|| ధర్మో రక్షతి రక్షితః ||

లహరి

(ఆధ్యాత్మిక - సామాజిక దినపత్రిక)

ధర్మం | సమాజం | నిజాయితీ వార్తలు

Spot Speed NEWS

• సత్యం
• సేవ
• సంస్కారం
• సమాజ శ్రేయస్సే
• మా ధ్యేయం

www.tmedia.net.in

టీ మీడియా (తెలుగు డిజిటల్) అనుబంధం

సంపుటి : 1 | సంచిక : 362 | హైదరాబాద్ | ఆదివారం, 2026 సెప్టెంబర్ 13 | పేజీలు : 4 | ధర : ₹ 5/-

సూర్య భగవానుని విశేషాలు

హిందూ సంప్రదాయంలో సూర్య భగవానుడు ప్రత్యక్ష దైవంగా భావించబడతాడు. సూర్యుడు వెలుగు, శక్తి, ఆరోగ్యం, జీవనానికి ప్రధాన ఆధారంగా పూజించబడతాడు.

సూర్యునికి సంబంధించిన ముఖ్య విశేషాలు

- **పేరు** : సూర్యుడు, ఆదిత్యుడు, భాస్వరుడు, రవి, దివాకరుడు, మార్తాండుడు వంటి అనేక నామాలతో పిలుస్తారు.
- **వాహనం** : ఏడు గుర్రాలు లాగే రథంపై సూర్య భగవానుడు సంచరిస్తాడని పురాణాలు చెబుతాయి.
- **సారథి** : అరుణుడు సూర్యుని రథసారథిగా ప్రసిద్ధి.
- **ఏడు గుర్రాలు** : సూర్యకిరణాల ఏడు వర్ణాలకు, అలాగే ఏడు ఛందస్సులకు ప్రతీకగా భావిస్తారు.
- **ఆదివారం** : సూర్య భగవానునికి అత్యంత ప్రీతికరమైన రోజుగా సంప్రదాయంలో భావిస్తారు.
- **సూర్య నమస్కారాలు** : శారీరక ఆరోగ్యం, చురుకుదనం, మనశ్శాంతి కోసం యోగ సంప్రదాయంలో సూర్య నమస్కారాలకు ప్రత్యేక స్థానం ఉంది.
- **సూర్యారాధన** : ఉదయం సూర్యోదయ సమయంలో సూర్యునికి అర్ఘ్యం సమర్పించడం భారతీయ సంప్రదాయంలో ముఖ్యమైన ఆచారం.
- **సూర్య మంత్రం** : "ఓం సూర్యాయ నమః" అని భక్తితో జపిస్తారు.
- **ప్రత్యేక పండుగలు** : రథసప్తమి, మకర సంక్రాంతి వంటి సందర్భాల్లో సూర్యారాధనకు ప్రత్యేక ప్రాధాన్యం ఉంటుంది.

"సూర్య నమస్కారంతో ఆరోగ్యం – సూర్యారాధనతో ఆధ్యాత్మిక శక్తి"

చంద్రబాబుకు శ్రీవారి బ్రహ్మోత్సవాల ఆహ్వానం

తిరుమల: తిరుమల శ్రీవారి సాలకట్ల, నవరాత్రి బ్రహ్మోత్సవాలకు ముఖ్యమంత్రి శ్రీ నారా చంద్రబాబు నాయుడును టీటీడీ ఘనంగా ఆహ్వానించింది. ఈ మేరకు అమరావతిలోని ముఖ్యమంత్రి నివాసంలో టీటీడీ బోర్డు ఛైర్మన్ శ్రీ బీఆర్ నాయుడు, బోర్డు సభ్యులు శ్రీ జ్యోతుల నెహ్రూ, శ్రీమతి పనబాక లక్ష్మి, శ్రీమతి జానకిదేవి, టీటీడీ ఈవో శ్రీ ముద్దాడ రవిచంద్ర ముఖ్యమంత్రి శ్రీ చంద్రబాబు నాయుడును కలిసి శ్రీవారి బ్రహ్మోత్సవాల ఆహ్వాన పత్రికను అందజేశారు.

ఈ సందర్భంగా టీటీడీ వేద పండితులు ముఖ్యమంత్రికి వేదాశీర్వచనం అందించారు. అనంతరం శ్రీవారి బ్రహ్మోత్సవాలను వైభవంగా నిర్వహించేందుకు చేపడుతున్న ఏర్పాట్లు, భక్తులకు కల్పించాల్సిన సౌకర్యాలు, భద్రతా చర్యలు తదితర అంశాలపై ముఖ్యమంత్రి శ్రీ చంద్రబాబు నాయుడు టీటీడీ ఛైర్మన్, ఈవోలతో చర్చించారు. ఈ కార్యక్రమంలో టీటీడీ వేద పండితులు, అర్చకులు, పలువురు అధికారులు పాల్గొన్నారు.

ఈ రోజు విశేషాలు

సూర్య భగవానుని విశేషాలు	1
చంద్రబాబుకు బ్రహ్మోత్సవాల ఆహ్వానం	1
వినాయకుడి ముందు గుంజీలు తీస్తే	1
ఓఆర్ఎస్ ద్రావణాన్ని తాగడంలో	1
దేశం - రాష్ట్రం	2
వ్యవసాయం	2
ఆరోగ్యం	3
విద్య - ఉద్యోగాలు	3
ఆధ్యాత్మికం	4
సినిమా - వినోదం	4

"జ్ఞానం జీవితాన్ని వెలిగించే సూర్యకిరణం."
- టీ మీడియా

వినాయకుడి ముందు గుంజీలు తీస్తే

హిందూ సంప్రదాయంలో వినాయక చవితి పండుగకు చాలా ప్రాముఖ్యత ఉంటుంది. ముఖ్యంగా చిన్న పిల్లల నుంచి పెద్ద వారి వరకు ప్రతి ఒక్కరికీ ఈ పండుగ అంటే చాలా ఇష్టం. అయితే చాలా మంది వినాయకుడి ముందు ఎక్కువగా గుంజీలు తీస్తుంటారు. మరి ఇలా గుంజీలు ఎందుకు తీస్తారు? గుంజీలు తియ్యడం వలన కోరిన కోరికలు నెరవేరుతాయా? అనేది ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.

ఎందుకు గుంజీలు తీస్తారు?

- మన పరీక్షల నిష్పక్షపాన్ని తెలియజేసే ఆచారం.
- మనసులోని కోరికలను వినాయకుడికి సమర్పించడం.
- గుంజీలు మన వినయం, భక్తి, సమర్పణకు ప్రతీక.

వినాయక చవితి సెలబ్రేషన్స్ మొదలు అయ్యాయి.

ఓఆర్ఎస్ ద్రావణాన్ని, తాగడంలో

విరేచనాలు వచ్చినప్పుడు శరీరంలో నీరు, లవణాలు వేగంగా తగ్గిపోవడంతో డీహైడ్రేషన్ ముప్పు ఏర్పడుతుంది. ఈ పరిస్థితిని నివారించేందుకు నోటి ద్వారా తీసుకునే రీహైడ్రేషన్ ద్రావణం (ఓఆర్ఎస్) ఎంతో ప్రభావవంతమైన, తక్కువ ఖర్చుతో లభించే చికిత్సగా ఉపయోగపడుతుంది. అయితే ఓఆర్ఎస్ ఇచ్చామని చెబుతున్నప్పటికీ కొందరి ఆరోగ్యం ఎందుకు మెరుగుపడడం లేదన్నది వైద్యులు తరచూ ఎదుర్కొనే ప్రశ్న చాలా సందర్భాల్లో సమస్య ఓఆర్ఎస్‌లో కాకుండా దాన్ని సరైన పద్ధతిలో తయారు చేయకపోవడం, తీసుకోకపోవడం లేదా నిల్వ చేయడంలోనే ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఓఆర్ఎస్ సాధారణ నీరు లేదా ఉప్పు, చక్కెర కలిసిన పానీయం కాదు. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ సిఫార్సు చేసిన ఓఆర్ఎస్‌లో గ్లూకోజ్, అవసరమైన ఎలక్ట్రోలైట్లు కచ్చితమైన నిష్పత్తిలో ఉంటాయి. చిన్నపేగులో సోడియం, గ్లూకోజ్ కలిసి శోషణకు గురయ్యే సహజ ప్రక్రియను ఇది ఉపయోగించుకుంటుంది.