



అహలీ

(ఆధ్యాత్మిక-సామాజిక దినపత్రిక)

ధర్మం సమాజం నిజాయితీ వార్తలు



టీ మీడియా
(తెలుగు డిజిటల్)
అనుబంధం

ప్రజల కోసం...
ప్రజలతో...
ప్రజల పక్షాన...

సత్యం | సేవ | సంస్కారం | సమాజ శ్రేయస్సే మా ధ్యేయం

28 సెప్టెంబర్ 2026 • సోమవారం

www.tmedia.net.in

పరమశివుని మహిమ



పరమశివుడు సృష్టి, స్థితి, లయ తత్వాలకు ప్రతీకగా ఆరాధించబడే మహాదేవుడు. ఆయనను భక్తితో స్మరించడం మనసుకు ప్రశాంతతను, అత్మకు ధైర్యాన్ని ఇస్తుందని శైవ సంప్రదాయం విశ్వసిస్తుంది.

శివుని మహిమలోని ప్రత్యేకతలు

- నీలకంఠుడు** - లోక రక్షణ కోసం హాలాహల విషాన్ని స్వీకరించిన కరుణామూర్తి.
- భోశాంకరుడు** - నిర్మలమైన భక్తితో పిలిచిన వారికి త్వరగా ప్రసన్నమయ్యే దేవుడిగా భావిస్తారు.
- మూడో నేత్రం** - జ్ఞానం, అంతర్వృష్టి, అజ్ఞాన నాశనానికి ప్రతీక.
- చంద్రశేఖరుడు** - శిరస్సుపై చంద్రుడిని ధరించిన శాంత స్వరూపుడు.
- గంగాధరుడు** - గంగాదేవిని తన జటాజూటంలో ధరించిన మహేశ్వరుడు.
- నటరాజు** - సృష్టి-స్థితి-లయ చక్రానికి ప్రతీకగా తాండవం చేసే స్వరూపం.

“అహంకాదాన్ని విడిచిపెట్ట... మనసును పవిత్రంగా ఉంచు...
ధర్మాన్ని ఆచరించు... కష్టాల్లోనూ ధైర్యంగా నిలబడు...
శివుని నామస్మరణతో ముందుకు సాగు.”

ఓం నమః శివాయ • హర హర మహాదేవ్

వెంకటేశ్వర స్వామి



శ్రీ వెంకటేశ్వర స్వామి హిందూ ధర్మంలో శ్రీమహావిష్ణువైభవ కలియగ ప్రత్యక్ష దైవంగా పూజింపబడే ప్రముఖ దేవత.

- మరో పేరు:**
శ్రీనివాసుడు, బాలాజీ, గోవింద, వెంకటాచలపతి
- ప్రధాన ఆలయం:**
తిరుపతి తిరుమల శ్రీ వెంకటేశ్వర స్వామి ఆలయం
- అర్చం:**
'వెంకట' అనగా పాపాలను తొలగించేది, 'ఈశ్వరుడు' అనగా దేవుడు
- ప్రాముఖ్యత:**
ప్రపంచంలోని ప్రముఖ పుణ్యక్షేత్రాలలో ఒకటి.

ఈ రోజు ప్రత్యేకత

ఆధ్యాత్మిక ప్రాధాన్యత

- అశ్వయుజ కృష్ణ ద్వితీయా / పితృ పక్షాలు, ద్వితీయా శ్రాద్ధం
- రేపతి నక్షత్రం

జాతీయ ప్రాధాన్యత

- షహీద్ భగత్ సింగ్ జయంతి
- గన్నర్స్ డే
- లతా మంగేష్కర్ జయంతి

అంతర్జాతీయ ప్రాధాన్యత

- ప్రపంచ రేబన్ దినోత్సవం
- సార్వత్రిక సమాచార లభ్యత అంతర్జాతీయ దినోత్సవం

తెలుగు పంచాంగం • 28 సెప్టెంబర్ 2026

శ్రీ పరాభవ నామ సంవత్సరం | భాద్రపద మాసం | కృష్ణ పక్షం

తిథి	: కృష్ణ పక్ష విధియ రాత్రి 7:13 వరకు; అనంతరం తదియ
నక్షత్రం	: రేపతి ఉదయం 10:16 వరకు; అనంతరం అశ్విని
యోగం	: ధృవ ఉదయం 8:53 వరకు; అనంతరం వ్యామాత
కరణం	: తైత్తిరి ఉదయం 8:08 వరకు; అనంతరం గరజ
సూర్యోదయం	: 5:53
సూర్యాస్తమయం	: 5:55
అభిజిత్ ముహూర్తం	: 11:30 - 12:19
అమృత కాలం	: 7:57 - 9:29
బ్రహ్మ ముహూర్తం	: 4:18 - 5:06
రాహుకాలం	7:27 - 8:57
యమగండం	10:28 - 11:58
గుళిక కాలం	1:28 - 2:58
వర్షం	: సెప్టెంబర్ 29 తెల్లవారుజామున 5:15 - 6:46

ఆరోగ్య ప్రత్యేకం

దోమల కాయల్స్ లేదా అగరబత్తుల పాగతో క్యాన్సర్ వసుందా?



అగరబత్తులు, దోమల కాయల్స్ కాలినప్పుడు సూక్ష్మ కణాలు, వాయువులు, అస్థిరి సేంద్రియ సమృతకాలు, పాలిస్టైక్ ఆరోమాటిక్ హైడ్రోకార్బన్లు వంటి పదార్థాలు విడుదల కావచ్చు. ముఖ్యంగా మూసివేసిన గదుల్లో ఎక్కువసేపు పొగకు గురికావడం వల్ల ఇంటి గాలి నాణ్యత ప్రభావితమవుతుంది. అప్పుడప్పుడు అగరబత్తు లేదా దోమల కాయల్ వాడటం వల్ల నేరుగా క్యాన్సర్ వస్తుందని నిర్ధారించే తగిన ఆధారాలు లేవు. అయితే తరచూ, ఎక్కువసేపు పొగను పిల్చడం శ్వాసకోశానికి హానికరంగా ఉండవచ్చు. క్యాన్సర్ కు అనేక కారణాలు ఉంటాయి, కాబట్టి ఒకే కారణంగా నిర్ధారించలేం.



ఆరోగ్య సమాచారం: సాధారణ అవగాహన కోసం. త్వరితగతినైతే వైద్య సలహాకు వైద్య నిపుణులను సంప్రదించండి.

జాగ్రత్తలు తప్పనిసరి

- కిటికీలు, తలుపులు తెరిచి గాలి ప్రసరణ ఉండేలా చూడాలి.
- ఒకేసారి ఎక్కువ అగరబత్తులు వెలిగించవద్దు.
- మూసివేసిన గదుల్లో, ముఖ్యంగా నిద్రించే గదుల్లో దోమల కాయల్స్ వాడకాన్ని తగ్గించండి.
- దోమతెరలు లేదా విద్యుత్ ఆధారిత దోమల నివారణ పద్ధతులను ప్రత్యామ్నాయాలుగా ఉపయోగించవచ్చు.