలు తీసుకు రావాల్సిన అవసరమందన్నారు. రాష్ట్రంలోని ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లోనూ నర్సరీ, ఎలెక్టివ్, యూకేజీ తరగతులు బోధిస్తున్నట్లు తెలిపారు. డ్రైవ్ వేట్, కార్పొరేట్ స్కూళ్ల >>2

భారత్, రష్యాలతో పెరుగుతున్న దూరం

వాషింగ్టన్, సెప్టెంబరు 5: భారత్ తోపాటు ప్రపంచ దేశాలపై విధించిన ట్యాంకర్ల ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపిస్తుండడాన్ని అమెరికన్లు ప్రతిఘటించారు. అమెరికన్ ప్రభుత్వం కూడా జీర్ణించుకోలేకపోతున్నాడు. ప్రత్యేకించి భారత్ తో పెట్టుకోవద్దని, భారత్ ను మిత్రదేశంగానే చూడాలని చేస్తున్న విజ్ఞప్తులను పెడతనం పెడుతున్న ట్రంప్ ఎట్టకేలకు కొంత పక్కాటావే దోరణితో ఉన్నట్లు కనిపిస్తున్నాయి. తాజాగా భారత్-అమెరికా సంబంధాలపై అధ్యక్షుడు కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఐదు దేశాల మధ్య సంబంధాలు దిగజారాయనే అర్థం మాట్లాడిన >>2

## 'బెంజికారు, హవాయి చెప్పులకు ఒకే పన్ను వేయలేం'

న్యూఢిల్లీ, సెప్టెంబరు 5: దేశవ్యాప్తంగా 'ఒకే దేశం ఒకే పన్ను' విధానాన్ని అమలు చేయడం ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో సాధ్యం కాదని కేంద్ర ఆర్థిక మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్ స్పష్టం చేశారు. విమానవంతమైన బెంజి కారుపైనా, సామాన్య వాడే హవాయి చెప్పులపై ఒకే రకమైన పన్ను విధించడం ఎంతమాత్రం సమంజసం కాదని ఆమె తెల్పు చెప్పారు. దేశంలోని వివిధ ప్రాంతాల మధ్య ఆర్థిక అభివృద్ధిలో తీవ్ర అసమానతలు ఉన్నాయని, ఇలాంటి సమయంలో ఒకే పన్ను రేటును అమలు చేయడం అవసరం సాధ్యం కాదని మంత్రి అన్నారు. >>2

## భారత్, రష్యాలతో పెరుగుతున్న దూరం

వాషింగ్టన్, సెప్టెంబరు 5: భారత్ తోపాటు ప్రపంచ దేశాలపై విధించిన ట్యాంకర్ల ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపిస్తుండడాన్ని అమెరికన్లు ప్రతిఘటించారు. అమెరికన్ ప్రభుత్వం కూడా జీర్ణించుకోలేకపోతున్నాడు. ప్రత్యేకించి భారత్ తో పెట్టుకోవద్దని, భారత్ ను మిత్రదేశంగానే చూడాలని చేస్తున్న విజ్ఞప్తులను పెడతనం పెడుతున్న ట్రంప్ ఎట్టకేలకు కొంత పక్కాటావే దోరణితో ఉన్నట్లు కనిపిస్తున్నాయి. తాజాగా భారత్-అమెరికా సంబంధాలపై అధ్యక్షుడు కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఐదు దేశాల మధ్య సంబంధాలు దిగజారాయనే అర్థం మాట్లాడిన >>2

## ఆడబిడ్డలకు సర్కార్ దసరా కానుక

**రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 65 లక్షల చీరలు సిద్ధం**

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 5, ప్రభాతవార్త: దసరా పండుగ నేపథ్యంలో తెలంగాణ సర్కార్ ఆడబిడ్డలకు చీరలు పంపిణీ చేసేందుకు రెడీ అవుతోంది. గత ప్రభుత్వంలో ఇచ్చినట్లుగా నాసిరకం చీరలు కాకుండా.. ఒక్కొక్కటి రూ.800 ఖరీదుచేసే రెండు చీరలు పంపించును. ఇందిరమ్మ మహిళా శ్రేణి వ్యవస్థ ద్వారా ఈ చీరల పంపిణీ ప్రారంభించనుంది. ఈ నెలలోనే మహిళలకు ఉచితంగా చీరలు పంపిణీ చేయనున్నారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 65 లక్షల చీరలు పంపిణీ చేయబోతున్నారు. తెలంగాణలో దసరా పెద్దపండుగ కాగా.. జనబతుకమ్మవేడుక తెలంగాణకే హైలెట్ గా నిలుస్తుంది. విద్య, ఉద్యోగ, ఉపాధి అవకాశాల కోసం ఎక్కడెక్కడికో వెళ్లిన వారు సైతం దసరా పండుగకు సొంత ఉజ్జీలను చేరుకుంటారు. తెలంగాణ శ్రేణి వ్యవస్థ అనే తేజాలేకుండా.. పండుగ పూట కొత్త చీర కట్టుకోవాలని ప్రతి ఆడబిడ్డ ఆశ

# భారత్ 10వేల టీచర్ పోస్టులు

**4454 మందికి పదోన్నతులు, 6 వేల మంది విరమణ**  
**డిఎస్సీద్వారా భర్తీ చేయాలంటున్న నిరుద్యోగులు**  
**ఇప్పటికే టెట్ ముగించి ఫలితాలు ప్రకటించిన ప్రభుత్వం**

హైదరాబాద్, ప్రభాతవార్త, సెప్టెంబరు 5: తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని ప్రభుత్వ, స్థానిక సంస్థల పాఠశాలల్లో సుమారు 10వేలకి పైగా ఉపాధ్యాయ పోస్టులు ఖాళీగా ఉన్నాయి. గత నెల 26 వరకు చేపట్టిన ఉపాధ్యాయుల పదోన్నతుల మూలంగా 4500 పోస్టులు ఖాళీ అయ్యాయి. దాంతోపాటు ప్రతి ఏడాది మాదిరిగానే ఈ ఏడాది కూడా వదవీ విరమణ పొందే ఉపాధ్యాయుల సంఖ్య 6వేలకిపైగా ఉంటుంది. ఈ నేపథ్యంలో మొత్తం ఉపాధ్యాయుల ఖాళీలు సుమారు 10వేలకి పైగానే ఉండే అవకాశం ఉంది. రాష్ట్రంలోని ప్రభుత్వ, స్థానిక సంస్థల పాఠశాలల్లో పనిచేస్తున్న ఉపాధ్యాయులకు సంబంధించిన పదోన్నతుల ప్రక్రియ ఆగస్టు 26లో ముగిసింది. మొత్తం 4454 మంది ఉపాధ్యాయులకి పదోన్నతులు లభించాయి. వారిలో 880 మంది గ్రేడ్-2 గెజెట్డ్ హెచ్చార్లుగా పదోన్నతులు పొందారు. 811 మంది పిఎస్సీలుగా, 2763 మంది సూట్ అసిస్టెంట్లుగా పదోన్నతులు పొందారు. ఉపాధ్యాయుల పదోన్నతులపై ఉన్న స్టేస్ పాల్గొన గత ఆగస్టు నెల 20న ఎత్తివేయడంతో పదోన్నతుల ప్రక్రియ తిరిగి ప్రారంభించి ఆగస్టు 26లో ముగించారు. ప్రస్తుతం సూట్ అసిస్టెంట్లు(పిఎస్సీ)గా పనిచేస్తున్న 880 మందికి గ్రేడ్-2 గెజెట్డ్ హెచ్చార్లుగా పదోన్నతులు పొందారు. వారిలో మల్టీ జోన్-1లో 490 మంది, మల్టీ జోన్-2లో 390 మందికి కలిపి 880 మందికి జీవీఎంఎలగా పదోన్నతులు లభించాయి. 2,763 మంది ఎస్సీలకు సూట్ అసిస్టెంట్లుగా, మరో 811 మంది ఎస్సీలకు ప్రాథమిక పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు(పిఎస్సీ)గా పదోన్నతి లభించింది. దీంతో మొత్తం 4454 మంది ఉపాధ్యాయులు పదోన్నతులు పొందారు. ప్రతి ఏడాది కూడా రాష్ట్రంలోని 26వేల చీరలకు పాఠశాలల్లో సుమారు 6 వేల మంది వరకు ఉపాధ్యాయులు వదవీ >>2

## కాళేశ్వరంపై కదిలిన సిబ్బంది

హైదరాబాద్ కు వచ్చిన సంస్థ డైరెక్టర్ ప్రవీణ్ సూద్ ఎన్ డిఎస్ఎం, విజిఎస్ఎం నివేదికల పరిశీలన, అధికారులతో భేటీ

హైదరాబాద్, సెప్టెంబరు 5, ప్రభాతవార్త: రాష్ట్రంలో రాజకీయంగా ప్రకంపనలు సృష్టించిన కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టు అక్రమాలపై సీబిఐ విచారణకు సంబంధించి మరో ముందడుగు వడింది. ఈ ప్రాజెక్టులో అక్రమాలపై జాతీయ అసెస్మెంట్ కమిషన్ (ఎన్ఎస్ఎం) ఇచ్చిన నివేదిక ఆధారంగా సీబిఐ విచారణకు తూర్పు తీరం రాష్ట్ర హోంశాఖ గత ఆదివారం రాత్రి సీబిఐకి లెటరు రావడం తెలిసింది. దీనిపై లెటరు అందిస్తున్న ఢిల్లీలోని సీబిఐ కార్యాలయం నుంచి రాష్ట్ర హోం శాఖకు సమాధానం కూడా అందడం విడితేమే. అయితే ఇదంతా జరిగి నాలుగు రోజులు గడిచిన తరు >>2

## కాళేశ్వరంపై కదిలిన సిబ్బంది

హైదరాబాద్ కు వచ్చిన సంస్థ డైరెక్టర్ ప్రవీణ్ సూద్ ఎన్ డిఎస్ఎం, విజిఎస్ఎం నివేదికల పరిశీలన, అధికారులతో భేటీ

హైదరాబాద్, సెప్టెంబరు 5, ప్రభాతవార్త: తెలంగాణ రైతుల 2047, మూడు ట్రిలియన్ డాలర్ల ఆర్థిక వ్యవస్థ వైపు తెలంగాణ యువ రాష్ట్రం వేగంగా పరుగులు తీస్తోందని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్కు మల్లు అన్నారు. శుక్రవారం ఆయన గచ్చిబౌలిలోని ఇండియన్ స్కూల్ ఆఫ్ బిజినెస్లో మోడెలార్ ఓస్కార్ ఎగ్జిక్యూటివ్ సెంటర్ ప్రారంభోత్సవం ఆనంతరం ప్రసంగించారు. రాష్ట్ర విద్యార్థులకు ప్రపంచ స్థాయి విద్యను పూర్తిగా ఉచితంగా అందించేందుకు యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్స్ ను ప్రారంభిస్తున్నాం అన్నారు. 25 ఏకరాల పిన్నీ గ్రంట్ 200కోట్ల పెట్టుబడితో ఒక్కో పాఠశాల నిర్మిస్తున్నాం, రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఒక్కొక్క 104 పాఠశాలల నిర్మాణం ప్రారంభించినట్లు వివరించారు. తెలంగాణ సాయుధ పోరాటంలో

## కామారెడ్డిలో 15న కాంగ్రెస్ సభ

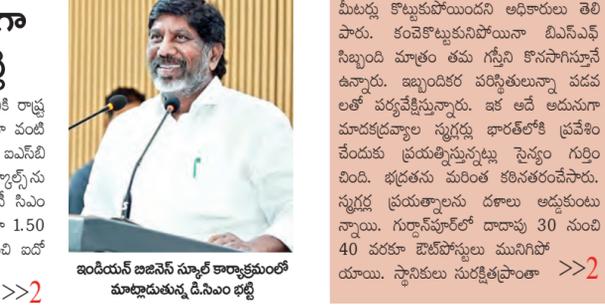
బిసి డిక్టేషన్ చేసిన ప్రదేశంలోనే సమావేశం

హైదరాబాద్, సెప్టెంబరు 5, ప్రభాతవార్త: రిజర్వేషన్ 50శాతం పరిమితి ఎత్తివేస్తూ బిసి రిజర్వేషన్ 42శాతం కల్పిస్తూ అసెంబ్లీ తీర్మానం చేసి తమ చిత్తశుద్ధిని చాటుకున్నామని తెలంగాణ సమాజానికి చాటి చెప్పడానికి కాంగ్రెస్ పార్టీ ఉద్దేశించి 15న కామారెడ్డిలో భారీ బహిరంగసభ ఏర్పాటు చేయడానికి సన్నాహాలు చేస్తోంది. 2023 నవంబరులో కామారెడ్డిలో సభ ఏర్పాటు చేసి కర్ణాటక ముఖ్యమంత్రి సిద్ధరామయ్య >>2

# 3 ట్రిలియన్ ఆర్థిక వ్యవస్థ మా లక్ష్యం

● యువ తెలంగాణ ప్రపంచంతో పోటీపడుతోంది ● విద్యారంగంలో భారీగా పెట్టుబడులు ● ఇండియన్ స్కూల్ ఆఫ్ బిజినెస్ సమావేశంలో డి.సిఎం భట్టి

హైదరాబాద్, సెప్టెంబరు 5, ప్రభాతవార్త: తెలంగాణ రైతుల 2047, మూడు ట్రిలియన్ డాలర్ల ఆర్థిక వ్యవస్థ వైపు తెలంగాణ యువ రాష్ట్రం వేగంగా పరుగులు తీస్తోందని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్కు మల్లు అన్నారు. శుక్రవారం ఆయన గచ్చిబౌలిలోని ఇండియన్ స్కూల్ ఆఫ్ బిజినెస్లో మోడెలార్ ఓస్కార్ ఎగ్జిక్యూటివ్ సెంటర్ ప్రారంభోత్సవం ఆనంతరం ప్రసంగించారు. రాష్ట్ర విద్యార్థులకు ప్రపంచ స్థాయి విద్యను పూర్తిగా ఉచితంగా అందించేందుకు యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్స్ ను ప్రారంభిస్తున్నాం అన్నారు. 25 ఏకరాల పిన్నీ గ్రంట్ 200కోట్ల పెట్టుబడితో ఒక్కో పాఠశాల నిర్మిస్తున్నాం, రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఒక్కొక్క 104 పాఠశాలల నిర్మాణం ప్రారంభించినట్లు వివరించారు. తెలంగాణ సాయుధ పోరాటంలో



ఇండియన్ బిజినెస్ స్కూల్ కార్యక్రమంలో మాట్లాడుతున్న డి.సిఎం భట్టి













# 'వీర చంద్ర హాస' 19న గ్రాండ్ రిలీజ్



**కంచి కామాక్షి కోరితా కాళి** క్రియేషన్స్ బ్యానర్ పై ఎమ్మీ రాధాకృష్ణ తెలుగులో విడుదల చేస్తున్న కన్నడ చిత్రం "వీర చంద్రహాస". మంచి టేస్ట్ ఉన్న ప్రొడ్యూసర్ గా రాధాకృష్ణకు గుర్తింపు ఉంది.

'అర్జున్ చక్రవర్తి' కెమెరా మెన్ జగదీష్ చీకటి పేరు ఎక్కువగా విసిరిపోయింది. విజువల్ ట్రిట్ గా మూవీని తెరకెక్కించిన జగదీష్ చీకటి పనితీరు గురించి ప్రస్తుతం అందరూ మాట్లాడుతుంటున్నారు. 'అర్జున్ చక్రవర్తి' చిత్రానికి గానూ ఎన్నో అంతర్జాతీయ మేడుకల్తో బెస్ట్ సినిమాటోగ్రఫర్ గా జగదీష్ చీకటి అవార్డుల్ని అందుకున్నారు. 'అర్జున్ చక్రవర్తి' ప్రస్తుతం విజయవంతంగా దూకుతున్నాడటంటే

దర్శించుకున్నారు. సెప్టెంబర్ 19న ఈ చిత్రాన్ని విడుదల చేయనున్నట్లు ప్రకటించారు. ఇటీవల ఇండియన్ బ్యాంక్ ఫీస్ దగ్గర రికార్డులు సృష్టించి మూడు వందల కోట్లు కలెక్షన్స్ రాబట్టిన "మహావతార నరసింహ" తర్వాత హాంబల్ ఫిల్మ్ సమర్థంలో విడుదల చేస్తున్న "వీర చంద్రహాస" చిత్రంపై అంచనాలు నెలకొన్నాయి. ఆ చిత్రం తరహాలోనే ఇది కూడా ప్రేక్షకుల ఆదరణ పొందుతుందని నిర్మాతలు అన్నారు. కేజీయస్, సలార్ లాంటి యాక్షన్ చిత్రాలకు సంగీతం అందించి మ్యూజిక్ డైరెక్టర్ గా ఒక సంవత్సరం సృష్టించిన రవి బ్రహ్మ.



వీర చంద్రహాసచిత్రానికి దర్శకత్వం వహించారు. కన్నడ స్టార్ శివరాజ్ కుమార్ కీలక పాత్ర పోషించిన ఈ చిత్రంలో శిథిల్ శెట్టి, నాగశి జివి, ప్రసన్న శెట్టిగార్ మంద్రా, ఉదయ్ కడబాల్, రవీంద్ర దేవాడిగ, నాగరాజ్ సర్వేగర్, గుణశ్రీ ఎం నాయక్, శ్రీధర్ కాసర్లొడు, శ్రీకాంత్ అరిహోల్, ప్రజ్వల్ కిన్నాల్ ప్రధాన పాత్రలు పోషించారు. కన్నడ అగ్ర నిర్మాణ సంస్థ హాంబల్ ఫిల్మ్ సమర్థంలో ఓంకార్ మూవీస్ బ్యానర్ పై ఎన్ ఎన్ రాజ్ కుమార్ నిర్మించారు. కన్నడలో విడుదలైన ఈ చిత్రం ఖాళీ బస్టర్ హిట్ టాక్ ను సొంతం చేసుకుంది. సందర్భంగా నిర్మాత ఎమ్మీ రాధాకృష్ణ మాట్లాడుతూ, కన్నడలో విడుదలైన 'వీర చంద్రహాస' చిత్రం హిట్ టాక్ తో పాటు మంచి మూల్యం రాబడుతోంది. ఈ మూవీ తెలుగు రైట్స్ దక్కించుకోవడం చాలా సంతోషంగా ఉంది. మంచి కంటెంట్ ఉన్న చిత్రాలను తెలుగు ప్రేక్షకులకు ఎప్పుడూ అందజేస్తారు. ఈ చిత్రానికి కూడా తెలుగు ఆడియెన్స్ బ్రహ్మాండం వందతారని ఆశిస్తున్నా. సినిమా సక్సెస్ గ్యారెంటీ అని నమ్ముతున్నా. తనవలె సంగీతంతో అందర్నీ మెప్పించిన రవి బ్రహ్మ దర్శకుడిగానూ సత్రా చాటడం సంతోషంగా ఉంది. ఇటీవల విడుదలైన 'మహావతార నరసింహ' చిత్రం తరహాలోనే ఈ చిత్రం కూడా ఉండటంతో ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటుందని బలంగా నమ్ముతున్నాం అని అన్నారు. సంగీత దర్శకుడు, దర్శకుడు రవి బ్రహ్మ మాట్లాడుతూ, డైరెక్టర్ గా నేను రూపొందించిన ఈ సినిమాను కన్నడ ప్రేక్షకులు బాగా ఆదరించారు. తెలుగు ఆడియెన్స్ కు కూడా కచ్చితంగా సమ్యక్తుందిని భావిస్తున్నా. శివరాజ్ కుమార్ తో పాటు ఇంద్రుల్ నటించిన నటీనటులంతా చాలా బాగా సపోర్ట్ చేశారు.

## 'అర్జున్ చక్రవర్తి' బెస్ట్ సినిమాటోగ్రాఫర్

కెమెరామెన్ జగదీష్ చీకటి చెప్పిన సంగతులేవే. **మీ నేపథ్యం ఏంటి? మీ సినీ ప్రయాణం ఎలా మొదలైంది?** నాకు డ్రాయింగ్, ఫోటోగ్రఫీ అంటే చాలా ఇష్టం. ఫోటోగ్రఫీలోనూ మ్యాజిక్ చేశాను. దూరదర్శనలోనూ పని చేశాను. స్టిల్ ఫోటోగ్రఫీలోనూ అవార్డులు వచ్చాయి. ఎన్నో కమర్షియల్ యాడ్స్, ఎన్నో ప్రాజెక్టులను చేశాను. అలా చేస్తున్న సమయంలోనే జత కలిసే మూవీకి ఆకాశం వచ్చింది. **మిస్టామిలి నుంచి ఎలాంటి సపోర్ట్ ఉండేది?** నాన్న ఇంకేషన్ డిపార్ట్మెంట్ లో ఉద్యోగం చేస్తారు. నాకు ఎప్పుడూ కూడా ఫుల్ సపోర్ట్ ఇస్తుండేవారు. నచ్చిన పని ఏదైనా సరే చేయమని, అనేవారు. అప్పుడు కూడా నాకు ఫుల్ సపోర్ట్ ఇచ్చారు. **అర్జున్ చక్రవర్తి విషయంలో మీ వర్క్ ఎక్స్ పీరియెన్స్ గురించి చెప్పండి.** హాలీవుడ్ స్టాయికి డీటూగా మనం తీస్తున్నాం. మా అర్జున్ చక్రవర్తి కూడా అదే స్టాయిలో ఉంటుంది. ఆ స్టాయి లోకి వచ్చేందుకు నేవరల్ లైటింగ్ లోనే మాటింగ్ చేశాం. **అర్జున్ చక్రవర్తి మాటింగ్ టైంలో ఎదురైన సవాళ్లు?** మంచు కుర్రసే ప్రాంతం కదా అని కాస్టింగ్ కు వెళ్లాం. కానీ మేం వెళ్లినప్పుడు అక్కడ మంచు పడటం లేదు. దీంతో అక్కడే మంచు కుర్రసే వరకు ఎదురుచూశాం. అలా చివరకు మైసూరు 8 డిగ్రీల వరకు వెళ్లింది. అలా మంచు కురుస్తుంటే స్వర్ణమంటే ఇదేనేమో అన్నట్లుగా కనిపించింది. దీంతో మేం అనుకున్న దానికింటే బాగా మూల్ చేశాం.

## సెన్సార్ పనులు ముగిసిన 'కిష్కింధపురి'



**హాలీవుడ్ లో** తెరకెక్కుతున్న చిత్రాల్లో 'కిష్కింధపురి' కూడా ఒకటి. హాకర్ జోసర్ లో వస్తున్న ఈ సినిమాలో బెల్లంకొండ శ్రీనివాస్ హీరోగా నటిస్తున్నారు. ఇప్పటికే రిలీజ్ అయిన ప్రమాదనల్ కంటెంట్ ఈ సినిమా పై సాల్ డి అంచనాలు పెంచింది. ఇత ఇప్పుడు ఈ సినిమా సెన్సార్ పనులు కూడా ముగించుకుంది. ఈ చిత్రానికి సెన్సార్ బోర్డు ఏ సర్టిఫికేట్ జారీ చేసింది. ఈ సినిమాలోని కంటెంట్ కేవలం పెద్ద వారికే అని ఈ సర్టిఫికేట్ ఇవ్వాలి చెప్పింది. హాకర్ ఎలిమెంట్స్ వల్ల ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు చిత్ర యూనిట్ వెబ్ సైట్ లో ఉంది. అయితే, ఈ సినిమా లో ఒక్క కట్ కూడా లేకుండా సెన్సార్ కు నిర్ణయం తీసుకోవడం తో చిత్ర యూనిట్ హార్షం వ్యక్తం చేస్తోంది. అనుబంధ పరమేశ్వరన్ హీరోయిన్ గా నటిస్తున్న ఈ సినిమాని కొశిక్ పెగళ్లపాటి డైరెక్ట్ చేస్తున్నారు. సెప్టెంబర్ 12న ఈ సినిమా గ్రాండ్ రిలీజ్ కి రెడీ అయింది.

## 'టన్నెల్' ట్రైలర్ విడుదల



అథర్వా మురళీ శ్రేష్, సస్సెన్స్, ట్రిల్లర్ జానర్ ను ఎంచుకున్నాడంటే ఖాళీ బస్టర్ వర్క్ అన్నట్లే. ప్రస్తుతం అథర్వా యాక్షన్ ప్యాన్సి ట్రిల్లర్ జానర్ లో 'టన్నెల్' అనే మూవీని చేశారు. రవీంద్ర మాధవ దర్శకత్వం వహించిన ఈ చిత్రంలో లావణ్య ప్రసాద్ కథానాయికగా నటించారు. అశ్విన్ కాకుమాను విలన్ పాత్రలో కనిపించనున్నారు. ఈ చిత్రం సెప్టెంబర్ 12న థియేటర్లలోకి రానుంది. ఈ మూవీని తెలుగులోకి ఎ.రాజు నాయక్ అచ్చురామ్ ప్రొడక్షన్స్ ద్వారా విడుదల చేస్తున్నారు. తాజాగా ట్రైలర్ విడుదల చేసి అంచనాలు పెంచారు.

## 'డి.. చెలియా' చిత్రం నుండి.. నువ్వే చెప్పు చిరుగాలి పాట విడుదల

**ఎన్ఆర్ఎస్ మూవీ క్రియేషన్స్**, ఇందిరా డేవీ ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్ల మీద రూపొందించిన చిత్రం 'డి.. చెలియా'. ఈ మూవీకి కథ, కథనం, దర్శకత్వం బాధ్యతల్ని ఎం. నాగ రాజశేఖర్ రెడ్డి నిర్వహిస్తున్నారు. నాగ ప్రజెష్, కావేరి కల్లెత్, అర్జున్ రెడ్డి ప్రధాన పాత్రల్లో నటించిన ఈ మూవీకి సంబంధించిన ప్రమోషన్స్ ను ప్రారంభించారు. రాకింగ్ స్టార్ మంచు మనోజ్ చేతుల మీదట... చెలియా నుంచి ఫస్ట్ సింగిల్ ను రిలీజ్ చేయవారు. నువ్వే చెప్పు చిరుగాలి అంటూ సాగే ఈ పాటను మంచు మనోజ్ విడుదల చేశారు. పాటను రిలీజ్ చేసిన అనంతరం చిత్ర యూనిట్ కి మంచు మనోజ్ ఆభినందనలు తెలియజేశారు. ఈ పాటను సాయి చరణ్ ఆలపించగా.. ఎంఎం కుమార్ బాణీని అందించారు. ఇత సుధీర్ బాగ్డి రాసిన సాహిత్యం ఆకట్టుకునేలా ఉంది. లిరికల్ వీడియోను చూస్తుంటే మంచి ప్రేమ కథా చిత్రాన్ని అందించబోతోన్నట్లుగా కనిపిస్తోంది. ఇక హీరో హీరోయిన్ల రెమిషీ చాలా ఫ్రెమ్ గా, ప్రేక్షకులకు కొత్త అనుభూతిని అందించేలా ఉంది. ఈ మూవీకి సురేష్ బాలా కెమెరామెన్ గా, ఉపేంద్ర ఎడిటర్ గా పని చేస్తున్నారు. త్వరలోనే ఈ మూవీకి సంబంధించిన రిలీజ్ డేట్ ను ప్రకటించబోతోన్నారు.

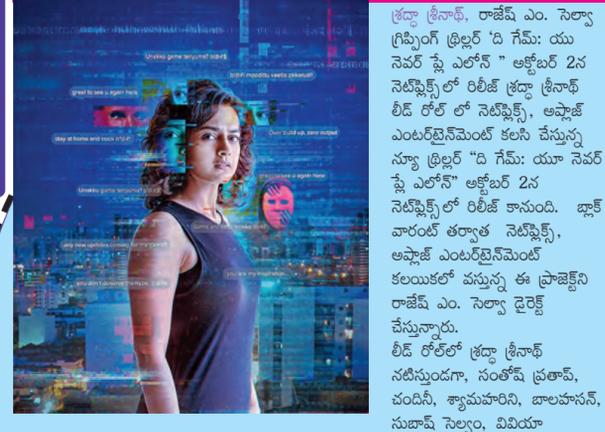


## 'లి ర్యాంప్' నుంచి స్పెషల్ పోస్టర్

**సక్సెస్ ఫుల్** హీరో కిరణ్ అబ్బవరం " రిర్యాంప్ సినిమా నుంచి 'ఓనమ్' పండుగ కథాకాండలతో సృష్టించిన పోస్టర్ విడుదల, దీపావళి సందర్భంగా ఆక్టోబర్ 18న గ్రాండ్ థియేటర్ల రిలీజ్ కు వస్తున్న మూవీ సక్సెస్ ఫుల్ హీరో కిరణ్ అబ్బవరం నటిస్తున్న కొత్త సినిమా " రిర్యాంప్". ఈ సినిమాను ప్రముఖ నిర్మాణ సంస్థ హాస్య మూవీస్, రుద్రాంత్ సెల్యూలాయిడ్ బ్యానర్ల మీద సక్సెస్ ఫుల్ ప్రొడ్యూసర్ రాజేష్ దండ, శివ బొమ్మకు సంయుక్తంగా నిర్మిస్తున్నారు. యుక్తి తరణా హీరోయిన్ గా నటిస్తోంది. "రిర్యాంప్" సినిమాకు జైన్స్ నాని దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. ఈ మూవీ దీపావళి పండుగ సందర్భంగా ఆక్టోబర్ 18న గ్రాండ్ థియేటర్ల రిలీజ్ కు రాబోతోంది. ఈ రోజు 'ఓనమ్' పండుగ సందర్భంగా " రిర్యాంప్" సినిమా నుంచి విశేష మొత్తం సృష్టించిన పోస్టర్ రిలీజ్ చేశారు. కేరళ నేపథ్యంగా ఆరిగ్ కథను " రిర్యాంప్" మూవీలో సరికొత్తగా చూపించబోతున్నారు. ఓనమ్ పండుగ సెలబ్రేషన్స్ తో సాగే పాటను కూడా ఈ మూవీలో ప్రత్యేకంగా చిత్రీకరించారు. ప్రస్తుతం ఈ సినిమా మ్యూజిక్ ప్రమోషన్స్ సక్సెస్ ఫుల్ గా జరుగుతున్నాయి. ఈ నెల 9న "రిర్యాంప్" సినిమా నుంచి మ్యూజిక్ లవ్ మెలోడీ సాంగ్ 'కలలే కలలే' విడుదల చేయబోతున్నారు. నటీనటులు: కిరణ్ అబ్బవరం, యుక్తి తరణా, సరేష్, సాయి కుమార్, వెన్నెలకిషోర్ తదితరులు. రచన, దర్శకత్వం: జైన్స్ నాని.



## 'ది గేమ్ :యు నెవర్ ఫ్లే ఎలోన్' అక్టోబర్ నెట్ ఫ్లిక్స్ లో రిలీజ్



సంతోష్, ధీరజ్, హామా ముఖ్య పాత్రల్లో కనిపించనున్నారు. స్ట్రాంగ్ స్టోరీటెలింగ్ తో పాటు టైమిలి థీమ్స్ ని మిక్స్ చేస్తూ ఆడియెన్స్ కి డిఫరెంట్ ఎక్స్ పీరియెన్స్ ఇవ్వనుంది నెట్ ఫ్లిక్స్ ఇండియా కంటెంట్ వైస్ ప్రెసిడెంట్ మోనికా షెర్లె మాట్లాడుతూ.. 'ది గేమ్' మా ఈ ఏడాది ఫస్ట్ అనుభవ సిరీస్. సరికొత్త స్టోరీని తీసుకొస్తున్నాం. ఒక ఫీమేల్ గేమ్ డెవలపర్ పై జరిగే కోరికలతో అలాగే వెనక వాళ్లను ట్రాక్ చేసే అమె జర్నీని ఈ ట్రిల్లర్ గా ప్రజెంట్ చేస్తున్నాం. అప్నాజ్ తో మా కలయికలో ఇప్పటికే ఖాళీ వారంటే వచ్చింది. ఇప్పుడు ఈ సిరీస్ కూడా చాలా రెలివెంట్ గా ఉంటుంది. అప్నాజ్ ఎంటర్టైన్ మెంట్ ఎండ్ సీమీర్ నాయర్ మాట్లాడుతూ, ది గేమ్ అనేది డిజిటల్ యుగం రియాలిటీలను చూపించే టైమిలి స్టోరీ. రాజేష్ సెల్వా స్టైల్ తో స్ట్రాంగ్ స్టోరీటెలింగ్ తో ఆడియెన్స్ కి చాలా కనెక్ట్ అవుతుంది. డైరెక్టర్ రాజేష్ ఎం. సెల్వా మాట్లాడుతూ.. ది గేమ్ కేవలం ట్రిల్లర్ మాత్రమే కాదు, మనం ఉన్న రియల్ వరల్డ్ కి అడ్డం పడుతుంది. ఇది పీపుల్, వాళ్ల ఫ్యాషన్లు, బలహీనతలు, నిజం - అబద్ధం మధ్య సన్నని లైన్ గురించిన కథ. నెట్ ఫ్లిక్స్, అప్నాజ్ ఎంటర్టైన్ మెంట్ కలయిక వలన మాకు క్రియేటివ్ గా కొత్త ఎక్స్ పీరియెన్స్ చేసే లిబర్టీ దొరికింది. ట్రిల్లర్ సస్పెన్స్ తో పాటు, ఫ్యామిలీ కాంఫ్లిక్ట్ కి సంబంధించిన ఎమోషన్స్ ని కూడా కలిపి చూపించే ఈ సిరీస్ ఆడియెన్స్ కి సరికొత్త అనుభూతిని అందించబోతోంది.



# ఆమె కొలువుదీర్చిన విగ్రహాలు



చుట్టూ గణపతి సవరాత్రుల కోలాహలం! పోటాపోటీగా కొలువుదీర్చిన విగ్రహాలు... చూపరులకు కనుల పండగే. కానీ వాటిని తీర్చడం వెనక ఎంతోమంది క్రమ దాగుంటుంది. వారిలో ప్రత్యేకంగా నిలుస్తూ కిలాలు అందుకుంటోంది **దీపిక పాల్**!

ఉపాధి అవుతుందని అప్పటికి ఆమె కూడా ఊహించి ఉండదు. పెళ్ళయ్యేవరకూ దీపిక కూడా సాధారణ అమ్మయ్యే. తరవాత కష్టాలు చుట్టుముట్టాయి. ఇద్దరు పిల్లలు పుట్టాక భర్త ఆమెను వదిలేశాడు. అందరూ 'ఎలా బతుకుతుందో' అంటే.. దీపిక తనకు ప్రావీణ్యమున్న విగ్రహాల తయారీనే ఎంచుకుంది. 'మగవాళ్ళకే కష్టం. రెండు రోజుల్లో దుకాణం మూసేస్తావ్! పెట్టుబడి దండగే' అన్నారంతా. ఆమె మాత్రం ఆధైర్యపడలేదు. కాబట్టి 15 ఏళ్లుగా ఈ రంగంలో కొనసాగుతోంది. 'శివశంకర్ శిల్పాలయం' పేరుతో వర్క్ షాప్ ద్వారా తాను ఉపాధి పొందడమే కాదు, మరికొందరికి జీవితాన్ని కలిగిస్తోంది. 'వినాయకుడు, దుర్గ మాత్రమే కాదు... మనన్నో శిల్పాలను తీర్చిదిద్దుతాను. మళ్ళీ, వెదురు వంటివాటిలో వీటిని తయారుచేస్తాం. ఉదయం మొదలు పెడితే అర్ధరాత్రి వరకూ మా పని కొనసాగు తుంది. ఒక్కో విగ్రహం ఎత్తునుబట్టి రూ.30 వేల నుంచి రూ.70 వేల వరకూ తీసుకుంటాం. నేను మొదలు పెట్టిన తొలిరోజుల్లో అంతా నవ్విస్తూనే ఉండేవారు. చుట్టుముట్టిన ఆర్థిక కష్టాలు బోలెడనే. నా మీద ఆధారపడ కుంటుంటున్నారని ఎన్ని కష్టాలనుబట్టినా కొనసాగింపా. నాకంటూ గుర్తింపు తెచ్చుకున్నాననే దీపిక... పనికి చిన్న పెద్దా ఉండదు. ఎవరిమీదా ఆధారపడకుండా చేస్తే కష్టమేదైనా గొప్పదే అంటుంది. కాబట్టి ఆమె విగ్రహాలే కాదు... తన పట్టుదల, కష్టాలకు లొంగని తత్వం, తనపై తనకు నమ్మకం... వంటి లక్షణాలూ సలామే కొడతారంతా. □

ఒకప్పుడు అమ్మాయిలు సైకిల్ నేర్చుకుంటానంటేనే నీ పల్ల కాదనేవారు... తర్వాత ఔట్ నడుపుతుంటే మగరాయుడంటూ హాసం చేసేవారు. అలాగేని చాలామంది మహిళలు అక్కడి అగిపోలేదు. కాలక్రమంలో కారు, ఆటో, బస్సు... వంటి వాటిమీద డూనుకుపోతున్నారు. అలాంటివారిలో తాళ్లూరు మండలం తరకపాలెం అంటే ప్రతాపం జిల్లాలోని తురకపాలెం, మహిళా సాధికారత అంటే వైట్ కాలర్ ఉద్యోగాల్లోనూ, బోర్డు స్టాబల్లో మాత్రమేకనిపించడం కాదనుకున్నారేమో! ఆ ఊళ్ళోకి ఆడుగు పెట్టగానే ట్రాక్టర్లపై డూనుకెళ్ల మహిళలు చాలామంది కనిపిస్తారు. అలాగేని ఒకరో ఇద్దరో అలా సరదాగానే రుక్మిణి కుంటున్నారేమో అనుకునేరు. అక్కడ ఇరవైమంది మహిళలు ట్రాక్టర్ల నడపుతున్నారు. అది వారి దినచర్యవల్లనే కొందరు వాటిపై పశువులు మేత కోసుకుంటుంటే, ఇంకొందరు దుక్కి దున్నడానికి, ఎరువులు తేవడానికీ.. వెళ్తారు. నిజానికి ఈ దృశ్యం మనకి కొత్తగా అనిపించినా... వాళ్లంతా దాన్ని చాలా సాధారణంగా తీసుకుంటారు. ఎందుకంటే ఈ గ్రామంలో ఎక్కువగా సన్న, చిన్నకారు కుటుంబాలు ఉన్నాయి. వీళ్లంతా వ్యవసాయం, అనుబంధంగా వాటివరికైనా ఆధారపడి జీవనం సాగిస్తున్నారే. భార్యాభర్తలు ఇద్దరూకష్టపడితేనే కానీ, నిలదొక్కుకోలేక అన్న ఆలోచనలో ఒకరిని చూసి మరొకరు స్పూర్తిని పొంది ఈ పని చేస్తున్నారు. ఆ గ్రామానికి చెందిన కుమ్మిత నాగవల్లిశర్మ తొలిసారిగా ట్రాక్టర్ల నడిపి ఇతరులకు మార్గదర్శకం అయ్యారు. దాదాపు పన్నెండు సంవత్సరాలకు పైగా ఆమె కుటుంబ ఆదానరాల కోసం ట్రాక్టర్ల నడపు తున్నారట. అవసరం ఏ పనినైనా నేర్చుకుంది. చిన్నప్పటి నుంచీ నాకు బాగా

పదువుకోవాలన్న కోరిక. అమ్మానాన్నలు సోమం వెంకటరెడ్డి, సుబ్బాయమ్మలు వ్యవసాయం చేసేవారు. వారికి మేం నలుగురం సంతానం. అందులోనూ ముగ్గురం ఆడపిల్లలమే కావడంతో మమ్మల్ని వదివించడంలో నాన్న స్టామెంట్ మించిన పనింది. దాంతో అక్కను, తమ్ముడిని బదిలీ చేశారు. చెల్లి చిన్నది కావడం, పనులకు సామర్థ్యం ఉంటానని భావించి నన్ను చదివేందుకు ఇష్టపడలేదు. అయినా, నేను పట్టు వదలక బదువరకూ చదువుకున్నా. తర్వాత కొనసాగించలేకపోయింది. పొలంలో నాన్నతోపాటు పనికే వెళ్లేదాన్ని. చేదోడు వాదోడుగా. ఉంటున్నానని భావించి ట్రాక్టర్ నడపడం నేర్చించారు. దాంతో అప్పటి నుంచి దాన్ని కొనసాగిస్తున్నా. పెళ్ళయ్యాక మావాడు వెంకటరెడ్డి అభ్యంతరం పెట్టలేదు. పైగా తను అక్కడ లేకపోయినా



## జీవనోపాధి కోసం ట్రాక్టర్లను నడిపిస్తూ..



నేను పనులు చక్కబెట్టుకునేలా ప్రోత్సహించారు. సాగు లాభసాటి ప్రత్యక్ష పాడిపైనే ఎక్కువగా ఆధారపడుతుంటాం. దాంతో రోజూ దానికి పప్పుగడ్డి కోసుకురావడం, వ్యవసాయపనులు మొదలయ్యాక దమ్ము

చేయడం, దుక్కి దున్నడం వంటివిన్నో చేస్తుంటారు. మొదట్లో కొందరు మగ రాయుడిలా ఏర్పాటు చేస్తున్నారు అంటూ వెనక గుసగుస నలాడుతారు. తర్వాత ట్రాక్టర్ల అవసరాలని గుర్తించి మరి కొందరు ఆడవాళ్ళు నన్ను స్పూర్తిగా తీసుకుని నేర్పుకోవడానికి ముందుకొచ్చారు అంటారు. అరుణ, కళావతి, ఆశిని, రమణమ్మ, రమణి, పెడనాగమ్మ, మల్లిశర్మ, రాజేశ్వరి, మనీషారెడ్డి, పూజిత, రమణి.. ఇలా సుమారు ఇరవైమందికి పైగా స్త్రీలు ట్రాక్టర్ల నడిపిస్తున్నారు. దీనివల్ల వ్యవసాయం పనులు సీజన్లో డ్రైవర్ల దొరక్కపోకలడం, పశువులకు గడ్డి తీసుకురావాలన్న సమయంలో ఇంటి యజమాని అందుబాటులో లేకపోవడం వంటి సమస్యలను చూసి తామంతా స్వయంగా ట్రాక్టర్లు నడపడం నేర్చుకున్నామంటారు మీరంతా. మంచి ఆరోగ్యం కరూ! □

# ఈ ఫ్యాషన్లదే మావా



అమ్మాయిలు కోరుకునేదే కోత్రడనం. అందుకే ఆ ముప్పులు తీర్చేస్తూ అటు అమ్మాయిల్ని ఇటు అబ్బాయిల్ని ఆకట్టుకోవడానికి ఈ ఏడాది బోలెడన్ని ఫ్యాషన్లు రంగంలోకి దిగాయి. వాటిల్లో కొన్ని..

**ఫైర్ బ్రాం**  
కన్వెన్షన్.. ఇదెప్పుడు ఫంక్షనీగా ఉంటూనే సాకరంగా ఉండాలనుకునేవారి మనసును దోచుకున్న కన్వెన్షన్ ఫ్యాషన్.

**పలాశీ..**  
అమ్మాయిల మనస్సు పలాజో పైకెత్తింది. కాస్త పాదాలపైకి ఉండే ఈ పలాశీలు అన్ని రకాల కుర్రలకూ సరిపోయేలా వచ్చాయి.



**మెరిసిన్ లంగా ఓటీ :**  
ఆడపిల్లల్ని ఆకట్టుకునే లంగా ఓటీలో బోలెడన్ని ఫ్యాషన్లు. అయితే ఒకప్పుడు పట్టుతోనే అలరించిన లంగా ఓటీ. ఈ ఏడు మెరుపుల దోలా సిల్కే క్లాతో మాత్రమే వచ్చింది. రంగురంగుల్లో పిచ్వాయి నుంచి కలంకారి వరకూ ఎన్నెన్నో ట్రింట్ డిజైన్లతో సరికొత్తగా కనువిందు చేస్తుంది.



**బిల్లుల జాకెట్ :**  
ఇంజనీర్ల అన్నీ రకాలాన్ని.. ఆడవాళ్ళ అన్నలు సంతుష్టి చెందరు. అందుకే మరి ఎప్పుడోకప్పుడు జాకెట్లతో కొత్తకొత్త ట్రెండ్స్ పుట్టుకొస్తూనే ఉంటాయి. అలా ఈ ఏడాది ఆతివల కోసం చాలానే వచ్చాయి వాటిల్లో ఒకటి ఈ బిల్లుల జాకెట్.

## పులివహార పాడర్ ఇంట్లోనే..



మిరియాలు, ఆవలు తాలింపు.. 5 చెంచాలు పల్లెలు, నువ్వులు, 2 చెంచాల చొప్పున శనగ, మినప్పప్పులు, చెంచం ఆవలు, చారెడు జీడిపప్పు, పావు కప్పు నూనె, ఆరేడు కరపేపాకు రెబ్బలు తీసుకోవాలి. తయారీ: నువ్వులు, పాలిని తీసి.. ఆవలు, మెంతులు, మిరియాలు, ధనియాలు, జీలకర్రలను మంచి వాసన వచ్చేదాకా వేయించాలి. అన్నీ చల్లారాక కొబ్బరి తురుము, పసుపు, ఇంగువ, జిత చేసి గ్రెండ్ చేయాలి. ఉంతపండు పొడిపోడిలాడేలా దాన్ని కూడా కొంచెం వేయించి.. బెల్లం పొడి, బియ్యం కలిపి నూరి.. పప్పుల మిశ్రమంలో కలపాలి. ప్యాన్లో నూనె వేడయ్యాక.. పల్లెలు, ఆవలు, శనగపప్పు, మినప్పప్పు, జీడిపప్పు, నువ్వులు, కరపేపాకు ఒక్కొక్కటిగా వేయాలి. ఈ తాలింపు చల్లారనిచ్చి. పొడరేలో కలపాలి. దీన్ని తడిసిన గాలివారబడని సీసాలో భద్రం చేసుకుంటే వేడి అన్నంలో కలిపి ఎంచక్కా తినొచ్చు. □

విటమిన్ 'క' వల్ల గాయాలైనప్పుడు రక్తస్రావాల అయివప్పుడు రక్తం త్వరిత గాఢకట్టడానికి ఉపయోగపడుతుంది. కొత్తిమీరలోని ఆధిక కాలియం, మెగ్నీషియం, ఫాస్ఫరస్ జింకా కావర వల్ల దంతాలు, ఎముకలు ఆరోగ్యంగా ఉండి ఎముకల వ్యాధులు, కీళ్లనొప్పులు, ఆస్టియోపోరోసిస్ వ్యాధులు రావు. కొత్తిమీరలోని ఆధిక ఆలివ్ ఆక్సిడెంట్స్ వల్ల శరీరంలో ప్రీడాటిక్స్ ని తొలగించి కేన్సర్, గుండెజబ్బులు, డీప్రెషన్ వ్యాధులు రాకుండా, పుద్గావ్య విహార్లీ తగ్గిస్తుంది. బరువు తగ్గుతారు. రక్త శుభ్రపరిచి, అడ్రలర్లని తొలగించి చెడు కొలెస్ట్రాల్, ట్రిగ్లైసిడ్స్ ని తగ్గిస్తుంది. ఇది నిద్రలేమి, టెన్షన్, అంధోళన అలసట, తలనొప్పి, చిరాకును తగ్గించి, అంటి డిప్రెసెంట్గా పనిచేస్తుంది. వివిధ రకాల కాలియాలు వల్ల శరీరంలో కలిగి వివిధ భాగ లోహాల్ని (సీసం, ఆర్సెనిక్, పాచునం, కాడ్మియం) స్థాయిల్ని తగ్గిస్తుంది. అలాగే కీమోథెరపీ పొగ త్రాగడం వల్ల కలిగే నష్టాల్ని తగ్గిస్తుంది. విషపురుగులు కట్టిన చోట వాటి విషాల్ని హరిస్తుంది. స్త్రీలలో బహిష్కారాల్ని సాఫ్ట్ తగ్గిల్చి ఆధిక రక్తస్రావాన్ని, బహిష్కారాల్ని, నడుంనొప్పి, పిఎమ్ఎస్, మూర్చిల్లి మొదలైనవి త్రాప్పిని, హార్మోన్ల



డాక్టర్ కె.సుమోదా తిరుపతి

## అన్నంతో మేలి ఛాయ

చర్మానికి మేలిమి ఛాయను అందించడంలో బియ్యం కడుగు బాగా పని చేస్తుందనేది తెలిసిన విషయమే. కానీ అన్నంతోనూ ఇది అభిస్తుందని తెలుసా. ఇంట్లో లభించే కొన్ని పదార్థాలను కలిపి ఫేస్ ప్యాక్ చేసి బ్యూటీ పార్లర్లో పొందే గ్లాస్ సిక్నిస్ని పొందవచ్చు. అదెలానే తెలుసుకుందామ..  
**పచ్చిపాలతో..** రెండు టేబుల్ స్పూన్ల అన్నాన్ని తీసుకోవాలి. దానికి తగినన్ని పచ్చిపాలు లేదా పెరుగు కలిపి పేస్టులా చేసుకోవాలి. దీన్ని ముఖానికి ప్యాక్ చేసి పావుగంటాకి చల్లని నీటితో శుభ్రం చేస్తే సరి. రైస్లో ఉండే ఆమ్లం ఆమ్లం, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ముఖకార్యాల్ని తేమగా చేస్తూ పుద్గావ్య ఛాయను దరిచేరనివ్వవు.  
**తేనెతో..** రెండు చెంచాల చొప్పున అన్నం, పులియబెట్టిన బియ్యం కడుగు, అలవెనా చొప్పున తేనె, ఆరెంజ్ తొక్కలపొడి తీసుకుని మిశ్రమం చేసుకోవాలి. దీనిన నలుగుండు ముఖానికి వేసుకోవాలి. దీనిన నలుగుండు ముఖానికి వేసుకోవాలి. □



వల్లింబాలి. ఆరిన తర్వాత కడిగితే సరి. పులిసిన బియ్యం నీళ్ల జిడ్డుని తగ్గించి మొటిమలు, వాటి వల్ల ఏర్పడే మచ్చలను దూరం చేస్తాయి. వారానికి కనీసం రెండుసార్లు చేస్తే నిగారింపు మీ సొంతం అవుతుంది.  
**కీరాతో..** రెండు చెంచాల మెత్తగా చేసిన అన్నానికి, అదే పరిమాణంలో కీరపోన గుజ్జు కలపాలి. దీన్ని ముఖం, మెడ భాగాలకు వల్లింబ పావుగంటాకి కడగాలి. కీరా చర్మ రంగాలను బిగుతుగా చేస్తుంది. విటమిన్-బి, యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ గుణాలు అలర్జీలను తగ్గిస్తాయి. అలసిన కళ్లకు ఉపశమనం కలిగించడమే కాకుండా కంటి చుట్టూ నల్లటి పలయాలను తగ్గిస్తుంది. అదనపు నూనెలను నివారించి చర్మాన్ని హైడ్రేట్ చేసి కాంతిమంతంగా కనిపిస్తుంది.  
**క్యారెట్, అన్నం..** చెంప చొప్పున క్యారెట్ ముక్కలు, అన్నం తీసుకుని మెత్తగా చేసుకోవాలి. దీన్ని ముఖానికి వల్లింబ అలాక పల్లడి నీటితో శుభ్రం చేయాలి. క్యారెట్లో ఉండే బీటా కెరోటిన్, విటమిన్ సి ఫెనోలిక్ ఆమ్లాలు చర్మ ఛాయను మెరుగుపరుస్తాయి. ఎండవల్ల ఏర్పడే డార్క్ స్పాట్స్ ను తగ్గిస్తుంది. ప్రీడాటిక్లతో పోరాడి చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. □

## కొత్తిమీర ప్రయోజనం-2..

స్త్రీలలో ఎక్కువగా తినకుండా ఉంటేనే వెలు. హోమియోలో కొత్తిమీరతో తయారు చేసిన కొరియోసెరడమ్ సాబెన్లను మదరలేంబర్ వల్ల ఎటువంటి సైడ్ ఎఫెక్ట్ ఉండవు. దీన్ని పిల్లలు, గర్భిణీలు నిరభంతరంగా వాడవచ్చు. ఆకలి లేకపోయినను, వికారం, విరేచనాలు, మొలలు, నకిమిరోగాలు, పంటిసాఫ్టి, కీళ్ల నొప్పులు, హార్మోన్లు, మిజెట్స్, బాక్టీరియా ఫంగల్ ఇన్ఫెక్షన్స్ వ్యాధి లక్షణాల్ని బట్టి 3-5 ముక్కలు రోజుకి 2-3 సార్లు చొప్పున వారానికి, నెలకొకసారి వైద్య పర్యవేక్షణలో వాడుకోవచ్చు. కొత్తిమీర ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల కలిగే దుష్ప్రభావాలకి విరుగుతున్నా దాన్నినివేకక వేయించిన కోడిగడ్డు తేనె, లవంగాలు తీసుకుంటే సరిపోతుంది. □

## గణాభివృద్ధి!

ముందు చేరాడు. గణాభివృద్ధి అనేది అనేక సాధనాలను, తల్లిదండ్రులను గౌరవించి జీవితానికి కావలసిన అన్ని నులభ సాధనాలను దగ్గర నుండిగా మనసును ముందు అమ్మ మాటను పాటించడం ద్వారా నిర్మించబడుతుంది వాటిల్లోనే శివయ్యను ఆపాడు. నలుగురినితో కష్టమును చేసి ప్రాణం పోసింది. పార్కుల్లో స్నానానికి వెళ్తూ ఎవని లోపలికి రానిస్తే దుర్గదేవి గడపలో కావాలిగా ఉంటుంది. పరమేశ్వరుణ్ణి లోపలికి వెళ్లే ప్రయత్నం చేశాడు. అప్పు ఇచ్చిన ఆజ్ఞను పాటించడం తన ద్వారానే శివయ్యను లోపలికి పంపలేదు. గణపయ్యకు శిరచ్ఛేదమయ్యింది. కానీ ధర్మాన్ని పోషించిన కారణంగా గణానందం సిద్ధించింది. □



## ప్రత్యేకమైన స్థలం అవసరం

సౌకర్యంగా ఉండేట్లు చూసుకోవాలి. అలానే గదిగడలు అనువు, నీలం, పసుపు, తెలుపురంగుల్లో ఉంటే మంచిది. ఈ రంగులు ఏకాగ్రతను పెంచుతాయి. పిల్లలను చురుగ్గా ఉంచుతాయి. ఎరువు, నలుపు వంటి రంగులైతే.. పిల్లల జ్ఞాన పక్షిపై ప్రభావం చూపిస్తాయి. + పిల్లల గదిలో వాళ్ళు ఇష్టమైన లోలెవెంట్స్, ప్రభావం చూపిస్తాయి. గదిమధ్యలో పెడితే ఇవన్నీ వారికి కొంత జ్ఞానం, సమయపాటున, క్రమశిక్షణ దిశగా నడిపిస్తాయి. టివి, మ్యూజిక్ సిస్టమ్, అద్దాలు ఏర్పాటు చేయొద్దు. ఇవి వాళ్ళ దృష్టిని పక్కకు మళ్లిస్తాయి. + చిన్న కుండీలో మనీషాంటే వంటి మొక్కల్ని పెంచితే పిల్లలు పదివే వాతావరణం ఆహ్లాదంగానూ, ఆరోగ్యవంతంగానూ ఉంటుంది. □

