மூன்றுந் தந்திரம்

1. அட்டாங்க யோகம்

549 உரைத்தன வற்கரி யொன்று மூடிய
நிரைத்தவி ராசி நிரைமுறை யெண்ணிப்
பிரைச்சத மெட்டும் பேசிய நந்தி
நிரைத்த வியம நியமஞ்செய் தானே. 1

550 செய்த வியம நியமஞ்ச மாதிசென்
றுய்யப் பராசத்தி யுத்தர பூருவ
மெய்த கவச நியாசங்கண் முத்திரை
யெய்த வுரைசெய்வ னிந்நிலை தானே. 2

551 அந்நெறி யிந்நெறி யென்னாதட் டாங்கத்
தன்னெறி சென்றுச மாதியி லேநின்மி
னன்னெறி செல்வார்க்கு ஞானத்தி லேகலாம்
புன்னெறி யாகத்திற் போக்கில்லை யாகுமே. 3

552 இயம நியமமே யெண்ணிலா வாதன
நயமுறு பிராணயா மம்ப்ரத்தி யாகாரஞ்
சயமிகு தாரணை தியானஞ் சமாதி
யயமுறு மட்டாங்க மாவது மாமே. 4

2. இயமம்

553 எழுந்துநீர் பெய்யினு மெட்டுத் திசையுஞ்
செழுந்த ணியமங்கள் செய்மினென் றண்ணற்
கொழுந்தண் பவளக் குளிர்சடை யோடே
யழுந்திய நால்வர்க் கருள்புரிந் தானே. 1

www.aakikceyogam.com

554 கொல்லான் பொய்கூறன் களவிலா னெண்குணன்
நல்லா னடக்க முடையா னடுச்செய்ய
வல்லான் பகுந்துண்பான் மாசிலான் கட்காம
மில்லா னியமத் திடையினின் றானே. 2

3. நியமம்

555 ஆதியை வேதத்தி னப்பொரு ளாளனைச்
சோதியை யங்கே சுடுகின்ற வங்கியைப்
பாதியுண் மன்னும் பராசத்தி யோடுட
னீதி யுணர்ந்து நியமத்த னாமே. 1

556 தூய்மை யருளூண் சுருக்கம்பொ றைசெம்மை
வாய்மை நிலைமை வரைதலே மற்றிவை
காமங் களவு கொலையெனக் காண்பவை
நேமியீ ரைந்து நியமத்த னாமே. 2

557 தவஞ்செபஞ் சந்தோட மாத்திகந் தானஞ்
சிவன்றன் விரதமே சித்தாந்தக் கேள்வி
மகஞ்சிவ பூசையொண் மதிசொல்லீ ரைந்து
நிவம்பல செய்யி னியமத்த னாமே. 3

4. ஆதனம்

558 பங்கய மாதி பரந்த பல்லாதன
மங்குள வாமிரு நாலு மவற்றினுட்
சொங்கில்லை யாகச் சுவத்திக மெனமிகத்
தங்க விருப்பத் தலைவனு மாமே. 1

559 ஓரணை யப்பத மூருவின் மேலேறிட்
டார வலித்ததன் மேல்வைத் தழகுறச்
சீர்திகழ் கைக ளதனைத்தன் மேல்வைக்கப்
பார்திகழ் பத்மா சனமென லாகுமே. 2

www.aakikceyogam.com

560 துரிசில் வலக்காலைத் தோன்றவே மேல்வைத்
தரிய முழந்தாளி லங்கைக ளைநீட்டி
யுருகி யிடுமுடற் செவ்வே யிருத்திப்
பரிசு பெறுமது பத்திரா சனமே. 3

561 ஒக்க வடியினை யூருவி லேறிட்டு
முக்கி யுடலை முழங்கைக ளிலெற்றித்
தொக்க வறிந்து துளங்கா திருந்திடிற்
குக்குட வாசனங் கொள்ளலு மாமே. 4

562 பாத முழந்தாளிற் பாணிக ளைநீட்டி
யாதர வோடும்வா யங்காந் தழகுறக்
கோதி னயனங் கொடிமூக்கி லேயுறச்
சீர்திகழ் சிங்கா தனமெனச் செப்புமே. 5

563 பத்திரங் கோமுகம் பங்கயங் கேசரி
சொத்திரம் வீரஞ் சுகாதன மோரேழு
முத்தம மாமுது வாசன மெட்டெட்டுப்
பத்தொடு நூறு பலவா சனமே. 6

5. பிராணாயாமம்

564 ஐவர்க்கு நாயக னவ்வூர்த் தலைமக
னுய்யக்கொண் டேறுங் குதிரைமற் றொன்றுண்டு
மெய்யர்க்குப் பற்றுக் கொடுக்குங் கொடாது போய்ப்
பொய்யரைத் துள்ளி விழுத்திடுந் தானே. 1

565 ஆரிய னல்லன் குதிரை யிரண்டுள
வீசிப் பிடிக்கும் விரகறி வாரில்லை
கூரிய நாதன் குருவி னருள்பெற்றால்
வாரிப் பிடிக்க வசப்படுந் தானே. 2

566 புள்ளினு மிக்க புரவியை மேற்கொண்டாற்
கள்ளுண்ண வேண்டாந் தானே களிதருந்
துள்ளி நடப்பிக்குஞ் சோம்பு தவிர்ப்பிக்கு
முள்ளது சொன்னே முணர்வுடை யோருக்கே. 3

567 பிராணன் மனத்தொடும் பேரா தடங்கிப்
பிராண னிருக்கிற் பிறப்பிறப் பில்லை
பிராணன் மடைமாறிப் பேச்சறி வித்துப்
பிராண னடைபேறு பெற்றுண் டீர்நீரே. 4

568 ஏறுதல் பூரக மீரெட்டு வாமத்தா
லாறுதல் கும்பக மறுபத்து நாலதி
லூறுதன் முப்பத் திரண்டதி ரேசக
மாறுத லொன்றின்கண் வஞ்சக மாமே. 5

569 வளியினை வாங்கி வயத்தி லடக்கிற்
பளிங்கொத்துக் காயம் பழுக்கினும் பிஞ்சாஞ்
தெளியக் குருவின் றிருவருள் பெற்றல்
வளியினும் வேட்டு வளியனு மாமே. 6

570 எங்கே யிருக்கினும் பூரி யிடத்திலே
யங்கே யதுசெய்ய வாக்கைக் கழிவில்லை
யங்கே பிடித்தது விட்டள வுஞ்செல்லச்
சங்கே குறிக்கத் தலைவனு மாமே. 7

571 ஏற்றி யிறக்கி யிருகாலும் பூரிக்குங்
காற்றைப் பிடிக்குங் கணக்கறி வாரில்லை
காற்றைப் பிடிக்குங் கணக்கறி வாளர்க்குக்
கூற்றை யுதைக்குங் குறியது வாமே. 8

572 மேல்கீழ் நடுப்பக்க மிக்குறப் பூரித்துப்
பாலாமி ரேசகத் தானுட் பதிவித்து
மாலாகி யுந்தியுட் கும்பித்து வாங்கவே
யாலால முண்டா னருட்பெற லாமே. 9

www.aakikceyogam.com

573 வாமத்தி லீரெட்டு மாத்திரை பூரித்தே
யேமுற்ற முப்பத் திரண்டுமி ரேசித்துக்
காமுற்ற பிங்கலைக் கண்ணுகை விவ்விரண்
டோமத்தா லெட்டெட்டுக் கும்பிக்க வுண்மையே. 10

574 இட்டதவ் வீடிள காதிரே சித்துப்
புட்டி படத்தச நாடியும் பூரித்துக்
கொட்டிய பிராண னபானனுங் கும்பித்து
நட்ட மிருக்க நமனில்லை தானே. 11

575 புறப்பட்டுப் புக்குத் திரிகின்ற வாயுவை
நெறிப்பட வுள்ளே நின்மல மாக்கி
லுறுப்புச் சிவக்கு முரோமங் கறுக்கும்
புறப்பட்டுப் போகான் புரிசடை யோனே. 12

576 கூட மெடுத்துக் குடிபுக்க மங்கைய
ரோடுவர் மீளுவர் பன்னிரண் டங்குல
நீடுவ ரெண்விரற் கண்டிப்பர் கால்விரற்
கூடிக்கொ ளிற்கோல வஞ்செழுத் தாமே. 13

577 பன்னிரண் டானைக்குப் பகலிர வுள்ளது
பன்னிரண் டானையைப் பாக னறிகிலன்
பன்னிரண் டானையைப் பாக னறிந்தபின்
பன்னிரண் டானைக்குப் பகலிர வில்லையே. 14

6. பிரத்தியாகாரம்

578 கண்டுகண் டுள்ளே கருத்துற வோங்கிடிற்
கொண்டுகொண் டுள்ளே குணம்பல காணலாம்
பண்டுகந் தெங்கும் பழமறை தேடியை
யின்றுகண் டிங்கே யிருக்கலு மாமே. 1

www.aakikceyogam.com

579 நாபிக்குங் கீழே பன்னிரண் டங்குலந்
தாபிக்கு மந்திரந் தன்னை யறிகிலர்
தாபிக்கு மந்திரந் தன்னை யறிந்தபின்
கூவிக்கொண் டீசன் குடிபிகுந் தானே. 2

580 மூலத் திருவிரன் மேலுக்கு முன்னின்ற
பாலித்த யோனிக் கிருவிரற் கீழ்நின்ற
கோலித்த குண்டலி யுள்ளெழுஞ் செஞ்சுடர்
ஞாலத்து நாபிக்கு நால்விரற் கீழே. 3

581 நாசிக் கதோமுகம் பன்னிரண் டங்குல
நீசித்தம் வைத்து நினையவும் வல்லையேன்
மாசித்த மாயோகம் வந்துதலைப் பெய்யுந்
தேகத்துக் கென்றுஞ் சிதைவில்லை யாமே. 4

582 சோதி யிரேகைச் சுடரொளி தோன்றிடிற்
கோதில் பரானந்த மென்றே குறிக்கொண்மி
னோர்திகழ் கண்டத்தே நிலவொளி யெய்திஞு
லோதுவ துன்னுட லுன்மத்த மாமே. 5

583 மூலத்து வாரத்தை முக்கார மிட்டிரு
மேலைத்து வாரத்தின் மேல்மனம் வைத்திரு
வேலொத்த கண்ணை வெளியில் விழித்திரு
காலத்தை வெல்லுங் கருத்தது தானே. 6

584 எருவிடும் வாச லிருவிரன் மேலே
கருவிடும் வாச லிருவிரற் கீழே
யுருவிடு சோதியை யுள்கவல் லார்க்குக்
கருவிடுஞ் சோதி கலந்துநின் றனே. 7

585 ஒருக்கா லுபாதியை யொண்சோதி தன்னைப்
பிரித்துணர் வந்த வுபாதிப் பிரிவைக்
கரைத்துணர் வுன்னல் கரைதலுண் ணேக்கல்
பிரத்தியா காரப் பெருமைய தாமே. 8

www.aakikceyogam.com

586 புறப்பட்ட வாயுப் புகவிடா வண்ணந்
திறப்பட்ட நிச்சயஞ் சேர்ந்துட னின்று
லுறப்பட்டு நின்றது வுள்ளமு மங்கே
புறப்பட்டுப் போகான் பெருந்தகை யானே. 9

587 குறிப்பினி னுள்ளே குவலயந் தோன்றும்
வெறுப்பிரு ணீங்கி விகிர்தனை நாடுஞ்
சிறப்புறு சிந்தையைச் சிக்கென் றுணரி
லறிப்புறு காட்சி யமரரு மாமே. 10

7. தாரணை

588 கோணா மனத்தைக் குறிக்கொண்டு கீழ்க்கட்டி
வீணாத்தண் டூடே வெளியுறத் தானோக்கிக்
காணாக்கண் கேளாச் செவியென் றிருப்பார்க்கு
வாணா ளடைக்கும் வழியது வாமே. 1

589 மலையார் சிரத்திடை வானீ ரருவி
நிலையாரப் பாயு நெடுநாடி யூடுபோய்ச்
சிலையார் பொதுவிற் றிருநட மாடுந்
தொலையாத வானந்தச் சோதிகண் டேனே. 2

590 மேலை நிலத்தினுள் வேதகப் பெண்பிள்ளை
மூல நிலத்தி லெழுகின்ற மூர்த்தியை
யேல வெழுப்பி யிவளுடன் சந்திக்கப்
பாலனு மாவான் பார்நந்தி யாணையே. 3

591 கடைவாச லைக்கட்டிக் காலை யெழுப்பி
யிடைவாச னுக்கி யினிது ளிருத்தி
மடைவாயிற் கொக்குப்போல் வந்தித் திருப்பா
ருடையாம லூழி யிருக்கலு மாமே. 4

www.aakikceyogam.com

592 கலந்த வுயிருடன் கால மறியிற்
கலந்தலை யாது காலி னெருக்கங்
கலந்த வுயிரது காலது கட்டிக்
கலந்த வுயிருடன் காலமு நிற்குமே. 5

593 வாய்திற வாதார் மனத்திலோர் மாடுண்டு
வாய்திறப் பாரே வளியிட்டுப் பாய்ச்சுவர்
வாய்திற வாதார் மதியிட்டு மூட்டுவர்
கோய்திற வாவிடிற் கோழையு மாமே. 6

594 வாழலு மாம்பல காலு மனத்திடைப்
போழ்கின்ற வாயு புறம்படாப் பாய்ச்சுறி
லேழுசா லேக மிரண்டு பெருவாய்தற்
பாழி பெரியதோர் பள்ளி யறையிலே. 7

595 நிரம்பிய வீரைந்தி லைந்திவை போனு
லிரங்கி விழித்திருந் தென்செய்வை பேதாய்
வரம்பினுட் கோலி வழிசெய்கு வார்க்குக்
குரங்கினைக் கோட்டைப் பொதியலு மாமே. 8

596 முன்னமே வந்தன ரெல்லா முடிந்தனர்
பின்னையே வந்தவர்க் கென்ன பிரமாண
முன்னுறு கோடி யுறுகதி பேசிடி
லென்னமா மாய மிடிகரை நிற்குமே. 9

597 அரித்த வுடலையைம் பூதத்தில் வைத்துப்
பொருத்தவைம் பூதஞ்சித் தாதியிற் போந்து
தெரித்த மனுதிசத் தாதியிற் செல்லத்
தரித்தது தாரணை தற்பரத் தோடே. 10

8. தியானம்

598 வருமாதி யீரெட்டுள் வந்ததி யானம்
பொருவாத புந்தி புலன்போக மேவ
லுருவாய சத்தி பரத்தியான முன்னுங்
குருவாய்ச் சிவத்தியானம் யோகத்திற் கூறே. 1

www.aakikceyogam.com

599 கண்ணுக்கு மூக்குச் செவிஞானக் கூட்டத்துட்
பண்ணுக்கி நின்ற பழம்பொரு ளொன்றுண்டு
வண்ணுக்கி னுள்ளே யகண்ட வொளிகாட்டிப்
புண்ணுக்கி நம்மைப் பிழைப்பித்த வாறே. 2

600 ஒண்ணு நயனத்தி லுற்ற வொளிதன்னைக்
கண்ணுரைப் பார்த்துக் கலந்தங் கிருந்திடில்
விண்ணுறு வந்து வெளிகண் டிடவோடிப்
பண்ணும னின்றது பார்க்கலு மாமே. 3

601 ஒருபொழு துன்னு ருடலோ டுயிரை
யொருபொழு துன்னு ருயிருட் சிவனை
யொருபொழு துன்னுர் சிவனுறை சிந்தையை
யொருபொழு துன்னுர் சந்திரப் பூவையே. 4

602 மனத்து விளக்கினை மாண்பட வேற்றிச்
சினத்து விளக்கினைச் செல்ல நெருக்கி
யனைத்து விளக்குந் திரியொக்கத் தூண்ட
மனத்து விளக்கது மாயா விளக்கே. 5

603 எண்ணு யிரத்தாண்டு யோக மிருக்கினுங்
கண்ணு ரமுதனைக் கண்டறி வாரில்லை
யுண்ணுடி யுள்ளே யொளிபெற நோக்கிடிற்
கண்ணுடி போலே கலந்திருந் தானே. 6

604 நாட்ட மிரண்டு நடுமூக்கில் வைத்திடில்
வாட்டமு மில்லை மனைக்கு மழிவில்லை
யோட்டமு மில்லை யுணர்வில்லை தானில்லை
தேட்டமு மில்லை சிவனவ னமே. 7

605 நயன மிரண்டு நாசிமேல் வைத்திட்
டுயர்விழா வாயுவை யுள்ளே யடக்கித்
துயரறு நாடியே தூங்கவல் லார்க்குப்
பயனிது காயம் பயமில்லை தானே. 8

www.aakikceyogam.com

606 மணிகடல் யானை வளர்குழன் மேக
மணிவண்டு தும்பி வளைபே ரிகையாழ்
தணிந்தெழு நாதங்க டாமிவை பத்தும்
பணிந்தவர்க் கல்லது பார்க்கவொண் ணாதே. 9

607 கடலொடு வேகக் களிறொடு மோசை
யடலொடு மவ்வினை யண்ட ரண்டத்துச்
சுடர்மன்னு வேணு சுரிசங்கி னோசை
திடமறி யோகிக்கல் லாற்றெரி யாதே. 10

608 ஈச னியல்பு மிமையவ ரீட்டமும்
பாச மிரங்கப் பரிந்துயி ராய்நிற்கு
மோசை யதன்மணம் போல விடுவதோ
ரோசையு மீச னுணரவல் லார்க்கே. 11

609 நாத முடியிலே நல்லா ளிருப்பது
நாத முடிவிலே நல்யோக மிருப்பது
நாத முடிவிலே நாட்ட மிருப்பது
நாத முடிவிலே நஞ்சுண்ட கண்டனே. 12

610 உதிக்கின்ற வாறினு முள்ளங்கி யைந்துந்
துதிக்கின்ற தேசுடைத் தூங்கிரு ணீங்கி
யதிக்கின்ற வைவரு ணாதமொ டுங்கக்
கதிக்கொன்றை யீசன் கழல்சேர லாமே. 13

611 பள்ளி யறையிற் பகலே யிருளில்லை
கொள்ளி யறையிற் கொளுந்தாமற் காக்கலா
மொள்ளி தறியிலோ ரோசனை நீளிது
வெள்ளி யறையில் விடிவில்லை தானே. 14

612 கொண்ட விரதங் குறையாமற் றனென்றித்
தண்டுட னோடித் தலைப்பட்ட யோகிக்கு
மண்டல மூன்றினு மொக்க வளர்ந்தபின்
பிண்டமு மூழி பிரியா திருக்குமே. 15

www.aakikceyogam.com

613 அவ்வவர் மண்டல மாம்பரி சொன்றுண்
டவ்வவர் மண்டலத் தவ்வவர் தேவரா
மவ்வவர் மண்டல மவ்வவர்க் கேவரி
லவ்வவர் மண்டல மாயமற் றோர்க்கே. 16

614 இளைக்கின்ற நெஞ்சத் திருட்டறை யுள்ளே
முளைக்கின்ற மண்டல மூன்றினு மொன்றித்
துளைப்பெரும் பாசத் துருவிடு மாகி
லிளைப்பின்றி மார்கழி யொற்றம தாமே. 17

615 முக்குண மூடற வாயுவை மூலத்தே
சிக்கென மூடித் திரித்துப் பிடித்திட்டுத்
தக்க வலமிட நாழிகை சாதிக்க
வைக்கு முயிர்நிலை வானவர் கோனே. 18

616 நடலித்த நாபிக்கு நால்விரன் மேலே
மடலித்த வாணிக் கிருவிர லுள்ளே
கடலித் திருந்து கருதவல் லார்கள்
சடலத் தலைவனைத் தாமறிந் தாரே. 19

617 அறிவா யசத்தென்னு மாறு றகன்று
செறிவான மாயை சிதைத்தரு ளாலே
பிறியாத பேரரு ளாயிடும் பெற்றி
நெறியான வன்பர் நிலையறிந் தாரே. 20

9. சமாதி

618 சமாதிய மாதியிற் றன்சொல்லக் கேட்கிற்
சமாதிய மாதியிற் றனெட்டுஞ் சித்தி
சமாதிய மாதியிற் றங்கினோர்க் கன்றே
சமாதிய மாதி தலைப்படுந் தானே. 1

www.aakikceyogam.com

619 விந்துவு நாதமு மேருவி லோங்கிடிற்
சந்தியி லான சமாதியிற் கூடிடு
மந்தமி லாத வறிவி னரும்பொருள்
சுந்தரச் சோதியுந் தோன்றிடுந் தானே. 2

620 மன்மன மெங்குண்டு வாயுவு மங்குண்டு
மன்மன மெங்கில்லை வாயுவு மங்கில்லை
மன்மனத் துள்ளே மகிழ்ந்திருப் பார்க்கு
மன்மனத் துள்ளே மனோலய மாமே. 3

621 விண்டலர் கூபமும் விஞ்சத் தடவியுங்
கண்டுணர் வாகக் கருதி யிருப்பர்கள்
சென்று வெளியிற் செழுங்கிரி யத்திடை
கொண்டு குதிரைக் குசைச்செறுத் தானே. 4

622 மூல நாடிமுக் கட்டல குச்சியு
ணாலு வாச னடுவு ளிருப்பிர்காண்
மேலை வாசல் வெளியுறக் கண்டபின்
காலன் வார்த்தை கனாவிலு மில்லையே. 5

623 மண்டல மைந்து வரைகளு மீராறு
கொண்டிட நிற்குங் குடிகளு மாறெண்மர்
கண்டிட நிற்குங் கருத்து நடுவாக
வுண்டு நிலாவிடு மோடும் பதத்தையே. 6

624 பூட்டொத்து மெய்யிற் பொறிப்பட்ட வாயுவைத்
தேட்டற்ற வந்நிலஞ் சேரும் படிவைத்து
நாட்டத்தை மீட்டு நயனத் திருப்பார்க்குத்
தோட்டத்து மாம்பழந் தூங்கலு மாமே. 7

625 உருவறி யும்பரி சொன்றுண்டு வானோர்
கருவரை பற்றிக் கடைந்தமு துண்டா
ரருவரை யேறி யமுதுண்ண மாட்டார்
திருவரை யாமனந் தீர்ந்தற்ற வாறே. 8

www.aakikceyogam.com

626 நம்பனை யாதியை நான்மறை யோதியைச்
செம்பொனி னுள்ளே திகழ்கின்ற சோதியை
யன்பினை யாக்கி யருத்தியொ டுக்கிப்போய்க்
கொம்பேறிக் கும்பிட்டுக் கூட்டமிட் டாரே. 9

627 மூலத்து மேலது முச்சது ரத்தது
காலொத் திசையிற் கலக்கின்ற சந்தினின்
மேலைப் பிறையினு ணெற்றிநேர் நின்ற
கோலத்தின் கோலங்கள் வெவ்வேறு கொண்டதே. 10

628 கற்பனை யற்றுக் கனல்வழி யேசென்று
சிற்பனை யெல்லாஞ் சிருட்டித்த பேரொளிப்
பொற்பினை நாடிப் புணர்மதி யோடுற்றுத்
தற்பர மாகத் தகுந்தண் சமாதியே. 11

629 தலைப்பட் டிருந்திடத் தத்துவங் கூடும்
வலைப்பட் டிருந்திடு மாதுநல் லாளுங்
குலைப்பட் டிருந்திடுங் கோப மகலுந்
துலைப்பட் டிருந்திடுந் தூங்கவல் லார்க்கே. 12

630 சோதித் தனிச்சுட ராய்நின்ற தேவனு
மாதியு முண்ணின்ற சீவனு மாகுமா
லாதிப் பிரமன் பெருங்கடல் வண்ணனு
மாதி யடிபணிந் தன்புறு வாரே. 13

631 சமாதிசெய் வார்க்குத் தகும்பல யோகஞ்
சமாதிகள் வேண்டா மிறையுட னேகிற்
சமாதிதா னில்லை தானவ னாகிற்
சமாதியி லெட்டெட்டுச் சித்தியு மெய்துமே. 14

10. அட்டாங்க யோகப்பேறு

இயமம்

632 போதுகந் தேறும் புரிசடை யானடி
யாதுகந் தாரம ராபதிக் கேசெல்வ
ரேதுகந் தானிவ னென்றருள் செய்திடு
மாதுகந் தாடிடு மால்விடை யோனே. 1

நியமம்

633 பற்றிப் பதத்தன்பு வைத்துப் பரன்புகழ்
கற்றிருந் தாங்கே கருது மவர்கட்கு
முற்றெழுந் தாங்கே முனிவ ரெதிர்வரத்
தெற்றுஞ் சிவபதஞ் சேர்கலு மாமே. 2

ஆதனம்

634 வருந்தித் தவஞ்செய்து வானவர் கோவாய்த்
திருந்தம ராபதிச் செல்வ னிவனெனத்
தருந்தண் முழவங் குழலு மியம்ப
விருந்தின்ப மெய்துவ ரீச னருளே. 3

பிராணயாமம்

635 செம்பொற் சிவகதி சென்றெய்துங் காலத்துக்
கும்பத் தமரர் குழாம்வந் தெதிர்கொள்ள
வெம்பொற் றலைவ னிவனா மெனச்சொல்ல
வின்பக் கலவி யிருக்கலு மாமே. 4

www.aakikceyogam.com

பிரத்தியாகாரம்

636 சேருறு காலந் திசைநின்ற தேவர்க
ளாரிவ னென்ன வரனு மவனென்ன
வேருறு தேவர்க ளெல்லா மெதிர்கொள்ளக்
காருறு கண்டனை மெய்கண்ட வாறே. 5

தாரணை

637 நல்வழி நாடி நமன்வழி மாற்றிடுஞ்
சொல்வழி யாளர் சுருங்காப் பெருங்கொடை
யில்வழி யாள ரிமையவ ரெண்டிசைப்
பல்வழி யெய்தினும் பார்வழி யாகுமே. 6

தியானம்

638 தூங்கவல் லார்க்குந் துணையேழ் புவனமும்
வாங்கவல் லார்க்கும் வலிசெய்து நின்றிட்டுத்
தேங்கவல் லார்க்குந் திளைக்கு மமுதமுந்
தாங்கவல் லார்கட்குந் தன்னிட மாமே. 7

சமாதி

639 காரிய மான வுபாதியைத் தான்கடந்
தாரிய காரண மேழுந்தன் பாலுற
வாரிய காரண மாயத் தவத்திடைத்
தாரிய றற்பரஞ் சேர்தல் சமாதியே. 8

www.aakikceyogam.com

11. அட்டமா சித்தி

பரகாயப் பிரவேசம்

640 பணிந்தெண் டிசையும் பரமனை நாடித்
துணிந்தெண் டிசையுந் தொழுதெம்பி ரானை
யணிந்தெண் டிசையு மட்டமா சித்தி
தணிந்தெண் டிசைச்சென்று தாபித்த வாறே. 1

641 பரிசறி வானவர் பண்ப னடியெனத்
துரிசற நாடியே தூவெளி கண்டே
னரிய தெனக்கில்லை யட்டமா சித்தி
பெரிதருள் செய்து பிறப்பறுத் தானே. 2

642 குரவ னருளிற் குறிவழி மூலப்
பரையின் மணமிகு சங்கட்டம் பார்த்துத்
தெரிதரு சாம்பவி கேசரி சேரப்
பெரிய சிவகதி பேறெட்டாஞ் சித்தியே. 3

643 காயாதி பூதங் கலைகால மாயையி
லாயா தகல வறிவொன்ற றதியே
யோயாப் பதியத னுண்மையைக் கூடினல்
வீயாப் பரகாய மேவலு மாமே. 4

644 இருபதி னயிரத் தெண்ணூறு பேத
மருவிய கன்ம மாமந்த யோகந்
தருமிவை காய வுழைப்பாகுந் தானே
யருமிரு நான்கா யடங்குமா சித்திக்கே. 5

645 மதிதனி லீராறய் மன்னுங் கலையி
னுதய மதுநா லொழியவோ ரெட்டுப்
பதியுமீ ராறண்டு பற்றறப் பார்க்கிற்
றிதமான வீராறு சித்திக ளாமே. 6

www.aakikceyogam.com

646 நாடும் பிணியாகு நஞ்சனஞ் சூழ்ந்தக்கா
நீடுங் கலைகல்வி நீண்மேதை கூர்ஞானம்
பீடொன்றி னல்வாயா சித்திபே தத்தி
னீடுங் துரங்கேட்ட னீண்முடி வீராறே. 7

647 ஏழான திற்சண்ட வாயுவின் வேகியாந்
தாழா நடைபல யோசனை சார்ந்திடுஞ்
சூழான வோரெட்டிற் றேன்ற நரைதிரை
தாழான வொன்பதிற் றன்பர காயமே. 8

648 ஈரைந்திற் பூரித்துத் தியான வுருத்திர
னேரொன்று பன்னொன்றி லீறுரு மெண்சித்தி
சீரொன்று மேலேழ் கீழேழ் புவிச்சென்று
வோரொன்று வியாபியாய் நிற்றலீ ராறே. 9

649 தானே யணுவுஞ் சகத்துந்தன் னொன்மையு
மானக் ககனமும் பரகாயத் தேகமுந்
தானவ தும்பர காயஞ்சேர் தன்மையு
மானத வுண்மையும் வியாப்பிய மாமெட்டே. 10

650 தாங்கிய தண்மையுந் தானணுப் பல்லுயிர்
வாங்கிய காலத்து மற்றோர் குறைவில்லை
யாங்கே யெழுந்தோ மவற்று ளெழுந்துமிக்
கோங்கிய வாமுத்தி முந்திய வாறே. 11

651 முந்திய முந்நூற் றறுபது காலமும்
வந்தது நாழிகை வான்முத லாயிடச்
சிந்தைசெய் மண்முதற் றேர்ந்தறி வார்வல
ருந்தியு ணின்று வுதித்தெழு மாறே. 12

652 சித்தந் திரிந்து சிவமய மாகியே
முத்தந் தெரிந்துற்ற மோனர் சிவமுத்தர்
சுத்தம் பெறலாக வைந்திற் றெடக்கற்றோர்
சித்தம் பரத்திற் றிருநடத் தோரே. 13

653 ஒத்தவிவ் வொன்பது வாயுவு மொத்தன
வொத்தவிவ் வொன்பதின் மிக்க தனஞ்சய
ஞெத்தவிவ் வொன்பதி லொக்க விருந்திட
வொத்த வுடலு முயிரு மிருந்ததே. 14

654 இருக்குந் தனஞ்செய ஞென்பது காலி
னிருக்கு மிருநூற் றிருபத்து நான்கி
லிருக்கு முடலீ திருந்தில வாகி
லிருக்கு முடலது வீங்கி வெடித்ததே. 15

655 வீங்குங் கழலை சிரங்கொடு குட்டமும்
வீங்கும் வியாதிகள் சோகை பலவதாய்
வீங்கிய வாதமுங் கூனு முடமதாம்
வீங்கு வியாதிகள் கண்ணின் மருவியே. 16

656 கண்ணில் வியாதியு ரோகந் தனஞ்செயன்
கண்ணிலிவ் வாணிகள் காச மவனல்லன்
கண்ணினிற் கூர்மன் கலந்தில ஞதலாற்
கண்ணினிற் சோதி கலந்தது மில்லையே. 17

657 நாடியி ஞைசை நயன மிருதயந்
தூடி யளவுஞ் சுடர்விடு சோதியைத்
தேவரு ளீசன் றிருமால் பிரமனு
மோவற நின்றங் குணர்ந்திருந் தாரே. 18

658 ஒன்பது வாச லுடையதோர் பிண்டத்து
ளொன்பது நாடி யுடையதோ ரோரிட
மொன்பது நாடி யொடுங்கவல் லார்கட்
கொன்பது வாச லுலைநல மாமே. 19

659 ஓங்கிய வங்கிக்கீ ழொண்சுழு னைச்செல்ல
வாங்கி யிரவி மதிவழி யோடிடத்
தாங்கி யுலகங்க ளேழுந் தரித்திட
வாங்கது சொன்ஞே மறியுடை யோர்க்கே. 20

660 தலைப்பட்ட வாறண்ண றையலை நாடி
வலைப்பட்ட பாசத்து வன்பிணை மான்போ
றுலைப்பட்ட நாடியைத் தூவழி செய்தால்
விலைக்குண்ண வைத்ததோர் வித்தது வாமே. 21

661 ஓடிச்சென் றங்கே யொருபொருள் கண்டவர்
நாடியி னுள்ளாக நாத மெழுப்புவர்
தேடிச்சென் றங்கே தேனை முகந்துண்டு
பாடியு ணின்ற பகைவரைக் கட்டுமே. 22

662 கட்டிட்ட தாமரை நாளத்தி லொன்பது
மட்டிட்ட கன்னியர் மாதுடன் சேர்ந்தனர்
தட்டிட்டு நின்று தளங்கனி னூடுபோய்ப்
பொட்டிட்டு நின்றது பூரண மானதே. 23

663 பூரண சத்தி யெழுமூன் றறையாக
வேரணி கன்னிக ளெழுநூற்றஞ் சாயினர்
நாரண னன்முக னாதிய வைவர்க்குங்
காரண மாகிக் கலந்து விரிந்ததே. 24

664 விரிந்து குவிந்து விளைந்தவிம் மங்கை
கரந்து ளெழுந்து கரந்தங் கிருக்கிற்
பரந்து குவிந்து பார்முதற் பூத
மிரைந்தெழு வாயு விடத்தி லொடுங்கே. 25

665 இடையொடு பிங்கலை யென்னு மிரண்டு
மடைபடு வாயுவு மாறியே நிற்குந்
தடையவை யாறெழுந் தண்சுட ருள்ளே
மிடைவளர் மின்கொடி தன்னி லொடுங்கே. 26

666 ஒடுங்கி யொருங்கி யுணர்ந்தங் கிருக்கின்
மடங்கி மடங்கிடும் வாயு வதனுண்
மடங்கி மடங்கிடு மன்னுயி ருள்ளே
நடங்கொண்ட கூத்தனை நாடுகின் றேனே. 27

www.aakikceyogam.com

667 நாடியி னுள்ளே நாதத் தொலியுடன்
றேடியு டன்சென்றத் திருவினைக் கைக்கொண்டு
பாடியு ணின்ற பகைவரைக் கட்டிட்டு
மாடி லொருகை மணிவிளக் கானதே. 28

668 அணிமாதி சித்திக ளானவை கூறி
லணுவி லணுவின் பெருமையி னேர்மை
யிணுகாத வேகார் பரகாய மேவ
லணுவத் தனையெங்குந் தானுத லென்றெட்டே. 29

669 எட்டா கியசித்தி யோரெட்டி யோகத்தாற்
கிட்டாப் பிராணனே செய்தாற் கிடைத்திடு
மொட்டா நடுநாடி மூலத்த னல்பானு
விட்டான் மதியுண்ண வும்வரு மேலதே. 30

670 சித்திக ளெட்டன்றிச் சேரெட்டி யோகத்தாற்
புத்திக ளானவை யெல்லாம் புலப்படுஞ்
சித்திக ளெண்சித்தி தானுந் திரிபுரைச்
சத்தி யருடரத் தாமுள வாகுமே. 31

அணிமா

671 எட்டிவை தன்னு டெழிற்பரங் கைகூடப்
பட்டவர் சித்தர் பரலோகஞ் சேர்தலா
லிட்டம துள்ளே யிறுக்கல் பரகாட்சி
யெட்டு வரப்பு மிடந்தானின் றெட்டுமே. 32

672 மந்தர மேறு மதிபானு வைமாற்றக்
கந்தாய்க் குழியிற் கசடற வல்லார்க்குத்
தந்தின்றி நற்கா மியலோகஞ் சார்வர்க்கு
மந்த வுலக மணிமாதி யாமே. 33

www.aakikceyogam.com

673 முடிந்திட்டு வைத்து முயங்கிலோ ராண்டி
லணிந்த வணிமாகை தாஞ மிவனுந்
தணிந்தவம் பஞ்சினுந் தானெய்ய தாகி
மெலிந்தங் கிருந்திடும் வெல்லவொண் ணுதே. 34

லகிமா

674 ஆகின்ற வத்தனி நாயகி தன்னுடன்
போகின்ற தத்துவ மெங்கும் புகலதாய்ச்
சாய்கின்ற காலங்க டன்வழி நின்றிடின்
மாய்கின்ற வையாண்டின் மாலகு வாகுமே. 35

675 மாலகு வாகிய மாயனைக் கண்டபின்
ருனொளி யாகித் தழைத்தங் கிருந்திடும்
பாலொளி யாகிப் படர்ந்தெங்கு நின்றது
மேலொளி யாகிய மெய்ப்பொருள் காணுமே. 36

மகிமா

676 மெய்ப்பொருள் சொல்லிய மெல்லிய லாளுடன்
றற்பொரு ளாகிய தத்துவங் கூடிடக
கைப்பொரு ளாகக் கலந்திடு மோராண்டின்
மைப்பொரு ளாகு மகிமாவ தாகுமே. 37

677 ஆகின்ற காலொளி யாவது கண்டபின்
போகின்ற காலங்கள் போவது மில்லையா
மேனின்ற காலம் வெளியுற நின்றபின்
தானின்ற காலங்க டன்வழி யாகுமே. 38

678 தன்வழி யாகத் தழைத்திடு ஞானமுந்
தன்வழி யாகத் தழைத்திடும் வையகந்
தன்வழி யாகத் தழைத்த பொருளெல்லாந்
தன்வழித் தன்னரு ளாகிநின் றனே. 39

www.aakikceyogam.com

பிராத்தி

679 நின்றன தத்துவ நாயகி தன்னுடன்
கண்டன பூதப் படையா னவையெலாங்
கொண்டவை யோராண்டில் கூட விருந்திடில்
விண்டது வேநல்ல பிராத்திய தாகுமே. 40

கரிமா

680 ஆகின்ற மின்னொளி யாவது கண்டபின்
பாகின்ற பூவிற் பரப்பவை காணலா
மேகின்ற காலம் வெளியுற நின்றது
போகின்ற காலங்கள் போவது மில்லையே. 41

681 போவதொன் றில்லை வருவது தானில்லை
சாவதொன் றில்லை தழைப்பது தானில்லை
தாமத மில்லை தமரகத் தின்னொளி
யாவது மில்லை யறிந்துகொள் வார்க்கே. 42

682 அறிந்த பராசத்தி யுள்ளே யமரிற்
பறிந்தது பூதப் படையவை யெல்லாங்
குறிந்தவை யோராண்டு கூட விருக்கில்
விரிந்தது பரகாய மேவலு மாமே. 43

பிராகாமியம்

683 ஆன விளக்கொளி யாவ தறிகிலர்
மூல விளக்கொளி முன்னே யுடையவர்
கான விளக்கொளி கண்டுகொள் வார்கட்கு
மேலை விளக்கொளி வீடெளி தாநின்றே . 44

www.aakikceyogam.com

ஈசத்துவம்

684 நின்ற சதாசிவ நாயகி தன்னுடன்
கண்டன பூதப் படையவை யெல்லாங்
கொண்டவை யோராண்டு கூடி யிருந்திடிற்
பண்டையவ் வீசன தத்துவ மாகுமே. 45

685 ஆகின்ற சந்திரன் றண்ணளி யாயவ
னாகின்ற சந்திரன் றட்பமு மாயிடு
மாகின்ற சந்திரன் றன்கலை கூடிடி
லாகின்ற சந்திரன் றானவ னாகுமே. 46

686 தானே படைத்திட வல்லவ னாயிடுந்
தானே யளித்திட வல்லவ னாயிடுந்
தானே சங்காரத் தலைவனு மாயிடுந்
தானே யிவனெனுந் தன்மைய னாகுமே. 47

687 தன்மைய தாகத் தழைத்த கலையினுள்
பன்மைய தாகப் பரந்தவைம் பூதத்தை
வன்மைய தாக மறித்திடி லோராண்டின்
மென்மைய தாகிய மெய்ப்பொருள் காணுமே. 48

வசித்துவம்

688 மெய்ப்பொரு ளாக விளைந்தது வேதெனி
னற்பொரு ளாகிய நல்ல வசித்துவங்
கைப்பொரு ளாகக் கலந்த வுயிர்க்கெலாந்
தற்பொரு ளாகிய தன்மைய னாகுமே. 49

689 தன்மைய தாகத் தழைத்த பகலவன்
மென்மைய தாகிய மெய்ப்பொருள் கண்டிடின்
பொன்மைய தாகப் புலன்களும் போயிட
நன்மைய தாகிய நற்கொடி காணுமே. 50

www.aakikceyogam.com

690 நற்கொடி யாகிய நாயகி தன்னுட
னக்கொடி யாக மறிந்திடி லோராண்டு
பொற்கொடி யாகிய புவனங்கள் போய்வருங்
கற்கொடி யாகிய காமுக னாமே. 51

691 காமரு தத்துவ மானது வந்தபின்
பூமரு கந்தம் புவனம தாயிடு
மாமரு வுன்னிடை மெய்திடு மானனாய்
நாமரு வும்மொளி நாயக மானதே. 52

692 நாயக மாகிய நல்லொளி கண்டபின்
றாயக மாகத் தழைத்தங் கிருந்திடும்
போயக மான புவனங்கள் கண்டபின்
பேயக மாகிய பேரொளி காணுமே. 53

693 பேரொளி யாகிய பெரியவவ் வேட்டையும்
பாரொளி யாகப் பதைப்பறக் கண்டவன்
றாரொளி யாகத் தரணி முழுதுமா
மோரொளி யாகிய காலொளி காணுமே. 54

694 காலோ டுயிருங் கலக்கும் வகைசொல்லி
னலது வக்கொடி நாயகி தன்னுடன்
காலது வைஞ்ஞூற் றொருபத்து மூன்றையுங்
காலது பேண்மண்டிக் கொண்டவிவ் வாறே. 55

695 ஆறது வாகு மமிர்தத் தலையினு
ளாறது வாயிர முந்நூற்றெ டஞ்சுள
வாறது வாயிர மாகு மருவழி
யாறது வாக வளர்ப்ப திரண்டே. 56

696 இரண்டினின் மேலே சதாசிவ நாயகி
யிரண்டது கால்கொண் டெழுவகை சொல்லி
லிரண்டது வாயிர மைம்பத்தொ டொன்றாய்த்
திரண்டது கால மெடுத்தது மஞ்சே. 57

www.aakikceyogam.com

697 அஞ்சுட னஞ்சு முகமுள நாயகி
யஞ்சுட னஞ்சது வாயுத மாவது
வஞ்சது வின்றி யிரண்டது வாயிர
மஞ்சது கால மெடுத்துளு மொன்றே. 58

698 ஒன்றது வாகிய தத்துவ நாயகி
யொன்றது கால்கொண் டூர்வகை சொல்லிடி
லொன்றது வென்றிகொ ளாயிர மாயிர
மொன்றது கால மெடுத்துளு முன்னே. 59

699 முன்னெழு மக்கலை நாயகி தன்னுடன்
முன்னுறு வாயு முடிவகை சொல்லிடின்
முன்னுறு மைம்பதொ டொன்றுட னஞ்சுமாய்
முன்னுறு வாயு முடிவகை யாமே. 60

700 ஆய்வரு மத்தனி நாயகி தன்னுட
னுய்வரு வாயு வளப்பது சொல்லிடி
லாய்வரு மைஞ்னூற்று முப்பதொ டொன்பது
வாய்வரு வாயு வளப்புள் ளிருந்ததே. 61

701 இருநிதி யாகிய வெந்தை யிடத்து
விருநிதி வாயு வியங்கு நெறியி
லிருநூற்று முப்பத்து மூன்றுட னஞ்சா
யிருநிதி வாயு வியங்கு மெழுத்தே. 62

702 எழுகின்ற சோதியுண் ணாயகி தன்பா
லெழுகின்ற வாயு விடமது சொல்லி
லெழுநூற் றிருபத்தொன் பானது நாலா
யெழுந்துட னங்கி யிருந்ததிவ் வாறே. 63

703 ஆறது கால்கொண் டிரதம் விளைத்திடு
மேழது கால்கொண் டிரட்டி யிறக்கிட
வெட்டது கால்கொண் டிடவகை யேற்றபி
னென்பது மாநில மொத்தது வாயுவே. 64

704 சந்திரன் சூரியன் றற்பரன் றணுவிற்
சந்திரன் றனுந் தலைப்படுந் தன்மையைச்
சந்தியி லேகண்டு தானுஞ் சகமுகத்
துந்திச் சமாதி யுடையொளி யோகியே. 65

705 அணங்கற்ற மாத லருஞ்சன நீவல்
வணங்குற்ற கல்விமா ஞான மிகுத்தல்
சிணுங்குற்ற வாயர் சித்திதாங் கேட்ட
னுணங்கற் றிருத்தல்கால் வேகத்து நுந்தலே. 66

706 மரணஞ் சிறைவிடல் வண்பர காய
மிரணஞ்சேர் பூமி யிறந்தோர்க் களித்த
லரணன் றிருவுரு வாதன்மூ வேழாங்
கரனுறு கேள்விக் கணக்கறிந் தோனே. 67

707 ஓத மொலிக்கு முலகை வலம்வந்து
பாதங்க ளேவ நடந்தும் பயனில்லை
காதலி லண்ணலைக் காண வினியவர்
நாத னிருந்த நகரறி வோரே. 68

708 மூல முதல்வேதா மாலரன் முன்னிற்கக்
கோலிய வைம்முகன் கூறப் பரவிந்து
சாலப் பரநாதம் விந்துத் தனிநாதம்
பாலித்த சத்தி பரைபரன் பாதமே. 69

709 ஆதார யோகத் ததிதேவொ டுஞ்சென்று
மீதான தற்பரை மேவும் பரனொடு
மேதாதி யீரெண் கலைசெல்ல மீதொளி
யோதாவ சிந்தமி தானந்த யோகமே. 70

710 மதியமு ஞாயிறும் வந்துடன் கூடித்
துதிசெய் பவரவர் தொல்வான வர்கள்
விதியது செய்கின்ற மெய்யடி யார்க்குப்
பதியது காட்டும் பரமனின் றனே. 71

www.aakikceyogam.com

711 கட்டவல் லார்கள் கரந்தெங்குந் தானவர்
மட்டவிழ் தாமரை யுள்ளே மணஞ்செய்து
பொட்டெழக் குத்திப் பொறியெழத் தண்டிட்டு
நட்டிடு வார்க்கு நமனில்லை தானே. 72

12. கலைநிலை

712 காதல் வழிசெய்த கண்ணுத லண்ணலைக்
காதல் வழிசெய்து கண்ணுற நோக்கிடிற்
காதல் வழிசெய்து கங்கை வழிதருங்
காதல் வழிசெய்து காக்கலு மாமே. 1

713 காக்கலு மாகுங் கரணங்க ளன்கையுங்
காக்கலு மாகுங் கலைபதி னாறையுங்
காக்கலு மாகுங் கலந்தநல் வாயுவுங்
காக்கலு மாகுங் கருத்துற நில்லே. 2

714 நிலைபெற நின்றது நேர்தரு வாயு
சிலைபெற நின்றது தீபமு மொத்துக்
கலைவழி நின்ற கலப்பை யறியின்
மலைவறி வாகும் வழியிது வாமே. 3

715 புடையொன்றி நின்றிடும் பூதப் பிரானை
மடையொன்றி நின்றிட வாய்த்த வழியிற்
சடையொன்றி நின்றவச் சங்கர நாதன்
விடையொன்றி லேறியே வீற்றிருந் தானே. 4

716 இருக்கின்ற காலங்க ளேது மறியார்
பெருக்கின்ற காலப் பெருமையை நோக்கி
யொருக்கின்ற வாயு வொளிப்பெற நிற்கத்
தருக்கொன்றி நின்றிடுஞ் சாதக னாமே. 5

www.aakikceyogam.com

717 சாதக மானவத் தன்மையை நோக்கியே
மாதவ மான வழிபாடு செய்திடும்
போதக மாகப் புகலுறப் பாய்ச்சினல்
வேதக மாக விளைந்து கிடக்குமே. 6

718 கிடந்தது தானே கிளர்பயன் மூன்று
நடந்தது தானேயுண் ணுடியை நோக்கிப்
படர்ந்தது தானே பங்கய மாகத்
தொடர்ந்தது தானேயச் சோதியு ணின்றே. 7

719 தானே யெழுந்தவத் தத்துவ நாயகி
யூனே வழிசெய்தெம் முள்ளே யிருந்திடும்
வானே ருலகீன்ற வம்மை மதித்திடத்
தேனே பருகிச் சிவாலய மாகுமே. 8

720 திகழும் படியே செறிதரு வாயு
வழியும் படியை யறிகில ராரு
மழியும் படியை யறிந்தபின் னந்தி
திகழ்கின்ற வாயுவைச் சேர்தலு மாமே. 9

721 சோதனை தன்னிற் றுரிசறக் காணலா
நாதனு நாயகி தன்னிற் பிரியுநாள்
சாதன மாகுங் குருவழிப் பட்டு
மாதன மாக மதித்துக்கொள் ளீரே. 10

722 ஈராறு கால்கொண் டெழுந்த புரவியைப்
பேராமற் கட்டிப் பெரிதுண வல்லிரே
னீரா யிரமு நிலமாயி ரத்தாண்டும்
பேராது காயம் பிரானந்தி யாணையே. 11

723 ஓசையி லேழு மொளியின் கணைந்து
நாசியின் மூன்று நாவி லிரண்டுந்
தேசியுந் தேனுந் தன்னிற் பிரியுநாண்
மாசறு சோதி வகுத்துவைத் தானே. 12

www.aakikceyogam.com

13. சரீரசித்தி யுபாயம்

724 உடம்பார் ரழியி லுயிரா ரழிவர்
திடம்பட மெய்ஞ்ஞானஞ் சேரவு மாட்டா
ருடம்பை வளர்க்கு முபாய மறிந்தே
யுடம்பை வளர்த்தே னுயிர்வளர்த் தேனே. 1

725 உடம்பினை முன்ன மிழுக்கென் றிருந்தே
னுடம்பினுக் குள்ளே யுறுபொருள் கண்டே
னுடம்புளே யுத்தமன் கோயில்கொண் டானென்
றுடம்பினை யானிருந் தோம்புகின் றேனே. 2

726 சுழற்றிக் கொடுக்கவே சுற்றிக் கழியுங்
கழற்றி மலத்தைக் கமலத்தைப் பூரித்
துழற்றிக் கொடுக்கு முபாய மறிவார்க்
கழற்றித் தவிர்ந்துட லஞ்சன மாமே. 3

727 அஞ்சனம் போன்றுட லையறு மந்தியில்
வஞ்சக வாத மறுமத் தியானத்திற்
செஞ்சிறு காலையிற் செய்திடிற் பித்தறு
நஞ்சறச் சொன்னோ நரைதிரை நாசமே. 4

728 மூன்று மடக்குடைப் பாம்பிரண் டெட்டுள
வேன்ற வியந்திரம் பன்னிரண் டங்குல
நான்றவிழ் முட்டை யிரண்டையுங் கட்டியிட்
டூன்றி யிருக்க வுடலழி யாதே. 5

729 நூறு மறுபது மாறும் வலம்வர
நூறு மறுபது மாறு மிடம்வர
நூறு மறுபது மாறு மெதிரிட
நூறு மறுபது மாறும் புகுவரே. 6

730 சத்தியார் கோயி லிடம்வலஞ் சாதித்தான்
மத்தியா னத்திலே வாக்கியங் கேட்கலாந்
தித்தித்த கூத்துஞ் சிவனும் வெளிப்படுஞ்
சத்தியஞ் சொன்னேஞ் சதாநந்தி யாணையே. 7

731 திறத்திறம் விந்து திகழு மகார
முறப்பற வேறினைந் தோதுஞ் சகார
மறிப்பது மந்திர மன்னிய நாத
மறப்பற யோகிக் கறநெறி யாமே. 8

732 உந்திச் சுழியி னுடனேர் பிராணனைச்
சிந்தித் தெழுப்பிச் சிவமந்தி ரத்தினான்
முந்தி முகட்டி னிறுத்திய பானனைச்
சிந்தித் தெழுப்பச் சிவனவ னாமே. 9

733 மாறு மலக்குதந் தன்மே லிருவிரற்
கூறு விலிங்கத்தின் கீழே குறிக்கொண்மி
னாறு வுடம்பிடை யண்ணலு மங்குளன்
கூறு வுபதேசங் கொண்டது காணுமே. 10

734 நீல நிறனுடை நேரிழை யாளொடுஞ்
சாலவும் புல்லிச் சதமென் றிருப்பார்க்கு
ஞால மறிய நரைதிரை மாறிடும்
பாலனு மாவர் பராநந்தி யாணையே. 11

735 அண்டஞ் சுருங்கி லதற்கோ ரழிவில்லை
பிண்டஞ் சுருங்கிற் பிராண னிலைபெறு
முண்டி சுருங்கி லுபாயம் பலவுள
கண்டங் கறுத்த கபாலியு மாமே. 12

736 பிண்டத்து ளுற்ற பிழக்கடை வாசலை
யண்டத்து ளுற்று வடுத்தடுத் தேகிடில்
வண்டிச் சிக்கு மலர்க்குழன் மாதரார்
கண்டிச் சிக்குநற் காயமு மாமே. 13

737 சுழலும் பெருங்கூற்றுத் தொல்லைமுன் சீறி
யழலு மிரதத்து ளங்கியு ளீசன்
கழல்கொ டிருவடி காண்குறி லாங்கே
நிழலுளுந் தெற்றுளு நித்தலு மாமே. 14

www.aakikceyogam.com

738 நான்கண்ட வன்னியு நாலு கலையேழுந்
தான்கண்ட வாயுவுஞ் சரீர முழுதொடு
மூன்கண்டு கொண்ட வுணர்வு மருந்தாக
மான்கன்று நின்று வளர்கின்ற வாறே. 15

739 ஆகுஞ் சனவேத சத்தியை யன்புற
நீகொள்ளி னெல்லின் வளர்கின்ற நேர்மையைப்
பாகு படுத்திப் பல்கோடி களத்தினு
லூழ்கொண்ட மந்திரத் தன்னு லொடுங்கே. 16

14. காலசக்கரம்

740 மதிவட்ட மாக வரையஞ்சு நாடி
யதுவிட்டிங் கீரா றமர்ந்த வதனுற்
பதிவட்டத் துண்ணின்று பாலிக்கு மாறு
மதுவிட்டுப் போமாறு மாயலுற் றேனே. 1

741 உற்றறி வைந்து முணர்ந்தறி வாரேழுங்
கற்றறி வெட்டுங் கலந்தறி வொன்பதும்
பற்றிய பத்தும் பலவகை நாழிகை
யற்ற தறியா தழிகின்ற வாறே. 2

742 அழிகின்ற வாண்டவை யையஞ்சு மூன்று
மொழிகின்ற முப்பது மூன்றென்ப தாகுங்
கழிகின்ற காலறு பத்திரண் டென்ப
தெழுகின்ற வீரைம்ப தெண்ணற் றிருந்தே. 3

743 திருந்து தினமத் தினதினத் தோடுநின்
றிருந்தறி நாளொன் றிரண்டெட்டு மூன்று
பொருந்திய நாளொடு புக்கறிந் தோங்கி
வருந்துத லின்றி மனைபுக லாமே. 4

www.aakikceyogam.com

744 மனைபுகு வீரு மனத்திடை நாடி
லெனவிரு பத்தஞ்சு மீரா றதனுற்
றனையறிந் தோரட்டுத் தற்குறி யாறு
வினையறி யாறு விளங்கிய நாலே. 5

745 நாலுங் கடந்தது நால்வரு நாலஞ்சு
பாலங் கடந்தது பத்துப் பதினஞ்சு
கோலங் கடந்த குணத்தாண்டு மூவிரண்
டாலங் கடந்ததொன் றறி வாரே. 6

746 ஆறு மிருபது மையஞ்சு மூன்றுக்குந்
தேறு மிரண்டு மிருபத்தொ டாறிவை
கூறு மதியொன்றி னுக்கிரு பத்தேழு
வேறு பதியெங்க ளுள்விதித் தானே. 7

747 விதித்த விருபத்தெட் டொடுமூன் றறையாகத்
தொகுத்தறி முப்பத்து மூன்று தொகுமின்
பதித்தறி பத்தெட்டுப் பாரா திகணு
லுதித்தறி மூன்றிரண் டொன்றின் முறையே. 8

748 முறைமுறை யாய்ந்து முயன்றில வாகி
லிறையிறை யார்க்கு மிருக்க வரிது
மறையது காரண மற்றென்று மில்லை
பறையறை யாது பணிந்து முடியே. 9

749 முடிந்த தறியார் முயல்கின்ற மூர்க்க
ரிடிஞ்சி லிருக்க விளக்கெரி கொண்டு
கடிந்தனன் மூளக் கதுவ வல்லார்க்கு
நடந்திடும் பாரினி னண்ணலு மாமே. 10

750 நண்ணுஞ் சிறுவிர லணைக மூன்றுக்கும்
பின்னிய மார்பிடைப் பேராம லொத்திடுஞ்
சென்னியின் மூன்றுக்குஞ் சேரவே நின்றிடி
லுன்னி யணைந்திடு மோவியந் தானே. 11

www.aakikceyogam.com

751 ஓவிய மான வுணர்வை யறிமின்கள்
பாவிக ளித்தின் பயனறி வாரில்லை
தீவினை யாமுடன் மண்டல மூன்றுக்கும்
பூவி லிருந்திடும் புண்ணியத் தண்டே. 12

752 தண்டுட னோடித் தலைப்பெய்த யோகிக்கு
மண்டல மூன்று மகிழ்ந்துட லொத்திடுங்
கண்டவர் கண்டனர் காணார் வினைப்பயன்
பிண்டம் பிரியப் பிணங்குகின் றாரே. 13

753 பிணங்கி யழிந்திடும் பேரது கேணீ
யணங்குள னுதித்த னுறு விரியின்
வணங்குட னேவந்த வாழ்வு குலைந்து
சுணங்கலுக் காகச் சுழல்கின்ற வாறே. 14

754 சுழல்கின்ற வாறின் றுணைமலர் காணான்
றழலிடைப் புக்கிடுந் தன்னுளி லாமற்
கழல்கண்டு போம்வழி காணவல் லார்க்குக்
குழல்வழி நின்றிடுங் கூத்தனு மாமே. 15

755 கூத்தன் குறியிற் குணம்பல கண்டவர்
சாத்திரந் தன்னைத் தலைப்பெய்து நிற்பர்கள்
பார்த்திருந் துள்ளே யனுபோக நோக்கிடி
லாத்தனு மாகி யலர்ந்திடு மொன்றே. 16

756 ஒன்றில் வளர்ச்சி யுலப்பில கேளினி
நன்றென்று மூன்றுக்கு நாளது சென்றிடுஞ்
சென்றிடு முப்பதுஞ் சேர விருந்திடிற்
குன்றிடைப் பொன்றிகழ் கூத்தனு மாமே. 17

757 கூத்தவ னொன்றிடுங் கூர்மை யறிந்தங்
கேத்துவர் பத்தினி லெண்டிசை தோன்றிடப்
பார்த்து மகிழ்ந்து பதுமரை நோக்கிடிற்
சாத்திடு நூறு தலைப்பெய்த லாமே. 18

758 சாத்திடு நூறு தலைப்பெய்து நின்றவர்
காத்துட லாயிரங் கட்டுறக் காண்பர்கள்
சேர்த்துட லாயிரஞ் சேர விருந்தவர்
மூத்துடன் கூடி யுகமது வாமே. 19

759 யுகங்கோடி கண்டு மொசிவற நின்று
லகங்கோடி கண்டு ளயலறக் காண்பர்கள்
சிவங்கோடி விட்டுச் செறிய விருந்தங்
குகங்கோடி கண்டங் குயருறு வாரே. 20

760 உயருறு வாருல கத்தொடுங் கூடிய
பயனுறு வார்பலர் தாமறி யாமற்
செயலுறு வார்சிலர் சிந்தையி லாமற்
கயலுறு கண்ணியைக் காணகி லாரே. 21

761 காணகி லாதார் கழிந்தோடிப் போவர்க
ணுணகி லாதார் நயம்பேசி விடுவர்கள்
காணகி லாதார் கழிந்த பொருளெல்லாங்
காணகி லாமற் கழிகின்ற வாறே. 22

762 கழிகின்ற வப்பொருள் காணகி லாதார்
கழிகின்ற வப்பொருள் காணலு மாகுங்
கழிகின்ற வுள்ளே கருத்துற நோக்கிற்
கழியாத வப்பொருள் காணலு மாமே. 23

763 கண்ணன் பிறப்பிலி காணந்தி யாயுள்ளே
யெண்ணுந் திசையுட னேகாந்த ஞயிடுந்
திண்ணென் றிருக்குஞ் சிவகதி யாநிற்கு
நண்ணும் பதமிது நாடவல் லார்கட்கே. 24

764 நாடவல் லார்க்கு நமனில்லை கேடில்லை
நாடவல் லார்க ணரபதி யாய்நிற்பர்
தேட வல்லார்க டெரிந்த பொருளிது
கூடவல் லார்கட்குக் கூறலு மாமே. 25

www.aakikceyogam.com

765 கூறும் பொருளி தகார வுகாரங்க
டேறும் பொருளிது சிந்தையு ணின்றிடக்
கூறு மகாரங் குழல்வழி யோடிட
மாறு மமர்ந்திடு மண்ணலு மாமே. 26

766 அண்ண லிருப்பிட மாரு மறிகில
ரண்ண லிருப்பிட மாய்ந்துகொள் வார்கட்
கண்ண லழிவின்றி யுள்ளே யமர்ந்திடு
மண்ணலைக் காணி லவனிவ னாகுமே. 27

767 அவனிவ னாகும் பரிசறி வாரில்லை
யவனிவ னாகும் பரிசது கேணீ
யவனிவ னோசை யொளியினு ளொன்றிடு
மவனிவன் வட்டம தாகிநின் றானே. 28

768 வட்டங்க ளேழு மலர்ந்திடு மும்முளே
சிட்ட னிருப்பிடஞ் சேர வறிகிலீ
ரொட்டி யிருந்துள் ளுபாய முணர்ந்திடக்
கட்டி யிருப்பிடங் காணலு மாகுமே. 29

769 காணலு மாகும் பிரமனரி யென்று
காணலு மாகுங் கறைக்கண்ட னீசனைக்
காணலு மாகுஞ் சதாசிவ சத்தியுங்
காணலு மாகுங் கலந்துடன் வைத்ததே. 30

15. ஆயுட் பரிட்சை

770 வைத்தகை சென்னியி னேரிதாய்த் தோன்றிடி
லுத்தம மிக்கிடி லொரறு திங்களா
மத்த மிகுத்திட் டிரட்டிய தாயிடி
னித்த லுயிர்க்கொரு திங்களி லோசையே. 1

www.aakikceyogam.com

771 ஓசையு மீசனு மொக்கு முணர்வின்கண்
ணோசை யிறந்தவ ரீசனை யுள்குவ
ரோசை யிறந்தவர் நெஞ்சினு ளீசனு
மோசை யுணர்ந்த வுணர்விது வாமே. 2

772 ஆமே யழிகின்ற வாயுவை நோக்கிடி
லாமே லுறைகின்ற நன்மை யளித்திடும்
பூமேல் லுறைகின்ற போதகம் வந்திடுந்
தாமே யுலகிற் றலைவனு மாமே. 3

773 தலைவ னிடம்வலஞ் சாதிப்பா ரில்லை
தலைவ னிடம்வல மாயிடிற் றையற்
றலைவ னிடம்வலந் தன்வழி யஞ்சிற்
றலைவ னிடம்வலந் தன்வழி நூறே. 4

774 ஏறிய வாறினி லெண்பது சென்றிடுந்
தேறிய வேழிற் சிறக்கும் வகையெண்ணி
லாறொரு பத்தா யமர்ந்த விரண்டையுந்
தேறியே நின்று தெளியிவ் வகையே. 5

775 இவ்வகை யெட்டு மிடம்பெற வோடிடி
லவ்வகை யையொன்ப தேயென்ன வறியலாஞ்
செவ்வகை யொன்பதுஞ் சேரவே நின்றிடின்
முவ்வகை யாமது முப்பத்து மூன்றே. 6

776 மும்மூன்று மொன்று முடிவுற நின்றிடி
லெண்மூன்றி லுலு மிடவகை யாய்நிற்கு
மைம்மூன்று மோடி யகலவே நின்றிடிற்
பன்மூன்றொ டீராறு பார்க்கலு மாமே. 7

777 பார்க்கலு மாகும் பகல்முப் பதுமாகி
லாக்கலு மாகுமவ் வாறிரண் டுள்ளிட்டும்
போக்கலு மாகும் புகலற வொன்றெனிற்
றேக்கலு மாகுந் திருத்திய பத்தே. 8

www.aakikceyogam.com

778 ஏயிரு நாளு மியல்புற வோடிடிற்
பாயிரு நாளும் பகையற நின்றிடுந்
தேய்வுற மூன்றுந் திகழவே நின்றிடி
லாயுரு வாமென் றளக்கலு மாமே. 9

779 அளக்கும் வகைநாலு மவ்வழி யோடிடில்
விளக்கு மொருநாலு மெய்ப்பட நிற்குந்
துளக்கும் வகையைந்துந் தூய்நெறி யோடிற்
களக்க மறமுன்றிற் காணலு மாமே. 10

780 காணலு மாகுங் கருதிய பத்தோடிற்
காணலு மாகுங் கலந்த விரண்டையுங்
காணலு மாகுங் கலப்பற மூவைந்தேற்
காணலு மாகுங் கருத்துற வொன்றே. 11

781 கருது மிருபதிற் காண வாறுகுங்
கருதிய வையைந்திற் காண்பது மூன்றுங்
கருது மிருப துடனுறு காணிற்
கருது மிரண்டெனக் காட்டலு மாமே. 12

782 காட்டலு மாகுங் கலந்திரு பத்தேழிற்
காட்டலு மாகுங் கலந்தெழு மொன்றெனிற்
காட்டலு மாகுங் கலந்திரு பத்தெட்டிற்
காட்டலு மாகுங் கலந்தவீ ரைந்தே. 13

783 ஈரைந்து மைந்து மிருமூன்று மெட்டுக்கும்
பாரஞ்சி நின்ற பகைபத்து நாளாகும்
வாரஞ்செய் கின்ற வகையாறஞ் சாமாகி
லொரஞ்சொ டொன்றென் றெனவொன்று நாளே. 14

784 ஒன்றிய நாள்க ளொருமுப்பத் தொன்றுகிற்
கன்றிய நாளுங் கருத்துற மூன்றுகுஞ்
சென்றுயிர் நாலெட்டுஞ் சேரவே நின்றிடின்
மன்றியல் பாகு மனையி லிரண்டே. 15

www.aakikceyogam.com

785 மனையினி லோன்றுகு மாதமு மூன்றுஞ்
சுனையினி லோன்றுகுந் தொனித்தன னந்தி
வினையற வோங்கி வெளிசெய்து நின்றற்
றனையுற நின்ற தலைவனு மாமே. 16

786 ஆரு மறியா ரளக்கின்ற வன்னியை
யாரு மறியா ரளக்கின்ற வாயுவை
யாரு மறியா ரழிகின்ற வப்பொரு
ளாரு மறியா வறிவறிந் தேனே. 17

787 அறிவது வாயுவொ டைந்தறி வாய
தறிவா யதுதா னுலகுயி ரத்தின்
பிறிவு செயாவகை பேணியுண் ணுடிற்
செறிவது நின்று திகழு மதுவே. 18

788 அதுவரு ளும்மரு ளான துலகம்
பொதுவரு ளும்புக ழாளர்க்கு நாளு
மதுவரு ளும்மலர் மங்கையர் செல்வி
யிதுவருள் செய்யு மிறையவ ளுமே. 19

789 பிறப்பது சூழ்ந்த பெருந்தகை நந்தி
குறிப்பது கூடிய கோலக் குரம்பைப்
பழப்பதி யாவது பற்றறும் பாச
மழப்படி செய்வார்க் ககலு மதியே. 20

16. வாரசரம்

790 வெள்ளிவெண் டிங்கள் விளங்கும் புதனிட
மொள்ளிய மந்த னிரவிசெவ் வாய்வலம்
வள்ளிய பொன்னே வளரும் பிறையிடந்
தெள்ளிய தேய்பிறை தான்வல மாமே. 1

791 வெள்ளிவெண் டிங்கள் விளங்கும் புதன்மூன்றுந்
தள்ளியிடத்தே தயங்குமே யாமாகி
லொள்ளிய காயத்துக் கூனமி லையென்று
வள்ள னமக்கு மகிழ்ந்துரைத் தானே. 2

www.aakikceyogam.com

792 செவ்வாய் வியாழஞ் சனிஞாயி றேயென்னு
மிவ்வா றறிகின்ற யோகி யிறைவனே
யொவ்வாத வாயு வலத்துப் புரியவிட்
டவ்வா றறிவார்க்கவ் வானந்த மாமே. 3

793 மாறி வருமிரு பான்மதி வெய்யவ
னேறி யிழியு மிடைபிங் கலையிடை
யூறு முயிர்நடு வேயுயி ருக்கிரந்
தேறி யறிமின் றெரிந்து தெளிந்தே. 4

794 உதித்து வலத்திடம் போகின்ற போது
வதிர்த்தஞ்சி யோடுத லாமகன் றூரு
முயிர்த்தது வேமிக வோடிடு மாகி
லுதித்தவீ ராசி யுணர்ந்துகொ ளுற்றே. 5

795 நடுவுநில் லாம லிடம்வல மோடி
யடுகின்ற வாயுவை யந்தணன் கூடி
யிடுகின்ற வாறுசென் றின்பணி சேர
முடிகின்ற தீபத்தின் முன்னுண்டென் றனே. 6

796 ஆயும் பொருளு மணிமலர் மேலது
வாயு விதமும் பதினை றுளவலி
போயம் மனத்தைப் பொருகின்ற வாதார
மாயுவு நாளு முகுர்த்தமு மாமே. 7

17. வாரசூலம்

797 வாரத்திற் சூலம் வரும்வழி கூறுங்கா
னேரொத்த திங்கள் சனிகிழக் கேயாகும்
பாரொத்த சேய்புத னுத்தரம் பானுநா
ணேரொத்த வெள்ளி குடக்காக நிற்குமே. 1

798 தெக்கண மாகும் வியாழத்துச் சேர்திசை
யக்கணி சூலமு மாமிடம் பின்னுகிற்
றுக்கமு மில்லை வலமுன்னே தோன்றிடின்
மிக்கது மேல்வினை மேன்மேல் விளையுமே. 2

18. கேசரி யோகம்

799 கட்டக் கழன்றுகீழ் நான்று விழாம
லட்டத்திற் கட்டி யடுப்பை யணைகோலி
விட்டத்தைப் பூட்டிமேற் பையைத்தாட் கோத்து
நட்ட மிருக்க நமனில்லை தானே. 1

800 வண்ணா னொலிக்குஞ் சதுரப் பலகைமேற்
கண்ணாறு மோழை படாமற் கரைகட்டி
விண்ணாறு பாய்ச்சிக் குளத்தை நிரப்பிநு
லண்ணாந்து பார்க்க வழுக்கற்ற வாறே. 2

801 இடக்கை வலக்கை யிரண்டையு மாற்றித்
துதிக்கையா லுண்பார்க்குச் சோரவும் வேண்டா
முறக்கத்தை நீக்கி யுணரவல் லார்கட்
கிறக்கவு வேண்டா மிருக்கலு மாமே. 3

802 ஆய்ந்துரை செய்யி லமுதநின் றூறிடும்
வாய்ந்துரை செய்யும் வருகின்ற காலத்து
நீந்துரை செய்யு நிலாமண்ட லமதாய்ப்
பாய்ந்துரை செய்தது பாலிக்கு மாறே. 4

803 நாவி னுனியி னடுவே சிவிறிடிற்
சீவனு மங்கே சிவனு முறைவிட
மூவரு முப்பத்து மூவருந் தோன்றுவர்
சாவது மில்லை சதகோடி யூனே. 5

www.aakikceyogam.com

804 ஊனூறல் பாயு முயர்வரை யுச்சிமேல்
வானூறல் பாயும் வகையறி வாரில்லை
வானூறல் பாயும் வகையறி வாளர்க்குத்
தேனூற லுண்டு தெளிதலு மாமே. 6

805 மேலை யணுவில் விரைந்திரு காலிடிற்
காலனு மில்லை கதவுந் திறந்திடு
ஞால மறிய நரைதிரை மாறிடும்
பாலனு மாவான் பராநந்தி யாணையே. 7

806 நந்திமுத லாக நாமேலே யேறிட்டுச்
சந்தித் திருக்கிற் றரணி முழுதாளும்
பந்தித் திருக்கும் பகலோன் வெளியாகச்
சிந்தித் திருப்பவர் தீவினை யாளரே. 8

807 தீவினை யாடத் திகைத்தங் கிருந்தவர்
நாவினை நாடி னமனுக் கிடமில்லை
பாவினை நாடிப் பயனறக் கண்டவர்
தேவினை யாடிய தீங்கரும் பாமே. 9

808 தீங்கரும் பாகவே செய்தொழி லுள்ளவ
ராங்கரும் பாக வடையநா வேறிட்டுக்
கோங்கரும் பாகிய கோணை நிமிர்த்திட
வூன்கரும் பாகியே யூனீர் வருமே. 10

809 ஊனீர் வழியாக வுண்ணுவை யேறிட்டுத்
தேனீர் பருகிச் சிவாய நமவென்று
கானீர் வரும்வழி கங்கை தருவிக்கும்
வானீர் வரும்வழி வாய்ந்தறி வீரே. 11

810 வாய்ந்தறிந் துள்ளே வழிபாடு செய்தவர்
காய்ந்தறி வாகக் கருணை பொழிந்திடும்
பாய்ந்தறிந் துள்ளே படிக்கத வொன்றிட்டுக்
கூய்ந்தறிந் துள்ளுறை கோயிலு மாமே. 12

www.aakikceyogam.com

811 கோயிலி னுள்ளே குடிசெய்து வாழ்பவர்
தாயினு நல்லார் தரணி முழுதுக்குங்
காயினு நல்லவர் காய்ந்தவர் தம்முளுந்
தீயினுந் தீயரத் தீவினை யாளர்க்கே. 13

812 தீவினை யாளர்தஞ் சென்னியி னுள்ளவன்
பூவினை யாளர்தம் பொற்பதி யானவன்
பாவினை யாளர்தம் பாகவத் துள்ளவன்
மாவினை யாளர்தம் மதியினுள் ளானே. 14

813 மதியி னெழுங்கதிர் போலப் பதினாறாய்ப்
பதிமனை நூறுநூற் றிருபத்து நாலாய்க்
கதிமனை யுள்ளே கலைகள் பரப்பி
யெதிர்மலை யாம லிருந்தனன் றானே. 15

814 இருந்தனள் சத்தியு மக்கலை சூழ
விருந்தனள் கன்னியு மந்நடு வாக
விருந்தனண் மானே முகநில வார
விருந்தன டானு மமுதம் பொழிந்தே. 16

815 பொழிந்த விரும்வெள்ளி பொன்மண் ணடையில்
வழிந்துள் ளிருந்தது வான்முத லங்கு
கழிந்தது போகாமற் காக்கவல் லார்க்குக்
கொழுந்தது வாகுங் குணமது தானே. 17

816 குணமது வாகிய கோமள வல்லி
மணமது வாக மகிழ்ந்தங் கிருக்கிற்
றனமது வாகிய தத்துவ ஞான
மினமது வாக விருந்தனன் றானே. 18

817 இருந்த பிராணனு முள்ளே யெழுமாம்
பரிந்தவித் தண்டுட னண்டம் பரிய
விரிந்தவப் பூவுடன் மேலெழ வைக்கின்
மலர்ந்தது மண்டலம் வாழலு மாமே. 19

www.aakikceyogam.com

818 மண்டலத் துள்ளே மனவொட்டி யாணத்தைக்
கண்டகத் தங்கே கருதியே கீழ்க்கட்டிற்
பண்டகத் துள்ளே பகலே யொளியாகக்
குண்டலக் காதனுங் கூத்தொழிந் தானே. 20

819 ஒழிகின்ற வாயுவு முள்ளே யமருங்
கழிகின்ற வாயுவுங் காக்கலு மாகும்
வழிகின்ற காலத்து வட்டக் கழலைப்
பழிகின்ற காலத்துப் பையகற் றீரே. 21

820 பையினி னுள்ளே படிக்கத வொன்றிடின்
மெய்யினி னுள்ளே விளங்கு மொளியதாங்
கையினுள் வாயு கதித்தங் கெழுந்திடின்
மையணி கோயின் மணிவிளக் காமே. 22

821 விளங்கிடும் வாயுவை மேலெழ வுன்னி
நலங்கிடுங் கண்டத்து நாபியி னுள்ளே
வணங்கிடு மண்டலம் வாய்த்திடக் கும்பிச்
சுணங்கிட நின்றவை சொல்லலு மாமே. 23

822 சொல்லலு மாயிடு மாகத்து வாயுவுஞ்
சொல்லலு மாகு மண்ணீர்க் கடினமுஞ்
சொல்லலு மாகு மிவையஞ்சுங் கூடிடிற்
சொல்லலு மாந்தூர தரிசனந் தானே, 24

823 தூர தரிசனஞ் சொல்லுவன் காணலாங்
காராருங் கணணி கடைஞான முட்பெய்திட்
டேராருந் தீபத் தெழிற்சிந்தை வைத்திடிற்
பாரா ருலகம் பகன்முன்ன தாமே. 25

824 முன்னெழு நாபிக்கு முந்நால் விரற்கீழே
பன்னெழு வேதம் பகலொளி யுண்டென்னு
நன்னெழு நாதத்து நற்றீபம் வைத்திடத்
தன்னெழு கோயிற் றலைவனு மாமே. 26

www.aakikceyogam.com

19. பரியங்க யோகம்

825 பூசு வனவெல்லாம் பூசிப் புலர்த்திய
வாச நறுங்குழன் மாலையுஞ் சாத்திய
காயக் குழலி கலவியொ டுங்கலந்
தூசித் துளையுறத் தூங்காது போகமே. 1

826 போகத்தை யுன்னவே போகாது வாயுவு
மோகத்தை வெள்ளியு மீளும் வியாழத்திற்
சூதொத்த மென்முலை யாளுநற் சூதனுந்
தாதிற் குழைந்து தலைகண்ட வாறே. 2

827 கண்டனுங் கண்டியுங் காதல்செய் யோகத்து
மண்டலங் கொண்டிரு பாலும் வெளிநிற்கும்
வண்டியை மேற்கொண்டு வானீ ருருட்டிடத்
தண்டொரு காலுந் தளராது வங்கமே. 3

828 அங்கப் புணர்ச்சியு மாகின்ற தத்துவ
மங்கத்தில் விந்து வருகின்ற போகத்துப்
பங்கப் படாமற் பரிகரித் துத்தம்மைத்
தங்கிக் கொடுக்கத் தலைவனு மாமே. 4

829 தலைவனு மாயிடுந் தன்வழி ஞானந்
தலைவனு மாயிடுந் தன்வழி போகந்
தலைவனு மாயிடுந் தன்வழி யுள்ளே
தலைவனு மாயிடுந் தன்வழி யஞ்சே. 5

830 அஞ்சு கடிகையி லாறுங் கடிகைமேற்
றுஞ்சுவ தொன்றத் துணைவி துணைவன்பா
னெஞ்சு நிறைந்தது வாய்கொளா தென்றது
பஞ்ச கடிகை பரியங்கி யோகமே. 6

831 பரியங்கி யோகத்துப் பஞ்ச கடிகை
யரியவிவ் வியோக மடைந்தவர்க் கல்லது
சரிவளை முன்கைச்சி சந்தனக் கொங்கை
யுருகத் தழுவ வொருவர்க் கொண்ணுதே. 7

www.aakikceyogam.com

832 ஒண்ணாத யோகத்தை யுற்றவ ராரெனில்
விண்ணுர்ந்த கங்கை விரிசடை வைத்தவன்
பண்ணு ரமுதினைப் பஞ்ச கடிகையி
லெண்ணு மெனவெண்ணி யிருந்தா னிருந்ததே. 8

833 ஏய்ந்த பிராய மிருபது முப்பதும்
வாய்ந்த குழலிக்கு மன்னர்க்கு மானந்த
மாய்த்த குழலியோ டைந்து மலர்ந்திடச்
சோர்ந்தன சித்தமுஞ் சோர்வில்லை வெள்ளிக்கே. 9

834 வெள்ளி யுருகியே பொன்வழி யோடாமே
கள்ளத் தட்டானர் கரியிட்டு மூடினர்
கொள்ளி பறியக் குழல்வழி யேசென்று
வள்ளிய ணவி லடக்கிவைத் தாரே. 10

835 வைத்த விருவருந் தம்மின் மகிழ்ந்துடன்
சித்தங் கலங்காது செய்கின்ற வானந்தம்
பத்து வகைக்கும் பதினெண் கணத்துக்கும்
வித்தக ணய்நிற்கும் வெங்கதி ரோனே. 11

836 வெங்கதி ருக்குஞ் சனிக்கு மிடைநின்ற
நங்கையைப் புல்கிய நம்பிக்கோ ரானந்தந்
தங்களிற் பொன்னிடை வெள்ளிதா ழாமுனந்
திங்களிற் செவ்வாய் புதைத்திருந் தாரே. 12

837 திருத்திப் புதனைத் திருத்தல் செய்வார்க்குக்
கருத்தழ காலே கலந்தங் கிருக்கில்
வருத்தமு மில்லையா மங்கைபங் கற்குந்
துருத்தியுள் வெள்ளியுஞ் சோரா தெழுமே. 13

838 எழுகின்ற தீயின்முன் னேகொண்டு சென்றிட்டா
மெழுகுரு கும்பரி செய்திடு மெய்யை
யுழுகின்ற தில்லை யொளியை யறிந்தபின்
விழுகின்ற தில்லை வெளியறி வார்க்கே. 14

www.aakikceyogam.com

839 வெளியை யறிந்து வெளியி னடுவே
யொளியை யறியி னுளிமுறி யாமே
தெளிவை யறிந்து செழுநந்தி யாலே
வெளியை யறிந்தனன் மேலறி யேனே. 15

840 மேலாந் தலத்தில் விரிந்தவ ராரெனின்
மாலாந் திசைமுகன் மாநந்தி யாயவர்
நாலா நிலத்தி னடுவான வப்பொருள்
மேலா யுரைத்தனர் மின்னிடை யாளுக்கே. 16

841 மின்னிடை யாளுமின் னுளனுங் கூட்டத்துப்
பொன்னிடை வட்டத்தி னுள்ளே புகப்பெய்து
தன்னொடு தன்னைத் தலைப்பெய்த வல்லிரேன்
மண்ணிடைப் பல்லூழி வாழலு மாமே. 17

842 வாங்க லிறுதலை வாங்கலில் வாங்கிய
வீங்க வலிக்கும் விரகறி வாரில்லை
வீங்க வலிக்கும் விரகறி வாளரு
மோங்கிய தன்னை யுதம்பண்ணி னாரே. 18

843 உதமறிந் தங்கே யொருசுழிப் பட்டாற்
கதமறிந் தங்கே கபாலங் கறுக்கு
மிதமறிந் தென்று மிருப்பா ளொருத்தி
பதமறிந் தும்முளே பார்கடிந் தாளே. 19

844 பாரில்லை நீரில்லை பங்கய மொன்றுண்டு
தாரில்லை வேரில்லை தாமரை பூத்தது
வூரில்லை காணு மொளியது வொன்றுண்டு
கீழில்லை மேலில்லை கேள்வியிற் பூவே. 20

20. அமுரிதாரணை

845 உடலிற் கிடந்த வுறுதிக் குடிநீர்க்
கடலிற் சிறுகிணற் றேற்றமிட் டாலொக்கு
முடலி லொருவழி யொன்றுக் கிறைக்கி
னடலைப் படாதுயிர் நாடலு மாமே. 1

www.aakikceyogam.com

846 தெளிதரு மிந்தச் சிவநீர் பருகி
லொளிதரு மோராண்டி லூனமொன் றில்லை
வளியுறு மெட்டின் மனமு மொடுங்குங்
களிதருங் காயங் கனகம தாமே. 2

847 நூறு மிளகு நுகருஞ் சிவத்தினீர்
மாறு மிதற்கு மருந்தில்லை மாந்தர்க
டேறி லிதனைத் தெளியுச் சிகப்பிடின்
மாறு மிதற்கு மறுமயி ராகுமே, 3

848 கரையரு கேநின்ற கான லுவரி
வரைவரை யென்பர் மதியிலா மாந்தர்
நுரைதிரை நீக்கி நுகரவல் லார்க்கு
நரைதிரை மாறு நமனுமங் கில்லையே. 4

849 அளக நன்னுத லாயோ ரதிசயங்
களவு காயங் கலந்தவிந் நீரிலே
மிளகு நெல்லியு மஞ்சளும் வேம்பிடி
லிளகிடு மேனி யிருளுங் கபாலமே. 5

850 வீர மருந்தென்றும் விண்ணோர் மருந்தென்று
நாரி மருந்தென்று நந்தி யருள்செய்தா
ஞாதி மருந்தென் றறிவா ரகலிடஞ்
சோதி மருந்திது சொல்லவொண் ணாதே. 6

21. சந்திரயோகம்

851 எய்து மதிக்கலை சூக்கத்தி லேறியே
யெய்துவ தூல மிருவகைப் பக்கத்து
ளெய்துங் கலைபோல வேறி யிறங்குமாந்
துய்யது சூக்கத்துக் காலத்த காயமே. 1

www.aakikceyogam.com

852 ஆகின்ற சந்திரன் சூரிய னங்கியு
ளாகின்ற வீரெட்டொ டாறிரண் டீரைந்து
ளேகின்ற வக்கலை யெல்லா மிடைவழி
யாகின்ற யோகி யறிந்த வறிவே. 2

853 ஆறுற தாங்கலை யாதித்தன் சந்திர
னாறு நலங்கினார் ஞாலங் கவர்கொளப்
பேறுங் கலைமுற்றும் பெருங்காலி லீரெட்டு
மாறுக் கதிர்கொள்ளு மற்றங்கி கூடவே. 3

854 பத்து மிரண்டும் பகலோ னாயர்கலை
பத்தி னொடாறு முயர்கலை யான்மதி
யொத்த நல்லங்கிய தெட்டெட் டுயர்கலை
யத்திற னின்றமை யாய்ந்துகொள் வீரே. 4

855 எட்டெட் டனலின் கலையாகு மீராறுட்
சுட்டப் படுங்கதி ரோனுக்குஞ் சூழ்கலை
கட்டப் படுமீரெட் டாரு மதிக்கலை
யொட்டப் படாவிவை யொன்றோ டொன்றாகவே. 5

856 எட்டெட்டு மீராறு மீரெட்டுந் தீக்கதிர்
சுட்டிட்ட சோமனிற் றோன்றுங் கலையெனக்
கட்டப்ப டுந்தார கைகதிர் நாலுள
கட்டிட்ட தொண்ணூற்றொ டாறுங் கலாதியே. 6

857 எல்லாக் கலையு மிடைபிங் கலைநடுச்
சொல்லா நடுநாடி யூடே தொடர்மூலஞ்
செல்லா வெழுப்பிச் சிரத்துடன் சேர்தலா
னல்லோர் திருவடி நண்ணி நிற்போரே. 7

858 அங்கியிற் சின்னக் கதிரிரண் டாட்டத்துத்
தங்கிய தாரகை யாகுஞ் சசிபானு
வங்கியத் தாரகை யாவும் பரையொளி
தங்கு நவசக்ர மாகுந் தரணிக்கே. 8

859 தரணி சலங்கனற் காற்றக்க வான
மரணிய பானு வருந்திங்க ளங்கி
முரணிய தாரகை முன்னிய வொன்பான்
பிரணவ மாகும் பெருநெறி தானே. 9

860 தாரகை மின்னுஞ் சசிதேயும் பக்கத்துத்
தாரகை மின்னுச் சசிவளர் பக்கத்துத்
தாரகை பூவிற் சகலத்தி யோனிக
டாரகைத் தாரகை தானுஞ் சொரூபமே. 10

861 முற்பதி னஞ்சின் முளைத்துப் பெருத்திடும்
பிற்பதி னஞ்சிற் பெருத்துச் சிறுத்திடு
மப்பதி னஞ்சு மறியவல் லார்கட்குச்
செப்பரி யான்கழல் சேர்தலு மாமே. 11

862 அங்கி யெழுப்பி யருங்கதி ரூட்டத்துத்
தங்குஞ் சசியாற் றமமைந் தைந்தாகிப்
பொங்கிய தாரகை யாம்புலன் போக்கறத்
திங்கள் கதிரங்கி சேர்கின்ற யோகமே. 12

863 ஒன்றிய வீரெண் கலையு முடலுற
நின்றது கண்டு நினைக்கிலர் நீதர்கள்
கன்றிய காலன் கருத்துழி வைத்தபின்
சென்றதில் வீழ்வர் திகைப்பொழி யாரே. 13

864 அங்கி மதிகூட வாகுங் கதிரொளி
யங்கி கதிர்கூட வாகு மதியொளி
யங்கி சிவத்தினிற் கூடவத் தாரகை
தங்கி யதுவே சகலமு மாமே. 14

865 ஈராறு பெண்கலை யெண்ணிரண் டாண்கலை
பேராமற் புக்குப் பிடித்துக் கொடுவந்து
நேராகத் தோன்று நெருப்புற வேபெய்யி
லாராத வானந்த மானந்த மானதே. 15

www.aakikceyogam.com

866 காணும் பருதியின் காலை யிடத்திட்டு
மாணு மதியதன் காலை வலத்திட்டுப்
பேணி யிவ்வாறு பிழையாமற் செய்விரே
லாணி கலங்காதவ் வாயிரத் தாண்டே. 16

867 பாலிக்கு நெஞ்சம் பறையோசை யொன்பதி
லாலிக்கு மங்கே யமரர் பராபரன்
மேலைக்கு முன்னே விளக்கொளி யாய்நிற்குங்
காலைக்குச் சங்கு கதிரவன் றனே. 17

868 கதிரவன் சந்திரன் கால மளக்கும்
பொதிரவ னுள்ளே பொழிமழை நிற்கு
மதிரவ ணண்டப் புறஞ்சென் றடர்ப்ப
வெதிரவ னீச னிடமது தானே. 18

869 உந்திக் கமலத் துதித்தெழுஞ் சோதியை
யந்திக்கு மந்திர மாரு மறிகிலா
ரந்திக்கு மந்திர மாரு மறிந்தபின்
றந்தைக்கு முன்னே மகன்பிறந் தானே. 19

870 ஊதிய மேது மறியா ருரைப்பினு
மொதியு மேது மறியாத வூமர்க
ளாதியு மந்தமு மந்திக்க வல்லிரேல்
வேதிய னங்கே வெளிப்படுந் தானே. 20

871 பாம்பு மதியைத் தினலுறும் பாம்பினைத்
தீங்கு கதிரையுஞ் சோதித் தனலுறும்
பாம்பு மதியும் பகைதீர்த் துடன்கொளீஇ
நீங்கல் கொடானே நெடுந்தகை யானே. 21

872 அயின்றது வீழ்வள வுந்துயி லின்றிப்
பயின்ற சசிவீழ் பொழுதிற் றுயின்று
நயந்தரு பூரணை யுள்ள நடத்தி
வியந்தரு பூரணை மேவுஞ் சசியே. 22

www.aakikceyogam.com

873 சசியுதிக் குமள வுந்துயி லின்றிச்
சசியு தித்ததே தனதூ ணருந்திச்
சசிசரிக் கின்றள வுந்துயி லாமற்
சசிசரிப் பின்கட்டன் கண்டுயில் கொண்டதே. 23

874 ஊழி தரியா திருக்கின்ற யோகிக
ளூழிகை யாக நமனை யளப்பர்க
ளூழி முதலா யுயர்வா ருலகினிற்
றுழவல் லாரிச் சசிவன்ன ராமே. 24

875 தண்மதி பானுச்சி சரிபூமி யேசென்று
மண்மதி காலங்கண் மூன்றும் வழிகண்டு
வெண்மதி தோன்றிய நாளில் விளைந்தபின்
றண்மதி வீழ்வள விற்கண மின்றே. 25

876 வளர்கின்ற வாதித்தன் றன்கலை யாறுந்
தளர்கின்ற சந்திரன் றன்கலை யாறு
மலர்ந்தெழு பன்னிரண் டங்குல மோடி
யலர்ந்து விழுந்தமை யாரறி வாரே. 26

877 ஆமுயிர்த் தேய்மதி நாளே யெனல்விந்து
போம்பழி யெங்கணு போகாதி யோகிக்குக்
காமுற வின்மையிற் கட்டுண்ணு மூலத்தி
லோமதி யத்துள்விட் டுரையுணர் வாலே. 27

878 வேறுறச் செங்கதிர் மெய்க்கலை யாறெடுஞ்
சூறுற நான்குந் தொடர்ந்துற வேறிற்கு
மீறிலி னன்கலை யீரைந்தொ டேமதித்
தாறுட் கலையு ளகலுவா வாமே. 28

879 உணர்விந்து சோணி யுறவினன் வீசும்
புணர்விந்து வீசுங் கதிரிற் குறையி
லுணர்வு முடம்பு முவையொக்க நிற்கி
லுணர்வு முடம்பு மொருகால் விடாவே. 29

880 விடாத மனபவ னத்தொடு மேவி
நடாவு சிவசங்க நாதங் கொளுவிக்
கடாவிடா வைம்புலன் கட்டுண்ணும் வீடு
படாதன வின்பம் பருகா ரமுதமே. 30

881 அமுதப் புலன்வரு மாற்றங் கரைமேற்
குமிழிக்கத் தற்சுட ரைந்தையுங் கூட்டிச்
சமையத் தண்டோட்டித் தரிக்கவல் லார்க்கு
நமனில்லை நற்கலை நாளில்லை தானே. 31

882 உண்ணீ ரமுத முறுமூற லைத்திறந்
தெண்ணீ ரிணையடித் தாமரைக் கேசெலத்
தெண்ணீர்ச் சமாதி யமர்ந்துதீ ராநலக்
கண்ணுற்றெ டேசென்று கால்வழி மாறுமே. 32

883 மாறு மதியுமா தித்தனு மாறின்றித்
தாறு படாமற்றண் டோடே தலைப்படி
லூறு படாதுடல் வேண்டு முபாயமும்
பாறு படாவின்பம் பார்மிசைப் பொங்குமே. 33

www.aakikceyogam.com