













వర్షాల్లో పసికందుల సమస్యలు

ఎక్కువ తేమతో కూడిన చల్లని వానకాలం వాతావరణంలో పసికందుల చర్మం మీద సూక్ష్మజీవులు విస్తృతంగా వృద్ధి చెందుతూ ఉంటాయి. పసికందుల శరీరాల్లో ఉష్ణోగ్రతను క్రమబద్ధీకరించే వ్యవస్థ బలహీనంగా ఉంటుంది కాబట్టి వాతావరణ మార్పులను పసి చర్మాల తట్టుకోలేవు. కాబట్టి ఈ కాలంలో ఈ కింది జాగ్రత్తలు పాటించాలి. పసిపిల్లలకు తేలికైన కాటన్ దుస్తులు వేయాలి. పొడవైన చేతుల దుస్తులు వేస్తే, దోమ కాటు నుంచి కూడా రక్షణ దొరుకుతుంది. ప్రతి రెండు గంటలకోసారి డయాపర్ మారుస్తూ ఉండాలి. లేదంటే తడిచిన వెంటనే మారుస్తూ ఉండాలి. ఇలా చేస్తే కటి ప్రాంతంలో తేమను నియంత్రించగలుగుతాం. అలాగే రోజులో 2 నుంచి 4 గంటల పాటు డయాపర్ లేకుండా పిల్లలను వదిలేయాలి. పసి పిల్లలకు కట్టి తేని తాజా

కొబ్బరినూనె పట్టిచి, మద్దన చేయాలి. పసికందుల చర్మం లోపలి పొరల్లోకి ఈ నూనె తేలికగా ఇంకిపోతుంది. వానకాలం వాతావరణం మూలంగా పిల్లల రోగనిరోధకశక్తి బలహీనంగా ఉంటుంది కాబట్టి ఇన్ఫెక్షన్లు తేలికగా సోకుతూ ఉంటాయి. కాబట్టి మురికితో కూడిన పరిసరాలకు, ఇన్ఫెక్షన్లు సోకిన వారికి పసికందులను దూరంగా ఉంచాలి. దోమల మందులకు బదులుగా దోమ తరలు వాడుకోవాలి. ఆరోగ్యమైన చర్మం కోసం... ఫ ప్రతి రోజూ స్నానం చేయిస్తూ, చర్మాన్ని శుభ్రంగా ఉంచాలి. స్నానం కోసం సున్నితమైన క్లీన్సర్, గోరువెచ్చని నీళ్లు వాడాలి. స్నానం చేయించిన వెంటనే, చర్మాన్ని రుద్దుకుండా, పొడిగా తుడవాలి. ఫ స్నానం తర్వాత కొబ్బరి నూనె పూయడం వల్ల, పిల్లల చర్మం తేమను సంతరించుకుని, దద్దుర్లు, చర్మం పొడిబారడం లాంటి సమస్యలు తలెత్తుకుండా ఉంటాయి.

నవతార



కలలు కూలిపోయాయి..

సెర్వం నిలబెట్టండి!



కొచ్చిలో ఓ మధ్యతరగతి కుటుంబం మరియు బిజీ వాళ్ళది. నాన్న పీటర్ వ్యాపారి. అమ్మ పరిమియం చూస్తే తెలుస్తుంది. పదిమందికీ సేవ చేయాలంటే డ్రెస్టింగ్ చదవాలని చిన్నప్పుడే నిర్ణయించుకుంది తను. కలల సాకారం దిశగా అడుగులు వేస్తున్న ఆ అమ్మాయిని విడి చక్రాల కుప్పికి పరిమితం చేసింది. మరియు బెదరలేదు... కష్టాలను ధిక్కరిస్తోంది... విధిని వెక్కిరిస్తోంది... కలలు కూలిపోయాయి... స్వర్ణం నిలబెట్టండి!

మొత్తం చప్పుణి పోయింది. పట్టుమని పదినిమిషాలు కూడా ఒక చోట ఉండటానికి సునీ గృహిణి. పేదలకు అమ్మనాన్నలు చేసే సాయం చూశాక తనూ తోటివారికి తోడ్పడాలి నుకుంది. ఇందుకు దాక్టర్ అన్నదేమే మంచి పాఠ్యమని నిర్ణయించుకుంది. ఇంటర్ తర్వాత మెడిసిన్ ప్రవేశ పరీక్షలో మంచి ర్యాంకు సాధించి తొడుపుతూ అఫుర్ మెడికల్ కాలేజీలో చేరింది. ఎప్పుడూ చలాకీగా, ఉత్సాహంగా ఉండే మరియు కొద్ది రోజుల్లోనే 'చాలా చురుకైన అమ్మాయి'గా పేరు తెచ్చుకుంది. రోజులు ఇంతే హాయిగా సాగిపోయి ఉంటే బాగానే ఉండేది. కానీ హాస్పిటల్ ఉండి చదువుకుంటున్న అమ్మ, నా జీవితం అనుకుని మలుపు తిరిగింది. ఆ రోజు జూన్ 5, 2016. వర్షం వస్తోందని అతనిన వస్తులు తెచ్చుకోవడానికి బాల్కనీలోకి వెళ్ళింది. అప్పుడీ ఆ చోటంతా వర్షం నీటితో నానిపోయి ఉంది. చీకట్లో అది గమనించలేకపోయింది. రెండో అంతస్తులో ఉన్న ఆ బాల్యని నుంచి జారి కింద పడిపోయింది. రక్తం మడుగులో అచేతనంగా ఉన్న అమెని అనుపత్రానికి తరలిందారు. చేతులు, ముఖం, కాళ్ళు, వెన్నెముకలకు ప్రాకృత్య అయ్యాయి. బనీయూ నుంచి బయటకు రావడానికే రెండు నెలలు వట్టింది. వెన్నెముక గాయం కారణంగా చక్రాల కుప్పికి పరిమిత మవ్వాలని తెలిసి కుప్పి కూలిపోయింది మరియు. 'నా నడుం కింద నుంచి శరీరం

అమెకు అందగా నిలిచారు. దాంతో మొదటి ఏడాది పరీక్షలకు సిద్ధమైంది. ప్రైవేట్ నాయాన్ని తీసుకోమన్నారు కాలేజీ నిర్వాహకులు. 'ఎంటీబీఎస్ పరీక్షలను ఆ కోర్సు చదివే విద్యార్థి మాత్రమే ప్రైవేట్ పసికొస్తారు. అలా కుదరక పోయేసరికి నేనే రాష్ట్రానికి నిశ్చయించుకున్నా కానీ చాలా కష్టమైంది. పెన్ పట్టుకొని రాయడానికి ఎంతో సాధన చేసేదాన్ని వేళ్ళు విపరీతంగా నొప్పి పెట్టేవి. నాలుగైదు గంటలు కష్టపడి సాధన చేసేదాన్ని. నెలరోజుల తర్వాత రాత్రులు పట్టుకుంటా. అలా ఆ ఏడాది పరీక్షలు రాసి పాసయ్యాను. నాలుగేళ్ల కోర్సును 64 శాతం మార్కులతో పూర్తి చేయగలిగా. నా కాల సర్వన అమ్మలని. శ్రీప్రతిభిత్తి చేయడానికి నా చేతివేళ్ళను ఇంకా సిద్ధం చేసుకోవాలి. ఇటీవలే హాస్పిటల్ గా చేరా. ప్రమాదం జరిగినప్పటి నుంచి అమ్మ నా నీడలా ఉంటూ నేను వెళ్ళేది. తన రుణం తీర్చుకోవాలంటే నేను పేదలకు ఉచితంగా వైద్యం చేయాలి. నన్ను నేను ఉదాహరణగా ఉండాలన్నదే నా కల' అని చెప్పే మరియు తనకిష్టమైన బ్యాడ్మింటన్, టేబుల్ టెన్నిస్లను ఆడటంకోసం బొమ్మలూ చాలా చక్కగా వేస్తుంది. తన చిత్రలేఖనాలకు సోషల్ మీడియాలో బాగా అమ్ముడు పోతుంటాయి. తన జీవితాన్నే పట్టడం ప్రతిరూపంగా చూపుతూ యువతలో స్ఫూర్తినిచ్చే వక్త్రగానూ మారింది.

ఆసక్తి నుంచి ఆసయంగా మారిన స్కేటింగ్ తార



విమర్శలను కూడా ఎదుర్కోవలసి వచ్చింది. 'అనియ గేమ్స్'తో పాటు నాలుగు ఖండాల పోటీల్లో పాల్గొన్న తర్వాత, ఆన్లైన్లో నా మీద నిందితలు మొదలయ్యాయి. అయితే అవన్నీ వ్యక్తిగత ప్రతిష్టకు భంగం కలిగిస్తాయని నేను అనుకోవడం లేదు. వింటర్ సెస్టన్ పట్ల అందరి ఆసక్తిని పెంచడానికి అనే విమర్శలు సహాయపడతాయని ఆశిస్తున్నాను. ఆన్లైన్లో సస్పెండ్ మంది అవమానిస్తూ ఉంటారు. పంపతామని బెదిరిస్తూ ఉంటారు. అయినా నేను బెదరను' అంటున్న తార 'సవాళ్ళు ఉంటాయని తెలిసి నేనే దారిని ఎంచుకున్నాను. కాబట్టి చేతులెత్తేసి ప్రసక్తే లేదు' అంటూ ఇన్స్టాగ్రామ్లో విమర్శకుల నోళ్ళు మూయించింది. అదే లక్ష్యం... ఫిగర్ స్కేటింగ్లో కొరియోగ్రఫీ, ప్రాతినిధ్యం వహించాలనే సంకల్పంతో స్కేటింగ్ ను జీవిత లక్ష్యంగా మలుచుకుంది. ఆమెరికా ఫిగర్ స్కేటింగ్ పదిలేసి, భారత్ గర్భపడే అథ్లెట్ గా మారడానికి ఆమె చేసిన త్యాగాలు, ఎదుర్కొన్న విమర్శలు, సాధించిన విజయాలు ప్రతి యువతికి ప్రేరణగా నిలుస్తున్నాయి.

ఫిగర్ రింక్స్ పై తొలిసారి స్కేటింగ్ నడిచి ఏడేళ్ల చిన్నారి తార. ఇప్పుడు ఒలింపిక్స్ వేదికపై దేశాన్ని ప్రాతినిధ్యం వహించాలనే సంకల్పంతో స్కేటింగ్ ను జీవిత లక్ష్యంగా మలుచుకుంది. ఆమెరికా ఫిగర్ స్కేటింగ్ పదిలేసి, భారత్ గర్భపడే అథ్లెట్ గా మారడానికి ఆమె చేసిన త్యాగాలు, ఎదుర్కొన్న విమర్శలు, సాధించిన విజయాలు ప్రతి యువతికి ప్రేరణగా నిలుస్తున్నాయి. ఫిగర్ స్కేటింగ్లో భారతీయ ప్రాతినిధ్యం వహించడం కోసం ఆమెరికా ఫిగర్ స్కాట్ల్యాండ్ లో భారత సంతతికి చెందిన తారా ప్రసాద్. జాతీయ పోటీల్లో విజేతగా నిలుస్తూ 2026 వింటర్ ఒలింపిక్స్ మీద గురి పెట్టిన 25 ఏళ్ల తార ప్రసాద్ అని. ఏడేళ్ల వయసులో మొదటిసారిగా ఐస్ రింక్ మీద అడుగుపెట్టింది తార. ఆ తర్వాత పదేళ్ల వరకూ ఆ క్రీడను ఒక ఆఫ్డీకరరమైన కాలక్షేపంగానే పరిగణించింది. కానీ ప్రపంచంలోని అతి పెద్ద క్రీడా వేదిక మీద భారతీయ ప్రాతినిధ్యం వహించే స్థాయికి ఎదుగుతాననే ఊహించలేదు. ఆమెరికా ఆయోలాలో పుట్టిన తార 2019లో భారతీయ తిరిగిచ్చింది. జాతీయ, అంతర్జాతీయ పోటీల్లో విజేతగా నిలిచింది. 'ఇప్పుడు ఈ క్రీడ పట్ల మక్కువ బాగా పెరిగింది. అయితే చిన్నప్పటిలాగే రింక్లోకి అడుగుపెట్టి స్కేటింగ్ చేయడంలో ఉండే ఆనందాన్ని ఇప్పటికీ ఆస్వాదిస్తూనే ఉన్నాను. కానీ ఈ క్రీడ ద్వారా రాబోయే ఒలింపిక్స్లో స్వదేశానికి ప్రాతినిధ్యం వహించే స్థాయికి ఎదుగానే పట్టుదల నాలో పెరిగింది. అందుకోసం తీవ్రంగా కృషి చేస్తున్నాను' అంటూ ఒక సందర్భంలో వివరించింది.



సూపర్ ఉమన్ లెజ్జిసింగ్!



మూడో తరగతి చదివే చిన్నారికి 'ద రాక్ డ్రెస్స్' అంటే.. బెర్రాంలో కటౌట్ పెట్టుకునే ఇష్టం. దీంతో అంతా తనని రాక్ సింగ్ అని పిలిచేవారు. డ్రెస్ ను సూపర్ స్టార్ గా భావించిన ఆ చిన్నారి.. తనని సూపర్ ఉమన్ గా ఊహించుకుంది. తన ఊహ అక్కడితో ఆగిపోలేదు. తనతోనే పెరిగి పెద్ద నేడు సూపర్ ఉమన్ లెజ్జిసింగ్ గా ఎదిగింది. కామెడీ కంటెంట్ వీడియోలను యూట్యూబ్లో పోస్టు చేస్తూ సోషల్ మీడియా స్టార్ గానే గాక, కోట్లమంది ఫాలోవర్లతో ప్రపంచంలోనే పాపులర్ యాక్టర్, రాష్ట్ర, షాగర్ గా మంచి గుర్తింపు తెచ్చుకుంది. కెనడాలో స్థిరపడిన పంజాబీ దంపతులు సుఖ్విందర్ సింగ్, మల్విందర్ సింగ్ ల రెండో సంతానంగా 1988 సెప్టెంబర్ 26న ఒంటరియంలోని స్కాట్లెండ్ లో లిల్లి సైని సింగ్ పుట్టింది. లిల్లికి నీనా అనే అక్క ఉంది. స్కాట్లెండ్ లోనే విద్యనభ్యసించిన లిల్లి... యార్ల్ యూనివర్సిటీలో సైకాలజీలో డిగ్రీ చదివింది. డిగ్రీలో ఉండగా లిల్లి భాగ్యస్వాని నేర్చుకుంది.

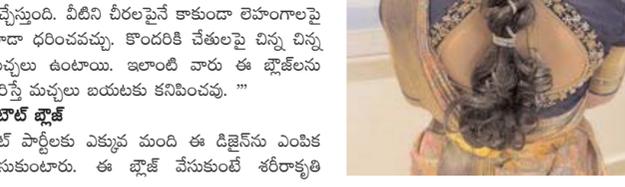
సూపర్ ఉమన్.. డిగ్రీ పూర్తయ్యాక కలెక్షన్స్ విజెస్టిలో ఉద్యోగంలో చేరినప్పటికీ, అది తనకి నచ్చకపోవడంతో.. జూబ్ వదిలేసి 2010లో 'సూపర్ ఉమన్' పేరిట యూట్యూబ్ ఛానల్ ను ప్రారంభించింది. కామెడీ, ఫస్ట్ వీడియోలు రూపొందించి తన ఛానల్లో పోస్టు చేసింది. పురుషులపై ప్యారడీ, తన తల్లిదండ్రులు, ఇంకా ఇతర కుటుంబ సభ్యులను అనుకరిస్తూ లిల్లి చేసే కామెడీలను ఎక్కువమంది రైట్ చేసేవారు. లిల్లి చేసిన తొలి వీడియో 'అఫ్షిషియల్ గ్రెడ్ బు త్రాన్ గార్స్'లో భారతీయ సంప్రదాయ దుస్తులు వేసుకుని వ్యంగ్యం, కామెడీలతో హాస్యాన్ని రక్తికట్టించడంతో బాగా వైరల్ అయింది. దీంతో లిల్లి ఛానల్ ను ఫాలో అయ్యేవారి సంఖ్య కోటి దాటింది. ఈ ఉత్సాహంతో 'సూపర్ ఉమన్ షాగ్స్' పేరిట రెండో యూట్యూబ్ ఛానల్ ను క్రియేట్ చేసింది. ఈ ఛానల్లో తన డైరీ రొటీన్ యాక్టివిటీ వీడియోలు పోస్టు చేసింది.

బ్లాజ్ మేనియా!



పందగ వచ్చిందంటే కొత్త ట్రెండ్స్ కోసం మహిళలందరూ ఎదురుచూస్తూ ఉంటారు. ఈ సందగకు రకరక బ్లాజ్ డిజైన్లు మార్కెట్లోకి ప్రవేశించాయి. ఆ డిజైన్స్ ఏమిటో.. అవి ఎలాంటి చీరలపై ధరించటానికి పసికొస్తాయో చూద్దాం.. మిర్రర్ వర్క్ బ్లాజ్లు షౌజీలపై అద్దాలను కుట్టడం ఒకప్పుడే ప్యాషన్. మళ్ళీ అది ఒక ట్రెండ్ గా మారింది. ఈ బ్లాజ్ లను చీరలపైనే కాకుండా లెహంగాలపై కూడా వేసుకోవచ్చు. ఈ బ్లాజ్ లు కుట్టించుకోవటానికి అనువైన బ్లైట్ పీసీలు మార్కెట్లో అందుబాటులో లభిస్తున్నాయి. డోరీ బ్లాజ్ పార్టీలకు వెళ్ళినప్పుడు- అందరినీ ఆకర్షించటానికి వేసుకొనే బ్లాజ్ ఇది. దీనిని ఏ చీర మీద ధరించినా బావుంటుంది. ఫుల్ స్లీవ్ బ్లాజ్ ఈ బ్లాజ్ వేసుకుంటే హుందాతనం దానంతట అదే వచ్చేస్తుంది. వీటిని చీరలపైనే కాకుండా లెహంగాలపై కూడా ధరించవచ్చు. కొందరికి చేతులపై చిన్న చిన్న మచ్చలు ఉంటాయి. ఇలాంటి వారు ఈ బ్లాజ్ లను ధరిస్తే మచ్చలు బయటకు కనిపించవు. " కటౌట్ బ్లాజ్ నైట్ పార్టీలకు ఎక్కువ మంది ఈ డిజైన్ ను ఎంపిక చేసుకుంటారు. ఈ బ్లాజ్ వేసుకుంటే శరీరాకృతి

స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది.' స్టీట్ వర్క్ బ్లాజ్ ప్రస్తుతం ట్రెండింగ్ లో బ్లాజ్ డిజైన్ ఇది. దీనిపై రకరకాల పూసలు వేసి కుట్టడం కూడా ఒక ప్యాషన్ గా మారింది. ఇది ఎదుర్కొన్న పైబడిన వారికి కాకుండా అమ్మాయిలకు ఎక్కువగా నచ్చుతుంది. స్ఫూటి ట్రాప్ బ్లాజ్ ఈ మధ్యకాలంలో చీరలను కూడా రకరకాల పద్ధతులు కడుతున్నారు. వీటికి కొత్త ప్యాషన్ ట్రెండ్స్ ను జోడిస్తున్నారు. ఇలాంటి చీరలకు ఈ స్ఫూటి ట్రాప్ బ్లాజ్ నచ్చుతుంది.



మంచిచిరుగానూ... యూట్యూబర్ గా బిజీగా ఉంటూనే హాల్వుడ్ బాలీవుడ్ సినిమాలలో నటించింది. 'డాక్టర్ క్యాబ్', బాలీవుడ్ సినిమా స్ట్రీమ్ సింగ్స్, ఛాన్సలర్లలో నటించింది. బబుల్స్ అండ్ మిస్సి అనే యూనివర్సిటీ సినిమాకు గాత్రం అందించింది. తరువాత హాల్వుడ్ సినిమా ఐస్ ఏజ్: కొలిజన్ కోర్స్, 'బ్యాడ్ మామ్మ'లో నటించింది. ఓ పంజాబీ సాంగ్ ను ర్యామ్ చేసి పాడడంతో బాలీవుడ్ సినిమా గులాబ్ గ్యాంగ్ లో పెట్టారు. కాగా అనేక సామాజిక అంశాలపై స్పందించే లిల్లి సింగ్ ఈ ఏడాది జరిగిన గ్రామీ అవార్డ్స్ ఈవెంట్ లో 'బి స్టాండ్ విత్ ఫార్వర్డ్స్' అని రాసి ఉన్న మాస్క్ ధరించి ఇండియాలో రైతులు చేస్తున్న ఉద్యమానికి మద్దతు తెలిపింది.

ఎ లిట్ లెట్ విత్ లిల్లి సింగ్... నిర్దురామంగా వీడియోలతో అలరించిన లిల్లి సింగ్ 2018 నవంబర్ లో "గత ఎనిమిదేళ్ళగా మానసికంగా, శారీరకంగా అలసిపోయాను. కొద్దిరోజులు వీడియోలు చేయలేను" అని చెప్పి కొద్దికాలం బ్రేక్ తీసుకుంది. తర్వాత 2019లో "నేను బైస్ క్యూబ్ లో" అని టీట్లీ చేసి సంచలనం సృష్టించింది. ఈ విషయాన్ని కొందరు విమర్శిస్తే, మరికొందరు ఆమె నిజాయితీని మెచ్చుకున్నారు. ఇదే ఏడాది కార్నల్ నిర్వహించే ఎన్టీవీ షోను లిల్లి సింగ్ చేపట్టి, అర్ధరాత్రి ఒంటిగంటకు ప్రసారమయ్యే 'ఎ లిట్ లెట్ విత్ లిల్లి సింగ్'కు వ్యాఖ్యాతగా మారింది. దీంతో లెట్ నైట్ షోకు హెచ్చుతూ వ్యవహరిస్తున్న తొలి మహిళగా లిల్లి సింగ్ నిలిచింది. కాగా ఈ షోను ఈ ఏడాది ముగిస్తున్నట్లు ఎన్టీవీ ప్రకటించింది. చివరి ఎపిసోడ్ జూన్ 3న ప్రసారం కానుంది.

సహాయ మీడియా

మనం ఇంటి చుట్టూరా లేదంటే బాల్కనీల్లో మొక్కలను పెంచుతూ ఉంటాం. వాటి స్వభావాన్ని అనుసరించి రోజూ నీళ్ళు పోస్తూ ఉంటే మొక్కలు చక్కగా పెరుగుతాయి. మొక్కలకు ఏ సమయంలో నీళ్ళు పోస్తే మంచిదో తెలుసుకుందాం... సూర్యోదయానికి ముందే మొక్కలకు నీళ్ళు పోయాలి. ఈ సమయంలో నేల లేదా కుండీలోని మట్టి చల్లగా ఉంటుంది. దీంతో మొక్కలు మెల్లగా నీటిని పీల్చుకుంటాయి. ఫలితంగా వేర్లు, కాండం, ఆకులు పూర్తిగా తేమతో నిండతాయి. రోజంతా ప్రసరించే

సూర్యరశ్మిని, వేడిని తట్టుకుని నిలబడతాయి. సూర్యోదయం తరువాత, మధ్యాహ్నం సమయాల్లో మొక్కలకు నీళ్ళు పోయకూడదు. అలా పోస్తే ఆకులు, వేర్లు దెబ్బతిని మొక్కలు త్వరగా ఎండిపోతాయి. సాయంత్రం సూర్యాస్తమయం వెంటనే మొక్కలకు నీళ్ళు పోయకూడదు. మొక్క భాగాలు, మట్టి చల్లబడే వరకూ ఆగాలి. చీకటి పడకుండా వెలుగు ఉన్నప్పుడే నీళ్ళు పోయాలి. రాత్రి వేళల్లో కూడా మొక్కలకు నీళ్ళు పోయకూడదు. అలా చేస్తే హానికారక పుగ్గిలను, క్రిమి కీటకాలు చేరి మొక్కలకు నష్టం కలిగిస్తాయి. వర్షాకాలంలో అయితే రోజూ కాకుండా రెండు రోజులకు ఒకసారి నీళ్ళు పోస్తే చాలు. శీతాకాలంలో మట్టిని గమనించి అవసరం మేరకు ఉదయమే నీటిని చిలకరించాలి. కొన్ని మొక్కలకు నీళ్ళు ఎక్కువగా, క్రిమి కీటకాలు చేరి మొక్కలకు నష్టం కలిగిస్తాయి. వాటి స్వభావం గురించి పూర్తిగా తెలుసుకుని ఆ ప్రకారమే నీళ్ళు అందిస్తే మొక్కలు ఏవుగా పెరుగుతాయి.

మొక్కలకు ఎప్పుడు నీళ్ళు పోయాలి

మనం ఇంటి చుట్టూరా లేదంటే బాల్కనీల్లో మొక్కలను పెంచుతూ ఉంటాం. వాటి స్వభావాన్ని అనుసరించి రోజూ నీళ్ళు పోస్తూ ఉంటే మొక్కలు చక్కగా పెరుగుతాయి. మొక్కలకు ఏ సమయంలో నీళ్ళు పోస్తే మంచిదో తెలుసుకుందాం... సూర్యోదయానికి ముందే మొక్కలకు నీళ్ళు పోయాలి. ఈ సమయంలో నేల లేదా కుండీలోని మట్టి చల్లగా ఉంటుంది. దీంతో మొక్కలు మెల్లగా నీటిని పీల్చుకుంటాయి. ఫలితంగా వేర్లు, కాండం, ఆకులు పూర్తిగా తేమతో నిండతాయి. రోజంతా ప్రసరించే

మొక్కలకు నీళ్ళు పోయకూడదు. అలా పోస్తే ఆకులు, వేర్లు దెబ్బతిని మొక్కలు త్వరగా ఎండిపోతాయి. సాయంత్రం సూర్యాస్తమయం వెంటనే మొక్కలకు నీళ్ళు పోయకూడదు. మొక్క భాగాలు, మట్టి చల్లబడే వరకూ ఆగాలి. చీకటి పడకుండా వెలుగు ఉన్నప్పుడే నీళ్ళు పోయాలి. రాత్రి వేళల్లో కూడా మొక్కలకు నీళ్ళు పోయకూడదు. అలా చేస్తే హానికారక పుగ్గిలను, క్రిమి కీటకాలు చేరి మొక్కలకు నష్టం కలిగిస్తాయి. వర్షాకాలంలో అయితే రోజూ కాకుండా రెండు రోజులకు ఒకసారి నీళ్ళు పోస్తే చాలు. శీతాకాలంలో మట్టిని గమనించి అవసరం మేరకు ఉదయమే నీటిని చిలకరించాలి. కొన్ని మొక్కలకు నీళ్ళు ఎక్కువగా, క్రిమి కీటకాలు చేరి మొక్కలకు నష్టం కలిగిస్తాయి. వాటి స్వభావం గురించి పూర్తిగా తెలుసుకుని ఆ ప్రకారమే నీళ్ళు అందిస్తే మొక్కలు ఏవుగా పెరుగుతాయి.

ఆ బాధ నుంచి బయటపడితే.. బ్రేకప్ అయినా బేఫికర్ గా బతికేయొచ్చు!



అయితే, మీకు బ్రేకప్ తో స్వాతంత్ర్యం వచ్చేసినట్టే! అప్పుటివరకూ మీ భాగస్వామికి నచ్చినట్టుగానే నడుచుకొని ఉంటారు. ఇక వారి ఇష్టానుష్ఠానాలతో పనిలేదు. స్వేచ్ఛగా జీవించే అవకాశం దొరుకుతుంది. ఏ విషయంలోనైనా సొంత నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. భాగస్వామితో విడిపోయినప్పుడు కొందరు ఒంటరిగా ఉండిపోతారు. ఎవ్వరినీ కలవరు.. మాట్లాడరు. అలాంటి సమయంలోనే వారిలో 'సెల్ఫ్ లవ్' పెరుగుతుంది. అంటే.. వారిపై వారికే ప్రేమ పుడుతుంది. జీవితంలో మరింతగా ఎదగాలన్న ఆకాంక్ష, తనను వదిలేసిన వ్యక్తికి తానేంటో చూపించాలన్న కని మొదలవుతుంది. ఇలాంటి సమయంలో ఏదైనా లక్ష్యాన్ని ఎంచుకుని ప్రయత్నిస్తే.. తప్పకుండా విజయం సాధిస్తారు. అందుకే.. బ్రేకప్ అయినా బేఫికర్ గా బతికేయొచ్చు. తిరిగి పుజుకోండి. బంగారంలాంటి భవిష్యత్తును నిర్మించుకోండి.

రేమిటో ఉన్నప్పుడు.. సమయమంతా సంతోషంగా సాగిపోతుంది. చాటింగులు- డేటింగులు, ముద్దులు-ముచ్చట్లు, సినిమాలు-షికార్లు అంటూ.. ఆకాశమే హద్దుగా పరుగులు పెడుతుంది. మరి బ్రేకప్ అయితే.. కాలం ఒక్కసారిగా ఆగిపోతుంది. మనసు ముక్కలై.. కుంగబాటు అవహిస్తుంది. అయితే, ఆ బాధ నుంచి బయటపడితే.. తర్వాతి జీవితం మరింత మధురంగా ఉంటుంది. బ్రేకప్ అయినా.. బేఫికర్ గా బతికే అత్యవసాని అందిస్తుంది. కొందరంటే.. భాగస్వామిని ఆంక్షల వలలో బంధిస్తారు. మీ పార్ట్ నర్ కూడా అంతేనా! ఉంటారు. ఇక వారి ఇష్టానుష్ఠానాలతో పనిలేదు. స్వేచ్ఛగా జీవించే అవకాశం దొరుకుతుంది. ఏ విషయంలోనైనా సొంత నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. భాగస్వామితో విడిపోయినప్పుడు కొందరు ఒంటరిగా ఉండిపోతారు. ఎవ్వరినీ కలవరు.. మాట్లాడరు. అలాంటి సమయంలోనే వారిలో 'సెల్ఫ్ లవ్' పెరుగుతుంది. అంటే.. వారిపై వారికే ప్రేమ పుడుతుంది. జీవితంలో మరింతగా ఎదగాలన్న ఆకాంక్ష, తనను వదిలేసిన వ్యక్తికి తానేంటో చూపించాలన్న కని మొదలవుతుంది. ఇలాంటి సమయంలో ఏదైనా లక్ష్యాన్ని ఎంచుకుని ప్రయత్నిస్తే.. తప్పకుండా విజయం సాధిస్తారు. అందుకే.. బ్రేకప్ అయినా బేఫికర్ గా బతికేయొచ్చు. తిరిగి పుజుకోండి. బంగారంలాంటి భవిష్యత్తును నిర్మించుకోండి.



ఫిష్ వెంకట్ కి ప్రభాస్ ఆర్థిక సాయంలో వాస్తవం!

టాలీవుడ్ నటుడు ఫిష్ వెంకట్ తీవ్ర అనారోగ్యంతో ఐసియూ-వెంటిలేటర్ పై చికిత్స పొందుతున్నాడని కథనాలొచ్చాయి. అతడి కుమార్తె, కుటుంబ సభ్యులు ఇంతకుముందు సహాయం కోసం ఆర్థించారు. ఫిష్ వెంకట్ కి కిడ్నీ సంబంధిత సమస్యలకు చికిత్స జరుగుతోందని అయితే దీనికి 50లక్షల వరకూ ఖర్చవుతుందని వైద్యులు సూచించినట్లు వెల్లడించారు. అంతేకాదు కిడ్నీని వేరొక ధాత సుంచి సేకరించాల్సి ఉంది. అయితే కుటుంబ సభ్యులు ఎంతగా అభ్యర్థించినా సినిమారంగం నుంచి ఆర్థిక సాయానికి ఎవరూ స్పందించలేదని కూడా వారు ఆందోళన చెందినట్లు కథనాలొచ్చాయి. ఒక్కో సాంగ్ కు మూడు రిఫరెన్సులు అయితే ఈ ప్రచారం ఇలా ఉండగానే మరో కొత్త ప్రచారం ఇండస్ట్రీలో హీట్



పుట్టించింది. ఫిష్ వెంకట్ కిడ్నీ మార్పిడి చికిత్స కోసం ప్రభాస్ 50లక్షలు సాయం చేసారని స్థానిక మీడియాలో పాటు, జాతీయ స్థాయిలో మీడియాలో అత్యుత్సాహంగా కవర్ చేసాయి. అయితే ఇప్పటికే ప్రభాస్ 50 లక్షల ఆర్థిక సాయాన్ని ఆ కుటుంబానికి అందించారా? అంటే ఇంకా ఏ సాయం అందలేదని తెలుస్తోంది. ఫిష్ వెంకట్ కి ఆర్థిక సాయం అందిస్తామంటూ ప్రభాస్ ఆసిస్టెంట్ నుంచి కాల్ వచ్చిందని, అయితే కిడ్నీ ధాత దొరికిన తర్వాత సంప్రదించాల్సిందిగా వారు చెప్పినట్లు కథనాలొచ్చాయి. అయితే ఫిష్ వెంకట్ కి సాయం చేసేందుకు గబ్బర్ సింగ్ గ్యాంగ్(సహసలులు) మాత్రమే ముందుకు వచ్చారని, పరిశ్రమ నుంచి ఇతరులు ఎవరూ ఎలాంటి సాయానికి ముందుకు రాలేదని ఒక సెక్షన్ మీడియాలో వార్తలు వస్తున్నాయి.



ఆన్ లైన్ లో అయినా నాకేం పర్వాలేదన్నాడు!

'రామాయణ' లక్షణుడి గురించి తెలుసా...?



టాలీవుడ్ లో కాస్టింగ్ కోర్ట్ అంతం నిత్యం చర్చకొచ్చేది. లైంగిక వేధింపులపై చాలా మంది నటీమణులు బహిరంగంగానే మాట్లాడారు. దీనిపై మీటూ ఉద్యమానికి తెర తీసారు. ఆ తర్వాత ఇతర పరిశ్రమల్లో కూడా ఇలాంటి ఘోరాలెన్నో బయటకొచ్చాయి. ఆ మధ్య హాలీవుడ్ కూడా ఇలాంటి కోర్ట్ లో చిక్కుకుందన్న విషయం దేశ వ్యాప్తంగా ఎంత సంబంధంలేదో తెలిసింది. చెప్పుకోవడానికి చిన్న పరిశ్రమైనా లైంగిక దోపిడీ ఆ స్థాయిలో జరిగిందా? అని దేశమే ఆశ్చర్యపోయింది. ఇలాంటి పరిస్థితులు ఓటీటీలో అవ కాకలా కోసం వస్తోన్న వారికి ఎదురవుతున్నాయని తెలుస్తోంది. తాజాగా నటి హెలికాప్టర్ ఓ వెబ్ సిరీస్ లో అవకాశం రావడంతో వెళ్లి కలిసింది. కానీ తాము పెట్టిన కంట్రీషన్లు అన్నింటికీ ఒకే అంటేనే ఛాన్స్ లేకపోతే లేదన్నారట. తాము చెప్పిన ప్రదేశానికి రావాలని అడిగారు. వచ్చిన తర్వాత తాము చెప్పినట్లు చేయాలన్నారు. అందుకు ఒకే అయితే ఈ అవకాశం మీదే అని చెప్పారు. దీంతో విషయం అర్థమై పాల్ షా ఈ అవకాశం నా కొద్దు మరో నటిని వెతుక్కోమని చెప్పింది. ఒక్కో సాంగ్ కు మూడు రిఫరెన్సులు దీంతో హెలికాప్టర్ కు మరో అఫర్ ఇచ్చారు. మీరు చెప్పిన ప్రదేశానికి రాకపోయినా పర్వాలేదు. తాము చెప్పింది చేస్తే చాలు. అది ఆన్ లైన్ లో అయినా పర్వాలేదన్నారు. ఆ సమయంలో వాళ్లు అన్న మాటలను నోటితో చెప్పలేకపోతున్నారని వాపోయింది. దీంతో అక్కడ నుంచి వెళ్లిపోయి వాళ్ల కాంటాక్ట్ నెంబర్లన్నీ బ్లాక్ లిస్ట్ లో పెట్టినట్లు తెలిసింది. అవకాశం వేరుతో ఇలాంటి దాడులకు తెగ బదుతున్న వారి కఠినంగా శిక్షించాలని నుండినది. ప్రస్తుతం హెలికాప్టర్ గుజరాత్ లో దడ అనే సినిమా చేస్తోంది. ఇందులో అమ్మడు గర్భవతి పాత్రలో కనిపించింది. హెలికాప్టర్ హాస్యీ బర్లే దే చిత్రంలో బాలీవుడ్ లో లాంచ్ అయింది. అటుపై అవకాశాలు రాకపోవడంతో గుజరాత్ లో వెళ్లిపోయింది. మూడేళ్లగా అక్కడే నినిమాల చేస్తోంది. రీసెంటగా మళ్లీ బాలీవుడ్ లో కాన్ పలెట్ అనే సినిమాలో ఛాన్స్ వచ్చింది. ఇటీవలే ఆ సినిమా షూటింగ్ కూడా పూర్తి చేసింది.

ఇండియన్ సిని ప్రేమికులు ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురు చూస్తున్న సినిమాల్లో 'రామాయణ' ఒకటి. రాము డిగా బాలీవుడ్ స్టార్ రణజీత్ కపూర్ నటిస్తుండగా, సీత పాత్రలో సాయం పల్లవి నటిస్తున్న విషయం తెల్సింది. రెండు పాత్రలూ రాజీతున్న ఈ సినిమా మొదటి పార్ట్ ను వచ్చే ఏడాది ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకు రాబోతున్న విషయం తెల్సింది. ఇటీవలే ఈ సినిమా టైటిల్ గ్రీన్ గోన్స్ పేర్ చేశారు. నితీష్ తివారీ దర్శకత్వంలో రూపొందుతున్న ఈ భారీ బడ్జెట్ సినిమాలో అత్యంత కీలకమైన లక్షణుడి పాత్రను బాలీవుడ్ నటుడు రవి దూబే పోషిస్తున్నాడు. ప్రస్తుతం ఈయన గురించి నోషల్ మీడియాలో ఆసక్తికర ప్రచారం జరుగుతోంది. రవి దూబే బాలీవుడ్ లో కాలా షా కాలా సినిమాతో నిర్మాతగా ఎంట్రీ ఇచ్చాడు. అంతకు ముందు ఈయన బుల్లి తెరపై సుదీర్ఘ కాలంగా కొనసాగుతూ వస్తున్నాడు. ఈ 41 ఏళ్ల నటుడు 2006లో స్ట్రీ థేరి కహానీ అనే సిరీయల్ లో రవి పాత్రలో నటించి నటుడిగా ప్రస్థానం మొదలు పెట్టాడు. కెరీర్ ఆరంభం నుంచే బుల్లి తెరపై తనకుంటూ ప్రత్యేక ఇమేజ్ ను సొంతం చేసుకున్నాడు. నటుడిగా తన స్థాయిని పెంచుకుంటూ వచ్చిన రవి దూబే బాలీవుడ్ లోనూ అభిరుచు సొంతం చేసుకున్నాడు. బుల్లి తెర నుంచి వెండి తెరపై ఎంట్రీ ఇచ్చాలంటే మంచి పాత్ర కోసం ఎదురు చూశాడు. నటుడిగా తనకు మరింతగా గుర్తింపు తెచ్చి పెట్టే విధంగా లక్షణుడి పాత్రకు ఒకే అవకాశం. తిండి తినడానికి కూడా డబ్బులేవన్నారు బుల్లి తెరపై సుదీర్ఘ కాలంగా కొనసాగుతున్న ఈ నటుడు వెండి తెరపై మొదటి సారి లక్షణుడి పాత్రలో కనిపించాడన్న నేపథ్యంలో అందరి దృష్టిని ఆకర్షిస్తున్నాడు. ఇతను నిర్మాతగా మంచి విజయాలను సొంతం చేసుకున్నాడు. ఈ మధ్య కాలంలో రవి దూబే ఆస్తుల గురించి కూడా ప్రముఖంగా చర్చ జరుగుతోంది. ప్రముఖ జాతీయ మీడియా సంస్థ కథనం అనుసారం రవి దూబే, ఆయన భార్య సర్దార్ మోహితాలకు ఏకంగా రూ.150 కోట్ల నికర ఆస్తులు ఉన్నారట. ఎంటర్టైన్ మెంట్ రంగంలోనే కాకుండా వీధిదూర వివిధ వ్యాపారాల్లోనూ భాగస్వాములుగా ఉన్నారని బాలీవుడ్ వర్గాల ద్వారా సమాచారం అందుతోంది. దాంతో వీరి ఆస్తులు అసర్వకారికంగా వెయ్యి కోట్ల ఊంటాయని కూడా కొందరు అంటున్నారు. చిన్నయి భారీ కొంటర్ ఉత్తరప్రదేశ్ లోని గోరఖ్ పూర్ లో ఉన్నారని రవి దూబే ఢిల్లీలో పెరిగాడు.



తనపై వచ్చిన వార్తలని ఖండించిన రకుల్ భర్త.. ఆఫీసుని మళ్లీ నేనే కొనుగోలు చేశా..

టాలీవుడ్ ప్రాధ్యస్తకం, నటి రకుల్ ప్రీత్ సింగ్ భర్త జాకీ భగ్వాన్ తన ఆర్థిక పరిస్థితి గురించి వస్తున్న రూమర్లని ఖండించారు. అతని తాజా చిత్రం 'బడే మియా ఛోబే మియా' బాక్సాఫీస్ వద్ద ఛోరంగా విఫలమవడంతో, జాకీ దివాలా తీశారనే ప్రచారం జోరుగా సాగింది. తినడానికి డబ్బులేవని, జూహులోని తన ఆఫీసును అమ్మేశారంటూ నోషల్ మీడియాలో వార్తలు షికార్లు చేస్తున్నాయి. ఈ ప్రచారాలపై స్పందించిన జాకీ, నేను దివాలా తీశానని, దేశం పదిలి పారిపోయానని, తినడానికి డబ్బులేవంటూ ప్రచారం చేశారు. ఈ రూమర్లు ఎక్కడి నుంచి వస్తున్నాయో నాకు తెలియదు. కానీ, నా ఆఫీసును నేను అమ్మినట్లు ప్రచారం జరిగింది. నిజానికి నేను అదే ఆఫీసును మళ్లీ కొనుగోలు చేశాను అని చెప్పారు. 'బడే మియా ఛోబే మియా' విషయంలో తీసుకున్న కొన్ని నిర్ణయాలపై జాకీ ఓపెన్ గా మాట్లాడారు. ఈ సినిమా విషయంలో అలి అప్పారెడ్డి బడ్జెట్ ఇవ్వడమే ఒక పొరపాటు అని నేను భావిస్తున్నాను అంటూ చెప్పుకొచ్చారు. రూ. 350 కోట్ల భారీ బడ్జెట్ తో రూపొందిన ఈ సినిమా కేవలం రూ. 102 కోట్లు మాత్రమే వసూలు చేయడం వల్ల, జాకీ ఆర్థికంగా తీవ్ర ఒడిదుడుకులు ఎదుర్కొన్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈ సినిమా కోసం తన ఆస్తులు తాకట్టు పెట్టాల్సి వచ్చిందని కూడా ఆయన గతంలో పేర్కొన్నారు. ఈ చిత్రంలో అక్షయ్ కుమార్, టైగర్ ప్రాఫెట్ పాటు పృథ్వీరాజ్ సుకుమార్, మానుషి చిల్దర్, సోనాక్షి సిన్హా వంటి ప్రముఖులు నటించినా, చిత్రం ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకోలేకపోయింది. అయితే ఈ పరిస్థితుల్లో ఎవరిని నిందించాలని ఆయనకుంద లేదు. ఇది కూడా జీవితంలో ఒక పాఠం అని జాకీ స్పష్టం చేశారు. సినిమా పనూ గురించి గతంలో మాట్లాడిన ఆయన, బాక్సాఫీస్ వద్ద మరో చిత్రం పట్టిక పెట్టబడితే 50 శాతం కంటే తక్కువే రాబట్టింది. ఈ క్రమంలో మేము బడిన భాగం ఎవరికీ ఇవ్వం కాదు. ఈ చిత్రాన్ని నిర్మించడానికి మా ఆస్తులను కూడా తాకట్టు పెట్టాం అని చెప్పుకొచ్చారు. అయితే, ఇప్పుడు ఈ విషయాలు చెప్పడం వల్ల ఎలాంటి ప్రయోజనం లేదని కూడా జాకీ భగ్వాన్ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. లాభాలు అర్జించాలనే ఉద్దేశంతోనే సినిమా తీశామని, కానీ ఆ లక్ష్యాన్ని చేరుకోలేకపోయామంటూ చాలా బాధపడ్డారు.

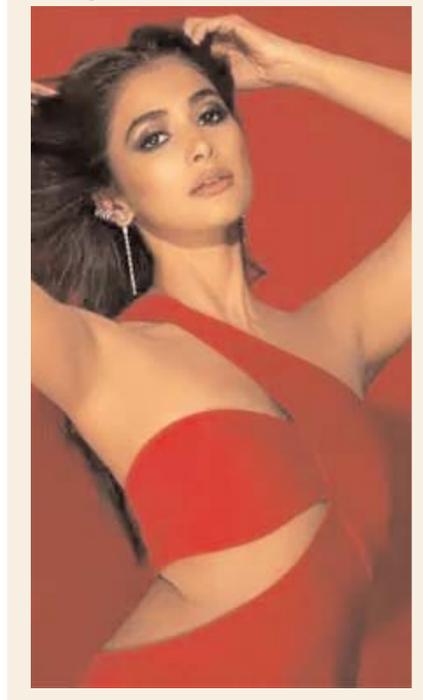


పవన్ కోసం వెనక్కి తగ్గిన బాలయ్య.. అఖండ-2తో ఎప్పుడు వస్తాడు?

పవన్ స్టార్ పవన్ కళ్యాణ్, నందమూరి నటసింహం బాలయ్య.. ఇద్దరు ఫుల్ ఫ్యాన్ ఫాలోయింగ్ ఉన్న నటులే. ఒకవైపు సినిమాలు చేస్తూనే మరోవైపు రాజకీయాలలో యాక్టివ్ గా ఉన్నారు. అయితే వీరి సినిమాలపై అభిమానులలో ఏ రేంజ్ ఎక్స్ పెక్టేషన్స్ ఉంటాయో ప్రత్యేకంగా చెప్పవచ్చు. నందమూరి బాలకృష్ణ నటించిన బ్లాక్ బస్టర్ మూవీ అఖండ కి సెక్వెల్ గా తెరకెక్కుతున్న అఖండ-2 విడుదలపై ఆసక్తికర వార్తలు వినిపిస్తున్నాయి. ఇంతకుముందు ఫ్యాన్ ప్రకారం ఈ చిత్రాన్ని సెప్టెంబర్ 25న గ్రాండ్ గా థియేటర్లలో విడుదల చేయాలనుకొని, ఇప్పుడు వాయిదా వేసి అలోచనలో ఉన్నారట బాలయ్య. అందుకు కారణం అదే రోజున పవన్ స్టార్ పవన్ కళ్యాణ్ నటించిన హై-ఓల్టేజ్ యాక్షన్ ఎంటర్టైన్ మెంట్ ఓజ్ కూడా విడుదలకు సిద్ధమవుతోంది. ఇద్దరు మూసీ హీరోల సినిమాల మధ్య బాక్సాఫీస్ ఖామ్ రావడం ఇండస్ట్రీలో చర్చనీయాంశంగా మారింది. పవన్ కళ్యాణ్ సినిమాపై ఉన్న హైస్, ఫ్యాన్స్ లో నెలకొన్న క్రేజ్ దృష్టిలో పెట్టుకుని బాలయ్య తన అఖండ 2 రిలీజ్ ను అడ్డంకి 2 (దసరా సెలవులు)కి వాయిదా వేసి యోచనలో ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. డిఫిబల్టీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్, ఎమ్మెల్యే బాలకృష్ణ ఇద్దరు హ్యాట్ ఫ్యాన్ ఫాలోయింగ్ కలిగిన నేతలు, హోలోలు. వారి సినిమాల కోసం ప్రేక్షకులు కళ్లలో ఒత్తులు వేసుకొని మరీ ఎదురు చూస్తుంటారు. అయితే పవన్ కళ్యాణ్ సినిమా కోసం బాలయ్య చేసిన త్యాగం వల్ల కొందరు నటిజన్లు ప్రశంసల జల్లు కురిపిస్తున్నారు. అయితే ఇప్పటివరకు అఖండ 2 రిలీజ్ డేట్ వాయిదాపై అధికారిక ప్రకటన విడుదల కాలేదు. అయితే ఇటీవల పరిస్థితులని బట్టి చూస్తే ఈ నిర్ణయం ఎలాంటి మార్పు ఉండదనే అభిప్రాయం కలుగుతుంది. డైరెక్టర్ సుజీత్ తెరకెక్కిస్తున్న ఓజ్ సినిమా డీజిల్, హోళుల భారీ బజ్ సృష్టించిన విషయం తెలిసింది. ఇందులో పవన్ లుక్, యాక్షన్ ఎంటర్టైన్ మెంట్ ఫ్యాన్స్ లో మంచి ఎంట్రీమెంట్ ఉంది. బాలయ్య ఈ సినిమాకు బాక్సాఫీస్ వద్ద పూర్తి స్పెన్ ఇవ్వాలనే ఉద్దేశంతోనే వెనక్కి తగ్గినట్లు లాక్ వినిపిస్తోంది.



పూజా హెగ్డెకి అదృష్టం పట్టినట్టేనా..?



పూజా హెగ్డె ప్రస్తుతం దళపతి విజయ్ తో జన నాయగన్ సినిమా చేస్తుంది. విజయ్ తో ఆల్ రైడ్ బిస్ట్ సినిమాలో నటించింది పూజా హెగ్డె. మళ్లీ జన నాయగన్ తో ఆ ఛాన్స్ అందుకుంది. విజయ్ సినిమా తర్వాత ధనుష్ నెక్స్ట్ సినిమాలో కూడా బుల్లి బొమ్మ లక్ష్మీ ఛాన్స్ వచ్చేందని తెలుస్తుంది. విఘ్నేష్ రాజా డైరెక్షన్ లో తెరకెక్కుతున్న ఈ సినిమాలో ధనుష్ కి జతగా పూజా హెగ్డె నటిస్తుంది. విజయ్ తో సినిమా ఆ నెక్స్ట్ ధనుష్ తో ఛాన్స్ పూజా హెగ్డెకి కోరికపడి లక్ష్మీగా మారింది. ఇక ఇదే కాదు కాంచన 4 లో కూడా పూజా హెగ్డె చేస్తుంది. అది ఆల్ రైడ్ సెట్ల మీద ఉంది. ఆల్ రైడ్ సూపర్ స్టార్ రణజీత్ కపూర్ చేస్తున్న కూలీ సినిమాలో స్పెషల్ సాంగ్ చేసింది పూజా హెగ్డె. ఆ సాంగ్ తోనే పూజా క్రేజ్ పెరుగుతుంది ధని భావిస్తుండగా ఇప్పుడు వరుస అవకాశాలు అమెను మురింప చర్చల్లో ఉంచేలా చేసింది. పూజా హెగ్డె తప్పకుండా ఈ అవకాశాలు మళ్లీ అమె కెరీర్ ని సరైన ట్రాక్ లోకి పెట్టేలా చేస్తాయని చెబుతున్నా. తెలుగులో స్టార్ రేంజ్ సంపాదించిన టైంలో తమిళ లో పెద్దగా అవకాశాలు రాబట్టలేని తెలుగులో ఛాన్స్ లు రాకపోయినా సరే తమిళ లో మాత్రం అమె బీభత్సమైన ఫాలోలో ఉంది. రీసెంట గా అమ్మడు సూర్య హీరోగా నటించిన రైల్వే లో నటించింది. ఆ సినిమాలో పూజా హెగ్డె డీ గ్లామర్ లుక్ తో కనిపించింది. ఐతే ఆ సినిమా ఆశించిన ఫలితం అందుకోలేకపోయినా పూజాకి మాత్రం కోరికపడి లో వరుస అఫర్లు వచ్చేలా చేస్తున్నాయి. పూజా హెగ్డె రెండో వేస్తే ఆ సినిమాకు చాలా ఫ్లస్ అవుతుంది. ఐతే స్టైల్ షో తో ఎంతోకాలం కెరీర్ నిలబడదని కనిపిస్తున్న పూజా హెగ్డె పైనే గా నటనా ప్రాధాన్యత ఉన్న సినిమాలు చేయాలని ఫిక్స్ అయ్యింది. ప్రస్తుతం అమె చేస్తున్న సినిమాలన్నీ కూడా అదే తరహాలో వస్తున్నట్లు తెలుస్తుంది. ఐతే వీటిలో ఏ సినిమా సూపర్ హిట్ అయినా పూజా హెగ్డెకి తమిళ లో మళ్లీ అవకాశాలు తెచ్చేలా చేస్తాయని చెబుతున్నా.

బుల్లి బొమ్మ పూజా హెగ్డెకి సాట్ లో అవకాశాలు లేవు లేవు అనుకుంటూ ఉన్నారు. తెలుగులో అమెకు అఫర్లు లేవు కానీ అమ్మడికి తమిళంలో మాత్రం వరుస ఛాన్స్ లు వస్తున్నాయి.

దేటింగులు పరిణతితో ఆలోచించేలా చేసాయి: సారా

ఫ్రెండ్ ని ఎలా ఎంపిక చేసుకోవాలో నేటితరం అమ్మాయిలకు తెలిసింది తక్కువే. అయితే అలాంటి వారికి సారా అలిఖాన్ ఇచ్చిన సలహాలు చాలా రకాలుగా సహకరిస్తాయి. ఇంతకీ సారా ఏం చెప్పింది? అంటే.. తన గతనుభవాల నుంచి ఆనలు బోయ్ ఫ్రెండ్ ని అమ్మాయిలు ఎలా అర్థం చేసుకోవాలో చక్కగా చెప్పింది. కొంత విరామం తర్వాత అనురాగ్ బసు మెట్రో ఇన్ డిస్కోలో సారా తిరిగి తెరకెక్కి వచ్చింది. ప్రజాదరణ పొందిన రైఫ్ ఇన్ ఏ మెట్రో ఇన్ డిస్కో. ఈ సిక్వెల్ లో సారా నటనకు ప్రశంసలు కురుస్తున్నాయి. తాజా ఇంటర్వ్యూలో తాను ప్రస్తుతం ఒంటరిగా ఉన్నారని సారా చెప్పింది. మోడ్రన్ లవ్ అనేక సమస్యలతో కూడుకున్నదని సారా చెప్పింది. నేడు ప్రేమకు కొరత ఉందని కూడా అంది. తన గత సంబంధాలు తనను పరిణతి ఉన్న అమ్మాయిగా తయారు చేసాయని చెప్పింది. అలాగే ప్రేమ భావ గురించి సారా ఆసక్తికరంగా వివరించింది. నిజానికి ప్రేమను- ప్రేమికులు వారి భావాలను వ్యక్తపరచే విధానం వేరుగా ఉంటుంది. ప్రతి ఒక్కరికీ వారి సొంత మార్గాలు ఉంటాయి. మీ ప్రేమ భావ మీ భాగస్వామి సరిపోలకపోవచ్చు. కానీ ఎవరికి వారు తమకు తెలిసిన మార్గంలో తమ వంతు కృషి చేస్తున్నారని అర్థం చేసుకోవాలి అని సారా అన్నారు. అయితే తన పాత బోయ్ ఫ్రెండ్ ని పోలి ఉండని వ్యక్తి కోసం వెతుకుతానని సారా చెప్పింది. ఒక్కో సాంగ్ కు మూడు రిఫరెన్సులు భాగస్వాములు అర్థికంగా ఖర్చు విషయంలో పేర్ చేసుకోవాలని కూడా సారా తెలిపింది. ఏదైనా దేటింగ్ యావలలో ఉన్నారా? అని ప్రశ్నించగా, తాను ఎప్పుడూ దేటింగ్ యావల ఉపయోగించలేదని కొందరు ఉపయోగించడం బాగానే ఉన్నా కానీ ప్రతిదీ డిజిటల్ గా మారిన ప్రపంచంలో, భాగస్వామిని కలవడం కూడా డిజిటల్ గా మారింది అది నాకు సరదా ఇవ్వదు! అని సారా చెప్పింది. సారా వెబ్ తున్న దానిని బట్టి తనతో దేటింగ్ చేసిన సుశాంత్ సింగ్ రాజ్ ఫుట్, క్రాక్ డర్బన్ గురించి రాంగ్ సైడ్ చెబుతున్నట్లే అనిపిస్తోంది.



భారీ ఆభిక్యం దిశగా.. భారత్ లీడ్ 244

ఆడుకున్నారు. భారత బౌలర్లలో ముహమ్మద్ సిరాజ్ (6/70) ఆరు వికెట్లతో విజృంభించగా ఆకాశ్ దీప్ (4/88) నాలుగు వికెట్లు పడగొట్టాడు. ఇక రెండో ఇన్నింగ్స్ లో జైన్వల్ (28) త్వరగానే నిశ్రమించినా రాహుల్ (28 నాటౌట్), కరుణ్ (7 నాటౌట్) మరో వికెట్ పడకుండా జాగ్రత్తగా ఆడారు. నాలుగో రోజు భారత బ్యాటర్లు.. స్ట్రోక్స్ సేసే ఎదురు ఏ మేరకు లక్ష్యాన్ని నిర్దేశిస్తారనేదానిపై మ్యూట్ ఫలితం ఆధారపడి ఉంది. 84/5.. మూడో రోజు ఉదయం అట ఆరంభమయ్యాక ఈ స్థితిలో ఉన్న ఇంగ్లండ్.. రెండు సెషన్ల పూర్తి అట ముగిసేసరికి 385/5కి చేరింది. అది అద్భుతమే! జీవం లేని బల్లింగ్ హామ్ పిచ్ పై యువ బ్యాట్లకు స్వీట్ బ్రాక్ డ్యూయం భారత బౌలర్ల సహనానికి పరీక్షమడుతూ ఏకంగా త్రిశతక భాగస్వామ్యంతో అతరగట్టింది. మూడో రోజు సిరాజ్ వేసిన రెండో ఓపెన్ డెండ్ ఇంగ్లండ్.. వరుస ఐదవ రోజు (22), స్ట్రోక్స్ (0) వికెట్లను కోల్పోయినా ఆ జట్టు దూకుడు ఏమాత్రం తగ్గలేదు. కీలక బ్యాట్లడ్రస్ ఔట్ చేసిన ఆనందం గిల్ సేనకు ఎంతోసేపు మిగిలేదు. ఆరో స్టానంలో వచ్చిన స్వీట్.. బ్రాక్ తో కలిసి భారత బౌలర్లను ఆటాడుకున్నారు.



ఇంగ్లండ్ హామ్-సభామి: ఇంగ్లండ్ తో వెడ్జ్ బ్యాట్స్ వేదికగా జరుగుతున్న రెండో టెస్టులో భారత్ భారీ ఆభిక్యం దిశగా సాగుతున్నది. అట మూడో రోజు ఇంగ్లండ్ ను తొలి ఇన్నింగ్స్ లో 407 పరుగులకు ఆలోలే చేసిన గిల్ సేన.. 180 పరుగుల భారీ ఆభిక్యాన్ని సాధించింది. అనంతరం రెండో ఇన్నింగ్స్ లో బ్యాటింగ్ కు వచ్చిన టీమిండియా.. అట ముగిసే సమయానికి ఒక వికెట్ నష్టమయి 64 రన్స్ చేయడంతో గిల్ సేన ఆభిక్యం 244కు చేరింది. ఫస్ట్ ఇన్నింగ్స్ లో ఇంగ్లండ్ యువ బ్యాట్లకు జెమి స్వీట్ (207 బంతుల్లో 184 నాటౌట్, 21 ఫోర్లు, 4 సిక్సర్లు), హ్యూరీ బ్రాక్ (234 బంతుల్లో 158, 17 ఫోర్లు, 1 సిక్స్) రికార్డుస్థాయిలో త్రిశతక భాగస్వామ్యంతో వీరవిహారం చేసి ఆ జట్టును

స్టన్నింగ్ క్యాచ్ పట్టిన ప్యాట్ కమ్మిన్స్..

సెయింట్ జాక్స్-సభామి: ఆస్ట్రేలియా, వెస్ట్ ఇండీస్ మధ్య జరుగుతున్న రెండో టెస్టులో ప్యాట్ కమ్మిన్స్ అద్భుతమైన క్యాచ్ అందుకున్నాడు. రెండో రోజు విండీస్ బ్యాట్లర్ కేన్ కార్లీని కాలనీ బోల్డ్ చేశారు. విండీస్ తన ఫస్ట్ ఇన్నింగ్స్ లో 253 రన్స్ కు ఆలోలే అయ్యింది. వెస్ట్ ఇండీస్ తన ఇన్నింగ్స్ 9వ ఓపెన్ రోజు కార్లీ వికెట్లను కోల్పోయింది. కమ్మిన్స్ బౌలింగ్ లో కేన్ కార్లీ డిఫెన్స్ షాట్ ఆడారు. అయితే ఆ ఇన్ సైడ్ ఎడ్జ్ తీసుకుని.. ప్యాట్లకు తగిలింది. ఆ తర్వాత చాలా ఎత్తుకు ఎగిరింది. ఈ సమయంలోనే కమ్మిన్స్.. పాలింగ్ రన్ అవుతోనే ముందుకు దూసుకెళ్ళాడు. అద్భుతమైన రీతిలో ముందుకు దూకుతూ.. ఆ క్యాచ్ ను ఒకే చేయితో పట్టేశాడు. ఆ క్యాచ్ చూసి అందరూ షక్ అయ్యారు. ఫీల్డ్ అండ్లర్ల నిర్ణయాన్ని టీవీ అండ్లర్లకు వదిలేశారు. కొంత సమయం తీసుకున్న టీవీ అండ్లర్ ఆ తర్వాత కార్లీ ఔటైన్ లు డిక్లర్ చేశాడు.



సెయింట్ జాక్స్-సభామి: ఆస్ట్రేలియా, వెస్ట్ ఇండీస్ మధ్య జరుగుతున్న రెండో టెస్టులో ప్యాట్ కమ్మిన్స్ అద్భుతమైన క్యాచ్ అందుకున్నాడు. రెండో రోజు విండీస్ బ్యాట్లర్ కేన్ కార్లీని కాలనీ బోల్డ్ చేశారు. విండీస్ తన ఫస్ట్ ఇన్నింగ్స్ లో 253 రన్స్ కు ఆలోలే అయ్యింది. వెస్ట్ ఇండీస్ తన ఇన్నింగ్స్ 9వ ఓపెన్ రోజు కార్లీ వికెట్లను కోల్పోయింది. కమ్మిన్స్ బౌలింగ్ లో కేన్ కార్లీ డిఫెన్స్ షాట్ ఆడారు. అయితే ఆ ఇన్ సైడ్ ఎడ్జ్ తీసుకుని.. ప్యాట్లకు తగిలింది. ఆ తర్వాత చాలా ఎత్తుకు ఎగిరింది. ఈ సమయంలోనే కమ్మిన్స్.. పాలింగ్ రన్ అవుతోనే ముందుకు దూసుకెళ్ళాడు. అద్భుతమైన రీతిలో ముందుకు దూకుతూ.. ఆ క్యాచ్ ను ఒకే చేయితో పట్టేశాడు. ఆ క్యాచ్ చూసి అందరూ షక్ అయ్యారు. ఫీల్డ్ అండ్లర్ల నిర్ణయాన్ని టీవీ అండ్లర్లకు వదిలేశారు. కొంత సమయం తీసుకున్న టీవీ అండ్లర్ ఆ తర్వాత కార్లీ ఔటైన్ లు డిక్లర్ చేశాడు.

టచ్ చేయలేని రికార్డులు.. సిరాజ్ అంటే

జనప్రీతి బ్రాహ్మ, మహమ్మద్ షమి వంటి సినియర్ల సీడల్ ఎదుగుతూ వచ్చిన సిరాజ్.. ఇప్పుడు లెక్కలు మార్చే పనిలో పడ్డాడు. ఇంగ్లండ్ టూర్ ను అందుకోసం వాడుకుంటున్నాడు. టచ్ చేయలేని రికార్డులను సృష్టిస్తూ తాను మూహాలోడ్లని కాదని నిరూపిస్తున్నాడు. తిరుగులేని ఫిట్ నెస్ తో ఉన్న సిరాజ్.. దాన్ని ఇంగ్లండ్ పర్యటనలో వాడుకుంటున్నాడు. భారీ స్ట్రైక్ వేస్తూ ప్రత్యర్థి జట్టును ఉక్తిరిబిక్కిరి చేస్తున్నాడు. అదే సమయంలో నందా లేకపోయినా పేన్ యూనిట్ ను తాను సడగలనని, వికెట్లు తీస్తూ టీమికు విజయాలు అందించగలనని నిరూపిస్తున్నాడు. అందుకు ఎడ్వైజ్ మెంట్ టెస్ట్ ఓడారం. ఈ మ్యూచ్ లో తొలి ఇన్నింగ్స్ లో అద్భుతంగా ఆడుతున్న ఇంగ్లండ్ లను సైంధవుడిలా అడ్డుకున్నాడు సిరాజ్. 6 వికెట్లతో ప్రత్యర్థి వెన్ను విరిచాడు.



నూడిల్-సభామి: మహమ్మద్ సిరాజ్.. టీమిండియా పేన్ యూనిట్ లో కీలక బౌలర్.. కొన్నేళ్లగా భారత జట్టు విజయాల్లో ముఖ్య భూమిక పోషిస్తూ వస్తున్నాడీ హైదరాబాద్. మూడు సార్వాట్లలోనూ టీమికు తురుపుముక్కగా మారిన సిరాజ్.. గెలుపు కోసం ఏం చేసేందుకైనా వెనుకాడడు. అత్యుత్తమ ప్రదర్శనతో జట్టుకు ఎన్నో విజయాలు అందించినా సిరాజ్ కు ఎందుకో తోపు పేసర్ అనే గుర్తింపు రావడం లేదు.