LB
M95
114228

உ

சிவமயம்.

திருச்சிற்றம்பலம்.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

இஃது

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] பார்வையிட்டு

சென்னை: [illegible]

[illegible] அச்சியந்திரசாலையில்

முத்திராங்கிதஞ்செய்யப்பட்டது.

1895.

REGISTERED COPY-RIGHT.

First Edition, 500 Copies.

MADRAS.

114228
M45
114228
185
14-88

உ

சிவமயம்.

திருச்சிற்றம்பலம்.

தெய்வீகத்தன்மை விளங்கிய

ஔவையார் திருவாய்மலர்ந்தருளிய

உயர்ஞானசரநூல் சாத்திரம்.

இஃது

வாசியோக அப்பியாசிகளுக்குப் பயன்படும்பொருட்டு

பிரசங்கசபையில், ஆலந்தூர்வாசியும், கோனாதலைவர்களும்

குருநாதமுதலியாரவர்கள் புதல்வருமாகிய

மகாதேவமுதலியாரவர்களால் சோதித்து

அ[illegible]யை

ஸ்ரீ-ல-ஸ்ரீ-சங்க[illegible]நாதவேலாயவர்களால்

பார்வையிட்டு,

சென்னை: ஆதூர் - எதிராஜுமுதலியாரவர்களது

பிரின்ஸ் ஆவ் வேல்ஸ் அச்சியந்திரசாலையில்

முத்திராக்ஷரஞ்செய்யப்பட்டது.

1895.

REGISTERED COPY-RIGHT.

First Edition, 500 Copies.

சாத்துகவி.

[illegible]

ஸ்ரீசிவசமயத்திற்குத் தொண்டுபுரிந்துவரும்

அடியார்களிலொருவரும்,

வேதாந்த சித்தாந்த சமரச சன்மார்க்க விசார [illegible]

கோவிதருமாகிய,

சென்னை திருமயிலை இராயப்பேட்டை

அருட்கவி சீ—வை—பா—கிருஷ்ணசாமி [illegible] கூறிய

எழுசீர்க் கழிநெடில் ஆசிரிய விருத்தம்.

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

[illegible]

இப்புத்தகம் வேண்டுபவர்கள், சென்னை [illegible] [illegible] வீட்டி [illegible], [illegible] [illegible] பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

விலை அணா (4.)

[illegible] புத்தகம் [illegible] [illegible]. இப்படிக்கு

[illegible]

உ

சிவமயம்.

திருச்சிற்றம்பலம்.

[illegible] விளக்கிய

ஸ்ரீ [illegible]ஸ்வாமியார் திருவாய்மலர்ந்தருளிய

உயர்ஞான சாதநூல் சாத்திரம்.

முகவுரை.

[illegible] அநாதிமுத்த சித்துருவாயும், அகிலகாரண [illegible] [illegible], [illegible] விளங்காநின்ற ஆதிநாயகனாகிய பரமசிவத்தின் திருவருளை [illegible] அன்பர்கள்! [illegible] [illegible] பிறவிகளில் [illegible] [illegible] விதித்துள்ளனவாகிய சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் என்னும் நான்கு பாதங்களிலும், யோகமே ஞானத்தை அடைவதற்குரிய [illegible] [illegible], ஆயினும் [illegible] யோகமின்றி ஞானமிட்டுத [illegible], இந் [illegible] யோக [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] மார்க்கத்தையும், [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] ஞானவாசிரியர் திருவாய்மலர்ந்த அருள்வாக்காகவும், [illegible] [illegible], [illegible], [illegible] "உயர்ஞான சாதநூல்" என்னும் அருஞ்சாத்திரத்தைப் பல்லோரும் [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] யாதும் [illegible] [illegible] [illegible] "[illegible] [illegible]" எனும் [illegible] [illegible]

வாதிணங்க வசனரூபமாக இந்நூலைத் தொகுத்தும், இஃது னுடன், எழுமூர் நேட்டிவ்டாக்டர் வீ-இராமலிங்கதேவ ரவர்களருளிய "திவாக்கியாலங்காரச்சுருக்க" மென்னுஞ் சாத்திரமானது மிக வரிதேயாக அப்பியாசிப்போருக்கும் அறிவுப் பயன்படுமோதலா லதனை இந்நூற்குப் பின் இரண்டாம் பாகமாக வமைத்தும், மிக சாயோக சாதகர்களுக்காக [illegible] த்திருக்கும் சற்பாதி நடைதவறியைத் தாமே செய்தும், அன் றேல் எம்மிடத்து விலைக்கு வாங்கியுமுண்டு சுகஜீவிகளாய், அறம், பொருள், இன்பம், வீடு, என்னுஞ் சதுர்வித புருடார்த் தங்களைப் பெறுவார்களென்றும் இதைப் பிரசுரஞ்செய்ய லாயி னேன். இதிற் சொற்குற்றம், பொருட்குற்றம், இவையுண்டா னால் அவை யிருப்பினும் பொருட்படுத்தாது சாதுக்களிவ்வரிய நூலை அங்கீகரிப்பார்களெனக் கோருகின்றனன்.

இங்ஙனம்,
[illegible] ஆறுத்தூர் [illegible]ராஜுதேவமுதலியார்.

ஔவையார் சரநூல் உபதேசித்தருளிய

சரித்திர சங்கிரஹம்.

சில காலங்களுக்குமுன் பாண்டியநாட்டில் ஒரு வேளாளன் தன் இளமையில் தன் தந்தையால் கல்விச்சாலைக்கனுப்பப்பட்டும் அறிவீனனாயிருப்பதை நோக்கிய தந்தையானவர் அடா அவ்விடா! பள்ளிக்குப்போவது பிள்ளைக்கழகென்பது அறிந்த உனக்கு உபாத்தியாயர் சொன்னதொரு மொழியேனும் மனதிற் பதியவொண்ணாதோவென்று மனஞ்சலித்துக் கொண்டதின்பேரில், இவனும் மனதுருகிக்கொண்டு தந்தைசொற்படி பள்ளிக்குப்போய் உபாத்தியாயர் திருவருளினால் என்ன வுபதேசித்தருளியபோதிலுங் கைவிடாது அதனைச் சாதிக்கவென்

றென்று தனக்குள் நிச்சயித்திருக்கையில், ஒருநாள் உபாத்தியாயர் வழக்கம்போலப் பிள்ளைகளை வாசிக்கச்செய்து, இப்பிள்ளையைப் பார்த்துக்கொண்டே கணேசா! வென்று தன் ஆசாத்திரமாய் [illegible]ர்ந்தார். அவ்வசனத்தைக்கேட்ட அவன் உபதேசமாகக்கொண்டு இரவும், பகலும், நினைவிலும், கனவிலும், கணேசாவென மனத்திலும் தியானித்துவர, ஸ்ரீவிநாயகக்கடவுள் [illegible] சன்னிதியாகி வெளிப்பட்டு இப்பிள்ளையைத் தன்னா டுவிழைத்து பிள்ளாய்! உனக்கு என்னவேண்டு மென்று வினவ, அப்பிள்ளை நீர் யார்? உமக்கு என்மீதிவ்வளவு கிருபையுண்டானதற்குக் காரணம் யாதோ, அதற்கு ஸ்ரீவிநாயகப் பெருமான் மாதுர்த்தமாக யானே கணேசன் [illegible] நீ நாக்கிலும் [illegible] புகுந்த மனம் [illegible] அப்படிக் கிருக்குமாயின், [illegible] வேண்டுமென்று சொல்ல, சமா சாதகன் மிக்க அன்புடன் [illegible] உபாசித்துக்கொண் டிருந்தால் உனக்கு நானே [illegible] போவெனவுரைத்து மறைந்தனர்.

அதுமுதல் ஸ்ரீகணேசர் [illegible] அறியவைப்புரிய, சரஸ்வதியாகிய ஔவையார் அப்பிள்ளைக்குப் பிரசன்னமாகி தேன் மொழிகள் [illegible], தானிருந்து கிழக்கிலிருந்து வேண்டுமென்று சொல்ல அக்கணமே யாஞ்சொல்லும் [illegible] கேட் பாயாயின் [illegible] கிடைக்குமென் [illegible] பித்த தாயே! [illegible] திருவளர் பக்தவேண்டுமென் றது சரியென்றருள [illegible] பின்வருமாறு உபதேசித்தருளினர்.

ச ப ம ல் அ.

உ
சிவமயம்.
திருச்சிற்றம்பலம்.

உயர்ஞான சரநூல் சாத்திரம்.

விநாயகர் துதி.

அறுசீர்க் கழிநெடி லாசிரிய விருத்தம்.

மணக்குமலர்க் காவளர்ப்பான் காழிநகர்ச் சுகிர்தநு
லணைந்தி டேத்தப்
பிணக்கறுத்த குறுமுனிவன் கமண்டலத்தைச் சவளுருவாய்ப்
பரித்து சாய்த்தாங்
கிணக்கடங்காப் பிரவாகஞ் செய்தருளை நாவலனா
னனைத்தான் செம்பொற்
றுணைக்கமலப் பொற்றிருவடி [illegible] சரநூற் காதை
சொல்லு வாமே.

அவையடக்கம்.

வெண்பா.

பித்தன்றா ளுய்த்துணராய் போனை சாத்திரத்தை
சத்தமிட்டுக் கூறுந் தன்மையா —யித்தலத்தில்
கற்றேன்போல் யானும் கழறியதைக் கற்றோர்கள்
குற்றமாய்க் கொள்ளார் —குறித்து.

(1-வது சரத்தின் விபரம்.)

சரமென்பது - கலை, வாசி, சுவாசம், மூச்சு, பிராணன், ஆத்துமாவென்பதாம். ஆதலால் உன் நாசியில்வரும் சுவாசமாகிய காற்றை நீ முதலாவதறிதல்வேண்டும்.

(2-வது சரம்பாரிக்கும் விபரம்.)

உன் நாசியில்வரும் சுவாசம் இருவகைப்படும். அது இடபுரம், வலப்புரமாய் நடக்கொண்டேயிருக்கும். வலதுபாகத்

சுவாசத்தின் பெயர், சூரியகலையென்றும், இரவிசரமென்றும், ஆதிபுரமென்றும், சுதிரவன் திசையென்றும், தினகரன் பக்கமென்றும், ஆதவன் திசையென்றும், அலரி பாரிசமென்றும், இத்தன்மையே ஆண்சரமென்றும் பிங்கலையென்றுஞ் சொல்லத்தகும்.

இனி சந்திரனென்றும் இடதுசரத்தை அதாவது இடதுபுறம்வருஞ் சுவாசத்தின் விபரங் கூறுவாம். இடது பக்கத்தில் வருஞ் சுவாசத்தின்பெயர், சோமன்கலையென்றும், சந்திரனுதியென்றும், திங்கள்புரமென்றும், மதிதிசையென்றும் இத்தன்மையே பெண்சரமென்றுஞ் சொல்லத்தகும். ஆராய்ந்து பார்க்கின் இவ்விரண்டிற்கு மத்தியில் அதாவது இருபுரமும் நிறைந்தோடுதல் சுழிமுனையென்றும், ஜோதிவிருட்சியென்றும், மயிர்ப்பாலருகுவென்றும், குளியசரமென்றும், அக்கினிபாரிசமென்றும், நெருப்பாரின்படியென்றுஞ், குளிகலையென்றும் அலியென்றுமாம்.

(3-வது சரத்தின் அளவைகூறல்.)

சூரியகலையென்னும் வலியானது (5) நாழிகை அளவும், சந்திரன் இடது 5 - நாழிகை நடப்பதன்றி, வேறன்று. குளியமோவெனின் ( ) விநாடி நடப்பதிதாம். சூரியன் நடக்குங்கால் வெளிவிடுகையில் (5) மாத்திரை அளவும், உட்புகுங்கால் (6) மாத்திரை அளவுமாம். குளியமோவெனின், ரேசக, பூரக, மெனும் இவ்விரண்டு சமயத்திலும் (5) மாத்திரை முறையே நடத்தலுமாம். சந்திரனும் சூரியன்போலாம்.

{ 4-வது சரம்பார்ப்போர் அளவும், ஒழுக்கமும், மட்டுப்பில் திசைவிதியுங்கூறல். }

சரம்பார்ப்போர் எவராயினும் அவரவர் மரபினுக்குகந்த வண்ணம் சற்குருவையடைந்து அவ்வாசிரியரைத் தந்தையைப்போல் நேசித்து மனப்பூர்வமாய்த் தொண்டுசெயல்வேண்டும்.

சரம்பார்ப்போர் இரவில் அதிகநித்திரையை விரும்பாமல் சனக்கூட்டங்களில் நெருங்காமலும், சீரபல மிகுந்தும்

மனவொருக்கமும், அன்பு சிந்தையுள்ளவராகவு மிருத்தல்வேண்டும்; இவர்களுக்கு (ஆசனமேடை வேண்டின்) சமசா பீடத்தோடுகூடிய வெள்ளை வஸ்திரத்துடன் பதுமாசனமும், யோக அப்பியாசிகளுக்கு இரத்தினகம்பளம், வியாக்கிராசனம், மான்தோலாசனமும், ஞானமதிப்பாளர்களுக்கு மறைவாக்குகுந்த, தர்ப்பாசனத்துடன் காடண ஆசனமாகிய சித்த ஆசனம், கோமுக ஆசனம், கருட ஆசனம், இவைமுதலியவை களாம்.

{ 5-வது சிவராஜயோகமென்னும் வாசியோக அப்பியாசிகள் சரம் நடத்தவேண்டிய காலமும் அளவுங்கூறல். }

வா ர ச ர ம்.

ஞாயிறு, சனி, செவ்வாய், இம்மூன்று வாரங்களில் சூரியனும், வெள்ளி, திங்கள், புதன், இம்மூன்று வாரங்களில் சந்திரனும் நடத்தலுத்தமம். மேற்சொல்லிய சூரிய சந்திரநாடிகளில் அக்காலங்களில் சரம் நடத்தவேண்டுமென்று விளங்கின், அதிகாலையில் (25) நாழிகைமுதல் (30) நாழிகைவரையிலும் நடத்தல்வேண்டும். வியாழனென்னில், வளர்பிறையில் சந்திரனையும், தேய்பிறை காலங்களில் சூரியனையும் நடத்தல்வேண்டும். ஆயினும் சனிவாரத்தில் (25) நாழிகைமுதல் மறு (30) நாழிகைவரையிலுஞ் சூரியகலை நடத்தல் உத்தமத்திலுத்தமம். மேற்சொல்லிய சரம் விளங்காவண்ணம் நடவாமையாயினும், ஆசான் அனுக்கிரகம்பெற்றவரின் சூரியனைச்சுட்ட பனிபோல் நீக்கி வெண்டியசரம் பற்றியிருக்கும் சர்ப்பத்தினின்றுபோ லவிழ்த்து ஆசனத்துடன் வெளிப்படுத்து வன்மையாம்.

(6-வது ஆசானளவு)

ஆசானென்பது பரமாகியவாதிய கடவுளின் காருண்ய திருவருளேயாம். அத்திருவருளை சுயஜோதிமயமாய் அவனுருமாவென்றுணரல்வேண்டும், அஃதாவது சதா தன் சாதனையை உள்ளும் புறமும் மறவாத சிவசந்நிதியே பூசனையாய்க் கொண்டவராயும், வைராக்கிய ஜ்யேஷ்டராயும், சாஸ்திர புராணங்களும், மருத்துவங்களையுஞ் செவ்வையாய் ...

நல்லொழுக்கம், நன்னடக்கை, பணிவுற்ற மனம், வாசியை ரேசித்தளிக்கிய குணங்களையுடைய புண்ணிய புருடனேயே ஆசானெனத்தகும்.

{ 7-வது சரம் நடவாமைக்கு காரணமும், நடத்தும் வல்லமையுங்கூறல். }

சரியான காலப்பிரமாணமாய் சரம் நடத்தாமையாலும், நடத்த வறியாமையாலும், நடத்துமுன்னையின் றறியாமையாலும், நடத்துங்காலங்களில் கவனியாமையாலும், ஒழுங்கினையாய்ப் பாவிர்த்தலாலும், தான்நடத்துந் துர்ச்செய்கைகளினாலும், சதா விஷயத்தில் பிரியப்படுவதாலும், நித்திரை வழுவில்லாததாலும், உணவுமுறையின் பேதங்களாலும், வியாதியினால் மெலிவதாலும், பெரியோரைமதியாததாலும், சதா நிலையே மனதிற் குடிபுகுவதாலும், பொய்பேசலில் அதிக விருப்பங்கொள்வதாலும், முறைமையாய் நடத்தாமையாலும், அவைக்குரிய பத்தியமாக்கிக் காக்க அறியாமையாலும், சரம் விகற்பப்படும். ஆயினும் மேற்சொல்லிய விஷயங்களுக்கு வித்தியாசப்பட்டபடி நடப்பதே சரம் நடத்தலுக்கு ஒழுங்காகும்.

(8-வது சரம் நடத்துபவரின் பத்தியங்கூறல்.)

சரம்நடத்து மொவ்வொருவரும் பிரதிதினமும் அதிகாலை (22½) நாழிகைக்கு மேற்படாமல் கண்விழித்தல்வேண்டும், 25-நாழிகைவரையில் சரம்நடக்க முயற்சிசெய்தலொடு தருமதேவதைகளின் பக்தி, குருவிசுவாசம், தாய்தந்தைகளாகிய பெரியோரின் அன்பு முதலாகிய விஷயங்களில் மனஞ்சலியாமையோடும் மேற்சொல்லிய (25) நாழிகைக்குள் சரத்தை வசப்படுத்தல் வேண்டும். மேற்சொல்லிய நாழிகைக்குமேல் (5) நாழிகையளவும் விகற்பம் நேரிடாமல் காத்துக்கொண்டிருத்தலுடன் ஆசனம்விட்டெழுந்து மலசலம் விசர்ஜித்து தந்தசுத்தி முடித்துக்கொண்டு ஒருநாழிகையளவு பரம்பொருளாகிய ஸ்ரீவிநாயகக்கடவுளை தியானித்து (5) விராகனிடை சோமதம், (1½) விராகனிடை சீனியை சேர்த்துண்டு அதிகநடை விரும்பாமல், வெளிக்கிவொழுக்குகளை நடத்தல்வேண்டும். அன்றியும் பகல் (15) நாழி

கைக்குமேல் இதன்று இரண்டாம்பிரிவில் எழுதியிருக்கும் ஆ[illegible]யர்வேதத்தில் கோயனுக்கவிதியிற் கூறியுள்ள பதார்த்தங்களை[illegible]யும், நீபிக்க வலிமை தாத்தக்கவைகளாயும் புசித்தல்வேண்டும். அளவையின்றி முழுவயிறு புசித்தலாகாது. சங்கையின் மீதுவ[illegible]ள விருப்பத்தைத் தவிர்த்தல் வேண்டும். இரவில் பால்சேர்த்த கோதுமைக் கஞ்சியன்றி மற்றவைத் தவிர்த்தல்நலம். சம்சார பந்தத்தில் அகப்பட்டவராயினும் மூன்றுமாதங்களுக் கோர்காலன்றி சையோகந் தகா. இவ்விதி[illegible] அனுசரிக்கும் ஒவ்வொருவ[illegible]ரும் ஆரம்பமுதல் (6) மாதம்வரையிலும் மேற்சொல்லிய பத்தியங்களுடனே ஸ்திரீசையோகங்களைத் தவிர்ப்பாராயின் சரம் எளிதி லுண[illegible]ர்த்தப்படுவர்.

(9-வது முழுச்சரம் நடத்தலின் விபரங்கூறல்.)

மேற்கூறிய வாரசரமும், பத்தியமும், அளவாய் ஓர் அயனகாலஞ் செவ்வையாய் நடத்துவதேயாயின் ஆறு அயனங்கள் வாரசரமாய் நடத்தி அதுமுதல் பகல்முழுவதும் சூரியன், இரவு முழுதும் சந்திரன், ஆகவிவ்வண்ணம் நடத்தல்வேண்டும். இவ்விதிப்படி மூன்று அயனங்கள்நடத்தி, சரத்தை முடிவுசெய்யுங்கால் சரம் பொருந்தியோடி நீரும் பாலும்போற் கலந்து, ஒத்துமைப்படுதலுடன் சரீர அழிவில்லாமல் யோகசாதனங்களுக்குவேண்டிய காலம், சரீரத்தை சரமே போஷகராயிருந்து நிலைப்பிக்கும். ஆதலின் யோக அப்பியாசிகளாகிய யாவரும் சரம் நடத்தலே முதல் அங்கமாய்க் கொளல்வேண்டும். சரத்தை வயப்படுத்தாமல் பிராணன் பொருந்தியவிட்டு நீங்காமலிருக்க வேறுமார்க்கம் அறிவதரிது.

(10-வது சூரியன் சந்திரன் நடக்கவேண்டியகாலங்களில் நடக்கத்தக்க காரியாதிகளைக்கூறல்.)

சூரியகலை நடக்குங்காலையில், யோகஅப்பியாசஞ்செய்யத்தொடங்கல், மந்திரசித்தியை சாதித்தல், ஔஷத மருந்துதல், சாஸ்திர யாராய்ச்சிச் செய்தல், உண்டிசாப்பிடுதல், வாகிரியாதிய பாவநாசனங்களைப் பரிகரித்தல், ஔஷதமுடித்தல், நீருக்குதல், சாவகாசஞ்செய்தல், பேசத்தொடக்கல், நூல்முதலாகிய

[illegible]வித்தையைஞ்செய்தல, ஒருவனை சோதித்தல், ஸ்நானபானங்கள் செய்தல், குதிரையைச்சவாரிசெய்தல், சயனித்தல், பெரியோர் [illegible]தரிசனஞ்செய்தல், பூமியில்புதைத்த தனத்தையெடுத்தல் [illegible] முதலியவைகட்கு நலமாம். சந்திர கலைக்கோவெனில் [illegible]ஞ்செய்தல், ஆபரணதி அணிதல், வாவிமுதலாகிய [illegible]களைவெட்டல், விவாகமுடித்தல், [illegible] வினைகள் நலமாம். ஆயினும், சூரியகாலங்களில் உண்ணயிருந்தியாதலாலும், சிலேத்துமகாலங்களிற் சுழிமுனையிருத்தலாலும், எது [illegible]க்குவேண்டியும், மற்றசெயல்களும் நடத்தல்நலமாம் சூனிய [illegible]க் காலத்தில் வெக்காரியமுந் தவிர்த்தல்நலம். ஆனால்யோக சாதனைக்கோவெனின் மனம்நிலைக்க சமாதியோகஞ்செய்தலே நலம்.

(11-வது சரத்தை வசப்படுத்தும் விபரங்கூறல்.)

(அதிகாலையில் (25) நாழிகைக்குமேல் நடக்குஞ்சரமும் மேற்சொல்லிய பிரகாரம் காரியாதிகளை நடத்துஞ் சமையங்களிலுள்ள சரமும், மாறுகளிருப்பினும் அதை சரிப்படுத்தும் விபரங்கூறுகின்றது.) எவ்வாறெனின், சரம் திரும்பவேண்டிய காலங்களிற் சூரியன்நடக்க சந்திரன்வேண்டுமாயின், சூரியனைப்பெண்ணுக்கவும், சந்திரனை ஆணுகவும், சந்திரன் நடக்க சூரியன்வேண்டுமாயின், சந்திரனைப்பெண்ணுகவும், சூரியனை ஆணுகவும், பாவித்து கீழ்மேலாகச்செய்விக்க, சூரியன்வேண்டிய காலங்களிற் சூரியனும், சந்திரன்வேண்டிய காலங்களிற் சந்திரனும், நடத்தலாகும். மேற்சொல்லிய விதிப்பிரகாரம் நடவாமையாயின், கீழ்சரம் வலுவாயிருத்தலால் பிராணிக்கலையென்று மேற்புற நடக்குங்கலையைக் கீழ்ப்புறமாய்ச் சொருகச்செய்து, பக்கவிலாவின்கீழ் காலளவு அங்குலப் பிரமாணம் கம்பளமாயினும், பட்டாயினும், சுத்தவஸ்திரமேனும்பூமட்டமுயர்த்தல்வேண்டும் அப்படியு மேற்சொல்லியவிபரங்கட்கு சரிவாராதிருப்பின் யோக சாதனையுள்ளோர், மூலாதார அப்பியாசமாகிய கீழாதாரத்தை சுத்தப்படுத்தல் வேண்டும். மேற்படி அப்பியாச மில்லையாயின் ஆசான் பிருவருளைத் தியானித்து தகுந்த சிகிச்சை செய்து

கொள்ளல்வேண்டும். இவ்வருமையான காரியத்தைச்செய்தல் புண்ணிய புருடர்களுக்கன்றி மற்றவர்களுக்கு வாய்ப்பதரிதாம். அப்படி ஓர்கால் வாய்க்கினும் நடத்த லரிதென்றே சொல்லத்தகும். ஆதலின் மஹா சவனத்துடனும், சிரத்தையுடனும், நடத்தப்படவேண்டும். சூனிய சரம் வேண்டுமாயின், [illegible] சமமாய் பத்மாசனத்திலிருக்கச்செய்து, சூரியனதிகரிக்கின் காலத்திற் சூரியன் பக்கமாகவும், சந்திரனதிகரிக்கில் சந்திரன்பக்கமாகவும், உயிரெழுத்தாகிய அகாருகாரத்தை [illegible] சிறுகச்சிறுக மிஇப்பித்து, சூனிய சந்திரர்களை சேர்க்கச்செய்து, சூனியசரமாக்கி யப்பியாசஞ்செய்பவரே கலியுகயோகபுருடராகவும், வேண்டியவாறு சித்து விளையாடுபவராகவும் சொல்லத்தகும். சூனியசரம் சம்பவித்த வெளிதாகவிருப்பினும் சுழிமுனையைக்காக்கும் (வேல்த்து) வாயுவை அசையாமல் செய்வித்தலே மிகவரிதாம். ஆதலின் இவ்விதிகளை மஹா ஜாக்ரதையாய் அறிதலும் நடத்தலும் வேண்டும்.

12-வது சிவராஜயோகமாகிய வாசியோகத்தின் விபரமும், அதந்தறிய சாத்தியவியல்புங்கூறல்.

சரம் நடத்துங்கால் யோகாப்பியாசமும் வேண்டுமாயின், பராபரவஸ்துவென்னும் மூலாதாரப்பொருளாகிய ஸ்ரீவிநாயகக்கடவுளை, பேரின்பவாழ்க்கையி லமைத்தல்வேண்டும். நமக்குள் மறைவிடமானவிடங்களில் மாயாசொரூபமாயம், சுழிமுனையிலே னேசிக்கும் ஞானக்கொழுந்தாயுமுள்ள, அறிவைத்தேடல்வேண்டும். வினையாகிய பிருவினைகளைத்தவேண்டும், பிரமனை உண்மையால் துள்ளிரம் போற்றலக்கல்வேண்டும். சுழிமுனையிற் சடரையெதி வொர்மனதாய் நிற்றல்வேண்டும். சுவாசமாகிய வாசியைப்பிராணனால் சேசித்தல்வேண்டும், பிராணனும் அபானம் [illegible] சேசாயித்து நிரும்பாதுபோற்கலந்து பூரித்தலே சிவராஜயோகமாம். இதனை அனுட்டிப்பவரே பரமயோகிகளாவர். ஆதலின் இதனையு மனுட்டிக்கவேண்டும். இதையனுட்டிக்குங்கால் உண்ணும்போதும்! உறங்கும்போதும் உயிரெழுத்தாகிய மௌனாக்ஷரத்தை எழுமாத்திரையிருத்தி உட்படுத்திவைத்து சரத்தைக்

சுழிமுனை மூன்றாவது சூனியகலையில் வைத்திருந்து ஆசனபங்கமில்லாமல் அப்பியாசிக்கவேண்டும். அக்காலங்களில் சூரியன் [illegible] பிரமாணம்வயப்படாதாயினும், சூக்கபாலமாகிய [illegible] நடக்கினும், அடிசிறந்து நடக்கினும், அச்சாதகத்தை [illegible] கோபானஞ்செய்தல் நலம்.

13-வது சந்திரகலையிலிருந்து அமுதம்புசிக்கு மார்க்கமும், அதனியல்புங்கூறல்.

வைத்தியவாரங்களிற் பெரியதும் உறுதியுமாய் நடுவிலிருக்கும் அசைக்கருவி யென்னும் இரண்டா மெழுத்தாகிய நகரத்தை, இரண்டரை அங்குலப்பிரமாணம் உள்வாங்கி மேற்சொல்லிய அப்பியாசங்களை இடைவிடாமல், இருபத்துநான்கு அபானங்கள்நடத்துங்கால், இடவாகனராகிய சதாசிவக்கடவுளின் திருவருளாகிய அமுதம் ஒழுகிற் சித்து மென்றறிவாய். அதன் பெருமையோ சொல்லத்திறமன்று. ஆயினு மிதனைச் சாதனை செய்தல் வேண்டும்.

14-வது மேற்கூறிய வாரசரங்கள் தப்பிநடக்கினும், எதுமாறியப் பிசகிநடப்பினு மதின்பலன்கூறல்.

முதலாகிய ஞாயிற்றுக்கிழமையிற் சூரியன் நடவாமல் (5) நாழிகையளவும் சந்திரன் நடக்குமாயின், பகை, குட்டம், சோதி, சிரங்கு, முதலாகிய தேகத்தின் மேற்புறமானவியாதிகளும், [illegible], இருமல், இரைப்பு, முதலாகிய உள்வியாதிகளும், அடரும். செவ்வாய்க்கிழமையிற் சந்திரன் நடக்குமாயின், மனக்கலக்கம், சினேகத்துவேஷம், சுரம், உட்சுரம், இவைகளடரும். சனியிற் சந்திரன் நடக்குமாயின், பிராணனுக்கு அபாயமான தந்துகளும், சிதனம், சன்னிமுதலாகிய வியாதிகளுமடரும். சந்திரனடக்கவேண்டிய வளர்பிறை வியாழத்தில் சூரியன் நடக்குமாயின், பொருட்சேதமும், வியாதிக்கு மருந்துபிடிக்காமையுமாம். சந்திரனடக்கவேண்டிய வாரங்களாகிய திங்கட்கிழமையில் சூரியன் நடக்குமாயின் ஆயுள்குறைவும், ஜலதோஷமும் அடரும். புதன்கிழமையிற் சூரியனடக்குமாயின் அபாயங்களும், தொந்தர விஷயங்கள் பலவானவையும், பாரம்,

நீரேற்றல், தலைக்குத்தலுமுண்டாகும். வெள்ளிக்கிழமையில் குளி யடைக்குமாயின், தன்மக்களுக்கு தோஷமும், சுற்றத்தார் கள க்கமும், கண்ணோய், காதுநோய்களு முண்டாகும். செய்வினை காலமாகிய வியாழத்தில் சந்திரன் நடக்குமாயின் [illegible] களும் சாதனைக்குறைவும் தாபசுரம், தலைநோக்காடுமுண் [illegible]

(15-வது பாழாய் நடத்தலின் குணங்கூறல்.)

இருகலைகளுந் தவறிதவறி யோடுமாயின் [illegible] யன்றி வேறன்று. ஒருபுறமாய்ச் சாதகஞ்செய்யுங் காலமாகிய அயனகாம், முடிவிலன்றி இதற்கு முன்பாகவே வோர்நாள் [illegible] முழுவதும் ஒருபக்கமாய் சரம் நடக்குமாயின் மூன்றுமாதங்க ளில் மரணமெனினும், மூன்று வருடங்களில் மரணமாவனர். ஒருபுறமாகவே ஆறுநாள் நடக்குமாயின் ஆறு தினங்களில் மரண மாதல் நிச்சயம். ஆதலின் சரம் சரிவர நடத்தல் மிகவருமை யென் றுணர்தல்வேண்டும்.

(16-வது மேற்சொல்லிய சாவிகற்பங்களுக்கும் சா தனைகளுக்கும் வேண்டிய பத்தியங்களும், கற்பங்களுங்கூறல்.)

மாந்தளிர் மேனியையுடைய பின்னாய்! 14-ம் படியிலுரை த்த வாரசாவிபேதங்களுக்கு சிகிச்சையும், பக்குவமும் அறியா யாக. அஃதாவது மேற்சொல்லிய வியாதிகளுக்கு ஆயுர்வேத அனவாய் நடத்த வதியாவசியம். பாழாய் நடக்குஞ் சரத்திற் கோவெனில் முன் 12-ம் படியிலுரைத்த வாசியோகமே [illegible] செற்ற சிகிச்சையாம். இச்சரங்களை நடத்தியும் வசியையைப் பிடித்தும் வகையறிந்தும், சாவிபேதப்படி சிகிச்சைகளைச் செய்வ துடன் மனவுறுதிக்கும், நிடச்சித்த முண்டாதலுக்கும், திரேக சித்தி, பசைசித்தியாதலுக்கும் கற்பமுறைக்கேட்பாயாக. அவை யென்னெனின்; பிரமதேவாயனகாலமும், ஞானம் இரண்டு பகுப ங்களும், கேசரியெழுகு ஆறுபகுப்புகளும், வெள்ளைக்கல்பமாகிய கணைக்கல்சுன்னம் பத்துபகுப்புகளு முட்கொள்வதே கற்பமாம்.

(17-வது கல்பங்களின் விபரங்கூறல்.)

மேற்சொல்லிய படியில் கல்பவிதிக்குத் தெளிவுகூறுமை யால் இனித்தெளிவாயாக, அஃதாவன, பிரமகேள்பது பிர

ரும் பக்திவேமாம்—இவை முறைமைபெறச்செய்து கொணர்கொள் ளல். ஞானமென்பது சீவிப்சசிலை, கல்லாரை, வெள்ளைகிரந் [illegible], பிரமி, பொற்றலை, பொடுதலை, இவைகளைச் சூரண மாகல். கேசரியெழுகென்பது, கேசரியெலை [illegible] [illegible] சில மூலிகைகளை அரைத்து பாகஞ்செய்துக் கொளகல். வெள்ளைக்கல்பமாகிய கணைக்கல் சுன்னமென்பது நாகசீரியம் அதாவது முறைமைபெறப் பார்க்குதல் என்பதாம். இவைகளை நன்குணர்தல் வேண்டும்.

{ 18-வது கல்பஞ்செய் பாகமும், உண்ணும் அளவையுங் கூறல். }

2½-வீசை பிரமகை பதினெண்படியிற் செப்பிய அளவின் படி பகிர்த்து, பிரமியினலும், பொற்றலையான் தகை சம பாகமாய்ச் சேர்த்துண்ணல் வேண்டும். ஞானமோவெனில், பதினெழாம்படியிற் சொல்லிய பச்சிலைகளைத் தனித்தனியுலர்த் தி ஆறுபலம் சூரணமாக்கி வைத்துக்கொண்டு 16-ம் படியிற் [illegible] அளவிற்குப் பகிர்த்து சொர்ணபாகம் சமபாகமாக்[illegible] து சாப்பிடல்வேண்டும். கேசரியெழு[illegible]கவெனி[illegible] கேசரி யை முறைப்படி வலர்த்தி கைகளிதக்கி [illegible] [illegible] மூன்று விராகனிடை விங்கக்கட்டிக்கு கருத்[illegible] [illegible] சுப் முடிக்கவுடன் விங்கக்கட்டையெடுத்து வாகிக்குதவும் பச்சி [illegible] சார்பிழிந்து இரண்டிபடி சாற்றில் (5) பலம் [illegible] [illegible] இவைமும் ஆறாக்குவிட்டுக்கலக்கி மூன்றுநாட்கென் [illegible] சாற்றில்கலக்கி பசுவெய் (5) பலங்கிட்டு [illegible] பதமாய்க் கிண்டிப்பிறக்கி அந்த விங்கக்கட்டை [illegible] [illegible] பொடியாக்கி சமபாகக்கனாய் போட்டதைச் செய்து நெய்தன்மையும் பாகித்து உண்டைகளாக வைத்து திரண் டையுஞ் சேர்த்து வுண்ணல் வேண்டும்.

(19-வது கற்பமுண்ணுங்காலமும் பத்தியமுங்கூறல்.)

கல்பமும் அதற்கேற்றகாலமும் பத்தியமாகவும் செய் யினை அறிந்துநடத்துத வெளிதாகயிராயினும் மேற்சொல்

வியபிரகாரம் பாகப்படுத்தி சாதனைக்காலங்களில் சூட்சுமசரம்பார்த்து அருந்துதல் மிகஅருமையாகவும் பெருமையாகவுமிருக்கும்

(20-வது பஞ்சபூதியத்தின் விபரங்கூறல்.)

பிரிதிவு, அப்பு, தேயு, வாயு, ஆகாயம், என்பவைகளே பஞ்சபூதங்களென்று சொல்லப்படும். இவையுள், பிரிதிவென்பது நிலம், அல்லதுமண். அப்புவென்பது நீர் அல்லது ஜலம். தேயுவென்பது அக்கினி அல்லது தீ. வாயுவென்பது காற்று அல்லது வளி. ஆகாயமென்பது, விசும்பு அல்லது சப்தமாகிய வியோமம். இவைகள் அண்டத்துக் கேற்றதாயினும் பிண்டத்திலுமுண்டெனக் கொள்ளல்வேண்டும்.

(21-வது மானிடவுருவபஞ்சபூதியங்கூறல்.)

பிரிதிவு என்பது தேகம், அப்பு வாயிலுண்டாகுமாகையால் ஜலத்துக்கேற்றவிடமெனக்கொள்க, தேயு ஒளியையுடைய கண்ணெனக்கொள்க, வாயுவென்பது காற்றுண்டாகும் நாசி[illegible]னக்கொள்க, ஆ[illegible]யமென்பது சப்தமுண்டாகுமிடத்தையு[illegible] காதெனக்கொள்க.

(2[illegible]வது சர[illegible] பஞ்சபூதியங்களைக் கூறல்.)

மேற்[illegible] பஞ்சபூதியங்களைச் சரத்தில் பார்க்குஞ் சமயங்களில், சந்திரன் நடக்கினுஞ் சூரியன் நடக்கினும் மூக்குத்தண்டிற் சார்ந்துவரும் சுவாசம் பிரிதிவு என்றும், கீழ்நோக்கி நடக்கில் அப்புவென்றும், மேல்நோக்கி நடக்கில் தே[illegible]ன்றும், மூக்குத்தண்டின் எதிர்பக்கமாய்வருஞ் சுவாசம் வாயுவென்றும், நாற்பக்கங்களினும்படாது பெருகவோடுவது ஆகாயமென்றும் முறையேகொள்க.

{ 23-வது பஞ்சபூதியங்கள்-நடக்கும் அளவும், காலமுங்கூறல். }

பிரிதிவு (12) அங்குலமும், அப்பு (16) அங்குலமும், தேயு (8) அங்குலமும், வாயு (18) அங்குலமும், ஆகாயம் (6) அங்குலமும் நடக்கும். இவைகட்கு காலமோவெனின், பிரிதிவு (1) நாழிகையும் அப்பு (1½) நாழிகையும், தேயு (1) நாழிகையும், வாயு (1½) நாழிகையும், ஆகாயம் (1) நாழிகையும் ஆகிய அள

வாய்நடக்கும். இவைகளின் தன்மை நிலை அறியவேண்டின் பிரிதிவு அப்பு உத்தமமெனவும், தேயு மத்திமமெனவும், வாயு ஆகாயம் அதமமெனவுஞ் சொல்லத்தகும். யோக அப்பியாசத்திற்கு தேயுவே நல்லதெனக்கொள்க.

{ 24-வது பஞ்சபூதியம் முறையே ஒவ்வொன்றாங் குறைவதைக் கூறல். }

பிரிதிவுக்கு அப்பும், அப்புவுக்கு தேயும், தேயுவுக்குவாயும் வாயுவுக்கு ஆகாயமும் குறைந்தது. எவ்விதமெனின், பிரிதிவுக்கு, ஸ்பரிசம், ரூபம், ரசம், கந்தம், சப்தமுமுண்டு. அப்புக்குக் கந்தங் குறைந்ததால் பிரிதிவுக்கு அப்பு குறைந்ததென்றும், தேயுவுக்கு கந்தமும் ரசமும் குறைந்ததால் அப்புவுக்கு தேயு குறைந்ததென்றும், வாயுவுக்கு, கந்தம், ரசம், ரூபங்குறைந்ததால் தேயுவுக்கு வாயு குறைந்ததென்றும், ஆகாயத்திற்கு ஸ்பரிசம், ரூபம், ரசம், கந்தம் குறைந்ததால் வாயுவுக்கு ஆகாயங்குறைந்ததென்றும் முறையேகொள்ளல்வேண்டும்.

(25-வது சூக்குமசரத்தி[illegible]ங்கூறல்.)

சூட்சுமசரமென்பது நிறத்திறைவ[illegible]ம். இ[illegible] அறிவதருமையாதலின் சூக்குமசரமென சொ[illegible]து. பிரிதிவு பொன்னிறமாகவும், அப்பு வெண்மை[illegible]மாகவும், தேயு செம்மை நிறமாகவும், வாயு கருமைநிறம[illegible], ஆகாயம் சில நிறமாகவுங் கொள்ளல்வேண்டும்.

{ 26-வது சரம் நடத்துவோர் கவனிக்கவேண்டிய முக்கிய விதிகளைக் கூறல். }

முன் 8-ம் படியிலுரைத்தவிதம் நடத்தலுடன், சொப்பனம், உரத்திகொட்டாவிவிடுதல், கோபம் அதிகரிக்கும்படி செய்து கொள்ளல், சக்கிரவுஷத்தைப் பெருகச்செய்தல் இவை முதலிய வைகள் தகாவாம்.

(27-வது ஆயுள்குறையுஞ் செய்கைகளைக் கூறல்.)

அதிக விளையாடிபோகிதல், அதிக நித்திரைசெய்தல், மிக பெருமூச்சுவிடுதலாகா, வெளிகளின் சாதனைக்காலங்களிலவிர

மேற்சொல்லிய சுவாஸங்களிற் சுவாசம் அதிகரித்து ஒருநாளுக்கு நடக்கவேண்டிய (21600) க்கு அதிகப்படுவதால் ஆயுள்குறை தலெனவும், மேற்சொல்லிய (21600) க்கு குறைபடப் பெய் விக்கல் ஆயுள் விர்த்தியாகுதலெனவுஞ் சொல்லப்படும்.

{ 28-வது மேற்சொல்லிய பஞ்சபூதியங்களைத் திருப்பி வசப்படுத்தும் மார்க்கங் கூறல். }

11-வது பகுதியிலுரைத்த வண்ணம், சூரியகலை, சந்திரகலை, சுழிமுனைகளை மாற்றுவது போலவே இவைகளையு மாற்றுதல் வேண்டும். எப்படியெனின், இரேசகத்தைக் கழித்து உந்தியில் பொருந்தச்செய்து, ரேசகபூரகங்களை நிதானமாய் நடத்திக் கொண்டிடவே, திரும்பிக் கொண்டேவரும். வேண்டியபூதியம் வந்ததுங்கால் அச்சாதகத்தை நிறுத்திவிடல் வேண்டும்.

{ 29-வது சூரியசந்திர சுழிமுனைகளுக்கும் நாடிகளுக்கும் நிறுவையாதலைக் கூறல். }

இச்சகலைகளுஞ் சந்திரன் வாதனாடியெனவும், ரவியென் [illegible] பித்தநாடியெனவும், சுழிமுனையை சிலேத்தும நாடியெனவும் [illegible] தாதுச் [illegible] வேண்டும்.

(30-வது இரேசக பூரகத்தின் விபரங் கூறல்.)

இரேசகமென்பது உட்புகுஞ் சுவாசம்; அதனை உச்சுவாசமெனவும், பூரகமென்பது வெளிவிடுஞ் சுவாசம், அதனை நிசுவாசமெனவும்; ரேசகத்தைச் சிவமெனவும்; பூரகத்தைச் சத்தியெனவும், உட்புகுஞ் சுவாசம் பிராணவாயுவெனவும், வெளிவிடுஞ் சுவாசம் அபானவாயுவெனவும், உட்புகுஞ்சுவாசம் அமுதமெனவும், வெளிவிடுஞ்சுவாசம் விஷமெனவும், இவைகளையே தன்மை இன்னதாகக்கொள்ளப்படும். ஸ்ரீகுரும் மேலுரைத்த விதிகளினா னைவும் நடத்துதற்கு ஒழுங்கெனவே சொல்லத்தகும்.

சுபமஸ்து.

ஔவையார் உயர்ஞான சரநூல் சாத்திரம் முற்றுப்பெற்றது.

உ

சிவமயம்.

திருச்சிற்றம்பலம்.

ஞானக்கிரியாலங்காரச் சுருக்கம்.

முகவுரை.

சுருவத்தீவ தயாபர கடாக்ஷவீக்ஷணியத் திருவருட்சோதியும் வல்லவாகிய சிவபிரானின் [illegible] அன்பர்காள்! இவ்வுலகின்கண் வாழும் ஆன்மகோடிகளெல்லாம் பிற [illegible] துவக்கமைய சம்பந்தமுண்டாகும் வியாதிகளால் கட்டுப்பட்டு [illegible] மக்காரவே பிறக்கின்றனவென்பது அநுபவசாட்சியன்றோ? ஆதலால், அநாதிருத்தருகிய பதியின்காருண்யத்திருவாளை மைத்திலீன்றும் வெளிவந்த அருதிபெருக்களாகிய ஆன்மா [illegible] கொண்டிறுந்து சதுர்வித புருடார்த்தங்களான [illegible] ரின்பத்தை அடைவதற்குப் பெரியசாதகம் [illegible] முத்தியோதினும், இத்தகைய தேகத்திற்கு கன்மானுசாரமாக வரும் வியாதிகள் (4448) காலெயடுத்து சாதூர்ய்நாரம்பத்தை தட்டையும் நீக்க வல்ல பண்டிதராகவிடினும், சித்தபுருடர்களாகிய ஜீவன்முத்தர்களின் கிருபாநோக்கத்தினால் நமக்கு முக்கியமா யேற்பட்டிருக்கும் நியதிகளை யாவருமுணர்ந்து கொயிற்றி சுஜீவிகளாக விளங்கற்பாலதாகவும், இதன் முதற்பாகத்தி லெழுதியிருக்கும் ஞான அநுபவிப்பவர்கட்கு மிக்க அநுகூலமாயிருக்குமென இரண்டாம்பிரிவில் "ஞானக்கிரியாலங்காரச்சுருக்க" மென நாமகரணமளித்து இங்ஙனம் எழுதலாயினேன். சாதுக்கள் இதிலுண்மையை அலட்சியஞ்செய்யாது நன்குணர்வார்களென நம்புகின்றனன்.

இப்படிக்கு,

எழுபூர் ரேட்டிஷ்டாக்டர். வி-இராமலிங்கதேவர்.

உ

சிவமயம்.

திருச்சிற்றம்பலம்.

தினக்கிரமாலங்காரச் சுருக்கம்.

கணேசர் வணக்கம் - நேரிசைவெண்பா.

திருவிசேர் கட்டுரைநாள் தினக்கிரமா லங்காரப்
பெருவளவு நூற்சுருக்கஞ் செப்பவே — யொருவலை
முக்கருடன் பத்தர்களு நித்தந் துதி வந்திமுக
அத்யனைங்க ரன்றா ளினை.

அவையடக்கம்.

[illegible] கொண்டு [illegible] கடலெரியும் விளக்கம்
[illegible] நிறு சுக்கிறு [illegible] திமிர் வற்றலைக்கு
[illegible] போலும்
[illegible] கல்லாதான் பேசுகின்ற
[illegible]ப் போலும்
பொற்புயரும் ஞானசுர நாற்றுதலி யாய்க்கொண்ட
புல்லன் வாசகமே
கற்றவருங் கற்றவரும் பிழைநீத்து கருணைசெய
நாடி னேனே.

(1-வது நோயணுகா விதி.)

உலகின்கண் திருவருட்செயலால் அரியபிறவியாகிய மானிடதேகத்தைப் பெற்றிராநின்ற மக்களனுசரிக்கின்ற பலவிசரிவையிலும் கடத்தைக் காத்துக்கொள்ள வேண்டிய தியாவசியமாதலால், அதற்கு முக்கியமான காரியார்த்தங்களை இங்ஙனக்கூறவந்தமையால் முதல்வது நோயணுகா விதியென்பதை

வெளிப்படுத்துகின்றது. அவை[illegible]யென்னெனின், மலசலத்தை யடக்காமலும், விந்துவை அதி[illegible]ாக கஷ்டப்படுத்தாலும், உண்ணுமிடத்து கீரைக்காய்ச்சி [illegible]ரைவினாவி, நெய்யையுருக்கி, உண்ணுதலுமாகிய தன்மையுள்ளவர்களின் நாமத்தை யுச்சரிப்பவர்கட்கும் பிணிவிலகும். அன்றியும் பதார்த்தங்களின் குணங்களையும், அவைகளைப் புசிக்க வேண்டிய காலபேதங்களையும் பகுத்தறிந்து புசித்து அதனால் கிடைக்கிறசுகத்தை அனுபவிப்பவர்கள் பலவாகச் சொல்லப்பட்ட வியாதிகளைக் காணாதவர்களாய்ப் புத்திரர்களையும், மலையைப்போல் உறுதியுள்ள சரீரத்தையும், இவ்வுலகத்தைச் சிருஷ்டிக்கும் பிரமதேவனைப்போல மிகுந்த ஆயுளையும்பெற்று பதினாலுலகத்தி லிருப்பவர்களுங்கண்டு களிக்கத்தக்கதாக வாழ்வார்கள். இவ்வாறே தெய்வப் புலமைத்திருவள்ளுவநாயனாரும் மருந்து என்னும் அதிகாரத்திற் கட்டளையிட்டனர். அவையென்னெனின், ஒருவன்முன்னுண்டது அற்றபடியையறிந்து பின்மிகப்பசித்து உண்ணுமிடத்து மாறுகொள்ளாத உணவுகளைக் குறிக்கொண்டு உண்ண[illegible]டவன். மாறுகொள்ளாமையாவது, உண்பவன் சரீ[illegible]வத்தோடு மாறுகொள்ளாமையும், காலவியல்போடு மா[illegible]கொள்ளாமையும், சுவை வீரியங்களாற் றம்முள [illegible]ள்ளாமையுமாம். மாறுபாடில்லாத வுணவுகளையாயினு[illegible]னம் வேண்டியமட்டிலுண்ணாமல் பிணிவாரா அளவி[illegible]ண்ணல்வேண்டும். இவ்வாறுண்பவன் உயிர், பிணிகளாற் றுன்பமுறாமல் சுசமுறும். ஒவ்வொருவரும் அதிஉஷத்காலத்தில் விழித்துச் சுத்தோதகமெனும் நீராகாரம், அல்லது நல்லஜலம் பிரமாணமாகப் பருகிப் பாதசாரியாய்நடந்து, மிதவசனம்வசனித்து, மாலைவெயிலைவிரும்பி, பசும்பாலை யிச்சித்து, எண்ணெய் நாலுதினத்துக்கொருதரம் அப்பியங்கனஞ் செய்யும்போது வெந்நீரிற்குளித்து, பகற்காலத்திற்சையோகம், நித்திரை இவைசெய்யாமல், தன்வயதுக்கு மேற்பட்டமாதரையும், இளவெயிலையும் இச்சியாமல், மலசலங்களை அடக்காமல், சுக்கிலத்தை அடுத்தடுத்து விடாமல், இடதுகைக் கீழாகபடுத்து, மூலரோகத்தையுண்டாக்கும் பதார்த்தங்களையுண்ணாமல், புளித்து நீர்போலிருக்குந் தயிரைப்பருகி

ருக்கானிற் சமைத்த கறி அமிர்தத்துக் கொப்பானதும் புசியா மல், பசித்தபோதே சாப்பிடுதல், அவையாவது தினமிரண்டுதர முட்கொள்ளல், மாதரை மாதத்திற்கோர்தரஞ்சேர்தல், மிகுந்த தாகமுண்டாயினும் போஜனஞ் செய்விலன்றிப் பின்பு ஜலபானஞ் செய்யாமல், எருமைக்கிழங்குதவிர மற்ற கிழங்குகளைத் தின் னாமல், வாழை இலையிலன்னம்புசித்து, இலைப்சாப்பிட்டபி ன்பு குறுநடையாக நடந்து, ஆறுமாதத்திற்கொருதரம் வாந்தி யாகும்படியாயும், நான்கு மாதத்திற் கொருதரம் பேதியாகும்ப டியாயும், மருந்துண்டு, ஒன்றரைமாதத்திற்கொருதரம் நசியஞ் செய்து, மாதத்திற்குக் குறைந்தது இரண்டுவிசை க்ஷவரஞ்செ ய்து, மூன்றுநாட்கொருதரம் கண்களுக்கு மையிட்டு, கஸ்தூரி முதலிய வாசனைத்திரவியங்களையும், புஷ்பங்களையும், இராத்தி ரியின் முகராமல், ஊரஸ்திரீ நடக்கும்போது பறக்குந்தூசியும், ஆடு, கழுதை, துடைப்பம் இவைகளாலுண்டாகுந்தூசியும், மேலே படும்படி நெருங்காமல், இரவில் தீபத்தினிழல், மனிதர்நிழல், மரநிழல், இவைகளிற்றங்காமல், போஜனம் ஜீரணிக்குங் காலத்திற் புணர்ச்சிசெய்யாமல், நித்திரை, போசனம், மலசலம், புணர்ச்சி [illegible] அழுக்கு [illegible]திரம், சிப்பிட்டு செய்யும்போது [illegible] கின்ற ரோகங்களை [illegible] இவைகளை மாலைக்காலத்தில் நீக்கி, கன் றுக்கூடிய [illegible]வையும், தெய்வத்தையும், பிதுர்தேவதைகளை யும், அதிதியையும் அந்திமாலைக்காலத்தில் பூசித்து, சகச்சலமும், சிலைச்சலமும், தெரிக்குமிடத்தி னெருங்காமல் நடந்துவந்தால் கோபமுன்னிட்டெரும் மனுக்கு இவனிடத்தில் வேலையி ல்லையென்று கோயனுகா வித்தியர் சொல்லியபடியால் ஒவ் வொருவரும் இதனை அவசியகரமாய் அனுபவத்திற்கொண் டிருக்க வேண்டும்.

(உ-வது சரீரம் நிலைபெறுவதற்குக்காரணம்.)

சரீரமாகிய தேகம் தங்கியிருப்பதற்குக் காரணமாகிய, வா தம், பித்தம், சிலேஷ்மம், இரசதாது, இரத்ததாது, மாமிசதாது, மேதோதாது, அஸ்திதாது, மச்சைதாது, சுக்கிலதாது, மலம், மூத்திரம், என்னும் சரீராதி 12-களின் விருத்தி ரோணங்களி

ருல் பிறக்கானின்ற நோய்கள் முழுமையும் நீக்குவதற்கு முக்கி யமாய் வேண்டிய மருந்துகளை, மேற்கண்ட ஜாடராக்கினி யின் அனுக்கிரகத்தால், உணவுகளினின்றும் பிரிகின்ற அன்ன ரசத்தால் போஷிக்கப்பட்டு, புஷ்டியாக்கிப் பூரிக்கப்பண்ணி பலத்தையுஞ் சாந்தியையுஞ் சுதந்தரமாக கொடுத்துக்கொண்டு உயிராகிய அரசனை வாழச்செய்வதும், கருப்பவுற்பத்திக்கு காரண மாயும், தேகத்திற் காரணமாகிய சப்ததாதுக்களில், புருஷர் களுக்கு சுக்கிலமென்றும், மாதர்கட்குச் சோணிதமென்றுஞ் சொல்லப்படும். இவ்விரண்டுமே முறையே சிவம், சத்தி என்று பெயர்பெற்றுக் கருப்பவுற்பத்திக்கும், ஆயுள்விருத்திக்கும் முக் கியகாரணமாகவிருக்கின்றன. இவை அகாலபோசனம், உஷ் ணபதார்த்த பக்ஷணம், பயம், துக்கம், வியாகூலம், சிந்தித்தல், விருசல்தோஷம், அதிகோபம், மாரணதுயரம், கருமலோபம், அதி மூலரோகம், அதிசாரரோகம், சீணத்ததாது, விஷபேதங்களால் வருகின்ற பற்பல ரோகம், காலத்திலும் அகாலத்திலும், காம தால் விதிப்படி அநேக பந்தங்களுடன் செய்கின்ற சையோகம், அதாவது, போகம்நீடித்திருக்கவேண்டியதாய் லாகிரிதே ச ஔடதாதிகளை சாப்பிட்டுச்செய்கின்ற சையோகம்.

கர்மஸ்தானக் கெடுதியென்று பிறைகளினாலும், விந் தாப்பியத்தினாலும் நஷ்டப்படும். இவ்விதநஷ்டமுற்ற சுக்கில சோணிதத்தை யுடையவர்கள் பலவித அசாத்தியரோகங்களை அனுபவிப்பதுமன்றி சம்போகத்திற்கு இளைத்துக் குருவியைப் போல் புணர்ந்தும், வாயினற்பேசி இச்சைதீர்த்தும் சந்தான விருத்தியில்லாமல் அற்ப ஆயுளையுடையவர்களாவார்கள். ஒரு வேளை சந்தான விருத்தியிருந்தாலும் அதற்கு அற்பபலனும், ரோகவிருத்தியும், ஆயுள்குறைவும் உண்டாயிருக்கும். ஆகை யால் பால்முதலியவஸ்துக்களைக்கொண்டு சுக்கிலத்தையும், வெண்ணெய் முதலிய பித்தவஸ்துக்களைக்கொண்டு சோணிதத் தையும்போஷிக்கவேண்டும்.

(௩-வது விழித்தவுடன் சுத்தசலம் அருந்தலின் குணம்.)

நித்திரைசெய்து விழித்தவுடன் சுத்தோதகமென்னும் நிரா காரம் அல்லது நல்லசலம் இதுகளி லேதேனுமொன்றைப் பிர

மாணமாகப் பருகில், பயித்திய[illegible]சாவகம் விலகும், அன்றியும் மலசல பந்தங்களும் நீங்கும், வாத முதலிய மூன்றுதோஷங்களுந் தத்தம் நிலைகளிற் சஞ்சரிக்கும்.

(4-வது விழித்தவுடன் பார்க்கத்தக்க வஸ்துக்கள்.)

நித்திரைசெய்துவிழித்தவுடன், தாமரைப்பூ, தங்கம், தீபம், கண்ணாடி, சூரியன், புகையொழிந்த நெருப்பு, செஞ்சந்தனம், கடல், வயல், சிவலிங்கம், முனிவிருந்த மலை, கன்றையுடையப் பசு, தனது வலக்கை, மனைவி, மிருதங்கம், இவற்றுள் ஏதேனும் ஒன்றைப்பார்க்க அவசியம்.

(5-வது விழித்தவுடன் பார்க்கத்தகாத வஸ்துக்கள்.)

நித்திரைசெய் தெழுந்தவுடன், அங்கஹீனம், வஸ்திரஹீனம், பாவம், சாவிலஸ்திரம், கி[illegible]கை, ஊமை, மொட்டைத்தலை, செவிடு, அழுகை, சடை, பதிகளிடத்தில் விருப்பமில்லாமை, கூன், அழுக்குமேனி, விரித்த சிகைத்தலை, சதாநித்திரை, குஷ்டம், கொலை, எண்ணெய்த்தலை, ம[illegible], உன்மத்தம், தரித்திரம், க்ஷயரோகி, இருதவையுடையவர் முகத்தையும், திருடு, அழுகை, விதவை, ஆகிய மாதர்முகத்தையும், பாம்பு, பூனை, சாம்பல், எருமை, விளக்கு, மாடு, சவிறு, உலக்கை, முறம், என்னுமிவைகளையும் பார்த்தால் அன்றைக்கு கெடுதியுண்டாகும்.

(6-வது விழித்தவுடன் கண்ணாடிபார்த்தலின் குணம்.)

தூக்கிவிழித்தவுடன், கண்ணாடிபார்த்தலினால், வீரியவிருத்தியும், மகிழ்ச்சியும், சர்வைசுவரியமும், ஞானமும் அதிகரிக்கும்.

(7-வது மிதாமித வார்த்தையின் குணம்.)

மிதமானவார்த்தை வசனித்தால் உள்ளறிவும், சரீரசுத்தியுமுண்டாகும். அதிகமாக வசனித்தால் மேற்சொன்ன அறிவும் சவுக்கியமுங் கெடும். இதுவுமல்லாமல் ரசதாதுவும், ரத்த தாதுவுங் கெடும். அவ்விரண்டு தாதுகளுங் குறைவதனால் பித்தம் அதிகரிக்கும், அதனால் சிலேஷ்மரோகம் பிறக்கும் அதனால் சவரோகமுண்டாகும்.

(8-வது பல்விளக்கலின் குணம்.)

ஆலிலை, கொம்பு இவைகளால் பல்விளக்கினால், பற்களுக்குக் குற்றமில்லை, வாதபித்த சிலேஷ்மங்களால் பல்லினிடத்தும் அதன்வேரினிடத்து முண்டாகின்ற (23) ரோகங்களும் உண்டாகாது. மேற்சொல்லிய ஆலும், இலையும், கொம்பும், இயல்பான துவருள்ளதுகளாயிருக்கவேண்டும். அப்படியிருந்தால் இறுதிநாள்வரைக்கும் பல்கள் மலையைப்போல அசைவின்றி உறுதியாகவிருக்கும்.

(9-வது பல்விளக்கத்தக்க கொம்புகள்.)

கருவேல் குச்சியால் பற்களுக்கு உறுதியும், வேப்பங்குச்சியால் ஒளியும், நீர்ப்பூலாக்குச்சியால் வீரியவிருத்தியும், ஆலம் விழுதால் இலட்சுமிகடாக்ஷமும், நாயுருவிவேரால் முகவசீகரமுமுண்டாகும்.

(10-வது பல்விளக்கத் தகாத வஸ்துக்கள்.)

செங்கல்மா, மணல், கரி, தென்னம்பாளை, வைக்கோல், இவைகளால் தினமும் பல்துலக்குபவரிடத்தில், இலட்சுமிநீங்கி மூதேவி சேர்வாள்.

(11-வது பஞ்சகற்பவிதி.)

கஸ்தூரிமஞ்சள், மிளகு, வேப்பம்வித்து, கடுக்காய்த்தோல், நெல்லிப்பருப்பு, இவைகளைக் கிரமப்பிரகாரம் காராம்பசுவின் பால்விட்டு அரைத்து கொதிக்கவைத்து ஒப்பற்ற சிரசில் தேய்த்துக்கொண்டால் எந்நாளும் அதிதூலரோகத்திற்கும், அதிசட்சரோகத்திற்கும் இடமில்லை இதுவே பஞ்சகற்பவிதி.

(12-வது ஸ்நானகாலவிதி.)

சித்திரை, வைகாசி மாதங்களில் உதயமான (5) நாழிகைக்குள்ளும், ஆனி, ஆடி, மாதங்களில் (8) நாழிகைக்குள்ளும், ஆவணி, புரட்டாசி, அற்பிசி, கார்த்திகைமாதங்களில் (4) நாழிகைக்குள்ளும், மார்கழி, தைமாதங்களில் (2) நாழிகைக்குள்ளும், மாசி, பங்குனி மாதங்களில் (3) நாழிகைக்குள்ளும் பக்குவமாக முன்னா தைலஸ்நானஞ்செய்தால் அரோகசரீரத்தைப் பொருந்துவார்கள்.

(13-வது வெள்ளைவஸ்திரத்தின் குணம்.)

வெண்துகிலுக்கு வாதாதி தோஷங்களும், வியர்வும் விலகும், ஆயுசவிருத்தி, இலட்சுமி விலாசம், வனப்பு, மகிழ்ச்சி, அறிவு, பலம், ஆகிய இவைகளுண்டாம்.

(14-வது போஜனகாலவிதி.)

இரண்டு காலபோஜனமே நன்மை. தப்பி மூன்றுகால போசனங்கொள்ளல் வேண்டுமாயின், சூரியன் தினப்பருவமாயிருக்கு முதயகாலத்தில், (3¾) மூன்றேமுக்கால் நாழிகைக்குள்ளும், காலைப்பருவமாகிய உச்சிகாலத்தில், (15) பதினைந்து நாழிகைக்குள்ளும், மேற்றிசைக்கடலிற் சேர்ந்த பருவமாகிய இராத்திரி (7½) ஏழரைநாழிகைக்குள்ளும், புசியாகிய நியமமுடையவர்கள் சொல்வார்கள். சூரியனுதயமாகி (11¼) பதினொன்றேகால்நாழிகைக்குள் உண்கிற கல்லையுண்டி, தேகத்திற்குப்பொருந்தும், (15) பதினைந்துநாழிகைக்குள் உண்கிற உணவு அமிர்தம் என்கிற அளவில் பிணிகளைவிலக்கும். (22½) இருபத்திரண்டரைநாழிகையில்புசிக்கின் ரோகசம்பவமாம். 30-வது நாழிகையி[illegible]னுண்ணும் அசனம், உயிருக்கு ஹானிவைத்தரும். இந்த நான்கில், முதல் 2-ம் காலபோஜனமும், மற்றவை அகாலபோஜனமுமாம். போஜனமுதலில் மதுரவஸ்துவும், மத்தியில் புளிப்பு, உப்பு, உவர்ப்பு, இலைக்கறிகளும், முடிவில் துவர்ப்புச்சம்பந்தமான புளிப்புத்தயிர், ஊறுகாய்களும், உண்ணல்வேண்டும். அப்படியுண்ணில் சுகத்தை யடைவாய். எவ்வித தேகிகட்கும் முக்கால்வயிறு உணவேயன்றி முழுவுணவில்லை. அதற்கென்ன காரணமென்றால், அன்னம், பதார்த்தங்கள்கூடி அரைவயிறு உணவு, பால், மோர், சலங்கூடி கால்வயிறு உணவு, இவைபோக இன்னுங் கால்வயிறு உணவுகொள்ளத்தக்க இடத்தை வெளியாக வைக்கவேண்டியது, அப்படிக்கு வைக்கா விட்டால் அன்னம் சீரணமாகாது, அதைச் சீரணிக்கத்தக்க அக்கினியும், வாயுவும் சஞ்சரிப்பதற்கிடமில்லை. அவ்வரத்தை யுடைய நிலைப்பையிற்றங்கிய உணவானது, (4) பிரிவையுறும். அவையாவன, ஒருபங்கு கிருமிகளுக்கும், ஒருபங்கு மலத்திற்

கும், ஒருபங்கு ஜடராக்கினிக்கும், ஒருபங்கு தேகத்திற்குமாம். ஒருநாளுண்ட புனைவினின்றும் பிரிவுற்ற அன்னரசமானது, அன்றைக்கு ரசதாதுவை வினைத்து வளர்த்திருக்கும். 2-ம் நாளுண்ட அன்னரசமானது அந்த ரசதாதுவிலேற முன்பு வளர்ந்த ரசம் இரத்ததாதுவிற்பாயும். இவ்வாறே 3-ம் நாள் மாமிசதாதுவினும், 4-ம் நாள் மேதோதாதுவினும், 5-ம் நாள் அஸ்திதாதுவினும், 6-ம் நாள் மச்சைதாதுவினும், 7-ம் நாள் சுக்கிலதாதுவினுஞ் சென்று அத்தாதுக்களை விருத்தியடையச் செ[illegible] நாள் தேகத்திற்கு குன்றாவன்மையைக் கொடுக்கும்.

(15-வது உண்கலபேதம்.)

மகோந்நத போஜனத்திற்கு வெள்ளைமாகியோ பொன்னு. மற்றவைய இவற்றின் மத்தியமாம். தாம்பரம், வெள்ளி, வெண்கலம் இவைகளாலியன்ற உண்கலங்கள் மிகவுத்தமமாம். இவைகளை விட [illegible] சிறந்தது; இதிற்புசிக்கில் க்ஷயமும், பாண்டு ரோகத்[illegible] திரிகரப்பும் விலகும்.

(16-வது அன்னத்தின் பிரமாணம்.)

அன்னமானது கொஞ்சங் கொஞ்ச[illegible]போதே உண்பது உத்தமத்திலுத்தமமாம். அது [illegible] காய்களினும் [illegible] அரோசகத்தையும் நீக்கி சரீரத்திற்கு வலிமையைக் கொடுக்கும். [illegible] அன்னம் நடைப்புசிக்கின் வாதமோடு பலமும் வலி[illegible] ரோகங்களுமில்லை இது கொடியானுக்குத்தகும். பக்குவமில்லாத அன்னமானது பலவீனமாம், குழந்தைகட்கு மாந்தத்தை யுண்டாக்கும், பித்தகோபத்தையும் முதலிய விசித்திரத்தையும் நீக்கும்.

(17-வது சமைக்கும்விதமும் அதன்பயனும்.)

பழைய அரிசியை நெல்லி கொய் முதலியவை போம்படி நன்றாகத்தீட்டி, முழுஅரிசியாக ஆய்ந்தெடுத்து இளவெந்நீரால் கழுவி வஸ்திரத்திற்கொட்டிச் சற்றே ஆறவைத்து ஒருபாண்டத்தில் அரிசிக்கு மூன்றுபங்கு சலம்விட்டு அடுப்பேற்றி அது கொதிக்கும்பொழுது, அரிசியை அதில்போட்டு

நக்காற்பாகமாக வெந்தவுடன் சாண்டியால்விழாவி வடித்துக் கொண்டு மறுபடியுந் தணலில்வைத்துப் பக்குவமாயிருக்குஞ் சமயத்தில் இறக்கிக்கொள்வதற்கு சுத்த அன்னமென்றுபெயர். இதை நற்குணிகளோவென்னில், வாத, பித்த, சிலேஷ்மம், என்னு முத்தோஷங்களுக்கும் முக்கியமாகவுதவும். பத்தியங்களுக்கும் ஆகும், அன்றியும் குடலைப்பற்றிய நோயின் முழுமையும் விலகும் குற்றமில்லை. பாலுஞ் சாதமுமாக வுண்ணில், பித்த கோபமும், தாகமும்விலகும், கொஞ்சம் மந்தஞ்செய்யும் ஆனால் தேகபுஷ்டியும் உடலோ வீரியவிருத்தியும் உண்டாகும். பால, சுவமா, விருத்தர்பரியந்த முதவும்.

(18-வது பசுப்பாலின் பத்தியம்.)

பசுவின்பாலைச் சாப்பிடவேண்டுமானால் புளிப்பு, துவர்ப்பு, உவர்ப்பு, கைப்பு, கார்ப்பு, இனிப்பு என்னும் (6) சுவையின், முதலாவதும், 2-வதும், ஆகிய சுவையுள்ள வஸ்துவுக்குள் எவையும் அனுபானமாகச் சேர்த்துக்கொண் டுண்ணலாகாது. சுக்கிலத்தை விருத்திசெய்யும்படியான கடைசியிற் சொல்லிய கார்ப்பு, இனிப்பு, என்னும் (2) சுவையுள்ள வஸ்துக்களை அனுபானமாகச் சேர்த்துக்கொண்டு உண்ணலைச் சிலர் சொல்லுவர். ஆனாலும் அந்த இவ்விரண்டுசுவையில் கார்ப்புள்ளபொருள் சேரும்பொழுது அநுபானமாகச் சொல்லலாகும், முற்றகாலத்தில் பாலைச் சாப்பிட்டுண்ணவேண்டின் அதற்கு அநுபானம் சற்கரைப்பொடி பொருந்தும். (3) வகைக்குற்றங்கள் நீக்கிய அன்னத்துடன் உண்ணவேண்டின் மதுரமுள்ள பழம் அநுபானமாகப்பொருந்தும், ஆதலால் இவ்வாறு முறைப்படி உண்ணக்கடவை. அன்னத்திற்கு எப்போதுங் குற்றமேயில்லையாயினும் பாகபேதங்களுண்டானால் (8) வகை தோஷங்களுண்டாகின்றன. அவைபாவன, (முதலாவது) அன்னத்தோஷம் என்பது, கஞ்சிசிக்கிக்கொள்வதாம், இதனால் தாபம், விதாமம் என்கிற அதிசனங்கள் பிறப்பனவாம். (2-வது) பிசுபிசுதோஷம் (எ-து) அன்னங் குழைந்துபோவதாம், இதனால் ஜடராக்கினி அவிந்துவிடும். (3-வது) அசுசிதோஷம் (எ-து) மயிர்,

கிருமி, உமி முதலியவைகளோடு சமைப்பதாம். இதனால் அரோசகரோகமுண்டாகும். (4-வது) கொதிதோஷம் (எ-து) கருக்கிசி யன்னமாம், இதனால் ஆசைகிராச முண்டாகும். (5-வது) சவிசிதோஷம் (எ-து) அரிசி, உலர்ந்த, அன்னமாம். இதனால் விதாமதோஷ முண்டாகும். (6-வது) தக்தோஷம் (எ-து) காந்தினன்னமாம். இதனால் நீரசைதாதுரோகமுண்டாகும். (7-வது) விருபதோஷம் (எ-து) கொதியவன்னமாம். இதனால் ஆயுள்மோசனைகளைக் கெடுக்கும். (8-வது) அனார் தோஷம் (எ-து) கொத்து ஆவியிறந்து ஆறிவிழுந்த அன்னமாம், இதனால் அதிநித்திரையும், சிதரிரோகங்களும் உண்டாகும்.

(19-வது பால் அருந்தித நாழிகை.)

பசுவின்பாலை கறந்த மூன்றேமுக்கால் நாழிகைக்குள், அல்லது (5) நாழிகைக்குள் உண்ணவேண்டும். இவ்வாறன்றி அந்தப்பால் தொமிர்த்ததை பொய்யாகி, அந்தக் காலத்துக்கு மேற்பட்ட பாலையுண்டால் பிரமேக முதலியவியாதிகளுண்டாகும் விஷத்தையொப்பாகும்.

(20 வது பதார்த்த வகை.)

குறிஞ்சிநிலமாகிய மலைச்சாரற்புறத்தில் விளைகின்ற தவசம்பாப்பை வெந்நீரில்போட்டுச் சமைத்து போசனஞ்செய்வதற்கு முதலில், பசுவினெய்யுடன் அன்னத்திற்கலந்து புசித்தால் ஒருபிடி அன்னத்திற்கு ஒருபிடி சதையாகும், அன்றியும் குறிஞ்சி நிலத்தில் பயிராகிற வஸ்துக்களெல்லாம் அதிக பலமுள்ளதாயிருப்பதால் அந்த நிலத்து வைகளே விசேடமாகும்.

அவரைப்பருப்பின் பசுரணம்.

கட்டளைக்கலிப்பா.

தவரை வாழைக் கனிபல விச்சனி
நல்ல மாங்கனி பாகொடு நெய்க்கறி

கலவியில் அப்பொழு தேமைத்த பாம்பா
சாரம் சேட்கும் பயித்தியக் கா[illegible]ரே
எவருங் காணக அறைந்து மன்னரு[illegible]
விட்டு துலக்கறி தன்னுடன் கூட்டவே
அவரை நீரினை குளத்திலிட் டுக்கொதித்[illegible]
திட்ட வாதமும் அருகிடு மென்மையே.

(இ-ள்.) வாழை-பலா-மா-என்கிற முப்பழங்களையும், பால், நெய்ச்சர்க்கரையும், மிதமின்றிப் புசிக்கின் உடனே அக்கினிமந்தம் பிறக்கும், அதை நீக்குவதற்கு வகையறியாது சிக்கலடைகின்ற மித்திரர்களே; கேண்மின்! துவரம்பருப்புக் கட்டுக்குத்த ஜலத்தில், மிளகு, வெள்ளைப்பூண்டு முதலிய சம்பாரங்கள் சேர்த்து ரசம்வைத்து அதை தக்கதிசன் சேர்த்த அன்னத்துடன் சேர்த்துண்ணில் மேற்கூறிய அக்கினிமந்தமும் வாதப்பிரகோபமும் நீங்கும்—என்பதாம்.

(21-வது ஜலம் அருந்தும் வகை.)

போஜனத்தின் இறுதியிலும்படி கொதிக்கவைத்து ஆறிய நீராக உண்டால்; ருட்சை, வாதாதிக்கம், விதாகம், அலசம், மயக்கம், அம்லீசம், ஆகிய இவைகள்போம். அயசம், அக்கினிமந்தம் விருத்தியாகும். நீரை அன்னத்துடனில் பாதியளவாகவும், குளிர்ந்த அருந்தில் இருமலும் உண்டாம். பாத்திரத்தை வாயைத்தொட்டு அருந்தில் ஒருரோகமுமில்லை. இரவில் நீர்பூட்டிய அன்னத்தை அக்கினிசாரத்துடன் குளிர்காலத்தில் அருந்தில் கல்லீரல் விருத்தியும், ஜடராக்கினியும், சரீரமுழுதுந் தேஜசுமுண்டாம். பயித்தியவாத தோஷமும் விலகும்.

(22-வது சுத்தி வகை.)

அன்பியேயன்றி இன்பத்தாத கட்ட போகிகளுக்கும், சரீரமுழுதும் எலும்புதவிர மாமிசப்பசை யிழந்தவர்களுக்கும், பலமற்றுக் கைகால் ஓய்ந்து வீழ்கின்றவர்களுக்கும், யானைச் சோறுவென்றும் பாசிப் அரிசிக் கஞ்சியைய மருந்தாகக்கொடுத்தல்வேண்டும். சோறுமைக்கஞ்சியானது வாதகாசம், நாசிரோகம், க்ஷயம், சர்வோபதம், இவைகளை விலக்கும், தேகத்திற்கு வன்மையைத்தரும்.

(23-வது அ[illegible]களை அவலின் குணம்.)

அவலிற் பாலும் சர்க்கரையும் சேர்த்துண்டால் சரீரத்திற்கு பலமுண்டாகும், த[illegible]யிரிற் கலந்துண்டால் மந்தமுண்டாகும், மோரில் கலந்துண்டால் சோபமும், எரிவுமிக்கும், [illegible]ல் நனைத்துண்டால், உளியால் வெட்டுதல்போல் அதாவும் வாய்ப்பட்[illegible] உண்டாகும், ஆசாரமும் [illegible] வெல்லம், தேங்காய்ப்பருப்பையாவது சேர்த்துண்டால் பித்தசாந்தி நீங்கும். இராப்போஜனத்தைச்செய்தவுடன் சிறுநடையாக 100 அடிகள்வரையில் பின் சித்திரை கொள்பவர்களுக்கு முன்பு உண்ட அன்னத்திற் சேர்த்த விருப்பயார்த்தங்களெல்லாம் நன்றாகக்கலந்து சீரணிப்பதுந்தவிர அவ்வன்னத்தின் திரிதோஷமுமே கோமாசென்றுணர்க.

(24-வது தாம்பூல வகை.)

தாம்பூலம் தரிக்குமிடத்து முதலில் வெற்றிலையையன்றிப் பாக்கையைத்தின்று போட்டுக்கொண்டால் குற்றமுண்டாகும், பற்களின் உறுதி நீங்கும், முன்பதாக வெற்றிலையைத்தின்று பின்பு முறைப்படிக்குப் பாக்குவெற்றிலைகளைத் தின்னுதல்வேண்டும், இவ்வண்ணம் நடக்குகின்ற விவேகிகளிடத்தில் இலட்சுமி நிலைபெற்று வாசஞ்செய்வாளென்க, அன்றியும். அவர்க்குள், சொக்குதல், சுரச்சளைப்பு, உருத்துதல், பித்தப்பு, முதலியருணங்கள் இயற்கையாகப் பாக்குகள் [illegible] விருப்பதால் இதை முதலிற்றின்றால் உடற்கு அ[illegible]மென்பதைக்கருதி, குற்றமுண்டென்றும், பற்களுக்கு கெட்டு நறுநீங்குமென்றும், கண்ணைக்கெடாத புனிதமுள்ள ஒருவெற்றிலையை முதலில்மென்று, அச்சாற்றை விழுங்கில் நெஞ்சமிறுதல், சபச்சட்டுதல் மேற்கூறிய பாக்கின் தோஷங்களும் விலகுவதால் இலட்சுமி வாசஞ்செய்வாளென்றுங் கூறப்பட்டது. பாக்கு, வெற்றிலை, சுண்ணாம்பு, இவைகளை ஒன்றாக மென்றுபோழ்து அதில் ஊறுதலிய முதல்நீர் நஞ்சு, (2) வது நீர் பயித்தியம், (3) வது நீர் அமிர்தம் (4) வது நீர் அதியினிப்பு, (5) - வது (6) வது நீர்கள் பித்த தோஷம், அக்கினிமந்தம், பாண்டு ரோகம், இவைகளை யுண்டாக்கும்.

25-வது அதிருட்டம், சதா உட்கார்ந்திருத்தல்,
தோந்த சோறுண்ணல், மிகுந்த விருப்புதல்
இவைகளின் குணம்.

இரவுக்கண்முழித்தல், சதாவுட்கார்ந்திருத்தல், அதிபுணர்ச்சி மிகவும் உணவுகொள், கொந்த சோறுண்ணல், மிகுந்த விருப்பு தல், கன்னுணவுச் செய்கைகளினும் முறையே கபம், அதிசாரம், சேத்திரரோகம், அக்கினிமந்தம், முதலிய ரோகங்களும், மகாவாதரோகங்களும் உண்டாகும். மதியாதும் அதிருட்ட மடையுதல், சாந்தியும், சுகசேதமுங்களும், பலமும், மத்தியமம், சுக்கிலவிசேஷமும், பிருதுவும் உண்டாகும்.

(26-வது யயாகை.)

இயல்பாய் சுரோணிதமாயின் பயிர்க்கையால், உட்குறி சிந்தி பருத்திருக்கை, இரத்தம், விந்து, காமம், சாம், இவைகளை விருத்திசெய்யும். உஷ்ணமுள்ள சோமைப்பாலிற் புசிப்பால் அக்கினிமந்தம், சரீரகளும் நீக்கும். தேகக்குளிர்ச்சியைக் கைவிட்டிரைய முண்டாகும். கருத்திற்கும் தோகுக்கும் மத்தி யிலிருக்கும் ஆரவான வயதுமானதாகவும், சீனம் செய்யப் பட்டவைகளும், இவைப்பருதிலும் மருந்த நிலையிலேயின் தேன் கிரமமைத்தும் பசித்தாற்கொண்டால் பாதாதி கேசம் வரைக்கும் உள்ள சம்பந்தத்து வயதுகளும் பிசகாமல் சமதுவிருக்கும். அதுவுமல்லாமல் சிரசையிட்டிய ஆயர்ந்த சொப்பனமும், சுக்கில விர்த்தி.

(27-வது தந்திரசிகிச்சை.)

குமாம், அச்சம், நித்திரையுமமோகம், நிரீட்சைவசோபம் காங்கிவிருதல், அமிர்தன்மை, காமம், பசி, சுருப்பம், தாகம், தன்னையறிந்து மேற்பட்டமையது, புணர்ச்சியில் வெறுப்பு, சுபி ச்சை, குலமுமிரும்போலோசம், அவமேயம், சோகம், அழுகின கை, மற்றுமைதனற்றம், கொல்லெல்லுதல், அதிமுமசந்தகம் ஆகிய இவைகளை யகைய மாதர்கள் போகம் சகலரோகங்களுக் கும் காரணமாம். இதன்றி, தேசமற்றிரீ, குருடத்திரி, இராது பத்தினி, வைதவ்யத்திரீ, தூரஸ்திரீ, பதிவிரதை, விதவை ஆகிய இவர்களைப் போகிப்பவர்களை தரித்திரமும், துன்பமும், நோய் நோயுமனது இவர்களைவிட்டு நீங்க மாட்டாதுதொடரும்.

(28-வது அரோகசந்தானப்புணர்ச்சி.)

பதினாறு வயதுள்ள ஸ்திரீயும், இருபது வயதுள்ள புருஷ னும், சரீரமுழுவதும் குறைவில்லாமையாகவும், இருவர்க்கும் ஆசையொன்றாகியும், போகம் நன்றாகியும், மாதத்துக் கோர் நாள் இராத்திரிகாலத்தில், சரீரசம்பந்தப்பட்டு கூடிக்கலந்து உண்டாகுங்கருவானது தாய்தந்தைகளுக்கு உள்ளபடிக்கே தன் சரீரத்திற் பொருந்தி, சேதமில்லாமல் தங்கியிருக்கும். வியா திவாராது, மந்தாரமுஞ் சூரியனைக்கண்ட பனிபோல் நீங்கிவிடும். (சாப்பாட்டுக் தன்மைக்குச் சேதம் உண்டாகியவிருப்பது மன்றி யோசிப்பதுமானதென்பது கருத்து.) மேற்சொல்லிய ஸ்திரீக் குக் கருப்பையும், யோனிதுவாரமுஞ் சுத்தமாயிருக்க வேண்டும், புருஷனுக் கோலென்றும், சுக்கிலமும், வாதமும், இருதயமும் சுத்தமாயிருக்கவேண்டும். இவ்வாறிருந்தால் மக்களுக்குத்தரிக்கும், முன்சொன்னமுறைப்படி கூடினதும் ஸ்திரீக்கு மாதாந்த மது வானகிய பனிரண்டு நாளுக்குள் கூடவேண்டும், பனிரண்டு நாட்களில் சுக்கிலம் போய்த் தங்குகின்ற கருப்பையின் துவாரமானது, இராத்திரி காலத்தில் தாமரைப்பூவைப்போல் மூடிக்கொள்ளாமை விருப்பதுமில்லென்று கொள்க. குழியான முதல்மூன்று நாளும் அசுத்தமானமையால் புருஷன் சேரக்கூ டாது; அதன்பிறகு கருப்பையின் நேசத்துவாரமாகிய யோ னித்துவாரம், பிரமாணத்தைத்தப்பி அதிகமாகத்திறந்திருப்ப தால் அவ்வழியாகச் சுக்கிலத்[illegible]குறிய சென்று பதிகின்றது, அப்போது அ[illegible]சோணிதமும், இதுவும், ஏற்றக்குறைச்சலின்றி சமமாகத்[illegible], ஆணும், பெண்ணும், அல்லாத அலியுமிவையுமாகிறது. இதுவமையேற்றியே. முதல் நாலு நாளும் அ[illegible]தகமென்றும்[illegible]தெக்கூடாதென்று ஞானம். மற்ற ஒன்பது[illegible]ஒற்றைநாட்களிற்சேர்ந் தால், ஆண்குழந்தையும், இரட்டைநாட்களிற் சேர்ந்தால் பெண்குழந்தையும் உற்பவிக்கும். இந்த விபரத்தை யெல்லாம் "காமவென்னுஞ் சாஸ்திரத்தில்" முதல் அத்தியாயத்திற் காண்க.

(29-வது நித்திரைப் பிரிவின் குணம்.)

கொக்கோக சாஸ்திரத்திற்சொல்லும் பல்லிக லீலைகளுடன், இரவும், பகலும், நித்திரையில்லாமல், புணர்ச்சிசெய்கின்றவர்களிடத்தில் மிருதியாயுண்டாகும் வியாதிகளை அளவிடத் தொடங்கினால் அதற்கு முடிவில்லை, அதற்கு பரிகாரஞ்செய்ய மருத்துவன் கைக்கும் நூல்களில்லையென்றுணர வேண்டும்.

(30-வது இரவில் நித்திரைப் பங்கத்தின் குணம்.)

இராத்திரியில், நித்திரை செய்யாதவர்களிடத்தில், மிகுதியாய் விருப்பதற்குச் சித்தபிரமை [illegible], மந்தம் [illegible] சொல்லப்பட்ட ரோகங்கள், வக்குபொருமல், அன்றியும் தேகமுடைய [illegible]கள், சொருகல்போலும், பலவியாதிகளுங் கொள்ளும்.

(31-வது பகல் நித்திரையின் குணம்)

பகல் நித்திரையானது, தண்டம், பெட்டகம், [illegible] சுரம், கருவாதம், உக்கிரோக்கிரகம், [illegible], அலுக்கம், திருக்குற்றம், சோணிதம், ஆட்டம், புருஷாதேபயம், [illegible], [illegible], சம்பூரம், அபமேகம், அபதந்திரம், அபதானம், விடிர்தாகியம், என்றும் பதினெட்டு விதமான ரோகங்களை விளைவிப்பதற்கு குருவீத்தாகும் ஆகையால் பகல் நித்திரை செய்யக்கூடாதென்பதாம். இந்த வாதரோகங்களின் விபரங்களெல்லாம், "[illegible] நூற்சாஸ்திரத்தில் [illegible] வது அத்தியாயத்திற் காண்க.

சுபமஸ்து.

ஞானக்கிரமாலங்காரச்சுருக்கம்

முற்றிற்று.

OPINIONS.

The several treatises on YOGA *philosophy written by our* GNANA SATGURU YOGEES *in a mystic style, Cannot easily be comprehended by a beginner, unless he receives tuition from a Gnanaguru. The Author, with a philanthrophic motive, has taken pains to introduce this compendium to the Public, embodying therein the initiating principles of* SIVARAJA YOGAM, *one of the 64 Yogams: that of controlling the Sarum (Breath). The theories expounded have been practically tested by the author, & by his Gnana-friends, and are, I am sure, free from any blemishes which a book of this nature is not unnaturally expected to possess, when such publications are from persons who have but the theoretical knowledge of Yogam. I may commend this book therefore for the careful perusal of all lovers of Yoga Philosophy & I must frankly say, that it will be a valuable acquisition to their Libraries. The book will speak for itself & any further comments from me on the subjects are only superfluous. The practice of Yoga which is so well explained & commented upon by the author will, if observed, certainly, give an inkling in to the mysteries of Yoga & thus form itself a stepping-stone for the realization of higher Truths in course of time.*

N. SAMBASIVA PILLAY.
Clerk, Gun Carriage Factory, Madras.

1. *The author has been giving some practical lessons on Yoga philosophy for some time past to a few select students wishing to acquaint themselves with the principles of Yoga. During the course of their probation some very important & useful hints have been written in the form of a treatise to aid their memory. These students who have been profited by the manuscript are now of opinion that its publication will be advantageous to the public. This has tempted the author to yield to their wish.*

2. *The advantage derived from the perusal of this treatise over other works of this kind, is that it saves much time and the unnecessary trouble of going through many books for necessary information on this subject of Yoga; besides revealing many secrets which cannot be found in works of this kind & are only imparted by the Guru to his Disciple [illegible] after severe trial.*

3. *A [illegible] on this subject Part II. will be published [illegible] after the publication of Part I, containing many useful hints for advanced students of this all-important science.*

4. *The author will consider himself amply rewarded if the book is found to be useful to the earnest public.*

E. MUNISWAMI PILLAY.

1902

L. G.
M95