ISSN 2583-9020

An Electronic Veda Journal

वेद वाणी

(vEda vaaNee)

Volume 4, Issue 1, April 2026

Printed and Published by

Veda Samskruti Samiti

Malkajgiri

Hyderabad TS

-------- vEda vaaNee ------------

ISSN 2583-9020

Address

Veda Samskruti Samiti (VSS) 13-1-62 & 13-1-47/1, Veenapani Nagar, Malkajgiri, Hyderabad, Telangana, India.

Aim and Scope

The e-journal, **vEda vaaNee**, is open to all bona fide scholars in Vedas, Vedaṅgas, Vedantic, Sanskrit and other allied subjects of Sanatana Dharma. The journal is intended to publish articles, reviews, and news including conferences, details, proceedings, meetings, PhD projects of students etc. We may consider a column of answers to comments on articles published in the journal, with final comment by the author. The present journal is a platform where scholars from different disciplines can examine and explore the inter-related nature of the disciplines of Vedas and Sanatana Dharma using a holistic approach.

Frequency: **Quarterly**

ISSN **2583-9020**

Peer Reviewed Journal

A quarterly International Journal on Research in Vedic scriptures, Sanatana Dharma literature and related science and technology. It is monitored for style and content by the Editor-in-Chief and the Editorial team.

Patron: **Sri Akella Hemakanta Prabhakara Rao,** Founder & President of VSS

Editorial Board

1. Sri Akella Hemakanta Prabhakara Rao
2. Lt. Col. Dr. Akella Amarendra Babu - Managing Director
3. Dr. Raghava S. Boddupalli - Editor-in-Chief
4. Dr. Krishnamoorthy (Subbu) Subramanian - Honorary Editor
5. Dr. S(T)Visalakshi - Senior Editor
6. Dr. (Smt.) Ratnam Challa - Editor

7. Captain (Dr.) Dinishah Bharadwaj Singh – Editor
8. Sri Basetty Sankaraiah – Editor
9. Sri V. Sudhakar - Editor

Board of Scholars & Scientists (BOSS)

1. Swamini Sadvidyaananda Saraswati
2. Brahmasri Narendra KaprE GhanapaaThi ji
3. Dr. C.S.R. Prabhu
4. Dr. K.V.R.S. Murthy
5. Professor C.L. Prabhakar
6. Dr. K Aravinda Rao
7. Dr. R.V.S.S. Avadhanulu
8. Dr. Chirravuri Sivaramakrishna Sarma
9. Justice Sri Shiva Shankar
10. Dr. S(T) Visalakshi
11. Smt. Leena Mehandale, IAS
12. Dr. Madhusudan Penna
13. Sri Vasudevan Rajagopalan Iyengar
14. Dr. S.P. Kumar
15. Dr. D. Viswanatha Sarma
16. Dr. Raghava S. Boddupalli
17. Prof. G S R Krishna Murty
18. Lt. Col. Dr. Akella Amarendra Babu
19. Sri Sitaram Ayyagari
20. Dr. Sriram Dharbha

Management Team

1. Lt. Col. Dr. Akella Amarendra Babu - Managing Director
2. Sri. Challa Chitti Babu - Senior Executive Manager
3. Smt. B.K. Lalitha - Senior Manager
4. Sri. Ramakrishna Vemuri - Consultant

5. Sri. G. Subrahmanyam - Consultant
6. Sri. K.D.L.V. Prasad - Consultant
7. Sri. K. Raghavendra Rao - Consultant
8. Sri. Chivukula Balaji - Consultant

Author Guidelines

All authors should conform to the following guidelines:

- Use Times New Roman Font throughout the manuscript. The Title of the article should be in 18 pt font size and centered to the page. Author/s names and their affiliations should be in 11 pt font size. Author/s names should be in 11 pt font size. The Remaining text should be typed in Times New Roman 12 pt font size.

- The manuscripts can be written in any of the four languages: Samskrutam, Hindi, Telugu and English

- Devanagari / Sanskrit words should be in 'Shobhika Regular' font. The font may be Shobhika Regular Font - For Devanagari Script - download from the link below.
    - https://eng.m.fontke.com/font/18459195/download/

- The number of words should be less than 7000 words and less than 15 pages including bibliography and profiles.

- Footnotes, if any, should be put at the bottom of the text.

- Brief profile of the authors with a passport size photo should be given at the end of the manuscript after bibliography in 100 - 120 words.

- Plagiarism policy: Every manuscript should accompany a similarity index report in Turnitin plagiarism check software. The similarity percentage should not exceed 10%.

- Plagiarism check shall exclude the following:
    - All quoted work with the necessary permission/attribution.
    - References, Bibliography, table of content, preface and acknowledgments.
    - The generic terms, laws, standard symbols and equations

- **All manuscripts should contain the following information.**
    - Title of the manuscript

    - List of authors and their affiliations including full name, name of the affiliated institution/organization, email id and full address. Prefix with star mark for the corresponding author.
    - List of abbreviations, if any.
    - Abstract not exceeding 150 words
    - Brief Introduction to the topic of the manuscript
    - Detailed description on the subject matter of the topic
    - Summary of the manuscript
    - Future work on the topic
    - Bibliography. List all references serially numbered as their reference appear in the text. All the references should be referred to in the body of the paper at the appropriate level with the serial number of the reference in square brackets.
    - The bibliography may include reference books, Journal papers, Conference papers, website urls, publications by any authentic organizations.
- All the manuscripts shall be authentic and should be supported by Veda PramaaNam. Suitable quotes in samksritam, from Veda Vaangmayam, shall be included at appropriate places in the paper to support such authenticity. Term Veda Vaangmayam include all Vedaas including Samhita, BrahmaNas, AaraNyakas, Upanishads, Vedaṅgas, +, Itihaasaas, PuraNaas, all dharma shastras and sootras, Bhaashyams of all these vaangmaya granthas and Reputed Granthas, Kavyas, Kathas, etc written based on these veda vaangmaya granthas.
    - In the case of a research manuscript, describe the present status and research findings.

- For copyright purposes, manuscripts should not have been already published or in the press or accepted in any other forth-coming publications.

- The sender of the manuscript is the person responsible for any copyright violations, in case author and sender are different. Otherwise, the corresponding author is responsible for the copyright violations.

- Accepted manuscripts will be published in the first available issue of the journal.

- The Publishers and Editors are not responsible for any wrong info (if accepted) and for any violation to the Copyright of any submitted item.

- Acceptance and Rejections of Manuscripts: 'Veda Samskruti Samiti 'and their 'Editorial Board', reserve their rights either to accept or reject any work or manuscript or article or paper, at their sole discretion, without assigning any reasons whatsoever there for, to anyone. In case of any disputes, the decision of the Patron of this Journal; **'vEda vaaNee'** is final.

- **Checklist for Authors before submission of the manuscript:**
    1. Authors have to submit the manuscript in two column formats.
    2. Copyright document to be signed and submitted.
    3. Plagiarism check report has to be submitted.
    4. Author's affiliation details, brief profile, email address, mobile number and passport size photo has to be submitted.
    5. The article should be submitted in MS word and PDF formats.

Copyright Certificate

This is to certify that the reported work in the manuscript entitled '...' submitted for publication is an original one and has not been submitted for publication to any other journal or elsewhere. I/we further certify that proper citations to the previously reported work have been given and no data/tables/figures have been quoted verbatim from other publications without giving due acknowledgement and without the permission of the author(s). The consent of the author/s and co-authors of this manuscript has been obtained for submitting the manuscript to the '**vEda vaaNee** (VV)' electronic journal.

Date: Signature of the Sender /Corresponding Author

Station: Full Name :

Address :

Phone No. ;

eMail Id :

Ethical Values

We, the **vEda vaaNee** publishers, strive to promote the best practice in the academic arena and maintain integrity in all of our publishing activities. We follow the Recommendations for the Conduct, Reporting, Editing, and Publication of Scholarly work in the Code of Conduct and Best Practice Guidelines for Journal Editors issued by the Committee on Publication Ethics (COPE).

All of our publishing activities are guided by the following core ethical values:

1) Authors are encouraged to make a clear statement about contributions to their work.

2) **Originality**: Authors must guarantee that the submitted manuscript is originally written by them. The work must not have been published previously nor be under consideration for publication elsewhere. If the work and/or words of others are included, they must be appropriately cited or quoted.

3) **Data access and citation**: Authors may be requested to provide the raw data relevant to the manuscript for editorial review. They should also be prepared to provide public access to such data. Data must be cited in the same way as article, book, and web citations and authors are required to include data citations as part of their reference list.

4) **Acknowledgement of sources**: The authors should properly acknowledge any work in the manuscript that has been contributed by others.

- **Declaration and conflicts of interest**: All submissions must include disclosure of all relationships that could be viewed as presenting a potential conflict of interest.

- **Reporting standards**: Authors of original research manuscripts should present an accurate account of the work performed as well as an objective discussion of its significance.

- **Authors' ethical statement**: Authors are accountable for all aspects of their work (including full data access, data integrity, and the accuracy of the data analysis) in ensuring that questions related to the accuracy or integrity of any part of the work are appropriately investigated and resolved.

Laws and Courts: Laws of Government of India and State of Telangana, including all cyber laws are applicable. The legal Jurisdiction would be to the courts situated at twin cities Secunderabad and Hyderabad.

Call for Papers – vEda vaaNee e-Journal

With the blessings of paramaatma
Our Quarterly 'vEda vaaNee' Journal -online,
started on Shankara Jayanti day 25th April 2023
is allotted ISSN 2583-9020

Journal Home Page Link: https://vedasamskrutisamiti.org.in/veda-vaanee-ejournal/

Dear Author,

The vEda vaaNee is an open access and blind reviewed e-Journal. The authors are invited to submit their papers for publishing in the forthcoming issue of 'vEda vaaNee'. The **Volume 4, Issue No. 1**, of the Journal is now being published in **April 2026**.

The research articles related to Vedic Sciences, Sanaatana Dharma and Vedic Knowledge in general are published in this e-Journal. Please go through the 'Instructions for the Authors' at https://vedasamskrutisamiti.org.in/instructions-to-the-authors/ for guidelines for preparation of manuscript. Please go through the links on Ethical values, Review Policy, Plagiarism Policy and Copyright form in our website https://vedasamskrutisamiti.org.in/veda-vaanee-ejournal/

Deadline for Submission of the manuscript is 31 May 2026 for the Vol 4, Issue 2 of the Journal to be published in July 2026.

Submit your articles as word document by email (put VV followed by title of the paper and name of the corresponding author in the subject line) to editor.vEdavaaNee@gmail.com

Articles will be published on First Come First Served based on acceptance of the same.

vEda vaaNee e-journal is an OPEN access publication.

Your Sincerely,
for 'vEda vaaNee' e-Journal

Lt. Col. Dr. Akella Amarendra Babu
Journal Managing Director
Veda Samskruti Samiti (VSS)
e-mail: vedasamskruti@gmail.com

CONTENTS

Volume 4, Issue 1, April 2026

Section - 1 – Research Articles

1. भारतीय-धनुर्विद्यायाः आधुनिककाले पुनरुज्जीवनम् [Revival of Indian Traditional Archery] ....20 – 27
M.A. Anantha

2. **Health Benefits of Chewing '*Tāmbūlam*'** ....28 – 41
V. Yamuna Devi

3. ***Puruṣārthas* – Man's Fundamental Aspirations** ....42 – 49
Lavanya V. Eswar

4. **Understanding the distinction between "Spiritual Resilience" and "Cognitive Resilience"** ....50 – 60
Krishnamoorthy (Subbu) Subramanian

Section - 2 – Sanatana Dharma Articles

1. ***Hiraṇya pātram madhōḥ*** [Veda Mantra Employed for *Harati* with Camphor in Worship] ....62 – 65
Raghava S. Boddupalli

2. **పితృ తర్పణ విధి – పుణ్య ఫలం** [The Duty of Offering *Tarpanam* to Ancestors - Fruit of virtue] ....66 – 71
Archakam Ramakrishna Deekshitulu

3. **శ్రీరామశంబుక వృత్తాంతంలో ఒక దృక్కోణం** [A Perspective in the episode of Sri Rama and Shambuka] ....72 – 78
Indaram Srinivas Rao

4. **నవగ్రహ దోష నివారిణి – శ్రీ ఆదిశంకరాచార్య విరచిత సౌందర్యలహరి** [Remedy for Navagraha Afflictions — Soundarya Lahari, Composed by Sri Adi Shankaracharya] ....79 – 92
Thatavarthi Rajeswari

Section - 3 – Sanaatana Dharma News

1. **Sri Tyagaraya Aaradhana Mahotsavam, USA** .... 94 – 95
2. **World Association of Hindu Academicians (WAHA) Conference Report** .... 96 – 99
3. वेद सम्स्कृति समिति (वि.यस्.यस्.) भाविकार्यक्रमसंदेशः ....100 – 102

Patron's Page

"Environmental & Ecological Impact"
through- VSS-Vision Bhaarat (2037)

तच्छ॒ंयोरावृ॑णीमहे । गा॒तुम् य॒ज्ञाय॑ । गा॒तुम् य॒ज्ञप॑तये ।
दैवी᳚ स्व॒स्तिर॑स्तु नः । स्व॒स्तिर् मानु॑षेभ्यः । ऊ॒र्ध्वं जि॑गातु भेष॒जम् ।
शं नो॑ अस्तु द्वि॒पदे᳚ । शञ्चतु॑ष्पदे ॥
ओम् शान्ति॒ श्शान्ति॒ श्शान्ति॑ः
- *तैत्तिरीय ब्राह्मणम्* - ३-५-११; *तैत्तिरीय आरन्यकम्* - १-९

taccaM yo ravrNImahe | gaatuM yajJaaya | gaatuM yajJapataye |
daivI svastirastunaH | svastirmaanuSebhyaH UrdhvaM jigaatu bheSajaM |
shaM no dvipade | sham catuSpade|
Om shaanti shshaanti shshaantiH ||
- *Taittirīya Brahmaṇam 3-5-11; Taittirīya Araṇyakam* 1-9

We choose that eye (divine light) which is beneficial to the gods. May there be a path for the sacrifice, a path for the lord of the sacrifice, and divine prosperity for us. May there be blessings for humanity, and may healing rise upwards. May there be peace for the two-legged beings and peace for the four-legged beings.
Om aadhyaatmika shaantiH! Om aadibhautika shaantiH! Om aadi daivika shaantiH!

This shananti mantra is a prayer to divine for guidance, prosperity, and peace for all beings.

Present day education and research systems are away from dharmic based education systems and practices. As a result, the whole environment and human thinking and living conditions of humanity are deteriorating day by day. The raajdharma in various countries are promoting the policies away from the welfare of humanity. Whereas the welfare of the humanity should be the major moto of politics/raajadharma. This happened since the dhaarmik based education systems are absent throughout the world. Hence the need to reestablish this dhaarmik based education systems and rituals which promote "Enivironmental & Ecological Impact" and lead the humanity towards happy living and prosperity.

In this direction bhagavaan Srikrishna through his GItaa has given humanity a clear direction as to how humanity should lead their life.

1. **B.G. Shloka 3.10:**

सहयज्ञाः प्रजाः सृष्ट्वा पुरोवाच प्रजापतिः ।
अनेन प्रसविष्यध्वम् एष वोस्त्विष्टकामधुक् ॥

sahayajJaaH prajaaH s-rSTvaa purovaaca prajaapatI |
anena prasaviSyadhvam eSa vostviSTakaamadhuk ||

Translation: "In the beginning, the paramatma through brahmaa created mankind, along with the sacrifice, and said: 'By this, you shall multiply and prosper; may this be the giver of all your desires."

2. **B.G. Shloka 3.11:**

देवान् भावयतानेन ते देवा भावयन्तु वः ।
परस्परं भावयन्तः श्रेयः परमवाप्स्यथ ॥

devaan bhaavayataanena te devaa bhaavayantu vaH |
parasparM bhaavayantaH shreyaH paramavaapsyadha ||

Translation: "Nourish the gods with this sacrifice, and let those gods nourish you; thus, nourishing one another, you shall attain the highest good."

3. **B.G. Shloka 3.12:**

इष्टान् भोगान् वोदेवा दास्यन्ते यज्ञभाविताः ।
तैर्दत्तानप्रदायैभ्यो यो भुङ्क्ते स्तेन एव सः ॥

iSTaan bhogaan vodevaa daasyante yajJabhaavitaaH |
tairdataanapradaayaibhyo yo bhukte stena eva saH ||

Translation: "The gods, nourished by the sacrifice, will give you the desired enjoyments; but he who enjoys these gifts without offering them to the gods is a thief indeed." In sanaatana dharma if anything is eaten without offering as *naivaidyam* it is considered as ungratefulness towards devatas.

4. **B.G. Shloka 3.13:**

यज्ञशिष्टासन संतो मुच्यन्ते सर्व किल्बिषैः ।
भुञ्जते ते त्वघं पापा ये पचन्त्यात्मकारणात् ॥

yajJashiSTaasana saMto mucyante sarva kilbiSaiH |
bhuJjate tvaghaM paapaa ye pacantyaatmakaaraNaat ||

Translation: "The righteous, who eat the remnants of the sacrifice, are freed from all sins; but those who cook for their own sake, they eat only sin." Eating without offering to considered as ungratefulness and sin as per principle of sanaatana dharma.

5. B.G. Shloka 3.14:

अन्नाद्भवति भूतानि पर्जन्यादन्नसंभवः ।
यज्ञाद्भवति पर्जन्यो यज्ञः कर्मसमुद्भवः ॥

anaadbhavati bhUtaani prajanyaadannasaMbhavaH |
yajJaabhavati parjanyo yajJaH karma samudbhavaH ||

Translation: "All living beings are nourished by food, and food is produced from rain; rain comes from sacrifice/shrauta karma, and sacrifice/shrauta karma is born of action/vihita karma/shaastram."

6. B.G. Shloka 3.15:

कर्म ब्रह्मोद्भवं विद्धि ब्रह्माक्षरसमुद्भवम् ।
तस्मात् सर्वगतं ब्रह्म नित्यं यज्ञेप्रतिष्ठितम् ॥

Karma brahmodbhaM viddhi brahmaakSarasamudbham |
Tasmaat sarvagataM brahma nityaM yajJepratiSTitam ||

Translation: "Know that action/vihitakarma/shaastram comes from the Vedas, and the Vedas come from the imperishable Lord/nitya/satya/paramaatma- the reality-the cosmic force-paramaaNu-parmjyoti.; therefore, the all-pervading Lord is eternally present in the sacrifice."

7. B.G. Shloka 3.16:

एवं प्रवर्तितं चक्रं नानुवर्तयतीह यः ।
अघायुरिन्द्रियारामो मोघं पार्थ स जीवति ॥

evaM pravatitaM cakram naanuvartayatIha yaH |
aghaayurindriyaaraamO moghaM paartha sa jIvati||

Translation: "He who does not follow the wheel of sacrifice, thus set in motion, lives a sinful life, enjoying the senses; O Arjuna, such a person lives in vain."

The Bhagavad Gita emphasizes the importance of sacrifice/**shrauta karmas** and **selfless action** in **achieving** spiritual **growth.** The cycle of sacrifice, nourishment, and prosperity is described, highlighting the interconnectedness of all beings. Those who **perform** sacrifices/**shrauta karmas** and offer their actions to the divine are **freed from sin**, while those who act selfishly are bound by their desires. The ultimate goal is to **recognize the divine presence in all actions /sacrifices/shrauta karmas** and to perform one's duties with detachment, thus achieving the highest good. By following this path, one can attain spiritual liberation and live a meaningful life. These shrauta karmas/*nityaa agnihotram* performed using health related herbs

obtained from the forests will produce Environmental and Ecological Impact. This will be of supporting help for health and prosperity of entire Humanity. *Vasudhaiva kuTumbakam*. This theory of sanaatana dharma put in daily practice make bhaarat the vishvaguru. There are no doubts on this philosophy. We must promote shrauta karmas by implementing **Vision Bhaarat - 2037**, in the form of following Goals:

- Protection of environment and devata anugraham
- Dhaarmic education
- Preventive medication systems

These three major goals can be achieved by establishing the following in practice.

1. Establishment of Vedik Villages one per each district in the entire country to perform shrautakarmas and related vedic gurukula primary dhaarmik education system coupled with modern education.
2. Promote dhaarmic based education and research on vedik sciences by establishing vedik Universities at least one per state across the country.
3. Promote herbal forests which will support Shrauta Karmas as well as preventive ayurveda medical research and treatment, at least one per district in the entire country
4. Promote Integrated Holistic treatment systems by encouraging research combining all prominent medical treatment systems prevalent in the country at present.
5. Collect, preserve and promote our cultural treasure of samskrit based manuscripts and their research.

– *shubham bh*U*yaat* –

– *Om tat sat* –

A.H. Prabhakara Rao
Patron
vEda vaaNee
Founder & President, Veda Samskruti Samiti (VSS)
31st March 2026

Editorial Page ----

– Sri Rama Jayam –

- We wish our readers a Very Happy UGADI and Prosperous New Year -

The Editors are pleased to present to all our readers the **Volume 4, Issue 1, April 2026 of vEda vaaNee, e-Journal** of the Veda Samskruti Samiti (VSS), Hyderabad.

Hindu Calendar, based on the passage of the Moon (*Chandramana*) is composed of *Shadṛtus* (six seasons) namely, the *Vasanta* (Spring), *Grishma* (Summer), *Varsha* (Monsoon), *Sharad* (Autumn), *Hemant* (Pre-Winter/Late Autumn), and *Shishir* (Winter).

Vasanta Ṛtu (Spring): The months of March–April, herald the blooming flowers, and the festival of Holi. Grishma *Ṛtu* (Summer) reflects the high temperatures, dryness, and strong winds (Loo) in the plains. *Varsha Ṛtu* during July - August is the well-known Monsoon season, with its heavy rainfall, the downpour crucial for agriculture and all life forms. During the *Sharad Ṛtu* (Autumn) in the months of September–October, the earth transitions to cooler weather with clear skies, celebrated with festivals like Diwali. *Hemanta Ṛtu*, the late Autumn / pre-Winter season in India during November–December is a cool period, pleasant, and also a key harvest period. *Shishir Ṛtu* (Winter) during January–February is the coldest phase, featuring chilly nights and dew.

The cover page of this Volume 4, Issue 1 of April month reflects the *Vasanta Ṛtu* (Spring) with a picture collage of tender twigs with flower-buds, flowers, and fruits was provided on the title page. An explanation for this cover page image is provided in the page 18.

Sri A.H. Prabhakara Rao, in his Patron's message points out that the ***Bhagavad Gita*** emphasizes the importance of selfless action (unattached active engagement) in achieving spiritual growth. The cycle of sacrifice, nourishment, and prosperity for all, highlights the interconnectedness of all beings". Towards such collective spiritual growth, implementing Vision Bhaarat (2037) is suggested through following Goals: Protection of environment and *Devata Anugraham*'; Dhaarmic education and Preventive medicinal systems. Specific goals of "Environmental & Ecological Impact" through- VSS-Vision Bhaarat (2037) can also be found in the Patron's Page.

Section 1, Research Articles, is composed of four papers.

The first paper "**Revival of Indian Traditional Archery**" is authored by *Dr. M.A. Anantha.* This paper presents a systematic and interdisciplinary exposition of Indian traditional archery (*Dhanurvidyā*) based on classical Sanskrit sources, primarily the

Vāsiṣṭha Dhanurveda Saṁhitā. This paper proposes a roadmap for revival through textual publication, translation, experimental archaeology, aerodynamics, simulation, and wind-tunnel testing, positioning traditional archery both as a cultural heritage and a field of contemporary scientific research.

The second article "**Health Benefits of Chewing '*Tāmbūlam*"** is authored by Dr. *Yamuna Devi*. Betel leaves and *Tāmbūla* are considered most auspicious in Indian religious rites and cultural gatherings. Chewing betel leaves during festivities and auspicious occasions is encouraged in Indian households. The author observes that betel leaves consumed with moderation have many health benefits verified through research studies. The author also cautions moderation in use while being aware of abuse and adverse side effects.

The third article ***Puruṣārtha* – Man's Fundamental Aspirations** is authored by *Dr. Lavanya V. Eswar*. The author writes: *Puruṣārtha – Dharma, Artha, Kāma* and *Mokṣa* – represent a comprehensive and profound framework of human aspirations. The author states: Rooted in the "doctrine of Karma" and the recognition of man's capacity for self-transcendence, this fourfold scheme harmonizes ethical responsibility, material well-being, emotional fulfilment and spiritual liberation. *Dharma*, grounded in truth and non-violence, regulates the acquisition of wealth (*Artha*) and the enjoyment of desires (*Kāma*), while *Mokṣa* stands as the supreme and ultimate goal of life. The author concludes: A study of *Puruṣārtha* and application of them today offer many possibilities through which we can create a grander, more beautiful and meaningful existence even while embracing science and technological strides.

The fourth and final paper, **Understanding the distinction between "Spiritual Resilience" and "Cognitive Resilience"** is authored by *Dr. Krishnamoorthy (Subbu) Subramanian*. Resilience is a well-known property of materials. In human terms, resilience is commonly understood as the capacity to adapt to stress, adversity, and change while maintaining psychological stability and functional effectiveness. The author suggests that for humans, it is not a fixed trait, but a teachable skill set involving behaviors, thoughts, and actions. **Spiritual resilience** is defined as a mind and a way of life that is in implicit and unconditional union with Brahman, the enabler – nature – as a whole! This thought of undivided existence brings with it profound peace and harmony within and with all that surrounds us. The author states: Spiritual Resilience is a gift of nature to everything. Only for human beings, enabled by our mind, it is a cultivated habit! Spiritual Resilience may also be thought of as a quality of a community or society at large. The author defines **Cognitive Resilience** as the ability for maintaining our poise (minimum of wave like perturbation) through self-control (Yoga), Objectivity and Non-attachment in all aspects (activities) of life! Internal balance in our thoughts and emotions

through Cognitive Resilience reflects as a balanced outlook and approach in our activities. It is like riding a bicycle, where safety and progress in our journey is the goal, even as the bicycle shifts constantly to one side (Tranquility) or the other (Turbulence and Inertial). Cognitive resilience may be thought of as individual centered! This paper explores the practical relevance of the distinction, demonstrating how the complementary cultivation of both forms of resilience enables equanimity, clarity, and the capacity to "live in the moment" amidst the complexities of modern life. The figure and tables in this paper may be of added value to some readers.

Section 2, the Sanatana Dharma Articles, is composed of four papers.

The first article is on explanation of a Veda Mantra, ***Hiraṇya pātram madhōḥ***…... authored by *Dr. Raghava S. Boddupalli*. This article explains a famous Veda mantra which is recited after completing the puja in the temples, home, and other spiritual functions while offering Ārati or Mangaḻa hārati to God (a wave offering to a deity using sesame oil with wick or camphor).

The second article in Telugu addresses ***Tarpana Vidhi*: Offering *Tarpanam* to Ancestors - Fruit of virtue** by *Sri Archakam Ramakrishna Deekshitulu.* This is also called as *Pitṛu Yajña* or *Pitṛu tarpanam.* This worship service is offered to three generations of ancestors viz: paternal and maternal father, grandfather and great grandfather and their respective wives so that they are exalted to higher spiritual planes. At the end of the *tarpanam*, we pray that the *tila* (black sesame seed) and water offered during the prayer service, be converted into suitable food for the *pitrus (*elders*)* may it be amrutam, ghee, water, milk, grass, blood or any other food according to their present requirement. At the end of the article the author suggests that a whole-hearted prayer / namaskaram would be enough for *pitrus* - "I possess no wealth to perform ancestral rites, nor do I have the means to offer '***Tarpanam***'. Yet, I harbor boundless devotion towards my ancestors. O Ancestral Deities! Please accept my devotion, my namaskaram prayer and find contentment."

The third item in this section, another essay in Telugu titled, **శ్రీరామశంబుక వృత్తాంతంలో ఒక దృక్కోణం** (A Perspective in the episode of Sri Rama and Shambuka) is written by *Dr. Indram Srinivasa Rao*. The author points out that Ramayana is not only an epic and a grand poetry (*mahakavya*), but also a book for the orderly rule of life *Dharmashastra*. Therefore, apart from reading the Ramayana as the history of Sita and Rama, it should also be examined more subtly for its ethical discernment. In this essay the author explores an episode of Rama and Shambuka and the subtleties of ethics involved.

This section concludes with the fourth article in Telugu titled, **నవగ్రహ దోష నివారిణి - శ్రీ ఆదిశంకరాచార్య విరచిత సౌందర్యలహరి** (Remedy for Navagraha Afflictions — Soundarya Lahari, Composed by Sri Adi Shankaracharya) authored by *Dr. Thatavarthi Rajeswari*. In the 75th verse of **Saundarya Lahari**— "*Tava stanyaṃ manye … kamanīyaḥ kavayitā*" —Śrī Ādi Śaṅkara reveals the path of selfless surrender, illustrating the sweetness of poetry and the role of prior merit through the episode of Manmatha. Soundarya Lahari stands not only as a sacred text for *Śrīvidyopāsana* but also as a poetic masterpiece believed to alleviate the afflictions caused by the Navagrahas, offering a remedy that transcends astrology.

Section 3, the Sanatana Dharma News, of our current issue contains:

--- Sri Tyagaraya Aaradhana Mahotsavam at Sunnyvale, CA, USA
--- World Association of Hindu Academicians (WAHA) Conference Report
---Veda Samskruti Samiti (VSS) Vision Document - Sanskrit version

We welcome all comments and suggestions as well as your ideas to improve and enhance the vEda vaaNee publication. We also solicit research papers, essays, poems and other written articles that are based on Sanatana Dharma. The goal is to learn, spread and assimilate the vast body of knowledge and promote a culture that seeks the goal of Sanatana Dharma: "*Sarve JhanaH Sukhino Bhavanthu*: May everyone and indeed everything remain happy, in peace and harmony!"

– DhanyawaadhaaH –

Editorial Team
vEda vaaNee e-journal

'Vasanta' - The King of *Ṛtus*

[About the picture on the title page]

According to the Hindu Calendar, which is mostly based on the Moon (*Chandramana*) is composed of *Shadṛtus* namely, the *Vasanta, Grishma, Varsha, Sharad, Hemant,* and *Shishir*. Vasanta is a *Ṛtu*, the Indian season which represents Spring. The etymology of the word *Vasanta* is *vasa* + *jhac* - *Vasanti atra Madanōtsavāḥ* - There are wedding ceremonies; Vasanta *ṛtu*; Vasanta raga. Though each and every *Ṛtu* has her own beauty; but the Vasanta is the most fabulous amongst all. In this season, Mother Nature shows off her tremendous beauty. The formation of these *Shadṛtus* is well explained in the 1st chapter of the *Yajurveda Taittirīya Araṇyaka*, which is titled as the *Aruna Prasna*.

The beginning of Vasanta *Ṛtu* fills pleasure in each and every particle of Nature. Blooming trees, shrubs and climbers and the aroma (smell) pleases our mind. Hence the season have remained all-time favorite *Ṛtu* for many ancient writers and poets. Kalidasa was undoubtedly one of the greatest poets in classical Sanskrit literature. Vasanta *Ṛtu* when sets in, there is a sense of excitement in the air - the romance, the jolliness, Nature's finest manifestation in all her beauty- Vasanta, as *Kalidasa* calls it, is certainly the '*Ṛturaaja*' - the king of seasons.

Vasanta and Beauty of Nature have an inseparable inter-connection. It is time for every bush and tree to spring to life with blooms and bursts of colour and fragrance, vibrant as sparklers in festivals. Indian rich heritage and mythology have wonderfully described the importance of Vasanta. Lord Krishna says in the *Bhagavad Gita* (10-35) that in all seasons, He is the *Vasanta*. The festival of Vasanta is celebrated in India on the fifth day of the *Śukla Paksha* and so is called *Vasanta Panchami*; but the concept behind it goes deeper than mere calculation of the days of the moon. To understand the true significance of the festival it would be instructive to understand the essence of Goddess Saraswati, the presiding deity of learning, aesthetics and creativity. The flower is a beautiful symbol of life and regeneration as it leads to seed and then to another plant. Hence Vasant is also known as *Kusumakara*.

Raghava S. Boddupalli, PhD
Editor in-Chief
Veda vaaNee e-Journal

Section One

Research Articles

भारतीय-धनुर्विद्यायाः आधुनिककाले पुनरुज्जीवनम् –

(Revival of Indian Traditional Archery)

M.A. Anantha

Assistant Professor, Trans Disciplinary University, Yelahanka, Bangalore

antsudi2004@gmail.com

Abstract

This paper presents a systematic and interdisciplinary exposition of Indian traditional archery (Dhanurvidyā) based on classical Sanskrit sources, primarily the Vāsiṣṭha Dhanurveda Saṁhitā. It establishes Dhanurveda as an Upaveda of the Yajurveda, encompassing not only the bow but the entire science of weapons, combat techniques, and warfare-related knowledge. The study outlines the fourfold structure of Dhanurveda—initiation (dīkṣā), material collection, established techniques, and applied methodology—highlighting the guru–śiṣya tradition and ritual foundations of training. A major focus is the continuity between ancient and modern archery, demonstrated through parallels in grip techniques, target practices, and distance measurements, with attempts to correlate traditional units with modern metrics. The paper further explores the integration of allied Śastras such as Yoga (posture and breath control), Āyurveda (material processing and quenching techniques), Jyotiṣa (auspicious timing), and Mantraśāstra (weapon consecration). Finally, it proposes a roadmap for revival through textual publication, translation, experimental archaeology, aerodynamics, simulation, and wind-tunnel testing, positioning traditional archery as both cultural heritage and a field of contemporary scientific research.

भूमिका

संस्कृतवाङ्मये अष्टादशविद्यास्थानानि प्रसिद्धानि । तानि –

अङ्गानि वेदाश्चत्वारः मीमांसा न्यायविस्तरः ।
पुराणं धर्मशास्त्रं च विद्या ह्येताश्चतुर्दश ॥
आयुर्वेदो धनुर्वेदः गान्धर्वश्चेति ते त्रयः ।
अर्थशास्त्रं चतुर्थं च विद्या ह्यष्टादश स्मृताः ॥

अत्र, धनुर्वेदः अन्यतमः । अयं च यजुर्वेदस्य उपवेदः । धनुः वेदयतीति धनुर्वेदः इति व्युत्पत्त्या अस्यार्थः अवगन्तव्यः भवति । किन्तु , केवलं धनुषः विचारं विविदिशतीत्यतः कथमस्य धनुर्वेदः इति नाम? इति प्रश्नः अत्र सहजतया समुदेति । तस्योत्तरं तावदेवं विचारणीयम् - काकेभ्यो दधि रक्ष्यताम् इत्यत्र उपलक्षणेन काकपदस्य काकसहितबिडालादिव्यक्तयः अर्थरूपेण स्वीकार्या भवन्ति । तद्वत्, प्रकृते धनुः इति पदस्य न केवलं धनुषः अपि तु, तेन साकं कुन्तम्, छुरिका, गदा,

खङ्गः, इत्यादि नानाशस्त्राणाम्, अस्त्राणाम् उताहो युद्धसंबद्धानां सर्वेषामपि विषयाणां विवरणमस्मिन् वेदे क्रियत इत्यतः तस्य धनुर्वेदः इति अन्वर्थनाम संपन्नं भवति ।[1] तमेव पुष्टीकरोति, अधः दत्तः वासिष्ठधनुर्वेदसंहितायाः श्लोकः -

धनुश्चक्रं च कुन्तं च खङ्गं च क्षुरिका गदा ।
सप्तमं बाहुयुद्धं स्यादेवं युद्धानि सप्तधा ॥[2]

(धनुः, चक्रम्, कुन्तम्, खङ्गम्, क्षुरिका, गदा, बाहुयुद्धम् - इति युद्धानि सप्तधा सन्ति ।)

तदुपरि, मया, केवलं धनुर्विद्यायाः विचारः यत्किञ्चिदत्र प्रस्तूयते ।

प्राचीनधनुर्विद्यायाः मुख्यविषयाः

धनुर्वेदः चतुष्टयपादात्मकः भवति । प्रथमः पादः - दीक्षाप्रकारः । द्वितीयः पादः - सङ्ग्रहः । तृतीयः पादः - सिद्धप्रयोगः । चतुर्थः पादः - प्रयोगविधिः ।

भारतीयशिक्षणपद्धत्यां या कापि विद्या स्यात्, सा तु शुभसये गुरोः सकाशात् दीक्षां स्वीकृत्यैव अभ्यासयोग्या भवेत् । तद्यथा - यस्य कस्यापि कार्यस्य उपक्रमार्थं शुभमुहूर्तस्यावश्यकता वर्तते । तत्तु तिथिवारनक्षत्राणि दृष्ट्वा भवति । तदेवोक्तं वासिष्ठधनुर्वेदसंहितायां धनुर्वेदस्यारम्भविषये –

हस्तः पुनर्वसुः पुष्यः रोहिणी चोत्तरात्रयम् ।
अनुराधाश्विनी चैव रेवती दशमी तथा ॥[3]

(धनुर्विद्यायाः प्रारम्भः, उपर्युक्तनक्षत्रेषु प्रशस्तः ।)

तृतीया पञ्चमी चैव सप्तमी दशमी तथा ।
त्रयोदशी द्वादशी च तिथयस्तु शुभा मताः ॥[4]

(धनुर्विद्यायाः प्रारम्भः, उपर्युक्ततिथिषु प्रशस्तः ।)

एवं शुभमुहूर्तनिश्चयानन्तरं धनुर्विद्यार्थी ब्राह्मण-कुमारी-तापस-शिवयोगिनः पूजयेत् । ततः, उपवासं कृत्वा, अजिनं धृत्वा, अञ्जलिं बद्ध्वा, गुरोस्सकाशात् धनुः याचयेत् ।

ततः द्वितीयः पादः - सङ्ग्रहः । अत्र तु, शस्त्रास्त्रसामग्रीणां सङ्ग्रहः विव्रियते तत्तद्युद्धसंबद्धग्रन्थेषु । प्रकृते, धनुर्विद्यायामुपयोगयोग्यानां सामग्रीणां सङ्ग्रहः विवृतोऽस्ति, तत्संबद्धग्रन्थेषु । उदाहरणार्थम् –

विश्वामित्र शृणुष्वाथ धनुर्द्रव्यत्रयं क्रमात् ।
लोहं शृङ्गं च काष्ठं च गदितं शम्भुना पुरा ॥[5]

(धनोः निर्मितये त्रीणि द्रव्याणि प्रशस्तानि । तानि तु - लोहम्, शृङ्गम्, काष्ठं चेति ।)

लोहानि स्वर्णरजतताम्रकृष्णायसानि ।
शृङ्गाणि महिषशरभरोहितानाम् ॥[6] इत्यादयः ॥

---

[1] केवलं धनुः इति पदस्य अन्ये अर्थाः संभवन्ति । किन्तु अत्र यः उचितः स एव स्वीकृतः ।

[2] वासिष्ठधनुर्वेदसंहिता, ६ ।

[3] वासिष्ठधनुर्वेदसंहिता, ११ ।

[4] वासिष्ठधनुर्वेदसंहिता, १३ ।

[5] वासिष्ठधनुर्वेदसंहिता, ४८ ।

[6] वासिष्ठधनुर्वेदसंहिता, ४९ ।

(लोहे तु - स्वर्णम्, रजतम्, ताम्रम्, कृष्णायसम् चेति । शृङ्गे तु - माहिषम्, शारभम्, रौहितम् चेति ।)

तृतीयः पादः - सिद्धप्रयोगः । अत्र तु, यः प्रयोगः सामान्यतः सिद्धः, तस्योपयोगः एव सिद्धप्रयोगः ।

चतुर्थः पादः - प्रयोगविधिः । सिद्धप्रयोगाणां साकं अन्यप्रयोगान् विविदिशत्ययं पादः । यथा -

बाणभङ्गकरावर्तः काष्ठच्छेदनमेव च ।
बिन्दुकं गोलकयुग्मं यो वेत्ति स जयी भवेत् ॥[7]

(यः बाणम्, करावर्तम्, काष्ठम्, बिन्दुम्, गोलयुग्मं च भिनत्ति, सः जयी भवति ।)

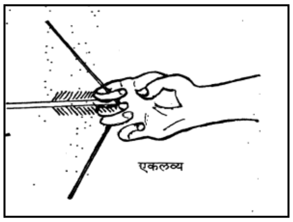
आधुनिककाले भारतीय-पारम्परिक-धनुर्विद्यायाः उपयोगः

अद्य धनुर्विद्या तु सर्वत्र प्रपञ्चे खेलनरूपेणातीव प्रसिद्धा समस्ति । आधुनिक-धनुर्विद्यायाः लोकप्रियता तु सर्वविदिता । किन्तु, पारम्परिक-धनुर्विद्यायाः प्रस्ताव एव किमर्थमिदानीम्? इति प्रश्नस्तु सहज एव । तस्योत्तरं दातुमेवात्र नूतनरीत्या प्रयत्नः कृतः । तद्यथा -

खेलनरूपेण धनुर्विद्यायाः विषये चिन्त्यते चेत्, आधुनीकी या धनुर्विद्या वर्तते, तस्याः पारम्परिक-धनुर्विद्यायाश्च संबन्धः अस्तीति वक्तुं कानिचन उदाहरणानि अत्र दत्तानि -

१. ज्याबाणौ हस्ते यथा गृह्येते तस्य गुणमुष्टिः इति नाम । अद्य स्नायुं गृहीतुं यस्याः गुणमुष्टेः उपयोगः भवति, (तर्जनी-मध्यमा-अनामिका-अङ्गुल्यः), शास्त्रग्रन्थे तस्य एकलव्यमुष्टिः इति नाम । तदेवोक्तं त्रैयम्बके –

तर्जनीमध्यमामध्ये यत्र पुङ्खः प्रपीड्यते ।
अनामिकासमायोगात् मुष्टिस्स्यादेकलव्यकः ॥
त्रैयम्बकैकलव्यौ द्वौ तिर्यक्कोदण्डमार्गणे ।[8]



२. अद्यतन-धनुर्विद्यायां यत् लक्ष्यं (गोलात्मकं वर्णचित्रम्) वेध्यते तत् चित्रवेधः इति शास्त्रेषु कथ्यते ।

एवं सति, पारम्परिक अथवा पुरातनधनुर्विद्याया एव आधुनिकी धनुर्विद्यापि समुत्पन्ना इति वक्तुं शक्यम् । तथापि, अद्यतनधनुर्विद्यायां पुरातनधनुर्विद्यायाः केचनांशाः योजयितुं शक्याः । तद्विषये चर्चा, संशोधनम् इत्यादीनि अवश्यकर्तव्याणि । तं विषयं प्रस्तुतीकर्तुमेवायं प्रबन्धः आरचितोऽस्ति । तद्यथा -

[7] वासिष्ठधनुर्वेदसंहिता, ५२ ।

[8] मानसोल्लासः, अ-१, वि.४ ।

१. अद्य, आधुनिक-खेलन-धनुर्विद्यायाम्, १० मीटर्-तः आरभ्य ९० मीटर् पर्यन्तं लक्ष्यभेदनं क्रियते । वासिष्ठधनुर्वेदसंहितायामेवमुक्तम् -

षष्टिधन्वन्तरे लक्ष्यं श्रेष्ठं लक्ष्यं प्रकीर्तितम् ।
चत्वारिंशतमध्यमं च विंशतिश्च कनिष्ठकम् ॥[9]

अत्र धन्वन्तरम् इति चेत् कति मानम्? अस्य अद्यतनदूरस्य च कथं तोलनम्? इत्यादिविषयेषु संशोधनमावश्यकम् । तथापि, अत्र किञ्चित् प्रयत्नः कृतः । तद्यथा -
[६० धन्वन्तरे (२४० क्यूबिट् । एकम् क्यूबिट् = १८ इञ्च । २४० क्यूबिट् * १८ = ४३२० इञ्च (१०९.७२ मीटर्स्) ।) दूरे स्थितं लक्ष्यं यः वेधयति, सः उत्तमः । ४० (१६० क्यूबिट् । १६० * १८ = २८८० इञ्च (७३.१५ मीटर्स्) ।) धन्वन्तरे स्थितं लक्ष्यं यः वेधते सः मध्यमः । एवमेव, यः, २० धन्वन्तरे (८० क्यूबिट् * १८ = १४४० इञ्च (३६.५७ मीटर्स्) ।) स्थितं लक्ष्यं वेधयति सः अधमः ।] एवमत्र यत् मानमुक्तं तस्य अद्यावधौ, मीटर्-मानेन साकं तुलना कर्तव्या ।

एवमेव, अद्य भागशः स्थिरलक्ष्यमेव वेध्यते बहुत्र । किन्तु, ग्रन्थे सामान्यरूपेण लक्ष्यं चतुर्विधमित्युक्तम् । तद्यथा –

लक्ष्यं चतुर्विधं प्रोक्तं स्थिरं चैव चलं तथा ।
चलाचलं द्वयचलं वेधनीयं क्रमेण तु ॥[10]

(समान्यतः, लक्ष्यम् चतुर्विधम् - चल, अचलम्, चलाचलम्, द्वयचलम् चेति ।)

एवं खेलन-धनुर्विद्यायाम्, एकैकमपि विषयमधिकृत्य बहुधा तौलनिकमध्ययनं कर्तुं शक्यम् । तथैव पुरातन-धनुर्विद्यामादृत्य अद्यतन-धनुः-खेलनक्रमः अपि पुनर्निर्मितुं शक्यः ।

युद्धम् - यदि युद्धे धनुर्विद्यायाः उपयोगस्य विचारे भागशः जनाः चिन्तां न कुर्युः । आधुनिक-भुशुण्डिकायाः आगमनानन्तरं धनुर्विद्यायाः स्थानं दूरे अस्ति । तथापि, विशेषकार्येषु, पुरातनधनुर्विद्यायाः, आधुनिकधनुर्विद्यायाः मेलनं कृत्वा तस्योपयोगः संभवति । तद्विषये पृथगेव विचारणीयम् । अद्य, बहुत्र विदेशेषु क्रास्-बो (गोलासनम्) इत्यस्योपयोगः खेलने, कुत्रचित् युद्धेऽपि च दृश्यते । अस्माकं भारतदेशेऽपि तस्य विषये एका संस्थापि वर्तते । तत्र सामान्यतः अद्यावधौ उपयोक्तुं शक्यानां बाणानामेव उपयोगः वर्तते । किन्तु, शास्त्रोक्तानामन्यानां आरामुखादिबाणानामपि उपयोगः कर्तव्यः अस्ति । तद्विषयेऽपि चर्चा, संशोधनम्, प्रयोगः इत्यादीनामावश्यकता विद्यते ।

तदनन्तरम्, धनुर्विद्यायाम्, अन्यानामपि शास्त्राणामंशदानं समस्ति ।
तद्यथा –

धनुर्विद्यायां योगशास्त्रस्योपयोगः

१. विविधानां लक्ष्याणां वेधनमादृत्य आलीढ-प्रत्यालीढादिस्थानानि उक्तानि । यदि तेषां स्थानानां

[9] वासिष्ठधनुर्वेदसंहिता, ६ ।

[10] वासिष्ठधनुर्वेदसंहिता, ९५ ।

विषये विचारः क्रियते चेत्, तर्हि, योगासनानामावश्यकतां ज्ञातुं शक्यते । तद्यथा -

समपादैः समौ पादौ निष्कम्पौ च सुसङ्गतौ ।[11]

अत्र लक्ष्यवेधनावसरे, यदा धन्वी स्वपादौ समौ निष्कम्पौ संस्थाप्य लक्ष्यं वेधयति, तादृशस्थानस्य समपादः इति नाम । अद्यापि आधुनिक-खेलन-धनुर्विद्यायामस्य उपयोगः दृश्यते ।

एवमेव,

पद्मासनं प्रसिद्धं तु, ह्युपविश्य यथाक्रमम् ।
धन्विनां तत्तु विज्ञेयं स्थानकं शुभलक्षणम् ॥[12]

(कंचित् लक्ष्यं पद्मासने स्थित्वा वेधयेत् इति श्लोकार्थः ।)

एवमग्रे ग्रन्थे विविधेषु प्रसङ्गेषु एतेषां सर्वेषामपि स्थानानां प्रत्येकतया विवरणम्, तेषामुपयोगः इत्यादयः सविस्तरं विवृतास्सन्ति ।

एवमेव -

प्राणवायुं प्रयत्नेन प्राणेन सह पूरयेत् ।
कुम्भकेन स्थिरं कृत्वा हुंकारेण विसर्जयेत् ।
इत्यभ्यासक्रिया कार्या धन्विना सिद्धिमिच्छता ॥[13]

(यदा गुणोपरि बाणः आरोप्यते तदा उच्छ्वासः कर्तव्यः । बाणाकर्षणसमये प्राणवायुं अन्तः गृह्णीयात् । ततः हुंकारेण बाणमोक्षणं कर्तव्यम् ।)

अनेन, धनुर्विद्यायां योगशास्त्रस्योपयोगः सुसिद्धः ।

धनुर्विद्यायामायुर्वेदस्योपकारकत्वम्

तद्यथा -

फलपायनं नाम बाणस्याग्रे विषपूरितमूलिकायाः लेपनम् । तद्यथा -

पिप्पली सैन्धवं कुष्टं गोमुत्रे तु सुपेषयेत् ।
अनेन लेपयेच्छस्त्रं लिप्तं चाग्नौ प्रतापयेत् ॥
शिखीग्रीवानुवर्णाभं तप्तपीतं तथौषधम् ।
ततस्तु विमलं तोयं पाययेच्छस्त्रमुत्तमम् ॥[14]

(पिप्पली, सैन्धवलवणम्, कुष्टम् - एतानी त्रीणि स्वीकृत्य गोमूत्रे पिष्ट्वा, तं बाणाग्रे प्रलिप्य, शीखीग्रीववर्णपरिवर्तनपर्यन्तं अग्नौ तापयेत् । ततः तोयं पाययित्वा शीततां नयेत् ।)

धनुर्वेदे ज्यौतिषशास्त्रस्योपकारकता

एतत्तु प्रथममेवोक्तम् । तद्यथा - धनुर्विद्यायाः प्रारम्भार्थम्, योग्यस्य समयस्य निश्चयः ज्यौतिषशास्त्रमनुसृत्यैव कर्तव्यो भवति ।

धनुर्वेदे मन्त्रशास्त्रस्य साहाय्यम् -

एवमेव, ब्रह्मास्त्रम्, ब्रह्मदण्डः, ब्रह्मशिरः, पाशुपतम्, आग्नेयम्, वायव्यम्, वारुणम् - इत्यादीनामस्त्राणामुपयोगे तु मन्त्रशास्त्रस्य साहाय्यमावश्यकम् । अत्रेदमुदाहरणम् –

ब्रह्मदण्डं प्रवक्ष्यामि प्रणवं पूर्वमुच्चरेत् ।
ततः प्रचोदयाद्ज्ञेयं ततो नो यो धियः क्रमात् ॥
ततो धीमहि देवस्य ततो भर्गो वरेण्यम् ।

---

[11] वासिष्ठधनुर्वेदसंहिता, ८०(अ) ।
[12] वासिष्ठधनुर्वेदसंहिता, ८३ ।
[13] वासिष्ठधनुर्वेदसंहिता, २१-२२ ।
[14] वासिष्ठधनुर्वेदसंहिता, ७१-७२ ।

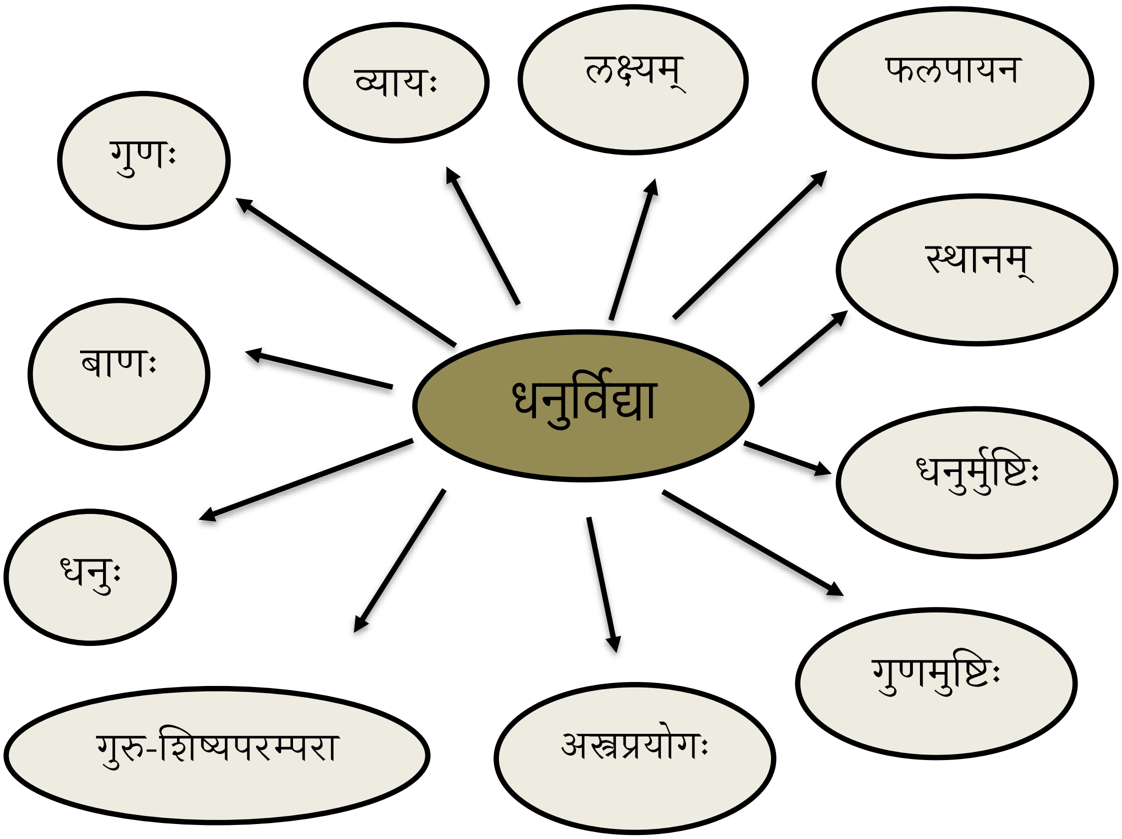
सवितुस्तच्च योक्तव्यममुकशत्रुं तथैव च ॥
ततो 'हन हन हुंफट्' जप्त्वा पूर्वं द्विलक्षकम् ।
अभिमन्त्र्य शरं तद्वत् प्रक्षिपेत् शत्रुषु स्फुटम् ॥
नश्यन्ति शत्रवः सर्वे यमतुल्या अपि ध्रुवम् ।
एतदेव विपर्यस्तं जपेत् संहारसिद्धये ॥[15]

एवमुपर्युक्तैः विचारैः एतत्तु सुस्पष्टं विज्ञायते यत्, अन्यैः शास्त्रैरपि धनुर्वेदे, धनुर्विद्यायां वा साहाय्यं कृतमिति विज्ञायते । अनेन अन्तश्शास्त्रस्याध्ययनार्थमपि अवकाशः विद्यते । किन्तु, अद्यावधौ, तादृशस्य अवकाशस्य उपयोक्तॄणामेव विरलता दरीदृश्यते ।

तदेतत्सर्वमपि मिलित्वा चिन्तयेत् चेत्, धनुर्विद्यां ज्ञातुं अधः दत्तं कोष्ठकं साहाय्यं करोति –

तदेतत्सर्वं मनसि निधाय अत्र केचन विचाराः प्रस्तूयन्ते –

१. अद्य प्रकटनमाध्यमः बहुधा संवृद्धः वर्तते । तस्य साहाय्येन पारम्परिक-धनुर्विद्यायाः विषये ये ये ग्रन्थाः अप्रकटिताः, तेषां प्रकटनमत्यन्तमावश्यकम् । तत्सम्बद्धानि अनेकानि कार्याणि अवश्यकर्तव्यानि सन्ति । तद्यथा - अप्रकटितानां ग्रन्थानामन्वेषणम्, तेषां संपादनम्, पठनम्, भाषान्तरकरणम्, ततः सर्वेषु माध्यमेषु - पुस्तक-वेब्-तन्त्रांश-रूपेषु प्रकटनम् ।



[15] वासिष्ठधनुर्वेदसंहिता, ८५-८७ ।

२. इदानीमुपलब्धानां ग्रन्थानां नानाभाषासु रूपान्तरकरणम्, तेषामपि उपर्युक्तमाध्यमेषु प्रकटनम् ।

३. अन्तश्शास्त्राध्ययनार्थम्, ग्रन्थ-जन-धनादीनामुपलब्धिः, अवकाशस्य प्रदानम्, वेदिकानिर्मितिः च । तेषु विद्यमानानां वैज्ञानिकांशानामद्यतनकाले उपयोगस्य विचारे चर्चा, संशोधनम् च ।

४. अन्तर्जाले, अद्यतन-विज्ञाने च एरो-डैनमिक्स् इति विज्ञानविभागः अतीव प्रसिद्धः । सामान्यबाणस्य तु तद्विषये प्रयोगादिकं कृतमस्ति । तस्य फलश्रुतिरपि मिलति । किन्तु, शास्त्रोक्तेषु अन्यबाणेषु तादृश-प्रयोगाः न कृताः इति मन्ये । तदर्थम्, जन-धन-प्रयोग-साहाय्यादिकमतीवावश्यकम् ।

५. अद्य, विज्ञानक्षेत्रे त्रैविमा-विज्ञानमतीव प्रसिद्धम्, बहुधा, बहुत्र उपयुज्यमानमपि वर्तते । उपर्युक्तांशरूपेणैव, शास्त्रोक्तानां बाणानामपि त्रैविमारूपेण निर्माणस्यावश्यकता वर्तते । तेषामपि प्रतिरूपविधानम्, वातसुरङ्गपरीक्षा - इत्यादीनामपि कार्यकरणमावश्यकम् ।

यदि, उपर्युक्ताः सर्वेप्यंशाः आधुनिक-धनुर्विद्यायां संयुक्ताः भवेयुः तर्हि, नूतनरीत्या तस्याः आविष्कारः, प्रसिद्धिः, योगदानं च भवेत् । संपूर्णस्य जनसमुदायस्य उपकाराय च कल्पते ।

पारिभाषिकपदार्थसूची

१. धनुः = Bow
२. बाणः / शरः = Arrow
३. ज्या / स्नायुः / गुणः = String
४. गुणमुष्टिः = Holding of Bow-string
५. फलपायनम् = Quenching technique
६. प्रतिरूपविधानम् = Simulation
७. वातसुरङ्गपरीक्षा = Wind-tunnel testing
८. त्रिविमा / त्रैविमा = 3D image
९. वासिष्ठधनुर्वेदसंहिता -
    a. English translation by Mrs. Purnima Ray, JP Publication, Delhi – 110007, 2003
    b. Hindi Commentary by Dwarka Prasad Shastri, Chawkhambha Prakashan, Varanasi – 221001, 2007
१०. धनुर्वेदः –
    a. Hindi commentary by Dr. Devvrat Acharya, published by Vijaykumar Govindaram Hasanand, Delhi – 110006, 1999
    b. Dhanurveda: The Vedic Military Science, by Dr. Ravi Prakash Arya, Indian Foundation for Vedic Science, Rohtak, Haryana.
११. अग्निपुराणम्
१२. रामायणम्
१३. महाभारतम्
१४. मानसोल्लासः – By Sri Sureshwaracharya, published by, Sri Dakshinamurthy Mutt Prakashan, Varanasi – 221010, 2008.

About the Author

Dr. Anantha M.A., is an interdisciplinary scholar dedicated to integrating classical Sanskrit knowledge with contemporary scientific understanding. His core academic competencies include Dhanurveda, Vimanashastra, traditional Indian metallurgy, medical manuscriptology, and philosophical systems such as Nyāya. With strong proficiency in Grantha and Sharada scripts, he has contributed extensively to deciphering, digitization, and critical editing of unpublished manuscripts of cultural and scientific importance. His work advances the preservation and accessibility of ancient Indian scientific literature through structured publication, digital documentation, and research capacity building. As an assistant professor at CTKDSI, Trans-Disciplinary University, Bengaluru, he is actively engaged in scholarly teaching, heritage science research, and the development of educational resources for Indigenous Knowledge Systems. He is committed to strengthening the academic continuity between historical Sanskrit knowledge traditions and modern transdisciplinary research frameworks.

Health Benefits of Chewing '*Tāmbūlam*'

V. Yamuna Devi

Director (Research), The Kuppuswami Sastri Research Institute (KSRI), Chennai

Abstract

Betel leaves and Tāmbūla are considered most auspicious in all Indian religious rites and cultural gatherings. It is also found that chewing betel leaves during festivities and auspicious occasions is encouraged in Indian households. Is betel chewing imbibed into daily life as a habit for the health benefit or is it only an ornamental or superstitious practice is a question raised by the present generation. Unless the use of betel leaf in daily life is explained scientifically, the current generation refuses to inculcate such practices. Hence with a view to learn and unlearn this topic is taken up for analysis in a systemic manner.

पूगीफलं महद्दिव्यं नागवल्लीदलैर्युतम् ।
एलादिचूर्णसंयुक्तं ताम्बूलं प्रतिगृह्यताम् ॥

'O Lord, please accept this *Tāmbūlam*'

Puugiiphalam Mahad-Divyam Naagavallii-Dalair-Yutam |

Ela[a-A]adi-Cuurnna-Samyuktam Taambuulam Pratigrhyataam ||

Introduction

'*Tāmbūlam'* is the preparation of aracanut, lime and other ingredients folded into betel leaves. '*Tāmbūlam'* or '*Pān'* or '*Beeda'* has social, cultural, religious and medical significance in the Indian Society. The savouring of the '*tāmbūla'* is an integral part of festivity and celebration in social gatherings. The enthusiasm of the general public in consuming the '*pān'* as a mouth freshener and colouring agent is well-known.

The betel leaf *viz.*, the *nāgavllī,* (in Sanskrit) itself is said to be auspicious and representative of the Gods (*Tāmbūlamañjarī.* 24):

पर्णाग्रे वसते लक्ष्मीः पर्णमूले सरस्वती।
पर्णमध्ये वसेद्गौरी चूर्णपर्णेषु चण्डिका॥
ताम्बूलाग्रे निवसति रमा मध्यमे वागधीशा
पृष्ठे ज्येष्ठा हिमगिरिसुता मध्यभागेऽन्यतो भूः।
अन्तर्विष्णुः बहिरुडुपतिः शङ्करश्चैव कोणे
मूले मृत्युर्वसति मदनः सर्वपत्रेषु पुंसाम्॥

The *Tāmbūlamañjarī* (19th Century C.E), the only work available so far on chewing betel, exclusively deals with all aspects of *tāmbūla* in 230 verses. The author of the work is unknown. Other works like the *Suśruta Samhitā, Aṣṭāṅgahṛdaya, Śivatattvaratnākara,* and *Bṛhatsamhitā* also have information on

chewing betel leaves and their benefits. The right amount of the ingredients in the '*pān*' and the appropriate time of consuming it, the health benefits and other aspects as dealt with in all these texts shall be discussed here.

Included in the Daily Regimen by Ayurvedic Texts

The Ayurvedic texts prescribe *tāmbūla-sevana* as a daily regimen for its health benefits.

The *Suśruta Saṃhitā*[1] while describing the practices for the prevention of future ailments, suggests certain daily regimen of which betel chewing is one among them. The Aṣṭāṅgahṛdaya (Dinacaryā.6) also includes the tāmbūla-sevana in the daily regimen in the prescribed order starting with nasal instillation, oil pulling, medicated smoke inhalation and then chewing the betel leaves:

ततो नावन-गण्डूष-धूम-ताम्बूलभाग्भवेत्।

The Ingredients

The ingredients of *tāmbūla* and their benefits are also mentioned in detail in the Ayurvedic texts. The *Suśruta Samhitā* (Cikitsāsthāna, adhyāya, 24. 21) gives the preparation of the *pān* or *tāmbūla* thus:

कर्पूरजाती-कक्कोल-लवङ्ग-कटुकाह्वयैः। सचूर्णपूगैः सहितं पत्रं ताम्बूलजं शुभम्॥

"Chewing betel leaf with *karpūra* (camphor), *jātīphala* (nutmeg), *kakkola* (cubeb), lavaṅga (clove) and kaṭuka (hibiscus Abelmoschus) along with *cūrṇa,* lime and *pūga* (arecanut) is wholesome".

The *Tāmbūlamañjarī* (47cd-9) mentions 12 ingredients of *tāmbūla,* which are as follows: 1. Betel-leaves of Magadh acountry 2. Betel-nut 3. Catechu 4. Lime 5. Mace flower, 6. Mace nut, 7. Clove, 8. Small pieces of coconut, 9. Golden foil. 10. Silver foil 11. Camphor 12. Saffron

ताम्बूले योजयेद् द्रव्यं चिक्कणं क्रमुकं तथा॥
खदिरश्चूर्णकं जातीत्वक् च जातीफलं तथा।
लवङ्गैलं नारिकेलबीजस्य शकलं लघु॥
स्वर्णरौप्याणि पत्राणि कर्पूरः केसरं तथा।
जातानि मागधे देशे नागवल्ली दलानि च॥

In various other contexts few other ingredients are also added in the text as follows: 13. Tobacco 14. Musk 15 Almond 16 Cardamom 17. Dry Ginger. 18. Ginger 19. Sandal 20. Cinnamon 21. Nutmeg 22. Muramamsa *Casearia esculenta* and 23. Nakha—*Helix Aspera*.

In the process of making *tāmbūla,* the preparation and the best variety of the aracanut for the *tāmbūla* is described in the *Śivatattvaratnākara*. Of the aracanuts, those grown in the coastal regions, valleys and the red soil are said to be the best varieties. These when broken are light red in colour and have to undergo a series of process before they are ready for consumption. The aracanuts are broken, soaked in water and seasoned with camphor and other fragrant ingredients for consumption (*Śivatattvaratnākara,* VI.20.98-102):

... वेलावर्णसमुद्भूतान् तथेश्वर-पुरोद्भवान्॥
कोटिकापुरजान्वापि क्रमुकौघान् सुपाकिनः। भङ्क्त्वे
पाटलसङ्काशान् कषायमधुरात्मकान्॥
दलीकृत्योष्णतोये च प्रक्षिप्याशोष्य घर्षितान्।
माकन्दफलवृन्तोत्थनिर्यासेन सुभावितान्॥

[1] *Suśruta Samhitā*, Cikitsāsthāna adhyāya, 24.3: उत्थायत्थाय सततं स्वस्थेनारोग्यमिच्छता । धीमता यदनुष्ठेयं तत् सर्वं संप्रवक्ष्यते॥

कर्पूरवारिणा सिक्तान् श्रीखण्डक्षोदमिश्रितान्।
कस्तूरीकल्कसम्युक्तान् छायाशिष्कान्मनोहरान्॥
तरुणानि सवल्कानि क्वाथितानि प्रयत्नतः।
वनवासप्रभूतानि क्रमुकस्य फलानि वा॥
कृत्वा त्वचा वियुक्तानि छायायां शोषितानि च।
चतुर्भागैर्वियुक्तानि ताम्बूलार्थं समाहरेत्॥

Properties of the Components of *Tāmbūla or pān*

Though the texts like *Tāmbūlamañjarī* mention as many as twenty items for preparing *tāmbūla* only a few are regularly used in households. The nutritive properties of these popular ingredients folded into a *Tāmbūlam* or *pān* are presented here:

The *Śivatattvaratnākara* declares that the betel leaves alleviate the imbalance of *vāta*, while aracanuts arrests the raise of *kapha,* lime (calcium hydroxide) instigates the digestive fires and *pitta* is regulated by *khadira* juice (*Śivatattvaratnākara,* kallola 6, taraṅga 20. 121):

ताम्बूलपत्राणि हरन्ति वातं
पूगीफलं हन्ति कफाभिवृद्धिम्।
चूर्णं हरत्याशु च वह्निमान्द्यं
निहन्ति पित्तं च खदिरस्य सारः॥

The betel leaves and their varieties are also elaborated in the text (*Śivatattvaratnākara,* VI.20.104-6). The betel leaves grown in wet land and those grown on river banks appearing whitish in colour are said to be best for consumption of '*pān*'. The whitish betel leaves with dark base and tip may also be chosen and stored for use:

वनवासे राष्ट्रराजे संभूतानि वराणि च।
कर्पूरवल्ली जातानि नागवल्ल्युद्भवानि च॥
उषितानि समा वल्ल्यां वत्सरं भारकेषु च।
नादेयोदकसिक्तानि पाण्डुराणि वराण्यपि॥
पर्णानि प्रान्तकृष्णानि द्विपञ्चाशन्मितानि च।
बहिस्थकृष्णपर्णानि पिटके पिहितानि च॥

The *Tāmbūlamañjarī* (80) also emphasis the properties of betel leaves as being pungent, hot and bitter. It alleviates cold and cough, regulates *vāta* and *pitta*. Increases thirst and instigates the digestive fires.

नागवल्ली कटुस्तीक्ष्णा तिक्ता पीनसवातजित्।
कफकासहरा रुच्या दाहकृद्दीपनी जरा॥

Nutritive value in the betel leaves as presented by a team of Scientists and Nutrition and Dieticians[2] is presented in the **Table 1**:

Studies have been conducted by researchers to find the benefits of these claims made in the Ayurvedic texts. Experimental findings have proved these claims to be true.

The findings recorded are as follows:

a) The ethanol extract of betel leaves potentially inhibits the growth of food borne pathogens.

b) The aqueous extract of the betel leaves also inhibits the different acid-producing oral pathogens which changes in the ultra-structure of the enamel and its properties like *streptococci, Lactobacilli, Staphylococci, Corynebacteria,*

[2]*The wealth of India*, Council of scientific and industrial research, 8:84-94, New Delhi, 1969.
Nutritive value of Indian foods, National institute of Nutrition, Hyderabad, India, 1984, 108.

Porphyromonas gingivalis and Treponema denticola[3]. So consuming betel leaves helps in maintaining oral hygiene.

c) The betel leaves also are hypotensive, cardio tonic, smooth and skeletal muscle relaxant actions[4].

d) The extract of the betel leaves also poses the bacterial activity against the urinary tract pathogenic bacteria such as *Enterococcus faecalis. C. koseri, C. fruendi, Klebsiella pnemoniae*[5] etc.

***cūrṇa* – lime:** The *Tāmbūlamañjarī* (114) mentions four kinds of lime – *sudhā, cūrṇa, mauktikasāra* and *śailodagrāma*. The lime prepared from the *Arjuna* tree alleviates *kapha* while the lime made of *arka* tree alleviates *gulma*, that of *kuṭaja* alleviates *kṣayaroga*. The lime of *karañja* is tasty and it mitigates the *vāta*. The lime prepared of water is also tasty which alleviates *pitta,* gives streghth and kindles digestive fires. The lime of the stone increases *pitta* while that of crystal stones aid in strengthening the teeth. The lime prepares out of the shells makes the mouth dry:

चूर्णं चार्जुनवृक्षजं कफहरं गुल्मघ्नमर्काह्वजम्।
शोषघ्नं कुटजं करञ्जजनितं वातापहं रुच्यदम्।
पित्तघ्नं जलजं बलाग्नि रुचिदं शैलाह्वजं पित्तदम्
स्फाटिक्यं दृढदन्तपङ्क्तिजननं शुक्त्यादिजं रूक्षदम्॥

The lime or slaked lime is chemically called Calcium hydroxide ($Ca(OH)_2$), a rich source of calcium easily absorbed by the body is a well-known fact.

***Pūga* – Aracanut - *Areca catechu* Linn.:** The nutritive value of *pūga* is enumerated in the *Tāmbūlamañjarī* (95) as freshly harvested is cold in potency, causes relaxation, heavy to digest. The aracanuts processed after dying are hot in potency salty and sour in taste. This alleviates *vāta doṣa* and increases *pitta.* (refer **Table 2**):

पूगवृक्षस्य निर्याणो हिमः सम्मोहनो गुरुः।
विपाके सोष्णकः क्षारः साम्लो वातघ्नपित्तलः॥

Jātīphala - *Myristica fragrans* Houtt.: The constitution of the *jātīphala* is enumerated in *Śivatattvaratnākara* (VI.20.123) that it is astringent, hot and pungent. It cures throat ailments. It alleviates *vātadoṣa,* excessive bleeding and helpful in diabetes and urinary tract infections. It is aphrodisiac and aids digestion (refer **Table 3**):

जातीफलं कषायोष्णकटुकण्ठामयापहम्।
वातातिसारमेहघ्नं वृष्यं दीपनदं लघु॥

Lavaṅga - *Syzygium aromaticum* (L.) Merr. & L.M. Perry: The lavaṅga is light to digest, good for eyes, pungent, tasty, balances kapha and pitta and aids in chronic respiratory disorders. It alleviates vomiting and abdominal colic pain, improves digestion and relieves of cough and bad breath (*Śivatattvaratnākara,* VI.20. 124) (refer **Table 4**):

लवङ्गं लघुचाक्षुष्यं कटु स्वादु क्षयापहम्।
त्वक्छर्दिहिमशूलघ्नं वह्निकृच्छ्वासखासजित्॥

---

[3]Bissa S, Songara D, Bohra A "*Traditions in oral hygiene*: Chewing of betel (piper betel L.) leaves", Current Science, Jan 2007; Vol.92 (1): 26-8.

[4]Evans PH, Bowers WS, Funk EJ. "Identification of Fungicidal and Nematocidal Components in the leaves of Piper Betel (piperaceae)", Journal of Food agricultural and Chemistry, 1984;32: 1254-1256.

[5]Chakraborty D, Shah B. Antimicrobial, antioxidative and antithemolytic activity of Piper betel leaf extracts, Int. J. Pharm. Pjarm. Sci. 2011; 3(3): 192-199.

Karpūra - *Camphora officinarum* Nees: Karpūra is said to be cold, dry, good for eyes alleviating pitta and soft. Mitigates *kapha* and thirst, removes bad odour of the mouth and anti-poisonous (*Śivatattvaratnākara,* 125) (refer **Table 5**):

कर्पूरशीतलो वृष्यश्चक्षुष्यः पित्तहृन्मृदु।
कफदाहास्यवैरस्य मेदस्वेदविषापहः॥

Elā – Cardomum - *Elettaria cardamomum* (L.) Maton: *Priyaṅgu* is cold in potency, mitigates *vāta*, *pitta* and stops bleeding and thirst and increases the shukla (vitality) (*Śivatattvaratnākara,* 126) (refer **Table 6**):

प्रियङ्गुः शीतलो वातज्वरपित्तास्रदाहजित्।
आस्यशोषहरो हृद्यः शुक्लवृद्धिकरो वरः॥

The plant constituents in *Tāmbūla* that are described above, are depicted in **Figure 1**. The botanical names of the plants are as per the International Code of Botanical Nomenclature (ICBN).

Prohibited Components of *Tāmbūla*

The consumption of the dried leaves is said to decrease the longevity, while the leaf veins when consumed afflicts the brain (makes one dull witted). Hence it is suggested that the veins and the tips be removed before consuming the leaves (The *Śivatattvaratnākara*, kallola 6, taraṅga 20. 120):

पर्णमूले वसेद् व्याधिः पर्णाग्रे पापसम्भवः।
चूर्णपर्णं हरेचद्यायुः सिरा बुद्धिविनाशिनी॥
तस्मादग्रं च मूलं च सिरां चैव विवर्जयेत्॥

Time and proportion for consuming

The *Suśruta Samhitā* mentions that it is wholesome to chew *tāmbūla* after arising from sleep, eating, bathing and vomiting (Cikitsāsthāna, adhyāya, 24. 23cd):

पथ्यं सुप्तोत्थिते भुक्ते स्नाते वान्ते च मानवे॥

The *Śivatattvaratnākara* (VI.20.130) also emphasises that the *tāmbūla* is taken only after a period of one *ghaṭikā* from the time of finishing one's meal at the end of which one must eat ginger:

भुक्त्वान्ते सलिलंपीत्वा गृहीत्वा विश्वभेषजम्।
प्रतीक्ष्यघटिकामेकां कार्यं ताम्बूलचर्वणम्॥

The ratio of the betel, aracanut and lime also varies according to the time of consumption in a day. The *Śivatattvaratnākara*, (VI. 20.116) mentions that in the morning hours the proportion of aracanut should be higher, while at noon the lime and at dusk the betel leaves are to be higher in proportion respectively, which would increase longevity and health.

प्रातः पूगफलाधिक्यं मध्याह्ने चूर्णकं बहु।
सायाह्ने च दलाधिक्यमायुरारोग्यवर्धनम्॥

The *Bṛhat Saṃhitā* (LXXVII. 37ab) also mentions such a ratio which depends on the time of the day. Accordingly, it says that at night it is beneficial to have higher quantity of the betel leaves, while by day the aracanut should be higher:

पत्राधिकं निशि हितं सफलं दिवा च
प्रोक्तान्यथाकारणमस्य विडम्बनैव।

Health benefits

The *Suśruta Samhitā* (Cikitsāsthāna, adhyāya, 24. 22-3ab) mentions the following health benefits. Chewing Betel leaves provides clarity and fragrance in the mouth, lusture and charm on face; it removes dirt of jaw, teeth and voice; cleanses tongue; checks excessive salivation, is pleasing and alleviates diseases of throat:

मुखवैशद्य-सौगन्ध्य कान्ति-सौष्ठवकारकम् ।
हनु-दन्त-स्वर-मल-जिह्वेन्द्रिय- विशोधनम्॥
प्रसेकशमनं हृद्यं गलामयविनाशनम्।. . .

The *Śivatattvaratnākara* (kallola 6, taraṅga 20.114ab) also mentions that the consumption of this *pān* in small quantities are very good for health maintaining the three humors, and strengthening the throat and teeth:

त्रिदोषशमनीः कण्ठ्या दन्तानां च बलावहाः।

Persons prohibited from chewing *Pān*

It is contra-indicated in intrinsic hemorrhage, wasting due to chest-wound, thirst, fainting, roughness, debility and dryness of mouth" (Cikitsāsthāna, adhyāya, 24. 24):

रक्त-पित्त क्षतक्षीणतृष्णामूर्च्छापरार्तिनाम्।
रक्षो दुर्बलमर्त्यानां न हितं चास्य शोषिणाम्॥

The *Śivatattvaratnākara* also prohibits taking *tāmbūla* after drinking milk. It is said that if one would chew the *pān* within a *muhūrta* of drinking milk it would lead to various diseases like leprosy, fainting or urinary infections. It may also cause heart problems and instigate *pitta* and hence it is suggested that the *tāmbūla* is consumed after a period of one muhūrta after drinking milk (*Śivatattvaratnākara,* 128-9):

कुष्ठो भवति मोहो वा मूत्रदोषोऽथवा भवेत्।
क्षीरं पीत्वामुहूर्ते तु ताम्बूलं यदि चर्वति॥
हृच्छूली जायते सद्यः पित्ताधिक्यं भवेत्तथा।
तस्मान्मुहूर्तादुपरि ताम्बूलं भक्षयेत्सदा॥

Defects in over consumption

The defects of overconsumption of the *pān* are also enumerated. Excessive chewing of the betel leaves leads to – loss in the strength and whiteness of the teeth; causes eye diseases, and loss in body strength (*Śivatattvaratnākara,* 127):

दन्तशैथिल्यपाण्डुत्वनेत्ररोगबलक्षयान्।
वितनोत्याशु मेहांश्च ताम्बूलमतिसेवनात्॥

Conclusion

The above facts reveal that betel leaves consumed with moderation has many health benefits. This has also been verified by the researchers and hence one can acquire these benefits by following the instructions given in the texts based on betel chewing. Also, it is to be noted that tobacco is highly injurious to health and so also excess of areca nut leads to anemia. The defects of over consumption of pan also were known as the saying goes-*ati sarvatra varjayet* - and with this in mind one has to take them in moderation to get all the benefits of betel chewing. Thus, the betel chewing as a regimen can be re-adopted in our lives which is neglected in this fast and technical world as a preventive mode for many diseases.

Bibliography

1. *Aṣṭāṅga Hṛdaya*, Chowkhamba Series, Varanasi, 1977.

2. *Caraka Samhitā*, Chowkhambha Sanskrit Studies Vol.XCIV, Chowkhambha Sanskrit Series, Varanasi, 1977.

3. *Suśruta Samhitā* with Eng. tr. and Dalhana's comm. P.V.Sharma, Haridass Ayurvedic Series 9, Chowkhambha Sanskrit Series, Varanasi, 2000.

4. *Śivatattvaratnākara* of Keladi Basavabhupala, ed. P.Maribasavaradhya, Oriental Research Institute, Mysore, 1985.

5. *Tāmbūlamañjarī,* ed. By J.S.Pade, Oriental Institute, Baroda, 1958.

6. *Varāhamihira's Bṛhat Saṃhitā* Eng. Tr. By M. Ramakrishna Bhat, MLBD, New Delhi, 1982.

7. Bissa S, Songara D, Bohra A "*Traditions in oral hygiene*: Chewing of betel (*Piper betel* L.) leaves", Current Science (JSTOR), Jan 2007; Vol.92 (1): 26-8. https://www.jstor.org/stable/2409681

Table 1: Nutritive Value in the Betel (*Piper betle* Linn.) Leaves

S. No.	Constituents	Approximate composition
1	Water	85-90%
2	Protein	3-3.5%
3	Fat	0.4-1.0%
4	Minerals	2.3-3.3%
5	Fibre	2.3%
6	Chlorophyll	0.01-0.25%
7	Carbohydrate	0.5-6.10%
8	Nicotinic acid	0.63-0.89 mg/100g
9	Vitamin C	0.005-0.01%
10	Vitamin A	1.9-2.9 mg/100g
11	Thiamine	µ10-70 µg/100g
12	Riboflavin	1.9-30 µg/100g
13	Tannin	0.1-1.3%
14	Nitrogen	2.0-7.0%
15	Phosphorus	0.05-0.6%
16	Potassium	1.1-4.6%
17	Calcium	0.2-0.5%
18	Iron	0.005-0.007%
19	Iodine	3.4 µg/100g
20	Essential Oil	0.08 - 0.2%
21	Energy	44 kcal/100 g

Table 2: The Nutritive Value and Health Benefits of *Pūga* – Aracanut

Name	**Betel nut**
Scientific Name	*Areca catechu* Linn.
Family	Arecaceae
Origin	It is grown in Tropical Pacific, South Asia, South east and East Africa.
Colors	Yellowish to red or orange
Shapes	Ovoid drupe, Length: 4-5 cm
Health benefits	• Stroke Recovery • Anti-cavity Effect Schizophrenia • Dry Mouth Relief • Prevents Anemia

Table 3: The Nutritive Value and Health Benefits of Nutmeg

Name	Nutmeg
Scientific Name	*Myristica fragrans* Houtt.
Family Name	Myristicaceae
Origin	Nutmeg is indigenous to Moluccas (or Spice Islands) of Indonesia.
Colors	Brown
Shapes	Ovoid, 2 to 3 cm (0.8 to 1.2 inches) long by about 2 cm (0.8 inches) across
Flesh colors	Yellow
Calories	37 Kcal. / Cup
Major nutrients	• Vitamin B6 (384.62%) • Manganese (8.83%) • Copper (8.00%) • Total Fat (lipid) 2.54 g (7.26%) • Total dietary Fiber (3.95%)
Health benefits	• Brain Tonic • Pain Relief • Indigestion Relief • Bad Breath • Treatment Liver • Kidney Detox

Table 4: The Nutritive Value and Health Benefits of Clove

Name	Clove
Scientific Name	*Syzygium aromaticum* (L.) Merr. & L.M. Perry
Family	Myrtaceae
Origin	Native to Indonesia and occur especially in the north and central Maluka (Moluccas) and Papua Barat (Irian Jaya).
Colors	Dark red
Shapes	Small, berry, elliptical, 2 to 2.5cm long
Calories	18 Kcal. / Cup
Major nutrients	• Manganese (169.91%) • Iron (9.63%) • Vitamin K (7.67%) • Total dietary Fiber (5.79%) Calcium (4.10%)
Health benefits	• Better digestion • Antibacterial properties • Stress • Condition hair • Chemo-preventive properties

Table 5: The Nutritive Value and Health Benefits of Karpūra

Name	**Camphor or Karpūra**
Scientific Name	*Camphora officinarum* Nees
Family	Lauraceae
Origin	Native to China, Japan and Taiwan
Colors	Native to China, Japan and Taiwan
Shapes	Small, globose, diameter: 1.0 cm (0.25 to 0.5 inches)
Health benefits	• Stimulate digestive health • Antioxidant activity • Lower inflammation • Prevention of microbes • Acts as decongestant

Table 6: The Nutritive Value of Ela (Cardamom)

Name	**Ela (Cardamom)**
Scientific Name	*Elettaria cardamomum* (L.) Maton
Family	Zingiberaceae
Calories	311
Compound	**% of Daily Value**
Total Fat 7 g	10%
Saturated Fat 0.7 g	3%
Cholesterol 0 mg	0%
Sodium 18 mg	0%
Potassium 1,1119 mg	31%
Total Carbohydrate 68 mg	22%
Dietary Fiber 28 g	112%
Protein 11 g	22%
Vitamin C	35%
Vitamin B6	10%
Vitamin D	0%
Calcium	38%
Iron	77%
Magnesium	57%
Cobalamin	0%

Figure 1 - Plant Ingredients in *Tāmbūla* - (A) *Piper betle* Linn. (Betel leaves) climber; **(B)** *Areca catechu* Linn. (Aracanut) tree in fruiting; **(C)** Processed Aracanut fruits, **(D)** *Syzygium aromaticum* (L.) Merr. & L.M. Perry (Lavaṅga) tree with aromatic flower buds; **(E)** Processed cloves or lavaṅga**; (F)** *Myristica fragrans* Houtt. (Jātīphala) tree in fruiting stage; **(G)** Processed Jātīphala fruits; **(H)** *Elettaria cardamomum* (L.) Maton (Ela, Cardamon) in flowering stage; **(I)** Cardamon in fruiting stage; **(J)** Processed cardamon fruits; **(K)** *Camphora officinarum* Nees (Karpura or Camphor) tree in flowering stage; **(L)** Camphor in fruiting stage.

About the Author

Dr. V. Yamuna Devi, obtained Ph.D. degree in Sanskrit from the University of Madras. Presently she is working as a Director (Research) at Kuppuswami Sastri Research Institute, (KSRI) Chennai. She has 15 years of Research and Teaching experience. She is a research guide under whose guidance four candidates have received their Doctoral degrees and nine candidates received M.Phil. Degree. She has published 12 books / monographs. Her interests are Sanskrit literature, Philosophy, Dramaturgy, Purāṇas, Nyāya, Advaita Vedānta, Bhakti literature, science in Sanskrit texts, Environmental studies, gender studies, and social institutions (orphans, women, ecology). She has contributed more than 40 articles in peer reviewed Journals, presented more than 50 research papers at various National and International Conferences and reviewed more than fifty articles and books for reputed academic journals. She is well involved in many outreach programs in propagating and promoting the Sanskrit language and culture through lectures and speeches at various schools, colleges and educational institutions, All India Radio talks and general public gatherings.

Puruṣārthas – Man's Fundamental Aspirations

Dr. Lavanya V. Eswar
Librarian, The Kuppuswami Sastri Research Institute (KSRI), Chennai

'*Puruṣārtha - Dharma, Artha, Kama,* and *Moksha* is a key concept in Hinduism, which holds that every human has four life goals that are necessary and sufficient for a fulfilling and happy life'

Abstract

The Indian conception of Puruṣārthas – Dharma, Artha, Kāma and Mokṣa – represents a comprehensive and profound framework of human aspirations. Rooted in the doctrine of Karma and the recognition of man's capacity for self-transcendence, this fourfold scheme harmonizes ethical responsibility, material well-being, emotional fulfilment and spiritual liberation. Dharma, grounded in truth and non-violence, regulates the acquisition of wealth (Artha) and the enjoyment of desires (Kāma), while Mokṣa stands as the supreme and ultimate goal of life. Drawing upon classical sources such as the Mahābhārata, Rāmāyaṇa, Bhagavad Gītā, Manusmṛti and Raghuvaṁśa, this paper examines the philosophical structure and ethical coherence of the Puruṣārtha doctrine. It further argues that, in an age marked by technological advancement and moral uncertainty, the balanced pursuit of these four aims offers a sustainable and spiritually grounded model for individual fulfilment and social harmony.

Introduction

The first and foremost basic fact is that man is essentially an animal. He possesses instincts, tendencies and desires in common with animals. The great philosopher Śrī Adi Śaṅkarācārya has beautifully expressed it in sūtra form in his Brahmasūtra Bhāṣya, thus: paśvādibhiścāviśeṣāt (because of no difference from animals (paśu) and others (ādi).

Man possesses self-consciousness, the intelligence to look before and after an action and to change it according to circumstances. It was Pascal who said that "the minute human being who knows he is crushed is infinitely higher than the unknowing mass, however vast, which crushes him". It is this knowledge, this power of discrimination which distiguishes man from an animal. The great statesman and poet, Śrī Nīlakaṇṭha Dīkṣita expresses this truth in a beautiful verse (*Sabhārañjana Śataka*, v.7):

अपि मानुष्यकं लब्ध्वा भवन्ति ज्ञानिनो न ये।
पशुतैव वरं तेषां प्रत्यवायाप्रवर्तनात्॥

"If even after attaining the position of being born a man, he does not possess wisdom and discrimination then, it is much better he be an animal as he will not then be subject to the controlling law of sin".

Indian thought has, therefore, proceeded upon the recognition of the value of the truth that man's progress lies towards the perfection and the manifestation of the divinity

within him. Further, the doctrine of Karma and re-incarnation have played a great part in moulding the characteristic features of Indian thought on all aspects of life.

With this background, this paper puts forth that Indian thinkers had proceeded with the study of what man should be and what he should pursue. They comprehended the scope of this topic by the significant Sanskrit compound '*puruṣārtha*'. The term '*puruṣārtha*' denotes both the objectives of life and the comprehension on what those objectives would come to as a consequence of the psychological tendencies of the individual. Human life without purpose would be meaningless. One needs to have an end or purpose in life towards which our actions can be directed. Dharma, Artha, Kāma, and Mokṣa are the aims or goals of human life for attaining which man ought to strive throughout his life, and in all births. These '*arthas*' are meant for the '*purusa*' the human being. Till man lives or the species of human beings is alive, *puruṣārthas* are going to add meaning to our life. It was there earlier; it is sought today and is going to be there until man lives. The Agni Purāṇa states:

धर्मार्थकाममोक्षाश्च पुरुषार्था उदाहृताः।

Vyāsa, Vālmīki and Thiruvaḷḷuvar are the greatest exponents of the *Puruṣārthas*. Vyāsa confidently claims in his *Mahābhārata* (*Mbh.*) that, as regards these four, what is found here may be elsewhere and what is not found here will be found nowhere else (Ādi Parva, 62.53):

धर्मे च अर्थे च कामे च मोक्षे च भरतर्षभ।
यदिहास्ति तदन्यत्र यन्नेहास्ति न कुत्रचित्॥

The *Rāmāyaṇa* (I.3.8) also states that it is *kāmārtha guṇasamyuktam dharmārthaguṇa vistaram* – It deals with the worth of Kāma and Artha and treats them in *extenso* of Dharma and Mokṣa.

The order of the *puruṣārthas* has great significance and logical scientific reasoning behind it. Among these Kāma and Mokṣa may be called "*sādhyapuruṣārtha*" (the goals) while Dharma and Artha can be called "*sādhanapuruṣārtha*" (the instruments). Through the medium of Dharma and Artha one is enabled to attain Kāma and Mokṣa.

Dharma - Pursuit of Truth

Dharma is a word of protean significance. As a *puruṣārtha*, the purpose of Dharma is the stability of the society, the maintenance of social order and the general welfare of mankind; whatever is conducive to the fulfilment of this purpose is called Dharma, says the *Mahābhārata*[1].

From its use often in close association with two other words namely *ṛta* and *satya* we can gather the underlying conception of Dharma. An analysis of the significance of these three words brings out clearly the fundamental basis of Dharma as the ideal for an individual. The words *ṛta* and *satya* are found in the Ṛgveda and in the Upaniṣads. Explaining the meaning of the word *ṛta*, Sāyanācārya, the great commentator of the Ṛgveda (X.190.1) says that "it is the mental perception and realisation of truth"- मानसं यथार्थ संकल्पनम्।

Satya denotes the exact true expression in words of the truth as perceived in the mind and Dharma is the observance in the conduct of

[1]Karṇa Parva, 69.58 and Śānti Parva,109.10:

life, of truth. In his commentary on the *Bṛhadāraṇyaka Upaniṣad* (I.4.14) Śrī Śaṅkara explains thus:

सत्यमिति यथा शास्त्रार्थता स एव
अनुष्ठीयमानः धर्म नामा भवति।

In short, Ṛta is truth in thought, Satya is truth in words and Dharma is truth in deed. Therefore, Dharma and truth are interchangeable words and the fundamental aspiration of man must necessarily be the pursuit of truth in thought, word and deed. This pursuit of truth is the primary aim of life as it is bound to contribute to the prosperity and well-being of mankind. When a man's character, conduct and action in life are guided by love and friendliness of all mankind and by the ardent desire of contributing to the welfare and prosperity of all mankind, he is said to be a *Dharmiṣṭha* or one who follows Dharma in life (Śānti Parva, 262, v.9):

सर्वेषां यः सुहृन्नित्यं सर्वेषां च हिते रतः।
कर्मणा मनसा वाचा सः धर्म वेद जाजले॥

Dharma Vs Communism and Humanism

When compared with the modern conception of communism and humanism, the avowed object of which is the same as that of Dharma, namely, the prosperity and welfare of human society, Dharma differs fundamentally in the method and spirit from either of the two. Communism is prepared to adopt violence and revolutionary methods for securing the achievement of its ideal. But Dharma seeks to achieve the welfare and happiness of the individual and society in general, in the spirit and atmosphere of Ahimsā or non-violence and is opposed to violence and revolution. Vyāsa declares (Śānti Parva 109, v.10):

अहिंसार्थाय भूतानां धर्मप्रवचनं कृतम्।
यस्स्याद् अहिंसा संयुक्तः स धर्म इति निश्चयः॥

"The principles of Dharma have been enunciated for the sake of non-violence towards all beings and whatever is imbued with the spirit of non-violence is Dharma".

The reign of Dharma is based on the negation of the doctrine, 'might is right'. And it rests not on brutal force or coercion or military strength. The reign of Dharma is more essential than the rule of the king. Dharma works gently through the efficacy of self-control and the realisation of the human spirit. By Dharma is meant 'duty'. The individual's duty to his family, society, to God, to his own self are all his Dharma. Vyāsa further states (Śānti Parva, 300.29-30) that the man of Dharma works among men with wisdom in the spirit of Ahimsā, having become a realised soul himself, and that it is the observance of Dharma that distinguishes man from the lower animal:

धर्मशीलो नरो विद्वान् ईहको अनीहकोऽपि वा।
आत्मभूतः सदालोके चरेत्भूतान्यहिंसया॥
मानुषेषु महाराज धर्माधर्मौ प्रवर्ततः।
न तथान्येषु भूतेषु मनुष्यरहितेष्विह॥

He further states that the man of Dharma removes all impurities of the mind and all stains from the heart, is free from falsehood and always does good to all.

Dharma rests on a higher pedestal when compared to humanism. While humanism emphasises the duties of man towards his fellow beings, of love and service to mankind, it does not directly deal with his duties to God or to his higher self. But the Dharma ideal is spiritual. The answer given by Dharmaputra in the *Yakṣa Praśna* (Vana parva, 314. 52,60) points out clearly that Dharma is not merely enlightened humanism, but something more and comprises duties to God and to the spirits

of one's ancestors also, which are entirley religious and spiritual.

There is another important aspect of Dharma which has to be borne in mind. The essence of Dharma is its absolute objectivity. The man of Dharma has to follow it, regardless and irrespective of his rights and duties.

Artha- Acquisition of wealth

Artha means wealth. In its general connotation it may include all material comforts, economic welfare and security. Economic factor has always been regarded as an essential element of human life. There is no sin in the acquisition of wealth nor is there any virtue in poverty.

Ādi Parva (ch.91) of the *Mahābhārata*, states that a person must first acquire wealth by honest means, then embark on charity; be hospitable to those who come to him; never inflict pain on any living being; and share a portion with others whatever he consumes. Vana Parva (ch.194) insists that one must, "conquer the mean by charity, the untruthful by truth, the wicked by forgiveness, and dishonesty by honesty". In the Śānti Parva (167.14), Arjuna establishes that Dharma and Kāma are the limbs of Artha. Agriculure, trade, cattle-rearing and all crafts are all done for acquisition of wealth alone:

अर्थस्यावयवावेतौ धर्मकामाविति स्मृतिः।
अर्थसिध्याऽभिनिर्वृत्तावुभावेतौ भविष्यतः॥

Anuśāsana Parva (ch.58) recommends public projects as a form of *dāna*. It discusses the building of drinking water tanks for people and cattle as a noble form of giving, as well as giving of lamps for lighting dark public spaces. In later sections, it describes planting public orchards, with trees that give fruits to strangers and shade to travellers, as meritorious acts of benevolent charity. In 13.59 of the same Parva, Yudhiṣṭhira and Bhīṣma discuss the best and lasting gifts between people:

"An assurance unto all creatures with love and affection and abstention from every kind of injury, acts of kindness and favour done to a person in distress, whatever gifts are made without the giver's ever thinking of them as gifts made by him, constitute, O chief of Bharata's race, the highest and best of gifts (*dāna*)".

Hinduism recognizes the importance of material wealth for the overall happiness and well-being of an individual. Today everyone is running after money. However, if the urge to seek money or possessions is not restricted then it will lead to self-indulgence or greed and will bar the way to highest good of the individual and the society. A person should not seek wealth for wealth's sake but to uphold Dharma and help the members of his family and society achieve their goals. Artha does give security and material pleasure and above all, it gives us a comfortable feeling. Money is not only a means to some security, but it is also a means for getting enjoyments, comforts of life. Nevertheless, every person must be taught the art of acquiring money to have a certain sense of physical safety.

The concepts embedded in *puruṣārtha*, which includes Artha, reflect a deep understanding and insights into human nature, and of conflicts, which are inevitably faced by all human beings. Wealth is not an impediment to self-realization, but attachment to wealth is. Selfless desire for wealth is preferable to selfish desire for wealth. Aiming for wealth is a virtue, but greed is not.

Manu says, "Wealth should be acquired for livelihood". The acquisition and enjoyment of wealth should not be opposed to the dictates

and principles of Dharma. If the pursuit of wealth means loss and harm to others, then such pursuit is to be shunned (IV. 3,15):

यात्रामात्रप्रसिध्यर्थं स्वैः कर्मभिरगर्हितैः।
अक्लेशेन शरीरस्य कुर्वीत धन संचयम्॥
नेहेतार्थान्प्रसङ्गेन न विरुद्धेन कर्मणा।
न विद्यानेष्वर्थेषु नार्त्यामपि यतस्ततः॥

Kāma – Satisfaction of Desires

Kāma denotes the happiness enjoyed by ordinary mortals in life. Kāma is not merely confined to the low pleasures of the senses. The urge to enjoy pleasures and satisfy desires, is the most powerful and as an incentive to individual progress, most effective. It is said, "All that man does is inspired by Kāma." As Manu regarded Kāma as desire, one can say, it is a desire for pleasure. It can be sensuous pleasure and mental pleasure getting through satisfaction of the work, etc. Hence, the Lord in the *Gītā* says that He is the embodiment of Kāma which is not inconsistent with the pursuit and performance of Dharma:

धर्माविरुद्धः भूतेषु कामोऽस्मि भरतर्षभ।

Having acquired some money, having got some security the next step for everyone is to use this money for your comforts, enjoy yourself and enjoy fulfilling your duties and responsibilities. *Bhagavadgīta* states desire leads to delusion and bondage to the cycle of births and deaths. Desires are in various forms- to be wealthy, powerful, physical needs, recognition, service, etc. *Kāma* advocates that one's desires in this life time need to be fulfilled, albeit in a state of awareness and without harming anyone in the process. Kāma is condemned when it is sinful and contrary to the dictates of one's conscience or of Dharma.

For a person to evolve spiritually and to reach the ultimate destination, the barrier of desires needs to be crossed. This can be done either by fulfilling the desires, or by sublimating or transcending them. As one becomes aware of their desires and one goes about fulfilling them in awareness and without judgement, one soon reaches the stage of being able to sublimate them.

Mokṣa – Eternal Happiness

Being the ultimate value of man's social existence, Mokṣa is an end in itself. Though Kāma and Mokṣa, both have the element of happiness, Mokṣa is the supreme, unalloyed, eternal happiness and human life is one continuous preparation for it. Beyond that, man has nothing to attain. It is the stage where man's cravings cease and along with that ceases the need for attainment and fulfillment. Within Moksha, there lies the ultimate peace, the ultimate knowledge, the ultimate enlightenment and the ultimate paradise. In Hinduism, self-realization is the key to obtain Mokṣa. Mokṣa is both a *puruṣārtha* and a *paramārtha*, which is important not only for men but also for the divine beings. The Lord in the *Bhagavad Gīta* declares: "Those men of virtuous deeds whose sin has come to an end, freed from the pair of opposites, desire and aversion, worship Me with firm resolve and it is they who strive for freedom from old age and death, know the Brahman" (VII.28-9):

येषां त्वन्तगतं पापं जनानां पुण्यकर्मणाम्।ते
द्वन्द्वमोहनिर्मुक्ता भजन्ते माम्दृढव्रताः॥
जरामरणमोक्षाय मामाश्रित्य यतन्तिये।
ते ब्रह्म तद्विदुः कृत्स्नमध्यात्मं कर्म चाखिलम्॥

Dharma Artha and Dharma Kāma

Dharma, Artha and Kāma go together and are known as *Trivarga* and Mokṣa stands by itself. Dharma is the primary objective for man and Artha and Kāma are secondary, to be controlled by Dharma and are properly to be the fruit of the pursuit of Dharma. While discussing on the question as to which of the three or whether all the three should be the objectives of life, Manu (II.224) concludes that virtue, wealth and desire form combinedly the good in life:

धर्मार्थावुच्यते श्रेयः कामार्थौ धर्म एव च।
अर्एव वाश्रेयःत्रिवर्ग इति तु स्थितिः॥

While stressing the equal importance of Dharma, Artha and Kāma for man, the principle advocated is that the pursuit of Artha and Kāma should be regulated by the requirements and injunctions of Dharma. If Dharma is the common regulator, Mokṣa or liberation is the common aim though difficult to attain. Under the wise regulation of Dharma, desire has to be satisfied and wealth has to be produced and well used. However, all the three urges have to be so adjusted and regulated as to lead a man to self -fulfilment in his search for the highest good.

The great law-giver Manu states that "Let every individual avoid the acquisition of wealth and the gratification of his desire if they are opposed to Dharma and avoid also those acts of Dharma which are opposed to and hurt the feelings of the general public and lead not to joy even in the after-life" (IV.176):

परित्यजेदर्थकामौ यौ स्यातां धर्मवर्जितौ।
धर्मं चाप्यसुखोदकं लोकविक्रुष्टमेव च॥

Kālidāsa too in his *Raghuvamśa* (I.7), while describing the greatness of the kings of the Raghu line, says that they acquired wealth for the sake of giving and courted the pleasures of married life only for the sake of progeny:

त्यागाय संभृतार्थानां सत्यायमित भाषिणाम्।
यशसे विजिगीषूणां प्रजायै गृहमेधिनाम्॥

Thus, it is clear that Dharma regulates both the acquisition of wealth and material comforts and satisfaction of our desires. Hence, one can pursue Artha and Kāma in their righteous form as Dharma-Artha and Dharma- Kāma.

Puruṣārthas as the Solution in the Age of Science

These four *puruṣārthas* exhaust all the elements of the fundamental aspirations of an individual who wants to lead a good and well-ordered life on earth. The pursuit of these four must be based on the fundamental principles of Satya (truth), Ahimsā (non-violence) and Kāruṇya (compassion for all), Tyāga (self-sacrifice) and self-control.

In the modern world, people are carried away by the mechanical way of living and do not think about Dharma, understand Dharma and live according to Dharma just as they do not care for Nature, Culture and Art. This is the root cause for all the problems that the society is facing and suffering today. Dharma is not an old-fashioned religious tradition or blind belief based on caste just as human culture is also believed to be. On the contrary, people who live according to Dharma never fail a reality in anything in the world. A person of Dharma realizes the self, understands one's nature, develops it with education and trainings to the best one can, does all works as perfectly as possible with a broad ambition and lives a full life with success in the world.

It is worthy to note that the technological progress in modern times has made immense material development on the

one hand while gradual degradation of values on the other, leading to varied individual, social, religious chaos. In an age, where secularism and freedom are upheld as ideals and religion is often ignored, the traditional view of Dharma appears as a dynamic force for reinstating the value-system. Dharma in this sense highlights the living spirit of globalization. Our great epic *Mahābhārata* says that Dharma holds together the fabric of the universe. Dharma, in this wider sense, is the world order or the code of laws that bind human beings together. Dharma, if properly applied, thus provides the form of human life, thereby ushering in universal peace and harmony as the fruits of Dharma.

The pursuit of Mokṣa however is the most important of all aims and can begin at any time. The other aims are preparatory for this final aim. The acceptance of Mokṣa as the supreme goal by all the schools of Indian thought has led one and all to insist upon a life of unselfish, disinterested service and duty and of annihilation of the ego.

The way that the world is currently moving in is towards the blind imitation of western society- where the tendencies to pursue the values of Kāma and Artha at the expense of any sense of Dharma is very high, and is even endangering our planet. The conception of society where people are pursuing Artha and Kāma within the confines of Dharma and thus preparing themselves for the final beatitude is at the basis of the doctrine of the *Puruṣārthas*. Man can live a fulfilled life provided he follows the four *Puruṣārthas* meticulously.

A study of *Puruṣārthas* and application of them today offer many possibilities through which we can create a grander, more beautiful and meaningful existence even while embracing science and technological strides.

Bibliography

1. The *Bhagavad Gīta*, with the comm. of Adi Śaṅkarācārya, Samata Books, Madras, 2004.

2. *Bṛhadāraṇyaka Upaniṣad*, with the com. of Sankaracarya, Gita Press, Gorakhpur.

3. *Manusmṛti*, ed. By J.H. Dave, Bharatiya Vidya Bhavan, Delhi, 1972.

4. *Ṛgveda*, Svadhyaya Mandal, Pardi.

5. The *Raghuvamśa*, M.R.Kale, Motilal Banarasidass, Delhi, 1972.

6. *Sabhārañjana Śataka*, Dr.S. Srinivasa Sarma and Prof. C.R. Anantaraman, Sri Sadguna Publications, Madurai, 1990.

7. *Śrīmad Vālmīki Rāmāyaṇa*, Nirnaya Sagar Press, Mumbai, 1930.

8. *Śrīman Mahābhāratam*, Gita Press, Gorakhpur, 1956.

About the Author

Dr. Lavanya V. Eswar holds M.A., M.Phil. and Ph.D. in Sanskrit from the University of Madras. Her Ph.D. subject was on the field of Advaita Vedanta under the guidance of Dr. V. Yamuna Devi, Associate Professor, The Kuppuswami Sastri Research Institute (KSRI). She has presented papers at many National and international Seminars in and around India. She also holds Bachelors in Library and Information science from the University of Madras. Dr. Lavanya is the Co-principal Investigator in a project – Critical Edition of Vīracaritam of Anantakavi (A Historical Sanskrit Text) – under Special Grants of the Central Sanskrit University under Central Schemes for Sanskrit/Pali/Prakrit Language Promotion, Indian Knowledge system. Presently she is working as a Librarian at the Kuppuswami Sastri Research Institute (KSRI), Chennai.

Understanding the distinction between “Spiritual Resilience” and “Cognitive Resilience”

Krishnamoorthy (Subbu) Subramanian
Innovation and Management Professional, Honorary Editor, vEda vaaNee e-Journal
subbukdg@gmail.com

Abstract

Resilience is commonly understood as the capacity to adapt to stress, adversity, and change while maintaining psychological stability and functional effectiveness. It is not a fixed trait, but a teachable skill set involving behaviors, thoughts, and actions. **Spiritual resilience may be defined as a mind and a way of life that is in implicit and unconditional union with Brahman, the enabler – nature – as a whole!** This thought of undivided existence brings with it profound peace and harmony within and with all that surrounds us. Spiritual Resilience is a gift of nature to everything. Only for human beings, enabled by our mind, it is a cultivated habit! Spiritual Resilience may be thought of as a quality of a community or society at large.

Maintaining our poise (minimum of wave like perturbation) through self-control (Yoga), Objectivity and Non-attachment in all aspects (activities) of life is Cognitive Resilience! Internal balance in our thoughts and emotions through Cognitive Resilience reflects as a balanced outlook and approach in our activities. It is like riding a bicycle, where safety and progress in our journey is the goal, even as the bicycle shifts constantly to one side (Tranquility) or the other (Turbulence and Inertial). Cognitive resilience may be thought of as individual centered!

This paper explores the practical relevance of the distinction, demonstrating how the complementary cultivation of both forms of resilience enables equanimity, clarity, and the capacity to “live in the moment” amidst the complexities of modern life.

Introduction

Resilience is a material property well-known to engineers and scientists. It is the capacity of materials to endure repeated conditions of cyclic loading and bounce back to their free state, when the stress is removed. Coil spring is a good example for resilience in materials. In fact, the smooth ride in a car on any bumpy road is enabled by the resilience offered through the “Shock absorbers” and the springs contained in them!

Resilience is also the ability to cope with, adapt to, and recover quickly from stress, trauma, adversity, or significant challenges mentally or emotionally. It involves bouncing back from difficult experiences and using them to grow, rather than just enduring them. It is not a fixed trait, but a teachable skill set involving behaviors, thoughts, and actions.

We begin this paper with a brief summary of Vedic Philosophy – how the Universe exists as two-sided coin: the enabler and the enabled. Then we explore the knowledge derived from Vedic Philosophy to develop and deploy resilience in either side: Spiritual Resilience and Cognitive Resilience. That is followed by a discussion on the practical relevance and application of these modes of resilience in our daily life.

Vedic Philosophy

Vedanta or Vedic Philosophy defines the Universe, nature, or ALL of existence as *Brahman*. Such Brahman is described as Sat Chit Ananda (i.e.) Universal Reality, Awareness of the same and the Infinite joy as a result! [(1)]

Brahman as the "enabler," we (Human) and everything we know of (Universe) as the "enabled" exist as two sides of a coin – Co-existing and inseparable. It is also like the deep ocean and the constantly churning waves on its surface. Ocean waves and the deep ocean are the same! The gold ornament, the enabled is very much gold, the enabler. The Brahman is both the enabler and the enabled - the substratum as well as the evidence at the surface level! Everyone and everything are both enabler and enabled!

Spiritual Resilience

Spiritual resilience may be defined as a mind and a way of life that is in implicit and unconditional union with Brahman, the enabler – nature – as a whole!

It is the true belief, acceptance and living by the *Maha Vakya* (Grand Pronouncements) from Upanishad:

- This Self is Brahman – *Ayam Atma Brahma* (Atharva Veda – Mandukya Upanishad)
- You are Brahman: *Tat Twam Asi* (Sama Veda – Chandogya Upanishad)
- I am Brahman: *Aham BrahmaAsmi* (Yajur Veda – Brihadaranyaka Upanishad)
- Consciousness is Brahman: *Pragjnanam Brahma* (Rig Veda – Aitareya Upanishad)

This thought of undivided existence brings with it profound peace and harmony within and with all that surrounds us. It is the result of "Spiritual Resilience"!

Spiritual Resilience is a gift of nature to everything. Only for human beings, enabled by our mind, it appears as a cultivated habit!

Saints like Ramakrishna Paramahamsa and Ramana Maharishi might have lived in this state of bliss (in union with Universal Consciousness) uniquely for extended periods of time. For instance, here is a brief excerpt from the life of Swami Ramana Maharishi:

It is well-documented in the biographies of Ramana Maharshi that he spent time in a snake-infested underground vault. It is not that he was "found" trapped or endangered by a snake in a pit, but rather he chose to dwell in a damp, snake-infested, underground cell (the Patala Lingam) to continue his intense, undisturbed, and deep, silent meditation.

He also had numerous, close encounters with snakes while living on the holy hill of Arunachala. While living on the hill at Skandashramam, one particular black cobra used to visit him regularly. It is documented that a snake once crawled over his legs, which he described as feeling like a "tickle". He once famously stopped a peacock from fighting a large black cobra that approached him, by calmly telling the snake to leave. [(2)]

Above reference is cited only to make the point, that when our mind is not conditioned by our pre-conceived thoughts and notions, it may be possible to reach a true state of limitless union with nature at large.

Does it imply that only saints like Ramana Maharishi or Ramkrishna Paramahamsa can experience "Spiritual Resilience"? Is that outside the realm of ordinary and common people? We shall explore this question in a later section in this paper.

Cognitive Resilience

As the "enabled" – the other side of the coin or as part of the waves on the surface - we are ALL different from each other! Like the ocean waves, these differences never subside. But one can understand their characteristics through the prevailing connectors (*Guna*) – Tranquility (*Satvikam*), Turbulence (*Rajasam*) and Inertial (*Tamasam*) - and their underlying Knowledge, Bias, and Ignorance. Their content and proportion change moment to moment, based on time, situation, and circumstances. Their nature becomes clear and better focused thanks to our Objectivity (equal regard for all evidence and the underlying K, B, and I) – *Sagunathvam* – and non-attachment (without preference to their sources or attachment through self-centered needs and wants) - *Sanyasam*; Yagna Spirit. This is *Yoga* (Union with the self), practiced through our thoughts (*Jnana Yoga*), through faith / trust and surrender (*Bhakthi Yoga*) and witnessed in action (*Karma Yoga*). [3] One can never be absolutely objective or totally unattached. One in that ideal state, we regard as God (*Yoga Eshwara*). It is an ideal we seek, we aspire to!

Perceiving all activities as evidence of the three Guna (Tranquility, Turbulence and Inertial), and steering them through Knowledge, Bias, and Ignorance as the reins with the best objectivity and non-attachment is Cognitive Behavior Management. It fosters "Cognitive Resilience."

Spiritual Resilience and Cognitive Resilience are described and illustrated in the VSS video: Vedic Philosophy – Practical Aspects in Daily Life [4]. They are also schematically illustrated in **Figure 1**.

Yoga as a physical activity, meditation to calm and control the mind and our thoughts, rituals, religious practices, and austerity such as worship, fasting, etc. are used as a steppingstone towards acquiring Cognitive as well as Spiritual resilience. Frequently we are unable to see the reality (i.e.) life as the "enabler" – through Spiritual Resilience – and "enabled" – ability to manage life through Cognitive Resilience. It is like trying to save the burning object, without acknowledging the fire and also without skills to extinguish that. It is like believing the image in the mirror as the real object and efforts to correct such reflected image! This is described as the illusion (Maya) according to Vedic Philosophy.

Figure 1 illustrates a coin with its two sides. One side shows the "enabler" (i.e.) Brahman or Consciousness, according to Vedic Philosophy. It is intuitively obvious that everything in the Universe is enabled through infinite forces or phenomena of nature. A deep dive into the definition of Brahman from the Upanishads would suggest the brilliance of Vedic Philosophy (i.e.) representing all the known and unknown forces of nature through a single common noun: *Brahman!* [5] Human beings, a sub-set of this universe are recognized as enabled by "Consciousness". Hence the *Maha Vakya: Pragjnanam Brahma (*Consciousness is Brahman).

From this side of the coin, we can envision the Universe as a whole, independent of anyone or anything specific. It is the way Nature Behaves!

The other side of the coin – the "enabled" - is the material world. We as human beings can relate to this material world through our body, life processes (living), emotions, thoughts and reasoning. It is the way we behave

as "individuals" or groups, different from each other through our "Body / Mind / Intellect / Brain" complex! Our Knowledge, Bias and Ignorance and their relative magnitudes are behind all – actions, thoughts, emotions and feeling – that we call life.

Figure 1 also illustrates two types of "Balancing" required. One is global to keep the beam balanced on the edge of the coin! The other is local to keep the individual centered balance. One can think of several analogies for these two kinds of balance required:

- Deep ocean Vs. the wave like perturbations on the surface. The sailor is affected by both!
- Road and its terrain, Vs. the bicycle and its balance. The rider is impacted by both.
- Deep roots and the trunk are stable and support the tree Vs. the branches, leaves and twigs that flutter readily with small wind that blows by!

To remind ourselves and center our thoughts, emotions, and actions to be in tune with the way "Nature" exists is Spiritual Resilience.

Using our analogies above,

- It is like being aware of the deep ocean and how to maneuver in it.
- It is being respectful of the road, its terrain and surface conditions, while riding a bicycle.
- It is taking care of the trunk and the roots and not get carried away by every fluttering leaf or broken twigs!

Enabled by our mind and ability to think, we function as "individuals," different from each other. These differences reflect our "Guna" (rope or connectors), identified as Tranquility, Turbulence and Inertial. They are none other than the wave like perturbations created through the prevailing Knowledge, Bias, and Ignorance. Using these three as the knobs we can tune our behavior at any time and in any situation. This is Cognitive Behavior Management [(6)]. Through such CBM, maintaining our poise (minimizing wave like perturbation) in life is Cognitive Resilience!

As one can see from the figure, Spiritual Resilience has impact on aspects of life that are more abstract and less tangible. It affects all of us collectively. Any society that reflects greater spiritual resilience is also a society that is caring and considerate for all.

Sanatana Dharma is rich with dictums such as "*Sarve JhanaH Sukino Bhavanthu*" (may everyone and indeed everything live / exist in peace and harmony). Such dictum cannot be practiced unless Spiritual Resilience is witnessed across larger segments of the population. Terms like morality, ethics, self-control, love, compassion, forgiveness, contentment, responsibility, truth, humility, … become second nature to the population that experiences higher levels of Spiritual Resilience! Also, no amount of material wealth and prosperity can bring happiness and joy to any individual without Spiritual Resilience and the inner peace, joy and contentment that come with it!

Cognitive Behavior Management (Management of the Guna through self-control, objectivity, and non-attachment) [(7)] is among the core of the teachings from Baghawath Geetha. It is illustrated as noted in Table 1.

There are several terms used to refer to the “enabler” and a corresponding set of terms used as the “enabled”. These are listed in columns 1 and 3 in Table. 1. The connectors between the two – *Guna* - are summarized in the middle (column 2).

Benefits through “Spiritual” and “Cognitive” resilience

Enlightened living acknowledges both Spiritual and Cognitive Resilience and how to deploy each as required in isolation or together as needed. It has many direct and practical benefits in our daily life!

Spiritual Resilience provides calmness and stability for our mind, thoughts, emotions, and actions. It is like a large vessel anchored properly and hence remains stable irrespective of the prevailing wind and other ambient conditions. Spiritual Resilience provides clarity and direction for a range of abstract human centered concepts such as Morality, Ethics, Love, Friendship, Forgiveness, Contentment, Truth, …. We resort to the same frame of reference, an understanding of all these matters independent of the situation and circumstances. It is like the wind that blows by unaware of the fragrance it spreads or the objects it touches!

To better understand Spiritual Resilience, we need to be clear on what the word “Spiritual” stands for? "Spirit" refers to the intangible, animating, and propelling energy or drive that remains the same independent of time, place and circumstances. Fire burns objects in its presence. Brahman the enabler is described as that which enables the fire to burn!

“Spiritual Resilience” implies being connected with the driving force, the enabler (Brahman). Spiritual Resilience is perceived when there is an internal calm in our mind and thoughts, unaffected by the events of the world around us. Whenever our mind shifts to thinking that we are outside or not connected with the driving force, Spiritual Resilience helps to balance and recenter ourselves in our thoughts, emotions, and actions. It is being aligned or in tune with something larger than us, nature or universe at large. It promotes a feeling of limitless belonging! It cannot be described or articulated. It can only be experienced by oneself!

Universe as a whole exists in harmony thanks to Spiritual Resilience. In our present conditions, humanity needs to become aware and acknowledge the existence and role of Spiritual Resilience. Any human driven system such as social wellbeing, ethical living, governance, economy or justice system cannot survive or be sustained without Spiritual Resilience! Could this be at the core of the many struggles we face today under growing economic disparity, racial and religious animosity, faltering faith and challenges faced by large and well-established democratic forms of governance, etc.?

It is difficult, if not impossible, in our thought to remain in limitless union with nature and experience the “Spiritual Resilience” for extended period of time. This is why we admire the few and their super-human capabilities, like Swami Ramana Maharishi (see earlier discussion). If for a moment we disconnect our natural thought “How can I be in Spiritual Resilience for extended time?” and replace that with the question “Am I in union with nature

even for a moment?" then we find "Yes" as the resounding answer! Even this thought experiment is possible thanks to mind and ability to think, a gift of nature!

Without our mind and its thinking, we are implicitly in union with nature all the time! As material objects our blood, bone, muscle, and tissue behave precisely as ordained by nature and its laws. As living beings, our heart pumps, blood circulates, food is digested, nerves transmit, etc. on their own, following their pertinent governing forces and without fail all the time throughout our life. We simply dispose of all these as "normal life"! Voluntary and conscious recognition of all that – a large part of our normal life – as being in implicit union with nature fosters Spiritual Resilience! When deviations occur, we do not get perturbed. We explore the prevailing laws and how to realign our material and living being in tune with nature and its laws. Medicine and practices for good health become matters of Cause and Effect, for those who are consciously aware and practice "Spiritual Resilience"! Practices of Yoga and Meditation becomes tools to keep our mind in check and our thoughts in union with the driving forces of nature (Brahman)! Nature Immersion, Art and Creativity, Community and relationships are also tools to enhance Spiritual Resilience.

Spiritual Resilience comes from our deep immersion into the universe at large. It is freedom of the mind that comes when we let go of all self-centered thoughts, emotions and actions (connected with I, me, we, our, etc.). It is not a matter of merely running away from family and society and wandering into the mountains. Swami Vivekananda has noted that "One who runs away from daily life (samsara) and spends time in the caves of the Himalayas to meditate and die, believing that to be spiritual living, has missed the way."

Through Spiritual Resilience, many abstract concepts like Duty, Morality, Love, Forgiveness, Friendship, Patriotism, Responsibility, etc. become clear and obvious. Given the circumstances, how will nature behave? Consider for example a well-intended exchange (Communication) degenerating into a verbal dual! How will nature respond? We think of a river that flows within its bounds most of the time. But, on occasion the river breaches the banks and causes the flood. Then it retreats to its normal flow pattern. When we see "Communication" as the flow of information, any deviations such as disagreement and acrimony are noted and endured as the flooding river. Consensus and meaningful exchange of information (which happens most of the time) is treated as the normal course or flow of a river! Such analogy of "Communication" to nature (flow of river) through Spiritual Resilience can be used to resolve almost all the communication issues, a common problem in the society (within a family, among friends, at workplace, etc.). Intolerance and refusal from others to accept good ideas that we experience are as much a part of communication (like the river breaching its bounds and causing the floods) as acceptance and consensus (smooth flow of river within its bounds)! One of Spiritual Resilience recognizes both and adapts as required! Is this the behavior of *GunAtita we learn from B.G.?*

Now let us explore Cognitive Resilience briefly.

One may choose to be silent, a witness to all the happenings. If the choice is merely in our physical action ("keep your mouth shut" – as commonly expressed) that would be evidence of Cognitive Dissonance, when our mind is agitated like raging bull in our emotions and thoughts. It is silence as an imposed condition, rather than a natural outcome [(8)]. It is a mental health issue, outside the scope of this paper.

But, as our self-reflection (Yoga), objectivity and non-attachment increase, we may find reasoning and logic for being silent in a given situation. The mind, our thoughts and emotions are intense in their observations. They are free to change as required depending on the changes in Knowledge available within me and through the resources around me. We are truly "living in the moment. This freedom to choose or change, based on the prevailing conditions and the Knowledge, Bias and Ignorance reflects our Cognitive Resilience [(7)]. In this case, we are silent, speak up or listen intently as needed. Life is not a pre-packaged set of guidelines and dictums.

Bhagavath Geetha is full of examples to foster Cognitive resilience in every aspect of life. These examples are spread across various chapters. Any true student of B.G. cannot escape the valuable benefit of Cognitive Resonance! Such students are always mindful of their Knowledge, Bias and Ignorance in any activity and in any aspect of life. They live like live-antenna constantly seeking signals that add to this information pattern and their influence reflected as the behavior or experience of the "self" as well as that of everyone around! Through Cognitive Resonance such students of B.G. live a life of well-trained Psychotherapist to meet their own needs as well as the needs of others who seek their help!

Absence of Cognitive Resilience is the source of all our perturbations, which we call daily life (*Samsara*). Such tumult is driven by our unrelenting needs and wants and an inability to satisfy them adequately! All education in any subject would appear to be an effort to enhance our ability to manage the Knowledge, Bias and Ignorance pertinent to that subject. Every professional at his/her best excels in cognitive resilience in their field of expertise!

Most scientific discoveries – and even inventions – as well as excellence in leadership of any kind are the result of a combined outcome of Spiritual Resilience and Cognitive Resilience?

Spiritual and Cognitive Resilience are both cultivated habits

Swami Ramakrishna Paramahamsa was clear on the distinction between the "Spiritual" Resilience as foundational framework Vs. managing daily activities through "Cognitive" Resilience as illustrated from the excerpt below:

Once Sri Ramakrishna stood on the semicircular veranda and called, "O maya, please come." Gauri-ma was astonished and asked the Master why he was calling for maya. Then he explained that the natural tendency of his mind was to soar to a very high realm, and it was hard to bring it down. He was calling for maya so that his mind would stay in a lower plane, making it possible for him to help his disciples in their day-to-day life! He used to

send them to different temples of Dakshineswar or to the Panchavati for meditation. Over each one he kept a watchful eye, and if he observed that a disciple was performing too much austerity or fasting, he would say: "Please eat your meals regularly and then practice your japa and meditation. The Divine Mother is not a stranger. She is your very own. She will not be angry if you eat first and then call on Her. In this Kaliyuga the human body cannot bear excessive austerities, and it is hard to practice spiritual discipline if one's health is not good [(9)]

Living in un-limited union with nature, described as "Samadhi" was a natural way of life for Swami Ramakrishna Paramahamsa. It is living with limitless "Spiritual Resilience". Yet he was aware of the limits of such living and its impact on others as noted in the reference above. He did not encourage limitless austerity, beyond the skills and capabilities of each person. It reflects the necessary balance required in our Cognitive and Spiritual Resilience!

In **Table 2**, we make a modest attempt to highlight the features of Spiritual Vs. Cognitive Resilience.

Conclusion

We are enabled by nature with our ability to think and reason. Best use of this unique capability may be to figure out and learn who we are, how we exist as human beings, as integral part of the Universe at large? These are the basic and yet profound questions explored by our seers who composed Upanishad and the later Vedic literature (*Veda Vangmaya*). This rich source of eternal knowledge could become practical and practice oriented and accessible to anyone. This is the motivation behind this paper.

Vedanta or Vedic Philosophy defines the Universe, nature, or ALL of existence as Brahman. Such Brahman is described as Sat Chit Ananda (i.e.) Universal Reality, Awareness of the same and the Infinite joy as a result. Brahman as the "enabler," we (Human) and everything we know of (Universe) as the "enabled" exist as two sides of a coin – Co-existing and inseparable. The Brahman is both the enabler and the enabled! The substratum as well as the evidence at the surface level! Everyone and everything are both enabler and enabled!

Spiritual resilience may be defined as a mind and a way of life that is in implicit and unconditional union with Brahman, the enabler – nature – as a whole! This thought of undivided existence brings with it profound peace and harmony within and with all that surrounds us. It is the result of "Spiritual Resilience"! Spiritual Resilience is a gift of nature to everything. Only for human beings, enabled by our mind, it is a cultivated habit!

Enabled by our mind and ability to think, we function as "individuals," different from each other. These differences reflect our "Guna" (rope or connectors), identified as Tranquility, Turbulence and Inertial. They are none other than the wave like perturbations

Created through the prevailing Knowledge, Bias, and Ignorance. Using these three as the knobs we can tune our behavior at any time and in any situation. This is Cognitive Behavior Management. **Through Cognitive**

Behavior Management, maintaining our poise (minimizing wave like perturbation) through self-control (Yoga), Objectivity and Non-attachment in all aspects (activities) of life is Cognitive Resilience! Internal balance in our thoughts and emotions through Cognitive Resilience reflects as a balanced outlook and approach in our activities. It is like riding a bicycle, where safety and progress in our journey is the goal, even as the bicycle shifts constantly to one side (Tranquility) or the other (Turbulence and Inertial). It is living a life as a judge, without being judgmental!

"Living in the moment" is enabled through Spiritual and Cognitive Resilience!

References

1. Oneness: Consciousness Explained | Swami Sarvapriyananda https://www.youtube.com/watch?v=0Zrr8v1VqIU
2. Google search: Ramana Maharishi was found in his meditation in a snake pit
3. Interactive Nature of Karma (Action), Bhakthi (Faith) and Jñana (Wisdom/reasoning) as Yoga Pathways https://vedasamskrutisamiti.org.in/wp-content/uploads/2026/01/R2.-Interactive-Nature-of-Karma-Action-Bhakthi-Faith-and-Jnana-Wisdomreasoning-as-Yoga-Pathways-29-38.pdf
4. Vedic Philosophy – Practical Aspects in Daily Life (59.00 – 1.05 Min.): https://www.youtube.com/watch?v=V08igVlN4RA
5. Brahman https://sipractce.com/2023/08/05/brahman/
6. Bhagawath Geetha Chapter 14.
7. Cognitive Behavior Management through K, B and I Model: A Framework to filter information https://sipractce.com/2024/11/27/k-b-and-i-model-a-framework-to-filter-information/
8. A Theory of Cognitive Dissonance by Leon Festinger, 1957. https://www.sup.org/books/sociology/theory-cognitive-dissonance
9. They Lived with God, Life Stories of Some Devotees of Sri Ramakrishna, by Swami Chetanananda, Chapter 12 Gauri-Ma, p 183.

Figure 1 - Universe is like the two co-existing sides of a coin – "Enabler" and the "Enabled." The balance between the two sides Is maintained through "Spiritual Resilience" and "Cognitive Resilience".

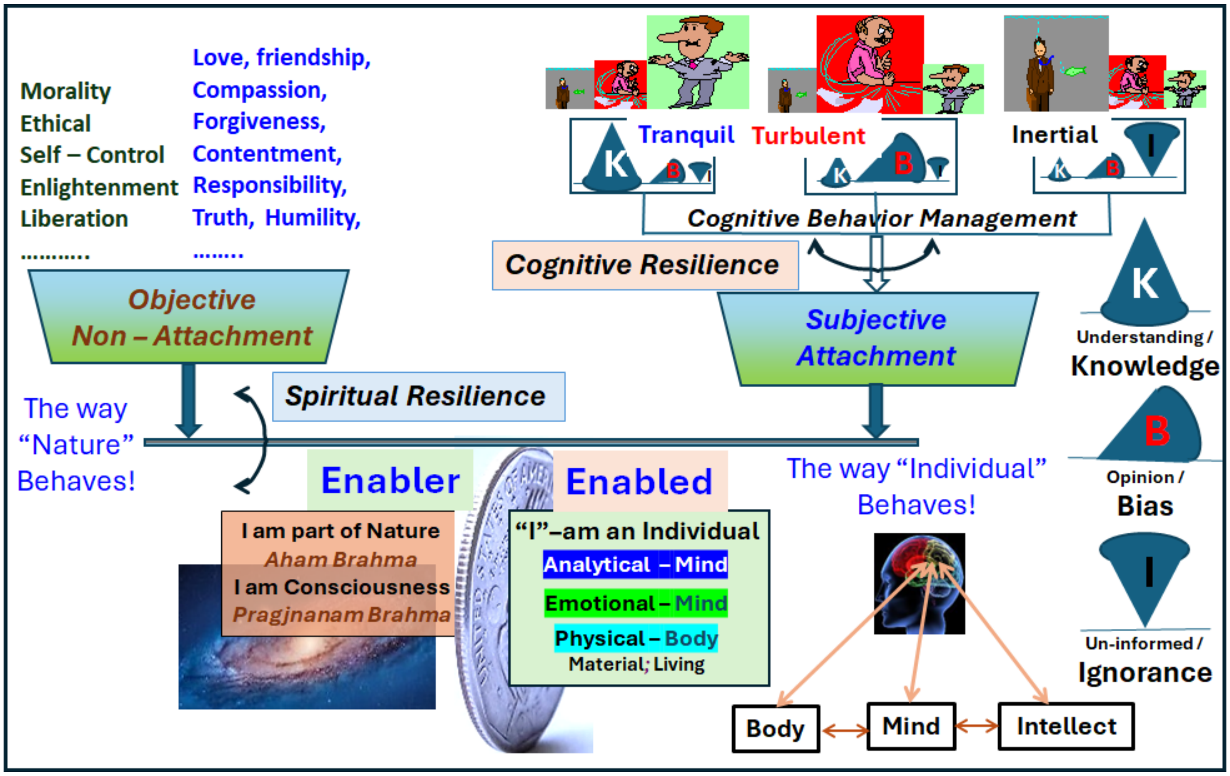


Table 1 - Guna as the connector between the "enabler" and the "enabled". (6)

Consciousness	*Guna* **(Connectors, Rope) –**	**Cognitive Person**
Soul / *Athma*		**Body**
Dehinam	**Tranquility** (*Satvikam*), **Turbulence** (*Rajasam*), **Inertial** (*Tamasam*)	*Deham*
Purusha		*Prakruthi*
Brahman	Thanks to the prevailing **Knowledge, Bias** and **Ignorance.**	*Bootha SangaH*
Driver / Enabler		*Driven / Enabled*

Table 2 - Spiritual Resilience Vs. Cognitive

Characteristics	Spiritual Resilience	Cognitive Resilience
Scope or focus area	Universal / Global	Individual / Local
Field of Study	The way Nature exists.	Human Behavior and "Experience" as a result
Tools or means	Relentless faith or reliance on Brahman (Nature and its laws) *Tat Twam Asi*	Management of Guna (Connectors) through relentless reflection on prevailing K, B and I. *Guna Thraya Vibhaga*
Reflects as:	Universal outlook without boundaries	Being a Judge and not Judgmental
Result	Peace and Harmony become a way of existence	Poise and ease become a way of life (*GunAtita*)
Way of life	At home anywhere, everywhere, with everyone and everything!	Enemies become friends; Strangers become relatives; Duty is clear and obvious! Fosters "Spiritual Resilience"!

About the Author

Dr. Krishnamoorthy (Subbu) Subramanian is an Engineering / Management professional with over fifty years of global experience in industry, innovation and mentoring. He is the President of STIMS Institute, a Knowledge Integration Co. www.STIMSInstitute.com He is the author of three books. His current work is centered on Applied Philosophy and Psychology. His studies and writing on Vedic Philosophy can be seen at the blog site: Spirituality in Practice www.Sipractce.com and also in his recent book titled, **Spirituality in Practice**, https://www.amazon.com/Spirituality-Practice-Exploration-collaboration-cohesiveness/dp/B0BV49NPNQ His webinars for the Veda Samskriti Samii (VSS) can be seen at: https://www.youtube.com/watch?v=8d6pi471sf0 and https://www.youtube.com/watch?v=V08igVlN4RA Dr. Subramanian is presently serving as an Honorary Editor of *vEda vaaNee* e-Journal of Veda Samskruti Samiti (VSS). He is also the President of American Association for Social Advancement of India (AASAI), an NGO serving the needs of the under-privileged destitute, women and children in the areas of rehabilitation, education, healthcare and mental health in India.

Section Two

Sanatana Dharma

Hiraṇya pātram madhōḥ …..

[Veda Mantra Employed for *Harati* with Camphor in Worship]

Raghava S. Boddupalli

Editor in-Chief, vEda vaaNee, Veda Samskruti Samiti (VSS), Hyderabad

raghava7boddupalli@gmail.com

Abstract

मननात् त्रायते इति मन्त्रा: - A mantra is that which protects when contemplated upon. Mantras are powerful tools for spiritual unfoldment and have been part of our spiritual tradition right from the Vedic age. Chanting mantras becomes more engaging and fruitful when their meanings are clearly understood. This section presents the meaning and significance of some commonly recited Veda mantras.

हिरण्यपात्रं मधोः पूर्णं ददाति । मधव्योऽसानीति । एकधा ब्रह्मण उपहरति । एकधैव यजमान आयुस्तेजो दधाति ॥

- *Taittirīya Brahmaṇa* 1-3-3

Introduction

This mantra is revealed in the *Taittirīya Brahmaṇa* prathama kāṇḍa, tṛtīya praśna, tṛtīya anuvāka and as 21st mantra [1-3-3(21)]. This mantra is also called '*hiraṇyōdaśa mantrāḥ*'. Āpastaṃba Maharṣi explained about this mantra in his *Āpastaṃba Sutra*. This famous mantra is recited after completing the puja in the temples, home, and other spiritual functions while offering Ārati or Mangaḻa hārati to God (a wave offering to a deity using sesame oil with wick or camphor).

Mantra word meaning

मधोः पूर्णम् – Because of honey (with honey) complete; हिरण्यपात्रम् – Vessel made of gold; मधव्यः असानि – Accompanied with wealth and all kinds of food grains; ददाति – An offering to the *Ṛtvik* or priest; एकधा – Along with Gurivenda (*Kṛṣnala* or *Guñja*,) seed; ब्रह्मणे – For Brahma; उपहरति – The gold vessel should be offered; एकधैव – At one time; यजमाने – The

sacrificer (one who performs *Yajña*); आयुः – Longevity or Duration of life; तेजः – Lustre (vital power); दधाति – One who establishes.

Mantra meaning

In this mantra the *Dakṣina* (the offering made to *Ṛtvik* / *Purohit*) feature is imposed. The sacrifice/master of the *Yajña* should carry a golden vessel filled with honey will be given as a gift to the *Ṛtvik*/*Brahma*, accompanied with wealth and all kinds of food grains. *Kṛṣnala's* donation is prescribed along with the golden vessel/pot donation. *Kṛṣnala* means Gurivenda seed. Along with the golden vessel, *Kṛṣnala* should be offered to the *Ṛtvik* or *Brahma*. By that donation the *Brahma*/*Ṛtvik* establishes longevity and vital power in the *Yajñakarta* (one who performs the *Yajña*).

Explanation

There are five characteristics in this mantra. They are as following:

1. ***Golden vessel or pot*** – (1) *harya* + *kanyan* – *haryati dīpyatē* – meaning 'Shining', 'Gold'; (2) *harya* + *kanyan* – *haryatē kāmyatē janaiḥ* – meaning 'Wanted by the people'; (3) *hri* + *ram* + *yat* – *hitaṃ ārōgyāya ramaṇaṃ darśanāya* – meaning 'Good for health'. The name *Hiraṇyagarbhaḥ* means Brahma and also Surya. Among the metals, gold is the precious metal and is the best for donation.
2. ***Madhu*** – *man* + u – *manyaṃtē viśēṣēṇa jānaṃti yasmin* – meaning 'Specially known', 'good luck'. This mantra invokes sweetness and pleasantness all around. At the outset, sweetness is sought for the person who performs *Yajña*. It is the Vedic attitude and activities that are nature-friendly and sustainable where nature's re-sources are used with an attitude of sharing, and not exploiting. This mantra addresses nature as divinity by donating honey (Madhu). Plants and trees, heaven and earth, rivers and oceans, cows and the sun are not mere insentient components of nature, but entities pulsating with divinity. The mantra also indicates that the Vedic way of life is simple and close to nature.
3. ***Dakṣina*** – We offer *Dakṣina* to the *Ṛtvik*/*Purohit* after satisfactory completion of a sacrifice/*Yajña* or a homa or a puja in the home. The word *Dakṣina* is derived from the grammatical root words (*dhātu*) are: (1) *dakṣa* + *inan* – *dakṣatē utsahatē kāryēṣu samarthō bhavati* – meaning 'doing things efficiently'; (2) *dakṣa* + *isas* - *dakṣatē utsahatē*

paracchaṃdēṣu parakāryēṣu – meaning 'He who shows enthusiasm in works'; 'simple-minded'. It literally means a fee or remuneration or honorarium for services rendered (chiefly of a religious kind). It is also a present or gift of money to a Brahmaṇa at the performance of any religious rites.

4. ***Ṛtvik/Priest*** – The *Yajurveda Saṃhita* described that a priest appointed to perform particular rites at a *Yajña* or sacrifice. There are 16 orders of Vedic priests described and their positions of sitting places in a *Yajña* are also specified in the Yajurveda. The root word *Ṛtvik* is *ṛtu* + *yaj* + *kvin* – *ṛtau yajati* – meaning 'He who performs *Yajña* on time'; 'He who is offered money, grains, cows and others by the sacrifice'.
5. ***Kṛṣnala*** – The history of weights and weighing devices in ancient India dates back to the Vedic period. The Yajurveda described the usage of *Kṛṣnala*, the seed of *Abrus precatorius* (*guñja*), as a unit of measurement for weight. In the sense of a weight, it occurs in the Yajurveda Saṃhitā, such as the *Taittirīya Saṃhitā* (2-3-2, || *Śatakṛṣṇalāṃ niravapat* ||), *Maitrāyaṇī Saṃhitā* (2-2-20), *Kāṭhaka Saṃhitā* (11-4) and later in the *Taittirīya Brāhmaṇa* [1-3-6 (7), || *Kṛṣṇalaṃ kṛṣṇalaṃ vājasṛdbhyaḥ prayacchati* ||]. These seeds are red in colour with black-spot on its back. Till recently, these *Kṛṣnala* seeds are used to weigh gold by the gold merchants. The botanical name of the plant is *Abrus precatorius*, commonly called as Crab eye.

In the Sanatana Dharma, a priest is respected and treated as an equivalent to *Brahma*. The offerings that are made to a priest after a *Yajña* or puja should be done whole-heartedly and with interest. In the *daśa* (10) *dānas* (charity), the *hiraṇy*a and the *dhānya dāna* are two important for human beings to follow. Also, the *hiraṇy*a *dāna* is one among the *ṣōḍaśa* (16) *dānas*. The salvation of Human beings can be done through *dāna*.

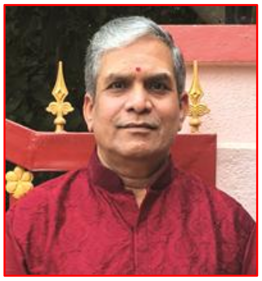
The importance and significance of *dāna* is described by Krishna *Paramatma* in the Srimad Bhagavad Gita. He describes the right and wrong forms of *dāna* in the 17th Chapter, verses 20 through 25. It defines *sāttvikam* (good, enlightened, pure) charity, in verse 17.20, as that given without expectation of return, at the proper time and place, and to a worthy person. It defines *rajasa* (passion, ego driven, active) charity, in verse 17.21, as that given with the expectation of some return, or with a desire for fruits and results, or grudgingly. It defines *tamas* (ignorant, dark, destructive) charity, in verse 17.22, as that given with contempt, to unworthy person(s), at a wrong place and time. It suggests that the steadiness in *sāttvika dāna*, or the good form of charity is better;

and that *tamas* should be avoided. These three psychological categories are referred to as the *guṇas* in Hindu philosophy. The fruits of all actions belong to God, and hence, any *Yajña* (sacrifice), *tapaḥ* (austerity), and *dānam* (charity), must be consecrated by offering it for the pleasure of the Supreme Lord. In the Chapter 17th of 25th mantra, Krishna Bhagavan glorifies the sound vibration '***Tat***', which refers to *Brahman*. Chanting *Tat* along with austerity, sacrifice, and charity symbolizes that they are not to be performed for material rewards, but for the eternal welfare of the soul through God-realization.

– Harih OM –

– Om tat sat –

About the Author



Dr. Raghava S. Boddupalli, MSc., PhD – Worked as a scientist in the field of Plant Biology for over 35 years. In the last fifteen years, he has completed studying the Krishna Yajurveda. This has inspired him to publish several research articles on Vedas in relation to Botany in national and international scientific journals. He has also completed two Veda Projects titled, '*Plant Biology of Yajurveda*' and '*Plants of Atharvaveda - Their Descriptions and Uses*' sponsored by the Indian National Science Academy (INSA), New Delhi. He has edited and published three Veda books namely, '*Taittirīya Yajurvēdīya Āśīrvāda Manjarī*', '*Abhiśravaṇa Mantrah*' and '*Agnimantra Manjarī*'. Dr. Raghava has been serving as an Editor-in-Chief for the *vEda vaaNee* e-Journal since its inception.

పిత్రు తర్పణ విధి - పుణ్య ఫలం

[The Duty of Offering *Tarpanam* to Ancestors - Fruit of virtue]

Archakam Ramakrishna Deekshitulu

Present Hereditary Archaka at Sri Venkateswara Swami Temple, Tirumala Hills

అర్చకం రామకృష్ణ దీక్షితులు

అనువంశిక అర్చకులు, శ్రీవారి ఆలయం, తిరుమల

Abstract

Tarpana vidhi is the act of offering water mixed with sesame seeds to the ancestors to satisfy their thirst and hunger. This is also called as *Pitru Yajña*. *Pitru tarpanam* is offered to three generations of ancestors viz: paternal and maternal father, grandfather and great grandfather and their respective wives so that they are exalted to higher spiritual planes. We invoke the pitrus in the form of the presiding deities of the *pitru Loka* and the *tarpanam*, the vasu, rudra and Aditya, on the bhugnam /koorcham, in due order of the three generations. We offer water which they love and black tila with mantras. We then request at the end of the *tarpanam*, that this tila and water be converted into suitable food for the pitrus may it be amrutam, ghee, water, milk, grass, blood or any other food according to their present requirement. They may be in heaven, may be reborn as men or trees or in any other form.

* * *

సనాతన ధర్మం ప్రకారం, జీవుడు మరణించిన తర్వాత చేసే పిత్రు కార్యాలు కేవలం ఒక ఆచారం కాదు, అది ఒక ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానం. అమావాస్య తిథి నాడు పిత్రు దేవతల నిరీక్షణ మరియు వారు పునర్జన్మ పొందినా మనం ఇచ్చే తర్పణాలు వారికి ఎలా చేరుతాయి అనే విషయాలను తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేద్దాం!

సనాతన ధర్మంలో పిత్రు లోకానికి ఒక ప్రత్యేక విశిష్టత ఉంది. పురాణాల ప్రకారం పిత్రు లోకానికి అధిపతి యమధర్మరాజు. చంద్రుని ఊర్ధ్వ భాగంలో ఉండే ఈ లోకంలో పిత్రు దేవతలు వాయు రూపంలో నివసిస్తారు. ప్రతి అమావాస్య నాడు సూర్యచంద్రులు ఒకే రాశిలో కలిసినప్పుడు, పిత్రు లోక వాసులకు భూలోకానికి వచ్చే అవకాశం లభిస్తుంది.

పిత్రు దేవతలు తమ వంశీయుల నుండి ఆశించేది కేవలం కొద్దిపాటి జలం మరియు తిలలు మాత్రమే. అమావాస్య రోజున వారు తమ సంతానం వాకిలి వద్దకు వచ్చి నిలబడతారని వరాహ పురాణం స్పష్టం చేస్తోంది:

ఆదిత్యే అహని సంప్రాప్తే గచ్ఛంతి పితరః స్వయం |

పుత్ర ద్వారేషు తిష్ఠంతి క్షుత్ పిపాసా సమన్వితాః ||

(వరాహ పురాణం)

సూర్యుడు, చంద్రుడు కలిసే అమావాస్య నాడు పితృ దేవతలు ఆకలి దప్పులతో తమ సంతానం ఇంటి గుమ్మం వద్ద నిలబడి ఉంటారు. సూర్యాస్తమయం వరకు వారు వేచి చూసి, తర్పణం లభించకపోతే నిరాశతో తిరిగి వెళుతూ, ఆ వంశీయుల శక్తిహీనతకు విచారిస్తారు.

ఒకవేళ మన పితృ దేవతలు పునర్జన్మ పొందితే తర్పణాలు ఎలా అందుతాయి?

చాలామందికి కలిగే సందేహం ఏమిటంటే, "మన పితృ దేవతలు మరణించిన తర్వాత ఇప్పటికే మరో జన్మ (పశువుగానో, పక్షిగానో లేదా మనిషిగానో) ఎత్తి ఉంటే, మనం ఇచ్చే ఈ తర్పణాలు వారికి ఎలా చేరుతాయి?" దీనికి మార్కండేయ పురాణం మరియు మత్స్య పురాణం అద్భుతమైన వివరణ ఇచ్చాయి.

పితృ దేవతలు ఏ రూపంలో, ఏ లోకంలో ఉన్నప్పటికీ, మనం ఇచ్చే తర్పణాలు వారికి ఆయా రూపాలకు అనుగుణమైన ఆహారంగా మారి అందుతాయి. దీనికి ప్రమాణ శ్లోకం:

నామగోత్రం పితౄణాం తు ప్రాపకం హవ్యకవ్యయోః ।

మంత్రాస్తజ్జలధారాశ్చ దత్తం నయంతి తత్ఫలమ్ ॥

(మత్స్య పురాణం)

మనం చెప్పే పేరు (నామం), గోత్రం మరియు మనం పలించే మంత్రం అనేవి ఆ తర్పణాన్ని సరైన చిరునామాకు చేరవేసే వాహకాలుగా పనిచేస్తాయి. దీనిని అర్థం చేసుకోవడానికి ఒక చిన్న ఉదాహరణ: మనం ఒక వ్యక్తికి మనీ ఆర్డర్ పంపితే, ఆ వ్యక్తి ఎక్కడ ఉన్నా పోస్టల్ వ్యవస్థ రూపం మార్చి (కాగితాన్ని నగదుగా మార్చి) అతనికి ఎలా అందజేస్తుందో, అలాగే మనం ఇచ్చే జలం కూడా వారి స్థితిని బట్టి మారుతుంది.

శ్రీమద్భాగవతం మరియు శ్రీ కూర్మ పురాణం ప్రకారం:

★ ఒకవేళ పితృ దేవతలు దేవతలుగా జన్మిస్తే - మనం ఇచ్చే తర్పణం వారికి 'అమృతం' గా అందుతుంది.

★ వారు గంధర్వులుగా ఉంటే - 'భోగ్య వస్తువుల' రూపంలో అందుతుంది.

★ పశువులుగా జన్మిస్తే - 'గడ్డి (తృణం)' రూపంలో అందుతుంది.

★ మనుష్యులుగా జన్మిస్తే - 'అన్నం' రూపంలో అందుతుంది.

★ రాక్షస యోనిలో ఉంటే - 'మాంసం' రూపంలో అందుతుంది.

ఏ రూపంలో ఉన్నా, వారు తృప్తి చెందడం వల్ల కలిగే శుభ ఫలితం మాత్రం తిరిగి వారి వంశీయులకే చేరుతుంది.

శ్రీ మద్భాగవతం కూడా మనం వదిలే తర్పణాలను పితృ దేవతలు ఎలా స్వీకరిస్తారో తెలుపుతుంది.

యథా గోషు ప్రనష్టాసు వత్సో విందతి మాతరమ్ ।

తథా శ్రాద్ధేషు దత్తాన్నం మంత్రో నయతి పితౄన్ ॥

భావం: వందలాది ఆవుల మందలో ఉన్నప్పటికీ, దూడ తన తల్లిని (ఆవును) ఎలా వెతుక్కుంటూ వెళ్తుందో, అలాగే మనం చదివే మంత్రం, ఇచ్చే నామ గోత్రాలు ఆ తర్పణాన్ని మన పితృ దేవతలు ఏ జన్మలో, ఏ రూపంలో ఉన్నా వారి వద్దకు చేరవేస్తాయి.

వారు మనిషిగా పుడితే వారికి మంచి ఆహారం రూపంలో, పశువుగా పుడితే గడ్డి రూపంలో, దేవతగా ఉంటే అమృతం రూపంలో మనం ఇచ్చే తృప్తి వారికి

అందుతుంది. వారు తృప్తి చెందడం వల్ల కలిగే 'పుణ్య శక్తి' వారి ఆశీస్సుల రూపంలో తిరిగి మనకు, మన సంతానానికి రక్షణ కవచంలా నిలుస్తుంది.

అందుకే "**శ్రద్ధయా దీయతే ఇతి శ్రాద్ధం**" - అంటే నమ్మకంతో, భక్తితో ఇచ్చేది ఏదైనా అది వారిని చేరుతుంది.

సనాతన ధర్మంలో తర్పణ ఫలం

పితృ దేవతలు తృప్తి చెందితే వారు ఇచ్చే ఆశీస్సులు వంశాన్ని రక్షిస్తాయి. దీనిపై యాజ్ఞవల్క్య స్మృతి ఇలా చెబుతోంది:

ఆయుః ప్రజాం ధనం విద్యాం స్వర్గం మోక్షం సుఖాని చ ।

ప్రయచ్ఛంతి తథా రాజ్యం పితరః శ్రాద్ధతర్పితాః ॥

(యాజ్ఞవల్క్య స్మృతి)

శ్రద్ధతో తర్పణం విడిచే వారికి ఆయుష్షు, సత్సంతానం, ధనం, విద్య, స్వర్గ సుఖాలు మరియు మోక్షం లభిస్తాయి. నువ్వులు (తిలలు) లేకుండా చేసే తర్పణం పితృ దేవతలకు చేరదు. నల్ల నువ్వులు పితృ కార్యాలకు అత్యంత శ్రేష్ఠమైనవి, ఎందుకంటే అవి విష్ణుమూర్తి దేహం నుండి ఉద్భవించి, రాక్షస శక్తులను దరిచేరనివ్వకుండా పితృ దేవతలకు ఆహారాన్ని సురక్షితంగా అందజేస్తాయి.

కావున, పితృ దేవతలు ఏ లోకంలో ఉన్నా, ఏ జన్మలో ఉన్నా, వారి పట్ల కృతజ్ఞతతో అమావాస్య నాడు తర్పణం వదలడం ప్రతి ఒక్క సనాతన ధర్మం అవలంబించే వారి పరమ కర్తవ్యం.

సనాతన ధర్మ శాస్త్రాల ప్రకారం అమావాస్య తర్పణం విడిచేటప్పుడు అనుసరించాల్సిన క్రమం, ఎవరెవరికి తర్పణాలు ఇవ్వాలి మరియు ఏ నియమాలు పాటించాలి:

తర్పణం అంటే '**తృప్తి పరచడం**'. మనం వదిలే తిల తర్పణాలను స్వీకరించడానికి పితృ దేవతలు ఒక క్రమ పద్ధతిలో వస్తారు. మన వంశ వృక్షంలోని మూడు తరాల పితృ దేవతలకు (పితృ త్రయం) ప్రాధాన్యత ఇస్తూ ఈ ప్రక్రియ సాగుతుంది.

తర్పణ క్రమం: ఎవరెవరికి ఇవ్వాలి?

శాస్త్రం ప్రకారం తర్పణాన్ని ప్రధానంగా మూడు వర్గాలుగా విభజించి ఇస్తారు:

1. **పితృ వర్గం** (తండ్రి వైపు వారు):

మొదటగా తండ్రి వైపు ఉన్న పితృ దేవతలకు తర్పణం ఇవ్వాలి.

- ★ పితృ: తండ్రి
- ★ పితామహ: తాత
- ★ ప్రపితామహ: ముత్తాత

అలాగే వారి భార్యలకు కూడా క్రమ పద్ధతిలో ఇవ్వాలి.

౨. **మాతృ వర్గం** (తల్లి వైపు వారు - మాతామహులు):

తల్లి తరపు వంశీయులకు ఇచ్చే తర్పణం చాలా ముఖ్యం.

- ★ మాతామహ: తాత (తల్లికి తండ్రి)
- ★ ప్రమాతామహ: ముత్తాత
- ★ వృద్ధ ప్రమాతామహ: తాతకు తాత

వీరి భార్యలకు కూడా తర్పణాలు సమర్పించాలి.

తర్పణం విడిచేటప్పుడు పాటించవలసిన ముఖ్య నియమాలు తర్పణ ప్రక్రియ ఫలితాలనివ్వాలంటే సనాతన ధర్మం సూచించిన ఈ క్రింది నియమాలు తప్పనిసరి:

1. **దిశ** (Direction):

దేవ కార్యాలు తూర్పు ముఖంగా చేస్తాం, కానీ పితృ కార్యాలు ఎప్పుడూ దక్షిణ ముఖంగా (South-facing) ఉండి చేయాలి. పితృ లోకం దక్షిణ దిశలో ఉంటుందని పురాణ ప్రమాణం.

౭. **సమయం** (Timing):

అమావాస్య రోజున తర్పణానికి ఉత్తమ సమయం 'కుతప కాలం'. అంటే మధ్యాహ్నం 11:30 నుండి 12:30 మధ్య సమయం అత్యంత శ్రేష్ఠం. సూర్యుడు నెత్తిమీద ఉన్నప్పుడు పితృ దేవతల శక్తి ఎక్కువగా ఉంటుందని మత్స్య పురాణం చెబుతోంది.

3. **తిలలు** (నువ్వులు):

పితృ కార్యాలకు ఎప్పుడూ నల్ల నువ్వులనే వాడాలి. తెల్ల నువ్వులు దేవ కార్యాలకు వాడతారు.

"తిలాః పవిత్రాః సర్వత్ర రాక్షసానాం వినాశకాః"

అంటే నువ్వులు రాక్షస శక్తులను నాశనం చేసి, పితృ దేవతలకు హవిస్సును రక్షణగా చేరవేస్తాయి.

4. **యజ్ఞోపవీతం** (జంధ్యం):

జంధ్యం ఉన్నవారు తర్పణం ఇచ్చే సమయంలో దానిని 'ప్రాచీనావీతి' గా (కుడి భుజం మీదుగా ఎడమ వైపుకు) వేసుకోవాలి. దీనిని పితృ ముద్ర అంటారు.

5. **దర్భలు** (Darbha / Sacrificial grass):

చేతి వేళ్లకు దర్భతో చేసిన పవిత్రం ధరించాలి. దర్భాగ్రం ద్వారా వదిలే నీరు పితృ దేవతలకు అమృతధారగా అందుతుందని సనాతన ధర్మం పేర్కొంటుంది.

సనాతన ధర్మం ప్రకారం ప్రతి మనిషి జన్మతః మూడు రకాల ప్రధాన రుణాలతో పుడతాడు. అవి: దేవ రుణం, ఋషి రుణం, మరియు పితృ రుణం. వీటిలో 'పితృ రుణం' అత్యంత కీలకమైనది.

పితృ రుణం అంటే ఏమిటి?

మన ఉనికికి కారకులైన తల్లిదండ్రులు, వారి కంటే ముందున్న వంశపరంపర పట్ల మనం కలిగి ఉండే బాధ్యతనే పితృ రుణం అంటారు. మనకు ఈ శరీరాన్ని, వంశ నామాన్ని, సంస్కారాన్ని మరియు జీవన స్థితిగతులను అందించినందుకు గాను వారికి మనం తిరిగి చెల్లించవలసిన కృతజ్ఞత ఇది.

తైత్తిరీయ సంహిత (కృష్ణ యజుర్వేదం) పితృ రుణం గురించి ఇలా స్పష్టం చేస్తోంది:

జాయమానో వై బ్రాహ్మణస్త్రిభిర్ఋణవా జాయతే ।

బ్రహ్మచర్యేణ ఋషిభ్యో యజ్ఞేన దేవేభ్యః ప్రజయా పితృభ్యః ॥

దీని అర్థం: "ప్రతి మానవుడు పుడుతూనే మూడు రుణాలతో పుడతాడు. బ్రహ్మచర్యం (వేదాధ్యయనం) ద్వారా ఋషి రుణాన్ని, యజ్ఞ యాగాల ద్వారా దేవ రుణాన్ని, సత్సంతానాన్ని పొంది వంశాన్ని నిలబెట్టడం ద్వారా పితృ రుణాన్ని తీర్చుకోవాలి."

పితృ రుణం ఎలా తీరుతుంది?

పితృ రుణాన్ని తీర్చుకోవడానికి సనాతన ధర్మం రెండు మార్గాలను సూచించింది:

★ **సత్సంతానం (వంశాభివృద్ధి):** మన వంశం మనతో ఆగిపోకుండా, సన్మార్గంలో నడిచే సంతానాన్ని లోకానికి అందించడం ద్వారా పితృ రుణం తీరుతుంది. తద్వారా పితృ దేవతల నామ గోత్రాలు భూమిపై నిలిచి ఉంటాయి.

★ **ధర్మ కార్యాలు మరియు తర్పణాలు:** వారు బ్రతికున్నప్పుడు వారిని గౌరవించి సేవించడం (శ్రవణ భక్తి), వారు మరణించిన తర్వాత పితృ కార్యాలు (శ్రాద్ధము, తర్పణం) నిర్వహించడం.

పితృ రుణం తీర్చుకోకపోతే కలిగే పరిణామాలు:

ఒక వ్యక్తి పితృ రుణాన్ని విస్మరిస్తే అది 'పితృ దోషం'గా మారుతుంది. గరుడ పురాణం ప్రకారం, పితృ దేవతలు తృప్తి చెందకపోతే ఆ కుటుంబంలో:

★ సంతాన సమస్యలు కలగడం.

★ ఇంట్లో ఎప్పుడూ కలహాలు ఉండటం.

★ ఎంత సంపాదించినా ధనం నిలవకపోవడం.

★ కారణం లేని అనారోగ్య సమస్యలు తలెత్తడం జరుగుతుంది.

"**మాతృదేవోభవ.. పితృదేవోభవ**" అనేది సనాతన ధర్మ నినాదం. తల్లిదండ్రులు దైవ స్వరూపులు. వారు భౌతికంగా ఉన్నా లేకపోయినా, వారి పట్ల కృతజ్ఞతతో ఉండటం, అమావాస్య వంటి పుణ్య తిథుల్లో వారిని స్మరించుకోవడం ద్వారా పితృ రుణం నుండి విముక్తి లభిస్తుంది. పితృ దేవతలు తృప్తి చెందితే, వారి ఆశీస్సులు వేయి మంది దేవతల ఆశీస్సులతో సమానమని శాస్త్ర వచనం.

సనాతన ధర్మంలో తర్పణం వదిలే సంప్రదాయం లేదా వీలు లేని వారికి కూడా పితృ దేవతలను తృప్తి పరచడానికి ప్రత్యామ్నాయ మార్గాలను శాస్త్రాలు సూచించాయి. పితృ దేవతలు కేవలం మనం వదిలే నీటిని మాత్రమే కాదు, మన శ్రద్ధను, కృతజ్ఞతను కూడా ఆహారంగా స్వీకరిస్తారు.

తర్పణం వదలలేని వారు అనుసరించదగ్గ మార్గాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి:

1. **స్వయంపాక దానం** (అన్నదానం)

తర్పణం ఇచ్చే వీలు లేని వారు అమావాస్య రోజున ఒక బ్రాహ్మణుడికి లేదా పేదవారికి 'స్వయంపాకం' (బియ్యం, పప్పు, కూరగాయలు, నెయ్యి, బెల్లం కలిపిన పదార్థాలు) దానం చేయాలి.

ప్రమాణం: "అశక్తః స్వయంపాకం తు దద్యాత్ విప్రాయ భక్తితః" - అంటే శక్తి లేని వారు భక్తితో విప్రునకు స్వయంపాకం సమర్పించాలి.

మనం ఇచ్చే ఈ అన్నం పితృ దేవతలకు తృప్తిని కలిగిస్తుంది.

౨. **గోగ్రాసం** (ఆవుకు గ్రాసం అందించడం)

సనాతన ధర్మంలో ఆవును 'సర్వదేవతా స్వరూపం'గా భావిస్తారు. ఆవు శరీరంలో పితృ దేవతలు కూడా నివసిస్తారని పురాణ వచనం. అమావాస్య నాడు ఆవుకు పచ్చగడ్డి, అరటిపండ్లు లేదా నానబెట్టిన బియ్యాన్ని తినిపించడం వల్ల పితృ దేవతలు అత్యంత తృప్తి చెందుతారు.

3. **తిల దానం** (నువ్వుల దానం)

తర్పణం విడిచే సంప్రదాయం లేని వారు, ఒక పాత్రలో నల్ల నువ్వులను ఉంచి, పితృ దేవతలను స్మరిస్తూ పాత్రతో సహా దానం చేయవచ్చు. నువ్వులు పితృ దేవతలకు అత్యంత ప్రీతిపాత్రమైనవి కాబట్టి, నేరుగా తర్పణం ఇవ్వలేకపోయినా ఈ దానం వారిని చేరుతుంది.

4. **దీప దానం**

ముఖ్యంగా మహాలయ అమావాస్య లేదా సాధారణ అమావాస్య సాయంత్రం వేళ ఆకాశం వైపు లేదా దక్షిణ దిశ వైపు చూపిస్తూ దీపం వెలిగించడం (ఆకాశ దీపం) వల్ల పితృ దేవతలకు దారి కనిపిస్తుందని, వారు సంతోషిస్తారని పద్మ పురాణం చెబుతోంది.

5. పితృ గాయత్రి లేదా పితృ స్తోత్ర పఠనం

ఏమీ చేయలేని స్థితిలో ఉన్నవారు, అమావాస్య నాడు దక్షిణ ముఖంగా కూర్చుని పితృ దేవతలను మనస్ఫూర్తిగా స్మరిస్తూ ఈ కింది మంత్రాన్ని చదువుకోవచ్చు:

దేవతాభ్యః పితృభ్యశ్చ మహా యోగిభ్య ఏవ చ ।

నమః స్వధాయై స్వాహాయై నిత్యమేవ నమో నమః ॥

ఈ మంత్రాన్ని పఠించడం వల్ల పితృ లోకంలో ఉన్న పితరులకు శక్తి అందుతుంది.

6. శాస్త్రం చెప్పిన అత్యంత సరళ మార్గం (విష్ణు పురాణం)

ఒకవేళ మీ వద్ద ధనం లేకపోయినా, దానం చేసే స్థితిలో లేకపోయినా ఏం చేయాలి? దీనికి విష్ణు పురాణం అద్భుతమైన పరిష్కారం చెప్పింది:

ఒక నిర్మానుష్యమైన ప్రాంతానికి వెళ్లి, రెండు చేతులూ ఆకాశం వైపు ఎత్తి, పితృ దేవతలను ఉద్దేశించి ఇలా ప్రార్థించాలి:

"నా దగ్గర పితృ కార్యాలు చేయడానికి ధనం లేదు, తర్పణం వదిలే అవకాశం లేదు. కానీ నా పితృ దేవతల పట్ల నాకు అపారమైన భక్తి ఉంది. ఓ పితృ దేవతలారా! నా భక్తిని స్వీకరించి మీరు తృప్తి చెందండి."

ఇలా మనస్ఫూర్తిగా ప్రార్థిస్తే, ఆ కృతజ్ఞతా భావమే వారికి అమృతంలా అందుతుంది. సనాతన ధర్మంలో బాహ్య ఆచారాల కంటే 'భావం' (Intent) ముఖ్యం.

అమావాస్య నాడు ఈ తర్పణ ప్రక్రియ ద్వారా మీ పితృ దేవతల ఆశీస్సులు మీ వంశంపై ఎల్లప్పుడూ ఉండాలని ఆశిస్తున్నాను.

- హరి: ఓమ్ -

- ఓం తత్సత్ -

About the Author

Sriman Archakam Ramakrishna Deekshitulu, Present Hereditary Archaka, belongs to Gollapalli Family, in Lord Venkateswara Swami Temple, Tirumala Hills. Continuing the legacy of Archakatvam for over 5000 years, since from the begining of Kaliyuga, with the blessings of Lord Venkateswara and my ancestor, Sriman Gopinatha Deekshitulu, who was the first Vaikhanasa Archaka of Tirumala temple. He has been working for the Tirumala Sri Venkateswara for over 30 years. He has obtained MCA (Oracle DBA) and Vaikhanasa Agama Prava degrees. He has published books on Sri Venkatewara and several articles in Telugu and English languages on Temple Agama. He is an Honorary Adviser on Agama for the Tirumala Tirupathi Devasthanam (TTD), Tirumala.

శ్రీరామశంబుక వృత్తాంతంలో ఒక దృక్కోణం

[A Perspective on the episode of Shri Rama and Shambuka]

ఇందారం శ్రీనివాస్ రావు

చారిత్రక పరిశోధకుడు మరియు వ్యవస్థాపకుడు, ఇండాలజీ మరియు సంస్క్రిట్ రీసెర్చ్, హైదరాబాద్

indaramsrinu@gmail.com

సారాంశం

రామాయణం ఇతిహాసం, మహాకావ్యమేకాక "ధర్మశాస్త్రం" కూడా. కనుకనే రామాయణాన్ని స్థూలంగా సీతారాముల చరిత్రగ చదవడమేకాక సూక్ష్మంగా అందులోని ధర్మవివేచన కూడా చేయాలి.

రావణుడు లేదా లక్ష్మణుడు లేదా శంబుకుడు లేదా మరెవరైనా, రామాయణంలో ధర్మానికి విరుద్ధంగా ఎవరు ప్రవర్తించినా, రాముడు అలాంటి అతిక్రమణలను ఎప్పుడూ ఉపేక్షించలేదన్న విషయం రామాయణం మొత్తంలో కనిపిస్తుంది. రాముడికి ధర్మమే ముఖ్యమైనది. కనుకనే "రామో విగ్రహవాన్ ధర్మః" - రాముడు ధర్మస్వరూపుడుగా ప్రసిద్ధుడు.

శ్రీరామశంబుక వృత్తాంతం రాముడు ఎలా రెండుకోణాల్లో న్యాయంచేయాల్సి ఉన్నదో వెల్లడిస్తుంది: 1) యుగధర్మ సంబంధమైన న్యాయం చేయడం మరియు 2) శంబుకుని మహాతపస్సును పరిగణనలోకి తీసుకొని అతనికి న్యాయం చేయడం. అందుకే వాల్మీకి మహర్షి ఈ ఘట్టాన్ని రామాయణంలో చేర్చాడు.

Abstract

Ramayana is not only an epic and a mahakavya, but also a dharmashastra. Therefore, apart from reading the Ramayana as the history of Sita and Rama, it should also be examined more subtly for its ethical discernment.

Whether it was Ravana, Lakshmana, Shambuka or anyone else, the Ramayana clearly shows throughout that whenever someone acted against dharma, Rama never tolerated such transgressions. For Rama, dharma was paramount. "रामो विग्रहवान् धर्मः I Rāmo vigrahavān dharmaḥ" - Rama is celebrated as the embodiment of dharma.

The episode of Shri Rama and Shambuka reveals how Rama had to administer justice from two perspectives: i) Justice with respect to Yuga-dharma and ii) Justice to Shambuka with respect to his great penance. This is precisely why Sage Valmiki included this episode in the Ramayana.

* * *

వాల్మీకిరామాయణం, ఉత్తరకాండలో ఉన్న శ్రీరామశంబుక వృత్తాంతం విషయానికొస్తే - రాముడు ధర్మయుక్తంగా పరిపాలిస్తున్న కాలంలో ఒకరోజు ఒక వృద్ధబ్రాహ్మణుడు మృతుడైన తన ఐదు సంవత్సరాల కుమారుని శరీరాన్ని రాజభవనద్వారం దగ్గరికి తెచ్చి ఆ బాలునికి మృత్యువు రావడానికి ఈ రాజ్యాధిపతి అయిన రాముని దోషం కూడా ఇందులో ఉన్నది. రాజులు ధర్మాన్ని కాపాడకపోవడం వల్లనే ప్రజలకు ఆపదలు వస్తాయని అన్నాడు (వాల్మీకి రామాయణం, ఉత్తరకాండ, సర్గ - 73).

ఈ విషయంలో పొరపాటు ఎక్కడ జరిగిందో తెలుసుకోవడానికి రాముడు మంత్రులు, సోదరులు, మహర్షులు మరియు పురప్రముఖులతో ఒక సమావేశాన్ని ఏర్పాటు చేసాడు. అప్పుడు అక్కడే ఉన్న నారదమహర్షి రామునితో మాట్లాడుతూ మొదటి మూడుయుగాల్లో క్రమంగా మూడువర్ణాలవాళ్ళకు తపస్సుచేయడం ధర్మం కానీ శూద్రునికి కాదు. శూద్రులకు కూడ రాబోయే కలియుగంలో తపశ్చర్యాప్రవృత్తి ఏర్పడుతుందన్నాడు. ప్రస్తుతం బాలుని మరణానికి కారణం రామునిరాజ్యంలో ఏదో ఒకచోట శూద్రుడు తన ధర్మం కాకున్నా తపస్సు చేస్తుంటాడు. కనుక సరైన చర్యలు తీసుకుంటే బాలుడు మళ్లీ బ్రతుకుతాడన్నాడు (వాల్మీకి రామాయణం, ఉత్తరకాండ, సర్గ - 74, శ్లోకాలు 25 నుండి 33).

ఆ మాటలు విన్న రాముడు పుష్పకవిమానంలో బయలుదేరి అన్నివైపులా వెతుకుతూ చివరికి దక్షిణదిశగా ప్రయాణించి శైవలపర్వత సమీపంలో తీవ్రంగా తపస్సు చేస్తున్న ఒక తాపసిని చూసి, అతన్ని సమీపించి "ఓ సువ్రతా! నీవు ధన్యుడవు. నీవు ఏ జాతివాడవు? నీ శక్తిసామర్థ్యాలు దృఢమైనవి. కుతూహలం కొద్దీ నిన్ను అడుగుతున్నా. నేను దశరథుని కుమారుడను. నా పేరు రాముడు. నీవు ఇంత గొప్పతపస్సును ఎందుకోసం చేస్తున్నావు? స్వర్గలాభం కోసమా లేక ఇంకేమన్నానా? నేను తెలుసుకోవాలనుకుంటున్నా. నీకు శుభమగుగాక. నీవు బ్రాహ్మణుడవా, క్షత్రియుడవా, వైశ్యుడవా లేక శూద్రుడవా? నిజంచెప్పు" అని అన్నాడు (వాల్మీకి రామాయణం, ఉత్తరకాండ, సర్గ - 75, శ్లోకాలు - 13 నుండి 18).

అప్పుడు ఆ తాపసి "రామా! నేను శూద్రజాతిలో జన్మించాను. నా పేరు శంబుకుడు. ఈ శరీరంతోనే దివ్యత్వాన్ని పొందాలనుకుంటున్నాను. రామా! నేను దేవలోకాన్ని జయించదలచి ఈ ఉగ్రమైన తపస్సు చేస్తున్నా." అన్నాడు. శంబుకుడు అలా మాట్లాడుతుండగానే రాముడు ఒరనుండి మిరమిట్లు గొలిపే ఖడ్గాన్ని తీసి అతని శిరస్సును ఖండించాడు (వాల్మీకి రామాయణం, ఉత్తరకాండ, సర్గ - 76, శ్లోకాలు - 1 నుండి 4).

ఈ కథలో రాముడు శంబుకుణ్ణి చంపడం తప్పని కొందరు, అలాగే ఇది కల్పితమని, ప్రక్షిప్తమని అనేవాళ్ళు ఇంకొందరు. ఇలాంటివి ప్రస్తుత దృక్కోణంతో చూస్తే పలుసందేహాలను కలిగిస్తాయి. రాముడు అలా ప్రవర్తించడంవల్ల శంబుకునికి కలిగిన ప్రయోజనమేమిటన్నది శాస్త్రదృష్టిపరంగా పరిశీలిద్దాం.

కృత, త్రేత, ద్వాపర మరియు కలి అని నాలుగు యుగాలని, ఒక్కో యుగానికి దాని ధర్మాలుంటాయని శాస్త్రవచనం. కృతయుగధర్మాలు వేరు, త్రేతాయుగధర్మాలు

వేరు, ద్వాపరయుగధర్మాలు వేరు మరియు కలియుగధర్మాలు వేరు. ఒక యుగానికి నిర్దేశించబడిన ధర్మాలతో ఆ యుగానికి సంబంధించిన సంఘటనలను మాత్రమే చూడాలి. ఇంకో యుగంలో జరిగిన సంఘటనలను చూస్తే కొన్ని తప్పనిపించవచ్చు. కనుక ఆ ప్రత్యేక యుగధర్మాల ప్రకారమే ఆ ప్రత్యేకయుగంలో జరిగిన సంఘటనలను చూడడం కూడ ధర్మమే. శంబుక వృత్తాంతం జరిగింది 24వ మహాయుగంలోని త్రేతాయుగం అయిపోయి ద్వాపర యుగారంభంలో. మనం ఉన్నది 28వ మహాయుగంలోని కలియుగ ప్రారంభంలో. కలియుగధర్మాల ప్రకారం కృత, త్రేత, ద్వాపర యుగాల విషయాలను చూస్తే, కొన్ని తప్పనిపించవచ్చు. కనుక ఏయే యుగాలకు సంబంధించిన విషయాలు ఆయా యుగనియమాల ప్రకారమే పరిగణనలోకి తీసుకోవాలి.

రామునికి ధర్మం ముఖ్యం. ధర్మానికి విరుద్ధంగా ఎవరు ప్రవర్తించినా రాముడు అలాంటివారెవరినీ ఉపేక్షించలేదు అన్న విషయం రామాయణం మొత్తంలో కనిపిస్తుంది. ఉదాహరణకు, రావణుడు ధర్మంతప్పి రామునిభార్య సీతను ఎత్తుకెళ్ళాడు కనుక రాముడు అతణ్ణి శిక్షించాడు. అలాగే తాను కాలపురుషునితో ఏకాంతంగా మాట్లాడుతున్నప్పుడు నియమధర్మానికి విరుద్ధంగా లక్ష్మణుడు వారు ఉన్న ప్రదేశానికి వచ్చాడు కనుక సొంత తమ్ముడైనా రాముడు అతణ్ణి పరిత్యజించాడు. (వాల్మీకి రామాయణం, ఉత్తరకాండ, సర్గ – 106)

ఇక శంబుకుడు, తాను మహాతపస్సు చేస్తున్నది ఈ శరీరంతోనే స్వర్గాన్ని జయించడానికి అన్నాడు. స్వర్గాన్ని జయించడం అంటే పరోక్షంగా స్వర్గసుఖాలను కోరుకోవడం. ఇక్కడే అసలు విషయం ఉన్నది. శంబుకుడు మహాతపస్వి. అతడు చేసిన తీవ్రమైన తపస్సుకు మోక్షమే వస్తుంది. కానీ అతడు కోరుకునేది అశాశ్వతమైన స్వర్గసుఖాలను. చేసుకున్న పుణ్యంకొద్ది స్వర్గభోగాలు లభిస్తాయి. కానీ, "క్షీణే పుణ్యే మర్త్యలోకం విశంతి" అన్న శాస్త్రవాక్యం ప్రకారం ఒకసారి స్వర్గంలో పుణ్యాలు ఖర్చయిపోతే మళ్లీ ఈ భూమి మీద జన్మించాల్సిందే, మళ్ళీ పుణ్యంకోసం ప్రాకులాడాల్సిందే. ఈ విషయం శంబుకునికి తెలియకపోవచ్చు. తెలిస్తే స్వర్గానందాన్ని కాక మోక్షాన్ని తద్వారా బ్రహ్మానందాన్ని కోరుకునేవాడు. కానీ భగవదవతారమైన రామునికి మానవజన్మ లక్ష్యం 'మోక్షం పొందే ప్రయత్నం చేయడం' అని తెలుసు. కనుకనే శంబుకుడు చేసిన తపస్సుకు అతడికి శాశ్వతానందాన్నిచ్చే పరబ్రహ్మసాన్నిధ్యం ఇవ్వాలి కానీ అశాశ్వతానందాన్నిచ్చే స్వర్గసుఖం కాదు అని గ్రహించి శంబుకుణ్ణి వధించడం పేరిట పరబ్రహ్మసాన్నిధ్యాన్ని ప్రసాదించాడు. ఎందుకంటే భగవంతుడు కర్మఫలదాత. ప్రాణులు చేసుకున్న కర్మల ఆధారంగా వాటికి ఫలాలనిస్తాడు.

అలాంటప్పుడు శంబుకుణ్ణి వధించకుండా మోక్షాన్ని ఇవ్వవచ్చు కదా? అన్న ప్రశ్న రావచ్చు.

ఇక్కడ రాముడు రెండుకోణాల్లో న్యాయంచేయాల్సి ఉన్నది. 1) యుగధర్మ సంబంధమైన న్యాయం చేయడం మరియు 2) శంబుకుని మహాతపస్సును పరిగణనలోకి తీసుకొని అతనికి న్యాయం చేయడం. మోక్షమైనా, స్వర్గసుఖమైనా పాంచభౌతికశరీరంతో పొందడమన్నది దుర్లభం కనుక శంబుకుడు తన దేహాన్ని వదిలేయక తప్పదు. యుగధర్మానికి విరుద్ధంగా మహాతపస్సు చేసి

తద్వారా ఇతరులకు ఇబ్బంది కలిగించాడు కనుక అతనికి రాముడు మరణదండన విధించి ఇంకొకరి చేత అమలు చేయించవచ్చు. కానీ స్వయంగా తన ఖడ్గంతో అతన్ని సంహరించి తద్వారా మోక్షం ఇచ్చాడు. ఇక్కడ శంబుకుణ్ణి సంహరించడం అన్నది అతడు యుగధర్మానికి విరుద్ధంగా ప్రవర్తించినందుకు వేసిన శిక్ష. భవిష్యత్తులో ఇతరులు అలా ధర్మవిరుద్ధంగా ప్రవర్తించకుండా ఒక హెచ్చరికగా ఇది యుగాధర్మానికి చేసిన న్యాయం. భగవంతుని చేతిలో మరణం మోక్షకారకం. కనుక శంబుకుణ్ణి స్వయంగా సంహరించి అతనికి శాశ్వత బ్రహ్మానందాన్నిచ్చి అతని మహాతపస్సుకు న్యాయం చేసాడు.

మరో ప్రశ్న ఏంటంటే స్వర్గానందం గొప్పదా లేక బ్రహ్మానందం గొప్పదా?

దీనికి సమాధానం - స్వర్గప్రాప్తి వల్ల పొందే ఆనందం కంటే బ్రహ్మానందమే గొప్పది. తైత్తిరీయోపనిషత్తు, బ్రహ్మానందవల్లి, అనువాకం-8, మానవానందం, స్వర్గానందం మరియు బ్రహ్మానందంలోని అంతరాలను ఇలా తెలియజేస్తున్నది:

ఒక యువకుడు తన జీవితపు గొప్పదశలో ఉన్నాడు, మంచివాడు, విద్యావంతుడు, సాహసి, భలిష్ఠుడు, శక్తివంతుడు, ఈ జగత్తూ, దానిలోని సంపద మొత్తం అతనికి చెందుతుంది. అలాంటప్పుడు పొందే ఆనందం ఒక "మానవానందం" అవుతుంది. 100 ఇలాంటి మానవానందాలు మనుష్య గంధర్వుల ఒక ఆనందం అవుతుంది. 100 మనుష్య గంధర్వానందాలు ఒక దేవగంధర్వానందం అవుతుంది. 100 దేవగంధర్వానందాలు ఒక పితరుల ఆనందం అవుతుంది. 100 పితరుల ఆనందాలు స్వర్గంలో ఉండే దేవతల ఒక ఆనందం అవుతుంది. 100 స్వర్గదేవతల ఆనందాలు కర్మదేవతల ఒక ఆనందం అవుతుంది. 100 కర్మదేవతల ఆనందాలు దేవతల ఒక ఆనందం అవుతుంది. 100 దేవతల ఆనందాలు ఇంద్రుని ఒక ఆనందం అవుతుంది. 100 ఇంద్రుని ఆనందాలు బృహస్పతి ఒక ఆనందం అవుతుంది. 100 బృహస్పతి ఆనందాలు ప్రజాపతికి ఒక్క ఆనందం అవుతుంది. 100 ప్రజాపతి ఆనందాలు బ్రహ్మకు ఒక ఆనందం అవుతుంది.

ఈ లెఖ్ఖన స్వర్గంలో పొందే ఆనందం 1 పక్కన 8 సున్నాలంత మానవానందం, అది కూడ అశాశ్వతం. మరి బ్రహ్మానందమంటే 1 పక్కన 20 సున్నాలంత గొప్ప మానవానందం అనవచ్చు. ఒక్క మాటలో చెప్పాలంటే, ఈ బ్రహ్మానందం వర్ణనాతీతం మరియు శాశ్వతం.

మరో ప్రశ్న ఏంటంటే, శబరి కూడా శంబుకుడిలాగా తపస్సుచేసి తద్వారా మోక్షాన్ని పొందింది కదా? శబరి విషయంలో లేని దోషం శంబుకుని విషయంలో ఎలా?

దీనికి సమాధానం: మతంగమహర్షి శిష్యులు శబరికి గురువులు. వారి అనుజ్ఞతో మరియు ఆధ్వర్యవంలో ఆమె తపస్సు మరియు మహర్షులకు పరిచర్యలు చేసింది. అందువల్ల ఎవరికి ఏ ఇబ్బంది కలగలేదు. పైపెచ్చు ఆమె తన తపస్సుకు తగ్గట్టుగా పరంధామాన్ని కోరుకుంది. రాముడు ఆమెకు పరంధామాన్ని ప్రసాదించాడు. (గురువుల మార్గనిర్దేశనంలో ఉన్న శిష్యులవల్ల సాధారణంగ ఇతరులకు ఇబ్బందులు రావు. ఒకవేళ వస్తే వాటిని గురువులు పరిష్కరించగలరు.) కానీ శంబుకుడు ఎవరి అనుమతి గాని మార్గనిర్దేశనం గానీ లేకుండా స్వంతంగా

తపస్సు చేసాడు. దానివల్ల పుట్టిన మహాశక్తి లోకంలో ఇతరులకు ఇబ్బంది కలిగించింది. పైపెచ్చు శంబుకుడు అశాశ్వతమైన దేవలోకాన్ని కోరుకున్నప్పటికీ రాముడు మాత్రం అతని మహాతపస్సుకు తగ్గట్టుగా శాశ్వతమైన పరంధామాన్నిచ్చాడు.

"రామో విగ్రహవాన్ ధర్మః" అని కీర్తింపబడిన రాముని కంటే గొప్ప న్యాయనిర్ణేతలం మనం ఎన్నటికీ కాలేమన్నది సత్యం. అలాగే, రాముణ్ణి తప్పుపట్టేస్థాయిలో ఉన్న జ్ఞానసంపన్నులమూ మనం కాదు కదా? రాముడు శంబుకుణ్ణి శిక్షించిన తర్వాత దేవతలు రాముణ్ణి మెచ్చుకొని, "స్వర్గభాక్ న హి శూద్రోఽయం త్వత్కృతే రఘునందన" అంటే "రఘునందనా! నీ పనివల్ల (నీవు శిక్షించడం వల్ల) ఈ శూద్రుడు స్వర్గాన్ని పొందలేడు (మోక్షాన్ని పొందుతాడు)" అని ప్రశంసించి వరం కూడా తీసుకోమన్నారు (వాల్మీకి రామాయణం, ఉత్తరకాండ, సర్గ - 76, శ్లోకం - 8). ఒకవేళ శంబుకుణ్ణి శిక్షించడంలో రాముని తప్పుంటే దేవతలు ఆయనను ఎందుకు సమర్థించి మెచ్చుకుంటారు? ఆలోచించాల్సిన విషయమే కదా!

భగవంతుని సృష్టిలో ప్రాణులన్నింటికి ప్రత్యక్షంగానో పరోక్షంగానో సంబంధం ఉంటుంది. ప్రతీ ప్రాణీ తన ధర్మాన్ని అనుసరించాల్సిందే. అలా లేనప్పుడు ఏర్పడ్డ అధర్మప్రభావం ఇతర ప్రాణుల మీద ప్రత్యక్షంగానో పరోక్షంగానో ఏదో ఒక స్థాయిలో ఉండి తీరుతుంది. నమ్మినా నమ్మకున్నా ఇది వాస్తవం.

అలాగే అందరు ప్రజలు, ఆయా యుగాల్లో తమ తమ వర్ణాశ్రమధర్మాల ప్రకారం చేసే తపస్సులు, యజ్ఞాలు, పూజలు, రక్షణాది కార్యక్రమాలు, వ్యాపారాలు, వ్యవసాయాలు మొదలైనవాటి ఫలితాలు అన్ని కూడా వాళ్ళకు మాత్రమే చెందవు, సమస్త ప్రాణికోటికి వాటివాటి (వివిధ) శాతాల్లో (percentages) వెళ్లిపోతాయి. ఏ యుగమైనా ఏ కాలమైనా ఇదే నిజం.

అన్ని వర్ణాలూ భగవంతుని దృష్టిలో సమానమే. అలాగే వర్ణాలకు అతీతంగా పాంచభౌతికమైన మానవజన్మలు భగవదనుగ్రహాన్ని కలిగించే పనులు చేసే సాధనాలు మాత్రమే.

శంబుకునికథలో మనం గ్రహించాల్సిన విషయం ఏంటంటే, భగవంతుడనేవాడు యుగధర్మన్యాయం చేయాలి, అలాగే ప్రాణులకర్మలకు తగిన ఫలాన్నీ ఇవ్వాలి. శంబుకుని వధించడం ద్వారా రాముడు యుగధర్మాన్ని నిర్వహిస్తూ, మహాతపస్సు చేసినందుకు ఫలంగా శంబుకునికి స్వర్గం కంటే ఉన్నతమైన మోక్షాన్నిచ్చి అనుగ్రహించాడు.

సామాన్యంగా చూస్తే, శంబుకవధ పైకి కనిపిస్తుంది. కానీ సూక్ష్మంగా చూస్తే శంబుకుడు కోరుకున్న అశాశ్వత సుఖాన్నిచ్చే స్వర్గాన్నికాక శాశ్వతానందాన్నిచ్చే బ్రహ్మలోకప్రాప్తిని ఆ గొప్ప తపస్వికి రాముడు అనుగ్రహించాడు.

పాలకుల కార్యనిర్వహణ (Administration) లో అన్ని విషయాలు విడమరచి చెప్పరు, అలాగే అందరికీ అర్థంకావు కూడా. ఆయా విషయాలకు సంబంధించిన నిపుణులకు మాత్రమే అందులో ధర్మసూక్ష్మం కనిపిస్తుంది, అర్థమౌతుంది. కనుకనే వాల్మీకిమహర్షి ఈ వృత్తాంతాన్ని రామాయణంలో ఉంచాడు అనే భావించాలి.

రామాయణం ఇతిహాసం, మహాకావ్యమేకాక "ధర్మశాస్త్రం" కూడా అన్న విషయం మరిచిపోవద్దు. కనుకనే రామాయణాన్ని స్థూలంగా సీతారాముల చరిత్రగ చదవడమేకాక సూక్ష్మంగా అందులోని ధర్మవివేచన కూడా చేయాలి. అప్పుడే పుణ్యం పురుషార్థం కూడా లభిస్తాయి.

వాల్మీకి రామాయణాన్ని చదువుదాం - వాస్తవ చరిత్రను తెలుసుకుందాం.

ఉపయుక్త గ్రంథసూచి

1. మహాకవి శ్రీవాల్మీకి మహర్షి విరచిత శ్రీమద్రామాయణము - యుద్ధకాండము- ఉత్తరకాండము - గీతాప్రెస్, గోరఖ్ పూర్.
2. తైత్తిరీయోపనిషత్తు, బ్రహ్మానందవల్లి, అనువాకం - 8.
3. పరాశరస్మృతి, ప్రథమోఽధ్యాయః.
4. భగవద్గీత, 9వ అధ్యాయం - రాజవిద్యారాజగుహ్యయోగం.

- హరి: ఓమ్ -

- ఓం తత్సత్ -

'వాల్మీకి రామాయణాన్ని చదువుదాం - వాస్తవ చరిత్రను తెలుసుకుందాం!'

About the Author

Dr. Indaram Srinivas Rao, M.A., Ph.D. is a renowned scholar in Indology, Sanskrit, and Indian philosophy. With a deep passion for preserving India's ancient intellectual heritage, he has been dedicated to research since 2004. Dr. Rao holds an M.A. degree in Sanskrit from Osmania University, Hyderabad, and a Ph.D. from Sri Chandrasekharendra Saraswathi Viswa Mahavidyalaya, Kanchipuram, focusing on a "Comparative study of Bhartrihari and Vemana'. His key research interests include Bharadwaja's Vaimanika Shastra, the Vignyana Shatakam of Bhartrihari, and fundamental aspects of the Ramayana and Mahabharata. Dr. Rao is the founder of Indology and Sanskrit Research and the website http://acharyaonline.com, which serves as a resource for Indian culture and tradition. He has been featured by BBC World and ETV, and his work has appeared in various national and international magazines. Dr. Rao also translated the Malayalam philosopher Poonthanam's Gnyanappana into Telugu. He has presented papers at several prestigious seminars and has made significant contributions to the field of Sanskrit and Indian philosophy. Contact: +91 95501 22288 | indaramsrinu@gmail.com

నవగ్రహ దోష నివారిణి - శ్రీ ఆదిశంకరాచార్య విరచిత సౌందర్యలహరి

[Remedy for Navagraha Afflictions - Soundarya Lahari, Composed by Sri Adi Shankaracharya]

Thatavarthi Rajeswari

Astrologer and Counselor, Visakhapatnam

తటవర్తి రాజేశ్వరి

జ్యోతిష్యం మరియు సలహాదారు, విశాఖపట్నం

rajeswariachyut@gmail.com

Abstract

Culture is inseparable from history, for the passage of time transforms every event into a part of our collective memory. We offer salutations to the Lord of Time with the invocation "*Kālaya Tasmai Namaḥ*" from Bhartrhari's Subhāṣita Trishatī. In Vedic astrology, the past is associated with ancestral forces; the ninth house in the Kālapuruṣa Chakra signifies the father, while the fifth house represents progeny. Kālidāsa beautifully affirms in Raghuvaṃśa that marriage finds its fulfillment in the blessing of children, for offspring secure the continuity of our future.

In the 75th verse of Saundarya Lahari— "*Tava stanyaṃ manye … kamanīyaḥ kavayitā*"— Śrī Ādi Śaṅkara reveals the path of selfless surrender, illustrating the sweetness of poetry and the role of prior merit through the episode of Manmatha. Soundarya Lahari stands not only as a sacred text for Śrīvidyopāsana but also as a poetic masterpiece believed to alleviate the afflictions caused by the Navagrahas, offering a remedy that transcends astrology.

We bow with reverence to Śrī Ādi Śaṅkara, the Jagadguru, who gifted this divine kāvya to Bhāratavarṣa. The true repayment of our debt to this great sage lies in reciting, preserving, and propagating his Vedanta teachings and devotional hymns. With devotion, I seek the blessings of Śrī Mātā to safeguard and uphold our cherished Indian culture.

సంక్షిప్తరూపం

సంస్కృతి సూచించేది చరిత్ర. గడచిన విషయం అంతా చరిత్రగా, భూతకాలంగానూ సమయం మారుస్తుంది. అటువంటి సమయానికి అధిపతి అయిన కాల పురుషునికి నమస్కారం - కాలాయ తస్మై నమః (భర్తృహరి సుభాషిత త్రిశతి). భూతకాలంలో పిత్రు దేవతలు కొలువై ఉంటారు అని వేద జ్యోతిష్యం తెలియచేస్తుంది. కాల పురుష చక్రంలో నవమ స్థానం తండ్రిని, పంచమ స్థానం

సంతానమును సూచిస్తుంది. మహాకవి కాళిదాసు రఘువంశంలో **'ప్రజాయై గృహమేధినామ్'** అంటూ వివాహం చేసుకునేది సంతానం కోసం అని, అతి పవిత్రమైన విధి సంతానం పొందడం అని స్పష్టంగా తెలియజేశారు. సంతానం పొందడం అనేది మన భవిష్యత్తును సూచిస్తుంది.

నిరహంకారమైన సంపూర్ణ సమర్పణ ఏ విధముగా చేయాలనేది శ్రీ ఆదిశంకరులు సౌందర్యలహరిలో **'తవ స్తన్యం మన్యే ధరణిధరకన్యే హృదయతః...కమనీయః కవయతా'** అను 75వ శ్లోకంలో హృదయం నుండి పాల సముద్రము లాగా స్వచ్ఛమైన భాషను పొంగిపొరలి జేసే ఆ హిమగిరిసుత చనుబాలను త్రాగిన బాలుడగుటచే తాను ఇంపగు కవిత్వాన్ని పంచారని వివరించారు. జన్మ సిద్ధాంతం, కర్మ సిద్ధాంతం పూర్వ పుణ్య మహిమ జ్యోతిషశాస్త్రపరముగా ఏ విధముగా ఉంటాయి అనేది మన్మధుని వృత్తాంతములో వివరిస్తారు. సమాజ హితమైన దాంపత్యము గురించి, అమ్మతనంలో ఉండే కమ్మదనం గురించి సాక్షాత్ అదిదంపతులనే ఉదాహరించారు.

సౌందర్యలహరి కేవలం శ్రీవిద్యోపాసనతో కూడిన స్తోత్రరాజమే కాకుండా నవగ్రహముల బాధలను తొలగించగలిగే మహిమాన్వితమైన కావ్యం. జ్యోతిషశాస్త్ర పరముగా నివారణ చూపించే వేదవిజ్ఞానం. అంత గొప్పకావ్యాన్ని భారతీయులకు అందించిన సాక్షాత్ శివస్వరూపులు, జగద్గురువులు శ్రీ ఆదిశంకరులకు మనసారా నమస్కరిస్తూ ఆ ఋషి ఋణం మనం ఏ విధంగానైనా తీర్చుకోవడానికి మార్గం ఒక్కటే. అది ఆయన వ్రాసిన వేదాంత, భక్తి కావ్యాలను నిరంతరం పారాయణం చేయడం మరియు తర్వాత తరాలకు అందించడం. మన భారతీయ సంస్కృతి వారసత్వ సంపద వలెనె రక్షించుకోవడానికి శ్రీ మాత అనుగ్రహం కోసం ప్రార్థిస్తున్నాను.

ముఖ్యపదములు: సౌందర్యలహరి; జ్యోతిషశాస్త్రము; నవగ్రహములు; నివారణలు

ఉపోద్ఘాతం

శ్రీ ఆదిశంకరాచార్య విరచితం సౌందర్యలహరి శివ శక్తుల ఐక్యతా రూపం శ్రీవిద్యా స్వరూపము. వరత్రా సత్రాణ స్ఫటిక ఘుటికాపుస్తకకరాం - చతుర్బాహు సమన్విత శక్తిమయమైన అరుణ రూపం. మను విద్యా చంద్ర విద్యా అనబడు శ్రీవిద్యా సంప్రదాయములతో హ్రీంకారరూపిణిగా స్తుతించబడుచున్నది. పరా పశ్యంతీ మధ్యమా వైఖరీ అనబడు వేద శబ్ద స్వరూపమైన వాగ్భవ, కామరాజ మరియు శక్తి కూటములు శ్రీమాత నుండి ఆవిర్భవించినవే. శ్రీమాత పంచకోశాంతర స్థిత భగవతి అత్యంత సూక్ష్మ స్వరూపిణి. ఆమెకు అనుసంధానమయ్యే మార్గం సరళంగా ఉండాలి.

వేదములు మన సంస్కృత వాఙ్మయమున అత్యంత మౌలికమైనవి. శాక్తేయము, వైష్ణవము, శైవము, ద్వైతము, అద్వైతము, విశిష్టాద్వైతము మొదలైన వివిధ తత్వములు వేద ప్రామాణికమైనవి. వేదప్రభావం ఒక మతానికి మాత్రమే పరిమితం కాదు. సామాజికహితాన్ని కోరిన భారతీయ మూలాలు మన వేదాలు. చతుర్వేదముల యొక్క అర్థ వివరణ తెలియపరిచేవి వేదాంగాలు లేదా

షడంగాలు. 1) శిక్ష 2) వ్యాకరణము 3) ఛందస్సు 4) నిరుక్తము 5) జ్యోతిష్యము 6) కల్పము అనగా మానవుని యొక్క నిత్య జీవన కార్యాలన్నీ వేదాలతో ముడిపడి ఉన్నాయి అంటే అతిశయోక్తి కాదు. కాలపురుషుని ఆజ్ఞకు లోబడి సూర్య చంద్రాది నవగ్రహములు, కృత్తికాది 27 నక్షత్రములు మనపై ప్రభావం చూపిస్తాయి. మనం ఆచరించాల్సిన పనులు సమయమునకు లోబడి లేదా సమయానుకూలంగా ఎప్పుడు, ఏ విధంగా చేయాలని నిర్ణయం తీసుకోవడానికి వేదాంగములలో ఒకటైన జ్యోతిషం మార్గదర్శకత్వం చేస్తుంది.

అన్నమయకోశం మరియు మనోమయకోశం అని పిలువబడే భౌతికమైన శరీరం స్థూలంగా, మానసిక శరీరం సూక్ష్మమైనది గాను వుంటాయి. శక్తి నిచ్చే ప్రాణమయకోశం మరింత సూక్ష్మమైనది. ఇవి మూడు కర్మ సంబంధితమైనవి. వీటితో విజ్ఞానమయకోశం అభౌతికమైన ఆనందమయకోశమునకు అనుసంధానం చేస్తుంది. మన సంస్కృత వాఙ్మయం లో ప్రస్తావించబడిన పునర్జన్మ, కర్మ సిద్ధాంతం ఈ పంచకోశములపై ఆధారపడి ఉన్నది. భౌతికమైన స్థూలశరీరం పోయినా మానసిక, ప్రాణశరీరాలు జాతకుని యొక్క ప్రారబ్ద కర్మ అనుసరించి వేరొక జన్మను పొందుతారు. అది పూర్తిగా వ్యక్తిగతమైనది.

పంచభూతాలు, పంచ భావావేశాలు, పంచ భౌతిక గుణాలు, పంచకార్యసాధనాలు, మనస్సు, అహంకారం, మూల ప్రకృతి మొదలైన 24 జడ తత్వాలు. తపోధనుడు జడ రూపుడు శివునిలో నిత్యమూ బుద్ధి, అహంకారం, చిత్తం కన్నా అంతఃకరణము మేల్కొనే ఉంటుంది. శ్రీదేవి హరునిలో కదలికను తెచ్చి క్రియా శక్తి. సృష్టి కోసం ఏకాంతమున హెచ్చరిస్తూ ఉంటుంది. అందుకే ఆమె శ్రీ చక్రసంచారిణి. సర్వవ్యాధి ప్రశమనీ అని ఆపదల యందు నివారణ చూపించే మహత్తు గల దహరాకాశ రూపిణి. త్రిగుణములు అయిన ఇచ్ఛాశక్తి జ్ఞానశక్తి క్రియాశక్తి స్వరూపం అమ్మ శ్రీ మాతృ విరాట్ రూపం.

కాలమునకు సంకేతములు హంసలు. తమ నడకల బెడగులు శ్రీమాతకు నేర్పి మన శ్వాసగా మారాయి. శ్రీదేవి అందెలసవ్వడిలో శ్రీవిద్యను నేర్చుకున్నాయి. త్రిగుణములు, పంచభూతములు, పంచతన్మాత్రలు ఈ మహా కాలము నుండి ఉద్భవించాయి. త్రిగుణములు గాయత్రీ మంత్రమును, 27 నక్షత్రములు, నవగ్రహముల ను సూచిస్తాయి . ప్రకృతిలోని సృష్టి సమస్తం 27 గుణ భాగాలుగా విభజించబడి ఉన్నది. పంచభూతములు మానవుని శరీర రూపంలో మనసుతో కలిపి షట్ చక్రములలో ఉన్నాయి. శ్వాస రూపముతో హంస ద్వయం మానవునిలో ఉంటుంది. రూప, నామ, అధిష్టాన, అవస్థాన, అనుష్ఠానములు అనే పంచ సామ్యములతో శివశక్తులు సహస్రారమున నాదబిందువుగా కొలువై ఉంటారు. జ్ఞాన వైరాగ్యం ఐశ్వర్యం సత్యము క్షమ ధృతిః, స్రష్టృత్వం, ఆత్మ సంబంధం, అధిష్ఠాతృత్వం గలవాడు నవాత్మకు డైన శివుడు. అమ్మవారిని దర్శించాలి అంటే స్వామి వారి సాయుజ్యము పొందగలిగి ఉండాలి అంటారు శ్రీ శంకరులు.

సౌందర్యలహరిలో మొదటి 41 శ్లోకాలు పరమేశ్వర ప్రసాదం అనియు ఆత్మనందమైన మోక్ష సాధన లక్ష్యం ఆనందలహరి అని అంటారు. శక్తి స్వరూప వైభవం, శివశక్తులకు అభేద్యం, అమ్మవారి క్రీగంటి చూపు మహిమ,

శ్రీమాత పాదముల మహిమ, 11వ శ్లోకంలో పరాశక్తి నిలయం శ్రీ చక్రం, షట్చక్ర సాధన, తురీయము, సారస్వత ప్రయోగం, 32వ శ్లోకం లో అతి గోప్యంగా వున్న పంచదశీ మంత్రము, కాదివిద్య, హాదివిద్య, అమ్మవారి యొక్క పాతివ్రత్య మహిమ మరియు అఖిల లోకముల సృష్టికి కారణమైన వారు పార్వతీ పరమేశ్వరులు. వారే సకల భువనములకు తల్లిదండ్రులు అనియు మరియు మానవ దేహమును శ్రీ చక్రముగా భావన చేస్తూ చేసే షట్చక్ర ధ్యాన సాధనలో కుండలినీ శక్తి ప్రవాహం ఆరోహణ అవరోహణలు కాలపురుష చక్రంలోని భ- వలయాన్ని శ్రీ ఆదిశంకరులు ఆనందలహరిలో నిరూపణ చేస్తారు. ఈ శ్లోకములు దేవీ తత్త్వ రహస్యమును స్పష్ట పరుస్తున్నాయి. వివిధ శ్లోకములలో మంత్రశక్తితో నవగ్రహములు వాటి ప్రభావములు అనుసంధానించబడి ఉంటాయి. కనుక గ్రహముల అనుకూలతకు ఈ శ్లోకములు పారాయణం చేయడం ఉపకరిస్తుంది.

వివరణ

సౌందర్యం.. అన్న మాటకు అర్థం బాహ్యంలో శరీరంలో ప్రకాశించే అందం కాదు. అది ఈవేళ ఉంటుంది. ఒక దుర్ఘటన జరిగితే పోతుంది. అందుకే '**మా కురు ధనజన యవ్వన గర్వం హరతి నిమేషాత్ కాలః సర్వమ్ మాయామయమిదమఖిలం హిత్వా బ్రహ్మపదం త్వం ప్రవిశ విదిత్వా**' అని అంటారు శంకర భగవత్పాదులు. అమ్మది అందం కాదు...సౌందర్యం. శ్రీ మాత సౌందర్యం వర్ణించడం అంటే ఆమెను హిమవంతుని కుమార్తెగా, శివయువతి పార్వతిగా, జనని శ్రీమాతగా భావన చేయడం. ప్రతి శ్లోకమున ప్రత్యేకించబడిన సంబోధన గ్రహించి ఆ భావార్థము గ్రహించిన నాడు అలౌకిక అమృత భావన మనలో కదులుతుంది. మన భరత భూమిలో జన్మించిన శ్రీ శంకరులు స్త్రీమూర్తికి ఇచ్చిన గౌరవం అందరికీ ఆదర్శనీయం. వందనీయం.

సౌందర్యలహరి ఆవిర్భావం పై భిన్న అభిప్రాయాలున్నవి. శ్రీ శంకరుని గురుపరంపరలో వారి పరమాచార్యులు శ్రీ గౌడపాదుల వారు అనగా శ్రీ గోవిందపాదుల గురువుగారు రచించిన సుభగోదయము, శుభమైన ఆనందమును వివరిస్తున్నది. దానినే శ్రీ శంకరులు సౌందర్యలహరిగా శ్రీకాళహస్తి మహాక్షేత్రమున మరింత విపులీకరించారు అని ప్రతీతి. అదేవిధంగా శ్రీకాళహస్తి నుండి ఆదిశంకరుడు ఒకమారు స్వయంగా కైలాసం వెళ్ళారనీ, అక్కడ వ్రాసి ఉన్న శ్లోకములను చదువుతుండగా వినాయకుడు లేదా నంది దానిని క్రింది నుండి చెరిపేశాడనీ అంటారు. ఎందుకంటే, అత్యంత రహస్యమైన శ్రీ విద్య అందులో ఉన్నదని, అది పాపపుణ్యములతో జనన మరణ చక్రంలో పరిభ్రమించే నరులకు అందరానిదని అంటారు. అందువలన శంకరులు మొదటి 41 శ్లోకాలు మాత్రమే పూర్తిపాఠం పొందగలిగారు. వాటికి తోడు మరొక 59 శ్లోకాలు పరమేశ్వరానుగ్రహముతో ఆదిశంకరాచార్య రచించారు. ఆ వంద శ్లోకాలు కలిపి సౌందర్యలహరిగా ప్రసిద్ధమయ్యాయి. ఇంకా ఆ శ్లోకములు స్వయంగా శివుడే అమ్మవారి చేత ప్రేరింపబడి శంకరులకు ప్రసాదించారు అనీ, నంది కొన్ని భాగాలు విసిరివేయగా, శివపార్వతుల అనుగ్రహం వలన శంకరులు శేషభాగం రచించారని కూడా అంటారు. ఏదేమైనా శ్రీ ఆదిశంకరుల సౌందర్యలహరి మన జీవనమునకు అధానభూతమైనది. ఇందులో 1-41

శ్లోకములను గల ప్రథమ భాగం ఆనందలహరి అని, 42-100 శ్లోకములు గల ద్వితీయ భాగం సౌందర్య లహరి అనియు అంటారు. లొల్ల లక్ష్మీ ధరుడు, కామేశ్వర సూరి మొదలగు ప్రసిద్ధమైన పండితులు వ్యాఖ్యలు అందించారు. సౌందర్యలహరి లోని శ్లోకములన్నియు శిఖరిణీ వృత్తములో ఉండును. చాలా మంది ఆనందలహరికి చక్కని వ్యాఖ్యలు అందించారు కానీ, సౌందర్యలహరి వ్యాఖ్య సాక్షాత్తు అపర శివ స్వరూపం శ్రీ శంకరులకి మాత్రమే సాధ్యమయినది.

అమ్మవారు శక్తిగా, మాతృమూర్తిగా, తుష్టిగా, కాంతిగా, శాంతిగా పలు రూపాలతో మనలను అనుగ్రహిస్తుంది అని దేవీభాగవతంలో అపరాజితా స్తోత్రంలో చెప్పారు. సౌందర్యలహరిలో 100 శ్లోకాలు అన్నియు కూడా విశేషమైన భావనలు కలిగి ఉంటాయి. అమ్మవారి పలు లక్షణ స్వభావాలను, నిగూఢంగా వున్న నవగ్రహ ప్రభావాలను, శ్రీ చక్ర వర్ణన, మాతృక రూప వర్ణన, షట్చక్ర సాధన మొదలగునవి తెలుసుకోవడం ముక్తికి సోపానం. సౌందర్యం అంటే కనులకు ఇంపైనది. తానూ అనుభవించాలి అనుకునేది. కానీ ఏమిటీ మనం అనుభవించేది? అశాశ్వతమును అనుభవిస్తున్నాము అనుకుంటున్నాము. సత్యమే సౌందర్యము. శాశ్వతమైన అనుభవం. ముక్తి అనగా సంపూర్ణమైన వలయము. వలయము చక్ర సూచన. కాల భ్రమణం. ఆ గమన ప్రవాహంలో పరిభ్రమించడమే సౌందర్యలహరి.

శ్రీ ఆదిశంకరుల శ్రీ విద్యా పరదేవత మోక్ష సంబంధిత. శివుని విమర్శా శక్తి. ఆతని అహంకార రూపం అయిన అమ్మకు ఉన్నది భావోద్వేగ బలం. మాతృమూర్తి పోషణ తో అవసరమైతే రక్షణ కూడా అనుగ్రహిస్తుంది. ఎక్కడా లేని విధంగా సౌందర్యలహరిలో శ్రీవిద్యోపాసకులగు సాధకులకు సముచితమైన స్థానం ఇవ్వబడింది. సమస్త చరాచర వస్తువుల్లోనూ తనను తాను దర్శించిన దార్శనికుడే నిజమైన సాధకుడు అనిపించుకుంటాడు. హృదయంలో దివ్యకాంతి మూలాన్ని ధ్యానించగలగాలి. అప్పుడు సాధకుడు ఈశ్వర వైభోగం కన్నా శ్రీ మాత చరణాలు శరణు కోరడం మిన్న అని తెలుసుకున్నవాడు అవుతారు అంటారు శ్రీ శంకరులు. అమ్మవారు సాయుజ్య ప్రదాయిని. ముకుంద బ్రహ్మేంద్ర స్ఫుట మకుట నీరాజితపదామం- శ్రీదేవి పాదాలకు అనునిత్యం విష్ణుమూర్తి, బ్రహ్మ దేవుడు, ఇంద్రుడు సాష్టాంగం చేస్తూ ఉంటే, వారి తలపై ధరించిన మణి కాంతులతో వెలిగిపోయే కిరీటాలు అమ్మ పాదాలకు మణి హారతి ఇస్తూ ఉంటాయి. శ్రీదేవి పాదములు ఆశ్రయించుకుని ఉన్నవారికి, ఆమె ఆశీర్వచన ప్రభావముచే సంచరించే నవగ్రహములు కూడా శుభ ఫలితాలను ఇస్తాయి.

సౌందర్యలహరి – నవగ్రహములు

శ్రీ జగద్గురువులు మానవాళికి ప్రసాదించిన అద్భుత గ్రహదోష నివారిణి శ్రీ సౌందర్యలహరి. కేవలం ఆయా గ్రహ సంబంధిత శ్లోకములు నియమిత సంఖ్యలో పారాయణం చేయడం వలన గ్రహ పీడలు తొలగి అనుకూల ఫలితాలు పొందడం చాలా మందికి అనుభవం. ప్రత్యేకించి మొదటి తొమ్మిది శ్లోకములు కూడా వరుసగా సూర్యాది నవగ్రహముల అనుకూలతకు సంబంధించినవి కావడం విశేషం.

మొదటి శ్లోకము ఆరోగ్యప్రదాత, ఆత్మకారకుడు సూర్య గ్రహ అనుకూలత కొరకు నిర్దేశించబడింది.

శివః శక్త్యా యు క్తో యది భవతి శక్తః ప్రభవితుం -న
చేదేవం దేవో న ఖలు కు శలః స్పం దితు మపి ।
అతస్త్వా మా రా ధ్యాం హరిహర విరిం చా దిభిరపి-
ప్రణం తుం స్తో తుం వా కథమకృ త పు ణ్యః ప్రభవతి ॥ 1 ॥

ప్రత్యక్ష నారాయణుడు సూర్యభగవానుడు. ఆయన అనుగ్రహం ఉంటేనే ప్రాణశక్తి, ఆరోగ్యం సిద్ధిస్తుంది. అందుకు అమ్మవారి అనుజ్ఞ కావాలి. నవగ్రహాలలో ఆయురారోగ్య ఐశ్వర్యాభివృద్ధి కొరకు ఆదిత్యుని అనుగ్రహానికి 1వ శ్లోకం గురువుల ఉపదేశంతో భక్తి శ్రద్ధలతో పారాయణం చేయాలి. ఆకాశ తత్వాన్ని సూర్యుని తో పోల్చారు పరమాచార్యుల వారు. తత్వమసి ఉపదేశ వాక్కు, గురువు మాత్రమే చెప్పే రహస్య వాక్కు. శోక హరణం, మంగళకరమైన ప్రేమామృతం శివశక్తుల లక్షణం. వీరు మన ప్రాణంలోని ఉచ్వాస నిశ్వాసముల సంతులనం.

అన్ని వర్ణాలకు, వర్ణనలకు అతీతం అమ్మవారి పరతత్వము. ఆమెశక్తి సూర్యునిలో లేశ మాత్రం ఉండటం చేతనే ప్రాణదాత అయినాడు. సకల ప్రాణులకూ ప్రత్యక్ష దైవం తండ్రి తో సమానం తండ్రిని స్తుతిస్తేనే తల్లికి ఆనందం. అందుకే ఈ ప్రథమ శ్లోకం సూర్య అనుగ్రహాన్ని అందిస్తుంది. సర్వ మంగళ స్వరూపం. కరుణా సముద్ర. సకల లోక నాయకి. మాయాతీత, రోగములను పోగొట్టే అరుణ వర్ణము కలది అమ్మ. రెప్పపాటు నిశ్చలం అయితే రక్షణ, రెప్ప వేస్తె లయము. విశ్వ సాక్షిణి. భాను మండల మధ్యస్థా -సూర్యకోటి సమప్రభా అయిన శ్రీచక్ర స్వరూపం. పాపకర్మల వల్ల అనారోగ్యం తో నీరసించిన వారికి కూడా దయతో పైకిలేపి జీవనాన్ని అనగా ప్రాణము ఒసగుతుంది. అందుకే వ్యక్తిగత జాతకంలో సూర్యుని అనుగ్రహం కోసం, ఆరోగ్యం కోసం, ఇతర కష్టాలు, ఇబ్బందులు అధిగమించడానికి, సకల సంపదల కొరకు సౌందర్యలహరి లోని ప్రథమ శ్లోకం పారాయణం చేయాలి. ఈ శ్లోకము రోజుకు 1000 సార్లు చొప్పున 12 రోజులు కనీసం జపించి బెల్లం, నెయ్యి, కొబ్బరి లేదా క్షీరాన్నము నైవేద్యంగా పెట్టాలి. అప్పుడు కార్యసిద్ధి తప్పక కలుగును. నమ్మకం ప్రధానం.

తనీయాంసం పాంసుం తవ చరణపంకేరుహాభవం-
విరించిస్సంచిన్వన్ విరచయతి లోకానవికలమ్ ।
వహత్యేనం శౌరిః కథమపి సహస్రేణ శిరసాం-
హరస్సంక్షుద్యైనం భజతి భసితోద్ధూలనవిధిమ్ ॥ 2 ॥

2వ శ్లోకంలో చంద్రుని అనుగ్రహం కోసం మాతృస్వరూప ఆరాధన వివరించారు. పదునాలుగు భువనములకు పైన బ్రహ్మాండంలో అమ్మ నివసించును. కనుకనే, తల్లి సర్వ లోకాతీత. పరబ్రహ్మ స్వరూపం అణువు కన్నా అతి సూక్ష్మమైనది. బ్రహ్మాండము కన్నా అతి పెద్దదైనది. కనుకనే ఆమె బిందు స్వరూపముతో సంకోచ వ్యాకోచ మూలాలను కలిగి సర్వ వ్యాప్తంగా సంచరించ కలిగే శక్తి కలిగి ఉంటుంది. అరుణ వర్ణం తల్లి పాదధూళి కుంకుమ సృష్టి అయితే, తండ్రి భస్మము విభూతి తెలుపు లయము. వారి కలయిక స్థితి పోషణ అనబడే అర్ధనారీశ్వర తత్వం. పోషణ చంద్రుని బాధ్యత. అమృతతత్వ స్వరూపం. దశ అనగా మన మానసిక స్థితిని ప్రతిబింబించేది. మన మనసు ఉత్సాహంగా ఉంటేనే మనం ఎటువంటి పరిస్థితుల్లో అయినా విజయం సాధించగలం. ఏ చిన్న విషయంలో అయినా మనం అపజయం పొందితే, మన హృదయంకూడా బాధతో నిండి పోతుంది. చంద్రుడు మన మనసుని ప్రతిబింబిస్తూ ఉంటాడు

.చంద్రమా మనసో జాతః అని శ్రీ సూక్తం లో చెప్పబడి ఉన్నది. శ్రీమాత సమయ కళ.

నవగ్రహాలలో అందుకే చంద్రునికి ముఖ్య స్థానం కల్పించారు. మనం నివసిస్తున్న భూమికి అతి దగ్గరగా ఉండే గ్రహం చంద్రుడు. భూమి మీద అత్యంత ప్రభావాన్ని చూపిస్తాడు. అదేవిధంగా మన మనసును విపరీతంగా ప్రభావితం చేసి, మన మనసుని తన ఆధీనంలో ఉంచుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తూ ఉంటాడు. అందుకే జాతకుని మహర్దశ చంద్రుడు ఉన్న నక్షత్రం తోనే మొదలు పెట్టడం అనేది ముఖ్య కారణంగా తోస్తుంది. ఆయా చంద్ర నక్షత్రం ఏ గ్రహాన్ని సూచిస్తే ఆ గ్రహ దశ తో జాతకుని జీవితం ఆరంభం అవుతుంది. చంద్రుడు ప్రతి రోజు కూడా ఒక్కొక్క నక్షత్రం మీద 13 డిగ్రీల ౨౦ నిమిషాలు ఉంటూ ఉంటాడు. అనగా, ఒక్కొక్క నక్షత్రం మీద ఒక్క రోజు గడుపుతాడు. కనుక, మన బుద్ధికి, మనం చేసే పనులకు మధ్య ఒక వారధిగా సమన్వయకర్తగా చంద్రుడు తన విధులు నిర్వహిస్తాడు. కనుకనే వివిధ రాశులలో గ్రహాల మార్పుని అనగా గోచార ఫలితాలు చంద్రుని బట్టి చూడాలి. నవగ్రహాలలో మనోబుద్ధి కారకుడైన చంద్రుని ఆశ్శీస్సులు కొరకు, పోషణ, మనః శాంతి, రక్షణ మరియు సమాజంలో ఆకర్షణ, వైభవం కోసం శ్రీ ఆదిశంకర భగవత్పాదులు విరచించి అనుగ్రహించిన సౌందర్యలహరి లోని ఈ ౨వ శ్లోకం 55 రోజులు 1000 సార్లు పారాయణ చేయాలి. షోడశ కళల శ్రీ దేవి పాదరేణువు మహిమ గుర్తించి, బ్రహ్మ విష్ణు మహేశ్వరులు దేవి పాదపరాగాన్ని గ్రహించి శక్తిమంతులౌతున్నారు. అజ్ఞానులకు జ్ఞానాన్ని, జడులకు చైతన్యాన్ని, దరిద్రులకు సంపదలు, సంసారులకు మోక్షం ప్రసాదిస్తుంది. '**శృతి సీమంత సింధూరీ కృత పాదాబ్జ ధూళికా**' (శ్రీలలితా సహస్రనామం). శ్రీ విద్యోపాసకులగు దేవతలందరూ అమ్మవారి పాద ధూళిని తన శిరస్సున కుంకుమగా ధరిస్తారు. అమ్మవారి పాదాలకు వారు మనసా శిరసా పాదాభివందనం చేసినప్పుడు, ఆమె పాద పద్మం యొక్క పుప్పొడి అనబడే ధూళి కణం శిరస్సు అంటుకుని వారిని కాపాడుతుంది (మూక పంచ వింశతి). బ్రహ్మవిష్ణుమహేశ్వరులు ఆ అమ్మవారిని ఆరాధించి, ఆమె అనుగ్రహంతో సృష్టి స్థితి లయములనబడే విశేష కార్యములను అచంచలంగా, సమర్థవంతంగా నిర్వహిస్తున్నారు. వారు అంతా ఆమె అనుగ్రహ పాత్రులు కనుక, సదా ఆమె పాద ధూళిని తమ కార్య నిర్వహణ కొరకు స్వీకరించ గలుగుతున్నారు. '**శృతిసీమంత సింధూరీ కృత పాదాబ్జ ధూళికా**' అమ్మవారి పాదధూళి కుంకుమ పాపిటలో చంద్ర అనుగ్రహం కోసం ధరిస్తారు. సానుకూల శక్తి దైవత్వం కాగా, వ్యతిరేక శక్తి రాక్షసత్వం. ఊర్ధ్వ లోకాలకు వెళ్లడమే మోక్షం అని అని సాధారణంగా అనుకుంటూ ఉంటాం. అంటే మెల్లగా మనలో సానుకూల శక్తిని మేలుకొలుపుతున్నాం. జ్ఞాన మార్గం వైపు చూడాలని ఆశిస్తున్నాం. చంద్ర కారకత్వం పరతత్వమనేది ఒక అనుభూతి. అదే ఆధ్యాత్మికత.

అవిద్యానా-మంత-స్తిమిర-మిహిర ద్వీపనగరీ, జడానాం చైతన్య-స్తబక మకరంద శ్రుతిర్ఝరీ దరిద్రాణాం చింతామణి । గుణనికా జన్మజలధౌ,నిమగ్నానాం దంష్ట్రా మురరిపు-వరాహస్య భవతి ॥ 3 ॥

శ్రీ మాత అనుగ్రహం కలిగిన వారికి చింతామణి అని వెలుగుల మాల త్రోవ చూపిస్తుంది. మనస్సులోని

చీకటిని తొలగించే జ్ఞానం ప్రతివ్యక్తికి అవసరం. ఈ జ్ఞానం మంచిని పెంచి సుఖమైన జీవితానికి సోపానంగా నిలుస్తుంది. భవసాగరము లోని విజ్ఞాన సముపార్జన కోసం గురుని ఆశీస్సులు చాలా ముఖ్యం. సంతానం, విజ్ఞానం, సంపద, ఆరోగ్యం మొదలగునవి దేవ గురుని ప్రభావం వలన కలుగును. కనుక, నవగ్రహాలలో గురుని అనుకూలత కొరకు, గురు గ్రహదశ- అంతర్దశ జరుగుతున్నవారు మరియు విద్యార్థులు సౌందర్య లహరి లోని మూడవ శ్లోకాన్ని పారాయణ చేయవలెను. జగద్గురువు శ్రీ ఆదిశంకరాచార్యులవారు సాక్షాత్ పరబ్రహ్మ స్వరూపం. కనుక వారి ఆశీస్సులు జ్ఞాన సముపార్జనలో విజయం సాధించడానికి తోడ్పడుతాయి. శ్రీ వరాహస్వామి భూమాతను కాపాడిన విధంగా గురు స్వరూపంలో అజ్ఞాన తిమిరం నుండి పరబ్రహ్మమనే కాంతి వైపు మార్గదర్శనం కలుగును. అందరూ ముఖ్యంగా విద్యార్థుల జ్ఞాపక శక్తిని పెంపొందించే ఈ శ్లోకం పారాయణం చేస్తే ఉత్తమ ఫలితాలను పొందవచ్చును. విజయం వరిస్తుంది. కనీసం రోజుకు 11 సార్లు సౌందర్యలహరిలోని 3వ శ్లోకం పఠిస్తే 15/ 45 రోజులు చదివితే మంచి ఫలితం లభిస్తుంది.

త్వదన్యః పాణిభ్యామభయవరదో దైవతగణః త్వమేకా
నైవాసి ప్రకటితవరాభీత్యభినయా ।
భయాత్ త్రాతుం దాతుం ఫలమపి చ వాంఛాసమధికం,
శరణ్యే లోకానాం తవ హి చరణావేవ నిపుణౌ ॥ 4 ॥

రాహుగ్రహ అనుగ్రహ సిద్ధ్యర్థం ఆశీర్ముద్ర లేకుండానే అభయమొనొసగే అమ్మవారిని వేడుకోవాలి., శ్రీమాత పాశము అంకుశము పుష్ప బాణములు ధరించి నిత్యము కరుణిస్తుంది. అమ్మ అనుగ్రహం పొందాలి అంటే ముందుగా పాదదర్శనం చేయాలి. నేరుగా చూడరాదు. ఆ పాద దర్శనం మాత్రం చేతనే అమ్మ అనుగ్రహం పరిపూర్ణంగా పొందుతాం. రాహువు పూర్వజన్మలో నెరవేరని కర్మలను వర్తమానంలో పూర్తి చేయాలని సంకల్పిస్తాడు. విజ్ఞతతో దీనిని స్వధర్మ రక్షణకు వాడాలి. వరాహ అవతారలక్ష్యం అదే కదా. లోకకల్యాణార్థం స్వామి భూమిని రక్షించినట్లు, మనం కూడా ఈ జన్మలో రాహు అనుగ్రహం తో మంచి కర్మలు చేసేలా అమ్మవారు రక్షిస్తారు. రాహుదశ నడుస్తున్నవారు, అకారణ భయాలతో బాధించబడుతున్నవారు, కాలం కలిసి రానివారు, ఉన్నతమైన అభివృద్ధి కోరుకునేవారు శ్రీ అమ్మవారిని ఈ నాల్గవ శ్లోకంతో ప్రార్థిస్తే రోగ భయం, దుఃఖం అన్ని పటాపంచలవుతాయి. ఆరోగ్య ప్రదాయిని ఆ అమ్మలగన్నయమ్మ పాదాల శరణు కోరితే అన్ని భయాందోళనలు తొలగి జాతకుడు ఆరోగ్యవంతులు అవుతారు. శరణు శరణు అంటూ మనస్పూర్తిగా వేడుకుంటే స్పందించని తల్లి ఎక్కడ ఉండదుకదా. అందుకే ఆదిశంకరాచార్యులు "కుమాతా నభవతి" అన్నారు.

సమస్య తీవ్రతను బట్టి, జాతకుని ఆరోగ్య పరిస్థితిని బట్టి రాహు గ్రహ దశ అనుకూలతకు అమ్మవారిని కనీసం రోజుకు మూడు సార్లు చొప్పున (108/1008 సార్లు వీలును బట్టి) ఈ శ్లోకాన్ని 11/16/36/40 రోజులు పారాయణ చేయాలి. మాతృ వందనం తప్పనిసరి. ఆ దేవి దయ ఉంటే తక్కిన దేవతలు కూడా వరదాభయముద్రలతో దర్శనమిస్తారు. అనుకూల ఫలితాలను ఇస్తారు. ఇతర గ్రహ అనుకూలత కూడా కలుగుతుంది. ఆరోగ్యం మాత్రమే

కాకుండా, వృత్తిలో, కుటుంబంలో కూడా అభివృద్ధి సాధించగలరు.

హరిస్త్వామారాధ్య ప్రణతజనసౌభాగ్యజననీం, పురా నారీ భూత్వా పురరిపుమపి క్షోభమనయత్ ।

స్మరోఽపి త్వాం నత్వా రతినయనలేహ్యేన వపుషా, మునీనామప్యంతః ప్రభవతి హి మోహాయ మహతామ్ ॥5॥

ప్రణవం ప్రాణం కాపాడుతుంది. నారాయణి నారాయణులకు బేధం లేదు అని తెలుసుకోవాలి. త్రిపురాంతకుడు అయిన శివుని, మన్మధుని మాయలో పడని హరుని మోహినిగా మోహము లో ముంచేసింది కూడా ఆమె. ఇది అర్థం చేసుకుంటే మన ఇతిహాసాలను మనం అవహేళన చేయలేము. అదేవిధంగా అనంగుడు అయిన మన్మధుడు తన భార్య రతీదేవికి మాత్రమే కనబడతాడు. అది కూడా అమ్మ దయ వల్ల సాధ్యపడింది. ఆవిడ దయ ఉంటే సౌభాగ్యం నిరంతరం నిలిచేలా దీవిస్తుంది. భార్యాభర్తల మధ్య అన్యోన్యత పెంచడానికి ఇంతకన్నా మంచి ఉదాహరణలు ఎక్కడైనా ఉంటాయా. పోయిన ప్రాణములను తీసుకొచ్చి ఇవ్వగలిగే అంత శక్తి ఈ మంత్రము లో ఉన్నది. అందుకే దీనిని ప్రాణ ఆకర్షణ మంత్రము అని కూడా పిలుస్తారు. భక్తుల కోరికలు ప్రార్థన మాత్రముననే తీర్చి అనుగ్రహించే జగన్మాతయే ,అమృతాన్ని పంచే ఆరోగ్య ప్రదాత మోహిని స్వరూపం. అందుకే జననీం అని ప్రస్తుతించారు.

జ్ఞాన ప్రదాత బుధుడు. వాక్కుకి అతడే కారకుడు. తెలివితేటలు, లౌక్యం, బుద్ధి ఇతని ఆధీనంలోనే ఉంటాయి. బుధుడు ఎక్కువగా సూర్యునితో కలిసి బుధాదిత్య యోగం ని ప్రసాదిస్తూ ఉంటాడు. ఒక్కొకలిసి బుధాదిత్యవి లో కలిసిపోయి అస్తంగత్వం పొందుతూ ఉంటాడు. అనగా ఉనికిని కోల్పోతూ ఉంటాడు. అలాంటప్పుడు ఈ బలహీన బుధునికి బలం చేకూర్చడానికి ఈ శ్లోకం పారాయణం చేయడం చాలా ఉత్తమ ఫలితాలను ఇస్తుంది. హరిహరాదులు అమ్మ వారి అనుగ్రహానికి పాత్రులై ఉంటారు అటువంటి వారి ఆధీనంలో ఉన్న మనసు, కోరికలు బుధ గ్రహం అనుగ్రహంతో కలసి జాతకునిపై ప్రభావం చూపిస్తుంటాయి. బుధ మహాదశ, అంతర్దశలలో అదే విధముగా కాలపురుషుడి చక్రంలో ఆరవ రాశి అయిన కన్య రాశి అధిపతి బుధుడు కనక, రోగ రుణ శత్రు బాధల నుండి విముక్తి కొరకు బుధ అనుగ్రహం పొంమహాదశ, అంతర్దశలలోది శంకరాచార్య విరచిత సౌందర్య లహరి లోని పంచమ శ్లోకం 8 నుండి 12 రోజుల వరకు వెయ్యిన్నొక్క సార్లు పారాయణం చేసిన శుభఫలితాలనిస్తుంది.

ధనుః పౌష్పం మౌర్వీ మధుకరమయీ పంచ విశిఖాః వసంతఃసామంతోమలయమరుదాయోధనరథః ।

తథాప్యేకః సర్వం హిమగిరిసుతే కామపి కృపాం అపాంగాత్తే లబ్ధ్వా జగదిద-మనంగో విజయతే ॥ 6 ॥

శుక్రుడు మృతసంజీవనీవిద్య సాధించి పునర్నిర్మాణ శక్తితో జీవితేచ్ఛ పెంపొందించేవాడు. ఆయన అనుగ్రహం ప్రతి వారికి అవసరం. ముఖ్యంగా పరమేశ్వరునికి పుత్ర సమానుడు అందువలన, అమ్మవారికి అత్యంత ప్రీతిపాత్రుడు అయినాడు. శైలపుత్రి ప్రేమదేవుడైన కామదేవుని తన అనుగ్రహంతో కాపాడేందుకు క్రీగంటి చూపులతో ఆ మహాశివుని శాసించింది. రతీదేవికి సశరీరం గాను, ఇతరులకు అనంగునిగా జీవించే వరం ప్రసాదించింది. ఏ

విధంగా మన్మధుని తన పుత్రునిగా భావించిందో అదేవిధంగా శుక్రుని కూడా పరమేశ్వరుని అనుగ్రహం పొందిన మహా భక్తునిగా, పుత్రునిగా భావించింది. ప్రపంచం అంతా ఆనందంగా ఉండడానికి శుక్రుడు మరియు అనంగుడు ఇద్దరూ ముఖ్యులే.

జాతకంలో శుక్రుడు బలహీన పడి ఉంటే, తిరిగి తన శక్తిని పుంజుకుని సంసార జీవితం సజావుగా సాగేందుకు, సంతాన భాగ్యాన్ని ప్రసాదించేందుకు దోహదపడతాడు. శుక్ర మహాదశ, అంతర్దశ అవుతున్నవారు, వివాహం ఆలస్యం అయినవారు, అమ్మవారి యొక్క ఈ శ్లోకం ప్రతిరోజు 500 సార్లు, 21 రోజులు పాటు పారాయణ చేయడం వలన సకల విజయాలు సర్వశుభాలు శుక్ర అనుగ్రహం వల్ల పొందవచ్చును. అపమృత్యు దోషం కూడా తొలగిపోతుంది.

క్వణత్కాంచీదామా కరికలభకుంభస్తననతా పరిక్షీణా మధ్యే
పరిణతశరచ్చంద్రవదనా ।
ధనుర్బాణాన్ పాశం సృణిమపి దధానా కరతలైః
పురస్తాదాస్తాం నః పురమథితురాహోపురుషికా ॥ 7 ॥

అహం నాశనం, మంగళ ప్రదం కేతువు...శత్రు నాశనానికి, అంతః శత్రు నాశనం కొరకు, నవగ్రహాలలో జ్ఞాన, మోక్ష కారకుడు అయిన కేతు గ్రహ అనుగ్రహానికి అమ్మవారి సౌందర్యలహరి సప్తమ శ్లోకం పారాయణ ఉత్తమం. శ్రీ ఆది శంకరాచార్యులవారు ఈ సప్తమ శ్లోకాన్ని కాంచీపురం నివాసి శ్రీ శ్రీ శ్రీ కామాక్షి అమ్మ కరుణ మనమీద నిరంతరము వుండాలని, ఆధ్యాత్మిక చింతన మన జీవనంలో భాగం కావాలని ప్రసాదించారు ఎటువంటి అడ్డంకులు, అవరోధాలు జీవితంలో ఎదుర్కొంటున్నా ఈ ఒక్క శ్లోకం చదివితే చాలు, అమ్మవారు అడ్డంకులన్నీ తొలగించి వేసి, సుమార్గాన్ని సూచిస్తుంది.

త్రిపురాంతకుడు అయిన హరుని యొక్క అహాన్ని సైతం నాశనం చేసిన అమ్మవారు... (ఆహో పురుషిక) ... అతని అహం తానే అయిన అమ్మవారు. అతనిలోని విమర్శ శక్తి శ్రీ లాస్యేశ్వరి. శివుడుని సమయునిగా పిలుస్తారు. ఆమె సమయే శ్వరి. సమయా చారగా పిలవబడుతుంది. ఆమె తన సన్ననినడుముకి ధరించిన వడ్డాణానికి కల చిరుమువ్వలు చేసే సవ్వడి వేదార్థాలను వల్లిస్తున్న శబ్దం లాగా ఉంటుంది.

కుజవత్ కేతువు అనే పదం సామ్యము ఇక్కడ తీసుకోవడం సముచితం. కేతువు కూడా మంగళకారకుడుగా గ్రహించాలి. మోక్షము మంగళమే కదా! శక్తివంతమైన అంతశ్చేతన కేతువు. ఎగిరే ధ్వజం, నెమలీకలు ఇవన్నీ కేతువు యొక్క సంకేతములు. అహాన్ని నాశనం చేసే గుర్తులు. శుభ కేతువు ధర్మపోరాటం చేయిస్తాడు. అందుకే ధర్మ త్రికోణంలో మాత్రమే కేతువు యొక్క అశ్విని, మఖ, మూల నక్షత్రాలు ఉండడం గమనార్హం.

నవగ్రహములలో కేతు గ్రహం జ్ఞానము, మోక్షములకు దారి చూపిస్తాడు. ఆ చక్కని దారి ఆ పరమ శివునికి అర్ధాంగి అయిన కోరికలు తీర్చే కామాక్షీదేవి పాదపద్మములే అన్నది ఈ శ్లోకంలో స్పష్టమవుతున్నది. ఇందులో ఆయుధములను చేతపట్టిన శ్రీమాత తన భక్తులైన సామాన్య మానవులను రక్షించడానికి మాత్రమే ఉపయోగిస్తుంది అనేది సుస్పష్టం. ముఖ్యంగా కేతు గ్రహము ప్రభావము వల్ల బాధపడేవారు, కేతు దశాంతర్దశలు

జరుగుతున్నవారు కేతు నక్షత్రములలో జన్మించిన వారు అమ్మవారికి కుంకుమ పూజ చేసి ఈ శ్లోకం 45 రోజులు 1000 సార్లు చొప్పున పారాయణ చేస్తే చక్కని జీవితాన్ని పొందగలరు.

సుధాసిన్ధోర్మధ్యే సురవిట పివాటీ పరివృతే మణిద్వీపే నీపో

పవనవతి చిన్తామణి గృహే ।

శివాకారే మఞ్చే పరమశివపర్యఙ్క నిలయాం భజంతి

త్వాం ధన్యాః కతిచన చిదానన్దలహరీమ్ ॥ 8 ॥

నవగ్రహాలలో అందరినీ క్రమశిక్షణలో ఉంచే శనీశ్వరుని అనుకూల ఫలితాలు పొందటానికి జగద్గురువుల సౌందర్యలహరిలోని ఈ శ్లోకం ఉపయోగపడుతుంది.

సదాశివతత్వం కోరికలు ఇచ్ఛాశక్తి కామేశ్వరుడు, కోరికలు తీర్చే తల్లి క్రియా శక్తి కామేశ్వరి. ఆత్మజ్ఞానాన్ని ప్రసాదించే జ్ఞానశక్తి చిదానందలహరి.

కామేశ్వరీదేవి కామేశ్వరుని ఒడిలో మనలను అనుగ్రహిస్తుంది. శనిదేవుని అనుగ్రహం ఎల్లవేళలా అనుకూలంగా మార్చుకోవడానికి, చిత్త చాంచల్యం లేకుండా ఉండడానికి, మంద బుద్ధి కలగకుండా ఉండడానికి ఈ శ్లోకం పారాయణ చేస్తారు. శని మహాదశ అంతర్దశలు నడుస్తున్నవారు, ఏలినాటి శని, అష్టమ శని వలన గోచారరీత్యా ఇబ్బందులు పడుతున్న వారు, ఆయుర్దాయము కొరకు, వివాహాది శుభకార్యములకు, వృత్తి ఉద్యోగాలలో స్థిరత్వం కోసం తపించేవారు నివారణగా ప్రతి రోజు కనీసం 11 సార్లు చొప్పున ఆయా దశాంతర్దశా సమయం ముగిసే వరకు లేదా 1008 సార్లు/16 రోజులు లేదా 2200 సార్లు చొప్పున 12 రోజులు పాటు ఈ శ్లోకం పారాయణ చేయాలి.

మహీం మూలాధారే కమపి మణిపూరే హుతవహం స్థితం

స్వాధిష్ఠానే హృది మరుతమాకాశముపరి ।

మనోఽపి భ్రూమధ్యే సకలమపి భిత్వా కులపథం సహస్రారే

పద్మే సహ రహసి పత్యా విహరసే ॥ 9 ॥

అమ్మవారి సూక్ష్మరూప ధ్యానంతో కుండలినీ యోగ సాధన- శివశక్తుల సామ్య ఆరాధన, దంపతుల మధ్య అన్యోన్య అవగాహన వివరించే ఈ తొమ్మిదవ శ్లోకము ఎంతో ప్రభావవంతమైనది. భక్తి, జ్ఞాన, యోగ మార్గములు ద్వారా కార్యసిద్ధి కలుగుతుందని భగవద్గీతలో చెప్పబడింది. కనుక శంకరాచార్యులవారి అనుగ్రహం వలన ఈ శ్లోకం భక్తితో పారాయణం చేయడం ద్వారా కార్యసిద్ధి కలుగుతుంది.ఆరోహణ క్రమంలో షట్చక్రముల తో బ్రహ్మరంధ్రము వరకు సాధకునికి జరుగు మార్పులను శ్రీ శంకరాచార్యులవారు ఈ శ్లోకంలో ప్రస్తావించారు. జ్యోతిష శాస్త్ర పరంగా జలతత్వ రాశుల నుండి అగ్నితత్వ రాశుల లోకి ఏదైనా గ్రహం ప్రవేశించినప్పుడు గండాంతమని చెప్పబడుతుంది. అనగా, ఆ ప్రయాణం అత్యంత ప్రభావితమైన ఫలితాలను ఇస్తుంది అని అర్థం.

మనకు సమయాచారం ప్రధానమైనది. అమ్మవారిని అంతర్ముఖ సమారాధ్వరంగా జలతత్వతాం. కైవల్య ప్రాప్తి కొరకు అమ్మవారి చరణములను ఆశ్రయిస్తాం. ఆమూలాగ్రం తెలుసుకోవడం అనే మాటకు అర్థం మూలాధారం నుండి బయలుదేరే కుండలినీ శక్తి సహస్రారంలో కలవడం గురించి తెలియడం. ప్రతి ప్రాణిలో "శక్తి"గా అంతర్భూతమై ఉంటుంది. అంతర్ముఖంగా అమ్మవారిని అర్చించడం ద్వారా సుఖమైన దాంపత్య జీవనం పొందవచ్చును. పాంచభౌతికమైన ఈ శరీరం

అమ్మవారి ఆలవాలమైనది. అది గ్రహించి పవిత్రంగా, ఆరోగ్యంగా ఉంచుకునేందుకు ప్రయత్న లోపం లేకుండా సాధన చెయ్యాలి. వివాహానికి ముఖ్య కారణమైన నవగ్రహములలోని కుజ గ్రహ అనుగ్రహం కోసం సౌందర్యలహరి లోని ౯వ శ్లోకం పారాయణ మంచి ఫలితాలను తప్పక ఇస్తుంది. దూరమైన బంధాలను, బంధుత్వాలను తిరిగి కలుపుతుంది. కుండలినీయోగం అంటే శక్తి రూపంలో ఉన్న నాడులను, షట్చక్రములు దాటి మనసును జయించాలి. ఆ పరమాత్మలో లయము కావడమే మోక్ష సాధన. మూలాధార చక్రము, మణిపూరక చక్రము, స్వాధిష్ఠానచక్రము, మణిపూరకచక్రం, విశుద్ధ చక్రము, ఆజ్ఞా చక్రము. ఇవి వరుసగా భూ, జల, అగ్ని, వాయు మరియు ఆకాశ తత్వం లకు సంబంధించిన పంచభూతాలకు అలవాలము. ఈ పంచభూతాల తత్వాలను అమ్మ అనుగ్రహంతో దాటుకుని ఆ దేవదేవి పాద కమలాలపై తలవాల్చి అర్చిన్చడమే దాసోహం అంటారు. అలా దాసోహం అనడమే దాంపత్య ధర్మం అందుకే సంసార సుఖం కోసం మరియు ధర్మబద్ధమైన దాంపత్య బంధం కోసం కుజుని యొక్క అనుగ్రహం కావాల్సి వస్తుంది. అగ్ని తత్వ సంబంధితుడైన కుజుడు నిప్పులో కాల్చిన బంగారం వల్లే శుభఫలితాలను ఇస్తాడు. సమయాచారులు త్రిపురసుందరీదేవిని ఈ పద్ధతిలోనే ఆరాధిస్తారు. నాడీ వ్యవస్థను మనస్సును అనుసంధానం చేస్తారు. జ్ఞానం లేని కర్మ మరియు కర్మ లేని జ్ఞానం, ఎప్పటికీ ఫలించవు. శూన్య ఫలితం. జ్ఞానశక్తి క్రియాశక్తి ద్వారా అమ్మవారి అనుగ్రహాన్ని పొందడానికి ప్రయత్నిస్తారు. నిజానికి ఆ సమన్వయం ధ్యానం ద్వారా వస్తుంది. గుప్తమైన మంత్ర సాధనము జాగ్రత్తగా చేయాలి. వాటికి సవ్యంగా గురువుల యొక్క ఉపదేశం ఉండాలి. గురుసేవా పరాయణుడు, శుద్ధ సత్వ గుణ సంపన్నుడు, భక్తి అష్టాంగ యోగ ప్రవర్తకుడు అయిన సాధకుడు కుండలినీ శక్తి యొక్క అనుగ్రహమును పొందగలరు. మహామనస్సు సహస్రదళపద్మంలో బ్రహ్మము అయిన శివునితో ఐక్యమయి సాధకునికి అద్వైతానుభూతి కలుగుతుంది.

జ్ఞాన క్రియా శక్తులు దంపతులు ఇరువురిగా అన్వయం చేసుకుంటే అర్ధనారీశ్వర తత్వం బోధపడుతుంది. సుప్తావస్థ నుండి జాగ్రదవస్థ కు మేల్కొల్పడం కుజ గ్రహం యొక్క ధర్మం. నిరంతరం దంపతులిరువురు ఒకరి నొకరు జాగృతం చేసుకోవడానికి, వివాహం కాని వారికి వివాహం జరగడానికి ఈ శ్లోకం పారాయణం మేలు చేస్తుంది. నవగ్రహాలు, ౨౭ నక్షత్రాలు వారికి కూడా అనుకూల ఫలితాలు కలగడానికి ప్రత్యేకించి ఈ శ్లోకం పఠించడం ఉపయోగపడుతుంది. కామిత ప్రదాయని శ్రీ మాత. 1008 సార్లు 45 రోజుల పాటు పారాయణ చేయాలి. దంపతుల మధ్య అన్యోన్యత, అవగాహన, పరిస్థితులపై ఆధిపత్యం లభిస్తాయి.

ఈవిధముగా నవగ్రహముల అనుగ్రహమునకు సౌందర్యలహరిలోని మొదటితొమ్మిది శ్లోకములు నివారణగా శ్రీ భగవతపాదులు ప్రసాదించారు. ఆయుర్దాయానికి, సకలసంపదలు, వంశాభివృద్ధికి శ్రీచక్ర వర్ణన గల 10, 11 శ్లోకములు పారాయణ చేయాల్సి ఉంటుంది. వివిధ గ్రహముల కలయిక వలన ఏర్పడే ఫలితములు మిగిలిన శ్లోకములలో వివరించారు. రవి చంద్రుల కలయిక వలన ముగవారి చేత మాటలు పలికించే

శక్తి గల శ్లోకం 12వ శ్లోకం. రవి, రాహువుల కలయిక వలన ఏర్పడు కరోనా వంటి మహమ్మారి వ్యాధులకు 14వ శ్లోకం నివారణగా నిలుస్తాయి. ఆయా గ్రహ సంఖ్యల కలయిక వలన వచ్చు సంఖ్యా కల శ్లోకములు నివారణగా సమాజానికి అందుబాటులో శత శ్లోకములలో ఉంచిన శ్రీ గురుదేవులకు జాతి సమస్తం రుణపడినది.

ముగింపు

నారాయణి త్రిపుర సుందరిగా సగుణ రూపం కలిగి శ్రీ చక్ర సంచారిణియైనది. శివానుజ సరస్వతీ తత్వంతో అంతర్వాహిని కుండలినిశక్తిగా ఉన్నది. శ్రీ రాజరాజేశ్వరిగా పంచకృత్య పరాయణి "శివాకారే మంచే" అని వర్ణింపబడి జగత్పిత ఆ పరమశివుని పర్యంకమున చిదానందలహరిగా శ్రీమత్సింహాసనేశ్వరీదేవి ఉన్నది.

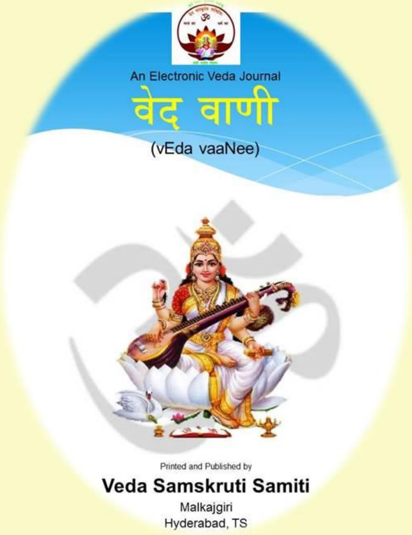
అందుకే శ్రీమాతకు దివ్యత్వం ఎక్కువ. సహస్రారంలో నాద బిందు కలయిక ఏదో త్వరపడి వేచి చూసిన క్షణికమైన కలయిక కాదు. లయకారుని యొక్క సతీదేవిగా నిర్గమించి తిరిగి లాస్య ప్రియ పార్వతిగా ఆవిర్భవించి శివశక్తియై, సృష్టికార్యం కోసం అమృతధార కురిపించిన ఆనందభైరవీ ఆనందభైరవుల పునస్సమాగమం. అందుకే ఇది సృష్టి కారకులు జననీ జనకులు పంచిన ఆనందలహరి అయినది. భోగ మోక్ష ప్రదాయిని శ్రీవిద్యాదేవి.

శ్రీ ఆదిశంకరులు విశ్వమానవాళి క్షేమాన్ని కాంక్షించి వేదవాఙ్మయములలో సారాన్ని గుప్తంగా శ్లోకములలో పొందుపరిచి మనకు శివశక్తుల ప్రసాదంగా అందించారు. మన సంస్కృతి పదిమంది మేలు కోరుతుంది. అది ముందు తరాల వారికి వారసత్వంగా అందించవలసిన బాధ్యత నేటి తరం మీద వున్నది. వేదాంగములలో ఒక్కటైన జ్యోతిషశాస్త్రం భవిష్యత్ సుఖమయం చేయడానికి మార్గదర్శి కావాలి. అందుకు నిస్వార్థంగా గురు ముఖతా విద్య నేర్చినవారు జనహితం మనహితం కావాలి అనుకుని ముందుకు రావాలి. మన వాఙ్మయములో కల ఉపయుక్త విషయాలు అందరికి అందుబాటులో ఉంచాలి.

ఓం సర్వేత్ర సుఖిన స్సన్తు, సర్వే సన్తు నిరామయా
సర్వే భద్రాణి పశ్యన్తు మాకశ్చిః దుఃఖః మాప్నుయాత్
ఓం శాన్తి శ్శాన్తి శ్శాన్తిః

About the Author

Dr. Thatavarthi Rajeswari, M. Sc, Ph.D. in Human Genetics. Presently practicing DNA Astrology with counseling. Dr. Rajeswari is interested in Vedic Astrology from childhood from her father, late Sri Thatavarthi Suryanarana Murty garu. She has learnt Astrology from late Sri Jannabatta Veerabhadraih guruvu garu. Published astrological articles continuously for three years in an online magazine, the Telugu Talli, publishes from Canada. She also regularly publishes articles in different groups on Facebook like Vedic Vision**, జ్యోతిషాభ్యాసం సందేహాలు, శ్రీ సూర్యకృష్ణ ఆస్ట్రో** and others. Supports as honorary counselor for 'Family Counseling' since 2015. She also guides to solve the individual problems through remedies from Soundarya Lahari, Sri Suktam, Hanuman Chalisa and Sri Vishnu Sahasranaamam. She published a book titled, '**యా దేవీ సర్వభూతేషు నవగ్రహదోషనివారిణి... సౌందర్య లహరి. (మూలం: శ్రీ ఆదిశంకరాచార్య)**', Bhava vivarana by Sri Thatavarthi Suryanarana Murty.



Section Three

Sanaatana Dharma News

सर्वे जनाः सुखिनो भवन्तु
वेद संस्कृति समितिः
ॐ
सत्यं वद धर्मं चर
धर्मो रक्षति रक्षितः

Sri Tyagaraya Aaradhana Mahotsavam

Sunnyvale, CA, USA

As part of our initiatives to **Protect, Preserve and Promote Sanatana Dharma**, we participated in **Sri Tyagaraya Aaradhana Mahotsavam** organized by South India Fine Arts here in Sunnyvale, CA, USA, on 15-2-2026, which is incidentally Celebrated as Maha Shivaratri too. It has been a divinity filled musical experience to sing in a group of over 300 Carnatic music followers, The *Pancharathna Krithis* of Saint Sri Tyagaraja. Reported by Dr. Ketaraju Purnima Kameswsra Rao, and Smt. K. Varalakshmi from Sunnyvale CA USA.

Conference Report of

World Association of Hindu Academicians (WAHA)

Third International Conference

7–8 March 2026 | Dev Sanskriti Vishwavidyalaya, Haridwar

Delegation Report — Veda Samskruti Samiti (VSS), Hyderabad
Delegates: Shri Nagesh Jayanti (Vice President)
and Smt. Lalitha B. Krishna (Executive Secretary)
March 2026

The Third International Conference of the World Association of Hindu Academicians (WAHA) was held on 7–8 March 2026 at Dev Sanskriti Vishwavidyalaya (DSVV), Gayatri Kunj–Shantikunj, Haridwar, Uttarakhand. The conference brought together academicians, researchers, practitioners, and thought leaders from across Bharat and the wider Hindu intellectual diaspora to deliberate on the theme of "Hindu Bodh se Viksit Bharat"—reimagining a developed India through the civilizational lens of Hindu thought.

The two-day conference was organized into multiple plenary sessions and sixteen parallel paper-presentation sessions spanning a remarkably broad thematic canvas. The sessions covered Health and Wellness, Shiksha (Education), Sanskriti, Kala evam Rajniti (Culture, Art, and Politics), Vyakti-Parivar-Samaj (Individual, Family, and Society), Bhasha and Pandulipi (Language and Manuscripts), Stree Vimarsha (Women's Discourse), Indian Knowledge Systems: Direction and Purpose, Vidhi evam Vigyan (Law and Science), Media and Values, and Economy and Culture.

Across these sessions, over eighty papers were presented by researchers from universities, research institutions, and independent scholars from across Bharat. The presentations ranged from empirical case studies in integrative therapy using Indian Knowledge Systems to theoretical frameworks for decolonizing social sciences, from analyses of Vedic governance principles to explorations of ecofeminism in the Atharva Veda. The diversity was itself a statement: Hindu intellectual tradition is not a narrow, singular discourse but a vast, multi-dimensional civilizational inheritance that speaks to virtually every domain of contemporary concern.

VSS Paper Presentations

The Veda Samskruti Samiti was represented in the paper presentations by Shri Nagesh Jayanti, who presented two papers across different thematic sessions. Both papers extended the Conscious Bridge framework into new domains, demonstrating the versatility and depth of the approach that VSS is developing.

Paper 1: The Conscious Bridge: Integrating Upanishadic and Brahma Sutra Pedagogies with AI for Holistic Student Development and Wellness

Presented in the Shiksha (Education) session, this paper addresses the contemporary crisis in student mental health—not as a counselling deficit but as a fundamental design failure in the architecture of modern education. Drawing on recent data from the NIMHANS multi-institutional study (2025) and Supreme Court guidelines on student mental health, the paper argues that modern education treats students as cognitive processors while systematically ignoring their physical, energetic, emotional, and meaning-making dimensions.

The paper introduces two original theoretical contributions. The first is the elevation of the Taittirīya Upanishad's Pancha Kosha (five-sheath) model from one pedagogy among eight in the earlier Conscious Bridge framework to a governing wellness architecture within which all other pedagogies operate. Each Kosha—Annamaya (physical), Pranamaya (vital-energetic), Manomaya (mental-emotional), Vijnanamaya (intellectual), and Anandamaya (meaning and purpose)—is mapped to measurable indicators, AI methods for tracking, and targeted interventions.
The second contribution is the Antahkarana Intelligence Model, derived from the Katha Upanishad's chariot metaphor. This model proposes that AI systems for education should be designed to address all four faculties of the inner instrument—Manas (sensory mind), Buddhi (discerning intellect), Chitta (memory-impressions), and Ahamkara (self-concept)—rather than operating only at the Manas level as current EdTech platforms do. Together, these frameworks inform the design of an AI-Enabled Kosha Dashboard and a four-tier Conscious Bridge architecture, with a concrete pilot implementation strategy for the Telugu states.

Paper 2: The Conscious Bridge: Śrauta as Civilizational Alignment Architecture for Vikasita Bharat

Presented in the Sanskriti, Kala evam Rajniti session, this paper extends the Conscious Bridge framework into the domain of civilizational governance and statecraft. The paper examines the Śrauta tradition—the rigorous system of Vedic ritual performance preserved through oral transmission and precise procedural adherence—as a model for institutional alignment in a modern nation-state.

The core argument is that the Śrauta system embodies principles of precision, accountability, collective coordination, and adherence to higher purpose (Rta) that are directly relevant to the challenge of aligning diverse institutions toward the goal of

Vikasita Bharat. Just as a Śrauta Yajna requires multiple functionaries (Hotr, Adhvaryu, Udgatr, Brahma) performing distinct roles in precise coordination under a shared framework, the pursuit of national development requires alignment across government, academia, industry, and civil society.

The paper proposes a Śrauta-inspired Alignment Architecture that maps Vedic ritual roles to contemporary institutional functions and uses the Conscious Bridge's AI capabilities for monitoring alignment, detecting drift, and enabling course correction. This represents a novel application of Vedic knowledge to governance design—demonstrating that the tradition offers not just spiritual wisdom but sophisticated models of organizational coherence.

Conclusion

The Third WAHA Conference at Dev Sanskriti Vishwavidyalaya was a gathering of both intellectual ambition and practical purpose. For Veda Samskruti Samiti, it served as a platform to present original research, build strategic relationships, and encounter a living model of the very kind of institution that the Vision Bharat 2037 roadmap seeks to nurture across the nation.

The Conscious Bridge framework—now extending from education and wellness into governance and statecraft—continues to demonstrate its depth and versatility as a vehicle for translating India's ancient pedagogical and philosophical heritage into actionable contemporary frameworks. The collaborations initiated at Haridwar represent the next chapter in this journey.

As the Rig Veda reminds us: आ नो भद्राः क्रतवो यन्तु विश्वतः — Let noble thoughts come to us from all directions. The WAHA Conference, held at the sacred confluence of the Ganga and the Gurukul tradition, was a gathering where such thoughts were not merely invited but actively produced.

देव संस्कृति
विश्वविद्यालय
Max Academy Tirupati 7893765369 Mar 7, 2026, 09:49

Max Academy Tirupati 7893765369 Mar 7, 2026, 15:08

Max Academy Tirupati 7893765369 Mar 8, 2026, 11:21

वेद सम्स्कृति समिति (वि.यस्.यस्.) भाविकार्यक्रमसंदेशः

पंजीकृत नं - ९६१/२०१६

भाग्यनगरम्

ॐ

श्रीमहागणाधिपतये नमः

श्रीमहासरस्वत्यै नमः

- Vision Bhaarat 2037 -

अस्मिन् जगति बहवः वीराः विश्वं जयित्वा विश्वविजेता भवितुम् अभिलषितवन्तः। किन्तु भारतदेशः कदापि तादृशं प्रयत्नं न कृतवान्। बहुषु शताब्देषु तु भारतवर्षं विश्वगुरु इति कीर्तिम् अलभत। अतीतानि किञ्चन शताब्दान्य् आगतानि विदेशीयानाम् आक्रमणानां कारणात् भारतीयस्य सनातनधर्मप्रसारः अवरुद्धः जातः।

तथापि भारतं सर्वदा विश्वगुरुत्वमेव प्रधानं मन्यते। विश्वगुरुत्वस्य पुनरुत्थानाय वेदसंस्कृतिसमितिः एतद् दृष्टिपत्रम्, भाविकायर्क्रमसन्देशं च भवन्तः पुरतः प्रस्तौति। अस्माकं दृढविश्वासः अस्ति—भवति-भारतीयाः सर्वेऽपि नागरिकाः एतत् सहृदयतया, सम्यगवबोधेन च स्वीकरिष्यन्ति।

गोब्राह्मणेभ्यः शुभमस्तु नित्यम्

लोकाः समस्ताः सुखिनो भवन्तु

यत्र गोमातुः, ब्राह्मणत्वस्य च संरक्षणं भवति, तत्र वसन्तः सर्वे जनाः सुखिनः भवन्तु—इति अस्य वेदसूक्तस्य भावः। एतस्य सूक्तस्य आधारेणैव अयं संदेशः रचितः।

मैकालेयशिक्षणस्य प्रभावः

अतीतानि द्वे शताब्दे व्यतीते मैकालेन रचिते शिक्षणप्रणाली-प्रभावात् भारतीयस्य गुरुकुल-आधारित-धार्मिक-नैतिक-शिक्षणम् अल्पम् अल्पं लुप्तम् अभवत्— इदं सर्वविदितमेव। अंग्लभाषाप्रणालीद्वारा देशः विश्वस्य उन्नतेषु राष्ट्रेषु चतुर्थस्थानं प्राप्तवान्—इदं हर्षकार्यमेव। किन्तु अपरः पक्षोऽपि अस्ति—सनातनधार्मिकजीवनम् संस्काराः नैतिकता सदाचारः एते सर्वे क्षीणाः अभवन्। सरकाराः, समाजः च धार्मिक-नैतिक-मूल्येभ्यः दूरं गन्तुं आरब्धवन्तः—इति वचनं सत्यात् दूरे नास्ति।

श्रौतकर्मणां, अग्निहोत्रिणां च लोपः भारतीयं श्रौतकर्म अद्य समूलं लुप्तिपथेऽस्ति। जनानां मध्ये ब्राह्मणत्वम्—सत्यं, स्वाध्यायः, तपः, यज्ञः—नश्यन् नश्यति। नित्य-अग्निहोत्रिणः अत्यल्पाः अवशिष्टाः— देशे हस्ताङ्गुल्याः यावत् सङ्ख्या गणनीयाः। अग्निहोत्रिणां विना श्रौतकर्म सिद्धिं न गच्छति। अत एव तेषां पुनरावेशः, निवासव्यवस्था, निष्काम-जीवन-प्रशिक्षणं च—अनिवार्यम्। श्रौतकर्म—विश्वसमत्वस्य, पर्यावरणशुद्धेः च मेरुदण्डः।

१. वेदग्रामपुनर्निर्माणम् वेदग्रामेषु अनिवार्यतया भवेत्—गोशाला श्रौतकर्मवेदिका श्रौतकर्म-अनुष्ठानम् गुरुकुलम्

वैदिक-आधारित-आधुनिक-शिक्षणम् धर्माधारितपाठ्यक्रमः संस्कृताधारित- वेदपाठशाला

वेदवाङ्मयाधारित-शिक्षापद्धतेः लोपात् वेदशास्त्रीयाः अनुसन्धाना अपि विरता। चत्वारः वेदाः—तासां शाखाः ११३१ प्राप्यन्ते। अद्य तु ११ शाखाः एव उपलब्धाः। अन्याः सर्वाः—अग्निना, आक्रमणैः, अचिन्त्येन नाशेन वा—विलुप्ताः। अनेकानि तालपत्र-पाण्डुलिपीनि विदेशेषु पुस्तकालयेषु, सङ्ग्रहार्थालयेषु च निहितानि—इति श्रूयते।

अतः वेदवाङ्मयस्य विस्तीर्णं अनुसन्धानम् अनिवार्यम्।

२. वैदिकविश्वविद्यालयस्थापना – वेद-विज्ञान-शोधः

प्रत्येक-राज्ये—एकः वैदिकविश्वविद्यालयः, वेदवाङ्मय-शोधकेन्द्रम् वेदविज्ञान-शोधप्रकल्पः विश्वस्य, भारतस्य च बहुषु स्थानिषु स्थिता तालपत्र-पाण्डुलिपयः भारतं प्रत्यानीयन्ताम्, सम्यक् संरक्षिताश्च क्रियन्ताम्—एवं कर्तुं नितरां आवश्यकम्।

आयुर्वेदस्य पतनम्

यद्यपि अद्यतनं चिकित्सापद्धति-संस्थानं आधुनिकतमं मन्यते, तथापि जनाः सन्तुष्टाः न दृश्यन्ते।

द्वौ कारणौ—

१. पाश्चात्य-चिकित्सा = रोग-निवारणं न, केवलं रोग-उपचारः।

२. भारतीय-चिकित्सा = रोग-निवारण-प्रधानम्, किन्तु अतीतानि २०० वर्षाणि अनुसन्धाने विरामः नूतनऔषधविकासः न वनौषधीनां संरक्षणं न्यूनम्

एते कारणानि आयुर्वेदम् अद्य नूतनरोगेषु सशक्तं न कर्तुम् अर्हति।

३. आयुर्वेद-अनुसन्धानालयाः प्रत्येक-राज्ये आयुर्वेद-अनुसन्धानकेन्द्रम् स्थापनीयम्।

४. चिकित्सीय-वनौषधि-वनेषु

प्रत्येक-जिले औषधीय-वृक्ष-वनम् —अनुसन्धानार्थम्, संवर्धनार्थं च—अनिवार्यम्।

५. संयुक्त-चिकित्सा-शोधालयाः

अद्य—एलोपैथी आयुर्वेदः होमियोपैथी योगः प्राकृतिक-चिकित्सा सर्वं उपलब्धम्, किन्तु कस्य रोगस्य कः उपचारः श्रेष्ठः— जनाः न जानन्ति।

अतः—मिथ्या-उपचारः अत्यधिकव्ययः आरोग्यहानिः वर्धन्ते। अतः समस्त-चिकित्सा-पद्धतीनां संयुक्तशोधालयः, संयुक्त-चिकित्सालयः च अनिवार्यः।

प्रस्ताव-सङ्क्षेपः

१. वेदग्रामाः — श्रौतकर्मकेन्द्राणि प्रत्येक-जिले एकम्
२. वैदिक-विश्वविद्यालयम् — शोधकेन्द्रम् प्रत्येक-राज्ये एकम्
३. औषधीय-वनेषु प्रत्येक-जिले एकम्
४. आयुर्वेद-अनुसन्धानालयः प्रत्येक-राज्ये एकम्
५. संयुक्त-चिकित्सा-अनुसन्धान-चिकित्सालयः प्रत्येक-राज्ये एकम्

प्रथम-चरणः — २०२६ तमे वर्षे एकस्मिन् राज्ये, एकस्मिन् जिलायां च आरम्भः।
द्वितीय-चरणः — २०३७ तमे वर्षे समग्रे भारतवर्षे स्थापना।

भारतीयानां प्रति आह्वानः

एषः महान् कार्यः। एतत् कार्यं विस्तारितुं सरकारं, देवालय-निधीन्, उद्योगसमूहान् च प्रेरयितुं भवतः सहयोगः अत्यावश्यकः। समितिदत्ते गूगल-प्रपत्रे

https://forms.gle/S2FtT3kv7PqoN93e9 (लिङ्कः उपरि निर्दिष्टः).
भवन्तः स्वसहमत्याः, सहयोगस्य च संकेतं अवश्य पूरयन्तु।

धन्यवादाः।
ॐ तत्सत्
शुभं भूयात्।

आकेल्ल-हेमकान्त-प्रभाकर-रावुः
व्यवस्थापकः एवं अध्यक्षः
वेदसंस्कृतिसमितिः
भाग्यनगरम्
९–१२–२०२५
Whatsapp क्रमांकः ९२४६५७२१८२
Email: akellahp@gmail.com
www.vedasamskrutisamiti.org.in

Veda Samskruti Samiti

13-1-62 & 13-1-47/1
Veenapani Nagar, Malkajgiri
HYDERABAD Telangana

Veda Samskruti is an inherent intellectual property of Bhaarata dEsham. It is the basic duty and right of every citizen in Bhaarata dEsham to protect this Intellectual property. Indian Constitution and Law provides provision for protection and preservation of its culture, its monuments, architecture etc.

The Chaturvedas said to have 1131 shaakhaas right up to the time of Aadi Shankaraachaarya and thereafter during last more than ten centuries, many shaakhaas are out of practice due to various reasons and presently only seven shaakaas are in the practice of Guru shiShya parampara.

There is a need to continuously preserve these available shaakhaas which may likely to disappear in future due to various external forces acting in the country vigorously with the power of money and global politics. It is time for the intellectuals of Bharata dEsham to wake-up and work collectively to protect and preserve Veda Samskruti of Bharata dEsham, by empowering the Youth of Bharat dEsham, the future care takers of this great Indian Heritage , with suitable education of our correct history and culture.

The above background led to formation of this Veda Samskruti Samiti which is registered under Societies acts of Government of Telangana, with Regd. No. 961/2016 by Sri A.H. Prabhakara Rao, who is the Founder and President of the Samiti.

The **vEda vaaNee** e-journal, **ISSN 2583-9020**, is now publishing its **Volume 4, Issue 1, April 2026.**