

பண்டைத் தமிழரின் உணவு வகைகள்

முனைவர் தி.பிரதீபாதேவி,

உதவிப்பேராசியர் தமிழ்த்துறை,

கோ.வெங்கடசுவாமிநாயுடுதன்னாட்சிக் கல்லூரி, கோவில்பட்டி- 628 502.

மின்னஞ்சல் : pradeebakavish11@gmail.com

44

ஆய்வுச் சுருக்கம்

இரண்டாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்னே தமிழகத்தில் உணவுப்பழக்கம் இல்லை. மலைகளிலே, காடுகளிலே,காயும் கனியும் கிழங்கும் மதுவும் ஏராளமாகக் கிடைத்து வந்தன.

மலைச்சாரல்களிலும் ஆற்றோரங்களிலும் திணை ,வரகு, நெல் முதலிய உணவுப்பண்டங்கள் அளவுக்கு மேல் விளைந்தன . கடலோரங்களிலே உப்பும மீனும் கணக்கின்றிக் கிடந்தன . மக்கள் தானியங்களையும், காய்கறிகளையும் ஆடு, பன்றி , மான், உடும்பு , கோழி, மீன் முதலியவற்றையும் மகிச்சியுடன் சமைத்துச் சாப்பிட்டனர் . பால், தயிர், மது முதலியவற்றையும் அருந்தி மகிழ்ச்சி அடைந்தனர் .

உணவுப்பழக்கம் தாண்டவமாடும் நாட்டில் ஒரு சிறிதும் சமாதான வாழ்வு நிலைத்திராது. உணவுப்பொருள்களின் விளைவு பெருகினால் தான் பட்டினிக் கொடுமையும் பஞ்சமும் பறந்தோடும். உணவுப்பண்டங்களைப் பெருக்குவோர் உழவர்கள் . உழவர்கள் ஒரு துயரமின்றி உரிமையுடன் வாழ்ந்தால்தான் உணவுப்பண்டங்கள் பெருகும்.

முன்னுரை

உணவுத்தொழிலில் உயர்ந்து விளங்கும் நாடே பஞ்சத்திலே வீழ்ந்து பரிதவிக்காது. அந்நாட்டிலே வாழ்வோர் இன்புறுவர் . அந்த நாடே செல்வத்திலே சிறந்து வாழும் இவ்வுண்மையை பண்டைத் தமிழர்கள் உணர்ந்திருந்தனர்.

மாமிச உணவு

மாமிசம் உண்பதும் மதுவருந்துவதும் பாவம் என்று பண்டைத் தமிழர்கள் கருதியதில்லை. மாமிசங்கலந்த நெற்சோற்றையும், மதுவையும் உண்டு பசிதீர்ந்து வாழ்ந்தனர்.

இரண்டாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்னே தமிழகத்தில் உணவுப்பழக்கம் இல்லை. மலைகளிலே , காடுகளிலே, காயும் கனியும் கிழங்கும் மதுவும் ஏராளமாகக் கிடைத்து வந்தன.

மலைச்சாரல்களிலும் ஆற்றோரங்களிலும் திணை, வரகு, நெல் முதலிய உணவுப்பண்டங்கள் அளவுக்கு மேல் விளைந்தன. கடலோரங்களிலே உப்பும மீனும் கணக்கின்றிக் கிடந்தன. மக்கள் தானியங்களையும், காய்கறிகளையும் ஆடு, பன்றி, மான் உடும்பு, கோழி, மீன் முதலியவற்றையும் மகிழ்ச்சியுடன் சமைத்துச் சாப்பிட்டனர். பால், தயிர், மது முதலியவற்றையும் அருந்தி மகிழ்ச்சியடைந்தனர்.

விருந்தோம்பல்



விருந்தோம்பலில் தமிழர்கள் தலைசிறந்தவர்கள். ஏழைமக்களும் தம்மிடம் வந்த விருந்தினர்க்குத் தாம் உண்ணும் உணவைத் தந்து உபசரிப்பார்கள்.

உழவின் உயர்வு

உணவுத் தொழில் உயர்ந்து விளங்கும் நாடே பஞ்சத்திலே வீழ்ந்து பரிதவிக்காது . அந்நாட்டிலே வாழ்வோர் இன்புறுவர். அந்த நாடே செல்வத்தில் சிறந்து வாழும். இவ்வுண்மையை பண்டைத் தமிழர்கள் உணர்ந்திருந்தனர்.

" கருவி வானம் தண்டலை சொரிந்தெனப்,
புல்விதை உலவித சில ஏராளர்,
பணித்துறைப் பகன்றைப் பாங்குடைத் தெரியல்
கழுவுறு கலிங்கம் கடுப்பச் சூடி

விலங்கு கதிர் திருமணி பெறாஉம் ,

அதன்கண் வைப்பின் நாடு கிழவோனே "

(பதிற் பா – 76)

கூட்டமாகிய மேகங்கள் மழை பெய்தவுடன், பலவிதமான விதைகளையும் வைத்திருக்கின்ற உழவிலே சிறந்த உழவர்கள் , தங்கள் வேலையை ஊக்கத்துடன் செய்கின்றனர். குளிர்ந்த நீர்த்துறையை அடைகின்றனர். அழகான பகன்றைப் பூமாலைகளை ஆடைகளைப்போல அணிகின்றனர். விளைந்து விளங்குகின்ற கதிர்களிலிருந்து அழகிய தானிய மணிகளை பெறுகின்றனர் .

ஒரு நாட்டின் உயர்வுக்கு உழவுத்தொழிலே காரணம் என்பதை இதனாற் காணலாம் .

பஞ்சமற்ற நிலை

இரண்டாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்னே தமிழகத்தில் உணவுப்பழக்கம் இல்லை . மலைகளிலே , காடுகளிலே , காயும் கனியும் கிழங்கும் மதுவும் வளமாகக் கிடைத்து வந்தன. மலைசாரல்களிலும் ஆற்றோரங்களிலும் திணை, வரகு, நெல் முதலிய உணவுப்பண்டங்கள் அளவுக்கு மேல் விளைந்தன.

எயிற்றியர் உணவு

வெண்மையான பற்களையுடைய வேடர்குலப்பெண்கள், எறும்புகள் சேர்த்து வைத்திருக்கின்ற மென்மையான புல்லரிசியைத் தேடிச் சேர்ப்பார்கள். மாண்களை கட்டியிருக்கின்ற விளா மரத்தின் அடியிலே அகழ்ந்திருக்கின்ற உரலில் அந்த நெல்லைச் சொறிவார்கள். சிறிய வைரம் பாய்ந்த உலக்கையால் அதைக்குற்றிக் கொழித்தெடுப்பார்கள் .

ஆழமான கிணற்றில் கொஞ்சமாக ஊறியிருக்கின்ற உவர்நீரை முகந்து - பழைய வெறும் பானையில் ஊற்றி அடுப்பில் உலை வைப்பார்கள். குற்றியெடுத்த புல்லரிசியை உலையிலிட்டு - அடுப்பு அணையாதபடி எரித்துச் சமைத்துச் சோறாக்குவார்கள். அச்சோற்றை உப்புக்கண்டத்தின் துணைகொண்டு உண்பார்கள். வந்த விருந்தினருக்கு இவ்வுணவைக் கொடுத்து உபசரிப்பார்.

" முரவுவாய்க் குழிசி அடுப்பேற்றி

ஆற்றாது அட்ட வாடுன் புழுங்கல் "



(பெரும் . 94 -100)

இவ்வடிகளால் தனித்திருக்கும் வேடப்பெண்களின் உணவைக் காணலாம். புல்லரிசியும் , உப்புக் கண்டமுமே அவர்களுக்கு எப்பொழுதும் கிடைக்கும் உணவு என்று அறியலாம்.

உழவர் உணவு :

தொண்டை மண்டலத்திலே நெல் விளைவு குறைவு. புன்செய்ப் பயிர்கள் தாம் மிகுதி. அங்கு உள்ளவர்கள் பெரும்பாலும் புன்செய்ப்பயிர் செய்பவர்கள். அவர்களுடைய உணவும் பெரும்பாலும் புன்செய்த் தானியங்களாகவே இருக்கும்.

வரகரிசிச் சோற்றை, புழுக்கிய அவரைப் பருப்புடன் கலந்து, பெருகிய சோற்றை அவ்வுழவர்கள் உண்டு வந்தனர். இதனையே விருந்தினருக்கு கொடுத்து மகிழ்ந்தனர்.

" குறுந்தான் வருகின் குறளவிழ்ச் சொன்றி

அவரை வான் புழுக்கூட்டிப் பயில்வுற்று

இன்சுவை மூரல் பெறுகுவீர் "

(பெரும் . 192 – 196)

உழவர்களின் இயற்கையான உணவு இதுதான் என்பதை இவ்வரிகள் காட்டுகின்றன.

ஆயர் உணவு

முல்லை நில மக்களாகிய இடையர்கள் ஆடு, மாடுகளாகிய செல்வம் படைத்தவர்கள். ஆயினும், அவர்களுடைய உணவும் புன்செய்த் தானியங்கள்தாம். நண்டுக்குஞ்சுகளைப் போலாகிக் காணப்படும் திணைச் சோறும், பாலும் அவர்கள் உட்கொள்ளும் உணவாகும். இவ்வுணவையே விருந்தினருக்கு இடுவார்கள் இதனை

" மடிவாய்க் கோவலர் குடிவையின் சேப்பின்

இடுங்கிளை ஞண்டின் சிறுபார்ப்பன்

பசுந்தின மூரல், பாலோடும் பெருகுவீர்

(பெரும் .166-168) என்பதனால் அறியலாம்.

வேளாளர் உணவு

இனிப்பான சுவைகள் நிறைந்த பெரிய பலாப்பழம் கிடைக்கும். நல்ல இன்சுவை இளநீர் கிடைக்கும் . யானைக் கொம்புகளை போன்ற தோற்றத்துடன் வளைந்து குலையிலே பழுத்திருக்கும் வாழைக்கனிகள் கிடைக்கும். நல்ல பனை நுங்கு கிடைக்கும். இன்னும் பல இனிய பண்டங்களும் கிடைக்கும்.

சேப்பம் இலையுடன் , முற்றிய நல்ல கிழங்குகளும் கிடைக்கும். இவை எல்லாம் உள்ளவர்கள் - அதாவது சொந்த நிலமுள்ள வேளாளர்கள் வீட்டிலே கிடைக்கும் உணவுப் பண்டங்கள்

" தண்டலை உழவர் தனிமனைச் சேம்பின்

தாழ்கோட் பலாவின் சூலசளைப் பெரும்பழம்

தீம்பல்தாரம் முனையிற் சேம்பின்



முனைப்புறம் முதிர்கிழங்கு ஆர்குவிர்

"

(பெரும் . 355 – 362)

இதனால் வேளாளர்களின் வாழ்க்கை நிலையையும், அவர்கள் சைவர்களாக வாழ்ந்தனர் என்பதையும் காணலாம் .

முடிவுரை

அக்காலத்தில் பெரும்பாலான தமிழ் மக்கள் எத்தகைய உணவுகளை உண்டு உயிர் வாழ்ந்தனர் என்பதை இந்நூலில் காணலாம். நெய்தல் நிலத்திலே வாழ்வோர் மீன் உணவையே மிகுதியாக உட்கொள்வார்கள்.

காய்ந்த குழல்மீனைச் சுட்ட உணவினை, போவோரிடத்திலும் பெற்றுள்ளனர். வேடர்க்குலப்பெண்கள் புளிக்கறி செய்வார்கள். உழவற்குலப் பெண்கள் கைக்குத்தல் அரிசியால் சோறாக்குவார்கள். வயல்களில் பிடித்த நண்டையும் கொள்ளையிலே காய்ந்த பீர்க்கங்காயையும் சேர்த்து சமைப்பார்கள். தாமும் உண்பர் . விருந்தினருக்கு இடுவர்.இவற்றால் வலைஞர், வேடர், உழவர், ஆகியோர் உண்ணும் உணவுவகைகளைக் காணலாம்.

பார்வை நூல்கள் :

தமிழர் வாழ்வும் பண்பாடும்,
தமிழறிஞர் சாமி, சிதம்பரனார்
சாரதா பதிப்பகம்,
சென்னை - 600 014.

