



సత్యం  
సేవ  
సంస్కారం  
సమాజ శ్రేయస్సు  
మా ధ్యేయం

# అహారి

( ఆధ్యాత్మిక-సామాజిక దినపత్రిక )



ప్రజల గొంతుకు  
ప్రజల పక్షాన  
ఎప్పుడూ...

సంఖ్య: 11 సంచిక: 267

ఆదివారం, 20 సెప్టెంబర్ 2026

www.tmedia.net.in

ఖరీదు: రూ: 5/-

## మోహినీ అవతారంలో జగన్మోహనుడు

తిరుమలలో సాలకట్టు బ్రహ్మాత్మవాలు వైభవంగా



**తిరుమల:** అభిలాష కోటి బ్రహ్మాండ నాయకుడి సాలకట్టు బ్రహ్మాత్మవాలు ఐవాళ ఐదవకుడూ నడవవసన ఇవాళ ఐదో రోజున మమను మలయప్పు స్వామి మోహినీ అవతారంలో ధర్మసమీచారు. సర్వాలంకార భూషితుడై జగన్మోహనాకారంలో భక్తులకు అభయ ప్రదానం చేశారు. అలాగే తిరుచ్చిపై శ్రీకృష్ణుడి అలంకారంలో తిరుమాడ వీధుల్లో విహరించారు. గజరాజులు ముందుగా నడుస్తుండగా, భక్తబృందాల భజనలు, కోలాటాలు, జీయ్యంగార్ల మోసే, మంగళవాయిద్యాల నడుమ స్వామివారి పల్లకిసేవ వైభవంగా సాగింది.



## ఒక్క చుక్కతో ఇలా చేస్తే కాలి పగుళ్లు మాయం..



- మీరు ఎన్నో రకాల మందులు వాడాలిన అవసరం లేదు.
- మీ ఇంట్లో ఉండే కొబ్బరి నూనెతో దీనికి చెక్ పట్టవచ్చు.
- కొబ్బరి నూనెను తీసుకుని పాదాలను ముందుగా తుడిచి, ఆ తరువాత ఆయిల్ ను రాయాలి.
- జలా రాసిన తర్వాత దానిలో ఉన్న మృతకణాలు పోతాయి.
- ఇది మీ పగుళ్లను మొత్తం మాయం చేస్తుంది.
- రోజూ రాత్రి పడుకునే ముందు కొబ్బరి నూనెతో మసాజ్ చేయాలి.
- ఇవి పాటించ ముందు పాదాలను మంచిగా శుభ్రం చేసుకోవాలి.
- ఆ తర్వాత ఆయిల్ రాసి మసాజ్ చేసి, ఉడయాన్నే శుభ్రంగా కడగాలి.

చాలామంది కాళ్ల పగుళ్లు చూసే ఏదోక ట్యూబ్ రాస్తారు. ఈ చిట్కాలను పాటిస్తే వేరే మందులు అవసరం ఉండవు.

## సూర్య భగవానుడు లోకానికి వెలుగునిచ్చే దైవం



సూర్య భగవానుడు లోకానికి వెలుగునిచ్చే దైవంగా ప్రసిద్ధి చెందాడు. ఆయన కాంతి పల్లె భూమిపై జీవరాశులన్నీ జీవించగలుగుతన్నాయని పురాణాలు చెబుతాయి. సూర్యుడు ప్రతిరోజూ ఉడయంచి, తన ఎడు గుర్రాలు లాగే రథంపై ఆకాశంలో ప్రయాణిస్తూ ప్రపంచానికి వెలుగు, వేడి అందించేవాడని కథనం. ఆయన రథసారథి అరుణుడు.

“ప్రకృతిని గౌరవించే వ్యధయం ఉన్న చోట ఆరోగ్యం, ఆనందం, అభివృద్ధి ఉంటాయి. ప్రతిరోజూ కష్టపడి పనిచేసే వారికి నా కాంతి ఎల్లప్పుడూ మార్గదర్శకంగా ఉంటుంది.”

ఆ రోజు నుంచి గ్రామ ప్రజలు ఉడయాన్నే సూర్య నమస్కారం చేసి, ప్రకృతిని గౌరవస్తూ జీవించసాగరు. వారి పాలాలు పచ్చగా మారాయి, గ్రామంలో సంతోషం వెల్లివిరిసింది.

### నీతి

“సూర్యుని వెలుగు అందరికీ సమానం. అరిటి మనం కూడా ఇతరలకు సహాయం చేస్తూ, మంచి మార్గంలో నడవాలి.”

☀️ **ఓం సూర్యాయ నమః** ☀️  
☀️ **ఆదిత్యాయ నమః** ☀️

## శ్రీ లక్ష్మీ నరసింహ స్వామి పూజా విధానం



1. ఉడయగ నిద్రలేచి తలస్నానం చేసి శుభమైన వస్త్రాలు ధరించాలి.
2. పూజా మందిరాన్ని శుభ్రం చేసి లక్ష్మీ నరసింహ స్వామి చిత్రపటా లేదా విగ్రహాన్ని ప్రతిష్ఠించాలి.
3. దీపం వెలిగించి, పసుపు, కుంకుమ, పూలతో స్వామివారిని పూజించాలి.
4. ముందుగా గణపతి పూజ చేసి, అనంతరం లక్ష్మీ నరసింహ స్వామిని ధ్యానించాలి.
5. స్వామివారికి పండ్లు, పాయసం లేదా మీకు సాధ్యమైన నైవేద్యాన్ని సమర్పించాలి.
6. “ఓం శ్రీ లక్ష్మీ నరసింహాయ నమః” మంత్రాన్ని భక్తితో జపించాలి.
7. లక్ష్మీ నరసింహ స్వామి కథను చదివి లేదా విని ఫారీతి ఇవ్వాలి.
8. కుటుంబ సభ్యులందరూ స్వామివారి ఆశీర్వాదం తీసుకుని ప్రసాదాన్ని స్వీకరించాలి.

**శ్రీ లక్ష్మీ నరసింహ స్వామి అనుగ్రహంతో సర్వశుభాలు కలగాలని ప్రార్థిద్దాం.**

### ఈరోజు పంచాంగం

(20 సెప్టెంబర్ 2026 - ఆదివారం)

సంవత్సరం : శ్రీ పరాభవ నామ సంవత్సరం  
ఆయనం / బుధు : దక్షిణాయనం - వర్ష యతువు  
మాసం / పక్షం : భాద్రపద మాసం - శుక్ల పక్షం  
వారం : ఆదివారం (భాను వాసరం)

#### ముఖ్యాంశాలు

తిథి : నవమి (సెప్టెంబర్ 20 సా. 05:51 వరకు, ఆ తర్వాత దశమి)  
నక్షత్రం : మూల నక్షత్రం (ఉ. 01:42 వరకు, ఆ తర్వాత పూర్వాషాద)  
యోగం : ఆయుష్మాన్  
కరణం : బవ

#### శుభ సమయాలు

సూర్యోదయం : 06:04  
సూర్యాస్తమయం : 06:15  
అభిషేక ముహూరం : ఉడయం 11:45 - మధ్యాహ్నం 12:34  
అమృత కాలం : సాయంత్రం 06:30 - రాత్రి 08:18  
రాహుకాలం : ఉ. 09:07 - ఉ. 10:38  
యమగండం : మ. 01:41 - మ. 03:12  
దుర్ముహూరం : ఉ. 07:05 - ఉ. 08:06

#### ఈ రోజు ప్రత్యేకత

ప్రకృతి, ఆరోగ్యం, ఆధ్యాత్మికత కోసం సూర్యార్ధన చేయగల శుభదినం