நல்ல பழக்கங்கள்

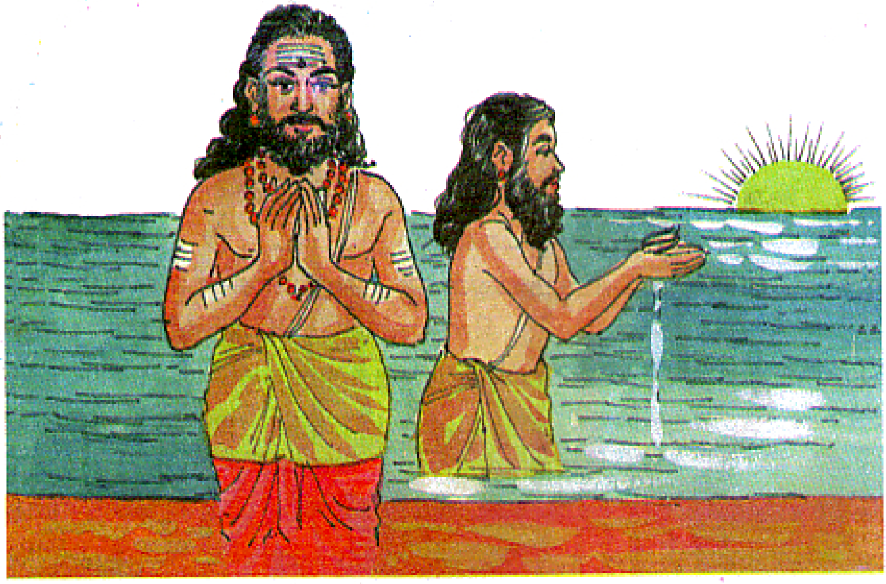
சகுந்தலா:- சாந்தி இன்று காலை எத்தனை மணிக்கு எழும்பினாய்?

சாந்தி:- இன்று என்னால் எழும்பவே முடியவில்லை. ஏழு மணியளவில் எழும்பி அவசர அவசரமாகப் புறப்பட்டுப் பாடசாலைக்கு வந்தேன்.

சகுந்தலா:- சூரியன் உதிப்பதற்கு முன்னர் துயிலெழுவது சிறந்த பழக்கமாகும். பறவைகள் அதிகாலையில் எழுந்து ஓசை எழுப்புவதை நீ அவதானிக்கவில்லையா?

சாந்தி:- ஆம், மனிதர்கள் ஆகிய நாம் சோம்பல் மிகுந்தவர்களாகி விட்டோம். ஆனால் பறவைகள், விலங்குகள் அவ்வாறு இல்லை.

சகுந்தலா:- இரவில் உறங்கிய பின்னர், அதிகாலையில் எழுந்தால் மனம் தெளிவாக இருக்கும். ஆகையால் அதிகாலையில் எழுந்து படிப்பதும் நல்லவற்றைச் சிந்திப்பதும் நாம் நாள்தோறும் செய்ய வேண்டிய கருமங்களாகும்.



சாந்தி:- ஆம் சகுந்தலா, இது பற்றி எனது அப்பாவும் சொல்லுவார். முனிவர்கள், யோகிகள் ஆகியோர் அதிகாலையில் எழுந்து இறைவனைத் தியானிப்பது வழக்கமாம்.

சகுந்தலா:- முனிவர்கள், யோகிகள் மட்டுமல்ல எல்லோருமே அதிகாலையில் எழுந்து தமது கடமைகளை ஆரம்பிக்க வேண்டும். இந்த நேரத்தில் மனம் ஒருமைப்பட்டு இறைவனைப் பற்றி நினைப்பது எளிதாயிருக்கும். வேறு பணிகளாயினும், காலையில் தொடங்கினால் அவை இனிது நிறைவுறுவதை நாம் காண்கிறோம்.

சாந்தி:- நீ சொல்வது சரிதான். மாலையில் மனனஞ் செய்ய முடியாத எத்தனையோ விடயங்களைக் காலையிலே எளிதாக மனனஞ் செய்திருக்கிறேன்.

சகுந்தலா:- மார்கழி மாதத்தில் வரும் திருவெம்பாவைக் காலத்திலே எல்லோரும் அதிகாலையில் எழுந்து கோயில்களுக்குச் செல்வதும் திருப்பள்ளியெழுச்சிப் பாடல்களையும் திருவெம்பாவைப் பாடல்களையும் பாடுவதும் அவசியம் என எங்கள் முன்னோர் வழக்கப்படுத்தியுள்ளனர்.

சாந்தி:- தத்தங் கடமைகளைச் சரிவர நிறைவேற்ற விரும்புபவர்கள் நிச்சயம் அதிகாலையில் எழும்ப வேண்டும் என்பதை ஏற்றுக் கொள்ளுகிறேன்.

சகுந்தலா:- அப்பர் பெருமானும் இந்தப் பழக்கம் பற்றிக் குறிப்பிட்டிருக்கிறார், சாந்தி.

சாந்தி:- அப்படி என்ன சொல்லியிருக்கிறார்?

சகுந்தலா:- "நிலைபெறுமாறு எண்ணுதியேல்...." எனத் தொடங்குந் திருத்தாண்டகம் அதைச் சிறப்பாகக் குறிப்பிட்டுள்ளது. "இறைவனுக்கு அதிகாலையிலே தோத்திரம் பாடுங்கள்" என அத் தேவாரம் வற்புறுத்துகிறது.

சாந்தி:- அத் தேவாரத்தை ஒருமுறை ஓதுகிறயா, சகுந்தலா?

சகுந்தலா:- சரி. நான் ஓதுகிறேன். கேள்.

திருச்சிற்றம்பலம்

நிலைபெறுமா றெண்ணுதியே னெஞ்சே நீவா
நித்தலுமெம் பிரானுடைய கோயில் புக்குப்
புலர்வதன் முன் னலகிட்டு மெழுக்கு மிட்டுப்
பூமாலை புனைந்தேத்திப் புகழ்ந்து பாடித்
தலையாரக் கும்பிட்டுக் கூத்து மாடிச்
சங்கரா சயபோற்றி போற்றி யென்றும்
அலைபுனல்சேர் செஞ்சடை யெம் மாதீயென்று
மாரூரா வென்றென்றே யலறாநில்லே

– **திருநாவுக்கரசர்**

திருச்சிற்றம்பலம்

"என் பழுது களைந்து என்னைக் காப்பாய்"

பயிற்சி

சுருக்கமான விடை எழுதுங்கள்.

(1) அதிகாலையில் ஓசை எழுப்பும் பறவைகள் யாவை?
(2) நாம் அதிகாலையில் நித்திரைவிட்டெழுவதால் அடையக்கூடிய நன்மைகள் யாவை?
(3) அதிகாலையிலெழுந்து தியானத்தில் ஈடுபடுபவர்கள் யார்?
(4) திருவெம்பாவை எந்த மாதத்தில் வருகிறது?
(5) திருவெம்பாவைக் காலத்தில் சிறுவர் சிறுமியர் என்ன செய்ய வேண்டும்?
(6) நாம் பாடல்களை மனனஞ் செய்வதற்கு உகந்த நேரம் எது?

செயற்பாடு

* காலையில் ஒலியெழுப்பும் பறவைகளை அவதானியுங்கள். அவற்றின் பெயர்களையும், அவற்றின் வாழ்விடங்கள் பற்றியும் வளர்ந்தோரிடம் கேட்டறியுங்கள்.

* மார்கழி மாதத்தில் திருவெம்பாவைக் காலத்தில் அதிகாலையில் எழுந்து நீராடி, தோத்திரப் பாடல்களைப் பாடுவோர் குழுவில் சேர்ந்து பாடுங்கள்.