ఓ౩మ్

పుత్రకామేష్టి - యజ్ఞవిధి

సంకలన కర్త

నంచర్ల వెంకటరామాచారి

పుత్రకామేష్టి-యజ్ఞవిధి

సంకలన కర్త

నంచర్ల వెంకటరామాచారి

సంపాదకులు

వాచస్పతి డా॥ మట్టి కృష్ణారెడ్డి ఆర్య. M.A., M.Ed., Ph.D., D.Litt.

94412 00322

ప్రకాశకులు

వేదధర్మ ప్రచార ట్రస్టు (రి)., హైదరాబాద్-60

ముందుమాట

మాకు సంతానం లేని కారణమున వైద్యుల వద్ద మందులు వాడి యుంటిమి. కాని ఫలితము రాలేదు. తరువాత పుత్రకామేష్టి యజ్ఞము చేయాలనే కోరిక కలిగినది. ఎంత ప్రయత్నించినను పుత్రకామేష్టి చేయు గ్రంథముకాని, దానిని చేయువారుకాని మాకు లభించలేదు. విరాట్ వారపత్రిక సంపాదకులగు పండిత వేంకటేశ్వరశాస్త్రిగారిని సంప్రదించగా లోగడ తనదగ్గర హిందీలో ఒక పుస్తకమున్నదని, దాని నెవ్వరో తీసుకువెళ్ళినారని, ఇప్పు డా పుస్తకము లభించుటలేదని చెప్పినారు. **"ఋణానుబంధరూపేన పశుపత్నిసుతాలయాః"** అను శ్లోకపు నీతిని గుర్తించి ఎలాంటి చీకు-చింతా లేకుండా ఆ ప్రయత్నమును మానుకుంటిమి.

కొంతకాలం గడిచిన పిమ్మట ఒక రోజున వాల్మీకి రామాయణమును చదువుతుండగా అథర్వవేదములోగల పుత్రకామేష్టి మంత్రములతో పుత్రకామేష్టి యజ్ఞాన్ని దశరథమహారాజుతో శ్రుంగిఋషి చేయించినట్లు తెలిసినది. నాకు ఉ పయోగము లేకున్నను సంతతి లేదని చింతించు దంపతులకు ఉపయోగపడుననే భావనతో ఈ పుస్తకరచనకు పూనుకుంటిని.

నాకు వేదపరిచయమున్నందున ఋగ్వేదమును, అథర్వవేదమును మరియు కొన్ని వైదిక గ్రంథాలను పరిశోధించగా పుత్రకామేష్టికి సంబంధించిన సామగ్రి మంత్రాలు లభించినవి. ఈ గ్రంథాన్ని వ్రాయాలనే కోరిక కలిగినది.

ఈ గ్రంథరచనను శ్రీముఖ నామ సం॥ ఉగాది, 24-3-1993న ప్రారంభించి, యువనామ సంవత్సర 'ఉగాది' 1-4-1995నాడు ముగించితిని. సంతానము కలుగలేదని చింతించు దంపతుల కోరిక ఈ గ్రంథము తీర్చగలదని నా పూర్ణ విశ్వాసము. పరమేశ్వరుడు ఈ "పుత్రకామేష్టి యజ్ఞవిధి" ద్వారా సంతానములేనివారికోరికను నెరవేర్చి నా పరిశ్రమను సఫలీకృతం చేయుగాక యని పరమేశ్వరుని ప్రార్థిస్తున్నాను.

గమనిక:- ఆడపిల్లలు కావాలంటే ఆడపిల్లలు కలిగే పద్ధతి, మొగపిల్లలు కావాలంటే మొగపిల్లలు కలిగే పద్ధతి, అచ్చం ఆడపిల్లలు పుడుతున్నవారికి మొగపిల్లలు కలిగే పద్ధతి, అచ్చం మొగపిల్లలు పుట్టేవారికి ఆడపిల్లలు పుట్టే పద్ధతి మొదలగునవి వ్రాయబడినవి.

– నంచర్ల వెంకటరామాచారి

ప్రశంసనీయం

వేదధర్మ పరాయణులూ, వైదిక జీవనావలంబులూ, వేదధర్మ ప్రచారకులూ, నిరంతర ఆర్షసాహిత్య నిర్మాణ కృషీవలురూ, అశీత్యధిక వయస్సులోనూ పంచమహాయజ్ఞాలను ప్రతినిత్యం వ్రతంగా ఆచరిస్తున్నవారూ, భారతీయ సంస్కృతీ సభ్యతలకు మూలమైన వేదాలను స్వాధ్యాయం చేస్తూ, అందులోని ధర్మాలను మనసా వాచా కర్మణా త్రికరణ శుద్ధిగా ఆచరిస్తూ లోకోపకారార్థం తదుక్త కర్మలను సులభశైలిలో రచిస్తూ యథాశక్తి లోకహితం చేస్తున్నవారూ, వేదాదేశాలనూ, యోగనియమాలనూ తు,చ తప్పకుండా పాటిస్తున్న దైవనిష్ఠాగరిష్ఠులూ, దశాధిక గ్రంథకర్తలునునైన బ్రహ్మశ్రీ నంచర్ల వెంకటరామాచారిగారు నాకు గత ముప్పది సంవత్సరాలుగా సుపరిచితులు. వేదోక్త జీవనవిధానానికి ప్రతీకగా, ఉదాహరణగా చెప్పుకోదగినవారు. వీరు రచించిన గ్రంథాలన్నీ వేదప్రమాణాలలలో కూడి ఉ ంటాయి.

ప్రస్తుతం వీరు సంకలనం చేసి రచించిన **"పుత్రకామేష్టి యజ్ఞవిధి"** అను గ్రంథం పూర్తిగా వేదోక్తమైనది. వేదప్రమాణాలతో కూడినది. శాస్త్రసమ్మతమైనది. వైజ్ఞానికమైనది. ఇతిహాసాలలో నిరూపితమైనది. సంతానలేమితో తత్ప్రాధాన్యతనెరిగి స్వానుభవంతో పరిశోధనాత్మకంగా మనస్ఫూర్తిగా తన్మయత్వంతో రచించిన గ్రంథమిది.

ఇది సంతానం కలుగనివారికి మాత్రమే పరిమితం కాకుండా ఉత్తమోత్తమ సంతానం కావాలనుకొన్న ప్రతొక్కరికీ, ఏ సంతానం కావాలనుకుంటే ఆ సంతానాన్ని పొందే వారికీ ఈ గ్రంథం బాగా ఉపకరిస్తుంది. **'మనుర్భవ జనయా దైవ్యం జనమ్"** (ఋ. 10. 53. 6.)'మానవుడవుకమ్ము. దివ్యమైన సంతానాన్ని నిర్మాణం చెయ్యి' అను ఈ వేదాదేశం ఈ గ్రంథానికి పునాది. యజ్ఞాలు యాగాలు చేస్తే పిల్లలుపుడతారా? అని అడ్డంగా వాదించే అజ్ఞానులకు ఇది కనువిప్పు కలిగిస్తుంది. వేదమంటే జ్ఞానం-జ్ఞానమంటే ప్రకాశం. ప్రకాశమంటే వెలుగు. వెలుగులో ఏ వస్తువైనా స్పష్టంగా ఉన్నదున్నట్లుగా కనిపిస్తుంది. **"అలం అతివిస్తరేణ...."** జ్ఞానులకు ఎక్కువగా వివరింపనవసరం లేదు.

ఇంతటి ఉత్తమోత్తమ గ్రంథాన్ని నిర్మాణం చేసిన బ్రహ్మశ్రీ నంచర్ల వెంకటరామాచారి గారు ధన్యులు. చరితార్థులు. కృతార్థులు.

విషయ సూచిక

1.	పీఠిక	9
2.	పుత్రకామేష్టి- యజ్ఞవిధి	39
3.	బ్రహ్మచర్య వ్రతము	42
4.	తులమానము	42
5.	సర్వౌషధముల వివరణ	43
6.	సేవన విధి	44
7.	కన్యా ప్రాప్తి కొరకు	44
8.	వీర్యాభివృద్ధికి ఔషధం	46
9.	పుత్రి లేక పుత్ర సంతాన ప్రాప్తి	48
10.	పాలు సేపువచ్చుటకు-చనుపాలు పడుటకు	48
11.	ఋతుదాన కాలము	48
12.	ఉత్తమ సంతానము	51
13.	యజ్ఞకుండ నిర్మాణము	53
14.	యజ్ఞకుండము ఏ లోహముతో ఉండాలి?	53
15.	యజ్ఞమునకు కావలసిన వస్తు సామాగ్రి	54
16.	యజ్ఞమహత్త్వమెరిగిన రష్యన్ వైజ్ఞానికుల	54
17.	వస్త్రములు	54
18.	యజ్ఞము చేయు సమయము	55
19.	పుత్రిక లేక పుత్ర సంతాన ప్రాప్తి	55
20.	స్థాలీపాకము-పాయసము	56
21.	వస్తు గుణాలు	57
22.	ఋత్విజులు ఆసనములు	58
23.	ఋత్విజులు విధులు	61
24.	యజమాని దంపతుల ఆసనము	61
25.	యజమాని భార్య ఏ ప్రక్కన	63
26.	కలశ స్థాపన-అలంకరణ	63
27.	నియమములు	64
28.	గర్భాధాన సమయము	64
29.	దంపతుల ప్రవేశము	65
30.	పురోహితుని ఎన్నిక	65
31.	సంకల్పము	65
32.	యజ్ఞోపవీత ధారణవిధి	66
33.	ఆచమన మంత్రములు	66
34.	అఙ్గ స్పర్శ మంత్రములు	66
35.	యజ్ఞోపవీత మంత్రము	67

36. యజ్ఞోపవిత మంత్రార్థము – 68
37. ఈశ్వర స్తుతి ప్రార్థనోపాసన మంత్రములు – 69
38. స్వస్తివాచన మంత్రములు – 74
39. శాన్తికరణ మంత్రములు – 79
40. పుత్రకామేష్టి యజ్ఞారంభము – 79
41. ఆచమన మంత్రములు – 79
42. అజ్గ స్పర్శ మంత్రములు – 80
43. అగ్న్యాధాన మంత్రము – 80
44. అగ్ని నుత్తేజింప జేయు మంత్రము – 81
45. సమిధాధాన మంత్రములు – 82
46. ఘృతాహుతి మంత్రము – 82
47. జలప్రోక్షణ (ప్రసేచన) మంత్రములు – 83
48. ఆఘూరావాజ్యాహుతి మంత్రములు – 83
49. ఆజ్య భాగాహుతి మంత్రములు – 89
50. మహావ్యాహృతి మంత్రములు – 84
51. స్విష్టకృదాహుతి మంత్రము – 84
52. ప్రజాపత్యాహుతి మంత్రము – 85
53. ప్రధాన హోమ మంత్రము – 85
54. అష్టాజ్యాహుతి మంత్రములు – 86
55. స్థాలిపాకాహుతి మంత్రములు – 87
56. స్వచ్ఛమైన ఔషధయుక్త దేశవాళి గోఘృతాహుతి
(లేక) స్వచ్ఛమైన దేశవాళి గోఘృతాహుతి – 95
57. పరమేశ్వర ప్రార్థన మంత్రములు – 96
58. ప్రాతః కాల హవన మంత్రములు – 98
59. సాయంకాల హవన మంత్రములు – 98
60. ప్రాతస్సాయం సమయముల – 98
61. గాయత్రీ మంత్రము – 99
62. పూర్ణాహుతి – 100
63. అవశిష్ట ఘృతాహుతి మంత్రము – 100
64. పార్థన మంత్రము – 101
65. ప్రార్థన శ్లోకములు – 101
66. శాన్తిపాఠ మంత్రము – 101
67. ఆశీర్వాదము – 102
68. అవభృథ స్నానమంత్రములు – 102
69. భజనలు – 103
70. ఆర్యసమాజ నియమాలు – 112

పీఠిక

బ్రహ్మశ్రీ నంచర్ల వెంకటరామాచారి గారు రచించిన **"పుత్రకామేష్టి - యజ్ఞవిధి"** ఆర్యజగత్తులో అపూర్వమనక తప్పదు. మరొకరు ఈ విషయంపై తెలుగులో గ్రంథరచన చేసినవారు బహుశ లేరనవచ్చును. బ్రహ్మశ్రీ నంచర్ల వెంకటరామాచారి గారు సంతానం లేనివారగుట ఈ గ్రంథరచనకు ప్రేరణ. "కీడులో మేలు" అనే నానుడి ఇలాంటి సందర్భాల్లోనే స్మరించబడుతుంది.

పుత్రికలు కలిగి పుత్రులు కలుగని దంపతులు సామాన్యంగా పుత్రకామేష్టిని చేయడం తటస్థించుతుంది. దశరథ మహారాజుకొక పుత్రిక కలదని, పుత్రసంతానార్థమై ఆయన పుత్రకామేష్టిని చేయగా అనంతరం కౌసల్యాది రాణుల గర్భమున రామాదులు నలుగురు జనించారని మనకు రామాయణం చెబుతుంది.

జమ్మి వృక్షంపై మొలచిన రావిచెట్టు యొక్క పంచాంగములైన వేర్లు, బెరడు, ఆకులు ఫలములు, పుష్పములు మొ॥ వానిని చూర్ణము చేసి భర్త తన స్త్రీ కివ్వవలెనని అనంతరం ఆ రాత్రి భర్త భార్యతో రతిసల్పి ఆమెయందు వీర్యస్థాపన చేయవలెను. ఆ విధంగా పుత్రసంతానాన్ని దంపతులు పొందగలరని, అథర్వవేదమంత్రమును ప్రమాణంగా ఈ గ్రంథంలో బ్రహ్మశ్రీ నంచర్ల వేంకటరామాచారిగారు యిచ్చియున్నారు. పైన చెప్పిన జమ్మి వృక్షముపై మొలచిన రావిచెట్టు లభించనపుడు పుత్రసంతానార్థమై మరొక పద్ధతి కూడ ఈ గ్రంథంలో సూచింపబడింది. 1. మంద్రపసుపు 2. తినే పసుపు 3. చందనం, 4. మురా 5. జటామాసి. 6. నెమలితీగ 7. సిలాజిత్తు 8. కర్పూరం 9. ముస్తా 10. భద్రమోద అను పదిరకాల వనమూలికలు, తగుపాళ్ళలో కలిపి చూర్ణం చేసి, ఆ చూర్ణమును మేడికర్రతో చేసిన పాత్రలో ఆవుపాలతో తోడుబెట్టవలెనని, తోడుకున్న పెరుగును మేడికర్రతో చేసిన కవ్వముతో చిలికి వెన్నతీసి కరిగించిన నెయ్యిలో మరికొన్ని సుగంధ ద్రవ్యములు తగుపాళ్ళలో కలిపి ఆ నేతిని కొంత యజ్ఞమున ఆహుతులుగా యివ్వవలెనని, మిగిలిన నేతిని పాయసమునగాని, అన్నమునగాని కలుపుకొని భార్యాభర్త లిరువురు భుజింపవలెనని, యజ్ఞము చేసినరోజు రాత్రి భార్యాభర్తలు సమాగమము చేసినచో పుత్రసంతానం కలుగగలదని మరొక ఉపాయం చెప్పబడింది.

పుత్ర ప్రాప్తినిగాక, పుత్రికా ప్రాప్తిని కోరు దంపతులు ఏమి చేయాలో కూడ ఈ గ్రంథంలో సూచించబడింది. వీర్యాభివృద్ధికి, పాలు చేపురావడానికి దంపతుల సడనానికి, భార్యాభర్తలు ఏ యే ఔషధాలు సేవించాలో కూడ దీనిలో సూచించడం జరిగింది.

ఇంతేకాక మనుస్మృతి ఆధారంగా ఋతుదాన కాలమును నిర్ణయించి, ఏ యే దినాల్లో భార్యాభర్తలు కలిస్తే పుత్రసంతానం కలుగుతుందో, ఏ దినాల్లో కలిస్తే పుత్రికాప్రాప్తి కలుగుతుందో చెప్పబడింది. అంటే స్త్రీ బహిష్టు అయిన రోజు నుండి 16 దినములు ఋతుదాన కాలమని, అందులో మొదటి నాలుగు రోజులు రజోదర్శనమవడం చేత రతికి అనుకూలమైనవి కావని, అనంతరం 11వ, 13వ రాత్రులు కూడ రతి సలుపరాదని, మిగిలిన పది దినాలలో కూడ, పౌర్ణమి అమావాస్య, చతుర్దశీ, అష్టమి తటస్థించినచో ఆ దినములలో భార్యాభర్తలు రతి సలుపరాదని చెప్పడం జరిగింది. పుత్రుడు కావాలనుకున్న భార్యాభర్తలు భార్య రజస్వలయిన తరువాత సరిసంఖ్యగల 6,8,10,12,14 16 రాత్రులలో రతి సల్పుకోవాలని, ఈ రాత్రులు కూడ వరుసక్రమంలో ఒకదాని కంటె మరొకటి ఉత్తమమని, పుత్రిక కావలెననుకొనువారు బేసి సంఖ్యగల 5,7,9,15 రాత్రులలో సమాగమం చేయదగునని, ఈ రాత్రులు కూడ వరుసక్రమంలో ఒకదానికంటె మరొకటి ఉత్తమమైనవని కూడ చెప్పడం జరిగింది.

పుత్రకామేష్టిని నిర్వహించుటకు అవసరమైన విధానమంతా వివరంగా ఈ గ్రంథంలో ఇవ్వబడింది. యజ్ఞంలో ఏ సమిధలు, ఏ ద్రవ్యాలు వాడాలో, యజ్ఞకుండం ఎలాంటిది నిర్మించుకోవాలో, యజ్ఞకుండపు కొలతలేవో, యజ్ఞంలో వాడే గోఘృతంలోని విశేషమేమిటో, ఏ సమయంలో యజ్ఞం చేయాలో, యజ్ఞంలో ఆహుతులుగా యివ్వబడే స్థాలీపాకం ఎలా తయారు చేసికోవాలో, ఋత్విక్కులను ఎన్నుకొనే విధానం, యజ్ఞోపవీత ధారణ విధానం, స్తుతి, ప్రార్థన, ఉపాసన, స్వస్తి, శాంతి ప్రకరణ మంత్రాలు గ్రంథంలో యివ్వబడినాయి. పుత్రకామేష్టి ఆరంభం నుండి అంత్యం వరకు యజ్ఞాన్ని పూర్తి చేసిన దంపతులను ఆశీర్వదించే పర్యంతంగల మంత్ర విధానమంతా వరుసగా ఈ గ్రంథంలో ఇవ్వబడింది. స్వయంగా పుత్రకామేష్టిని రోజూ ఇంటిలో చేసికొనేవిధంగా ఈ గ్రంథం రూపొందించబడిందంటే ఆశ్చర్యపడవలసిన పనిలేదు. పుత్రకామేష్టిలో వినియోగిం పబడిన మంత్రాలకు

అర్థం ప్రత్యేకంగా గ్రంథం చివరలో యివ్వడం చాల ఉపయుక్తంగా ఉంది. పుత్రకామేష్టిలో వినియోగింపబడిన అథర్వవేద, ఋగ్వేదాది మంత్రాలకు అధ్యాయ, మండల, మంత్ర సంఖ్యల వివరాలు కూడ ఉదాహరించడం గ్రంథప్రామాణ్యాన్ని ఇనుమడింపజేస్తున్నది.

ఇలా ఈ గ్రంథం పుత్రకామేష్టిని గూర్చి సమగ్రంగా రూపొందించబడింది. రెండు సంవత్సరాలు శ్రమపడి అనేక ప్రామాణిక గ్రంథాలను అధ్యయనం చేసి ఒక ఉత్తమ గ్రంథాన్ని బ్రహ్మశ్రీ నంచర్ల వేంకటరామాచారిగారు రూపొందించడం తెలుగు భాషామతల్లి మణిమయ కంఠహారంలో మరొక ఆణిముత్యాన్ని చేర్చినట్లయింది.

బ్రహ్మశ్రీ వేంకట రామాచారిగారు తమపనిని పూర్తి చేసినారు. కాని పుత్రసంతానం లేని దంపతులు, పుత్రికాసంతానం లేనివారు, అసలు సంతానమే లేని దంపతులు కూడా ఈ పుత్రకామేష్టిని సల్పి సంతానవంతులై ఈ గ్రంథము నందలి సత్యమును ప్రయోగాత్మకంగా Experimentalగా ఋజువు చేయ వలసియున్నది. క్రొత్తగా వివాహమయిన దంపతులు కుటుంబ నియంత్రణ పద్ధతులు పాటించక పోయినా, రెండు మూడేండ్లలోపల సంతానం కలుగనివారు ఈ పుత్రకామేష్టిని ఆచరించి సంతానం పొంది ఇందుగల సత్యాన్ని లోకానికి వెల్లడించవలసియున్నది.

ఈ సందర్భంలో నేటి నవీన విజ్ఞాన శాస్త్రం (Modern Science) దంపతులు పుత్రసంతానం కనడానికి, లేదా పుత్రికా సంతానం కనడానికి అసలు వారికి సంతానమే కలుగక పోవడానికి కారణా లేమేమి చెబుతున్నదో పాఠకులు తెలిసికోవడం ఉచితమనుకుంటాను. మొదట స్త్రీ, పురుషుల్లోని లైంగిక గ్రంథులు, వాటి కార్యాలు స్త్రీ పురుషుల సంతాన కోశం, అందులోని భాగాలు, అవి పని చేసే విధానం, రతిభేదాలు, కామకళ, ఆరోగ్యరక్షణకు గర్భిణీ స్త్రీ తీసికొనవలసిన జాగ్రత్తలు మొ॥ అనేక విషయాలను గూర్చిన ప్రాథమిక జ్ఞానం (Basic Knowledge) మనకు కొంత కలగడం అవసరం అనుకుంటాను. కనుక ఆ యా వివరాలు సంక్షిప్తంగా ఇచట యిస్తున్నాను.

లైంగిక గ్రంథులు లేక గోనాడ్స్ (Gonads) : పురుషుల్లోని లైంగిక గ్రంథుల్ని బీరిజము (testes) లంటారు. వీటినే వృషణాలని అంటారు. ఇవి రెండూ వృషణ

తిత్తిలో ఉంటాయి. స్త్రీలలోని లైంగిక గ్రంథుల్ని 'ఓవరీస్' అంటారు. ఇవి పొత్తి కడుపులో, యోనికిపైన ఇరువైపులా ఉంటాయి. స్త్రీ, పురుషులలోగల ఈ లైంగిక గ్రంథుల్నే 'గోనాడ్'లు అంటారు. ఇవి రెండు పనులు చేస్తాయి. ఒకటి- సంతానం కనడానికి అవసరమైన జీవకణాల్ని ఉత్పత్తి చేయడం, రెండవది- హార్మోనుల్ని ఉత్పత్తి చేయడం. పురుషుల్లోని సంతతి జీవకణాల్ని స్పెర్మటోజోనులు (Spermatozoa) అంటారు. స్త్రీలలోని సంతతి జీవకణాల్ని అండములు (oba) అంటారు.

ఈ లైంగిక గ్రంథులు సాధించే కార్యాలు యవ్వనారంభంలో మొదలవుతాయి. బాలబాలికల్లో యవ్వనకాలం 13వ ఏట ఒకక్రమంలో ఆరంభమవుతుంది. అపుడు మర్మావయవాలు, స్తనములు క్రమంగా వృద్ధి పొందుతాయి. బాలికలు చాల వేగంగా వృద్ధి పొందుతారు. లైంగిక వృద్ధి వారిలో 16వ సంవత్సరం నాటికి పూర్తి అవుతుంది. బాలురలో వృద్ధి చాలా నెమ్మదిగ ఉంటుంది. 20 సం॥ల దాకా అది సాగిపోతూనే ఉంటుంది. బాలబాలికలిద్దరూ పొడవు ఎదుగుతారు. వారి శరీరం భారం అధికమవుతుంది. ఈ శరీరాభివృద్ధి పురుషుల్లో అధికంగా ఉండి యవ్వనం పూర్తిగా వచ్చేనాటికి స్త్రీలకన్నా పురుషులే శారీరికంగా అధికులౌతారు.

పురుషుల్లో ఉత్పన్నమయ్యే హార్మోనుల్ని 'టెస్టోస్టెరాన్' లంటారు. ఈ హార్మోను శరీరాభివృద్ధిని, లోపలి వెలుపలి లైంగిక చిహ్నాలను అంగముల అభివృద్ధిని ప్రేరేపిస్తుంది. కండరాలు పుష్కలంగా వృద్ధి కావడం, కంఠస్వరంలో మార్పులు, గడ్డము, మీసాలు పెరగడం యివి ద్వితీయ లైంగిక లక్షణాలు.

ఇక బాలికల్లో ఓవరీలు 'ఈస్ట్రోజన్' 'ప్రొజెస్టిరోన్' అనే రెండు రకాలైన హార్మోనుల్ని ఉత్పత్తి చేస్తాయి. ఈ హార్మోనులు లోపలి వెలుపలి సంతానం అంగాలను శాసిస్తాయి. వీటిపని గర్భాశయంలో ఒక చక్రక్రమంలో జరిగే మార్పుల ద్వారా మనకు వ్యక్తమవుతుంది. అప్పుడే ఒంపు సొంపులు ఏర్పడడం ఈ హార్మోనుల వల్లనే సాధించబడుతుంది. చంకల్లోను, జఘన ప్రదేశం (మొల) లోను కేశాలు వృద్ధికావడం స్త్రీ పురుషులిరువురిలోను సమానంగానే జరుగుతుంది. వీటిని ఎడ్రినల్ కార్టెక్స్ విడుదల చేసే కార్టికోస్టెరాయిడ్‌లు సాధిస్తాయి. స్త్రీలలో లైంగిక గ్రంథులు ఒక ప్రత్యేక కార్యాన్ని కూడ సాధిస్తాయి. గర్భోత్పత్తి, గర్భధారణ, శిశువును ప్రసవించిన తరువాత స్తనాల్లో పాలుపడడం వీటివల్ల జరుగుతాయి.

స్త్రీ పురుష విరువురిలోను ఏళ్ళుపైబడే కొద్దీ లైంగిక గ్రంథులవల్ల సాధింపబడే కార్యక్రమం తగ్గిపోతుంది. ఆడవారిలో ఈ పని త్వరగా జరిగి 50 సం॥ల వయస్సులో ఓవరీలు పనిచేయడం ఆగిపోతుంది. దీనినే 'ముట్లుడగడం' అంటారు. ఋతు స్రావం ఆగిపోవడం, ద్వితీయ లైంగిక లక్షణాలు క్రమంగా అంతరించి పోవడం (స్తనాదులు పటుత్వం కోల్పోవడం) ద్వారా ఈ మార్పు వ్యక్తమవుతుంది. పురుషుల్లో ఈ మార్పులు ఆలస్యంగా జరుగుతూ హార్మోనుల ఉత్పత్తి, సంతానకణోత్పత్తి 70 సం॥ల వయస్సు వచ్చే వరకూ సాగిపోతునే ఉంటుంది. అంటే పురుషుడు 70 ఏండ్ల వయస్సులో కూడా గర్భాదానం చెయ్యగలడన్న మాట! పురుషుల్లోని లైంగిక గ్రంథులు సరిగా పనిచేయక పోతే నపుంసకత్వం, సంతానం కనే యోగ్యత లేకపోవడం, పురుషుల్లో స్త్రీ లక్షణాలు వస్తాయి. ఈ గ్రంథులు అవసరానికి మించి ఎక్కువ పనిచేస్తే, శీఘ్రంగా లైంగికాభివృద్ధి జరుగుతుంది. ఇక స్త్రీలలోని ఓవరీలు సరిగా పని చేయకపోతే ఋతుస్రావం క్రమంగా లేకపోవడం, పిల్లలు కలుగక పోవడం, సంభోగం ఎడల కోరిక లేకపోవడం, స్త్రీలలో పురుషలక్షణాలు కలుగుతాయి. ఓవరీలు అవసరానికి మించి పనిచేస్తే తక్కువ వయస్సులోనే శీఘ్ర లైంగికాభివృద్ధి జరుగుతుంది.

సంతానకోశం (Reproductive system) :- సంతానోత్పత్తికి, వంశాభి వృద్ధికి ఈ కోశమవసరం. సంతానం కనడానికి అవసరమైన అవయవాలు స్త్రీ, పురుషుల్లో వేరు వేరుగా ఉంటాయి. ఈ అవయవాలు రెండురకాలు. 1. బహిరంగాలు 2. అంతరంగాలు. పురుషుల్లో బహిరంగాలు- శిశ్నం, వృషణాలు. స్త్రీలలో బహిరంగాలు-యోని, స్తనాలు.పురుషుల్లో అంతరంగాలు-బీరిజాలు, వీర్యనాళము, యురెత్రా మొ॥ వి.స్త్రీలలో అంతరంగాలు గర్భాశయం అండవాహికలు (Fallopiom tubes) అండకోశములు(Overies) మొ॥వి. పురుషుల్లోని బీరిజాలు శుక్రకణాల్ని ఉత్పత్తి చేస్తాయి. స్త్రీలల్లో అండకోశాలు అండాన్ని విడుదల చేస్తాయి. స్త్రీ, పురుషులు రతిక్రియలో పాల్గొన్నప్పుడు పురుషుడు విడుదల చేసే వీర్యం (శు క్రం)లోని ఒక కణం యోనిమార్గంగా వెళ్ళి స్త్రీ విడుదల చేసే అండాన్ని చేరి గర్భాశయంలో పిండంగా తయారవుతుంది. క్రమంగా ఆ పిండం వృద్ధి అయి శిరస్సు, కరచరణాది అవయవాలు ఏర్పడి బిడ్డగా పుడుతుంది.

పురుషుని జననాంగం (Penis) లో జరిగే క్రియలు: పురుషుని జననాంగం

స్పాంజివంటి ఒక ప్రత్యేక ధాతువులో చేయబడింది. ఇది కండరం కాదు. రతిక్రియ జరపాలనే కోరిక కలిగినపుడు శిశ్నంలోని రక్తనాళాల్లోనికి రక్తం ఉధృతంగా ప్రవహిస్తుంది. అపుడు శిశ్నం గట్టిపడుతుంది. గట్టిపడిన శిశ్నమే, బిగుతుగా ముడుచుకొని ఉన్న స్త్రీ యోనిలోనికి చొరబడగలుగుతుంది. స్త్రీ పురుషుల ప్రథమ సమాగమంలో గట్టిగ దృఢంగా ఉన్న శిశ్నమే స్త్రీ యోనిలోని కన్నెపొరను ఛేదించుకొని లోపలికి ప్రవేశిస్తుంది. అయితే కన్నెపొరను ఛేదించడానికి పురుషుడు మొరటుగా ప్రవర్తించరాదు. అలా చేస్తే స్త్రీకి ఎక్కువ బాధ కలుగుతుంది. అందుచేత సున్నితంగా క్రమక్రమంగా ఈ కార్యాన్ని పురుషుడు నెరవేర్చాలి. పురుషుడు యింకొక విషయం కూడా ఇక్కడ గమనించాలి. స్త్రీయోని ద్రవించనిదే అతడు రతిక్రియకు ఉపక్రమించకూడదు. యోని ద్రవించకుండ పురుషాంగాన్ని యోనిలో ప్రవేశపెట్టాలని చూడడంవల్ల స్త్రీకి బాధ కలుగుతుంది. తనకూ బాధ కలుగుతుంది. కనుక స్త్రీయోని ద్రవించేందుకు, ఆమెను ఉద్రిక్తపరచేందుకు, రతికి సిద్ధంగా ఉంచేందుకు పురుషుడు ఆమెతో మొదట బాహ్యారతులను అవలంభించవలసి ఉంటుంది.

రతిభేదములు,కామకళ:-

బాహ్యామాభ్యంతరం చేతి సురతం ద్వివిధం స్మృతమ్ ।
తత్రాద్యంచుమ్బనాశ్లేష నఖదన్త క్షతా దికమ్ ॥
ద్వితీయం సురతం సాక్షాన్నానాకరణ కల్పితమ్ ॥

వాత్స్యాయన కామసూత్రములు.

రతి రెండు విధాలు, ఒకటి బాహ్యరతి రెండవది అంతరరతి. మొదట స్త్రీకి ముద్దులివ్వడం ఆలింగన సౌఖ్యమీయడం, దంతాలతోను, గోళ్ళతోను ఆ యా శరీరభాగాలను మృదువుగా నొక్కడం బాహ్యరతి అనబడుతుంది. నేరుగా యోని ద్వారంలో నానారకాలుగా ముందునుండి వెనుకనుండి ప్రక్కలనుండి, కూర్చుండి, నిలబడి వంగి వివిధ భంగిమలలో రతిక్రీడ సల్పడం అంతరరతి అనబడుతుంది. పురుషుడు స్త్రీ పైనుండి, స్త్రీ పురుషుని పైనుండి (పురుషాయితం) కూడ రతిసల్పవచ్చునని, భార్యాభర్తలు పరస్పర అవగాహన యిష్టములపై యోని చూషణ, లింగ చూషణలు (ఔపరిష్టకం) కూడ చేసికొనవచ్చునని కామశాస్త్ర గ్రంథాలు చెబుతున్నాయి.

పురుషుడు మొదట స్త్రీ మోమును ముద్దులతో ముంచెత్తడం స్తనాలను మృదువుగా మర్దించడం (స్తనాలను గట్టిగా పిసకరాదు. అలా పిసికితే ఆమెకు బాధకలుగుతుంది. కొంతకాలానికి స్తనాలు వాటి బిగుతును కోల్పోయి వదులవుతాయి.) స్త్రీ యోనిభాగాన్ని, యోని శీర్షాన్ని (Clitoris) మృదువుగా అరచేతితోను, వ్రేళ్ళతోను నిమరడం, కౌగిలించు కోవడం, దంతాలతో సున్నితంగా చెవులు బుగ్గలు, తొడలు మొదలైన ప్రదేశాలను నొక్కడం వంటివి చేయవలసి ఉంటుంది. ఇలా చేయడం వల్ల స్త్రీ క్రమక్రమంగా ఉద్రిక్తురాలవుతుంది. ఒక విధమైన సుఖం పొందుతుంది. యోనిభాగంలోని గ్రంథులు ద్రవించి యోని ద్వారం, యోనిమార్గం తడితడిగా ఉంటుంది. అపుడు పురుషాంగం యోనిలోనికి సులభంగా ప్రవేశించగలుగుతుంది. స్త్రీకి కూడ సంతోషంగా బాధలేకుండ హాయిగా ఉంటుంది.

ఇక్కడొక విషయం చెప్పవలసి ఉంది. పురుష ప్రకృతికి (స్వభావానికి) స్త్రీ పృకృతికి తేడా ఉంది. పురుషుడు త్వరగా ఉద్రిక్తుడై రతిక్రియ జరపాలని చూస్తాడు. ఆవేశపడతాడు. కాని స్త్రీలో రతివాంఛ క్రమంగా గాని కలుగదు. ఇది గ్రహించి పురుషుడు స్త్రీని బాహ్యారతులతో ఉద్రేకపరచి ఆమెను రతిక్రియకు సిద్ధపరచాలిగాని తాను ముందుగా ఉద్రేకపడి రతిక్రియకు పూనుకుంటే అతనికి వీర్యపతనం త్వరగా జరుగుతుంది. పురుషాంగం మెత్తబడిపోతుంది. ఆ తరువాత స్త్రీ ఉద్రిక్తురాలైనపుడు పురుషుడు రతిక్రియ జరపడానికి అశక్తుడౌతాడు. అపుడు స్త్రీ తన కోరిక ఫలించనందుకు చాలా బాధపడుతుంది. కనుక పురుషుడు తనను తాను నిగ్రహించుకుంటూ స్త్రీని ఉద్రేక పరుస్తూ ఆమెలో భావప్రాప్తిని (రతి చివరలో, పురుషునికి వీర్యపతనమయినపుడు కలిగే ఆనందం వంటిది స్త్రీకి కూడ కలుగుతుంది. అదే భావప్రాప్తి అనబడుతుంది) కలిగించవలసి ఉంటుంది. ఇలా చేయగలిగినపుడు స్త్రీ భర్తను గాఢంగా ప్రేమిస్తుంది. అన్యపురుషుని వాంఛించదు.

అయితే, పురుషుడు తనను తాను నిగ్రహించుకొంటూ స్త్రీని ఉద్రిక్తురాలుగా చేయడానికి అతడు రతి సమయంలో కొన్ని జాగ్రలు తీసికోవాలి. అతడు ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసలు దీర్ఘంగా నెమ్మదిగా జరుపుతుండాలి మనస్సును గాలి పీలుస్తూ విడుస్తూ ఉండే ప్రక్రియ మీద లగ్నం చేయాలి. మనస్సులో తొందరపాటుతనాన్ని నిగ్రహించాలి. శాంతంగా నిబ్బరంగా ఉండడానికి ప్రయత్నించాలి. మనస్సును

అన్యవిషయం మీద నిల్పాలి. అంటే భగవన్నామాన్ని స్మరించడంలోనో, సుందరమైన ప్రకృతి దృశ్యాలను గుర్తుకు తెచ్చుకోడంలోనో, తనకు వచ్చిన మంత్రాలను గాని, శ్లోకాలనుగాని వరుసగా మనస్సులో స్మరించడంలోనో, గతంలో తాను దేశపర్యటన చేసినప్పుడు దర్శించిన అద్భుతకట్టడాలనో, నదీ నదాలనో, విస్తృతమైన సముద్రాన్నో మనస్సులోనికి తెచ్చుకోవడం, అనంత వినీలాకాశాన్ని, ఆకాశగత నక్షత్ర మండలాలను, అనంతమైన ఈ సృష్టిని రచించిన భగవంతుని మనస్సులోనికి తెచ్చుకోవడంలోనో మనస్సును నిల్పాలి. ఆ విధంగా మానసిక ఏకాగ్రతను సాధిస్తూ రతికదలికలను కొనసాగించాలి. ఇలా చేయడం ద్వారా పురుషుడు రతిక్రియను ఎక్కువ సమయంవరకు పొడిగించ గలుగుతాడు. ఒక్కోమారు తనకు బిందు పతనం జరగబోతున్నదని అనిపించినపుడు వెంటనే శిశ్నాన్ని యోని నుండి బయటికి తీసి కొంచంసేపు విశ్రాంతి తీసికోవడంవల్ల బిందువును నిగ్రహించవచ్చును. ఆ విశ్రాంతి సమయంలో ఆమెలోని ఆ యా కామ కేంద్రాలను - యోనిశీర్షం, చెవులు, బుగ్గలు, మెడ, జఘన భాగం (మొల), తొడలు, నాభిప్రాంతం మొ॥ ప్రదేశాలను ముద్దులతోను, దంతక్షతాలతోను, చేతులతో మెల్లగా నిమరడం ద్వారాను ఆమెలో కామాన్ని ఇనుమడింపజేస్తుండాలి. ఇలా కొంత సమయం గడిపి మళ్ళీ రతికి ఉపక్రమించాలి. ఇలా చేస్తున్నప్పుడు ఒక్కోమారు రతి చరమావస్థలో బిందువును నిగ్రహించలేని స్థితికి పురుషుడు వచ్చి గాఢంగా స్త్రీని హత్తుకొని వీర్యాన్ని యోనిలో ప్రవిస్తాడు. అపుడు పురుషుడు స్తబ్ధుడై ఉండక రతిక్రియను కొంత సమయం (రెండు మూడు నిమిషాలు) కొనసాగించాలి. అలా చేయడం తనకు కొంత యిబ్బందిని- శిశ్నంలో తిమ్మిరిని కలిగించినా స్త్రీకి త్వరగా భావప్రాప్తి కలగడానికి వీలవుతుంది. అపుడు ఆమెకూడ పురుషుని గాఢంగా హత్తుకొని రతికదలికలు క్రింది నుండి చేస్తుంది. భావప్రాప్తి ఆమెకు కూడ కలిగి పరమానందం పొందుతుంది.

అయితే ఈ కామకళ ఒకనాడు సాధ్యమయ్యే పనికాదు. క్రమక్రమంగా పురుషుడు ఈ కళను అభ్యసించాలి. స్త్రీ కూడ అతనికి సహకరించాలి. కనీసం పురుషుడు స్త్రీని ఉద్రిక్తురాలుగా చేసిన తరువాత 15 లేక 20 నిమిషాలైనా రతిక్రియ జరపడానికి సాధన చెయ్యాలి. మనం మనస్సును ఎంత ఎక్కువ సమయం ఏకాగ్రం చెయ్యగలుగుతామో అంత ఎక్కువ సమయం రతిలో పాల్గొన

గలుగుతాము. ఎంత ఎక్కువ సమయం రతిలో పాల్గొన గలుగుతామో అంత ఎక్కువ ఆనందాన్ని స్త్రీకి యివ్వగలుగుతాము. మనమూ ఆనందించగలుగుతాము. ఈ రతి క్రియను ఒక పవిత్ర యజ్ఞకార్యంగా భావించి శ్రద్ధాభక్తులతో ఆచరించాలి తప్ప యిదేదో పాపకార్యం చేస్తున్నామనే భావన మనస్సులోనికి రానీయకూడదు. ప్రాణికోటి ఆనందం పొందడానికి భగవంతుడు ఏర్పరచిన ఒక సృష్టి ప్రక్రియగా దీనిని భావించాలేగాని ఇది తప్పు అనుకోకూడదు. అయితే తమ తమ ఆరోగ్యాలను దృష్టిలో ఉంచుకొని భార్యాభర్తలు రతిసుఖాలను పరిమితంగా- అప్పుడప్పుడు పొందాలిగాని ఆరోగ్యం దెబ్బతినేట్లుగా అతిగా చరించడం మంచిదికాదు. **"అతి సర్వత్ర వర్జయేత్"** అనే నానుడిని దృష్టిలో ఉంచుకోవడం మంచిది.

మరొక విషయం. కొందరు స్త్రీ పురుషులు దంపతులు గంటరెండు గంటలు కూడ రతిక్రియ జరపడానికి సమర్థులై ఉంటారు. ఒకమారు 'హిందూనేశన్' అనేవార పత్రికలో చదివాను. రతిక్రియలో ఎవరు ఎక్కువ సమయం గడప గలుగుతారోనని అమెరికాలో పోటీ పెట్టారట. అందులో ఒక జంట 21/2 గంటలు విరామం లేకుండ రతిక్రియ జరిపి 'బహుమతిని' పొందారట, ఇదంతా ఎందుకు వ్రాస్తున్నానంటే, పురుషుడు తన స్వభావాన్ని స్త్రీ స్వభావాన్ని గుర్తించి రతిక్రియలో దాంపత్యసుఖాన్ని స్త్రీ పురుషులిద్దరూ సమంగా అనుభవించినపుడు ఆ కుటుంబంలో కలతలుండవు. వారికి సుఖశాంతులుంటాయి. అలాకాక, పురుషుడు స్త్రీ మనస్సును గుర్తించకుండ స్వార్థాన్ని నెరవేర్చుకొని స్త్రీని సంతృప్తిపరచకపోతే ఆమె మనోవ్యధకు గురౌతుంది. కొన్ని కాపురాల్లో భార్యాభర్తల మధ్య కలతలకు కారణం ఈ అసంతృప్తకామానుభవమేకదా? కామకళను గురించి యింకా వివరంగా తెలిసికోవడానికి, 'వాత్స్యాయన కామ సూత్రాలు' 'అభిసారిక' సంపాదకులు రచించిన కామశాస్త్రగ్రంథాలు - ప్రణయ కళ, సృష్టిరహస్యం, శీఘ్రస్ఖలనం మొదలైనవి. ఇటీవల వస్తున్న కొన్ని కామశాస్త్ర గ్రంథాలు అభిరుచిగల పాఠకులు చదువగలరు.

ఇంకొక విషయం ఇక్కడ చెప్పాలి. కొందరు పురుషులు రతిక్రియ జరపడానికి పూర్వం బీరు, బ్రాంది, విస్కీ, రమ్ మొ॥ మత్తు పదార్థాల్ని సేవించుతారు. దీనివల్ల జననాంగం స్పర్శను కోల్పోయి ఎక్కువ సమయం రతిక్రియ జరపడానికి వీలవుతుందని అలా చేస్తారు. కాని యిది ఆరోగ్యరీత్యా మంచిదికాదు.

ఇలా చేయడం వల్ల మూత్రపిండాలు, గుండె, ఊపిరి తిత్తులు, మెదడు కాలేయం మొ॥వి చెడిపోతాయి. చివరకు మత్తు పదార్థాలకు బానిసై అవి సేవించనిదే రతిక్రియ జరపలేని స్థితికి పురుషుడు క్రమంగా చేరుకుంటాడు. అతనికి మృత్యువు త్వరగా కలుగుతుంది. కొందరు అతిగా మద్యాన్ని సేవించి తెలివిలేకుండా పడిపోవడం వలన కామ కలాపాన్ని కూడ సాగించలేరు. త్రాగి వచ్చిన పురుషుణ్ణి చూస్తే స్త్రీ అసహ్యించుకుంటుంది కూడ. కనుక మద్యపానం చేసి పురుషుడు రతిక్రియలో పాల్గొనడం ఆరోగ్యదాయకం కాదని యిక్కడ గుర్తించడం అవసరం.

పురుషునిలో సంతానకోశం, వీర్యం ఉత్పత్తి అయ్యేవిధం : పురుషుని సంతానకోశం ముఖ్యంగా ఆరు విధాలుగా ఉంటుంది. 1. శిశ్నానికి కుడి ఎడమల ఉన్న వృషణాలు 2. వీర్యవాహికలు. 3. వీర్యం నిలువ చేయబడే గ్రంథులు. 4. వీర్యం విడుదల అయినపుడు వీర్యాన్ని పురుషాంగంలోనికి తెచ్చే నాళాలు. 5. ప్రోస్టేటు గ్రంథి 6. పురుషాంగం. ఇవి చేసే కార్యాలేమిటో తెలుసుకుందాం.

పురుషాంగానికి కుడి ఎడమల వృషణాలుంటాయి. ఇవి పురుషాంగానికి వెనుక క్రిందికి వ్రేలాడే తిత్తి (Serotenn) లా ఉంటాయి. వీటినే బీజములు అంటారు. ఈ బీరిజాలలో వీర్యకణాలను ఉత్పత్తి చేసే వీర్యనాళికలు (Seminiferous tubes) ఉన్నాయి. యవ్వనం వచ్చేవరకూ వీటిలో వీర్యం ఉత్పన్నం కాదు. యవ్వనారంభం నుండి వీనిలో హార్మోనులు, వీర్యకణాలు ఉత్పన్నం కావడం మొదలవుతుంది. అవి స్త్రీతో సంయోగవాంఛను కలిగిస్తాయి. వీర్యకణాలవల్ల సంతానం కనడానికి వీలవుతుంది. ఇవి మెదడులోని పిట్యూటరీ గ్రంథి ప్రేరణతో ఉత్పన్నమవుతాయి. మూతిమీద మీసాలు, గడ్డం రావడం స్తనాల్లో మార్పులు రావడం అప్పుడే జరుగుతుంది. కొందరిలో బీరిజాలు వృషణపు తిత్తులలోనికి దిగక గర్భంలోనే ఉంటాయి. అట్టి పరిస్థితిలో డాక్టరును సంప్రదించితే మందులతోగాని, ఆపరేషనుతోగాని, బీరిజాలను వృషణ కోశంలోనికి చేర్చడానికి వీలవుతుంది. బీరిజాలలో ఉత్పన్నమయిన వీర్యం బీరిజాలను అంటి పెట్టుకొని చుట్టలుగా ఉన్న నాళం (Epididymis)లో ప్రవేశిస్తుంది. అక్కడి నుండి వీర్యం వీర్యవాహిక నాళాల ద్వారా (గర్భంలోని మూత్రకోశానికి వెనుకనున్న) వీర్య గ్రంథుల్లో ప్రవేశించి అక్కడ నిలువ ఉంటుంది. 'ఈ వీర్యవాహికనాళాలను ఖండించి ముడివేసినపుడు వీర్యాణువులు స్త్రీ జననాంగంలోనికి పోలేవు. పురుషులకు జా

చేసే శస్త్ర చికిత్సనే 'వేసెక్టమి' అంటారు ఇది కుటుంబ నియంత్రణ విధానాలలో జయప్రదంగా ఉపయోగించబడుతున్నది. ఆ తరువాత వీర్యగ్రంథుల్లో ఊరే ద్రవాలు కూడ వీర్యంతో కలుస్తాయి. ఈ గ్రంథులకు క్రిందుగా ప్రోస్టేటు గ్రంథి ఉంది. ఇది ఒకరకమైన జారుడు ద్రవాన్ని ఉత్పత్తి చేస్తుంది. పురుషుడు స్త్రీతో రతిసల్పి వీర్యాన్ని స్ఖలించినపుడు, వీర్యంతో పాటు ఈ జారుడు ద్రవం కూడ కొన్నినాళాల (ejaculatory ducts) ద్వారా శిశ్నంలోని మూత్రనాళం గుండా యోనిలో ప్రవేశిస్తుంది. ప్రోస్టేటు గ్రంథి విడుదల చేసే ఈ జారుడు ద్రవం ఆధారంగానే వీర్యంలోని వీర్యకణాలు యోనిమార్గంలో పయనించి స్త్రీ విడుదలచేసే అండాన్ని చేరతాయి. రతిలో పురుషుడు స్ఖలించే వీర్యంలో పదిశాతం వీర్యం, తొంభయి శాతం ఈ జారుడు ద్రవమే ఉంటుంది. 'పురుషుడు ఒకమారు స్త్రీయోనిలో' విడుదల చేసే వీర్యంలో నలుబది కోట్ల జీవకణాలుంటాయి. అందులో ఒక్కటి మాత్రమే అండంలోనికి చొచ్చుకొని పోయి స్త్రీ గర్భాశయంలో పిండమవుతుంది. మిగిలిన వన్నీ నశిస్తాయి. ప్రతి వీర్యకణం తల తోకతో ఉంటుంది. వీర్యకణం యోనిమార్గంలో పయనించేటపుడు తోకను అటు యిటు కదిలిస్తూ ఈదుకుంటూ ముందుకు సాగిపోతుంది. ఈ విధంగా సంతానోత్పత్తికి పురుషుని వీర్యం ప్రధాన పాత్ర వహిస్తుంది.

స్త్రీలో సంతాన కోశం వాటి కార్యాలు:- స్త్రీలో సంతానకోశం ముఖ్యంగా నాలుగు అంగాలుగా ఉంది. 1. అండకోశాలు (Ovaries) 2. అండవాహికలు (Fallopian tubes) 3. గర్భకోశం(wterus) 4. యోని (vagina).

అండకోశాలు : స్త్రీలో అండకోశాలు రెండున్నాయి. ఇవి పొత్తి కడుపులో గర్భకోశానికి ఇరువైపుల ఒక్కొక్కటి ఉన్నాయి. వీనిలో 30 నుండి 3 లక్షల వరకూ అండాలు ఉన్నాయి. ఇవి బాలికకు యుక్తవయస్సు వచ్చే వరకూ అలాగే ఉంటాయి. యుక్త వయస్సు అంటే 13 లేక 14వ ఏట పక్వానికి రావడం మొదలవుతుంది. నెలకొక అండం అండకోశం నుండి పక్వమై వెలువడుతుంది. ఒక అండకోశం ఈనెలలో అండాన్ని విడుదల చేస్తే రెండవ అండకోశం తరువాత నెలలో అండాన్ని విడుదల చేస్తుంది. అంటే నెలమార్చినెల ఒక్కొక్క అండకోశం అండాన్ని విడుదల చేస్తుందన్న మాట. ఈ అండం తెల్లగా కంటిలోని నలుసంత ఉంటుంది.

అండవాహికలు:- అండకోశంలో విడుదలైన అండాన్ని సన్నగా ఉండే అండవాహికలు గ్రహించి క్రమంగా అండాన్ని గర్భకోశానికి చేర్చుతాయి. ఈ అండ వాహికలు 4 అంగుళాల పొడవు ఉంటాయి. ఈ నాళాలకు సంకోచ వ్యాకోచగుణం ఉంటుంది. ఈ సంకోచ వ్యాకోచాల ద్వారా అండాన్ని గర్భాశయానికి చేరుస్తాయి. అండం పక్వమై అండకోశం నుండి విడుదలైన తరువాత 48 గంటలు మాత్రమే జీవించి ఉంటుంది. అంటే రెండు రోజులు జీవించి ఉంటుంది. ఈలోగా స్త్రీ పురుష సంబంధం కలిగితే పురుషుడు విడుదల చేసే వీర్యంలోని ఒక వీర్యకణం దీనిని అండ వాహికలోనే కలిసికుంటుంది. అపుడు వీర్యకణం, అండం కలిసి 'జైగోట్' తయారవుతుంది. ఈ జైగోట్ గర్భాశయంలోనికి తేబడుతుంది. ఒక్కోమారు ఈ జైగోట్ గర్భకోశంలోనికి రాక అండవాహికలోనే పిండంగ ఎదగవచ్చు. అటువంటి అసాధారణ పరిస్థితిలో తల్లికి ప్రాణహాని జరుగవచ్చు. ఈ అండవాహికలను ఖండించితే అండం వీర్యాణువును చేరడానికి వీలుండదు. అపుడు గర్భంరాదు. ఈ రకమైన శస్త్రచికిత్సను 'ట్యూ బెక్టమీ' అంటారు. కుటుంబ నియంత్రణ పద్ధతుల్లో యిదొకటి.

గర్భాశయం లేక గర్భకోశం: ఇది పొత్తి కడుపులో మలకోశానికి మూత్రకోశానికి మధ్యలో ఉంది. ఇది ముక్కోణాకారంగా ఉంటుంది. పైభాగం వెడల్పుగాను, క్రింది భాగం కోణం తేలి ఉంటుంది. పైభాగం రెండంగుళాల వెడల్పు కలిగి పై నుండి క్రిందికి 3 అంగుళాల పొడవుండి అంగుళం మందంగా ఉంటుంది. గర్భాశయంలో బిడ్డ ఎదిగి ప్రసవించడానికి ముందు యిది 13 x 9 x 3 అంగుళాల పొడవు, వెడల్పు, మందం కలిగి ఉంటుంది. గర్భాశయం క్రింది భాగాన్ని గర్భాశయ కంఠం (Cervix) అంటారు. ఇది యోనిలోనికి త్రోవకలిగి ఉంటుంది.

జైగోట్ అండ వాహిక నుండి గర్భాశయంలోనికి వచ్చిన తరువాత గర్భాశయపుగోడకు హత్తుకుపోయి ఎదగడం ప్రారంభిస్తుంది. జైగోట్ రెండుగ విభజన పొందుతుంది. రెండు నాలుగు, నాలుగు ఎనిమిది భాగాలై 'మోర్యులా' అనబడే కణరాశి తయారవుతుంది. మోర్యులా వృద్ధి చెంది జీవకణ సమ్మేళనమయిన పొరలుగా ఏర్పడుతుంది. వీటిని 'జెర్మినల్ లేయర్సు' అంటారు. ఇవి మూడు. 1. వెలుపలి పొరను 'ఎక్టోడెరం' అని, 2. మధ్యపొరను 'మీసోడెరం'

అని 3. లోపలి పొరను 'ఎండోడెరం' అని అంటారు. ప్రతి జర్మినల్‌లేయరు నుండి అనేక అంగాలు ఏర్పడతాయి. ఉదా॥ చర్మం, వెంట్రుకలు, నరకోశం మొత్తం ఎక్టోడెరం నుండి ఏర్పడతాయి. ఎముకలు కండరాలు, రక్తనాళాలు మూత్ర జననాంగాలు మొ॥వి మీసోడెరం నుండి ఏర్పడతాయి. జీర్ణకోశం, లివరు పాంక్రియాస్ వంటి గ్రంథులన్నీ కూడా ఎండోడెరం నుండి ఏర్పడతాయి. ఆయా అంగాల్లో ఉండే జీవకణాల సంఖ్యావృద్ధి వల్ల అంగాలు పెరిగి పెద్దవవుతాయి.

జైగోట్ పెరిగి మొదట పిండం- భ్రూణంగా తయారవుతుంది. గర్భాశయంలో పిండం బిడ్డగా ఎదిగేకాలం జంతువు జంతువుకు వేరుగా ఉంటుంది. ఉదా॥ ఎలుకల్లో 3 వారాలు, ఏనుగులో సంవత్సరం, మనుష్యుల్లో 280 రోజులు (9 మాసాల 9 రోజులు) దీన్నే గర్భధారణ కాలం అంటారు.

గర్భాశయంలో బిడ్డ పెరగడం, ప్రసవించడం: గర్భాశయంలో అరంగుళం మందంగల ఎండో మెట్రియం (endometrium) అనే పొర ఉంది. దీనిలో రక్త నాళాలుంటాయి. ప్రతినెల స్త్రీ ముట్టు అయినపుడు స్రవించే రక్తం యిందులో నుండే బహిర్గతమౌతుంది. వీర్యకణం అండాన్ని చేరిందో అదే చోటు నుండి బొడ్డుకాలనాళం ద్వారా ఆహారం సరఫరా అవుతుంది. ఎక్కడైతే మొదట వీర్యకణం అండాన్ని చేరిందో అదేచోటు నుండి బొడ్డునాళం ఏర్పడుతుంది. భ్రూణాన్ని చుట్టుకున్న సంచి-మావి (Placenta)లో క్రమక్రమంగా ఉమ్మనీరు చేరుతుంది. బిడ్డ ఆ ఉమ్మ నీటిలో తేలుతూ రక్షింపబడుతుంది. గర్భకోశంలో బిడ్డ పూర్ణంగా పెరిగి ప్రసవకాలం సమీపించినపుడు గర్భకోశం ముడుచుకోవడం మొదలెడుతుంది. గర్భంలోని బిడ్డను బయటికినెట్టుతూ ఉంటుంది. అపుడు గర్భాశయం కంఠం (cervix) పలుచబడి ద్వారం విశాలమవుతుంది. యోనిగూడ విప్పారుతుంది. స్త్రీకి నొప్పులు అధికమై క్రమంగా బిడ్డ బయటికి త్రోసి వేయబడుతుంది. బిడ్డను చుట్టుకొని ఉన్న మావిని కూడ గర్భకోశం బయటికి త్రోసివేస్తుంది. అపుడు పుట్టిన బిడ్డబరువు సుమారు 21/2 కిలోలు (51/2 పౌనులు) ఉంటుంది. ప్రసవానంతరం క్రమక్రమంగా గర్భాశయం, యోని సంకోచించడం మొదలు పెడతాయి. రెండునెలల్లో మళ్ళీ మామూలు సైజుకు అవి చేరుకుంటాయి. అనంతరం మళ్ళీ గర్భధారణకు స్త్రీ యోగ్యమై ఉంటుంది.

స్త్రీలో గర్భం ధరించే సామర్థ్యం 16 నుండి 45-50 సంవత్స, వరకూ ఉంటుంది. ఆ తరువాత ముట్లుడుగుతాయి (Menopause). అంటే ముట్లుడిగేవరకు కాలం ఆమెలో సంతానం కనే యోగ్యత ఉంటుంది. ప్రతినెల అండకోశాల నుండి అండం విడుదలవుతుందన్నమాట. అయితే పురుషులలో అందుకు భిన్నంగా 70 సం॥ల వయస్సు వరకూ సంతానంకనే యోగ్యత ఉంటుంది. అంటే అంతవరకూ వారిలో వీర్యకణాలు ఉత్పత్తి అవుతూనే ఉంటాయన్నమాట.

కవల పిల్లలు ఎందుకు కలుగుతారు?: గర్భాశయంలో చేరిన బ్రూణం రెండుగా చీలి వేరు వేరు పిండాలుగా వృద్ధి పొందితే అపుడు కవల పిల్లలు పుడతారు. వారి అవయవాలు రూపం సమానంగా ఉంటాయి. ఇద్దరూ మగపిల్లలుగానో, ఆడపిల్లలుగానో పుడతారు. అలా కాకుండ ఒకేనెలలో అండకోశాల నుండి రెండు అండాలు విడుదలై రెండు పిండాలుగా గర్భాశయంలో పెరిగితే ఆ పుట్టే బిడ్డల్లో లింగభేదం (మగ ఆడశిశువులు) ఏర్పడవచ్చు. ఆకారం, పోలికలో కూడ తేడా ఉంటుంది. రష్యాలో 18వ శతాబ్దంలో ఒక రైతు భార్య ఒక కాన్పులో నలుగురిని, ఏడుసార్లు ముగ్గురేసి పిల్లల్ని, 16 సార్లు కవల పిల్లలను మొత్తం 57 మందిని కన్నదట! ఆమె కీర్తి రెండవ జార్ చక్రవర్తి వరకూ ప్రాకి ఆమెను సత్కరించడం జరిగింది.

మగబిడ్డగాని, ఆడబిడ్డగాని ఎలా ఏర్పడుతుంది?: పెద్ద శరీరాలతో ఉన్న జంతువుల్లో- మానవులతో సహా- స్త్రీ, పురుషజాతులు రెండూ ఉన్నాయి. సంతానోత్పత్తికి వీటిలో లైంగిక సంయోగం అవసరమవుతుంది. మానవ జీవకణాల న్యూక్లియస్సుల్లో "క్రోమో జోములు (Chromsomes) అనే నిర్మితులున్నాయి. ఒక జాతి జంతు జీవకణాల్లో ఉండవలసిన క్రోమోజోముల సంఖ్య నిర్దిష్టమై ఉంటుంది. మనుష్యుల్లో ఆ సంఖ్య 46. ఈ క్రోమో జోములు రెండు రకాలు. సాధారణ క్రోమో జోముల్ని ఆటో క్రోమోజోములు అంటారు. ఇవిగాక స్త్రీపురుష లింగ నిర్ణయం చేసే రెండవ క్రోమో జోముల్ని "లైంగిక క్రోమో జోములు' అంటారు. ఇవి 'ఎక్స్'(x) క్రోమోజోములు 'వై' (y) క్రోమోజోములు అని మళ్ళీ రెండు రకాలుగా ఉన్నాయి. పురుష జీవకణాల్లో ఎక్స్‌క్రోమోజోములు, వైక్రోమోజోములు ఉంటాయి. స్త్రీ జీవకణాల్లో అన్నీ 'ఎక్స్' క్రోమోజోములే ఉంటాయి. ప్రత్యేక ప్రక్రియల వల్ల ఈ లైంగిక క్రోమోజోముల్ని గుర్తుపట్టి జననానికి ముందే పుట్టబోయే

బిడ్డ ఆడో మగో నిర్ణయించగలుగుతారు. స్త్రీ అండంతో పురుష వీర్యకణం సంపర్కం చెందినపుడు సంయుక్తబీజం ఏర్పడుతుంది. సంయుక్తబీజంలో x క్రోమోజోములు ఉంటే ఆడపిల్లపుడుతుంది. అంటే స్త్రీ జీవకణాల్లో ఉండే (xx) క్రోమోజోము, పురుష జీవకణాల్లో ఉండే xy క్రోమోజోముల్లోని x క్రోమోజోము కలిస్తే అపుడు ఆడబిడ్డ పుడుతుంది. అలా కాక స్త్రీ జీవకణాల్లోని (xx) క్రోమోజోము, పురుష జీవకణాల్లోని x క్రోమోజోముల్లోని xy క్రోమోజోము- అంటే y క్రోమోజోములు కలిస్తే మగబిడ్డకలుగుతాడు.

దీనినిబట్టి మనకు తెలిసేదేమంటే స్త్రీ ఆడబిడ్డను కన్నా, మగబిడ్డను కన్నా దానికి కారకుడు పురుషుడే గాని స్త్రీకాదు. అంటే పురుషుని జీవకణాల్లోని xy క్రోమోజోములే అందుకు కారణం. కనుక అచ్చం ఆడపిల్లలను కన్నా, అచ్చం మగపిల్లలను కన్నా లేక ఆడమగ ఉభయులను కన్నా అందుకు తల్లి బాధ్యురాలు కాదు. అందుకు బాధ్యుడు తండ్రేనని మనం గ్రహించాలి. ఆడపిల్లలను కనే తల్లిని నిందించడంగాని, మగశిశువులను తల్లికంటే మగవాణ్ణి మెచ్చుకోవడం గాని సరికాదు. తల్లికి ఆడమగ శిశువులు కలగడానికి తండ్రేకారణమని మనం గ్రహిస్తేచాలు.

పుమాన్ పుంసోఽధికే శుక్రే స్త్రీ భవత్యధికే స్త్రియాః ।
సమేఽపుమాన్ పుంస్త్రియౌ వా క్షీణేఽల్పే చ విపర్యయః॥

-మనుస్మృతి. 3. 49.

పురుషుని యొక్క వీర్యాధిక్యతచే పుత్రుడును, స్త్రీ యొక్క ఆర్తవాధిక్యతచే కన్యయు, రెండును సమానమైన నపుంసకుడును లేక గొడ్డురాలును, క్షీణ అల్పవీర్యములచే గర్భము నిలువక పోవుటయు, నిలిచిపడిపోవుటయు తటస్థించును.

పితృ రేతోఽతిరేకా త్పురుషో భవతి, మాతృరేతోఽతిరేకాత్ స్త్రియో భవతి.
ఉభయోర్ బీజతుల్యత్వాన్నపుంసకో భవతి ॥ - గర్భోపనిషత్తు.

తండ్రి రేతస్సు ఎక్కువగా ఉంటే మగశిశువు, తల్లి ఆర్తవమెక్కువగా ఉంటే ఆడబిడ్డ, స్త్రీ పురుష బీజములు రెండూ సమంగా ఉంటే నపుంసకుడు పుడతారని మనుస్మృతి, గర్భోపనిషత్తు చెబుతున్నాయి.

ఈ శ్లోకాల్లోని అర్థం, ఆడబిడ్డగాని మగబిడ్డగాని ఎలా ఏర్పడుతుందో పైన వివరించిన శాస్త్రీయ విజ్ఞానానికి- సైన్సుకు భిన్నంగా ఉన్నట్లు కనబడుతుంది. అయితే కొంచం సూక్ష్మంగా ఆలోచించి చూస్తే మన ప్రాచీన గ్రంథాల్లో చెప్పిన విషయాన్ని సైన్సుకు అన్వయించి చెప్పుకోవడానికి అవకాశముంది. పురుషరేతస్సును 'y' క్రోమోజోములుగాను స్త్రీ రజఃకణాలను (అండాలను) 'x' క్రోమోజోములుగాను తీసుకొన్నట్లయితే ఈ సమన్వయం కుదురుతుంది. స్త్రీ ఆర్తవం ఎక్కువ అయితే ఆడబిడ్డ కలుగుతుందనే దానికి అర్థం స్త్రీ, పురుష జీవకణాల్లోని రెండు 'xx' క్రోమోజోములు కలవడం అని అర్థం. పురుషవీర్యం ఎక్కువయితే మగబిడ్డ కలుగుతాడనే దానికి అర్థం : స్త్రీ జీవకణాలల్లో లేనిది, పురుష జీవకణాల్లో మాత్రమే ఉన్నది అయిన 'y' క్రోమోజోము కారణంగా మగబిడ్డ కలగడం అని అర్థం చెప్పుకుంటే సరిపోతుంది.

అయితే పై శ్లోకాల్లో స్త్రీ పురుషుల రజోవీర్యాలు సమంగా ఉంటే నపుంసకుడు పుడతాడని కూడ చెప్పడం జరిగింది. మరి దీనిని సైన్సుకు ఎలా సమన్వయించడం అని మనకు సందేహం కలుగుతుంది. చూడండి పుట్టే ప్రతి బిడ్డకు లింగభేదం ఉంటుంది. ఆడబిడ్డకు యోని, మగబిడ్డకు మర్మావయం ఉండడం మనం చూస్తాం. ఈ రెంటిలో ఏదో ఒక మర్మాంగం వారికి తప్పకుండ ఉంటుంది. మరి నపుంసకులనబడే వారికి ఈ రెంటిలో ఏదో ఒకటి లేకుండా ఉంటాయా? అంటే అలా ఉండవు. నపుంసకుడు కొజ్జా అనబడే వాడికి కూడ పురుషాంగం ఉంటుంది. అయితే అతడు పురుషాంగంతో చేయవలసిన రతిక్రియను సమర్థవంతంగా చేయలేకపోవచ్చు. అతనిలో తగిన ఇంద్రియ పటుత్వం లేక పోవచ్చు. దానినే నపుంసకత్వం అన్నారు. ఇది అతని శరీరంలో లైంగిక గ్రంథులు (Gonads) సరిగా పనిచేయక, హార్మోనులు సరిగా ఉత్పన్నం కాకపోవడం వలన కలిగిన శారీరిక దౌర్బల్యం. అలాగే స్త్రీలలో కొందరు జడురాళ్ళుంటారు. వారిలో స్త్రీలకుండే మర్మావయవం ఉన్నప్పటికి రతిక్రియలయందు వారికి తగిన ఆసక్తి ఉండదు. పురుషుల కోర్కెలకు తగినట్లు వారు స్పందించలేరు. వారికి రతిలో నిరాసక్తత ఉంటుంది. అట్టి స్త్రీతో పురుషుడు సుఖపడలేడు. స్త్రీలల్లో ఇటువంటి జడత్వానికి కారణం వారిలో తగినవిధంగా లైంగిక గ్రంథులు పనిచేయక, హార్మోనులు బాగా ఉత్పన్నం కాకపోవడమే.

కనుక రజోవీర్యములు సమంగా ఉంటే నపుంసకులు పుడతారని పై శ్లోకాల్లో చెప్పినదాని కర్థం, స్త్రీ పురుషులలోని లైంగిక గ్రంథులు సరిగాపనిచేయక వారి శరీరాల్లో తగిన విధంగా హార్మోనులు ఉత్పన్నం కాకపోతే స్త్రీలల్లో స్త్రీత్వం పురుషుల్లో పుంసత్వం కొరవడుతుందని చెప్పడమే.

బిడ్డల్లో వంశపారంపర్యలక్షణాలు ఎలా వస్తాయి?: క్రోమోజోముల్లో అతి సూక్ష్మములైన నిర్మితులున్నాయి. వీటిని 'జన్యువులు' (genes) అంటారు. ఈ 'జెనీల' రసాయనిక స్వరూపం ఈమధ్యనే నిర్ణయించబడింది. వాటిలో మాంసకృత్తుల (ప్రొటీను) మాలిక్యూలు వివిధ క్రమాల్లో అమరి ఉంటాయి. ఈ జెనీలే వంశపారంపర్యములైన విశిష్ట లక్షణాలను సంక్రమింపజేస్తాయి. ప్రతిజెనీ ఒకటి లేక అనేక లక్షణాల్ని సంక్రమింపజేస్తుంది. ఉదా॥ చర్మపురంగు, పొడవు, పొట్టితనం, శరీరనిర్మాణ విశేషాలు, పక్షుల్లో రెక్కలరంగు రెక్కల పరిమాణం మొదలైనవి. జెనీలో ఉన్న ప్రోటీన్ మాలిక్యూలుల అమరికను బట్టి జెనీలల్లో భేదం ఉంటుంది. ఈ అమరిక మారితే జెనీమారిపోవచ్చు. అటువంటి మార్పును 'మ్యూటేషన్' అంటారు. ఈ మ్యూటేషను మంచికి కావచ్చు, చెడ్డకు కావచ్చు. దీని వల్ల ఒక విశిష్టలక్షణం ఉన్న జంతువుల సంతతిలో ఆ లక్షణం లేకుండా పోవచ్చును. అది మారవచ్చును. పరిసరాలమార్పు, ఎక్స్‌రేలకు గురికావడం, గర్భకాలంలో తల్లి వ్యాధిగ్రస్తురాలు కావడం మొ॥ పరిస్థితులవల్ల ఈ మ్యూటేషను జరుగుతుంది.

జెనీలు 'డామినెంట్' 'రిసెసివ్'లని రెండు రకాలుగా ఉన్నాయి. డామినెంట్ (బలవత్తరమైన) జెనీ దుర్బలమైన (రిసెసివ్) జెనీతో కలిసినపుడు బలవత్తరమైన జెనీ దుర్బలమైన జెనీ లక్షణాన్ని అణచివేస్తుంది. అందుచేత దాని లక్షణాలు బిడ్డకు సంక్రమించవు. రిసెసివ్ జనీ దాని లక్షణాల్ని ప్రదర్శించాలంటే మరొక 'రిసెసివ్' జెనీతో సంయోగం చెందాలి. ఈ జెనీల కారణంగానే రేజీకటి, మధుమేహం (చక్కెరవ్యాధి) హిమోఫైలియా (శరీరానికి గాయమయినపుడు రక్తం కొంత'కారి గడ్డకట్టకుండ, ఊరికే రక్తం కారిపోయే ఒక వ్యాధి) వంటి వ్యాధులు వంశపారంపర్యంగా బిడ్డలకు సంక్రమిస్తాయి. ఈ జెనీలను గూర్చిన శాస్త్రాన్నే 'జెనెటిక్స్' అంటారు.

ఆరోగ్య రక్షణకు గర్భిణి స్త్రీ తీసికొనవలసిన జాగ్రత్తలు: గర్భాశయంలో పెరుగుతున్న బిడ్డ అవసారలకై స్త్రీ శరీరంలో కొన్ని మార్పులు జరుగుతాయి.

గర్భాశయం పెద్దదవుతుంది. దానికి రక్తం. ఆక్సిజన్ (ప్రాణవాయువు) శిశువుకు పెరుగుదల ఆహారం సమకూర్చడానికి సరఫరా చేయబడతాయి. పిండకాలంలో సరైన అవయవ వృద్ధి జరగడానికి సరియైన ఆహారం సరఫరా చేయాలి. అందువల్ల గర్భవతి తీసుకొనే ఆహారం శిశువు దృష్ట్యా చాల ముఖ్యమైంది. పాలు, పప్పు పదార్థాలు, అధికంగా తీసికోవాలి. వాటిలో నూతన ధాతువృద్ధి చేయగల ప్రొటీనుల వంటి పదార్థాలు ఉంటాయి. బియ్యం, బంగాళాదుంపలు వంటివి, పిండి పదార్థాలు అధికంగా ఉండే వస్తువులను వర్జించాలి. ఆకుపచ్చని కూరల్లో విటమినులు ఖనిజలవణాలు అధికంగా ఉంటాయి. అందువల్ల వాటిని విరివిగా తీసికోవాలి. ఆహారంలో తగినన్ని పండ్లు చేర్చాలి. రక్తహీనత ఏర్పడకుండ ఇనుము ఉన్న పదార్థాలు, మందులు తీసికోవాలి. శిశువు దంతాలు, ఎముకలు ఏర్పడడానికి కాల్షియం (సున్నం) చాలా అవసరం. పాలలో తగినంత కాల్షియం ఉంది. అందుచేత ఏదో రూపంలో పాలు తరచుగా తీసికోవాలి. అది సాధ్యం కాకపోతే కాల్షియం ఉన్నమాత్రలనో, పర్మతులనో వాడాలి. ఉప్పు అధికంగా తీసికోరాదు. అలా తీసికుంటే కాళ్ళు, చేతులు మొహం వాచి అస్వస్థత కలుగుతుంది. రోజూ ఎప్పుడూ త్రాగేనీరు బాగా తీసికుంటూ ఉండాలి.

తల్లి గర్భకాలంలో తీసికొనే ఆహారానికి, ప్రసవానంతరం కొన్ని సంవత్సరాల వరకూ శిశువుకుండే ఆరోగ్యానికి చాల దగ్గర సంబంధం ఉంది. శిశువు గర్భంలో ఉన్నప్పుడు తల్లి పాలు త్రాగుతూ ఉంటే తగినంత రోగనిరోధక శక్తి శిశువు శరీరంలో ఏర్పడుతుంది. పుష్టికరమైన ఆహారలోపంవల్ల, ఆహారంలో ఇనుము తక్కువ కావడం వల్ల, తల్లిలో రక్తక్షీణత ఏర్పడుతుంది. ప్రొటీనులు సమగ్రంగా లేకపోతే కాళ్ళలోనూ, చేతుల్లోనూ నంజు ఏర్పడి రక్తక్షీణతకు రక్తంలో విషం చేరడానికి దారితీస్తుంది. తల్లి ఆహారంలో తగినంత కాల్షియం లేకపోతే పుట్టిన బిడ్డకు రికెట్సు (క్షయవ్యాధి), పుప్పిపన్ను ఏర్పడే అవకాశముంది. ఈ కారణాల వల్ల గర్భకాలమంతా విటమినులు, ఖనిజలవణాలు అధికంగా తీసికుంటూ ఉండాలి.

చల్లగాను వేడిగాను ఉండని నులివెచ్చని జలంతో నిత్యమూ స్నానం చేయాలి. వస్త్రాలు వదులుగా ఉండి ఉదరానికి వక్షానికి ఎక్కువవత్తిడి కలిగించనివిగా ఉండాలి. మొదటి మూడు మాసాల్లోను, ఆఖరినెలలోను ప్రయాణాలు మానుకుంటే మంచిది.

మొదటి మాసంలో గర్భస్రావం, ఆఖరిరోజుల్లో గర్భనష్టం జరిగే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది గనుక ప్రయాణాలు మాను కోవడం మంచిది. చివరి మూడు మాసాల్లో భార్యాభర్తల సంయోగం మంచిది కాదు. అంతకు ముందు గర్భస్రావం జరిగి ఉంటే మొదటి మూడు మాసాల్లో కూడ సంయోగం వర్జించాలి. సాయంకాలం వాహ్యాళికి (షికారుకు) వెళ్ళడం గర్భిణీ స్త్రీకి మేలు చేస్తుంది. అది కండరాల బిగ్రుతును అధికం చేసి, మంచి రక్తప్రసారం కలిగించి మనస్సుకు ఉల్లాసం కలిగిస్తుంది. గర్భవతి అతిగా దేహ పరిశ్రమ చేయకూడదు. కుట్టు మిషను త్రొక్కకూడదు. మధ్యాహ్నం పూట విశ్రాంతి తీసికోవాలి. రాత్రిళ్ళు చాలా సేపటి వరకూ నిద్రమేల్కొని ఉండకూడదు. రాత్రంతా నిద్రపోవడం గర్భవతి ఆరోగ్యానికి అవసరం. మలబద్ధకం, గర్భకాలంలో బాధింపవచ్చును. తగినన్ని ఆకుకూరలు, పండ్లు తీసికుంటే అది నివారింపబడుతుంది. కుర్చీల్లో కూర్చున్నపుడు, మంచం మీద కూర్చున్నపుడు కాళ్ళుపైకి పెట్టుకొని కూర్చోవడం మంచిది. కడుపులో నొప్పిగాని, యోని ద్వారా రక్తస్రావంగాని జరగడం తీవ్రలక్షణాలు. ఎంత స్వల్పమయిన రక్తస్రావమయినా నిర్లక్ష్యం చేయకుండా వెంటనే డాక్టరుకీ సంగతి తెలియజేయాలి. ఈ విధంగా గర్భిణీ స్త్రీ జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే ఆమెకు సుఖప్రదమైన ప్రసవం, తనకూ బిడ్డకూ ఆరోగ్యం చేకూరుతుంది.

వంధ్యత్వానికి– సంతానం కలగక పోవడానికి కారణాలు: నిజానికి సంతాన రాహిత్యానికి దోషం భార్యలోనో, భర్తలోనో ఉన్నదనడం కంటె ఇద్దరిలోనూ ఉన్నదని చెప్పడం సబబు. శాస్త్రం ఇటీవలనే ఈ రహస్యాన్ని కనిపెట్టింది. పూర్వపురోజుల్లో భార్యకు పిల్లలు కలుగక పోతే ఆమెదే నేరమయినట్లు, 'గొడ్డుబోతు' అని అనేవారు. ఈనాడు కూడ బిడ్డలు లేని స్త్రీని బిడ్డల తల్లులంతా అవమానిస్తూనే ఉంటారు. ఈనాడు సంతానరహితులైన దంపతుల్లో నూటికి 30 నుండి 50 వరకు భర్తలోని లోపమే కారణమవుతున్నది. కనుక శాస్త్ర దృష్ట్యా చెప్పుకోవాలంటే, కేవలం భర్తదోషంగాని, భార్యదోషంగాని సంతాన రాహిత్యానికి కారణం కాదు. వారిద్దరిలోనూ సంతాన ధారణ కనుకూల పరిస్థితుల నిష్పత్తిలోనే తేడా ఉంటుంది.

గర్భం రాకపోవడానికి కారణాలు : గర్భధారణ సరిగ్గా జరగాలంటే ఆరోగ్యవంతమైన వీర్యకణాలు స్త్రీ గర్భాశయం ముఖ ద్వారానికి సాధ్యమయినంత దగ్గరగా విడుదల చేయబడాలి. ఇది మొదటి ప్రక్రియ. ఇక రెండవది. గర్భాశయం

ముఖ ద్వారం (Cervix) లోనూ, గర్భాశయంలోనూ, అండవాహికలలోనూ గల మార్గం వీర్యకణాలు యథేచ్ఛగా ప్రాకడానికి అనుకూలంగా ఉండాలి. మూడవది వీర్యకణమూ, అండమూ కలియడానికి వీలుగా ఆరోగ్యవంతమైన అండం అండవాహికలో సంసిద్ధంగా ఉండాలి. దానికి తోడు గర్భాశయంలోని గోడల మందం తగినంతగా పెరిగి పిండానికి తగిన స్థావరాన్ని కలిగించేందుకు సిద్ధంగా ఉండాలి. ఈ ముఖ్య లక్షణాల్లో స్త్రీలోగాని, పురుషుడిలోగాని ఏదైనా లోపం ఉంటే అందువల్ల గర్భంరాదు.

భర్తలో సాధారణంగా ఉండే లోపాలు: మంచి చురుకైన, ఆరోగ్యవంతమైన వీర్యకణాలను స్త్రీలోని గర్భాశయ ముఖద్వారం వద్ద విడిచిపెట్టవలసిన బాధ్యత భర్తపై ఉంది. భర్త అలా విడిచిపెట్టలేక పోయినా, లేదా అతడు విడిచి పెట్టే వీర్యకణాల రాశిలోగాని, లక్షణంలో గాని ఏదయినా దోషం ఉన్నా అతని భార్య గర్భాన్ని ధరించదు.

జన్మతః పురుషావయవం సరిగ్గా రూపొందలేకపోయినా, లేక తగినంత ఇంద్రియ పటుత్వం లేకపోయినా అతడు తన వీర్యకణాలను స్త్రీ అండవాహికలోనికి సరిగ్గా పంపించలేడు, పురుషావయవం స్త్రీయోనిలోనికి చొచ్చుకొని పోయేముందు తగినంత బాగా బిగియకపోయినా, లేదా లోపలికి పోకముందే స్ఖలనం అయిపోయినా గర్భం రాకపోవచ్చును.

పురుషుడు ఒకమారు విడుదల చేసే వీర్యంలో ప్రతి ఘనపుసెంటి మీటరుకి 50 నుండి 100 మిలియనుల వీర్యకణాలుంటాయి. స్ఖలనమయిన తరువాత 24 గం, నుండి 72 గం. వరకూ అవి సజీవంగా ఉంటాయి. ఘనసెంటి మీటరు వీర్యంలో 40 మిలియనుల వీర్యకణాలకు తక్కువ ఉన్నా, అవి సజీవంగా ఉండ గలిగిన కాలం చాల తక్కువైనా లేదా వాటిలో శక్తి సన్నగిల్లినా, లేదా వీర్యకణాలు వీర్యంలో చేరడానికేదైనా అడ్డంకి ఉన్నా గర్భధారణ జరుగకపోవచ్చును.

వృషణాలు వీర్యకణాలను తయారు చేయకపోవడం వల్లగాని, లేదా తయారైన వీర్యకణాలు ఏదో అవరోధం వల్ల వీర్యంలో కలియక పోవడం వల్లగాని గర్భధారణ జరుగదు. వీర్యకణాలు తయారు కాకపోవడానికి కారణం వృషణాలు సరిగ్గా జారకపోవడం, పిట్యూటరీ థైరాయిడ్ గ్రంథులు సరిగ్గా పనిచేయక అవి వృషణాలను చెడగొట్టడం, సరియైన ఆహారాన్ని తినకపోవడం, వృషణాలపై 'X'-

కిరణాల ప్రసారం జరగడం, గనేరియా మొ॥ సుఖవ్యాధులు రావడం, గజ్జల్లో బిళ్ళలు కట్టడం (Mumps), శారీరకమైన లోపాల వంటి కారణాల వల్ల వీర్యంలో వీర్యకణాలు లేకపోవచ్చును. తద్వారా గర్భం రాకపోవచ్చును.

పని ఎక్కువకావడం, వ్యాధులు,ఆధునిక జీవితంలో కలిగే ఆందోళనలు, అభిఘాతములు, అతి ధూమపానం, బీరిజముల అసంపూర్ణవృద్ధి పురుషులలో ఉపవంధ్యత్వం (subfertility) కలిగిస్తాయి.

ఎరువులు, ఇతర రసాయనిక వృత్తులలో పనిచేసే పురుషులలో సంతాన సాఫల్యత తగ్గుతుంది. ఆ కెమికల్స్ ప్రభావం వృషణాల మీద ఉంటుంది. దానివల్ల వీర్యకణాల ఉత్పత్తి గణనీయంగా తగ్గిపోతుంది. సంతానం కలగనప్పుడు యిటువంటి ఉద్యోగాలలో ఉన్నవారు వాటిని మార్చుకోవలసి ఉంటుంది.

వీర్యాణువులు ఆరోగ్యవంతంగా, బలంగా ఉండడానికి పురుషునిలో బ్రహ్మచర్యపాలన ఎంతో అవసరం. ఆహారంలో ఎ,బి, ఇ విటమిన్‌లు ఎక్కువగా తీసికొనడం అవసరం. అమిత సంభోగం వలన, వీర్యాణువులు బలహీన పడడమేగాక బీజకోశాలు వీర్యాణువులను ఎక్కువగా ఉత్పత్తి చేయజాలక పోతాయి. ఆ వీర్యాణువులు గర్భోత్పాదనకు తగిన శక్తి కలవిగా ఉండవు. అమిత సంభోగం వల్ల నాడీ మండల దుర్బలత, తద్వారా అనేక శారీరిక క్రియలలో లోపాలు ఏర్పడతాయని కొందరివైద్యుల అభిప్రాయం.

గర్భధారణలో స్త్రీల లోపాలు : అండం విడుదల కాకపోవడం, విడుదల అయిన అండం సరిగ్గా పక్వం కాకపోవడం, గర్భకోశముఖ ద్వారంలోగాని, అండవాహికల్లోగాని ఆటంకం రావడం, గర్భాశయం, గర్భాశయం లోపలి పొర సరిగ్గా పెరగక పోవడం వల్ల గర్భం రాదు.

స్త్రీకి 20-30 సం॥ల వయస్సులో గర్భం రావడం ఎక్కువ. ఆపైన గర్భం రావడం కాస్త ఆలస్యమవుతుంది. పురుషునిలో ఇటువంటి పరిస్థితి కనబడదు. పురుషుడు ఏ వయస్సులో పాల్గొన్నా అతనివల్ల గర్భం మామూలుగానే వస్తుంది.

పొగత్రాగే అలవాటు ఉన్నవారిలో సంతాన సాఫల్యత తక్కువగా ఉంటుంది. పొగ త్రాగే స్త్రీలలో వంధ్యత్వం మరింత ఎక్కువ. అందుకని సంతానం కలగనివారు పొగత్రాగడం మానివేయాలి.

శారీరికంగా శ్రమపడేవారు, వ్యాయామం చేసేవారు, మంచి ఆహారం తీసికొనేవారు, చక్కని ఆరోగ్యం కలవారు త్వరగా సంతానవంతులవుతారు. స్థూల కాయం ఉన్న స్త్రీలు సంతానవతులవడం ఆలస్యమవుతుంది. అయితే స్థూల కాయం తగ్గడం కోసం అకస్మాత్తుగా ఆహారం బాగా తగ్గించేయడం, అతిగా వ్యాయామం చేయడం, త్వరత్వరగా బరువు కోల్పోవడం మంచిది కాదు.

ఏదైనా నిదానంగా మార్పురావాలిగాని, అకస్మాత్తుగా ఉన్నఫళంగా మార్పు తీసుకురావాలనుకుంటే గర్భం దాల్చడం మరింత ఆలస్యమవుతుంది. అకస్మాత్తుగా ఆహారం తగ్గించేవారిలో అండం విడుదల ఆగిపోతుంది. కొందరిలో రెగ్యులర్‌గా నెలనెలా వచ్చే ఋతుస్రావం కూడ కనబడకుండా పోతుంది. అలాగే ఉన్నట్టుండి వ్యాయామం మొదలుపెట్టి అతిగా వ్యాయామం చేసేవారిలో బహిష్టుస్రావం బాగా తగ్గిపోతుంది. అండం విడుదల లేకుండా పోతుంది. అందుకని ఏదైనా తక్కువలో మొదలుపెట్టి నిదానంగా పెంచాలి.

పరీక్షల వల్ల మానసిక ఆందోళన, కుటుంబంలో మానసిక వత్తిడి, ఉద్యోగంలో స్ట్రెస్ ఎక్కువగా ఉన్న స్త్రీలలో బహిస్టులు సక్రమంగా రావు. అంతే కాకుండ వారిలో అండం విడుదల కూడా అంతగా ఉండదు. అందుకని మానసిక వత్తిడి లేకుండా ప్రశాంతంగా ఉండడం అలవర్చుకోవాలి.

గర్భకోశ వ్యాధులు, పొత్తికడుపు దగ్గర ఇతర వ్యాధులు ఉన్న స్త్రీలలో సంతాన సాఫల్యత అంతగా ఉండదు. గర్భంరాని 20 శాతం స్త్రీలలో యిది ఒక కారణం అవుతుంది.

సంతానం కలగనప్పుడు స్త్రీ విషయంలో ఆమెకు రెగ్యులర్‌గా ఋతుస్రావం అవుతున్నది లేనిది, ఒకవేళ ఋతువు అవుతుంటే స్రావంలో రక్తం బాగా తక్కువగా ఉంటున్నదా అనేది తెలిసికోవాలి. ఇటువంటి స్త్రీలలో అండం విడుదల అరుదు. అలాగే ఆ స్త్రీ అతిగా మానసిక ఒత్తిడికి లోనవుతున్న దేమో తెలిసికోవాలి. రెగ్యులర్‌గా దాంపత్య సంబంధాలలో పాల్గొంటున్నదీ లేనిది తెలిసికోవాలి. భార్యాభర్తల మధ్య అన్యోన్యత ఉన్నదీ లేనిదీ, మానసిక ప్రశాంతత ఉన్నదీ లేనిది గమనించాలి.

యవ్వనకాలంలో సమగ్రమైన శరీర సమృద్ధి ఆడవాళ్ళలో సంతాన సాఫల్యానికి అవసరం. ఆహారలోపములు ముఖ్యంగా మాంసకృత్తుల లోపాలు జననేంద్రియ ప్రవృద్ధిని ఆపి అనాళికా గ్రంథికోశం సరిగ్గా పనిచేయకుండా చేస్తాయి. అందువల్లనే క్రమరహిత ఋతుస్రావం, అల్పఋతుస్రావంతో బాధపడే స్త్రీలు సాధారణంగా వంధ్యలవుతారు.

వంధ్యత్వం శ్వాసాంగక్షయలో సాధారణంగా ఏర్పడదుగాని, ఆ క్షయే జననాంగాలల్లో ఏర్పడినప్పుడు బిడ్డలు కలుగకపోవడానికి కారణమవుతుంది. ఈ రోగ స్థితి ఇంకే లక్షణాలను కలిగించకుండ నిద్రాణంగా ఉండి వంధ్యత్వాన్ని మాత్రమే కలిగిస్తుంది.

కొంతమందిలో అకాలసంయోగం వల్ల- అంటే స్త్రీలోని అండకోశం అండాన్ని విడుదల చేసిన సమయంలో భార్యాభర్తలు రతిసల్పక పోయినట్లయితే గర్భోత్పత్తికాదు. ఓవము(అండము) ఉత్పత్తి అయ్యే సమయం గర్భోత్పత్తికి అనుకూలమైన మంచి సమయం. అది ఋతుస్నానానంతరం 14 రోజుల కారంభమవుతుంది. ఆ సమయంలో భార్యాభర్తలు రతి సల్పడం వల్ల గర్భధారణకు ఎక్కువ అవకాశం ఉంటుంది.

సంతాన నిరోధక పరికరాలను ఎక్కువ కాలం ఉపయోగిస్తే జననాంగాల్లో క్రిమిదోషం ఏర్పడి వంధ్యత్వానికి దోహదం కలిగిస్తుంది. సంయోగం జరగగానే గుహ్యాపరిసరాలు పరిశుభ్రంగా ఉండడానికి క్రిమి సంహారక పదార్థాలతో యోనిని డూష్‌చేసి కుంటే (కడుగుకుంటే) వీర్యకణాలు నశించి వంధ్యత్వం ఏర్పడవచ్చును. స్త్రీలలో క్రిమిదోషాలు అండ వాహికలను మూసివేసి గర్భోత్పత్తి కాకుండా నిరోధిస్తాయి.

యోనిలో స్రవించే స్రావం కొద్ది క్షారతత్వాన్ని కలిగి ఉంటుంది. అందులో వీర్యాణువులు చైతన్యవంతంగా పయనించగలుగుతాయి. కొంతమంది స్త్రీలలో ఈ స్రావం ఆమ్ల తత్వాన్ని కలిగి ఉండడం చేత వీర్యాణువులు నశిస్తాయి. అపుడు గర్భధారణ జరుగదు.

గర్భాశయం సరియైన స్థానంలో ఉండక స్థానభ్రంశం చెందడం వల్ల కూడా గర్భం నిలువదు.

అండాశయంలో కంతులు మొ॥ ఉన్నట్లయితే అండం విడుదల కాదు. అపుడు గర్భధారణ జరుగదు.

సుఖవ్యాధులు కలవారికి ఆ యా క్రిములవలన అండం, వీర్యాణువులు నశించిపోతాయి గనుక గర్భంరాదు.

యోనియందు రాపిడి కలుగకుండ ఒక అమత్వము- పలుచనిపొర ఉంటుంది. అందులో కొద్దిగా తేమ స్రవిస్తుంటుంది. అది అధికంగా స్రవిస్తే తెల్లబట్ట (లుకోరియా) ఎక్కువగా ఉంటుంది. అందువల్ల కూడ గర్భం రాదు.

ఎక్కువ ముట్టునొప్పి కలగడానికి గర్భద్వారంలో ఈడ్పు (Spasm) - అకస్మాత్తుగా గర్భ ద్వారం కుంచించుకు పోవడం కారణం. దీన్నే ఋతుశూల అంటారు. ఇది ఉన్న స్త్రీలల్లో వీర్యసేచన అనంతరం వీర్యం గర్భంలోనికి పోకుండ యీడ్పు కలిగి గర్భంరాకుండా చేయవచ్చును.

ఋతుస్రావం ఎక్కువగా ఉండడం వల్ల కూడ గర్భం నిలువక పోవచ్చును. గర్భాశయంలోగాని, అండవాహికలోగాని కంతులు (Tumers) పెరగడం వల్ల గర్భాశయ ద్వారం గట్టిపడడం వల్ల గర్భం రాదు.

కొందరిలో గర్భాశయం సరిగ్గా ఎదగక పిల్లల్లోవలె ఉంటుంది. (ఇన్‌ఫెంటైల్ యూట్రెస్) గర్భద్వారం కూడ చాల సన్నగా ఉంటుంది. ఇటువంటి వారిలో కూడ గర్భంరాదు. సంభోగ సమయంలో స్త్రీ అవయవంలో చిక్కని జిగురు వంటి స్రావము కొంతమందిలో ఎక్కువగా తయారవుతుంది. అందువలన కూడ వీర్యాణువులు లోపలికి పయనించలేక చనిపోతాయి.

మితిమీరిన శారీరిక, మానసిక పరిశ్రమవలన లేదా పరిశ్రమలేని సోమరి తనం వల్ల కూడ గర్భధారణ జరుగదు. అతి స్థూలత కూడ గర్భధారణ జరుగకుండ చేస్తుంది. ఆహారంలో కొన్నిపోషక పదార్థాల లోపం వలన గర్భధారణ జరుగకపోవచ్చును. విటమిన్ ఎ,బి,ఇ లు ముఖ్యంగా అండాన్ని ఆరోగ్యవంతంగా ఉంచుతాయి. అవి లోపించినా గర్భధారణ జరుగదు.

అమిత సంభోగం వలన మొదటి సారిలో కన్నా తరువాత వీర్యాణువులు బలహీనమవుతాయి. ఒకప్పుడు స్త్రీ జననేంద్రియంలో తేమ లేకుండ పోవచ్చును. ఆ సమయంలో అండం విడుదలైనా గర్భం నిలువదు.

కొంతమంది స్త్రీలలో విడుదలైన అండం పదిపన్నెండు గంటల కన్నా ఎక్కువ కాలం జీవింపదు. అందువలన కూడ గర్భం రాకపోవచ్చును.

అంబు: అంబు అంటే జలమని అర్థం. మంచి క్షేత్రంలో నాటిన మంచి విత్తనమైనప్పటికి అదిమొలకెత్తి పెరిగి పెద్దదవడానికి మంచినీరు అవసరం. అలాగే గర్భకోశంలో వీర్యాణువు అండంతో కలిసిన తరువాత అది పెరిగి పెద్దదవడానికి పోషక వంతమైన జలం అవసరమవుతుంది. అది స్త్రీ యొక్క రక్తం. వీర్యాణువుల్లో కొంత ప్రోస్టేట్ గ్రంథి స్రావం వస్తుంటుంది. అది పోషకవంతమైన అల్బుమిన్ కలిగి ఉంటుంది. వీర్యాణువులకు ఆహారంగా ఉండి యోని ద్వారం గుండా లోపలికి పోవడానికి సహాయపడుతుంది. దాన్నికూడ అంబు అనవచ్చును. యోనిలో, గర్భకోశంలో, అండవాహికల్లో కూడ కొంత తేమ ఉంటుంది. అది కూడ వీర్యాణువులు పయనించడానికి తోడ్పడుతుంది. అదికొంత మందిలో చాల తక్కువగాను, పొడిగాను ఉంటుంది. అప్పుడు వీర్యాణువులు లోపలకు పయనించజాలవు. స్త్రీలలోని ఆ తేమను కూడ అంబు అనవచ్చును. అండవాహికలో, అండముతో వీర్యాణువులు సంయోగం చెంది నెమ్మదిగా పయనించి గర్భకోశాన్ని చేరతాయి. అక్కడ గర్భకోశం లోపలిపొర (Endometrium) కు అంటుకొని నాటుకొని ఆ పొర ద్వారా రక్తాన్ని పొంది పిండం పెరుగుతుంది. ఆ పొరలోనికి ఒకభాగం రక్తనాళంగా మారి పిండంయొక్క నాభికి అంటుకొని ఉండి రక్తాన్ని సరఫరా చేస్తుంటుంది. ఆ రక్తం వల్లనే పిండం పెరిగిపెద్దదవుతుంది. అందుచేత గర్భిణీ స్త్రీకి యిద్దరికి సరిపడే పోషక వంతమైన ఆహారం యివ్వవలసి ఉంటుంది. ఆహారపోషణ సరిగ్గా లేకపోతే పిండం ఎదుగుదల సరిగ్గా ఉండదు. దీన్ని ముఖ్యమైన అంబు అనవచ్చును. పై మూడురకాల జలాల్లో లోపం ఉన్నట్లయితే సరిచేయాలి. అప్పుడే గర్భం నిలుస్తుంది.

స్త్రీ, పురుషులలోని పై లోపాల వల్ల గర్భధారణ జరుగక పోవచ్చును. కనుక ఆ యా లోపాలను డాక్టరు సలహామేరకు భార్యాభర్తలు సవరించుకుంటే వారికి సంతాన సాఫల్యత కలుగుతుంది.

కోరుకున్న బిడ్డను కనగల క్రొత్తటెక్నిక్: ఆడబిడ్డ కావాలంటే ఆడబిడ్డ మగబిడ్డ కావాలంటే మగబిడ్డను పొందడానికి తగిన టెక్నిక్‌ను పద్మశ్రీ ఇంద్రజిత్‌కౌర్ అనే ప్రసిద్ధ లేడీ డాక్టరుగారు రూపొందించి బాగా వ్యాప్తిలోనికి తెచ్చారు. ఆ టెక్నిక్‌ను

వ్యాసరూపంలో 'వండర్ వరల్డ్' మాస పత్రిక ఫిబ్రవరి, మార్చి, ఏప్రియల్ 95 సంచికల్లో ప్రచురించింది. అందలి ముఖ్యవిషయాలను ఈ క్రింద నమోదు చేస్తున్నాను.

మందులు, అవసరం లేకుండా, మంత్ర తంత్రాలతో నిమిత్తం లేకుండా, సాధువుల్ని సన్యాసుల్ని ఆశ్రయించకుండా కేవలం ఒకేఒక టెక్నిక్‌ని అవలంభించడం ద్వారా పాపాయి కావాలంటే పాపాయిని, బాబు కావాలంటే పండండి బాబునీ కనవచ్చనే ఈ సరికొత్త సిద్ధాంతాన్ని 'వండర్‌వరల్డ్' పత్రిక ప్రకటించింది.

స్త్రీ బీజం వేచి ఉంటే బాబు,పురుష బీజం వేచి ఉంటే పాప!:

1. స్త్రీ పురుషులు సృష్టి కార్యంలో పాల్గొన్న సమయానికి ఆ స్త్రీ గర్భాశయంలో స్త్రీ బీజం అప్పటికే విడుదలై పురుష బీజాల కోసం ఎదురు చూస్తూ ఉన్నదనుకోండి అపుడు తప్పనిసరిగా మగబిడ్డేపుడతాడు.

2. అలా కాకుండా, సృష్టి కార్యం జరిగి పురుష బీజాలు స్త్రీ గర్భాశయంలో బీజం కోసం ఎదురు చూస్తూ ఉన్నాయనుకోండి అపుడు తప్పనిసరిగా ఆడపిల్లపుడు తుంది.

3. ఒక్కోసారి గమ్మత్తుగా, కాకతాళీయంగా, అట్నుంచి స్త్రీ బీజం, ఇట్నుంచి పురుషబీజాలు ఒకేసారి విడుదల అయ్యాయను కోండి మగపిల్లవాడు పుట్టేందుకే ఎక్కువ అవకాశాలున్నాయి.

4. పురుషబీజాల్లో 'ఎక్స్' కణాలకన్నా 'వై' కణాలు పరుగుపందెంలో ముందుంటాయి కాబట్టి స్త్రీ బీజం రెడీగా ఉంటే 'వై' కణాలు అమితవేగంగా పరుగెత్తి దాన్నిచేరతాయి. కాబట్టి మగపిల్లవాడుపుడతాడు. స్త్రీ బీజం అక్కడ లేకుండా, రావడం ఆలస్యం అయిందనుకోండి "వై" కణాలు ముందే వెళ్ళిపోయి త్వరగా నశించిపోతాయి. వెనకాల తాబేలు నడక నడుస్తూ వచ్చే 'ఎక్స్'కణాలు ఆలస్యంగా వచ్చిన ఆ బీజాన్ని అందుకుంటాయి. కాబట్టి ఆడపిల్లపుడుతుంది. మగపిల్లవాడు కావాలనుకున్న దంపతులు స్త్రీ బీజం విడుదల అయ్యిందని నిర్ధారించుకోని సృష్టికార్యంలో పాల్గొంటే తప్పకుండా మగపిల్లవాడు పుడతాడు. ఇదంతా ఎవరు ఎవరికోసం వేచి ఉన్నారనే దానిమీద ఆధారపడి ఉంది.

స్త్రీ బీజం వేచి ఉంటే బాబు, పురుష బీజాలు వేచి ఉంటే పాప:- కోరుకున్న బిడ్డను కనాలనుకుంటున్నారా? ఈ జాగ్రత్తలు పాటించండి. స్త్రీ బీజం విడుదల అయ్యిందని గాని విడుదల అయ్యే సమయాన్నిగానీ తెలిసికోవడం మీదే ఈ ప్రయోగం విజయంవంతం కావడం ఆధారపడి ఉంది.

శరీర ఉష్ణోగ్రతలో మార్పులు గుర్తించండి:-1. ఈ ప్రయోగం పట్ల ఉత్సాహం చూపించే స్త్రీకి నెలసరి క్రమం తప్పకుండా సరిగ్గా తేదీకి వచ్చే పద్ధతి ఉండాలి.

2. అన్నిరకాల పరీక్షలు చేయించి, దంపతులు ఇద్దరూ ఏ లోపం లేనివారుగా నిర్ధారణ జరగాలి.

3. పై నిర్ధారణ లన్నీ సంతృప్తిగా ఉన్న తరువాత స్త్రీ నెలసరి ప్రారంభమైన మొదటి రోజు నుండీ థర్మామీటరుతో ఒంట్లో వేడి ఎంత ఉందో రికార్డ్ చేయడం ప్రారంభించాలి.

4. థర్మామీటర్‌ను 'సున్నా' వరకూ పూర్తిగా విదిలించండి. ప్రయోగం విజయవంతంగా జరగాలంటే మంచి థర్మామీటర్‌ని ఎన్నుకోండి.

5. కనీసం 5 నిమిషాల సేపు థర్మామీటర్‌ని నోటిలో ఉంచి అప్పుడు టెంపరేచర్ ఎంత ఉందో నోట్ చేయండి.

స్త్రీ బీజం విడుదలను ఇలా గుర్తించండి: 1. నెలసరి వచ్చిన రోజు ఋతుక్రమంలో మొదటి రోజుగా భావించాలి. మళ్ళీ వచ్చే నెల నెలసరి వచ్చినరోజు ఈ ఋతుక్రమానికి చివరిరోజు అవుతుంది. ఈ చివరిరోజే మరుసటి నెలసరికి మొదటి రోజు అవుతుంది.

2. సాధారణంగా అత్యధికశాతం ఆడవాళ్ళలో నెలసరికి నెలసరికీ మధ్యరోజుల్లో మొదటి పదిహేను రోజుల్లో టెంపరేచర్ కొద్దిగ తక్కువగానూ, చివరి పదిహేను రోజుల్లో కొద్దిగ ఎక్కువగానూ ఉంటుంది. మొదటి పదిహేను రోజుల్ని 'ఫోలిక్యులర్ ఫేజ్ అనీ, చివరి పదిహేను రోజుల్ని 'లోటియల్ ఫేజ్' అనీ అంటారు.

3. నెలసరి వచ్చిన రోజు నుంచి టెంపరేచర్ రికార్డ్ చేయడం మొదలు పెడితే, నెల మధ్యలో ఏదో ఒకరోజు నుంచి అకస్మాత్తుగా టెంపరేచర్‌లో పెరుగుదల కనిపిస్తుంది.

4. టెంపరేచర్‌లో ఈ అకస్మాత్ పెరుగుదలని సరిగ్గా గుర్తించగలిగితేనే ఈ ప్రయోగం విజయవంతం అవుతుంది.

5. శరీరంలో ఉష్ణం ఇలా పెరగడం అకస్మాత్తుగా మొదలైన రోజు... ఓవులేషన్ పీరియడ్‌లో మొదటి రోజు అవుతుంది.

6. 0.4 డిగ్రీల ఫారన్ హీట్ నుంచి ఒక డిగ్రీ ఫారన్ హీట్ వరకూ ఈ పెరుగుదల ఉంటుంది.

7. ఉదాహరణకు నెలసరి మొదలైన రోజు 97.2 డిగ్రీల ఫారన్‌హీట్ ఉష్ణోగ్రత ఉన్నదనుకుందాం... ఓవులేషన్ పీరియడ్ నాటికి- అండం విడుదలయ్యే నాటికి అకస్మాత్తుగా ఈ ఉష్ణోగ్రత 97.6 డిగ్రీల ఫారన్‌హీట్ నుంచి 98.4 డిగ్రీల ఫారన్ హీట్ వరకూ పెరిగే అవకాశం ఉంది.

8. ఉష్ణోగ్రతలో ఈపెరుగుదలని ఎక్కువ మంది ఆడవాళ్ళలో జాగ్రత్తగా పరిశీలిస్తే తప్పకుండా తెలిసికోవచ్చు. కనీసం మూడు నాలుగు నెలలు ఇలా పరిశీలించి.... ఓవులేషన్ సరిగ్గా ఏ సమయానికి జరుగుతుందో కనిపెట్టడానికి ప్రయత్నించండి. అవసరం అయితే, ఈ మధ్యలో "అల్ట్రాసౌండ్ స్కానింగ్ ఫాలిక్యులార్ స్టడీ" తీయించి ఓవులేషన్ ఎప్పుడు జరుగుతుందో తెలిసికొని, థర్మామీటర్‌తో మీరు రికార్డ్ చేసిన టెంపరేచర్‌ని పోల్చుకొని ఓవులేషన్ జరిగినప్పుడు టెంపరేచర్ ఆ స్త్రీ శరీరంలో ఎంత పెరుగుతుందో ఖచ్చితంగా అంచనావేయండి.

దంపతులు కలియాల్సిన సమయం:- 1. అన్ని నిర్ధారణలు జరిగాక , ఓవులేషన్ జరిగినట్లు ఖచ్చితంగా అంచనా వేయగలిగామని ఒక నమ్మకం కుదిరాక అప్పుడు ఈ ప్రయోగం చేపట్టండి.

2. మగపిల్లవాడు కావాలని మీరు కోరుకున్నట్లయితే, ఈ ప్రయోగం మీకు ఎక్కువ సహకరిస్తుంది. ఎందుకంటే, స్త్రీ బీజం విడుదల అయ్యిందని తెలిసినవాకే మాత్రమే సృష్టి కార్యంలో పాల్గొంటారు. కాబట్టి గర్భం కలిగితే ఖచ్చితంగా మగపిల్లవాడే పుడతారు. లేకపోతే అసలు గర్భమేరాదు.

3. అలాకాక, ఆడపిల్ల కావాలనుకున్నవారు స్త్రీ బీజం విడుదల కావడానికి ముందే జాగ్రత్తగా ఆ సమయాన్ని అంచనావేసి అప్పుడు దాంపత్యానికి తలపడాలి. ఇది కొంచెం కష్టసాధ్యమైన విషయం. దీనికి ఎక్కువ అనుభవం, ఎక్కువ పరిశీలన

కావాలి. కాబట్టి ఈ ప్రయోగం ద్వారా మగపిల్లవాణ్ణి కనడమే తేలిక!

ఆడపిల్ల కావాలంటే:- 1. ఓవ్యులేషన్ ఈరోజు జరుగుతుందని గట్టిగా నిర్ణయించిన రోజునగానీ, దానికి ఒకరోజుముందుగానీ లైంగిక కార్యంలో పాల్గొంటే ఆడపిల్లపుడుతుంది. 2. మగపిల్లవాణ్ణి కోరుకునేవారు శరీర ఉష్ణోగ్రత పెరగడం మొదలెట్టిన రోజుకు ఒకరోజు తర్వాతనే కలిసికోవాలి.

3. 'వై' కణాలు ముందుగా వెళ్ళి స్త్రీ బీజాన్ని కలిసికుంటాయి. ఎక్స్‌కణాలు నెమ్మదిగా వెనకాల వచ్చేసరికి 'వై'కణాలు స్త్రీ బీజంలో కలియడం అయిపోతుంది. కాబట్టి మగపిల్లవాడు పుడతాడు.

4. ఒకవేళ స్త్రీ బీజం విడుదల అయ్యిందని తెలిసికున్నాక, కొద్దిగా వ్యవధియిచ్చి దంపతులు కలియడం వలన ఈలోగా స్త్రీ బీజవే నశించిపోయిందనుకోండి గర్భం కలుగదు. అంతేగాని ఆడపిల్ల మాత్రం పుట్టదు.

ముఖ్యగమనికలు: 1. 28 రోజులు లేక 29 రోజులకు నెలసరి ఖచ్చితంగా వచ్చే స్త్రీకి మాత్రమే ఈ ప్రయోగంలో విజయం చేకూరి కోరుకున్న బిడ్డను కనే అవకాశం ఉంది.

2. నెలసరి వచ్చిన 14-15వ రోజున స్త్రీ బీజం విడుదలవుతుంది. కాబట్టి కనీసం 10వ రోజు నుంచి ఆ దంపతులిద్దరూ పూర్తి నిగ్రహాన్ని పాటించి ఏవిధమైన లైంగిక కృత్యానికి తలపడకూడదు.

3. మగ పిల్లవాడు కావాలని కోరుకునే వారు స్త్రీ బీజం విడుదలయిన తర్వాత ఎన్నిసార్లయినా సృష్టికార్యాన్ని కొనసాగించవచ్చు. కానీ, ఆడపిల్లకావాలని కోరుకునే వారు మాత్రం స్త్రీ బీజం విడుదలకు ముందుగానే కలవాలి. ఆ తర్వాత 3,4 రోజుల వరకూ తిరిగి కలవగూడదు.

4. 14వ రోజు స్త్రీ బీజం విడుదలైతే 13వ రోజు మధ్యాహ్నం దాంపత్యంలో పాల్గొంటే ఆడపిల్లపుడుతుంది.

5. 14వ రోజు స్త్రీ బీజం విడుదల అయితే అదేరోజు దంపతులు కలిస్తే మగపిల్లవాడుపుడతాడు.

6. శరీర ఉష్ణోగ్రతలో పెరుగుదల రాకమునుపు కలిస్తే ఆడపిల్లపుడుతుంది. అకస్మాత్ పెరుగుదల వచ్చిన కొద్దిసేపటికి కలిస్తే మగపిల్లవాడుపుడతాడు.

చివరగా ఒకమాట: పుట్టబోయే బిడ్డ ఆడో, మగో తెలిసికునేందుకు యిప్పుడు మనకు చాలా తేలికైన పద్ధతులొచ్చాయి. స్కానింగ్ చేసి చూస్తే పది నిమిషాల్లో తేలిపోతుంది. కానీ తెలిసికున్న తరువాత మగబిడ్డే తన కడుపులో పెరుగుతున్నాడంటే సంబరపడిపోవడం, ఆడబిడ్డ అయితే కుమిలిపోవడం, వట్టని అబార్షన్ చేయించుకోవడం... ఇప్పుడిప్పుడు మన సమాజంలో కూడ అత్యంతసాధారణ అంశంగా మారిపోతున్నది. ఆడపిల్లల విషయంలో... మన సామాజిక ఆర్థిక పరిస్థితులు చాలామందిని ఇంతక్రూరంగా ప్రవర్తించేలా ప్రేరేపిస్తున్నాయి. కుటుంబ నియంత్రణ పద్ధతుల్ని మనం ఎంతగా ప్రచారం చేసినా, మగబిడ్డ కోసమో, ఆడబిడ్డకోసమో ఇంకోసారి.... ఇంకోసారి.... ఛాన్సుతీసికోవాలని ప్రయత్నించడం మళ్ళీదిగులు నిరాశల్లో పడిపోవడం చాలమందిలో మనం గమనిస్తున్నాం. ఇప్పటి వరకూ మనం చర్చించుకున్న టెక్నిక్...... కావాలనుకున్న సంతానాన్ని మాత్రమే కనేందుకు దోహదపడేది. కావాలనుకున్నప్పుడు కావాలనుకున్న సంతానాన్ని పొందగలిగేలా చేసేదే నిజమైన కుటుంబ నియంత్రణ ప్రక్రియ అవుతుంది.

శ్రీ నంచర్ల వేంకటరామాచారి గారు రచించిన "పుత్రకామేష్టి-యజ్ఞం" ఒక విధమైన సమగ్రతను సంతరించుకోవాలనే ఉద్దేశ్యంతో నేటి నవీనవిజ్ఞాన శాస్త్రాధారంగా పీఠికను విస్తృతంగా వ్రాయవలసి వచ్చింది. ఇది పాఠకులకెంతయో ఉపయుక్తంగా ఉండగలదనుకుంటున్నాను. పుత్రులు కావాలనుకున్నవారు లేక పుత్రికాసంతానం కావాలనుకున్నవారు ఈ గ్రంథంలో వివరించిన ప్రాచీన, అర్వాచీన పద్ధతుల ననుసరించి ఆ యా ప్రక్రియలనాచరించి తాము కోరుకున్న సంతాన సాఫల్యతను పొందగలరని ఆశిస్తున్నాను.

సర్వే జనాః సుఖినో భవన్తు!

- చలవాది సోమయ్య. యం.ఎ.(ఇంగ్లీషు)

వైదిక ధర్మప్రచారకులు.

9వ లైను, ఆనందతీర్థ అగ్రహారం,

గుంటూరు-522004.

దీ. 16-7-96.

పుత్రకామేష్టి - యజ్ఞ విధి

పుత్ర+కామ+ఇష్టి=పుత్రకామేష్టి, ఇక్కడ పుత్ర అనగా పుత్ర- పుత్రికలనిద్దరినీ గ్రహించాలి. 'కామ' అనగా కోరిక. ఇష్టి యనగా యజ్ఞము. కావున పుత్ర-పుత్రికలను ప్రసాదించుమని కోరుకొనుచు చేయు యజ్ఞమే "పుత్రకామేష్టి" అనబడును.

"పుఞ్ పవనే" అను ధాతువునకు "క్త్ర" ప్రత్యయం జోడించినచో "పుత్ర" శబ్దం సిద్ధిస్తుంది. అదే ధాతువునకు **'ఙీష్'** ప్రత్యయం జోడించగా "పుత్రీ" శబ్దం సిద్ధిస్తుంది. కావున "పుత్ర" శబ్దానికి పుత్రుని-పుత్రికను గ్రహించాలి.

"పుత్రికైవ పుత్రః అథవా పుత్రికైవ సుతః పుత్రికా సుతః సోఽప్యౌరససమ ఏవ"

(యాజ్ఞవల్క్య స్మృతి 2-128).

పుత్రేష్టియజ్ఞ దీక్షితుడైన పురుషుని యొక్క పత్ని మాసికధర్మం తరువాత స్నానం చేసి పరిశుభ్రమైన దూడగల దేశవాళి ఆవు పాలతో చేయబడిన స్థాలీపాకమును వండి అదే ఆవు నెయ్యితో బాగా కలిపి కస్తూరి మొదలగు సుగంధ పదార్థాలు వేసి విశేష మంత్రములు అనగా గర్భజ్ఞాన సూచకములగు పుంసవన మొదలగు సంస్కారములతో కూడిన మంత్రములు పఠించి ఆహుతులివ్వాలి. ఈ స్థాలీపాకమును భార్యాభర్తలు భుజించాలి. **(రేతః వై అన్నమ్, వృషా హింకారః)** వీర్యమే అన్నం, ఐశ్వర్యవంతుడే హింకారం (మంత్ర విశేషం). **(ఏవం హి ఈశ్వరాయ దీక్షితాయ దీక్షితా జాయా పుత్రం లభతే ఇతి ఏతేన ఏవ ప్రక్రియేన యజేత్ ఇతి (బ్రాహ్మణమ్)** ఇదే విధంగా సమర్థవంతమైన దీక్షపొందిన దంపతులు పుత్రుని పొందాలనే కోరికతోనే యజ్ఞం చేయాలి. ఇది బ్రాహ్మణవచనం.

భావార్థము:- దంపతులు కలసి విధి పూర్వకంగా చేయబడిన స్థాలీపాకాన్ని యజ్ఞంలో ఆహుతులిచ్చి మిగిలిన దానిని భుజించి సంతానాన్ని కనాలి. (గోపథబ్రాహ్మణం పుట. 176 కణిక 23).

పురుషుని వీర్యంలో లేదా స్త్రీ యొక్క గర్భాశయంలో దోషముంటే సంతానం కలుగదు. ఆడ సంతానమే కలిగినచో పుత్రేష్టి యజ్ఞం ద్వారా ఆ దోషాన్ని తొలగించినచో పుత్రుడు కలుగును. ఆడ సంతానమే కలుగుచున్నవారు పుంసవన

సంస్కారదినము నుండి రెండు నెలలవరకు అథర్వ వేదము ననుసరించి శమీ (జమ్మి) వృక్షముపై మొలచిన ఆ రావి వృక్షపు వేర్లను తెచ్చి నీళ్ళతో రుబ్బి గర్భవతికి త్రాగించినచో పుత్రుడు పుట్టును.

(శమీమశ్వత్థ ఆరూఢస్తత్ర పుంసవనం కృతమ్ ।

తద్వై పుత్రస్య వేదనం తత్ స్త్రీష్వా భరామసి ॥ అథర్వ॥6-11-1)

దంపతులు యోగ్యులైయుండి సంతానం కలుగనిచో వారు పుత్రేష్టి యజ్ఞం ద్వారా పుత్రులను కనాలి. (వైదిక సంపత్తి.పుట.311,312)

దేశవాళి ఆవు పాలు, దేశవాళి ఘృతం, బియ్యం, మధు (తేనె), నువ్వులు, రజతపాత్ర, దర్భ, జలం ఈ పదార్థాలన్నీ వీర్యవర్ధకాలే. కావున ఆకర్షణానుకర్షణ సిద్ధాంతానుసారం చంద్ర-వీర్యంతో సంబంధమేర్పడును. చంద్ర వీర్యము లాగబడి వచ్చును. ఈ ప్రక్రియను శరత్పూర్ణిమ రోజున చేయాలి. దేశవాళి ఆవు పాలు, దేశవాళి ఆవు ఘృతము, బియ్యం, మధు, నువ్వులు, దర్భ, జలం, రజతపాత్రయందుంచిన చంద్రకాంతమణి కాంతి సూర్యకాంతిని తమవైపు లాగునట్లు ఈ హవిష పదార్థములు కూడ పితరులను తమవైపు లాగబడుచున్నందున **(పరా యాత పితరః సోమ్యాసో గమ్భీరైః పథిభిః పూర్యాణైః । అధా మాసి పునరా యాత నో గృహాన్ హవిరత్తుం సుప్రజసః సువీరాః ॥**అథర్వ॥18-4-63॥) అవి తిన్నచో వీర్యం ద్వారా గర్భంలో ప్రవేశింతురు. శతపథ బ్రాహ్మణం నందు ఇట్లు వ్రాయబడి యున్నది. **"అథ యత్ ప్రజామ్ ఇచ్ఛతే, యత్ పితృభ్యో నిపృణాతి తేన పుత్రాణామ్"** (14-4-2-29) అనగా సంతానమును కోరువారు పితృయజ్ఞం చేయాలి. యజుర్వేదంలో ఇట్లు వ్రాయబడినది. **"ఆధత్తపితరో గర్భం కుమారం పుష్కరస్రజమ్। యథేహ పురుషోఽసత్".** **(2-33)** అనగా ఆకాశస్థపితరులనబడు జీవులు పుత్రేష్టియజ్ఞం ద్వారా ఆకర్షింపబడి యజమానుల వీర్యం ద్వారా గర్భమునందు ప్రవేశింతురు. గృహ్య సూత్రంలో ఈ మంత్రముననుసరించే ఇట్లు వ్రాయబడియున్నది. **"ఆ ధత్త పితరో గర్భమితి మధ్యమం పిణ్డం పత్నే ప్రాశీయాత్".** అనగా ఈ **"ఆధత్త"** మంత్రమును పఠించి స్త్రీ (పత్ని) పదార్థంలోని మధ్య భాగాన్ని తీసి తినవలెను. ఈ విషయమే మనుస్మృతిలో ఇట్లు వ్రాయబడియున్నది.

పతివ్రతా ధర్మపత్నీ పితృపూజనతత్పరా ।
మధ్యమం తు తతః పిణ్డమద్యాత్సమ్యక్ సుఖార్థినీ ॥ (మను॥3-262)

పితరుల పూజలో తత్పరులై పుత్రుని కోరి (పితృయజ్ఞమందు లీనమైయున్న) పతివ్రత స్త్రీ-ధర్మపత్ని ఈ హవిపదార్థములోని మధ్యభాగమును శ్రద్ధాపూర్వకముగా భుజింపవలయును. (వైదిక సంపత్తి, పుత్రేష్టి యజ్ఞము).

ప్రజాపతిరనుమతిః సినీవాల్య చీక్లృపత్ ।
స్త్రైషూయమన్యత్ర దధత్ పుమాంసము దధదిహ ॥ (అథర్వ. 6-11-3)

అనుకూలమగు బుద్ధిని అన్నము నందు ప్రజాపాలక శక్తిని పరమేశ్వరుడిచ్చినాడు. ఈ విధంగా స్త్రీయొక్క రజము అధికముగానున్న స్త్రీ జన్మకు సంబంధించిన క్రియ ధారణ చేయును. మరియు పురుషుని వీర్యము అధికముగా నున్న నిశ్చయముగా బలవంతుడగు మొగ సంతానమును స్థాపింపజేయును.

ఉత్తమ బుద్ధిమంతుడు అన్నసంపద గలవారు ప్రజాపాలకుడగు ఈశ్వరుని నియమముతో గృహస్థాశ్రమయోగ్యుడవుతాడు. స్త్రీయొక్క రజము అధికముగానున్న కన్య, పురుషుని వీర్యము అధికముగా నున్న పురుష సంతానము ఉత్పన్నమగును. (అథర్వ. 6-11-3)

ప్రతి స్త్రీ సుసంతానము కలది కావలయును. పురుష సంతానమును గురించి వేదములో ఇట్లు చెప్పబడినది.

శమీమశ్వత్థ ఆరూఢస్తత్ర పుంసవనం కృతమ్ ।
తద్వై పుత్రస్య వేదనం తత్ స్త్రీష్వా భరామసి ॥

పుంసి వై రేతో భవతి తత్ స్త్రీయామనుషిచ్యతే ।
తద్ వై పుత్రస్య వేదనం తత్ ప్రజాపతిరబ్రవీత్ ॥

ప్రజాపతిరనుమతిః సినీవాల్య చీక్లృపత్ ।
స్త్రైషూయమన్యత్ర దధత్ పుమాంసము దధదిహ ॥

(అథర్వ॥6.11.1,2,3)

జమ్మి వృక్షము పై మొలచిన రావి చెట్టును ఔషధ రూపమున సేవించినచో పుత్రుడుత్పన్నమగును. పుత్ర ప్రాప్తికొరకు ఇది ఉత్తమసాధనము. ఈ ఔషధమును స్త్రీ కివ్వవలయును. పురుషుని వీర్యము స్త్రీయందు సేచన చేయవలయును. వానిచే పుత్రప్రాప్తికలుగును అని ప్రజాపతి చెప్పినాడు.

జమ్మిచెట్టు పై మొలచిన రావిచెట్టు యొక్క పంచాంగములు అనగా వేర్లు, బెరడు(తాట), ఆకులు, ఫలములు, పుష్పములు మొదలగు వాటిని చూర్ణము చేసి స్త్రీ కివ్వవలయును. పుత్రుని కనలేని స్త్రీకి కూడ పుత్రుడు కలుగును. వంధ్య స్త్రీకి కూడ ఈ ఔషధమును ప్రయోగించి చూడదగినది. (అథర్వ వేద గృహస్థాశ్రమ భూమిక, పుట.7, సేవనము పుట.143)

బ్రహ్మచర్య వ్రతము

సుసంతానమును కోరువారు,శాంతి, కాంతి, స్మృతి, జ్ఞానం, ఆరోగ్యం, మొదలుగుగా గల సంతతిని పొందుటకు బ్రహ్మచర్య వ్రతాన్ని పాటించుట అవసరం-అత్యవసరం-అనివార్యం. ఇందుకు ప్రమాణం:-

"శాన్తిం కాన్తిం స్మృతిం జ్ఞానం ఆరోగ్యం చాపి సన్తతిమ్ ।
యదిచ్ఛతి మహద్ధర్మం బ్రహ్మచర్యం చరేదిహ ॥" (ధన్వన్తరి)

ఆత్మశాంతి, శరీరకాంతి, స్మృతి, విపులజ్ఞానం, ఆరోగ్యం, శ్రేష్ఠసంతతి మొదలగు వాటిని కోరువారు బ్రహ్మచర్య వ్రతాన్ని తప్పక పాటించాలి. (ధన్వన్తరి)

తులామానము

రత్తి	=	గురిగింజ
గురిగింజకు	=	121.5 మిల్లి గ్రాములు
తులమునకు	=	96 గురిగింజలు
తులమునకు	=	12 మాసాలు
తులమునకు	=	11 గ్రాముల-664 మిల్లి గ్రాములు
మాసంకు	=	972 మిల్లి గ్రాములు
మాసంకు	=	ఎనమిది గురిగింజలు

సేరుకు	=	80 తులములు
సేరుకు	=	933 గ్రాములు-120 మిల్లి గ్రాములు
రత్తికు	=	121.5 మిల్లి గ్రాములు

సర్వౌషధముల వివరణ

సంస్కారవిధిలో ఒక వివరణ ఇవ్వబడినది. అందులో ఔషధ సేవన చేయువిధము వ్రాయబడియున్నది. 1. మంద్ర పసుపు రెండు భాగములు, 2. తినే పసుపు ఒక భాగము, 3. జటామాసి ఒక భాగము, 4. చందనము ఒక భాగము, 5. మురా ఒక భాగము, 6. నెమలి తీగ ఒక భాగము, 7. సిలాజిత్తు ఒక భాగము, 8. కర్పూరం ఒక భాగము, 9. ముస్తా ఒక భాగము. 10.భద్రమోథ ఒక భాగము అనగా మంద్ర పసుపు 10 గ్రాములైతే మిగతావి ఒక్కొక్కటి 5-5 గ్రాములుండవలయును. ఈ తూకముల ప్రకారము ఔషధములు తీసుకొని అన్నింటిని బాగుగా మెత్తగా చూర్ణము చేయవలయును.

మేడి మొద్దుతో ఒక పాత్రను తయారు చేయించి అందులో 1సేరు (దేశవాళి) ఆవు పాలు తోడుపెట్టవలయును. ఆ పెరుగును చిలికి వెన్న తీయవలయును. ఆ కఱ్ఱ పాత్రలో పైన చెప్పబడిన అన్ని ఔషధముల చూర్ణమును 60 మాసాలు వేసి పైనుండి 1 సేరు (దేశవాళి) ఆవు పాలు పోసి తోడు పెట్టవలయును. పెరుగు తోడుకున్న తర్వాత మేడి కఱ్ఱతో చేయబడిన కవ్వముతో పెరుగును చిలికి వెన్న తీయవలయును. ఆ వెన్నను వేడి చేసి నెయ్యి చేయవలయును. తర్వాత ఆ నెయ్యిలో ఈ క్రింద వ్రాయబడిన ద్రవ్యములను కలుపవలయును. కుంకుమ పువ్వు, కస్తూరి, జాజికాయ, జాపత్రి, ఏలకలు. వీటి నన్నింటిని సమాన భాగములలో అనగా 1సేరు నెయ్యిలో కస్తూరి ఒక రత్తి మిగతావన్ని ఒక్కొక్క మాసం తీసుకొని వీటన్నింటిని అనగా కస్తూరి ఒక గురిగింజ ఎత్తు, కుంకుమ పువ్వు ఎనమిది గురిగింజలెత్తు, జాజికాయ ఎనమిది గురిగింజలలెత్తు, జాపత్రి ఎనమిది గురిగింజలలెత్తు, ఏలకులు ఎనమిది గురిగింజలలెత్తు. అన్నింటిని చూర్ణము చేసి అందులో వేయవలయును. పైన చెప్పబడిన తూకములు ఒక సేరు నెయ్యి కొరకు మాత్రమే. ఎంత నెయ్యి ఉంటే అంత పైభాగముల ప్రకారము ఔషధ చూర్ణమును కలుపవలయును. (వైదిక్ సంస్కార్ రహస్య).

సేవన విధి

ఏ రాత్రి గర్భాధానార్థము-సమాగమము చేయాలనుకొన్న రోజున ప్రాతఃకాలము శౌచస్నానాదులతో నివృత్తులయి ఆ ఔషధయుక్తమైన నెయ్యిని తీసుకొని ఆ నెయ్యితో నాలుగు అఘారావాజ్యాహుతులను, "విష్ణుర్యోనిం......." ఇత్యాది ఏడు మంత్రములతో అనగా మొత్తం 11 ఆహుతులు ప్రతిదినము ఇవ్వవలయును. మిగతా నెయ్యిని పాయసము లేక అన్నములో కలిపి రుచిననుసరించి యిద్దరు భుజించవలయును. పైన చెప్పబడిన పద్ధతితో ఔషధము సేవించినచో పుత్రప్రాప్తి యోగ్యత కలుగును. అనగా పుత్ర ప్రాప్తియగును. ఈ విధముగా యజ్ఞము చేసిన తర్వాత ఉత్తమ ఆహారమును తీసుకొన్న తర్వాత సమాగమము (సంభోగము) చేసినచో అపూర్వ గుణయుక్త సంతానము ఉత్పన్నమగునని శాస్త్రములలో ఋషులయొక్క వచనము. ఇది అక్షరశః సత్యము.

దీని ఉపయోగముయొక్క మహత్తును చూచినచో ఇది సత్యమని తోచుచున్నది. శ్రుంగి ఋషి దశరథ మహారాజుతో యజ్ఞము చేయించి ఈ నెయ్యిని తినిపించి యుండెను. (వైదిక సంస్కార్ రహస్య)

కన్యా ప్రాప్తి కొరకు

ఒక వేళ పుత్రిక కావాలని కోరిక యున్నచో-పూర్వము చెప్పబడిన పద్ధతితో నెయ్యిని తయారు చేసి యజ్ఞము తర్వాత నీళ్ళతో ఉడికించిన అన్నము మరియు యజ్ఞములో మిగిలి నటువంటి నెయ్యి మరియు మేడి పాత్రలో తోడు పెట్టినటువంటి దోషము లేని (దేశవాళి) ఆవు పాల పెరుగుతో భోజనము చేయవలయును. ఈ పద్ధతితో అపూర్వ గుణయుక్తురాలైన కన్య ఉత్పన్నమగుట సంభవము.

మాంసము, గ్రుడ్లు, చేపలు, మొదలగు అభక్ష పదార్థములు, కల్లు, సారా, బీరు మొదలగు మత్తుపదార్థముల సేవనం ఎప్పటికినీ చేయరాదు. కారము, పులుపు, మసాలలు కూడ ఎక్కువ తినవలదు. శుద్ధ ఆహారము వలన శుద్ధమైన వీర్యము ఉత్పన్నమగును. దీనిచే మనోవృత్తి పవిత్రమై బుద్ధి తీవ్రమగునని సుశ్రుతములో వ్రాయబడియున్నది. దీని వలన కొద్ది సమయములోనే అనేక గ్రంథముల జ్ఞానము పొందవచ్చును.

పైన చెప్పబడిన ఔషధయుక్త ఘృతమును స్త్రీ రజస్వలైన (ముట్టైన) దినము నుండి 12-13 దినముల వరకు శుక్లపక్షములో పాయసముతో కలిపి పైన చెప్పబడిన విధముగా రతి దినము ఉదయమున సేవించవలయును. ఈ రోజువరకు బ్రహ్మచర్య నియమముల పాలించుట అవసరము. మితాహార నియమములను పాటించవలయును.

ఒక వేళ రెండు ఋతు కాలములు వ్యర్థమైనచో మూడవ మాసమందు పుష్యమీ నక్షత్ర యుక్త దినమున ఋతుదానము చేయవలయును. చంద్రుడు పుష్యమీ నక్షత్రంతో ఉన్నప్పుడు జలమువలె రసము మొదలగు పదార్థములపై దీని ప్రభావము పడును. దీని వలన జల తత్త్వము రసము, రసము యొక్క సారము అగు వీర్యము కూడ వృద్ధియగును. ఆ రోజు ఉదయమున ప్రథమ ప్రసూతి (తొలుచూరు) (దేశవాళి) ఆవుపాలు యొక్క పెరుగు (ఎందుకనగా:- తొలుచూరి (దేశవాళి) ఆవు యొక్క పాలు దాని యువావస్థ కారణమున ఎక్కువ గుణకారియై యుండును) రెండు మాసాలు (దేశవాళి) ఆవుపాలు, రెండు మాసాలు వేయించబడిన యవ్వల పిండి. ఈ రెండు కలిపి భార్య చేతిలో పెట్టి భర్త భార్యతో ఇట్లు అడుగ వలయును. “కిం పిబసి” అనగా ఏమి త్రాగుచున్నావు? అప్పుడు భార్య ఈ విధముగా జవాబు చెప్పవలయును. “పుంసవనమ్” వీర్యవంతమైన సంతానమును గ్రహించుచున్నాను. ఈ విధముగా చెప్పి దానిని తినవలయును. ఇదే విధముగా మూడు సార్లు చెప్పి ఆ పెరుగును, యవ్వల పిండిని మూడు సార్లు తినవలయును. ఈ విధముగా చేసినట్లైతే మనస్సుపై ఔషధము యొక్క ప్రభావము పడి స్త్రీకి సంతానేచ్ఛ ప్రబలమౌతుంది. సంతానముపైనే తన ధ్యానము స్థిరమౌతుంది. ఆ తర్వాత శంఖాహూలీ మరియు కటాలీ (కఠియాలీ అనికూడా అంటారు) ఈ రెండింటిని నీటితో మెత్తగా రంగరించి వీని రసము గుడ్డలో వడపోసి యించుమించు మూడు మాసాలు తీసుకొని భార్యా-భర్తలు కూడి ముక్కు రంధ్రమునందు వేసుకోవాలి. ఈ సస్యము యొక్క ప్రభావము ఫలితముగా శీఘ్రమే నాడుల ద్వారా ధారణ శక్తి పెరిగి గర్భాశయము మరియు వీర్యమును వృద్ధి చెందించును.

“భటకటఈ” దీనిని హిందీలో సఫేద్ కటాలీ లేక కటేలీ అంటారు. ఇది అపూర్వమైన గుణయుక్త ఔషధము. దీనిని సేవించినచో వీర్య వృద్ధి యగును.

దీనిచే బుద్ధి దౌర్బల్యము అనగా పిచ్చిదనపు రోగము కూడ నశించును. సకేద్ కటేలీ-భటకటలు ఈ పదార్థములకు పేర్లు సంస్కృతములో ఈ విధముగా వ్రాయబడి యున్నది. పత్రపోనీ, లక్ష్మణ, దోత్రపూలికా, గర్భదా, పత్రనూ, తథా గుణ "గర్భ కర్మత్క్వ".

ఉత్తర భారతములో లక్ష్మణ ఔషధము యొక్క గుణము చాల ప్రసిద్ధి చెందినది. వైద్యులు దీనిని సేవన చేయించి సంతానేచ్ఛకులైన స్త్రీ పురుషులకు సంతానము కలిగించి వారి కోరికను పూర్తి చేయుదురు.

శంఖావలీ విషయములో ఆయుర్వేదము నందు ఇట్లు వ్రాయబడియున్నది. దీనికి రెండవ పేరు శంఖపుష్పీ. దీని గుణము స్మరణ శక్తి వర్ధన మరియు వీర్యవృద్ధి కలుగ జేయుట. ఈ అపూర్వ ఔషధము యొక్క గుణము వీర్యవృద్ధి మరియు గర్భధారణ చేయుటైనందున సంతానము కలుగుటయందు సందేహ మెందుకు? (వైదిక్ సంస్కార్ రహస్య పుట.30).

వీర్యాభివృద్ధికి ఔషధం

పైన చెప్పబడిన ఔషధం, దాని క్రియ కఠినమనుకొని కొందరు దానిని సేవించుటకు సాహసించకపోవచ్చు. అట్టి వ్యక్తులకొరకు ఆయుర్వేదములో అనేక ఔషధములు వ్రాయబడియున్నవి. వాటిలో తేలికైనది ఉత్తమ గుణకారి యైన ఔషధం క్రింద వ్రాయబడుచున్నది.

1. పహాడీ గోఖరు, 2. కాలాతిల్ (నల్లని నువ్వులు) రెండు సమభాగములు తీసుకొని దానిని కల్వములో (ఇనుపరోలులో) వేరు-వేరుగా మెత్తగా చూర్ణము చేయవలయును. పహాడీ గోఖరు వస్త్రగాలితము చేయవలయును. మిగిలిన పొడిని మరల దంచి పై విధముగా వస్త్రగాలితము చేయవలయును. పూర్తి అయ్యేవరకు అలాగే చేయవలయును. ఆ తర్వాత ఈ రెండింటిని బాగా కలిపి ఒక పాత్రలో ఉంచి మూత పెట్టవలయును. ప్రాతఃకాలము దూడగల (దేశవాళీ) ఆవుయొక్క ఒక కిలో (దేశవాళీ) ఆవుపాలలో 25 గ్రాముల చూర్ణము వేసి సన్నని సెగపై ఉడికించవలయును.

అది సగము అయ్యేవరకు అనగా 500గ్రాములయ్యేవరకు పొయ్యిమీదనే యుంచవలయును. ఆ తర్వాత దించి చల్లార్చవలయును. అది చల్లారే వరకు ఔషధము తినేవారు శౌచస్నానాదులతో నివృత్తులై తర్వాత ఈ (దేశవాళీ ఆవుపాలు)

క్షీరాన్నమునే అల్పాహారముగా తీసుకొనవలయును. దీనితో పాటు ఇంకే పదార్థమును తినవలదు. దీనిలో పంచదార మొదలగు పదార్థములను కూడ కలపవలదు. ఇది చాల రుచిగా నుండును. దీనిని క్రమముగా 21 దినముల వరకు సేవించవలయును. పథ్యము:- ఔషధము సేవించిన (21) దినముల వరకు బ్రహ్మచర్యమును పాటించవలయును. భోజనములో కారము, మసాలా, పులుపు, నూనె, గోలించిన పదార్థములను తినరాదు. మరియు అభక్ష (మాంసం, గ్రుడ్లు, చేపలు మొదలగు) పదార్థములను కూడ తినవలదు. (వైదిక్ సంస్కార్ రహస్య, పుట. 41.)

నా అనుభవము

రంగారెడ్డి జిల్లా వనస్థలిపురమునందు మేము ప్రతినెలకు రెండుసార్లు అనగా అమావాస్యేష్టి, పౌర్ణమాస్యేష్టి "బృహత్ యజ్ఞము" చేస్తూ వుంటాము. ఆ సందర్భముగా సత్సంగములో మా గురువుగారు బ్రహ్మశ్రీ నంచర్ల వెంకటరామాచారి గారు తమ ఉపన్యాసములో, యజ్ఞము చేయగా మిగిలిన భస్మము యొక్క ప్రయోజనము గురించి చెప్పగా విని, రెండు రోజుల తర్వాత వేడి చల్లారిన పిదప బొగ్గులు తీసివేసి ఆ భస్మమును తీసుకొని పోయి మా యింట్లో జామచెట్టు పాదులో కొంచెము మట్టితీసి భస్మము చల్లి ఆ పిమ్మట మట్టితో కప్పి అప్పుడప్పుడు చెట్టుకు నీరు పోస్తూవుంటిని. ఆ విధంగా రెండు నెలల పిమ్మట ఆ జామచెట్టు ఎన్నడూ లేని విధంగా చెట్టునిండా పూత, పిందెలు, కాయలు వేసి, పెద్దపరిమాణముతో పండ్లు అయినవి. ఆ పండ్లను మా బంధువులకు పంపుతూ మేము కూడా అనుభవిస్తూవున్నాము.

జూకంటి వీరమల్లయ్య
విరామోపాధ్యాయుడు
వనస్థలిపురము, శాపింగ్ కాంప్లెక్స్.
బి-185 ఇంటి నెంబర్.
సెల్ నెంబర్ : 9133391638.

ఆడ లేక మగ సంతాన ప్రాప్తి

సహదేవ రసముతో కలిపి నూరిన మఱ్ఱి ఊడ చిగుళ్ళ రసాన్ని గుడ్డతో వడపోసి స్త్రీ యొక్క కుడి ముక్కు రంధ్రములో 3 చుక్కలు వేసినచో ఆ రసం క్రమంగా స్త్రీ గర్భాన్ని చేరి పురుష సంతానము కలుగును.

ఎడమ వైపుగల ముక్కు రంధ్రంలో 3 చుక్కలు వేసినచో స్త్రీ సంతానము కలుగును.

గమనిక :- ఈ క్రియ గర్భము ధరించిన ఆరు వారములలోపు పుష్యమి నక్షత్రమున

యజ్ఞము * చేసి చేయవలయును.

డా॥అల్లాడి చంద్రశేఖర్ ఎం.డి. (కేరళ), కేరళా ఆయుర్వేదమూలికా వైద్య నిపుణులు, సెల్: 9849767400.

పాలు సేపు వచ్చుటకు-చనుపాలు పడుటకు

1. పిల్లితీగల చూర్ణం పావుతులం.(2 గ్రా.916 మి.గ్రా.) (దేశవాళి) ఆవు పాలతో సేవించిన చనుపాలు బడును.
2. నేలగుమ్మడి చూర్ణం పావుతులం (2 గ్రా.916 మి.గ్రా.) సమము పంచదార కలిపి (దేశవాళి) ఆవుపాలతో యిచ్చిన పాలుపడును.
3. వాము కషాయము యిచ్చినచో చనుపాలు పడును.
4. పత్రి ఆకు కషాయము యిచ్చినచో చనుపాలు పడును.
5. చిట్టాముదము ఆకులకు ఆముదము రాసి నిప్పులపై నులివెచ్చగ చేసి రొమ్ములకు కట్టిన పాలు చేపు వచ్చును. (యోగతరంగిణి-[2] సిద్ధాయుర్వేదమూలికా.పుట.24)[1]

ఋతుదాన కాలము

1. ఋతుకాలాభిగామీ స్యాత్స్వదార నిరతస్సదా ।
పర్వవర్జం వ్రజేచ్చైనాం తద్వ్రతోరతికామ్యయా ॥ మను.3.45.॥

* 72వ పుటలోగల దంపతుల ప్రవేశము నుండి అష్టాజ్యాహుతి మంత్రములవరకు చేసి పిదప 93 పుటలోగల పరమేశ్వర ప్రార్థనామంత్రము నుండి 98వ పుటలోగల ఆశీర్వాదము వరకు చేసి ముగించవలెను.

మన్వాది మహాత్ములు ఋతుదాన సమయము యొక్క నిశ్చయము పై ప్రకాశముగ చేసియున్నారు. అనగా పురుషుడు సదా ఋతుకాలమందే స్త్రీతో సమాగమము చేయవలెను. తన స్త్రీని తప్ప అన్యస్త్రీ పై మోహము చెందకూడదు. స్త్రీయు నట్లే తన వివాహిత పురుషుని తప్ప అన్య పురుషులను చూడకూడదు. పతివ్రతా స్త్రీ తన వివాహిత పురుషుని వదలి పరపురుష సంగమమొన్నడును చేయనట్లు, స్త్రీ వ్రతుడనగా నెవడు తన వివాహిత స్త్రీ తోడనే ప్రసన్నుడయి యుండునో యట్టి పురుషుడు ఋతుదానము చేయవలసినప్పుడు పూర్వోక్తంబనగా నా ఋతు దానముయొక్క 16 దినములందు పౌర్ణమి, అమావాస్య, చతుర్దశీ, అష్టమీ తటస్థించినచో వానిని వదిలి చేయదగును. వీనియందు స్త్రీ పురుషులు ఎప్పుడు కూడ రతి క్రియల సల్పగూడదు.

2. ఋతుః స్వాభావికః స్త్రీణాం రాత్రయః షోడశస్మృతాః ।
చతుర్భిరితరైః సార్ధ మహోభిః సద్విగర్హితైః ॥ మను. 3.46॥

స్త్రీలకు స్వాభావికముగా ఋతుదాన కాలము 16 రాత్రులయి యున్నది. అనగా రజోదర్శన దినము మొదలుకొని 16వ దినపర్యంతము ఋతుసమయము. వాని యందలి మొదటి నాలుగు రాత్రులనగా రజస్వల (ముట్టు) యైన దినము నుండి నాలుగు దినములు నిందితములై యున్నవి. ప్రథమ, ద్వితీయ, తృతీయ, చతుర్థ రాత్రము లందు స్త్రీ పురుషులు సంగమమును ఎప్పుడు కూడ చేయకూడదు. అనగా రజస్వలయైన ఆ స్త్రీ తాకిన నీళ్ళను కూడా త్రాగవలదు. ఆ స్త్రీ కూడ యే పని చేయగూడదు. కాని ఏకాంతమందు కూర్చుండి యుండదగును. ఏలయన ఈ నాలుగు రాత్రులందు సమాగమమొనర్చుట వ్యర్థము మహారోగకారకము నైయున్నది. రజః అనగా స్త్రీ శరీరములో నుండి ఒక విధమైన వికృతమగు యున్నరుధిరము (రక్తము) పుండులో నుండి చీముగాని, రక్తముగాని వెడలునట్లిదై యున్నది.

3. తాసామాద్యాశ్చతస్రస్తు నిన్దితైకాదశీ చ యా ।
త్రయోదశీ చ శేషాస్తు ప్రశస్తా దశరాత్రయః ॥ మను. 3-47॥

ఋతుదానమందు మొదటి నాలుగు రాత్రులు నిందితములైయున్నటులే పదకొండవ, పదమూడవ రాత్రులును నిందితములైయున్నవి. తక్కిన దశరాత్రములు ఋతుదాన మందు శ్రేష్ఠములు.

4. యుగ్మాసు పుత్రా జాయన్తే స్త్రియోఽయుగ్మాసు రాత్రిషు ।
తస్మాద్యుగ్మాసు పుత్రార్థీ సంవిశేదార్తవే స్త్రియమ్ ॥ మను. 3-48॥

పుత్రేచ్ఛగల వారు ఆరవ, ఎనిమిదవ, పదియవ, పండ్రెండవ, పదునాల్గవ, పదహారవ అను ఆరు రాత్రులు ఋతుదానమునకు ఉత్తమము లని ఎరుగదగును. కాని వీని యందును యుత్తరోత్తరములు శ్రేష్ఠములు. కన్యేచ్ఛ కలవారు ఐదవ, ఏడవ, తొమ్మిదవ, పదిహేనవ అను నాలుగు రాత్రులు (దినమందు ఋతుదానము నిషేధమైనందున రాత్రులు గణింపబడినవి.) ఉత్తమములని తెలిసికొనదగును. కాన పుత్రేచ్ఛ కలవారు యుగ్మరాత్రులందు ఋతుదాన మొసంగవలెను.

5. పుమాన్ పుంసోఽధికే శుక్రే స్త్రీభవత్యధికే స్త్రియాః ।
సమే పుమాన్ పుంస్త్రియౌ వా క్షీణేఽల్పే చ విపర్యయః ॥
మను. 3-49॥

పురుషుని యొక్క వీర్యాధిక్యతచే పుత్రుడును, స్త్రీ యొక్క ఆర్తవాధిక్యతచే కన్యయు, సమానమైనచో నపుంసకుడును లేక గొడ్డురాలుయు, క్షీణాల్ప వీర్యములచే గర్భము నిలువక పోవుటయు, నిలిచి పడిపోవుటయు తటస్థించును.

6. నిన్ద్యాస్వష్టాసు చాన్యాసు స్త్రియో రాత్రిషు వర్జయన్ ।
బ్రహ్మచార్యేవ భవతి యత్ర తత్రాశ్రమే వసన్ ॥ మను. 3-50 ॥

పూర్వము చెప్పబడిన నిందితములగు 8 రాత్రులందు స్త్రీ సంగమమును వర్జించునతడు గృహస్థాశ్రమమందుండియు బ్రహ్మచారిగా పరిగణింపబడుచున్నాడు. (దయానంద కృత షోడశ సంస్కార విధి).

పుత్రుడు:- పుత్రుడు కావలెనని తలంచువారు స్త్రీ రజస్వల (ముట్టు) యైన పిదప 6,8,10,12,14,16వ రాత్రులలో ఋతుదానము (సంభోగము) చేయవలయును. వీనిలో ఒకదాని కంటే ఒకటి ఉత్తమము.

పుత్రిక:- పుత్రిక కావలెననుకొనువారు స్త్రీ రజస్వల (ముట్టు) యైన పిదప 5,7,9,15వ రాత్రులలో ఋతుదానము (సంభోగము) చేయవలయును. వీనిలో ఒకదాని కంటే ఒకటి ఉత్తమము.

నిషేధ రాత్రులు:- మొదటి 4 రాత్రులు, 11, 13వ రాత్రులందు, పౌర్ణమి, అమావాస్య, చతుర్దశీ, అష్టమీ తటస్థించినచో ఆ రాత్రులందు, పగటివేళలయందు ఋతుదానము (సంభోగము) చేయరాదు.

ఉత్తమ సంతానము

ఉత్తమ సంతానము కలుగుటకు ముఖ్య హేతువు వధూవరుల యథోక్తంబగు ఉత్తమ ఆహారము. కాన పత్నీపతులు తమ శరీరాత్మల పుష్టికై బల బుద్ధ్యాదుల వర్థింపజేయు సర్వౌషధములను సేవించవలయును. సర్వౌషధులివి. మొదటిది రెండు ఖండములుకల మంగ్రపసుపు, రెండవది తినే పసుపు, మూడవది చందన చూర్ణము (ఈ నామము దక్షిణ దేశమున ప్రసిద్ధము). నాల్గవది కోష్ఠ, ఐదవది జటామాంసి, ఆరవది ఆకాశవల్లీ (ఈ నామముకూడ దక్షిణ దేశమున ప్రసిద్ధము), ఏడవది శిలాజిత్తు, ఎనిమిదవది కర్పూరము, తొమ్మిదవది తుంగగడ్డలు, పదవది భద్రగోథ. ఈ ఓషధులన్నిటిని చూర్ణము చేసి, అన్నింటిని సమభాగములు చేసి (దేశవాళి) గోక్షీరములందు గలిపి, కాచి మేడి కఱ్ఱ పాత్ర యందు పెరుగు తోడుపెట్టవలయును. మేడి కఱ్ఱతో జేయబడిన కవ్వముతోనే గిలకొట్టి, వెన్నదీసి, నెయ్యి చేసుకొని అందు సుగంధితములైన ద్రవ్యములు కుంకుమ పువ్వు, కస్తూరి, జాజికాయ, జాపత్రి, ఏలకులను కలిపి ఒక సేరు పాలయందు అయిదు తులముల యెత్తుగ చొప్పున పూర్వోక్త సర్వౌషధములను కలిపి" సిద్ధము చేసుకొనదగును. నెయ్యి వేసుకొనిన పిదప ఒక సేరు నందొక గుంజయెత్తు కస్తూరిని, ఒక మాసమెత్తు కుంకుమపువ్వును, రెండేసి మాసముల యెత్తు జాజికాయ మున్నగునవియు కలిపి ప్రతిదినము ప్రాతఃకాలమందా ఘృతముతో నాలుగు ఆఘారావాజ్య భాగాహుతులను, అట్లే "విష్ణుర్యోనిం...." ఇత్యాది ఏడు మంత్రములను చివరలో "స్వాహా" అను పదమును జేర్చి పఠించి ఏ రాత్రి యందు గర్భస్థాపన విధి గావించవలసియున్నదో నాటి దినమందు హోమమొనరించి, అట్టి ఘృతమును ఇరువురు ఖీరు (పాయసము) లేక అన్నముతో కలిపి యథారుచి భోజనము చేయుదగును. ఇవ్విధముగ గర్భస్థాపనము గావించినచో సుశీలురును, విద్వాంసులును, దీర్ఘాయువులును, తేజస్వులును, బలాఢ్యులును, రోగరహితులును నగు పుత్రులు పుట్టుదురు. కన్యేచ్ఛగలదేని నీళ్ళతో బియ్యమును వండి, పూర్వోక్తంబగు ఘృతమును మేడిపాత్ర యందు పేర బెట్టిన పెరుగుతో కలిపి భోజనము చేయుట వలన ఉత్తమ గుణయుక్తురాలైన పుత్రికయు బుట్టును.

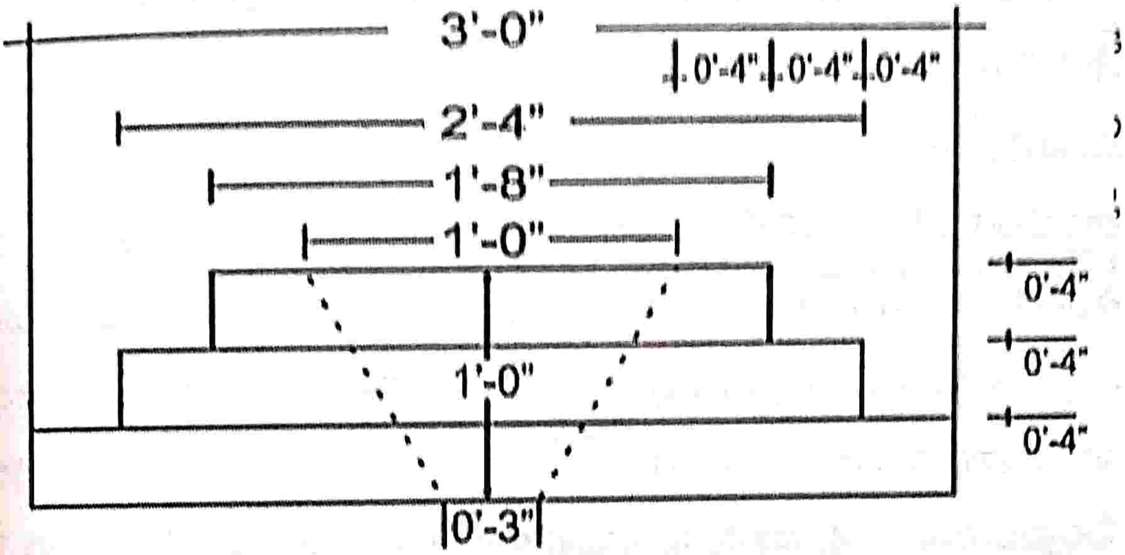
ఏలన "ఆహారశుద్ధౌ సత్వశుద్ధిః, సత్వశుద్ధౌ ధ్రువా స్మృతిః" ఇది ఛాందోగ్యోపనిషత్తు యందలి వచనము. అనగా శుద్ధాహారంబగు మద్యమాంసాది రహితములైన ఘృతసుగ్ధాములగు బియ్యము, గోధుమలు మున్నగువానిని తినుటవలన అంతఃకరణముల శుద్ధియు, బల, బుద్ధి, పురుషార్థారోగ్యముల ప్రాప్తియు నగును. ప్రేమపూర్వకముగ గర్భాధానమొనరించిన సంతానమును, కులమును సదా ఉత్కృష్టతను గాంచుచుండును. రజస్సురాలగుట (ముట్టు) ఎప్పుడు 12-13దినములు తక్కువగా యుండునో అప్పుడు శుక్లపక్షమందు 12 దినములవరకు పూర్వోక్తంబగు ఘృతమును కలిపినట్టి ఖీరు (పాయసము)ను భోజనముజేయుచు 12 దినముల వ్రతము కూడ సలుపదగును. మితాహారియై ఋతుకాల మందు పూర్వోక్తరీత్యా గర్భాధాన క్రియ గావించినచో అత్యుత్తమ సంతానము కలుగును. ఎట్లు సమస్త పదార్థములను ఉత్కృష్టములనుగా జేయు విద్య కలదో అటులనే ఉత్కృష్టమైన సంతానము కలుగుట కీ విద్యయే కలదు. దీనిపై మనుజులు విశేషముగా ధ్యానముంచదగును. ఏలన ఇది లేకపోయిన కులమునకు హానియు, నీచత్వమును; ఇదియున్న కులమున కభివృద్ధియు ఉత్తమతయు అవశ్యముగా సంప్రాప్తమగును.

రెండు ఋతుకాలములు వ్యర్థములయ్యేనేని, అనగా రెండు పర్యాయములు రెండు మాసములందలి గర్భాధాన క్రియ నిష్ఫలమై గర్భస్థితి కలుగకపోయేనేని మూడవ మాసమున ఋతుసమయము తటస్థించినపుడు, పుష్యమినక్షత్రయుక్తమైన ఋతుకాలదివసమందు ప్రథమ ప్రాతఃకాల ముపస్థితమైనపుడు, తొలుచూరు ఈనిన (దేశవాళి) ఆవు పెరుగు రెండుమాసల యెత్తును, యవ్వలను వేపి విసిరిన పిండి రెండు మాసలు యెత్తును తీసుకొని రెండింటిని ఒక చోట జేర్చి పత్నిచేతియందుంచి "కిం పిబసి" అని పతి అడగవలెను. ఇట్లు మూడుసార్లు అడగదగును. స్త్రీ కూడ తన పతికి "పుంసవనమ్" అను వాక్యమును ప్రత్యుత్తరముగా మూడుసార్లు చెప్పవలెను. పిదప దాని పాయసము చేయ (తిన) దగును. ఇదేరీతిగా పునః పునః మూడుసార్లు విధి నొనర్చదగును. తదనంతరము శంఖపుష్పి, ములకచెట్టు అను ఓషధులను నీటితో మెత్తగా (బాగ) నూరి దాని రసమును బట్టతో వడబోసి పతి తన పత్నియొక్క కుడి ముక్కుపుట మందంటించదగును. ఇక పతి -

ఓం యమోషధీ త్రాయమాణా సహమానా సరస్వతీ ।
అస్యా అహం బృహత్యాః పుత్రః పితురివనామజగ్రభమ్ ॥

ఈ మంత్రము ద్వారా జగన్నియంత యగు పరమాత్ముని ప్రార్థించి, యథోక్తంబగు ఋతుదాన విధి గావించదగును. ఇది సూత్రకారుని అభిప్రాయము. (దయానంద కృత షోడశ సంస్కార విధి.పుట.63)

యజ్ఞకుండ నిర్మాణము



ఉదా 1 :- పై భాగము 12 అంగుళములు చతురస్రమున్నచో అంతే లోతు ఉండవలెను.

క్రింది భాగము 3 అంగుళముల చతురస్రముండవలెను.

ఉదా 2 :- పైన తెలిపిన విధముగా ఎంత పెద్దదైనా, ఎంత చిన్నదైనా చేయించుకొనవచ్చును. పై చిత్రమును చూడుము.

గమనిక:- యజ్ఞకుండము వద్ద పిండితో ముగ్గు వేయరాదు. ఎందుకన పిండితో ముగ్గు వేయుటవలన చీమలు సూక్ష్మజీవులు మొదలగునవి యజ్ఞకుండమువద్దకు వచ్చి ప్రాణములను కోల్పోవును. దానివలన మనము పాపమును పొందుదుము. కావున పిండితో ముగ్గు వేయరాదు.

యజ్ఞకుండము ఏ లోహముతో ఉండాలి?

యజ్ఞకుండము "రాగి" లోహముతో ఉండాలి. "రాగి" లోహము ఉత్తమ ఉష్ణవాహకము.

"రాగి" హవనకుండముచుట్టు అద్భుతమైన అయస్కాంత క్షేత్రము ఏర్పడి ఋణాత్మక శక్తులను ధనాత్మక శక్తులుగా మార్చును.

యజ్ఞకుండము మాత్రము "రాగి" రేకుతో చేయవలయును. మేఖల యనగా మెట్లు ఇత్తడి, ఇనుము రేకులతో చేయించుకోవచ్చును.

యజ్ఞమునకు కావలసిన సామాగ్రి

1. స్వచ్ఛమైన దేశవాళి ఆవునేయ్యి, 2. హవన సామాగ్రి, 3. రావి, మఱ్ఱి, మేడి మొదలగు సమిధలలో ఏ ఒక్కటిగాని. ఇవి దొరకనిచో జమ్మి మోదుగు, మామిడి, మారేడు, చందనము మొదలగు వాటిలో ఏదో ఒకటిగాని సమిధలను వాడవలయును. గమనిక:- కుండమునకు తగినట్లు చిన్నవిగా, పెద్దవిగా నరికి ఉంచుకొనవలయును. సమిధలు పురుగుబట్టినవిగాని, మలిన ప్రదేశమందు బుట్టినవిగాని, అపవిత్రమైనవస్తువులతో గూడి దూషితమైనవిగాని యుండకూడదు. వాటిని బాగుగా చూసుకొనవలయును. నాలుగు భాగములందు సమముగా నడుమ పేర్చవలయును. 4. దూది, 5. కొబ్బరి కుడుక, 6. కొబ్బరి కురిడీ, 7. అగ్గి పెట్టె, 8. జందెములు, 9. ఉప్పుకలవని బెల్లం, 10. ఋత్వికులను సత్కరించుటకు ఫలములు, 11. ఆశీర్వాదము కొరకు పుష్పములు. 12. రాగి యజ్ఞకుండము, 13. స్రువం, 14. ఆచమన పాత్రలు, 15. ఘృతపాత్ర, 16. గ్లాసులు, 17. చెంబు, 18. పళ్లెములు, 19. పీటలు లేక చాపలు 20. స్రుక్కు

గమనిక:- 1. స్త్రీ పురుషులు పట్టువస్త్రములను ధరించరాదు.

2. పులుపు, కారం, ఉప్పుతోగూడిన పదార్థములను యజ్ఞములో వాడరాదు.

యజ్ఞమహాత్మ్యమెరిగిన రష్యన్ వైజ్ఞానికులు

మానవజాతిని అటామిక్ రేడియేషన్ నుంచి రక్షించుటకు ఆవునెయ్యిలో అన్నింటికీ మించిన శక్తి కలదు.

కొన్నాళ్ళ క్రితం సోవియట్ యూనియన్ నుండి వైజ్ఞానికుల ప్రతినిధివర్గ మొకటి భారతదేశమునకు వచ్చినది. ఆ ప్రతినిధివర్గ నాయకుడు అప్పటి కేంద్ర రేడియో ప్రసారాల శాఖామాత్యులు శ్రీ కె.కె.షాహతో చర్చించిన సందర్భమున ఆవు నెయ్యితో హవనముచేయుట వలన వాతావరణ కాలుష్యము నివారింపబడునని చెప్పిరి.

"ఆవు పాలలో అటామిక్ రేడియేషన్ నుండి రక్షించు అత్యధిక శక్తికలదు. ఆవు నెయ్యి అగ్ని పై పోసి పొగవచ్చునటులజేసినచో (హవనము చేసినచో) వాయు మండలమున అటామిక్ రేడియేషన్ ప్రభావము చాలా తగ్గును. ఇంతియేకాదు, ఇండ్ల గోడలకు ఆవు పేడను పూసినచో రేడియేషన్ ఇండ్లలో ప్రవేశించుటను నిరోధించును. ఈ విషయములో మేము పరిశోధనలు జరిపి ఆవునెయ్యిలో గల మహత్వమును తెలిసికొంటిమి" అని చెప్పిరి.

(1981 జనవరి ధర్మధ్వజం సౌజన్యంతో)

వస్త్రములు

నూలువస్త్రములను ధరించవలయును. పట్టువస్త్రములను ధరించరాదు. ఎందుకనగా పట్టువస్త్రమును తయారుచేయుటకు వేలకొలది పట్టుపురుగులు ప్రాణములు కోల్పోవును. అందువలన పట్టు వస్త్రములను ధరించినవారు పాపమును పొందుదురు. కావున ధరించరాదు. పురుషులు ధోతి-ఉత్తరీయమును, స్త్రీలు చీర ధరించవలయును.

యజ్ఞము చేయు సమయము

సూర్యోదయము మరియు సూర్యాస్తమయ సమయములలో చేయవలయును. ఎందుకనగా సూర్యుని ఉష్ణశక్తి, విద్యుచ్ఛక్తి మరియు జీవన శక్తులు హోమ ధూమమును అత్యంత వేగవంతము ప్రభావవంతము చేస్తాయి.

అదే సమయములో భూగోళ విద్యుదయస్కాంత తరంగములు మరియు యోగుల ధ్యాన తరంగములు సమ స్థితికి వస్తాయి. అనగా ఒక సెకనుకు "7" తరంగాలు.

హోమ ధూమములోని "పార్మాల్డిహైడ్" అపిరుల సూక్ష్మరోగ క్రిములను 91.4 శాతము వరకు నిర్మూలించి, మానవరక్తములోని చక్కెరకణములను తీవ్రముగా తగ్గించును.

డా॥. అరవింద్ డి. మోండ్కర్ భారతీయులు

పుత్రి లేక పుత్ర సంతాన ప్రాప్తి

ఏరోజుకారోజు మర్రి ఊడ చిగుళ్ళను తెచ్చి శుభ్రముగా కడిగి నూరి రసమును తీసి గుడ్డతో వడపోసి ఆ రసమును ఫిల్లర్‌తో రోజుకు 3 చుక్కలు చొప్పున మూడు రోజులు కుడి ముక్కు రంధ్రములో 3 చుక్కలు వేసినచో మగపిల్లవాడు జన్మించును. అట్లే ఎడమ ముక్కు రంధ్రములో 3 చుక్కలు వేసినచో ఆడపిల్ల జన్మించును.

పై క్రియ జరిగడువున భర్త యొక్క ఒడిలో భార్యను పడుకొనబెట్టి పురోహితుడు ముక్కు రంధ్రమునందు మూడు చుక్కల చొప్పున మూడు రోజులు వేయవలయును.

మగ పిల్ల వాడు కావలయునని కోరువారు మగదూడగల స్వచ్ఛమైన దేశవాళి ఆవుపాలు మూడు రోజులు ఉదయము అరుపురు త్రాగవలయును. పిదప మూడు రోజులు యజ్ఞము చేయవలయును.

ఆడపిల్ల కావలయునని కోరువారు ఆడదూడగల స్వచ్ఛమైన దేశవాళి ఆవుపాలు మూడు రోజులు ఉదయము అరుపురు త్రాగవలయును. పిదప మూడు రోజు యజ్ఞము చేయవలయును.

పుష్యమి నక్షత్రమునకు రెండు రోజులు ముందుగా యజ్ఞము ప్రారంభించి ఉదయము, సాయంత్రము రెండు రోజులు యజ్ఞము చేసి మూడవరోజున అనగా పుష్యమి నక్షత్రమున ఉదయము యజ్ఞముచేసి సాయంత్రము కూడా యజ్ఞము చేసి పూర్ణాహుతి నిచ్చి పిదప అవభృథ స్నానము వరకు సమస్తవిధిగావించి యజ్ఞము ముగించవలయును. ఆ రాత్రే గర్భాదానము చేయవలయును.

ఉల్లి, వెల్లుల్లిపాయలను యజ్ఞము చేయు మూడు రోజులు తినరాదు. మరియు

రెండు రోజులు క్రింద యజ్ఞకుండము దగ్గరే ఇరువురు పడుకొనవలయును.

గమనిక:- 1. యజ్ఞకుండమునకు దక్షిణమువైపున భార్య తూర్పు * తలపెట్టి పడుకొనవలయును. యజ్ఞకుండవమునకు ఉత్తరమువైపున భర్త తూర్పు * తలపెట్టి పడుకొనవలయును.

గమనిక:-2. సూర్యోదయము, సూర్యాస్తసమయములందు యజ్ఞము * చేయవలయును. ఒకసారి వాడిన పిల్లరును రెండవసారి వాడకూడదు. అనగా మూడు పిల్లర్లను కొనవలయును. పిల్లరును వాడేముందు వేడినీళ్ళతో కడుగవలెను. గంధము సమిధలు 18 కావలయును.

రాజీవ దీక్షిత్ గారి గురుకులం మహర్షి దయానంద గ్రామ్, బాదాబాద్, హరిద్వార్ రాజీవ దీక్షిత్ గారి గురుకులంలో చదువుకున్న విద్యార్థి వంక రాంబాబు, తండ్రి వెంకటేశ్వర్లు ఇం.నం.8-132, మునసీబుగారి వీధి వేల్పూరు గ్రామం తణుకు మండలం, పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా పిన్: 534 222, సెల్: 8179547401, వాస్తవ్యుడు 10 పుత్రకామేష్టి యజ్ఞములు చేయగా 10 ఫలించినవి. వారిలో ఆరుగురు ఆడపిల్లలు, నలుగురు మగపిల్లలు.

స్థాలీపాకము-పాయసము

1) మిష్టాన్నము = మధురమగు అన్నము ఒక సేరు (933గ్రాముల 120 మిల్లీ గ్రాముల బియ్యం) "పాయసము"నందు

2) పరిశుభ్రమైన దూడగల దేశవాళీ ఆవుపాలు ఒకసేరు- (933

** యజుర్వేదగ్రంథాలలో "ప్రాక్ శిరః శయీత" దక్షిణ దిశగా కాళ్ళుంచి ఎన్నడు నిద్రించరాదు. ఎందుకంటే మనిషి మెదడులో ఓ అయస్కాంత శక్తి ఉంటుంది. ఉత్తరానికి తల నుంచి నిద్రిస్తే దానిగతి నియత సంఖ్య కన్న పెరుగుతుంది. అందువల్ల నానావికారాలు కలుగుతాయి. కావున తూర్పుకాని, దక్షిణముకాని తలాపు చేసి నిద్రించితే శ్రేష్ఠము. (విద్యార్థి జీవిత విజయ రహస్యము పుట 122)

* 63వ పుటలో యజ్ఞము చేయు సమయము చూడుడు.

గ్రాముల 120 మిల్లీ గ్రాములు)

3) కస్తూరి = గుంటెత్తు (121.5 మిల్లీ గ్రాములు),

4) కుంకుమపువ్వు = మాసమెత్తు (972 మిల్లీ గ్రాములు),

5) జాజికాయ = మాసమెత్తు (972 మిల్లీ గ్రాములు),

6) జాపత్రి = మాసమెత్తు (972 మిల్లీ గ్రాములు),

7) ఏలకులు = మాసమెత్తు (972 మిల్లీ గ్రాములు),

8) ఉప్పులేని బెల్లం సేరు (933 గ్రాముల 120 మిల్లీ గ్రాములు)

ఇవి అన్నివేసి "పాయసము"ను చేయవలయును.

పాయసము ఉడికిన తరువాత దింపి అదే దేశవాళి ఆవునెయ్యి వేసి బాగా కలపవలెను.

స్థాళీపాకము - పాయసము-ఒక జంటకు

ఈ క్రింది తూకముల ప్రకారము ఏ పూటకు ఆపూట
మూడురోజులు వండుకొనవలయును

1) బియ్యం - 116 గ్రాముల-640 మిల్లీగ్రాములు

2) పరిశుభ్రమైన దూడగల
దేశవాళిఆవుపాలు - 116 గ్రాముల-640 మిల్లీగ్రాములు

3) కస్తూరి - 15.1875 మిల్లీగ్రాములు

4) కుంకుమపువ్వు - 121.5 మిల్లీగ్రాములు

5) జాజికాయ - 121.5 మిల్లీగ్రాములు

6) జాపత్రి - 121.5 మిల్లీగ్రాములు

7) ఏలకులు - 121.5 మిల్లీగ్రాములు

8) ఉప్పులేని బెల్లం - 116 గ్రాముల-640 మిల్లీగ్రాములు

ఇవి అన్నివేసి "పాయసము" చేయవలయును. పాయసము ఉడికిన తరువాత దింపి అదే దేశావాళి ఆవునెయ్యి * వేసి బాగా కలపవలెను.

గమనిక 1 :- పాయసమును మట్టిపాత్రలో వండుట శ్రేష్ఠము. *

గమనిక 2 :- షుగరు వ్యాధి ఉన్నవారు దానిని సాధారణ స్థాయికి తగ్గించుకొని యజ్ఞము చేయించుకోగలరు.

రెండు జంటలకు రెండు పూటలు

1.	బియ్యం	- 466 గ్రాముల-560 మిల్లీగ్రాములు
2.	పరిశుభ్రమైన దూడగల (దేశవాలి) ఆవుపాలు	- 466 గ్రాముల-560 మిల్లీగ్రాములు
3.	కస్తూరి	- 60.750 మిల్లీగ్రాములు
4.	కుంకుమ పువ్వు	- 486 మిల్లీగ్రాములు
5.	జాజికాయ	- 486 మిల్లీగ్రాములు
6.	జాపత్రి	- 486 మిల్లీగ్రాములు
7.	ఏలకులు	- 486 మిల్లీగ్రాములు
8.	ఉప్పులేని బెల్లం	- 466 గ్రాముల-560 మిల్లీగ్రాములు

ఇవి అన్నివేసి "పాయసము" చేయవలయును.

పాయసము ఉడికిన తరువాత దింపి అదే (దేశావాలి) గోఘృతమును వేసి కలియబెట్టవలయును.

గమనిక:- 1. పై తూకముల ప్రకారము 3 రోజులు వండవలయును.

2. షుగరు ఉన్నవారు దానిని తగ్గించుకొని యజ్ఞమును చేయించుకోగలరు.

3.రెండు పూటలకు చాలనట్లైతే ఒక పూట వాడుకుని సాయంత్రం అంతే వండుకొనవలయును.

---

* దేశవాళి ఆవు నెయ్యి తయారు చేయుటకు ముందు ఆవు పాలు వేడిచేసి చల్లార్చి పాలకు తోడు పెట్టడానికి దేశవాళి ఆవు పెరుగు దొరకనిచో గేదె పెరుగు మొదటి రోజు మాత్రమే వాడవలెను. ప్యాకేట్ పాల పెరుగువాడరాదు.

* భోజనం వండడానికి యోగ్యమైన పాత్రలు. వాటిలో వండితే ఉండే పోషక విలువలు నిష్పత్తి మట్టికుండలో 100%, కంచుపాత్రలో 97%, ఇత్తడి పాత్రలో, 93%, అల్యూమినియం. ప్రెషర్ కుక్కరులో వండిన ఆహారం కేవలం 7% నుండి 13% ఉంటాయి.

"గౌమాత ఎయర్ ప్రెసస్ వారి సౌజన్యంతో" హైద్రాబాదు.

సెల్ నెం. 9505940328/9010822501

యజ్ఞమునకు నాలుగు రోజుల ముందు కిలో బియ్యం ఉడికే మట్టి పాత్రను ఉదయం తెచ్చి అదే రోజున పాత్ర నిండా నీళ్లు పోసి రెండవరోజు ఆ నీరుపార బోసి శుభ్రముగాకడిగి మరల నీళ్లు పోసి మూడవరోజు ఉదయం నీళ్లు నింపి నాలుగవరోజు ఉదయం పారబోసి శుభ్రముగా కడిగి శుభ్రపరచి "పాయసం" వండవలెను.

మూడు జంటలకు రెండు పూటలు

1.	నెయ్యం	- 699 గ్రాముల- 840 మిల్లీగ్రాములు
2.	పరిశుభమైన దూడగల (దేశావాలి) ఆవుపాలు	- 699 గ్రాములు-840 మిల్లీగ్రాములు
3.	కస్తూరి	-91.125 మిల్లీగ్రాములు
4.	కుంకుమ పువ్వు	-729 మిల్లీగ్రాములు
5.	జాజికాయ	-729 మిల్లీగ్రాములు
6.	జాపత్రి	- 729 మిల్లీగ్రాములు
7.	ఏలకులు	-729 మిల్లీగ్రాములు
8.	ఉప్పులేని బెల్లం	-699 గ్రాముల-840 మిల్లీగ్రాములు.

అవి అన్నివేసి "పాయసము" చేయవలయును.

పాయసము ఉడికిన తరువాత దింపి అదే (దేశవాలి) గోఘృతమును వేసి కలియబెట్టవలయును.

గమనిక:-1. పై తూకముల ప్రకారం 3 రోజులు వండవలయును.

2. సుగరు ఉన్నవారు దానిని తగ్గించుకొని యజ్ఞమును చేయించుకోగలరు.

3. రెండు పూటలకు చాలనట్లైతే ఒక పూటవాడుకుని సాయంత్రం అంతే వండుకొనవలయును.

వస్తు గుణాలు

1. కస్తూరి : వీర్యపుష్టి, సర్వాంగములకు వేడి పుట్టించును. (వస్తుగుణదీపిక).

2. కుంకుమపువ్వు: ధాతుపుష్టి, దేహశాంతి, బలము, వీర్యవృద్ధినిచ్చును. (వస్తుగుణదీపిక).

3. జాజికాయ : మిక్కిలి వీర్య వృద్ధినిచ్చును. రతిసౌఖ్యమునిచ్చును. రక్తపుష్టి చేయును. (వస్తుగుణదీపిక)

4. జాపత్రి : ధాతుపుష్టినిచ్చును. ఇంద్రియపుష్టి, రేతస్తంభన చేయును. లింగమునకు బలమునిచ్చును. (వస్తుగుణదీపిక)

5. ఏలకులు : చలువ, మేహశాంతి, మనోల్లాసము బలము, వీర్యవృద్ధి చేయును. (వస్తుగుణదీపిక)

6. (దేశవాళి) అపుపాలు:- సమసీతోష్ణమైనది, మధురముగా నుండును. వీర్య పుష్టి, దేహపుష్టి, బలము చేయును.(వస్తుగుణ దీపిక)

7. బెల్లం :- జ్వరము, చూల, ఉదరరోగము, వాతము వీనిని పోగొట్టును. బలము చేయును. శరీరంలో నీరును తీయును. బాలింతలకు, మాసికము పడినవారికి, గాయము తగిలిన వారికి, పత్త్యముగా నుండును. జఠరదీప్తి నిచ్చును. (వస్తుగుణ దీపిక)

ఋత్విజులు

ఋత్విజులనగా యజ్ఞమును విధిపూర్వకంగా చేయువారు. వారు నలుగురు:- బ్రహ్మ, హోత, అధ్వర్యుడు, ఉద్గాత.

ఋత్విజుల ఆసనములు

1. బ్రహ్మ : "దక్షిణమున" ఉత్తమ ఆసనముపై "ఉత్తరాభి" ముఖముగా కూర్చుండవలయును.

2. హోత : "పడమర" దిశలో "తూర్పు" ముఖుడుగా కూర్చుండవలయును.

3. అధ్వర్యుడు: "ఉత్తరమున" "దక్షిణాభి" ముఖుడుగా కూర్చుండవలయును.

4. ఉద్గాత : "తూర్పున" "పడమర" ముఖుడుగా కూర్చుండవలయును.

ఋత్విజుల విధులు

1. బ్రహ్మ :– ఋగ్యజుస్సామాథర్వముల విదుడు బ్రహ్మ. ఋగ్వేదము, యజుర్వేదము, సామవేదము, అథర్వ వేదము అను నాలుగు వేదాలను సాంగోపాంగముగ నెరిగిన వేదజ్ఞుడు బ్రహ్మ. వేదవేత్త యజ్ఞములో బ్రహ్మ స్థానమలంకరించదగును. మౌనముగ కూర్చొని సమస్త విధిని కనిపెడుతు ఉండుట వీరి పని. ఒకవేళ విధి మొత్తము సరిగా జరుగుతూ ఉంటే మౌనముగా చూస్తూ ఉండవలయును. ఏదైన పొరపాటు కనబడితే యజ్ఞము నాపి దానిని సరిదిద్దవలయును.

2. హోత:– ఋగ్వేద విదుడు హోత. ఋగ్వేదము తెలిసిన ఋత్విక్కు హోత. యజ్ఞము యొక్క రూపు రేఖలను తయారుచేయట. మొత్తము కార్యములో ఏ పొరపాటు జరుగకుండ చూచుట అతని పని.

3. అధ్వర్యుడు:– యజుర్వేద విదుడు అధ్వర్యుడు. యజ్ఞమునందు యజుర్వేద తంత్రము నడుపువాడు అధ్వర్యుడు. అధ్వర్య డనగా ఎట్టి హింస జరుగనీయకుండా చూచువాడు. హోత కార్య ప్రణాళిక తయారు చేసిన దానికి క్రియా రూప మిచ్చుట అధ్వర్యుని పని. హోత ద్వారా తయారు చేయబడిన ప్రణాళిక ఏ పొరపాటు లేకుండా పూర్తియగు వరకు చూచుకొనవలయును. ఎక్కడైనా పొరపాటు జరిగితే అధ్వర్యుడు ఆ పొరపాటును సరిదిద్దమని హోతతో చెప్పవలయును. అధ్వర్యుడు చాలా జాగరూకుడై యుండవలయును. విధి విధానమునందు ఏ లోటు లేకుండ చూచుట ఇతని పని. హోత ద్వార తయారు చేయబడిన ప్రణాళికలో ఏదైనా లోటు ఉంటే హోత ఎదుటపెట్టి దానిని సరిదిద్దు పని ఇతనిదే.

4. ఉద్గాత:– సామవేద విదుడు ఉద్గాత. యజ్ఞమునందు సామవేద తంత్రము నడుపువాడు ఉద్గాత. సస్వరముగా వేదమంత్రములను పఠించుట, ఉచ్ఛ స్వరముతో మంత్రగానము చేస్తారు గనుక వీరిని ఉద్గాత అంటారు. అందరు కలిసి వీరితో పాటు మంత్రములను ఉచ్ఛ స్వరముతో పఠించవలయును.

గమనిక:– ఋత్విజులు నలుగురిని భరించలేనివారు ఒక బ్రహ్మతోనే ఈ యజ్ఞమును చేయించుకొనవచ్చును.

యజమాని దంపతుల ఆసనము

యజమాని ఉదయం "పడమర" దిశలో అతడు "తూర్పు" ముఖుడుగా కూర్చుండ వలయును. సాయంత్రం తూర్పుదిశలో అతడు పడమరముఖుడుగా కూర్చుండవలయును.

యజమానుని యొక్క ఆసనము సంకల్ప ఆసనము. ఏదో యొక సంకల్పము చేసి ప్రయోజనమును లక్ష్యమందుంచి యజ్ఞానుష్ఠానమును చేయును.

యజమాని భార్య ఏ ప్రక్కన కూర్చుండవలెను ?

కన్యాదానే వివాహే చ ప్రతిష్ఠా యజ్ఞకర్మణి ।
సర్వేషు ధర్మకార్యేషు పత్నీ దక్షిణతః స్మృతః ॥ (వ్యాఘ్రపాద స్మృతి-84)

కన్యాదానము, వివాహము, గృహాదుల శిలా స్థాపన, యజ్ఞము, తదితర ధర్మకార్యములలో భార్య భర్తకు దక్షిణభాగమున (కుడివైపు) కూర్చుండవలెను.

యజ్ఞే వివాహే చ పత్నీ దక్షిణతః ॥ (లఘ్వాశ్వలాయన స్మృతి-11)

యజ్ఞము, వివాహమునందు భార్య భర్తకు దక్షిణ భాగమున నుండును-నుండవలెను.

పై ప్రమాణములను బట్టి భార్య భర్తకు కుడి ప్రక్కన కూర్చుండవలెను.

కలశ స్థాపన - అలంకరణ

1. పసుపు, 2. కుంకుమ, 3. భూమినుండి త్రవ్వబడిన ముగ్గు. వీనితో యజ్ఞకుండమును అలంకరించవలయును. 4.కలశములు నాలుగు. వీనియందు నీళ్ళు నింపి, మామిడాకులతో, కొబ్బరి కాయలను వానిపై అమర్చి నాలుగు మూలలలో స్థాపించవలెను. పసుపు, కుంకుమ, ముగ్గు యజ్ఞకుండము వద్దకు ఎలాంటి క్రిమికీటకములను రాకుండ కాపాడును. కలశములలోని నీటితో పూర్ణాహుతితరువాత, ఆశీర్వాదము, పిదప దంపతులు అవభృథ స్నానమును చేయించవలయును.

గమనిక:- కలశములోని కొబ్బరికాయలను గాని, ఏ కొబ్బరికాయలనుగాని యజ్ఞకుండం వద్ద కొట్టరాదు. యజ్ఞానంతరం ఆ కొబ్బరికాయలను దంపతులువంటలలో వాడుకొనవచ్చును.

నియమములు

1. మాంసము, గ్రుడ్లు, చేపలు మొదలగు వానిని తినకుండుట.
2. కల్లు, సార, బీరు మొదలగువానిని త్రాగకుండుట.
3. బ్రహ్మచర్యమును పాటించుట.
4. ఋతువానుకూలముగా నడుచుకొనుట.
5. తల్లిదండ్రుల అత్తమామల, పెద్దల సేవ చేయుట.
6. గాయత్రీమంత్రమును గాని, 'ఓమ్ రక్షక' అని గాని రోజూ జపించుట.

పై నియమములను సంతానముతో సహ జీవితాంతము పాటించవలయును.

గర్భాధాన సమయము

ముట్టుస్నానమయిన 5వ రోజునుండి 16వ రోజువరకు గర్భాధానమునకు సమయము. ఈ సమయమున నిషేధ దినములను వదలి అనగా 11వ, 13వ రోజులను, అష్టమి, చతుర్దశీ, పూర్ణిమా, అమావాస్య తిథులు తటస్థించినచో వానిని వదలి మీకు ఉచితమైన రోజున గర్భాధానమును సలుపవలయును.

రాత్రియందు నియత సమయమున ఇరువురు శరీరారోగ్యము కలిగి అత్యంత ప్రసన్నులుగను, ఇరువురి యొక్క అత్యంత ప్రేమ వర్ధిల్లియున్నపుడు గర్భాధాన క్రియ సలుపదగును. గర్భాధానమునకు రాత్రి రెండవ, మూడవ జాములుచితములు. (అనగా రాత్రి 12 గం॥ నుండి 3 గం॥ వరకు అనగా ఈ మధ్యకాలములో) వీర్యము గర్భస్థితమగునపుడు వధూ వరులు ప్రసన్నులైయుండవలయును. శరీరములు స్థిరముగా నుండవలెను. ముఖనాసికాది అవయవములు పరస్పరము అభిముఖముగా నుండవలయును. వీర్యస్ఖలన సమయమున స్త్రీ తన మూలేంద్రియమును, జననేంద్రియమును సంకోచించి

వీర్యమును పై కాకర్షింపవలెను. అందువలన వీర్యము గర్భాశయమునకు స్థిరముగను, గర్భము ధరించిన రెండవ లేక మూడవ మాసమున పుంసవనసంస్కారము విధిగా చేయవలయును. పిదప సీమంతము, జాతకర్మ, నామకరణం మొ॥నవి చేయవలెను.

దంపతుల ప్రవేశము

దంపతులు యజ్ఞవేదికదగ్గరకు వచ్చి, నిలబడి, చేతులు జోడించి నిరాకారుడైన పరమేశ్వరునకు నమస్కరిస్తూ ఈ క్రింది వాక్యములు పఠించి కూర్చుండవలయును. (పురోహితుడు పఠింపజేయించవలెను).

"ఓం సచ్చిదానందపరమేశ్వరాయ నమో నమః" అని కూర్చుండవలయును.

పురోహితునెన్నిక

యజమాని:- "ఓమ్ ఆవసోః సదనే సీద" (అని అనవలయును).
ఆసనము నలంకరించండి.

పురోహితులు:- "ఓం సీదామి" (అని అనవలయును).
ఆసనము నలంకరించుచున్నాను.

సంకల్పము

యజమాని:- ఓం అద్య బ్రహ్మణః ద్వితీయే ప్రహరార్ధే, శ్వేతవరాహకల్పే, సప్తమే వైవస్వత మన్వన్తరే అష్టావింశతితమే, కలియుగే, ప్రథమ పాదే, భరతవర్షే-భరత ఖన్డే, మేరోర్దక్షిణ దిగ్భాగే, కృష్ణా, గోదావరి నద్యోర్మధ్యదేశే------నగరే------గ్రామే------శోభన గృహే, అస్మిన్ వర్తమాన వ్యావహారిక చాన్ద్రమానే, ------ సంవత్సరే,------అయనే, ------ఋతౌ, ----- మాసే, --------పక్షే, -------తిథౌ, ------వాసరే, శుభనక్షత్రే, శుభయోగే, శుభకరణే, ఏవంగుణ విశేషణ విశిష్టాయాం, శ్రీమాన్ ------

గోత్రోత్పన్నః, ------నామాహం, శ్రీమతః ------ప్రవరాన్విత, ------శాఖాయాం, ------సూత్రం, ------గోత్రస్య, ------నామధేయస్య, మమ ధర్మపత్నీ సమేతస్య పుత్రికాప్రాప్త్యర్థం/ పుత్రప్రాప్త్యర్థం పుత్రకామేష్టియజ్ఞకర్మ కరణాయ భవన్తం వృణే ॥

పురోహితుడు-వృతోऽస్మి ॥

యజ్ఞోపవీత ధారణవిధి

జందెము ధరించుటకు ముందు ఆచమన మంత్రములతో మూడుసార్లు ఆచమనము చేసి మరియు అఙ్గ స్పర్శ మంత్రములతో అంగములను స్పర్శింపచేసి. పిదప యజ్ఞోపవీత మన్త్రమును పఠించి జందెమును ధరింపవలయును.

ఆచమన మంత్రములు

ఉద్ధరిణిలోని జలమును తన కుడి చేతిలో పోసికొని ఈ క్రింద వ్రాయబడిన మూడు మంత్రములను ఒక్కొక్క దానిని క్రమముగ ఉచ్చరించుచు మూడుసార్లు ఆచమించవలయును.

ఓమ్ అమృతోపస్తరణమసి స్వాహా ॥ (1వ ఆచమనము)

ఓమ్ అమృతాపిధానమసి స్వాహా ॥ (2వ ఆచమనము)

ఓమ్ సత్యం యశః శ్రీర్మయి శ్రీఃశ్రయతాం స్వాహా ॥ (3వ ఆచమనము)

(ఆశ్వ॥గృ॥ 1-24-12,21,22)

అఙ్గ స్పర్శ మంత్రములు

ఆచమనానంతరము ఎడమ చేతియందు జలముంచుకొని కుడిచేతి అనామికతో, మధ్యమాంగుళిని జోడించి ఆ రెంటి కొనలను ఎడమచేతి యందుగల జలములో ముంచి "ఈ క్రింది మంత్రముల" పఠించుచు వరుసగ ముఖ, నాసిక, నయన, కర్ణ, బాహూర్వాది అంగముల స్పృశింపవలయును (అనామికతో అనగా ఉంగరపు వ్రేలితో).

ఓం వాఙ్మ ఆస్యేఽస్తు ।।1 (నోటిని రెండు వైపుల తాకవలెను)
ఓం నసోర్మే ప్రాణోఽస్తు ।।2 (నాసిక రంధ్రములను తాకవలెను)
ఓం అక్ష్ణోర్మే చక్షురస్తు ।।3 (రెండు నేత్రములను తాకవలెను)
ఓం కర్ణయోర్మే శ్రోత్రమస్తు ।।4 (రెండు చెవులను తాకవలెను)
ఓం బాహ్వోర్మే బలమస్తు ।।5 (రెండు భుజములను తాకవలెను)
ఓం ఊర్వోర్మ ఓజోఽస్తు ।।6 (రెండు తొడలను తాకవలెను)
ఓం అరిష్టాని మేఽఙ్గాని తనూస్తన్వా మే సహ సన్తు ।।7
(శరీరమంతట జలమును చల్లుకొనవలయును)

(పార।।గృ।।1-3-25)

యజ్ఞోపవీత మంత్రము

పిదప క్రొత్త జందెమును సరిచేసి రెండు చేతులతో పట్టుకొని ఈ క్రింది "యజ్ఞోపవీత మంత్రమును" పఠించి తల మీదుగ మొదట హారములాగ వేసుకొని అనంతరము ఎడమ భుజము మీది నుండి కుడిచేతి క్రిందికి తీసుకొన వలయును.

ఓం యజ్ఞోపవీతం పరమం పవిత్రం ప్రజాపతేర్యత్సహజం పురస్తాత్
।
ఆయుష్యమగ్ర్యం ప్రతిముఞ్చ శుభ్రం యజ్ఞోపవీతం బలమస్తు తేజః ।।

(పార।।గృ।।2-2-11)

అని పఠించి క్రొత్త జందెమును ధరింపవలెను. అటుపై "గాయత్రీ మంత్రమును" జపించి తరువాత ఈ క్రింది "శ్లోకమును" పఠించి పాత జందెమును తలమీదుగా తీసి "నదిలోగాని, చెట్టుపైనగాని" వేయవలయును.

శ్లో।। ఏతావద్దినపర్యన్తం బ్రహ్మత్వం ధారితం మయా ।
జీర్ణత్వాత్ త్వత్పరిత్యాగో గచ్ఛ సూత్ర యథా సుఖమ్ ।।

(యజ్ఞో।। రహ।।పుట।।44)

తరువాత పైన చెప్పినట్లు మరల ఆచమన మంత్రములతో మూడుసార్లు ఆచమనం చేసి అంగస్పర్శ మంత్రములతో అంగస్పర్శ నొనరింపవలయును.

యజ్ఞోపవీత మంత్రార్థము

ప్రజాపతికి ముందుగా ఏ యజ్ఞోపవీతము సహజమో, శ్రేష్ఠమైన జ్ఞాన సూచకమో, స్వచ్ఛమో, ఆయుష్కరమో, ముఖ్యమో, పాపములను పోగొట్టునదియో, పరిశుభ్రమైనట్టిదియో అట్టి యజ్ఞోపవీతము తేజము, బలము నిచ్చుగాక!

గమనిక:- పాపములను పోగొట్టునదియు ననగా మనలోని పాప గుణములను పోగొట్టును. కాని లోగడ చేసిన పాపఫలమును అనుభవించవలసినదే.

గమనిక:- ఇతరులకు యజ్ఞోపవీతము ధరింపజేయు పురోహితులు మాత్రమే ఈ క్రింది మంత్రమును పఠించవలయును.

ఓం యజ్ఞోపవీతమసి యజ్ఞస్య త్వా
యజ్ఞోపవీతే నోపనహ్యామి ॥ (పార॥గృ॥**2-2-11**)

అర్థము:- యజ్ఞోపవీతమునకు అర్హుడవగు నిన్ను విద్యా యజ్ఞము కొరకు యజ్ఞోపవీతముచే బంధించుచున్నాను.

గమనిక:- యజ్ఞోపవీతమును స్త్రీలు గూడా ధరించవలయును.

ఈశ్వర స్తుతిప్రార్థనోపాసన మంత్రములు

గమనిక :- ఋత్విజులు ఈ మంత్రములను చదువుచున్నప్పుడు యజమానిదంపతులు 'ఓ౩మ్ రక్షక-ఓ౩మ్ రక్షక' అని స్మరిస్తూ ఉండాలి.

1. ఓం విశ్వాని దేవ సవితర్దురితాని పరాసువ ।
యద్భద్రం తన్న ఆ సువ ॥ (యజు॥30-3)

2. హిరణ్యగర్భః సమవర్తతాగ్రే భూతస్య జాతః పతిరేక ఆసీత్ ।
స దాధార పృథివీం ద్యాముతేమాం కస్మై దేవాయ హవిషా విధేమ ॥
(యజు॥25-10)

3. య ఆత్మదా బలదా యస్య విశ్వ ఉపాసతే ప్రశిషం యస్య దేవాః ।
యస్య ఛాయామృతం యస్య మృత్యుః కస్మై దేవాయ హవిషా విధేమ॥
(యజు॥25-13)

4. యః ప్రాణతో నిమిషతో మహిత్వైకఽ ఇద్రాజా జగతో బభూవ ।
యఽ ఈశేఽ అస్య ద్విపదశ్చతుష్పదః కస్మై దేవాయ హవిషా విధేమ ॥

(యజు॥23-3)

5. యేన ద్యౌరుగ్రా పృథివీ చ దృఢా యేన స్వ స్తభితం యేన నాకః ।
యోఽ అన్తరిక్షే రజసో విమానః కస్మై దేవాయ హవిషా విధేమ

॥(యజు॥32-6)

6. ప్రజాపతే న త్వదేతాన్యన్యో విశ్వా జాతాని పరితా బభూవ ।
యత్కామాస్తే జుహుమస్తన్నో అస్తు వయం స్యామ పతయో రయీణామ్

॥

(ఋగ్వే॥10-121-10)

7. స నో బన్ధుర్జనితా స విధాతా ధామాని వేద భువనాని విశ్వా ।
యత్ర దేవాఽ అమృతమానశానాస్తృతీయే ధామన్నధ్యైరయన్త

॥(యజు॥32-10)

8. అగ్నే నయ సుపథా రాయేఽ అస్మాన్విశ్వాని దేవ వయునాని విద్వాన్ ।
యుయోధ్యస్మజ్జుహురాణమేనో భూయిష్ఠాం తే నమఽ ఉక్తిం విధేమ ॥

(యజు॥40-16)

॥ ఇతి ఈశ్వర స్తుతి ప్రార్థనోపాసన మంత్రాః ॥

స్వస్తివాచన మంత్రములు

ఓమ్ అగ్నిమీళే పురోహితం యజ్ఞస్య దేవమృత్విజమ్।
హోతారం రత్నధాతమమ్ ॥

(ఋగ్వే॥1-1-1)

2. స నః పితేవ సూనవేఽగ్నే సూపాయనో భవ । సచస్వా నః స్వస్తయే ॥

(ఋగ్వే॥1-1-9)

3. స్వస్తి నో మిమీతామశ్వినా భగః స్వస్తి దేవ్యదితిరనర్వణః ।
స్వస్తి పూషా అసురో దధాతు నః స్వస్తి ద్యావాపృథివీ సుచేతునా ॥

(ఋగ్వే॥5-51-11)

4. స్వస్తయే వాయుముప బ్రవామహై సోమం స్వస్తి భువనస్య యస్పతిః ।
బృహస్పతిం సర్వగణం స్వస్తయే స్వస్తయ ఆదిత్యాసో భవన్తు నః ॥

(ఋగ్వే॥5-51-12)

5. విశ్వే దేవా నో అద్యా స్వస్తయే వైశ్వానరో వసురగ్నిః స్వస్తయే ।
దేవా అవన్త్వృభవః స్వస్తయే స్వస్తి నో రుద్రః పాత్వంహసః ॥

(ఋగ్వే॥5-51-13)

6. స్వస్తి మిత్రావరుణా స్వస్తి పథ్యే రేవతి ।
స్వస్తి న ఇన్ద్రశ్చాగ్నిశ్చ స్వస్తి నో అదితే కృధి ॥ (ఋగ్వే॥5-51-14)

7. స్వస్తి పన్థామనుచరేమ సూర్యాచన్ద్రమసావివ ।
పునర్దదతాఘ్నతా జానతా సం గమేమహి ॥ (ఋగ్వే॥5-51-15)

8. యే దేవానాం యజ్ఞియా యజ్ఞియానాం మనోర్యజత్రా అమృతా
ఋతజ్ఞాః ।
తే నో రాసన్తామురుగాయమద్య యూయం పాత స్వస్తిభిః సదానః॥

(ఋగ్వే॥7-35-15)

9. యేభ్యో మాతా మధుమత్పిన్వతే పయః పీయూషం ద్యౌరదితిరద్రిబర్హాః
ఉక్థశుష్మాన్ వృషభరాన్త్స్వప్నసస్తాం ఆదిత్యాం అనుమదా స్వస్తయే ॥

(ఋగ్వే॥10-63-3)

10. నృచక్షసో అనిమిషన్తో అర్హణా బృహద్దేవాసో అమృతత్వమానశుః ।
జ్యోతీరథా అహిమాయా అనాగసో దివో వర్ష్మాణం వసతే స్వస్తయే॥

(ఋగ్వే॥10-63-4)

11. సమ్రాజో యే సువృధో యజ్ఞమాయయురపరిహ్వృతా
దధిరే దివి క్షయమ్ ।
తాగ్ం ఆ వివాస నమసా సువృక్తిభిర్మహో ఆదిత్యాం అదితిం స్వస్తయే ॥

(ఋగ్వే॥ 10-63-5)

12. కో వః స్తోమం రాధతి యం జుజోషథ విశ్వే దేవాసో మనుషో యతిష్ఠన।
కో వోఽ ధ్వరం తువిజాతా అరం కరద్యో నః పర్షదత్యంహః స్వస్తయే॥

(ఋగ్వే॥ 10-63-6)

13. యేభ్యో హోత్రాం ప్రథమామాయేజే మనుః
సమిద్ధాగ్నిర్మనసా సప్త హోతృభి ః
త ఆదిత్యా అభయం శర్మ యచ్ఛత సుగా నః కర్త సుపథా స్వస్తయే॥

(ఋగ్వే॥ 10-63-7)

14. య ఈశిరే భువనస్య ప్రచేతసో విశ్వస్య స్థాతుర్జగతశ్చ మన్తవః ।
తే నః కృతాదకృతాదేనసస్పర్యద్యా దేవాసః పిపృతా స్వస్తయే ॥

(ఋగ్వే॥ 10-63-8)

15. భరేష్విన్ద్రం సుహవం హవామహేఽ ంహోముచం
సుకృతం దైవ్యం జనమ్।
అగ్నిం మిత్రం వరుణం సాతయే భగం ద్యావాపృథివీ మరుతః స్వస్తయే॥

(ఋగ్వే॥ 10-63-9)

16. సుత్రామాణం పృథివీం ద్యామనేహసం సుశర్మాణమదితిం సుప్రణీతిమ్।
దైవీం నావం స్వరిత్రామనాగసమస్రవన్తీమా రుహేమా స్వస్తయే ॥

(ఋగ్వే। 10-63-10)

17. విశ్వే యజత్రా అధి వోచతోతయే త్రాయధ్వం
నో దురేవాయా అభిహ్రుతః।
సత్యయా వో దేవహూత్యా హువేమ శృణ్వతో దేవా అవసే స్వస్తయే ॥

(ఋగ్వే। 10-63-11)

18. అపామీవామప విశ్వామనాహుతిమపారాతిం దుర్విదత్రామఘాయతః।
ఆరే దేవా ద్వేషో అస్మద్యుయోతనోరుణః శర్మ యచ్ఛతా స్వస్తయే॥

(ఋగ్వే। 10-63-12)

19. అరిష్టః స మర్తో విశ్వ ఏధతే ప్ర ప్రజాభిర్జాయతే ధర్మణస్పరి।
యమాదిత్యాసో నయథా సునీతిభిరతి విశ్వాని దురితాస్వస్తయే ॥

(ఋగ్వే। 10-63-13)

20. యం దేవాసోఽవథ వాజసాతౌ యం శూరసాతా మరుతో హితే ధనే।
ప్రాతర్యావాణం రథమిన్ద్ర సానసి మరిష్యన్తమారుహేమా స్వస్తయే ॥

(ఋగ్వే। 10-63-14)

21. స్వస్తి నః పథ్యాసు ధన్వసు స్వస్త్యప్సు వృజనే స్వర్వతి।
స్వస్తి నః పుత్రకృథేషు యోనిషు స్వస్తి రాయే మరుతో దధాతన ॥

(ఋగ్వే। 10-63-15)

22. స్వస్తిరిద్ధి ప్రపథే శ్రేష్ఠా రేక్ణస్వత్యభి యా వామమేతి ।
సా నో అమా సో అరణే ని పాతు స్వావేశా భవతు దేవగోపా ॥

(ఋగ్వే॥10-63-16)

23. ఇషే త్వోర్జే త్వా వాయవ స్థ దేవో వః సవితా ప్రార్పయతు
శ్రేష్ఠతమాయ కర్మణఽ ఆప్యాయధ్వమఘ్న్యాఽ ఇన్ద్రాయ భాగం
ప్రజావతీరనమీవాఽ అయక్ష్మా మా వ స్తేనఽ ఈశత మాఘశꣳసో
ధ్రువాఽ అస్మిన్ గోపతౌ స్యాత బహ్వీర్యజమానస్య పశూన్ పాహి ।

(యజు॥1-1)

24. ఆ నో భద్రాః క్రతవో యన్తు విశ్వతోఽదబ్ధాసోఽ అపరీతాసఽ ఉద్భిదః ।
దేవా నో యథా సదమిద్వృధేఽ అసన్నప్రాయువో రక్షితారో దివేదివే ॥

(యజు॥25-14)

25. దేవానాం భద్రా సుమతిరృజూయతాం
దేవానాꣳ రాతిరభి నో నివర్తతామ్।
దేవానాꣳ సఖ్యముపసేదిమా వయం
దేవా నఽ ఆయుః ప్రతిరన్తు జీవసే ॥ (యజు॥25-15)

26. తమీశానం జగతస్తస్థుషస్పతిం ధియం జిన్వమవసే హూమహే వయమ్।
పూషా నో యథా వేదసామసద్వృధే రక్షితా పాయురదబ్ధః స్వస్తయే॥

(యజు॥25-18)

27. స్వస్తి నఽ ఇన్ద్రో వృద్ధశ్రవాః స్వస్తి నః పూషా విశ్వవేదాః ।
స్వస్తి నస్తార్క్ష్యోఽ అరిష్టనేమిః స్వస్తి నో బృహస్పతిర్దధాతు ॥

(యజు॥25-19)

28. భద్రం కర్ణేభిః శృణుయామ దేవా భద్రం పశ్యేమాక్షభిర్యజత్రాః ।
స్థిరైరఙ్గైస్తుష్టువాంసస్తనూభిర్వ్యశేమ దేవహితం యదాయుః ॥

(యజు॥25-21)

29. అగ్న ఆ యాహి వీతయే గృణానో హవ్యదాతయే ।
ని హోతా సత్సి బర్హిషి ॥

(సామ॥పూ.అ.క.ప్ర.ప్ర.ప్ర.ప్ర.ద.మ.1[S.no.1])

30. త్వమగ్నే యజ్ఞానాం హోతా విశ్వేషాం హితః ।
దేవేభిర్మానుషే జనే ॥ (సామ॥పూ.అ.క.ప్ర.ప్ర.ప్ర.ప్ర.ద.మ.2[S.no.2])

31. యే త్రిషప్తాః పరియన్తి విశ్వా రూపాణి బిభ్రతః ।
వాచస్పతిర్బలా తేషాం తన్వో అద్య దధాతు మే ॥ (అథర్వ॥1-1-1)

॥ ఇతి స్వస్తి వాచనమ్ ॥

శాన్తికరణ మన్త్రములు

ఓం శం న ఇన్ద్రాగ్నీ భవతామవోభిః శం న ఇన్ద్రావరుణా రాతహవ్యా ।
శమిన్ద్రాసోమా సువితాయ శం యోః శం న ఇన్ద్రా పూషణా వాజసాతౌ॥

(ఋగ్వే॥7-35-1)

2. శం నో భగః శము నః శంసో అస్తు
శం నః పురన్ధిః శము సన్తు రాయః॥
శం నః సత్యస్య సుయమస్య శంసః
శం నో అర్యమా పురుజాతో అస్తు॥ (ఋగ్వే॥7-35-2)

3. శం నో ధాతా శము ధర్తా నో అస్తు శం న ఉరూచీ భవతు స్వధాభిః।
శం రోదసీ బృహతీ శం నో అద్రిః శం నో దేవానాం సుహవాని సన్తు॥

(ఋగ్వే॥ 7-35-3)

4. శం నో అగ్నిర్జ్యోతిరనీకో అస్తు శం నో మిత్రావరుణావశ్వినా శమ్ ।
శం నః సుకృతాం సుకృతాని సన్తు శం న ఇషిరో అభి వాతు వాతః॥

(ఋగ్వే॥ 7-35-4)

5. శం నో ద్యావాపృథివీ పూర్వహూతౌ శమన్తరిక్షం దృశయే నో అస్తు ।
శం న ఓషధీర్వనినో భవన్తు శం నో రజసస్పతిరస్తు జిష్ణుః॥

(ఋగ్వే॥ 7-35-5)

6. శం న ఇన్ద్రో వసుభిర్దేవో అస్తు శమాదిత్యేభిర్వరుణః సుశంసః ।
శం నో రుద్రో రుద్రేభిర్జలాషః శం నస్త్వష్టా గ్నాభిరిహ శృణోతు ॥

(ఋగ్వే॥ 7-35-6)

7. శం నః సోమో భవతు బ్రహ్మ శం నః
శం నో గ్రావాణః శముసన్తు యజ్ఞాః।
శం నః స్వరూణాం మితయో భవన్తు శం
నః ప్రస్వః శమ్వస్తు వేదిః॥ (ఋగ్వే॥ 7-35-7)

8. శం నః సూర్య ఉరుచక్షా ఉదేతు శం నశ్చతస్రః ప్రదిశో భవన్తు ।
శంనః పర్వతా ధ్రువయో భవన్తు శం నః సిన్ధవః శము సన్త్వాపః ॥

(ఋగ్వే॥ 7-35-8)

9. శం నో అదితిర్భవతు వ్రతేభిః శం నో భవన్తు మరుతః స్వర్కాః ।
శం నో విష్ణుః శము పూషా నో అస్తు శం నో భవిత్రం శమ్వస్తు
వాయుః॥ (ఋగ్వే॥7-35-9)

10. శం నో దేవః సవితా త్రాయమాణః శం నో భవన్తూషసో విభాతీః ।
శం నః పర్జన్యో భవతు ప్రజాభ్యః శం నః క్షేత్రస్య పతిరస్తు శమ్భుః॥

(ఋగ్వే॥7-35-10)

11. శం నో దేవా విశ్వదేవా భవన్తు శం సరస్వతీ సహ ధీభిరస్తు ।
శమభిషాచః శము రాతిషాచః శం నో దివ్యాః పార్థివాః
శం నో అప్యాః॥ (ఋగ్వే॥7-35-11)

12. శం నః సత్యస్య పతయో భవన్తు శం నో అర్వన్తః శము సన్తు గావః।
శం న ఋభవః సుకృతః సుహస్తాః శం నో భవన్తు పితరో హవేషు॥

(ఋగ్వే॥7-35-12)

13. శం నో అజ ఏకపాద్దేవో అస్తు శం నోఽహిర్బుధ్న్యః శం సముద్రః ।
శం నో అపాం నపాత్పేరురస్తు శం నః పృశ్నిర్భవతు దేవగోపా ॥

(ఋగ్వే॥7-35-13)

14. ఇన్ద్రో విశ్వస్య రాజతి । శన్నోఽ అస్తు ద్విపదే
శం చతుష్పదే॥ (యజు॥36-8)

15. శన్నో వాతః పవతాగ్ం శన్నస్తపతు సూర్యః ।
శన్నః కనిక్రదద్దేవః పర్జన్యోఽ అభి వర్షతు ॥ (యజు॥36-10)

16. అహాని శం భవన్తు నః శగ్ం రాత్రీః ప్రతి ధీయతామ్ ।
శన్న ఇన్ద్రాగ్నీ భవతామవోభిః శన్న ఇన్ద్రావరుణా రాతహవ్యా ।
శన్న ఇన్ద్రాపూషణా వాజసాతౌ శమిన్ద్రాసోమా సువితాయ శంయోః ॥

(యజు॥36-11)

17. శన్నోదేవీరభిష్టయ ఆపో భవన్తు పీతయే ।
శంయోరభి స్రవన్తు నః ॥ (యజు॥36-12)

18. ద్యౌః శాన్తిరన్తరిక్షగ్ం శాన్తిః పృథివీ శాన్తిరాపః శాన్తిరోషధయః శాన్తిః ।
వనస్పతయః శాన్తిర్విశ్వేదేవాః శాన్తిర్బ్రహ్మ శాన్తిః సర్వగ్ం శాన్తిః
శాన్తిరేవ శాన్తిః సా మా శాన్తిరేధి ॥ (యజు॥36-17)

19. తచ్చక్షుర్దేవహితం పురస్తాచ్ఛుక్రముచ్చరత్ ।
పశ్యేమ శరదః శతం జీవేమ శరదః శతగ్ం శృణుయామ శరదః శతం
ప్ర బ్రవామ శరదః శతమదీనాః స్యామ శరదః శతం
భూయశ్చ శరదః శతాత్ ॥ (యజు॥36-24)

20. యజ్జాగ్రతో దూరముదైతి దైవం తదు సుప్తస్య తథైవైతి ।
దూరఙ్గమం జ్యోతిషాం జ్యోతిరేకం తన్మే మనః శివసఙ్కల్పమస్తు ॥

(యజు॥34-1)

21. యేన కర్మాణ్యపసో మనీషిణో యజ్ఞే కృణ్వన్తి విదథేషు ధీరాః ।
యదపూర్వం యక్షమన్తః ప్రజానాం తన్మే మనః శివసఙ్కల్పమస్తు ॥

(యజు॥34-2)

22. యత్ప్రజ్ఞానముత చేతో ధృతిశ్చ యజ్జ్యోతిరన్తరమృతం ప్రజాసు ।
యస్మాన్న ఋతే కిం చన కర్మ క్రియతే తన్మే మనః శివసఙ్కల్పమస్తు॥

(యజు॥34-3)

23. యేనేదం భూతం భువనం భవిష్యత్పరిగృహీతమమృతేన సర్వమ్ ।
యేన యజ్ఞస్తాయతే సప్తహోతా తన్మే మనః శివసఙ్కల్పమస్తు ॥

(యజు॥34-4)

24. యస్మిన్నృచః సామ యజూగ్ంషి యస్మిన్ ప్రతిష్ఠితా రథనాభావివారాః ।
యస్మిన్ శ్చిత్తగ్ం సర్వమోతం ప్రజానాం తన్మే మనః శివసఙ్కల్పమస్తు ॥

(యజు॥34-5)

25. సుషారథిరశ్వానివ యన్మనుష్యాన్నేనీయతేఽభీశుభిర్వాజినఽ ఇవ ।
హృత్ప్రతిష్ఠం యదజిరం జవిష్ఠం తన్మే మనః శివసఙ్కల్పమస్తు ॥

(యజు॥34-6)

26. శ నః పవస్వ శం గవే శంజనాయ శమర్వతే ।
శం రాజన్నోషధీభ్యః ॥ (సామ॥ఉ.ప్ర.ప్ర.ప్ర.ప్ర. 1.మ. 3[S.No.653])

27. అభయం నః కరత్యన్తరిక్షమభయం ద్యావాపృథివీ ఉభే ఇమే ।
అభయం పశ్చాదభయం పురస్తాదుత్తరాదధరాదభయం నో అస్తు ॥

(అథర్వ॥19-15-5)

28. అభయం మిత్రాదభయమమిత్రాదభయం జ్ఞాతాదభయం పరోక్షాత్ ।
అభయం నక్తమభయం దివా నః సర్వా ఆశా మమ మిత్రం భవన్తు॥

(అథర్వ॥19-15-6)

॥ ఇతి శాన్తికరణమ్ ॥

యజ్ఞారంభము

యజ్ఞారంభమునకు ముందు పురోహితునెన్నిక, సంకల్పము, యజ్ఞోపవీతధారణ, "స్తుతిప్రార్థనోపాసన, స్వస్తివాచన, శాంతి కరణముల" నొనర్పవలయును.

గమనిక:- పురోహితునెన్నిక, సంకల్పము, యజోపవీతధారణ రోజూ చేయన వసరము లేదు. కాని "స్తుతి ప్రార్థనోపాసన, స్వస్తివాచన, శాంతి కరణములను" రోజూ పఠించవలయును.

ఆచమన మంత్రములు

ఉద్ధరిణితో జలమును తన కుడిచేతిలో పోసికొని "ఈ క్రింది మూడు మంత్రముల"ను ఒక్కొక్క దానిని క్రమముగా పఠించుచు మూడుసార్లు ఆచమనం చేయవలయును.

ఓమ్ అమృతోపస్తరణమసి స్వాహా ॥ (1వ ఆచమనము)

ఓమ్ అమృతాపిధానమసి స్వాహా ॥ (2వ ఆచమనము)

ఓమ్ సత్యం యశః శ్రీర్మయి శ్రీః శ్రయతాం స్వాహా ॥ (3వ ఆచమనము)

(ఆశ్వ॥గృ॥1-24-12,21,22)

అఙ్గ స్పర్శ మంత్రములు

ఆచమనానంతరము ఎడమ చేతిలో జలము తీసుకొని కుడిచేతి అనామిక (ఉంగరపు) వ్రేలితో మధ్య వ్రేలును జోడించి ఆ రెండు కొనలను ఎడమ చేతిలో గల జలములో ముంచి "ఈ క్రింది మంత్రముల"ను పఠించుచు వరుసగ ముఖ, నాసిక, నయన, కర్ణ, బాహూర్వాది అంగముల స్పృశింపవలయును. మొదట కుడిభాగమును, అనంతరము ఎడమ భాగమును స్పృశింపదగును. అనగా తాకవలయును.

ఓమ్ వాఙ్మఽ ఆస్యేఽస్తు ॥1॥ (నోటిని రెండు వైపుల తాకవలెను)

ఓమ్ నసోర్మే ప్రాణోఽస్తు ॥2॥ (ముక్కు రంధ్రములను తాకవలెను)

ఓమ్ అక్ష్ణోర్మే చక్షురస్తు ॥3॥ (రెండు నేత్రములను తాకవలెను)

ఓమ్ కర్ణయోర్మే శ్రోత్రమస్తు ॥4॥ (రెండు చెవులను తాకవలెను)

ఓమ్ బాహ్వోర్మే బలమస్తు ॥5॥ (రెండు భుజములను తాకవలెను)

ఓమ్ ఊర్వోర్మ ఓజో౽స్తు ॥6॥ (రెండు తొడలను తాకవలెను)

ఓమ్ అరిష్టాని మే౽ఙ్గాని తనూస్తన్వా మే సహ సన్తు ॥7॥

(శరీరమంతట చల్లుకొనవలెను) (పార॥గృ॥1-3-25)

పిదప సుగంధయుక్తములు, పరిశుద్ధములు నగు ఐదు సమిధలను యజ్ఞకుండమునందు చక్కగా పేర్చవలయును. పుచ్చిన సమిధలను వాడరాదు.

అగ్న్యాధాన మంత్రము

ఈ క్రింది మంత్రమును పఠించుచు కొబ్బరిచిప్ప(కుడుక) యందు నేతి వత్తివేసి వెలిగించవలయును.

ఓం భూర్భువః స్వః ॥ (అని వెలిగించి) (గోభి॥గృ॥1-1-11)

తరువాత ఆ వెలిగించిన అగ్నిని ఈ క్రింది మంత్రమును పఠించి యజ్ఞ కుండమున ఉంచవలెను.

ఓం భూర్భువః స్వర్ద్యౌరివ భూమ్నా పృథివీవ వరిమ్ణా ।

తస్యాస్తే పృథివి దేవయజని పృష్ఠే౽గ్నిమన్నాదమన్నాద్యాయాదధే॥

(అని కుండమునందుంచవలెను) (యజు॥3-5)

అగ్ని నుత్తేజింప జేయు మంత్రము

ఈ క్రింది మంత్రమును పఠించుచు అగ్నినుత్తేజింపజేయవలయును. ఇట్టి సమయంలో విసన కఱ్ఱనే వాడవలయును. కాని నోటితో ఊదరాదు.

ఓం ఉద్బుధ్యస్వాగ్నే ప్రతి జాగృహి త్వమిష్టాపూర్తే సగం సృజేథామయం చ ।

అస్మిన్ త్సధస్థే౽అధ్యుత్తరస్మిన్ విశ్వే దేవా యజమానశ్చ సీదత ॥

(అగ్నిని ప్రజ్వలింప జేయవలెను) (యజు॥15-54)

సమిధాధాన మంత్రములు

అగ్ని సమిధలలో చొచ్చుకొని బాగుగ ప్రజ్వలింపసాగినపుడు ఎనిమిది అంగుళముల పొడవు గల మూడు సమిధలను తీసికొని వాని యగ్రభాగములను నేతిలో ముంచి నమస్కరిస్తున్నట్లు పట్టుకొని ఈ క్రింది మంత్రములను పరిశుద్ధాంతఃకరణముతో పఠించుచు కుడిచేతితో ఒక్కొక్కటిగ యజ్ఞకుండమున నుంచవలయును.

ఓమ్ అయన్త ఇధ్మ ఆత్మా జాతవేదస్తేనేధ్యస్వ వర్ధస్వ చేద్ధ వర్ధయ
చాస్మాన్ ప్రజయా పశుభిర్బ్రహ్మవర్చసేనాన్నాద్యేన సమేధయ స్వాహా ॥

(అని 1వ సమిధను కుండమునందుంచవలెను)

ఇదమగ్నమే జాతవేదసే ఇద న్న మమ॥ (ఆశ్వ॥గృ॥1-10-12)

ఓం సమిధాగ్నిం దువస్యత ఘృతైర్బోధయతాతిథిమ్ ।
ఆస్మిన్ హవ్యా జుహోతన ॥1॥
సుసమిద్ధాయ శోచిషే ఘృతం తీవ్రం జుహోతన ।
అగ్నయే జాతవేదసే స్వాహా ॥2॥

(అని 2వ సమిధను కుండమునందుంచవలయును)

ఇదమగ్నయే జాతవేదసే ఇద న్న మమ ॥ (యజు॥3-1,2)

ఓం తం త్వా సమిద్భిరఙ్గిరో ఘృతేన వర్ధయామసి ।
బృహచ్ఛోచా యవిష్ఠ్య స్వాహా॥

(అని 3వ సమిధను కుండమునందుంచవలెను)

ఇదమగ్నయేఽఙ్గిరసే ఇదన్న మమ ॥ (యజు॥3-3)

ఘృతాహుతి మంత్రము

ఈ క్రింది మంత్రమును "5 సార్లు పఠించుచు 5 ఆహుతులో నివ్వవలెను"

గమనిక:- కుడిచేతి అంగుష్ఠ (బొటన), మధ్యమ, ఉంగర వ్రేళ్ళతో స్రువమును పట్టుకొని తక్కువలో తక్కువ అరతులము నుండి ఒక తులము (5/6 గ్రా॥ల-832 మి॥గ్రా॥ నుండి 11 గ్రాముల 664 మి.గ్రాముల వరకు) ఘృతమును తీసుకొని ఆహుతుల నివ్వవలయును. యజ్ఞము పూర్తి అగువరకు ఇట్లే ఆహుతులు

ఓమ్ అయన్త ఇధ్మ ఆత్మా జాతవేదస్తేనేధ్యస్వ వర్ధస్వ చేద్ధ వర్ధయ

చాస్మాన్ ప్రజయా పశుభిర్బ్రహ్మవర్చసేనాన్నాద్యేన సమేధయ స్వాహా

ఇదమగ్నయే జాతవేదసే - ఇదన్న మమ ॥ (ఆశ్వ॥గృ॥1-10-12)

జలప్రోక్షణ (ప్రసేచన) మంత్రములు

ఈ క్రింది "జలప్రోక్షణ మంత్రములతో" యజ్ఞకుండమునకు నలువైపుల జలమును ధారగ పోయవలయును. ఒకటవ మంత్రముతో యజ్ఞకుండమునకు "తూర్పుదిక్కు"న దక్షిణము నుండి ఉత్తరమునకు, రెండవ మంత్రముతో "పడమరదిక్కు"న దక్షిణము నుండి ఉత్తరమునకు, మూడవ మంత్రముతో "ఉత్తరదిక్కు" న పడమర నుండి తూర్పునకు జలమును ధారగ పోయవలయును. నాల్గవ మంత్రముతో "దక్షిణదిక్కు"న తూర్పునుండి మొదలుకొని దక్షిణము, పడమర, ఉత్తరము, తూర్పు అనగా యజ్ఞకుండమునకు "నలువైపుల" జలమును ధారగ పోయవలయును. (అనగా ఆగ్నేయ మూలనుండి ప్రారంభించి నైరుతి, వాయువ్యము, ఈశాన్యము మరల ఆగ్నేయ మూల వరకు చుట్టూ ధార పోయవలెను.)

ఓమ్ అదితేऽనుమన్యస్వ ॥1॥

(తూర్పున దక్షి॥ నుండి ఉత్త॥ నకు ధారగ పోయవలెను)

ఓమ్ అనుమతేऽనుమన్యస్వ

(పడ॥ దక్షిణ నుండి ఉత్త॥ నకు ధారగ పోయవలెను)

సరస్వత్యనుమన్యస్వ ॥3॥
ఓం (ఉత్త॥ పడమర నుండి తూర్పునకు ధారగ పోయవలెను)

(గోభి॥గృ॥ 1-3-1,2,3)

ఓం దేవ సవితః ప్ర సువ యజ్ఞం ప్ర సువ యజ్ఞపతిం భగాయ ।
దివ్యో గన్ధర్వః కేతపూః కేతం నః పునాతు వాచస్పతిర్వాచం నః స్వదతు॥4॥

(యజు॥30-1)

(దక్షి॥ తూర్పునుండి మొదలుకొని పడ॥ఉత్త॥ వరకు తూర్పుదిశలో ధారగ పోయవలెను)

ఆఘారావాజ్యాహుతి మంత్రములు

ఈ క్రింది "1వ" మంత్రముతో "ఉత్తరమున", "2వ" మంత్రముతో "దక్షిణమున", యజ్ఞకుండము నందు పడమరనుండి తూర్పునకు పొడుగుగా ఆహుతి నివ్వవలయును.

ఓమ్ అగ్నయే స్వాహా ॥ (ఉత్త॥పడ॥నుండి తూర్పునకు పొడుగుగా ఆహుతి నివ్వవలెను)

ఇదమగ్నయే - ఇదన్న మమ॥ (యజు॥22-27)

ఓం సోమాయ స్వాహా॥ (దక్షి॥పడ॥నుండి తూర్పునకు పొడుగుగా ఆహుతి నివ్వవలెను)

ఇదం సోమాయ - ఇదన్న మమ॥ (గో॥గృ॥1-8-3,4)
(యజు॥22-27)

ఆజ్యభాగాహుతి మంత్రములు

ఈ క్రింది మంత్రములతో ఆహుతులను కుండము మధ్య నివ్వవలెను.

ఓం ప్రజాపతయే స్వాహా ॥ (మధ్యన ఆహుతి నివ్వవలెను)

ఇదం ప్రజాపతయే - ఇద న్న మమ॥ (కాత్యా॥3-12)

(యజు॥18-28)

ఓమ్ ఇన్ద్రాయ స్వాహా ॥ (మధ్యమ ఆహుతి)
ఇదమిన్ద్రాయ - ఇద న్న మమ ॥ (శాఖా॥3-19)

(యజు॥22-27)

మహావ్యాహృతి మంత్రములు

ఇప్పటి నుండి క్రిందను మధ్యమ సమిధలతోను యజ్ఞము పూర్తియగు వరకు ఆహుతుల నివ్వవలయును.

ఓం భూరగ్నయే స్వాహా ॥ ఇదమగ్నయే - ఇద న్న మమ॥1॥

ఓం భువర్వాయవే స్వాహా ॥ ఇదం వాయవే - ఇద న్న మమ॥2॥

ఓం స్వరాదిత్యాయ స్వాహా ॥ ఇదమాదిత్యాయ - ఇద న్న మమ॥3॥

ఓం భూర్భువః స్వరగ్నివాయ్వాదిత్యేభ్యః స్వాహా ॥
ఇదమగ్నివాయ్వాదిత్యేభ్యః - ఇద న్న మమ॥4॥

స్విష్ట కృదాహుతి మంత్రము

పిదప ఉప్పుకలవని బెల్లముతో గాని, పాయసముతోగాని ఈ క్రింది మంత్రము పఠించుచు ఒక ఆహుతి నివ్వవలయును. ఇప్పటి నుండి హవనసామగ్రిని గూడ వేయవలయును. అనగా యజమాని భార్య యజ్ఞము పూర్తి యగు వరకు అంగుష్ఠ (బొటన) వ్రేలు, మధ్యమవ్రేలు, అనామిక (ఉంగరపు) వ్రేలు-ఈ మూడువ్రేళ్లకు వచ్చినంత సామాగ్రిని తీసుకొని అర్ఘ్యము విడచునట్లు ఆహుతుల నివ్వవలయును భర్త ఘృతముతో ఆహుతుల నివ్వవలయును.

ఓం యదస్య కర్మణోఽత్యరీరిచం యద్వా న్యూనమిహాకరమ్ ।
అగ్నిష్టత్ స్విష్టకృద్ విద్యాత్సర్వం స్విష్టం సుహుతం కరోతు మే ।
అగ్నయే స్విష్టకృతే సుహుతహుతే సర్వప్రాయశ్చిత్తాహుతీనాం
కామానాం
సమర్ధయిత్రే సర్వాన్నః కామాన్త్సమర్ధయ స్వాహా ॥
ఇదమగ్నయే స్విష్టకృతే - ఇద న్న మమ (ఆశ్వ॥గృ॥1-12-22)

ప్రజాపత్యాహుతి మంత్రము

ఈ క్రింది మంత్రమును మౌనముగ పఠించుచు ఆహుతి నివ్వవలయును.

ఓం ప్రజాపతయే స్వాహా ॥(యజు. 18-18) (మౌనముగ పఠించి ఆహుతి నివ్వవలయును)

ఇదం ప్రజాపతయే - ఇదం న మమ ॥ (పారగృ॥1-9-8)

ప్రధాన హోమ మంత్రములు

ఓం భూర్భువః స్వః అగ్న ఆయూంషి పవస ఆ సువోర్జమిషం చ నః ।
ఆరే బాధస్వ దుచ్ఛునామ్ స్వాహా ॥ (ఋగ్వే॥9-66-19)

ఇదమగ్నయే పవమానాయ - ఇదం న మమ ॥1॥

ఓం భూర్భువః స్వః అగ్నిర్ఋషిః పవమానః పాఞ్చజన్యః పురోహితః ।
తమీమహే మహాగయమ్ స్వాహా ॥

ఇదమగ్నయే పవమానాయ - ఇదం న మమ॥2॥ (ఋగ్వే॥9-66-20)

ఓం భూర్భువః స్వః అగ్నే పవస్వ స్వపా అస్మే వర్చః సువీర్యమ్ ।
దధద్రయిం మయి పోషమ్ స్వాహా ॥

ఇదమగ్నయే పవమానాయ - ఇదం న మమ ॥3॥ (ఋగ్వే॥9-66-21)

ఓం భూర్భువః స్వః ప్రజాపతే న త్వదేతాన్యన్యో విశ్వా జాతాని పరి తా బభూవ ।
యత్కామాస్తే జుహుమస్తన్నో అస్తు వయం స్యామ పతయో రయీణామ్ స్వాహా ॥

ఇదం ప్రజాపతయే - ఇదం న మమ ॥4॥

(ఋగ్వే॥10-121-10)

అష్టాజ్యాహుతి మంత్రములు

ఓం త్వం నో అగ్నే వరుణస్య విద్వాన్ దేవస్య హేళో౽వయాసిసీష్ఠాః ।
యజిష్ఠో వహ్నితమః శోశుచానో విశ్వా ద్వేషాంసి ప్ర ముముగ్ధ్యస్మత్
స్వాహా ॥

ఇదమగ్నీవరుణాభ్యాం - ఇద న్న మమ ॥1॥ (ఋగ్వే॥4-1-4)

ఓం స త్వం నో అగ్నే౽వమో భవోతీ నేదిష్ఠో అస్యా ఉషసో వ్యుష్టౌ ।
అవ యక్ష్వ నో వరుణం రరాణో వీహి మృళీకం సుహవో న ఏధి స్వాహా
॥

ఇదమగ్నీ వరుణాభ్యాం - ఇద న్న మమ ॥2॥ (ఋగ్వే॥4-1-5)

ఓం ఇమం మే వరుణ శ్రుధీ హవమద్యా చ మృళయ ।
త్వామవస్యురా చకే స్వాహా ॥

ఇదం వరుణాయ - ఇద న్న మమ ॥3॥ (ఋగ్వే॥1-25-19)

ఓం తత్త్వా యామి బ్రహ్మణా వన్దమానస్తదా శాస్తే యజమానో హవిర్భిః।
అహేళమానో వరుణేహ బోధ్యురుశంస మా న ఆయుః ప్ర మోషీః
స్వాహా ॥

ఇదం వరుణాయ - ఇద న్న మమ ॥4॥ (ఋగ్వే॥1-24-11)

ఓం యే తే శతం వరుణ యే సహస్రం యజ్ఞియాః పాశా వితతా మహాన్తః ।
తేభిర్నో అద్య సవితోత విష్ణుర్విశ్వే ముఞ్చన్తు మరుతః స్వర్కాః స్వాహా ॥
ఇదం వరుణాయ సవిత్రే విష్ణవే విశ్వేభ్యో
దేవేభ్యో మరుద్భ్యః స్వర్కేభ్యః ఇద న్న మమ ॥5॥ (కాత్యా॥శ్రౌ॥25-11)

ఓమ్ అయాశ్చాగ్నేఽస్యనభిశస్తిపాశ్చ సత్యమిత్త్వమయాఽసి ।
అయా నో యజ్ఞం వహాస్యయా నో ధేహి భేషజగ్ం స్వాహా ॥
ఇదమగ్నయే అయసే - ఇద న్న మమ ॥6॥ (కాత్యా॥శౌ॥25-12)

ఓమ్ ఉదుత్తమం వరుణ పాశమస్మదవాధమం వి మధ్యమం శ్రథాయ ।
అథా వయమాదిత్య వ్రతే తవానాగసో అదితయే స్యామ స్వాహా ॥
ఇదం వరుణాయాఽఽదిత్యాయాఽదితయే చ-ఇద న్న మమ ॥7॥
(ఋగ్వే॥1.24.15)

ఓం భవతం నః సమనసౌ సచేతసావరేపసౌ ।
మా యజ్ఞగ్ం హింసిష్టం మా యజ్ఞపతిం
జాతవేదసౌ శివౌ భవతమద్య నః స్వాహా ॥
ఇదం జాతవేదోభ్యాం ఇద న్న మమ ॥8॥ (యజు॥5-3)

స్థాలీపాకాహుతి మంత్రములు

స్థాలీపాకమును ముందు వ్రాసినట్లు తయారుచేసుకొనవలయును. "యజ్ఞబ్రహ్మ" ఈ క్రింది ఇరవై మంత్రములను పఠించుచు "స్వాహా" అనగానే దంపతులు కూడా వారితో స్వాహాకారమును గట్టిగా పలుకుచూ భర్త (దేశవాళి) గోఘృతంతోనూ భార్య స్థాలీపాకముతోనూ ఆహుతులనివ్వవలయును. పిదప మిగిలిన స్థాలీపాకమును భార్యాభర్తలిరువురూ యజ్ఞానంతరం భుజించవలయును.

ఓం యేన వేహద్ బభూవిథ నాశయామసి తత్ త్వత్ ।
ఇదం తదన్యత్ర త్వదప దూరే ని దధ్మసి స్వాహా ॥1॥

ఓ స్త్రీ! ఏ కారణము చేత నీవు వంధ్యవై యున్నావో ఆ కారణమును మేము ఇప్పుడే దానిని నీ నుండి దూరము తొలగించి వేయుదుము. సద్వైద్య పుత్రేష్టి యజ్ఞము చేసి ఔషధముల ద్వారా వంధ్యత్వమును తొలగించి వీర సంతానమును ఉత్పన్నము చేయుదుము గాక!

ఓమ్ ఆ తే యోనిం గర్భ ఏతు పుమాన్ బాణ ఇవేషుధిమ్ ।

ఆ వీరోऽత్ర జాయతాం పుత్రస్తే దశమాస్యః స్వాహా ॥2॥

రక్షణ చేయు నట్టి పరాక్రమ వంతమైన గర్భము నీ గర్భాశయమునందు వచ్చు గాక! అనగా బాణము తూనీరములో ప్రవేశించునట్లు పది నెలల వరకు పుష్టిని పొంది నీవు వీరుడైన కుశలశోధకుడగు బాలకుడు బాగుగా ఉత్పన్నమగు గాక!

దంపతులు విధిపూర్వకముగా బ్రహ్మచారులైయుండి యుక్తాహార విహారములు చేయుచు సంతానమును ఉత్పన్నము చేయవలయును. అందుచే గర్భాశయములో స్థిరపడిన జీవుడు పూర్ణ పద్ధతిలో పుష్టిచెంది వీర సంతానమై ఉత్పన్నమగు గాక!

ఓం పుమాంసం పుత్రం జనయ తం పుమానను జాయతామ్ ।

భవాసి పుత్రాణాం మాతా జాతానాం జనయాశ్చ యాన్ స్వాహా ॥3॥

ఓ స్త్రీ! రక్షకుడగు, వీరుడగు సంతానము నీకు కలుగుగాక! నరకము నుండి రక్షింప జేయునట్టి సంతానమునకు నీవు మానవీయ మాత వగుదువుగాక!

దంపతులు బ్రహ్మచర్యనిష్ఠులై ఇష్ట భోజనాచ్ఛాదన వ్యాయామము మొదలగు ప్రయత్నములు చేసి పరాక్రమవంతులైన పుత్రపుత్రికా సంతానమును పొందుదురు గాక! వారు తమ తల్లిదండ్రుల మరియు ప్రపంచము యొక్క సేవచేసి ధర్మమును రక్షించువారగుదురు గాక!

ఓం యాని భద్రాణి బీజాన్యృషభా జనయన్తి చ ।

తైస్త్వం పుత్రం విన్దస్వ సా ప్రసూర్ధేనుకా భవ స్వాహా ॥4॥

సూక్ష్మ దర్శనీయులగు ఋషులు మంగళదాయకులగు బాలకులను మరియు వైద్యులు ఓషధుల రసములను ఉత్పన్నము చేయునట్లు నీవును కులశోధకుల లేక రక్షకులగు బాలకులకు జన్మనిచ్చి వారికి పాలుఇచ్చే తల్లివియగుదువుగాక!

మానవులు పెద్దలచే బ్రహ్మచర్య విద్య మరియు ఓషధుల విద్యను పొంది బలవంతులైన, ధర్మాత్ములైన సంతానమును ఉత్పన్నము చేయుదురు గాక! బలవంతురాలగు మాత తమపాలను త్రాగించి సంతానమును బలిష్ఠ పరచునుగాక!

ఓం కృణోమి తే ప్రాజాపత్యమా యోనిం గర్భ ఏతు తే ।
విన్దస్వ త్వం పుత్రం నారి యస్తుభ్యం శమసచ్ఛము
తస్మై త్వం భవ స్వాహా ॥5॥

నీ కొరకు సంతాన రక్షణ కర్మ (గర్భాదాన, పుంసవన సంస్కారములు) నేను చేస్తాను. నీ గర్భము గర్భాశయము నందు వచ్చుగాక! (నీవు గర్భమును ధరింతువుగాక!) ఓ నరహితకారిణీ! నీవు కుశలశోధక సంతానమును పొంది నీవు అతనికి సుఖదాయకురాలవగుదువు గాక! నీకును అతడు సుఖదాయకుడగు గాక!

మనుష్యులందరు వైద్యశాస్త్రముననుసరించి తగినకాలమందు తగురీతిలో అమోఘమైన గర్భధానాది సంస్కారములు చేసి సంతానము నుత్పన్నము చేయవలయును. ఆ సంతానము యొక్క జన్మ తల్లిదండ్రులకు సుఖదాయకమగు గాక!

ఓం యాసాం ద్యౌష్పితా పృథివీ మాతా సముద్రో మూలం వీరుధాం బభూవ ।
తాస్త్వా పుత్రవిద్యాయ దైవీః ప్రావన్త్వోషధయః స్వాహా ॥6॥

(అథర్వ॥3-23-1 నుండి 6 వరకు)

ఉత్పన్నమయ్యే అన్నాధి ఔషధములను పోషణ చేయువాడు సూర్యుడు. ఉత్పన్నము చేయునది పృథివి. మరియు జలము నాటి వేర్లను పుష్టి పరచునదై దివ్యగుణములు కలిగిన ఔషధములై సంతానము పొందుటకై నిన్ను బాగుగా రక్షించు గాక!

అన్నము మొదలగు అనేక ఔషధములు సూర్యుని ద్వారా వర్షము మరియు ప్రకాశమును పొంది పృథివి మరియు జలము యొక్క సంయోగముచే ఉత్పన్నమగుచున్నవి. అందులోనుండి ఉత్తమ బలవర్ధక ఔషధములను తగురీతిగ తిని దంపతులు ఉచిత (తగు) సంతానమునుత్పన్నము చేయుదురుగాక!

ఓం పర్వతాద్ దివో యోనేః రఙ్గాదఙ్గాత్ సమాభృతమ్ ।
శేపో గర్భస్య రేతోధాః సరౌ పర్ణమివా దధత్ స్వాహా ॥7॥

ఈ క్రింది రెండు పదచ్ఛేదన మంత్రములను యజ్ఞబ్రహ్మ భర్తతో అనిపించి ఆహుతి నిప్పించవలయును.

వీర్యము లేక పరాక్రమము గల పురుషుడు పర్వతాదులందు లభించు ఔషధములచే ఆకాశమునందుండు మేఘములు, వాయువు మరియు ప్రకాశము మొదలగు వాటినుండి గర్భాశయము మరియు తమ అంగములను ఏకత్రితపరచి పొగడదగు సంతానము నుత్పన్నము చేయు సామర్థ్యమును స్థిరపరచి ఉత్తమ సంతానమును కనవలెను.

మానవుడు బ్రహ్మచర్యము మరియు ఔషధముల యొక్క సేవనతో దృఢాంగములను పొంది గృహస్థాశ్రమములో ప్రవేశించి బలిష్ఠమైన ఉత్తమ సంతానమును కనవలెను.

ఓం యథేయం పృథివీ మహీ భూతానాం గర్భమాదధే ।
ఏవాదధామి తే గర్భం తస్మై త్వామవసే హువే స్వాహా ॥8॥

ప.వి:-యథా-ఇయమ్-పృథివీ-మహీ-భూతానామ్-గర్భమ్-ఆదధే ।
ఏవ-ఆదధామి-తే-గర్భమ్-తస్మై-త్వామ్-అవసే-హువే-స్వాహా ॥

ఏ విధంగా ఈ విశాలమైన పృథివి సమస్త జీవుల యొక్క గర్భధారణ చేసియున్నదో అట్లే నేను నీ గర్భస్థాపన చేయుదును.

ఈ విశాల పృథివి మేఘముల ద్వారా గర్భధారణ చేసి అమూల్య రత్నములను ఉత్పన్నము చేయుచున్నది. అలాగే విశాల స్వభావము గలదైన పత్ని పరాక్రమ వంతుడగు తన పతి సంయోగముచే ఉత్తమ సంతానమును ఉత్పన్నము చేయుగాక!

ఓం గర్భం ధేహి సినీవాలి గర్భం ధేహి సరస్వతి ।
గర్భం తే అశ్వినోభా ధత్తాం పుష్కరస్రజా స్వాహా ॥9॥

ప.వి:-గర్భమ్-ధేహి-సినీవాలి-గర్భం-ధేహి-సరస్వతి ।
గర్భమ్-తే-అశ్వినా-ఉభా-ధత్తామ్-పుష్కరస్రజా-స్వాహా ॥9॥

ఉత్తమ జ్ఞానము గల ఓ పత్నీ! ఉత్తమ అన్నము భుజించి పొగడదగు గర్భధారణము చేయుము. పుష్టిపరచునదగు రాత్రింబవళ్ళు రెండును నీ గర్భస్థ సంతానమును బాగుగా పుష్టిపరచుగాక!

విజ్ఞానవతియగు స్త్రీ గర్భధారణ చేసి గర్భస్థ సంతానము రాత్రింబవళ్ళు పుష్టిని పొందుటకు తగు ఆహార విహారాదులను తీసుకొనవలయును.

ఓం గర్భం తే మిత్రావరుణా గర్భం దేవో బృహస్పతిః ।
గర్భం త ఇన్ద్రశ్చాగ్నిశ్చ గర్భం ధాతా దధాతు తే స్వాహా ॥10॥

ప్రాణవాయువు మరియు అపాన వాయువులు నీ గర్భమును బాగుగా పుష్టిపరచు గాక! గొప్ప గొప్ప లోకముల ప్రకాశవంతుడైన రక్షకుడగు సూర్యుడు, విద్యుత్తు మరియు గర్భధారణ చేయునటువంటి అగ్ని కూడ నీ గర్భమును పుష్టిపరచుగాక!

శ్వాసప్రశ్వాసలు, సూర్యుడు, శారీరక విద్యుత్తు, అగ్ని మొదలగు పదార్థములు గర్భవతి స్త్రీ యొక్క గర్భమును యథావిధి పుష్టి పరచుగాక! (అథర్వ॥5.25.8.)

ఓం విష్ణుర్యోనిం కల్పయతు త్వష్టా రూపాణి పింశతు ।
ఆ సిఞ్చతు ప్రజాపతిర్ధాతా గర్భం దధాతు తే స్వాహా ॥11॥

(అథర్వ॥5-25-1 నుండి 5వరకు)

సర్వవ్యాపకుడగు పరమేశ్వరుడు గర్భాశయమును సామర్థ్యముగలదిగా చేయునుగాక! మరియు ఆ విశ్వకర్మయగు ఈశ్వరుడు గర్భమును సుందరాకారముగ తయారు చేయుగాక! సర్వ పోషకుడు ప్రజారక్షకుడగు పరమాత్ముడు నీ గర్భమును అన్ని విధముల పోషణ చేసి పుష్టిపరచుగాక!

సామర్థ్యముగల గర్భవతియగు స్త్రీ పరమేశ్వరుని ఉత్తమ గుణములను స్మరించుచు గుణవంతులగు మహాత్ముల యొక్క ధ్యానము చేసి గర్భమును రక్షించవలయును. దాని వలన బాలకుడు గుణవంతుడు, రూపవంతుడు, మహాత్ముడుగా జన్మించును! (అట్లే బాలిక జన్మించుగాక!)

ఓం గర్భో అస్యోషధీనాం గర్భో వనస్పతీనామ్ ।
గర్భో విశ్వస్య భూతస్య సో అగ్నే గర్భమేహ ధాః స్వాహా ॥12॥

(అథర్వ॥5-25-7)

ఈ క్రింది పదచ్ఛేదన మంత్రమును "యజ్ఞబ్రహ్మ" భర్తతో అనిపించి ఆహుతుల నిప్పించవలయును.

సర్వవ్యాపకుడవగు ఓ పరమేశ్వరా! సోమలత(తిప్పతీగ), అన్నము మొదలగు ఓషధుల యొక్క స్తుతి యోగ్యమైన ఆశ్రయము సేవనీయ పదార్థములను

పొందుటకు సమస్త పంచభూతములు ఆధారములైయున్నవి. కనుక నీవు గర్భమును బాగుగా ధారణ చేయుము.

ఏ విధముగా పరమేశ్వరుడు సమస్త ఉత్తమ పదార్థములను తనలో ధారణ చేయునో అట్లే సామర్థ్యము, పరాక్రమము, విద్యా మొదలగునవి పొంది స్త్రీ పురుషులు ఉత్తమ సంతానము కొరకు గర్భాధానము చేయవలయును.

ఓం వి జిహీష్వ బార్హత్సామే గర్భస్తే యోనిమా శయామ్ ।
అదుష్టే దేవాః పుత్రం సోమపా ఉభయావినమ్ స్వాహా ॥13॥

(అథర్వ॥5-25-9)

ప.వి:-వి-జిహీష్వ-బార్హత్సామే-గర్భః-తే-యోనిమ్-ఆశయామ్ ।
అదుః-తే-దేవాః-పుత్రమ్-సోమపాః-ఉభయావినమ్-స్వాహా ॥

సామవేదము నెరిగినదానవు, అత్యంత ప్రియ కర్మలను చేయుదానవగు ఓ పత్నీ! విశేష ప్రయత్నము వలన సంతాన సామర్థ్యము నీ గర్భాశయమునందు కలుగుగాక! అమృతపానము చేసి ఉత్తమ గుణములను పొంది ధర్మాన్ని, తల్లిదండ్రులను రక్షించువారు, వంశోద్ధారకులగు సంతానమును పొందుము.

బలవంతురాలగు, గుణవంతురాలగు స్త్రీ ప్రయత్న పూర్వకముగా ఉత్తమ సంతానము నుత్పన్నము చేయుగాక!

ఓం ధాతః శ్రేష్ఠేన రూపేణాస్యా నార్యా గవీన్యోః ।
పుమాంసం పుత్రమా ధేహి దశమే మాసి సూతవే స్వాహా ॥14॥

పోషకుడవగు ఓ పరమాత్మా! శ్రేష్ఠవిధముగా గర్భవతియగు విదుషీ స్త్రీ యొక్క రెండు వైపుల గల నాడులయందు ధర్మాన్ని రక్షించునట్టి వంశోద్ధారకుడగు సంతానమును పరమేశ్వరుని గుణములను తలంచుచు నవమానములు నిండిన తరువాత ఉత్తమగుణ స్వభావము గల సంతానమును ఉత్పన్నమగునట్లు బాగుగా స్థాపింపజేయుము.

గర్భవతి యగు విదుషిపత్ని పరమేశ్వరుని గుణములను తలంచుచు నవమాసములు నిండిని తరువాత ఉత్తమగుణ స్వభావము గల సంతానమును ఉత్పన్నము చేయవలయునుగాక!

ఓం త్వష్టః శ్రేష్ఠేన రూపేణాస్యా నార్యా గవీన్యోః ।
పుమాంసం పుత్రమా ధేహి దశమే మాసి సూతవే స్వాహా ॥15॥

ఓ విశ్వకర్మ పరమాత్మా! శ్రేష్ఠవిధముగా గర్భవతియగు విదుషీ స్త్రీ యొక్క రెండు వైపుల గల నాడులయందు ధర్మాన్ని రక్షించునట్టి వంశోద్ధారకుడగు సంతానమును పరమేశ్వరుని గుణములను తలంచుచు నవమాసములు నిండిన తరువాత ఉత్తమగుణ స్వభావము గల సంతానమును ఉత్పన్నమగునట్లు బాగుగా స్థాపింపజేయుము.

ఓం సవితః శ్రేష్ఠేన రూపేణాస్యా నార్యా గవీన్యోః ।
పుమాంసం పుత్రమా ధేహి దశమే మాసి సూతవే స్వాహా ॥16॥

అందరిని ఉత్పన్నము చేయువాడవగు ఓ పరమాత్మా! శ్రేష్ఠవిధముగా గర్భవతియగు విదుషీ స్త్రీ యొక్క రెండు వైపుల గల నాడులయందు ధర్మాన్ని రక్షించునట్టి వంశోద్ధారకుడగు సంతానమును పరమేశ్వరుని గుణములను తలంచుచు నవమాసములు నిండిన తరువాత ఉత్తమగుణ స్వభావము గల సంతానమును ఉత్పన్నమగునట్లు బాగుగా స్థాపింపజేయుము.

ఓం ప్రజాపతే శ్రేష్ఠేన రూపేణాస్యా నార్యా గవీన్యోః ।
పుమాంసం పుత్రమా ధేహి దశమే మాసి సూతవే స్వాహా ॥17॥

(అథర్వ॥5-25-10 నుండి13వరకు)

సృష్టిపాలకుడవగు ఓ జగదీశ్వరా! శ్రేష్ఠ విధముగా గర్భవతియగు విదుషీ స్త్రీ యొక్క రెండు వైపుల గల నాడులయందు ధర్మాన్ని రక్షించునట్టి వంశోద్ధారకుడగు సంతానమును పరమేశ్వరుని గుణములను తలంచుచు నవమాసములు నిండిన తరువాత ఉత్తమగుణ స్వభావము గల సంతానమును ఉత్పన్నమగునట్లు బాగుగా స్థాపింపజేయుము.

ఓం శమీమశ్వత్థ ఆరూఢస్తత్ర పుంసవనం కృతమ్ ।
తద్ వై పుత్రస్య వేదనం తత్ స్త్రీష్వా భరామసి స్వాహా ॥18॥

(అథర్వ॥6-11-1)

ఈ క్రింది పదమ్నేదన మంత్రమును "యజ్ఞబ్రహ్మ" భార్యాభర్తలతో అనిపించి ఆహుతుల నిప్పించవలయును.

బలవంతుడగు పురుషుడు శాంత స్వభావము గల స్త్రీతో సంతానోత్పత్తి కర్మను చేసినందు వలన ఆ కర్మయే వంశోద్ధారకుడగు సంతానము పొందుటకు కారణముగును గాక!

వీర్యవంతుడగు పతి, శాంతస్వభావము గల పత్ని ప్రేమతో తగువిధముగా సంయోగము చేసి ఉత్తమ సంతానమును ఉత్పన్నము చేయుదురుగాక!

ఓం పరిహస్త వి ధారయ యోనిం గర్భాయ ధాతవే ।
మర్యాదే పుత్రమా ధేహి తం త్వమా గమయాగమే స్వాహా ॥19॥

ప.వి:-పరిహస్త-వి-ధారయ-యోనిమ్-గర్భాయ-ధాతవే ।
మర్యాదే-పుత్రమ్-ఆ-ధేహి-తమ్-త్వమ్-ఆ-గమయ-ఆగమే-స్వాహా॥

నీ హస్తమును ఆశ్రయముగా నిచ్చువాడవగు ఓ పురుషుడా! ఇంటిని, గర్భమును పుష్టి చేసి విశేషముగా పరిరక్షించుము. మరియాదయుక్తమైన ఓ పత్నీ! గర్భములో యున్న వంశోద్ధారకుడగు సంతానమును బాగుగా పుష్టిపరచుము. నీవు ఆ సంతానమును తగు సమయమునందు ఉత్పన్నము చేయుము.

తగు గృహము మొదలగు వాటితో యథావిధిగా గర్భరక్షణ చేసి దంపతులు సావధానులై యుండి యథావిధిగా గర్భధారణ చేసి పూర్తి దినములు నిండిన తరువాత సంతానమును ఉత్పన్నము చేయుదురుగాక!

ఓం యం పరిహస్తమబిభరదితిః పుత్రకామ్యా ।
త్వష్టా తమస్యా ఆ బధ్నాద్ యథా పుత్రం జనాదితి స్వాహా ॥20॥

(అథర్వ॥6-81-2,3)

స్త్రీ తన ఉత్తమ సంతాన కోరికచే అఖండ బ్రహ్మచర్య వ్రతమును చేసిన పురుషున్ని పొందినది. విశ్వకర్మ లేక శిల్పియగు పరమాత్ముడు ఆ పతిని పత్నికొరకు నియమబద్ధునిగా చేయుగాక! దానిచే పత్ని వంశోద్ధారక సంతానమును ఉత్పన్నము చేయుగాక!

స్త్రీ పురుషులు వేదవిహిత పద్ధతితో ప్రేమతో ఉత్తమ సంతానమును ఉత్పన్నము చేయుచున్నారో అదే విధముగా స్త్రీ పురుషులు పరస్పర అనురాగముతో శ్రేష్ఠ సంతానమును ఉత్పన్నము చేయుదురుగాక!

స్వచ్ఛమైన ఔషధయుక్త దేశవాళీ గోఘృతాహుతి
(లేక)
స్వచ్ఛమైన దేశవాళీ గోఘృతాహుతి మంత్రములు

ఈ క్రింది 11 మంత్రములతో “భర్త” ఔషధయుక్త దేశవాళీ గోఘృతముతోను లేక దేశవాళీ గోఘృతముతోను, “భార్య” హవన సామగ్రితోను గట్టిగా “స్వాహా” అంటూ ఉభయులు ఆహుతులనివ్వవలయును. ఈ ఆహుతులనివ్వగా మిగిలిన ఔషధయుక్త గోఘృతమును లేక దేశవాళీ గోఘృతమును పాయసము లేక అన్నములో కలిపి భార్యాభర్తలిరువురు యజ్ఞానంతరం భుజించవలయును.

ఓం అగ్నయే స్వాహా । ఇదమగ్నయే - ఇద న్న మమ॥1॥ (యజు॥22-27)

ఓం సోమాయ స్వాహా । ఇదం సోమాయ - ఇద న్న మమ॥2॥ (యజు॥22-27)

ఓం ప్రజాపతయే స్వాహా । ఇదం ప్రజాపతయే - ఇద న్న మమ॥3॥ (యజు॥18-28)

ఓం ఇన్ద్రాయ స్వాహా । ఇదమిన్ద్రాయ - ఇద న్న మమ ॥4॥ (యజు॥22-27)

ఓం విష్ణుర్యోనిం కల్పయతు త్వష్టా రూపాణి పింశతు ।
ఆ సిఞ్చతు ప్రజాపతిర్ధాతా గర్భం దధాతు తే స్వాహా ॥5॥

భర్తతో అనిపించవలసిన పదవిభాగ మంత్రము

ఓం గర్భం ధేహి సినీవాలి గర్భం ధేహి సరస్వతి ।
గర్భం తే అశ్వినౌ దేవావాధత్తాం పుష్కరస్రజా స్వాహా ॥౬॥

పదవిభాగము:

ఓం గర్భమ్-ధేహి-సినీవాలి-గర్భమ్-ధేహి-సరస్వతి ।
గర్భమ్-తే-అశ్వినౌ-దేవౌ-ఆధత్తామ్-పుష్కరస్రజా-స్వాహా ॥౬॥

ఓం హిరణ్యయీ అరణీ యం నిర్మన్థతో అశ్వినా ।
తం తే గర్భం హవామహే దశమే మాసి సూతవే స్వాహా ॥౭॥

(ఋగ్వే. 10-184-1,2,3)

ఓం యథేయం పృథివీ మహీ భూతానాం గర్భమాదధే ।
ఏవా తే ధ్రియతాం గర్భో అను సూతుం సవితవే స్వాహా ॥౮॥

ఓం యథేయం పృథివీ మహీ దాధారేమాన్ వనస్పతీన్ ।
ఏవా తే ధ్రియతాం గర్భో అను సూతుం సవితవే స్వాహా ॥౯॥

ఓం యథేయం పృథివీ మహీ దాధార పర్వతాన్ గిరీన్ ।
ఏవా తే ధ్రియతాం గర్భో అను సూతుం సవితవే స్వాహా ॥10॥

ఓం యథేయం పృథివీ మహీ దాధార విష్ఠితం జగత్ ।
ఏవా తే ధ్రియతాం గర్భో అను సూతుం సవితవే స్వాహా ॥11॥

(అథర్వ. 6-17-1 నుండి 4వరకు)

పరమేశ్వర ప్రార్థన మంత్రములు

దంపతులు నిలబడి నిరాకారుడైన పరమేశ్వరునకు నమస్కరించి ఈ క్రింది పదవిభాగ మంత్రములను అర్థయుక్తముగా పఠించవలెను. (పురోహితుడు పఠింపచేయవలెను)

పుత్రుడు కావలసిన వారు మాత్రమే ఈ క్రింది మంత్రములు పదవిభాగముతో పఠించవలయును.

భార్యాభర్తలతో అర్థయుక్తముగా అనిపించవలసిన పదవిభాగ మంత్రము:-

ఓం సుబ్రహ్మాణం దేవవన్తం బృహన్తమురుం గభీరం పృథుబుధ్నమిన్ద్ర ।
శ్రుత ఋషిముగ్రమభిమాతిషాహమస్మభ్యం చిత్రం వృషణం రయిం దాః॥

(ఋగ్వే. 10.47.3)

పదవిభాగము:-

ఓం-సుబ్రహ్మాణమ్-దేవవన్తమ్-బృహన్తమ్-ఉరుమ్-గభీరమ్-పృథుబుధ్నమ్-ఇన్ద్ర।
శ్రుతఋషిమ్-ఉగ్రమ్-అభిమాతిషాహమ్-అస్మభ్యమ్-చిత్రమ్-వృషణమ్-రయిమ్-
దాః॥

అర్థము :- పరమైశ్వర్యశాలివగు ఓ పరమేశ్వరా! నీవు మాకు ఉత్తమ జ్ఞానిని వేదవేత్తను, దివ్య గుణములు గలవానిని, గొప్పవానిని, గంభీరుని, విశాల హృదయము గలవానిని, గొప్ప ఆశయముగలవానిని, ఋషులచే వేదార్థము నెరిగినవానిని వేదమంత్రార్థమునెరిగిన ఋషిని, దుష్టులపై ఉగ్రుడగువానిని, దురభిమానులగు దుష్టశత్రువులను పారద్రోలువానిని, అద్భుత వ్యక్తిని, సుఖమును వర్షింప జేయువాడునగు పుత్రధనమును ఒసంగుము.

భావార్థము :- ఓ పరమేశ్వరా! నీవు మాకు జ్ఞాని, విద్వదనుచరుడు, మహనీయుడు, గంభీరుడు, విశాల దృక్పథము గలవాడు, మంత్రద్రష్ట, ఉగ్రుడు, శతృనాశకుడు, అద్భుత సుఖదాతయగు పుత్రుని ఒసంగుము.

ఓం స్తుతా మయా వరదా వేదమాతా ప్ర చోదయన్తాం పావమానీ ద్విజానామ్।
ఆయుః ప్రాణం ప్రజాం పశుం కీర్తిం ద్రవిణం బ్రహ్మవర్చసమ్ ।
మహ్యం దత్వా వ్రజత బ్రహ్మలోకమ్ ॥ (అథర్వ 19-71-1)

వరముల నిచ్చు వేదమాత జ్ఞానదేవత నాచే ప్రార్థించబడినది. నన్ను పవిత్రమునొనర్చి వరములనిచ్చు ఓ వేదమాతా ! జ్ఞానదేవతా! నాకు ఆయువును, ప్రాణమును, సంతానమును, పశువులను, కీర్తిని, ధనమును, బ్రహ్మవర్చస్సును ఇచ్చి నన్ను బ్రహ్మలోకమునకు చేర్చుము.

ప్రాతః కాల హవన మంత్రములు

ఉదయం యజ్ఞం చేయునపుడు ఈ క్రింది "ప్రాతఃకాల హవన మంత్రముల" తో ఆహుతుల నివ్వవలయును.

ఓం సూర్యో జ్యోతిర్జ్యోతిః సూర్యః స్వాహా ॥
ఓం సూర్యో వర్చో జ్యోతిర్వర్చః స్వాహా ॥
ఓం జ్యోతిః సూర్యః సూర్యో జ్యోతిః స్వాహా ॥ (యజు॥3-9)
ఓం సజూర్దేవేన సవిత్రా సజూరుషసేన్ద్రవత్యా ।
జుషాణః సూర్యో వేతు స్వాహా ॥ (యజు॥3-10)

సాయంకాల హవన మంత్రములు

సాయంకాలము యజ్ఞము చేయునపుడు ఈ క్రింది "సాయంకాల హవన మంత్రముల"తో ఆహుతుల నివ్వవలయును.

ఓమ్ అగ్నిర్జ్యోతిర్జ్యోతిరగ్నిః స్వాహా ।
ఓమ్ అగ్నిర్వర్చో జ్యోతిర్వర్చః స్వాహా । (యజు॥3-9)
ఓమ్ అగ్నిర్జ్యోతిర్జ్యోతిరగ్నిః స్వాహా । (మౌనముగా పఠించవలెను)
ఓం సజూర్దేవేన సవిత్రా సజూ రాత్ర్యేన్ద్రవత్యా ।
జుషాణోఽ అగ్నిర్వేతు స్వాహా ॥ (యజు॥3-10)

ప్రాతస్సాయం సమయముల హవన మంత్రములు

ఈ క్రింది మంత్రములతో ఆహుతుల నివ్వవలెను.

ఓం భూరగ్నయే ప్రాణాయ స్వాహా ॥1॥
ఇదమగ్నయే ప్రాణాయ - ఇద న్న మమ ॥
ఓం భువర్వాయవేఽపానాయ స్వాహా ॥2॥
ఇదం వాయవేఽపానాయ - ఇద న్న మమ ॥
ఓం స్వరాదిత్యాయ వ్యానాయ స్వాహా ॥3॥
ఇదమాదిత్యాయ వ్యానాయ - ఇద న్న మమ ॥ (ప్రా॰గృ॰1-3)

ఓం భూర్భువః స్వరగ్నివాయ్వాదిత్యేభ్యః ప్రాణాపానవ్యానేభ్యః స్వాహా ॥4॥
ఇదమగ్నివాయ్వాదిత్యేభ్యః ప్రాణాపానవ్యానేభ్యః - ఇద న్న మమ ॥

(పార॥గృ॥34-4)

ఓమ్ ఆపో జ్యోతీ రసోఽమృతం బ్రహ్మ భూర్భువః స్వరోం స్వాహా ॥5॥

(తైతి॥అర॥ప్రపా॥10)

ఓం యాం మేధాం దేవగణాః పితరశ్చోపాసతే ।
తయా మామద్య మేధయాగ్నే మేధావినం కురు స్వాహా ॥6॥

(యజు॥32-14)

ఓం విశ్వాని దేవ సవితర్దురితాని పరా సువ ।
యద్భద్రం తన్నఽఆ సువ స్వాహా ॥ (యజు॥30-3)

ఓమ్ అగ్నే నయ సుపథా రాయేఽ అస్మాన్విశ్వాని దేవ వయునాని విద్వాన్ ।
యుయోధ్యస్మజ్జుహురాణమేనో భూయిష్ఠాం తే నమఽ ఉక్తిం విధేమ స్వాహా ॥ (యజు॥40-16)

గాయత్రీ మంత్రము

ఈ క్రింది "గాయత్రీ మంత్రము"ను పఠించుచు క్రమముగ '5' ఆహుతుల నివ్వవలయును. కాని మీ శక్తి కొలది ఎన్నైనా (11గాని, 21గాని, 54గాని, 108గాని) ఆహుతుల నివ్వవచ్చును.

ఓం భూర్భువః స్వః । తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో దేవస్య ధీమహి।
ధియో యో నః ప్రచోదయాత్ స్వాహా ॥
ఇదం సవిత్రే - ఇద న్న మమ ॥ (యజు॥36-3)

పూర్ణాహుతి

పూర్ణాహుతి రోజున భార్యా భర్తలు నిలుచొని కొబ్బరికురిడిపై ఘృతము వేసి లేదా స్థాళీపాకపు ముద్దపై ఘృతమువేసి దోసిడిలో పెట్టుకొనిగాని, స్రుక్‌పై పెట్టిగాని, పూర్ణాహుతి నివ్వవలెను. ఆ సమయమున ఈక్రింది మంత్రమును ఋత్వికులు పఠించవలెను.

ఈ క్రింది మంత్రమును "పూర్ణాహుతి" రోజు సాయంత్రం మాత్రమే పఠించవలయును

ఓం పూర్ణమదః పూర్ణమిదం పూర్ణాత్పూర్ణముదుచ్యతే ।
పూర్ణస్య పూర్ణమాదాయ పూర్ణమేవావశిష్యతే స్వాహా
॥(బృహదారణ్యకో॥ 5. 1. 1)

ఈ క్రింది "పూర్ణాహుతి మంత్రము"ను పఠించుచు క్రమముగ మూడు ఆహుతుల నివ్వవలయును.

ఓం సర్వం వై పూర్ణగ్ం స్వాహా ॥

అవశిష్ట ఘృతాహుతి మంత్రము

పురోహితులు ఈ క్రింది మంత్రము పఠించుచుండగా యజమాని (భార్యభర్తలు) నిలుచొని మిగిలిన ఘృతమును కుండమునందు ధారగ వదలవలయును.

ఓం వసోః పవిత్రమసి శతధారం వసోః పవిత్రమసి సహస్రధారమ్ ।
దేవస్త్వా సవితా పునాతు వసోః పవిత్రేణ శతధారేణ సుప్వా కామధుక్షః
(యజు॥ 1-3)
స్వాహా ॥

ఓం శాన్తిః శాన్తిః శాన్తిః ॥

ప్రార్థన మంత్రము

ఘృత పాత్రలో కొంచెము నీరుపోసి కలిపి ఆ నీటిని వేదిక వద్దనున్న వారందరు అరచేతులకు వ్రాసుకొని ఈ క్రింది మంత్రమును పఠించుచు, అగ్ని జ్వాలలకు కాపుకొనుచు ముఖమును స్పృశించుచు వాసన పీల్చుచు ప్రార్థన చేయవలయును.

ఓం తేజోఽసి తేజో మయి ధేహి ।

ఓం వీర్యమసి వీర్యం మయి ధేహి ।

ఓం బలమసి బలం మయి ధేహి ।

ఓమ్ ఓజోఽసి ఓజో మయి ధేహి ।

ఓం మన్యురసి మన్యుం మయి ధేహి ।

ఓం సహోఽసి సహో మయి ధేహి ॥ (యజు॥19-9)

ప్రార్థన శ్లోకములు

సర్వే భవన్తు సుఖినః సర్వే సన్తు నిరామయాః ।
సర్వే భద్రాణి పశ్యన్తు మా కశ్చిద్దుఃఖభాగ్భవేత్ ॥1॥
కాలే వర్షతు పర్జన్యః పృథివీ సస్యశాలినీ ।
లోకోఽయం క్షోభరహితస్సజ్జనాః సన్తు నిర్భయాః ॥2॥
స్వస్తి ప్రజాభ్యః పరిపాలయన్తాం న్యాయేన మార్గేణ మహీం మహీశాః ।
గో బ్రాహ్మణేభ్యః శుభమస్తు నిత్యం లోకాః సమస్తాః సుఖినో భవన్తు॥3॥

శాన్తిపాఠ మంత్రము

ఓం ద్యౌః శాన్తిరన్తరిక్షగ్ం శాన్తిః పృథివీ శాన్తిరాపః
శాన్తిరోషధయః శాన్తిః । వనస్పతయః శాన్తిర్విశ్వే
దేవాః శాన్తిర్బ్రహ్మ శాన్తిః సర్వగ్ం శాన్తిః
శాన్తిరేవ శాన్తిః సా మా శాన్తిరేధి (యజు॥36-17)

ఓం శాన్తిః శాన్తిః శాన్తిః ॥

ఆశీర్వాదము

ఈ క్రింది మంత్రములతో "పురోహితుడు" వేదికవద్ద ఉన్నవారి అందరితో అనిపించి పుష్పములతో ఆశీర్వదించవలయును.

ఓం సత్యాః సన్తు యజమానస్య కామాః ॥ (యజు॥12-44)

ఓం శతం జీవ శరదో వర్ధమానః ॥ (అథర్వ॥3-11-4)

ఓం శతాత్మానం భవతి శత మనన్తం భవతి
శత మైశ్వర్యం భవతి శత మితి శతం దీర్ఘమాయుః (నిరుక్తము)

అవభృథ స్నానమంత్రములు

ఋత్విజులు పాత్రలో నీళ్ళు తీసుకొని మామిడి ఆకులనుగాని, తమలపాకులను గాని పాత్రలో వేసుకొని ఈ క్రింది స్నానమంత్రమును పఠిస్తూ దంపతుల శిరస్సులపై ఐదు పూటలు జలము చిలకరించవలెను. పూర్ణాహుతి తర్వాత, ఆశీర్వాదము పిదప కలశములలోని నీళ్ళను బకెటులో పోసుకొని ఋత్విజులతో దంపతులు ఈ క్రింది పదవిభాగ మంత్రములను చెప్పించుకొని అవభృథ స్నానము చేయవలయును.

ఓమ్ ఆపో హి ష్ఠా మ యోభువస్తా న ఊర్జే దధాతన ।
మహే రణాయ చక్షసే ॥ (ఋ. 10-9-1)

ఓం యో వః శివతమో రసస్తస్య భాజయతేహ నః ।
ఉశతీరివ మాతరః । (ఋ. 10-9-2)

ఓం తస్మా అరంగమామ వో యస్య క్షయాయ జిన్వథ ।
ఆపో జనయథా చ నః । (ఋ. 10-9-3)

పుత్రకామేష్టి యజ్ఞవిధి సమాప్తము

ఓం శాన్తిః శాన్తిః శాన్తిః

భజనలు

1. ఓం నమస్తే జగదేకపితా! అజరా! అమరా! సుజనహితా! ॥

సాకి: హే దేవా! సవితాది సమస్తలోకైకనాథా!

ఆదిమధ్యాంతరహితా! కృపాసహితా! అగణిత దివ్యగుణయుక్తా! అనాథనాథా!
అమోఘజ్ఞానసమేతా! నమామి - నమామి సతతం నమామి... ఆ... ॥ఓం॥

సర్వమునందున నీవున్నావు - నీయందున ఈ సర్వముగలదు సర్వవేదముల
సారము నీవు - సర్వము నెరిగిన సర్వజ్ఞ ! శాశ్వతా! ॥ఓం॥

నేలవు కావూ గాలివి కావూ ! నీరూ నిప్పూ నింగివి కావూ కాలము దిశలు
ఆత్మయు మనసు - ఏవియు కావు హే అనిర్వచన! అద్భుతా!
॥ఓం॥

సృష్టిస్థితిలయకారణభూతా! - వేదచతుష్టయ జ్ఞాన ప్రదాతా!
సర్వశక్తియుతా! అజన్మానంతా! విషయరహితా!
సకల ఋషి లోకసేవితా ॥ఓం॥

నాశరహిత! సత్య! సర్వాధారా! - క్లేశకర్మ విపాకవిదూరా!
భక్తజనజీవన సంకటహారా! - ప్రణవకుమార హృదేకనికేతా! ॥ఓం॥

2. ఈశ్వరా! నీదయా ఇంత అనరాదయా!

ఈశ్వరా! నీదయ ఇంత అనరాదయా! - మదిని నీ మేలును
మరచిపోలేనయా! ॥ఈశ్వ॥

కడుపులో పిండమై కదలాడునాకొరకై - అమ్మయెద కమ్మని పాలు
నింపావయా! ॥ఈశ్వ॥

ఏ ప్రేమమీరగా నను పెంపుజేయుగా - త్యాగమయులైన తల్లిదండ్రి
నిచ్చావయా ॥ఈశ్వ॥

ఈ సూర్యచంద్రులు భూమి సముద్రాలు - ఈ అన్నమూ నీరు నీ
భాగ్యమేనయా! ॥ఈశ్వ॥

ఈ ఇంద్రియమ్ములు ఇంద్రియసుఖమ్ములు

ఈ దేహ మీ మనసు నీభిక్షయే నయా! ॥ఈశ్వ॥

అధారమే లేని ఆధేయ మేదయా !– నా జీవనాధారం ప్రణవేశ! నీవయా!

॥ఈశ్వ॥

3. ఏచోట నేనేమి చేసినా

ఓ.....

ఏ చోట నేనేమి చేసినా – నీ పాటనే పాడెదా

నీ మేటి గుణములే చాటెదా ॥ఏచో॥

నిన్ను మించిన దేదైన కలదా – నిఖిల అధిపతి నీవేగ బలదా

లేదు నామదిలో ఎట్టి బెడద – నీ స్మరణమున చావైన సరదా ॥నీపాట॥

ఎన్ని కష్టము లెదురయ్యి నిలిచిన – ఎన్ని బాధలు నను చుట్టుకొనిన

నిన్ను మరువను నిమిషమ్మునైన – నీతి విడువ మరేనాటికైనా ॥నీపాట॥

వెర్రివాడని జనులంత నన్ను – వెక్కిరించిన వేసారిపోను

మీదు మిక్కిలి ఆనందపడెద – నీ ధ్యానములో అన్నిమరచెద ॥నీపాట॥

నోరు నొవ్వగ నిను గూర్చి పొగిడెద – మనసు పొంగగ నీ ఘనత తలచెద

కడిగి వేయుము నాలోని బురద – త్రెంచివేయుము పాపాల పరదా

॥నీ పాటనే॥

ఇల్లు వాకిలి ఇల్లాలు పిల్లలు – ఒళ్ళు, మనసూ నీకే అంకితము

కావుమా కరుణాలోల సుఖదా – దేవరా ప్రణవకుమార వరదా

॥నీ పాటనే॥

4. నిన్నే తలతుము

నిన్నే తలతుము – నిన్నే వలతుము – నిన్నే కొలిచెదము

నిన్నే ప్రభువర చిత్త పద్మమున – నిల్పి సుఖించెదము ॥నిన్నే॥

ఏ కష్టము మా కొదవిన నిన్నే – యెంచి సహించెదము

లోకమా నీ దాన కరుణకు నిండు - లోక విమోచకుడవు ||నిన్ను||

నిన్ను ప్రేమగ గొప్ప మహిమ్మ నిరతము పాడెదము

నిన్ను మహోన్నతుడని దలంచెదము - నిరతము పాడెదము ||నిన్ను||

చిత్ర విచిత్రము సృష్టి కార్య - చేసిన నీ కృపను

చిత్ర విచిత్రము చేసిన కరుణను - వెలుగున పాడెదము ||నిన్ను||

5. నేడు మనమందరము గూడి

నేడు మనమందరము గూడి పాడుదము హర్షించుచు

రేడు జగమున కీశ యేసును - పొగడ్త చెలగెడు జ్యోతిని ||నేడు||

సుందరమ్మౌ మందిరమ్ము - గూడి చక్కని గీతాల

సుందర ధ్వనితో రాగాల - స్తుతి పొందదగు దేవుని ||నేడు||

చిన్న పెద్దలు గానమందు - కలిసి మధుర రాగంబుల

చిన్న శిశువు బాలునిగా - క్రీస్తు నొసగిన తాతని ||నేడు||

పాపులందరు పొందలేనిది - లోక తెలియని జలధిలో

కీడుమాయని ప్రాప కీర్తన - శిరము వంచిన నాథుని ||నేడు||

ఆత్మగానము సంస్తుతించగ మనసు తెర్పించి పాడుము

సత్యస్వరూపుడు దేవుడు మనకు సత్యమోక్షము పురుషుని ||నేడు||

పాలనల సింహాసనము - శుద్ధ హృదయాంబుజముల

నీ కొలువు దర్శన దర్శనలో - సత్యస్వరూప పరేశుని ||నేడు||

6. దినమంది సుదినము కాదా

దినమంది సుదినము కాదా - ప్రభు - దినమంది సుదినముకాదా

మనకొరకు నీవు వచ్చి - గానము చేసెదం ||దిన||

మనసంత నీ కృప - ఆనందం గూడి

సన్నిధిలో నీవు గొప్ప - కృపలను పాడెదం ||దిన||

కొరకు నీయందే - గడప నిండా

నవదల కష్టము - లన్నియు దీర్చెడు ॥దీన॥

ధీరత నీ యాజ్ఞ - దీరిచి పాల్చెడు

వీరుల చరితము - విని హర్షించెడు ॥దీన॥

కళల దేరి స - త్కార్యము లొనరిచి

విలసిలు బుధులను - వేడ్క మన్నించెడు ॥దీన॥

నీ దయ గల్గిన - నిఖిల బంధువుల

నాదరించి ముద - మందుచు నుండెడు ॥దీన॥

7. బుద్ధిపై పారతీయురా

బుద్ధిపై పారతీయురా - భువనేశ్వరా! బుద్ధిపై పారతీయురా.

శుద్ధమగు నీ సత్స్వరూపము - చూచి చూచి కృతార్థు లగుదుము

శ్రద్ధతో నీ సేవ లొనరిచి - శాశ్వతానందమ్ము గాంతుము ॥భక్తి॥

భక్తి భిక్షము బెట్టరా - ప్రాణేశ్వరా! భక్తి భిక్షము బెట్టరా.

శక్తి మీరగ బాపచయముల - జక్కగా జెండాడివైతుము

రక్తితో మా హృత్పురంబును - రాజధానిగ నీకు నిత్తుము ॥భక్తి॥

దయను మాపై గురియురా - దయాకర! దయను మాపై గురియురా.

దయను మాపై నీవు గురిసిన - దాపములు చల్లారిపోవును

రయముగా హృత్క్షేత్రముల సద్ - రమ్యగుణముల పంట పండును.

॥భక్తి॥

ఐకమత్యము గూర్పురా - అఖిలాధార! ఐకమత్యము గూర్పురా.

లోకమంతయు నీ కుటుంబము - లోనిదే యని తెలిసి మెలగుచు

నీ కటాక్షముచేత వర్ధిలి - నిఖిల సుఖముల నదయుచుందుము ॥భక్తి॥

8. వదిలి కుమార్గము వరమార్గంబున

వదిలి కుమార్గము వరమార్గంబున - వర్తిలు చుండవే ఓ మనసా

సదమల భక్తిని స్వామిని గొలుచుచు, సౌఖ్యము లందవే ఓ మనసా

॥వదలి॥

పరుల సుఖమునే సాధించుచు భువి - పను లొనరింపవే యో మనసా,
దురిత దవాగ్నిని దూకుచు దారుణ - దుఃఖము లందకే యో మనసా
॥వదలి॥

సత్యమే సర్వశ్రేయస్కర మని - సతత మెరుంగవే యో మనసా
సత్యవ్రతమును సలిపెడు నప్పుడే - శౌర్యము జూపవే యో మనసా
॥వదలి॥

న్యాయమే స్వర్గప్రాయము జగతిని - నమ్ముము దృఢముగ నో మనసా
న్యాయము దప్పిన నరకంబుగ భువి - నాడే మారునే యో మనసా
॥వదలి॥

సుగుణ రత్నముల సొంపుగ దాలిచి - శోభిలుచుండవె యో మనసా
అగణితగుణరత్నాకరు డగు పర - మాత్మయే శరణము విను మనసా
॥వదలి॥

9. పరమ పితా మా-ప్రార్థన వినురా

పరమ పితా మా - ప్రార్థన వినురా; పాపములో బడనీయకురా
శరణాగత - రక్షకుడని నిన్నే; శరణు జొచ్చితిమి - విడువకురా
॥పరమ॥

పరులను మావలె - భావించెడు మది; బరమాత్మ మా కొసగుమురా
నిరతము సంతట - నీ మహిమల గను; నిరుపమ విద్యను - నేర్పుమురా
॥పరమ॥

నీ యాజ్ఞలనే - నెరవేర్చగ మది; నిర్మల భక్తిని నిలుపుమురా
న్యాయసత్య కరుణాలయు మాలో; నద్భుత నాట్యము - సలుపుమురా
॥పరమ॥

శాంతిధామ మా - స్వాంతమునందలి; చింతల నీవెగ - జిమ్ముమురా

అంతరంగ మను - నరవిందము నీ; కెంతయు ప్రీతి - నర్పింతుమురా

॥వరద॥

10. నిఖిల జగము లేలు రేడు

నిఖిల జగము లేలు రేడు నిన్ను నేలకుండునా?
నిఖిల మెరుగు సర్వసాక్షి నిన్ను నెఱుగ కుండునా? ॥నిఖి॥
నిఖిల జీవరక్షకుండు నిన్ను గావకుండునా?
నిఖిల భువన నాయకుండు నిన్ను నడుపకుండునా? ॥నిఖి॥
నిఖిల మతని కప్పగింప నిన్ను మెచ్చుకుండునా?
నిఖిలమతని దనియె యనిన నీకు దుఃఖముండునా? ॥నిఖి॥
నిండి యుంతటుండువాడు నీలో నుండకుండునా?
నిండు మదిని నతని గొల్వ నీకు లోప ముండునా? ॥నిఖి॥

11. మరి రాదుర యీ మానుష జన్మము

మరి రాదుర యీ మానుష జన్మము;
పరమ పురుషు కృప వలననే కలిగెను ॥మ॥

పరమేశుని వౌ - పరమాద్భుతముల;
దరిసెన మొనరింప - దగుయంత్రంబిది ॥మ॥

పరి పరి విధముల - బరులకు హితముల;
దరినిజేయుసా - ధన రాజమ్మిది ॥మ॥

ఘన సద్గుణమణి - గణము గడింపగ;
మనకు లభించిన - మహిత ధనమ్మిది ॥మ॥

దేవుని జేర్పగ - జీవుని గాని చను;
దేవదత్త మౌ - దివ్యరథం బిది ॥మ॥

కాని దీని జెడు - కార్యములందిడు;
వాని జన్మ మిల - వ్యర్థము వ్యర్థము ॥మ॥

12. జయము జయము

జయము జయము ఓం పతాకమునకు - వైదిక ధర్మ ప్రతీకమునకు

॥జయ॥

దైవభక్తి సూచించు ధ్వజముకు - మానవతను రక్షించు ధ్వజముకు
సౌఖ్యము అందించు ధ్వజముకు - త్యాగము శీలము నేర్పు ధ్వజముకు
||జయ||

ఈ పతాకము క్రిందున నిలిచి - ఉచ్ఛ నీచ భేదాలను మరచి
స్వార్థ సంకుచిత భావము విడిచి - కలిసి కదలుదము ముందు ముందుకు
||జయ||

శరీరోన్నతిని సాధించుదము ఆత్మికోన్నతిని పెంచుకొందము
సమాజోన్నతికి పాటు పడుదుము- అండ నిలుచుదము ఆర్త జనులకు
||జయ||

విశ్వప్రేమ పెంపొందించుటకు - విశ్వజనుల ఆర్యుల జేయుటకు
విశ్వ మానవుల ఏకత్వముకు - యత్నింతము కడ ప్రాణము వరకు
||జయ||

అందరికీ ఒకడే దైవ మని - అందరికీ ఒకటే ధర్మమని
అందరిదీ ఒకటే జాతి యని - చాటి చెప్పుదము సర్వజనులకు
||జయ||

మనిషి మనిషిలో సత్యాచరణం - ఇంటి ఇంటిలో యజ్ఞపరిమళం
వీధి వీధిలో వేద ప్రబోధం - ఇదియే జీవిత లక్ష్యం మనకు
||జయ||

ఆర్య ధ్వజమున కఖండ విజయమై - ఆర్య జాతి సుయశము అశయమై
ఆర్య ధర్మ మందరకును ప్రియమై- అలరుగాక యుగయుగాంతములకు
||జయ||

13. శాంతి చేయు ప్రభు త్రిభువనము

శాంతి చేయు ప్రభు త్రిభువనములలో ||శాంతి||

జలము స్థలములో గగన తలములో - అంతరిక్ష మగ్ని పవనములో
ఓషధి వనస్పతి వనసీమలలో- సకల చరాచర దృశ్యజగతిలో ||శాంతి||

పండిత గణ ఉపదేశమ్ములలో - పాలక జన పరిపాలనములలో
వ్యాపారుల ధన ధాన్యమ్ములలో - మరియు శ్రామికుల తనువు మనసులో
||శాంతి||

శాంతి దేశ అభ్యుదయ పథములో - వీధి వీధిలో గృహము గృహములో
జీవకోటి హృదయాంతరములలో - ప్రకృతిలోని ప్రతి అణువు అణువులో
||శాంతి||

యజ్ఞాంత ప్రార్థన

పూజనీయ ప్రభో హమారే భావ ఉజ్జ్వల కీజియే ।
ఛోడ్‌దేవేఁ ఛల కపట్‌కో మానసిక బల దీజియే ॥ ॥౧॥
వేదకీ బోలేఁ ఋచాయేఁ సత్యకో ధారణ్ కరేఁ ।
హర్షమేఁ హోఁ మగ్నసారే శోక్‌సాగరసే తరేఁ ॥ ॥౨॥
అశ్వమేధాదిక్ రచాయేఁ యజ్ఞ పర ఉపకార్ కో ।
ధర్మమర్యాదా చలాకర్ లాభ్ దేఁ సంసార్ కో ॥ ॥౩॥
నిత్య శ్రద్ధాభక్తి సే యజ్ఞాది హమ్ కరతే రహేఁ ।
రోగ పీడిత విశ్వ కే సంతాప్ సబ్ హరతే రహేఁ ॥ ॥౪॥
కామనా మిట్ జాయె మన్‌సే పాప్ అత్యాచార్ కీ ।
భావనాయేఁ పూర్ణ హోవేఁ యజ్ఞ సే నరనార్ కీ ॥ ॥౫॥
లాభకారి హో హవన్ హర్ జీవధారీ కేలియే ।
వాయుజల సర్వత్ర హో శుభగంధ కో ధారణ్ కియే ॥ ॥౬॥
స్వార్థ భావ్ మిటే హమారా ప్రేమపథ విస్తార హో ।
'ఇద న్న మమ కా' సార్థక్ ప్రత్యేక మేఁ వ్యవహార హో ॥ ॥౭॥
ప్రేమ్‌రస్ మే తృప్త్ హోకర్ వందనా హమ్ కర్ రహేఁ ।
నాథ్ కరుణా రూపకరుణా ఆప్‌కీ సబ్ పర్ రహేఁ ॥ ॥౮॥

హారతి

ఓమ్ జయ జగదీశ హరే, ప్రభు ! జయ జగదీశ హరే
భక్త జనోం కే సంకట క్షణమేఁ దూర్‌కరే ॥ఓం॥
జో ధ్యావే, ఫలపావే, దుఃఖ వినశే మన్‌కా
సుఖ సంపత్ ఘర్ ఆవే, కష్టమిటే తనకా ॥ఓం॥
మాతపితా తుమ్ మేరే, శరణ గహూఁ కిసకీ
తుమ్ బినా ఔర్ న కో ఈ, ఆస్ కరూఁ జిస్‌కీ ॥ఓం॥
తుమ్ పూరణ పరమాత్మ, తుమ్ అంతర్యామీ
పరబ్రహ్మ పరమేశ్వర ! తుమ్ సబ్ కే స్వామీ ॥ఓం॥
తుమ్ కరుణా కే సాగర్, తుమ్ పాలన కర్తా
మైఁ సేవక్ తుమ్ స్వామీ, కృపా కరో భర్‌తా ॥ఓం॥
తుమ్ హో ఏక్ అగోచర్, సబ్ కే ప్రాణపతీ
కిస్ విధి మిలూఁ దయామయ్, తుమ్‌కో మై కుమతీ ॥ఓం॥

దీనబంధు దుఃఖ్ హర్తా తుమ్ రక్షక్ మేరే
కరుణా హస్త బఢావో, శరణ పడా తేరే ||ఓం||
విషయ వికార మిటావో, పాపహరో దేవా
శ్రద్ధా భక్తి బఢావో, సంతన్ కీ సేవా || ఓం జయజగదీశ||

మన వేదశాస్త్రాల పరిచయము

1) నాలుగు వేదములు : 1) ఋగ్వేదము, 2) యజుర్వేదము, 3) సామవేదము, 4) అథర్వవేదము.

2) నాలుగు ఉపవేదములు : 1) ఆయుర్వేదము, 2) ధనుర్వేదము, 3) గంధర్వవేదము, 4) అర్థవేదము.

3) నాలుగు బ్రాహ్మణ గ్రంథములు: 1) ఐతరేయ, 2) తైత్తిరీయ (తాండ్య), 3) శతపథ, 4) గోపథ

4) ఆరు వేదాంగములు : 1) శిక్షా, 2) కల్పము, 3) వ్యాకరణము, 4) నిరుక్తము, 5) ఛందస్సు, 6) జ్యోతిష శాస్త్రము

5) ఆరు ఉపాంగములు : 1) వైశేషికము, 2) న్యాయము, 3) సాంఖ్యము, 4) యోగము, 5) మీమాంస, 6) వేదాంతము

6) పదకొండు ఉపనిషత్తులు : 1) ఈశ, 2) కేన, 3) కఠ, 4) ప్రశ్న, 5) ముండక, 6) మాండుక్య, 7) ఐతరేయ, 8) తైత్తిరీయ, 9) ఛాందోగ్య, 10) బృహదారణ్యక, 11) శ్వేతాశ్వతర

ఈ శాస్త్రాలతో పాటు ప్రక్షిప్తాలు లేని మనస్మృతి (మనుధర్మశాస్త్రం)-భగవద్గీత గ్రంథము మరియు మహర్షి దయానంద సరస్వతి గారిచే రచించబడిన గ్రంథాలలో ప్రపంచ ప్రసిద్ధ గ్రంథము "సత్యార్థ ప్రకాశము" చదవండి-చదివించండి. ఈ గ్రంథము దాదాపు 3000 శాస్త్రాల సారము. ఇది మానవ నిర్మాణ శాస్త్రము. ఈ గొప్ప గ్రంథమును చదివిన తరువాత వివాహము చేసుకొని గృహస్థ జీవితము సఫలమగును అని మా అభిప్రాయము. జిజ్ఞాస గల వారు వివరాలకై సంప్రదించగలరు.

ఆర్యసమాజ నియమములు

౧. సమస్త సత్యవిద్యలకును, విద్యచేత తెలియబడు సర్వ పదార్థములకును ఆదిమూలము పరమేశ్వరుడు.

౨. ఈశ్వరుడు సచ్చిదానందస్వరూపుడు, నిరాకారుడు, సర్వశక్తి మంతుడు, న్యాయకారి, దయాళువు, అజన్ముడు, అనాది, అనంతుడు, నిర్వికారుడు, అనుపముడు, సర్వాధారుడు, సర్వేశ్వరుడు, సర్వవ్యాపకుడు, సర్వాంతర్యామి, అజరుడు, అమరుడు, అభయుడు, నిత్యుడు, పవిత్రుడు, సృష్టికర్తయున్నై యున్నాడు, ఆయనే ఉపాసింపను యోగ్యుడు.

౩. వేదము సమస్త సత్యవిద్యల గ్రంథము. వేదమును చదువుట, చదివించుట, వినుట, వినిపించుట ఆర్యులందరికి పరమధర్మము.

౪. సత్యమును గ్రహించుటకును, అసత్యమును త్యజించుటకును ఎల్లప్పుడు సిద్ధముగా నుండవలెను.

౫. సకలకార్యములను ధర్మానుసారముగా అనగా సత్యాసత్యములను విచారించి చేయవలెను.

౬. ప్రపంచమునకు ఉపకారము చేయుట ఈ సమాజము యొక్క ముఖ్యోద్దేశ్యము అనగా శారీరకోన్నతికి, ఆత్మికోన్నతికి మరియు సామాజికోన్నతికి సాధించవలెను.

౭. అందరితో ప్రీతిపూర్వకముగ, ధర్మానుసారముగ, యథా యోగ్యముగ వర్తింపవలెను.

౮. అవిద్యను నశింపజేసి, విద్యను వృద్ధిపొందింపజేయవలెను.

౯. ప్రతివ్యక్తియు తన యున్నతితోనే సంతృప్తి నొందక అందరి యున్నతిలోనే తన యున్నతి కలదని తలంచవలెను.

౧౦. సర్వహితకరములగు సామాజిక నియమములను పాటించుటలో పరతంత్రులై, వ్యక్తిహితకరములగు నియమములందు స్వతంత్రులుగా ఉండవలెను.

సంకలన కర్త

నంచర్ల వెంకటరామాచారి - ధర్మపత్ని సావిత్రమ్మ

జననీ జనకులు	: మహాలక్ష్మమ్మ - నరసయాచార్య
సతీమణి	: సావిత్రమ్మ
గోత్రము	: మామన్యు బ్రహ్మర్షి గోత్రము
సూత్రము	: ఆశ్వలాయన
సూత్రము	: శ్రీమను-మృత్యుంజయ-విరూపాక్ష-సభ్యర్షి-ధీబల-పఞ్చార్షేయ ప్రవర
శాఖ	: ఋక్ శాఖ
జన్మస్థానము	: మోటమఱ్ఱి, బోనకల్లు మండలం, ఖమ్మం జిల్లా.
నివాస స్థానము	: ఇం. నం. 6-2-196/15, ప్లాట్ నెం. 15, యల్.ఐ.జి ఫస్ట్ ఫేస్, షాపింగ్ కాంప్లెక్స్, వనస్థలిపురం, హైదరాబాద్ - 500 070
వృత్తి	: విశ్రాంతి ఉపాధ్యాయులు
ప్రవృత్తి	: ఉపనిషత్తులు, దర్శనములు, వేదములు, మొదలగు వైదిక వాఙ్మయ గ్రంథపఠన, వైదికధర్మ ప్రచారం, సంఘ సేవ
రచనలు	: 1. వేదోక్త గృహవాస్తు, 2. గాయత్రీ విశిష్టత, 3. వైదిక సూక్తములు, 4. విశ్వకర్మ విశిష్టత, 5. ఉపసంస్కార జ్యోతి, 6.విశ్వకర్మ దిగ్దర్శనము, 7. వైశ్య వర్ణ గుణ కర్మలు, 8. విశ్వకర్మ మహా యజ్ఞ విధి 9.పుత్రకామేష్టి - యజ్ఞ విధి 10. వైదిక వివాహ విశిష్టత 11. వైదిక అంత్యేష్టి సంస్కారము
ఫోన్	: 040-24124548, 9949506064

వెల : 100/-