



STUDY ABROAD

TOP GLOBAL DESTINATIONS





Free IELTS coaching



Grads Universe
HIGHER EDUCATION CONSULTANTS

+91 6301726400

ESTD: 1999

www.voodayam.com

కపిల్ చిట్స్ తోడుంటే కనక మహాలక్ష్మి మీ వెంటే



ఆదిలాబాద్ 26-09-2026 శనివారం

సంపుటి : 14 | సంచిక : 17

SINCE 27 YEARS CIRCULATED TELUGU DAILY

రూ. 3.00 | పేజీలు : 12 **VOODAYAM Telugu DAILY**

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

Follow us on

డిబ్బిలో కాంగ్రెస్ తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అధికారంలోకి రావడం ఖాయం

తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

తిరువనంతపురం, సెప్టెంబర్ 25
(ఎఎంస్) :

తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డికి ప్రతిష్టాత్మక 'అర్బుదన్ మహమ్మద్ - 2026' ఉత్సవ ప్రకాశించే పురస్కారం లభించింది. సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకుడు, దివంగు అర్బుదన్ మహమ్మద్ జ్ఞాపకార్థం ఏర్పాటు చేసిన 'అర్బుదన్ మహమ్మద్ ఫౌండేషన్' ఈ అవార్డును అందజేసింది. శుక్రవారం జరిగిన ఒక కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ విజ్ఞాని ప్రధాన కార్యదర్శి (సంస్కారత) కేసీ వేణుగోపాల్ 'తెలల మిదుగా రేవంత్ రెడ్డి ఈ పురస్కారాన్ని అందుకున్నారు.

అబార్డు స్వీకరించిన అనంతరం రేవంత్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, కేరళ ప్రజలు చూపే ఆప్యాయతకు, ఆర్యదన్ మహమ్మద్ గారి సేవలకు తన నివాళులు అర్పించారు. 'కేరళకు రావడం నాకు ఎప్పుడూ ఎంతో

సంతోషాన్నిస్తుంది. ప్రతిసారి ఇక్కడి ప్రజలు నన్ను అత్యయంగా స్వాగతించారు. రాహుల్ గాంధీ నాయకత్వంలో సాగిన 'హరత్ బోధో యా త్ర'తో పాటు అసెంబ్లీ ఎన్నికల ప్రచారంలోనూ నేను ఇక్కడికి వచ్చాను. నాటి ఎన్నికలు ఓటమి అయినా, వారు ఏమైతూ చేసే అవకాశం గుర్తేసారు.

‘కేరళ రాజకీయంలో అర్యదన్ ఒక చాణక్యుడు’
కాంగ్రెస్ సిద్ధాంతాలకు, లౌకికత్వానికి కేరళ నిలయంగా నిలుస్తోందని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి



కొనియాడారు. "శ్రీ ఆర్కడన్ మహమ్మద్ సా-
రకార్థం ఏర్పాటు చేసిన ఈ కార్యక్రమంలో
పాల్గొనడం నా భాగ్యంగా భావిస్తున్నా-
ను. ఆయన ఎనిమిది సార్లు ఎమ్మెల్యేగా
నాలుగు సార్లు వేర్వేరు ముఖ్యమంత్రులు
వద్ద మంత్రిగా సేవలు అందించిన ఉద్ధృత
రాజకీయ వేత్త. కేరళ రాజకీయాల్లో ఆయనను
ఒక చాణక్యుడి లాంటివారు. ఐదు దశాబ్దా-

అలా పెద్దగా కాంగ్రెస్ పార్టీ కోసం అంకితభావంతో పనిచేసిన నిజమైన సైనికుడు ఆయన అని వ్యాఖ్యానించారు. కేరళేతరుల్లో ఈ అవార్డును అందుకున్న తొలి వ్యక్తిని నేనే కావడం ఎంతో గర్వకారణమని, ఏటసానీ ముఖ్య నేత కేసీ వేణుగోపాల్ చేతుల మీదుగా దీనిని తీసుకోవడం విశేషమని అన్నారు.

దేశీయ ఆయుధ తయారీతో
సరిహద్దుల్లో భద్రత బలోపేతం

యూపీ బ్రహ్మాస్ క్షిపణులతో పాకిస్థాన్‌లో వణుకు: అమిత్ షా
నోయిదా అంతర్జాతీయ వాణిజ్య ప్రదర్శనలో కేంద్ర హోంమంత్రి



హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 25 (పుడయం)

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 25 (పురహం): ఉత్తరప్రదేశ్ లో రాష్ట్రపతి దుర్ఘటనపై బ్రహ్మాహ్మీ క్షిప్రజ్వలు శత్రుస్థానానంతరం పాకిస్తాన్ లో భయం వదులుతున్నాయి, ఆ దేశంలో నిగద్దిన రాత్రులకు కుకరాజమవుతున్నాయని కేంద్ర హోంమంత్రి ఆమెతో పా వాస్తాఖానా అధ్యక్షుడు, ఉమ్మడితరహాపురుషుని ఏకే203 రైఫిల్స్ ఉమ్మడితరహాలు, మామోయిస్తుల గుండెలో రైఫిల్ పరిగెత్తిన న్నాయుని పేర్కొన్నారు. మహాశూ ఉగ్రదాడిన సమాదానంగా చేతికట్టిన ఆపరేషన్ సింధుం న సమాదానంలో భారత్ అంతర్గత పురమానిగం నెల హోన్ క్షిప్రజ్వలు శత్రు స్థానాలను వివిధంగా మల్టీకండిడింబిలో ఈ సందర్భంగా ఆయన మల్లోచేతారు. న్యాయదాల్లో వైఖరంగా ప్రారంభమైన ఉత్తరప్రదేశ్ అంతరగత పురమానిగం వాణిజ్య

ప్రదర్శనలో పాల్గొన్న ఆయన, 2017లో భారతీయ జనతా పార్టీ అధికారంలోకి వచ్చిన నాటి నుండి ముఖ్యమంత్రి యోగి ఆదిత్యనాథ్ నాయకత్వంలో రాష్ట్ర ప్రగతి పథంలో మానవులకు భారతీయం కొనియాడాడు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఆర్థిక, ప్రాథమిక సేవల సాక్షాత్తు ఎదురువుకుతున్న వ్యక్తి, ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ నాయకత్వంలో భారతదేశం స్థిరమైన అభివృద్ధి నమూనా వేసినట్లు ఆమెతో ఆమెతో పాటు పునరుద్ధానించారు. దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థను మరింత పురోగమనం వైపు నడిపించేందుకు మరొకటి, యువబిజినెస్ అండ్ ఎమిటర్స్, ఆస్తియా, ట్రిబి, ఓఎస్, న్యూజిలండ్, యూఆర్ఎస్ఎస్ యూనియన్ నుండి పలు దేశాలతో చారిత్త్రాత్మక సాంఘిక బంధాలను కుదుర్చుకున్నట్లు వ్యవహరించారు.

[illegible]

అగ్రరాజ్య ఒత్తిళ్ళకు ఇరాన్ లొంగదు

విప్రోన్: అమెరికాతో తీవ్ర ఉద్రిక్తతలు కొనసాగుతున్న సమయంలో ఇలాంటి అవకాశాలు మహాన సాధనం. అమెరికాలో అత్యంత కీకేత మనం చేశారు. రెండు దేశాల మధ్య నడుస్తున్న ఈ పోరాటం ఎప్పుడు ముగియాలో నిర్ణయించాలన్నది బాధ్యత. అమెరికా యొక్క దానిని తేలిచేప్పారు. తమ దేశం యొక్క స్థానిక పౌరీగణాలను ఎంతవరకు త్రొక్కివేసి కోపం లేదని, అలాంటి పోరును ముగించే అంశంపై ఇరువురి మధ్య సంగతి అవగాహన ఉన్నప్పుడు చేశారు. బాషా శక్తుల ఒత్తిళ్లు తమ స్వేచ్ఛం ఎప్పుడో తలపంచదని హెచ్చరించారు. స్వదేశంలో నెలకొన్న ఆర్థిక సమస్యలను అసరాగా చేసుకుని అమెరికా, ఇస్లాముని, బరోహా దేశాల

తెలుగు ఇరాన్లో అతాంతిని రెచ్చగొట్టేందుకు కుట్రలు వస్తున్నట్లున్నారు. ఆరోపించారు. రగిలుతున్న ఆ వివాదాలు ఇటు ఇలా దాదాసేబు గానీ, అటు ఆమెరికాకు వచ్చి లొలాంటి మేలు చేయవని వ్యాఖ్యానించాడు. ఆ వివాద విచిరినాటికి యూరూపికి అతరహదానుకుంచడా ఆ విలేకరులు ప్రశ్నించిన సందర్భంలో ఆయన ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఇదిలా ఉండగా, పశ్చిమసిరియాలో యుద్ధ వాతావరణం మరింత క్షిణిస్తోందని, యెమెన్కు చెందిన హుతి తిరుగుబాటువాదులు సౌదీ ఆరేబియాపై దాడులను ప్రకటించి చేశారు. తాళాకా రాజధాని రెయూద్లోని పలు కీలక ప్రాంతాలను కేంద్రంగా చేసుకుని విరుచుకుపడ్డారు.

ఇంతే కదా...!

ఫిట్నెస్ ట్రైన్లలో మే పెరు ఉండాలని చూసు
కొంది సార్... అసలే మీరు PM అభ్యర్థి
కూడాను... ఫిట్నెస్ లేకుంటే పంపియిస్తా ప్రెస్
డింటికీ కూడా హాటె చేయలేదు!!



ఎల్లంపల్లి వరదను వాడుకోవడంలో వైఫల్యం

సిద్ధిపేట, సెప్టెంబర్ 25 (ఎఎంఎస్) :

గోదావరి నదిలో ఎల్లంపల్లి వద్ద వరద ప్రవాహం పోటెత్తుతున్నా నీటిని ఎత్తితీయ కుండా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం చోద్యం చూ స్తోందని మాజీ మంత్రి, ఎమ్మెల్యే తనీరు హరిషోహర్ తీవ్రస్థాయిలో ధ్వజమెత్తారు. వర్షాభావ పరిస్థితుల నెపంతో కాలయాపన చేయకుండా, కక్షలూ అన్ని పాటాల్లోనూ నిరంతరాయంగా నడిపి ఎంపీలకున్న రిజర్వాయరును నింపాలని డిమాండ్ చేస్తూ

నీటిపారుదల శాఖ మంత్రి ఉత్తమ కుమార్ రెడ్డికి శుభ వారం ఆయన ఒక సుదీర్ఘ లేఖ రాశారు. చేతులు కాలాక ఆకులు పట్టుకునే చందంగా వ్యవహరించినట్లుగా, అందివచ్చిన గోదావరి జలాలను సద్వినియోగం చేసుకోవడంలో నీటి పారుదల అనే స్వర్ణం కానని సోదించి విమర్శించారు. మాజీ ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్



కాళేశ్వరం వ్యవస్థ ద్వారా
141 టీఎంసీల నీటి నిల్వ
సామర్థ్యంతో ప్రాజెక్టులను
నిర్మిస్తే, ప్రస్తుత ప్రభుత్వం
ఉద్దేశపూర్వకంగా నీటిని
బిడ్డ చేయకుండా రైతుల
హింసలను ఎండబెడు
తోందని ఆరోపించారు.
లో వరద నీరు వృథాగా
పోవే ప్రాజెక్టు, రంగనా

యక సాగర్ జలాశయాలు దెవే స్టోరేజీ చేసుకోవడం ఆంధ్రప్రదేశ్ కలిగిస్తోందని హామీ ఇచ్చిన టెలిఫోన్ పేర్కొన్నారు. 50 టీఎంసీల సామర్థ్యం ఉన్న మున్నసాగర్లో కేవలం 15 టీఎంసీలు, గాంధీ 6 టీఎంసీలు నీరు పూతమే ఉందన్నారు. మజ్జన్న సాగర్ను 20 ఏంపిటీ ప్రాధాన్యత తాగినచోటి ఆవరణలో చేపాలు మూసీ ప్రజ్ఞాశాసన నీటిని మళ్లించే సామర్థ్యం కలుగుతుందని తెలిపారు.

ఒకవైపు నదిలో వరద నీరు వృధాగా పోతుంటే, మరోవైపు అన్నపూర్ణ, రంగనా

DOMESTIC & INTERNATIONAL

FLIGHT TICKET

▶ Easy Booking ▶ Best Discounts ▶ **Get Your Tickets Now**

USA

CAN

UK

AUS

Germany

France

UAE

Trusted Airline
Partnerships

Competitive Pricing
& Flexible Booking

CELL: +91 6301726400

INTERNATIONAL EDUCATION CONSULTANCY

RTC X Roads, Hyderabad



AROGYA HOSPITAL
Multi-speciality | Trauma | Critical care

**We care about your health.
In any emergency, call us.**

 **General Medicine**

 **General Medicine**

 **General &
Laparoscopic Surgery**

 **Gynaecology**

 **Critical Care**

 **Trauma**



24/7
EMERGENCY SERVICES



 **+91 79933 01302**

 **www.arogyahospital.net**

 **Beside Dominos Pizza Store Opp.Pochamma
Kaman, Bellampalli Road, Mancherial-504208**



ఇరాన్ అమెరికా మధ్య ఉద్ధి౦కృతృలు కొనసాగుతున్నాయి. యుద్ధం ఎప్పుడు ముగియాలో నిర్ణయించాలింది అమెకాన్. యుద్ధాన్ని కొనసాగించాలని మేము కోరుకోవట్లేదు. దీన్ని ఎలా ముగించాలనే విషయంలో ఇరుపక్షాల మధ్య ఏకాభిప్రాయం లేదు. అగ్రరాజ్య ఒత్తిడికి డిప్రస్ ఎప్పటికీ లొంగబోదు. తమ దేశంలోని ఆర్థిక ఇబ్బందులను సాకుగా మాపి అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ యూరప్ నాయకులు అశాంతి వాతావరణాన్ని సృష్టిస్తున్నారు. ఇరాన్ కు గాని, అమెరికాకు గాని సంఘర్షణలు ప్రయోజనకరం కాదు. పెజ్షెక్వియాన్, ఇరాన్ అధ్యక్షుడు

99

- పెజ్షెక్వియాన్, ఇరాన్ అధ్యక్షుడు

సంపాదకీయం

ఒకప్పుడు మనకు ఏదైనా సమాచారం కావాలంటే గూగుల్ లో వెతికితాళ్ళం. మనం ఇచ్చిన ప్రశ్నకు సంబంధించిన సమాచారం ఏ వెబ్ సైట్ లో ఉందో గూగుల్ చూపించేది. మనమే ఆ వెబ్ సైట్ లు తెరిచి, సమాచారాన్ని చదివి, అవసరమైన విషయాన్ని అర్థం చేసుకోవాల్సి వచ్చేది. ఇప్పుడు పరిస్థితి మారింది. చాట్ జిప్సీటి, డీప్ సీక్ వంటి కృత్రిమ మేధస్సు (ఎఐ) ఆధారిత సాధనాలు మన ప్రశ్నను అర్థం చేసుకుని, వివిధ సమాచారాన్ని విశ్లేషించి, మనిషి సమాధానం చెప్పినట్లుగా ఒక సమగ్ర సమాధానాన్ని అందిస్తున్నాయి. సమాచారాన్ని వెతకడం నుంచి దాన్ని విశ్లేషించి మనకు అర్థమయ్యే రూపంలో అందించడం వరకు ఒక కొత్త దశ ప్రారంభమైంది కానీ ఈ సౌకర్యం వెనుక మన కళ్ళకు కనిపించని ఒక భారీ మౌలిక సదుపాయాల వ్యవస్థ పనిచేస్తోంది. అదే డేటా సెంటర్ల ప్రపంచం. ఏటా సేవలు పనిచేయడానికి విస్తారమైన డేటా సెంటర్లు అవసరం. పదుల వేల నుంచి లక్షల చదరపు అడుగుల విస్తీర్ణంలో ఉండే ఈ కేంద్రాల్లో వేలాది కంప్యూటర్లు, శక్తివంతమైన సర్వర్లు పనిచేస్తుంటాయి. వినియోగదారు అడిగిన ప్రశ్నకు

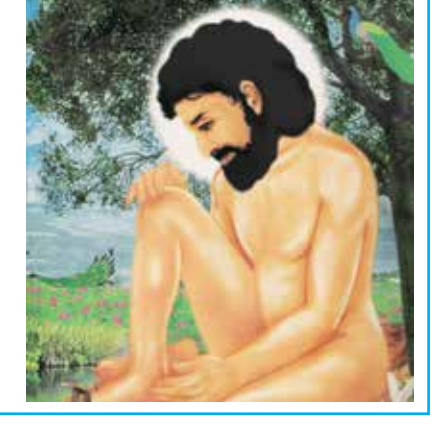
ఎఐ వల్ల లాభమా? నష్టమా?

సమాధానం ఇవ్వడం మాత్రమే కాదు, ఏటా మోడళ్లను అభివృద్ధి చేయడం, శిక్షణ ఇవ్వడం, వాటిని నిరంతరం మెరుగుపరచడం వంటి ప్రక్రియలకు కూడా భారీ కంప్యూటింగ్ శక్తి అవసరం. ఒక ఏటా మోడల్ కు శిక్షణ ఇవ్వాలంటే అపారమైన డేటాను వేలాది కంప్యూటర్ల ద్వారా ప్రాసెస్ చేయాలి. ప్రశ్నలోని పదాలు మాత్రమే కాదు, వాటి మధ్య ఉన్న సంబంధాలు, సందర్భం, అర్థం వంటి అనేక అంశాలను పరిగణనలోకి తీసుకుని సమాధానాన్ని రూపొందించాలి. ప్రశ్న ఎంత క్లిష్టంగా ఉంటే, దాని వెనుక జరిగే కంప్యూటింగ్ ప్రక్రియ కూడా అంత పెద్దదిగా ఉండొచ్చు. అంటే ప్రతి డిజిటల్ ప్రశ్నకు ఒక భౌతిక ఖర్చు కూడా ఉంటుంది. ఆ ఖర్చులో ముఖ్యమైనది విద్యుత్ వినియోగం వేగంగా పెరుగుతున్న కొద్దీ డేటా సెంటర్ల విద్యుత్ అవసరం కూడా పెరుగుతోంది. సాధారణ సెర్వర్ కంటే ఏటా ఆధారిత ప్రశ్నలకు ఎక్కువ కంప్యూటింగ్ శక్తి అవసరమవుతుందనే అంచనాలు ఉన్నాయి. అయితే ఈ తేడా ప్రతి మోడల్, ప్రశ్న, డేటా సెంటర్, సాంకేతికతను బట్టి మారుతుంది. కాబట్టి 'ఏటా ప్రతి ప్రశ్నకు గూగుల్ కంటే ఖచ్చితం

గా పది రెట్లు విద్యుత్తు వాడుతుందే' అనే సాధారణీకరణను జాగ్రత్తగా చూడాలి. అవసరం ఉంది. అయినప్పటికీ ఆసలు సమస్య వేరే చోట ఉంది. ఆ విద్యుత్తు ఉత్పత్తిలో బొగ్గు, సహజ వాయువు వంటి శిలాజ ఇంధనాల వాటా ఎక్కువగా ఉన్న ప్రాంతాల్లో డేటా సెంటర్ల విస్తరణ పరోక్షంగా కార్బన్ ఉద్ధారాలను కూడా పెంచే అవకాశం ఉంది. డేటా సెంటర్ల పర్యావరణ ప్రభావం విద్యుత్తుతో మాత్రమే ముగియదు. నీటి వినియోగం కూడా అంతే ముఖ్యమైన అంశం. శక్తివంతమైన కంప్యూటర్లు, సర్వర్లు పనిచేసేటప్పుడు పెద్ద మొత్తంలో వేడి ఉత్పత్తి అవుతుంది. ఆ వేడిని తొలగించడానికి అనేక డేటా సెంటర్లు వివిధ రకాల కూలింగ్ వ్యవస్థలను ఉపయోగిస్తాయి. వాటిలో కొన్ని నీటిని కూడా ఉపయోగిస్తాయి. కూలింగ్ టవర్ల ఆధారిత వ్యవస్థల్లో వేడినీ నీటిని చల్లబెడి తిరిగి ఉపయోగిస్తారు. అయితే ఈ ప్రక్రియలో కొంత నీరు అవిరైపోతుంది. ఆ నీరు వెంటనే అదే ప్రాంతానికి తిరిగి చేరుదు. వాతావరణంలోకి వెళ్లిన నీటి అవిరై ఎక్కడ వర్షంగా కురుస్తుందన్నది గాలి ప్రవాహాలు, వాతావరణ పరిస్థితులు వంటి అనేక అంశాలపై ఆధారపడి



వే'మన' పద్యం వేషభాషలెరిగి కాషాయవస్త్రముల్ కట్టగానే ముక్తి కలుగబోదు తలలు బోడులైన తలపులు బోడులా విశ్వదాభిరామ విసురవేమ



రచనలు పంపండి

పుడయం సాహిత్య పేజీ 'ఉష' కు సాహిత్య వ్యాసాలు, కవితలు, విమర్శలు పంపించాలని రచయితలకు ప్రత్యేకంగా విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాం. అలాగే సంపాదకీయం పుస్తక రాజకీయ ఆర్థిక, సామాజిక, సాంస్కృతిక శదితర రంగాలపై వ్యాసాలు, సంపాదక లేఖలను పంపించవలసిందిగా కోరుతున్నాం. వాటిని ఈ కింది తమెయిల్ కు పంపించాలని మనవి. voodayam2007@gmail.com website : www.voodayam.com Editor : 9247698676 1-7-25/5, Risalagadda, RTC X Roads, Hyderabad - 500020

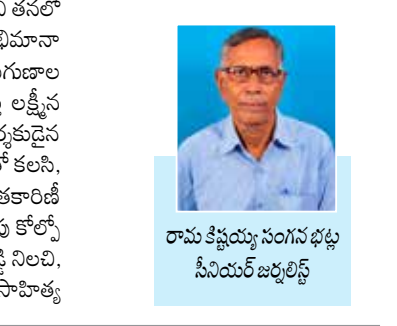
సాధారణంగా పుస్తకాలలో చదవడం కన్నా, దృశ్య శ్రవణ రూపంలో చూపిస్తే, వినిపిస్తే, అవలీలగా అందరికీ చేరి, ఎప్పుడీ గుర్తుండి పోతుంది. ఈ విషయాన్ని ఎప్పుడో గ్రహించిన హర్యాకులు ప్రయోగాత్మకంగా చేసి సఫలీ కృతులైనారు. నాటి నాటకాలు, వీధి భాగీతాలు, హరికథలు, ముద్రకథలు, ముఖ్యంగా మన పౌరాణికాలు, ప్రబంధాలు సామాన్య ప్రజలకు అతి సులువుగా అర్థమయ్యేటట్లు చేశారు. అలాంటి ప్రజానాడి తెలిసి తదనుగుణంగా సామెతలు, నుడికారాలు, లోకోక్తులను, జాతీయాలను తన నాటక రచనలలో చొప్పించి, ఆయా పాత్రల ద్వారా సగటు ప్రజలకు నిజం ఎంతో అనుభూతిని అంద చేసిన మహా రచయిత, మానవతావాది, దాదాపు పాత్రక వరకు నాటకాలను సృష్టించిన సంఘ సంస్కర, జాతీయ, అంతర్జాతీయ సాహితీ పండితుల మన్ననలను పొందిన మహానీయుడు చిలకమర్తి. చిలకమర్తి లక్ష్మీనరసింహం (సెప్టెంబర్ 26, 1867 జూన్ 17, 1946) కవి, రచయిత, నాటక కర్త, పాత్రికేయుడు, సంఘ సంస్కరణవాది, విద్యావేత్త. 19వ శతాబ్దం చివర, 20వ

శతాబ్దం ఆరంభ కాలంలో తెలుగు సాహిత్యం అభివృద్ధి, తెలుగు నాటక ఆధునిక భావాల వికాసానికి పుట్టుకాడులైన వారిలో చిలకమర్తి ఒకరు. మహాకవి, కళాప్రపూర్ణ ఆయన బిరుదులు. ఇరవై రెండేళ్ళ

నరసింహం 1867 సెప్టెంబర్ 26 న పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా, పెరవలి మండలము లోని ఖండవల్లి గ్రామములో ఒక బ్రాహ్మణ కుటుంబము లో వెంకయ్య, రత్నమ్మ దంపతులకు జన్మించారు. ఆయన ప్రాథమిక

రచన, నాటక సమాజం, వివాహం, మండల సభల్లో పాల్గొనడం, రామమోహన పాఠశాల ఏర్పాటు, నిర్వహణ, ఉన్నత పాఠశాల ప్రారంభం, కుటుంబ సమస్యలు, కష్టాలు, టంగుటూరి ప్రకాశం ఇంగ్లండ్ యాత్ర, హితకారిణి సమాజ స్థాపన, అయ్య యంత్రాన్ని నెలకొల్పడం, భారత జాతీయ కాంగ్రెస్ సభకు హాజరవడం, పత్రికా సంపాదకత్వం, నిర్వహణ - యువస్థి సవివరంగా రాశారు. చిలకమర్తి ఏకసంధాగ్రాహి మాత్రమే కాదు, అద్భుతమైన జ్ఞాపక శక్తి కలిగి, స్వీయ చరిత్రలో, తన జీవిత కాలంలో జరిగిన సమవలను, సూక్ష్మాంశాలతో సహా చిత్రించారు. చారిత్రక ఘటనలను సమూహకం తోనూ, వ్యక్తుల గూర్చి రాస్తున్నప్పుడు రాగద్వేషాల కఠింతంగా, స్పష్టంగా, రాశారు. నిత్యవైమిశ్రకాల గూర్చి రాస్తున్నా, వాటిని అంతర్ దృష్టితో పరికించారు. లక్ష్మీ నరసింహం మొదటి తరం సంఘ సంస్కర. 1909 లో సామాజికంగా వెనుకబడిన వర్గాలకోసం ఒక పాఠశాల (రామమోహన పాఠశాల) స్థాపించారు. నిమ్మకాయల వారి గురించి ప్రత్యేకంగా ఒక పాఠశాలను స్థాపించిన ఘనత ఆయనది.

నాటక రంగాలకు, సాంఘిక సంస్కరణలకు తన జీవిత కాలం ధారపోశారు. ఓ సుప్రసిద్ధ నాటక కర్తగా, హాస్య రచయితగా, పద్య, గద్య రత్నాకరుడిగా, నవలా రచయితగా తన రచనలతో సామాజిక ప్రయోజనాన్ని ఆశించి సాధించారు. 'గురజాడ వారి కన్యాశుల్కం, వేదం వారి ప్రతాప రుద్రయ్యం, శ్రీపాద గారి బొబ్బిలి యుద్ధం, చిలకమర్తి వారి గయోపాఖ్యానం' తెలుగు నాటక మణి రత్నాలు. అనేక తెలుగు పద్య, గద్య రచనలు కావించారు చిలకమర్తి. వీటిలో అత్యధికాధరణలు పొందినవి 'గయోపాఖ్యానం', 'గణపతి'. 1943లో ఆంధ్ర విశ్వవిద్యాలయం ఆయనను కళాప్రపూర్ణ పురస్కారంతో సత్కరించింది. 1946, జూన్ 17న లక్ష్మీనరసింహం మరణించారు.



గట్టు మీది నుంచి..	చేస్తుంది	ఆకర్షణీయ దుస్తులు..
బాయిలో దూకడం	మనుషులు కూడా	మన అందాన్ని
బహు తేలిక	అంతే..	రెట్టింపు చేస్తాయి
బాయిలోంచి పైకి	మన చుట్టూ నిడలా	మంచి మనసు ఉన్న
ఎగరడం అసాధ్యం		మనిషి..
నిర్ణయం		జీవితాన్ని ఉన్నతంగా
తీసుకోవడమే కాదు..		గడుపుతాడు
మాట జారడం కూడా	నిలిచినోళ్లే..	బాహ్యం కన్న అంతర్
అంతే కదా!	నమ్మించి వెన్నుపోటు	సౌందర్యమే మిన్న!
	పొడుస్తారు!	పడినపుడు లేచి
చెట్టు పైన కూర్చున్న		నిలబడు
పక్షి..	మనసులో చెడు	కష్టాల్లో అత్త విశ్వాసం
కొమ్మ విరుగుతుందని	భావనలు ఉంటే	వదులుకోకు
గాని..	గుడి, గంగా జలం, తీర్థ	గాయాలకు భయపడి
కింద పడతానని గాని	స్నానాలు..	ఆట మానుకోకు
భయపడదు	మనల్ని ఉడ్డరించి	గెలుపును శాశ్వతమని
పిట్టకి చెట్టు కొమ్మపై	దీవిస్తాయా..	విర్రవీగకు
కాదు..	తియ్యని మాటలు	చీకటి తర్వాత వెలుగు
తన రెక్కల బలంపై	చేప్పేవారి కన్న..	రావడం తథ్యం!
అతి విశ్వాసం!	చేదు నిజాల్ని ముఖం	
	మీద చేప్పేవారే..	
తన కడుపులో	నికార్చయిన నీ వాళ్ళు	
దాచుకున్న దారం..	అని తెలుసుకో!	
అదే కొవ్వత్తిని దహనం		



మద్దుసైద్ రెడ్డి 9949700037

నిబంధనలు కారితాలపై కాదు, క్షేత్రస్థాయిలో లమలు కావాలి

డీజే మోతలో మృత్యు ఘోష

దేశంలో శబ్ద కాలుష్య నియంత్రణ Noise Pollution (Regulation and Control) Rules, 2000 అమల్లో ఉన్నాయి. ప్రాంతాన్ని బట్టి పగలు, రాత్రి శబ్ద పరిమితులు నిర్ణయించబడ్డాయి. ఆసంవత్సరం, విద్యాసంస్థలు, న్యాయస్థానాల చుట్టూ నిశబ్ద ప్రాంతాలను ఏర్పాటు చేసే నిబంధనలు కూడా ఉన్నాయి. లౌడ్ స్పీకర్లు, పబ్లిక్ అడ్డస్ సిస్టమ్ల వినియోగానికి ఆనుమతి అవసరం. రాత్రి వేళల్లో వాటి వినియోగంపైనా పరిమితులు ఉన్నాయి. అయితే నిబంధనలు ఉండటం ఒక్కటే సరిపోదు.. వాటి అమల్లో ఆసలు విషయం. వేడుకలకు ముందే నిర్వాహకులకు స్పష్టమైన నియమాలు తెలియజేయాలి. అనుమతుల పరిశీలన, శబ్దస్థాయి పర్యవేక్షణ, నిబంధనల ఉల్లంఘనపై తక్షణ చర్యలు చేపట్టాలి. ప్రజలకు ఇబ్బంది కలిగించే స్థాయిలో శబ్దం ఉంటే పీఠాధిపతులు అధికారులు వేగంగా స్పీకరించి స్పందించాలి. ప్రజల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడాలి. బాధ్యతతో శబ్ద కాలుష్యాన్ని కూడా గాం గా చూడాలి. "వేడుక కదా.. కానీ పే కదా.." అంటూ నిర్లక్ష్యం చేస్తే చిన్న నిర్లక్ష్యమే పెద్ద ప్రమాదానికి దారితీయవచ్చు.

బాధ్యత పాలకులదే కాదు.. ప్రజలదీ!

శబ్ద కాలుష్యాన్ని నియంత్రించడం కేవలం ప్రభుత్వ యంత్రాంగం బాధ్యతగా భావించడం సరికాదు. డీజే నిర్వాహకులు కూడా సామాజిక బాధ్యతతో వ్యవహరించాలి. వేడుకు వచ్చిన యువత ఉత్సాహాన్ని అదుపులో ఉంచుకోవాలి. తల్లిదండ్రులు, పెద్దలు కూడా అధిక శబ్దం కలిగే ఇబ్బందులపై పిల్లలకు అవగాహన కల్పించాలి. ప్రతి వేడుకలో ఒక విషయం గుర్తుంచుకో.. ఆనందం అందరికీ ఉండాలి.. ఇబ్బంది ఎవరికీ ఉండకూడదు. మన వేడుక వల్ల పక్కింటి వృద్ధుడు నిద్రపోలేకపోవడం, విద్యార్థి చదువుకోలేకపోవడం, అనారోగ్యంతో ఉన్న వ్యక్తి ఇబ్బంది పడటం, వివాహాల భయపడటం జరిగితే ఆ వేడుక ఉద్దేశమే దెబ్బతింటుంది. పండుగల సంస్కృతి మనుషులను కలపాలి.. శబ్ద కాలుష్యం మనుషులను ఇబ్బంది పెట్టకూడదు. అధునికత పేరుతో మితిమీరిన శబ్దాన్ని ప్రోత్సహించడం కాదు.. సంకీర్తనా ఆస్వాదించే సంస్కారాన్ని పెంచుకోవాలి. డీజే ఎంత పెద్దదైతే వేడుక అంత గొప్పది కాదు; మనుషుల భద్రత, ప్రకృతిక అంత కావాడీతే ఆ వేడుక అంత సార్థకం ప్రాణం కంటే పెద్ద వేడుక ఉంది

మన వేడుకల స్థాయి డీజే శబ్దంతో కాదు.. మన సంస్కారం, సంయమనం, సామాజిక బాధ్యతతో కొలవాలి. శబ్దం పెంచడం గొప్పతనం కాదు.. బాధ్యత పెంచుకోవడమే నిజమైన గొప్పతనం. డీజే మోత కంటే మనిషి ప్రాణం విలువైనది.. క్షణిక ఆనందం కంటే జీవితం ముఖ్యం! శబ్దాన్ని అదుపులో పెట్టండి.. ప్రమాదాన్ని దూరం పెట్టండి.. వేడుకను ఉండంగా జరుపుకోండి.. విషాదంగా మార్చుకోకండి. ప్రాణాలను పణంగా పెట్టే వినోదం మనకు అవసరం లేదు. అనందం ఉండాలి.. ఆర్యాం ఉండొచ్చు.. కానీ మితిమీరిన మోత మాత్రం వద్దు!

మేకేరి దామోదర్ 9573666650.

హైరోక్స్ వ్యాయామం అంటే ఏమిటి.. ఎలా చేయాలి..

ఫిట్ నెస్స్ పై ఆసక్తి పెరుగుతున్న నేపథ్యంలో ప్రస్తుతం హైరోక్స్ (HYROX) వంటి అధిక తీవ్రత కలిగిన వ్యాయామ విధానాలు ప్రాచుర్యం పొందుతున్నాయి. ఇది సాధారణ జీవీ వ్యాయామాల లేదా కేవలం రన్నింగ్ కు భిన్నంగా ఉంటుంది.



ఇందులో పరుగు, కండరాల బలం, శారీరక సామర్థ్యాన్ని పరీక్షించే వ్యాయామాలను కలిపి చేస్తారు. సాధారణంగా ఎనిమిది కిలోమీటర్ల పరుగు మధ్యలో ఎనిమిది రకాల వ్యాయామాలను చేయాల్సి ఉంటుంది. స్క్విట్స్, స్టెడ్ ఫుట్స్, స్టెడ్ ఫుట్స్, బర్లీ బ్రాడ్ జంప్స్, రోయింగ్, ఫ్లార్ బాల్స్, స్టాండ్ బాల్స్, వాల్ బాల్స్ ఇందులో ఉంటాయి. ప్రతి దశలో శరీరంపై భిన్నమైన ఒత్తిడి పడడంతో గుండె సామర్థ్యంతో పాటు కండరాల బలం, సహనశక్తి కూడా పరీక్షకు గురవుతాయి. హైరోక్స్ లో పరుగు, బలవర్ధక వ్యాయామాలు ఒకదాని తర్వాత మరొకటి చేయాల్సి రావడం వల్ల శరీరానికి తీవ్రమైన సవాలు ఎదురవుతుంది. పరుగు గుండె మోగిస్తుంది.

శ్వాసకోశ సామర్థ్యాన్ని పరీక్షించే, ఇతర వ్యాయామాల కంటే ఎక్కువ పరుగు, పరుగు దశలో తీవ్రత అలసట ఏర్పడే అవకాశం ఉంటుంది. ముఖ్యంగా అలసట పెరిగినప్పుడు వ్యాయామం చేసే విధానంలో పారాపాటు జరిగితే కండరాలు పట్టేయడం, కీళ్ల బెబుకులు, నడుము గాయాలు వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి. అధికంగా శ్రమించడం వల్ల తీవ్రమైన అలసట, చేదీ సంబంధిత అనారోగ్యాలు, ఎక్కువకాలం కొనసాగే శారీరక అలసట వంటి సమస్యలు కూడా ఎదురయ్యే అవకాశం ఉంటుంది.

అయితే హైరోక్స్ అందరికీ ఒకే విధంగా సరిపోదు. సాధారణంగా వ్యాయామానికి అలవాటు లేని వారు లేదా శారీరక సామర్థ్యం ఇంకా అభివృద్ధి చెందని వారు నేరుగా అధిక తీవ్రత కలిగిన ఈ విధానాన్ని ప్రారంభించడం సరికాదు. తీవ్రమైన గుండె సంబంధిత సమస్యలు ఉన్నవారు, నియంత్రణలో లేని కీళ్ల లేదా శరీర నిర్మాణ సంబంధిత గాయాలు ఉన్నవారు, ఇప్పటికే ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలతో బాధపడుతున్నవారు ప్రత్యేక జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. చాలాకాలంగా వ్యాయామం చేయని వారు కూడా ముందుగా తమ శారీరక సామర్థ్యాన్ని పెంచుకుని, అవసరమైతే వైద్యుడు లేదా శిక్షకుడి సలహాతోనే ప్రారంభించడం మంచిది.

వ్యాయామం సమయంలో చాతీలో నొప్పి, ఊహించని శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది, తల తిరగడం, న్ననా కోల్పోవడం లేదా గుండె కొట్టుకునే విధానంలో అసాధారణ మార్పులు

సహజమైన ప్రక్రియే. కానీ, దాని తాలూకా ఛాయలు ముఖ్యంగా కనిపించకుండా చర్మం ఎప్పుడూ యవ్వనంగా ఉండాలనుకుంటాం. దానికోసం బయట దొరికే జ్యూటీ ఉత్పత్తుల్ని చాలానే వాడుతుంటాం. అయితే అవి ఇచ్చే మెరుపులు తాత్కాలికమే అంటున్నారు నిపుణులు. అందుకే యవ్వనంగా, ఆరోగ్యంగా కనిపించాలంటే రోజువారీ అహారంలో

వీటితో వృద్ధాప్యం దూరం!



మేకప్ అంటే అమ్మాయిలకు ఎంతిష్టమో ప్రత్యేకించి చెప్పక్కర్లేదు. కేవలం ముక్కుపతోనే కాదు.. వృత్తిలో భాగంగానూ కొంతమంది తరచూ మేకప్ వేసుకోవాల్సి ఉంటుంది. అయితే ఇలా వేసుకోవడంతోనే సరిపోదు.. దాన్ని తొలగించుకునే క్రమంలోనూ కొన్ని విషయాలు దృష్టిలో ఉంచుకోవాలంటున్నారు సౌందర్య నిపుణులు. అప్పుడే చర్మంపై సుందర మేకప్ పూర్తిగా తొలగిపోయి ముఖం శుభ్రపడుతుంది. లేదంటే వాటి అవశేషాలు ముఖ చర్మాన్ని దెబ్బతీస్తాయి. మరి, అలా జరగకుండా ఉండాలంటే మేకప్ వేసే తొలగించే

మేకప్ వేసిన భాగంలో ఈ కాటన్స్ కొన్ని సెకన్ల పాటు అలాగే ఉంచాలి. ఇలా చేయడం వల్ల మేకప్ తొలగించడం సులభమవుతుందని చెబుతున్నారు నిపుణులు.

మేకప్ తొలగించుకునే క్రమంలో కళ్ల చివర్లు, పెదాలు, మెడ, చెవులు, హెయిర్ లైన్.. వంటి భాగాలను నిర్లక్ష్యం చేస్తుంటారు చాలామంది. ఇందుకు ఆయా భాగాలపై ఎవరి దృష్టి పడదన్నది ఒక కారణమైతే, అక్కడ మేకప్ తొలగించుకోవడానికి కాస్త ఎక్కువ సమయం కేటాయించాల్సి వస్తుందనేది మరో కారణం. నిజానికి ఈ నిర్లక్ష్యం వల్ల కొన్నికళ్లకు అక్కడి చర్మం దెబ్బతింటుంది. అందుకే ముఖ చర్మంపై ఉండే మేకప్ ని ఎలాగైతే శ్రద్ధగా తొలగించుకుంటామో.. ఆయా భాగాల వద్ద ఉన్న మేకప్ ని సైతం అంతే శ్రద్ధగా తొలగించుకో

మేకప్ తీసేటప్పుడు..!

చుకునే క్రమంలో తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్త లేంటో తెలుసుకుందాం రండి.. మేకప్ తీసే క్రమంలో రిమావర్ ఉపయోగించినా.. గట్టిగా రుద్దుతూ మరి శుభ్రం చేసుకుంటారు కొంతమంది. అయితే ఇలా చేయడం వల్ల చర్మం ద్వారామే అయ్యే ప్రమాదమే ఎక్కువ అంటున్నారు నిపుణులు. అందుకే నెమ్మదిగా తీయాల్సి ఉంటుంది. ఈ క్రమంలో చర్మానికి అతుక్కుపోయిన మేకప్ ను ముందుగా తొలగించాల్సి ఉంటుంది. ఇందుకోసం మేకప్ ను తొలగించే క్రెన్స్ రుద్దు బయట దొరుకుతాయి. ఒక కాటన్ ప్యాడ్ పై ఈ రిమావర్ ను వేసి ముఖముంతా అపై చేయాలి. కాస్త ఎక్కువగా

వాల్సి. కళ్ల చివర్లు, పెదాలు, హెయిర్ లైన్ వద్ద మేకప్ ని తొలగించడానికి కాటన్ ప్యాడ్ కి బదులు ఇయర్ బడ్ ఉపయోగించవచ్చు.. ఇక మెడ, చెవుల వద్ద కాటన్ ప్యాడ్ తో మేకప్ తొలగించుకోవచ్చంటున్నారు నిపుణులు. ఇలా ముఖంపై వేసుకున్న మేకప్ ని తొలగించుకున్న తర్వాత ఆఖర్ ఫేస్ వాష్ తో ఓసారి ముఖాన్ని శుభ్రం చేసుకుంటే సరిపోతుందట.

మేకప్ తొలగించే ప్రక్రియ త్వరగా, సులభంగా పూర్తవుతుందన్న ఉద్దేశంతో కొంతమంది మార్కెట్లో దొరికే మేకప్ రిమావర్ కి వైఫల్యం అధారపడుతుంటారు. నిజానికి ఇవి పూర్తిగా మేకప్ ని తొలగించవలసి. కాబట్టి ఇవి వాడినా ఆఖర్ ఫేస్ వాష్ తో ముఖం కడుక్కోవాల్సిందేనట.

కొన్ని రకాల మేకప్ రిమావర్స్ చర్మంలోని సహజసిద్ధమైన సూనెల్స్ తొలగిస్తాయి. తద్వారా చర్మం పొడిబారిపోతుంది. ఇలాంటిప్పుడు మేకప్ తొలగించుకొని, ముఖం శుభ్రం చేసుకున్న తర్వాత చర్మానికి మాయిశ్శరైజర్ అప్లై చేయడం తప్పనిసరి. ఇక పెదాలకు బిస్టామ్, కళ్లకు బిక్రీమ్.. వంటివీ ఆయా భాగాల్ని తేమగా ఉంచేందుకు సహకరిస్తాయని చెబుతున్నారు నిపుణులు.



సౌందర్య పరిరక్షణలో పెదురు!

పెదురులో ఉండే పోషకాలు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు వివిధ సౌందర్య సమస్యల్ని దూరం చేయడంలో పనిచేస్తాయంటున్నారు నిపుణులు. అందుకే కొరియన్లు తమ సౌందర్య పరిరక్షణలో భాగంగా డిస్కీ ఎక్కువగా వాడుతుంటారు! మరి, అందాన్ని ద్విగుణీకృతం చేయడంలో పెదురు ఎలా ఉపయోగపడుతుందో తెలుసుకుందాం రండి..

పెదురులో సిలికా, యాంటీ ఆక్సిడెంట్ల స్థాయిలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి చర్మానికి తీసుకువచ్చే మృదువైన మార్పులు తెచ్చుతాయి.

మెటిబల్ కారణంగా చర్మం బయటి పొర దెబ్బతింటుంది. తద్వారా వాతావరణంలోని బ్యాక్టీరియా, ఇతర కాలుష్య కారకాలు చర్మంపై దాడి చేస్తాయి. ఈ క్రమంలో పెదురు ఎక్స్ ట్రాక్ట్ తరచూచేసిన సౌందర్య సాధనాలను ఉపయోగించడం వల్ల ఫలితం ఉంటుందంటున్నారు నిపుణులు. పెదురుతో తయారుచేసిన సౌందర్య ఉత్పత్తులు / సాధనాల్ని తరచూ ఉపయోగించడం వల్ల చర్మం కాంపెంసేషన్ గా మారుతుందట. ఫ్రీరాడికల్స్



యువతలో పెరుగుతున్న పక్షవాతం కేసులు.. ముప్పు కలిగించేవి ఏవి?



సాధారణంగా పక్షవాతం (Stroke) అనేది వృద్ధాప్యానికి సంబంధించిన సమస్యగా పరిగణిస్తారు. ఇటీవలి పరిశోధనలను ఈ అభిప్రాయాన్ని మారుస్తున్నాయి. గత మూడు దశాబ్దాల్లో 20 నుంచి 54 వందల వయస్సు గల వారిలో పక్షవాతం సంభవించే రేటు దాదాపు రెట్టింపుయ్యిందని పరిశోధనలు వెల్లడిస్తున్నాయి. దీనిపై ఆమెరికన్ సేవల్స్ అధ్యయన వివరాలు సెప్టెంబర్ 23న న్యూరాలజీ (Neurology) అనే పత్రికలో ప్రచురితమయ్యాయి. ఈ అధ్యయన వివరాలు 1993 నుంచి 2020 మధ్య కాలంలో గ్రేటర్ న్యూనార్టి, ఉత్తర కెంటన్ ప్రాంతాలకు చెందినవి. 20 నుంచి 54 వందల వయస్సు గల వారిలో మొదటిసారి పక్షవాతం వచ్చిన 2076 కేసులను గుర్తించారు. లక్షకు 33.9 కేసులు సమాధి పగ్గా, 2020 నాటికి అది 62.2 కు చేరింది. ఓసీఎస్ స్ట్రోక్ (Ischemic Strokes) కేసులే ఎక్కువగా ఉన్నాయి. అంటే మెదడులో ఏర్పడిన బ్లడ్ ఫ్లో లేదా ఇతర ఏదైనా ఇతర ఏదైనా అవరోధం ఒక భాగానికి రక్త ప్రసరణను ఆధునికపరం వల్ల ఇది సంభవించింది. ఈ రకమైన పక్షవాతం ఈ అధ్యయనం కాలంలో లక్షకు 23.8 నుంచి 47.3 కేసులు పెరిగింది.

అయితే పరిశోధకులు ఇంట్లా సెలెబ్రిటీ లేదా సబర్బాన్ టౌన్ హౌస్ లో నివసించే వారిలో ఇలాంటి పెరుగుదలను గుర్తించలేదు. యువకుల్లో ఈ పక్షవాతం పెరుగుదలలకు సరైన కారణాన్ని పరిశోధకులు ఇప్పటివరకు గుర్తించలేదు. కానీ పక్షవాతానికి గురైన యువకుల్లో ఎక్కువగా మధుమేహం (Diabetes), అల్టియర్ ఫైబ్రిలేషన్, అధిక బీపీ ఉన్నట్లు తేలుతుంది. అంతేకాదు మత్తు పదార్థాల వినియోగం వల్ల కూడా ఈ పక్షవాతం సంభవించుతున్నట్లు గమనించారు. వీటి వివరంగా 1993-94లో 4.6 శాతం నుంచి 2020 నాటికి 40.2 శాతానికి పెరిగింది. దీనిలో అధిక భాగం గంజాయి వాడకం వల్లనే సంభవించింది. ఈ అధ్యయనం ఒక్క అమెరికాకే కాకుండా ప్రపంచంలోని 204 దేశాలకు కూడా వర్తిస్తుంది. ఎందుకంటే ప్రపంచ వ్యాప్తంగా 1990 నుంచి 2021 మధ్య 15 నుంచి 49 వందల సంవత్సరాల గల వారిలో పక్షవాత కేసులు 36 శాతం పెరిగినట్లు గుర్తించారు. దీనికి అతర నిస్సెలిక్ బీపీ, అధిక బోడీ మాస్ ఇండెక్స్ (BMI), పెరిగిన LDL కొలెస్ట్రాల్, రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు వేగంగా పెరగడం, వాయు కాలుష్యం వంటివి కారణాలు అని పరిశోధకులు వెల్లడించారు.

అధిక బరువు (Excess Weight), పొగ తాగడం, శారీరక శ్రమ లేకపోవడం, అధిక బీపీ, అధికంగా మధ్య తాగడం, అహార అలవాట్లలో మార్పు, అధిక కొలెస్ట్రాల్ ఇవన్నీ పక్షవాతం రావడానికి కారకాలు అని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. కానీ ఇవే ప్రధాన కారణమని యూఎస్ సేవల్స్ కొత్త పరిశోధన నిరూపించలేదు. అయినప్పటికీ వీటిలో చాలా వాటిని మనం మార్చుకుంటే మంచిదని పరిశోధకులు చెబుతున్నారు. పక్షవాతానికి ప్రధాన కారణం అధిక రక్తపోటు (High BP) అని గుర్తించారు. అధ్యయనాల ఫలితాలు ఎలా ఉన్నప్పటికీ వయసుతో సంబంధం లేకుండా వచ్చే అకస్మాత్తుగా వచ్చే నాడీ సంబంధిత (Neurological) వ్యాధులను నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు. అకస్మాత్తుగా వచ్చే నీరసం లేదా తిమ్మి, శరీరంలోని ఒకవైపుకు ముఖం వాలిపోవడం, వదలితల నొప్పి, మాట్లాడటంలో ఇబ్బంది, అకస్మాత్తుగా దృష్టిలోపాలు, తల తిరగడం వంటివి పక్షవాతానికి సంకేతాలు కావచ్చు. కాబట్టి వీటిని నిర్లక్ష్యం చేయకుండా వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించాలి.



చక్కని ఆరోగ్యం

కనిపిస్తే వెంటనే వ్యాయామాన్ని ఆపాలి. హైరోక్స్ వంటి అధిక తీవ్రత కలిగిన వ్యాయామాలను సురక్షితంగా చేయాలంటే ముందస్తు నిద్రత చాలా ముఖ్యం. వ్యాయామానికి ముందు శరీరాన్ని సిద్ధం చేసే వార్మప్, పూర్వయన తర్వాత కూల్ డౌన్ చేయాలి. తగినంత నీరు తాగుతూ శరీరంలో ద్రవాల లోటు రాకుండా చూసుకోవాలి. శరీరం తీవ్రంగా అలసిపోయినప్పుడు లేదా నొప్పి వచ్చినప్పుడు బలవంతంగా కొనసాగించకుండా విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. సరైన పొదరక్షలు, అనువైన దుస్తులు ఉపయోగించడం కూడా గాయాల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. హైరోక్స్ కొత్తగా ప్రారంభించేవారు తక్కువ తీవ్రతతో మొదలుపెట్టి, శారీరక సామర్థ్యం పెరిగే కొద్దీ క్రమంగా తీవ్రతను పెంచడం ద్వారా ఈ వ్యాయామ విధానాన్ని మరింత సురక్షితంగా కొనసాగించవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ఉంగరాల జుట్టు సాధారణంగానే పొడిగా ఉంటుంది.. దాంతో నిద్రపంగా కనిపిస్తుంది.. మొయలెయిన్ చేయడం కూడా కొందరికీ కష్టంగా అనిపిస్తుంటుంది. ఇలాంటిప్పుడు కొన్ని సింపుల్ చిట్కాల్ని పాటిస్తే కర్ల హెయిర్ నూ అందంగా కనిపించేలా చేయవచ్చుంటున్నాయి నిపుణులు. అవేంటో తెలుసుకుందాం రండి..! కొంతమందికి రోజూ తలస్నానం చేయడం అలవాటు. కర్ల హెయిర్ ఉన్న వారు కొందరు ఇలాగే చేస్తుంటారు. దీనివల్ల జుట్టు మరింత పొడిబారుతుందంటున్నారు నిపుణులు.

ఉండంటున్నాయి నిపుణులు. కాబట్టి జుట్టును ముడి నీ ముందు సహజసిద్ధంగా ఆరనివ్వడం ఉత్తమం. షియా బటర్, నువ్వుల నూనె.. వంటివి కర్ల హెయిర్ సంరక్షణకు చక్కని ఉపయోగపడతాయట. ఉంగరాల జుట్టు పొడిబారకుండా ఇంట్లోనే తయారుచేసుకోవే హెయిర్ స్ప్రే

ఉంగరాల జుట్టు.. అందంగా కనిపించేలా!



కాబట్టి, జుట్టు తత్వాన్ని బట్టి వారానికి రెండు నుంచి మూడుసార్లు మాత్రమే తలస్నానం చేయాలంటున్నారు. అది కూడా గాఢత తక్కువగా ఉండే షాంపూని నీళ్లతో కలుపుకొని చేయడం మంచిదని చెబుతున్నారు.

తలస్నానం తర్వాత నాణ్యమైన కండిషనర్ ను రాయడం మర్చిపోకూడదు. ఇది కేకాలు పొడిబారిపోకుండా చేస్తుంది. అలాగే తల స్నానానికి వేడి నీళ్లు కాకుండా గోరువెచ్చటి లేదంటే చల్లటి నీళ్లు ఉపయోగించడం మంచిదట.

కర్ల హెయిర్ సంక్షణ కోసం వారానికి మూడు సార్లు నూనె పెట్టుకోవాలంటున్నారు నిపుణులు. ఈ క్రమంలో

కొబ్బరి నూనెను కుదుర్చు, వెంట్రుకలకు అప్లై చేసి కాసేపు వర్చన చేయాలి. ఇలా రాత్తు నూనె పెట్టుకొని మరునటి రోజు ఉదయాన్నే తలస్నానం చేస్తే జిడ్డుగా కూడా అనిపించదని చెబుతున్నారు. తడిగా ఉన్న జుట్టును దువ్వడం, టవల్ తో గట్టిగా రుద్దుతూ తువ్వడం.. వంటివి అన్నలు చేయకూడదట. ఎందుకంటే ఇవి జుట్టు ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీస్తాయట. మెత్తటి కాటన్ క్లాత్ తో జుట్టును పొడిగా తుడుచుకొని.. ఆరిన తర్వాత చెక్కు దువ్వేస్తే జుట్టు తీసుకోవడం మంచిదట. తడిగా ఉన్న కర్ల హెయిర్ ను బిగుతూ జడ వేసుకోవడం లేదంటే ముడేయడం.. వంటివి చేస్తే జుట్టు చివర్లు చిట్టిపోయే ప్రమాదం

కూడా చక్కగా పనిచేయదట. ఈ క్రమంలో ఒక స్పృ వాటిలోలో డిస్కీల్ చుట్టరి నింపి అందులో కొన్ని మక్కల బొప్పిన వెజిటబుల్ ఆయిల్, రోజ్ మేరీ ఆయిల్, లావెండర్ నూనె వేసి, ఇవన్నీ చక్కగా కలిసిపోయేలాగా సీసాను బాగా కదపాలి. దీన్ని జుట్టుపై అప్పుడప్పుడూ స్ప్రే చేస్తుండడం వల్ల మంచి ఫలితం ఉంటుందట.

చర్మం. తద్వారా ముఖంపై ముడతలు, గీతలు.. వంటివి ఏర్పడే ప్రమాదం ముంది. అదే పెదురుతో తయారుచేసిన ఉత్పత్తుల్ని తరచూ వాడితే ఫలితం ఉంటుందంటున్నారు నిపుణులు. పెదురు ఎక్స్ ట్రాక్ట్ తో మెటిబల్ బ్యాక్టీరియా, యాంటీ ఫంగల్ గుణాలుంటాయి. ఇవి అల్లరిలు, ర్యాషెస్ వంటి చర్మ సమస్యల్ని దూరం చేయడంలో సహకరిస్తాయట. అందుకే పెదురు ఎక్స్ ట్రాక్ట్ తయారుచేసిన క్రెన్స్, బాడివాషులను చర్మానికి ఉపయోగించడం మేలంటున్నారు నిపుణులు. పెదురులోని సిలికా చర్మ సౌందర్యానికి కాదు.. జుట్టు ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుందట.

చర్మ సంరక్షణ, కేశ సౌందర్యం, గోళ్ల పరిరక్షణలో కీలక పాత్ర పోషించే పెదురు ప్రస్తుతం మార్కెట్లో.. నీరమ్, షిట్ మాస్క్లు, ఫేస్ మిస్క్, మాయిశ్శరైజర్లు, క్రెన్స్ రూపంలో అందుబాటులో ఉంది. అలాగే పెదురు ఎక్స్ ట్రాక్ట్ తయారుచేసిన పాంఫాలు, కండిషనర్లు సైతం లభిస్తున్నాయి. అయితే వీటిని ఎంచుకునే ముందు నిపుణుల సలహా తీసుకోవడం, ప్యాచ్ టెస్ట్ చేసుకోవడం మాత్రం మర్చిపోకూడదు.

విపణిలోకి మివీ స్మార్ట్ఫోన్

తెలుగు రాష్ట్రాల నుంచి కొత్తగా ఒక స్మార్ట్ఫోన్ విపణిలోకి వస్తోంది. మివీ వన్ 5జీ స్మార్ట్ఫోన్ను అక్టోబరు 8 నుంచి విక్రయస్థామని మివీ సహ వ్యవస్థాపకులు విశ్వనాథ్ కందుల తెలిపారు. 4జీఎం స్మార్ట్ఫోన్ 4 జెన్ 2 మెబైట్ ఫ్లాట్ ఫామ్స్, ఆండ్రాయిడ్ 16 ఆపరటింగ్ సిస్టమ్తో 6,000 ఎంపిహెచ్ బ్యాటరీ, 50 ఎంపి డ్యూయల్ కెమెరాతో 4జీబీ-6జీబీ-8జీబీ ర్యామ్, 128 జీబీ మెమరీతో ఈ 5జీ ఫోన్ను ఫ్లిప్కార్ట్లో విక్రయస్థామని పేర్కొన్నారు. రూ.11,999 నుంచి వీటి ప్రత్యేక ధరలు ప్రారంభమవుతాయన్నారు. హైదరాబాద్‌లోనే ఈ సంస్థ ప్లాంట్ ఉంది.



విదేశాలకు వెళ్లే వారికి VI గుడ్‌న్యూస్..

ప్రముఖ టెలికాం కంపెనీ వోడాఫోన్ ఐడియా (VI) కొత్త ఆఫర్‌తో ముందుకొచ్చింది. తమ చందాదారులకు ఇంటర్నెట్‌నెట్ రోమింగ్‌ను ఉచితంగా అందిస్తోంది. ఎంపిక చేసిన పోస్ట్ పేయిడ్, ప్రీపేయిడ్, ఎంటర్ప్రైజ్ ప్లాన్‌తో ఈ సదుపాయం ఉచితంగా ఇస్తోంది. ప్రత్యేకంగా ఎలాంటి రోమింగ్ ఛార్జీలు చెల్లించకుండా 170కి పైగా దేశాల్లో ఈ సదుపాయాన్ని వినియోగించుకోవచ్చని కంపెనీ ఓ ప్రకటనలో తెలిపింది. ఏడాదికి మూడు ట్రిపుల్ వరకు ఈ అవకాశం కల్పిస్తోంది. తద్వారా రూ.9 వేల వరకు ఆదా చేసుకోవచ్చని తెలిపింది. సాధారణంగా విదేశాలకు వెళ్లే ప్రయాణికులు పాత సిమ్ తీసిన, సాధిక సిమ్ వినియోగిస్తుంటారు. లేదంటే ఇన్ కమింగ్ కార్డ్, ఓటీపీలకు ఆటంకం కలగకుండా ఉండేందుకు వేరుగా ఇంటర్నెట్‌నెట్ రోమింగ్ ప్లాన్‌తో రీచార్జ్ చేసుకోవాల్సి ఉంటుంది. వోడాఫోన్ ఐడియా యూజర్లు మాత్రం కార్డ్, ఓటీపీల కోసం తమ నంబర్‌నే



యథా ప్లాన్, వారికీ ప్రీపేయిడ్ ప్లాన్ యూజర్లు, రూ.451తో ప్రారంభమయ్యే ఎంటర్ప్రైజ్ ప్లాన్ కలిగిన వినియోగదారులు ఈ సదుపాయాన్ని వినియోగించుకోవచ్చని కంపెనీ తెలిపింది. వీటినే ద్వారా రోమింగ్ ప్రీ ప్లాన్‌ను యాక్టివేట్ చేసుకోవచ్చని చెప్పింది. ప్యాకేజీని బట్టి ఇంటర్నెట్ షనల్ డేటా, ఔట్ గోయింగ్ కాల్స్‌ని ప్రయోజనాలు లభిస్తాయని కంపెనీ పేర్కొంది.

MDR ట్యాక్స్, సెస్స్ కాదు.. ప్రభుత్వానికి రూపాయి రాదు: నిర్మలా సీతారామన్

యూపీఐ లావాదేవీలపై ఎండిఆర్ (MDR On UPI) విధించుపై విపక్షాలు చేస్తున్న విమర్శలపై కేంద్ర ఆర్థిక మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్ స్పందించారు. ప్రతిపాదిత రుసుములు కేవలం రూ.2వేల కన్నా అధికంగా ఉన్న యూపీఐ లావాదేవీలకే వర్తిస్తాయని గుర్తు చేశారు. అలాగని ఇది పన్ను, సెస్స్ కాదని, సర్వచార్జ్ అంతకంటే కాదని పేర్కొన్నారు. దీంతో ఖజానాకు వచ్చేది ఏమీ ఉండదని స్పష్టంచేశారు. డిజిటల్ పేమెంట్స్ ఎక్స్ సిస్టమ్‌లో యూపీఐ సేవలందిస్తున్న పేమెంట్ సర్వీసు ప్రొవైడర్లు, మర్చంట్ బ్యాంకులు, అందులోని భాగస్వామ్య పక్షాలకే ఈ మొత్తం చేరుతుందని వెల్లడించారు. “ఇది పన్ను కాదు, సెస్ కాదు, సర్వచార్జ్ కూడా కాదు. ఈ ఆదాయం ప్రభుత్వ ఖజానాకు చేరదు. మొత్తం ఎండిఆర్‌లో 40 శాతం వినియోగదారుల ఉపయోగించే బ్యాంకులకు, 30 శాతం పేమెంట్ గేట్‌వేకి, 20 శాతం యూపీఐ యూజర్, మిగిలిన 10 శాతం యూపీఐ యూజ్ స్పాన్సర్ బ్యాంకుకు వెళ్తుంది. ఈ రుసుములు వ్యాపారి మాత్రమే భరించాలి” అని నిర్మలా సీతారామన్ తెలిపారు. డిజిటల్ చెల్లింపుల సాంకేతిక మౌలిక సదుపాయాలను నిర్వహించడానికి, మెరుగుదలకు, అభివృద్ధిలకు మద్దతు ఇవ్వడానికి ఈ చార్జీని చెల్లింపుల వ్యవస్థలోని భాగస్వామి వర్గాలే పంచుకుంటాయని స్పష్టంచే



శారు. ఇందులో ప్రభుత్వానికి ఎలాంటి సంబంధం లేదన్నారు. క్రిడిట్, డెబిట్ కార్డుల ద్వారా జరిగే లావాదేవీలపై ఇప్పటికే వ్యాపారులు ఎండిఆర్ చెల్లిస్తున్నారని నిర్మలా సీతారామన్ గుర్తుచేశారు. యూపీఐలో లావాదేవీలపై ఎండిఆర్‌ను వినియోగదారులపై పడే చార్జీగా చూడకూడదన్నారు. రూ.2 వేల వరకు యూపీఐ లావాదేవీలు ఉచితంగానే కొనసాగుతాయని తెలిపారు. వ్యక్తి నుంచి వ్యాపారికి చేసే లావాదేవీల్లో సుమారు 96 శాతం ఈ పరిధిలోకి రావని పేర్కొన్నారు. ప్రతిపాదిత ఎండిఆర్ వల్ల వినియోగదారులపై భారం పడుతుందన్న విమర్శల వేళ నిర్మలా సీతారామన్ ఈ మేరకు స్పష్టతనిచ్చారు. అక్టోబర్ 15 నుంచి కొత్త చార్జీలు అమల్లోకి రానున్నాయి.

ATM ఛార్జీలు రద్దు చేసిన ఎస్బీఐ



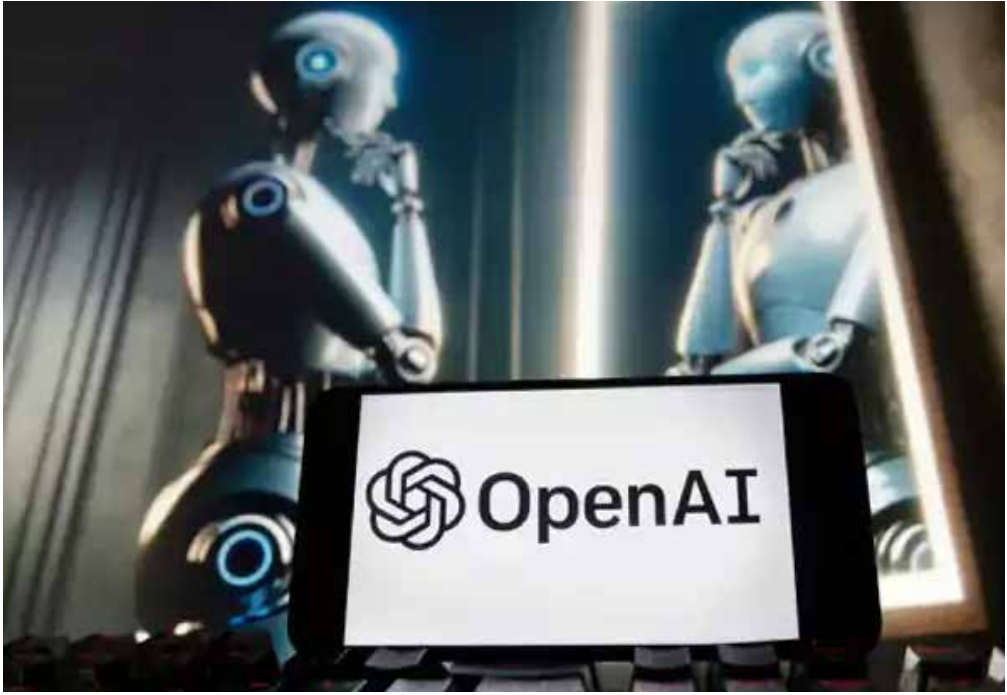
ఉంటే అలాంటి టీకా పింఛను పథకం వర్తింపు ఐదు రోజుల పని దినాలు, ఇతర డిమాండ్ సాధన కోసం ప్రభుత్వ రంగ బ్యాంకు యూనియన్లు మూడు రోజుల పాటు సమ్మెకు దిగుతున్న సంగతి తెలిసిందే. ఈ నేపథ్యంలో ఖాతాదారులకు సేవల్లో

బ్యాంకు యూనియన్ సమ్మె నేపథ్యంలో స్టేట్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా (SBI) కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. సమ్మె సమయంలో వినియోగదారులకు ఊరట కల్పిస్తూ ఏటీఎం లావాదేవీలపై ఛార్జీలను రద్దు చేసింది. సెప్టెంబర్ 28-30 మధ్య ఈ సదుపాయాన్ని కల్పిస్తోంది. సాధారణంగా నిర్దిష్ట సంఖ్య దాటిన తర్వాత ఏటీఎంలో చేసే లావాదేవీలపై బ్యాంకులు రుసుములు వసూలు చేస్తుంటాయి. సమ్మె నేపథ్యంలో ఆ మినహాయింపు ఇస్తూ ఎస్బీఐ ఎక్స్‌ప్రెస్ పోస్ట్ వెల్లింది. గరిష్ట వేతనం రూ.15 వేల-రూ.25 వేల మధ్య

ఆటంకం ఏర్పడకూడదన్న ఉద్దేశంతో ఈ ఆదివారం బ్యాంకులు పనిచేసేలా కేంద్రం ఆదేశాలు ఇచ్చింది. ఈ క్రమంలోనే సమ్మె కాలంలో ఏటీఎం ఛార్జీల భారం నుంచి ఖాతాదారులకు ఎస్బీఐ మినహాయింపు ఇచ్చింది. ఏ బ్యాంకు ఏటీఎం నుంచి లావాదేవీలు జరిపినా ఛార్జీలు వర్తించబోవని స్పష్టంచేసింది. అలాగే, బ్యాంకు సేవల కోసం మొబైల్ బ్యాంకింగ్, ఇంటర్నెట్ బ్యాంకింగ్, వాట్సాప్ బ్యాంకింగ్, యూపీఐ సేవలను వినియోగించుకోవాలని ఖాతాదారులకు సూచించింది.

ఏఐ మోడల్స్ కు ఏఐతోనే ట్రైనింగ్..

ప్రస్తుతం అన్ని రంగాల్లో ఏఐ హవా కొనసాగుతోంది. కృత్రిమ మేధస్సు మరింత అభివృద్ధి చేయడానికి ఏఐ కంపెనీలు కృషి చేస్తున్నాయి. ఇందులో భాగంగా చాట్ జీపీటీ రూపకర్త ఓపెన్ ఏఐ (OpenAI).. తమ మోడల్స్ కు మనుషుల సహజ స్పందనపై శిక్షణ నివ్వడానికి కాంట్రాక్ట్ ఉద్యోగులను నియమించింది. అయితే ఏఐకి ట్రైనింగ్ ఇవ్వడానికి కూడా ఆ ఉద్యోగులు.. ఏఐనే వాడుతుండడంతో అటువంటి వారిపై వేటు వేసింది. తమ ఏఐ (AI) చాట్ బాట్ ఎలా స్పందిస్తుందో అంచనా వేయడానికి, చాట్ జీపీటీ (ChatGPT) వినియోగదారుల ప్రాంప్ట్ లను చదవడానికి ఓపెన్ ఏఐ సంస్థ వేలాది మంది కాంట్రాక్ట్ ఉద్యోగులను నియమించింది. వాటిని చదివిన తర్వాత ఉద్యోగులు ఏఐ ప్రతి స్పందనలను విశ్లేషించి.. వినియోగదారుడు ఏమి అడిగాయో ఆ సమాచారాన్ని మాత్రమే ఇచ్చేలా చర్యలు తీసుకుంటారు. ఇందుకు గానూ కంపెనీ వారికి గంటకు 50 డాలర్ల (సుమారు రూ.4,795) జీతం అందిస్తోంది. అయితే.. వీరిలో చాలామంది కంపెనీ మోడల్స్ కు స్వయంగా శిక్షణ ఇవ్వడానికి బదులుగా.. ఏఐ (AI)నే వాడి ట్రైనింగ్ ఇస్తున్నారు. ఈ విషయాన్ని గురించిన యాజమాన్యం.. సదరు ఉద్యోగులను సంస్థ నుంచి తొలగించింది. ఇలా కృత్రిమ మేధ సాయంతో ఏఐకి శిక్షణనివ్వడం వల్ల ‘మోడల్ కొలాప్స్’ అయ్యే అవకాశం ఉందని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. AI-స్పృహించిన కంటెంట్ తోనే శిక్షణ పొందుతున్న కొద్దీ.. ఒకే రకమైన సమాచారం రిపీట్ అవుతుందని, కాలక్రమేణా వివిధ మోడల్స్ వాటి కచ్చితత్వాన్ని, వైవిధ్యతను కోల్పోతాయన్నారు.



సింధు, లక్ష్మలకు కలిత డ్రా

ఆసియా క్రికెట్ కప్ ఫైనల్‌లో భారత స్టార్ ప్లేయర్ వి.వి.సింధు, లక్ష్మీ సేన్‌లకు కలిత డ్రా ఎదురైంది. మహిళల సింగిల్స్ లో రెండుసార్లు ఒలింపిక్ పతక విజేత సింధుకు తొలి రౌండ్లో బై లభించింది. అమెరికన్ లెక్కల ప్రకారం ఏడో సిడ్ తొమ్మిది మియాజాకి (జపాన్)ను ఢీకొనచ్చు. సెమీస్ చేరాలంటే మాత్రం ఒలింపిక్ ఛాంపియన్ చెన్ యుప్యై (చైనా)ను ఓడించాల్సి రావచ్చు. పురుషుల సింగిల్స్ లో లక్ష్మీ సేన్ కు కూడా తొలి రౌండ్లో బై లభించింది. రెండో రౌండ్లో ప్రపంచ మాజీ ఛాంపియన్ లో కీన్ యు (సింగపూర్)ను ఎదుర్కోవచ్చు లక్ష్యం. క్వార్టర్స్ లో ప్రపంచ నం.1 జోనాథన్ ఫ్రీస్టన్ (ఇండోనేసియా)తో తలపడల్సి రావచ్చు. పురుషుల డబుల్స్ లో డిపెండింగ్ ఛాంపియన్ సాత్విక్, చిరాగ్ జోషీ ఓడికే సులువైన డ్రా ఎదురైంది. నాలుగో సిడ్ సాత్విక్ జోషీకి సెమీఫైనల్ టాప్ సిడ్ కిమ్ వోన్ హో, సియో సియుంగ్ తే (కొరియా) జంట ఎదురకావచ్చు. మిగతా మ్యాచ్ లో తేలికైన ప్రత్యర్థులే పడ్డారు. గత ఆసియా క్రికెట్ కప్ ఫైనల్‌లో భారత్ మూడు పతకాలు నెగ్గింది.

భారత్ కు రెండో గోల్డ్ మెడల్

ఒక్క బంతి పడకుండానే రద్దయిన రెండు మ్యాచ్ లు

ఆసియా క్రికెట్ ఛాంపియన్ లీగ్ విభాగంలో తొలుత మన బాకర్ పంటి స్టార్ మాటర్లు నిరాశపర్చినా.. ఇప్పుడు ఏకంగా గోల్డ్ మెడల్ దక్కింది. 10 మీటర్ల ఎయిర్ విస్ట్ డిట్ మి ఈమెలో భారత మాటర్ల కమలీతే. సురువిసింగ్ స్వర్ణం సాధించారు. దీంతో ఈ క్రికెట్ మన దేశానికి రెండో

రుద్రాణ్ పాటిల్, నీరజ్ కుమార్ మొత్తంగా 1762 పాయింట్లు సాధించారు. 1766 పాయింట్లతో చైనా టీమ్ స్వర్ణం నెగ్గింది. కేవలం నాలుగు పాయింట్లు తేడాతో మన జట్టుకు త్రుటిలో పసిడి చేజారింది. మరోవైపు స్క్వాష్ మిక్స్ డబుల్స్ ఈమెలోలో జోష్



పసిడి పతకం లభించింది. అంతకుముందు మహిళల క్రికెట్ జట్టు బంగారు పతకం సాధించిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ విభాగం మెడల్ రౌండ్ లో మొత్తం నాలుగు జోడీలు ఫైనల్ కు అర్హత సాధించాయి. ఇందులో కమలీతే, సురుచి కలిసి మొత్తంగా 484.6 పాయింట్లతో అగ్రస్థానంలో నిలిచారు. ఇక, దక్షిణకొరియా ద్వయోనికి రజతం, ఇరాన్ జోడీకి కాంస్యం దక్కాయి. ఇక, పురుషుల 50 మీటర్ల రైఫిల్ టీమ్ ఈమెలోలో భారత త్రయం రజతం సాధించింది. ఫైనల్ లో మన మాటర్లు ఇక్కర్ల ప్రతాక్ సింగ్ తో మర్.

చిన్నప్ప, సెంటిల్ కుమార్ పతకం ఖాయం చేసుకున్నారు. శుక్రవారం జరిగిన క్వార్టర్ ఫైనల్ లో ఫిలిప్పీన్స్ జోడి డేవిడ్ ఫెలిప్-జెమైకా అరిబాడో ను 11-3, 11-5 తో ఓడించి మన ఆటగాళ్లు సెమీఫైనల్ దూసుకెళ్లారు. దీంతో కనీసం కాంస్యం ఖాయం చేసుకున్నారు. అటు టెబల్ టెన్నిస్ మిక్స్ ఈమెలోలో భారత ద్వయం మనుష్ షా, దియా చితాల్ కూడా పతకం ఖాయం చేసుకున్నారు. క్వార్టర్స్ లో వీరు హంకాంగ్ జోడీని 11-6, 13-15, 11-9, 11-5 తో ఓడించారు.



ఆస్ట్రేలియా-ఎ లక్ష్మం 363

ఆస్ట్రేలియా-ఎతో నాలుగు రోజుల మ్యాచ్ లో భారత్-ఎ విజయానికి రంగం సిద్ధం చేసుకుంది. ప్రత్యర్థి ముందు 363 పరుగుల లక్ష్యాన్ని ఉంచిన దేవదత్ పడిక్కిల్ సారథ్యం లోని జట్టు.. గురువారం మూడో రోజు ఆట ముగిసేసరికి కంగారూ జట్టును 55/2కు కట్టడి చేసింది. విజయం సాధించాలంటే ఇంకో 308 పరుగులు సాధించాల్సి అసిన్. భారత స్పిన్ ధ్వం ఏ మేరకు కాచుకుంటుందో చూడాలి. అంతకుముందు 163 పరుగుల తొలి ఇన్నింగ్స్ అధిక్యంతో రెండో ఇన్నింగ్స్ ఆరంభించిన భారత్ 199 పరుగులకు ఆటోలైంది. ఒక డశలో 93/1తో ఉన్న జట్టు.. అప్పెన్సర్ టాడ్ మర్నీ (4/44) లియామ్ స్పాట్ (2/22) విజృంభించడంతో వేగంగా వికెట్లు కోల్పోయింది. పడిక్కిల్

(59), కుమార్ కుకాగ్ (46 నాటో), సాయు సుదర్శన్ (39) రాణించి జట్టుకు పోరాడే స్ఫూర్తును అందించారు. తొలి ఇన్నింగ్స్ లో భారత్-ఎ 334 పరుగులు చేయగా.. ఆస్ట్రేలియా-ఎ 171 పరుగులకే ఆటోలైంది.



మహిళల టిమి యర్ లీగ్ (డబ్ల్యూ ఏవీఎల్) కు

వరుసగా రెండో రోజు వరుణుడు అద్దం పడ్డాడు. మంగళగిరిలోని ఏసీఏ స్టేడియంలో గురువారం జరిగిన మ్యాచ్ లు వరం కారణంగా రద్దయ్యాయి. ఉదయం నుంచి ఎడతెరిపి లేకుండా వర్షం పడడంతో మధ్యాహ్నం వైజాగ్ ఫైర్ బ్రెక్, రాయలసీమ జెన్ స్టార్స్ మధ్య జరిగిన తొలి మ్యాచ్.. సాయంత్రం అమరావతి ఈ ఛాంపియన్స్, గోదావరి గోల్డెన్ ఈగల్స్ మధ్య రెండో మ్యాచ్ ఒక్క బంతి పడకుండానే తుడిచిపెట్టుకుపోయాయి. దీంతో నాలుగు జట్లకు తలో పాయింట్ దక్కింది. ప్రస్తుతం రాయలసీమ, అమరావతి, గోదావరి జట్టు ఆరేసి పాయింట్లతో ఉన్నాయి. నెట్ రన్ రేట్లో భారత రాయలసీమ జెన్ స్టార్స్ (+0.643) అగ్రస్థానంలో ఉంది. అమరావతి మాటర్లు (+0.383), గోదావరి (-0.164) తర్వాతి స్థానాల్లో ఉన్నాయి. అడిన అనంతజీతే సింగ్ మూడు మ్యాచ్ లో ఓడిన వైజాగ్ జట్టు రెండో పాయింట్లతో ఫైనల్ సరుకా, పరినాజ్ రేసు నుంచి నిష్క్రమించింది. శుక్రవారం మధ్యాహ్నం వైజాగ్ తో ధరివాల్.. చరిత్ర సృష్టించడావరి.. సాయంత్రం రాయలసీమతో అమరావతి తల చారు. ఆసియా క్రికెట్ మిక్స్ డి పడనున్నాయి. లీగ్ డశలో చివరి రెండు మ్యాచ్ లు టీమ్ స్క్వేడ్ ఈమెంట్లో భారత్ కు ఇవే. ఈ మ్యాచ్ లకు కూడా వర్షం అంతరాయం కలిగించొచ్చు. ఇవి కూడా రద్దయి నిలిచారు. గురువారం ఉత్తం తే లీగ్ డశలో తొలి రెండు స్థానాలలో రాయలసీమ, అమరావతి ఉన్నాయి. ఈ ధ్వం 44 పాయింట్లతో మూడో

అనంతజీత్, పరినాజ్ జోడీకి కాంస్యం

సానం సాధించింది. కాల్ ఫిఫ్టీవేస్ట్ 138 పాయింట్లతో నాలుగు జట్ల ఫైనల్ కు అనంతజీత్, పరినాజ్ అర్హత సాధించారు. అందులో ముందుగా ఖతార్ జోడీ వైదొలగడంతో భారత్ కు పతకం ఖాయమైంది. చైనా, దక్షిణ కొరియా స్వర్ణ పోరుకు అర్హత సాధించాయి. ఆ దేశ జోడీలు వరుసగా 52, 51 పాయింట్లతో స్వర్ణ, రజత పతకాలు కైవసం చేసుకోగా.. భారత ద్వయోనికి కాంస్యం దక్కింది. స్కీడ్ లో భారత్ పోటీపడ్డ మూడు విభాగాల్లోనూ పతకాలు సాధించడం విశేషం. పురుషులు, మహిళల విభాగాల్లోనూ భారత్ కు కాంస్యాలు దక్కాయి. మరోవైపు 10 మీటర్ల ఎయిర్ విస్ట్ లో మన దేశానికి నిరాశ తప్పలేదు. కమలీతే, బాలక్రష్ణ కేదారింగ్, ఆకాశ్ భరద్వాజ్ త్రయం పురుషుల టీమ్ విభాగంలో పతకానికి దూరమైంది. ఆరు సిరీస్ ఫైనల్ లో భారత క్రీడాకారులు 1730 పాయింట్లతో నాలుగో స్థానానికి చేరినట్లు తెలుస్తోంది. ఈ ముగిసినా పక్షిగత విభాగాల్లో ఫైనల్ చేరలేకపోయారు.



'కల్కి' సీక్వెల్ రెగ్యులర్ షూటింగ్ అక్టోబర్లో ప్రారంభం



వృధయం సినిమా: రెబల్ స్టార్ ప్రభాస్ విజ్ఞాన సౌఖ్య పురస్కారంతో ఎక్స్ట్రావేగాంజా 'కల్కి' 2898 ఏడీ కోసం ట్రైయేటివ్ డైరెక్టర్ నాగ్ అశ్విన్ స్వస్థించిన ప్రపంచం ఇప్పుడు మరింత భారీ స్థాయిలో విస్తరించబోతోంది. ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్న ఈ సీక్వెల్ రెగ్యులర్ షూటింగ్ను ప్రారంభించేందుకు సిద్ధమవుతోంది. ప్రతిష్టాత్మక వైజయంతీ మూవీస్ బ్యానర్ పై అశ్విన్ దర్శన నిర్మిస్తున్న ఈ సీక్వెల్లో ప్రభాస్ మరోసారి అలరించబోతున్నారు. అమెటార్ బచ్చన్, కమల్ హాసన్ కూడా కీలక పాత్రలో కొనసాగుతున్నారు. తొలి భాగం అద్భుతమైన బ్లాక్ బస్టర్ గా నిలవడంతో అంచనాలు మరింత పెరిగాయి. తొలి భాగం ఘన విజయం సాధించడంతో సీక్వెల్ పై అంచనాలు భారీగా పెరిగాయి. దీంతో ఇది దేశవ్యాప్తంగా అత్యంత ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్న సినిమాల్లో ఒకటిగా మారింది. మరింత భారీ స్థాయిలో రూపొందించుకున్న ఈ చాప్టర్ కోసం నాగ్ అశ్విన్ తెరవెనుక ఇంటెన్స్ వర్క్ చేస్తున్నారు. వరల్డ్, స్పేస్, కథను మరింత గ్రాండ్ గా తీర్చిదిద్దే పనిలో నిమగ్నమయ్యారు. ప్రభాస్ తో పాటు ఇతర కీలక నటీనటులు వచ్చే నెల నుంచి తమ షూటింగ్ షెడ్యూల్ ను ప్రారంభించనున్నారు. భారీ షెడ్యూల్ తో షూటింగ్ ను ఫాస్ట్ చేస్తున్న టీమ్... మొత్తం ప్రొడక్షన్ ను 2027 మిడ్ కి పూర్తి చేయాలని నాగ్ అశ్విన్ లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు. ఇప్పటికే ఇంటెన్స్ ట్రై-ప్రొడక్షన్ వర్క్ పూర్తయిన నేపథ్యంలో.. నాగ్ అశ్విన్ తన విజన్ ను సెట్టింగ్ తీసుకెళ్తున్నట్లు సిద్ధమయ్యారు. ఇంతకాలం సిద్ధం చేసిన భారీ ప్రణాళికలను మరింత గ్రాండ్ సినిమాటిక్ స్పెక్టాకిల్ గా ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకొచ్చేందుకు సన్నాహాలు చేస్తున్నారు.



'కాకా' డబ్బింగ్ ప్రారంభం

వృధయం సినిమా: బ్లాక్ బస్టర్ 'వార్' వీరయ్య తర్వాత మెగా స్టార్ చిరంజీవి, సక్సెస్ ఫుల్ డైరెక్టర్ బాబీ కొలి మరోసారి కలిసి చేస్తున్న యాక్షన్ ఎంటర్టైన్మెంట్ 'కాకా'. కేవీఎస్ ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్ పై వెంకట్ కే నారాయణ నిర్మిస్తున్న ఈ సినిమాపై ఇప్పటికే భారీ అంచనాలు నెలకొల్పుతోంది. చిరంజీవి పట్టిన రోజు సందర్భంగా విడుదల చేసిన టైటిల్ గ్రింప్స్ కు అదిరిపోయే రెస్పాన్స్ వచ్చింది. తాజాగా 'కాకా' డబ్బింగ్ పనులు పూజా కార్యక్రమంతో ప్రారంభమయ్యాయి. షూటింగ్ తో పాటు పోస్ట్ ప్రొడక్షన్ పనులు కూడా ఏకకా

లంలో శరవేగంగా జరుగుతున్నాయి. THE BLOODY BENCHMARK సెట్ చేసేందుకు చిత్ర బృందం ఫుల్ స్పీడ్ లో వర్క్ చేస్తోంది. ఈ చిత్రంలో అనన్యర రాజన్ కీలక పాత్రలో నటిస్తున్నారు. ఎస్. భమనీ సంగీతం అందిస్తుండగా, విజయ్ కార్తిక్ కన్నన్ సినిమాటోగ్రఫీ బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్నారు. అవినాష్ కొల్లా ప్రొడక్షన్ డిజైన్ చేస్తున్నారు. అంటోనీ ఎల్ రూబెన్ ఎడిటర్ గా పని చేస్తున్నారు. కోస వెంకట్, కే చక్రవర్తి రెడ్డి స్కోర్ పై అందించగా, హరి మోహన్ కృష్ణ, వినీత్ పాటల రైటర్స్ గా చేస్తున్నారు.

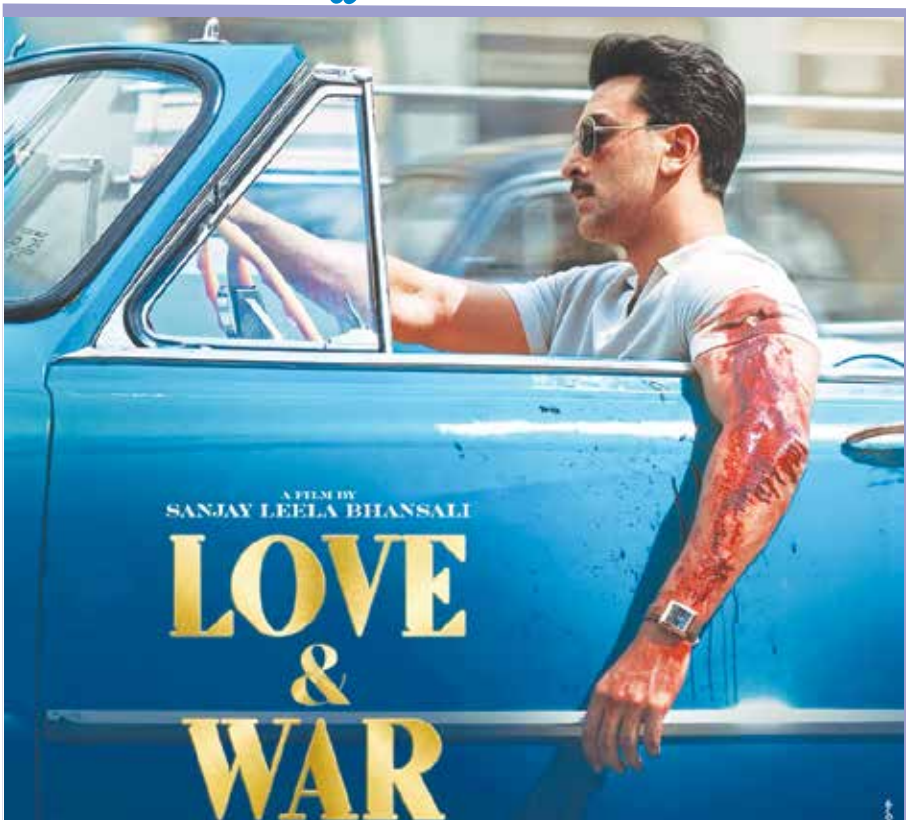


మోక్షజ తొలి సినిమా వెనుక బాలయ్య బాబు మాస్టర్ ప్లాన్..



వృధయం సినిమా: సందమూరి అభిమానులు దశాబ్దకాలంగా ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్న తరుణం రానే వచ్చింది. నటసింహం సందమూరి బాలకృష్ణ వారసుడు మోక్షజ ఎంట్రీ అధికారికంగా ఖరారైంది. అయితే ఈ సినిమా వెనుక బాలయ్య బలం ఏంటనేది ఇప్పుడు బయటకొచ్చి హాట్ టాపిక్ అయింది. సందమూరి అభిమానులు దశాబ్దకాలంగా ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్న తరుణం రానే వచ్చింది. నటసింహం సందమూరి బాలకృష్ణ వారసుడు మోక్షజ ఎంట్రీ అధికారికంగా ఖరారైంది. 'బింబిసార', 'విశ్వం భర' లాంటి సోపియో ఫాంటసీ చిత్రాలతో తన కంటూ ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకున్న యువ దర్శకుడు పశ్చిం ఈ ప్రతిష్టాత్మక ప్రాజెక్టుకు దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. ఈ సినిమా ను ఒక రోటీన్ మాన్ ఎంటర్టైన్మెంట్ కాకుండా, ఒక భిన్నమైన జానల్ ప్రాజెక్టును వెండితెరకు పరిచేయించేయబోతుంటుంది ఇప్పుడు టాలీవుడ్ వర్గాల్లో ప్రధాన చర్చనీయాంశంగా మారింది. ఈ చిత్రం పూర్తిస్థాయి సోపియో-ఫాంటసీ యాక్షన్ డ్రామాగా తెరకెక్కుతుందని సమాచారం. ఆసక్తికరమైన ఎలిమెంట్స్ పాటు హాల్లీవుడ్ స్థాయి విజువల్ ఎఫెక్ట్స్ (VFX) ఉండబోతున్నట్లు తెలుస్తోంది.

'లవ్ & వార్' ఫస్ట్ లుక్ లో రణబీర్ కపూర్



వృధయం సినిమా: సంజయ్ లీలా భన్సాలీ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న ప్రతిష్టాత్మక చిత్రం 'లవ్ & వార్' కోసం ప్రేక్షకులు ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు. రణబీర్ కపూర్, అలియా భట్, విక్కి కౌశల్ వంటి ముగ్గురు స్టార్ హీరోహీరోయిన్లు కలిసి నటిస్తున్న ఈ సినిమాపై ఇప్పటికే భారీ అంచనాలు ఉన్నాయి. తాజాగా ఈ సినిమాకు సంబంధించిన రణబీర్ కపూర్ ఫస్ట్ లుక్ ను మేకర్స్ విడుదల చేశారు. ఇందులో రణబీర్ పూర్తిగా కొత్త లుక్ లో కనిపిస్తూ ఆకట్టుకుంటున్నారు. సంజయ్ లీలా భన్సాలీ సినిమాల్లో కనిపించే గ్రాండ్ విజువల్స్, రివీన్ ఈ పోస్టర్ లోనూ స్పష్టంగా కనిపిస్తున్నాయి. రణబీర్ ఇప్పటివరకు కనిపించని కొత్త అవతారంలో కనిపించడం సినిమాపై ఆసక్తిని మరింత పెంచుతోంది. పోస్టర్ కు జత చేసిన బ్యాక్ గ్రౌండ్ మ్యూజిక్ కూడా విజువల్స్ కు అద్భుతంగా సరిపోయింది. సంగీతం విషయంలో భన్సాలీ మార్క్ మరోసారి కనిపించింది. ఈ పోస్టర్ ను సోషల్ మీడియాలో షేర్ చేసిన మేకర్స్ "హోదా రత్నా, జోహా రౌడీ, హోదా జోహాన్!" అంటూ కాష్టర్స్ ఇచ్చారు.

'లవ్ & వార్' చిత్రం 2027 జనవరి 21న ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. రణబీర్ కపూర్, అలియా భట్, విక్కి కౌశల్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటిస్తున్న ఈ సినిమాను హిందీలో పాటు తెలుగు, తమిళ భాషల్లోనూ విడుదల చేయనున్నారు.

'హాయ్' తమిళ జీ5లో స్ట్రీమింగ్



నేటితరం సంబంధాలు, ప్రేమను హృదయానికి హత్తుకునేలా, భావోద్వేగంగా అభివ్యక్తిస్తుంది. నయన్, కవీన్ ఈ సినిమాకు ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలచగా.. తెరపై వారి కెమిస్ట్రీ కథకు మరింత అందాన్ని తీసుకొచ్చింది. నయన్ తార.. అత్త విశ్వాసం, హుందాతనం, స్వతంత్ర భావాలున్న మహిళ పాత్రలో సహజంగా ఒదిగిపోయారు. ఇక కవీన్.. నిజాయతీ, అమాయకత్వం కలగలిసిన యువకుడిగా ఆకట్టుకున్నారు. అతడి పాత్రలో కనిపించే సున్నితమైన భావోద్వేగాలు ప్రేక్షకులకు వెంటనే కనెక్ట్ అయ్యేలా ఉంటాయి.

భారతదేశంలోని అగ్రశ్రేణి మావర్ స్టార్స్ నటించిన పలు బ్లాక్ బస్టర్ చిత్రాలను ప్రేక్షకులకు అందించిన తమిళ జీ5 తన విజయ పరంపరను కొనసాగిస్తోంది. 'జననాయగన్' కు లభించిన అద్భుతమైన స్పందన తర్వాత, ఇప్పుడు నయన్ తార, కవీన్ నటించిన 'హాయ్' చిత్రంతో ప్రేక్షకులను అలరించటానికి సిద్ధమవుతోంది. విభిన్నమైన ప్రేమకథగా తెరకెక్కిన ఈ చిత్రం.. నేటితరం సంబంధాలను సరికొత్త కోణంలో అభివ్యక్తిస్తూ, హృదయాన్ని హత్తుకునే ప్రేమకథగా అలరించునుంది. నయన్ తార, కవీన్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటించిన 'హాయ్' చిత్రం..

వృధయం సినిమా: కార్తిక్ జయంతి హీరోగా పరిచ

నవంబర్ 20న "రాయవలస"



"రాయవలస". రాధిక జయంతి దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. RaysuN ప్రొడక్షన్స్ పై గోపీ కృష్ణ శై నిర్మిస్తున్నారు. ఇప్పటికే విడుదలైన టీజర్ సినిమాపై అంచనాలు వెంచింది. డెబ్యూ హీరో అయినప్పటికీ కార్తిక్ జయంతి పవర్ ఫుల్, ఇంటెన్స్ లుక్ తో అందరి దృష్టిని ఆకట్టుకున్నారు. తాజాగా మేకర్స్ రిలీజ్ డేట్ అనౌన్స్ చేశారు. నవంబర్ 20న ఈ సినిమా ప్రేక్షకులు ముందుకు రానుంది. రిలీజ్ డేట్ పోస్టర్ లో కార్తిక్ త్రిశూలంతో అమృతాని విగ్రహం ముందు నిలబడి ఘండలం పవర్ ఫుల్ గా ఉంది. ఈ చిత్రంలో శ్రీష సులు హీరోయిన్ గా నటిస్తోంది. అన్నపూర్ణమ్, అనిశ్ చౌదరి, జయప్రకాశ్, రవి వర్మ, కాశీ విశ్వనాథ్ వంటి సినీయర్ నటులతో పాటు త్రినాద్ రావు, సుహాస్, కంచనపాలెం రాజు ఈ చిత్రంలో కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. ఈ చిత్రానికి అర్జున్ బాలా సంగీతం ప్రధాన ఆకర్షణగా నిలుస్తోంది.

"మత్స్య" గ్లింప్స్ రిలీజ్



వృధయం సినిమా: యంగ్ టాలెంటెడ్ హీరో వివస్వాన్ నటిస్తున్న పోక్ లోర్ అడ్వెంచర్ ఫిలిం "మత్స్య". ఈ చిత్రంలో వివస్వాన్ టాలీవుడ్ లోకి అడుగుపెడుతున్నారు. ఈ చిత్రాన్ని జి.బి.ఆర్ ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్ పై సంపాత గణపతి ఇంటూరి నిర్మిస్తున్నారు. రవి గోల్, తేజ కనకాల దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. ఈ రోజు "మత్స్య" సినిమా అఫీషియల్ గ్లింప్స్ ను మేకర్స్ రిలీజ్ చేశారు. ఈ గ్లింప్స్ టాప్ క్వాలిటీ విజువల్స్, ఏఎఫ్ఎక్స్ తో ఒక కొత్త సినిమాటిక్ వరల్డ్ ను పరిచయం చేసింది. 'అమృతా కొత్త టైమ్ కథ చెప్పవచ్చు..! అంటూ బాబు అమృతను అడగగా, ఒక ఫిష్ కథ చెప్పనా అంటూ అమృత చెప్పి డైలాగ్ తో "మత్స్య" గ్లింప్స్ మొదలవుతుంది. ఎన్నో వింతలు, అద్భుతాలు, ఒక ట్రావెలర్ ఉండే ఆకథను అమృత చెబుతుంటే హీరో క్యారెక్టర్ ను కలర్ ఫుల్ గా పరిచయం చేశారు. గ్లింప్స్ లో వివస్వాన్ సైలెట్, అప్పయరెన్స్, బాడీ లాంగ్వేజ్ తో ఆకట్టుకుంటున్నారు. ఈ చిత్రంలో ఒక ప్రామిసింగ్ యంగ్ హీరోగా వివస్వాన్ తెలుగు ప్రేక్షకుల ముందుకు వస్తున్న ఏక్స్ పెక్టేషన్స్ ఏర్పడుతున్నాయి. గ్లింప్స్ చివరలో హీరో ఉన్న బోట్ కింద నుంచి మిథిల కల్ ఫిష్ వెళ్లడం ఆసక్తి కలిగిస్తోంది. "మత్స్య" చిత్రంలో పోక్ లోర్, అడ్వెంచర్ వంటి అంశాలను మేళవించి ప్రేక్షకులకు ఒక కొత్త ప్రపంచాన్ని చూపించబోతున్నట్లు గ్లింప్స్ తో తెలుస్తోంది. ఈ చిత్రానికి సంబంధించిన మరిన్ని అప్డేట్స్ మేకర్స్ త్వరలో వెల్లడించనున్నారు.

వృధయం సినిమా: భారీ స్థాయి సినిమాల్లో అలరించే షేపుల్ మీడియా ఫ్యాక్షర్, ఇప్పుడు ఆంధ్రప్రదేశ్ కి చెందిన లెజెండ్ రిజానపర గాయని

గరివిడి లక్ష్మి కథని ప్రేక్షకులు ముందుకు తీసుకొస్తుంది. గరివిడి లక్ష్మి పాత్రలో ఆనంది మారుస్తోంది. గెరి నాయుడు జమ్మి ఈ సినిమాకి దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. ఖుర్రకథలు చెప్పడమే కాదు, ఓ ఉద్దమంగా మార్చిన లక్ష్మి జీవితాన్ని ఈ సినిమా అభివ్యక్తించనుంది. టీజ్ విశ్వ ప్రసాద్, కృతి ప్రసాద్ నిర్మిస్తున్న 'గరివిడి లక్ష్మి' ఓ పాటతో చేలాది హ్యాంసూర్లో నిలిచి పోయిన లెజెండ్ రిజానపర గాయని జీవితాన్ని రిక్రియేట్ చేస్తోంది. ఇప్పటికే విడుదలైన ఈ సినిమా ప్రమోషనల్ కంటెంట్ కి మంచి రెస్పాన్స్ వచ్చింది. తాజాగా కొండ కోస కోస పాడే సాంగ్ రిలీజ్ చేశారు. ఈ పాటని చరణ్ అర్జున్ స్వయంగా సాహిత్యం

