నెలకో సూర్యుడు...

సనాతన హైందవ సంప్రదాయంలో సూర్యోపాసనకు ప్రత్యేక స్థానముంది. పంచాయతనాల్లో సౌరం ఒక ఆరాధనా పద్ధతి. అందులో సూర్యుడే ప్రధాన దేవత.

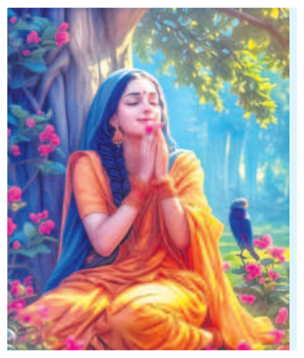
**'నమస్సవిత్రే జగదేకచక్షుషే జగత్ప్రసూతి స్థితినాశహేతవే
త్రయీమయాయ త్రిగుణాత్మధారిణే విరించి నారాయణ శంకరాత్మనే'**

'జగత్తుకు నీవే కన్ను. సృష్టి స్థితి లయలకు కారకుడివి. సత్వ రజో తమో గుణాలూ నీలోనే ఉంటాయి. బ్రహ్మ విష్ణు మహేశ్వరుల సమైక్య మూర్తి నమో స్తుతే' అంటూ ప్రార్థిస్తాం. భానుడు త్రిమూర్తుల సమైక్య రూపం కాబట్టే ప్రభాతంలో బ్రహ్మగా, మధ్యాహ్నం వేళ శివ స్వరూపుడిగా, సాయం సంధ్యలో విష్ణు రూపుడిగా కొలుస్తాం.

భవిష్య, మార్కండేయ, బ్రహ్మాండ, విష్ణు పురాణాల్లో సూర్యమండల వర్ణన అద్భుతంగా ఉంటుంది. రామాయణ, మహాభారతాల్లో అనేక చోట్ల సూర్యుడి ప్రస్తావన కనిపిస్తుంది. ప్రశ్న, తైత్తరీయ, ఛాందోగ్య, బృహదారణ్యకాది ఉపనిషత్తులూ ఆయన్ను అమిత బలవంతుడిగా చూపించాయి. అసలు వేదమంతా కలుపుకొంటే సూర్యమండలమే. సూర్యుడి జననానికి సంబంధించి పురాణేతిహాసాల్లో పలు రకాల కథలు ఉన్నాయి. బ్రహ్మపురాణం ప్రకారం కశ్యప ప్రజాపతి, అదితి దంపతులకు సూర్యుడు జన్మించాడు. తల్లి కడుపులో ఉండగా సూర్యుడి వేడి వల్ల గర్భం విచ్ఛిన్నమవుతుంది. దైవానుగ్రహంతో ఆ గర్భం నుంచే సూర్యుడు ప్రభవించాడంటారు. అందుకే సూర్యుడిని మృతాండుడు, మార్తాండుడు అనే పేర్లతో పిలుస్తారు.

సూర్యుడు ఒక్కడిగా కనిపించినా ఆయన చుట్టూ పెద్ద పరివారమే ఉంటుంది. ఏడు విభిన్న గణాలు ఉంటాయందులో. అందులో ద్వాదశ ఆదిత్యులు కూడా ఉన్నారు. మహాభారతం ప్రకారం.. వీళ్లంతా కశ్యప, అదితి సంతానమే. వీరి పేర్లు ధాత, మిత్ర, అర్యమ, ఇంద్ర, వరుణ, అంశు, భగ, వివస్వంత, పూష, సవిత, త్వష్ట, విష్ణు. వీళ్లు పన్నెండు మాసాల్లో సూర్యుడి శక్తిని పన్నెండు రకాలుగా భూమికి అందిస్తారు. ఇక మిగిలిన ఆరు గణాలు అప్సరస, ఋషి, అసుర, సర్ప, యక్ష, గంధర్వులు. మొత్తంగా ఒక్కో సూర్యుడితో కలిసి వీళ్ల గణాల నుంచి ఒక్కొక్కరు ఒక్కో నెలను పరిపాలిస్తారు. ఆ కారణంగానే మాసాలు మారుతున్న కొద్దీ ప్రకృతితో మన అనుభూతీ విభిన్నంగా ఉంటుంది.

సీతమ్మ మనసుకు మందు



పవళించే భువనాలను తన పావన కిరణ స్పర్శతో మేలు కొలుపుతాడు భానుడు. ఆయన సరిగ్గా కనిపించని రోజు శరీరాన్ని బద్ధకం ఆవరిస్తుంది. రోజులపాటు భానుడి ప్రతాపం తగ్గిందా అది కుంగుబాటుగానూ మారుతుంది. అమెరికాలాంటి దేశాల్లో చలికాలంలో ప్రతి 10 మందిలో నలుగురిని మానసికమైన దిగులు ఆవరిస్తున్నదని అమెరికన్ సైకియాట్రీ అసోసియేషన్ ఒక అధ్యయనంలో వెల్లడించింది. అంతేకాదు తీవ్రమైన కుంగుబాటు, బైపోలార్ డిజార్డర్‌లాంటి సమస్యల బారిన పడుతున్న వారి సంఖ్యా తక్కువేం కాదు. ఐరోపా దేశాల్లోనూ ఈ సమస్య పెద్ద స్థాయిలోనే కనిపిస్తుంది. సూర్యరశ్మి సరిగ్గా సోకకపోతే శరీరంలో మెలటోనిన్, సెరటోనిన్ హార్మోన్ల స్థాయుల్లో తేడా రావడమే దీనికి కారణం. ఇవి నిద్రను, మనసుని ప్రభావితం చేస్తాయి. ఇలాంటి సమస్యలు వచ్చినప్పుడు... సూర్యరశ్మి లేదా అంతకు సమానమైన కాంతి కలిగిన ప్రత్యేక లైట్లతో దీనికి 'లైట్ థెరపీ' అనే చికిత్స చేస్తారు. మొత్తంగా చెప్పాలంటే మానసిక సమస్యలకూ సూర్యుడే మందు. ఈ విషయం రామాయణంలో సీత విషయంలోనూ కనిపిస్తుంది. సీతను క్షోభకు గురిచేయాలని భావిస్తాడు రావణుడు. రామలక్ష్మణుల మాయా తలలను తెచ్చి, యుద్ధంలో చంపానంటూ ఆమె ముందుంచుతాడు. వాటిని చూసి కంపించిపోతుంది సీత. తీవ్ర దుఃఖితురాలైన ఆమెతో అసలు నిజాన్ని చెబుతుంది విభీషణుడి కూతురు. అది అబద్ధమని తెలిసినా ఆమె దిగ్భ్రమ నుంచి బయటికి రాలేకపోతుంది. ఆ శోకం నుంచి విముక్తి పొందేందుకు ధ్యానంలోకి వెళుతుందామె. ప్రభాకరుడిని ఆశ్రయించు అంటూ మది నుంచి వచ్చిన సూచనతో సూర్యుడికి నమస్కారం చేస్తుంది. ఆ విధంగా కుంగుబాటు నుంచి బయటపడిందట. అంతేకాదు, అవసరమైనప్పుడు అనన్య సామాన్యమైన బలాన్నీ సూర్యుడు అందిస్తాడు. అజ్ఞాత వాసంలో ఉన్నప్పుడు ద్రౌపదిని చూసి మోహిస్తాడు కీచకుడు. ఏదో ఒక సాకుతో తన మందిరానికి రప్పించుకుంటాడు. అక్కడికి వెళ్లవలసిన తప్పని పరిస్థితి ఏర్పడ్డప్పుడు సూర్యుడికి నమస్కారం చేసుకుంటుంది ద్రౌపది. అప్పుడు తన గణాల్లోంచి ఓ రాక్షసుడిని ఆమె వెంట అదృశ్య రూపంలో పంపుతాడు ప్రత్యక్ష నారాయణుడు. అంతే కీచకుడు ద్రౌపది చేయి పట్టుకోగానే చప్పున దూరి తన పని పూర్తిచేస్తాడు. మహా బలవంతుడిగా పేరున్న కీచకుడు కూడా ద్రౌపది చేయి విదల్చగానే ఆమడదూరంలో ఎగిరిపడి, వణికి పోతాడు.

తేజోమయం ఆదిత్య హృదయం

శ్రీరామచంద్రుడు రావణాసురుడితో యుద్ధంలో ఉన్నాడు. ఈయన అవతార పురుషుడైతే ఆయన తపోసంపన్నుడు. అనేక వరాలు పొందినవాడు. అందుకే, యుద్ధ సమయంలో దెబ్బ తిన్నా మళ్లీ మళ్లీ బలం పుంజుకుని తిరిగి వస్తున్నాడు. దీంతో సాక్షాత్తూ రామభద్రుడికే ఓసారి విపరీతమైన అలసట ఆవరించిందట. ఆ సమయంలోనే రాముణ్ని సమీపిస్తాడు అగస్త్య మహర్షి. 'రామచంద్రా! నీకు అమిత బలప్రదాయిని అయిన ఓ దివ్య స్తోత్రాన్ని ఉపదేశిస్తాను దానివల్ల యుద్ధంలో నువ్వు ఇట్టే విజయం సాధించగలవు' అంటూ ఉత్సాహపరుస్తాడు. అలా అగస్త్యుడు రాముడికి ఉపదేశించిన మంత్రమే, సూర్యగీతగా ప్రసిద్ధి చెందిన 'ఆదిత్య హృదయం'. ఇందులో సూర్యుడి వైభవం ఉంటుంది. ఆయన ఈ సృష్టికి చేస్తున్న మేలు ఉంటుంది. సూర్యుడి నామాల ప్రస్తావన కనిపిస్తుంది. భానుణ్ని కొలవడం వల్ల ఎంతటి మహత్తర ప్రయోజనాలు లభిస్తాయన్న వివరమూ ఉంటుంది. అందులో ఒక శ్లోకం ఇలా చెబుతుంది...

**సర్వదేవాత్మకో హ్యేష తేజస్వీ రశ్మిభావనః
ఏష దేవాసురగణాల్లోకాన్ పాతి గభస్తిభిః**

సూర్యుడు సర్వదేవాత్మకుడు. ఆత్మ అనే పదానికి స్వరూపం, శరీరం అనే అర్థం కూడా ఉంది. అంటే సర్వదేవతలకూ స్వరూపం ఈయనే. అందరికీ ఆత్మ ఇతడు. తేజస్వి అనే పదానికి కాంతి అనే కాదు, బీజ శక్తి అనే అర్థం కూడా ఉంది. అంతమంది