







# 9 లీటర్స్



# ఆ ఒక్క కారణంతో రెమ్యనెప్పన్ తగ్గించుకున్న రామ్ చరణ..



ప్రస్తుతం దేవంలోనే అత్యధిక పారితోషికం తీసుకుంటున్న నటుల్లో గ్రోబిల్ స్టార్ రామ్ చరణ్ కూడా ఒకరు. ముఖ్యంగా ‘ఆర్టార్జర్ ఆర్’ సినిమా ఘనవిజయం సాధించడంతో రామ్ చరణ్ రేంజ్ మారిపోయింది. ‘ఆర్టార్జర్ ఆర్’ సినిమా తర్వాత నటించిన ‘ఆచార్య’ అతుని నిర్మించిన సినిమానే కావడంతో పారితోషికం తీసుకోలేదు. అయితే గేమ్ ఛేంజర్ సినిమాకు రామ్ చరణ్ భారీ రెమ్యూనరేషన్ తీసుకుంటున్నట్లు గతంలో వార్తలు వచ్చాయి. అయితే ఇప్పుడు బయటకు వచ్చిన వార్తల ప్రకారం ఈ సినిమా కోసం తన పారితోషికాన్ని బాగా తగ్గించుకున్నాడు. ఇందుకు ఒక కారణం ఉండట. గేమ్ ఛేంజర్ సినిమాకు రామ్ చరణ్ 100 కోట్ల పారితోషికం తీసుకుంటున్నట్లు గతంలో వార్తలు వచ్చాయి. ఆమేరకు ఒప్పందం కూడా జరిగిందట. కానీ రామ్ చరణ్ ఇప్పుడు కేవలం 65 కోట్ల రూపాయలు మాత్రమే అందుకున్నాడని తెలుస్తోంది. గ్రోబిల్ స్టార్ గా ఎదిగిన రామ్ చరణ్ తన పారితోషికాన్ని తగ్గించుకోవడానికి ఒక ప్రత్యేక కారణం ఉంది. గేమ్ ఛేంజర్ సినిమా బడ్జెట్ మందుగా రూ. 300 కోట్లు అనుకున్నారట. అయితే సినిమా ఘాటింగ్ ఆలస్యం కావడంతో ఆ బడ్జెట్ కాస్తా పెరిగి రూ. 500 కోట్ల దాకా అయ్యందట. ఈ క్రమంలోనే నిర్మాతల ట్రేయస్సు గురించ ఆలోచించిన రామ్ చరణ్ తన పారితోషికాన్ని తగ్గించుకున్నాడట. కేవలం 65 కోట్ల రూపాయలే తీసుకున్నాడట. ఇక రామ్ చరణ్ తో పాటు దర్శకుడు శంకర్ కూడా తన రెమ్యూనరేషన్ తగ్గించుకున్నాడట. మొదట రూ. 50 కోట్లు ఒప్పందం జరిగితే ఇప్పుడు కేవలం రూ. 35 కోట్లై తీసుకున్నాడట. గేమ్ ఛేంజర్ సినిమా జనవరి 10న విడుదల కానుండగా. నిర్మాత డిల్ రాజు భారీ బడ్జెట్ తో ఈ సినిమాను నిర్మించారు. కియారా అద్వానీ కథానాయికగా నటిస్తున్న ఈ చిత్రంలో ఎన్జెస్ సూర్య విలన్గా నటిస్తున్నాడు. అంజలి, శ్రీకాంత్, సముద్రభాని సునీల్ తదితరలు ప్రధాన పాత్రల పోషిస్తున్నారు. ఇప్పటికే విడుదలైన ఈ సినిమా తైలర్ అందరినీ ఆకట్టుకుంది. ఈ సినిమా ప్రీ రిలీస్ ఈవెంట్ శనివారం (జనవరి 04) రాజమండ్రిలో గ్రాండ్ గా జరగనుంది.

# వీళ్ల బాదంపును పొరపాటున కూడా తినకూడదు..

మైగ్రేన్ తో బాధపడేవారు బాదం తినకూడదని ఆరోగ్యాన్ని ప్రజలు చెబుతున్నారు. ఎందుకంటే ఇందులో విటమిన్ ఈ అధికంగా ఉంటుంది. మై గ్రాండ్ లేదా తలనొప్పి ఉన్నప్పుడు బాదం తింటే ఈ సమస్య మరింత పెరుగుతుంది. మైకం వికారం వాంతులు లాంటివి వస్తాయనేది నిపుణులు చెబుతున్నారు. ప్రాచీపీ ఉన్నవారు కూడా బాదం ఎక్కువగా తినవద్దు. ఇందులో మెగ్రీప్రైయం కంటెంట్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. కాబట్టి అది రక్తపోటును మరింత పెంచుతుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. కాబట్టి ఒకవేళ తినాలనుకుంటే వైద్యుల నలవోతో వరిమితంగా తినొచ్చు.

కిట్టు స్టోన్స్ ఉన్నవారు కూడా బాదంపులు తినడం మంచిది కాదు. వీటిలో ఆక్సలైట్ సమ్మేళనం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది మూత్రపిండాల్లోకి చేరితే కాలుప్పుం పేరుకుపోయి రాళ్లగా ఏర్పడతాయి. అలానే కిట్టు స్టోన్స్ ఉన్నపుడు వీటిని తింటే అప్పటికే రాళ్ల ఉంటే వాటి పరిమాణం పెరిగే అవకాశం లేకపోలేదు. ఈరోజుల్లో చాలామంది అజీర్తి కడుపునొప్పి ఉభ్యరం గ్యాస్ వంటి సమస్యలతో బాధపడుతున్నారు ఇలాంటి వాళ్లు బాగా ఎక్కువగా తినకూడదు. బాదంపుల్లో షైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. అంతేకాకుండా ఇవి వేడి స్వేభావాన్ని కలిగి ఉంటాయి. వీటిని తినడం వల్ల కడుపులో గందరగోళం ఏర్పడే అవకాశం ఉంది. కడుపునొప్పి గ్యాస్ సమస్యలు మరింత తీవ్రమయ్యే ఛాన్స్ ఉంది.

అధిక బరువు లేదా ఉబకాయ సమస్యతో బాధపడేవారు సైతం బాదాం పప్పుల జోలికి పోకూడదు. బాదం పప్పులో కేలరీలు నంతృత్వ కొప్పులు ఎక్కువగా ఉంటాయి ఇవి త్వరగా బర్పు కావు దీంతో వీటిని ఎక్కువగా తినడం వల్ల బరువు మరింత పెరిగే ప్రమాదం ఉంది అందుకే వీటిని ఎక్కువగా తినకూడదు అని నిపుణల సలహా.



# భారతదేశంలో ఆడి సూపర్ రికార్డు..



నిబంధం ప్రా-బడ్డ కార్లు ఎభాగాను తడ ఆమాదంచండిత మునుపటి సంవత్సరంతో పోలిసే కార్లు అమ్మకాలు 2024లో 32 శాతం వృద్ధిని సాధించారు. ఆడి బ్రాండ్ తన అఱిపెద్ద లగ్జరీ యూస్ట్ కార్ పోరూమ్ ను ఈ శాస్య ప్రాంతంలో గొప్పాతిలో, మంగళూరులో ప్రారంభించింది. భారతదేశంలో కీలక నగరాల్లో 26 పోరూమ్లలో, ట్రీ-ఎస్ట్ లగ్జరీ కార్లు కోసం పెరుగుతున్న డివొండ్ కు అనుగుణంగా ఆడి మరింత విస్తరించాలని యోచిస్తోంది. ప్రత్యేక '100 దేస్ ఆఫ్ సెలట్రేషన్' క్యాంపియన్స్ తో భారతదేశంలో లక్ష కార్లు అమ్మకాలను సాధించేలా ప్రశాశికలను సిద్ధం చేస్తుంది. ప్రీమియం కష్టమర్థను ఆకట్టుకునే విధంగా ఆడి క్యాప్ట్, ఆడి క్యాప్ట్ 7 కార్లుతో లగ్జరీ ఎన్సియూచి మార్కెట్లో తమ బ్రాండ్ ప్రత్యేకతను తెలిపేలా చేయడానికి చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు ఆడి ప్రతినిధులు చెబుతున్నారు. ఆడి ఇండియాకు సంబంధించిన ప్రస్తుత ఉత్సవిల్లో ఆడి ఎ4, ఆడి ఎ6, ఆడి క్యాప్ట్, ఆడి క్యాప్ట్ 3 స్పెష్స్ బ్యాక్ట్, ఆడి క్యాప్ట్ 5, ఆడి క్యాప్ట్ 7, ఆడి క్యాప్ట్ 9, ఆడి ఎస్సెస్ 5 స్పెష్స్ బ్యాక్ట్, ఆడి ఆర్ఎస్ క్యాప్ట్, ఆడి క్యాప్ట్ 8 ఇ-ట్రూన్, ఆడి క్యాప్ట్ 8 ఇ-ట్రూన్ స్పెష్స్ బ్యాక్ట్, ఆడి ఇ-ట్రూన్ జీటీ, ఆడి ఆర్ఎస్ ఇ-ట్రూన్ జీటీ వంటి కార్లు ఉన్నాయి.

ఆ ప్లైయర్లు మళ్ళీ వస్తున్నారు.. ఛాంపియన్స్  
టోట్లికి తీవుండియా జట్టు ఇదే!

ప్రతిష్ఠాత్మక ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ కి సమయం ముంచుకొస్తోంది. ఈ టోర్చుమెంట్ లో భారత తన అన్ని మ్యాచ్ లను దుబాయ్లో ఆడనుంది. ఫిబ్రవరి 19 నుంచి ఈ పోటీలు ప్రారంభం కానుండగా, మొత్తం ఎనిమిది జట్లు కవ కోసం పోటీపడుతున్నాయి. భారత గ్రూప్లో న్యూజిలాండ్, పాకిస్థాన్, బంగ్లాదేశ్ జట్లు ఉన్నాయి. ఫిబ్రవరి 20న బంగ్లాదేశ్ తో భారత తొలి మ్యాచ్ ఆడనుంది. దీని తర్వాత ఫిబ్రవరి 23న హైవోల్ట్ ఐండియా పాకిస్థాన్ మ్యాచ్, ఆ తర్వాత మార్చి 2న న్యూజిలాండ్ తో చివరి లీగ్ మ్యాచ్ జరగనుంది. అయితే ఈ టోర్చులో భారత జట్లులో ఎవరెరు ఉంటారన్న దానిపై పుకార్లు పికార్లు చేస్తున్నాయి. కెప్పెన్ రోహిత్ శర్మనే అనడంలో ఎలాంటి సందేహం లేదు. ఎందుకంటే టీ20 ప్రపంచకవ్ తర్వాత రోహిత్ శర్మ కెప్పెనీ ఖరాలైంది. ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ, ప్రపంచ టెస్టు ఛాంపియన్స్ ప్లేవర్లోను అతని నేత్యుత్వంలోనే ఆడనున్నట్లు ప్రకటించారు. కానీ టెస్టులో వెనకబడిన భారత్ జప్పుడు క్యూలిపై అవస్తుందా లేదా అన్నది సందిగ్గులో పడింది. ఇదిలా ఉంటే ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీకి జట్లును ఎలా ఎంపిక చేస్తారనే దానిపై ఆరా తీస్తున్నారు. రోహిత్ శర్మ తో పాటు విరాట్ కోహ్లీ, రిష్వ్ పంత్, రవీంద్ర జడేజా, హర్షక్ పాండ్యా, జట్టువుర్ బుప్రా జట్లులో ఉండటం దాదాపు భాయం. అయితే ఈ టోర్చు కోసం ఒకరి పేరు బాగా వినిపిస్తోంది సాగుతోంది. అతనే శ్రేయాన్ అయ్యర్.. గత కొన్ని రోజులుగా ఈ ఆటగాడు టీమిండియాలో లేదు. భారత జట్లులో రీ ఎంట్రీ ఇచ్చేందుకు శ్రేయన్ దేశవాళీ క్రికెట్ ఆడుతున్నాడు. వచ్చిన అవకాశాలన్నిటినీ సద్గునియోగం చేసుకుంటూ భారీగా పరుగులు సాధిస్తున్నాడు. ఇప్పుడు విజయ్ హజారే ట్రోఫీలోనూ సెంచరీ తో మెరిశాడు. కాగ ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీకి ముందు టీమిండియా ఇంగ్లాండ్ టీ20, వస్తే సిరీస్లు ఆడనుంది. ఒకవేళ ఈ సిరీస్లో శ్రేయన్ ఎంపికైతే ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ కూడా ఆడుతాడనడంలో ఎలాంటి సందేహం లేదు. విజయ్ హజారే ట్రోఫీలో పుడుచ్చేరిపై శ్రేయాన్ అయ్యర్ 133 బంతులో 137 పరుగులు చేసి నాటోట్ గా నిలిచాడు. ఇందులో 16



పోర్టు, 4 సిక్కర్లు ఉన్నాయి. సోర్ట్‌స్టాక్ నివేదిక ప్రకారం, %xజఱ% చాంపియన్స్ ట్రోఫీ 2025 కోసం జట్టును ప్రకటించడానికి చివరి తేదీ జనవరి 12. అయితే బీసీఎస్ సెలక్షన్ కమిటీ ఒకరోజు ముందుగా అంటే జనవరి 11న భారత జట్టును ప్రకటించే అవకాశం ఉంది. ఎనిమిదేళ్ విరామం తర్వాత బీసీఎస్ చాంపియన్స్ ట్రోఫీ జరుగుతోంది. గత 2017 ఎడిషన్లో పైనల్లో భారత్‌పై పాకిస్తాన్ విజయం సాధించింది.