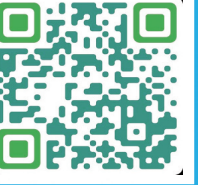


# పేపుల్స్ మోటివేషన్

People's Motivation

ఆంధ్రప్రదేశ్ / తెలంగాణ



సంపుటి : 01 | సంచిక : 225 | ఎడిటర్ : ఎం. రమేష్ | మంగళవారం, జులై 16, 2024 | పేజీలు : 08 | వెల రూ. 5.00/-

## ఉప్పొంగుతున్న హుస్సేన్ సాగర్

ఒక్కరోజు వర్షానికే నిండుకుండలా సాగరం మరో ఐదు రోజులపాటు భారీ వర్ష హెచ్చరిక



2

## పీపీలో ఇసుక అక్రమ తవ్వకాల వ్యవహారం

- అక్రమ తవ్వకాలపై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అఫిడవిట్
- ఆగస్ట్ 2 వరకు విచారణ వాయిదా



న్యూఢిల్లీ, జూలై 15 (పీపుల్స్ మోటివేషన్):

పీపీలో ఇసుక అక్రమ తవ్వకాల వ్యవహారంపై సుప్రీంకోర్టు విచారణ చేపట్టింది. అక్రమ తవ్వకాల వ్యవహారంపై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అఫిడవిట్ దాఖలు చేసింది. మరెన్ని వివరాలు కోర్టు ముందుంచేందుకు కొంత సమయం కోరింది. గతంలో అధికారులు దాఖలు చేసిన నివేదికలపై అనుమానాలున్నాయని పేర్కొంది. వాస్తవాలు దాఖలు చేయలేదంటూ మిడియాలోనూ కథనాలు వచ్చాయని గుర్తుచేసింది. నివేదికలన్నీ పునఃపరిశీలించి అధికారాలతో

► (చిగతా 2వ పేజీలో...)

# స్థానిక ఎన్నికలపై సీఎం రేవంత్ దృష్టి



## బిసి రిజర్వేషన్ల పెంపునకు కార్యాచరణ సచివాలయంలో ఉన్నతస్థాయి సమీక్ష

స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో బిసి రిజర్వేషన్ల పెంపునకు సంబంధించి కార్యాచరణ ప్రణాళిక రూపొందించాలని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఆదేశించారు. పంచాయతీల ఎన్నికలకు సంబంధించి బిసి రిజర్వేషన్ల పెంపుపై సచివాలయంలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అధ్యక్షతన సోమవారం సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్రంలో పంచాయతీ ఎన్నికల్లో బిసి రిజర్వేషన్ల అమలు, రాబోయే ఎన్నికల్లో వాటి పెంపునకు సంబంధించిన అంశాలను వెల్లడించాలని

ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అధికారులకు సూచించారు. గత పంచాయతీ ఎన్నికల అనుసరించిన విధానం, రానున్న పంచాయతీ ఎన్నికలకు సన్నద్ధమవుతున్న తీరును అధికారులు సీఎం రేవంత్ కు వివరించారు. ఇప్పటికే కుల గణనకు ఆమోదం తెలిపినందున, దాని ఆధారంగా పంచాయతీ ఎన్నికలకు వెళ్లే ఎలా ఉంటుందని, అందుకు ఎంత సమయం తీసుకుంటారని సీఎం అధికారులను ప్రశ్నించారు.

- హైదరాబాద్, జూలై 15 (పీపుల్స్ మోటివేషన్):



## పారదర్శక పాలన అందించడానికి ప్రభుత్వం కృషి మంత్రి అచ్చన్నాయుడు

శ్రీకాకుళం, జూలై 15 (పీపుల్స్ మోటివేషన్):

ప్రజలకు పారదర్శక పాలన అందించడానికి ప్రభుత్వం కృషి చేస్తోందని, ప్రభుత్వంలో శాఖల సమన్వయంతో అభివృద్ధి ఫలాలు ప్రజలకు చేరుతాయని రాష్ట్ర వ్యవసాయ, సహకార, మార్కెటింగ్, పశు సంవర్ధక, పాడి పరిశ్రమాభివృద్ధి, మత్స్య శాఖామంత్రులు కింజరాపు అచ్చన్నాయుడు అన్నారు. సోమవారం శ్రీకాకుళం జిల్లా నిమ్మాడ క్యాంపు కార్యాలయంలో డీఆర్ డి, ద్వాపా, ఎస్సీ కార్పొరేషన్ తదితర శాఖల అధికారులతో సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో మహిళా సంఘాలను బలోపేతం చేయాలని సూచించారు. ఉపాధి హామీ పథకాన్ని ఉద్యోగ పంటలకు, పశు పోషణ ప్రోత్సాహానికి సూచనలు సాతం అమలు చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. పారదర్శక విద్యా ప్రమాణాలు పాటించాలని, విద్యార్థులకు నాణ్యమైన ఆహారం అందించాలని సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు. కార్యక్రమ ప్రేమాభిమానాలే పదివేల పూలదండలతో సమానమని ఆయన అన్నారు. తనను కలిసేందుకు వచ్చే వారు శాలువాలు, పూలదండలు, పుష్పగుచ్ఛాలు వంటివి తీసుకురావడం తెలిపారు.



## కోడికత్తి తేసులో బియ్యే రద్దు చేయలేం: సుప్రీం

న్యూఢిల్లీ, జూలై 15 (పీపుల్స్ మోటివేషన్): కోడికత్తి తేసులో నిందితుడు శ్రీనివాసరావు బియ్యే రద్దు చేసేందుకు సుప్రీంకోర్టు నిరాకరించింది. పీపీ హైకోర్టు మంజూరు చేసిన బియ్యే ఉత్తర్వులపై జోక్యానికి అత్యున్నత న్యాయస్థానం అంగీకరించలేదు. 2019 ఎన్నికలకు ముందు విశాఖ విమానాశ్రయంలో అప్పటి ప్రతిపక్ష నేత జగన్మోహన్ రెడ్డి శ్రీనివాసరావు కోడికత్తితో దాడి చేశాడు. ఈ కేసును దర్యాప్తు చేసిన ఎన్ఐఐ... నిందితుడిని అరెస్ట్ చేసింది. సుమారు ఐదేళ్లు జైల్లో ఉన్న శ్రీనివాసరావుకు హైకోర్టు బియ్యే మంజూరు చేసింది. డీసీసీ రద్దు చేయాలంటూ ఎన్ఐఐ సుప్రీంకోర్టును ఆశ్రయించింది. డీసీసీ విచారణ జరిగిన సుప్రీంకోర్టు భద్రాననం బియ్యే రద్దుకు నిరాకరించింది.

## ఎంత ఎదిగినా ఒదిగి ఉండాల్సిందే

- గత ప్రభుత్వంలో రోడ్డుపైకి రావాలంటేనే భయం చంద్రబాబును జైల్లో పెట్టారు... ఇసుకను దోపిడీ చేశారు
- జనేసన విజయం కోసం పాటుపడ్డ వారికి అండగా నిలవాలి
- ప్రజాప్రతినిధులు అవగాహనతో ముందుకు సాగాలి
- జనసేనాని పవన్ కల్యాణ్ హెచ్చరిక



2

గత ప్రభుత్వంలో కానరాని అభివృద్ధి రాజ్యమేలిన అవినీతి, అక్రమాలు బిజెపి అభినందన సభలో పురంధేష్వరి







## ఢిల్లీలో తెలంగాణ సంబరాలు



**న్యూఢిల్లీ, జూలై 15 (పీపుల్స్ మోటివేషన్) :**  
ప్రతి సంవత్సరం ఆనవాలుతిగా శ్రీ సింహవాణి మహాకాళి టెంపుల్ లాల్ దర్వాజా వారు ఈ సంబరాలను జరుపుతూ వస్తున్నారూ ఈ కార్యక్రమంలో తెలంగాణ నుండి శ్రీ విఘ్నేశ్వర ఆర్ట్స్ అకాడమీ వారి

కళాకారులు పలు సాంస్కృతిక కార్యక్రమాల్లోవారి కళాకారులు పలు సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు అను ప్రదర్శించారు ఈ అకాడమీ ఫౌండర్ మరియు డైరెక్టర్ అయిన గణేశ్ మాస్టర్ గారు మరియు అసిస్టెంట్ మాస్టర్ లక్ష్మణ్ వారి విద్యార్థి విద్యార్థులచే నిర్వహించిన కళారూపాలు ప్రేక్షకులను

మరిమరిపించాయి క్లాసికల్ డాన్సు ముఖ్యంగా క్లాసికల్ షే దాన్స్ చిన్నారి విష్ణువర్ధని షేట్ దాన్స్ తో ప్రేక్షకులను ఎంతగానో అలరించింది ఈ కార్యక్రమంలో చిన్నారలు సాయివర్ష దీక్షిత లక్ష్మయ భార్గవి శ్రీలత ఉత్తేక్ష నిత్య శ్రీ ఈ విద్యార్థులు వారి నృత్యాలతో అలరించారు.

## రైతు సదస్సును జయప్రదం చేయండి

సమతా సైనిక దళ రాష్ట్ర నాయకులు ముద్దుమల్ల భార్య

**పంచెరాల, జూలై 15 (పీపుల్స్ మోటివేషన్) :**  
ఈనెల 21న గోదావరిఖని సింగరేణి కమ్యూనిటీ హాల్లో జరగబోయే రైతు సదస్సును జయప్రదం చేయాలని సమతా సైనిక దళ రాష్ట్ర నాయకులు ముద్దుమల్ల భార్య పిలుపునిచ్చారు. సోమవారం పంచెరాల జిల్లా కేంద్రంలో సమతా సైనిక దళ రాష్ట్ర కమిటీ నాయకులతో కలిసి రైతు సదస్సుకు సంబంధించిన కరవత్రాలను అవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా ముద్దుమల్ల భార్య మాట్లాడుతూ.... ప్రజలందరికీ పట్టెడు అన్నం పెట్టే రైతులను అనేక సమస్యలతో ఇబ్బందులు పడుతూ అత్యుపాధ్యులు చేసుకుంటున్నారని ఆవేదన చెందారు. కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు రైతుల సమస్యలు పరిష్కరించకుండా, గిట్టుబాటు ధర కల్పించకుండా కాలయాపన చేస్తూ రైతులను ఇబ్బందుల గరి చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. రైతు సమస్యల పరిష్కారం కోసం నిర్వహిస్తున్న ఈ రైతు సదస్సుకు ప్రాఫెసర్ హరగోపాల్, ప్రాఫెసర్ కోదండరాం, ప్రాఫెసర్ కాసిం, భారత్ బచావో నాయకులు గాడి ఇస్మార్తీ, డాక్టర్ గోపీనాథన్, తిరుపతయ్య, బి.ఎస్.ఎస్.సి. సెక్రటరీ జనరల్ జనక్ ప్రసాద్, హెచ్.ఎం.ఎస్. రాష్ట్ర అధ్యక్షులు రియాజ్



అహ్మద్ లతో పాటు పలువురు ప్రజాసంఘాల నాయకులు ముఖ్య అతిథులుగా హాజరవుతున్నారని తెలిపారు. కనుక పెద్దపల్లి జిల్లాలోని రైతులు కార్మికులు విద్యార్థులు ఉద్యోగులు మేధావులు బుద్ధి జీవులు మహిళలు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని సదస్సును విజయవంతం చేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సమతా సైనిక దళ రాష్ట్ర నాయకులు మార్కల్ దుర్గం నగమ్, దుర్గా సిద్ధార్థ రామ్మూర్తి, దుర్గం కుమార్, చంద్రగిరి శివప్రసాద్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## లక్షతో పాటు తులం బంగారం అన్న కాంగ్రెస్ హామీని నెరవేర్చాలి



మాజీ మంత్రి, ఎమ్మెల్యే వేముల ప్రశాంత్ రెడ్డి

**నిజామాబాద్, జూలై 15 (పీపుల్స్ మోటివేషన్) :**

నిజామాబాద్ జిల్లా బాల్కొండ నియోజకవర్గం మొన్నటి ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఇచ్చిన హామీలు అన్ని నెరవేర్చాలని మాజీ మంత్రి, ఎమ్మెల్యే వేముల ప్రశాంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. ఢిల్లీలో మండల కేంద్రంలోని బంజారా భవన్ లో ఏర్పాటు చేసిన ఢిల్లీలో మండలానికి చెందిన 136 మంది లబ్ధిదారులకు కళ్యాణ లక్ష్మీషాది ముబారక్ చెక్ ల పంపిణీ కార్యక్రమంలో ఆయన పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ... మొన్నటి ఎన్నికల ప్రచారంలో పిసినీ అధ్యక్షులు, ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అందించిన హామీలు ఇచ్చారు అని ఎమ్మెల్యే అన్నారు. కేసీఆర్ ఉంటే ఈ నెల లక్ష... వచ్చే నెల మెమున్నే లక్ష తో పాటు తులం బంగారం ఇస్తాం అని అన్నారు... ప్రభుత్వం ఏర్పడి ఏడు నెలలు కావచ్చే... లక్ష తో పాటు తులం బంగారం హామీ నెరవేర్చాలని ఈ ప్రభుత్వాన్ని ఎమ్మెల్యే డిమాండ్ చేశారు. కేసీఆర్ ముఖ్యమంత్రి గా ఉన్నప్పుడు పేదరికాన్ని అడవికి వెళ్ళి కిక్కురీ కాకుండా అని కళ్యాణ లక్ష్మీషాది ముబారక్ పథకాన్ని ప్రారంభించి గత పది ఏండ్లుగా పెట్టిన అడవికి వెళ్ళిన సహాయం చేసారని... ఈ ప్రభుత్వం మొన్నటి ఎన్నికల్లో కేసీఆర్ ఇచ్చిన లక్ష కు అదనంగా తులం బంగారం ఇస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ప్రభుత్వం ఏర్పడి 7 నెలలు దాటింది. ప్రభుత్వం ఏర్పడిన నాటి నుండి ఇప్పటి వరకు ఈ ప్రభుత్వం ఇచ్చిన కళ్యాణ లక్ష్మీ, షాది ముబారక్ చెక్ లు పొందిన లబ్ధిదారులకు తులం బంగారం ఇవ్వాలని ప్రభుత్వాన్ని ఎమ్మెల్యే డిమాండ్ చేశారు.

## పర్యావరణ పరిరక్షణ ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్



**పంచెరాల, జూలై 15 (పీపుల్స్ మోటివేషన్) :**

పర్యావరణ పరిరక్షణ, వాతావరణ సమతుల్యతను కాపాడటం ప్రతి ఒక్కరు బాధ్యతగా తీసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్ అన్నారు. సోమవారం జిల్లాలోని సస్యూర్ లో గల సమీకృత జిల్లా కార్యాలయాల భవన సముదాయం ఆవరణలో వన మహోత్సవం కార్యక్రమంలో భాగంగా జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ రెవెన్యూ సహాయక మోతిలాల్, సింగరేణి సంస్థ శ్రీరాంపూర్ ఏరియా మొక్కలు నాటారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ జీవరాశి మునుగడ, పర్యావరణ పరిరక్షణ, వాతావరణ సమతుల్యతను కాపాడటం లలో మొక్కలు ప్రధాన పాత్ర పోషిస్తారని, భావితరాలకు కాలుష్యం లేని స్వచ్ఛమైన సహాయ వాయువు మొక్కలు నాటి సురక్షించడం ప్రతి ఒక్కరికీ బాధ్యతగా తీసుకోవాలని తెలిపారు. ప్రభుత్వం ఆదేశాల మేరకు వన మహోత్సవం కార్యక్రమంలో భాగంగా జిల్లా గ్రామీణ అభివృద్ధి శాఖకు 20 లక్షలు, సింగరేణి సంస్థ 7 లక్షలు, అంటేనే శాఖకు 9 లక్షలు, మున్సిపాలిటీలకు 7.50 లక్షలు, ఇతర శాఖలకు 1 లక్ష మొక్కలు నాటడం లక్ష్యంగా నిర్దేశించడం జరిగిందని, ఆయా శాఖల వారిగా కేటాయించిన లక్ష్యాలను పూర్తి స్థాయిలో సాధించాలని తెలిపారు. ఇండ్లలో సైతం మొక్కలు నాటి సురక్షించాలని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో వివిధ శాఖల అధికారులు, విద్యార్థిని విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## ఉత్సూర్ చౌరస్తాకు.. డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్ పేరు పెట్టాలి



**పంచెరాల/లక్ష్మణ్, జూలై 15 (పీపుల్స్ మోటివేషన్) :**

పట్టణంలో ఉత్సూర్ లో గల చౌరస్తాకు రాష్ట్రానికి రివయిత, భారతీ రత్న, డా. బాబా సాహెబ్ అంబేద్కర్ చౌక్ గా పేరు పెట్టాలని అంబేద్కర్ యువజన సంఘం పట్టణ అధ్యక్షుడు తోగారు రాజు అన్నారు. సోమవారం పట్టణంలోని మున్సిపల్ కార్యాలయంలో అంబేద్కర్ యువజన సంఘం పట్టణ కమిటీ అధ్యక్షులతో మున్సిపల్ చైర్మన్ సల్యాను కాంతయ్యకు కుతుకం అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ... ప్రజలంతా నిత్యం అంబేద్కర్ చౌక్ గా పిలుచుకుంటున్న చౌరస్తాకు అంబేద్కర్ పేరు పెడితే భాగంతుండవచ్చు. ఆధునిక భారత నిర్మాణానికి పునాదులు వేసిన మహానీయుల పేర్లు పెట్టడం అంటే వారి ఆశయాలను ముందుకు తీసుకు వెళ్ళడమే సన్మానం. మున్సిపల్ చైర్మన్ సానుకూలంగా స్పందించడం చాలా మంచి శుభ పరిణామమన్నారు. వచ్చే కొన్నింటిలో సమావేశంలో చర్చించి నిర్ణయం తీసుకుంటాం సల్యాను కాంతయ్య మున్సిపల్ చైర్మన్ వచ్చే మున్సిపల్ సమావేశంలో భారతరత్న, బాబా సాహెబ్ అంబేద్కర్ పేరు పెట్టడానికి మున్సిపల్ సమావేశంలో చర్చించి నిర్ణయం తీసుకుంటామన్నారు. బాబా సాహెబ్ భారతీ శ్రవణలందరికీ దైవ సాహసుడని, ఆయన బాటలోనే తాము ప్రజా సేవ చేస్తున్నామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ నాయకులు దమ్మ నారాయణ, మాలి చిన్నప్ప, మండల ప్రధాన కార్యదర్శి ఖైరం రవి, మండల ఉపాధ్యక్షుడు ఖైరం లింగప్ప, పట్టణ ప్రధాన కార్యదర్శి అల్లంపల్లి రమేష్, అలుగుసూరి నరేష్, చాతరాజు రాజశేఖర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## లయన్స్ క్లబ్ ఆఫ్ ఆర్కూర్ ఆధ్వర్యంలో యువ నైపుణ్య దినోత్సవం



**నిజామాబాద్, జూలై 15 (పీపుల్స్ మోటివేషన్) :**

లయన్స్ క్లబ్ ఆఫ్ ఆర్కూర్ సవనాకపురం ఆధ్వర్యంలో జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల పడగల్ గ్రామంలో గ్రామంలో ప్రపంచ "యువ నైపుణ్య దినోత్సవం" సందర్భంగా వ్యాసరచన పోటీలు నిర్వహించడం జరిగింది. సుమారు వందమంది విద్యార్థులు రెండు గ్రూపులుగా పాల్గొనడం జరిగింది. ఈ రోజుల్లో కేలం చదువు మీదే కాకుండా అదనంగా నైపుణ్యం సంపాదించుకోవాలని లయన్స్ క్లబ్ అధ్యక్షులు చెరుకు పృథ్వీరాజ్ ప్రధానోపాధ్యాయులు రామ్ చందర్ చెప్పారు. ఈ పోటీల్లో రెండు విభాగం గా లయన్స్ క్లబ్ ఆఫ్ ఆర్కూర్ కుమారులు పుస్తకాలను, సర్టిఫికేట్, జ్ఞాపిక అందజేయడం జరిగింది. వి జలందర్ సార్ వ్యాఖ్యతగా వ్యవహరించి కార్యక్రమాన్ని నడిపించారు ఈ కార్యక్రమంలో కోశాధికారి నారాయణ గౌడ్, ప్రాజెక్ట్ చైర్మన్ అంబాల తిరుపతి, కో ప్రాజెక్ట్ చైర్మన్ చాన్ల మిగతా ఉపాధ్యాయ బృందం పాల్గొనడం జరిగింది.



## అల్లం టీతో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు..



వర్షాకాలం మొదలైంది అంటే చాలా ఈ చలికి వేడివేడిగా ఏదో ఒకటి తాగాలని, తినాలని అనిపిస్తూ ఉంటుంది. మరియు ఈ సీజన్ లోనే ఎన్నో రోగాలు మనల్ని చుట్టూముడుతూ ఉంటాయి. ఆ రోగాలను తగ్గించుకోవడానికి మన శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తి కూడా అంతే ఎఫెక్టివ్ గా పని చేయాలి. అటువంటి రోగ నిరోధక శక్తి పెంచుకోవడానికి అల్లం టీ చాలా బాగా ఉపయోగపడుతుంది. అంతేకాక రోజు అల్లం టీ తీసుకోవడం వల్ల ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు చేకూరుతాయని వైద్య నిపుణులు సూచిస్తూ ఉన్నారు. మరి అవేంటో మనము తెలుసుకుందామా..

అల్లం టీ తయారు చేసుకునే విధానం..  
అల్లం టీ తయారు చేసేందుకు ముందుగా గిన్నెలో రెండు టేబుల్ స్పూన్స్ అల్లం తరుగు, ఒక గ్లాస్ నీరు, ఒక గ్లాస్ పాలు వేసి బాగా మరిగించాలి. ఇందులో తీయడం కోసం బెల్లం కానీ, తేనె కానీ వాడుకుంటే చాలా మంచిది. రోజు అల్లం టీ తాగడం వల్ల ఇందులో మ్యాంగనీస్, మెగ్నీషియం, కాపర్, జింక్, విటమిన్ %ఎ%6, యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ గుణాలు పుష్కలంగా లభిస్తాయి. దీనితో రోగనిరోధక శక్తి పెరగడమే కాకుండా, పొట్ట నొప్పి, కీళ్ల వాపులు, కీళ్ల నొప్పులు తొందరగా తగ్గముఖం పడతాయి. వర్షం మొదలైంది అంటే చాలా చాలామందికి దగ్గు, జలుబు, జ్వరంతో బాధపడుతూ ఉంటారు. అలాంటి వారికి రోజుకో కప్పు అల్లం టీ ఇవ్వడం వల్ల, అందులోని యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ గుణాలు వారి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచి, వైరల్ మరియు బ్యాక్టీరియల్ వ్యాధులు రాకుండా కాపాడుతాయి.

అంతేకాక ఇప్పుడు ఆహారపు అలవాట్ల కారణంగా శరీరంలోని చెడు కొలెస్ట్రాల్ పెరిగి, ఆరోగ్యానికి ఎంతో హాని కలుగజేస్తుంది. సాధారణంగా అల్లంకు చెడు కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించి మంచి కొలెస్ట్రాల్ ను పెంచే గుణం ఉంటుంది. కావున అలాంటి వారికి పచ్చి అల్లం లేదా అల్లం నీరు, అల్లం టీ ఇవ్వడం వల్ల చెడు కొలెస్ట్రాల్ కరిగిపోతుంది. అధిక బరువు, ఊబకాయం వంటి సమస్యలు తరిగిపోతూ ఉంటాయి. అలాగే దీర్ఘకాలిక రోగమున క్యాన్సర్ కు విరుగుడుగా కూడా అల్లం బాగా పనిచేస్తుంది. ఇందులో కొలెస్ట్రాల్, లిపిడ్ క్యాన్సర్ పోరాడే గుణాలు పుష్కలంగా లభిస్తాయి. దీనితో రోజు అల్లం టీ తీసుకోవడంతో చాలా రకాల క్యాన్సర్ల ముప్పు నుంచి బయటపడవచ్చు. కావున ప్రతి ఒక్కరు రోజుకు ఒక కప్పు అల్లం టీ తాగడం చాలా ఉత్తమం.

## వేపతో అద్భుత ప్రయోజనాలు?

వేప చెట్టు వల్ల చాలా రకాల లాభాలు ఉన్నాయి. వేప చెట్టు సంపూర్ణ ఆరోగ్యాన్ని పెంచుతుందనే సంగతి అందరికీ తెలిసింది. వేప రుచి చేదుగా ఉన్నా కానీ ఇందులోని గుణాలు మనల్ని ఖచ్చితంగా అనేక వ్యాధుల నుంచి కాపాడుతాయి. కడుపునొప్పి, అకలి లేకపోవడం ఇంకా చర్మ వ్యాధులు, గుండె, రక్తనాణు వ్యాధులను వేప ఈజీగా తగ్గిస్తుంది. అలాగే అల్సర్, బిర్సింగ్, గ్యాస్, కంటి రుగ్గుతలకు కూడా ఈ వేప చక్కని పరిష్కారంగా పని చేస్తుంది. వేప చెట్టులో బెరడు, ఆకులు, పువ్వులు, గింజలు, కలప, సూనె ఇంకా పిట్ట ఇలా అన్ని భాగాలు ఆరోగ్యం రక్షించడంలో చాలా ఉపయోగపడుతుంది. ఇక వేప పుల్లలో ఉన్న గుణాలు దంతాలకు బలాన్నిస్తాయి. ఇవి మన పళ్లని చాలా దృఢంగా ఉంచుతాయి. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి, వేప ఆకులను ఉదయాన్నే ఖచ్చితంగా నమలాలి. ఎందుకంటే దీని కారణంగా, శరీరంలో పేరుకుపోయిన లాక్సిన్స్ మలవిసర్జన సమయంలో చాలా సులభంగా బయటకు వస్తాయి. ఇంకా ఇది కాకుండా మీరు వేప ఆకు నీటిని కూడా త్రాగవచ్చు. ఈ పద్ధతి ఆరోగ్యానికి కూడా చాలా ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. ఇది రోగనిరోధక శక్తిని బాగా పెంచుతుంది. వేప ఆకుల నీటిని తాగడం వల్ల రక్తం ఈజీగా శుద్ధి అవుతుంది. అలాగే వేప ఆకు చర్మం జుట్టు ఆరోగ్యానికి కూడా చాలా రకాలుగా మంచి చేస్తుంది. ఇంకా అలాగే వేప ఆకు వికారం, వాంతులు నుండి కూడా ఈజీగా ఉపశమనం ఇస్తుంది. ఇది రూట్ నుండి %ఖ%×% ఇన్సైక్షన్ అలాగే కడుపులో పురుగులను తొలగించడంలో చాలా బాగా సహాయపడుతుంది. ఇంకా అలాగే ఇది వాపును తగ్గించడానికి కూడా పనిచేస్తుంది. అలాగే సహజమైన డిటాక్సిఫైయర్, పిట్టను సమతుల్యం చేస్తుంది, వాతాన్ని పెంచుతుంది. ఇది కళ్లకు కూడా మంచిది. అలాగే ఈ వేప దంతాలకు కూడా చాలా మేలు చేస్తుంది. దీనితో మనం బ్రష్ చేయడం ద్వారా, దంతాలు చాలా దృఢంగా మారతాయి. వాటిలో ఎలాంటి ఇన్ఫెక్షన్ ఉండదు. ఇక చెవి నొప్పికి వేపనూనెను పూయడం వల్ల కూడా మంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది.



## తల నొప్పిగా ఉందా..!



కొంతమందికి అదే పనిగా తలనొప్పి వస్తూంటుంది. తలనొప్పికి ఒకటి అంటూ కారణం ఉండదు. పని ఒత్తిడి, నిద్రలేమి, టెన్షన్, జన్యుపరమైన సమస్యలు ఇలా రకరకాల కారణాలు ఉంటాయి. తలనొప్పి వల్ల విపరీతమైన చిరాకు, కోపం, అసహనం కలుగుతాయి. ఒక్కోసారి తలనొప్పి విపరీతంగా ఉంటే కొంత మందికి వాంతులు కూడా అవుతాయి. అయితే తలనొప్పికి భరించలేక ట్యాబ్లెట్స్ వేసుకుంటూంటారు. అలా ట్యాబ్లెట్స్ వేసుకున్నా.. ప్రమాదం ఉందంటోయ్. అలా కాకుండా ముందుగా కొన్ని టిప్స్ పాటిస్తే ఆ సమస్యకు చెక్ పెట్టొచ్చు. అవేంటో ఓసారి చూసిద్దాం. తలనొప్పికి డి హైడ్రేషన్ కూడా ఒక కారణం కావచ్చు. కాబట్టి తలనొప్పిగా అనిపిస్తున్నప్పుడు ఒక గ్లాస్ నీళ్లు తాగడం ఉత్తమం. గంధాన్ని నుదుటిపై రాసినా

ఉపశమనం పొందవచ్చు. తలనొప్పిగా ఉన్నప్పుడు కాస్త గోరువెళ్లని నీటితో తల స్నానం చేస్తే చక్కటి లిఫిఫ్ వస్తుంది. పంటినొప్పి, కంటి నొప్పి ఉన్నా కూడా అది తలనొప్పికి దారి తీస్తుంది. ఎక్కువ సమయం ఆహారం తీసుకోకపోయినా తలనొప్పి వస్తుంది. తలనొప్పిగా ఉన్నప్పుడు కాస్త ప్రశాంతంగా కూర్చోండి.. బ్రెయింగ్ వర్కౌట్ చేసినా కూడా చాలా మంచిది. ఇది తలకు ఆక్సిజన్ ని అందించి సహాయం చేస్తోంది. మెదడుకి సంబంధించిన నరాలు చెవి ప్రాంతాన్ని కలిపి ఉంటాయి. చెవి వెనుక భాగంలో కాస్త మస్తాజ్ చేసి, కిందికి పైకి కొద్దిగా లాగడం మంచిది. నుదురు, తలపై మసాజ్ చేసుకోవడం, నాసికా రంధ్రాలపై నుంచి కింది దాకా మసాజ్ చేయడం, ఐస్ తో కూడా నుదుటిపై మసాజ్ చేసుకోవచ్చు.

## ఈ కొత్తమీర వంటకం

● ఆరోగ్యానికి ఎంత మంచిదంటే?  
కొత్తమీరలో చాలా రకాల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు దాగి ఉన్నాయి. మన ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేసే ఈ కొత్తమీరలో మనం కొత్తమీర రైస్ ను కూడా తయారు చేసుకోవచ్చు. ఈ కొత్తమీర రైస్ చాలా రుచిగా ఉంటుంది. దీనిని తయారు చేయడం కూడా చాలా ఈజీ. మనకు ఇంట్లో తినగా మిగిలిన అన్నంతో కూడా ఈ కొత్తమీర రైస్ ను తయారు చేసుకోవచ్చు. చాలా రుచిగా ఉండే కొత్తమీర రైస్ ను ఎలా తయారు చేసుకోవాలి? ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం. ముందుగా మీరు కళాయిలో ఒక టేబుల్ స్పూన్ సూనె వేసి దానిని వేడి చేయాలి. ఇక ఆ సూనె వేడయ్యాక పచ్చిమిర్చి, టమాట ముక్కలు వేసి ఒక 2 నిమిషాల పాటు వేయించాలి. తరువాత కొత్తమీర వేసి కలపాలి. ఆ తరువాత దీనిపై మూత పెట్టి కొత్తమీర, టమాట ముక్కలు పూర్తిగా మెత్తగా అయ్యే దాకా మర్చించాలి. ఆ తరువాత స్టవ్ ఆఫ్ చేసి వీటిని చల్లారనివ్వాలి. తరువాత వీటిని జార్ లోకి తీసుకుని దానిని మెత్తని పేస్ట్ లాగా చేసుకోవాలి. కొత్తమీర పేస్ట్ అందులో వేసి కలపాలి. దీనిపై మూత పెట్టి సూనె పైకి తేలే దాకా వేయించిన తరువాత తరువాత కళాయిలో సూనెని వేసి వేడి చేయాలి. ఆ సూనె వేడయ్యాక మసాలా దినుసులు కూడా వేసి వేయించాలి. తరువాత జీడిపప్పు, వెల్లుల్లి రెబ్బలని వేసి వేయించాలి. ఇక ఇవి కొద్దిగా వేగిన తరువాత ఉబ్బిపాయ ముక్కలు కూడా వేసి వేయించాలి. ఆ ఉబ్బిపాయ ముక్కలు వేగిన తరువాత అల్లం వెల్లుల్లి పేస్ట్ వేసి కూడా వేయించాలి. దీనిని పచ్చి వాసన పోయే దాకా వేయించిన తరువాత మిక్సీ పట్టుకున్న కొత్తమీర పేస్ట్ అందులో వేసి కలపాలి. దీనిపై మూత పెట్టి సూనె పైకి తేలే దాకా వేయించిన తరువాత ఉప్పు వేసి కలపాలి. తరువాత ఉడికించిన అన్నం అందులో వేసి కలపాలి. దీనిని అంతా కలిపిలా కలుపుకున్న తరువాత మూత పెట్టి మరో 5 నిమిషాల పాటు అలాగే ఉంచి స్టవ్ ఆఫ్ చేసుకోవాలి. ఇలా చేయడం వల్ల చాలా రుచిగా ఉండే కొత్తమీర రైస్ తయారవుతుంది. దీనిని రైతాకో లింట్ ఎంతో రుచిగా ఉంటుంది. తరచూ చేసే రైస్ వైరెటీలతో పాటు అప్పుడప్పుడూ ఇలా కొత్తమీర రైస్ ను కూడా మీరు తయారు చేసుకుని తినవచ్చు. దీనిని అందరూ చాలా ఇష్టంగా తింటారు.

## రోజు ఈ పొడి వాడితే చాలా బలంగా అవుతారు?

ఇప్పుడు చెప్పి పొడిని వాడడం వల్ల శరీరానికి కావల్సిన పోషకాలన్నీ ఈజీగా లభిస్తాయి. అలాగే నీరసం, బలహీనత వంటి సమస్యలు మన దరి చేరకుండా ఉంటాయి. రోజూకూ కూడా చాలా ఉత్సాహంగా పని చేసుకోవచ్చు. ఇంకా అంతేకాకుండా ఈ పొడిని వాడడం వల్ల రక్తహీనత సమస్య తగ్గుతుంది. ఎముకలు చాలా దృఢంగా తయారవుతాయి. అలాగే కీళ్ల నొప్పులు, మోకాళ్ల నొప్పులు వంటి సమస్యలతో బాధపడే వారు ఈ పొడిని వాడడం వల్ల చాలా మంచి ఫలితం ఉంటుంది. ఇంకా అలాగే ఈ పొడిని వాడడం వల్ల కంటి చూపు కూడా బాగా మెరుగుపడుతుంది. ఇంకా కంటికి సంబంధించిన సమస్యలు రాకుండా ఉంటాయి. అలాగే చర్మం, జుట్టు ఆరోగ్యం కూడా బాగా మెరుగుపడుతుంది. ముఖ్యంగా పిల్లలకు ఈ పొడిని ఇవ్వడం వల్ల వారిలో ఎదుగుదల చక్కగా ఉంటుంది. వారి జ్ఞాపక శక్తి పెరుగుతుంది. వారిలో ఎముకలు, కండరాలు చాలా దృఢంగా తయారవుతాయి. ఈ పొడిని తయారు చేసుకోవాలి? ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. ఈ పొడిని తయారు చేసుకోవడానికి మనం ఒక కప్పు పూల్ మఖనాను, పావు కప్పు బాదంపప్పును, పావు కప్పు వాల్ నట్స్ ను, పావు కప్పు పల్లీలను, పావు కప్పు జీడిపప్పును, మూడు టీ స్పూన్స్ సోంపు గింజలను, మూడు స్పూన్స్ పువ్వుగింజల పప్పును, ఒక టీ స్పూన్ మిరియాలను ఇంకా రుచికి తగినన్ని ఎండు ఖర్జూరాలను ఉపయోగించాల్సి ఉంటుంది. ముందుగా మీరు కళాయిలో జీడిపప్పు, బాదంపప్పు, పల్లీలు, వాల్ నట్స్ అలాగే పూల్ మఖనా వేసి దోరగా చేయించి గిన్నె లోకి తీసుకోవాలి. ఆ తరువాత అదే కళాయిలో మిరియాల, ఎండు ఖర్జూరం ముక్కలు, సోంపు గింజలు ఇంకా పువ్వుగింజల పప్పు వేసి వేయించాలి. తరువాత వీటిని కూడా అదే గిన్నెలోకి తీసుకోవాలి. ఇప్పుడు వీటన్నింటినీ తీసుకొని మెత్తని పొడిలా మిక్సీ పట్టుకుని గాలి తగలకుండా గాజు సీసాలో నిల్వ చేసుకోవాలి. ఇక ఈ పొడిని ఒకేసారి తయారు చేసుకుని నెలరోజుల పాటు నిల్వ చేసుకోవాలి. అవసరమైతే ఇందులో బీజ్ టెల్లం పొడిని కూడా మీరు చేసుకోవచ్చు. ఇక ఇలా తయారు చేసుకున్న పొడిని ప్రతి రోజూ ఒక టేబుల్ స్పూన్ మోతాదులో గోరు వెచ్చని పాలల్లో కలిపి తీసుకోవాలి. ఇలా ఈ పొడిని తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో రోగ నిరోధక శక్తి చాలా ఈజీగా పెరుగుతుంది. ఇంకా ఎలాంటి అనారోగ్య సమస్యలు రాకుండా ఉంటాయి. అలాగే ఇన్ఫెక్షన్ ల బారిన పడకుండా ఉంటాయి. జీర్ణశక్తి కూడా మెరుగుపడుతుంది. ఈ విధంగా మన ఇంట్లోనే సులభంగా ఈ పొడిని తయారు చేసుకుని వాడడం వల్ల సంపూర్ణ ఆరోగ్యాన్ని పొందవచ్చు.



## ఈ సమస్యలు ఉన్నవారు

● అస్సలు పాలు తాగకండి..  
పాలు తాగడం వల్ల ఎన్నో రకాల ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి అన్న విషయం తెలిసిందే. పాలలో ప్రోటీన్లు, విటమిన్ ఏ, టీ1, టీ1, టీ2, టీ12, టీ6, డీ, క్యాల్షియం, మెగ్నీషియం, మెగ్నీషియం, జింక్, ఫాస్ఫరస్ పాంథోనోక్ యూనిట్, సెలీనియం, నియాసిన్ లాంటి పోషకాలు లభిస్తాయి. ప్రతిరోజూ పాలు తాగడం వల్ల రోగనిరోధక శక్తి మెరుగుపడుతుంది. పాలు తాగితే ఎముకలు, దంతాలు ఆరోగ్యంగా, బలంగా ఉంటాయి. ఎముకలకు కావాల్సిన క్యాల్షియం కూడా పల్లె లభిస్తుంది. జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. గుండె ఆరోగ్యాన్ని రక్షించుకోవచ్చు. చర్మం, జుట్టు హెల్త్ గా ఉంటాయి. రోజు పాలు తాగడం వల్ల మానసిక ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. పాలలో అన్ని ప్రయోజనాలు ఉన్నప్పటికీ, కొంతమంది వ్యక్తులు, ముఖ్యంగా కొన్ని రకాల సమస్యలు ఉన్నవారు పాలు తాగితే ప్రమాదకరం అంటున్నారని వైద్యులు. మరి ఎటువంటి సమస్యలు ఉన్నవారు పాలు తాగకూడదో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.. ఫ్యాటీ లిపిడ్ సమస్యతో బాధపడే వారు పాలు తాగకూడదు. లిపిడ్ లో కొవ్వు పేరుకుపోవడాన్ని ప్యాటీ లిపిడ్ అని అంటారు. లిపిడ్ లో కొవ్వు పేరుకుపోయి ఇన్ఫ్లమేషన్ కు దారి తీస్తుంది. అలాగే లాక్టోస్ అసహనం ఉన్నవారు పాలు తాగకూడదు. చిన్న ప్రేగు తగినంత లాక్టేజ్ ఉత్పత్తి చేయకపోతే లాక్టోస్ అసహనం వచ్చే అవకాశం ఉంది. ఇది ఇది పాలలో చక్కెరను జీర్ణం చేయడానికి ఒక ఎంజైమ్. పాలు తాగిన ముప్పు రెండు గంటల తర్వాత మీకు ఏదైనా కడుపులో అసౌకర్యం ఉంటే లాక్టోస్ అసహనం ఉన్నట్లు నిర్ధారించుకోండి. పాలు తాగిన తర్వాత కడుపు ఉబ్బరం, ఎసిడిటీ, వాంతులు, విరేచనాలు, కడుపు నొప్పి వంటి సమస్యలు ఎదురైతే వాళ్ల పాలు తాగకపోవడమే మంచిది. చాలామందికి పాలు తాగిన తర్వాత కడుపులో తిప్పడం, ఇబ్బందిగా అనిపించడం, వికారంగా అనిపించడం వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి. కొంతమంది వ్యక్తులు పాలు తాగిన తర్వాత భయపడుతూ ఉంటారు. ఇలాంటి వ్యక్తులు పాలు తాగకూడదు. ప్రోటీన్ల క్యాన్సర్, ట్రైస్ క్యాన్సర్, అందాచయ క్యాన్సర్ వంటి క్యాన్సర్ ఉన్నవారు పాలు తాగకపోవడమే మంచిది. పాలు తాగిన తర్వాత.. ఊపిరి తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది, వాంతులు, మలం నుంచి రక్తం వస్తుంటే పాలు తాగవద్దు. ఈ లక్షణాలకు అర్థం మీకు మిల్క్ అలర్జి ఉన్నట్లు. ఇలాంటి వ్యక్తులు పాలు అస్సలు తాగకూడదు. గుండె సమస్యలు ఉన్నవారు పాలు తాగకూడదు.



08

సినిమా న్యూస్



# పేపుల్ మోటివేషన్

People's Motivation



కన్నడ నటుడు, నిర్మాత రక్షిత్ శెట్టిపై కేసు

వచ్చే నెలలోనే కిరణ్ అబ్బవరం, నటి రహస్య గోరక్ వివాహం



నటుడు కిరణ్ అబ్బవరం, నటి రహస్య గోరక్ వివాహానికి ముహూర్తం ఖరారైంది. వచ్చే నెలలో వీరి పెళ్లి జరగనుంది. తనకు కాబోయే భర్త కిరణ్ అబ్బవరం పుట్టినరోజును పురస్కరించుకుని రహస్య ఈ విషయాన్ని బయటపెట్టారు. ఆయనకు బర్త్ డే విషెస్ చెబుతూ ఇన్స్టాలో ఆసక్తికర పోస్ట్ పెట్టారు. 'రాజువారు రాణిగారు' సమయం నుంచి నిశ్చితార్థమైన నాటివరకూ వీరిద్దరూ కలిసి దిగిన పలు ఫోటోలు, వీడియోలతో స్వప్నల్ వీడియో క్రియేట్ చేసి దాన్ని అభిమానులతో పంచుకున్నారు. 'హ్యాపీ బర్త్ డే కిరణ్ అబ్బవరం, మరో 38 రోజుల్లో నిన్ను.. మై హస్బండ్ అనేందుకు ఆశగా ఎదురుచూస్తున్నా' అని ఆమె క్యాప్షన్ జత చేశారు. 2019లో విడుదలైన 'రాజువారు రాణిగారు'తోనే కిరణ్ తెరంగేట్రం చేశారు. ఇందులో రహస్య కథానాయికగా నటించారు. రొమాంటిక్ డ్రామాగా రూపొందిన ఈ సినిమా ప్రేక్షకులను అలరించింది. ఆ మామీ పూడింగోల్నే ఇద్దరి మధ్య ఏర్పడిన స్నేహం.. ప్రేమగా మారినట్లు తెలుస్తోంది. మార్చిలో వీరి నిశ్చితార్థం జరిగింది. కిరణ్ ప్రస్తుతం 'క' కోసం పర్ఫె చేస్తున్నారు. పాన్ ఇండియా ఫిల్మ్ గా ఇది విడుదల కానుంది. సుజీత్, సందీప్ దీనిని దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. సోమవారం ఆయన పుట్టినరోజును పురస్కరించుకుని 'క' డిజిట్ విడుదల చేశారు.

కన్నడ నటుడు, నిర్మాత రక్షిత్ శెట్టి పై కేసు నమోదైంది. తమ సంస్థకు చెందిన పాటలను కాపీ కొట్టారని పేర్కొంటూ ఎంఆర్టీ మ్యూజిక్ కంపెనీ ఆయనపై పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేసింది. 'న్యాయ ఎల్లదే', 'గాలిమాతు' చిత్రాల్లోని పాటలను రక్షిత్, ఆయనకు చెందిన నిర్మాణ సంస్థ పరంవా స్టూడియోస్ 'బ్యాచిలర్ పార్టీ'లో కాపీ కొట్టారని తెలియజేసింది. తమ

పర్మిషన్ తీసుకోకుండా ఇలా చేయడం ఏమాత్రం సరికాదని పేర్కొంది. ఎఫ్ఐఆర్ నమోదు చేసుకున్న పోలీసులు దర్యాప్తు చేపట్టారు. ఈ విషయంపై స్పందించమని కోరుతూ రక్షిత్ కు నోటీసులు జారీ చేశారు. దిగంత, అచ్యుత్ కుమార్, యోగేశ్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటించిన చిత్రం 'బ్యాచిలర్ పార్టీ' పరంవా స్టూడియోస్ పతాకంపై రక్షిత్ శెట్టి

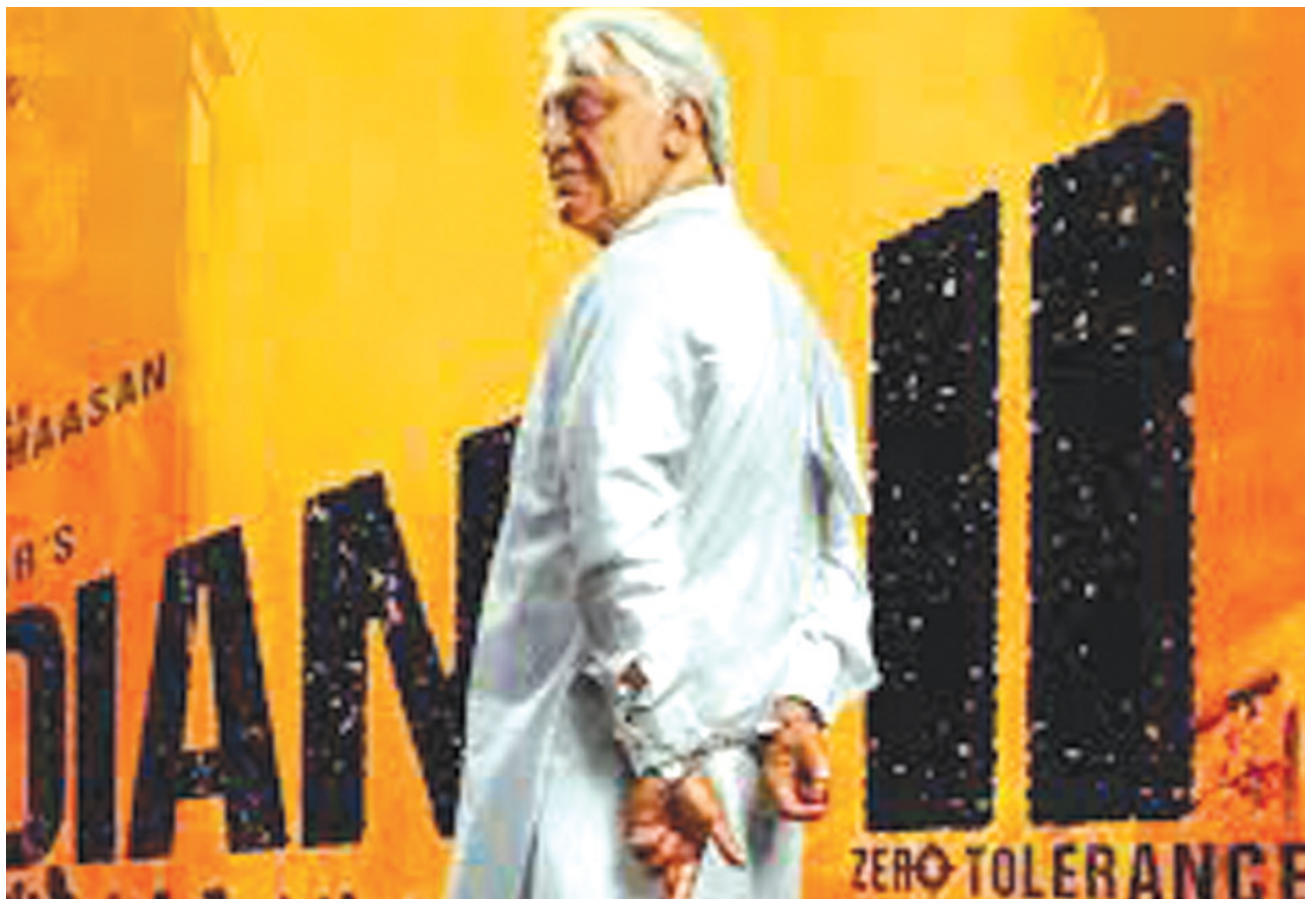
నిర్మించారు. జనవరిలో విడుదలైన ఈ సినిమా మిశ్రమ స్పందనలకే పరిమితమైంది. ప్రస్తుతం ఇది అమెజాన్ ప్రైమ్ వేదికగా అందుబాటులో ఉంది. ఆయా పాటలకు సంబంధించిన హక్కులు విషయమై గతంలో ఎంఆర్టీ స్టూడియోస్, రక్షిత్ శెట్టి సమావేశమైనప్పటికీ ఎలాంటి ప్రయోజనం లేకపోయిందని సమాచారం.

## నాలుగేళ్ల నాటి డ్యాన్స్ కట్ పై ట్రోల్స్ ?

**హైదరాబాద్:** తన డ్యాన్స్ ను ట్రోల్ చేస్తూ సోషల్ మీడియా వేదికగా ఓ నటిజన్ పెట్టిన పోస్ట్ పై నటి అనసూయ స్పందించారు. పారదర్శక, గౌరవప్రదమైన విమర్శలను తాను ఆహ్వానిస్తానని చెప్పారు. 'నా మానసిక ప్రశాంతతను ధృష్టిలో ఉంచుకొని కొన్ని విషయాలపై స్పందించకూడదని నిర్ణయించుకున్నా. మహానటి సావిత్రిమ్మకు నివాళిగా దాదాపు నాలుగేళ్లక్రితం ఓ ఈవెంట్ లో నేనిచ్చిన ప్రదర్శనలోని కొన్ని డ్యాన్స్ మూమెంట్స్ ను ట్రోల్ చేయడం.. వాటికి ఇలా అవమానకర లిటిల్ విమర్శలు చేయడం బాధాకరం. ఇక్కడ నా గురించి చెప్పట్లేదు.. నివాళులకు సంబంధించిన విషయాల్లో ఇలా చేయడం ఆ గొప్ప వ్యక్తులను అవమానపర్చినట్లే..! మర్యాదపూర్వకమైన విమర్శలను నేను ఎప్పుడూ స్వాగతించాను. ఆ కార్యక్రమంలో నా మొత్తం ప్రదర్శన చూసిన తర్వాత మీరు ఒక నిర్ణయానికి రండి' అని ఎక్స్ (ట్విట్)లో పోస్ట్ చేశారు. అనసూయ ప్రస్తుతం వరుస సినిమాల్లో యాక్ట్ చేస్తున్నారు. 'పుష్ప 2' తోపాటు 'పాపిబ్యాక్', 'వోల్ట్' వంటి తమిళ చిత్రాల్లో కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు.

## వైవిధ్యంగా తంగలాన్ మూవీ చిత్రీకరణ

కథానాయకుడు చియాన్ విక్రమ్ ఎంపిక చేసుకునే పాత్రలు చాలా వైవిధ్యంగా ఉంటాయి. ప్రస్తుతం తంగలాన్ చిత్రంతో ప్రేక్షకుల ముందుకు వస్తున్నారు. కాలా, కబాలి వంటి సినిమాలు రూపొందించిన దర్శకుడు పా. రంజిత్ దర్శకత్వంలో విక్రమ్ కథానాయకుడిగా నటిస్తున్న చిత్రం తంగలాన్. ఈ చిత్రాన్ని పా. రంజిత్ తనదైన శైలిలో అందరూ అబ్బుర పడేలా చిత్రీకరించారని యూనిట్ వర్గాలు చెప్పారు. ఇక విడుదలైన ఈ థియేట్రికల్ ట్రైలర్ చూస్తుంటే తప్పకుండా ఈ చిత్రాన్ని థియేటర్ లో ఎక్స్ పీరియన్స్ చేయాల్సిన సినిమాలా అనిపిస్తుందని అంటున్నారు విక్రమ్ అభిమానులు. తంగలాన్ బంగారు నిధుల సేవధ్యంలో యథార్థ సంఘటనలతో తీసిన చిత్రంలా కనిపిస్తుంది. విజువల్స్ ఆకట్టుకునే విధంగా వున్నాయి. మేకింగ్ లో రివీన్స్, ప్రొడక్షన్ క్యాలిటీస్ కనిపిస్తున్నాయి. విక్రమ్ ఈ చిత్రంలో అటవి జాతికి చెందిన వీరుడిలాగా? ఇప్పటి వరకు తెలియలేదు పోషించనుంటుంది వైవిధ్యమైన పాత్రలో కనిపిస్తున్నారు. ఈ పాత్ర కోసం ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకుని, కొన్నివారాల పాటు విక్రమ్ ఉపవాసాలు పుణ్యక్షేత్రం తెలిసింది. ఈ పాత్ర కోసం విక్రమ్ చాలా హార్డ్ వర్క్ చేశారని తెలుస్తుంది. ఆయన చాలా బరువు తగ్గారు. ఇక ఈ ట్రైలర్ లో అటవీ ప్రాంతంలో బంగారు నిధులు ఉన్నాయని ట్రిబియూట్ గుర్తించి అక్కడి గిరిజన తెగ ప్రజలను సహాయం కోరుతారు. ఈ క్రమంలో నిధుల తవ్వకం మొదలు పెడతారు. అప్పుడు అక్కడి ప్రజలు ఎదురుకునే ప్రమాదాలనుండి ప్రాణాలకు తెగించి కాపాడే పాత్రలో విక్రమ్ కనిపించనున్నారు. తమ జాతి ప్రజలను కాపాడుకునే వీరుడిగా విక్రమ్ నటన మరో లెవెల్ లో వుంటుందని అంటున్నాయి చిత్ర వర్గాలు.. మాజీకావే మోహనన్, పార్వతీలు డి. గ్లామర్ రోల్ లో



### భారతీయుడు-2 నెగెటివ్ టాక్

**ప్రారంభ వసూళ్లు వీక్**

దాదాపు 28 సంవత్సరాల క్రితం శంకర్ దర్శకత్వంలో రూపొందిన భారతీయుడు సినిమా ఎంతో ఘన విజయం సాధించింది తెలిసిన విషయం. దానికి సిక్వెల్ భారతీయుడు 2. ఈ నెల 12న ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకొచ్చారు. అయితే ఫస్ట్ షో నుంచే ఈ సినిమాకు నెగెటివ్ టాక్ రావడం మొదటి భాగమైన భారతీయుడికి ఢిల్లీగా లేకపోవడం వలన మూవీపై చాలా దెబ్బ పడింది. ఇక ఎన్నో అంచనాలతో చిత్రాన్ని వీక్షించడానికి వచ్చిన ప్రేక్షకులకు అడుగుడుగులా అసంతృప్తికి గురిచేసినదని సినిమా లివ్ లు చెబుతున్నాయి. దీనికి తోడు టిక్కెట్ల రేట్లు పెంచడం ఈ చిత్రానికి మైనస్ అనే చెప్పకోవాలి. తెలంగాణలో టిక్కెట్ల రేట్లు పెంచుకోవడానికి తెలంగాణ ప్రభుత్వంను అనుమతి కోరగా గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చిన విషయం తెలిసింది. అయితే మల్లిఖే క్లబ్ లో 75 నుంచి 150 వరకు టిక్కెట్ల రేటు పెంచడానికి ప్రభుత్వం అనుమతిచ్చింది. ఈ చిత్రానికి ఉన్న వీక్ టాక్ తో ప్రారంభ వసూళ్లు కూడా లేకపోవడం గమనార్హం. ఇటీవల విడుదలైన బ్లాక్ బస్టర్ గా నిలిచిన కల్కి 2898 ఏడీ సినిమాకు కూడా టిక్కెట్ల రేట్లు పెంపుదల కాస్త మైనేస్ గానే మారడం అందరి అభిప్రాయం. భారతీయుడు-2 కూడా టిక్కెట్ల రేట్లు పెంచడం, సినిమా ప్రేక్షకులను నిరాశపరిచిన విధానం వీటి ప్రణామం కలెక్షన్స్ పై వదే అవకాశం ఉందని విశ్లేషకులు చెబుతున్నారు. ఈ పరిస్థితిలో భారతీయుడు -2 కలెక్షన్స్ కష్టమే అంటున్నారు.