

ORIGINAL ARTICLE



பரதநாட்டிய நடனக் கலைஞர்கள் மீதான பாத்திரக் கல்வியின் தாக்கம்

[PARATANĀṬṬIYA NAṬANAK KALAIÑARKAḶ MĪTĀNA PĀTTIRAK KALVIYIṆ TĀKKAM]

THE EFFECTIVENESS OF CHARACTER EDUCATION ON BHARATHANATYAM DANCERS

வேணு ஸ்ரீலட்சுமி புவனேஸ்வரா / Venu Srilatchumy Puvanesvarah

Tok Perdana Secondary National School, Sitiawan, Perak, Malaysia.

Email: sri.latchumy94@yahoo.com

DOI: <https://doi.org/10.33306/mjssh/213>

Abstract

This article is mainly about Bharatanatyam artists. Bharatanatyam is considered to be the most ancient of the various Indian dance forms. Bharatanatyam is learned and danced by both males and females. In this article the researcher explores the effectiveness of Character Education on Bharatanatyam dancers. For this article, the survey was conducted on some dancers in Perak, Malaysia and information was gathered. Through this study, the characteristics of the dancers and their character creation are explored through character education. Through this study you can learn how Bharata artists prepare themselves by learning Bharatanatyam. Furthermore, the study explores the differences between those who learned Bharathanatyam and those who do not learn the art. This article collects data based on field research. Through this study, the researcher has gathered information about the importance of these arts among the gurus who teach this art to people.

Keywords: Bharatham/Bharathanatyam, artists, mutras, character education, characters

ஆய்வுச் சாரம்

இக்கட்டுரை பரதநாட்டிய கலைஞர்களைப் பற்றியதாகும். பலவிதமான இந்திய நாட்டியக் கலைகளுள் மிகத் தொன்மையான நாட்டியக் கலையாக பரதநாட்டியம் கருதப்படுகிறது. பரதநாட்டியத்தை ஆண் பெண் இருபாலராலும் கற்றுக் கொண்டு ஆடப்படுகிறது. இக்கட்டுரையில் ஆய்வாளர் பரதநாட்டிய நடனக் கலைஞர்கள் மீதான பாத்திரக் கல்வியின்

தாக்கத்தை ஆராய்ந்துள்ளார். இக்கட்டுரைக்காக மலேசியாவில் பேராக் மாநிலத்தில் உள்ள சில நடனக் கலைஞர்களின் மீது இவ்வாய்வு மேற்கொள்ளப்பட்டு தகவல்கள் திரட்டப்பட்டன. பாத்திரக் கல்வியின் மூலம் நடனக் கலைஞர்களின் குணாதிசயங்களும் அவர்களின் பாத்திரப்படைப்பும் இவ்வாய்வின் மூலம் ஆராயப்பட்டுள்ளன. பரதக் கலைஞர்கள் பரதநாட்டியத்தைப் பயில்வதின் மூலம் எவ்வாறு தங்களைத் தயார்படுத்திக் கொள்கிறார்கள் என இவ்வாய்வின் மூலம் அறியலாம். மேலும், பரதக் கலையைக் கற்றுக் கொள்ளாதவர்களுக்கும் கலையைக் கற்றுக் கொண்ட கலைஞர்களுக்கும் உள்ள வேறுபாட்டினை இவ்வாய்வின் மூலம் ஆராயப்பட்டுள்ளன. இக்கட்டுரை கள ஆய்வு அடிப்படையில் தரவுகள் சேகரிப்பட்டுள்ளன. பரதக்கலையை நடத்தும் குருமார்களை நேர்காணல் செய்தும் இத்தகவல்கள் திரட்டப்பட்டுள்ளன.

கருச்சொற்கள்: பரதம்/பரதநாட்டியம், கலைஞர்கள், முத்திரை, பாத்திரக் கல்வி, பாத்திரப்படைப்பு

This article is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License



Received 4th June 2022, revised 27th June 2022, accepted 15th July 2022

முன்னுரை

கலை என்பது தனது எண்ணங்களையும் உணர்வுகளையும் பிறருக்கு விளக்குவதே ஆகும். காண்போர், கேட்போர் மனதில் சுவைபட இரசிக்கும் தன்மையை மனத்தில் தூண்டும் வண்ணமும் அமைவதே ஆகும். இதனை மா. இராசமாணிக்கனார், மனிதனின் உள்ளத்தைத் தன் வயமாக்கி வெளிப்படுத்தும் ஆற்றலே கலை என்கிறார். இந்தியாவிலேயே முகிழ்த்து மலர்ச்சி பெற்ற நுண்கலைகளிலே முக்கியமானது பரதம். பாரதம் கண்ட பல கலைகளில் மிகத் தொன்மையானது இந்தப் பரதநாட்டியம். மேலும், இப்பரதக்கலையானது மற்ற பாரம்பரிய நடனங்களுக்குக்கெல்லாம் அடிப்படையாகவும் தாயாகவும் கருதப்படுகிறது. பரதநாட்டியம் என்பது 'பரதம்' மற்றும் 'நாட்டியம்' என இரு சொற்களின் சேர்க்கையாக அமையப்பெற்றது. நாட்டியம் என்பது சமஸ்கிருத மொழியில் நடனம் என்றும் அதேவேளை பரதம் என்ற சொல், ப- பாவம், ர- ராகம், த- தாளம் என்ற மூன்றையும் குறித்து நிற்பதாகவும் சொல்லப்படுகிறது. ஆக பரதநாட்டியம் என்ற சொல்லில் இருக்கும் 'ப' 'பாவம்' (வெளிப்படுத்தும் தன்மை) என்ற சொல்லிலிருந்தும், 'ர' 'ராகம்' (இசை) என்ற சொல்லிலிருந்தும், 'த' 'தாளம்' என்ற சொல்லிலிருந்தும் வந்தவையாகக் கருதப்படுகிறது. இதில் பாவம் உணர்ச்சியையும், ராகம் இசையையும் குறிக்கும். இவற்றுடன் தாளம் சேர்ந்த நடனமே பரதநாட்டியம் ஆகும். உடல் அசைவுகளும், கை முத்திரைகளையும் சேர்த்தது 'அடவு' என்று வழங்கப்படுகிறது. பல அடவுகள் சேர்ந்தது 'ஜதி' எனப்படும். அடவுகள் சுமார் 120 உள்ளன. அவற்றில் கிட்டத்தட்ட என்பது வரைதான் தற்போது பயன்பாட்டில் உள்ளது. தொடர்ந்து, இசைக்கலைஞர்கள் மேடையின் ஒருபுறமாக அமர்ந்து இசைக்க, நாட்டியம் பயிற்றுவித்த குரு வழிநடத்த நடனம் ஆடுபவர் மேடையின் மையப்பகுதியில் பரதநாட்டியம் ஆடுவார். நடராஜரை உடலாலும் உள்ளத்தாலும் உணர்வதே ஒவ்வொரு பரதக் கலைஞரின் முக்கிய இலக்காகும். பரதநாட்டியம் இந்தியர்களின் நுணுக்கமான கலையாக மட்டுமில்லாது ஆன்மீகம், மகிழ்ச்சி, மனநிம்மதி ஆகியவற்றைப் பெருவதற்கு ஒரு முக்கிய வழியாக அமைகிறது.

இக்காலக்கட்டத்தில் மாணவர்கள் பலர் கல்வியில் சிறந்து விளங்க மிகவும் சிறமப்படுகின்றனர். தேர்வுகளில் சிறந்த தேர்ச்சி அடைவதற்கும் கஷ்டப்படுகின்றனர். மாணவர்கள் இவ்வாறு சிறமப்படுவதற்குப் பல காரணங்கள் சிக்கலாக அமைகின்றன. அடிப்படையிலிருந்தே இச்சிக்கலைக் களைவதற்குப் பாத்திரக் கல்வி துணைபுரியும் என்பது ஆய்வாளரின் நம்பிக்கையாகும். ஆகையால் இவ்வாய்வு மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளது. இவ்வாய்வின் நோக்கமானது, பள்ளி மாணவர்களான பரதநாட்டிய நடனக் கலைஞர்களின் பண்புகள் எவ்வாறு கல்வியில் உதவுகிறது என்பதை ஆராய்வதே ஆகும். மேலும், பாத்திரக் கல்வியின் மூலம் மாணவர்களின் கல்வியில் மேம்படுத்துதலும் இவ்வாய்வின் நோக்கமாகும். இவ்வாய்வு பேராசிரியர் மாநிலத்திலுள்ள ஒரு சில பரதநாட்டிய நடனக் கலைஞர்களின் மூலம் மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளது. இவ்வாய்வு கள ஆய்வின் மூலம் தரவுகள் சேகரிக்கப்பட்டுள்ளன.

ஆய்வாளர் இவ்வாய்வில் பரதநாட்டிய நடனக் கலைஞர்கள் மீதான பாத்திரக் கல்வியின் தாக்கத்தை ஆராய்ந்துள்ளார். இவ்வாய்வில் ஆய்வாளர் முத்திரைகள், உற்று நோக்குதல் மற்றும் நன்னேறிப் பண்புகள் போன்ற சிறு பிரிவுகளின் மூலம் இவ்வாய்வை ஆராய்ந்துள்ளார்.

பாத்திரக் கல்வி

மிக நீண்ட காலத்திலிருந்தே உலக ஸ்பெக்ட்ரம் (spectrum) கல்வி முறைகளைப் பல வடிவங்களில் வெவ்வேறு வயது மாணவர்களுக்குக் கல்வி கற்பிப்பதற்கான சில அமைப்புகளின் மூலம், மாணவர்களுக்குப் பண்புகளின் மதிப்புகள் மற்றும் நம்பிக்கைகளை வளர்க்க முற்பட்டது. எதிர்காலத்தில் மாணவர்கள் என்னவாக ஆனாலும் கல்வியின் மூலம் அவன் அல்லது அவளுக்குள் பொதிந்துள்ள குணத்துடன் தொடர்புடையது என்று நம்பப்படுகிறது. உலகில் பல்வேறு பகுதிகளில் உள்ள அமைப்புகளும் இந்தக் கல்வித் திட்டத்தின் கருத்தாக்கத்தை ஏற்று பாத்திரக் கல்வியை இன்னும் நுட்பமானதாக ஆக்கியுள்ளன. இருப்பினும், கல்வி அல்லது பயிற்சியின் பல்வேறு நிலைகளில் 'நெறிமுறை சிந்தனை' (ethical thinking) படிப்படியாக இணைக்கப்படுவதால், உலகமும் அதனைப் பின்பற்றி பாத்திரக் கல்வியை ஏற்று வருகிறது (Tirri, 2009)¹.

எதிர்காலத்தில் நல்ல குடிமக்களாக மாற, மாணவர்களின் நடத்தைகளைச் சரிசெய்வதற்கான ஒரு வழியாக பாத்திரக் கல்வி அமைவதாக (Hoge,2002)² நம்புகிறார். (Pike, 2010)³-யின் படி, மாணவர்கள் அறிவுறுத்தப்படுகிறார்கள், வழிநடத்தப்படுகிறார்கள், மேலும் சில பரிந்துரைக்கப்பட்ட நடத்தைகளைக் கொண்டுள்ளனர் என்று கூறுகிறார். மார்ஷல், கால்வெல் மற்றும் போஸ்தர் (2011)⁴ ஆகியோர், பாத்திரக் கல்வி என்பது நிரந்தரமாக நம்பப்படுகிறது என்று கூறியுள்ளனர். மாணவர்கள் சிலர் விஷயங்களை வெவ்வேறு கோணங்களில் பார்க்கும் நிலையில் வளர்க்கப்படுகிறார்கள்; வேறு வகையாகக் கூறினால், மாணவர்கள் சவாலான சூழ்நிலைகளில், அவர்களுக்கு முன்னதாகக் கொடுக்கப்பட்ட பயிற்சி மற்றும் அறிவுரையினால் மாணவர்களால் முதிர்ச்சியான முடிவுகளை எடுக்க முடிகிறது என்கின்றனர்.

அமேரிக்கக் கல்வித் துறை (2005) பாத்திரக் கல்வியைத் தெளிவாக வரையறுத்துள்ளது, 'ஒரு பள்ளியின் சமூகத்தில் உள்ள மாணவர்கள் மற்றவர்களிடத்தில் மரியாதை, நீதி, நல்லொழுக்கம், குடியரிமை மற்றும் பொறுப்பு போன்ற நெறிமுறை மதிப்புகளைப் புரிந்துகொண்டு; ஏற்றுக்கொண்டு அதுமட்டுமல்லாமல் மற்றவர்களுக்கும் வழியறுத்துவதாகக் கருதப்படுகிறது. Berkowitz மற்றும் Hoppe (2009)⁵ வழங்கிய வரையறையில், பள்ளிகளில்

மாணவர்களின் குணநலன்களை மேம்படுத்துவதற்கான முயற்சியாக பாத்திரக் கல்வி கருதப்படுகிறது' என்று கூறுகிறார். பண்புகளின் மூது கவனம் செலுத்துவதன் நோக்கம், தவறான பழக்கவழங்களைக் குறைப்பது மட்டுமின்றி பள்ளிகளில் கல்வியின் மீதான நாட்டத்தை அதிகரிப்பதாகும் (Katilmis, 2011; Parker, Nelson மற்றும் Burns, 2010)^{6,7}.

பாத்திரக் கல்வி எனப்படுவது, ஒருவர் இளம்வயதில் கற்கும் பண்புகளை அடைப்படையானதாகும். தொடர் பழக்கம் சடுகாடு மட்டும் என்பதற்கொப்ப ஒருவர் சிறு வயதில் கற்கும் அல்லது பழகும் பழக்கமே அவரின் முதுமை காலம் வரை கடைப்பிடிக்கப்படுகிறது. அப்பண்புகளே ஒருவர் எப்படிப்பட்டவர் என்பதனை அடையாளம் காட்டுகிறது. ஒருவரின் பண்புகள் அவரின் நடை, உடை பாவனை, பேச்சு மற்றும் செயலின் மூலம் அறியலாம் என்பதே ஆய்வாளரின் கருத்தாகும்.

ஆய்வாளர் இக்கருத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டு இவ்வாய்வை பரதநாட்டிய நடனக் கலைஞர்களின் மீது ஆய்வு மேற்கொண்டுள்ளார்.

முத்திரை

முத்திரைகள் அல்லது கை அசைவுகள் பரதநாட்டியத்தில் ஒரு முக்கியக் கூறாகும். முத்திரைகளைப் பரத நாட்டியத்தில் ஹஸ்தம் என சிறப்பாக அழைப்பர். கை என்பதன் சமஸ்கிருத சொல்லே ஹஸ்தம் எனப்படுகிறது. பரதநாட்டியத்தில் அடவு, அபிநயம் இரண்டிற்கும் முக்கியமானது முத்திரைகள் ஆகும். கைவிரல்களின் பல்வேறு நிலைகளாலும் அசைவுகளினாலும் பொருள்படவும், அழகிற்காகவும் அபிநயிப்பதனையே கைமுத்திரை எனக் கூறுவர். பரதத்தில் அபியத்திற்காகப் பயன்படும் கை அசைவுகளை ஒற்றைக்கை [இணையாக்கை], இரட்டைக்கை [இணைந்த கை] என இரண்டாகப் பிரயோகப்படுத்துகின்றனர். இவைகளைத் தவிர்த்து அபூர்வ முத்திரைகளும் உண்டு. ஒரு கையால் செய்யப்படுவதால் ஒற்றைக்கை முத்திரை எனப்படுகிறது. இது சமஸ்கிருதத்தில் அசம்யுத ஹஸ்த என அழைக்கப்படுகிறது. இரு கையாலும் செய்யப்படுவதால் இரட்டைக்கை முத்திரை எனப்படுகிறது. இது சமஸ்கிருதத்தில் சம்யுத ஹஸ்த என அழைக்கப்படுகிறது.

முத்ரா என்ற சொல்லுக்கு இறைவழிபாட்டின்போது விரல்களை குறிப்பிட்ட வகையாக வைத்துக் கொள்ளும் முறை என்ற பொருள் ஸமஸ்கிருத அகராதிகளில் காணக்கிடைக்கிறது. முத்ரா என்ற சொல் ஒரு காரணப் பெயர். முத் என்ற வினைச் சொல் மகிழ்வூட்டும், மனநிறைவளிக்கும் என்று பொருள்படுவது. த்ரா என்ற பதத்துக்கு விரைந்து வெளியேற்றுதல் என்று பொருள். எனவே, தேவதைகளுக்கு மகிழ்வையும் மன நிறைவையும் அளிப்பதுவும், விரைவாகப் பாவங்களை அகற்றுவதும் ஆன கிரியைக்கு முத்ரா என்பதாகக் காரணப் பெயர் அமைந்துள்ளது.

முத்திரைகளின் பெருமையை விளக்கிக் கூறும் ச்லோகங்கள் இவ்வாறு கூறுகின்றன: எல்லா தேவர்களையும் மகிழ்விப்பதாலும், பாவத் தொடர்பைப் போக்குவதாலும் அவை முத்திரை என்று பெயர் பெறுகின்றன. முத்திரைகள் எல்லாக் காமங்களையும் (இன்பம்) (தர்ம-அர்த்த-காம-மோகும் என்பதே அறம், பொருள், இன்பம், வீடு என்றாகிறது), அர்த்தங்களையும் (செல்வம்), கூட்டுவிப்பதாகும். தந்திரங்களில் கற்பிக்கப்பட்ட முத்திரைகளைக் காட்டுவதால், மந்திர

தேவதைகள் ப்ரீதி அடைவார்கள். அர்ச்சனை, ஜபம், த்யானம் முதலியவற்றின் போதும், ஸ்நானம், ஆவாஹனம், சங்கப்பரதிஷ்டை, ரக்ஷணம், நைவேத்யம், முதலிய கிரியைகளின்போதும், அந்தந்த (பூஜா) கலபங்களில் கூறப்பட்ட முத்திரைகளை உரிய ஸ்தானங்களில், உரிய லக்ஷணங்களுடன் காண்பிக்க வேண்டும்.

முத்திரைகளின் பயன்கள்

இந்தப் பிரபஞ்சம் நிலம், நீர், அக்னி, காற்று, ஆகாயம் என்று பஞ்ச பூதங்களால் ஆனது என்பது அறிந்த ஒன்றாகும். இந்த பிரபஞ்சத்தின் ஒரு அங்கமான மனித உடலும் பஞ்ச பூதங்களால் உருவானதாகும். கையில் உள்ள ஒவ்வொரு விரல்களும் ஒவ்வொரு மூலங்களைப் பிரதிபலிக்கின்றன. அவை கையில் உள்ள பெரிய விரல்/ கட்டை விரல் நெருப்பையும், ஆள்காட்டி விரல் காற்றையும், நடுவிரல் ஆகாயத்தையும், மோதிர விரல் நிலத்தையும், சுண்டு விரல் நீரையும் குறிக்கின்றன. முத்திரைகளைக் கொண்டு பரதநாட்டியத்தில் அடவுகளை செய்யும் போது அந்த முத்திரைகளுக்கான தனித்தன்மை (நன்மை) அதன் பலனை ஆடும் கலைஞர்களுக்குக் கிட்டுகின்றன. முதலாவதாக நோய்களை வராமல் தடுக்கவும், வந்த நோய்களைக் கட்டுப்படுத்தவும் முத்திரைகள் உதவுகின்றன. உடலின் சமநிலையின்மை அல்லது செயல்குறைபாட்டை நரம்பியல் நிபுணர்கள் மூளையைத் தூண்டச் செய்து குணமாக்குகின்றனர். இதையே, பழங்காலத்தில் யோகிகள் முத்திரைகள் மூலமாக சரி செய்தனர். இந்த முத்திரைகள், ஹார்மோன் சுரப்பிகள் செயல்பாடு, பிராண சக்தி ஆகியவற்றை சீராக்குவதுடன் உடல் மற்றும் மனதை அமைதியாக்கி சமநிலையிலும் சீராக செயல்படவும் வைக்கின்றன.(Murygeswara, 2013)⁸



படம் 1: விரல்களில் பஞ்சபூதங்கள்

முத்திரைகள் மூளையை இணைக்க உதவுகின்றன உடல், வலியைத் தணிக்கிறது, எண்டோர்பின்களைத் தூண்டுகிறது, மனநிலையை மாற்றி, நமது நிலையை அதிகரிக்கவும் உயிர்ச்சக்தி. (சுனிதா மற்றும் சந்திர பிரகாஷ் ஷர்மா,2021)⁹.

ஆய்வாளர் இவ்வாய்வில் சில முத்திரைகளை மட்டுமே உற்று நோக்கி ஆராய்ந்துள்ளார். அவை, ஆதி முத்திரை, க்யான் முத்திரை, வாயு முத்திரை, அக்னி முத்திரை மற்றும் வருண

முத்திரை. ஆதிமுத்திரையின் மூலம் நுரையீரலின் மேல்பகுதிக்கு பிராணவாயு செல்ல உதவுகிறது. முறையற்ற சுவாசம் சரியாகும்; அனைத்து சுவாசப் பிரச்சனைகளும் தீரும். க்யான் முத்திரையின் மூலம் அதிகம் கோபம் ஏற்படுவதைக் கட்டுப்படுத்த முடிகிறது. இந்த முத்திரையானது சிந்தனையை ஒருமுகப்படுத்த உதவுகிறது. வாயு முத்திரை, வாதப் பிடிப்பின் காரணங்களால் சிறம்ப்படுபவர்களுக்கு உடலில் உள்ள வாயுவை நீக்க உதவுகிறது. யோக முத்திரை மூட்டு வலியைச் சரிப்படுத்தும். அக்னி முத்திரை உடல் எடையைக் குறைக்க உதவும். வருண முத்திரை சக்கரை நோயை குணப்படுத்தும். இது போன்று ஒவ்வொரு முத்திரைகளும் ஒவ்வொரு விதத்தில் பரதநாட்டிய கலஞர்கள் ஆரோக்கியமாக இருக்க உதவுகின்றது (Sungwoon மற்றும் Jingu,2007)¹⁰.

முத்திரைகளின் மூலம் பாத்திரக் கல்வி

இவ்வாய்வில் தரவுகள் சேகரித்ததின் மூலம், பரதக் கலையைக் கற்ற மாணவர்கள் பிற மாணவர்களைக் காட்டிலும் ஆரோக்கியமாக இருக்கின்றனர். மனதளவிலும் உடலளவிலும் ஆரோக்கியமாகவும் உற்சாகமாகவும் இருக்கின்றனர். 2017-ஆம் ஆண்டு பிரைட்டன் பல்கலைக்கழகம் மேற்கொண்ட ஆய்வில், நடனக் கலைஞர்கள் ஒவ்வொரு அரை மணி நேரத்திற்கும் 300 கலோரிகளை கழிக்க முடிகிறது என்று கூறப்பட்டுள்ளது. இது அரை மணி நேரத்தில் நீச்சல், மிதிவண்டி ஓட்டம் மற்றும் மெதுவோட்டம் போன்ற நடவடிக்கைகளைவிட மேலானது எனக் கருதப்படுகிறது (Goodman மற்றும் Lesnick, 2001).

சிறு வயதிலிருந்தே மாணவர்கள் பரதக் கலையையும் கல்வதால், மாணவர்களின் ஆரோக்கியம் நீடிக்கின்றது. இதனால், மாணவர்களால் கல்வியில் அதிகமாக கவனம் செலுத்த இயல்கின்றது. பரதநாட்டியத்தை கற்கும் மாணவர்களிடத்தில் உடல் நலக் குறைவு என்பது குறைவாகவே காணப்படுகின்றது. உடல் மட்டுமின்றி, முத்திரைகளின் மூலம் மனமும் அமைதி பெருகின்றது; நிலையான சிந்தனையில் இருக்கின்றது. இதனாலும், மாணவர்களால் சிறப்பாகவே பாடத்தில் கவனம் செலுத்த முடிகின்றது. முதுமையிலும் மாணவர்களுக்கு உறுதுணையாக அமைகின்றது.

கவனமும் நினைவாற்றலும்

உளவியலில், கவனம் என்பது ஒரு புலனுணர்வு தரமாகும், இது உணர்ச்சி தூண்டுதலுக்கான வழிகாட்டியாகச் செயல்படுகிறது. கவனம் என்பது ஒரு குறிப்பிட்ட பொருளுக்கு நினைவில் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட நோக்குநிலை, ஒரு குறிப்பிட்ட விஷயத்தில் ஒரு நபரின் கவனம். கவனம் தன்னிச்சையானது. ஒரு நபரின் நனவைப் பொருட்படுத்தாமல் தன்னிச்சையான (செயலற்ற) கவனம் எழுகிறது, சில பொருள் மிகவும் வலுவானதாக இருந்தால் (உரத்த, கூர்மையான, எதிர்பாராத) கவனம் மீண்டும் கவனம் சிதறுவதைத் தடுக்க முடியும். கவனமும் நினைவாற்றலும் மிகவும் நெருக்கமாக தொடர்புடையவை, தேவையற்ற எண்ணங்களைக் குவிப்பதற்கும், உணர்ந்து கொள்வதற்கும் நினைவில் கொள்வதற்கும் கவனத்தின் செறிவை துல்லியமாக மேம்படுத்த வேண்டும். ஒரு பொருளை சிறப்பாக நினைவில் கொள்ள, நீண்ட மற்றும் வலிமையானது கவனத்தை அந்த விஷயத்தில் செலுத்த நேரிடுகிறது (Kotikalapudi Shiva Kumar, TM Srinivasan, Judu Ilavarasu, Biplob Mondal மற்றும் HR Nagendra, 2018).

பாத்திரக் கல்வியின் மூலம் கவனமும் நினைவாற்றலும்

மாணவர்களுக்குக் கவனமும் நினைவாற்றலும் மிகவும் அவசியமான ஒன்றே. மாணவர்கள் பாடத்தில் கவனம் செலுத்தவும், படித்த பாடங்களை நினைவுக்கூறவும் பாத்திரக் கல்வி மிகவும் துணைபுரிகின்றது.

பரதநாட்டிய கலைஞர்கள் அவர்களின் அடவகளையும் ஐதிகளையும் பாடல்களுக்கு ஏற்றவாறு நினைவுகூர்ந்து ஆடுவதன் மூலம் அவர்களின் நினைவாற்றல் மேம்படுகின்றது. அதுமட்டுமின்றி, பரதம் ஆடுகையில் நடனக் கலைஞர்களின் கவனம் சிதறாமல் இருத்தல் மிக மிக அவசியமாகும். ஒரு மேடையில் பரதப் பாடலுக்கு ஆடுகையில், கண் அனைவரின் முன்னிலையில் இருந்தாலும் கலைஞர்களின் கவனம் முழுமையாகப் பாடலிலுள்ள தாளத்தின் மேலும் ஐதிகளின் மீதும் இருக்கும். தாளத்தின் காலம் அடிப்படையில் ஆடவேண்டும் என்பது பரதக் கலையில் உள்ள ஒரு விதியாகும். ஆடல் கலைஞர் தாளம் தவறி ஒரு பாடலுக்கு ஆடினால், அந்த நடனத்தைப் பார்ப்பதற்கும் பாடலைக் கேட்பதற்கும் மிகவும் ஈர்ப்பு இல்லாமல் ஆகிவிடும். ஆகையால், பரதநாட்டியத்தில் ஒரு நடனக் கலைஞர் இத்துணையையும் பின்பற்றியே ஒரு பாடலுக்கு முழுமையாகப் பயிற்றுவிக்கப்படுகின்றனர்.

பரதநாட்டியத்தில் பயிற்றுவிக்கப்பட்ட இந்த பயிற்சியினால் மாணவர்களால் அதையே கல்வியிலும் உபயோகிக்க முடிகின்றது. பரதநாட்டிய நடனக் கலைஞர்களாக இருக்கும் மாணவர்கள் இந்த திறணைக் கொண்டு பள்ளியில் பாடங்களில் கவனம் செலுத்தி சிறந்த தேர்ச்சி பெற ஊக்குவிக்கின்றது.

மேலும், 2007-ஆம் ஆண்டு தென்கொரியாவில் எடுக்கப்பட்ட ஓர் ஆய்வில், மற்ற உடற்பயிற்சிகளைக் காட்டிலும் நடனமாடுவதால் மனநலம் சிறப்பாக இருப்பதாகக் காட்டுகிறது. நாள் முழுவதும் அதிக ஆற்றல், சிறந்த மனநிலை மற்றும் குறைந்த மன அழுத்தத்தைக் கொண்டவர்களாக நடனக் கலைஞர்கள் திகழ்கின்றனர்.

நல்லொழுக்கம்

நல்லொழுக்கம் என்பது நன்னெறி சார்ந்த பண்பாகும். நல்லொழுக்கம் ஒரு குணவியல்பு பண்பு அல்லது நல்லதுக்குள்ளேயே இருக்கக்கூடிய மதிப்பீட்டுக் குணமாகும். தனிப்பட்ட நல்லொழுக்கங்கள், தனிநபர் மற்றும் கூட்டு நல்வாழ்வை முன்னெடுப்பவைகளாக இருக்கும் பண்புக்குரிய மதிப்பீடுகள். ஒவ்வொரு தனிநபரும், வெவ்வேறு நம்பிக்கைகள், எண்ணங்கள் மற்றும் அபிப்பிராயங்களுக்குப் பங்களிக்கும் முக்கிய உள்ளார்ந்த மதிப்பீடுகளைக் கொண்டிருக்கிறார்கள். ஒரு மதிப்பீட்டின் பயன்பாட்டில், ஒருங்கிணைப்பு அதன் தொடர்ச்சித்தன்மையை உறுதிப்படுத்துகிறது. மேலும் இந்தத் தொடர்ச்சித்தன்மை நம்பிக்கைகள், அபிப்பிராயங்கள் மற்றும் எண்ணங்களிலிருக்கும் மதிப்பை வேறுபடுத்துகிறது. இந்தப் பொருளில், ஒரு மதிப்பு என்பது நாம் இயங்கும் அல்லது எதிர்செயல்புரியும் உள்ளீடாகும். சமூகங்கள், அவற்றின் பண்பாட்டில் இருக்கும் பெரும்பாலான உறுப்பினர்களிடம் பகிர்ந்துகொள்ளப்படும் மதிப்புகளைக் கொண்டிருக்கிறது. ஒரு தனிநபரின் மதிப்புகள், ஒரே மாதிரியாக இருப்பதில்லை.

பாத்திரக் கல்வியின் மூலம் நல்லொழுக்கம்

பெரும்பாலான பெற்றோர்கள் தங்களின் பிள்ளைகளை நல்லொழுக்கத்துடன் வளர்க்கின்றனர். இருப்பினும், தங்களின் பிள்ளைகள் ஒழுக்கமின்றி ஒரு சில வேளைகளில் நடந்துக்கொள்வது பெற்றோர்களால் ஏற்றுக்கொள்ளமுடிவதில்லை. ஆனால் இச்சூழலுக்குப் பெற்றோர்கள் மட்டுமே காரணமாவதில்லை. பிள்ளைகள் சந்திக்கும் நண்பர்கள் மற்றும் சுற்றுச்சூழலும் கூட இதற்குக் காரணமாக அமைகின்றது. வரலாற்று ரீதியில், ஒழுக்கக் கல்வி மற்றும் பாத்திரக் கல்வி பல்வேறு உளவியல் மரபுகள், நெறிமுறைக் கோட்பாடுகள் மற்றும் பாடத்திட்டங்களைக் குறிக்கோளாகக் கொண்டு கற்பிக்கப்பட்டுள்ளது.

பரதநாட்டிய கலைஞர்கள் பரதநாட்டியத்தின் மூலம் நல்லொழுக்கத்தையும் கற்றுக்கொள்கின்றனர். குருமார்கள் பரதநாட்டியத்தில் ஆடல் மட்டுமின்றி மாணவர்களுக்குப் புராணக் கதைகளைக் பாடல்வழியாகக் கற்பிக்கின்றனர். இதனால், மாணவர்களால் புராணக் கதைகளிலுள்ள கருத்துகளை உள்வாங்கிக் கொண்டு அதனை பின்பற்றவும் முற்படுகின்றனர். பரதக் கலைஞர்கள் அவர்களின் நடை, உடை மற்றும் பாவனையிற் மூலம் பண்பானவர்கள் என்பதை உணரமுடிகிறது. பிறரிடத்தில் பேசும் போதும் மிக மரியாதை நிமிர்த்தத்தில் பேசுகின்றனர். இளங்கன மனம் கொண்டவர்களாகத் திகழ்கின்றனர். இது போன்ற நல்ல பழக்க வழக்கங்களைக் கொண்டிருப்பதனால், பள்ளியிலும் ஆசிரியர்கள் சொல்படி கேட்டு வாழ்க்கையிலும் முன்னேற முடிகின்றது.

முடிவுரை

அனுபவமே ஒரு மனிதனின் நடத்தையை மாற்றி அமைக்கிறது என்று பாத்திரக் கல்வி வழியறுத்துகிறது. ஒரு மனிதனின் உணர்வு மற்றும் உணர்ச்சிகளே அவனின் நடத்தையில் வெளிகாட்டப்படுகிறது. பாத்திரக் கல்வி ஒரு மனிதனின் வாழ்க்கை நோக்கத்தை எட்டிப்பிடிக்க தூண்டிக்கோளாக அமைகிறது. பல வடிவங்களில், நமது உள் மற்றும் வெளிப்புறத்தை வெளிப்படுத்தும் விதம் பாத்திரக் கல்வி அமைந்துள்ளது. நமக்குள் இருக்கும் உட்பொதிந்த மதிப்பு, இரக்க குணம், அக்கரை, நேர்மை, மரியாதை மற்றும் நல்லொழுக்கத்தை வெளிகொணர செய்கின்றது. பரதநாட்டியத்தில் முத்திரைகளின் மூலம் உடல் ஆரோக்கியத்தும் பேண முடிகிறது. உடலுக்குத் தேவையான பஞ்ச பூதங்கள் சரி வர இருப்பின் உடலில் எந்த வித உபாதைகளும் ஏற்படாது. வரும் முன் காப்போம் என்பதைப் போல தினமும் முத்திரைகளைக் குறைந்தது 10 நிமிடங்களுக்குப் பிடித்தால் நோய் நொடியின்றி ஆரோக்கியமாக வாழலாம். பரதநாட்டியத்தின் வழி கவனத்தையும் நினைவாற்றலையும் மேம்படுத்திக் கொள்ள முடிகிறது. பாடல்களுக்கு ஏற்றவாறு ஐதிகளையும் அபிநயங்களையும் பிடிப்பதனால், மேலும் பரதநாட்டிய கலைஞர்களால் தங்களின் ஞாபக சக்தியை மேம்படுத்திக் கொள்ள முடிகிறது. பரதநாட்டியத்தைப் பயிலும் மாணவர்களால் அவர்களின் நல்லொழுக்கத்தையும் பேணிக்காக்க முடிகிறது. பெரும்பாலானோர் கனிவான குணம் கொண்டவர்களாகவே இருக்கின்றனர். மேலும், தைரியமும் அதிகமாகவே காணப்படுகிறது. அனைவரின் முன்னிலையிலும் ஒரு மேடையில் ஆடும் கலைஞர்களிடத்தில் தைரியமும் அதிகமாகவே காணப்படுகிறது. இது போன்ற பண்புகள் பாத்திரக் கல்வியின் மூலம் பரதநாட்டிய கலைஞர்களிடத்தில் ஆராய்ந்து காணப்பட்டது. ஆகையால், மாணவர்கள் கல்வியில் சிறந்து விளங்குவதற்குப் பாத்திரக் கல்வி மிகவும் துணைபுரிகிறது.

References:

1. Tirri, K. (2009). Character education and giftedness. *High Ability Studies*, 20(2), 117-119. doi:10.1080/13598130903358469
2. Hoge, J. (2002). Character education, citizenship education, and the social studies. *Social Studies*, 93(3), 103-109.
3. Pike, M. A. (2010). Christianity and character education: faith in core values? *Journal of Beliefs & Values: Studies in Religion & Education*, 31(3), 311-312
4. Marshall, J., Caldwell, S. D., & Foester Jeanne M. (2011) Moral education the Characterplus way. *Journal of moral Education volume 40*, 2011 - Issue 1.
5. Berkowitz, M. W., & Hoppe, M. (2009). Character education and gifted children. *High Ability Studies*, 20(2), 131-142. doi:10.1080/13598130903358493
6. Katilmis, A., Eksi, H., & Öztürk, C. (2011). Efficiency of social studies integrated character education program. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 11(2), 854-859.
7. Parker, D. C., Nelson, J. S., & Burns, M. K. (2010). Comparison of correlates of classroom behavior problems in schools with and without a school-wide character education program. *Psychology in the Schools*, 47(8), 817-827
8. Murygeswara K., Mr. (2013). Benefits of Mudras. Department of Indian Studies, Faculty of Arts and Social Sciences, University of Malaya
9. Sunitha S, Chandra Prakash Sharma. (2021). Mudra Therapy and Its Classification. Research Scholar, Himalayan University, Itanagar, Arunachal Pradesh.
10. Sungwoon Kim, Jingu Kim. (2007). Mood after Various Brief Exercise and Sport Modes: Aerobics, Hip-Hop Dancing, Ice Skating, and Body Conditioning. Kyungpook National University, Korea.
11. Goodman, J., & Lesnick, H. (2001). The moral stake in education: Contested premises and practices. New York, NY: Longman
12. Kotikalapudi Shiva Kumar, TM Srinivasan, Judu Ilavarasu, Biplob Mondal & HR Nagendra (2018). Classification of Electrophotonic Images of Yogic Practice of Mudra through Neural Networks. *Division of Yoga and Physical Sciences, SVYASA Yoga University, Bengaluru, Karnataka, India*