மொழிஞாயிறு

(2024 - 2025ஆம் கல்வியாண்டில் சேர்வோர்க்குரியது)

இரண்டாம் ஆண்டு - மூன்றாம் பருவம்

Scan Me

ISBN 978-81-2344-814-5

நியூ செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ் (பி) லிட்.,
41-பி, சிட்கோ இண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட்,
அம்பத்தூர், சென்னை - 600 050.
☎ 044 - 26251968, 26258410
www.ncbhpublisher.in | email: info@ncbh.in

9788123448145

Code No. A 5474 ₹ 120/-

மொழிஞாயிறு

(2024 - 2025ஆம் கல்வியாண்டில் சேர்வோர்க்குரியது)

இரண்டாம் ஆண்டு - மூன்றாம் பருவம்

தொகுப்பாசிரியர்

முனைவர் ஆ. மகாலட்சுமி
உதவிப்பேராசிரியர்
தமிழ்த்துறை
நல்லமுத்துக் கவுண்டர், மகாலிங்கம் கல்லூரி
பொள்ளாச்சி - 642 001

Scanned with CamScanner

மொழிஞாயிறு

(2024 - 2025ஆம் கல்வியாண்டில் சேர்வோர்க்குரியது)

இரண்டாம் ஆண்டு - மூன்றாம் பருவம்

தொகுப்பாசிரியர்

முனைவர் ஆ.மகாலட்சுமி
உதவிப் பேராசிரியர்
தமிழ்த்துறை
நல்லமுத்துக்கவுண்டர் மகாலிங்கம் கல்லூரி (தன்னாட்சி)
பொள்ளாச்சி - 642 001.

நியூ செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ் (பி) லிட்.,
41-பி, சிட்கோ இண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட்,
அம்பத்தூர், சென்னை - 600 050.
☎: 044 - 26251968, 26258410

Scanned with CamScanner

Language : Tamil

Mozhignayiru

Second Year - Semester-III

Compiled by: **Dr. A.Mahalakshmi**

Nallamuthu Gounder Mahalingam College, (Autonomous)

Pollachi - 642 001

First Edition: June, 2025

Copyright: Publisher

No.of Pages: 142

Publisher :

New Century Book House Pvt. Ltd.,

41-B, SIDCO Industrial Estate,

Ambattur, Chennai - 600 050.

Tamilnadu State, India.

Email: info@ncbh.in

Online: www.ncbhpublisher.in

ISBN : 978 - 81 - 2344 - 814 - 5

Code No. A 5474

₹ 120/-

Branches

Ambattur 044 - 26359906 **Spenzer Plaza (Chennai)** 044-28490027 **Trichy** 0431-2700885 **Pudukkottai** 04322- 227773 **Thanjavur** 04362-231371 **Tirunelveli** 0462-4210990, 2323990 **Madurai** 0452-4374106 **Dindigul** 0451-2432172 **Coimbatore** 0422-2380554 **Erode** 0424-2256667 **Salem** 0427-2450817 **Hosur** 04344-245726 **Krishnagiri** 04343-234387 **Ooty** 0423 2441743 **Vellore** 0416-2234495 **Villupuram** 04146-227800 **Pondicherry** 0413-2280101 **Nagercoil** 04652-234990

மொழிஞாயிறு

இரண்டாம் ஆண்டு - மூன்றாம் பருவம்

தொகுப்பாசிரியர்: முனைவர் **ஆ.மகாலட்சுமி**

நல்லமுத்துக்கவுண்டர் மகாலிங்கம் கல்லூரி, (தன்னாட்சி)

பொள்ளாச்சி - 642 001.

முதல் பதிப்பு: ஜூன், 2025

அச்சிட்டோர்: **பாவை பிரிண்டர்ஸ் (பி) லிட்.,**

16 (142), ஜானி ஜான் கான் சாலை, இராயப்பேட்டை, சென்னை - 14

☎: 044-28482441

All rights reserved. No part of this book may be reprinted or reproduced or utilised in any form or by any electronic, mechanical, or other means, now known or hereafter invented including photocopying and recording, or in any information storage or retrieval system, without permission in writing from the publishers.

Scanned with CamScanner

அலகு–3

உரைநடை

1. தொல்காப்பியத்தில் தமிழர் பண்பாடு 4
   - முனைவர் ம.சித்ரகலா
2. சங்க இலக்கியத்தில் குறுநில மன்னர்களின் வாழ்வியல் 51
   - முனைவர் பே.மஹேஸ்வரி
3. பதினெண் கீழ்க்கணக்கு நூல்களில் மருத்துவ சிந்தனைகள் 67
   - முனைவர் த.கீதாஞ்சலி
4. கம்பராமாயணத்தில் பெண் பாத்திரப்படைப்புகள் 72
   - முனைவர் பா.அருள்ஜோதி
5. அறப்பளீசுர சதகத்தில் இல்லற மாண்புகள் 81
   - முனைவர் இரா.விஷ்ணுப்பிரியா
6. குறள்வழி இளங்கோ 91
   - தெ.பொ.மீனாட்சிசுந்தரம்
7. மீரா என்ற தமிழியக்கம் 97
   - சிற்பி பாலசுப்பிரமணியம்
8. 'நிலம் எனும் நல்லாள்' புதினம் உணர்த்தும் கிராமப் புலம்பெயர்வு 107
   - முனைவர் த.பரமேஸ்வரி

அலகு–4

இலக்கிய வரலாறு

1. தமிழில் காப்பியங்களும் புராணங்களும் 115
2. இரட்டை காப்பியங்கள் பெயர் பொருத்தம் 138

புதினம்

1. புதினம்

   வயல் (புதினம்) கு.வெ.பாலசுப்பிரமணியம்
2. விளம்பரம் தயாரித்தல், செய்தி எழுதுதல்

Scanned with CamScanner

காக்கைக்குப் படையலிட்டு வணங்கினர். காக்கைக்குப் படையலிட்டு வழிபடுவதால் கர்மவினைகளான எவ்வித இடர்பாடும் நம்மை அணுகாது என்ற நம்பிக்கையும் கொண்டிருந்தனர். இது தமிழர்கள் வாழ்வியலோடு இணைந்திருந்தது என்பதும் அறிய முடிகிறது.

குறுநில மன்னர்கள் வாழ்கின்ற பகுதிகளில் வளமும் அதற்கேற்ப வாணிபமும் சிறந்து விளங்கியுள்ளது. இயற்கை வளங்களைப் பேணியுள்ளனர். மாரி போல் ஈகை செய்துள்ளனர். ஆற்றுப்படுத்தியும் செய்நன்றி போற்றியும் மனித நேயம் மிக்கவர்களாகவும் இருந்திருக்கின்றனர். பசிப்பிணி மருத்துவராகவும், தானம் செய்தும் தானத்துக்குரிய பொருள் கொடுத்தும் அரசர்கள் சான்றாண்மை மிக்கவர்களாக விளங்கியுள்ளனர்.

துன்பத்தை எதிர்கொள்வதோடு மட்டுமல்லாமல், பகைவரையும் நண்பனாகக் கருதியுள்ளனர். சுற்றத்தாரைப் பாதுகாத்தனர். அறநெறி கடைப்பிடித்து, வாய்மை தவறாத உயர் நெறியில் பொறாமை கொள்ளாத உயர் பண்போடு கலைஞர்களையும் கலைகளையும் ஆதரித்துள்ளனர். 'மறுபிறப்பை நோக்கியதன்று வாழ்வு' என்பதை உணர்ந்து, உயிரினங்களைப் போற்றுதலோடு இயற்கையோடு இயைந்த வாழ்வில் நீர்நிலைகளையும் வளப்படுத்தி, வறிதினும் வள்ளல் தன்மை உடையவர்களாக வாழ்ந்து இருந்திருந்தனர். குறுநில மன்னர்கள் என்பதை அறிந்துகொள்ள முடிகிறது.

3. பதினெண் கீழ்க்கணக்கு நூல்களில் மருத்துவ சிந்தனைகள்

முனைவர் ந.கீதாஞ்சலி

மக்களின் வாழ்க்கைமுறையில் காலச்சூழற்சியின் காரணமாகப் பல்வேறு மாற்றங்கள் ஏற்பட்டுவருகின்றன. குறிப்பாக உணவு முறைகளில் பல மாறுதல்கள் ஏற்பட்டுள்ளன. இயற்கையில் கிடைக்கும் வேளாண் சார்ந்த உணவுப்பொருட்களிலும் பிற பொருட்களிலும் இரசாயனப் பொருட்களின் அளவு அதிகமாக இருக்கும் காரணத்தால் மக்கள் எளிதில் நோய்களுக்கு ஆட்படுகின்றனர். இவ்வாறு காலந்தோறும் சூழல் காரணமாகப் புதுப்புது நோய்களுக்கு ஆட்பட்டு வருவது இயல்பே. இருப்பினும் அறிவியல் வளர்ச்சியின் காரணமாக நோய்களைக் குணப்படுத்தும் புதுப்புது வழிமுறைகளும் கண்டுபிடிக்கப்பட்டே வருகின்றன. மக்களும் நவீன மருத்துவ வசதிகளைப் பயன்படுத்தி நோயிலிருந்து விடுபட்டு, சுகமான வாழ்வை வாழ்ந்தே வருகின்றனர் என்பதில் எவ்வித ஐயமுமில்லை.

தொல்காப்பியர் காலத்தில் கருவாகி, சங்க காலத்தில் உருவாகிய தமிழ் மருத்துவக்கலை, சங்கம் மருவிய காலத்தில் திருவாகின்றது. களப்பிரர்கள், சமணர்கள் மற்றும் பௌத்தர்களின் வருகையால் சங்கம் மருவிய காலத் தமிழ் மக்களின் வாழ்க்கைக் கூறுகள் அனைத்தும் மாற்றம் கொண்டன. சங்க காலச் சான்றோர் போற்றிய கள்ளும், காமமும் இறைச்சியும் சங்கம் மருவிய காலச் சான்றோர்களால் முற்றிலும் வெறுக்கப்பட்டன. சங்கம் மருவிய காலம் தமிழக வரலாற்றில் மாறுதல்களை ஏற்படுத்திய காலமாகும். இயற்கையோடு ஒன்றி வாழ்ந்தவர்கள் சங்க கால மக்கள். இயற்கையிலிருந்து விலகி வாழ தலைப்பட்டவர்கள் சங்கம் மருவிய கால மக்கள். மக்களின் இம்மாறுதல்களுக்கு முக்கிய காரணமாக இருந்தவை சமண சமய எழுச்சியாகும். இவ்வெழுச்சிக்கு உறுதுணையாக இருந்தவை சமணர்கள் அளித்த நால்வகைக் கொடைகள்.

சமணர்கள் உணவு, அடைக்கலம், மருந்து, கல்வி எனும் நால்வகை தானங்களை உறுதுணையாகக் கொண்டு தமிழக மக்கள் வாழ்வில் மாற்றங்களைப் புகுத்தினர். இவ்வாறு சமணர்கள் தமிழகத்தில் காலூன்றக் காரணமாக இருந்தவை அன்னதானம்,

Scanned with CamScanner

அபயதானம், ஔடததானம், கல்விதானம் எனும் நால்வகை தானங்கள். இவற்றில் ஔடததானம் மக்களின் நல்வாழ்வுடன் ஒன்றியதால் சங்கம் மருவிய காலத்தில் மருத்துவக்கலை பெரிதும் மாற்றத்தினைக் கண்டது.

சங்க காலத்தில் சிலர் தொழிலாக மருத்துவத்தைச் செய்து வந்தனர். சங்கம் மருவிய காலத்தில் தொண்டாகப் பலர் இவற்றைச் செய்தனர். தனிமனித நலனுக்காகப் பயன்பட்ட மருத்துவக்கலை, சமூக நலனுக்காகப் பயன்படுத்தப்பட்டது. மருத்துவக்கலையைப் பொறுத்தவரை சங்கம் மருவிய காலம், மாறுதல்கள் கொண்ட காலமாக அமைந்தது. இதற்கு உதாரணமாக நம்மிடையே உள்ள பதினெண் கீழ்க்கணக்கு நூல்களை நாம் உதாரணமாகக் கூறலாம். மருத்துவ நோக்கில் ஆராயும்போது, பதினெண் கீழ்க்கணக்கு நூல்கள் தனிச்சிறப்புடையவை. மருந்தின் பெயராலும் அமைப்பாலும் நூலானது எழுதப்பெற்றுள்ள தனிச் சிறப்பினை இவற்றில் மட்டுமே காணமுடியும். திரிகடுகம், ஏலாதி, சிறுபஞ்சமூலம் எனும் மூன்று நூல்களும் இதன் தனிச்சிறப்பைப் புலப்படுத்துகின்றன.

திரிகடுகம்

கல்லாலமரம், கரிசலாங்கண்ணி போன்ற மருத்துவ மரங்களையும் செடிகளையும் பயிரிட அக்கால மக்கள் வரி செலுத்தினர் என்று கல்வெட்டுகள் குறிப்பிடுகின்றன. சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி எனும் மூன்று மருந்துகளின் கூட்டுப்பொருளான மருந்தின் பெயரே திரிகடுகம் ஆகும். இம்மூன்று பொருளும் உளநோயாகிய அறியாமையைப் போக்கி இன்பம் நல்கும். 1800 ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் தோன்றிய திரிகடுகம் இன்று சித்த மருத்துவத்தில் துணை மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. இது இம்மருந்தின் பழமையையும், காலம் கடந்து வாழும் திறனையும் உணர்த்துகிறது.

சுக்கு

உலர்ந்த இஞ்சிதான் சுக்காக மாறுகிறது. இஞ்சியின் சாறு அனைத்தும் உலர்ந்து போனதால் இவற்றில் சக்தி அதிகமாக இருக்கும். இதில் நார்ச்சத்து அதிகமாக இருப்பதால், நமது உடலின் ஜீரண உறுப்புகளுக்கு ஏற்ற அருமருந்தாகும். செரிமானம் செய்யக்கூடிய உணவுகளில் கார்போஹைட்ரேட்டுகள், புரதங்கள், கொழுப்பு அமிலங்கள், கிளிசரால் போன்ற மூலக்கூறுகளாக மாற்றும் வேதி நிகழ்வுகள்தான் இந்த செரிமானம் என்பதாகும். திடமான உணவுகளைக் கூட எளிதில் மாற்றக்கூடிய சக்தி நார்ச்சத்து உள்ள காய், கிழங்கு, கீரை வகைகளுக்கு உண்டு. இதில் அதிக சக்தி பெற்றது சுக்கு.

மிளகு

இந்தியாவின் கருப்பு வைரம் என்று வர்ணிக்கப்படும் பொருள் மிளகு. இவை மலைகளில் கொடிபோல் படர்ந்து வளரக்கூடிய அதிக அளவு மருத்துவ குணம் கொண்டது. சற்று காரமாக இருந்தாலும் அதன் மருத்துவப் பயன்கள் அதிகம். நுரையீரலில் உள்ள அனைத்து விதமான பிரச்சனைகளுக்கும் தீர்வு காணக்கூடியவை சளிக்கும், ரத்தப்போக்கை நீக்குவதற்கும், கெட்ட கொழுப்பைக் கரைக்கவும் குடல் புழுக்களை நீக்கவும் விஷக்கடிகள் முறிவு செய்யவும் ரத்தத்தைச் சுத்தம் செய்யவும் இவை உதவும்.

திப்பிலி

சுக்கு, மிளகு என்றால் எல்லோருக்கும் தெரியும். ஆனால், திப்பிலி என்றால் பலருக்கும் தெரியாது. திப்பிலி என்பது கோது என்பவையாகும். கோது என்றால் சூரணம் போன்ற பொடி வகையைச் சேர்ந்ததாகும். திப்பிலி என்பது ஒரு பொருளைக் குறிக்கும் சொல் அல்ல. மரச்சக்கை, பழத்தின் மேல் தோல், இலைச் சருகு, மரப்பட்டை, செடி, கொடியின் வேர்கள் போன்ற மூலிகை அம்சங்களைக் கொண்டவைதான் திப்பிலி. இவை நோய் தன்மைக்கு ஏற்றவாறு பல மூலப்பொருட்கள் சேர்ந்து செய்யப்படும் மருந்தாகும். இவை உடலின் மேல் பூசுவதற்கும் உடல் உள்ளே சாப்பிடுவதற்கும் ஏற்ற மருந்தாகத் தயாரிக்கப்படுகிறது.

ஏலாதி

ஏலம், இலவங்கம், சிறுநாகப்பூ, மிளகு, திப்பிலி, சுக்கு எனும் ஆறு மருந்துப் பொருள்களும் சேர்ந்த ஒருவகை சூர்ணம் தான் ஏலாதி என மருத்துவ நூல்களில் கூறப்பெறுகிறது. ஏலம் ஒரு பங்கு இலவங்கப்பட்டை இரண்டு பங்கு, நாகசேகரம் மூன்று பங்கு, மிளகு நான்கு பங்கு, திப்பிலி ஐந்து பங்கு, சுக்கு ஆறு பங்கு என்ற அளவுப்படி சேர்த்து இம்மருந்தை ஆக்குவர். ஏலாதியிலும் ஒவ்வொரு பாடலிலும் ஆறு பொருட்களைப் பெற்று உயிருக்கு உறுதுணையாக அறநெறியை விளக்கி உரைக்கும் தன்மை பெற்றுள்ளதால், ஏலாதி எனப் பெயர் பெற்றது. மருத்துவ முறைகள் பற்றி ஏலாதி கூறும் பாடல்,

"ஈன்றார் ஈன்கால் தளர்வார் சூலார்
குழவிகள், மான்றார், வளியான்
மயங்கினார்க்கு, ஆனார்! என்று, ஊண்
ஈய்த்து, உறுநோய் களைந்தார் பெருஞ்
செல்வம் காண் ஈய்த்து வாழ்வார், கலந்து" (ஏலாதி, 55)

பிள்ளை பெற்றவர்க்கும், பிள்ளை பெறும் காலத்தில் உடல் தளர்வோர்க்கும், கருவுற்றிருக்கின்ற பெண்களுக்கும், குழந்தைகளுக்கும், இருப்பவர்களுக்கும் அறிவு மயங்கிய நோய்க்கு வாத நிலையில் ஆளாகி வருந்துபவர்களுக்கும், இவர்களைக் காக்க இருப்பவர்கள் என்று பிறர் பாராட்டிப் பேசும்படி உணவு கொடுத்து அவர்களுக்குற்ற நோயை, தளர்வை, துன்பத்தைப் போக்குபவர்கள், பெருஞ்செல்வம் வாய்க்கப் பெற்று பலரும் போற்றும்படி உறவோடு கூடி மகிழ்வோடு வாழ்வர். இதன்மூலம் நோய் தீர்ப்பதனைச் சமுதாய கடமையாகக் கருதும் நோக்கில் ஏலாதி பாடல்கள் அமைந்துள்ளதை உணர முடிகிறது.

சிறுபஞ்சமூலம்

சித்த மருத்துவ நூல்களில் பெரும்பஞ்சமூலம், சிறுபஞ்சமூலம் என இருவகை மூலிகை மருந்து வேர்களைக் குறிப்பர். வில்வம், பெருங்குமிழ், தழுதாழை, பாதிரி, வாகை இவற்றின் வேர்களே பெரும் பஞ்சமூலம் எனப்படும். கண்டங்கத்திரி, சிறுவழுதுணை, சிறுமல்லி, பெருமல்லி, நெருஞ்சி ஆகிய ஐந்து வேர்களும் சிறுபஞ்சமூலம் எனப்படும். இம்மருந்து ஐந்தும் உடல்நலம் காப்பது போல சிறுபஞ்ச மூலத்தில் வரும் பாடல்கள் ஐந்தும் உயிர் நலம் பேணி வீடு பேற்றினை அடைய வழிசெய்யும் என்பார் இந்நூலின் ஆசிரியர் காரியாசான்.

> புண்பட்டார் போற்றுவார் இல்லாதார் போகுயிரார்
> கண்கெட்டார் காலிரண்டும் இல்லாதார் - கண்கண்பட்(டு)
> ஆழ்ந்து நெகிழ்ந்து அவர்க்கு ஈந்தார் கடைபோக
> வாழ்ந்து கழிவார் மகிழ்ந்து (சி.ப.மூ. 78)

நோயுற்றவர், ஆதரவற்றவர், உயிர்போகும் நிலையில் உள்ளவர், பார்வை இழந்தவர், காலிழந்தவர், இவர்களுக்கு மனம் இரங்கி மகிழ்ந்து உதவுபவர்கள் வாழ்வில் வளம் பெறுவர் என்று கூறுவதன் மூலம் அறம் செய்வதிலும் ஓர் அர்த்தம் இருக்க வேண்டுமெனக் கூறியிருப்பது சிறப்புக்குரியது. மேலும்,

> சிறைக் கிடந்தார், செத்தார்க்கு நோற்பார் பலநாள்
> உறைக்கிடந்தார், ஒன்று இடையிட்டு உண்பார் (சி.ப.மூ. 70)

இவர்களுக்கும்,

> சிக்கர், சிதடர், சிதலைப்போல் வாய் உடையார்,
> துக்கர், துருநாமர், தூக்குங்கால் - தொக்க
> அருநோய்கள் முன்னாளில் தீர்த்தாரே இந்நாள்
> ஒருநோயும் இன்றி வாழ்வார் (சி.ப.மூ. 75)

என்று இப்படிப்பட்டவர்களுக்கும் உதவுவதால் வரும் பயனையும் படம்பிடித்துக் காட்டுகிறார். அதாவது, தலைநோய் கண்டவர், மனநிலை குன்றியவர்கள், புற்றுநோய் கண்டவர்கள், காசநோய்கள், மூலநோய்கள் உடையவர்கள் போன்றோருக்கு முன்நாளில் உதவியவர்களே இந்நாளில் இனிதாக வாழ்பவர்கள் என்று வலியுறுத்துகிறார். ஈகையின் பயனுக்கு இனியதோர் விளக்கமாகவும் இது தோன்றுகிறது.

முடிவுரை

நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம் என்பது பழமொழிகளில் சிறந்த பழமொழியாகும். ஒரு மனிதன் எவ்வளவு செல்வங்களைப் பெற்றிருந்தாலும் உடல்நலம் என்னும் செல்வம் குன்றிப்போகுமானால் ஏனைய செல்வங்களைத் துய்க்க இயலாமல் போய்விடும். எனவே, உடல்நலமாகிய செல்வமே அதாவது நோயில்லா யாக்கையே ஒருவன் எய்தத் தகுந்த உயர் செல்வமாகும். எனவே, நோயில்லா யாக்கையராய் நூறாண்டு வாழ்வதற்கான நெறிமுறைகளைக் கடைப்பிடித்து வாழ்வோமாக.

Scanned with CamScanner