உ
சிவமயம்

சிவதீபம்

அமரர்

திருமிகு சின்னத்தம்பி சிவராசா

நினைவுமலர்

01-12-2012

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உ

புவிமிசை
தாய்மடி

25

05

1948

புகழிறை
மலரடி

30

10

2012

அமரர்
திருமிகு சின்னத்தம்பி சிவராஜா

திதிவெண்பா

சீருவந்த செம்மல்சிவ ராசனிறைப் பாதமலர்ப்
பேறுவந்து கொண்டு பெயர்ந்ததிதி - பேருலகில்
சீரமர்ந்த நந்தனச்சீர் ஐப்பசியைச் சேர்பரணி
கூறுதுவி தியையென்று தேர்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சிவமயம்

காணிக்கை

நெய்யாய் எரிந்து நிழலோட ஒளிதந்து
நீண்டகரை சேர நின்றுழைக்கும் தோணிபோல்
மெய்யழித்துக் கனியீந்து மேன்மைபெறும் வாழைபோல்
மேலுயர வைத்துத் தான் கீழிருக்கும் ஏணிபோல்
தியாகத்தின் திருவுருவாய்த் திகழ்ந்தெம்மை ஆதரித்த
சிவராசன் செம்மலுக்கு இச் **சிவதீபம்** காணிக்கை.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உ

சிவமயம்

யாழ். வதிரி - புலவராவோடையைப் பிறப்பிடமாகவும்
கிளிநொச்சி பரந்தன், அல்வை - மாலிசந்தி,
லண்டன் (CROYDON) ஆகிய இடங்களை
வதிவிடமாகவும் கொண்டு

வையத்துள் வாழ்வாங்கு வாழ்ந்து
30-11-2012 அன்று
வானுறையும் தெய்வத்தின்
வளர்நிழலில் அமரரான

அமரர்

திருமிகு. சின்னதம்பி சிவராஜா

அவர்களின்

நினைவுமலர்

01-12-2012

"வையத்துள் வாழ்வாங்கு வாழ்பவர் வானுறையும்
தெய்வத்துள் வைக்கப்படும்" - குறள்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர் சின்னத்தம்பி சிவராசா அவர்களின் வாழ்க்கைக் குறிப்பு

எழில்மிகு யாழ்.மண்ணின் ஏற்ற மிகு மண்வளத்தைத் தன்பாற் கொண்ட வதிரி அம்பதியில், புலவராவோடை என்று புகழ்ந்துரைக்கும் பொன்னூரில்,

மனிதருள் மாணிக்கமாய் மதிக்கத்தக்கதோர் மாண்புநிறை செம்மல் சின்னத்தம்பியும், பெண்ணின் குலவிளக்காய்ப் பெருமைபெற வாழ்ந்த மீனாட்சி என்பாளும்

மணவினை கொண்டு மருவி, இல்லறச் சோலையிலே இசைபாடும் குயில்களாய் இணைந்து பிணைந்து இன்புற வாழ்ந்து மணிமுத்தாய் அறுவரினை மகிழ்ந்தீன்று குலவினரே.

முதல்வன் சதாசிவமும், மின்னும் ஒளிமணியாய்ச் சிவபாதம் என்பானும், மூன்றாம் மணிமுத்து முகிழ் அன்புச் சிவராசன் எனும்இனிய செம்மலும், நாலாம் மணியாக - நல்லருமை மகளாக - இனிய குலம்விளங்க அவதரித்தாள் இராஜேஸ்வரி என்னும் எழிலார்ந்த புதல்வியும், ஐந்தாம் பேறெனவே அழகுடையான் சிவஞானம் எனுமன்புப் புதல்வனொடு ஆறாவதாக வந்துதித்தான் அருமைக் கடைக்குட்டி சிவலோகநாதனுமாய்ப் புத்திரப் பேறெய்திப் பூரித்து நின்றனரே.

பெற்றவரின் அன்புப் பாசறையில் சிவராசன் பொன்குடத்திற் பொட்டுப்போல், துடிப்பும் துடுக்கும் மிகுந்தவனாய், அறிவும் ஆற்றலும் நிறைந்தவனாய் வளர்ந்து வந்தான்.

ஆரம்பக் கல்வியை அரசடி மெதடிஸ்த மிஷன் பாடசாலையில் அழகுறப் பயின்றான். அனைவரும் வியக்கும் வண்ணம் இளமையிலேயே கல்வியில் ஊக்கம் செலுத்தினான்.

உயர்கல்வி நாடி நெல்லியடி மத்திய மகா வித்தியாலத்தில் இணைந்து கல்வியில் மேலோனாய் வெற்றிக்கொடி நாட்டினான்.விளையாட்டுத் துறையிலும் வீரம் விளைத்தான்.காற்பந்துக்குழு - கரப்பந்துக்குழு - கல்லூரிக் 'கடேற்'படைக்குழு - என்று என அனைத்துத் துறை களிலும் இணைந்து திறமைகளை வெளிப்படுத்தினான்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

கல்லூரியால் அவன் வளம்பெற்றான். கல்லூரி அவனால் கீர்த்திபெற்றது.

எல்லோருடனும் அன்பாகப் பழகினான். எல்லோருக்கும் அன்பன் ஆனான்.

நல்லாருடனே நட்பினைப் பேணினான்.

ஊரோடுஒத்துவாழ் எனும் ஔவை மொழிக்கிணங்க ஊருக்குத் தேவையானான். தொண்டுக்குத் துணிந்தவன். சேவைக்கு முனைந்தவன்.

ஆலயத் திருப்பணியென்றால் ஆர்வத்தைக் காட்டுவான். இறை நம்பிக்கையில் இதயத்தை நிறைத்தான்.

'தந்தைசொன் மிக்க மந்திரமில்லை' என்னும் தாரக மந்திரம் அறிந்துஒழுகுவான். தாயைத் தலையில்வைத்துப் போற்றுவான்.

சகோதர ஒற்றுமைக்கு அவன் குடும்பம் எடுத்துக்காட்டு.

கல்வியை நிறைவுசெய்தபின் குடும்பம் செழிக்க உழைப்பில் மூழ்கினான். மூத்த தமையன் நோயில் முடங்கவும், குடும்பச் சுமையைத் தோளிற் தாங்கினான். கிளிநொச்சி - பரந்தனில் தந்தையின் தொழிலோடு சங்கமமானான்.

விவசாயப் பண்ணைத் தொழிலில் விலாசம் எழுதினான். விளைச்சல் பெருக்கினான். ஒற்றுமையாக சகோதரர் துணையுடன் உலகோர் வியக்க உயர்வினைக் கண்டான்.

நேர்மை-நியாயம்-தர்மம் என்பன நித்திமாக அவனதுதரிப்பிடம்.

எல்லாத்துறையிலும் மேம்படவிளங்கினான். வாகனம் ஒட்டுதல் இயந்திரம் திருத்துதல், தெழில்நுட்பங்கள் அவனது கையில் வாலாயம் ஆயிற்று.

அருமையாகக் கிடைத்த தங்கையை அன்பின் உச்சிக்கே அழைத்துச்சென்றான்.அவனது உயிரில் அவளைக் கலந்தான். மணவாழ்வு அமைத்து மகிழ்வுறக்கண்டான். மைத்துனன் திருநாவுக்கரசு மீது கொண்ட மட்டற்ற அன்பினால் அவனது மனதிலும் ஆழப் பதிந்தான்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சோதரி ஈன்ற கன்றுகள் மூவரை மருமக்களாகப் பெறவரம் பெற்றான். அமிர்தினி, அஜந்தன், தட்ஷாயினி எனும் மூவருக்கும் மாமன் முறையால் மகிழ்வு கொண்டாடினான்.

பெண்ணைக் கொடுத்த பெருங்குடும்பத்தில் பெண்ணை எடுத்துப் பெருமணம் பூண்டான். காதலில் மலர்ந்த திருமண பந்தம் கருத் தொருமித்துத் தொடர்ந்திட மகிழ்ந்தான். இருவர் ஒருவராய் இல்லறம் இயற்றி எவரும் போற்றிட இனிதே வாழ்ந்தான்.

அன்பிற்கினியாள்,பண்பிற்சிறந்தாள் அனுஷா என்று செல்லமாய் அழைக்கும் சறோஜனிதேவியை வாழ்க்கைத் துணையாய்க் கொண்டு இறுதிவரைக்கும் அன்பினாற் கட்டுண்டு வாழ்க்கை நடத்தினான்.

நனிசிறந்திட்ட இல்லறத் தருவில் நால்சுவைக் கனிகளை நயந்து பறித்தான்.

நற்குணன், இனியன் நவநீதனொடு வானமதிநிகர் மஞ்சுளா, பிரியமான பெண்ணிவள் பிரேமிளா, நல்லறிவுடையோன் வல்லவன் செல்வநீதன் என்னும் பேர்கொண்ட வைரமணிகளைப் பேறெனப் பெற்றான்.

அன்பினை அமுதில் கலந்திட ஊட்டி நன்மக்களை நலமுடன் வளர்த்தான். தந்தை மகற்காற்றும் உதவியெல்லாம் முந்திமுந்திச் செய்தான். கல்வியில் அறிவில் சிறந்தவராக மக்கள் வளர்ந்தனர்.

தனது மக்களை, தனது பண்பு, தனது பணிவு, தனது நேர்மை அனைத்தும் கொண்ட மக்களைச் செதுக்கி னான்.

நாட்டுச் சூழல் நலிந்து துரத்த, வீட்டுச்சூழல் விரைவு படுத்தத் அந்நிய தேசம் அழைத்தது. சென்றான்.

மூத்த மகனை அழைத்துக்கொண்டு, தடங்கல் பலவும் தாண்டியவாறு, இன்னல் பலவும் எதிர்கொண்டவாறு இலண்டன் நகரில் புகலிடம் கொண்டான். நவநீதனையும் கையிற் பொத்தி நலம்பெறச்செய்ய நாடி உழைத்தான். இருவரும் சேர்ந்து குடும்பம் சுமந்தனர்.

தனக்குக் கைவந்த இயந்திரத் தொழில்நுட்பக் கலைகளால் வாழ்வைப் பெருக்கினான்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

இளைய மகன் செல்வநீதனும் பிரான்ஸ் நாட்டிற் புகலிடமாகிப் பேர்கொள்ளச் செய்தான். பெண்பிள்ளை இருவருக்கும் மணவாழ்வு தந்து மகிழ்வுடன் தன்னருகே அழைத்துக் கொண்டான்.

காதல் மனையாளையும் தன்னருகே அழைத்து, இலண்டன் நகரிலே இன்புற்று வாழ்ந்தான்.

அன்பிற் சிறந்தோன் ஜேம்ஸ் எனும் மைந்தனை மூத்த மருமகன் ஆக்கி மகிழ்ந்தான். பிரபாகரனெனும் உயர்குணன் தன்னை பிரேமிளாவுக்கு மனைவினை கொண்டான்.
சுபாஷினி என்னும் செந்திரு தன்னை மூத்தவனுக்கு மணம்புரிவித்து தந்தைக்கான தன்கடமை நிறைத்தான்.

மஞ்சுளா பெற்றெடுத்த சுயோஸ்தன், அமஸ்தன், அஜீஸ்தன் என்னும் பேர்ர்களைக் கொஞ்சி மகிழக் கொடுத்து வைத்தான். மேகனா என்னும் பெயருடைய பெண் குழந்தையைப் பிரேமிளா பெற்றெடுக்கப் பேர்த்தியையும் காணத் தவம்செய்திருந்தான்.

ஆல்போல் குடும்பவிருட்சம் தழைத்து அறுகுபோல் வேரூன்றி நிலைக்க மெழுகுபோல் தன்னையே அர்ப்பணித்து அனைவரும் இன்புற்று வாழ அச்சாணிபோல் திகழ்ந்து,

ஆறுகடக்கத் தோணியாய், உயர்த்தி வைக்கும் ஏணியாய் எல்லாரும் இன்புற்றிருக்க வழிகாட்டிய அந்தத் தியாகத்தீபம் இடைவழியில் எம்மை இருளிற் தவிக்கவிட்டு அணைந்து விட்டது. அது என்றுமே எங்கள்நெஞ்சிலே சிவதீபமாகஒளிர்ந்து கொண்டே இருக்கும்.

அவன் ஆத்மா சாந்தியடைவதாக!

ஓம் சாந்தி சாந்தி சாந்தி!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

இளமைக்கால நினைவலைகள்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர்

திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா

அவர்கள்

வழிபடு தெய்வங்களை வேண்டிப் பாடியவை

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர்
திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா
அவர்கள்
வழிபடு தெய்வங்களை வேண்டிப் பாடியவை

ஓடை வளவுப் பிள்ளையாரை

செறியுமிடர் களையவெனச் செயமருளு
கணபதியுன் செய்ய பாதம்
அருகிவரு மடியவர்தம் அவலமது
களையுமொரு அற்புத தம்நீ
திருமலியும் உயர்ஓடை யம்பதியில்
உறைகின்ற திருவி னானே
அருமைமிகு சிவராசன் அருகுவரு
வானுனது அருளைக் காட்டே!

வேண்டியழு வார்தமது வேதனைகள்
தீர்ந்தகல விரைந்து எம்மை
ஆண்டருளை மழையாக அமுதாக
அளிக்கின்ற ஐய னுன்னை
ஈண்டணைய விரைந்தோடி வருவானுக்
குன்னபய கரங்கள் நீட்டி
ஆண்டருள வேண்டுமென அடிபோற்றித்
துதிக்கின்றோம் அருளைத் தாவே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர் திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா அவர்கள்
வழிபடு தெய்வங்களை வேண்டிப் பாடியவை

மாலிசந்திப் பிள்ளையாரை-

தொல்லையிரும் பிறவிதொடர் துன்ப மெல்லாம்
தொழுவார்க்கு இல்லையெனத் துயர் துடைக்கும்
எல்லையிலாப் பெருவாழ்வே மாலி சந்தி
எழுந்தருளும் விநாயகனே எங்கள் பிள்ளை
நல்லிளவல் சிவராசன் நாளு முன்றன்
நன்முற்ற நிழல்நாடி நயந்து வந்தோன்
நல்லுலக வாழ்வொறுத்துன் நறிய பாதம்
நாடினனே அருட்கடைக்கண் நல்குவாயே!

அமுதனைய மோதகத்தில் அறுகம்புல்லில்
அளவரிய பிரியமுடை அப்ப னேயுன்
அமுதவிழிக் கடைக்கண்ணின் பார்வை பட்டாற்
குவலயமே குறைநீங்கிக் குதுக லிக்கும்
எமதுஉயி ரைனயசிவ ராசன் இந்த
இடர்மலியும் உலகுவிடுத் தோடி வந்தான்
கமழழகுப் பாதமலர்ப் பூஜை யில்ஓர்
கமலமெனக் கொண்டருளைக் காட்டு வாயே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர் திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா அவர்கள்
வழிபடு தெய்வங்களை வேண்டிப் பாடியவை

சந்நிதி முருகனை

பேராற்றங் கரையருகே பெருமையோடு
பேராட்சி புரிகின்ற பெம்மா னுன்னைச்
சீராட்டி நெஞ்சகத்தே சிறைவைத் தார்க்குச்
சிறுமையிடர் பிணியிவைகள் சிதறி யோடும்
பாரிதனிற் சந்நிதியின் முருகே உன்னைப்
பக்திமிகப் பரவிடவே பலனும் கூடும்
நேரில்லாச் சிவராசன் நித்தம் உன்னை
நேர்ந்தகதி அவர்க்கருள நிற்பை யாமே!

ஆறுகடல் கேணியிவை அனைத்தும் சூழ
அடியார்க்கு அன்னமிட அமைந்த கோயில்
கூறுமடி யார்க்குவினை தீர்க்கும் கோயில்
குறைவின்றிக் காவடிகள் குதிக்குங் கோயில்
வேறுஎது சந்நிதியே அன்றி என்று
வேளையெலாம் கைகூப்பி தொழுதா னுன்றன்
பேறுமிகு பாதமலர் தேடி வந்தான்
பெருமானுன் னருட்கடைக்கண் காட்டுவாயே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர் திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா அவர்கள்
வழிபடு தெய்வங்களை வேண்டிப் பாடியவை

புலவராவோடை - புளியடி முருகனை

முன்னோர் நாளிற் சூரைவதம்
முடித்து ஜெயமே கொண்டதனால்
விண்ணோர் ஏத்தித் தொழநின்ற
வீரம் விளைந்த வேல் முருகா
பண்ணார் புலவ ராவோடைப்
பதியில் அமர்ந்தாய் பதம் நாடிப்
பொன்னேர் மகவுன் சிவராசன்
புகுவான் அருளே புகலிடமே!

தேசைத் தருமுன் திருமுன்னே
தேனார் மலரைத் தினந்தூவி
பூசைப் பந்தர் வைத்துனக்குப்
புதுநெல் லமுது படைத்துவப்பர்
ஆசைக் கினியன் சிவராசன்
அகலா துனக்கே பணிசெய்தான்
ஓசைப் படாது உனதுபதம்
உவந்தே வந்தான் ஏற்றருளே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர்

திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா

அவர்கள்

வழிபடு தெய்வங்களை வேண்டிப் பாடியவை

வல்லிபுர ஆழ்வாரை

நீலக் கடலின் ஓரத்தே
நீண்டு விரிந்த மணற்பரப்பில்
வாழும் கருணைக் கடலமுதே
வல்லி புரத்துப் பதியரசே
நாழும் நலியா நோன்பியற்றி
நாடித் தொழுவோன் சிவராசன்
வாழ்வைத் துறந்தன் வளர்நிழலில்
வந்தவ னுக்கு வரமருளே!

மூர்த்தி தலம்தீர்த் தங்களென
முழுமை பெற்ற திருக்கோயில்
பார்த்தே யமர்ந்து பாருலகைப்
பாலித் தருளும் பரந்தாமா
நேர்த்தி வைத்துன் திருப்பதியை
நிதமும் துதித்த சிவராசன்
ஈர்த்துன் கருணைப் பேரொளியில்
இணைந்திட வந்தான் ஏற்றருளே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

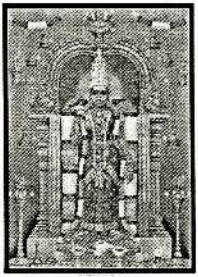
அமரர்

திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா

அவர்கள்

வழிபடு தெய்வங்களை வேண்டிப் பாடியவை

உல்லியனொல்லை அம்பாளை...



முன்னைப் பிறவிப் பிணியகல
முனைந்து வந்துன் தலைவாசல்
எண்ணிக் கலங்கி அழுவார்க்கு
எல்லாந் தீரும் இடர்மாயும்
உன்னித் தொழுவார் நலந்தேக்கும்
உல்லிய னொல்லைக் கண்ணகியே
சின்னவன் அன்புச் சிவராசன்
சீரடி வந்தான் சேர்த்தருளே!

நாடுவ நாடிய வாறெல்லாம்
நாடிட வருளுந் நறுந்தேனே
கூடிடு மன்பிற் கும்பிட்டாற்
கூட வருந்தீப் பிணிமாயும்
தேடிட வொண்ணாத் தெய்வமுனைத்
தேடியும் வந்தான் சிவராசன்
பீடுடை அம்மா பெருந்தேவீ
பேறே அருள்வாய் புகலிடமே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர்

திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா

அவர்கள்

வழிபடு தெய்வங்களை வேண்டிப் பாடியவை

குலதெய்வம் - செவ்வாய்ச்சி அம்மனை

வளவுக் குள்ளே வந்தமர்ந்து
வாழக் குறியும் சொல்லியெமைக்
வளமிக் குடையா றாக்கியதாய்
வாழ்வே அம்மா செவ்வாய்ச்சி
நலமிக் குடையான் சிவராசன்
நாளும் பணிந்து அருள்கேட்பேன்
உலகைப் பிரிந்து உனைச்சேர்ந்தன்
உவந்தே அருளுவை அம்மாளே!

ஆடிச்செவ்வாயித் திருநாளில்
அமுது படைத்து அயலெலெல்லாம்
கூடித்திரண்டு உனைப்போற்றிக்
கும்பிட அருளும் குலதெய்வம்
நாடித் தினமுன் திருவடியில்
நல் விளக்கேற்றித் தொழுதானுன்
தேடக் கிடக்காத் திருவாளன்
திருவடி சேரத் திருவருளே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

தனக்கெனப் வாழாப்

பிறர்க்கென வாழ்ந்து

தக்கோனாகத்

தரணியிற் திகழ்ந்து

அமர பதமெய்தி

இறையொழி கலந்த

அமரர் திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா

அவர்களின் மறைவு குறித்த

கையாறு நிலைப்

பாக்கள்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர்

திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா

அவர்கள்

மறைவு குறித்த கையறுநிலைப் பாக்கள்

மடிசுமந்து பெற்ற அன்பு அன்னை (மீனாட்சி)

தவமிருந்து அறுவரினை மடிசு மந்து
தாயிவளும் பெற்றெடுத்தேன் தயவு தந்தேன்
உவமான மில்லாத மணிகள் ஆறும்
உண்ணதமாம் வாழ்வியற்ற உவகை கொண்டேன்
சிவராசன் என்னும்உயிர் குலவி ளக்கைச்
சிறுகாலன் அணைத்திட்டான் செய்தி கேட்டுச்
செவிமீது நாராசம் பாய்ந்து நொந்தேன்
செயலற்று வீழ்ந்தெழுவேன் வேறேன் செய்வேன்!

பெற்றவயி றெரிகிறதே பெருமை எல்லாம்
பேசிய வாய் அழுகிறதே எண்ணி யெண்ணி
உற்றதுயர் மீதூர இதய மெல்லாம்
உதிரத்தால் நனைகிறதே உணர்வு போச்சே!
பற்றுமிக ஆதரித்த எனது பிள்ளை
பலகாலம் பிரிந்தபடி பிரிந்தே போகக்
குற்றமுடைக் கொடுங்காலன் கூட்டிச்சென்றான்
குற்றுயிராய் நிலைகுலைந்து குளறு வேனே!

அன்பு மனைவி - சறோஜினி தேவி (அனுஷா)

பொண்ணாக நான்பிறவி பெற்ற தற்குப்
பேறாக வாய்த்தபெரும் பேறே வாழ்வே
கண்ணாக மணியாகக் கருத்து மாகக்
கனிவோடு என்னுயிரிற் கலந்த கோவே
பண்ணாகி இதயத்தின் பதிவு மாகிப்
பாதிவழி தடம்மாறிப் பறந்த தெங்கே
என்னாவி உருகிவிழி வழியே பாய
இடியேறு வீழ்ந்ததென ஏங்கு வேனே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர்

திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா

அவர்கள்

மறைவு குறித்த கையறுநிலைப் பாக்கள்

சீர்தந்து சிறப்பெல்லாம் செய்து தந்தாய்
சிந்தையெலாம் செந்தூரத் தேன் நிறைத்தாய்
பேர்கொண்ட காதல் மழை பெய்து நின்றாய்
பெண்ணிவளைக் கண்களுக்குள் பொத்தி வைத்தாய்
நேரில்லா நன்மக்கட் பேறும் ஈந்தாய்
நீண்ட தொலைத் தேசமெலாம் காணச்செய்தாய்
ஆர்கண்ணிற் பட்டதுவோ அருமை வாழ்வு
ஆலமரம் சரிந்ததென அவல மானேன்.

மூத்த மகன் - அருமை நவநீதன்

பாசமெலாம் குழைத்தெடுத்துப் பரிந் தணைத்துப்
பக்குவமாய் எனைவளர்த்த அப்பா எந்தத்
தேசமெலாம் தேடினும் உங்க ளைப்போல்
தேர்ந்துவிட முடியாதே வேறோர் தந்தை
ஆசைமிகு மூத்தவன்என் றள்ளி அள்ளி
அன்புதனை உதிரத்திற் பாய்ச்சினீர்கள்
பாசமிகு மகன்முகத்தைப் பார்த்த பின்பே
பற்றியதோர் உயிர்பிரிந்தாற் பதைக்கின் றேனே!

கற்றறிய வைத்தீர்கள் காணாத் தேசம்
கண்டறியச் செய்தீர்கள் உலக வாழ்வில்
வெற்றியெனக் களித்தீர்கள் இல்ல றத்தில்
வைத்துஎனைப் பார்த்தீர்கள் தந்தைக் காகப்
பெற்றக்கடன் தீர்க்கமுனம் பரப ரென்று
பெருங்காலான் கவர்ந்திட்ட கொடுமை கண்டு
குற்றுயிராய்க் கிடந்திங்கு தவிக்கின் றேனே
குறைத்தீர்ப்பார் யாருளரோ குவல யத்தில்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர்
திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா
அவர்கள்
மறைவு குறித்த கையறுநிலைப் பாக்கள்
மூத்த மகள்- அன்புமிகு மஞ்சுளா

குடும்பத்தில் மூத்தவளாய் என்னைப் பெற்றுக்
குவலயத்தில் நான்சிறக்கக் கனவு கண்டாய்
கடும்பிணிகள் அணுகாமற் காவல் செய்தாய்
கனவுகளை நனவாக்கிக் களிப்ப டைந்தாய்!
கொடுங்காலன் வந்துன்னைக் கூட்டிச் செல்லக்
குற்றுயிராய்த் தவிக்கின்றேன் கொடுமை அப்பா!
விடந்தலைக்கு ஏறியது போலே நின்று
விம்முகிறேன் விதிசெய்த சதியோ அப்பா!

என்னென்ன என்னென்ன எண்ணிச் சென்றாய்
எனக்கொன்றும் சொல்லாமல் எங்கே சென்றாய்
கண்ணெல்லாம் நீயாகக் கருதி வாழ்ந்தேன்
கருமணியில் உனைப்பூட்டிச் சிறையெ டுத்தேன்
பின்னென்ன எண்ணித்தான் பிரிந்து போனாய்
பிறவியிலே நான்செய்த பாவம் என்ன
விண்ணிடிந்து தலைமீது விழ்ந்த தாமோ
விளக்கணைய இருள்சூழ்ந்து விளங்கு தாமே!

பிரேமைமிகு - சின்னமகள் பிரேமிளா

என்னென்ன நினைத்தோமோ எல்லாம் தந்து
எங்களையே உயர்கொம்பில் ஏற்றி வைத்து
இன்னமுதாய் அன்புதனைச் சொரிந்த அப்பா
இல்லறத்தில் எனைக்கண்டு மகிழ்ந்த அப்பா
சின்னமகள் எனைஅணைத்து ஆதரித்துச்
சிரிக்கின்ற சிரிப்பையினி எங்கே காண்பேன்
கன்னமதில் நீரல்லக் குருதி ஓடும்
கரைகாணா ஏக்கத்தில் கலங்கு வேனே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர் திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா அவர்கள் மறைவு குறித்த கையறுநிலைப் பாக்கள்

கல்லான இதயத்தைத் கனிய வைக்கும்
கனிவான மொழிகேளேன் கபட மின்றி
எல்லாரும் வரவேற்கும் இனிய பண்பில்
உயர்ந்ததொரு இதயமது எங்கே எங்கே
வல்லாளன் சிவராசா என்று இந்த
வையகமே மதிக்கின்ற வாழ்வு எங்கே
எல்லாமும் போச்சுஇனிப் போச்சு என்ற
ஏக்கத்தில் நடைப்பிணமாய் வாழுவேனே!

இளைய மகன் - அன்புசால் செல்வநீதன்

கண்ணென்ன கண்அதற்கும் மேலாய் இங்கு
கருணையொடு காத்தென்னை ஆளுமாக்கி
விண்ணளவும் பேர்கொண்டு விளங்குமாறு
வித்தகனாய் எனைக்காண விழைந்த அப்பா
எண்ணிமுடி யாதபடி எல்லாம் தந்தும்
எனக்கருகே இருந்துகடன் தீர்ப்பதற்குப்
புண்ணியந்தான் செய்யாது போனேன் பாவி
புழுஅனலிற் துடிப்பதெனத் துடிக்கின் றேனே!

குணக்குன்றாய் வாழ்ந்தெவரும் குதுக லிக்கக்
குலம் விளங்கி நலம் காக்க வாழ்ந்த அப்பா
மணக்கின்ற பூவாக நம்கு டும்பம்
மதிப்புற்று வாழவழி செய்து என்றன்
மணக்கோலம் காணாது மறைந்து போக
மகனென்ன செய்தேன்வாய் மலரு வாயே
எனக்கொன்றும் சொல்லாமல் இறுதி மூச்சு
ஏன் நின்று போனதுவோ ஏக்கம் தானே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர் திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா அவர்கள் மறைவு குறித்த கையறுநிலைப் பாக்கள்

அன்பிற் கினிய அண்ணா சிவபாதம்

நலந்தீங்கு யாவினிலும் நாங்கள் ஒன்றாய்
நம்குடும்பப் பேர்விளங்க நடைப யின்றோம்!
கலந்தொன்றிக் காசினிக்கோர் காட்டாய் வாழ்ந்தோம்
காண்பவர்கண் பட்டுவிடக் கருதி வாழ்ந்தோம்!
நிலந்தனிலோர் தம்பியுனைப் பெறுவ தற்கு
நிறைந்ததொரு புண்ணியமே நானும் செய்தேன்!
குலைந்ததுவே கொம்பரிடைக் குருவிக் கூடு
குறைவழியில் நீபிரிந்தாய் குறுகிப் போனேன்!

அருமைமிகு தங்கை இராஜேஸ்வரி

ஐவரொடு நானொருத்தி பொண்ணாய் வாய்த்தேன்
அனைவருக்கும் நானன்றோ அருமை யானேன்
கையகல இதயத்துள் என்னை வைத்துக்
காலமெலாம் காப்பதிலே களிகொண் டாயே
மெய்வருத்தம் பாராதென் மேன்மைக் காக
மெய்யன்பைப் பொழிந்துழைத்து மெழுகா னாயே
கையறுந்த நிலையாகக் கலங்க வைத்துக்
காணாத இடம்நாடிப் போனாய் எங்கே!

பணிவன்பு கொண்ட தம்பி சிவஞானம்

ஆளுமையால் அனைவரையும் ஈர்த்தெ டுத்து
ஆண்டரசு செய்கின்ற ஆற்றல் கொண்டாய்
நாளுமெமை வழிகாட்டி நடத்திச் சென்று
நறுந்தேனாய் நம்வாழ்வில் இனித்தாய் அண்ணா
மீளமுடி யாதகொடும் அவலம் தந்து
மின்னாமல் இடியிடித்த கதைதான் என்ன
பாழும்விதி வந்துன்னைப் பிரித்தெ டுத்துப்
பரதேசம் போக்கியதோ பதைக்கின் றேனே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர் திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா அவர்கள்
மறைவு குறித்த கையறுநிலைப் பாக்கள்

பாசமிகு தம்பி சிவலோக நாதன்

இளையவனென் றெல்லாரும் இனிய அன்பால்
இன்பமுறப் பரிவோடு எனை அணைப்பார்
விலைமதிக்க முடியாத அன்பு காட்டி
விதவிதமாய் ஆதரித்தாய் விந்தை யானாய்
தலைமகனாய் குலம் விளங்கத் தக்க தெல்லாம்
தந்தகடன் எப்போது தீர்ப்போம் அண்ணா
தொலைதேசம் நீயகன்று சென்றாய் இன்று
தொலைந்ததுயர் நனைந்துஉயிர் துடிக்கின் றேனே!

அன்பிற்கினிய மைத்துனன் திருநாவுக்கரசு (பிரான்ஸ்)

உன்னருமைச் சோதரியைக் கைப்பி டித்து
உன்னகத்தில் மைத்துனனாய் வாய்ந்த பேறு
என்னரிய பாக்கியமென் றெண்ணும் வண்ணம்
இன்பத்தும் துன்பத்தும் எனை அணைத்தாய்
விண்ணிவர்ந்த அன்புமதிப் பெல்லாம் தந்தாய்
விரைந்தென்னைப் பிரிந்திடஏன் விருப்புக் கொண்டாய்
கண்ணையிழந் தேன்இரண்டு கையி ழந்தேன்
கருத்திழந்து உளம்கருகிக் கரைகின் றேனே!

அன்பார்ந்த மைத்துனர்மார் - சுந்தரலிங்கம், நவரத்னசாமி (பிரான்ஸ்), ஈஸ்வரன் (பிரான்ஸ்)

எதுநீதி எதுதர்மம் எதுநி யாயம்
அது தெரிந்து வினையாற்றும் அற்பு தம்நீ
எதுதுன்பம் அதுவந்த போதும் அன்பால்
எதிர்கொள்ளும் மனத்தீரம் ஏற்கும் நெஞ்சம்
இதமான அன்புள்ளம் கொண்டே எங்கள்
இதயத்தில் நின்றுலவி இன்று எங்கோ
விதிகொண்ட வழிதனிலே விரைந்து விட்டாய்
விக்கித்து நாமழுவோம் வேறென் செய்வோம்!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர் திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா அவர்கள்
மறைவு குறித்த கையறுநிலைப் பாக்கள்

அன்புநிறை மருமக்கள் -
சுபாஷினி, அன்டன்ஜேம்ஸ், பிரபாகரன்:

மருமக்க ளாயுன்றன் மனை புகுந்து
மண்ணிதனில் மகிழ்வோடு வாழ வந்தோம்
பெருமைக்கு ஆளானோம் பேணி எம்மை
பேரன்புக் கடல்மூழ்க வைத்தாய் இன்று
சிறுமைக்கு ஆளான கொடிய காலன்
செயலுக்கு ஆளாகிப் பிரிந்து போனாய்
வெறுமைக்குள் அகப்பட்டுத் தவித்து நின்றோம்
விரைந்தோடிப் போனகதை விளம்பு வாயே!

பாசமிகு மருமக்கள் -
அமிர்தினி, அஜந்தன், தட்சாயினி, கோபிகா, ஜெயகௌரி, யோகேஸ்வரன், சுதர்ஷினி, சௌமியா, சஜன், சௌயா, சுருதி, சுவாதி, ஆதித்யன்,

மாமாஎன் றன்பொழுக அழைத்த போது
மனதுக்குள் மகிழ்தென்றல் வீசு மன்றோ
தேமாரி பொழிந்ததெனப் பரிந்த ணைத்துத்
திகழ்அன்பிற் தாலாட்டும் திருக்கை எங்கே
தாமாக முன்வந்து தக்க தெல்லாம்
தந்துவக்கும் திருமுகமும் எங்கே எங்கே
ஏமாந்து போனோமே இழிந்த காலன்
இடியேறு வீழ்ந்ததென ஏங்க வைத்தான்!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர் திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா அவர்கள்
மறைவு குறித்த கையறுநிலைப் பாக்கள்

பேரன்புப் பெறாமக்கள் -
மதிவதனன், இராஜேஸ்வரன், இராசபிரபா, இராஜ்குமார், சுரேகா, கோகிலன், திவாகர், அங்கதன், அரவிந்தன், அனு, செல்வசயந்தன், பிரணவன், திவ்யா, ஆகாஷ்

பெற்றெடுத்த தந்தையைப்போல் பேணி அன்பைப்
பெறாமக்கள் எங்களுக்குப் பெரிதும் தந்தாய்
உற்றதுயர் வரக்கண்டால் உள்ளம் நொந்து
உவந்துமனம் தேற்றிடுவாய் உனைப் பிரிந்து
சுற்றமொடு மற்றவரும் கூடி நின்று
சோகமுறப் புலம்புவது சொல்லி மாளா
புற்றினிலே பாம்பிருந்து புரண்டு வந்து
புண்ணியத்தைக் கவர்ந்ததுவோ புலம்பு கின்றோம்!

அன்புசால் மைத்துனிமார் -
பரமேஸ்வரி (அன்னம்மா), கலாஜினி, சுலோசனாதேவி, யோகராணி, உருத்திராதேவி

உடன்பிறவாச் சோதரன்போல் உரிமை கொண்டு
உள்ளன்பைக் கொண்டாடும் உயர்ந்த பண்பு
அடுத்தார்க்கு உதவுமொரு அகன்ற உள்ளம்
அனைவரையும் ஆதரிக்கும் அன்பு நெஞ்சம்
நடுவழியில் உறவுகளைப் பிரிந்து போக
நாசவிதி எழுதினனோ நான்மு கன்தான்!
விடைதெரியாப் புதிரதுவோ கொடிய காலன்
விரைந்தோடிப் பறித்தகதை விளம்பப் போமோ!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர் திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா அவர்கள்
மறைவு குறித்த கையறுநிலைப் பாக்கள்

பேரன்பு கொண்ட பேரப்பிள்ளைகள் -
சுயோஸ்தன், அமஸ்தன், அஜீஸ்தன், மேகனா, கனிவாணன், கனிநிலா, அஸ்வினி, அபிநயா, அட்சரன், அட்சயா, சர்மிலன், அகல்யா, அனோஜா, அக்ஷரா, அபிலாஷினி, அரவிந்த், மதுஷன், சதுர்ஷன், விதுர்ஷன், ஜெனிதா, ரக்ஷனா

அன்போடு தழுவியெமை ஆத ரிப்பாய்
அரவணைத்துக் கதைபேசி ஆசை கொள்வாய்
என்றினிய கனாக்கண்டு இருந்தோம் அந்தோ
எல்லாமே கனவாகிப் போன தன்றோ
சென்றதுஏன் என்றபுதிர் தெரியா நின்று
செய்வதறி யாதிருந்து புலம்பு கின்றோம்
வென்றுவிட்டான் கொடுங்காலன் நாங்கள் தோற்றோம்
வெந்தணலிற் புழுவாக வீழ்ந்து மாய்வோம்!

உடன்பிறவாச் சகோதரர்கள் -
நாகநாதன், சிவதிலகேஸ்வரி, ராதா, செல்வநிதி

அனைவரையும் மதித்தொழுகும் பண்பு கொண்ட
அருமைமிகு சோதரனே உறவு பேணித்
தினையளவும் தீங்குசெயாத் தன்மை மிக்க
திகழ்அன்புச் சோதரனே திருவி னானே
மனையறத்தின் விதிமுறைகள் மறவா நின்று
மகிழ்வுறவே வாழ்ந்திடையே மறைந்து போனாய்!
வினையிதுவோ விதியிதுவோ என்னும் வண்ணம்
விரைந்ததுயர் வார்த்தையிலே விளக்கப் போமோ

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர்
திருமிகு சின்னதம்பி சிவராஜா
அவர்கள்
வழிபடு தெய்வங்களை வேண்டிப் பாடியவை

உடன்பிறவாச் சகோதரர்கள் -
இந்திரா, இந்திரன், பார்த்திபன்

அண்ணாஎன் றன்போடு அழைப்போம் எங்கள்
ஆவியிலே குளிர்தென்றல் வீசிப் போகும்
ஒண்ணாத காரியங்கள் உதறித் தள்ளி
உயர்பண்பில் இமயமென உயர்ந்து நிற்பாய்!
கண்ணலே காணமுடி யாத தேசம்
கடந்ததனால் ஒன்றாக வாழா நின்றோம்
விண்ணோடு காற்றாகி விலகி விட்டாய்
வீடெல்லாம் சோகத்தில் மூழ்குதையா!

உண்மை அன்பினால் உருகிடும் ஊரார்

வாசலிலே வரும்போதே வரவு கூறி
வந்தாரை வரவேற்கும் அன்பு நெஞ்சம்!
நேசமிக ஊரவரை நெருங்கி நிற்கும்
நிறைவான பண்பினிலே நிமிர்ந்த குன்றம்!
ஓசையிலா தெங்குவிரைந் தோடிப் போனாய்
ஊரெல்லாம் உன்பிரிவால் உருகு தையா
தேசுமிகு வதனமதைக் காணா நின்று
தெருவெல்லாம் சோகத்தின் கீதம் பாராய்!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

தேற்றம்

பூத்தமலர் சருகாகிப்
போவ துண்டு
புதுவானின் ஒளியிருளைக்
காண்ப துண்டு
ஆர்த்தெழுந்த கடலாவி
ஆவ துண்டு
அழுவாரும் நீறாக
அழுவார் உண்டு
சீர்த்தமகன் சிவராசன்
செம்மல் அந்தச்
சீரிறைவன் பொன்னடிக்கே
சேர்ந்து போனோன்
ஆர்த்தழுவார் மனந்தெளிந்து
ஆறு வீரே
ஆண்டவனார் வகுத்தவிதி
அழுதா மாறும்?

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நன்றி
மிக
நன்றி!

எம்குடும்பப் பூங்காவின்
இளமலரும் இன்மணமும்
இளந்தென்றற் காற்றும்

எங்கள் இதயத்தில்
இழைந்தோடும் இரத்தமும்

ஊனும் உயிரும்
உயர்வும் உன்னதமும்
காணும் விழியிரண்டிற்
கருமணியும் காட்சியும்

எல்லாமு மாயிருந்த
எங்கள் குலவிளக்கு

அணைந்துவிட்ட துயரத்தில்
அலமந்து நிற்கையிலே

ஆறுதலைத் தந்து
ஆனதுணை யாயிருந்து
தொலைபேசிச் செய்தியிலும்
துயரத்தில் பங்குகொண்டு

அந்தியேட்டிக் கிரியைக்கும்
அழைப்பிற்கு இணங்கியிவண்
வந்து சிறப்பித்த
அன்புளங்கள் அத்தனைக்கும்
நன்றி!
மிக நன்றி!

இவ்வண்ணம்,
அன்புமனைவி, அருமைத்தாய்,
அன்புமிகுபிள்ளைகள், பாசமிகுசகோதரர்கள்
மற்றும் குடும்பத்தினர்

கவிதைகள் ஆக்கம் - சுந்தரன்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

மனம்

மொழி

மெய்யாலே

தினம் உனைத்

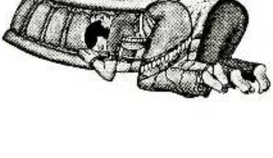
தொழுவோம்

வழிபாட்டிற்குரிய

வணக்கத்

தோத்திரப்

பாடல்கள்



Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உ

திருமுறைத் திரட்டல்

விநாயகர் வணக்கம்

திருச்சிற்றம்பலம்

ஐந்து கரத்தனை ஆனை முகத்தனை
இந்தின் இளம்பிறை போலும் எயிற்றனை
நந்தி மகன்றனை ஞானக் கொழுந்தினை
புந்தியில் வைத்தடி போற்றுகின் றேனே

பஞ்ச தோத்திரம்

தேவாரம்

முன்னம் அவனுடைய நாமங் கேட்டாள்
மூர்த்தி அவனிருக்கும் வண்ணம் கேட்டாள்
பின்னை அவனுடைய ஆரூர் கேட்டாள்
பெயர்த்தும் அவனுக்கே பிச்சை யானாள்
அன்னையையும் அத்தனையும் அன்றே நீத்தாள்
அகன்றாள் அகலிடத்தார் ஆசாரத்தை
தன்னை மறந்தாள் தன்நாமங் கெட்டாள்
தலைப்பட்டாள் நங்கை தலைவன் தாளே.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

திருவாசகம்

பால்நினைந் தூட்டுந் தாயினும் சாலப்
பரிந்துநீ பாவியே னுடைய
ஊனினை உருக்கி உள்ளொளி பெருக்கி
உலாப்பிலா ஆனந்த மாய
தேனினைச் சொரிந்து புறம்புறந் திரிந்த
செல்வமே சிவபெரு மானே
யானுனைத் தொடர்ந்து சிக்கெனப் பிடித்தேன்
எங்கெழுந் தருளுவ தினியே.

திருவிசைப்பா

நையாத மனத்தினை நைவிப்பான் இத்தெருவே
ஐயாநீ உலாப்போந்த அன்றுமுதல் இன்றுவரை
கையாரத் தொழுதருவி கண்ணாரச் சொரிந்தாலும்
செய்யாயோ அருள்? கோடைத் திரைலோக்கிய
சுந்தரனே.

திருப்பல்லாண்டு

சொல்லாண்டசுரு திப்பொருள் சோதித்த தூய்மனத் தொண்டருள்ளீர்
சில்லாண் டிற்சிதை யுஞ்சில தேவர் சிறுநெறி சேராமே
வில்லாண் டகன கத்திரள் மேரு விடங்கன் விடைப்பாகன்
பல்லாண் டென்னும் பதங்கடந் தானுக்கே பல்லாண்டு கூறுதுமே.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

திருப்புராணம்

தெண்ணிலா மலர்ந்த வேணியாய்
உன்றன் திருநடம் கும்பிடப் பெற்று
மண்ணிலே வந்த பிறவியே எனக்கு
வாலிநாம் இன்பம்ஆம் என்று
கண்ணில் ஆனந்த அருவிநீர் சொரியக்
கைமலர் உச்சிமேற் குவித்துப்
பண்ணினால் அறிவரும் பதிகம்
பாடினார் பரவினார் பணிந்தார்.

திருப்புகழ்

இறமாமற் பிறவாமல் எனையாள்சற் குருவாகிப்
பிறவாகித் திறனான பெருவாழ்வைத் தருவாயே
குறமாதைப் புணர்வோனே குகனேசற் குமரேசா
கறையானைக் கிளையோனே கதிர்காமப் பெருமாளே.

வாழ்த்து

வான்முகில் வளாது பெய்க மலிவளஞ் சுரக்க மன்னன்
கோன்முறை யரசு செய்க குறைவிலா துயிர்கள் வாழ்க
நான்மறை அறங்க ளோங்க நற்றவம் வேள்வி மல்க
மேன்மைகொள் சைவநீதி விளங்குக உலக மெல்லாம்.

திருச்சிற்றம்பலம்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உ
சிவமயம்

திருச்சிற்றம்பளம்

திருவாசகச் சிறப்பு

தொல்லை இரும்பிறவிச் சூழும் தளைநீக்கி
அல்லலறுத் தானந்தம் ஆக்கியதே- எல்லை
மருவா நெறிஅளிக்கும் வாதவூர் எங்கோன்
திருவா சகம்என்னும் தேன்

சிவபுராணம்

நமச்சிவாய வாழ்க நாதன்தாள் வாழ்க
இமைப்பொழுதும் என்நெஞ்சில் நீங்காதான் தாள்வாழ்க
கோகழி யாண்ட குருமணிதன் தாள்வாழ்க
ஆகம மாகிநின் றண்ணிப்பான் தாள்வாழ்க
ஏகன் அனேகன் இறைவ னடிவாழ்க
வேகங் கெடுத்தாண்ட வேந்த னடிவெல்க
பிறப்பறுக்கும் பிஞ்ஞகன்றன் பெய்கழல்கள் வெல்க
புறத்தார்க்குச் சேயோன்றன் பூங்கழல்கள் வெல்க
கரங்குவிவார் உள்மகிழுங் கோன்கழல்கள் வெல்க
சிரங்குவிவார் ஓங்குவிக்குஞ் சீரோன்கழல் வெல்க
ஈசனடி போற்றி எந்தையடி போற்றி
தேச னடிபோற்றி சிவன்சேவடி போற்றி
நேயத்தே நின்ற நிமல னடிபோற்றி
மாயப் பிறப்பறுக்கும் மன்ன னடிபோற்றி
சீரார் பெருந்துறைநம் தேவனடிபோற்றி
ஆராத இன்பம் அருளு மலைபோற்றி
சிவனவன் என் சிந்தையுள் நின்ற அதனால்
அவனரு ளாலே அவன்தாள் வணங்கிச்
சிந்தை மகிழச் சிவபுரா ணந்தன்னை
முந்தை வினைமுழுது மோய உரைப்பான்யான்
கண்ணுதலான் தன்கருணைக் கண்காட்ட வந்தெய்தி
எண்ணுதற் கெட்டா எழிலார் கழலிறைஞ்சி
விண்ணிறைந்து மண்ணிறைந்து மிக்காய் விளங்கொளியாய்
எண்ணிறந் தெல்லை யிலாதானே நின்பெருஞ்சீர்
பொல்லா வினையேன் புகழுமா றொன்றறியேன்
புல்லாகிப் பூடாய்ப் புழுவாய் மரமாகிப்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பல்விருக மாகிப் பறவையாய்ப் பாம்பாகிக்
கல்லாய் மனிதராய்ப் பேயாய்க் கணங்களாய்
வல்லசுர ராகி முனிவராய்த் தேவராய்
செல்லா நின்றஇத் தாவர சங்கமத்துள்
எல்லாப் பிறப்பும் பிறந்திளைத்தேன் எம்பெருமான்
மெய்யேஉன் பொன்னடிகள் கண்டின்று வீடுற்றேன்
உய்யஎன் உள்ளத்துள் ஓங்கார மாய்நின்ற
மெய்யா விமலா விடைப்பாகா வேதங்கள்
ஐயா எனஓங்கி ஆழ்ந்தகன்ற நுண்ணியனே
வெய்யாய்த் தணியாய் இயமான னாம்விமலா
பொய்யா யினவெல்லாம் போயகல வந்தருளி
மெஞ்ஞான மாகி மிளிர்கின்ற மெய்ச்சுடரே
எஞ்ஞானம் இல்லாதென் இன்பப் பெருமானே
அஞ்ஞானம் தன்னை அகல்விக்கும் நல்லறிவே
ஆக்கம் அளவிறுதி இல்லாய் அனைத்துலகும்
ஆக்குவாய் காப்பாய் அழிப்பாய் அருள்தருவாய்
போக்குவாய் என்னைப் புகுவிப்பாய் நின்றொழும்பின்
நாற்றத்தின் நேரியாய்ச் சேயாய் நணியானே
மாற்ற மனங்கழிய நின்ற மறையோனே
கறந்தபால் கன்னலொடு நெய்கலந்தாற் போலச்
சிறந்தடியார் சிந்தனையுள் தேனூறி நின்று
பிறந்த பிறப்பறுக்கும் எங்கள் பெருமான்
நிறங்களோ ரைந்துடையாய் விண்ணோர்க ளேத்த
மறைந்திருந்தாய் எம்பெருமான் வல்வினையேன் தன்னை
மறைந்திட மூடிய மாய இருளை
அறம்பாவம் எனும் அருங்கயிற்றாற் கட்டி
புறந்தோல் போர்த்தெங்கும் புழுவழுக்கு மூடி
மலஞ்சோரும் ஒன்பது வாயிற் குடிலை
மலங்கப் புலனைந்தும் வஞ்சனையைச் செய்ய
விலங்கு மனத்தால் விமலா உனக்குக்
கலந்தஅன் பாகிக் கசிந்துள் உருகும்
நலந்தான் இலாத சிறியேற்கு நல்கி
நிலந்தன்மேல் வந்தருளி நீள்கழல்கள் காட்டி
நாயிற் கடையாய்க் கிடந்த அடியேற்குத்
தாயிற் சிறந்த தயாவான தத்துவனே
மாசற்ற சோதி மலர்ந்த மலர்ச்சுடரே
தேசனே தேனா ரமுதே சிவபுரனே
பாசமாம் பற்றறுத்துப் பாரிக்கும் ஆரியனே
நேச அருள்புரிந்து நெஞ்சில்வஞ் சங்கெடப்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஆரா அமுதே அளவிலாப் பெம்மானே
ஓராதார் உள்ளத் தொளிக்கும் ஒளியானே
நீராய் உருக்கியென் ஆருயிராய் நின்றானே
இன்பமும் துன்பமும் இல்லானே உள்ளானே
அன்பருக் கன்பனே யாவையுமாய் அல்லையுமாஞ்
சோதியனே துன்னிருளே தோன்றாப் பெருமையனே
ஆதியனே அந்தம் நடுவாகி அல்லானே
ஈர்த்தென்னை யாட்கொண்ட எந்தை பெருமானே
கூர்த்தமெய்ஞ் ஞானத்தாற் கொண்டுணர்வார் தங்கருத்தின்
நோக்கரிய நோக்கே நுணுக்கரிய நுண்ணுணர்வே
போக்கும்வரவும் புணர்வுமிலாப் புண்ணியனே
காக்குமெங் காவலனே காண்பரிய பேரொளியே
ஆற்றின்ப வெள்ளமே அத்தாமிக் காய்நின்ற
தோற்றச் சுடரொளியாய்ச் சொல்லாத நுண்ணுணர்வாய்
மாற்றமாம் வையகத்தின் வெவ்வேறே வந்தறிவாம்
தேற்றனே தேற்றத் தெளிவேஎன் சிந்தனையுள்
ஊற்றான உண்ணா ரமுதே உடையானே
வேற்று விகார விடக்குடம்பி னுட்கிடப்ப
ஆற்றேன் எம் ஐயா அரனேஓ என்றென்று
போற்றிப் புகழ்ந்திருந்து பொய்கெட்டு மெய்யானார்
மீட்டிங்கு வந்து வினைப்பிறவி சாராமே
கள்ளப் புலக்குரம்பைக் கட்டழிக்க வல்லானே
நள்ளிருளில் நட்டம் பயின்றாடும் நாதனே
தில்லையுட் கூத்தனே தென்பாண்டி நாட்டானே
அல்லற் பிறவி அறுப்பானே ஓவென்று
சொல்லற் கரியானைச் சொல்லித் திருவடிக்கீழ்ச்
சொல்லிய பாட்டின் பொருளுணர்ந்து சொல்லுவார்
செல்வர் சிவபுரத்தின் உள்ளார் சிவனடிக்கீழ்ப்
பல்லோரும் ஏத்தப் பணிந்து.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஔவையார் அருளிய
விநாயகர் அகவல

சீதக் களபச் செந்தா மரைப்பூம்
பாதச் சிலம்பு பலவிசை பாடப்
பொன்னரை ஞாணும் பூந்துகி லாடையும்
வண்ண மருங்கில் வயந்தழ கெறிப்பப்
பேழை வயிறும் பெரும்பாரக் கோடும்
வேழ முகமும் விளங்குசிந் தூரமும்
அஞ்சு கரமு மங்குச பாசமும்
நெஞ்சிற் குடிகொண்ட நீல மேனியும்
நான்ற வாயும் நாலிரு புயமும்
மூன்று கண்ணும் மும்மதச் சுவடும்
இரண்டு செவியு மிலங்குபொன் முடியுந்
திரண்டமுப் புரிநூல் திகழொளி மார்பும்
சொற்பதங் கடந்த தூயமெஞ் ஞான
அற்புதன் ஈன்ற கற்பகக் களிறே
முப்பழம் நுகரும் மூசிக வாகன
இப்பொழு தென்னை யாட்கொள வேண்டித்
தாயா யெனக்குத் தானெழுந் தருளி
மாயாப் பிறவி மயக்க மறுத்துத்
திருந்திய முதலைந் தெழுத்துந் தெளிவாய்ப்
பொருந்தவே வந்தெ னுளந்தனிற் புகுந்து
குருவடி வாகிக் குவலயந் தன்னில்
திருவடி வைத்துத் திறமிது பொருளென
வாடா வகைதான் மகிழ்ந்தெனக் கருளிக்
கோடா யுதத்தாற் கொடுவினை களைந்தே
உவட்டா உபதேசம் புகட்டியென் செவியில்
தெவிட்டா ஞானத் தெளிவையுங் காட்டி
ஐம்புலன் றன்னை யடக்குமுபாயம்
இன்புறு கருணை யினிதெனக் கருளிக்
கருவிக ளொடுங்கும் கருத்தினை யறிவித்து
இருவினை தன்னை யறுத்திருள் கடிந்து
தலமொரு நான்குந் தந்தெனக் கருளி
மலமொரு மூன்றின் மயக்க மறுத்தே

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஒன்பது வாயி லொருமந் திரத்தால்
ஐம்புலக் கதவை யடைப்பதுங் காட்டி
பேறா நிறுத்திப் பேச்சுரை யறுத்தே
இடைபிங் கலையி னெழுத்தறி வித்துக்
கடையிற் சுழுமுனைக் கபாலமுங் காட்டி
மூன்று மண்டலத்தின் முட்டிய தூணின்
நான்றெழு பாம்பினாவி லுணர்த்திக்
குண்டலி யதனிற் கூடிய வசபை
விண்டெழு மந்திரம் வெளிப்பட வுரைத்து
மூலா தாரத்தின் மூண்டெழு கனலைக்
காலா லெழுப்புங் கருத்தறி வித்தே
அமுத நிலையு மாதித்த னியக்கமுங்
குமுத சகாயன் குணத்தையுங் கூறி
இடைச்சக் கரத்தி னீரெட்டு நிலையும்
உடற்சக் கரத்தி னுறுப்பையுங் காட்டிச்
சண்முக தூலமுஞ் சதுர்முக சூக்கமும்
எண்முக மாக வினிதெனக் கருளிப்
புரியட்ட காயம் புலப்பட வெனக்குத்
தெரியெட்டு நிலையுந் தெரிசனப் படுத்திக்
கருத்தினிற் கபால வாயில் காட்டி
இருத்தி முத்தி யினிதெனக் கருளி
என்னை யறிவித் தெனக்கருள் செய்து
முன்னை வினையின் முதலைக் களைந்தே
வாக்கும் மனமும் இல்லா மனோலயம்
தேக்கியே என்றன் சிந்தை தெளிவித்து
இருள்வெளி இரண்டிற்கு ஒன்றிடம் என்ன
அருள்தரும் ஆனந்தத்து அழுத்தி என்செவியில்
எல்லை யில்லா ஆனந்தம் அளித்து
அல்லல் களைந்தே அருள்வழி காட்டிக்
சத்தத் தினுள்ளே சதாசிவம் காட்டிச்
சித்தத் தினுள்ளே சிவலிங்கம் காட்டி
அணுவிற்கு அணுவாய் அப்பாலுக் கப்பாலாய்க்
கணுமுற்றி நின்ற கரும்புள்ளே காட்டி
வேடமும் நீறும் விளங்க நிறுத்திக்
கூடுமெய்த் தொண்டர் குழாத்துடன் கூட்டி
அஞ்சக் கரத்தின் அரும்பொருள் தன்னை
நெஞ்சக் கருத்தின் நிலை யறிவித்துத்
தத்துவ நிலையைத் தந்தெனை யாண்ட
வித்தக விநாயக விரைகழல் சரணே

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

கந்தசஷ்டி கவசம்

காப்பு

துதிப்போர்க்கு வல்வினைபோம் துன்பம்போம் நெஞ்சில்
பதிப்போர்க்குச் செல்வம் பலித்துக் - கதித்தோங்கும்
நிஷ்டையுங் கைகூடும் நிமலர் அருள்கந்தர்
சஷ்டி கவசந் தனை

அமர ரிடர் தீர அமரம் புரிந்த
குமரனடி நெஞ்சே குறி

நூல்

சஷ்டியை நோக்கச் சரவண பவனார்
சிஷ்டருக் குதவும் செங்கதிர் வேலோன்
பாத மிரண்டில் பன்மணிச் சதங்கை
கீதம் பாடக் கிண்கிணி யாட
மையல் நடனஞ்செயும் மயில்வா கனனார்
கையில்வே லால்எனைக் காக்கவென் றுவந்து
வரவர வேலா யுதனார் வருக
வருக வருக மயிலோன் வருக
இந்திரன் முதலா எண்திசை போற்ற
மந்திர வடிவேல் வருக வருக
வாசவன் மருகா வருக வருக
நேசக் குறமகள் நினைவோன் வருக
ஆறு முகம்படைத்த ஐயா வருக
நீறிடும் வேலவன் நித்தம் வருக
சிரகிரி வேலவன் சீக்கிரம் வருக
சரவண பவனார் சடுதியில் வருக
ரவண பவச ரரரர ரரர
ரிவண பவச ரிரிரிரி ரிரிரி
வணபவ சரவண வீரா நமோநம
நிபவ சரவண நிறநிற நிறென
வசர வணப வருக வருக
அசுரர் குடிகெடுத்த ஐயா வருக
என்னை யாளும் இளையோன் கையில்
பன்னிரண் டாயுதம் பாசாங் குசமும்
பரந்த விழிகள் பன்னிரண் டிலங்க
விரைந்தெனைக் காக்க வேலோன் வருக
ஐயும் கிலியும் அடைவுடன் சௌவும்
உய்யொளி சவ்வும் உயிரையுங் கிலியுங்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நிலைபெற் றென்முன் நித்தமும் ஒளிரும்
சண்முகன் நீயும் தனியொளி யொவ்வும்
குண்டலி யாம்சிவ குகன்தினம் வருக
ஆறு முகமும் அணிமுடி யாறும்
நீறிடு நெற்றியும் நீண்ட புருவமும்
பன்னிரு கண்ணும் பவளச்செவ் வாயும்
நன்னெறி நெற்றியில் நவமணிச் சுட்டியும்
ஈராறு செவியில் இலகுகுண் டலமும்
ஆறிரு திண்புயத் தழகிய மார்பில்
பல்பூ ஷணமும் பதக்கமுந் தரித்து
நன்மணி பூண்ட நவரத்ன மாலையும்
முப்புரி நூலும் முத்தணி மார்பும்
செப்பழ குடைய திருவயி றுந்தியும்
துவண்ட மருங்கில் சுடரொளிப் பட்டும்
நவரத்தினம் பதித்த நற்சீ ராவும்
இருதொடை அழகும் இணைமுழந் தாழும்
திருவடி யதனில் சிலம்பொலி முழங்க
செககண செககண செககண செகென
மொகமொக மொகமொக மொகமொக மொகென
நகநக நகநக நகநக நகென
டிகுகுண டிகுடிகு டிகுகுண டிகுண
ரரரர ரரரர ரரரர ரரர
ரிரிரிரி ரிரிரிரி ரிரிரிரி ரிரிரி
டுடுடு டுடுடு டுடுடு டுடு
டகுடகு டிகுடிகு டங்கு டிங்குகு
விந்து விந்து மயிலோன் விந்து
முந்து முந்து முருகவேள் முந்து
என்றனை யாளும் ஏரகச் செல்வா
மைந்தன் வேண்டும் வரமகிழ்ந் துதவும்
லாலா லாலா லாலா வேசமும்
லீலா லீலா லீலா விநோதனென்று
உன்திரு வடியை உறுதியென் றெண்ணும்
என்தலை வைத்துன் இணையடி காக்க
என்னுயிர்க் குயிராம் இறைவன் காக்க
பன்னிரு விழியால் பாலனைக் காக்க
அடியேன் வதனம் அழகுவேல் காக்க
பொடிபுனை நெற்றியைப் புனிதவேல் காக்க
கதிர்வேல் இரண்டும் கண்ணினைக் காக்க
விழிசெவி இரண்டும் வேலவர் காக்க
நாசிகள் இரண்டும் நல்வேல் காக்க

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பிள்ளைகள் தின்னும் புளக்கடை முனியும்
கொள்ளிவாய்ப் பேய்களும் குறளைப் பேய்களும்
பெண்களைத் தொடரும் பிரமராக் கூதரும்
அடியனைக் கண்டால் அலறிக் கலங்கிட
இரிசி காட்டேறி இத்துன்ப சேனையும்
எல்லிலும் இருட்டிலும் எதிர்ப்படும் அண்ணரும்
கனபூசை கொள்ளும் காளியோ டனைவரும்
விட்டாங் காரரும் மிகுபல பேய்களும்
தண்டியக் காரரும் சண்டா ளர்களும்
என்பெயர் சொல்லவும் இடிவிழுந் தோடிட
ஆனை அடியினில் அரும்பா வைகளும்
பூனை மயிரும் பிள்ளளைகள் என்பும்
நகமும் மயிரும் நீண்முடி மண்டையும்
பாவைகளுடனே பலகல சத்துடன்
மனையிற் புதைத்த வஞ்சனை தனையும்
ஒட்டிய செருக்கும் ஒட்டிய பாவையும்
காசும் பணமும் காவுடன் சோறும்
ஓதும் அஞ்சனமும் ஒருவழிப் போக்கும்
அடியனைக் கண்டால் அலைந்து குலைந்திட
மாற்றார் வஞ்சகர் வந்து வணங்கிட
காலதூதர்எனைக் கண்டாற் கலங்கிட
அஞ்சி நடுங்கிட அகன்று புரண்டிட
வாய்விட் டலறி மதிகெட் டோடப்
படியினில் முட்டப் பாசக் கயிற்றால்
கட்டுட னங்கம் கதறிடக் கட்டு
கட்டி உருட்டு கால்கை முறிய
கட்டு கட்டு கதறிடக் கட்டு
முட்டு முட்டு விழிகள் பிதுங்கிட
செக்கு செக்கு செதில்செதி லாக
சொக்கு சொக்கு சூர்ப்பகைச் சொக்கு
குத்துகுத்து கூர்வடி வேலால்
பற்று பற்று பகலவன் தணலெரி
தணலெரி தணலெரி தணலது வாக
விடுவிடு வேலை வெருண்டது ஓட
புலியும் நரியும் புன்னரி நாயும்
எலியும் கரடியும் இனித்தொடர்ந் தோட
தேளும் பாம்பும் செய்யான் பூரான்
கடிவிட விஷங்கள் கடித்துய ரங்கள்
ஏறிய விஷங்கள் எளிதினில் இறங்க
ஒளிப்பும் சுளுக்கும் ஒருதலை நோயும்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

வாதம் சயித்தியம் வலிப்புப் பித்தம்
சூலை சயம்குன்மம் சொக்குச் சிரங்கு
குடைச்சல் சிரந்தி குடல்விப் பிரிதி
பக்கப் பிளவை படர்தொடை வாழை
கடுவன் படுவன் கைத்தாள் சிலந்தி
பற்குத்து அரணை பருஅரை யாப்பும்
எல்லாப் பிணியும் என்றனைக் கண்டால்
நில்லா தோட நீயெனக் கருள்வாய்
ஈரே ழுலகமும் எனக்குற வாக
ஆணும் பெண்ணும் அனைவரும் எனக்கா
மண்ணா ளரசரும் மகிழ்ந்துற வாகவும்
உன்னைத் துதிக்க உன்திரு நாமம்
சரவண பவனே சைலொளி பவனே
திரிபுர பவனே திகழொளி பவனே
பரிபுர பவனே பவம்ஒழி பவனே
அரிதிரு மருகா அமரா வதியைக்
காத்துத் தேவர்கள் கடுஞ்சிறை விடுத்தாய்
கந்தா குகனே கதிர்வே லவனே
கார்த்திகை மைந்தா கடம்பா கடம்பனை
இடும்பனை யழித்த இனியவேல் முருகா
தணிகா சலனே சங்கரன் புதல்வா
கதிர்கா மத்துறை கதிர்வேல் முருகா
பழனிப் பதிவாழ் பாலகு மாரா
ஆவின் குடிவாழ் அழகிய வேலா
செந்தின்மா மலையுறும் செங்கல்வ ராயா
சமராபுரி வாழ் சண்முகத் தரசே
காரார் குழலாள் கலைமகள் நன்றாய்
என்னா விருக்க யானுனைப் பாட
எனைத் தொடர்ந்திருக்கும் எந்தை முருகனைப்
பாடினேன் ஆடினேன் பரவசமாக
ஆடினேன் நாடினேன் ஆவிநன் பூதியை
நேசமுடன் யான் நெற்றியில் அணியப்
பாச வினைகள் பற்றது நீங்கி
உன்பதம் பெறவே உன்னரு ளாக
அன்புடன் இரட்சி அன்னமும் சொன்னமும்
மெத்த மெத்தாக வேலா யுதனார்
சித்திபெற் றடியேன் சிறப்புடன் வாழ்க
வாழ்க வாழ்க மயிலோன் வாழ்க
வாழ்க வாழ்க வடிவேல் வாழ்க
வாழ்க வாழ்க மலைக்குரு வாழ்க

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

வாழ்க வாழ்க மலைக்குற மகளுடன்
வாழ்க வாழ்க வாரணத் துவசம்
வாழ்க வாழ்கஎன் வறுமைகள் நீங்க
எத்தனை குறைகள் எத்தனை பிழைகள்
எத்தனை அடியேன் எத்தனை செயினும்
பெற்றவள் நீகுரு பொறுப்பது உன்கடன்
பெற்றவள் குறமகள் பெறறவ ளாமே
பிள்ளையென் றன்பாய் பிரியம் அளித்து
மைந்தன்என் மீதுன் மனமகிழ்ந் தருளித்
தஞ்சமென் றடியார் தழைத்திட வருள்செய்
கந்தர் சஷ்டி கவசம் விரும்பிய
பாலன் தேவ ராயன் பகர்ந்ததைக்
காலையில் மாலையில் கருத்துடன் நாளும்
ஆசா ரத்துடன் அங்கம் துலக்கி
நேச முடன்ஒரு நினைவது வாகிக்
கந்தர் சஷ்டி கவசம் இதனைச்
சிந்தை கலங்காது தியானிப்பவர்கள்
ஒருநாள் முப்பத்தா றுருக் கொண்டு
ஓதியே ஜெபித்து உகந்து நீறணிய
அட்டதிக் குள்ளோர் அடங்கலும் வசமாய்த்
திசைமன்னர் எண்மர் சேர்ந்தங் கருளுவர்
மாற்றலார் எல்லாம் வந்து வணங்குவர்
நவகோள் மகிழ்ந்து நன்மை அளித்திடும்
நவமதன் எனவும் நல்லெழில் பெறுவர்
எந்த நாளும் ஈரெட்டாய் வாழ்வர்
கந்தர் கைவேலான் கவசத் தடியை
வழியாய்க் காண மெய்யாய் விளங்கும்
விழியாற் காண வெருண்டிடும் பேய்கள்
பொல்லா தவரைப் பொடிப்பொடி யாக்கும்
நல்லோர் நினைவில் நடனம் புரியும்
சர்வ சத்துரு சங்கா ரத்தடி
அறிந்தென துள்ளம் அஷ்டலட் சுமிகளில்
வீரலட்சுமிக்கு விருந்துண வாகச்
சூரபத் மாவைத் துணித்தகை யதனால்
இருபத் தேழ்வர்க் குவந்தமு தளித்த
குருபரன் பழனிக் குன்றினில் இருக்கும்
சின்னக் குழந்தை சேவடி போற்றி
என்னைத் தடுத்தாட் கொளஎன் றனதுள்ளம்
மேவிய வடிவுறும் வேலவ போற்றி
தேவர்கள் சேனா பதியே போற்றி

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

குறமகள் மனமகிழ் கோவே போற்றி
திறமிகு திவ்ய தேகா போற்றி
இடும்பா யுதனே இடும்பா போற்றி
கடம்பா போற்றி கந்தா போற்றி
வெட்சி புனையும் வேலே போற்றி
உயர்கிரி கனக சபைக்கோ ரரசே
மயில்நட மிடுவாய் மலரடி சரணம்
சரணம் சரணம் சரவண பவஓம்
சணம் சரணம் சண்முகா சரணம்

திருச்சிற்றம்பலம்

சரஸ்வதி தோத்திரம்
குமர குருபரர் அருளியது

சகல கலாவல்லி மாலை

வெண்டா மரைக்கன்றி நின்பதம்
தாங்கவென் வெள்ளையுள்ளத்
தண்டா மரைக்குத் தகாதுகொலோ
சக மேழுமளித்
துண்டா னுறங்க வொளித்தான்பித்
தாகவுண் டாக்கும் வண்ணம்
கண்டான் சுவைகொள் கரும்பே
சகல கலாவல்லியே

நாடும் பொருட்சுவை சொற்சுவை
தோய்தர நாற்கவியும்
பாடும் பணியிற் பணித்தருள்வாய்
பங்கை யாசனத்தில்
கூடும் பசும்பொற் கொடியே
கனதனக் குன்றுமைம்பாற்
காடும் சுமக்கும் கரும்பே
சகல கலாவல்லியே

அளிக்குஞ் செழுந்தமிழ்த் தெள்ளமு
தார்த்துன் னருட்கடலிற்
குளிக்கும் படிக்கென்று கூடுங்கொ
லோவுளங் கொண்டுதெள்ளித்
தெளிக்கும் பனுவற் புலவோர்
கவிமழை சிந்தக்கண்டு
களிக்குங் கலாப மயிலே
சகல கலாவல்லியே

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

தூக்கும் பனுவற் றுறைதோய்ந்த
கல்வியுஞ் சொற்சுவைதோய்
வாக்கும் பெருகப் பணித்தருள்
வாய்வட நூற்கடலும்
தேக்குஞ் செழுந்தமிழ்ச் செல்வமுந்
தொண்டர்செந் நாவினின்று
காக்குங் கருணைக் கடலே
சகல கலாவல்லியே

பஞ்சப் பிதந்தரு செய்யபொற்
பாதபங் கேருகமென்
நெஞ்சத் தடத்தல ராததென்
னேநெடுந் தாட்கமலத்
தஞ்சத்துவச முயர்த்தொன்செந்
நாவு மகமும் வெள்ளைக்
கஞ்சத் தவிசொத்திருந்தாய்
சகல கலாவல்லியே

பண்ணும் பரதமுங் கல்வியுந்
தீஞ்சொற் பனுவலும்யான்
எண்ணும் பொழுதெளிதெய்தநல்
காயெழு தாமறையும்
விண்ணும் புவியும் புனலுங்
கனலும்வெங் காலுமன்பர்
கண்ணுங் கருத்தும் நிறைந்தாய்
சகல கலாவல்லியே

பாட்டும் பொருளும் பொருளாற்
பொருந்தும் பயனுமென்பாற்
கூட்டும் படிநின் கடைக்கணல்
காயுளங் கொண்டு தொண்டர்
தீட்டுங் கலைத்தமிழ்த் தீம்பா
லமுதந் தெளிக்கும் வண்ணங்
காட்டும்வெள் ளோதிமப் பேடே
சகல கலாவல்லியே

சொல்விற் பனமுமவ தான
முங்கவி சொல்லவல்ல
நல்வித்தை யுந்தந் தடிமைகொள்
வாய்நளி னாசனஞ்சேர்
செல்விக் கரிதென் றொருகால
முஞ்சிதையாமை நல்குங்
கல்விப் பெருஞ்செல்வப் பேறே
சகல கலாவல்லியே

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சொற்கும் பொருட்கு முயிராமெய்ஞ்
ஞானத்தின் தோற்றமென்ன
நிற்கின்ற நின்னை நினைப்பவர்
யார்நிலந் தோய்புழக்கை
நற்குஞ் சரத்தின் பிடியோ
டரசன்ன நாணநடை
கற்கும் பதாம்புயத் தாளே
சகல கலாவல்லியே

மண்கண்டவெண்குடைக் கீழாக
மேற்பட்ட மன்னருமென்
பண்கண் டளவிற் பணியச்செய்
வாய்ப்படைப்போன் முதலாம்
விண்கண்ட தெய்வம்பல கோடியுண்
டேனும் விளம்பிலுன்போற்
கண்கண்ட தெய்வ முளதோ
சகல கலாவல்லியே

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சிவலிங்க தியானம் அர்ச்சனைமாலை

தியானம்

தவளமய சரீரம் சமப்பசூலாஹ பாசம்
பரசுமல கண்டம் கண்டகம் வஜ்ரயுக்கம்
அபயவரத கஸ்த்தம் பஞ்வக்த்ரம் திறிநேத்ரம்
நதிசசி மௌலி சாபாலிங்கமூர்திம் நமாமி

ஓம் சிவலிங்காய நமக
ஓம் அற்புதலிங்காய நமக
ஓம் அநுகத லிங்காய நமக
ஓம் அவ்யக்த லிங்காய நமக
ஓம் அர்த்த லிங்காய நமக
ஓம் அர்த்த லிங்காய நமக
ஓம் அச்சுத லிங்காய நமக
ஓம் அநாதகலிங்காய நமக
ஓம் அநந்த லிங்காய நமக
ஓம் அகிலேச லிங்காய நமக
ஓம் அந்தக நாசக லிங்காய நமக
ஓம் அந்தக சம்கார லிங்காய நமக
ஓம் அகநிகுண லிங்காய நமக
ஓம் அதர்வ லிங்காய நமக
ஓம் அஷ்டதிகீஸ்வரபூஜித லிங்காய நமக
ஓம் அனாதி லிங்காய நமக
ஓம் அகோர லிங்காய நமக
ஓம் அப்பு லிங்காய நமக
ஓம் அமிர்த லிங்காய நமக
ஓம் ஆதி லிங்காய நமக
ஓம் ஆநந்த லிங்காய நமக
ஓம் ஆசிறித ரக்ஷக லிங்காய நமக
ஓம் ஆர்ச்சிதபாப விநாச லிங்காய நமக
ஓம் ஆகம லிங்காய நமக
ஓம் ஆத்ம லிங்காய நமக
ஓம் ஆகாச லிங்காய நமக
ஓம் இந்து கலாதர லிங்காய நமக
ஓம் இந்ர சாப விமோசன லிங்காய நமக
ஓம் ஈச லிங்காய நமக
ஓம் ஈசாந லிங்காய நமக
ஓம் உரக விபூஷன லிங்காய நமக
ஓம் ஊர்த்தவ லிங்காய நமக

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஓம் இருக்வேத சுருதி லிங்காய நமக
ஓம் இலுவந்ய லிங்காய நமக
ஓம் லூதபவபாச பிரபஞ்சந லிங்காய நமக
ஓம் ஏக லிங்காய நமக
ஓம் ஐஸ்வர்ய லிங்காய நமக
ஓம் ஓங்காராதிப லிங்காய நமக
ஓம் ஔரஸலாலித லிங்காய நமக
ஓம் அம்புஜாச நஸ்துத லிங்காய நமக
ஓம் அக்ஷிணதொஜொ லிங்காய நமக
ஓம் கனக லிங்காய நமக
ஓம் கருணாலய லிங்காய நமக
ஓம் காசி லிங்காய நமக
ஓம் இலுவந்ய லிங்காய நமக
ஓம் காந்திமதிப்பிரிய லிங்காய நமக
ஓம் கேதீஷ லிங்காய நமக
ஓம் கேதார லிங்காய நமக
ஓம் கோணேச லிங்காய நமக
ஓம் குமார லிங்காய நமக
ஓம் கண்டபரசு மிருகடங்கத நுர்தர லிங்காய நமக
ஓம் கங்காதர லிங்காய நமக
ஓம் கண லிங்காய நமக
ஓம் கிரீஷ லிங்காய நமக
ஓம் குணகித லிங்காய நமக
ஓம் கண்டாநாதபிரிய லிங்காய நமக
ஓம் நுப்பிரிய லிங்காய நமக
ஓம் சந்தன லேபந லிங்காய நமக
ஓம் சிதம்பர லிங்காய நமக
ஓம் சின்மய லிங்காய நமக
ஓம் சத்திரி கிறுதயசோ லிங்காய நமக
ஓம் சின்னபாப கிருதலிங்காய நமக
ஓம் ஜல லிங்காய நமக
ஓம் ஜோதி லிங்காய நமக
ஓம ஐநிதா சேஷபாதகஞாய லிங்காய நமக
ஓம் ஞானக்ஞான விநாச லிங்காய நமக
ஓம் ஞாய லிங்காய நமக
ஓம் டங்கிதாகில லோக லிங்காய நமக
ஓம் டஸ்வரூப லிங்காய நமக
ஓம் டமருகபிரிய லிங்காய நமக
ஓம் டக்காநாதபிரிய லிங்காய நமக
ஓம் ணத லிங்காய நமக

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஓம் ணகம்ய லிங்காய நமக
ஓம் தத்வரூப லிங்காய நமக
ஓம் தாப சநிவாரண லிங்காய நமக
ஓம் தேஜோமய லிங்காய நமக
ஓம் த்ரயம்பக லிங்காய நமக
ஓம் தரூப லிங்காய நமக
ஓம் தமஸ்தபே லிங்காய நமக
ஓம் தாநவ நாசக லிங்காய நமக
ஓம் தநதார்ச்சிக லிங்காய நமக
ஓம் தநஞ்சயவர லிங்காய நமக
ஓம் நந்திவாகன லிங்காய நமக
ஓம் நகுலேச லிங்காய நமக
ஓம் நாத லிங்காய நமக
ஓம் நாகேச லிங்காய நமக
ஓம் நியமார்ச்சித லிங்காய நமக
ஓம் நிர்மல லிங்காய நமக
ஓம் பரேச லிங்காய நமக
ஓம் பாதாள லிங்காய நமக
ஓம் பூர்ண லிங்காய நமக
ஓம் பிருதுவி லிங்காய நமக
ஓம் பாலவிலோசந லிங்காய நமக
ஓம் பந்த விமோசந லிங்காய நமக
ஓம் பாண லிங்காய நமக
ஓம் பகார லிங்காய நமக
ஓம் பஸ்ம விலேபந லிங்காய நமக
ஓம் பீமசங்கார லிங்காய நமக
ஓம் புவநவ்யாபக லிங்காய நமக
ஓம் பைரவ லிங்காய நமக
ஓம் மங்களபிரத லிங்காய நமக
ஓம் மகாபல லிங்காய நமக
ஓம் மாகான லிங்காய நமக
ஓம் மூர்த்தி லிங்காய நமக
ஓம் யக்ஞாங்க லிங்காய நமக
ஓம் யதிஸேவித லிங்காய நமக
ஓம் ரமணிய லிங்காய நமக
ஓம் ரகஸய லிங்காய நமக
ஓம் ராமேஸ லிங்காய நமக
ஓம் ராவணார்ச்சித லிங்காய நமக
ஓம் ருத்ர லிங்காய நமக
ஓம் லங்கேச லிங்காய நமக
ஓம் லாண்ய லிங்காய நமக

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஓம் வன்னி லிங்காய நமக
ஓம் வாயுப்பூதகாளஸ்தீச லிங்காய நமக
ஓம் விபீஷன லிங்காய நமக
ஓம் வேத லிங்காய நமக
ஓம் சங்கர லிங்காய நமக
ஓம் ஸ்ரீசைல லிங்காய நமக
ஓம் ஷண்முக லிங்காய நமக
ஓம் ஷாட்குண்யாதீத லிங்காய நமக
ஓம் சம்சாரார்ணவதாரண லிங்காய நமக
ஓம் சர்வபாபநாசக லிங்காய நமக
ஓம் சாக்ஷி லிங்காய நமக
ஓம் சோமேச லிங்காய நமக
ஓம் ஹரூப லிங்காய நமக
ஓம் ளகுலீச லிங்காய நமக
ஓம் க்ஷமக்ஷேத்ர லிங்காய நமக

ஸ்ரீ மஹா லிங்காஷ்டகம்

1. ப்ரஹ்மமுராரி ஸுரார்சித லிங்கம்
நிர்மலபாஸித ஸோபித லிங்கம்
ஜன்மஜதுக்க விநாசக லிங்கம்
தத்ப்ரணமாமி ஸதாசிவ லிங்கம்

2. தேவமுனிப்ரவ ரார்ச்சித லிங்கம்
காமதறலம் கருணாகர லிங்கம்
ராவணதர்ப்ப விநாசக லிங்கம்
தத்ப்பரணமாமி ஸதாசிவ லிங்கம்

3. ஸர்வஸுகந்த ஸுலேபித லிங்கம்
புத்திவிர்த்தவ காரண லிங்கம்
ஸித்தராஸுரே வந்தித லிங்கம்
தத்ப்ரணமாமி ஸதாசிவ லிங்கம்

4. கநகமஹாமணி பூஷித லிங்கம்
பணிபதிவேஷ்டித ஸோபித லிங்கம்
தக்ஷஸுயக்ஞ விநாசக லிங்கம்
தத்ப்ரணமாமி ஸதாசிவ லிங்கம்

5. குங்குமசந்தன லேபித லிங்கம்
பங்கஜஹாரஸ் ஸோபித லிங்கம்
ஸஞ்சிதபாப விநாஷக லிங்கம்
தத்ப்ரணமாமி ஸதாசிவ லிங்கம்

Digitized by Noolaham Foundation
noolaham.org | aavanaham.org

6. தேவகணார்ச்சித ஸேபித லிங்கம்
பாவைர்பக்திபிர் ஏமச லிங்கம்
திநகரகோடி ப்ரபாகர லிங்கம்
தத்ப்ரணமாமி சதாசிவ லிங்கம்

7. அஷ்டதளோபரி வேஷ்டித லிங்கம்
ஸர்வஸமுத்பவ காரண லிங்கம்
அஷ்டதரித்ர விநாசக லிங்கம்
தத்ப்ரணமாமி சதாசிவ லிங்கம்

8. ஸுரகுருஸுரவர பூஜித லிங்கம்
ஸுரவநபுஷ்ப ஸதார்சித லிங்கம்
பரமபதம் பரமாத்மக லிங்கம்
தத்ப்ரணமாமி சதாசிவ லிங்கம்

லிங்காஷ்டகம் இதம் புண்ணியம்
ய:.திச்சிவ சங்கீதோ
சிவலோகம் மலாப்புரோதி
சிவலேளஸஹ மோததே

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

கௌரி காப்பின்போது படிப்பவை

முன்நின்று செய்யுள் முறையாய்ப் புனைதற்கு
என்நின்ற ருள்கசெய் எலியூர்தி - மன்னவா
சொற்குற்றம் ஏனைப் பொருள்சேர் தொடைக்குற்றம்
எக்குற்றம் வாராம லோ

காப்பெடுக்க வந்தேனே கௌரி அம்மாள் தாயாளே
காத்தென்னைத் தேற்றிடுவாய் காளிமகா தேவியரே
காலமெல்லாம் நின்னரிய காப்பெடுத்தே வாழ்ந்திடுவேன்
எண்ணும் கருமம் இனிதாக முடித்திடுவாய்
பண்ணும் வினையாவும் பனிபோல் போக்கிடுவாய்
உண்ணும் உணவாக உயிருக்கு உயிராக
என்றும் இருந்தே எனைக்காத்து வந்திடுவாய்
காடும் கடந்து வந்தேன் மலையும் கடந்து வந்தேன்
காளிமகா தேவியரே காப்பெனக்குத் தந்திடுவாய்
சூலம்கைக் கொண்டவளே சுந்தர முகத்தவளே
அரியை உடையவளே அம்மா காளித்தாயே
கொடியமகிஷா சுரனை கூறுமுன்னே போட்டவளே
அசுரர் குலம்யாவும் அழிக்கும் சுடர்க்கொடியே
சிவனை நினைத்தல்லோ சீர்விரதம் நீஇருந்தாய்
பரனை நினைத்தல்லோ பதிவிரதம் நீஇருந்தாய்
அரனை நினைத்தல்லோ அம்மாநீ நோன்பிருந்தாய்
சங்கரனை எண்ணியல்லோ சங்கரி நீ நோன்பு இருந்தாய்
ஐங்கரனை பெற்றவளே அன்று நீ நோன்பு இருந்தாய்
விரதத்தைக் கண்டே விழித்தான் சிவனவனும்
அம்மா உனைஅணைத்தே அருள்மாரி பொழிந்தாளே
வகையாற்று படலமிதை வழிவழியாய் காட்டிடுவீர்
நெறியறியாத் திகைப்போர்க்கு நெறிமுறையைக் காட்டிவிடு
காப்பை புனைந்துவிடு காலபயம் ஓட்டிவிடு
நூலைப் புனைந்துவிடு நுண்ணறிவை ஊட்டிவிடு
வல்லமையைத் தந்துவிடு வையகத்தில் வாழவிடு
காளிமகா தேவியரே காப்பருளும் தேவியரே
காப்பைப் புனைபவளே காப்பாய் இருப்பவளே
நாடு செழிக்கவென்றே நற்காப்பு அருளுமம்மா
வீடு செழிக்கவென்றே வினைகாப்பு அருளுமம்மா

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நல்வாழ்வு வாழ்வதற்கு நற்காப்பு அருளுமம்மா
பிள்ளை அற்றவர்க்குப் பெருங்காப்பு அருளுமம்மா
பூமணியே மாமணியே புனிதவதி தாயவளே
நாம்விரும்பும் காப்பை நலமுடனே தாருமம்மா
கல்வி சிறப்பதற்கு கலைமகளே வாருமம்மா
செல்வம் சிறப்பதற்கு திருமகளே வாருமம்மா
வீரம் சிறப்பதற்கு வீரசக்தி தாருமம்மா
பாட்டுடை தலைவியரே பராசக்தி தாயவளே
ஏட்டுடை தேவியரே எல்லாம்மிகு வல்லமையே
காப்பெடுக்க வந்தேனம்மா கனிவுடன் பாருமம்மா
பால்பழங்கள் வெற்றிலைகள் பல வகை திரவியங்கள்
நானுனக்குத் தாறேனம்மா நயந்தென்னைக் காருமம்மா
காளிமகா தேவியரே காசினுக்கும் வந்தவளே
வித்தை விதைப்பவளே வினைகாக்கும் காப்பவளே
என்தாயே வாழ்ந்திடுவோம் எல்லாம் உனதருளே
காசினியில் வேற்றுமையைக் கணப்பொழிதில் மாற்றிவிட்டால்
ஏசலின்றி வாழ்ந்திடுவோம் ஏந்திழையே தாயாரே
காப்பெனக்குப் போட்டுவிட்டாள் கல்மனது இளகிவிடும்
ஞானம் பெருகிவரும் நல்வாழ்வு மிகுந்துவரும்
தொடர்ந்து அறிவோர்க்கு நினைத்ததெல்லாம் ஈடேறும்
நம்பி அணிவோர்க்கு நல்லதெல்லாம் பெருகிவிடும்
நாள்கள்கோள் இவை எல்லாம் நலமுடனே இணைந்துவரும்
சந்தனச் சாந்தவளே சங்கரியே சாந்தினியே
குங்குமப் பூச்சவளே குலக்கொழுந்தே கௌரிஅம்மா
காப்பினைக் கட்டிவிட்டு கடமை முடிந்ததென்று
ஏப்பம் மிகவிட்டு என்றுமே இருந்தறியேன்
நாளும் பொழுதெல்லாம் நறும்காப்புக் கட்டதனில்
பூவும் நீருமிட்டு போற்றி வணங்கிடுவேன்
காலைப் பொழுதெழுந்து காப்பதில் விழித்திடுவேன்
ஞானக் கொழுஞ்சுடரே காளியுன்னைக் காணுகின்றேன்
காப்பெனக்குக் கையில்பூண்டு கடமைகளைச் செய்திடுவேன்
ஏய்ப்பவரைக் கண்டால் ஏரிபோல் கனன்றிடுவேன்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

தீமைச் செயலேதும் கண்திறந்து காட்டுமம்மா
சொல்லற் கரிதான சோதிமிகு காப்பதனை
இருபத்தொரு நாள்வரையில் இசையும் விரதமொடு
காப்புக் கையிருந்து கண்திறந்து காட்டுமடி
பக்தி மனதோடு பரவி அனிவோருக்கு
சித்திஎல்லாம் தருவாள் சீர்பெருகு கௌரிஅவள்
முத்திக்கு வழியுமுண்டு முக்கால் முணர்வுண்டு
இச்சகத்தில் உள்ளோர் எல்லாம் ஏற்றியெமைப் போற்றிடுவார்
சொற்சக்தி பொருட்சக்தி துலக்கமொடு வந்திடவே
அச்சக்தி எல்லாம் அருள்வாள் கௌரியவள்
கௌரி காப்பதனை காலம் தவறாமல்
முறையாய் அணிந்து வர முன்வினைகள் நீங்கிவிட
ஞானம்கிளர்ந்து வர நல்லருளைச் செய்திடுவாய்
தெவிட்டாத தீங்கனியே தேவிபரா சக்தியம்மா
காளியாய் வந்தமர்ந்த கௌரியம்மா காப்பருள்வாய்.

ஸ்ரீ மஹா லிங்காஷ்டக

நான்முகன் நாரணன் வணங்கிடும் லிங்கம்
நல்லதோர் ஒளிமய மாகிடும் லிங்கம்
கால வினைகளை ஓட்டிடும் லிங்கம்
தோற்றம தாம் சதா சிவ லிங்கம்

அமரரும் முனிவரும் பணிந்திடும் லிங்கம்
காமனை எரித்த தயாபர லிங்கம்
இராவண ஆணவம் அடக்கிய லிங்கம்
தோற்றம தாம் சதா சிவ லிங்கம்

அனைத்து நலன்களும் அளித்திடும் லிங்கம்
அறிவைக் கூர்மையாய் ஆக்கிடும் லிங்கம்
சித்தர்கள் மற்றவர் போற்றிடும் லிங்கம்
தோற்றம தாம் சதா சிவ லிங்கம்

கனக மகாமணி தொழுதிடும் லிங்கம்
கழுத்தினில் நாகத்தை அணிந்திடும் லிங்கம்
தக்கனின் வேள்வியைத் தகர்த்திய லிங்கம்
தோற்றம தாம் சதா சிவ லிங்கம்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

குங்குமம் சந்தனம் மணந்திடும் லிங்கம்
பங்கய மலரினை அணிந்திடும் லிங்கம்
வஞ்சக வல்வினை போக்கிடும் லிங்கம்
தோற்றம தாம் சதா சிவ லிங்கம்

தேவ கணங்களும் போற்றிடும் லிங்கம்
தேய்விலா பக்தியை தந்திடும் லிங்கம்
சூரியக் கோடிப் பிரகாச லிங்கம்
தோற்றம தாம் சதா சிவ லிங்கம்

எட்டோடு பத்தெனும் தத்துவ லிங்கம்
அத்துணைத் தோற்றத்தின் அடிப்படை லிங்கம்
எண்வகை வறுமைகள் அகற்றிடும் லிங்கம்
தோற்றம தாம் சதா சிவ லிங்கம்

குருமுதல் கோள்களும் பரவிடும் லிங்கம்
வில்வா ராதனை விரும்பிடும் லிங்கம்
கருணையின் வடிவாய் அருள்தரும் லிங்கம்
தோற்றம தாம் சதா சிவ லிங்கம்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்

நோய்கள்

↓

நோய்கள்வரக் காரணங்கள்

↓

தீர்ப்பதற்கான வழிமுறைகள்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

புற்று நோய்

புற்றுநோய் (Cancer) மருத்துவ ரீதியாக மனிதனில் ஏற்படும் கட்டுப்பாடற்ற உடற் கலங்களின் பெருக்கமாகும். இவ்வாறான கலங்களின் பெருக்கம் ஒருநிலையில் புற்றுநோய்க் கட்டியாக மாறி பவலடையும்போது அதனருகிலுள்ள அங்கங்களையோ அல்லது துவாரத்திலுள்ள அங்கங்களையோ தாக்கி அவற்றில் செயற்படு திறனைக் குறைக்கும். புற்றுநோய் பலவகைப்படும். இதனைத் தோற்றுவிப்பதிலும் பல காரணிகள் பங்கேற்கும்.

புற்றுநோய்க்கான காரணங்கள் எவை?

1. சூழலியல் சார்ந்தவை. (90%)

* புகையிலை -

புகைத்தல் - நுரையீரல் அல்லது தொண்டைப் புற்றுநோயைத் தோற்றுவிக்கும். மேலும் இது இரைப்பை, சிறுநீர்ப்பை சிறுநீரகம் போன்ற அங்கங்களிலும் புற்றுநோயை ஏற்படுத்தலாம்.

* மதுபானம் - உணவுக் கால்வாய் - (களப் புற்றுநோய்)

உணவுப் பழக்க வழக்கம்:
எமது உணவில் குறைந்தளவு மரக்கறி, பழவகை, நிறை தானியம் உள்ளெடுப்பதும், அதிகளவில் தகரத்தில் அடைத்த பதனம் செய்யப்பட்ட உணவு மற்றும் இறைச்சி வகைகளை (Red meat) உள்ளெடுப்பதும் புற்றுநோயைத் தோற்றுவிக்கும்.

* உடற்பயிற்சி

உடற்பயிற்சியின்மை, அதிக உடற்பருமன் போன்றவையும் புற்றுநோய் ஏற்படுவதை அதிகரிக்கும்.

* வைரஸ் கிருமித்தாக்கம்.

குறிப்பாக Papilloma Virus கருப்பையில் கழுத்துப் புற்று நோயையும், Hepatitis Virus B மற்றும் C ஈரற் புற்று நோயையும் ஏற்படுத்தும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

* கதிர் வீச்சு:

சூரியக் கதிர்களில் உள்ள Ultraviolet தாக்கம் தோலில் புற்றுநோயையும், அடிக்கடி CT பரிசோதனைக்கு உட்படுதல், கண், தோல் மற்றும் தைரொயிற் புற்றுநோயையும் ஏற்படுத்தும். கைத் தொலைபேசிப் பாவனையும் புற்றுநோய்த் தாக்கத்தை தூண்டும் வாய்ப்புள்ளதாக WHO எச்சரித்துள்ளது.

* தொழிற்சாலைக் கழிவுகள்:

Asbestos, Glass whool, Rock whool, Silica, Cabold பேன்ற இரசாயணப் பொருட்கள் நுரையீரற் புற்றுநோயைத் தோற்று விக்கும். அடிக்கடி மிகவும் சூடான பானங்கள் அருந்துதலும் உணவுக் கால்வாயில் புற்றுநோயைத்

* Hormone மருந்துப் பாவனை கருப்பப் பையிலும்,எலும்பிலும் புற்றை உருவாக்கும்.

2. பரம்பரை சர்ந்தவை. (10%)

* மார்பகப் புற்றுநோய், பெருங்குடல் மற்றும் சூலகப் புற்றுநோய் போன்றவை பம்பரையாக ஏற்படும்.

குறிப்பாகப் புற்றுநோய் ஒரு தெற்று நோயல்ல என்பதைத் தெளிவாகத் தெரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

புற்றுநோய்த் தாக்கத்தை எவ்வாறு கண்டுபிடிக்கலாம்?

1. குணங்குறிகள் மூலம்:

* பொதுவாகக் குணங் குறிகள் என்பன, பசியின்மை, நிறை குறைதல், அதிககளைப்பு, அடிக்கடி ஏற்படும் காய்ச்சல் போன்றவற்றைக் கூறலாம்.

* அநேக குணங்குறிகள், புற்றுநோய் ஏற்படும் அங்கங்களுக்கு ஏற்ப வேறுபடும்.குறிப்பாக, நுரையீரல் புற்றுநோயில்,தொடரும் இருமல், சளியுடன் இரத்தம் போதல் போன்றவையும், குடற் புற்றுநோயில், மலத்துடன் குருதி வெளியேறுதல், குருதிச் சோகை, மலச்சிக்கல் போன்றவையும் ஏற்படும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

* நன்றாகப் புற்றுநோய் உடல்முழுவதும் பரவியநிலையில் எலும்பு முறிவு, நெறி போடுதல், நரம்புத் தளர்ச்சி, ஆகிய குறிகளையும் தோற்றுவிக்கும்.

2. முற்பரிசோதனைகளுக்கு (Screening) உட்படுதல் மூலமும் சில புற்றுநோய்களைக் கண்டறிந்து தடுக்கலாம்.
குறிப்பாக, 50 வயது கடந்த ஒவ்வொரு பெண்ணும் (Mamography) என்ற மார்பக X Ray பரிசோதனைக்கு உட்படுவதன்மூலம் ஆரம்பத்திலேயே மார்பகப் புற்றுநோயைக் கண்டறியலாம்.

மேலும், கருப்பைக் கழுத்தில் ஏற்படும் புற்றுநோயை (Cervical Cancer), 25 முதல் 65 வயது வரையான பெண்கள் 3-5 வருடங்களுக்கு ஒருதடவை Cervical cytology எனும் இலகுவான பரிசோதனை மூலம் கண்டறிந்து தடுக்கலாம். அதேபோல, பெருங்குடற் புற்றுநோயை மலப்பரிசோதனை (Occult blood) அல்லது குழாய்ப்பரிசோதனை (Endescopy) மூலமாகக் கண்டறிந்து கொள்ளலாம்.

புற்றுநோய்க்கு எவ்வகையான வைத்திய முறைகள்உள்ளன?

1. சத்திர சிகிச்சை:
புற்றுநோய் மிக ஆரம்ப நிலைகளில் (Stage1 அல்லது2) கண்டுபிடிக்கப்படின், சத்திர சிகிச்சைமூலம் பூரணமாகக் கட்டிகளை அகற்றி நோயாளியைக் குணப்படுத்தக்கூடிய வாய்ப்புகள் உள்ளன.

2. மருத்துவ சிகிச்சை: (Chemotherapy)
சிலவகையான புற்றுநோய்களுக்கு சத்திர சிகிச்சையுடன், Chemotherapy யும் வழங்கப்படுகிறது. உதாரணம் - மார்பகம், சூலகம், குடல், எலும்பு, சதையி, சில நுரையீரற் புற்றுநோய். இது மேலும் பரவல் ஏற்படுவதைத் தடுக்கவும், திரும்பவும் புற்றுநோய் ஏற்படுவதைத் தடுக்கவும் உதவும். ஆனால், இந்த மருந்துகளின் பக்க விளைவுகள் மிகவும் பாரதூரமானவையாக இருப்பதால், நோயாளியால் இதனைத் தாங்கிக்கொள்ள முடியாமற் போகலாம். எனவே, இதன் பயன்பாடு மட்டுப்படுத்தப் படுகிறது.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

3. கதிர்ச் சிகிச்சை: (Radiotherapy)

இதுவும் புற்றுநோய்ச் சிகிச்சையின் ஒரு பகுதியாகப் பாவிக்கப் படுகிறது. உதாரணம் - எலும்புவரை பரவிய கட்டிகளின் தாக்கத்தை இதன்மூலம் குறைக்கலாம். ஆனாலும் இதன் பக்க விளைவுகள் அதிகம். எனவே, நோயாளியின் வலிமை,மனோதிடம் போன்றவை அத்தியாவசியமானதாகும்.

4. குணப்படுத்த முடியாத சூழ்நிலையில் நோயாளிக்கான சிகிச்சை: (Palliation)

நோயாளியின் உடல்ரீதியான கஷ்டங்களைக் குறைத்து, மனரீதியான அழுத்தங்களைக் குறைத்து வலுவூட்டல், சமூக ரீதியான பிரச்சனைகளை எதிர்நோக்குவதற்கான தைரியத்தை வழங்குதல், நோயாளிக்கும் அவரது குடும்பத்தினருக்கும் ஆலோசனைகள் மூலம் வாழ்க்கைத் தரத்தை (Quality of life) முடிந்தளவு பேணுதல்- போன்ற முறைகள் பயன்படுத்தப் படுகின்றன.

புற்றுநோய் ஏற்படுவதைத் தடுக்க முடியுமா?

முப்பது சதவீதமான புற்று நோய்கள் தடுக்கப்படக் கூடியவை. எவ்வாறெனின், மேற்குறிப்பிட்ட சூழலியற் காரணங்களைத் தவிர்ப்பதன் மூலம் புற்றுநோய் ஏற்படுவதைத் தடுக்கலாம் அல்லது பின்போடலாம்.மேற் சொல்லப்பட்ட முற் பரிசோதனை (Screening) களுக்குக் கிரமமான முறையில் உட்படுவதன் மூலம் சில குறிப்பிட்ட புற்றுநோய்களை மிகவும் ஆரம்ப நிலையிலேயே கண்டறியலாம். சில மருந்துவகைகள் அல்லது தடுப்பூசிகள் மூலமும் சில புற்று நோய்கள் (Cervical cancer) தடுக்கப்படுகின்றன.

Take Home message :

இன்றைய அவசர உலகத்தில் நீரிழிவு, உயர் இரத்தஅழுத்தம் போன்ற பொதுவான நோய்களுக்கு ஈடாகப் புற்றுநோயும் வளர்ந்து நிற்கும் நிலையில், இந்நோய்க்கான காரணங்களை அறிந்து தவிர்த்துக் கொள்ளுவதாலும், முற்பரிசோதனைக்கான மருத்துவ அழைப்புகளை நிராகரிக்காது கிரமமாகப் பின்பற்றுவதாலும், 30% மான புற்றுநோய் களைத் தடுத்துக்கொள்ள இயலும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உயிரழிவு தரும் நீரிழிவு
நோய்பற்றிய சில முக்கிய தகவல்கள்

நீரிழிவு பயப்படுதற்குரிய ஒரு நோய் அல்ல. புற்றுநோய் போன்ற ஆட்கொல்லி நோயும் அல்ல. மருத்துவ ஆலோசனையும், உணவுக்கட்டுப்பாடும் இருந்தால் இந்நோயை எளிதில் வெல்லலாம்.

நீரிழிவு என்றால் என்ன?

எமது உடலில் சதையி என்னும் அங்கத்தால் இன்சுலின் என்னும் ஓமோன் சுரக்கப்படுகிறது. இது குருதியில் உள்ள குளுக்கோசின் அளவைச் சீர் செய்யும். உடலில் போதிய அளவு இன்சுலின் உற்பத்தி செய்யப்படாத போது அல்லது இன்சுலினை உடலானது சரியான அளவு பயன்படுத்தாத போது, குருதியில் குளுக்கோசின் அளவு அதிகரிக்கிறது. குளுக்கோசின் அளவு குறிப்பிட்ட அளவிலும் அதிகரித்த நிலையே நீரிழிவு ஆகும். குருதியில் உயர் குளுக்கோசு அளவு, பல்வேறு சீர்கேடுகளை ஏற்படுத்துகிறது.

நீரிழிவு ஏற்படக் காரணம் என்ன?

இந்நோய் ஒரு பரம்பரை நோய். குடும்பத்தில் ஒருவருக்கு இந்நோய் இருந்தால் அவர் சந்ததியினருக்கு 60% வரை இந்நோய் வர வாய்ப்புண்டு.
இதுதவிர, சதையி அழற்சி, சதையிப் புற்றுநோய், ஒரேயிடத்தில் அமர்ந்து வேலை செய்தல் (உடற் பயிற்சியின்மை), உடல் எடைமிகுதல், அளவுக்கு மீறிய இனிப்பு உட்கொள்ளல், மனக்கவலை, சில மாத்திரைகள், முதலியனவும் இந்நோய்க்கான வேறுசில காரணங்கள்.

நீரிழிவு நோயின் அறிகுறிகள்.

முதுமையில் பலருக்கு இந்நோய் எவ்வித அறிகுறியுமின்றி மறைந்திருக்கும். வேறுகாரணங்களுக்காக இரத்தப் பரிசோதனை செய்யும்போது, இந்நோய் இருப்பது தெரியவரும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

கண்பார்வை மங்குதல். நடந்தால் மார்புவலி உண்டாதல், கைகால்களில் மரத்த உணர்ச்சி, எரிச்சல் ஏற்படல், கால்விரலில் புண்தோன்றி அழுகும்நிலை உண்டாதல் முதலியன இந்நோயின் அறிகுறிகளாகும். முதுமையில் பெண்களுக்கு நீர்த்தாரையில் அரிப்பு ஏற்பட்டால், அவர்களுக்கு நீரிழிவு நோய் இருக்க வாய்ப்புகள் அதிகம்.

நீரிழிவு நோயின் முக்கிய அறிகுறிகளாக, மிக்க தாகம், அடிக்கடி சிறுநீர்கழித்தல், உடல் இளைத்தல்(மெலிதல்), மிக்க களைப்பு, மிக்க பசி, போன்றவை முதுமையில் பலருக்கு இருப்பதில்லை. இதனால் இந்நோயை எளிதில் கண்டுகொள்ள முடிவதில்லை.

நீரிழிவு நோயின் தொல்லைகள்

இரத்தத்தில் சர்க்கரை, கொழுப்புச் சத்து மிகுதியாகும்போது இரத்த நாளங்களில் அடைப்பு ஏற்படும். இவ்வடைப்பு எவ்வுறுப்பில் ஏற்படுகிறதோ அவ்வுறுப்புப் பாதிக்கப்படும். இரத்த அடைப்புக் கண்ணுக்குள் தோன்றுமானால் "Diabetic Retinopathy" என்னும் தொல்லை ஏற்படும். அதனால் பலர் கண்பார்வை இழப்பதுண்டு. நீரிழிவு நோய் சிறு நீரகத்தைத் தாக்கும்போது சிறுநீரகம் செயலிழந்துவிடும். இதயத்துக்குள் செல்லும் இரத்த நாளங்களில் அடைப்பு ஏற்பட்டால், இதய நோய் பெருமளவில் ஏற்படும். மூளைக்குச் செல்லும் நாளங்கள் பாதிக்கப்பட்டால் பக்க வாதம் ஏற்படும். கால்களுக்குச் செல்லும் இரத்தம் குறையுமானால் நடக்கும்போது கால்களில் கடுமையான வலி ஏற்படல் உள்ளிட்ட பல தொல்லைகள் ஏற்படும். தொடர்ந்து பல ஆண்டுகள் நீரிழிவு நோய் இருந்தால், அது நரம்புகளையும் பாதிக்கும். அதனால் கை கால்களில் எரிச்சலோ மரத்த உணர்ச்சியோ தோன்றும். உணவு உட்கொள்ளும்போது அடைப்பது போன்ற தொல்லை ஏற்படலாம். மலச்சிக்கலோ, மலம் அடிக்கடி கழிதலோ போன்ற தொல்லைகள் உண்டாகும். பாலுணர்ச்சியும் குறையும்.

நீரிழிவு நோய் உள்ளவர்கள் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய சில முக்கிய குறிப்புக்கள்

1. ஒரு பொழுதும் விரதம் போன்ற பழக்கங்கள் கூடாது. சாப்பிடத வேளைக்கான உணவை அடுத்தவேளையில் சேர்த்து சாப்பிடக்கூடாது.நேரந்தவறாமல் குறிப்பிட்ட உணவுவகைகளைக் கட்டுப்பாடான அளவுகளிற் சாப்பிட வேண்டும். இடையிடையே தின்பண்டம் சாப்பிடுவதைத் தவிர்க்கவேண்டும். அரிசி, கோதுமை இரண்டும் அவரவர் விருப்பத்திற்கு ஏற்றவாறு எடுத்தக்கொள்ளலாம். (அளவு தங்கள் மருத்துவரின் ஆலோசனையின்படி)

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

2. அதிகமான எடைக் கூடுவதை தவிர்க்கவும் மதமொருமுறை தங்கள் எடையை ஒரே எடை இயந்திரத்தின்மூலம் எடுத்தக் குறித்துக்கொள்ள வேண்டும்.

3. மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி உடற்பயிற்ச்சி செய்வதை பழக்கப்படுத்திக் கொள்ளவும் (40 நிமிடம் வேகமாக நடப்பது). தவறாமல் உடற்பயிற்சி செய்வதன்மூலம் இரத்த அழுத்தம், இரத்தத்தின் சர்க்கரையின் அளவு, கொழுப்பின் அளவு மற்றும் மருந்தின் தேவை இவைகளைக் குறைக்கலாம்.

4. உங்கள் இரத்தம் மற்றும் நீரில் இருக்கும் சர்க்கரையின் அளவுகளைப் பரிசோதித்து மருத்துவரை ஆலோசிக்கவும். மருத்துவரின் ஆலோசனை இல்லாமல், இன்சுலின், மாத்திரைகள் போன்றவற்றைச் சுயமாக உட்கொள்ளும் பழக்கத்தைத் தவிர்க்கவும்.

5. மருந்தை நேரந்தவறாமல் மருத்தவரின் ஆலோசனைப்படி தினமும் எடுக்கவும். சர்க்கரையின் அளவைச் சமநிலையில் வைப்பதன் மூலம் சர்க்கரை வியாதியின் மோசமான விளைவுகளைத் தலிர்க்கலாம்.

6. காலையில் சாப்பிடுவதற்கு அரை மணிநேரம் முன்பதாக இன்சுலின் ஊசியை எடுக்க வேண்டும். இன்சுலின் அல்லது மாத்திரை எடுத்துக்கொள்ளும் போது மயக்கம் வந்தால் உடனே மருத்துவரிடம் காண்பிக்க வேண்டும்.

7. காலணியில்லாமல் நடப்பதைத் தவிர்க்க வேண்டும். பாதங்களில் காயங்கள் ஏற்படாமற் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். நாட்டு வைத்தியம் எனப் பார்த்து நோயை முற்றவிடக்கூடாது.

நீரிழிவு நேயினைக்காணும் பரிசோதனை

1.சிறுநீர்ப் பரிசோதனை: முதுமைக்காலத்தில் பலருக்கு இரத்தத்தில் சர்க்கரை மிகுதியாக இருந்தாலும், சிறு நீரில் இருப்பதில்லை. அதனால் முதுமையில் சிறுநீர்ப் பரிசோதனைமூலம் ஒருவருக்கு இருக்கும் நீரிழிவு நோயை உறுதியாகக் கண்டறிய முடிவதில்லை.

2.இரத்தப் பரிசோதனை: முதுமையில் இரத்தப் பரிசோதனைமூலம் நீரிழிவு நோயை உறுதியாய்க் கண்டுகொள்ள முடியாது. எப்போது வேண்டுமானாலும் பரிசோதிப்பதில் (Random blood sugar) 180 மில்லி கிராமுக்கு மிகுதியாய் இருந்தால் சர்க்கரை இருப்பதாய் அறிந்து கொள்ளலாம்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

இரவு முழுவதும் உண்ணாமல் இருந்து மறுநாட் காலையில் (Fasting blood sugar) எடுக்கும் இரத்தத்தின் சர்க்கரையின் அளவு 120 மில்லி கிராமுக்கு மேலிருந்தால் சர்க்கரை இருப்பதாய் அறியலாம். உணவு உட்கொண்ட இரண்டு மணி நேரத்திற்குப் பிறகு எடுக்கும் இரத்தத்தில் (Post prandial) சர்க்கரையின் அளவு 160 மில்லி கிராமுக்கு மேலிருந்தால் சர்க்கரை இருப்பதாய் அறியலாம்.
சிறுநீர் இரத்தப் பரிசோதனைகளைத் தவிர, பிற பரிசோதனை களையும் தவறாமற் செய்ய வேண்டும்.
சிறுநீரகங்களின் பணிபற்றி அறிய இரத்தத்திலுள்ள உப்பின் அளவையும் (Blood urea) சிறுநீரிலுள்ள உப்பின் அளவையும் காணவேண்டும்.

நீரிழிவு நோய் உள்ளவர்களுக்குக் கொழுப்புச்சத்தும் அதிகம் இருக்கும். இதனைக் கண்டறிய, Cholesterol, TGL Lipo protien போன்ற பரிசோதனைகளைச் செய்ய வேண்டும். இதய நோய் மாரடைப்பு பற்றி அறிய, இதய மின்அலை சுருள்படம் (ECG) பயன்படும்.

4. பல் பரிசோதனை: பற்கள் சொத்தையாதல், ஆடுதல், விரைவாகத் தேய்தல் பற்றி அறிதல்.

5. தோல்பற்றிய பரிசோதனை: சிரங்கு, புண்கள், எக்ஸிமா, பங்கசு பற்றி அறிதல்.

6. நரம்பு மண்டல பரிசோதனை: கைகால் மரத்துப்போதல், எரிச்சல், ஊசிபோல் குத்துதல் பற்றியும். மூளை, தசைகள் பற்றியும் அறிதல் நீரிழிவு நோயால் உடல் உறுப்புகள் எல்லாமே பாதிப்படையும். பாதிக்கப் படாத உறுப்புகளே இல்லை. ஒருமுறை இந்நோய் ஏற்பட்டால் எல்லா உறுப்புகளையும் பாதுகாக்க வேண்டும். இந்நோயின் தாக்கத்தால் சிறுநீரகம் பாதிப்படையும் சந்தர்ப்பம் அதிகம். இதனால் சிறுநீரகம் செயலிழக்கக்கூடும்.

சிறுநீரகம் பாதிக்கப்படும்போது, நீரிழிவு நோயாளரில் ஏற்படும் ஆரம்ப அறிகுறிகள்.

சிறுநீரில் அல்புமின் வெளியேறுதலே முதல் அறிகுறியாகும். இவ்வறி குறியைச் சாதாரண சிறுநீர்ப்பரிசோதனை மூலம் கண்டறிவது கடினம். இதனைக் கண்டறிவதற்குத் தற்போது விசேட பரிசோதனைகள் மேற் கொள்ளப்படுகின்றன (Microalbumin test). எனவே
நீரிழிவு நோயுடையவர்கள் இப்பரிசோதனையை வருடா வருடம் செய்வதால் சிறுநீரகப் பாதிப்பை முன்கூட்டியே கண்டறியலாம்.

நீரிழிவு நோயாளர்கள் சிறுநீரகச் சிதைவைத் தடுப்பதற்கான வழிவகைகள்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

குருதியில் குளுக்கோசின் அளவைச் சிறந்தமுறையில் கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருப்பதன் மூலம், சிறுநீரகங்கள் சிதைவடைவதை இயன்ற அளவு குறைத்துக்கொள்ளலாம். இதைவிட முக்கியமாக, உங்கள் குருதி அமுக்கத்தைக் கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருப்பது அவசியம். சிறுநீரில் வெளியேறும் அல்புமின் அளவை வருடத்திற்கு ஒருமுறையாவது சோதனை செய்வதும் அவசியமாகும். நித்திரையும் ஒழுங்கான உடற்பயிற்சியும் அவசியம். பெரும்பாலான நீரிழிவு நோயாளர்கள் சிறுநீரக நோயைக் கொண்டிருப்பதில்லை. எனவே, நீரிழிவு நோயாளர்களின் சிறுநீரகங்கள் எப்போது செயலிழக்கும் எனக் கூறமுடியாது.

அமிலம் சுரத்தல் (Gastritis)

நோயின் அறிகுறிகள்.

வயிற்றின் மேற்பகுதி அல்லது மார்பின் மத்தியில் ஏற்படும் எரிச்சல், அதனால் ஏற்படும் வலி.

மார்பு அடைப்பது போன்ற வலி

ஒருநாளும் இல்லாத வகையில் வயிறு பொருமி உப்புதல்

உணவு ஜீரணிக்க முடியாமல் இருத்தல்

பழுதடைந்த சிறுநீரகங்களை இயன்றளகூடியகாலம் தொழிற்படச்செய்வது எவ்வாறு?

உடல் உயரத்திற்கேற்ற நிறையைப் BMI பேணுதல்

குருதியில் வெல்லத்தினளவைக் கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருத்தல்

குருதியமுக்கத்தைக் கட்டுப்பாட்டில் வைத்தல். 120/80mmHg

சிறுநீரகங்களைப் பாதிக்கும் தேவையற்ற மருந்துகளைத் (Indocid, Brufen) தவிர்த்தல்

இயன்றளவு புரதம், உப்பு, பொற்றாசியம் உள்ள உணவு களைத் தவிர்த்தல்.

உடலில் மேலதிக நீர் சேருவதையோ, கூடுதலான நீர் வெளியேறுவதையோ தவிர்த்தல்.

சிறுநீரகத்தில் தொற்று வந்தால் விரைவாகக் குணப்படுத்தல்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நீரிழிவு நோயாளர்களில் ஏற்படும் இறுதிநிலை சிறுநீரகச் செயலிழப்பு (End stage renal failure) என்றால் என்ன?

சிறுநீரகங்கள் ஆரோக்கியமான உடல்நிலைக்கு உதவமுடியாமற் போகும் காலம் இறுதிநிலை சிறுநீரகச் செயலிழப்பு எனப்படும். சிறுநீரகத் தொழிற்பாடு 5% இற்குக் குறைவான நிலையில் இருக்கும்போது இந்நிலை ஏற்படுகின்றது. இதன்போது சிறுநீரக மாற்றீடு, அல்லது குருதியைச் சுத்திகரித்தல் (Dialysis) அவசியமாகிறது. நீரிழிவு காரணமாக ஏற்படும் சிறுநீரகப் பாதிப்பின் ஆரம்ப நிலைக்கும், இறுதிநிலை சிறுநீரகச் செயலிழப்பிற்கும் இடையிலான கால இடைவெளி பொதுவாக 5-7 ஆண்டுகளாகும்.

இறுதிநிலை சிறுநீரகச் செயலிழப்பிற்கு எவ்வாறு சிகிச்சை அளிக்கப்படுகின்றது?

2 வகையான சிகிச்சை முறைகள் மேற்கொள்ளப்படலாம்.

1 சிறுநீரக மாற்றீடு (Kidney transplantation)

2 குருதிச் சுத்திகரிப்பு

A. Hemodialysis

B. Peritonealdialysis

உங்களுக்குரிய சிகிச்சை முறையானது உங்களது பொதுவான உடல் ஆரோக்கிய நிலை, வாழ்க்கை முறை என்பவற்றுக்கு அமையவும், உங்கள் விருப்பத்திற்கு ஏற்றவாறும் தெரிவு செய்யப்படும்.

நீரிழிவு நோயுள்ள ஒருவருக்குச் சிறுநீரக மாற்றீடு மேற்கொள்ள முடியுமா?

முடியும். சிறுநீரக மாற்றீடு உங்கள் உறவினர் ஒருவரிடமிருந்தோ (Live related kidney transplantation) அல்லது இறந்த ஒரு நபரிடமிருந்தோ (Cadaver transplant) செய்யப்படலாம்.

நுரையீரல் காசநோய்பற்றி அறியவும், இதயம் பெரியதாய் உள்ளதை அறியவும், மார்பு படம் (x Ray -Chest) பயன்படும்.

இரத்த அழுத்த(Blood pressure) நிலையையும் தெரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

கண் பரிசோதனை: கண்ணில் புரை ஏற்படுதல்(Cataract), விழித் திரையில் மாறுதல் (Retinopathy)ஏற்படுதல் பற்றி அறிதல்.

- Ø உணவு திரும்பவும் தொண்டைக்கு வருவது போன்ற உணர்வு.
- Ø புளிப்பு, கசப்புச் சுவைகொண்ட பதார்த்தம் தொண்டைக்கு வரல்.
- Ø உணவு திரும்பவும் தொண்டைக்கு வருவது போன்ற உணர்வு.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Ø புளிப்பு, கசப்புச் சுவைகொண்ட பதார்த்தம் தொண்டைக்கு வரல்.

Ø உணவு உட்கொள்ள முடியாமல் வாந்தி எடுத்தல்.

Ø வயிற்றில் பெருமளவு புண் காணப்படுமிடத்து இரத்த வாந்தி எடுத்தல்.

Ø சிலநேரங்களில் மலம் கழிக்கும் போது கடும் கறுப்பு நிறத்தில் மலம் வெளியேதல்.

V இந்நோயை அறிந்துகொள்ள 'என்டொஸ்கோபி' என்னும் பரிசோதனை செய்துகொள்ள வேண்டும்.

V இப்பரிசோதனைமூலம் இந்நோயின் காரணத்தைக் கண்டறிந்து சிகிச்சை செய்து கொள்ளலாம்.

V சிலவேளைகளில் புண்களிலிருந்து அதிக இரத்தம் வெளியேறல் காரணமாக புண்ணுடன்கூடிய வயிற்றின் மற்றும் சிறுகுடற் சுவர்கள் வெடித்தல்,

V புண்காரணமாக உணவுசெல்லும் பாதை மெல்லியதாக மாறுதல் போன்ற சந்தர்ப்பங்களில் சத்திர சிகிச்சை மூலம் சிகிச்சை செய்யவேண்டி ஏற்படலாம்.

வயிற்றுப்புண்
நோய் உருவாகக் காரணங்கள்:

Ø இந்நோய் உருவாகக் காரணம் வயிற்றில் அமிலம் சுரத்தலாகும் (Gastritis)

Ø இது இளவயதினரையும் நடுவயதினரையும் பாதிக்கும் நோயாகும்.

Ø தொண்டைக்களம் மற்றும் சிறுகுடலில் ஏற்படும் கீறல்கள் மற்றும் புண் என்பனவும்

Ø முன்சிறுகுடலின் அருகில் காணப்படும் புண் என்பனவும் இந்நோய்க்குக் காரணமாகின்றன.

Ø இந்தப்புண் பெட்டிக் அமிலப்புண் (Pepiteutine Diseases) என்று அழைக்கப்படுகிறது.

Ø இந்நோய் இரண்டுவகைகளைக் கொண்டது.

Ø ஒன்று பக்ரீரியாவின் தாக்கத்தால் உண்டாவது.

Ø மற்றது புகை பிடித்தல் மதுவருந்துதல், சில வலிநிவாரண மருந்து வகைகளை அதிகளவில் உட்கொள்ளல், மிளகாய் மற்றும் சரக்குப் பொருட்களை அதிக அளவில் உணவிற் சேர்த்துக்கொள்ளல்.
அதிக மனஅழுத்தம், மனநோய், நீண்டநாட்களாக இருக்கும் புண், சிறுநீரகத்தின் செயற்பாடு குறைவடையும்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சந்தர்ப்பத்தில் வயிற்றுச் சுவர்களுக்கு வரும் குருதியின் அளவு குறைவடைவதால் அந்தச் சுவர்களின்மூலம் வழங்கப்படும் பாதுகாப்புக் குறைவடைதல் போன்ற காரணங்களால் உண்டாவது.

சிறுநீரக நோயாளர்
(சிறுநீரக செயலிழப்பு டயாலைசிஸ் நோயாளர்)
உணவுக் கட்டுப்பாடு

இவ்வகையான நோயாளர் பின்வரும் உணவுக் கட்டுப்பாட்டு முறையினைப் பின்பற்றுதல் நன்மை பயப்பதாகும்.

சமைக்கும் உணவில் அதிகம் உப்புச் சேர்ப்பதும் பொட்டாசியம் அதிகமுள்ள உணவைத் தவிர்ப்பதும் மிகவும் அவசியமாகும்.

தவிர்க்கவேண்டிய உணவுவகை:

பழம், பழச்சாறுவகை, இளநீர், குளிப்பானம்
வெல்லம், கொக்கோ, சொக்லேட், ஹார்லிக்ஸ், போண்விட்டா போன்றன.
கொட்டை வகைகள், உலர்ந்த பழங்கள்
தகரங்களில் உப்பிட்டுப் பாதுகாக்கப்பட்ட உணவுப் பொருட்கள்

உப்பிட்ட சிப்ஸ், பாப்கார்ண்ஸ், சோடா உப்பு, பேக்கிங் பவுடர், அஜினோமோட்டோ,கார்ன்பிளேக்ஸ், பொரி, பப்பட், வடகம், ஊறுகாய் கேக் வகைகள், பேஸ்ரிஸ், பப்ஸ், பிஸ்கட், பாலாடைக் கட்டி, சூப் வகைகள்சோயா மற்றும் தக்காளி சோஸ், பச்சை வெங்காயம்,
காய்கறிகள் தோல்சீவி சிறுசிறு துண்டுகளாக வெட்டி அதிக நீர்சேர்த்து வேகவைத்த தண்ணீரை வடித்தபின் விருப்பத்துக்கு ஏற்றவாறு சமைக்கவேண்டும். மசாலா மற்றும் தாளிப்பு வகைகள் மிதமான அளவில் உபயோகிக்க வேண்டும்.
மருந்து உட்கொள்ளும்போது உபயோகிக்கக்கூடிய நீரின் அளவு தயிர், மோர், தேநீர், கோப்பி, இரசம், சாம்பார், மற்றும் திரவ உணவுவகைகளை உட்கொண்டாலும் அது தினசரி அளவுக்கு உட்பட்டதாக அமையவேண்டும்.
கால்வீக்கம் உடல்வீக்கம் உடையவர்கள் தண்ணீரையும் உப்பையும் குறைக்கவேண்டும்.
சிறுநீர் குறைவாகப்போனால் தண்ணீர் குடிப்பதைக் குறைக்க வேண்டும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பாதநோய்கள்
(சேற்றுப்புண், பித்த வெடிப்பு, பாத எரிச்சல்)

1. சேற்றுப்புண்ணிற்கு கடுக்காயை அரைத்துச் சேற்றுப்புண் உள்ள இடத்தில் தடவிவிட குணமாகும்.
2. சேற்றுப்புண்ணிற்கு கத்தைக் காம்பினை தேங்காய் எண்ணெயில் கலந்து காய்ச்சி புண் உள்ள இடத்தில் தடவிவிட குணம் தெரியும்.
3. சேற்றுப்புண்ணிற்கு வெந்நீரில் உப்பைப் போட்டு,அந்நீரில் காலைப் பத்து நிமிடம் வைத்து, பிறகு ஈரத்தைத் துடைத்து வாசிலின் தடவிவர விரைவில் குணம் தெரியும்.
4. சேத்துப்புண்ணிற்கு காய்ச்சிய வேப்பெண்ணெயைத் தடவிவர விரைவில் குணமாகும்.
5. பாத எரிச்சலுக்கு மருதாணி இலையை அரைத்துப் பாதத்தில் போட்டு சிலமணி நேரங்களுக்குப் பின்பு வெந்நீரில் கழுவவும்.
6. சேற்றுப்புண் உள்ள இடத்தில் சிற்றாமணக்கு, சுண்ணாம்பு கலந்து இரவில் தடவவும்.
7. பாதவெடிப்பு குணமாக கண்டங்கத்திரி இலைச்சாற்றினை 50 மி.லீ எடுத்து அதே அளவு தேங்காயெண்ணெயைக் காய்ச்சித் தைலமாக்கித் தடவிவரவேண்டும்.
8. பாதவெடிப்பா? பத்து நிமிடம் வெந்நீரில் பாதங்களைக் கழுவுங்கள். பிறகு விளக்கெண்ணெய் ஒரு கரண்டி, பன்னீர் இரண்டு கரண்டி எலுமிச்சை சாறு ஒரு கரண்டி சேர்த்துத் தடவப் பாதம் பளபளப்பாகும்.
9. பாதவெடிப்பா? மாம்பழ்துண்டு ஒன்றை வெடிப்பின் மீது தேய்த்துவர வெடிப்பு சில தினங்களில் குணமாகும்.
10. பாதவெடிப்பா? வேப்பெண்ணையை மஞ்சல் சேர்த்துப் போடப் பித்தவெடிப்புக் குணமாகும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

11. பித்தவெடிப்புக்கு அரசமரத்துபாலை பித்தவெடிப்பின் மீது தடவிவர குணமாகும்.

12. பாத எரிச்சல் குணமாக மருதாணியை எலுமிச்சைச் சாறுடன் கலந்து பாதத்தின் மீது தடவ பாதஎரிச்சல் குணமாகும்.

13. சேற்றுப்புண் குணமாக நொச்சி இலை 50, மருதாணி இலை 50, எருக்கன் பூ சிறிது சேர்த்து அரைத்து நல்லெண்ணெயில் ஊறவைத்து பூச்சாகத் தடவலாம்.

14. கால்களில் வெடிப்பா? கைகால்களில் வெடிப்பு குணமாக மாசிக்காய், கடுக்காய், விளக்கெண்ணெய், வேப்பெண்ணெய், தேங்காய் எண்ணெய் சரிசமமாக கலந்து தடவ குணமாகும்.

15. பித்தவெடிப்பா? நல்ல சுண்ணாம்பு, விளக்கெண்ணெய் கலந்து குழப்பி பித்தவெடிப்பு உள்ள இடத்தில் தடவிவர குணமாகும்.

16. கால் அரிப்பால் புண்ணா? இலுப்பைப்பூ கசாயத்தை புண்களின் மீது தடவிவர குணமாகும்.

17. கால் எரிச்சல் குணமாக சுரைக்காய்ச் சதையை வைத்துக் கட்ட எரிச்சல் குணமாகும்.

18. பித்த வெடிப்பா? கண்டங் கத்திரி இலைச்சாற்றை ஆலிவ் எண்ணெயில் காய்ச்சிப் பூசி வந்தால் பித்தவெடிப்புக் குணமாகும்.

19. வாய்ப்புண் குணமாக அவித்த அகத்திக்கீரை, வெங்காயச்சாறு இரண்டும் கலந்து சாப்பிடவும்

20. நாக்கு புண்ணா? காசுக்கட்டித்தூள்,கடுக்காய்த்தூள் இரண்டையும் வெண்ணெயில் கலந்து நாக்கில் குழப்பி தடவவும்

21. நாவில் வரட்சியா? எலுமிச்சம் பழச்சாறு, நீர், தேன் கலந்து காலையில் சாப்பிட்டுவர விரைவில் குணம் தெரியும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

22. பல்ஈறு வலுப்பெறக் கராம்பை நெருப்பில் கருகாதபடி சுட்டு, கடைவாயில் உமிழ் நீரைவிழுங்கி வரவேண்டும்.

23. பல் வலி நீங்க வேண்டுமா? சிவனார் வேம்பு கொண்டு பல் துலக்கவேண்டும்.

24. வாய்ப்புண் குணமாக காசுக்கட்டி கடுக்காய் இரண்டையும் பொடியாக்கி தேன் கலந்து உண்ணவும்.

25. பல்வலி குணமாக கராம்பினை நசுக்கி வலியுள்ள இடத்தில் வைக்கவும்

26. பல் வலி குணமாக ஒரு வெற்றிலையை இரண்டு கராம்பு சேர்த்து மென்று வலியுள்ள பல்லில் ஒதுக்கி வைத்துக்கொள்ள பல் வலி குணமாகும்.

27. வாய் நாற்றம் நீங்க வெந்நீரில் எலுமிச்சம் பழச்சாறு சேர்த்து கொப்பளிக்கவும்.

28. பல்வலி குறைய உப்பினை ஒரு சட்டியில் வறுத்த சூட்டில் வலியுள்ள இடத்தில் ஒத்தடம் கொடுக்கவும்.

29. பல்வலி குறைய ஆரஞ்சு பழத்தோலினை வாயில் போட்டு மென்று துப்பவும்.

30. வாய் நாற்றம் மறைய துளசி இலையுடன் வெந்தயத்தினைத் தண்ணீரில் நன்றாகக் கொதிக்கவைத்து அந்த நீரில் வாய்கொப்பளித்து வரவும்.

31. வாய் நாற்றமா? வாரம் இருமுறை வெண்டைக்காய் பச்சடி உணவில் சேர்த்து வரவும்.

32. வாய்நாற்றம் மறைய வெந்நீரில் புதினா இலையைப் போட்டு தினமும் வாய் கொப்பளிக்க பின்பு திருப்புகழ் சொன்னால் போல் வாய்மணக்கும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

33. வாய்ப்புண், வாய்நாற்றம் மறைய பப்பாளிப் பழத்தை வாய்முழுவதும் சதைப்பகுதி படும்படி சாப்பிட்டு வரவும்.

34. பல் கூச்சம் நீங்க நெல்லிக்காய் வற்றலை வாயில் அடக்கி மெதுவாக சுவைக்கவும்.

35. வாய்ப்புண் குணமாக சிறிது உப்பு கலந்த மோரினை இவ்வாறு செய்ய குணமாகும்.

36. சொத்தைப்பல் வலியா? பாகற்காயை கசக்கி சொத்தை பல்லின் மீது வைக்கவும்.

37. பல்வலி குணமாக மிளகையும் சர்க்கரையையும் சம அளவு எடுத்து வலியுள்ள இடத்தில் வைக்கவும்.

38. பல்வலியா? புதினாவை வெய்யிலில் காயவைத்து பொடி செய்து அதே அளவு உப்புடன் சேர்த்து வலியுள்ள இடத்தில் பல்லில் அடக்கிக்கொள்ள வேண்டும்.

39. வாய்ப்புண் குணமாக மணத்தக்காளி கீரையை அடிக்கடி சமைத்து சாப்பிடவும்.

40. திப்பிலித் தூள், நெல்லிக்காய்த் தூள், தேன் கலந்து குழைத்து நாக்கில் தடவிவர வாய்ப்புண் குணமாகும்.

41. மாவிலையை பொடிசெய்து பல் துலக்கவும். பல் சுத்தமாகவும் உறுதியாகவும் இருக்கவும்.

42. பல்வலி குணமாக கோவைப்பழம் சாப்பிட பல்வலி குணமாகும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

வீரகேசரி
வார வெளியீடு
THE VIRAKESARI ILLUSTRATED WEEKLY

மரண அறிவித்தல்

அன்னை மடி மகவாக
01 ❖ 06 ❖ 1948

அமலன் அடி மலராக
30 ❖ 10 ❖ 2012

திரு. சின்னத்தம்பி சிவராஜா

யாழ்.வதிரி புலவராவோடையைப் பிறப்பிடமாகவும், கிளிநொச்சி - பரந்தன், அல்லை - மாலுசந்தி, லண்டன் (CROYDON) ஆகிய இடங்களை வதிவிடங்களாகவும் கொண்ட திரு. சின்னத்தம்பி சிவராஜா அவர்கள் 30-10-2012 செவ்வாய்க்கிழமை லண்டனில் இறைவனடி சேர்ந்தார். அன்னார் காலஞ்சென்ற சின்னத்தம்பி, மீனாட்சி ஆகியோரின் அன்புமகனும், காலஞ்சென்றவர்களான தம்பிப்பிள்ளை, தங்கம்மா அவர்களின் பாசமிகு மருமகனும், சரோஜினிதேவியின் (அனுஷா) அன்புக் கணவரும், நவநீதன் (லண்டன்), மஞ்சுளா (லண்டன்), செல்வநீதன் (பிரான்ஸ்), பிரேமினா (லண்டன்), ஆகியோரின் அன்புத் தந்தையும், சுபாகினி, ஜேம்ஸ், பிரபாகரன் ஆகியோரின் அருமை மாமனாரும், சுஜோஸ்தன், அமலஸ்தன், அஜித்சன், மேகனா ஆகியோரின் அன்புப் பேரனும், சதாசிவம், சிவபாதம், இராஜேஸ்வரி, சிவஞானம், சிவலோகநாதன் ஆகியோரின் பாசமிகு சகோதரனும், திருநாவுக்கரசு (பிரான்ஸ்), சுந்தரலிங்கம், யோகராணி, நவரத்தினசாமி (பிரான்ஸ்), ஈஸ்வரன் (பிரான்ஸ்), உருத்திராதேவி (பிரான்ஸ்), அன்னம்மா, நிர்மலாதேவி, கலா, சுசீலாதேவி ஆகியோரின் அன்பு மைத்துனரும், நாகநாதன், கிருபா, ராதா, செல்வநிதி ஆகியோரின் உடன்பிறவா சகோதரனும், மதிவதனன், இராஜேஸ்வரன், இராஜபிரபா, ராஜ்குமார், சுரேயா ஆகியோரின் சிறிய தந்தையும், அமிர்தினி, தினேஷ், தாட்ஷாயினி ஆகியோரின் பாசமிகு மாமனும், வர்ஷினி, சுயன், திவ்யா வர்திகா, திவந்திகா ஆகியோரின் பெரிய தந்தையும் ஆவார். அன்னாரின் பூதவுடல் இறுதிக் கிரியைகளுக்காக 05- 11- 2012 திங்கட்கிழமை காலை 7.00 மணிமுதல் 10.30 மணிவரை அன்னாரது இல்லத்தில் வைக்கப்பட்டு, பின்னர் CROYDON CEMETERRIES AND CREMETORIAM, Mitcham Road, Creoydon, Surrey, CR9 3AT இறுதித் தகனக்கிரியைக்காக எடுத்துச்செல்லப்படும். இவ்வறிவித்தலை உற்றார் உறவினர்கள், நண்பர்கள் அனைவரும் ஏற்றுக்கொள்ளுமாறு கேட்டுக்கொள்ளப்படுகிறார்கள்.

தொடர்புகள்: லண்டன் - 00442086830767. நவநீதன் - 00447985193123
ஜேம்ஸ் - 00447507855066. பிரபா - 00447879683739
செல்வநீதன் (பிரான்ஸ்) - 0033658588426

தகவல்:
குடும்பத்தினர்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உதயன்
தமிழ் தேசிய நாளிதழ்
Uthayan - National Tamil daily

மரண அறிவித்தல்

சின்னத்தம்பி சிவராஜா

யாழ். வதிரி, புலவராவோடையைப் பிறப்பிடமாகவும், கிளிநொச்சி, பரந்தன், அல்லை, மாலுசந்தி, லண்டன் (CROYDON) ஆகிய இடங்களை வதிவிடங்களாகவும் கொண்ட சின்னத்தம்பி சிவராஜா கடந்த 30-10-2012 செவ்வாய்க்கிழமை லண்டனில் இறைவனடி சேர்ந்தார்.

அன்னார் காலஞ்சென்ற சின்னத்தம்பி மற்றும் மீனாட்சி தம்பதியரின் அன்பு மகனும், காலஞ்சென்றவர்களான தம்பிப்பிள்ளை - தங்கம்மா தம்பதியரின் பாசமிகு மருமகனும், சறோஜினிதேவியின் (அனுஷா) அன்புக் கணவரும், நவநீதன் (லண்டன்), மஞ்சுளா (லண்டன்), செல்வநீதன் (பிரான்ஸ்), பிரேமிளா (லண்டன்) ஆகியோரின் அன்புத் தந்தையும், சுபாகினி, ஜேம்ஸ், பிரபாகரன் ஆகியோரின் அருமை மாமனும், சுஜோஸ்தன், அமஸ்தன், அஜீத்சன், மேகனா ஆகியோரின் அன்புப் பேரனும், சதாசிவம், சிவபாதம், இராஜேஸ்வரி, சிவஞானம், சிவலோகநாதன் ஆகியோரின் பாசமிகு சகோதரனும், திருநாவுக்கரசு (பிரான்ஸ்), சுந்தரலிங்கம், யோகராணி, நவரத்தினசாமி (பிரான்ஸ்), ஈஸ்வரன் (பிரான்ஸ்), உருத்திராதேவி (பிரான்ஸ்), அன்னம்மா, நிர்மலாதேவி, கலா, சுசீலாதேவி ஆகியோரின் அன்பு மைத்துனரும், நாகநாதன், கிருபா, ராதா, செல்வநிதி ஆகியோரின் உடன்பிறவா சகோதரனும், மதிவதனன், இராஜேஸ்வரன், இராஜபிரபா, ராஜ்குமார், சுரேயா ஆகியோரின் சிறிய தந்தையும், அமிர்தினி, தினேஷ், தாட்ஷாயினி ஆகியோரின் பாசமிகு மாமனும், வர்ஷினி, சுயன், திவ்யா வர்திகா, தீவந் திகா ஆகியோரின் பெரிய தந்தையும் ஆவார்.

அன்னாரின் பூதவுடல் இறுதிக் கிரியைகளுக்காக இன்று (05-11-2012) திங்கட்கிழமை காலை 7-00 மணிமுதல் 10-30 மணிவரை அவரின் இல்லத்தில் வைக்கப்பட்டு, பின்னர் Croydon Cemeterries and Cremetoriam, Mitcham Road, Creoydon, Surrey, CR9 3AT **இற்குத் தகனக்கிரியைக்காக எடுத்துச்செல்லப்படும்.**

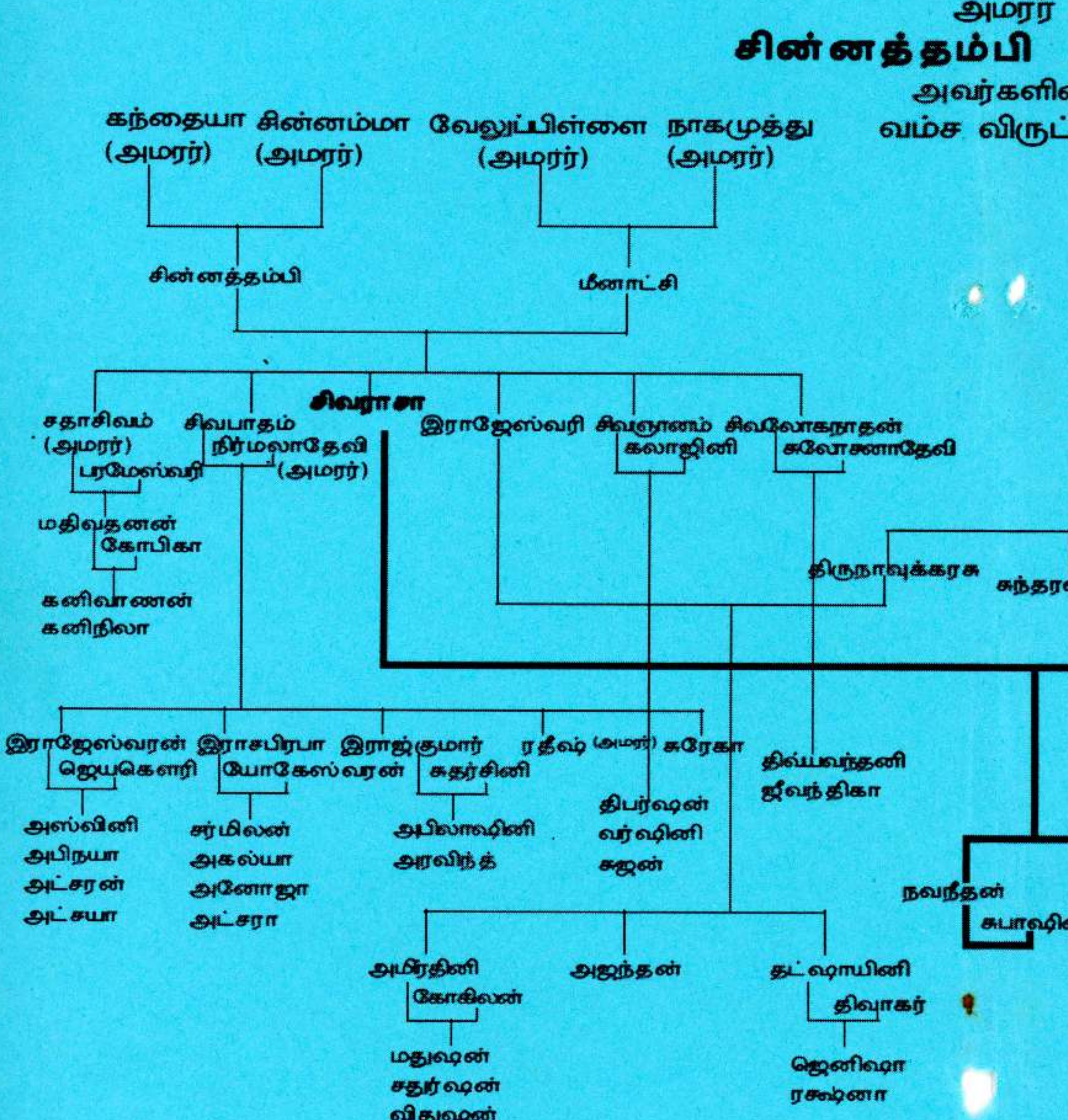
இந்த அறிவித்தலை உற்றார், உறவினர், நண்பர்கள் அனைவரும் ஏற்றுக் கொள்ளவும்.

தொடர்புகள்: லண்டன் - 00442086830767
நவநீதன் - 00447985193123
ஜேம்ஸ் - 00447507855066
பிரபா - 00447879683739
செல்வநீதன் (பிரான்ஸ்) - 0033658588426

தகவல்:
குடும்பத்தினர்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org



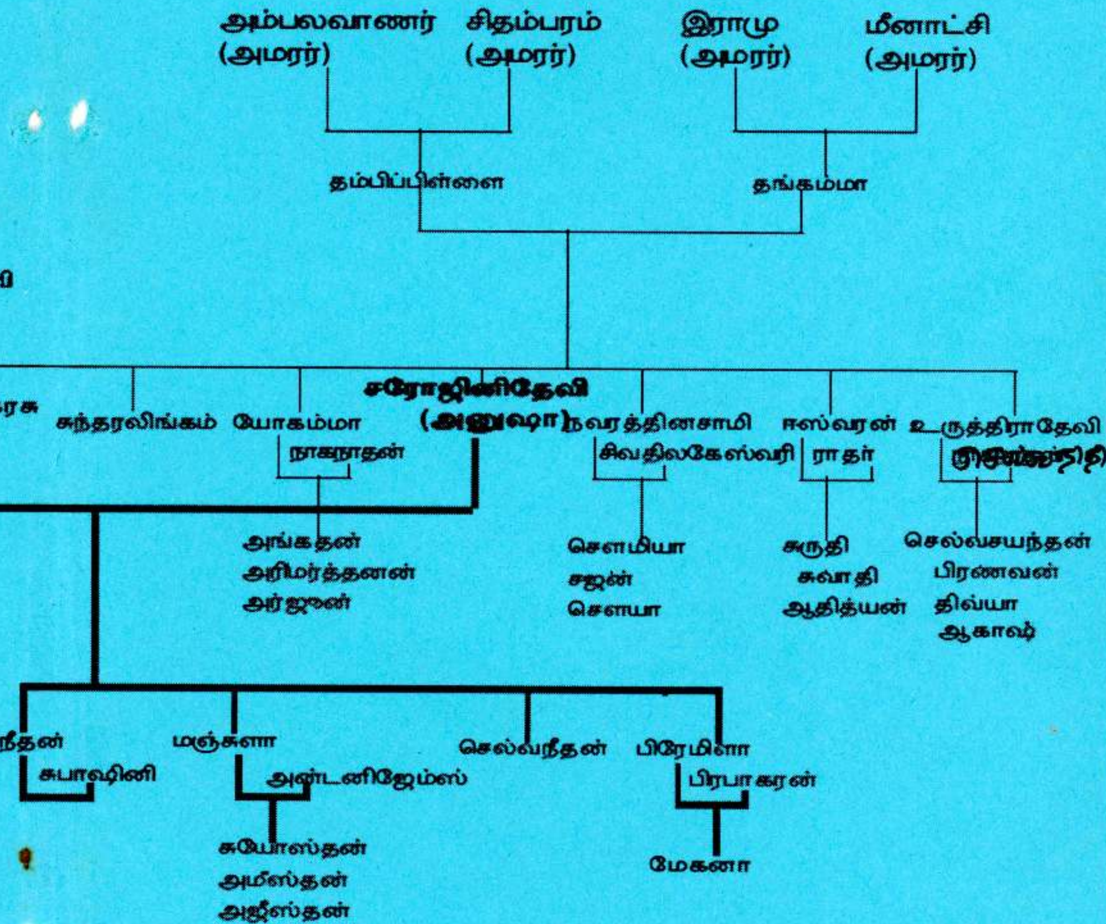
Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர்

ம்பி சிவராஜா

வர்களின்

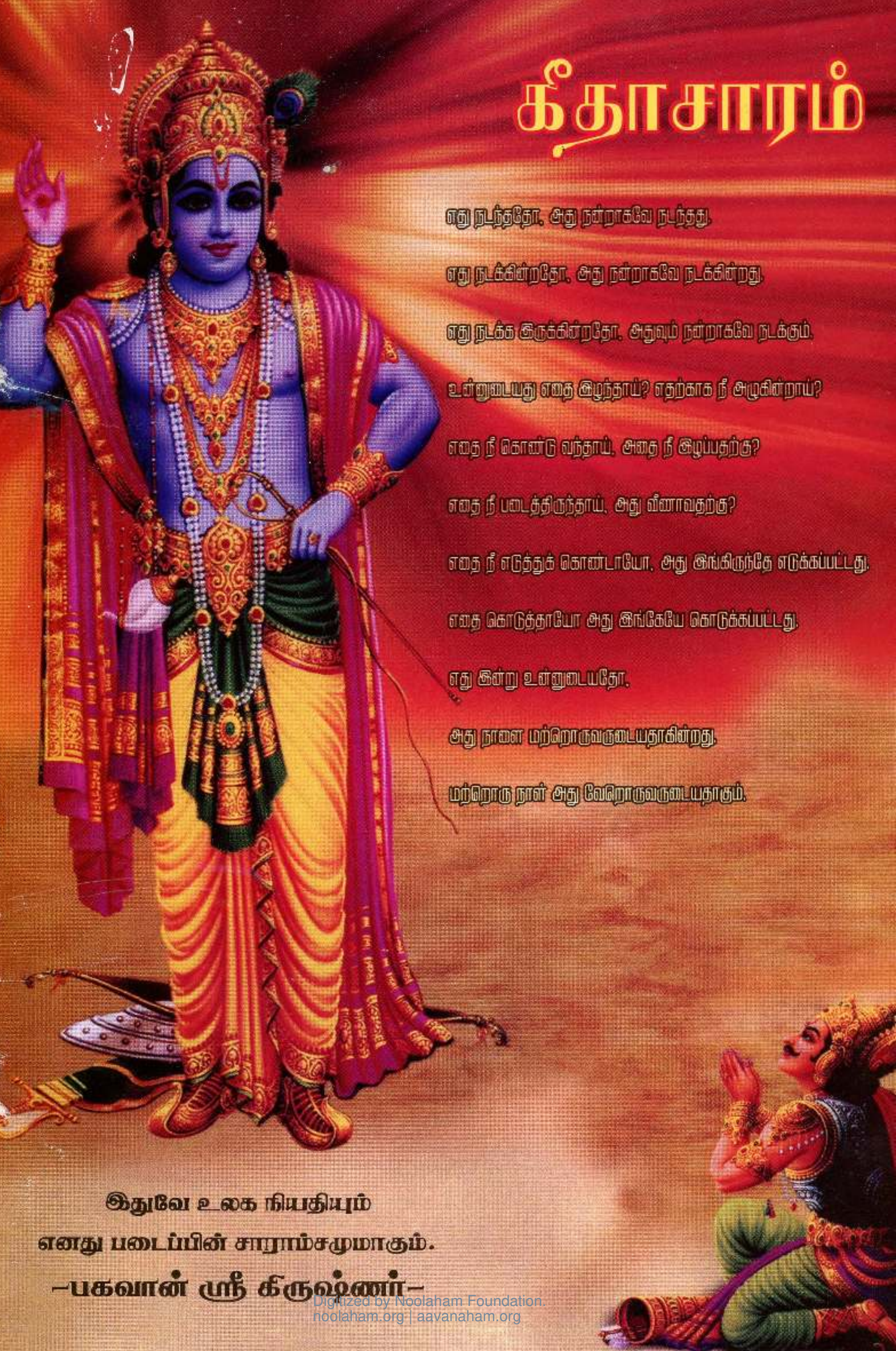
ச விருட்சம்



Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

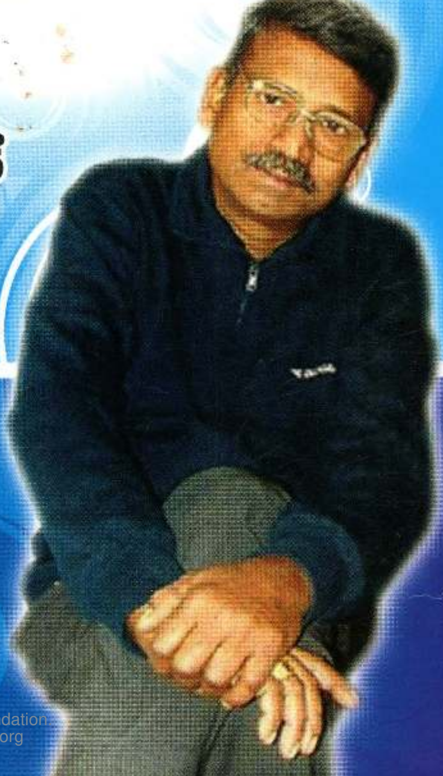


Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சிவதீபம்

எங்கள் இதயத்தின்
இனிமைநீ இசையும்நீ
இழைந்தோடும் இரத்தமும்நீ
எம் குடும்பப் பூங்காவின்
இளமலரும் இன்மணமும்
இளந்தென்றற் காற்றும்நீ
ஊனும் உயிரும்
உயர்வும் உன்னதமும்
காணும் விழியிரண்டிற்
கருமணியும் காட்சியும்நீ
வளந்தந்த திருவும்
வழிநடத்தும் குருவும்நீ
எல்லாமு மாயிருந்து
எல்லார்க்கும் ஒளிதந்த
சிவதீபம் நீயன்றோ
செல்வமே சிவராசா



Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org