சபரகமுவ மாகாணக் கல்வித்திணைக்களம்
விடுமுறைக்கால செயலட்டை
சைவ நெறி – தரம் : 09
நிவிதிகலை கல்வி வலயம்

உடலும் உயிரும்

ஏழாம் வாரம்

❖ அறிவுறுத்தல்கள் :

1. சைவ நெறி பாடநூலின் பக்கம் 68 – 72 வரையுள்ள பாடப்பகுதியினை இரண்டு தடவைகள் நன்கு கருத்துான்றி வாசிக்குக.
2. அப்பாடப்பகுதியில் நீர் விரும்பிய ஏதேனும் பந்தியொன்றினை பிழையின்றி உருப்பமைய பார்த்தெழுதுக.
3. அப்பாடப்பகுதி தொடர்பாக வழங்கப்பட்ட 72ஆம் பக்க பயிற்சியினை எழுதி, பாடத்துணையுடன் விடையெழுதுக.
4. உடலை ஓம்பும் செயற்பாடுகளையும் உயிரை ஓம்பும் செயற்பாடுகளையும் அட்டவணைப்படுத்துக. (ஓம்புதல் - பேணுதல்)
5. உடலையும் உயிரையும் ஓம்பி வாழ்வதன் மூலம் நாமடையக்கூடிய நன்மைகளை பட்டியற்படுத்திக்காட்டுக.
6. பின்வரும் பாடல்களின் பொருள் விளக்கங்களைத் தெரிந்தெழுதுக.

1. "உடம்பார் அழியின் உயிரார்…"

உடம்பு அழியுமாயின் , அதனைப் பெற்றுள்ள உயிரும் அழிந்ததுபோல செயலன்றி நிற்பதாம். ஆகவே , உடம்பு அழிந்த பின் அவ்வுடம்பை துணைக்கொண்டு இயங்கிய உயிர், எந்த நன்மையும் இறையாசியும் பெற முடியாததாகிவிடும். இதனை அறிந்து , உடம்பை நிலைபெற வைக்கும் வழியை அறிந்து அவ்வழியில் அதனை நிலைபெற வைத்த நான், உயிரை நலம்பெற செய்தவன் ஆனேன்.

2. "காயமே கோயிலாக கடிமனம்…"

இவ்வுடம்பை கோயிலாகவும் நல்ல நினைவுகளை உடைய மனத்தை அடிமையாகவும் கொண்டு , வாய்மையைத் தூய்மையாகவும் வைத்து,மனதிற்குள் ரத்தினம் போல ஜொலிக்கும் ஆன்மாவை இலிங்கமாக பாவித்து அன்பை நெய்யும் பாலாய் நிறைய வைத்து பூசித்து இறைவனை போற்றினேன்.

7. உடலும் உயிரும் பாடத்தை அடிப்படையாக கொண்டு இருபது வினாக்களை கொண்டு வினா விடைக் கையேடொன்றை ஆக்குக.
8. எம்முயிர்ப்போல மண்ணுயிரையும் அன்புடன் நேசிப்போம்" எனும் தலைப்பில் கட்டுரை எழுதுக.