శుక్రవారం | 17 జూలై 2026

శ్రీ పరాభవ నామ సంవత్సరం
ఆశాఢ మాసం | శుక్ల పక్షం

పేజీలు: 8
వెల: ₹ 6.00
సంపుటి: 12
సంచిక: 197

|| ధర్మో రక్షతి రక్షితః ||

లహరి

(ఆధ్యాత్మిక - సామాజిక దినపత్రిక)

ధర్మం | సమాజం | నిజాయితీ వార్తలు

టీ మీడియా (తెలుగు డిజిటల్) అనుబంధం

www.tmedia.net.in

Spot Speed NEWS

శ్రీ లక్ష్మీదేవి కరుణనే సంపద, సౌభాగ్యాల సిరులు

హిందూ పురాణాల ప్రకారం, లక్ష్మీదేవి సంపద, అదృష్టం, మరియు సౌభాగ్యాలకు దేవత. ఆమె శ్రీ మహావిష్ణువు యొక్క భార్య. ప్రతి శుక్రవారం ఆమెను భక్తి-శ్రద్ధలతో పూజించడం హిందూ సంప్రదాయంలో చాలా ముఖ్యం.

- **అవతారాలు:** విష్ణువు ప్రతి అవతారంలోనూ ఆమె సీత (రామాయణంలో), రుక్మిణి (మహాభారతంలో), మరియు పద్మావతి (వెంకటేశ్వరస్వామి భార్య) గా తోడుగా నిలిచింది.
- **నిత్యానపాయిని:** ఆమె విష్ణుమూర్తిని ఎడబాయక సదా ఆయనతోనే ఉంటుంది. ఆమెకు "నిత్యానపాయిని" అనే పేరు కూడా ఉంది.

ఎలుక – మిడత

ఒక రోజు ఎలుక పొలంలో ఆహారం కోసం వెతుకుతుండగా ఒక మిడతను కలుస్తుంది. మిడత తన దగ్గరున్న గడ్డి/ధాన్యాన్ని పంచుకోవాలని ఎలుకను కోరుతుంది. ఇద్దరూ స్నేహంగా మాట్లాడుకుంటారు. అయితే తర్వాత ఒక పక్షి మిడతపై దాడి చేయబోతుంది. ప్రమాదాన్ని గమనించిన ఎలుక వెంటనే మిడతను హెచ్చరించి దాన్ని రక్షిస్తుంది. తన ప్రాణాలను కాపాడిన ఎలుకకు మిడత కృతజ్ఞతలు చెబుతుంది. ఇద్దరూ మంచి స్నేహితులుగా జీవిస్తారు.

నీతి: ఆపదలో ఆదుకునే వారే నిజమైన స్నేహితులు

తెలుగు పంచాంగం

వారము : శుక్రవారం
తిథి : శుక్ల పక్ష తదియ (06:27 AM వరకు, ఆపై చవితి)
నక్షత్రం : మఘ (06:34 PM వరకు)
సూర్యోదయం : 05:54 AM
సూర్యాస్తమయం : 06:50 PM

శుభ సమయాలు

అభిజిత్ ముహూర్తం :
11:56 AM to 12:48 PM
బ్రహ్మ ముహూర్తం :
04:18 AM to 05:06 AM

అశుభ సమయాలు

రాహు కాలం :
10:45 AM to 12:22 PM
యమ గండం :
03:36 PM to 05:13 PM
దుర్ముహూర్తం :
08:50 AM to 09:44 AM &
12:25 PM to 01:19 PM

పిల్లలు బాత్రూంలో ఎక్కువసేపు ఉంటున్నారా?

పిల్లలు పెరుగుతున్న కొద్దీ వారి శరీరం, మనస్సులో అనేక సహజ మార్పులు చోటుచేసుకుంటాయి. ఈ మార్పుల సమయంలో వారి ప్రవర్తనలో కూడా కొన్ని కొత్త అంశాలు కనిపించవచ్చు. ముఖ్యంగా పిల్లలు బాత్రూంలో ఎక్కువ సమయం గడపడం గమనించినప్పుడు చాలామంది తల్లిదండ్రులు ఆందోళన చెందుతుంటారు.
అయితే ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో భయపడటం, మందలించడం లేదా అనుమానించడం కంటే అర్థం చేసుకుని వ్యవహరించడం ఎంతో ముఖ్యమని మనోవైద్యులు సూచిస్తున్నారు.

ఇటీవల ఓ తల్లి తన 9 ఏళ్ల కుమారుడు బాత్రూంలో ఎక్కువసేపు గడుపుతున్నాడని మనోవైద్యురాలు కోమల్ బక్షిని సంప్రదించారు. దీనిపై స్పందించిన ఆమె.. 8 నుంచి 9 ఏళ్ల వయస్సు నుంచే పిల్లల్లో తమ శరీరంలో జరుగుతున్న మార్పుల గురించి తెలుసుకోవాలనే సహజమైన ఆసక్తి పెరుగుతుందని చెప్పారు. ఈ వయస్సులో పిల్లలు తమ శరీరాన్ని అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం చేస్తారని, దాన్ని చెడు అలవాటుగా చూసి కొట్టకూడదని సూచించారు.

శరీరం గురించి ఆసక్తి సహజమే

నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, శరీర నిర్మాణం, పెరుగుదల, మార్పుల గురించి ఆసక్తి అబ్బాయిల్లోనే కాదు, అమ్మాయిల్లో కూడా సాధారణమే. పిల్లలు తమ శరీరాన్ని అర్థం చేసుకునే ప్రక్రియలో అనేక ప్రశ్నలు కలిగి ఉంటారు. ఈ సమయంలో వారిని తిట్టటం, భయపెట్టడం లేదా అవమానించడం వారి మానసిక వికాసంపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపే అవకాశం ఉంది.

పిల్లలతో నిష్కపటంగా మాట్లాడాలి

ఇలాంటి సందర్భాల్లో తల్లిదండ్రులు ముందుగా పిల్లలతో ప్రశాంతంగా మాట్లాడాలి. వారి వయస్సుకు తగిన భాషలో శరీరంలో మార్పులు రావడం సహజమని వివరించాలి. పిల్లలు ఎలాంటి సందేహాలైనా స్వేచ్ఛగా అడగగలిగే వాతావరణాన్ని ఇంట్లో కల్పించాలి. దీంతో వారు తప్పుడు సమాచారానికి దూరంగా ఉంటటంతో పాటు ఆరోగ్యకరమైన అవగాహనను పెంపొందించుకుంటారు.