

திணைப் பாகுபாட்டில் குறிஞ்சித் திணையும் - திணை உணவும்

பு.சா.சா.பிரியதர்ஷினி¹ & முனைவர் ந.மு.கவிதா²

¹முழுநேர முனைவர் பட்ட ஆய்வாளர் ²உதவிப் பேராசிரியர்

தமிழ்த்துறை, வேளாளர் மகளிர் கல்லூரி (தன்னாட்சி)

திண்டிவூர், ஈரோடு.

ஆய்வுச் சுருக்கம்

திணை திணை விளக்கம் திணைப் பாகுபாடு குறிஞ்சித் திணை குறிஞ்சித் திணைக்குரிய முதற்பொருள் மற்றும் கருப்பொருள் விளக்கங்களையும் குன்று இருக்கும் இடமெல்லாம் குமரன் இருப்பான் என்ற முதுமொழிக்கேற்ப குறிஞ்சிக் கடவுளான முருகனின் தனிச்சிறப்புகளையும் குறிஞ்சி நிலத்திற்குரிய சிறு தானியமான திணையின் பயன்பாடுகளும் திணைப்புலம் காத்த பெண்களின் இயல்பும் திணையின் மருத்துவ குணங்களையும் அடிப்படையாகக் கொண்டு இவ்வாய்வு கட்டுரை அமைகிறது.

திறவுச் சொல் : திணை - திணை - குறிஞ்சி - கைக்கிளை - பெருந்திணை - திணைப்புலம் காத்தல் - நீரழிவு - வெறியாடல்

முன்னுரை

முருகனைத் தன் தனிப்பெரும் தலைவனாகக் கொண்டு நிறைந்த மலை வளத்தை உடைய குறிஞ்சித் திணை சங்க இலக்கிய அகப் பாடல்களின் திணைப் பாகுபாட்டில் தனியொரு இடத்தினை வகிக்கிறது எனில் அதில் மிகையிலலை. அவ்வகையில் மூவாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன் தோன்றிய தமிழின் முதல் நூலான தொல்காப்பியத்தில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள திணைப்பாகுபாட்டில் குறிஞ்சித் திணையும் கி.பி. 2 - ஆம் நூற்றாண்டில் எழுதப்பட்ட புறப்பொருள் வெண்பாமாலையில் திணைப் பாகுபாட்டில் குறிஞ்சித் திணையும் வேறுபடுகின்ற தன்மைகள் குறித்தும் குறிஞ்சி எனும் அழகிய அகம் பற்றியும் அம்மக்களின் முக்கிய உணவான திணை உணவு பற்றியும் இவ்வாய்வுக் கட்டுரையில் காணலாம்.

திணை:

திணை என்பதற்கு ஒழுக்கம் என்பது பொருள். அதாவது கீழ்நோக்கிப் பாயும் இயல்புடைய நீரானது மேலிருந்து கீழாக, சீரான வேகத்துடன் ஒழுகுதலையே ஒழுக்கம் என்கிறோம். அவ்வகையில் மனிதர் தம் அன்றாட வாழ்வில் மேற்கொள்ளுகின்ற பழக்கங்கள் அவர்களது வழக்கங்களாக மாறி நாளடைவில் அதுவே அவர்களது ஒழுக்காறுகளாக மாறுகின்றன. இவ்வொழுக்கம் சான்றோர்களாலும் > பெரியோர்களாலும் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட அறத்தின் வழியே



ISSN:2582-9599

பிரணவ் தமிழியல் ஆய்விதழ்

கடைப்பிடிக்கப்படுமாயின் அவை நல்லொழுக்கம் எனவும் அல்லாதவை தீயொழுக்கம் எனவும் போற்றப்படுகிறது.

திணைப் பாகுபாடு

பண்டையக் காலத் தமிழர்கள் திணையினை இலக்கண விதிப்படி உயர்திணை, அஃறிணை என இரண்டு பிரிவுகளாகப் பிரித்ததைப் போன்று இலக்கிய விதிப்படி அகம், புறம் என இரண்டு பெரும் பிரிவுகளாகப் பிரித்துள்ளனர். அகம் - உள்ளம் - உள்ளே எனப் பொருள்படுகிறது. தான் உணர்ந்த இன்பம் இத்தகையது எனப் பிறிதொருவர் உணர்ந்து கொள்ளும்படி எடுத்துரைக்க இயலாத திணையே அகத்திணையாகவும் வீரம், கொடைச்சிறப்பு போன்ற சிறப்புகளை அனைவரிடத்தும் எடுத்துரைக்க இயலும் திணையினைப் புறத்திணை எனவும் பிரித்துள்ளனர்.

நமக்குத் தமிழில் கிடைத்த முதல் இலக்கண நூலான தொல்காப்பியத்தினை இயற்றிய தொல்காப்பியர் அதன் பொருளதிகாரத்தில் அகத்திணையியலில் அன்பின் அகத்திணைகளாக ஏழு திணைகளைக் குறிப்பிடுகிறார்.

‘கைக்கிளை முதலா பெருந்திணை இறுவாய்

முற்படக் கிளந்த எழுதிணை என்ப” (தொல். அகத்திணையியல் 53 நூற்பா)

என்னும் நூற்பாவின் மூலம் அன்பின் அகத்திணைகளை அறியலாம். தற்காலங்களிலே ஒரு சில தமிழ்ச் சொற்களின் உள்ளார்ந்த பொருளை நடைமுறையில் வாழ்க்கையில் தவறாகத் திரித்துக் கூறும் பழக்கமும் நம் மக்களிடையே பரவியுள்ளது.

குறிஞ்சித் திணை

குறிஞ்சித் திணை என்றாலே கபிலர் என்று கூறுமளவிற்கு ‘குறிஞ்சிக்கோர் கபிலர்” என்று புகழப்பட்டார். கபிலரும் குறிஞ்சியின் அழகியலைப் பலவாறு வர்ணித்துப் பாடியுள்ளார். குன்றிருக்கும் இடமெல்லாம் குமரன் இருக்கும் இடம் என்னும் வாக்கிற்கிணங்க முருகனின் வெறியாட்டு குறிஞ்சித் திணையின் முக்கிய அங்கமாகத் திகழ்கிறது. தலைவனும் தலைவியும் தங்களுக்குள்ளே மனம் விரும்பி கூடிப் புணர்தலும் இரவு யாமத்திலே வந்து ஒருவரும் அறியாமல் புணர்ந்து சென்ற தலைவனை எண்ணி அவனது நினைவால் தலைவி உருகுவதும் இத்திணையின் இயல்பாகிறது.

தலைவனது நினைவால் சரியாக உண்ண மறுக்கும் தலைவியின் உடல் நிலையில் ஏற்படும் மாற்றத்தை ‘பசலை நோய்” என்பார்கள். உடல் நெளிந்து> நெற்றி பசந்து, முன்கையிலே அணிந்திருக்கும் வளையல்கள் தாமாகக் கழன்று விழும் அளவுக்கு தலைவியின் நிலை மோசமானதைக் கண்டு தாய் வருத்தப்படுவாள். தலைவியின் இந்நிலைக்கான காரணம் அறியவும், மீண்டும் பழைய நலன் எய்தவும் வெறியாட்டு வேலனையோ, எதிர்காலத்தில் நடப்பதை எடுத்துக் குறி கூறும் கட்டுவிச்சியையோ அழைத்து வெறியாடலை நிகழ்த்துவாள் தாய். இதனைக் கண்ட தோழி> தாயிடம் சென்று தலைவியின் இந்நிலைக்கான காரணம் தலைவன் தான் என்றும், விரைவிலே மணம் புரிய தக்க ஏற்பாடு செய்தாலே தலைவி மீண்டும் தன்



பழைய நலனை அடைந்து விடுதற்கான வழி என்றும் கூறுவாள். இந்நிகழ்விற்கு (தோழி அறத்தொடு நின்றல்) என்பர். அறத்தொடு நின்றல், வரைவு கடாவுதல், இற்செறிப்பு, இரவுக்குறி, குறிஞ்சியைப் போற்றல், குறிகேட்டல்> தினைப்புனம் காத்தல் முதலியன குறிஞ்சித் திணைக்குச் சிறப்புச் சேர்க்கும் நிகழ்வுகள் ஆகும். தலைவன் தான் கொண்ட காதலைத் தெரிவிக்க மடலூர்தல்' நிகழ்வினை நடத்தி வந்தமை குறித்தும் குறிஞ்சித் திணையில் கூறப்பட்டுள்ளது.

குறிஞ்சித் திணையில் தினை உணவு

தலைவியின் அண்ணன்மாரோ அல்லது தந்தையோ மரங்களை வெட்டி, பண்படுத்தி, உழுத நிலத்தில் தினை விதைப்பர். தினைக் கதிர்கள் நன்கு முற்றிய நிலையில் அறுவடைக் காலம் வரும் வரை (தினைப்புனம் காக்க) தலைவியும் தலைவியின் தோழியரும் செல்வர்.

‘இருங் கல் அடுக்கத்து என்னையர் உழுத
கருங் கால் செந்தினை கடியுமுண்டென்
கல்லக வரைப்பில் காண் கெழு சிறுகுடி

மெல் அவல் மருங்கின் மெளவலும் அரும்பின்”

(நற்றிணை - 122 பாடல் வரி 1-4)

அங்கே பரண் அமைத்து தினைக் கதிர்களை மேய வரும் பறவைகள் மற்றும் விலங்குகளிடமிருந்து அதனைக் காக்க (தட்டை) போன்ற கருவிகளைக் கொண்டு விரட்டுவர். அந்நேரத்திலே வேட்டையாடிக் கொண்டோ அல்லது வேறு காரணங்களுக்காகவோ அவ்வழியாக வரும் தலைவன் தலைவியைக் கண்டு காதல் கொள்வான். எனவே தலைவனும் தலைவியும் சந்திப்பதற்கும் காதல் வயப்படுவதற்கும் முழு முதற் காரணமாக இருப்பதே இந்தத் தினைப்புனம் தான். அத்தகைய இத்திணையினை குறிஞ்சி நிலத்திலே கிடைக்கும் மிகப்பெரிய தேனடைகளுடன் உண்டனர். இம்மகள் (தேனும் திணையும்) சேர்ந்து சுவை மிக்க உணவாகவும் மலையேறுவதற்கும்> வேட்டையாடுவதற்கும் தேவையான உடலுழைப்பினைப் பெறுவதற்கான ஊட்டச்சத்து மிக்க உணவாகவும் இருந்த வந்தமையும் அறியப்படுகிறது.

தினை

குறிஞ்சி நிலத்தில் விளையும் திணையை முக்கிய உணவாக அக்கால மக்கள் மிகுதியாகப் பயன்படுத்தினர் என்பதை சங்க இலக்கியங்கள் குறிப்பிடுகின்றன. குறிஞ்சி நிலத்தில் இயற்கையாக விளைந்த தினை, திணையைக் கொண்டு தயாரிக்கப்பட்ட தினை மாவு மற்றும் இயற்கையாக கிடைத்த தேன் முக்கிய உணவாக இருந்தது. தினைக்கு, ஏனல் இறடி, இருவி என பல பெயர்கள் சங்க காலத்தில் வழங்கப்பட்டன.

தினை விதைத்தல்

காட்டில் உள்ள மரங்களை வெட்டி வீழ்த்தி பின்னர் எறியூட்டி தினை புனத்தைப் பழங்கால மக்கள் உருவாக்கி திணையை விளைவித்து விவசாயம் செய்து வாழ்ந்து

வந்தனர். திணையின் தாள் கரும்பு போன்றும் திணையின் கதிர்கள் பெண் யானையின் துடிக்கையை போலவும் தோன்றும் என்பதை,

‘யாஅம் கொன்ற மரம் கட்ட இயவில்

கரும்பு மருள் முதல பைந்தாட் செந்தினை

மடப்பிடித் தடக்கை அன்ன பால்வார்பு” (குறுந்தொகை-198)

என்னும் குறுந்தொகையின் பாடல் வரி மூலம் அறிய முடிகிறது. மேலும் மலைச்சாரலில் அருவி ஒழித்துப் பாயும் மூங்கில் வளர்ந்த அகன்ற இடத்தில் மிளகுக்கொடி வளரும். அச்சாரலில் மலர்ந்த காந்தளின் கொழுக்கிழங்கு வெளிப்பட்டு தோன்றும்படி தன் இனத்துடன் கூடி பன்றிகளால் புழுதியாக்கப்பட்ட நிலத்தில் குறவர்கள் தணையை விதைத்தனர். அவ்வாறு விதைக்கப்பட்ட தினை முளைத்து நன்றாக விளைந்ததை>

‘அருவி ஆர்க்கும் கழை பயில் நனந் தலைக்

கறி வளர் அடுக்கத்து மலர்ந்த காந்தள்

கொழுங் கிழங்கு மிளரக் கிண்டி கிளையொடு”

கடுங் கண் கேழல் உழுத பூமி

நன்னாள் வரு பதம் நோக்கிக் குறவர்

உலாஅது வித்திய பருஉக் குரற் சிறு தினை

முந்து விளை யாணர்” (புறநானூறு 168)

என்னும் புறநானூற்றின் பாடல் வரி மூலம் புலனாகிறது.

தினைப்புலம் காத்தல்

தினை விளையும் நிலம் தினைப் புனமாகும். நன்றாக விளைந்த தினைக் கதிர்களைத் தலைவியும் தோழியும் கிளி முதலிய பறவைகளிடமிருந்து காப்பது வழக்கம். தினைப் புனத்தைக் காவல் காக்க பகற் பொழுதில் தலைவி, தோழி இருவரையும் செவிலித்தாய் அனுப்பி வைக்கும் வழக்கம் பழந்தமிழகத்தில் இருந்தது. பஞ்சு போன்ற தலை வளைந்து ஈன்றணிமை நீங்கிய பெரிய தினைக் கதிர்கள்> தினைகளைத் தாள்சுக்கு இடையே காணப்படும். அக்கதிர்களில் உள்ள சிறிய தினைகளை உண்பதற்காகக் கிளிகள் விரும்பி வந்தடையும்> அவற்றை ஓட்டிப் பகல் பொழுது கழிந்த அளவில் நீவிர் இல்லம் வருவீராக என விடுதமையால் நாங்களும் பகல் பொழுது சென்றோம் எனத் தோழி கூற்றாக வரும்,

‘துய்த்தலை வாங்கிய புனிறுநீர் பெருங்குரல்

நல் கோட் சிறுதினைப் படுபுள் ஓப்பி

எல்பட வருதிய என நீ விடுத்தலின்” (பா.வரிகள் 36 -39)

என்னும் குறிஞ்சிப்பாட்டு பாடல் அடிகள் மூலம் அறிந்து கொள்ளலாம்.



ISSN:2582-9599

பிரணவ் தமிழியல் ஆய்விதழ்

விருந்தோம்பல் குறிஞ்சி நிலத்தில் வாழ்ந்த மக்கள் வீட்டிற்குள் வரும் விருந்தினர்களை இனிய மொழிகளை கூறி வரவேற்று மிகச்சிறந்த நெய்யில் பொரித்து வெந்த பருத்த தசையையும் (மாமிசத்தையும்) அழகிய தினை அரிசி சோற்றையும் வழங்கினர் என்பதை

‘பருஉக்குறை பொழிந்த நெய்க்கண் வேவையொடு

குருஉக் கண் இறடிப் பொம்மல் பெறுகுவீர்” (பா.வரிகள் 168-169)

என்னும் மலைபடுகடாம் பாடல் வரிகள் மூலம் அறிந்து கொள்ளலாம்.

தினை அரிசியின் முக்கியத்துவம்

முதுமையில் வரக்கூடிய மூளை குறைபாடுகளைத் தடுக்கும். மூளைக்கு தேவையான ஆக்சிஜன் தருவதற்கு இரும்புச்சத்து அவசியம் தேவை அதனால் இரும்புச்சத்து நிறைந்த தினை நமது உடலில் இரும்புச்சத்து குறைபாட்டை உண்டாக்காமல் தடுக்கிறது. தினையில் இருக்கும் புரதமானது நரம்பு மண்டலத்தின் செயல்பாடுகளை ஊக்குவிக்கவும் உதவுகிறது.

தினை அரிசியின் மருத்துவம்

தினை சிறு தானியங்களில் முக்கியமானது. தானியங்களில் அதிகம் பயிரிடப்படுவதில் இரண்டாம் இடம் இதற்கு உண்டு என்றும் அழைக்கிறார்கள். இதைச் சாப்பிடுவதால் உடலுக்கு பலவிதமான நன்மைகள் கிடைக்கும். தினையில் கால்சியம், புரதம், இரும்புச்சத்து, நார்ச்சத்து மெக்னீசியம் போன்றவை உண்டு. தினைக்கு உள்ள சிறப்பு மற்ற தானியங்களை காட்டிலும் இதில் கால்சியம் அதிகம் உள்ளது. அரிசி கோதுமை, கேழ்வரகு காட்டிலும் இதில் இரும்பு சத்து அதிகமாக உள்ளது. கோதுமையில் இருப்பதைவிட குறைவான புரதம் இருந்தாலும் மற்ற பொருள்களோடு கலந்து உண்ணும் போது இவை சமன் செய்யப்படுகிறது.

இதய நோய் தடுக்கும்

இதயம் சீராக செயல்பட வைட்டமின் பி1 அவசியம். இவை தசை மற்றும் நரம்புகளுக்கு இடையில் செய்தியை பரிமாற்ற உதவுவதோடு இதயத்தின் செயல்பாடுகளையும் பாதுகாக்கிறது. இந்த பி1 வைட்டமின் குறையும் போது இதயத்தின் செயல்பாட்டில் குறைபாடு நோக்கிறது. இதயத்துக்கு பலம் சேர்க்கும் பி1 வைட்டமின் தினையில் உண்டு தினை அரிசியை எடுத்துக் கொண்டால் இதய நோய் வராமல் தடுக்க முடியும். இதயத்தை பலப்படுத்தும் மறதி நோய் என்னும் அல் சைமர் நோய் தீவிரமாகாமல் இருக்கவும் இந்த பி1 வைட்டமின் உதவுகிறது. எனினும் இது குறித்த சோதனைகள் தொடர்ந்து நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கிறது.

மூளை ஆரோக்கியம்



உடலில் இரும்பு சத்து போதுமானதாக இருந்தால் இதை உடல் உறுப்புகளுக்கு ஆக்சிஜன் சீராக எடுத்துச் செல்கிறது. மூளையில் செயல்பாட்டுக்குப் பற்றாக்குறையின்றி ஆக்சிஜன் கிடைத்தால் அவற்றால் பெருகும். நினைவுத்திறன் அதிகரிக்கும். முதுமையில் வரக்கூடிய மூளை குறைபாடுகளை தடுக்கும். மூளைக்கு தேவையான ஆக்சிஜன் தருவதற்கு இரும்பு சத்து அவசியம் தேவை அதனால் இரும்பு சத்து நிறைந்த திணை உங்கள் உடலில் இரும்புச் சத்து குறைபாட்டை உண்டாக்காமல் தடுக்கிறது. திணையில் இருக்கும் புரதமானது நரம்பு மண்டலத்தில் செயல்பாடுகளை ஊக்குவிக்கவும் உதவுகிறது.

நீரழிவுக்கு ஏற்ற உணவு

திணை குறைந்த கிளை செமிக் குறியீட்டை கொண்டுள்ள உணவு. இது நார்ச்சத்து அதிகம் கொண்டது என்பதால் நீரழிவு நோய்க்கு ஏற்ற உணவாக இதை சொல்லலாம். பொதுவாக நீரழிவு பாதிப்பு இருந்தால் அவர்கள் அரிசி உணவை தவிர்க்க வேண்டும். அல்லது அளவாக எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும் என்று சொல்வார்கள். அவர்கள் திணை அரிசி எடுத்துக் கொள்ளலாம். இது செரிமானத்திற்கு அதிக நேரம் எடுத்துக் கொள்ளும் என்பதால் அரிசி போன்று உடனடியாக செரித்து அதில் இருக்கும் குளுக்கோஸை ரத்தத்தில் கலப்பதில்லை. நீரழிவு மற்றும் அல்ல இதய நோய்> உடல் பருமன்> மூட்டு வலி இருப்பவர்களுக்கு திணை அரிசியை உணவாக எடுத்துக் கொள்ளலாம். இவை உடல் சோர்வை உண்டாக்காது உடல் இழந்த ஆற்றலை மீண்டும் பெற முடியும்.

கால்சியம் சத்து அதிகம்

இன்று குழந்தைகளும் கால்சியம் பற்றாக்குறை பிரச்சனைக்கு ஆளாகின்றார்கள். பெண்களுக்கு இயல்பாகவே மெனோபாஸ் காலங்களில் கால்சியம் குறைப்பாற்றை உண்டாக்கும் தற்போது இது அதிகரித்து வருகிறது. திணை அரிசியில் கால்சியம் சத்து அதிகமாகவே உண்டு என்பதால் இதை அடிக்கடி சேர்த்து வந்தால் எலும்புகள் வலுவடையும்.

பற்கள் உறுதியாகும். வளரும் குழந்தைகளுக்கு திணை அரிசியை அடிக்கடி உணவில் சேர்ப்பதன் மூலம் எலும்புகள் உறுதியாகும். வளர்ந்த பிறகு எலும்பு தேய்மானம் உண்டாகாது இதில் பீட்டா கரோட்டின் இருப்பதால் கண் பார்வையும் கூர்மை அடையும். ஆண்மையை பெருக்கும்.

திணை நரம்பு மண்டலத்தில் செயல்பாடுகளை மேம்படுத்தக் கூடியது. நரம்புகளுக்கு வலு கொடுத்து மெருகேற்றும் குணம் கொண்டது இளவயது ஆண்களுக்கு அடிக்கடி திணை அரிசியில் செய்த திணை உப்புமா> திணை லட்டு> திணை புட்டு, திணை கஞ்சி, திணை முறுக்கு தேனுடன் கலந்த திணை என்று விதவிதமாக செய்து கொடுப்பார்கள். இதனோடு திணையை இடித்து தேன் கலந்து களியாக்கி கொடுப்பார்கள். இது ஆண்மையை பெருக்கவும் உதவுகிறது.

கப நோய் அகற்றும் திணை கப நோய்களை கட்டுப்படுத்தும் தன்மை கொண்டது. காய்ச்சல் சளி இருக்கும் போது திணை அரிசி கஞ்சி குடித்து வந்தால் அதன்



ISSN:2582-9599

பிரணவ் தமிழியல் ஆய்விதழ்

வேகத்தை கட்டுப்படுத்தும் காய்ச்சல் காலங்களில் இவை எப்பொழுதும் உடலுக்கு நன்மை பயக்கும் தினை அரிசியை நாம் வாரத்திற்கு இரண்டு நாள் உணவாக எடுக்கலாம். குழந்தைகளுக்கு தினையை தேனுடன் கலந்து உருண்டையாக்கி கொடுக்கலாம். தினை கஞ்சி செய்து கொடுக்கலாம். தினை நல்லது என்பதற்காக தினமும் எடுத்துக் கொள்ளக்கூடாது. அடிக்கடி எடுத்துக் கொண்டால் அவை பித்தம் அதிகரிக்கச் செய்யும் எனவே சிறுதானியங்கள் உள்ள சத்துக்களையும் மருத்துவங்களையும் உணர்ந்து அதை நாம் பயன்படுத்தி வளமோடு வாழலாம்.

முடிவுரை

பண்டையக் கால தமிழர்களின் இயற்கையோடு சேர்ந்த வாழ்வியலின் கூறுகளாக விளங்கும் நானிலங்கள்> திணைப்பாகுபாடுகள் முதற்பொருளான நிலமும் பொழுதும், கருப்பொருளான தெய்வம் முதல் தொழில் வரையிலான பதிமூன்று வகைகள் மற்றும் உரிப்பொருளான திணைகளுக்குரிய நிமித்தங்கள் ஆகியவற்றை அதன் உள்ளார்ந்து, நுட்பமாக உணரும் போது மட்டும் தான் சங்க இலக்கிய அகப்பாடல்களில் மறைந்துள்ள நுண்மையான சுவைகளை நுகரமுடியும் எனும் பொருட்டே இவ்வாய்வுக் கட்டுரை வழங்கப்பட்டுள்ளது. எனவே தமிழர்கள் அனைவரும் சங்க இலக்கிய நுண்மை உணர்வோம்! அதன் சுவை நுகர்வோமாக!!

துணை நின்ற நூல்கள்

1. தொல்காப்பியர் - இளம்பூரணனார் உரை -தொல்காப்பியம் - கௌரா பதிப்பகம் - சென்னை
2. உரையாசிரியர்: பின்னத்தூர் அ. நாராயணசாமி ஐயர் - நற்றிணை - நியூ செஞ்சுரி புக் (பி) லிட் - சென்னை
3. இரா.அறவேந்தன் (குறுந்தொகை - நியூ செஞ்சுரி புக் (பி) லிட் - சென்னை
4. பதிப்பாசிரியர்/உரையாசிரியர்: கு. வெ. பாலசுப்பிரமணியன், அ.மா. பரிமணம், அ. விஸ்வநாதன்.புறநானூறு - நியூ செஞ்சுரி புக் (பி) லிட் - சென்னை
5. கதிர் முருகு - குறிஞ்சிப்பாட்டு - கௌரா பதிப்பகம் - சென்னை.
6. பொ. வே. சோமசுந்தரனார் உரை: சைவ சித்தாந்த நூற்பதிப்புக் கழகம் சென்னை