

பதார்த்தகுண சிந்தாமணி புகட்டும் நல்வாழ்வுக்குரிய உணவொழுக்கம்

Well Being Diet in the text Padarthaguna Chintamani

இரா. சீதா லட்சுமி இராதாகிருஷ்ணன் / R. Seeta Lechumi Ratha Krishnan¹

Abstract

The current human lifestyle is moving very fast in a hectic environment with the motto 'can live a life in anyway'. Humans fail to accomplish their various activities fully due to lack of time. Among them, health care and diet are noteworthy. As the saying goes in Tamil, "Painting could be done only if the wall is exit", where a man can perform his daily duties properly only if he keeps his body healthy. Diet is one of the most important health

influences. Instead of eating all the available foods, knowing the nature of each food and eating it will provide a good health and life. In this way, Siddhar Theraiyar has effectively explained about advantages and disadvantages of food consummation and usage of cooking ingredients in the book called 'Padhartaguna Chintamani'. It is believed that this book may belong to the 15th century. The basic aim of this research paper is to compile and present the information related to food discipline as described in the book Padarthaguna Chintamani.

Date of submission: 2024-11-18
Date of acceptance: 2024-12-01
Date of Publication: 2024-12-30
Corresponding author's Name: R.
Seeta Lechumi Ratha Krishnan
Email: rseeta@um.edu.my

Keywords: Padarthaguna Chintamani, Wellbeing, Nutrition, Siddhar Theraiyar, Diet

1.0. முன்னுரை

பதினெண் சித்தர்களில் மிகவும் முக்கியமானவர் சித்தர் தேரையர் ஆவார். இவரது இயற்பெயர் இராமதேவன் ஆகும். இராமதேவன் அகத்தியரின் மாணாக்கர் என்றும் அகத்தியரின் வைத்திய ஞானம் முழுவதையும் ஈடுபாட்டுடன் கற்றுத் தெளிந்தார் என்பதும் வரலாறு. காசிவரமன் எனும் மன்னனின் காது வழியே புகுந்து, கடுமையான தலைவலியை ஏற்படுத்திய தேரை ஒன்றினை இவர் எடுத்ததால் 'தேரையர்' என்ற பெயர் பெற்றார் என அறிய முடிகின்றது (நாகராஜன், ச., 2022). சித்தர்

தேரையர் பல அரிய மருந்துகளைக் கண்டறிந்து, அதன் பயன்களைப் பற்றி நூல்களாக இயற்றியுள்ளார். அவ்வரிசையில், ஒவ்வொரு பொருளிலும் அடங்கியுள்ள மருத்துவக் குணங்களைக் கண்டறிந்து, அதனை 'பதார்த்தகுண சிந்தாமணி' எனும் நூலாக வெளியிட்டுள்ளார் சித்தர் தேரையர். 'பதார்த்தம்' என்பது தாவரங்களின் உறுப்புகளான வேர், பட்டை, பிசின், சாறு, இலை, பூ, காய், விதை ஆகிய எட்டுப் பொருள்களைக் குறிப்பதாகும். இப்பொருள்கள் அனைத்தும் அறுகவைகளான

¹The author is a senior lecturer in the Department of Indian Studies, Universiti Malaya, Kuala Lumpur, Malaysia. rseeta@um.edu.my

இனிப்பு, கசப்பு, புளிப்பு, துவர்ப்பு, உவர்ப்பு, கரிப்பு ஆகிய சுவைகளைக் குணமாகக் கொண்டுள்ளன. இவ்வகையான பதார்த்தங்களைச் சிந்தாமணியாய்த் தொகுத்து உரைப்பதே பதார்த்தகுண சிந்தாமணியாகும் (செல்லம், ந. & உமாமகேஸ்வரி, ச., 2021). பூர்வத்தில் சிவபெருமான் உமாதேவியாருக்கு உபதேசித்தருளிய பதார்த்தகுண சிந்தாமணியாகிய ஆயுள்வேதம் என்றும் இந்நூலுக்குப் பெருமையுள்ளது என்பதனை,

‘ஆதியுமைக்கருள் செயற்பிதசிந்தாமணியை...’

(பதார்த்தகுண சிந்தாமணி: பாயிரம்)

எனும் செய்யுள் வரியின் மூலம் அறிய முடிகின்றது. இதன்வழி, சிவபெருமானே பதார்த்தகுண சிந்தாமணி எனும் நூலின் உட்கருத்துகளை உமாதேவிக்கு உபதேசித்துள்ளார் என்பது நிரூபனமாகின்றது. ஆகவே, பிரமிக்க வைக்கும் ஆய்வுத் தகவல்களைத் தருவதால் இந்நூல் ‘அற்புத சிந்தாமணி’ என்ற பெயரையும் கொண்டுள்ளது எனக் கூறப்படுகின்றது.

1508 பாடல்களைக் கொண்ட இந்தத் தமிழ் மருத்துவ நூலில் இறைச்சி, உண்கலம், உலோகம், ஓளஷதம், கஞ்சி, கடல் மீன், கடைச்சரக்கு, கற்கண்டு, காய்தானியம், கீரை, கொடி, சயனம், சருக்கரை, சாணம், சித்திரான்னம், செடி, சோறு, தயிர், தாம்பூலம், தானியம், திணை, தேன், நவரத்தினம், நீர், நெய், பஞ்சபூதம், பதார்த்த கறி, பாகு, பாஷாணம், பாத்திர பேத வெந்நீர், பால், புசிப்பு, புணர்ச்சி, புல், புன்செய் தானியம், மதுரம், மது, மரம், மீன், மூத்திரம், மோர், வஸ்திரம், வாகனம், விசிறி, வெண்ணெய், வெந்நீர், வெல்லம் ஆகியவற்றில் உள்ள வகைப்பாடுகள் பற்றி அறிவுப்பூர்வமாக ஆராய்ந்து, அவற்றின் மருத்துவ குணங்களை மிகத் துல்லியமாகச் சித்தர் தேரையர் விளக்கியுள்ளார். அவ்வகையில், ஒவ்வொரு பொருளின் நற்குணங்களையும் பொருந்தாக் குணங்களையும் விளக்கி வந்த தேரையர், இறுதியில் உணவொழுக்கத்தைப் பற்றியும் ஆழமாக விவரித்துள்ளார்.

2.0. ஆய்வு அணுகுமுறை

இந்த ஆய்வுக்கட்டுரை நூலக ஆராய்ச்சி அடிப்படையில் அமைந்துள்ளது. இந்த ஆய்வின் முதன்மை நூலாக, பதார்த்தகுண சிந்தாமணி இடம்பெறுகின்றது. உணவொழுக்கம் பற்றிய ஆய்வு நூல், கட்டுரை மற்றும் அதன் தொடர்புடைய பல நூல்களை ஆராய்ந்து இவ்ஆய்வு மேற்கொள்ளப்படுகிறது. சித்தர் தேரையர் தமது படைப்பான பதார்த்தகுண சிந்தாமணியின் மூலம் எடுத்துரைத்த உணவொழுக்கம் பற்றிய அரிய குறிப்புகளைத் தொகுத்து உரைப்பதே இந்த ஆய்வுக்கட்டுரையின் நோக்கமாகும்.

3.0. கருத்துரை

இவ்வுலகில் காணப்படும் ஒவ்வொரு பொருள்களின் தன்மையை விவரிக்கும் அதே வேளையில், ‘நோயணுகாவிதி’ எனும் தலைப்பின்கீழ் இடம்பெற்றுள்ள ஐந்து செய்யுள்களில் காணப்படும் உணவொழுக்கம் பற்றிய குறிப்புகள் இவ்விடம் ஆய்ந்தறியப்பட்டு தொகுத்தளிக்கப்படுகின்றன.

3.1. பின்பற்ற வேண்டியவை

தேரையர் சித்தர் தம் பாடல்களில் மனிதர்கள் உடல் நலத்தைப் பேணுவதற்குத் தவறாமல் பின்பற்ற வேண்டிய பல செயல்களைப் பட்டியலிட்டுள்ளார். மலசலத்தை அடக்காமல் வெளியேற்றுதல், விந்துவை அதிகம் வெளியேற்றாமல் தேக்கி வைத்தல், உணவருந்தும்போது நீரைக் காய்ச்சி அருந்துதல், மோரை அதிகம் அருந்துதல், நெய்யை உருக்கி உண்ணுதல் ஆகியவற்றை மேற்கொள்பவர்களுக்கு நோய் ஏற்படாது (கிருஷ்ணசாமிநாயகர், 1907) என்பதனைத் தேரையர்,

‘திண்ண மிரண்டுள்ளே சிக்க வடக்காமற்

பெண்ணின்பா லொன்றைப் பெருக்காம –
லுண்ணுங்கா

வீர்கருக்கி மோர்பெருக்கி நெய்யுருக்கி
யுண்பவர்தம்

பேருரைக்கிற் போமே பிணி.’

(பதார்த்த குண சிந்தாமணி : 1502)

என்று உரைக்கின்றார்.

அதைத் தவிர, பால் சார்ந்த உணவுகளை உட்கொள்ளாதல், எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிக்கும்போது வெந்நீரில் குளித்தல், படுத்து உறங்கும் போது எப்போதும் இடது கைப்புறமாகவே ஒருக்கனித்துப் படுத்தல், புளித்த தயிர் உணவை விரும்பி உட்கொள்ளாதல் ஆகிய செயல்கள் நோயைத் தடுக்கக்கூடிய செயல்களாக அமைந்துள்ளன (சண்முகசுவாமி, 1891). இதனையே தேரையர்,

'பாலுண்போ மெண்ணெய்பெறின் வெந்நீர்த் குளிப்போம்

.....

இரண்டளக்கோ மொன்றைவிடோமிட துகையிற் படுப்போம்

.....மூத்த தயிருண்போம்

.....

.....

நமனார்க்கிங்கேது கவை நாமிருக்கு மிடத்தே.'

(பதார்த்த குண சிந்தாமணி : 1506)

என வலியுறுத்தி கூறியுள்ளார். மேலும், ஒரு நாளைக்கு இரண்டு முறை மட்டுமே உணவு உட்கொள்ளாதல், தம் மனைவியுடன் மாதம் ஒரு முறை மட்டுமே தாம்பத்திய உறவை மேற்கொள்ளாதல், வாழைக்காயை உணவுக்குப் பயன்படுத்தும்போது பிஞ்சுக் காய்களை மட்டுமே பயன்படுத்துதல், உணவு உட்கொண்டபின் உடனே சிறிது தூரம் நடைப்பயிற்சியை மேற்கொள்ளாதல் ஆகியன நோய் ஏற்படுவதைத் தடுப்பனவாக அமைகின்றதை (காசீம் முகையதீன் ராவுத்தர், 1932),

' உ ண ப தி ரு பெ ரா ய்வு தெ ரா ய்வு

.....

.....

பெண்கடமைத்திங்களுக்கோர் காலன்றி மருவோம்

.....

.....

வாழையிளம்பஞ்சொழியக்

நன்புபெறவுண்டபின் புகுறு நடையிங்கொள்ளோம்

நமனார்க்கிங்கேது கவைநாமிருக்கு மிடத்தே.'

(பதார்த்த குண சிந்தாமணி : 1507)

எனும் செய்யுள் வரிகளின் மூலம் சித்தர் தேரையர் எடுத்தியம்புகின்றார்.

அதோடுமட்டுமல்லாமல், ஆறு மாதத்திற்கு ஒருமுறை வாந்தி மருந்தையும் நான்கு மாதங்களுக்கு ஒருமுறை பேதி மருந்தையும் உட்கொள்ளாதல், 45 நாட்களுக்கு ஒருமுறை நசியம் செய்து கொள்ளாதல் (மூக்கிற்கு மருந்திட்டு சளி போன்ற நோய்கள் வராமல் தடுத்தல்), ஆண்கள் வாரம் ஒருமுறையாவது முகச்சவரம் செய்து கொள்ளாதல், நான்கு நாட்களுக்கு ஒருமுறை எண்ணெய் தேய்த்துக் குளித்தல்; பெண்களானவர்கள் மூன்று நாட்களுக்கு ஒருமுறை கண்ணுக்கு மையிடுதல் போன்றவற்றையும் தவறாமல் பின்பற்றுவோர் நோய்களிலிருந்து விடுபட முடியும் (ஓமியோபதித்துறை, 2007) எனத் தேரையர் பின்வரும் செய்யுள் வரிகளின் மூலம் உறுதிபடக் கூறுகின்றார்.

'ஆறுதிங்கட்கொரு தடவை மனமருந் தயில்வோம்

அடர்நான்கு மதிக்கொருக்காற் பேதியுறை நுகர்வோந்

தேறுமதியொன்றரைக்கோர் தரநசியம் பெறுவோந்

தி ங் க ள னை ர க் கி ர ண் னு
தரஞ்சுவளவிருப்புவோம்

வீறுசதுர்நாட்கொருக்கானெய் முழுக்கை
தவிரோம்

வி ழி க ளு க் க ள் ச ன மூ ன் று
நாட்களுக்கொருக்காலிடுவோம்

.....

நமனார்க்கிங்கேது கவை நாமிருக்கு மிடத்தே.’

(பதார்த்த குண சிந்தாமணி : 1508)

இதனைத் தவிர்த்து, தூக்கம், உணவு, மலசலம், புணர்ச்சி, அழுக்குத் துணி, தலையை வாரும்போது உதிரும் முடி ஆகியவற்றை மாலை வேளையில் விடுத்தல்; பசு, தெய்வம், பிதுர், ஆசிரியர் ஆகியோரை மாலை வேளையில் பூசித்தல் போன்ற செயல்களைக் கடைப்பிடிப்பதனால் நோய் அணுகாது (கிருஷ்ணசாமிநாயகர், 1907). இதனையே தேரையர்,

‘... து ஞ் ச லு ண வி ரு ம ல ஞ் ச யே யாக
மழுக்காடை

வ கு ப் பெ டு க் கி ற் சி ந்து க ச மி வை
மாலைவிடுப்போம்

வ ற் ச ல ந் தெ ய் வ ம் பி து ர்
சற்குருவைவிடமாட்டோம்

.....

நமனார்க்கிங்கேது கவைநாமிருக்கு மிடத்தே.’

(பதார்த்த குண சிந்தாமணி : 1509)

எனும் செய்யுளின் மூலம் விவரிக்கின்றார். அவ்வகையில், நோயற்ற வாழ்வு பெறுவதற்கு உரிய உபாயமாக மேற்கண்ட தேரையரின் உபதேசங்கள் விளங்குகின்றன என்பது இவ்விடம் வெள்ளிடைமலையாகும்.

3.2. தவிர்க்க வேண்டியவை

மனிதர்கள் தங்கள் உடல் நலத்தைப் பேணுவதற்கு மேற்கொள்ளக்கூடிய பல்வேறான செயல்களைப் பற்றி எடுத்துரைத்த தேரையர்,

தங்கள் அன்றாட வாழ்க்கையில் தவிர்க்க வேண்டிய செயல்களைப் பற்றியும் பின்வரும் செய்யுளின்வழி எடுத்தியம்புகின்றார்.

‘.....’

பகற்புணரோம் பகற்றுயிலோம்பயோ
தரமுழுத்த

ஏ ல ஞ் சே ர் கு ழ லி ய ரோ டி ள வெ யி
லும்விரும்போம்

.....

மூலஞ்சேர்கறி நுகரோ.....

முதனாளிற் சமைத்தகறிய முதெனினு
மருந்தோம்

ஞாலத்தான் வந்திடினும் பசித்தொழிய
வுண்ணோம்

நமனார்க்கிங்கேது கவை நாமிருக்கு மிடத்தே.’

(பதார்த்த குண சிந்தாமணி : 1506)

இச்செய்யுளின் மூலம் தேரையர், பகலில் புணருதல், பகல் வேளையில் தூங்குதல், கரும்பு போல் இனிப்பவர்களாக இருந்தாலும் வயதில் மூத்தப் பெண்களுடனும் நறுமணம் தரும் தலைமுடியைக் கொண்ட விலைமாதர்களுடனும் புணருதல், இளம் வெயிலில் அலைதல், மலம், சிறுநீர் போன்றவற்றை அடக்குதல், முதல்நாள் சமைத்த உணவுகளை மறுநாள் உண்ணுதல், பசிக்காத போது உண்ணுதல் போன்ற செயல்களைத் தவிர்க்க வேண்டும் (சண்முகசுவாமி, 1891) எனச் சித்தர் தேரையர் எச்சரிக்கை விடுக்கின்றார்.

மேலும், ஒருநாளைக்கு மூன்று முறை உண்ணுதல், பகலில் உண்டபின் உறங்குதல், உணவு உட்கொள்ளும்போது தாகத்திற்கு நீர் அருந்துதல், கருணைக்கிழங்கைத் தவிர மற்ற கிழங்கு வகைகளை உண்ணுதல், முற்றிய வாழைக்காயைச் சமைத்து உண்ணுதல் போன்றவை உடல் நலத்திற்குத் தீங்கு விளைவிக்கும் என்பதனால் இவற்றை முற்றிலும் தவிர்ப்பது நன்மை பயக்கும் (காசீம் முகையதீன் ராவுத்தர், 1932) எனத் தேரையர்

தெளிவுபடுத்துகின்றார். இதனையே அவர்,

‘..... மூன்று பொழுதுண்ணோம்

உறங்குவதிராவொழியப் பகலுறக்கஞ்
செய்யோம்

.....*

பெருந்தாகமெடுத்தினும் பெயர்ந்து
நீருந்தோம்

மண்பரவுகிழங்குகளிற் கருணையன்றிப்
புசியோம்

..... கனியருந்தல் செய்யோம்

.....*

நமனார்க்கிங்கேது கவைநாமிருக்கு மிடத்தே.’

(பதார்த்த குண சிந்தாமணி : 1507)

எனும் செய்யுள் வரிகளின் மூலம்
எடுத்துரைக்கின்றார். தவிர, மயக்கும் நறுமணம்
வீசும் கந்தம், பூக்கள் ஆகியவற்றை நள்ளிரவு
நேரத்தில் நுகரக்கூடாது (ஓமியோபதித்துறை,
2007) என்பதனை,

‘...நாறுகந்தம் புட்பமிவை நடுநிசியின்
முகரோம்

நமனார்க்கிங்கேது கவை நாமிருக்கு மிடத்தே.’

(பதார்த்த குண சிந்தாமணி : 1508)

எனும் பாடல் வரிகளின் மூலம் சித்தர்
குறிப்பிடுகின்றார். மாத விலக்கான பெண்கள்,
ஆடு, கழுதை போன்றவை வரும் பாதைகளில்
எழும் புழுதி உடல்மேல் படும்படி நெருங்கி
நடந்து செல்லுதல், இரவில் விளக்கு
வெளிச்சத்தில் நிற்பவர் நிழலிலும் மர நிழலிலும்
நிற்றல், உணவு உட்கொண்ட உடனே உடலுறவு
கொள்ளுதல், மற்றவர்களின் கை உதறும்போது
அவர்களது நகத்திலிருந்து விழும் தண்ணீரும்,
குளித்துத் தலை துவட்டும்போது உதிரும்
தண்ணீரும் இருக்கும் இடத்தில் நடத்தல்
(கிருஷ்ணசாமிநாயகர், 1907) ஆகிய செயல்களைத்

தவிர்த்தல் உடலுக்கு நலம் தரும் என்பதனைப்
பின்வரும் செய்யுள் வரிகளின் மூலம் சித்தர்
தேரையர் விவரிக்கின்றார்.

‘பகத்தொழுக்குமாத சரசங் கரந்துடை
ப்பமிவைத்துட்

படநெருங்கோந்தீபமைந்தர் மரநிழலில்
வசியோஞ்

சுகப்புணர்ச்சியசன வசனத்தருணஞ்
செய்யோந்

.....*

.....*

.....*

நகச்சலமுமுளைச்சலமுந்
தெறிக்குமிடமணுகோம்

நமனார்க்கிங்கேது கவைநாமிருக்கு மிடத்தே.’

(பதார்த்த குண சிந்தாமணி : 1509)

இதுகாறும், சித்தர் தேரையர் வலியுறுத்தியுள்ள
ஒழுங்கங்களை வழுவாது கடைப்பிடித்து
வருவோர், நலமிகு நல்வாழ்வு பெறுதலும்
அவ்வாறல்லாத மக்கள் துன்பமிகு வாழ்க்கையை
வாழ நேரிட்டு கடைநிலை எய்துவதும் உறுதி.

4.0. முடிவுரை

பதார்த்தகுண சிந்தாமணி எனும் இந்நூலில்,
சித்தர் தேரையர் பொருள்களின் குணங்களை
விளக்கியதோடில்லாமல், அன்றாட
வாழ்க்கையில் மனிதர்கள் கட்டாயம்
கடைப்பிடிக்க வேண்டிய செயல்களையும்
தவிர்க்க வேண்டிய செயல்களையும் மிக
அழகாகப் பட்டியலிட்டுக் காட்டியுள்ளார்.
தேரையர் கூறிய நல்வழியில் செல்வோருக்கு
எந்தவொரு நோயும் அண்டாது, பல்லாண்டு
காலம் உடல் நலத்துடன் சிறப்பாக வாழ
முடியும் என்பது கண்கூடு. ஆக, தேரையர் சித்தர்
எடுத்துரைத்த ஒழுக்கங்களை அறிந்து கொண்டு
நமது அன்றாட வாழ்க்கை முறையை
மாற்றியமைத்தால், ஆரோக்கிய வாழ்வெய்தி
இப்பூவுலகில் நீண்ட காலம் வாழ்வது திண்ணம்.

References

- (2007). *Tamiḻ Maruttuva Nūḻ Varicai—7: Patārttakūṇa Cintāmaṇi*. Chennai: Department of Indian Medicine and Homeopathy. [(2007). தமிழ் மருத்துவ நூல் வரி-7: பதார்த்தகுண சிந்தாமணி. சென்னை: இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஹோமியோபதி துறை.]
- (2012, November 22). *Patārtta kuṇa cintāmaṇi - kālattin vāṭā malar.*. Retrieved from https://sundarjiprakash.blogspot.com/2012/11/blog-post_2455.htm. [(2012, நவம்பர் 22). பதார்த்த குண சிந்தாமணி - காலத்தின் வாடா மலர். Retrieved from https://sundarjiprakash.blogspot.com/2012/11/blog-post_2455.htm.]
- (2014, April 30). *Patārttakūṇa cintāmaṇi - uṇaviṇ oḻivīḷakku. Ilakkaṇat tēral*. Retrieved from http://ilakkanatheral.blogspot.com/2014/04/blog-post_30.html. [(2014, ஏப்ரல் 30). பதார்த்தகுண சிந்தாமணி - உணவின் ஒளிவிளக்கு. இலக்கணத் தேறல். Retrieved from http://ilakkanatheral.blogspot.com/2014/04/blog-post_30.html.]
- (2021, January 13). *Nōykaḷ aṇṭāmal irukka vēṇṭumā? Tēraiyaṇ cittaṇ kūrūm rakaciyaṇ. K7 Herbal Medicine Store*. Retrieved from <https://siddham.in/archeological-findings-sirka-zhi-siddha-medicine>. [(2021, ஜனவரி 13). நோய்கள் அண்டாமல் இருக்க வேண்டுமா? தேரையர் சித்தர் கூறும் ரகசியம். K7 Herbal Medicine Store. Retrieved from <https://Siddham.In/archeological-findings-sirka-zhi-siddha-medicine>.]
- Chellam, N. & Uma Mageshwari, S. (2021). Uṇavē Maruntu—Paṇṭaittamiḻar Vāḷvai Muṇvaittu, Makākavi Pāra-ti Pārvaikaḷ. *International Research Journal of Tamil*, 2 (3), 7-21.
- Kassim Mugaiyatheen Ravuter. (1932). *Arputa Cintāmaṇiyenṇum Patārttakūṇa Cintāmaṇi: Mūlamum Uraiyaṇ*. Chennai: Thirumagalvilasa Achiyanthirasalai. [காசிம் முகையாதீன் ராவுதர். (1932). அற்புத சிந்தாமணியேனும் பதார்த்தகுண சிந்தாமணி: மூலமும் உரையும். சென்னை: திருமகள் விலாச அச்சியந்திரசாலை.]
- Krishnasaminayagar. (1907). *Muṇicirēṭṭarkaḷ Aruḷicceya Arputacintāmaṇi Enṇum Patārttakūṇa Cintāmaṇi Mūlamum—Uraiyaṇ*. Madras: Son of India Achiyanthirasalai.
- Nagarajan, S. (2002). *Nōyillā Vāḷvu Pera Cila Irakaciyaṇkaḷ*. Puṣṭaka.Co. [நாகராஜன், எஸ். (2002). நோயில்லா வாழ்வு பெற்ற சில இரகசியங்கம். புஸ்தகா. கோ.]
- Sanmugaswami. (1891). *Muṇivarkaḷ Aruḷicceya Arputa Cintāmaṇiyenṇum Patārttakūṇacintāmaṇi Mūlamum Uraiyaṇ*. Kolapanjeri: Kalaimathuvilakka Achukoodam. [சண்முகசுவாமி. (1891). முனிவர்கள் அருளிச்செய்த அற்புத சிந்தாமணியேனும் பதார்த்தகுண சிந்தாமணி: மூலமும் உரையும். கோலப்பஞ்சேரி: கலைமத்துவிளக்க அச்சுக்கூடம்.]