

స్టాన్ రిపోర్ట్స్ & రిసెర్చ్ కాలెస్

వుడయం

సెల్యూలర్ డివైజులు, ఇంటర్నెట్ లోని అన్ని అంశాలపై అభివృద్ధి అధ్యయనం చేస్తుంది. ప్రతి రోజున ఈ మొదటి రోజున అభివృద్ధి అధ్యయనం చేస్తుంది.

◆ సాంకేతిక ప్రాధాన్యం ◆ కొత్తవారికి కూడా అవకాశం

రిసెర్చ్ అండ్ కన్సల్టెన్సీ సేవలు, మెట్రోపాలిటన్ లోని

E-mail: bureauchief@woodayam.com Cell: 9494614805

MotherIndia
Farmhouses & Resorts LLP

RESORT WITH 12 TYPES OF AMENITIES

SUNDAY CUSTOMER MELA

5 Gunas (అంశాలు) 5x 70sq. Yds

₹ 827 Per Sq. Yd

₹ 5.0 Lakhs Actual Price (₹ 6.0 Lakhs)

9989856995 Venkatesh Jetti
General Manager (Marketing)

Simultaneously published from Guntur, Hyderabad, Adilabad, Khammam, Karimnagar & Warangal

సంపుటి : 11 || సంచిక : 289 || గుంటూరు || బుధవారం, ఏప్రిల్ 16, 2025 || VOODAYAM Telugu Daily || వెల : రూ. 1.00 || పేజీలు : 12

అమరావతి లీలాంభింగ్ ముహూర్తం ఫిక్స్..



అమరావతి : మోడీ పర్యటన అంశాలపై రాజధాని అమరావతి లీలాంభింగ్ కు ముహూర్తం ఫిక్స్ అయ్యింది. ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోడీ చేతుల మీదుగా అమరావతి రాజధాని నిర్మాణ పనులకు పునఃప్రారంభం చేయాలని ఏపీ ప్రభుత్వం నిర్ణయించిన సంగతి తెలిసింది. ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోడీ ఏపీ పర్యటన షెడ్యూల్ ఖరారు కానప్పటికీ... వెలగపూడిలోని సచివాలయం వెనుక ప్రాంతంలో ప్రధాని మోడీ సభకు ఏర్పాటు కూడా జరుగుతున్నాయి. అమరావతిలో ప్రధాని మోడీ సభకు భారీగా జనసమీకరణ జరుగుతోంది. ఈ క్రమంలోనే ప్రధాని మోడీ ఏపీ పర్యటనకు సంబంధించిన వివరాలను ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు వెల్లడించారు. మంగళవారం జరిగిన ఏపీ కేబినెట్ భేటీ తర్వాత మంత్రులతో చర్చ సందర్భంగా చంద్రబాబు నాయుడు ఈ విషయాన్ని వెల్లడించారు. మే 2వ ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోడీ ఏపీ పర్యటనకు రానున్నట్లు సీఎం చంద్రబాబు వెల్లడించారు. మే

రెండో తేదీ మోడీ అమరావతి పునర్నిర్మాణ పనులకు శంకుస్థాపన చేస్తారని మంత్రులతో చర్చ సందర్భంగా వెల్లడించారు. ఇదే సమయంలో మూడేళ్లలోగా అమరావతిలో శాశ్వత సచివాలయం, ఆసెంబ్లీ, హైకోర్టు భవనాలు, రహదారులు పూర్తి చేయాలని చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. మరోవైపు ఏపీ కేబినెట్ భేటీలో ఆసెంబ్లీ, హైకోర్టు భవనాల నిర్మాణాలను ఏప్రిల్ 1 బిడ్డర్లకు అప్పగించే ప్రతిపాదనకు ఆమోదం తెలిపారు. మంత్రులకు చంద్రబాబు క్లాస్! ఇక అందరూ ప్రాజెక్ట్ మంత్రిమండలి సమావేశాల్లో ఏపీలోని తాజా రాజకీయ పరిస్థితులపై చర్చ జరిగినట్లు తెలిసింది. టీడీపీ గోశాల వివారం, పక్క చట్టం, పాస్పర్ ప్రవీణ్ కుమార్ మృతి అంశాలను కేబినెట్ భేటీలో ప్రస్తావనకు వచ్చినట్లు సమాచారం. ఈ సందర్భంగా మంత్రులకు చంద్రబాబు క్లాస్ తీసుకున్నట్లు తెలిసింది. ప్రతివక్తం ప్రజలను రెచ్చగొట్టే ప్రచారం చేసినట్లు చంద్రబాబు నాయుడు... టీడీపీ గోశాల సహా మతపరమైన అంశాలలో వైసీపీ ఆరోపణలను మంత్రుల డిటాగా తిప్పికోట్లాటేపోయాడని అనంతప్రసాద్ మృత్యువేదన తెలిసింది. ఇలాంటి అంశాలపై మంత్రులు వెంటనే స్పందించాలని సూచించినట్లు సమాచారం.



హైదరాబాద్ లోని శంషాబాద్ నోవాటెల్ హోటల్ లో మంగళవారం ముఖ్యమంత్రి నరేంద్ర మోడీ అధ్యక్షతన కాంగ్రెస్ శాసనసభా పక్ష సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. ఈ భేటీకి టీడీపీ అధ్యక్షుడు మహేష్ గౌడ్, డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్యులు, మంత్రులు ఎమ్మెల్యేలు, ఎంపీలు హాజరయ్యారు.

అంబేద్కర్, రాజీవ్ ల మూలంగా మహిళలకు విశిష్ట అధికారాలు

- గ్రీన్ పవర్ ఉత్పత్తిలో మహిళలకు భాగస్వామ్యం
- మహిళా సాధికారతే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం లక్ష్యం
- స్త్రీ సమ్మిట్ లో డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్యులు మల్లు
- ఈ దేశంలో మహిళలకు విశిష్ట అధికారాలు,

హైదరాబాద్ :

హక్కులు, రాజకీయాల్లో వాటాకు దాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్, మాజీ ప్రధాని రాజీవ్ గాంధీ లే పునాదులు వేశారని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్యులు మల్లు అన్నారు. మంగళవారం హైదరాబాద్ లో డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్యులు అధ్యక్షతన మహిళా అభివృద్ధి కమిటీ ప్రసంగించారు. మనదేశంలో బాల్యవివాహాలు, వరకట్నం నిషేధం, మహిళలకు ఓటు హక్కు, విద్యాలు, మహిళలకు ఆస్తిలో వాటా వంటి చట్టాలు దాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ హిందూ కోడ్ బిల్ ద్వారానే అవకాశానికి వచ్చాయని వివరించారు. స్థానిక సంస్థల్లో 33% మహిళలకు రిజర్వేషన్లు మాజీ ప్రధాని రాజీవ్ గాంధీ అందుబాటులోకి తీసుకువచ్చారని తెలిపారు. ఈ చర్యల మూలంగా మహిళలు ఎన్నికలు, వరిపాలన రంగంలోకి ప్రవేశించారని తెలిపారు. రాష్ట్రంలోని ప్రజా ప్రభుత్వం మహిళా సాధికారతే లక్ష్యంగా ముందుకు సాగుతుందని తెలిపారు. రాష్ట్రంలో బిట్టెల్ కోటి మంది మహిళలను కోటిశ్రమలుగా తీర్చిదిద్దడమే లక్ష్యంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ముందుకు వెళుతుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా మొదటి సంవత్సరం లక్షానికి మించి 21 వేల కోట్ల వడ్డీ లేని రుణాలు స్వయం సహాయక సంఘాల మహిళలకు హాక్కులు, రాజకీయాల్లో వాటాకు దాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్, మాజీ ప్రధాని రాజీవ్ గాంధీ లే పునాదులు వేశారని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్యులు మల్లు అన్నారు. మనదేశంలో బాల్యవివాహాలు, వరకట్నం నిషేధం, మహిళలకు ఓటు హక్కు, విద్యాలు, మహిళలకు ఆస్తిలో వాటా వంటి చట్టాలు దాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ హిందూ కోడ్ బిల్ ద్వారానే అవకాశానికి వచ్చాయని వివరించారు. స్థానిక సంస్థల్లో 33% మహిళలకు రిజర్వేషన్లు మాజీ ప్రధాని రాజీవ్ గాంధీ అందుబాటులోకి తీసుకువచ్చారని తెలిపారు. ఈ చర్యల మూలంగా మహిళలు ఎన్నికలు, వరిపాలన రంగంలోకి ప్రవేశించారని తెలిపారు. రాష్ట్రంలోని ప్రజా ప్రభుత్వం మహిళా సాధికారతే లక్ష్యంగా ముందుకు సాగుతుందని తెలిపారు. రాష్ట్రంలో బిట్టెల్ కోటి మంది మహిళలను కోటిశ్రమలుగా తీర్చిదిద్దడమే లక్ష్యంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ముందుకు వెళుతుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా మొదటి సంవత్సరం లక్షానికి మించి 21 వేల కోట్ల వడ్డీ లేని రుణాలు స్వయం సహాయక సంఘాల మహిళలకు హాక్కులు, రాజకీయాల్లో వాటాకు దాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్, మాజీ ప్రధాని రాజీవ్ గాంధీ లే పునాదులు వేశారని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్యులు మల్లు అన్నారు.

ఇంటర్నెట్, ఇండ్ల లక్ష్యాలు రూ. 20.19 కోట్లు విడుదల

మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి వెల్లడి

హైదరాబాద్ :- బీసీ మెంట్ పూర్తి చేసుకున్న ఇందిరమ్మ ఇండ్ల లక్ష్యాలు రూ. 20.19 కోట్ల రూపాయిలను నేరుగా వారి బ్యాంకు ఖాతాల్లో జమచేయడం జరిగిందని వెల్లడించారు. సమాచార పౌరసంబంధాల శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి తెలిపారు. మొదటి విడతలో పైలట్ ప్రాజెక్ట్ కింద అంజూరు చేసిన 70,122 ఇండ్లలో బీసీ మెంట్ పూర్తి చేసుకున్న 2019 మందికి లక్ష రూపాయిల చొప్పున రూ. 20.19 కోట్ల రూపాయిలను విడుదల చేశామని మంగళవారం విడుదల చేసిన ఒక ప్రకటనలో మంత్రి తెలిపారు. ఆర్థికంగా ఎన్ని ఇబ్బందులు ఉన్నా కూడా ఇందిరమ్మ ఇండ్ల నిర్మాణానికి అటంకం ఏర్పడకుండా నిధులు విడుదల చేస్తున్నారని. ఇండ్ల గ్రాండ్ డింగ్ ప్రక్రియను వేగవంతం చేయాలని, గ్రాండ్ డింగ్ అయిన ఇండ్ల నిర్మాణ పనులను మరింత వేగవంతం చేస్తున్నామని ఇప్పటికే 13,500 ఇండ్ల గ్రాండ్ డింగ్ అయ్యాయని తెలిపారు. ముఖ్యమంత్రి నరేంద్ర మోడీ 12 మంది లబ్ధిదారులకు మంగళవారం నాడు లాంఛనంగా లక్ష రూపాయిల చొప్పున చెక్కులను అందజేశారని తెలిపారు. మధ్యవర్తుల ప్రయోగానికి తావులేకుండా నాలుగు విడతల్లో లబ్ధిదారులకు నేరుగా వారి ఖాతాల్లోనే జమచేస్తామని తెలిపారు. నిర్మాణం పూర్తైన వెంటనే బీసీ మెంట్ పూర్తైన తర్వాత లక్ష రూపాయిలు, గోడలు పూర్తైన తర్వాత 1.25 లక్షల



రూపాయిలు, ఖాతా పూర్తిచేసుకున్న తర్వాత 1.75 లక్షల రూపాయిలు, ఇల్లు పూర్తైన తర్వాత మిగిలిన లక్ష రూపాయిలు విడుదల చేస్తామని వివరించారు. బీసీ మెంట్ గాని గోడలు గాని ఖాతాలోని నిర్మాణం పూర్తిచేసుకుంటే అధికారుల కోసం ఎదురుచూడకుండా లబ్ధిదారులే ఫోటో తీసి మొబైల్ యాప్లో అప్లోడ్ చేసినా కూడా డబ్బులు లబ్ధిదారుల

పౌరసరఫరాల శాఖల్లో సంస్కరణలు విస్తారం

- ◆ ఈ-పాస్ సిస్టం విజయవంతం
- ◆ సమర్థవంతంగా పబ్లిక్ డిస్ట్రిబ్యూషన్ సిస్టం
- ◆ గుజరాత్ పౌర సరఫరాల శాఖా ముఖ్య కార్యదర్శి రమేష్ చంద్ర మీనా



హైదరాబాద్ : తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పౌర సరఫరాల శాఖలో తీసుకొచ్చిన సంస్కరణలతో అద్భుతమైన ఫలితాలు సాధించడం అపూర్వం. పరిణామమని గుజరాత్ రాష్ట్ర పౌర సరఫరాల శాఖా ముఖ్య కార్యదర్శి రమేష్ చంద్ర మీనా పేర్కొన్నారు. అన్నింటికీ మించి పబ్లిక్ డిస్ట్రిబ్యూషన్ సిస్టంలో ప్రవేశ పెట్టిన ఈ-పాస్ సిస్టం ప్రజా పంపిణీ వ్యవస్థలో లోపాలను సరిదిద్దేందుకు దోహదపడుతుందని ఆయన చెప్పారు. పౌర సరఫరాల శాఖలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సంవత్సరంకాలంలో తీసుకొచ్చిన సంస్కరణలను అధ్యయనం చేసేందుకు గానూ ఆయన మంగళవారం రోజున రాష్ట్రాన్ని సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా పంజాగుట్ట, ఎ.జి కాలనీలోని జనపోషణ కేంద్రాలను రాష్ట్ర పౌర సరఫరాల శాఖా ముఖ్య కార్యదర్శి డి.ఎస్. చౌహాన్ లతో కలిసి ఆయన సందర్శించారు. పబ్లిక్ డిస్ట్రిబ్యూషన్ సిస్టం పారదర్శకంగా సాగేందకు ఇ-పాస్ సిస్టం దోహదపడుతుందన్నారు. ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని వినియోగిస్తూ ప్రజాపంపిణీ వ్యవస్థను బలోపేతం చేస్తున్న రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రయత్నాలను స్వాగతించారు.

జమ్మూ కాశ్మీర్ కు అతి త్వరలో రాష్ట్ర మోడారు పునరుద్ధరణ

- సిఎం ఒమర్ అబ్దుల్లా ఆశాభావం
- అందుకు సమయం ఆసన్నమైంది

అనుభవం అప్రమత్తంగా ఉండండి.

హైదరాబాద్ : వాతావరణం లో ఒక్క సారిగా అనుభవం మాధులు చోటు చేసుకుంటున్నాయి. బాగా వంద కానీ వేళ కొన్ని సరిగ్గా పరిధిలో ఒక్క సారిగా వంద పడుతుంది. అలా కొన్ని చోట్ల గాలి అభిసందనీయమని ఆయన కొనియాడారు. నన్ను బియ్యం అమ్మినట్లుగా క్రియంటా ఒక్కొక్కటి 500 రూపాయలు బోనస్ అందించడంతో పాటు మహిళల్లో పథకం కింద అర్హులైన LPG అందించడం అయిన అమ్మనించారు. ప్రజా పంపిణీ వ్యవస్థను పౌర సరఫరాల శాఖా ముఖ్య కార్యదర్శి రమేష్ చంద్ర మీనా సందర్శించారు. పబ్లిక్ డిస్ట్రిబ్యూషన్ సిస్టం పారదర్శకంగా సాగేందకు ఇ-పాస్ సిస్టం దోహదపడుతుందన్నారు. ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని వినియోగిస్తూ ప్రజాపంపిణీ వ్యవస్థను బలోపేతం చేస్తున్న రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రయత్నాలను స్వాగతించారు.



జమ్మూ కాశ్మీర్ కు అతి త్వరలో రాష్ట్ర ప్రతిపత్తి పునరుద్ధరణ అతి త్వరలో జరుగుతుందని తాను ఆశిస్తున్నట్లు ముఖ్యమంత్రి ఒమర్ అబ్దుల్లా పంపిణీ వ్యవస్థలో తెలియజేశారు. పుల్వామా జిల్లాలో ఒక వంతెనను ప్రారంభించిన అనంతరం ఒమర్ అబ్దుల్లా విలేజరులతో మాట్లాడారు. 'తగిన సమయం ఆసన్నమైందని భావిస్తున్నాం, అసెంబ్లీ ఎన్నికల దరిమిలా ఆరు మాసాలు గడిచాయి. కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రయోజనం తెలియజేసింది' అని ఒమర్ అబ్దుల్లా తెలిపారు. 'తగిన సమయం ఆసన్నమైందని భావిస్తున్నాం, అసెంబ్లీ ఎన్నికల దరిమిలా ఆరు మాసాలు గడిచాయి. కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రయోజనం తెలియజేసింది' అని ఒమర్ అబ్దుల్లా తెలిపారు.

చక్కని ఆరోగ్యం



ఇది నిజమైన అల్లం అనుకుంటే పప్పులో కాలేసినట్టే..

అల్లం ధరలు ఆకాశాన్నంటుతున్నాయి. ఇదే సమయంలో దీనిపై కట్టి రాయుళ్ల కన్ను పడింది. మార్కెట్లో మనకు కనపడేంతా నిజమైన అల్లం కాదు. మీరు అంతే రేటు పోసి నకిలీ అల్లాన్ని ఇంటికి తెస్తున్నారు. మరి నిజమైన స్వచ్ఛమైన అల్లాన్ని ఎలా గుర్తించాలి? అల్లాన్ని కొనేటప్పుడు కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం మంచిది. విశ్వసనీయ వ్యాపారుల నుండి కొనుగోలు చేయడం వల్ల నకిలీ అల్లం లభించే అవకాశం తక్కువగా ఉంటుంది. సేంద్రీయ అల్లం లేదా స్టానికంగా పండిన అల్లం సాధారణంగా స్వచ్ఛమైనదిగా ఉంటుంది. దీంతో పాటు ఈ డిప్స్ పొడిస్తే ఈ మోసం నుంచి తప్పించుకోవచ్చు. అల్లం మన వంటగదిలో ఒక ముఖ్యమైన పదార్థం. దాని వాసన, రుచి, ఔషధ గుణాలు వంటివి ప్రత్యేకమైన రుచిని జోడిస్తాయి. అలాగే ఇది కూడా దీని వల్ల ఎంతో మేలు. అయితే, ఈ రోజుల్లో మార్కెట్లో నకిలీ లేదా కట్టి చేసిన అల్లం అమ్మకం జరుగుతోంది. మరి నిజమైన అల్లాన్ని ఈ నకిలీ రాయుళ్ల నుండి గుర్తించడం ఎలా? నిజమైన అల్లం బయటికు గరుకుగా, కొద్దిగా ముడతలతో, లేత గోధుమ రంగులో ఉంటుంది. దాని పై భాగం సమానంగా లేకుండా, సహజమైన గడ్డలు లేదా ముడిచుకున్న ఆకారంలో కనిపిస్తుంది. మరోవైపు, నకిలీ అల్లం తరచూ అసహజంగా వుండుతూ, మెరిసేలా, లేదా అతిగా సమాన ఆకారంలో ఉంటుంది. కొన్నిసార్లు దానిపై కృత్రిమ మెరుపు లేదా పాలిష్ కనిపించవచ్చు, ఇది సహజ అల్లంలో ఉండదు. అల్లం వాసన కూడా దాని స్వచ్ఛతను తెలియజేసే ముఖ్యమైన సూచిక. నిజమైన అల్లాన్ని

గీదినప్పుడు లేదా ముక్కలుగా కోసినప్పుడు బలమైన, కారంగా, మరియు విశిష్టమైన సుగంధం వెలువడుతుంది. ఈ వాసన దాని తాజాదనాన్ని గుణాన్ని సూచిస్తుంది. అయితే, నకిలీ అల్లం గీదినప్పుడు బలహీనమైన వాసనను ఇస్తుంది లేదా కొన్నిసార్లు రసాయనాల వంటి అసహజమైన వాసన కలిగి ఉంటుంది. కొన్ని సందర్భాల్లో, నకిలీ అల్లం నుండి ఎటువంటి వాసనా రాకపోవచ్చు. అల్లం ఆకృతి బరువు కూడా దాని నాణ్యతను గుర్తించడంలో సహాయపడతాయి. నిజమైన అల్లం గట్టిగా, బరువుగా, లోపల రసంతో నిండి ఉంటుంది. దానిని కోసినప్పుడు లోపల పీచుతో కూడిన ఆకృతి కనిపిస్తుంది, అది తేమతో కూడిన తాజాదనాన్ని కలిగి ఉంటుంది. నకిలీ అల్లం మాత్రం తేలికగా, పొడిగా, లేదా బూడిద రంగులో ఉంటుంది. కొన్నిసార్లు అది అసహజమైన మృదుత్వాన్ని కలిగి ఉంటుంది లేదా కోసినప్పుడు రసం లేకుండా ఉంటుంది. రుచి కూడా అల్లం స్వచ్ఛతను తెలుసుకోవడానికి ఒక సులభమైన మార్గం. నిజమైన అల్లం రుచి కారంగా, తీక్షణంగా, ప్రత్యేకంగా ఉంటుంది. దానిని సమభిన్నమైన నోటిలో సహజమైన ఉజ్జేలం కలుగుతుంది. నకిలీ అల్లం మాత్రం రుచిలో లోపం కలిగి ఉంటుంది, లేదా అది కృత్రిమమైన రుచిని ఇస్తుంది. కొన్నిసార్లు నకిలీ అల్లం సమలిన తర్వాత రసాయనాల వంటి వింత రుచి నోటిలో మిగిలిపోతుంది.



ఇంకొక సులభమైన పరీక్ష నీటిలో అల్లాన్ని నానబెట్టడం. నిజమైన అల్లం ముక్కను కొన్ని గంటల పాటు నీటిలో ఉంచినప్పుడు అది తన ఆకారాన్ని మరియు ఆకృతిని కాపాడుకుంటుంది. సీరు రంగు మారకుండా లేదా కొద్దిగా లేత రంగులో ఉంటుంది. నకిలీ అల్లం మాత్రం నీటిలో నానినప్పుడు కొంత భాగం కరిగిపోవచ్చు, అసహజమైన రంగులను విడుదల చేయవచ్చు, లేదా అది మెత్తగా మారి ఆకారం కోల్పోవచ్చు. కొన్నిసార్లు నకిలీ అల్లాన్ని నిజమైనదిగా కనిపించేలా రంగులు వేసి లేదా రసాయనాలతో పూత పూయడం జరుగుతుంది. అతిగా పసుపు రంగు కనిపిస్తే, అది పసుపు రంగు కట్టి అయ్యే అవకాశం ఉంది. అలాగే, అల్లం ఉపరితలంపై మైసలా అనిపించే పొర ఉంటే, అది కృత్రిమంగా తయారు చేయబడిన సంతకంగా భావించవచ్చు.



బిల్వ పీత్రాన్ని ఇలా తీసుకోండి..

బిల్వ వృక్షంలో ప్రతి భాగం మానవాళికి మేలు చేసేదే. బిల్వ పత్రం లేదా మారేడు పత్రం అని శివ పూజలో ఉపయోగించే ఈ చెట్టులో అనేక ఔషధగుణాలున్నాయి. మారేడు పండ్లు, కాయలు, బెరడు, వేళ్ళు, ఆకులు, పూవులు అన్నీ కూడా ఔషధ మూలంగా ఉపయోగపడతాయి. ఈ బిల్వ ఆకులు పూజకాంతు, ఆరోగ్యానికి కూడా మంచిదని ఆరోగ్య నిపుణులు అంటున్నారు. ముఖ్యంగా వేసవిలో ప్రతి ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో ఒకటి లేదా రెండు ఆకులను తీసుకుంటే మీకు చాలా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి. బిల్వ పత్రాలకు ఆధ్యాత్మికంగా విశేషమైన ప్రాముఖ్యత ఉంది. ఇవి శివుడికి చాలా ప్రీయమైనవి. భక్తులు శివుడిని పూజించడానికి ఈ బిల్వ పత్రాలను వయోగిస్తారు. అయితే ఈ ఆకులు కేవలం పూజ కోసం కాదు. ఇది ఆరోగ్యానికి కూడా చాలా మంచిదని ఆయుర్వేద నిపుణులు అంటున్నారు. కనుక బిల్వ పత్రాలతో ఎలాంటి ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను తెలుస్తుంది? వేసవిలో ప్రతి ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో రెండు బిల్వ ఆకులు తింటే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. ఈ ఆకులను నమిలి తినవచ్చు లేదా కషాయాల రూపంలో తీసుకోవచ్చు. ఇది అదర్బాత వైద్యం వలె లక్షణాలను ఇస్తుంది. మొహాల్లోని నేషనల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఫార్మాకోసైటికల్ ఎడ్యుకేషన్ అండ్ రిసెర్చ్ (నెస్సెర్) పరిశోధకుల అధ్యయనంలో ఈ విషయమే వెల్లడైంది. మారేడు ఆకుల్లోని అంబోలి పెరోన్, ఎనాల్కాలిన్ అనే రసాయనాలు పూజకాయాన్ని సమర్థవంతంగా తగ్గిస్తున్నట్లు గుర్తించారు. బిల్వ ఆకులు

ఈ చిట్కాలతో బాడీ పెయిన్స్ కు గుడ్ బై

శరీరంలో యూరిక్ ఆసిడ్ అనేది ఒక నష్టకరమైన వర్షం వర్షం, ఇది ఆహారంలోని ప్యూరిన్స్ జీర్ణమవుతున్నప్పుడు ఉత్పత్తి అవుతుంది. సాధారణంగా, మూత్రపిండాల ఈ యూరిక్ ఆసిడ్ ను ఫిల్టర్ చేసి మూత్రం ద్వారా శరీరం నుండి తొలగిస్తాయి. అయితే, కొన్ని కారణాల వల్ల ఈ ప్రక్రియ సరిగా జరగకపోతే లేదా శరీరం అధికంగా యూరిక్ ఆసిడ్ ను ఉత్పత్తి చేస్తే, అది రక్తంలో సేరుకుపోతుంది. ఈ పరిస్థితి హైపర్ యూరిసిమియా అని పిలుస్తారు. ఇది గోట్ అనే రకమైన అర్థరెటిస్ కు దారితీస్తుంది. యూరిక్ ఆసిడ్ స్థాయిలు పెరిగినప్పుడు, శరీరంలో కొన్ని భాగాలలో నోప్పి సృష్టంగా కనిపిస్తుంది. ఈ నోప్పి ముఖ్యంగా కీళ్లలో, ప్రత్యేకించి మోచాల పెద్ద వేలు, మడమలు, మోకాళ్ల వంటి మణికట్టు, చేతి వేళ్లలో సంచితమవుతుంది. ఈ నోప్పి తరచూ రాత్రి సమయంలో తీవ్రమవుతుంది, ఇది నిద్రకు భంగం కలిగించవచ్చు. కొన్నిసార్లు కీళ్లలో వాపు, ఎరుపు, వేడి కూడా కనిపిస్తాయి. ఈ లక్షణాలు గోట్ సృష్టమైన సంకేతాలుగా ఉంటాయి, ఇవి యూరిక్ ఆసిడ్ స్థితికాలు కీళ్లలో జమ అవడం వల్ల ఏర్పడతాయి. అంతేకాకుండా, యూరిక్ ఆసిడ్ స్థాయిలు చాలా ఎక్కువగా ఉంటే, మూత్రపిండాలలో రాళ్లు ఏర్పడే



విరుద్ధంగా, ఎర్ర మాంసం, షెల్ ఫిష్, అల్పహింస పూర్తిగా లేదా వీలైనంత తక్కువగా తీసుకోవాలి. అల్పహింస, ముఖ్యంగా బీర్, యూరిక్ ఆసిడ్ స్థాయిలను గణనీయంగా పెంచుతుంది. కాబట్టి దీనిని నివారించడం ఉత్తమం. వ్యాయామం కూడా యూరిక్ ఆసిడ్ ను నియంత్రించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. రోజూ కనీసం 30 నిమిషాల పాటు నడక, ఈత, లేదా యోగా వంటి తేలికపాటి వ్యాయామాలు శరీరంలో రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరిచి, ఊబకాయాన్ని తగ్గించి, యూరిక్ ఆసిడ్ స్థాయిలను సమతుల్యంగా ఉంచుతాయి. అయితే, అతిగా వ్యాయామం చేయడం మానుకోవాలి, ఎందుకంటే ఇది శరీరంలో ఒత్తిడిని పెంచి, యూరిక్ ఆసిడ్ ఉత్పత్తిని ప్రేరేపించవచ్చు. ఇంటి చిట్కాలలో ఆపిల్ సైడర్ వెనిగర్ ఒక ప్రసిద్ధ ఔషధంగా పరిగణించబడుతుంది. ఒక గ్లాసు నీటిలో ఒక టీస్పూన్ ఆపిల్ సైడర్ వెనిగర్ కలిపి రోజూకు రెండు సార్లు తాగడం వల్ల శరీరంలో అల్పహింస స్థాయిలు సమతుల్యమవుతాయి, ఇది యూరిక్ ఆసిడ్ ను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. అలాగే, నిమ్మరసం కలిపిన వెన్నెల నీరు ఉదయం తాగడం వల్ల శరీరంలో టాక్సిన్స్ తొలగిపోతాయి యూరిక్ ఆసిడ్ స్థాయిలు నియంత్రించే ఉంటాయి. యూరిక్ ఆసిడ్ సమస్యను నిర్మూలన చేయడం వల్ల దీర్ఘకాలంలో గుండె జబ్బులు, మధుమేహం, మూత్రపిండాల వైఫల్యం వంటి తీవ్రమైన సమస్యలు రావచ్చు. అందుకే, ఈ లక్షణాలు కనిపిస్తే వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించి, రక్త పరీక్షల ద్వారా యూరిక్ ఆసిడ్ స్థాయిలను తనిఖీ చేయించుకోవడం మంచిది. సమతుల్య ఆహారం, తగినంత నీరు, క్రమం తప్పని వ్యాయామంతో పాటు, ఒత్తిడిని నియంత్రించడం ద్వారా యూరిక్ ఆసిడ్ సమస్యను సహజంగా నియంత్రించవచ్చు. ఈ చిన్న మార్పులు శరీర ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటమే కాకుండా, జీవన నాణ్యతను కూడా మెరుగుపరుస్తాయి.

ఏబీసీ జ్యూస్ రెగ్యులర్ గా తీసుకుంటే ఎన్ని లాభాలో తెలుసా..?

ఈ జ్యూస్ లో ఉండే విటమిన్లు, ఖనిజాలు చర్మం సాగే గుణాన్ని పెంచుతాయి. వృద్ధాప్యం వల్ల ముఖంపై వచ్చే దుప్రభావాలను తగ్గిస్తాయి. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడానికి, మీ గట్ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటానికి కూడా ఉపయోగపడుతుంది. బరువు తగ్గాలని ప్రయత్నించే వారికి ఈ జ్యూస్ ఎంతో మేలు చేస్తుంది. వీటిలో కేరీలను తక్కువగా ఉంటాయి. ఈ జ్యూస్ తాగితే చర్మం కూడా ప్రకాశవంతంగా మెరుగుస్తుంది. మంచి ఆరోగ్యం కావాలని కోరుకునే వారికి ఇదో

చక్కటి ఉపాయం.. కొన్ని రకాల పండ్లు, కూరగాయల జ్యూస్ లతో మెరుగైన ఆరోగ్యం మీ సొంతం చేసుకోవచ్చు అంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. అలాంటి పండ్లు, కూరగాయలతో మన శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలు, విటమిన్లు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు మృచ్ఛలంగా అందుతాయి. ఇవి మనల్ని ఎన్నో రకాల ప్రాణాంతక వ్యాధుల నుంచి కాపాడతాయి. ఇందులో అతి ముఖ్యమైనవి



విటీసీ జ్యూస్. ఈ జ్యూస్ రెగ్యులర్ గా తీసుకోవటం వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు తెలిస్తే అస్సలు వదిలిపెట్టరు. ఏబీసీ జ్యూస్ అంటే.. ఆపిల్, బీటీరూట్, క్యారెట్ తయారు చేస్తారు. వీటిలో పుష్కలమైన పోషకాలు ఉంటాయి.. కాగా వంద మిల్లీలీటర్ల ఏబీసీ జ్యూస్ తీసుకోవటం వల్ల 45-50 కేలరీలు, 10-12 గ్రాముల కార్బోహైడ్రేట్లు అందుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఏబీసీ జ్యూస్ లో 8 నుంచి 9 గ్రాముల వరకు షుగర్, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, 0. 5 గ్రాముల ప్రోటీన్స్ ఉంటాయి. కాగా ఈ జ్యూస్ తాగితే.. హిమోగ్లోబిన్ లెవెల్స్ పెరుగుతాయి. దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు దరి చేరకుండా ఉంటాయి. ఏబీసీ జ్యూస్ తాగడం వల్ల చర్మం మెరుగుస్తుంది. జుట్టు ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఈ జ్యూస్ లో ఉండే విటమిన్లు, ఖనిజాలు చర్మం సాగే గుణాన్ని పెంచుతాయి. వృద్ధాప్యం వల్ల ముఖంపై వచ్చే

బెల్లంతో లవంగాలు కలిపి ఎప్పడైనా తిన్నారా?

బెల్లం, లవంగాలు కలిపి తింటే పుష్కలమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. మనల్ని అసారోగ్యం బారిన పడకుండా రక్షిస్తుంది. ఒక్కమాటలో చెప్పాలంటే ఇది దాదాపు 100కు పైగా రోగాలకు చెక్ పెడుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. బెల్లం, లవంగాలు ఆరోగ్యానికి ఎన్నో ప్రయోజనాలు అందిస్తాయి. వీటిని కలిపి తీసుకున్నా అంతే మంచిదని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. లవంగాలు, బెల్లాన్ని కలిపి తీసుకుంటే జలుబు, దగ్గు నుంచి ఉపశమనం ఉంటుందట. లవంగాలు, బెల్లాన్ని కలిపి తీసుకుంటే జలుబు, దగ్గు నుంచి ఉపశమనం ఉంటుందట. బెల్లం సమస్యలను దూరం చేసే యాంటీ ఇన్ ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు వీటిలో ఉంటాయి. జీర్ణ సమస్యలను దూరం చేసే యాంటీ ఇన్ ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు వీటిలో ఉంటాయి. యాంటీ ఆక్సిడెంట్, తినటం వల్ల నొప్పి నుంచి, క్రాంప్స్ నుంచి ఉపశమనం ఇస్తుంది.

యాంటీబ్యాక్టీరియల్ లక్షణాలు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో హెల్ప్ చేస్తాయి. యాంటీ ఆక్సిడెంట్, యాంటీబ్యాక్టీరియల్ లక్షణాలు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో హెల్ప్ చేస్తాయి. పీరియడ్స్ సమయంలో ఈ కాంటినేషన్ నొప్పి నుంచి, క్రాంప్స్ నుంచి ఉపశమనం ఇస్తుంది. పీరియడ్స్ సమయంలో ఈ కాంటినేషన్ నొప్పి నుంచి, క్రాంప్స్ నుంచి ఉపశమనం ఇస్తుంది. లవంగాలను సీక్లతో వేసి ఉపరించాలి. దానిలో బెల్లం వేసుకుని తాగితే మంచిది. లవంగాల పొడి, బెల్లాన్ని గోరువెచ్చని నీళ్లలో వేసుకుని కలిపి తాగినా మంచి ప్రయోజనాలు అందుతాయి. కూరల్లో, సూప్స్ లో, స్మీట్స్ లో కూడా వీటి కాంటినేషన్స్ వ్రే చేసి తీసుకోవచ్చు. లవంగాలు, బెల్లాన్ని వేస్టగా చేసి నొప్పి ఉన్న ప్రాంతంలో అప్లై చేస్తే మంచి ఫలితాలుంటాయి. ఇవి కేవలం అవగాహన కోసమే. నిపుణుల సలహా ఫోలో అయితే మంచిది. పీరియడ్స్ సమయంలో బెల్లం, లవంగాలు కలిపి తినటం వల్ల నొప్పి నుంచి, క్రాంప్స్ నుంచి ఉపశమనం ఇస్తుంది.



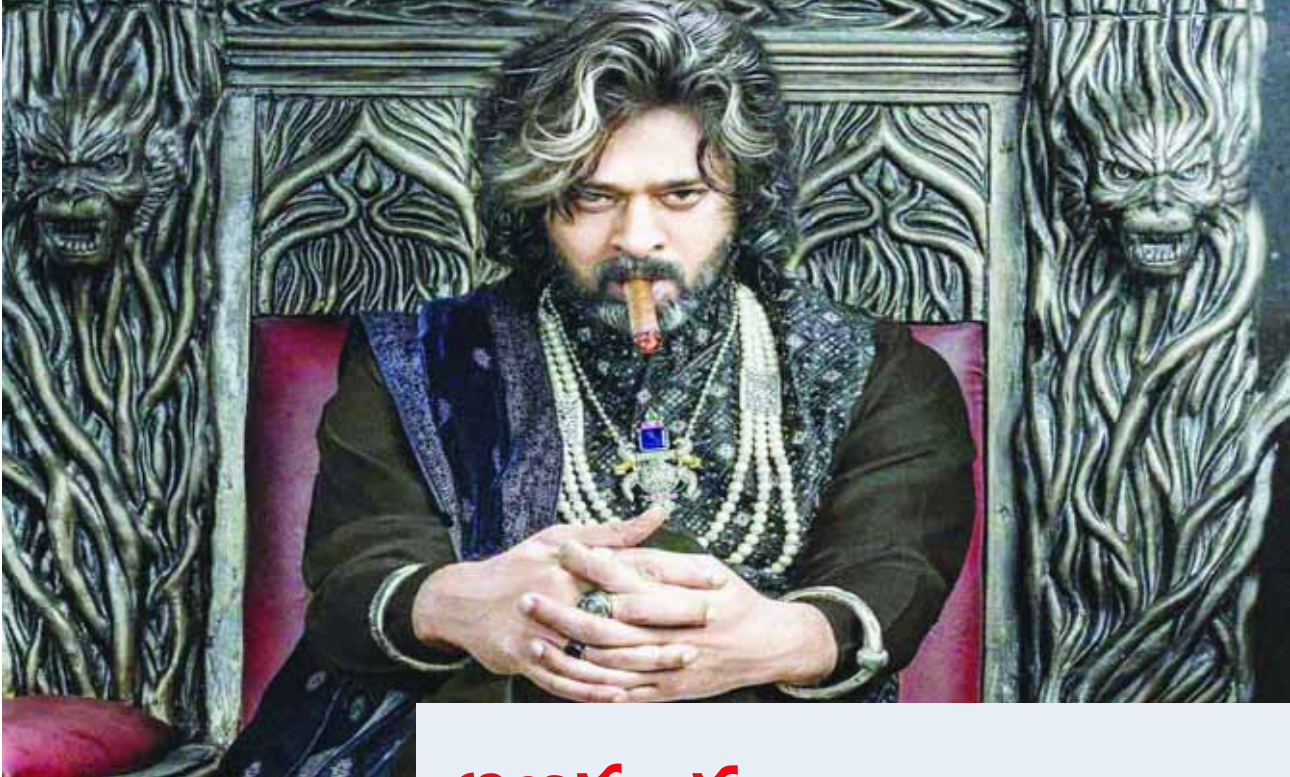


సినిమా



తారక్తో సుకుమార్ సినిమా

పుష్ప 2లో పాన్ ఇండియా బ్లాక్బస్టర్ కొట్టిన దర్శకుడు సుకుమార్ కొత్త ప్రాజెక్టు కోసం ప్రయత్నాలు చేస్తున్నారు. 'పెద్ది' సినిమా మాటింగ్ పూర్తయిన తర్వాత రామ్చరణ్తో సినిమా చేయాల్సింది. దీనికోసం ఇప్పటికే ప్రెస్ట్ వర్క్ కొనసాగిస్తున్నారు. మరోవైపు జునియర్ ఎన్టీఆర్ (తారక్) 'వార్ 2'లో నటిస్తున్నారు. త్వరలో ప్రశాంత్ నీల్ ప్రాజెక్టులో చేరుతారు. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో తారక్తో సుకుమార్ భేటీపై ఇండస్ట్రీలో చర్చలు కొనసాగుతున్నాయి. సుకుమార్ సతీమణి తబిత ఇన్స్టాలో వీరిద్దరూ కలిసి ఉన్న ఫోటోను షేర్ చేశారు. 'తారక్కి ప్రేమతో' అని సుకుమార్ ఖజానెపై తారక్ వారి ఉన్న ఫోటోని పోస్ట్ చేశారు. దీన్ని తారక్ రిపోస్ట్ చేయగా 99% మళ్లీ దీన్ని సుకుమార్ రిపోస్ట్ చేసి 'మై అభిరామ్' అని రాసుకొచ్చారు. గతంలో సుకుమార్.. ఎన్టీఆర్తో 'నాన్నకు ప్రేమతో' సినిమా తీయగా అది బ్లాక్ బస్టర్ హిట్ గా నిలిచింది. తాజాగా వీరిద్దరు భేటీపై కొత్త ప్రాజెక్టుకు రంగం పురూ అంటూ ఇండస్ట్రీలో చర్చలు కొనసాగుతున్నాయి.



అభిమానుల

ప్రస్టీషన్ న్యాయమే కానీ

ది రాజా సాబ్ విషయంలో జరుగుతున్న అలస్యం, అప్పేట్ లేకుండా కనిపిస్తున్న నిర్దిష్ట ఫ్యాన్స్ ని ప్రస్టేట్ చేస్తున్న మాట వాస్తవం. దర్శకుడు మారుతీ తన ఎక్స్ లో పెడుతున్న ట్వీట్స్ కు కామెంట్స్ పెట్టకుండా అప్సన్ ఎంచుకోవడం చూస్తే పరిస్థితి ఎంత తీవ్రంగా ఉందో అర్థం చేసుకోవచ్చు. నిన్న తత్వం అనే చిన్న సినిమాకు విష్ చేసిన మారుతీ దాని కింద ఎవరూ రెస్పాండ్ కాకుండా చూసుకున్నారు. ఇవాళ పుణ్యక్షేత్రాల సందర్భం సందర్భంగా పెట్టిన ఫోటోలకు ఎలాంటి రిప్లైస్ లేకపోవడంతో యథావిధిగా ఫ్యాన్స్ కామెంట్స్ తో దాడి చేశారు. నిజానికి ఇక్కడ మారుతీ వైపే అన్ని వేళ్లు లేవు. రకరకాల కారణాలతో రాజా సాబ్ కు బ్రేక్ పడింది. కొంచెం టైం పట్టేలా ఉండటంతో ప్రభాస్ ఫౌజీ వైపు ఎక్కువ దృష్టి పెట్టాడు. అయితే దార్లింగ్ ఫ్యాన్స్ వెర్షన్ వేరేలా ఉంది. రాజా సాబ్ ని ఏప్రిల్ నుంచి వాయిదా వేసుకున్నాక కనీసం ఇంకో రెండు మూడు నెలల్లో రిలీజ్ చేసేలా ప్లాన్ చేసుకోవాలి కానీ ఇలా కాలం వృథా చేస్తూ పోతే ఉన్న బజ్ కూడా తగ్గిపోతుందని ఆందోళన చెందుతున్నారు. అసలు ఈ విదాది పస్తుండా రాదానే అనుమానాలు వాళ్లలో బలంగా ఉన్నాయి. పీపుల్స్ మీడియా ఫ్యాక్షరీ వైపు నుంచి ఫ్రెష్ గా వాయిదా గురించైనా సరే ఒక అఫీషియల్ అప్డేట్ వస్తే అభిమానుల అసంతృప్తిని కొంత తగ్గించవచ్చు. అసలే ప్రభాస్ లైవ్ చాలా పెద్దది ఉంది. రాజా సాబ్, ఫౌజీ, స్పిరిట్, సలార్ పార్ట్ 2 శౌర్యంగపర్వం, కబ్బి 2 ఇలా దర్శకులందరూ క్యూ కట్టి ఉన్నారు. అన్నీ రెక్కెసుకుంటే పేపర్ మీద బడ్జెట్ రెండు వేల కోట్లు దాటిపోతుంది. టయర్ 1 స్టార్ హీరోల్లో వేగంగా ఫ్యాన్స్ ఇండియా మూవీస్ చేస్తున్న ప్రభాస్ రిలీజ్ ప్లానింగ్ పరంగా అంతే స్పీడ్ గా లేకపోవడం పట్ల ఫ్యాన్స్ ఆందోళన చెందడం న్యాయమే. ప్రాజెక్టు మొదలుపెట్టినప్పుటి ట్యూన్స్ ఇప్పుడు అవుట్ డేట్ అయ్యాయని, కొత్త పాటలు కంపోజ్ చేస్తున్నానని ఇటీవలే తమన్ చెప్పడం మరో కొనమెరుపు. చెట్టికిన్న భోతాకుడిలా రాజా సాబ్ ఆగమనం త్వరలో అయితే జరిగేలా లేదు.



నాగ సాధువుగా తమన్నా అద్భుతమైన నటన

తమన్నా భార్య హైలీ యాంటిసిపేటిడ్ మూవీ 'ఓదెల 2'లో నెవర్ బిఫోర్ క్యారెక్టర్ లో అలరించడానికి సిద్ధంగా వున్నారు. సూపర్ నేచురల్ డ్రైలర్ 'ఓదెల రైల్వే స్టేషన్'కి సీక్వెల్ ఇది. సంపత్ నంది కథ, స్క్రిప్ట్, డైలా గ్ రైటర్ గా మల్లిపుల్ రోల్స్ లో వర్క్ చేశారు. అలాగే డైరెక్షన్ సూపర్ విజన్స్ అందిస్తున్నారు. అశోక్ తేజ ఈ చిత్రానికి దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. మధు క్రియేషన్స్, సంపత్ నంది టీమ్ వర్క్ బ్యానర్స్ పై డి.మధు నిర్మిస్తున్నారు. ముంబైలో జరిగిన గ్రాండ్ ఈవెంట్ లో మేకర్స్ థియేట్రీకల్ ట్రైలర్ ను లాంచ్ చేశారు. ఈ ట్రైలర్ ఆద్యంతం ఆసక్తికరంగా సాగింది. నాగ సా ధువుగా తమన్నా భార్య హైలీ యా అద్భుతమైన నటనతో ఆకట్టుకుంది. ట్రైలర్ లాంచ్ ఈవెంట్ లో హీరోయిన్ తమన్నా మాట్లాడుతూ " సంపత్ నంది ఈ సినిమాలో నా పాత్రని రాసిన విధానం చాలా అద్భుతం గా ఉంటుంది. పశిష్ట సింహ తన అద్భుతమైన నటనతో సినిమాను మరో స్థాయికి తీసుకువెళ్లాడు.



ఊర్వశి రాతేలా క్రేజ్.. డాకు మహారాజ్ చిత్రానికి అవార్డ్!

బాలీవుడ్ భామ ఊర్వశి రాతేలా ఈ ఏడాది డాకు మహారాజ్తో బాలీవుడ్ ప్రియులను ? అలరించింది. బాలకృష్ణ హీరోగా నటించిన ఈ సినిమాలో కీలక పాత్ర పోషించింది. అంతేకాకుండా ఈ సినిమాలో దబిడి దిబిడి సాంగ్ తో ఫ్యాన్స్ ను మెప్పించింది. అయితే ఈ పాటపై పెద్దఎత్తున వివాదానికి దారితీసింది. ఈ సాంగ్ కొరియోగ్రఫీపై పలువురు విమర్శలు చేశారు. ఇవన్నీ పక్కన పెడితే తాజాగా బాలీవుడ్ భామను ఓ అవార్డ్ వరించింది. ఫ్యాన్స్ ఫేవరేట్ ఆర్టిస్ట్ ఆఫ్ ది ఇయర్-2025కు ఎంపికైంది ముద్దుగుమ్మ. డాకు మహారాజ్ చిత్రంలో ప్రదర్శనకు గానూ గోల్డెన్ క్రీస్ అవార్డ్ ను దక్కించుకుంది. ఈ విషయాన్ని సోషల్ మీడియా వేదికగా చంచుకుంది. అవార్డ్ చేతిలో పట్టుకుని ఉన్న ఫోటోలను షేర్ చేసింది. అంతే కాకుండా తనకు సపోర్ట్ చేస్తున్న అభిమానులకు ధన్యవాదాలు తెలిపింది.

అదరగొట్టిన 'లెనిన్' గ్లింప్స్...

ప్రతిష్టాత్మక నిర్మాణ సంస్థలు అన్నపూర్ణ స్టూడియోస్, సితార ఎంటర్టైన్ మెంట్స్ యంగ్ అండ్ డైనమిక్ హీరో అఖిల్ అక్కినేనితో భారీ సినిమాను నిర్మిస్తున్నాయి. 'అఖిల్ 6'ని అక్కినేని నాగార్జున, నాగవంశీ సంయుక్తంగా నిర్మిస్తున్నారు. అక్కినేని అఖిల్ పుట్టినరోజును పురస్కరించుకుని అఖిల్ 6వ చిత్రానికి లెనిన్ అనే పవర్ ఫుల్ టైటిల్ ను ప్రకటించారు. మురళీ కిశోర్ అబ్బారు ఈ సినిమాకు దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. వినోద్ భాగ్యము విష్ణు కథ చిత్రంతో దర్శకుడిగా పేరు తెచ్చుకున్నారు మురళీకిశోర్ అబ్బారు. ఇంటెన్స్, యాక్షన్ ప్యాక్ ఎక్స్ పీరియన్స్ తో రాయలసీమ నేపథ్యంలో రోమాలు నిక్కుబొడుచుకునేలా సాగింది లెనిన్ గ్లింప్స్. టైటిల్ గ్లింప్స్ పవర్ ఫుల్ విజవల్స్ తో ప్రారంభమైంది. ఆధ్యాత్మిక అంశాలను చొప్పిస్తూ ఆద్యంతం ఆకట్టుకునే ప్రయత్నం చేశారు మేకర్స్. అఖిల్ అక్కినేని 99% స్టన్నింగ్ లెనిన్ పాత్రకు అద్భుతంగా సరిపోయారు. ఆయన దట్టమైన మీసం, పొడవైన జుట్టు మ్యాచో అవతారం పక్కాగా సూట్ అయ్యాయి. అఖిల్ సరసన శ్రీలీల నటిస్తున్న విషయం గ్లింప్స్ లో తెలియజేశారు. టైటిల్ గ్లింప్స్ లో మాసిన్ యాక్షన్ మొమెంట్స్, పంచ్ మాత్రమే కాదు పవర్ ఫుల్ డైలాగ్ కూడా ఆడియన్స్ ని కట్టిపడేసింది. 'పుట్టేటప్పుడు ఊపిరి ఉంటుంది రా, పేరు ఉండదు. పోయేటప్పుడు ఊపిరి ఉండదు, పేరు మాత్రమే ఉంటుంది' అని రాయలసీమ యానలో అఖిల్ చెప్పిన డైలాగ్ సింపుల్ గా అదుర్స్ అంతే. ఒళ్లు గగుర్పాడిచేలా సాగింది లెనిన్ టైటిల్ గ్లింప్స్.

