





# కాలేజీరం కక్షనాథింపు కమిషన్

- కేసీఆర్ను ఇబ్బంది పెట్టే  
లక్ష్యంతో విచారణ
  - అసెంబ్లీలో చర్చకు పెడితే  
ప్రభుత్వాన్ని చీటి చెందాడుతాం
  - తుమ్మిదిహాట్టి వద్ద నీళ్లు లేవని  
కేంద్రమే చెప్పింది
  - ఇదంతా కుట్టల నివేదిక
  - తెలంగాణ భవన్లలో  
హార్ట్ రావు ప్రజెంటేషన్

**పైదరబాద్, అగస్తు 5: కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టుపై వచ్చిన తాజా నివేదికను మాజీ మంత్రి హరీంశ్ రావు తీవ్రంగా ఖండించారు. 20 నెలలుగా రేవంత్ రెడ్డి పాలనను గాలిలి వదిలేసి రాజకీయ కళ్లు సాధించేందుకే కమిషన్లను ఏర్పాటు చేస్తున్నారని అయిన ఆరోపించారు. కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టుపై మాజీ మంత్రి హరీంశ్ రావు తెలంగాణ భవన్లను ప్రజాంటేషన్ కార్బూక్సమాన్సి పోర్ట్ జిల్లా కార్బూలయాల్లో కార్బూక్రతలు చూసేలా ఎల్కుండి తెరలు ఏర్పాటు చేశారు. ఈ సందర్భంగా కేసీఆర్ను హింసించడమే లక్ష్యంగా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పాలన సాగిస్తోందని విమర్శించారు. డబ్బులు దంచుకోవడానికి, ప్రతిపక్షాలపై కేసులు పెట్టడానికి ఈ కమిషన్లు సాధనంగా మారాయని అన్నారు. పార్లమెంట్ ఎన్నికల ముందు ఒక రిపోర్ట్, బీఆర్ఎస్ రజశ్శేత్తువ సభ ముందు ఒక రిపోర్ట్, స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల ముందు ఇంకో రిపోర్ట్.. ఇప్పటికీ కుటుంబ్ భాగం**



మాకు నోచీసులు రాకమందే మిండియాకు లీకులు ఇచ్చారు. 60 పేజీల రిపోర్ట్ కుట్రతో బయట పెట్టారు. అనసు 650 పేజీల రిపోర్ట్‌ను అసెంబ్లీలో పెట్టింది, చీల్చి చెందాడుతాం అని అన్నారు. కమిషన్ ఇచ్చిన నివేదికలో కేంద్ర ప్రభుత్వాన్నే తప్పు వట్టినట్లు ఉండని హరీష్ విమర్శించారు. కమిషన్ ఒకకైపే విని ఇచ్చిన రిపోర్ట్ ఇది. ఇది ట్రావ్స్ బెన్లెన్. గతంలో ఇంద్రింగాంధీ, చంద్రబా

బు మిాద వచ్చిన రిపోర్టలు న్యాయస్థానాల్ని నిలబడలేదు. ఇవి కూడా నిలబడవని అన్నారు. కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టు తెలంగాణకు వరప్రదాయని అని స్పష్టం చేశారు. కేసీఆర్ ను ఇబ్బంది పెట్టేందుకే ఈ చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. తమిళ్లిహాట్టి దగ్గర ప్రాజెక్టు పెట్టడవే కాంగ్రెస్ చేసిన పె ద్వారా తప్పు అని ఆరోపించారు. అసెంబ్లీలో ఈ అంశంపై పూర్తి వివరణ ఇస్తామని హరీష్ సహార్ విసిరారు. మిాకు దమ్ముంటే మైక్ కట్ చేయకుండా మాట్లాడనివ్వాలి. ఆధా రాలతోనే చర్చస్తాం అని వ్యాఖ్యానించారు. కేసీఆర్, హరీష్ రావును కమిషన్ పిలవడు.. రాత్రికి రాత్రే కమిషన్ గడువు పెంచారు. ప్రాజెక్టుపై ఒక సీఎం సమాక్ష చేయడం ఆయ న బాధ్యత.. రాజకియ జోక్యం ఎలా అవుతుంది? చరిత్ర లో ఇలాంటి కమిషన్లు చాలా వచ్చాయి.. రాజకియ దురదేశంతో ఇచ్చే నివేదికలు న్యాయస్థానాలు, ప్రజా క్షేత్రం లో నిలబడవు. తమిళ్లి హాట్టిని కాంగ్రెస్ ఏ ప్రాతిపదికన చేపట్టిందని ప్రతీంచారు. తమిళ్లిహాట్టి వద్ద 152 మిా టల్రూకు ఒప్పండం చేసుకొని ఉంటే రాజీనామా చేస్తానని ఉత్తమ్ కుమార్ రద్దికి కేసీఆర్ సహార్ చేశారు. రెండేళ్లలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏం చేసింది? ఒక ఎకరాకు అయినా నీళ్లు ఇచ్చారా? రెండేళ్లలో దిలీకి కమిషన్లు మోశారు.. ప్రతిపక్షాలపై కేసులు, కమిషన్లు తప్ప ఏమిచేయలేదు. వచ్చే మూడేళ్లు కూడా ఈ ప్రభుత్వం చేసేది ఇదే. కాళేశ్వరంను పడావు పెట్టి బనకచర్కకు నీరు పోవాలన్నుది సీఎం రేవంత్ రద్ది ఆలోచన. ముమ్మాటీకి తెలంగాణకు వరప్రదాయని కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టు.. ఈ విషయం రేవంత్ రద్దికి కూడా తెలుసు. కాళేశ్వరం కూలిందని ఓ కైపు అంటారు.. మరోవైపు మూసికి గోదావరి జలాలు తీసుకొస్తామని ఎలా చెబుతారని హరీష్ రావు ప్రతీంచారు.

# మునుగోడు కోసం అవసర్పైతే మళ్లీ రాజీనామా

- మంత్రి పదవి జన్మిష్ట ప్రజలకు  
ఉపయోగపడేది
  - పదవిని అడ్డం పెట్టుకుని  
పైరవీలు చేసే రకం కాను
  - రాజగోపాల్ రెడ్డి సంచలన వాయిధ్యాలు

**సుల్లిండ, ఆగ్ని 5: కాంగ్రెస్ నీనియర్ నేత్, మునుగోదు ఎమ్ముల్చే కోమటిర్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. మునుగోదు ప్రజల కోసం మళ్ళీ రాజీనామాక్రమాని సిద్ధమేని.. అవసరమైతే మునుగోదుకు మళ్ళీ ఉప ఎన్నిక తెస్తానిని హాట్ కామంట్ చేశారు. పదవుల కోసం పాకులాడే వ్యక్తిత్వం నాది కాదని.. నాలాంటి వ్యక్తికి మంత్రి పదవి వస్తే ప్రజలకే మేలని ఆన్నారు. మంగళవారం సంస్థ నారాయణపురం మండలం లచ్చమ్మ గూడం గ్రామంలో ఎమ్ముల్చే కోమటిర్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి విద్యుత్ సబ్ స్టేషన్స్ ప్రారంభించారు. ఎల్లీనగర్ నుంచి పోటీ - చేస్తే మంత్రి పదవి వచ్చేదని.. కానీ, నియోజకవర్గ ప్రజల కోసం మునుగోదు నుంచి పోటీ చేసినట్లు రాజగోపాల్రెడ్డి తెలిపారు. తనకు పదవి వస్తే అది ప్రజలకే ఉపయోగపడుతుందని.. అందరిలా పైరపీలు చేస్తా దోచుకునేవాడిని కాదని వ్యాఖ్యానించారు.**



భావిస్తున్నారు. భవనగిరి ఎంపీ స్థానంలో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థిని గెలిపిస్తే మంత్రి పదవి ఇస్తామన్నారు. పదవి ఇస్తారా? ఇష్టారా? అనేది పాటీ అధిక్షోనం ఇష్టం. ఇతర పాటీల నుంచి వచ్చిన వాళ్ళకు, నా జూనియర్లకు కూడా ఇచ్చారు. ఎవరి కాళ్ళో మొక్కి పదవి తెచ్చుకోవాల నుకుంపట్టేదు. దిగజారి బతకడం నాకు తెలియదు. మళ్ళీ త్యాగానికైనా సిద్ధం.. ఎంత దూరమైనా మునుగోడు ప్రజల కోసం వెళ్లా. నా నియోజకవర్గ ప్రజలు తలదించుకునే పని ఏనాడూ చేయనని కోమటిరెడ్డి రాజబోపాల్ రెడ్డి అన్నారు. నేను ప్రభుత్వానికి ఏడైనా వ్యతిరేకంగా మాట్లాడితే మంత్రి పదవి రాలేదని మాట్లాడుతున్నానని అంటున్నారు. ఎల్లినగర్ నుంచి పోటీ - చేసే మంత్రి పదవి ఇస్తామని ఆధిష్టానం చెప్పినా కూడా మునుగోడు ప్రజల కోసం ఇక్కడ నుండే పోటీ - చేశానని చెప్పారు. పదవిని అడ్డుపెట్టుకుని కోట్లు సంపాదించే వాడికి పదవి కావాలి కానీ.. నాలాంటి వారికి ప్రజలే ముఖ్యమన్నారు. కాంగ్రెస్ పాటీలో చేరేటప్పుడే తనకు మంత్రి పదవి హామిా ఇచ్చారని.. ఆ తర్వాత ఎంపీ ఎన్నికల సమయంలోనూ అలాంటి హామానే ఇచ్చారంటూ కాంగ్రెస్ పాటీ పెద్దలకు గుర్తు చేశారు. పదవి ఇస్తారా.. ఇష్టారా అనేది మిా ఇష్టం.. సీనియర్ నేతనే కాబట్టి మంత్రి పదవి ఇశించడంలో తప్పులేదంటూ మనసులో ఉన్నది చెప్పానని అన్నారు.

# ಬ್ಯಾಟೆಟ್ ಪೇಪರ್ ದ್ವಾರಾನೇ ಎನ್ನಿಕಲು ಜರಪಂಡಿ



లు చేయకపోతే చర్యలు కూడా తీసుకోవాలని ఎన్నికల సంఘాన్ని బీఅర్ఎవ్స్ కోరింది. మరోపక్క బీపార్లో జిరిగిన ఓట్ల జాబితా నముగ్ర నర్సేపై కూడా కేంద్ర ఎన్నికల సంఘాన్ని ప్రశ్నించినట్టు తెలిపారు. ముఖ్యంగా ఓట్ల కోర్టులో ఉన్న విధివిధానాలు ప్రశ్నించినట్టు తెలిపారు.

- ఈవీఎంలపై విశ్వసనీయత పోయింది
  - జీపర్టెన్షన్ టీనిని ప్రారంభించండి
  - కేంద్ర ఎన్నికల సంఘంతో భేటీల్ని జీఅర్ఎన్ దిమూండ్

పార్టీలను అభిలపక్కంగా ఏర్పాటు చేసి పారదర్శకంగా నిర్వహించాలన్నారు. అనర్పుడికి ఒక ఓటు వచ్చినా సరే, ఏ ఒక్క అర్థాడు కూడా ఓటు కోల్పో వద్దన్నారు. ఎన్నికల గుర్తులు నుంచి తమ పార్టీ సింబల్ అయిన కార్ గుర్తును పోలి ఉన్న గుర్తులను తక్కణమే తొలగించాలని.. గతంలో జరిగిన పలు ఎన్నికల్లో పోలివున్న గుర్తులవల్ల తమ పార్టీ

కాళేశ్వరం నివేదికల్ని మొత్తం గ్రాన్, ట్రావ్

వీకులు ఇంద్ర పార్శ్వ సాధువులు కూడా వారు • కొనెంతిలో నుండి ప్రమాదానికి బయలు ఉన్నాయి

సుశ్రీలీ, అగ్ని 5కాళేశ్వరం నివేదికలో మొత్తం గ్యాన్, త్రాప్ మాత్రమే తప్ప అందులో ఏమి లేదని కేటీఆర్ మండిపడ్డారు. 650 పేజీల పూర్తి నివేదిక ఎవరూ చదవక ముందే అడ్డమైన రోత వార్తలను రండు పత్రి కలు రాస్తున్నాయని తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. 655 పేజీల కమిషన్ నివేదికను 60 పేజీలకు కుదిం చదంలోనే కాంగ్రెస్ భాగీతం అర్థమైందని విమర్శించారు. 600 పేజీల్లో వారికి ఇష్టమైనవి లేవు అని, ఆ 60 పేజీల్లో మాత్రమే వారికి ఇష్టమైనవి ఉన్నాయని, అందుకే వాటిని మాత్రమే బయటపెడుతున్నారని ఆరోపించారు. ధిల్లీలో భారత ఎన్నికల కమిషన్ సమావేశం అనంతరం ధిల్లీలో కేటీఆర్ మాడియా సమావేశం నిర్వహించారు. కాళేశ్వరం నివేదికపై ప్రశ్నకు సమా

యి..! లనురాళ్లు చ్ఛా వడత పరిగాణం  
 ధాన ఇస్తూ.. సాయంత్రం కమిషన్ రిపోర్ట్ వస్తే అర్థ  
 రాత్రి ఆస్తాన మిాడియాకు లీకులు ఇచ్చారని, తెల్లారి  
 అబద్ధాలను ప్రచారంలో పెట్టారని మండిపడ్డారు.  
 దమ్ముంటే మొత్తం 655 పేజీల నివేదికను ప్రజల  
 ముందు పెట్టాలని డిమాండ్ చేశారు. ఉద్దేశపూ  
 ర్యకంగా కెసిఆర్ఎస్, బిఆర్ఎస్ పై కుట్రలు చేస్తున్నారని  
 ధ్వజమెత్తారు. కాళేశ్వరం కమిషన్ నివేదికపై కాంగ్రెస్  
 పార్టీ దుప్పచారం చేస్తుందని, అసెంబ్లీ మైకులు కట్  
 చేయకుండా తమసు అసెంబ్లీలో మాట్లాడనిస్తే  
 ప్రభుత్వంతో ఫుట్బోల్ ఆధుకుంటామన్నారు. అసెంబ్లీ  
 లో మాట్లాడిస్తే ఎవరు నిజం చెబుతున్నారు.. ఎవరు  
 అబదం చెపుతున్నారో తెలిసిపోతుందని, కాంగ్రెస్  
 పార్టీకి దమ్ముండా.. అంటూ కెట్టిఆర్ సహార్ విసిరారు.



# ప్రతికలు సమాజానికి దర్శణం లాంటివి

**మనం మాట్లాడే భాష పవందాగా ఉండాలి**

‘విలీనం-విభజన’ పుస్తకావిష్కరణలో వెంకయ్య నాయడు

**ప్రారుభాద్,ఆగస్టు 5:** పత్రికలు నమాజునికి దర్జణం లాంటివిని మాజీ ఉపరాష్టపతి వెంకయ్యానాయుడు అన్నారు. బహీర్థాగ్ ప్రెస్కటబోల్ 'విలీనం-విభజన' పుస్తకావిష్వరణ కార్యక్రమంలో ఆయన పాల్గొని ప్రసంగించారు. నమాజంలోని అవినీతిని ప్రజలకు జర్మలిస్టులు వివరించాలి. నిజాన్ని తెలియజేసి తీర్చును ప్రజలకే వదిలేయాలి. మనం మాట్లాడే భాష హందాగా ఉండాలి. గతంలో బూతులు మాట్లాడిన నేతలు ఎవరూ గెలవేదు. అలాంటి వారిని నిలువరించాలని ఈ మహిళ నాతో అన్నారు. పోలింగ్బాతీల ద్వారా బూతు నేతలు నోరు మాయించాలని ఆమెకు చెప్పేనని వెంకయ్యానాయుడు అన్నారు. భాష విషయంలో నాయకుల తీరు మారాలని వెంకయ్యానాయుడు సూచించారు. సీనియర్ సంపాదకులు ఐ.వెంకట్రావు రాసిన విలీనం-విభజన మన ముఖ్యమంత్రులు పుస్తకావిష్వరణ కార్యక్రమం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి వెంకయ్యానాయుడు ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని పుస్తకావిష్వరణ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మిడియా అకాడమి చైర్మన్ కె. శ్రీనివాసరెడ్డి, పుస్తక రచయిత ఇసగంటి వెంకట్రావు, సీనియర్ జర్మలిస్టులు కట్టా శేఫర్ రెడ్డి, బండారు శ్రీనివాస రావు, తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా వెంకయ్యానాయుడు మిడియాతో మాట్లాడారు. విలీనం - విభజన మన ముఖ్యమంత్రులు పుస్తకాన్ని నేఱితరం యువత తప్పునిసరిగా చదపాలని సూచించారు. ఈ పుస్తకం చదివితే నాయకుల పరిపాలన, విజ్ఞానం, వారి గురించి అన్ని విషయాలు తెలుస్తాయని చెప్పుకొచ్చారు. పత్రికా నమాజునికి దర్జణం లాంటిదని... ఈ నమాజంలో ఏం జరుగుతుందో ప్రజలకు చెప్పాలని ఆకాంక్షించారు. మనం వ్యూన్ కోసం న్యూన్ చేయకూడదని.. దానికోసమే కాలమ్చే ఉన్నాయని, రాసుకోవడానికి అందులో వాళ్ల అభిప్రాయాలు చెప్పేచ్చని పేరొస్తారు. భాష విషయంలో రాజకీయ నాయకులు చాలా హందాగా ప్రవర్తించాలని సూచించారు. చాలా మంది జర్మలిస్టులు కొత్తగా యుట్టుకొల్పో ఇష్టం వచ్చినట్టుగా మాట్లాడుతున్నారని.. పాత్రికేయంలో భాష చాలా ముఖ్యమని ఉండాలించారు వెంకయ్యానాయుడు. తన జీవితంలో రెండు సార్లు కంటడి పెట్టానని గుర్తుచేసుకున్నారు. ఒకటి తన అమ్మ గుర్తుకు వచ్చినప్పుడు... తాను తన అమ్మను చూడలేదని భావేద్వేగానికి గురయ్యారు. రెండోది పార్కమెంటరీ పార్టీ సమావేశానికి పిలిచి తనను ఉప రాష్ట్రపతిగా చేసినప్పుడు... తనకు రాజకీయాల్లో నుంచి వైపోలగడం ఇష్టం లేదని తెలిపారు. ఆ రోజు నుంచి ఈ రోజు వరకు తాను బీపేపీ ఆఫీస్‌నకు పోలేదని వెల్లడించారు. తాను ఉప రాష్ట్రపతిగా దిగిపోయిన నాటి నుంచి ఇష్టాలి వరకు బీపేపీ ఆఫీస్ గుమ్మం తొక్కలేదని చెప్పుకొచ్చారు. ఉప రాష్ట్రపతిగా రిటైర్డ్ అయ్యాక యువత కోసం రాజకీయాల గురించి మాట్లాడుతున్నానని వెంకయ్యానాయుడు పేరొస్తారు.

# ಆರು ಲೈನ್‌ ರಹಾಧಾರಿಗಾ ವಿಜಯವಾದ ಪ್ರಾವೇ

## కేంద్రమంత్రి గడ్డలని కవిసి కోరిన మంత్రి

**తమ్ముడికి మంత్రిపదవి ఇప్పించే స్నాయ కాదన్న కోమటిరిడి**



**స్వాచ్ఛిత్తి, అగ్ని 5:** మల్కాపూర్ నుంచి విజయవాడ వరకు రహదారిని 4 వరుసల నుంచి 6 వరుసలుగా విస్తరించడంతో పాటు - సర్వీస్ రోడ్సును నిర్మించాలని కేంద్ర గడ్జెరీని తెలంగాణ రాష్ట్ర మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డికోరారు. కేంద్ర మంత్రి గడ్జెరీతో మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి సమావేశ మయ్యారు. వచ్చే వారం ప్రధాన మంత్రితో సమావేశం అవసున్నారు. రాష్ట్రంలో పెండింగ్ లో ఉన్న జాతీయ రహదారుల మంజూరీపై గడ్జెరీతో సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. మంత్రితోపాటు తెలంగాణ ఎంపీలు పాల్గొన్నారు. అనంతరం మంత్రి మిాడియాతో మాట్లాడారు. థిల్లీలో తెలంగాణ భవన్ నిర్మాణం గురించి ప్రయత్నాలు చేస్తున్నాం.. ప్లాన్ జరుగుతున్నాయినారు. పట్టాడీ హాన్ లో రెండు నెలల్లో పసులు మొదలు పెట్టాలని ప్రయత్నం చేస్తున్నామని తెలిపారు. థిల్లీలో అనుమతుల కోసం కొంత ఆలస్యం అవుతోందన్నారు. రాజగోపాల్ రెడ్డి ఎపిసోడ్ పై మంత్రి స్పందించారు. నేను మా సోదరుడికి మంత్రి పదవి ఇప్పించే సేస్ లో లేను. కేంద్ర పెద్దలు మాటిచ్చిన విషయం నాకు తెలియదు. నా చేతుల్లో ఏం లేదు. అధిష్టానం, ముఖ్యమంత్రి మంత్రి పదవుల విషయంలో నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. నేను థిల్లీకి రాలేదు. మంత్రి పదవి అడగలేదు అని స్పష్టం చేశారు. తెలుగు సినీ పరిశ్రమలో కార్బూకుల 30 శాతం వేతన పెంపు డిమాండ్తో జరుగుతున్న సమ్మేళిపాదంపై కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి స్పందించారు. ఈ సమస్య పరిపూర్ణం కోసం ప్రముఖ నిర్మాత దిల్ రాజుకు బాధ్యతలు అప్పగించినట్లు - ఆయన తెలిపారు. కార్బూకుల డిమాండ్స్‌పై చర్చించి తగిన నిర్ణయం తీసుకోవాలని ఆయన సూచించారు. కార్బూకులకు జీతాలు పెంచాల్సిన అవసరం ఉంది. ప్రైదరాబాద్లో బితకాలంబే జీతాలు పెరగాలి. థిల్లీ పర్యాటన తర్వాత నేను కార్బూకులతో నేరుగా మాట్లాడతాను. ఈ అంశాలన్నిటినీ దిల్ రాజుకు అప్పగించాము. ఆయన ప్రాదుసర్ కొన్సిల్తో చర్చలు జరుపుతున్నారుని వెల్లడించారు. ఆయన మరింత మాట్లాడుతూ, 'పాన్ ఇండియా సినిమాలు తీసున్నారు. టికెట్ ధరలు పెంచేందుకు మేము అనుమతులు ఇస్తున్నాము. కాబట్టి, కార్బూకులు అడగుతున్న డిమాండ్స్‌పై చర్చించి, నిర్మాతలు తగిన నిర్ణయం తీసుకోవాలని స్పష్టం చేశారు.



# బేర్ పుట్ వాకింగ్

ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే రోజు ప్రైవైకాపోరం తీసుంచేపడంతోపాటు వ్యాయామం కూడా చేయాలన్న విషయం తెలిసిందే. వ్యాయామం వల్ల శరీరానికి శారీరక శక్తి లభిస్తుంది. దీంతో ఆరోగ్యంగా ఉంటారు. రోగాలు రాకుండా నుర్కితంగా ఉండవచ్చు. ఈ క్రమంలోనే వ్యాయామం విషయానికి వస్తే చాలా మంది చేసేది వాకింగ్ అని చెప్పువచ్చు. అయితే వాకింగ్లోనూ పలు రకాలుగా ఉంటాయి. వాలోలో బేర్ పుట్ వాకింగ్ కూడా ఒకటి. అంతే కాళ్ళకు ఏమి దరింపకూలు నేరుగా భూమికి తాకుతాయి. దీంతో భూమిలో ఉండే సహజిసిద్ధును విధ్యుత్త జక్కి మనం ప్రసారం అవుతుంది. ఇది అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. చెప్పులు లేదా హాన్ లేకుండా వాకింగ్ వేసే అనేక ఆఖాలు కలుగుతాయిని టైప్ నిపుణులు చెబుతున్నారు.

**ఎముకులు, కండరాలు ర్యాథంగా మారుతాయి..**

బేర్ పుట్ వాకింగ్ చేసే పాదాలు, కాళ్ళ కండరాలపై ఒక్కిసి పడుతుంది. దీంతో ఆయ భాగాలు మరింత త్వమిస్తాయి. ఫలితంగా ఆయ భాగాలకు మరింత వ్యాయామం అవుతుంది. ఆయ భాగాల్లో మొత్తం 29 రకాల కండరాలు ఉంటాయి. అవన్నీ యాక్షిషన్

అవుతాయి. ఎముకులు, కీళ్ళు, లిగమెంట్స్ ర్యాథంగా మారుతాయి. దీంతే పాదాలు, మదమలకు బలం లభిస్తుంది. గాయాల భారిస పడకుండా ఉంటారు. బేర్ పుట్ వాకింగ్ చేయడం వల్ల మోకాళ్ళు, తుంటి, వెసెన్ముకులు సైతం వ్యాయామం అవుతుంది. అయి భాగాల్లో ఉండే కండరాలు ర్యాథంగా మారుతాయి. దీంతో శరీరం సరిగ్గా భూత్వాన్ని కూడా అవుతుంది. మాటి మాల్కి తూలిపడిసేయే పరిష్ఠితి ఉన్నపరు ఇలా బేర్ పుట్ వాకింగ్ చేసే ఘనిష్టతిని ఉంటండి. అత్తిడి, అందెనపు ఉన్నపరు..

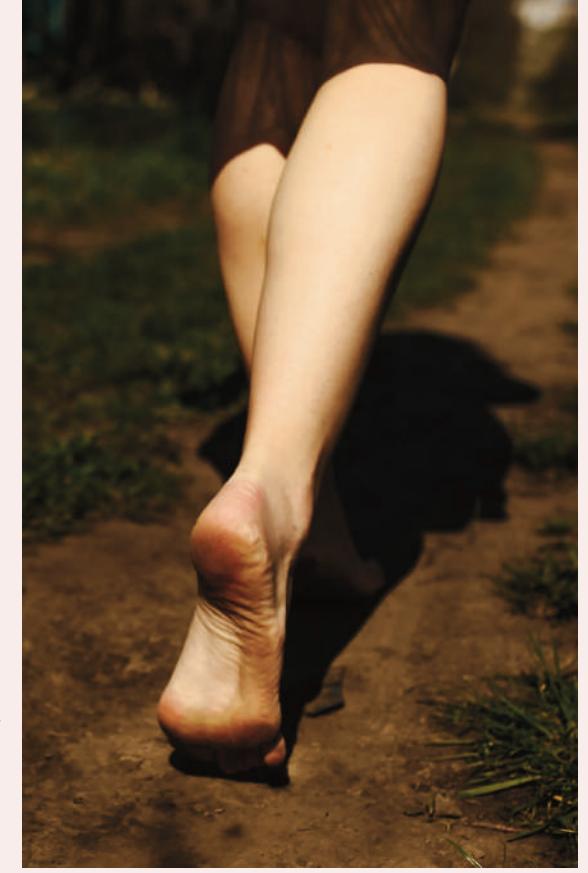
బేర్ పుట్ వాకింగ్ చేసే పాదాలు, కాళ్ళ కండరాలపై ఒక్కిసి పడుతుంది. దీంతో ఆయ భాగాలు మరింత త్వమిస్తాయి. ఫలితంగా ఆయ భాగాలకు మరింత వ్యాయామం అవుతుంది. ఆయ భాగాల్లో మొత్తం 29 రకాల కండరాలు ఉంటాయి. అవన్నీ యాక్షిషన్

## పాదాలకు చెప్పులు లేదా హాన్ లేకుండా వాకింగ్ చేసే ఎన్న లాభాలు కలుగుతాయో తెలుసా..?

చురుగ్గా పనిచేస్తుంది. మికార్గత, జ్ఞావకశ్కి పెరుగుతాయి. మతిమురు త్గ్యతుంది.

**జాగరుతలు తప్పనిపరి..**

బేర్ పుట్ వాకింగ్ వల్ల శరీరంలో ఉండే వాపులు తగ్గిపోతాయి. భూమి సుంచి పాదాల ద్వారా ఎలక్ష్మీన్ మన శరీరంలోకి ప్రవేశిస్తాయి. ఇపి శరీరంలో ఉండే వాపులను తగ్గిస్తాయి. క్రీరాయిడిక్స్ ను నిరూపిస్తాయి. రోగ నిరోధక శ్వషప్సను పల్పిస్తం చేస్తాయి. బేర్ పుట్ వాకింగ్ చేయడం వల్ల శరీరం సహజసిద్ధంగా నసిచే భంగిమచు అలవాటు పడుతుంది. దీంతో పాదాలకు ఇన్కా పెట్టుని రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు. పాదాల కదలికలు సైతం సరిగ్గా ఉంటాయి. పాదాల వాపుల నుంచి బయట పడవచ్చు. ఒక్కిసి పోర్ట్లోనే అయినప్పటికీ ఇలా వాకింగ్ చేసేవారు జాగ్రత్తలను పెట్టించాలి. నసిచే దారిలో పదుచెన వస్తువులు లేకుండా హాసుకోవాలి. లేరంటే గాయాలు అవుతాయి. కొన్ని ప్రదేశాల్లో భూతీకియా, వైరస్, ఫంగెస్ ఉండేయకు అవుతారు. బేర్ పుట్ వాకింగ్ వల్ల మెరదుక రక్త సరపూ మెరగు పడుతుందని సైంటిస్లు చేపేర్తిన అర్యాయాల్నాలు తేలింది. దీని వల్ల మెరదులో ఉండే నాయలు ఉత్సేం చెందుతాయి. దీంతో మెరడు



## ఉదయం నిద్రలేచిన వెంటనే వీటిని చూస్తే.. మీ రోజంతా మెరుగ్గా ఉంటుంది!.

రోజు భాగా ప్రారంభమైతే, రోజంతా సాసుకూలంగా ఉంటుంది. నిద్ర లేవానే మొబైల్ ఫోన్ చూడటం, అధ్యం చూడటం, నీడి పాద మంచి పాదాల వల్ల రోజంతా పాదపోతుందని శాస్త్రాల చెబుతున్నాయి. మంచి రోజు గడపడానికి ఉదయం నిద్ర లేవానే ఆధ్యం చూడకూడనని చెప్పిప్పటి, రోజంతా సాసుకూలతతో నిద్ర ఉండటానికి ఉదయం నిద్ర లేవానే ఏమి చూడాలో కూడా గ్రింథాలు చెబుతున్నాయి. కాబ్లై రోజంతా సాసుకూలంగా ఉండటానికి ఉదయం నిద్ర లేవానే ఏమి చూడాలో ఇప్పుడు తెలుసుకుండాం..

**అరచుతు:**

ఉదయం నిద్రలేవానే మీ అరచేతులను చూసుకోవాలి. ఇలా చేయడం వల్ల మీ రోజు సాసుకూలంగా ప్రారంభమపుతుంది. ఇది మిమ్మిల్చి రోజంతా ఉల్లసంగా ఉంటుంది.

**చెప్పుని చిత్రం:**

ఉదయం నిద్ర లేవానే దేవుని చిత్రం లేదా ఫోబోస్ చూడటం కూడా మంచిది. దీనిని కుట్టపురంగా కూడా భావిస్తారు. దేవును సాసుకూలతకు చిత్రం. అందువల్ల, ఉదయం దేవునిని చూడాలో ఇప్పుడు తెలుసుకుండాం. దీనిని కుట్టపురం ద్వారా మీరు ఆయ లోపాలను సకలంలో నపరించుచేపు. ముఖ్యంగా గోళ్ళకై ఈ కింది సంకేతాలు కనిపిస్తే వెంటి వైద్యులిని సంపర్దించం

**పదుపు రంగు గట్టు**

గోళ్ళ మన చేతుల అందాన్ని పెంచడమే కాకుండా మన ఆరోగ్య పిచిని కూడా తెలియజ్ఞానాలు. అప్పుడు గోళ్ళలో మార్పుల సంహయంతో మీ శరీరంలో ఏ పోషకాలు లోపిస్తున్నాయి. వీటిని కుగొనడం ద్వారా మీరు ఆయ లోపాలను సకలంలో నపరించుచేపు. ముఖ్యంగా గోళ్ళకై ఈ కింది సంకేతాలు కనిపిస్తే వెంటి వైద్యులిని సంపర్దించం

**పదుపు రంగు గట్టు**

గోళ్ళ పసుపు రంగులోకి మారితే విటమిన్, భిన్జాల లోపానికి సూచికి కావుచు. ముఖ్యంగా ఏమిల్స్-జీ, బియోటీన్, ఐరస్ లోపం వల్ల గోళ్ళ పసుపు రంగులోకి మార్పాలు. కాల్యెం లోకి గోళ్ళకు పోర్ట్ కోప్పర్ లోపం కావుచు. మీ గోళ్ళ పసుపు రంగులో కసిపిస్తుంటే ఆధిరంలో ఆక్కకూరలు, గింజలు, గుడ్డను వెంటి వైదించుచేపు.

**గట్టు విరగడం లేదా బిల్హానపడడు**

గోళ్ళ విరగడం లేదా బిల్హానపడడం తరచుగా ప్రోటోస్, కాల్యెం లోపం, జింక్ లోపానికి సంఖంగా ఏమిల్స్-జీ, బియోటీన్, ఐరస్ లోపం వల్ల గోళ్ళ పసుపు రంగులోకి మార్పాలు. కాల్యెం లోకి గోళ్ళకు పోర్ట్ కోప్పర్ లోపం కావుచు. మీ గోళ్ళ పసుపు రంగులో కసిపిస్తుంటే ఆధిరంలో ఆక్కకూరలు, గింజలు, గుడ్డను వెంటి వైదించుచేపు.

**గట్టు తెల్లని వుటు**

గోళ్ళ పిల్లలో తెల్లని వుటులు జింక్, కాల్యెం లోపానికి సంఖంగా ఏమిల్స్-జీ, బియోటీన్ ప్రపాచోవై నిర్మిస్తాయి. జింక్ లోపాన్ని అధిగమించడ

**అక్షర పటీల్ లీఱంట్రీ..  
కరుణ నాయర్పై వేటు!!**

వెసిండీన్‌తో టెప్ట్ సిరీస్ అదే భారత జట్టు(అంచనా)

పుట్టమన్ గిల్, యశస్వి జైస్యాల్, కేవల్ రాహుల్, సాయి సుదర్శన్, సర్పూరాజ్ భాన్, రిషభ్ పంత్(కీపర్), బ్రువ్ జిల్లెల్, రఘింద్ర జడేజా, వాషింగ్టన్ సుందర్, అక్రూ పట్లెల్, కళ్లీప్ యూదవ్, మహామృద్ సిరాజ్, ఆకాష్ దీప్, ప్రసిద్ధ కృష్ణ

ధనశ్రీ వర్ష ప్రశాంతంగా,  
జనదైర్యగా రిపై జచ్చంది



ఈ అందమైన పాఠాలలున్నానీ సందర్భించడం సంతోషంగా ఉంది. శాంతియతంగా, శక్తివంతంగా, నంస్కృతి, నమాజున్ని స్వీకరించడంలో ఈ నగరం ఎంత దూరం వచ్చిందో గుర్తుచేస్తుంది. వృద్ధి, మూలాలు, పునఃసంయోగానికి కృతజ్ఞతలు..” అంటూ ఆమె రాసుకొచ్చారు. దుఖాయ్ వాస్తుశిల్పవరంగానే కాకుండా.. విభిన్న సంస్కృతులు, మత సామరస్యాన్ని స్వీకరించడంలో కూడా ఎలా మారిపోయిందో ఆమె వివరించింది. యుజీంద్ర చాహల్-ధనశీ వర్ష

డిసెంబర్ 2020లో వివాహం చేసుకున్నారు. ఏడాదిస్తరపాటు కలిసి ఉన్న ఈ జంట.. ఆ తరువాత విభేదాలు రావడంతో దూరంగా ఉన్నారు. జూన్ 2022 నుంచి ఇద్దరు విడిపోయారు. ఈ ఏడాది ఫిబ్రవరి 5న విదాకుల కోసం కోర్టులో పిటిపున్ దాఖలు చేశారు. బాంద్రాలోని ముంబై ఫ్యామిలీ కోర్టులో వీరికి విదాకులు మంజూరు చేసింది. ధనశ్రీ వర్కు చాహాల్ 4 కోట్ల రూపాయల కంటే ఎక్కువ భరణం ఇచ్చారని ప్రచారం జరిగింది. చివరి రోజు విదాకుల విచారణ సందర్భంగా చాహాల్ “బి యువర్ ఓన్ ఘగర్ డాడీ” అని రాసి ఉన్న టీప్పు ధరించి రావడం చర్చియాంశంగా మారిన విషయం తెలిసిందే. దీంతో అప్పటి నుంచి ధనశ్రీ వర్కును సోప్పర్ మీడియాలో ‘ఘగర్ డాడీ’ అంటూ నెటీజన్సు, చాహాల్ అభిమానులు విమర్శిస్తున్నారు. తాజాగా రాజ్ ఘమానీ పాడ్కాస్ట్లో చాహాల్ కామెంట్ చేసిన కాసేపటికీ.. ధనశ్రీ ఇన్స్పోగ్రామ్లో పిక్సున్ పేర్ చేసింది. వివాదం స్థాపించే ఉద్దేశం తనకు లేదని చెప్పిన చాహాల్.. ఇల్డర్డెర్క్ట్ గా ధనశ్రీ తైపు జరిగిన తప్పు కారణంగానే విదాకులు తీసుకున్నట్లు చెప్పాడు. మొదట్లో తాను స్పూండించకూడదని అని అనుకున్నానని.. ఇప్పుడు ఇతరుల అభిప్రాయాలను పట్టించుకోకుండా వదిలేయాలని నిరయించుకున్నానని చెప్పాడు. తాను ఎవరినీ అవమానించలేదని.. సందేశాన్ని మాత్రమే తెలియజేయాలని అనుకున్నానని చెప్పుకొచ్చాడు. చాహాల్ ఈ కామెంట్ చేసిన తరువాత ధనశ్రీ ఇన్స్పోగ్రామ్లో ప్రశాంతుమైన, ఆధ్యాత్మిక పోషణ్సు పేర్ చేసింది. చాహాల్ ఎలాంటి కామెంట్ చేసినా.. తాను ప్రశాంతంగా ఉంటానని ఆమె ఇన్డ్రోడెర్క్ట్ గా రిపై ఇచ్చిందంటూ నెటీజన్సు అంటున్నారు.

# భూర్జ, ఆంగ్లండ్ టెన్సి సిల్వర్ ప్లాటినమ్ నొమోడు

ఇది సాధారణ పెస్టు సిరీస్ కాదు. ఇటీవల కాలంలో జరిగిన అల్ ప్రైమ హెచ్ సిరీస్? లలో అందర్స్ ను - తెందుల్చు బ్రోఫీ టాష్ క్రికెట్ చరిత్రలో ఉపులీవరకు జరిగిన 854 పెస్టు ద్వారా సిరీస్ లు జరిగాయి. అందులో కేవలం రెండు సందర్భాల్లనే 7,0000 పరుగులు నమోదుయాయి. ఈ రెండింభీలో తాజా అందర్స్ ను - తెందుల్చు బ్రోఫీ ఒకటి. 1993లో జరిగన యాషన్ సిరీస్ (6 మ్యాచ్లు, 7,221 పరుగులు) తర్వాత, ఇప్పుడు ఇంగ్లాండ్-భారత్ 2025 (5 పెస్టులు, 7,187 పరుగులు) సిరీస్ ఈ ఘనవత్తను సాధించింది. సిరీస్ లో మొత్తం 7,187 పరుగులు నమోదు కావడం చరిత్రలోనే రెండోసారి. ఓ వైపు ఇంగ్లాండ్ బ్యాటర్లు, మరోవైపు భారత యువ బ్యాటర్లు అద్యుత్త ప్రదర్శనతో అభిమానులకు ఎన్నో ఆహోదకరమైన క్షణాలు దక్కాయి. మొత్తం 19 సంచరీలు, 470 బోందరీలు కేవలం ఇండియా అటగాళ్ళు కావడం, రెండు దేశాల కలిపి పరుగుల వరదలో కొత్త అధ్యాయం మొదలైంది. ఈ సిరీస్ ని హెచ్ క్రికెట్ అభిమానులు ఎప్పటికీ మర్చిపోతారు. భారత కెప్పే శుభ్రమన్ గిల్ సిరీస్ లో మొత్తం 754 పరుగులు చేసి, గ్రాహమ్ గూచ్ (752 % -% 1990) రికార్డును అధిగమించాడు. ఇండియా తరఫున హెచ్ సిరీస్ లో తుంట్రించి పరుగులు చేసిన కెప్పేనగా గిల్ రికార్డును నెలకొల్పాడు. అంతే కాదు, సిరీస్ లో నాలుగు సంచరీలు భాదడం ద్వారా డాన్ బ్రాడ్మన్, కోప్పా, గావస్కర్ లాంటి దిగ్బజూల సరసన నిలిచాడు. ఇంగ్లాండ్ తరఫున ఛో రూట్ తన 13వ సంచరీని భారత్ పై నమోదు చేసి, ఒకే జిల్లాపై అత్యధిక సంచరీలు చేసిన ఇంగ్లాండ్ బ్యాటర్గా చరిత్రలో నిలిచారు.



యానిని రూట్ చరీలు ఐదో ఇంచయం విజయం. చివరి లోఱు మ్యాచ్ ఉత్కూర కొనసాగింది. 339-6తో బ్యాటింగ్ కొనసాగించిన ఇంగ్లాండ్?ను తీవ్రంగా ఇంగ్లాండ్ యూ 28 పరుగులిచ్చి చివరి నాలుగు వికెట్లు పడగొట్టి చిరస్తరాణియ విజయం అందుకుంది. 1993లో జరిగిన సాధించింది. ఇది భారత టెస్టు చరిత్రలో అత్యంత తక్కువ మార్పిన్ విజయం. చివరి లోఱు మ్యాచ్ ఉత్కూర కొనసాగింది.

# మళ్ళీ బ్యాట్ పట్టిన సూర్యకుమార్

భారత T20 జట్టు కెప్పేన్ సూర్యకుమార్ యాదవ్ కొన్ని రోజుల కిందట స్టోర్చు హెర్రియా సర్జరీ చేయించుకున్నాడు. తుర్లోనే ఆసియా కవ్ 2025 జరగనున్న తరువాతలో టీమిండియా అభిమానులకు గుడ్ స్యాన్ వచ్చింది. సర్జరీ తర్వాత భారత కెప్పేన్ సూర్యకుమార్ యాదవ్ మొదటిసారి ప్రాణీస్ కోసం వచ్చాడు. గత వారం సూర్యకుమార్ యాదవ్ బెంగళూరులోని సెంటర్ ఆఫ్ ఎస్కలేషన్లో ప్రాణీస్ చేస్తూ కనిపించాడని తెలిసింది. దాంతో ఆసియా కవ్ టోర్నీకి సూర్య అందుబాటులో ఉంటాడని తెలదంతో అభిమానులు పార్శ్వం ప్రశ్నకు చేస్తున్నారు. జూలై నెలలో జర్నలీస్ ఈ సూర్యకుమార్కు స్టోర్చు హెర్రియా సర్జరీ జరిగిందని తెలిసిందే. సూర్యకుమార్ యాదవ్ కడుపు దిగువ కుడి భాగంలో స్టోర్చు హెర్రియా సర్జరీ నుంచి కోలుకుంటున్నాడు. సర్జరీ తరువాత కొన్ని రోజుల నుంచి భారత క్రికెట్ కంబోల్ బోర్డ్ వైద్య సిబ్బుంది పర్యవేక్షకులో సూర్య ఉన్నాడు. సెప్టెంబర్ 9 నుండి ప్రారంభమయ్యే ఆసియా కవ్ కి ముందు అతసు జట్టుతో వేస్తాడు.



## ನಿರ್ಬಾಜ್ ಟೀಮಿಂಡಿಯಾ ಮೆಕ್ಸಾತ್ ವೆಂಕಟಪತ್ರಿ ರಾಜು ಪ್ರಶಂಸಲ ಜಲ್ಲು

టీమిండియా స్టర్ పేనర్ మహమ్మద్ సిరాజ్‌పై మాజీ క్రికెటర్, తెలుగు తేజం వెంకటపతి రాజు ప్రశంసల జల్లు కురిపించారు. ఇంగ్లండ్ గడ్డపై సిరాజ్ అద్భుత ప్రదర్శన కనబర్మాడని కొనియాడారు. సిరాజ్‌ను మెక్క్రాత్తో పోలుస్తా నునీల్ గవాస్కర్ ప్రశంసించాడని గుర్తు చేశారు. ఓవల్ వేదికగా ఐదు రోజుల పాటు ఉత్కంఠగా సాగిన పోరులో పడితేచిన టీమిండియా 6 పరుగుల తేడాతో గెలుపొందింది. ట్రైదరాబాద్ పేనర్ మహమ్మద్ సిరాజ్(5/104) అద్వితీ-యవైన బొలింగ్‌తో జట్టు విజయంలో కీలక పాత్ర పోషించాడు. 374 పరుగుల లక్ష్మిధనలో 339/6 ఓవల్ స్టోచ్ స్టోచ్ సోమవారం రెండో ఇన్నింగ్స్ కొనసాగించిన ఇంగ్లండ్.. సిరాజ్ ధాటికి 367 పరుగులకు ఆలోటైంది. ఈ మ్యాచ్‌లో ముందుగా బ్యాటీంగ్ చేసిన భారత తొలి ఇన్నింగ్స్లో 224 పరుగులకు ఆలోట్ కాగా.. ఇంగ్లండ్ 247 పరుగులు చేసింది. రెండో ఇన్నింగ్స్లో భారత 396 పరుగులు సాధించింది. ఈ విజయంపై మైఫీల్తో ప్రత్యేకంగా మాట్లాడిన వెంకటపతి రాజు.. సిరాజ్‌పై ప్రశంసల జల్లు కురిపించాడు. ‘మహ్మద్ సిరాజ్ అద్భుతంగా ఆడాడు. ఈ సిరీస్‌లో ఐదు టెస్ట్ మ్యాచ్‌లూ ఆడిన ఏక్కు పేనర్ అతనే. ఇది చాలా గొప్ప విషయం. నునీల్ గవాస్కర్ కూడా అతన్ని కొనియాడారు. సిరాజ్‌ను గ్లోబ్ మెక్క్రాత్తో పోల్చారు. ఇది సిరాజ్ సామర్థ్యాన్ని తెలియజ్జేస్తోంది. కీలక సమయాల్లో అతను పట్టుడలతో బొలింగ్ చేశాడు. ఇది అంత సులవు కాదు. ఎంత పెద్ద సపాల్ ఎదురైతే.. సిరాజ్ అంత బాగా రాణిస్తాడు. హోరీ బ్లూక్ క్యాచ్ చేజార్పిన తర్వాత.. సిరాజ్ పుంజుకున్న తీరు అద్భుతం. అతను చేసిన పోరాటం ప్రశంసనీయం. నిలకడగా బొలింగ్ చేయడం అంత సులవు కాదు. మిగతా బొలర్సంతా మధ్య మర్చులో బొలింగ్ చేశారు, కానీ సిరాజ్ ఆభరి వరకు నిలకడగా బొలింగ్ చేశాడు. ఇంగ్లండ్ కండిషన్స్‌లో ఆడటం బిగ్ ఛాలెంజ్. భారత ఇంత బాగా ఆడుతుందని ఎవరూ ఊహించలేదు. కేవల్ రాహుల్, శుభ్రమన్ గిల్, రవీంద్ర జడేజా బ్యాటీంగ్ చేసిన తీరు అద్భుతం. యశోఖ్ జైస్ట్ క్రూడా బాగా ఆడాడు. కానీ ఇంకా కొంచెం పరిణితి చెందాలి. భవిష్యత్తులో అతను చాలా పరుగులు చేస్తాడని భావిస్తున్నాడు. ఈ సిరీస్‌లో వెనుకంజలో నిలిచినా.. టీమిండియా అద్భుతంగా పుంజుకుంది. ఈ గెలుపుతో టీమిండియాపై అంచనాలు తెలియాలు. ఇంచి కెంటపురాధి రాయు కెర్కుఱ్చారు.

# మేన్ భారత పర్యటనకు ప్రొఫెసర్ ఫిక్

పుట్టబాల్ పైయర్ లిమిటెడ్ మేన్జీ డిసెంబర్ 12న భారతదేశానికి రానున్నాడు. కోల్కతా, అహంకార్ బువ్, నూర్ధిలీలలో మేన్జీ సందర్భం జరగనుంది. 2011లో కోల్కతాలోని సాఫ్ట్‌లైట్ స్టేడియంలో వెనిజులాతో ఫ్రాండ్లీ మ్యాచ్ ఆడిన మేన్జీకి.. 14 ఏళ్ల తర్వాత ఇది రెండోసారి భారత్ లో పర్యాటించడం. ప్రస్తుతం 38 ఏళ్ల మేన్జీ అమెరికాలోని మేజర్ లీగ్ సాకర్లో ఇంటర్ మయామీ జట్టు తరపున ఆడుతున్నాడు. కోల్కతాలో రెండు రోజులు ఉండనున్న మేన్జీ.. అక్కడ డిసెంబర్ 13న VIP రోడ్స్‌లో 70 అడుగుల ఎత్తెన తన విగ్రహాన్ని ఆచిష్టిస్తాడు. అయితే.. ఇది ప్రపంచంలోనే మేన్జీ యొక్క అతి పెద్ద విగ్రహంగా నిలుస్తుందని నిర్వాహకులు చెబుతున్నారు. ఆ తర్వాత ఈడెన్ గార్డెన్స్‌లో GOAT కస్టర్లో పాటు సౌరవ్ గంగులీ, జాన్ అబ్రహం, లియాండర్ పేన్, బైచుంగ్ భూటియా వంటి ప్రముఖులతో కలిసి.. ఏడు మంది ఆటగాళ్లతో కూడిన సాఫ్ట్‌బాల్ మ్యాచ్లో మేన్జీ పాల్గొనున్నాడు. ఇక ఆ తర్వాత అడ్జెంటీనా ఆటగాళ్లతో ఒక మాస్టర్ క్లాన్ కూడా







# ବିଶ୍ୱାସରତ୍ନ ଅଧିକ ରଂଗନାଥ

మెగాస్ట్రో చిరంజీవి ప్రథాన పాతల్లో తెరకెక్కుతోన్న భారీ విజవల్ ఎక్స్‌ప్రైలయేన్స్ మూవీ 'విశ్వంభర'. యంగ్ ట్రైరెక్టర్ వశిష్ట దర్శకత్వంలో రూపాందుతున్న ఈ పాంట్స్ ద్రామా, ఇప్పటివరకు హచ్చిన ప్రతి అప్పెట్టో భారీ హైప్ క్రియెట్ చేసేటోంది. ఎం.ఎం.కీరవాసి సంగీతం అందిస్తుండగా, యూవీ క్రియెప్స్న్ భారీ బడ్జెట్టో ఈ చిత్రాన్ని నిల్చిస్తోంది. ఇందులో భాగంగా తాజగా ఈ మూవీ నుంచి స్పెషల్ ట్రీట్ వచ్చింది. ఈ చిత్రంలో హీరోయిన్స్గా నటిస్తున్న ఆపిక రంగనాథ్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా మేకర్స్ హి ప్రత్యేక పాటస్టర్సు విడుదల చేశారు. పాటస్టర్కి వచ్చిన స్పందన చూస్తుంటే.. ఫ్యాన్స్ పుల్ ఖుష్ అవుతున్నారు. పాటస్టర్ అబిలపాటియింది, ఆపిక కళ్ళలో మూర్జిక్ ఉంది, విశ్వంభరకు మరో హైలైట్ అమె అవుతుందని ఫిక్స్ అంటూ నెటిజన్సు కామెంట్లు పెడుతున్నారు. అమె అందాన్ని క్వారెక్టర్ డెవ్ట్సు హైలైట్ చేసేటోంది. చిరు సరసన త్రిపతో పాటు-, సెకండ్ హీరోయిన్ ఈ కన్నడ బూటీ ఆపిక రంగనాథ్ నటిస్తోంది. ఈ సినిమాను అత్యంత భారీ స్టాయలో రూపాందిస్తున్న యూవీ క్రియెప్స్న్, ప్రమోపసల్ సోట్జీలో కూడా కొత్తదనం చూపించబోతున్నారు. బర్త్ డే పాటస్టర్తో మొదలైన ఈ ప్రమోపస్ రన్ ఇక నుంచి రెగ్యులర్స్గా సాగనుందని సమాచారం. భారీ సెట్లు, విజవల్ ఎఫ్క్యూ, మైదిలాజికల్ ట్యూచ్ తో కూడిన ఈ సినిమాను వినాయక చవితి లేదా దసరా సీజన్స్ విడుదల చేయాలని మేకర్స్ భావిస్తున్నారు. అంతే కాదు ఎం.ఎం.కీరవాసి అందిస్తున్న సంగీతం మరో ప్రధాన ఆకర్షణగా నిలిచింది. ఇప్పటికే బాపుబలి, ఆర్టర్ ఆర్టర్, లిసెంట్ గా 'హాల హార వీరమల్లు' వంటి సినిమాల్లో తన వర్క్కి ఇంటర్వెప్సనల్ గుర్తింపు తెచ్చుకున్న కీరవాసి.. ఇప్పుడు 'విశ్వంభర'కి సంగీతం అందిస్తుండటంతో మూర్జిక్సై అంచనాలు భారీగానే ఉన్నాయి.

విదైనా ఒక  
సినిమా వచ్చిందంటే  
లు.. యుట్టుయ్యాట్ రిప్పూల,  
కామెంట్స్, ఇన్స్పో రీల్స్తో  
అంటూ ఇష్టం వచ్చిన రిప్పూల  
రలు సినిమా ఎలా ఉండో  
వే', 'ఘివరాక్సింగ్', 'బోర్'  
దండుం పెట్టి ప్రేక్షకుల  
ప్రిస్టాన్సున్నారు ఈ  
పురు హీల్స్లు, నిర్మాతలు  
గా బాలీవుడ్ బూటీ-  
పశ్యంపై స్పుందించింది.  
లోనటించిన సన్ ఆఫ్  
ందన అందుకుంది. ఈ  
మే ద్వారా ఛ్యాన్స్తో చిట్  
అభిమాని.. సేను నగిటీవ్  
లో 2' సినిమా చూడలేదు  
ఆమె స్పుందిస్తూ.. చాలా రిప్పూల్  
పు నమ్మకుండా, మిఱే సినిమా  
పూ ఫెయిల్యూర్కి రిప్పూలే కారణ  
పుస్పడు సోషల్ మిడియాలో వైరల్  
సినిమా ఆత్మను చూడకముండే  
లు కూడా చెబుతున్నారు. అయి  
చిత్రాలతో బిజీగా గడుపుతున్నారు

# సినిమా ఫెయల్స్టర్స్ కు ఇవ్వాలు కూడా ఓ కారణం హారీయన్ మృత్తాం

## హార్టీయన్ మృణాళ్ రాకుండ



# పృథ్విరాజును వదిలి షారూఖ్కు అవార్డు జాతీయ చలనచిత్ర అవార్డులపై విమర్శలు

జాతీయ చలన చిత్ర పురస్కారాల జాబితాలో ఉత్తమ నటుడి ఎంపికపై విమర్శలు వస్తునే ఉన్నాయి. 2023లో విదుదలైన సినిమాలకు గాను ఉత్తమ నటుడుగా బాలీవుడ్ నటుడు షారుక్ ఖాన్, ఉత్తమ సపోర్టింగ్ నటుడిగా విజయ రాఘవన్, బెస్ట్ సినిమాగా భగవంత్ కేనరి సినిమాలు అవార్డ్ అందుకున్నాయి. అలాగే వివిధ విభాగాలలో ఉత్తమ ప్రతిభ కనబలిచిన వారిని విజేతలుగా ప్రకటించింది నేపసల్ అవార్డ్ జ్యారీ. అయితే ఈ అవార్డ్ నేపసల్ జ్యారీకి తలనొప్పులు తెచ్చింది. 2023 బెస్ట్ యాక్షర్ గా జావాన్ సినిమాకు గాను షారుక్ కు ఈ అవార్డ్ ప్రకటించడం పట్ల విమర్శలు వస్తున్నాయి. అదే ఏడాదిలో మళ్ళీ ప్రధాన సుకుమార్న హీరోగా ఆడు జీవితం అనే సినిమా వచ్చింది. ఈ సినిమాలో వృధ్వ రాజ్ నటునకు అవార్డ్ దక్కుపోవడంతో జ్యారీపై విమర్శలు వచ్చాయి. వాస్తవంగా చూస్తే ఆడుజీవితంలో వృధ్వ రాజ్ సుకుమార్న నటన అద్భుతంగా ఉంటుంది. బ్రతుకు తెరువుకు దుబాయ్ వెళ్లిన ఓ సామాన్యుడు అక్కడ ఎడారిలో అనుభవించిన నరకం అనుభవించే క్యారక్టర్ లో వృధ్వ రాజ్ అద్భుతంగా నిటించాడు. ఇక జవాన్ సినిమాలో షారుక్ నటన గొప్పగా ఏమి ఉండడు. ఓ రొటీన్ నెగ్సులర్ కమర్సియాల్ సినిమాలో ఎలా ఉంటుందో అలా ఉంటుంది. ఈ విషయపై నేపసల్ జ్యారీని ప్రశించగా జ్యారీ సభ్యుడు ప్రదీప్ నాయర్ స్పందించారు. ఆడు జీవితంలో వృధ్వ రాజ్ సుకుమార్న నటన ఆర్థిఫిషయల్ గా ఉంటుంది. సహజత్వ లేదని జ్యారీ షైర్ పర్సన్ అపుతోవ్ గోవారికర్ తో పాటు సహా జ్యారీ సభ్యులు పలువురు భావించడంతో వృధ్వ రాజ్ కు అవార్డ్ దక్కలేదని తెలిపారు. ఈ వ్యాఖ్యలుపై నెఱిపున్న వైర్ అవుతున్నారు. స్పృహయోజనాల ముందు ఎంతటి అద్భుతమైన నటన కనబలించిన ఇలానే ఉంటుందని కామంట్ వినిపిస్తున్నాయి.



# ఉన్నాదలోపవన్ ప్రధాన్

దర్శకుడు హరీష్ శంకర్ వెల్లడి

పవన్ కల్యాణ్ హీరోగా హరీం శంకర్ దర్శకత్వంలో రానున్న చిత్రం 'ఉస్తాద్ భగ్తిసింగ్' సినిమా కోసం అభిమానులు ఎన్నో రోజులుగా ఎదురుచూస్తున్నారు. తాజాగా వారికి దర్శకుడు గుడ్స్ నూన్ చెప్పారు. ఈ సినిమాలో పవన్కు సంబంధించిన షైడ్యూల్ పూర్తయినట్లు- తెలుపుతూ ఓ ప్రత్యేక ఫోటో పంచుకున్నారు. ఇటీవలే 'హరిహర వీరమల్లుతో' పలకరించిన పవన్కల్యాణ్ అదే జోవ్స్తో ఇప్పుడు 'ఉస్తాద్ భగ్తిసింగ్'ను పూర్తి చేసారు. ఆయన సపోర్ట్ వల్లే ఈ షైడ్యూల్ త్వరగా పూర్తయినట్లు - హరీం తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా పవన్ పై ప్రశంసనలు కురిపించారు. మాటీస్టే నిలబెట్టుకోవడం, మాట మిాదే నిలబడడం.. మిారు పక్కనుంటే కరంట్ పాకిస్థే అంటూ ఆయనతో దిగిన ఫోలోసు పంచుకున్నారు. ఈ రోజును తన జీవితంలో ఎప్పటికీ మర్చిపోలేనని దర్శకుడు తెలిపారు. పవన్ ఎనర్జీ సినిమాకు మరింత పవన్రు ఇచ్చిందన్నారు. సపోర్ట్ ఇచ్చినందుకు ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ప్రస్తుతం హరీం పేర్ చేసిన ఫోటో సోపాల్ మిాడియాలో వైరల్ కనిపించడంతో అభిమానులు పేర్ చేస్తున్నారు. 'గబ్బర్సింగ్' తర్వాత పవన్కల్యాణ్ - హరీంశంకర్) కాంబోలో రూపొందుతోన్న ఈ చిత్రంపై ప్రేక్షకులు భారీ అంచనాలు పెట్టు-కున్నారు. ఇందులో పవన్ కల్యాణ్ పోలీస్ పాత్రలో కనిపించనున్నారు. ఆయన సరసన ల్రీలిల, రాశీ భాన్నా నటిస్తున్నారు. దేవితీర్పుసాద్ సంగీతం అందిస్తున్నారు. ప్రస్తుతం పవన్ 'టిజీలో నటిస్తున్నారు. నుజీత్ దర్శకత్వంలో గాల్ఫోస్టర్ డ్రామాగా ఇది రానుంది.