108 ஆடலியக்கத் தமிழ்ப் பெயரீடும் அமைவுகளும்

முனைவர் கோ. தெய்வநாயகம்
அ. வடிவுதேவி
சு. விசுவநாதன்

தமிழ்ப் பல்கலைக்கழகம்
தஞ்சாவூர்

108 ஆடலியக்கத் தமிழ்ப் பெயரீடும் அமைவுகளும்

முனைவர் கோ. தெய்வநாயகம்
திட்ட இயக்குநர்
பேராசிரியர்-தலைவர், கட்டிடக்கலைத்துறை

அ. வடிவுதேவி (ஆடல்)
சு.விசுவநாதன் (சமஸ்கிருதம்)

தமிழ்ப் பல்கலைக்கழகம்
தஞ்சாவூர் - 613 005

ISBN : 81-7090-329-7

தமிழ்ப் பல்கலைக்கழக வெளியீடு : 269

திருவள்ளுவராண்டு 2035 ஆவணி - செப்டம்பர் 2004

நூல்	:	108 ஆடலியக்கத் தமிழ்ப் பெயரீடும் அமைவுகளும்
ஆசிரியர்	:	கோ. தெய்வநாயகம் அ. வடிவுதேவி (ஆடல்) சு. விசுவநாதன் (சமஸ்கிருதம்)
மொழி	:	தமிழ்
பொருள்	:	ஆடற்கலை
பதிப்பு	:	முதற்பதிப்பு 2004 மறு அச்சு, செப்டம்பர் 2010
பக்கம்	:	16+125 = 141
தாள்	:	டி.என்.பி.எல்.மேப்லித்தோ 16 கிலோ
அளவு	:	டெம்மி 1/8
நூற்கட்டுமானம்	:	சாதாக்கட்டு
விலை	:	விலை உரூ. 80.00
படிகள்	:	1000
அச்சு	:	தமிழ்ப் பல்கலைக்கழக மறுதோன்றி அச்சகம், தஞ்சாவூர்.

தமிழ்ப் பல்கலைக்கழகம்
தஞ்சாவூர் - 613 005 - இந்தியா

முனைவர் இ. சுந்தரமூர்த்தி
துணைவேந்தர்

அணிந்துரை

தமிழ்ப் பல்கலைக்கழகம் தமிழுக்கு வளம் சேர்க்கும் வகையில் தொடர்ந்து பல அரிய நூல்களை வெளியிட்டு வருகின்றது. முன்னையோர் பெற்றிருந்த புலமை வளத்தையும் கலையாக்கப் பயிற்சியையும் பண்டைய இலக்கியங்களும் கல்வெட்டுகளும் திருக்கோயிலில் அமைந்துள்ள அரிய சிற்பங்களும் நமக்கு இன்றும் புலப்படுத்துகின்றன.

பழந்தமிழர் பெற்றிருந்த கலைத்திறத்தைச் சிலப்பதிகாரம் நமக்கு நன்கு காட்டும். அடியார்க்கு நல்லார் தரும் அரிய கலை விளக்கக்குறிப்புகள் இன்றும் பல்வேறு நிலைகளில் ஆராய்தற்குரிய களங்களாக விளங்குகின்றன.

உரையாசிரியர்கள் தெளிவுறுத்திய தமிழ்க்கலைச் சொற்கள் பலவும் முன்னையோரின் நுட்பமான அறிவைக் காட்டுவனவாம். அகத்தியம், முறுவல், சயந்தம், குணநூல், செயிற்றியம் முதலான நூல்களும் பிற இலக்கண இலக்கிய நிகண்டு நூல்களும் ஆடற்கலை வளத்தினை நமக்குக் காட்டுவனவாகும். 'ஆடற் கூத்தினோடவிநயந் தெரிவோர்' என மணிமேகலை சுட்டுவதும் எண்ணுதற்குரியது.

தமிழர்களுடைய அரிய சிந்தனைகள், கலையாக்கங்கள், உடலியக்க நெறிகள் முதலாயின அவர்தம் அழகியல் நெறியைக்

காட்டுவன. இவற்றையெல்லாம் வகுத்தும் தொகுத்தும் ஆராய்ந்து அடுத்த தலைமுறைக்குக் கொண்டுசெல்லவேண்டியது நம்முடைய பணியாகும்.

தஞ்சைப்பெருங்கோயிலில் இன்று காணலாகும் தாண்டவக்கரணங்கள் ஆடற்கலையின் பெருமையையும் நுட்பத்தையும் காட்டுவன. இன்று இக்கரணச் சிற்பங்களின் பெயர்களைத் தமிழில் அறிந்துகொள்ள இயலவில்லை. வடமொழிப் பெயர்களாக அமைந்தவற்றைத் தமிழ்நெறிநின்று விளக்க முனைந்திருக்கும் பேராசிரியர் கோ.தெய்வநாயகம் அவர்களின் பணி பாராட்டத்தக்கது. அரிதின் முயன்று தமிழ்ப் பெயர்களை வரையறுத்துள்ளார்.

'108 ஆடலியக்கத் தமிழ்ப்பெயரீடும் அமைவுகளும்' என்னும் இந்த நூல் இவ்வகையில் அரிய முயற்சியாகும்.

நூலாசிரியர் அவர்களுக்கும், நூலினை நன்கு வெளியிடுவதற்குத் துணைநின்ற பதிப்புத்துறையினருக்கும் இனிய பாராட்டுதல்கள்.

இ. சுந்தரமூர்த்தி

தஞ்சாவூர்
31.08.2004

கட்டடக்கலைத்துறை
தமிழ்ப் பல்லைக்கழகம்

பேராசிரியர் கோ. தெய்வநாயகம்
பேராசிரியர் மற்றும் தலைவர்

முன்னுரை

உயராய்வுப் பல்கலைக்கழகமாகத் தமிழ்ப் பல்கலைக்கழகம் திகழ்ந்த காலத்தில் மிகக் குறைந்த கால அளவில் உருவாகியது இந்த ஆய்வு. ஆய்வு செயன்முறைவிளக்கமாக அமைந்து பாராட்டுப்பெற்றது. நிகழ்த்துக்கலைகளுள் மிகநுட்பம் வாய்ந்த ஆடற்கலையுள் தாண்டவ இலக்கணம் குறித்த ஆய்வு இது. பார் புகழும் பரதக்கலையின் இருபெருங்கூறுகள் தாண்டவமும் லாஸ்யமுமேயாகும். இவற்றுள் தாண்டவம் ஆடல்வல்லானால் ஆடத்தக்கது என்ற பொருண்மை உணரத்தக்கது. இது கருதியே பரத சாத்திரத்துள் பதிவுபெற்றுள்ள தாண்டவம் பற்றிய பதிவுகள் 108 செயல்முறையாக; உருவாக்கம் பெற்ற தரப்பதிவுகளாக ஆவணப்படுத்தப்பட்டுள்ளன. இத்தரப்படுத்தலுக்கு எவ்வளவு காலம், விற்பனர்கள், செயல்முறை நிகழ்த்தல், நோக்குகள், திறனாய்வுகள், பகுத்தாய்வுகள், ஒருமித்த கருத்துரைக்கு உட்பட்ட பல்வேறு வல்லுநர்கள் பரதருக்கு முன்பாக அமைந்தனரோ என்பதை அபிநவகுப்தரின் வாய்மையாலும் உணர்ந்து வியக்கமுடிகிறது. இப்பதிவுகள் யாவும் எழுத்து வடிவில் கருத்து விளக்க ஆவணங்களாகவே இருந்தன.

இக்கருத்து விளக்க ஆவணங்களை காட்சி விளக்க ஆவணங்களாக உருப்படுத்திய முயற்சி உலகிலேயே முதன் முதலாகத் தமிழகத்தில்தான் நிகழ்த்தப்பெற்றது. இவ்வரும்பெருஞ்செயலை பதினொன்றாம் நூற்றாண்டில் இந்தியாவின் பேரரசனாக இந்தியாவில் மட்டுமின்றி தென்கிழக்காசிய நாடுகளிலும் தமது வெற்றிச் சிறப்பால் பெரும் புகழ் பெற்ற மாமன்னன் முதல்

இராசராசசோழன் சோழப் பேரரசின் தலைநகராகத் திகழ்ந்த தஞ்சாவூரில் தாம் படைத்த பெரிய கோயிலாகிய ராஜராஜீஸ்வரத்தில் உருவாக்கிப் படைத்து ஆடற்கலைக்கு அருங்கொடை அளித்துக் காத்துள்ளான். இக்காட்சி விளக்க ஆவணங்கள் சிற்ப வடிவில் புடைப்புச் சிற்பங்களாக பெரிய கோயில் கருவறைக்கு மேல் அமைந்த விமானத்தின் முதல் தள உள்திருச்சுற்றின் உட்சுவரின் அடிப்படைக்கல்வரிசையில் கிழக்குப்புறமாக அமைந்த வாயிலின் வலப்புறத்திலிருந்து (உள்நுழையும் நமக்கு இடப்புறமாக) தொடங்கி இவ்வாயிலின் இடப்புறம் வரையில் 108 என்ற எண்ணிக்கை அளவீட்டைத் துல்லியமாகக் கொண்டுள்ள இத்தாண்டவக் கரணங்களை சிவனாரே ஆடல்வல்லானாக ஆடுவதாகப் படைக்கப்பெற்றுள்ளமை இராசராசசோழனின் கருத்தாழத்தை; காலத்தை வெல்லச் செய்த கலையாக்கப் படைப்புச்சிறப்பை உணரச் செய்வதாகும்.

இவ்வுருவாக்கத்திற்கு இராசராசன் கொண்டிருந்த ஆடற்கலை ஈடுபாடும் ஆடற்கலையின் நுட்பமறிந்துணர்ந்திருந்த தேர்ச்சியுமன்றி வேறெவை காரணமாக இருக்க இயலும்?

இப்படைப்பாக்கத்தில் தமிழக ஆடலாசான்களும், சுவைஞர்களும் விறலியரும் பெரும் எண்ணிக்கையில் தமது பங்களிப்பை முழு ஈடுபாட்டோடும் பிழைநேர்ந்துவிடலாகாதே என்ற பொறுப்புணர்சியோடும் எத்தனை நாட்கள் மாமன்னனின் முன்னிலையில் ஈடுபாட்டுடனுழைத்து இச் சாதனை புரிந்தனரோ!

அவ்வகையில் தமிழகத்தில், தமிழ்ப் பேரரசின் தலைநகராம் தஞ்சையில், உலகப் பெரும்புகழ் பெற்ற பெரிய கோயிலின் மிகப் புனிதமான கருவறையின் மேல் தளத்தில் இவ்வரிய தாண்டவ இலக்கணக் கரணச் சிற்பங்கள், மாமன்னன் கூட எளிதில் சென்றுகாண இயலாத இடத்தில் புனிதத்திலும் புனிதமாக, தெய்வீகத்தினும் தெய்வீகமாக மதிக்கப்பெற்று படைத்து வைக்கப்பட்டு

ஒப்பரிய ஒரு நுண்கலை, ஆய்வுத் தரப்படுத்தல் பெற்று நிலைப்புரு பெற்றமை உலகிலேயே முதன்முதலில் தஞ்சையில்தான் அமைந்தது என்பது தமிழினத்தை தலை நிமிரச் செய்யும் தகைமை எனலாம். இவ்வாடற் கலைநுட்பமுணர்த்திய கல்வியாளரும், ஆடலாசான்களும் திறனறிவாளரும், சுவைஞரும், விறலியர் அத்துணைபேரும் தமிழர்களே. படைத்துக்காத்தவனும், தமிழினத்தின் மாமன்னனே! அவர்கள் அத்துணைபேரும் தமிழில்தான் பேசினார்கள்; எழுதினார்கள்; தமிழ்வழங்குதேயத்தில்தான் வாழ்ந்திருந்தார்கள்; தமிழ்ப் பயிற்சியால்தான் இப்பெரும் படைப்பாற்றலையும் பெற்றுப் படைத்தார்கள். தமிழில் படைத்தார்கள்.

ஆனால் இன்றோ! இக்கரணச் சிற்பங்களுக்குத் தமிழில் பெயரில்லை. சமற்கிருத கிரந்த எழுத்துகளில் தலபுஷ்ப புடம் முதலாக விவர்த்திதம், புஜங்கத்ராசிதம் எனவும் தொடர்ந்து கங்காவதரணம் வரையில் தமிழரால் பொருளுணரமுடியாத வடமொழிப் பெயரீடுகளே வண்ணக் குழம்பினால் இந்திய தொல்பொருளளவீட்டுத் துறையினரால் 1950களில் எழுதப்பெற்று உள்ளன.

மலரிடுகை முதலாக வண்டாட்டு, நழுவகற்சி எனத்தொடர்ந்து இவ்வாய்வு முயற்சியால் பூவருகங்கை வரை 108 தமிழ்ப் பெயரீடு மலர்கிறது. ஆடற்கலைக்கழகு தேடப்பிறந்த சிலப்பதிகார மாதவி மடந்தைக்கே ஊர்வசி மரபின் ஊர்வசி என்று மரபுகண்ட தமிழகத்தில் இம்மரபு காணல் இன்றியமையாதவொன்றாகும்.

அவ்வகையில் பிள்ளைப் பிராயமுதல் இச்சிற்பக்காட்சியை எந்தையார் எனக்கு அறிமுகப்படுத்தியபோது முதலாக நான்பெற்ற பெருமிதத்தின் மீதாக நேர்ந்த வருத்தமெல்லாம்

“தமிழ்க்கலைக்காட்சிக்குத் தமிழகத்திலேயே
தமிழில் பெயரீடு இல்லையே”

என்பதுதான்

ஒத்த கருத்துடைய சான்றோர் பலர். அவருள் இவ்வாய்வுப்படைப்பிற்கு உந்தமளித்தவர் திரு சு. செல்லப்பா, இ.ஆ.ப. அவர்கள்.

பேராசிரியர் முனைவர் ச. அகத்தியலிங்கனார் தமிழ்ப் பல்கலைக்கழகத்தின் துணைவேந்தராக வீற்றிருந்தபோது திரு சு. செல்லப்பா, இ.ஆ.ப. அவர்கள், அவரிடம் இவ்வினாவை எழுப்ப அதனடிப்படையில் இது குறித்த விடைதருதற்கு தமிழ்ப் பல்கலைக்கழகத்தில் கருக்கொண்டிருந்த நாட்டியத்துறையின் பொறுப்பினையும் கூடுதலாக நான் ஆற்றுவதற்கு என்னைத் தெரிவுசெய்து துணைவேந்தரவர்கள் என்னைப் பணித்தார்கள்.

அன்று நாட்டியத்துறையில் இளநிலை ஆய்வாளராகப் பணியாற்றிய திருமதி பா. வடிவுதேவி அவர்களின் ஆடல் திறமை இவ்வாய்வினை இவ்வளவு குறுகிய காலத்தில் ஒப்பற்ற ஒரு படைப்பாக ஆக்கிடுதற்கு உற்றதுணையாக அமைந்தது. அவர்கட்கு நன்றி.

தேவநாகரி எழுத்தில் அமைந்த பரதசாத்திர சுலோகங்களை வாசித்தறியும் வாய்ப்பு அன்று எந்துறையில் சமற்கிருத மொழிபெயர்ப்புப் பணி செய்துவந்த வித்துவான் சு. விசுவனாதன் அவர்கள் வழி வாய்த்தது. அவர்கட்கு நன்றி.

சங்க இலக்கியமுதல் விறலிவிடு தூது இலக்கியம் வரை உள்ள இலக்கிய அறிவும், கோயில்கலை களஆய்வு அனுபவமும், தமிழகப்படைப்புக்கலைகளை ஈடுபாட்டோடு சுவைத்துணரும் மரபுச்சிறப்பும் அமைந்த காரணத்தாலும் பலகாலமாக சிந்தித்துவந்த பொருண்மையாதலாலும் இப்பணியை என்னால் எளிதில் செய்து முடிக்க இயன்றது. மேடையிலேயே திரு சு. செல்லப்பா அவர்கள் தலைமையில் கூடிய வல்லுநர் குழுவில் பாராட்டும் பரிசளிப்பும் பெற நேர்ந்தது.

மிகக் குறைந்த கால அளவை; மிகக் குறைந்த செலவினம்; கருதுபொருளோ . மிகப்பெரிது; அரியது. ஆர்வமும் ஈடுபாடும் அரிய களப்பணிகளை தஞ்சை பெரியகோயில், குடந்தை சார்ங்கபாணி கோயில், சிதம்பரம் நடராசர் கோயில் ஆகிய மூன்று ஊர்களிலும் உடனடியாக நிகழ்த்தி ஒப்பீடு, வளர்நிலை காண உதவின.

தாண்டவக்கலை ஒரு பாற்கடல். அதன் கரையில் இச்சிறு பூனை. தமிழில் அருந்தேமாந்த உள்ளம். இது முன்முயற்சி, முதன் முயற்சி, அவ்வளவே. குறையிருக்கலாம். வளர்ச்சி, தெளிவு காண்பது தமிழர் கடன்.

ஆய்வேட்டு வடிவாக்கத்தை இரவு பகல் காணாதுழைத்துப் படைத்து பன்முகச் சதுரர் நிரம்பிய வல்லுநர் குழுவின்முன் ஒவ்வொருகரணமாக தமிழ்ப் பெயரீடு செய்து, இலக்கணச் செய்முறையை படித்துக்காட்டிட, விறலி வடிவுதேவி தம் மெய் வருத்தம்பாராது உண்ணாநோன்புடன் சதுரராக ஆடிக்காட்டிட அவையத்தின் ஒருமித்த பாராட்டையும் பரிசளிப்பையும் 23.10.1989ல் இவ்வாய்வுப்படைப்பு பெற்றது.

காலவெள்ளத்தில் கரைந்து போன ஒரு கனவாக கருதிக்கொண்டிருந்த இவ்வாய்வு இன்று நூலுருப்பெறுவது எமக்கு நிறைவளிக்கிறது. அவ்வகையில் இந்நாள் துணைவேந்தர் பேராசிரியர் முனைவர் இ. சுந்தரமூர்த்தி அவர்கட்கு நன்றி.

இந்நூலுருவாக்க முயற்சிக்குக் காரணமான அனைவர்க்கும் எம் நன்றி.

"என்னை நன்றாக இறைவன் படைத்தனன்
தன்னை நன்றாகத் தமிழ் செய்யுமாறே!" - திருமூலர்

அன்புடன்

6-3-2004 கோ. தெய்வநாயகம்.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

பொருளடக்கம்

1.	மலரிடுகை	11
2.	நுடங்குகை	12
3.	நொசிகுறங்கு	14
4.	கிளிக்கை நுடக்கம்	15
5.	இணைப்பறடு	16
6.	உரங்கையொடுக்கம்	17
7.	குறுக்கிடு கையோச்சு	18
8.	உட்கொடு குறுக்கிடுகை	20
9.	தட்டுத்தாள்	21
10.	சாய்தட்டுத்தாள்	22
11.	சுழலரை	23
12.	கையோச்சு	24
13.	மார்புக் குறுக்கிடு கை	25
14.	பித்தர் நடம்	26
15.	குறுக்கிடு கைகால்	28
16.	புறக் குறுக்கீடு	29
17.	சுழற் குறுக்கீடு	30
18.	நொடிப்பெடுப்பு	32
19.	அரை நேர்பு	33
20.	அதிர வீசுங்கை	34

21.	நிறை வீச்சு	36
22.	குறுக்கிடு கால்	37
23.	மருட்கை	38
24.	அரவச்சம்	39
25.	முன்னக முழங்கால்	40
26.	வளைகால்	41
27.	மத்தளிகை	43
28.	வீச்சு மத்தளிகை	44
29.	விட்டுத் தட்டல்	45
30.	பிறழ்குறங்கு	46
31.	சுழலாக்கம்	47
32.	சுழலகம்	48
33.	மென் நடம்	49
34.	கோல் நடம்	50
35.	அரவச்ச வீச்சு	51
36.	தண்டையாட்டு	52
37.	பரிகாலசைவு	53
38.	வண்டாட்டு	54
39.	சதுரம்	56
40.	அரவோச்சு	57
41.	கோலோச்சு	58
42.	கொட்டு தோள்	59
43.	இடை நொசிப்புச் சுழல்	60
44.	தோள் இயக்கம்	62
45.	இயங்கிடை	63
46.	தோள் எழுச்சி	64

47.	தேளி	65
48.	அகல் நடம்	66
49.	சிறகு மெட்டு	67
50.	பொட்டிடுகை	68
51.	ஒருக்களிப்பு	69
52.	நொசிப்பு	71
53.	வளைப்பு	72
54.	உரம் பெறு கை	73
55.	வீசு கால் கை	74
56.	அங்கால் விளக்கம்	75
57.	தாள்ப்பாள்	76
58.	ஒருமுக நடம்	77
59.	சுழலும் நடம்	78
60.	அளவாடுகால்	79
61.	திருப்பகம்	80
62.	இருப்புத் திருப்பு	81
63.	பக்க வீச்சு	82
64.	நிலைப்பின்மை	83
65.	மின்னேர்பு	84
66.	விரிவியக்கம்	85
67.	முடுகாட்சி	86
68.	களிறாடல்	87
69.	கொட்டாடல்	88
70.	கலுழவியக்கம்	89
71.	கன்னளி	90
72.	பரிப்பாடல்	91

73.	பக்க முழங்கால்	91
74.	கழுகியக்கம்	93
75.	துள்ளல் கொட்டு	94
76.	நுனை	95
77.	நுனைக்குறிப்பு	96
78.	நுனைப்பு	97
79.	திரிகுறங்கு	98
80.	மயில்நடம்	99
81.	அரவியல்	100
82.	ஓங்கு கால்	101
83.	துள்ளுமான்	102
84.	துள்ளலியக்கு	103
85.	நுசுப்பு	104
86.	நழுவகற்சி	105
87.	துதிக்கை	106
88.	ஊர்பு	107
89.	அரியாடல்	108
90.	கோளரி	109
91.	திருகு நடம்	110
92.	சார்பியல்	111
93.	தட்டொட்டு	112
94.	தோற்றம்	113
95.	நெகிழாக்கம்	114
96.	உருக்காட்சி	115
97.	மறியாடல்	116
98.	குறங்காட்சி	117

99.	மயக்கு	118
100.	மாலடி	119
101.	கலப்பகம்	120
102.	நிலைப்பு	120
103.	அடியொட்டாடல்	121
104.	காளையாட்டு	122
105.	எழிற்சுழல்	123
106.	அரவெழுச்சி	124
107.	உருளி	125
108.	பூவரு கங்கை	126

போலி அகர முதலி	127
ஆடலியக்கப் போலிகள்	128

----

108 ஆடலியக்கத் தமிழ்ப் பெயர்கள்

குறி பெறு இயக்கம்

	இயக்கம்	குறி
1.	மலரிடுகை	கை
2.	நுடங்குகை	கை
3.	நெரிகுறங்கு	தொடை
4.	கிளிக்கை நுடக்கம்	கை
5.	இணைப்பறடு	கால்
6.	உரங்கையொடுக்கம்	மார்பு
7.	குறுக்கிடு கையோச்சு	கை
8.	உட்கொடு குறுக்கிடுகை	கை, கால்
9.	தட்டுத்தாள்	கால்
10.	சாய்தட்டுத்தாள்	கால்
11.	சுழலரை	இடுப்பு
12.	கையோச்சு	கை
13.	மார்புக் குறுக்கிடுகை	மார்பு
14.	பித்தர் நடம்	மெய்ப்பாடு
15.	குறுக்கிடு கை கால்	கை, கால்

16.	புறக் குறுக்கீடு	பின்புறம்
17.	சுழற் குறுக்கீடு	கால்
18.	நொடிப்பெடுப்பு	கால்
19.	அரை நேர்பு	இடுப்பு
20.	அதிர வீசுங்கை	கை
21.	நிறை வீச்சு	கை, கால்
22.	குறுக்கிடு கால்	கால்
23.	மருட்கை	மெய்ப்பாடு
24.	அரவச்சம்	மெய்ப்பாடு
25.	முன்னக முழங்கால்	கால்
26.	வளைகால்	கால்
27.	மத்தளிகை	கால், கை
28.	வீச்சு மத்தளிகை	கை
29.	விட்டுத் தட்டல்	கால்
30.	பிறழ்குறங்கு	தொடை
31.	சுழலாக்கம்	சுழல்
32.	சுழலகம்	சுழல்
33.	மென் நடம்	இயக்கம்
34.	கோல் நடம்	கால்
35.	அரவச்ச வீச்சு	மெய்ப்பாடு
36.	தண்டையாட்டு	கால்
37.	பரிகாலசைவு	கால்
38.	வண்டாட்டு	இயக்கம்
39.	சதுரம்	கால்
40.	அரவோச்சு	கால்
41.	கோலோச்சு	கால்
42.	கொட்டு தேள்	இயக்கம்

43.	இடை நொசிப்புச் சுழல்	சுழல்
44.	தேள் இயக்கம்	இயக்கம்
45.	இயங்கிடை	கை
46.	தேள் எழுச்சி	இயக்கம்
47.	தேளீ	வடிவம்
48.	அகல் நடம்	கை, கால்
49.	சிறகு மெட்டு	பக்கம்
50.	பொட்டிடுகை	கால்
51.	ஒருக்களிப்பு	இயக்கம்
52.	நொசிப்பு	உடல்
53.	வளைப்பு	வடிவம்
54.	உரம் பெறுகை	மார்பு
55.	வீசு கால் கை	கால், கை
56.	அங்கால் விளக்கம்	கால்
57.	தாள்ப்பாள்	இயக்கம்
58.	ஒருமுக நடம்	கால், கை
59.	சுழலும் நடம்	இயக்கம்
60.	அளவாடுகால்	கால்
61.	திருப்பகம்	இயக்கம் (சுழல்)
62.	இருப்புத் திருப்பு	இயக்கம் (சுழல்)
63.	பக்க வீச்சு	கால்
64.	நிலைப்பின்மை	நிலை
65.	மின்னேர்ப்பு	இயக்கம்
66.	விரிவியக்கம்	கால்
67.	முடுகாட்சி	இயக்கம் (சுழல்)
68.	களிறாடல்	இயக்கம்
69.	கொட்டாடல்	கால், கை

70.	கலுழவியக்கம்	கால், கை
71.	கன்னளி	கை
72.	பரிப்பாடல்	சுழல் (இயக்கம்)
73.	பக்க முழங்கால்	கால்
74.	கழுகியக்கம்	இயக்கம்
75.	துள்ளல் கொட்டு	கை
76.	நுனை	கால்
77.	நுனைக்குறிப்பு	கால்
78.	நுனைப்பு	கால்
79.	திரிகுறங்கு	கால்
80.	மயில்நடம்	வடிவம்
81.	அரவியல்	வடிவம்
82.	ஓங்கு கால்	கால்
83.	துள்ளுமான்	இயக்கம்
84.	துள்ளலியக்கு	கால்
85.	நுகப்பு	பின்புறம்
86.	நழுவகற்சி	இயக்கம்
87.	துதிக்கை	கை
88.	ஊர்பு	இயக்கம்
89.	அரியாடல்	இயக்கம்
90.	கோளரி	(சுழல்) இயக்கம்
91.	திருகு நடம்	(சுழல்) இயக்கம்
92.	சார்பியல்	கை, கால்
93.	தட்டொட்டு	கை
94.	தோற்றம்	கால்
95.	நெகிழாக்கம்	கை
96.	உருக்காட்சி	மார்பு

97.	மறியாடல்	இயக்கம்
98.	குறங்காட்சி	கால்
99.	மயக்கு	மெய்ப்பாடு
100.	மாலடி	கால்
101.	கலப்பகம்	கால்
102.	நிலைப்பு	கை, கால்
103.	அடியொட்டாடல்	பக்கம்
104.	காளையாட்டு	இயக்கம்
105.	எழிற்சுழல்	(சுழல்) இயக்கம்
106.	அரவெழுச்சி	இயக்கம்
107.	உருளி	வடிவம்
108.	பூவரு கங்கை	வடிவம்.

தற்போது வழங்கும் சமஸ்கிருதத் தமிழாக்கப் பெயர்கள்

	தமிழ்ப் பெயர்கள்	சமஸ்கிருதப் பெயர்கள்
1.	மலரிடுகை	தலபுஷ்பபுடம்
2.	நுடங்குகை	வர்த்திதம்
3.	நொசி குறங்கு	வலிதொருகம்
4.	கிளிக்கை நுடக்கம்	அபவித்தம்
5.	இணைப் பறடு	சமனகம்
6.	உரங்கையொடுக்கம்	லீனம்
7.	குறுக்கிடு கையோச்சு	ஸ்வஸ்திக ரேசிதம்
8.	உட்கொடு குறுக்கிடுகை	மண்டல ஸ்வஸ்திகம்
9.	தட்டுத்தாள்	நிகுட்டகம்
10.	சாய்தட்டுத்தாள்	அர்த்த நிகுட்டகம்
11.	சுழலரை	கடிச்சின்னம்
12.	கையோச்சு	அர்த்த ரேசிதம்
13.	மார்புக் குறுக்கிடுகை	வக்ஷ ஸ்வஸ்திகம்
14.	பித்தர்நடம்	உன்மத்தம்
15.	குறுக்கிடு கை கால்	ஸ்வஸ்திகம்
16.	புறக் குறுக்கீடு	பிருஷ்ட ஸ்வஸ்திகம்

17.	சுழற் குறுக்கீடு	திக் ஸ்வஸ்திகம்
18.	நொடிப்பெடுப்பு	அலாதகம்
19.	அரை நேர்பு	கடிசமம்
20.	அதிர வீசுங்கை	ஆக்ஷிப்த ரேசிதம்
21.	நிறை வீச்சு	விக்ஷிப்தாக்ஷிப்தகம்
22.	குறுக்கிடுகால்	அர்த்தஸ்வஸ்திகம்
23.	மருட்கை	அஞ்சிதம்
24.	அரவச்சம்	புஜங்கத்திராசிதம்
25.	முன்னக முழங்கால்	ஊர்த்வஜானு
26.	வளைகால்	நிகுஞ்சிதம்
27.	மத்தளிகை	மத்தள்ளி
28.	வீச்சு மத்தளிகை	அர்த்த மத்தள்ளி
29.	விட்டுத் தட்டல்	ரேசித நிகுட்டகம்
30.	தாள்நுடக்கம்	பாதா அபவித்தகம்
31.	சுழலாக்கம்	வலிதம்
32.	சுழலகம்	கூர்னிதம்
33.	மென்நடம்	லலிதம்
34.	கோல்நடம்	தண்டபக்ஷம்
35.	அரவச்ச வீச்சு	புஜங்கதிரஸ்தரேசிதம்
36.	தண்டையாட்டு	நூபுரம்
37.	பரிகாலசைவு	வைசாக ரேசிதம்
38.	வண்டாட்டு	ப்ரமரகம்
39.	சதுரம்	சதுரம்
40.	அரவோச்சு	புஜங்காஞ்சிதகம்
41.	கோலோச்சு	தண்டகரேசிதம்
42.	கொட்டுதேள்	விருச்சிக குட்டிதம்
43.	இடைநொசிப்புச் சுழல்	கடிபிராந்தம்

44.	தேள் இயக்கம்	லதா விருச்சிகம்
45.	இயங்கிடை	சின்னம்
46.	தேள் எழுச்சி	விருச்சிகரேசிதம்
47.	தேளி	விருச்சிகம்
48.	அகல் நடம்	வ்யம்சிதம்
49.	சிறகு மெட்டு	பார்ஸ்வ நிகுட்டிதம்
50.	பொட்டிடுகை	லலாட திலகம்
51.	ஒருக்களிப்பு	கிராந்தகம்
52.	நொசிப்பு	குஞ்சிதம்
53.	வளைப்பு	சக்கர மண்டலம்
54.	உரம்பெறுகை	உரோ மண்டலம்
55.	வீசுகால்கை	ஆக்ஷிப்தம்
56.	அங்கால் விளக்கம்	தலவிலாசிதம்
57.	தாள்ப்பாள்	அர்களம்
58.	ஒருமுகநடம்	விக்ஷிப்தம்
59.	சுழலும் நடம்	ஆவர்த்தம்
60.	அளவாடுகால்	டோலா பாதம்
61.	திருப்பகம்	விவ்விருத்தம்
62.	இருப்புத் திருப்பு	வினிவிருத்தம்
63.	பக்க வீச்சு	பார்சுவ கிராந்தம்
64.	நிலைப்பின்மை	நிஸ்தம்பிதம்
65.	மின்னேர்பு	வித்யுத்பிராந்தம்
66.	விரிவியக்கம்	அதிக்கிராந்தம்
67.	முடுகாட்சி	விவர்த்திதகம்
68.	களிறாடல்	கஜக்ரீடிதம்
69.	கொட்டாடல்	தலசமுஸ்போடிதம்
70.	கலுழவியக்கம்	கருடப்லுதம்

71.	கன்னளி	கண்ட சூசி
72.	பரிப்பாடல்	பரிவிருத்தம்
73.	பக்க முழங்கால்	பார்சுவஜானு
74.	கழுகியக்கம்	க்ருத்ராவலீநகம்
75.	துள்ளல் கொட்டு	சன்னதம்
76.	நுனை	சூசி
77.	நுனைக் குறிப்பு	அர்த்த சூசி
78.	நுனைப்பு	சூசி வித்தம்
79.	திரி குறங்கு	அபக்ராந்தம்
80.	மயில் நடம்	மயூரலலிதம்
81.	அரவியல்	ஸர்ப்பிதம்
82.	ஓங்குகால்	தண்டபாதம்
83.	துள்ளுமான்	ஹரிணப்லுதம்
84.	துள்ளியக்கு	ப்ரேங்கோலிதம்
85.	நுசுப்பு	நிதம்பம்
86.	நழுவகற்சி	ஸ்கலிதம்.
87.	துதிக்கை	கரிஹஸ்தம்
88.	ஊர்பு	ப்ரஸர்ப்பிதம்
89.	அரியாடல்	சிம்மவிக்ரீடிதம்
90.	கோளரி	சிம்ம ஆகர்ஷிதகம்
91.	திருகு நடம்	உத்விருத்தம்
92.	சார்பியல்	உபஸ்ருதகம்
93.	தட்டொட்டு	தலஸங்கட்டிதம்
94.	தோற்றம்	ஜனிதம்
95.	நெகிழாக்கம்	அவஹித்தகம்
96.	உருக்காட்சி	நிவேசம்
97.	மறியாடல்	ஏலகாக்ரீடிதம்

98.	குறங்காட்சி	ஊருத்விருத்தம்
99.	மயக்கு	மதஸ்கலிதம்
100.	மாலடி	விஷ்ணுக்ராந்தம்
101.	கலப்பகம்	சம்பிராந்தம்
102.	நிலைப்பு	விஷ்கம்பம்
103.	அடியொட்டாடல்	உட்கட்டித்தம்
104.	காளையாட்டு	விருஷபக்ரீடிதம்
105.	எழிற்சுழல்	லோலிதம்
106.	அரவெழுச்சி	நாகசர்பிதம்
107.	உருளி	சகடாஸ்யம்
108.	பூவருகங்கை	கங்காவதரணம்

----

108 ஆடலியக்கங்கள் பெயரீடும் ஆடல் அமைவும்

1. மலரிடுகை தலபுஷ்பபுடம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

வாமே புஷ்பபுட: பார்ஸ்வே பாதோஅக்ரதல் ஸஞ்சர: ல ததாச ஸந்நதம் பார்ஸ்வம் தலபுஷ்பபுடம் பவேத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

இடது பக்கமாக புஷ்பபுட முத்திரையைப் பிடித்து கால் நுனியால் சஞ்சாரம் செய்து சிறிது வணங்கிய பக்கமுடையதாக ஆடுவது தலபுஷ்பபுட மாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The karana which is performed by the Pushpaputa hands held on the left side with the Acrathalacancara foot and Sannatha side is called Thalapuspaputa.

அருஞ்சொற் பொருள்:

புஷ்பபுடம் - இரட்டைக் கை முத்திரை

அக்ரதலசஞ்சாரம்- பாதத்தின் விரல் நுனிகள் மட்டும் தரையில் பதிவது.

சந்நதம் - நொடிப்புக் கொண்ட பக்கம்.

ஆடற் குறிப்பு

வலது காலைத் தட்டி இடது காலை மேல் தூக்கி, முன்னோக்கி நகர்ந்து வலக்காலை குத்திடவைக்க வேண்டும். இவ்வியக்கத்திற்கு முழுவதும் புஷ்பபுட முத்திரையே காண்பிக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை இராஜராஜீஸ்வரம்

இடப்பக்கமாக வளைந்த உடல்
வலத்தாள் குத்திட இடத்தாள் சமம்
இடது பக்கம் புஷ்பபுட முத்திரை

குடந்தை சார்ங்கபாணி

எதிர்முக இருதாள் சிறிது வேறுபட்ட நிலை
மார்பின் மையத்தில் புஷ்பபுட முத்திரை. வலது புற நொசிப்பு

சிதம்பரம் நடராசர்

எதிர்முக இருதாள் சமம்
நேரிட்ட உடல், மார்பு மையத்தில் புஷ்பபுட முத்திரை.

2. நுடங்குகை வர்த்திதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

குஞ்சிதௌ மணிபந்தே து வ்யாவ்ருத்த பரிவர்திதௌ
ஹஸ்தௌ நிபதிதௌ சோர்வோ வர்திதம் கரணம் துதத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

மணிக்கட்டுக்களை வளைத்து வ்யாவிருத்த பரிவர்திதமாய் கைகளைத் தொடை அணுக்கமாகத் தொங்கவிட்டு ஆடுவது வர்திதம் என்ற கரணமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The wrists are bent in vyavartita and parivartita hand and then caused to be rested on the thighs.

அருஞ்சொற்பொருள்

வ்யாவர்த்திதம் இரண்டும் ஹஸ்த கரணங்கள்,
பரிவர்த்திதம் அதாவது கரணங்களுக்குரிய ஹஸ்தங்கள்.

ஆடற்குறிப்பு:

வ்யாவர்த்திதம், பரிவர்த்திதம் காண்பிக்கும் போது ஒவ்வொரு காலாக பின்னே ஸ்வஸ்திக நிலையில் குத்தி சமநிலைக்கு வரவேண்டும். பின் கைகளை தொடைகளில் வைக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்:

தஞ்சை

வலத்தாள் குந்திட்டு இடத்தாள் சமம்
தொடை மீதிருத்திய கைகள்
வலப்புறம் சற்றே வளைந்த தலை

குடந்தை

எதிர்முக சமமான இரு தாள்கள்
தொடைக்கு அணுக்கமாக தொங்கவிடப்பட்ட இரு கைகள்

சிதம்பரம்

அங்கை புறமிட்ட தொடை. அணுக்கத் தொங்கு கை
இருதாள் மற்றும் உடல் சமம்.

3. நொசிகுறங்கு வலிதோருகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

சுகதுண்டௌ யதா ஹஸ்தௌ வ்யாவ்ருத்த பரிவர்திதௌ
உருச வலிதௌ யஸ்மின் வலிதோருக முச்யதே

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கிளி மூக்குப் போல் கைகளை வைத்து அக்கரங்களை வியாவிருத்த பரிவர்திதமாய்ச் செய்து, தொடைகளை வளைத்துச் செய்வது, வலிதோருகம் என்று கூறப்படுகிறது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

Vyavartita & Parivartita movement should be performed by Sukhatunda hands with the thigh bent gracefully.

அருஞ்சொற்கள்

சுகதுண்டம் - ஒற்றைக் கை முத்திரை. (கிளித்தலை)

ஆடற்குறிப்பு

ஆக்ஷிப்த சாரியை செய்து பத்தா சாரியை செய்ய வேண்டும். வ்யாவர்த்திதத்தை மார்புக்கருகில் செய்து பரிவர்த்திதத்தை தொடையின் அருகில் முடிக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

வலது தொடையை வளைத்து இரண்டு முழங்கால்களும் இணைய உயர்ந்த வலது தாள் இரண்டு கைகளும் இடைக்கருகில் விளங்குதல்

குடந்தை

வலது தொடை இடது தொடைக்கு முன்னாக குறுக்கிடப்பட்டுள்ளது. கைகளும் மணிக்கட்டுகளில் குறுக்கிடப்பட்டு இடது பக்கமாக தொங்கவிடப்பட்டுள்ளன.

சிதம்பரம்

எதிர்முக இரு தாள் சமம். இரண்டு கைகளும் மார்புக்கருகில் இருத்தல். சிறிதே வலப்பக்கமாக சாய்ந்த தலை.

4. கிளிக்கை நுடக்கம் அபவித்தகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஆவர்த்ய சுகதுண்டாக்யம் ஊருப்ருஷ்டே நிபாதயேத் .
வாமஹஸ்தஸ்ச வக்ஷஸ்தொ ப்யபவித்தம்
தத்பவேத்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

வலது கையைச் சுகதுண்டமாகச் செய்து தொடையின் பின்புறம் தொங்கவிட வேண்டும். இடது கை மார்பில் இருப்பதாகக் கொண்டு ஆடுவது அபவித்தம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The right hand in Sukatunda gesture is to be kept near the thigh whereas the left to be kept near the Chest.

அருஞ்சொற்பொருள்:

சுகதுண்டம் - ஒற்றைக் கை முத்திரை (கிளித்தலை)

ஆடற் குறிப்பு

ஆசுஷிப்த சாரியை செய்து பத்தா சாரி செய்ய வேண்டும்.
சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

இரு முழங்கால்கள் இணைந்த நிலை (இடது பக்கம்) ஒரு கை மார்பிலும் ஒரு கை இடைக்கருகிலுமாக ஏதோ ஒரு கருவியை ஏந்தியவாறு காண்பிக்கப்பட்டுள்ளது.

குடந்தை

வலது கால் இடது காலுக்கு முன்னாக குத்திட்டு குறுக்கிடப்பட்டுள்ளது. வலது கை தொடையிலும் இடது கை மார்பிலும் உள்ளன.

சிதம்பரம்

சமமான எதிர்முக தாள்கள், வலது கை தொடையிலும் இடது கை மார்பிலும் கொண்டுள்ளன.

5. இணைப்பறடு

சமநகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஸ்லிஷ்டௌ ஸமநகௌ பாதௌ கரௌ சாபி ப்ரலம்பிதௌ
தேஹ: ஸ்வாபாவிகோ யத்ர பவேத் ஸமநகம் துதத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

சமமான நகங்களைக் கொண்டதாக பாதங்களை வைத்து கைகளையும் கொடிபோலத் தொங்கவிட்டு உடலை இயல்பாக வைத்துக் கொண்டு ஆடுவது சமநகம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The Karana Samanakha is perfored with the feet in Sama and the hands in lata.

அருஞ்சொற்பொருள்

சமம் - பாதத்தின் நிலை

ஆடற் குறிப்பு

வலது இடது காலை மாற்றி மாற்றி சம பாதத்தில் தட்ட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

இரு பறடுகளும் இணைந்த கால்களின் சம நிலை. கைகள் தொடைக்கு மிக அருகில் தொங்கவிடப்பட்டுள்ளன.

குடந்தை

சமமான கால்கள் (தஞ்சை போன்று) கைகள் தொடைக்கு சிறிது தள்ளி தொங்கவிடப்பட்டுள்ளன.

சிதம்பரம்

சமமான கால்கள் (தஞ்சை போன்று) கைகள் தஞ்சை சிற்பத்திற்கும், குடந்தை சிற்பத்திற்கும் இடைப்பட்டதாக காண்பிக்கப்பட்டுள்ளன.

6. உரங்கையொடுக்கம் லீநம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

பதாகாஞ்சலி வக்ஷஸ்தம் ப்ரஸாரித சிரோதரம்
நிடுஞ்சிதாம்ச கூடம்ச தல்லீநம் கரணம் ஸ்ம்ருதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

பதாகாஞ்சலி கரத்தை மார்பில் பிடித்து கழுத்தையும் தலையையும் முன்பக்கம் நீட்டி வளைக்கப்பட்ட தோள்பட்டையை உடையதாகச் செய்யப்படுவது லீநம் என்ற காரணமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

When the two pataka hands are held in Anjali gesture near the chest with the raised neck and the bent shoulder; it is Leenam.

அருஞ்சொற் பொருள்

அஞ்சலி - இரட்டைக்கை முத்திரை (கூப்பிய கரம்)

ஆடற் குறிப்பு

முன்னோக்கி அல்லது பின்னோக்கி அல்லது இரு பக்கங்களிலும் நகர்வது போன்று இக்கரணத்தைச் செய்யலாம்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை
சமமான கால்கள், மார்பில் கூப்பிய கரங்கள்

குடந்தை
தஞ்சையைப் போன்றது

சிதம்பரம்
தஞ்சையைப் போன்றது.

7. குறுக்கிடு கையோச்சு ஸ்வஸ்திக ரேசிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஸ்வஸ்திகௌ ரேசிதா வித்தௌ விஸ்லிஷ்டௌ கடிஸம்ஸ்ரிதௌ
யத்ர தத் கரணம் நேயம் புதை: ஸ்வஸ்திகரேசிதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

ஸ்வஸ்திகக் கையை ரேசிதமாகச் செய்து இடுப்பில் கையை வைத்துக் கொண்டு செய்யும் கரணம் ஸ்வஸ்திக ரேசிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

When the recita and the Aviddha hands end in svastika and then kept on the waist it is the Karana svastika recitam.

அருஞ்சொற் பொருள்

ரேசிதம் - நிருத்த ஹஸ்தம் (எழிற் கைகளில் ஒன்று)
ஆவித்தம் - நிருத்த ஹஸ்தம் (எழிற் கைகளில் ஒன்று)

ஆடற் குறிப்பு

கைகளை ரேசிதமாக செய்யும்போது கால்களை சூசியாக காண்பிக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

கால்கள் சமம், கைகள் தொடையின் மீது இருத்தப்பெற்றுள்ளன.

குடந்தை

கால்கள் சமம், கைகள் மார்பில் குறுக்கிடப்பட்டுள்ளன.

சிதம்பரம்

எதிர் முகமாக திரும்பிய கால்கள், கைகள் தொடையின் மீது இருத்தப் பெற்றுள்ளன.

8. உட்கொடு குறுக்கிடுகை மண்டல ஸ்வஸ்திகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஸ்வஸ்திகௌ து கரௌ க்ருத்வா ப்ராங்முகோர்த்வதலௌ சமௌ
ததாச மண்டலம் ஸ்தானம் மண்டல ஸ்வஸ்திகம் து தத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

மேல் நோக்கிய சமமான உள்ளங்கைகளை சுற்றி ஸ்வஸ்திகமாகச் செய்து மண்டல ஸ்தானத்தில் ஆடுவது மண்டல ஸ்வஸ்திகம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

When the upward turned palms are taken round to end in svastika in the Mandala position it is Mandalasvastikam.

அருஞ்சொற்பொருள்

மண்டலம் - உடலின் நிலை
ஸ்வஸ்திகம் - இரட்டைக் கை முத்திரை.

ஆடற் குறிப்பு

வலது இடது கால்களை மாற்றி மாற்றி அரைமண்டியில் தட்டுவது.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக இருதாள்கள் (மண்டல நிலை), கைகள் மார்பில் குறுக்கிடப்பட்டுள்ளன.

குடந்தை

தஞ்சையைப் போன்றது, ஆனால் அமர்ந்த நிலை சிறிது குறைந்துள்ளது.

சிதம்பரம்

தஞ்சையைப் போன்றது.

9. தட்டுத்தாள் — நிகுட்டகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

நிகுட்டிதௌ யதா ஹஸ்தௌ ஸ்வபாகு சிரசோ ந்தரே பாதௌ நிகுட்டிதௌ சைவ ஞேயம் தத்து நிகுட்டகம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

தன் தோளுக்கும் தலைக்குமிடையில் கைகளை நிகுட்டிதமாயும் அவ்வாறே கால்களை நிகுட்டிதமாயும் கொண்டு செய்வது நிகுட்டகமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

When hands are moved up and down alternatively with the Kuttita movement of the feet it is Nikuttita.

அருஞ்சொற்பொருள்:

குட்டிதம் - குதிகாலை உயர்த்தி பூமியைத் தட்டுதல்

ஆடற்குறிப்பு

வலது காலை குட்டும் போது வலது கை உயர்ந்து போக வேண்டும். அதே போல் இடது காலை குட்டும் போது இடது கையானது உயர வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

சமமான எதிர்முக இரு தாள்கள் (சிறிது இடைவெளியுடன்) அலபத்ம கரங்கள் தோளுக்கு மேல் உள்ளது.

குடந்தை

வலது தாள் சமமாகவும் இடது குதிகால் உயர்ந்தும், வல அங்கை புலப்பட வீசப்பெற்றும் இடது கை மார்பிலும் உள்ளன.

சிதம்பரம்

எதிர்முக இரு தாள்கள் (தஞ்சையைப் போன்று) கரங்கள் தோளை ஒட்டாமல் சிறிது உயர்ந்து காதளவில் உள்ளன.

10. சாய்தட்டுத்தாள் அர்த்த நிகுட்டகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

அஞ்சிதௌ பாகு சிரசி ஹஸ்தஸ்து அபிமுகாங்குளி:
நிகுஞ்சிதார்த யோகேன பவேத் அர்த நிகுட்டகம்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கைகளை அஞ்சிதமாக தலைக்கருகில் வைத்து அக்கைகளையும் விரலுக்கு விரல் நேராகக் கொண்டு பாதி வளைந்த நிலையில் நின்று ஆடுவது அர்த்த நிகுட்டகம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

When the ancita hands are bent towards the shoulder and the body is half inclined, it is Ardha Nikuttakam.

அருஞ்சொற்பொருள்:

குட்டிதம் - குதிகாலை உயர்த்தித் தீட்டுதல்

ஆடற் குறிப்பு:

ஒரு கையை சதுரஸ்ரமாக மார்பில் வைக்க வேண்டும். மற்றொரு கை பல்லவ ஹஸ்தமாக தலைக்கருகில் கொண்டு சென்று அலபத்மத்தில் முடிக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக இருதாள்கள் சமம். கரங்கள் நிகுட்டக சுரணத்தைப் போன்று தோளுக்கு மேல் உள்ளன. தலை இடது பக்கமாக வளைந்துள்ளது.

குடந்தை

வலது கால் சமமாகவும், இடது கால் குத்திட்டும் உள்ளது. வலது கை தோளுக்கு மேல் வளைந்தும், இடது கை மார்பின் மையத்திலும் அமைந்துள்ளது. வலப்புறமாக சாய்ந்த உடல்.

தஞ்சை

வலது கால் குத்திட்டு இடது கால் சமமாக உள்ளது. வலது கரம் மட்டும் தோளுக்கு மேல் வளைந்து உள்ளது. இடது கை மார்பின் மையத்தில் அமைந்துள்ளது.

11. சுழலரை கடிச்சின்னம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

பர்யாயச: கடிச்சின்னா பாஹ்வோ: சிரசி பல்லவௌ
புந:புந: ச கரணம் கடிச்சின்னம் து தத்பவேத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

தலைக்கு மேல் பல்லவ முத்திரையோடு இடையைச் சின்னமாக சுற்றுவது ஆகும். இவ்வாறு மறுபடியும், மறுபடியும் செய்தல் கடிச்சின்னம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

When the two pallava hands are held over the head and the hip is rotated in Chinna, it is the Karana Katichinnam.

அருஞ்சொற்பொருள்:

பல்லவ முத்திரை - இது ஒரு வகை எழிற்கை ஆகும்.
சின்னம் - இடையின் சுழல் முறை

ஆடற்குறிப்பு

காலை பக்க வாட்டில் நீட்டி இடையை சிறிது உயர்த்திச் சுற்றி ஸ்வஸ்திக நிலையில் முடிக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

சமமான எதிர்முக இரு தாள்கள் (சிறிது இடைவெளி விட்டு) தோள் சார்ந்த இடுகை (பதாக முத்திரை), சற்றே உயர்ந்த வலது இடை.

குடந்தை

சமமான எதிர்முக இரு தாள் (இடைவெளி இல்லை) மார்பில் இடம்பெறு கைகள்.

சிதம்பரம்

சமமான எதிர்முக இருதாள் (சிறுஇடைவெளியில்) தோளளவு நீட்டப்பெற்ற கைகள்.

கையோச்சு அர்த ரேசிதம்

ாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

அபவித்த கர: சூச்யா பாதஸ்சைவ நிகுட்டித:
ஸந்நதம் யத்ர பார்ஸ்வம்ச தத்பவேத் அர்த்த ரேசிதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

அபவித்த கரமாய் சூசி முத்திரையோடு கால் நிகுட்டிதமாய் எந்த ஒரு பக்கம் வணங்கியதாய் செய்யப்படுகின்றன. அது அர்தரேசிதமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

When the sucimukha gesture is moved freely in the Sannata side of the body accompanied by the Kuttita movement of the feet, it is Arda recita.

அருஞ்சொற்பொருள்

சூசீமுகம் - எழிற்கைகளுள் ஒன்று.

ஆடற்குறிப்பு

வலதுகையை சூசிமுக முத்திரையைக் கொண்டு ரேசிதமாக நீட்ட வேண்டும். இடது கை இடது காதின் அருகே அப்பொழுது வைக்கப்பட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

வலது கால் குத்திட்டது, இடது கால் சமம். வலக் தோளளவில் உயர்த்தி நீட்டப்பட்டுள்ளது. இடது மார்பின் மையத்தில் அலர் தாமரையைப் போன்று உ

குடந்தை

உடல் அமைப்பு தஞ்சையைப் போன்று உள்ளது. வலது கை பதாக முத்திரை நன்கு தெரியும்படி தோளளவில் நீட்டப்பட்டுள்ளது. இடது கை இடது பக்கத்தில் மடக்கப்பட்டுள்ளது.

சிதம்பரம்

இரண்டு தாள்கள் எதிர்முகமாக சமநிலையில் உள்ளன. இடது கை தோளுக்கு மேலே உயர்த்தப் பெற்று நீட்டப்பட்டுள்ளது. வலது கை மார்பில் பொருத்தப் பட்டுள்ளது.

13. மார்புக் குறுக்கிடு கை வக்ஷஸ்வஸ்திகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஸ்வஸ்திகௌ சரணௌ யத்ர கரௌ வக்ஷஸி ரேசிதௌ
நிகுஞ்சிதம் ததா வக்ஷா வக்ஷஸ்வஸ்திக் மேவ தத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

எவ்விடத்தில் இரு கால்களும் ஸ்வஸ்திகமாகவும் இரு கைகளும் ரேசித மாயும் (மார்பானது சிறிது வளைந்ததாயும்) பின் மார்பில் ஸ்வஸ்திகமாயும் செய்யப்படுகிறதோ அது வக்ஷஸ்வஸ்திகம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

In the svastika formation of the legs the two hands are taken from the Chest as recita and then brought to its original place.

அருஞ்சொற்பொருள்

ரேசிதம் - எழிற் கைகளில் ஒன்று.

ஆடற்குறிப்பு

காலை பக்கத்தில் நீட்டி பின் சுவஸ்திக நிலையை காட்ட வேண்டும். அப்பொழுது வளைந்த மார்பை உடையதாகக் காட்ட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

குறுக்கிட்ட கால்கள் (வலம் முன்னாக)
குறுக்கிட்ட கைகள் (ஹம்ஸாஸ்ய முத்திரை)
இடது பக்கமாக சிறிது சாய்ந்த உடல்.

குடந்தை

குறுக்கிட்ட கால்கள் (வலது முன்னாக குத்திட்டுள்ளது)
குறுக்கிட்ட மார்புக் கரங்கள் (பதாக முத்திரை)
சமமான உடலின் நிலை.

சிதம்பரம்

குறுக்கிட்ட கால்கள் (வலம் முன்னாக)
குறுக்கிட்ட மார்புக் கரங்கள் (பாதக முத்திரை).

14. பித்தர்நடம் உன்மத்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

அஞ்சிதேந து பாதேந ரேசிதௌ கரௌ யதா
உன்மத்தம் கரணம் தத்து விஞ்ஞேயம் ந்ருத்தகோ விதை:

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

எப்பொழுது அஞ்சிதமான காலோடு இரு கைகளும் ரேசிதமாய் ஆடப்படுகிறதோ அது உன்மத்த கரணமாக நாட்டிய சாத்திர மறிந்தவர்களால் அறியத்தக்கது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The foot is to be ancita while the hands are to be recite.

அருஞ்சொற்பொருள்

ஆவித்த சாரியை செய்து முன்னே நகர வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சமமான இரு தாள்கள், வலக்கை முழங்கையில் நொடிக்கப்பட்டு விரல்கள் தலையளவில் உயர்த்தப் பட்டுள்ளன. இடது கை இடது பக்கத்தில் மடக்கப்பட்டு இடது அரைக்கு சிறிது மேலாக இடம் பெற்றுள்ளது.

குடந்தை

வலது கால் முழங்கால் மடக்கப்படாமல் நேராக உள்ளது. இடது கால் முழங்கால் மடக்கப்பட்டு மேல் தூக்கிய அஞ்சித பாதத்தை உடையதாக உள்ளது. உடலின் பாரம் இடப் பக்கத்தில் உள்ளது. கைகள் இரண்டும் மார்பில் உள்ளன.

சிதம்பரம்

எதிர்முக சமமான இரு தாள்கள், இரு கைகளும் தோளுக்கு சிறிது மேலாக உயர்த்தப்பெற்று நீட்டப்பட்டுள்ளன. உடல் சமநிலையில் உள்ளது.

15. குறுக்கிடு கைகால் ஸ்வஸ்திகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஹஸ்தாப்யாம் அத பாதாப்யாம் பவத:ஸ்வஸ்திகௌயதா
ததஸ்வஸ்திக மிதி ப்ரோக்தம் கரணம் கரணார்திபி:

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கைகளையும் கால்களையும் ஸ்வஸ்திகமாக அமைத்துச் செய்வது ஸ்வஸ்திகமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

When the hands and feet are held together in the svastika form it is called Svastikam.

அருஞ்சொற்பொருள்

ஸ்வஸ்திகம் - இரட்டைக் கை முத்திரை
- கால் நிலையும் ஸ்வஸ்திகம் என்று கூறப்படும் (குறுக்கிடும் நிலை)

ஆடற் குறிப்பு

வலது, இடது கால்களை மாற்றி மாற்றி தாளத்தோடு ஸ்வஸ்திக நிலையை காண்பிக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சமமான தாள்கள் (வலது குதிகால் இடதின் முன்பாகக் காட்டப்பட்டுள்ளது): கைகள் மார்பில் பதாகமாக குறுக்கிடப்பட்டுள்ளன: வலதுபுறமாக சாய்ந்த உடலின் நிலை.

குடந்தை

குறுக்கிட்ட கால்கள் (இரு குதிகால்களும் உயர்ந்துள்ளன) குறுக்கிட்ட மார்புக் கைகள் பிணையல் போன்றுள்ளன. சமமான உடலின் நிலை.

சிதம்பரம்

குறுக்கிட்ட கால்கள் (வலது முன்னாக)
குறுக்கிட்ட மார்புக், கரங்கள்
நேரான உடலின் நிலை.

16. புறக் குறுக்கீடு — பிருஷ்ட ஸ்வஸ்திகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

விக்ஷிப்தாப்க்ஷிப்த பாகுப்யாம் ஸ்வஸ்திகௌ சரணௌ யதா
அபக்ராந்த சூசிப்யாம் தத ப்ருஷ்ட ஸ்வஸ்திகம் பவேத்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

விக்ஷிப்தாக்ஷிப்த கைகளினாலும், கால்களை அபக்ராந்த சாரியும் சூசி சாரியும் செய்து ஸ்வஸ்திகமாக அமைத்து செய்வது பிருஷ்ட ஸ்வஸ்திகமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

Two arms are to be thrown up and down and end as svastika. The legs also end as svastika after observing apakranta and suci caries.

அருஞ்சொற்பொருள்

விக்ஷிப்தாக்ஷிப்தகம்	- மேலும் கீழும் எறியப்பட்ட கை.
அபக்ராந்த சாரி	- ஆகாச சாரிகளில் ஒன்று.
சூசி சாரி	- ஆகாச சாரிகளில் ஒன்று.

ஆடற் குறிப்பு

ஸ்வஸ்திக நிலையை பின்பக்கம் திரும்பி காட்ட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

வலக் கால் குத்திட்டு இடக்கால் எதிர்முக சமமாக உள்ளது. கைகள் மார்பில் குறுக்கிடப்பட்டுள்ளன.

இடையிலிருந்து உடலின் மேல் பகுதி வலம் நோக்கி திருப்பப்பட்டதாக இருக்கிறது.

குடந்தை

குறுக்கிட்ட கால்கள், உடலின் பின் பகுதி மட்டுமே காட்டப்பெற்றுள்ளது. கைகள் குறுக்கிட்டதாக மார்பருகில் இருக்கக் கூடும்.

சிதம்பரம்

குடந்தைச் சிற்பத்தைப் போன்றே உள்ளது.

17. சுழற் குறுக்கீடு — திக்ஸ்வஸ்திகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

பார்ஸ்வயோரக்தஸ்சைவ யத்ர ஸ்லிஷ்ட கரோ பவேத் ஸ்வஸ்திகௌ ஹஸ்த பாதாப்யாம் தத்திக் ஸ்வஸ்திக முச்யதே

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

ஸ்வஸ்திகமான கை கால்கள் எங்கு இருபக்கத்திலும் முன்பும் ஒன்றோடு ஒன்று இணைந்த கையோடு செய்யப்படுமோ அது திக்ஸ்வஸ்திகம் என்று கூறப்படுகிறது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

Turning sideways with the agratala feet to form the svastika feet and hands.

அருஞ்சொற்பொருள்

அக்ரதலம் - பாதத்தின் குதிகால் உயர்ந்த நிலை.

ஆடற்குறிப்பு

ஸ்வஸ்திகத்தில் சுழன்றால் எட்டு திசையையும் நோக்கும் ஓர் இயக்கம் அமையும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

இடக்கால் வலத்தாளுக்கு முன்பாகக் குத்திட்டு ஸ்வஸ்திக நிலையில் உள்ளது. கரங்கள் மார்புக்கு முன்னாக குறுக்கிடப்பட்டும், வலப்பக்கமாக தள்ளப்பட்டும் உள்ளன. தலை வலப்புறமாகச் சாய்ந்து உள்ளது.

குடந்தை

பின்புற நிலையை சுட்டுகிறது. வலது கால் இடதிற்குப் பின்னாகக் குத்திட்டு குறுக்கிடப்பட்டுள்ளது. கரங்கள் மார்புக்கு முன்னே இருக்கக்கூடும். முகம் பாதி நிலை தெரியும்படி வலப்பக்கமாக திரும்பியுள்ளது. இடது அரை உயர்ந்துள்ளது.

சிதம்பரம்

குடந்தைச் சிற்பத்தைப் போன்று உள்ளது. ஆனால் அரை நிலை சமமாக உள்ளது.

18. நொடிப்பெடுப்பு அலாதகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

அலாதம் சரணம் க்ருத்வா வ்யம்ஸ யேத் தக்ஷிணம் கரம்
ஊர்த்வ ஜாக்ரமம் குர்யாத் அலாதகமிதி ஸ்ம்ருதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

அலாத சாரியைச் செய்துவிட்டு வலது கையை அதன் மேல் வைத்து ஊர்த்துவ ஜாநு சாரியைச் செய்வது அலாதகம் என்று எண்ணப்பட்டது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

After doing Alata cari; the right hand is to be taken from the shoulder and the foot is finished in Urdhvajanu cari.

அருஞ்சொற்பொருள்

ஊர்த்வஜாநு சாரி - ஆகாஷ சாரிகளில் ஒன்று.

ஆடற்குறிப்பு

வலது கால் அலாத சாரி செய்தால் இடது கால் ஊர்த்வ ஜாநு செய்ய வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சமமான வலது தாளுக்கருகில் இடது தாள் குத்திடப்பட்டுள்ளது. இடது கை பதாகமாக தொடைக்கு மேலே மடக்கப்பட்டும், வலது கை தோளுக்கு மேல் உயர்த்தியும் நீட்டப்பட்டுள்ளது. இடது புறமாக நன்கு சாய்ந்த உடலின் நிலை.

குடந்தை

வலத்தாள் குத்திட்டும் இடது தாள் எதிர்முக சமமாகவும் உள்ளன. கைகள் தொடைகளுக்கு சிறிது தள்ளி தொங்க விடப்பட்டுள்ளன.

சிதம்பரம்

குடந்தைச் சிற்பத்தைப் போன்ற கால் அமைப்பு. வலது கை வலது முழங்காலைத் தொடுவது போன்று உள்ளது.

19. அரைநேர்பு கடீசமம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஸ்வஸ்திகாப ஸ்ருத: பாத: கரௌ நாபிகடீஸ்திதௌ பார்ஸ்வமுத்வாஹிதம் சைவ கரணம் தக்கடீசமம்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

ஸ்வஸ்திக நிலையிலிருந்து பிரிக்கப்பட்ட காலை உடையதாயும், கைகளை உந்திக்கு நேராக இடுப்பிலும் இருப்பதாகக் கொண்டு ஒருபக்கம் உத்வாஹிதமாகக் கொண்டு ஆடுவது கடீசமம் என்ற கரணமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The svastika feet is to be separated with one hand placed at the navel and the other at the hip in the Udvahita side.

அருஞ்சொற்பொருள்

உத்வாஹிதம் - உயர்ந்து இருத்தல். மார்பின் வகைகளுள் ஒன்றாக சொல்லப்படுகிறது.

ஆடற்குறிப்பு

ஸ்வஸ்திக காலை பிரிக்கும் கைகளையும் ஸ்வஸ்திகத்தில் இருந்து விப்ரகீர்ணமாக பிரிக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சமமான இடது தாளுக்கருகில் வலத்தாள் குத்தப்பட்டுள்ளது. இடது கை தொடையிலும், வலது கை கடகாமுகமாக நாபிக்கருகிலும் உள்ளன.

குடந்தை

கடிசமம் என்று கல்வெட்டு கொண்டுள்ள சிற்பம் ஸ்வஸ்திக நிலையில் உள்ளது. ஆதலால் அது கடிசமமாக இருக்க இயலாது. மற்றொரு சிற்பம் கடிசம கரணத்தை மிக ஒத்துள்ளது. வலது கை தொடையிலும் இடது கை மார்பிலும் உள்ளன. வலது தாள் இடது எதிர்முக சமதாளுக்கு மிக அருகில் குத்திட்டு உள்ளது. வலது அரை சிறிது உயர்ந்துள்ளது.

சிதம்பரம்

எதிர்முக சமமான இரு தாள்களும் வலது கை இடையிலும், இடது கை தொடையின் மீதும் ஊன்றப்பெற்றும் உள்ளன. வலது அரை உயர்ந்துள்ளது.

20. அதிரவீசுங்கை ஆக்ஷிப்த ரேசிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஹஸ்தோஹ்ருதி பவேத் வாமம் ஸ்வ்யஸ் சகாஷிப்த ரேசித:
ரேசிதஸ்சாப வித்தஸ்ச தத்ஸ்யாதாகஷிப்த ரேசிதம்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

இடது கை மார்பில் இருக்க வேண்டும். வலது கை ஆஷிப்த ரேசிதமாயும் அபவித்தமாயும் செய்யப்படுவது ஆக்ஷிப்தரேசிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The left hand is to be near the chest while the right is thrown as recita.

அருஞ்சொற்பொருள்

ஆக்ஷிப்த சாரி - ஆகாச சாரிகளுள் ஒன்று.

ஆட்டற்குறிப்பு

ஆஷிப்த சாரியை செய்து சூசியாக காலை நீட்டும் பொழுது ரேசிதம் காண்பிக்கப்பட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சமமான இடது தாளுக்கு அருகே குத்திட்ட வலது கால். இடது கை சுகதுண்ட முத்திரையில் இடது மார்புக்கருகே உள்ளது. வலது கை ரேசிதமாக தலை அளவில் மடிந்த முழங்கையுடன் காணப்படுகிறது. இடப்பக்கமாக தலை சாய்ந்துள்ளது.

குடந்தை

எதிர்முக சம இருதாள்கள், வலது குதிகால் இடதின் பின்னாக உள்ளது. வலது கை தோளுக்கு மேலே வீசப்பட்டுள்ளது. இடது கை இடப்பக்கத்தில் மடக்கப்பட்டுள்ளது.

சிதம்பரம்

எதிர்முக சம இருதாள்கள்: வலது கை வலது தொடையின் மீதும் இடது கை பதாகமாக இடது பக்கத்தில் மடக்கப்பட்டும் உள்ளன. நேரான உடலின் நிலை.

21. நிறைவீச்சு விக்ஷிப்தாக்ஷிப்தகம்

நாட்டிய சாத்திர ச்லோகம் (தமிழில்)

விக்ஷிப்தம் ஹஸ்த பாதம் ச தஸ்யை க்ஷேபணம் புந:
யத்ர தத் கரணம் நேயம் விக்ஷிப்தா க்ஷிப்தகம் த்விஜா:

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

வீசி எறியப்பட்ட கை, கால் இவற்றைக் கொண்டும் மறுமுறையும் அவ்வாறே எங்கு செய்யப்படுகிறதோ அதை விக்ஷிப்தாக்ஷிப்தகம் என்று கூறுகிறார்கள்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

Head and foot are to be thrown up and then down.

ஆடற்குறிப்பு

கைகள் என்ன முத்திரையைப் பிடிக்க வேண்டும் என்று கூறப்படவில்லை. ஆதலால் ஹஸ்த கரணமாகிய வ்யாவ்ருத்த, பரிவர்த்தித கைகளைக் கொண்டு இக்கரணத்தைச் செய்ய வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சமமான இரு தாள்கள்: இடைப்பகுதியில் இருத்தப்பெற்ற கைகள்: சிறிதே இடப்பக்கம் சாய்ந்த தலை.

குடந்தை

முழங்கால் மடக்கப்படாத இடது கால் அரை அளவு உயர்த்தப் பெற்று நீட்டப்பட்ட வலது கால், வலது கை தோளள்வில் அங்கை புறமிட நீட்டப்பட்டுள்ளது. இடது கடகாமுகமாக மார்பில் உள்ளது. இடப்புறம் சாய்ந்த தலை.

சிதம்பரம்

எதிர்முக சம தாள்கள், வலக்கை கொடிக்கையாகவும் இடக்கை இடது பக்கத்தில் மடக்கப்பட்டும் உள்ளன.

22. குறுக்கிடுகால் அர்த்த ஸ்வஸ்திதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஸ்வஸ்திகௌ சரணௌ க்ருத் வா கரிஹஸ்தம் ச தக்ஷிணம்
வக்ஷஸ்தானே ததா வாமம் அர்த்த ஸ்வஸ்திக மாதி சேத்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கால்களை ஸ்வஸ்திக நிலையில் இருத்தி வலது கை யானைக் கரமாயும் இடது கை மார்பிடத்தும் அமைத்துச் செய்வது அர்த ஸ்வஸ்திகம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

In the svestika formation of the legs the right hand is to show Karihasta while the left to be near the chest.

அருஞ்சொற்பொருள்

கரிஹஸ்தம் - எழிற் கை

ஆடற்குறிப்பு

ஸ்வஸ்திக நிலையில் பக்கவாட்டில் நகர வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

குறுக்கிட்ட இரு தாள்கள் (வலம் முன்னாக) வலது கை மடங்கி வயிற்றுப் பகுதியிலும், இடது கை மார்பில் சர்பசிரஸ் முத்திரையைக் கொண்டுள்ளன. இடப்பக்கமாக நன்கு சாய்ந்த உடல் மற்றும் தலை.

குடந்தை

குறுக்கிட்ட கால்கள் (வலது முன்னாக) வலது கை மார்பின் குறுக்காக தொங்கப் பெற்றும், இடது கை மார்பிலும் உள்ளன.

சிதம்பரம்

குறுக்கிட்ட தாள்கள் (வலம் முன்னாக)
வலது கை - வலது தொடை, இடது கை - மார்பு
வலப்பக்கம் சாய்ந்த தலை.

23. மருட்கை அஞ்சிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

வ்யா வ்ருத்த பர்வ்ருத்தந்து ஸ ரவது கரோ யதா
அஞ்சினோ நாசிகாக்ரே து ததஞ்சித முதாஹ்ருதம்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

வ்யாவ்ருத்த பரிவ்ருத்தமாகக் கைகளைச் செய்து, அக்கரத்தையே மூக்கின் நுனியில் வைத்துச் செய்வது அஞ்சிதம் என்று கூறப்பட்டது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

In the Ardha svastika karana the Karihasta is to perform vyavartita and Parivartita movement and then bent upon the tip of the nose.

ஆடற்குறிப்பு

மூக்கு நுனியில் அலபத்மத்தை வைத்து பிறகு கரிஹஸ்தமாக முடிக்கலாம். (அபிநவகுப்தர் உரை) அல்லது கரி ஹஸ்தத்தில் தொடங்கி மூக்கு நுனியில் முடிக்கலாம்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

வலது முன்னாக குறுக்கிடப்பட்டுள்ள தாள்கள் (உயர்ந்த வலது குதிகால்) மூக்கிற்கருகே வளைந்த இடது கை, மார்பின் மையத்தில் கடகாமுக வலது கை, இடப்பக்கமாக உடல் சாய்ந்துள்ளது.

சிதம்பரம்

கால்கள் தஞ்சையைப் போன்று, வலது கை கரி ஹஸ்தம், இடது கை மடக்கப்பட்ட மார்புக் கரம்.

24. அரவச்சம் புஜங்கத்ராசிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

குஞ்சிதம் பாதமுத்க்ஷிப்ய த்யஸ்ர மூரும் விவர்த யேத்
கடி ஜாநு விவர்தாச்ச புஜங்கத்ராசிதம் பவேத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

குஞ்சித பாதத்தை மேல் எடுத்து தொடையை முக்கோணமாக வளைக்க வேண்டும். இடுப்பையும் முழங்காலையும் வளைத்து ஆடுவது புஜங்கத்ராசிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The Kuncita foot is to be taken up to have an oblique formation of the thighs and the hip and the knee are turned according to the movement.

அருஞ்சொற்பொருள்

குஞ்சிதம் - பாதத்தின் விரல் நுனிகள் ஒரு சேர வளைந்து இருப்பது.

ஆடற் குறிப்பு

கால்களைப் போன்று கைகளும் டோலமாக நீட்டப்பட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

சமமான இடது காலுக்கு குறுக்காக நீட்டப் பெற்ற வலது கால், வலது கை வலது அரையை ஒட்டியும் இடது கை மார்பிலும் உள்ளன. இடது பக்கமாக சாய்ந்த உடலின் நிலை.

குடந்தை

தஞ்சையைப் போன்ற கால் நிலை. வலது அங்கை மேல் நோக்கியும், இடது அங்கை கீழ் நோக்கியும் மார்பில் உள்ளன. வலப்புறம் சிறிது சாய்ந்த தலை.

சிதம்பரம்

சமமான எதிர்முக இடது தாள்: முக்கோணமாக இடப்புறம் வளைக்கப்பெற்ற வலது கால், மார்பின் குறக்கே நீட்டி தொங்கப்பெற்ற வலக்கை, மார்பருகில் பதாக முத்திரையைக் கொண்ட மடங்கிய இடக்கை.

25. முன்கை முழங்கால் ஊர்த்துவ ஜாநு

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

குஞ்சிதம் பாதமுத்க்ஷிப்ய ஜாநு ஸ்தன ஸமம் ந்யஸேத்
ப்ரயோக வசகௌ ஹஸ்தௌ ஊர்த்வ ஜாநு ப்ரகீர்திதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

குஞ்சித பாதத்தை மேல் தூக்கி முழங்கால் மார்பிற்கு நேரே வைக்க வேண்டும். ஆடலியக்கத்திற்கேற்றவாறு கைகளை அமைத்து ஆடுவது ஊர்த்து ஜாநு ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

Kuncita foot is to be lifted up so that the knee is kept in the level of the Chest. The movement of the hands should coincide the feet formation.

ஆடற்குறிப்பு

உயர்த்தப் பெற்ற முழங்காலை தரையில் குத்தி திருப்பவும் உயர்த்தி பக்கவாட்டில் நகர வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

இடைக்கு நேரே உயர்த்தப்பெற்ற வலது முழங்கால், சமமான எதிர்முக இடது தாள், மார்பளவில் மடக்கப்பெற்ற கைகள்.

குடந்தை

தஞ்சையைப் போன்ற கால் வடிவம், வலக்கை முழங்கால் மீது தொங்கியும், இடக்கை கட்காமுகமாக மார்பிலும் உள்ளன

சிதம்பரம்

தஞ்சையைப் போன்ற கால் வடிவம், வலது கை ரேசிதமாயும், இடது கை மார்பில் பதாகமாவும் உள்ளன.

26. வளைகால் நிகுஞ்சிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

குஞ்சிதம் சரணம் க்ருத் வா கரம் பார்ஸ்வே நிகுஞ்சயேத்
நாஸாக் ரே தக்ஷிணம் சைவ நயம் தந்து நிகுஞ்சிதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

காலை வளைவாகச் செய்துவிட்டு கையைப் பக்கத்தில் வளைத்து வைக்க வேண்டும். மூக்கிற்கு எதிரே வலது கையை வைத்து ஆடுவது நிகுஞ்சிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The foot to be taken as Kuncita with the left hand bent near the side and the right held at the tip of the nose.

ஆடற் குறிப்பு

காலை குஞ்சிதமாக பின்னே வளைத்து திரும்பவும் தரையில் குத்திட வைத்து மாற்றி மாற்றி ஆட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

முழங்கால் மடக்கப் பெற்று பின்புறமாக நீட்டப் பெற்ற வலக்கால், எதிர் முக சமமான இடத்தாள், கரங்கள் மார்புப் பகுதியில் மடக்கப் பெற்றுள்ளன. இடப்புறம் திரும்பிய உடலின் நிலை.

குடந்தை

பின் பக்கத்தில் நன்றாக வளைக்கப்பட்ட வலக்கால், எதிர்முக சம இடத்தாள், இடப்பக்கத்தில் தோளுக்கு மேல் மடக்கப்பட்ட கரங்கள், வலப்பக்கம் சாய்ந்த தலை.

சிதம்பரம்

தலை அளவு பின்புறமாக வளைக்கப் பெற்ற வலது கால், எதிர்முக இடத்தாள், வலக்கை கரிஹஸ்தமாகவும், இடக்கை காது அருகிலும் அடங்கி உள்ளன.

27. மத்தளிகை மத்தள்ளி

நாட்டியசாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

வாம தக்ஷிண பாஜாப்யாம் கூர்ண மானோப சர்பனை:
உத்வேஷ்டிதாப வித்தைஸ்ச ஹங்தை: மத்தள்யுதா ஹ்ருதம்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

உத்வேஷ்டிதமாயும் அபவித்தத்தோடும் கூடிய கைகளைக் கொண்டு வலது இடது கால்களை நெகிழ்த்து அசைத்து ஆடுவது மத்தள்ளி ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The right and the left foot are taken back in a whirling movement and the hands are moved in Udvestita and Apavestita.

அருஞ்சொற்பொருள்

உத்வேஷ்டிதம்
அபவேஷ்டிதம் ஹஸ்த கரணங்கள்.

ஆடற்குறிப்பு

உத்வேஷ்டிதமும் அபவேஷ்டிதமும் ப்ருஷ்ட பாக அளவிலேயே இயக்கப்பட வேண்டும் (மத்தளத்தைக் கொட்டுவது போன்று).

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சம இருதாள்கள், இடைக்கு நேரே பக்கங்களில் வீசப்பெற்ற கைகள்.

சிதம்பரம்

குத்திட்ட வலத்தாள், எதிர்முக சம இடத்தாள், தொடையின் மீது இருத்தப்பெற்ற வலக்கரம், மார்பில் மடக்கப்பெற்ற இடக்கரம், சமமான உடலின் நிலை.

28. வீச்சு மத்தளிகை அர்த்த மத்தளி

நாட்டியசாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஸ்கலிதாப ஸ்ருதௌ பாதௌ வாமஹஸ்தஸ்ச ரேச்த: ஸ்வ்ய ஹஸ்த: கடிஸ்த: ஸ்யாத் அர்த் மத்தள்ளி தத் ஸ்ம்ருதம்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

நழுவலோடு செய்யப் பெற்ற கால்களையும், ரேசித இடக்கை, இடுப்பில் இருப்புக் கொண்ட வலக்கை இவற்றையும் கொண்டாடுவது அர்த்த மத்தள்ளி ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

With the gliding movement of the feet the left hand is to be recita while the right to be on the hip

ஆடற்குறிப்பு

அரை மண்டியிலிருந்து இரு கால்களையும் மாற்றி மாற்றி முன் நகர்த்த வேண்டும் (தரையோடு)

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சமமான இருதாள்கள், வலது தொடையில் வலக்கை, ரேசிதமாக இடப்பக்கத்தில் நீட்டப்பெற்ற இடது கை, நேரான உடலின் நிலை.

சிதம்பரம்

எதிர்முக சம வலத்தாள், அதன் அருகே குத்திட்ட இடத்தாள், வலது தொடையில் வலக்கை, ரேசிதமாக நீட்டப்பெற்ற இடக்கை, சமநிலை உடல்.

29. விட்டுத்தட்டல் ரேசித நிகுட்டிதம்

நாட்டியசாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ரேசிதோ தக்ஷிணோ ஹஸ்த: பாத:ஸவ்யோ நிகுட்டித:
தோளா சைவ பவேத் வாம: தத்ரேசித நிகுட்டிதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

வலக்கால் நிகுட்டிதமாகவும், வலக்கை வீசு நிலையிலும் இடது கை டோலமாகவும் அமைய ஆடுவது ரேசித நிகுட்டிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

With the Nikuttita movement of the right leg, the right hand is to perform recita and the left dola.

ஆடற்குறிப்பு

மார்பிலிருந்து ஒரு கை ரேசிதமாகவும், ஒரு கை லதாவாகவும் எடுக்கப்பட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

குதிகால் உயர்த்தப் பெற்ற வலக்கால், எதிர்முக சம இடத்தாள், வலக்கை முழங்கையில் மடிக்கப்பட்டு தலையளவு உயர்ந்தும் இடக்கை மார்பில் சதுரஸ்ரமாயும் காணப்படுகின்றன. நன்றாக வலப்பக்கம் சாய்ந்த உடல், இடப்புறம் நோக்கும் தலையின் நிலை.

சிதம்பரம்

தஞ்சையைப் போன்ற கால் வடிவம். நீண்ட வலது கை தோளளவில் உயர்த்தப் பெற்றும், இடக்கை தொடைக்கு அருகே தொங்கப் பெற்றும் காணப்படுகின்றன.

30. பிறழ் குறங்கு பாதாப வித்தகம்

நாட்டியசாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

கார்யௌ நாபிதடே ஹஸ்தௌ ப்ராங்முகௌ கடகா முகௌ
சூசிவித்தாவ பத்ராந்தௌ பாதௌ பாதாபவித்தகே.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

உந்திக்கு நேரே கைகளை கடகாமுகமாகக் கொண்டு கால்களை சூசி பாதமாகவும் அபக்ராந்தமாகவும் அமைத்து ஆடுவது பாதாபவித்தகம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

In the suci and apakranta movement of the feet, the hands are to be Katakamukha with their back against the navel.

அருஞ்சொற்பொருள்

அபக்ராந்தம் - ஆகாச சாரிகளில் ஒன்று. தொடையை உயரே தூக்கி பிறழ்த்தி ஆடுவது.

ஆடற்குறிப்பு

வலக்காலை இடப்பக்கத்தில் சூசியாக வைத்து, இடக்காலை தட்டிய பின் வலக்கால் அபக்ராந்த சாரியை செய்ய வேண்டும். இரு கால்களையும் மாற்றி மாற்றி செய்யலாம்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக இடது தாளுக்கருகில் குத்திட்ட வலத்தாள். கைகள் இரண்டும் கடகாமுகமாக மார்பில் உள்ளன.

குடந்தை

தஞ்சையைப் போன்ற கால் வடிவம். மார்பில் இரு கரங்கள்.

சிதம்பரம்

தஞ்சை, குடந்தை சிற்பங்களைப் போன்றே உள்ளது.

31. சுழலாக்கம் வலிதம்

நாட்டியசாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

அபவித்தோ பவேத் ஹஸ்த: சூசிபாதஸ்ததைவச
ததாத்ரிகம் விவ்ருத்தம் ச வலிதம் நாம தத் பவேத்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கையை அபவித்தமாகவும், காலை சூசியாகவும் வைத்து முதுகெலும்பை வளைத்து சுழற்றுவது வலிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

when the inclined body is turned with the apaviddha hand and suci foot; it is named as valitam.

அருஞ்சொற்பொருள்:

அபவித்தம் - ஆவித்தம் (எழிற்கை)

ஆடற்குறிப்பு

இடது கையை சதுரஸ்ரமாகவும், இடக்காலை தட்டி வலக்காலை சூசியாகக் கொண்டு வளைந்து சுழலும் போது வலக்கை அதற்கேற்றவாறு மேலெழும்பி மார்பில் முடிய வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

குத்திட்ட வலக்கால், எதிர்முக சம இடத்தாள், உயர்ந்த நீட்டப் பெற்ற ரேசித வலக்கை, மடக்கப்பட்ட மார்பு இடக்கை, இடப்பக்கமாக நன்கு வளைந்த உடல்.

சிதம்பரம்

தஞ்சையைப் போன்ற கால் வடிவம், பதாக வலக்கை மார்பில், தொடை மீது ஊன்றிய இடக்கை.

32. சுழலகம் கூர்ணிதம்

நாட்டியசாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

வர்த்திதா கூர்ணிதஸ் சவ்ய ஹஸ்தெள வாமஸ்ச டோலித:
ஸ்வஸ்திகா அபஸ்ருத பாத: கரணம் கூர்ணிதம் து தத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

வலது கையை உயர்த்திச் சுழற்றியும், இடது கையை டோலத்திலும் வைத்து கால்களை ஸ்வஸ்திகத்திலிருந்து பிரிக்கப்பட்டதாயும் கொண்டு ஆடுவது கூர்ணிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

When the feet is separated from the svastika position with the whirling right hand and the hanging left hand, it is the Karana Ghurnita.

ஆடற்குறிப்பு

ஸ்வஸ்திக நிலையை ஆரம்பித்து சமநிலையில் முடித்தல். இரண்டு முறை வேகமாக சுற்றல். வலது கையை சுழற்றியபின் கடகாமுகமாக மார்பில் முடித்தல்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சம இடத்தாளுக்கு முன்னாக குறுக்கிட்ட வலத்தாள் (சூசி), மார்பருகே மடக்கப்பட்ட கடகாமுக வலக்கை, லதாவாக தொங்கிய இடக்கை, உயர்ந்த இட அரை.

குடந்தை

தஞ்சையைப் போன்ற கால் வடிவமும், கைகளும், உயர்ந்த வலது அரை.

சிதம்பரம்

கால்கள் குறுக்கிடப்படவில்லை. பதாக வலக்கை மார்புக்கருகில், தொங்கிய இடக்கை.

33. மென்நடம் லலிதம்

நாட்டியசாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

கரிஹஸ்தோ பவேத் வாம: தக்ஷிணஸ்ச விவர்த்திக:
பகுச: குட்டித: பாத: ஞேயம் தல்லலிதம் புதை:

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

இடது கை துதிக்கை போலவும் வலது கை திருப்பப்பட்டதாயும் பாதத்தால் பலமுறை தட்டி ஆடுவது லலிதம் என்ற அறிஞர்களால் அறியப்பட்டது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

When the left hand is shown in Karihasta and the right turned. With the kuttita movement of the feet it is Lalitam.

அருஞ்சொற்பொருள்

குட்டிதம் - பாதத்தின் பின் பாகத்தை மட்டும் உயர்த்தித் தட்டுதல்.

ஆடற்குறிப்பு

கரிஹஸ்தத்தை ஊஞ்சல் போன்று அசைக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சம இடத்தாள் அருகே குத்தப்பெற்ற வலத்தாள், லதாவாக இடது கை, வலப்பக்கத்தில் மடக்கப்பட்ட வலக்கை (கடகாமுகம்) சிறிது வலப்பக்கம் சாய்ந்த உடல்.

குடந்தை

எதிர்முக சம இடத்தாளுக்கருகில் குத்தப் பெற்ற வலத்தாள், வலது கை கரிஹஸ்தம், தோளுக்கு மேலே வளைக்கப்பட்ட இடக்கை (காதருகில்)

சிதம்பரம்

குடந்தைச் சிற்பத்தைப் போன்றது.

34. கோல்நடம் தண்டபக்ஷம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஊர்த்வஜானூம் வித்யாத் தஸ்யோபரி லதாம் நியசேத்
தண்டபக்ஷம் து தத்ப்ரோக்தம் கரணம் நிருத்த வேதிபி:

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

ஊர்த்வ ஜானுவை செய்து அதன் மேல் கொடிக் கையை (லதா) வைக்க வேண்டும். அவ்வாறு செய்யப்படுவது நாட்டியமறிந்தவர்களால் தண்டபக்ஷம் என்று கூறப்பட்டது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

When the Urdhvajanu Cari is performed with the lata hand rested on the raised knee it is called as Dandapaksham.

அருஞ்சொற்பொருள்

ஊர்த்வ ஜானு - ஆகாஷ சாரிகளுள் ஒன்று.

ஆடற்குறிப்பு

ஊர்த்வஜானு போல் உயர்ந்த காலை திரும்பவும் தரையில் கொண்டு வரும் போது லதா கை மார்பின் குறுக்கே கரிஹஸ்தமாக ஆக வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சம இடத்தாள், இடை அளவு உயர்ந்த வல முழங்காலின் மீது இருத்தப் பெற்ற வலக்கொடிக்கை, மடக்கப்பட்ட பதாக இடது கை, வலப்புறம் ஒசிந்த தலை.

குடந்தை

தஞ்சை சிற்பத்தைப் போன்ற கால் அமைப்பு. உயர்ந்த வல முழங்காலின் மீது இருத்தப் பெற்ற வலக்கை, ரேசிதமாக நீட்டப்பெற்ற இடக்கை.

சிதம்பரம்

தஞ்சை, குடந்தையைப் போன்ற கால் அமைப்பு. வலக்கை ரேசிதமாகவும், இடக்கை லதாவாகவும் உள்ளன.

35. அரவச்ச வீச்சு புஜங்கத்திரஸ்த ரேசிதம்

நாட்டியசாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

புஜங்கத்ராசிதம் க்ருத்வா யத்ரோ பாவபி ரேசி தௌ வாம பார்ஷ்வோ ஸ்திதௌ ஹஸ்தௌ புஜங்கத்திரஸ்த ரேசிதம்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

புஜங்கத்ராசித சாரியை ரேசித கைகளுடன் செய்து பின் இடது பக்கத்தில் இரு கைகளையும் கொண்டு முடிப்பது புஜங்கத்திரஸ்த ரேசிதம் ஆகும்.

அருஞ்சொற்பொருள்:

புஜங்கத்ராசிதம் - ஆகாஷ சாரி

ஆடற்குறிப்பு

பக்கவாட்டில் நகர்தல் வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சம இடத்தாள், இடையளவு இடப்பக்கமாக நீட்டப்பெற்ற வலது கால், மார்புக்கு குறுக்காக இடப்புறம் சென்ற வலது கை, லதா ஹஸ்தம் கொண்ட இடது கை, இடப்பக்கமாக சாய்ந்த உடலமைப்பு.

குடந்தை

தஞ்சையைப் போன்ற கால் வடிவம், வலக்கை மார்பில் மடக்கப்பட்டும், இடக்கை தோளளவில் ரேசிதமாய் நீட்டப் பெற்றும் உள்ளன.

சிதம்பரம்

எதிர்முக சம இரு தாள்கள், மார்பின் குறுக்கே கரிஹஸ்தமாக தொங்கவிடப்பட்ட வலக்கை, தோளளவு ரேசிதமாக நீண்ட இடக்கை.

36. தண்டையாட்டு நூபுரம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

த்ரிகம் சு வலிதம் க்ருத்வா லதா ரேசிதகௌ கரௌ
நூபுரஸ்ச ததா பாத: கரணே நூபுரேநியசேத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கைகளை ரேசிதமாகவும் லதாவாகவும் செய்து இடுப்பெலும்பைத் திருப்பி வளைக்கும் போது நூபுர சாரியைச் செய்ய வேண்டும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

When the trika is turned gracefully in the Nupura Cari with the lata and recita gestures it is the Karana Nupura.

அருஞ்சொற்பொருள்:

நூபுர சாரி - ஆகாஷ சாரிகளில் ஒன்று.

ஆடற்குறிப்பு

நூபுரமாக காலை எடுத்து சுழன்று ஸ்வஸ்திக ஸ்தானத்தில் முடிப்பது.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சம இருதாள்கள், ரேசிதமாக உயர்த்தப்பெற்ற இரு கைகள், இடப்பக்கம் சாய்ந்த உடலின் நிலை.

குடந்தை

வலக்காலுக்குப் பின்னாக குத்திட்ட இடக்கால், கொடிக்கைகளைக் கொண்ட இரு கரங்கள்.

சிதம்பரம்

இடக்காலுக்குப் பின்னாக குத்திட்ட வலக்கால், ரேசிதமாக உயர்த்தப் பெற்ற இரு கைகள்.

37. பரிகாலசைவு வைஷாக ரேசிதம்

நாட்டியசாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ரேசிதௌ ஹஸ்தபாதௌ ச கடீ க்ரீவா ச ரேசிதா
வைஷாக ஸ்தான கேன ஏதத் பவேத் வைஷாக ரேசிதம்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கைகால்கள் ரேசிதமாயும், இடுப்பும் கழுத்தும் ரேசிதமாயும் அமைய வைஷாக ஸ்தானத்தில் ஆடப்படுமாகில் அது வைஷாக ரேசிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

When the hands and feet are in Recita so the hip and the neck and the entire body in Vaisatha Sthana it is to be called Vaisaha Recita.

அருஞ்சொற்பொருள்

வைஷாக ஸ்தானம் - ஆண்களுக்கான அறுவகை நிலைகளுள் ஒன்று: கால் அகன்ற நிலை.

ஆடற் குறிப்பு

முன் நகர்தல் - வைஷாக ஸ்தானத்தில்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர் முக சம இருதாள்கள் (இடைவெளியுடன்) மார்பு மையத்தில் பதாக வலக்கை, லதாவாக தொங்கவிடப்பட்ட இடக்கை, உடல் சமம், வலப்பக்கமாக ஒடிந்த தலை.

குடந்தை

ஊர்த்வ ஜானு போல் தூக்கப்பெற்ற வலக்கால், எதிர்முக சம இடத்தாள், மார்பில் மடக்கப்பெற்ற அலபத்ம கைகள்.

சிதம்பரம்

குடந்தை சிற்பத்தைப் போன்று வலக்கால் உயரவில்லை. தரையில் குத்திட்டுள்ளதைப் போல் உள்ளது. கைகள் குடந்தை சிற்பத்தைப் போன்று உள்ளன.

38. வண்டாட்டு ப்ரமரகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஸ்வஸ்திக: பாத: கரௌ சோத் வேஷ்டி தௌ ததா
த்ரிகஸ்ய வலனாச்சைவ ஞேயம் ப்ரமரகம் து தத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

ஆக்ஷிப்த சாரியை ஸ்வஸ்திகத்தில் முடித்து கைகளை உத்வேஷ்டிதமாகச் செய்து த்ரிகத்தை நெளித்துச் சுற்றுவது ப்ரமரகம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

When the Skshipta cari is ended in svastika position and the trika is turned round with the Udvestita hands it is called Bhramarakam.

அருஞ்சொற்பொருள்

ஆக்ஷிப்த சாரி - ஆகாக்ஷ சாரிகளில் ஒன்று.

ஆடற்குறிப்பு

உத்வேஷ்டித கைகள் தோளுக்கு மேல் செய்ய வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

இடத்தாளுக்கு முன்னாக குறுக்கிட்ட சம வலத்தாள், தோளுக்கு மேலே மடக்கப்பட்ட வலக்கை, அரைக்கு நேராக மடக்கப்பட்ட இடது கை. உடல் சமம்.

குடந்தை

இடக்காலுக்கு முன்னாக குறுக்கிட்ட வலத்தாள், மார்பருகே மடங்கியு வலக் கை, இடப்பக்கத்தில் வீசப்பெற்ற இடக்கை.

சிதம்பரம்

உடல் திரும்பலை நன்கு சுட்டுகிறது
கால்கள் ஸ்வஸ்திக நிலையில் உள்ளன.

39. சதுரம் சதுரம்

நாட்டியசாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

அஞ்சிதஸ் யாத்கரோ வாம: சவ்ய: சதுர ஏவது
தக்ஷின: குட்டித: சதுரம் தத் ப்ரகீர்த்திதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

இடது கை அஞ்சிதமாயும் வலது கை சதுரமாயும், வலது கால் குட்டிதமாகவும் அமைய ஆடுவது சதுரம் என்று கூறப்பட்டது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

When the left hand is in ancita (alapallava) and the right in Catura and the right foot in Kuttita movement it is the Karana Catura.

அருஞ்சொற்பொருள்:

அலபல்லவம்: எழிற்கை (தோளுக்கு மேல் வளைக்கப்பட்ட கை)

ஆடற்குறிப்பு

சதுர வலக்கையை சதுரமாக நகர்த்திக் காட்டலாம்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

சதுர அமைப்பைக் கொண்ட கால் வடிவம், குத்தப்பெற்ற வலக்கால், தோளுக்குள் மடங்கிய வலக்கை, அரை அளவில் மடக்கப்பெற்ற இடக்கை.

குடந்தை

இடத்தாளுக்கருகே குத்திட்ட வலத்தாள், தோளில் மடக்கப்பட்ட சர்ப்பசிரஸ் வலக்கை, இடையளவில் வீசப்பெற்ற இடக்கை, வலது அரை உயர்ந்துள்ளது.

சிதம்பரம்

குடந்தை சிற்பத்தைப் போன்ற கால் வடிவமும், வலக்கை அமைப்பும், இடக்கை கரிஹஸ்தமாகவும் இருக்கிறது.

40. அரவோச்சு புஜங்காஞ்சிதகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

புஜங்கத்ராசித: பாதோ தக்ஷிணோ ரேசித:கர:
லதாக்யஹ்ச கரோ வாமோ புஜங்காஞ்சிதசம்பவேத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

பாதம் புஜங்கத்ராசிதமாகவும், வலது கை ரேசிதமாயும், இடது கை கொடிக்கையாயும் அமையச் செய்வது புஜங்காஞ்சிதமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

Bhujangatracita cari is porformed with the right hand as recita and the left hand as lata.

ஆடற்குறிப்பு

புஜங்கத்திராசித சாரியை அஞ்சித காலோடு முடிக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

சம இடத்தாள், இடப்பக்கமாக உயர்த்தப்பட்ட வலக்கால், மடக்கப்பெற்ற பாதாக வலக்கை, கரிஹஸ்த இடக்கை, வலப்பக்கமாக நன்கு சாய்ந்த தலை.

குடந்தை

தஞ்சை சிற்பத்தைப் போன்ற கால் அமைப்பு.
கரிஹஸ்த வலக்கை, சர்ப்பசிரஸ் இடக்கை (மடங்கியது)

சிதம்பரம்

தஞ்சையைப் போன்ற கால் அமைப்பு
வலக்கை லதா, இடக்கை ரேசிதம்.

41. கோலோச்சு தண்டகரேசிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

விக்க்ஷிப்தம் ஹஸ்தகபாதம் து ஸமன்தாத் யத்ர தண்டவத்
ரேச்யதே தத்திகரணம் ஞேமம்தண்டக ரேசிதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கை கால் நான்கு புறமும் தூக்கி எறியப்பட்டு எங்கு தண்டத்தைப் போல் விடப்படுகிறதோ அச்செயலானது தண்டக ரேசிதம் என அறியத்தக்கது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

When the hands and feet are thrown like a staff on all sides it is the Karana Dandakarecita.

ஆடற்குறிப்பு

ரேசித வலது கை, பக்கத்தில் கால் உயர்த்தப்படும் பொழுது மார்பின் குறுக்கே கரிஹஸ்தமாகக் கொண்டு செல்ல வேண்டும். கால் தரையில் வந்தவுடன் லதா ஹஸ்தமாகச் செய்ய வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

இடது தொடைக்கு குறுக்காக சென்ற நீட்டப்பெற்ற வலக்கால் (மிகுந்த இடைவெளியுடன்) ரேசிதமாக உயர்த்தப்பெற்ற கைகள், வலப்பக்கம் சாய்ந்த தலை.

குடந்தை

தண்டத்தைப் போல் பக்கத்தில் நீட்டப்பெற்ற வலக்கால், கரிஹஸ்த வலக்கை, தலையில் படிந்த மடங்கிய இடக்கை.

சிதம்பரம்

முழங்கால் மடங்கி அஞ்சிதமாக நீட்டப்பெற்ற வலது கால், வலக்கை லதா, இடக்கை ரேசிதம், இடப்பக்கம் ஒசிந்த தலை.

42. கொட்டு தேள் விருச்சிக குட்டிதம்

நாட்டியசாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

விருஸ்சிகம் சரணம் க்ருத்வா த்வாவப்யத நிகுட்டிதெள
ஷிதாதவ்யெள கரெள தத்து ஞேயம் விருஸ்சிக குட்டிதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

விருச்சிகமாக காலை செய்து விட்டு மற்றொரு காலை நிகுட்டிதமாக செய்து கையையும் அமைத்துச் செய்வது விருச்சிகக் குட்டிதமாக அறியத்தக்கது ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

Assuming vruscika posture in one leg and the Nikuttita movement in the other the Karana Vruscikakuttita is performed.

அருஞ்சொற்பொருள்

விருச்சிகம் - பின்னோக்கி வளைக்கப்பட்ட குஞ்சித பாதம்.

ஆடற்குறிப்பு

வலக்கால் உயர்த்தப்பெறும் போது இடக் குதிகாலை நிகுட்டிதமாகத் தட்ட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

இடை அளவு பின் பக்கமாக வளைந்த வலக்கால், மார்பிலே மடக்கப் பெற்ற கீழ் நோக்கும் விரல்களை உடைய கைகள், வலப்பக்கமாக ஒடிந்த தலை.

குடந்தை

காதளவு பின்பக்கமாக உயர்ந்த வலதுகால், மார்பிலே வலக்கை பதாகமாயும், இடக்கை கடகாமுகமாகவும் உள்ளன.

சிதம்பரம்

குடந்தை சிற்பத்தைப் போன்ற கால் அமைப்பு. தோளுக்கு மேலாக வளைக்கப்பெற்ற இரு கரங்கள்.

43. இடை நொசிப்புச் சுழல் கடிப்ராந்தம்

நாட்டியசாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

சூசிம் க்ருத்வா பவித்தம் ச தக்ஷிணம் ச்ரணம் ந்யசேத்
ரேசிதா ச கடிர்பத்ர கடிப்ராந்தம் ததுச்யதே

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

சூசியைச் செய்துவிட்டு வலது காலை அபவித்தமாக வைக்க வேண்டும். அப்பொழுது இடுப்பை ரேசிதமாகக் கொண்டு சுற்ற வேண்டும். அதற்கு கடிப்ராந்தம் என்று பெயர்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

In the suci cari the right hand is to be Apaviddha (Aviddha) and then the hip is raised and rotated.

அருஞ்சொற்பொருள்

ஆவித்தம் - தோளளவு உயர்த்தி நீட்டப்பெற்ற கைகள். எழிற்கைகளில் ஒன்று.

ஆடற்குறிப்பு

சூசி-சாரியை செய்து முன் நகர வேண்டும். இடை சுழற்றப்படும் பொழுது ஒரு கை தலைக்குமேல் உத்வேஷ்டிதமாக சுற்றப்பட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சம வலத்தாளுக்கு அருகே குத்தப்பெற்ற இடத்தாள், ரேசிதமாக உயர்த்தப் பெற்ற இரு கைகள், சிறிதே வலப்பக்கம் ஒசிந்த தலை.

குடந்தை

இடத்தாளுக்கு அருகே குத்திட்ட வலக்கால், தோளுக்கு மேல் அலபத்ம வலக்கை, மார்பில் கடகாமுக இடக்கை, உயர்ந்த வலது அரை.

சிதம்பரம்

இரு முழங்கால்களும் இடது பக்கம் நோக்கியுள்ளன. பதாக வலக்கை, சர்ப்பசிரஸ் இடக்கை இரண்டும் மார்பளவில் உள்ளன.

44. தேள் இயக்கம் லதா விருச்சிகம்

நாட்டியசாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

அஞ்சித: ப்ருஷ்டத: பாத: குஞ்சிதோதவ தலாங்குளி:
லதாக்யஸ்ச சுரோ வாம: தல்லதா வ்ருஸ்சிகம் பவேத்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

பின்புறமாய் வளைக்கப்பட்ட பாதத்தின் விரல்கள் மேல் நோக்கிய விரல்களை உடையனவாக, இடது கையை லதா ஹஸ்தமாகக் கொண்டு செய்யப்படுவது லதாவ்ருச்சிகம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The Ancita foot is taken back and bent with the fingers pointing upwards. The left hand is shown in lata gesture.

ஆடற்குறிப்பு

இயக்கம் கைகளில் காண்பிக்கப்பட வேண்டும். கால்கள் நிலையை மட்டும் குறிக்கின்றன.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

இடையளவு பின்பக்கமாக வளைக்கப் பெற்ற வலது கால், வலது மார்புக்கருகில் கடகாமுக வலக்கை, ரேசித இடது கை.

குடந்தை

தலையளவு பின்புறமாக வளைக்கப் பெற்ற வலது கால், மார்பருகில் அலபத்ம வலக்கை, ரேசித இடக்கை.

சிதம்பரம்

குடந்தையைப் போன்ற கால் அமைப்பு. மார்பருகில் பதாக வலக்கை, ரேசித இடக்கை.

45. இயங்கிடை சின்னம்

நாட்டியசாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

அலபத்ம: கடீதேசே சின்னா பார்யாயச: கடீ
வைஷாக ஸ்தான கேனேஹதச்சின்னம் கரணம் பவேத்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

வைசாக ஸ்தானத்தில் நின்று அலபத்ம முத்திரையைப் பிடித்து இடுப்பில் வைத்து இடுப்பைச் சுழற்றி ஆடுவது சின்னம் என்ற கரணமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

In the vaiskha sthana, the alapadma hands are to be held on the hip which is in chinna.

அருஞ்சொற்பொருள்

வைஷாக ஸ்தானம்	-	உடலின் நிலை
அலபத்ம கைகள்	-	ஒற்றைக்கை முத்திரை
சின்னம்	-	இடை அசைவு முறை.

ஆடற்குறிப்பு

இடை சுழற்றப்படும் பொழுது குதிகால்களை மாற்றி மாற்றி தரையில் தட்ட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சம இருதாள்கள், வலது தொடையின் மீது இருத்தப் பெற்ற வலது கை, தோளுக்கு மேலே மடக்கப்பட்ட இடக்கை, வலப்புறம் வளைந்த தலை.

குடந்தை

எதிர்முக சம இரு தாள்கள். குடங்கையைப் போன்ற கைகள் இடைப்பகுதியில் உள்ளன.

சிதம்பரம்

எதிர்முக சம இருதாள்கள், வலக்கை வல அரையில் மடிந்தும், இடக்கை இட அரையில் ஊன்றியும் உள்ளன.

46. தேள் எழுச்சி விருச்சிக ரேசிதம்

நாட்டியசாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

வ்ருஸ்சிகம் சரணம் க்ருத்வா ஸ்வஸ்திகௌ ச கராவுபௌ
ரேசிதௌ விப்ரகீர்ணௌ ச கரௌ விருஸ்சிக ரேசிதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

இரு கரங்களை ஸ்வஸ்திகமாகக் கொண்டு விருச்சிகமாகக் காலை செய்து கைகளை ஸ்வஸ்திகத்திலிருந்து ரேசிதமாகக் கொண்டு ஆடுவது விருச்சிக ரேசிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The svastika hands in the Vruscika posture are to be separated and shown recita.

ஆடற் குறிப்பு

இயக்கம் ஒரு காலில் மட்டும் (பக்க வாட்டில் நகர்தல்)

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

விருச்சிகமாக வளைக்கப்பட்ட வலக்கால், ரேசிதமாக உயர்த்தப் பெற்ற கைகள், வலப்புறம் சாய்ந்த தலை.

குடந்தை

விருச்சிகமாக வளைக்கப்பட்ட வலக்கால். ஸ்வஸ்திக மார்புக் கரங்கள்.

சிதம்பரம்

விருச்சிகமாக வளைக்கப்பட்ட வலக்கால், ரேசிதமாக உயர்த்தப்பெற்ற கைகள், வலப்புறம் சாய்ந்த தலை.

47. தேளீ விருச்சிகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

பாகுசீர்ஷாஞ்சிதௌ ஹஸ்தௌ பாத: ப்ருஷ்டாஞ்சிதஸ்தா தூர ஸந்நத ப்ருஷ்டம் ச' வ்ருஸ்சிகம் தத் ப்ரகீர்த்திதம்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

தோள் தலை இவற்றில் வளைக்கப்பட்ட கைகளை உடையதாயும் கால் பின்பக்கம், தொலைவாக வளைக்கப்பட்டதாயும் அமைவது வ்ருச்சிகம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The leg is bent and turned towards the back with the hands bent over the shoulders.

ஆடற்குறிப்பு

பக்கவாட்டில் நீட்டப்பெற்ற கால். மேலே உயர்த்தப்பெற்று திரும்பவும் பக்கத்தில் நீட்டப்பட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

விருச்சிகமாக வளைக்கப்பெற்ற வலக்கால், தோளுக்கு மேல் மடக்கப்பட்ட இரு கைக்ள். (காதருகில்)

குடந்தை

விருச்சிகமாக வளைக்கப்பெற்ற வலக்கால், தோளுக்கு மேல் மடக்கப்பெற்ற கைகள்.

சிதம்பரம்

குடந்தையைப் போன்று.

48. அகல்நடம் — வ்யம்சிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஆலீடம் ஸ்தானகம் யத்ர கரௌ வக்ஷசி ரேசிதௌ
ஊர்த்வா தோ வ்ப்ரகீர்ணீ ச வ்யம்ஸிதம் கரணம் து தத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

ஆலீட ஸ்தானத்தில் நின்று கைகள் மார்பிலிருந்து ரேசிதமாயும் மேலும் கீழுமாக கையை இறக்கி விப்ரகீர்ணமாகவும், செய்வது வ்யம்சிதம் என்ற கரணமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

In the Alida sthana the two hands are to be taken from the chest as recita and brought down and then separated.

அருஞ்சொற்பொருள்

விப்ரகீர்ணம் - ஸ்வஸ்திக கைகள் பிரிக்கப்படுதல் (எழிற்கை)

ஆடற்குறிப்பு

ரேசித கைகள் கீழிறங்கிய பின் ஸ்வஸ்திகத்தை காண்பித்து பிரிக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

முழங்கால் மடிக்கப்பட்ட வலக்கால் தரையிலிருந்து உயர்ந்துள்ளது. முழங்கால் நேரான இடக்கால், தோளளவில் நீண்ட கைகள், வலக்கால் முன்னாகவும் இடக்கால் பின்னாகவும் காட்டடப்பட்ட நிலை.

குடந்தை

வல முழங்கால் மடிக்கப்படாமல் நீண்டும், இடக்கால் மடக்கப்பட்டும் உள்ளன. (ஆலீட நிலை). மார்பில் குறுக்கிடப்பட்ட பதாக கைகள்.

சிதம்பரம்

வலக்கால் மடிந்து இடக்கால் நீண்டுள்ளது. மார்புக்கருகில் கரங்கள் உள்ளன.,

49. சிறகுமெட்டு பார்சுவ நிகுட்டிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஹஸ்தௌது ஸ்வஸ்திகௌ பார்ஸ்வே ததா பாதோ நிகுட்டித:
யக்ர துக்கரணம் ஞேயம் புதை: பார்ஸ்வ நிகுட்டிதம்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கைகள் ஸ்வஸ்திகமாய் பக்கத்தில் அமையவும், அவ்வாறே கால் நிகுட்டிதமாகவும் கூடிய நிலையில் செய்யப்படுகிறதோ அது பார்ஸ்வ நிகுட்டிதம் என்று அறிஞர்களால் அறியப்படுகிறது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

Svastika hands are to be held on one side with the Nikuttita movement of the foot.

ஆடற் குறிப்பு

தோள் வழியாக கீழே கொண்டு வரப்பட்ட ஸ்வஸ்திக கைகள் கடகாமுகமாக இருக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சம வலத்தாளுக்கருகில் குத்தப்பெற்ற இடத்தாள், வலப்பக்கமாக திருப்பப்பட்ட உடல். மார்பில் ஸ்வஸ்திக கைகள்.

குடந்தை

எதிர்முக சம இடத்தாளுக்கருகே குத்திட்ட வலத்தாள், மார்பில் குறுக்கிட்ட கரங்கள், இடப்பக்கமாக திரும்பிய நிலை.

சிதம்பரம்

எதிர்முக சம இரு தாள்கள், மார்பில் குறுக்கிட்ட கரங்கள், சமநிலையில் உள்ள உடல்.

50. பொட்டிடுகை லலாடதிலகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

வ்ருஸ்சிகம் சரணம் க்ருத்வா பாதஸ்யாங்குஷ்ட நே ந து லலாட திலகம் குர்யாத் லலாடதிலகம் து தத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

விருஸ்சிக காலை செய்து விட்டு வலக்காலிலுள்ள கட்டை விரலினால் நெற்றியில் திலகத்தைச் செய்வது லலாட திலகம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

With the Vruscika foot a mark is to be made on the forehead with a great toe.

ஆடற்குறிப்பு

நிலையை மட்டும் காட்ட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

நெற்றியைத் தொடும் வளைக்கப்பட்ட வலக்கால், இடக்கால், எதிர்முக சமம், கூப்பிய மார்புக் கரங்கள், வலப்பக்கமாக வளைந்த மேல் உடல்.

குடந்தை

தஞ்சையைப் போன்ற கால் அமைப்பு, வலக்கை வலது பாதத்தை பிடித்துள்ளது. இடது கை மார்பில் உள்ளது.

சிதம்பரம்

பக்கவாட்டில் மடிப்பில்லாமல் உயர்த்தப்பெற்ற வலக்கால், இடது கை வலது பாதத்தை பிடித்துள்ளது. வலது கை பதாகமாக மார்பில் உள்ளது.

51. ஒருக்களிப்பு க்ராந்தகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

பிருஷ்த: குஞ்சிதம் க்ருத்வா வ்யதிக்ராந்தக் ரமம் தத:
ஆக்ஷிப்தெள ச கரௌ கார்யௌ க்ராந்தகே கரணே த்விஜா:

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

பின்புறத்திலிருந்து குஞ்சிதத்தை செய்துவிட்டு அத்திக்கிராந்த சாரியைச் செய்து கைகளைக் கீழே தொங்கவிட்டு ஆடுவது க்ராந்தகம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The Kuncita feet is taken back in the Atikrant cari and the hands are thrown.

அருஞ்சொற்பொருள்

அதிக்ராந்த சாரி - ஆகாச சாரிகளில் ஒன்று.

ஆடற்குறிப்பு

முன்நோக்கியும், பக்கவாட்டிலும் நகர வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

இடக்காலை குறுக்கிட்ட வலக்கால், இடப்புறத்தை நோக்கும் இரு முழங்கால்கள், நேராக திருப்பப்பட்ட இடை, கைகள் மார்பில் உள்ளன.

சிதம்பரம்

எதிர்முக சம இடத்தாள், முன்பக்கமாக அஞ்சிதமாக நீட்டப்பெற்ற வலக்கால், மார்பக பதாக வலக்கை, மார்பில் மடங்கிய இடக்கை, இடப்பக்கம் சாய்ந்த தலை.

52. நொசிப்பு குஞ்சிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஆத்ய: பாத : நத: கார்ய: ஸவ்ய ஹஸ்தி ச குஞ்சித:
உத்தானோ வாம பார்ஸ்வஸ்த தத் குஞ்சித முதாஹ்ருதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

வலது காலையும் வலது கையையும் முதலில் வளைத்து இடது பாகத்தைத் தூக்கிச் செய்வது குஞ்சிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The right leg and hand is to be bent as Kuncita first and the left side is lifted up.

ஆடற்குறிப்பு

குஞ்சித காலை சிதம்பரம் சிற்பத்தைப் போன்று பின்பக்கமாக வளைத்து உயர்த்தியோ அல்லது தஞ்சை சிற்பத்தைப் போன்று தரையில் ஊன்றியோ செய்யலாம்.

சிற்ப விளக்கமும், ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சம இடத்தாளுக்கு அருகே நுனி விரல்கள் ஊன்றப்பெற்ற வலது தாள், மார்பு மையத்தில் இருத்தப் பெற்ற மடங்கிய வலக்கை, தொடையின் மீது ஊன்றிய இடக்கை.

குடந்தை

தஞ்சையைப் போன்ற காலமைப்பு, இரு கைகளும் மார்பில் வளைக்கப்பட்டுள்ளன. வலப்பக்கம் வளைந்த தலை.

சிதம்பரம்

அமர்ந்த நிலை. முழங்கால் தரையில் ஊன்றப்பெற்று குஞ்சிதமாக தூக்கப்பெற்ற வலது கால், மார்பக இரு கைகள்.

53. வளைப்பு சக்கர மண்டலம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ப்ரலம்பிதாப்யாம் பாகுப்யாம் யத்காத்ரேண நதேச நச
அப்யந்த்ரா பவித்த : ஸ்யாத் த்ஜ்ஜேயம் சக்கர் மண்டலம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

தொங்கவிடப்பட்ட கைகளாலும் வளைந்த உடலாலேயும் உள்ள அபவித்தமாய் செய்யப்படுவது சக்கரமண்டலம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The body is bent down and held between the two hanging arms.

ஆடற்குறிப்பு

வயிறு பாகம் மேல் நோக்க உடலை வளைக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும், ஒப்பீடும்

தஞ்சை

பின்புறம் முன்னே தெரியுமளவு வலக்கால் இடக்காலுக்கு முன்பாக குறுக்கிடப்பட்டுள்ளது. முன்நோக்கும் திருகிய இடை, பக்கங்களில் லதாவாக தொங்கும் கைகள்.

குடந்தை

பின்னோக்கி வளைக்கப்பெற்ற உடல், தலையின் பின்பக்கம் இரு வளைந்த கால்களின் இடையே உள்ளது. மேல் நோக்கிய வயிறு.

சிதம்பரம்

வளைந்த கால்களுக்கு இடையில் வளைக்கப் பெற்ற முன்புற முகத்தின் நிலை.

54. உரம்பெறுகை உரோமண்டலம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஸ்வஸ்தீகாபஸ்ருதௌ பாதாவாப வித்த க்ரமௌ யதா
உரோ மண்டலகௌ ஹஸ்தா உரோ மண்டலிகந்து தத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

ஸ்வஸ்திகத்திலிருந்து பிரிக்கப்பட்ட கால்களுடன் அபவித்த முறையில் கைகளை மார்பில் அமைத்து நின்று ஆடுவது உரோ மண்டலம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The feet to be drawn away from the Svastika form with the hands held in the chest region.

ஆடற்குறிப்பு

பக்கவாட்டில் நகர்தல் வேண்டும். பதாக கைகள் மார்பில் அமைய அலபத்மமாக முடிக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை
எதிர்முக சம இடத்தாளுக்கு அருகே குத்தப்பெற்ற வலத்தாள், மார்புக்குச் சற்று கீழாக மடக்கப்பெற்ற அலபத்ம இரு கைகள்.

குடந்தை
வலது முன்னாக குறுக்கிடப்பட்டுள்ள எதிர்முக கால்கள், மார்புக்கருகில் இரு பதாக கைகள், சமமான உடலின் நிலை.

சிதம்பரம்
எதிர்முக சம இரு தாள்கள், பதாக முத்திரையைக் கொண்ட கைகள் (மார்பில்).

55. வீசுகால்கை ஆக்ஷிப்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஆக்ஷிப்தம் ஹஸ்தபாதம் ச க்ரியதே யத்ரே வேகத:
ஆக்ஷிப்தம் நாம கரணம் விஞ்ஞேயம் தத் வி ஜோத்தமா:

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

வேகமாய் கையும் காலும் வீசி எறியப்பட்டு நின்று ஆடுவது ஆக்ஷிப்தம் என்ற கரணமாக அறியத்தக்கது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The hand and foot to be swiftly thrown.

ஆடற்குறிப்பு

காலை மடக்கி மேலே உயர்த்த வேண்டும். கைகள் தோளளவில் வீச வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

சமமான எதிர்முக வலத்தாள், பின்னாக குறுக்கிட்ட இடத்தாள், மார்பில் மடக்கப்பெற்ற வலக்கை, தொடை மீதிருத்திய இடக்கை. இடப்பக்கமாக வளைந்த உடல்.

குடந்தை

இடப்பக்கம் நன்கு வளைந்த உடல், தோளளவில் வீசப்பெற்ற கைகள், முழங்கால் தொடையுடன் மடிந்த உயர்ந்த வலக்கால்.

சிதம்பரம்

அமர்ந்த நிலை, பதாக வலக்கை, முஷ்டி இடக்கை.

56. அங்கால் விளக்கம் தலவிலாசிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஊர்த்வாங்குளி தல: பாத: பார்ஸ்வே நோர்த்வம் ப்ரசாரித: ப்ரகுர்யாதஞ்சித தலௌ ஹஸ்தௌ தலவிலாசிதே

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

மேல் தூக்கிய விரல்களை உடைய காலானது பக்கத்திலே அமைய மேலே நீட்டப்பட்டதாக இருக்க வேண்டும். அப்பொழுது உள்ளங்கைகளை மேலே நீட்டப்பட்டதாக அமைக்க வேண்டும். இவ்வாறு செய்வது தலவிலாசிதம்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The sole and the fingers of the foot to be turned upwards with the palm of the hands bent.

ஆடற்குறிப்பு

இக்கரணம் ஒரு நிலையைக் குறிப்பதாக உள்ளது.

சிற்ப விளக்கமும், ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சம இருதாள்கள், தோளுக்கு மேல் வளைக்கப்பெற்ற இரு கைகள், இடப்பக்கம் உயர்ந்த அரை.

குடந்தை

விருச்சிகமாக பின்னோக்கி தலையளவு வளைந்த வலக்கால், தோளுக்கு மேலே மடக்கப்பெற்ற இரு அலபத்ம கைகள், சமமான உடல்.

சிதம்பரம்

குடந்தை சிற்பத்தைப் போன்றது.

57. தாள்ப்பாள் அர்களம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ப்ருஷ்பத : ப்ரஸ்ருத : பாதோ த்வெள தாயாவர்த மேவச
தஸ்யைவ சானுகோ ஹஸ்த : புரதஸ்த்வர்களம் து தத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

பாதம் பின்பக்கமாக இரண்டரை தாள அளவு வித்யாசத்தில் நீட்டப்பட வேண்டும். அதற்கேற்றவாறு கைகள் முன்னே நீட்டப்பட்டு ஆடுவது அர்களம் எனப்படும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The two feet streched backwards with a distance about two and a half talas and the hands to be moved in conformity with this.

ஆடற்குறிப்பு

பக்கவாட்டில் கைகளை கீழ் ஊன்றி கால்களை மேல்தூக்கி குட்டிக் கரணம் அடிப்பது.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

ஆலீட ஸ்தானம் போன்ற காலமைப்பு உள்ளது. மார்பில் மடக்கப் பெற்ற வலக்கை, தோளளவில் இடப்பக்கம் நீண்ட இடக்கை.

குடந்தை

தரையில் பதிந்த கைகள், தலை கீழ் நோக்கம் உடல், நன்கு உயர்ந்த மடிந்த வலக்கால், சிறிது தூக்கப்பெற்ற இடக்கால்.

சிதம்பரம்

தரையில் பதிந்த கைகள். கால்கள் தூக்கப்பெறவில்லை. வளைந்த உடல்.

58. ஒருமுக நடம் விக்ஷிப்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

விக்ஷிப்த ஹஸ்த பாதம் ச ப்ருஷ்டத: பார்ஸ்வதோ அபி வா
ஏகமார்க கதம் யத்ர தத் விக்ஷிப்த முதாஹ்ருதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கைகால்கள் இரண்டையும் பின்பக்கமாகவோ அல்லது பக்கங்களிலோ ஒரு பக்கமாக நீட்டி ஆடுவது விக்ஷிப்தம் என்ற கரணமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The hand and foot to be thrown either backward or sideways and these movement should occur on one side only.

ஆடற்குறிப்பு

வித்யுத்ப்ராந்த கரணத்தைச் செய்து விட்டு, தண்டபாதமாக காலை பக்கத்தில் உயர்த்தி சமநிலைக்கு வரவேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும், ஒப்பீடும்

தஞ்சை
எதிர்முக ச'ம இடத்தாளுக்கருகே குத்தப்பெற்ற வலத்தாள், தோளளவில் நீண்ட ரேசித கைகள்.

குடந்தை
தண்டத்தைப் போன்று பக்கத்தில் நீட்டப்பெற்ற வலக்கால், முழங்கால் மடியாத இடக்கால், மார்பக வலக்கை, தலை மீது ஊன்றிய இடக்கை.

சிதம்பரம்
தண்டத்தைப் போல் பக்கத்தில் நீட்டப்பெற்ற கால், ரேசித வலக்கை, லதா இடக்கை.

59. சுழலும் நடம் ஆவர்த்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ப்ரசார்ய குஞ்சிதம் பாதம் புணராவர்த யேதீ த்ருதம்
ப்ரயோக வசகெள ஹஸ்தெள ததாவர்த முதாஹ்ருதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

குஞ்சிதக் காலை விரைவாகப் பரப்பித் திருப்பி ஆடலி யக்கத்திற் கேற்றவாறு கைகளைத் திருப்பி ஆடுவது ஆவர்த்தம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The kuncita foot to be taken round
swiftly with the suitable hands.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர் முக சம இடத்தாளுக்கருகே குத்தப்பெற்ற வலத்தாள், தோளுக்கு மேல் மடங்கிய வலக்கை, இடையளவு மடக்கப்பெற்ற இடக்கை.

குடந்தை

குஞ்சித வலத்தாள் (தஞ்சையைப் போன்ற கால் அமைப்பு) மார்பில் இரு கைகள்.

சிதம்பரம்

தஞ்சையைப் போன்ற கால் வடிவம், மார்பில் இருத்தப் பெற்ற இரு கைகள்.

60. அளவாடுகால் டோலாபாதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

குஞ்சிகம் பாத முக்க்ஷிப்ய பார்ஸ்வாத் பார்ஸ்வம் து டோலயேத்
ப்ரயோக வசகௌ ஹஸ்தௌ டோலா பாதம் ததுச் யதே.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

வளைந்த காலை மேலெடுத்து ஒரு பக்கத்திலிருந்து மற்றொரு பக்கத்திற்கு தொங்கவிட்டு வீசி, அவ்வியக்கத்திற்கு ஏற்றவாறே கைகளையும் அசைப்பது டோலாபாதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The kuncita foot to be thrown from side to side with the swinging hands.

ஆடற்குறிப்பு

பக்கத்திற்கு பக்கம் கால் நீட்டப்படும் பொழுது கொடிக் கைகளை ஊஞ்சல் போன்று அசைக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும், ஒப்பீடும்

தஞ்சை
இடப்பக்கமாக வளைக்கப்படாமல் உயர்த்தி நீட்டப்பெற்ற வலது கால், மார்பின் குறுக்கே இடப்பக்கம் சென்ற வலக்கை, அதன் அருகே லதா இடது கை.

குடந்தை
தஞ்சையைப் போன்ற கால் அமைப்பு, மார்பக இடக்கை, தலை மீதூன்றிய இடக்கை.

சிதம்பரம்
எதிர்முக சம இடத்தாள், அதிக இடைவெளியில் நீட்டப்பெற்ற வலக்கால் (சிறிது மடிப்புடன்), லதா வலக்கை, மார்பக பதாக இடக்கை.

61. திருப்பகம் விவ்ருத்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஆக்ஷிப்தம் ஹஸ்த பாதஞ்ச த்ரிகம் சைவ விவர்தயேத்
ரேசிதௌ ச ததா ஹஸ்தௌ விவ்ருதே கரணே த்விஜா:

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கையையும் காலையும் ஆக்ஷிப்தமாகச் செய்து முதுகெலும்பைத் திருப்பி ஆட வேண்டும். அவ்வாறே கைகளை ரேசிதமாகக் கொண்டு ஆடுவது விவ்ருதம் என்ற காரணமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The hand and foot to be thrown with the trika turned round and the recita hands.

ஆடற்குறிப்பு

ஸ்வஸ்திக பாதத்தை செய்து அதனால் விரைந்து திரும்ப வேண்டும். கைகளை உத்வேஷ்டிதமாக செய்து ரேசிதத்தில் முடிக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும், ஒப்பீடும்

தஞ்சை

பின்புற நிலை, எதிர்முக சம இரு தாள்கள், தோளுக்கு மேலே வளைக்கப்பட்ட அலபத்ம கைகள், இடப்பக்க முகத் தோற்றம்.

62. இருப்புத் திருப்பு — விநிவ்ருத்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

சூசி வித்தம் விதாயாத த்ரிகம் து விநிவர்த யேத்
கரௌ ச ரேசிதௌ கார்யௌ விநிவ்ருத்தே த்விஜோத் தமா:

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

சூசி சாரியை செய்து விட்டு முதுகெலும்பைத் திருப்பி ஆட வேண்டும். அவ்வமையம் கைகளை ரேசிதமாக அமைத்துச் செய்வது விநிவ்ருத்தம் என்று கூறப்படுகிறது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

With the Suci Cari the trika is to be turned round with the two recita hands.

ஆடற்குறிப்பு

நின்ற நிலையிலோ அல்லது அமர்ந்த நிலையிலோ சுற்றலாம்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை:

எதிர்முக சம இடத்தாள், சிறிது இடைவெளி விட்டு குத்தப்பெற்ற வலத்தாள், இடப்பக்கம் உயர்ந்த அரை, மார்புக்கருகே வளைக்கப்பெற்ற இரு பதாகக் கைகள்.

குடந்தை:

அமர்ந்த நிலை, தலையில் ஊன்றப்பெற்ற இடது முழங்கால், தரை மீதுயர்ந்த வலது முழங்கால், மார்பக இடக்கை, வல முழங்காலின் மீது தொங்கப்பெற்ற வலக்கை.

63. பக்க வீச்சு பார்ஸ்வ க்ராந்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

பார்ஸ்வ க்ராந்த க்ரமம் க்ருத்வா புரஸ் தாதத பாதயேத்
ப்ரயோக வசகெள ஹஸ்தெள பார்ஸ்வக்ராந்தகம் ததுச் யதே

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

பார்ஸ்வ க்ராந்த சாரியை செய்து காலை முன்னதாக வீசும்போது அதற்கு ஏற்றவாறு கைகளையும் வீசி நின்று ஆடுவது பார்ஸ்வ க்ராந்தம் எனப்படுகிறது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The Parshvakranta cari is to be done with the leg thrown towards the front with the hands according to the movement of the feet.

ஆடற்குறிப்பு

கால் மேலே வீசப்படும் போது ரேசிதமாக கையை செய்து கீழிறக்கப்படும் பொழுது லதாவாக செய்ய வேண்டும். மற்றொரு கை பதாகமாக மார்பில் இருக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும், ஒப்பீடும்

தஞ்சை

புஜங்கத்ராசிதமாக இடப்பக்கம் நீட்டப்பெற்று வலது கால், மார்பில் இரண்டு பதாகக் கைகள்.

சிதம்பரம்

எதிர்முக இடத்தாளுக்கருகே அஞ்சிதமாக வைக்கப்பெற்ற வலத்தாள், லதா வலக்கை, மார்பக பதாக இடக்கை.

64. நிலைப்பின்மை நிஸ்தம்பிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ப்ருஷ்டத : குஞ்சித : பாதோ வக்ஷ சைவ சமுந்நதம்
திலகே ச கர : ஸ்தாப்யஸ் தந் நி ஸ்தம்பித முக்யதே

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

முதுகெலும்பின் முனையிலிருந்து வளைந்த பாதமுடையதாகவும், மார்பானது மேல் நோக்குவதாகவும் திலகத்தில் கையை வைத்து ஆடுவது நிஸ்தம்பிதம் என்று கூறப்படுகிறது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The foot to be bent back as Kuncita with the raised chest and the hand held at the centre of the fore head.

ஆடற்குறிப்பு

நிலையைக் குறிப்பதாக இக்கரணம் உள்ளது.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

ஒரு முக சம இரு தாள்கள், வல முழங்கால் இடப்பக்கம் நோக்கி உள்ளது. வலக்கை மடங்கி சிரசிலும் இடக்கை இடது முழங்கால் அருகேயும் உள்ளன.

குடந்தை

விருச்சிகமாக பின்னோக்கி தலையளவு வளைக்கப்பெற்ற வலத்தாள், வலக்கை மடக்கப்பெற்று நெற்றியின் அருகே உள்ளது. இடக்கை மார்பு மையத்தில் உள்ளது.

சிதம்பரம்

குடந்தை சிற்பத்தைப் போன்றது.

65. மின்னேர்பு வித்யுத்ப்ராந்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ப்ருஷ்டதோ வலிதம் பாதம் சிரோக்ருஷ்டம் ப்ரசாரயேத்
ஸ்ர்வதோ மண்டலா வித்தம் வித்யுத் ப்ராந்தம் ததுச்யதே

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

முதுகெலும்பின் முனையிலிருந்து காலை தலையில் உராய்வதாக நீட்டி பின் இரு கைகளையும் மண்டல ஆவித்தமாக வைத்து ஆடுவது வித்யுத்ப்ராந்தம் என்று கூறப்படுகிறது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The foot to be turned and raised backwards to touch the head with the Mandala Aviddha gesture.

ஆடற்குறிப்பு

விரைவாக உடலை சுழற்றிய பின் காலை உயர்த்த வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

தலையை உராயும் பின்னோக்கி வளைந்த வலக்கால், தோளளவில் நீட்டப்பெற்ற இரு கைகள். வலப்பக்கம் சாய்ந்த தலை.

குடந்தை:

விருச்சிகமாக தூக்கப்பெற்ற கால் நன்றாகத் தலையைத் தொடுகிறது. மார்பில் வைக்கப்பெற்ற இரு பதாகக் கைகள், நன்கு வளைந்த தலை.

சிதம்பரம்:

நேராகத் தூக்கப் பெற்ற வலக்கால், எதிர்முக சம இடத்தாள், ரேசித வலக்கை, லதா இடக்கை.

66. விரிவியக்கம் அதிக்ராந்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

அதிக்ராந்தக்ரகம் க்ருத்வா புரஸ்தாத் ஸம்ப்ரசாதயேத்
ப்ரயோக வசகெள ஸஸ்தெள அதிக்ராந்தே ப்ரகீர்திதெள

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

அதிக்ராந்த சாரியை செய்து விட்டு முன்பாகச் சென்று நீட்டி ஆடல் இயக்கத்திற்கேற்றவாறு கைகளை அமைத்து ஆடுவது அதிக்ராந்தமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The Atikranta Cari is to be performed with a forward movement and the hands used in a manner befitting the dance.

அருஞ்சொற்பொருள்

அதிக்ராந்த சாரி - ஆகாச சாரிகளில் ஒன்று.

ஆடற்குறிப்பு

வலக்காலை நீட்டும் பொழுது வலக்கை ரேசிதமாயும் இடக்கை லதாவாகவும் செய்ய வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

இடைவெளி மிகுந்த குறுக்கிட்ட ஒரு முக சம இரு தாள்கள், ரேசித வலக்கை, லதா இடது கை.

சிதம்பரம்

எதிர்முக சம இரு தாள்கள், ரேசித வலக்கை, லதா இடக்கை.

67. முடுகாட்சி விவர்திதகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஆக்ஷிப்தம் ஹஸ்த பாதம் ச த்ரிகம் சைவ விவர்திதம்
த்விதீயோ ரேசிதோ ஹஸ்தோ விவர்திதகமேவ தத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கையையும் காலையும் ஆக்ஷிப்தமாகக் கொண்டு முதுகெலும்பைத் திருப்பி ஆடி, அவ்வமயம் இடது கையை ரேசிதமாகக் கொள்வது விவர்திதகம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The hand and foot to be thrown with the rotated trika and than hands are held as recita.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

வலக்கால் முன்னாகக் குறுக்கிட்ட கால் அமைப்பு, மார்பருகே வளைத்து மடக்கப் பெற்ற வலக்கை, ரேசித இடக்கை, இடப்பக்கம் நன்கு சாய்ந்த தலை.

குடந்தை

தொடைகள் மடிக்கப் பெற்ற அமர்ந்த நிலை. மார்பக வலக்கை, வலது பாதத்தின் மீது ஊன்றப் பெற்ற இடக்கை.

சிதம்பரம்

அமர்ந்த நிலை, மார்பக வலக்கை, கரி ஹஸ்த இடக்கை.

68. களிறாடல் கஜக்ரீடிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

காணே ஞ்சித : கரோ வாமோ லதா ஹஸ்தஸ்ச
தக்ஷிண : தேலாலாபதஸ் ததா சைவ கஜக்ரீடிதகம் பவேத்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

இடது இகையை காதருகில் வளைத்து வைத்தும், வலது கையை லதாவாகவும் கொண்டு பாதம் ஊஞ்சல மைப்பினைக் கொண்டதாக ஆடுவது கஜக்ரீடிதமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The Dola Pada Cari is performed with the left hand bent near the ear and the right lata gesture.

ஆடற்குறிப்பு

காலைசைவிற்கேற்றவாறு கையும் அசைய வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

தரையை விட்டு மேலே தூக்கப் பெற்ற இடப்பக்க வலக்கால், முழங்கால் மடிக்கப்படாத இடது கால், லதாவாக தொங்கப்பெற்ற வலக்கை, இடக்காதருகே மடிந்த இடக்கை.

குடந்தை

முழங்கால் வளைக்கப் பெறாத வலக்கால், எதிர் முக சம இடத்தாள் (ஆலிட நிலை), தோளுக்கு மேல் மடக்கப்பட்டு காதருகே த்ரிபதாக கை, லதா வலக்கை.

சிதம்பரம்

குடந்தை சிற்பத்தைப் போன்றது.

69. கொட்டாடல் தலஸம்ஸ்போடிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

த்ருத முத்க்ஷிப்ய சரணம் புரஸ்தாதத பாதயேத்
தலஸம்ஸ்போடி தௌ ஹஸ்தௌ தலஸம்ஸ் போடி தே மதௌ

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

காலை வேகமாக மேலெடுத்து முன்னே நீட்டித் தட்ட வேண்டும். அப்பொழுது கைகளைக் கூப்பிக் கொட்டிக் கொண்டு ஆடுவது தலஸம்ஸ்போடிதமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

A foot to be swiftly lifted up and put forward with the hands as Talasamsphotita.

ஆடற்குறிப்பு

அதிக்ராந்த சாரியை போல் காலை நீட்டி தட்ட வேண்டும். அப்போது கைகளை கொட்டி நகர வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

வளைக்கப்பட்ட முழங்காலையுடைய வலத்தாள், வளைக்கப்படாத முழங்காலையுடைய வலப்பக்கம் நோக்கும் இடத்தாள், கால்களிடையே இடைவெளி உள்ளது. வலப்புறமாக திரும்பிய மார்புக்கருகே இணைந்த சர்ப்பசிரஸ் கைகள்.

குடந்தை

எதிர்முக சம இரு தாள்கள், புஷ்ப புட கைகளைப் போன்று ஒரு அங்கையின் மீது இருத்திய மற்றொரு அங்கை.

சிதம்பரம்

எதிர் முக சம இரு தாள்கள். மார்பின் மையத்தில் இணைந்த கைகள்.

70. கலுழவியக்கம் கருடப்லுதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ப்ருஷ்ட ப்ரசாரித : பாத : லதாரேசிதகௌ கரௌ
சமுந்நதம் சிரஸ்சைவ கருடப்லுதம் பவேத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

பின்புறத்தில் நீட்டப்பட்ட பாதமுடையதாயும், லதா ரேசித கைகளாயும் மேல் தூக்கிய வளைந்த தலையையும் கொண்டு ஆடுவது கருடப்லுதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The foot to be streched backwards with the lata and recita gestures and the head to be raised and bent.

ஆடற்குறிப்பு

பக்கவாட்டில் பின்தூக்கப்பட்ட காலுடன் தத்தித் தத்தி நகர வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை
விருச்சிகமாக பின்னே தூக்கப் பெற்ற இடக்கால், ரேசிதமாக உயர்த்தப் பெற்ற இரு கைகள்.

குடந்தை
விருச்சிகமாகத் தூக்கப் பெற்ற வலக்கால், லதா வலக்கை, ரேசித இடக்கை.

சிதம்பரம்
விருச்சிகமாக பின்னோக்கி தூக்கப் பெற்ற வலக்கால், ரேசிதமாக உயர்த்தப் பெற்ற இரு கைகள்.

71. கன்னளி கண்ட சூசி

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

சூசீ பாதோ நதம் பார்ஸ்வம் ஏகோ வக்ஷஸ்தி: கர:
த் விதீயஸ் சாஞ்சிதோ கண்டே கண்ட சூசீ ததுச் யதே

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

சூசீ பாதமாகக் கொண்டும் வளைந்த பக்கத்தை உடையதாகவும் ஒரு கையினை மார்புக்கருகில் கொண்டும் மற்றொரு கையினை கன்னத்தருகே வளைத்து வைத்து செய்வது கண்ட சூசியாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

In the Nata side the foot to be in Suci position with the hands one on the chest and the other bent to touch the cheek.

அருஞ்சொற்பொருள்

நதம் - வளைந்த பக்கம் (பக்க நிலைகளுள் ஒன்று))

ஆடற்குறிப்பு

சூசி பாதமாக காலை நீட்டி எதிர்முக தாள்களாக முடிக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர் முக இடத்தாளுக்கு அருகே குத்தப் பெற்ற வலத்தாள், கன்னத்தருகே வளைக்கப்பட்ட வலக்கை, மார்பக இடக்கை, வலப்பக்கம் வளைந்த உடல்.

குடந்தை

அமர்ந்த நிலை, பக்கவாட்டில் தலையளவு உயர்த்தப் பெற்ற சூசி வலக்கால், வலக்கை கன்னத்திற்கு கொஞ்சம் மேலாகவும், இடக்கை மார்பிலும் உள்ளன.

சிதம்பரம்

ஸ்வஸ்திக கால், மார்பிலே இருத்தப் பெற்ற கைகள்.

72. பரிப்பாடல் பரிவ்ருத்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஊர்த்வாப வேஷ்டிதெள ஹஸ்தெள சூசீபாதோ விவர்தித:
பரிவ்ருத்த த்ரிகம் சைவ பரிவ்ருத்தம் ததுச் யதே.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கைகளைத் தலைக்கு மேல் அபவேஷ்டிதமாயும் சூசீ பாதம் கொண்டு வட்டமாக முதுகெலும்பைச் சுழற்றி ஆடுவது பரிவிருத்தம் என்று கூறப்படுகிறது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

In the Suci position of the legs, the hands are to be raised in Apavestita gesture and the trika is to be rotated as in the Brahmari Cari.

சிற்ப விளக்கமும், ஒப்பீடும்

தஞ்சை

பின்புற நிலை, இடத்தாள் சமம், குத்திட்ட வலத்தாள், தோளுக்கு மேல் மடக்கப் பெற்ற அபவேஷ்டித கைகள், வலது நோக்கி திருப்பப்பட்ட தலை.

73. பக்க முழங்கால் பார்ஸ்வஜானு

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஏக: ஸமஸ்தித : பாத : ஊருப்ருஷ்டே ஸ்திதோ அபர : முஷ்டி ஹஸ்தஸ்ச வக்ஷஸ்த: பார்ஸ்வ ஜானு ததுச்யதே

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

ஒருகாலைச் சமமாக வைத்து மற்றொரு காலை தொடையின் பின்னாக வைத்து முஷ்டி கையை மார்பில் கொண்டு ஆடுவது பார்ஸ்வ ஜானு எனப்படும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

One foot is to be lifted up with the folded thigh while the other to be sama. One hand is to be Musti.

அருஞ்சொற்பொருள்

முஷ்டி - ஒற்றைக் கை முத்திரை.

ஆடற்குறிப்பு

பக்கவாட்டில் பக்கமாக தூக்கப் பெற்ற முழங்காலைக் கொண்டு நகர்தல்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சம வலத்தாள், இடத்தாள் தரையை விட்டு சற்றே உயர்ந்துள்ளது. மார்புக்கு சற்றே தள்ளி மடக்கப்பெற்ற வலக்கை, லதாவாக தொங்கும் இடக்கை.

குடந்தை

வலப்பக்கமாக மடக்கி உயர்த்தப்பெற்ற வல முழங்கால், எதிர்முக இடத்தாள் சமம். வலக்கை மார்பிலும் இடக்கை போல ஹஸ்தமாகவும் உள்ளன.

சிதம்பரம்

குடந்தையைப் போன்ற கால் அமைப்பு, வல முழங்காலை சுற்றிய பதாக வலக்கை ரேசித இடக்கை.

74. கழுகியக்கம் க்ருத்ராவலிநகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ப்ருஷ்ட ப்ரசாரித பாத: கிஞ்சிதஞ்சித ஜானுக:
யத்ர ப்ரஸாரிதௌ பாஹு தத்ஸ்யாத் க்ருத்ராவலிநகம்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

பின்பக்கமாக வளைத்து நீட்டிய காலும் கொஞ்சம் அஞ்சிதமாக முழங்காலைக் கொண்டதாயும் நீட்டப்பட்ட கையையுடையதாயும் அமையும் ஆடல் நிலை க்ருத்ராவலி நகம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

One foot is to be streched backwards with the other knee slightly bent. The two arms should be out streched as Recita.

ஆடற்குறிப்பு

நீட்டப்பெற்ற காலை கீழிறக்கி உட்கார்ந்த நிலையிலும் வளைத்துக் காட்டலாம்.

சிற்ப விளக்கமும், ஒப்பீடும்

தஞ்சை

இடப்பக்கம் நோக்கிய ஒரு முகத்தாள்கள், குத்திட்ட வலக்கால், இடைவெளி பிறகு சமமான இடக்கால், ரேசிதமாக நீட்டப்பெற்ற இரு கைகள்.

குடந்தை

அமர்ந்த நிலை, குஞ்சிதமாகத் தூக்கப்பெற்ற வலக் கால், தோளளவில் பக்கங்களில் தொங்கப் பெற்ற கைகள்.

சிதம்பரம்

வலப்பக்கமாக வளைத்து உயர்த்தப்பெற்ற இடக்கால், ரேசிதமாக உயர்த்தப் பெற்ற இரு கைகள்.

75. துள்ளல் கொட்டு ஸந்நகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

உத்ப்லுத்ய சரணௌ கார்யா வக்ரத : ஸ்வஸ்திக ஸ்திதௌ
ஸந்நதௌ சததா ஹஸ்தௌ ஸந்நதம் தனுதாஹ்ருதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

காலகள் துள்ளிக் குதிக்கும் நிலையில் செய்யத்தக்கது. முன்புறம் ஸ்வஸ்திக் வடிவில் நிற்க வேண்டும். அதற்கேற்றவாறு கைகள் சிறிது வளைந்தததாயும் கொண்டு ஆடுவது ஸந்நதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

A jump is followed by the Svastika
position of the feet with the Sannata hands.

அருஞ்சொற்பொருள்

சன்னத கைகள் - சம்புட கையாக இருக்கலாம், வளைந்த இரு கைகளையும் ஒன்றன் மீது ஒன்று வைத்தல் சம்புடமாகும்.

ஆடற்குறிப்பு

மூடப்பெற்ற இரு கைகளினால் ஓசையெழுப்ப வேண்டும். (கை கொட்டல்)

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

இடதின் முன்னதாக குறுக்கிட்ட வலத்தாள் (முழங்கால்கள் வளைக்கப் பெறவில்லை) மார்பின் மையத்தில் ஒன்றன் மீது ஒன்றாக வைக்கப்பெற்ற இரு கரங்கள்.

சிதம்பரம்

ஸ்வஸ்திக கால்களின் நிலை, மார்புக்கு முன்னே இரு கைகள்.

76. நுனை சூசி

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

குஞ்சிதம் பாதமுத் கஷிப்ய குர்யாதக்ர ஸ்திதம் புவி
ப்ரயோக வசகௌ ஹஸ்தௌ ஸா சூசீ பரிகீர்திதா

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

வளைந்த பாதத்தை மேல் எடுத்து பூமியில் கால் நுனியால் நின்று கொண்டு ஆடலுக்கு ஏற்றவாறு கைகளை அமைத்துச் செய்வது சூசீ கரணமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

A kuncita foot is to be lifted and put forward on the ground with the suitable movement of the hands.

ஆடற் குறிப்பு

பக்கவாட்டில் சூசியாக நீட்டப்பெற்ற காலோடு நகர்தல்: முடிப்பு அரை மண்டியில்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சம இடத்தாளுக்கருகே குஞ்சிதமாக வைக்கப்பெற்ற வலத்தாள், தோளளவில் நீட்டப்பெற்ற ரேசித கைகள், பின் கை சூசி ஹஸ்தத்தைக் காட்டுகிறது.

குடந்தை

படுத்த நிலை, தலையைத் தொடும் இடக்கால், மார்பக இடக்கை, வலக்காலை பிடித்த வலக்கை.

சிதம்பரம்

விரல் நுனிகள் மட்டுமே ஊன்றப்பெற்ற எதிர்முக இரு கால்கள், மார்பக இரு கைகள்.

77. நுனைக் குறிப்பு அர்த்த சூசீ

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

அல பத்ம : சிரோ ஹஸ்த: சூசி பாதஸ்ச தக்ஷிண:
யத்ர தத்கரணம் ஞேயம் அர்த சூசீ தி நாமத:

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

அலபத்ம கரத்தைத் தலையில் கொண்டு, வலது காலை சூசீ பாதமாகக் கொண்டு ஆடப்படுவது அர்த் சூசீ எனப்படும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

In the Suci position of the right foot, the Alapadma hand is to be held on the head.

அருஞ்சொற்பொருள்

அலபத்மம் - ஒற்றைக் கை முத்திரை (விரிந்த விரல்கள்)

ஆடற்குறிப்பு

சூசி கரணத்தைப் போன்ற இயக்கம்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சம இடத்தாளுக்கருகே சூசியாக வைக்கப்பெற்ற வலத்தாள், தோளுக்கு மேலே தலையளவில் நீட்டப்பெற்ற அலபத்ம வலக்கரம், ரேசித இடக்கரம், வலப் பின்கை வலத்தொடையில் ஊன்றியுள்ளது.

குடந்தை

அமாந்த நிலை, தலையளவு நீட்டப்பெற்ற வலக்கால், உடலோடு மடங்கிய இடக்கால், தலைக்கருகே அலபத்ம வலக்கை, மார்பக கடகாமுக இடக்கை.

சிதம்பரம்

சூசி வலக்கால், எதிர்முக சம இடக்கால், வலக்கை தலையருகே அலபத்மம், மார்பக இடக்கை.

78. நுனைப்பு சூசீவித்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

பாத சூச்யா யதா பாதோ த்விதீயஸ்து ப்ரவித்ய தே
கடி வக்ஷஸ்திதௌ ஹஸ்தௌ சூசீவித்தம் ததுச்யதே.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

இடது காலை சூசீயாகக் கொள்ள வேண்டும். அந்நிலையில் கையை இடுப்பிலும், மார்பிலும் அமைத்து நின்றாடுவது சூசீவித்தமாகும் என்று கூறப்படுகிறது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

One foot of Suci cari is to be put on the heel of another foot with the hands on the weist and chest respectively.

ஆடற்குறிப்பு

நிலையை மட்டும் குறிப்பதாக இக்கரணம் உள்ளது.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

முழங்கால் மடக்கப்பெறாத இடக்கால், அதன் அருகே குஞ்சிதமாக சிறிது நொடிப்புடன் வைக்கப்பெற்ற வலக்கால் (வலக்குதிகால் இடதின் மீதாக), தொடை மீது ஊன்றப் பெற்ற வலக்கை, மார்பக இடக்கை உடல் சமம்.

குடந்தை

வலது முன்னாக குறுக்கிட்ட கால்களின் நிலை, தொடை மீது ஊன்றப் பெற்ற வலக்கை, மார்பக கடகாமுக இடக்கை.

சிதம்பரம்

விரல் நுனிகள் மட்டுமே ஊன்றப் பெற்ற பாதங்கள், குடந்தை சிற்பத்தைப் போன்ற கைகளின் நிலை.

79. திரிகுறங்கு அபக்ராந்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

க்ருத்வோரு வலிதம் பாதமபக்ராந்தக்ரமம் ந்யஸேத்
ப்ரயோக வசகௌ ஹஸ்தாவபக்ராந்தம் ததுச்யதே

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

தொடைகளை வளைத்து லலிதமாக வைத்து, அவ்வளைந்த காலால் அபக்ராந்த சாரியாகச் செய்து ஆடலியக்கத்திற்கு ஏற்றவாறு கைகளையும் அமைத்து ஆடுவது அபக்ராந்தம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The valita thigh is to be taken as the Apakranta cari with the hands moved in harmony of the movement of the feet.

அருஞ்சொற்பொருள்

லலிதம் - தொடை நிலைகளில் ஒரு வகை.

ஆடற்குறிப்பு

இடப்பக்கத்தில் குத்தப்பெற்ற வலக்காலை அபக்ராந்தமாகச் செய்து ஸ்வஸ்திகமாக முடிக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

இடையைத் திருகி ஒரு முகமாக (இடப்பக்கம்) வைக்கப் பெற்ற கால்கள் (இடைவெளியுடன்)) ரேசிதமாக வீசப்பெற்ற கைகள், இடமாக சிறிது சாய்ந்த தலை.

குடந்தை

வலம் முன்னாக குறுக்கிட்ட கால்களின் நிலை, தொடை மீதூன்றிய வலக்கை, மார்பக கடகாமுக இடக்கை.

சிதம்பரம்

எதர்முக இடத்தாளுக்கருகே குத்தப்பெற்ற வலத்தாள், லதா வலக்கை, மார்பக பதாக வலக்கை.

80. மயில்நடம் மயூரலலிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

விருஸ்சிகம் சரணம் க்ருத்வா ரேசிதௌ ச ததா கரௌ
ததா த்ரிகம் விவ்ருத்தம் ச மயூர லலிதம் பவேத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

விருச்சிகக் காலாக அமைத்து கைகளை ரேசிதமாகக் கொண்டு அவ்வாறே சுழன்று மயில்போல் ஆடுவது மயூரலலிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The Vruscika formation of the leg is performed with the two Recita hands and the trika is turned.

ஆடற்குறிப்பு

இடையைத் திருகி விருச்சிக நிலையை முடிக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

விருச்சிகமாக தூக்கப்பெற்ற வலக்கால், எதிர்முக சம இடத்தாள் தோளுக்கு மேல் மடக்கி தலையளவில் உயர்த்தப் பெற்ற அலபத்ம கைகள்.

சிதம்பரம்

இடை திருகப்பெற்ற ரேசித கைகளுடன் கூடிய விருச்சிக நிலை.

81. அரவியல் சர்பிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

அஞ்சிதாப ஸ்ருதௌ பாதௌ சிரஸ்ச பரிவாஹிதம்
ரேசிதௌ ச ததா ஹஸ்தௌ தத்ஸர்பித முதாஹ்ருதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

நீட்டப்பட்ட அஞ்சிதமான கால்களுடன் தலையையும் பரிவாஹிதமாயும் அவ்வியக்கத்திற்கேற்ற நிலையில் கைககளை ரேசிதமாகவும் கொண்டு ஆடுவது சர்பிதம் என்ற கரணமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The feet are to be moved in Ancita. The two hands are to be recita and the head to be parivahita.

அருஞ்சொற்பொருள்

அஞ்சிதபாதம் - குதிகால் மட்டும் பதியப்பெற்ற பாதத்தின் நிலை.
பரிவாஹிதம் - தலை வகைகளுள் ஒன்று. (வட்டமாகத் தலையைச் சுற்றல்)

ஆடற்குறிப்பு

அஞ்சித கால்களை தரையின் மீது நழுவச் செய்து முன் நகர்தல்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

தஞ்சை

எதிர்முக சம இடத்தாள்கள், தொடைக்கு மேலாக நீட்டப்பெற்ற வலக்கை, தோளுக்கு மேல் மடக்கப்பட்டு தலையளவு உயர்ந்த இடக்கை, வலப்பக்கம் சாய்ந்த தலை.

சிதம்பரம்

எதிர்முக சம இடத்தாளுக்கருகே குத்தப்பெற்ற வலத்தாள், ரேசித வலக்கை, லதா இடக்கை.

82. ஓங்கு கால் தண்டபாதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

நூபுரம் சரணம் க்ருத்வா தண்டபாதம் ப்ரஸாரயேத்
க்ஷிப்ரா வித்த கரம் சைவ தண்டபாதம் ததுச்யதே

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

நூபுர சாரியைச் செய்துவிட்டு தண்டபாதமாக நீட்ட வேண்டும். அப்பொழுது விரைவான ஆவித்த கரமாகவும் செய்வது தண்டபாதம் என்று கூறப்படுகிறது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

After the performance of Nupura Cari, Dandapada cari is observed with the Aviddha hands shown quickly.

அருஞ்சொற்பொருள்

நூபுரம், தண்டபாதம் - ஆகாச சாரிகள்
ஆவித்த கரம் - எழிற் கைகளில் ஒன்று.

ஆடற் குறிப்பு

நூபுர சாரியை செய்து விட்டு தண்டத்தைப் போன்று பக்க வாட்டில் காலைத் தூக்க வேண்டும். தரையில் கால் இறங்கியவுடன் ஆவித்த கரத்தை செய்ய வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை

வலம் வளைந்து இடது நீண்டு இருக்கும் கால்கள் (ஆலீட நிலை). தோளுக்கு மேல் உயர்த்தப் பெற்ற கைகள்.

83. துள்ளுமான் ஹரினப்லுதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

அதிக்ராந்த க்ரமம் க்ருத்வா சமுத்ப்லுத்ய நிபாத யேத்
ஜங்காஞ்சி தோ பரி க்ஷிப்தா தத்வித்யாத் ஹரினப்லுதம்

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

After performing the Cari Atikranta, the shank on one leg is bend and rested on the other.

அருஞ்சொற்பொருள்

அதிக்ராந்த சாரி - ஆகாச சாரி.

ஆடற்குறிப்பு

அதிக்ராந்தத்தைப் போல் வலது காலை நீட்டி இடக்காலை முக்கோணமாக வளைத்து வலது முழங்காலில் வைத்தல்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

சிதம்பரம்

எதிர்முக சம இடத்தாளுக்கருகே குத்தப்பெற்ற வலத்தாள் ரேசித இடக்கை, கரிஹஸ்த வலக்கை. (செய்முறைக்கு பொருந்தவில்லை).

84. துள்ளலியக்கு ப்ரேங்கோலிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

டோளா பாதக்ரமம் க்ருத்வா சமுத்ப்லுதய நிபாதயேத்
பரிவ்ருத்த த்ரிகம் சைவ தத்ப்ரேங் கோலித முச்யதே

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

டோளாபாதம் என்ற கரணத்தைச் செய்து பக்கத்திற்குப் பக்கம் திருப்பி தாவிக் குதித்து ஆட வேண்டும். அது ப்ரேங்கோலிதம் என்று கூறப்படுகிறது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

After observing the Dolapada Cari, a jump is performed with the turning of the trika.

அருஞ்சொற்பொருள்

டோலபாத சாரி -- ஆகாச சாரி (ஊஞ்சல் ஒத்த காலசைவு)

ஆடற்குறிப்பு

டோலா பாதத்தை வலக்காலில் செய்து விட்டு வலப்பக்கமாக ரேசித கைகளுடன் சுற்ற வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை

ஒரு முகம் நோக்கி சற்றே மடிந்த கால்கள் (அதிக இடைவெளியுடன்) சாய்கோணத்தில் நீட்டப்பெற்ற வலக்கை, மார்பக இடக்கை.

சிதம்பரம்

விரல் நுனிகள் மட்டும் பதிந்த இருகால்கள், கரிஹஸ்த வலக்கை, மார்பக இடக்கை.

85. நுசுப்பு நிதம்பம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

புஜாவூர்த்வ விநிஷ்க்ராந்தௌ ஹஸ்தௌ சாபி (தொ) முகாங்குளீ பத்தா சாரீ ததா சைவ நிதம் பே கரணே பவேத்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கைகளை மேலே கொண்டு சென்று கை விரல்களை எதிர்முகமாக அமைய பத்தா சாரீயாக ஆடுவது நிதம்பம் என்ற கரணமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

In the Baddha Cari the arms are taken up with the fingers pointing upwards.

அருஞ்சொற்பொருள்

பத்தா சாரி - பூமி சாரிகளுள் ஒன்று.

ஆடற்குறிப்பு

உத்வேஷ்டித அபவேஷ்டித கைகளை தோளுக்கு மேலும் பிருஷ்ட பாகத்திலும் மாற்றி மாற்றி காண்பித்தல்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை

வலப்பக்கம் ஒசிந்த எதிர்முக சம கால்களின் நிலை. தோளில் வலக்கை, மார்பக இடக்கை.

சிதம்பரம்

குறுக்கிட்ட கால்கள், பக்கங்களில் தொங்கப்பெற்ற கைகள்.

86. நழுவகற்சி ஸ்கலிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

தோளா பாதக்ரமம் க்ருத்வா ஹஸ்தௌ தது நுகாவுபௌ
ரேசிதௌ கூர்ணிதௌ வாபி ஸ்கலிதம் கரணம் பவேத்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

ஊஞ்சல் போன்று கால் அசைவு முறையைச் செய்து விட்டு, கைகளை அக்காலியக்கத்திற்கேற்றவாறு அசைத்ததும், கைகளை நீட்டியோ, அல்லது சுழற்றியோ ஆடுவது ஸ்கலி தம் என்ற கரணமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

After observing the Dolapada Cari, the recita hands are to be taken round in harmony with the feet movement.

ஆடற்குறிப்பு

கால்கள் அளவாடு நிலை. கைகளசைவு அதற்கேற்ப.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தையில் இக்கரணத்திற்குச் சிற்பம் இல்லை.

87. துதிக்கை கரிஹஸ்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஏகோ வக்ஷஸ்திதோ ஹஸ்த: ப்ரோத்வேஷ்டித தலா பர:
அஞ்சித ஸ்கரணஸ்சைவ ப்ரயோஜ்ய : கரிஹஸ்தகே.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

ஒரு கை மார்பில் இருப்பதாகவும் மற்றொரு கை மேல் தூக்கிச் சுழல்வதாகவும் அஞ்சித பாதமாகக் கொண்டு ஆடுவது கரிஹஸ்தம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

One hand is to be placed near the chest while the other taken above and rotated in the ancita formation of the foot.

ஆடற்குறிப்பு

ஸ்வஸ்திக நிலையிலிருந்து அஞ்சிதமாகக் கால்களை மாற்றி மாற்றி வைத்தல்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை:

தலையளவில் உயர்ந்த வலக்கை, மார்பக இடக்கை, வலம் பின்னாக குறுக்கிட்ட கால்களின் நிலை.

சிதம்பரம்

காதருகே இடக்கை, கரிஹஸ்த வலக்கை, இடத்தாள் சமம், அஞ்சித வலத்தாள்.

88. ஊர்பு ப்ரசர்பிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஏகஸ்து தேசிதோ ஹஸ்தோ லதாக்யஸ்து ததா பர:
ப்ரஸர்பித தலெள பாதெள ப்ரஸர்பிதகமேவ தத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

ஒரு கை ரேசிதமாயும் மற்றொரு கை கொடிக்கையாயும் அமைய கால்களை மெதுவாக வைத்து ஆடுவது ப்ரஸர்பிதகம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

Prasarpitam is performed with one hand as recita and the other lata in the slow movement of the feet.

ஆடற்குறிப்பு

முன்நோக்கி நகர்தல்

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தையில் இக்கரணத்திற்குச் சிற்பம் இல்லை.

89. அரியாடல் சிம்ஹவிக்ரீடிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

அலாதம் ச புர : க்ருத்வா த்விதீயம் ச த்ருதக்ரமம்
ஹஸ்தௌ பாதானுகௌ சாபி ஸிம்ஹ விக்ரீடிதே ஸ்ம்ருதௌ

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

அலாத சாரியை முன்பு செய்து விட்டு மறு முறையும் அவ்வாறே விரைவான முறையில் செய்தல் வேண்டும். அவ்வியக்கத்திற்கேற்றவாறு கால்களை வைத்து ஆடுவது சிம்ஹ விக்ரீடிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

After performing the Cari Alata, one is to move swiftly and the hands to be followed with the feet.

ஆடற் குறிப்பு

அலாத சாரியை செய்யும் பொழுது கைகளை சிம்ம முத்திரையாகச் செய்ய வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தையில் சிற்பம் இல்லை.

90. கோளரி **சிம்ஹாகர்ஷிதம்**

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ப்ருஷ்டப்ரஸர்பித: பாதஸ்ததா ஹஸ்தௌ நிகுஞ்சிதௌ
புருஸ்ததைவ கர்நத வ்யௌ ஸிம்ஹா கர்ஷித கே த்விஜா:

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கால் பின்புறம் நீட்டப்பட்டதாயும் கைகள் அவ்வாறே வளைந்ததாயும் மறுபடியும் அவ்வாறே செய்யத்தக்கது. இவ்வாறு செய்வது சிம்ஹாகர்ஷிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

With the backward streched foot the hands and to be bent and turned in the front.

ஆடற்குறிப்பு

அதிக்ராந்த சாரியைச் செய்து ஊர்னனாப முத்திரையைக் காட்ட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை

சிற்பம் இல்லை.

சிதம்பரம்

விருச்சிக வலக்காலுடன், ரேசித வலக்கை, லதா இடக்கையுடன் இருக்கும் சிற்பத்தை சிம்ஹாகர்ஷிதம் என்று கூறுகிறார்கள்.

91. திருகுநடம் உத்வ்ருத்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஆக்ஷிப்த ஹஸ்தம் ஆக்ஷிப்த தேஹம், ஆக்ஷிப்த பாதகம் உத்வ்ருத்த காத்ரம் இத்யேதத் உத்வ்ருத்தம் கரணம் ஸ்ம்ருதம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

வீசி எறியப்பட்ட கை, (இடுப்பு), உடல், கால் இவற்றை உடையதாய் உடலைத் திருப்பி ஆடுவது உத்வ்ருத்தம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The hand. foot and the entire body to be moved (turned) violently.

ஆடற்குறிப்பு

உடலைத் திருப்பும் போது வலக்கையை உத்வேஷ்டிதமாகச் செய்து ரேசிதத்தில் முடிக்க வேண்டும். இடக்கை மார்பில் இருக்க வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை

பின்புற நிலை, எதிர் முக சம வலத்தாளுக்கருகே குத்தப்பெற்ற இடத்தாள், ரேசித வலக்கை, மார்பக இடக்கை.

சிதம்பரம்

பின்புற நிலை இடை திருகப்பட்டு வலப்பக்கமாக திருப்பப்பட்ட மேல் உடல்.

92. சார்பியல் உபஸ்ருதகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஆக்ஷிப்த ஸ்சரணஸ்சைசகோ, ஹஸ்தெள தஸ்யைவ சானுகெள ஆனதம் ச ததா காத்ரம் ததோப ஸ்ருதகம் பவேத்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

ஒரு காலை ஆக்ஷிப்தமாக செய்து, அதற்கேற்றவாறு கைகளை அமைத்து உடலை வளைத்து ஆடுவது உபஸ்ருதகம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The Akshipta Cari is performed with the hands suitable to the feet movement.

அருஞ்சொற்பொருள்

ஆக்ஷிப்த சாரி - ஆகாச சாரி.

ஆடற் குறிப்பு

ஆக்ஷிப்த சாரியை செய்து உடலை வளைத்து அதற்கேற்ப கைகளை செய்தல்.

சிறப்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை

வலம் முன்னாக குறுக்கிடப்பெற்ற கால்கள், அலபத்ம மார்பக வலக்கை, லதா இடக்கை.

சிதம்பரம்

இடம் முன்னாக குறுக்கிடப்பெற்ற கால்கள், லதா கைகள்.

93. தட்டொட்டு தலசங்கட்டிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

தோளா பாதக்ரமம் க்ருத்வா தலஸங்கட்டிதெள கரெள
ரேசயேச்ச கரம் வாமம் தலஸங்கட்டிதே ஸதா

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

காலை டோளாபாதமாக (ஊஞ்சல் இயக்கமாக)ச் செய்துவிட்டு கைத்தல மிரண்டையும் இணைத்து, இடது கையை வீசி ஆடுவது தலசங்கட்டிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

After performing the Dolapada cari the two palms are to be dashed with each other and then the left hand to be kept as recita.

ஆடற்குறிப்பு

டோலாபாத சாரியை செய்து விட்டு காலை அருகே இழுத்த பின் இடக்கையை ரேசிதமாக செய்ய வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை

எதிர்முக சம இருதாள்கள், புஷ்பபுட மார்புக் கரங்கள், இடை நிலையாக இருக்கலாம்.

94. தோற்றம் ஜநிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஏகோ வக்ஷஸ்திதோ ஹஸ்த : தவிதீயஸ்ச ப்ரலம்பித:
தலாக்கர ஸம்ஸ்தித : பாதோ ஜநித கரணே பவேத்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

ஒரு கையை மார்பில் வைத்தும் இரண்டாவது கையை தொங்கவிட்டு கால் நுனியால் நின்று ஆடுவது ஜநிதம் என்ற கரணம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

One hand is to be on the Chest and the other hanged loosely in the agratala movement of the feet.

அருஞ்சொற்பொருள்

அத்ரதலம் - பாதத்தின் நிலை, விரல் நுணிகள் மட்டும் தரையில் பதிவது.

ஆடற்குறிப்பு

இரு பக்கங்களிலும் நகர்தல்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை

விரல் நுனிகள் தரையில் இடம்பெற்ற மடிந்த வலத்தாள், அதன் அருகே நேர்முக சம இடத்தாள், தொங்கப்பெற்ற வலக்கை, அலபத்ம மார்பக இடக்கை.

95. நெகிழாக்கம் அவஹித்தகம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஜநிதம் கரணம் க்ருத்வா ஹஸ்தௌ சாபிமுகாங்குளீ
சநை: நிபதிதௌ சைவ ஞேயம் தத்தவஹித்தகம்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

ஜநிதம் என்ற கரணத்தைச் செய்து விட்டு கைகளை எதிர்முக விரல்களாகக் கொண்டு மெதுவாக கால்களை வைத்து ஆடுவது அவஹித்தகம் என்ற கரணமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

After observing the Janita Karana, the raised hands with their fingers facing opposite to each other to be brought down slowly.

ஆடற்குறிப்பு

முன்னும் பின்னும் மேலும் இரு பக்கங்களிலும் நகர்தல்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை

நேர்முக சம இரு தாள்கள் (சிறிது நொடித்த வலக்கால்), மார்பில் எதிர்முக விரல்களைக் கொண்ட அலபத்மக் கைகள்.

சிதம்பரம்

எதிர்முக சம இரு தாள்கள், மார்புக்கருகே ஒன்றன் மீது ஒன்றாக இருத்தப்பெற்ற கைகள்.

96. உருக்காட்சி நிவேசம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

கரௌ வக்ஷஸ்திதௌ பார்யா வுரோ நி க்கமேவ ச
மண்டல ஸ்தானகம் சைவ நிவேசம் கரணம் து தத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கைகளை மார்புக்கு நேராக வைத்து மார்பை நிமிர்த்தி மண்டல ஸ்தானத்தில் ஆடுவது நிவேசம் என்ற கரணம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

In the Mandala sthana the two hands are to be held on the Nirbhugna chest.

அருஞ்சொற்பொருள்

மண்டல ஸ்தானம் -- உடலின் நிலை (முழங்கால்கள் மடக்கப் பெற்ற எதிர்முக சம இரு தாள்கள்)
நிர்புக்ணம் - மார்பின் வகை (உயர்ந்த மார்பு)

ஆடற்குறிப்பு

கதக்களி ஆடலில் உள்ள ஓர் இயக்கம்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை

எதிர்முக சம இருதாள்கள், மார்பில் வைக்கப் பெற்ற கரங்கள்.

சிதம்பரம்

எதிர்முக சம இரு தாள்கள், மார்பில் இடம் பெற்ற கரங்கள்.

97. மறியாடல் ஏலகாக்ரீடிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

தல சஞ்சர பாாதாப்யாம் உத்ப்லுத்ய பதநம் பவேத்
ஸந்நதம் வலிதம் காத்ரம் ஏலகாக்ரீடிதம் து தத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

வளைந்த உடலமைப்போடு தல சஞ்சர பாதங்களால் துள்ளி விழுந்து ஆடுவது ஏலகாக்ரீடிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

After jumping with the Talasancara feet the body is to be bent and turned.

அருஞ்சொற்பொருள்

தலசஞ்சாரம் - பாத விரல்களின் நுனியால் தரையைத் தட்டுதல்.

ஆடற்குறிப்பு

இரு பக்கங்களிலும் சிறு துள்ளலுடன் திரும்ப வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தையில் இக்கரணம் இல்லை.

சிதம்பரம்

இடப்பக்கமாக நீட்டப் பெற்ற வலக்கால், ரேசித இடக்கை, லதா வலக்கை, இப்பக்கம் சாய்ந்த தலை.

98. குறங்காட்சி ஊருத்வ்ருத்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

கரமா வ்ருத்த கரணம் ஊருப்ருஷ்டே ஞசிதம் ந்யசேத்
ஜங்காஞ்சிதா சுதோத் ருத்தா ஹ்யூருவ்ருத்தம் து தத்பவேத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கையைத் திருப்பி தொடையின் பின்னே அஞ்சிதமாக வைத்து முழங்காலை வளைத்து ஆடுவது உருத்வ்ருத்தம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The Avrtta (Vyavartita) hand is bent and placed near the thigh and the shank is bent and turned.

ஆடற்குறிப்பு

குறுக்கிட்ட தொடைகளை சுழற்றியோ ஒன்றன் பின் ஒன்றாக வைத்தோ செய்யலாம்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை

வலம் முன்னாக குறுக்கிட்ட தொடை அமைப்பு, தலையளவு நீட்டப்பெற்ற இரு கைகள்.

சிதம்பரம்

இடப் பக்கமாக திரும்பிய இரு கால்கள், கடி வலக்கை, லதா இடக்கை.

99. மயக்கு மதஸ்கலிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

கரௌ ப்ரலம்பிதௌ கார்யௌ சிரஸ்ச பரிவாஹிதம்
பாதௌ வலிதா வித்தௌ மதஸ்கலிதகே த்விஜா:

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கைகளைத் தொங்க விட்டு தலையையும் வளைத்து இரண்டு கால்களையும் வளைய வைத்து ஆடுவது மதஸ்கலிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The two hands to be kept hanging loosely and the head in Parivahita with the feet in Aviddha cari.

அருஞ்சொற்பொருள்

ஆவித்த சாரி - ஆகாச சாரி.

ஆடற்குறிப்பு

ஆவித்த சாரியில் நழுவப் பெற்ற இரு கைகளை காட்ட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும ஒப்பீடும்

குடந்தை

இடப்பக்கமாக தொங்கவிடப்பெற்ற இரு லதா கைகள், இடப்பக்கம் வளைந்த உடல், குறுக்கிட்ட கால் அமைப்பு.

சிதம்பரம்

குறுக்கிட்ட கால் அமைப்பு, மார்பருகே வைக்கப்பெற்ற இரு கைகள்.

100. மாலடி விஷ்ணுக்ராந்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

புர: ப்ரஸாரித : பாத : குஞ்சிதோ ககனோன்முக:
கரௌ ச ரேசிதௌ யத்ர விஷ்ணுக்ராந்தம் ததுச்யதே

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

காலை முன்னால் நீட்டி ஆகாயத்தை நோக்கியதாக வளைத்து கைகளை ரேசிதமாக அமைத்துக் கொண்டு ஆடப்படுவது விஷ்ணுக்ராந்தம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

A foot is to be streched front facing the sky with the recita hands.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை

வலப்பக்கமாக நேராக உயர்த்தப் பெற்ற வலக்கால், மார்பக இரு கைகள்.

சிதம்பரம்

லதா இடக்கை, பதாக வலக்கையுடன் குத்தப்பெற்ற வலக்காலையுடைய சிற்பத்தை விஷ்ணுக்ராந்தம் என்று கூறியுள்ளார்கள்.

101. கலப்பகம் ஸம்ப்ராந்தம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

கரமாவர்திதம் க்ருத்வா ஹ்யூருப்ருஷ்டே நிகுஞ்சயேத்
ஊருஸ்வைவ ததா வித்த : ஸம்ப்ராந்தம் கரணம் து தத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கைகளை வியாவர்த்திதமாகச் செய்துவிட்டு, தொடையின் பின்னே மடக்க வேண்டும். தொடையையும் அவ்வாறே வளைய வைத்து ஆடுவது ஸம்ப்ராந்தம் என்ற கரணமாகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The Vyavartita movement of the hands to be placed on the thigh which is made Aviddha.

102. நிலைப்பு விஷ்கம்பம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

அபவித்த கர: சூச்யா பாதஸ் சைவ நிருஷடித:
வக்ஷதஸ்ச கரோ வாமோ விஷ்கம்பே கரணே பவேத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கை அபவித்தமாய் சுசீமுத்திரையோடு கூடியும், பாதம் நிகுட்டித இடது கையை மார்பிலிருத்தியும் செய்யப்படும் கரணம் விஷ்கம்பம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

One hand is to be Apaviddha and the Suci cari foot to be made Nikuttita with the left hand on the chest.

ஆடற்குறிப்பு

சூசி சாரி செய்து அரை மண்டியில் நின்று நிகுட்டிதமாகச் செய்தல்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை

ஸ்வஸ்திக கால் நிலை. கடி வலக்கை, மார்பக இடக்கை.

சிதம்பரம்

வலத்தாளுக்கருகே குத்தப்பெற்ற இடத்தாள், மார்பக கைகள்.

103. அடியொட்டாடல் உத்கட்டிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

பாதாவுத் கட்டிதௌ கார்யௌ தல சங்கட்டிதௌ கரௌ
நதஞ்ச பார்ஸ்வம் கர்தவ்யம் புதைருட்கட்டிதே ஸதா

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கால்களை உத்கட்டிதமாயும், கைகளை தல சங்கட்டிதமாயும் அமைத்து ஒருபக்கம் வளைத்து நின்றாடுவது உத்கட்டிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

With the Udghattita feet and the Talasanghattita hands the Karana Udghattitam is performed.

அருஞ்சொற்பொருள்

தலசங்கட்டிதம் - தட்டப் பெற்ற கைகள் (சம்புட கைகள்)

ஆடற்குறிப்பு

இரு பக்கங்களிலும் மாற்றி மாற்றி உத்கட்டித கால்களை காண்பித்து கைகளையும் அவ்வாறே மாற்றி வளைந்து ஆட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தையில் சிற்பம் இல்லை.

சிதம்பரம்

எதிர்முக சம இரு தாள்கள், வலக்கை மார்பு மையத்தில்.

104. காளையாட்டு வ்ருஷபக்ரீடிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ப்ரயுஜ்யா லாதகம் பூர்வம் ஹஸ்தெள சாபி ஹி ரேசயேத்
குஞ்சிதா வஞ்சிதெள சைவ வ்ருஷபக் ரீடிதே ஸதா

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கால்களை அலாதமாகச் செய்து பின்பு இரு கைகளையும் ரேசிதமாகச் செய்து கால்களை வளைய வைத்து ஆடுவது விருஷபக்ரீடிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

After observing the Alata Cari, the two hands to be made Recita and then bent as Kuncita and ancita.

ஆடற்குறிப்பு

ஆலாத சாரியை செய்து விட்டு பக்கவாட்டில் ரேசித கையுடன் நகர்வது.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை - இக்கரணத்திற்கு இச்சிற்பம் ஓரளவு பொருந்துகிறது.
நேரான வலக்கால், முழங்கால் மடக்கப்பட்டு பாதம் உயர்ந்த இடக்கால், மார்பக இரு கைகள்.

105. எழிற்சுழல் லோலிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ரேசிதா வஞ்சிதௌ ஹஸ்தௌ லோலிதம் வர்திதம் சிர:
உபயோ: பார்ஸ்வயோர் யத்ர தல்லோலித முதாஹ்ருதம்.

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

கைகளை ரேசிதமாயும், அஞ்சிதமாயும் அமைத்து தலையை சுழற்றி ஆடுவது லோலிதம் என்று கூறப்பட்டது.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The hands are to be recita and ancita and the head to be Lolita.

அருஞ்சொற்பொருள்

லோலிதம் - எல்லா திசைகளிலும் தலையை சுழற்றுதல்.

ஆடற்குறிப்பு

உடலையும் மெதுவாக சுற்றி ஆட வேண்டும்.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தையில் சிற்பம் இல்லை.

சிதம்பரம்

வலம் முன்னாக குறுக்கிட்ட இரு தாள்கள், மார்பகத்தில் இணைக்கப்பெற்ற கைகள் (சுலோகத்திற்குப் பொருந்தவில்லை)

106. அரவெழுச்சி நாகாபசர்பிதம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஸ்வஸ்திகாப ஸ்ருதௌ பாதௌ சிரஸ்ச பரிவாஹிதம்
ரேசிதௌ ச தத்ர ஹஸ்தௌ ஸ்யாதாம் நாகாப ஸர்பிதே

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

ஸ்வஸ்திக நிலையிலிருந்து பிரித்த கால்களுடன் தலையை அசைத்தும் கைகளை ரேசிதமாகவும் கொண்டு ஆடுவது நாகாப சர்பிதம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

Drawing feet from the svastika position the head to be Parivahita and the hands to be recita.

ஆடற்குறிப்பு

சர்ப்பித கரணத்தைப் போன்ற கால் அமைப்பு.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

சிதம்பரம்

அமர்ந்த நிலை, குடந்தையில் உள்ள அர்த சூசி கரணத்தைப் போன்று.

107. உருளி சகடாஸ்யம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

நிஷண்ணங்காஸ்து சரணம் ப்ரசார்ய தல ஸஞ்சரம்
உத்வாஹித முர: க்ருத் வா சகடாஸ்யம் ப்ரயோஜயேத்

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

அங்கங்களை கீழே அமைத்து மார்பை மேலே தூக்கி கால்களை நீட்டி தலத்தில் ஸஞ்சரிப்பதாக ஆடுவது சகடாஸ்யம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

Beginning with the body at rest the legs are streched as Talacancara in the Udvahita Chest Position.

அருஞ்சொற்பொருள்

உத்வாஹிதம் - மேல் நோக்கும் மார்பின் நிலை.

ஆடற்குறிப்பு

நிலையைக் குறிப்பதாக உள்ளது.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை - வளைந்த உடல், நெற்றியில் படும் இரு பாதங்கள், வல இடது பாதத்தையும் இடக்கை வலப்பாதத்தையும் தாங்கியுள்ளன.

சிதம்பரம்

குடந்தையைப் போன்றது. பாதத்தின் விரல்கள் நெற்றியில் படவில்லை.

108. பூவரு கங்கை கங்காவதரணம்

நாட்டிய சாத்திர சுலோகம் (தமிழில்)

ஊர்த்வாங்குளி தலெள பாதெள த்ரிபதாகாவதொமுகெள ஹஸ்தெள சிரஸ்ஸந்நதம் ச கங்காவதரணம் த்விதி

தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு

மேல் தூக்கிய விரல்களையுடைய கால்களைக் கொண்டு த்ரிபதாக முத்திரையை கீழ் நோக்கியதாக அமைத்து, தலையை சிறிது வளைத்து ஆடுவது கங்காவதரணம் ஆகும்.

ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு

The toes and the sole of the feet to be turned upwards with the Tripataka hands pointing downwards and the head in Sannata.

அருஞ்சொற்பொருள்

திரிபதாகம் - ஒற்றைக் கை முத்திரை.

ஆடற் குறிப்பு

நிலையைக் குறிப்பதாக உள்ளது.

சிற்ப விளக்கமும் ஒப்பீடும்

குடந்தை

இரு முழங்கைகள், மார்பு தரையில் ஊன்றியுள்ளது. பின்னோக்கி மேல் தூக்கப்பெற்ற கால்கள், வளைந்த தலை.

சிதம்பரம்

முழங்கைகள், மார்பு தரையில் ஊன்றப்படவில்லை.

போலி அகர முதலி

அரவச்சம்	(புஜங்கத்ராசிதம் - 24)
அரவச்ச வீச்சு	(புஜங்கத்ரஸ்த ரேசிதம் - 35)
அரவியல்	(ஸர்ப்பிதம் - 81)
அரவெழுச்சி	(நாகசர்ப்பிதம் -- 106)
அரவோச்சு	(புஜங்காஞ்சிதகம் - 40)
அரியாடல்	(சிம்ம விக்ரீடிதம் - 89)
தேளியக்கம்	(லதா விருச்சிகம் - 44)
கருட வியக்கம்	(கருடப்லுதம் - 70)
களிறாடல்	(கஜக்ரீடிதம் - 68)
கழுகியக்கம்	(க்ருத்ராவலிநகம் - 74)
காளையாடல்	(வ்ருஷபக்ரீடிதம் - 104)
கொட்டுதேள்	(விருச்சிக குட்டிதம் - 42)
கோள் சீயம்	(சிம்ம ஆகர்ஷிதம் - 90)
சக்கரம்	(சகடாஸ்யம் - 107)
தாள்ப்பாள்	(அர்களம் - 57)
துதிக்கை	(கரிஹஸ்தம் - 87)
துள்ளுமான்	(ஹரினப்லுதம் - 83)
தேள் எழுச்சி	(விருச்சிகரேசிதம் - 46)
தேளி	(விருச்சிகம் - 47)
பூவரு கங்கை	(கங்காவதரணம் - 108)
மயில் நடம்	(மயூரலலிதம் - 80)
மறியாடல்	(எடகாக்ரீடிதம் - 97)
மின்னோர்பு	(வித்யுத்ப்ராந்தம் - 65)
வண்டாட்டு	(பிரமரம் - 38)

ஆடலியக்கப் போலிகள்

அரவு	:	3 (81, 88, 106)
ஆடு	:	1 (97)
கருடன்	:	1 (70)
கழுகு	:	1 (74)
களிறு	:	2 (68, 87)
காளை	:	1 (104)
சக்கரம்	:	1 (107)
சிங்கம்	:	2 (89, 90)
தாள்ப்பாள்	:	1 (57)
தேள்	:	4 (42, 44, 46, 46)
மயில்	:	1 (80)
மான்	:	1 (83)
மின்னல்	:	1 (65)
வண்டு	:	1 (38)

விலங்குகள்	7
பறவைகள்	4
இயற்கை	1
பயன்படு பொருள் (செயற்கை)	2

விலங்குகள்:

(ஊர்வன)
அரவு
தேள்

(நடப்பன)
ஆடு
களிறு
காளை
சிங்கம்
மான்

பறவைகள்:
கருடன்
கழுகு
வண்டு

இயற்கை:
மின்னல்

செயற்கை:
சக்கரம், தாள்ப்பாள்