







# సరపాదక్కేయం..

## కుడితిలో పద్మ ఎలుకలా బిఆర్ఎస్!

# వరణాగతితోనే నొక్కంతా రం...!

# ఎన్నినోతో భారతీలో కరవ తప్పదా?

పసిఫిక్ మహాసముద్రంలో ఎల్నినో ఏర్పడింది. ఈ విషయాన్ని ప్రపంచ వాతావరణ సంస ప్రకటించగా దీని ప్రభావం వల్ల లాటీన్ అమెరికా దేశాలతో పొటు ఇతర దేశాల్లో ఉప్పుగ్రహణయ్యామి. వాతావరణంపై ఎల్నినో ప్రపంచ తీవ్రంగా ఉంటుందని వాతావరణ నిపుణులు చౌచరిస్తారు. రుతువచనాల రాకు ఇంకా మూడు నెలల సమయం పున్రపుటీకీ ఈ ఏడాది ఎల్నినో ప్రభావంతో పరాలు తగ్గే అపకాశం ఉండని చెబుతున్నారు. ఎల్నినో అనేది పసిఫిక్ మహాసముద్రంలో ఒక రకమైన కాలానుగుణ మార్పు. ఈ ఎల్నినో వల్ల శీతాకాలాలు కూడా వెచ్చుగా ఉంటాయి. వర్షం లేకుండా వేసవి కాలం మరింత వేడిగా మారసుంది. ఇక అవి మాత్రమే కాదు, దాని వల్ల రుతువచనాలు కూడా బలహీనంగానే ఉన్నాయి. గత 20 ఏళ్లలో సంభవించిన కరవులన్నీ ఎల్నినో సంపత్తురాల్నో సంభవించాయని ఎంకి గ్లోబల్ పరిశోధనా నివేదిక చెబుతోన్న క్రమంలో ఈ సంపత్తురం వ్యవసాయాత్మకులు తక్కువగా ఉండవచ్చని అంటున్నారు.

గత మార్కెట్లు పసిఫిక్ పై వరుగుగా లానినో పరిస్థితులు ఏర్పడ్డాయి. ఈ లానినో గత ఏదాది సెప్టెంబర్లో పూర్తయి పోయింది. ఇష్టు ఎల్నినో పరిస్థితులు ఏర్పడుతన్నాయి. దీన్తో భారతీయు క్రమేశించే నైర్మతి రుపువానాలు సాధారణం కంటే తక్కువ వర్షపాతాన్ని ఇచ్చే అవకాశం ఉన్నట్టు నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ ఎల్నినో 2027 వరకు కొనసాగుతుందని బఱాన వాతావరణ విభాగం హెచ్చరించింది. దీని వల్ల భారత్ సహా చాలా దేశాల్లో కరవు పరిస్థితులు ఏర్పడవచ్చని, ఉష్ణీగ్రహణ సాధారణం కంటే అధికంగా నమోదువుతాయని పోచురించింది. ఎల్నినో పరిస్థితి ఎన్నడూ ఒకేలా ఉండదు. ప్రతి ఎల్నినో విభుషణుందే. ఒక్కటి ఒక్కోళా ప్రభావం చూపుతుంది. ఎల్నినోతో వరదలు, కరవులు సంభవించడమే కాదు వాతావరణం వేడెక్కడం మరో సమస్య. పసిఫిక్ ఉపరితలం అధికంగా వేడెక్కడం వల్ల వాతావరణంలోకి పెద్ద మొత్తంలో శక్తి విడుదలవుతుంది. ఫలితంగా తాత్కాలికంగా ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఉష్ణీగ్రహణ పెరుగుతాయి. ఎల్నినో సమయంలో గరిష్ఠ వేడెక్కడం వల్ల నైర్మతి రుపువనాల కడలికలు మందిగిం వచ్చు, ఫలితంగా పర్మాలు పడటం తగ్గుతుంది. గతంలో ఎల్నినో సంభించినవ్యుదు కొన్సిసార్లు తీవ్ర క్లోమం ఏర్పడింది. దీన్తో పంటలకు నష్టం కలిగింది. ఆపోర ధాన్యాల కొరత ఏర్పడింది. దేశంలో 2001- 20 మధ్య కాలంలో ఎల్నినో సంవత్సరాలను ఎదుర్కొంది. పీటిలో నాలుగు ఎల్నినో సంవత్సరాల్లో కరవు ఏర్పడింది. దీర్ఘకాల సగటు వర్షపాతంలో 90% తక్కువగా పర్మాలు కురిశాయి. ఈ సంవత్సరాల్లో ఖిర్ఫెలో పంట దిగుబడి 16%, 8%, 10%, 3% చోపున తగ్గాయి. ప్రవ్యోల్భజానికి దారితీశాయి. దేశ వార్షిక ఆపోర సరఫరాలో నుమారు సగం వాటా ఖరీఫ్ కాలంలో పండిన పంటలదే. ఎల్నినో ప్రపంచ వ్యాప్తంగా వాతావరణ నమూనాల పై గణిస్తయిమైన ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. ఇది సాధారణంగా ఆస్ట్రేలియాలో కరవు, ఇండోనేషియా, ఫిలిప్పిన్స్లో వరదలు, అట్లాంటిక్ మహాసముద్రంలో పెరిగిన హరికెన్ కార్బూకలాపాలతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. భారతాలో ఎల్నినో దశలు సాధారణంగా, సాధారణం కంటే లను ఎదురోపుడానికి ఆక్సిస్క ప్రభావికలను అభిఘృద్ది చేయడం, కొరతను ఎదుర్కొనే అవకాశం ఉన్న ప్రాంతాలకు ఆపోర, నీటిని పంపిణీ చేయడం, సంబంధిత నష్టాలు, సంస్థర్థపై ప్రజలలకు అవగాహన కల్పించడం భారత దేశం ఎల్నినోకు సిర్టిం కావడానికి కొన్ని మార్గాలు. ఉత్తర, దక్షిణ అమెరికా ఇండాల మర్యాదిస్తిరించి ఉండే పసిఫిక్ మహా సముద్రంలో ఏర్పడే ప్రశ్నేక్ కు సముద్ర పవనాలు ఈ ఎల్నినో, లానినాలకు కారణం అవుతాయని అంచనా. పసిఫిక్ మహాసముద్రంలో, సాధారణ పరిస్థితుల్లో, గాలులు భూమధ్యభేట ద్వారా పాశీమంగా వీస్తాయి. అలా జరగడం వలన దక్షిణ అమెరికా నుండి వెళ్లని సీరు ఆసియా వైపు వసుంది. సముద్రపు లోతుల నుండి పైకి వచ్చే చల్లిలే సీరువు వెళ్లని నీటితో ప్రపాంచం భారీ స్లాన్స్ నింపుతుంది. అలాంటి ప్రాసెన్సును అమెల్లింగ్ అంటారు. ఎల్ నినో సహ లానినా ఈ పరిణామాన్ని నాశనం చేస్తాయి. మన దేశానికి లానినా ప్రభావం మంచిమాచన, అదే ఎల్నినో ప్రభావం ఉంటే జూన్ అష్టబెర్జు మర్యా భారత దేశంలో రుతుపవనాలు ప్రభావితమవుతాయి.

# నీటి పొదువే మేటి పొదుపు

జీవన భద్రతకు సీరు, అపోరం ఎంతో అవసరం. అయినా దీని గురించి సీరియస్‌గా ఉండడం లేదు. ప్రపంచం మొత్తం మీద వ్యవసాయ దిగుబడిలో 10 శాతం వరకు 600 మిలియన్ రైతులు నమ్మిగా అందిస్తుండగా, భారత దేశ రైతులు మాత్రం భూగర్జ జలాల నీటి మట్టల వాస్తవ స్థాయి ఏమిటో పట్టించుకోకుండా వినష్టక్కా రహితంగా వినియోగించడం పరిపాటి అవతోంది. ఇప్పేల కాలంలో ప్రత్యామ్నాయ సేంద్రియ వ్యవసాయ వర్ధణుల వైపు రైతుల దృష్టి ముఖ్యందిని చెబుతున్నారు. కానీ వాస్తవానికి అదెంతవరక సాధ్యమో తెలియదం లేదు. ఎందుకంటే 2 హెక్టార్ కన్వూ తక్కువ వీస్తుర్చం కలిగిన సాగు భూమి ఉన్న చిన్న, సర్నకారు రైతులకు ఈ మార్పు చాలా కష్టమనిస్తోంది. మన దేశ వ్యవసాయ రైతు జనాభాలో 85% మంది వీరే ఉన్నారు. చిన్న, మధ్య తరచో వ్యవసాయ రైతుల జీవన విధానంలో అనేక సవాళ్లు ఎదురుపుతున్నా 84% మంది రైతులు తమ భూమిని అమ్ముకోడానికి గానీ, ఇతర సంపాదన మార్గాల వైపు మళ్ళీ ఉన్నారు. గ్రామీణ భారతంలో ఇటువంటి రైతులు 85% మంది తమ జీవన విదానం కోసం భూగర్జ జలాలపైనే ఆదారపడుతున్నారు.

విధానాలు అనుసరించాలని సూచించారు. ఇలాంటి విధానాల ద్వారా 20 నుంచి 47 శాతం వరకు సాగునీరు పొదువు అవుతుందని సూచించారు. భారత దేశం ఇప్పుడికి ఇలాంటి సమరపంతమైన నీటి పారుదల విధానాలను రాష్ట్రీయ కిసాన్ వికాసి యోజన ద్వారా ‘ప్రతినీటి చుక్కకు ఎక్కువ పంట’ అనే పథకం అమలు చేస్తోంది.

ఈ సూక్ష్మ నీటిపారుదల విధానంలో 2022లో 7.2 మిలియన్ హెక్టార్ వ్యవసాయ భూమిని తీసుకొచ్చింది. నూతన ఆవిష్కరణలు, పెట్టుబడులను వేగంతం చేయడం ద్వారా సుస్థిరమైన వాతావరణాన్ని తట్టుకనే వ్యవసాయాన్ని, ఆపోర వ్యవస్థలను రూపొందించాలని గత ఏడాది జి20 దేశాల సదన్ను సంకల్పించింది. వ్యవసాయంలో పెట్టుబడులు, ఆపిష్టరణలు, రాయితీలతో నీటి పారుదలను, నీటి యాజమాన్యాన్ని అభివృద్ధి చేయడం ఎంతో కీలకం. రెండవది ఆపోరం, భూమి, నీరు, విద్యుత్, విధానాలను అంతర్గతంగా అన్ని దశల్లోనూ ఏకీకృతం నిర్వహణ సూచిక) నీటి రంగంలోనే కాకుండా ఆపోరం, ఇంధనం వంటి అనుసంధాన రంగాల పురోగతిని పరిగణిస్తుంది.

ఆపోర ఉత్పత్తి, భూమి, నీరు, విద్యుత్ వంటి, కీప్పువున మాలిక అవసరాల పరవర్త చర్చలను పరిగణనలోకి తీసుకోవడం ద్వారా వాటిని పరిరక్షిస్తుంది. వ్యవసాయ సుస్థిరతకు, ఆపోర భద్రతకు ఇవి చాలా అవసరం. మాడ్సో అంతం కీప్పువున భూగర్జజల వసరులను సుస్థిరం చేయడానికి సామాజిక నిర్వహణను మరింత పెంచడం తప్పనిసరి. వాతావరణ మార్పులు నీటి దుర్భ్యతను అనమానంగా పెంచుతాయి. కాబట్టి నీటి వినియోగం నుంచి నీటి పరిరక్షణకు ఆలోచనా విధానంలో మార్పు కీలకం అవుతుంది. ఇది దేశంలో భూగర్జ జలాలు దోషిడీ కాకుండా సురక్షితంగా ఉంచుకునేలా చేయడమే కాక, 62% వ్యవసాయ సాగు నీటి పారుదలను కొనసాగేలా చేస్తుంది. ఎప్పుడిక్కప్పుడు తాజాగా స్టానికిరించిన దేటా కూడా యథాతథ స్థితిని కొనసాగించడానికి ఎంతో కీలకం. నీటి భద్రత కోసం

భూగర్భ జలాలు అడుగంటదం వల్ల వచ్చే ప్రమాదాలపై వీరికి ఆవశ్యకాన ఉండడం లేదు. పంజాబ్ రాష్ట్రంలో 76%, రాజస్థాన్లో 63%, తమిళనాడులో 40% వరకు భూగర్భ జలాలను అత్యధికంగా వాడడం జరుగుతోంది. ఈ వాడకం భూగర్భ జలాల రీఫ్హార్ట్ అంటే తిరిగి నింపడం కన్నా ఎక్కువయ్యే ప్రమాదం ముంచుకొస్తేంది. 2020లో దేశంలో గృహ అవసరాల కోసం 54,000 బిలియన్ లీటర్ల నీరు అవసరమైనట్లు అంచనా. వ్యవసాయ రంగానికి 14 రెట్లు ఎక్కువ అవసరం అంటే 7,76,000 బిలియన్ లీటర్ల నీరు అవసరం. కెన్నిల్ ఆన్ ఎన్స్ట్రీ, ఎన్వోన్మెంట్ అండ్ వాటర్ (సిఇఇడబ్లు) అంచనా ప్రకారం 2030 నాటికి వ్యవసాయ రంగానికి దేశంలోని జలాల్లో 87% దీమంద్ ఉంటుందని తేలింది. ఈ కారణంగా మన పరిమిత జలవనరులపై ఒత్తిడి తప్పనిసరి అవుతుంది. వ్యవసాయ, పారిక్రామిక రంగాలకు నీటి కేటాయింపులపై విపాదాలు పోతే పదుతుంటాయి. ఆహారం, భూమి, నీరు, ఇంధనం రంగాలు కీలకంగా ఒకదానితో ఒకదానితో ముడిపడి ఉన్నాయి. జాగ్రత్తా ఆలోచించకుండా ఏదో ఒక రంగంపై ఒత్తిడి పెంచితే మిగతా రంగాలపై ఏపరిత్ ప్రభావం పడుతుంది.

భారత దేశ పరిత విషపంటో పంజాబ్, హర్యానాల్లో జూగ్రు జలాల ఆధారిత వ్యవసాయంలో విద్యుత్ సరఫరాకు సంబంధించి నవ్విడీలు అమలు చేయడం మనం చూస్తున్నాం. 2019లో వ్యవసాయ రంగానికి రూ. 80,000 కోట్ల నుంచి రూ. 91,000 కోట్ల వరకు విద్యుత్ నవ్విడీలకు కేటాయించవలసి వచ్చింది. ఎక్కువ సాగు నీరు ఆధారమైన పరి, గోధుమ, చెరకు పంటలకు కనిసిన మద్దతు ధరల కల్పన లోనూ రాయితీలు తప్పనిసరి అయ్యాయి. అయినా నీటి పారుదల విధానాలు క్రమబద్ధికరణ కాలేదు. విషట్టొ రహితంగా భూగర్జు జలాల వాడకం జరుగుతోంది. ప్రమాదకరస్థాయిలో భూగర్జు జలాలు అడుగంటుతున్నాయి. సాగునీటి నిర్వహణలో నిర్మియాత్మక విధానం ఖలితంగా 2030 లో 48 ట్రైలియన్ నుంచి 2050లో 138 ట్రైలియన్ రూపాయల వరకు భర్యు చేయవలసి వస్తుందని సిజిడబ్లు అంచనా వేసింది. రానున్న దశాబ్దాల్లో దేశంలో నీటి భద్రతను అభివృద్ధి చేయడానికి తద్వారా ఆహార వ్యవస్థలను బలోపేతం చేయడానికి మాడు దశలను సిఫార్సు చేశారు. మొదట ప్రభుత్వాలు 70% ముఖ్యంగా రాష్ట్రాలు వ్యవసాయ నీటి పొరుగుల నుండున్న నీటి విశేషాగ సద్వాహాలు, లిఫ్టున్ని



లు లు చేయడం అవసరం. వీటి రూపకల్పన, అమలు, పర్యవేక్ష  
ల ప్రభావం మూలార్థంకనం చేయాలి.

జలశక్తి, వ్యవసాయం, వ్యవసాయదారులనంకైము, పునరుత్స్వార్డక ఇంధనం, పెట్రోలియం, సహజవాయివు, విమ్ముతి జీవితానికి దాటిని చూస్తున్నారా గ్రామ పంచాయతీ స్థాయిలో కావలిని స్థావిక సహజాల ద్వారా గ్రామ పంచాయతీ స్థాయిలో కావలిని దేఱా సేకరించడమనపుతుంది.

ఈ పదకంలో ప్రధాన బాధ్యతల్లో ఒకటి నీటి భద్రత ప్రణాలికలను అభివృద్ధి చేసేలా గ్రామ సమాజాలకు శిక్షణ కలించడం, భాగరూ జలాల పరిరక్ష. వినియోగంలో ఆయు











ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే..

## స్నైక్స్ గా బాదం..

- ❖ బోభనానికి, బోభనానికి మధ్య స్నైక్స్ గా బాదం గిజలు తింటే బోలెడు అర్గో ప్రయోజనాలు మీ సొంత అవుతాయి. శరీరానికి అవసరమైన పోషణలు అందచుటేపాటు కొవ్వు తగ్గుతుంది. మగర్ నియంత లాంటే ఉంటుంది.
- ❖ బోభనానికి, బోభనానికి మధ్య స్నైక్స్ గా బాదం గిజలు తింటే బోలెడు అర్గో ప్రయోజనాలు మీ సొంత అవుతాయి.
- ❖ శరీరానికి అవసరమైన పోషణలు అందచుటేపాటు కొవ్వు తగ్గుతుంది.
- ❖ మగర్ నియంతుంటే ఉంటుంది.
- ❖ బోభనానికి మెలు వేస్ట్రుండ్ సంగతి తెలి సొంత. రోజు క్రమం తప్పకుండా బాదం గిజలు తింటే వల్ల బోలెడు అర్గో ప్రయోజనాలు సొంతం చేసుకోవచ్చు. వీలీలో అర్గోక్రూమైన కొవ్వులు, యాంటీ ఆక్షిడెంట్లు, విటమిన్లు, బినిజలు పుష్టిలాగా ఉంటాయి. స్నైక్స్ గా వీలీని తీసుకోవడం బెస్ట్ చాయిన్ అని స్నాక్సీఫీయిస్టులు చెబుతున్నారు. వీలీలో విటమిన్లు, కాల్సియం, శరీరానికి మెలు చేసే

కొవ్వులు, వీచు పదార్థాలు, దైహికోవిన్, మాంగనిస్, కాపర్ కూడా ఎక్కువ మోతాదులో ఉంటాయి.

- ❖ రోజు గుప్పెడు (డాడాపు 23) బాదం గిజలను స్నైక్స్ గా తీసుకోండి. 161 కెలోలీ శక్తి శరీరానికి అందుతుంది. 2.5 గ్రాముల కాల్సీప్లైడెట్టు అందుతుంది.



అయి. వీలీలో మోనోస్యూట్రేట్ ప్యాట్స్, ప్లైబ్రాస్, ప్రోట్ిన్స్, ముబ్బు పోషణాలు ఉంటాయి.

- ❖ బాదం గిజలు యాంటీ ఆక్షిడెంట్లు, కజ్జలు దెబ్బతి నమది కూడా ఎక్కాపులు అందుతుంది. రోజు క్రమం తప్పకుండా బాదం గిజలు తింటే వల్ల బోలెడు అర్గో ప్రయోజనాలు సొంతం చేసుకోవచ్చు. వీలీలో అర్గోక్రూమైన కొవ్వులు, యాంటీ ఆక్షిడెంట్లు, విటమిన్లు, బినిజలు పుష్టిలాగా ఉంటాయి. స్నైక్స్ గా వీలీని తీసుకోవడం బెస్ట్ చాయిన్ అని స్నాక్సీఫీయిస్టులు చెబుతున్నారు. వీలీలో విటమిన్లు, కాల్సియం, శరీరానికి మెలు చేసే

అయి. వీలీలో మోనోస్యూట్రేట్ ప్యాట్స్, ప్లైబ్రాస్, ప్రోట్ిన్స్, ముబ్బు పోషణాలు ఉంటాయి.

- ❖ బాదం గిజలు యాంటీ ఆక్షిడెంట్లు, కజ్జలు దెబ్బతి నమది కూడా ఎక్కాపులు అందుతుంది. రోజు క్రమం తప్పకుండా బాదం గిజలు తింటే వల్ల బోలెడు అర్గో ప్రయోజనాలు సొంతం చేసుకోవచ్చు. వీలీలో అర్గోక్రూమైన కొవ్వులు, యాంటీ ఆక్షిడెంట్లు, విటమిన్లు, బినిజలు పుష్టిలాగా ఉంటాయి. స్నైక్స్ గా వీలీని తీసుకోవడం బెస్ట్ చాయిన్ అని స్నాక్సీఫీయిస్టులు చెబుతున్నారు. వీలీలో విటమిన్లు, కాల్సియం, శరీరానికి మెలు చేసే

బోప్పొయితో బరువు తగ్గండి..

## అందం పెంచుకోండి!

మన దగ్గర విచివా లభించే పండ్లలో బోప్పొయి ఒకటి. చెకగా ఉంటించే ఈ పండ్లలో విటమిన్సులు ఖానిజ లఘులు పుష్టిలాగా ఉంటాయి. ఈ పండ్లము రోజు తెలించం పండ్ల బోలెడు అర్గో ప్రయోజనాలము సొంతం చేసుకోవచ్చు.

- ❖ మన దగ్గర విచివా లభించే పండ్లలో బోప్పొయి ఒకటి. చెకగా ఉంటించే ఈ పండ్లలో విటమిన్సులు ఖానిజ లఘులు పుష్టిలాగా ఉంటాయి.
- ❖ రోజు విటమిన్లు చేసుకోవచ్చు. ఈ పండ్లను రోజు పండ్లము ఉంటాయి.
- ❖ ఈ పండ్లను రోజు తింటే వల్ల బోలెడు అర్గో ప్రయోజనాలము సొంతం చేసుకోవచ్చు.

క్రిసి పెంచొంచుటుంది. మలబడ్కాన్ని బోప్పొయి నివారిస్తుంది.

**బరువు తగ్గడం**

బరువు తగ్గడం అంటుంది. ఇందులో వీచుపదార్థాలు అభిరంగా, కేరిలులు తప్పకువగా ఉంటాయి. బోప్పొయి ఆక్రిని నియంతుంచుటుంది. ఎక్కువ సేవు కడువు నిండి బాపణ కలిగిస్తుంది. కాబిల్సీ తృగ్గరూ బరువు తగ్గడాల్చారు.

**మంటు ర్యామ్పుంది**

ఇందులోని పప్పెన్, కిమోపస్ట్ ఎంబ్లెమ్లు కడుపులో మంటును తగ్గిస్తుంది. గాయాలను కూడా తృగ్గరూ మానెలా చేస్తాయి.

**రోగిలోభక శక్తి పెరుగుతుంది:**

రోగిలోడక వ్యవస్థ సరిగా పని చేయడం కోసం విటమిన్సు, విటమిన్సులు అవసరం. బోప్పొయిలో ఉండే ఈ విటమిన్సు ఇమ్మూనిటీనీ పెంచుతాయి. జలుబు, పుష్టికండా బోప్పొయి అడుకుంచుంది.

**కంటి మాపు తగ్గకుండా..**

రోజు బోప్పొయి తింటే వల్ల కంటి మాపు తగ్గించుతాయి. ఇందులో వీచుపదార్థాలు అభిరంగా, కేరిలులు తప్పకువగా ఉంటాయి. బోప్పొయి ఆక్రిని నియంతుంచుటుంది. ఎక్కువ సేవు కడువు నిండి బాపణ కలిగిస్తుంది. కాబిల్సీ తృగ్గరూ బరువు తగ్గడాల్చారు.

**మంటు ర్యామ్పుంది:**

ఇందులోని పప్పెన్, కిమోపస్ట్ ఎంబ్లెమ్లు కడుపులో మంటును తగ్గిస్తుంది. గాయాలను కూడా తృగ్గరూ మానెలా చేస్తాయి.

**రోగిలోభక శక్తి పెరుగుతుంది:**

రోగిలోడక వ్యవస్థ సరిగా పని చేయడం కోసం విటమిన్సు, విటమిన్సులు అవసరం. బోప్పొయిలో ఉండే ఈ విటమిన్సు ఇమ్మూనిటీనీ పెంచుతాయి. జలుబు, పుష్టికండా బోప్పొయి అడుకుంచుంది.

**కంటి మాపు తగ్గకుండా..**

రోజు బోప్పొయి తింటే వల్ల కంటి మాపు తగ్గించుతాయి. ఇందులో వీచుపదార్థాలు అభిరంగా, కేరిలులు తప్పకువగా ఉంటాయి. బోప్పొయి ఆక్రిని నియంతుంచుటుంది. ఎక్కువ సేవు కడువు నిండి బాపణ కలిగిస్తుంది. కాబిల్సీ తృగ్గరూ బరువు తగ్గడాల్చారు.

**మంటు ర్యామ్పుంది:**

ఇందులోని పప్పెన్, కిమోపస్ట్ ఎంబ్లెమ్లు కడుపులో మంటును తగ్గిస్తుంది. గాయాలను కూడా తృగ్గరూ మానెలా చేస్తాయి.

**చర్చానికి..**

చర్చ సంబంధ నమస్కులు ఉంటాయి. బోప్పొయి ఆక్రిని నియంతుంచుటుంది. పుష్టికండా బోప్పొయి అంటుంది.

**చర్చానికి..**

చర్చ సంబంధ నమస్కులు ఉంటాయి. బోప్పొయి ఆక్రిని నియంతుంచుటుంది. పుష్టికండా బోప్పొయి అంటుంది.

**చర్చానికి..**





# గేమ్‌చేంజర్ విడుదలలో మరింత ఆలస్యం

ప్రీపుల్ ఆర్ సినిమాతో ఇంటటేపున్ల వైగొ ట్రేజ్ తెచ్చుకున్న పోరో రావ్ చరణ్ తన తరువాతి సినిమాని సెన్సెషనల్ డైరక్టర్ శంకర్ గేమ్ ఫేంజర్సో పస్తున్న విషయం తెలిసిందే. ఈ సినిమలో రావ్ చరణ్ ద్వారా లోర్ నసిస్తున్నారు. చాలా కాలంగా పూలీంగ్ జరుపుకుంటున్న ఈ సినిమా ఒకనొక టైంలో 2024 సంకూతికి రిలీజ్ చేసారని ఫోన్ ఎంతగానో ఎదురుచూశారు. అంతేకాదు ఈ సినిమా గురించి అప్పేట్ ఇప్పుకుంటే.. ఆత్మహత్య చేసుకుంటా అంటూ బిడిరింపు లేఖలు కూడా దర్శనం ఇచ్చాయి. అయితే డైరక్టర్ శంకర్క ఉన్న డిమాండ్ మేరకు పూలీంగ్ ఇబ్బందులు, ఇంకా కొన్నితికీకర్త కారణాల పల్ల సంకూతికి రిలీజ్ కాకపోడంతో పాటు ఎలాంటి అప్పేల్ కూడా ఇప్పులేదు. దింతో గేమ్ ఫేంజర్ రిలీజ్ ఎప్పుడనే విషయాన్ని మూవి టీమ్ సస్పెన్షన్లో ఉంచుతూ.. పూలీంగ్ మిద పోక్స్ చేసున్నారు. ఇప్పులేకి దాదాపు 80 శాతం పూలీంగ్ హారి చేసుకున్ ఈ సినిమా ఫోన్ యెన్గా నటిసుంది.

# ఖడ్డమృగం తెచ్చి... నన్న సాంతం చేసుకోండి

# నటి అనుపమ పరమేశ్వరన్ ఆఫర్

మల్యాళ ముద్దుగుమ్మ అనుపమ పరమేశ్వర్ బంపరావర్ జీవ్యింది. తనకు ఒక ఖడ్డమ్మగాన్ని తెచ్చి బహుమతిగా ఇస్తే మింసాంతం అయిపోతానని చెప్పేసింది. ఇప్పుడు ఈ విషయం సోశర్ మిండియాలో టైర్ల అవుతోంది. ఎందుకంటే అనుపమ లాండి అవ్వాయి ఆఫర్ ఇస్తే ఎవరు కాదంబారు చెప్పండి. కచ్చితంగా ఆ గ్రహి కొనిచ్చేస్తారుగా. ఇంతకీ అనుపమ ఏం చెప్పింది? అనశేం జరిగింది? మల్యాళ ప్రేమమ్తో హీరోయిన్గా కెరీర్ ప్రారంభించిన అనుపము.. ‘ఆత’ మాత్రికో టూలీవుల్లోకి ఎంత్రి ఇచ్చింది. ఆ తర్వాత ‘శతమానం భృతి’, ‘హూలో గురు ప్రేమ కోసమే’, ‘కార్కిటేయ 2’ తదితర చిత్రాలు చేసింది. రిసింగ్గా రవితేజ్ తఱగ్లలో కీలక పాత్రలో కనిపించింది. ఈమె సూపర్ హార్టగా నటించిన ‘టీల్లూ స్ట్రైట్’ త్వరలో థియేటర్లలోకి రానుంది. సినిమాల సంగతి పక్షపాదితే సోశర్ మిండియాలోనూ చూర్చగ్గ ఉంటే అనుపము.. అభిమానులతో టచ్లో ఉంటుంది. తాజాగా ఓ భడ్డమ్మగం పిల్లలకి సంబంధించిన ఓ వీడియోని పోస్ట్ చేసి, దీన్ని ఎవరైనా తనకు బహుమతిగా ఇస్తే తను వాళ్ళ సాంతప్తపోతానని చెప్పింది. అంటే డెటీంగ్ లేదా పెల్లి చేసుకుంటానని ఘన్నగా చెప్పింది. ఇప్పుడీ కొన్ని క్రితి క్రమాలు, వ్యవాసాయాలు



# పుష్టి-2 కోసం భారీగా ఇరువు

ప్రస్తుతం ఇండియాలో మౌష్టిక అమైటెచ్ మూవీ ఏదైనా ఉండా? అంటే అది పుప్ప-2 అనే చెప్పాలి. లెక్కల మాస్టర్ సుకుమార్, ఐక్యాన్ స్టేషన్ అల్లు అర్థాన్ కాంబినేషన్లో 2022 డిసెంబర్లో వచ్చిన పుప్ప సినిమా పాన్ ఇండియా రేంజల్ భూక్లుబ్స్‌గా నిలిచింది. తేదేలే.. అంటూ బస్సీ చెప్పిన దెలార్ దేశవాళ్లంగా సినీ అభిమానులకు తెగ నచ్చేసింది.

మిాడియాలో వైరల్ అవుతుంది. ఈ మూవీలో ఇంటర్వెల్ సీన్ గంగమ్మ జాతర బ్యాక్‌ట్రాప్‌లో తెరక్కుతున్న విషయం తెలిసిందే. అయితే ఈ ఇంటర్వెల్ సీన్ కోసమే హేకట్టు రూ. 50 కోట్లు ఖర్చుపెట్టినట్లు టుక్క విఫిలిస్ట్‌ది. గంగమ్మ జాతర సీక్వెన్స్ దారాష్ట్ర లో నిర్మించిన సినిమాలు కొన్ని విషయాల ప్రాచీన విషయాలను వెలుపోయి ఉన్నాయి.



ఎదురుచూస్తున్నారు. ప్రసుతం ఈ సినిమా శరవేగంగా మాటింగ్ జరువుకుంటున్న విషయం తెలిపిందే. అయితే ఈ నిలిపియా పూర్తింగ్కు పంచందించి ఒక పొలింగ్ నూన్ సోల్పర్

నేపథ్యంలో ఈ సినిమా కథ సాగమండగా.. తిరుపతిలోని స్థానిక గంగమ్మ జాతరలోని పంపదాయానీ పుకు ఈ సినిమాలో చూపించున్నాడు.

# సిన్నియర్ పోలీసాఫీసర్ కథ..

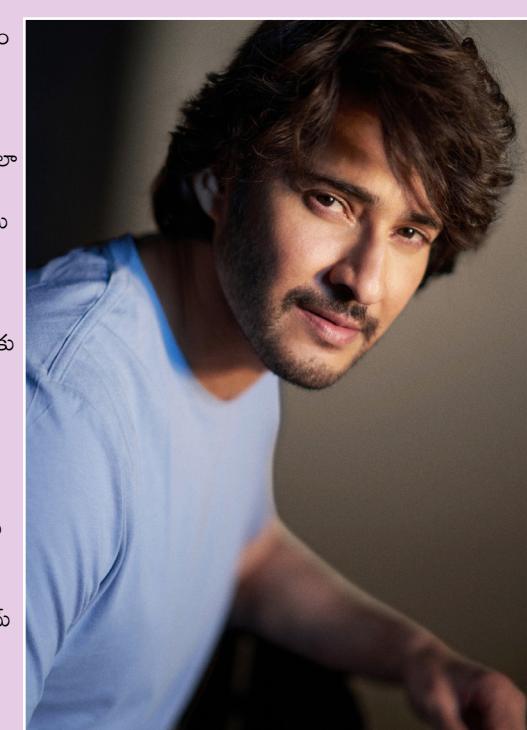
# స్వర్ణ లక్ష్మీ

‘యానిమల్ విజయంతో పుర్ జోవ్లో ఉన్నారు దర్శకుడు సందీపరెడ్డి వంగా. ప్రభాన్ హీరోగా అయిన స్పీరిట్ తెరకెక్కించనున్న సంగతి తెలిసిందే. ఈ సినిమా అవ్వదేట్టు కోసం ప్రభాన్ అభిమానులతో పాటు సినీ ప్రియులంతా ఎదురుచూస్తున్నారు. తాజాగా సందీప వంగా దీని గురించి మాట్లాడారు. ఓ బాలీవుడ్ సినిమా టీజర్ లాంధ్ ఈవెంట్లో పాల్గొన్న అయిన స్పీరిట్ పై స్పృధించారు. ప్రస్తుతం నేను ప్రభాన్తో చేయనున్న సినిమా పనుల్లో బిజీగా ఉన్నాను. అందరూ అనుకూలంటున్నట్లు ఇది హోర్చ సోర్ కాదు. ఓ నిజాయితీ కలిగిన పోలీన్ ఆఫీసర్ కథ. ప్రస్తుతం ప్రీ ప్రాడక్షన్ పనులు శరవేగంగా జరుగుతున్నాయి. అనంతరం ‘యానిమల్ పార్క్’ను రూపొందిస్తా. ప్రస్తుతానికి ఈ ఆవ్వదేట్ మాత్రమే ఇవ్వగలను’ అని చెప్పారు. హూర్తి యాక్సన్ ఎంటరైటైనర్గా ముస్తాబు కానున్న ఈ చిత్రంలో

ప్రభాన్ శౌలిసారి భ్రాతీ దుస్తులు ధరించి, లారీ రుముళీపించనున్నారు. గతంలో నిర్వాత ఈ చిత్రం గురించి మాట్లాడుతూ ఇందులో మనుపెస్తుడూ చూడని ప్రభాన్ని చూస్తారని హమీ ఇచ్చిన సంగతి తెలిసిందే. దీంతో ఈ చిత్రంటై అంచనాలు దెబ్బింపయ్యాయి. ఈ పోలీస్ ద్రామాకు హర్షవర్ధన్ రామేశ్వర్ సంగిత దర్జకుణిగా వ్యవహరించ నున్నారు. ఎనిమిది భాషల్లో ఈ చిత్రం రానుంది. ప్రస్తుతం ప్రభాన్ 'రాజు సాట్' చిత్రంతో బిజేగా ఉన్నారు. మారుతి దర్జకత్వంలో రొమాంటిక్ హర్షర్ చిత్రంగా ఇది రూపొందుతోంది. ఇప్పటికే పలు పెద్దాళ్ల ఘాటింగ్ కూడా పూర్తయింది. ఇందులో మాళవిక మౌహన్ని, నిధి అగ్రాల్ కథానాయికలూగా నటిస్తున్నట్లు సమాచారం. దీంతో పాటు కల్పి 2898 ఏడీ' లో ప్రభాన్ నటిస్తున్నారు. సైన్స్ ఫిక్చ్ నేపథ్యంలో నాగ్ అశ్విన్ తెరకెక్కిస్తున్న ఈ సినిమా మే 9న విడుదల కానుంది.



# పోచర్ వెబ్‌నీరిన్ చూసి మహోన్ బాబు ఎమోపునల్



# దృశ్యం లీమేక్కు పాలీవుడ్ సంస అంగీకారం

ములయాక, తెలుగు, పిండి భాషల్లో మనవిజయం సాధించిన చిత్రం 'దృశ్యం' ఇప్పటికే పలు లికార్బూలపు సాంతం చేసుకున్న నంగతి తెలిసిందే. తాజగా ఈ చిత్రం టీమ్ కెలలో మరొ ఫుత్తత సాధించింది. ఏకంగా పశిల్పిట్ నిర్మాణ సంస్కర్త ఈ చిత్రాన్ని ఇంగ్లీష్, స్టోనీటీల్లలో రీమేక్ చేయసున్నట్లు ప్రకటించాడి. హింటో పశిల్పిట్లో రీమేక్ కానుస్తూ మొదటి భారతీయ చిత్రంగా 'దృశ్యం' నిలిచింది. తొలుత మలయాళంలో రూపొందిన ఈ సినిమా అద పేరుతో తెలుగు, పిండిలో, 'దృశ్యం' పేరుతో కన్నడలో, 'పాపవాశం' పేరుతో తమిక్స్లో తెరక్కి సత్త్వా చాటింది. దానికి నీక్కోల్గా రూపొందిన 'దృశ్యం 2' కూడా విజయవంతమైంది. హింటో ఈ సినిల్స్ చిత్రాల కథలు కొలయినలో రీమేక్ చేశారు. అక్కడ కూడా భాట విజయాన్ని సాంతం చేసుకొన్నాడు. ఇప్పుడు పశిల్పిట్లో ప్రస్తుతి చెంబిన గల్వ్ స్టీల్ పిక్చర్స్, మరొ నిర్మాణ సంస్కర్త కలిసి 'దృశ్యం' కథలును పశిల్పిట్ ప్రైక్కలులకు అందించసాంది. ఇందియిన్ సినిమా నిర్మాణ సంస్కర్త పనిశేరుమ స్టోరీలీయాన్ నుంచి ఈ చిత్రాల అంతరూతీయ రీమేక్ హక్కులను ఆ సంస్కర్త సాంతం చేసుకుంది. హింటో హారీశ్వర్ దృశ్యంలో నటించులులగా ఎవరు కనిపించచున్నారుస్తూ ప్రసుతం అనక్కిగా మారింది. ముందుగా, 'దృశ్యం'ని మొహన్ లాల్, మిసాన్ ప్రధాన పాతుల్లో దర్శకుడు జీతు జీసిస్ట్ తెరక్కించారు. తెలుగులో వెంకట్ హింగ్ గా శ్రీమిత్తు పార్క్ 1 తెరక్కించారు. పార్క్ 2ను జీతు జీసిస్ట్ తెరక్కించారు. పిండిలో అజయ్ దేవ్గాం, శ్రీయుథ్ ప్రధాన పాతుల్లో నటించారు. వేరేరు దర్శకులు వాచించి రూపొందించారు. తమిక్ ఇప్పయునికిస్తే. కమల్ పసిన్, గౌతమి ప్రధాన పాతుల్లో నటించారు. త్వరితోనే మలయాళంలో 'దృశ్యం 3' కావలి.



