



3ం లహరి

ఆధ్యాత్మిక తెలుగు దినపత్రిక



సనాతన ధర్మం ✦ సంప్రదిత ✦ సంప్రదాయం ✦ సేవ లక్ష్యం

★ శ్రీ షిర్డీ సాయిబాబా కథ ★



❏ పిర్లేకి వచ్చిన మహాత్ముడు

ఒక యువ ఫకీర్ పిర్లేకి వచ్చాడు. ఆయన ఎవరో, ఎక్కడి నుంచో ఎవరికి తెలియదు. వేసే చెట్టు ధర్మ ధ్యానం చేసేవాడు. కాలకక్షవేలా బయట జ్ఞానస్థి, ప్రేమ చూసే గ్రామస్థులు ఆయనను "సాయిబాబా" అని పిలవడం పారంభించారు.

❏ ధుని - భక్తులకు ఆశీర్వాదం

సాయిబాబా మసీద్‌లో ధుని వెలిగించేవారు. ఆ అగ్ని "ఉడి" అని పిలిచేవారు. కష్టాల్లో ఉన్నవారికి జచ్చేవారు. ఆయన మాట -

"సమృద్ధి ఉంచుకోండి... ఓపికగా ఉండండి."

అదే ఆయన బోధనని - శ్రద్ధా మదియు సబూరీ.

❏ ఆకలితో ఉన్నవారికి అన్నం

ఒకరోజు ఆకలితో ఉన్నవారికి బాబా స్వయంగా ఆహారం పండి పెట్టారు, కులం, మతం భేదం లేకుండా అందరికీ ప్రేమతో సేవ చేశారు.

"మానవ సేవే మాధవ సేవ" అని చూపించారు.

❏ భక్తులకు ఇచ్చిన సందేశం

సాయిబాబా సందేశం చాలా సరళం. ప్రేమ, విశ్వాసం, సేవ, ఓపికతో జీవించమని బోధించారు.

బాబా బోధనలు

- ❏ చేపుడిపై విశ్వాసం ఉంచండి
- ❏ అందరిని ప్రేమించండి
- ❏ అవసరంలో ఉన్నవారికి సహాయం చేయండి
- ❏ ఓపికతో కష్టాలను ఎదుర్కోండి
- ❏ మంచి పనులు చేస్తూ జీవించండి



❏ కథలోని నీతి

ఎంత కష్టం పడతూ విశ్వాసాన్ని కోల్పోకండి. ఓపికతో, మంచి పనులతో ముందుకు సాగితే జీవితంలో వెలుగు తప్పకుండా వస్తుంది.

❏ ఓం శ్రీ సాయినాథాయ నమః ❏

"శ్రద్ధా - సబూరీ" | విశ్వాసం - ఓపిక | ఐవే సాయిబాబా జీవిత సందేశాలు.

❏ పిల్లల కోసం ఈరోజు నీతి కథ ❏



❏ చిన్న చీమ - గొప్ప ధైర్యం ❏

ఒక అడవిలో చిట్టి అనే చీమ ఉండేది. అది చాలా చిన్నది. అందరూ దానిని చూస్తూ...
"నువ్వు చాలా చిన్నదానిని! నువ్వు ఏం చేయగలవు?" అని నవ్వేవారు. ఒకరోజు భారీ వర్షం పడింది. చీమల గూడు దగ్గరికి నీరు చేరింది. అన్ని చీమలు భయపడ్డాయి. కానీ చిట్టి ధైర్యం కోల్పోలేదు. చిట్టి తమలు, గట్టి ముక్కలు తచ్చు గూడు దగ్గర కట్టింది. మిగతా చీమలు సహాయం చేశాయి. అందరూ గూడును కాపాడుకొన్నారు. పెద్ద చీమ చెప్పింది - "శరీరం చిన్నదైనా, మనసులో ధైర్యం ఉంటే గొప్ప పనులు చేయవచ్చు!"

❏ నీతి: మనల్ని మనం చిన్నవారైతే అనుకోకండి. ధైర్యం, మంచి ఆలోచన, ఇకమిక్కన ఉంటే వే కష్టాన్నా జయించవచ్చు!



❏ పిల్లవా... ఓక మంచి పని చేయండి, ఒక కొత్త విషయం నేర్చుకోండి! ❏

తెలుగు పంచాంగం

27 ఆగస్టు 2026, గురువారం

ప్రాంతం: ఆంధ్రప్రదేశ్ కాలమానం ప్రకారం



సూర్యోదయం
ఉదయం 5:53



సూర్యాస్తమయం
సాయంత్రం 6:24



మాసం
శ్రావణ మాసం



పక్షం
శుక్ల పక్షం

❏ పంచాంగ వివరాలు

- ❏ తిథి : శుక్ల చతుర్దశి ఉదయం 9:08 వరకు, అనంతరం పార్వతి
- ❏ నక్షత్రం : ధనిష్ఠ - 28వతేదీ రోతి రాత్రి 2:15 వరకు
- ❏ యోగం : శోభన యోగం ఉదయం 7:56 వరకు
- ❏ కరణం : వణజ ఉదయం 9:08 వరకు, తరువాత విష్ణు

❏ శుభ సమయాలు

- ❏ అభిజిత్ ముహూర్తం
11:44 - 12:34
- ❏ అమృతకాలం
3:13 - 4:55

❏ అశుభ సమయాలు

- ❏ రాహుకాలం 1:43 - 3:17
- ❏ యమగండం 5:53 - 7:27
- ❏ గులికకాలం 9:01 - 10:35
- ❏ దుర్ముహూర్తం 10:04-10:54, 3:04-3:54
- ❏ వర్షం : లేదు

❏ ఈరోజు విశేషాలు

- ❏ హయగ్రీవ జయంతి
- ❏ పార్వతి వ్రతం
- ❏ శ్రావణ పూర్ణిమ వ్రతం
- ❏ అన్యధానం



❏ అందరికీ శుభమన్ను...

మీ రోజు ఆనందంగా, ఆయురారోగ్యాలతో పాపాలని కోరుకుంటున్నాం! ❏

"ప్రాంతాన్ని బట్టి పంచాంగ సమయాల్లో స్వల్ప తేడాలు ఉండవచ్చు."

❏ ఈరోజు ఆరోగ్య చిట్టాలు - ఆగస్టు 27 ❏

❏ ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం ❏



1. పోషకాహారం తీసుకోండి
రోజువారీ ఆహారంలో అకుకూరలు, కూరగాయలు, పండ్లు, పప్పుధాన్యాలు ఉండేలా చూసుకోండి.



2. తగ్గినంత నీరు తాగండి
రోజువారీ కొద్దికొద్దిగా నీరు ఉంకండి.



3. రోజు కొంతసేపు నడపండి
రోజుకు కనీసం 20-30 నిమిషాలు నడక / వ్యాయామం చేయండి.



4. మంచి నిద్ర చాలా ముఖ్యం
ప్రతిరోజు సరేపడా నిద్రపోవండి. నిద్రకు ముందు మొత్తేల వాడకాన్ని తగ్గించండి. ❏



5. ఒత్తిడిని తగ్గించుకోండి
ధ్యానం, లోతుగా శ్వాస, మీదట వెచ్చైన పనులు చేయండి.



6. పరిశుభ్రత పాటించండి
భోజనం ముందు, దయకు నుంచి వచ్చిన తర్వాత చేతులను శుభ్రం చేసుకోండి.



❏ శ్రద్ధా - సబూరీ ❏

| విశ్వాసం - ఓపిక |

సేవే మాధవ సేవ ❏

