"ఉత్తిష్ఠత! జాగృత! ప్రాప్యవరాన్నిబోధత"

కలియుగాబ్ది 5128

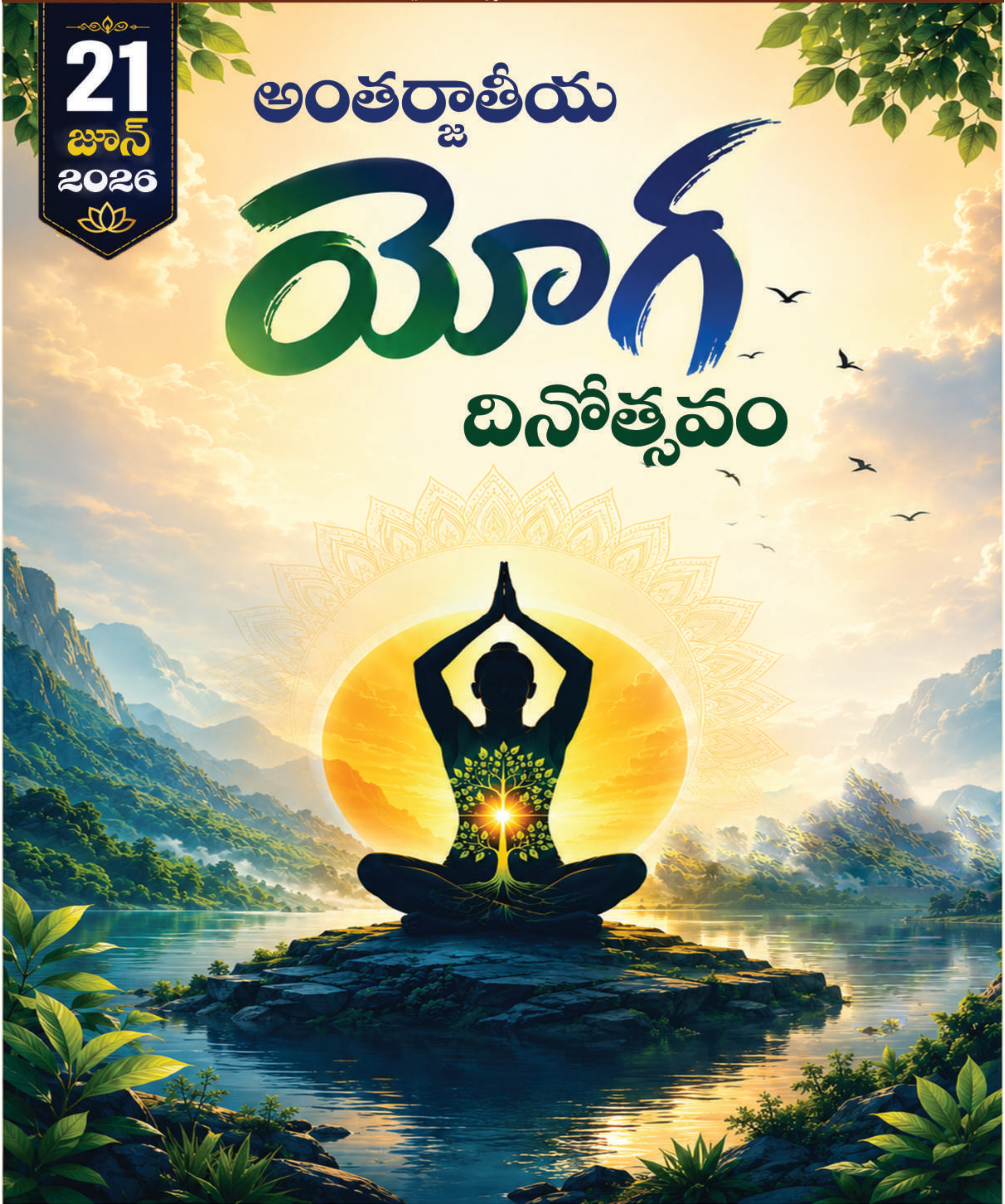
హిందూ నగారా

మాసపత్రిక

సంపుటి 34 · సంచిక : 06 · శ్రీ పరాభవ నామ సంవత్సరం · జ్యేష్ఠ మాసం · జూన్ 2026 · పేజీలు : 16 · విడిప్రతి : రూ 10

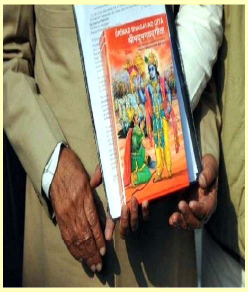
21 జూన్ 2026

అంతర్జాతీయ యోగ దినోత్సవం



లక్నో యూనివర్సిటీలో భగవద్గీత కోర్సులు

లక్నో విశ్వవిద్యాలయం భగవద్గీత పై కొత్త వృత్తి విద్యా కోర్సులను ప్రవేశపెట్టింది. సాధారణమైన విద్యాభ్యాసంతో పాటు జీవితంలో ఎలా బతకాలి? భావోద్వేగాలను ఎలా సమతౌల్యం చేసుకోవాలి? నైతిక విలువలు, నిర్ణయాలు తీసుకోవడం, వ్యక్తిత్వ వికాసం వృద్ధిలో ఈ కోర్సులు ఉపయోగపడతాయని వర్సిటీ పేర్కొంది. కొత్త పాఠ్యప్రణాళిక ప్రకారం, "సంపూర్ణ శ్రేయస్సు కోసం శ్రీమద్భగవద్గీత", "సమకాలీన సవాళ్లను ఎదుర్కోవడానికి శ్రీమద్భగవద్గీత" అనే వృత్తిపరమైన పేపర్లను చేర్చారు.



భగవద్గీతలోని కాలాతీత బోధనలు, విద్యార్థులు ఒత్తిడి, అనిశ్చితి, పోటీ, ఆధునిక సవాళ్లను మరింత సమర్థంగా ఎదుర్కోవడానికి సహాయపడతాయని విశ్వవిద్యాలయ అధికారులు పేర్కొన్నారు. దీనిలో విద్యార్థులకు కేవలం విద్యాపరంగానే శిక్షణ ఇవ్వకుండా, వారిలో మానసిక బలం, నాయకత్వ లక్షణాలు, క్రమశిక్షణ, భావోద్వేగ మేధస్సును పెంపొందించేందుకు కూడా మార్గనిర్దేశం చేస్తారు. లక్నో విశ్వవిద్యాలయం విలువ ఆధారిత, సంపూర్ణ అభ్యసనాన్ని ప్రోత్సహించడానికి చాలా సంవత్సరాలుగా భగవద్గీత ఆధారిత విద్యా కార్యక్రమాలతో అనుబంధం కలిగి ఉంది. 2020లో, ఈ వర్సిటీ ఇస్కాన్ యూత్ ఫోరమ్ సహకారంతో అధ్యాపక సభ్యుల కోసం "డిస్కవర్ యువర్ సెల్ఫ్" పేరుతో ఆన్‌లైన్ భగవద్గీత సర్టిఫికెట్ కోర్సు ప్రారంభించింది.

రక్తహీనతకు ఆయుర్వేదంతో చెక్

ఆయుర్వేద మందులు.. ప్రామాణికమైన ఐరన్-ఫోలిక్ యాసిడ్ సప్లిమెంట్లకు సమానంగా పనిచేస్తాయని తేలింది. భారత వైద్య పరిశోధన మండలి (ఐసీఎంఆర్), కేంద్ర ఆయుర్వేద శాస్త్ర పరిశోధన మండలి (సీసీఆర్ఏఎస్) సంయుక్తంగా నిర్వహించిన ఫేజ్ 3 ర్యాండమైజ్డ్ క్లినికల్ ట్రయల్స్ (ఆర్‌సీటీ)లో ఈ విషయాన్ని గుర్తించారు. ఐరన్ లోపంతో వచ్చే రక్తహీనతతో బాధపడుతున్న మహిళలపై నిర్వహించిన ఈ అధ్యయనంలో.. అల్లోపతి ఐరన్-ఫోలిక్ యాసిడ్‌కు సమానమైన చికిత్స ఫలితాలను రెండు ఆయుర్వేద చికిత్స విధానాలు అందించాయని నిర్ధారించారు. ఈ ఫలితాలను ఐసీఎంఆర్ మొదటి వార్షిక క్లినికల్ ట్రయల్ మీట్‌లో సమర్పించారు. మధ్యస్థ రక్తహీనతతో బాధపడుతున్న 18-49 ఏళ్ల గర్భవతులు కాని 4వేల మందిపై ఈ ట్రయల్స్ నిర్వహించారు. 90 రోజులపాటు వారి హిమోగ్లోబిన్ స్థాయిలు అంచనా వేశారు. ఈ క్రమంలో రెండు ఆయుర్వేద చికిత్సా విధానాలు ఐరన్-ఫోలిక్ యాసిడ్ మందులకు సమానమైన చికిత్స సామర్థ్యాన్ని చూపించినట్టు నిరూపితమైంది.

ఆరోగ్య భారతి ఆధ్వర్యంలో ఆరోగ్య అభ్యాస వర్గం

నంద్యాల జిల్లా ఆరోగ్య భారతి ఆధ్వర్యంలో మే 31న ఆరెస్సెస్ కార్యాలయంలో ఆరోగ్య అభ్యాస వర్గం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమం ద్వారా ఆరోగ్య భారతి కార్యకర్తలకు ఆరోగ్య పరంగా తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలపై అవగాహన కల్పించారు. ముఖ్య అతిథిగా ఆరోగ్య భారతి ఆంధ్ర ప్రాంత అధ్యక్షులు డాక్టర్ పి. ఎస్. రావు పాల్గొన్నారు. సిపిఆర్‌పై అవగాహన కల్పించడంతో పాటు శిక్షణను అందించారు. గుండె పోటు, గుండె ఆగిపోవడానికి ఉన్న తేడాలను వివరించారు. స్త్రీ వ్యాధుల్లో తినవలసిన ఆహార పదార్థాల గురించి ప్రధాన వక్త డాక్టర్ గీత, ఆయుర్వేదంలో గుండె జబ్బులు వాటి చికిత్స పద్ధతులు, ఆహార నియంత్రణ గురించి డాక్టర్ ఎస్. బాల వెంకటకృష్ణ (ఎండి ఆయుర్వేద) వివరించారు. వేసవిలో పిల్లల విషయంలో తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలపై చిన్న పిల్లల వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ మధుసూదన్ రెడ్డి అవగాహన కల్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆరోగ్య భారతి జిల్లా అధ్యక్షులు డాక్టర్ పరమేశ్వర రెడ్డి, కార్యదర్శి శ్రీ చెన్న

కేశవులు, సహకార్యదర్శి శ్రీ విజయభాస్కర్ రెడ్డి, నగర కార్యదర్శి డాక్టర్ నరహరి బిహెచ్ఎమ్ఎస్ ఆరోగ్య భారతి కార్యకర్తలు 60 మంది పాల్గొని శిక్షణ పొందారు. నంద్యాల నగరం, గ్రామీణ ప్రాంతం, ఆత్మకూరు, బనగానపల్లె, కోవెలకుంట్ల, ఆళ్లగడ్డ, చాగలమర్రి ప్రాంతాల నుంచి పెద్దసంఖ్యలో ఆరోగ్య భారతి కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

యోగా మార్గం.. ఆరోగ్య భాగ్యం

సుమారు 5వేల ఏళ్ల కిందట భారతదేశంలో మొదలైన యోగా ఇప్పుడు విశ్వవ్యాప్తమైంది. అంతర్జాతీయ స్థాయిలో ఆరోగ్య సాధనగా, జీవనశైలిగా మారింది. కోట్లాది మంది జీవితాల్లో భాగమైంది. శాంతిని, చైతన్యాన్ని అందించే సాధనంగా నిలిచింది. యోగా అనే పదం సంస్కృతంలోని 'యుజ్' లేదా 'యుగ్' నుంచి ఉద్భవించింది. యుగ్ అంటే 'ఒక్కటి చేయడం', 'ఐక్యత' అని అర్థం. ఈ అర్థమే యోగా సాధనకు ప్రాథమిక లక్ష్యాన్ని సూచిస్తుంది.

భారతదేశ ప్రాచీన ఆధ్యాత్మిక సంస్కృతిలో పుట్టిన యోగా, అనేక మార్గాల సంకలనం ద్వారా ప్రపంచ స్థాయి సాధనగా ఎదిగింది. ఇది కేవలం ఒక వ్యాయామ పద్ధతి కాదు. భారతీయ తత్త్వశాస్త్రాల సమన్వయం ద్వారా రూపొందిన శరీరం, మనస్సు, ఆత్మ సమతౌల్య సాధన. మన శరీరం, మనస్సు, ఆత్మ మధ్య ఉన్న దూరాన్ని తొలగించి, వాటిని ఏకరూపతలోకి తీసుకురావడం యోగా ప్రధాన ధ్యేయం. 'యోగ' ప్రస్తావన మొదట అత్యంత ప్రాచీనమైన గ్రంథం ఋగ్వేదంలో ఉంది. యోగా పునాదిలో ఉన్న భావాలు ఆత్మవిశ్లేషణ, త్యాగం, నియమం, ధ్యానం ఇవన్నీ భారతీయ తత్వజ్ఞానాల నుంచే అభివృద్ధి పొందాయి. **1947లో ఇంద్రా దేవి హాలీవుడ్‌లో యోగా స్టూడియోను ప్రారంభించడంతో పాశ్చాత్య దేశాల్లోనూ వేగంగా వ్యాపించింది. అప్పటినుంచి అనేకమంది విదేశీ, భారతీయ గురువులు హఠయోగానికి ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రాచుర్యం కల్పించారు.** యోగా ఒత్తిడి నివారణ, మానసిక ప్రశాంతత, మెదడు ఆరోగ్యం, నిద్ర నాణ్యత, గుండె ఆరోగ్యంపై ప్రభావితం చేస్తుందని అనేక పరిశోధనలతో రుజువైంది. అమెరికా, ఐరోపా, ఆస్ట్రేలియా, జపాన్, రష్యా, బ్రెజిల్ మొదలైన దేశాల్లో వేలాదిగా యోగా స్టూడియోలు, ఆశ్రమాలు ఉన్నాయి. యోగా టూరిజం కూడా అభివృద్ధి చెందింది. పాశ్చాత్య దేశాల్లో యోగా బిలియన్ డాలర్ల పరిశ్రమగా మారిపోయింది. పాశ్చాత్య యోగా శైలిలో జిమ్నాస్టిక్స్, ఫిట్‌నెస్ సైన్స్, శారీరక ఆకృతి అంశాలు కలిపి, ఆకర్షణీయమైన శారీరక శైలి మారింది. ఆన్‌లైన్ పాఠాలు, వివిధ విధానాలు ద్వారా ఇది విస్తృతంగా ప్రాచుర్యం పొందింది.

1893లో చికాగోలో జరిగిన ప్రపంచ సర్వమత సమ్మేళనంలో యోగాపై తన ప్రసంగంతో స్వామి వివేకానందుడు అందరినీ ఆకట్టుకున్నారు. ఆ తర్వాత 1924లో యోగా గురువు కృష్ణమాచార్య మైసూరులో తొలి హఠయోగ పాఠశాలను ప్రారంభించారు. ఆయన శిష్యులుగా బీకేఎస్ అయ్యంగార్, టీకేవీ దేశికాచార్, పట్టాభి జోయిస్ తదితర ప్రముఖులు యోగాను ప్రపంచవ్యాప్తంగా విస్తరించారు. యోగాను కేవలం శరీర సాధనంగా కాకుండా, జీవన మార్గంగా, ఆత్మవికాస సాధనగా మలిచిన వ్యక్తి అయ్యంగార్. ఆయన కృషితో యోగా ప్రపంచానికి అత్యంత విలువైన వారసత్వంగా నిలిచింది. ఇక 1936లో స్వామి శివానంద గంగానది తీరాన 'డివైన్ లైఫ్ సొసైటీని స్థాపించారు. ఆయన 200కు పైగా పుస్తకాలు రాసి, తొమ్మిది ఆశ్రమాలు, ప్రపంచవ్యాప్తంగా అనేక యోగా కేంద్రాలను స్థాపించారు.

'యోగః కర్మసు కౌశలం'.. అంటే యోగా అనేది పనిలో నైపుణ్యం అని భగవద్గీత.. చెబుతుంటే. "ఇంద్రియాలపై స్థిరమైన నియంత్రణ ద్వారా పరమ చైతన్యాన్ని సాధించడం' అని కఠోపనిషత్తు చెబుతోంది. సంప్రదాయిక యోగా దశను పతంజలి యోగ సూత్రాలు నిర్వచించాయి. ఇది యోగ మొదటి సమగ్ర రూపకల్పన. ఇందులో 'రాజయోగం' అనే మార్గాన్ని వివరించారు. అష్టాంగ యోగా ద్వారా సమాధిని సాధించే విధానాన్ని ఇది సూచిస్తుంది.

పతంజలిని యోగ పితామహుడిగా పరిగణిస్తారు. ఆయన రాసిన యోగ సూత్రాలు ఇప్పటికీ ఆధునిక యోగ పద్ధతులపై తీవ్ర ప్రభావం చూపిస్తున్నాయి.

2014లో ప్రధాన మంత్రిగా బాధ్యతలు చేపట్టిన నరేంద్ర మోదీ.. ప్రపంచవ్యాప్తంగా యోగాకు గుర్తింపు కల్పించే ఉద్దేశంతో అదే ఏడాది ఐక్యరాజ్య సమితి సాధారణ సభలో ప్రతిపాదన చేశారు. దీనికి 177 దేశాల మద్దతు లభించింది. ఐరాస చరిత్రలో అత్యధిక మద్దతుతో ఆమోదించిన తీర్మానాల్లో ఇదీ ఒకటి. దీంతో 2015లో ఐక్యరాజ్య సమితి జూన్ 21వ తేదీని ' అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం'గా ప్రకటించింది. ప్రపంచ ఆరోగ్యం, సామరస్యానికి సాధనంగా గుర్తించింది. తొలిసారిగా 2015లో అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం నిర్వహించారు. అప్పటి నుంచి ప్రతి ఏటా దీన్ని నిర్వహించడం ఆనవాయితీగా వస్తోంది.

ఇలా అన్నారు...

మనిషి ఎలా జీవించాలి, ఎలా ప్రవర్తించాలో తెలియజేసేదే సనాతన ధర్మం. ఇది ఒక మతం కాదు.. జీవన విధానం. తల్లిదండ్రులను దేవుళ్లలా ఎలా గౌరవించాలో ఈ ధర్మం తెలియజేస్తుంది. మీరు మీ తల్లిదండ్రులను విస్మరించలేరు... అలాగే సనాతన ధర్మాన్ని కూడా తిరస్కరించలేరు లేదా తుడిచివేయలేరు.

– 'బ్లాస్ట్' చిత్రం సక్సెస్ మీట్‌లో సినీ నటుడు అర్జున్

ప్రతి దేశానికీ ఉగ్రవాదాన్ని ఎదుర్కొనే బాధ్యత ఉంది. ఉగ్రవాదంపై పోరులో ద్వంద్వ ప్రమాణాలకు తావు ఉండకూడదు. బాధ్యతగల దేశాలు తమ వైఖరిని స్పష్టం చేయాలి. ఉగ్రవాదానికి మద్దతు ఇచ్చే దేశాల వెంట నిలుస్తాయా? లేక ఉగ్రవాదాన్ని అణిచివేసేందుకు కఠిన చర్యలు తీసుకుంటాయా? అన్నది తేల్చుకోవాలి. ఉగ్రదాడులకు పాల్పడినవారు, కుట్రదారులు, నిధులు సమకూర్చినవారు, మద్దతుదారులందరినీ బాధ్యులుగా నిలబెట్టి శిక్షించాలన్న ఐక్యరాజ్యసమితి భద్రతా మండలి అభిప్రాయాన్ని భారత్ పూర్తిగా సమర్థిస్తోంది. అదే నేపథ్యంలో పహల్గామ్ దాడి నిందితులపై భారత్ నిర్ణయాత్మక చర్యలు తీసుకుంది.

– జాతీయ భద్రతా సలహాదారు అజిత్ దోవల్

ఆపరేషన్ సిందూర్-2కు సిద్ధం.. ఆర్మీ చీఫ్

భారత సైన్యాధిపతి జనరల్ ఉపేంద్ర ద్వివేది కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఆపరేషన్ సిందూర్-2.0 కోసం త్రివిధ దళాలు సిద్ధంగా ఉన్నాయని చెప్పారు. సరిహద్దుల్లో ప్రస్తుత

ప్రశాంతత కేవలం తాత్కాలికమేనని తెలిపారు. శత్రు దేశాల కదలికలపై నిరంతరం నిఘా ఉంచామన్నారు. ఆధునిక యుద్ధ తంత్రంలో భాగంగా త్రివిధ దళాల మధ్య సమన్వయం పెంచుతున్నట్లు ద్వివేది పేర్కొన్నారు. 24 గంటలూ రక్షణ దళాలు అప్రమత్తంగా ఉంటున్నాయని వివరించారు. సమాచార యుద్ధంలో విజయం సాధించాలంటే దేశ ప్రజల మద్దతు ఎంతో అవసరమని జనరల్ ద్వివేది పేర్కొన్నారు. అధికారిక సమాచారాన్ని మాత్రమే ప్రజలు విశ్వసించాలని పిలుపునిచ్చారు. దేశమంతా ఒకే తాటిపైకి వచ్చినప్పుడే శత్రువుపై విజయం సాధ్యమవుతుందని స్పష్టం చేశారు.

మత్స్యావతారంలో గోవిందుడి దర్శనం

చిత్తూరు జిల్లా నాగలాపురంలోని వేదనారాయణ స్వామి ఆలయంలో సాక్షాత్తూ ఆ గోవిందుడు మత్స్యావతారంలో వెలసి ఉన్నారు. ఈ ఆలయాన్ని పల్లవుల కాలంలో నిర్మించినట్లుగా తెలుస్తోంది. బ్రహ్మాండ పురాణం ప్రకారం లోకపాలకుడైన విష్ణువు దుష్ట శిక్షణ, శిష్ట రక్షణ కోసం ఎన్నో అవతారాలను ధరించాడు. వాటిల్లో మొదటిదైన మత్స్యరూపంలోనే స్వామి స్వయంభువుగా వెలసిన క్షేత్రం నాగలాపురం. ఇక్కడ శ్రీదేవి, భూదేవి సమేతుడై కొలువుదీరి పూజలందుకుంటున్నాడు. వేదాపహరణ జరిగిన సమయంలో సోమకాసుర సంహారం కోసం సముద్ర గర్భంలోకి వెళ్లిన స్వామి ఎన్ని రోజులకూ తిరిగి రాకపోవడంతో అమ్మవారు కూడా భూలోకానికి పయనమవుతుంది. భూమిపైన విష్ణుమూర్తి శిలారూపధారుడై ఉన్నాడని తెలుసుకుని, అక్కడికి చేరుకుని స్వామివారికి అభిముఖంగా శిలారూపంలో నిలిచిపోయిందని స్థల పురాణం. నాటి ఘటనకు సాక్ష్యంగా నేటికీ ఆలయంలో స్వామివారు పడమరకు అభిముఖంగా దర్శనమిస్తే, వేదవల్లి అమ్మవారు తూర్పునకు అభిముఖంగా దర్శనమిస్తుంది. శ్రీ మహావిష్ణువు మత్స్యావతార రూపంలో సంవత్సరాల తరబడి యుద్ధం చేసి వచ్చినందున స్వామి దివ్య శరీరానికి వెచ్చదనం కలిగించేందుకు సూర్య భగవానుడు తన కిరణాలను స్వామివారి మీద ప్రసరింపచేడమే సూర్య పూజోత్సవం. ఏటా మార్చి నెలలో ఇక్కడ సూర్య పూజోత్సవం వైభవంగా జరుగుతుంది. ఆ సమయంలో ప్రధాన రాజగోపురం నుంచి 630 అడుగుల దూరంలో ఉన్న మూలవిరాట్‌పై సూర్యకిరణాలు నేరుగా ప్రసరిస్తాయి. మొదటిరోజు స్వామివారి పాదాలపై, రెండో రోజు నాభిపై, మూడోరోజు స్వామి శిరస్సుపై సూర్యకిరణాలు ప్రసరించి స్వామి దివ్య రూపాన్ని మరింత తేజోవంతం చేస్తాయి. చోళరాజుల తర్వాత శ్రీకృష్ణదేవరాయలు ఈ ఆలయాన్ని అభివృద్ధి చేసినట్టు ఆలయ ఉత్తర గోపురం మీది శాసనం తెలియజేస్తోంది. రాయల వారు ఎన్నో దానాలు చేసి ఈ గ్రామానికి తన తల్లి నాగమాంబ పేరిట నాగమాంబాపురంగా నామకరణం చేశాడు. కాలక్రమంలో ఇది నాగలాపురం అయింది. వేదనారాయణ స్వామి ఆలయంలో జరిగే సూర్య పూజోత్సవాన్ని కనులారా చూసిన వారి జన్మ ధన్యమని, ఈ దర్శనం మోక్షదాయకమని శాస్త్ర వచనం.

సేవాధురీణ శ్రీమతి పొణకా కనకమ్మ

స్వాతంత్ర్య పోరాటంలో భారతీయ మహిళలు కీలక పాత్ర పోషించారు. బ్రిటిష్ పాలనకు వ్యతిరేకంగా సమరరంగాన దూకేందుకు ఏ మాత్రం వెనుకంజ వేయలేదు. అలాంటి సమర యోధుల్లో నెల్లూరుకు చెందిన పొణకా కనకమ్మ ఒకరు. కవయిత్రి, సామాజిక కార్యకర్త కనకమ్మ 1892 జూన్ 10న మినగల్లు గ్రామంలో మరుపూరు కొండారెడ్డి, రావమ్మల దంపతులకు జన్మించారు. కనకమ్మకు ఎనిమిదేళ్ల వయసులోనే

నెల్లూరు సమీపంలోని పొట్లపూడి గ్రామానికి చెందిన భూస్వామి, ఆమె మేనమామ అయిన సుబ్బ రామరెడ్డితో బాల్య వివాహమైంది. దీంతో కుటుంబ కట్టుబాట్ల ప్రకారం పాఠశాలకు వెళ్లేందుకు అనుమతి లేదు. అయితే ఆమెలోని ధీరత్వం వెనక్కి పోలేదు. సమాజ సేవ కోసం ఇల్లు విడిచి ఉద్యమ బాటన నడిచారు. నెల్లూరు కాంగ్రెస్ కమిటీకి తొలి మహిళా అధ్యక్షురాలిగా ఎంపికైన ఘనత కనకమ్మ సొంతం. మహాత్మా గాంధీ శిష్యురాలిగా 1930ల కాలంలో ఉప్పు సత్యాగ్రహం, వందేమాతరం ఉద్యమాల్లో చురుగ్గా పాల్గొన్నారు. దీంతో వేలూరు, నెల్లూరు జైళ్లలో ఒక ఏడాదికిపైగా జైలు జీవితాన్ని అనుభవించారు. 1913లో పొట్లపూడిలో సుజన రంజనీ సమాజం, వివేకానంద గ్రంథాలయం, బాలబాలికల విద్య కోసం శ్రీ కస్తూరిదేవి విద్యాలయాన్ని స్థాపించడంలో ఆమె చేసిన కృషి మరువలేనిది. సాహిత్య రంగంలో కూడా కనకమ్మ ఎంతో కృషి చేశారు. వ్యాసాలు, కవితలు రచించారు. ముఖ్యంగా స్త్రీవాద కోణంలో ఆమె రచనలు సాగాయి. కొంతకాలం జమీన్ రైతు పత్రికను కూడా నడిపారు. అందుకే ప్రతిష్ఠాత్మకమైన గృహలక్ష్మి స్వర్ణకంకణం కూడా ఆమెను వరించింది. తన జీవితంలో 45 ఏళ్లు సామాజిక కార్యక్రమాలకే అంకితం చేసిన గొప్ప మహిళ. 1963 సెప్టెంబర్ 15న కనకమ్మ అస్తమించారు. 2011లో ఆమె ఆత్మకథను తెలుగులో "కనకపుష్యరాగం" పేరుతో డాక్టర్ కె. పురుషోత్తం విడుదల చేశారు.

ఈ నెల శ్లోకము

క్షమయా దయయా ప్రేమ్ణ సూనృతేనార్జవేన చ ।
వశీకుర్యాత్ జగత్సర్వం వినయేన చ సేవయా ॥

భావము: ఓర్పు, దయ, ప్రేమ, సత్యవాక్కు, ఆర్జవం (కుటిలత్వం లేకపోవడం), వినయం, సేవాగుణం వంటి లక్షణాలతో ప్రపంచమే మనకు వశమవుతుంది.

భావి తరాలకు 'సనాతన' బోధన

భారతీయ సంస్కృతి, ఆధ్యాత్మిక విలువలను పిల్లలకు చేరవేయాలనే లక్ష్యంతో ఒడిశాకు చెందిన ఓ మహిళ వినూత్న నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ఆధునిక సదుపాయాలు, ఆన్‌లైన్ తరగతులను పక్కనపెట్టి, పూర్వకాల గురుకుల విధానాన్నే తిరిగి తీసుకొచ్చారు. చెట్టు కింద పిల్లలను కూర్చోబెట్టి భగవద్గీత శ్లోకాలు, సంస్కార బోధన చేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం ఈ ప్రత్యేక గురుకులం అందరినీ ఆకట్టుకుంటోంది. కేంద్రపారా బ్లాక్, ధోల్ పంచాయతీ, నల్పురి గ్రామానికి చెందిన 38 ఏళ్ల సంధ్యారాణి బరాల్, పట్టాముండై తహసీల్ పరిధిలోని బదాములాబసంత్‌లో రెవెన్యూ ఇన్‌స్పెక్టర్(ఆర్ఐ)గా పనిచేస్తున్నారు. ఉద్యోగంతో తీరిక లేకుండా ఉన్నప్పటికీ, సనాతన ధర్మాన్ని వ్యాప్తి చేయడానికి, పిల్లలలో ధర్మంపట్ల ఆసక్తిని పెంపొందించడానికి ఆమె ఈ వినూత్న అడుగు వేశారు. ఇక్కడ పిల్లలు ప్రశాంతమైన వాతావరణంలో, చందనపు తిలకం పెట్టుకుని, గీతా శ్లోకాలను, వాటి అర్థాలను నేర్చుకుంటున్నారు. జీవితంలో భగవద్గీత అనువర్తనం, మానవ కర్తవ్యాలు, నీతి, జీవన తత్వం గురించి కూడా పిల్లలకు బోధిస్తానని సంధ్యారాణి పేర్కొన్నారు. ఆధ్యాత్మిక, నైతిక విద్య కూడా భవిష్యత్ తరాలను మంచి మనుషులుగా తీర్చిదిద్దుతుందని సంధ్యారాణి ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. తల్లిదండ్రులు కూడా తమ పిల్లలను ఆసక్తితో ఇక్కడికి పంపిస్తున్నారు. మొదట 20 మందితో ప్రారంభమైన ఈ తరగతులకు, ఇప్పుడు చుట్టుపక్కల ప్రాంతాల నుంచి కూడా విద్యార్థులు వస్తున్నారు.

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

జాతి నీతులేల?.. శేషప్ప కవి సమరసతా శంఖారావం

సనాతన హిందూ సమాజంపై, మన సంస్కృతిపై నిరంతరం వినిపించే ఒక పెద్ద నింద... ఇక్కడ మొదటి నుంచీ కుల వివక్ష ఉందనేది. కానీ ఇది ఎంతమాత్రం నిజం కాదు. ఇది కాలక్రమంలో, విదేశీ దండయాత్రలు, కాల గమనంలో మధ్యలో చొరబడిన ఒక సామాజిక రుగ్మత, జాడ్యం మాత్రమే. **ఒకవేళ నిజంగానే హిందూ ధర్మంలో కుల వివక్షే పునాది అయి ఉంటే, పుట్టుకతో సంబంధం లేకుండా కేవలం గుణగణాల చేత మహోన్నతులైన వ్యక్తులను ఈ సమాజం శతాబ్దాలుగా ఎందుకు ఆరాధిస్తుంది? దైవ సమానులుగా ఎందుకు పూజిస్తుంది?** ఈ ప్రశ్నకు ధర్మపురి క్షేత్ర నివాసి అయిన శేషప్ప కవి గారు తమ 'నరసింహా శతకం'లో చెప్పిన ఒక అద్భుతమైన పద్యం తిరుగులేని పౌరాణిక, చారిత్రక సమాధానం ఇస్తుంది.

వ్యాసుడే కులమందు వాసిగా జన్మించే? విదురుడే కులమందు వృద్ధి బొందె?
గర్ణుడే కులమందు ఘనముగా వర్ధిల్లె? నా వశిష్టుడెందు నవతరించే?
నింపుగా వాల్మీకి ఏ కులంబున పుట్టె? గుహుడను పుణ్యుడే కులము వాడు?
శ్రీశుకుండెక్కట జెలగి జన్మించెను? శబరి యే కులమందు జన్మమొందె?
నే కులంబున వీరంద రొచ్చినారు? నీ కృపాపాత్రులకు జాతి నీతులేల?
భూషణవికాస శ్రీ ధర్మపుర నివాస దుష్టసంహార నరసింహా దురితదూర!

మన సంస్కృతికి మూలపురుషులైన మహానుభావుల జీవితాలను ఒక్కసారి నిశితంగా గమనిస్తే ఈ పద్యంలోని సత్యం, సనాతన ధర్మంలోని సమరసత స్పష్టమవుతాయి. హిందూ ధర్మానికి ప్రాణధారలైన నాలుగు వేదాలను విభజించి, అష్టాదశ పురాణాలు, పంచమ వేదమైన మహాభారతాన్ని మనకందించిన జగద్గురువు వేదవ్యాస మహర్షి. ఆయన ఒక సాధారణ మత్స్యకన్య గర్భాన జన్మించారు. **సమాజంలో కుల వివక్షే ఉంటే, వ్యాసుడిని జ్ఞాన స్వరూపుడిగా ప్రతి హిందువు ఎందుకు పూజిస్తాడు? వ్యాస పూర్ణిమను గురుపూర్ణిమగా ఎందుకు జరుపుకుంటాడు?**
సనాతన ధర్మంలో అత్యంత పూజనీయుడైన, ఇక్ష్వాకు వంశ గురువైన వశిష్ఠ మహర్షి జన్మవృత్తాంతం ఒక అద్భుతం. ఆయన ఒక వేశ్య (ఊర్వశి) వల్ల జన్మించారు. సనాతన సమాజం ఆయన పుట్టుకను చూడలేదు. ఆయనలోని తపోబలాన్ని, బ్రహ్మ జ్ఞానాన్ని చూసింది. ఆయన బ్రహ్మర్షి అయ్యారు. సాక్షాత్తు శ్రీరామచంద్రుడికే గురువై, సప్తర్షులలో ఒకడిగా ఆకాశంలో ధ్రువ తార పక్కన నిలిచి నేటికీ మనందరితో నమస్కారాలు అందుకుంటున్నారు. పుట్టుక ప్రధానమైతే వశిష్ఠుడికి ఈ సర్వోన్నత స్థానం దక్కేదా?

మహాభారత రణరంగంలో అధర్మం వైపు నిలబడినప్పటికీ, ప్రతి హిందువు గుండెల్లో మహాదాతగా, అజేయ పరాక్రమవంతుడిగా నిలిచిన వ్యక్తి కర్ణుడు. ఆయన సూర్య పుత్రుడే అయినప్పటికీ, సమాజం దృష్టిలో 'సూత పుత్రుడు'. కులవివక్షే ఉండి ఉంటే, సూత పుత్రుడిని అంగరాజ్యానికి రాజుగా ఎలా స్వీకరించారు? దానగుణానికి ప్రతీకగా కర్ణుడి పేరును ఎందుకు స్మరిస్తున్నారు? ఇది సనాతన సమాజం గుణానికి ఇచ్చిన ప్రాధాన్యం కాదా?

శ్రీరామచంద్రుని పవిత్ర చరిత్రను 'రామాయణం' మహాకావ్యంగా మలిచి, మనకు జీవన విధానాన్ని నేర్పిన ఆదికవి వాల్మీకి మహర్షి జన్మించింది ఒక బోయ కులంలో. వివక్షే ఉంటే ఆయన రాసిన గ్రంథాన్ని మన పూజామందిరాల్లో ఎందుకు దాచుకుంటాం?
మహాభారతంలో ధర్మ స్వరూపుడిగా కీర్తించబడిన విదురుడు దాసీ పుత్రుడు. శ్రీకృష్ణుడు దుర్యోధనుడి రాజభోగాలను కాదని, విదురుడి ఇంటికి వెళ్లి ఆతిథ్యం స్వీకరించాడు. **శ్రీరాముడిని గంగ దాటించి, ఆయన ఆత్మీయ ఆలింగనాన్ని పొందిన గుహుడు నిషాద కులస్థుడు. తాను రుచి చూసిన ఫలాలను శ్రీరాముడిపై అమితమైన భక్తితో తినిపించి మోక్షాన్ని పొందిన భక్త శబరి ఒక గిరిజన స్త్రీ. పరమ జ్ఞాని అయిన శుక మహర్షి (వ్యాస పుత్రుడు) జన్మించింది ఒక చిలుక రూపం నుండి. ఆయన పుట్టుకతోనే బ్రహ్మజ్ఞాని. పరీక్షిత్తుకు 'శ్రీమద్భాగవతం' వినిపించి మోక్షాన్ని ప్రసాదించిన పరమ పవిత్రుడు.** శేషప్ప కవి గారు వీరందరినీ ఒకే పద్యంలో ప్రస్తావిస్తూ... "నీ కృపా పాత్రులకు జాతి నీతులేల" అన్నారు. అంటే, భగవంతుని అనుగ్రహానికి పాత్రులైన భక్తులకు, జ్ఞానులకు కులమతాల పట్టింపులతో పనేముంది? దేవుడే మనుషుల మధ్య భేదాలు చూడనప్పుడు, మనమెందుకు చూడాలి? దీన్నిబట్టి తేలే సత్యం ఒక్కటే... **మన మూలాలు ఎప్పుడూ సమరసతతోనే ఉన్నాయి. పుట్టుకతో ఏ ఒక్కరూ ఎక్కువ కాదు, తక్కువ కాదు. మనిషిలోని భక్తి, జ్ఞానం, దేశ సేవ మాత్రమే వారిని మహోన్నతులుగా మారుస్తాయి.** మధ్యలో వచ్చిన కుల వివక్ష అనే సామాజిక రుగ్మతను తుడిచిపెట్టి, మన ప్రాచీన సమరసత వైభవాన్ని చాటాల్సిన బాధ్యత మనందరిపై ఉంది.

"శాఖల వెనుకల భేదములెన్నుట మూర్ఖత్వపు చిహ్నం,
వేరు ఒకటే అయినప్పుడు వృక్షమునంతా ప్రేమించుటయే
సనాతన ధర్మం! సామాజిక సమరసతయే మన బలం..
అది మన హిందూ సమాజానికి రక్షాకవచం!" – 'ఛావా'

స్వాభిమాన పతాక హిందూ సామ్రాజ్య దినోత్సవం

భారతదేశ చరిత్రలో హిందూ సమాజ ఆత్మగౌరవాన్ని, స్వాతంత్ర్య చైతన్యాన్ని మళ్లీ వేల్కొలిపిన మహత్తర ఘట్టాలలో హిందూ సామ్రాజ్య దినోత్సవం ఒకటి. ఈ సంవత్సరం జూన్ 27న జరుపుకుంటున్నాము. ఇది కేవలం ఒక రాజు పట్టాభిషేకాన్ని గుర్తు చేసే సందర్భం మాత్రమే కాదు; హిందవీ స్వరాజ్య స్థాపనకు ప్రతీకగా నిలిచిన చారిత్రక దినం. విక్రమ సంవత్ 1731 జ్యేష్ఠ శుక్ల త్రయోదశి రోజున రాయగఢ్ కోటలో జరిగిన శివాజీ మహారాజ్ పట్టాభిషేకంతో భారతదేశంలో “హిందవీ స్వరాజ్యం” అనే భావనకు అధికారిక రూపం లభించింది. విజయనగర సామ్రాజ్యం పతనానంతరం విదేశీ ఆక్రమణలు, మత మార్పిడులు, దేవాలయాల విధ్వంసం, హిందూ సమాజంపై దౌర్జన్యాలు పెరిగిన కాలంలో శివాజీ మహారాజ్ ఆశాకిరణంలా వెలిగారు. ప్రజల్లో స్వాభిమానాన్ని నింపి, “మన దేశాన్ని మనమే పాలించగలం” అనే విశ్వాసాన్ని కలిగించారు. ఆయన స్థాపించిన స్వరాజ్యం భారతీయ సంస్కృతి, ధర్మరక్షణ, ప్రజాసంక్షేమం, న్యాయపాలన వంటి విలువలపై ఆధారపడి ఉంది. శివాజీ మహారాజ్ పరిపాలనలో మహిళలకు గౌరవం, రైతులకు రక్షణ, మతసహనం, సమర్థమైన పరిపాలనకు ప్రాధాన్యం లభించింది. విదేశీ ప్రభావాలను తొలగించి భారతీయ విలువల ఆధారంగా పాలన సాగించారు. నేటి భారత్ ప్రపంచ వేదికపై ఎదుగుతున్న ఈ సమయంలో, హిందవీ స్వరాజ్య స్ఫూర్తి మరింత ప్రాసంగికంగా మారింది. సంస్కృతి, స్వాభిమానం, ధర్మం, జాతీయత ఆధారంగా దేశ నిర్మాణం జరగాలని ఈ దినోత్సవం మనకు గుర్తుచేస్తోంది.

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

గుండెజబ్బులకు వెల్లుల్లితో ఉపశమనం

వంటల్లో వాడే ఆహార పదార్థం గానే వెల్లుల్లి మనకు తెలుసు. కానీ అది చేసే మేలు అపారం. ఘాటైన వాసన ఉన్న దీనిని వంటల్లో విరివిగా ఉపయోగిస్తారు. “అలియేసి” కుటుంబానికి చెందిన అలియం సటైవం దీని శాస్త్రీయ నామం. దీనిని తెల్లపాయలు, ఎల్లిపాయలు అని కూడా పిలుస్తారు. ప్రస్తుతం అన్ని దేశాల వంటగదుల్లోకి చేరిన వెల్లుల్లి ఒకప్పుడు మధ్య ఆసియా దేశాల్లో మాత్రమే పండేది. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా చైనాలోనే దీన్ని అత్యధికంగా పండిస్తారు. ఆ తర్వాత భారత్, బంగ్లాదేశ్, ఈజిప్టు, స్పెయిన్‌లలో దీని సాగు అధికం. జపాన్, చైనా దేశాల్లో దీనిని రక్తపోటుకు మందుగా వాడుతున్నారు. 1665లో లండన్లో ప్లేగు వ్యాధి వ్యాపించినప్పుడు వెల్లుల్లిని విరివిగా వాడేవారు. దీనిలో అల్లిల్ ప్రొపైల్ సల్ఫైడ్ అనే యోగికం ఉంటుంది. ఇందులో ఉండే అలిసిన్ అనే పదార్థం కారణంగా

యాంటీబయోటిక్‌గానూ ఉపయోగ పడుతుంది. వెల్లుల్లి నుంచి విడదీసిన ఆక్టివ్ ప్రిన్సిపుల్స్‌లోని ఎంఏ ట్రైసల్ఫైడ్ రక్తం గడ్డకట్టకుండా ఉంచుతోందని జపాన్ శాస్త్రవేత్తల పరిశోధనల్లో వెల్లడైంది. శరీరంలోని కొవ్వును కరిగించి బరువును తగ్గిస్తుందని, కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గిస్తుందని మ్యూనిచ్ శాస్త్రవేత్తలు నిర్ధారించారు. శీతాకాలంలో వెల్లుల్లి ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల నరాలు, కీళ్ల వ్యాధుల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఒక ఔన్స్ వెల్లుల్లి రసంలో తేనె కలిపి రెండుసార్లు సేవిస్తే రక్తపోటు అదుపులో ఉంటుందని స్వామి శివానంద తన పుస్తకంలో పేర్కొన్నారు. రోజూ రాత్రి నిద్రకు ముందు నాలుగు వెల్లుల్లి రెబ్బలు కొద్దిగా దంచి ఒక గ్లాసు పాలలో ఉడికించి వడగట్టి తాగడం వల్ల సయాటికా, గౌట్‌లలో ప్రయోజన ఉంటుంది. 10 నుంచి 20 చుక్కల వెల్లుల్లి రసంలో తేనె కలిపి సేవిస్తే కడుపులో నులిపురుగుల నుంచి విముక్తి లభిస్తుంది. ఉన్మాదం, అపస్మారం, తలనొప్పి, మైగ్రేన్, పక్షవాతంతో బాధపడేవారు వెల్లుల్లి రసం 20 చుక్కలు పాలు లేదా తేనెలో రోజూ రెండుసార్లు తాగితే ప్రయోజనం కనిపిస్తుంది. ఈనెలు తీసిన తమలపాకులో ఒక వెల్లుల్లి రెబ్బను దంచి ఆహారం తర్వాత సేవించడం వల్ల గుండె జబ్బులు నివారించవచ్చు.

దేవుడి ముందు అందరూ సమానమే

విఐపి దర్శనాలపై మద్రాస్ హైకోర్టు ఘాటు వ్యాఖ్యలు

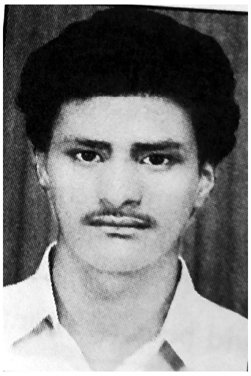
ఆలయాల్లో కొనసాగుతున్న విఐపి దర్శనాలపై మద్రాస్ హైకోర్టు సంచలన వ్యాఖ్యలు చేసింది. దేవుడి ముందు అందరూ సమానమే అని, మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు ఎప్పుడైనా దేవాలయాల్లోకి వెళ్లి ప్రత్యేక దర్శనాలు చేయించుకోవడం మంచిది కాదని కోర్టు స్పష్టం చేసింది. విఐపిల కోసం దేవుడు ఎదురుచూస్తుండాలా? అని జస్టిస్ జీఆర్ స్వామినాథన్, జస్టిస్ వి.లక్ష్మీనారాయణన్‌తో కూడిన ధర్మాసనం ఘాటుగా ప్రశ్నించింది. ఈ అంశంపై విశ్వ

హిందూ పరిషత్ ఉత్తర తమిళనాడు విభాగం అధ్యక్షుడు పి. చొక్కలింగం హైకోర్టులో పిటిషన్ దాఖలు చేశారు. ఆలయాల్లో వీఐపీ దర్శనాలు, ప్రత్యేక దర్శనాలు రద్దు చేయాలని కోరారు. అయితే వృద్ధులు, వికలాంగులు, గర్భిణులు, కొత్తగా వివాహమైన జంటలకు, రాష్ట్రపతి వంటి రాజ్యాంగబద్ధ హోదా కలిగిన వారికి మినహాయింపు ఇవ్వవచ్చని పిటిషన్‌లో పేర్కొన్నారు. ఈ కేసుపై విచారణ జరిపిన మద్రాస్ హైకోర్టు కీలక వ్యాఖ్యలు చేసింది. మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు ఎప్పుడైనా ఆలయంలోకి వెళ్లవచ్చని, దేవుడు వారి కోసం ఎదురుచూస్తాడని భావించకూడదని, విఐపి దర్శనాలు ఎందుకు? దేవుడు అందరికి సమానమే కదా అని వ్యాఖ్యానించింది.

తేరా వైభవ్ సదా అమర్ రహే మా...

మధుసూదన్ గౌడ్

మధుసూదన్ గౌడ్ , మెట్‌పల్లిలో బీకాం చదువుతూ కరీనగర్ జిల్లా మెట్‌పల్లి, ఆర్మూర్ కళాశాలల్లో ఎబివిపి పని చూసేవాడు. ఆయన్ను లేకుండా చేస్తే, ఆ ప్రదేశంలో ఎబివిపి కార్యకలాపాలు జరగకుండా చేయవచ్చని పీపుల్స్ వార్ గ్రూప్ ఆలోచించింది. మెట్‌పల్లికి దగ్గరలోని కమ్మరపల్లిలో ఉండే గండి హనుమాన్ దేవాలయం బాగా ప్రసిద్ధికెక్కింది. 1984 అక్టోబర్ 27న మధుసూదన్ ఆ దేవాలయానికి వెళ్ళాడు. రాడికల్స్ అతడిని నీడలా



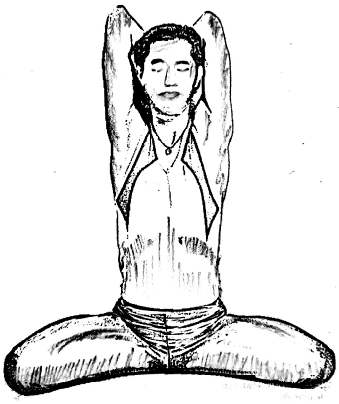
వెంటాడారు. ఉదయమే అయినా భక్తులు బాగానే ఉన్నారు. మధుసూదన్ ఆలయంలో ప్రదక్షిణలు చేస్తుండగా, పీపుల్స్ వార్‌కు చెందిన ఆరుగురు హంతకులు ఆయనను చుట్టుముట్టి కాల్పులు జరిపారు. భక్తులు దగ్గరకు రాకుండా వారిపై బాంబులు విసిరారు. మధుసూదన్ కొంతదూరం పరిగెత్తాడు కానీ ఇసుకలో కింద పడిపోయాడు. దాంతో హంతకులు అతడి శరీరంలోకి మరిన్ని తూటాలను పేల్చారు.

ఆ తర్వాత మధ్యయుగాల నాటి క్రూరత్వాన్ని ప్రదర్శించి అతడి తలను నరికేశారు.

శ్వాస సమస్యలకు దివ్యౌషధం ఉత్తానమండూకాసనం

ఉత్తాన అంటే చావడం... మండూకం అంటే కప్ప. ఇది సాగదీసిన కప్ప భంగిమను పోలి ఉండే ఆసనం. యోగాలో ఇది చాలా ముఖ్యమైన ఆసనం. జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడా నికి, పొట్ట కండరాలను బలోపేతం చేయడానికి, ఒత్తిడిని తగ్గించడానికి ఎంతో సహాయపడుతుంది.

చేసే విధానం: ముందుగా మ్యాట్ పైన ప్రశాంతంగా కాళ్లను వెనక్కి మడిచి మోకాళ్లపైన ఒత్తిడి లేకుండా (వజ్రాసనంలో) కూర్చోండి. ఇప్పుడు నెమ్మదిగా మోకాళ్లను ఎడంగా చాచండి. వెనక రెండు పాదాల బొటనవేళ్లు ఒకదానితో ఒకటి తాకి ఉండాలి. ఆపై చేతులను నిదానంగా పైకి ఎత్తి మీ కుడి అరచేతిని ఎడమ భుజం మీదగా కొంచెం దిగువకు విస్తరిస్తూ, ఎడమ అరచేతిని కుడి భుజం మీదుగా దిగువగా సాగదీస్తూ ఉంచండి.



రెండు మోచేతులూ ఆకాశం దిక్కుగా ఉండేలా ఛాతీని విస్తరించి శరీరాన్ని సాగదీయండి. మైగ్రెయిన్, తల తిరుగుడు సమస్యలు లేకపోతే, మన కంటి చూపునూ పైపైపుగా తిప్పొచ్చు. ఈ స్థితిలో 10-15 సెకన్లు ఉన్న తర్వాత... ఆసనం విరమించి.. యథాస్థానానికి రండి. కాళ్లు చాచి విశ్రాంతి తీసుకుని తిరిగి ప్రయత్నించండి.

ఇవీ ప్రయోజనాలు: గుండెకు ఎంతో మేలు చేస్తుంది. కండరాలను బిగుతుగా, ఆరోగ్యంగా చేస్తుంది. శ్వాస సంబంధిత సమస్యలకు దివ్యౌషధం. ఉబ్బసానికి మంచి ఆసనం. ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది.

ఎవరు చేయకూడదు: మోకాళ్ల నొప్పి తీవ్రంగా ఉన్నవారు, మోకాళ్లు, మడమ, నడుము సర్జరీలు అయినవాళ్లు ఈ ఆసనం చేయకూడదు.

సంప్రదాయ గ్రామీణ క్రీడ అచ్చెన గుండ్లు

అచ్చెన గుండ్లు అనేది అచ్చెనగడ్డలు లేదా అచ్చెన బిళ్ళలు అని పిలిచే ఒక పురాతనమైన, సంప్రదాయమైన గ్రామీణ క్రీడ. ఈ ఆట ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ ప్రాంతాల్లో తరతరాలుగా వస్తున్న గ్రామీణ సంస్కృతిలో ఒక భాగం. చిన్న పిల్లలు, ముఖ్యంగా బాలికలు ఈ ఆటను విరివిగా ఆడేవారు. సాధారణంగా 5 లేదా 7 గుండ్రని గులకరాళ్ళు (చిన్న చింతపిక్కలు లేదా పూసలను. కూడా వాడతారు) ఉపయోగించి ఈ ఆట ఆడతారు. ఒక రాయిని పైకి విసిరి, అది కింద పడేలోపు కింద ఉన్న మిగతా రాళ్లను నిర్దేశిత పద్ధతిలో పట్టుకోవాలి. ఇది కంటి చూపు, చేతి వేళ్ళ నైపుణ్యానికి పరీక్షగా ఉంటుంది.

వారణాసిలో ఆంధ్రుల అన్నపూర్ణ సత్రం

ఆంధ్రుల అన్నపూర్ణగా పేరుగాంచిన పి.గన్నవరం మండలం లంకలగన్నవరానికి చెందిన డొక్కా సీతమ్మ పేరిట పవిత్ర వారణాసిలో ఆమె స్ఫూర్తితో గోదావరి జిల్లా వాసి డొక్కా సీతమ్మ ఆశ్రమం ఏర్పాటు చేశారు. పశ్చిమగోదావరి జిల్లా పాలకొల్లు సమీపంలోని కాపవరం గ్రామానికి చెందిన దండు త్రినాథరాజు అయిదు నెలల క్రితం గంగానది చెంతన హనుమాన్ ఘాట్ వద్ద ఆవాదగర్భి ప్రాంతంలో దీన్ని నెలకొల్పారు. తెలుగు అక్షరాలతో చక్కగా ఆమె పేరున చిరునామాతో బోర్డు ఏర్పాటు చేశారు. మానవతామూర్తి డొక్కా సీతమ్మ పేరున వారణాసిలో

అన్నదానం చేయాలనేది తన సంకల్పంగా ఆయన తెలిపారు. భక్తులకు తక్కువ అద్దెకు గదులు ఏర్పాటు చేసి ఉచితంగా భోజనం అందించేందుకు సంకల్పించినట్లు వెల్లడించారు. ఆశ్రమం కోసం విశాలమైన భవనాన్ని రూ.15 లక్షలతో మెరుగులు దిద్దారు. ప్రధానంగా తెలుగు రాష్ట్రాల నుంచి వచ్చేవారికి మొదటి ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నారు.

ఇంట్లోని వారికీ వెలుగు

రాజగృహ దగ్గర ఉన్న వేణువన ఆరామం నుంచి బుద్ధ భగవానుడు కపిలవస్తుకు బయల్దేరాడు. అక్కడ నంద రాజ కుమారుడి కిరీటధారణ, వివాహ వేడుకలు జరగబోతున్నాయి. ఈ నందుడు బుద్ధుడి తల్లి మహామాయాదేవి చెల్లెలు మహాప్రజాపతి గౌతమి కుమారుడు. ఆమె శుద్ధోధనుడికి రెండో భార్య. బుద్ధుడు ఆతిథ్యాన్ని స్వీకరించేటప్పుడు నందుడికి ఇచ్చిన భిక్షాపాత్రను వెనక్కి తీసుకోకుండానే వెళ్లిపోతున్నాడు. బుద్ధుడి పట్ల అపార గౌరవం కలిగిన నందుడు.. అతడితో భిక్షా పాత్రను తీసుకోమని చెప్పలేదు. రాజభవనం మెట్లు దిగినతర్వాత దాన్ని తీసుకుంటాడని భావించాడు. అయితే చాలాదూరం పోయినా కూడా బుద్ధుడు దాన్ని తీసుకోలేదు. నందుడు కూడా ఆ పాత్రను తీసుకొని బుద్ధుడి వెంటే వెళ్లాడు. చివరకు వేణువన ఆరామం చేరిన తర్వాత నంద రాజకుమారుడి చేతిని పట్టుకొని 'భిక్కుగా మారాలని ఉందా?' అని అడిగాడు. నందుడు ఇష్టం లేకపోయినా కాసేపట్లో పట్టాభిషేకం, వివాహం జరగబోతున్నా, బుద్ధుడిపై గౌరవంతో అంగీకరించాడు. బుద్ధుడి ఆజ్ఞతో సారిపుత్తుడు, నందుడికి దీక్ష ఇచ్చాడు. నందుడు ఆ తర్వాత 'మహాథేర' అనే స్థాయికి చేరాడు.

రాహులుడు ఏడు సంవత్సరాల బాలుడిగా ఉన్నాడు. బుద్ధుడు కపిలవస్తుకు రాగా, అతడి భార్య అయిన యశోధర, రాహులుడితో, 'నీ తండ్రి బుద్ధుడు ఇక్కడినుంచి పోయిన తర్వాత సంపద యావత్తూ పోయింది. దాని గురించి ప్రశ్నించు' అని చెప్పింది. రాహులుడు అలాగే అడిగాడు. బుద్ధుడు సారిపుత్తుడితో చెప్పి రాహులుడికి 'సామనేర' దీక్షను ఇప్పించాడు. యశోధర కోరుకున్నది ఐహిక సంపద. బుద్ధుడు రాహులుడికి శాశ్వత సంపదనే ఇచ్చాడు. ఆ తర్వాత రాజైన శుద్ధోధనుడు బుద్ధుడినే అనుసరించాడు. పినతల్లి అయిన మహాప్రజాపతి గౌతమి సైతం బుద్ధుడిని అనుసరించి మొట్టమొదటి భిక్కుణి అయింది. ఈ విధంగా బుద్ధుడు తన సొంతవారినీ ఆకర్షించి వారిలో పరివర్తన తీసుకొచ్చాడు. మంచి విషయం ఏదైనా ఉంటే దానిని బుద్ధుడిలాగా మన ఇంటి వాళ్లకీ ఇవ్వాలి.

గుంటూరు వైద్య కళాశాల నుంచి 8 మందికి పద్మశ్రీలు!

దేశంలోని అత్యున్నత పురస్కారాల్లో ఒకటైన 'పద్మశ్రీ'ని ఒకే వైద్య కళాశాలకు చెందిన ఎనిమిది మంది పూర్వ విద్యార్థులు అందుకోవడం విశేషమే. గుంటూరు ప్రభుత్వ వైద్య కళాశాల ఆ రికార్డును సాధించింది. 1946లో ఏర్పాటైన ఈ మెడికల్ కాలేజీ ఎంతోమంది వైద్య నిపుణులను అందించింది. వారిలో ఎందరో వివిధ దేశాల్లో సేవలు అందిస్తున్నారు. అందులో ఎనిమిది మంది వేర్వేరు సంవత్సరాల్లో పద్మశ్రీ పురస్కారాలు అందుకున్నారు. గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజీ, స్టెమ్ సెల్ పరిశోధనల్లో నిపుణుడైన డాక్టర్ సి.ఎం. హబీబుల్లా (2001), నిమ్స్‌లో కార్డియాలజీ విభాగాధిపతిగా, డీన్‌గా పనిచేసిన కేర్ హాస్పిటల్స్ వ్యవస్థాపకుడు, చైర్మన్ అయిన డాక్టర్ బి. సోమరాజు (2001), ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో తొలి కరోనరీ బైపాస్ సర్జరీ చేసిన ఘనత సాధించి, తక్కువ ఖర్చుతో అధునాతన వైద్యానికి మార్గదర్శకుడిగా పేరొందిన డాక్టర్ డి. ప్రసాదరావు (2001), గుల్లపల్లి నాగేశ్వర రావు అకాడెమియా ఆప్తల్మాలజికా ఇంటర్నేషనాలిస్ ఛైర్మన్, ఎల్.వి. ప్రసాద్ ఐ ఇన్‌స్టిట్యూట్ వ్యవస్థాపకుడు డాక్టర్ జి.ఎన్. రావు (2002), నిమ్స్‌లో అసోసియేట్ డీన్‌గా, డైరెక్టర్‌గా పనిచేసిన ఆర్థోపెడిక్ సర్జరీ నిపుణుడు డాక్టర్ ఎల్. నరేంద్రనాథ్ (2005), ప్రముఖ పసిపిల్లల శస్త్రచికిత్స నిపుణులు, 5 జంటల సయామీస్ కవలలను విజయవంతంగా వేరుచేసిన ఏకైక భారతీయ వైద్యుడిగా రికార్డు నెలకొల్పిన యార్లగడ్డ నాయుడమ్మ (2016), 50వేలకు పైగా గుండె శస్త్రచికిత్సలు చేయడంతో పాటు దేశంలో బీటింగ్ హార్ట్ కరోనరీ బైపాస్ సర్జరీకి పునాది వేసిన స్టార్ హాస్పిటల్స్ వ్యవస్థాపకుడు, ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో తొలి రోబోటిక్ హార్ట్ సర్జరీ నిర్వహించిన డాక్టర్ ఎం. గోపీచంద్ (2016), తెలుగు రాష్ట్రాల్లో తొలి హృదయ మార్పిడి, ఊపిరితిత్తుల మార్పిడి విజయవంతంగా నిర్వహించిన కార్డియాక్ సర్జరీ నిపుణుడు డాక్టర్ ఎ. గోపాలకృష్ణ గోఖలే (2016) ఈ జాబితాలో ఉన్నారు.

చంద్రుడి దక్షిణ ధ్రువంలో భూగర్భ మంచు

భారత అంతరిక్ష పరిశోధన సంస్థ(ఇస్రో) 2017లో ప్రయోగించిన చంద్రయాన్-2 మిషన్‌లోని ఆర్బిటర్, చంద్రుని దక్షిణ ధ్రువంపై భారీగా భూగర్భ మంచు నిల్వలు ఉన్నట్లు బలమైన ఆధారాలను గుర్తించింది. ఈ ఆవిష్కరణ భవిష్యత్ అంతరిక్ష యాత్రల గతిని మార్చే కీలక పరిణామంగా శాస్త్రవేత్తలు భావిస్తున్నారు. చంద్రయాన్-2 ల్యాండర్ చంద్రుడిపై దిగడంలో విఫలమైనప్పటికీ, దాని ఆర్బిటర్ మాత్రం కక్ష్యలో తిరుగుతూ విలువైన సమాచారాన్ని పంపుతూనే ఉంది. తాజాగా, ఆర్బిటర్‌లోని 'డ్యుయల్ ఫ్రీక్వెన్సీ సింథటిక్ అపెర్చర్ రాడార్' పంపిన డేటాను అహ్మదాబాద్‌లోని ఫిజికల్ రీసెర్చ్ ల్యాబొరేటరీ శాస్త్రవేత్తలు విశ్లేషించారు. చంద్రుడిపై ఎన్నడూ సూర్యరశ్మి సోకని, అత్యంత శీతలంగా ఉండే శాశ్వత చీకటి ప్రాంతాల ఉపరితలం కింద ఈ మంచు నిల్వలు ఉన్నట్లు నిర్ధారించారు. ఫాస్టిని బేసిన్‌లోని ఒక బిలం కింద మంచు ఉనికికి బలమైన ఆధారాలు లభించాయని తెలిపారు. భవిష్యత్తులో ఈ నీటి మంచును తాగునీరుగా, శ్వాసకు అవసరమైన ఆక్సిజన్‌గా, రాకెట్లకు అవసరమైన హైడ్రోజన్ ఇంధనంగా మార్చుకోవచ్చు.

శ్రీవారి కీర్తనలను అవమానించడం హిందూ సమాజాన్ని కించపరచడమే: విహెచ్‌పి

తిరుమల శ్రీ వెంకటేశ్వర స్వామి సంకీర్తనలు, భక్తి గీతాలను రాజకీయ విమర్శలకు అనుగుణంగా వ్యంగ్యంగా ఉపయోగించడం హిందూ ద్రోహ చర్య అని విశ్వహిందూ పరిషత్ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. కలియుగ ప్రత్యక్ష దైవం శ్రీ వెంకటేశ్వర స్వామివారి మహిమను, భక్తి పరంపరను అవమానించేలా 'రైతు బంధు గోవిందా... రైతు బీమా గోవిందా' అంటూ వ్యంగ్యంగా పాటలు పాడి రాజకీయ ప్రయోజనాలు పొందాలని ప్రయత్నించడం దుర్మార్గమైన చర్యని విమర్శించింది. కోట్లాది మంది హిందువుల ఆరాధ్య దైవమైన వెంకన్న భక్తి గీతాలను అపహాస్యం చేయడం ద్వారా హిందువుల మనోభావాలను తీవ్రంగా దెబ్బతీశారని విహెచ్‌పి ప్రతినిధులు తీవ్ర ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఆ పాట పాడిన దేశపతి శ్రీనివాస్ వెంటనే శ్రీవారి భక్తులకు, హిందూ సమాజానికి బేషరతుగా క్షమాపణ చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు.

తిరుమలలో వైకుంఠం క్యూ కాంప్లెక్స్–3

తిరుమలలో పెరుగుతున్న భక్తుల రద్దీకి అనుగుణంగా వైకుంఠం క్యూ కాంప్లెక్స్–3 నిర్మాణంపై టిటిడి దృష్టి సారించింది. రద్దీ రోజుల్లో క్యూ కాంప్లెక్స్–1, 2లతో పాటు నారాయణగిరిలోని షెడ్లు నిండిపోయి రింగురోడ్డు మీదుగా శిలాతోరణం, గోగర్భం డ్యామ్ వరకు క్యూలైన్ పెరిగిపోతోంది. ఈ నేపథ్యంలో వైకుంఠం క్యూ కాంప్లెక్స్–3 అనివార్యమని భావిస్తోంది. ఈ ప్రతిపాదన గతంలో చదలవాడ కృష్ణమూర్తి చైర్మన్‌గా ఉన్న సమయంలోనే తెరపైకి వచ్చినా, స్థానికుల వ్యతిరేకత కారణంగా ముందడుగు పడలేదు. ప్రస్తుతం అదనపు ఈవో వెంకయ్యచౌదరి దీనిపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించారు. ప్రస్తుతం శ్రీవారి ఆలయానికి వెళ్తున్న సుపథం మార్గం వద్ద గతంలో కొన్ని నివాస గృహాలు, పూట కూళ్ల ఇళ్లు ఉండేవి. ఆలయ విస్తరణలో భాగంగా టిటిడి అక్కడి నుంచి

84 కుటుంబాలను తరలించి, వారికి ఆర్బీ సెంటర్ (పునరావాస కేంద్రం)లో ఇళ్లు నిర్మించి ఇచ్చింది. ఇప్పుడు క్యూ కాంప్లెక్స్–3ని ఇదే స్థలంలో నిర్మించాలని ప్రతిపాదనలు రావడంతో.. ఆర్బీ సెంటర్లోని నివాసితులు తమ సమస్యలు, డిమాండ్లను టిటిడి దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. తాము ఆర్బీ సెంటర్‌ను ఖాళీ చేస్తామని, తిరుమల బాలాజీనగర్‌లో ఇళ్లు కట్టించి ఇవ్వాలని విన్నవించారు. అధికారులు మాత్రం తిరుపతిలో ప్రత్యామ్నాయ ఏర్పాట్లు చేస్తామని చెబుతున్నారు.

గోసంరక్షణకు 'గో–ఓఎల్ఎక్స్' వెబ్‌సైట్

గోసంరక్షణను బలోపేతం చేయాలనే లక్ష్యంతో ద్వారకా జ్యోతిష్య పీఠాధిపతులు శంకరాచార్య స్వామి

అవిముక్తేశ్వరానంద సరస్వతి ఒక కొత్త డిజిటల్ వేదికను ప్రారంభించేందుకు సిద్ధమయ్యారు. 'గో–ఓఎల్ఎక్స్' అనే పేరుతో రూపొందుతున్న ఈ వెబ్‌సైట్ ద్వారా ఆవుల కొనుగోలు, అమ్మకాలు, సంరక్షణకు సంబంధించిన కార్యకలాపాలు నిర్వహించనున్నారు. ఆవులు ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ వధశాలలకు వెళ్లకుండా నిరోధించడమే ఈ వేదిక ముఖ్య ఉద్దేశమని శంకరాచార్య స్పష్టం చేశారు. పశువుల యజమానులు తమ ఆవులను నేరుగా గోరక్షకులు, గోసేవా సంస్థలకు అందించేలా ఈ వ్యవస్థ పనిచేయనుంది. ఆవుల సంరక్షణను సేవా భావంతో ముందుకు తీసుకెళ్లడమే దీని ప్రధాన లక్ష్యమని ఆయన తెలిపారు.

ఆలయాల్లో సేవకు భక్తులకు అవకాశం

తిరుమలలో శ్రీవారి సేవకుల మాదిరిగా విజయవాడ దుర్గమ్మ, శ్రీశైల మల్లన్న, సింహాద్రి అప్పన్న, అన్నవరం సత్యనారాయణస్వామి.. తదితర ఆలయాల్లోనూ వలంటీర్లుగా సేవలు అందించేందుకు దేవాదాయ శాఖ అవకాశం కల్పిస్తోంది. రాష్ట్రంలోని ఏడు ప్రధాన, 15 ముఖ్య ఆలయాల్లో పర్వదినాలు, పండుగలు, ఉత్సవాల వేళ వీరి సేవలు వినియోగించుకుంటోంది. క్యూలైన్లలో భక్తుల రద్దీ నియంత్రణ, మంచినీరు, మజ్జిగ పంపిణీ, అన్నప్రసాదం వడ్డించడం, పూలదండల తయారీ, ఆలయ ప్రాంగణం అలంకరణ, హుండీ కానుకల లెక్కింపు వంటి సేవలు వలంటీర్లు అందించాల్సి ఉంటుంది. ఇందుకోసం ఆయా ఆలయాల వెబ్‌సైట్లలో 'వలంటీర్' ఆప్షన్‌పై క్లిక్ చేసి, ప్రాథమిక వివరాలు, ఫొటో అప్‌లోడ్ చేయాలి. వాటిని పరిశీలించాక దేవస్థానం అధికారులు సమ్మతి తెలిపి, గుర్తింపు కార్డు జారీచేస్తారు. నేరుగా ఆలయానికి వెళ్లి కూడా పేరు నమోదు చేసుకోవచ్చు. ఇప్పటికే శ్రీశైల భ్రమరాంబికా మల్లికార్జునస్వామి ఆలయంలో అత్యధికంగా 14,920 మంది వాలంటీర్లు పేర్లు నమోదు చేసుకున్నారు. అన్నవరం–10,583, విజయవాడ దుర్గగుడి–10,283, ద్వారకాతిరుమల–9,386, శ్రీకాళహస్తి–6,122, కాణిపాకం–4,340, సింహాచలం–3,800 మంది చొప్పున మొత్తంగా 7 ప్రధాన ఆలయాల పరిధిలో 59,704 మంది పేర్లు ఇచ్చారు. వీటిలో 10 వేల కంటే ఎక్కువ మంది సేవకులను నియమించుకోనున్నారు. దేవాదాయ శాఖ పరిధిలోని మరో 15 ముఖ్య ఆలయాల్లోనూ ఒక్కోచోట 5 వేల మందికి అవకాశం కల్పించనున్నారు. రద్దీ రోజులు, ప్రత్యేక పర్వదినాలు, ఉత్సవాల సందర్భంగా తమ ఆలయానికి ఎంతమంది వలంటీర్లు అవసరమో పేర్కొంటూ దేవస్థానం స్లాట్ విడుదల చేస్తుంది. దీనిపై ఆలయ పరిధిలోని వలంటీర్లకు సమాచారం వెళ్తుంది. వారు తమ స్లాట్‌ను ఖరారు చేస్తే, ఆయా రోజులకు వర్తించేలా గుర్తింపు కార్డు ఇస్తారు. మహిళా సేవకులు కాషాయ రంగు శాలువా, పురుషులు కండువాతో పాటు గుర్తింపు కార్డును మెడలో వేసుకోవాలి. వలంటీర్లకు స్వామి, అమ్మవార్ల దర్శనంతో పాటు ప్రసాదం అందజేస్తారు. ఉచిత భోజనం, వసతి కల్పిస్తారు.

త్రిగుణాలకు అతీతుడు అత్రి మహర్షి

భారతీయ సనాతన ధర్మంలో మహర్షులు వేద జ్ఞానాన్ని, యోగాన్ని, ధర్మాన్ని ప్రపంచానికి అందించిన అత్యున్నత తపోసంపన్నులు. వేదాలను దర్శించిన వారు కాబట్టి వీరికి రుషులు అని పేరు వచ్చింది. వీరిలో కశ్యపుడు, అత్రి, భరద్వాజుడు, విశ్వామిత్రుడు, గౌతముడు, జమదగ్ని, వశిష్ఠుడు ఆద్యులు. వీరినే సప్తర్షులు అని పిలుస్తారు. వీరితో పాటు అగస్త్య, అష్టావక్ర, ఋష్యశృంగ, కపిల, చ్యవన, జమదగ్ని, దధీచి, దూర్వాస, మైత్రేయ, యజ్ఞవల్క్య తదితర మహర్షులు అత్యంత ప్రసిద్ధి పొందారు. వీరు నిరంతర ఆత్మజ్ఞానంతో, సమస్త ప్రాణుల శ్రేయస్సు కోరి అపారమైన తపోశక్తిని సంపాదించారు. రుషులు కేవలం తపస్సు చేసుకోవడానికి మాత్రమే పరిమితం కాకుండా, ఖగోళ శాస్త్రం, ఆయుర్వేదం, ధర్మశాస్త్రాలు, యోగా వంటి అనేక కీలక శాస్త్రాలను రూపొందించి మానవాళికి అందించారు. మనందరి గోత్రాలు ఆయా రుషుల వంశానుక్రమాన్ని తెలియజేస్తాయి. అటువంటి ప్రముఖ రుషుల చరిత్రను తెలుసుకోవడం మన సంస్కృతిని అర్థం చేసుకోవడానికి చాలా అవసరం.

ఆత్రేయస గోత్రీకులకు గోత్ర పురుషుడు అత్రి మహర్షి. 'అత్రి' శబ్దం నుంచి ఆవిర్భవించినదే ఆత్రేయ శబ్దం. ఈ గోత్ర ఋషులలో ముద్గల, ఉద్దాలక, శాలంకాయన, ఛాందోగ్య వంటి వారూ ఉన్నారు. సప్తర్షుల్లో ఒకరైన అత్రి మహర్షి బ్రహ్మ మానస పుత్రులలో మొదటివాడు. 'అత్రి' అనే మాటకు 'న, త్రి' అంటే త్రిగుణాలు లేనివాడు అని అర్థం చెప్తారు. అలాగే అత్రి భార్య అయిన అనసూయ అంటే అసూయ లేనిది అని అర్థం. ఈ పేర్లే వారి గుణగణాలను మనకు తెలియజేస్తున్నాయి. యజ్ఞోపవీత ధారణ ప్రాముఖ్యం గురించి వివరించిన ఋషులలో అత్రి ఒకరు. యజ్ఞోపవీతానికి మూడు ముడులు వేయటం వెనుకగల ప్రాముఖ్యాన్నీ, ఆ మూడు ముడులూ బ్రహ్మ విష్ణు మహేశ్వరులకు, ఓం శబ్దంలోని మూడు అక్షరాలైన అ, ఉ, మ లకు ప్రతీకలనీ అత్రి వివరించాడు. ఋగ్వేదంలో భూమి గురించి వర్ణన ఉండే 5వ మండలానికి ద్రష్టగా అత్రి మహామునిని పేర్కొంటారు. సప్తర్షి మండలంలోని ఏడు నక్షత్రాలలో ఒకటి అత్రి. దేవహూతి, కర్దమ ప్రజాపతి దంపతుల కుమార్తె అనసూయను వివాహం చేసుకున్నాడు. చాలాకాలం పిల్లలు కలుగకపోవటంతో ఈ దంపతులు వంద సంవత్సరాలు తపస్సు చేస్తారు. దానివల్ల అత్రి మహర్షి కంటిలోంచి చంద్రుడు, అనసూయా దేవి గర్భంలోంచి దత్తాత్రేయుడు, దూర్వాసుడు పుడతారు. శ్రీమద్రామాయణంలో అత్రి మహామునిని, వనవాసానికి బయలుదేరిన శ్రీరామునికి దండకారణ్య మార్గాన్ని చూపినట్లుగా ఉంది. ఆశ్రమంలో ఉన్న సమయంలో రాముడికి అత్రి తన భార్య అయిన అనసూయను పరిచయం చేస్తూ, 'మహాభాగ తపసి ధర్మచారిణి' అంటాడు. అది అతిసూక్ష్మంగా అనసూయ గుణగణాలను పరిచయం చేస్తుంది. అనసూయను ఏడుగురు పతివ్రతల్లో ఒకరిగా పరిగణిస్తారు. అత్రి మహర్షి రచించిన ఆత్రేయ ధర్మశాస్త్రం, అత్రి సంహిత, అత్రి స్మృతి ధర్మ గ్రంథాలుగా ప్రాచుర్యం పొందాయి.

తాళపత్ర గ్రంథాలు, చారిత్రక నాణేలతో మ్యూజియం

ఉత్తర్ ప్రదేశ్‌లోని ముజఫర్‌నగర్‌కు చెందిన జ్యోతిషుడు భూపేంద్రదత్ శర్మ 800కుపైగా అత్యంత అరుదైన తాళపత్ర గ్రంథాలు, పురాతన రాగి శాసనాలు, చారిత్రక నాణేలతో సొంత మ్యూజియం ఏర్పాటు చేశారు. తన తాత, తండ్రుల తరం నుంచి సేకరించిన గ్రంథాలు, తాళపత్రాలను ఒక ప్రత్యేక గదిలో 15 పెద్ద అరల్లో భద్రపరచినట్లు ఆయన వెల్లడించారు. ఇందులో జ్యోతిష శాస్త్రం, వేదాలు, ఉపనిషత్తులు, పురాణాలు, జైన ఆగమ గ్రంథాలు ఉన్నాయని తెలిపారు. యోగ శాస్త్రానికి సంబంధించిన ప్రామాణిక గ్రంథాలతోపాటు 'శ్రీ రామచరిత మానస్'లోని ఐదారు అరుదైన, పురాతన ప్రతులూ ఉన్నట్లు వెల్లడించారు. 400 ఏళ్లనాటి 'గోరఖ్ మచ్ఛింద్రనాథ్ బోధ్' గ్రంథం, సూక్ష్మ లిపి కళకు నిదర్శనంగా నిలిచే 'శ్రీమద్ భగవద్గీత' చేతిరాత ప్రతీ ఉన్నాయి. ఇంకా 16వ శతాబ్దం నాటి వివిధ భారతీయ భాషలు, లిపులతో పత్రాలు, గ్రంథాలు భద్రపరిచారు. ఈ అరుదైన సంపదను డిజిటల్‌గా భద్రపరిచే ప్రక్రియ కొనసాగుతున్నట్లు భూపేంద్రదత్ తెలిపారు.

వినయ సంపన్నుడు దాశరథి!

శ్రీరాముడు వినీతుడు. తండ్రి దశరథుడు తనకు పట్టాభిషేకం చేయాలని నిర్ణయించినప్పుడు ఈ విషయంలో దేశ పౌరుల అభిప్రాయం చెప్పమని అడుగుతాడు. అప్పుడు వారంతా రాముడి వినయాన్ని గురించి ప్రత్యేకంగా చెబుతారు. పౌరులను పేరపేరునా పలకరించి, వారందరి యోగక్షేమాలను అడిగి మరీ తెలుసుకునేవాడట. పెద్దల పట్ల, మహర్షుల పట్ల చూపించిన వినయ, విధేయతలు అతనిలోని వినీత స్వభావానికి అద్దం పడుతున్నాయి. శివ ధనుర్భంగ ఘట్టంలో విశ్వామిత్రుడితో రాముడు శివధనస్సును స్పృశిస్తానని, సాధ్యమైతే విరచడానికి ప్రయత్నిస్తానని మాత్రమే అంటాడు. తొలి తెలుగు పద్య రామాయణమైన భాస్కర రామాయణంలో ఈ వినీత స్వభావం మరింతగా వెల్లడవుతుంది. ఇక్కడ రాముడు నిశ్చలుడై శివుని విల్లును విరుస్తాడు గానీ పెదవి విప్పి పలకడు. దండకారణ్యంలో మునులకు రాక్షస బాధ లేకుండా చేస్తానని మాట ఇచ్చినప్పుడు రాక్షసులతో అకారణ వైరం మంచిది కాదని సీత చెబుతుంది. అప్పుడు రాముడు తాను చేసిన ప్రతిజ్ఞను తప్పనని చెబుతూనే "నేనే స్వయంగా దగ్గరకు వెళ్లి సేవింపదగిన బ్రాహ్మణులు నా వద్దకు వచ్చి ప్రార్థిస్తున్నారంటే ఇది చాలా సిగ్గుపడాల్సిన విషయం' అంటాడు. అంతటి అణకువ రాముడిది. మరో సందర్భంలో సీత వెంట లేకపోతే స్వర్గం కూడా తనకు ఇష్టం లేదని రాముడు స్పష్టంగా అంటాడు. సీత కూడా తాను వనవాసానికి వస్తానని తనంతట తానుగానే అన్నది. ఆమెకు అనేక విధాలుగా నచ్చజెప్పడానికి రాముడు ప్రయత్నించాడు. వనవాసంలో ఎదురయ్యే కష్టాలన్నింటినీ వివరించాడు. కానీ సీత తన అభిప్రాయాన్ని మార్చుకోలేదు. ఆ తర్వాతే రాముడు ఆమె తనతో రావడానికి అంగీకరించాడు. సీత అప్పటివరకూ ఎండ కన్నెరుగని సుకుమారి. ఏనాడు కష్టపడి ఎరుగదు. మరి రాబోయే కష్టాలను వివరించి చెప్పి, మానసికంగా ఆమెను సిద్ధం చేయాలి. అన్నీ తెలిసిన తర్వాత కూడా ఆమె వస్తానంటే, అంత స్థిర నిశ్చయంతో ఉంటేనే వెంట తీసుకొని వెళ్లాలి అనేది రాముడి అభిప్రాయం. ధనం, బలం, పరాక్రమం మొదలైనవి ఎన్ని ఉన్నా వాటిని సమయం వచ్చినప్పుడే ఉపయోగించాలి. రాముడు వనవాసానికి బయలుదేరేటప్పుడు లక్ష్మణుడితో మాట్లాడిన మాటల్లో ఈ భావమే కనిపిస్తుంది. ఆ సమయంలో తనకు సహజంగా కలిగిన దు:ఖాన్ని, ఆవేశాన్ని అణచుకొని, వనవాసానికి సిద్ధమవుతాడు. అది పరాక్రమాన్ని ప్రదర్శించే సందర్భం కాదని గ్రహించి మిన్నకుంటాడు.

ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం!

ఉజ్వల: వదినా.. ఎలా ఉన్నావు?... పిల్లలకి వేసవి సెలవులు కదా.. ఏం చేస్తున్నావు ఏంటి?!

రమ్య: ఏం సెలవులో.. ఏమో.. ఈ ఎండలకి పిల్లలతో భలే చిరాగ్గా ఉంది. మళ్ళీ బడులెప్పుడు తెరుస్తారా అన్నట్టుంది.

ఉజ్వల: విపరీతమైన వేడి, ఉక్కపోత. అస్సలు ఏం చేయడానికీ ఓపిక ఉండట్లేదు. త్వరగా అలసిపోతున్నట్టుగా ఉంది.

రమ్య: దీనికితోడు పిల్లలకి రకరకాల వంటలు, చిరుతిండ్లు చేసి పెట్టడంతో క్షణం తీరిక ఉండదు.

ఉజ్వల: ఔను.. ఆన్‌లైన్‌లో ఆర్డర్ పెడితే పిల్లల ఆరోగ్యాలు ఏమైపోతాయా అని భయం.

రమ్య: ఇంకో విషయం చెప్పనా. వీళ్ళ సెలవులు, వంటలు, ఏమో కానీ నేను లావయ్యాను. తెలుసా!

ఉజ్వల: అదేంటీ.. పనిభారం పెరిగితే బరువు తగ్గాలి కానీ పెరగడం ఏంటీ!

రమ్య: సెలవుల్లో ఇంట్లో వండినవి తింటారు కదా అని పిల్లల కోసం వెరైటీ వంటకాలు చేయడం. అవి మిగిలితే మళ్ళీ ఫ్రిడ్జ్‌లో ఏం పెడతాంలే అని నోట్లో వేసుకోవడంతో ఇలా బరువు పెరిగాను.

ఉజ్వల: గృహిణులతో వచ్చిన చిక్కంతా అదే. పట్టకపోయినా మిగిలిపోయినవన్నీ తినేస్తారు. అనవసరంగా బరువు పెరిగి, మోకాళ్ళ నొప్పులు, షుగర్, బీపీలతో ఇబ్బందులు పడుతున్నారు.

రమ్య: మరి మిగిలిపోయిన పదార్థాలు ఎవరికైనా ఇద్దామన్నా ఈ అపార్ట్మెంట్ సంస్కృతి వచ్చిన తర్వాత కనీసం అడుక్కునేవారు కూడా కనబడటం లేదు.

ఉజ్వల: ఇది ఆలోచించాల్సిన విషయమే. ఫ్రిడ్జ్‌లో పెట్టిన పదార్థాల వల్లో లేకపోతే వంటలో వాడుతున్న దినుసుల వల్లో గానీ రోజూ రోజుకీ క్యాన్సర్, షుగర్, థైరాయిడ్ వంటి రకరకాలైన రోగాలు దేశంలో పెరుగుతున్నాయి.

రమ్య: ఇంతకుముందు వంటలు ఆరోగ్య ప్రధానంగా ఉండేవి. ఇప్పుడు చూడటానికి ఆకర్షణీయంగా, తినడానికి మరింత రుచిగా ఉండాలని చూస్తున్నారు. పోషకాలను పక్కన పెడుతున్నారు. వాటిలో మిగిలిపోయినవి పారేయలేక పొట్టలోకి వేస్తున్నారు. గృహిణి ఆరోగ్యం, ఆలోచన విధానం, ప్రవర్తన కుటుంబానికి కీలకం అనే విషయాన్ని అందరూ మరిచిపోతున్నారు. రంగు, రుచి, వాసనల మైకంలో పడి ఆరోగ్యం పాడుచేసుకుంటున్నారు.

ఉజ్వల: మహిళలుగా, గృహిణులుగా మనల్ని మనమే తీర్చి దిద్దుకోవాలి. మన ఆరోగ్యంతో పాటు కుటుంబ ఆరోగ్యాన్ని కూడా మనమే కాపాడుకోవాలి.

పదకేళి 20

1		2		3	4		5
		6	7				
8	9				10		
	11			12			
13			14		15		16
		17					
	18				19	20	
21			22				

ఆధారాలు

అడ్డం

1. ఈ నెల పుష్కరాలు జరిగిన నది (3)
3. భోజుడు వాగ్దేవికి గుడి కట్టిన ఊరు (4)
6. రోజు (2)
8. రాజు తిరగబడ్డాడు (2)
10. ఒక రకమైన గడ్డి (3)
11. ఆయాసము, రొప్పు(2)
12. సరస్వతీ దేవి చేతిలో ఉండేది (2)
13. నాగలి (2)
15. నటుడి వృత్తి (3)
17. వస్తువు పగిలినప్పుడు ఏర్పడే ఖాళీ (3)
18. పాలు తోడుపెడితే ... (3)
19. పశ్చిమ బెంగాల్ కొత్త ముఖ్యమంత్రి (2)
20. కృష్ణుడు.....దొంగ (2)
22. నక్షత్రము (2)

నిలువు

1. ధర్మరాజును ప్రశ్నలు అడిగిన వాడు (3)
2. పెద్ద నీటి ప్రవాహం (2)
4. జనాభా లెక్క పెట్టడం (5)
5. ఎర్రని పారాణి (3)
7. అడవి వెనుక పడితే .. (4)
9. నల్ల .... నేల సారవంతమైనది (3)
11. నలు చదరపు ఆకారం (2)
13. ఇది అడవే (2)
14. జల్ పాయ్ గురికి జంట నగరం (4)
16. ధనము, రొక్కము (3)
17. చీరకు కొమ్ము ఇస్తే (2)
18. సీమ, నెల్లూరులో ప్రవహించే నది (2)
18. తిరుమలలో కొలువైన -- టేశ్వరుడు (2)

పదకేళి 19 – జవాబులు

1 రో	2 హి	ణి		3 శ్రీ	4 కా	ర్యం	
5 గ	తం		6 వ		జా		7 ధు
ము		8 దూ	రం			9 కా	రం
	10 టొం	ది		11 కా	12 శీ		ధ
13 గం	త		14 చ		15 కా	య	ర్
గ		16 ఆ	వ	కా	య		
మ్మ		17 వే	ట			18 సా	19 గు
	20 దే	శం		21 మే	క		ణం

భగవాన్ బిరసా ముండా

కేవలం భారతదేశంలోనే కాకుండా ప్రపంచంలోనే ప్రఖ్యాతులైన మన పూర్వీకులను స్మరించడం, వారి జీవితాలను అధ్యయనం చేయడం ఎప్పుడూ ప్రేరణదాయకంగానూ, మార్గదర్శకంగానూ ఉంటుంది. మన దేశ స్వాతంత్ర్యం, ధర్మ సంస్కృతుల పరిరక్షణతో పాటు వనవాసుల హక్కుల కోసం బిరసా ముండా అసమానమైన కృషి చేశారు. ఛోటా నాగపూర్ (ఇప్పటి జార్ఖండ్) ప్రాంతంలోని వనవాసులలో చైతన్యం తీసుకొచ్చారు. ఆంగ్లేయులతో సాయుధ పోరాటాన్ని సాగించి అమరుడయ్యారు. ఆయన సాగించిన ఉద్యమం ఎన్నో విధాల సత్ఫలితాలను ఇచ్చింది. జిల్లా కలెక్టర్ల ద్వారా వనవాసుల భూమి హక్కులు సంరక్షింపబడేలా, వివాదాలు పరిష్కారమయ్యేలా చట్టాల రూపకల్పనకు మార్గం ఏర్పాటు చేసింది. బిరసా ముండా

పుస్తక పరిచయం

మూలం: డాక్టర్ మోహన్ భాగవత్

తెలుగు అనువాదం: బెల్లంకొండ మల్లారెడ్డి

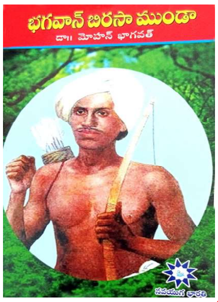
ప్రచురణ: నవయుగ భారతి

పేజీలు: 48

వెల: రూ. 25/-

ప్రతులకు: సాహిత్య నికేతన్, ఏలూరు రోడ్డు, రామమందిరం వీధి, విజయవాడ– 520 002.

సెల్ నం.: 83338 12687.



ఉపదేశాలతో ముండా తెగ గిరిజనుల జీవితాల్లో మంచి మార్పు సంభవించింది. విద్య, వైద్యంతో పాటు వారిలో సేవ, సహకార భావనలు పెంపొందాయి. ధార్మిక చైతన్యం విస్తరించి, మూఢ నమ్మకాలు తొలగిపోయాయి. బిరసా ముండా భగవాన్ బిరసాగా చిరస్మరణీయుడయ్యారు. మన చరిత్రకే వన్నె తెచ్చిన ఆ మహనీయుడి జీవిత గాథను సరళమైన, ఉత్తేజకరమైన భాషలో అందించే చక్కటి ప్రయత్నమే ఈ పుస్తకం.

ఈ నెల పద్యము

॥ అక్కఱకు రాని చుట్టము
మ్రొక్కిన వరమీని వేల్పు మోహరమున దా
నెక్కిన బాఱని గుర్రము
గ్రక్కున విడువంగవలయు గదరా సుమతీ!

భావము: కష్టాలలో ఉన్నప్పుడు సహాయపడని బంధువును వెంటనే వదిలించుకోవాలి. అలాగే ఆపదలో ఉన్నప్పుడు ఎంత వేడుకున్నా కరుణించని దేవతను, యుద్ధ రంగంలో శత్రువుపై దాడి చేయడం కోసం ఎక్కినప్పుడు పరుగెత్తని గుర్రాన్ని కూడా వెంటనే వదిలివెయ్యాలి.

ప్రకృతి వ్యవసాయంలో వినూత్న ప్రయోగం విత్తన గుళికల తయారీ

ఏలూరు జిల్లా పెదపాడు మండలం కలపర్రు గ్రామంలో ప్రకృతి వ్యవసాయాన్ని ప్రోత్సహిస్తూ రైతులు సామూహికంగా విత్తన గుళికల (సీడ్ పెలెటైజేషన్) తయారీ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ప్రకృతి వ్యవసాయ జిల్లా ప్రాజెక్టు మేనేజర్ బి.వెంకటేష్ ఆదేశాల మేరకు, డివిజనల్ ఇన్‌చార్జి ఎన్ఎఫ్ఏ నవీన ఆధ్వర్యంలో ఈ కార్యక్రమం జరిగింది. ఎల్‌నినో ప్రభావంతో అధిక ఉష్ణోగ్రతలు, అనిశ్చిత వర్షపాతం పరిస్థితులు నెలకొంటున్న నేపథ్యంలో రైతులు ముందస్తు చర్యలు తీసుకోవాలని అధికారులు సూచించారు. ఈ సందర్భంగా నవీన మాట్లాడుతూ, నవధాన్యాల సాగులో విత్తనాలు పాడవకుండా ఉండేందుకు గోమయం, మట్టి, బూడిద మిశ్రమంతో విత్తన గుళికలు తయారు చేసి పొలాల్లో వెదజల్లవచ్చని తెలిపారు. ఈ గుళికలు సుమారు 6 నెలల పాటు సురక్షితంగా నిల్వ ఉంటాయి. భూమి ఏడాది పొడవునా జీవవైవిధ్య పంటలతో కప్పబడి ఉండేందుకు సహాయపడతాయి. ప్రధాన పంటలకు అవసరమైన పోషకాలను అందించి భూసారాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. విత్తనాలను పక్షులు, చీమలు వంటి వాటి నుండి రక్షిస్తాయి. నేలలో తేమ నిలిచి ఉండటానికి దోహదపడి మొలక శాతాన్ని పెంచుతాయని అధికారులు సూచించారు.

పర్యావరణ అనుకూల సహజ సిద్ధమైన
ఎయిర్ కండిషన్ కూలర్

ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉత్పత్తి అయ్యే విద్యుత్‌లో 30 శాతం ఏసీలకే వినియోగిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా వేసవిలో ఎండల తీవ్రత పెరగడంతో ఏసీల వాడకం కూడా ఎక్కువ అవుతోంది. దీన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని పేద, మధ్యతరగతి వర్గాల కోసం ఈ సహజసిద్ధమైన, పర్యావరణ అనుకూల కూలర్‌ని తయారు చేశారు. 40 లీటర్ల ప్లాస్టిక్ డ్రమ్‌కు 6 రంధ్రాలు చేయాలి. వాటి ద్వారా 6 మట్టి గ్లాసులు అమర్చి బాండింగ్ ద్వారా కదలకుండా అమర్చుకోవాలి. డ్రమ్‌పైన ఫ్యాన్‌ను అమర్చి డ్రమ్‌లో కొంచం నీటిని పోయాలి. అలాగే 3 చిన్న బాటిళ్లలో నీటిని పోసి వాటిని తలకిందులుగా డ్రమ్ పైభాగంలో మట్టి గ్లాసులకు పైన ఉండేలా అమర్చుకోవాలి. బాటిళ్ల నుంచి గ్రావిటీ ద్వారా నీటి చుక్కలు పడి మట్టి గ్లాసులు చల్లబడతాయి. ఫ్యాన్‌ను ఆన్ చేసినట్లయితే చల్లటి గాలి మట్టి గ్లాసుల ద్వారా వస్తుంది. వర్షం పడే ముందు వచ్చే విధంగా తాజా గాలి వస్తుంది. ఈ కూలర్ డిజైన్‌కు పేటెంట్ హక్కుల (పేటెంట్ నం. 501977-001) కోసం దరఖాస్తు చేశారు. దీని గురించి మరింత సమాచారం కోసం శ్రీ ఆంజనేయ స్మాల్ అగ్రి టూల్స్ డైరెక్టర్ ప్రొఫెసర్ ముప్పా లక్ష్మణ్‌రావు (సెల్ నం. 9849140465)ను సంప్రదించవచ్చు.

ఫొటో వార్తలు

కర్ణాటకలోని సిర్సికి చెందిన ఎనిమిదేళ్ల బాలుడు ఓం 3 నిమిషాల 47 సెకన్లలో శివతాండవ స్తోత్రాన్ని శీర్షాసనంలో పఠించి ప్రపంచ రికార్డు నెలకొల్పాడు.

పర్యావరణ సంరక్షణలో భాగంగా తెనాలి నగరాన్ని ప్లాస్టిక్ ముక్త నగరంగా మార్చే దిశగా అడుగు ముందుకు పడింది. దీనిలో భాగంగా కుమార్ పంప్స్ వర్కర్స్, యాజమాన్యం తరఫున రెండు సమావేశాలు నిర్వహించారు. తొలుత ఒక వార్డుని ప్లాస్టిక్ రహితంగా మార్చాలని, దాన్ని ఆదర్శంగా తీసుకొని నగరంలో ప్లాస్టిక్ వినియోగాన్ని పూర్తిగా అరికట్టాలని నిర్ణయించారు.

HINDU NAGARA
Telugu Monthly, Volume : 34,Issue :06

Postal Registration No : VJ/152/2023-25, RIN No. 52882/93
Date of Publishing : 28-05-2026, Date of Posting : 06-06-2026, Pages : 16

ఈ మొక్కలు.. దశాబ్దాల తర్వాత దర్శనమిచ్చాయి!

దాదాపు 120 ఏళ్లుగా కన్పించకుండా పోయిన ఒక పుష్పజాతి మొక్క తాజాగా అరుణాచల్‌ప్రదేశ్‌లో దర్శనమిచ్చింది. తూర్పు హిమాలయ పర్వతశ్రేణుల్లోని సిక్కింలో 1905లో చివరిసారిగా 'జీయుం మాక్రోసెపాలం' అనే రోజా పూలరకానికి చెందిన ఈ మొక్కను చూశారు. ఆ తర్వాత పరిశోధకులకు అది ఎక్కడా కనిపించలేదు. మళ్లీ ఇన్నాళ్ల తర్వాత అరుణాచల్‌ప్రదేశ్‌లోని సేలా పాస్ వద్ద సముద్ర మట్టానికి ఏకంగా 13,780 అడుగుల ఎత్తులో ఈ మొక్క కనిపించింది. దీంతో బొటానికల్ సర్వే ఆఫ్ ఇండియా పరిశోధకుల్లో హర్షాతిరేకాలు వ్యక్తమయ్యాయి.

అరుణాచల్‌ప్రదేశ్‌లో దాదాపు 189 సంవత్సరాల క్రితం స్థానికంగా లభించిన అరుదైన జాతి మొక్క ఇటీవల నిర్వహించిన సర్వేలో మళ్లీ కనిపించింది. 19వ శతాబ్దం ప్రారంభంలో లోహిత్ జిల్లాలో జరిపిన సర్వేలో భాగంగా హెన్కెలియా మోనోఫిల్లా అనే మొక్కను శాస్త్రవేత్తలు గుర్తించారు. ఆ తర్వాత ఈ మొక్క పూర్తిగా కనుమరుగైంది. మళ్లీ బొటానికల్ సర్వే ఆఫ్ ఇండియా ఇటీవల చేపట్టిన సర్వేలో కనిపించిందని అధికారులు తెలిపారు. గెస్నేరియాసి కుటుంబానికి చెందిన ఈ జాతి మొక్కలు సాధారణంగా తేమతో కూడిన అటవీ ప్రాంతాల్లో దర్శనమిస్తాయి.

భోజ్‌శాలలో 700 ఏళ్ల తర్వాత వెలిగిన అఖండ జ్యోతి

మధ్యప్రదేశ్ ఆధ్యాత్మిక చరిత్రలో ఒక సరికొత్త అధ్యాయం లిఖితమైంది. ధార్ జిల్లాలోని చరిత్రాత్మక భోజ్‌శాల సముదాయం సరస్వతీ దేవి ఆలయమేనని హైకోర్టు కీలక తీర్పు ఇవ్వడంతో హిందువుల్లో హర్షాతిరేకాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. గత 23 ఏళ్లుగా సాగుతున్న పోరాటానికి దక్కిన విజయంగా భావిస్తూ, భక్తులు సూర్యోదయం నుంచి సూర్యాస్తమయం వరకు ఇక్కడ పూజలు నిర్వహిస్తున్నారు. భోజ రాజు నిర్మించిన ఈ ఆలయ కాంప్లెక్స్‌లో దాదాపు 700 సంవత్సరాల సుదీర్ఘ నిరీక్షణ తర్వాత మళ్లీ 'అఖండ జ్యోతి' వెలిగింది. అంతేకాకుండా, 2003 తర్వాత మొదటిసారిగా గర్భగుడిలో వాగ్దేవి (సరస్వతీ దేవి) ప్రతీకాత్మక విగ్రహాన్ని ప్రతిష్ఠించారు. భోజ్‌శాల ఉద్యమంతో ముడిపడిన ముగ్గురు అమరవీరుల చిత్రపటాలను సైతం తొలిసారిగా ఆలయంలో ఉంచి ఘన నివాళులర్పించారు. 2003 నుంచి అమల్లో ఉన్న నిబంధనల ప్రకారం.. హిందువులు మంగళవారం

మాత్రమే సూర్యోదయం నుంచి సూర్యాస్తమయం వరకు పూజలు చేసుకోవడానికి, ముస్లింలు శుక్రవారం మధ్యాహ్నం 1 నుంచి 3 గంటల వరకు నమాజ్ చేసుకోవడానికి అనుమతి ఉంది. అయితే హైకోర్టు తాజా తీర్పుతో ఇప్పుడు హిందువులకు ఏడాది పొడవునా పూజలు చేసుకునే హక్కు లభించింది.

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