



ஆற்றுப்படை காட்டும் உணவுமுறைகள்

க. காஞ்சனா அ. *

அ. தமிழ்த்துறை, அரசு கலைக் கல்லூரி, உடுமலைப்பேட்டை-642126, தமிழ்நாடு, இந்தியா.

Attrupadai Showing Diet Systems

K. Kanchana a, *

^a Department of Tamil, Government Arts College, Udumalpet-642126, Tamil Nadu, India

* Corresponding Author:

kkanchana8531@gmail.com

Received: 16-04-2024

Revised: 17-06-2024

Accepted: 28-06-2024

Published: 29-07-2024



ABSTRACT

Sangha literature is the sum of eight and ten. The river texts in this book reveal that the poor night owls go to the Vallals to get rid of their poverty. Sangha literature is the sum of eight and ten. The books of the Aarupatai will reveal. People who are suffering from poverty go to Donors to get rid of their poverty. This research is to explore the message that when they go on a walk and pass through each land, the people there are happy to relieve their fatigue by giving them nutritious food that can be grown in their land, and they go to the valleys and entertain them with music and get riches and gifts, but also get food.

Keywords: Appeasement – Hospitality of king – Method of serving food – Food of Bharata – Food of Uzhathiya – Einar food – Nanny food – Hospitality

முன்னுரை

பழந்தமிழ் நூல்களிலே பத்துப்பாட்டு ஒரு சிறந்த நூலாகும். இப்பத்துப்பாட்டின் முதலும் முடிவும் ஆற்றுப்படை நூல்களாகும். இவ்வாற்றுப்படை நூல்களில் இரவலரைப் புரவலரிடம் (வள்ளலிடம்) ஆற்றுப்படுத்தும் வகையில் அவர்கள் பெற்றப் பரிசு பொருள்கள் அதன் வாயிலாக அவர்கள் பெற்ற இன்பம் போன்ற குறிப்புகள் எல்லாம் காணப்படுகின்றது. செல்வத்தை மட்டும் பரிசாக அளிக்காமல் மனிதனின் அடிப்படைத் தேவைகளில் ஒன்றான உணவினையும் மனநிறைவோடு கொடுத்து மகிழ்ந்துள்ளனர். இவ்வாறு அவர்களுக்கு வழங்கிய உணவுமுறைகள் பற்றி ஆராய்வதே இக்கட்டுரையின் நோக்கமாகும்.

ஆற்றுப்படை இலக்கணம்

ஆறு - நெறி, வழி. படை - படுத்துதல். பொருள் பெற்று மகிழ்ந்த ஒருவன் பெறாதவரும் இப்பொருளை பெற்று மகிழ வேண்டும் என்பதற்காக ஆற்றுப்படுத்துதல் ஆகும். இதனை,

“கூத்தரும் பாணரும் பொருநரும் விறலியும்

ஆற்றிடைக் காட்சி உறழத் தோன்றிப்

பெற்ற பெருவளம் பெறாஅர்க்கு அறிவுறீஇச்

சென்று பயன் எதிரச் சொன்ன பக்கமும்”¹ (தொல்.பொருள்.நூ.30)

என்ற தொல்காப்பியம் புறத்திணையியல் நூற்பாவின் வாயிலாக சங்க காலத்தில், கூத்தர், பாணர், பொருநர், விறலியர் ஆகியோர் இசையையும் கூத்தையும் மட்டுமே அடிப்படையாகக் கொண்டு வாழ்ந்து வந்தார்கள். இவர்களையும் இவர்களின் இசையையும் ஆதரிக்க அன்று மன்னர்களும் வள்ளல்களும் இருந்தன. இவர்கள் தன் இனத்தை மட்டும் ஆற்றுப்படுத்தாமல் இவருள், எவர், எவரைக் கண்டாலும் ஆற்றுப்படுத்தினர். இதனை “ஆற்றிடைக் காட்சி உறழத் தோன்றி” என்னும் தொல்காப்பிய வரிகள் தெளிவு பெற செய்வதை அறிய முடிகிறது.

பொருநராற்றுப்படையில் அரசனின் விருந்தோம்பல் பண்பு

அரசன் தன்னை நாடி வந்த புலவர்களை உபசரிக்கும் வகையில் இசைப்பாடி தன்னை மகிழ்வித்தவனுக்கு அதன் களைப்புத் தெரியாமல் இருப்பதற்காக ஒருவகையான பழச்சாற்றை (மது) அருந்த கொடுத்தான் என்பதை,

“இழையணி வனப்பின், இன்னகை மகளிர்,

போக்கு இல்பொலங்கலம் நிறையப், பல்கால்

வாக்குபு தரத்தர, வருத்தம் வீட

ஆர உண்டு பேரஞர் போக்கிச்

செருக்கொடு நின்ற காலை”² (பொருந.பா.அ.85-89)

என்னும் இவ்வடிகள் நல்ல நகைகளை அணிந்த மகளிர் இனிமை தரும் புன்சிரிப்புடன் மிக அழகிய பொற் கிண்ணத்தில் பல தடவை மதுவை நிரம்ப ஊற்றிக் கொடுப்பார்கள். அதனை வாங்கி அருந்தியவர்கள் தனது களைப்பை போக்கிக் கொள்வார்கள் இவ்வாறு களைப்பை போக்கும் மருந்தாகவும் மது விளங்கியுள்ளதை இதன்வழி அறிய முடிகிறது.

உணவு உபசரிக்கும் முறை

கரிகாற் பெருவளத்தான் பொருநர்க்குச் சுடச்சுட இறைச்சியைக் கொடுத்து உண்ணச் செய்தான் என்பதை,

“கொல்லை உழுகொழு ஏய்ப்ப, பல்லே

எல்லையும் இரவும் ஊன்தின்று மழுங்கி”³ (பொருந.பா.அ.103-104)

இப்பாடலின் வாயிலாக கரிகாற் பெருவளத்தான் தன்னை நாடி வந்து இசைப்பாடி மகிழ்வித்த பொருநர்க்கு பொருளை தருவதோடு மட்டுமல்லாமல் மனிதனின் அடிப்படைத் தேவைகளில் ஒன்றான உணவினை மிகவும் விருப்பத்தோடு உபசரித்து அளித்தமையால் அவரின் பெருமையானது பறைசாற்றும் விதமாக உள்ளதை காண முடிகிறது. தன்னிடம் வந்தவர்களுக்கு சூடான இறைச்சியை உண்ணக் கொடுத்தான். அதன் வெப்பத்தை தாங்க முடியாமல் வாயின் இடப்பக்கத்தில் இருந்து வலப்பக்கத்திற்கும் வலப்பக்கத்தில் இருந்து இடப்பக்கத்திற்கும் இறைச்சியை வாய்க்குள்ளேயே மாறி மாறி ஆற வைத்து உண்டனர். இவ்வாறு உண்பதால் பல்லே மழுங்கிப் போயின. கொல்லையை உழும் கெழு உழுது உழுது தேய்ந்ததைப் போல” கரிகாலன் உபசரித்த இறைச்சியை மென்று மென்று பல்லும் மழுங்கி போய்விடும் என்றும் மிகவும் ஆரோக்கியமான உணவினை கரிகால் பெருவளத்தான் அளித்திருப்பதைக் காண முடிகிறது. புலால் உணவில் உடலிற்குத் தேவையான B12 போன்ற சத்துக்கள் நிறைந்துள்ளன. இதனால் ஆரோக்கியம் பெறுவதோடு உடல் களைப்பின்றி மிகக் கடினமான வேலைகளையும் மிக எளிதில் செய்வதற்கு வாய்ப்பாகிறது. இதனால் சங்ககால மக்கள் சைவ உணவைவிட மாமிச உணவையே அதிக அளவில் உண்டு மகிழ்ந்திருக்கின்றனர் என்பதை இதன்மூலம் அறிய முடிகிறது.

சிறுபாணாற்றுப் படையில் உணவு முறைகள்

பரதவரின் உணவு

நெய்தல் நிலத்தில் வாழும் மக்கள் கடலும் கடல் சார்ந்த பகுதி என்பதால் அங்கு அதிகமாக கிடைக்கப்படும் உணவு மீன், கருவாடு என்பதனை,

“வறல், குழல் துட்டின் வயின் வயின் பெறுகுவீர்”⁴ (சிறுபா.பா.அ.163)

இவ்வாறாக நல்லியக்கோடனின் சிறப்பை பாடி செல்லும் சிறுபாணனும் யாழின் (குழலின்) தாளத்திற்கு ஆடும் விறலிக்கும் நெய்தல் நிலத்தின் மக்கள் அங்கு இயற்கையாகக் கிடைக்கக்கூடிய உணவான மீனையும், உலர்ந்த குழல் மீன் குழம்பையும் பரிமாறி உபசரித்தனர். மீன், கருவாடு இரண்டுமே சத்தான உணவுப் பொருள்கள். இதனை உண்பதனால் உடலுக்குத் தேவையான புரதம், கால்சியம் போன்ற சத்துக்கள் நமக்கு கிடைக்கின்றன.

உழத்தியரின் உணவுமுறை

சிறுபாணனும் விறலியும் ஒவ்வொரு ஊராக கடந்து சென்று ஆமுரை அடைகின்றனர். அவ்வாறு அடைகையில் உழத்தியரின் உபசரிப்பு முறையினை,

“இருங்காழ் உலக்கை இரும்புமுகம் தேய்த்த

அவைப்பு மாண் அரிசி அமலை வெண்சோறு

கவைத்தாள் அலவன் கலவையொடு பெறுகுவீர்”⁵ (சிறுபா.பா.அ.193-195)

இப்பாடலில் உழவர் குலப்பெண்கள் வயலில் விளைந்த கைகுத்தல் என்னும் ஒரு வகையான அரிசியால் சோறாக்குவார்கள். வயல்களில் பிடித்த நண்டையும் கொல்லையில் காய்த்த பீர்க்கங்காயையும் சேர்த்து உணவினைச் சமைப்பார்கள். தாழும் உண்டு தன்னை தேடி வரும் விருந்தினருக்கு இட்டும் உண்பார்கள். இவ்வாறான சிறந்த மக்களையும் அவர்களின் குணங்களையும் உபசரிக்கும் முறையினையும் நாட்டின் வளத்தை பெருக்கி செழிப்பாக ஆட்சி செய்து வந்த நல்லியக்கோடனின் நாடானது மிகவும் சிறப்பானதாகவும் அவர்கள் உணவும் உபசரிக்கும் முறையும் அந்நாட்டின் பெருமையைக் கூறும் விதமாக அமைகின்றது. இந்நாட்டின் மக்கள் மிகவும் சத்தான உணவினை உண்டார்கள். இக்கைக்குத்தல் அரிசியில் அதிகளவு நார்சத்து உள்ளதை அறிய முடிகிறது. வலைஞர், வேடர், உழவர் போன்ற மக்கள் இனம் பலவிதமாக இருந்தாலும் உணவும் உபசரிக்கும் முறையும் ஒரே மாதிரியாக உள்ளதை இதன் வாயிலாக அறிய முடிகிறது.

பெரும்பாணாற்றுப்படையின் உணவு முறைகள்

எயினர் உணவுமுறை

எயினர் உண்ட உணவாக செந்நெற்சோறு குறிப்பிடப்படுகிறது. இதனை,

“கொடுவில் எயினர் குறும்பில் சேப்பின்

களர் வளர் ஈந்தின் காழ் கண்டன்ன

சுவல்வினை நெல்லின் செவ்வவிழ் சொன்றி

குமலி தந்த மனவுச்சுல் உடும்பின்

வறைகாலயாத்தது, வயின்தொறும் பெறுகுவீர்”⁶ (பெரும்.பா.அ.129-133)

இப்பாடல், எயினர்கள் மேட்டு நிலத்தில் விளைந்த செந்நெற்சோறு உண்டனர். அது பார்ப்பதற்குக் களர் நிலத்தில் வளர்ந்திருக்கும் ஈச்சமரத்தின் விதையைப் போல பெரிதாக காணப்படும். அச்சோற்றுடன் நாய்களால் பிடித்துக் கொண்டு வரப்பட்ட உடும்பு பொரியலுடன் ஒன்று சேர்த்து

உண்பார்கள். இவ்வாறு கிடைத்த உணவையே மன நிறைவோடு உண்டு வாழ்ந்தனர். இவ்வாறான கிடைப்பவற்றை சாப்பிட்டாலும் அவர்களுக்கு எந்த ஒரு நோயும் வராமல் உடல் வலிமையோடு தோற்றமளித்தனர். இவ்வுணவையே விருந்தினர்க்கும் வேண்டுமளவு கொடுத்து மகிழ்ந்தார்கள்.

ஆயர் உணவு

முல்லை நில மக்களாகிய இடையர்கள், ஆயர்கள் ஆடு மாடுகளையே செல்வமாக கொண்டவர்கள். இவர்களின் நிலப்பகுதி காடும் காடு சார்ந்த பகுதி ஆகும். ஆகையால் தானியங்களை பயிரிட்டு விளைவித்து தன் அடிப்படைத் தேவையான பசியை போக்கி வாழ்ந்தனர் என்பதனை,

“மடிவாய்க் கோவலர் குடிவயின் சேப்பின்

இருங்கினை நெண்டின் சிறு பார்ப்பு அன்ன

பசுந்தினை மூரல், பாலொடும் பெறுகுவீர்”⁷ (பெரும்.பா.அ.163-168)

இப்பாடல், முல்லை நிலத்து மக்கள் ஆடு, மாடுகளை வளர்த்து அதன் மூலமாக கிடைக்கும் பால், தயிர் போன்றவற்றை விற்றும், அதனை உணவாக உட்கொண்டும், பிறருக்கு கொடுத்தும் அதன் மூலமாக வருவாய் ஈட்டியும் அவர்களின் செல்வமாகிய ஆடு மாடுகளை பெருக்கினர். தினை, வரகு போன்ற சிறு தானியங்களை அவர்களே விளைவித்து உண்டும் வாழ்ந்தனர். தினைச்சோறும், பாலும் அவர்கள் உட்கொள்ளும் உணவாகும். இவ்வுணவையே விருந்தினர்க்கும் இட்டு உபசரிப்பார்கள் என்பதை அறியலாம். இத்தினை அரிசியில் பீட்டா கரோட்டின் சத்தும், பாலில் புரதச்சத்தும் நிறைந்துள்ளதால் அதை உண்ணும் மக்களுக்கு கண்பார்வை கூர்மையாகவும் வலிமை மிகுந்தவர்களாகவும் விளங்கியுள்ளதை இதன்மூலம் அறியமுடிகிறது.

கூத்தராற்றுப்படையில் உணவுமுறைகள்

விருந்தோம்பல்

விருந்தோம்பலில் சிறந்தவர்கள் தமிழர்கள் என்பது அனைவரும் அறிந்த செய்தி. அவர்கள் தம் வீடு தேடி வருபவரை உபசரிக்காமல் இருக்க மாட்டார்கள். தாம் உண்ணும் உணவு எதுவாயினும் அதனை விருந்தினர்க்கு கொடுக்கும் பழக்கம் உண்டு. அவ்வாறாக,

கூத்தர்கள் நன்னனுடைய சிற்றார்களை சேரும் போது அங்குள்ள மக்களிடம்” நாங்கள் நன்னனுடைய கூத்தர்கள்” என்று சொன்னால் போதும். அவர்கள் தன் வீட்டில் உள்ள ஒருவரைப் போன்று உபசரித்து தேவையானவற்றை செய்யும் மிகவும் குணம் நிறைந்த மக்களின் உபசரிப்பு முறைகள்,

“நெய்க்கண் வேவையோடு

குருஉக்கண் இறடிப் பொம்மல் பெறுகுவீர்”⁸ (மலைபடு.பா.அ.168-169)

இப்பாடல் நெய்யிலே வெந்த மாமிசத்தின் பொரியலையும் சிறிய தினைச் சோற்றையும் உணவாக உண்டனர். உறவினர் அல்லாத பிறரையும் தன் உறவினரைப் போல் வரவேற்று உபசரித்து பின் உணவினை இட்டு மகிழ்ந்தனர்.

முடிவுரை

ஆற்றுப்படை நூல்கள் காட்டும் உணவுமுறைகள் மிகவும் பயனுள்ளதாக விளங்குகிறது. ஆற்றுப்படை நூல்கள் பயண இலக்கிய நூலாகவும் போற்றப்படுகிறது. அதாவது பொருநர், பாணர், விறலியர், கூத்தர் போன்றோர் ஒவ்வொரு இடங்களுக்கு நடை பயணம் செய்து அவ்வூரில் உள்ள மன்னர்களைப் போற்றியும் அவர்களின் ஊரினை சிறப்பித்தும் பல்வேறு வகையானப் பரிசுப்

பொருள்களைப் பெறுகிறான். தான் பெற்ற பொருளை அவனே வைத்துக் கொள்ளாமல் தன்னைப் போன்று உள்ளவர்களுக்கு கொடுத்தும் வழியவர்களை ஆற்றுப்படுத்தியும் செல்கிறான். மனிதனின் அடிப்படைத் தேவைகளில் ஒன்றாக விளங்குவது உணவாகும். அவ்வுணவு முறைகளையும் அதில் அமைந்த அறிவியல் பின்புலத்தையும் ஆற்றுப்படை நூலின் வாயிலாக இக்கட்டுரை வெளிப்படுத்தியுள்ளதை அறிய முடிகிறது.

References

- இளம்பூரணார் (உ.ஆ.), தொல்.பொருளதிகாரம், சாரதா பதிப்பகம், சென்னை. 16ஆம் பதிப்பு 2019.
- கமலாமுருகன், முடத்தாமக்கண்ணியாரின், பொருநராற்றுப்படை மூலமும் உரையும், கௌரா பதிப்பகம், முதற்பதிப்பு - 2008, சென்னை.
- பொன் புஷ்பராஜ், சிறுபாணற்றுப்படை, சாரதா பதிப்பகம், சென்னை, 4ஆம் பதிப்பு, 2018.
- கோவிந்தனார், கா, பெரும்பாணாற்றுப்படை விளக்கவுரை, எழிலகம், திருவத்திபுரம், முதற்பதிப்பு, 1990.
- டாக்டர்.கதிர்முருகு, மலைபடுகடாம் மூலமும் உரையும், சாரதா பதிப்பகம், மூன்றாம் பதிப்பு - 2016, சென்னை.
- சிதம்பரனார்.சாமி, பத்துப்பாட்டும் பண்டைத் தமிழரும், அறிவுப்பதிப்பகம், சென்னை, முதல்பதிப்பு, 2003.

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