॥ ధర్మో రక్షతి రక్షితః ॥

లహరి

(ఆధ్యాత్మిక-సామాజిక దినపత్రిక)

Spot Speed NEWS

సమగ్ర వార్తలు
సామాజిక స్పృహ
ఆధ్యాత్మిక ధ్వక్కధం
ప్రజల పక్షాన
లహరి ఎప్పుడూ మీతో

ధర్మం | సమాజం | నిజాయితీ వార్తలు

www.tmedia.net.in

బుధవారం 9 సెప్టెంబర్ 2026 | సత్యం | సేవ | సంస్కారం | సమాజ వ్రైతన్యమే మా ధ్యేయం | ఖమ్మం | తెలంగాణ | పేజీలు : 4 వేల : ₹5

వినాయకుడు ఎలా పుట్టాడు?



ఒకప్పుడు కైలాసంలో పార్వతీదేవి నిసించేది. ఒకరోజు ఆమె సానం చేయడానికి వెళ్తూ, తనకు కాపలాగా ఉండేందుకు ఒక బాలుడిని స్పష్టించింది. పసుపుతో ఆ బాలుడి రూహాన్ని తయారు చేసి, అందులో ప్రాణం పోసింది. ఆ బాలుడే వినాయకుడు.

పార్వతీదేవి ఆజ్ఞ

"నేను సానం చేసి వచ్చే వరకు ఎవరినీ లోపలికి రానివ్వకు." వినాయకుడు తల్లి మాటను గౌరవహ్మా ద్వారం దగ్గర కాపలాగా నిలబడ్డాడు.

వినాయకుడు – శివుడు

విర్వతీదేవి వలె వలవరి శుద్ధదే, ఒకేశుందం అవమే, తరోవవదే విస్థరం హాశ; వవచివ్వుడయే, తేచలరి వము తేదీ వవ ఋయు ఐ చుటదే, వవహాద, ఇరర న్నవేమర హారు. వేలేవ్వతేదీ వదరదే, వనచుయ్ ఓ వేర ఒరర్వవహారదు. వరదం. వవఁ వవరయుకుయ వగర్తయు. తరాది వవ్వడం వవ్వవం మాఁరులు. వరయు వేరవవదు వరు.వరుశ్వరాది.

ఏనుగు తల ఎలా వచ్చింది?

ఏనుగలరీ వేవి వద్రు వతుద్ధవి హామ; చేరీ వవేదాడు, నిదుదే తేవదరహ్యాదం వనర్వదేవవవు వరుఁరుం. ఆదివర్వంలో వరచ్ఛం వటవ్వడు. దుదే వర్వటయు. వమయి వమిస్థ న్యలో తవేయి వరంర్వనవ వచాఁవవంరు, ఐదురు వెవరయ వారు, వనాయకుడు, వివరదారం వరి వరుశుదం మా వరవదదే, వవదర్వతన్నారు. తవటరి వేద్వతలాసే వతయు. వశరంతరు వవమ వవారు.

వినాయకుడికి మొదటి పూజ ఎందుకు?

వరయు వంయకుడు, వదరయ చేర్వ వరదవదయు. వవచం, వొదాన్వుచక హాదం వేర్వేవం వశర్మంర్వ వవదుంతరు. వరర్వరేరు మాయ్వదయు. ఏని వవహ్మాద.

అందుకే వినాయకుడిని విఘ్నేశ్వరుడు, గణపతి, గజాననుడు అని కూడా పిలుస్తారు.

రేపటి పంచాంగం

9 సెప్టెంబర్ 2026, బుధవారం

మాసం	:	శ్రావణ మాసం
పక్షం	:	కృష్ణ పక్షం
తిథి	:	త్రయోదశి మధ్యాహ్నం 12:30 వరకు అనంతరం చతుర్దశి
నక్షత్రం	:	ఆశ్లేష మధ్యాహ్నం 3:14 వరకు అనంతరం మఖ
యోగం	:	శివ రాత్రి 9:52 వరకు అనంతరం సిద్ధ
కరణం	:	వణిజ మధ్యాహ్నం 12:30 వరకు అనంతరం విష్టి
సూర్యోదయం	:	6:03 – 6:07
సూర్యాస్తమయం	:	6:20 – 6:23

అశుభ సమయాలు

రాహుకాలం	:	12:13 – 1:46
యమగండం	:	7:36 – 9:08
గుళిక కాలం	:	10:41 – 12:13
దుర్ముహూర్తం	:	11:49 – 12:38

శుభమస్తు

శ్రీవారి ఆలయంలో ఘనంగా కోయిల్ ఆళ్వార్ తిరుమంజనం



తిరుమల శ్రీవారి ఆలయంలో మంగళవారం కోయిల్ ఆళ్వార్ తిరుమంజనం ఘనంగా జరిగింది. టీటీడీ ఛైర్మన్ శ్రీ బి.ఆర్.నాయుడు, టీటీడీ అదనపు ఈవో శ్రీ సి.హెచ్.వెంకయ్య చౌదరి, ఆలయ అర్చకులు, అధికారులు, సిబ్బంది ఆలయ శుద్ధి కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

ఈ సందర్భంగా అడనపు ఈవో మీడియాతో మాట్లాడుతూ సెప్టెంబర్ 15 నుంచి 23వ తేదీ వరకు శ్రీవారి వార్షిక బ్రహ్మోత్సవాలు వైభవంగా జరుగనున్నాయని, ఇందుకు అవసరమైన పర్యాటన్నీ పూర్తి చేసినట్లు తెలిపారు. బ్రహ్మోత్సవాలు, ఉగాది, ఆణివార ఆస్థానం, వైకుంఠ ఏకాదశి పర్వదినాల ముందు వచ్చే మంగళవారం ఆలయంలో కోయిల్ ఆళ్వార్ తిరుమంజనం నిర్వహించడం ఆగమానుసారంగా నిర్వహించడం ఆనవాయితీగా పస్తోందన్నారు.

ఉదయం 6 నుంచి 10 గంటల వరకు ఆలయంలో శుద్ధి కార్యక్రమాన్ని అర్చకులు ఆగమోక్తంగా నిర్వహించారు. అనంతరం నామకోపు, శ్రీ చొర్ణం, కస్తూరి పసుపు, పచ్చాకు, గడ్డ కర్పూరం, గంధం పొడి, కుంకుమ, కీచీలిగడ్డ తదితర సుగంధ ద్రవ్యాలు కలగలపిన పవిత్ర జలంతో ఆలయం అంతటా ప్రోక్షణం చేశారు. ఆ తరువాత స్వామివారి మూలవిరాట్టుకు ప్రత్యేక పూజ, నైవేద్య కార్యక్రమాలు నిర్వహించి భక్తులను దర్శనానికి అనుమతించారు.

మహిళల్లో గుండెపోటు తీవ్ర సంకేతాలు.. నిర్లక్ష్యం చేయొద్దు



ఎటువంటి కష్టమైన పని చేయకపోయినా లేదా తగ్గనంత విశ్రాంతి తీసుకున్నా కూడా ఆకస్మాత్తుగా తీవ్రమైన నిస్సత్తువ, అలసట ఆవహిస్తే అది గుండెపోటుకు ముందస్తు హెచ్చరిక కావచ్చు. చాతీలో ఎలాంటి నొప్పి లేకపోయినా ఊపిరి ఆడకపోవడం, పరుగెత్తినట్టు అనిపించడం మహిళల్లో గుండె సమస్యకు ప్రధాన సంకేతం.

గుండెపోటు నొప్పి కేవలం చాతీకే పరిమితం కాకుండా దవడలు, గొంతు, మెడ, వెనుక భాగం లేదా భుజాలకు కూడా పాకే అవకాశం ఉంది. కడుపులో తిప్పడం, వాంతులు రావడం, తీవ్ర అజీర్తి లేదా కడుపులో మంట పంటి లక్షణాలను చాలామంది గ్యాస్ట్రిక్ సమస్యగా భావించి పొరబడతారు. ఇవి కూడా హార్ట్ ఎటాక్ సూచనలే.

ఎందుకు నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు?

మహిళలు తరచుగా తమ ఆరోగ్యం కంటే కుటుంబ సభ్యుల సంక్షేమానికి ఎక్కువ ప్రాధాన్యత ఇస్తుంటారు. చిన్నపాటి నొప్పులు లేదా అసౌకర్యం కలిగినప్పుడు "ఏమీ కాదు" అని సర్దుకుంటారు. కాని గుండెపోటు విషయంలో ప్రతీ నిమిషం చాలా విలువైనది. సరైన సమయానికి వైద్య సహాయం అందకపోతే గుండె కండరాలు శాశ్వతంగా దెబ్బతినే ప్రమాదం ఉంది.

తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు:

- మధుమేహం, అధిక రక్తపోటు, కొలెస్ట్రాల్, అధిక బరువు ఉన్న మహిళలు మరింత అప్రమత్తంగా ఉండాలి.
- నలభై ఏళ్ళు దాటిన మహిళలు క్రమం తప్పకుండా గుండె పరీక్షలు చేయించుకోవాలి.
- పై లక్షణాల్లో ఏవైనా ఆకస్మాత్తుగా కనిపిస్తే వెంటనే వైద్య సహాయం లేక సమీప ఆసుపత్రిని సంప్రదించడం శ్రేయస్కరం.

ఆరోగ్యమే నిజమైన ఆస్తి – జాగ్రత్తే జీవితో రక్ష

"చిన్న అలసట కూడా పెద్ద ప్రమాదానికి సంకేతం కావచ్చు – మహిళల ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ వహిద్దాం"

మీ ఆరోగ్యం.. మీ చేతుల్లోనే