

# సాష్టాంగం

పిల్లలూ మనం పూజ అయిపోయాక భగవంతుడికి సాష్టాంగ నమస్కారం చేస్తాం కదా. సాష్టాంగ నమస్కారానికి ఒక పద్ధతి ఉన్నది. అది ఎలా చెయ్యాలో ఇప్పుడు చూద్దామా ?

కండ్లు

శిరస్సు

వాక్కు

రెండు చేతులు

రెండు పాదాలు

ఠాము

వీటిని అష్టాంగాలు అంటారు. పెద్దవారికి, భగవంతుడికి నమస్కారం చెయ్యవలసి వస్తే ఈపై ఎనిమిది అవయవాలు భూమికి నోకేటట్టు సాగిల పడాలి. అదే సాష్టాంగ నమస్కారం అవుతుంది.

మరి, ఇక భగవంతుడికి మనఃస్ఫూర్తిగా సాష్టాంగ నమస్కారం చేసి కావలసిన కోరిక కోరుకోండి. ఆయన మీకు కావలసిన కోరిక ప్రసాదిస్తాడు.

Keywords: sAshTAnga namaskAram, ashTa angAlu, ashTAngAlu,