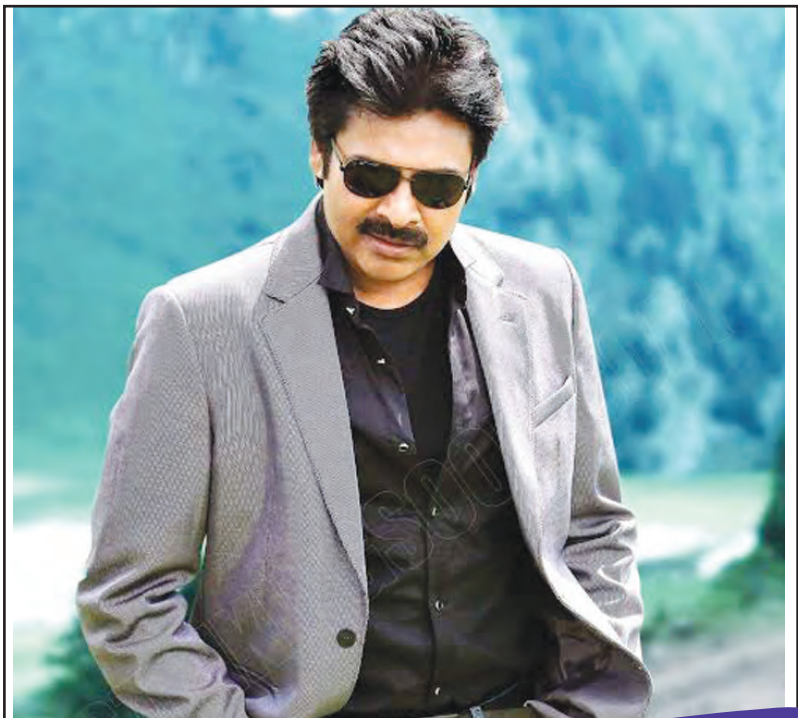


'ఉస్సాద్ భగత్ సింగ్' షూటింగ్లో పవన్ కల్యాణ్



పవన్ స్టార్ పవన్ కల్యాణ్, డైరెక్టర్ హరీష్ శంకర్, మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ సెన్సేషనల్ కాంటినెంషన్లో తెరకెక్కుతున్న ఉస్సాద్ భగత్ సింగ్ సినిమా కొత్త షూటింగ్ షెడ్యూల్ ప్రారంభమైంది. బుధవారం పవన్ కల్యాణ్ హైదరాబాద్ లో అఫీషియల్గా షూటింగ్లో జాయిన్ అయ్యారు. పవన్ కల్యాణ్ ఎంట్రీతో సెట్లో జోష్ నెలకొంది. ఈ సినిమా

షూటింగ్ ప్రస్తుతం హైదరాబాద్లో జరుగుతోంది. పవన్ కల్యాణ్తో పాటు, సినిమాలోని ప్రముఖ తారాగణం కూడా షూటింగ్లో పాల్గొంటోంది. మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ సెన్సే యెర్లెని, వై.రవి శంకర్ భారీ స్టాంలో నిర్మిస్తున్న ఈ సినిమాలో శ్రీలీల కథానాయికగా నటిస్తోంది. ఈ చిత్రానికి రాక్ స్టార్ దేవి శ్రీ ప్రసాద్ సంగీతం అందిస్తున్నారు. ఆయనకు బోన్ సినిమాటోగ్రఫీని నిర్వహిస్తున్నారు, ఉజ్వల్ కులకర్ణి ఎడిటర్. రామ్ లక్ష్మణ్ డ్యూయం యాక్టర్ సీక్వెన్స్ లను కోరియోగ్రఫీ చేస్తున్నారు. ఆనంద్ సాయి ప్రొడక్షన్ డిజైనర్. స్ట్రీట్ ఫ్లే కె. దశరథ్ రాశారు, ఆడిషన్ల రైటింగ్ సి చంద్ర మోహన్. తారాగణం: పవన్ కల్యాణ్, శ్రీలీల, సాంకేతిక సిబ్బంది: రచన, దర్శకత్వం: హరీష్ శంకర్. ఎస్, నిర్మాతలు: నవీన్ యెర్లెని, రవిశంకర్ యలమంచిలి, సంగీతం: దేవి శ్రీ ప్రసాద్, స్ట్రీట్ ఫ్లే: కె. దశరథ్, రచన సహకారం: సి చంద్ర మోహన్, సినిమాటోగ్రఫీ: ఆయనకు బోన్, ఎడిటింగ్: ఉజ్వల్ కులకర్ణి, ప్రొడక్షన్ డిజైనర్: ఆనంద్ సాయి, నిజా: చెర్రీ, ఫైట్స్: రామ్ లక్ష్మణ్,

పీఆర్వీ: పంశీ శేఖర్.

మాటింగ్: ఫస్ట్ షా.

కింగ్ నాగార్జున, రఘుకమందన్న, హైలీ యాంటిసిపేటెడ్ పాన్ ఇండియా మూవీ శేఖర్ కమ్మల కుబేర. అద్భుతమైన తారాగణంతో కుబేర ఇండియన్ సినిమాలో గేమ్ ఛేంజర్ గా నిలవబోతోంది. ఇప్పటికే విడుదలైన కుబేర ప్రమోషన్ల కంటెంట్ కి ట్రైమండ్స్ రెస్పాన్స్ వచ్చింది. పోయూరా మామ, ట్రాన్స్ ఆఫ్ కుబేర వార్డ్ బస్టర్ రెస్పాన్స్ తో మ్యూజిక్ వార్డ్ లో బాప్ ట్రెండింగ్లో వున్నాయి. శేఖర్ కమ్మల అమిగోస్ క్రియేషన్స్ ప్రైవేట్ లిమిటెడ్ తో కలిసి సునీల్ నారంగ్, పున్నూర్ రామ్ మోహన్ రావు ఈ చిత్రాన్ని హై బడ్జెట్ హై ప్రొడక్షన్ వాల్యూస్ తో నిర్మిస్తున్నారు. కుబేర తెలుగు, తమిళం, తెలుగు, హిందీ, కన్నడ, మలయాళ భాషలలో జూన్ 20న ప్రపంచవ్యాప్తంగా గ్రాండ్గా విడుదల కానుంది. ఈ సందర్భంగా ఈ చిత్రంలోని పీ డి డి డి పాటలు ముంబయిలో గ్రాండ్గా లాంఛ్ చేశారు. సాంగ్ లాంఛ్ ఈవెంట్లో పీల్ ధనుష్ మాట్లాడుతూ, అందరికీ నమస్కారం. కుబేర చాలా స్పెషల్ ఫిలిం. చాలా డిఫరెంట్ ఫిలిం. నా మనసుకు చాలా దగ్గరైన సినిమా. ఈ సినిమా మాటింగ్ ఫెంటాస్టిక్ ఎక్స్క్యూరియన్స్. నాగార్జునతో కలిసి వర్క్ చేయడం చాలా ఆనందాన్ని ఇచ్చింది. చాలా పాజిటివ్ టీంతో కలిసి పని చేసాం. ఈ సినిమాలో బెగ్గర్ క్యారెక్టర్ని ప్లే

చిత్రాలు కూడా ఇక్కడ చాలా అద్భుతంగా యాక్చివ్ చేశారు. కుబేర నాకు చాలా స్పెషల్ ఫిలిం. ఏదైనా డిఫరెంట్గా చేయాలి అనుకున్నప్పుడు శేఖర్ వచ్చారు. ఆయన తో గత 15 ఏళ్లుగా పని చేయాలని అనుకుంటున్నాను. ఆయన ఈ సినిమా గురించి చెప్పినప్పుడు మరో ఆలోచన లేకుండా ఓకే చేశాను. శేఖర్ ట్రీబియంట్ ఫిలిం మేకర్. తన సెన్సిబిలిటీని అద్భుతంగా ఉంటాయి. తన మనసు చాలా స్వచ్ఛంగా ఉంటుంది. అది స్క్రీన్ మీద కనిపిస్తుంది. జిమ్ సర్వీతో కలిసి పనిచేయడం మంచి ఎక్స్పీరియన్స్. తెలుగు చాలా

'కుబేర' నుంచి సాంగ్ రివీజ్

చేశాను. ఈ పాత్ర కోసం ఎంతో రిసెర్చ్, హోమ్ వర్క్ చేశా ఆని చెప్పను (నవ్వుతూ). మా డైరెక్టర్ గారిని పాలో అయ్యాను. శేఖర్ ట్రీబియంట్ డైరెక్టర్. ఇలాంటి క్యారెక్టర్ని నేను ఇప్పటివరకు చేయలేదు. డైరెక్టర్ శేఖర్ వెర్రి వ్యూర్ వర్చున్. ఆయన కారణంగానే ఈ సినిమా చేశాను. ఆయన 20 నిమిషాలు ఈ కథ చెప్పారు. ఆయన ఎన్నో నాకు చాలా సచ్చింది. వెంటనే ఓకే చేశాను. చాలా హానెస్ట్ టీసిన సినిమా ఇది. ఈ సినిమా నా బాల్యాన్ని గుర్తుకు తెచ్చింది. ఓ డిఎం యార్లో దాదాపు 7 గంటలపాటు నేను, రఘుకమాటింగ్లో పాల్గొన్నాం. ఆర్కడ అంతసేపు ఉన్నా ఆమె బాగానే ఉంది. నాకేం వాసన రావట్లేదు అని చెప్పింది. మరి ఆమెకు ఏమైందో నాకు తెలియదు (నవ్వుతూ).



ఇలా ఎన్నో మంచి జ్ఞాపకాలు మంచిది కుబేర. జూన్ 20న ఈ సినిమాని చూడండి. తప్పకుండా మీ అందరికీ నచ్చుతుంది అన్నారు. పీల్ కింగ్ నాగార్జున మాట్లాడుతూ, అందరికీ నమస్కారం. మీరందరూ చూపించే ప్రేమకి కృతజ్ఞులు. శివ, క్రిమినల్, ఇలా నా రెరీర్ బిగినింగ్ నుంచి నా చిత్రాలకి ఇక్కడ ప్రేక్షకులు ఎంతగానో ఆదరించారు. నా డబ్బింగ్

తన సినిమాలోని భాక్ బస్టర్స్ అవుతున్నాయి. తను ఈ సినిమాలో అద్భుతంగా నటించింది. డబ్బింగ్ చూసిన తర్వాత తనకు ఫోన్ చేసి ఆభినందించాను.

దర్శకుడు రవికుమార్ చౌదరి కన్నుమూత

మన టాలీవుడ్లో చాలా వరకు సూపర్ హిట్ సినిమాలు ఆడియెన్స్ కి బాగా తెలిసినవి కూడా ఉంటాయి కానీ అలాంటి బ్యాంగర్ హిట్స్ ని అందించిన దర్శకులు ఒకరికంటే ఎక్కువగానే ఉండారు. మరి అలా మన తెలుగు ఆడియెన్స్ మర్చిపోలేని కొన్ని మున్ హిట్ చిత్రాల్లో గోపీవంద్ యజ్ఞం కూడా ఒకటి. ఒక్క యజ్ఞం మాత్రమే కాకుండా బాలయ్యతో వీరభద్ర, నితిన్తో ఆదాడిస్తా అలాగే మోగా సునీల్ హీరో సాయి ధరమ తేజోతో భారీ హిట్ పిల్ల నువ్వు లేని జీవితం లాంటి సినిమాలు దర్శకత్వం వహించిన ప్రముఖ



దర్శకుడు రవికుమార్ చౌదరి ఇక లేరు అనే విషయ వార్త ఇప్పుడు సినీ వర్గాల్లో బయటకీ వచ్చింది. అయితే తాను ఆకస్మాత్ గుండెపోటు వచ్చిన కారణంగా తుది శ్వాస విడిచారట. కాగా తన నుంచి చివరి సినిమాగా జోవియల్ స్టార్ రాజ్ తరుణ్తో తిరగబడరా సామీ వచ్చింది. ఇక ఈ దర్శకుని మరణ వార్తతో సినీ ప్రముఖులు దిగ్గజాంతి వ్యక్తం చేస్తున్నారు. మరి వారి పవిత్ర ఆత్మకి శాంతి చేకూరాలని ఆశిస్తున్నాం. ఓం శాంతి.



కవీన్, అవ్వా దాస్ జంటగా నటించిన తమిళ భాక్ బస్టర్ మూవీ దాదా తెలుగు ప్రేక్షకుల ముందుకు పా పా పేరుతో వస్తోంది. ఈ చిత్రానికి గజేష్ కె బాబు దర్శకత్వం

గలదు. దర్శకుడు బి.గోపాల్ మాట్లాడుతూ, మా సురేష్ కొండేటి ఎన్నో తమిళ మూవీస్ ను తెలుగులోకి తీసుకొచ్చారు. బడ్జెట్లో చేసిన తమిళ చిత్రాలు కూడా తెలుగులో మంచి వసూళ్లు చేసిన సందర్భాలు ఉన్నాయి. దా దా సినిమా తమిళంలో 42 కోట్ల రూపాయలు వసూలు చేసింది. అలాగే తెలుగు

లో పా పా పేరుతో ఈ సినిమా రిలీజ్ అవుతోంది. సాంగ్స్ బాగున్నాయి, ట్రెండీఆకట్టుకుంది. ఎమోషన్స్, ఫ్యామిలీ

'పా పా' టైలర్ లాంచ్

వహించారు. పా పా చిత్రాన్ని జేకే ఎంటర్ టైన్ మెంట్స్ బ్యానర్పై నిర్మాత నీరజ కోట తెలుగు ఆడియెన్స్ ముందుకు తీసుకొస్తున్నారు. ఈ నెల 13న ఈ సినిమా గ్రాండ్ థియేట్రల్ రిలీజ్కు రెడీ అవుతోంది. మంగళవారం నటసింహం బాలకృష్ణ పుట్టిన రోజు సందర్భంగా పా పా చిత్ర టైలర్ ను ప్రముఖ దర్శకులు ఎ. కోదండరామిరెడ్డి, బి.గోపాల్ చేతుల మీదుగా రిలీజ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో దర్శకుడు ఎ.కోదండరామిరెడ్డి మాట్లాడుతూ, ఇప్పుడే పా పా మూవీ టైలర్ చూశాను. చాలా బాగుంది. ఈ చిత్రంలో హీరో హీరోయిన్స్ తో పాటు వారి బాబు పాత్రకు చాలా ఇంపాక్ట్ ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. మంచి ఎమోషన్లతో ఫ్యామిలీ మూవీగా ప్రేక్షకుల్ని ఈ సినిమా ఆకట్టుకోవాలి. కొత్త ప్రొడ్యూసర్ నీరజ కోట గారికి పా పా చిత్రంతో ఘన విజయం దక్కాలి. సురేష్ కొండేటి ఏ సినిమా సక్సెస్ అవుతుందో బాగా గెస్ట్ చేయ

ద్రామా బాగున్నాయి. ఈ సినిమా మంచి విజయం సాధించి నిర్మాత నీరజ కోటకి పేరు, డబ్బు తీసుకురావాలని కోరుకుంటున్నా

అన్నారు. ప్రొడ్యూసర్ నీరజ కోట మాట్లాడుతూ, మా జేకేఎంటర్ టైన్ మెంట్స్ బ్యానర్ మీద చేస్తున్న ఫస్ట్ మూవీ పా పా. ఈ చిత్రం తమిళంలో దాదా పేరుతో రిలీజై ఘన విజయాన్ని సాధించింది.

లో పా పా పేరుతో ఈ సినిమా రిలీజ్ అవుతోంది. సాంగ్స్ బాగున్నాయి, ట్రెండీఆకట్టుకుంది. ఎమోషన్స్, ఫ్యామిలీ

'నభా నటేష్' గ్లామర్ కు ఫ్యాన్స్ ఫిదా

డం మాత్రమే కాకుండా ఫోటోను పేర్ చేస్తూ, వాచ్, సూపర్ అంటూ కామెంట్స్ చేస్తూ ఉంటారు. భాక్ బెట్ ఫిట్లోనూ మెరిసి



ముద్దుగుమ్మ ఏడాదికి మూడు నాలుగు సినిమాలు చేయాలని అభిమానులు కోరుకుంటున్నారు. ఆ జ్ఞాపకాలనే ఇంకా కీర్తి సురేష్ కర్ణాటకలోని శృంగేరిలోని పాఠశాలకు వెళ్లిన ఈమె ఉడిపిలోని ఇంజనీరింగ్ కాలేజీలో చదివింది. జాతీయ అవార్డ్ గ్రహీత ప్రకాష్ బెలవాడి ఆధ్వర్యంలో నాటకాల్లో నటించడం ద్వారా గుర్తింపు దక్కించుకుంది. చిన్నప్పటి నుంచే భరతనాట్యం నేర్చుకున్న ఈమె అనేక పోటీల్లో పాల్గొని విజయాలను సొంతం చేసుకుంది. కెరీర్ ఆరంభం నుంచే నటనపై శ్రద్ధ పెడుతూ వచ్చిన ఈమె పలు సినిమాల్లో మెప్పించింది. కానీ లక్ కలిసి రాలేదు. ఈమెకు ముందు ముందు అయినా సినిమాల్లో మంచి విజయాల దక్కాలని అభిమానులు కోరుకుంటున్నారు. ఇండస్ట్రీలో ఈమె ముందు ముందు హీరోయిన్ గా బిజీ అవ్వాలని కోరుకుంటున్నారు. ఇంతటి అందగత్తరు ఇంతకు మించి అన్నట్లుగా రావాల్సిన అవసరం ఉందనే అభిప్రాయం వ్యక్తం అవుతోంది.

బ్యూటీ మంచి మార్కులే కొట్టేసింది. కానీ ఈ మూవీ

ప్రేక్షకుల్ని అంతగా ఆకట్టుకోలేక పోయింది. తర్వాత ఈ బ్యూటీ

రాకీ బెర్ర రాణి స్టూడెంట్ ఆఫ్ ది ఇయర్ పతి పత్నీ బెర్ర షో, ఖాళీ సీలీ, గెహ్లానాడ్, డ్రీమ్ గర్ల్ 2, ఖో గెమ్ వామ్ కవోన్యాడ్ న్యూజ్ ఫోర్ ఫోర్ మే సీటీఆర్ఎల్ వంటి తెలుగు, హిందీ చిత్రాల్లో నటించి జనాల మెప్పు పొందింది. అనన్య పాండే బాల్ వుడ్లో నటించిన కంట్లో అనే సైబర్ డ్రెస్టర్ సినిమా తెలుగులో కూడా స్ట్రీమింగ్ అయిన విషయం తెలిసిందే. సైబర్ డ్రెస్టర్ డిఫరెంట్ పాయింట్స్ తెరకెక్కించిన ఈ మూవీ ఎకంగా సినిమా నాలుగు భాషల్లో విడుదల చేశారు.



నయన తార నయా లుక్

నేరగా ఓటీటీలోనే రిలీజ్ చేశారు మేకర్స్. మొదటి టైలర్ ఈ మూవీపై జూహర్ ఖాన్ పెంచిన చెప్పుకోవచ్చు. పూర్వార్లో ఏమి టెక్కాలజీ.. సోఫల్ మీడియా.. మనమల్ని ఏ రెవల్తో ప్రభావితం చేస్తుందో.. దీన్ని ఎలా కంట్లో

విక్స్ వీక్షించిన నెటిజన్లు

తమదైన శైలిలో స్పందిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా ఆరో విక్ మాత్రం ఊహించనిది అంటూ క్రేజీ కామెంట్లతో ముంచెత్తుతున్నారు. ప్రస్తుతం ఈ బ్యూటీ పోస్ట్ సోఫల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది.



వైవిధ్యమైన

పాత్రలు, చిత్రాలతో వివిధ భాషల ప్రేక్షకులకు చేరువైన తమిళ ఆగ్ర కథానాయకుడు సూర్య. తన తదుపరి చిత్రాన్ని ప్రముఖ దర్శకుడు వెంకీ అబ్బూరి దర్శకత్వంలో చేస్తున్నారు. సూర్య 46వ చిత్రంగా రూపొందుతోన్న ఈ ప్రాజెక్ట్ ను ప్రముఖ నిర్మాణ సంస్థ సితార ఎంటర్టైన్మెంట్స్ ప్రతిష్టాత్మకంగా నిర్మిస్తోంది. జీవీపి హైదరాబాద్లో పూజా కార్యక్రమాలతో ఘనంగా ప్రారంభించారు. ప్రతిభావంతులు సూర్య, వెంకీ అబ్బూరి మొదటిసారి చేతులు కలవడంతో.. కేవలం ప్రకటనతోనే తెలుగు, తమిళ చిత్ర పరిశ్రమలలో భారీ అంచనాలు ఏర్పడ్డాయి. ఈ సినిమా ఎప్పుడెప్పుడు మొదలవు

తుండా అని అందరూ ఎంతో ఉత్సాహంగా ఎదురుచూస్తున్నారు. అందరి ఉత్సాహాన్ని రెట్టింపు చేస్తూ చిత్రీకరణ ప్రారంభమైంది. ఈ సందర్భంగా వేడుక, భావోద్వేగం మరియు విరోధం వైపు తొలి అడుగు అంటూ సూర్య ముందుకి అడుగు వేస్తున్న అద్భుతమైన పోస్టర్ ను చిత్ర బృందం పంపిస్తుంది. తమిళ కథానాయకుడు అయినప్పటికీ పలు సందర్భాల నుంచి తెలుగు ప్రేక్షకుల ప్రేమను కూడా పొందుతున్న సూర్య.. ఇప్పుడు సితార ఎంటర్టైన్మెంట్స్ ప్రొడక్షన్ నెం.33 తో తమిళ మరియు తెలుగు అభిమానులను మరింతగా అలరించడానికి సిద్ధమవుతున్నారు. మొదటి నుంచి పాత్రల ఎంపికలో వైవిధ్యం చూపిస్తూ, ఎప్పటికప్పుడు పుణ్యాత్మక సరిహద్దులను వెర్రేస్తున్న సూర్య.. ఇప్పుడు సూర్య 46వో మరో వైవిధ్యభరితమైన చిత్రాన్ని అందించబోతున్నారు. లోతైన భావోద్వేగాలను, వాణిజ్య అంశాలను మిళితం చేస్తూ ప్రస్తుత తరంలో గొప్ప కథలతో ఒకరిగా పేరు పొందారు దర్శకుడు వెంకీ అబ్బూరి. గత రెండు చిత్రాలు సారే(వాతి), లక్ష్మీ భాస్కర్ ఘన విజయాలను సాధించి.. దర్శకుడిగా వెంకీ అబ్బూరి స్థాయిని మరింత పెంచాయి. సారే, లక్ష్మీ భాస్కర్ తరహాలోనే మరో గొప్ప కథను అందించబోతున్నారు వెంకీ అబ్బూరి. సూర్య 46వో రోజురోజుకీ అంచనాలు పెరిగిపోతున్నాయి. ప్రేమలతో ఆకట్టుకున్న యువ సంవలనం మమిత బైజు కథానాయికగా నటిస్తున్నారు. ఈ చిత్రంతో రవీనా టాండన్ తెలుగు సినీ పరిశ్రమకు తిరిగి వస్తున్నారు. రాధిక శరత్ కుమార్ కీలక

'సూర్య46' షూటింగ్ షురూ



పాత్ర పోషిస్తున్నారు. సారే(వాతి), లక్ష్మీ భాస్కర్ చిత్రాలతో తన సంగీతంతో ప్రేక్షకులను మంత్రముగ్ధులను చేసిన జి.వి.ప్రకాష్ కుమార్.. మరోసారి వెంకీ అబ్బూరితో చేతులు కలిపి, తన సంగీతంతో మూలు చేయబోతున్నారు. ఈ చిత్ర కోసం ప్రతిభగల సాంకేతిక బృందం పని చేస్తోంది. భాయ్యగ్రాహకుడిగా నిమిష రవి, కళా దర్శకుడిగా బంగ్లానే వ్యవహరిస్తున్న ఈ చిత్రానికి జాతీయ అవార్డు గ్రహీత నవీన్ నూలి ఎడిటింగ్ బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్నారు. అద్భుతమైన చిత్రాలను అందిస్తూ, వరుస ఘన విజయాలను భాతాలో వేసుకుంటున్న నిబద్ధత గల నిర్మాతలు సూర్యదేవర నాగవంశీ, సాయి సౌజన్య ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. ఈ సినిమాని 2026 వేసవిలో విడుదల చేయాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు. వర్మింగ్ టైటిల్: సూర్య46 - ప్రొడక్షన్ నెం. 33, తారాగణం: సూర్య, మమిత బైజు, రవీనా టాండన్, రాధిక శరత్ కుమార్, సాంకేతికబృందం: రచన, దర్శకత్వం: వెంకీఅబ్బూరి, నిర్మాతలు: సూర్యదేవర నాగవంశీ, సాయి సౌజన్య, సంగీతం: జి.వి. ప్రకాష్ కుమార్, భాయ్యగ్రాహణం: నిమిష రవి, కూర్పు: నవీన్ నూలి, కళ: బంగ్లాన్, ఫైట్ మార్షల్: వి.వెంకటే, కోరియోగ్రాఫర్: విజయ్ బిస్మి, ఎగ్జిక్యూటివ్ ప్రొడ్యూసర్: యలమంచిలి గోపాల్ కృష్ణ, లైన్ ప్రొడ్యూసర్: ఉమామహేశ్వరరావు, బ్యానర్స్: సితార ఎంటర్టైన్మెంట్స్, ఫిర్యాఫ్స్ ఫోర్ సినిమాస్, సమర్పణ: శ్రీకర్ స్టూడియోస్, పీఆర్ఓ: లక్ష్మీ వేణు గోపాల్.

బాల్ వుడ్ హీరోయిన్ అనన్య పాండే లైగర్ సినిమాతో టాలీవుడ్ సినీ

పరిశ్రమకు ఎంట్రీ ఇచ్చింది. విజయ్ దేవరకొండ సరసన నటించి.. ఈ



నిర్ణయించుకోవాలి. అందులో అత్యవసరమైన వాటికే ఖర్చు పెట్టి మిగిలిన నిపుణుల సలహాతో పెట్టుబడి పెడితే దీర్ఘకాలంలో ఉపయోగించుకోవచ్చు.

వాణ్ణి అవసరాలే ముఖ్యం!
అనుకోకుండా భర్తను కోల్పోవడం లేదంటే భర్త నుంచి విడిపోవడం.. ఈ రెండు సందర్భాల్లో సింగిల్ మదర్ గానే మహిళలు తమ పిల్లల బాధ్యతలు నిర్వహించాల్సి ఉంటుంది. ఇలాంటిప్పు పిల్లల చదువు, పెళ్లి.. వంటి దీర్ఘకాలిక లక్ష్యాల పైనే ఎక్కువ దృష్టి పెట్టాలని నిపుణుడైతే ప్రస్తుతం వీటికి సంబంధించిన పొదుపు, పెట్టుబడి పథకాల్లో డబ్బు జమ చేయాలంటే.. అలాగే టర్మ్ సూరెన్స్

ఈసారి యూపీఎస్సీ సివిల్స్ ఫలితాల్లో అమ్మాయిలే టాపర్లు, దాన్ని కొనసాగిస్తూ ఇండియన్ ఫార్వెస్ట్ సర్వీస్ (ఐఎఫ్ఎస్ఎల్)లోనూ అన్నాయే విజయధంకా మోగించింది. పేరు కనికా అవాహ్ రెండు వైఫల్యాల తరవాత అందుకున్న విజయమిది.

తాజా సివిల్స్ ఫలితాల తరువాత కనిక నిరాశకు గురింది. సివిల్స్ విజేతల్లో ఆమె పేరు లేకపోవడమే మూడేళ్ల కష్టం మది! వృథా అయితే భార సహజమే. అలాగని అందులోనే ఉండి పోయామె. ఈసారి మరింత బలంగా కృషిచేయనుంది.



కట్ చేస్తే... యూపీఎస్సీ ఐఎఫ్ఎస్ ఫలితాలు విడుదలయ్యాయి. ఆ ఫలితాలను చూశాక ఆమె సమ్మతించింది దానిలో తన పేరు లేదు. ఎకంగా అఖిల భారత స్థాయిలో తొలి ర్యాంకు సాధించిందామె. ఇక తన ఆనందం వట్టిదం ఎవరి తరమా కాలేదు. కనికది రాంబీ చదువులో మొదటినుంచి ముందే. నాన్న అభయ్ కుమార్ సిన్హా జడ్జిగా పదవీ విరమణ చేశారు. అప్పు అనితా సిన్హా ఒక్కతే అమ్మాయి. అందుకే కనిక ఏం చేస్తానన్నా పూర్తి స్వేచ్ఛనిచ్చారామె తల్లిదండ్రులు, బీతానీ సీ జూబిలీ చేసిన తరువాత కనిక... ఢిల్లీలోని జేఎన్ యూలో ఎన్ట్రాన్స్మెంటల్ సైన్స్లో షీట్ చేసింది. అక్కడే ఆమె సివిల్స్ లక్ష్యం పెట్టు కుంది. అప్పడే అందరిలా కోవిడ్ సందర్భంలో చేరాలనుకోలేదు. సొంతంగా ప్రయత్నించాల నుకున్నా. 2021లో సన్నద్ధత ప్రారంభించా. లైబ్రరీలు, రీడింగ్ రూమ్లో చదువుకునేదాన్ని. తరవాత ఇంటికొచ్చి ఇక్కడే సిద్ధమవడం ప్రారంభించా. యూట్యూబ్, ఆన్లైన్లో సమాచారాన్ని సేకరించుకునేదాన్ని. ఇంటర్వ్యూకు మాత్రం సాయం తీసుకున్నా. కొన్ని పాఠ్యాశాల కోసం ఆన్లైన్ తరగతులకు హాజరయ్యాననే కనిక తొలిసారి విఫలమైనా

అడవుల పరిరక్షణ కోసం కృషి..

పట్టించుకోలేదు. రెండోసారి దేశం అభివృద్ధి చెందడ మంటే టెక్నాలజీ దిశగా ముందుకు వెళ్లే సరిపోదు. అడవులనూ సంరక్షించుకోవాలని గ్రహించింది. అందుకే ఐఎఫ్ఎస్సీపైనా దృష్టి పెట్టింది. రెండు ఒకేసారి రాసి సివిల్స్ విఫలమైనా ఐఎఫ్ఎస్లో ర్యాంకు సాధించింది. వైఫల్యాల వచ్చినప్పుడు కుంగిపోవడం మామూలే. అలాంటప్పుడు ఇంట్లోవాళ్ల అండా అవసరం. అది నాకు దొరికింది. రోజుకు ఏడు గంటలు చదివేదాన్ని. సోషల్ మీడి దూరంగా ఉన్నా. యూపీఎస్సీ పరీక్షలేమీ రాకెట్ సైన్స్ కాదు. బోలెడంత డబ్బులు తీసుకుంటేనే సాధిస్తామనీ లేదు. సొంతంగానూ ప్రయత్నించొచ్చు. కాకపోతే ఆట్యువిశ్వాసం కోల్పో కూడదు అన్న సలహానిస్తాన్న కనిక ఒడిశా కడర్ని ఎంచుకుంది. అక్కడి బయ పర్యావరణం, అడవులు ఆమెను ఆకర్షించాయి. వాటి పరిరక్షణకు కృషి చేస్తానంటోంది కనిక పీహెచ్ఎస్ చేస్తోంది.

శ్రద్ధ, పెట్టుకున్న ఆశలు నాలో పట్టుదలను రగిల్చేవి. దీనితో ఒక్కక్షణం కూడా వృథా చేయకుండా చదివేదాన్ని. ఐఐఐఎమ్డ్రాస్ నుంచి మెటానికల్ ఇంజనీరింగ్ చేశా.

కార్యరేఖ ఉద్దేశ్యం వదిలి...
ఇంజనీరింగ్ కాగానే అత్యుత్తమ వేతనంతో పేటీఎం సంస్థలో ఉద్యోగం వచ్చింది. ప్రభుత్వ సర్వీసుల్లో ఉంటేనే ప్రజాసేవ చేయగలను అనిపించింది. దాంతో ఉద్యోగానికి రాజీనామా చేసి. యూపీఎస్సీకి సిద్ధమయ్యాను. నాకు పర్యావరణం అంటే మక్కువ. అందుకే ఐ.ఎఫ్.ఎస్. సర్వర్ పై ఎక్కువగా దృష్టిసారించా. 2018లో రాసిన ఏపీపీఎస్సీ గ్రూప్ 1 ఫలితాలు 2022లో విడుదలయ్యాయి. 18వ ర్యాంకు వచ్చింది.



రవాణాశాఖలో ఆర్.టి.ఓ.గా ఎంపికయ్యా. జిల్లా రవాణాశాఖ అధికారిణిగా పదోన్నతి రావడంతో నంద్యాల వచ్చాను. ఉద్యోగం చేస్తూనే చదువుకున్నా... ఆ పక్క విడుదల నిర్వహిస్తానే నా అంటిమి లక్ష్యమైన ఐఎఫ్ఎస్ కోసం నిరంతరంగా ఉన్నాను. చిన్నప్పట్నుంచి గంటలకోర్డీ కూర్చోని చదువు కోవడం, పనిచేయడం అలవాటు. దాంతో నాకు ఉద్యోగ బాధ్యతలు ఏమాత్రం భారంగా అనిపించలేదు. ఉద్యోగం, చదువు కోసం రోజుకు 15 గంటలు శ్రమించేదాన్ని. అధికార బాధ్యతలవల్ల కొన్నిసార్లు పదపదానీ సమయం దొరికేది కాదు. దాంతో నాకు వెంటనే ర్యాంకు రాలేదు. ఒకంత నిరాశ అవరించినా ఆ ఓటమి పట్టుదలను మరింత పెంచి, కష్టపడి చదివేలా చేసింది. □

ఆర్థిక ఇబ్బందులు లేకుండా !

డబ్బు సంపాదించడమే కాదు.. డబ్బు నిర్వహణ గురించి కూడా మహిళలకు తెలిసుండాలంటున్నారని నిపుణులు. అప్పుడే ఎలాంటి పరిస్థితుల్లో అయినా ఆర్థిక ఇబ్బందులు లేకుండా ఉండొచ్చు.

ప్రతి రూపాయా లెక్క!
నోట్స్ ష్యాట్ 3. పెళ్లయ్యాక అందరు మహిళలు ఉద్యోగం చేయలేదు. ఒక్కోసారి కుటుంబ బాధ్యతలు, ఇతర కారణాల రీత్యా వివాహం తర్వాత ఉద్యోగానికి రాజీనామా చేసి గృహిణిగా కొనసాగాల్సి ఉంటుంది. అలాంటప్పుడు కూడా ఇంట్లో ఉన్నా డబ్బు నిర్వహణపై దృష్టి పెట్టి ప్రతి రూపాయ వృథా కాకుండా బడ్జెట్ వేసుకోవడం ఎంతో ముఖ్యమంటున్నారు. ఈ నెలనెలా ఇంటి అవసరాలు, ఖర్చులకు సంబంధించి భార్య భర్తలద్దరా చర్చించుకొని కొంత బడ్జెట్ను

పాలనీనీ తీసుకోవడం అవసరం... దీనివల్ల పిల్లల భవిష్యత్తు అవసరాలను తీర్చవచ్చు. దీనితో పా కనీసం ఆరు నెలలకు సరిపడా అత్యవసర నిధిని జమ చేసుకోవడమూ ముఖ్యమేనంటున్నారు అలాగే మీ పెట్టుబడులు, వాటిలోని లాభనష్టాల గురించి కూడా ఏ నెలకానెల చెక్ చేసుకోవచ్చు.

లబ్బెడెంట్ తర్వాత..! సాధారణంగా చాలామంది విషయంలో.. రిటైర్మెంట్ వయసు వచ్చే నాటికే పిల్లల చదువులు, పెంటి రుణం.. వంటి పెద్ద లక్ష్యాలన్నీ తీరిపోతాయి. ఈ మిగిలిన సొమ్ములో సీనియర్ సిటిజన్స్ సేవింగ్ స్కీమ్, పోస్టాఫీస్ మంత్రి ఇన్సూరెన్స్ స్కీమ్, ఎఫ్ఓ, మ్యూచువల్ ఫండ్స్.. వంటి రిస్క్ తక్కువగా ఉండే వారి సలహాతో పెట్టుబడి పెట్టచ్చు. ఇలా పొదుపు చేసిన డబ్బును మీ అవసరాలకు ఉపయోగించుకోవచ్చు. □



అడంబరానికి పోటీ నగలు

పోటీ నగలు.. రాచరికపు హుందాతనానికీ, అడంబరానికి అద్ద పట్టలా ఉంటాయి. పోటీలంటే పోలివే చేయకుండా, కత్తిరించకుండా సహజంగా ఉపయోగించే వజ్రాలే. వీటిని నేలపాఠల నుంచి సేకరించి, శుభ్రపరిచి నేరుగా నగల్లో పొడుగుతారు. అందుకే ఇవి రకరకాల ఆకృతుల్లో ఉంటాయి. సహజ మెరుపుతో ధగధగలాడే మొగలుల కాలంనాటి ఈ జ్యూయెలరీకి ఉత్తరాదిన బోలెడంత పావురాలిటీ. ముఖ్యంగా రాజాస్థాన్, గుజరాత్ ప్రాంతాల్లో వీటిని ప్రత్యేకంగా తయారుచేస్తారు. ఈ పోటీలు.. కుందన, మీనాకారి, జాడో పనితనంతో నగల్లో ఒదిగిపోయి చూపరులను కట్టిపడేస్తుంటాయి. ముఖ్యంగా ధనికవర్గాలు, బాలీవుడ్ తారలు ఎక్కువగా ఇష్టపడే ఇవి ఇప్పుడు సామాన్యులకోసం కొత్తదనాన్ని చుట్టుకుని వచ్చేసాయి. ముఖ్యంగా సెమీప్రెషియస్ రకాల్లో అన్నివర్గాలనూ ఆకట్టుకునేలా తయారుచేస్తున్నారు. అయితే, మొన్నమొన్నటివరకూ చిన్న చిన్న పోటీలు కుందన స్టైల్లో కనువిందు చేసి హారాలు.. ఇప్పుడు పెద్ద పెద్ద పోటీలలో జీగోల్ వసుపిస్తున్నాయి. మరి వాటిలోసారి మనమూ చూద్దామా!



చేదుగా ఉన్నట్లు కొందరు కాకరను దూరం పెట్టేస్తారు. నిజానికి అది చేసే మేలును వెలకట్టలేం. కాకరలో ఎ, బి1, బి2, బి3, బి5, బి6, బి9, సి విటమిన్లు, పి, పొటాషియం, సోడియం, భాస్వరం, మాంగనీస్, మెగ్నీషియం, క్యాల్షియం, రైబోఫ్లేవిన్, రాగి, జింక్, ఐరన్లు ఉన్నాయి. కాకర తినడం వల్ల రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. శరీరంలో చేరిన సూక్ష్మక్రిములు నశిస్తాయి. గాయాలు తగ్గతాయి. కురులు దృఢంగా ఉంటాయి. కంటిచూపు మెరుగవుతుంది. చర్మానికి మెరుపు వస్తుంది. ఎముకలు, దంతాలు పటిష్టంగా ఉంటాయి. కాకర కొరిస్టాల్ స్ట్రాయిని తగ్గిస్తుంది. గుండె

ఒకసారి

నానా సాపాట్ చండోగర్ ఆశీసు పనిమీద ఒక గ్రామానికి వెళుతూ దారిలో ఉన్న హరిశ్చంద్ర గుట్టను దాటవలసి వచ్చింది. కార్యాలయ నిబంధితో గట్టి ఎక్కుతున్నాడు నాన. సగం దూరం ఎక్కేసరికి మధ్యాహ్నమైంది. అది మందు వేసి (కనుక ఈ సంఘటన మే నెలలో జరిగి ఉంటుంది) నడి నెత్తిన సూర్యుడున్నాడు. నానకు గొంతుక పిడచకట్టుకుపోయింది. ఆయన అనుచరులంతా దగ్గరలో నీరు ఏమైనా లభ్యమవుతుందోమోసని చూచారు. కానీ, ఫలితం లేదు. నానా తీవ్ర దాహంతో ఉన్నాడు ఏమి చేయటానికి దిక్కుతోచలేదు. నానకు తన ఆధ్యాత్మ దైవమైన సాయి గుర్తుకు వచ్చాడు. వెంటనే సాయిని మనసారా ప్రార్థించాడు. భక్తులందరకు తమ ఇష్ట



దాహం తీర్చిన సాయి

దైవాలు సమయానికి సహాయం చేస్తాయి. ఈ సంగతి నానాకు తెలుసు. సర్వ మేహతా హండినీ భగవానుడు గౌరవించాడు. ఏకవాఘుని కోసం వంటలవాని రూపాన్ని దాల్చాడు రంగనాథుడు. దాహానికి కాపాడుకునేసం, బిరూ మహర్గా అవతరించాడు పాదురంగండు. నానా సాయిబాబా ఇక్కడ ఉంటే బాగుండున అన్నాడు. ఆయన అనుచరులలో కొందరికి రుచించలేదు, ఆ మాట. అదే సమయానికి షిరిడీలో తన ప్రక్కన కూర్చున్న శ్యామాతో సాయి నానా అవడంలో ఉన్నాడు అన్నాడు. సరిగా అదే సమయానికి కట్టల మోపు నెత్తిన



పెట్టుకున్న టిల్లుని. 'నీవు కుర్చున్న బండ క్రింద' అని జవాబిచ్చాడు ఆ టిల్లుడు. ఆ బండను తొలగించగానే స్వప్నమైన నీరు ఎగజిమ్మింది. నీటిని త్రవ్వగా త్రాగి నడకసాగించాడు నానా తన పరివారంతో. కొంత కాలానికి వీరికి వెళ్లూ నానా. ఫలానా రోజున, ఫలానా సమయంలో ఏదైనా అవడం ఉన్నారా? అని ప్రశ్నించాడు నానాను శ్యామా. వివరాలు చెప్పాడు నానా. నీటి జాడ చెప్పిన టిల్లుడు సాయే అని అప్పుడు తెలిసింది నానకు. సాయి నానాకు బోధిక దాహాన్ని తీర్చాడు నీటి జాడను చూచి, ఆధ్యాత్మిక దాహాన్ని కూడా తీర్చాడు గీతార్థాన్ని తెలిపాడు.

వ్యథ నిద్ర ఆహారంపై శ్రద్ధ చూపండి

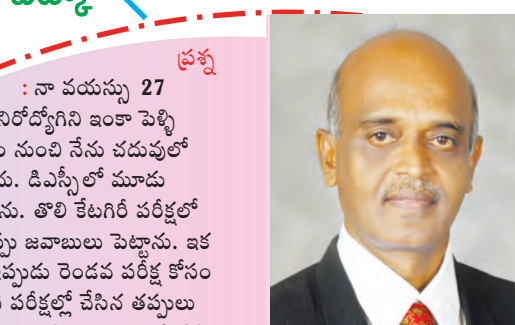
కడుపు నిండా తింటే కంటికి కునుకు వస్తుందని సగం తింటున్నాను. రోజు15 నిమిషాలు ధ్యానం కూడ చేస్తున్నాను. ఇన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటున్నప్పటికీ నాలో జ్ఞాపకశక్తి ఏకాగ్రత ఎందుకు దెబ్బతింటున్నదో అర్థం కావడంలేదు. నేను 160 సెంటీమీటర్ల ఎత్తు 40 కిలోల బరువు ఉన్నాను. రుతుక్రమం రెండు మూడు నెలలకు ఒకసారి అవుతుంది. ఒక్కోసారి నాపై నాకే జాలివేసి దుఃఖం వస్తోంది. మా అమ్మ ఏదైనా సలహా చెప్పితే కనురుకుంటున్నాను. ఇలాంటి సమయాలలో గుండె వేగంగా కొట్టుకుంటోంది. అరి చేతుల్లో చెమట పడుతోంది. పెదాలు తడారి పోతున్నాయి. ఈ ప్రతికూల పరిస్థితుల నుంచి బయట పడి దీపన్నీ పరీక్షల్లో మంచి మార్కులు తెచ్చుకునే మార్గం చెప్పండి. - ఒక సోదరి, తిరుపతి

జవాబు : అమ్మో మీరు తీవ్రమైన మానసిక ఒత్తిడికి గురవుతున్నారు. అలాగే హార్మోన్ల అసమతుల్యత కనిపిస్తోంది. దీనికి ప్రధాన కారణం ఆహార లేమి, నిద్రలేమి బరువు తక్కువగా ఉండటం అని చెప్పవచ్చు. దీనితో మీలో ఆత్మ విశ్వాసం దెబ్బతిని, ప్రతికూల ఆలోచనలు ఎక్కువుతున్నాయి. దీనివల్ల పరీక్షల్లో తప్పు చేశారు. కాబట్టి మొదట మీరు రోపాలును సరిచెప్పండి. ఒత్తిడిని నియంత్రించుకోవడానికి ప్రయత్నం చేయండి. మీరు చేయవచ్చు, ఎత్తుకు తగిన బరువు లేదు. దీనికి ప్రధాన కారణం సరిగా తినకపోవడం దీనికి అనేక కారణాలు ఉండవచ్చు. అంటే ఈటింగ్ డిజార్డర్, ఒసిడి, సన్నగా ఉండటం వలన తనన, జీర్ణవ్యవస్థ లోపం లాంటివి. కాబట్టి ఒక సారి డాక్టరును సంప్రదించండి. ఈ సమస్య వారం



నిద్రపోవడానికి ప్రయత్నం చేయండి. మొదట చురుగ్గా పని చేయడానికి ఆహారం, నిద్ర చాల అవసరం అని గుర్తించండి. అనవసర ఆలోచనలు మాని ప్రశాంతంగా ఉండటానికి ప్రయత్నం చేయండి. డాక్టరును సంప్రదించి శక్తి సమకూర్చుకోవడానికి విటమిన్ టాబ్లెట్లు, నిద్రే లాంటివి తీసుకోండి. అనవసరం అయితే సైకాలజిస్టును సంప్రదించండి. □

- యం.పి.సాయిరాధ్



ఎన్.జి.సుధాకర్ రెడ్డి సైకాలజిస్టు

పదిరోజుల్లో తీరింది కాదు. ఇంకో వారం రోజుగే పరీక్షల కోసం ఒత్తిళ్లు నిర్వహణ, ఉపశమన మార్గాలు ఆలొించండి. తేలికగా జీర్ణం అయ్యే ఆహారం తగినంత తీసుకోండి. అలాగే ఇంకో రెండుగంటలు ఎక్కువగా

చెలి చిట్కా

ప్రశ్న : నా వయస్సు 27 ఏళ్లు. నిరోధ్యశీలి ఇంకా పెట్టి కాలేదు. బాల్యం నుంచి నేను చదువులో చాలా చురుగ్గా ఉన్నాను. దీపన్నీలో మాడు తేటగిరిలకు దరఖాస్తు చేశాను. తొలి కేటగిరీ పరీక్షలో తెలిసి కూడ ఆరు ప్రశ్నలకు తప్పు జవాబులు పెట్టాను. ఇక రెండు పరీక్షలు రాయాల్సి ఉంది. ఇప్పుడు రెండవ పరీక్ష కోసం సన్నద్ధం అవుతున్నాను అయితే మొదటి పరీక్షల్లో చేసిన తప్పులు పడే పడే గుర్తుకు వస్తున్నాయి. దీనితో అత్యువిశ్వాసం దెబ్బతిని మనసు కల్లోలం అవుతోంది. పుస్తకం తీసి చదువు దామంటే ఏకాగ్రత కుదరడం లేదు. మధ్య తరగతి కుటుంబంలో పుట్టిన నాకు ఈ ఉద్యోగం చాలా అవసరం. నా జీవితం పెళ్లి ఇతర అంశాలు ఉద్యోగంతో ముడిపడి ఉన్నాయి. తెలిపి తేటలు ఉండి పరీక్షల సమయంలో తప్పు ఎందుకు చేశానో అర్థం కావడం లేదు. ఇప్పుడు గడిచి పోయిన విషయాన్ని మరచి పోతపోవడం విచిత్రంగా ఉంది. చదివిన విషయాలు మరచిపోతున్న నేను అనవసర విషయాలను మరచిపోలేక పోవడం వల్ల ఇబ్బంది పడుతున్నాను. నేను ఎలాగైనా ఉద్యోగం సాధించాలన్న పట్టుదలతో చదువుతున్నాను. ప్రణాళికాబద్ధంగా రోజుకు 16 గంటలు చదువుతున్నాను. ఇతర పనులకు రెండు గంటలు పోగా 6 గంటలు నిద్రపోతున్నాను.

