“ఉత్తిష్ఠత!జాగృత!ప్రాప్యవరాన్నిబోధత”

కలియుగాబ్ది 5127

హిందూ నగారా

మాసపత్రిక

సంపుటి 34 ✿ సంచిక : 03 ✿ శ్రీ విశ్వావసు నామ సంవత్సరం ✿ ఫాల్గుణ మాసం ✿ మార్చి 2026 ✿ పేజీలు : 16 ✿ విడిప్రతి : రూ 10

శ్రీ వివేకానంద ఆరోగ్య కేంద్రం... సేవలు అపూర్వం

శ్రీ వివేకానంద మహారోగి ఆరోగ్య కేంద్రం గత 50 ఏళ్లుగా చేస్తున్న సేవలు నిరూపమానమని పలువురు వక్తలు కొనియాడారు. తూర్పుగోదావరి జిల్లా రాజమహేంద్రవరం రూరల్ మండలం బొమ్మూరులోని ఆరోగ్య కేంద్రం స్వర్ణోత్సవాన్ని కేంద్రం ఆవరణలో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కేంద్రం అధ్యక్షుడు పతివాడ రామరాజు అధ్యక్షతన జరిగిన సమావేశంలో ఆర్ఎస్ఎస్ అఖిల భారతీయ సహ సర్ కార్యవాహ సిఆర్ ముకుంద ముఖ్యఅతిథిగా ప్రసంగించారు. ఒకప్పుడు విపరీతంగా ఉండే కుష్టు వ్యాధి నివారణకు యువత నడుంబిగిస్తే తద్వారా ఆర్ఎస్ఎస్ నేతృత్వంలో 50ఏళ్లుగా చేసిన కృషి కారణంగా వ్యాధి తగ్గుముఖం పట్టడం అభినందనీయమన్నారు. డ్రగ్స్ కారణంగా ఒక తరం నాశనమయ్యే ప్రమాదం ఉందని హెచ్చరించారు. సమాజంలో రుగ్మతల నివారణకు యువత కృషి చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. మంత్రి కందుల దుర్గేష్ మాట్లాడుతూ ఈ కేంద్రంలో వ్యాధి తగ్గుముఖం కోసం విశేష సేవలు అందిస్తూనే సనాతన ధర్మం కోసం అనువైన కార్యక్రమాలు చేపడుతున్నారని అన్నారు. ఎమ్మెల్యే గోరంట్ల బుచ్చయ్య చౌదరి మాట్లాడుతూ

హిందూ ఐక్యత కోసం కృషి చేస్తూనే అనేక సేవా కార్యక్రమాల్లో ఆర్ఎస్ఎస్ ఆదర్శంగా ఉంటుందని ప్రశంసించారు. పరమేశ్ బయోటెక్ ప్రైవేట్ లిమిటెడ్ ఎండి ఆనంద్ స్వరూప్ అధవాని మాట్లాడుతూ ఈ కేంద్రంలో నిర్వహిస్తున్న కార్యక్రమాలు అద్వితీయమని కొనియాడారు. కార్యక్రమంలో ఆర్ఎస్ఎస్ ప్రాంత సహ సంఘ చాలక్ మాన్య సుంకవల్లి రామకృష్ణ, ప్రాంత ప్రచారక్ శ్రీ విజయ ఆదిత్య విభాగ్ సంఘ చాలక్ రామచంద్రరాజు, ఓలేటి సత్యనారాయణ, కేంద్రం నిర్వహణ సమితి సభ్యులు, దాతలు, గ్రామ ప్రజలు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా సంత్ గాడ్గేబాబా విగ్రహావిష్కరణ

సామాజిక సమరసత వేదిక విజయవాడ శాఖ ఆధ్వర్యంలో సామాజిక ఉద్యమకర్త సంత్ గాడ్గేబాబా విగ్రహావిష్కరణ కార్యక్రమం విజయవాడ గులాబీతోట పార్క్‌లో ఘనంగా నిర్వహించారు. ముఖ్యఅతిథిగా స్వామి శితి కంఠానంద మాట్లాడుతూ గాడ్గేబాబా సామాజిక స్పృహతో తన జీవితాంతం పరిశుభ్రత కోసం కృషి చేసి ఆదర్శంగా నిలిచారని తెలిపారు. దేశంలోని ప్రతిఒక్కరూ ఆయన్ను ఆదర్శంగా తీసుకోవాలని సూచించారు. కార్యక్రమంలో సమరసత వేదిక ఆలిండియా కన్వీనర్ శ్యాంప్రసాద్, నిర్వాహకులు కొండపల్లి తిరుపతిరావు, స్థానిక కార్పొరేటర్ కొండాయిగుంట మల్లేశ్వరి బలరాం, అమరావతి వాకర్స్ క్లబ్ అధ్యక్షులు బండారు కొండ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

దుర్గమ్మ సన్నిధిలో మహాకుంభాభిషేకం

ఇంద్రకీలాద్రిపై కనకదుర్గమ్మ సన్నిధిలో మూడు రోజులుగా నిర్వహించిన మహాకుంభాభిషేక మహోత్సవాలు మార్చి 8న ఘనంగా ముగిశాయి. లోక కల్యాణం, విశ్వశాంతిని కాంక్షిస్తూ 12 ఏళ్లకోసారి చేపట్టే పవిత్ర క్రతువులో కీలక ఘట్టమైన కుంభాభిషేకం కనులపండువగా సాగింది. ఉదయం 9 గంటలకు పూర్ణాహుతితో యాగం పరిసమాప్తమైంది. ఆ తర్వాత మేష లగ్న పుష్కర ముహూర్తాన 9.34 గంటలకు కంచి కామకోటి పీఠాధిపతులు జగద్గురు శంకర విజయేంద్ర సరస్వతీ స్వామి ప్రధాన ఆలయ శిఖర విమాన గోపురానికి కుంభాభిషేకం నిర్వహించారు. 12 నదులు, 3 సముద్రాల పవిత్ర జలాలతో నిర్వహించిన సంప్రోక్షణ కార్యక్రమాన్ని తిలకించేందుకు భక్తులు పెద్దఎత్తున తరలివచ్చారు.

ప్రకృతి పరవశం.. ఉగాది సంబరం!

ఉగాది అనే మాట యుగానికి వికృత రూపమైన ఉగం నుంచి వచ్చింది. ఉగస్య ఆదిః ఉగాది అని అంటారు. ఉగ అంటే నక్షత్ర గమనం అనే అర్థం కూడా ఉంది. అలా చూసినా సరికొత్త కాలం మొదలయ్యే సమయంగానూ చెప్పుకోవచ్చు. వేదాలను అపహరించిన సోమకుని వధించిన శ్రీ మహావిష్ణువు ఆ వేదాలను తిరిగి బ్రహ్మదేవుడికి అప్పగించిన శుభ తరుణాన్ని పురస్కరించుకొని ఈ పండుగ జరుపుకోవడం ఆనవాయితీగా వచ్చిందని పురాణ ప్రతీతి. చైత్ర శుక్ల పాడ్యమి నాడు ఈ విశాల విశ్వాన్ని బ్రహ్మ దేవుడు సృష్టించాడు కాబట్టి బ్రహ్మ సృష్టి ఆరంభించిన రోజు ఉగాది అని కూడా పెద్దలు అంటారు. వసంత ఋతువు ప్రారంభంలో వచ్చే

ఉగాది ప్రధానంగా ప్రకృతి పండుగ. శిశిరంలో ఆకులు రాలిపోయి మోడుగా మారిన చెట్లన్నీ వసంతం రాగానే కొత్త చిగుళ్లు తొడుగుతాయి. ఉగాది రోజు వేకువనే నిద్ర లేచి అభ్యంగన స్నానం చేసి నూతన వస్త్రాలు ధరించాలి. మామిడి తోరణాలు, పూల మాలలతో ఇంటి గుమ్మాలను అలంకరించాలి. పూజామందిరాన్ని శుభ్రం చేసుకుని, దీపారాధన చేసి అష్టోత్తర శతనామాలతో ఇష్టదైవాన్ని పూజించాలి. ఈ పండుగలో ప్రధానమైనది ఉగాది పచ్చడి. తీపి, కారం, చేదు, పులుపు, వగరు, ఉప్పు వంటి షడ్రుచుల సమ్మేళనమే ఈ పచ్చడి. ఇందులో తీపి కోసం బెల్లం, వగరు కోసం అప్పుడే వస్తున్న లేత మామిడి పిందెలు, పులుపు కోసం చింతపండు, రుచి కోసం ఉప్పు, చేదు కోసం లేత వేప పువ్వులు, కారం కోసం పచ్చి మిరపకాయలు వేసి ఈ ఉగాది పచ్చడిని తయారు చేస్తారు. ఈ సంవత్సరమంతా మన జీవితంలో ఎదురయ్యే కష్టసుఖాలను సమానంగా స్వీకరించగల స్థిత ప్రజ్ఞతను సాధించడమే ఇందులోని అంతరార్థం. ఆరోగ్యపరంగా చూస్తే వసంత ఋతువు ప్రారంభంలో వచ్చే కొన్ని రకాల వ్యాధులకు విరుగుడు వేపపువ్వు వేసి చేసిన ఉగాది పచ్చడి. ఇక ఉగాది సాయంత్రం ఆలయాల్లో జరిగే పంచాంగ శ్రవణంతో నూతన సంవత్సరంలో గ్రహ గతులు ఎలా ఉన్నాయి, పంటలు ఎలా పండుతాయి, వర్షాలు ఎలా కురుస్తాయి వంటివి తెలుసుకోగలుగుతాం. ఉగాది నుంచి వేసవి మొదలవుతుంది. మహావృక్షం... శిశిరం నాటి ఎండుటాకుల్ని విదిలించుకుని, వసంతంలో కొత్తగా చిగురులు తొడిగినట్టు మనమూ చెడును వదిలించుకుని, మంచిని మనలోకి ఆహ్వానిద్దాం. మరింత ఆత్మ విశ్వాసంతో నూతన సంవత్సరంలోకి అడుగు పెడదాం!

ఉగాది అనుబంధాల విలువను చాటిచెప్పే పండగ కూడా. కన్నవారినీ, కట్టుకున్నవారినీ గౌరవించడం భారతీయ సంప్రదాయంలో భాగమని గుర్తుచేస్తోంది ఉగాది. శారీరక, మానసిక రోగుల్లో శని కొలువై ఉంటాడని అంటారు. ఉగాది రోజున వారికి అన్నదానమో, వస్త్రదానమో చేస్తే శని సంతోషిస్తాడని, తన ప్రభావాన్ని తగ్గించుకుని సుఖశాంతులు ప్రసాదిస్తాడనీ ఓ నమ్మకం.

ఉగం అంటే... జంట. ఉత్తరాయణం, దక్షిణాయనం కలిసి.. ఒక జత. ఈ రెండు ఆయనాల సమూహమే ఉగాది. ప్రకృతి కోణంలో చూస్తే.. మూడు కాలాలూ, ఆరు రుతువులూ గడిస్తే ఒక సంవత్సరం. అది కూడా వసంతంతో మొదలై శిశిరంతో ముగుస్తుంది. చిగురింత నుంచి ఆకు రాలడం వరకూ... మొత్తంగా ఓ ప్రకృతి చక్రం. మనిషి విషయానికొస్తే... ప్రభవలో పుట్టిన వ్యక్తి మళ్లీ ప్రభవ నాటికి షష్ఠి పూర్తి చేసుకుంటాడు. 120 సంవత్సరాల పరిపూర్ణ ఆయుర్దాయంలో ఇది సగం. అప్పటితో చురుకైన లౌకిక జీవితం పూర్తయిపోతుంది. మిగతా సగమైనా ఆధ్యాత్మిక సాధనకు కేటాయించుకోవాలని 60 ఏళ్ల వేడుక రూపంలో కాలం సుతిమెత్తని హెచ్చరికలు చేస్తుంది. కాలచక్రాన్ని అర్థంచేసుకుంటే మనలోని అహంకారాలు అంతరిస్తాయి. భ్రమలు తొలగిపోతాయి. నిమిత్తమాత్రులమని అర్థమైపోతుంది. మోక్షం అంటే... మనిషి మనసు కాలాతీత స్థితికి చేరడం. ఆ అవగాహనకు ఆది... ఉగాదే!

శ్రీ పరాభవ నామ సంవత్సర ఉగాది, శ్రీరామనవమి పండుగల సందర్భంగా
వ్యాస రచయితలకు, ప్రకటనదారులకు, పాఠకలోకానికి హిందూ నగారా శుభాకాంక్షలు.
ఎప్పటిలాగే మీ ఆదరణ హిందూ నగారా కోరుకుంటోంది. **– సంపాదకుడు**

నేవీ అమ్ములపొదిలోకి ఐఎన్ఎస్ అరిదమన్

సముద్ర జలాల్లో భారత అణు నిరోధక సామర్థ్యం అనూహ్యంగా పెరగనుంది. దేశీయంగా నిర్మించిన మూడో అరిహంత్– శ్రేణి అణు బాలిస్టిక్ క్షిపణి జలాంతర్గామి 'ఐఎన్ఎస్ అరిదమన్' ఈ ఏడాది ఏప్రిల్ లేదా మే నెలలో నావికాదళంలోకి ప్రవేశించేందుకు సిద్ధమైంది. ప్రస్తుతం ఇది సముద్ర పరీక్షల తుది దశలో ఉందని రక్షణ రంగ వర్గాలు వెల్లడించాయి. విశాఖ పట్నంలోని షిప్ బిల్డింగ్ సెంటర్‌లో, అడ్వాన్స్‌డ్ టెక్నాలజీ వెసెల్ ప్రాజెక్టు కింద దీన్ని నిర్మించారు. 7,000 టన్నుల బరువున్న ఈ జలాంతర్గామి, ఇదివరకే సేవలు అందిస్తున్న ఐఎన్ఎస్ అరిహంత్, ఐఎన్ఎస్ అరిఘాత్ కంటే పెద్దది, శక్తిమంతమైనది. దీని బరువు పెరగడంతో క్షిపణులను మోసుకెళ్లే సామర్థ్యం కూడా గణనీయంగా పెరిగింది. పాత నౌకల్లో కేవలం నాలుగు వర్టికల్ లాంచ్ సిస్టమ్ ట్యూబ్‌లు ఉండగా, అరిదమన్‌లో వీటి సంఖ్యను ఎనిమిదికి పెంచారు. అరిదమన్‌కు 83 మెగావాట్ల సామర్థ్యం గల కాంపాక్ట్ లైట్ వాటర్ రియాక్టర్ శక్తిని అందిస్తుంది. ఇది

చాలా తక్కువ శబ్దం (లో అకౌస్టిక్ సిగ్నేచర్) చేస్తుంది. ఉపరితలంపై గంటకు 12–15 నాట్ల వేగంతో, నీటి అడుగున 24 నాట్ల వేగంతో ఇది ప్రయాణిస్తుంది. దీనిని విశాఖపట్నం సమీపంలోని అత్యంత భద్రత కలిగిన నావికా స్థావరం 'ప్రాజెక్ట్ వర్ష'లో మోహరించనున్నారు. ఇది భారత త్రివిధ దళాల అణు సామర్థ్యాన్ని మరింత పటిష్టం చేస్తుంది.

చందాదారులుగా చేరండి! చేర్పించండి
హిందూ నగారా సంవత్సర చందా రూ. 100/-
మీతో పాటుగా మరి కొంతమందిని చందాదారులుగా చేర్పించండి.

UNION BANK OF INDIA
A/C No. 014511100004775
IFSC CODE: UBIN0801453
Governorpet Branch, VIJAYAWADA

పశు పరిశోధనలో వందేళ్లు

రాజసానికి మారుపేరుగా నిలిచే ఒంగోలు జాతి పశువుల పరిరక్షణకు గుంటూరు సమీపంలోని లాం ఫామ్ కేంద్రంగా ఏర్పడిన పరిశోధన కేంద్రం శత వసంతాలకు చేరుకుంది. ఒంగోలు జాతి పశువుల సంఖ్య తగ్గిపోతున్న తరుణంలో వాటి సంరక్షణ, విస్తరణ, వ్యాధుల నియంత్రణ, ఆరోగ్య పరిరక్షణకు విశేష కృషిచేస్తున్న ఈ సంస్థ 1926లో ఏర్పాటైంది. ఈ కేంద్రం కృషితో ప్రకాశం, గుంటూరు, కృష్ణా, నెల్లూరు, ఖమ్మం, నల్గొండ జిల్లాల్లో ఒంగోలు జాతి పశువుల సంఖ్య పెరిగింది. పాలు, వెన్న, కోడెదూడల అమ్మకంతో రైతులు ఆదాయం గడించేవారు. దీంతో తమిళనాడులోని కోయంబత్తూరు, కర్ణాటకలోని హోసూరు ప్రాంతాల్లోనూ ఒంగోలు గిత్తల సంఖ్య పెరిగింది. పండుగలు, ఉత్సవాలు, ప్రత్యేక కార్యక్రమాల సమయాల్లో పశు ప్రదర్శనలు గ్రామాల్లో కోలాహలంగా జరిగేవి. ఈ స్ఫూర్తితో ఎడ్ల పందేలు చాలాచోట్ల ఇప్పటికీ కొనసాగుతున్నాయి. లాం ఫామ్‌లోని పశు పరిశోధన కేంద్రం అనేక పరిశోధనలతో అన్నదాతలకు చేరువ అవుతోంది. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు సైతం ప్రత్యేక పథకాలు, నిధులు కేటాయించాయి. పరిశోధనల్లో భాగంగా విదేశీ జాతులైన హెచ్.ఎఫ్. బ్రౌన్ స్విస్, జెర్సీ ఆంబోతుల సంకరంతో ఏళ్లుగా జరిపిన ప్రయోగాలతో 50–50 శాతం లక్షణాలు కలిగిన ఒంగోలు– హెచ్.ఎఫ్. సంకరజాతి రూపొందింది. దేశ ఉష్ణ మండల శీతోష్ణ స్థితిని తట్టుకుని అధిక ఉత్పాదక శక్తిని ఈ జాతి నమోదు చేసింది. స్వదేశీ జాతులైన ఒంగోలు, గిర్, హరియాణా, థార్పార్కర్ గోవులను పరిరక్షించి.. జన్యుపరంగా అభివృద్ధిపై ఈ కేంద్రం దృష్టి సారించింది. మేలైన ఆవులు, ఆంబోతులను అనేక ప్రాంతాల నుంచి సేకరించి అభివృద్ధి పరిచారు. ఒంగోలు జాతి పరిరక్షణలో భాగంగా పిండోత్పత్తి, పిండ మార్పిడి జీవ సాంకేతిక పరిజ్ఞానం ద్వారా ఉత్తమ జన్యు సంతతిని పెంచేలా కృషి చేస్తున్నారు. పిండమార్పిడి దూడ సైతం ఇక్కడ జన్మించడం విశేషం. ఒంగోలు జాతి పశువులకు పునర్వైభవ దీప్తి, ఆధునిక జీవ సాంకేతిక పశు పరిశోధనలతో రైతు సేవలో శత వసంతాలు పూర్తిచేసుకోవడం గర్వకారణమని లాం ఫామ్ కేంద్రం ప్రధాన శాస్త్రవేత్త ఆచార్య ఎం. ముత్తారావు తెలిపారు.

గోదావరి జిల్లాల వైదిక వారసత్వం ప్రాజెక్టుకు జాతీయ స్థాయి గుర్తింపు

అయ్యగారి నాగేశ్వరరావు | శ్రీపాద రామకృష్ణ | ఆకుల ప్రవీణ్

గోదావరి జిల్లాలోని సంప్రదాయాలు, ఆచారాలు, పద్ధతులను సమగ్రంగా విశ్లేషించి, వాటి సామాజిక, సాంస్కృతిక ప్రభావాలను అధ్యయనం చేయడమే లక్ష్యంగా చేసిన పరిశోధన ప్రాజెక్టుకు గాను బి.ఆర్.అంబేద్కర్ కోనసీమ జిల్లా అల్లవరం మండలం ఓడలరేవు బీవీసీ ఇంజినీరింగ్ కళాశాలకు జాతీయ స్థాయిలో చోటు దక్కింది. ఆ కళాశాలలో అధ్యాపకులుగా పనిచేస్తున్న అయ్యగారి నాగేశ్వరరావు, శ్రీపాద రామకృష్ణ, ఆకుల ప్రవీణ్‌లు చేసిన 'గోదావరి జిల్లాల వైదిక వారసత్వంపై విశ్లేషణాత్మక అధ్యయనం' ప్రాజెక్టుకు గుర్తింపు దక్కింది. ఈ మేరకు భారత ప్రభుత్వ విద్యా మంత్రిత్వ శాఖ ఉత్తర్వులు ఇచ్చిందని బీవీసీ చైర్ పర్సన్ బోనం కనకదుర్గ తెలిపారు. దేశవ్యాప్తంగా ఎంపిక చేసిన ప్రాజెక్టుల్లో గోదావరి జిల్లాల వైదిక వారసత్వం మేటిగా నిలిచిందన్నారు. ఈ ప్రాజెక్టుతో తమ కళాశాల విద్యా పరిశోధన రంగాల్లో మైలురాయిని అధిగమించిందని ప్రిన్సిపాల్ మహేశ్వరరెడ్డి తెలిపారు.

గోమూత్రం నుంచి పర్యావరణహిత ఇంకు

గోవుల మూత్రం నుంచి పర్యావరణ హిత సిరా (ఇంకు)ను తయారు చేశారు దిల్లీ విశ్వవిద్యాలయ పరిశోధకులు.

వర్సిటీకి చెందిన రాంజాస్ కళాశాలలోని కెమిస్ట్రీ విభాగం పరిశోధకులు శుచి వర్మ నేతృత్వంలో దీనిని తయారు చేశారు. ఈ ఆవిష్కరణకు వారు 'గౌరంగ్' అనే పేరు పెట్టారు. గోవుల మూత్రం నుంచి వారు నీలి వర్ణ పదార్థాన్ని సేకరించారు. ఇది ద్రవ, ఘన రూపంలో వచ్చింది. దీనికి స్వల్పంగా ఉప్పును కలిపి ఇంకును తయారు చేశారు.

రాష్ట్రపతి భవన్‌లో కలంకారీ గ్యాలరీ

ఢిల్లీలోని రాష్ట్రపతి భవన్‌లో ప్రత్యేకంగా శ్రీకాళహస్తి కళాకారులతో కలంకారీ ఫొటో గ్యాలరీని ఏర్పాటు చేస్తున్నారు.

శ్రీకాళహస్తి నుంచి పేరొందిన 21 మంది కళాకారులు రాష్ట్రపతి భవన్‌కు చేరుకున్నారు. కళాకారులు గీసిన కలంకారీ చిత్రాలు తుదిదశకు చేరుకున్నాయి. ఈ చిత్రాలను రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము పరిశీలించారు. జాతీయ అవార్డు గ్రహీత విశ్వనాథరెడ్డితో మాట్లాడి వివరాలు తెలుసుకున్నారు.

సేంద్రియ సాగుదారులకు 'ఫెలో ఫార్మర్' పురస్కారాలు

గుంటూరు జిల్లా వట్టిచెరుకూరు మండలంలోని కొర్నెపాడు రైతునేస్తం ఫౌండేషన్ ఛైర్మన్ యడ్లపల్లి వెంకటేశ్వరరావు, ఇదే మండలం అనంతవరప్పాడుకు చెందిన సేంద్రియ వ్యవసాయ రైతు బండారు శ్రీనివాసరావు భారత వ్యవసాయ పరిశోధన సంస్థ ఢిల్లీలో నిర్వహించిన 'పూసా కృషి విజ్ఞాన్ మేళా 2026'లో 'ఫెలో ఫార్మర్' పురస్కారాలను అందుకున్నారు. కేంద్ర వ్యవసాయ మంత్రి శివరాజ్ సింగ్ చౌహాన్ ఈ పురస్కారాలను ప్రదానం చేశారు. భారత వ్యవసాయ పరిశోధన మండలి డైరెక్టర్ జనరల్ డాక్టర్ ఎంఎల్ జాట్, భారత వ్యవసాయ పరిశోధన సంస్థ డైరెక్టర్ సీహెచ్ శ్రీనివాసరావు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. యడ్లపల్లి మాట్లాడుతూ చిరుధాన్యాల నుంచి ఉప ఉత్పత్తుల తయారీ, విలువ జోడింపు, సేంద్రియ వ్యవసాయంపై తెలుగు రైతులకు అవగాహన కల్పించడం, ప్రకృతి సాగు తదితర అంశాల్లో చేస్తున్న కృషికిగాను తనకు ఈ అవార్డు లభించిందని తెలిపారు. అధునాతన పద్ధతుల్లో సేంద్రియ విధానంలో పంటల సాగుకు గాను పురస్కారం లభించినట్లు బండారు శ్రీనివాసరావు చెప్పారు.

మథురలో మొట్టమొదటి గో మ్యూజియం

ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని మథురలో దేశంలోనే మొట్టమొదటి నేషనల్ కౌ కల్చర్ మ్యూజియం (జాతీయ ఆవు సంస్కృతి ప్రదర్శన శాల) ఏర్పాటు కానుంది. పండిట్ దీనదయాళ్ ఉపాధ్యాయ వెటర్నరీ యూనివర్సిటీ ప్రాంగణంలో దీన్ని ఏర్పాటు చేయనున్నారు. ఈ మ్యూజియం ఆవుల సాంస్కృతిక, ఆధ్యాత్మిక, శాస్త్రీయ ప్రాముఖ్యతను తెలియజేస్తుందని, గో సంరక్షణపై సమగ్ర అవగాహనను పెంపొందిస్తుందని అధికారులు తెలిపారు. ఈ మ్యూజియంలో సుమారు 100 డిజిటల్, సింబాలిక్ ఆవుల నమూనాలు ప్రదర్శించనున్నారు. ఆవు వారసత్వ గొప్పతనం గురించి భవిష్యత్ తరాలకు అవగాహన కల్పించేందుకు దేశంలో అన్ని ప్రధాన ఆవుల జాతులు, అలాగే అంతరించి పోతున్న జాతులు అందులో ఉంటాయన్నారు. ఆవు పాలు, పెరుగు, జున్ను, నెయ్యి వంటి ఉత్పత్తుల ప్రదర్శనతో పాటు, అవి అందించే ఆయుర్వేద ప్రయోజనాలను ప్రదర్శిస్తారు. సందర్శకుల కోసం స్వచ్ఛమైన పాల ఉత్పత్తులను అందించే ఒక డైరీ పార్లర్‌ను కూడా ఏర్పాటు చేస్తారు.

అమెరికాలో హిందువులే విద్యాధికులు

అమెరికాలో అత్యంత విద్యాధిక మతవర్గం హిందువులేనని ప్యూ రీసెర్చ్ సెంటర్ విడుదల చేసిన ఒక సర్వే నివేదిక వెల్లడించింది. యూదులు అత్యంత విద్యాధికుల జాబితాలో రెండో స్థానంలో ఉన్నారు. వివిధ మతవర్గాల స్థితిగతులపై 2023-24లో నిర్వహించిన రిలిజియస్ ల్యాండ్‌స్కేప్ సమగ్ర సర్వే (ఆర్ఎల్ఎస్) గణాంకాల ఆధారంగా ఈ అధ్యయన నివేదిక వెలువరించారు. అమెరికాలో నివసిస్తున్న ప్రతి పదిమంది హిందువుల్లో ఏడుగురు.. అంటే 70% మంది పట్టభద్రులు కాగా యూదుల్లో 65% మందికి బ్యాచిలర్స్ డిగ్రీ ఉన్నట్టు గుర్తించారు. అమెరికా మొత్తం జనాభాలో పట్టభద్రులు సగటున 35% మాత్రమే. జాతీయ సరాసరి కంటే ఎక్కువ శాతం మంది ముస్లింలు, బౌద్ధులు, సనాతన క్రైస్తవులు, సాధారణ ప్రొటెస్టెంట్ క్రైస్తవులు పట్టభద్రులుగా ఉన్నట్టు సర్వేలో తేలింది. ఇవాంజెలికల్ ప్రొటెస్టెంట్లు, కేథలిక్కులు తక్కువ సంఖ్యలో పట్టభద్రులైనట్టు వెల్లడైంది. ఈ సర్వేలో 36,908 మందిని ప్రశ్నించారు.

నంద్యాలలో ఘనంగా శివాజీ జయంతి

నంద్యాల జిల్లా అఖిల భారతీయ విద్యార్థి పరిషత్ ఆధ్వర్యంలో, స్థానిక సంజీవనగర్ గేటు సమీపంలో గల శ్రీ రామకృష్ణ విద్యాసంస్థల ప్రాంగణం, స్వామి వివేకానంద ఆడిటోరియంలో ఛత్రపతి శివాజీ జయంతి కార్యక్రమం ఘనంగా జరిగింది. ప్రధాన వక్తగా, రాష్ట్రీయ స్వయం సేవక్ సంఘ్ విభాగ్ సహ సంపర్క్ ప్రముఖులు శ్రీ రామకృష్ణ మాట్లాడుతూ, ఛత్రపతి శివాజీ జీవితాన్ని మనమందరం ఆదర్శంగా తీసుకోవాలని సూచించారు. ఇలాంటి మహనీయుల అడుగుజాడల్లో నడవాలని కోరారు. శివాజీ మహారాజ్ జీవిత ఘట్టాలను విద్యార్థులకు కళ్ళకు కట్టినట్లుగా వివరించారు. విశ్వగురు స్థానం వైపు భారత్ ప్రస్థానాన్ని చూసి ఓర్వలేక రకరకాల కుట్రలు పన్నుతున్న విదేశీ పాషండ శక్తుల నుండి భరతమాతను కాపాడుకోవడానికి ప్రతి భారతీయుడు ఒక శివాజీలా ఉద్యమించాలని వక్తలు పిలుపునిచ్చారు. కార్యక్రమంలో శ్రీరామకృష్ణ విద్యా సంస్థల అధినేత జి. రామకృష్ణారెడ్డి, కళాశాల యాజమాన్యం, ఏబీవీపీ

భాగ్ కన్వీనర్ లక్ష్మీ నరసింహ, నగర సహకార్యదర్శి మనేష్, కార్యకర్తలు, విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు. అదేవిధంగా నంద్యాలలోని అరుంధతి నగర్‌లో శివాజీ జయంతి ఘనంగా జరిగింది. ఇ.రాంప్రసాద్ శివాజీ జీవితంలోని ముఖ్య ఘట్టాలను వివరించారు. కార్యక్రమంలో జింక నరేంద్ర. చింతలపల్లె వాసు, దాదాపు 50 మంది యువకులు పాల్గొన్నారు.

వచ్చిన పనేమిటో మర్చిపోవద్దు!

చాలా సంవత్సరాల క్రితం మన రాష్ట్రంలో జరిగిన సంఘటన ఇది. కళాశాలకు ఆ రోజు ప్రారంభ దినం. హైస్కూలు చదువు పూర్తిచేసుకున్న విద్యార్థులంతా కళాశాలకు సంతోషంగా వచ్చారు. వారిని స్వాగతిస్తూ ప్రిన్సిపాల్ స్వాగతోపన్యాసం చేశారు. 'మిమ్మల్ని స్వాగతించే ముందు మీకొక కథ చెబుతాను. ఒక రాజుకు యాగ నిమిత్తం అపురూపమైన ఫలం అవసరమైంది. ఆ ఫలం అడవిలో ఉన్న ఋష్యాశ్రమంలో మాత్రమే లభిస్తుందని తెలిసిన రాజు అక్కడికెళ్ళాడు. సాక్షాత్తు రాజే వచ్చి అడగడంతో ఋషి ఆ పండును ఆయన చేతికి ఇచ్చాడు. రుషి ఆతిథ్యం స్వీకరిస్తూ, రాజు ఆశ్రమాన్ని గమనించాడు. అక్కడ యథేచ్ఛగా తిరుగాడుతున్న జంతువులు, పక్షులూ, మాత్రమే గాక పెళ్ళి కాని ఋషి పుత్రికలు కన్పించారు. ఇవన్నీ ఈ కీకారణ్యంలో ఉండి లాభమేముంటుంది? నా రాజ మందిరంలో ఉంటే ఎంతో శోభిస్తాయి అనుకొని జంతువులు, పక్షులతో పాటు ఋషి కన్యలను కూడా తీసుకెళ్ళిపోయాడు. ఋషికి ఇదంతా బాధ కలిగించింది. కాసేపటి తర్వాత చూస్తే యాగం కోసం తీసుకున్న ఫలాన్ని మాత్రం రాజు ఆశ్రమంలోనే వదిలి వెళ్ళాడని అర్థమైంది. అవసరమైన దాన్ని వదిలేసిన రాజు అప్రస్తుతమైన వాటిని మాత్రం తీసుకెళ్ళాడని రుషి అనుకొన్నాడు. విద్యార్థులారా! ఆ రాజు గురించి మీకేమనిపిస్తోంది? – అని ప్రిన్సిపాల్ ప్రశ్నించారు. 'రాజు చేసింది తప్పు. వచ్చిన పని మరచిపోయిన రాజు అయోగ్యుడు' అన్నారు విద్యార్థులంతా. అపుడు ప్రిన్సిపాల్.. ఈ కథ మీకెందుకు చెప్పానంటే.. అందులోని రాజు చేసిన తప్పు మీరెవరూ చేయరాదనే. చదువు కోసం వచ్చిన మీరు అది మరచి, ఇతర వ్యవహారాల్లో కూరుకుపోవద్దని చెప్పడమే నా ఉద్దేశం.. అని హితబోధ చేశాడు.

ఉగాదికి ధర్మప్రచార కార్యక్రమాలు

హిందూ ధర్మపరిరక్షణకు అర్చకులే వెన్నెముక అని హిందూ ధర్మపరిరక్షణ ట్రస్ట్ చైర్మన్ డాక్టర్ దాసరి శ్రీనివాసులు స్పష్టం చేశారు. ఉగాది నాటికి రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ధర్మప్రచార కార్యక్రమాలు చేపడతామని తెలిపారు. దేవదాయశాఖ, హిందూ ధర్మపరిరక్షణ ట్రస్ట్ సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో విశాఖపట్నం జిల్లా సింహాచలం సింహగిరిపై ఇటీవల ధార్మిక సదస్సు జరిగింది. అర్చకుల సంక్షేమం, ధర్మ పరిరక్షణపై శ్రీనివాసులు దిశానిర్దేశం చేశారు. అర్హత కలిగిన అర్చకులను ఎంప్లాయిమెంట్ ఎక్స్ఛేంజ్ ద్వారా నమోదు చేయించి, ఉపాధి కల్పిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. వృత్తిపరమైన నైపుణ్యం కోసం అర్చకులకు ప్రత్యేక అకాడమీలు ఏర్పాటు చేస్తామని తెలిపారు. ధర్మాన్ని కాపాడాలంటే ముందుగా అర్చకుడి ఆకలి తీరాలని, ఆ దిశగా ఇకపై పనిచేస్తామని భరోసా ఇచ్చారు. దేవుడి భూములు అన్యాక్రాంతం కాకుండా అర్చకులు కూడా తమవంతు బాధ్యత నిర్వర్తించాలన్నారు.

FORM IV
(See Rule 8)

The Registration of News papers (Central) Rules, 1956

Place of Publication	:	VIJAYAWADA
Periodicity of Publication	:	MONTHLY
Printer's Name	:	Chiruvolu Vasu Deva Rao
Nationality	:	Indian
Address	:	Chiruvolu Village Mopidevi (post& mandal) Krishna Dst AndhraPradesh-521125
Publisher's Name	:	Tulasi Surya Prakash, behalf of Sahiti Sudha Foundation
Nationality	:	Indian
Address	:	1-193, Pata Bommuru Rajamhmurandry East Godavari Dst AndhraPradesh-533124
Editor's Name	:	Chiruvolu Vasu Deva Rao
Nationality	:	Indian
Address	:	Chiruvolu Village Mopidevi (post& mandal) Krishna Dst AndhraPradesh-521125
Names and Address of individuals who own the Newspaper and partners of share holder holding more than one percent of the total capital	:	Sahiti Sudha Foundation, Madhavasadan, Kaleswara Rao Road, Governorpet, Vijayawada- 520002

I Chiruvolu Vasu Deva Rao hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

Sd/-
publisher
Date: 01-03-2026

ఆరోగ్య ప్రదాయిని పసుపు

పసుపు మంగళకార్యాలకు, శుభసంకేతంగా మన సంస్కృతిలో చెబుతారు. ఆహారంలో కమ్మని రుచి, రంగు కోసమే కాకుండా ఔషధంగా దీన్ని ఉపయోగిస్తారు. సంస్కృతంలో పసుపును హరిద్ర, నిశ అని కూడా పిలుస్తారు. శరీర కాంతిని పెంచడంతో పాటు అవాంఛిత రోమాలను తొలగిస్తుంది. ఇంటి గడపకు నిత్యం పసుపు రాస్తే క్రిములు లోపలకు ప్రవేశించవు. ఇంట్లో తడి ప్రదేశంలో పనిచేసిన కారణంగా స్త్రీల పాదాలకు క్రిములు పట్టకుండా పసుపు రాసుకుంటారు. అలాగే ఇంటికి వచ్చిన మహిళల కాళ్ళకు కూడా పసుపు రాయడం ఆచారంగా హిందువులు పాటిస్తారు. ఇందులో ఫాస్ఫరస్, ఇనుముతో పాటు విటమిన్ ఎ, బి2 ఉంటాయి. ఇందులో ఉండే కర్క్యుమిన్ చర్మ సంరక్షిణి గాను, యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ గాను పని చేస్తుందని రుజువైంది. పసుపు విష లక్షణాలను దూరం చేస్తుంది. యాంటీ అలర్జిక్‌గా పనిచేయడం వల్ల దీనిని పాలలో గానీ నీళ్లలో గాని కలిపి సేవిస్తే అలర్జీలు తగ్గుతాయి.

– పసుపుతో వేసిన పొగ దూరం నుండి పీలిస్తే బ్రాంకైటిస్ రోగుల్లో ఫలితం ఉంటుంది.

– ఒక గ్లాసు వేడి పాలల్లో అరచెంచా పసుపు పొడి, చిటికెడు మిరియాల పొడి కలిపి వేడిచేసి చల్లార్చి రోజూ రాత్రి తాగితే జలుబు, తుమ్ములు తగ్గుతాయి.

– రోజూ 5గ్రా. పసుపును గోరువెచ్చటి నీటిలో కలిపి తీసుకొంటే స్త్రీలలో బహిష్టు నొప్పి తగ్గుతుంది.

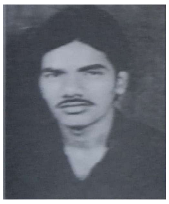
– పసుపు పొడి, మిరియాలు, సైంధవ లవణం పొడి అరచెంచా ప్రమాణంలో నారింజ రసంతో కలిపి తాగితే రాత్రి వాహనాలు నడిపే వారికి నిద్రపట్టకుండా ఉంటుంది. అలసటా ఉండదు.

– ఇస్నోఫీలియా వ్యాధిలో అరచెంచా పసుపు పొడి, 2 చెంచాల తేనె లో వేసి రోజుకు రెండుసార్లు సేవిస్తే గుణం కన్పిస్తుంది.

– షుగర్ వ్యాధిలో వచ్చే కాళ్ళ మంటలు తగ్గించడానికి పసుపును ఉసిరిక పొడితో కలిపి రోజూ రెండు సార్లు కలిపి సేవిస్తే ఫలితం ఉంటుంది. ఈ విధంగా మన ఆరోగ్య సంరక్షణకు పసుపు ఎంతో ఉపయుక్తమైనది.

తేరా వైభవ్ సదా అమర్ రహే మా...

చింత కృష్ణ .. గోపాలరెడ్డి



1983 మార్చి 07 న వరంగల్ జిల్లా హనుమకొండ క్రాస్ రోడ్స్ లో మరోసారి రక్తం చిమ్మింది. 1982 ఏప్రిల్ లో సామా జగన్మోహనరెడ్డి చంపబడిన ప్రదేశానికి కిలోమీటర్ దూరంలో ఈ హత్యలు జరిగాయి.పీపుల్స్ వార్ గ్రూప్ కు చెందిన హంతకులు చింత కృష్ణ, గోపాల రెడ్డి లను ఉదయం 10 గంటల సమయంలో ఒక లాండ్రి షాప్ ముందు నిలబడి ఉండగా చంపేశారు. కృష్ణ ను తుపాకీతో బుల్లెట్లు కురిపించి, గోపాలరెడ్డిని కత్తులతో పొడిచి చంపేశారు.

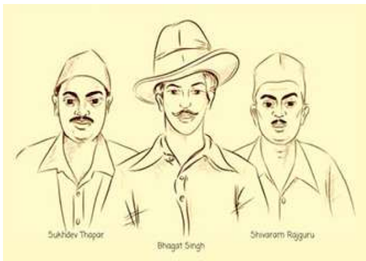
ఏఐ సమిట్‌లో 'కృష్ణార్జునులు'..

ఢిల్లీలో ఇటీవల నిర్వహించిన ఏఐ సమిట్‌లో కృష్ణార్జునుల హైటెక్ డిజిటల్ రూపాలు ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచాయి. రిలయన్స్‌కు చెందిన జియో ఇంటెలిజెన్స్ విభాగం అత్యాధునిక హోలోగ్రామ్ టెక్నాలజీ, కృత్రిమ మేధను ఉపయోగించి భారతీయ ఇతిహాసాలకు సంబంధించిన ఈ చిత్రాలను రూపొందించింది. 'మహాభారత్: ఏక్ ధర్మ్ యుద్ధ్' సిరీస్‌లోని పలు పాత్రల డిజిటల్ రూపాలను ఈ సదస్సులోని తమ స్టాల్‌లో ప్రదర్శించింది. కృష్ణుడు, అర్జునుడు, ఇతరుల రూపాలతో సందర్శకులు మాట్లాడేలా ఏర్పాట్లు చేసింది. సందర్శకులు అడిగిన పలు ప్రశ్నలకు కృష్ణుడు, అర్జునుడి డిజిటల్ రూపాలు సమాధానం ఇస్తుండటం ఆకర్షణగా నిలిచింది. సాంకేతిక పరిజ్ఞానం ద్వారా, మన ఇతిహాసాలపై యువతకు ఆసక్తి కలిగించాలనే ఉద్దేశంతో ఈ ప్రాజెక్టు రూపొందించినట్లు జియో ఇంటెలిజెన్స్ స్టాల్ నిర్వాహకులు పేర్కొన్నారు.

వనవాసీ బాంధవులు శ్రీపాకలపాటి గురువులు

మన చుట్టూ ఉండే ప్రకృతే పరమాత్మ రూపం. అటువంటి ఈ ప్రకృతిలో దైవాన్ని దర్శించుకునేవారు కొందరు మాత్రమే ఉంటారు. అటువంటి మహనీయులలో ఒకరు శ్రీపాకలపాటి గురువుగారు. ఈయన గాయత్రి మంత్ర సిద్ధులు, సంకల్ప సిద్ధులు, ఆటవికులకు ఆరాధ్యదైవం. ప్రకృతిలో తాదాత్మ్యం పొంది పరమాత్ముని ప్రతినిధిగా వాసికెక్కిన శ్రీ పాకలపాటి గురువుగారు భక్తులకు ముఖ్యంగా వనవాసీలకు కొంగుబంగారు. సౌమ్య సంవత్సరం మాఘ బహుళ చతుర్దశినాడు గురువుగారు శివైక్యం చెందారు. ఈ సంవత్సరం ఆయన వర్ధంతిని మార్చి 6న నిర్వహించుకున్నాము. పాకలపాటి గురువుగారు వనవాసీలకు వ్యవసాయం నేర్పించి వారిని సన్మార్గంలో పెట్టారు. పలు గ్రామాలలో దేవాలయాలు, ఆశ్రమాలు స్థాపించి సృష్టికర్త సందేశాన్ని మానవాళికి అందించారు. పాకలపాటి గురువుగారు ఏలూరు పట్టణానికి సమీపంలో ఉన్న ముందూరు అగ్రహారంలో దామరాజు గంగరాజు, వెంకమ్మ పుణ్యదంపతులకు 1911 జూన్ 11న జన్మించారు. తల్లిదండ్రులు ఆయనకు పెట్టిన పేరు వెంకటరామయ్య. చిన్నతనంలోనే తల్లిదండ్రులను పోగొట్టుకున్న వెంకటరామయ్య తన మేనత్త రామాయమ్మ ఆధ్వర్యంలో పెరిగారు. బాల్య స్నేహితుడు ఆయన్ను సూరన్న బాబుగారు అని పిలిచేవాడు. ఆ పేరే ఆ తర్వాత కాలంలో జగత్ ప్రసిద్ధి పొందింది. కావ్యకంఠ వాశిష్ఠ గణపతిముని వద్ద మంత్రదీక్ష పొందిన పాకలపాటి గురువుగారు మంత్ర, తంత్ర, జ్ఞానయోగ సాధనల్లో ఆరితేరిన సాధకులే కాదు సామాజిక వివక్షను వ్యతిరేకించిన ఆదర్శవాది. ఆయన వనవాసీలను ఎంతగానో అభిమానించారు. అమాయకులైన పల్లెవాసులు, వనవాసీలు ఋషులని వారి భక్తి నాగరికులు చేసే పాపాలకు, అధర్మానికి విరుగుడని, ఇది భూ భారాన్ని సమతౌల్యం చేస్తోందని చెప్పేవారు. మహారణ్యంలోని సర్వజీవులు ఆయన ఆధీనంలో ఉండేవి. ఆయన పాదం మోపిన చోట సుభిక్షంగా ఉండడమే కాక క్రూరమృగాలు సైతం వాటి సహజ క్రౌర్యాన్ని, వైరాన్ని విస్మరించి ప్రశాంతంగా ఉండేవి. బాబుగారు కొండ మీద తపస్సు చేసుకునేటప్పుడు రెండు పులులు గొడుగులాగా తమ తలలను ఉంచేవి. వనవాసీలు ప్రధానంగా కోయలు పాకలపాటి గురువులను ఇప్పటికీ కొలుస్తారు. గురువు గారు తన శరీరం చాలించినా స్థూలరూపంలో దర్శనమిచ్చి తన భక్తులకు అండగా నిలిచిన ఉదంతాలు ఎన్నో ఉన్నాయి. పాకలపాటి గురువులగారి ఆశ్రమం అనకాపల్లి జిల్లా నర్సీపట్నం మండలం బలిఘట్టం దగ్గర ఉంది. అక్కడ ప్రతీ శివరాత్రి నాడు మహా ఉత్సవం జరుగుతుంది.

షహీద్ దివస్: త్యాగ వీరులకు సెల్యూట్



భగత్‌సింగ్, రాజ్‌గురు, సుఖదేవ్‌ల అమర త్యాగాలకు దేశం గర్విస్తోంది. భరత మాతను దాస్యశృంఖలాల నుంచి విడిపించడానికి అసమాన పోరాటం చేసిన ఆ ముగ్గురు వీరులను నాటి వలస పాలకులు అన్యాయంగా ఉరికంబం ఎక్కించారు. చిన్న వయసులోనే ఆ ముగ్గురు వీరులు దేశం కోసం ప్రాణత్యాగం చేశారు. ఉరిని కూడా ఆనందంగా స్వీకరించి బలిదానం చేసిన రోజు మార్చి 23. ఆ రోజును వారి జ్ఞాపకార్థం షహీద్ దివస్‌గా జరుపుకుంటున్నాం. బ్రిటిష్ పాలన అంతం కావాలని పరాయి పాలకులకు వ్యతిరేకంగా ఉద్యమాన్ని చేపట్టి 23 ఏళ్ల వయసులోనే ప్రాణత్యాగం చేసిన ఈ ముగ్గురు వీరులు నేటి యువతకు ఆదర్శం. ఉరికంబం ఎక్కడానికి ముందు ముఖంలో చిరునవ్వు చెరగనివ్వని ఈ యోధులు, చావును కూడా ఎంతో ఆనందంగా స్వీకరించారు. 1931 మార్చి 23న ప్రస్తుతం పాకిస్థాన్‌లో ఉన్న పంజాబ్ హుస్సైన్‌వాలా ప్రావిన్స్ జైల్లో వీరిని ఉరికంబానికి బలిచ్చారు. భగత్ సింగ్ 1907 సెప్టెంబరు 28న పంజాబ్‌లోని లియాల్ పూర్‌లో జన్మించారు. బాల్యం నుంచే బ్రిటిషర్లపై తీవ్ర ద్వేషాన్ని వ్యక్తం చేసేవారు. భగత్ సింగ్ బ్రిటిష్ పాలను వ్యతిరేకిస్తూ 1929లో ఢిల్లీ అసెంబ్లీలో బాంబు విసిరారు. దీని లక్ష్యం ఎవరినీ చంపడం కాదు. అందరి దృష్టిని ఆకర్షించడం కోసమే అలా చేశారు. ఈ నేపథ్యంలో పోలీసులు భగత్‌సింగ్‌తో పాటు అతని అనుచరులు రాజ్‌గురు, సుఖ్‌దేవ్‌లను అరెస్ట్ చేశారు. బ్రిటిష్ పాలనకు వ్యతిరేకంగా కోర్టులోనూ తమ అభిప్రాయాలను వ్యక్తం చేశారు. అనంతరం వారు ఉరిశిక్షను ఆనందంగా ఎదుర్కొన్నారు. భగత్ సింగ్, రాజ్‌గురు, సుఖ్‌దేవ్‌ల బలిదానం స్వాతంత్ర్య పోరాటానికి కొత్త దిశానిర్దేశం చేసింది. బ్రిటిష్ చీకటి సామ్రాజ్యం నుంచి దేశానికి స్వేచ్ఛ స్వాతంత్ర్యపు కాంతి విరజిమ్మిందంటే వీరి ప్రాణ త్యాగమే అందుకు కారణం.

ఇలా అన్నారు...

తపస్సు అంటే నదుల ఒడ్డున, పర్వతాల ఒడిలో లేదా గుహల్లో కూర్చోవడం కాదు. స్వయం సేవకులుగా మన హృదయంతో, మనస్సుతో, పూర్తి అంకితభావంతో చేసే దేనినైనా తపస్సు అంటారు.

– దత్తాత్రేయ హోసబలే, సర్‌కార్యవాహ్, ఆర్‌ఎస్‌ఎస్

వేద కాలం నాటి ఋషులు, సాధువులు, ఆలోచనాపరుల నుంచి స్వరాజ్య ఉద్యమంలో ఆధునిక గురువుల వరకు ఇలా గొప్ప వారందర్నీ ఆర్‌ఎస్‌ఎస్ అనుసరిస్తోంది. వారి జాతి, మతం, తెగ, కులం, ఆర్థిక, సాంస్కృతిక పరమైన నేపథ్యానికి అతీతంగా దేశ పౌరులందరి సంక్షేమాన్ని ఆకాంక్షిస్తోంది. స్వీయ క్రమశిక్షణ, వ్యక్తి నిర్మాణం కేంద్రంగా కార్యాచరణ సాగిస్తోంది. నిస్వార్థమైన సేవను ప్రోత్సహిస్తోంది. గత శతాబ్దంలో జాతీయ ఐక్యత, సాంస్కృతిక పునరుద్ధరణ దిశగా ఒక పిలుపునకు నిదర్శనంగా సంఘ్ నిలబడింది.

– డాక్టర్ డేవిడ్ ఫ్రాలే, అమెరికన్ హిందుత్వ కార్యకర్త

మధ్యవర్తిత్వం (మీడియేషన్) అనేది ఇండియా డీఎన్‌ఏలోనే ఉంది. మహాభారతంలో శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు మొదటి మధ్యవర్తి. న్యాయ వ్యవస్థలో మధ్యవర్తిత్వానిది కీలక పాత్ర. దీనివల్ల అనేక కేసులు సులువుగా పరిష్కారం అవుతాయి. ప్రతి సమస్యకు కోర్టుకు రావడమే పరిష్కారం కాదు.

– సుప్రీంకోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్ సూర్యకాంత్

ఏకనాథ్ రాణడే గురించి నేటి యువతకు అవగాహన కల్పించాలి. రాష్ట్రీయ స్వయంసేవక్ సంఘ్ గురించి వారికి తెలియజేయడం కూడా అత్యంత అవసరం. వీటితో పాటు ప్రాచీన గురు పరంపరను కూడా యువతకు అందజేయాలి. దేశ రక్షణకు ప్రతిరూపాలైన సాధు సంతుల గురించి యువతకు బోధించాలి.

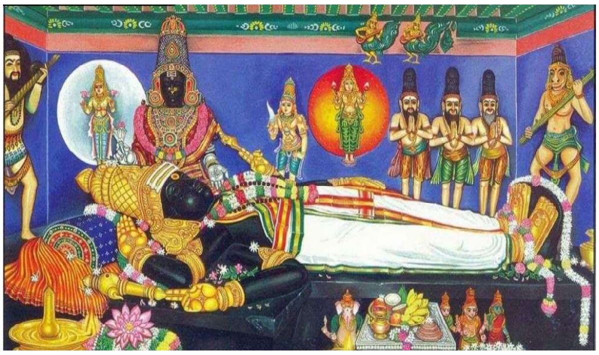
– కొలత్తూర్ అద్వైతాశ్రమ పీఠాధిపతి స్వామి చిదానంద పురి

ఆధ్యాత్మిక గురువులను దైవస్వరూపాలుగా చూడనివారు మూర్ఖులు. భగవంతుని పాదాలు తాకలేం కానీ ఆయన స్వరూపమైన గురువు పాదాలు తాకడం సులభం. గురువు అనుగ్రహంతో ధైర్యం, సాంత్వన లభిస్తాయి.

– మద్రాసు హైకోర్టు మదురై ధర్మాసనం న్యాయమూర్తి జస్టిస్ జీఆర్ స్వామినాథన్

శయన భంగిమలో పల్లికొండేశ్వరుడు

శయన భంగిమలో పరమేశ్వరుడు కొలువై ఉన్న ఏకైక ఆలయం చిత్తూరు జిల్లా సురుటుపల్లెలోని శ్రీ పల్లికొండేశ్వరస్వామి ఆలయం. ఇక్కడ స్వామి లింగ రూపంలో కాకుండా, సశరీరంగా పార్వతీ దేవి ఒడిలో తలపెట్టి విశ్రమిస్తున్నట్లు ఉంటారు. ఆయన్ను పల్లికొండేశ్వరుడు (పడుకున్న శివుడు) అని పిలుస్తారు. క్షీరసాగర మథనం సమయంలో ఉద్భవించిన హాలాహలాన్ని సేవించిన శివుడు అలసిపోయి పార్వతీ దేవి ఒడిలో విశ్రాంతి తీసుకున్న స్థలంగా దీనిని చెబుతారు. ఇక్కడ భక్తులకు విభూతి బదులుగా పవిత్ర జలాన్ని ప్రసాదంగా ఇస్తారు. కంచి కామకోటి పీఠం 68వ జగద్గురువులు శ్రీ చంద్రశేఖరేంద్ర సరస్వతీ మహాస్వామికి ఇది అత్యంత ఇష్టమైన ఆలయం. ఇక్కడ ఆయన 10 రోజులు బస చేశారు. ఆయన జ్ఞాపకార్థం ఇక్కడ ధ్యాన మండపం



నిర్మించారు. ప్రదోష సమయ పూజలకు ఈ క్షేత్రం ప్రసిద్ధి. ప్రతి ప్రదోషం నాడు వేలాది మంది భక్తులు స్వామివారిని దర్శించుకుంటారు. విజయనగర రాజులు హరిహర రాయులు, బుక్క రాయులు నిర్మించిన ఈ ఆలయంలో రెండు ఉపాలయాలు ఉన్నాయి. వాటిలో ఒకటి పార్వతీ దేవి కోసం కాగా మరొకటి శ్రీ వాల్మీకేశ్వర(వాల్మీకి మహర్షి) కోసం నిర్మించారు. కుబేరుడు తన భార్యలైన సంగనిధి, పద్మనిధితో కలిసి గర్భాలయాన్ని కాపాడతాడని భక్తులు విశ్వసిస్తారు. ఇక్కడి ఆలయంలో శివ పార్వతులతో పాటు విష్ణువు, లక్ష్మి, బ్రహ్మ, ఇంద్రుడు, నారదుడు మొదలైన అనేక ఇతర దేవతలను దర్శించుకోవచ్చు.

ఈ నెల శ్లోకము

క్షణశః కణశశ్చైవ విద్యామర్థం చ సాధయేత్ ।
క్షణత్యాగే కుతో విద్యా కణత్యాగే కుతో ధనమ్ ॥

భావము: విద్యను సంపాదించదలచినవారు ప్రతి క్షణాన్ని విలువైనదిగా భావించాలి. ధన సంపాదన లక్ష్యమైన వారు ప్రతి పైసాను విలువైనదిగా భావించి, డబ్బును వృథా చేయకుండా కూడబెట్టాలి. ఒక్క క్షణమేగా అనుకొంటే చదువెలా వస్తుంది? ఒక్క పైసాయే కదా అని వ్యయం చేస్తే డబ్బు ఎలా నిలుస్తుంది?

అందుబాటు ధరలో ప్రకృతి వ్యవసాయ పరికరాలు

ప్రపంచవ్యాప్తంగా అన్ని దేశాలు ప్రకృతి వ్యవసాయం మీద దృష్టి పెడుతున్నాయి. ఈ విధానంలో పండించిన పంటలకు పోషక విలువలు ఎక్కువ. అలాగే రసాయనాలు వాడకపోవడం వల్ల భూతాపాన్ని తగ్గించే అవకాశం ఉంటుంది. క్రిమిసంహారక మందులు వాడకం తగ్గడంతో క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధుల బారిన పడకుండా ప్రజలను కాపాడుకోవచ్చు. ప్రకృతి వ్యవసాయ పరికరాల వాడకంతో భూమిలోని మిత్ర పురుగులు నశించకుండా పంటకు రక్షణ కవచంలా ఉపయోగపడతాయి. పొలంలో పశువుల వ్యవసాయంతో మన పూర్వీకులు అధిక దిగుబడి సాధించేవారు. యంత్ర పరికరాలు టన్నుల కొద్దీ బరువు ఉండటంతో మిత్ర పురుగులు ఎక్కువ శాతం నశిస్తాయి. కానీ పశువుల వ్యవసాయం ద్వారా అంతర్ కృషి ఎక్కువగా చేస్తే పంట నాణ్యత బాగా పెరుగుతుంది. నేడు పశువుల కొరత దృష్ట్యా చిన్న పరికరాలు ఎంతగానో ఉపయోగపడుతున్నాయి. ముఖ్యంగా కూరగాయల పంటల్లో ఇవి కీలకం. కూరగాయలు తక్కువ విస్తీర్ణంలోనే పండిస్తారు. కాబట్టి ఈ పరికరాలను మెకానికల్ అడ్వాంటేజ్ సూత్రం ద్వారా రూపొందించారు. ప్రస్తుతం కూరగాయలు మార్కెట్ విలువ ప్రపంచవ్యాప్తంగా రూ.60 వేల కోట్లుగా ఉంది. 2030 నాటికి ఇది రూ.2 లక్షల కోట్లకు చేరుతుందని అంచనా.

పై చిత్రంలో కనిపించే పరికరాల్లో కుడివైపు నుంచి మొదటిది కలుపు తీసుకునే పరికరం, రెండోది చెట్టు చుట్టూ కలుపు తీసుకునేది. ఇక మూడో పంట పూర్తయ్యాక చెట్లను భూమిలో నుంచి తీసే పరికరం. నాలుగోది అంతర కృషి పరికరం. ఐదో పరికరంతో పంటపొలాల్లో ఒక మాదిరి చెట్లను ఎక్కువ శ్రమ పడకుండా ఒక్కరే తొలగించుకోవచ్చు. ఈ ప్రకృతి వ్యవసాయ పరికరాలను ప్రజలకి తక్కువ ధరలకు అందుబాటులోకి తీసుకువచ్చారు. వీటి ధరలు అన్నీ రూ.3వేల లోపే ఉంటాయి. ఆసక్తి కలిగిన రైతులు మరిన్ని వివరాల కోసం శ్రీ ఆంజనేయ అగ్రి రిసెర్చ్ సెంటర్ డైరెక్టర్ ముప్పా లక్ష్మణరావును (సెల్ నం. 9849140465) సంప్రదించవచ్చు.

యువ శాస్త్రవేత్తలకు ఇస్రో ఆహ్వానం

అంతరిక్ష పరిశోధనపై విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పించేందుకు భారత అంతరిక్ష పరిశోధన సంస్థ (ఇస్రో) ప్రతి సంవత్సరం యువ విజ్ఞాన కార్యక్రమం -2026 (యువికా) నిర్వహిస్తోంది. ఈ ఏడాది చేపట్టబోయే కార్యక్రమం కోసం దేశవ్యాప్తంగా తొమ్మిదో తరగతి చదువుతున్న విద్యార్థుల నుంచి దరఖాస్తులు ఆహ్వానిస్తోంది. ఆసక్తి ఉన్నవారు మార్చి 31వ తేదీ లోగా జిగ్యాస వెబ్‌సైట్, ఇస్రో వెబ్‌సైట్‌లో దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. మే 11 నుంచి 22 వరకూ శిక్షణ కార్యక్రమం నిర్వహిస్తారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని శ్రీహరికోటలోని సతీశ్ ధావన్ స్పేస్ సెంటర్, హైదరాబాద్‌లోని నేషనల్ రిమోట్ సెన్సింగ్ సెంటర్‌తో పాటు డెహ్రాడూన్, తిరువనంతపురం, బెంగళూరు, అహ్మదాబాద్, షిల్లాంగ్‌లలో నిర్వహిస్తారు. ఎంపికైన విద్యార్థులకు అయ్యే మొత్తం ఖర్చును ఇస్రోనే భరిస్తుంది. ప్రయాణం, భోజనం, వసతి సౌకర్యాలను ఉచితంగా సమకూరుస్తుంది.

122 ఏళ్ల తర్వాత తెరుచుకోనున్న 'కోణార్క్' సూర్యదేవాలయం గర్భగుడి

ఒడిశాలోని 13వ శతాబ్దపు కోణార్క్ సూర్య దేవాలయ గర్భ గుడిలోకి త్వరలో భక్తులు ప్రవేశించే అవకాశం రానుంది. ప్రస్తుతం ఆ స్థలం ఇసుకతో నిండి ఉంది. దాన్ని ఇప్పుడు తొలగిస్తున్నారు. ఆలయం వెనుక ఉన్న 15 అడుగుల ఎత్తయిన గోడ కూలిపోకుండా నిరోధించడానికి బ్రిటిష్ పాలకులు 1903-04లో గర్భ గుడిని వేల టన్నుల ఇసుకతో నింపారు. జగ్‌మోహన్ హాల్‌గా పిలిచే ఈ ప్రాంతంలోకి శతాబ్దం పాటు ఎవరూ ప్రవేశించలేదు. తాజాగా భారత పురావస్తు శాఖ, ఐఐటీ మద్రాస్ నిపుణులతో కూడిన బృందం ఈ ఇసుకను తొలగించే పని చేపట్టింది. మొత్తం ఇసుకను తరలించడానికి 3 నెలలు పడుతుందని ఓ పురావస్తు శాఖ అధికారి తెలిపారు.

మానసిక ప్రశాంతతకు భద్రాసనం

భద్రతను కల్పించే ఆసనం కాబట్టి దీనికి భద్రాసనం అని పేరు. దీన్నే సీతాకోక చిలుక భంగిమ అని కూడా పిలుస్తారు.

చేసే విధానం: ముందుగా మ్యాట్‌పై కూర్చొని, రెండు కాళ్లను ముందుకు చాచి, తిన్నగా కూర్చోవాలి. ఇప్పుడు నెమ్మదిగా చేతు సాయంతో కాళ్లను ఒకదాని తర్వాత ఒకటి మడిచి కటి భాగానికి దగ్గరగా తీసుకురావాలి. రెండు పాదాలనూ నమస్కార ఆకృతిలో కలిపి ఉంచాలి. మోకాళ్లను వెడల్పుగా బయటవైపు ఎలాంటి ఒత్తిడి లేకుండా విస్తరించి ఉంచాలి. వెన్నెముకను నిటారుగా ఉంచి, భుజాలు, ముఖం విశ్రాంతిగా ఉంచి, దీర్ఘ శ్వాసలు తీస్తూ, శరీరాన్ని గమనించాలి. 15 నుంచి 20 సెకన్లు ఆసన స్థితిలో ఉండటానికి ప్రయత్నించాలి. తర్వాత కాళ్లను చాపి విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. తొడలు నేలకు తాకకపోయినా, నేలకు ఆనటం కష్టమైనా మోకాళ్ల వద్ద దిండును పెట్టుకోవాలి.

ఇవీ ప్రయోజనాలు: శారీరక, మానసిక ప్రశాంతత, భద్రత చేకూరుతుంది. ఏకాగ్రత పెరుగుతుంది. గర్భిణులకు సుఖ ప్రసవం అవుతుంది. నెలసరి సమయంలో వచ్చే కడుపు నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. తొడలు, మోకాళ్లు, పిక్కలకు కొత్త శక్తి వస్తుంది. తొడ, తుంటి భాగాల్లో నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. హార్మోన్ల సమతుల్యతకు తోడ్పడుతుంది. పీసీవోడీ సమస్యకు ఈ ఆసనం ఒక మంచి ఔషధం. మూత్ర, సంతాన అవయవాలకు ఆక్సిజన్‌తో నిండిన రక్తం బాగా సరఫరా అయ్యేలా చేస్తుంది.

ఎవరు చేయకూడదు: మోకాలి సర్జరీ అయినవారు, తీవ్ర మోకాళ్ల నొప్పులు, సయాటికాతో బాధపడేవారు దీన్ని చేయకూడదు.

నేల-బండ ఆట గుర్తుందా?

నేల-బండ అనేది మన తెలుగు రాష్ట్రాల్లో, ముఖ్యంగా గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో పిల్లలు ఆడుకునే ఒక ప్రసిద్ధ సంప్రదాయ ఆట. ఈ ఆటను ఉత్తర భారతదేశంలో 'ఊంచ్ నీచ్' అని పిలుస్తారు. మహారాష్ట్రలో ఈ ఆటను 'దగాడ్ కా మాటీ' అని అంటారు. రాయి లేదా ఇసుక అని దీని అర్థం. ఇది ముఖ్యంగా 6 నుండి 13 వరకు వయసున్న పిల్లలు ఆడుకొనే ఆట. ఒకేసారి ఎంతమంది అయినా ఈ ఆటను ఆడవచ్చు. మొదటగా ఒకరిని దొంగగా నిర్ణయిస్తారు. ఈ ఆట ఆడే ప్రదేశంలో మట్టితో పాటు బండరాళ్లు ఉండాలి. ముందుగా దొంగ అయిన వ్యక్తిని నేల కావాలో బండ కావాలో కోరుకోమని అంటారు. ఉదాహరణకు దొంగ నేల కోరుకుంటే.. అతను నేల మీద, మిగిలిన వారంతా బండ మీద ఉంటారు. ఈ విధంగా బండ మీద ఉన్నవారు నేల మీదకి వచ్చి దొంగని ఆటపట్టిస్తూ ఉంటారు. వారు తిరిగి బండ మీదకి వెళ్లకుండా పట్టుకోవడానికి దొంగ ప్రయత్నించాలి. ఒక ప్రదేశం నుంచి మరో ప్రదేశానికి మారే క్రమంలో దొంగ ఎవరినైనా తాకితే, వారు దొంగ అవుతారు. అంటే దొంగకి చిక్కినవారు ఆ స్థానాన్ని భర్తీ చేస్తారు. కొత్త దొంగతో మళ్లీ ఆట మొదలవుతుంది. ఇది చిన్న పిల్లలకు బాగా ఇష్టమైన ఆట.

ప్రాచీన యుద్ధ కళ - తాంగ్టా

తాంగ్టా మణిపూర్ రాష్ట్రానికి చెందిన ఒక పురాతన, సాంప్రదాయ యుద్ధ కళ. థాంగ్ అంటే కత్తి.. టా అంటే ఈటె అని అర్థం. ఈ సాయుధ పోరాట కళను హుయెన్ లాల్లాంగ్ అని కూడా పిలుస్తారు. ఇది శారీరక నియంత్రణ, శ్వాసక్రియ, ఆత్మరక్షణపై దృష్టి పెడుతూ, కత్తి, ఈటె వంటి ఆయుధాలను ఉపయోగించే అత్యంత చారిత్రక ప్రాధాన్యత కలిగిన విద్య. ఈ క్రీడ మణిపూర్‌లోని మయితీ తెగ నుంచి ఉద్భవించింది. ప్రత్యర్థిని కేవలం చేతులతో ఎదుర్కోవడం దీని ప్రత్యేకత. 17వ శతాబ్దంలో బ్రిటిష్ సైన్యాన్ని ఎదుర్కోవడానికి మణిపూర్ రాజులు ఈ కళను ఉపయోగించారట. బ్రిటిష్ వారు ఈ ప్రాంతాన్ని ఆక్రమించిన తర్వాత తాంగ్టాను నిషేధించారు. మళ్లీ 1976లో అక్కడి ప్రజలు దీనికి జావజీవాలు కల్పించారు. ప్రతి ఏడాది మణిపూర్‌లో జరిగే

సంప్రదాయ వేడుకల్లో తాంగ్టాను ప్రదర్శించడం ఆనవాయితీగా మారింది. నేడు తాంగ్టా క్రీడగా రూపాంతరం చెంది, పాఠశాలలు, విశ్వవిద్యాలయ స్థాయిలో, ముఖ్యంగా ఖేలో ఇండియా యూత్ గేమ్స్‌లో ఒక అంశంగా ప్రాచుర్యం పొందింది. ఈ క్రీడను మార్షల్ ఆర్ట్స్‌లో భాగంగా చేర్చారు. ప్రస్తుతం అంతర్జాతీయంగా కూడా తాంగ్టా పోటీలు నిర్వహిస్తున్నారు.

రామాయణం.. వ్యక్తిత్వ నిర్మాణం

మాయ లేడిని చంపి ఆశ్రమానికి తిరిగి వచ్చిన రాముడికి సీత కనిపించలేదు. భార్య కోసం వెతికి విసిగిపోయిన దాశరథికి అంతులేని కోపం వస్తుంది. సర్వ లోకాలనూ నాశనం చేస్తానని, ప్రళయాన్ని సృష్టిస్తానని అంటాడు. నిజానికి రాముడు అందుకు సమర్థుడే. లక్ష్మణుడు అదే విషయాన్ని చెబుతూ.. రాముని వంటివారు ఈ విధంగా కోపం తెచ్చుకోవడం లోకానికి క్షేమం కాదంటాడు. ఒక్కడి కోసం లోకాలన్నింటినీ నాశనం చేయడం తగదని హితోక్తులు పలుకుతాడు. అంతటితో రాముడు తన కోపాన్ని నిగ్రహించుకొని సీతమ్మను వెతకడానికి సిద్ధపడతాడు. రాముడి కోపం కాసేపే. వానర సైన్యం సముద్రాన్ని దాటడానికి వీలుగా దారి ఇవ్వమని సముద్రుడిని రాముడు ఎంతగానో ప్రార్థిస్తాడు. అయినా కూడా సముద్రుడు పట్టించుకోకపోడంతో రాముడికి కోపం వస్తుంది. బాణం సంధించడానికి సిద్ధపడగానే సముద్రుడు ప్రత్యక్షమై మార్గోపదేశం చేస్తాడు. రాముడికి కోపం వచ్చిన తరువాత ఏమైనా నాశనం చేయాలనే కక్ష మాత్రం లేదు. ఎదుటివాడు లొంగిన వెంటనే తన కోపాన్ని నిగ్రహించుకుంటాడు.

ఇవన్నీ సముద్రానికి చెలియలి కట్ట ఉన్నట్టే రాముడి కోపానికి కూడా ఒక హద్దు ఉంది. ‘తగిన కారణం లేకుండా కోపం తెచ్చుకోవద్దు. అప్పుడైనా నిగ్రహాన్ని ప్రదర్శించు. ఆ కోపాన్ని ఎక్కువ కాలం మనసులో పెట్టుకొని, నువ్వు బాధపడి, ఎదుటివారిని కూడా బాధపెట్టవద్దని ఈ ఘటనలు మనకు పాఠం నేర్పుతాయి.

అశోక వనంలో ఉన్న సీతమ్మకు తాను రామదూతను అనే నమ్మకం కలిగించడానికి ఆంజనేయుడు రామ గుణాలు గానం చేస్తాడు. వాటిలో స్థానక్రోధః కూడా ఒకటి. ఈ ఒక్క మాటతోనే వాల్మీకి రాముడిని ఆదర్శ పురుషుడిగా తీర్చిదిద్దాడు. కోపం చూపించాల్సిన సమయంలో చూపించడం కూడా ఒక అవసరమే.కానీ తగిన సమయంలో, తగిన విధంగా, తగిన వ్యక్తులపై మాత్రమే చూపాలి అన్నదే వాల్మీకి ఉద్దేశం. క్రోధాన్ని జయించడం, కనీసం అదుపులో ఉంచుకోవడం మహాత్ములకు కూడా కష్టసాధ్యమే. అందుకే వాల్మీకి స్థానక్రోధః అన్నాడే కానీ నిష్క్రోధః అనలేదు.

కలిసి ఉంటే కలదు సుఖం

రమ్య: వదినా! నాకో చిన్న అనుమానం. అసలు మన దేశ జనాభా ఎంత?

ఉజ్వల: ఇప్పుడు ఆ ప్రశ్న ఎందుకు. జనాభా విషయంలో చైనాని వెనక్కినెట్టి మొదటి స్థానానికి వచ్చాం కదా.

రమ్య: అవును. ఆ జనాభాలో ఎక్కువ శాతం మంది యువత ఉన్నది కూడా మన దేశంలోనే. ఇంత జనాభా ఉన్నా పక్కన మనుష్యులే లేనట్టు ఎవరికి వారు తమ సమస్యలను సోషల్ మీడియా గ్రూప్‌ల్లో చెప్పుకుంటున్నారు.

ఉజ్వల: నువ్వు అంటుంటే గుర్తుకొచ్చింది. ఈ మధ్య డిప్రెషన్ కారణంగా ఆత్మహత్య చేసుకుంటున్న వారి గురించి ఎక్కువగా వార్తలు వస్తున్నాయి.

రమ్య: నేను చెప్పాలనుకున్న విషయం ఇదే. గతంలో పెద్దవాళ్ళతో చెప్పుకునేవారు. ఇప్పుడు ఎవరితో చెప్పుకోవాలో తెలియక వాళ్ళల్లో వాళ్ళే కుమిలిపోతున్నారు. సోషల్ మీడియాలో పరిచయమైన వారిని గుడ్డిగా నమ్ముతున్నారు. ఆ ఊబిలో నుంచి బయటకు రాలేక ఆత్మహత్యలే శరణ్యం అనుకుంటున్నారు.

ఉజ్వల: పూర్వంలా పిల్లలు, పెద్దలు కలిసి కనీసం కొన్ని రోజులైనా గడిపే వాతావరణం ఉందా ఇప్పుడు. ఏ కుటుంబం చూసినా ఇద్దరూ, ముగ్గురే ఉంటున్నారు. ఏదైనా సమస్య వస్తే మనసు విప్పి మాట్లాడుకునే వారేరీ?

రమ్య: నిజమే. అభివృద్ధి అనుకుంటూ పైకి వెళ్తున్నామా? అధ:పాతాళానికా? అనేది అర్థం కావడం లేదు. ఏదేమైనా మనవాళ్ళ మధ్యలో మనస్ఫూర్తిగా కొంత సమయం గడిపితే వచ్చే శక్తి, ఆ ఉత్సాహం మాటల్లో చెప్పలేం. ఆ సమయంలో ఎన్నో సమస్యలకు సమాధానం దొరుకుతుంది. అందుకే కదా కుటుంబ ప్రబోధన్ మీద దృష్టి పెట్టాలి అనేది.

హిందూ నగారా

పాఠకులకు విజ్ఞప్తి

హిందూ నగారాలో ప్రచురించబడుతున్న వార్తలు, వ్యాసాలపై మీ అభిప్రాయాలను ఈ క్రింది ఫోన్ నెంబరుకు వాట్సప్ ద్వారా కానీ, ఫోన్ చేసి కానీ తెలుపవచ్చు. అలాగే మీ మీ ప్రాంతాలలో జరిగే హిందుత్వ ప్రాధాన్యత కలిగిన సంఘటనలను కూడా మాకు తెలియపరచవచ్చు.

మీరు ఫోన్ / వాట్సప్ చెయ్యవలసిన నెంబర్ : 8333812685

పదకేళి 17

1	2			3			
4							
		5	6			7	8
	9						
10					11		
				12			
13		14					

ఆధారాలు

అడ్డం

1. శ్రీరామనవమి ప్రత్యేక తీర్థం (3)
3. కుక్కకు దీనితీపి తెలీదు (3)
4. పిల్లలకు ఇది పోస్తే మాటలు వస్తాయట (2)
5. ఎడ్లు పూనిన నాగలి (3)
7. నాది కానిది (2)
9. సొగసైన అమ్మాయి (4)
10. వాయుదేవుడు తడబడ్డాడు (4)
11. పుల్లటి కాయ (3)
12. లక్ష్మణుడికి రాముడు.... (3)
13. సువాసన (4)
15. ఇప్పుడు మెదలవుతున్న తెలుగు సంవత్సరం (4)

నిలువు

1. హనుమంతుడు (3)
2. అతి వాగుడు (2)
3. యువరాణికి స్నేహితురాలు (4)
5. తగిన సమయము (3)
6. గొడవ చివర కొమ్ము మెలిచింది (3)
8. రాజును ఇలా ఈ శీర్వదిస్తారు (6)
9. .... శయ్యపై భీష్ముడు (2)
10. శ్రీరామనవమి ప్రసాదం (4)
11. రాముడికి దశరథుడు ఏమవుతాడు (2)
14. మట్టి (2)

పదకేళి 16 జవాబులు

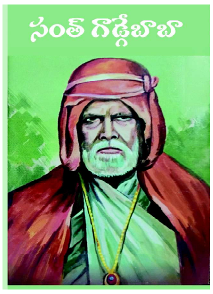
1 మ	2 హా	3 శి	వ	రా	త్రి		4 జ్ఞా
	రం		డి			5 వై	నం
6 భా		7 కా		8 ట	9 క్క	రి	
10 ర	11 చ	న		12 మా	కు		13 హా
14 త	ల		15 ప్లీ	ట		16 వి	రా
17 కో	నం	18 గి			19 కై	క	
కి		20 ల	వం	21 గం		22 ట	23 రా
24 లా	త్తు	క		25 ధం	బం		ణి

సామాజిక స్వచ్ఛతా ఉద్యమకర్త సంత్ గాడ్గేబాబా

భారతదేశంలోనే కాకుండా మొత్తం ప్రపంచంలోనే ప్రఖ్యాతులైన మన పూర్వీకులను స్మరించడం, వారి జీవితాలను అధ్యయనం చేయడం ఎప్పుడూ ప్రేరణ దాయకం గాను, మార్గదర్శకం గాను ఉంటుంది. అలాంటి మహనీయుల్లో సంత్ గాడ్గేబాబా కూడా ఒకరు. గౌతమ బుద్ధుడిలాగా గాడ్గేబాబా కూడా భార్యా, పిల్లలను, ఇంటిని తన 29వ ఏట వదిలిపెట్టారు. ఒక చేతిలో చీపురుతో మురికివాడలను శుభ్రం చేయడం (బాహ్య శుద్ధి), శ్రావ్యమైన గొంతుతో 'గోపాల, గోపాల.. దేవకీ నందన గోపాల..' అంటూ భజన గీతాలను ఆలపిస్తూ సమాజంలోని దురాచారాలను (అంతశ్శుద్ధి) తొలగించేవారు. ఈ విధంగా ఆయన దాదాపు 51 సంవత్సరాలు తిరిగారు. గాడ్గేబాబా కాషాయ వస్త్రాలు ధరించలేదు. ఆయన వేసుకుంది చిరిగిపోయిన దుస్తులు.

పుస్తక పరిచయం

పుస్తకం పేరు: సంత్ గాడ్గేబాబా
అనువాదం: కె. శ్యాంప్రసాద్
ప్రచురణ: సామాజిక సమరసతా వేదిక, ఆంధ్రప్రదేశ్
పేజీలు: 21 **వెల:** రూ. 15
ప్రతులకు: సాహిత్యనికేతన్, ఏలూరు రోడ్డు, రామమందిరం వీధి, విజయవాడ 520002.
సెల్ నం: 8333812687



రోజంతా శ్రమించేవారు. అనంతరమే భిక్ష అడిగేవారు. ఏ చెట్టు కిందనో నిద్రించేవారు. విద్య ద్వారానే పేద, దళితుల ఉన్నతి సాధ్యమని విశ్వసించేవారు. అలా తిరుగుతూనే 31 పాఠశాలలు, 15 వసతి గృహాలు, ఒక బాలికల పాఠశాల, గోశాల, ధర్మ సత్రాలు మొత్తం 60 వరకూ నెలకొల్పారు. మన చరిత్రకే వన్నె తెచ్చిన ఇటువంటి మహనీయుల జీవితాలను సరళమైన, ఉత్తేజకరమైన భాషలో ప్రజలకు అందించే ప్రయత్నమే ఈ పుస్తకం.

ఈ నెల పద్యము

॥ వేము పాలువోసి ప్రేమతో బెంచిన
చేదు విరిగి తీపి జెందబోదు
ఓగు నోగె కాక యుచితజ్ఞు డెటులౌను
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!

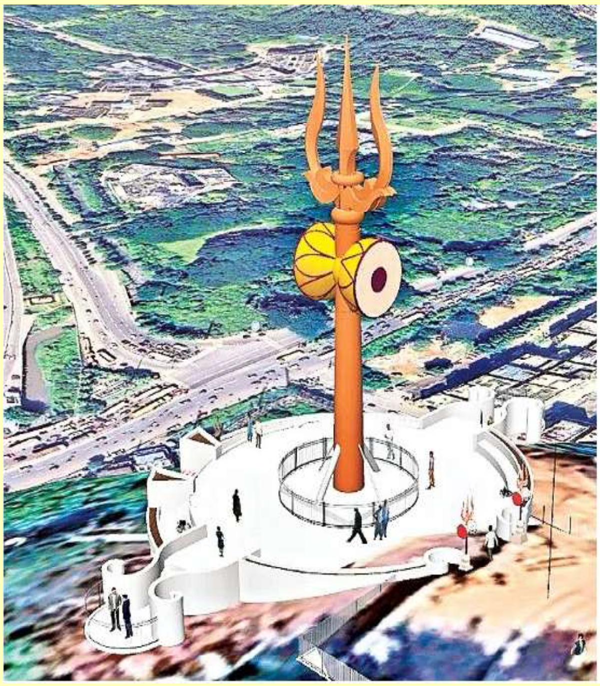
భావము: వేప చెట్టుకి పాలు పోసి ఎంతో ప్రేమతో పెంచినప్పటికీ, దాని చేదు గుణం విరిగి తీపిగా మారదు. అలాగే, చెడ్డవాడికి ఎన్ని ఉపకారాలు చేసినా, వాడు చెడ్డవాడు గానే ఉంటాడు కానీ తన సహజ గుణాన్ని వదిలి మంచి, చెడుల విచక్షణ కలిగిన ఉత్తముడు కాలేదు.

సేవాభారతి సేవలు అభినందనీయం..

సమాజ సేవలో అందరూ భాగస్వాములు కావాలని వక్తలు పిలుపునిచ్చారు. సేవా భారతి విజయవాడ శాఖ ఆధ్వర్యంలో స్థానిక ఎన్టీఆర్ కాలనీలోని వెన్యూ కన్వెన్షన్‌లో బాల మేళా నిర్వహించారు. కార్యక్రమంలో విశిష్ట అతిథి హైకోర్టు న్యాయమూర్తి జస్టిస్ బట్టు దేవానంద్ మాట్లాడుతూ పిల్లలకు మంచి సంస్కారాలు నేర్పుతున్న సేవా భారతిని అభినందించారు. ప్రధానంగా పిల్లలు తల్లితండ్రులను, గురువును గౌరవించడం అలవర్చుకోవాలని సూచించారు. సేవా భారతి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్న సేవా కార్యక్రమాలు ఆదర్శనీయమని కొనియాడారు. ముఖ్య అతిథి సుజనా చౌదరి మాట్లాడుతూ.. నగరంలోని బస్తీలలో, మారు మూల ప్రాంతాల్లో నివసించే పేద పిల్లలకు విద్యాభ్యాసంలో, సామాజిక, సాంస్కృతిక అంశాలలో సేవా భారతి తర్ఫీదు ఇవ్వడం అభినందనీయమన్నారు. యువత మాదకద్రవ్యాల జోలికి పోకుండా దేశ నిర్మాణంలో భాగస్వాములు కావాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు. ఆర్ఎస్ఎస్ ఏపీ ప్రాంత ప్రచార ప్రముఖ్ బయ్యా వాసు మాట్లాడుతూ.. సమాజ సేవే మాధవ సేవ అని ప్రతి ఒక్కరూ గుర్తించాలని కోరారు. సేవా భారతి సంస్థ 44 ట్యూషన్ సెంటర్లలో దాదాపు 1,000 మంది చిన్నారుల శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యాన్ని పెంపొందిస్తూ, వారిని భావి భారత పౌరులుగా తీర్చిదిద్దుతున్నట్లు తెలిపారు. ఈ సేవా కార్యక్రమాలకు ప్రతి ఒక్కరూ సహకరించాలని పిలుపునిచ్చారు. కార్యక్రమంలో భాగంగా పిల్లలు ప్రదర్శించిన సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు విశేషంగా ఆకట్టుకున్నాయి. ఈ సందర్భంగా అతిథులను ఘనంగా సత్కరించారు.

విశాఖ కైలాసగిరిపై భారీ త్రిశూలం

విశాఖపట్నంలోని కైలాసగిరిపై మరో ఆకర్షణ సిద్ధమవుతోంది. ఇప్పటికే శివపార్వతుల విగ్రహాలు, రోప్ వే, స్కై సైక్లింగ్, జిప్లైన్ పర్యాటకులను ఆకట్టుకుంటున్నాయి. ఇప్పుడు 65 అడుగుల ఎత్తయిన త్రిశూల్ ప్రాజెక్టుకు సంబంధించిన పనులు యుద్ధప్రాతిపదికన జరుగుతున్నాయి. ఈ త్రిశూలాన్ని 25 అడుగుల ఎత్తు, 20 అడుగుల వెడల్పుతో, ఢమరుకాన్ని 10 అడుగుల ఎత్తు, 18 అడుగుల వెడల్పుతో పుణెలో తయారు చేశారు. సుదూరంగా ఉండే ప్రజలకు సైతం కనిపించేలా త్రిశూలం లోపలి భాగంలో ఎల్ఈడీ దీపాలు అమర్చనున్నారు. అలాగే పర్యాటకులు సెల్ఫీలు తీసుకునేందుకు, కూర్చునేందుకు వీలుగా చుట్టూ 30 అడుగుల విస్తీర్ణంలో వేదిక నిర్మిస్తున్నారు. తుఫాను గాలులు, భూకంపాలను సైతం తట్టుకొనేలా చేపడుతున్న ఈ ప్రాజెక్టును ఉగాది నాటికి ప్రారంభించేందుకు అధికారులు సన్నాహాలు చేస్తున్నారు.



HINDU NAGARA
Telugu Monthly, Volume : 34,Issue :03

Postal Registration No : VJ/152/2023-25, RIN No. 52882/93
Date of Publishing : 28-02-2026, Date of Posting : 06-03-2026, Pages : 16

ఇది త్యాగ భూమి.. భోగ భూమి కాదు

రాష్ట్రీయ స్వయంసేవక సంఘ్ శతాబ్ది ఉత్సవాల సందర్భంగా భారత పర్యటన చేపట్టిన సాధ్వీ ఋతంభరా ఫిబ్రవరి 11న తిరుపతికి చేరుకున్నారు. అక్కడ జరిగిన కార్యకర్తల కుటుంబ ప్రబోధన కార్యక్రమంలో పాల్గొని ప్రసంగించారు. ఈ సందర్భంగా హిందూ సమాజానికి అవసరమైన ముఖ్యమైన సందేశాలను అందజేశారు. 'హిమాలయాల నుంచి కన్యాకుమారి వరకూ మనమంతా ఒక్కటే. మనం హిందువులం. ఈ భావాన్ని కలిగి జీవించడం ఈ కాలంలో చాలా అవసరం. మన హిందూ సిద్ధాంతం ఎంతో గొప్పది. ప్రమిదలు విభిన్నమైన లోహాలతో, మట్టితో తయారైనా దీపం వెలుగు ఒక్కటే అనే సిద్ధాంతం మనది. ఈ భూమి త్యాగ భూమి.. ధర్మ భూమి.. ఇది భోగ భూమి కాదు. ప్రతి వస్తువులోనూ భగవంతుడిని చూసే సంస్కృతి మనది. ఈ భూమిని, నీటిని కలుషితం చేయకూడదు. నేడు భూమిలో రసాయనాలు కలుపుతున్నాం. నీటిని విషతుల్యం చేస్తున్నాం. ఇలా చేయడం తగదు. మనకు విరుద్ధంగా ఎన్నో కుట్రలు,

కుతంత్రాలు జరుగుతున్నా ధీటుగా ప్రతిస్పందించే స్వభావం లేకపోవడం చాలా ప్రమాదకరం. ఈ పుణ్యభూమిలో హిందువుల సంఖ్య క్రమంగా తగ్గిపోతున్నది. ఇది ఇలాగే కొనసాగితే హిందువులకు హిందూ మహాసముద్రమే గతి. మనకు ఉన్నది ఇదొక్కటే దేశం. మన ధర్మాన్ని దూషించేవారు, మన ధర్మానికి హాని చేసే వారెవ్వరూ మనకు మిత్రులు కారు. వారితో మనకు ఏ సంబంధం లేదు. ఈ దేశాన్ని నిందించేవాడు మనకు శత్రువు. సంఘ శతాబ్ది సందర్భంగా కుటుంబాలను బలోపేతం చేసే ప్రయత్నం జరుగుతోంది. మన కుటుంబాలను మనమే రక్షించుకోవాలి. అంతా కలిసి మెలిసి ఉండాలి. మన విచారధారలో అందరూ ఇమడాలి. ధర్మం కోసం నిలబడాలి ఇది చాలా అవసరం. మందిరాలలో భక్తులు సమర్పించే కానుకలు హిందూ ధర్మ పరిరక్షణకు మాత్రమే ఖర్చు చేయాలి. మన ధర్మం నుంచి దూరమైన వారిని తిరిగి మన గూటికి చేర్చవలసిన అవసరం ఉంది.' అని సాధ్వీ ఋతంభరా పిలుపునిచ్చారు.

ఇనమడుగులో సందడిగా బాలమేళా

నెల్లూరు జిల్లా ఇనుమడుగు శ్రీ సత్యానంద స్వామి ఆశ్రమంలో ఫిబ్రవరి 8న జరిగిన బాలమేళాలో విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రులు దాదాపు 300 మంది పాల్గొన్నారు. ముఖ్య వక్త సింహపురి వైద్య సేవా సమితి ఉపాధ్యక్షులు శ్రీ బాలు సుబ్బారావు ప్రసంగిస్తూ గిరిజన విద్యార్థులలో ఆత్మవిశ్వాసం పెంచి, చదువు పట్ల ఆసక్తి కలిగించి, తద్వారా డ్రాపవుట్ల శాతం తగ్గించే ఉద్దేశంతో ఈ బాలసంస్కార కేంద్రాలు నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఆశ్రమ నిర్వాహకులు శ్రీ పురుషోత్తం స్వామీజీ, శ్రీ రామకృష్ణానంద స్వామీజీ, కొత్తూరు జి.వి.కె. చిన్మయ విద్యాలయ స్వామీజీ శ్రీ చైతన్య స్వామీజీ విద్యార్థులకు ఆశీస్సులనిస్తూ ప్రసంగించారు.

జయభారత్ హాస్పిటల్ జిఎం గురుప్రసాద్ సహకారం అందించారు. ట్రైబల్ ప్రాజెక్ట్ ఇంచార్జి నంబూరు వెంకట సుబ్బారావు పర్యవేక్షించారు.

Published by : Tulasi Surya Prakash on behalf of Sahiti Sudha Foundation from Madhavasadan, Kaleswara Rao Road, Governorpet, Vijayawada - 520002 and Printer Chiruvolu Vasu Deva Rao and Printed at : B.S.R. Enterprises, D.No: 32-26-110/6, Narra Gopala Krishnaiah Street, Maruthi Nagar, VIJAYAWADA - 520004, Editor : Chiruvolu Vasu Deva Rao, Cell : 9490923439