



சங்கப் பனுவல்களில் எடுத்தாளப்படும் உணவுக் கருத்தாக்கங்கள்

வே. வளர்மதி அ. *

அ தமிழ்த்துறை, வேளாளர் மகளிர் கல்லூரி, ஈரோடு-12, தமிழ்நாடு, இந்தியா.

Food concepts expounded in Sangam texts

V. Valarmathi a, *

^a Department of Tamil, Vellalar College For Women, Erode-638012, Tamil Nadu, India

* Corresponding Author:

mathiponnu@gmail.com

Received: 18-04-2024

Revised: 23-06-2024

Accepted: 06-07-2024

Published: 06-08-2024



ABSTRACT

The human quest for food led to their cultural development. This is called "Undi Muthatrae Lokagu". The food culture found in Sangam literature is a testimony to the cultural development of the Tamils. The reference to "food" in literature is surprising. "Food is water that touches the ground." This understanding is very, very subtle and very surprising. Even in the Sangam literature, the Tamils had an understanding that the component of every food depends on land and water. Moreover, eating was considered as a social activity rather than a physical necessity. The social character of food is indicated by the importance given to the serving of food to the guests in those days and the importance of food in family and local events. Moreover, giving man food for survival was seen as highly admirable. The proverb says, "Those who feed are those who give life."

Keywords: Sangam Literature, Food, Depends, Water

முன்னுரை

சங்க இலக்கியங்களில் ஆணித்தரமாகப் பதிவிடப்பட்டன மற்றொரு கருத்து "உணவே மருந்து" என்பதாகும். சங்ககாலக் குறிப்புகளில் கார், கூதிர், முன்பனி, பின்பனி, முதுவேனில் என ஒவ்வொரு காலகட்டத்திற்கும் தனித்தனி உணவு வகைகளைப் பிரித்து வைத்துள்ளார்கள். எந்த சுவையுள்ள உணவை எந்த பொழுதில் கொடுக்க வேண்டும் என காலத்திற்கேற்ப உணவு வகை வகுக்கப்பட்டுள்ளது. வயதானவர்களுக்குக் கஞ்சி வகை உணவுகள் கொடுக்க வேண்டும் எனவும் குழந்தைகளுக்குப் பிஞ்சு காய்கறிகளைத் தரவேண்டும் என்றும் முற்றிய காய்களை வளர்ந்த வாலிப வயதுடையவர்களுக்கு உண்ணக்கொடுக்கலாம் என்றும் பரிந்துரைக்கப்பட்டுள்ளது. இது, செரிமானம் குறித்த அனுபவப் புரிதல் அப்போதே தமிழர்களுக்கு இருந்ததை உணர்த்துகிறது.

மேலும், பழந்தமிழர் உணவு உண்பதில் அளவை மேற்கொண்டிருந்தனர். பெருந்தீனி தின்றால் நோயும், சிறுதீனி தின்றால் வலுவிழப்பும், நோயும் வரக்கூடும் என்றறிந்து, "உண்பது நாழி உடுப்பவை இரண்டே" என்று அளவோடு வாழ்ந்தனர்.

சங்ககாலத்தில் 'மடை நூல்' என்னும் பெயரில் வீமசேனன் என்பவர் எழுதிய சமையற்கலை நூல் இருந்தது என்று சிறுபாணாற்றுப்படைப் பாடல் கூறுகிறது. மேலும், உணவின் சுவைகளை ஆறாகப் பிரித்தறிந்தனர். அவை, இனிப்பு, துவர்ப்பு, கார்ப்பு, உவர்ப்பு, கைப்பு, புளிப்பு ஆகியன. இவை முறையே ஆற்றல், வீறு, வளம், தெளிவு, மென்மை, இனிமை ஆகிய வற்றைத் தருவன. இதை நம் முன்னோர் அறுசுவையாக அமைத்துக் கொண்டாடினர்.

அறுசுவை உண்டி அமர்ந்தில்லாள் ஊட்ட

மறுசுவை நீக்கி உண்டாரும்." (நாலடியார்- செல்வம் நிலையாமை-1)

என்பது நாலடியார். உணவு உண்ணும் முறைகளைக் கூடப் பன்னிரெண்டாக வகுத்திருந்தனர். அவையாவன, அருந்துதல், உண்ணல், உறிஞ்சல், குடித்தல், தின்றல், துய்த்தல், நக்கல், நுங்கல், பருகல், மாந்தல், மெல்லல், விழுங்கல் என்பனவாகும்.

பண்டைத் தமிழரின் வாழ்வியல் நிலம் சார்ந்த திணை ஒழுக்கவியல் அடிப்படையில் கட்டமைக்கப்பட்டது என்பதைத் தொல்காப்பியமும் சங்கச் செய்யுட்களும் காட்டி நிற்கின்றன. அகம், புறம் என இரண்டு நிலைகளில் அவர்களின் வாழ்வியல் தொழிற்பட்டிருந்தது.

அக வாழ்வியல் எழு திணைகளின் (குறிஞ்சி, முல்லை, மருதம், நெய்தல், பாலை, கைக்கிளை, பெருந்திணை) அடிப்படையிலும் முப்பொருள்களின் (முதல், கரு, உரி) அடிப்படையிலும் வகுத்துரைக்கப்பட்டது. முப்பொருட்களில் நிலமும் பொழுதுமாகிய முதற்பொருளும் தெய்வம், உணவு முதலிய கருப்பொருட்களும் அகவாழ்வியலே அன்றிப் புற வாழ்வியலுக்கும் அடிப்படையாக அமைந்தன. 'வெட்சிதானே குறிஞ்சியது புறனே' (தொல்.பொருள்.புறத்.நூ.2) முதலிய தொல்காப்பியப் புறத்திணை நூற்பாக்களே இதற்குச் சான்றாக அமைவதைக் காணலாம். தொல்காப்பியம்,

"தெய்வம் உணாவே மாமரம் புள்பறை

செய்தி யாழின் பகுதியொடு தொகைஇ

அவ்வகை பிறவும் கருவென மொழிப" (தொல்.பொருள்.அகத்.நூ.17)

என்ற நூற்பாவின் வாயிலாகத் தெய்வம், உணவு, விலங்கு, மரம், பறவை, இசைக் கருவிகள், தொழில், பண் ஆகியனவற்றைக் கருப்பொருட்களாகக் கூறிப் பிறவும் என்று சுட்டியுள்ளது. இந்நூற்பாவிற்கு உரை எழுதிய இளம்பூரணர்,

முல்லை: உணவு-வரகும் முதிரையும்...குறிஞ்சி: உணவு திணையும், ஐவனமும்வெதிர் நெல்லும்... பாலை: உணவு - ஆறலைத்தலான் வரும் பொருள்...மருதம்:உணவு- நெல்...நெய்தல்: உணவு - உப்புவிளையும் மீன் விலையும் (தொல்.பொருள்.அகத்.நூ.17இளம்.உரை)

என்று ஒவ்வொரு திணைக்குமான உணவுகளைப் பட்டியலிட்டுக் காட்டுகிறார். மற்றோர் உரையாசிரியரான நச்சினார்க்கினியர்,

முல்லைக்கு உணா, வரகுஞ் சாமையும் முதிரையும்...குறிஞ்சிக்கு உணா, ஐவனநெல்லுந் திணையும் மூங்கிலரிசியும்... மருதத்திற்கு உணா, செந்நெல்லும் வெண்ணெல்லும்... நெய்தற்கு உணா, மீன் விலையும் உப்பு விலையும்... பாலைக்கு உணா, ஆறலைத்தனவுஞ் துறைகொண்டனவும் (தொல்.பொருள். அகத்.நூ.17நச்சர்.உரை)

என்று இளம்பூரணரைப் போன்றே நச்சினார்க்கினியரும் திணை அடிப்படையிலேயே உணவுப் பொருட்களைக் சுட்டிக் காட்டியுள்ளார். இவ்விருவர் உரையிலும் புலால் உணவுப் பொருட்கள் இடம்பெறாமைக் குறிப்பிடத்தக்கதாகும்.

மேலும் தொல்காப்பியப் பொருளதிகார மரபியலில் நால்வருணத்தார் பற்றிய பகுதியில் வணிகர்களுக்கு எட்டு வகையான உணவுப்பொருட்களை உருவாக்கும் தொழில் உரியது என்பதைக் குறிக்கும்,

"மெய்தெரி வகையின் எண்வகை உணவின்

செய்தியும் வரையார் அப்பா லான" (தொல்.பொருள்.மர.நூ.79)

என்ற நூற்பா உள்ளது. இந்நூற்பாவிற்கு இளம்பூரணர், பேராசிரியர், நச்சினார்க்கினியர் ஆகியோரது உரைகள் உள்ளன. இளம்பூரணர் 'எண்வகை உணவாவன நெல்லு, காணம், வரகு, இறுங்கு, திணை, சாமை, புல்லு, போதும்பை இவையிற்றை உண்டாக்குகின்ற உழவு தொழிலும்

வாணிகர்க்கு வரையா தென்றவாறு (தொல்.பொருள்.மர.நூ.79இளம்.உரை) என்றும், பேராசிரியர், 'எண்வகை யுணவென்பன பயறும் உழுந்தும் கடுகும் கடலையும் எள்ளும் கொள்ளும் அவரையும் துவரையுமாம் (தொல்.பொருள். மர.நூ.78பேரா.உரை) என்றும், நச்சினார்க்கினியர், 'நெல், காணம் (கேப்பை), வரகு, இறுங்கு, தினை, சாமை, புல், போதுமை (தொல்.பொருள்.மர.நூ.79பேரா.உரை) என்றும் உரையெழுதி யுள்ளனர். மூவரில் இளம்பூரணர் உரையும் நச்சினார்க்கினியர் உரையும் ஒரே வகையான உணவுப் பொருட்களையும் பேராசிரியர் முன்னை இருவர் கூறுவனவற்றிலிருந்து வேறுபட்ட உணவுப் பொருட்களையும் குறிப்பிடுகின்றனர். இந்நூற்பாவிடற்கு வடமொழி சார்ந்த விளக்கங்களும் காணப்படுகின்றமையை,

வடமொழி செவ்வியல் இலக்கியங்கள் தானியவகை, பருப்புவகை, காய்கறி, பழங்கள், மணப்பயிர், பால்தயிர், ஊன், போதை ஏற்றும் குடி வகை என எட்டுவகை உணவுகளைக் குறிப்பிடுகின்றன. தொல்காப்பியர் குறித்த எட்டும் இவையாக இருக்கலாமோ என்ற ஐயமும் ஆய்வாளரிடத்தே உள்ளது.

(சங்கத் தமிழரின் உணவு மரபு - விவேகானந்தன் பொன்னையா, தாய்விடு (கனடா) இதழில் வெளியான கட்டுரை, ஜூலை2014)

என்ற கருத்துரை காட்டி நிற்கின்றது. உணவு பற்றி இரண்டு நூற்பாக்களில் குறிப்பிடும் தொல்காப்பியம் உணவு என்ற பொதுச் சொல்லை மட்டுமே பயன்படுத்தியுள்ளது. அவ்வுணவு வகைகள் எவையெவை என்பதைத் தொல்காப்பிய உரைகளின் வாயிலாகத்தான் தெரிந்துகொள்ள முடிகிறது. தொல்காப்பிய உரையாசிரியர்கள் குறிப்பிடும் உணவு வகைகளில் புலால் பொருட்கள் இல்லை. ஆனால் சங்க இலக்கியத்தில் புலால் உணவுகள் பற்றிய குறிப்புகள் பரவலாகக் காணப்படுகின்றன.

- சில நூற்றாண்டுகள் இடைவெளி
- நாடோடி - இனக்குழு - இனக்குழு தலைவன்- குறுநிலமன்னன் -முவேந்தர்கள் என்ற பல வளர்ச்சிப் படிநிலைகள்,
- நிலவுடைமைச் சமூகம் சார்ந்த தொகுப்பாக்கங்கள்

ஆகியவற்றைப் பின்புலமாகக் கொண்டமைந்தவை சங்க இலக்கியங்கள். இச்சங்கச் செய்யுட்களில் தொல்காப்பியக் காலத்திற்கு முந்தைய பாடல்களும் உண்டு. தொல்காப்பியக் காலப் பாடல்களும் உண்டு, தொல்காப்பியக் காலத்திற்குப் பிந்தைய பாடல்களும் உண்டு.

மூங்கில் அரிசி, தினை, சாமை, வரகு, இறுங்கு முதலிய அரிசி வகைகளும், எள், உழுந்து, கொள்ளு முதலிய தானிய வகைகளும், மா, பலா, வாழை, காரை, துடரி, நாவல் முதலிய கனி வகைகளும், வேளை, வள்ளை, முஞ்சை முதலிய கீரை வகைகளும், அணில்வரி கொடுங்காய், நெல்லிக்காய், பாகற்காய் முதலிய காய் வகைகளும், வல்லிக் கிழங்கு முதலிய கிழங்கு வகைகளும், தேன் முதலியனவும் சங்ககால மக்களால் உணவுப் பொருட்களாகப் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளன என்பதைச் சங்கச் செய்யுட்கள் காட்டி நிற்கின்றன. இவை அனைத்தும் நிலத்தில் விளையக்கூடியனவும், இயற்கையாகக் கிடைக்கக் கூடியனவுமாகிய பொருட்களாகும்.

இயற்கை விளைபொருட்கள் அன்றி இறைச்சிப் பொருட்களையும் சங்ககால மக்கள் உணவுப் பொருட்களாகப் பயன்படுத்தியுள்ளனர் என்பதையும் சங்கச் செய்யுட்களின் வழி தெரிந்துகொள்ள முடிகிறது. பல்வேறு புலால் உணவுப் பொருட்களையும், அவற்றைக் கொண்டு வந்த முறைகளும், அவற்றை உணவாகச் செய்த முறைகளும், அவற்றை உண்ட முறைகளும் விரிவான நிலையில் சங்க இலக்கியப் பாடல்கள் பலவற்றில் பதிவு செய்யப்பட்டுள்ளன.

உணவு

சொல்லமைப்பின்படி நோக்கினால் உண், உணா, உணவு என "உண்" என்பதே அடிச்சொல்லாக அமைகிறது. அடிச்சொல்லின் அடிப்படையில் உண்ணப்படுவது அனைத்தும்

உணவு எனக் கருதத் தோன்றும். உயிர் வாழ்வதற்குத் தேவையான ஆற்றலைத் தரும் பொருளை உணவென்று கூறுவர். உடல்நலமுள்ளவனுக்கு உணவாகப் பயன்படும் 'கஞ்சி' நோயுற்றவனுக்கு மருந்தாகவும் பயன்படுகிறது. எனவே உண்ணப்படுவனவெல்லாம் உணவாகா என்பதை எளிதில் உணரலாம். உயிர் வாழ உணவு வேண்டும். இந்த உடம்பினை உணவின் பிண்டம் என்றும் கூறுவதுண்டு. உணவின் பிண்டமாகிய உடம்பு உயிரைச் சமந்து கொண்டிருக்க வேண்டுமானால் அதற்கு உணவு கொடுத்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

“உண்டி கொடுத்தோ ருயிர் கொடுத்தோரே

உண்டி முதற்றே யுணவின் பிண்டம்”(புறம்.18:19-20)

என்ற குடபுலவியனாரின் புறநானூற்றுக் கருத்து இவற்றையெல்லாம் அடிப்படையாகக் கொண்டு எழுந்ததை காணலாம். இதனையே மணிமேகலையும்,

“மண்டிணி ஞாலத்து வாழ்வோர்க் கெல்லாம்

உண்டி கொடுத்தோ ருயிர் கொடுத்தோரே” (மணிமேகலை.11:95-96)

என்று உரைக்கிறது.

உணவினைக் குறிக்கும் பொதுப்பெயர்கள்

அமுது, அயினி, இரை, உண்டி, உணவு, ஊண், பதம், கிளவி, மிசைவு என்பவையாகும்.

சோறு

அடிசில் ஆக்கல், கூழ், சோறு, நிமிதல், புன்கம், மடை ஆகியவை சோற்றைக் குறித்தன.

கள்

அரி, அரியல், கந்தாரம், கலங்கல், கள், ஒனை, மட்டு என்பவையாகும்.

உவியல்- அவியல்

கருணை- பொரிக்கறி

புழுக்கல்- அவித்த இறைச்சி

யெப்பு- தாளித்தல்

இவைத்தவிர அரிசி, உழுந்து, ஐவினம் போன்ற சொற்களும் புறநானூற்றில் இடம் பெற்றுள்ளன.

அசும்பு

மதுவுடன் கூடிய சோறு “அசும்பு” என்பதாகும்.

“நறவுப் பிழிந்திட்ட கோதுடைச் சிதறல்வாரகம் பொழுகும் முன்றில்” (புறம்:114:5)

பாரிமகளிரைப் பற்றிக் கபிலர் கூறும் இப்பாடலில் மதுச்சோறு பற்றிய செய்தி பதிவாகியுள்ளது.

அடிசில்

“சோறு” என்னும் பொருள்படத்தக்கது.

“அமிழ்தட் டானாக் கமழ்குய் அடசில்” (புறம்:10:7)

“சுவைக் கினிதாகிய குய்யுடை அடசில்” (புறம்:127:7)

“குய்கொள் கொழுந்துவை நெய்யுடை அடசில்” (புறம்:160:7)

“நெய்யுடை அடசில் மெய்பட விதிர்த்து” (புறம்:188:5)

“குய்குரன் மலிந்த கொழுந்துவை அடசில்”(புறம்:250:1)

“அமிழ்தன மரபி னூன்துவை யடசில்”(புறம்:350:17)

இவ்வரிகள் சோறு என்னும் பொருளில் நெய் கலந்த, ஊன்கலந்த சோறு இரவலர்களுக்கு உணவாக அளிக்கப்பட்ட செய்தியை பதிவு செய்துள்ளன.

அமலை

அமலை என்பதற்கு ஆரவாரம், கூத்து, மிகுதி, திரளை, திருமகள், ஒலி, சுத்தம், கடுக்காய், கொப்பழக்கொடி எனப் பலபொருள் உண்டு. சோற்றுத்திரளை என்னும் பொருள்படத்தக்கது.

“ஊன்சோற் றமலை யிண்கடும் பருத்தும்” (புறம் 33:14)

“அமலைக் கொழுஞ்சோறு ஆர்ந்த பாணர்க்கு” (34:14)

“வைஞ்ஞிணம் பெருத்த பசுவெள் ளமலை” (புறம்:177:14)

மாசிகம் கலந்த உணவிற்கு அமலை எனப் பெயரிட்டுச் சுட்டியமை மேற்கூறப்பட்ட வரிகள் மூலம் அறிந்து கொள்ளமுடிகிறது.

அமுது

அமுது என்றால் உணவு எனப் பொருள்படும்.

“இசையிற் கொண்டா னசையமு துண்கென” (புறம் 399:21)

அயினி

உணவு எனப் பொருள்படும்.

“பாலீவிட்

டயினியும் இன்றயின் றனனே” (புறம்:77:8)

அவிழ்

“நீர்உலை யாக ஏற்றி மோரின்

றவிழ்பதம் மறந்து” (புறம்:159:12)

“அவிழ்புகு வறியா தாகலின் வாடிய” (புறம்:160:5)

“புல்லகத் திட்ட சில்லவிழ் வல்சி” (புறம்:360:18)

“மூழ்ப்பப் பெய்த முழவவிழ்ப் புழுக்கல்” (புறம்:399:9)

இரை

“ஊன்நசை உள்ளம் துரப்ப விரை குறித்துத் (புறம்:52:3)

“அளைச்செறி உழுவை இரைக்குவந் தன்ன” (புறம்:78:3)

“வாளை நீர் நாய் நாளிரை பெநூஉம்” (புறம்:283:2)

அளை

அளை என்பதற்கு தயிர், வெண்ணெய், மோர், முழை, புற்று, வளை, குகை, நண்டு எனப் பொருள்படும். அளை என்பது மோர் என்னும் பொருள் உடைத்து.

“செம்புற் றீயலின் இன்னளைப் புளித்து” (புறம்:119:3)

சைவ உணவுகள்

சைவ உணவுகளில் நெல் சோற்றோடு காய்கறிகளின் குழம்பு ஊற்றி கீரை மற்றும் கிழங்கு வகைகளைச் சேர்த்து இலையில் இட்டு உண்பது இன்றும் நம்மிடையே வழக்கத்தில் உள்ளது. இவ்வழக்கம் பழங்காலத்திலும் இருந்ததைப் பின்வரும் அகநானூற்றுப் பாடல் எடுத்துரைக்கிறது.

“பண்ணை வெண்பழத்து அரிசி ஏய்ப்பு,

தொடிமாண் உலக்கை ஊழின் போக்கி,

உரல்முகம் காட்டிய சுரைநிறை கொள்ளை,

ஆங்கண் இருஞ்சுனை நீரொடு முகவா,

கள்படு குழிசிக் கல்அடுப்பு ஏற்றி,

குடவர் புழுக்கிய பொங்குஅவிழ்ப் புன்கம்” (அகம்.393:7-12)

என்னும் பாடலடிகளில், நீண்டு வளர்ந்த காதுகளுடைய இடையர் குல பெண்கள், கொல்லையில் உள்ள வரகினை எடுத்து வந்து, அதனைத் திரிகையில் இட்டு அரிசியாக்கினர். இந்த வரகரிசியை முறத்தால் புடைத்து தண்ணீர் ஊற்றி ஊற வைத்தனர். மண்ணால் செய்த பானையில் அருவியில் இருந்து விழும் சுனை நீரை ஊற்றி, பின்பு சோறாக்கித் தாம் உண்டதுடன் வழிப் போவார்க்கும் கொடுத்துள்ளதைக் காட்டுகின்றது. எனவே சங்க காலத்திலேயே உணவினை நெருப்பு மூட்டிச் சமைக்கும் போக்கு இருந்துள்ளதை அறியமுடிகிறது.

சங்ககால தமிழர்கள் காய், கிழங்கு, கீரை, பருப்பு போன்ற தாவரங்களிலிருந்து கிடைக்கக் கூடிய உணவுப்பொருள்களை உண்டு வாழ்ந்திருக்கின்றனர் என்ற செய்தியைச் சங்க இலக்கியங்கள் தருகின்றன. பண்டைத் தமிழர்கள் நண்டுக் கறியுடன் பீர்க்கங்காயை இணைத்து உண்டுள்ளனர் என்ற செய்தியை சிறுபாணாற்றுப்படை கூறுகிறது. பொதுவாக மரக்கறி உணவோடு இறைச்சி உணவைச் சேர்த்து உண்ணும் வழக்கம் இல்லை. ஆனால் மருத நிலத்து மக்கள் பீர்க்கங்காயோடு நண்டுக்கறியையும் இணைத்து உண்ட செய்தி புதுமையானதாகும். இப்புதிய உணவுப் பழக்கம் பற்றி சிறுபாணாற்றுப்படையின் பின்வரும் பாடலடிகுறிப்பிடுகிறது.

கவைத்தா ளலவன் கலவையொரு பெறுகுவீர் (சிறுபாண 195)

இதற்கு கவைத்த காலினையுடைய நண்டும், பீர்க்கங்காயும் கலந்த கலப்புடனே பெறுகுவீர் என்று நச்சினார்க்கினியர் உரை வகுத்துள்ளார். இதன் மூலம் பண்டைத் தமிழர் நண்டுக்கறியுடன் பீர்க்கங்காயையும் சேர்த்து உண்டுள்ளனர் என்ற செய்தியைத் தெரிந்து கொள்ள முடிகிறது. பீர்க்கங்காயையும் நண்டையும் கலந்து செய்யும் சமையற் குறிப்பினை நச்சினார்க்கினியர் உரையின் வாயிலாகவே அறிய முடிகின்றது. மேலும் மாதுளங்காய், மாங்காய், வெள்ளரிக்காய் போன்ற பல காய்களையும் உண்டுள்ள செய்தி சங்க இலக்கியங்களில் இடம்பெற்றுள்ளது.

பழ உணவுகள்

சங்க இலக்கியங்களில் ஆசினிப்பழம், களாம்பழம், காரைப்பழம், துடரிப்பழம், நாவற்பழம், நெல்லிக்கனி, பலாப்பழம் போன்ற பழங்களைச் சங்ககால மக்கள் பெரிதும் விரும்பியுண்டனர் என்ற செய்தியை அறியமுடிகிறது. பெரும்பெயர் ஆதி என்ற மன்னனுடைய நாட்டிலுள்ள மக்கள் மணல் குவிந்து கிடக்கும் மணல் மேட்டில் ஏறி நின்று நாவற்பழத்தை கொய்து உண்டனர் என்ற செய்தியைப் புறநானூற்றுப் பாடல்கள் தருகின்றன.

"கருங்கனி நாவலி லிருந்து கொய் துண்ணும்

பெரும்பெய ராதி பிணங்களிற் குட நாட்

டெயினர் " (புறம் 177 11-3)

உண்டவரை நீண்டநாள் வாழவைக்கும் ஆற்றல் கொண்டது நெல்லிக்கனி என்ற செய்தியை,

"சிறியிலை நெல்லித் தீங்கனி குறியா

தாத னின்னகத் தடக்கிக்

சாத னீங்க வெமக்கீந் தனையே (புறம் 91 9-11)

எனவரும் ஓளவையார் பாடிய புறப்பாடல் வழி அறியலாம்.

மனித சமூகம் நாகரிகமடைவதற்கு முன்பாக நாடோடி வாழ்க்கையைக் கொண்டிருந்த காலகட்டத்தில் பழ உணவே மனிதனின் உணவுத் தேவையை பெரிதும் நிறைவு செய்தன. மா, பலா, வாழை என்பவை முக்கணிகளாகச் சூட்டப்படுவதன் மூலம் மனிதன் பழ உணவிற்கு அளித்த முக்கியத்துவத்தை உணரலாம். இவை பற்றிய குறிப்புகள் சங்க இலக்கியங்களில் அதிகம் காணப்படுகின்றன. ஐங்குறுநூற்றில்,

"அத்தப் பலவின் வெயில் தின்சிறு காய்,

அருஞ் சுரம் செல்வோர், அருந்தினர் கழியும்" (ஐங்குறு.351 1-2)

என்ற அடிகள், வறட்சி மிகுந்த பாலை நிலத்தில் செல்லக் கூடியவர்கள் பசியைப் போக்க பலாப்பழத்தை உணவாகக் கொண்டதைக் காட்டுகின்றன. மேலும் விளாம்பழம் (நற்:24, அகம்:394:1), நெல்லிக்கனி (நற்:87), புளியங்கனி (நற்:374), பலாப்பழம் (அகம்:2, அகம்:182, நற்:213) நூங்கு (நற்:392), களாப்பழங்கள் (அகம்:394:1) போன்றவற்றை சங்க கால மக்கள் பழ உணவாகத் தங்களுடைய உணவில் சேர்த்து வந்துள்ளதை பழம்பாடல்கள் வாயிலாக எடுத்துரைப்பதைக் காணமுடிகிறது.

தேன், தினை, அவள் பயன்படுத்தி செய்யும் உணவுகள்

அன்று முதல் இன்று வரை மனிதர்களுக்கு தேன் அரும்பெரும் சுவையாக இருந்து வருகின்றது. பெரியவர்கள் முதல் சிறியவர்கள் வரை அனைவரும் உண்ணக் கூடிய சுவைமிகுந்த இந்தத் தேனைப் பற்றிய குறிப்பினை,

"சுரும்பு உண விரிந்த கருங்கால் வேங்கைப்

பெருஞ் சினைத் தொடுத்த கொழுங்கண் கிறாஅல்

புள்ளுற்றுக் கசிந்த தீம் தேன்கல் அளைக்" (நற்றி.168 1-3)

என்ற அடிகளில், வேங்கை மரத்தில் கூடு கட்டிக்கும் தேனீக்கள் தன்னுடைய தேனடைகளை எப்போதும் மொய் என சுற்றி வந்து கொண்டே இருக்கும். முற்றிப்போன தேனடையானது வழிந்து கீழே உள்ள பாறையில் விழும். அப்போது குறமகளின் பிள்ளைகள் அதனை கையால் எடுத்து உண்பார்கள் என்னும் செய்தி இடம்பெற்றுள்ளதை அறியமுடிகிறது. தற்போது காடுகள் அழிக்கப்பட்டு வரும் வேளையில் தேன்கூடுகள் இன்று அரியதாகவே

காணப்படுகின்றன. மாடமாளிகைகள் வந்துவிட்டமையால் சில மாடி வீடுகளிலும் கூடுகள் கட்டி வாழ்கின்றன. தேனெடுப்பதிலும் மிகுந்த சிரமம் ஏற்படுகிறது. நெருப்பைக் கொண்டு தேனீக்களை அழித்து அதன்பிறகு தேனை எடுத்து வருகிறார்கள். அது குழந்தை நன்றாகப் பேசுவதற்கும், பல நோய்களுக்கும் மருந்தாக அமைகின்றது.

ஒரு காலத்தில் தினைச்சோறும், தினைமாவும் மனிதர்களின் அன்றாட உணவு வகைகளில் ஒன்றாக இருந்துள்ளது. இதனை நற்றிணையில்,

“உணங்கு தினை துழவும் கை போல்” (நற்றி.267 4)

என்ற அடிகள் காட்டுகின்றன. இப்பாடல் கூறும் செய்தி, காட்டில் உள்ள திணையை அறுத்து எடுத்து வந்து தனியாக பிரித்து, அதை வெயிலில் உணர்த்தி காய வைத்து சோறாக்கி உண்டார்கள் என்னும் செய்தி இடம்பெற்றுள்ளது. மேலும் அவற்றை உரலில் இட்டு மாவாகச் சமைத்து உண்டதைச் சங்க இலக்கியங்கள் (புறம்:143:5, ஐங்:285) கூறுகின்றன. அன்றைய காலந்தொட்டு இன்றுவரை அவள் என்பது மக்களின் ஒரு தின்பண்டமாக இருந்து வருகின்றது.

“பெருஞ்செய் நெல்லின் வாங்குகதிர் முறித்து

பாசவல் இடிக்கும் இருங்காழ் உலக்கைக்” (அகம்.141 17-18)

புதிதாகத் திருமணம் ஆன பெண், வீட்டிற்கு வந்திருக்கக் கூடிய விருந்தினர்க்கு பால்காய்ச்சி அதனுடன், முற்றியநெல்லை உலக்கையால் நன்றாக இடித்து அவளாக்கி வெள்ளம் போட்டு தருகின்றாள்.

இறைச்சி உணவு

சங்ககால மக்கள் புலால் உணவை விரும்பியுண்டனர். போரும் வீரமும் பேணுவதற்கு இப்புலால் உணவு ஊக்கமளிக்கும் உணவு ஆகும். போரெனின் உவக்கும் சங்ககால இயல்புக்குப் புலால் உணவே பொருத்தமான உணவாயிற்று.

மான்இறைச்சி

கோப்பெருநற்கிள்ளி தீக்கடைக்கோலால் தீயை உண்டாக்கி அதில் கொழுத்த மானின் இறைச்சியைக் சுட்டுப் பதப்படுத்தி வழி தப்பிச் சென்ற மறவர்கள் வந்து கூடுவதற்கு முன் உண்க எனப் புலவர்களுக்குக் கொடுத்தான் என்றும், அதனை உண்டு புலவர்கள் பசி தீர்ந்தனர் என்றும் பின்வரும் புறநானூற்றுப் பாடலடிகள் காட்டுகின்றன.

இழுதினன்ன வானினக் கொழுங்குறை

அமிழ்தின் மிசைந்து காய்பசி நீங்கி” (புறம் 150)

அம்மன்னன் தான் வேட்டையாடிய மான் தசையைப் புழுக்கி அதனை நெய்போன்ற மதுவுடன் புலவர்களுக்குக் கொடுத்தான். இச்செய்தியை

“தானுயிர் செகுந்த மானினப் புழுக்கோ

டானுவருக் கன்ன வேரியை நல்கி” (புறம் 152)

என்ற புறப்பாடல் வழி அறியலாம். மேலும் மானிறைச்சி மட்டுமின்றி ஆட்டிறைச்சி, உடும்பு, இறைச்சி, பன்றி இறைச்சி, பறவை இறைச்சி, போன்ற பல்வேறு இறைச்சிகளையும் உண்டதாகச் சங்க இலக்கியக் குறிப்புகள் கூறுகின்றன.

அரிசி உணவு

சங்க காலத் தமிழர் சுவையும் பயனும் கெடாவண்ணம் இருக்கக் கைக்குற்றல் அரிசியையே பயன்படுத்தியுள்ளனர். இது தொடிமாண் உலக்கைப் பருணக் குற்றரிசி (புறம் 399 2) என்று அழைக்கப்பட்டது. கொடித்த ஊன் துண்டங்களைத் தீயிலிட்டுச் சுட்டு அவற்றுடன் தினைச் சோற்றைச் சொரிந்து பாணர்கள் உண்டனர்.

"செந்தீ அணங்கிய கொழுநிணக் கொழுங்குறை
மென் நினைப் புன்கம் உதிர்ந்த மண்டையொரு
பருக்கும்" (அகம் 237.9.13)

பிற உணவு

பலவகையான சுவையையுடைய பொருட்களைச் சேர்த்து பலவகைத் திண்பண்டங்களைச் சங்ககால மக்கள் உண்டுள்ளனர். அவை அப்பம், பண்ணியம், மோதகம், துவையல், மீன்குழம்பு, தயிர்க்குழம்பு போன்றவையாகும். நெல்மாவில் இனிப்புச் சுவையான பொருட்களைச் சேர்த்து ஆக்கப்படும் ஒரு வகை சிற்றுண்டி பண்ணியம் எனப்படும். ஊனையும் சோற்றையும் உண்டு வெறுத்த மக்கள் அவ்வெறுப்பை மாற்றுவதற்கு வெல்லப்பாகையும் பாலையும் அளவாகக் கலந்து செய்யப்பட்ட பண்ணியங்களைத் தின்றனர் என்பதை

"உனு முணு முனையி னினிதெனப்
பாலிற்பெயதவும் பாகிற் கொண்டனவும்"
என்ற புறப்பாடல் தெரிவிக்கிறது.

பருகுநீர்

இளநீர், கரும்புச்சாறு, அருவிநீர், சுனைநீர், பால், தயிர், மோர் போன்றவற்றை சங்க கால மக்கள் பருகியுள்ளனர்.

அருவிநீர்

பலவகையான உணவுகளை உண்டபின்னர், மலையுச்சியில் இருந்து கீழே பாய்ந்து வரும் குளிர்ச்சியான அருவிநீரை குறிஞ்சி நில மக்கள் அருந்தினர்.

"அமிழ்தின் மிசைந்து காய்பசி நீங்கி
நன்மர னளிய நறுந்தண் சாரற்
கன்மிசை யருவி தண்ணெனப் பருகி" (புறம் 150 14-16)

கரும்புச்சாறு

இனிமையான சுவை நீர்களில் கரும்பின் சாறும் அடங்கும். அதியமான் நெடுமான் அஞ்சி (கரும்பை விண்ணுலகத்திலிருந்து மண்ணுலகத்திற்குக் கொணர்ந்து கொடுத்தான் என்பது ஒரு தொன்மச் செய்தியாகும். இதனை,

"அறபெரன் மரபிற் கரும்பி வட்டந்தும்" (புறம் 99 2)

ஆலை இயந்திரங்களில் கரும்பை இட்டு ஆட்டினர் என்ற செய்தியை கரும்பினெந்திரங் கட்டினோதே என்று மதுரைக் காஞ்சி புலப்படுத்துகிறது.

மது

வீரநிலைக் காலத்தில் மதுவும் கள்ளும் உண்ணல் சமுதாயத் தகுதியாகத் கருதப்பட்டன. மதுவும் கள்ளும் ஆற்றல் பானங்களாகப் போற்றப்பட்டன. ஓளவையார் தம்மைப் போற்றிச் சிறப்பு செய்த அதியமான நெடுமான் அஞ்சி இறந்தபோது அவர் தமக்குச் செய்த சிறப்புகளுள் இக்கள்ளினைத் தமக்குக் கொடுத்துத் தானும் உண்ட செயலைப் பாராட்டிக் கையறுநிலையாகப் பாடியுள்ளார்.

“சிறியகட் பெறினே எமக்கீயு மன்னே

பெரியகட் பெறினே

யாம்பாடத் தாம் மகிழ்ந்துண்ணும் மன்னே - (புறம் 23 1-3)

மேலும் சங்ககால மக்கள் மயக்கமும் உற்சாகமும் கொடுக்கக்கூடிய பானங்கள் பலவற்றை உண்டு மகிழ்ந்திருக்கின்றனர் என்பதை சங்க இலக்கியங்கள் தெளிவாகச் சுட்டுகின்றன. அவைகள் நறவு, மது மட்டு, தேறல் போன்றவையாகும்.

முடிவுரை

பண்டைத்தமிழர்களால் பலவகை உணவுகள் தயாரிக்கப்பட்டன. அவர்களால் தயார் செய்யப்பட்ட அனைத்து உணவு வகைகளும் அவர்களால் விரும்பி உண்ணப்பட்டன. திணையரிசியும் பாலும் கலந்து பால்சோறு, அவரைப்பருப்பும் அரிசியும் கலந்த பருப்புச் சோறு, இறைச்சியும் அரிசியும் கலந்து ஊன்துவை அடிகள், புளியும் மோரும் மூங்கிலரிசியோடு கலந்து ஆக்கப்பட்ட புளியங்கூழ் ஆகியன சங்ககால உணவு வகைகளுள் குறிப்பிடத்தக்கவை.

References

- அகநானூறு ,முனைவர். கு வெ பாலசுப்பிரமணியன் (உரை) ,முதல் பதிப்பு ஏப்ரல் 2004 , நியு செஞ்சரிபுக் ஹவுஸ் (பிலிட்,41,சிட்கோஇண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட்,அம்பத்தூர்,சென்னை-98
- நற்றணை , முனைவர். கு வெ பாலசுப்பிரமணியன் (உரை) ,முதல் பதிப்பு ஏப்ரல் 2004 , நியு செஞ்சரிபுக் ஹவுஸ் (பிலிட்,41,சிட்கோஇண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட்,அம்பத்தூர்,சென்னை-98
- புறநானூறு, முனைவர். கு வெ பாலசுப்பிரமணியன் (உரை) ,முதல் பதிப்பு ஏப்ரல் 2004 , நியு செஞ்சரிபுக் ஹவுஸ் (பிலிட்,41,சிட்கோஇண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட்,அம்பத்தூர்,சென்னை-98
- குறுந்தொகை, முனைவர். கு வெ பாலசுப்பிரமணியன் (உரை) ,முதல் பதிப்பு ஏப்ரல் 2004 , நியு செஞ்சரிபுக் ஹவுஸ் (பிலிட்,41,சிட்கோஇண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட்,அம்பத்தூர்,சென்னை-98
- சிறுபாணாற்றுப்படை, முனைவர். கு வெ பாலசுப்பிரமணியன் (உரை) ,முதல் பதிப்பு ஏப்ரல் 2004 , நியு செஞ்சரிபுக் ஹவுஸ் (பிலிட்,41,சிட்கோஇண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட்,அம்பத்தூர்,சென்னை-98

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