



இனம்சார் வாழ்வியலும் உணவுப் பழக்கவழக்கங்களும்

வ. மோகனப்பிரியா அ. *

அ. தமிழ்த்துறை, கே.பி.ஆர். கலை அறிவியல் மற்றும் ஆராய்ச்சிக் கல்லூரி, அரதூர், கோவை, தமிழ்நாடு, இந்தியா.

Ethnic lifestyle and food habits

V. Mohanapriya a, *

^a Department of T.G K.P.R. College of Arts Science and Research, Arasur, Coimbatore, Tamil Nadu, India

* Corresponding Author:
mohanathiyvan@gmail.com

Received: 18-04-2024
Revised: 23-06-2024
Accepted: 02-07-2024
Published: 29-07-2024



ABSTRACT

According to the geological structure and climate change, people followed different customs in food systems. In today's environment, various changes can be seen in people's food patterns due to cultural change and lack of time. And each ethnic group followed dietary habits according to their occupational and economic circumstances. This research has been conducted to investigate the dietary patterns of the Devangar ethnic group. All the data for this article are collected through ethnographic fieldwork.

Keywords: Devangar – Folklore - Main dishes of Devangar people - Side dishes - Seasonal dishes - Religious dishes, Ritual Foods - Method of cooking food

முன்னுரை

மனிதன் உயிர் வாழ்வதற்கு உணவு இன்றியமையாத தேவையாக கருதப்படுகிறது. மக்களின் அன்றாடத் தேவைகளில் மிக முக்கியமான ஒன்று உணவாகும். சங்க கால மக்கள் அவர்கள் வாழ்கின்ற சூழலுக்கு ஏற்ப உணவு பழக்க வழக்கங்களை மேற்கொண்டனர். உலகில் முதன் முதலில் உணவைச் சுவைப்படச்சமைத்தும் சுட்டும் உண்டவர்கள் நம் பழந்தமிழர்களே ஆவர். ஒவ்வொரு இனக்குழு மக்களும் தங்களின் வாழ்வியல் சூழலுக்கு ஏற்ப உணவு முறையினை கொண்டுள்ளனர். அவ்வகையில் தேவாங்கர் இன மக்களின் உணவு முறைகளை பற்றி எடுத்தியம்புவதாக இக்கட்டுரை அமைந்துள்ளது.

களளல்லை

தாராபுரம் மற்றும் அதனை சுற்றியுள்ள பெல்லம்பட்டி, பூளவாடி, குண்டடம், முத்துக்கவுண்டம்பாளையம், போன்ற தேவாங்கர் வசிக்கும் ஊர்கள் களளல்லைகளாக எடுத்துக்கொள்ளப்பட்டன.

தேவாங்கர்

தேவாங்கர் எனப்படும் மக்கள் கர்நாடகத்திலிருந்து பஞ்சம் பிழைப்பதற்காகவும், தொழிலுக்காகவும் தமிழ்நாட்டிற்குக் குடி பெயர்ந்த ஒரு இனக்குழு ஆவர். இவர்கள்தம்

முக்கியத்தொழிலாக விளங்குவது நெசவுத் தொழிலாகும். இவர்கள் தமிழ்நாடு முழுக்க பரவலாக வசித்து வருகின்றனர். பெரும்பாலான மக்கள் தாராபுரம், சேலம், கோவை, சத்தியமங்கலம், ஈரோடு, போன்ற ஊர்களிலும் அதனை சுற்றியுள்ள பகுதிகளிலும் அதிகளவு வசித்து வருகின்றனர்.

நாட்டுப்புறவியல்

நாட்டுப்புறவியலானது மனித சமுதாயம் எதை அனுபவித்ததோ, எதை கற்றதோ எதைப் பயிற்சி பெற்றதோ அவற்றைக் குவித்து வைத்திருக்கும் சேமிப்பு அறையாகும். நாட்டுப்புறவியல் அறிவு என்பது மனித அறிவின் கிளையாகும். அறிவியல் அடிப்படையில் தொகுப்பதும், வகுப்பதும், கற்பதும் தான் நாட்டுப்புற இயலின் கூறுகள். இந்நாட்டுப்புறவியலில் உணவுகள், அவ்வுணவுகளைச் சமைக்கும் முறை, உணவுக்கானப் பொருட்களைச் சேமித்துப் பக்குவப்படுத்தும் முறை, தெய்வ நம்பிக்கை உள்ள சடங்குகளில் பயன்படுத்தப்படும் உணவுப்பொருட்கள், சடங்குகளின் உணவுமுறைகள், போன்றவை முக்கியமான கூறுகளாக அமைகின்றன. ஒரு இனக்குழு அல்லது நாட்டுப்புற மக்களின் உணவினை,

உணவு



- முதன்மை உணவு
- துணைமை உணவு
- சடங்கியல் உணவு
- சமயம் சார்ந்த உணவு என்று பிரிக்கலாம்.

தேவாங்கர் இன மக்களின் முதன்மை உணவுகள்

தேவாங்கர் இன மக்கள் நெசவுத் தொழிலை மேற்கொள்பவர்களாக இருப்பதால், இவர்கள் நாள் முழுவதும் ஒரே இடத்தில் அமர்ந்து தங்கள் தொழிலைச் செய்கின்றனர். அதனால் உடலின் வெப்பநிலை அதிகரிக்கும். எனவே இம்மக்கள் உடலுக்குக் குளிர்ச்சி தரக்கூடிய உணவு வகைகளை உண்ணும் வழக்கத்தினை கொண்டுள்ளனர். இவர்கள்தம் பிரதான உணவுப் பொருளாக ராகி, சோளம், வரகு, கோதுமை போன்றவை பயன்படுத்தப்படுகிறது. முன்பு இம்மக்கள் தங்களுக்குத் தேவையான உணவுப்பொருட்களை நேரடியாக வேளாண் மாந்தர்களிடமே பெற்றுள்ளனர். கூலி வேலைக்கு, அதாவது களையெடுத்தல், நடவு நடுத்தல், மிளகாய் பறித்தல், சோளம் அறுத்தல் போன்ற வேளாண்மை சார்ந்த வேலைகளுக்கு சென்ற தேவாங்கர் இனப் பெண்கள் கூலியாக சாமை, வரகு, ராய், சோளம், வெங்காயம், மிளகாய் போன்றவற்றைப் பெற்று வந்துள்ளனர். அவ்வாறு பெற்று வந்த உணவுப் பொருட்களைப் பெரும்பாலும் இரவு நேரங்களில் சமைத்து உண்டுள்ளனர். இவர்கள் முதன்மை உணவு ராகிக்களி, சோளக்களி, கோதுமைக்களி போன்றவற்றை ஆகும். இரவு சமைத்து உண்ட பின்பு, மீதமிருக்கும் களியில் நீரை ஊற்றி வைத்து அந்த நீரை காலையில் உப்பு கலந்து குடித்துள்ளனர். "இதனை உளிகஞ்சி என்று சொல்லும் வழக்கத்தைக் காண முடிகிறது. இந்த நீர் உடலுக்கு மிகவும் குளிர்ச்சி ஏற்படுத்தக் கூடியதும் வலு சேர்க்கக் கூடியதும் ஆகும்"¹ என்கின்றனர். நண்பகல் நேரத்தில் அந்தக் களியில் மோர் சேர்த்து உண்ணும் வழக்கமும் இவர்களிடம் காணப்படுகிறது. தற்போது இம்மக்கள் ராகி, கோதுமை, சோளத்துடன் சேர்த்து அரிசியையும் முதன்மை உணவாக உண்பதைக் காண முடிகிறது. இவர்கள் அரிசியை 'அக்கி'² என்று அழைக்கின்றனர். அரிசியை அரைத்து

உப்புமாவாகவும், அரிசியை வேகவைத்த சோறாகவும் உண்கின்றனர். ஆனால் தங்களது முன்னோர்கள் அரிசி உணவினை திருவிழா காலங்களில் மட்டுமே பயன்படுத்தியதாகக் கூறுகின்றனர்.

பெரும்பாலும் இம்மக்கள் இரவு நேரங்களில் மட்டுமே உணவு சமைக்கும் வழக்கத்தினைக் கொண்டிருந்தனர். ஓரளவு பொருளாதார நிலையில் மேம்பட்ட மக்கள் மட்டும் காலை நேரங்களில் உணவு சமைத்துள்ளனர். வேலைக்குச் சென்று மாலை வீடு திரும்பும் பெண்கள் இரவில் மட்டுமே உணவினைச் சமைத்துள்ளனர். குளிக்காலங்களைத் தவிர மற்ற எல்லாப் பருவநிலை சூழல்களிலும் இவ்வுணவுகளையே உண்ணும் வழக்கம் இவர்களிடையே காணப்பட்டுள்ளது. தேவாங்கரின் உணவில் மிக முக்கியமானது கேழ்வரகாகும். இதனை இவர்கள் 'ராயி' என்று கூறுகின்றனர். "ராகியைப் பயன்படுத்தி களி செய்வதோடு மட்டுமல்லாமல் ராகி மாவில் வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், கருவேப்பிலை போன்றவற்றை சேர்த்து பிசைந்து அம்மாவினை தோசை கல்லில் சுட்டெடுத்து அடையாகவும்"³ உண்டுள்ளனர். ராகியை ஐந்திலிருந்து ஆறு மணி நேரம் வரை ஊற வைத்து அதனை அரைத்து அதிலிருந்து வரும் பாலை சர்க்கரை சேர்த்து காய்ச்சி குழந்தைகளுக்கு உணவாக கொடுக்கின்றனர். கோதுமையும் இம்மக்களின் முக்கிய உணவுகளில் ஒன்றாகும். கோதுமை களி, கோதுமை உப்புமா, கோதுமையில் வெங்காயம், மிளகாய், கடலைப் பருப்பு, சேர்த்து கோதுமை அடை போன்றவையும் செய்கின்றனர். இவற்றோடு சாமை, திணை, குதிரைவாலி போன்ற சிறுதானிய உணவுகளை உண்பதையும் வழக்கமாகக் கொண்டுள்ளனர். ஆனால் தற்போது இவர்களிடையே இந்த உணவு பழக்கங்கள் வெகுவாக குறைந்து வருவதையும் காண முடிகிறது.

துணைமை உணவுகள்

தேவாங்கர் இனமக்கள் சோளக்களி, ராகிக்களி, கோதுமைக்களி போன்றவற்றுக்குத் துணைமை உணவாக கீரைக்கடையல், காய்கறியின்றி புளி அதிகமாக சேர்க்கப்பட்ட துவரைப்பருப்புச் சாம்பார், மற்றும் கொள்ளு குழம்பு அல்லது கொள்ளுச் சட்னியை பயன்படுத்துகின்றனர். கொள்ளினை வேகவைத்து சின்ன வெங்காயம், சீரகம், வரமிளகாய், கொத்தமல்லி, கருவேப்பிலை போன்றவற்றை ஆட்டுக்கல்லில் ஆட்டி கொள்ளுக் குழம்பைச் சமைக்கின்றனர். இந்த கொள்ளு குழம்பு சோளச்சோறு, திணைச்சோறு, சாமைச்சோறு போன்றவற்றிற்குத் துணைமை உணவாகக் கொள்ளப்படுகிறது. நண்பகல் நேரங்களில் களியுடன் தயிர் கலந்து உண்ணும் வழக்கமே பெரிதளவு காணப்படுகிறது. உணவுகளில் அதிக அளவு கீரை வகைகளையும் பயன்படுத்துகின்றனர். உடலில் சூட்டை குறைக்க கீரை உணவுகள் உதவுவதாக கூறுகின்றனர். கள்ளிச்செடியைத் தோண்டி அதில் கிடைக்கும் கத்தாழை கிழங்கை வேகவைத்துத் தாளித்தும், ஆலங்கொழுந்து எனப்படும் ஆலமரத்துத்தழையை கொள்ளுடன் வேக வைத்துத் தாளித்தும் மாலை நேரங்களில் உண்ணும் பழக்கம் இவர்களிடையே காணப்படுகிறது.

பருவகால உணவுகள்

காளான் மற்றும் ஈசலை பருவ கால உணவாகச் சமைத்து உட்கொள்கின்றனர்."மழைக்காலங்களில் ஈரமான மண்ணில் இருந்து முளைக்கும் காளானை பறிக்க ஆண்களே செல்கின்றனர். விவசாய மண்ணிலும், காடுகளிலும், புற்றுகளிலும், காட்டுக்கிணற்றின் அருகிலும் அதிக அளவு காளான்கள் கிடைக்கும் என்று கூறுகின்றனர்."⁴ அதேபோல் ஈசலை விரும்பி உண்பவர்களாகவும் இவர்கள் காணப்படுகின்றனர். மழைக்காலங்களில் விளக்குகளைச் சுற்றிப் பறக்கும் ஈசலைப் பிடித்து அதன் இறகுகளைக் களைந்து விட்டு வெயிலில் நன்கு உலர வைக்கின்றனர். பின்பு அதனை வறுத்து, அதனுடன் வறுத்தக் கடலையும் சேர்த்து உரலில் இடிக்கின்றனர். வெள்ளத்தை பாவாக காய்ச்சி, இடித்த ஈசல் மாவில் ஊற்றி உருண்டையாகப் பிடித்து அதனை உண்கின்றனர். அல்லது உலர்ந்த ஈசலை உப்பு மற்றும் மிளகாய்ப்பொடிப் போட்டு வறுத்து உண்ணும் வழக்கமும் இவர்களிடையே காணப்படுகிறது. கோடை காலங்களில் புளியை நீரில் கரைத்து அதில் கரும்புச் சர்க்கரையைச் சேர்த்து பானகமாகக் குடிக்கின்றனர்.

சமயம் சார்ந்த உணவுகள்

தேவாங்கர்களின் சமயம் சார்ந்த உணவுகளில் மிக முக்கியமானது பல்லயமாகும். "அவரை, துவரை, மொச்சை, தட்டைப்பயிறு, பாசிப்பயிறு போன்றவற்றை உப்பு போடாமல் வேகவைத்து இறைவனுக்குப் படைப்பதைப் "பல்லேவு" என்று கூறுகின்றனர். சிவராத்திரியன்று விரதம் இருந்து அதிகாலை நேரத்தில் இறைவனை வழிபட்டப் பின்பு இப்பல்லேவினை உண்கின்றனர். தேவாங்கர்களின் பிரதான தெய்வமான இராமலிங்க சவுண்டேஸ்வரி அம்மன் பண்டிகைகளில் பச்சரிசியை உரலிலிட்டு இடித்து அதனுடன் சர்க்கரைப் பாவினை ஊற்றி பிசைந்து உருண்டைகளாக பிடித்து அதில் திரியிட்டு நெய் விளக்கேற்றி அம்மனுக்கு படைக்கின்றனர். அதனை வீட்டுக்கு கொண்டு வந்து உண்ணும் வழக்கம் இவர்களிடையே காணப்படுகிறது. புரட்டாசி மாதத்தில் கடைசி சனிக்கிழமையைப் பண்டிகையாகக் கொண்டாடும் வழக்கத்தினைக் கொண்டுள்ளனர். புரட்டாசி மாத கடைசி சனிக்கிழமைகளில் நாராயணனானப் பெருமாளுக்கு விரதம் இருந்து வீடு வீடாகச் சென்று அரிசி, பருப்பு, காய்கறிகள், புளி, உப்பு போன்றவற்றை இரவல் வாங்கி வந்து கோவிலில் சமைத்து அதனை உருண்டைகளாக பிடித்து தெய்வத்திற்கு படையல் இட்டு வழிபட்ட பின்பு அனைவரும் உண்கின்றனர். இதனை "உருண்டைச்சோறு" என்று அழைக்கின்றனர். மார்கழி மாதத்தின் கடைசி நாளான போகியன்று வீட்டைச் சாணத்தால் மெழுகி பூளைப்பூவும், ஆவாரம் பூவும், வேப்பிலையும் சேர்த்து காப்பு கட்டுவர். காப்பு கட்டிய நாளில் அரிசியுடன் பருப்பு கலந்த உணவினையும் அரசாணிக்காய் அல்லது அவரைக்காயால் பொரியல் செய்து சங்கராத்தி எனும் தெய்வத்திற்குப் படைக்கின்றனர். இரவில் சங்கராத்தி தெய்வம் அவ்வுணவை சாப்பிடுவதாக இவர்களிடையே நம்பிக்கை நிலவுகிறது. இவ்வாறு சமைக்கப்படும்போது எச்சில் படாமல் சமைக்க வேண்டும் என்பது நியதி. மறுநாள் காலையில் அவ்வுணவை நாய்க்கு வைக்கின்றனர். சங்கராத்தி தெய்வமானது நாயின் மேல் வருவதாகவும் இவர்கள் நம்புகின்றனர்.

சடங்கியல் சார்ந்த உணவுகள்

பூப்படைந்த பெண்ணிற்கு உப்பில்லாத மோரும், சர்க்கரையில்லாத பாலும் மட்டுமே வெறும் வயிற்றில் உண்ணக்கொடுக்கப்படுகிறது. அப்பெண்ணிற்கு கருப்பட்டி, வெல்லம், முயல்கறி போன்றவற்றை அதிகளவில் உண்ணக்கொடுக்கின்றனர். இறப்பு நிகழ்ந்த வீடுகளில் உணவு சமைக்கப்படுவதில்லை. இறந்தவரின் சடலத்தை அடக்கம் செய்த பின்பு இறப்பு வீட்டில் கத்திக்காய், அகத்திக்கீரை, பாசிப்பயிறு, அரிசி, போன்றவற்றைச் சேர்த்து கருமாதிச்சோறு சமைக்கின்றனர். அப்போதே கோழிக்கறி சமைத்துப் பங்காளிகள் மட்டும் உண்ணும் வழக்கத்தைக் கொண்டுள்ளனர். ஆடி மாதத்தில் முன்னோர்களை வழிபடுவதன் பொருட்டு ஆடிப்பெருக்கன்று பச்சரிசியை ஊறவைத்து இடித்து அதனுடன் சர்க்கரையைச் சேர்த்து பிசைந்து மாவாகப் பிடித்து முன்னோர்களை நினைத்து மாவினை வைத்து வழிபடுகின்றனர். பிறகு மாவு அனைவருக்கும் உண்ண கொடுக்கப்படுகிறது. ஆடி மாதத்தின் மற்றொரு நாளில் தம்பிரான் என்னும் தெய்வத்திற்குக் கருப்புநிறக்கோழியை அறுத்து குழம்பு வைத்து படையலிடும் வழக்கம் இவர்களிடம் காணப்படுகிறது. படையலிட்டச் சோற்றையும் குழம்பையும் அங்கேயே பிசைந்து அருகில் உள்ளவர்களுக்குப் பிரசாதமாக வழங்குகின்றனர்.

உணவு சமைக்கும் முறை

சாமை, சோளம், கம்பு போன்றவற்றை நன்கு வெயிலில் காயவைத்து வறுத்து அதனை உரலில் இடித்து அதன் பின் சோறாக சமைக்கின்றனர். சோளம், கோதுமை, கேழ்வரகு போன்றவற்றை ராய் கல்லில் போட்டு நன்கு அரைத்து மாவாக்கி அம்மாவினைச் சலித்து களி செய்கின்றனர். சோளமானது புடைத்துக் கல்தூசி நீக்கி உரலிலிட்டு இடிக்கப்படுகிறது. அவ்வாறு எடுத்த மாவில் நீருற்றி நன்கு பிசையும் போது நீரில் சோள துகள்கள் கலந்து விடும். அந்நீரை வடிகட்டி எடுத்து வைத்துவிட்டு

சோளத்தை ஆட்டுக்கல்லில் போட்டு மைய அரைப்பர். சோளத்தாள் கலந்த நீரை உலையில் இட்டு கொதித்தப் பின்பு அரைத்து வைத்த சோளத்தை அதனுள் ஊற்றி குதுப்பி கொண்டு நன்கு கிளறுவர். சோளம் நன்கு வெந்ததும் அதில் உப்போ சர்க்கரையோ போட்டு குடிப்பர். இரவு அல்லது காலை வேலைகளில் இதனை உணவாக உண்ணுகின்ற வழக்கம் இம்மக்களிடம் காணப்படுகிறது. இவ்வுணவினை 'அம்புலி' என்று கூறுகின்றனர். கொள்ளு, பாசிப்பயிறு, தட்டைப்பயிறு போன்றவற்றை அதிகமாக உணவில் பயன்படுத்தும் பழக்கம் இவர்களிடையே காணப்படுகிறது. கொள்ளினை ஆட்டி அதனை இட்லி போல் வேக வைத்துத் தாளித்து கொள்ளு உப்புமாவாக உண்கின்றனர். சனிக்கிழமை நாட்களில் இவர்களின் உணவில் கொள்ளு தவறாமல் இடம் பெறுகிறது. தேவாங்கர் இன மக்கள் மாமிசம் சாப்பிடும் பழக்கத்தினை கொண்டுள்ளனர். இந்த மாமிசம் வேட்டையாடப்பட்டு இவர்களால் உண்ணப்படுகிறது. இவர்கள் மாட்டு இறைச்சி பன்றி இறைச்சி போன்றவற்றை உண்பதில்லை. வேட்டைக்குச் சென்று இறைச்சியை கொண்டுவரும் பழக்கம் வழிவழியாக தொடர்ந்து காணப்படுகிறது. வேட்டையாடி கிடைக்கும் முயல் புறா, கீரி, அணில், காடை, உடும்பு, பெருச்சாலி போன்றவற்றின் இறைச்சியை உண்கின்றனர். மேலும் கோழியை வீட்டிலேயே வளர்த்து இறைச்சிக்கு பயன்படுத்தும் வழக்கம் இவர்களிடம் காணப்படுகிறது. அனைத்து தேவாங்கர்களும் தங்கள் குலதெய்வமான செளண்டேஸ்வரி அம்மன் அவதார நாளான அமாவாசையன்று இறைச்சியை சமைப்பதில்லை.

முடிவுரை

நாட்டுப்புறக்கூறுகளுள் உணவு பழக்கவழக்கம் மிகமுக்கியமானதொன்றாகக் கருதப்படுகிறது. குறிப்பாக ஒரு இனக்குழுவின் பண்பாட்டு அசைவுகளை அவர்களின் உணவு பழக்கவழக்கங்களைக் கொண்டு அறியமுடிகிறது. ஒர் இனக்குழுவின் தொழில் அடிப்படையிலும் அவர்கள் வாழும் நிலம்சார் சூழலின் அடிப்படையிலும் அவர்களின் உணவுப்பழக்கங்கள் அமைகின்றன. தேவாங்கர் இனக்குழு மக்கள் தங்களின் தொழில் அடிப்படையில் கடினமாக உழைக்கவேண்டியிருப்பதால் உடலுக்கு வலு சேர்க்கக்கூடிய சத்தான உணவுகளை உண்கின்றனர். இன்றளவும் சமயம் மற்றும் சடங்குகளுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுப்பதை அவர்களின் உணவுகளின் வழி அறியமுடிகிறது.

References

- முருகாத்தாள் (பெண், வயது -67) -தகவலாளி,பெல்லம்பட்டி.
 சரோஜினி (பெண், வயது -54) -தகவலாளி,குண்டடம்.
 சொளண்டப்பச்செட்டியார் (ஆண், வயது -83) தகவலாளி, பூளவாடி.
 பாக்கியா (பெண், வயது -34)- தகவலாளி,முத்துக்கவுண்டம்பாளையம்.
 பரமசிவம் (ஆண், வயது -37)- தகவலாளி,பெல்லம்பட்டி.
 அமராவதி (பெண், வயது -49)- தகவலாளி,தாராபுரம்.
 வடிவேல் (ஆண், வயது -58)- தகவலாளி,பெல்லம்பட்டி.

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