ఖమ్మం ఆర్సీఎం చర్చిలో మాట్లాడుతున్న మంత్రి తుమ్మల

నేటి నుంచి నెహ్రూ కప్ క్రికెట్ టోర్నీ

ఏర్పాట్లను పరిశీలించిన భద్రాచలం ఎమ్మెల్యే తెల్లం

ఏర్పాట్లను పరిశీలిస్తున్న భద్రాచలం ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ తెల్లం వెంకట్రావు

భద్రాచలం, డిసెంబర్ 25 : పట్టణంలోని ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాల మైదానంలో మంగళవారం నుంచి నిర్వహించనున్న నెహ్రూ కప్ క్రికెట్ పోటీల కోసం మైదానాన్ని సిద్ధం చేస్తున్నారు. కాగా.. భద్రాచలం ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ తెల్లం వెంకట్రావు మైదానంలో జరుగుతున్న ఏర్పాట్లను సోమవారం పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన నిర్వాహకులతో మాట్లాడుతూ క్రీడల నిర్వహణకు తన సహకారం ఎల్లప్పుడూ ఉంటుందని, ఏ సాయం కావాలన్నా తనను సంప్రదించాలని కోరారు. క్రికెట్ పోటీల నిర్వహణ కోసం చేపట్టిన ఏర్పాట్లను చూసి ఆయన సంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. ఆయన వెంట ఎండీ.నవాబ్, రేపాక పూర్ణ, ఉడత రమేశ్, తాండ్ర నర్సింహారావు, తాళ్లపల్లి రమేశ్ గౌడ్, నిర్వాహకులు బాలయోగి, అట్లూరి శ్రీధర్, మడిపల్లి నాగార్జున, గుమ్మూలూరి శ్రీనివాస్, కుంచాల రాజారాం, బాల మురళీకృష్ణ తదితరులు ఉన్నారు.

కరుణించు.. కరుణామయా..

- ఏసయ్యను స్మరిస్తూ క్రైస్తవ భక్తుల ప్రార్థనలు
- ఉమ్మడి ఖమ్మం జిల్లాలో ఘనంగా క్రిస్మస్ వేడుకలు
- భక్తులతో కిటకిటలాడిన ప్రార్థనా మందిరాలు
- చర్చి ప్రాంగణాల్లో ఆకట్టుకున్న స్టాళ్లు, క్రిస్మస్ తాత వేషధారణలు

కొత్తగూడెం టౌన్: క్రిస్మస్ ప్రత్యేక ప్రార్థనల్లో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే కూనంనేని

వైరారూరల్: ప్రత్యేక ప్రార్థనలు చేస్తున్న ఎమ్మెల్యే రాందాస్‌నాయక్

సత్తుపల్లి టౌన్: క్రిస్మస్ వేడుకల్లో పాల్గొన్న మాజీ ఎమ్మెల్యే సండ్ర

ఖమ్మం చర్చిలో ప్రార్థనలు చేస్తున్న మహిళలు

ఆదివారం అర్ధరాత్రి నుంచే ప్రారంభమైన ఏసుక్రీస్తు ఆరాధనలు. సోమవారం లోక రక్షకుడి అవతరణను పురస్కరించుకొని అత్యంత భక్తిశ్రద్ధలతో క్రిస్మస్ వేడుకలు నిర్వహించిన భక్తులు. భక్తిభావంతో ఏసయ్యను స్మరిస్తూ ప్రత్యేక పార్థనలు. ఉమ్మడి ఖమ్మం జిల్లా వ్యాప్తంగా తెల్లవారుజాము నుంచే విద్యుద్దీపాలతో అలంకరించిన క్రీస్తు మందిరాలకు కుటుంబ సమేతంగా చేరుకున్న భక్తులు చర్చి ఫాదర్లు చెప్పే సూక్తులను విని తరించిపోయారు. కరుణ చూపు.. కరుణామయా.. అంటూ క్రీస్తును మదినిండా తలుస్తూ వేడుకున్నారు. క్రిస్మస్ పండుగ సందర్భంగా ప్రధాన చర్చిలన్నీ భక్తులతో కిటకిటలాడాయి. చర్చి ప్రాంగణాల్లో వేసిన క్రీస్తు జనన ఘట్టాలు, శాంతాక్లాజ్(క్రిస్మస్ తాత), పశువుల పాకలో క్రీస్తు జననం వంటి అలంకరణలు, స్టాళ్లు ఆకట్టుకున్నాయి. భక్తులు చర్చిలకు భారీగా తరలిరావడంతో సందడిగా మారాయి. ప్రజా ప్రతినిధులు, మిత్రులు క్రైస్తవులకు పండుగ శుభాకాంక్షలు చెప్పారు.

- ఖమ్మం/ కొత్తగూడెం టౌన్, డిసెంబర్ 25

మాట్లాడుతున్న ఫాదర్

కొత్తగూడెం చర్చిలో మాట్లాడుతున్న ఫాదర్

కిన్నెరసాని చర్చిలో ప్రార్థనల్లో పాల్గొన్న బాలలు

ఖమ్మం సీఎస్ఐ చర్చిలో..

కొత్తగూడెం చర్చిలో..

కొత్తగూడెం చర్చిలో ప్రార్థనలు చేస్తున్న భక్తులు

ఖమ్మం చర్చి ఎదుట క్రైస్తవుల సందడి

ఖమ్మం చర్చిలో..

రైతన్నలకు పశుగ్రాసం కష్టాలు

- వరికోత యంత్రాలతో చేతికి అందని వరిగడ్డి
- టాక్టర్ గడ్డి రూ.10 వేల నుంచి రూ.12 వేలు

దుమ్ముగూడెం, డిసెంబర్ 25 : ఆరుగాలం కష్టపడి పంటను పండించిన రైతన్నలకు పశుగ్రాసం కష్టాలు తప్పడంలేదు. యంత్రాలతో వరికోతలు కోయించడంతో పంట మాత్రమే చేతికి వస్తున్నది.. వరిగడ్డికి మాత్రం నానాతంటాలు పడాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడింది. ఆధునిక పోకడలతో పాడి రైతులకు పశుగ్రాసం కష్టాలు తలెత్తాయి. మారుతున్న కాలాన్ని బట్టి రైతులు సాగు విషయంలో సులభ పద్ధతులను అవలంబిస్తున్నారు. మండలంలో 20 వేల ఎకరాల్లో వరిసాగు చేశారు. రైతులు తమ పొలాల్లో వరికోతలు కోయించేందుకు యంత్రాలను ఉపయోగిస్తున్నారు. దీంతో వరిగడ్డి చేతికి రాకపోవడంతో పశుగ్రాసం విషయంలో ఇక్కట్లు తప్పడంలేదు. గతంలో కూలీలు చేతితో వరి కోసినప్పుడు వరిగడ్డి అందుబాటులో ఉండి.. పశువులకు పశుగ్రాసం కొరత లేకుండా ఉండేది. రైతుల ఆధునిక పద్ధతుల కారణంగా పంట దిగుబడులు ఎలా ఉన్నప్పటికీ పశువులను మేపుతున్న పాడి రైతులకు పశుగ్రాసం విషయంలో కష్టాలు ఎదురయ్యాయి. చేతికోత కోస్తే ఎకరానికి రూ.10 వేలు ఖర్చు వస్తున్నది.. యంత్రాలతో కోయిస్తే ఎకరానికి రూ.5 వేలతోనే పంట సైతం ఇంటికి చేరుతున్నది. వాతావరణ పరిస్థితులతోపాటు తక్కువ ఖర్చు వస్తుండడంతో రైతులు పంటను ఇంటికి చేర్చేందుకు యంత్ర విధానాన్ని అనుసరిస్తున్నారు.

వరిగడ్డి కట్టలుగా కడుతున్న యంత్రం

గడ్డిని కర్రతో విడదీస్తున్న రైతు

పశుగ్రాసం ధర కొండెక్కింది

వరిగడ్డి(పశుగ్రాసం) ట్రాక్టర్ ధర రూ.10 వేల నుంచి రూ.12 వేల వరకు పలకడంతో రైతులు పాడి పశువులను పోషించుకునేందుకు ఇబ్బంది పడుతున్నారు. ఎంత ఖర్చయినా గ్రాసాన్ని కొనుగోలు చేయక తప్పడంలేదు. భద్రాచలం డివిజన్‌లో అన్నదాతలు వరిని ఎక్కువగా సాగు చేస్తున్నప్పటికీ వరికోత యంత్రాల కారణంగా పశుగ్రాసం రైతులకు అందడంలేదు. బయటి నుంచి కొనుగోలు చేసే పరిస్థితులు దాపరించాయి. కొందరు రైతులు యంత్రాలతో కోసిన గడ్డిని యంత్రాలతోనే కట్టలుగా కట్టిస్తున్నారు. యంత్రం ద్వారా కట్టలు కట్టిన కట్టకు రూ.30 చొప్పున యజమాని చెల్లిస్తున్నాడు. ఇలా చేయడం ద్వారా కొంతమేరకైనా పశుగ్రాసం కష్టాలు తొలుగుతాయని రైతులు భావిస్తున్నారు.

ఖమ్మంలో ముగిసిన క్రెడాయ్ ప్రాపర్టీ షో

హాజరైన రాష్ట్ర వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు

ప్రాపర్టీ షోలో పాల్గొన్న మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు

రఘునాథపాలెం, డిసెంబర్ 25: ఉమ్మడి ఖమ్మం జిల్లాలోని రియల్ ఎస్టేట్ వ్యాపార దిగ్గజ సంస్థలు, హౌజింగ్, ఓపెన్ ప్లాట్లు, విల్లాలు, అపార్టుమెంటు ప్రాజెక్టులను ఒకచోటకు చేర్చి క్రెడాయ్ సంస్థ ఆధ్వర్యంలో ఖమ్మంలో ఏర్పాటు చేసిన ప్రాపర్టీ షో సోమవారం ముగిసింది. ముగింపు సభకు రాష్ట్ర వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు హాజరయ్యారు. ఖమ్మంలో ప్రతి ఒక్కరి సొంతింటి కలను సాకారం చేసేందుకు 'క్రెడాయ్' చక్కటి వేదికను ఏర్పాటు చేసిందని అన్నారు. ఈ సందర్భంగా, జిల్లా ప్రజలకు ఈ అవకాశం కల్పించినందుకు సంస్థ అధ్యక్షుడు బండి జయకిశోర్‌ను అభినందించారు. ప్రాపర్టీ షోలో భాగంగా బంపర్ డ్రా విజేతకు బహుమతులను ప్రదానం చేశారు. ముందుగా ప్రాపర్టీ షోలో ఏర్పాటు చేసిన స్టాళ్లను పరిశీలించారు. ఖమ్మంతోపాటు హైదరాబాద్‌కు చెందిన రియల్ ఎస్టేట్ సంస్థలు, వివిధ బ్యాంకులు 70 స్టాళ్లను ఏర్పాటు చేశారు. సెలవురోజు కూడా కావడంతో వివరాలు తెలుసుకునేందుకు వచ్చిన ఔత్సాహికులతో ఉదయం నుంచి సాయంత్రం వరకు కళాశాల గ్రౌండ్‌లోని వేదిక హాల్ కిక్కిరిసిపోయింది. రెండోరోజు సైతం ప్రతి గంట గంటకూ డ్రా తీసి విజేతలకు బహుమతులను అందజేశారు. క్రెడాయ్ జిల్లా అధ్యక్షుడు బండి జయకిశోర్, జిల్లా ప్రధానకార్యదర్శి పెద్ది కేశవరావు, కోశాధికారి చెరుకుమల్లి వెంకటేశ్వరరావు, గౌరవాధ్యక్షులు వేజెళ్ల సురేశ్, కొప్పు నరేశ్, నగర అధ్యక్షుడు తుంపాల కృష్ణమోహన్, పగడాల రంగారావు, వీరయ్యచౌదరి, మల్లెల శ్రీనివాస్, కిశోర్‌కుమార్, వేములపల్లి నగేశ్, కొదుమూరి ఉమేశ్, కాంగ్రెస్ నగర అధ్యక్షుడు జావీద్, చావా నారాయణరావు, రావూరి సైదుబాబు, కమర్తపు మురళీ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మస్తిష్కం.. మందగమనం..

- మనుషుల్లో ఏటికేడూ అంతరిస్తున్న అనంతమైన జ్ఞాపకశక్తి
- మారుతున్న 'స్మార్ట్' జీవనశైలిలో పెరిగిపోతున్న 'గజినీలు'
- సాంకేతిక పరిజ్ఞానం పెరగడంతో తగ్గిపోతున్న సహజత్వం
- పట్టుమని పది మంది నెంబర్లూ గుర్తుంచుకోలేని దైన్యం
- రెండంకెలను లెక్కించేందుకూ క్యాలిక్యులేటర్ల ఆశ్రయం
- మెదడులో ఉండాల్సిన స్టోరేజీ అంతా మెమొరీ కార్డుల్లోకి..
- ఇప్పటికైనా మేల్కోవాలంటున్న వైద్య నిపుణులు

ఖమ్మం వ్యవసాయం, డిసెంబర్ 25 : ఇటీవలే పీజీ పూర్తి చేసిన రామ్.. ఎంతో ఉత్సాహంతో మంచి ఉద్యోగం కోసం నగరంలోని ఓ ప్రైవేటు కంపెనీలో ఇంటర్వ్యూకు వెళ్లాడు. టిక్‌టాక్‌గా రెడీ అయి మంచిగా టక్ వేసుకొని నీట్‌గా టై కట్టుకొని స్మార్ట్ బాయ్‌లా ఉత్సాహంగా వెళ్లాడు. రిసెప్షనిస్ట్ అతడి పేరును పిలిచి లోపలికి పంపే వరకూ చేతిలో ఫైలును ఊపుతూ, మాంచి ఎగ్జైటింగ్‌ను ప్రదర్శిస్తూ కన్పించాడు. ఇంతలో అతడి వంతు రానే వచ్చింది. రిసెప్షనిస్ట్ పిలవనే పిలిచింది. మాంచి ఊపుగా, ఉత్సాహంగా చాంబర్లోకి వెళ్లిన రామ్‌ను ఇంటర్వ్యూయర్ విష్ చేశాడు. ప్లీజ్ టేక్ యువర్ సీట్ అని చెప్పడంతో రామ్ హుందాను ప్రదర్శిస్తూ సీట్లో కూర్చున్నాడు. అంతకుముందే అతడు పంపిన రెజ్యూమ్‌ను పరిశీలించిన.. ఇంటర్వ్యూయర్ సర్టిఫికెట్ల ఫైల్ ఏదంటూ అడిగారు. ఠకీమని ఫైల్ తీసి చేతికిచ్చాడు రామ్. ఆ ఫైల్‌ను, అతడి రెజ్యూమ్‌ను టేబుల్‌పైన పక్కకు పెట్టిన ఇంటర్వ్యూయర్.. తడుము కోకుండా, మొబైల్ చూడకుండా అతడి బంధువులు, స్నేహితుల్లోని ఓ ఐదుగురి ఫోన్ నెంబర్లు చెప్పమని అడిగాడు. ఊహించని ఆ ప్రశ్నకు తన నెంబర్ తప్ప మరెవ్వరి నెంబరూ చెప్పలేకపోయాడు 'స్మార్ట్' రామ్. తానెలాగూ సెలెక్ట్ కానన్న నిరుత్సాహంతో ఉసూరుమంటూ ఆ కంపెనీ మెట్లు దిగాడు రాక్‌లా ఉండే రామ్.

ఇది ఈ ఒక్క రామ్ పరిస్థితి మాత్రమే కాదు.. దాదాపు అందరిదీ..

ఆధునిక యుగంలో సాంకేతిక పరిజ్ఞానం ఆసాంతం పెరుగుతుండడంతో మనిషి తన సహజ సిద్ధమైన, అనంతమైన జ్ఞాపకశక్తిని అంతే వేగంగా కోల్పోతున్నాడు. అపరిమితంగా విస్తరిస్తున్న సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో మనిషి తన మెదడుకు పదును పెట్టడాన్ని మానేస్తున్నాడు. దాని స్థానంలో టెక్నాలజీపై ఆధారపడుతున్నాడు. ఫలితంగా మెదడు మొద్దుబారిపోతోంది. మనిషి తన మెదడుకు పని చెప్పకుండా యాంత్రిక జీవనంలో ప్రతి విషయానికీ టెక్నాలజీపై ఆధారపడుతుండడంతో సహజంగానే తనకు తానుగా తన మస్తిష్కం మసకబారేలా చేసుకుంటున్నాడని సైకాలజిస్టులు చెబుతున్నారు. నిత్యం వర్తకంలో తలమునకలయ్యే వ్యాపారులు తప్ప చాలా మంది క్యాలిక్యులేటర్‌పైనే ఆధారపడుతున్నారని, చాలామంది యువకులు కూడా 'గజినీ'ల్లా ప్రతి ఐదు నిమిషాలకూ జ్ఞాపకశక్తిని కోల్పోయేలా తాయరవుతున్నారని మనోవైజ్ఞానిక నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. ఇలాంటి పరిస్థితి చిన్న పిల్లల్లో మరింతగా ఉంటే మున్ముందు వారిలో విజ్ఞానం కూడా కుచించుకపోయే ప్రమాదం ఉందని చెబుతున్నారు.

పిల్లలకు సరైన ఆహారం తప్పనిసరి..

పాఠశాలలకు వెళ్లే పిల్లల జ్ఞాపకశక్తి ఎలా ఉందో తల్లిదండ్రులు ఎప్పటికప్పుడు తెలుసుకోవాలి. ఒకవేళ జ్ఞాపకశక్తి అంతంత మాత్రంగా ఉంటే తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. లేకుంటే వయసు పెరిగేకొద్దీ అనేక సమస్యలు ఎదురవుతుంటాయి. అయితే, పిల్లలు తీసుకునే ఆహారం వారి ఆరోగ్యానికే కాకుండా మెదడుకు కూడా మేలు చేసేలా ఉండాలని న్యూట్రీషన్లు సూచిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా పాలు, పాల ఉత్పత్తులు అధికంగా ఉండే పదార్థాలు క్రమం తప్పకుండా అందించాలని సూచిస్తున్నారు. తద్వారా ప్రొటీన్లు, క్యాల్షియం, పొటాషియం తదితర విటమిన్లు సమృద్ధిగా లభించే అవకాశం ఉంది. నేరేడు పండ్లను వాటి సీజన్‌లో సేకరించి పిల్లలకు తినిపిస్తే వారిలో జ్ఞాపకశక్తి మరింత పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది. ప్రతి రోజూ ఉడకబెట్టిన కోడిగుడ్డు, బాదం, పిస్తా వంటి డ్రై ఫ్రూట్లను, టమాట, క్యారెట్, బీన్స్ వంటి కూరగాయలను, ఇతర ఆకుకూరలను పిల్లలకు అందిస్తే వారిలో సులభంగానే జ్ఞాపకశక్తి పెంపొందుతుందని న్యూట్రీషన్లు సూచిస్తున్నారు.

మనం చదివే విషయమైనా, చూసే దృశ్యమైనా, వినే అంశమైనా మెదడులోని స్మృతి పీటికల్లో నిక్షేపంగా ఉంటుంది. ముందు తరాల వారంతా స్వతహాగా ఆలోచనాపరులు, మెదడును ఉపయోగించి సమాచారం గ్రహించడమో, నిక్షిప్తం చేసుకోవడమో చేసేవారు. మెదడులోని

సాంకేతికతతో మొద్దుబారుతున్న మెదడు..

స్మృతి పీటికల్లో కొంత అసంఖ్యాకమైన జ్ఞాపకశక్తి ఉంటుంది. ఇది కంప్యూటర్‌లో వినియోగించే మెమొరీ కార్డుల కంటే ఎన్నో రెట్లు అధికం. కానీ.. మనం పని కల్పించని కారణంగా ఇప్పుడది క్రమంగా మొద్దుబారిపోతోంది. మనిషి మెదడులోని పదిశాతం సామర్థ్యాన్ని వినియోగించుకున్నా.. కంప్యూటర్ కన్నా వేగంగా పని చేయగలమని, అద్భుతాలు సృష్టించగలమని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కానీ.. నేటి మనుషులు స్మృతి పీటికలను మూడుశాతం కూడా వినియోగించడం లేదని పరిశోధనల్లో స్పష్టమవుతోందని చెబుతున్నారు.

జ్ఞాపకశక్తి తగ్గడానికి కారణాలివే..

నేటి మనుషుల్లో మానసిక వేదన ఎక్కువవుతోంది. విరామం లేని పనులతో తీవ్ర ఒత్తిళ్లకు గురవుతున్నారు. ప్రతి చిన్న పనికీ సెల్‌ఫోన్లు, క్యాలిక్యూలేటర్లు, కంప్యూటర్లపై ఆధారపడుతున్నారు. ఫలితంగా మెదడుకు సరైన పనిలేక జ్ఞాపకశక్తి నశిస్తోంది. నేటి విద్యా విధానం కూడా ఇలాంటి పరిస్థితికి మరో రకంగా కారణమవుతోంది. ఆధునిక విద్యావిధానం పేరుతో నేటి చిన్నారుల చదువులకు కూడా కంప్యూటర్ శిక్షణ ఇచ్చే పరిస్థితి ఏర్పడింది. ఎల్‌కేజీ పిల్లవాడిని కంప్యూటర్ ముందు కూర్చొబెట్టి నేర్పుతుండడంతో పిల్లల్లో సహజ సిద్ధమైన తెలివితేటలు నశిస్తున్నాయి. విరామం లేకుండా గంటల తరబడి పనిచేయడం, రాత్రంతా పనిచేస్తూ పగటి పూట నిద్రపోవడం, మద్యం, సిగరెట్టు, గుట్కా వంటి అలవాట్లు, టీవీ ఎక్కువగా చూడడం వంటి చర్యలన్నీ మెదడుపై దుష్పరిణామాలు చూపుతున్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే, ఇప్పటికైనా కొన్ని జాగ్రత్తలు పాటించాలంటున్నారు వైద్యులు.

అతిగా అలవాటుపడితే అనర్థమే..

టెక్నాలజీపైనే పూర్తిగా ఆధారపడడం, దానికి అతిగా అలవాటు పడడం అనర్థాలకు దారితీస్తుంది. ప్రస్తుత సమాజంలో సాంకేతిక పరిజ్ఞానం ఎంతో అవసరం. అయితే సహజత్వం పూర్తిగా కోల్పోకుండా జాగ్రత్త వహించాలి. ప్రతి ఒక్కరిలో షార్ట్‌టైం మెమొరీ, లాంగ్‌టైం మెమొరీ అనేవి ఉంటాయి. నిత్యం సెల్‌ఫోన్లు, కంప్యూటర్లు, క్యాలిక్యులేటర్ల వంటి సాధనాలపై ఆధారపడితే కొంతకాలం తరువాత మనం స్వతహాగా ఆలోచించే విధానాన్ని మర్చిపోతాం. అది ఎంతో ప్రమాదకరం. ముఖ్యంగా చిన్న వయసు నుంచే సాధ్యమైనంతగా శారీరక శ్రమతో కూడిన ఆటలను తప్పకుండా ఆడాలి. అదే విధంగా చిన్నపాటి లెక్కలను మెమొరీ సాయంతో చేసే విధంగా తల్లిదండ్రులు చొరవ తీసుకోవాలి. నిత్యం సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతోనే గడిపితే నరాల సంబంధిత వ్యాధులు కూడా వచ్చే ప్రమాదముంది. **–డాక్టర్ కేసగాని రాజశేఖర్‌గౌడ్, ఎండీ, జనరల్ మెడిసిన్, ఖమ్మం**