



குறிஞ்சித்திணை மக்களின் உணவுகள்

முனைவர் இரா. முரளி கிருட்டினன்

உதவிப்பேராசிரியர்

தமிழாய்வுத்துறை, தூய வளனார் கல்லூரி, திருச்சிராப்பள்ளி-2

ஆய்வுச்சுருக்கம்

மக்கள் தாங்கள் வாழ்கின்ற நிலச் சூழலுக்கு ஏற்றவாறு தம் வாழ்வியலை அமைத்துக் கொள்கின்றனர். இது பண்டைக்காலந்தொட்டு இன்றுவரைக்கும் நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கும் இயற்கையான தொடர் நிகழ்வாகும். குறிஞ்சி, முல்லை, மருதம், நெய்தல், பாலை என்று ஐவகை நில வாழ்வியலையும் சங்க இலக்கியங்களில் பார்க்கலாம். இவற்றுள் பாலையானது கரடுமுரடான பகுதியாகும். இங்கு வழிப்பறிகள் நடைபெறுவதுண்டு. இதுதான் அப்பகுதியில் வாழ்கின்ற மக்களின் தொழிலாக விளங்கியுள்ளது. தங்களின் நிலத் தன்மைக்கேற்றவாறே மக்களும் தங்களின் தொழில் முறைகளை உருவாக்கிக் கொண்டனர் என்பதற்கு இது சிறந்த உதாரணமாகும். அந்த வகையில் குறிஞ்சி நில மக்கள் மலை சார்ந்த பகுதிகளில் வேட்டையாடுதல், தேனெடுத்தல், திணை விதைத்தல், அவற்றைக் காத்தல் போன்ற தொழில் சார்ந்தும், முல்லை நில ஆயர்கள், கோவலர்கள் ஆடு, மாடுகளை மேய்த்தல், பால், தயிர், மோர், வெண்ணய் உற்பத்தி செய்தல் போன்ற தொழில் சார்ந்தும், மருதம், நெய்தல் நிலம் சார்ந்த மக்கள் முறையே உழவுத் தொழில் சார்ந்தும் மீன்பிடித்தல், விற்றல், உணங்க வைத்தல் போன்ற தொழில் சார்ந்தும் தம் வாழ்வை அமைத்துக் கொண்டுள்ளனர். இவற்றுள் ஒவ்வொரு நில மக்களும் தங்கள் நிலத்திற்கேற்றவாறு உணவுமுறைகளை அமைத்துக் கொண்டுள்ளனர். அந்த வகையில் குறிஞ்சி நில மக்களின் உணவு பற்றி விரிவாக எடுத்துரைக்கின்றது இக்கட்டுரை.

திறவுச் சொற்கள்

முதற்கூலம், ஏனல், அவிழ், கடுகோதன்னம், உளுந்தோதன்னம், எள்ளோதன்னம்

முன்னுரை

இயற்கையிலேயே கிடைக்கும் விளைபொருட்களின் அடிப்படையிலே பண்டைத்தமிழர்களின் உணவுப்பழக்கம் அமைந்திருக்கிறது. ஆற்றங்கரை நாகரிகத்திலும், பிறகு நிலவுடைமைச் சமூகத்திலும் ஒரே இடத்தில் வாழத் தலைப்பட்ட தமிழர் நீரையும் நிலத்தின் அடிப்படைத் தேவையாகக் கருதினர். எனவேதான் “உணவெனப்படுவது நிலத்தோடு நீரே” என்கிறது புறநானூறு. குறிஞ்சி முல்லை, மருதம், நெய்தல் என்று பகுத்தத் தமிழர் அந்நிலத்திற்கேற்பவே உணவுமுறையையும் அமைத்துக் கொண்டனர்.

நெல், புல், வரகு, திணை, சாமை. இறுங்கு, துவரை, இராகி ஆகிய எட்டு உணவு வகையும் முதற்கூலம் என்று பகுக்கப்படுகின்றன. வேளாண்மைத் தொழிலைச் செய்துவந்த பண்டைத் தமிழர்கள் மேற்சொன்ன எட்டு வகையான முதற்கூலத்தில் திணை, நெல், புல், வரகு ஆகிய நான்கையும் உணவுப்பொருளாகப் பயன்படுத்தி இருப்பதற்குச் சங்க இலக்கியங்களில் சான்றுகள் உள்ளன. இவ்வகை உணவுகளைப் பச்சையாகவோ அல்லது பதப்படுத்தியோ மட்டும் உண்ணாமல் அவிழ் என்னும் வகையில் வேகவைத்து உண்டனர்.

இயற்கைப் பொருட்களிலேயே தம் புலன்களை ஒன்றிக்கவும், கண்டன, கேட்டன, உயிர்த்தன, உற்றன, உண்டனயெல்லாம் இயற்கைப் பொருட்களாகவே இருந்ததன் விளைவாகவும் தமிழருக்கு இயற்கையோடு இயைந்த வாழ்வு நடத்தும் பேறு கிடைத்தது. கதிரொளி, காற்று, நீர் முதலிய உணவுகளைக் கொண்ட சூரிய வெளிச்சத்தில் பழுத்த பழம், கீரை, கிழங்கு ஆகியவற்றை உண்ணுதல் ஆகியன பண்டைத்தமிழர்களுக்கு நலம் பயப்பதாகவே அமைந்தன.

உணவெனப்படுவது நிலத்தோடு நீரே

அதிகாலையில் துயில் எழுந்து, இயற்கைப் பொருட்களால் பல் துலக்கி, சூரிய நமஸ்காரம், யோகாசனம் போன்ற உடல் நலப் பயிற்சிகள் செய்து, இயற்கையான

குளிர்ந்த நீரில் குளித்து, எளிய பருத்தி ஆடைகளையே உடுத்தி, வேக வைக்காத காய், கனி, கிழங்கு போன்றவற்றை உண்டு, இயற்கைக் காற்றைச் சுவாசித்து வாழ்ந்தவர்களே நம் தமிழ்மரபின் மூத்த தலைமுறையினர்.

“மாயோன் மேய காடுறை உலகமும்

சேயோன்மேய மைவரை உலகமும் வேந்தன்

மேய தீம்புனல் உலகமும் வருணன்

மேய பெருமணல் உலகமும்

முல்லை குறிஞ்சி மருதம் நெய்தல் எனச் சொல்லிய

முறையால் சொல்லவும் படுமே” (தொல். அகத், 5)

என்ற தொல்காப்பியரின் கூற்றால் பெருந்தமிழ் நிலப்பரப்பைப் பற்றி நம்மால் அறிய முடிகிறது. இந்நிலத்தில் வாழ்ந்த தமிழர் உடல், உயிர், உணவு ஆகிய மூன்றுக்கும் உள்ள நெருங்கிய தொடர்புண்டு என்பதை உணர்ந்து வாழ்ந்தனர் என்பதை

மாறு பாடில்லா வண்டி மறுத்துண்ணின்

ஊறு பாடியலை வுயிர்க்கு (குறள், 945)

என்கிறார் வள்ளுவர். மண்ணில் விளைந்த பொருட்களைப் பதப்படுத்தி வைத்துக் கொள்ளவும், அதனைச் சமைக்கவும் பழகிக் கொண்ட பின்னர் அந்தந்தப் பகுதி மக்களின் அடையாளமாகவும் உணவுகள் மாறிவிடுகிறது. “உணவெனப்படுவது நிலத்தோடு நீரே” என்னும் தெளிவு கொண்ட தமிழ்ச் சமூகத்தை மட்டுமே எடுத்துக்கொண்டாலும் நிலவியல் அடிப்படையில் ஒவ்வொரு பகுதியும் பல்வேறுபட்ட, தானியங்களை விளைவித்துள்ளனர். அதன் அடிப்படையில் உணவின் வகைகளும் விரிகின்றன. அவற்றுள் ஏனல் எனப்படும் தினை உணவு குறிஞ்சி நிலத்தில் பெற்றிருந்த இடம் குறித்து ஆய்வதே இக்கட்டுரையின் நோக்கமாக அமைகிறது.

குறிஞ்சி, முல்லை, மருதம், நெய்தல், பாலை இவையே ஐந்திணைகள். இதில் வாழ்ந்த மக்கள் அந்த இடத்தின் தன்மைக்கேற்ப உணவு முறைகளை பின்பற்றி வந்தனர். குறிஞ்சியில் உள்ள மக்கள் தேன், திணை போன்ற உணவுகளை உண்டனர். முல்லை மக்கள் இறைச்சி, பச்சை காய்கறிகள் போன்றவற்றையே உணவாக பயன்படுத்தினர். மருத நில மக்கள் அரிசி, கேழ்வரகு, திணை, கம்பு, சோளம் போன்றவற்றை உண்டு களித்தனர். நெய்தலில் உள்ள மக்கள் அதிக கடல்

உணவுகளையே சாப்பிடும் பழக்கத்தை கொண்டிருந்தனர், பாலை நிலத்தினர் இறைச்சி, மீன், போன்றவற்றையே முதன்மை உணவாக உண்டனர்.

அன்ன வகைகள்

அரிசியைத் தவிர்த்துவிட்டு உண்ண முற்பட்டத் தமிழர்கள் அதைத் தவிர்க்க இயலாத சிறு தானிய உணவுகளையும், பச்சைப் பயிர்கள், உளுந்து, எள்ளு, கடுகு இவற்றை அரிசியுடன் இணைத்து மருந்தாக மாற்றி உண்டனர் என்பதே வரலாறு. அன்றைய தமிழர்கள் வாழ்க்கையில் கடுகோதன்னம், உளுந்தோதன்னம், எள்ளோதன்னம் ஆகிய உணவு முறை இருந்துள்ளது. கடுகோதன்னம் என்பது கடுகை அரிசியுடன் சேர்த்து சமைக்கக்கூடிய முறை. உளுந்தோதன்னம் என்பது உளுந்தை அரிசியுடன் சேர்த்து சமைக்கக்கூடிய முறை, எள்ளோதன்னம் என்பது எள்ளை அரிசியுடன் சேர்த்து சமைக்கக்கூடிய முறையாகும். எள்ளுச்சோறு, கொள்ளுச்சோறு, கடுகுச்சோறு என்று வாழ்ந்ததால்தான் இன்று காணப்படும் ஹார்மோனல் பிரச்சனையும், இன்று உலகளாவிய அளவில் பேசப்படுகிற தைராய்டு பிரச்சனையும் தமிழ்ச்சமூகத்தில் இல்லாமைக்குக் காரணம் என்கின்றனர் மருத்துவர்கள்.

“நெல் பல பொலிக! பொன் பெரிது சிறக்க” என்கிறது ஐங்குறுநூறு. இன்று நாம் பயன்படுத்தும் “வெள்ளை அரிசியை” சங்க காலத்து மக்கள் பயன்படுத்தவில்லை. இன்று வெள்ளை அரிசியில் உமி, தவிடு ஆகியவற்றை முற்றிலுமாக நீக்கி விடுகின்றனர். ஆனால் சங்க காலத்தில் இவற்றையெல்லாம் நீக்கப்படாத “சிவப்பு அரிசியையே” பயன்படுத்தினர். இதனை “முழு அரிசி” எனவும், “தீட்டப்படாத அரிசி” எனவும் கூறுவார்கள். அவர்களின் உணவில் அரிசியும் முக்கிய உணவாக இருந்தது.

அருந்தானிய உணவுகள்

கம்பு, வரகு, திணை, சாமை, குதிரைவாலி, கேழ்வரகு, சோளம் ஆகிய சிறுதானிய உணவுகளே போருக்குச் செல்லும் வீரர்களின் அன்றாட உணவு என்கிற ஆய்வாளர்களின் கூற்று நோக்கத்தக்கது. பல அயல்நாட்டு போர் வீரர்களைத் தமிழ் மண்ணின் வீரர்கள் தோற்கடிக்க நம் பாரம்பரிய உணவு பழக்கமும் முக்கிய பங்காக இருந்ததென்று சங்க காலத்து நூல்களில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. இன்று நாம் வழக்கு மொழியாக பயன்படுத்துகின்ற ‘சிறுதானியம்’தான் அன்று ‘அருந்தானியம்’ என்று

வழங்கப்பட்டது. மக்களின் அன்றாட உணவு பழக்கத்தில் சிறுதானிய உணவே அதிகம் பயன்படுத்தப்பட்டது.

குறிஞ்சித்திணைப் பாடல்களில் உணவுப்பொருள் குறிப்புகள்

தலைவன் தன்னைத் திருமணம் செய்யக் காலம் தாழ்த்துவதால், கலக்கமுற்ற தலைவி தன் தோழியிடம் புலம்புவதாக குறுந்தொகைப்பாடலில் கபிலர் பாடுகிறார்.

“யாரும் இல்லை; தானே கள்வன்;

தானது பொய்ப்பின் யானெவன் செய்கோ?

தினைத்தாள் அன்ன சிறுபசுங் கால

ஒழுகுநீர் ஆரல் பார்க்கும்

குருகும் உண்டு தான் மணந்த ஞான்றே!” (குறுந்தொகை, பாடல் 25)

அவன் என்னை மணந்த போது. அவ்விடத்தில் யாருமில்லை; அக்கள்வன் தான் மட்டுமே இருந்தான். அவனே பொய்த்து விட்டால் நான் என்ன செய்ய முடியும்? தினையின் தாள் போல சிறிய, பசுமையான கால்களையுடைய நாரையும் அங்கே உண்டு. அதுவும் ஒழுகுகின்ற நீரோட்டத்தில் ஆரல் மீனைத் தேடிக் கொண்டிருந்தது. அதுவும் எங்களைப் பார்க்கவில்லை என்கிறாள் தலைவி. இன்றை வாழ்வியல் சூழலில் நாரை எனும் பறவையை எளிதாகக் காண இயலும். அதைப்பொலவே தினைப்பயிரும் தமிழர் நிலத்தில் விளைந்திருக்கிறது என்பதையே இப்பாடல் சுட்டுகிறது.

கருப்பொருளால் குறிஞ்சியும் உரிப்பொருளால் பாலையுமாகிய கடுவன் மள்ளன் இயற்றியது இப்பாடல்.

வார் உறு வணர் கதுப்பு உளரி புறம் சேர்பு

அழாஅல் என்று நம் அழுத கண் துடைப்பார்

யாராகுவர் கொல் தோழி சாரல்

பெரு புனம் குறவன் சிறு தினை மறுகால்

கொழு கொடி அவரை பூக்கும்

அரும் பனி அச்சிரம் வாராதோரே. (குறுந்தொகை, பாடல் 310)

என்பது குறுந்தொகைப் பாடலாகும். பருவங் கண்டு அழிந்த தலைமகள், தலைவர் வருவாரென்று வற்புறுத்தும் தோழிக்குச் சொல்லியது. அவளைப் புணந்த காலத்தில் அவன் அவளது கூந்தலை வாரிப் பின்புறமாக விட்டு அவளது கண்ணீரைத் துடைத்தான். அப்போது அவளது தந்தை குறவன் புனக்காட்டில் தினை

விதைத்திருந்தான். அது விளைந்து அறுவடையாகி விட்டது. இப்போது தினை அறுவடையாகி மறுகால் பயிராக அவரை வளர்த்துள்ளது. ஆவரை பூக்கும் பனிக்காலம் வந்துவிட்டது. அவர் வரவில்லை. இப்போது இவள் கூந்தலை வாரிவிட்டு இவளது கண்ணீரைத் துடைப்பவர் யார்? இவ்வாறு தலைவியும் தோழியும் இவ்வாறு பேசிக்கொள்கின்றனர். இப்பாடலும் தினைப்பயிர் தமிழரின் உணவுப்பயிர் என்பதற்கு சான்றாக அமைகிறது.

உறையூர் முதுகண்ணன் சாத்தனார் இயற்றிய இப்பாடல் தலைவன் திருமணம் செய்து கொள்வதற்குக் காலம் தாழ்த்துகிறான். அதனால் வருந்திய தலைவி “நான் என் நலத்தை இழந்தும் தலைவர் என்னைத் திருமணம் செய்துகொள்வார் என்னும் நம்பிக்கையால் உயிரோடு இருக்கிறேன்.” என்று தோழியிடம் கூறுகிறாள்.

புனவன் துடவைப் பொன்போற் சிறுதினை

கிளிகுறைத் துண்ட கூழை யிருவி

பெரும்பெய லுண்மையி னிலையொலித் தாங்கென்

உரஞ் செத்தும் உளெனே தோழியென்

நலம்புதி துண்ட புலம்பி னானே (குறுந்தொகை, பாடல் 133)

தோழி! குறவனுடைய தோட்டத்தில் விளைந்த, பொன்னைப் போன்ற சிறிய தினையின் கதிரைக் கிளி ஒடித்து உண்டதால் குட்டையாகிய தாள்கள் இலைகள் இல்லாமல் இருந்தன. பெரிய மழை பெய்ததால், மீண்டும் அந்தத் தாள்களில் இலைகள் தழைத்தன. அதுபோல தலைவர் எனது பெண்மை நலத்தைப் புதிதாக நுகர்ந்து பின்பு பிரிந்து சென்றதால் உண்டாகிய தனிமையால் நான் எனது வலிமை அழிந்தும் இன்னும் உயிரோடு இருக்கின்றேன் என்கிறாள். அதாவது தினையை உவமையாக்கி உண்ண முடியாத பொருளை உண்டதாகக் கூறுதல் ஒரு மரபு. கிளி உண்டதால் கதிரிழந்த தினைத்தாள். பெருமழையால் உலர்ந்து வாடாமல் இலை விட்டதுபோல, தலைவன் நுகர்ந்ததால் தன் பெண்மை நலத்தை இழந்த தலைவி, தலைவன் தன்னைத் திருமணம் செய்துகொள்வான் என்ற நம்பிக்கையில் உயிர் வாழ்ந்துகொண்டிருக்கிறாள் எனக் கூறுகிறார் உறையூர் முதுகண்ணன் சாத்தனார்.

தினைப்புனம் காத்தல்

பகற் குறியும் இரவுக் குறியும் இப்பொழுது பொருந்தா; என்செய்வேம்!' என்றதற்குத் தலைவன் உடன்போக்கை எண்ணிப் பெருமூச்சுவிட்டான்; அவனுடைய எண்ணம் சரியானதுதான் என்று நான் கூறினேன்” என்று தோழி தலைவியிடம் கூறிஇ அவள் உடன்போக்கை மேற்கொள்வதற்கு ஊக்கம் அளிக்கிறாள் என்கிற தங்கால் முடக்கொல்லனாரின் குறுந்தொகைப் பாடல் இது.

தினைகிளி கடிகெனிற் பகலும் ஒல்லும்

இரவுநீ வருதலி னூறு மஞ்சவல்

யாங்குச் செய்வாமெம் இடும்பை நோய்க்கென

ஆங்கியான் கூறிய அனைத்திற்குப் பிறிதுசெத்

தோங்குமலை நாடன் உயிர்த்தோன் மன்ற

ஐதே காமம் யானே

கழிமுதுக் குறைமையும் பழியுமென் றிசினே (குறுந்தொகை, பாடல் 217)

பகலில் உன்னைச் சந்திக்க இயலும். நீ இனி இரவில் வரலாம் என்றால் நீ வரும் வழியில் உனக்கு நேரக்கூடிய துன்பங்களுக்காக நான் அஞ்சுகிறேன். துன்பத்தைத் தரும் எமது நோயைத் தீர்ப்பதற்கு என்ன செய்யலாம்?” என்று நான் தலைவனைக் கேட்டேன். நான் அவ்வாறு கூறியதற்கு உயர்ந்த மலை நாட்டை உடைய தலைவன், வேறு ஒன்றை நினைத்து, அந்நினைவினால் பெருமூச்சு விட்டான். நிச்சயமாக காமநோய் நுட்பமானது. அவனது குறிப்பை உணர்ந்த நான் “நீ நினைத்தவாறு செய்வது மிகுந்த அறிவுடைய செயல்தான். ஆனால் அது பழிக்கும் காரணம் ஆகும்” என்றேன் என்பதே இதன் பொருளாகும். தலைவன் பிறிதொன்றை நினைத்துப் பெருமூச்சு விட்டான் என்பது அவன் உடன்போக்கைப் பற்றியும் அதனால் வரும் விளைவுகளைப் பற்றியும் எண்ணிப் பெருமூச்சு விட்டான் என்பதைக் குறிக்கிறது.

அதை அறிந்த தோழி “அவ்வாறு செய்தலே மிகுந்த அறிவுடைய செயல். ஆனால், அவ்வாறு செவதால் பழி வரும்.” என்று தலைவனிடம் கூறுகிறாள். பழி வந்தாலும் அறிவுடைய செயலைச் செய்வதற்குத் தயங்கக் கூடாது என்று நினைத்த தோழி தலைவனின் கருத்தை ஏற்றுக்கொள்கிறாள். தலைவியையும் உடன்போக்குக்கு உடன்படுமாறு தோழி ஊக்குவிக்கிறாள்.

உலகிலேயே அதிகம் பயிரிடப்படும் தானிய வகைகளில் இந்த ஏனல் எனப்படும் தினை இரண்டாம் இடத்தை பிடித்துள்ளது. . தினையைக் கதிரோடு பார்க்கும்போது நரியின் வால் போல் தெரிவதால் ஆங்கிலத்தில் 'பாக்ஸ் டெயில் மில்லட்' என்று அழைக்கின்றனர். இந்தத் தினையில் கால்சியம். புரோட்டீன். நார்ச்சத்துக்கள். இரும்புசத்து. ஆன்டிஆக்ஸிடண்ட்ஸ். மெக்னீசியம் போன்ற சத்துக்கள் அதிகம் நிறைந்துள்ளன. தினை நார்ச்சத்து நிறைந்த ஒரு உணவாகும்.

- நீரிழவு நோய் பாதிப்பு கொண்டவர்கள் தினை உணவுகளை சாப்பிடுவதால் நீரிழவு நோயால் இழந்த உடல் சக்தியை மீண்டும் பெற இயலும். மேலும் சர்க்கரை நோயைக் கட்டுக்குள் வைக்கும்.
- மன அழுத்தத்தைக் குறைக்க கூடிய வேதி பொருட்கள் உள்ளபடிால் தினை கொண்டு செய்யப்பட்ட உணவுகளை சாப்பிடுவது மன அழுத்த பிரச்சனைகளை தீர்க்கும்.
- கால்சியம் சத்துக்கள் அதிக அளவு நிறைந்துள்ளதால் எலும்புகள் மற்றும் பற்கள் வலிமையடையும்.
- தினை உணவுகளைச் சாப்பிட்டு வருவதால் உடலின் தசைகள் நன்கு வலுபெறும். தோலில் சுருக்கங்கள் ஏற்படுவதை தடுத்து. தோலின் பளபளப்பு தன்மையை அதிகரித்து இளமை தன்மையை காக்கும்.
- கண்களுக்கு நன்மையளிக்கும் பீட்டா கரோட்டின் நிறைந்துள்ளது. இதனால் கண் மற்றும் முடியின் ஆரோக்கியம் மேம்படும். இதனால் பார்வை தெளிவடைகிறது.
- அதிக அளவு ஆன்டிஆக்ஸிடண்ட்ஸ் நிறைந்துள்ளதால் உடலில் ஏற்படும் செல் அழிவினை தடுத்து, நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரித்து ஆரோக்கியமாக வாழ வழிவகுக்கும்.
- தினை அரிசியை மாவாக இடித்து, அந்த மாவில் பசும் நெய் கலந்து, களி போல செய்து சாப்பிட்டு வந்தால் உடலின் நரம்புகள் முறுக்கேறும். உயிரணுக்களின் உற்பத்தி அதிகரித்து மலட்டு தன்மை நீங்கும். நரம்பு தளர்ச்சிக் குறைபாடுகள் நீங்கும்.

- தேவையற்ற கொழுப்புகளைக் கரைத்து உடல் எடை அதிகரிக்காமல் கொழுப்பின் அளவை சமநிலையில் வைக்கும்.

முடிவுரை

மேலே பட்டியலிட்ட அனைத்து நோய்களும், அதன் தீர்வுகளும் இன்றைய நவீன மருத்துவ அறிவிலின் கண்டுபிடிப்புகள். ஆனால் அந்த நோய்களை அறிவதற்கு முன்பே அதற்கான தீர்வுகளையும் கண்டறிந்துள்ள தமிழர்களின் அறிவு வியக்க வைக்கிறது. உணவே மருந்து என்கிற உயரிய தத்துவத்தை உலகிற்குச் சொன்ன பண்டைத் தமிழர்கள் போற்றிய அருதானிய உணவுமுறையை அன்றாட வாழ்வில் வழக்கமாக்குவது எனல் போற்றிய தமிழர்களின் பண்பாட்டை மீட்டெடுப்பதாக அமையும்.

துணை நின்ற நூல்கள்

1. சங்க இலக்கியங்கள் (எட்டுத்தொகை மற்றும் பத்துப்பாட்டு), நியூ செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ், சென்னை - 108
2. தேவநேயப்பாவாணர் (உரை.), திருக்குறள், இந்து பப்ளிகேஷன்ஸ், சென்னை 17
3. ச.வே.சுப்பிரமணியன் (உரை.), தொல்காப்பியம் தெளிவுரை, மணிவாசகர் பதிப்பகம், 9, 7, சிங்கர் தெரு, பாரிமுனை, சென்னை 108