



**தவில் நாதம்**



உ

சீவனம்



அமரர்

தவில்வித்துவான், தவில் அரக, கீசைமணி  
வட்டுர் - நடராசா இராமநாதன்  
அவர்களின் நனைவாக மலகும்

**தவில் நாதம்**

08.05.2018



உ

தீந்தமிழில் உருவான  
தேன்மலர் “தவ்வீநாதம்” தந்தைக்குச்

## சமர்ப்பணம்

மண்ணிலே மானுடனாய் மலர்ந்த நாள் முதலாய்  
பண்டிசர்த்து தவிலுடன் தாளநடை நடந்து  
எண்ணம் நிறைந்த என்னினிய தலைவனாகி  
பொற்றாலி கூட்டிய புண்ணியகி  
பற்றுடன் கரம்பிடித்த காதலகி  
நற்றவப் பேறால் பெற்றெடுத்த சீலருடன்  
விருப்புடன் நாம் வாழ்ந்த எம் கூட்டு உறவை  
விட்டுமெ சென்றுவிட்டீர் விண்ணுலகம்  
விழிததும்பும் நீருடன் நினைவுகள் சுமந்தபடி  
கல்வெட்டு மலரான தவ்வீநாதத்தை  
காணிக்கையாக்கி - நின்  
காலடியை வணங்குகிறோம்.

இங்ஙனம்,  
குடும்பத்தினர்.



உ  
சிவமயம்

ஒளி தந்த வீளக்கு

மலர்வு

23

-

04

-

1956

உதீர்வு

23

-

04

-

2018

அமரர்

தவில்வித்துவான், தவில்அரசு, இசைமணி

வட்டுர் நடராசா இராமநாதன்

திதி நிர்ணய வெண்பா

தக்க விளம்பி சார்சித்திரைக் திங்கள்  
மிக்க திதியூர்வ அட்டமி - புக்கதினம்  
சொல்லு தவில் இராமநாதன் உயிர்நீத்து  
நல்ககதிப் பேறடைந்தா ரினிது.



உ

சிவமயம்

## பஞ்சபுராணம்



### விநாயகர் துதி

கணபதி என்றிடக் கலங்கும் வல்வினை  
கணபதி என்றிடக் காலனும் கைதொழும்  
கணபதி என்றிடக் கருமம் ஆதலால்  
கணபதி என்றிடக் கவலை தீருமே.

### தேவாரம்

என்ன புண்ணியஞ் செய்தனை நெஞ்சமே  
யிருங்கடல் வையத்து  
முன்னம் நீபரி நல்வினைப் பயனிடை  
முழுமணித் தரளங்கள்  
மன்னு காவிரி சூழ்திரு வலஞ்சுழி  
வாணனை வாயாரப்  
பன்னி யாதரித் தேத்தியும் பாடியும்  
வழிபடும் அதனாலே.

### திருவாசகம்

கண்களிரண்டு மவன் கழல்  
கண்டு களிப்பன வாகாதே  
காரிகை யார்கள் தம்வாழ்விலென்  
வாழ்வு கடைப்படு மாகாதே



மண்களில் வந்து பிறந்திடு  
 மாறு மறந்திடு மாகாதே  
 மாலறி யாமலர் பாத  
 மிரண்டும் வணங்குது மாகாதே  
 பண்களி கூர்தரு பாடலொ  
 டாடல் பயின்றிடு மாகாதே  
 பாண்டிநன் னாடுடை யான்படை  
 யாட்சிகள் பாடுது மாகாதே  
 விண்களி கூர்வதோர் வேதகம்  
 வந்து வெளிப்படு மாகாதே  
 மீன்வலை வீசிய கானவன்  
 வந்து வெளிப்படு மாயிடிலே.

### திருவிசைப்பா

ஒளிவளர் விளக்கே உலப்பிலா வொன்றே  
 உணர்வுகூழ் கடந்ததோர் உணர்வே  
 தெளிவளர் பளிங்கின் திரள்மணிக் குன்றே  
 சித்தத்துள் தித்திக்கும் தேனே  
 அளிவளர் உள்ளத் தானந்தக் கணியே  
 அம்பலம் ஆடரங் காக  
 வெளிவளர் தெய்வக் கூத்துகந் தாயைத்  
 தொண்டனேன் விளம்புமா விளம்பே!

### திருப்பல்லாண்டு

சீரும் திருவும் பொலியச்  
 சிவலோக நாயகன் சேவடிக் கீழ்  
 ஆரும் பெறாத அறிவு பெற்றேன்  
 பெற்றதார் பெறுவாருலகில்  
 ஊருமுலகுங் கழற வழறி  
 உமை மணவாளனுக்காட்  
 பாரும் விசும்பும் அறியும் பரிசுநாம்  
 பல்லாண்டு கூறுதுமே.

## திருப்பராணம்

தெண்ணிலா மலர்ந்த வேணியா யுற்றன்  
திருநடங் கும்பிடப் பெற்று  
மண்ணிலே வந்த பிறவியே யெனக்கு  
வாலிதா மின்பமா மென்று  
கண்ணிலா னந்த அருவி நீர் சொரியக்  
கைமல ருச்சிமேற் குவித்துப்  
பண்ணினால் னீடி யறிவரும் பதிகம்  
பாடினார் பரவினார் பணிந்தார்.

## திருப்புகழ்

பக்தியால் யானுனைப் பலகாலும்  
பற்றியே மாதிருப்புகழ் பாடி  
முத்தனா மாறெனைப் பெருவாழ்வின்  
முத்தியே சேர்வதற்கருள்வாயே  
உத்தமா தான சற்குண நேயா  
ஒப்பிலா மாமணிக் கிரி வாசா  
வித்தகா ஞான சத்திநி பாதா  
வெற்றி வேலாயுதப் பெருமாளே.

## வாழ்த்து

மறையொடு சைவம்வாழ்க மானிலம் செழித்து வாழ்க  
கறைமிடற்றண்ணலார் தம் அடியவர் இனிது வாழ்க  
பொறையொடு வாய்மை போற்றி புவிதனில் மாந்தரெல்லாம்  
பிறைதவழ் சடையினாரி யருளினால் நீடு வாழ்க.

வான்முகில் வழாது பெய்க மலிவளஞ்சுரக்க மன்னன்  
கோன்முறை யரசு செய் குறைவிலாதுயிர்கள் வாழ  
நான்மறை அறங்கள் ஓங்க நற்றவம் வேள்விமல்க  
மேன்மை கொள் சைவநீதி விளங்குக உலகமெல்லாம்.

திருச்சிற்றம்பலம்.

## அமரர் நடராசா இராமநாதனின் வாழ்க்கைப் பயணம்.....

பிறப்பும், பிறப்பிடச் சிறப்பும் :-

உலக வரைபடத்தில் மாங்கனி வடிவ மணிமகுடத் தீவாகவும், இந்து மஹா சமுத்திரத்தின் நித்திலமாகவும் திகழ்வது இலங்காபுரி. இராவணேஸ்வரனின் நவகோடி சிவலிங்கப் பிரதிஷ்டையால் திருமுலரால் “சிவபூமி” என்று சிறப்பிக்கப்பட்டு இயற்கை அன்னையின் வளங்களும், பண்பாட்டு அம்சங்களும் ஒன்று சேர தமிழ், சிங்களம், முஸ்லீம் என்ற மூவின மக்களும் வாழ்ந்து வரும் வளம்மிகுந்த நாடு இலங்கை.

இவ் இலங்கைத்தீவின் வடபால் பௌதீகவளம் நிறைந்த தேசமாகவும், செந்தமிழும் செல்நெறியும் செங்கணவன் செம்மதமும் வலுப்பெற தமிழர்களின் தாயகமாகவும், தன்னிகரில்லாத் தலைவர்களின் நகரமாகவும், கல்விமான்கள், கலைஞர்கள், தொழிலதிபர்கள், அரசியலாளர்கள், உழைப்பாளர்கள், உத்தமர்கள் என பலவகைப்பட்ட மக்கள் குழாத்தினர் கோலோச்சுகின்ற மாநகரம் யாழ்ப்பாண மாவட்டம்.

இவ் அழகு நிறை மாவட்டத்தின் கிராமங்களில் ஒன்று வட்டூர், சித்தன்கேணி. சங்கானை பிரதேசசபையின் வகைப்பாட்டிற்குள் அடங்கும் இவ்வூர் வளம்தரு தருக்களும், விளைநில வயல்களும், அருள் சுரக்கும் ஆலயங்களும், அறிவுப்பசிபோக்கும் புகழ்பெற்ற கல்விக்கூடங்களும், அறிஞர்கள், கவிஞர்கள், கலைஞர்கள், தொழிலாளர்கள்,



சிவதொண்டர்கள் என பலதரப்பட்ட அம்சங்களால் நிறைவுற்று விளங்குகிறது.

**தாய், தந்தையுடன் சோதரர்களும் :-**

இத்தகு வட்டுக்கோட்டை கிழக்கு, சித்தன்கேணியில் வாழ்ந்து வந்தவரும், பாரம்பரியம் மிக்க தவில் நாதஸ்வர பரம்பரையைச் சார்ந்தவருமான நடராசா அவர்கள் சுதுமலையூர் புவனேஸ்வரி அம்மையாரை மணந்து நடத்திய இல்லற வாழ்வின் பயனாய் ஆறாவது புத்திரனாக 23.04.1956ஆம் வருடம் சித்திரை நட்ஷேத்திரத்தில் ஜனனமானவரே இந்நினைவேட்டின் (தவில்நாதம்) நாயகன் அமரர். இராமநாதன் அவர்கள்.

இவரின் உன்பிறப்புக்களாக நாகரத்தினம், அமரர். முத்துலட்சுமி, அமரர். முருகானந்தம், சுந்தரரம்பாள், இராஜேஸ்வரி, அமரர். சரஸ்வதி, இலட்சுமிஅம்மா, கணேசமூர்த்தி ஆகியோர் விளங்குகின்றனர்.

தாய் தந்தையின் வழிகாட்டுதலில், சகோதர, சோதரிகளின் அரவணைப்பில் வளர்ந்து வந்த அமரரவர்கள் தனது ஆரம்பக் கல்வியை வட்டுக்கோட்டை சுப்பிரமணிய வித்தியாசாலையில் கற்றார். இசைப்பாரம்பரியம் மிக்க குடும்பப் பின்னணியைக் கொண்டதாலும், தந்தையார் சிறந்த தவில் வாத்தியக்கலைஞன் என்பதாலும் தனயனும் கலைப்பாதையுடன் ஈடுபாடு கொண்டவராய் விளங்கினார்.

**கவில்நாதக் தொடக்கமும், குருநாதர் தெரிவும் :-**

பாடசாலைக் கல்விக்கு முற்றுப்புள்ளி வைத்துவிட்டு கலைத்தேவியின் கடைக்கண் பார்வையால் இளவயதிலேயே

கலைப்பயணத்தில் காலடி எடுத்துவைத்தார். தனது பதின்மூன்றாவது வயதில் தந்தையுடன் இணைந்து வட்டுக்கோட்டை கண்ணகை அம்மன் ஆலயத்தில் முதலாவது அரங்கம் கண்டு தவிலிசைத்து பாராட்டுப் பெற்றார்.

தவிலின் மீது இவருக்கிருந்த ஈடுபாட்டை பார்த்துணர்ந்த தந்தையார் தனயனிற்கு தவில் பயிற்றுவிக்க விரும்பி தக்க குருநாதரை அணுகினார். அவர் வேறுயாருமல்ல உலகறிந்த தவில் வித்துவான் லயஞான குபேரபூபதி தெட்சணாமூர்த்திப்பிள்ளை அவர்கள். தாளங்களின் வகைப்பாடு, தாளக்கட்டு, தனி ஆவர்த்தனம், ஐதிகள் போன்ற பல்வேறுபட்ட தவில் நுணுக்கங்களை கற்றுணர்ந்த அமரரவர்கள் இணுவையூர் தவில்வித்துவான் புண்ணியமூர்த்தி அவர்களிடமும் தவில் வாசிப்பு நுட்பங்கள் சிலவற்றை கற்றுத் தேறினார்.

### “இராமநாதகுழு” உதயம் :-

தேர்ச்சிமிக்க குருநாதர்களின் முறையான போதனையால் மங்கள தவில் இசைக்கருவியை கசடறக்கற்று திறமையான தவில் வாத்தியக்கலைஞனாக தன்னை இனங்காட்டி 1980ஆம் வருடம் “இராமநாதன் குழுவினர்” எனும் பெயரில் தனது மங்கள வாத்திய இசைக்குழு ஒன்றை ஆரம்பித்தார்.

சுறுசுறுப்பு, விடாமுயற்சி, சிறந்த குருபக்தி, ஒழுக்கம், பண்பாடு இவற்றை தனது வாழ்வின் இளமை தொட்டு இறுதிவரை கடைப்பிடித்த இராமநாதன், இந்துக்கோவில் விழாக்கள், இல்லங்களில் இடம்பெறும் பூப்புனித நீராட்டுவிழா, திருமண விழாக்கள் போன்ற மங்களகரமான

நிகழ்வுகளில் தனது தவில் வாத்திய இசையை தக்கதாக இசைத்து ரசிகர் நெஞ்சங்களில் தனக்கென தனியான ஒரு இடம்பிடித்தார்.

**மணக்கோழை மகிழ்நிறை மலர்களும் :-**

நாளொரு மேனியும் பொழுதொரு வண்ணமுமாக இளமை மிடுக்கான தோற்றத்தோடு வளர்ந்து வந்த இவரை மணப்பருவ வயதும் வருடி நிற்க, நீர்வேலி கந்தசுவாமி கோவிலடியில் வாழ்ந்து வந்த இராமையா இராஜேஸ்வரி தம்பதியின் வண்ணமகள் மங்கையர்திலகம் நாகேஸ்வரி பெண்மாதை 11.04.1986ஆம் வருடம் காந்தர்வ மணம் புரிந்து மனையாளாய் அணைத்து வசந்தமான வாழ்விலே திளைக்கலானார்.

“வள்ளுவனும் வாசகியும் போல்” இணைபிரியா வாழ்வின் இல்லற தர்மத்தின் பயனால் ஆறு பூக்கள் மலர்ந்து கோர்வையாகி இராமநாதனின் மடியிலே மாலையாகத் தவழ்ந்தன. முதல்வன் தர்சன், அடுத்து தர்சீலன், தர்சனன், தொடர்ந்து தர்சராகவன், சிவசாகித்தியன், கனிஸ்ட புதல்வன் குகவர்த்தன்.

ஆறு புத்திரர்க்கு தந்தையான பெருமையுடன் “கண்ணை இமைகாப்பது போல்” மனைவியையும், மழலைச் செல்வங்களையும் காத்து களிப்புற்று மகிழ்ந்து உறவாடி குடும்பப் பிணைப்பை இறுகப்பற்றி நின்றார்.

**புத்திரர்க்கு குருநாதரும், “இராமநாதன் புதல்வர்கள் அணி” உதயமும் :-**

ஆறு புதல்வர்களும் தனது ஆறு தூண்கள் என்ற பெருமையோடு, கல்விப் படிப்பை பிள்ளைகட்குக் கொடுத்து



கலைப்பாதைக்கும் கைப்பிடித்து அழைத்துச் சென்றார். 1997ஆம் ஆண்டு தொடக்கம் தனது மைந்தர்களிற்கு சிறந்த குருநாதனாக அமர்ந்து கலைக்கல்வி புகட்டினார். “புலிக்குப் பிறந்தது புனையாகுமா?” என்பதற்கிணங்க தனது மைந்தர்கள் தவிலில் மட்டுமல்லாது நாதஸ்வரத்திலும் நாட்டம் கொள்வதை விரும்பி 2002ஆம் வருடம் கலை உறையும் நாடான தென்னிந்தியாவிற்கு பிள்ளைகளை அழைத்துச் சென்று தவில், நாதஸ்வர இசையை கற்றறிய வழிசமைத்தார். தன்னுடைய தொழிலை தனயர்களும் கற்றிட வேண்டும் என்று தானெடுத்த முயற்சி வெற்றியளித்திடவே அந்த மகிழ்வின் பேறாய்,

இதுவரை நானும் “இராமநாதன் குழுவினர்” என்று இயங்கிய தனது வாத்தியக்குழுவை 2005ஆம் வருடம் தொடக்கம் “இராமநாதன் புதல்வர்கள் குழுவினர்” என்று மகிழ்ச்சியுடன் பெயர்சூட்டி புத்திரர்கள் புடைசூழ தனது குழுவை நகர்த்தி வரலானார். இலங்கையின் பல மாவட்டங்களில் மட்டுமல்லாது கடல்கடந்து மலேசியா, சுவீஸ், பிரான்ஸ், ஜேர்மனி, இத்தாலி, ஸ்பெயின் போன்ற வெள்ளைக்கார தேசங்களிலும் தவில்நாதம் ஓங்கி ஒலித்தது. ஈழத்தில் புகழ்பூத்த தவில் நாதஸ்வரக் கலைஞர்கள் மற்றும் தென்னிந்திய கலைஞர்களுடன் தனது பிள்ளைகளும் சிறப்பாக வாத்தியம் இசைத்தமையை நேரில் கண்டு இறும்புதெய்தினார்.

**இரு மைந்தர்களின் இன்றைமும் பேரமகவுகளும் :-**

இளமை வாழ்வின் மணக்கால வயதும் பிள்ளைகளை தழுவி நின்றது. பிள்ளைகளிற்காகவே தனது வாழ்வை

அர்ப்பணித்த அமரரவர்கள் தனது சிரேஸ்ட புதல்வனும், சிறந்த நாதஸ்வரக் கலைஞனுமான தர்சன் சங்கானையூர் மகேந்திரராஜா சரஸ்வதி பெற்றெடுத்த புதல்வி பஞ்சாயகி மீது காதல் கொள்ள பெற்றோரின் அனுமதியுடன் தனது முதல் மருமகளாய் தர்சனின் வாழ்க்கைத் துணைவியாய் இணைத்து மகிழ்ந்தார். இவர்கள் பெற்ற பத்மபிரியன், பானுபிரியன், ராகவர்த்தனி ஆகிய பேரமகவுகளுடன் அன்பு மழை பொழிந்தார்.

அடுத்த புதல்வனும் தவில் வாத்தியக்கலைஞனுமான தர்சீலனிற்ரு கொக்குவிலூர் நந்தகுலசிங்கம் சந்திரவதனி தம்பதியின் புதல்வி கஜிதாவை மணவினையிலிணைத்து வைத்து மனம் மகிழ்ந்தார். இன்பகரமான இனிய வாழ்வில் மனையாள், மக்கள், மருகர், பேரர்களுடன் பாசத்தை, அன்பை ஆழமாய் விதைத்து தலைமைப்பீடத்தின் ஆட்சிப் பொறுப்பை சீராய் இயக்கினார் இராமநாதன்.

**தவில்நாதம் ஓலித்த யாழ்மாவட்ட, பிறமாவட்ட, வெளிநாட்டு ஆயைங்கள் :-**

“இசையால் வசமாகா இதயமெது  
இறைவனே இசைவடிவ மெனும்போது”

**யாழ் மாவட்டம் -**

வட்டுக்கோட்டை கண்ணகை அம்மன், வட்டுர் சிவன், வட்டுர் மோதக மாமரப்பிள்ளையார், வட்டுர் அடைக்கலந் தோட்டம் கந்தசுவாமி, வட்டுர் சங்கரத்தை பத்திரகாளி, அராலி அம்மன், நவாலி முருகமூர்த்தி, கொழும்புத்துறை சந்திரசேகரப் பிள்ளையார், நயினை நாகபூஷணி, நல்லைக்

கந்தன், மாவைக் கந்தன், கீரிமலை நகுலேஸ்வரம், வல்லிபுர ஆழ்வார், பொன்னாலை வரதராஜப் பெருமாள், சீரணி நாகபூஷணி அம்மன், ஈழத்துச் சிதம்பரம், சித்தன்கேணி நாககன்னி அம்மன்.

### பிறமாவட்டங்கள் -

தண்ணீருற்றுப் பிள்ளையார் (முல்லை), வற்றாப்பளை கண்ணகை அம்மன் (முல்லை), திருக்கேதீச்சரம் (மன்னார்), முகத்துவாரம் விஷ்ணு கொழுப்பு, மாமாங்கப் பிள்ளையார் (மட்டக்களப்பு), மாத்தளை முத்துமாரியம்மன், சிலாபம் முன்னேச்சரம், கதிர்காமக் கந்தன்.

### வெளிதேசம் -

ஸ்ரீவிஷ்ணு தூர்க்கை அம்மன் (சுவிஸ்), அரிசுவில் முருகன் (சுவிஸ்), ஓல்டன் முத்துமாரியம்மன் (சுவிஸ்), ரைப்பிங் கிருஷ்ணர் (மலேசியா)

### இராமநாதன் இணைந்து வாசித்த ஈழத்து வித்துவான்கள்:-

மாவிட்டபுரம் சண்முகநாதன் குழுவினர், அளவையூர் N. K. பத்மநாதன் குழுவினர், சாவகச்சேரி பஞ்சாபிகேசன் குழுவினர், இணுவையூர் கோவிந்தசாமி குழுவினர், அளவையூர் M. P. பாலகிருஷ்ணன் குழுவினர், நல்லூர் P. S. பிச்சையப்பா குழுவினர், உடுப்பிட்டி L. S. ஜெகநாதன் குழுவினர், அளவையூர் S. S. சிதம்பரநாதன் குழுவினர், காரைநகர் K. கணேசன் குழுவினர்.



**தவில்நாதத்தை அலங்கரித்த விருதுகளும், பதக்கங்களும்:-**

- ◆ தவில்நாத கலாபூபதி - மடத்துப் பிள்ளையார் ஆலயம், வட்டுக்கோட்டை
- ◆ தவில் இசைமணி - தண்ணீருற்றுப் பிள்ளையார், முல்லைத்தீவு
- ◆ தவில் அரசு - மார்க்கண்டு சுவாமி ஆலயம், மானிப்பாய்.
- ◆ லயவித்தகன் - விஷ்ணு தூர்க்கை அம்மன், சவிஸ்
- ◆ இசை அருட்செல்வர் - ரைப்பிங் கிருஸ்ணர் ஆலயம், மலேசியா

ஸ்ரீதேவி குருகுல சபரிபீடம், சித்தங்கேணி நாககன்னி ஆலயம், புங்குடுதீவு பெருங்காட்டு கந்தசுவாமி கோவில், கந்தர்மடம் மணிகண்டசபை, கோண்டாவில் சபரீஷ ஐயப்ப தேவஸ்தானம், சவிஸ் சைவதமிழ்ச்சங்கம், சவிஸ் அரிசிவில் முருகன் என்பவற்றில் விருதுகளும், பதக்கங்களும் பெற்றார்.

ஆலயங்களில் மங்கள் இசைபொழிந்து அடியவர்களை பரவசப்படுத்தி பட்டங்கள் பதக்கங்கள் பெற்று கௌரவ இடம்பிடித்தார் இராமநாதன்.

**பக்திநெறியும் பஜனை வழிபாடும் :-**

தொழிலோடு மாத்திரம் நின்றுவிடாது ஆண்டவன் மீது அளவற்ற அன்பும் பக்தியும் கொண்டிருந்தார். குடும்ப அங்கத்தவர்கள் சகிதம் ஆலயங்களிற்குச் சென்று பிரார்த்தனை வழிபாடுகளில் ஈடுபடுவார். தனது இறுதிக் காலங்களில் சபரிமலை ஐயப்பனின் அடியவனாகி உன்னதமான மகரஜோதி மண்டல விரதமிருந்து மூன்று தடவைகள் யாத்திரை மேற்கொண்டு மலையேறி ஸ்ரீ ஐயப்பனை தரிசனம் செய்த சிறப்பிற்குமுரியவர். ஐயப்பன் கூட்டுப்பிரார்த்தனை

கனிலும் ஆவலோடு ஈடுபட்டவர். ஐயப்பன் மீது கொண்ட பக்தியால் வட்டுரில் அமைத்த தனது பெருமனைக்கு “மணிகண்ட வாசம்” எனும் பெயர்கூட்டி மகிழ்ந்தார்.

### **தோற்றப்பொலிவும், குணாதிசயமும் :-**

உயர்ந்த கம்பீரத் தோற்றமும், புன்முறுவல் வதனமும். தாம்பூலம் தரித்த வசீகரப் பார்வையும், நேர்கொண்ட போக்கும், எல்லோரையும் அரவணைக்கும் தன்மையும் நிறையப் பெற்றவர். உறவினருடன், நண்பருடன், சக கலைஞர்களுடன் அன்பாகவும் பண்பாகவும் பழகும் குணம் படைத்தவர். அறிவுரைகள், நகைச்சுவைகள் நயம்பட எடுத்தியம்புவார். சிறப்பாக தீர்க்க தரிசனம் மிக்கவர். இதற்கு உதாரணமாக தனது பேரமகவின் பிறப்பை ஆண்பிள்ளை என்று எதிர்வு கூறியதும், தனது அந்திமகால வாழ்வை கணக்கிட்டு தனது பிள்ளைகளை அழைத்து அறிவுரை கூறியதும் நோக்கற்பாலது.

### **அந்திம வாழ்வும் அமர கதியும் :-**

அன்னை தந்தைக்கு நல்ல பிள்ளையாக, சோதர சோதரியர்க்கு உற்ற உடன்பிறப்பாக, இல்லத்தரசிக்கு இயைவான இல்லத் தலைவனாக, உதிரபிள்ளைகட்கு உயிர்த்தந்தையாக, உறவினர், நண்பர்கட்கு நல்ல மனிதனாக வாழ்ந்து வந்த இராமநாதன் அவர்கள் 2016ஆம் வருடம் உடல் நலம் பாதிக்கப்பட்டு மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப் பட்டார். நோயுற்று பாய்தனில் சுருண்ட போதிலும் இவரருகில் எந்நேரமும் வீற்றிருக்கும் மனையாளும், இவரைத் தாங்கி நிற்கும் ஆறு தூண்களும் கட்டி அணைத்து தந்தையை

ஏந்தினர். இரண்டு வருடங்கள் கொழும்பில் சிகிச்சை மேற்கொள்ளப்பட்டது. வைத்தியமும் இறுதியில் கைவிரிக்க, பிறப்பும் இறப்பும் இயற்கையின் நியதி என்பதற்கிணங்க 23.04.2018 திங்கட்கிழமை தான் பிறந்த நாளன்று தனது 62ஆவது அகவையில், விளம்பி வருடம், சித்திரை மாதம், பூர்வபக்க அட்டமியும், பூச நட்ஷேத்திரமும் கூடிய வேளையில் கட்டிய மனைவி கதறித்துடிக்க, பெற்றெடுத்த புத்திரர்கள் சுற்றிநின்று கண்ணீர் சிந்த, சோதரர்கள் உருகிநிற்க, மருகர்கள் மனம் விம்ம, ஊட்டி வளர்த்த பேரர்கள் உருக, அயலார் நண்பர் ஆற்றாதேங்கிட தெல்லிப்பளை ஆதார வைத்தியசாலையில் காலை 9.35 மணியளவில் இராமநாதன் என்ற “தவில்நாதம்” அடங்கி அமரகதிப் பேறடைந்தார்.

ஓம் சாந்தி! சாந்தி!! சாந்தி!!!





## மனைவி புலம்பல்

பிறப்பினிலே நல்லவராய்  
வந்துதித்த நாயகரே....  
கை கோர்த்த நாள் முதலாய்  
கண் கலங்காது காத்தவரே....

குடும்பம் தான் பார் புகழ்  
பாடுபட்டு உழைத்தவரே....  
வேதனையில் நான் தவிக்க  
பாதியிலே பிரிந்தவரே  
உங்கள் முகம் காண நானும்  
பாரினிலே தவிக்கின்றேன்.

## பிள்ளைகள் புலம்பல்

நம்மைப் எமைப்பெற்றீர்  
நல்லவராக்க உழைத்திடீர்  
அன்பொடு பண்பு நெறிகாட்டி  
ஆலம்விழுதென எமை வளர்த்தீர்

எமக்கு வேண்டுமானவற்றை கேட்காமலே  
விரும்பி விரும்பி செய்தீரே  
கண்ணை இமை காப்பது போல  
எம்மை நீர் காத்தீரே

உந்தன் முகளழில் பார்க்கையிலே  
துன்பமேகமும் கலைந்தோடும்  
இனி யார் முகத்தைப் பார்த்து நாம்  
அப்பா என்று அழைப்பதுவோ

## மருமக்கள் புலம்பல்

அன்பினில் தலைசிறந்த மகானே!  
அரவணைப்பில் உயர்ந்த குணாளரே!  
ஆணவமற்ற இனிய மாமனாரே!  
இன்முகம் காட்டுவதில் இனியவரே!

மக்களே என மருமக்களை அழைத்தவரே!  
வெம்மி துடிக்கிறது எம் - நெஞ்சம்  
உம் பிரிவை ஏற்க மறுக்கிறது - எம் இதயம்  
ஏன் மாமா எமை விட்டுச் சென்றீர்

மாமா நீவிர் இறக்கவில்லை - எம்  
இதயத்தில் இறைவனாய் உறைந்துவிட்டீர்  
எம் உயிர் மூச்சுள்ளவரை  
எம் இதயம் உமை எந்நாளும் வணங்கும்

## பேரமக்கள் புலம்பல்

அப்பப்பா என்றழைத்தோம்  
அன்புடன் மடி சேர்த்தோம்  
காலனும் வந்தும்மைக்  
கடத்திச் சென்றானோ!

இனியாரை நாம் அழைப்போம்  
அப்பப்பா அப்பப்பா  
கனிவான உமை இழந்து  
கலங்கி நாம் நிற்கின்றோம்.!

## தவில்சைத்த கலைஞனுக்கு கவியால் அஞ்சல்கள்.....

தவிலால் இசை தந்த கலைவிருட்சம் - இன்று  
வேரிழந்து வீழ்ந்ததுவோ வட்டு நகரிலே  
மங்கள இசைபொழிந்த இராமநாதன் - வாழ்வின்  
மரணப்படுக்கையிலே மீளாத்துயிலானார்

ஆலயங்கள் மங்கள நிகழ்வுகளில் - இனிய  
அற்புதக் கலைஞனின் தாளதவில்ப்பயணம்  
தவிலிலே தடம்பதித்த மனிதனுடல்  
பறை முழங்க படையில் ஊர்ந்து சென்றதுவே

நடராசா தம்பதிக்கு நல்லமகன் - இராமநாதன்  
நட்பாய் கரம்தந்த நல்ல தோழன்  
உதிர உறவுகட்கு உற்றதேகம் - தன்  
உயிர் தந்த பிள்ளைகட்கு நல்லகுருநாதன்

ஐயப்பன் அடியவனாய் தானிருந்து - ஐயன்  
முத்திரை மாலையிட்டு நோன்பிருந்தார்  
தவில்க்கழி பிடித்து நின்றீர் கரம் ஒன்று சாய்ந்ததுவோ  
தக்க கலைஞன் உயிர் தரணியில் மறைந்ததுவோ?

அன்னாரின் இழப்பால் துயருறும் குடும்பத்தார்க்கு  
எமது ஆழ்ந்த அனுதாபங்கள்.

கவிஞர். ஸ்தபதி செ. சண்முகநாதன்,  
“கலாலயா” மயிலிட்டி.

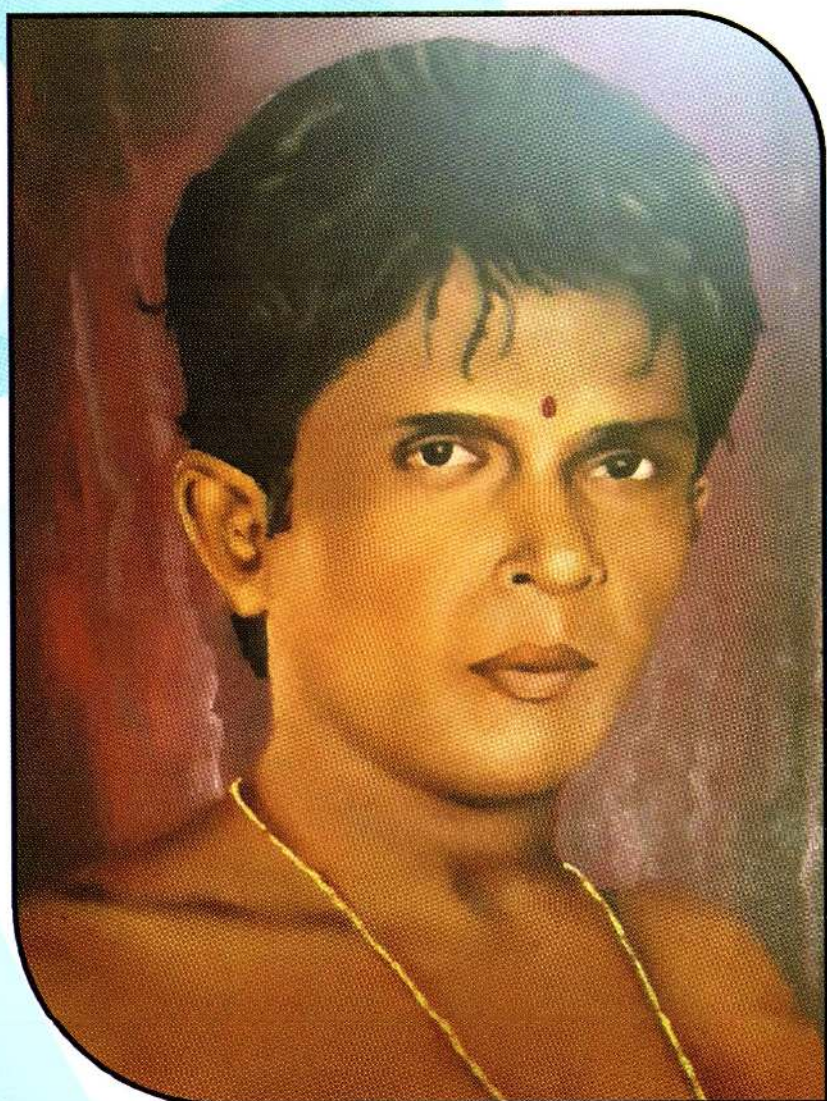




ஸ்ரீவிஸ்ணுதூர்க்கை அம்மன் ஆலயத்தில் (சவிஸ்)  
சரஹணபவானந்த சுவாமி அவர்களிடம் விருது வாங்கும்போது.....



ருளைகளில்ருந்து.....



கலைஞனால் வரையப்பட்ட அமரரின் ஓவியம்





ருளைவுகளில்ருந்து.....



பாராட்டு விழாவில் பதக்கம் பெற்ற போது.....





## ருளைஅதில்ருந்து.....



உரையாற்றும் போது.....



சிவசாகித்யன் அவர்களுடைய அரங்கேற்றத்தின் போது  
2007



## நுனைவுகளில் மூர்த்தி.....



நவராத்திரி பூஜையின் போது சுவிஸில்....



அன்னாருடைய இல்லத்தில் (மணிகண்டவாசகம்)

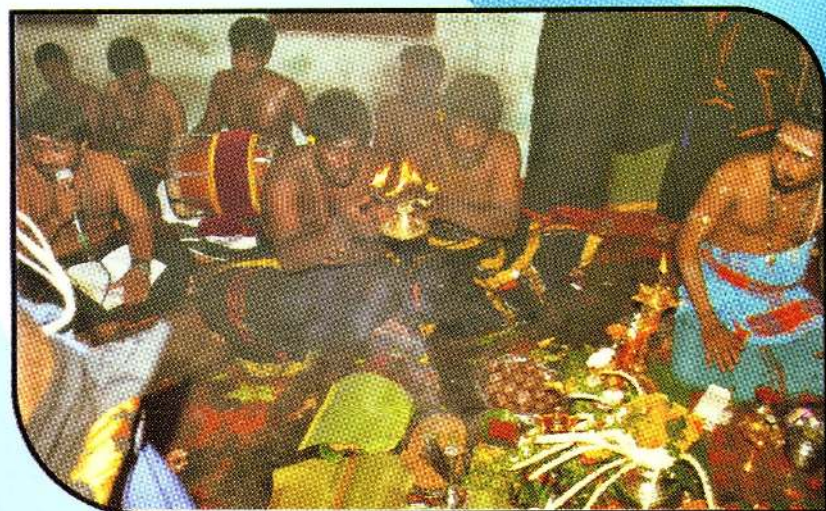




## ருளைஉதளில்ருந்து.....



ஸ்ரீவிஸ்னுதூர்க்கை அம்மன் ஆலய திருவிழாவின் போது (சுவிஸ்)



முதலாவது ஐயப்பன் யாத்திரையின் போது.....





ருளைவுகளில் ஞூருது.....



நேர்த்திக்கடன் செலுத்தும்போது.....



குடும்பத்தினருடன்.....



ருளைவுகளில் ஒரு து.....



பிரான்ஸில்.....



ஜேர்மனில்.....





## ருளைஅதில்ருந்து.....



சுவிஸில்.....



சுவிஸ் நண்பர்களுடன்.....





ருளைஅதில்ருந்து.....



அன்னாரின் இளமைத்தோற்றம்



சுளைகளில் ஓடுது.....







எமது குடும்ப நண்பன் அவர்களின் இரங்கற்செய்தி

# கண்ணீர்க்காணிக்கை

தோற்றம்

மறைவு

1956

04

23



2018

04

23



வட்டுர் தவில் வித்துவான் , தவில் அரக, இசைமணி

## அமரர் நடராசா இராமநாதன்

அஞ்சலியால் நெஞ்சமதை கரைய வைத்தாயே நீ  
எல்லாம் உதிர்ந்துபோக  
எஞ்சி கிருக்கும் வேர் என்ற மூலம் உயிரோடு மட்டுமே  
மொட்டையாய் நிற்கும் பனிக்கால மரத்தைப் போல  
நிற்கிறோம் நாம்.  
ஒரே நாளில் சட்டென்று வந்த துக்கமல்ல கிது  
சிறுகச் சிறுக எம் கிதய உண்டாயலில்  
கண்ணீர் கண்ணீர் என்று விழுந்து...  
சேமித்துக்கொண்ட துக்கம்  
சட்டென்று கின்று...  
ஓர் கிழமையாய்க் கொட்டியபோது  
எம் நெஞ்சம் வலிக்க  
அடையும் உட்கள் ஆத்மா சாந்தி !

அமரரான நடராசா இராமநாதன் அவர்களின் ஆத்ம சாந்தி அடைய  
எல்லாம் வல்ல கிறைவனை வேண்டி ஆற்றொணாத்துயரத்துடன் வாரும் உறவுகள்  
அனைவருக்கும் எமது ஆழ்ந்த இரங்கலை பதிவுசெய்கின்றோம்.

**ஓம் சரந்தி! சரந்தி!! சரந்தி!!!**

மலேசியா  
25.04.2018

ஆழ்ந்த ஆயாத்தூடன்  
கோகிலன் செல்லம் (தவில்)

# இதய அஞ்சலி

அமரர்

நடராசா இராமநாதன்

தோற்றம் :- 23.04.1956

மறைவு :- 23.04.2018

நீர் எம்மைவிட்டு மறைந்து போனாலும்  
உம் பிரிவுத்துயரம் தாங்காது அழுகின்றோம்  
நெஞ்சோடு உம் நினைவு நித்தமும்  
உறவாட வைத்துச் சென்றீரே!  
எம் அருகில் இணைந்து நிற்கும்  
உணர்வுடன் அல்லவா ஏங்குகின்றோம்  
உமது பாச நினைவுகள் என்றும்  
எம்மை விட்டகலாது கண்ணீருடன்  
உங்களது ஆத்மா சாந்திக்காக  
இறைவனை பிரார்த்திக்கின்றோம்.

ஓம் சாந்தி ...ஓம் சாந்தி...ஓம் சாந்தி..

மிரிவால் துயருற்றிருக்கும் குடும்பத்தினருக்கு  
எமது ஆழ்ந்த அனுதாபங்களை  
தொரிவித்துக் கொள்ளுகின்றோம்.

கிருபாகரன் (கிளி) குடும்பத்தினர், சங்கானை



# கண்ணீர் அஞ்சல்

மண்ணில்

விண்ணில்

23



04



1956



23



04



2018

வடூர் தலைத்துவாள் தலை அஞ்சல்

அஞ்சல்

## திரு.நடராசா இராமநாதன்

காலனவன் விரித்த வலை கருகதியில் வாங்குவிட

கணகாலம் நிலலாமல் காற்றாயி நீர்

சென்றுவிட காலமதை எவ்வாறு இனி

கழித்திருவோம் என்கிற கண் கலங்கி நின்கின்ற உம்

உறவுகட்கு ஆறுதல் யார்?

ஐம் சரந்தி !! ஐம் சரந்தி !! ஐம் சரந்தி

அன்னாசின் பிரிவால் நாயகநிற்கும் கரும்புகிணகட்கு  
எமது ஆழ்ந்த அனுதாபங்களைத் தெரிவிக்கும் காலனவதோடு  
அவரின் ஆத்மா சாந்தியடைய இறைவனைப் பிராந்திதிகின்றோம்

நாயர் பக்ரூம்

தொல்புரம்

மடத்துல் பீனையார் பெர்ரமனிய கவால் கோயில்

10 திருவிழா உபயகாரர்

திரு.க.நத்தகுமாரன் (ஜி.பி)

25.04.2018



# கண்ணீர் காணிக்கை

பிறப்பு

23

04

1956



இறப்பு

23

04

2018

அமரர்

## நடராஜா இராமநாதன்

அன்பு எனும் அரவணைப்பில்

அறிவு எனும் ஆழ்கடலில்

தீங்குதனை விரும்பாது!

எல்லோற்கும் வழிகாட்டியாய்

கிரந்த அன்புத்தெய்வமே!

எத்தனை ஆண்டுகள் சென்றாலும்

உங்கள் நினைவுகள் என்னைன்றும்

எங்கள் நெஞ்சை விட்டகலாது.

அன்னாரின் பிரிவால்

துயருற்றிருக்கும் அவரது குடும்பத்தினருக்கு எமது ஆழ்ந்த

அனுதாபங்களைத் தெரிவித்துக்கொள்கின்றோம்.

- பிரிவைப்பாக்கும் -

நாக்பு கிராமிய கலைக்கழ

வட்டுமேற்கு வட்டக்கோட்டை.

(கலைஞர்கள்)

# கவயர்வரீர் அஞ்சலி

தவில் இசை அரங்க, தவில் இசைமணி ,  
அமரா. நடராசா இராமநாதன்

சிக்கல்கள் எழுந்த புலியில் நிறந்து வடக்கோட்டை வளரவிட, சித்தன்சேனியலில் வாழ்ந்து கலை உலகுக்கு வழங்கும் மேடி கந்திரே தங்கனது பின்னணிகளையும் எம்மணன்களுக்கு புலன் புத்த வித்தியார்க்காக ஆக்கியவரே. ஞானவையரவர்ப் வகுப்பான் ஆயத்திக்கு ஏழைக கந்து கடவுட்ப் வாகுட்கள் தருகின்றன வ்ழங்கு யரும் வன்றிரே, குய்யாரிழைத்திக்கு விர்ணனகாரின் மயங்கன இசை ஓலிக்க வேறும் வன்றிரே.....

தேற்று சிரித்தபடி நியமாய் இருந்தவரே

கன்முடி விழியதற்கன் கதை முடிந்து போனவதங்கே ?

ஈவிரக்கம் இல்லா காலன் எங்கு வொன்றி வசன்றான்

உதரிய மறுவலில் உகசி நுணைத்து போல

உன் மறைவுக் கெய்தி கேட்டு உதிரலும் உறைந்ததையா

நன்றாய் அழுகின்றாய் நினைத்ததுமே அழுகின்றாய்

உள்ளததல் நுவலல்லாம் உன்னி உன்னி அழுகின்றோம்

நந்தமும் உன் தவில் சத்தம் நினைவில் துடிக்குய்யா

நிற்கும் போது நீ மட்டும் அழுதாய் - இன்று

ஆக்கும் போது உரே அலறுதையா.....!!!

உம் கந்தி கந்தி!! கந்தி!!!



தோற்றம்

23

04

1956

மறைவு

23

04

2018

அன்னாரின் பிரிவால் துயருறும் நல்லாட்சி உதயகலை ஞானசுரவர் அடியை வந்தவர்கள் சிந்தன்கேணி.

# கண்ணீர் அஞ்சலி

பிறப்பு  
24  
04  
1956



அமரர்

இறப்பு  
23  
04  
2018

## நடராஜா இராமநாதன்

உங்கள் பீர்வால் வாடுகின்றோம்  
உங்கள் பீர்வுத்துயர் எமை  
அனலாய் சுட்டுடிக் கின்றோ  
நீங்கள் எம்மை விட்டு அகன்றாலும்  
உங்கள் நினைவுகள்  
எம்மை தீயலாய் தொடருமே  
உங்கள் ஆத்மா சாந்தியடைய  
கிறைவனை வேண்டுகின்றோம்  
ஓம் சாந்தி ! சாந்தி !! சாந்தி !!!

- பிரிவையுட்கும் -  
அரிகரன் குடும்பத்தினர்  
குளத்தடி வீதி சங்கானை



# கண்ணீர் அஞ்சலி

மலர்வு

23

04

1956



உதிர்வு

23

04

2018

அமரர்

**நடராஜா இராமநாதன்**

பூக்கி உரித்தி கொடுக்கக் குடிப்பீயா!

பூவுக்கிடுகார் மனம் வெடிக் குடிப்பீயா!

பூக்கிடுகார் மீண்டுமே உரித்தி வாழ்வு தென்ற

பூவுக்கிடுகார் புலம்பி நெடுநில அடிக்கின்றாரே

ஆண்டவா தென்றான் பரித்திடுகோ!

அந்தபத்திடுகார் முறித்திடுகோ!

ஓம் சாந்தி ! சாந்தி !! சாந்தி !!!

- பிழைப்புகும் -

மருமகன் பேரப்பிள்ளைகள்

(கரந்தன் உழர்காவல்துறை, அல்ஹாபிட்)





# கண்ணீர் காணிக்கை

மலர்வு

1956

04

23



உதிர்வு

2018

04

23



ஐரோப்பா புகழ் தவில் நாதஸ்வர வித்துவான்கள்  
வட்டு ஊர் மைந்தர்களின் தந்தை தவில் வித்துவான்

## அமரர் நடராஜா இராமநாதன்

காற்றில் வந்த செய்தி கேட்டு  
கலங்கியதே எம் நெஞ்சம்  
நேற்றுவரை கண்ட உங்களை  
நொடிப் பொழுதில் காணோம் இன்று  
இற்றவரை நாம் எண்ணவில்லை  
காலனுக்கு என்ன அவசரமோ?  
எம்மை சுதி கலங்க வைத்து விட்டார்  
ஏதிலியாய் நாம் தவிக்க  
அணைத்து விட்டான்

அன்னாரின் பிரிவால் துயருறும் குடும்பத்தினருக்கு  
எமது ஆழ்ந்த அனுதாபத்தை தெரிவித்துக் கொள்கின்றோம்

பிரிவால் துயருறும்  
நோர்வே நண்பர்கள்

# அணையாத தீபத்திற்கு எமது அஞ்சலி

தோற்றம்

1956

04

23

மறைவு

2018

04

23



வடூர் தவில் வித்துவான் , தவில் அரசு, இசைமணி

## அமரர் நடராசா இராமநாதன்

வேதமும் வேள்வியும் ஆயினார்க்கு  
மெய்ம்மையும் பொய்ம்மையும் ஆயினார்க்குச்  
சோதிய மாய் இருள் ஆயினார்க்குத்  
துன்பமுமாய் இன்பம் ஆயினார்க்குப்  
பாதியு மாய் முற்றும் ஆயினார்க்குப்  
பந்தமு மாய் வீரும் ஆயினார்க்கு  
ஆதியும் அந்தமும் ஆயினார்க்கு  
பரமபதம் எய்த பிரார்த்திக்கின்றோம்

அமரரான நடராசா இராமநாதன் அவர்களின் ஆத்ம சாந்தி அடைய  
எல்லாம் வல்ல சிறைவனை வேண்டி ஆற்றொணாத்துயரத்துடன் வாடும் உறவுகள்  
அனைவருக்கும் எமது ஆழ்ந்த இரங்கலை பதிவுசெய்கின்றோம்.

ஓம் சாந்தி! சாந்தி!! சாந்தி!!!

கீர்த்தியா  
25.04.2018

ஆழ்ந்த ஆயத்தூடன்  
ராஜகோயால் (நாநஸ்வரம்)



# விழிநீர் அஞ்சலி

தொற்றம்

மறைவு

23

23

—  
04

—  
04

—  
1956

—  
2018



தவில் இசை அரசு - தவில் இசைமணி வட்கூர் தவில் வித்துவான்

## அமரர் நடராஜா இராமநாதன்

நேற்றுச் சிரித்தபடி நிஜமாய் கிடைத்தவரே

கண்மூடி விழிப்பதற்குள் கதை முடிந்து போனதொங்கே

பாசமெல்லாம் பற்றறுத்து பரிதவிக்க விட்டுவிட்டு

ஊரே அழ வைத்து விட்டு ஓடி மறைந்த தெங்கே

உயிரோடு கலந்து உணர்வோடு உறைந்தவரே

உள்ளம் துடிக்குது உங்கள் பிரிவை தாங்காமல்

உங்கள் கிதயத்தின் நேசத்தை எங்களால்

என்றும் மறைக்க முடியாது.

அன்றாடி பிரிவால் துயருற்றிருக்கும் குடும்பத்தினருக்கும், உத்தர, உறவினர், நண்பர்கள் சகலவருக்கும்  
எமது ஆழ்ந்த அனுதாபங்களை தெரிவிப்போடு அன்னாரின் ஆத்மா சாந்தியடைவ வளம் வல்ல திறைவளை வேண்டுகின்றோம்.

அன்னாரின் பிரிவால் துயருறும்,

**கி. இராஜசேகர் குடும்பம்**

துணைவி



# கண்ணீர்க்காணிக்கை

தோற்றம்

மறைவு

1956

2018

04

04

23

23



வடூர் தவில் வித்துவான் , தவில் அரசு, இடைமணி

அமரர் **நடராசா இராமநாதன்**

மிரிவு நம்மைப் பேதலிக்கச் செய்யும்.  
 அதிலும் அன்பின் மிரிவு ஆற்ற முடியாதது.  
 அது எப்படியோ இந்தப் மிரிவென்ற சொல்லுக்கு  
 போராளும் இடமாக நெஞ்சமே அமைகிறது.  
 நெஞ்சத்தைப் பார்க்க யாரால் முடியும்.  
 அடைக ஆறுதல்!!  
 இழக்க முடியாத இழப்பு நம்மை  
 வளர்த்தெடுத்த நாடனே....

அமரான நடராசா இராமநாதன் அவர்களின் ஆத்ம சாந்தி அடைய  
 எல்லாம் வல்ல இறைவனை வேண்டி ஆற்றொணராத்யரத்துடன் வாடும் உறவுகள்  
 அனைவருக்கும் எமது ஆழ்ந்த இரங்கலை பதிவுசெய்கின்றோம்.

**ஓம் சரீதி! சரீதி!! சரீதி!!!**

தாவடி  
 25.04.2018

ஆழ்ந்த ஆழந்த ஆடன்  
 மகேந்திரன் குடும்பம்  
 (நாதஸ்வரம்)

# கண்ணீர் அஞ்சலி



மலர்வு

23

04

1956



உதிர்வு

23

04

2018

அமரர்

## நடராஜா இராமநாதன்

மனம் திறந்து யுகியெங்கள்  
மணங்களில் இடம் பிடித்தாயே  
தினம் நீ நடந்த வீதியின்று  
திணறிய் போய் கிடக்கிறதே  
தேடி வந்த உறவுகளிங்கு  
செய்வதறியாது தவிக்கிறதே  
நாடி வந்து உறவுகளெல்லாம்  
நாவிழந்து போனதுவே

ஓம் சாந்தி ! சாந்தி !! சாந்தி !!!

- பிரிவால் தயருறும்-

பெறாமகள், பேரப்பிள்ளைகள்

(குணைவி)

# கண்ணீர்அஞ்சலி

தோற்றம்

மறைவு

1956



04

23



2018

04

23



வடூர் தவில் வித்துவான் , தவில் அரசு, இசைமணி

## அமரர் நடராசா இராமநாதன்



மௌனங்கள் சூழ்ந்து கொள்ள  
மனங்கள் மௌனம் கொள்ள  
உங்களைப் பார்த்திருந்த வீழ்கள்  
கண்ணீரால் கரை புரள  
உங்களை ஆழந்ததால்  
எங்கள் மனம் துழக்கிறது!  
காலத்தின் கோலமோ???



கடவுளின் நடாட்டமோ???

காலம் பல உருண்டோடினாலும் காலாவதியாகாத  
உங்கள் நினைவுதான் எமக்கு ஒளியாகும்  
வீடியல்கள் அஸ்தமனமாக  
வில்வீட்ட உங்களது  
ஆத்மா சாந்தியடைய  
அறைஞ்சுகின்றன எங்கள் ஆதயங்கள்

அமரான நடராசா இராமநாதன் அவர்களின் ஆத்ம சாந்தி அடைய  
எல்லாம் வல்ல இறைவனை வேண்டி ஆற்றொணாத்துயரத்துடன் வாறும் உறவுகள்  
அனைவருக்கும் எமது ஆழ்ந்த சிரங்கலை பதிவுசெய்கின்றோம்.

ஓம் சரீதி! சரீதி!! சரீதி!!!

25.04.2018



ஆழ்ந்த ஆழ்ந்த  
புனிமலை குடும்பம்



# கண்ணீர் அஞ்சலி

பூமியில்  
வருகை

23

04

1956



சிவனடியில்  
சேர்க்கை

23

04

2018



அமரர்



## நடராசா இராமநாதன்

மாபெரும் தவில் வித்துவான் நடராசா இராமநாதனுக்கு எங்கள் அஞ்சல்

வடூர் தவில் வித்துவான் , தவில் அரசு, இசைமாமணி நடராசா இராமநாதனின் மறைவு கேட்டு பேரதிர்ச்சியும் பெரும் துயரும் கொண்டாண்டுள்ளோம்.

அன்னாரின் சிழப்பு ஈழத்து இசை உலகத்திற்கு ஈடு செய்ய முடியாத பேரிழப்பாகும். தன் வாரிசுகளாக தவில் நாடல்வர வித்துவான்களை ஈழமணியிற்று தந்துவிட்டு அன்னார் இறைவனடி சேர்ந்துவிட்டார். தனித்தவில் கச்சேரிகள் நடக்கும் மேடைகளில் எல்லாம் அமரரின் தவில் ஓசைக்கும் மங்கள இசைக்கும் அன்னாரே கதாநாயகனாக விளங்கி வந்தார் என்பதை நாம் அனைவரும் அறிவோம். அமரர் அராலி ஆவரம்பிட்ட அம்பாளின்திருவிழா காலங்களில் குறிப்பாக சங்காரிசைகத் தினத்தன்று தவறாது தனது பங்களிப்பை தந்ததோடு தன் பிள்ளைகளையும் பங்கேற்றசெய்த பெரும் வித்துவான் ஆவர்.

அன்னாரின் சிழப்பால் ஆறாத துயரில் மூழ்கிஉள்ள அன்னாரின் குடும்பத்தினருக்கும், கலை உலக மக்களுக்கும் ஆறுதல் கூறி அன்னாரின் ஆத்மா சாந்தி அடைய எல்லாம் வல்ல ஆவரம்பிட்ட ஆச்சரிய வணங்கி நிற்கின்றோம்.

ஓம்சாந்தி! ஓம்சாந்தி! ஓம்சாந்தி.

அராலி ஆவரம்பிட்டி  
அம்பாள சங்காரிசைக குழு

## கண்ணீர் அஞ்சலி

மண்ணில்

23



04



1956



விண்ணில்

23



04



2018

அமரர்

**நடராசா இராமநாதன்** அவர்கள்  
(வட்டு தவில் வித்துவான், தவில் அரங்கம், இலாசை)

வட்டு தெற்கு மாவட்ட வட்டுக்கோட்டையை நிரந்தர வசிப்பிடமாகக்கொண்ட நடராசா இராமநாதன் அவர்கள் 23.04.2018 காலமானார் அன்னார் நாகேஸ்வரியின் அன்புக் கணவராவார் இவர் நற்குணமுடையவர் இறைபக்தி கொண்டவர் நல்ல பண்பாளர் இவரது சகோதரர்களான அமரர் முருகநாதன், கணேசமூர்த்தி ஆகியோரும் எமது கிராமத்து மக்களுடன் நெருங்கி பழகியுள்ளனர் அன்னாரது பிள்ளைகள் எமது ஊர்மக்களுடன் நல்ல பண்பாக நடப்பவர்கள் அன்னார் வித்துவானாக இருந்து நல்ல மதிப்புடன் கலையில் பட்டங்கள் பெற்றது மட்டுமன்றி தனது பிள்ளைகளையும் பலர் போற்றாமாறு பட்டங்கள் பெற வைத்துள்ளார் அன்னாரது இழப்பினால் துயரநற்றிருக்கும் குடும்பத்தினருக்கு ஆறுதல் கூறி அன்னாரது ஆத்மசாந்தியடைய இறைவனைப் பிரார்த்திக்கின்றோம்

ஓம் சாந்திஓம் சாந்திஓம் சாந்தி!  
அன்னாரது ஆத்மா சாந்தியடைய  
இறைவனைப் பிரார்த்திக்கின்றோம்.

துயர் பகிர்வோர் கலைநகர் மக்கள்

# கண்ணீர் அஞ்சல்



மண்ணில்

23

04

1956

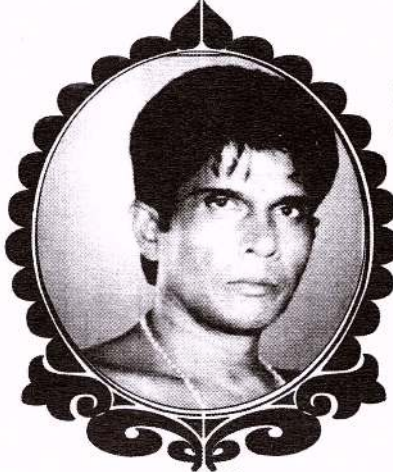


விண்ணில்

23

04

2018



அமரர்

**திரு. நடராசா சீராமநாதன்**

கண்கள் பல உன்னைத் தேட  
காணாமல் காலனுடன் சென்றதேனோ  
கள்ளயில்லா வெள்ளை மனமும்  
புண்கை பூத்த பொன்முகமும்  
மறைந்ததேனோ  
கண்களெல்லாம் கண்ணீர் பொங்க  
கலங்கவிட்டு எங்கு சென்றீர்  
அமைதியாய் மரணத்திகரையில்  
மௌனமாய் மறைந்ததேனோ  
ஓம் சாந்தி சாந்தி! சாந்தி!!!

சசிக்ரமர் குடும்பம்  
கல்னியங்காடு.  
0774144474



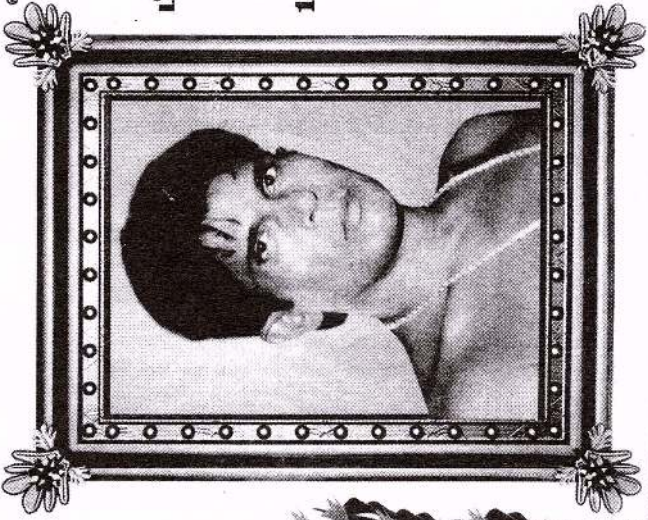
# கண்ணீர் சிஞ்சலி

உலக புகழ் பெற்ற தவில் வித்துவான் நாதஸ்வர வித்துவான் வட்டுர் மைந்தர்களின் தந்தை தவில் வித்துவான்

அமரர்

## நடராஜா இராமநாதன்

பிறப்பு	23	04	1956	இறப்பு	23	04	2018
	செட்டி கிழவாய் படிக்க				இறப்பு		
	சின்னைய்யம் வட்டி				இறப்பு		
	கிள்ளு செல்வ வீட்டு				இறப்பு		
	தீர்ச்சு சென்றி				இறப்பு		
	2ம் தீர்ச்சு செல்வ				இறப்பு		




சுயமயம் வாட்டுகின்ற  
உன் ஆத்ம சாந்தியை  
கொடுவதை வேண்டுகின்றோம்.


- பிரவைப்பகீர்த்தம் -  
V. K. இராமநாதன் குடும்பத்தினர்.

# கண்ணீர் அஞ்சலி



  
**பிறப்பு**  
**23**  
**04**  
**1956**



  
**இறப்பு**  
**23**  
**04**  
**2018**

**மமர்**

## நடராஜா இராமநாதன்

மாமா

எங்கள் ஆருயிர் நர்

எம்மை விட்டுப் பிரிந்தது நியாயமோ?  
 மறவேலாம் உங்கள் அன்பை எந்த நாளும்  
 வகுகின்ற நேரமெல்லாம் வாருங்கள் மருமகளை என்றழைத்து  
 உறவுக்கு முன்னுரிமை கொடுத்த எங்கள்  
 அன்பானவரே

நாம் மாமா என்றழைப்பது யாரை?  
 கண்ணீர்களில் உங்களை நினைந்து  
 ஆரவாரம் பூரிகின்றோம்  
 ஒருகணப் பொழுதெனும் எழுந்து பார்ப்போ

உங்கள் புகழ் எங்கும் பரவியதே  
 அவர்களின் கைவிடாக்கூக்கு பதில் யார்  
 சொல்வார்

உங்கள் புதல்வர்கள் கதறுகிறார்களே  
 அவர்களுக்கு ஆறுதல் கூற வார்த்தைகள்  
 தெரியாமல் தவிக்கின்றோம்  
 எழுந்து வாருங்கள் மாமா

நினைவுகள் உங்கள் கண்ணீரில் கொண்டு  
 உங்கள் ஆயிரம் எழுத்துகளும் இராமநாதன் கண்ணீரில் புகும்

~பிரவீன் தயயில்-  
 உங்கள் மடியில்  
 தங்கள் கண்ணீர் கழிப்புகிறேன்

# கண்ணீர் அஞ்சலி!

பிறப்பு  
23  
04  
1956



இறப்பு  
23  
04  
2018

அமரர்

## நடராஜா இராமநாதன்

உன் பிரிவால் வாடுகின்றோம் ஐயா!

உன் பிரிவுத்துயர் எமை

அனலாய் சுட்வெரிக்கின்றது ஐயா!

ந் எம்மை விட்டு அகன்றாலும்

உன் நினைவுகள்

எம்மை நிறலாய் தொடரும் ஐயா!

உன் ஆத்மா சாந்தியடைய

இறைவனை தேவன்குகின்றோம்

ஓம் சாந்தி ! சாந்தி !! சாந்தி !!!

- நினைவாகிதம் -

ராசன் குடும்பத்தினர்

(சாவகச்சேரி)



# கண்ணீர்ப் பூக்கள்



**அமர் நடராசா இராமநாதன்**

(கடூர் தலைப் பிழுவாள், தலைச் சூழ அரங்கமணி)

கைப்படிப்பு எழுது கண்ணீர் அழகியைக் காணிக்கையாக்கினார்.

மலர்வு:  
23.04.1956

உத்தர்வு:  
23.04.2018

பிறந்தவெல்லாம் இறப்பது என்பது

இறைவனின் நியதி

மாண்டவர் மீண்டு வரார்

என்பதும் படைத்தவனின் விதி

ஆனாலும் மனம் ஆறுவதில்லை

நெஞ்சமே தேறுவதில்லை

காலவோட்டத்தில் எல்லாம்

காலமாகும் அதுவரை

நெஞ்சமே நீ அமைதி கொள்

கண்ணீர் ஆதார சாந்தியடைய இறைவனைப் பிரார்த்திக்கின்றோம்.  
ஓம் சாந்தி சாந்தி சாந்தி.

விழுவால் தாயுறவும்,

நவாலி அந்திரான் குருகலூர்த்தி கோவில்  
யுரியான சபை.

# கண்ணீர் சிரசு

மண்ணில்

23



04



1956



விண்ணில்

23



04



2018

வடூர் துறவ்தீர்த்துவாடி துறவ் சிரசுடி  
சிரசுடி

## திரு.நடராசா இராமநாதன்

கள்ளமில்லா வெள்ளை மனமுல்

புள்ளகை பூத்த பொன்முகமுல் மறைந்ததோனோ

கன்னெல்லாம் கடலாய் பொங்க

கலங்க விட்டு எங்கு சென்றீர்கள்

அமைதியாய் மரணத்திரையினிலே

மௌனமாய் மறைந்ததோனோ

ஐம் சாந்தி !! ஐம் சாந்தி !! ஐம் சாந்தி

அன்னாமின் பிரிவால் நயநறும் குடும்பத்தினருக்கு

ஆழ்ந்த அனுதாபங்களைத் தெரிவிப்பதோடு

அவரின் ஆத்மா சாந்தியடைய பிரார்த்திக்கும்

25.04.2018

சீவல் நயநறும்  
சீத்தண்டேன்  
சூகனன் அம்மன் தியய  
சீத்த சூகனருகு சீத்தரன் ஐயாவுர்  
ததானட்களே

# கண்ணீர் அஞ்சலி

மண்ணில்

23



04



1956



அமரர்

விண்ணில்

23



04



2018

**நடராசா இராமநாதன்** அவர்கள்  
(வடூர் தவில் வித்துவான், தவில் அரசு, இலவாணி)

இதயத்தின் தூறலில் உயிர் பிரித்து போனது  
நேற்றிருந்த உறவு ஒன்று இன்று சூழ்ந்து போனது  
காத்திருந்த உறவு கண் விழித்துப் பார்த்திருக்க  
பார்த்திருந்த மரணம் பரிதவிக்கச் செய்தது  
பேச்சிழுந்து புலம்புகின்றோம் - புலம்பியொரு  
வார்த்தை உன்விடத்தில் தேடுகிறோம்  
கண்ணிருக்க மனையில்லை - காற்றிருக்க  
உயிரில்லை - இங்கே உறவிருக்க  
நீர் அருகில் இல்லை - உம்  
நினைவோடு நாமும் வாழ்வோம்.

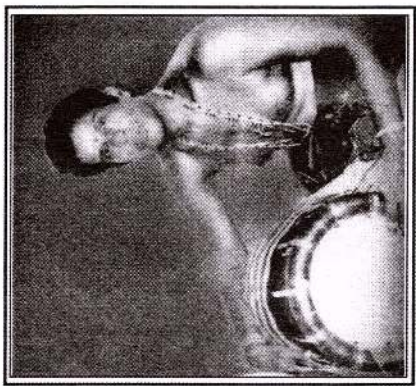
ஓம் சாந்திலும் சாந்திலும் சாந்தி!  
அன்னாரது ஆத்மா சாந்தியடைய  
இறைவனைப் பிரார்த்திக்கின்றோம்.

துயர் பகிர்வோர் அருளம்பலம் சும்பத்தினர்



# கண்ணீர் அஞ்சலி

தாமியன்  
மழயில் 23 - 04 - 1956



வா.நெடுக்கேட்டை கையர் பிறப்பிடமாகவும் வசிப்பிடமாகவும் இருக்கார்.  
தலில் இசை ஆராய், தலில் இசைமணி  
வாட்டுர் தலில் வித்துவான்

ஆண்டவன் களிவாள நோற்றும் எங்கென் நிறைந்து நிற்குமையா  
மழயில் 23 - 04 - 2018  
உன்னை என்னினாளில் கண்களில் கங்கையே...  
ஆறுதல் சொல்ல சூண்டவனே வந்தாலும்  
உன் சூகுயர் அளவுக்கு ஈடாகுமா  
நெய்வீக முகத்திற்கு கிணையாகுமா?  
உனக்கு வந்த தீர நோயினால்  
ஏகத்தின் எல்லை தனில் எவையெல்லாம்  
தவிக்கவிட்டு பரளில் நீ மறைந்த மாயமளின...

ஓம் சாந்த ! சாந்த !! சாந்த !!!...

அன்னாளின் பரிவால் துயர் பகிரும்  
R.கண்ணன் குடுகுடுப்  
(தவில்)  
சித்தன்கெண்

அமர்.நபராஜா இராமநாதன்

# கண்ணீர் அஞ்சலி

தோற்றம்

மறைவு

23

23

-

-

04

04

-

-

1956

2018



## அமரர் நடராசா இராமநாதன்

(வட்டுர் தவில் வீத்துவான், தவில் அரசு கிசாமன்)

அவர்களுக்கு எமது கண்ணீர் அஞ்சலியைக் காணிக்கையாக்குகின்றோம்.

நீண்டதொரு வாழ்வதனில் என்றும்

நிலையான புகழுடன் வாழ்ந்து

உற்றமும் சுற்றமும் வாழ்த்தி - நின்ற

அன்பின் திருவருவே! பாசத்தின் இருப்பிடமே!

பண்பின் உறைவிடமே! உண்மையின் உருவே!

மீளாத் துயில் கொண்ட உங்களுக்கு

எங்களது விழிநீர்த் துளிகளைக்

காணிக்கையாகச் சமர்ப்பிக்கின்றோம்.

அன்னாரின் ஆத்மா சாந்தியடைய கிறைவனைப் பிரார்த்திக்கின்றோம்.

ஓம் சாந்தி! சாந்தி!! சாந்தி!!!

பிரிவால் துயருறும்

ஸ்ரீ சந்திரசேகரப் பிள்ளையார்

2ம் புசை உபயகாரர்கள்

கொழும்புத்தூற.

# கண்ணீர் அஞ்சலி

தோற்றம்

23

-

04

-

1956



மறைவு

23

-

04

-

2018

## அமரர் நடராசா இராமநாதன்

(வட்டுர் தவில் வித்துவான், தவில் அரசு இசைமணி)

இறைவனை இன்னிசையால் இனிதே  
உறங்க வைத்தவன் -தன்  
இசைக்கலை தன்னுடன் நிற்காது  
இளைய சமுதாயத்துடன் தொடர - நீ  
ஈன்றிருந்த அந்த ஆறு முகங்களிற்கும்  
உட்படி விட்டிருக்கின்றாய்  
ஐயப்பன் அருளுடன் ஐயமின்றி வலம் வந்தே  
ஏழாலை பெரியதம்பிரானையும் ஆனந்த  
கத்தாட தவில்மழை பொழிபவனே  
இன்று அவன் உள்வல தினத்தில் உனக்கும்  
உள்வலம் - நீ வேறெங்கும் செல்லவில்லை  
எம் தம்பிரான் பாத்தத்தில் என்றும் உனக்கிடம்  
ஓம் சாந்தி! சாந்தி!!! சாந்தி!!!

பிரிவாள் சூயசூறும்

ஏழாமலை பெரியதம்பிரான் ஆலய

வொண்புடிகள்



# கண்ணீர் அஞ்சலி

வடகார் தலில் இசை அரங்க, தலில் இசைமணி  
**அமரா.நுராசா இராமநாதன்**

கிழத்தின் தூறலில் உயர் பிறழ்ந்து போனது  
 மூழ்நிலைத் தலில் விழ்ந்துவான் கீழ் முழங்கு போனது  
 காந்திநிலை உறவு கண் விழித்துப் பார்க்கிறார்களே  
 யார்க்கிறார்களே மரணம் யார்க்கிக்கச் செய்தது சூயா!  
 யேச்சியுந்து புலம்புகின்றோம் சூயா!  
 புணர்வியையாக வாந்ததை உன்னிடத்துத் தேடுகின்றோம்!  
 சூயா உன் தச சகலதுய விருகளை ஒப்பந்தகளை?  
 ஆஸ்யங்களில் தலில் வணைந்ததை எங்கே நாம் கேட்கோம்?  
 எம் வந்தோம் உருகுமாயா!  
 எம் மருஞ்சம் வேகும்மாயா!!  
 கண்ணிருக்க மண்பிரிவில்லை - காற்றிருக்க  
 உயிரிணை - சூயா உருகுக

தலில் அருகில்லை **வெய்யவே**

உம் நினைவே நாமம் வாய்வேவே

**ஓம் அந்தி! அந்தி!! அந்தி!!!**



தோற்றம்

23

04

1956

மறைவு

23

04

2018



அன்னாரின் பிரிவால் துயருறும்  
**வரியவினான் வடசேரி சித்திவிநாயகர் ஆலய**  
 தர்சனத்தாலும், தொண்டர்சபையினாலும்

# கண்ணீர் அஞ்சலி

மண்மகிழ

23



04



1956



மண்நெகிழ

23



04



2018

அமரர்

**நடராசா இராமநாதன்** அவர்கள்

(வட்டு தவில் வித்துவான், தவில் அரக, இலையணி)

அதிகாலை வேளை தூயரச் செய்தி கேட்டு  
அதிர்த்து போனோம் - ஜயா  
காலனைவன் கை பிடிக்க கணப்பொழுதில்  
பிரிந்தது உயிர் - ஜயா

நேசமுடன் நாம் கூடிக் குலாவிய  
பொழுதுகள் எப்ப வரும் - ஜயா  
யாசமுடன் எல்லோரும் யார்த்திடுக்க  
எம்மை விட்டுப் போனதேனோ - ஜயா

கால நீரோட்டத்தில் பிறப்பென்றால்  
இறப்புண்டு என்ற பட்டினத்தார்  
வாக்கிற்கு எமை விட்டு  
பிரிந்தீர்கள் - ஜயா!

ஓம் சாந்தி! ஓம் சாந்தி! ஓம் சாந்தி!

அன்னாரது ஆத்மா சாந்தியடைய இறைவனைப் பிரார்த்திக்கின்றோம்.

அடைக்கலம் தோட்டம்

சுந்தராமர் கோயிலடி

வட்டு தெற்கு, மாணாடி, வட்டுக்கோட்டை

இங்கணம்

காரைநகர் பண்டிதநிப்பாய்ப்புலம்

ஸ்ரீ சிதம்பரேஸ்வரர் தேவஸ்தானம்

6ம் திருவிழா உபயகாரர்கள்



# கண்ணீர் அஞ்சலி

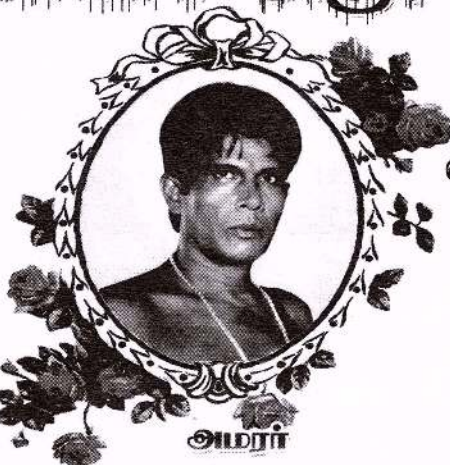


மண்ணில்

23

04

1956



விண்ணில்

23

04

2018

அமரர்

## நடராஜா இராமநாதன்

கள்ளமல்லா உள்ளமும் கபடமல்லா மனமும் வேசமல்லா

புன்னகையும் கொண்டவரே அள்ள அள்ள குறையாத

உங்கள் அன்பை இழந்த சொல்லெனாத்

துயரமும் கொண்டு நிற்கின்றோம்.

ஆறாது உங்கள் பீரடி

என்றும் மாறாது உங்கள் பாசம் எம் கண்கள்

உள்ளவரை கண்ணீராய்

சொரியும் உங்கள் நனைவு

ஓம் சாந்தி ! சாந்தி !! சாந்தி !!!

- பீர்வால் துயரும் -

ஜெயலலிதா குடும்பம்





# கண்ணீர் அஞ்சலி



மலர்வு

23

04

1956



உதிர்வு

23

04

2018



தவில் இசை அரசு - தவில் இசை மணி  
வட்டுர் தவில் வித்துவான்

## அமரர் நடராஜா இராமநாதன்

மீளாத்துயில் கொண்டு எம்மை  
ஆறாத்துயரில் ஆழ்த்திச் சென்றீரோ?  
கலையாத நினைவுகளுடன்  
உதிரும் கண்ணீர்  
பூக்களால் அர்ச்சித்து உங்கள்  
ஆத்மா சாந்தியடைய  
எங்கள் கண்ணீர்த் துளிகளைக்  
காணிக்கையாக்குகின்றோம்.

அன்னாரின் பிரிவால் தயருற்றிருக்கும் அனைத்து உள்ளங்களுக்கும் எமது ஆழ்ந்த  
அனுதாபங்களைத் தெரிவிப்பதோடு அன்னாரது ஆத்மா சாந்தியடைய இறைவனைப்  
பிரார்த்திப்போமாக.

ஓம் சாந்தி! சாந்தி! சாந்தி!!!

பன்னாலை,  
தெல்லிப்பளை.

நித்தியானந்தன் குடும்பத்தினர்  
(குரன் ஆசிரியர் குடும்பம்)

# கண்ணீர்க் காணிக்கை

மண்ணில்

23



04



1956



விண்ணில்

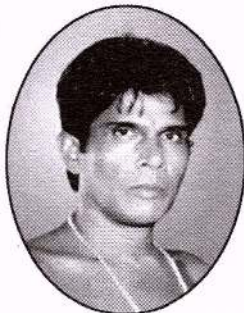
23



04



2018



அமரர்

**நடராசா இராமநாதன் அவர்கள்**

(வட்டு தவில் வித்துவான், தவில் ஆர், திரைவி)

மண்ணில் பிறந்த உயிர்  
 மரணித்துப் போனது  
 நேற்றிருந்த விகவாகி  
 இன்று அடிந்து போனது  
 கர்த்திருந்த உறவு  
 கண்விழித்துப் படுத்திருக்க  
 படுத்திருந்த மரணம்  
 பரிதவிக்கக் கிடந்து  
 மண்ணிலே மூன்றாம் கண்கு  
 மட்டுமே இறைநாத்திருந்தீர்  
 விண்ணோற்றம் கண்கு  
 விடைபெற்று விட்டீர்  
 ஓம் சாந்தி! ஓம் சாந்தி! ஓம் சாந்தி!

அன்னாரது ஆத்மா சாந்தியடைய இறைவனைப் பிரார்த்திக்கின்றோம்.

அடைக்கலம் தோட்டம்

கந்தசாமி கோயிலம்

வட்டு தெற்கு, மாவடி, வட்டுக்கோட்டை

இங்கணம்

அமரன் குடும்பம்

மாணியம்

# நீனைவஞ்சல்



கடந்த 23.04.2018 திங்கட்கிழமை இறைபதம் எம்றிய எமது  
ஆன்புக்கும் வகுமதிப்புக்கும் உரிய வட்டுர் தவில் விற்றுவான், தவில் அரக, இசைமன

## நடராசா இராமநாதன்

அவர்களை நினைந்துருகி எமது இதய அஞ்சலியைச் செலுத்து வதுடன்  
அவரது ஆத்மா இறைவன் பாதத்தில் இன்புற்றிருக்க வேண்டுமென  
எம்மை வல்ல இறைவனைப் பிரார்த்திக்கின்றோம்.

தாஷா வடக்கு,  
கொக்குவீர்.

சனிமுகநாதன், முத்துடைசுமி  
குடும்பத்தினர்.



# பஞ்சரத்தின கீர்த்தனைகள்

## மீட. 36 நாட்டை ஆதி, 1 களை

பல்லவி

1. பா பா ப நீ ப - ப ம ப ம ; பா ன | நீ நீ ஸா | நி ஸா நி ப ம க ம ||  
 ஜ க தா 3 3 ன | ந்த கா | ர க ||
  2. பா பா ப நீ ப - ப ம பா ; ப நி ன | ஸா நீ ஸா, நி | ப நி ஸ் நி ப ம க ம ||  
 ஜ க தா 3 3 ன | ந்த கா | ர க ||
  3. பா பா ப நீ ப - ப ம நி ப ஸ் நி நீ ன | ஸா ஸா ப நி ஸ் | ப நி ஸ் நி ப ம க ம ||  
 ஜ க தா 3 3 ன | ந்த கா | ர க ||
  4. பா பா ப நீ ப - ப ஸா நீ ஸா ரீ ன | : ஸ் நி ப ம ரீ | க ம ப நி ப ம ||  
 ஜ க தா 3 3 ன | ந்த கா | ர க ||
  5. பா பா ப நீ ப - ப ஸா நி ஸா ரீ ன | : ஸ் ஸ் நி ப ம | ம ரீ ஸ க ம ப ம ||  
 ஜ க தா 3 3 ன | ந்த கா | ர க ||
1. பா பா ஸ் நி ப ம - ரீ ஸா ஸ் நி நீ ன | பா ஸா ; ஸா | க ம ப நி ப ம க ம ||  
 ஜ ய தா 3 3 ன | ப்ரா ன | ரா ய க ||
  2. பா பா ஸ் நி ப ம - ரீ ப ம ரீ ஸா ரீ ன | ம ரீ ஸா ; ஸா | க ம ப நி ப ம க ம ||  
 ஜ ய தா 3 3 ன | ப்ரா ன | ரா ய க ||

3. பா பா ஸ்நிநீப் - ப ம ம ரி ரி ஸ ஸ ரி | நி ப ணா : ணா | க ம ப ரி ப ம க ம ன்  
 ஜ ய ஜா ன கி | ப்ரா ணா | னா ய க  
 பா பா ப நீ ப - ரி பா ம ம க மா | ப ரி பா ம ப மா | க ம ரி ஸா ப ம ||  
 ஜ க தா 3 | ன ஸ்நி 3 | கா ர ||  
 ரி : ஸா : : , ஸ ரி ரி | ஸா : : : : : ||  
 கா ||

அநுபல்லவி

1. ரீ ரீ ஸா : - , ரி ப ரி ஸா , | பா ரீ ஸா : | : ஸ்நி ரீ , ப. ||  
 க க ஓ 3 | தி ப 4 | கு ல ஜ | ||  
 2. ரீ ரீ ஸா : - , ரி ப ரீ ஸா | பா ப ரி ரீ ஸா | : : ஸ்நி ரீ ||  
 க க ஓ 3 | தி ப 4 | கு ல ஜ | ||  
 3. , ப ஸ்நி ஸா ரி ஸ்நா - , ரி ப ரி ஸா ; | ப ப ஸ்நா ரி ப ரி | ஸ்நி ப ம க ம ப ரி ||  
 க க ஓ 3 | தி ப 4 | கு ல ஜ ரா | ஜே ச்வ ரா ||  
 4. , ப ஸ்நி ஸா ரி ஸ்நா ரி ஸ்நா - ஸ்நி ப ரி ஸா : | ப ப ஸ்நா ரி ப ரி | ஸ்நி ப ம கா : ||  
 க க ஓ 3 | தி ப 4 | கு ல ஜ ரா | ஜே ச்வ ரா ||  
 ம க ப ம ரி ப ஸ்நி - ஸ்நி ஸ்நி ப ம ரி | ஸ ரி ஸ ணா | : ரி பா ம க ம ||  
 ஸு கு ஓ 3 | தி ப 4 | கு ல ஜ ரா | வ்ய தாய க 3 | ஸ தா ஸ க ல 3 ||





4. பாநிப மபநீ - பமாநி பமபநி | பா , ம மபமா | கமபநி பாப  
பாதவி திதமெளநிசாப சவபநி | பாலவரமந் | த்ரகர்ஹணலோல ||  
நிஸரிஸாஸ பா - பமரிஸநீபம | ஸ்ஸாநிபநிஸ்ரி | ரீ , ஸாநிபம ||  
பரமசாந்தசித்தஜனகஜாதிப | ஸரோஜபவவர | தா கில  
5. ஸாபாமா ரீ - ஸபாம காபம | காமபநிபகா | மபாமகாபம ||  
ஸ்ரீ-ஷ்ஷ்ஷித்தயம்தகாச காமதபலதா | காமகராஜித | ஸமானகாத்ரச ||  
ரீநிபமரீ ஸ் - நிபம - ரீ - ஸா | பஸாமபாநிக | மபாஸாநிபம ||  
ரீபதிநுநாப்திமதஹரா நுரா | கராகராஜித | கதாஸாரஹித் ||  
6. ஸாநிபரீஸம - ரிஸபபாமரிஸ | கமபமபாபநிப | பாநிஸரிஸாஸ ||  
ஸஜ்ஜனமானஸாப்திஸுதாசுரகு | ஸுமயிமாநஸூர | ஸாரிபுகராபுஜ ||  
பாமரிஸநிபா - ஸநிபா ரிஸ்நிப | ம்ரிஸ்நிபாஸ் | ஸ்பபபாமகம ||  
வாசிதசரணுவஞ்ஞ ஸூரகண | மதஹரணஸ | நாநாஜநுத ||  
7. ஸா , ஸாஸ்ஸா - ரிஸ்நீ ஸஸ்நி | பபஸ்ஸாநிபநி | ஸ்நிபமரீநிப ||  
ஓம்காசபஞ்ஞரகீ ரபுர | ஹப்ஸரோஜபவ | கேசவாதிரு ||  
மரீஸ்நிபம - ரிஸ்ஸா பஸ்நிப | , மரிஸஸாபபா | பநிஸாநிகம ||  
யவாஸ்வரிபு ங்நகாந்தககவா | தரகவாதரா | ப்தக்ருணுகலச ||

ரி கா ம ப நி ப லா - , ஸ் நி ப ஸ் ஸா ம்	ம் 'ரி ஸா - ி ரீ ஸ்	ப நி ம ப ம க ம	
ர ணு க த ஜ ந பா வ ந ஸு ம ரோ ச	ம னா நி ந் ி ரி ஸா ர	நி க ம ஸா ர த ர	ஜக <sub>3</sub>
8. ப ம ரி ஸ நி ப லா - ஸா , ம ரி ஸ ஸா	, ப ம ரி ஸா நி பா	ப ம ரி ஸா ப ம	
க ர த் து த ச ர ஜா லா ஸு - ர ம தா	ப டு ஶா ணு வ நீ	ஸு ர ஸு - ரா வ ந	
ப நீ நி ப ரி ஸ் - ரி - , ரி ம ப நி பா ப	ஸ் நி ப ம ரீ நி ப	ம ரி ஸா , ம க ம	
க வீ ந டி ல ஜ மெள ரி க் து த ச ரீ த ர	ஸ ந் து த டீ த் த யா	க ரா ஜ ணு த	ஜக <sub>3</sub>
9. ப பா நி ப ம நி ப - ம பா ப ம க ம ரீ	ஸ ரீ ஸ ம க ப ம	நி பா ம க ம ப நி	
பு ரா ணா ப் து ஶ ந் து வ ரா த் த ய ஜா ச் ரி த்	ப ரா த் த் த் த்	வி ரா த் த் த் த்	
ப ஸா ஶ் - ரி ஶ் - ரி - ஶ் - ரீ ஶ் நி ப மா	க கா ம ப ஶ் நி ப	ம ரீ ஸ ஸ ம க ம	
வி ரா ஶ ணா ந க ப ரா ச ர ம ரோ	ஹ ரா ஶ் க் து த் த யா	க ரா ஜ ஶ ந் து த்	ஜக <sub>3</sub>
10. ப ப நி ப ப நி ப ப - ம பா ரி பா , நி	ப ப ம மா ப மா	நி ப மா ஶ் நி ப ம	
அ க ணி த் து ண க ந க சே ல ஶா ல	வி த ளா நா ரு ணு	ப ஶ ம மா ந ச ர ணு	
பா ம க ம பா , - ம ரி ஶ ப ம ரி ஶ	நி ப ம ரி ஶ ஶ் நி ப	ம ரி ஶ ப ம ப ஶ ரி	
பா ர ம ஹி மா த் து த ஶு க ஶி ஜ ந	ஹ ரு த் து த ஶு ரு ம	நி க ண வி ஹி த் த க ல	
ஸ பா நி ஶ ரி ஶா - ம ரி ஶ பா ம ரி ஶ	நி பா ப ஶ் நி பா	ரி ஶா ஶ் நி ப ம	
ச ரீ ர நி தி ஜா ர ம ண பா ப க ஜ	ந் து ஶி ம் து வ ர த் த யா	க ரா ஜா தி து த்	ஜக <sub>3</sub>







3. நிரிபமா நிரிஸ - ஸாஸா ரிபமா | ரிஸநிஸ ரிஸாஸ | பபாம ரிரிஸஸ || துடு 3 3  
 சிறுதப்ரா யமுல நாடே பஜன | ம்ருதரஸ விநீன | குநர்குடை 3 ன
4. பபமம ரிஸநிஸ - ரிபமம ரிஸரிம | பரிபம நிஸரிம | , மரி ரிஸஸாஸ || துடு 3 3  
 பரதந முலகொறகுநொருலமதி 3 கர | கபலிகி கடுபுநி | ம்பதிரி கிநட்டி 3
5. ரிபமப நிநிம - நீ மபநீபநி | ஸாரிம பரிஸா | நிபமம ரிரிஸஸ || துடு 3 3  
 தநமதி 3 நிபுனினிஸெளக்யபுஜீவந | மேயநு சஸதா 3 | தினமுலு கடிபே 3 3
6. ரிநிபப ரிநிம - ஸாஸரிநிபுநிஸரி | பமம ரிநிஸநிப | மபாநி பநிஸ்ரி || துடு 3 3  
 தெலியனி நடவிட ஶு த்ருலுவரிதலு | ஸ்வவசமொளடகுப | திச்சிஞ்சி ஸந்தனி 3
7. ம்ரிஸ்நிஸாரி - ம்ரிஸ்நிஸ் | , ஸநிப ஸநீப | மரிநிபா மரிஸ || துடு 3 3  
 ல்விஸ்வர லயம்பு வெறுங்க கநுசி 3 லா | த்முலை ஸுபக்து 4 | லகுஸமா னமநு
8. ஸாநிஸ ஸாஸா - ரிஸரிம ரரிப | மா ரிநிபாமா | ஸநிபமா ரிஸ் || துடு 3 3  
 த்ருஷ்டிகி ஸாரம் பகுலவநா 3 ஸத | நார்பக ஶேநா | மித்தநா 4 துலநு 3
9. ஸாபஸ்நிபா - ரிஸ்நிபா ஸநிபம | ரிபமரிஸஸ | ஸ்ஸாநி பமரிஸ || துடு 3 3  
 தேவா திதேவநெரநம் மிதினிகா 3 | கனுபநா 3 3 4 | ஜனம்பு 3 மறசின 3 3

8. பா. ப. ம. ரி. ஸ. ரி. ம. - பா. ம. ரி. ஸ. ரி. ரீ. | மா. ஸ. ரி. மா. ரி. ஸ. | ரி. கா. ம. ரீ. ; ||  
 ச. க்க. னீ. மு. க. க. ம. ல. ம். பு. ந. நு. ஸ. தா. | நா. ம. தி. லோ. ஸ். ம. ர. | ண. லே. க. ரீ. ||  
 நி. ஸ. ரி. ஸா. ஸ. ப. ம. - ரி. ஸா. ஸ. நி. ப. பா. | ப. ஸ். நி. பா. ப. ம. ரி. | ம. ப. நி. பா. ஸ். நி. ப. ||  
 து. ர். ம. தா. ந். த. ஜ. னு. ல. கோ. ரி. ப. ரி. தா. | ப. மு. ல. சே. த. கி. வி. | னொ. கி. வி. து. ர். வி. ஷ. ய. ||  
 'ரீ. ம். 'ரி. ம். ஸ். ரி. - ம். 'ரீ. ஸ். நி. ப. நி. ஸ். | ரி. ஸ். ரி. ப. ம. ரி. ம. | ப. ரீ. ப. ம. ரீ. ஸ. ||  
 து. ரா. ஸ. ல. னு. ரோ. - ய. லே. க. ஸ. த. த. ம. | ப. ரா. தி. ந. யி. ச. ப. | ல. சி. த். து. ட. னை. ந. || து. டு. ||  
 9. ஸா. ரி. ஸ. நி. ஸ. ரீ. - ரி. ஸ. நி. ஸ. ரி. மா. ம. | ஸ. ரி. மா. ரி. ம. ஸ. ரி. | , ஸ. ஸா. ஸா. ; ||  
 மா. னா. வ. த. னு. து. ர். ல. ப. ம. னு. ஸ. னெ. ஞ். சி. | ப. ர. மா. னா. ந். த. மொ. | ந். த. லே. க. ||  
 ப. ப. மா. ரி. ஸ. ரி. ம. - ப. ரீ. ம. ரீ. ப. ம. | ரி. பா. ம. ரி. ம. ஸ. ரி. | ம. ரீ. ஸ. ஸா. ஸா. ||  
 ம. த. ம. த். ஸா. கா. - ம. லோ. ப. மோ. ஹு. ல. கு. தா. ஸு. னை. ட. மோ. | ஸ. போ. தி. கா. க. ||  
 ப. நி. ப. ப. நி. ப. ம. ப. - ம. ரி. ப. ம. ரி. ம. ப. நி. | ப. நி. ஸ். ரி. ம. ப. நி. | ப. ம. ரி. ரி. ஸா. ஸா. ||  
 மொ. த. தி. லு. டு. கு. அ. பு. வி. நி. து. த். ரூ. ல. | ப. நு. லு. ஸ. ல். ப. அ. | நு. ண். டி. கி. கா. க. ||  
 ஸ். ஸா. ஸ். ரி. ரி. ம். 'ரி. - , ம். ஸ். ரி. ம். ரீ. ஸ். | நி. ப. நி. ஸ். 'ரி. ஸா. ஸ். | நி. ப. பா. ம. ரீ. ஸ. ||  
 கா. ரா. த. மு. ல. னு. கோ. ரி. ஸா. ர. ஹீ. னா. | ம. த. மு. ல. னு. ஸா. தி. | ம். ப. தா. கு. மா. கு. || து. டு. ||



10. பா ப்ர . ப ம மா - ரீ ஸ ஸா ரீ ம ரீ ம   ப ய ப ம க ம ரீ க   மா ரீ ஸா :
ஸ து வ கு கொ க்ளா க்ளா   ஸ்ரீ கை
ரீ ப ம க ம் ரீ - ஸ ரீ பா ரீ ஸ ரீ ம   ப ரீ ப்ர : ப்ர   மா ப ம மா : மா
ஸு து வ கு கொ க்ளா க்ளா   த 4
ரீ ரீ : ரீ ஸ் ரீ ம்ர   ஸ் ரீ ம்ர ரீ ரீ ஸா   ஸ் ரீ பா ரீ ஸா
த து வ கை தி ரீ   கி தி   ஸா ப ய,
ரீ ம் ரீ ஸ் ரீ ஸ் ரீ - ரீ ஸ் ரீ ப ப ரீ ப ம   ரீ ம ப ஸ் ரா , ரீ   ப ம க மா ரீ ரீ ஸ
த்யாக ரா ஜா ப த   தி டு வக்ள   ழ

(10வது சரணம் ஸாகத்தியம் பாடவும்)

### இட. 29 ஆயி ஆதி, 1 கணை

பல்லவி

1. பா : மா ப ம க - ரீ ரீ ஸ ஸ தா தா   ஸா : : ஸ த   ரீ ஸ ம க ரீ ஸ ரீ ம
ஸா தி 4 கு ளே   ளே ழ

2. பா : மயதப மக - ரிரிஸஸ தாதா | ஸா தத | ப ம ப த த ஸ்ஸ் - ரி ||  
 ஸா தி<sub>4</sub> த் செ | னே ஓ | ம ன ஸா ||
3. ஸ் ஸா த ப ம க - ரிரிஸஸ தாதா | ஸரிஸரிமா ரிம ரிமபா | மயதப மகரிஸ ரி ம ||  
 ஸா தி<sub>4</sub> த் செ | னே ஓ | ம ன ஸா ||
4. பா , கீ ரி ப ம ம க - ரிரிஸஸ தா ரிஸ | ரி : ; | ஸா : : : ||  
 ஸா தி<sub>4</sub> த் செ | னே |

அனுபல்லவி

1. ததபா மயமா, க - ரி ர ஸா ; | மகரி ததபா | மபதா ஸா ஸா ||  
 போ<sub>3</sub> தி<sub>4</sub> த் லி ன ஸன் | மா ற்க வ | ச ன மு ல ||
2. ததபா மயமக - ரி ரி ஸரிஸா | மகரி ததபா | மபதா ஸா ஸா ||  
 போ<sub>3</sub> தி<sub>4</sub> த் லி ன ஸன் | மா ற்க வ | ச ன மு ல ||
3. ததபமபாதல் தப - மகரி ஸரிஸஸா | மகரி ததபா | மபதா ஸா ஸா ||  
 போ<sub>3</sub> தி<sub>4</sub> த் லி ன ஸன் | மா ற்க வ | ச ன மு ல ||

1 ம் கர் ஸாரிஸ் - ஸா-ஸா ததபா | பாதமக ரீ ரீ | மபதா மபதரி ர  
 பொங் குஜே ஸீ தா | ப டி.டி.ன | ப ட்டு ||  
 ஸ்ஸ்ர த தபமக - ரி ரிஸஸ தாதா | ஸா : ; : ; ||  
 ஸா தி 4 ன்செ | னே ||

### சுரணம்

1. பா பா பா ; - பாபா மா-பாதப | மா பா ; பா | மமா க ரிஸரி ம ||  
 ஸ ம யா னி ரி த கு 3 | மா ட | லா டே னே ||
2. பாதஸ் பதா ப - பாபா மாபாதப | மா பா ; தப | மபதப மக ரிஸரி ம ||  
 ஸ ம யா னி கி த கு 3 | மா ட | லா டே னே ||
3. பாதஸ் பதா ப - பாபா ரிமமப | பததஸ் தாபா | மபதப மக ரிஸரி ம ||  
 ஸ ம யா னி கி த கு 3 | மா ட | லா டே னே ||

(ஸ்வர ஸாஹித்யங்கள்)

1. பா ; ; பா - மகரி ரி மகரி ரி | ஸஸா ல ததபா | ; தஸா ஸரி ம ||  
 தே 3 வக் வஸா | தே 3 வுலனே | கி 3 ன்சினடு || ஸம



2. பா பர மக ரீ மக ரி ரிஸஸ | தா தா , ஸ ஸா | , ரி ரீ ஸ ரி ம ||  
 ரங்கே 3 3 3 கங்கா ஜனகுடு | ஸங்கீ 3 த ஸா | ம் ப்ரதா ய குடு 3 || ஸம
3. தா தா பதபப - , தபம பூபம | க ரி ரீ ரீ ம ம | பா பா ஸா ரி ம ||  
 கோ 3 ஜனமகே ரதமொ ஸங்கலே | களே கேலி யு | ஜே ஸே வா கு 3 || ஸம
4. ஸ்நிதப மக ரி ரி - மக ரி ரி ஸ ரிஸஸ | தா ரி ஸ ரீ ம க | ரி ரி ப ம பதப ம ||  
 ஸா ரா ஸா குடு 3 ஸனகஸன ந்தன | ஸன்முனி ஸேவ்யுடு | 3 ஸகலா தா குடு 3 || ஸம
5. தபமப தஸ்ராத - தபபா மக ரி ரி | , ரி , ஸா ஸா த த | பா ம க ரி ரி ஸா ||  
 வனிதல ஸதா ஸோக்க ஜே யு சனும் | ரொக்கஜே ஸே பு ர | மா த்முட தி யு கா 3 3 3 ||  
 ஸா ஸதா பமப - தஸ்ராஸ் த ரீ ரி | ஸ்ஸ் தா ஸ் பாத | மா ப ம க ரி ரி ம ||  
 க ய ரோ த்தன - யுடன் ச முதம்பு | னனு மு த்துபெட்ட | 3 3 3 நவ்வு ச ன்ருஹரி 3 3 3 || ஸம
6. ரிமப தா ப ம - பததபமபதபா | பா ம க ரீ தா | தா ப ம க ரி ரீ ||  
 ப.ரம. ய க்ந வ - தஸலுடுஸு குணபா | ரா வா குண்டா 3 3 3 ஜன்ம ம னா கு ம 3 3 3 ||  
 ததபா ஸ்ஸ்தா - ரி ஸா ஸ் ம் க ரீ | ஸ்ஸா ஸ் ததபப | பா ம க ரி ஸ ரி ம ||  
 கவி-பா த ல தீ 3 3 3 ர் ச வா ட னு களே | ன்ருதம்பு ஜமுனஜல | சச ன்நடக 3 3 3 || ஸம
7. ஸபா மா பமக ரி ரி மக ரி ரி | ஸ ரி ஸ ஸா ஸ பா | ப ம க ரி ததபா ||  
 ஹரே ரா ம ச ந்த்ர ர கு குலேச | ம்ருதுஸு பா ஷ சே | 4 4 4 ஷச ய ன ப ர நா ||



: ஸ நி தா ரி ஸ - ரீ ; ரீ ம க | ரீ ; ; | ஸா ரி ஸ ஸா : : ||  
 அ லு க வ 3 த்தன 3 | னே | ||  
 த த ப ப ம க ரீ - பா ம க ரீ ம க | ரீ ஸா ரி ஸ ஸா ஸா | ரீ ரீ ரீ ; ||  
 வி ழு கு 2 ல தோ ஜே | ர போ 3 கு | ம னெ னெ ||  
 ஸ நி தா ரீ ஸா - ரீ ரீ ம க ரி ஸ | ரீ ம க ரி ஸ ரி ம | பா மா பா ; ||  
 வெ த 3 க ல் கி ன தா 3 | னுகோ | ம் ம னெ னெ ||  
 த த ப ப ம க ரி ம - பா பா ரி ம பா | ம ப தா ம ப தா | ஸா ஸா ரீ ; ||  
 த ம ச மா 3 தி ஸ 3 க 2 | தா 3 ய கு | ட 3 கு ம் ||  
 ரீ ம் க் ரீ ஸா ரி ஸ் - ஸா ஸா தா தா | பா த ப ம க ரி ஸ | ம ப தா ம ப தா ரி ||  
 த்யா க ரா 3 ஜ நு து | டு செ 3 ன்த | ரா க னெ ||  
 ஸ் ஸா த த ப ம க - ரி ரி ஸ ஸ தா தா | ஸா : : | : : : ||  
 ஸா 4 தி 4 ல் செ | னே |

(9வது சரணம் ஸாகித்தியம் மட்டும் பாடவும்)



# மீட. 31 வராளி ஆதி, 2 களை

பல்லை

1. ; ப பா ப ப ம - கா க ரி ரி ஸா, | ; ஸ ஸ நி . ஸ ரி ஸ | நி ஸ க ரி கா க ம ||  
 க ன க ன ரு சி ரா | க ன க வ | ஸ ன ரி க் னு ||
2. ; ப ப ம த ப ம - கா க ரி ரி ஸா, | ; ஸ ஸ நி ஸ ரி ஸ | நி ஸ க ரி கா ம ப த ப ||  
 க ன க ன ரு சி ரா | க ன க வ | ஸ ன ரி க் னு ||
3. மா ப ப ம ப த ரீ த ப ம - கா ம ப த ரீ த ப ம க கா | க ரி ரி ஸ ஸ நி ஸ ரி ஸ | நி ஸ க ரி கா ம ப த ப ||  
 க ன க ன ரு சி ரா | க ன க வ | ஸ ன ரி க் னு ||
4. மா ப ப ம ப ரீ த ப ம - கா ம ப த ரி ஸா ரி ஸ ரி த ப ம கா | , க ரி ஸ ஸ ஸ நி ஸ ரி ஸ | நி ஸ க ரி கா ம ப த ப ||  
 க ன க ன ரு சி ரா | க ன க வ | ஸ ன ரி க் னு ||

## அனுபல்லை

1. ஸ்ஸ் ரி த ப ம - கா க ப ம பா, ; ; (2) ப த ரி ஸ் ரி த ப ம | கா க ப ம பா, ; ப த ||  
 தி ன தி ன மு னு | தி ன தி ன | மு னு ||

3. நீ ஸ்மிஸ்ப்நீக் தபம - கா஑பமபா, பததநி | ; ஸா-நீகா நி ரி ஸா | நீஸ்ப் ரிஸ்ப்நிதா தநிஸ்ப்நி ||  
 னு தி ன தி ன மு னு ம ன | ஸு-ன ச னு | ஷ ன | நி ந்து ||
4. தபதநிஸ்ப்நிஸ்ப்நிவிதபம-கா஑பமபா, தாதஸ்ப்நிஸா | ; ஸ்நிகா, ரி ரி ஸா | ரிஸ்ப் ரிஸ்ப்நிஸ்ப்நிஸ்ப்நிதா தநிஸ்ப்நி ஸ்ப்நி ||  
 தி ன தி ன மு னு ம ன | ஸு-ன ச னு | ஷ ன | நி ந்து ||  
 ரிதபம பஸாஸா ரிதநிதபம - ||  
 க ன க ன | ரு சி ரா | ||
1. பா, ப ம பதப - ம ப த ப ம க க ரி | ஸா, ரி கா ரி ஸ | நி ஸ நி ஸ | ஸ ரி க ம ||  
 பா லு கா ரு மோ மு ன | ஸ்ரீ ய பா ர | ம ஷ்ரீ ம த ந ரு நி ||  
 ப ம = ப பா ப பா ||  
 ந்து க ன க ன ||
2. க க ப ம த ப தி த ஸ்நி ரி ரி ஸ்நி ஸா | ரி ரி ஸ்நி த ரி ப த நி | ஸா ரி த ப த ப ம ||  
 த ன த ன ம னு மு க க ன க லி கி ன ஸ் | த கு லு கு க னோ ர | க ந்ரு ல நு ஜை சே ||  
 க ம = ப பா ப பா }  
 ரி நு க ன க ன }
3. பா மா பா த ம - பா, ம க க ம ப | தா மா கா க ரி | ஸ ரி க ரி ஸா ;  
 பா லா ரீகா ப ஸு சே ல ம ன ரி ம ய | மா லா ல ன்ரு த | க ந்த ரா ||

லிஸிஸாஸமப - தபாபதமபத | லிஸரிநிதபத | நிதாபமபதா ||  
 ஸரலிஜாஷ்வர கடுபாலஸூருசிர | கிரீடதரஸந் | ததம்புமனஸா ||  
 பம = பபாபபா }  
 ரககனகன }  
 4. ஸா,பாதமா - தபாதபமகா | பாமகாரிஸா | ரிகாநிஸமாக ||  
 ஸாபத்ளிமா தபெளஸூருசிரேச | கர்ணதுலமை | னமாடூவிலு ||  
 ரிஸதாபமநீ - தபரிஸ்நிதக் | ,க்ரிஸ்ரிஸ்நித | பதநீஸாநித ||  
 லசூருக்கனதா னகஸ்ரீஹரிநித்யா | னிஞ்சிஸூகியிம் | பகலேதா ||  
 பம = பபாபபா }  
 யடு = கனகன }  
 5. ககமபதநீத - பமககரிஸரிநி | ஸா, நிசாரிக | மபதபதபாம ||  
 ம்ருகமதலலாம சுபநிடி லவரஜ | டாபுமோஷ | புவரபவமாந ||  
 ககமபாதபத - லிஸாநிகாக்க | ரிஸநிஸ்ரிஸாநி | தபதா ; பாத ||  
 ஸூதுடுநீதுமஹி மடெத்பளீததெ | வினிவலகிஸோக்க | வேதா ||  
 பம = பபாபபா }  
 ரிந்ருகனகன }





பயம் பயா பயா }  
கே கன கன }

8. ; பயா பயம - கா ; மா யா ; ; ம பா த.ப ம | கா க ரி ஸ ரி க ரி ||  
ஸ த த மு ப்ரே ம பூ | ரி து ட கு | த் யாக ரா ||  
ரி ஸ நி கா ரி கா - மா பா த் யி ஸா | ; ஸ ரி க் ரி ஸா | ஸி ஸ் ரி ஸ் ரி ஸ் ரி ஸ் ரி ஸ் ரி ஸ் ரி ஸ் ||  
ஜ நு த மு க<sub>2</sub> ஜி த கு மு த<sub>3</sub> | ஜி த வ ர | த<sub>3</sub> டி ந் ரு ||

ரிதபம பஸ்ஸா ரி தா ரி தபம -

க ன க ன ரு சீ ரா }

(8வது சரணம் ஸாகித்தியம் மட்டும் பாடவும்)

### மீ. 22 ஸ்ரீராகம் ஆதி, 1 களை

பல்லவி

1. ; ; ஸா ரீ - ரீ க ரி லா ; | ; ஸ ரி ஸ ரி நி ப | பா ஸ ரி ஸா ;  
எ ந்த ரோ ம | தா னா னு | புா<sub>4</sub> ஸ

2. நிலாநி = வாரீ - ரீகநிலாநிஸரீகநி | ஸாஸநிநிஸநிப | பாஸநிஸா : ||  
 லு எந்த ரோம | ஹா லு | பா வு ||  
 3. நிலாநி = வாரீ - பமரீ 3 ரீலா | ; நிஸநிஸநிப | பாஸநிஸா ; ||  
 லு எந்த ரோம | ஹா லு | பா வு ||  
 1. ஸா ; = ரீஸா - ரீமநிநிமபா | ; பாபமரீ | ரீகா கநிநிஸ ||  
 லந்த ரீ | வந்த | ன ழ ||  
 2. நிலாநி = ஸநிலா - ரீமநிநிமபா | பமபநிபநிபம | மபமநிநிகநிஸ ||  
 லந்த ரீ | வந்த | ன ழ ||  
 3. நிலாநி = ஸநிலா - ரீமநிநிமபா | பமபநிபநிஸநி | ஸாஸநிபமரீ ||  
 லந்த ரீ | வந்த | ன ழ ||  
 4. கநிஸநி = ஸநிலா - ரீமநிநிமபம | பநிபநிஸநிஸநி | ஸாஸநிபமரீ ||  
 லந்த ரீ | வந்த | ன ழ ||  
 கநிஸநி = ஸநிலா - ரீமநிநிமபம | பநிபநிஸநிஸநி | ஸாஸநிஸநிபமபம ||  
 லந்த ரீ | வந்த | ன ழ ||



ரீகநீ ஸநி = ஸா ரீ

மு வெந்த ரோமணானுபாவலு

அனுபவலவி

- 1. ஃ ; = பா மா - பா , ரீ ரீ மா | ரி ம பா மா ; | பா ; ; ; ||  
ச ந்து<sub>3</sub> ரு வ | ர்ணு நி |
- 2. ஸீநிபம = பா மா - பா , ரீ ரீ மா | ரி ம பா மா ; | மா நீ பா ; ||  
ச ந்து<sub>3</sub> ரு வ | ர்ணு நி |
- 3. நிநிபம = பா மா - பா , ரீ ரீ ம ரி | ரி ம பா மா ; | மா நீ பா ஸா ||  
ச ந்து<sub>3</sub> ரு வ | ர்ணு நி |
- 4. ஸ்நிபம = பா மா - பா , ரீ ரீ ம ரி | ரி ம பா மா ; | மா நீ பா ஸா ||  
ச ந்து<sub>3</sub> ரு வ | ர்ணு நி |
- ஸ்நிபம = பா ம - பா , ரீ ரீ ம ரி | ரி ம பா மா ; | ரீ கா க ரி ரி ஸ ||  
ச ந்து<sub>3</sub> ரு வ | ர்ணு நி | ய ந்த
- நிஸரிம = பா பம - ரிகரிஸ ஸநிஸா | ரீ ம ரி ரி ம ப ம | பா ; பா ; ||  
ச ந்து<sub>3</sub> மு ணு | ஸ்நு த | பா





5. ப ம ப ரி ரிக் - நி ஸ ரிக் ரி ரி ஸ நி | ப நி ஸ ரி , ரி ரி | க ரி ஸ ரி ம பா  
 ஹரி-குண மணிமய ஸ ரமுலு க ளமுன் | சோ பி ல் லு ப | க் த கோடு வி ல வோ  
 ப நி ஸ ரி , ரி ம ப - ரி ம ப நி ஸ ரி | க் ரி ரி க் ரி ரி ஸ் | ; ஸ் நி ப ப ம ரி க  
 தெவி னீ தோசெலிடு தோக ரு ண க ள் கி | ஜ க மெ ல் லு ஸு தா | த்ரு ள் டி சே ப் ரோ  
 ரி ஸா நி ||  
 ச வா || ரெந் த ரோ }  
 6. ப நி ஸ் ப , நி ம ப - ரி ரி ம ப நி ப ம | ரி ரி க ரி ஸ ரி ஸ | ரி க ரி ஸ ரி ப நி ஸ  
 றெறா ப லு யீ றந் 3 ட லு க ல் து ஸ ர ஸு னி | ஸ தாக லு வ லு த | ச ர ளு பு ல க ச  
 ரி , ம ரி ம பா = , ரி ம ப நி ஸ ரி | க் ரி ஸ் நி ப ஸ் நி | , ப ம ரி ப ம ப ரி  
 ரி ரு ல யி யா ன ந் த ப யோ தி | ரி ம க் க ளு வ யி மு த ம் | பு ள ளு ய ச மு க  
 க ரி ஸ் நி ||  
 ல வா || ரெந் த ரோ }  
 7. ரி ம ப நி , ம ப நி - ரி , ம ப நி ப ம | ரி ரி க ரி ஸ ரி ப | ப ரி நி ஸா ;  
 ய ர ம பா க வ த் மெள னி வ ர ச ரி | வி பா க ர ஸ ன க | ஸ ன ந் த ன்



நிபாநிஸரிரி - , கரிஸரிமபநி | பநிமபநிகரிஸ | ரிமபமபா : ||  
 திகீசஸூரகிம் பூஷுகனாகக | சிபுஸூதநா ரத | தும் ம்புரு ||  
 நிபநிமா , பரி - மபாநிமபநிஸ் | 'நி'ரீக் 'ரிஸ்நிப | மபநிநிஸா ; ||  
 பவனஸத் துபா லசந்த்ரதரகக | ஸரேஜபவபூ | ஸூரவருலு ||  
 'நிக்'ரி , க்'ரிஸ் - நிஸ்'ரிஸ் , ஸ்'நிப | மபநிமரிபமநி | பஸாநிபமநிக ||  
 பரமபா வனுலு கனுலுசாச்'வதுலு | கமலபவஸூகமு | ஸதாணுபவலு ||

ரிநிஸநி ||  
 கா க || எந்தரோ

8. பா ; ; ரிம - பரிமரிமபா | மபாநிகரிரி , கரிஸநிபநிஸ ||  
 நீ மே - னுநாமவை | பவம்முலனுநீ | பரா க்ரமஸூர் ||  
 பநிஸபா பரி - கரிஸபாபமரி | மபநிரிமபநி | ஸரிமபநீபநி ||  
 யமுலசாந்தமா னஸமுநீவுலனு | வசனாஸந்யமுலு | ரகுவரநீயட ||  
 ஸ்நிஸாநிஸ்'ரிரி - , 'நிக்'ரி 'ரீக்'ரி | 'நிக்'ரி'ரிஸ்'ரி | ஸ்ஸாநிபநிஸ்'ரி ||  
 ஸந்பக்'திபுணர் குச்சகனு தூர்மத | முலனுக்கல்ஜே | ஸந்'நி மதி ||

க. நீ ஸாஸ்வி - , நி ப ம ரீ ம ப ணி | ஸா , நி பா . ம | ரீ . க ரீ ஸ நி ஸ

நெறிநிகி ஸந்த தம் புனனு மூணபஜ | ஓ னாக் த | கீ ர்ந்த னாமு ஸே

ரி ஸாநி ||

பு வா || ரெந்தரோ

9. ரீ ; ; ப ரி - ஸ ரீ நி ஸ ரீ க ரீ ரீ , ண ஸ நி ப | பா நி ஸ ரீ ப ரி

பா க வ க ரா மா ய ண | கீ தா தி க்ருதி | கா ஸ்ர பு ரா ண பு

பா ரி ஸ ரீ க ரீ - , ஸ ரி ஸ ரி ம ப நி | பா ப ம ரீ ப ப | ம ரீ ரீ நி ப ப பா

மர் ம மு லக்ஷி வா தி ஷ ண்மதமு ல | கூ ட மு ல ண மு | ப் ப தி முக் கோ

ஸ் நி பா 'நி' ரீ ஸ் - நி ப பா பா க் ரீ | ரீ க் 'நி' ரீ ரீ க ரீ க ரீ ரீ ரீ

டி ஸுரா ந்தரங்க மு ல பா வம்பு ல | நெறி கி பா வ ரா | க வ பா தி ஸுளக் க

ஸ ஸா ப பா 'நி' - , க் 'நி' ஸ் நி ப ரி ஸ் | 'நி' ஸா ஸ் ஸா பா | ப பா ரீ ரீ ரீ

மு சே தி ரா பு வல் க வி தி நி ர வ தி | ஸு கா த் மு கி த யா | க ரா ஜா ப் து கி

க ரீ ஸ நி ||

ன வா || ரெந்தரோ



## மருத்துவக் குறிப்புகள்

### நெஞ்சுச்சளி :

தேங்காய் எண்ணெயில் கற்பூரம் சேர்த்து நன்கு சுடவைத்து, ஆற வைத்து நெஞ்சில் தடவ சளி குணமாகும்.

### தலைவலி :

ஐந்தாறு துளசி இலைகளும், ஒரு சிறு துண்டு சுக்கு, 2 லவங்கம், சேர்த்து நன்கு அரைத்து நெற்றியில் பற்றாகப் போட்டால் தலைவலி குணமாகும்.

### தொண்டைக் கரகரப்பு :

சுக்கு, பால் மிளகு, திப்பிலி, ஏலரிசி ஆகியவற்றை வறுத்துப் பொடி செய்து தேனிற் கலந்து சாப்பிட தொண்டைக் கரகரப்பு குணமாகும்.

### தொடர் வீக்கல் :

நெல்லிக்காய் இடித்து சாறு பிழிந்து, தேன் சேர்த்துச் சாப்பிட்டால் தொடர் வீக்கல் தீரும்.

### வாய் நாற்றம் :

சட்டியிற் படிகாரம் போட்டுக் காய்ச்சி ஆறவைத்து, அதனை ஒரு நாளைக்கு மூன்று வேளை வாய் கொப்பளித்து வந்தால்; வாய் நாற்றம் போகும்.

### உதட்டு வெடிப்பு :

கரும்புச் சக்கையை எடுத்து எரித்துச் சாம்பலாக்கி, அதனுடன் வெண்பனையை கலந்து உதட்டில் தடவிவர; உதட்டு வெடிப்புக் குணமாகும்.

### அஜீரணம் :

ஒரு டம்ளர் தண்ணீரில் கருவேப்பிலை, இஞ்சி, சீரகம், மூன்றையும் கொதிக்க வைத்து ஆறவைத்து வடிகட்டி குடிக்க அஜீரணம் சரியாகும்.



## **குடற்புண் :**

மஞ்சளைத் தணலில் இட்டுச் சாம்பல் ஆகும்வரை எரிக்க வேண்டும். மஞ்சள் கரிச் சாம்பலை தேன்கலந்து சாப்பிட குடல் புண் ஆறும்.

## **வாயுத் தொல்லை :**

வேம்பம் பூவை உலத்தித் தூளாக வெந்நீரில் உட்கொள்வதினால் வாயுத் தொல்லை நீங்கும். ஆறாத வயிற்றுப்புண் நீங்கும்.

## **வயிற்று வல் :**

வெந்தயத்தை நெய்யில் வறுத்துப் பொடி செய்து மோரில் குடிக்க வயிற்று வல் நீங்கும்.

## **மலச்சிக்கல் :**

செம்பருத்தி இலைகளைத் தூள் செய்து, தினமும் இருவேளை சாப்பிட்டுவர மலச்சிக்கல் தீரும்.

## **சீதபேதி :**

மலை வாழைப்பழத்தை நல்லெண்ணெயிற் சேர்த்துச் சாப்பிடச் சீதபேதி குணமாகும்.

## **பிடித்த வெடிப்பு :**

கண்டங்கத்திரி இலைச்சாறை ஆலிவ் எண்ணெயிற் காய்ச்சிப் பூசி வந்தால் பித்த வெடிப்புக் குணமாகும்.

## புற்றுநோய் ஓர் அறிமுகம்

### புற்றுநோய் என்றால் என்ன?

இது உடற்கலங்கள், உடலின் கட்டுப்பாட்டிற்கு அப்பால் தன்னிச்சையாக அசாதாரண முறையில் பெருக்கமடைவதால் ஏற்படும் வளர்ச்சிகள் (கட்டிகள்) எனக் கொள்ளலாம். இது உடலின் எப்பகுதியிலும் ஏற்படலாம்.

### இலங்கையில் புற்றுநோய்.....

இலங்கையில் புற்றுநோயால் பாதிப்படைவோரின் எண்ணிக்கை அதிகரித்து வருகின்றது. ஒரு வருடத்தில் சுமார் 12000 புதிய புற்றுநோயாளர்கள் இனங்காணப்படுகிறார்கள். பெரும்பாலானோர் பிந்திய நிலையிலேயே வருகின்றார்கள் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

### புற்றுநோய்க்குரிய எச்சரிக்கை அறிகுறிகள் யாவை?

- ◆ நீண்ட காலம் நிலைத்திருக்கும் இரும்பு / குரல் வித்தியாசம்.
- ◆ குணமடையாத புண்.
- ◆ உடம்பில் கட்டு, தழும்பு அல்லது உண்ணி ஏற்படுதல் அல்லது பல காலமாக இருந்து திடீரென வளர்ச்சியடைதல்.
- ◆ மார்பகங்களில் / வேறு இடங்களில் ஏற்படும் கட்டிகள் அல்லது தடிப்புகள்.
- ◆ பெண் யோனி வழியில் இருந்து அசாதாரண இரத்தம் அல்லது வெள்ளைப்போக்கு ஏற்படுதல் அல்லது மாதவிடாய் நின்ற பின்பும் இரத்தப் போக்கு ஏற்படுதல்.
- ◆ மலசலம் கழிக்கும் பழக்கத்தில் ஏற்படும் வித்தியாசம் அல்லது மலத்தோடு இரத்தம் வெளிவரல்.
- ◆ அதிக காலமாக நீடித்திருக்கும் அஜீரணம் (சமிபாடின்மை) அல்லது விழுங்குவதில் உள்ள கஷ்டம்.

## புற்றுநோய்க்கான காரணிகள் யாவை?

புற்றுநோய்க்கான சரியான காரணிகள் எவையென இன்னமும் கூற முடியாதுள்ளது. எனினும் புற்றுநோயானது வாழ்க்கைமுறை, பரம்பரை மற்றும் சுற்றாடல் காரணிகளின் கூட்டுத்தாக்கத்தின் விளைவாகவே ஏற்படுகின்றது எனக் கருதப்படுகின்றது.

## புற்றுநோயை ஏற்படுத்துவதற்கான பாதகமான காரணிகள்

- 1) புகையிலை பாவித்தல், இதனை புகைப்பதினாலோ, இப்புகையை அருகில் இருந்து உள்வாங்குவதனாலோ அல்லது இதனைப் பாக்கு, சுண்ணாம்புடன் உட்கொள்வதனாலோ பாதிப்பு ஏற்படும்.
- 2) மதுபானம் அருந்துவதால் இதன் எரிவுத் தாக்கத்தால் வாய் களப்புற்றுநோய் ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது. அத்துடன் இதனால் ஈரல், பாதிப்படைந்து ஈற்றில் ஈரல் புற்றுநோய் ஏற்படும்.
- 3) மாறுபட்ட உணவுப் பழக்கம்
- 4) வாய்ச்சுகாதாரம் இன்மை.
- 5) இரசாயனப் பதார்த்தங்கள் அதிக காலம் இவற்றைக் கையாண்டு வேலை செய்வோர்க்கு குறிப்பாக இரத்தப் புற்றுநோய் மற்றும் சிறுநீர்ப்பைப் புற்றுநோய் என்பன ஏற்பட வாய்ப்புக்கள் அதிகம் உள்ளன.
- 6) பெண்கள் மாதவிடாய் நின்ற பின்பு ஓமோன்களைப் பாவிப்பதால் மார்பகப் புற்றுநோய் ஏற்பட வாய்ப்பு உள்ளது.
- 7) சூரியனில் இருந்து வரும் UV கதிர்கள் மற்றும் ஓசோன் படலத்தின் உடைவால் பூமியை அடையும் பாதகமான சூரியகதிர்கள்.

- 8) அணுக்கதிர்த் தாக்கம்.
- 9) புற்றுநோயாளரின் நெருங்கிய உறவினராயிருத்தல். ஒரு சில புற்றுநோய்கள் உதாரணமாக மார்பகப் புற்றுநோய், குடற்புற்றுநோய் மற்றும் இரத்தப் புற்றுநோய் என்பன பரம்பரை ரீதியாக கடத்தப்படுகின்றன.
- 10) நல்ல உடற்பயிற்சியின்மை.

### வாய்ப்புற்றுநோய் ஏற்படுவதற்கு ஏதுவான காரணிகள்

- 1) வெற்றிலை, பாக்கு, சுண்ணாம்பு, புகையிலை போன்றவற்றை மெல்லுதல்.
- 2) பீடி, சுருட்டு, சிகரெட் புகைத்தல்.
- 3) ஒழுங்கற்ற வாய்ச்சுகாதாரம்.
- 4) மதுபானம் அருந்துதல்.
- 5) பின்வரும் சந்தர்ப்பங்களில் மீண்டும் மீண்டும் ஏற்படும் உறுத்தலினால் உண்டான புண்.  
கூரான உடைந்த பற்கள்  
சரியான அளவில் செய்யப்படாத செயற்கைப் பற்கள்.
- 6) அதிகளவான மிளகாய், மிளகாய்த் தூள் பாவித்தல்.
- 7) பீடை கொல்லி போன்ற இரசாயனப் பதார்த்தங்களினை அதிகளவில் பாவித்தல்.
- 8) சூரிய ஒளியின் UV கதிர்களின் தாக்கம் - குறிப்பாக உதடுகளில் ஏற்படும்.
- 9) போசாக்கு குறைபாடு.

### வாய்ப்புற்றுநோயின் அறிகுறிகள்

- ◆ ஆறாத வாய்ப்புண்.
- ◆ வாயினுள் தடித்துக் காணப்படும் வெள்ளை, சிவப்பு நிறமான தழும்புகள்
- ◆ வாய்க்குழியின் கவசத்தோல் கழன்று போதல்.



- ◆ உதடுகளிலோ, வாயினுள்ளோ வளரும் தசைத் துண்டுகள்.
- ◆ வழமைக்கு மாறான இரத்தக் கசிவு.
- ◆ மெல்லுதலிலும் விழுங்குதலிலும் ஏற்படும் சிரமம் அல்லது வலி.
- ◆ தெளிவான காரணங்கள் அற்ற நிலையில் பற்களின் உறுதி தளருதல்.
- ◆ தாடையை அசைப்பதில் சிரமம்
- ◆ வாய்க்குழி உணர்வற்றுப் போதல்
- ◆ கழுத்துப் பகுதியில் நிணநீர் முடிச்சுக்கள் வீங்குதல்.

### நீங்களே உங்கள் வாயைப் பரிசோதிக்கலாம்.

- ◆ உங்கள் கைகளைச் சுத்தமாகக் கழுவுங்கள்.
- ◆ முகம் பார்க்கும் கண்ணாடி முன்பாக நிலிலுங்கள்.
- ◆ உங்கள் முகத்தில் ஏதேனும் வீக்கங்கள், கட்டிகள், புண்கள் உள்ளனவா என விரல்களின் நுனியினால் சோதித்துப் பாருங்கள். முகம் சமச்சீராக உள்ளதா எனக் கவனியுங்கள்.
- ◆ உங்கள் மேல், கீழ் உதடுகளை நன்கு இழுத்து அவற்றில் வெள்ளைப் புள்ளிகள், வீக்கங்கள் அல்லது கட்டிகள் உள்ளதா எனக் கவனியுங்கள்.
- ◆ உங்கள் முரசுகளில் ஏதேனும் நிறமாற்றங்கள், வீக்கங்கள், கட்டிகள், புண்கள், இரத்தக்கசிவு என்பன உள்ளனவா என பார்த்தும் தொட்டும் உணருங்கள்.
- ◆ உங்கள் கடைவாயை வெளிப்பக்கத்துக்கு கையினால் நன்கு இழுத்து வாய்க்குழியின் உட்பக்கச் சுவரில் ஏதேனும் வீக்கங்கள், புண்கள் / நிறமாற்றங்கள் உள்ளனவா எனப் பரிசோதியுங்கள்.
- ◆ நாக்கை நன்கு வெளியே நீட்டியும் பக்கப் புறங்களுக்கு

இழுத்தும் அதில் மேற்பட்ட மாற்றங்கள் ஏதாவது உண்டா என நன்கு பரிசோதியுங்கள்.

- ◆ வாயை நன்றாக - திறந்து அண்ணத்தை தொண்டை முளையை (Tonsil) உண்ணாக்கு ஆகியவற்றை பார்த்து மேற்கூறப்பட்ட மாற்றங்கள் உண்டா எனப் பார்த்தும் தொட்டும் உணருங்கள்.
- ◆ நாக்கை உயர்த்தி வாய்க்குழியின் அடிப்பகுதியில் மேற்கூறப்பட்ட மாற்றங்கள் ஏற்பட்டுள்ளனவா எனப் பதிசோதிக்கவும்.

மேற்படி பரிசோதனையை மாதத்திற்கு ஒரு தடவையேனும் செய்து ஏதேனும் சந்தேகத்துக்கிடமான மாற்றங்கள் காணப்பட்டால் வைத்தியரை நாடி ஆலோசனை பெறவும்.

தகுந்த சுகாதாரப் பழக்க வழக்கங்களைக் கைக்கொள்ளுவதன் மூலமும், வாய்க்குழியை சுயமாக பரிசோதித்து புற்றுநோய் முன்நிலைகளை முன்கூட்டியே அறிந்து கொள்வதன் மூலமும் சரியான பற்சிகிச்சை பெறுவதன் மூலமும் வாய்ப்புற்றுநோய்க்கு ஆளாவதிலிருந்து எம்மைப் பாதுகாப்போம்.

## மாரடைப்பினை தடுப்பதற்கான வழிமுறைகள்

### 1. உடல் பருமனை குறைத்தல்.

கொழுப்பு உணவுகளை தவிர்த்தல், ஆடை எடுக்கப்பட்ட பால், தயிர் பாவித்தல், அதிகளவு தேனீரை தவிர்த்தல், உடல் பயிற்சிகளை மேற்கொள்ளல் என்பவற்றால் உடற்பருமனை குறைக்கலாம்.

### 2. புகைத்தலைத் தவிர்த்தல்.

புகைப் பிடிப்பவர்களில் மாரடைப்பினால் மரணம் அடைபவர்களின் எண்ணிக்கை மூன்று மடங்காக அதிகரித்துள்ளது. உடலில் கொழுப்பின் அளவைக் கூட்டி அதனை இரத்தநாள உட்பகுதியில் படியச் செய்வதால் பாதிப்பு ஏற்படுகின்றது.

### 3. மதுவினைத் தவிர்த்தல்.

மது மற்றைய உறுப்புக்களை பாதிப்பதோடு இதயத்தையும் மிக மோசமாகப் பாதிக்கின்றது. இதயத் துடிப்பினைப் பாதிப்பதையச் செய்வதுடன் இரத்தநாடியின் உட்சுவர்களில் கொழுப்புப் படிவதற்கும் காரணமாக அமைகிறது.

### 4. மன நெருக்கீடுகளைத் தவிர்த்தல்.

கடுமையான மன அழுத்தங்கள் உடல் நலத்தினைப் பெரிதும் பாதிக்கின்றது. மனநிறைவையும் மகிழ்ச்சி தரும் நிகழ்ச்சிகளையும் தொலைக்காட்சி, வானொலி மூலம் பார்த்துக் கேட்டுக் கொள்ள வேண்டும். உணர்ச்சிகளை கட்டுப்படுத்தி உடல் உள நெருக்கீடுகள் தொடர்ச்சியாக ஏற்படாமல் பாதுகாத்தல் இன்றியமையாததாகும்.

## உங்கள் சிந்தனைக்கு.....

- |                                 |                    |
|---------------------------------|--------------------|
| 1. மிக மிக நல்ல நாள்            | - இன்று            |
| 2. மிகப் பெரிய வெகுமதி          | - மன்னிப்பு        |
| 3. மிகவும் வேண்டாதது            | - வெறுப்பு         |
| 4. மிகப் பெரிய தேவை             | - சமயோசித புத்தி   |
| 5. மிகவும் கொடிய நோய்           | - பேராசை           |
| 6. மிகவும் சுலபமானது            | - குற்றங்காணல்     |
| 7. கீழ்த்தரமான விடயம்           | - பொறாமை           |
| 8. நம்பக் கூடாதது               | - வதந்தி           |
| 9. ஆபத்தினை விளைவிப்பது         | - அதிகபேச்சு       |
| 10. செய்யக்கூடாதது              | - உபதேசம்          |
| 11. செய்யவேண்டியது              | - உதவி             |
| 12. விலக்க வேண்டியது            | - விவாதம்          |
| 13. உயர்வுக்கு வழி              | - உழைப்பு          |
| 14. நழுவவிடக் கூடாதது           | - வாய்ப்பு         |
| 15. இளமையில் தேவை               | - கல்வி            |
| 16. உருகும் உள்ளத்தில் உதிப்பது | - அன்பு            |
| 17. இறுகும் உள்ளத்தில் உதிப்பது | - அகந்தை           |
| 18. அன்பு விளைவிப்பது           | - ஒற்றுமை          |
| 19. அகந்தை விளைவிப்பது          | - வேற்றுமை         |
| 20. வேற்றுமையில் விளைவது        | - துன்பம்          |
| 21. வருவதும் போவதும்            | - இன்பம், துன்பம்  |
| 22. வந்தால் பேகாதவை             | - அவமானம், பழி     |
| 23. போனால் வராதவை               | - மானம், உயிர்     |
| 24. தானாக வருவது                | - இளமை, முதுமை     |
| 25. நம்முடன் வருவது             | - பாவம், புண்ணியம் |
| 26. அடக்க முடியாதது             | - ஆசை, துக்கம்     |
| 27. தவிர்க்க முடியாதது          | - பசி, தாகம்       |
| 28. நம்மால் பிரிக்க முடியாதது   | - பாசம், பந்தம்    |
| 29. அழிவைத்தருவது               | - பொறாமை, கோபம்    |
| 30. எல்லோருக்கும் சுமமானது      | - பிறப்பு, இறப்பு  |





## நன்றியுடன் நோக்குகிறோம்

எமது குடும்பத் தலைவர் இரையழபுற்ற வேளை எமை நாடி வந்து துயர்பகிர்ந்தவர்கள், இறுதிக் கிரியைகளிலும், தகனக்கிரியை நோக்கிய இறுதியிப் பயணத்திலும் கலந்து கொண்டவர்கள், தொலைபேசியில் அனுதாயம் தெரிவித்தோர், சோககீதம், பெனர், கண்ணீர் வணக்க பிரசுரங்கள் வெளியிட்டவர்கள், சுவிஸ், நோர்வே, ஜேர்மன், பிரான்ஸ் மற்றும் கனடா, லண்டன், அவுஸ்ரேலியா, மலேசியா, இந்தியா ஆகிய நாடுகளில் இருந்து தொலைத்தொடர்பு மூலமும், முகநூல் மூலமும் நேரில் வந்தும் ஆறுதல் கூறிய அன்பு உள்ளங்கள் அனைவர்க்கும் நன்றி பகர்கின்றோம்.

எம் தந்தை நோய்வாய்ப்பட்டிருந்த தருணம் வைத்தியசாலையிலும் வீட்டிலுமாக இவரை வந்து பார்வையிட்ட நலம் விசாரித்த உறவுகள், நண்பர்கள், தந்தையை இதுகாலவரையும் அருகிருந்து அரவணைத்து பராமரித்த உறவுகள் அனைவரையும் அகம் நிறைந்த நன்றியுடன் கரம் பற்றுக்கிறோம்.

கீரிமலை புனித தீர்த்தக்கரையில் நடைபெற்ற அந்தியேட்டிக் கிரியைகளிலும், இன்றைய இந்த ஆத்ம சாந்திப் பிரார்த்தனையிலும் கலந்து கொண்டவர்கள், “தவில்நாதம்” என்ற இந்நினைவேட்டினை அழகுற அச்சிட்ட றூபன் அச்சகத்தினர் அனைவருக்கும் எமது உள்ளம் நிறைந்த நன்றிகளைச் செப்புகின்றோம்.



இங்ஙனம்  
குடும்பத்தினர்.





## “அனுபவம் என்பது அறிவு”

பிறப்பில் வருவது யாதெனக் கேட்டேன்  
பிறந்து பாரென இறைவன் பணித்தான்  
படிப்பெனச் சொல்வது யாதெனக் கேட்டேன்  
படித்துப் பாரென இறைவன் பணித்தான்  
அன்பெனச் சொல்வது யாதெனக் கேட்டேன்  
அளித்துப் பாரென இறைவன் பணித்தான்  
பாசம் என்பது யாதெனக் கேட்டேன்  
பகர்ந்து பாரென இறைவன் பணித்தான்  
மனையாள் சுகமெனில் யாதெனக் கேட்டேன்  
மணந்து பாரென இறைவன் பணித்தான்  
பிள்ளை என்பது யாதெனக் கேட்டேன்  
பெற்றும் பாரென இறைவன் பணித்தான்  
வறுமை என்பது யாதெனக் கேட்டேன்  
வாடிப் பாரென இறைவன் பணித்தான்  
இறப்பு என்பது யாதெனக் கேட்டேன்  
இறந்து பாரென இறைவன் பணித்தான்.

ஒவ்வொன்றையும் மன்தன் அனுபவித்தே தான்  
உணர வேண்டுமா? அனுபவித்தே தான் அறிவது  
வாழ்வெனில் ஆண்டவனே நீ ஏன் எனக் கேட்டேன்  
ஆண்டவன் சற்று அருகில் வந்து  
அனுபவம் என்பதே நான் தான் என்றார்.

— கவிஞர் கண்ணதாசன் —



அச்சுப்பதிப்பு:

முறையன் பிறிண்டேர்ல் ஆணைக்கோபட்டை, 021 225 556