

మీ ఇద్దరు కలలు కనడం మానండి: పీసీసీ అధ్యక్షుడు

హైదరాబాద్ ప్రతినిధి, ఉదయం న్యూస్

మీ ఇద్దరు కలలు కనడం మానండి పీసీసీ అధ్యక్షుడు తెలంగాణ కేంద్రమంత్రులు కిషన్ రెడ్డి, బండి సంజయ్ లపై పీసీసీ అధ్యక్షుడు మషేక్ కుమార్ గౌడ్ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి ది అమిత్ షాకు చెప్పేటట్లు తొడిగిన చరిత్ర.11 ఏండ్లు రాష్ట్రానికి ఏమీ తెచ్చారో కిషన్ రెడ్డి, బండి సంజయ్ లు వైట్ పేపర్ రిలీజ్ చేయండి. చర్చకు నిద్రమా, అంటూ సవాల్ విసిరారు. రాష్ట్రంలో బీజేపీ రావడం అనేది కల అని, మీరెద్దరు కలలు కనడం మానండి అంటూ తీవ్ర స్థాయిలో ఆరోపించారు.



వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ కృషికి గుర్తింపు %-% నూతన నాయకులకు మిత్రబృందం నుంచి ఘన సత్కారం

ఎమ్మిగనూరు ఉదయం న్యూస్ ప్రతినిధి

ఎమ్మిగనూరు పట్టణములో వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ కమిటీలో నూతనంగా నియమితులైన ఉపాధ్యక్షులు శ్రీ ఉప్పర కోటకొండ నరసింహులు గారు, ప్రధాన కార్యదర్శి శ్రీ మాట కొరిశెట్టి విశ్వనాథ్ గారిని వారి మిత్రబృందం ఆదరణతో, గౌరవంగా సన్మానించింది. పార్టీ పట్ల అంతీకభావంతో, ప్రజల పట్ల సేవా తపనతో సాగుతున్న వీరి ప్రస్థానం %-% ఈ నియామకాల ద్వారా మరింత ఉజ్వలమవుతుందని కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న వారు అభిప్రాయపడ్డారు.శ్రీ కోటకొండ నరసింహులు గారు ఎప్పుడీ నుంచో పార్టీ కార్యకలాపాల్లో చురుకుగా పాల్గొంటూ, స్థానిక స్థాయిలో ప్రజల అభ్యున్నతికి కృషి చేస్తూ గుర్తింపు పొందారు. ఉపాధ్యక్ష పదవికి ఆయనను ఎంపిక చేయడం ద్వారా పార్టీ శ్రేణులు ఆయన నాయకత్వాన్ని మరింత అభివృద్ధి చెందేలా ప్రోత్సహించాయి. ఆయనతో పాటు



ప్రజాప్రతినిధిగా ఉన్న ఆయన నతీమణి, వార్డు కౌన్సిలర్ శ్రీమతి పద్మ గారిని కూడా ప్రత్యేకంగా సన్మానించడం కార్యక్రమానికి మరింత పరిపూర్ణతను అందించింది.శ్రీ మాట కొరిశెట్టి విశ్వనాథ్ గారు పార్టీతో అనుబంధాన్ని పార్టీ ఆవిర్భావం నుంచి కొనసాగిస్తూ, యువ నాయకుడిగా విస్తృతంగా ప్రజల్లో అదరణ పొందారు. ఆజ్ఞానంతో కాకుండా ఆచరణతో ముందుకెళ్లే తత్వంతో పనిచేసే విశ్వనాథ్ గారు ప్రధాన కార్యదర్శిగా నియమితులవడం పార్టీకి ఒక కొత్త ఉత్సాహాన్ని అందించిందని మిత్రులు అభిప్రాయపడ్డారు. ముఖ్యంగా

పట్టణ కమిటీలో కీలక పదవిలో ఆయన నియామకం పట్ల పలువురు కార్యకర్తలు సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. ఈ సన్మాన కార్యక్రమంలో మిత్రబృందానికి చెందిన పలువురు యువకులు, పార్టీ అభిమానులు, స్థానిక నాయకులు హాజరై, నూతన నాయకులకు పూలహారాలతో స్వాగతం పలికారు. వారి నియామకంతో పార్టీ మరింత బలోపేతం అవుతుందన్న నమ్మకాన్ని వ్యక్తపరిచారు. నాయకులు తమపై పెట్టిన బాధ్యతను న్యాయంగా నిర్వహిస్తామని, ప్రజా సమస్యలపై ఎప్పటికప్పుడు స్పందిస్తూ పార్టీ విలువలను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లే విధంగా కృషి చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు.ఈ సందర్భంగా పలువురు కార్యకర్తలు మాట్లాడుతూ “నాయకత్వం అనేది పదవుల్లో కాక, ప్రజల మద్దతుతో నిర్మితమవుతుంది. నేడు నియమితులైన నరసింహులు గారు, విశ్వనాథ్ గారు ఈ మాటకు జీవాంతరంగా నిలిచారు. వీరి నాయకత్వంలో ఎమ్మిగనూరులో పార్టీ మరింత బలోపేతం అవుతుంది,” అని తెలిపారు.

యువత స్టాక్ మార్కెట్లకు దూరంగా ఉండాలి: రాహుల్ గాంధీ

న్యూఢిల్లీ, ఉదయం న్యూస్

యువత స్టాక్ మార్కెట్ల కు దూరంగా ఉండాలి రాహుల్ గాంధీ స్టాక్ మార్కెట్ల పై కాంగ్రెస్ అగ్రనేత రాహుల్ గాంధీ సోమవారం కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. యువత స్టాక్ మార్కెట్లకు దూరంగా ఉండాలని రాహుల్ గాంధీ సూచించారు. స్టాక్ మార్కెట్ల నుంచి డబ్బులు సంపాదించడం భ్రమ అని ఆయన పేర్కొన్నారు. దేశ జనాభాలో కేవలం ఒక శాతం మాత్రమే స్టాక్ మార్కెట్లో పెట్టుబడులు పెడుతున్నారని రాహుల్ అన్నారు. ప్రస్తుత సమయంలో స్టాక్ మార్కెట్లకు ఎంత దూరంగా ఉంటే అంత మంచిదని రాహుల్ తెలిపారు.



2 లక్షల మంది ఏఐ ఇంజనీర్లను తయారుచేస్తాం: మంత్రి



హైదరాబాద్ ప్రతినిధి, ఉదయం న్యూస్

2 లక్షల మంది ఏఐ ఇంజనీర్లను తయారుచేస్తాం మంత్రి తెలంగాణ రాష్ట్రం నుంచి రెండు లక్షల మంది ఏఐ ఇంజనీర్లను తయారు చేస్తామని రాష్ట్ర ఐటీ, పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి శ్రీధర్ బాబు తెలిపారు. ఏఐ ఇంజనీర్లను తయారు చేయడమే తమ ప్రభుత్వ లక్ష్యమన్నారు. కాగా సోమవారం కాన్పులేట్ జనరల్ ఆఫీ సింగపూర్ ఎగ్జిక్ షివ్ కృత్యంలో ఆ దేశ ప్రతినిధులు మంత్రిని మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. ఈ సేవధ్యంలో, ఎమర్లింగ్ టెక్నాలజీస్, ఎమర్లింగ్ టెక్నాలజీస్ కు హాజీగా రాష్ట్రాన్ని మార్చేందుకు తీసుకుంటున్న చర్యల గురించి మంత్రికి వివరించారు.

మిత్రుడి కుటుంబానికి ఆర్థిక సహాయం అందచేత

మిత్రుడు కుటుంబానికి ఆర్థిక చేయూతను అందించి తమ ఔదార్యాన్ని చాటుకున్న తోటి మిత్రులు



ఉదయం న్యూస్ :వేపనకొండ ఏప్రిల్ 07

మండల పరిధిలోని తెల్వేకల్ గ్రామంలో గిరిపోగు ప్రతాప్ కరంటు షాక్ తో గత నెల 28 వ తేదీన మృతి చెందగా ఆయన కుటుంబ సభ్యులకు 2009-2010 సంవత్సర పదవ తరగతి చదువుకున్న మిత్రులు 47,000/- (నలభై ఏడు వేల రూపాయలు) ఆర్థిక సాయం అందించి మిత్రుని మృతికి గల కారణాలను అడిగి తెలుసుకుని తమ ప్రగాఢ సానుభూతిని వ్యక్తం చేశారు. ఇకపై కుటుంబానికి అండగా ఉంటామని భరోసాని ఇచ్చారు. ఇలాంటి కార్యక్రమాలను చేయడం అభినందనీయమని గ్రామస్థులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో గిరిపోగు ప్రతాప్ కుటుంబ సభ్యులు మిత్రులు పాల్గొన్నారు.

పై ఓవర్ బ్రడ్లి నిర్మాణానికి ఆనిధులు సరిపోవు

సిపిఐ రాష్ట్ర కార్యదర్శి వర్గ సభ్యులు జంగాల అజయ్ కుమార్

గుంటూరు, ఉదయం న్యూస్, ఏప్రిల్ 07 :

గుంటూరు ప్రజల చిరకాల కోరిక శంకర్ విలాస్ బ్రిడ్లి నిర్మాణంతో తీరనుందని సిపిఐ రాష్ట్ర కార్యదర్శివర్గ సభ్యులు జంగాల అజయ్ కుమార్ పేర్కొన్నారు. సోమవారం సిపిఐ ఆఫీస్ లో జంగాల మాట్లాడుతూ, కేంద్ర ప్రభుత్వం బ్రిడ్లి నిర్మాణానికి రూ.170 కోట్లు అంచనా వేసి, రూ.100 కోట్లు కేటాయించడం సరైనది కాదు, చాలివాలని నిధుల వల్ల బ్రిడ్లి నిర్మాణంలో నాణ్యత లోపిస్తుందని, భవిష్యత్తు అవసరాల దృష్ట్యా నాణ్యత ప్రమాణాలతోటి బ్రిడ్లి నిర్మాణం జరగాలన్నారు. రూ.170 కోట్లు కేటాయించాలని డిమాండ్ చేశారు.



అరకు: అరకు డిగ్రీ కళాశాల వేదికగా సోమవారం మహా సూర్య వందనం కార్యక్రమంగిన్ని రికార్డులో చోటు దక్కించుకుంది. గిరిజన విద్యార్థులు సూర్య నమస్కారాల కోసం శిక్షణ తీసుకున్నారు. 20 వేల మంది విద్యార్థులు 108 సార్లు సూర్య నమస్కారాలు చేసి ఔరా అనిపించారు. ఈ కార్యక్రమంలో 13 వేల మంది ఆడపిల్లలు పాల్గొనడం విశేషం. కార్యక్రమంలో ముఖ్య అతిథిగా మంత్రి గుమ్మడి సంధ్యారాణి పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమం కోసం జిల్లా యంత్రాంగం అన్ని ఏర్పాట్లు చేసింది. ఈ సార్లు చేస్తారంటే ఆశ్చర్యం అనిపిస్తోందని చెప్పారు. అసాధ్యమన్న పనిని గిరిజన యూనియన్ సంస్థ సర్దిపై చేయనుంది.

సూర్య నమస్కారాల కార్యక్రమంలో పాడిరు డివిజన్లోని 60 అశ్రమ పాఠశాల విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు. గత ఐదు నెలల నుంచి విద్యార్థులు సూర్య నమస్కారాల కోసం శిక్షణ తీసుకున్నారు. 200 మంది వ్యాయామ ఉపాధ్యాయులు సూర్య నమస్కారాలను పర్యవేక్షిస్తున్నారు. ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు జరుగకుండా పోలీస్ అధికారులు ప్రత్యేక బందోబస్తు ఏర్పాటు చేశారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి గుమ్మడి సంధ్యారాణి మాట్లాడుతూ..సూర్య నమస్కారాలు 108 సార్లు చేస్తారంటే ఆశ్చర్యం అనిపిస్తోందని చెప్పారు. అసాధ్యమన్న పనిని గిరిజన విద్యార్థులు సుసాధ్యం చేస్తున్నారని

తెలిపారు. 108 సార్లు ఆసనాలు వేయాలంటే ఎంతో ఓపిక కావాలని చెప్పారు. ఆసనాలతో క్రమశిక్షణ, ఓపిక చదువుపై శ్రద్ధ పెరుగుతుందని అన్నారు. మహా సూర్య వందనం గిన్నెస్ బుక్ రికార్డు సాధించాలని తెలిపారు. ఇంతటి మంచి కార్యక్రమం నిర్వహిస్తున్న అల్లారి జిల్లా యంత్రాంగానికి మంత్రి గుమ్మడి సంధ్యారాణి ధన్యవాదాలు తెలిపారు. అరకులోని గిరిజన సంక్షేమ వసతి గృహం మైదానంలో ఈ మహా సూర్యవందనం కార్యక్రమాన్ని చేపట్టారు. ప్రపంచ ఆరోగ్య దినోత్సవాన్ని ప్రసంగించుకొని చేపట్టిన ఈ కార్యక్రమాన్ని జిల్లా ఇన్ ఛార్జ్ మంత్రి

సంధ్యారాణి ప్రారంభించగా.. ఐటీఓ, గిరిజన విద్యాలయాల విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని సమోద చేసేందుకు గిన్నెస్ బుక్ ఆఫ్ వరల్డ్ రికార్డ్ ప్రతినిధి ఏలేసా రైనాడ్ వచ్చారు. గిరిజన బిడ్డల తలచుకుంటే ఏదైనా సాధిస్తారు అనేదానికి ఇదే నిదర్శనమని మంత్రి అన్నారు. అల్లారి జిల్లా కలెక్టర్ దిన్నే కుమార్ మాట్లాడుతూ.. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం, గిరిజన సంక్షేమ శాఖ సహకారంతో ఇది సాధ్యమైందన్నారు. గిరిజన విద్యార్థుల ఆరోగ్యానికి ఈ కార్యక్రమం ఎంతో ఉపయోగపడుతుందన్నారు. విద్యార్థుల నిత్య జీవితంలో ఇది నిరంతర అభ్యాసంగా నిలవాలన్నారు.

గిరిజన విద్యార్థుల అద్భుతం



అధ్యక్షులు సోమన్న మాట్లాడుతూ.. శనివారం మధ్యాహ్నం 12 గంటల సమయంలో ఒక బాధ్యత గలరిటైర్ ఆర్మీ అక్రమంగా ప్రభుత్వ భూముల్లో తన సొంత జెసిబి తో మట్టి తీస్తుంటే, విషయం తెలుసుకున్న పల్లె సాక్షి విలేఖరి మాదిగ భీమలింగుడు, మరియు ఇతర పత్రిక విలేఖర్లు కలిసి, సంఘటన స్థలానికి వెళ్లి ఫోటోలు తీస్తుండగా జెసిబి యజమాని రిటైర్ ఆర్మీ కన్నపు విలేఖరి భీమలింగుడుపై విచక్షరహితంగా దాడి చేయడం సిగ్గుచేటు అన్నారు. ఒక బాధ్యత గల దేశ సైనికుడు పై ఉండి నీ సొంత స్వలాభం కొరకు ప్రభుత్వానికి నంబంధించిన గుట్టలను, కొండలను తవ్వేస్తుంటే విలేకరులు వాటిని చిత్రకరస్తుంటే వారి సెల్ ఫోన్ లాక్సాని వివాక్ష రహితంగా దాడి చేయడం సబబు కాదన్నారు. అవినీతిని ఎత్తి చూపడమే విలేకర్ పని అని

అలాంటి మా పైన దాడి చేసి చంపడానికి ప్రయత్నించడం ఇది ఎంతవరకు కరెక్ట్ అన్నారు. ఇలాంటి వారిపై వెంటనే క్రిమినల్ కేసు నమోదు చేసి అరెస్టు చేయకుండా సీఐ జపం చేస్తున్నారన్నారు. పల్లె సాక్షి రిపోర్టర్ పై దాడి చేసిన జెసిబి యాజమాని కన్నప్పపై కేసు నమోదు చేసి.. వెంటనే రిమాండ్ కు పంపాలన్నారు.అక్రమాలకు వెలికి తీస్తే విలేకరులపై దాడులు చేయడం పిరికిపంద చర్య అన్నారు. అలాగే రాష్ట్ర కేంద్ర ప్రభుత్వాలు జర్నలిస్టులకు ప్రత్యేక చట్టం అమలు చేయాలి అని డిమాండ్ చేశారు. అధికారుల నిర్లక్ష్యం వల్లే రిపోర్టర్ పై దాడి జరిగిందన్నారు.కేవలం దళిత రిపోర్టర్ అనే భావంతోనే దాడికి పాల్పడ్డారు అన్నారు. గాయపడిన రిపోర్టర్ భీమలింగుడు కుటుంబాని ప్రభుత్వం ఆదుకోవాలని ఎమ్మార్వో కి విజ్ఞప్తి చేశారు.. ఈ కార్యక్రమంలో ఏపీడబ్ల్యుజే పత్రికాండ మండల అధ్యక్షుడు మధు, హనుమంతం, జామ్ మండల అధ్యక్షుడు చిన్న, ప్రధాన కార్యదర్శి ధనంజయ గౌడు, గౌరధర్మశాస్త్రి లక్ష్మీనారాయణ శెట్టి, సభ్యులు బజారి, కృష్ణ, ఆనంద్, శ్రీకాంత్, జై భీమ్ ఆర్గనైజేషన్ నాయకులు, ఎమ్మార్పీఎస్ నాయకులు, ఎమ్మార్పీఎస్ నాయకులు పాల్గొన్నారు.

దూరం తగ్గి దగ్గరైపోతారు..

భార్యభర్త మధ్య అవగాహన, సాన్నిహిత్యం అనేది చాలా మంచిది. సాన్నిహిత్యం అంటే కేవలం శారీరకంగానే కాదు చాలా విషయంలో కూడా ఉంటుంది. అవేంటో తెలుసుకోండి. కప్పల్ని మధ్య శారీరక సాన్నిహిత్యం మాత్రమే ఉంటుందనుకుంటే పొరబాటే. ఇతర కారణాలు కూడా వారిని ఒక్కటిగా చేస్తాయి. వారి మనసులని కలుపుతాయి. అవేంటో.. పూర్తి వివరాలు తెలుసుకోండి. విజ్ఞాన సంబంధమైనవి.. ఇటీవలి కాలంలో యూత్లో మేధో సాన్నిహిత్యం పెరుగుతుందని చెప్పొచ్చు. ఈ విధంగా తెలివితేటలతో వ్యవహరించినప్పుడు అవి వేటికి సంబంధించినా ఇద్దరు ఒకరితో మరొకరు డిస్టెంట్ చేయడంతో వారి మధ్య ఓ అవగాహన కుదిరి దగ్గరవుతారు. నేర్చుకోవడం.. ఆడవారు, మగవారు ఇద్దరూ కూడా కొత్త విషయాలను నేర్చుకోవడానికి ఆసక్తి చూపిస్తారు. ఇది ఇద్దరినీ దగ్గర చేయడంలో హెల్ప్ చేస్తుంది. ఇద్దరికీ కొత్త ఫ్లీసెస్ వెళ్లడం, కొన్ని డేర్ స్టెప్స్ చేయడానికి కార్యకలాపాలు ఇంట్రెస్ట్ చూపిస్తారు. ఆ ప్రయత్నంలో వారు చాలా క్లోజ్ అవుతారు. ఎంజాయ్ చేయడం.. రిలేషన్ షిప్ విషయంలో వివేకం, సాహసాలు చేయడంలో కూడా దంపతులు ఇంట్రెస్ట్ చూపిస్తారు. ఇలాంటి వసులు చేయడం వల్ల కూడా వారి మధ్య అనుబంధం పెరుగుతుంది. కాబట్టి, ఇద్దరు కలిసి హ్యాపీ టైమ్ ఎంజాయ్ చేయొచ్చు. క్రియేటివిటీ.. క్రియేటివిటీ కూడా మనసులని, మనుషులని దగ్గర చేయడంలో హెల్ప్ చేస్తుంది. అందుకే భార్యభర్తలు ఇద్దరు కలిసి ఈ వసులు చేయొచ్చు. ఇద్దరు కలిసి పెయింట్స్ వేయడం, బొమ్మలు గీయడం, మ్యూజిక్ ఇలా ఏదైనా ఇష్టమైన హాబీతో ఇద్దరు ఏకమవుతారు. సో.. దగ్గరవ్వాలని భావించే కప్పల్నే వీటిన్నింటిని ఫోలో అయి మీ రిలేషన్స్ మరంత స్ట్రాంగ్ చేయొచ్చు.



హిమాలయాలు.. భూతల స్వర్గం. వెండికొండల్లా కన్పించే హిమాలయాల్ని ఎంతసేపు చూసినా తనివి తీరదు ప్రకృతి ప్రేమికులకు. ఆ కొండల నడుమ కొలువైన మంచులింగాన్ని కళ్ళారా చూడాలి. మానవ నరోపదాన్ని సందర్శించాలనే కలలు కంటుంటారు కోట్లమంది. హిమాలయాలు.. ప్రకృతి ధామమే కాదు.. ఔషధ మూలికల అలవాలం. శతాబ్దాలుగా, స్థానిక కమ్మ్యానిటీలు ఈ మూలికలపై ఆధారపడి ఉన్నారు. ఈ మూలికలు.. అనారోగ్యాల చికిత్సకు ఉపయోగపడటమే కాదు.. మన ఆయుష్షును పెంచే శక్తి ఈ మూలికలకు ఉంది. మన ఆరోగ్యాన్ని రక్షించి, దీర్ఘాయువును ప్రసాదించే మూలికలు ఏమిటో ఈ స్థానికో చూద్దాం. అశ్వగంధం.. భారతీయ జిన్సెంగ్గా పిలిచే అశ్వగంధపు వేల సంవత్సరాల నుంచీ ఆయుర్వేదంలో వాడుతున్నారు. హోల్స్ అనమతొల్కంతో తలత్తే మధుమేహ సమస్యల్ని ఇది నిరోధిస్తుంది. కాబట్టి ఓసీఓసీ, ఇతరత్రా నెలసరి సమస్యలతో బాధపడేవాడికి ఇది ఎంతో మేలు చేస్తుంది. అశ్వగంధ వల్ల ఆంధోళన, ఒత్తిడి వంటివి తగ్గుతాయని

మీ ఆయుష్షును పెంచే.. హిమాలయ ఔషధాలు

తద్వారా ఫుడ్ క్రేవింగ్ కూడా తగ్గడంతో బరువు అదుపులో ఉంటుందని తాజా పరిశోధనలూ చెబుతున్నాయి. నిద్రలేమిన కీళ్ళనాపుల్ని తగ్గించే గుణం కూడా దీనికి ఉంది. శతావరిని ఆస్పరాగస్ అనీ అంటారు. దీనిలో ఎ, సి, కె, బి6 విటమిన్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. క్రోమియం అనే ఖనిజం రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరగకుండా అడ్డుకుంటుంది. రుచిన్ అనే పదార్థం పేగులకు మంచి చేస్తుంది. అండాల్లో క్రోమోజెన్ ఉత్పత్తికి సాయపడేస్తుంది. పురుషుల్లో వీర్యకణాల ఉత్పత్తికి తోడ్పడుతుంది. తల్లి పాలివ్వడంలో ముఖ్యమైన ప్రొలాక్టిన్ ఉత్పత్తిని పెంచడానికి ఇది సహాయపడుతుంది. శతావరి పొడిని తేనె, పాలితో కలిపి తీసుకోవచ్చు. గుగ్గిలం.. గుగ్గిల్ అనేది ముకుల్ మిర్చర్ చెట్టు నుంచి వచ్చే.. జగురు పదార్థం. దీనిలో యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. ఇది కొలెస్ట్రాల్ కలిగి చదానికి ఎఫ్డెక్టివ్గా పనిచేస్తుంది. మీరు ఉదయాన్నే గోరువెచ్చని నీటితో పావు స్పూన్ గుగ్గిలం వేసుకుని తాగితే మేలు జరుగుతుంది. శిలాజిత్.. షిలాజిత్ అనేది హిమాలయ పర్వతాలలో కనిపించే ఒక జిగట రసెన్. దీనిలో మినరల్స్, ఫుల్లిక్ యాసిడ్ ఉంటుంది. ఇది శక్తి స్థాయిలను పెంచుతుంది, రోగనిరోధక శక్తిని మెరుగుపరుస్తుంది, దీర్ఘాయువును ప్రోత్సహిస్తుందని నమ్ముతారు. శిలాజిత్ నీటిలో వేసుకుని తాగొచ్చు. బ్రహ్మి.. బ్రహ్మి.. అభిజ్ఞా పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది. మెదడు పనితీరును ప్రోత్సహిస్తుంది, ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది. తద్వారా దీర్ఘాయువును ప్రసాదిస్తుంది. గోరువెచ్చని నీటిలో బ్రాహ్మి ఆకుల కషాయాలను తయారు చేసి ఉదయం పూట త్రాగాలి. తులసి.. తులసి ఆకుల్ని నోట్లో వేసుకొని నవలంట వల్ల జలుబు, ప్లూలు దరిచేరవు. ఇవి శరీరంలో చక్కెర స్థాయిల్ని తగ్గించగలవు. తులసి ఆకులు తరచు తీసుకుంటే.. హైపర్టెన్షన్ కంట్రోల్లో ఉంటుంది. తులసి ఆకులకు శరీరంలో కొవ్వు పెరగకుండా అడ్డుకునే శక్తి ఉంది. తరచు ఈ ఆకుల్ని మజ్జిగలో కలిపి తాగుతుంటే.. బరువు తగ్గుతారు. తిప్పతిగ్.. తిప్పతిగ్ను.. గిలోయ్ అనీ అంటారు. అంటే- వృద్ధాప్యాన్ని నిరోధించే అమృతం అని అర్థమట. ఈ మొక్క కాండంలోని ఫ్లెటోకిమిక్లర్ ఇన్ఫ్లమేషన్ను అడ్డుకుంటాయని తద్వారా కీళ్లనాపుల్ని నివారిస్తాయని ఆధ్యయనాలు పేర్కొన్నాయి. గోరువెచ్చని నీటిలో పావు లేదా అరటిస్పూను తిప్పతిగ్ పొడి వేసుకుని తాగితే కీళ్లనాపులు తగ్గుతాయి. ఇందులోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు శరీరంలోని ముసలాలు తొలగించి మూత్రవీధుల పాడవకుండా చేస్తాయి.



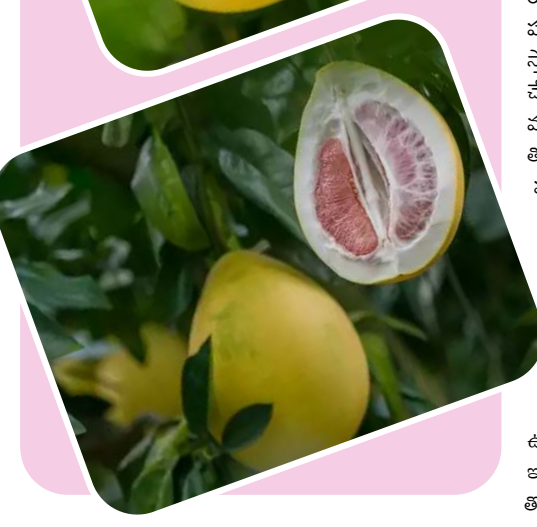
మెంట్రి సమస్య దూరం అవుతుంది..!

శీతాకాలం చంద్రు సమస్య ఎక్కువగా ఉంటుంది. ముఖ్యంగా శీతాకాలంలో జుట్టు విషయంలో ఎక్కువగా వేధించే సమస్య చంద్రు. శీతాకాలం చలికాలం కారణంగా.. చంద్రు మాదిరిగానే కుదుర్చు భాగం కూడా పొడిగా తయారవుతుంది. దీంతో చంద్రు సమస్య వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. దీని కారణంగా జుట్టు రాబిపోవడం మాత్రమే కాదు తలలో దురద, ముఖంపై చిన్న చిన్న మొటిమలు కూడా వస్తుంటాయి. చలికాలం వేధించే.. చంద్రు సమస్యకు చెక్ పెట్టడానికి కొన్ని హెయిర్ ప్యాక్స్ సహాయపడతాయి. మెంథి, మందారం ప్యాక్.. చంద్రుకి కారణమయ్యే ఫంగస్ని తగ్గించడానికి మెంతులు ఎఫ్డెక్టివ్గా పనిచేస్తాయి. మెంతులలోని బయోటిన్, విటమిన్ ఎ, బి, సిలు జుట్టుని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. అలానే, మందారంలోని యాస్టిజెంట్ లక్షణాలు జిడ్డు తత్వాన్ని దురదను తగ్గించి చంద్రు సమస్యకు చెక్ పెడతాయి. ఇందుకోసం మెంథి గింజల్ని రాత్రంతా నానబెట్టి మర్నాడు గుప్పెడు మందారాకులు చేర్చి మెత్తగా సూరుకోవాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని చూడు నుంచి కురులు చివర వరకు రాసి ఆరొక గాడత తక్కువ ఉండే షాంపూతో తలస్నానం చేయండి. ఇలా వారానికి రెండు సార్లు చేస్తే.. చంద్రు సమస్య దూరం అవుతుంది. పెరుగు - కలబంద.. కప్పు కలబంద గుజ్జలో రెండు చెంచాల పెరుగు, అరచెక్కి నిమ్మరసం కలిపి తలకు రాయాలి. ఇలా అరగండి ఉంచి తలస్నానం చేయండి. పెరుగులో ఉండే లాక్టియోసిడ్, ప్రోబయోటిక్స్ కుదుర్చు ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. కలబందలో హీలింగ్ ప్రొపర్టీస్, యాంటీబ్యాక్టీరియల్, యాంటీమైక్రోబియల్ గుణాలు.. చంద్రు సమస్యకు చెక్ పెడతాయి. పెరుగు, నిమ్మరసం.. చంద్రు సమస్యకు చెక్ పెట్టడానికి.. పెరుగు, నిమ్మరసం ఎఫ్డెక్టివ్గా పనిచేస్తాయి. ఇందుకోసం నాలుగు టేబుల్స్పూన్స్ హెన్సా పొడిలో రెండు టేబుల్స్పూన్స్ నిమ్మరసం వేసి కలపాలి. ఆపై ఆ మిశ్రమంలో పెరుగు వేస్తూ పేస్ట్ అయ్యేంత వరకు ఉండలు లేకుండా వుడుపుగా కలుపుకోవాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని జుట్టు కుదుర్చు నుంచి చివర వరకు అప్లై చేసుకొని అరగంట పాటు ఉంచుకోవాలి. ఇప్పుడు గాడత తక్కువగా షాంపూతో తలస్నానం చేయండి. ఇలా వారానికి ఒకసారి చేస్తే.. చంద్రు సమస్య దూరం అవుతుంది. గుడ్డలోని తెల్లని జుట్టు పోషణ అందిస్తుంది. ఇది చంద్రు సమస్యకు చెక్ పెడుతుంది. మూడు టేబుల్స్పూన్స్ హెన్సా పొడి, టేబుల్స్పూన్ అలివ్ నూనె, రెండు టేబుల్స్పూన్స్ బాగా బీట్ చేసిన గుడ్డు తెల్లనాన.. ఈ మూడింటిని ఒక బోల్లో తీసుకొని కొద్దికొద్దిగా నీళ్లు కలుపుతూ వుడుపు పేస్ట్లా తయారుచేసుకోవాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని జుట్టు కుదుర్చు నుంచి చివర వరకు అప్లై చేసి 45 నిమిషాల పాటు ఉంచుకోవాలి. ఆపై గాడత తక్కువగా ఉండే షాంపూతో తలస్నానం చేస్తే క్రమంగా చంద్రు సమస్య దూరం అవుతుంది.



పోషకాల పోషకాలు మెండుగా ఉంటాయి. వ్యవస్థాపకరూపాలు ఎండోలిస్టిక్ న్యూట్రీషన్స్ ట్రియంషీ భిట్టగర్ పంపర వనస ఆరోగ్య ప్రయోజనాల గురించి మనకు వివరించారు. విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటుంది.. పంపర వనసలో విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటుంది. ఒక పండు పంపర వనసలో రోజువారీ మనకు అవసరమైన విటమిన్ సి ఉంటుంది. గాయాలు త్వరగా మానడానికి, రోగనిరోధక శక్తి పెరగడానికి, విరిగిన ఎముకలు త్వరగా అతుక్కొవడానికి విటమిన్ సి ఉపయోగపడుతుంది. కణాంతరాల్లో కొల్లాజెన్ ఏర్పడటానికి దోహదపడుతుంది. దంతాలలో డెంటిన్ అనే పదార్థం ఏర్పడటానికి సహాయపడుతుంది. విటమిన్ సి మానసిక స్థితిని మెరుగు పరుస్తుంది. హుషారు, ఉత్సాహాన్ని కలిగిస్తుంది. విటమిన్ సి మెదడులో నాడీసమాచార వాహకల ఉత్పత్తికి తోడ్పడుతుంది.?%నాజుశ్చివతీఱునఱంం ఎంఎజు- శీఎం%: పెద్దవానికి ధైర్యం ఉంటే.. ఈ లక్షణాలు కనిపిస్తాయి..! గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది.. పంపర వనసలో పోటాషియం సమృద్ధిగా ఉంటుంది. పోటాషియం రక్తపోటును కంట్రోల్ ఉంచడానికి సహాయపడుతుంది. ఇది గుండె పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది, గుండె

పంపర వనస.. బిత్తాయిలకు అన్నయ్యలా ఉంటాయ్. ఈ పండ్లలో పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇవి డైట్లో చేర్చుకుంటే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ పండు తింటే.. మీ గుండె, లివర్ ఆరోగ్యంగా ఉంటాయ్..! పంపర వనస.. చూడటానికి బిత్తాయి, నారింజకాయలా ఉంటుంది. కానీ దీని సైజ్ వాటితో పోలిస్తే పెద్దగా ఉంటుంది. మన తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ఈ పండ్లు ఎక్కువగా లభిస్తాయి, అదీ సీతాకాలంలో ఇవి విరివిగా కనిపిస్తాయి. పంపర వనసలో దానిమ్మ గింజల రంగు, తెల్లని తొనలు కూడా ఉంటాయి. దీని ముత్యాలు.. తీయగా, పుల్లగా ఉండి టేస్ట్గా ఉంటాయి. ఈ పండులో పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇందులో విటమిన్6, విటమిన్, విటమిన్, విటమిన్ సి, పోటాషియం, మెగ్నీషియం, ఫైబర్ వంటి



సమస్యలు ముప్పును తగ్గిస్తుంది. పోటాషియం చెరు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను కూడా తగ్గిస్తుంది. తద్వారా గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. బరువు తగ్గుతారు.. పంపర వనసలో శరీరం తక్కువగా ఉంటాయి, ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. ఫైబర్ మిమ్మల్ని ఎక్కువసేపు నిండుగా ఉంచుతుంది. తద్వారా చిరుతిండ్లు ఎక్కువగా తినకుండా నియంత్రిస్తుంది. పంపర వనస ఖై ఫుగర్ లెవల్స్ను కూడా కంట్రోల్లో ఉంచుతుంది. జీర్ణక్రియకు మేలు చేస్తుంది.. పంపర వనసలో.. ఫైబర్ కంటెంట్ జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. మలబద్ధకం సమస్యను నివారిస్తుంది. ఫైబర్ పేగు కదలికలను ప్రోత్సహిస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన జీర్ణవ్యవస్థను ప్రోత్సహిస్తుంది. లివర్ ఆరోగ్యానికి మంచిది.. లివర్ పంపర వనస పండులో.. విటమిన్సి, నరంగెనెన్, నారింగెన్, లైకోపీన్ వంటి శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఈ పండులో ఉండే యాంటీఆక్సిడెంట్లు.. లివర్ పనితీరును మెరుగుపరుస్తాయి. ఇవి లివర్ని డీటాక్స్ చేయడానికి, శరీరం నుంచి వ్యర్థాలు, టాక్సిన్స్ను తొలగిస్తుంది. పంపర వనసలో సమృద్ధిగా ఉండే.. విటమిన్ సి గాయాలు మానడానికి తోడ్పడుతుంది. విటమిన్ సి కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తికి సహాయపడుతుంది. అదనంగా, ఈ పండులో ఉండే యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఇన్ఫ్లెక్షన్లు నివారించడానికి తోడ్పడుతాయి.

బరువు తగ్గడంతో పాటు సమస్యలు దూరం..

ఆరోగ్య సమస్యలు కూడా వస్తాయి. ఇలాంటి సమస్యల్ని దూరం చేసేందుకు యాలకులు బాగా పనిచేస్తాయి. అందుకోసం యాలకులు మరిగించిన నీటిని తాగితే నిద్రలేమి సమస్యలు దూరం చేసి ఆంధోళనని, టెన్షన్ తగ్గిస్తుంది. గ్యాస్ సమస్యలు.. కొందరికీ జీర్ణ సమస్యలు వస్తాయి. మీరు గుండెల్లో మంట, గ్యాస్ సమస్యలతో బాధపడుతుంటే యాలకులని తినొచ్చు. దీనికోసం యాలకుల నీరు త్రాగడం, యాలకులని సమిలి ఆ రసాన్ని తినండి. దీని వల్ల జీర్ణ సమస్యలు దూరమవుతాయి. బరువు తగ్గడం.. అధిక బరువు తగ్గలనుకునేవారు మంచి రిజిట్ కోసం యాలకులని



యాలకులు.. మంచి కూరలు, మసాలాలో వాడతారు. వీటిని వాడడం వల్ల చాలా లాభాలు ఉన్నాయి. మనం తినే ఫుడ్కి మంచి రుచి, వాసన వచ్చేందుకు యాలకులు వాడతాం. ముఖ్యంగా స్వీట్స్ చేసేటప్పుడు వీటిని వాడతారు. ఇవి మాత్రమే కాదు.యాలకుల టీ, గరం మసాలా తయారు చేసినప్పుడు యాలకులు వాడతారు. ఈ యాలకులని ఆహారంలో రుచి పెరగడమే కాకుండా నాణ్యత కూడా పెరుగుతుంది. దీంతో పాటు కొన్ని లాభాలు కూడా ఉన్నాయి. అవేంటో తెలుసుకోండి. నిద్ర సమస్యలు.. చాలా కారణాల వల్ల కొంతమందికి నిద్రపట్టదు. నిద్రలేక పోవడం వల్ల ఊబకాయంతో పాటు,



వాడొచ్చు. వీటిని నీటిలో వేసి మరిగించి తాగొచ్చు. దీని వల్ల ఆదనపు కొవ్వుని కరిగిస్తుంది. బరువు తగ్గేందుకు ఓ గ్లాసు నీటిలో రెండు యాలకులు వేసి రాత్రంతా నానబెట్టాలి. ఆ తర్వాత మరునాటి రోజు పరగడపున తాగితే బరువు తగ్గడం ఈజీ అవుతుంది. రక్త ప్రసరణ.. కొందరు టీ చేసేటప్పుడు యాలకు వాడతారు. టీ మరిగేటప్పుడు యాలకులు వేయాలి. దీని వల్ల ఈ టీ తాగితే రక్త ప్రసరణ పెరుగుతుంది. మన శరీరంలోకి రక్తం సరిగ్గా ప్రసరణ జరిగితేనే శరీర పనితీరు సక్రమంగా జరుగుతుంది. రక్తం సరిగ్గా ప్రవహిస్తేనే రక్తనాళల్లో అడ్డంకులు లేకుండా ప్రవహిస్తాయి. ఇది గుండెపోటు, స్ట్రోక్ వంటి ఆరోగ్య సమస్యల్ని తగ్గిస్తుంది. మూత్ర



‘కూలీ’ విడుదల ఖరారు

‘కూలీ’ చిత్రంతో సినీప్రియుల్ని అలరించేందుకు సిద్ధమవుతున్నారు రజనీకాంత్. ఆయన కథానాయకుడిగా నటిస్తున్న ఈ పాన్ ఇండియా సినిమాని లోకేష్ కనగరాజ్ తెరకెక్కిస్తున్నారు. కళానిధి మార్న్ నిర్మాత. నాగార్జున, అమిర్ఖాన్, ఉపేంద్ర, శ్రుతిహాసన్ తదితరులు కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. ఈ సినిమా ఆగస్టు 14న ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. ఈ విషయాన్ని చిత్ర బృందం శుక్రవారం ప్రకటించింది. ఈ మేరకు ఓ కొత్త పోస్టర్ను నెట్టింట పంచుకుంది. అందులో రజనీ మాస్ లుక్ లో విజిల్ వేస్తూ కనిపించారు. బంగారం స్ట్రగ్లింగ్ అంశంతో ముడిపడి ఉన్న యాక్షన్ థ్రిల్లర్ ఇది. రజనీ మునుపెన్నడూ చేయని శక్తిమంతమైన పాత్రలో కనువిందు చేయనున్నారు. ఇందులో పూజా హెగ్డే ఓ ప్రత్యేక గీతంలో ఆడిపాడింది. ఈ చిత్రానికి అనిరుద్ సంగీత దర్శకుడిగా వ్యవహరిస్తున్నారు.



ఈ మ్యాడ్ నెస్ ఇలాగే కొనసాగనివ్వండి: ఎన్టీఆర్

ఈ వేసవికి ప్రేక్షకులకు వినోదాల విందుని అందిస్తూ, సంలన విజయం సాధిస్తున్న చిత్రం ‘మ్యాడ్ స్పేర్’. బ్లాక్ బస్టర్ చిత్రం ‘మ్యాడ్ కి సీక్వెల్ గా రూపొందిన ఈ ‘మ్యాడ్ స్పేర్’లో నార్సి నితిన్, సంగీత్ శోభన్, రామ్ నితిన్ ప్రధాన పాత్రలు పోషించారు. కళ్యాణ్ శంకర్ దర్శకత్వం వహించారు. శ్రీకర్ స్టూడియోస్ తో కలిసి సితార్ ఎంటర్టైన్

మెంట్స్, ఫార్మాస్ ఫోర్ సినిమాస్ పతాకాలపై హారిక సూర్యదేవర, సాయి సౌజన్య నిర్మించారు. సూర్యదేవర నాగవంశీ సమర్థ కులు. భీష్మ నిరోలియో పాటలను స్వర పరచగా, తమన్ నేపథ్య సంగీతం అందించారు. థియేటర్లలో నవ్వుల జల్లు కురిపిస్తున్న ఈ చిత్రం విజయోత్సవ వేడుక నిర్వహించారు. ఈ వేడుకకు మ్యాన్ ఆఫ్

మాసెస్ ఎన్టీఆర్, ప్రముఖ దర్శకులు త్రివిక్రమ్ శ్రీనివాస్ ముఖ్య అతిథులుగా హాజరయ్యారు. అభిమానుల కోలాహలం నడుమ ఘనంగా జరిగిన ఈ వేడుకలో చిత్ర బృందం పాల్గొని తమ సంతోషాన్ని పంచుకుంది. ఎన్టీఆర్ మాట్లాడుతూ... “ఈ మ్యాడ్ నెస్ ఇలాగే కొనసాగిస్తూ... ఈ టీమ్ మొత్తం మరిన్ని విజయాలు సాధించాలి” అన్నారు!!

చంద్రుడిపై అవతార్ యుద్ధం

ప్రపంచ సినీ ప్రేక్షకుల మెప్పు పొందిన హాలీవుడ్ చిత్రం ‘అవతార్’. ఇప్పటికీ విడుదలైన రెండు భాగాలు బాక్సాఫీసు దగ్గర ఘన విజయం అందుకున్నాయి. త్వరలో మూడో భాగం ‘అవతార్: ది పైర్ ఆండ్ యాష్’ ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. ఈ సినిమా ప్రేక్షకులను సంభ్రమాశ్చర్యాలకు గురిచేస్తుందని దర్శకుడు జేమ్స్ కామెరాన్ చెప్పారు. ఓ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న సందర్భంగా ఆయన ‘అవతార్ 3’ విశేషాలను మీడియాతో పంచుకున్నారు. మూడో భాగంలో కథానాయకుడు జేక్, ఆయన కుటుంబం కొత్త ప్రతినాయకులతో పోరాడతారని చెప్పారు. గతంలో పండోరా గ్రహంపైన, సముద్రంలో వారు చేసిన పోరాటాలు ప్రేక్షకులను మెప్పించగా, ఈ సారి చంద్రుడిపై జరిగే యుద్ధాన్ని చూపించబోతున్నామన్నారు. ఈ సీరీస్ లోని గత చిత్రాలతో పోల్చితే మూడో భాగం ప్రేక్షకులను అమితంగా అలరిస్తుందని తెలిపారు. డిసెంబర్ 19న ఈ చిత్రం ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది.



గతేడాది ‘స్ట్రీ 2’ చిత్రంతో బాలీవుడ్ బాక్సాఫీసు వద్ద రికార్డు సృష్టించింది కథానాయిక శ్రద్ధా కపూర్. ఈ సినిమా విజయంతో ప్రస్తుతం ఆమెకు అవకాశాలు వరుస కదుతున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలోనే శ్రద్ధ మరో హాండ్ చిత్రానికి గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చినట్లు తెలుస్తోంది. ‘తుంబాడ్’తో మంచి గుర్తింపు తెచ్చుకున్న రాహి అనిల్ బాంస్లీ తెరకెక్కిస్తున్న ఓ చిత్రంలో ఆమె ప్రధాన పాత్రలో

‘తుంబాడ్’ దర్శకుడితో శ్రద్ధ?

నటిస్తున్నట్లు సమాచారం. “కొన్ని రోజులుగా శ్రద్ధ నిర్మాత ఏకాకపూర్తో తన రాబోయే చిత్రం కోసం చర్చలు చేస్తోంది. ఈ నేపథ్యంలోనే అనిల్ బాంస్లీ చెప్పిన కథకు పచ్చజెండా ఊపిందామె. ఇంకా పేరు ఖరారు కానీ ఈ చిత్రాన్ని ‘స్ట్రీ’ చిత్రాల కన్నా భారీ స్కాయిలో తీర్చిదిద్దుతున్నారు. ఈ ఏడాది ద్వితీయార్థంలో డిన్ని పట్టాలెక్కించడానికి సన్నాహాలు చేస్తున్నార”ని శ్రద్ధ సన్నిహిత వర్గాలు తెలిపాయి.

ఆరు నెలలు ఆలస్యంగా ఇడ్లీ కొట్టు

కథానాయకుడు ధనుష్ ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తూ స్వీయ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిస్తున్న చిత్రం ‘ఇడ్లీ కడై’ (ఇడ్లీ కొట్టు). నిత్యా మేనన్ కథానాయిక. గ్రామీణ నేపథ్యంలో రూపొందుతున్న ఈ చిత్రాన్ని డాన్ పిక్చర్స్ సంస్థ నిర్మిస్తోంది. ఈ సినిమా ఏప్రిల్ 10న విడుదల కానున్నట్లు చిత్రబృందం ప్రకటించిన సంగతి తెలిసిందే. కానీ కొన్ని అనివార్య కారణాల వల్ల ఈ సినిమా అక్టోబరు 1న ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుందని తెలుపుతూ సామాజిక మాధ్యమాల వేదికగా ఓ పోస్టును పంచుకున్నారు ధనుష్. ప్రస్తుతం శరవేగంగా చిత్రీకరణ చేసుకుంటున్న ఈ సినిమాలో ప్రకాశ్ రాజ్, శాలిని పాండే, అరుణ్ విజయ్, సముద్ర ఖని తదితరులు కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. ప్రస్తుతం ధనుష్ జాబితాలో ‘కుబేర’, ‘తేర్ ఇమ్మే మే’ తదితర చిత్రాలున్నాయి.



బయోపిక్లో అవకాశం దక్కించుకున్న శివానీ రాజశేఖర్

రాజశేఖర్-జీవితల కుమార్తెగా ఇండస్ట్రీకి పరిచయమై తనకంటూ ప్రత్యేక గుర్తింపు సొంతం చేసుకుంటున్నారు నటి శివానీ రాజశేఖర్. తాజాగా మరో ప్రతిష్టాత్మకమైన సినిమాలో ఆమె అవకాశం సొంతం చేసుకున్నారు. దర్శకుడు కృష్ణకుమార్ రామకుమార్ తెరకెక్కించనున్న జీడీ నాయుడు బయోపిక్లో ఆర్ మాధవన్తో పాటు స్ట్రీన్ షేర్ చేసుకోనున్నారు.

‘రాకెట్టి: ది నంబి ఎఫెక్ట్’ తో ఇన్టో శాస్త్రవేత్త నంబి నారాయణన్ జీవితాన్ని తెరపైకి

తీసుకొచ్చిన మాధవన్ ఇప్పుడు మరో బయోపిక్లో ప్రేక్షకులను పలకరించనున్నారు. ‘ది ఎడిసన్స్ ఆఫ్ ఇండియా’గా పేరుగాంచిన జి.డి.నాయుడు బయోపిక్లో ఆయన టైటిల్ పాత్ర పోషించనున్నారు. ఆయనతో పాటు శివానీ రాజశేఖర్ స్ట్రీన్ షేర్ చేసుకోనున్నారు. జూన్ నుంచి షూటింగ్లో పాల్గొనున్నారు.

జి.డి.నాయుడు పూర్తి పేరు గోపాలస్వామి దొరస్వామి నాయుడు. కోయంబత్తూర్లో వ్యవసాయ కుటుంబంలో పుట్టిన ఆయన బహుముఖ ప్రజ్ఞాశాలి. ప్రయోగాలపై ఆసక్తితో పలు రంగాల్లో ఎన్నో ఆవిష్కరణలు చేశారాయన.

ముఖ్యంగా ఎలక్ట్రికల్ ఫీల్డ్లో విప్లవం సృష్టించారు. భారతదేశంలో ఎలక్ట్రిక్ మోటార్ను రూపొందించింది ఆయనే. మిరాకిల్ మ్యాన్గానూ ఆయన గుర్తింపు పొందారు. జి.డి.నాయుడు వృత్తిపరమైన జీవితంలో ఎదుర్కొన్న సవాళు... సాధించిన విజయాలతో పాటు వ్యక్తిగత జీవితాన్ని ఈ సినిమాలో చూపించనున్నారని సమాచారం.

