7 விரதங்களை நோற்போம்

எல்லாம் வல்ல இறைவனை மறவாது நினைந்து அவனை வாழ்த்தியும் வணங்கியும் இருத்தலே எமது வாழ்வின் கடமையாகும். இறைவனின் அன்பையும், அருளையும் பெறுவதற்கு விரதங்கள் சிறந்த சாதனங்களாக அமைகின்றன. ''மனம் பொறிவழி போகாது நிற்றற் பொருட்டு, உணவை விடுத்தேனும் சுருக்கியேனும் மனம், வாக்கு, காயம் என்னும் மூன்றினாலும் கடவுளை மெய்யன்போடு வழிபடுதல் விரதமாகும்''. விரதம், நோன்பு என்பன ஒரு பொருட் சொற்களாகும்.

விரதங்களை அனுட்டிக்கும்போது கைக்கொள்ள வேண்டிய நியதிகள் பல உள்ளன. விரத நாளில் முதலில் சங்கற்பம் செய்ய வேண்டும். சங்கற்பம் என்பது ஒருவர் தாம் செய்யும் காரியம் ஒன்றுக்கு மனம், வாக்கு, காயம் என்னும் மூன்றையும் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுதல் ஆகும். சங்கற்பம் என்ற பெயரில் தர்ப்பை அணிதலும் பிரணாயாமம் பண்ணுதலும், விநாயகரை நினைத்து தலையில் குட்டிக் கொள்ளுதலும், சங்கற்ப வசனங்களை வாய்விட்டுச் சொல்லுதலும் இடம்பெறும். விரதம் அனுட்டிப்பவர்கள் அதிகாலையில் எழுந்து நீராடி சுத்தமான ஆடை அணிந்து, தூய மனத்துடன் ஆலய தரிசனம் செய்தல் வேண்டும். அன்று முழுவதும் திருமுறை ஓதுதல், புராணம் படித்தலும், கேட்டலும், சமயப் பிரசங்கம் கேட்டல் முதலான சிவகாரியங்களில் ஈடுபட வேண்டும். விரதம் அனுட்டிக்கும் நாட்களில் பகல் நித்திரை, தாம்பூலம் தரித்தல், கோபம் கொள்ளல், நிந்தித்தல், புகைத்தல், பொய் பேசுதல் முதலான தீய செயல்களைத் தவிர்த்தல் வேண்டும்.

விரதங்களை அனுட்டிப்பதன் மூலம் பல நற்பண்புகள் வளர்க்கப்படுகின்றன. மனம் ஒருநிலைப்படுத்தப்படுகின்றது. பாவங்கள் குறைகின்றன. மனம் அமைதி பெறுகின்றது. அதனால் தூய சிந்தனை, பணிவு, மனவலிமை, கடவுள் பக்தி முதலான விழுமியப் பண்புகள் வளர்க்கப்படுகின்றன. அத்துடன் உடல் நலமும் பேணப்படுகின்றது. விரதங்களின் போது கடைப்பிடிக்கப்படும் சமய ஒழுகலாறுகள் மனிதரது உள்ளத்தைப் பண்படுத்தி, அவர்களைச் சாதனையாளராக்கி மேம்படுத்துகின்றன; அவர்கள் பக்தி நெறியில் திகழ்வதற்கும் வழிகாட்டுகின்றன. பாவங்களை நீக்கி முத்திக்கு வழிகாட்டியாகவும் அமைகின்றன.

இப்பாடத்தில் முருகக் கடவுளுக்குரிய மாத விரதமான ஐப்பசி வெள்ளிக்கிழமை, கார்த்திகை மாதம் திருகார்த்திகை சிவபெருமானுக்குரிய மார்கழித் திருவாதிரை என்பவற்றையும் சிறப்பான விரதங்களான சிவராத்திரி, நவராத்திரி, ஏகாதாசி என்பவற்றையும் கற்போம்.

இலவசப் பாட நூல் விநியோகத்திற்காக

1. மாத விரதங்கள்

(அ) ஐப்பசி வெள்ளிக்கிழமை விரதம்

கிழமை நாட்களில் வெள்ளிக்கிழமை புனிதமும் விசேடமும் பொருந்தியது. வெள்ளிக்கிழமை விரதம் முருகன், விநாயகர், சக்தி ஆகிய தெய்வங்களை நோக்கி அனுட்டிக்கப்பட்டாலும் முருகக் கடவுளை வேண்டி, ஐப்பசி மாத வெள்ளியில் சிறப்பாக அனுட்டிக்கப்படுவது இவ்விரதமாகும். மேலும் இவ்விரதத்தினை ஐப்பசி மாதம் முதல் வெள்ளி தொடங்கி வருடம் முழுமையும் உள்ள வெள்ளிக் கிழமையில் அனுட்டிக்கும் வழக்கமும் உண்டு. இதனை ஐப்பசி மாத முதல் வெள்ளிக்கிழமையில் ஆரம்பிக்க வேண்டும்.

இவ்விரதத்திற்குரிய நியதிகளில் பின்வருவன அடங்கும்.

- ஐப்பசி மாத முதல் வெள்ளியில் ஆரம்பித்தல்
- விரத நாளில் சங்கற்பத்துடன் விரதத்தை ஆரம்பித்தல்
- விரத தினத்திற்கு முதல் நாள் ஒரு பொழுது உணவுண்ணுதல்
- விரத நாளில் உபவாசம் இருத்தல் அல்லது ஒரு பொழுது உணவு உண்ணல் ஆலய வழிபாட்டில் ஈடுபடுதல்
- முருகப்பெருமானுக்குரிய தோத்திரப் பாடல்களைப் பாராயணம் செய்தல்
- மறுநாள் சூரிய உதயத்துக்கு முன் சிவனடியார்களுடன் பாறணை செய்தல்
- மூன்று வருடங்களேனும் அனுட்டிக்கலாம். மூன்று வருடங்கள் அனுட்டித்த பின்னர் விரதத்தை நிறுத்துதல். என்பனவாகும்.

இவ்விரதத்தை நோற்பவர்கள், மனதிலே நினைத்தவற்றை எல்லாம் நினைத்தவாறே பெறுவர். அறிவு, ஆற்றல், என்பன விருத்தி அடையும்.

எள்ளருஞ் சிறப்பின்மிக்க எழுவகை வாரந்தன்னுள்
வெள்ளிநாள் விரதந்தானே விண்ணவர் உலகம் காத்த
வள்ளல்தன் விரதமாகும் மற்றது புரிந்த மேலோர்
உள்ளமேல் நினைந்த எல்லாம் ஒல்லையின் முடியும் அன்றே.

- கந்தபுராணம் -

(ஆ) திருக்கார்த்திகை விரதம்

முருகப்பெருமானைக் குறித்து அனுட்டிக்கப்படும் விரதங்களுள் திருக்கார்த்திகை விரதமும் ஒன்றாகும். இவ்விரதம் கார்த்திகை மாதத்தில் கார்த்திகை நட்சத்திரம் வரும் தினத்தில் அனுட்டிக்கப்படுவது. இது சரவணப் பொய்கையில் முருகன் தோன்றியதை நினைவூட்டுகின்றது. அங்கு முருகன் தோன்றிய போது கார்த்திகை பெண்கள் அவருக்கு பாலூட்டி வளர்த்தனர். அதனால் சிவபெருமான் அப்பெண்களுக்கு அருள் புரியத் திருவுளம் கொண்டார். ''நம்முடைய மகன் உங்களால் வளர்க்கப்பட்டமையாற் **கார்த்திகேயன்** என்ற பெயரைப் பெறக் கடவன். அவ்வாறே, கார்த்திகையாகிய உங்கள் நாளில் எம்குமரனை

இலவசப் பாட நூல் விநியோகத்திற்காக

விரதமிருந்து வழிபடுவோருக்கு மேன்மைகளைக் கொடுப்போம்'' என்று சிவபெருமான் அவர்களுக்கு அருள் புரிந்தார். அதனால், மற்றைய மாதங்களில் வரும் கார்த்திகை விரதத்தை விட, கார்த்திகை மாதத்தில் வரும் கார்த்திகை மேலான சிறப்புடையது. அக்காரணத்தால் 'திரு' என்னும் அடைமொழியைச் சேர்த்து **திருக்கார்த்திகை** எனச் சிறப்பிக்கப்படுகின்றது.

திருக்கார்த்திகை விரத நியதிகளில்,

- கார்த்திகை நட்சத்திரத்திற்கு முந்திய தினமான பரணித் தினத்தில் ஒரு வேளை உணவு உண்ணல்
- திருக்கார்த்திகை தினத்தில் முருகப்பெருமானை வழிபாடு செய்து உபவாசம் இருத்தலும் ஆலய வழிபாட்டை மேற்கொள்ளலும்
- முருகப் பெருமானின் தோத்திரங்களைப் பாடியும் புராணபடனம் கேட்டும் பக்தியுடன் வழிபடுதல்
- திருக்கார்த்திகைத் தினத்திற்கு மறுநாளான ரோகிணி (நட்சத்திர) தினத்தில் காலையில் பாரணை செய்தல்
- பன்னிரெண்டு வருடங்கள் இவ்விரதத்தைத் தொடர்ந்து அனுட்டித்தல்
- ஆலயத்தில் மாவிளக்கு ஏற்றி வழிபடுதல்
  - தேனையும் தினைமாவையும் சேர்த்துப் பிசைந்து, அகல்விளக்கு வடிவில் (மாவிளக்கு) செய்து, நெய் விட்டு திரியிட்டு தீபம் ஏற்றுதல் **மாவிளக்கு** எனப்படும்.
- வீடுகளில் கோலம் போட்டு அவற்றின் மீது அகல் விளக்குகளை ஏற்றுதல், வீட்டுவாயிலில் வாழைக்குற்றியை நட்டு, அதில் தேங்காய்ப் பாதிகளை வைத்து, எண்ணெய் விட்டு திரியிட்டு நீண்ட நேரம் எரியச் செய்தல். என்பன சிறப்பாக இடம்பெறுகின்றன.

திருக்கார்த்திகைத் திருநாள், **குமாராலயத் தீபத்திருநாள்** எனப்படும். அன்றையதினம் முருகன் ஆலயங்களில் விசேட பூசைகள் நடைபெறும். அத்துடன் தீபம் ஏற்றி வழிபடுவதும், சொக்கப் பானை கொளுத்துவதும் இடம்பெறும். சொக்கப்பானை என்பது உலர்ந்த தென்னை ஓலை, பனை ஓலை, பனைமட்டை என்பன கொண்டு கூண்டு வடிவில் அமைத்தலாகும். சிவபெருமான் சோதியாகத் தோன்றிய நாள் சிவராத்திரி. அச்சோதி சுருங்கிய வடிவே இன்று திருவண்ணாமலையாய் நிற்கின்றது என்றும் அந்தக் கருத்திலே கார்த்திகைத் தீப விழா அங்கே கொண்டாடப்படுகின்றது என்றும் கூறுவர். அதனைப் பிரதிபலிக்கும் வகையில் சொக்கப்பானை எரித்தல் இடம்பெறுகின்றது.

திருக்கார்த்திகை விரதத்தை அனுட்டிப்பதால் உள்ளம் தூய்மை பெறும். முருகப்பெருமானின் திருவருள் கைகூடும். நாரதமுனிவர், அரிச்சந்திரன் முதலானோர் இவ்விரதத்தை அனுட்டித்து மேலான பதவிகளைப் பெற்றனர். திருக்கார்த்திகை நாளில் கதிர்காமம், நல்லூர், மண்டூர் முதலான தலங்களுக்கோ அல்லது உங்கள் பிரதேசத்திலுள்ள முருகன் ஆலயங்களுக்கோ சென்று, முருகப்பெருமானைத் தரிசிக்க வேண்டும். அங்கு விரதத்தை அனுட்டித்துப் பயன்பெறவும் வேண்டும்.

இலவசப் பாட நூல் விநியோகத்திற்காக

இ. மார்கழித் திருவாதிரை விரதம்

சிவபெருமானை நோக்கி அனுட்டிக்கப்படும் விரதங்களில் மார்கழித் திருவாதிரை விரதமும் ஒன்றாகும். இவ்விரதத்தை மார்கழி மாதத்தில் வரும் திருவாதிரை நட்சத்திரத்துடன் கூடிய நிறைமதி நாளில் உபவாசம் இருந்து அனுட்டிப்பர். அத்துடன், திருவெம்பாவை வழிபாட்டுக்குரிய பத்துத் தினங்களின் இறுதி நாளாகவும் மார்கழித் திருவாதிரை அமைகின்றது. சிவனுக்குரிய நட்சத்திரம் திருவாதிரை ஆகும். அதனால், சிவபெருமானை **ஆதிரையான்** எனவும், **ஆதிரை முதல்வன்** எனவும் போற்றுவர். மார்கழி மாதத்தில் வரும் திருவாதிரை நட்சத்திரத்தில் சிதம்பரத்தில் நடராஜருக்கு அபிடேகத் திருவிழாவும், ஆருத்ரா தரிசனமும் சிறப்பாக நடைபெறும். அந்த அபிடேகம் காண்பது பெரும்பேறு. அவற்றுள் தில்லையில் நடைபெறுகின்ற அபிடேகம் மிகச் சிறப்பு வாய்ந்தது. அதனை **ஆருத்ரா தரிசனம்** என்பர்.

இவ்விரதத்தை அனுட்டிப்பதன் மூலமும் ஆருத்ரா தரிசனம் பெறுவதன் மூலமும் முத்தி கிடைக்கும் என்பது சைவநூலோர் கருத்து. திருவாதிரை விரதத்தின் மகிமையினைச் **'சங்கர சங்கிதை'** என்னும் நூல் சிறப்பாகக் குறிப்பிடும். இவ்விரத நாளில் உபவாசம் இருந்து, இறைவனை மனம், மொழி, மெய்களால் வழிபடுவர். சிதம்பரத்தில் இந்த விரதத்தை அனுட்டிப்பதும், அங்கு கூத்தப்பிரானுடைய திருநடனத்தைத் தரிசிப்பதும் சிவனடியார்களுக்கு கிடைக்கக் கூடிய பெரும்பேறாகும். தில்லையில் திருநடனத்தை தரிசிக்க முடியாதவர்கள், சிவாலயங்களிலும் ஏனைய ஆலயங்களிலும் உள்ள நடராசப் பெருமானை நெய் விளக்கேற்றி வழிபட்டு விரதத்தை அனுட்டிப்பர். விரத நாளில் சிவ தோத்திரங்களைப் பாடி, நடராசப் பெருமானுக்கு சுவையான களியை நிவேதனமாகப் படைத்து வழிபடும் மரபு உண்டு. திருப்பல்லாண்டு பாடிய சேந்தனார் தில்லைப் பெருமானுக்குக் களியை விருந்தாகக் கொடுத்து உபசரித்து, அவரால் ஆட்கொள்ளப்பட்டார். அதனை நினைவுபடுத்துவற்காக சுவாமிக்கு சுவையான களியைப் படைத்து வழிபடுவர்.

மார்கழித் திருவாதிரை நாளின் சிறப்பினைச் சம்பந்தர், **''ஆதிரை நாள் காணாதே போதியோ பூம்பாவாய்''** என்று பாடியுள்ளார். திருநாவுக்கரசரும் திருவாரூரில் நிகழ்ந்த திருவாதிரை விழாவின் சிறப்பினையும் அழகையும் பின்வருமாறு பாடியுள்ளார்.

திருச்சிற்றம்பலம்

முத்து விதான மணிப்பொற் கவரி முறையாலே
பக்தர்க ளோடு பாவையர் சூழப் பலிப்பின்னே
வித்தகக் கோல வெண்டலை மாலை விரதிகள்
அத்தனாரூ ராதிரை நாளா லதுவண்ணம்.

திருச்சிற்றம்பலம்

நடராசப் பெருமான் பதஞ்சலிக்கும் வியாக்கிரபாதருக்கும் திருவாதிரை நட்சத்திர தினத்தில் ஆடிக் காட்டிய திருநடனத்தை நாமும் சென்று தரிசித்து, பலன் பெற வேண்டும்.

இலவசப் பாட நூல் விநியோகத்திற்காக

பாடச் சுருக்கம்

- இறைவனின் அன்பையும் அருளையும் பெறுவதற்கு விரதங்கள் சிறந்த சாதனங்களாக அமைகின்றன.
- விரதங்களை அனுட்டிக்கும் போது கைக்கொள்ள வேண்டிய நியதிகள் பல உள்ளன.
- விரதம் அனுட்டிப்பவர்கள் பல்வேறு சிவ காரியங்களில் ஈடுபட வேண்டும்.
- விரதம் அனுட்டிப்பதன் மூலம் பல்வேறு நற்பண்புகள் வளர்க்கப்படுகின்றன.
- ஐப்பசி மாத வெள்ளி முருகனுக்குரிய சிறப்பான விரத நாளாகும்.
- கார்த்திகை மாதத்துக் கார்த்திகை நட்சத்திரத்தில் முருகக் கடவுளை நோக்கி திருக்கார்த்திகை விரதம் அனுட்டிக்கப்படுகின்றது.
- மார்கழி மாதத் திருவாதிரை நட்சத்திரத்தில் ''மார்கழித் திருவாதிரை'' விரதம் அனுட்டிக்கபடுகின்றது.
- திருவாதிரை விரதத்தின் மகிமையைச் ''சங்கர சங்கிதை'' எனும் நூல் சிறப்பாகக் குறிப்பிடுகின்றது.

பயிற்சிகள்

பின்வரும் வினாக்களுக்கு விடை எழுதுக.

1. விரதம் என்பதன் பொருளைத் தருக.
2. விரதங்கள் அனுட்டிக்கும் போது கடைப்பிடிக்க வேண்டிய பொதுவான நியதிகளை எழுதுக.
3. விரதங்களைக் கடைபிடிப்பதால் ஏற்படும் நற்பண்புகளைத் தருக.
4. ஐப்பசி வெள்ளி விரதத்திற்குரிய நியதிகளைக் குறிப்பிடுக.
5. திருக்கார்த்திகை விரதம் அனுட்டிக்கப்படுவதன் நோக்கம் யாது?
6. **'ஆருத்ரா தரிசனம்'** என்பதன் பொருள் யாது?

ௐ ஆ. செயற்பாடு

- விரதங்களுக்கான பொது நியதிகளைப் பட்டியற்படுத்தி, வகுப்பறையில் காட்சிப்படுத்துங்கள்.
- ''இறைவனின் அருளைப் பெறுவதற்கு விரதங்கள் சிறந்த சாதனங்கள் ஆகும்'' எனும் தலைப்பில் ஐந்து நிமிடப் பேச்சு ஒன்றை தயார்படுத்தி, பேசிக் காட்டுக.

2. சிறப்பான விரதங்கள்

அ. சிவராத்திரி விரதம்

சிவ விரதங்களுள் சிவராத்திரி விரதமும் ஒன்றாகும். இவ்விரதம் வருடந்தோறும் மாசி மாதத்தில் கிருஷ்ணபட்ச (தேய்பிறை) சதுர்த்தசி திதியில் சிவபெருமானைக் குறித்து அனுட்டிக்கப்படும். ‘இராத்திரி’ என்பது இருட்காலம். உலக ஒடுக்க நிலையாகிய இரவு சிவனுக்கே உரியதாகும். அதனால், அந்த இரவை ‘சிவராத்திரி’ என்பர். ‘ராத்திரி’ என்பதற்குப் பூசித்தல் என்பதும் ஒரு பொருளாகும். சிவனைப் பூசிக்கத் தகுந்த இரவே **சிவராத்திரி** ஆகும். சிவராத்திரி நித்ய சிவராத்திரி, மாத சிவராத்திரி, பட்ச சிவராத்திரி, யோக சிவராத்திரி என ஐந்து வகைப்படும். அவற்றுள் மாசி மாதத் தேய்பிறைச் சதுர்த்தசியில் அனுட்டிக்கப்படும் சிவராத்திரி **மாக சிவராத்திரி** ஆகும். இதனையே **மகா சிவராத்திரி** எனப் பொது மக்கள் அழைப்பர். இதனை **வருஷ சிவராத்திரி** எனவும் வழங்குவர்.

சிவராத்திரி பற்றிய பல புராணக் கதைகள் உள்ளன. அவற்றுள்;

(அ) சிவன் லிங்கத்தில் தோன்றிய நாள்

(ஆ) பிரமா, விஷ்ணுக்களிடையே சிவன் சோதி வடிவில் தோன்றிய நாள்

(இ) புனர் உற்பத்திக்காகத் தேவி, பூசை செய்த நாள்

என்பவற்றை அடிப்படையாகக் கொண்ட கதைகள் அவற்றுள் சில. இவ்வாறு கதைகள் இருப்பினும் சிவபூசையை ஏற்றுக் கொள்வதற்காக, சிவபிரான் சோதிப் பிழம்பாய்த் தோன்றிய நாள் சிவராத்திரி என்பர். அதனால் அன்று சிவபூசை செய்வதே மிக சிறப்பானதாகும்.

மேற்கூறிய கதைகளுள் இரண்டினை இங்கு கற்போம்

பிரமதேவனும், விஷ்ணு மூர்த்தியும் ‘‘நானே பிரமம்; நானே பிரமம்’’ என்று ஒருவரோடு ஒருவர் நீண்ட காலம் போர் செய்தனர். அதனை நிறுத்தும் பொருட்டும் தானே பிரமம் என்பதை ஆன்மாக்கள் அறிந்து உய்யும் பொருட்டும், பரமசிவன் திருவுளம் இரங்கி, மாசி மாதத்துக் கிருஷ்ண பட்ச (தேய்பிறை) சதுர்த்தசித் திதியும் சோம வாரமும் திருவோண நட்சத்திரமும் கூடிய புண்ணிய தினத்தில் இரவு பதினான்கு (14) நாழிகை அளவில் சோதி வடிவமாகத் தோன்றினார். அப்பொழுது ‘‘உங்கள் வலிமையைக் காட்ட இச்சோதியின் அடி முடிகளைக் காணுங்கள்’’ என்று ஓர் அசரீரி கேட்டது. பிரமா விஷ்ணுக்கள் இருவரும் அதனைக் கேட்டனர். பிரமா அன்னப்பட்சி வடிவாகச் சோதியின் முடியையும், விஷ்ணு பன்றி வடிவமாக அடியையும் காணச் சென்றனர். நீண்ட காலம் சென்றது. அவர்களால் எதையும் காண முடியவில்லை. உடலும் உள்ளமும் சோர்ந்து களைப்படைந்து மீண்டனர். அச்சோதியை வழிபட்டனர்.

இலவசப் பாட நூல் விநியோகத்திற்காக

அவ்வேளை, சிவபெருமான் அந்தச் சோதியின் நடுவே சிவலிங்க வடிவமாகத் தோன்றி, பின்னர் அந்த இலிங்கத்தின் நீல கண்டமும் முக்கண்ணும், மான், மழு, அபயம் வரதம் பொருந்திய கரங்களும் கொண்டு, வெளிப்பட்டுக் காட்சி கொடுத்தருளினார். அந்த இலிங்கோற்பவ மூர்த்தியின் இடப்பக்கத்தில் நின்று விஷ்ணுவும் வலப்பக்கத்தில் நின்று பிரமாவும் தரிசித்தனர். மற்றைய தேவர்களும் அந்த இலிங்கோற்பவர் என்ற வடிவத்தைக் கண்டு வணங்குவதற்காக, பரமசிவன் ஒரு முகூர்த்த காலம் தரிசனம் தந்து மீண்டும் அச்சோதியில் மறைந்தருளினார். சிவபெருமான் சோதி வடிவமாகவும், அச்சோதியின் நடுவே இலிங்கோற்பவராகவும் தோன்றிய இரவு **சிவராத்திரி** எனப் பெயர் பெற்றது.

சிவராத்திரி குறித்து விளக்கும் புராணக் கதைகளில் மேற்கூறிய கதையே, வழக்கத்தில் அதிகமாகக் கூறப்பட்டு வருகின்றது. சிவராத்திரி விரதத்துடன் தொடர்புடைய மற்றொரு கதையினையும் இங்கு கற்போம். உலக முடிவாகிய ஊழிக்காலத்தில் உலகம் அழிந்து, யாவும் சிவபெருமானுள் ஒடுங்கியது. அந்தகாரம் சூழ்ந்த அந்த இருளில் பார்வதி தேவியார் ஒடுங்கிய யாவும் மீண்டும் தோன்றும்படி சிவபெருமானை ஆகமங்களில் கூறியுள்ளபடி நான்கு காலம் வழிபட்டாள். அந்த வழிபாடு, பிரார்த்தனை என்பவற்றால் இறையருளைப் பெற்றார். ‘‘இவ்விரவில் விரதமிருப்பவர் எவராயினும் அவர்களுக்கு மோட்சத்தை அருள்க!” என்று இறைவனிடம் வேண்டினார். இறைவனும் அவ்வாறே அருளினார்.

சிவராத்திரி விரதத்துடன் தொடர்புடைய கதைகளைக் கற்ற நீங்கள், இவ்விரதத்துக்குரிய நியதிகளையும் அறிந்திருத்தல் அவசியம். சிவராத்திரி விரதத்துக்குரிய நியதிகளில் பின்வருவன அடங்கும்.

- சிவராத்திரி தினத்தின் முதல் நாளில் ஒருவேளை உணவு உண்ணுதல் வேண்டும்.
- சிவராத்திரி தினத்தில் உபவாசம் இருந்து இரவு நான்கு சாமமும் நித்திரையின்றிச் சிவபூசை செய்தல் வேண்டும்.
- சிவபூசைசெய்ய இயலாதவர் நித்திரையின்றி, நான்கு சாமமும் சிவாலய தரிசனம் செய்தல் வேண்டும். விபூதி தரித்து, உருத்திராக்கம் அணிந்து ஸ்ரீ பஞ்சாட்சரம் செபித்தல், ஸ்ரீ ருத்ர பாராயணம் செய்தல், சிவராத்திரி புராணம், சிவபுராணம், என்பவற்றையும் சிவபெருமானைப் பற்றிக் கூறும் கதைகளையும் படித்தல், கேட்டல் என்பவற்றில் ஈடுபட வேண்டும்.
- இலிங்கோற்பவ காலத்தில் சிவனை விசேடமாக வழிபடுதல் வேண்டும். இலிங்கோற்பவ காலம் என்பது திருமால், பிரமன் அறியாதபடி சோதியாக நின்ற பரம்பொருள், குளிர்ந்து இலிங்க வடிவில் காட்சி தந்த காலத்தைக் குறிப்பது. சிவராத்திரி இரவில் பதினான்கு நாழிகைக்கு மேல் (11.30 -

12.15) இரு நாழிகை (1 நாழிகை - 24 நிமிடங்கள்) பரம்பொருள் இலிங்கத்தில் தோன்றியருளினார். அதனால், அக்காலத்தில் சிவபூசை செய்து வழிபடுதல் வேண்டும்.

- சிவராத்திரியின் மறுநாள் அதிகாலையில் நீராடி, பாறணை செய்தலும் சிவனடியார்களுக்கு மாகேசுர பூசை செய்தலும் வேண்டும்.
- சிவராத்திரி விரதத்தைத் தொடர்ந்து பன்னிரெண்டு அல்லது இருபத்தினான்கு வருடங்கள் அனுட்டித்தல் வேண்டும். சிவராத்திரி விரத நாளில் உபவாசம் உத்தமம்; நீரேனும் பாலேனும் அருந்துதல் மத்திமம்; பழம் உண்பது அதமம். சிவராத்திரி தினத்தில் நான்கு சாமமும் நித்திரை ஒழிக்க இயலாதவர், இலிங்கோற்பவ காலம் நீங்கும் வரையாயினும் நித்திரை ஒழித்தல் வேண்டும்.

சிவராத்திரி விரதம் உணர்த்தும் தத்துவம்

சிவராத்திரி விரதத்துடன் தொடர்புடைய சோதிப்பிளம்பின் அடி நுனி தேடிய புராணக்கதையில் சிறப்பான தத்துவ உண்மை அடங்கியுள்ளது. அறிவு எல்லை மீறும் போது அகங்காரமாகி விடுகின்றது. செல்வம் எல்லை மீறும் போது செருக்கு ஏற்படுகின்றது. எனவேதான் அறிவுக் கடவுளான பிரமாவும் செல்வத்தின் அதிபதியான திருமாலும் அகங்காரம், செருக்கு என்பவற்றால் உந்தப்பட்டு, தாமே பெரியவர் என்று போட்டியிட்டனர். அதனால், அவர்களால் சிவபெருமானைக் காண முடியாது போயிற்று. அவரை அறிவாலும் செல்வத்தாலும் அளவிட்டு அறிந்து விட முடியாது; அன்பினாலும் பக்தியினாலும் மட்டுமே அடைய முடியும் என்பதை உணர்த்துவதே சிவராத்திரி விரதத்தின் தத்துவமாகும். சிவராத்திரி விரதம் சிறப்பாக, சிவனின் பரத்துவத்தையும் அவரே முழுமுதற் கடவுள் என்பதையும் உணர்த்தி நிற்கும். முத்திக்கான சிறந்த சாதனம் சிவராத்திரி விரதம். சிவராத்திரி இரவில் சிவபுராணம் கேட்டல், சிவாலய தரிசனம் செய்தல் முதலானவையும் முத்திக்கான இலகுவான சாதனங்களாகும் என சிவபுராணம் குறிப்பிடுகின்றது. (சிவராத்திரி விரதம் தொடர்பான மேலதிக விளக்கத்திற்காகத் தரப்பட்டுள்ள அட்டவணையைப் பயன்படுத்துங்கள்).

ஆ. நவராத்திரி விரதம்

இலவசப் பாட நூல் விநியோகத்திற்காக

சாமம்	முதலாம் சாமம்	இரண்டாம் சாமம்	மூன்றாம் சாமம்	நான்காம் சாமம்
வழிபட வேண்டிய மூர்த்தம்	சோமாஸ்கந்தர்	தென்முகக் கடவுள்	இலிங்கோற்பவர்	சந்திர சேகரர் (இடபாரூடர்)
அபிடேகம்	பஞ்ச கௌவியம்	பஞ்சாமிர்தம்	பாலும் நீரும்	பன்னீர் முதலான நறுமண நீர்
பட்டு	செம்பட்டு	மஞ்சள் பட்டு	வெண்பட்டு	நீலப்பட்டு
மலர்	தாமரை, அலரி	செண்பகம், தாமரை	செங்கழு நீர், ஆத்தி, பிச்சி	நந்தி யாவர்த்தம்
பத்திரம்	வில்வம்	துளசி, வில்வம்	முட்கிளுவை, வில்வம், அறுகு	விளா
நிவேதனம்	பருப்பன்னம்	பாயாசன்னம்	எள்ளன்னம்	வெண் பொங்கல்
பழம்	வில்வம்	பலா	மாதுளம்	நானாவித பழங்கள்
நறுமணம் தூபம்	பச்சைக் கர்ப்பூரம் சாம்பிராணி	அகில் சந்தனம் சந்தனக் கட்டை	கஸ்தூரிச் சந்தனம் குங்குலியம்	புனுகுச் சந்தனம் கர்ப்பூரம்
தீபம்	புட்பவடிவமான தீபம் காட்டல்	நட்சத்திர தீப ஆராதனை	ஐந்தடுக்கு தீப ஆராதனை	வில்வார்த்திரி தீபம்
ஓதுவன	வேதம் சம்பந்தர் தேவாரம்	வேதம் அப்பர் தேவாரம்	வேதம் சுந்தரர் தேவாரம்	வேதம் மாணிக்க வாசகர் திருவாசகம்

இலவசப் பாட நூல் விநியோகத்திற்காக

சக்தியை நோக்கி அனுட்டிக்கும் விரதங்களில் நவராத்திரி விரதமும் ஒன்றாகும். மனிதனுக்கு ஆற்றல் அவசியம். அதன் அதிதேவதையாக விளங்குகின்ற சக்தியைப் போற்றும் விரதமாக நவராத்திரி விரதத்தை அனுட்டிப்பர். முதலில் நவராத்திரி என்பதன் பொருளை நோக்குவோம். நவம் என்பது ஒன்பது என்பதையும் இராத்திரி என்பது இரவு என்பதையும் குறித்துப் பொருள் தந்து, (நவம் + இரவு) இவை இணைந்து ஒன்பது இரவுகள் கொண்டாடப்படுவது **நவராத்திரி** எனப்படும். நவராத்திரி விரதம் புரட்டாதி மாதத்தில் அமாவாசையை அடுத்து வரும் பிரதமை தொடக்கம் நவமி ஈறாகவுள்ள ஒன்பது நாட்களும் அனுட்டிக்கப்படும் விரதமாகும். இவ்விரத காலத்தில் இரவில் நடத்தப்படும் பூசை சிறப்பானதாகும். நவராத்திரி ஒன்பது நாட்களிலும் ஒவ்வொரு தெய்வத்துக்கும் மூன்று நாட்கள் எனக்கொண்டு, முறையே பிரதமை முதல் மூன்று நாளும் (1 - 3) துர்க்காதேவி சொரூபமாகவும், சதுர்த்தி முதல் அடுத்த மூன்று நாளும் (4 - 6) இலட்சுமி உருவாகவும், சப்தமி முதல் இறுதி மூன்று நாளும் (7 - 9) சரஸ்வதி வடிவாகவும் பாவித்து, கும்பம் முதலானவற்றில் ஆவாகனஞ் செய்து பூசை செய்வர்.

நவராத்திரி விரதத்துக்கான நியதிகள் பின்வருமாறு அமையும்.

- புரட்டாதி மாத வளர்பிறை பிரதமைத் திதியில் கும்பம் வைத்து நவமி வரை பூசை செய்தல் வேண்டும்.
- வீடுகளிலும் ஆலயங்களிலும் கொலுவைத்தல் வேண்டும்.
- முதல் எட்டு நாட்களும் பகல் உணவின்றி, இரவில் பூசை முடிந்த பின் பலகாரம், பழம், பால் முதலியன உட்கொள்ளல் வேண்டும்.
- மகாநவமியன்று உபவாசம் இருத்தல் வேண்டும்.
- விரத நாட்களில் தேவி மகாத்மியம், அபிராமி அந்தாதி, துர்க்கா அஷ்டகம், இலக்குமி தோத்திரம், சகலகலாவல்லிமாலை முதலானவற்றைப் பாராயணம் செய்தல் வேண்டும்.
- தசமி திதியில் பாறணை செய்தல் வேண்டும். ஒன்பது வருடங்கள் தொடர்ந்து அனுட்டித்தல் வேண்டும்.

நவராத்திரியின் முதல் நாளில் இருந்தே முப்பெருந்தேவியரின் படங்களையோ சிலைகளையோ அலங்கரித்தும் அல்லது அன்னையரின் அடையாளமாக கும்பம் வைத்தும் வழிபடுவர்.

(1) கும்பம் வைத்தல்

நவராத்திரியின் முதல் நாள் காலையில் (பிரதமைத் திதியில்) ஒரு பாத்திரத்தில் மண் நிரப்பி, நவதானியங்களைத் தூவி நீர் தெளிப்பர். அப்பாத்திரத்தின் மேல் கும்பம் வைப்பர். அதன் பின் அக்கும்பத்தில் அன்னையை எழுந்தருள (அதிட்டித்து நிற்க)ச் செய்வர். நவராத்திரி விரத காலம் முழுவதும் கடலை, வடை, அவல், மோதகம், கற்கண்டு போன்ற பிரசாதங்களைப் படைப்பர்.

இலவசப் பாட நூல் விநியோகத்திற்காக

பஞ்சாமிர்தம், பாக்கு, வெற்றிலை, பழங்கள் என்பவற்றை வைப்பர். தூப தீபங்களைக் காட்டியும் தோத்திரங்களைப் பாடியும் பக்தியுடன் வழிபடுவர்.

(2) கொலுவைத்தல்

சைவ சமயத்தவர் நவராத்திரி காலங்களில் ஆலயங்களிலும் வீடுகளிலும் கொலு வைத்து பூசைகள் செய்து வழிபடுவர். இவ்வாறு கொலு வைத்தலின் தத்துவம் உள்ளது. சக்தி ஒன்றாய் அரும்பி, பலவாய் விரிந்து இவ்வுலகெங்குமாய், அனைத்துப் பொருட்களிலும் ஜீவராசிகளிலும் ஊடுருவி நிற்கின்றார். அத்தத்துவத்தைச் சுட்டும் ஒரு செயல் வடிவமே பலவிதப் பொம்மைகள், பாவைகள் முதலானவற்றைக் கொலு வைத்து நவராத்திரியில் வழிபடுதலாகும்.

(3) மகாநவமி

நவராத்திரியின் ஒன்பதாம் நாள் **மகாநவமி** என வழங்கப்படும். மகாநவமி இரவில், எல்லாச் சைவ இல்லங்களிலும் சரஸ்வதிதேவிக்குப் பூசை செய்து, வழிபடுவர். இதனை **ஆயுத பூசை** எனவும் அழைப்பர். சரஸ்வதி தேவியின் திருவுருவத்தின் முன், மாணவர் தங்கள் பாடப்புத்தகங்களை வைத்து, கனிவகைகள், பிரசாதங்கள் நிவேதித்து, தூப தீபம் காட்டி, தோத்திரம் பாடி வழிபடுவர். வழிபாட்டின் முடிவில் மாணவர், சரஸ்வதி தேவியின் திருவுருவத்தின் முன், நாட்பாடமாக பாட நூல்களை எடுத்து வாசிப்பர். கலைஞர்கள் தங்கள் இசைக்கருவிகளை ஒன்பது நாளும் பூசையில் வைத்து, ஒன்பதாம் நாள் இரவு வழிபாட்டின் பின் அவற்றை வாசிப்பர்; பாடுவர். வாழ்வில் நம் உயர்வுக்கு உதவும் ஆயுதங்களைப் போற்றுவது, அவற்றையும் இறை பொருளாகப் பாவித்து வணங்குவது என்பன ஆயுத பூசையின் சிறப்பம்சங்களாகும்.

(4) கும்பம்சொரிதல்

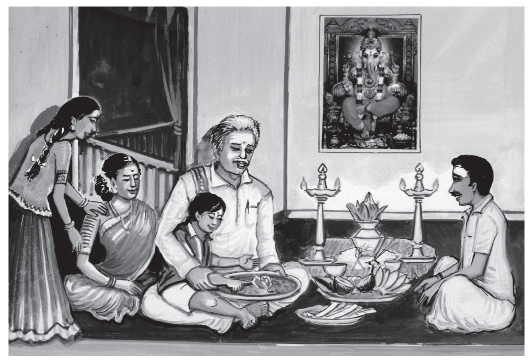
நவராத்திரியின் ஆரம்ப நாளில் வைத்த கும்பத்திற்கு விஜயதசமியின் காலை வரை பூசை செய்து வழிபடுவர். அதன் பின்னர் அன்னையின் அருள் நிறைந்த அக்கும்ப நீரை அம்மன் ஆலயங்களில் மூல மூர்த்திக்கு அபிடேகம் செய்வர். பிற ஆலயங்களிலும், வீடுகளிலும் வைத்த கும்ப கலசங்களை ஊர்வலமாக எடுத்துச் சென்று, நன்னீர் நிலைகளில் கலந்து விடுவர். முளைபோட்டு வைத்த நவதானியங்களின் முளைகளைப் பிரசாதமாக வழங்குவர். முளையிடப்பட்ட நவதானியங்களின் முளைகள் செழிப்பாக இருந்தால் நலன்கள் அதிகரிக்கும் எனவும் செழிப்பற்றிருந்தால் நலன்கள் குன்றும் எனவும் நம்புவர்.

இலவசப் பாட நூல் விநியோகத்திற்காக

(5) விஜய தசமி

விஜயதசமி நாட் காலைப் பொழுதில் பாடசாலைகள், கலைக்கூடங்கள் முதலானவற்றில் சரஸ்வதி பூசை மிகவும் சிறப்பாக நடைபெறும். அன்று பாடசாலைகளிலும் ஆலயங்களிலும் அட்சராரம்பம், வித்தியாரம்பம் (ஏடு தொடக்கல்) செய்வர். தொழில் அதிபர்கள் புதிய தொழில்துறைகளுக்குக் கால்கோளிடுவர். வியாபாரிகள் புதுக்கணக்குகளை ஆரம்பிப்பர்.

தசமித் திதியை, **விஜயதசமி** எனவும் வழங்குவர். **வெற்றிக்குரிய பத்தாம் நாள்** என்பது அதன் பொருளாகும். அந்த நாளை **வெற்றித் திருநாள்** எனவும் அழைப்பர். நவராத்திரி காலமான ஒன்பது நாளும் சக்திகளுக்குச் செய்த பூசையின் பயனாய், அடுத்த நாளான பத்தாம் நாளில், செய்யும் எந்தக் காரியமும் கைகூடும் என்பது சைவ மக்களின் நம்பிக்கை. அதனால், அந்த நாளை **விஜயதசமி** (விஜயம் - விசேட வெற்றி) எனப் போற்றுவர். தசமித் திதி 'விஜயை' என்னும் சக்திக்குரிய தினம் என்பர்.



அவள் எல்லாச் செயல்களுக்கும் ஜயம் (வெற்றி) தருவாள். அதனால், அன்றைய தினம் அவளை ஆராதனை செய்து, அவரவர்களுக்குரிய ஆயுதமோ, வித்தையோ தொடங்கிப் பயிற்சி பெற்றால், அவை பூரண வெற்றியைத் தரும் என்பர். அன்னை மகிடாசுரனைக் கொன்று, ஜயம் பெற்ற நாள் விஜய தசமி என்பர்.

(6) கன்னி வாழை வெட்டல்

விஜய தசமி தினத்தன்று இரவில் ஆலயங்களில் **கன்னி வாழை வெட்டல்** நடைபெறும். அதனை **'மானம்புத் திருவிழா'** எனவும் அழைப்பர். அன்று ஆலயங்களில் துர்க்கை அம்மனுக்கு விசேட பூசைகள் நிறைவேற்றப்பட்டு, அம்மனை அலங்கரித்து வீதி வலம் கொண்டு வந்து, **மகிஷாசுரமர்த்தனம்** செய்யப்படும். அன்னை 'மகிஷ' என்ற அசுர சக்தியை அழித்து, மனித வர்க்கத்தைக் காத்தார். அந்த அற்புதச் செயலைப் பாவனை செய்து, இந்த நிகழ்வு நடத்தப்படுகின்றது. அதனை, **கன்னி வாழை வெட்டல்** என்பர். அன்னை அழித்த மகிஷாசுரன் என்பது ஆன்மாவை வருத்தும் ஆணவ மலமாகும், சகல ஆன்மாக்களும் சுகமடைவதற்காக **கன்னி வாழை வெட்டல்** நிகழ்வு செய்யப்படுகின்றது. ஒரு வன்னிமரத்தை நட்டு, அதனை அந்த அசுரனாகப் பாவித்து, அந்த மரத்திலே அம்பு போட்டு, அதனைத் துண்டிக்கும் பாவனை காட்டப்படும். வன்னிமரம் கிடைப்பது அரிது. அதனால் வன்னி மரக்கிளை ஒன்றை வாழையில் பதித்து, அவ்வாழையைத் துண்டிப்பதும் உண்டு. நவராத்திரி விழாவைச் சிறுவர் முதல் பெரியோர் வரை ஆண், பெண் வித்தியாசமின்றி, இல்லங்களிலும், பாடசாலைகளிலும், ஆலயங்களிலும், அலுவலகங்களிலும் சைவ ஆசாரத்துடன் கொண்டாடுகின்றனர். விழாவுடன் இணைந்ததாக விரதத்தையும் அனுட்டித்து நாமும் நற்பலன்களைப் பெறுவோம்.

இலவசப் பாட நூல் விநியோகத்திற்காக

இ. வைகுண்ட ஏகாதசி விரதம்

மகாவிஷ்ணுவை நோக்கி அனுட்டிக்கப்படும் விரதங்களில் ஏகாதசி விரதமும் ஒன்றாகும். மாதந்தோறும் வரும் வளர்பிறை, தேய்பிறை ஏகாதசித் திதி (பதினோராம் நாள்) யில் ஏகாதசி விரதம் அனுட்டிக்கப்படுகின்றது. இவ்விரதம் ஒரு வருடத்தில் இருபத்து நான்கு நாட்களில் வரும். அவற்றுள் மார்கழி வளர்பிறையில் வரும் ஏகாதசி சிறப்பு வாய்ந்தது. அதனை **வைகுண்ட ஏகாதசி** என்று அழைப்பர். வைகுண்ட ஏகாதசியில் சொர்க்கத்தின் வாசல் எவருக்கும் திறந்து இருக்கும். அன்று இறப்பவர்கள் எவ்வளவு பாவியாக இருந்தாலும் சொர்க்கத்திற்குச் செல்வர் என்ற நம்பிக்கை உண்டு. அதனால், இவ்விரதம் வைகுண்ட **சுவர்க்க வாயில் ஏகாதசி** என வழங்கப்படும்.

இவ்விரதத்துக்கு உரிய நியதிகள் பின்வருமாறு அமையும்.

- வைகுண்ட ஏகாதசி விரதத்தை அனுட்டிப்போர், மார்கழி வளர்பிறை ஏகாதசியில் ஆரம்பித்தல்
- முதல் நாள் தசமி திதியில் ஒரு பொழுது உணவுண்ணல்
- ஏகாதசியன்று காலையில் நீராடி, சுத்தமான ஆடை அணிந்து, உபவாசம் இருத்தல்
- விரத நாளில் மாகாவிஷ்ணு கோயிலுக்குச் சென்றோ அல்லது வீட்டில் இருந்தோ, மகாவிஷ்ணுவை நினைந்து நூல்களைப் பாராயணம் செய்தலும் மகாவிஷ்ணு மூர்த்தியைத் துளசியால் அர்ச்சித்தலும்
- இத்தினத்தில் துளசித் தீர்த்தம் மட்டும் அருந்துதல்
- இரவு முழுவதும் நித்திரை விழித்து, வழிபடுதல்
- ஏகாதசிக்கு அடுத்த நாள் காலையில் தீர்த்தமாடி, மகாவிஷ்ணுவை வழிபட்டு பின் பாறணை செய்தல்

வைகுண்ட ஏகாதசி விரதத்தை அனுட்டிப்பதால் ஏற்படும் பயன்கள்

- வறுமை நீங்கும்
- செல்வம் பெருகும்
- இலட்சுமி கடாட்சம் ஏற்படும்
- பாவங்கள் நீங்கும்
- பக்தி பெருகும்
- வைகுண்டப் பேறு கிடைக்கும்

விஷ்ணு புராணம், நாரத புராணம், அக்கினி புராணம் என்பனவும், சுன்னாகம் வரதபண்டிதரின் ஏகாதசிப் புராணம், அருட்கவி சீ. விநாசித்தம்பி புலவரின் ஏகாதசி விரத மகிமை என்பனவும் இவ்விரதத்தின் சிறப்பினைக் கூறுகின்றன.

ஏகாதசி விரதத்தின் சிறப்பினைக் கோசல நாட்டு மன்னன் உருக்குமாங்கதன் உணர்ந்தான். அவனும் அந்த நாட்டு மக்களும் ஏகாதசி விரதத்தை அனுட்டித்து நற்பயன்களைப் பெற்றனர்.

மேலே கற்ற விரதங்களை முறைப்படி அனுட்டித்து முறையே சிவன், சக்தி, விஷ்ணு ஆகிய தெய்வங்களின் திருவருளைப் பெறுவோம்.

இலவசப் பாட நூல் விநியோகத்திற்காக

📖 பாடச் சுருக்கம்

- கடவுளுக்கான சிறப்பான விரதங்களில் சிவராத்திரி விரதம், நவராத்திரி விரதம், ஏகாதசி விரதம் என்பன அடங்கும்.
- சிவராத்திரி விரதம் சிவபெருமானைக் குறித்து, மாசி மாத கிருஷ்ண பட்ச (தேய்ப்பிறை) சதுர்த்தசி திதியில் அனுட்டிக்கப்படும்.
- சிவராத்திரி விரதம், அன்பினாலும், பக்தியினாலும் சிவபெருமானை அடைய முடியும் என்பதையும், அவரின் பரத்துவம், முழுமுதல் தன்மை என்பவற்றையும் உணர்த்துகின்றது.
- சக்தியை துர்க்கை, இலட்சுமி, சரஸ்வதி எனப்போற்றி அனுட்டிக்கும் விரதம் நவராத்திரியாகும்.
- நவராத்திரி தினத்திற்கு அடுத்த நாள் விஜயதசமி ஆகும். அதனை வெற்றித் திருநாள் என்பர்.
- மகா விஷ்ணுவை நோக்கி அனுட்டிக்கப்படும் விரதங்களுள் ஏகாதசி விரதமும் அடங்கும்.

✍ பயிற்சிகள்

அ. பின்வரும் வினாக்களுக்கு விடை எழுதுக.

1. கடவுளுக்குரிய சிறப்பான விரதங்கள் இரண்டினைத் தருக.
2. சிவராத்திரி விரதத்துடன் தொடர்புடைய மூன்று கதைகளின் தலைப்புகளைக் குறிப்பிடுக.
3. ‘இலிங்கோற்பவம்’ என்றால் என்ன?
4. ‘நவராத்திரி’ என்பதற்கு விளக்கம் தருக.
5. நவராத்திரி காலத்தில் பாடக்கூடிய தோத்திர நூல்களைக் குறிப்பிடுக.
6. ஏகாதசி விரதம் அனுட்டிக்கப்படும் காலத்தைக் குறிப்பிடுக.

ॐ ஆ. செயற்பாடு

- சிவராத்திரி விரதத்துடன் தொடர்புடைய புராணக்கதை ஒன்றை எழுதி, வகுப்பறையில் காட்சிப்படுத்துக.
- ‘மானம்புத் திருவிழா’வுடன் தொடர்புடைய புராணக் கதையை எழுதி வகுப்பறையில் வாசிக்க.
- ‘வைகுண்ட ஏகாதசி’ என்ற தலைப்பில் குறிப்புரை எழுதி, வகுப்பறையில் காட்சிப்படுத்துக.
- ‘சகலகலாவல்லிமாலை’ யில் உள்ள தோத்திரப் பாடல்களை மனனம் செய்து, நவராத்திரியின் போது பக்தியுடன் பாடுக.

இலவசப் பாட நூல் விநியோகத்திற்காக