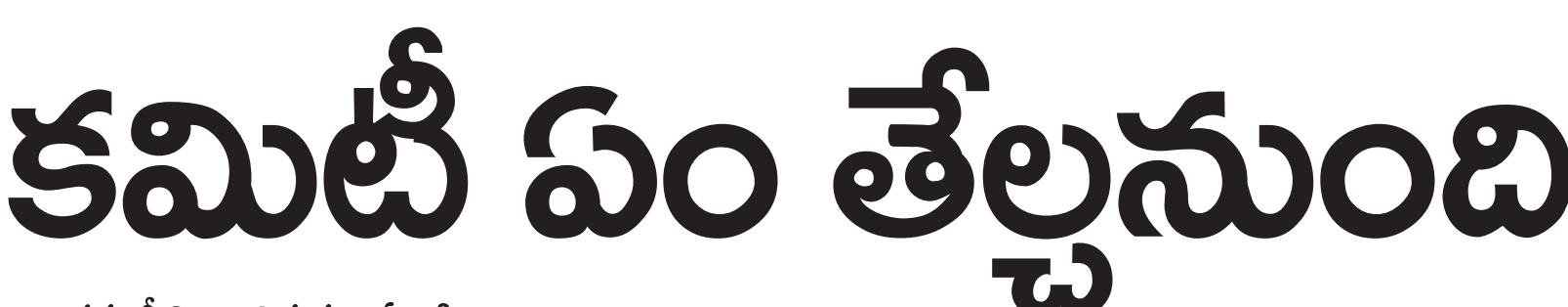


ଚର୍ଚା ମଧ୍ୟ କିମ୍ବା ରହୁଳୁ ତୁ ମଧ୍ୟ?

ఆయా రాష్ట్రాలు ఎగువ సభగా లెజిస్ట్రేటివ్ కౌన్సిల్ ఏర్పాటు చేసుకోవాలనుకుంటే ఆర్డికల్ 169, 170, 171, 172 లో ఉన్న నిబంధనలను పాటించాలి. ఆర్డికల్ 171 ప్రకారం ఏ రాష్ట్రంలోనైనా శాసనమండలి ఏర్పాటు చేయాలనుకుంటే అక్కడున్న శాసన సభ్యుల సంఖ్యలో $1/3$ వంతుల సంఖ్యతో కౌన్సిల్ ఏర్పాటు చేసుకోవాలి. అదే రాజ్యంగంలో ఆర్డికల్ 172 లో ఇదే కౌన్సిల్ ఏర్పాటు కోసం మరో నిబంధన పొందుపరిచారు. ఎమ్ముల్లేల సంఖ్యలో $1/3$ విభజించిన ఎమ్ముల్లీల సంఖ్య 40 కి తగ్గకూడదు. అంటే ఏ రాష్ట్రంలోనైనా లెజిస్ట్రేటివ్ కౌన్సిల్ ఏర్పాటు చేయాలంటే కచ్చితంగా 40 మంది ఎమ్ముల్లీలు ఉంటేనే అది సాధ్యమవుతుంది.



- ఇద్దరు సీఎంల నిర్ణయం ఏంటి..
 - సాగర్ జలాల పంపకాలు కొలిక్కివచ్చినట్లేనా..
 - విభజన తర్వాత తెలుగు రాష్ట్రాల సీఎంల భేటీలు కొనసాగుతూనే ఉన్నాయి.
 - అప్పట్లో ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు - తెలంగాణ సీఎం కేసీఆర్ తొలిసారి భేటీ కాగా..
ఆ తర్వాత.. జగన్ - కేసీఆర్ సమావేశమయ్యారు..
 - తాజాగా.. చంద్రబాబు - రేవంతెరడ్డి మీట్ అయ్యారు
 - మూడు సార్లు కూడా విభజన సమస్యలే అజెండాగా సమావేశాలు నిర్వహించడం..
 - విడిపోయి పదేళ్లు గడిచిన విభజన సమస్యలు మాత్రం కొలిక్కి రాలేదు



ప్రాదరాబాద్
మూడు టర్లు భేటీలు.. అప్పుడు - ఇప్పుడు.. విభజన సమస్య లే అజెండా.. ఎన్.. ఉమ్మడి అంధ్రప్రదేశ్ విభజన తర్వాత తెలుగు రాష్ట్రాల నీఎం భేటీలు కొనసాగుతునే ఉన్నాయి. అప్పట్లో ఏపీ నీఎం చంద్రబాబు - తెలంగాణ నీఎం కేనీఆర్ తొలిసారి భేటీ కాగా.. ఆ తర్వాత.. జగన్ - కేనీఆర్ సమావేశ పుయారు.. తొజాగా.. చంద్రబాబు - రేవంత్రెడి మీట్ అయ్యారు. మూడు సార్లు కూడా విభజన సమస్య అజెం దాగా సమావేశాలు నిర్వహించడం.. సుదీర్ఘంగా చర్చించడం జరిగింది. ఇంతకీ.. మూడు టర్లు భేటీల్లు తెలుగు రాష్ట్రాల మధ్య విభజన సమస్యలు ఏ మేరకు కొలితి వచ్చాయి?.. తాజా సమావేశంలో సాధించిన పురోగతి ఏంటి?.. ఉమ్మడి అంధ్రప్రదేశ్ విడిపోయి పదేళ్ళ గడిచిపోయింది. కానీ.. ఏపీ, తెలంగాణ మధ్య విభజన

సమస్యలు మాత్రం కొలిక్కి రాలేదు. దాంతో.. నాటి సుంచి నేటి వరకు తెలుగు రాష్ట్రాల సీవం సమావేశాలు జరుగుతూనే ఉన్నాయి. 2014- 2019 మధ్య అప్పటి ప్రపాణి సీవం చంద్రబాబు, తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ను నాటి తెలుగు రాష్ట్రాల ఉమ్మడి గవర్నర్ నరసింహన్ కలిపారు. జూన్ 23, 2015న హైదరాబాద్‌లోని రాజ్యభవన్లో ఈ భేటి జరిగింది. అప్పాడు ఏపీ, తెలంగాణ

- ప్రస్తుతం అధికారంలోకి వచ్చిన కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం విద్యావ్యవస్థపై తీవ్ర నిరక్షం ప్రదర్శిస్తుంది
 - సీఎం రేవంత్ కు మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు బహిరంగ లేఖ
 - అరకొర వసతులు, టీచర్ల కొరత, పార్యవ్స్కాల కొరత, దుస్తుల కొరత, తాగునీటి కొరత, వేతనాల చెల్లింపు ఆలస్యం తదితర సమస్యలు తెలంగాణ విద్యావ్యవస్థను పట్టిపీడిస్తున్నాయి
 - విద్యాశాఖ నిర్విస్తున్న మీరు, రాజకీయ అంశాలకు మాత్రమే అధిక ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నారు తప్పా.. ప్రజా సమస్యలను పరిపూర్ణంచడంపై ఏమాతం దృష్టి సారించడం లేదు



కమనీయం, రమణీయం.. జగన్మథుడి రథీత్వం

- కోలాహలం.. జగన్నాథుడి రథయాత్ర
 - భక్తులతో నిండిపోయిన పూరీ వీధులు
 - ఉత్సవంలో పాల్గొన్న రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్మతి, గవర్నర్ రఘుబర్దాన్, సీఎం మోహన్ చరణ్ మాంరియి
 - 53 ఏళ్ల తరువాత రెండు రోజులపాటు సాగ్గి జగన్నాథుడి రథయాత్ర



ಪ್ರಾದರಾಬಾದ್

గ్రావ్-1 ప్రిలిష్టు ఘనితాల విడుదలపై తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి స్పందించారు. గ్రావ్-1 మెయిన్స్ కు అర్థాత సాధించిన 31,382 మంది అభ్యర్థులకు పుభాకాంక్లు అంటూ టీఎస్ చేచారు. అక్షేబరు 21-2

- జాన్ ఇన తెలంగాణలో గ్రూప్-1 ప్రిలిమ్స్ నిర్వహణ
- ఫలితాలు విడుదల చేసిన టీజీపీఎస్స్
- మొయిన్కు అర్థాత సాధించిన వారికి పుభాకాంక్షలు తెలిపిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి
- అక్షోబరు 21-27 మధ్య జిల్లగే మొయిన్ పరీక్షలో మీరు విజయం సాధించాలని ఆకాంక్షిస్తున్నా..



కోట్ట రూపాయల మొనం

- అడ్డంగా దొరికిన మాజీ లైఫ్ ఇన్సురెన్స్ పాల్సీ ఎజెంట్లు
 - ఓ ముతా రూ.2,500తో ఫోన్ దేటా కొనుగోలు చేసి దేశ వ్యాప్తంగా కోట్ల రూపాయల ఘరానా మోసం
 - ఫేక్ బీమా పాలసీలు, లోన్స్ అమృత తొమ్మిది మంది మహిళలు సహ 11 మందిని అరెస్టు
 - దేశవ్యాప్తంగా చాలా మందిని ఈ ఉచ్చలోకి దింపి వోసం చేశారు.

పెదాలు నల్లగా మారి
ఇబుంది పెడుతున్నాయా..



మామూలుగా చాలా మండికి పెదవులు నల్లగా ఉంటాయి. కొందరికి మాత్రం పెదవులు ఎరువుగా పింక్ కలర్ లో ఉంటాయి. నల్ల పెదాలు ఉన్నవారు పెదాలను పింక్ కలర్, రెడ్ కలర్లోకి మార్చుకోవడం కోసం వీవేవో ప్రయత్నాలు చేస్తూ ఉంటారు. కొందరు వంటింటి చిట్టాలు పాటేస్తే ఇంకొందరు బ్యాటీ ప్రాడక్షలను ఉపయోగిస్తూ ఉంటారు. అయినప్పటికీ కొన్ని కొన్ని సార్లు ఫలితం లభించదు. మరి అలాంటప్పుడు పెదాలు ఎరువు రంగులోకి మారాలంటే ఎలాంటి చిట్టాలు పాటించాలో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుండా... ప్రతిరోజు బీట్రూట్ ను పెదాలకు రాయడం వల్ల పెదవులు పింక్ కలర్ లోకి మారుతాయి. అంతేకండా అద్భుతమైన నిగారింపు కూడా వస్తుంది. కీరా కేవలం ఆరోగ్యానికి మాత్రమే కాకుండా అందునికి కూడా ఉపయోగపడుతుంది. కీరా కేవలం డార్క్ సరిశ్లేషిగొట్టుకోవడానికి మాత్రమే ఉపయోగపడుతుందని అనుకుంటారు. పెదాల నల్లదనాన్ని పోగొట్టేందుకు కూడా అద్భుతంగా ఉపయోగపడుతుంది. ఇందులో ఉండే విభిమిన్ ఎ, విభిమిన్ సి వల్ల పెదాలకు లాఖం కలుగుతుంది. కీరా రసాన్ని రోజుగా పెదాలకు రాయడం వల్ల నెమ్ముగా పెదాలు పింక్ కలర్ లోకి మారుతాయి. మన శరీరంలో మిగిలిన చర్చంతో పోల్చుకుంటే పెదాలపై ఉండే చర్చం చాలా సెన్నిటీన్డా ఉంటుంది. అలాంటి పదాలు పట్టించుకోవాలే నెమ్ముగా నిలబడి పోతుంటాయి. అయితే పంచదార కూడా పెదాలపై దూరం చేయడానికి బాగా ఉపయోగపడుతుంది. పంచదార తో తరచుగా మీ పెదాలను ప్రుబ్ చేస్తూ ఉండడం వల్ల ఎరువురంగు ఒక పెదాలు మీ సొంతం చేసుకోవచ్చు. పెదాలకు మాయశ్రీరెజిస్టర్ చాలా అవసరం. దీనివల్ల పెదాలు వగలకుండా ఉంటాయి. నల్లబడవు. ముఖానికి రాసినట్టే పెదాలకు కూడా రోజుగా మాయశ్రీరెజిస్టర్ రాసుండాలి.



మనలో చాలా మంది ఉదయం అల్వాహరం మానేసి భాళీకి కడుపుతో జ్యాన్ లు తాగుతుంటారు. తాజా పండ్ల రసం రుచికరమైనది, అలాగే అందులో పోపకాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. కానీ భాళీ కడుపుతో జ్యాన్ తాగడం వల్ల అనేక దుష్ప్రభావాలు కలుగుతాయని ఆరోగ్యానిపుణులు చెబుతున్నారు. భాళీ కడుపుతో జ్యాన్ లను తీసుకుంటే ఎలాంటి నష్టాలు కలుగుతాయో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుండాం. ఉదయాన్నే భాళీ కడుపుతో జ్యాన్లను తీసుకోవడం వల్ల పండ్ల రసంలో ఉండే ఆఘ్యం దంతాల ఎనామెల్ ను క్లీషింపజేస్తుంది. అంతేకాకుండా దీని వల్ల పళ్ళు కూడా సున్నితంగా మారతాయి. ఉదయం భాళీ కడుపుతో పండ్ల రసాలు తీసుకోవడం వల్ల పండ్లలో ఉండే - సహాయపడుతుంది. అలాగే భాళీ కడుపుతో ఏ లూ పాసు అట్ల పైబిర్ శరీరానికి అందక మలబ్దధకం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. ఫగర్ వ్యాధిగ్రస్తులు పండ్ల రసాలను ఉదయం తీసుకోవడం మంచిది కాదని ఆరోగ్యానిపుణులు చెబుతున్నారు. అలాగే అధిక బరువు సమస్యతో బాధపడేవారు కాదు కడుపుతో ఎట్లి పరిస్థితులలో జ్యాన్ తాగకూడదట. ఇలా తాగితే అందులో ఉండే కేలరీలు బరువును పెంచే అవకాశం ఉంటుంది. కాబట్టి ఉదయం జ్యాన్ తాగడం అస్యలు మంచిది కాదు. భాళీ కడుపుతో జ్యాన్ తాగడం వల్ల

అనిసిద్ధి, కడువు నొప్పి, వికారం, వాంతులు వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. కాబట్టి మీరు ఖాళీ కడువుతో జ్యాన్ తీసుకోవడం మంచిది కాదని ఆరోగ్యనిపుణులు చెబుతున్నారు. జ్యాన్ లలో పోవకాలు తక్కువగా ఉంటాయి. పండ్లు లేదా కూరగాయలు తినడం వల్ల లభించే పైబర్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు జ్యాన్ లో అంతగా ఉండవు. ఖాళీ కడువుతో జ్యాన్ తాగడం వల్ల శరీరం ఈ పోవకాలను సరిగ్గా శోషించుకోలేకపోతుంది. అయితే ఖాళీ కడువుతో జ్యాన్ బదులుగా నీళ్ళు తీసుకోవడం వల్ల ఎన్నో లాభాలు ఉంటాయి. అలాగే రాత్రింతా నిద్రపోయిన తర్వాత, శరీరం దీప్మాదేట్ అవుతుంది. అలాంటప్పుడు ఖాళీ కడువుతో నీరు తాగడం వల్ల శరీరానికి తగినంత నీరు అందుతుంది. ఈ స్థాయిలు పెరుగుతాయి. నీరు మూత్రపిండాల కు సహాయపడు శరీరంలోని విఫొలను మూత్రం ద్వారా బయటకు పంపుతుంది. ఖాళీ కడువుతో నీరు తాగడం వల్ల జీర్జు అప్రేరీపించబడుతుంది. అలాగే ఆపోరం సులభంగా జీర్జుమవుతుంది. ఖాళీ కడువుతో నీరు తాగడం వల్ల మలబద్ధక రాకుండా ఉండటానికి సహాయపడుతుంది. చాలా జ్యాన్ లాచెక్కర ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది బరవు పెరగడానికి దం

భూషీ కడుపుతో జ్యోసులు తాగుతున్నారా?

సమస్యలకు
దారితీస్తుంది.

కాగా జ్యోన్ లో నీటి శాతం తక్కువగా ఉంటుంది, ఖాళీ కడుపుతో హైద్రెషన్ కోసం నీరే మంచి ఎంపిక అని చెప్పవచ్చు). కాగా జ్యోన్ తయారీ సమయంలో కొన్ని ముఖ్యమైన పోషకాలు నశించే అవకాశం ఉంది.

ఈ పండుతో ఎన్నో రీగాలు మాయం?



మౌత వాషి రీజు వాడుతున్నారా?

A circular inset photograph of a young woman with blonde hair tied back, smiling broadly. She is holding a clear glass of water in her right hand and a blue plastic water bottle in her left hand. The background is blurred, showing some greenery and possibly a beach or pool area.

మాత్ వావ్.. బ్రావ్ చేశాక ఓరల్ హెర్త కోసం వినియోగించే లిక్ష్మిడ్ ప్రాడక్ట్. నోటిని పుత్రుపరిచేందుకు, శ్యాసను ఫ్రెవ్ గా ఉంచేందుకు, బ్రాపింగ్ ద్వారా జరగని పూర్తి మాత్ కీవ్ కు హెర్ట్ చేస్తుంది. బ్యాక్టీరియాను ఉంచేందుకు, అస్ట్రోఫ్స్ ను తగ్గిస్తుంది. ఇంటలోని ప్లోర్డ్ పట్టను బలపరచి.. దంతక్షయాన్ని నివారిస్తుంది. అట్టింజెంట్ నోటిలోని చీప్మా టైట్ గా ఉండేలా చేస్తాయి. నోటిలో చికాకు, మంటను తగ్గిస్తాయి. అయితే ప్రతిరోజు మాత్ వావ్ వినియోగించడం ఆరోగ్యకరమేనా? లేక పైడ్ ఎఫ్ట్స్ ఉన్నారు? అంటే దుప్రుభావాలు ఎక్కువే అంటున్నారు నిపుణులు. 1. పొడిబారుతున్న నోరు: అల్ఫాహోల్ అధారిత మాత్ వావ్లు నోటి కణజాలాన్ని డీప్‌ప్రైంట్ చేయడం ద్వారా పొడిబారడానికి కారణమవుతాయి. కాబట్టి అల్ఫాహోల్ లేని మాత్వాష్టలను ఉపయోగించండి, ప్రత్యేకించి మీకు జిరోస్టోమియా ఉంటే నిపుణుల సలహా ఇదే. 2. నోటి చికాకు, మంట: ప్రోంగ్ యాంబీసెప్టిక్స్, అల్ఫాహోల్ ఫ్లైప్పు పొరలను చికాకు పెడుతాయి. దీన్ని నివారించడానికి మాత్వాష్టలను ఎంచుండి. సెన్సిటివ్ నోరు కలిగి ఉంటే అల్ఫాహోల్ లేనిది చూచ్ చేసుకోండి. 3. రుచిలో మార్పు: క్లోరిక్స్‌డైన్ వంటి పదార్థాలు రుచిలో తాత్పూర్తిక మార్పును కలిగిస్తాయి. ఇలా జిరిగితే.. వేరే మాత్ వావ్కు మారడం లేదా ప్రత్యామ్యాయాల కోసం దంతవైయుడిని సంప్రదించడం మంచిది. 4. దంతాలు, నాలుకపై మరకలు: క్లోరిక్స్‌డైన్ కలిగి ఉన్న మాత్వాష్టల దీర్ఘకాలిక ఉపయోగం.. దంతాలు, నాలుకపై గోధుమ రంగు మరకలకు కారణం

అవుతుంది. అందుకే వీచిని ప్రిస్ట్రెబ్ చేసేన విధంగా మాత్రమే ఉపయోగించాలని పెరుగుదల: అల్పషోల్ వంటి పదార్థాలు సున్నితమైన నోటి కణజాలం అల్పషోల్ లేని పారుళైఫ్ఫనలను... సెన్సోటిం మౌత్ కోసం లేబుల్ చేయు లేదా ఉద్దేశపూర్వకంగా మౌత్ వాడ్ మింగేయడం వల్ల వికారం, వాటా అలాంటి తప్పిదం జరగకుండా మౌత్ వాడ్ ను ఎప్పుడూ ఉమ్మివేయాలి.



నోటిష్ణ శాస
తీసుకుంటే
ఆరీగ్గుం అంటే

మనం

తీసుకునే శ్వాస శారీరక, మానసిక అరోగ్యాన్ని

నిర్ణయస్తుంది. అందుకే లైఫ్ లాంగ్ శ్వాస మీదనే జీవించే మనం సరిగ్గా

తీసుకుంటున్నామా లేదా అనేది నిర్ధారించుకోవడం ముఖ్యం. నోటి ద్వారా ట్రీతింగ్ తీసుకోవడం హెల్ప్ పై నెగటివ్ ఎఫ్ట్ చూసిస్తుండగా.. ముక్కుతో శ్వాస పాటిటివ్ గా పనిచేస్తుంది. జీవితాన్ని మార్చేనే ప్రభావాలను కలిగి ఉంటుంది. అది ఎలాగో చూద్దాం. 1.

మన ముక్కు వాస్తవానికి శైల్పిక ఆక్రోడ్సును ఉత్సత్తి చేస్తుంది. ఇది ఆస్ట్రిజన్ తీసుకోవడాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. అంతేకాదు శైల్పిక ఆక్రోడ్ వాసోదైలేటర్గా పనిచేస్తుంది. అంటే ఇది రక్త నాళాలను విస్మృతం చేస్తుంది. ఈ విస్మృత రక్త నాళాలు మెరుగైన రక్త ప్రవాహాన్ని అనుమతిస్తాయి. శరీరం అంతటా ఎక్కువ ఆస్ట్రిజన్ వ్యాపిస్తుంది. 2.

ముక్కుతో తీసుకునే శ్వాస లోతైన, దయాప్రాగ్యాలీక్ శ్వాసును ప్రోటిపొస్టుంది, ఇది మెరుగైన

ప్రాకి దారాతీస్తుంది. నాసికా గాలి ప్రవాహం రక్తపోటును

నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. గురకను తగ్గిస్తుంది. మరింత ప్రశాంతమైన సైల్ట్ స్టీప్ కు దోహదం చేస్తుంది. 3. మైండ్ డిస్టర్బ్ అయినప్పుడు డీప్ బ్రైత్ తీసుకోవాలని చెప్పారు నిపుణులు. ఎందుకంటే ఇలా ముక్కు ద్వారా తీసుకునే శ్వాసతో.. ప్రియును కు రక్త ప్రవాహం పెరుగుతుంది. యాక్టివ్ అయిపోతుంది. అంతేకాదు మెమెరీ, జ్ఞాపక శక్తి, తెలివితేటలు, సామర్థ్యం పెరుగుతాయి. 4. శైల్పిక ఆక్రోడ్ రక్త నాళాలను రిలాక్స్ చేస్తుంది. రక్త ప్రవాహాన్ని సొఫ్టిగా మారుస్తుంది. దీని అర్థం గుండాలై తక్కువ ఒత్తిడి ఉంటుంది. రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది. తక్కువ బీపీ అంటే మీరు అరోగ్యంగా, సంతోషంగా ఉన్నారని సంకేతం. 5. మీరు ఇక భరించలేను అనే పరిస్థితిని ఎదురుస్తుప్పుడు డీప్ బీట్ తీసుకోండి. దీనిపల్ల పారాసింపథిలీక్ నాడీ వ్యవస్థ సక్రియం అవుతుంది. బాధీ రెస్పోన్స్... ఒత్తిడి, అందోళనను తగ్గిస్తుంది. ప్రశాంతంగా అనిపిస్తుంది. 6. ముక్కు ఫిల్టర్గా పని చేస్తుంది. దుమ్ము, అలెర్ట్ కారకాలు,

వ్యాధికారకాలను
ట్రాప్ చేస్తుంది. ముందుగా చెప్పినట్లు
ముక్కు శ్యాస ఉత్తుత్తి చేసే వైటిక్
ఆష్ట్రెడ్, యాండీస్చ్యూకోబయల్
లక్ష్మణాలను కలిగి ఉంటుంది. ఇది
రోగినిరోధక వ్యవస్థకు మరింత
మర్దతు ఇస్తుంది. 7. ముక్కు ద్వారా
తీసుకునే శ్యాస బాడీ వెయిట్ సరిగ్గా
మెయింటైన్ చేయడంలోనూ కీలక
పాత్రము పోషిస్తుంది. ఎందుకంటే ముక్కు
శ్యాసతో ముడిపడి ఉన్న లోతైన, మరింత
నియంత్రిత శ్యాస కడుపు పుల్ గా ఉండనే ఫీలింగ్ కలిగిస్తుంది.
పుడ్ తీసుకోవడాన్ని తగ్గించేందుకు వీలు అవపుంది. దీంతో
బరువు పెరిగే అవకాశం ఉండదు. 8. బాల్యంలో పిల్లలు ముక్కు
ద్వారా తీసుకునే శ్యాస దవడ, ముఖ ఎముకల ఆరోగ్యకరమైన
అభివృద్ధిన్ని ప్రోత్సహిస్తుంది. అయితే జలబు కారణంగా ముక్కు
హర్టిగా మాసుకుపోయినప్పుడు నోటి ద్వారా శ్యాస తీసుకోవాల్సి
వస్తుంది. దీనివల్ల బాడీలో ముక్కు ద్వారా శ్యాస తీసుకోవడం వల్ల
కలిగే లాబాలాను కోల్చిణాం. నుఱింగా వేస్ట్ క్రిట్ గాలిని పిల్ర్ క

మారుస్తుంది. కానీ నోటి

ప్రాణి తీగిపోయి అయిమయింగా, లేజిగా, అవిక్రాంతింగా ఉంటారు. ఇలా జరగకుండా ఉండాలంటే.. అల్లే కారకాలు ఎన్న పోణ్ కావడాన్ని తగ్గించడం మంచిదని అంటున్నారు విషయము. ఇది నాసికా రట్టి, వాపును తగ్గిస్తుంది. ముక్క ద్వారా శ్వాస తీసుకునే అవకాశం ఉంటుంది.

జై హానుమాన్లో హానుమంతుడిగా మెగా హోర్స్.?

ఈ
 ఏదాది
హనుమాన్
 సినిమాతో భ్లాక్ బస్టర్ అందుకున్నాడు టాలీవుడ్
 లేటెస్ట్ సెప్పెన్వన్ ప్రశాంతివర్య తేజ సజ్జు
 కథానాయకుడిగా నటించిన ఈ చిత్రం సంక్రాంతి
 కానుకగా ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చి భాస్కాఫీన్ డగ్గర
 సంచలనాలు సృష్టించడమే కాకుండా వరల్డ్ వైడ్ గా
 రూ. 250 కోట్లకు పైగా వసూళ్లు రాబట్టింది.
 ఇదిలావుంటే ఈ సినిమాకు సీక్వెల్ వస్తున్న విషయం
 తెలిసిందే. 'జై హనుమాన్' అంటూ ఈ సినిమా
 రానుండగా.. ఇప్పటికే ట్రీ ప్రోడ క్ల్యూ పనులు
 జరుపుకుంటుంది ఈ చిత్రం.
 అయితే ఈ సినిమాలో హనుమంతుడిగా కనిపించచో

యేది ఎవరంటూ అభిమానులతో పాటు మూవీ లవర్స్ ఎదురుచూస్తున్న విషయం తెలిసిందే. ఇక సినిమాలో మొదట హానుమంతుడిగా టాలీవుడ్ రో రానా దగ్గర్బాబి కనిపించబోతున్నట్లు.. ఆ స్వత బాలీవుడ్ స్టార్ హీరో కనిపించబోతున్నట్లు క్రలు వచ్చాయి. అయితే తాజాగా ఓ ఇంటర్వ్యూలో ర్హోన్ హానుమాన్ నిర్మాత ఛైతన్యరెడ్డి హానుమాన్ త్వరించి అసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేసింది. [ప్రైమ్ పో టర్మినిమెంట్ పత్రాకంటై కె.నిరంజనరెడ్డితో కలిసిన నిర్మించిన చిత్రం ‘డార్లింగ్’]. అశ్విన్ రామ్ గ్రూప్ట్యూం వహించిన ఈ చిత్రం ఈ నెల 19న ఉంచవ్వాప్పుగా విడుదల కానుంది. ఈ దర్శకంగా ఛైతన్యరెడ్డి లిల్కరులతో ముచ్చబోంచారు. ఇంగ్ మూవీతో పాటు హానుమాన్ సినిమాపై క్రలు ప్రత్యుత్తులు అడుగగా.. ఆమె సమాధానమిస్తూ. జై హానుమాన్ సినిమాలో హానుమంతుడి పాత్ర ఎవరు నటిస్తారనే విషయం మీద పెద్ద ఎత్తున చర్చ జరుగుతుంది. మా జర్మీని మొదలుపెట్టించిన హానుమానే, ఆయన వల్లే ముందుకు వెళ్తున్నమని ఛైతన్యరెడ్డి అన్నారు. ఆయన తన పాత్రలో ఏ హీరోని చూడాలనుకుంటే ఆ హీరోతోనే సినిమా జరుగుతుంది అయితే నా పర్వనల్ ఫస్ట్ ప్రిఫరెన్స్ మాత్రం రామ్ చరణ్ కి ఉంటుంది లేదా ఆయన తండ్రి చిరంజీవి నటించిన బాగుంటుందని ఆమె అన్నారు. ఇప్పుడే ‘జై హానుమాన్’ ప్రీప్రాడక్షన్ వర్క్ స్టార్ అయ్యాంది. ‘హాను-మాన్’ని మించేలా ఈ సినిమా ఉంటుంది. ఇందులో హానుమంతుడి పాత్ర ఎవరు చేస్తారనేది ఆ హానుమంతుడే డిస్టైన్ చేస్తారు’ అని ఛైతన్యరెడ్డి చెప్పారు.



పూర్వ తీవ్రత కున్న విషయాలకు ఇందులోనే

స్టోర్ రా-ర నాన నడుస్తున్న చర్చల నలుపద
శనివారం' నాని 31గా వస్తున్న ఈ సినిమాకు
వివేక్ ఆత్మేయ దర్శకత్వం వహిస్తున్నాడు. నాని
సరసన ప్రియాంక అరుళ్ మోహన్ హీరోయిన్?గా
నటిస్తుండగా.. ఎన్జె సూర్య కీలక పాత్రలో
నటిస్తున్నాడు. డివివి ఎంటర్టెన్మెంట్స్‌పై డివివి
దానయ్య, కళ్యాణ్ దాసరి పై బడ్జెట్, భారీ
కాన్వాస్‌తో ఈ సినిమా తెరకెక్కుతుంది. ఈ చిత్రం
ఆగష్టు 29న ప్రేక్షకుల ముందుకు రాశుంది.
ఇప్పటికే మూర్ఖీ నుంచి విడుదల చేసిన గ్రింప్స్
ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంది. అయితే నేడు మూర్ఖీ
నుంచి ప్రియాంక అరుళ్ మోహన్ ఘస్ట్ లుక్
విడుదల చేశారు మేకర్స్. ఈ మూర్ఖీలో ప్రియాంక
మోహన్ లేడి పోలీన్ చారులత పాత్రలో
నటిస్తున్నట్లు పోస్టర్ చూస్తే అర్థమవుతుంది.
యూనిక్ యాక్స్ ఎంటర్టెన్మెంట్గా వస్తోన్న ఈ
చిత్రంలో సాయికుమార్ కీలక పాత్రలో
నటిస్తున్నాడు. ఇక 'అంటే సుందరానికి' సినిమా
తర్వాత నాని - వివేక్ కాంబో రిపీట్
అవుతుండడంతో ఈ సినిమాపై భారీ అంచనాలు
ఉన్నాయి. ఈ సినిమా ఆగష్టు 29న ప్రేక్షకుల
ముందుకు రాశుంది.



పెళ్లాం అపరిచితురాలు అయితే..
ఆసక్తికరంగా ప్రియదర్శి 'డాల్టింగ్' ట్రైలర్

టాలీవుడ్ యువ నటుడు ప్రియదర్శి, సభా నటేషన్లు ప్రధాన పాతల్లో నటిస్తున్న తాజా చిత్రం ‘డార్లింగ్’. ఈ సినిమాకు అశ్విన్ రామ్ దర్జకత్వం వహిస్తుండగా.. హనుమాన్ సినిమాతో బ్లక్ బస్టర్సు అందుకున్న ప్రైమ్సో ఎంటర్టెన్మెంట్ బ్యానర్సై కె. నిరంజన్ రెడ్డి నిర్మిస్తున్నారు. ఇప్పటికే ఈ సినిమా నుంచి గ్రింహ్య విడుదల చేసిన విషయం తెలిసిందే. ఈ సినిమాను జాలై 19న ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రైక్సుల ముందుకు తీసుకురానున్నట్లు చిత్రబుందం వెళ్లడించింది. విడుదల తేదీ దగ్గరపడటంతో మూవీ నుంచి ట్రైలర్సు మేకర్స్ విడుదల చేశారు. పెళ్లి చేసుకొని పారిస్కి హనీమూన్కు వెళ్లాలని గోల్ పెట్టుకున్న యువకుడు ఒక యువతిని పెళ్లి చేసుకోగా ఆ యువతికి స్ట్రోట పర్సనాలిటీ డిజార్డర్ (అపరిచితుడు మూవీలో విక్రమ లాగా) ఉంటుంది. అయితే స్ట్రోట పర్సనాలిటీ డిజార్డర్ ఉన్న అమ్మయిన చేసుకున్న అతడు భార్య చేతిలో కీలు బొమ్మగా ఎలా మారాడు. చివరికి ఏం అయ్యింది అనేది సినిమా స్టోర్. పెళ్లి చూపులు, కిడకోలా ఫేమ్ వివేక్ సాగర్ సంగీతం అందిస్తున్న ఈ చిత్రంలో అనన్య నాగళ్ల, మోయిన్, శివా రెడ్డి, మురళీధర్ గౌడ్, కళ్యాణి రాజ్, సునీత మనోహర్, ముఖ్యపూర్ రాజేశ్వరి, అభిజ్ఞ, జీవన్, కృష్ణ తేజ, విష్ణు, సంజయ్ స్వరూప్, రఘుబాబు, ప్రియాంక, స్వప్నిక, శివరంజిని తడితరులు కీలక పాతలు పోషిస్తున్నారు.

డబ్బింగ్ పనుల్లో తారక్ దెవర

జూనియర్ ఎస్టేర్ టైలీలో రోల్లో నటిస్తోను చిత్రం దేవర కొరటాల శివ దర్శకత్వం పహిస్తున్నాడు. దేవర రెండు పార్టులుగా విడుదల కానుండగా.. పార్టు 1 సెప్టెంబర్ 27 న గ్రాంగా విడుదల కానుంది. ఘాటీంగ్ దశలో ఉన్న ఈ సినిమా గురించి ఏదో ఒక ఇంట్రిస్టింగ్ న్యూస్ నెట్లోంట చక్కన్న కొడుతూ ఆభిమానులు, మూవీ లవర్లో జోవ్ నింపతోంది. దేవర డవీంగ్ కార్యక్రమాల్లో బిభిగా ఉండని ఇప్పటికే ఓ అవేదేం బయటకు వచ్చిందని తెలిసిందే. తాజాగా వన్ ఆఫ్ ది సపోర్ట్స్ రోల్ పొషిస్టోన్ల హిమజ ఈ విషయాన్ని అధికారికంగా తెలియజేసింది. హిమజ డవీంగ్ సెప్టెంబర్ 3 ల్లో శీర్ష ఒకబి ఇన్ స్టోగ్రామ్ ద్వారా పేర్ చేసింది. తన పాత్రకు డబ్బింగ్ చెవుకుంటున్నట్టు తెలియజేసింది హిమజ. మరోవైపు దేవర ఘాటీంగ్ కూడా షెట్ స్నైడర్లో కొనసాగుతోంది. దేవర నుంచి అనిరుధ్ రవిచందర్ కంపోజిట్లో ఇప్పటికే లాంఫ్ చేసిన ఫియర్ సాంగ్ నెట్లోంటిని పేక్ చేస్తూ. మిలియన్లకుపైగా ప్ర్యాన్టో సోపల్ మీడియాను పేక్ చేస్తోంది. మరోవైపు ద్వింప్ కూడా ఇప్పటికే సోపల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది. ఈ మూవీలో బాలీవుడ్ భాష జాన్స్సీకపూర్ థీ మేల్ లీస్ రోల్లో నటిస్తోంది. జాన్స్కి దేవర తెలుగు దెబ్బా ప్రాజెక్ట్. ఈ చిత్రంలో బాలీవుడ్ యాక్టర్ సైఫ్ అలీఖాన్ బైర పొత్తులో నటిస్తుండగా.. ప్రకార్ రాజ్, షైన్ టామ్ థాకో, శ్రీకాంత్, మురళీ శర్మ ఇతర కీలక పొత్తుల్లో నటిస్తున్నారు. ఎస్టేర్ అర్ణ్, యమసుధ అర్ణ్ బ్యాసర్లపై సుధాకర్ మిక్రోనేని, కొనరాజు హరికృష్ణ, కల్యాణ్ రామ్ సంయుక్తంగా తెరకిస్తున్నారు.



మరీసాల ‘దాన్’ కాంబనేషన్?

హీరో శివకార్తికేయన్ దర్శకుడు శిబి చక్రవర్తి మరోమారు కలిసి పని చేయసున్నారు. 2022లో వీరిద్దరి కాంబినేషన్లో వచ్చిన ‘డాన్’ చిత్రం సూపర్డూపర్ హిట్ సాధించింది. కలెక్షన్పరంగా నిర్మాతకు గొల్గా లాభాలు తెచ్చిపెట్టింది. ఇందులో ఎన్జెస్ సూర్య ఓ పోపు పోషించారు. ఇప్పుడు ఈ ‘డాన్’ కాంబో మరోమారు కూసుందని కోలీవుడ్లో వర్రాల సమాచారం. శివకార్తికేయన్ నిమగా తెరకెక్కున్న ఈ సినిమాకు ‘బాన్’ అనే టైలీర్ ట్రిట్యూ, రఘ్యుక మందన్నాసు హీరోయిన్గా ఎంపిక చేయసున్నట్టు అయితే, ఈ ప్రాజెక్టుపై అధికారిక ప్రకటన చేయసున్నారు. ఈ త ప్రస్తుతం విజయతో గోట్ సినిమా చేస్తున్న వెంకట్ ప్రభు చుంబకం %25 చిత్రంలో నటించసున్నారు. ఇదిలా ఉంటే, ప్రస్తుతం నటిస్తున్న రెండు చిత్రాలు విదుదల కావాల్సి ఉంది.

శాజకుమార్ పెరియస్మీ దర్శకత్వం వహించిన ‘అమరన్’ ఒకబి. ఈ బృంబరు 27వ తేదీన విడుదల చేయసున్నారు. ఇందులో సాయపల్లవి లాగే, ఏ.ఆర్.మురుగదాన్ దర్శకత్వంలో శివకార్తికేయన్ నటించారు. ఈ రణ పనులు శరవేగంగా సాగుతుండగా హీరో శివకార్తికేయన్ తన 24వ ని కేంద్రీకరించారు.



