



విఘ్నాలను తొలగించే విఘ్నేశ్వరుడు - వినాయకుడ

హిందూ సంప్రదాయంలో ఏ శుభకార్యాన్ని ప్రారంభించే ముందు శ్రీ గణేశుడిని పూజించడం అనవాయితీ. ఆయనను విఘ్నేశ్వరుడు, గణపతి, గజాననుడు, ఏకదంతుడు, లంబోదరుడు వంటి అనేక నామాలతో భక్తులు పిలుస్తారు.

విినాయకుడి మహిమలు

- విఘ్నాలను తొలగించే దేవుడు**
భక్తితో గణపతిని ప్రార్థిస్తే వసుల్లో ఎదురయ్యే అడ్డంకులు తొలగి, శుభకార్యాలు సాఫీగా సాగుతాయని భక్తుల విశ్వాసం.
- జ్ఞానానికి ప్రతీక**
వినాయకుడిని విద్య, బుద్ధి, వివేకానికి ప్రతీకగా భావిస్తారు. విద్యార్థులు చదువులో ఏకాగ్రత, జ్ఞానం కోసం గణేశుడిని ప్రార్థిస్తారు.
- శుభారంభాలకు అధిదేవత**
కోత్త బిల్లు, వ్యాపారం, ఉద్యోగం లేదా ఐతర శుభకార్యాలను ప్రారంభించే ముందు గణపతి పూజ చేయడం ద్వారా కార్యసిద్ధి కలుగుతుందని సంప్రదాయం.
- ఏకదంతుడి సందేశం**
గణేశుడి ఒక దంతం త్యాగానికి, ఏకాగ్రతకు ప్రతీకగా భావిస్తారు. జీవితంలో అవసరం లేని విషయాలను వక్రసవెట్టి లక్ష్యంపై దృష్టి పెట్టాలని ఆయన దూపం సందేశముస్తుంది.
- గజాననుడి రూపలలోలి తాత్పర్యం**
ఎనుగు తల జ్ఞానం, బలం, సహనం, విశాల దృక్పథానికి ప్రతీకగా భావిస్తారు. చిన్న కళ్లతో ఏకాగ్రత, పెద్ద చెవులతో శ్రద్ధగా వినడం వంటి జీవిత విలువలను గణేశుడి రూపం సూచిస్తుంది.



గణపతికి ఇప్పమైనవి

దుర్వ గడ్డి, ఉండ్రూర్లు/మోదకాలు, పూలు సమర్పించడం గణపతి ఆరాధనలో ముఖ్యమైనవి. ముఖ్యంగా 21 దుర్వ దళాలతో గణపతిని పూజించే సంప్రదాయం అనేక ప్రాంతాల్లో ఉంది.

భక్తులకు సందేశం

“ముందుగా వినాయకుడిని స్మరించు... మనసులో భయాన్ని తొలగించు... జ్ఞానంతో ఆడుగు వేయు... విఘ్నాలను ధైర్యంగా ఎదుర్కొను... విజయాన్ని సాధించు.”

ఓం గణపతయే నమః

తిరుమలలో కొనసాగుతున్న భక్తుల రద్దీ



తిరుమలలో ప్రస్తుత భక్తుల రద్దీ కొనసాగుతోంది. పెరటాసి మాసం, అలాగే రాబోయే వరుస సెలవుల నేటిదెందలే భక్తుల రద్దీ మరింత పెరిగే అవకాశం ఉందని టిటిడి కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. అక్టోబర్ 1వ తేదీ గురువారం, అక్టోబర్ 5వ తేదీ సోమవారం ప్రాబోకాలే ప్రముఖులకు మినహా వీవి క్లైక్ దర్శనాలను రద్దు చేయడం జరిగింది. ప్రస్తుత రోజుకు సుమారు 80 వేలమంది భక్తులకు స్వామివారి దర్శనం చేయడం జరుగుతోంది. ఆయనప్పటికీ అదేక రోజు అదనంగా వచ్చి దర్శనానికి నిరీక్షించే దాదాపు 30 వేల మంది భక్తులు తర్వాత రోజు స్వామివారిని దర్శించుకునే పరిస్థితి ఏర్పడతాంది. దీంతో సామాన్య భక్తులు స్వామివారి దర్శనం కోసం వేచి ఉండే సమయం మరింత పెరుగుతోంది. ఈ కారణంగా అధిక సంఖ్యలో సామాన్య భక్తులకు తీవ్రగతిన శ్రీవారి దర్శనం కల్పించేందుకు ఈ నిర్ణయం తీసుకోవడం జరిగింది. బ్రేక్ దర్శనాలు రద్దు చేసిన తేదీలకు సంబంధించి ముందు రోజు అనగా సెప్టెంబర్ 30వ తేదీ బుధవారం, అక్టోబర్ 4వ తేదీ ఆదివారం సిపాడ్వ లేట్లను స్వీకరించబడవు. అధిక రద్దీని దృష్టిలో ఉంచుకుని టిటిడి తీసుకున్న ఈ నిర్ణయాన్ని గమనించి సహకరించాలని భక్తులకు టిటిడి విజ్ఞప్తి చేసింది.

ఈ రోజు ప్రత్యేకత

- అంతర్జాతీయ మరియు జాతీయ దినోత్సవాలు**
 - అంతర్జాతీయ పాడేశాన్ దినోత్సవం**: డిజిటల్ ఆడియో రంగంలో విప్లవాత్మక మార్పులు తెచ్చిన పాడేశాన్ దినోత్సవం యొక్క ప్రాధాన్యతను గుర్తిస్తూ ప్రతి ఏటా ఈ రోజును జరుపుకుంటారు.
 - అంతర్జాతీయ అనువాద దినోత్సవం**: ప్రపంచవ్యాప్తంగా వివిధ భాషల మధ్య అనుసంధానకర్తలుగా ఉంటూ, శాంతి మరియు ఇక్కడకు దోహదపడే భాషా నిపుణుల (అనువాదకుల) శ్రమను గౌరవస్తూ ఐక్యరాజ్యసమితి అధ్యర్థంలో ఈ రోజును నిర్వహిస్తారు.

ప్రముఖుల జన్మదినాలు

రేలంగి నరసింహారావు
తెలుగు చలనచిత్ర పరిశ్రమలో ఎన్నో విజయాలను సాధించిన హాస్య విశ్వానాథ శిరోక్షిరించిన ప్రముఖ ధర్మకులు రేలంగి నరసింహారావు గారి జన్మదినం (సెప్టెంబర్ 30, 1951).

హ్యాతీక్స్ ముఖర్జీ
భారతీయ సినిమా రంగంలో (హిందీ, హిందీ) క్లాసిక్ చిత్రాలను అందించిన ప్రముఖ దర్శకుడు, నిర్మాత హ్యాతీక్స్ ముఖర్జీ జన్మదినం.

సంచాంగం (సెప్టెంబర్ 30, 2026, బుధవారం)

సంవత్సరం	: శ్రీ పరాభవ నామ సంవత్సరం	సూర్యోదయం	: 06:06 AM
అయనం/దుతుపు	: దక్షిణాయనం, వర్ష / శరద యతుపు	సూర్యాస్తమయం	: 06:05 PM
మాసం/పక్షం	: భాద్రపద మాసం (కృష్ణ పక్షం)	రామనవమి	: 11:57 AM - 01:27 PM
వారం	: బుధవారం (సామ్యవాసర)	యమగండం	: 07:27 AM - 08:57 AM
తిథి	: కృష్ణ పక్షం పంచమి (తదుపరి పశ్చి)	గులికాకాలం	: 10:27 AM - 11:57 AM
నక్షత్రం	: భరణి ఉ. 07:36 వరకు (తదుపరి కృత్తిక)	దుర్ముహూర్తం	: 11:33 AM - 12:21 PM
యోగం	: వజ్ర యోగం తెల్లవారజామ వరకు (తదుపరి సిద్ధి)	వర్షం	: 06:49 PM - 08:19 PM
కరణం	: భావ సా. 02:55 వరకు (తదుపరి కౌలవ)	అమృతకాలం	: 03:48 AM - 05:17 AM
			(అక్టోబర్ 01)
		అభిజిత్ ముహూర్తం	: ఈ రోజు ప్రత్యేకంగా లేదు

నెయ్యి మన శరీరానికి మేలు చేస్తుంది..

భారతీయ వంటకాలలో నెయ్యి ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. వస్త్ర, ఆస్యం, చపాతీలతో సాటు వంటలలో తయారుచేసే స్వీట్లలోనూ నెయ్యిని విస్తృతంగా ఉపయోగిస్తారు. ఆయుర్వేదంలోనూ నెయ్యికి, ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఆయుర్వేద నెయ్యి అలోగ్లానిక్ మేలు చేస్తుందనే నమ్మకంతో పరిమిత లేకుండా తీసుకోవడం మాత్రం సమస్యలకు దారితీస్తుందిని గుర్తు పెచ్చగొట్టినారు. నెయ్యిలో కొవ్వు, ముఖ్యంగా సంక్లిష్ట కొవ్వు అధికంగా ఉంటుంది. సుమారు 100 గ్రాముల నెయ్యిలో 883 కిలోకలరీలు ఉంటాయి. అందువల్ల నెయ్యి నాల్గవతతో పాటు తీసుకునే పరిమితిని కూడా శ్రద్ధ అవసరం.

కొవ్వు పేరుకుపోయే అవకాశం..
వంట నెయ్యిని అధికంగా ఉపయోగించడం వల్ల శరీరంలో కొవ్వు పేరుకుపోయే అవకాశం ఉంది. దీనిని నివారించడానికి నెయ్యిని మిత్రం వంటి కొవ్వుల పరిమితిలో భాగంగా తీసుకోవాలి. ఇది వ్యక్తి శారీరక చురుకుదనాన్ని బట్టి మారుతుంది.

ఎంత తీసుకోవచ్చు..
అరోగ్యకరమైన పెద్దలు రోజుకు ఒకటి నుండి రెండు టీస్పూన్ నెయ్యిని మిత్రం వంటి కొవ్వుల పరిమితిలో భాగంగా తీసుకోవాలి. ఇది వ్యక్తి శారీరక చురుకుదనాన్ని బట్టి మారుతుంది.

పూర్తిగా మానేయాల్సిన పరిణామం..
నెయ్యిని పూర్తిగా మానేయాల్సిన అవసరం లేదు. సుమారు ఎక్కువగా చేయడం కంటే ఉపయోగం చేయడం మంచిది. సుమారు 100 గ్రాముల నెయ్యిని పూర్తిగా మానేయాల్సిన అవసరం లేదు. సుమారు ఎక్కువగా చేయడం కంటే ఉపయోగం చేయడం మంచిది. సుమారు 100 గ్రాముల నెయ్యిని పూర్తిగా మానేయాల్సిన అవసరం లేదు. సుమారు ఎక్కువగా చేయడం కంటే ఉపయోగం చేయడం మంచిది.