RESEARCH ARTICLE

INTERNATIONAL RESEARCH JOURNAL OF TAMIL
சர்வதேசத் தமிழ் ஆய்விதழ்

OPEN ACCESS

தமிழர் அருந்திய நீர் வகைகளும் அதன் மருத்துவ குணங்களும் (சங்க இலக்கியம் - பதார்த்தகுண சிந்தாமணி ஒப்பாய்வு)

சு. சதீஷ்குமார் [அ, *]

[அ] தமிழ்த்துறை, கொங்குநாடு கலை அறிவியல் கல்லூரி (தன்னாட்சி), கோயம்புத்தூர்-641029, தமிழ்நாடு, இந்தியா.

Types of water drunk by Tamils and their medicinal properties (Review of Sanga Literature - Padarthaguna Chintamani)

S. Sathishkumar [a, *]

[a] Department of Tamil, Kongunadu Arts and Science College (Autonomous) Coimbatore-641029, Tamil Nadu, India

* Corresponding Author: sathiskumar@gmail.com

Received: 09-04-2024
Revised: 18-06-2024
Accepted: 30-06-2024
Published: 30-07-2024

ABSTRACT

This world cannot survive without water is the motto of Thiruvalluvar. Water is essential for a country and its people to live prosperously and well. The purpose of this research paper is to compare the types of water drunk by the ancient Tamils and their medical properties as reported in the medical book Padartha Guna Chintamani.

Keywords: Hot water - waterfall water - well water - spring water - river water - vadam - bile - chilethum

முன்னுரை

நம் உடலுக்கு வளமும் நலமும் சேர்ப்பதில் நீருக்கு இன்றியமையாத இடம் உண்டு. உயிர்களுக்குத் தேவையான உணவுப்பொருட்களை உற்பத்தி செய்யும் நீரே உணவாகவும் பயன்படும் தன்மையுடையது. நாம் உண்கின்ற உணவின் ஆற்றல் இரத்தத்தில் சேர்வதற்கும் உடலில் உள்ள கழிவுப்பொருட்கள் வெdளியேறுவதற்கும் இரத்தம் தூய்மை அடைவதற்கும் நீர் தேவைப்படுகிறது. இதன் சிறப்புக் கருதியே "நீரின்றமையா யாக்கை" என்று புறநானூறு போற்றுகின்றது. சங்க காலத்தில் வாழ்ந்த தமிழர்கள் அருந்திய நீர் வகைகளையும் அதன் மருத்துவ குணங்களாகப் பதார்த்தகுண சிந்தாமணி என்னும் நூல் கூறும் செய்திகளையும் ஒப்பு நோக்கும் வகையில் இக்கட்டுரை அமைகிறது.

வெந்நீர்

தற்காலத்தில் பலரும் நீரைக் காய்ச்சிக் குடிக்கும் பழக்கத்தைக் கொண்டுள்ளனர். தண்ணீரைச் சுடவைப்பதன் மூலம் அதில் உள்ள தீங்கு தருகின்ற நுண்ணுயிர்கள் அழியும் என்றும் அவ்வாறு குடிப்பதால் நீரால் ஏற்படுகின்ற நோய்கள் பெருமளவு குறையும் என்றும் மருத்துவர்களும் அறிவுரை வழங்குகின்றனர். இரண்டாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் வாழ்ந்த தமிழர்கள் குளிர் மிகுந்த முன்பனிக் காலத்தில் நீரை நன்கு காய்ச்சி வெந்நீராகக் குடித்தனர் என்பதை,

"ஆசில் தெருவில் நாயில் வியின்கடைச்

செந்நெல் அமலை வெண்மை வெள்ளிழுது

ஓரிற் பிச்சை ஆர மாந்தி

அற்சிர வெய்ய வெப்பத் தண்ணீர்

சேமச் செப்பிற் பெறீஇயரோ நீயே

மின்னிடை நடுங்கும் கடைப்பெயல் வாடை

எக்கால் வருவ தென்றி

அக்கால் வருவரெங் காத லோரே" (குறுந், பா. எ. 277, ப. எ. 411)

என்னும் பாடலால் அறியமுடிகிறது. இதன்மூலம் வெந்நீரைச் சேமச் செப்பில் வைத்திருந்தமை புலனாகிறது. சேமம் என்பதற்குக் காத்தல் என்பது பொருள். சுடவைத்த வெந்நீரை ஒரு பாத்திரத்தில் பாதுகாத்து வைத்திருந்தனர் என்பதையும் தன் இல்லத்திற்குப் பிச்சைக்காக வருவோர்க்கு செந்நெல் சோற்று உருண்டையுடன் வெந்நீரையும் கொடுத்தனர் என்பதையும் அறியமுடிகிறது.

வெந்நீரைச் சூடாக அருந்துவதால் ஏற்படும் நன்மைகளைப் பதார்த்தகுண சிந்தாமணி என்னும் நூல்,

"நெஞ்செரிப்பு நெற்றிவலி நீங்காப் புளியேப்பம்

வஞ்சமுற வந்த வயிற்றிநோய் - விஞ்சியே

வீழாமக் கட்டோடு வெப்பிருமல் சுட்டநீர்

ஆழாக்குட் கொள்ள வறும்" (பதார்த்தகுண சிந்தாமணி, பா. எ. 75, ப. எ. 25)

என்ற பாடலில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. அதாவது ஆழாக்கு அளவு வெந்நீரை உண்டால் நெஞ்செரிச்சல், நெற்றி வலி, புளித்த ஏப்பம், குன்மம், சீதக்கட்டு, சுரம், காசம் ஆகிய நோய்கள் நீங்கும் என்பது மேற்கண்ட பாடலின் பொருளாகும். இதேபோல் காய்ச்சிய நீரை அருந்துவதால் உழலை நோய், விக்கல், பேதியால் உருவான பித்தம், சில வகைய நச்சுக்கள், வாந்தி, மயக்கம், விந்து மேகம், திரிதோடம், கண்ணோய், செவிக்குத்தல் சூலை, குன்மம், சுரம், கோழை, வாதம் ஆகியவை நீங்கும் என்பதை,

"காய்ந்தாற வைத்தநீர் கட்டுழலை விக்கலொடு

வாய்ந்தவதி சாரபித்த மாற்றுங்காண் - சேர்ந்துவரு

மூர்ச்சை விஷஞ்சர்த்தி முன்மயக்க மேகமதி

யூர்ச்சித முத்தோஷம் போக்கும்" (பதார்த்தகுண சிந்தாமணி, பா. எ. 76, ப. எ. 25)

"காய்ந்தநீ ருண்ணுங்காற் கண்செவிநோய் சூலைகுன்மந்

தோய்ந்தசுர வேகந் தொடரையம் - பாய்ந்தடரும்

வாதத்தின் கோபமிவை மாறுமென லாதியருள்

வேதத்தின் வாக்கியமாம் விள்" (பதார்த்தகுண சிந்தாமணி, பா. எ. 77, ப. எ. 25)

என்ற பாடலின் வாயிலாக அறிய முடிகிறது.

அருவி நீர்

அருவி என்பது குறிஞ்சி நிலத்திற்குரிய நீராதாரங்களில் ஒன்றாகும். சங்க இலக்கியப் பாடல்கள் பலவற்றுள் அருவி சிறப்பித்துப் பாடப்பட்டுள்ளது. சான்றாக,

"இழுமென இழிதரும் அருவி" (திருமுருகாற்றுப்படை, அ.எ. 316, ப. எ. 10)

"பிறங்கு வெள்ளருவி வீழும் சாரல்" (சிறுபாணாற்றுப்படை, அ.எ. 90, ப. எ. 3)

"கல் வீழ் அருவி கடல் பரந்தாங்கு" (பெரும்பாணாற்றுப்படை, அ.எ. 427, ப. எ. 13)

"வரை இழி அருவி உண்துறை தரூஉம்" (குறுந்தொகை, பா. எ. 90, ப. எ. 132)

என்பனவற்றைக் குறிப்பிடலாம்.

சங்ககாலத்து குறுநில வேந்தனான கோப்பெரு நள்ளி என்பான் தனக்குப் பரிசளித்த பாங்கைப் பாடிய வன்பரணர் என்னும் புலவர் அருவி நீரை அருந்தியதைப் பதிவு செய்துள்ளார். குளிர் காலத்தில் பருந்தின் சிறகு பிரிந்து கிடப்பது போல கிழிந்துபோன ஆடையை உடுத்தியிருந்த புலவரைக் கண்ட நள்ளி, தான் வேட்டையாடிய மானின் கறியை வெண்ணிறப் பதம் வரும்படி இதமாகத் தீக்கடைக் கோலில் தீ மூட்டிச் சுட்டான். அவ்வாறு சமைக்கப்பட்ட மானின் கறியைச் சுற்றத்தாரோடு உண்ணுங்கள் என்று கொடுத்தான்.

அமிழ்தம் போன்ற சுவையுடைய அக்கறியை உண்டு மரங்கள் செறிந்த குளிர்ச்சியான மலையில் வீழ்கின்ற அருவி நீரைப் பருகினோம் என்று புறநானூற்றுப் பாடலில் புலவர் பாடியுள்ளார்.

"தான்ஞெலி தீயின் விரைவனன் சுட்டு நின்

இரும்பேர் ஒக்கலொடு தின்ம் எனத் தருதலின்

அமிழ்தின் மிசைந்து காய்பசி நீங்கி

நல்மரன் நளிய நறுந்தண் சாரல்

கல்மிசை அருவி தண்ணெனப் பருகி" (புறநானூறு, பா. எ.150, ப. எ. 353)

என்பது அப்பாடல் ஆகும். இதன் வாயிலாக அருவி நீரைப் பருகும் வழக்கம் இருந்தமை புலனாகிறது.

ஆயின், அருவி நீரின் குளிர்ச்சியானது அதனை அருந்துபவர்களுக்கு அவரவர் உடலின் தன்மைக்கு ஏற்ப நன்மையையும் நோயையும் உண்டாக்கும் என பதார்த்தகுண சிந்தாமணி உரைத்துள்ளது. இதனை,

"அருவிநீர் மேகம கற்றுஞ்சி லேஷ்மம்

வருவிக்கும் ரத்தபித்த மாற்றும் - பெருமிதமாம்

வேலை யுலகின் மிகுந்தபல முண்டாக்கும்

காலை மலர் முகத்தாய் காண்" (பதார்த்தகுண சிந்தாமணி, பா. எ.39, ப. எ. 16)

என்னும் பாடல் வெளிப்படுத்துகிறது. அருவி நீரானது நீர்ப்பிரமேகத்தை அகற்றும் என்பதையும் இரத்த பித்தத்தை மாற்றும் என்பதையும் உடல் பலத்தை உண்டாக்கும் என்பதையும் அறியமுடிகிறது. அதேவேளையில், சிலேத்துமமாகிய குளிர்ச்சியை உருவாக்கும் தன்மை அருவி நீருக்கு உண்டு என்பதையும் மேற்கண்ட பாடல் குறிப்பிடுகிறது.

கிணற்று நீர்

சங்க காலத் தமிழர்கள் இயற்கையாக உருவான அருவி நீர், ஆற்று நீர், சுனை நீர் ஆகியவற்றின் நீரை அருந்தியது போலவே தமது முயற்சியால் உண்டாக்கப்பட்ட கிணற்று நீரையும் (கூவல் நீர்) அருந்தியுள்ளனர். வேளாண்மைக்காகவும் குடிநீருக்காகவும் கிணறுகள் தோண்டப்பட்டமையைச் சங்கப் பாடல்களின் வழி அறிய முடிகிறது. சிறிய இல்லத்தின் முன்பாகச் செம்மண் நிலத்தில் தோண்டிய கிணற்றிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட சிவந்த நீரை வாயகன்ற சாடியில் ஊற்றிக் கடுக்காயை இட்டு தெளிவுபடுத்தி அருந்தியமையை,

"பூவற் படுவிற் கூவல் தோண்டிய

செங்கண் சின்னீர் பெய்த சீறில்

முன்றில் இருந்த முதுவாய்ச் சாடி

யாம் கடு உண்டென" (புறநானூறு, பா. எ.319, ப. எ. 232)

என்பதனால் அறியமுடிகிறது.

அகநானூற்றுப் பாடலொன்றில் வன்மையான நிலத்தில் கோவலர் கிணறு தோண்டிய செய்தி,

"பரல் மண் சுவல முரண் நிலம் உடைத்த

வல் வாய்க் கணிச்சி கூழ் ஆர் கோவலன்

ஊறாது இட்ட உவலைக் கூவல்" (அகநானூறு, பா. எ.21, ப. எ. 57)

என்று பதிவாக்கப்பட்டுள்ளது.

வில்லை ஏராகப் பிடித்து உழுது உண்பவர்கள் கற்களை உடைத்து உண்டாக்கப்பட்ட கிணற்றில் ஊறிய உப்பு நீரை அருந்தினர் என்பதை,

"கல்லறுத்து இயற்றிய வல்லுவர்க் கூவல்

வில்லேர் வாழ்க்கைச் சீறூர் மதவலி

நனிநல் கூர்ந்தனன் ஆயினும்" (புறநானூறு, பா. எ.331, ப. எ. 258)

என்னும் பாடலடிகளில் உறையூர் முதுகூத்தனார் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

கிணற்று நிரைக் குடிப்பவர்களுக்கு ஏற்படும் நோய்களைப் பதார்த்தகுண சிந்தாமணி,

"ஆசாரக் கூபத் தறலா லதிதாகம்

வீசாகச் சூடுபசி மெய்க்காந்தல் - மாசூலை

மெய்யுள்வலி சந்துளைப்பு வீழ்மயக்கஞ் சோபைபித்தம்

பையவரு மீளையறும் பார்" (பதார்த்தகுண சிந்தாமணி, பா. எ.33, ப. எ. 14)

என்ற பாடலில் பட்டியலிடப்பட்டுள்ளது. அதிக தாகம், வெப்பம், பசி, சூலை, உடல் கடுப்பு, இடுப்பு வலி, மயக்கம், சோபை, பித்தம் ஆகியன கிணற்று நீரைத் தொடர்ந்து குடித்து வருவதால் ஏற்படும் பாதிப்புகள் என்பதை மேற்கண்ட பாடலால் அறிய முடிகிறது.

சுனைநீர்

பளிங்கு போன்ற சுனை நீரைக் குறிஞ்சி நில மக்கள் பயன்படுத்தி வந்தமையை,

"பளிங்குச் சொரிவன்ன பாய்சுனை" (குறிஞ்சிப்பாட்டு, அ.எ. 57, ப. எ. 5)

என்ற பாடல் அடிகளால் கபிலரும்,

"பாரி பறம்பில் பனிச்சுனைத் தெண்ணீர்" (புறநானூறு, பா. எ.176, ப. எ.383)

என்று நன்னாகனாரும் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

சுனை என்பது மலையின்கண் தோன்றும் ஊற்று நீராகும். இது சிறு குளம் போலத் தேங்கியும் காணப்படும். மலைகளில் வாழ்கின்ற மக்களுக்கும் விலங்குகளுக்கும் இது நீராதாரமாக விளங்கும். இத்தகைய சுனை நீரை அருந்தினாலோ இதில் நீராடினாலோ இருமலுடன் கூடிய சீதசுரம், வாத சோபம், நடுக்கம், கபவாதம் ஆகியன ஏற்படும் என்பதை,

"சுனைப் புனலைத் துயத்தார்க்கும் சூழ்ந்ததிற்றோய்ச் தார்க்குங்

கணைப்புறுசீ தச்சுரமும் காணும் - வினைக்குரிய

வாதமுறு மத்தால் வருமே நடுக்கலின்னும்

ஓதுபித்த கோபமுமா முன்னு" (பதார்த்தகுண சிந்தாமணி, பா. எ.34, ப. எ. 14)

என்ற பாடல் வழி அறியமுடிகிறது.

ஆற்று நீர்

இன்றளவும் மனிதர்களுக்கும் ஏனைய உயிரினங்களுக்கும் இன்றியமையாத நீராதாரமாகத் திகழ்வது ஆற்றுநீராகும். விரைவாக ஓடிவருகின்ற ஆற்றுநீர் வழியிலுள்ள மரம், செடி, கொடிகளைத் தழுவிக்கொண்டு அதன் சுவைகளையும் மருத்துவ குணங்களையும் தன்னோடு சேர்த்துக்கொண்டு வரும் இயல்புடையது.

நற்றிணை பாடல் ஒன்றில் ஆற்று நீரின் சிறப்பும் அதை அருந்துவதால் நோய் நீங்கும் என்ற செய்தியும் இடம்பெற்றுள்ளது. தலைவனின் பிரிவை நினைத்து மிகவும் வருந்துகின்றாள் தலைவி. அவளது வருத்தத்தைக் கண்ட தோழி துன்புறுகின்றாள். இதனை அறிந்த அன்னை வானை முட்டும் உயர்ந்த மலையில் நள்ளிரவில் பெய்த மழையால் காட்டில் பெருகி வருகின்ற வெள்ளமானது பூங்கொத்துகளை அடித்துக் கொண்டு வரும். அத்தகைய புதிய இனிய நீரானது தலைவியின் நோயைப் போக்கும் என்று எண்ணி அந்த நீரைப் பருகி, நீர் வருகின்ற அழகிய காட்சியைக் கண்டு மகிழ்ந்து அதில் நீராடி வாருங்கள் என்கிறாள். இதனை,

"வானுற நிவந்த பெரு மலைக் கவா அன்

ஆர் கலி வானம் தலைஇ நடுநாள்

கனைபெயல் பொழிந்தென கானக் கல்யாற்று

முளி இலை கழித்தன முகிழ் இணரொடு வரும்

விருந்தின் தீம் நீர் மருந்தும் ஆகும்

தண்ணென உண்டு கண்ணின் நோக்கி

முனியாது ஆடப் பெறின் இவள்

பனியும் தீர்குவள் செல்க என்றோளே" (நற்றிணை, பா. எ.53, ப. எ. 93)

என்ற பாடல் புலப்படுத்திக் காட்டுகிறது.

ஆற்று நீரின் இவ்வுயறிய மருத்துவப் பண்பை பதார்த்தகுண சிந்தாமணி,

"ஆற்றுநீர் வாத மனலங்க பத்தோடு

தோற்றுகின்ற தாகந் தொலைக்குமே - ஊற்றமிகுந்

தேகத்தி னோயையெல்லாம் சீறித்து ரத்திவிடும்

போசத்திற் தாதுவுமாம் போற்று" (பதார்த்தகுண சிந்தாமணி, பா. எ.15, ப. எ. 9)

என்று போற்றிப் பாடியுள்ளது. ஆற்று நீரானது வாதம், கபம், தாகம் ஆகியவற்றைப் போக்கும் தன்மை உடையது என்பதையும் உடலில் ஏற்படும் பித்தம் தொடர்பான நோய்களை நீக்குவதுடன் சுக்கில விருத்தியை அதிகரிக்கும் என்பதையும் இதனால் அறியமுடிகிறது. ஒவ்வொரு ஆற்றின் நீருக்கும் தனித்தனிச் சிறப்புக்கள் உண்டு. பதார்த்தகுண சிந்தாமணியில் கங்கை, யமுனை, கோதாவரி, துங்கபத்திரை, நருமதை, சிந்து, வைகை, சித்திரநதி, காவிரி, தாமிரபரணி, பச்சையாறு ஆகிய ஆறுகளின் மருத்துவ குணங்கள் விரிவாகக் கூறப்பட்டுள்ளன.

இளநீர்

மக்களால் பெரிதும் விரும்பி அருந்தப்படுகின்ற நீர்களுள் இளநீருக்குச் சிறப்பிடமுண்டு. இரண்டாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பிருந்தே இளநீர் அருந்தும் வழக்கம் தமிழர்களுக்கு இருந்துள்ளது. வயலில் நன்கு விளைந்த நெல்லைப் பறவைகள் உண்ணாதவாறு காவல் புரிபவர்கள் பனையின் உயர்ந்த மடலில் மீனை வைத்து நெருப்பில் சுடுவர். அவ்வாறு சுடப்பட்ட மீனுடன் கள்ளையும் அருந்தினர். அதனோடு அமையாது தென்னையின் இளநீரை உதிர்த்து பருகுவர் என புறநானூறு குறிப்பிடுகிறது.

"நெல்விளை கழனிப் படுபுள் ஓப்புநர்

ஒழிமடல் விறகில் கழிமீன் சுட்டு

வெங்கட் டொலைச்சியு மமையார் தெங்கில்

இனிநீ ருதிர்க்கும் வளமிகு நன்னாடு" (புறநானூறு, பா. எ.29, ப. எ.83)

என்பது மேற்கண்ட கருத்தை விளக்கும் பாடலாகும்.

இனிமையான இளநீரைத் தொடர்ந்து அருந்தி வருவதனால் பல்வேறு பயன்கள் ஏற்படும் என்பதை இன்றைய மருத்துவ உலகமும் ஏற்றுக் கொண்டுள்ளது. இளநீரைப் பருகுவதால் ஏற்படும் நன்மைகளை,

"இளநீரால் வாதபித்த மேகு மனதுந்

தெளிவாய்த் துலாய்குமிரு திஷ்டிக்-கொளிவுங்

குளிர்ச்சியுமுண் டாகுங் கொடியவனல் நீங்குந்

தளிர்த்தகண நொய்தாகுஞ் சாற்று" (பதார்த்தகுண சிந்தாமணி, பா. எ.60, ப. எ.21)

"என்றுமிள நீர்நீ ரிறக்குங் கபமறுக்குந்

துன்றனலாஞ் சீதமெனச் சொல்லுவர்கா - ணின்றெழும்பும்

பித்தமொடு வாந்தியும்போம் பேதிகட்டி ரண்டுமுண்டாங்

கொத்தலரும் பூங்குழலாய் கூறு" (மேற்படி, பா. எ.61, ப. எ.21)

என்று பதார்த்தகுண சிந்தாமணி என்னும் மருத்துவ நூல் சிறப்பித்துப் பாடியுள்ளது.

தொடர்ந்து இளநீரைப் பருகினால் வாத, பித்த நோய்கள், வெப்பம், உடல் பெருக்கம், பயித்தியம், கபம், கழிச்சல், வாந்தி ஆகியவை நீங்கும். நீர் இறங்கும், உடலுக்கு அழகும் குளிர்ச்சியும் உண்டாகும் என்பதை மேற்கண்ட இரு பாடல்கள் தெளிவுபடுத்துகின்றன. மேலும் செவ்விளநீர், புதிய இளநீர், பழைய இளநீர் ஆகியவற்றை அருந்துவதால் ஏற்படும் விளைவுகளையும் உண்பதற்கும் முன்பும் உண்ட பின்னும் இளநீர் அருந்துவதால் ஏற்படும் பயன்களையும் பதார்த்தகுண சிந்தாமணி விரிவாக எடுத்துரைத்துள்ளது.

முடிவுரை

சங்க காலத்தில் திணை அடிப்படையில் ஐவகை நிலங்களில் வாழ்ந்த மக்கள் அவ்வப் பகுதிகளில் நீராதாரங்களாத் திகழ்ந்த அருவி, கிணறு, சுனை, ஆறு ஆகியவற்றில் கிடைத்த நீரை அருந்தியுள்ளனர். அத்துடன் பனிக் காலத்தில் நீரைச் சூடுபடுத்திக் குடிப்பதுடன் தம் இல்லத்திற்கு வருகின்ற இரவலர்களுக்கும் கொடுத்துள்ளனர் என்பதை அறியமுடிகிறது. மேலும், இளநீரைக் குடிக்கும் வழக்கமும் இருந்துள்ளது. பிற்காலத்தில் தோன்றிய மருத்துவ நூலான பதார்த்தகுண சிந்தாமணி என்னும் நூல் மேற்கண்ட நீரை அருந்துவதால் ஏற்படும் மருத்துவப் பயன்களைக் குறிப்பிட்டுள்ளது. இதன் வாயிலாக நம் முன்னோர் நீரின் மருத்துவ குணங்களை நன்கு அறிந்தே பயன்படுத்தி வந்துள்ளனர் என்பது புலனாகிறது.

References

சோமசுந்தரனார், பொ. வே., (உ.ஆ), குறுந்தொகை, மறுபதிப்பு - 1961, கழக வெளியீடு, சென்னை.

சோமசுந்தரனார், பொ. வே., (உ.ஆ), பத்துப்பாட்டு, மறுபதிப்பு - 1962, கழக வெளியீடு, சென்னை.

துரைசாமிப்பிள்ளை, ஔவை, சு., (உ.ஆ.), புறநானூறு, மறுபதிப்பு - 1964, கழக வெளியீடு, சென்னை.

நாராயணசாமி ஐயர், பின்னத்தூர், அ, (உ. ஆ.), நற்றிணை, மறுபதிப்பு- 1962, கழக வெளியீடு, சென்னை.

வேங்கடசாமி நாட்டார், ந. மு., (உ.ஆ.), அகநானூறு, மூன்றாம் பதிப்பு - 1954, கழக வெளியீடு, சென்னை.

பதார்த்தகுண சிந்தாமணி, பதிப்பாண்டு - 2007, இந்திய மருத்துவம் - ஓமியோபதித்துறை, சென்னை.

Funding: No funding was received for conducting this study.

Conflict of Interest: The Author has no conflicts of interest to declare that they are relevant to the content of this article.

About the License:

Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

© The Author 2024. The text of this article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License