204259

ఆర్యమతరహస్యబోధినీగ్రంథమాల. సంఖ్య ౧

సంపాదకుఁడు.
ముదిగొండ నాగలింగశాస్త్రి.

ఆర్యధర్మ ప్రత్యక్షఫలబోధిని

గ్రంథకర్త:
ముదిగొండ నాగలింగశాస్త్రి.

శ్రీ

శివాభ్యాంనమః

ఆర్యమత రహస్యబోధిని గ్రంథమాల. ౧-వ సంఖ్య.

ఆర్యధర్మప్రత్యక్షఫలబోధిని.

ఇయ్యది

తెనాలిపురివిరాజమానసంస్కృత
కలాశాలాసాహిత్యవ్యాకరణోపాధ్యాయుఁడు

ముదిగొండ నాగలింగశాస్త్రిచేత

రచింపఁబడి ప్రకటింపఁబడియె.

తెనాలి

శ్రీవిద్యాగణపతిముద్రాక్షరశాలయందు
ముద్రింపఁబడియె.

౧౯౨౩

కాపీరైటు రిజిష్టర్డు]

[వెల రు ౧—౦—౦

శ్రీ

శివాభ్యాంనమః.

భూమిక

ఆర్యసర్వులారా,

వేదశాస్త్రవిహితము లగుధర్మములకు ననంత మగు నాముష్మికఫలము కలిగియుండుటగాక యైహికఫలంబును గలదని సూక్ష్మమతు లంగీకరించుచునే యున్నారు. అయినను నాముష్మికఫలముకంటె నైహికఫలము స్వల్పమైనదగుటను, లౌకికజనులు పరలోకశ్రద్ధాశూన్యు లగుటను, ధర్మముల కైహికఫలము కలదని నిరూపించుట పూర్వాచార్యుల కనావసర మయ్యెను. ఇప్పుడైననో పరలోకవిశ్వాసము విరళమైనందున నది యావశ్యకమని తోచెడిని,

మఱియు, పరలోకవిశ్వాసము మిక్కుటముగా నున్న కాలముననె ధర్మానుష్ఠానమునకు ప్రభునిర్బంధంబు నపేక్షితమై యుండినట్లు చరిత్రలవలన దెలిసెడిని, ఇప్పు డట్టిసాహాయ్యకంబు లేమిం జేసియు ధర్మమున కైహికఫలప్రదర్శన మత్యవసరముగాం గనుపట్టుచున్నది.

ధర్మమున కైహికఫలంబుం గలదనువేడ మహాత్ములసమ్మతియు నున్నదనుటకు నొకనిదర్శనము గనుడు.

ఆచమనము మొదలుకొని స్నానానుష్ఠానము చేయునప్పు

డెల్ల 'అంతర్జానుకరః' మోకాళ్లకులోపలనే చేతుల నిడికొని యుండవలయునని మహర్షు లందఱు వచించియున్నారు. అంతట నిట్టియాచారంబు ననుభవసిద్ధమై యున్నది. దీని క్షేమి ప్రయోజనమని యాలోచింప, నాడీదర్పణ మను వైద్యశాస్త్ర గ్రంథమున,

శ్లో॥ త్యక్తమూత్రపురీషస్య సుఖాసీనస్య రోగిణః।
అంతర్జానుకరస్యాపి నాడీ సమ్యక్ప్రసీదతి॥

మలమూత్రోత్సర్జనము నొనరించి, మోకాళ్లలోపల చేతులనిడికొని సుఖాసీనుఁడై యున్నవానికి నాడి నిర్మలముగా నుండునని వచింపఁబడియున్నది. దీనింబట్టి మహర్షులును వైద్యరహస్యంబు మనంబున నిడికొనియె ధర్మముల విధించుచున్నారని తెలియుచున్నది.

దానింబట్టి, వైద్యశాస్త్రకర్తలును, ధర్మశాస్త్రకర్తలును జనులకు శరీరారోగ్యరూపఫలము లభింపఁజేయునెడ నేకాభిప్రాయులని తెల్లముగు. ఇం దొకవిశేషము కలదు. వైద్యశాస్త్రకర్తలు మిథ్యాహారవిహారములచే రోగగ్రస్తులైనవారి రోగముల నివర్తింపఁజేయు నుపాయంబుల వచించి యున్నారు. ధర్మశాస్త్రకర్తలైననో మిథ్యాహారవిహారములు లేకుండునట్లు తగునియమముల విధించి రోగంబులు రాకుండుటకే తగు నుపాయంబుల గనిపెట్టి యున్నారు. కావుననె ధర్మములయందై

హికఫలము సూక్ష్మదృష్టిగ్రాహ్య మగుచున్నది. రోగమువ చ్చినమీఁద నౌషధముచే రోగము నివర్తింపగా నౌషధఫలము ప్రత్యక్షమైనట్లు రోగము రాకుండఁజేయుకర్మములయొక్క ఫల ము ప్రత్యక్షము కానేరదుఁగదా?

ఇట్లు వీరుభయులు ప్రజలయారోగ్యమునెడ నేకాభిప్రా యు లగుటయెగాక, ఆముష్మికమునెడను నేకాభిప్రాయులే. ఎట్లనిన,

భక్తిజ్ఞానములకు కర్మము సాధన మని సర్వమతస్థులు నంగీకరించుచునే యున్నారు. శరీరారోగ్యము లేనిది భక్తిని గాని, జ్ఞానమునుగాని సాధింప వలనుపడదుగాన నారోగ్యవిధా యకము లగునౌషధంబులును, అట్టికర్మంబులును భక్తిజ్ఞానంబు లకు సాధనంబు లయ్యెడిని. ఇట్లు ప్రజలు ఆరోగ్యలాభము ద్వారా భక్తిజ్ఞానముల నొంది శాశ్వతసౌఖ్యము గాంచుటె శాస్త్రకర్తల మనోగత మగును. దీనింబట్టి ప్రజలయెడ మ హర్షులకుం గలకారుణ్యము నెద్దానితోఁ బోల్ప నగు నో యెఱుంగను.

ఒక్కరోగమును కుదిర్చినవైద్యుఁడు నూరురూప్యముల గ్రహించియు సంతస మొందఁడు. అట్టియెడ సకలరోగనివారక ములై శాశ్వతసౌఖ్యసాధనము లగు శాస్త్రముల మన కొసం గిన మహర్షుల మహోఋణము నేమిట దీర్చుకొన నగును?

శరీరశోధకము లగుస్నానాదికర్మములె గాక చిత్తశోధకము లగుజపాదికర్మంబులును గొన్ని కలవు. కావున, కర్మములకు చిత్తశుద్ధిజనకత్వమును పూర్వాచార్యు లంగీకరించియున్నారు.

మఱియు, కర్మంబుల కదృష్టఫలంబుం గలిగియే యున్నది. అట్లైనను నిందుదృష్టాంశమునకుమాత్రమే యారోగ్యరూపత్వము చెప్పఁబడియెగాన వీనిఫల మైహికము మాత్రమే యగునా యని యొరులు మాపైదండెత్తం బనిలేదు. ధర్మమున కైహికఫలంబులు గలదనుటకు, మహాభారతము, శాంతిపర్వమున,

శ్లో॥ యథా యథాహి సద్వృత్త మాచరన్తీతరే జనాః
తథా తథా సుఖం ప్రాప్య ప్రేత్యచేహ చ మోదతే॥

జనులు సదాచారము నాచరించినకొలది యిహమునను పరమునను సుఖమొందుదురని చెప్పఁబడియున్నది. కాన నీయుద్యమము మహర్షిసమ్మతమే యగు.

ఇట్లు ఆత్మనిశ్చయము, జన్మాన్తరనిర్ణయము, కర్మరహస్యము, ఈశ్వరానుమానము, విగ్రహారాధనము, పరలోకవివరణము, మొదలగునార్యమత పరమసిద్ధాంతములను శాస్త్రానుకూలము లగుయుక్తులచేతనె నిరూపించునార్యమతరహస్యబోధకము లగుగ్రంథములను క్రమముగా ప్రకటింపవలయునను కు

తూహలముచే, నార్యమతరహస్యబోధిని యనుగ్రంథమాలను నెలకొల్పి యిందీగ్రంథము ప్రథముగాఁ బ్రకటింపంబడియె. హిందువులకే ఆర్యు లనుసంజ్ఞ గావున ఆర్యమతమన హిందూమతమనియే గ్రహింపవలయు.

కావున, మతాభిమానధను లగునార్యవర్యు లీగ్రంథమాలకు పోషకులుగను, చందాదారులుగను తోడ్పడి నిజమత ప్రభావమును లోకమున వెలయింపఁజేసి తన్మూల మగుపరమేశ్వరానుగ్రహమునకు భాజనులై శాశ్వత మగుకీర్తిని, అనవధికము లగునిహపరసుఖములను గాంచుదురుగాక.

ఇట్లు,
ఆర్యజనపోషణైకకార్యుఁడు
ముదిగొండ నాగలింగశాస్త్రి
సాహిత్యవ్యాకరణోపాధ్యాయుఁడు
సంస్కృతకలాశాల
తెనాలి.

శ్రీ

శివాభ్యాంనమః

ఆర్యధర్మప్రత్యక్షఫలబోధిని.

నిత్యకాండము ఉషఃప్రకరణము.

క॥ ఉదధిగిరి కన్యకాంచిత ।
హృదయార్థ శరీర మదనహితహాతినిరతా ।
ఉదధిగిరి రమ్యసౌధా ।
యుగళితపదితానిజబోధ హరిహరనాథా ౧

క॥ ధర్మశాస్త్రములం గలధర్మమ్ములకు ।
నైహికాముష్మికఫలద్వయంబుగలదు ।
మునులచేఁ జెప్పఁబడునట నాముష్మికంబు ।
ప్రకృతమయ్యె వచింప నైహికఫలంబు॥ ౨

సమస్తమగుధర్మశాస్త్రములయందును జెప్పంబడినధర్మముల కన్నింటికిని ఐహికము, ఆముష్మికము అనురెండుఫలంబులును గలవు. అందాముష్మికమగుఫలము ధర్మశాస్త్రముల యందు స్పష్టముగఁ జెప్పఁబడి యున్నదియే. ఇందు ముఖ్యముగ నైహికఫలము నిర్దేశింపఁబడియెడి. అందు మొదటిదిగాన నుషఃకాలమునఁ జేయ నగుకర్మముల ప్రయోజనము నిరూపించుట ప్రకృతము.

నిదురలేచుట

సూర్యుం డుదయించుటకు మునుపు నైదు గడియలుగల కాలమునకు ఉషఃకాల మనిపేరు. ఆసమయమున దేవతలకు, పితరులకును సమాగమము గలిగియుండుటవలన నప్పుడు నిదురింపఁగూడదని స్మృతులయందుఁ జెప్పఁబడియున్నది. రాత్రికిఁ బితరు లధిదేవతలు. పగటికి దేవత లధిదేవతలు. ఉషఃకాలము పగటికి రాత్రికిని సంధికాలము గావున నప్పుడు దేవతలకుఁ బితరులకును సమాగమము గలుగు. అపుడు నిద్రించునెడ దోషము సంభవించునని హేమాద్రి మొదలగువారిచేఁ బ్రాయశ్చిత్తము విధింపఁబడినది. అందునకుఁ బ్రయోజనము పిదపఁ జెప్పంబడు. అపుడు నిద్రబోవకుండుటమాత్రమే కాదు. ఇఁక పరమేశ్వరుఁ బ్రార్థింపవలయు. పగలు జేయనగుకృత్యము నాలోచింపవలయు. బాహ్యమున కేగవలయు. ఇట్లు చేయునెడ గొప్పఫలము కలదని మునుల యభిప్రాయము. క్రమముగ వానిప్రయోజనము లేమనగా? కాలమును బట్టి కర్మములు విధింపఁబడినవి. అందుచేఁ గాలస్వభావము నెఱింగినఁగాని కర్మములయొక్క ప్రయోజనము తేటపడదు కావున నాకాలముయొక్క స్వభావము నిరూపింపఁబడుచున్నది. సూర్యుం డుదయించినవాఁడై తనకిరణములచే భూమిని తపింపఁజేయుచున్నాఁడు. ఆతాపము సూర్యుం డస్తమించువఱకు పరిపూర్తి నొందును. పిదపఁ జంద్రాది గ్రహముల కిరణములచే గ్రమముగ నాతాపము ఉషఃకాలము

దనుకఁ జల్లారుచుండును. సూర్యుఁ డుదయింపఁదిరుగఁ దాపంబు గలుగు. అందువలన నుషఃకాలంబునఁ జల్లదనంబు పరిపూర్తి నొందెడిని. అప్పటిచల్లదనము పవలుగాని రాత్రిగాని యెప్పుడును సంభవింపదు. అందును నాల్గైదుగడియలలో నడుమ శైత్యమునకుఁబరమావధియైన యేసూక్ష్మకాలము కలదో అదియే స్నానకాలమని చెప్పఁబడుచున్నది.

ఏలన్న, రాత్రియందు నింద్రియములకుఁ బ్రచార మడఁగి యుండ మనుజుఁడు నిద్రించును. అప్పుడు లోనినుండి వెడలు నిట్టూర్పులవలన ముక్కు కనులు రోమకూపములు మున్నగు వానినుండి మలములు వెడలుచుండును. అవి రాత్రులయందు ద్రవరూపముననే యుండును. ఇట్లు కనులు మున్నగువానియందు మలములు స్పష్టముగఁ గానవచ్చుచునేయున్నవి. ద్రవముగానున్న యామలములు సూర్యకిరణసంబంధమువలన గట్టిపడగలదు. అట్లు గట్టిపడునెడ నాయాయింద్రియగోళములయందనేక రోగములు జనించును. అవి గట్టిపడకుండుటకుముందు వానిని గడిగివైచునెడ నింద్రియగోళముల కేవిధమగు జబ్బును కలుగనేరదు. ఈకారణముననే "ఉషసి దివా చనిద్రా, ఉషసి మధ్యాహ్నేచ నిద్రా," అని యుషఃకాలమునను పవలును నిద్రించుట నేత్రరోగోత్పత్తికి హేతువుగా నిరూపింపఁబడియున్నది. మఱియు నొక్కని శయ్యపై వేఱొకఁడు పండుకొనఁగూడదనియు ఒక్కని వస్త్రమును వేఱొకఁడు ధరింపఁగూడదనియు నీకార

ణామున నేయేర్పడినది, ఒక్కఁడు పండుకొనిన ప్రక్కయందు
గాని కట్టుకొనిన వస్త్రమందుగాని వాని మలములు చేరియుం
డుట నన్యునిమల సంబంధముచే గొప్పయనారోగ్యము కలుగు
ననియెంచి యిది నిషేధింపఁబడియె. కంటిజబ్బు గలవానికి నుష్ణా
తిశయమున కంటిపుసి గట్టిపడుటచే రెప్పలంటుకొనుటయు
నపుడు చల్లనినీరుచేఁగడిగివేయునెడ కనులు తెరపిడినొందుట
యు ననుభవసిద్ధము. ఇట్లు పగటినిద్ర మహానర్థకరమనియెం
చి నిషేధింపఁబడియె. ఇట్లుషఃకాలమున మేల్కనుట కేవలము
పరలోకసుఖమునకేకాదు. ఇంకఁ గొప్పది యగునైహికసుఖ
మునకు గూడనని తేటపడుచున్నది. అప్పుడు వెలుతురులే
నందున కన్ను తెరువఁబడినను విషయమును గ్రహింపనేరదు
గాన మూయఁబడినదానితో తుల్యముగనుండును. ఇంద్రియ
వ్యాపారమునఁ బ్రవేశింపని సమయముననే ఇంద్రియగోళమును
సంస్కరించుట యుక్తము. ఆసంస్కార మిదియని ముందు
స్పష్టమగును. ప్రకృతము ననుసరింతము. ఆసమయమునకు బ్రా
హ్మముహూర్తమని పేరు. అనగా బ్రహ్మ జగమునుగలిగించునట్టి
లేముహూర్తము జగత్సంబంధ మగువ్యాపారమును గలుగఁజే
యుననియర్థము. అప్పుడు నిద్రలేచి మొదట పరమేశ్వరుని
నామమును స్మరించుట, అద్దేవుని ధ్యానించుట, పిదపఁ బగటికృ
త్యముల నాలోచించుట మున్నగునాచారములుగలవు. ఇది
యుక్తమే, రాత్రియందుఁజాలకాలమునుండి యింద్రియములు

నిర్వ్యాపారముగా విశ్రమించియున్నవి. వానిని తిరుగ వ్యాపారమునఁ బ్రవేశపెట్టునపుడు ప్రాణులకృత్యములు తెలియుచుగా భంగపాటుగలవి కావున సర్వప్రాణులయందు దయఁగలవాఁడును, సర్వప్రేరకుఁడును నగుపరమేశ్వరుని మొదటఁ బ్రార్థించుట అత్యావశ్యకమగు. ఇదియకదా ఆస్తికచిహ్నము. పిదప వేదము జదువవలయు. అపుడే యేలఁజదువవలయు ననఁగా, అప్పుడు వెలుతురు లేమిచే నింద్రియములకు విషయసంపర్కము గలుగమికతన మనసు ఇంద్రియవ్యాపారమునఁ బ్రవర్తింపదు. దానబుద్ధిశక్తియంతయు స్వస్థమైయుండు. అందుచేత నాసమయమున మనసు దేనిదేని నభ్యసించునో దానిదాని గ్రహించి తిరుగ మఱవకుండును. ఇందుచే నీకాలము జ్ఞప్తిశక్తికి మిగుల నుపయోగించునది యనియెంచి నేర్పఁదగిన సకలవిద్యలును నపుడు నేర్పఁబడుచున్నవి. అందువలననే కాళిదాసుఁడు శ్లో॥ సతతమపరరాత్ర ప్రాప్తనిద్రావసానాః కవయ ఇవ మహీపాశ్చింతయంత్యర్థజాతం॥ రాజులు వేకువజామున నిదురమేల్కాంచినవారలై కవులు పదార్థముల నాలోచించునట్లు కార్యముల నాలోచించుచున్నారు. అని చెప్పినవాఁడాయె. పగటికృత్యముల నపుడే యాలోచింపవలయు ననుటకు నిదియే నిదర్శనము. బుద్ధిశక్తి స్వస్థముగా నుండుటయే దానికి కారణంబగు.

బైలునకేగుట

ఇఁక మీఁద సూర్యోదయముకంటె ముందు ద్రవీభూతములు (తడివి) అగుమలములనుఁ బోఁగొట్టుకొనుమార్గము ప్రస్తా

వింపఁబడుచున్నది. పగటికృత్యముల నాలోచించిన వెనుక మలోత్సర్జనమునకై యీశాన దిక్కున కభిముఖముగాఁ బోవలయు. ఏలన, భూమండలమున ధ్రువశక్తి ఉత్తరపుదిశనుండి దక్షిణపుదిశను పొందుచున్నది. ఈయంశము సన్నదికొనఁ గలదియై మఱియే వైపునకుఁ ద్రిప్పినను నుత్తరపుదిశకే దిరుగు డళసూచి (కంపాసు) చే తెలియుచున్నది. ఆధ్రువశక్తి శరీరమునను ప్రక్కన సోకునెడ దానిచే శోధింపఁబడినదై శరీరము మిగుల నైర్మల్యము నొందుచున్నది. ఎటులన, రాత్రియందు నిర్వ్యాపారముగా నుండిన కాలుసేతులు మొదలగువానికి బ్రచారము గలుగుటచే సంధులయందు స్థిరముగానుండినమలము లప్పటివాయువుచే బైలువెడలుటయు, విద్యుచ్ఛక్తిప్రక్కనాడులగుండ లోనఁబ్రవేశించి నాడులను కదల్చుటయు, అట్లు కదల్పఁబడిననాడులనుండియు, నడుచుటచే గదలినమలాశయమునుండియు మలములు వెడలుటచే శరీరము మిగుల నైర్మల్యము నొందును.

ఇందువలన ఈశానదిక్కునకుగాని, నిర్ఋతిదిక్కునకుగాని అభిముఖముగాఁబోవునెడ విద్యుచ్ఛక్తి ప్రక్కనుండి శరీరముఁ బ్రవేశించుటచే శరీరము నైర్మల్యము నొందునని యోచించుట్లువిధింపఁబడియె. ఇఁకతూర్పుదిశకుగాని, పశ్చిమదిశకుగాని అభిముఖముగాఁబోవునెడ అపుడును విద్యుచ్ఛక్తి శరీరమునఁ బ్రవేశించివస్తిని శోధించుగాని ప్రతిబంధింపదు. అందువలనను శరీరమునకు నైర్మల్యమె కలుగును. అయినను ద్రవీభూతము లగుమలములు

సూర్యకిరణసంపర్కమువల్ల నపుడేగట్టిపడఁగలవు. మలములుగట్టిపడునెడ చర్మరోగములు గలుగుగావున "ననూర్యాభిముఖంమలం" సూర్యున కెదురుగా మలమునువిడువఁగూడదని మునులునిషేధించిరి.

మలవిమోకకాలమున మాటాడునెడ నోరుదెరుచుటవలన మలవాసన లోనఁబ్రవేశించును. మలవాసనయన మలముయొక్క పరమాణువులు. అట్టి యమువలన నపుడు మౌనము విధింపఁబడియెను.

మలోత్సర్జన మపాన వాయువుచేఁ జేయఁబడు. అపుడు ప్రాణవాయువును కొంతనిరోధించినగాని అపానవాయువు నిజశక్తియుతమై తనకృత్యమును నెరవేర్పఁజాలదు. అందుకై ప్రాణమునునిరోధింప నాప్రాణవాయువు లోననేకదలుచుండి స్వభావమువలన పైకిలేచునది కావున శ్వాసప్రణాళికల యందుండు మలముల నూర్ధ్వకపాలమున కొందించును. అపుడు రోమకూపములవల్లనుండి వెడలుచు తనయందుండుమలములను రోమకూపములయందునిలుపును. దానంజేసి బట్టతలమున్నగురోగములు గలిగెడిని. కావున నపుడు శిరమునకు వస్త్రము చుట్టుకొనవలయు. అటులైన వస్త్రము స్వభావమున మలముల నాకర్షించునది కావున శ్వాసప్రణాళికలయందుండు మలములనాకర్షించును. ఇందుకనియే వస్త్రము శిరమునకుఁ జుట్టుకొనవలయునని మునులువచించిరి.

మఱియు, మలదుర్గంధము లోపలప్రవేశించునను భ

యమునసే విశేషించి వస్త్రముచే ముక్కును, మూతిని చుట్టు కొనవలయునని చెప్పిరి. అట్లువస్త్రము చుట్టుకొననియెడ దుర్గంధము లోపల ప్రవేశించును. దానివలన ననేకరోగము లుత్పన్నము లగు. అందునకై యట్లు విధింపఁబడియె.

అపుడు ద్విజుఁడు యజ్ఞోపవీతమును కుడిచెవ్పన ధరింపవలయు. దానికికారణమేమనఁగా, మనుజునకు రక్తాశయము మలాశయముమున్నగునవి శరీరమునకునడుమనేయుండవు. ఇఁక మధ్యభాగము నతిక్రమించి యెడమవైపుననే యుండుచున్నవి. అందువలన భుజించిన వస్తువులుమున్నగునవి పరిణమించుచు నడమప్రక్కనే కదలుచుండును. అచట పరినిష్ఠితమగు నేటరక్తముచే కుడివైపు పుష్టినొందుచుండును. ఆకారణమునసే యెడమవైపునకంటె కుడివైపు శుద్ధరక్తసంబంధమువలన పరిశుద్ధమని గ్రహింపఁబడుచున్నది. ఇందువలననే శ్రుతియు, 'దక్షిణార్ధో బ్రహ్మవర్చసితరః' దక్షిణభాగము శ్రేష్ఠమగు బ్రహ్మవర్చస్సుకలదని ప్రశంసించుచున్నది. ఈవిధమున కుడివైపు అపుడును పరిశుద్ధమైనదే గావున మలవిసర్గ కాలమందు శ్వాసవాయువును నిరోధించుటచే శ్వాసములు లోమార్గమున పైకి లేచునప్పుడు చెవులనుండియు శ్వాసవాయువు వెడలునుగాన అందు కుడిచెవినుండి వెడలు శుద్ధమగు రక్తముతో సంబంధముగలశ్వాసములు నైర్మల్యముగలిగించునవిగావున నుపవీతము నాకుడిచెవియందు ధరింప నధికగుణంబును నిర్దోషతయుకలిగె

డిని. అట్లు ఉపవీతముద్వారా వ్యాపించు నాణ్యము కంఠముచుట్టును వ్యాపించి యందు ద్రవీభూతములగు కఫములను శ్వాససౌఖ్య యుతములుగాఁ జేయగలదని యందునకై యట్లు విధింపఁబడెను.

మలనిశ్శేషనివృత్తికై మృత్తికాదులచే శుద్ధి విధింపబడెను. మల భూయిష్ఠమగుచోట నోరు దెరుచుట సంభవము గాన ముఖమునకు గండూషాదులచే శుద్ధి నిర్దేశింపఁబడెను. అతినైర్మల్యముగోరు యతులు మొలవఱకు స్నానమునే చేయుచున్నారు. ఇఁక పాశ్చాత్యులైనన్నో ఆకులు, కాగితములు, చూర్ణములు, మొదలగు వానిచే శుద్ధి నొనరింతురు. అయినను ఉష్ణాధిక్యముగల దేశమున జలముచే శుద్ధి నొనరించుటయే శ్రేయస్కరమని గ్రహింపనగు.

ఆచమనము

శ్వాసనాడుల శుద్ధికై యాచమనము విధింపఁబడెను.

మలభూయిష్ఠమగు శరీరమున దంతములను శ్వాసములు సంచరించుచుండుటవలన నట్టి శ్వాససంచారముచే శ్వాసనాడులు మలినములైయుండుటం బట్టి యిది యావశ్యకమయ్యెను.

ఆచమన మనఁగా, వ్రేళ్లు ముడిచినందున నావు చెవిని బోలియుండు నఱచేతిలో మినుపగింజ మునుగునంత జలము

ముమ్మారు పుచ్చుకొనుట, పిదపఁ గొన్నియవయవములను వ్రేళ్లతోఁ దాకుటయు నగును. వాని ప్రయోజనము క్రమముగా నిరూపింపఁబడును.

ఆచమనము ఊపిరిగొట్టములగుండ మలములను దొలగించుటకు సాధనమైన ప్రాణాయామమునకు ముందు విశేషసుఖమునకై చేయఁబడుచున్నది, విసర్జింపు నిట్టూర్పు వాయువును పెంపుచేయునదియు, కర్ణమునకు ఘ్రాణమునకు నింపిదియు నగు. భుజింపఁబడు పదార్థము నోటినుండి కుత్తుకరంధ్రమునఁబడి కుక్షిలోఁ బ్రవేశించుచున్నదని స్థూలదృష్టుల కందరకు దెలిసినదే. ఇంక సూక్ష్మదృష్టులైనవారో యాహారగ్రహణరంధ్రమేగాక సూక్ష్మమగు శ్వాసకోశరంధ్రంబును గలిగియున్నదని కనిపెట్టియున్నారు. ఇందే శ్వాసము సంచరించుచుండుగాన దీనికి శ్వాసనాడి యనిపేరు. ఈనాసికకు రెండుప్రక్కల రెండు రంధ్రములు గలవు. ఈరెండు గ్రంథుల నడుమ నుండు సూక్ష్మనాడికి సుషుమ్న యని పేరు. ఇది శ్వాసవాయువు నొకమారు కుడివైపునుండియు, మరియొకమారు ఎడమవైపునుండియు విడుచుచుండును. ఇందుచే నీనాడికి రెండుప్రక్కల రెండు రంధ్రములు గలవని తెలియుచున్నది. ఇందు కుడివైపునుండి శ్వాస మధికముగా వచ్చుచుండునెడ నాడిశరీర మధ్యకోష్ణమనియు. ఎడమవైపునుండి శ్వాస మధికముగా వచ్చుచుండునెడ నధికశీతమనియు యోగశాస్త్రజ్ఞుల నిర్ణయము. ఈకారణముననే

ఎడమప్రక్కనుండు ఇడయనునాడి చంద్రనాడి యనియు, కుడి ప్రక్కనుండు పింగళ యనునాడి సూర్యనాడి యనియుఁ జెప్పఁబడును.

శరీరములోని మలరేణువు లీనాడులనుండి వెడలు శ్వాసములచే నాకర్షింపఁబడి వెలుపలికి ద్రోయంబడుచుండును. వెలుపలనుండు పరిశుద్ధము లగు రేణువులు తిరుగ లోనికిఁబోవు నిశ్వాసములచేత శరీరమునఁ బ్రవేశించి గొప్పయారోగ్యమును గలిగించును. ఆకారణముననే పర్వతాగ్రము, నదీతీరము, బిల్వమూలము మున్నగువానియందు పరిశుద్ధము లగురేణువులు గలవాయువు వుండునని యెంచి యందు తపశ్చర్య విధింపఁబడియె. అట్లే పసుల శ్వాసము సోకు చేసి స్నానము చేయవలయునని చెప్పఁబడియున్నది. ఈకారణముననే సువాసినులగు స్త్రీలు మెడయందును, నాసికయందును బంగారుచేసిన సువర్ణాభరణము ధరింపవలయునని యున్నది. గళమునను గున్న సూత్రదారము గళమున సంచరించు శ్వాసదోషములను చర్మము గూడ వెలుపలికి ద్రోసి సుఖమును గలిగించును. అందు సూత్రదారము పవిత్రముగాను సువర్ణాభరణంబును నారోగ్యము కొఱకే ధరింపఁబడుచున్నవి.

పురాతనాదులయందు స్త్రీలముఖమునుండి వెడలునట్టి శ్వాసముచే పురుషునకనారోగ్యము కలుగునని యెంచి ముని[illegible]లు సభర్తృక లగు సువాసినులు ముక్కున నత్తు

ధరించుట యావశ్యకమని వచించిరి. అటులేని నది పురుషు
ల కేల పనిలేదని యడుగుదు రేమో స్త్రీపురుషులకు శరీరవ్య
వస్థ భిన్నమై యున్నది. స్త్రీలమదరూప మగుబింద్వు కాల
ము దప్పకుండ నివర్తింపఁదగినది. కాని పురుషుల కట్లుగా
దు. ఆకారణముననే స్త్రీవీర్యము దోషముగానె కొందఱిచే
వాతాదులలో చేర్పఁబడియె. ఇట్టిమలసంబంధమువలన స్త్రీ
లశ్వాసంబునధిక దుష్టంబై యుండు. ఈసందర్భములనుబట్టి స్త్రీ
లకు నాసామౌక్తికధరణము నిర్బంధముగా విధింపఁబడియె. అ
చట ధరింపఁబడిన కాంచనము శ్వాసదోషమును హరించును.

మఱియు పురుషునిశ్వాసము స్త్రీలముఖముద్వారా లో
పల ప్రవేశించి వారికి బాధక మగుటకుఁ వీలులేదు. స్త్రీలనా
సానుండియే వారిశ్వాసదోషము నడచినట్లే నాసమునుండి వెలుప
లినుండి లోనఁబ్రవేశించు పురుషునిశ్వాసదోషమునుగూడ హ
రించునుగాన బాధింపదు. ఈకారణముననే పురుషుల కది ని
ర్బంధవిధి కాదయ్యెను. ఇఁక ప్రకృతము విచారింతము.

శ్వాసముచేత నాకర్షింపఁబడినమలములు వెలుపలికిఁబో
వుట శ్వాసనాడియొక్క సంకోచవికాసములవలనగలుగునుగాని
యింకొకవిధమున గలుగనేరదు. అప్పుడు నాడులచర్మము మి
గులమార్దవము నొందినగాని నాడులు ముడుచుకొనుట, విక
సించుట సంభవింపదు. ఎప్పుడును వాయుసంచారముచే నెండి

యున్న శ్వాసనాళమునందు నీటిసంపర్కము లేక మార్దవము సంభవించదు. శ్వాసనాళము మెత్తదనము నొందకున్న మలములను విడువఁజాలదు. శ్వాసమలములఁ బోఁగొట్టుటకు ప్రాణాయామముకంటె నింకొకవ్యాపారము ప్రయోజనకారి కానేరదు. అందువల్లనే యాచమనము కొంచెము ముదకముచే సేయవలయునని చెప్పఁబడెను. జలము నధికముగ పానము చేసిన నది బంధకర మగునుగాని యోగమునకు సాధకము గానేరదు. కావున స్వల్పముగా గ్రహింపవలయునని చెప్పఁబడెను. జలసంపర్కముచేత నాశ్వాసనాడి ముడిచికొనుటకును వికసించుటకును (సంకోచవికాసములకు) సౌలభ్యము గలిగి చల్లనిగాలి నిండుచును వేడిమినపహరించి నాసాగ్రము పొంది యెచ్చుటకున్నం దక పూర్వముండి యున్న వేడిగాలి యూష్మము సంక్రమించి వేడిగాలి యగుచు శ్లేష్మములను నాకర్షించుచు వెలుపలికి వచ్చుచుండును. అందువలన నాచమనము శ్వాసనాళముల శుద్ధిగొనుటకును మలములఁ బోఁగొట్టుటకును నుపయోగించుచున్నది. కావుననే ఆవుచెవిని బలె నరచేతిని ముడిచికొని మినుపగింజ మునుగునంత జలమును గ్రోలవలయును. అంత కెక్కువగాని, తక్కువ గాని గ్రోలినెడ సురాపానముతో సమాన మగునని చెప్పబడినది.

చేతి నావుచెవినిబలె నేల ముడిచికొనవలయు? నని

యుండుగుటచే నని వినుడు. వాతపిత్తకఫలము లనుమూడుదోషములు శరీరమును వ్యాపించియుండుట పలువురకు దెలిసినయంశమే. నాడీనాడులు ప్రత్యేకాంగములకును వ్యాపించియున్నవి. చేతి నాచమనించుటచే తడిసినప్పుడే త్రిదోషములకు సామ్యము సంభవించును. వాతపిత్తకఫములు సమానముగ నుండు హస్తమున నేమాత్రము జలమైన ధరింపఁబడినపిమ్మట పానము చేయఁబడినయుదకము శరీరమును సమదోషముగా నొనరించు ననుట నిర్వివాదము, దోషసామ్యమరోగతా, యనువచనమును బట్టి దోషసామ్యావస్థయే యారోగ్యదశ యగును. కావున నారోగ్యమే ఫలమనుట ప్రసిద్ధము,

మఱియు నాచమనమునకు ఉప్పునీరు, వేడినీరు, బురదనీరును కూడదు. ఇవ్విధ మగునీటియందు మలము లధికముగ నుండుటవలన నివి నిషేధింపఁబడినవి. నిర్మలముగను తేలికగ నుండునట్టి జలమే విహిత మగునది.

ఆచమనము చేయఁగనే దవడలు, కన్నులు, ముక్కు, చెవులు, చేతులు, కడుపు, తల మున్నగు నవయవముల తాకవలయు. బొటనవ్రేలు మొదలగు వ్రేళ్లచే తాకుట దేనికన నాయా ప్రదేశములయందలి వాతాదిదోషముల శాంతికొఱకని యెగ్రహింపవలయు. వ్రేళ్లలో బొటనవ్రేలు ముఖ్యమైనది కాన దానిచేతనే తాకవచ్చును. దీనింబట్టి యాచమనము నిష్ప

ప్రయోజనమున వీలు లేదుగదా. మఱియు మలముల బోగొట్టుటకును సాధన మగు. ఇంతియగాక శ్వాసముయొక్క శీఘ్రగతిని తగ్గించుటకును మూల మగునుగాన నాచమనము ఆయుర్వృద్ధికిని పరమసాధన మగుచున్నది. ఇయ్యది ప్రాణాయామమునకు పూర్వాంగము.

మఱియు సర్వులునకే కర్మములయందు ప్రవేశము గలదగుగాన నైర్మల్యము గలిగించుటకే ఆచమనము సర్వకర్మాంగ మగుచున్నది. మద్యపానము మున్నగువానియందాసక్తిగల వారికి శ్వాసనాడులరంధ్రములు దుర్మలములచే నిండియుండునుగాన సక్తినారికి యాచమనముతో ప్రయోజనము లేదనియెంచి తరుచుగ గర్మానుష్ఠానము చేయువానికి నవుమసంభవించు నశుద్ధిని బోగొట్టుటకై యిది విధింపబడియె. క్రమముగ నాచమనముచేసి శ్వాసమార్గమును శుద్ధిచేసికొనినవారికి నెప్పుడును శ్వాసమార్గములయందు మలములుండనికపోవుటచే దగ్గు, క్షయ మొదలగు శ్వాసరోగములు గలుగవు. ఆరోగములు శ్వాసదోషమువలనను శ్వాసనాడియందు మలములవలనను గలుగుననుసంగము తెలియునెడ నాచమనముకంటె సులభముగ మలములను బోగొట్టుకర్మము వేఱొక్కటి లేదని తెలిసెడిని. దీనిం జక్కగ ననుష్ఠించునెడ క్షయము దగ్గు మొదలగు వ్యాధులు పుట్టనేరవు. కావున మలసంబంధము కలిగినప్పుడును, కర్మహా

రంభించునప్పుడును, ముగించునప్పుడు నాచమనము చేయవల
యు. ఇందు ప్రమాణము యోగశాస్త్రమునందును, వైద్యక
మునందును గలదు. ధర్మశాస్త్రకర్తలును యోగశాస్త్రము
నో, లేక వైద్యశాస్త్రమునో అనుసరించియే ధర్మముల జెప్పు
చున్నారు. దాననే ధన్వంతరి స్మృత్యుక్త మంతయు సఫల
మనియెంచి దానిని సర్వవర్ణములకు, సర్వదేశములకును సాధా
రణ మగు దినచర్యాప్రకరణమున పరిగ్రహించిరి

అట్లు లయయోగమను యోగవిశేషమైన మంత్రశా
స్త్రమునందును మంత్రశాస్త్రజ్ఞు లాహ్నికమును సప్రయోజన
ముగా నిరూపించిరి. ఏలన యోగమునందుఁ దరుచుగ శ్వాస
స్వభావము నాడీప్రచారము నవశ్యముగ నిరూపింపఁ దగియున్న
వి. మంత్రశాస్త్రమునందును హఠచికిత్సాదులకై స్నానాదుల
కొఱకు జలస్వభావము తపముకొఱకు స్థలస్వభావము తెలుప
దగినవియే యగు, మొదటినుండి యిందునిరూపింపఁబడినయంశ
ము ప్రామాణికులచే నెట్లు నిర్ణయింపఁబడియుండెనో చూడుఁ
డు.

దినచర్యయందు ధన్వంతరి శ్లో॥ ఉదయే సవితుః కాలే ప్రసృ
తే స్సలిలస్యయః పిబేదష్టౌ రోగజరాపరిముక్తో జీవేచ్ఛరదాం శతంసాగ్రం॥
సూర్యోదయకాలమున నెనిమిదిమార్లు చేతితో జలముపుచ్చు
కొనునెడ రోగము ముసలితనములేక నూరువత్సరములకు నె

నూఱేడగుకాలము జీవించునని చెప్పెను. ధర్మశాస్త్రములయం దైననో ఉషఃకాలమున ఆచమనము మూడుసారులు [అనగా నొక్కొకతడవకు ముమ్మారు చేయవలయుగాన] తొమ్మిదిసారులు చేయవలయు నని చెప్పఁబడియున్నది. ధన్వంతరి యెనిమిది మారులు పుచ్చుకొనిన నాయువు నారోగ్యమును నొసగునని చెప్పెను. గాన విశేషము వ్యత్యాసము లేదు,

మఱియు నాకాలమునఁ జేయు నాచమనముచే పోవురోగము లేవియనిన, శ్లో॥ అర్శశ్శోథగ్రహణ్యో జ్వర జఠర జరాకుష్ఠమేదోవికారా మూత్రాఘాతా స్రపిత్త శ్రవణగళ శిరశ్శ్రోణి మూలాక్షి రోగాః। యేచాన్యే వాతపిత్తక్షతకఫకృతా వ్యాధయ స్సన్తి జంతో స్తాంస్తా నభ్యాసయోగా దపహరతి పయఃపీత మంతే నిశాయాః॥ మూలవ్యాధి నంజు జిగట విరేచనము జ్వరము కడుపుబ్బుట కుష్ఠవ్యాధి ముదిమి పొట్టపెరుగుట మూత్రమడ్డగించుట రక్తపిత్తము చెవిపోటు గండమాల తలనొప్పి ఆసనరోగము నేత్రరోగము మఱియు వాత పిత్త వ్రణములు కఫ వ్యాధులు మున్నగునవి ప్రాతఃకాలమున జలపాన మభ్యాసముచేయుటవలన హరించుచున్నవని ధన్వంతరి వచించెను. అభ్యాసమువలన ననుటచే ఆచమనమున గ్రాహ్యమగుజలముయొక్క పరిమాణ మభ్యాసముచే తెలియునని సూచింపఁబడినది. ఇదిగాక ఒకనాడు పుచ్చుకొనినంతమాత్రమున నిరోగములు నివర్తింపవనియు, ప్రతిదినము నభ్యాసము చేయుటవలననే నివర్తించునవియు, నారోగములు పుట్టినపిదప నాచమనమున

భ్యాసముచేసినను నారోగములు పోనేరవనియుసూచితమగుచున్నది. ఏడుసంవత్సరములకు మీఁదనే యీయాచమనము చేయఁబడుచుండుటనుగాన నాచమనముచే నివర్తించు రోగములలో బాలరోగములు చేర్పఁబడలేదు.

మఱియు ధన్వంతరి శ్లో॥ ఆయుష్యముషసి ప్రోక్తం మలాదీనాం విసర్జనం । తదాంత్రకూజనాధ్మానోదరగౌరవవారణం ॥ ఉషఃకాలమున మలాదులను విడుచుట వలన కడుపుబ్బరము పేగులరచుటయున్నగు వ్యాధులు హరించునని చెప్పెను. ఇట్లు ధర్మశాస్త్రములయందుఁ జెప్పఁబడు కర్మములయొక్క ఫలము వైద్యశాస్త్రమునను సరించియె నిరూపింపవలనుపడియెడిని. వైద్యులును యోగశాస్త్రమును చక్కఁగా నెఱింగినంగాని శరీరతత్త్వమంతగఁ దెలిసికొనంజాలరు. ఈ యర్థము భిషగ్వరా వరారోహే యోగేషు పరినిష్ఠితాః। వైద్యశ్రేష్ఠులు యోగశాస్త్రమున నధికజ్ఞానము కలిగియుందురని యాజ్ఞవల్క్యుఁడు మైత్రేయికిఁ జెప్పెను.

బ్రాహ్మముహూర్తమున మేల్కొనియుండుట బహుఫలంబని ధన్వంతరియే శ్లో॥ బ్రాహ్మే ముహూర్తే ఉత్తిష్ఠేత్ స్వస్థో రక్షార్థమాయుషః॥ ఆయువు రక్షించుకొనుటకై యారోగ్యవంతుఁడు బ్రాహ్మముహూర్తమున నిద్రలేవవలయునని చెప్పెను.

ఇప్పటివారు పాశ్చాత్యవాసనచే శరీరాత్మవాదులై యున్నారు. ప్రాచీనులైననో ధర్మబద్ధులు నిజ మెఱింగినవారు నగుదురు. కావుననే జ్ఞాననిధియగు నాధన్వంతరి॥ తత్ర సర్వా

ముహూర్తార్థం స్మరేచ్చ జగదీశ్వరం॥ ఆబ్రాహ్మముహూర్తమున సర్వపాపనివృత్తికై పరమేశ్వరుని స్మరింపవలయుననియు వచించెను.

దంతధావనము.

ఇఁక దంతధావనము నిరూపింపఁబడియెడిని

ముండ్లు కలవియు, పాలు గారునవియు నగువృక్షముల యొక్క పుడకలచేతను నేరేడు, మామిడిచెట్లచిగుళ్ళచేతను, దంతధావనము చేయవలయు నని ధర్మశాస్త్రకర్తలు చెప్పియున్నారు. యాజ్ఞవల్క్యుఁడు మున్నగువారు ఇటికరాయి, మట్టిపెళ్ల, రాతిపొడి దంతధావనకు కూడదని నిషేధించి యున్నారు. ఇట్లే మొగలి, ఖర్జూరము, టెంకాయ మొదలగు చెట్లయాకులును నిషేధింపఁబడినవి. కొన్ని పుడకలయందును నొక్కొక రోగమును పోఁగొట్టుశక్తి కలదని వైద్యకాదులవలన దెలియుచున్నది. దంతధావనమువలనఁ బోవురోగములను ధన్వన్తరి దినచర్యయందు ॥తేనాస్యరసవైరస్యగంధా జిహ్వాస్యజా గదాః॥ రుచివైశద్యలఘుతా నభవన్తి భవన్తిచ। నోటికి రుచి తెలియకుండుట నోరికంపు, నాలుకనోరుపీనియందు బుట్టురోగములు పోవుననియు, రుచి తెలియుట, నైర్మల్యము లాఘవము గలుగుననియు, చెప్పియుండెను. ధర్మశాస్త్రములయందు చెప్పఁబడు పుడకలు మున్నగునవి వైద్యకమునందును జెప్పఁబడియున్నవి. ఎట్లన మఱ్ఱి, కానుగ. చండ్ర ఆర్తి, మామిడి, సంపెగ, ఉత్తరేణు, దానిమ్మ, తుమ్మ, మున్నగునవి తెలుపఁబడి యున్నవి. వీనిని

శోధింప వీనియందు వగరు ముఖ్యముగ గలదు. వగరు జీర్ణశక్తి
ని కలిగించునదియు, పొత్తికడుపును శుద్ధిజేయునదియు, పై
త్యమును హరించునదియు, శీతవీర్యము కలదియు నని వడ్రిసని
ఘంటువు మున్నగు వానియందు గలదు. కారము ప్రధానముగా
గలవానితో దంతధావనము చేయునెడ దంతములకు నష్టము
కలుగునని యెంచి యుప్పు కారాలు పొడి మున్నగునవి నిషేధింప
బడినవి. వ్రేళ్ళతో చూపుడు వ్రేలితో దంతధావనము చేయ
గూడదనుటకు కఫనాడి యా వ్రేలిచివర నుండుగాన దానికి నె
ముకతో సంబంధము కలిగెనేని దోషము కలుగునని యెంచి అస్థి
సంచయనమున నిషేధింపబడినట్లు దంతములు నస్థులగాన ని
షేధింపబడెను.

ప్రాతఃకాలమున దంతధావనము విధింపబడుటకు కార
ణమేమన సూర్యోదయమునకు ముందు ద్రవరూపములై
యున్న మలములను పోగొట్టుకొనుట కనియె గ్రహింపవలయు.
మఱియు ముందు జెప్పంబోవు వాచికయజ్ఞరూపమైనమంత్రజ
పమునకు పూర్వాంగమైన వాక్శుద్ధిని సంపాదించుకొనుటకును ను
పయోగించుచున్నది. అట్లు నాలుకగీచుకొనుట సువర్ణరజ
తాదులచేతను, పచ్చి పత్రాదులచేతను చేయవలయు. భో
జ్యచారుచర్యయందు, ॥ "జిహ్వోల్లేఖనం కార్యం సౌవర్ణం తామ్రమే
వవా। తన్మలాపహారం శస్తం మృదుశ్లక్ష్ణం దశాంగుళం। ప్రశస్తేన్మలహరం గు
హ్యం వైరస్యం [illegible] చక్షుషో హితం। శ్రోత్రనాసోర్ధ్వ విశుధ్యన్తే సర్వాణాం దంగ

ధావనాత్॥ నాలుకగీచికొనుటకు బంగారముతో గాని, రాగితో
గాని యొంటిగుళ్ళముల పొడవుగల బద్దను చేయించికొనవలయు
దానితో నాలుక గీచికొనుట ప్రశస్తమగు. దంతధావనము
వలన పిత్తశ్లేష్మములు హరించును. నాలుకకు రుచి [illegible]యు
ను. నోరికి నైర్మల్యము కలుగును. కనులకు మేలు చేయు
ను. చెవినాసలును నిర్మలము లగును. అని చెప్పంబడి యు
న్నది. ఈదంతధావనమును చెప్పంబడుపుడకలు మున్నగునవి
తెలుపుచు రోగములు పుట్టనపుడుకే యగు. రోగములు వ
చ్చినవారికి దంతధావనయోగ్యము లగుచూర్ణములు చెప్పంబ
డినవి. ఇట్లు దంతధావనముచే కదలినవోరియసహ్యమును
పోగొట్టుకొనుటకై చన్నీరు పుక్కిలించి వేయవలయు. ఈయంశ
ము వైద్యకమునందును॥ గండూషమథ కుర్వీత శీతేన పయసా ము
హుః। కఫతృష్ణామలహరం ముఖాంతశ్శుద్ధికారకం॥ చల్లనినీరు పలు
మారు పుక్కిలించి వేయవలయు. అట్లు చేయునెడ కఫము,
దాహము, అసహ్యమును పోగొట్టి నోరికి పరిశుద్ధిని గలిగించు
నని చెప్పంబడియున్నది. పిదప చన్నిరుచే ముఖము గడిగికొ
నవలయు ననిస్మృతులయందు గలదు. ఈయర్థము వైద్యశా
స్త్రమునందును॥ ముఖప్రక్షాళనం శీతపయసా రక్తపిత్తజిత్॥
చన్నిరుతో ముఖము గడిగికొనునెడ రక్తపిత్తము
ను హరించు నని చెప్పంబడియున్నది. అందువలననె మత్తు
ఎక్కినవానికిని, సొమ్మ వచ్చినవానికిని ముఖముమీద చన్నీరుచ

ల్లునేప తెలివి వచ్చుచున్నది. ఇట్లు బాహ్యశౌచముచేసికొని నిర్మలుఁడై స్నానమునకు పోవలయును.

ప్రాతస్స్నానము.

ఇప్పుడు ప్రాతస్స్నానముగురించి గుణములు నిరూపింపబడి యుండెను. కాలభేదమువలన స్నానములను వేరువేరువిధముగ విధింపఁబడుచున్నది. ముఖ్యముగ మాఘమాసమున సూర్యుఁడు కొంచె ముదయించినవెనుక స్నానము విధింపఁబడుచున్నది. ఈయర్థము॥ మాఘమాసే రటం త్యాపః కించి దభ్యుదితే రవౌ॥ మాఘమాసమున సూర్యుఁడు కొంచె ముదయింప జలములు క్షోభనొందుచున్న నను వాక్యముచే తెలియుచున్నది. అప్పుడు మంచు ప్రబలముగా నుండుగాన నధికముగా నుండునల్లదనము నివర్తించుటకై సూర్యకిరణము లపేక్షింపఁబడుచున్నవి.

సంకల్పము, అఘమర్షణసూక్తజపము స్నానమున కంగము లగును. సంకల్పమునకు ప్రయోజన మేమనిన, వేఱువిషయములందు ప్రవర్తించుమనసును ప్రకృతవిషయమునందు గాంచుటయే సంకల్పమునకు ఫలము. మనస్సు వేఱువిషయముల నుండెనేని ననేకము లగుమంత్రశక్తులు లోనఁ బ్రవేశింపవు. కావున సంకల్పము లన్నియు మనసును ప్రకృతవిషయమున నిలుపుటకే యుపయోగపడియెడిని. ఇక అఘమర్షణమంత్రములు జలస్వభావమును జలాభిమానదేవతను, ఆదువలన తనశరీరమునకు గావలసినగుణమును ప్రతిపాదించును. ఈయు

శము తెలియుటకై స్థాలీ పులాక న్యాయమున నొక మంత్రార్థము విమర్శింపఁబడుచున్నది. శ్రు॥ హిరణ్యవర్ణాః ... విరూపాః॥ ఇప్పటి వస్తుశోధన శాస్త్రము (సైన్సు) చదివినవారు నీరు రెండువిధములుగ విభజింపఁబడిన దని చెప్పి యంత్రసాధనముల ద్వారా కనబరచుచున్నారు. అందొక భాగము మంటతో కలిసికొనెనేని వెంటనే బంగారువర్ణము కలదై యుండుచున్నది. రెండవది యొండొకయే వస్తువు తనతో కలిసినను దానిని గాల్చుచున్నది. ఇట్లుండ వేదమునందు నదే నొకవిధమున॥ హిరణ్యవర్ణాః=బంగారువర్ణముగలవి. శుచయః= కాల్చునవి పావకాః= పరిశుద్ధి చేయునవి అని యర్థము భాగములు చేసి అచట వరుసగా పృథివిని జెప్పు కశ్యపపదముచే భూమిని, ఇంద్రపదముచే నుఱుపు మేఘము మున్నగువానిని చెప్పి॥ అగ్నింయా గర్భం దధిరే॥ అను వాక్యముచే నగ్నిని బుట్టించునవి యనియు, ప్రతిపాదింపఁబడియున్నది. జలము దాని స్వభావముచే రెండువిధములే కాదు. ఇంకను శోధన చేసి విభజించు నెడ రూపాంతరము కలదనియు తెలును. మంత్రార్థముచే తెలియుచున్నది. మఱికొన్నికాలము నకు శోధకుల జ్ఞానమును బట్టి పలువిభాగములు చేయుటయు సంభవింపనగును. ఈసూక్తమున రూపము వారించిన నీటిని మరల నీరుగా చేసెడి వరుణుండను నొక పాశధారి పడమటిదిక్కున నిలుచెనని శ్రు॥ యాసాంరాజా వరుణః॥ అను మంత్రముచే తెలియుచున్నది. ఈప్రకారం మాంగ్లేయులు మఱికొంతకాలము కడచిన

రోమపదార్థముల సంసృష్టియైయును బుద్ధిపిడిచిపెట్టి యింద్రి యములకు హానాంతరము కలదని యు నిశ్చయించుటయు ఇట్లే శోధన చేయగా జేయ కాలదికాలమున నాసుప్రత్యక్ష మాత్రయు ననుభవమునకు రాగలదని శా చెప్పెను. ఎప్పుడును పదార్థశోధనయందె పనిపూనినవారు కొన్నిగ్రంథములకైనను మిగిలియున్న వేదమును యథార్థము చేయవలెనని నమ్మకము కలదు. ఇట్టి సంకల్పముతోను, సూత్రములతోను ప్రవాహము మొదలగువారియొక్క దోషాలను ల నతిక్రమించక స్నానము చేయుటవలన గలుగు ఫలమును గ్రహించుటచే భరతఖండవాసులకు గలుగు ననేకరోగములను ధన్వంతరి చెప్పెను. ప్రాతస్స్నానము తీరు నేత్రరోగము మొదలగు వానికి తగిన ఔషధమని చెప్పబడియున్నది. అతిమూత్రము శుక్లస్రావము మొదలగు రోగములకును, పిత్తాధిక్యమువలన గలుగు కొన్నిరోగములకును తలపుర్రెరోగములు బుద్ధిమాంద్యరోగములకును ముఖ్యముగ చిత్తభ్రమకును ప్రత్యక్షఫలము నొసగు గొప్ప ఔషధము ప్రాతస్స్నానమే యని తెలియుచున్నది.

స్నానపానాదులకు నదీజలము ప్రశస్తమైనను కొన్ని కాలములయందు కూడదని వాగ్భటాదివైద్యాచార్యులు నిషేధించియున్నారు. ॥ నాదేయం వారి నాదేయం వసంతగ్రీష్మయో ర్బుధైః॥ వసంతఋతువునందును, గ్రీష్మఋతువునందును నదీజలము గ్రహింపరాదనియు వసంతగ్రీష్మయోః కొఱకు॥ వసంతఋతువునందును

గ్రీష్మఋతువునందును బావినీటినే గ్రహింపవలయు ననియు వచించియున్నారు. ఇందునకు కారణ మేమనగా, వసంతగ్రీష్మములయందు మిగుల వేడియగు సూర్యకిరణములచే కాగియున్న నదీజలములకు స్వభావసిద్ధమగు శైత్యగుణమే సంభవింపదు. లోతునను న్న నూతిజలమున కైనన్ కొంతకాలమే సూర్యకిరణసంపర్కము కలిగియుండును. కావున మఱికొంతకాలమునకు స్వభావగుణము నిలువగలదు. అట్లు వర్షఋతువునందును జలము కలుషముగా నుండుగావున నదీజలము నిషేధింపబడినది. కావుననే॥ శరద్యగస్త్యేరుదయా దఖిలం సలిలం హితం॥ శరదృతువునందు అగస్త్యనక్షత్ర ముదయింపగా జల మంతయు నిర్దోష మగునని వైద్యశాస్త్రమునందే చెప్పంబడియె. స్నానము బహుఫలములు గలది కావుననే చారుచర్యయందు ఇట్లు॥ రూపం తేజో బలం కాంతి శ్శౌచ మాయుష్యకం వినో॥ దుస్స్వప్ననాశనం పుణ్యం స్నాన మాయుష్యవర్ధనం॥ అత్యంతమలినః కాయో నవచ్ఛిద్రసమన్వితః। స్రవత్యేవ దివారాత్రిం ప్రాతస్స్నానేన శుధ్యతి॥ రూపము, తేజము, బలము కాంతి, శౌచము తాపశాంతి, దుస్స్వప్నములు రాకుండుట, ఆయుష్యవృద్ధి, పుణ్యము ననునవి స్నానగుణములు. శరీరము మిగుల మాలిన్యము కలదియు, తొమ్మిదిచిల్లులు కలదియునై రేలుబవళ్ళు మలములు స్రవించుచుండునుగాన ప్రాతస్స్నానముచే శుద్ధి నొందును అనివచించెను. స్నానము చేయునపుడు లోన ప్రవేశించిన జలము శరీరమునకు గుణముగలిగించునది యైనను

శరీరమునకు వెలుపల నున్న జలము గుణకరము కానందున న
దిపోవుటకై పొడివస్త్రముచే తుడువఁబడుచున్నది.

వస్త్రధారణము.

ఇఁక వస్త్రధారణఫలము ప్రకృతము. ఈదేశమునందు తరుచుగ నూలువస్త్రమే ధరింపఁబడుచున్నది. అది మిగుల నెంపదప్రాయమైనది. ఔషధులవలెఁ గలిగిన నూలువల్ల నేర్పడిన యీవస్త్రమునకు గొప్పశక్తి కలదు. అది స్వభావముననే శక్తిసంపన్నమై పవిత్రమును జలసంబాధమునఁ గుణాతిశయము నొందుచున్నది. అధికగుణము గలిగియుండుటనే నూలువస్త్రము మిగుల వాడుక చేయఁబడుచున్నది. దీనియందేమిగుణము కలదనఁగా, నూలుకుమూలమైన ప్రత్తిచెట్టు సమూలంబును మహాగుణవంతమైనది. ఎట్లన, ప్రత్తిచెట్టుయొక్క వేరు నిరేచనము కలిగించును. పత్రికాయ కామిలను, క్షయను పోగొట్టును. ఇట్టి అర్శోరోగమును నివర్తింపఁజేయును. ప్రత్తిపూతయు ననేకము లగు రసదోషముల తొలగించును. ప్రత్తిగింజయు కార్పాసచూర్ణము మొదలగువానియందు ప్రధానమై అరుచి మొదలగు రోగముల హరించుచున్నది. అయితే రసమాంసాది దుష్టవ్రణములయందు మాంసక్షయము గలిగి రంధ్రము పడునెడ నచట నిర్మలమగు ప్రత్తినూలుగుడ్డను బాగుగ మర్దించి పొడిచేసి యునుచునెడ మాంసము కలిగి రంధ్రము పూడుచున్నది. అట్లే కత్తిచే వ్రేలు గాయము కాఁగా గుడ్డపేలిక తడిపి వ్రే

లికి చుట్టినందున రక్తము కారుట నిలుచుచున్నది. అల్లే వమ
నరోగమునందు ఉదుకఁబడినతడిగుడ్డను వాసనచూచునెడ నా
రోగ్యము కలుగుచున్నది. ఈకారణమువలన దూదినూలు
గుడ్డయందు గొప్పశక్తి కలదని నిశ్చయింపఁబడుచున్నది. ఆవ
స్త్రము సర్వావయవములయందును సమముగ ధరింపగూడ
దు. మొలకు దిగువభాగమున నంతటను, పైభాగమున నె
క్కానొకచోటను ధరింపవలయు. వస్త్రధారణ మనార్యులకు
సిగ్గుగాచుకొనుటకు, శీతవాతముల నడచుటకునుమాత్ర ముపయో
గపడుచున్నది. ఆర్యులకైనచో శరీరముద్వారా బుద్ధిని సం
స్కరించునదియై యుపయోగపడుచున్నదని సూక్ష్మదృష్టిగల
వారు గ్రహించుచున్నారు. ధరింపదగువస్త్రములలో కార్పా
సముగాక పట్టువస్త్రము, మృగచర్మము, కంబళము మొదలగున
వియుఁ జెప్పఁబడుచున్నవి. ఇంక కార్పాసవస్త్రముయొక్క
గుణము చెప్పఁబడియె. మృగచర్మము జింకల మృదువైనది.
ఇది కష్టము కోర్వనివారికిని, బ్రహ్మచర్యవ్రతస్థులకు వైదికబ్రా
హ్మణునకు హితకారము. వనస్థగృహస్థులకు నుపయోగించు
పులితోలు గ్రాహ్యమైనది. ఈచర్మములు మేదస్సువలన జని
ంచుచున్నవి. వీనియందు వైద్యుతశక్తి స్పష్టముగా గనపడుచు
న్నది. ధావళి మడులగునవియు పట్టువే యగు. గోనెలు
మొదలగునవి యోషధుల నన్నిటిని భక్షించుదానివి. ఆయో
షధులశక్తివలన వానిలోమములను వైద్యుతశక్తిచే పూర్ణము

లై యుండును.

కార్పాసవస్త్రము మంచిశక్తిగలదైనను దానిని బిగువుగా ధరించునెడ సంచోదితరక్తమునకు హాని గలుగు. ఈ దేశము ఉష్ణాధిక్యము గలదికావున నివసించువారలకు వస్త్రము తగిలీతగులనట్లు ధరింపబడినదై గుణమును గలిగించును. ఇది నిర్వివాదాంశము. ఈదేశపుస్త్రీలు తరుచుగ రవికలను బిగువుగ ధరించుచుందురు. వారలయొక్క భుజములను జూడగా వస్త్రమును బిగువుగా ధరించినందున నాదగురక్తము స్వభావగుణమును విడిచి వెల్లదనము పొందియుండుట స్పష్టముగా గనబడుచున్నది. దీనిబట్టి శీతాధిక్యముగల యుత్తరదేశములయందు దృఢమగువస్త్రము బిగువుగా ధరింపబడుచున్నను ఈదేశముయొక్క స్వభావమునుబట్టి లోపల గాలి యసంకటముగ తిరుగునట్లు తేలికయగువస్త్రమును తగిలితగులనట్లు ధరింపవలయునని విధింపబడియున్నది.

అన్నియవయవములయందు నేకరూపముగా వస్త్రము నేల ధరింపగూడదు? అని యడుగుదురేని వినుడు. శరీరము ఊర్ధ్వకాయము (నాభికిపైభాగము.) అధఃకాయము (నాభికిక్రిందిభాగము.) అని రెండుభాగములు కలిగియున్నది. ఇందు మీదను, క్రిందను నున్నయింద్రియములయొక్క యుత్కృష్టాపకర్షలనుబట్టి యూర్ధ్వకాయము పవిత్రమనియు, నధఃకాయ మపవిత్రమనియుఁ జెప్పఁబడియున్నది. ఊర్ధ్వకాయమునందు రోగ

ము జన్మించునెడ నౌషధములచే నవద్వారములగుండ మలముల నుపోగొట్టి శీఘ్రముగా నివృత్తిచేయుటకు శక్యమగును. అధఃకాయమునందే రోగము జనించునెడ ప్రస్వేదనము, శస్త్రము, అగ్నిమున్నగుచికిత్సలచే గాని నివర్తించుట లేదు. దీనిం బట్టియు నూర్ధ్వకాయము పవిత్ర మనియు, నధఃకాయ మపవిత్ర మనియు నిశ్చయింపఁబడుచున్నది. ఈయర్థమును దెలుపుటకే యుపనయనకాలమున మౌంజి గట్టబడుచున్నది. ఇచటనిరంతరముగ వాయువువలన గలిగెడురోగములు పోవుటకును, ఆవాయువునకు ప్రకోపమును గలిగించుమేదస్సు మొదలగునవి నిరంతరము బైలువెడలుటకును అధఃకాయమునందు ఎల్లప్పుడును వస్త్రము ధరింపవలయునని విధింపఁబడెను. అచట నెల్లప్పుడు వస్త్రము ధరించునెడ నది యచ్చోటి చెమట నాకర్షించును. అందుచే రోగములు జనింపవు. అచట మేదస్సు పెరిగెనేని చెమట గట్టిబడును. చెమట రోమకూపములయందే యూరిపోయెనేని గజ్జిమున్నగు రోగములు గలుగును. అచ్చట నెల్లప్పుడు వస్త్రమును ధరించునెడ నదియచ్చోటిచెమట నాకర్షించుటచే మిగుల నారోగ్యకరమే యగుచున్నది. దీనిం బట్టి యూర్ధ్వకాయమున ధరింపఁబడువస్త్రముకంటె నధఃకాయమున ధరింపఁబడువస్త్రము మపవిత్ర మైనది.

ఊర్ధ్వకాయమున యజ్ఞోపవీతమువలె వస్త్రము ధరింపవలయునని చెప్పఁబడినది. దానికి కారణ మేమనఁగా, ర

క్తశుద్ధిస్థాన మని ప్రసిద్ధ మైనహృదయము కేవలము వక్షమున మధ్యభాగముననే లేదు. అది కొంచె మెడమువైపునకు మిగిలి యున్నది. అందుచే రక్తము గట్టిపడియేని నాళము లన్నిటియందును బ్రవహింపనేరదు. అట్లు ప్రవహింపకున్న నానం తములగు రోగములు జనించును. కావున నాహృదయస్థానము దుండునుష్ణమును గాపాడుటకై వస్త్రము ధరింపబడును. ఇతరాం గములయం దైననో ఈదేశ ముష్ణాధిక్యము కలదియగావున ను ష్ణ మపేక్షింపబడదు.

స్త్రీలకును వస్త్రధారణ మిట్టిదియే. అయినను వారలయం దొక విశేషము కలదు. రక్తవస్త్రము పురుషులకు గూడదని నిషేధము కలదు. స్త్రీలకది యావశ్యకము. ఎరుపురంగునందు సుధాసంబంధముండుటవలన గుణాధిక్య కలదు. కావున నెఱ్ఱని వస్త్రముధరించునెడ శరీరసంబంధమగునుష్ణ మధికమగును. దానిచే రక్తము ద్రవీభూతమై యథోచితముగా వెడలుచుండును. కావున స్త్రీలకు పురుషులకంటె వస్త్రములు భూషణములు మున్నగునవి అధికముగా నుండవలయునని విధింపబడియె గాని యితరులకుంబలె కామమునుచే నిర్ణయింపబడినవి కావు. అందువలననే॥ స్త్రియం సంభావయేన్నిత్యం భూషణాచ్ఛాదనాదిభిః॥ వస్త్రములు, అలంకారములు మొదలగువానిచే స్త్రీలను సన్మానింపవలయునని మొదలుగా స్మృతులయందు జెప్పబడియె. స్త్రీలకును ఎడమభాగమున హృదయమున పురుషులకుంబలె

వస్త్రము ధరింపదగిన దని యెఱుంగవలయు. అందువలననే ఎల్లప్పుడును కర్మముచేయుటయందు ప్రవర్తించు త్రైవర్ణికులకు ఎల్లపుడును యజ్ఞోపవీతము విహితమైనది. అది చర్మమైనను లేకవస్త్రమైనను సుష్ఠుగుణము కలవిదే గావున॥ నిత్యయజ్ఞోపవీతీ యని ధర్మములయందును, శ్రు॥ అజినం వా సో వా దక్షిణత ఉపవీయ॥ అని శ్రుతియందును విధింపఁబడెను. అపరిశుద్ధమగు నధఃకాయసంస్పర్శంబున సంభవించు నశుద్ధి పరిహారమునకై వస్త్రముధరింపగనె యాచమనము విధింపఁబడినది.

పుండ్రధారణము.

అనంతరము పుండ్రము ధరింపవలయు. ఇందు రెండు విధముల వికల్పములు గలవు. కొందఱు తిర్యక్పుండ్రమును, మఱికొందఱు ఊర్ధ్వపుండ్రమును ధరించుచున్నారు. తిర్యక్పుండ్రమున భేదము లేదు గాని యూర్ధ్వపుండ్రమునం దనేక భేదములు గలవు. పుండ్రము లేక చేసిన కర్మము నిష్ఫలమని చెప్పఁబడుటవలన పుండ్రము కర్మాంగ మగుచున్నది. సర్వవిధమగు పుండ్రంబు నానాదేవతలను భజించుటయం దాసక్తి గలవారలచే నానాదేవతాచిహ్నముగా ధరింపఁబడుచున్నది. ఎటులన, శైవులు తిర్యక్పుండ్రమును, వైష్ణవు లూర్ధ్వపుండ్రమును ధరించుచున్నారు. శివోపాసన జేయువారలెల్లరకు నేకవిధమైనదిగావున మొదట దీనిప్రయోజనము నిరూపింపఁబడుచున్నది. దీనికి త్రిపుండ్రమని పేరు. ఇది భస్మముచే నాచరింపఁబడును.

ఆయా వ్రేళ్లు నడ్డముగాఁ బెట్టుకొనఁబడుచుండుటచే దీనికి తిర్య
క్పుండ్రమని పేరు కలిగెను. ఇయ్యది ధర్మశాస్త్రములయం
దును, శ్రుతులయందును, ఉపనిషత్తులయందును విధింపఁబడు
చున్నది.

వానిలో జాబాలమను నుపనిషత్తు భస్మముయొక్క స్వ
రూపమును బాగుగ నిరూపించుచున్నది. ఎట్లనిన, పశుపతి
యగు పరమేశ్వరుని యనుగ్రహముచే పశువుల (జీవుల) యొక్క
మలము (దోషము) పరిపక్వమగుటకొఱకును నాదబిందువుల కతి
తమగు తత్త్వము త్రివృత్కరణము చేయఁబడును. అదియెట్లన,
తమమునుండి రజమును, రజోగుణమునుండి సత్త్వగుణమును
పొంది యిట్లు క్రమముగా సత్త్వమునందు లగించి యుండుట
కోరవలయు. ఇదియే త్రివృత్కరణము. ఈయర్థమును బో
ధించుటకే ప్రతికర్మము చేయునప్పుడును ఈ రేఖలు ధరింపవల
యు. కావుననే జాబాలశ్రుతి భస్మమును జేయు ప్రక్రియ ని
ట్లు చెప్పెను. గోమయ మగ్నిచే దహింపఁబడి భస్మ మగును.
అందు గోవులు నంద, భద్ర మొదలగు పేళ్లు కలవియు సాత్త్వి
కాహారములు తినకుండునవియు కావలయు. గోవులనగా పశు
వులు (జీవులు) అని శ్రు॥ ఏతావంతో వై పశవః॥ అను శ్రుతివలన
దెలియుచున్నది. ఆగోవులయొక్క మలము గోమయము. అది
జీవులయొక్క అవిద్యారూపమగు మలముతో పోల్చఁబడుచున్నది.
ఆగోమయము (మలము) అగ్నిరూపుఁడగు గురునిచేఁ గాల్చఁబ

డుచున్నది. అందువలన మొదటినైల్యమును విడిచి కాలుచున్నప్పు డెఱ్ఱదనముపొంది కొనకు తెల్లగా శేషించును. ఇందు అగ్ని రుద్రుడు. నలుపు అనగా తమోగుణము. ఎఱుపు రజోగుణము. తెలుపు సత్వగుణము. దీనింబట్టి పశువుల (జీవుల) యొక్క యనాదిసిద్ధ మగుమలము రుద్రునియనుగ్రహము లేక దహింపఁబడదు. అట్లు దహింపఁబడగా జనుఁడు శుద్ధసత్వ స్వభావుఁడుగా శేషించుచున్నాఁడు. అనునర్థ మేర్పడుచున్నది.

గోమయ మేలాటిదన, గోవుయొక్క శరీరమున పలు విధములగు నోషధులు పరిపక్వ మగుటవలన కలుగునది. గోశరీర మైననో పిత్త ప్రధాన మగురోచనమునకు నివాస మైనది. కాన బహుగుణము కలదియు, ఔషధ్యాదులవలన సర్వలోకోపకారక మైనదియు గాన గోశరీరము పరమపవిత్రంబును పరమపూజ్యంబు నైనది. గోశరీరమునగల యాశక్తియే గోమయంబునను గలదు. కాన నదే రసవిషాదులదోషంబుల నడచి పరిశుద్ధి జేయునని వైద్యకమున గౌరవింపఁబడియున్నది. అందువలననే సూ॥ శోధకద్రవ్యాణి గోశకృద్భస్మచ॥ గోమయము, భస్మము శుద్ధిజేయువస్తువులని కల్పసూత్రకారులచే పేర్కొనఁబడియున్నవి. అట్టి గోమయమును గ్రహించుటకు ఆదివరకు మూడు దినములనుండి సూచించిన ...లసూర్వాద్యోషధుల నావులకు మేపి నాఁడు గోమయము క్రిందబడక ముందే నంతరిక్షముననే గ్రహింపవలయు. అట్లు గ్రహింపఁబడిన గోమయమును మట్టిపాత్ర

యుంచఁగూడదు. లోహశక్తి యధికముగా నుండునుగాన వెండిపాత్రముమున్నగువానియం దుంచవలయు. అంతమాత్రము చాలదని యం దావుపాలు మొదలైనవియుఁ జేర్పవలయునని చెప్పఁబడియున్నది. అందు పాలు, పెరుగు, నెయ్యి పేనిగుణ మందఱు నెఱిఁగినదే. గోమూత్రముగూడ నైనను అద్భుతము. ఇది నంజు మున్నగు మహావ్యాధులఁ బోఁగొట్టును. కాల్చఁబడిన యెముకలు మున్నగు లోహముల పరిశుద్ధి చేయును. ఇట్టి గోమూత్రముతో పిడకలు చేసి ఇనుపవిగాక తక్కులోహపాత్రములయం దుంచి యొండించి దానియం దగ్నిని ప్రవేశపెట్టి పరమేశ్వరస్వరూపముగా భావించుచు విరజామంత్రములచే దహించుచు నాఁడు ప్రక్కతలను (బియ్యపుగింజలను) చల్లవలయును. వస్త్రగాఁ, తేమకగాని యుంచఁగూడదు. దీనిభావమేమనఁగా, ఎవఁడేని మనుజుఁడు అనేక జన్మములందు సాంసారికసుఖములను ననుభవించి వానియం దత్యంత మగు విరక్తి గొంది తిరిగి జన్మాంతరములు నిష్క్రమించుటకై పూర్వపుణ్యవశమునను జ్ఞానము నార్జించియు, ప్రారబ్ధవశమున నుండి యున్నదేహమును పునస్సృష్టి సాధనము గాకుండ పరమేశ్వరస్వరూపుఁడగు మోక్షమును చేసి తాను బ్రహ్మాకారవృత్తిచే భస్మయోగమును పొందునని గ్రహింపవలయును. ఇట్లు శివలోకేశ్వరునిచే గ్రహింపఁబడిన భస్మమును శిరమునందును, ఫాలమునందును వక్షమునందును భుజములయందును ధరింపవలయునని శ్రుతి చెప్పుచున్నది. నాభి

యందు, సంధులయందును ధరింపవలయునని స్మృతులయందును, పురాణములయందును జెప్పంబడియున్నది. సంధులయందు కఫ మధికముగా నుండునుగాన అది గట్టిపడి చేష్టకు బాధక మగునని యది గట్టిపడకుండుటకును, సంధులయందే భస్మవీర్యము ప్రవేశించుట సంభవముగావునను నచట ముఖ్యముగా భస్మము ధరింపవలయునని చెప్పఁబడియెను. మఱియు, రోమకూపములయం దంతటను దోషము వెడలుచుండుగావున నాదోషము నివర్తించుటకై భస్మముచేత నుద్ధూళనము విధింపఁబడియెను.

అందు భస్మము చేయుమంత్రములు విరజామంత్రములు, ఆమంత్రములయందు సర్వదోషములు పోవుటద్వారా విపాప్మాత్మస్వరూప మగుమోక్షము ప్రార్థింపఁబడుచున్నది. ఆ భస్మను మూఁడురేఖలుగా ధరింపఁబడును. ఈమూఁడురేఖలచే సూచితపదార్థత్రయము నెఱుంగుటయే ఈసంఖ్యకు ప్రయోజనము. అందు నాదరూపమును ప్రకటించుటకై రేఖాకార మేర్పడినది. ఈనాదముచే తెలిసికొనదగినది పదార్థత్రయము. అవి శ్రుతులయందు జెప్పఁబడియె. వానిసంగ్రహ మేమనిన, పశువు, పాశము, పతి అనుమూఁడుపదార్థములును, బ్రహ్మవిష్ణురుద్రు లనుత్రిమూర్తులును, సత్త్వరజస్తమము లనుమూఁడుగుణంబులును, భూమ్యంతరిక్షస్వర్గము లనుమూఁడులోకంబులును, జాగ్రత్స్వప్నసుషుప్తు లనుమూఁడవస్థలును

చంద్రసూర్యాగ్ను లనుమూడు తేజస్సులును. అకారోకారమ కారంబు లనుప్రణవాంతరమాత్రలును, ఋగ్యజుస్సామము లనుమూడు వేదములును, ఆణవమాయిక కార్మికంబు లనుమూడుమలంబులును, ఇచ్ఛాజ్ఞానక్రియ లనుమూడుశక్తులును, భూత భవిష్యద్వర్తమానంబు లనుమూడు కాలంబులును. ఇవ్విధంబున నీసంఖ్యయందు చేరని వస్తువే లేదుగాన సర్వంబును త్రిపుండ్రముచే చెప్పంబడునని యుపనిషత్తులయందు సవిస్తరముగా చెప్పంబడెను. ఇట్లు సర్వమును తెలుపు త్రిపుండ్రమును శ్రు॥ త్రిపుండ్రం భస్మనా కుర్యాత్ అని శ్రుతి విధించుచున్నది.

మరియు జాబాలశ్రుతి విభూతి, భస్మ, భసితము, క్షారము రక్ష అను భస్మమునకైదునామములు కలవని చెప్పుచున్నది. ఈనామములకు తగుకారణంబును కలదు.

లోకమునందు, కపిల, రక్త, కృష్ణ, శ్వేత, చిత్రవర్ణభేదమువలన గోవులు ఐదుభేదములు గలిగియున్నవి. వానిపాలకెట్లు గుణభేదము కలదో వానిగోమయమునకు నట్టిభేదము గలదు. వానిపాలకు గుణభేద మెట్లనిన, ధన్వంతరి॥ గవాం సితానాం వాతఘ్నం కృష్ణానాం పిత్తనాశనం॥ కఫఘ్నం రక్తవర్ణానాం కపిలానాం త్రిదోషజిత్। అని చెప్పియున్నాడు. అందుపృథ్వ్యంశవహ్న్యంశములు పిత్తమునకును ఆకాశవాయువులు చేరి వాతమనియు, జలముమాత్రము కఫమనియు, అందు పిత్తము పచ్చనిది, ఉత్పత్తిసాధనము బ్రహ్మయనియు. వాతము స్థి

తిసాధనము, నీలవర్ణము, హరియనియు, కఫము ప్రళయసాధన
ము, శ్వేతరూపము రుద్రుఁడనియు వైద్యకరహస్యంబున గలదు.
అట్లు శ్రుతియు గోవుల భేదమునుబట్టి వానిశరీరములయందు పృ
థివ్యాద్యంశములు కలవని యందుందు శక్తులను నిశ్చయించి
జనకములగు గోవులభేదమునుబట్టి జన్యమగు భస్మమునకును
భేదమును బోధించుచున్నది. అందు పృథివ్యంశము కపిలవర్ణ
యగుగోవునందధికముగానుండునుగానదానివలన గలిగినభస్మము
భూతి యను పేరుగలది యని చెప్పెను. ఇది రాజులు కోరదగి
నదిగాన శ్రు॥ఐశ్వర్యకారణా ద్భూతిః. అని వివరించెను. అట్లే
శ్రు॥భస్మ కల్మష భక్షణాత్॥చిరపరిపాకముచే పరిణతముల గు
పాపములు శరీరము నాశ్రయించి మలరూపముగా నుండును. జ
లమునకు మలశోధకత్వముకలదుగాన జలతత్త్వమునకధిష్ఠాన మ
గుగోవువలన కలిగిన భస్మము మలములనాకర్షించునని భావము.
మూడవది భసితము శ్రు॥ భాసనా ద్భసితం ప్రోక్తం॥ అని వి
వరించెను సమస్తమును ప్రకాశింపఁజేయునదిగాన భసితము
ని పేరుగలిగెనని యర్థము. తేజస్సునకు ప్రకాశకత్వశక్తి గ
లదు. అట్టి తేజస్తత్త్వమున కధిష్ఠాన మగుగోవిశేషమున గలిగి
నది భసితమని భావము. నాల్గవది క్షారము. శ్రు॥ క్షారణా
దాపదాం క్షారం॥ ఆపదయనగా నవిద్య దానిని పారఁదోలునది
యని యర్థము. పారఁదోలుట వాయువుయొక్క ధర్మముగా
గాన ఆవాయుతత్త్వము ప్రధానముగా గల గోవువలనగలిగిన ద

ని భావము. అయిదవది రక్షా, అనునది. శ్రు॥ రక్షారక్షాకరీ సదా॥ భూతప్రేతపిశాచాదులు భవభీతి వీనినుండి రక్షించునదిగావున రక్ష అని దీనికి పేరుగలిగెనని భావము. ఆసంరక్షణము పరోక్షమైనదిగాన పరోక్షమైనయాకాశతత్త్వము ప్రధానముగా గల గోప్రవలన గలిగెనదని భావము.

ఇఁక స్నానముచేయగనె భస్మము ధరింపఁబడుటకును, భస్మధారణమున కాగ్నేయస్నాన మని వ్యవహారము కలుగుటకును కారణము నిరూపింపఁబడుచున్నది.

ప్రాతఃకాలమున స్నానము చేసి శుద్ధవస్త్రముల ధరించి భస్మము ధరింపవలయునని విధికలదు. దానిభావ మే మనిన స్నానమువలన శరీరమందంతటను శైత్యము గలుగగా శరీరచర్మ బహిర్భాగములగుమలములు పోయినను లోనిమలములు గట్టిపడును. అవి గట్టిపడునెడ పూర్వము చెప్పఁబడిన విధమున వ్యాధి తటస్థించును. అట్లు వ్యాధి తటస్థింపకుండుటకు సంధులయందును, భ్రూమధ్యమను బుద్ధిస్థానమునందును, భస్మము ధరింపఁబడుచున్నది. స్నానముచే శరీరము శుద్ధమైనను బుద్ధిశుద్ధియు నావశ్యకమే. బుద్ధిస్థానమున నుష్ణము గాపాడకున్న బుద్ధిశక్తి యకుంఠితము గానేరదు. మఱియు బుద్ధి ననుసరించి శరీరము ప్రవర్తించుటకును సంధిబంధములయం దున్నకఫము ద్రవీభావము నొందకున్న సౌలభ్యము కలుగదు. కావున సంధులయందును, బుద్ధిస్థానములుగా ప్రసిద్ధము లైనశిరోలలాటాదుల

యందును భస్మము ధరింపఁబడుచున్నది. సర్వసామాన్యముగా కర్మములు చేయుకాలమునందు బుద్ధిశుద్ధియు, సంధిసాకర్యంబును నపేక్షితములే కావున భస్మధారణము సర్వకర్మాంగ మగుచున్నది. అయినను స్నానమువలన శరీర మంతయు చల్లబడియేగాన నప్పుడు బుద్ధిస్థానాదులయందుష్ణమును గాపాడుటకై యవశ్యముగా భస్మధారణము విధింపఁబడినది.

భస్మమునకు శీఘ్రముగ జలమును బీల్చుశక్తి గలదని వైద్యశాస్త్రమువలనను అనుభవమువలనను దెలియుచున్నది. జలమును బీల్చుటకు మృత్తికసూర్యకిరణము నపేక్షించునుగాని అట్లుభస్మ మపేక్షింపదు. భస్మఘుటికను గ్రహించి దీనిక్రాన మూత్రము నీగునకు దవిలించినను నీరు నంతను గ్రహించును. శిరోరోగమధికముగా సంభవించియున్నపుడు భస్మ నొకగుడ్డ సంచియందుంచి యాసంచిని తలగడగా నిడికొని నిద్రింపవలయునని వైద్యకమునఁ జెప్పఁబడియున్నది. శిరమునందలి కఫమునకు మూలమగుజలము భస్మముచేత నాకర్షింపఁబడి భస్మమునందె లయించునని భావము. ఇంతమాత్రమెగాక జలసంస్పృష్ట మగుభస్మమునుండి వెడలుసుగంధము పైత్యమును బాగుగ శమింపఁజేయును. స్నానముచేత పిత్తప్రకోపము, ధాతుపౌష్కల్యము గలుగునని చెప్పఁబడెను. పిత్తము ప్రకోపింపనదియె ప్రతిదినంబును పరిణతమై యనలపిత్తమగుచు వాంతిని

గలిగించును. సజలభస్మముయొక్క సుగంధము లోనం
బ్రవేశించి వానిని శాంతింపఁజేయును. కాన ప్రాతఃకాలము
న సజల మగుభస్మముచే ననగూఠనము (సర్వావయవములకు
పూత) చెప్పఁబడియెను. మఱియు, ప్రాతఃకాలమునందలి సూ
ర్యకిరణములకు పిత్తజనకత్వము కలదని నిరూపణము కాగల
దు. కాన నే॥ ఆభుక్త్వామలకం పథ్యా॥ ఈ మొదలగు వచన
ములచే ప్రాతఃకాలమునందు పైత్యహర మగుపదార్థము సేవిం
పవలయునని చెప్పఁబడి యున్నది. జలసంసృష్ట మగుభస్మ
ముయొక్క సుగంధమునకు పైత్యహరత్వము అనుభవసిద్ధము.
ఇఁక, ఆగ్నేయం భస్మనా స్నానం॥ భస్మోద్ధూళనము చేసికొనుట
ఆగ్నేయస్నానమను నంశము వివరింపఁబడును. స్నానమనగా
బాహ్యము, నాభ్యంతరము నగుమలమును బోగొట్టు నొకానొ
క కర్మము. అందు భస్మద్రవ్యకమునందు ఆగ్నేయత్వ మధిక
ముగా గలదు. ఇం దిదిరహస్యము. జలము రోమకూప
ములద్వారా శరీరమునఁ బ్రవేశించి యందు శైత్యమును గలిగిం
చి మలమును పోగొట్టుచున్నది. ఆజల మీకార్యమును నిర్వ
హించుటకై ప్రవాహ వేగమును, జలాధిక్యమును నపేక్షించు
చున్నది. ఏలన, కొంచెము జల మొకయవయవమునఁ బడియెనే
ని అది వాయువుచేత నారిపోయి కార్యమును నిర్వహింపనే
రదు. అందునకై పూర్ణముగ కార్యసిద్ధ్యావహమును గోరి తటాకా
దులయందుగాని, నదులయందుగాని స్నానము చేయవలయునని

విధింపఁబడియున్నది. భస్మము స్వభావమువలన వాయువుచే గాని, సూర్యకిరణములచేగాని పోవునదికాదు. ఆవాయ్వాదుల సంబంధమునందు ఈభస్మమునకు వీర్యమధికమాయగును. ఆ కారణమువలన భస్మధారణము ఆగ్నేయస్నానమని చెప్పఁబడియెను. అగ్ని నొకచోట నుంచునెడ నెంతవేగముగా లోనఁబ్రవేశించి నీరునాకర్షించునో భస్మంబు నట్టులే యాకర్షించుగాన శ్లో॥ ఆగ్నేయం భస్మనాస్నానమనియు, శ్లో॥ స్నానాద్యశక్తస్స తతం భస్మస్నానం సమాచరేత్ అనియు విధింపఁబడియున్నది.

ఊర్ధ్వపుండ్రము.

ఇఁక నూర్ధ్వపుండ్రము నిరూపింపఁబడును. ఇయ్యది అథోర్ధ్వగతికామానా మూర్ధ్వపుండ్రం విధీయతే॥ ఊర్ధ్వలోకగమనము గోరువారలకు ఊర్ధ్వపుండ్రము విధింపబడుచున్నది యనుశాస్త్రముచే విధింపఁబడుచున్నది. ఆయూర్ధ్వలోకగమనము పరముక్తి, క్రమముక్తి యని రెండు విధము లగు. ఇది నిలువుగీరలుగా నుండునుగాన నూర్ధ్వపుండ్రమని చెప్పఁబడుచున్నది. ఇందువిష్ణుభక్తు లధికారులు. ఇది మృత్తిక, చందనము ఈరెండిటిచే ధరింపఁబడుచున్నది. ఈయూర్ధ్వపుండ్రము సచ్ఛిద్రము, అచ్ఛిద్రము, సపాదము, విపాదము మున్నగా ననేక భేదములు కలిగియున్నది. దీనివిధులు, ప్రయోజనములు క్రమముగాఁ జెప్పఁబడును. అందు చందనద్రవ్యకము వాసుదేవోపనిషత్తునందు చెప్పఁబడియెను. గోపీచందన మనునది మృత్తేయనియు.

అది జలముచే నార్ద్రముగ ధరింపఁబడవలయు ననియు, ఇదివి
ష్ణుమూర్తికి ప్రీతికర మనియు తెలుపఁబడియున్నది. భస్మము
శీఘ్రముగా ద్రవమును కొంచె మాకర్షించును. మృత్తు సూ
ర్యకిరణసహాయమువలన క్రమముగా ద్రవమును నిశ్శేషముగా
నాకర్షించును. భస్మము శరీరమున కొంచెము సేపుండును.
మృత్తు చిరకాల ముండును. ఈశక్తి శ్వేతమృత్తునం దధికము
గా గలదు. అందువల్లనే యిది ధరించినచోట తెల్లనగా గు
ర్తు పడుచున్నది. మఱియు దీనిని భగవంతునిచరణరూపముగా
ధరించుటవలన గొప్పపుణ్యంబును గలదు. ఇది ధరించిన
వానికేగాక యీవిషయము తెలిసిచూచినవానికిని సుకృతంబు
గలుగును. దీనిరహస్య మేమనగా, భగవంతుఁడగు విష్ణు
మూర్తి యందఱకును నాథుఁడనియును. ఆద్దేవునిచరణ మందఱకు
రక్షకముగదా. ఆచరణము రెండుశక్తులయొక్క రూపములచే రెం
డువిధము లైనది. ఆరెండుశక్తులు సేవనిక స్థావరజంగమ
ములగు. స్థావర మనగా భూమి జంగమ మనఁ లక్ష్మియు నగు. ఇందు
అచేతనము భూమియు, చేతనము లక్ష్మియు నగుగదా. అందువలననె
లోకమున భూమి అచల యనియు, లక్ష్మి చంచల యనియు వ్యవ
హరింపఁబడుచున్నది. ఇందు మృత్తురూపమైనది భూమియు, హరి
ద్రాచూర్ణరూప మైనది లక్ష్మియు వీరును భగవంతునిచరణమున
ప్రపత్తి గలవారలే, వారలను ధరించువారలకు భర్తయగు
విష్ణుమూర్తి మాకు పూజ్యుఁడను భావమును దెలుపుచున్నది.

మఱియు నారోగ్యము, నపవర్గంబును రెండే పురుషులు కోర
దగినవి. అందు భూమి సర్వౌషధులకు నివాసభూత మైనదిగా
న దానిచేత నారోగ్యంబును, లక్ష్మి బ్రహ్మవిద్యారూపిణి గావు
న నామెచేత ముక్తియు గలుగు. ఇట్లు భగవచ్చరణముల
వలననె యిష్టసిద్ధి గలుగుగావున ఆరోగ్యము నపవర్గమునొసగు
స్థావరజంగమముల నధిష్ఠించిన భూలక్ష్మీరూపమైన శక్తిద్వ
యముచే నాశ్రయింపఁబడినచరణములుగల భగవంతునిచరణ
ములఁ ధరించుట యావశ్యకము.

ఇంక మాధ్వులు పంచముద్రలంతో గూడినపుండ్రమును
ధరించుచున్నారు. అందునకు పంచాయుధపరిమండితుఁ డగు
నారాయణమూర్తిని స్మరించుటయే ప్రయోజనము. భస్మ
పుండ్రము, ఊర్ధ్వపుండ్రము ఈ రెంటను కొన్నిరోగములయం
దు నివర్తకముగను, కొన్నిపాతకములయందు ప్రాయశ్చిత్తము
గను విధింపఁబడినది. ఎట్లన, కఫరోగమునకు॥ మృత్పుండ్రం ధా
రయే న్నిత్యం మాస మేకం కఫార్దితః॥ కఫరోగి యొకమాసము మృ
త్పుండ్రము ధరింపవలయుననియు,॥ భస్మచ్ఛన్నో భస్మశయ్యా
శయానో రుద్రాధ్యాయీ ముచ్యతే సర్వపాపైః॥ భస్మచ్ఛ
న్నుఁడై రుద్రాధ్యాయమును పఠించువాఁడు సర్వపాతకముల
నుండి విముక్తుఁడగుననియు చెప్పఁబడియుండెను. ఇట్లు మృత్పుం
డ్రాదిధారణమునకు కఫాదిరోగనివర్తకత్వము లేకున్న నవచన
ములు సార్థకములు గానేరవు. ఈవిధమున పుండ్రధారణ

ము స్వప్రయోజన మనుట నిస్సంశయము. ఇట్లు సర్వకర్మాంగము లగునీపుండ్రములను కులాచారమును బట్టియు నుపాస్యదేవతలను బట్టియు ధరింపవలయు. ఇట్లు పుండ్రము ధరించి ప్రతిదినము సూర్యుఁ డుదయించుటకు ముందు వర్ణానుసారముగా భగవదుపాసనారూప మగుసంధ్యోపాసనము చేయవలయు.

సంధ్యావందనము.

ఏదిమాత్రమున్నను సర్వకర్మఫలము లభించునో మఱియెద్దాని నాచరింప ప్రతిదినంబును దెలియక చేయుపాపములు నశించునో అట్టిసంధ్యావందనము నిరూపించుట ప్రకృతము. దీనియందు ఆచమనము, ప్రాణాయామము, తీర్థతర్పణము, మూలమంత్రజపము, అని నాలుగువిభాగములు గలవు. వర్ణభేదమును బట్టి మంత్రములు, తంత్రములు వేర్వేరైనను ఈ నాలుగంగములు మాత్ర మందఱకు సమానములు. వీనిలో నాచమనముయొక్క ప్రయోజనము నిరూపింపఁబడియెను, ఇఁక ప్రాణాయామాదులయొక్క ప్రయోజనము వానిస్వభావము, వానిలక్షణము తెలుపఁబడుచున్నవి

ప్రాణాయామము

ప్రాణాయామమన స్వల్పమైనది కాదు. యోగరహస్య మంతయు నిందుగలదు. ప్రాణాయామ మనునంగము

మాత్రముచే చాలవరకు సంధ్యయొక్క ప్రయోజనము గ్రహింపఁబడును. స్మృతికర్తలందఱును ప్రాణానాయమ్యులని ప్రాణాయామము నియతముగా ననుష్ఠింపవలయు నని చెప్పుచున్నారు. ప్రాణముల నాయమనముచేయుట (నిరోధించుట) నభ్యసింపవలయు ననియు నట్లు లభ్యసించుటవలన గొప్పఫలము గలదనియు ఋషుల యాశయము.

లోకమున మనుష్యుఁడు కోరదగిన యన్నివస్తువులలో నాయువుకంటె గొప్పవస్తువు లేదు. ఇది యొక్కటి లేకుండునెడ తక్కిన దంతయు నిష్ఫలమే కదా. కావుననే వైద్యశాస్త్రమున॥ ఆయుః పూర్వం ప్రార్థనీయం మనుష్యైః స్వస్యాభావే కస్య హేతోః ప్రయాసః॥ తానే లేకుండిన తాను పడుప్రయాస మెవ్వని కగు. కావున మనుజులు మొట్టమొదట నాయువునే కోరవలయు నని తెలుపఁబడియున్నది. ప్రాణాయామాభ్యాసమున కాయుర్లాభమే ఫలము. శ్వాసము ఖర్చుపడకుండునెడ నాయువు వృద్ధి నొందునని యోగులనిశ్చయము ఈయంశము వైద్యులు నంగీకరించియే యున్నారు. ఇందు గలరహస్యమిది ప్రతిమనుజునకును వానివానికర్మమును బట్టి యాయువు నిర్ణయింపఁబడియే యున్నది. ఆయువన ప్రాణధారణమే యగు. ఆప్రాణవాయువు స్వభావముచే నెప్పుడును తిరుగుచుండును. అయ్యది ప్రతిదినము ౨౧౬౦౦మార్లు శ్వాసముద్వారా తిరుగుచుండునని యోగవిదులు కనిపట్టిరి. కా

పున పూర్వోక్తగణనిర్ణీత మగునాయుర్దినసంఖ్యచే శ్వాససంఖ్యను హెచ్చింప వచ్చినశ్వాససంఖ్యయే ఆయుర్నిర్ణయమున ప్రధానముగాని దినసంఖ్య ప్రధానము కానేరదు.

బుద్ధిమంతుఁ డాయాయువును ధనమునుబలె నధికముగా ఖర్చుపెట్టకుండు నెడ ప్రతిదినము కొంతయంశము మిగిలి మొత్తముదినములమీఁద నదియె యధికముగా పెరిగిన దగును. ఒక్క ప్రాణాయామమును బాగుగఁ జేయునెడ పదునాలుగుశ్వాసములు బిగఁబట్టఁబడును. ఇంక ప్రతిదినము చేయుననుకర్మమును పూర్ణముగాఁ జేయునెడ నొక్కొకదినమునకు నూఱుప్రాణాయామములు కొఱఁతఁబడును. కర్మము నంతను సంక్షేపించి యొక్క సంధ్యోపాసనమాత్రము చేయువాని కైనను ఒక్కొక కాలమునకు పదునాలుగు చొప్పున మూఁడుకాలములకు నలుబదిరెండు శ్వాసము లగును. ఇట్లు ఏడవసంవత్సరము మొదలుకొని యభ్యాసము చేయువానికి ఆయు స్సారోగ్యము నియతముగా వృద్ధి నొందు ననుటకు సంశయము లేదు. ఇది యాయువు నయత్నముగా వృద్ధి నొందించుమార్గము. ఇద్దానిని యత్నముతో నింకను నభ్యాసము చేయునెడ నందునకు దగుఫల మెట్లు చేకూరకుండును? కావుననే యనేకులు చాలకాలమునుండి ప్రాణముల నియమించి శరీరమును వృషపరిచికొని గొప్పగొప్ప సిద్ధుల నొందియున్నారు. ఇట్లు లాయువునకు కల్పతరువుం బోలు సప్రాణాయామము మార్యులచేతనే కనిపెట్టఁబడియెగాని

దీని నన్యు లెఱుంగరు. ఈప్రాణాయామాభ్యాసము బా
ల్యముననే చేయవలయు. బాల్యమునందు చిత్తము క్రొత్త
విషయముల గ్రహింప సమర్థత గలదై యుండు. కావున నే
డవవత్సరముననే బ్రాహ్మణున కుపనయనము చేయనగు నని
మునులు విధించి యున్నారు. ఇట్టు లేడవవత్సరము మొదలు
కొని యోగాదుల నభ్యసించు నెడ వాని కాయురారోగ్యములు
వృద్ధిబొందు ననుట నిర్వివాదము. సగర్భము నగర్భము న
ని యీప్రాణాయామము రెండువిధములు. రేచకము, పూ
రకము, కుంభకము నని యిద్దానికి మూడంగములు గలవు.
ఇందుమంత్రోచ్చారణ లేనిది అగర్భము. మంత్రోచ్చారణగలది
సగర్భము. యోగవిదుల యభిప్రాయ మేమనిన వ్యవస్థితము
గ ప్రాణము నిరోధించుటకు గానముచుక్క కాలనియమముగా
ఎట్లు కొన్ని యక్షరము లపేక్షితము లైనట్లు ఈప్రాణాయామ
మునందును కొన్ని యక్షరము లపేక్షింపఁబడుచున్నవి. అవి
ప్రతిశ్వాసము వెవ్వేరైనది కూడవు. ఎప్పుడు నొక్కవిధమైనవే
కావలయు. ఆవర్ణములచే నొక్కొక్కప్రాణాయామమున నెన్నెని
మాత్రలకాలము సంగ్రహింపఁబడినది. తెలియుచున్నది. కా
వున నిందు వర్ణాంతరముల గ్రహించుటకంటె సకలవేదమాత
యగుగాయత్రినే వినియోగించుట శ్రేయ మని యీమంత్రవ
ర్ణములే గ్రహించుచున్నారు.

ఇచట మంత్రము నుచ్చరించుటకు శ్వాసముల లెక్కం

చుటమాత్రమే ప్రయోజనము కాదు. ఇంకేమనిన, గాయత్రీమంత్రార్థము ననుసంధానము చేయుట సంభవించును. ఇట్టి వారలకు ప్రాణాయామముచే హృదయములోని దుర్మలములు నశింప హృదయము పరిశుద్ధం బగుగాన నచ్చట పరమేశ్వరుని ధ్యానంబును సమకూరుటంజేసి మహాఫలంబు గలుగు. అప్పుడు మనస్సు మంత్రార్థము ననుసంధించుచుండును, వాక్కు మాత్రము నుచ్చరించుచుండును, కాయము ప్రాణము నిరోధించుచుండును ఇట్లు త్రికరణములు యొక్క కార్యములు ప్రవర్తింప గలుగును. ఇట్లు త్రికరణశుద్ధిగా పరమేశ్వరుని ధ్యానించునెడ నాయురారోగ్యములు పెంపొందునని వేర చెప్పవలయునా?

ఇక సూర్యచంద్రభేదమునకు ఫలము నిర్దేశింపబడును. బ్రహ్మచారులు ప్రాణాయామసమయమున అంగుష్ఠము ననామికము ను రెండువ్రేళ్ళచే నాసిక గ్రహింపవలయు నని శాస్త్రకర్తలు నిర్ణయించియున్నారు. అంగుష్ఠము పిత్తనాడికాధారమగుటచే నగ్నివలె నౌష్ణ్యము నాశ్రయించి యున్నది. నాసికకు దక్షిణభాగమున నున్నపింగళ యనునాడియు సూర్యనాడి యని చెప్పఁబడుచు నుష్ణగుణమునే వహించుచు నంగుష్ఠాగ్రమున నున్ననాడికి సమానజాతిగలది యైయున్నది. కావున నంగుష్ఠాగ్రము దక్షిణనాసాగ్రమున నుంచవలయు. దానంజేసి శరీరమున వేడి కుడిముక్కునుండి వెడలు శ్వాస

ముచేత నాకర్షింపఁబడు నాయుష్ణాతిశయము బొటనవ్రేలియం
దుండు నాడిచే వెలుపలికి దీయఁబడుచుండును. అట్లే ఎడమ
భాగమందును అనామికయందలి కఫనాడిచే ఎడమముక్కున
నున్న యిడ యను చంద్రనాడియందు సంచరించు శ్వాసము ద్వా
రా శరీరమందలి కఫాధిక్యము వెల్వరింపఁబడుచుండును. కా
వుననే యీ శ్వాసము పోకినయద్దమునందు కుడియెడమముక్కు
లనుండి వెడలునిట్టూర్పులయందు వర్ణభేదము గానఁబడుచు
న్నది. కఫపిత్తముల భేదముచేతనే వానియందు వర్ణభేద మేర్పడి
యున్నది. బ్రహ్మచారులకు విద్యాభ్యాసము నియతమై యున్నది
కావున శరీరపాటవ మావశ్యకము. కావుననే వారలకు 'కర్మము' సం
గ్రహముగాను భోజనము యథేష్టముగను విధింపఁబడియెను.
వారలు యథేష్టముగా భుజించునెడ జీర్ణశక్తి కలుగుటకై పు
రుషప్రయత్న మవసరము. కావుననే బ్రహ్మచారులకు మిగు
ల జీర్ణశక్తిని గలిగించు పిత్తమును ప్రదీపింపఁజేయు ముద్ర విధిం
పఁబడియె. మఱియు, మనసు పిత్తము ననుసరించి యుండును
పిత్తము స్వస్థంబైనం గాని మనస్సు విషయములను గ్రహింపఁజాల
దు. కావునను బ్రహ్మచారులకు నుష్ణాధిక్యమును గలిగించు
ముద్ర విధింపఁబడియెను. ఇద్దానిచే వారలకు మనశ్శుద్ధిమాత్ర
మే కాక శుక్రము అస్థులయందు లీనమై శరీరమునకు బలము
కలిగించును. కావున నీముద్రయె యతులకును విధింపఁబడి
యెను. గృహస్థులైననో ఒకవైపున బొటనవ్రేలికొను వే

రొక వైపున తక్కు నాలుగువ్రేళ్ళలోను నాసిక గ్రహింపవలయునని విధింపఁబడియున్నది. బొటనవ్రేలిస్వరూపము తెలిసినదే. రెండవ వైపున తక్కు నాలుగు వ్రేళ్ళను చేర్చుట బొటనవ్రేలియందగు నుష్ణాధిక్యమును శమింపఁజేయుటకొఱకని గ్రహింపవలయు. దీనివలన వీరియుష్ణగుణము శుక్రము నస్థులయందు విలీనము చేయుదు. గృహస్థులకు శుక్రమునం దపేక్ష గలదుగాన వారల కిట్టిముద్రయే విధింపఁబడియెను. యతులకు శుక్రాపేక్ష లేదుగాన బ్రహ్మచారులకు విధించినముద్రయే వారికి విధింపఁబడియెను.

రేచకము, పూరకము, కుంభకము నను ప్రాణాయామము మూఁడువిధములు. ఇందు లోపలిశ్వాసమును వెలుపలికి వెడలఁగొట్టుటకు రేచకమనిపేరు. వెలుపలిగాలిని లోన ప్రవేశపెట్టుటకు పూరకమనిపేరు. గాలిని లోపలఁ గదలకుండ పూర్ణకుంభమువలె నునుచుటకు కుంభకమనిపేరు. ఈ మూఁడిటికి ప్రయోజన మేమనిన, వెలుపటనున్న పరిశుద్ధమగు వాయువు నిశ్వాసముద్వారా లోపల ప్రవేశించి శరీరమున కుపకారక మగుట పూరకమునకు ఫలము. ఇట్లు ఈ పరిశుద్ధమగులోనివాయువు ఉచ్ఛ్వాసముద్వారా బైలువెడలుచు లోపలిమలరేణువుల వెలుపలికి వెడలఁగొట్టి శరీరమున కుపకారక మగుట రేచకమువలనిలాభము. ఇట్లు ప్రాణవాయువు వెలుపలికిఁబోవుచు లోపలికి వచ్చుచును శరీరమును పోషించుచు

న్నది. అయిన నీపురుషుఁడు విషయములయం దగునతివ్యాసంగమువలన నపరిశుద్ధ మగువాయువునుగూడ లోనికి బీల్చుచుండును. పరిశుద్ధ మగుగాలిని పీల్చినను లోపల ప్రవేశించినగాలి రక్తమును శోధించి యందలి మలరేణువులను గ్రహింపక ముందే యాగాలిని వెలుపలికి విడుచుచుండును. ఇట్లు విషయవ్యాసంగముచే శ్వాసముల నవ్యవస్థితముగా విడుచునెడ మనుజుఁడు తప్పక చెడిపోవు నని యెంచి భగవంతుఁడు రేచకాదివిశేషములుగల ప్రాణాయామము నుపదేశించెను. రేచకముయొక్క ఫలము రేచనమువలన లోపలిమలరేణువులు వెలుపలికి పోవునని యందఱెఱింగినదే. ఇంక యోగదృష్టము, శ్రుతిదృష్టము నగుఫలము ప్రత్యక్షవిరోధము లేకుండ నిరూపింపఁబడును.

శ్రు॥ పద్మకోశప్రతీకాశం హృదయం చాప్యధోముఖం

అను శ్రుతి హృదయముయొక్క స్థితిని చెప్పుచున్నది. హృదయము తామరమొగ్గవలె నుండును. అది యధోముఖముగా నుండును. దానియందు సంకోచవికాసరూపమై సకల ప్రాణులకును జీవనాధార మైనయొకశక్తి కలదు. దానిప్రక్కలనే శ్వాసము వచ్చిపోవు ప్రణాడులు గలవు. హృదయమున కిరుప్రక్కల నున్న శ్వాసనాళములు వెలుపలివాయువుచే నిండింపఁబడియుండ వానిచే నాక్రమింపఁబడి హృదయము ముకుళించుకొనును. హృదయము ముకుళించుకొనినప్పు డందున్నరక్త

ము నాడులద్వారా శరీరమంతట వ్యాపించును. ఇక శ్వాస వాయువు వెలుపలికి వచ్చినప్పుడు ప్రాణప్రణాడి ముడుచుకొనును. గాన నప్పుడు హృదయము వికసించియుండి రక్తమును తనయందు ధరించుచుండును. ఇట్లు శ్వాసము వెలుపలికి పోవునప్పుడు ప్రాణప్రణాడి ముడుచుకొనుగాన దానినిబట్టి హృదయము వికసించుటయు, శ్వాసవాయువు లోపలికి వచ్చినప్పుడు ప్రాణప్రణాడి వికసించునుగాన దానింబట్టి హృదయము ముడుచుకొనుటయు సంభవించును. ఇట్లు హృదయము ముడుచుకొనుటచే రక్తము దీనినుండి వెడలి శరీరమం దంతట వ్యాపించుటయు, నది వికసించుటచే రక్తము దానియంద యుండుటయు సంభవించుచున్నదిగదా. దీనివలన శరీరపుష్టియు, రక్తప్రచారంబును నియతంబు లగును. మఱియు హృదయము రక్తమును పరిశుద్ధి చేయునదిగాన నచ్ఛోటివాలాశయములు ప్రాణప్రణాడులద్వారా వెలుపలికి ద్రోయంబడుచుండుటంజేసి హృదయము, ప్రాణప్రణాడులును శరీరస్థితికి మూలములగుచున్నవి.

ఇందు స్వభావమునను ఉచ్ఛ్వాసనిశ్వాసములవలన శరీరపోషణము జరుగుచున్నది. అయినను జనుడు మంచివాయువుతో నిండియున్న పర్వతాగ్రము, నదీతీరము మొదలగు ప్రదేశములయందుండి మితముగ శ్వాసమును విడుచునెడ క్రమముగా హృదయము వికసించి శొల్లికెక్కలు నెక్కుడురక్తమును

గ్రహించును. అంత తిరుగ గాలిని పూరించినప్పుడు అచ్చట పరిశుద్ధ మగుగాలిని లోన పూరించుటవలన నందున్నరక్తము శుద్ధి నొంది స్థానముల్లు తప్పకుండ ప్రవహించును. మఱియు నప్పుడు గాలిని పూర్ణకుంభమునుంబలె పూరింప నాగాలి హృదయమును బాగుగ సంకోచింపఁజేసి యందున్నరక్తమును వహించునాడులయందు ప్రవేశించి వానిని పరిశుద్ధము చేయును. రక్తముచే నిండియున్నయానాడులు స్నానాదులచే ఘనీభావము నొందియుండెనేని అందున్నరక్తమును కుంభకము చేయఁబడిన వాయువు నిర్మలము చేయును. అట్లు నిర్మల మగురక్తము భ్రూమధ్యమును (కనుబొమలనడుము) సహస్రారమును పొందును. దానంజేసి మనంబును నిర్మలం బగు. గావున పరతత్త్వమును ధ్యానము చేయ శక్తి యుక్తంబగు. నింతియగాక మనస్సు ఇంద్రియప్రణాళులలో ప్రవేశించి వానిద్వారా వస్తుతత్త్వమును గ్రహింపఁజాలి యుండును. కుంభకదశయందు గాక యితరకాలదశయందు హృదయమున రక్తముయొక్క రాకపోకలు సంభవింప కుండవు. కావున కుంభకదశయందే శిరమున నున్నరక్తమును శుద్ధిసేయఁ జాలియుండును. కాబట్టి సిద్ధిని గోరువారు దీనికై యత్నించుచుందురు. ఈకుంభకమువలన బుద్ధికి ప్రకాశము ఇంద్రియములకు పాటవము, ఆయుష్షునకు వృద్ధి రక్తమునకు శుద్ధి, శరీరమున నున్నమలములు తొలగుచుగాన శరీరము నిర్మలమగుట యీ మొదలగు ననేకగుణములు గలవు.

ఈకుంభకము శక్తికొలది క్రమముగా పెనుప దగినదై యుండును. ఇదియె ప్రాణగతిని నియమించును. రేచకము పూరకంబును నొక్కవైపునాసికతోనే చేయగూడదు. ఇరు ప్రక్కలమూసియు శ్వాసము వెడలుచుండుగాఫునను, ఇరుప్రక్కల నులము లుండుగాప్రునను నిరుప్రక్కల మార్చుకొనుచు చేయవలయు. ఇట్టు లభ్యసించు వానికి కుంభకము క్రమముగా వృద్ధినొంది శ్వాసమును సూక్ష్మమగుసుషుమ్నయందు ప్రవేశపెట్టును. అప్పుడే జీవునకు నిశ్చలమగుస్థితి కలుగుంగాన శరీరంబును వృద్ధ్యాదులకు సాధనమగుసూర్యకిరణాదుల తేజమును గ్రహింపదు. ఈయవస్థయే ప్రసు॥ నైన మగ్న గ్రహాతి అనుగ్రహముచే చెప్పబడియెను. కావున కుంభకావస్థ యవశ్యము సాధింపదగినది. ఇది యేకకాలమున ఫలింపదుగాన క్రమముగా నభ్యాసము విధింపబడినది. యోగాసనదశయందు చిత్తము నిశ్చలముగా నుండనేరదు గాన బాల్యమునంద దీనియభ్యాస మారంభింపవలయు. వాయువును స్వల్పకాలము ధరించినెడ నది శరీర మంతను వ్యాపింపదు. కావున శరీరము నుశద్ధిపరచి యారోగ్యమును, ఆయుర్వృద్ధిని నొసంగనేరదు. కాబట్టి ప్రాణాయామమున కుంభకమునే ముఖ్యముగా ననుష్ఠింపవలయు. ఆకుంభక మొక్కమారు సిద్ధించునది కాదు. కావున తొలుత మూడు, పిదప నాలుగు, పది, పంద్రెండు మాత్రల కాలము-నొప్పున క్రమముగా నభ్యసింపవలయు. ఇట్టియభా

సాతిశయమువలన నిప్పటికిని నీటియందు మునిగి యొకటిరెండు దినంబులు శ్వాసమును ధరించియుండువారు కలరు. పూర్వము కొంద అనేకవత్సరంబులు సమాధియం దుండి పిదప కుంభకమునుండి లేచి శ్వాసమును విడిచి రని వినుచున్నారము. కావున యోగమునకు ప్రాణమును బోలు ప్రాణాయామము మహాఫలము కలదియనుట నిర్వివాదము. ప్రాణాయామము యొక్క ప్రయోజనము యోగమునందు వైద్యకమునందును, వేదాగమ పురాణాదులయందును నధికముగా గలదు. ఇందధికఫలము గలదని బౌద్ధాదులును నాసక్తి కలిగి యున్నారు. ఇట్లు సంధ్యోపాసనయొక్క యొకయంగంబునక యింతఫలము కలిగియున్నది. ఇంక నన్నియంగంబులతో గూడినసంధ్యోపాసనకుగాని యార్యధర్మంబు లన్నింటికిగాని యెంతఫలము కలదో యద్దాని ధీమంతు లూహింతురుగాక.

ఇంక ప్రోక్షణమునకు, అర్ఘ్యప్రదానమునకును, ఫలము నిరూపించుట ప్రకృతము. ఇందు వర్ణభేదమునుబట్టి మంత్రములు వేర్వేరైనను ప్రోక్షణము సర్వసాధారణముగానే విధింపంబడెను. ఈప్రోక్షణము చక్కగం జేయునెడ దీనికి పిమ్మట జేయంబోవు నర్ఘ్యప్రదానమునకు నధికారము కలుగుట ఫలమని శాస్త్రమునం జెప్పంబడియున్నది. అది యుక్తమే. ప్రోక్షణమున, శిరమున జలము జల్లుకొనుట అది వ్రేళ్ళచేతగాని, దర్భలచేగాని చేయవలయు. అందు దర్భలచే చల్లుకొనుట

ముఖ్యము. దర్భలశక్తియో అద్భుతమైనది. ఎట్లన, త్రిదోషములసామ్యము పొందించు ననియు, అగ్నితో సమానములనియు, ఉష్ణవీర్యముగలవి యనియు, అతితీవ్రమైనశక్తిగలవి యనియు, ఇంకుపు (చిల్ల) గింజవలె జలదోషము నడచునవి యనియు, దేహమును శోధించునవి యనియు, పితరులకు ప్రియములైనవి యనియు పుణ్యభూమియందు మాత్రమె యుండునవిగాన పవిత్రములైనవి యనియు, ననేకవిధముల ప్రాశస్త్యమొందుచున్నవి వైద్యశాస్త్రమున దర్భలయొక్క కల్కము సన్నిపాతజ్వరమును పోగొట్టునని చెప్పఁబడియుండుటచే నివి త్రిదోషహరములని తెలియుచున్నది. ఇవి యగ్నితుల్యములైనను, అగ్నిగర్భములనుటకు ప్రసిద్ధి గలదు. దర్భలు తడిసియున్నను నిప్పు తగులగానె సురసుర గాలును. కావుననే వీనికి అగ్నికసి బర్హి యని నామముకలదు. అనాదినుండి కర్మనాశి యుండునుగాన దానిదోషము హరించుటకై [illegible] యందు దర్భపవిత్రమును ధరింపవలయు నని నియమింపబడెను. ఇందువలన వీనియందు తీవ్రశక్తి కలదనియు నుష్ణత్వము కలదనియు తెలియుచున్నది. ఇంకుపుగింజవలె నీరును నిర్మలముచేయుశక్తి వీనియందు గలదని ప్రత్యక్షముగనె కనఁబడుచున్నది. ఎట్లనగానెని, కన్నాల మఱియు సీసాల పాత్రలయందు దర్భగుబురులుంచునేని యావదియుం గను మాలిన్యమును దర్భలాకర్షించుచున్నవి. దానవనె యావత్తు లోగి తేర్పడుచుండుట. మఱియు, మలిన

మగు జలమునందు దర్భలు త్రుంచివైచు నెడ నాజలము మిగుల తేలిక నొంది నిర్మల మగును. కావున నీదర్భలయందు జలమును శుద్ధిచేయుశక్తియున్న దనుట నిశ్చితము.
మఱియు నీదర్భలను గాల్చి భస్మము చేసి యాభస్మమును లోహములకు బట్టించు నెడ లోహములమాలిన్యమప్పుడె నివృత్తి యగును. భస్మసామాన్యము కంచుమున్నగువాని శుద్ధిసేయును. 'దర్భలభస్మమైనచో రాగిని గూడ శుద్ధిసేయును. కావుననివి క్షారము పుంఖపుంఖములు కలిగియున్నవని తెలియుచున్నది. అందువలననె శిల్పశాస్త్రమున బింబముల శుద్ధిసేయుటకు చింతపండువలె శరక్షారంబును విధింపఁబడియె. శిల్పు లిప్పుడు దానినె వినియోగించుచున్నారు. శరక్షారము గలిపిన నీరునంటు వెండి, బంగారు నుంచునెడ వాటనె మాలిన్యములు నివృత్తి యగును. దీనింబట్టి యయ్యది లోహదోషములం బోగొట్టునని తెలియుచున్నది. దర్భలయొక్క క్షార మితరక్షారములవలె నల్పవీర్య మైనది కానేరదు. దర్భలక్షారము సున్నమువలె నోరు పొక్కించును. కావున నిది తీవ్రతర క్షారకోటికి యనఁ జెప్పఁబడియెను. దేవతలకు పితరులకును ప్రియములని శాస్త్రముచేతనే తెలియుచున్నది. పుణ్యభూమి యగు భారతఖండంబుననె యుండుటంబట్టి పుణ్యభూమియందు మాత్రము మొలచునవి యని తెలియుచున్నది. కావుననె యియ్యవి ఖండాంతరములయందు లేవు. సమశీతోష్ణం బగుదేశంబునను

ఋవి పుట్టుచుండును. కాబట్టి కర్మభూమి యగునీదేశంబుననే వీనికి వినియోగంబు కలిగియున్నది.

ఇదిగాక, సూర్యకిరణములకు ప్రచారము బాగుగ నున్నప్పుడె ఈదర్భలకు శక్తి యధిక మగును. కావుననె వీని నమావసనాడు గ్రహించుచున్నారు. అట్లు గ్రహించుట కప్పుడివి బహుళరసము గలిగియుండుటే కారణ మగు.

కాబట్టి దర్భలతో ప్రోక్షణము చేయగా జలదోషము నివర్తించుగాన నారోగ్యము గలుగు ననుటకు సంశయము లేదు. అన్నివిధము లగు ప్రోక్షణములయందును నివి వినియోగించుచున్నవి. అట్లు లభిషేకజలమందును కూర్చగ్రంధి యుపయోగింపఁబడుచున్నది. ఇది యంతయు వీనియందు జలమును శుద్ధి జేయుగుణ ముండుటవల్ల ననియె గ్రహింపనగు.

విస్తార మగు జలము గలచోట దర్భ యుండునేని యచట నారోగ్యకర మగుగాలి యుండునని నిశ్చయించి భగవనుండగుధన్వంతరి యారోగ్యశాలలయొక్క నిర్మాణమును చెప్పునప్పుడు ఆశాల కీశాన్యదిశను దర్భలతోఁగూడిన సొప్పతటాక ముండవలయు నని వచించియుండును, కావున దర్భలకు జలశోధకత్వము నిశ్చయము.

మఱియు, శుచి యైనవాఁడుగాని యశుచి యైనవాఁడుగాని సంధ్య నుపాసింపవలయు నని చెప్పించే సంధ్యాకాలమున స్నానముచేయుట సంభవింపకున్నను శుచిత్వము సంభ

పించుటకై ప్రోక్షణ ముపయోగించును. దర్భలు దొరకకున్నయెడ వ్రేళ్ళచేతనె ప్రోక్షణము చేసికొనవలయు. వ్రేళ్ళు సమదోషము కలవి కావున నట్టివ్రేళ్లచే ప్రోక్షణంబును దోషసామ్యమును గలిగించునదియె యగు,

అనంతరము. శ్లో॥ గోశృంగమాత్ర ముద్ధృత్య జలమధ్యే జలం క్షిపేత్॥ జలము నావుకొమ్మంత పైకెత్తి జలమధ్యమున విడువవలయు. ననువచనముచే బట్టి జలమును గాయత్రీమహామంత్రముచే నభిమంత్రించి విడుచునెడ నదియె నర్ఘ్యప్రదాన మగును. ఇఁకనిద్దాని సంప్రదాయము, ఫలంబును నిరూపింపఁబడును.

అర్ఘ్యప్రదానఫలము.

జలము నావుకొమ్మంతమాత్రముపైని కెత్తి జలమునందు విడువవలయు నను విధివలన ప్రాతఃకాలమున పరమాత్మను ధ్యానించుచు నరుఁడు తూర్పుదిశ కభిముఖుఁడై దోయిలితో జలముగ్రహించి దేవతీర్థముచేత నర్ఘ్యమియ్యవలయు. అంతట సూర్యుని ధ్యానించుచు సకలప్రాణులయొక్క బుద్ధులను ప్రేరణజేయులక్షణము గలపరమేశ్వరునిధ్యానమున కంగముగా నాత్మప్రదక్షిణము చేయవలయు. ఏలన, సూర్యుఁ డుదయింపకముందు స్నానాదులచే సమధాతువులు గలశరీరమునకు బుద్ధిప్రసారణమునకై రక్తముయొక్క ప్రచార మపేక్షింపఁబడును. సూర్యోదయానంతరముగాలె సూర్యుం డుదయింపకముందు రక్తము స్వభావమున ప్రసరింపదు. మఱియు, స్నా

కానేరదు. కావున ప్రాతఃకాలమున నవశ్యముగా నర్ఘ్య మియ్యవలయు.

అర్ఘ్య మిచ్చునెడ బుద్ధిమాంద్య మెట్లు పోవు నందురేని వినుఁడు. సమదోషములు కలవానికి బుద్ధిమాంద్య ముండనేరదు. అంజలిముద్రచే మూడుమార్లు జలమును విడుచునెడ సమదోషత్వము కలుగును. దైవతీర్థ మెప్పుడును త్రిదోషములను సామ్యము నొందించునదియే. శ్లో॥ అంగుళ్యగ్రే స్మృతం దైవం॥ అనువచనమువలన చేతి వ్రేళ్ళకొనలయందు దైవతీర్థ ముండును. స్నానాదులచే శోధింపఁబడినమలము లావిరియాపమున నాడులద్వారా బైలువెడలి నాడులకొనల నాశ్రయించి యుండును. అందు క్షణముసేపు నిర్మల మగుజలమును ధరించి ముమ్మారు విడుచునెడ నాడ్యగ్రముల కాశ్రయములగు వ్రేలికొనలయం దావిరిగా నున్నమలములు జలమున గలిసి వెడలిపోవును. దీనింబట్టి యప్పుడు జలము విడుచుట లాభకరమే యగును

అట్లైన, కేవలము జలమును బట్టి విడిచినమాత్రముచేతనె నైర్మల్యము గలుగునెడ అర్ఘ్యదానము హస్తప్రక్షాళనముతో సమాన మగుఁగదా యందురేని వినుఁడు.

అప్పు డిట్లు స్నానముచేసి, శుద్ధవస్త్రమును ధరించి, పుండ్రము పెట్టికొని, కార్యాంతరమున ప్రవర్తింపక, ప్రాణముల నియమించి, ఆచమనము చేసి కుశాగ్రములచే జలము

కానేరదు. కావున ప్రాతఃకాలమున నవశ్యముగా నర్ఘ్య మియ్యవలయు.

అర్ఘ్య మిచ్చునెడ బుద్ధిమాంద్య మెట్లు పోవు నందురేని వినుఁడు. సమదోషములు కలవానికి బుద్ధిమాంద్య ముండనేరదు. అంజలిముద్రచే మూడుమార్లు జలమును విడుచునెడ సమదోషత్వము కలుగును. దైవతీర్థ మెప్పుడును త్రిదోషములను సామ్యము నొందించునదియే. శ్లో॥ అంగుళ్యగ్రే స్మృతం దైవం॥ అనువచనమువలన చేతి వ్రేళ్ళకొనలయందు దైవతీర్థ ముండును. స్నానాదులచే శోధింపఁబడినమలము లావిరూపమున నాడులద్వారా బైలువెడలి నాడులకొనల నాశ్రయించి యుండును. అట్టి క్షణము సేపు నిర్మల మగుజలమును ధరించి మువ్మారు విడుచునెడ నాడ్యగ్రముల కాశ్రయములగు వ్రేళ్ళకొనలయందు దాపిరిగా నున్నమలములు జలమున గలిసి వెడలిపోవును. దీనిఁబట్టి యప్పుడు జలము విడుచుట లాభకరము యగును.

అట్లుచో, కేవలము జలమును బట్టి విడిచినమాత్రముచేతనె నైర్మల్యము గలుగునెడ అర్ఘ్యదానము హస్తప్రక్షాళనము
శ్లో సమాన మగుగదా యందురేని వినుడు.

అప్పు డిట్లు స్నానముచేసి, శుద్ధవస్త్రమును ధరించి, పుండ్రము పెట్టికొని, కార్యాంతరమున ప్రవర్తింపక, ప్రాణముల నియమించి, ఆచమనము చేసి, కుశాగ్రములచే జలము

ప్రోక్షించుకొని, పవిత్రుండై, సూర్యకిరణములు లేనందున నిద్రియముల నిరోధించి, యేకాగ్రచిత్తముతో నర్ఘ్యదానమున హస్తయుగమును వినియోగించునెడ నియ్యది హస్తప్రక్షాళనముతో సమ మగునా? కానేరదు.

మఱియు. బ్రాహ్మముహూర్తమున జాగరణము సేయుటవలన నేత్రములయందు నైర్మల్యము గలిగెను. పరమేశ్వరుని ధ్యానించుటవలన చిత్తమునకు నైర్మల్యము సంభవించెను. మలవిసర్గమున కుచిత మగుదిశను గూర్చిపోవుటచే నాడీసంధులకు నిర్మలత్వము వచ్చెను. మలవిసర్జనముచేతను, శౌచముచేతను బాహ్యశౌచము సంఘటించెను. గండూషములచేతను, స్నానముచేతను సర్వాంగశుద్ధి యేర్పడెను. వస్త్రధారణముచే బాహ్యమలములు నిస్సరించెను. ఆచమనముచే శ్వాసప్రణాడి శుద్ధి నొందెను. ప్రాణాయామముచే నాడీశుద్ధియు, మనస్సునకు నైశ్చల్యంబును కలిగెను. రేచకముచే రోగిమలములు వెడలిపోవుటయు, పూరకముచేత రక్తశుద్ధియు కుంభకముచేత నాడులయందు వాయువు ప్రవేశించుటచే దార్ఢ్యంబును సంభవించెను. అనంతరము కుశప్రోక్షణవిధిచే కేశములు మొదలుకొని పాదములదనుక తేజము ప్రసరించెను అంతట దోసిలితో నర్ఘ్యమును విడుచునెడ నిది హస్తప్రక్షాళనముతో సమ మెట్లగును? అప్పుడు జలముమాత్రము చల్లబడుచున్నదా? చూడుడు. సూర్యున కభిముఖముగా నుం

టయు, ఆత్మప్రదక్షిణంబును, దేవుని ధ్యానించుటయు, మొదలుగా నర్ఘ్యాంగములు గలిగియున్నవి. ఇవి సఫలము లని క్రమముగా నిరూపింపఁబడును. శ్లో॥ అప్రవాహోదకస్నానం విప్రపాదావనేజనం। గాయత్రీజప మర్ఘ్యంచ ఆదిత్యాభిముఖం చరేత్॥ అనువచనమువలన సూర్యున కభిముఖముగా నర్ఘ్యము నియ్యవలయునని తెలియుచున్నది. అటులేని సూర్యోదయముకంటె ముందుగా నర్ఘ్య మిచ్చు నప్పుడు సూర్యాభిముఖ్య మెట్లు సంభవించునని యడుగుదురా? అందునకై స్మృతి శ్లో॥ ఈష న్నమః ప్రభాతేతు మధ్యాహ్నే ఋజుసంస్థితః। గాయత్ర్యా ప్రక్షిపే దర్ఘ్యం సాయంతూపవిశ న్భువి॥ కొంచెము వంగినవాఁడై ప్రాతఃకాలమునందును, సమముగా నిలుచుండినవాఁడై మధ్యాహ్నమునందును, కూర్చుండినవాఁడై సాయంకాలమునను నర్ఘ్య మియ్యవలయునని చెప్పుచున్నది.

ఇది యుక్తమే. ప్రాతఃకాలమున సూర్యుఁ డుదయింపఁబోవుచు భూమియం దున్నమనకు కొంచెము దిగువన నున్నవాఁడు. అయినను ఆసూర్యునికిరణశక్తి భూమిని వేధించుచు మనుజునియందు సంక్రమించుచున్నది. కావున నప్పుడు కొంచెము వంగినవాఁడై అర్ఘ్యము నియ్యవలయు నని యున్నది. మధ్యాహ్నమున నైననో సూర్యుఁడు స్పష్టముగా కనపడుచున్నాఁడు. కావున నప్పుడు ప్రత్యక్షముగా శిరముచే సూర్యకిరణములసారము గ్రహించుటకొఱకు నిలుచుండి యర్ఘ్యము

నొసగవలయు నని చెప్పఁబడెను. సాయంకాలమునందు సూర్యుఁడు కనఁబడుచుండఁగనె ఆర్ఘ్యము నియ్యవలయు. అప్పుడాసూర్యునిశక్తి తగ్గిపోవుచున్నది. గాన సూర్యునికి యర్ఘ్యము నియ్యవలయు నని యున్నది. సూర్యాభిముఖ్యము ముఖ్యము గావున ప్రాతఃకాలమునందు సర్వరోగహరంబును, పిత్తప్రధానంబును నగు సూర్యకిరణములసారము అప్పుడు భూమి నిరుపార్శ్వముల వేధించుకిరణములద్వారా జలములయందుఁ బ్రవేశించియున్నది. కావున వానిద్వారా శరీరమునఁ బ్రవేశించి శరీరమును మిగుల పరిశుద్ధి నొందించుచున్నది.

ఇట్లు సూర్యకిరణశక్తిచే శోధింపఁబడిన వ్రేళ్లు గలహస్తముచే జలము నింకొక జలమందుగాని, దర్భలలో గూడిననేలయందుగాని విడుచునెడ నప్పుడె యచ్చోటినుండి యొకానొకశక్తి బైలువెడలి మనుష్యునిశరీరమునఁ బ్రవేశించును. దానిచే శరీరముకు పారిశుద్ధ్యము ప్రబలమగును. కావున నీయర్ఘ్యదానము జలము చల్లుటతో సమానముగాని, నిష్ప్రయోజనముగాని కానేరదు. ఇఁక ధ్యానము విశేషింపఁబడును.

ధ్యానము.

ధ్యానమున కపేక్షిత మగుసంగిజాత మంతయు మేలొనర్చినది మొదలు సంపూర్ణ మయ్యెను. కావున సూర్యాస్తమయమునకు ఘటికంతకు ముందు భగవద్ధ్యానముతో గూడ నర్ఘ్య మొసంగుట యావశ్యకము. ఏలన జాగరణాదులచే

శుద్ధములగు నింద్రియప్రణాడులకు అదివఱకు లౌకికవ్యాపారము నప్రవేశము లేదు. ఇంద్రియములను పనులయందు ప్రవేశపెట్టుటకు ముందు భగవంతునియందర్పించి యద్దేవునిచే ననుగ్రహింపఁబడి నపదంపడి వానిని తగినపనులయందు వినియోగించుట కార్య సాధనము. సూర్యకిరణములు వెడలగనె యింద్రియములు స్వభావముననె లౌకిక కార్యములయందు ప్రవర్తించుచుండును. కావున నాయింద్రియములు ముందుగ ధ్యానమున వినియోగింపఁబడుచున్నవి.

ఈధ్యాన మప్పుడు కేవల మార్యులచేతనే చేయఁబడుట లేదు. ఇక మ్లేచ్ఛులును ధ్యానమునకై యాటుకాలముల నియమించి కొని ప్రాతఃకాలమున ధ్యానము చేయుచునె యున్నారు. బౌద్ధులును నప్పుడే చేయుచున్నారు జైనులును సూర్యకిరణములు రాకముందే భగవంతుని ధ్యానింపవలయు నని నియమించుకొనిరి ఇట్లు నియమము చేసికొనినవీరల కందఱకు నొక్క యభిప్రాయ ముండితీరవలయు. అది యే దందు లేని, పనుల యందు ప్రవర్తింపఁబోవు నింద్రియముల ముందుగాఁ భగవంతు నియందుఁ బ్రవేశపెట్టుట న్యాయ్య మనునదియే. కావున నర్ఘ్యంబును, ధ్యానంబును సఫలంబు లని యేర్పడినది. ఇక నందు వినియోగింపఁబడుమంత్రంబును సకలజీవులయొక్క బుద్ధి ని ప్రేరణచేయు, బ్రహ్మమునే బోధించుచున్నదిగాన నామంత్ర మున కంను నుపయోగము లేకపోదు. ఆమంత్రము కర్తవ్య

మగునర్థమునే తెలుపుచున్నది గాన సార్థకమే యగు.

ఆత్మప్రదక్షిణము.

ఇట్లు సూర్యాభిముఖ్యముచే పరిశుద్ధి నొందిన చేతివ్రేళ్లకొనలచే జలమును విసరఁగా నాజలమునుండి వెడలు శక్తిసారము శరీర మంతటను వ్యాపించుటకై యాత్మప్రదక్షిణము (చుట్టుతిరుగుట.) విధింపఁబడియె. అర్ఘ్యోదకమునందు పుష్పములు, దర్భలు నుంచవలయు నని కాత్యాయనుఁడు, హారీతుఁడు, భరద్వాజుఁడును చెప్పియుండిరి. ఒకచోట దర్భలేని సంధ్యోపాసనమే నిష్ఫల మని నిందింపఁబడియె. అందున దర్భల గుణము తెలిసినదే కదా. పుష్పములందును సౌగంధ్యముచేత నతిసూక్ష్మమగు ప్రాణవాయువునకు దార్ఢ్యము నిచ్చెడి గుణము కలదు. కావుననే [illegible] పుష్పములచేతను, దర్భాగ్రములచేతను మిశ్రిత మగు నర్ఘ్యము నియ్యవలయు నని యారోగ్యలాభప్రదమగు మనుచారుచర్యయందుఁ జెప్పియున్నాఁడు. ఇందు అర్ఘ్యదానమె ముఖ్యము. అంతకును పరమేశ్వరధ్యానము ముఖ్యము. కావుననే యొకప్పుడు సంకటమున జలము దొరకనియెడ మంత్రమువాత్రము చదివినను కర్మము చెడనేరదని స్మృతులయందుఁ గలదు. కాబట్టి యర్ఘ్యదానము హస్తప్రక్షాళనమునకు సమము కానేరదు. ఆ కారణముననే కాలము తప్పకుండ నర్ఘ్య మిచ్చుచున్నవానికి బుద్ధి విపులముగా నుండుచున్నది. అందువలన మందేహులు ల

నురాక్షసులను సంహరించుటకొఱకే యర్ఘ్య ముపయోగించు నని వచించు వేదవాక్య మర్థవాద మనియు, ఈవాక్యమును శోధింప మందేహాశబ్దము మందబుద్ధినే బోధించు ననియు కొందఱు చెప్పుచున్నారు. పరోక్షమున నిజముగా మందేహు లనురాక్షసు లున్నను, వారల నీయర్ఘ్యము సంహరించుచున్నను, ప్రత్యక్షమున మందబుద్ధిని తొలగించుచుండుటం జేసి మనకీ యర్థము గ్రాహ్యముగనే తోచుచున్నది.

ఇచ్చోట సూర్యునే ధ్యానముచేయవలయు నని స్మృతులు చెప్పుచున్నవి. శ్రుతు లైననో సూర్యునియం దున్నపరమేశ్వరుని ధ్యానము చేయవలయు నని నిర్ణయించుచున్నవి. ఆ నగురహస్య మేమనిన, అనేకబ్రహ్మాండములను ధరించున ఖండిత మైనట్టియొక యీశ్వరశక్తి కలదు. అదియే శ్రు॥ యేనేదం భ్రామ్యతే బ్రహ్మచక్రం॥ అను శ్రుతిచే చెప్పఁబడుచున్నది. ఈశక్తియే సూర్యమండలమునుండి వెడలి భూమిని, భూమియందగు జీవకోటిని సర్వమును వ్యాపించి భ్రమింపఁజేయుచున్నది. ఆశక్తియే మాకుపాస్య మైనది. అద్దానికి చైతన్యంబును గలదు. ఈయంశ మీశ్వరనిరూపణమున నిరూపింపఁబడును.

అట్లులేని యర్ఘ్యదానము సూర్యు నుద్దేశించియా? లేక సూర్యమండలాంతర్వర్తి యగునీశ్వరు నుద్దేశించియా యని యడుగుదు రేని వినుఁడు

వేదము బ్రహ్మాండముల కన్నిటికిని సాధారణ మైనది

గాని యొక్క లోకమునకే సంబాధించినది గాదు. కావున సర్వసమ మైనకర్మమునే విధించును. అట్టియెడ మనకు సూర్యమండలమే యుపాస్య మగునేని ఆసూర్యమండలమున నున్నవారు వేఱొకసూర్యు నుపాసింపవలయు. ఇంకొకసూర్యుండు లేడనుటకు వలనుపడదు. శ్రు॥ యస్మిన్ సూర్యా అర్పితా స్సప్త సాకం॥ అను శ్రుతియే యేడుగురు సూర్యులు కలరని చెప్పుచున్నది. కొందఱుజ్యోతిష్కులు బృహస్పతిని నాల్గవసూర్యునిగా గనిపెట్టినట్లే పూర్వపురుషులును కశ్యపుని ఏడవసూర్యునిగా నిర్ణయించిరి. అంతే సూర్యునకేవి యుపగ్రహములో వాని కాంతి సూర్యునియందే యనియు. తక్కుసూర్యులకాంతి కశ్యపుండను మహాసూర్యు నందే యనియు శ్రు॥ తే అస్మై సర్వే కశ్యపా జ్జ్యోతిర్లభన్తే॥ అను శ్రుతి చెప్పుచున్నది. మన పూర్వపురుషులతపోగాత్రమైన వేదమువలననే కశ్యపుండు మొదలుగా నేడుసూర్యులు కలరని తెలియుచున్నది. కాబట్టి సూర్యమండలముగాని, సూర్యుండుగాని యుపాస్య మని చెప్పినను ఉపాస్యవస్తువు ప్రశంసితము గాదు. సూర్యుని కంటె శ్రేష్ఠుఁ డగుపరమేశ్వరుండే యుపాస్యవస్తు వని యంగీకరించు నెడ నిశ్చితమగుచున్నది.

తైత్తిరీయమునందు మహానారాయణోపనిషత్తునందుగాయత్రీరహస్యము బాగుగ నిర్ణయింపఁబడియున్నది. అందు మొదట సూర్యమండలము ప్రస్తాపింపఁబడుచున్నది. అయ్యది తేజోమయ

స్థైమైనది. మనజీవనము సూర్యమండలప్రభాధీన మైనదిగావున నా మండలము అపరిచ్ఛిన్న మగుపరమేశ్వరశక్తి నుపాసించుటకు స్థానమని చెప్పఁబడెను. ఆమండలమే యుపాస్యము కాదు. ఇఁక మండలమున కాధిపత్యము వహించినసూర్యుఁ డనుదేవుఁ డుపాస్యుఁ డగు. ఈయుపాసన సూర్యునందె పర్యవసానము నొందదు. ఇఁక నాసూర్యున కంతర్యామియు, సర్వకర్మచోదకుండు నగుపరమేశ్వరునందు పర్యవసానము నొందును. అన్నియీ యర్థమును శ్రు॥ ఆదిత్యోవా ఏష ఏత న్మండలం తపతి॥ అని ఉపాసనాస్థాన మగుమండలమును, దాని కధిపతి యగు నాదిత్యుని మొదట ప్రస్తావించి, పిదప శ్రు॥ య ఏషోన్త రాదిత్యే హిరణ్మయః పురుషః॥ అనువచనముచే సూర్యున కన్తర్యామి యగు నా హిరణ్మయపురుషుని నిరూపించి, పిమ్మట శ్రు॥ నమో హిరణ్యబాహవే హిరణ్యపతయే అంబికాపతయ ఉమాపతయే పశుపతయే నమో నమః॥ అని తెనయంతర్యామిస్వరూపమును స్పష్టీకరించెను.

ఈనిర్ణయము నెఱుఁగక కొందఱు, ఆర్యులచేతను మగు సూర్యమండలము నుపాసించుచున్నారని యాక్షేపించుచున్నారు. ఆర్యులు సూర్యమండలమునుగాని తదధిపతినిగాని యుపాసింపరు. ఇఁక నామండలాధిపతి కంతర్యామి యైనపరమేశ్వరునే యుపాసించుచున్నా రని నిర్ణయింపఁబడెనుగదా?

మాశాస్త్రము సూర్యమండలమున కధిపతి యగుసూర్యునిహృదయమున నున్నఅంతర్యామిని ఆర్యుల కుపాస్యునిగాఁ

జెప్పునేని? ఆసూర్యమండలమున కేమి లక్షణము? ఆమండలము న కధిపతి యగుసూర్యున కేమి లక్షణము? ఆయధిపతి కంత ర్యామి యగుపరమేశ్వరున కేమి లక్షణము? ఆయనయుపా సన కేమిలక్షణము? అని యడుగుదురని వారల కిది స మాధానము.

మహాశాస్త్రము సూర్యమండలము తేజోమయ మనియు అది భూమ్యాదిసర్వగ్రహములను ప్రకాశింపఁజేయునది యనియు అందు సహస్రాంశు లగు వాలఖిల్యాదు లుందురనియు; అది సంవ త్సర మను కాలము నిర్ణయించుటకై మూడుకాలము లను నాభు లు గలచక్రముగా సంచరించు ననియు సర్వభూతముల యారో గ్యము. ఆహారముల పుట్టుక వర్షము మొదలగువానికి కారణమ నియు మనుష్యాదు లుండుటకు మహాదేశాంగముగ తనయుపగ్రహ ములయందు వసించుచున్న వివేకు లగుజనుల యుపాసనకొరకు స్థాన బనియు, అనేకము లగునుపగ్రహములను గూడిన దని యు, క్రమముగా జ్ఞానోదయమునకు కారణ మగుటచే వేద రూప మనియు చెప్పెను. ఇక మండలాధిపతి యగుసూర్యు ని, ఆదిత్యుం డనియు, కాశ్యపి యనియు; వాలఖిల్యముఖ సేవితు డనియు, పుణ్యవంతులచే పొందదగినవాం డనియు చెప్పెను. ఇక నారాయణాదిత్యాంతర్యామి సర్వవ్యాపకుం డనియు, సర్వ ప్రేరకుం డనియు. సర్వసాక్షి యనియు, పరమేశ్వరుం డనియు, పశుపతి యనియు, ఉమాపతి యనియు, నీలగ్రీవుం డనియు చె

ప్పెను. ఇక నేమి చెప్పవలయు? ఫలప్రదుఁడనియే ఆదిత్యాంతర్యామి యగుపరమేశ్వరుఁ డుపాసింపఁ బడుచున్నాఁడు. సూర్యుఁడు తాననేక ప్రకాశించువాఁడు గావునను, మనదృష్టిచే గొప్పవాఁడు గావునను అతఁడు ఉపాసన పండితులు మొదలుకొని పామరులవఱకు విధింపఁబడినది. ప్రాతఃకాలము మొదలగునియతకాలములయం దుపాసన ఆర్యుల కందఱకు సాధారణ మైనది. కావున పితరులచే కనిపెట్టఁబడని సర్వరక్షక మగు మార్గము ఆర్యులచేతనే కనిపెట్టఁబడియె. ఆదిత్యోపాసన చెప్పఁబడినను అది తదంతర్యామిని గూర్చి చెప్పఁబడినదియే గాని బాధకము కా దెఱుఁగుఁడు. ఇట్లు సూర్యోపాసనతోఁ గావించిన యర్ఘ్యప్రదానాదికముచే నిక్కము సూర్యుఁ డారాధింపఁబడియె.

ఇట్లు అర్ఘ్యప్రదానము చేసియు ధ్యానము చేసియు సకలపాపనివృత్తి పూర్వకమైన పరిశుద్ధి నొందినవాఁడు సూర్యాదిగ్రహజాతమునకు తర్పణము చేయవలయు. ఈప్రక్రియతో జపమునొకయోగముగ సంధ్యోపాసన ముగియును.

ఇఁక జపము అందఱకు సుఖప్రద మనియు పరమాత్మను పొందించుననియు ప్రతిపాదింపఁబడును.

జపము.

జప మను కర్మము పాశ్చాత్యులకు, మ్లేచ్ఛులకును గలను. కాని వారు కాలతత్త్వము నెఱుంగరు. జప మైనను కాలనియత మైనది. అయినను వారు జపమునకు కాలనియమ

ము నేర్పించరైరి. జపము చేనందఱు భగవన్తుని భజింతు
రు. అయినను వారు ప్రార్థించవలసినవిధము నెఱుంగరు,
మఱికొందఱు ప్రతిదినంబును భోజనంబునకై భగవంతుని ప్రా
ర్థించుచుందురు. అంత మాత్రమునఁ బనిలేదు. అది మృ
గములకును కలిగియున్నదే. గాన ని [illegible] యు [illegible] నము చే
సు. ఆహారనిద్రాదులు మనుజులకే గాదు. మృగములకును
గలిగియున్నవి. అయినను మనుజులకు [illegible] చే
గొప్పబుద్ధి గలిగియున్నది. ఎవరలా బుద్ధిని బాగుచేసికొందురో
మఱి యెవ్వర [illegible] బుద్ధిని [illegible] ప్రబోధ [illegible]
వారే మనుజులు. [illegible] దేని ప్రా
ర్థించవలెనో [illegible] జపము
[illegible] విధముఁ [illegible]

జపము మనస్సునకు [illegible] మొదలగు మ
నస్సునకు [illegible] యుపకరించును. మనస్సునకు
కట్టు శక్తి చేతనే దాని, ఒక్కని మనసు దోషయుక్తమైనను,
లేక సంస్కారయుక్తమైనను బహిరంతరనాత్మ్యమగు [illegible]
కర్మమును చేయుచున్నది. ఆర్యుల శాస్త్రములన్నియు మనసును
నియమించి న్యాయ్యమగుమార్గమున నిలుపుటకే యుపయో
గించెడివి. కావుననే జ్ఞానము, యోగము, కర్మము [illegible]
ష్టశాస్త్రములన్నియు [illegible] మనస్సును నిగ్రహించు [illegible] ము
ఖ్యముగా నిరూపించుచున్నది. మనస్సునకు [illegible]

ము. మనస్సు దోషయుక్తమై స్వప్నాదులయందు బహుశరీరసాధ్య మగుజాగ్రద్వ్యాపారము నంతను కల్పించుచున్నది. మఱియు, బలహీనునకు నున్మాదము గలుగునెడ వాని కమేయమగుబలమును గలిగించును. ఇదిగాక, స్త్రీలమనసు భూతావేశదోషమును బొందునెడ పలువు రెత్తలేని పెద్దబండను మోయుచుండును. అగ్ని నార్పును. నిద్రాహారములు లేకుండ కాలము గడుపును. దోషముతో గూడినమనస్సుయొక్క కృత్యము లిట్టివి. ఇదియే సంస్కరింపఁబడియెనేని సింహము, వ్యాఘ్రము మొదలగుమృగముల వశపఱచుకొనును. పర్వతముల బొడిచేయును. సముద్రమున సేతువు గట్టును. వివిధయంత్రముల సృజించును. శత్రువుల జయించును. పాండిత్యము గలిగించును. గ్రంథజాలముల నిబంధించును. రోగముల నిగ్రహించును. మృత్యువును జయించును. అణిమాదిసిద్ధుల సాధించును. సూక్ష్మ మగుపరమాత్మతత్త్వమును కనుఁబరచును. కావున మనస్సుమహిమ అవాఙ్మానసగోచర మైనది. మనస్సుయొక్క కర్మమే జపమని తెలిసినదే కదా. కావుననే జప మాహాత్మ్యములకుసత్త్వ మనియు, బుద్ధిసంస్కారమూల మనియు పెద్దలు నిర్ణయించియున్నారు.

బ్రాహ్మముహూర్తమున మేల్కొని భగవంతుని ధ్యానించి స్నానాదికృత్యములచే శరీరనైర్మల్యమును, ప్రాణాయామము మొదలుకొని యర్ఘ్యదానముదనుక చేయఁబడినకర్మములచే

మనోనైర్మల్యమును పొంది జపము నారంభించును. మొదట ప్రాణాయామముచే శుద్ధి నొంది యర్ఘ్యదానకాలమందు ధ్యానము నాచరించియున్నను మరల నాచరింపఁబోవు నదియును ధ్యానావృత్తిరూప మైనదియు, మనోనైశ్చల్యమే ఫలముగా గలదియు నగు జపముయొక్క సిద్ధికై మరల నాచమనముచేసి, పది ప్రాణాయామము లాచరించి గాయత్రి నావాహనము చేసి యనుసంధానముచేసికొని గాయత్రీమహామంత్రమును వేయిమార్లుగాని, నూరుమార్లు గాని, పదిమార్లు గాని జపము చేయవలయును. ప్రాణాయామములచే పరిశుద్ధ మగుహృదయమునందు గా నింద్రియముల ప్రవేశపెట్టి హృదయమునందును, సూర్యమండల మందును, సర్వప్రాణులయందును సాక్షియై యున్నవాఁడు నగుపరమేశ్వరుని ప్రేరకునిగా భావింపవలయు. ఈప్రకారము సూర్యుఁ డుదయించునపుడు చక్షురాదీంద్రియములు జగద్వ్యాపారమున ప్రవేశించును. అట్లు ప్రవేశింపని యింద్రియముల పరమేశ్వరునందు ప్రవేశపెట్టుట సులభ మనియెంచి యుదయమునకన్న పూర్వమే జపము విధింపఁబడినది. విషయములయొక్క సాన్నిధ్యము కలిగియుండగా నింద్రియముల నాకర్షించుట సులభము కానేరదు గదా. కావున నీజపము సఫలమగుటకై సూర్యోదయ మేలియయు నుండును.

ఇదిగాక, మంత్రముయొక్క మహిమమునకు మనస్సుయొక్క మహిమయే మూల మైనది. మనసు స్థిరత్వము నొం

దనున్న మంత్రముయొక్క మహిమ బైలుపడనేరదు. కావున మనస్సుయొక్క మహిమ కొంత నిరూపింపఁబడియె. మనస్సనెద్దియో పాశ్చాత్యపండితులకు భ్రాంతిగాఁ దెలియదు. ఎప్పుడును బాహ్యశోధనమునం దాసక్తి గలవారలై శవశరీరముల శస్త్రమును మాత్ర మెఱింగినవారలకు మనస్సుయొక్క తత్త్వ మెట్లు తెలియును? వారిభాషయందు భ్రూమధ్యశక్తి యనుట కంటె వేఱుగా మనస్సనువస్తువును బోధించుమాటయును లేదు. వారిలో కొందఱు ప్రతిక్షణము ననేక ప్రేతశరీరముల శోధించి సహస్రారము (మెదడు) కంటె మనస్సనువస్తువు వేఱుగా లేదందురు. మఱికొందఱు దానిలక్షణ మిట్టిదని చెప్పుటకు శక్యముగాదు గాని మనస్సను నేదే నొకవస్తువు కలదని యంగీకరించుచున్నారు. వారికథ విడుచుదము.

మనవారిలో శాస్త్రకర్తలు మొదలుకొని నేటివఱకును నందఱును మనస్సనునొకవస్తువు కలదని యేకగ్రీవముగ నంగికరించుచున్నారు. దానిలక్షణము శోధించి కణాదగౌతమవ్యాసమతస్థులు మనస్సు అణురూప మని నిశ్చయించియున్నారు. దానినే మీమాంసకులు విభు వనివచింతురు. యోగులు సాంఖ్యులును మనస్సు అణురూపమే. అయినను దానికియోగసంస్కారమువలన విభుత్వము కలుగునని చెప్పుదురు. ఈమనస్సే ఆర్యమతమునకు పునాదియై యున్నది. శ్రు॥ యన్మనసా ధ్యాయతి తద్వాచా వదతి॥ మనస్సుచే నెద్దానినాలోచించునో దా

నని వాక్యముచే పలుకును. అని యీ మొదలగు శ్రుతులును, శ్లో॥ మనఏవ మనుష్యాణాం కారణం బంధమోక్షయోః॥ బంధమునకు గాని, మోక్షమునకు గాని మనస్సే కారణ మగుచున్నది. అని యీ మొదలగు స్మృతులును, శ్లో॥ తన్మనో విలయం యాతి తద్విష్ణోః పరమం పదం॥ మనస్సు ఎచ్చట లయమొందునో అదియె పరమపదమని గీతావాక్యంబును మనస్సుయొక్క మహిమనే ప్రశంసించుచున్నవి.

మనస్సనగా నైదుజ్ఞానేంద్రియములవలన గలుగు జ్ఞానము యొక్క కూటమని యనుకొందు రూహకులు. కాని, యోగశాస్త్రజ్ఞులు యోగమే చిత్తవృత్తినిరోధంబు నని చెప్పుటచేతను, అతీంద్రియయోగముచేతనే మనస్సు వశమగును అని చెప్పుటచేతను, శ్రు॥ ఏషోణు రాత్మా చేతసా వేదితవ్యః॥ మనసైవేద మాప్తవ్యం॥ ఈ మొదలగు శ్రుతులు ఇంద్రియములకు గోచరముగాని పరమాత్మ మనస్సునకు గోచరించు నని చెప్పుటచేతను, పంచేంద్రియములకంటెను మనస్సు వేఱువస్తువని యేర్పడుచున్నది గాన పంచేంద్రియజన్యజ్ఞానసమష్టియె మనస్సు అని చెప్పుట యెంతమాత్రము యుక్తము కాదు. ఇదిగాక, ఇంద్రియములు పని చేయని సమయమందును మనస్సు పనిచేయుచుండుట అనుభవసిద్ధమై యున్నది. ఇట్టు లుండ జ్ఞానేంద్రియములజ్ఞానముయొక్క కూటమియే మనస్సు ఎట్లగును? కాబట్టి సంకల్పము, వికల్పము ధర్మముగా గలమనస్సనునొకవస్తువు వేఱుగా నుండియు

న్న దని యంగీకరించితీరవలయు. ఇట్టి మనస్సుయొక్క స్థితి పాశ్చాత్యు లెఱుంగరు. పూర్వపురుషులు యోగసిద్ధిచే మనస్సు వశపరుచుకొని పరకాయప్రవేశము, బహుశరీరముల పరిగ్రహించుట మొదలగుకృత్యముల సాధించియున్నారు. ఇటులుండగా మాంసఖండముపోలె శరీరాంతర్గతమై విభజింపరాని యొకభాగము మనస్సనిగాని, ఒకభాగముయొక్క శక్తియె మనస్సనిగాని చెప్పుట యెట్లు యుక్తమగును? మనస్సుమాత్రమె స్వప్నావస్థయందు జగము నెట్లు సృజించుచున్నదో అదియందఱెఱింగినదే కదా? అట్లు మనస్సు తపముచే సంస్కరింపఁబడి బాహ్యజగమునుగూడ సృజించును. మనశ్శక్తివలననె పర్వతమును నియమించుట, సముద్రములను పానముచేయుట, సాగరమును బాధించుట, సకలలోకములయందు సంచరించుట అనేకశరీరముల పరిగ్రహించుట, ఇచ్ఛాధీనభోగముల నార్జించుట, అఖిలదేవతల వశీకరించుట, బహుమంత్రముల తత్త్వము నెఱుంగుట, క్రొత్తగ లోకమును సృజించుట, పరమాత్మను సాక్షాత్కరించుట, మొదలగు పనుల నార్యు లాచరించియుండిరి. ఆకారణమువలననె శ్లో॥ జితే చిత్తే జితం సర్వం ॥ చిత్తము వశమగునెడ సర్వము వశమగు నని పెద్దలు వచించియున్నారు.

అట్టిమనస్సుయొక్క కృత్యము ధ్యానముమాత్రమే. అయిన నది యన్నిటికంటె శ్రేష్ఠమైనది గాన సర్వమును సాధించును. ఇష్టసిద్ధికి మనోనిశ్చయమే మూలముగాన పెద్దలు శ్లో॥

మంత్రే దేవే తథా తీర్థే దైవజ్ఞే భేషజే గురౌ, యాదృశీ భావనా యత్ర సిద్ధి ర్భవతి తాదృశీ॥ మంత్రమునందు గాని, దేవుని యందు గాని, తీర్థమునందు గాని, జ్యోతిషికునియందు గాని, వైద్యునియందు గాని, గురువునందు గాని మనుజునకు గలభావము ననుసరించియే కార్యసిద్ధి యగు నని వచించియున్నారు. కావున మంత్రాదిమాహాత్మ్యమునకు మనోమహిమయే మూలమనుట యథార్థమే. మనస్సునందు సహజ మగుచాంచల్యమడగి స్థైర్యము కలుగునందాక దీనిమహిమ వెల్లడపడు. మనస్సుయొక్క చాంచల్య మడచుటకు జపము పరమసాధన మగును.

అది యెట్లనిన, వినుము. లోకమున శరీరగతము లగు వాతాదిదోషములు వాతప్రధానాదిపదార్థముల సేవచేతనే వైషమ్యమును విడిచి సామ్యము నొందునట్లు చిత్తంబును సదుపదేశము, మంత్రావృత్తి, ధ్యానము మొద లగుదానిచే చాంచల్యమును విడుచును. దారపుత్రధనాద్యభిమానముచే నతిచాంచల్యము నొందుచుండును. శారీరవ్యాధి యుండినను, చిత్త తొలంగి యుండునెడ మనుజునకు సౌఖ్యము లేదు. కావున మనసుయొక్క నిశ్చలస్థితియే సుఖహేతు వగును. అట్టిస్థితి యొకనాడు సాధ్యమగునది కాదు. కావున బాల్యము మొదలుకొని ప్రతిదినంబును కొంత కాలము పరమేశ్వరునిచరణయుగమునందు చిత్తము నునిచియుండి చలించుటయు, పరమేశ్వరుప్రేరణను బట్టి

యే యని యద్దేవుని ధ్యానించుచు నహంకారము విడిచి క్రమముగా నమనస్క-యోగముయొక్క పర్యవసానదశ నొంది పరమానందరసనిమగ్ను లగుచున్నారు.

మఱికొందఱీయర్థంబు నెఱుంగకున్నను అనుపమశక్తియుక్తము లగుమాత్రాక్షరములయందు నాలుకను, ఏదేనొక దేవతయందు చిత్తమును నునిచి, చేయవలయు ననునిర్బంధము చేతనో ? నమ్మకముచేతనో యభ్యాసము చేయుచున్నారు ఎట్లు చేసినను పడినప్రయాసము వ్యర్థము కాదను నమ్మకముతో నుపాసన నియతముగా నిర్బంధింపఁబడియె. సాంకల్పధర్మము గలచిత్తమునకు నుపాసన యనుసాధనము లేక నిశ్చలత్వము కలుగనేరదు. చాంచల్యరూప మగుమనోరోగమును శమింపఁజేయుటకై ధ్యానరూప మగుమానసచికిత్సను ప్రాచీను లుపదేశించిరి.

మఱియు పూర్వజన్మకృతము లగుపాతకములు సంస్కారరూపమున చిత్తము నాశ్రయించియుండును. మానసికంబగుజపంబును చిత్తమును సంస్కరించునదియే గాపున దీనిచే పూర్వసిద్ధమై మనోగత మైనదుష్కర్మవాసన నశించును. కాబట్టి, శ్లో॥ జపతో నాస్తి పాతకం॥ జపము చేయుటవలన సకలపాతకములు నశించు నని మహర్షులు చెప్పియున్నారు. ఆకారణముననే, శ్లో॥ పూర్వజన్మకృతం పాపం వ్యాధిరూపేణ బాధతే। తచ్ఛాన్తి రౌషధై ర్దానై ర్జపహోమార్చనాదిభిః॥ పూర్వజన్మకృత మగుపాప

ము వ్యాధిరూపమున బాధించుచుండును. ఔషధములచే తను, దానములచేతను, జపము, హోమము, దేవపూజ ము న్నగువానిచేతను, నాపాతకము శమించునని వచించియున్నారు.

పూర్వజన్మమున చేసినపాపము ఈజన్మమున వ్యాధిరూపమై యెట్లు బాధించు నని కొందఱకు సంశయము కలుగవచ్చును. అది యెట్లనిన, సత్కర్మమువలన చిత్తమునకు తేటదనము గలుగునట్లె దుష్కర్మమువలన చిత్తమునకు కాలుష్యము కలుగుట సహజము. దీనిచే జాగ్రత యుండదు. దానంజేసి ప్రమాద మేర్పడును. ప్రమాదమే మిథ్యాహారవిహారములకు హేతువగును గదా? వ్యాధి గలుగుట కిక నభ్యంతర మేమి? కావున పాపము వ్యాధిహేతువనుట నిశ్చయమే.

అట్లైనను పూర్వజన్మకృతకము ఈజన్మమున నెట్లు బాధించు నని యడుగుదురేని వినుఁడు. ప్రతికర్మమునకు విపాకదశ రానిది ఫలము కలుగనేరదు. ఫలకాలము రాకున్న పైరు ఫలించునా? విత్తనమునందు అంకురపత్రపుష్పఫలాదిశక్తియున్నను యుక్తకాలముననే పుష్పఫలాదులు కలుగు నట్లు చిత్తమునందు వ్యాధిజనకదుష్కర్మసంస్కార మున్నను ఫలకాలముననే నిజశక్తిని గనపరుచును. కావున నీజన్మమున వ్యాధి గలిగించుట విరుద్ధము కానేరదు. ఔషధములకు వ్యాధినివర్తకత్వము నిర్వివాదమే కదా? వ్యాధికి నిదాన మగుపాపము న

నివర్తింపనిది వ్యాధి నివర్తింపను గావున ఔషధములకు పాప
నివర్తకత్వము సిద్ధమే. ఇఁక దానమునకు పాపనివర్తకత్వ మె
ట్టులన దాతకును దేయ మగుద్రవ్యమునకును గలసంబంధ
ము తెలిసినఁగాని దానముయొక్క మహిమ తెలియనేరదు. సొ
త్తునకు, యజమానునకును స్వస్వామిభావరూప మగుసంబంధ
ము కలిగియున్నదనుట ప్రసిద్ధమే. ఈసంబంధమే స్వామిభృ
త్యులయందును శరీరశరీరములయందును గలదు. అయినను శరీరి
శరీరములకు గలసంబంధమే సొత్తునకు యజమానునకును గలి
గియున్నదని గ్రహింపవలయు. అది యుక్తమే. మనుజుఁడు
తనశరీరము నెట్లు రక్షించుకొనుచున్నాఁడో తనసొత్తునుగూడ
నట్లే రక్షించుకొనుచున్నాఁడు. తనశరీరమునం దెట్లు ప్రేమా
నుబంధము కలిగియుండునో, తనసొత్తునందు నట్లే ప్రేమాను
బంధము కలిగియుండు. తనశరీరినాశ మెట్టులనిష్ట మో
తనసొత్తుయొక్క నాశంబు ననిష్టమే. కావున జనునకు నిజ
ధనము నిజశరీరముంబోలె యుండు ననుట నిర్వివాదము. దీ
నింబట్టి తనశరీరమునకు పవిత్రవస్తుసంసర్గము సుఖహేతువైన
ట్లు తనధనమునకు సత్పాత్రదానము సుఖహేతు వగుటయు,
తనశరీరమున కపవిత్రవస్తుసంసర్గము దుఃఖహేతు వైనట్లు, తన
ధనమునకు నపాత్రదానము దుఃఖహేతు వగుటయు ననుభవ
విరుద్ధము లగునా? కానేరవు.

మఱియు నవిధమున నే శరీరియొక్క సుకృతదుష్కృత

ములు శరీరము నాశ్రయించియుండునట్లు సొత్తు నాశ్రయించియు నుండును. అందువలననే నీచులవలని ప్రతిగ్రహము నిషేధింపఁబడియె. ఇందువలననె దానము పాపనివర్తక మనుట యుక్తియుక్తం బగుచున్నది. ఆయనుభవముననె కాంచనం కర్మవిమోచనమనియు, చిలుముకోఁగాని శీద్రము వదలదనియు మున్నగులోకప్రవాదములు ప్రసిద్ధములై యున్నవి. ఈయంశము ప్రసంగవశమున నిచట కొంచెముగా నిరూపింపఁబడియె. అయినను నైమిత్తికకాండమున నధికముగాఁ జూడనగు.

ఇఁక, హోమమునకు, దేవపూజకును పాపనివర్తకత్వము ముందు నిరూపింపఁబడును.

ప్ర॥ మానసక మగుజపమునకు మనస్సును సంస్కరించుద్వారా పాపనివర్తకత్వ మున్నను వాచిక మగుజపమునకు పాపనివర్తకత్వ మెట్లు?

ఉ॥ మానసక మగుజపమునకు మనస్సును సంస్కరించుద్వారా పాపనివర్తకత్వ మున్నట్లే వాచిక మగుజపమునకు శరీరమును సంస్కరించుద్వారా పాపనివర్తకత్వము కలదు.

ప్ర॥ వాచిక మగుజపము శరీరము నెట్లు సంస్కరించును?

ఉ॥ వాచిక మగుజప మనఁగా, మంత్రోచ్చారణమే కదా? మంత్రోచ్చారణసమయమునందు (మంత్రమునందలి యాయాయక్షరముల నుచ్చరించునప్పుడు) ఆయావర్ణముల కుత్పత్తిస్థానము లగుకంఠము, దవడలు మొదలగునవి చలించుట సం

భవించును. ఆచలనమువలన వానికి సంబంధించిననాడులు కదలును. ఆకదలికయెనాడులద్వారా శరీరగతము లగుదుర్మలములు నివర్తించుటకు కారణ మగుగదా? ఈయంశము నైమిత్తికకాండమున మంత్రమాహాత్మ్యమునందు విస్తరముగ నిరూపింపఁబడగలదు, గాన నందు జూడదగును.

జపము సకలపాపములను హరించునది గావుననే కలిప్రభావ మెఱింగినయార్యులకు సర్వార్థకల్పతరు వగుచున్నది. గావుననె శ్లో॥ కలిం సభాజయం త్యార్యా గుణజ్ఞా స్సారభాగినః। యత్ర సంకీర్తనాదేవ సర్వ స్స్వార్థోహి లభ్యతే॥ అని పురాణవచనము కలదు. దీనియభిప్రాయ మిది. సంకీర్తన మనఁగా, గాయత్రిమొదలైన భగవన్నామాంకితము లగుమంత్రములయొక్క జపము. దీనిచేతనే బ్రాహ్మణులు మొదలుగాఁగల యార్యుల వలెను సాధకులు స్వార్థమును పొందుదురు. స్వార్థ మనగా, స్వ = ఆత్మయొక్క, అర్థమ = నిరతిశయసుఖము. అదియే అపవర్గసుఖము, వర్ణభేదమును బట్టి మంత్రములు వేఱ్వేఱైనను వానియర్థ మొక్కటియేగాన ఫలభేదము లేదని యెఱుంగవలయును.

శరీరతత్త్వముల భేదమును బట్టి ఔషధము వేఱ్వేఱైనను ఆరోగ్య మందఱకు సమానమే యగునట్లు బ్రాహ్మణాది వర్ణతత్త్వముల భేదమును బట్టి మంత్రములుమాత్రము వేఱ్వేఱైనను ఫల మందఱకు సమాన మగుటకు సంశయ మెంతమాత్ర

ము లేదు. ఈయంశము వైదికవర్ణనిర్ణయమునం దధికముగా నిరూపింపఁబడియెగాన నందు జూడవలయు.

కలుషభూయిష్ఠ మగునీకలికాలమునందు నిమిషమాత్ర మైనను భగవంతుని ధ్యానించుట దుష్కరము. ఆకారణము ననె కలియుగమందు తప మల్పకాలము చేసినను దానికెక్కువఫలము కలిగియున్న దని చెప్పఁబడియె. తక్కయుగములందు జనులు స్వధర్మనిరతులు సత్యవంతులునుగాన పెక్కురు సత్సంప్రదాయము నొంది సులువుగ నాత్మసుఖము ననుభవించియుండిరి.

ఇప్పుడు సారములేని నేలయందుగు పంటకుదోహదమే హేతువైనట్లు యుత్పత్తియే కారణ మగుచున్నది. కావున జపముమాత్రముననె యిష్టసిద్ధి కలుగునని పైపురాణవచనాభిప్రాయము.

ఏలన, సకలధర్మములలోనను ధ్యానము ముఖ్య మైనది. ఇది చిత్తశుద్ధికి పరమసాధనముకదా? చిత్తశుద్ధిని గోరియే భరతఖండవాసు లనేకకర్మములు చేయుచున్నారు. అందువలననే పెద్దలు శ్లో॥ కర్మణా శుద్ధచిత్తస్య స్వయంబ్రహ్మావభాసతే॥ సర్వకర్మములకు సాక్షాత్తుగాగాని, శరీరముద్వారా గాని చిత్తమును శుద్ధిచేయుట ప్రయోజన మనియు, అట్లు చిత్తశుద్ధి నొందినవానికి బ్రహ్మసాక్షాత్కారము కలుగు ననియు చెప్పియున్నారు.

బ్రాహ్మముహూర్తమున మేల్కాంచినది మొదలుకొని నిరూపింపబడినకర్మములు శరీరమున కారోగ్యము కలిగించునదిగాన మనసునకు నైర్మల్యము నొసంగును. తక్కుంగలమంత్రములు మొదలగునవి సాక్షాత్తుగా చిత్తమునకు శుద్ధి కలిగించును.

కావున జపము శుచియైనవానికి, నశుచియైనవానికిని విధింపబడినది. శుచియైనవానికి పుష్కలముగను, నశుచియైనవానికిని, నకాలమునందు చేసినవానికిని తగునట్లును ఫలంబిచ్చును. ఇట్లు బ్రాహ్మముహూర్తము మొదలుకొని సూర్యోదయముదనుక చేయనగుకర్మకలాపముయొక్క ఫలమీప్రకరణమున వివరింపంబడియె.

ఇది

ఉషఃకాలప్రకరణము.

నిత్యకాండము, ప్రాతఃకాలప్రకరణము.

సూర్యోపస్థానము.

సూర్యుం డుదయించుదనుక గాయత్రీజపము చేసి సూర్యోదయము కాగానే యద్దేవునకు నుపస్థానము చేయవలయు. ఉపస్థాన మనంగా సేవ. ఇదివఱకు చేసినగాయత్రీజపముచే నంతర్గతము లగుమలములు నివర్తించెను. స్నానాదులచే బహిర్గతము లగుమలములును నివర్తించెను. అయినను సూర్య

కిరణసంపర్కమువలన గలుగుశోధనచేగాని శారీరము లగుమలములు నిశ్శేషముగా నివర్తింపనేరవు. ఇట్లు రవికిరణసంపర్కముచే శారీరము లగుమలములు పరిపాకంబు నొంది నివర్తించుటయు, స్నానాదులచే శరీరమునకు గలిగిన శైత్యము శాంతించుటయు, తనుర్మాలమున నింద్రియములకు లాఘవము గలుగుటం జేసి చిత్తమునకు నుత్సాహంబును గలుగునని యెంచి యుపస్థానము విధింపబడియె. అప్పు డూరక నిలుచుండునెడ చిత్త మన్యవిషయాయత్త మగునని మంత్రోచ్చారణము విధింపబడియె. ఇట్లు సూర్యోపస్థానమైన పదంపడి అగ్న్యుపాసనము చేయవలయు.

అగ్న్యుపాసనము.

అగ్నిని నియతముగా సేవించునెడ సకలారోగ్యము గలుగును. కావుననే పెద్దలు శ్లో॥ దశవైద్యసమో వహ్నిః॥ అగ్ని పదిమందివైద్యులతో సమానుడని వచించియున్నారు. అగ్ని యారిపోకుండ పదిదినములుంచునెడ దానిభస్మము శక్తి యెక్కువ గలిగియుండును. ఆభస్మము త్రిదోషముల హరించును. మఱియు, చిరకాల మగ్నిని పరిచరించునెడ నాయగ్ని కాంతి శరీరమునం బ్రవేశించును. అందుకు భస్మము ధరింప డుచుండును. దానిపొగ గృహమును వ్యాపించును. ఇం వలన నేమి ప్రయోజనమని యడుగుదురేని వినుడు. ఆ యందు క్షారము ప్రధానముగా గలయశ్వత్థము మోదుగ,

ద్ర, మారేడు, మఱ్ఱి, అత్తి, జువ్వి మొదలగుచెట్లయొక్క స
మిధలు హోమము చేయఁబడుచున్నవి. వీనికి రసవస్తుబంధక
త్వము, సమదోషకరత్వము మొదలగుగుణములు వైద్యశాస్త్ర
మునఁ జెప్పఁబడియున్నవి. సర్వములయందు హవిస్సు. గో
ఘృతము మొదలగునదియు హోమము చేయఁబడుచుండును
కావున వీనిపొగపాఱినగృహములయందు గాని, గ్రామములయం
దుగాని, దుర్వాయువలనను దుర్గంధమువలనను గలుగురోగము
లు సంభవింపనేరవు.

కావున ఆస్తికశిఖామణు లగునార్యులు కేవల మాము
ష్మికఫలమును గాని, కేవల మైహికఫలమునుగాని కోరి సత్క
ర్మముల నాచరించి రనుట యుక్తము కాదు. రెంటిని గోరి
యాచరించి రనుటయే వాస్తవము.

మఱియు నగ్ని శరీరముయొక్క పుట్టుకకు కారణము
గుటయెగాక జీవనమునకును సాధకమగుచున్నది. అది యెట్ల
నిన, స్త్రీపురుషులయొక్క సమాగమమువలన శరీరోత్పత్తి కలు
గునని యందఱకు దెలియును. అది కేవలము వారల సమాగమ
మునను కలుగనేరదు. వారిశరీరమున ప్రవేశించిన బీజశక్తులు
తేజోరూపములై యవి గలియుటంజేసి శరీరోత్పత్తి కలుగుచు
న్నది. రేతస్సు గలుగుటకును రక్తముయొక్క యూష్మమే
కారణము.

ఇట్లు కేవలము జరాయుజములయందేగాక అండజము

లయందును ఊష్మబలమువలననే అండము పగులుట సంభవించును. ఇట్లు ఉద్భిజ్జములకును సూర్యకిరణసంపర్కమువలననే అంకురము వెల్వడుచుండును. అట్లు స్వేదజములకును స్వేదమే కారణముగాన నాస్వేదమునకు నూష్మమే మూలకారణమగుచున్నది. కావున శరీరముయొక్క యుత్పత్తి యూష్మమువలన ననుట సిద్ధము. ఈయూష్మ మగ్నిగుణమే కావున నగ్నియె యుత్పత్తికారణ మనుట నిర్వివాదము.

ఇట్లే రసాదిధాతువులయొక్క పరిణామమునకును నూష్మమే కారణ మగుచున్నది. అదియే క్షుత్తనియు జాఠరాగ్నియనియుఁ జెప్పఁబడుచుండును. అది నశించునెడ బ్రాణి యప్పుడె మృతి నొందును. కావున నగ్నియే జీవనమునకును సాధన మనుట నిశ్చయము. అగ్నిపరిచర్యవలన నారోగ్యమును క్షుచ్ఛక్తి కలుగుటయు ననుభవసిద్ధమై యున్నది.

ఈయగ్నిపరిచర్య మనుజులకు పుట్టుక మొదలుకొని సంప్రాప్తమై యున్నది. అది యెట్లనిన వినుడు.

శిశువు పుట్టగనె యాయింటియందు అగ్ని నిలుపఁబడుచున్నది. ఆయగ్నిగుణముచేత మలమూత్రాదిదుర్గంధదోషము లడఁగిపోవును. దానంజేసి యాశిశువు వ్యాధిరహితుండును తేజోవంతుండునై పెరుగును. అనంతరము పనయనకాలమున దలిదండ్రులచే ఫలీకరణహోమాదులవలన నాశిశువు అగ్నిసమక్షముననె సంస్కరింపఁబడుచున్నాఁడు. ఇట్లుపన

యనసంస్కారము నొంది తానె యగ్నిని పరిచరించును. బ్ర
హ్మచారి గురుపరతంత్రుఁడై విద్యాపరాయణుం డగుటంజేసి
యతనికి వైదికాగ్నిధరణ మశక్యము గాన లౌకికాగ్నియందు
సమిధలచే హోమనుమాత్రము విధింపఁబడియెను. కాని
వైదికాగ్నిధరణము చర్వాదిహోమము విధింపబడలేదు. అ
నంతరము వివాహము చేసికొని స్వతంత్రుండై యున్నప్పుడు
అగ్నిని గాపాడుటకు వీలు కలదుగాన లౌకికస్మార్తాద్యగ్నిధార
ణము విధింపఁబడియె. ఇందు పాకముమొదలుకొని వైశ్వదే
వాంత మగుకృత్యమునకు లౌకికాగ్నియు, గృహ్యసూత్రోక్త
మగునిత్యోపాసనకు స్మార్తాగ్నియు నుపయోగపడుచుండును.

అగ్నిని నితరగృహమునుండి కొనివచ్చునెడ నచట పక్వ
మగుపదార్థముయొక్క యంశంబు లాయగ్నియందుఁ జేరియుం
డునుగాన తాను వారియింటియందు భుజించినట్లె యగునని
యెంచి యగ్ని నితరగృహమునుండి కొనిరాఁగూడ దని వచిం
చిరి. అగ్ని యవసర మగునపు మధించుకొనవలయు ననియు,
లేకున్న తా నెవరియన్నము భుజింపనగునో వారిగృహమునుం
డి తేవచ్చు ననియు సూ॥ మంధ్య శ్రోత్రియాగారా ద్వాహార్యః॥
అని సూత్రకారులు వచించిరి. ఇందువలన శ్లో॥ అగ్ని ర్దే
వో ద్విజాతీనాం॥ ద్విజుల కగ్ని సేవనీయుఁ డనువచనము యు
క్త మగుచున్నది. ద్విజులు చేయునగ్నిపరిచర్యవలననే గ్రా
మములోని తక్కుంగలజనుల కందఱకు నారోగ్యము కలుగు

చుండుటంజేసి యితరుల కగ్న్యుపాసనము నిర్బంధవిధి కాద య్యెను. అట్లు చేయ నౌత్సుక్యముగల శూద్రులకును స్వజాతిస్వభావ మగుసత్త్వాదిగుణభేదమునుబట్టి తాంత్రికమంత్రములచే అగ్న్యుపాసనాదికర్మానుష్ఠాన మంతయు శూద్రకమలాకరమున నిరూపింపబడియేయున్నది. కావున శాస్త్రకర్తలగు ప్రజలయం దేశమాత్రము పక్షపాతము లేదనుట నిశ్చయము. ఇహపరసుఖసాధన మగుకర్మానుష్ఠానమునెడ నందఱు సంపూర్ణాధికారు లనుట నిర్వివాదము.

మఱియు నీయగ్న్యుపాసనము మనుజునిపూర్వాపరవస్థల సంధిసమయములయందు సంభవించుప్రకృతివికారముకును నివర్తకమై యుపయోగించుచున్నది. అది యెట్లని నాలింపుడు.

శరీరము లనుక్షణము మార్పు నొందుచుండుట స్వభావసిద్ధ మని యాయుర్వేదము చెప్పినయట్లే [illegible] సూర్యోదయము, సూర్యాస్తమయము, పర్వములు మొదలగు సమయములయందు గ్రహగతినిబట్టి విశేషించి మార్పునొందునని గ్రహింపవలయు. కావుననే సూర్యాస్తమయాదులయం వాతాదివ్యాధులును, అమావాస్యాదిపర్వములయందు ఉన్మాదాదులు నుద్రేకించుచుండుట సర్వానుభవసిద్ధము.

దేహదౌర్బల్యము గలవారలకు వాతాదివ్యాధులును మనోదౌర్బల్యముగలవారలకు నున్మాదాదివ్యాధులును నప్పు

ప్పుడు బైలుపడుచున్నవి. దేహదార్ఢ్యము, మనోదార్ఢ్యము గల వారలకు నావిధమున వ్యాధులు బైలుపడకున్నను కాలస్వభావమునుబట్టి యప్పటికి శరీరతత్త్వములు మార్పు నొందుచుండు నని యొప్పక తప్పదు. శరీరతత్త్వములు మార్పు నొందునప్పుడు పలువిధము లగువికారములు సంభవించుటయు సహజము. అట్టివికారములు సంభవింపకుండ శరీరములు యథాస్థితముగా నుండుటకే సూర్యోదయాదికాలములయందు అగ్న్యుపాసనము విధింపఁబడినది.

ఇట్లు బ్రాహ్మముహూర్తమున నిదురలేచినది మొదలుకొని అగ్నిపరిచర్యవఱకు మహాఫలము గలకర్మములు చేయుటంజేసి బుద్ధివికాసము గాంచినజనుఁడు శ్రీమహాపంచాక్షరాదిమంత్రములు జపింపవలయు. అనంతరము పానమునకు, పాకమునకు నుపయోగించుజలము ప్రాతఃకాలమునందు సూర్యుఁ డుదయింపఁగనె గ్రహింపవలయు. ఈయంశము వైద్యశాస్త్రమునందు శ్లో॥ చంద్రాదిత్యసమీరణై ర్విరహితం వర్జ్యం జలం సర్వదా॥ సూర్యచంద్రకిరణములు, గాలియు సోకని జలము గ్రాహ్యము కాదని చెప్పి సూర్యకిరణసంపర్కము గలజలమునే గ్రహింపవలయు నని చెప్పఁబడియున్నది. సూర్యోదయముకంటె ముందు జలము స్నానమున కుపయోగపడునుగాని పానాదుల కుపయోగింపదు.

కావున సూర్యుఁ డుదయింప సూర్యకిరణసంబంధముచే

పాచనగుణము నొందినజలమును ప్రాతఃకాలముననే గ్రహించి వస్త్రముచే వడియబోయవలయు. ఈయర్థము శ్రు॥ ఉద్ధృతపరిపూతాభిరద్భిః కార్యం కుర్వీత॥ అని శ్రుతియు శ్లో॥ వస్త్రపూతం జలం పిబేత్॥ అని ధన్వన్తరియు చెప్పియున్నారు. ఇట్లు కర్మానుష్ఠానముచేసి స్వాధ్యాయము నావృత్తి చేయవలయు.

ఇతి ప్రాతఃకాలప్రకరణము.

సంగవప్రకరణము.

అహస్సు నైదుభాగములు చేయగా నందు రెండవభాగమగు నాలుగుఘడియలకాలమునకు సంగవకాల మని పేరు. ఈకాలమున కర్మవిశేషము విధింపబడియుండలేదు. అయిన నీకాలమే మనుజులకు జీవనాధారమైనది. ఏలన, మనుష్యునకు కృష్యాది లౌకికవ్యవహారము విధింపబడినది. ఇది యుక్తమే. ఉషఃకాలమున లేచి మలవిసర్జనము నాచరించి దంతధావనము చేసుకొని స్నానముచేసి శుభ్రవస్త్రముల ధరించి త్రిపుండ్రము పెట్టుకొని, సంధ్య నుపాసించి, పరమేశ్వరుని ధ్యానించి అగ్నిని సేవించి యున్నవానికి శరీరము, మనస్సు, ఇంద్రియములు నిర్మలము లయ్యెను. కావున నపుడు తనవృత్తిని నెరవేర్చుకొనుటకు నైపుణ్యము కలిగియుండును. ప్రాచీనుల సంప్రదాయమేమనిన,

రేలుంబవళ్లు నెనిమిదిజాముల కాలమును నాలుగుభాగ

ములు చేయుగా నం దొకభాగము నిద్రకొఱకును, ఒకభాగము కర్మముకొఱకును, ఒకభాగము వృత్తికొఱకును, ఒకభాగముఆహారవిహారములమోక్షము, శౌచము, క్రీడమున్నగు శారీరకకర్మములకు నుపయోగపడును. ఇందు నిద్ర బహుసుఖసాధన మైనది కర్మము పరలోకసుఖమే ప్రధానముగా గలదిగాన నది మొక్కుబడులు తీర్చుకొనుటకు శక్యము కానేరదు, అట్లే ఆహారాదిశారీరక్రియలును జాతుమాత్రమునకు సహజసిద్ధముగా యున్నవి. ఇవియు మొక్కుబడులు తీర్చుకొనుటకు శక్యము కానేరవు. వృత్తియు ధనార్జనసాధనము. ఇదియు నానాజనసమ్మేళనసాధ్యముగాన మొక్కుబడులు నెరవేర్చుకొన సాధ్యము కానేరదు. కావున ప్రాతఃకాలమున నాలుగడియలు, సాయంకాలమున రెండుగడియలు నని వ్యవస్థ చేయబడియెను. వృత్తికై రెండుయామములకంటె నెక్కువకాలము వినియోగపడదు. సాయంకాలము తనకుదగినవృత్తిని నెరవేర్చుకొన నుపయోగించెను. ఆవృత్తియు శరీరము మనస్సు, ఇంద్రియములు నిర్మలములైయుండినంగాని సాధ్యము కానేరదు. కావున నప్పుడది నియమింపబడియె.

తరుచుగ నప్పుడే రాజులు రాజకీయవ్యవహారమునకై యాస్థానమున సింహాసనము నధిష్ఠించినట్లు కవులు వర్ణించియున్నారు. వాణిజ్యపరులచే వ్యాపారము, శూద్రులచే కర్షణాదికము నప్పుడే నెరవేర్పబడుచున్నవి. దీనింబట్టి యాకాల

మునందు నిజవృత్తి నెరవేర్చుకొనవలయు.

ఇదిసంగవప్రకరణము.

మాధ్యాహ్నికప్రకరణము.

మాధ్యాహ్నికకాలమునందు స్నానము, త్రిపుండ్రధారణము, సంధ్యోపాసన, బ్రహ్మయజ్ఞము, భగవదారాధనము, వైశ్వదేవానుష్ఠానము, భోజనము కర్తవ్యములగు. మధ్యాహ్న మనగా, అహస్సు నైదుభాగములు చేయగా నందు మూడవకాలము. అది పదమూడవగడియ మొదలుకొని పదునెనిమిదవగడియవఱకు వ్యాపించియుండును. ఇది యహస్సునకు మధ్యకాలముగాన మధ్యాహ్నమని చెప్పఁబడుచున్నది. ఇందుఁ జేయవలసిన స్నానము, వస్త్రధారణము, పుండ్రము, సంధ్యోపాసనయొక్క ఫలము ఉషఃకాలపటలమున నిరూపింపఁబడినవే యగు. ఇట్లు సంధ్యనుపాసించినవాఁడు బ్రహ్మయజ్ఞమను దేవర్షిపితృతర్పణముల నాచరింపవలయు. దేవతలు. మహర్షులు, పితరులును మనలయం దనుగ్రహముంచి మనకు మహోపకారము చేసియున్నవారుగాన వారియెడఁ గృతజ్ఞతను గనఁబరచుటకై వారి నుద్దేశించి తర్పణము విధింపఁబడినది. పిదప భగవదారాధనము నొనరింపవలయు. శ్రు॥ నిత్యం త్రిసంధ్యం శివలింగమభ్యర్చ్యం॥ అను శ్రుతిచేత భగవదారాధనము మూడుకాలములయందును విధింపఁబడి పెద్దలచే ననుష్ఠింపఁబడు

చున్నది.

అయిన నీకాలమునందు భగవదారాధనమునకు దగిన సామగ్రి పుష్కలమగును. గాన నపుడు ముఖ్యముగాఁ జేయవలయు. ఏలన, అప్పటికి గృహశుద్ధి పూర్ణమగు. నివేద్యము లగుభోజనపదార్థములు సిద్ధము లగు. పూజోపయుక్తము లగుపుష్పాదికములు సంపాదితము లగు. కావున నీకాలము ప్రధానమైనది. ఈయారాధనము భగవంతునియందు నిష్ఠ కలుగుటకై విధింపఁబడియె. ఇయ్యది ప్రాతస్స్మరణము, సంధ్యోపాసన మొదలగువానిచేతనే సాధ్య మగును.

అయిన నిద్దానిచే పరమేశ్వరు ననుగ్రహముచే లభించియున్న ఇంద్రియవర్గమును, కళత్రము మొదలగుసర్వపరివారమును, పశుపులు మొద లగునుపజీవివర్గమును గృహము మొదలగుభోగ్యజాతమును పరమేశ్వరు నర్పణముచేయుట సంభవించునుగాన దానివలన మహాఫలము లభించును. ఈయంశము విగ్రహారాధనమను గ్రంథమున సవిస్తరముగా నిరూపింపఁబడును. ఐన నిచట ప్రకృతము గాన నద్దానిప్రయోజనములు కొన్నియిచ్చట ప్రతిపాదింపఁబడుచున్నవి.

స్వార్థ, పరార్థ, అనిపూజ రెండువిధము లగు. తిరుగ, వ్యక్తపూజ, అవ్యక్తపూజ అని యొకటొకటి రెండేసి విధములు.

ఇంక పరివారముతో గూడినవాడై తనకు ఆరోగ్యరూప

మగు ప్రత్యక్షఫలమును, అక్షయమైన పరమేశ్వరప్రసాదరూప
మగు నపరోక్షఫలమును గోరి చేయుపూజ స్వార్థ యని చెప్ప
బడుచున్నది. ఇక నకర్తలు, ననధికారులు నగువారిదైహి
కాముష్మికములను గోరి యొరులచే జేయబడుపూజ పరార్థ
యని చెప్పబడును. ఈరెండిటను కరచరణాదులు గలబేర
ములయందు చేయబడునది వ్యక్తపూజ. ఇక కరచరణాదు
లు లేని బాణలింగాదులయందు చేయబడునది అనభివ్యక్తపూజ
మొదటిరెంటిలో స్వార్థపూజయు, ఈరెంటిలో ననభివ్యక్తపూ
జయు శ్రేష్ఠములైనవి. అని పురాణములయందు చెప్పబడి
యున్నది వ్యక్తపూజయందు ప్రతిమలు లోహనిర్మితములుగా
నుండును. వానియందు దన్నికమైనవిస్యచ్ఛక్తి గలదు. ఇక
కొన్ని పంచలోహనిర్మితము లంకరింపబడుచుండును. వా
నియొక్క దర్శనము, స్పర్శనము, గంధాదిధారణము మిక్కిలి
పాపక్షయకరముగా నుండును. ఐన నా ప్రతిమలయందు
సాన్నిధ్యకత్వము లేదుగావున బాణలింగమును, సాలగ్రామమును
నర్చించుటయే యధికఫలప్రద మగును. అందుననె మహాభా
రతమున, శతరుద్రీయమునందు శ్లో॥ జన్మకర్మతపోయోగా స్తయోస్త
వచపుష్కలాః। తాభ్యాం లింగే ర్చితో దేవ స్త్వయార్చాయాం యుగే
యుగే॥ కృష్ణార్జునులయొక్కయు, నీయొక్కయు జన్మకర్మంబు
లును, తపోయోగంబులును సమృద్ధంబులే యైనను వారు
పరమేశ్వరుని లింగమునం దర్శించిరి. నీవైననో ప్రతిమయం

దర్శించితివి. కావున వారలు నీకన్న నధికులు. కావున నీవు వారల జయింప జాలవని యశ్వత్థామ నుద్దేశించి వేదవ్యాసుఁడు చెప్పినవచన సందర్భమునుబట్టి కరచరణాదులు లేని లింగాద్యారాధనమె శ్రేష్ఠ మని తెలియుచున్నది.

కరచరణాదులు గల ప్రతిమయందు భగవంతుని ధ్యానించుట కన్న కరచరణాదులు లేని బేరమునందు భగవంతుని ధ్యానించుటయందు మనస్సున కధికపరిశ్రమము అపేక్షిత మగును. దానినిబట్టియె ఫలాతిశయము యుక్తియుక్తము నగుచున్నది,

అనభివ్యక్తము లగుసాలగ్రామాదులయందు తీర్థశోధకత్వము కలదని యెట్లు గ్రహింపవలయు ననిన వినుఁడు.

సాలగ్రామము రంధ్రమున నిమ్మపండురసము నుంచునెడ శంఖమునందుంబలె నురుగు గిట్టును. ఈశక్తి సుధ (సోడా) యందుఁగలదు. దీనింబట్టి సాలగ్రామమునందు సుధ (సోడా) కలదని తెలియుచున్నది. కావున శంఖమునకు, సాలగ్రామమునకు తీర్థశోధకత్వము కలదు. ఈకారణముననె కూపప్రతిష్ఠయందు శంఖమును, సాళగ్రామమును నుంచవలయు నని విధింపఁబడి యున్నది. శంఖముఉప్పునీరునందు బెరిగినది. కావుననే దానియందు నిమ్మపండురసము ఉడుకుచున్నది. దీనింబట్టి జలమును నిర్మలముచేయుశక్తి ఇందు గలదని స్పష్టపడుచున్నది.

ఇక సాళగ్రామము శుద్ధము, మధురము, నానౌషధిసారయుతము నగుగండకీజలమునందు ఉత్పత్తిమొదలుకొని పెరిగినది. అందు సజాతీయముల నాకర్షించుశక్తివలన శిలలయం దున్నలోహాంశములను సర్వౌషధులయం దున్నసుధను (సోడాను) ఆకర్షించి తనయం దునిచికొనియున్నది. మఱియు గండకీజలము అత్యున్నతమగు హిమవంతమునుండి ప్రవహించుచున్నది. హిమవంత మత్యున్నత మగుటవలన నీగండకీజలమునకు అతిశుద్ధము లగుభూతములతో సంబంధంబును, పలువిధము లగునోషధిమూలములతో పరిచయంబును, హిమసంబంధంబును ధాతుసంబంధంబును గలదు. ఇట్టిల శక్తి గలగండకీజలంబున వృద్ధి నొందినందున వజ్రకీటముయొక్క శరీరంబును నధికశక్తి గలదై యున్నది. కావున నీసాళగ్రామమునందు బహుగుణంబులు గలవు. మఱియు దీనియందు సువర్ణాంశము లుండి కొన్ని జలమునఁ జేరుచుండును.

మఱి బాణలింగంబును శ్రీశైలశిలగాని, శోణ, భద్ర శిలగాని, సువర్ణముఖీశిలగాని, స్ఫటికశిలగాని, మరకతశిలగాని, శ్రేష్ఠమని ప్రాచీనులచే గ్రహింపఁబడుచున్నది. వీనియం దుత్తమము లగునోషధిశక్తులు, సకల మహాలోహశక్తులును గలిగియుండుటచే పరమపవిత్రములని వీనిని పెద్దలు గ్రహించియుండిరి. ఇట్టిశిలలయందు భగవంతుని భావించు నెడ జన్మమెట్లు సఫలము గాకుండును?

ఇట్టి బాణలింగమునం దభిషేకము చేయఁబడినజలము ఇందు గొంతకాలము చేరియుండుట నిర్మల మగుగాన నాతీర్థమును ప్రాశన జేయునెడ నిక్కముగా శరీరారోగ్యమును గలిగించును. అం దగునీశ్వరభావన మనస్సును నిర్మలము గావించును. ఇట్టిపూజయందు చేతులకు పరిమార్జనము, అభిషేకముపుష్పార్చనము మొదలగువ్యాపారంబును, పాదములకు పూలకు బోవుట, ప్రదక్షిణము, మొదలగువ్యాపారంబును, కనులకు పుష్పశోధనము, గంధశోధనము, నివేద్యశోధనము మూర్తిదర్శనము మొదలగువ్యాపారంబును, చెవులకు ఘంటారవము, పూజామంత్రములు, పుణ్యచరిత్రములు, దివ్యస్తోత్రములు మొదలైననవి వినువ్యాపారంబును, నాలుకకు పూజామంత్రము లుచ్చరించుట, పుణ్యమంత్రములు జపించుట మొదలగువ్యాపారంబును, నాసికకు నిర్మాల్యపుష్పగంధము నాఘ్రాణించుట, ప్రాణాయామము మొదలగువ్యాపారంబును గలుగుగావున నింద్రియము లన్నియు భగవదర్థంబున వినియోగించును.

ఇట్లు గృహపరిజనులును, సూర్యోదయము మొదలుకొని పూజాస్థలమును చిమ్ముట, అలుకుట, రంగవల్లి నలంకరించుట, పూజాపాత్రముల గడుగుట, పూలు దెచ్చుట, గంధము దీయుట, నివేద్యమును సిద్ధము సేయుట, మొదలగుకృత్యములచే పరమేశ్వరునందు చిత్తము నుంచినవా రగుదురు.

మఱియు పూజాకాలమున పూజకుండు పరిజనులతోఁ

గూడను ధూపగంధము నాఘ్రాణించును. దీపము నవలోకించును. ఆజ్యగంధము వాసన జూచును. నీరాజనము కనుల కద్దుకొనును. నిర్మాల్యమును ధరించును. తీర్థమును పానము చేయును. నివేదితమై భగవత్ప్రసాదలబ్ధమై, పవిత్రమై యున్న యన్నమును భుజించును. కావున నిందు గొప్ప భాగ్యపరంపర కలదు. ఆఫలములు విగ్రహారాధన యను గ్రంథమున నధికముగా దెలుపబడును. అయినను ప్రకృతముగా గొన్ని యిందు పొందుపరచబడుచున్నవి.

సత్త్వపూర్ణమగు బింబము యొక్క దర్శనస్పర్శనములచే శరీరగతము లగు నాడుల కొకవిధమగు కదలిక గలుగును. దానంజేసి నాడులయం దగు వాతాదిదోషములు శమించునుగాన శరీరము లాఘవము నొందును. ఇట్లు శరీరము నిర్మలమగుటవలన జాఠరాగ్ని ప్రజ్వలించును. ధూపము నాఘ్రాణించుటవలన శ్వాసప్రనాడులయందు దార్ఢ్యము గలుగును. దీపదర్శనమువలనను, నీరాజనమును కనుల కద్దుకొనుటవలనను నేత్రదోషములు నిర్మూలము లగును. ఇట్లు ప్రతిదినము పరిజనముతో గూడ తమ్ము రక్షించుకొనుచున్న యార్యుల గృహములయం దెన్నడేని విషూచికాదుల వార్తయైనను వినంబడెనా? సత్కర్మానుష్ఠానము క్షీణించినకతంబున నిప్పుడేగదా యట్టిజాడ్యము లార్యగృహంబులయం దడుగు బెట్టుచు

న్నవి. అట్లు నిర్మాల్యధారణంబును సంద్గంధముచే శరీరమున
కు పుష్టి నొసంగును. ఇందు బిల్వము, తులసి, దూర్వ, తి
లాక్షతలు, చందనము మొదలగునవి వినియోగింపఁబడును.
వీనిగుణములు మహత్తరము లైనవి. బిల్వమునకు దర్శనస్పర్శ
నములచే బలసాధకత్వము, ప్రమేహము, సోమవాతము మొద
లగుజాడ్యముల హరించుశక్తి, ఆయుస్శక్తివర్ధకత్వము, దీపన
ము, పాచనము మొదలగుగుణములు గలవు. అట్లు తులసి
కిని సకలశిశుసముజ్జీవనౌషధత్వము మొదలగుగుణములు చె
ప్పఁబడియున్నవి. చందనమునకును సన్నిపాతాంత మగుధా
తువైష్యమును నివర్తింపఁజేయుట మొదలగుగుణములు కలవు.
ఇట్లు ప్రత్యేకము బహుగుణములు గలపదార్థములను నియుతము
గా నుపయోగించునెడ నధికారోగ్యము కలుగు నని యేమి
చెప్పవలయు?

ఇదియునుంగాక తీర్థమును పానము చేయగా శరీరమం
దంతటను పవిత్ర మగుజలము ప్రవేశించుటవలన రక్తమును
శోధించు ననుట సిద్ధసాధనము. నివేదనమునకై పర్యుషితప
దార్థములు కూడ ననునియమమువలన బాలకులకైన నన్నదో
షమువలన గలుగురోగములు పుట్టనేరవు. సూర్యోదయము
మొదలుకొని శరీరమును సంస్కరించుకొని వ్యాపారమునఁ బ్ర
వర్తింప నాకలి కలుగును. అట్టియాకలిని నియమములు
లేకయ నివర్తింపఁజేయునెడ ననేకవిధము లగుదోషములు సం

జనాంతరనియమము, కబళపరిమాణనియమము, కబళసంఖ్యానియమము, వర్జ్యనియమము, వార్తానియమము, శాకనియమము, సత్యాదినియమము, వర్ణనియమము, ఆశ్రమనియమము, ఆచారనియమము మొదలుగా లెక్కలేని నియమములు విధింపఁబడియెను. ఈనియమములకు కొన్నిటికి ఫల మిందుసంగ్రహాముగా నిరూపింపబడియె గాన తక్కునియమములకును ఫల మిట్లే యూహించుకొనునది.

ఉత్తరాపోశనము.

ఇట్లు తాను తృప్తిగా భుజించినవాఁడై శేషమును కొంచెముగా గ్రహించి జలమును జేర్చి ఆచమనము చేయవలయు. పూర్వము ప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్యయొక్క స్వరూపమును జెప్పునపుడు ఐదగ్నులయందు హవిస్సువలె హోమము చేయవలయునని నిరూపింపఁబడియె. దానికి ముందు హోమముచేయఁబడుహవిస్సునకు ఉపస్తరణము, ప్రోక్షణము అభిఘారణమును నివర్తింపఁబడియె. ఇప్పుడాక్రమమున శేషము నుచ్ఛిష్టము గోరువారలకొఱకు విడువవలయు. ఈసందర్భమున దేవలుఁడు శ్లో॥ ఉచ్ఛిష్టభాగధేయేభ్య స్సోదకం నిర్వపే ద్భువి॥ అనివచించెను. దీనియభిప్రాయ మేమనగా, రౌరవ మను నరకమునందు చిరకాలమునుండి యున్నప్రాణులతృప్తికొఱకు నుదకముతోఁగూడ నుచ్ఛిష్టము విడువవలయునని తెలియుచున్నది.

ప్రయోజనత్వము అధికముగా నిరూపింపఁబడు గాన నిందు విరమింపఁబడుచున్నది.

ఇఁక పంచమహాయజ్ఞములు నిరూపింపఁబడును.

వైశ్వదేవము.

వైశ్వదేవము ప్రకృతము. శ్లో॥ ఖండనీ పేషిణీ చుల్లీ జలకుంభోథ మార్జనీ। పంచసూనా గృహస్థస్య॥ రోలు, తిరగలి, పొయ్యి, జలకుంభము, చీపురు ఈయైదిటిచేతను గృహస్థునకు ప్రతిదినము జీవహింస సంభవించుచున్నది. ఇది కూడ నిదే అయినను విడువ శక్యముగాదు. వలన, ప్రాణులకు పాశిహింసలేక మృత్తికాదులచే శరీరపోషణ జరుగనేరదు. ఈ కారణమున దఃకూంశీలురకు ఉపవాసము ప్రాప్తింపగా తరుచుగ నోషధులకే భోజనమునందు వినియోగము నిర్బంధింపఁబడియె.

కావున వివేకియగుమనుజుఁడు భుజింపఁదగినపదార్థము ఓషధిరూపము, ఔషధరూపము, ఫలాదిరూపము అని మూఁడువిధములు. ఇందు ఓషధులకు ఫలపాకముతో నంత మొందుట స్వభావము. అట్లు ఫలింపగా వరిమొదలగునవి ఎండి పోవుచున్నవి. కావున నిందు హింస లేదు. ఇట్లు కందయు పూర్తి నొందగనె కాఁడలు మొద లగునవి యెండి పోవును గాన నిందును హింస లేదు. ఇట్లు ఫలములును, కందములు ను భోజనమునందు వినియోగింపఁబడుచున్నవి. ఇట్లు

ఆకులు, పండ్లు, గడ్డలు మొదలగువానిలో నంకురశక్తి లేనివి గాన భోజనమునకు ఆకులు శ్రేష్ఠములు. అందును వాని యంతన్రాలినవాని గ్రహించుట యుత్తమము. అంతమాత్రమున ప్రాణధారణము జరుగనియెడ ఆకుల దానుగోసికొనివచ్చియైన భుజింపవలయు. అందునను ఆకలి తీరకున్న పండిరాలినఫలముల గ్రహింపవలయు. అంతమాత్రమునను తనివి తీరకున్న కందమూలములను గ్రహింపవలయును. వానిచేతను పుష్టి కలుగకున్న ధాన్యము మొదలగు నౌషధము గ్రహింపవలయు. మనజునకు గావలసినపుష్టి యీధాన్యమే సమగ్రముగా గలిగించును. ఇంకను శక్తి యధికముగా నపేక్షిత మగునేని అహింసాసాధ్యము లగుపాలు పెరుగు నెయ్యి మొదలగువాని నుపయోగించుకొనవలయు. ఇట్లు భుజింప నగుపదార్థము నెద్దానిసాధింప నెంచినను భూమిని సమానముగాఁ జేయునపుడు ప్రాణిహింస అవశ్యముగ ప్రాప్తించును. ఎట్లనిన,

నాగలి మొదలగువానిచే ననేకజంతువులు మృతి నొందుచున్నవి. ఇట్లే అంకురశక్తి గలకందాదిపదార్థములు దంపఁబడుచున్నవి. పిండిగా విసరఁబడుచున్నవి. వండఁబడుచున్నది. లవణసహిత మగుజలమున శోధింపఁబడుచున్నవి. ఇట్లు హింసాస్థానము లగునీయైదింటిచేతను పాపము ప్రాప్తించెను గాన నదిపోఁగొట్టుకొనుటకై వైశ్వదేవ మనుకర్మము ఆచరింపబడుచున్నది. వైశ్వదేవ మనగా, విశ్వేదేవత లనుపేరుగల

కొందఱు దేవతల నారాధించుకర్మవిశేషము.
ఇందు దేవయజ్ఞము పితృయజ్ఞము, భూతయజ్ఞము, మనుష్యయజ్ఞము, బ్రహ్మయజ్ఞము, అని యైదుయజ్ఞములు కలవు. బ్రహ్మయజ్ఞ మిదివఱకు నిరూపింపఁబడియె గావున నిపుడు తక్కినాలుగుయజ్ఞములు మాత్రము వివరింపఁబడును. వీనిలో దేవయజ్ఞ మగ్నియందును, పితృయజ్ఞము స్థండిలమందును భూతయజ్ఞ మింటివెలుపటను, మనుష్యయజ్ఞము హృదయమందును జేయఁబడును.

ఇట్లు దేవయజ్ఞము నగ్నియందు జేయుటచే అగ్నిసాధనమునఁ జేయఁబడినహింసవలనిపాపము నివర్తించును, పితరులకొఱకు స్థండిలమున జలాదికము నిచ్చుటచే భూమియందగు హింసవలనిదోషము తొలఁగును. భూతములకొఱకు బలి నొసఁగుటచే సకలవిధమగుభూతహింసవలని దోషము శమించును. మనుజులకొఱకన్న మిడుటచే భూతదయయు, పరోపకారంబును పరిగ్రహింపంబడును.

వైశ్వదేవమున వినియోగించుమంత్రముల యభిప్రాయమేమనిన, కుక్కలు, కాకులు, చీమలు, పురువులు, పశువులు, పక్షులు, బ్రాహ్మణాదులు, భృత్యులు మొదలుగా నన్నము గోరు ప్రాణుల కెల్ల నన్న మిడవలయు నని స్పష్టపడుచున్నది.

ఆర్యుల గార్హస్థ్య మెట్టిదో చూడుడు. గృహస్థుఁ డన్నమును సంపాదించికొనునెడ తనకడుపుమాత్రము నిండించికొ

నుటకు వీలు లేదు. శ్లో॥ గృహస్థ శ్చైవభాగ్యభేత్॥ బ్రాహ్మణులు మొదలుకొని చీమలవఱకును సకలప్రాణులను తృప్తిపరిచి మిగిలినయన్నమును భుజింపవలయు నని విధింపఁబడియున్నది. కావుననే శ్రు॥ యః కేవలాఘో భవతి కేవలాదీ॥ తానుమాత్రము భుజించువాఁడు కేవలము పాపమునే భుజించువాఁ డనియు, శ్లో॥ అఘం స కేవలం భుఙ్క్తే యః పచ త్యాత్మకారణాత్॥ తాను భుజించుటకై వండికొనువాఁడు పాపమునే భుజించుననియు శ్రుతిస్మృత్యాదులు వచించుచున్నవి.

కాఁబట్టి యార్యులకు పరోపకార రూపమగు నుత్తమధర్మము నిత్యకర్మముగా వర్తించుచున్నది. ఇటు లౌదేని కలదా?

కావుననే, శ్లో॥ యతిశ్చ బ్రహ్మచారీచ పక్వాన్నప్రాశినా వుభౌ॥ యతికి బ్రహ్మచారికి నియతముగా నన్నము పెట్టవలయు నని విధి కలదు. ఏలన, యోగాభ్యాసమునఁ బ్రవృత్తి గలయతియు, విద్యాభ్యాసమునఁ బ్రవర్తించుబ్రహ్మచారియు నన్నము వండికొనుటకుఁ బూనిరేని వారల యోగాభ్యాసమునకు, విద్యాభ్యాసమునకును ప్రతిబంధక మేర్పడును. దానంజేసి దేశమునందు విద్యాయోగంబులు నశించుననియు, అయ్యవి యీదేశంబున పుష్కలముగా నుండవలయు ననియు నెంచి వారలకు సిద్ధాన్నము పెట్టవలయునని విధింపఁబడియె. కావున, విద్యను కోరువాఁడుగాని, మోక్షము కోరువాఁడుగాని యాకలిగొన్న యెడల వారికి అన్నము పెట్టవలయునని నిశ్చయింపఁబడెను.

అట్లువారల కాతిథ్యమీయకున్న యెడ బ్రహ్మచారియు, యతియు కష్టించి, ఉంఛవృత్త్యాదులచే ధాన్యము తెచ్చికొని, దంచికొని, వండికొని భుజించునెడ వారలకు విద్యయు జ్ఞానంబు నునెట్లులభించు? అవి యీదేశంబున నెట్లు లోపింపకుండును? కావున, మనుజులకు వైశ్వదేవము ముఖ్యమైనది.

ఇట్లు, విద్యయందు, యోగమునందు నాసక్తు లగువారి కిని గ్రుడ్డివారు మున్నగువారికిని, ఆకలి గొన్నవారికిని అన్నము పెట్టవలసినదే అయిన నంతమాత్రమున విరమింప వీలు కాదు. దేవభక్తి, పితృభక్తియు గలకృతజ్ఞశిఖామణులు దేవతలను, పితరులను తృప్తిపరతురు.

ఈకర్మమును బ్రాహ్మణుడుమాత్రమె కాక అన్నివర్ణములలో నిగృహస్థుండును నవశ్యముగాఁ జేయవలయు. అందు మంత్రములుమాత్రము భేదించుచుండును. దీనికి అన్నశుద్ధి, కాయశుద్ధి, అంతఃకరణశుద్ధియు ప్రయోజనములని శాస్త్రములయందు చెప్పంబడియున్నది.

అన్నశుద్ధి యెట్లనిన, అన్నము నగ్నియందుంచుటచేతను, కాకాదులకు వేయుటచేతను సద్దోష మని పరీక్షింపఁబడుటవలన నేర్పడుచున్నది. కాకాదులకు వేసి పరీక్షించినయన్నము నేభుజింపవలయునని వైద్యశాస్త్రమున ననేకస్థలములయందుఁ జెప్పఁబడియున్నది. అట్లుపరీక్షింపకుండునెడ నన్నము కేశకీటాదిదోషరహితమని యెట్లు తెలియును? కావున నీకృత్యము

అన్నశుద్ధిని తెలిసికొనుటకై యేర్పడినది.

మఱియు, అన్నమును పక్వము చేయునపుడు పూర్వము తెలిసినదోషములు సంభవించుచున్నవిగదా? దేవతాస్మరణము కంటె దోషసామాన్యమునకు ప్రాయశ్చిత్త మింకొకటి లేదుగాన దేవయజ్ఞముచే నాదోషములు నివర్తించుటంజేసి యన్నశుద్ధి యెట్లును సిద్ధించును. ఇదియె అన్నశుద్ధి యగు.

ఇందు, అన్నహోమము విధింపంబడియె. అది సాధారణముగ బొయియందే చేయఁబడును. ఈహోమము చేయుటకు ముందు కట్టెలు శోధింపవలయు. పిదప బొయ్యితుడువవలయు. పిమ్మట అన్నము హోమము చేయవలయు. దీనికి మొదట నీరు వడియఁబోసి గ్రహింపవలయు. అని చెప్పుటచే నీయన్నమునందు దోషము ప్రసక్తింపదు. అగ్ని నింకొకయింటినుండి తీసికొని రాగూడదని యగ్నికార్యప్రస్తావమున జెప్పఁబడియె. ఇచట చిరకాలమునుండి కాపాడఁబడునగ్నియొక్క మహిమ నిరుపమాన మనియు నిరూపింపఁబడియెను. ఆయగ్నియెకదా యిచట పాకమునకు నుపయోగింపఁబడుచున్నది.

ఇదిగాక, పక్వము చేయఁబడినపదార్థములోని యేకాంశమును నగ్నియందు హోమము చేయఁగా మిగిలినపదార్థము పవిత్ర మనుట ఆర్యులదృష్టికి వింత గలిగింపదు. ఏలన, ఏకాంశము దుర్వినియుక్త మగుటంజేసి సకలాంశము దూషితంబగుటయు, ఏకాంశము సద్వినియుక్తం బగుటంజేసి సకలాంశము

పవిత్రితం బనుటయు సంప్రదాయసిద్ధమయ్యేయున్నది. ఈ మర్మముస్థూలదృష్టులు గ్రహింపనంతమాత్రన యుక్తియుక్తము కాదననగునా? ఇందొకదృష్టాంతము చూడుడు. అపరిశుద్ధస్థలమునను్మ్ని విడిచినందున కుత్తకయందు బాధ కలుగుటయు తిరుగనగ్నియందుమియు నెడనాబాధశమించుటయుసర్వానుభవసిద్ధమై యున్నది. దీనింబట్టి యార్యులవ్యవహారము సయుక్తికము, సహేతుకము నని స్పష్టపడుచున్నదికదా? ఈవిధమున నన్నశుద్ధి కలుగుననుట నిస్సంశయ మైనది.

ఇట్లే పరోపకృతిచేతను, భృత్యపోషణాదులచేతను మనసునకు సంతోషము, పాపక్షయము కలుగుగాన నంతఃకరణము శుద్ధి నొందును. ఇక శరీరశుద్ధి యెట్లనిన, పరమేశ్వరునకు నివేదింపఁబడినదియు, బ్రహ్మనిష్ఠులచే ననుగ్రహింపఁబడినదియు, వేదము జదువు బ్రహ్మచారులు గ్రహింపఁగా శేషించినదియు నిట్లు దేవతలుమొదలుకొని, మానుషులవఱకు నందఱు గ్రహింపగా మిగిలి పవిత్రమై యున్నయన్నమును భుజించునెడ శరీరమెట్లు పరిశుద్ధము కాకుండును? శ్రు॥ అన్నప్రకృతికం హి సోమ్య మనః॥ మనస్సు అన్నమే యుపాదానకారణముగా గలదియను శ్రుతి వచనమువలన అన్నశుద్ధిని బట్టియె మనంబును, శరీరంబును పవిత్రము లగుచున్నవని యేర్పడుచున్నది. శ్లో॥ అన్నానురూపా స్తనురూపబుద్ధయః॥ 'అని పెద్దలు వచించిరి. ఇట్లు

అన్నము, శరీరము, మనస్సు అనువానిశుద్ధికై యీవైశ్వదేవముపయోగించుచున్న దనుట ప్రత్యక్షసిద్ధమే కదా?

కావున అన్నము భుజింపక పాలు, నీరు, ఫలము మొదలగువాని భుజించువాఁడైనను వానికోన వైశ్వదేవము చేయవలయు. ఎవండును కొనకు జలమునైనఁ బుచ్చుకొనకుండఁడుగదా? ఇది సాధారణముగా అన్నసంస్కారమునకై విధింపఁబడియెగాన, ఏకపాకమున నొక్కఁడు వైశ్వదేవము చేయునెడ నితరులు చేయం బని లేదు.

ఆకారణముననే శిష్టులు గృహవృద్ధులచేత నీకర్మము చేయించుచున్నారు. పాకము వేరగునెడ వేరుగాఁ జేయవలసినదే" ఇంకఁ గొన్ని ధాన్యములకు నిషేధము కలదు. సర్వము శరీరశుద్ధికే సఫలమగుచున్నది.

భక్షణఫలము.

ఇఁక భక్షణఫలము నిరూపించుట ప్రకృతము. భక్షణమున కాకలితీరుట ప్రయోజన మని యందఱకుఁ దెలియును గాన నావిషయమై విమర్శింపం బనిలేదు. అయినను భక్షణమున నైహికము మాత్రమె కాక యాముష్మికం బగుఫలంబును గలదు. పవిత్రాన్నభోజనము సత్త్వశుద్ధిగలిగించి, దానిద్వారా జ్ఞానమునకు సాధన మగుచుండుటంబట్టి యాముష్మికఫలము లభించుచున్నది, ఇయ్యది భక్ష్యాభక్ష్యవివేకము లేని భోజనముచే లభింపదు. గావున భక్ష్యాభక్ష్యనిర్ణయము అవ

సరముగా ప్రసక్తించినది. ఇందు గొందఱు మాంసభోజను
లు విరోధింతురు. వారియభిప్రాయ మేమనిన,
శ్లో॥ మాంసం మాంసేనవర్ధతే। అను పౌష్టిక శాస్త్రమువలనను ప్రా
చీనశిష్టులు మాంసమును భుజించియున్నట్లు గ్రంథదృష్ట మగు
టవలనను,అది రాగప్రాప్త మైనది కావునను దానియందు ఫలా
ధిక్యము కలదుగానను మాంసభోజనము న్యాయ్యమేయని వా
రియాశయము. ఇందు జూడుడు.

లోకమునఁ గొన్ని మాంసముదినునవి మఱికొన్ని యా
కులు దినునవి. ఇట్లు మృగములు రెండువిధములుగా నున్నవి.
వానిదంతములయందును, చొంగయందును, గుణములయందును
భేదము స్పష్టముగా గనఁబడుచున్నది. ఎట్లన, మాంసము ది
నుమృగములయొక్క దంతములు గుండ్రనై, సన్ననికొనలు గలి
గి, ఎడమెడముగను, వాకరగను, కోరలుగాను నుండుచున్నవి.
ఆకులు మొదలగువాని దినుమృగములయొక్క దంతములు వె
డలుపైనకొనలు గలిగియెడములేక యున్నవి. అట్లు మాంసము
దినుమృగములయొక్క గుణంబులును కోపముక్రౌర్యము మొ
దలుగా సహజసిద్ధములుగా గానంబడుచున్నవి. దానం జేసి య
వి యన్నియు భయజనకము లగుచున్నవి. ఇఁక నాకులు,
తృణములు దినుమృగము లైననో శాంతస్వభావము గలవి య
గుటం జేసి భయంకరములు గావు. ఇట్లు మాంసము దిను
మృగములయందు తీక్ష్ణము లైననఖాగ్రములు గలిగియుండుట,

క్రూరచిత్తత మొదలగుదోషము లధికముగాఁ గనఁబడుచున్నవి.

ఇటు లుండఁగా, వివేకులును, భూతదయాపరులును నిష్టిమాంసభోజనమునఁ బ్రవేశింతు రనుట యసంభావనీయము. వీలగునెడ వెనుకఁ జెప్పినవిధమున నాకులు మొదలగువానిచే జీవించుటయే న్యాయ్యము. ఔషధము భక్షింపఁగా గలుగు శారీరపుష్టి మాంసముచేనైన గలుగ నేరదు.

ఇది యథార్థమైననునీవిషయమై మాంసభోజను లేమందు రనిన, భరతఖండవాసులైనపూర్వపురుషులు మాంసము భుజించియుండిరి. ఇప్పటికి నీయాచారము గౌడులయందు గలదు. జైనసిద్ధాంతపరిచయమువలననే ఆర్యులుమాంసాహారము మానిరని వారుగట్టిగా వాదించుచున్నారు. పూర్వమీమాంసభోజన మున్నను అప్పుడీయాహారమును నుత్తమముగా లెక్కించినట్లు కనఁబడదు. ఏలన,

శ్లో॥ నాకృత్వా ప్రాణినాం హింసాం మాంస ముత్పద్యతే క్వచిత్॥ ప్రాణివధ చేయకున్న మాంసము దొరక నేరదని యారంభించి మనువు మాంసాహారమును రాక్షసాహారములో నని చేర్చియున్నాఁడు. ఇప్పటిబుద్ధిమంతులలో గొందఱు ప్రాణిహింస మేము చేయుట లేదు? ఒరులు సిద్ధము చేసినదానిని మేము గ్రహించుచున్నాము. మేము గ్రహింపకున్నను మాంసవిక్రయులు మాంసము సిద్ధము చేయకుందురా? ఇట్టియెడ మాకు దోష మేమి యని పలుకుచుందురు.

వారికి సమాధానమేమనిన, ఎవ్వరును గ్రహింపకున్నయెడ న మ్మకొనువాఁ డేల మాంసమును సిద్ధపరచును? గ్రహించువా రు లేనియెడ నమ్ముటయే సంభవింపదు. కావున ప్రాణివధకు దానిని గ్రహించువారే మూలమనునాశయముతో ప్రాణివధ చేయకున్న మాంసము లభింప నేరదని మనువిట్లు వచించి యున్నాఁడు.

భగవద్గీతలయందును, శ్లో॥ రస్యాస్స్నిగ్ధా స్థిరా హృ ద్యా ఆహారా స్సాత్త్వికప్రియాః॥ అని మొదలుగాఁ జెప్పఁబడు సాత్త్వికాహారములలో మాంసము లెక్కింపఁబడియుండలేదు. కావుననే బోధాయనుండును శిలోంఛములచే జీవించువానికి స్వర్గప్రాప్తి వచించి ధర్మములలో శ్లో॥ అహింసా సత్య మస్తేయం॥ అహింస, సత్యము మొదలగునవి శ్రేష్ఠములని నిరూపిం చియుండెను.

ఇఁక, మధుపర్కాదులయందుఁ గొన్నియెడల మాంస ము గ్రహించినట్లు కనఁబడుచున్నది. ఐనను గృహ్యాకారులం దఱు కూడదనియే వచించియుండుటచే నప్పుడును మాంసపరి గ్రహము ముఖ్యము గాదనియె స్పష్ట మగుచున్నది. ఆకార ణమువలననే। శ్లో॥ గృహేపి నివసన్ యోసౌ ముని ర్మాంస వివర్జనః॥ గృహమందుండియు మాంసము విడిచినవాఁడు ము ని యని చెప్పంబడియె.

పూర్వకాలమున నప్పటివారికి మాంసపరిగ్రహ మున్న

ను దేవార్థము, పిత్రర్థము, అతిథ్యర్థము అని నియమ ముండె
ను. లోకమునను హింస మూడువిధములు. అందొకటి క్రౌ
ర్యమూలము. ఇంకొక్కటి దేవప్రీతిమూలము. మూడవది
ఆహారకల్పనార్థము. ఇందు మొదటిది లోకవృద్ధి గోరురాజు
లు చేయుదుష్టమృగవధ రూప మైనది. రెండవది ఆయామ
తస్థులు దేవతాప్రీతిని గోరి చేయవలసినట్లు కొన్నిప్రమాణము
లచే బోధింపఁబడి మతాచార్యులచే వ్యవస్థ చేయఁబడియున్నది
ఇంకొక్కటి మృగములు మొదలుకొని మనుజులవఱకు నిష్కా-
రణముగను, నిర్దయముగను, అశాస్త్రీయముగను, అవ్యవస్థిత
ముగను చేయునది. భారతీయులు మూడవదానియందు విరు
ద్ధాభిప్రాయము గలిగి యున్నారు. వీనిలో మొదటిదాని కై
హికఫలము గలదు. రెండవదాని కాముష్మికఫలంబును గల
దుగాని మూడవదానికి నుభయలోకభ్రంశముకంటె వేరు ఫలము
కనఁబడదు.

ప్రాణధారణమాత్రము నుద్దేశించి చేయునావశ్యకభో
జనమునే పరమేశ్వరార్పణబుద్ధిచేఁ జేయునార్యులకు పశుప
క్ష్యాదులయం దకారణవైర మెట్లు సంభవించును? మఱియు,
దేశదుష్టము, కాలదుష్టము, భావదుష్టము నగుపదార్థజాతము
ను నిషేధించి సూ॥ వాచా ప్రశస్త ముపభుంజీత॥ అని వా
గ్దుష్టమునుగూడ నిషేధించినయార్యులు ఉత్పత్తిదుష్ట మగు
మాంసము నెట్టు లంగీకరింతురు? ఆహారమునకు నాకలితీరుట

మాత్రమె ప్రయోజనము కానేరదు. ప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్యచేత దీనికి మోక్షరూపప్రయోజనంబును గలదని స్పష్టముగా నిరూపింపఁబడియున్నది.

ఈవిద్య ప్రాణాగ్నిహోత్రోపనిషత్తునందును, తైత్తిరీయమున మహోపనిషత్తునందును నంతర్యాగవిధానప్రస్తావమున ప్రఖ్యాపనఁజేయఁబడియె. ఈయంతర్యాగమును ప్రాణాగ్నిహోత్రోపనిషత్తు వివరించినది. ఇందు, భుక్తిద్వారా ముక్తిమార్గమును బోధించునదియై హవిస్సు గ్రహించుటయందుపయోగించు కొన్ని శ్రౌతవచనములు గలవు. విప్రు లందఱు ననుష్ఠించు ప్రోక్షణము, పరిషేచనము, ప్రాణాహుతులు ననువానిమంత్రముల యర్థమును విమర్శించునెడ నివి యన్నియు ప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్యను బాగుగ బోధించుచున్నవి. ఈవిద్య ఆత్మయాగము చేయువారల యవిద్యను ధ్వంసముచేసి బ్రహ్మపరోక్షసాక్షాత్కారమును గలిగించునని విఖనసమహర్షి వచించెను. బ్రహ్మమీమాంసాభాష్యకర్త లందఱు నీవిద్య నుపనిషద్వచనములచే నిరూపించియుండిరి. మఱియు నీవిద్య యంతర్యాగ మనియు, ఆత్మయజన మనియు నచ్చటచ్చట వ్యవహరింపఁబడుచున్నది.

దీనియందు శరీరములోనిజాఠరాగ్ని సాయంకాలమునను ప్రాతఃకాలమునను నుపచరింపఁబడును. దీనిని కొందఱు వైశ్వానరవిద్య అని చెప్పుదురు. ఆకారణముననె భగవద్గీతల

యందు, శ్లో॥ అహం వైశ్వానరో భూత్వా ప్రాణినాం దేహమాశ్రితః॥ ప్రాణాపానసమాయుక్తః పచా మ్యన్నం చతుర్విధం॥ అనుచోట వైశ్వానరుఁడన బ్రహ్మమేయని నిరూపింపఁబబడియె. ఎవ్వఁ డీవిద్య ననుసంధానము జేసికొని భుజించునో వాఁడు ముక్తి నొందునని పండితులయభిప్రాయము. ధర్మశాస్త్రకారులును దీనిప్రయోగమును సాంగముగా నిరూపించిరి. భుజింపఁబడినయన్నమును శరీరములోని యైదగ్నులును పాకము చేయుచున్నవి. అయ్యవి బాహ్యాగ్నులవలె తేజోరూపములు కావు. అయినను పచనముచేయు స్వభావముగలవి గాన నగ్నులని వ్యవహరింపఁబడుచున్నవి. ఇచ్చట నన్నమమాత్రముయొక్క పాకమె గాక రక్తమాంసాదులయొక్క పాకంబును గ్రహింపఁబడును. కావున నైదుస్థానములయందుఁ పాకముచేయు పదార్థము లగ్నులుగా వ్యవహరింపఁబడుచున్నవి.

వేదమునందు గార్హపత్యము, ఆహవనీయము, దక్షిణాగ్ని, సభ్యము, ఆవసథ్యము నని యైదగ్నులు చెప్పఁబడియున్నవి. శరీరమునం దైదనో జాఠరము, ఆస్యము, హార్దము, భ్రూమధ్యము, కాపాలము నని యైదుపాకస్థానములు గలవు. ఇందు మొదటిది భుజింపఁబడినపదార్థమును పక్వముచేయుపిత్తరూపమగుజాఠరాగ్ని. ఇది నాభియందుండును. దీనియందు పాచకశక్తి స్పష్టముగాఁ గనఁబడుచున్నది. రెండవది ఆస్యాలాలా (నోరిచొంగ) రూప మైనది. ఇది చేరకున్నను వాహార

ము జీర్ణముకాదని పాశ్చాత్యులు నంగీకరించుచున్నారుగాన నిందును పాచకశక్తి కల దనుట యథార్థము. మూడవది హృదయమునందు రక్తమును శోధించుస్వభావము గలశుక్రసారరూప మైనది. నాల్గవది భ్రూమధ్యమున తటస్థమై యున్నది. ఇది క్రియయం దన్వయింపదు. యోగులకు సమాధియందు గోచరించు బ్రహ్మమునకు ప్రతినిధి యైనజ్యోతిర్లింగ మనుపేరు గలది, ఏనవది కపాలమునుండి యోగులకు నిర్వికల్పసమాధియందు గోచరించునదియై, ప్రకాశరూపమై మెదడుయొక్క నైర్మల్యరూప మగుచున్నది. ఇదియె సర్వప్రకాశకమగుజ్ఞానాగ్ని యగు.

ఇట్లే బహిర్యాగమునందు గార్హపత్యము మూలమగు. తక్కునాల్గును దీనివలననె కల్పింపఁబడినవి. వీనిలో రెండు క్రియయందు వినియోగింపఁబడు. ఒకటి అన్వాహార్యమును మాత్రము పాకముచేయును. మిగిలినది సర్వహోమములకు నాధార మైనది. ఈవిధముననే శారీరాగ్నులయందును జాఠరము సర్వాధార మైనది. దానినుండియె సర్వము కలుగును. వీనిలో భ్రూమధ్యగము, కాపాలంబును పచనక్రియ చేయునవి కావు. హార్దం బొక్కటి రక్తమునుమాత్రము శోధించును. ఇక నాస్యమనునది సర్వపదార్థములను జీర్ణము సేయు నాధార మైనది.

ఈయైదింటిరూప మెట్టులన్న గార్హపత్యము వర్తులాకా

రంబును, దక్షిణాగ్ని అర్ధచంద్రాకృతియు,ఆహవనీయము చతు రశ్రరూపంబును, సభ్యము త్రికోణరూపంబును, ఆవసథ్యము పద్మాకారంబును నగుచున్నవి. ఇట్లే నాభియందు వృత్తంబు ను, హృదయమునం దర్ధచంద్రాకృతియు, ఆస్యంబున చతుర శ్రంబును, భ్రూమధ్యమున త్రికోణాకారంబును, కపాలాంతర మున పద్మాకృతియుఁ గలిగియున్నవి.

మఱియు, మొదటిది పిత్తరూపము పృథివియు, రెండ వది లాలారూపము జలంబును, మూడవది శుక్రసారము తేజం బును, నాల్గవది ప్రాణమూలముగాన వాయుతత్త్వంబును, ఏ నవది కపాలాంతరము ఆకాశతత్త్వంబునగు.

శారీరాగ్నిలో హోమము చేయనగుహావిస్సునందు మొదట పరిషేకము ప్రోక్షణాదికంబును చేయఁబడుచున్నవి. ఇందు మహావ్యాహృతులంకూడ గాయత్రి వినియోగింపఁబడు చున్నది. దీనింబట్టి యీయర్థము లభించుచున్నది. ఏ మ నిన, సమస్తమును ప్రేరణచేయు శక్తిగలపరమేశ్వరుఁడు మా చిత్తమును సన్మార్గమున ప్రవేశపెట్టుగాక యని సకలమునకు ప్రేరకుఁ డైసూర్యాన్తర్యామి యగుపరమేశ్వరునను్జ్ఞ కోరఁ బడుచున్నది. అనంతరము శ్రు॥ సత్యంత్వర్తేన॥ అనుమంత్ర ముచే పరిషేచనము చేయఁబడును. దీనియాశయ మేమని న, పాత్రమున నున్నదియు, అగ్నిచేపక్వమైనదియు, నగుహావిస్సు ను అగ్నిరూపముగా భావించి దానికి సూర్యకిరణములవలన

రక్ష చేయఁబడుచున్నది. ఇట్లు రాత్రియందు రక్షక మగు సూర్యకిరణము లేదు గానను, సూర్యకిరణపక్వం బగునోషధు మొదలగునవియే భుజింపఁబడుచుండుగావునను, సూర్యకిరణపక్వమునందు సూర్యతాదాత్మ్యము నారోపించి వహ్నిచే రక్ష విధింపఁబడియె. ఇఁక నిపుడు బహిర్యాగముతో సామ్యము నిరూపింపఁబడును.

హోమమున మొదట నుపస్తరణము (పాత్రాభిఘారము) కలదు. కావున నది యిచటను కలదు. హోమమున న నన్వారంభము కలదుగాన నది యిచ్చటను పాత్రయం దాచరింపఁబడుచున్నది. ఇట్లు ప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్యను మనసున నిడికొని ప్రాణులహృదయమం దంతటను భుక్తపదార్థమును పరిణమింపఁజేయు పరమేశ్వరశక్తివిశేషము నే పంచప్రాణరూపముగా భావించి దాని నుద్దేశించి యతిస్థూలముగాని ఘృతప్లుత మగునవదానము మొదట హోమముచేయఁబడుచున్నది. అనంతరము సర్వప్రేరక మగుబ్రహ్మమును గూర్చి హోమము చేయఁబడు. బ్రహ్మమునందు తనయాత్మ యమృతత్వమును (మోక్షము)నందుటకొఱకు హోమము చేయఁబడుచున్నది.

దీనిప్రయోజనము, కొనకు వివరింపఁబడును. ఇచట యజ్ఞసిద్ధాంతముచే నీయర్థము లభించుచున్నది. మేము భక్షింపవలయునని జిహ్వాచాపల్యమువలనఁగాని, క్రౌర్యమువలనఁగాని ఓషధులయందు దంతాదుల వినియోగించుట లేదు. ఇఁక

ప్రాణధారణమునకై గత్యంతరములేక వీనియందు దంతాదులను వినియోగించుచున్నారము. అట్లేని, వివేకి వగునీవు ప్రాణములమాత్ర మేల ధరింపవలయు నని ప్రశ్నింతురా? బ్రహ్మమును గ్రహించుటకును, ఒరుల కుపదేశించుటద్వారా ప్రజల నుద్ధరించుటకొఱకును అనుసమాధాన మాఖవయోహలితిచే చేయఁబడుచున్నది.

ప్ర॥ ఒరుల కుపదేశించుటచే గాని, నీవు వేదముల చదువుటచేగాని, ఇచటఁగాని, స్వర్గమునఁగాని నీకేమి లాభము గలదని యడుగుదురేని

ఉ॥ బ్రహ్మణేఅనుమంత్రము సిద్ధాంతభూతమై కొనకు జేర్పఁబడియెను. ఆర్యులప్రతిదినపుభోజనము శరీరపుష్టికొఱకు గానేరదు. ఇఁక నే మనిన, నిచట నుండువఱకు వేదములఁ జదివి యొరుల కుపదేశించుటకును, పదంపడి తాను మోక్షము నొందుటకును నుపయోగించుచు సర్వంబును బ్రహ్మార్పణమే యగుగాని, మదాదులను గలిగింప నుపయోగించునది కాదని స్పష్ట మగుచున్నది. దీనింబట్టి యార్యులభోజనము ఆర్యుల కుపకారము చేయును, బ్రహ్మప్రాప్తి నొందను నుపయోగించెడిని. ఇట్టు లార్యధర్మములు కొన్ని కేవల మైహికఫలములుగా పైనఁగనఁబడి విచారింప నధిక మగునాముష్మికఫలము గలవియు. మఱికొన్ని కేవల మాముష్మికఫలము గలవిగాఁ గన్పడి విమర్శింప నారోగ్యరూప మగు నైహికఫలము గల

వియు నగుట కరమాశ్చర్యకరము.

ప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్య.

ఉపనిషత్తునందు ప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్య యిట్లు నిరూపింపఁబడియున్నది. ఆత్మ యజమానుఁడు, శ్రద్ధ భార్య, శరీరము యాగశాల, ఉరస్సు వేది. (తూర్పుతలగా వెలికిల పండుకొనియున్న పురుషుఁడు యాగశాలగా నిర్దేశింపఁబడియెను. ఇట్లు పండుకొనియున్న పురుషుని గాంచునెడ శాహ్యాయజ్ఞము యొక్క సన్నివేశము తలంపఁబడును.) రొమ్మునందలి రోమములు దర్భలు, శిఖ వేదము, (దర్భముష్టి) హృదయము యూపము, కోపము పశువు, కామము ఆజ్యము, తపము అగ్ని, దమము శమయిత (పశువును జంపువాఁడు,(దమ మన నంతరింద్రియనిగ్రహము,) వాక్కు హోత, ప్రాణము ఉద్గాత, కన్ను అధ్వర్యుఁడు, మనస్సు బ్రహ్మ, శ్రోత్రము అగ్నీత్ ॥(అధ్వర్యునకు వినిపించువాఁడు) శరీరము ఇధ్మము, దీక్ష అవధరణము, అశనము హవిస్సు. జలపానమే సోమపానము, క్రీడ ఉపసత్, సంచారము ఉపవేశము, ఉత్థానము ప్రవర్గ్యము, ముఖము ఆహవనీయము, హృదయము దక్షిణాగ్ని, నాభి గార్హపత్యము, భ్రూమధ్యము సభ్యము, కాపాలము ఆవసథ్యము, సంభాషణము ఆహుతిమంత్రములు, అని ప్రారంభించి కొనకు మరణమే అవభృథమని నిరూపింపఁబడియెను.

దీనిరహస్య మేమనిన, ఆత్మ ఫల మనుభవించువాఁడు

గాన యజమానుఁడు. ఆస్తిక్యములేకున్న కర్మమునందుఁ ప్రవృత్తి కలుగదు గావున శ్రద్ధయె పత్ని యని చెప్పఁబడియె. ఆత్మకు శరీరమే యాగశాల యగు. (వేది యనఁగా, యాగశాలలోపల విహరించుటకు నుపయోగించునదియు, అగ్నితోఁ గూడినదియు నగుభూభాగము.) ఉరమే వేది యని చెప్పఁబడియె. ఇది న్యాయమే లోకమున వేదులయందు తూర్పున చతురశ్రకుండమున నాహవనీయాగ్ని యుండును. దానికి తూర్పున త్రికోణకుండమున సభ్యాగ్ని యుండును. దానికి తూర్పున పద్మకుండమున ఆవసథ్య ముండును. వేదికి పశ్చిమభాగమున వృత్తకుండమున గార్హపత్య ముండును. దాని కాగ్నేయమున అర్ధచంద్రకుండమున దక్షిణాగ్ని యుండును. నాభి గార్హపత్యరూప మనియు, హృదయము దక్షిణాగ్నిరూప మనియు, ముఖము ఆహవనీయ మనియు, భ్రూమధ్యము సభ్య మనియు, కాపాలము ఆవసథ్యమనియు, లోగడ నిరూపింపఁబడియెగదా.

మనుజుఁడు తూర్పుతలగా వెలికిల పండుకొని యుండునేని అన్నిటికి కపాలము తూర్పున నుండును. అనంతరము భ్రూమధ్యంబును, దాని వెనుక ముఖంబును, దానికి పశ్చిమభాగమున గార్హపత్యరూప మగునాభియు, దాని కాగ్నేయమున దక్షిణాగ్నిరూప మగుహృదయంబును నడుమ మహావేదియు ఇట్లు శరీరము యాగశాలను బోలియున్నది. వేదినడుమ ద

ర్భ లుండుగావున ఉరమున నుండురోమములె దర్భ లగు. అన్నిటికి తూర్పుదెసను దర్భముష్టి యుంచఁబడి అదియె వేదమని వ్యవహరింపఁబడుచుండు. అది యూచట శిఖయె యగు.

హృదయపదము హవనస్థానమును చెప్పును. శ్లో॥ మనోపి భ్రూమధ్యే! అను నభియుక్తోక్తిని బట్టి భ్రూమధ్య మను స్థానము లక్షణచేఁ జెప్పంబడు. ఇది ఆహవనీయస్థానమున నున్ననోరికంటె తూర్పున నున్నది. ఇదియె యూపస్థానము.

ఆజ్యము శరీరము నకు మదమును గలిగించుచువీర్యరూప మైనదిగావున అంతర్యాగమునందు కామమె ఆజ్యమగుచున్నది లోకమున నాజ్యము నగ్నియందు హోమము చేయగా నది తిరిగి లేచి రానేరదు. అట్లే తిరిగి లేచిరాకుండునట్లు తపమును నగ్నియందు కామము హోమము చేయఁబడును.

ఈయాగమునందు కోపమే పశువు. బాహ్యయాగమున భీకరము లగుకొమ్ములు గలపశువు సంహరింపఁబడునట్టులిచట కోపంబును సంహరింపఁబడును. ఈకామక్రోధములను మారణము చేయుటకు నింకొకయగ్ని యుపయోగింపదు గాననిచట తపమె యగ్నిగా గ్రహింపంబడియె.

మన్యురూప మగుపశువును నిగ్రహించుటకు అంతరింద్రియనిగ్రహ మను దమమె శమయితగా నిందు గ్రహింపంబడియెను. హోత పెద్దగాఁ బలుకువాఁడుగాన నట్టి వాక్కేయిచ్చట హోతగా గ్రహింపఁబడియె.

ఉద్గాత మంద్రస్వరముతో మంత్రము నుచ్చరించుచు గార్హప
త్యసమీపమున నుండి బహిష్పవమానాదులయందు ఆహవస
యమును దాటియు,బోవుచుండుగాననట్టి సంచరణధర్మముగల
ప్రాణమె ఉద్గాతగాఁ జెప్పఁబడియె. అధ్వర్యుఁడు సర్వమును
జూచుచుఋత్విజుల నాయాకృత్యములయందు ప్రేరించునట్లు నే
త్రము సర్వము జూచుచు తక్కినింద్రియములను వానివానికృ
త్యములకై పనుపుచుండును. కావున నిచట కన్నే అధ్వర్యు
ఁడుగాఁ జెప్పంబడియె.

అగ్నీత్ అధ్వర్యునకు వినిపించువాఁడుగాన నట్టిశ్రోత్రమె
అగ్నీత్ అగును. బ్రహ్మయొక్క-యనుజ్ఞలేనిది ఋత్విజులు
తమ కృత్యయములయందుఁ బ్రవేశింపనట్లు మనస్సుయొక్క-
యనుజ్ఞలేనిది ఇంద్రియములు తమతమపనులయందు ప్రవేశింప
వు కావున నిచట మనస్సెబ్రహ్మయని గ్రహింపంబడియె.

ఇధ్మమను అగ్నియందు భస్మ మగునదిగానను శరీరంబు
నట్టిదియెగానను శరీరమె యిధ్మమని గ్రహింపంబడియె. ఇం
దు మొదట శరీరము యాగశాల యని చెప్పఁబడియెను. ఇ
ప్పుడాశరీరమె ఇధ్మమని వచింపంబడియె. అది యెట్లు పొ
సఁగు ననిన మొదటిది స్థూలశరీర మనియు, రెండవది సూక్ష్మ
శరీర మనియు గ్రహింపవలయు. సూక్ష్మ
శరీరము భస్మము కానేరదుగాన ఇధ్మస్థానమున గ్రహించు టె
ట్లని సంశయింతురేని భస్మ మగుటయను నాత్మయందు లయ

మొదులై యని గ్రహించునది.

దీక్షయనఁగా నియమవిశేషము. అవధరణ మనినను వ్రతవిశేషమే. అదియె యిది యగును. ఆహవనీయమునందు హోమము చేయఁదగు హవిస్సు ఏదన, శ్రు॥ యదశ్నాతి తద్ధవిః॥ భుజింపఁబడునదియె హవిస్సు అగును. యాగమునందు సోమపానము ముఖ్యముగాన ఆస్థానమున జలపానము గ్రహింపఁబడియెను. ఈవిధముగా నూహించుకొనవలయు. దీనియభిప్రాయ మేమనిన,

ఆర్యజనుఁ డాహారమునఁ బ్రవర్తించినప్పుడును తనశరీరమును యాగశాలగా భావించి భోజనకాలమందు ననన్యమనస్కుండై సర్వము నీశ్వరారాధనరూపముగా భావింపవలయు. ఈశ్వరభావము లేక క్షణమాత్రమైన నుండఁదగదు. అనునాశయము వ్యక్తమగుచున్నది.

సమస్తప్రాణులకును భోజనము రాగమువలననే యవశ్యముగ ప్రాప్తమగుచున్నది. ఇందు నియమము లేనియెడ సర్వము చెడును. ఏలన, శ్లో॥ ద్వావేవ పాపసంప్రాప్త్యై పద్ధతీ దేవనిర్మితే। ఆస్యమేక మథోపస్థం నాన్యదస్తీహ శోధనే॥ జిహ్వాచాంచల్యము, ఉపస్థాచాంచల్యము రెండే పాపమూలము లగుచున్నవి. కావున నీజిహ్వోపస్థలను నిగ్రహించుటయందు ప్రయత్న మావశ్యకము. ఇందు బాల్యమునుండి జాగరూకత గలిగియుండుట ఆర్యులపనిగాన వీరల కిందు నియమాతిశయము

విధింపఁబడియెను. ఆర్యుల వ్యవహారమున నియమము లేనికృత్యమే లేదు. కావుననే, ఉపనయన మైనది మొదలుకొని స్నానీయమనము, అభక్ష్యప్రతిషేధనియమము, భక్షణనియమము కాలనియమము, పరమేశ్వరధ్యాననియమము మొదలుగాఁ గలిగియున్నవి. ఇవి యన్నియు నిరూపించిన విధమున నిహపరసుఖసాధనమునకై యుపయోగించెను.

ఇంకఁ గొంద ఱతిథ్యాదిస్వరూపుల [illegible] జలముచే పరిషేచనము చేయుట పిపీలికాదికి చీమలు రాకుండుట కనియు, ఆపోశనము గ్రహించుట గరవినాశనమున కనియు, ప్రాణాహుతులు వేసికొనుట కుక్షిక్రమముగా నిల్చుట కనియు ఫలములను గల్పించుచున్నారు. ఇది హాస్యాస్పదము.

ఇం దగురహస్య మేమనిన, ప్రతిదినంబును శాస్త్రానుసారముగ నగ్నిహోత్రము సు జేయు శక్తి చాలనివాండ్రును జఠరాగ్నియం దిట్లు హోమము చేయుచేని వాండ్రు నిత్యాగ్నిహోత్రియె యగునని భావము.

ఈశ్వరునిచే సృష్టింపఁబడినదియు, ఈశ్వరున కర్పింపఁబడినదియు, ఈశ్వరాజ్ఞచే భుజింపఁబడునదియు నగునన్నము ఈశ్వరజ్ఞానము కలుగుటకును, ఈశ్వరచరణసరసిజ సాన్నిధ్యము లభించుటకును, ఈశ్వరభజనసంప్రదాయము నెఱపించుకొనుటకును భుజింపఁబడుచున్నది.

కావుననే, మత్తు గలిగించునవియు, పర్యుషితములు న

శుచిపదార్థముల విడిచిపెట్టి ఆహారసామాగ్రియును లభించినవియు అప్పుడే పక్వమైనవియు, మంత్రజలముచే ప్రోక్షణము, పరిషేచనము చేయఁబడినవియు నగుపదార్థములు భుజింపఁబడుచున్నవి.

ఇట్టి శుచిపదార్థ భోజనమువలన సుదృఢాంగము, వినయోత్పత్తి, బ్రహ్మవిద్యయందు ప్రీతి, ఆస్తిక్యము ఆహారసాపరత్వము పరోపకారబుద్ధి, సత్త్వశుద్ధి జ్ఞానవృద్ధి యనునవి ప్రత్యక్షప్రయోజనములు గలుగుచున్నవి. ఇట్టి ప్రాశస్త్య హేహా త్రవిద్య నెఱుంగక తెలుసుగ గ్రామ్యులు పినాకి తంత్రమాత్రముగా నాచరించుచున్నారు. ఈవిద్యావిశేషమునందు చిత్తముంచి భుజించువారికి నిస్సంశయముగా సుఖసౌఖ్యంబును, పరమేశ్వరునకు ప్రియుండగు నగును.

ఏలన, మొదట వైశ్వదేవముచేత నాహారపవిత్రాబును, పరోపకారపరత్వమును పరిగ్రహింపఁబడియె. జలప్రోక్షణముచే ఆరోగ్యసాపత్తి గ్రహింపఁబడియె.

అందె మొదలగ, అప్పు సడికినపదార్థముల యొక్క ముఖ్యముగాను పోషణాంశ దనియు, ఉల్లి పోకెనా తప్పున ముఖరోగములు సంభవించు ననియు వైద్యశాస్త్రమునందు దెలుపఁబడియె. అప్పు సడికినపదార్థముల యొక్క దోషము జలప్రోక్షణముచే నడఁగుచుండుగాన నారోగ్యము గలుగు ననుట నిస్సంశయము.

భోజనకాలమునందుఁ గొన్నినియమములు గలవు. మొ

దట దిక్కు నియమింపఁబడినది. అంతట పానీయపాత్రము, భోజనపాత్రము, భోజనసంప్రదాయము నియమింపంబడియె. క్రమముగా వీని ప్రయోజనంబులు నిరూపింపఁబడును.

శ్లో॥ యోవేష్టితశిరా భుఙ్క్తే యోభుఙ్క్తే దక్షిణాముఖః వామపాదకరః స్థిత్వాతద్వై రక్షాంసి భుంజతే। అనువచనముచే పరాశరుఁడు దక్షిణదిశ కభిముఖముగా భుజింపఁగూడ దని వచించియున్నాఁడు. అయినను కామ్యభోజనమునందు దక్షిణముఖముగా భుజించునెడ దోషము లేదు. నిత్యమనియు, కామ్యమనియు, భోజనము రెండువిధములు. ఇందు నెయ్యది ప్రాణాగ్నిహోత్రరూపముగాఁ జేయఁబడునో మఱి యెయ్యది పండుటాకులు మొదలగువానితోఁ జేయఁబడునో అది నిత్యము. ఇంకెయ్యది శరీరపుష్టిని గోరి చేయఁబడునో అది కామ్యము. వీనిలో మొదటిది దైవభోజనము, రెండవది మానుషభోజనము. దైవభోజనమునందు తూర్పుదెస కెదురుగా నుండుటయె నియతము.

తలఁచుగ తూర్పుదెస నుండి వచ్చుగాలి సమశీతోష్ణముగా నుండును. తూర్పుదిక్కున కెదురుగా నుండునప్పుడు ఉత్తరదిశనుండి దక్షిణదిశకు ప్రసరించు వైద్యుతశక్తి ప్రక్కనుండి లోనఁ బ్రవేశించుటం జేసి పదార్థము క్రమముగా జీర్ణమగు.

దక్షిణదిశ కెదురుగఁ గూర్చుండునప్పుడైననో ఎదుర తీవ్రశక్తి గలదక్షిణానిలముచేతను, వెనుక భాగమున వైద్యు

తశక్తిచేతను భుజింపఁబడుపదార్థము శీఘ్రముగా జీర్ణమగును. ఈరెండుశక్తులును ప్రక్కలనుండి శరీరములోనఁ బ్రవేశించెనేని వీనికి పాకాశయమున సులభముగాఁ బ్రవేశము లేదు. కావున నెవ్వఁడు భుజించినపదార్థము శీఘ్రముగా జీర్ణదశ నొంది పుష్టికరము కావలయునని కోరునో వానికి దక్షిణాభిముఖ్యమే యుక్తమని కొందఱు వక్కాణించుచున్నారు.

కాని యీమతము శాస్త్రకారుల కంగీకృతముగా నున్నట్లు దోఁపదు. వలన ప్రేతకృత్యములయందును, ఆభిచారికకర్మములయందు మాత్రము దక్షిణాభిముఖ్యము ముఖ్యమని విధింపఁబడినది. కావుననే శ్రు॥ ప్రాచీ ముదీచీం మేధ్యాం ప్రతీచీందక్షిణామమేధ్యాం॥ పూర్వ,ఉత్తరము,పవిత్రములనియు, దక్షిణము, పశ్చిమరనపవిత్రములనియు శ్రుతియే నిర్ణయించియున్నది. కావుననిత్యనైమిత్తికములు, కామ్యములు మొదలగు సకలశుభకర్మములయందును దక్షిణాభిముఖ్యము నిషేధింపఁబడియెను. దక్షిణాభిముఖభోజనము పుష్టికరమన్నియు తోఁచుట లేదు. అట్లగునేని నౌషధమును గ్రహించునప్పుడైన దక్షిణాభిముఖ్యము నిషేధింపఁబడకుండునదే. పౌష్టికకర్మములయందైన నిషేధింపఁబడకుండునదే. అప్పుడును నిషేధింపఁబడియె యున్నదిగదా? ఇఁక దక్షిణాభిముఖభోజనము నందు వారు నిరూపించినవిధమున శీఘ్రముగా జీర్ణము సేయు శక్తి యుండ నగును. ఐనను, అందువలన శరీరమునకు పుష్టి

కలుగునని నమ్ముటకు వీలు లేదు. ఏలన, పదార్థమును శీఘ్రముగా జీర్ణము సేయుక్షారాదులను గ్రహించుటవలన శరీరమున కొంతమాత్రము పుష్టి కలుగకుండుటే యనుభవసిద్ధముగదా ఇట్లు శీఘ్రముగా పదార్థము జీర్ణమగుటంజేసి పదార్థగుణము ఒడలింబట్ట దనునిశ్చయముననే దక్షిణముఖముగా భుజించినపదార్థమును రక్కసులు గ్రహింతురని పూర్వులు వచించినట్లులోకోక్తి చెడెను.

పానీయపాత్రనియమము

పానీయపాత్రను కుడివైపున నిడికొనవలయు. ఏలన, దక్షిణభాగము పరిశుద్ధమగురక్తము కలుగుటంజేసి పవిత్రమైనదని లోగడ దెలుపబడియెగదా? పానీయపాత్రమునకు రాగి, లేక వెండి. బంగారము వీనిచే జేయబడినపాత్రను శ్రేష్ఠము. అందు చల్లనిదియు, ప్రాతఃకాలమున గ్రహింపబడినదియు, వస్త్రముచే వడవేయబడినదియు నగుజలము గుణాతిశయముకలదై ఎక్కువయారోగ్యకరం బగునని భోజనచారుచర్యయందు విస్తరముగా నిరూపింపబడియున్నది. వెండి బంగారు పాత్రములయందు చిలుము ఉండనేరదుగావునను, వీనియందు శుక్రశోధకత్వము కలదుగావునను, నిర్దోషములై గుణవంతములై యుండుటంజేసి వెండిపాత్రము బంగారుపాత్రంబును జలపానమునకు ప్రశస్తములని చెప్పంబడియె.

ఇట్లు రాగిపాత్రము చిలుములేనిదిగాదు. అయిననునిది

పులుపు మొదలైనవి తగిలినప్పుడేగాక, తక్కిన సమయములయందు
చిలుము గ్రక్క నేరదుగావునను, సువర్ణరజతపాత్రము లందఱకునల
భ్యములుగావునను రాగిపాత్రంబు గ్రహింపంబడియె, మృ
త్తునందే దోషంబును లేదు. ఐనను దీని నస్థాలు దాకు
నెడ నిందుదోషము కనఁబడుచుండుటను గృహస్థులకు శుక్రవృ
ద్ధ్యాదు లపేక్షితములుగావునను యతులకుంబలె గృహస్థుల
కు మృత్పాత్ర నియమింపఁబడ దయ్యెను.

మఱియు సత్తు సీసము మొదలగువానిచేఁ జేయంబడు
పాత్రంబులును గలవు. కాన నయ్యవి మదము మొదలగు
దుర్గుణములను గలిగించునవిగాన నుపయుక్తములు గావు. సీస
మునందు మత్తును గలిగించుచిలుము గలదు. కావుననే సురా
పానము చేయువారు మదకరవస్తువులలో సీసమునుగూడఁ జే
ర్చుచున్నారు. ఇట్లు సీసము మద్యముతో సమాన మగుమద
మును గలిగించునుగాన నుపయోగింపదు. తగరంబు నట్టిదే
యగు.

ఇఁక కంచు, ఇత్తడియు కాల్పనికలోహంబులుగాన నవి
దోషావహంబులు గావు. అందును గంటవలె మ్రోగునట్టికం
చే శ్లాఘ్యమైనది. ఇత్తడియందు సీస మధికముగా నున్న
ను తామ్రము దానిదోషము నడంచెనుగాన దీనియందు దోష
ము లేదు. కంచునందు నిత్తడియందును గలతామ్రముయొ
క్క చిలుము తగరముచే నశించెనుగాన వానియందు పాలుమొ

దలగునవి యుంచునెడ చిలుము పట్టుట లేదు. కేవలము తామ్రమునందు పాలు మొదలగునవి యుంచునెడ నప్పుడే చిలుము పట్టును. మఱియు మదకరంబులు నగునుగాన రాగిపాత్రయందుంచినపాలు మద్యముతో సమాన మైనవని మునులు నిషేధించిరి.

ఇనుము జలసంపర్కముచే త్రుప్పుపట్టును. కాన నిది గ్రాహ్యము గాదు. అది కాచునప్పుడు మలము నివర్తించుటకై వెలిగారము చేర్చుటను సహించునో, మఱి [illegible] లవణాదులచే నైర్మల్యము నొందునో, మఱియెద్ది చన్నీరుంచిన వికారము నొందదో ఇంకెద్ది సులభముగ కరుగకుండునో అదియే పానీయపాత్రమున కుపయోగించును. దీనింబట్టి తగరము, సీసము, ఇనుము నివర్తింపగా, రాగి, కంచు, ఇత్తడి, రజితము సువర్ణము వీనికి గ్రాహ్యత్వ మేర్పడియెను. తామ్రపాత్రమునందు చన్నీరుంచిననె గుణము కలుగుగాని వేడినీరుంచిన గుణము లేదు. కావున చన్నీరుగ్రహించుటకే తామ్రపాత్రము పయోగించును. కంచుపాత్రముగాని ఇత్తడిపాత్రముగాని గ్రహించునెడ వానిలోనిజలము వెంటనే పానము చేయవలయు. వెండి, బంగారు వీనిచే జేయంబడినపాత్రములయందు జలము నాలస్యముగా నునిచినకొలది గుణమునే గలిగించును.

భోజనపాత్రనిర్ణయము.

ఇక భోజనపాత్రము నిర్ణయింపఁబడును. సౌవర్ణరౌ

జతపాత్రములయందును, అరటిపూవునందును, కుట్టినయాకులయందును భోజనము చేయుట సంభవించుచున్నది. మదము గలిగింపనియాకులకును, చిలుము పట్టనిలోహములకును ఇందు ఉపయోగముకలదు. పులుపురసము తగులునెడ తామ్రపాత్రము చిలుముపట్టును గాన దీనికి పానీయపాత్రమునందే గాక భోజనపాత్రమునందు వినియోగము లేదు. ఇంక, బంగారు, వెండి, కంచుననువానికే యిందు వినియోగము గలదు. ఇందు లోహస్వభావముబట్టి సువర్ణరజతములకు పరిమాణము లేదు. కంచుపాత్రముమాత్ర మరువదినాలుగుపలములుండవలయునని మహర్షులు స్వానుభవముచే పరిమాణము నిర్ణయించిరి.

ఆకులలోపల వగరురుచిగలవియై మదకరములుగాని, మదక్షయకరములుగాని కాని యాకులకే భోజనపాత్రమున గ్రహణము కలదు. వేయురుచిగలవాని కిందు నిషేధము కలదు. వగరురుచికి జీర్ణకారిత్వము మొదలగుగుణములు కలవు. మఱియు, మూలవ్యాధి, అతిసారము, గ్రహణి మొదలగువానిని వగరురుచి నివర్తింపఁజేయునని వైద్యకమునఁ జెప్పఁబడియున్నది. భుజించువానికి, జీర్ణశక్తి యపేక్షితమైనదిగాన వద్దానికై యీగుణముగలపత్రములు నిర్ణయింపఁబడియెను.

సువర్ణరజతములయందు నట్టిశక్తి గలదు. ధాతుసామ్యము నొనరించుశక్తి సువర్ణమునందు నిరుపమాన మైనది.

కావుననె సన్నిపాతమునందు కనకక్వాథమును వైద్యులు విని యోగించుచున్నారు.

కావుననే భోజుఁడు చారుచర్యయందు శ్లో॥ సౌవర్ణం భోజనస్థానం పథ్యం సౌభాగ్యపుష్టికృత్। బృంహణం విషదోషఘ్నం వాతపిత్తవినాశనం॥ సువర్ణరచిత మగుభోజనపాత్రము హితకరము, సౌభాగ్యమును, పుష్టినిగలిగించునదియు, ధాతువృద్ధికరంబును, విషదోషమును, వాతపిత్తమును హరించునదియు నగునని వచించెను. మఱియు, శ్లో॥ రౌప్యం శుద్ధహిమం స్నిగ్ధం వాతళం కఫపిత్తహృత్। రోచనం లేఖనం హృద్యం కాంతికృత్ శ్రేయసాస్పదం॥ రజతనిర్మిత మగుభోజనపాత్రము త్రిదోషముల హరించునదియు, అరోచకమును పోగొట్టునదియు, కర్షణాశక్తిదానకారియు, కాంతిని గలిగించునదియు శుభకరమైనదియు నని రజతపాత్రభోజనగుణమును వచించెను. శ్లో॥ భోజనం జయతి కాంస్యజపాత్రే రక్తపిత్తపరిసర్పణమాశు। హృద్యమాశు రుచిదం రుచికాంతం భోజనం జయతి నేత్రగదానాం॥ కంచుపాత్రయందు భోజనము రక్తపిత్తమును హరించునదియు, అరోచకమును పోగొట్టునదియు, నేత్రరోగముల హరించునదియు నగునని వచించెను. శ్లో॥ అతిశుచి లఘు భుక్తం పత్రపాత్రే కదళ్యాః కఫపవనహరం స్యాత్ బల్య మారోగ్య కారి। జనయతి తను కాంతిం కామినీసంగమేచ్ఛాం విశద మనలదీప్తిం పిత్తశాం

త్రించ జన్మోః॥

అరిటిచియాకులం దగుభోజనము కఫవాతముల నడంచును మఱియు, బలమును, ఆరోగ్యమును, శరీరకాంతిని, కామోద్రేకమును, అగ్నిదీప్తిని, పైత్యశాంతిని చేయును.

శ్లో॥ పలాశభోజనం శుద్ధం వాతశ్లేష్మహరం లఘు। గుల్మశూలోదరానాహశోషం దీపనపాచనం। పాలాశం పిత్తకృచ్ఛుద్ధం వాతశ్లేష్మహరం పరం। గుల్మదోషప్రశమనం సర్వోదరవినాశనం। పలాశపత్రోదరసేవనేన పలాయనం గుల్మసహోదరాణాం। సశ్లేష్మశూలాని సమారుతాని సర్వోదరం తే పరిహృత్య పిత్తం॥

మోదుగాకులవిస్తరియందు దగుభోజనము వాతమును, శ్లేష్మమును హరించును. గుల్మమును, శూలను, ఉదరరోగమును, శోషమును. దీపనమును. పాచనమును గలిగించును. పైత్యమును చేయును.

శీఘ్రభోజనము.

స్నానమాలస్యముగాఁ జేయుట విహితమైనట్లు భోజనము శీఘ్రముగాఁ జేయవలయునని విహితమైనది. అట్లు గాక, భోజనమాలస్యముగాఁ జేయునెడ బాహ్యవస్తుసంసర్గము వలన భోజ్యమునందు శుష్కత్వ మేర్పడును. అది యెట్లనిన.

అన్నము, శాకాదులును ఉడుకుచునప్పుడు వానినుండి విషతుల్య మగునావిరి వెల్వడి అది యచ్చటిగాలిలోఁ జేరియుం

డును. ఆవిరిసంబంధములైనయాయణువులు అన్నము వేడిగా నుండునంతవరకు నందుఁ జేరనేరవు. మఱియుఁ జల్లపడినయన్నము జీర్ణము కానేరదు. కావుననే వైద్యులు చల్లపడినది శుక్తాన్నముగావున నది కూడదని నిషేధించియున్నారు. అట్టి శుక్తాన్నమును భుజించువారలకు అజీర్తిమూలమున విషూచికాదివ్యాధులు కలుగుచున్నవి. విషూచికాదివ్యాధులు దుష్టాన్నభోజనము చేయువారియిండ్లయందే ప్రవేశించుట దీనికి నిదర్శనము. కావున శీఘ్రభోజనము విహితమైనది. సంఘమునందు భోజనము శీఘ్రముగా కానేరదను కారణముననె నిషేధింపఁబడియె.

భోజనముననిషిద్ధములు

ఇదిగాక, ఒరులనొక్క శ్యాసాహాలు చేయునను, నాహారె ఒరులతో నేకపంక్తియు నిషేధింపఁబడియెను.

గౌతముఁడు శ్లో॥ అప్యేకపంక్త్యా నాశ్నీయాత్ బ్రాహ్మణైస్స్వజనైరపి। కోహి జానాతి కింకస్య ప్రచ్ఛన్నం పాతకం భవేత్। ఏకపంక్త్యుపవిష్టానాం దుష్కృతం యద్దురాత్మనాం। సర్వేషాం తత్సమం తావత్ యావత్పంక్తిర్నభిద్యతే॥

స్వజనులతోనైన నేకపంక్తిగా కలిసిభుజింప గూడదు. ఎవ్వనియందెవ్విధమగుపాప మున్నదియో అదియెట్లు తెలియును? పంక్తి భేదింపకుండునెడ నొకపంక్తిగాఁ గూర్చుండిన వారిలో నుండినపాపాత్ములపాపములందుఁ గూర్చుండినవారి నం

దఱను సమానముగాఁ జెందు నని గౌతముఁడు వచించెను. దీనింబట్టి వేరుపంక్తిగా గూర్చుండ నగునని తెలియుచున్నది.

ఆకారణముననే పైతృకాదులయందు భోక్తలను భిన్నపంక్తిగాఁ గూర్చుండఁబెట్టుచున్నారు. పంక్తిభేదముతో గూర్చుండఁబెట్టుటకు వీలుకానియప్పుడు.

శ్లో॥ అగ్నినా భస్మనాచైవ స్తంభేన సలిలేనవా। ద్వారేణ చైవ మార్గేణ పంక్తిభేదో బుధైః స్మృతః॥ అని గౌతముండును,

శ్లో॥ ఉదకంచ తృణం భస్మ ద్వారం పంథా స్తథైవచ। ఏభి రంతరితం కృత్వా పంక్తిదోషో నవిద్యతే॥ ఉదకము తృణము, భస్మము, ద్వారము, దారి ఇయ్యవి నడుమనుండునెడ నేకపంక్తిదోషము లేదని యముఁడును వచించిరి.

వీనిలో అగ్నికి, భస్మమునకును సర్వశోధకత్వము లోగడ చెప్పఁబడియె. తృణజాతికి దుష్టమలముల నాకర్షించుశక్తి కలదుగాన నది నడుమనుండునెడ పంక్తిదోషము లేదని చెప్పఁబడియెను. ఆకారణముననె మేకలు మొదలగువాని నడుమ నుండి పోవలసివచ్చినప్పుడును తృణమును గ్రహించిపోనగు నని విధింపఁబడియెను. సలిలమునకును శోధకత్వము ప్రసిద్ధమే.

మఱియు, నాగ్న్యగారే నచాకాశే నచ దేవాలయాదిషు॥ అనియు నిషేధము కలదు. ఇందు దేవాలయము, అగ్నిగృహంబును పవిత్రములైనవిగావున నచట నుచ్ఛిష్టాదిసంసర్గము కలుగు ననునాశయముతో భోజనము నిషేధింపఁబడియెను. ఆ

కాశమున పక్షులు మున్నగునవి సంచరించు చుండునుగాన నిరావరణప్రదేశమున భోజనము నిషేధింపఁబడియెను.

స్త్రీలతోఁగూడ నేకకాలమున భోజనము నిందింపఁబడుటచేఁ గూడదు. అది యెట్లనిన,

శ్లో॥న భార్యాదర్శనే శ్నీయాత్॥శ్లో॥నబ్రహ్మకీర్తయన్నాపి ననిశ్శేషం నభార్యయా॥ భార్య చూచుచుండగను, వేదము చదువుచును నిశ్శేషముగను, భార్యతోఁగూడను భుజింపఁగూడదు. అని నిషేధింపఁబడియెను.

నిశ్శేషముగా భుజింపఁగూడదనుటచే భార్యార్థమై మిగిలింపవలయునని యేర్పడుచున్నది. కాఁబట్టనే వృద్ధమనువు. శ్లో॥ భార్యాభృత్యదాసేభ్య ఉచ్ఛిష్టం శేషయే ద్ద్విజః॥ భార్య, దాసులు మొదలగువారికై ఉచ్ఛిష్టము శేషింపవలయునని వచించెను. దీనింబట్టి భర్తయుచ్ఛిష్టము భార్య భుజింపవలయునని తెలియుచున్నది. ఈకారణముననే భార్యతోఁగూడ నేకకాలమునందు భోజనము కూడదు. అయినను మార్గాదులయందొకానొకప్పుడు ఏకకాలమున భోజనమనుమతింపఁబడినది.

శ్లో॥ బ్రాహ్మణ్యా భార్యయా సార్థం క్వచి ద్భుంజీత వాధ్వని। అథోవర్ణస్త్రీయా సార్థం భుక్త్వా పతతి తత్క్షణాత్॥

సమానకులోత్పన్న యగుభార్యతోఁగూడ మార్గమధ్య

మున నొకప్పుడు భుజింపవచ్చుననియు, హీనకులజయగు భార్యతో గలిసి భుజించునెడ తత్క్షణమే పతితుఁడగుననియు భావము. దీని ననుసరించియే,

శ్లో॥ బ్రాహ్మణ్యా సహ యోశ్నీయా దుచ్ఛిష్టంవా కదాచన
నతస్య దోష మిచ్ఛంతి నిత్యమేవ మనీషిణః॥

సమానకులోత్పన్నయగు భార్యతోఁగూడ నొకప్పుడు కలిసి భుజించినను దోషము లేదను వచనమునందును ఒకప్పుడనుటచే బాధకము లేదని మాధవాచార్యులవారు వచించియున్నారు.

పాశ్చాత్యులైననో భార్యతో గలిసి భుజించుటయే న్యాయ్యమని గ్రహింతురు.

కాని యిచట నిది తెలిసికొనవలయు. తఱుచుగ గృహస్థుఁడు భార్య కెదురుగా నుండునెడ కామవశత నొందుట కలదు. మనుష్యునిశక్తి స్త్రీని గాంచినంతమాత్రమున స్త్రీయందుఁ బ్రవేశించును. ఈకారణమున స్త్రీలసాన్నిధ్యమున భుజింపఁగూడదని నిషేధింపఁబడియెను.

మఱియు, దంపతులలో నొకరు నోరుదెరుచుట నింకొకరు గాంచునెడ నిరువురకు పీడాకరమే యని వైద్యమున నెక్కువ యనుభవము గలవారు వచించుచున్నారు. ఈకారణముననే, శ్లో॥ నభార్యాదర్శనే శ్నీయాత్॥ భార్య చూచుచుండఁగ భుజింపఁగూడదని పురుషునకును, శ్లో॥ నాంజంతీమపి నాశ్నంతీం భా

ర్యా మీక్షేత కర్హిచిత్॥ భార్య అభ్యంజనము చేసికొనుచుండగను, భుజించుచుండగను, చూడగూడదని స్త్రీకిని నిషేధము కనఁబడుచున్నది.

మఱియు, దంపతులేకాంతమున గూర్చుండి సరససల్లాపము లాడుకొనుచు నొక్కపాత్రమునందు నొకరొకరి నోళ్లు తగిలినపదార్థమును నిర్వురు భుజించునెడ తత్కాలముననె యనేకరోగము లాశించును. మనుజునినఖాగ్రమునం దనేకదోషములు కలవని యందఱెఱింగినదేకదా?

ఇతరదృష్టినిషేధము.

ఇదిగాక, ఇతరులు చూచుచుండగ భుజింపఁగూడదు. ఏలన, దృష్టిదోషము పెద్దది. అది ప్రసంగవశమున నిచట కొంచెము నిరూపింపఁబడును.

లోకమున కంటిదోషము సాంక్రామికరోగములయందు జేరునుగాన నాదోష మొకమనుజునివల్లనుండి వేరొకమనుజుని జెందునని పండితు లంగీకరించియున్నారు. దృష్టిదోషము సర్వపదార్థములను చెందునదియైనను వేడియన్నమును శీఘ్రముగాఁ జెందును. వలన నేత్రదోషము నాకర్షించుటయందు వేడియన్నమున కధికశక్తి కలదు.

కావుననే, చికిత్సకు లనేకములగు నేత్రరోగములయందు సుఖోష్ణ మగునన్నమును గ్రహించి యందు కొంచెము నవనీత ముంచి యద్దానిని కంటికి పలుమారు రద్దుకొనుచుం

డునెడ నేత్రరోగములు పోవునని చెప్పుచున్నారు. ఆమాట సఫలమే యగుచున్నది. దీనింబట్టి అన్నము నేత్రదోషముల నాకర్షించునది యని స్పష్టపడుచున్నది. కాంబట్టి, భుజింపం బడువేడియన్నమును దుష్టులు, రోగగ్రస్తులు, పాపులు మొదలగువారు చూచునెడ నాయన్నమునకు దోషములు నిశ్చయముగా సంక్రమించునని స్పష్టమగుచున్నది. కావున భుజించువారు, వడ్డించువారును దప్ప యితరులు చూడరాదు, ఆకారణముననె.

శ్లో॥ ఉదక్యామపి చండాలం శ్వానం కుక్కుటమేవచ
భుంజానో యదిపశ్యేత్తు తదన్నంతు పరిత్యజేత్॥
శ్లో॥ కేశకీటావపన్నంచ ముఖమారుత వీజితం।
అన్నం తద్రాక్షసం విద్యాత్తస్మాత్తత్పరివర్జయేత్॥

చండాలుని, కుక్కను, కోడిని, చూచుచు భుజింపం గూడదు. వెండ్రుకలు పురుగులు, చేరినదియు నోటిచే నూదంబడినదియు, నగునన్నము రాక్షసముగాన నద్దానిని విడువవలయునని చెప్పంబడియున్నది.

కేశకీటసంస్పృష్టినిషేధము.

కేశకీటసంస్పృష్టమునెడ విశేషము కలదు. ఏమనిన,
సూ॥ తం దేశం పిండముద్ధృత్య భస్మనాద్భిః ప్రోక్షయతీతి॥ అన్నమునందు కేశకీటాదులు చేరియుండునెడ నచటియన్నమును తీసివైచి కడమయన్నముపై భస్మోదకముల ప్రోక్షించి గ్రహింపనగు

నని ప్రాయశ్చిత్తము విధింపఁబడియున్నది. ఈప్రాయశ్చిత్తముపక్వ మైనయన్నమునకు కేశకీటాదిసంసర్గము కలిగినప్పుడే వినియోగించుగాని యన్నము కేశకీటాదులతోఁ జేరియుడికినయెడ నుపయోగింపదు. ఏలన, కీటాదులతో నుడికినదానియందు విషాదిదోషములు సంభవించుగాన నట్టిపదార్థములను విడుచుటయే ఉచితము. భస్మమునందు మలహారత్వము, మహావీర్యత్వము, క్షారరూపత్వము, విషహారత్వము మొదలగుగుణములు గలవుగాన దానిచే కేశకీటాది సంసర్గదోషము నశించుట వింత కాదు.

కావునన్నే, భోజ్యపదార్థమునందు పరిషేచనమునకు ముందు నియతముగా భస్మమును చల్లవలయునని యాశ్వలాయనకల్పసూత్రమునందు విధింపఁబడియున్నది.

విపరీతశబ్దశ్రవణనిషేధము.

భోజనకాలమునందు కొన్నివిధములగు శబ్దములను వినఁగూడదని మహర్షులు నిషేధించియున్నారు. ఎట్లనిన,

శ్లో॥ చండాలపతితోదక్యావాక్యం శ్రుత్వా ద్విజోత్తమః।
భుంజీత గ్రాసమాత్రంతు దిన మేక మభోజనం॥

శ్లో॥ కాహళశ్రామణగ్రామ్ణో శ్శక్ర స్యోలూకఖలస్యచ
ఏతేషాం నినదం యావ త్తావత్కాల మభోజనం॥

చండాలుఁడు, పతితుఁడు, బహిష్ఠ వీరివాక్యము విని బ్రాహ్మణుఁ డొకగ్రాసమాత్రమును భుజించునెడ నాదిన మంత

యు నుపవసింపవలయు. భేరి, కాకి, శిల, ఉరుము వీనిశబ్దము వినఁబడుచుండు నంతదనుక భుజింపఁగూడదు. అని మొదలుగా వచనములు కనఁబడుచున్నవి.

శబ్దతత్త్వము.

ఇందగురహస్య మేమనిన, భేరి, కాకి, మనుష్యుఁడు, మేఘము, శిల మొదలగుస్థానములనుండి వెల్వడినశబ్దములు వానివానిస్థానముల యవయవములతోఁగూడియు గాలివలన నంతట వ్యాపించుచుండును. గుణిని విడిచి గుణము ఉండనేరదుగాన శబ్దము పారినంతవరకు నధికరణాంశములు వ్యాపించుచున్నవని యంగీకరింపవలయు. ఆయవయవము లతిసూక్ష్మములుగాన దృష్టికి గోచరింపవు.

ఇట్లే గంధము వ్యాపించినదేశమంతటను గంధద్రవ్యము యొక్క సూక్ష్మావయవములు వ్యాపించియున్నవని సూక్ష్మమతు లంగీకరించుచునేయున్నారు. కావుననే, భర్తృహరి॥

శ్లో॥ సర్వతః పరిచీయన్తే శబ్దాఖ్యాః పరమాణవః॥

శబ్ద మనుపేరుగలపరమాణువు లంతట వ్యాపించుచుండునని వచించెను.

శబ్దములకు ద్రవ్యరూపత్వము, అణుత్వము, విభుత్వము మొదలగువ్యవస్థలు వ్యాకరణమునందును, మీమాంసయందును నిరూపింపఁబడియున్నవి.

అందగునిష్కృష్టార్థ మిది. శబ్దములు ద్రవ్యరూప

ములే. వానికి ధ్వనులు గుణములు. అవియు, ప్రతిస్థానమం దును స్థానగుణముచే భిన్నములై యుండును. ఇయ్యవి పరాశ్రితములై పంచభూతములయందున్నవియై సర్వమునకు కారణభూతము లగుచున్నవి.

దండఘట్టనము, తాల్వాద్యాఘాతము, సంఘర్షము మొదలగువానిచే నవి యభివ్యక్తిని పొందుచుండును.

ఈశబ్దములు కారణబలమునుబట్టి వెల్వడుచు పరిమిత దేశమును సంక్రమించుచున్నవిపోలె ధ్వనింబట్టి తెలియుచున్నవి. చలనధర్మము, స్పర్శగుణము గలిగి యంతట పూర్ణమైన వాయువు ఎల్లపుడు తెలియఁబడక, విసనకర్ర మొదలగువాని కదలికచే గలిగి అభివ్యంజకపదార్థముయొక్క వేగమున కనుగుణముగా కొంతదేశమునే వ్యాపించుగాని, దూరదేశమునకు పోనేరదు. అట్లే శబ్దంబునని యెఱుఁగవలయు.

ఇంక, భేర్యాదిశబ్దములలో చర్మాద్యంశము లుండును. గాన వానిధ్వని కఠినమై చెవులకు బాధక మగుచున్నది.

అట్లు, తాత్కారము, అశనిపాతము లోనగుశబ్దములు కర్ణేంద్రియమును లోపింపఁజేయుచున్నవి.

మఱియు, పరేతపటహము మొదలగువానిధ్వనులు వినఁబడఁగనే హేతువును తలపింపఁజేసి హృదయకంపము గలిగించు ననుటయు తెల్లమె.

ఈకారణముననే శుభకర్మములయందు మంగళవాద్య

ఘోషముచే తుమ్ము మొదలగు ప్రతికూలశబ్దముల శ్రవణము వారింపఁబడుచున్నది.

శబ్దములయం దధికరణాంశములు చేరియుండుటనే యవిపర స్పరభేదము గలిగియున్నవి. కావుననె యిప్పటిశోధకులు ఇదికంచుమ్రోతయనియు, నిదియిత్తడిమ్రోతయనియు శబ్దము నుబట్టియె లోహమును గనిపట్టుచున్నారు. ఇది భేరీశబ్ద మనియు, నిది దేవదత్తునిశబ్ద మనియు ననుభవమునుబట్టి యెల్లరు ను గ్రహించుచున్నారు. వీనియందు ధర్మభేదము లేనిచో శబ్ద భేదము గ్రహింపఁబడదు.

కావున ప్రతిశబ్దంబునందును ధర్మభేదము గలదనియు దీనికి ద్రవ్యభేదమే మూల మనియు, దానింబట్టి ద్రవ్యగతము లగుగుణదోషములు శబ్దములయందు నుండుననియు స్పష్టమగు చున్నది.

మఱియు, మాంసము దిను మృగములు, కాకులు మొ దలగువానిశబ్దము ఉద్వేజకమగుచున్నది. చిలుకగోరువంకలుదిను కోయిలలు మొదలగువానిశబ్దము వీనుల కింపగుచున్నది.

ఇట్లు, స్థానగుణములు శబ్దములయందుఁ జేరియుండుట నిశ్చితముగాన చండాలాద్యధికరణగుణములు వారివారిశబ్దముల యందుఁ జేరియుండునని స్పష్ట మగుచున్నది. ఈకారణమున నే భోజనకాలమునం దాయాశబ్దములు వినుట యనిష్టమని యెంచి మునులు నిషేధించిరి. దుర్గంధము దుఃఖహేతువైన

ట్లును, సుగంధము సుఖహేతువైనట్లును సుశబ్దదుశ్శబ్దంబులును సుఖదుఃఖజనకము లగును.

కావున, స్పష్టముగా నావిర్భవించినదోషములుగల బహిష్ఠాదులశబ్దములను వినునెడ నవి తనశరీరమునం జేరును. ఇట్టిమలినాంశములు జేరునెడ శరీరము మలిన మగుటకు సంశయ మేమి కలదు? అపుడు శరీరము నిర్వ్యాపారముగా నుండలేదు. భక్షణాసక్తమై యున్నది. కావున నప్పుడామలినాంశములు నాహారమునం బ్రవేశించును. కావున నట్టిదుశ్శబ్దశ్రవణ మప్పుడు నిషేధింపఁబడియె.

మఱియు, కాహళశబ్దములచే ప్రేతపటహాదులు గ్రహింపవలయు. ఇందు. ఇంకొకరహస్యము కలదు. భుజింపఁబడునన్నము ఏభావముతో భుజింపఁబడుచున్నదో ఆభావముతోనే పరిణమించి ఆభావమునకే పుష్టిని గలిగించును. ఎట్లనిన,

ఒకఁడు కోపించి పరులను దూషించుచు భుజించెనేని వాఁడు భుజించినయన్నము మిగుల క్రోధమునే గలిగించుచున్నది ఇఁక నొకఁడు కామినిం గాంచుచు దానిని తలంచుచు భుజించెనేని వానికి కామమునే వృద్ధి నొందించుచున్నది. కావున నాయాపదార్థముల స్మృతికి హేతువు లగుశబ్దములు వినుటయు నిషేధింపఁ బడియెను. అట్టివారలతో సంభాషణాదులును పరిసక్తించునని భోజనకాలమునందు వ్యర్థాలాపంబును నిషేధింపఁబడియెను.

విశేషించి ప్రాణాగ్నిహోత్రమునందు శ్లో॥ అనిందన్ భక్షయే న్నిత్యం వాగ్యతోన్న మకుత్సయన్। పంచగ్రాసాన్ మహామౌనం ప్రాణాద్యాప్యాయనంహితత్॥ అన్నమును నిందింపక మహామౌనముతో నైదుకబళములను గ్రహింపవలయు. అది పంచప్రాణములకు తృప్తికర మగు. అనుచోట నిందింపక అను పదముచేత భోజనసమయమున మనస్సున కెక్కువసంతోష మావశ్యకమని సూచింపబడియెను. ఆకారణముననే పుత్రాదులతోఁగూడి భుజింపవలయునని చెప్పఁబడియె.

స్నానముచేసి కృతకృత్యుండై చందనానులిప్తుండై నిర్మలాంతఃకరణముతో విపరీతధ్వనులు లేనిప్రదేశమునందు సానందముగా భుజింపవలయు. ఎచ్చట నిచెప్పఁబడినయంశములకు లోపము గలదో అచ్చట భుజింపఁగూడదు. అట్లు స్మశానమునందు దారియందును భోజనము నిషేధింపఁబడియెను. స్మశానాదులయందు మనస్సు ఉద్వేగము గలదై యుండును. అట్టులే దేవాలయము శూన్యాగారము మార్గము మొదలగువానియందును గృహస్థునకు స్థిరాసనము సంభవింపదు.

భోజ్యరసక్రమ నియమము.

భోజనమునందు రసములకు క్రమంబును చెప్పఁబడియున్నది. ఎటులన, శ్లో॥ భుంజీయా త్తన్మనా భూత్వా పూర్వంతు మధురం రసం। లవణామ్లౌ తథా మధ్యే కటుతిక్తాదికాం స్తతః॥

శ్లో॥ ప్రాగ్ద్రవం పురుషోశ్నీయా న్మధ్యేతు కఠినాశనం॥

అంతే పునర్ద్రవాశీతు బలారోగ్య నముంచతి॥

మొదట మధురరసమును, నడుమ లవణామ్లరసములను, కొనకు కారము చేదు వగరు రసములను గ్రహింపవలయు. మొదట ద్రవాహారమును, నడుమ కఠినాహారమును, కొనకు తిరుగ ద్రవాహారమును గ్రహించువాఁడు బలవంతుఁడు నారోగ్యవంతుఁడు నగును. అనుటచే భోజనమున బలారోగ్యములు ప్రధానములని యేర్పడుచున్నది. అందు గనఁబరుపఁబడిన రసక్రమము బలారోగ్యములను వృద్ధి బొందించునదియే యగు

ఇందు షడ్రసములు పురుషున కావశ్యకములు. వానిలో మధురము ముఖ్యమైనను ఇతరరసములవలె శరీరమున కుపకారకమైనది కాదు. ఐనను మధురము సాత్వికాహారము, కావునను, మొదట గ్రహింపఁబడినరసమే ఎక్కువగుణమును గలిగించునదిగానను నదిముందు విధింపఁబడియెను. మధురము సాత్వికాహారము, కట్వాదులు రాజసాహారములు, పూత్యాదులు తామసాహారములనియు భగవద్గీతలయందుఁ జెప్పఁబడియున్నది. శ్లో॥ ఆయుః సత్త్వబలారోగ్యసుఖప్రీతివివర్ధనాః। రస్యాస్స్నిగ్ధా స్థిరా హృద్యా ఆహారా స్సాత్త్వికప్రియాః॥ కట్వామ్లలవణాత్యుష్ణతీక్ష్ణరూక్షవిదాహినః। ఆహారా రాజసస్యేష్టా దుఃఖశోకామయప్రదాః॥

యాతయామం గతరసం పూతిపర్యుషితంచ తత్। ఉచ్ఛిష్టమపిచామేధ్యం భోజనం తామసప్రియం॥

ఆయువు సత్త్వము, బలము, ఆరోగ్యము, సుఖము, సం

తోషము వీనినివృద్ధి బొందించునవియు రుచిగలవియు. చమురుగలవియు, మనోజ్ఞములునగు నాహారములు సాత్వికుల కిష్టము లగు. కారము, పులుపు, ఉప్పు, ఎక్కువ వేడి, చమురు లేకుండునవి. విదాహకరములునై దుఃఖమును, రోగమును గలిగించునాహారములు రాజసుల కిష్టములగు. చల్లారినవి, రుచితప్పినవి, దుర్గంధముగలవియు, పాచివి, ఉచ్ఛిష్టములు, అపవిత్రములు నగుపదార్థములు తామసుల కిష్టము లగును.

ఇందు మొదట సాత్వికుల కిష్టము లగు నాహారములలో మధురము చేర్పఁబడినది. సాత్వికాహారమునకు ఆయువు, సత్వము, బలము, ఆరోగ్యము ఫలమని చెప్పఁబడియెను. సత్వమనగా, తపోనిష్ఠ కుపయోగించునాత్యంతికశమము దమము నగు. అయ్యది ఇట్టి నియతాహారముచే కలుగును. కావున, కేవలమనురరసమునందు కేవలము సాత్వికుఁడగుపరమహంస తుల్యునకు ప్రవృత్తి సఫల మగును. గృహస్థునకు గుణత్రయ కార్యము లుండుకావున వీని కందు ప్రవృత్తి సఫలము కానేరదు. కాఁబట్టి త్రిగుణములను వృద్ధి నొందించునాహారమే గృహస్థున కర్హమగునని యెంచి అన్నిరసములు సముచ్చయము గా విధింపఁబడియెను. ఇందు సత్వ మధికముగా కోరఁదగినది కావున సత్వవృద్ధికర మగుమధురాహారము ముందు భుజింపఁదగినదిగా నిర్దేశింపఁబడియెను. అందు తెలుచుగా సత్వనిష్ఠులు మధురమునం దాసక్తిగలవారును, రాజసులు కట్వాహారము

నందు ప్రేమగలవారును, తామసులు పర్యుషితాన్నములయందు ఇష్టముగలవారు నగుచున్నారు.

మఱియు, మధురరసము లేనిభోజనము దోష బాహుళ్యము గలిగించుననియు, దానినిమాత్ర ముపయోగించు నెడ గృహస్థున కుపయుక్తమగువీర్యము కలుగనేరదనియు నన్నిరసముల విధించిరి.

భక్ష్యాభక్ష్యనియమము.

ఇఁక భక్ష్యాభక్ష్యనియమము కొద్దిగ నిరూపింపఁబడును. మాంస మభక్ష్య మని నిరూపింపఁబడియె. మఱియు లశునాద్యోషధులును సామాన్యముగా మదమునుగలిగించువస్తులన్నియు ద్విజులకుఁగూడవు. బలారోగ్యములకు బాధకము కానిదియు బుద్ధికి నభివర్ధక మైనదియు నగునాహారము గ్రాహ్యము. కళంజము (గంజాయి)కంటె నితరము లగునాకులు గ్రాహ్యములు, కందజాతిలో లశునాదులు విడువఁదగినవి. ధాన్యజాతియంతయు సామాన్యముగా గ్రాహ్యమగు. ఇందు సత్త్వశుద్ధి, బలము, ఆరోగ్యము ఇవి కలుగుటకై ఆహారమునకు నియమము లనేకములుకలవు. దీనికి ఫలంబు నధికంబుగనే కలదు. నిషేధింపఁబడినకొన్ని పదార్థములయందు మదకరత్వము కనఁబడుట లేదు. అయినను వానికి బలారోగ్యనాశకత్వము వైద్యకమునందుఁజెప్పంబడియే యున్నది. మదకారిత్వము శాకాదులయందు ప్రత్యక్షముగా లేకున్నను, ఇంకొకప

దార్థములో జేరునపుడు మదాధిక్యమును గలిగించుశక్తి స్పష్టముగా గలుగుచున్నది. అట్లు సూక్ష్మజ్ఞులు గావున పదార్థముయొక్క పరిపాకమును బట్టి గలుగుగుణవిశేషము నెఱింగినమహర్షులు కొన్నిపదార్థముల నిరాకరించిరి. శ్లో॥ బలారోగ్యే యథాస్యాతా మవిరుద్ధేతు సంవిదా॥ అనున్యాయమున బుద్ధికి బాధకములు కానివై బలారోగ్యములను గలిగించు పదార్థములను విధించుటయందే మునులతాత్పర్యము.

అందు గొన్నిపదార్థములను విడుచుట దేశాచారమును బట్టియు కలుగుచున్నది. కావుననే మహర్షులు సూ॥ దేశాకృతికాలభావదుష్టాంశ్చ పదార్థాన్ వర్జయేత్॥ అని వచించిరి. ఇందుస్మశానాదిస్థలములయందు బుట్టినవి దేశదుష్టములు. పొట్లకాయ మొదలగునవి పాములు మొదలగువానివలె నుండుటనుగావున ఆకృతిదుష్టములు. గ్రహణాదులయందు పదార్థములు కాలదుష్టములు. భావదుష్టములు ప్రతిపురుషునకు వేరువేరగుచున్నవి. ఇట్లు విధించుమహర్షులయభిప్రాయ మేమనిన, భోజనమునందు ఎంతమాత్రము నసహ్యాభావ ముండగూడ దని తెలియుచున్నది. ఇందునకే దేశనియమము, కాలనియమము భోజ్యనియమము, సహభోజననియమము, పంక్తిభేదనియమము, పాత్రనియమము, పరివేషనియమము, పాకనియమము, పక్త్రనియమము, పానీయనియమము, నానారసక్రమనియమము, ద్రవకఠినాద్యశననియమము, స్నానాదినియమము, దృశ్యాదృశ్య

జనాంతరనియమము, కబళపరిమాణనియమము, కబళసంఖ్యానియమము, వర్జ్యనియమము, వార్తానియమము, శౌకనియమము, సత్యాదినియమము, వర్ణనియమము, ఆశ్రమనియమము, ఆచారనియమము మొదలుగా లెక్కలేని నియమములు విధింపఁబడియెను. ఈనియమములకు కొన్నిటికి ఫల మిందుసంగ్రహముగా నిరూపింపబడియె గాన తక్కునియమములకును ఫల మిట్లే యూహించుకొనుసది.

ఉత్తరాపోశనము.

ఇట్లు తాను తృప్తిగా భుజించినవాఁడై శేషమును కొంచెముగా గ్రహించి జలమును జేర్చి ఆచమనము చేయవలయు. పూర్వము ప్రాణాగ్ని హోత్రవిద్యయొక్క స్వరూపమును జెప్పునపుడు ఐదగ్నులయందు హవిస్సువలె హోమము చేయవలయునని నిరూపింపఁబడియె. దానికి ముందు హోమము చేయఁబడుహవిస్సునకు ఉపస్తరణము, ప్రోక్షణము అభిఘారణమును నివర్తింపఁబడియె. ఇప్పుడాక్రమమగున శేషమునుచ్ఛిష్టము గోరువారలకొఱకు విడువవలయు. ఈసందర్భమున దేవలుఁడు శ్లో॥ ఉచ్ఛిష్టభాగధేయేభ్య స్సోదకం నిర్వపే ద్భువి॥ అనివచించెను. దీనియభిప్రాయ మేమనగా, రౌరవ మన నరకమునందు చిరకాలమునుండి యున్నప్రాణులతృప్తికొఱకనుదకముతోఁగూడ నుచ్ఛిష్టము విడువవలయునని తెలియుచున్నది.

ఇది యొక రహస్యమేమనిన, కర్మపరిపాకవశమున నరకమును పొంది యున్నవారిలో కర్మశేషముచేత క్రిములు మొదలగు భౌమనరకజన్మముల నొంది యున్నవారికిని గృహస్థుఁడు సంపాదించు నన్నముచే పోషణీయత్వము పూర్వము వైశ్వదేవ ప్రకరణమునఁ జెప్పఁబడియెను. అందుఁ గుక్కకు, కాకికిని, బలిప్రదానము చెప్పుటచే పశువులకుఁ బక్షులకును పోషణీయత్వము ఏర్పడినది. ఐనను క్రిమ్యాదులకు మిగిలియున్నది. కావున వీనికే తర్పణము విధింపఁబడియెను. దీనింబట్టి సదాచారనిరతుఁ డగువాని భోజనము కేవలము తనకడుపు నిండించికొనుటకే కాదు. ఇక పశువులు, పక్షులు, క్రిములు నితరులగు నతిథ్యాదుల తృప్తికొఱకై యుపయోగించునని తెలియుచున్నది. ఈయభ్యాసముచే ప్రాణులయందు దయ అవశ్యముగాఁ బొడమును. పరోపకారమునందు నియమము కలుగును. పరమేశ్వరునందు భక్తియు వృద్ధిఁబొందును. సర్వభూతదయ, పరోపకారప్రవణత్వము, పరమేశ్వరభక్తి, అనునవి యేకదా మనుజులు కోరఁదగినవి.

ఇందు ఇంకొకయతిరహస్యంబును గలదు. కాకులు కుక్కలు మొదలగునవి మనుజులయిండ్లయందు పరిచయముకలవియై యున్నవి. వానికి స్వభావముచేతనే అనాతురత్వము కలదు. పిపీలికాదులు నట్టివే యగు. వీనిజన్మము కర్మశేషమువలన పరతంత్రమై క్షుధాభాగురంబు నైయున్నది ఇట్టి జంతువుల

కు పరిశుద్ధ మగుసాత్వికాహారము నొసఁగునెడ బ్రహ్మవిద్యాని ష్ఠు లగుసచ్ఛ్రోత్రియులకరతల సంపర్కంబున పవిత్రంబైన సదాహారము నాస్వాదించినపుణ్యంబువలన కుక్కలు, కాకులు, క్రిములును పరిశుద్ధి నొంది యనంతర ముత్తమ మగుమానవ జన్మమునే పొందఁగలవు. జన్మాంతరప్రాప్తికి చరమవాసనయే హేతు వగుఁగదా?

లోకమున, ప్రాణు లాహారమున కెప్పుడును దిరుగుచున్నది యెచ్చట సులభముగా దొరకునో యచ్చట సిద్ధ మగుచుండును. ఎల్లప్పుడు నాచోటికి కాలము దప్పకుండ వచ్చుచుండుననుట యనుభవసిద్ధము. ఇట్లు పశుపక్ష్యాదులును ఎల్లపుడు నాహారప్రదుని ధ్యానించుచు కొనకు నట్టివాసనచే నుత్తమజన్మమునే పొందుచుండును. వానివృత్తి కృతజ్ఞతారూప మైనది గావునమానవులయందుఁ బుట్టియు కృతజ్ఞత గలిగి ఉత్తమగుణయుక్తములే యగుచుండును. ఇట్లు ఆర్యులు పశువులను పక్షులను క్రిములను అతిసులభముగా తరింపజేయుచున్నారు. మహాత్ముల కీర్తిలోకోపకారప్రవణత్వము న్యాయ్యమే.

ఈవిధమున ప్రాణాగ్నిహోత్రవిధిని సమాప్తి నొందించి తత్కాలమునందు లేచి ముఖమును హస్తములను పాదములను జలముచే గడిగికొనవలయు. ప్రాణప్రాణాదులశుద్ధికై శుద్ధాచమనము నాచరింపవలయు.

అనంతరము ప్రాణప్రేరకుఁ డగుపరమేశ్వరుని స్మరించుచు కన్నులు మొదలగువాని స్పృశింపవలయును. నేత్రములను స్పృశించుటవలన మహాఫలము గలదు. ఎట్లనిన, భోజనకాలమునందు షడ్రససంసర్గము కలిగియున్న చేతిని జలముచే గడిగినను రసశేష మాచేతివ్రేళ్లను విడువకయే యుండును. అట్టివ్రేళ్ళతో కనుగ్రుడ్డును తాకుటవలన నేత్రరోగములు చాలవరకు శమించుచున్నవి. మఱియు నిట్టియభ్యాసమును ప్రతిదినము విడువక యాచరించువారికి తఱచుగ నెల్లరకు నలుబదియేండ్లకు తటస్థించుచున్న చత్వార మనుదృష్టిదోషము వచ్చుటయే లేదు. ఇది యనుభవసిద్ధమై యున్నది. దీనింబట్టి తక్కినయవయవముల స్పర్శమునకును ఫల మూహించుకొనవలయు. తరువాత కొంచెము నడువవలయు. ఇదియు సఫలమని శ్లో॥ భుక్త్వాశతపదంగచ్ఛేత్ ॥ అనుటచే ఆరోగ్యశాస్త్రవిదులు నంగీకరించుచునే యున్నారు.

ఇట్లు తిరుగుచు, ఇష్టదేవతను ధ్యానించుచును ప్రశాన్తచిత్తుఁడై భుజించినయన్నముచే తనచిత్తము సత్యమార్గమునందే ప్రవర్తించునట్లును, గర్వించి యథేచ్ఛముగాఁ దిరుగకుండునట్లును పరమేశ్వరుఁ బ్రార్థింపవలయు. ఈసందర్భమున విష్ణుపురాణమునందు

శ్లో॥ సత్యేన తేన యద్భుకం జీర్య త్వన్న మిదం తథా।
ఇత్యుచ్చార్య స్వహస్తేన పరిమృజ్యా త్తథోదరం॥

సత్యమార్గమున భుజింపఁబడినయన్నము ఆవిధముననే జీర్ణమగుగాక. (సత్యమార్గమునే వృద్ధినొందించుగాక యని భావము.) అని పలికి తనచేతితో కడుపు తుడువవలయు నని యున్నది.

దీనింబట్టి ఆర్యులభోజనము ఈశ్వరారాధనరూప మైన దియు, ప్రాణిసామాన్యమును తరింపజేయునదియు, ప్రాణినర్గము ను పోషించునదియు నగు. ఇట్లు భోజనవిధ కనాంతరము గృ హస్థునకు మాత్రము తాంబూలచర్వణము విధింపఁబడియెను. మార్కండేయుఁడు శ్లో॥ భుక్త్వాపోశనమాచమ్య కర్తవ్యం తత స్తాంబూలభక్షణం॥ అనివిధించెను.

తమలపాకు, పోకఫలము, సున్నము ఈమూడు చేరిన దానికి తాంబూలమని పేరు, ఇది దన్నియు వగరు కారము. అనురసములు ప్రధానముగా గలవి. ఈరసములకు, సుఖోప కారత్వంబును ఇంకను నాఁడు జేరుజాతీఫలాదులకు శుక్లవృద్ధి కరత్వంబు నుండుటచే తాంబూలమునకు గృహస్థుఁడే అధికా రియని నిరూపింపఁబడియెను, దీనికిని నియమములు కలవు.

శ్లో॥ సుపూగంచ సుపర్ణంచ సుచూర్ణేన సమంయుతం।
అదత్వా ద్విజదేవేభ్య స్తాంబూలం వర్జయే ద్బుధః॥

మంచిపోకలు మంచియాకులు మంచిసున్నము చేర్చి యీతాంబూలమును మొదట దేవతలకు బ్రాహ్మణులకు స ర్పించి గ్రహింపవలయునని యర్థము. ఈశ్వరున కర్పింపనిది

యు బ్రాహ్మణుల కొసగినదియు నేదియైన గ్రహింపఁ జనదు. ఆర్యులు పరోపకారము పరబ్రహ్మవిద్యయు ప్రధానముగాఁ గలవారు గాన నిట్టు లాచరించుచున్నారు. తాంబూలచర్వణము విషయమున నామునియే.

శ్లో॥ పర్ణమూలే మహావ్యాధిః పర్ణాగ్రే పాపసంభవః।
చూర్ణపర్ణం హర త్యాయుః సిరాబుద్ధివినాశనీ॥
తస్మా దగ్రంచ మూలంచ సిరాంచైవ విశేషతః।
చూర్ణపర్ణం వర్జయిత్వా తాంబూలం భక్షయే ద్బుధః॥

తమలపాకుఁదొడిమ భక్షించునెడ వ్యాధియు, ఆకుయొక్క కొన గ్రహించునెడ పాపంబును సంభవించు. సున్నపాకును భక్షించునెడ ఆయుష్షు తరుగును. తమలపాకు ఈనెలు గ్రహించునెడ బుద్ధి నశించు. కావున తమలపాకు యొక్క తొడిమను, సున్నపాకును విడిచి తాంబూలము భక్షింపవలయునని యున్నది. దీనింబట్టి తమలపాకుయొక్క తొడిమ ఈనెలు వీనియందు విషాంశము కలదని తెలియుచున్నది. వీనిలో సున్నపాకు సున్నమును చాలకాలము ధరించెనుగాన నందు క్షారమధికమగు నని నిషేధింపఁబడియెను. ఇటులే యితరము నూహించుకొనవలయు. ఇట్లు తాంబూలంబు నీశ్వరార్పితంబే గావున దానినమలునపుడును దేవతాస్మరణము సిద్ధమేయని యెఱుంగునది.

ఇది మాధ్యాహ్నికప్రకరణము.

ఇఁక నపరాహ్ణప్రకరణ మారంభింపఁబడును. అపరాహ్ణమనఁగా పందొమ్మిదవగడియ మొదలుకొని ఇరువదినాలుగవ గడియవరకు నారుగడియలకాలము. ఈకాలము తఱుచుగా గృహస్థులకు సంగవకాలముంబలె లోకయాత్ర కుపయోగించును. మఱియు నీకాలము. పరసేవనాదిదుఃఖములు, కృష్యాదికష్టంబులును లేనివారికి సత్కథాశ్రవణమునకును ధర్మశాస్త్రపరిశీలనమునకు నుపయోగించును.

ఇట్లు కృతకృత్యులును, పరమేశ్వరు నారాధించినవారును, అర్థుల నాదరించినవారును, భోజనసుఖము నొందినవారునగు జనులకు వ్యవహారావలోకనము కలుగునెడ మిగుల లాభకరముగునని యపుడు లోకయాత్ర విధింపఁబడియె.

ఇది అపరాహ్ణప్రకరణము.

సాయాహ్నప్రకరణము.

ఇపుడు సాయాహ్నకకర్మముయొక్క రహస్యము నిరూపింపఁబడును. సర్వకర్మంబులకును సాయాహ్నంబున నుపక్రమము శ్లాఘ్యము. దానిఫలము పదంపడి తెలుపంబడును. ఇది పగటియైదవభాగము, ఆరుగడియలకాలమగును. కాలతత్త్వం బెట్టిదనిన.

కాలతత్వము.

కాలము సర్వంబును కల్పించు ననువచనమువలన సర్వకర్మములచే పూజ్యుం డగుపరమేశ్వరుఁడు నిత్యకాలస్వరూపుఁడనుట యార్యుల కందఱకును సమ్మతమైన యంశమే. శాస్త్రములయం దాపరమేశ్వరుఁడే జగమున కాధారభూతుఁడని యున్నది గోపథబ్రాహ్మణమునందు, దినస్వరూపుండును, పక్షరూపుఁడును, ఋతురూపుండును, అయనరూపుండును, సంవత్సరరూపుఁడు నగుపరమేశ్వరుఁ డాయాకాలములయందుఁ జేయంబడు కర్మములచే నుపాసింపఁబడుచున్నాఁడని చెప్పంబడియెను. అందు సంవత్సరము గొప్పదియైనను దినమునందును దానిధర్మము నతిదేశించి యార్యులు కాలము నుపాసించుచున్నారు. అందు పగటికి సూర్యుఁడు దేవత. ప్రతిపగలురూప మైనసంవత్సరమునకు ఉత్తరాయణము గొప్పదేవత యగు. అట్లు రాత్రికి చంద్రుఁ డధిదేవత. ప్రతిరాత్రిరూప మగుసంవత్సరమునకు దక్షిణాయనము గొప్పదేవత. శ్రు॥ య ఏవ విద్వానుదగయనే ప్రమీయతే దేవానామేవ మహిమానం గత్వా ఆదిత్యస్య సాయుజ్యం సలోకతా మాప్నోతి! అథ యో దక్షిణే ప్రమీయతే పితౄణామేవ మహిమానం గత్వా చంద్రమస స్సాయుజ్యగ్ం సలోకతా మాప్నోతి॥ ఎవఁడు ఉత్తరాయణమున మృతి నొందునో వాఁడు దేవతలమాహాత్మ్యమును పొంది సూర్యునిసాలోక్యమును, సాయుజ్యమును జెందును

మఱియెవఁడు దక్షిణాయనమున మృతి నొందునో వాఁడు పితరులమహిమను పొంది చంద్రునిసాలోక్యమును సాయుజ్యమును పొందును, అని చెప్పఁబడియున్నది.

ఆకారణముననే పండ్రెండురాసులుగలదియు, ప్రతిరాశికి ముప్పదియంశములు గలదియు, ప్రతియంశమునకు నరువది కలలుగలదియు నగునొకదినము కాలచక్రమునకు (౨౧౬౦౦) ఇరువదియొక్క-వేయిఆరునూర్లుకలలు గలవు. ఇవియే ప్రతిదినము పురుషుఁడు విడుచుశ్వాసము లగును. కాలచక్రమున నెంత సేపులో నొకకల గతించునో అంతసేపులో పురుషునకు నొక శ్వాసముమాత్ర మాయువు ఖర్చుపడును. భగణపరస్పందరూపంబును, బ్రహ్మరూపంబు నగుదినమునకు నైదవస్థలు విభాగింపఁబడినవి. ఎట్లనిన, సృష్టి, స్థితి, సంహారము, తిరోధానము, అనుగ్రహము ననఁబడునవి.

అందు ఉషఃప్రాతఃకాలములయందు సృష్టియు, సంగవమధ్యాహ్నములయందు లోకయాత్రచే పోషణము జరుగుచుండునుగాన స్థితియు, అపరాహ్ణసాయంహ్నములయందు సంహారంబును పూర్వరాత్రియందు సర్వంబు నుపసంహరింపఁబడుటచే తిరోధానంబును, అర్ధరాత్రమున సుషుప్తివలన సుఖమనుభవింపఁబడుచుండుటంజేసి యనుగ్రహంబును, ఇట్లు దినము బ్రహ్మముయొక్క- లక్షణము లగుపంచకృత్యములను చేయుచున్నది. దీనియం దనుగ్రహ మల్పకాల మగు. అదియే పరమే

శ్వరునియందైననో పునరావృత్తిరహిత మగును.

ఇందింకొక విభాగంబును కలదు. ఉషఃకాలము మొదలుకొని సాయంకాలమువరకు జాగ్రదవస్థయు, పిదప పూర్వరాత్రివరకు స్వప్నంబును, పిమ్మట సుషుప్తియు నగు.అందు సంధ్య రుద్రసంబంధమని చెప్పంబడుచున్నది.

ప్రాతస్సంధ్యయందు బ్రాహ్మముహూర్తమునకు పిదప రౌద్రముహూర్తము సంధ్యానుష్ఠానమున కుపయోగించుచున్నది. అటులే సాయంసధ్యాకాలంబును పరమేశ్వరుని తాండవకాలమే యని చెప్పంబడుచున్నది. అప్పటికర్మంబులు కొద్దివైనను ఎక్కువఫలముగలవియే యగును. ఆకాలమున నుద్రేకించినభూతాదులవలన లోకమునకుఁ గలుగుబాధ యొక్క నివృత్తి పరమేశ్వరనటనమునకు ఫలమని పురాణములయందు గలదు.

ఇది యిచట నెఱుఁగవలయు. సర్వేంద్రియములు ఉదయము మొదలుకొని వ్యాపారమునఁ బ్రవర్తించి యలసియుండి గొప్పగర్తంబునందుంబలె తమోమయం బగురాత్రిసమయంబున విశ్రాంతిసుఖము ననుభవింపఁగోరుచు సాయంకాలముననే పనులనుండి తొలఁగుచున్నవి. సర్వపాపములకు నిదానమైనదియు, నింద్రియగతికి యోగ్యముకానిదియు నగురాత్రిసమయము సమీపించెను. అపుడు పగటికంటె పాప మధిక మనుట స్పష్టమే. ఏలన,

రాత్రియందు సూర్యకాంతి లేమిచే చీకటి యంతటను వ్యాపించును. దానింబట్టి దేశస్వరూపము, వస్తుస్వరూపంబును తెలియనేరదు. కావున నప్పుడు పాపముల కవకాశము కలుగును.

ఎట్లనిన, క్రూరచిత్తులు తమస్థితి యితరుల కెఱుకపడకుండ వైరుల వధించుట కప్పుడే యత్నించుచుందురు. మఱికొందఱు తమతమకృత్యములవలన నాయాసపడి ద్రవ్యము నార్జించికొని యింటికి వచ్చుచు నడుమ మద్యము ద్రావి మత్తుగొని అవ్యవస్థముగా సంచరించుచుందురు. వెరపుగలవారైనను అప్పు డెవ్వరికి తెలియదుగదాయని మద్యపానాదులకై యత్నింతురు. దొంగలు మొదలగువారి కాకాల ముపయోగపడునన్ని వేఱె జెప్పఁబనిలేదు. ఇఁక జారులు, వ్యభిచారిణులు మొదలగువారికి మిగుల సంతోషకాల మనుట స్పష్టమే. దీనింబట్టి పగటికంటె రాత్రికాలము దోషముల కెక్కువ యనుకూల మనుట నిర్వివాదము.

ఇదిగాక రాత్రియందు శరీరము ద్వారము లన్నిటినుండి మలములు స్రవించుచుండును, మఱియు, స్త్రీసంపర్కాదులవలన శరీర మశుచిభూయిష్ఠ మగును. అప్పుడు పరిశుద్ధి విధింపఁబడినను సూర్యకిరణసంపర్కముగల పగటినీరములకుంబలె నప్పటిజలములకు నంతటి శోధకశక్తి యుండనేరదు. కావున తగినపరిశుద్ధి గలుగనేరదు. మఱియు, సమస్తముగుకర్మం

ద్రియములు, జ్ఞానేంద్రియములు నుదయము మొదలుకొని కర్మమునందుఁ బ్రవర్తించి యలసియున్నవిగావున నప్పుడే కర్మమునందు బలవంతముగాఁ బ్రవేశపెట్టినను పూర్వమువలె ఫలము కలుగనేరదు.

ఇదియునుంగాక, రాత్రియందు సూర్యకిరణసంచారము లేమిచే జఠరాగ్ని మందగించియుండుటంజేసి పగలు రెండు మూఁడుసారులు భుజించువారును రాత్రియం దొకమారుకంటె భుజింపఁజాలరు. అట్లు భుజించిరేని వారు రోగములచే బాధ నొందుచునేయున్నారు. మఱియు నిద్రయందు శవప్రాయముగా నున్నవానికి సర్వవిధముల లోపము సంభవించును.

కాఁబట్టి విశ్రమించుటకంటె ముందు బుద్ధిమంతుఁ డగువాఁడు రాఁబోవునాపదలవల్లనుండి కాపాడుకొనుటకై జాగరూకుఁడై యుండుట శ్రేయము. అట్లు కాపాడుకొనుట భగవంతునికరుణ లేకున్న మనుష్యమాత్రునకు స్వాధీనము కానేరదు. కావున నప్పుడు శరీరము నిర్మలముచేసికొని భగవదుపాస్తి చేయవలయు. అప్పుడు వరుణునిధ్యానము విధింపఁబడెను

ఆసమయమున లౌకికవ్యాపారము వదలి మహాగుణము గలసౌరకిరణములను సేవించుపురుషుని శరీరమునకు దోషసామ్యము కలుగునని వైద్యశాస్త్రమునఁ జెప్పబడియున్నది. సూర్యుఁడు కిరణముల నుపసంహారము చేయుచున్నపుడు సూర్యకిర

ణములకు భూమియం దగువస్తువుల నాకర్షించుటయను దెక్కు-
వశక్తి గలదు. ప్రాతఃకాలమున శీతమధికముగను పిత్తము
కొంచెముగ నుండును. మధ్యాహ్నమున తేజము పూర్ణమై
యున్నందున కేవలము పిత్తరూపముగానే యుండును. సా
యంకాలమందైనను పిత్తము తగ్గిపోవుచుండును. శీత మం
కురించుచుండును. వాతము శీతము ననుసరించి వచ్చు
చుండును.

కావున సాయంకాలమున సూర్యకిరణములచే దోషసా
మ్యము కలుగుచున్నది. ఆరోగ్య మనగా, దోషసామ్యమే
యగు.

వాగ్భటుఁడు శ్లో॥ రోగస్తు దోషవైషమ్యం దోషసామ్య
మరోగతా॥ అని వచించెను. కాఁబట్టి కేవల మారోగ్యము
గోరువారును నవశ్యముగా సాయంకాలమునం దగుసూర్యకిరణ
ముల సేవింపవలయు. ఇట్లు నియతముగా సాయంకాలపు
సూర్యకిరణములను సేవించునార్యులకు నన్నివిధముల నారోగ్య
ము సంభవించుచునేయున్నది. ఆకారణమువలన సాయంకా
లమునందు సకలకర్మంబులు నారంభింపఁబడుచున్నవి.

సంధ్యోపాసన మన్నికర్మములలోనను ముఖ్యమైనది.
దానియొక్క మహిమ మొదటనే నిరూపింపఁబడెను. ఆసం
ధ్యోపాసనంబు నప్పుడే యారంభింపఁబడుచున్నది. ఎట్లనిన,
ప్రాతఃకాలమున నాహ్నికము చేసికొనినవా రగునాచార్యులచే

వటువు సంస్కరింపఁబడినవాఁడై తత్కాలముననే సకలవైదిక స్మార్తకర్మంబులయందు నధికారసంపత్తి గలిగి ఆనార్య లెఱుం గనిదియు, నధిక మగుబ్రహ్మతేజము నిచ్చునదియు, పూర్వపుణ్య పరిపాకఫలంబును నగుబ్రాహ్మణ్యముయొక్క యభివ్యక్తిలక్ష ణ మైనసంస్కారము నొంది కర్మసాక్షియు, జగచ్చక్షుండు న గుసూర్యునిఁ జూచి పరమేశ్వరుని ధ్యానించుచు ససంప్రదాయ ముగా సంకల్పముతోడను, ప్రాణాయామముతోడను, ప్రోక్ష ణముతోడను, నంగములతోడను సంధ్యోపాసనను సాయంకాల మునందే యారంభించుచున్నాఁడు. ద్విజత్వము నొందినవానికి సాయంసంధ్యయే ప్రథమంబును, సర్వకర్మంబులకు నుపనయన మే ప్రధానంబునగుగదా? దీనింబట్టి సర్వకర్మంబులకు సాయంకా లమునందే యుపక్రమము న్యాయ్యమని యేర్పడుచున్నది.

కర్మము శ్రౌతము, స్మార్తము, తాంత్రికము, మూఁడు విధములే యగుచున్నది. సర్వకర్మంబులు నీమూఁడిటియందే యంతర్ధానము నొందుచున్నవి. శ్రౌతస్మార్తకర్మములలో ము ఖ్యమైనసంధ్యావందనమునకు సాయంకాలముననే యారంభమ ని చెప్పఁబడియెను.

అనంతరము, సాంగవేదమును జదివి సమావర్తనము జే సుకొని రెండవయాశ్రమమునఁ బ్రవేశించినవాఁడును అగ్న్యుపాస నమును సాయంకాలమునందే యారంభించుచున్నాఁడు. అట్టు లాధానమున నగ్న్యుపక్రమంబును సాయంకాలమునఁదే జరు

గుచున్నది. సమస్త మగు వ్రతములయందును పూజ సాయంకాలమే యారంభింపఁబడును. తాంత్రికయజ్ఞముల యారంభంబును సాయంకాలమే జరుగును. దీనిబట్టి కర్మారంభంబునకు సాయంకాలమే యుక్తమని తెలియుచున్నది.

కర్మారంభనిర్ణయము కాలస్వభావమునుబట్టి చేయఁబడును. ఉదయకాలమునందును, సాయంకాలమునందును, సూర్యునకు, పురుషునకును గలయంతరాళము సమానమైనను, ఉత్పత్తియందును, నుపసంహారమునందును గలగుణభేదమును బట్టి సాయంకాలము ముఖ్యమని నిశ్చయింపఁబడును.

ప్రాతఃకాలమున నుపస్థానము చేయుటకును, సాయంకాలమున సంధ్య నారంభించుటకును నొక్కటే కాలము. అనగా, ప్రాతసంధ్యయందు నుపస్థానసమయమున సూర్యునకు పురుషునకు నెంతయంతరాళ ముండునో సాయంసంధ్యయుపక్రమసమయమునందు నంతయె యంతరాళ ముండును.

దీనిబట్టి ప్రాతఃకాలమున సూర్యుఁ డెంతదూరమున నుండి పురుషునకు దోషమును గలిగింప నారంభించునో సాయంకాలమున నంతదూరమునుండియె పురుషునకు గుణమును పెనుప నారంభించునని పెద్దలయభిప్రాయము.

కావున నెవ్వఁడైన నేదొకక్రొత్తపని నారంభింపఁ బూనునెడ నద్దానిని గుణ మభివృద్ధి నొందుకాలముననె యారంభించుట యుక్తము.

సాయంకాలమున నక్షత్రములు కనఁబడుచుండఁగను, వాని కాంతి హెచ్చుచుండఁగను సంధ్యావందనముయొక్క సమాప్తి ముఖ్యము. ప్రాతఃకాలమున నక్షత్రములకాంతి బాగుగానుండ నారంభము ముఖ్యము. సాయంకాలమున సూర్యునివలె ప్రాతఃకాలమున తారకలును, ప్రాతఃకాలమున తారకలవలె సాయంకాలమున సూర్యుండును గ్రహింపఁబడిరి.

అట్లు, ప్రాతఃకాలమున సూర్యుఁడు గాంచినక్షణమందే యింద్రియములు తమతమపనులయందు స్వభావముననే ప్రవర్తించుచున్నవి. మనసు నాకర్షించుచున్నవి. అద్దానికి వ్యాకులతను గలిగించుచున్నవి. సాయంకాలమునందు సూర్యకిరణములు కనఁబడనందున విషయములనుండి మరలి విశ్రమించుచున్నవి. అసహాయములై యప్పుడు మనసునకు నైకాగ్ర్యమును గలిగించుచున్నవి.

మనస్సు ఉషఃకాలమున నిద్రవిడిచి యింద్రియములకు వశపడక నిశ్చలమై యేకాగ్రమై యెట్లుండునో సాయంకాలంబునను నట్లే యుండును.

మఱియు, ప్రాతఃకాలమునందు సూర్యాలోకసాహచర్యమువలన విషయములమీఁదికిఁబోవు మనస్సుయొక్క చాంచల్యము కర్మారంభముచే నివర్తింపఁబడుచున్నది. సాయంకాలముననైననో సూర్యాలోకసాహచర్యము లేమిచే నింద్రియవిషయసాంగత్యము లేక మనస్సు అంత చంచలమై యుండనేరదు.

ఇట్లు, సాయంకాలమున నింద్రియవృత్తులు క్షీణించుచుండుటచే మనస్సు వానినుండి మరలి చాంచల్యమును విడువగనె దాని నొకకర్మమునందుఁ బ్రవేశపెట్టునెడ నాకర్మముయొక్క వాసనతో సుప్తి నొంది మేల్కాంచినను తిరుగ నాకర్మమునే ధ్యానించుచుండును. ఆకార్యమునే చేయుచుండును.

ఈకారణమువలన సత్కర్మమును సాయంకాలమున నుపక్రమించుటె న్యాయ్యము.

మఱియు, ప్రతిదినము సాధింపఁబడు త్రివర్గమునకు సాయంకాలము ఉపసంహారకాల మగుచున్నది. అప్పుడే భావముతో మనస్సు నుపసంహరించుచున్నాఁడో జన్మాంతరన్యాయముచే తిరుగ నాభావమే మనస్సునఁ దలంపఁబడుచుండును.

ఇట్టికారణములవలన గర్భముల నాకాలమునం దారంభింపవలయునని నియమింపఁబడియె.

ఇఁక, ప్రాతఃకాలమున కర్మ మారంభించునెడ నడుమ సంభావితము లగులౌకికవ్యవహారములతో సముద్రతుల్య మగు పగటిచే చిత్తైకాగ్ర్యము చెడుననియు, దానం జేసియాకర్మము మనస్సున పట్టనేరదనియు నాలోచించి యిట్లు విధించిరి,

ఇట్లు, సాయంకాలమున కర్మ మారంభించునెడ నాకర్మము మనస్సునందు లగ్నమగును. దానింబట్టి కర్మమునందు శ్రద్ధ వృద్ధి నొందును. రాత్రియందు స్వభావసిద్ధ మగునింద్రియప్రవృత్తి పగటియందుఁబోలె నుండదు. కావున నప్పుడు

మనస్సు నెందైనఁ బ్రవేశపెట్టుటకు శక్యమగును.

ఇట్లు, సఫలము, సఫలతమము నగుసాయంకాలికసూర్యోపాసనమునందు పారమేశ్వరప్రపత్తి న్యాయ్యమైనది.

రాత్రికాలమున నిద్రాదులయం దింద్రియములకు విపరీతప్రవర్తన కలుగ కుండుటకై పరమేశ్వరోపాసనము విధింపఁబడియెను. అందు కుశోదకప్రోక్షణము త్వగింద్రియాదిసంశుద్ధికిని, అర్ఘ్యప్రదానము శరీరమునకు మధ్యాహ్నము మొదలుకొని సంభవించినవిపరీతౌష్ణ్యము నివర్తించుద్వారా బుద్ధిశక్తి వృద్ధినొందుటకును నుపయోగించును. తక్కినంశము పూర్వముంబలె నూహించుకొనునది.

ఇది

సాయంకాలప్రకరణము.

పూర్వనిశాప్రకరణము.

ఇపుడు పూర్వనిశాప్రకరణము ప్రకృతము. ఈకాలమున కర్మము లధికముగా విధింపఁబడియుండలేదు. అయినను నప్పటికర్మములయావశ్యకత్వమును నిరూపింపవలసియు

న్నది. ఇందు మొదట నీకాలముయొక్క స్వరూపము నిరూపింపఁబడును.

పగటియందుంబలె నైదువిధములవిభాగము రాత్రియందు లేదు. ఇఁక నెట్లనిన, రాత్రికి నాదియగునర్ధయామమునకు ప్రదోష మనియు, చివరదగునర్ధయామమునకు ప్రత్యూష మనియు సంజ్ఞవిధించి మిగిలినయామత్రయమును రాత్రియని వ్యవహరించుచున్నారు. ఇందు ప్రదోషముతోఁగూడ, జామున్నరసేపుకాలమునకు పూర్వరాత్ర మనిపేరు. ఆకాలమునందే కర్మములు చేయవలయు.

అపుడు సూర్యకిరణములకాంతి లేదు. సూర్యుని తేజము లేకున్న జఠరాగ్ని యాహారమును జీర్ణము చేయఁజాలదు. దానం జేసి యింద్రియశక్తులును తగ్గిపోవుచుండును. కావున నప్పుడు జనులు పగటియందుంబలె కృత్యములను చేయంజాలరు.

శరీరమున నుష్ణబల ముండువరకు నింద్రియములు విషయములమీఁదికిఁ బోవుచుండును. కావున నాయింద్రియములను సంస్కరించుపనియందు వానినిఁ బ్రవేశపెట్టుట కర్మమని పండితులయభిప్రాయము. రాత్రికాలమున ముందటికాలము కంటె తర్వాతికాలము శీతబాహుళ్యముగలది.

కావున క్రమముగ జాడ్య మభివృద్ధి నొందుచుండును. కావున ముందుముందే కర్మము చేయవలయు. అపుడు నియ

తమములగు నగ్నిహోత్రము, ఈశ్వరారాధనము, వైశ్వదేవము అభ్యవహారము ననువానిఫలము వెనుక చెప్పఁబడినదే యగు.

ప్రాతఃకాలమున సూర్యకిరణములసంపర్కము గలిగిన క్షణము మొదలుకొని యుష్ణ్య మభివృద్ధియగుటంబట్టి రాత్రి శీతకాలమని యనుభవమువలనఁ దెలియుచున్నది.

తృప్తిగా భుజించుయోగ్యత మధ్యాహ్నముననేగాని రాత్రికాలమున లేదు. ఉదయమునుండి క్రమముగా నభివృద్ధి నొంది మధ్యాహ్నమున భుజించినపదార్థముల జీర్ణింపఁజేయుచు క్రమముగ తగ్గియుండేయుష్ణము సాయంకాలమునఁ జేయఁబడు నగ్న్యుపాస్తి, దీపప్రభ మొదలగువానిచే పోషింపఁబడుచున్నను క్రమముగా తగ్గిపోవుచుండును.

కావున నీసమయమున మధ్యాహ్నమునంబలె భోజనము చేయఁగూడదు. ప్రతిదినము రెండుమార్లు భుజించుటయె యుక్తము. మూడునాలుగుసారులు అవ్యవస్థముగా భుజించువారలశరీరమునందు దార్ఢ్యముగాని, కష్టము నోర్చుశక్తిగాని, కర్మములయం దాసక్తిగాని, సూక్ష్మబుద్ధిగాని లేదు.

ఆకారణమువలన, శ్లో॥ నాంతరా కించి దశ్నీయా దగ్నిహోత్రసమో విధిః॥ అగ్న్యుపాసనముంబలె భోజనంబును రెండుమారులే చేయనగుగాని నడుమ భుజింపఁగూడదని విధింపఁబడియెను. కావుననే భోజనసంస్కారాంగము లైన వైశ్వదేవపరిషేచనములు రెండువిధములుగనే, శాస్త్రములయం

దుఁ జెప్పఁబడియెను.

ఇక పూర్వరాత్రియందు అగ్న్యుపాసనము, దేవతార్చనము, వైశ్వదేవము, అభ్యవహారము నని నాలుగుకర్మములు కలవు.

వీనిలో వైశ్వదేవ మన్నసంస్కారమున కావశ్యకమైనది. అతిథిసత్కారంబు నావశ్యకమె శ్లో॥ దివాతిథౌ తు విముఖే గతే యత్పాతకం నృప। తదేవాష్టగుణం పుంసాం సూర్యేస్తే విముఖే కృతే॥ పగలువచ్చినయతిథి యాదరింపఁబడక విముఖుఁడై పోయినకారణంబునఁ గలుగుపాతకముకంటె నెనిమిదిమడుంగులు పాతకంబు రాత్రివచ్చినయతిథి విముఖుఁడగునెడఁ గలుగునని బుధస్మృతియందు గలదు. ఏలనిన, పగలు వచ్చినయతిథి నాదరింపకున్న నతఁడప్పు డింకొకచోటికి పోవ వీలుగలదుగాని రాత్రి వచ్చినవాని కట్టివీలు లేదు. కావున రాత్రియం దతిథిసత్కార మత్యావశ్యకము.

శ్లో॥ నిశాయాః ప్రథమే యామే జపయజ్ఞార్చనాదికం॥ రాత్రియొక్క ప్రథమయామముననె జపయజ్ఞము, దేవతార్చనము మొదలగువానిఁ జేయవలయునని శౌనకుఁడు వచించెను. కావున నీకర్మములను ప్రథమయామముననె చేయవలయు.

ఈకాలమునందు మధ్యాహ్నమునంబలె భోజనము చేయఁగూడదు. కావుననె, ధన్వన్తరి, శ్లో॥ రాత్రౌహి భోజనం కుర్యాత్ప్రథమప్రహరాన్తరే। కించిదూనం సమశ్నీయా

దుర్జరం పరివర్జయేత్॥ రాత్రికాలమున మొదటిజాములోపల తేలికగా భుజింపవలయు. సులభముగా జీర్ణముగాని వస్తువులను భుజింపగూడదు. అని వచించెను. ఇందుకుగారణమేమనిన, సూర్యోదయము మొదలుకొని సూర్యకిరణములచే క్రాగుచుండినరక్తము నాడులయందు ప్రవహించుచుండును. సూర్యాస్తమయప్రక్రమముగా శీతమభివృద్ధి నొందుటచే రక్తము గట్టిపడును. శైత్యమువలననే నాడులసంకోచంబును కొంత మునుముకొనును. దానిచేసి శరీరము పగటియందుంబలె తేలికగా పచింపనేరదు.

ఇట్లు, రక్తప్రచారము కొంతతగ్గి, అవసరమగుపిత్తంబును న్యూనమై యున్నప్పుడు వాతకఫములు ప్రకోపించుచుండుటచేసి జీర్ణశక్తి తగ్గిపోవుచుండును. కావున ధన్వంతరియు.

శ్లో॥ రక్తానాం చ ప్రచారాల్పాజ్జాఠరాగ్నేశ్చ దీపనాత్।
జ్యోత్స్నాతమోహిమైర్వ్యాప్య శైత్యస్యాప్యభివర్ధనాత్॥
కించిన్న్యూనం సముశ్నీయాద్దుర్జరం తత్ర వర్జయేత్॥

రాత్రికాలమున, రక్తమునకు ప్రచారము తగ్గుటను, జఠరాగ్ని మందమగుటను, వెన్నెల, తమస్సు, మంచు వీనిచే శైత్యము వృద్ధిగాంచుటను కొంచెము లఘువుగా భుజింపవలయు. సులభముగా జీర్ణింపనివస్తువును విడువవలయునని వచించెను. సులభముగా జీర్ణింపనివస్తువు లనఁగా, పెరుగు మొదలైనవి. ఆకారణముననె రాత్రిచర్యయందు,

శ్లో॥ సద్యోమాంసం నవం చాన్నం బాలాస్త్రీ క్షీరభోజనం।
ఘృత ముష్ణోదకస్నానం సద్యః ప్రాణకరాణి షట్॥

శ్లో॥ పూతిమాంసం స్త్రియో వృద్ధా బాలార్క స్తరుణం దధి।
ప్రభాతే మైథునం నిద్రా సద్యః ప్రాణహరాణి షట్।

అప్పుడు వండినమాంసము, వేడియన్నము, పదునారేండ్ల ప్రాయముగలవనిత, పాలు, నెయ్యి, ఉష్ణోదకస్నానము ఈయారును నప్పుడే బలము నొసంగును. చల్లారిపోయినమాంసము తినుట, ముసలికాంతతోసమాగమము, ప్రొద్దుటియెండను సేవించుట, గోడంగోడని పెరుగు త్రాగుట, వేకువను స్త్రీసమాగము అప్పుడు నిద్రించుట ఈయారును నప్పుడె ఆయుష్షును క్షీణింపజేయునని ధన్వంతరియే వచించెను. కావుననే ధర్మశాస్త్రవిదులును, శ్లో॥ రాత్రౌ దధ్యన్నభుక్తేశ్చ ఆయుః క్షీణం దినేదినే। రాత్రికాలమున పెరుగన్నము దినునెడ నానాటికి నాయువు క్షీణించునని వచించుచున్నారు. రాత్రికాలమున జలపానమునుగూర్చి భోజుండను చారుచర్యయందు,

శ్లో॥ పిబే ద్ఘటసహస్రాణి యావ దస్తంగతే రవౌ।
అస్తంగతే దినానాథే ఏకంబిందు ర్ఘటోపమః॥
నిశ్యభోజనవేళాయాం స్వల్పమప్యుదకం విషం।
గండూష మాచరే ద్రాత్రౌ తృష్ణావాన్ శీతలై ర్జలైః॥
రాత్రౌ వ్యవాయశ్రాన్తానాం సంభోగవ్యవసాయినాం।
తత్తు సంతర్పణం సద్యో ధాత్వింద్రియబలప్రదం॥

తృషితస్తు విదగ్ధేన్నే యః పిబే ద్వారిశీతలం।
విదాహం ప్రశమం యాతి శేష మన్నంచ జీర్యతి॥
అజీర్ణే భేషజం వారి జీర్ణే వారి బలప్రదం।
అమృతం భోజనే వారి భుక్తస్యోపరి తద్విషం॥

సూర్యాస్తమింపక పూర్వము పెక్కుకడవల నీరుద్రావినను బాధ కలుగదుగాని సూర్యాస్తమించినపిదప ద్రావినయొ కన్నీటిబొట్టైనను కడవెడునీటితో సమానమై బాధ కలిగించును. రాత్రిపూట భుజించునపుడు ద్రావిననీరు బాధింపదుగాని భుజింపనప్పుడు కొంచెమునీరు ద్రావినను నది విషప్రాయమగును. కావున నప్పుడు చన్నీరు పుక్కిలించివిడువవలయు. రాత్రికాలమున సంభోగాదులచే శ్రమ మొందినవారికి జలపానము బలప్రదమే యగును. అన్నము కొంత జీర్ణమైనవెనుక నీరుద్రావునెడ విదాహము శమించుటయెగాక మిగిలినయన్నంబును జీర్ణమగును. అన్నము జీర్ణముగాని యప్పుడు జల మౌషధప్రాయమై జీర్ణశక్తి నొసగును. అన్నము జీర్ణమైనపిమ్మట జలపానము సేయునెడ బలము నొసఁగును. భుజించునప్పుడైనను జలపానము అమృతముతో తుల్యమైనది. కాని భుజింపగనే నీరు ద్రావునెడ నది విషమే యగునని వచించెను.

ఇట్లు పూర్వరాత్రకార్యమును నెరవేర్చుకొని యప్పుడు వేరొకకార్యము లేకున్నను వెంటనే నిద్రింపఁగూడదు. భుజించి, సుఖముగాఁ గూర్చుండి, తాంబూలము గ్రహించి, పురాణే

తిహాసాదులచేగాని, చిత్తోల్లాసకరము లగుకృత్యములందోగాని నొకయర్థయామము గడపవలయు.

ఇది

పూర్వనిశాప్రకరణము.

మధ్యనిశాప్రకరణము.

ఇఁక, మధ్యనిశాప్రకరణము ప్రకృతము. ఈకాలమున సుఖనిద్ర నొందుట, లేక, ధర్మపత్నీసమాగమము వీనిని తగునటు లనుభవింపవలయు.

ఈకాలమున సుఖనిద్రకై స్మృతికర్తలు పెక్కునియమములఁ జెప్పిరి. ఎట్లనిన,

సూ॥ నిద్రాస్థానం గచ్ఛన్ పాణిపాదం ప్రక్షాళయేత్। నాన్యచింత స్స్వపేత్। నావాతే నాతివాతేవా నాత్యంతానావృతేథవా॥ నదంశమశకాక్రాంతే నచ భూమిమ్మత్కుణే నాన్యదీయేచ శయనే నసంమర్దే నవాపరైః। కటాదౌ వామధౌవాపి క్షౌమాదౌ ప్రాణిజేథవా। స్వపేత్ సర్వాఙ్గసిద్ధ్యర్థం వామభాగ మధోదధత్। సోపధానః స్వపేత్ ప్రాజ్ఞః మంచాదౌ భూతలేనహి॥ శూకకీటాదిమైః కీటైః యథా భూతలసర్పిభిః। నోపహన్యుః యథా పక్షికీటాద్యైర్వా స్వకాం తనూం। యథాకా

లం కంబళాదిప్రావృతీరపి చాంచయేత్॥

కాలుసేతులు కడిగికొని నిద్రాస్థానమున కేగి యితర చింత విడిచి నిద్రింపవలయు. గాలి బొత్తిగ లేనిచోటగాని, ఆరుబైటనుగాని, ఈగలు, దోమలు, నల్లులు, గలచోటగాని, ఒరునిపక్కమీదగాని, సమ్మర్దమునందుగాని, పండుకొనఁగూడదు. చాపగాని, ఓషధసర్మితము, పట్టువస్త్రము, మొదలగు ప్రాణిజమునందుగాని, మంచము మొదలగువానియందు గాని తలగడతో గూడినదానియందు ఎడమపార్శ్వమున పండుకొనవలయు. నేలమీద పండుకొనఁగూడదు. నేలమీద తిరుగు పురుగులు కుట్టకుండునట్లు, ఆకసమునఁదిరుగు పక్షులు మొదలగునవి బాధింపకుండునట్లును నాచ్ఛాదనముగలచోట మంచము మొదలగువానిమీద పండుకొనవలయు, అవసరముగునేని కంబళము మొదలగువానిఁ గప్పుకొనవలయు నని మొదలుగాఁ జూడనగును.

వైద్యకమున, ప్రాణిజము, ఔషధము, నైసర్గికము నని శయనము గృహస్థులకు మూఁడువిధములుగాఁ జెప్పఁబడినది. యతులకు ప్రాణిజముగాని నైసర్గికముగాని యుపయోగించును. ఇందు, పట్టుచర్మము మొదలగునది ప్రాణిజము. పాదరిండ్లు, శిల, స్థండిలము మొదలైనది నైసర్గికము. ఔషధము, సశిల్పము, నశిల్పము నని రెండువిధములు. ఇందు చిగురుటాకులు, పూవులు మొదలైనవి యశిల్పములు. చాప మొదలగునవి సశిల్పములు.

వీనిలో ప్రాంశిజంబుఃయను కాలానుసారముగా గృహస్థునకు నియతములే యగుచున్నవి. శుక్రమును శోధించుస్వభావముగలవియు రక్తమును వృద్ధి నొందించునవియు, అతిశీతోష్ణములు కానివియు దోషసామ్యము గలిగించునవియు, నగుశయనములు గృహస్థునకు నియతము లైనవి.

ఉష్ణవీర్యములు, వాతహారములు, పిత్తశోధకములు, లాఘవప్రదములు మదహారములు నగుశయనము లితరాశ్రమస్థులకు నియతములు. కావున, స్థండిలాసులు యత్యాదులకును మంచము మొదలగునవి గృహస్థులకును విధింపఁబడియెను.

ఒకనిశయ్యయం దాపురుషుని స్వేదాదిసంబంధ ముండుటను, అది యితరునకు రోగజనకం బగుటను వేరొకనిశయ్య యందు పండుకొనఁగూడదు.

కావుననె స్తన్య మిచ్చుసమయమునందగాక తక్కినసమమున తల్లిపిల్లలకును, సమాగమసమయమునందగాక తక్కినసమయమున దంపతులకును పృథక్శయ్య విధింపఁబడియెను. కొందఱు కొంతసేపునిలుచుండి పోయినపదంపడియు వారు నిలుచున్నచోట నైదాఱునిమిషములదాఁక తాపము కలిగియుంట యనుభవసిద్ధమై యున్నది. కావున నితరునిశయ్య కూడదనుట నిర్వివాదము.

మఱియు, మలభూయిష్ఠ మైనది, సూతిక నుపయోగించినది, రజస్వల నుపయోగించినది, శవమునకు వేసినది, నీచో

పయుక్తమైనది. గోగృహీతమైనది, జొత్తుగా కూడదు. ఆచారసారమునందు.

శ్లో॥ శుచిం దేశం వివిక్తంతు గోమయే నోపలేపయేత్।
ప్రాగుదక్ప్రవణేచైవ సంవిశేత్తు తథా బుధః॥
ప్రాక్ఛిరాస్తు స్వపేన్నిత్యం తథావై దక్షిణాశిరాః।
ఉదక్ఛిరా నస్వపేత్తు తథా ప్రత్యక్ఛిరాఃచ।
మహాదేవగృహేవాపి మాతృవేశ్మని నస్వపేత్॥
నయక్షనాగాయతనే స్కందస్యాయతనే తథా।
తరుచ్ఛాయాసుచ తథా శర్కరాస్థిషు పాంసుషు॥
నస్వపేచ్చ తథాదర్భే వినాదీక్షాం కథంచన।
ధాన్యగోదేవవిప్రాణాం గురూణాంచతథోపరి॥
నచాపిభిన్నశయనే నాశుచౌ నాశుచిస్తథా।
నార్ద్రవాసా ననగ్నశ్చ నోత్తరాశ్రితమస్తకః॥
నాకాశే పర్వతే శూన్యే నచచైత్యద్రుమే తథా॥

గృహంబున తూర్పుదెసనుగాని, ఉత్తరపుదెసనుగాని పవిత్రమగువిజనప్రదేశంబును గోమయముతో నలికించి యచట శయ్యనేర్పరుచుకొని, తూర్పుతలగాగాని, దక్షిణపుతలగాగాని పండుకొనవలయు. పడమరతలగాఁగాని, ఉత్తరపుతలగాఁగాని పండుకొనఁగూడదు. ఈశ్వరాలయము నందును, మాతృకాలయమునందు, యక్షాలయమునందును, నాగాలయమునందును, స్కందాలయమునందును, చెట్లనీడలయందును, రాళ్లు, నస్థులు,

దుమ్ము మొదలగువానియందును పండుకొనఁగూడదు. దీక్షా సమయమునఁగాక దర్భయందు పండుకొనఁగూడదు. ధాన్యము మీఁదను, గోవులమీఁదను, విప్రులు, గురువులు మొదలగువారి కంటె నెత్తుప్రదేశమందును, పగిలినదానియందును, అపవిత్ర మగుశయనమందును పండుకొనఁగూడదు. అపవిత్రుఁడును, తడిగుడ్డ గట్టుకొనియు, దిగంబరుఁడయ్యు పండుకొనఁగూడదు, ఆచ్ఛాదనములేనిచోటను, పర్వతమునందును, చైత్యవృక్షము క్రిందను పండుకొనఁగూడదు.

విషవాయువు, విషక్రిములు మొదలగువానిదోషము హరించుటకై శయనగృహము గోమయముచే శుద్ధిగావింప వలయునని చెప్పఁబడియెను. వృక్షములమీఁద గూబలు మొదలగుపక్షు లుండుగాన వానిమలములు పైనఁబడునని యెంచి చెట్లక్రింద శయనము నిషేధింపఁబడియెను. కాల్పఁబడుశవముల పొగ చైత్యవృక్షముపై పారుచుండుటం జేసి ఆపొగపారిన ప్రదేశము రాత్రికాలమున మంచునీరితో గూడ మలరేణువులను గ్రక్కుచుండుగాన చైత్యవృక్షముక్రిందఁ బండుకొనఁగూడదని వచింపఁబడియె. గురువిప్రాదులకంటె నున్నతస్థలమున శయనించుట పాపహేతు వగుటంజేసి యది నిషేధింపఁబడియెను.

దేవాలయములయందుఁ బండుకొనునెడ నిద్రాసమయమున మనుజునిశరీరమునుండి చెమట మొదలగుమలములు స్రవించుచుండుగాన దానివలన దేవతాకోపము సంభావితము

గావున నచట శయనము నిషేధింపఁబడియెను. ప్రత్యేకమగు నియమములకును ఫల మూహించుకొనునది.

పండుకొనునప్పుడు దేవతాస్మరణము, మంత్రరక్ష మొదలగునవి యాస్తికచిహ్నములుగాన ఆర్యులకు నియతము లగుచున్నవి.

గృహస్థులకు కర్మానుష్ఠానంబుచే నింద్రియక్లేశ మధికముగాన నిద్రాకాలంబు నధికమే యగు. బ్రహ్మచారికి, గురుశుశ్రూషకంటె నింద్రియక్లేశ మెక్కువగా లేదుగాన, సూ॥ పూర్వోత్థాయీ జఘన్యసంవేశీ॥ అనుసూత్రమున గృహస్థునికంటె నిద్రతక్కువగనె విధింపఁబడియె. అట్లె స్త్రీలకు భర్తృశుశ్రూషకంటె నింద్రియగ్లాని యధికముగా లేనందున భర్తకంటె ముందు మేల్కొంచుట, భర్త నిద్రించినపిదప నిద్రించుట నియమింపఁబడియెను.

ఇట్టి నియమము లన్నియు కేవలము నాముష్మికసుఖమునకేగాక శరీరారోగ్యరూప మగు నైహికసుఖమునకు నుపయోగించునట్లు శోధకులచే నియమింపఁబడియెను. అయినను అశోధకులకుఁ బథ్యభోజనంబుంబలె నివి కష్టజనకములుగాఁ దోఁచెడిని.

స్త్రీసంపర్కము.

ఇంక, గమ్యయగు స్త్రీలక్షణ మిట్లు చెప్పఁబడియె. వ్యాసుఁడు,

శ్లో॥ నాస్నాతాంతు స్త్రియం గచ్ఛేత్ నాతురాం నరజస్వలాం

నోపేయా ద్గర్భిణీం నారీం దీర్ఘ మాయు ర్జిజీవిషుః॥
నానిష్టాం నప్రకుపితాం నాప్రశస్తాం నరోగిణీం।
నాదక్షిణాం నాన్యకామాం నాకామాం నాన్యయోషితం॥
క్షుత్ క్షామాం నాతిభుక్తాంచ స్వయంచైతై ర్గుణై ర్యుతః।
స్నాతః స్రగ్గంధధృక్ప్రీతః వ్యవాయం పురుషో వ్రజేత్॥

దీర్ఘ మగునాయువు నపేక్షించువాఁడు స్నానముచేయనిదానిని, రోగవతిని, రజస్వలను, గర్భవతిని, పొందఁగూడదు. అట్లు, ఇష్టము లేనిదానిని, కోపించినదానిని, అపవిత్రురాలిని అసమర్థురాలిని, ఇతరునియందు కామముకలదానిని, కామము లేనిదానిని, పరనారిని, ఆకలిగొన్నదానిని, భుక్తాయాసము గలదానిని, తాను నిట్టిగుణములు గలవాఁడయ్యును పొందఁగూడదు. స్నానముచేసి, స్రగ్గంధాదుల ధరించి భోగింపవలయు.

చారుచర్యయందు భోజుఁడును,

శ్లో॥ రతికాలైక శయన మన్యకాలే పృథక్శయీ।
స్త్రీణాం శ్వాసానిలైః పుంసాం దుర్భగత్వం ప్రజాయతే।
శ్లో॥ ఏకశాయీ ద్విభోజీచ మణ్మాత్రద్విపురీమకః।
స్వల్పసంగమకారీచ శతవర్షాణి జీవతి॥

స్త్రీల నిట్టూర్పులు సోకునెడ పురుషులకు దౌర్భాగ్యము సంభవించును. కావున రతికాలమునఁగాక తక్కుఁ కాలమున వేరుగా పండుకొనవలయు. ఒక్కఁడే పండుకొనువాఁడును, రెండుమార్లు భుజించువాఁడును, ఆఱుమార్లు మూత్ర

మును, రెండుమార్లు మలమును విడుచువాఁడును, మితముగ స్త్రీసంపర్కము నొందువాఁడును నూరువర్షములు జీవించునని వచించెను.

శ్లో॥ ధాతుక్షయో రోగవృద్ధి ర్వర్ణ స్సత్కర్మవిప్లవః।
సౌభాగ్యాయుర్యశోనాశః పుంసాం స్త్రీ ష్వతిసంగినాం॥

స్త్రీలయం దత్యాసంగముగలపురుషులకు ధాతుక్షయము, రోగవృద్ధియు, వైవర్ణ్యము, సత్కర్మనాశము, సౌభాగ్యము, కీర్తి నశించుటయు సంభవించును. అని చెప్పఁబడియెను. ఇందు పూర్వపూర్వము, ఉత్తరోత్తరమునకు హేతు వగును. ఎట్లనిన,

దేశకాలవ్యవస్థలేక స్త్రీసంపర్కము నొందుటచే శుక్రము క్షయ మొందును. శుక్రము క్షయింప దౌర్బల్యమువలన ననేకరోగములు వచ్చును. వానివలన శరీరకాంతి తరుగును. ఇట్టియశక్తిచే స్నానాది సత్కర్మములు విడువంబడును. దానం జేసి యిహపరసుఖములకు దూర మగునని యాశయము.

ఆర్యులకు స్త్రీసమాగమము కేవలము కామపూర్తికి నుపయోగించునది కాదు. ఇంకేమనిన, సత్సంతానావాప్తియే ఫలముగాఁగలది. కాఁబట్టి, నిషిద్ధదినములలోఁ జేరని ఋతుకాలమున సమాగమము విహితము.

ఇది
మధ్యనిశాప్రకరణము.

మ॥ వసుధామండల మండనాయిత భరద్వాజాన్వవాయంబునం
దసమాస్త్రారి పరాయణోద్భట కులీనాఘోర సూనుండ సూ
రిసమాజస్తుత కుంభఘోణనిలయ శ్రీశ్రీనివాసాధ్వరీం
ద్రసమంచత్కరుణా సమార్జితకలుండన్ నాగలింగాఖ్యుఁడన్
రస నిత్యోదితధర్మబోధిని సమగ్రస్ఫూర్తిఁ గావించితిన్॥

ప ము.

తెనాలి శ్రీవిద్యాగణపతి ముద్రాక్షరశాలయందు,
పోలేపెద్ది వెంకటనరసింహ్వాముచే ముద్రింపబడియె.

ప్రకటన.

జ్ఞానవాశిష్ఠము. ఆంధ్రతాత్పర్యవిశేషార్థసహితము. కొద్దిప్రతులు మాత్రమె మిగిలియున్నవి. రు 8—0—0

సర్వవేదాన్తసిద్ధాన్తసంగ్రహము. శ్రీశంకరాచార్యవిరచితము. ప్రతిపదటీకాతాత్పర్యసహితము. 2—8—0

సుభాషితమణికంఠహారము. ఆంధ్రతాత్పర్యసహితము 1—0—0

కలివిడంబనము, మహాకవి నీలకంఠప్రణీతము. ప్రతిపదటీకా సహితము. 0—4—0

సౌభాగ్యలక్ష్మి. ఆంధ్రతాత్పర్యసహితము. ఇందు లక్ష్మిప్రాప్త్యుపాయము, శ్రీస్తుతి, శ్రీసూక్తము, లక్ష్మికవచము, త్రైలోక్యమంగళమను లక్ష్మిస్తోత్రము. మొదలగునవికలవు 0—8—0

విదురమహానీతి, తెలుగువచనము. మొదటిభాగము. 0—2—0

చతుర్వేదతాత్పర్యసంగ్రహము. శ్రీహరదత్తాచార్యవిరచితము. 1—0—0

శ్రీమదప్పయదీక్షిత విరచితములు. బ్రహ్మతర్కస్తవము. సవ్యాఖ్యానము. 1—0—0

శివకర్ణామృతము. 0—8—0

రామాయణతాత్పర్యసంగ్రహము సవ్యాఖ్యానము. 0—4—0

భారతతాత్పర్యసంగ్రహము. సవ్యాఖ్యానము. 0—4—0

శైవరహస్యబోధిని

అను

ద్వైమాసపత్రిక.

ఇందు శైవసిద్ధాంత ప్రతిపాదకములగు నుపన్యాసములు, పౌరుషేయగ్రంథములు, శివాగమములును ప్రకటింపబడును.

ఈపత్రికకు చందా సం ౧ కి రు ౨-0-0

పైగ్రంథములు వలయువారు ఈదిగువ చిరునామావారికి వ్రాసి గ్రహింపవలయును.

ముదిగొండ నాగలింగశాస్త్రి,
రామలింగేశ్వరపేట
తెనాలి.
గుంటూరు- డి॥

ప్రకటన

ఆర్యమతరహస్యబోధిని

గ్రంథమాల.

శాశ్వతప్రధాన పోషకులకు	చందా	రు 100—0—0
శాశ్వతపోషకులకు	,,	50—0—0
ప్రధానపోషకులకు సం॥ ౧ కి	,,	10—0—0
పోషకులకు సం॥ ౧ కి	,,	5—0—0

చందాదారులకు,సుమారు 100 పేజీలుగల గ్రంధము వెల0-8-0