సత్యం | సేవ | సంప్రదాయం | సమాజ శ్రేయస్సే మా ధ్యేయం

|| ధర్మో రక్షతి రక్షితః ||

లహరి

(ఆధ్యాత్మిక-సామాజిక దినపత్రిక)

ధర్మం | సమాజం | నిజాయితీ వార్తలు

Spot Speed NEWS

టీ మీడియా (తెలుగు డిజిటల్) అనుబంధం   www.tmedia.net.in

ఆదివారం | 26 జూలై 2026 | ఖమ్మం | సంపుటి: 01 | సంచిక: 208 | /TmediaNetIn | info@tmedia.net.in

శ్రీ లక్ష్మీ నరసింహ స్వామి కథ

అనాదిగా ధర్మాన్ని కాపాడేందుకు...

శ్రీమహావిష్ణువు అనేక అవతారాలు ఎత్తాడు. వాటిలో అత్యంత ఉగ్రరూపమైనది నరసింహ అవతారం. అనంతరం మహాలక్ష్మీ దేవి సన్నిధితో శాంతస్వరూపుడిగా దర్శనమిచ్చిన రూపమే శ్రీ లక్ష్మీ నరసింహ స్వామి.

హిరణ్యకశిపుడి అహంకారం

హిరణ్యక్షుడు మరణించిన తర్వాత అతని సోదరుడు హిరణ్యకశిపుడు బ్రహ్మదేవుని కోసం ఘోర తపస్సు చేశాడు. తనకు మరణం రాకుండా అనేక వరాలు పొందాడు. మనిషి చేత కాదు, జంతువు చేత కాదు. పగలు కాదు, రాత్రి కాదు. ఇంట్లో కాదు, బయట కాదు. భూమిపై కాదు, ఆకాశంలో కాదు. ఏ ఆయుధంతో కాదు.

భక్త ప్రహ్లాదుడు

హిరణ్యకశిపుడి కుమారుడు ప్రహ్లాదుడు చిన్ననాటి నుంచే శ్రీమహావిష్ణువు భక్తుడు. తండ్రి ఎంత బెదిరించినా "ఓం నమో నారాయణాయ" అని నామస్మరణను విడిచిపెట్టలేదు. హిరణ్యకశిపుడు అతన్ని విషం ఇప్పించాడు, ఏనుగులతో తొక్కించాడు, కొండపై నుంచి తోశాడు, అగ్నిలో పడేశాడు. కాని ప్రతిసారీ శ్రీహరి తన భక్తుడిని రక్షించాడు.

స్తంభం నుండి నరసింహుడు

ఒక రోజు హిరణ్యకశిపుడు కోపంతో, "నీ విష్ణువు ఎక్కడ ఉన్నాడు?" అని అడిగాడు. ప్రహ్లాదుడు, "స్వామి అన్నిచోట్లా ఉన్నాడు." అని చెప్పాడు. అప్పుడు రాజు సభలో ఉన్న స్తంభాన్ని గదతో కొట్టగానే, ఆ స్తంభం చీలిపోయి అందులో నుంచి అర్ధమానవుడు – అర్ధసింహం అయిన నరసింహ స్వామి ప్రత్యక్షమయ్యాడు.

హిరణ్యకశిపుడి సంహారం

సాయంత్రం సంధ్యాసమయంలో (పగలు కాదు, రాత్రి కాదు), రాజభవనం గడపపై (లోపల కాదు, బయట కాదు), తన తొడలపై కూర్చోబెట్టి (భూమిపై కాదు, ఆకాశంలో కాదు), గోళ్లతో (ఆయుధం కాదు) హిరణ్యకశిపుడిని సంహరించాడు. ఈ విధంగా బ్రహ్మ ఇచ్చిన వరాలను అతిక్రమించకుండా ధర్మాన్ని స్థాపించాడు.

లక్ష్మీ దేవి శాంతింపజేయడం

హిరణ్యకశిపుడి సంహారం తర్వాత నరసింహ స్వామి ఉగ్రరూపంలోనే ఉన్నాడు. దేవతలు కూడా ఆయనను సమీపించలేకపోయారు. అప్పుడు మహాలక్ష్మీ దేవి ఆయన వద్దకు వెళ్లి, తన సాన్నిధ్యంతో స్వామిని శాంతింపజేసింది. ఆ తర్వాత స్వామి లక్ష్మీ నరసింహుడు అనే కరుణామయ రూపంలో భక్తులకు దర్శనమిచ్చాడు. ఈ రూపం భక్తులకు రక్షణ, ధైర్యం, ఐశ్వర్యం మరియు శుభాన్ని ప్రసాదిస్తుందని వైష్ణవ సంప్రదాయం చెబుతుంది.

ఈ కథ చెప్పే సందేశం

- నిజమైన భక్తుని దేవుడు ఎప్పుడూ కాపాడుతాడు.
- అహంకారానికి అంతం తప్పదు.
- ధర్మం చివరికి విజయం సాధిస్తుంది.
- భగవంతుడు తన భక్తులను ఎప్పుడూ విడిచిపెట్టడు.
- కోపానికి కరుణకి సమతుల్యత అవసరమని లక్ష్మీ నరసింహ స్వరూపం బోధిస్తుంది.

చిన్న ప్రార్థన

ఓగ్రం వీరం మహావిష్ణుం జ్వలంతం సర్వతోముఖమ్।
నృసింహం భీషణం భద్రం మృత్యోర్మృత్యుం నమామ్యహమ్॥

జై శ్రీ లక్ష్మీ నరసింహ స్వామి!

26 జూలై 2026 (ఆదివారం) తెలుగు పంచాంగం

శ్రీ పరాభవ నామ సంవత్సరం | ఆషాఢ మాసం – శుక్ల పక్షం

పంచాంగ వివరాలు

వారం : ఆదివారం
తిథి : శుక్ల ద్వాదశి మధ్యాహ్నం 1:57 PM వరకు, అనంతరం త్రయోదశి ప్రారంభం.
నక్షత్రం : జ్యేష్ఠ ఉదయం 7:34 AM వరకు, అనంతరం మూల నక్షత్రం.
యోగం : ఐంద్ర యోగం రాత్రి 10:04 PM వరకు.
కరణం : బాలవ → కౌలవ.

సూర్యోదయం – సూర్యాస్తమయం (తెలంగాణ)

సూర్యోదయం: 5:54 AM | సూర్యాస్తమయం: 6:52 PM

శుభ సమయాలు

- అభిజిత్ ముహూర్తం : 11:56 AM – 12:48 PM
- అమృత కాలం : తెల్లవారుజామున 3:23 AM – 5:11 AM (27 జూలై)

అశుభ సమయాలు

- రాహుకాలం : 5:11 PM – 6:47 PM
- యమగండం : 12:22 PM – 1:59 PM
- గుళిక కాలం : 3:35 PM – 5:11 PM
- వర్జ్యం : ఉదయం 8:40 AM – 10:28 AM

ఈరోజు విశేషాలు

- ప్రదోష వ్రతం
- సికింద్రాబాద్ ఉజ్జయిని మహంకాళి అమ్మవారి బోనాలు

ఈరోజు దైవస్మరణ

"ఓం నమో నారాయణాయ" లేదా "ఓం నమః శివాయ" జపించడం శుభప్రదంగా భావిస్తారు.

ఈరోజు ఆరోగ్య చిట్కాలు

1. తగినంత నీరు తాగండి – రోజంతా కొద్దికొద్దిగా నీరు తాగడం ఆరోగ్యానికి మేలు.
2. సమతుల్య ఆహారం తీసుకోండి – ఆకుకూరలు, కూరగాయలు, పండ్లు, పప్పులు, ప్రోటీన్ ఉన్న ఆహారం చేర్చండి.
3. కనీసం 30 నిమిషాలు నడవండి – గుండె ఆరోగ్యం, బరువు నియంత్రణకు ఉపయోగం.
4. నాణ్యమైన నిద్రకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వండి – రాత్రికి 7–9 గంటల నిద్ర చాలా ముఖ్యం.
5. ఒత్తిడిని తగ్గించండి – ధ్యానం, ప్రాణాయామం, శ్వాసాభ్యాసం చేయండి.
6. సీజనల్ పండ్లు తినండి – పుచ్చకాయ, బొప్పాయి, జామ, అరటి పంటివి తినండి.
7. ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లు పాటించండి – ధూమపానం, మద్యం మానండి.