నమస్కారముల యోగ్య పద్ధతి

ఉపోద్ఘాతము

దేవుణ్ణి దర్శించుకొనునప్పుడు లేక పెద్దలు మరియు గౌరవనీయ వ్యక్తులు కలిసినప్పుడు మన చేతులు మన ప్రమేయంలేకుండానే నమస్కరిస్తాయి. 'నమస్కార'ము అంటే హిందువుల మనస్సులో ఉండే ఒక సాత్విక సంస్కారం, సమృద్ధమైన హిందూ సంస్కృతిని కాపాడే పద్ధతి. భక్తిభావము, ప్రేమ, గౌరవము, లీనత, మొదలగు దైవీ గుణములను వ్యక్తపరచు మరియు ఈశ్వరీ శక్తిని ప్రదానం చేసే సులభమైన ధార్మిక కృతి అంటే నమస్కారము.

నమస్కారము యొక్క అధ్యాత్మశాస్త్రము తెలియనందున, పాశ్చాత్య సంస్కృతి ప్రభావ ఫలితంగా ప్రస్తుత కాలంలో చాలామంది నమస్కారానికి బదులు కరచాలనం (శెక్ హ్యాండ్) చేస్తారు, నమస్కారము చేస్తేకూడా అది కేవలం ఒక ఆనవాయితికి మాత్రమే అయిఉంటుంది. నమస్కారము శ్రద్ధతో చేయకపోతే నమస్కారము చేయువారికి దాని లాభము చాలా తక్కువగా దొరుకుంది. ఏదైనా ధార్మిక కృతి శ్రద్ధతో పాటు అధ్యాత్మశాస్త్ర దృష్టి

నుండి యోగ్యమై ఉండడం అవసరము; కారణము ఇలాంటి కృతి నుండే మనకు పరిపూర్ణ ఫలము లభిస్తుంది. ఈ చిన్నగ్రంథములో నమస్కారముల వివిధ పద్ధతులను అధ్యాత్మశాస్త్ర దృష్టితో యోగ్యరీతిలో ఎలా చేయవలెను, దానియందున్న శాస్త్రమును కూడా చెప్పబడినది. శాస్త్రము తెలుసుకోవడము వలన చేయు కృతికి శ్రద్ధ పెరుగుతుంది. ఇలాంటి యోగ్యమైన కార్యము శ్రద్ధాపూర్ణ భావముతో చేయుట వలన మంచి ఫలము లభిస్తుంది.

నమస్కారము చేయునప్పుడు మన వలన తప్పులు జరిగితే నమస్కారము వలన లభించే ఫలము తక్కువవుతుంది. ఇందుకొరకు నమస్కారము చేయునప్పుడు ఏమి చేయకూడదో ఈ విషయములు కూడా ఈ లఘుగ్రంథములో శాస్త్రీయ కారణాలతో చెప్పబడినది, ఎవరికి నమస్కారం చేయకూడదో, దీని గురించి కూడా చెప్పబడినది.

ఈ లఘుగ్రంథములో ఇచ్చినట్టువంటి నమస్కారముల పద్ధతులు అందరికి సరిగ్గా అర్థమై వారి వలన కూడా అలాంటి కృతులే జరగని, ఇలాగే ముందు తరాలకు కూడా ఈ నమస్కారము చేసే సంస్కారము అలవడనని శ్రీ గురుచరణాలకు ప్రార్థన. – సంగ్రహకర్తలు.

అనుక్రమణిక

卐 ఆధ్యాత్మిక పరిభాషలో ప్రత్యేకమైన విశ్లేషణ ! 8

卐 ఉపోద్ఘాతము 10

---

1. 'నమస్కారము' ఈ పదము యొక్క ఉత్పత్తి మరియు అర్థము 12
2. నమస్కారము చేయడం వలన కలిగే లాభాలు 12
3. దేవతల మరియు సాధువుల యందు చేయు నమస్కారముల పద్ధతులు 14
4. పెద్దలు, వృద్ధుల యందు చేయు నమస్కారము కొన్ని కృతులు 43
5. భార్యా-భర్త నమస్కారము చేయు సందర్భాలలో కొన్ని కృతులు 46
6. నమస్కారము యొక్క కొన్ని ఇతర కృతులు 53
7. నమస్కారము చేయునప్పుడు ఏమి చేయవలెను మరియు ఏమి చేయకూడదు ? 58
8. ఎవరికి నమస్కారము చేయకూడదు ? 68