



Culinary Style in the Five Landscapes of Sangam Agam Literature

Dr. S. L. Anitha, Assistant Professor of Tamil, Scott Christian College, Nagercoil, Tamil Nadu, India.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-2424-7112>

DOI: 10.5281/zenodo.8397592

Abstract

Food, clothing, and shelter are the basic needs of human life. The ancient Tamil people's food practices reflected the basic nature of their land. Our ancestors, the ancient Tamils, were the pioneers in cultivating and producing natural food. They cultivated various crops, prepared healthy food naturally, and lived by self-sustaining methods. They not only cooked food but also preserved natural resources, living in harmony with nature. The Tamil region had diverse cooking methods from ancient times. Regardless of the type of land, various methods such as agriculture, hunting, and gathering existed in ancient times. The food culture was not only about health but also about strengthening human relationships. During the Sangam era, when people came together for various festivals, commerce, and place-naming ceremonies, they offered a variety of foods, fostering unity among people. This food culture promoted both health and enhanced human relationships. This article discusses the importance of food in human life, the unique food practices of ancient Tamils, and the traditional agriculture in Sangam times.

Keywords: Culinary Style, Five Landscapes, Sangam Agam Literature.

References

- [1] Aacharya, P. S. *Thirukural Urai*. Narmatha Publication.
- [2] Chandran. S. "Tamil Culture in *Thinaimalai Nootriaimbathu*." *International Journal of Tamil Language and Literary Studies*, E – ISSN: 2581 – 7140, Vol – 1, May 2019.
- [3] Jayabal. R. *Agananuru*. (Mulamum Uraiyum) Chennai – 600 098, 2004.
- [4] Dhakshinamurthy, A. *Ainguru Nooru*. (Mulamum Uraiyum) New Century Book House Chennai – 600 098, 2004.
- [5] Thirugana Sampanthan, S. *Tholkappiyam Porulathikaram*. Kathir Publications, Thiruvaiyaru, 2018.
- [6] Balasubramanian, K.V. *Natrinai*. New Century Book House, Chennai – 600 098, 2004.
- [7] Balasubramanian, R. *Purananuru*. (Mulamum, Vuraiym) New Century Book house, Chennai – 600 098, 2004.
- [8] *Pathinenkzheel Kanakku Nool* (First Vol-1). Tamil Nilayam, Chennai - 17, 2007.
- [9] Mohan. Dr. *Pathupattu* First Part. New Century Book House, Chennai, 2011.
- [10] Viswanathan. A. *Kaliththokai* (Mulamum, Vuraiyum). New Century Book House, Chennai – 600 098, 2004.
- [11] Jeyakala. "Perumpanattupadaiyil Unavu." *International Journal of Tamil Language and Literary Studies*, E.ISSN: 2581 – 7140, Vol – 2, P. 11, December 2019.

Author Contribution Statement: NIL.

Author Acknowledgement: NIL.

Author Declaration: I declare that there is no competing interest in the content and authorship of this scholarly work.



The content of the article is licensed under <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/> International License.



சங்க அகப்பாடல்களில் ஐந்திணை உணவுகள்

முனைவர் செ. ல. அனிதா, உதவிப்பேராசிரியர், தமிழ்த்துறை,
ஸ்காட் கிறிஸ்தவக் கல்லூரி, நாகர்கோவில், தமிழ்நாடு, இந்தியா.
ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-2424-7112>
DOI: 10.5281/zenodo.8397592

ஆய்வுச்சுருக்கம்

உணவு, உடை, உறைவிடம் என்னும் மூன்றும் மனிதர்களின் அடிப்படை தேவைகளாகும். பண்டையத் தமிழரின் உணவுப் பழக்க வழக்கங்கள் நிலத்தின் தன்மையை ஒட்டியே காணப்பட்டது எனலாம். பண்டையத் தமிழர்களாகிய நம் முன்னோர்கள் இயற்கையான முறையில் உணவுத் தானியங்களை விளைவித்து, ஆரோக்கியமான உணவுகளைச் சமைத்து உண்டு வாழ்ந்து வந்தனர். உலகில் முதன் முதலில் உணவை நாகரிகமாகக் சமைத்து உண்டவர் தமிழர்களாவர். ஒவ்வொரு நிலத்திற்கும், ஒவ்வொரு வகையான உணவு முறைகள் பழக்கத்தில் இருந்தாலும் வணிகம், விருந்தோம்பல், இடம் பெயர்தல் அடிப்படையில் எல்லா மக்களும் அனைத்து நிலத்தின் உணவு வகைகளையும் உண்டு வாழ்ந்திருக்கின்றனர். அவ்வுணவு ஆரோக்கியமாகவும், மனித உறவுகளை மேம்படுத்துவதாகவும் அமைந்திருந்தது. சங்ககால உணவுப் பழக்கத்தை தற்கால மக்கள் பின்பற்றி வந்தாலும் புதுமை என்ற பெயரில் துரித உணவுப் பழக்கத்திற்கு தங்களை மாற்றியுள்ளனர். இந்த உணவுப் பழக்கமானது உடலுக்கு தீங்கு விளைவிப்பதாக உள்ளதால் பெரும்பாலான மக்கள் பழைய உணவு முறைக்கு மீண்டும் மாறி வருவது குறிப்பிடத்தக்கதாகும்.

திறவுச் சொற்கள்: சங்க இலக்கியம், அகப்பாடல், ஐந்திணை உணவுகள்.

முன்னுரை

இவ்வுலகில் உள்ள ஓரறிவு உயிரினம் தொடங்கி ஆறு அறிவு உடைய மனிதன் வரைக்கும் உணவானது முக்கியமானதாகத் திகழ்கிறது. மனித வரலாற்றைக் குறித்து ஆய்வு செய்தவர்கள் அனைவரும் ஆதிகால மனிதனின் உணவு சேகரிப்பு முறை மற்றும் உணவு வழக்கத்திலிருந்து வரலாற்றைத் தொடங்குகின்றனர். மனிதனின் அடிப்படைத் தேவைகளில் முதன்மையானது உணவு ஆகும். உணவானது உடலுக்கு மருந்தாகவும், உணர்வுக்கு விருந்தாகவும் அமைகிறது.

உணவின் முக்கியத்துவம்

உயிர் உடலைச் சுமக்க இன்றியமையாத தேவையாக உணவு அமைகிறது. பசித்தவர்களுக்கு உணவளித்தவர்கள் தேவர்களுக்கு நிகராகப் போற்றப்பட்டனர். நமது



உடலானது நல்ல ஆரோக்கியத்துடன் இயங்குவதற்கு உணவு முக்கியப்பங்கு வகிக்கிறது. இதனை திருமூலர்,

உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே

உடம்பை வளர்த்தேன், உயிர் வளர்த்தேனே (திருமூலம்)

என தன்னுடைய உடலைப் பேணிக்காத்ததை திருமூலத்தில் பதிவு செய்துள்ளார். தொல்காப்பியர் கருப்பொருளை வகைப்படுத்தும் போது,

தெய்வம் உணாவே மாமரம் புட்பறை

செய்தி யாழின் பகுதியொடு தொகைஇ

அவ்வகை பிறவும் கருவெனமொழிப (தொல்.,பொ., நூ. 20)

என தெய்வத்திற்கு அடுத்தபடியாக உணவை குறிப்பிட்டுள்ளார். “சமுதாய ஏற்ற இறக்கங்களுக்கு ஏற்ப உணவு முறை, தரம் போன்றவை வேறுபடுகின்றன. உணவுப் பஞ்சங்கள் அதிகமாகும் இடத்தில் குற்றங்கள் அதிகமாகின்றன”. (முனைவர். பா.ம. ஜெயகலா பக். 39, 40) என்பதால் உணவின் இன்றியமையாமையை அறியலாம்.

குறிஞ்சி நில உணவு வகைகள்

மலையும், மலை சார்ந்த பகுதியினையும் உடைய குறிஞ்சி நில மக்கள் தினை, ஐவனம், மூங்கில் அரிசி, பால், கள், ஊனுணவு, கிழங்கு வகைகள், பழங்கள், தேன் ஆகியவற்றை உணவாகக் கொண்டனர். சங்ககால மக்கள் முதற்கொண்டு, இக்கால மக்கள் வரைக்கும் நெல்லின் பெருமையை நன்கு அறிந்திருந்தனர். “குறிஞ்சி நில மக்கள் தினை, செந்தினை, கருந்தினை, ஐவனம் முதலியவற்றை உணவுப் பொருட்களாக உற்பத்தி செய்து அதனை உணவாகப் பயன்படுத்தியுள்ளனர்” (செ. சந்திரன், பக். 106) இதனை, திவட்காயிற் செந்தினை காரேன (தினை மாலை நூற்றைம்பது, 8 : 1-2) என்ற பாடல் உறுதிப்படுத்துகிறது.

பலாச்சுளையும், சோறும்

சங்ககாலத்தில் சோற்றுணவோடு பலாச்சுளை உணவையும் உண்டனர். குலைகளையுடைய பலாவினது இனிய சுளைகள் பாறைகளில் வீழ்ந்து கிடந்ததையும், அவற்றை பெருஞ்சோற்றுத் திரளுடன் குறிஞ்சி நில மக்கள் உண்டதையும் குறிஞ்சிக்கலி எடுத்துரைக்கிறது. இதனை,

பல்கோட் பலவின் பயிர்ப்பு உறுதீம் கனி

அல்கு அறைக் கொண்டு ஊன் அமலைச் சிறுகுடி (கலித்தொகை, 50: 12-13)

என்பதால் அறியலாம். குற்றுதலில் சிறந்த அரிசியால் ஆக்கின திரளான வெள்ளைச் சோற்றினை அமலை என்று சிறுபாணாற்றுப்படை குறிப்பிடுகிறது. அவைப்பு மாண் அரிசி அமலை வெண் சோறு (சிறுபாண்., பா. 194) என்ற பாடல் மூலம் சோற்றுணவினையும், பலாச்சுளை உணவினையும் உண்டதை அறிய முடிகிறது.

தினை உணவு

உணவுப்பயிர் உற்பத்தி செய்வதில் நெல் மற்றும் கோதுமைக்கு அடுத்தபடியாக தினை



மலர் - 2, சிறப்பிதழ் - 3, புரட்டாசி 2054

இ - ஐஎஸ்எஸ்என்: 2583-0481

வகைகள் முக்கியப் பங்கு வகிக்கின்றன. திணை வகைகள் உடல் நலனுக்கு மிகச்சிறந்த உணவாகும் குறிஞ்சி நிலமக்கள் உணவிற்காக தோரை நெல், ஐவனநெல், வெண் சிறுகடுகு, இஞ்சி, மிளகு, மஞ்சள், அவரை போன்றவற்றை பயிரிட்டனர். இதனை,

குறுங்கதிர்த் தோரை நெடுங்கால் ஐயவி

ஐவன வெண்ணெலொடு அரில்கொள்பு நீடி

இஞ்சி மஞ்சள் பைங்கறி பிறவும் (மதுரை. கா., பா. 287 - 289)

என குறிப்பிடுகிறது. இன்றும் திணை உணவுப் பொருட்கள் மக்களால் விரும்பி உண்ணப்படுகின்றன.

திணை மாவு

திணையரிசியைக் குற்றி திணைமாவு எடுத்து உணவாக உட்கொண்டதை,

...குறமகள்

மென்றிணை நுவணை யுண்டு (ஐங்., பா. 285: 1-2)

என்ற பாடலடி தெரிவிக்கிறது. நுவணை என்பது திணை மாவைக் குறிக்கிறது.

தேன் - பால் உணவு

தேன் மிகவும் மருத்துவக் குணமுள்ள உணவாகும். பால் உடலுக்கு ஆற்றல் தரக்கூடியதாகும். குறிஞ்சி நில மக்கள் இத்தகைய தேனுணவினையும், பாலுணவினையும் தனித்தனியாகவும், கலந்து உண்டதைக் குறித்தும் அறிய முடிகிறது. இதனை,

தேன் மயங்கு பாலினும் இனிய

அவர் நாட்டு (ஐங்., பா. 203)

என்ற பாடலில் தலைவி, தேனொடு கலந்த ஆவின் பாலினும், தலைவனது நாட்டிலுள்ள தழையால் மூடப்பட்ட கிணற்று நீர் இனிமையுடையது என்று கூறுவதிலிருந்து அறியமுடிகிறது.

நெய் உணவு

நெய்யோடு கலந்த பாலினை உண்டதைக் குறித்து, நெய்பெய் தீம்பால் பெய்து (நற்., பா. 172: 3) என குறிப்பிடுகிறது. குறிஞ்சி நில மக்கள் சிறப்பான நாட்களில் நெய் மிகுந்த உணவு வகைகளை உண்டு வந்தனர். இதனை, பைந்நிணம் ஒழுகிய நெய்மலி அடிசில் (குறிஞ்சி. ப., பா. 204) என்ற பாடலால் அறியலாம். “கொழுப்பு ஒழுகும் நெய்யால் ஆன சோறு என்று குறிஞ்சிப் பாட்டும், சுவைப்பதற்கு இனிதாகிய தாளிப்பை உடைய உணவு என்று புறநானூறும் சுட்டுகிறது.” (முனைவர்.கி. சங்கர நாராயணன், பக். 28) இதனை, சுவைக்கு இனிது ஆகிய குய் உடை அடிசில் (புறம்., பா. 127: 7) என்ற பாடல் மூலம் உறுதிபடுத்தப் படுகிறது. நெய்யில் வதக்கிய இறைச்சியையும், திணையரிசியையும் உண்டு வந்ததை,

பளு உக்குறை பொழிந்த நெய்க்கண் வேவையொடு

குளு உக்கன் பொம்மல் பெறுகுவீர் (மலைபடு., பா. 168 – 169)

என்ற பாடலடி குறிப்பிடுகிறது.

பசுமைச்சூழல்பேணுவோம்பார்தனைக்காப்போம்

காண்க: <http://pandianeducationaltrust.com/-chenkaantal.html>



ஊனுணவு

அசைவ உணவுப் பொருட்களில் ஊனுணவு பெரும் பங்கு வகிக்கிறது. அவ்வகையில் பழந்தமிழர் தங்களுக்குப் பயன்படக்கூடிய விலங்குகளை வளர்த்தும், வேட்டையாடியும் உணவாகப் பயன்படுத்தினர். கொழுப்புடன் சேர்ந்த மாமிச உணவுகளை உண்டதை,

வால் நிணப்புகவின் கானவர் தங்கை (அகம்., பா. 132: 5)

என்ற அகப்பாடல் கூறுகிறது.

பெண் நாயானது கடித்த உடும்பின் இறைச்சியையும் கடமான் இறைச்சியையும், பன்றி இறைச்சியையும் உண்டு வாழ்ந்த செய்தியை,

வேயம்பெயல் வினையுள் தேக்கட் தேறல்...

....வருவிசை தவிர்த்த கடமான் கொழுங்குறை (மலைபடுகடாம்., பா. 171 – 175)

என்ற பாடல் கூற்று மூலம் தெளிவாகிறது. இரும்புக் கம்பியில் கோர்த்து சுட்ட கொழுத்த இறைச்சியாகிய தசைத் துண்டுகளை உண்டதை, காழின் சுட்ட கோழ் ஊன் கொழும் குறை (பொரு., பா. 105) என குறிப்பிடுகிறது. இன்றும் சில மாற்றங்களுடன் இம்முறையில் சுட்ட இறைச்சியை, 'கிறில் சிக்கன்' என்ற பெயரில் அழைக்கின்றனர்.

வெற்றிலை

வெற்றிலை என்பது உண்ட உணவினை எளிதில் செரிக்க வைக்கும் இயல்புடையது. சளியைத் தடுக்கும் ஆற்றலும் இதற்குண்டு. இன்றும் கிராமப்புறங்களில் வெற்றிலைப் பாக்கு பயன்படுத்துவதை காணமுடிகிறது. மனித உடலில் வாதம், கபம், பித்தம் மூன்றும் சரியான விகிதத்தில் இல்லாமல் கூடும்போதோ, குறையும் போதோ நோய்கள் ஏற்படுகின்றன. இம்மூன்றையும் சரியான அளவில் வைத்திருக்க தாம்பூலம் உதவுகிறது. இதனை திருவள்ளுவர்,

மிகினும் குறையினும் நோய் செய்யும் நூலோர்

வளிமுதலா எண்ணிய மூன்று (குறள். 941)

ஒருவனுடைய உணவும், செயல்களும் அளவுக்கு மேல் கூடினாலும், குறைந்தாலும், மருத்துவ நூலோர் வகுத்த வாதம், பித்தம், கபம் முதலிய மூன்றும் நோயைச் செய்யும் என குறிப்பிட்டுள்ளார். சங்ககாலத்திலிருந்து பெண்களும் வெற்றிலைப் பாக்கு உண்ணும் வழக்கத்தைக் கொண்டிருந்தனர். இதனை,

தையால் தாம்பலம் தின்றியோ? என்றுதன்

பக்கு அழித்து 'கொண்ட' எனத்தரலும் (கலி. 65: 13-14)

என்ற பாடல் புலப்படுத்துகிறது.

விருந்தோம்பலில் கள்ளுணவு

சங்ககால மகளிர் விருந்தினராய் வரும் புதியவர்களை அன்புடன் உபசரித்தனர். விருந்தினருக்கு கள்ளுணவு உண்ண கொடுத்து உபசரித்ததையும், பின்பு ஆடும் குரவைக் கூத்தினையும் கண்டு செல்லுமாறு கூறியதை,

வாங்கு அமைப் பழுதிய நறவு உண்டு



வேங்கை முன்றில் குரவையும் கண்டே (நற்., பா. 276: 10 - 11)

என்ற பாடல் புலப்படுத்துகிறது. இன்றும் திருமணம், திருவிழாக்கள் போன்ற மகிழ்ச்சியான தருணங்களில் சில இடங்களில் மதுவிருந்து நடைபெறுவதைக் காணமுடிகிறது.

முல்லை

முல்லை நில மக்கள் காடும், காடு சார்ந்த இடங்களிலும் வாழ்ந்தனர். இந்நிலத்தின் மக்கள் தினையரிசி வரகரிசி, கூழ், பால், தயிர், வெண்ணெய், இறைச்சி போன்றவற்றை உணவாகக் கொண்டனர்.

பால் உணவு

பாற்கூழே இவர்கள் உண்ணும் முக்கிய உணவாகும். என்பதை, **கூழ் ஆர் இடையன் (பெரும்., பா. 175)** என்ற பாடலடி சுட்டுகிறது. முல்லை நில மகளிர் ஆடு, மாடுகள் மேய்த்து பாலுக்கும், பாற்பொருட்களுக்கும் தட்டுப்பாடின்றி வளமான வாழ்க்கை வாழ்ந்தனர். இந்நிலத்தின் மக்கள் புதிதாக வருபவர்களுக்கு பாலுணவினைக் கொடுத்த செய்தியை, **வருகுவை ஆயின், தருகுவென் பாலென (அகம்., பா. 54: 19)** என தலைவி கூறுவதிலிருந்து அறியலாம். முல்லைநிலச் சிற்றூர்களில் வாழ்ந்த இடையன் மகள் மோர் விற்றதனால் கிடைத்த தினையரிசி, வரகரிசி இவற்றுடன் அவரைப் பருப்பையும் கலந்து செய்த 'கும்மாயம்' என்ற பெயர் பெற்ற உணவை உண்டனர் என்ற தகவலை பெரும்பாணாற்றுப் படை (167, 168, 192, 195) குறிப்பிடுகிறது.

கருணைக் கிழங்குணவு

நாவிற்சுச் சுவை தருவதில் கருணைக் கிழங்கு பெரும் பங்கு வகிக்கிறது. முல்லை நில மகளிர் தம் மனைக்கு வரும் விருந்தினருக்கு நன்கு முற்றி விளைந்த கருணைக் கிழங்கினைப் பொரியலாக சமைத்துக் கொடுத்தனர். இதனை,

கருங்கண் கருணைச் செந்நெல் வெண்சோறு

கூருடைப் பலியொடு கவரிய (நற்., பா. 367: 1)

என்ற பாடலடி புலப்படுத்துகிறது. இவ்வுணவினை தெய்வத்திற்கு படைத்த போது காகம் தன் குஞ்சுகளோடு உண்டதை அறியமுடிகிறது. இவ்வாறு கருணைக் கிழங்கு பொரியலாக சமைத்து உண்டதை அறிந்துகொள்ள முடிகிறது.

ஊனுணவு

முல்லை நில மக்கள் வேட்டையாடிய ஊனுணவினை உண்டனர். உடும்பு, மான், வரித்தவளை, ஈசல், முயல் போன்றவற்றை உண்ட தகவலை,

உடும்பு கொலீஇ, வரிநுணல் அகழ்ந்து

நெடுங்கோட்டுப் புற்றத்து ஈயல் கெண்டி

எல்லிமுயல் எறிந்த வேட்டுவன் சுவல (நற்., பா. 59: 10)

என்ற பாடல் புலப்படுத்துகிறது.



நெல்லிக்கனி

கனி வகைகளில் மருத்துவக் குணமுடையது நெல்லிக்கனி. இலக்கியங்கள் காட்டு நெல்லியைக் குறித்த தகவலைத் தருகின்றன. சிறிய இலையினையும், புல்லிய விதையினையும் உடைய நெல்லியின் பசுமையான காய்களை மக்கள் கடித்துத் தின்றதை,

பண்ணன் சிறுகுடிப் படப்பை நுண்இலைப்

புன்காழ் நெல்லிப் பைங்காய் தின்றவர் (அகம்., பா. 54: 14 - 15)

எனக் குறிப்பிடுகிறது.

மருதநில உணவு வகைகள்

மருத நிலம் நாகரிகத்தின் வளர்ப்புப் பண்ணையாகும். இந்நிலத்தின் மக்கள் உழவுத் தொழிலைச் செய்து அதன் மூலம் கிடைக்கும் நெல்லினை உணவாகப் பயன்படுத்தினர். பாலுணவு, ஊனுணவு, கள்ளுணவு போன்றவற்றையும் உழுந்தம் சோறு, பாலும், பயறும், கொள்ளும் கலந்து செய்த கூழுணவு இவற்றை உண்டு வாழ்ந்தனர்.

மருத நிலத்தில் வாழ்ந்த மக்கள் செந்நெல்

சோற்றோடு, புளியையும் உணவில் சேர்த்து வந்துள்ளனர்

இத்தகவலை,

செந்தாமரைப் பூவுற நிமிர்ந்து செந்நெல்

புளிவேட்கை (திணை. மா., பா. 142: 3)

என்ற பாடலடி உறுதிபடுத்துகிறது.

உழுந்தம் பணியாரம்

உழுந்தின் பயன்பாடு பலவகைகளில் நமது உணவில் இடம் பெறுகிறது. உணவுப்பொருட்கள் பலவற்றோடு உழுந்தையும் கூட்டி உழுந்தம் பணியாரம் செய்ததைக் குறித்து, உழுந்தினும் துவ்வா குறுவட்டா (கலித்., பா. 94: 27) என குறிப்பிடுகிறது.

உழுந்தம் மாவினை நெய்யோடு கலந்து பிசைந்து செய்த உணவினை,

நெய்யோடு மயக்கிய உழுந்து நூற்றன்ன (ஐங்., பா. 211)

என்பதால் அறியலாம்.

நெற்பொரி உணவு

நெல்லை வறுத்து அதிலிருந்து பொரி கிடைப்பதை நெற்பொரி என்பர். பொரியினை பொற்கலத்திலிட்டு அதனுடன் பாலை ஊற்றிக் கொடுத்த போது, தலைவி அவை மிகுதி எனக்கூறி உண்ண மறுத்ததை,

செம்பொற் புனை கலந்து அம்பொரிக்கலந்த

பாலும் பல என உண்ணாள் (குறுந்., பா. 356: 6 - 7)

என்பதால் நெற்பொரி உணவினை அறியமுடிகிறது. இன்றும் இவ்வுணவு கார்த்திகைத் திருநாள், உட்பட பல மங்கல காரியங்களுக்கும், அமங்கலக் காரியங்கள் சிலவற்றிற்கும் நெற்பொரி பயன்படுத்தப்பட்டு வருகிறது.



மாங்காய்ச் சாற்றுணவு

மருதநில மக்கள் மாங்காய்களை புதிய குடங்களில் இட்டு, அதனுடன் புளிப்புடைய மாதுளங்காயைச் சேர்த்து, அக்காய்களினின்று ஊறிப் பெருகிய சாற்றினை வெயிலில் காயவைத்துப் பதப்படுத்தி உண்டனர்.

தொழிற்செருக்கு அனந்தர் வீட எழில்தகை,
வளியோடு சினை இயவண்தளிர் மா அத்து...

...கயம் மண்டு பகட்டின் மருகு (அகம்., பா. 37: 7 - 11)

என குறிப்பிடுகிறது.

நெய்தல் நில உணவு

நெய்தல் நில மக்கள் தாங்கள் பிடித்த மீனையும் விளைவித்த உப்பையும் விற்று அதற்கு மாற்றாக நெல்லைப் பெற்றனர். உப்பை விற்று வாங்கிய நெல்லினால் வெண்சோற்றை சமைத்து, அயிலை மீனை இட்டு ஆக்கிய சுவைமிகுந்த புளியங்கறியை அதிலே ஊற்றி கொழுமீன் கருவாட்டுடன் தன் தந்தைக்குக் கொடுத்தாள். இச்செய்தியை,

நெடுந்திமில் தொழிலொடு வைகிய தந்தைக்கு

கொழுமீன் தடியொடு குறுமகள் கொடுக்கும் (அகம்., பா. 60: 4 - 6)

என்ற பாடல் விளக்குகிறது.

மீனை சுட்டு உண்ணுதல்

நெய்தல் நில மக்கள் மீனை சுட்டு உண்ட செய்தியை அறிய முடிகிறது. கொழுத்த மீன்களைச் சுடுவதால் எழும் புகையானது தெருவெல்லாம் மணம் வீசி நின்றதை, கொழு மீன் கடுபுகை மறுகினுள் மயங்கி (நற்., பா. 31: 6) எனக் குறிப்பிடுகிறது. தீயில் சுட்டு உண்டதைக் குறித்து, ஆரல் கொழுஞ்சூடு அம்கவுள் கடாஅ (புறம்., பா. 212: 4)

என்பதால் அறியலாம்.

விருந்தோம்பல்

நெய்தல் நில மகளிர் நெல்லை அரிசியாக்கித் தாம் உண்டதோடு, விருந்தினருக்கும் அளித்தனர்.

...பொற்றொடி மகளிர் புறங்கடை உகுத்த

கொக்கு உகிர் நிமிரல் மாந்தி (நற்., பா. 258: 4 - 6)

என்ற பாடல் புலப்படுத்துகிறது.

பாலை நில உணவு வகைகள்

பாலை நில மக்களின் உணவாக புல்லரிசி, பருத்திக் கொட்டை, ஊனுணவு போன்றவற்றை இலக்கியங்கள் புலப்படுத்துகின்றன.

புல்லரிசி உணவு

எயிற்றியர் எறும்புப் புற்றிலிருந்து புல்லரிசியைத் தோண்டி எடுத்து உணவாகப் பயன்படுத்தினர். புல்லரிசியை உரலில் இட்டு குற்றி, புல்லுணவு சமைத்ததை, நுண்புல்



அடக்கிய வெண்பல் எயிற்றியர் என்பதாலும், “வலிமையான மரத்தினால் உளிபோன்ற வாயையுடைய கடப்பாரையைக் கொண்டு ஏறும்புப் புற்றைப் பெயர்த்து புல்லரிசியை எயிற்றியர் சேகரித்தனர்”. (முனைவர் பா.ம.ஜெயகலா, பக். 40) இதனை, வாராது அட்ட வாசு ஊன் புழுக்கல் (பெரும்., பா. 94 – 100) என்பதால் உறுதிபடுத்தப் படுகிறது.

பருத்திக் கொட்டை உணவு

பருத்திக் கொட்டை புரதச்சத்து நிறைந்த உணவாகப் பயன்படுகிறது. பாலை நிலத்தில் ஆண் பறவையானது, பருத்திக் கொட்டையினுள் இருக்கும் பருப்பைப் பிளந்தெடுத்து பெண் பறவைக்கு ஊட்டியது. அப்போது கீழே விழுந்த விதைகளை வறுமையால் வாடிய மகளிர் பொறுக்கி பிற்கால உணவிற்குச் சேகரித்தச் செய்தியை,

போதி வயிற்று இளங்காய் பேடை ஊட்டி

போகில் பிளந்திட்ட பொங்கல் வென்காழ்

நல்கூர் பெண்டிர் அல்கந் கூட்டும் (அகம்., 129: 8 -10)

என்ற பாடல் புலப்படுத்துகிறது.

ஊனுணவு

எயிற்றியர் புளிக்கறியிட்ட சோற்றினையும், ஆமாவின் இறைச்சியையும், முள்ளம் பன்றியின் தசையையும் உணவாகக் கொண்டனர். இதனை, முளவு மா வல்சி எயினர் தங்கை (ஐங்., பா. 364: 1) என்ற பாடலடி புலப்படுத்துகிறது.

முடிவுரை

சங்ககால மக்கள் தம் நிலத்தில் உற்பத்திச் செய்த உணவுப் பொருட்களையும், பண்டமாற்று முறையில் பெற்ற உணவுப் பொருட்களையும் பயன்படுத்தினர். இன்று போலவே பழந்தமிழரும் வெந்நீரையும், குளிர்ச்சியான நீரையும் பயன்படுத்தியுள்ளனர். வறுமையில் வாடினாலும் விருந்தினரை நன்கு உபசரித்தனர். சமைத்த உணவை உண்டு நல்ல பண்பாட்டுடன் வாழ்ந்து வந்தனர்.

குறிப்புகள்

- [1] ஆச்சார்யா, பி.எஸ். (உரை ஆசிரியர்) திருக்குறள். நர்மதா பதிப்பகம்.
- [2] சந்திரன், செ. “திணைமாலை நூற்றைம்பதில் தமிழர் பண்பாடு.” தமிழ்மொழி மற்றும் இலக்கிய பன்னாட்டு ஆய்விதழ், E – ISSN : 2581 – 7140, தொகுதி – 1, மே – 2019.
- [3] செயபால், இரா. அகநானூறு (மூலமும், உரையும்) சென்னை – 600 098, 2004.
- [4] தட்சிணா மூர்த்தி, அ. ஐங்குறுநூறு (மூலமும், உரையும்). நியூ செஞ்சரி புக் ஹவுஸ், சென்னை – 600 098, 2004.
- [5] திருஞான சம்பந்தம், சு. தொல்காப்பியம் பொருளதிகாரம். கதிர் பதிப்பகம், திருவையாறு – 2018.
- [6] பாலசுப்பிரமணியன், கு. வெ. நற்றிணை. நியூ செஞ்சரி புக் ஹவுஸ், சென்னை – 600 098.



மலர் - 2, சிறப்பிதழ் - 3, புரட்டாசி 2054

இ - ஐஎஸ்எஸ்என்: 2583-0481

- [7] பாலசுப்பிரமணியன், கு. வெ. புறநானூறு (மூலமும், உரையும்). நியூ செஞ்சரி புக் ஹவுஸ், சென்னை, 2014.
- [8] பதினெண் கீழ்க்கணக்கு நூல்கள் (மூலமும், உரையும்) முதல் தொகுதி. தமிழ் நிலையம், சென்னை -17, 2007.
- [9] மோகன், முனைவர். இரா. பத்துப்பாட்டு முதற்பகுதி. நியூ செஞ்சரி புக் ஹவுஸ், சென்னை, 2011.
- [10] விசுவநாதன், அ. கலித்தொகை (மூலமும், உரையும்). நியூ செஞ்சரி புக் ஹவுஸ், சென்னை - 600 098, 2004.
- [11] ஜெயகலா, பா. ம. “பெரும்பாணாற்றுப் படையில் உணவு.” தமிழ்மொழி மற்றும் இலக்கிய பன்னாட்டு ஆய்விதழ் E.ISSN: 2581 – 7140, தொகுதி - 2, ப. 11, டிசம்பர், 2019.

நிதிசார் கட்டுரையாளர் உறுதிமொழி: இல்லை.

கட்டுரையாளர் நன்றியுரை: இல்லை.

கட்டுரையாளர் உறுதிமொழி: இக்கட்டுரையில் எவ்வித முரண்பாடும் இல்லை.



இக்கட்டுரை கிரியேட்டிவ் காமன்சு ஆட்ரிபியூசன்

4.0வின்

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/> கீழ் பன்னாட்டு உரிமம் பெற்றுள்ளது.