



சங்க மாந்தரின் நிலம்சார் உணவும் சமையல் படிநிலை மாற்ற வளர்ச்சியும்

ந. அருள்மொழி அ. *

அ தமிழ்த்துறை, அய்ய நாடார் ஜானகி அம்மாள் கல்லூரி (தன்னாட்சி), சிவகாசி-626124, தமிழ்நாடு, இந்தியா

The Land-based Diet of the Sangam People and the Development of the Culinary Hierarchy

N. Arulmozhi a,*

^a Department of Tamil, Ayya Nadar Janaki Ammal College (Autonomous), Sivakasi-626124, Tamil Nadu, India

* Corresponding Author:
arulsunai@gmail.com

Received: 07-04-2022
Revised: 18-10-2022
Accepted: 01-11-2022
Published: 17-12-2022



ABSTRACT

The ancient Tamils lived with nature. They ate naturally available food and satiated their hunger. Naturally occurring foods were terrestrial foods. They ate such land-based food without any change. They were then subjected to various ripening procedures and eaten. This food culture tradition can be seen in the Sangam Songs. The food culture of the Tamils has undergone many changes and can also be regarded as a gradual development. Sangam People made a living by eating land-based food according to the situation. The study reveals the culture and the cultural attitude of consumption for the development of social civilization when one observes the movement from a naturally eaten state of uncooked food to the stage of cooking and eating food in the cooked state, by making it a mixture of food, processing and eating it.

Keywords: Ancient Tamil Peoples, Food, Civilization, Hierarchy.

முன்னுரை

பண்டைய தமிழ்மாந்தர் இயற்கையோடு வாழ்ந்தனர். இயற்கையாகக் கிடைத்த உணவை உண்டு பசி போக்கினர். இயற்கையாகக் கிடைத்த உணவுகள் நிலம்சார் உணவுகளாக இருந்தன. இத்தகு நிலம்சார் உணவை எத்தகு மாற்றம் செய்யாமலும் உண்டனர். பின்னர் பல்வேறு பக்குவமுறைகளுக்கு உட்படுத்தியும் உண்டனர். இந்த உணவுப் பண்பாட்டு மரபினைச் சங்கப்பாக்களில் காணமுடிகின்றது. தமிழரின் உணவுப் பண்பாடு பல்வேறு மாற்றங்களுக்கு உட்பட்டதைப் படிநிலைமாற்ற வளர்ச்சியாகவும் கருத முடிகின்றது. மேலும் நாகரிக வளர்ச்சியின் மலர்ச்சியாகவும் கருத முடிகின்றது. நிலம்சார் உணவுகள் இயற்கை நிலையிலிருந்து பல்வேறு சமைத்தல் நிலைகளுக்கு மாற்றம் பெற்றதன் வாயிலாகப் பண்பாட்டு வளர்ச்சி நோக்கிய சமூகநகர் வினைமீட்டெடுக்க இயலும் எனும் கருதுகோளைக் கொண்டு இக்கட்டுரை அமைகின்றது.

நிலஅமைப்பும் உணவும்

ஒவ்வொரு நிலமும் இயற்கை சார்ந்தது. ஒவ்வொரு நிலமும் தனக்கெனத் தனித்துவமான உணவுப் பண்பாட்டினைக் கொண்டுள்ளது. எனவே, உணவுப் பண்பாடு என்பது நிலம் சார்ந்ததாகவே இருக்கின்றது. இயற்கையான நிலஅமைப்பு சார்ந்த உணவு, சமையல் சார்ந்த ஒருமரபினையும்

தோற்றுவிக்கின்றது. இயற்கையும் இயற்கைசார்ந்த காலமும் உணவைத் தருவதில் முக்கியப்பங்கு வகிக்கின்றன (Avvai Duraisamy pillai, 2010). இயற்கைதரும் உணவைப் பண்படுத்திப் பக்குவப்படுத்திச் சமைத்து உண்ணுதல் என்பது மனிதத்தேவை சார்ந்ததாக மாறுகின்றது. குறிஞ்சி, முல்லை, மருதம், நெய்தல், பாலை நிலத்தோர் இயங்குதற்கேற்ற ஆற்றல்நிலை உணவுகளை இயற்கை நிலஅமைப்பு அந்தந்த நிலத்தன்மைக்கேற்ப வழங்கி உள்ளது (Annamalai, 2004).

சமைத்தலற்ற உணவு

தமிழரின் ஆதிச்சமூக உணவு என்பது இயற்கையாகக் கிடைத்த பொருட்களாகும். இதனை, சமைத்தலற்ற உணவாகக் கருத முடிகின்றது. மலைகளில் அலைந்தும் திரிந்தும் வாழ்வதற்கேற்ற உடலைமைப்பையும் அந்த நிலத்திற்கேற்ப இயங்கு தன்மைக்கான உணவையும் குறிஞ்சிநில மாந்தர் பெற்றிருந்தனர். இவர்கள் இயற்கையாகக் கிடைத்த தேன், கிழங்கு போன்ற இயற்கை விளைப் பொருட்களை உண்டதைச் சான்றுகள் சுட்டுகின்றன (Avvai Duraisamy pillai, 2010). இன்றும் நவநாகரிக உலகத்துள் வராத மக்களாக மலைவாழ் மக்கள் வாழ்ந்து வருவதைக் காணமுடிகின்றது. இவர்களின் உணவு இயற்கை சார்ந்ததாகவே இருக்கிறது. சங்ககாலத்தின் நீட்சியாகவே இன்றும் இயற்கையோடு இயைந்து வாழும் மலைவாழ் மக்களை நோக்கமுடிகின்றது. இயற்கையாகக் கிடைத்த பலாப்பழம் (அருவிதந்தபழம், மலைபடுகடாம், 174) களா, துடரி (ஈச்சம்பழம்), நாவல்பழம் (தீம்புளிக் களாவோடு துடரி... கருங்கனி நாவலிருந்து கொய் துண்ணும், புறநானூறு, 177) போன்ற அடிகள் வாயிலாக இயற்கைப் பழங்களை உண்டு வாழ்ந்த மலைவாழ் மாந்தரையும் சான்றுகள் நிறுவிக் காட்டுகின்றன (Mohan, 2004). இவ்வாறு பிற நிலமாந்தரும் அந்தந்த நிலம்சார்ந்த இயற்கைப் பொருட்களைச் சமைத்தலுக்கு உட்படுத்தாது உண்டதும் புலனாகின்றது. மருதநில மக்கள் கரும்பு, மாம்பழம் (கரும்பு குணிலா மாங்கனி உதிர்க்கும், ஐங்குறுநூறு, 84) போன்றவற்றை உண்பொருளாகப் பயன்படுத்தினர் (Avvai Duraisamy pillai, 2010).

முதல்படிநிலைச் சமையல்

ஆதியில் சமைக்காத இயற்கை உணவை உண்ட தமிழ் இனக்குழு மாந்தர், உணவைச் சுட்டும் அவித்தும் வேகவைத்தும் உண்டு. நாகரிக மாற்றத்திற்கு உள்ளானதை முதல்படிநிலைச் சமையலாகக் கருத முடிகின்றது. மீனைப் பிடித்துச் சுட்டுச் சாப்பிடும் வழக்கம் (தண்மீன் சூட்டொடு தளர்தலும் பெறுகுவீர் பெரும், 282, மீன்சூடு புனையின் புலவுநாறு, புறம், 52) இருந்ததைச் சங்கச் சான்றுகள் நிறுவுகின்றன. கடல், ஆறு, குளம் முதலான நீர்நிலைப் பகுதிகளில் மீனைப் பிடித்தும் சுட்டுச் சாப்பிட்டும் பழக்கம் தோற்றம் பெற்றிருக்க வேண்டுமென எண்ண முடிகின்றது. இன்றும் நீர்நிலைப் பகுதிகளில் மீன்பிடித்ததும், சுட்டுச் சாப்பிடும் முறை வழக்கில் இருப்பதைச் சங்கச் சமூகத்தின் எச்சமாகவே கருத முடிகின்றது. இறைச்சி உணவை நெய்யிட்டு வேகவைத்து உண்ட (பருஉக்குறை பொழிந்த நெய்க்கண் வேவையொடு, மலைபடுகடாம், 168) சமையல் முறையையும் காண என்றால் சிறப்பாக இருக்கும் (Avvai Duraisamy pillai, 2010).

இரண்டாம் படிநிலைச் சமையல்

விளை உணவுகளை உருவாக்கிச் சமைத்த படிநிலைமாற்றத்தை இரண்டாம் படிநிலைச் சமையலாகக் கொள்ள முடிகின்றது. விளை உணவு என்பது நிலத்தை உழுது பக்குவப்படுத்தி உருவாக்கப்பட்டவையாகும். தினை, நெல் முதலானவற்றை உருவாக்கினர். இந்தவிளை உணவுகளைச் சமைத்துச் சாப்பிட்டனர். தினை அரிசியைச் சோறாக்கி உண்டனர். நெல்லினை உலக்கை கொண்டு கைக்குற்றல் அரிசியாகப் (குற்றுஆனா உலக்கையால், புறநானூறு, 22, தொழமாண் உலக்கைப் பருஉக் குற்றரிசி, புறநானூறு, 399, நெல்மா வல்சி தீற்றி, பெரும்பாணற்றுப்படை, 343) பிரித்தெடுத்துச் சமைத்த நிலையை உணவுப் படிநிலை மாற்றமாகப் பார்க்க முடிகின்றது (Avvai Duraisamy pillai, 2010). நெல்லினை பசிய அவலாக்கியும் சோறாக்கியும் உண்ட இருவகை நிலைகளைக் காணமுடிகின்றது. உளுந்தினை

விளைய வைத்து உளுந்தங்கஞ்சி (உழுத்து தலைப்பெய்த கொழுங்களி மிதவை, அகநானூறு, 86) தயாரித்து உண்டதையும் இப்படி நிலைக்குள் அடக்கிக் காணமுடிகின்றது.

மூன்றாம் படிநிலைச் சமையல்

மூன்றாம் படிநிலைச் சமையல் என்பது கலவை உணவுகளாக அமைகின்றன. இரண்டு அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட உணவுப் பொருட்களைக் கொண்டு செய்த கலவை நிலையிலான சமைத்தலாக இப்படி நிலையினைக் காண முடிகின்றது (Nagarajan, 2004). சுவை உணர்வின் தேவையை ஈடுசெய்ததாகவும் இச்சமையல்முறை திகழ்கின்றது. காய்கறியோடு புளி, தயிரினைச் சேர்த்துச் செய்யப்பட்ட மரக்கறி உணவும் (தான்துழந்து அட்ட தீம்புளிப்பாகர், குறுந்தொகை, 167, எயிற்றியர் அட்ட இன்புளி வெஞ்சோறு, சிறுபாணாற்றுப்படை, 175) நண்டினையும் பீர்க்கங்காயினையும் சேர்த்துச் செய்யப்பட்ட(கவைதாள் அலவன் கலவையொடு பெறுகுவிரர், சிறுபாணாற்றுப்படை, 195) புலாலும் மரக்கறியும் இணைந்த உணவும் இதற்குச் சான்றாகின்றன (Avvai Duraisamy pillai, 2012).

நான்காம் படிநிலைச் சமையல்

ஒவ்வொரு நிலத்திலும் மிகுதியாகக் கிடைத்த மீன், தானியம், இறைச்சி முதலானவற்றை உணங்கலாக்கி (பதப்படுத்தி) நெடுநாட்களுக்கு அப்பொருட்களைச் சுட்டும் சமைத்தும் உண்ட நிலையினை நான்காம் படிநிலை வளர்ச்சியாகக் கருதமுடிகின்றது. மான் உணங்கல் (இரும்புலி துறந்த ஏற்று மான் உணங்கல், அகநானூறு, 107) தினைஉணங்கல்; (படலை முன்றில் சிறுதினை உணங்கல், புறநானூறு, 319) மீன் உணங்கல் (மீன் உணங்கல், அகநானூறு, 20:80), சுளகு இடை உணங்கல் செவ்விகொண்டு, புறநானூறு, 321) போன்ற உணவுப்பொருட்கள் பதப்படுத்தப்பட்ட நிலை, நுகர்வு கலாச்சார மனப்பாங்கையும் காட்டுகின்றது. பொருட்களைப் பதப்படுத்திச் சேகரித்த நிலை, நாகரிக வளர்ச்சி நோக்கிய வாழ்வியலையும் பண்டமாற்று வணிகச் சந்தையையும் மறைமுகமாகச் சூட்டுவது புலனாகின்றது. நீர்ம நிலை உண்பொருளான கள்ளை மூங்கில் குழாய்களில் அடைத்து நெடுநாள் கழித்து தேறலாக்கியும் (வேய்பெயல் விளையுள் தேகள் தேறல், மலைபடுகடாம்,171) உண்டதையும் நெல்லிலிருந்து கள் உருவாக்கியும் (நறவு மகிழ்ந்து, மலைபடுகடாம்,172) உண்ட முறைகளும் வளர்ச்சியடைந்த உணவுப் நிலையையும் சுட்டுகின்றன (Avvai Duraisamy pillai, 2010).

சமைத்தல் படிநிலை உருவாக்கக் காரணிகள்

- சங்கமாந்தரின் உணவுமுறைப் படிநிலைகளை சமைத்தல், பக்குவப்படுத்தி சமைத்தல்,பதப்படுத்தி சமைத்தல் போன்ற பல்வேறு படிநிலைகளைகளாக வளர்ச்சி பெற்றதை ஆய்ந்தறிய முடிகின்றது. இச்சமைத்தல் படிநிலைகள் உருவாகப் பின்வரும் காரணிகளைக் காரணங்களாகக் கொள்ள ஆய்வு வழிகோலுகின்றது.
- அடிப்படை உணவுத்தேவையைப் பசியாகக் கருதியபொழுது இயற்கைசார் உணவுகளே உண்பொருட்களாக இருந்திருக்க வாய்ப்புள்ளதாகக் கருத முடிகின்றது.
- இயற்கையான நெருப்பும், நீரும் உணவுச்சுவையைக் கற்றுத்தந்ததன் விளைவாகச் சுட்டும், அவித்தும் சமைத்தும் உண்ண வேண்டுமென்ற மனஉணர்வு தோன்றியிருக்க வேண்டும்.
- விளைஉணவுப் பொருட்கள் உருவாக்கியதன் நீட்சியாக அப்பொருட்களைப் பக்குவப்படுத்தி உண்ண வேண்டும் எனும் படிநிலைவளர்ச்சி ஏற்பட்டிருக்க வேண்டும்.
- சுவை உணவிற்கு ஆட்பட்ட நிலையில் கலவை உணவு நோக்கி நகர்ந்து படிநிலை வளர்ச்சி மேம்பட்டிருக்க வேண்டும். எஞ்சிய அல்லது மிகுதியான உணவுப்பொருட்களைப் பதப்படுத்திப் பாதுகாத்து நெடுநாள் உணவாகப் பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டுமென்ற நுகர்வு கலாச்சார மன உணர்வும் பண்டமாற்றுச் சந்தைப் பண்டமாக மாற்றிக் கொள்ள வேண்டிய சூழல்களும் படிநிலை வளர்ச்சியைத் தீர்மானித்துள்ளன.

முடிவுரை

மனித நாகரிகவளர்ச்சி, மனிதனை இயற்கை உணவு நிலையிலிருந்து சமைத்துப் பக்குவப்படுத்தி உண்ணும் நிலைக்கு இட்டுச் சென்றுள்ளது. இயற்கையாகக் கிடைத்த உணவினை இயற்கையாக உண்ணல், இயற்கையாகக் கிடைத்த உண்பொருளைச் சுட்டும், அவித்தும், உணங்கலாக்கியும் உண்ணல், விளைவித்த பொருட்களைச் சமைக்காத நிலையில் உண்ணல், சமைத்து உண்ணல் முதலான படிநிலை மாற்றத்தினைச் சங்க இலக்கியப் பதிவில் காணமுடிகின்றது. சங்கச் சமையல் என்பது பல்வேறு படிநிலை வளர்ச்சியாகவும் சமூக நாகரிக பண்பாட்டு மாற்றமாகவும் அமைவதை ஆய்ந்தறிய முடிகின்றது. மனிதசமூகம், உண்பொருட்களை முதலில் தேவை அடிப்படையில் பயன்படுத்தியிருக்கிறது. அதன்பின் சுவை உணர்விற்கு ஆட்பட்டிருக்கிறது. பல்வேறு உணவுகளைப் பக்குவப்படுத்திப் பதப்படுத்தி உண்டும் விற்பனை செய்தும் வாழ்ந்திருக்கிறது. இப்படிநிலை வளர்ச்சியின் ஊடாக சமூகப் பண்பாட்டு மரபுகள் மறைந்திருப்பதையும் ஆய்ந்தறிய முடிகின்றது.

References

- Annamalai, Suba. (2004) Aganaanooru Moolamum Uraiyum, Koviloor madalayam, Koviloor, India.
- Avvai Duraisamy pillai, S. (2010) Purananooru Moolam Uraiyum, Poompuhar Pathippagam, Chennai, India.
- Avvai Duraisamy pillai, S. (2012) Natrinnai Moolamum Velakauraiyum, Poompuhar Pathippagam, Chennai, India.
- Mohan, Ra. (2004) Paathupattum Moolamum Uraiyum, New Century Book House, Chennai, India.
- Nagarajan, V. (2004) Kurunthogai Moolamum Uraiyum, New Century Book House, Chennai, India.

Funding: No funding was received for conducting this study.

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

About the License:



© The Author 2022. The text of this article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License