



epaper.vaartha.com

WWW.VAARTHA.COM



fb.com/vaartha Digital

Published from Nizamabad, Hyderabad, Vijayawada, Visakhapatnam, Rajahmundry, Guntur, Ongole, Warangal, Tirupathi, Kadapa, Kurnool, Anantapur, Karimnagar, Mahabubnagar, Khammam, Nellore, Nalgonda, Tadepalligudem, Srikulam

21-6-2026 ఆదివారం సంపుటి: 32  
సంచిక: 141 పేజీలు: 10+4 వెల: 8.00

## నేడు ప్రపంచమంతా 'యోగ ముద్ర'

కోల్కతాలో ప్రధాని మోడీ, రాష్ట్రాల్లో గవర్నర్లు, ముఖ్యమంత్రులు

### 190 దేశాల్లో 'యోగా డే'

న్యూఢిల్లీ, జూన్ 20: ప్రపంచదేశాల్లో ఇప్పటికే అమలుచేస్తున్న అంతర్జాతీయ యోగాడేను ఆదివారం దేశవ్యాప్తంగా నిర్వహించేందుకు కేంద్రం సన్నాహాలుచేస్తోంది. కామన్ యోగాప్రోటోకాల్ ఆధారంగా దేశవ్యాప్తంగా ఒకే సమయంలో యోగాను నిర్వహిస్తారు. యోగా సంగం షోర్ట్ ఏర్పాటుచేసిన కేంద్రం యోగాడేలో పాల్గొనే వ్యక్తులు సంస్కృతముఖలు, అన్నివర్గాల ప్రజలు ఈ షోర్ట్లో నమోదుచేసుకోవాలని విజ్ఞప్తిచేసింది. 21వ తేదీ అంటే ఆదివారం ప్రధానిమోడీ కోల్కతాలో యోగాడేలో పాల్గొని యోగాసనాలు ఇతర అభ్యాసకులతో కలిసి ఆచరిస్తారు. అలాగే రాష్ట్రాల ముఖ్యమంత్రులు, గవర్నర్లు, బిజెపి పాలితరాష్ట్రాల్లో పార్టీ కేడర్, ఎమ్మెల్యేలు, ఎంపీలు మొత్తంకా యోగాడేలో >>2

## హార్ముజ్ మళ్లీ క్లోజ్

లెబనాన్పై ఇజ్రాయెల్ దాడులు  
ఓప్పంద ఉల్లంఘనతో జలసంధిని మూసేస్తున్నట్లు ఇరాన్ ప్రకటన

టిఫ్రూస్, జూన్ 20: దక్షిణ లెబనాన్పై ఇజ్రాయెల్ జరిపిన దాడులను ఆమెరికాతో కుదిరిన ఒప్పందానికి విరుద్ధంగా జరిగిన వర్షాలుగా పేర్కొంటూ, కీలకమైన హార్ముజ్ జలసంధిలో మరోసారి నౌకా రాకపోకలకు మూసేస్తున్నట్లు ఇరాన్ కేంద్ర సైనిక కమాండ్ శనివారం ప్రకటించింది. ఇరాన్ ప్రభుత్వ టెలివిజన్ ప్రసారం చేసిన ప్రకటనలో సెంట్రల్ హెడ్ క్వార్టర్స్ శాతమ్ అల్ అన్బియా మాట్లాడుతూ, హార్ముజ్ జలసంధి >>2

## 22, 23న ఢిల్లీలో ఉంటా.. రండి.. అశ్వినీ వైష్ణవ్ ను కలుద్దాం

కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డికి సిఎం రేవంత్ మరో బహిరంగ లేఖ

ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, జూన్ 20: హైదరాబాద్ మెట్రో రైల్ పెండింగ్ అంశాల పరిష్కారానికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మరో అడుగు ముందుకొంది. హైదరాబాద్ మెట్రో రైలు అంశంపై కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డికి తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి శనివారం సాయంత్రం మరో బహిరంగ లేఖ రాశారు. మెట్రో ఫేజీ2, ఐఆర్ ఎఫ్ఎస్ పైనాన్సింగ్ కు సంబంధించిన అంశాలపై కేంద్ర రైల్వే మంత్రి అశ్వినీ వైష్ణవ్ తో భేటీ ఏర్పాటు చేయాలని ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్ రెడ్డి >>2

నీట్ లి ఎగ్జామ్ కు అంతా రెడీ >>2

అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం  
యోగా పిలుపు

ప్రాథమికంగా, మన భారతీయులం మహర్షుల వారసులం. కాలం మనల్ని వర్ణాలుగా, కులాలుగా, సమాజాలుగా విభజించి ఉండవచ్చు. కానీ కృతఘ్నత అనే పాపాన్ని నివారించడానికి మనం మన పూర్వీకులకు రుణపడి ఉండాలి. అందువల్ల, మనమందరం కలిసి యోగా సాధన చేద్దాం - ప్రతి గ్రామంలో, నగర పరిసర ప్రాంతాలలో 10, 20, 50, లేదా 100 మందితో సమాహాలను ఏర్పాటు చేసుకోండి మరియు మరొక మందికి స్వార్థినిచ్చేందుకు ఈ సమావేశాల ఫోటోలు మరియు వీడియోలను సోషల్ మీడియాలో పంచుకోండి.

మీరు స్వయంగా ప్రతిజ్ఞ చేసి, యోగా, ఆయుర్వేదం మరియు స్వదేశీ ద్వారా ఆత్మనిర్ధర భారతదేశాన్ని నిర్మించడానికి ఇతరులను ప్రేరేపించండి.

**వ్యతిరేకత** - యోగా, ఆయుర్వేదం, స్వదేశీ మరియు సనాతన సంస్కృతులను తీవ్రంగా వ్యతిరేకించి, నాశనం చేసే కుట్రలో అనేక దుష్ట శక్తులు చురుకుగా ఉన్నాయి. నిజమైన జాతీయవాద సనాతన ఆత్మలు ఈ దేవాసుర సంగ్రామంలో (మంచికి, చెడుకు మధ్య జరిగే యుద్ధం) లేదా ధర్మయుద్ధంలో (ధర్మ కోసం జరిగే యుద్ధం) పతంజలి మరియు పూజ్య స్వామి రామ్ దేవ్ జీతో మనస్ఫూర్తిగా ధృఢంగా నిలబడాలి. ఎక్కడ ధర్మం (న్యాయం) ఉంటుందో, అక్కడ విజయం ఉంటుంది; సత్యం మాత్రమే జయిస్తుంది. (యతో ధర్మః తతో జయః, సత్యమేన జయతే)

**దోషి** - ఆక్స్ ఫామ్ అంతర్జాతీయ నివేదిక మరియు ఇంటర్నెట్ లో లభించే వివిధ ఇతర ప్రామాణిక మూలాలను ఏపి (AI) సాధనాలను ఉపయోగించి పరిశీలించడం ద్వారా, కేవలం గత 200-250 సంవత్సరాలలోనే విదేశీ కంపెనీలు మన దేశాన్ని 100 ట్రిలియన్లకు పైగా డోలరుకున్నాయని నిర్ధారించుకోవచ్చు. బహుళజాతి కంపెనీలు, మెకాల్ విద్యా విధానం మరియు సాంస్కృతిక అణచివేత ఈ మహోన్నత భారతదేశాన్ని వినాశం అంచుకు నెట్టాయి. 500-1000 సంవత్సరాల క్రితం నాటి మన స్వర్ణయుగాన్ని స్మరించుకుంటూ, భారతదేశ వ్యతిరేక శక్తులకు ఓడించి, మన ఋషులు (ఋషులు మరియు ఋషుకులు) అమరవీరుల ఆశయాలు సాకారం చేసుకుంటూ, ఒక వైభవోపేతమైన మరియు అభివృద్ధి చెందిన భారతదేశాన్ని నిర్మించడానికి మనం అవిశ్రాంతంగా, విక్రంగా కృషి చేద్దాం.

**పతంజలి యొక్క సారాంశం** - పూజ్య స్వామి రామ్ దేవ్ జీ, ఆచార్య శ్రీ బాలకృష్ణ జీ వారి అవిశ్రాంత కృషి ద్వారా మరియు పతంజలి సంస్థ ద్వారా, యోగా, ఆయుర్వేదం, స్వదేశీ మరియు సనాతన సంస్కృతుల వైభవం అప్పుడు యావత్ ప్రపంచానికి చేరింది. ఈ మహాత్మర సేవా కార్యక్రమానికి పతంజలి లక్షల కోట్ల రూపాయల భారీ మొత్తాలను విరాళంగా అందించింది. దాదాపు 10,000కు పైగా పరిశోధనా విధానాలను పాటిస్తూ, పతంజలి విద్యాసంస్థలు 500కు పైగా పరిశోధనా పత్రాలను అంతర్జాతీయ జర్నల్స్ లో ప్రచురించారు. పతంజలి గురుకులం, ఆచార్యులం, పతంజలి విశ్వవిద్యాలయం, భారతీయ శిక్షా బోర్డు (BSB), పతంజలి కెరీర్ అకాడమీ, పతంజలి సివిల్ సర్టిఫికేషన్ అకాడమీ (PCSA), పతంజలి ఆరోగ్య సంక్షేమం, పతంజలి యోగగ్రామ్, నిరామయం, పతంజలి రీసెర్చ్ ఫౌండేషన్ మరియు గోశాలలు వంటి సంస్థలను కలిగి ఉన్న పతంజలి దేశవ్యాప్త నెట్వర్క్ లోని లక్షలాది మంది స్వచ్ఛంద కార్యకర్తల నిస్వార్థ అంకితభావం మరియు తపస్సుతో ఒక చారిత్రాత్మక సేవా కార్యక్రమం కొనసాగుతోంది. వందలాది మంది తాపసులు తపస్సు, లక్షలాది కర్మయోగుల నిస్వార్థ సేవ, మరియు కోట్లాది తోటి పౌరుల మద్దతు మా బలం. మా చివరి శ్వాస వరకు మా సర్వాస్యాన్ని మాతృభూమికి, మానవాళికి సేవకే అంకితం చేయాలన్నదే మా దృఢ సంకల్పం.

సేవ చేయడానికి మరియు యోగ సాధనాలను, అలాగే శ్రీరాముడు, కృష్ణుడు మరియు శివుని సాధనాలను ఆచరించడానికి పతంజలితో అనుసంధానం అవ్వండి. సనాతన ధర్మాన్ని ఆచరించాలి, కేవలం బోధించకూడదు.

అన్ని మరియు ఇండియా టీవీ వంటి ఛానెళ్లను చూడటం ద్వారా లేదా యూట్యూబ్ లోని కంటెంట్ ను యాక్సిస్ చేయడం ద్వారా యోగా సాధనను రోజువారీ అలవాటుగా చేసుకోండి.

Everyday 5:00 am to 7:30 am and 8:00 pm

Everyday 9:00 am

Everyday 8:00 am

Swami Ramdev | Acharya Bal Krishna

పతంజలి వారి పరిశోధన ఆధారిత ఆరోగ్య ఉత్పత్తులు, మందులు, అలాగే స్వదేశీ ఉత్పత్తులైన ఆవు నెయ్యి, దంత్ కాంఠి, తేనె, కేశ కాంఠి, షుగర్, జ్యూస్ లు కొనడానికి, గూగుల్ లో "పతంజలి సెర్చ్ నియర్ మీ" అని వెతకండి. ఈ ఉత్పత్తులు దేశవ్యాప్తంగా ప్రధాన సెంటర్స్ లో లభిస్తాయి. ఒకవేళ అక్కడ లభించకపోతే, వాటిని అందుబాటులో ఉంచమని మీ దురూహదారుడిని కోరండి.

మరిన్ని వివరాల కోసం, పతంజలి ప్రధాన సంస్థల వెబ్ సైట్ లను సందర్శించండి.

సంపూర్ణ ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అనుభవించడానికి పతంజలి వల్లెన్ సు సందర్శించండి; నమోదు కోసం, దయచేసి సంప్రదించండి:

**8954-666-111**

భారతీయ శిక్షా బోర్డు మరియు పతంజలి సివిల్ సర్టిఫికేషన్ అకాడమీకి సంబంధించిన విచారణల కోసం, సంప్రదించండి:

**8954-555-999**

## THE GRAND VITARA ASPIRION EDITION

Includes everything you aspire for.

BACK DOOR GARNISH

REAR LED GARNISH

RR GARNISH

HOOD EMBLEM

NOW AVAILABLE AT  
**₹13 99 900\***

SCAN TO CONNECT TO A SHOWROOM NEAR YOU

\*Applicable T&C available at your nearest dealership. Ex-showroom price ₹13 99 900 for Grand Vitara Aspirion Edition, exclusively available in the Zeta (O) and Alpha (O) variants. Creative visualisation. Images used are for illustration purposes only. Features and accessories shown may not be part of the standard fitment. Black glass shade on the vehicle is due to lighting effect. Offers may vary and are subject to availability of stock. Maruti Suzuki India Limited reserves the right to discontinue an offer without further notice. Finance options available at the sole discretion of financier.

















