RESEARCH ARTICLE

INTERNATIONAL RESEARCH JOURNAL OF TAMIL
சர்வதேசத் தமிழ் ஆய்விதழ்

OPEN ACCESS

உணவியல் அறம்

கு. கோபாலகிருஷ்ணன் [அ, *]

[அ] தமிழ் உயராய்வுத்துறை, தருமபுரம் ஆதீனம் கலைக்கல்லூரி, தருமபுரம், தமிழ்நாடு, இந்தியா.

Dietetics

K. Gopalakrishnan [a, *]

[a] Department of Tamil, Dharumapuram Aadhinam Arts college, Dharumapuram Tamil Nadu, India

* Corresponding Author: krishnanveni3009@gmail.com

Received: 07-04-2024
Revised: 23-06-2024
Accepted: 07-07-2024
Published: 01-08-2024

Check for updates

ABSTRACT

As the three seasons were in perfect seasons, this land of the Tamils, full of living air, was divided into five types of land by the people who lived here. The Tamils ate the food that was grown, grown and available in the climatic conditions of the five types of lands. Unlike foreign countries, the land of the Tamils is neither a snowy region nor a place that is cold for six months. Therefore, the Tamils did not have to fight against nature. Nature gave everything. The Tamils worshipped nature as a deity. The Tamil society, which was cultured in terms of civilization, language, art and culture of the world, would have been the first intellectual race to cook and eat. That is why they divided food into vegetarian, non-vegetarian and fruit-based food. Not only that, the Tamil society combined food with dignity and self-respect, divided the way of eating food and cooked Dharma in food. Nālaḍiyar, one of the books on Pathinenkeezhkanakku, describes the food of the Tamils, the way of eating, where to eat and where not to eat, when the food tastes good, under what circumstances it will lose its taste, and the virtue of feeding the poor.

Keywords: Food, Maruthanilam, Sharing Virtue

உழைப்பவரும் உரிமையாளரும்

உற்பத்தி நுகர்வு ஆகியவற்றிற்கு இடையிலான பாகுபாட்டின் காரணமாக அவசியமானதாக்கப்பட்ட ஒரு சமூகச் செயல்பாடே பகிர்வு ஆகும். ஆதிச்சமூகமான தமிழ்ச்சமூகம் அதைப் பகிர்ந்து உண் என்கிற அறச்செயல்பாடாக்கியது. உற்பத்தி உபரி தோன்றியவுடன் உபரிப்பொருள் விற்பனைப் பொருள் விற்பனைச் சரக்காக மாறிவிடுகிறது. அதுவரை உற்பத்திப் பொதுவாக இருந்தது. உபரிக்குப் பிறகே பரிவர்த்தனைப் பொருளாக மாற்றமடைந்தது.

அப்போதே ஏற்றத்தாழ்வுகளின் தொடக்கத்தில் நிற்கின்ற பழைய சமூக அமைப்பை “ஐயமிட்டு உண்” என்று சொல்கிறது தமிழிலக்கியம். தமிழ் நிலத்தில் பௌத்தமும், சமணமும் பரவத் தொடங்கியதிலிருந்து புலால் என்பதைத் தவிர்க்க வேண்டிய கட்டாயத்திற்கு ஆளாக்கப்பட்டனர். தாவர உணவு புலாலை விடச் சிறந்தது என்ற கருத்து பரப்பப்பட்டது. ஆரிய வருகையும், இந்த நிலத்தில் அவர்களின் ஆதிக்கமும் புலால் உணவைக் கீழான உணவாக மாற்றின. ஆனால், இக்கருத்துக்கள் மக்களிடையே வெற்றிபெற முடியவில்லை. இன்று வரை, சைவமா? அசைவமா? என்கிற போராட்டம் தொடர்ந்து கொண்டுதான் இருக்கின்றது.

சமூகத்தில் உழைப்பவர், உரிமையாளர் என்ற பெரும்பிரிவு தோன்றிய பிறகு உழைப்பவர்கள் உணவு நுகர்விலிருந்தே தள்ளி வைக்கப்பட்டனர். அரிசிச்சோறு, புலால் உணவு எப்போதாவது

அவர்களுக்குக் கிடைக்கும் உணவாக மாறிக்கொண்டிருக்கிறது. உடைபட்ட நெல்லின் நொய்யரிசிக் கஞ்சியும், கூழும் எளிய மக்களின் உணவாகின்றன. அவர்களுக்குப் புலால் உணவென்பது அவர்கள் உழைக்கின்ற இடத்தில் கிடைக்கும் நண்டு, நத்தை, எலி, மீன் என்பதாகக் குறுகின. ஆனால், நம் தமிழிலக்கியங்கள் ராசா அன்னம் என்கிற ஒரு உயர்வகை நெல் அரசர்கள் நண்டுக் கறியோடு சேர்த்து உண்டனர் என்று சிறுபாணாற்றுப்படை பாடல் ஒன்று சொல்கிறது.

பாரி வள்ளல் இரந்து வரும் புலவருக்கு ஆட்டிறைச்சியைப் படைத்தான். உண்டாட்டு என்னும் கள்ளுண்டு களிக்கும் பெருவிழாவில் மன்னன் தன் கரங்களாலேயே ஆட்டிறைச்சியை வழங்குவான் என்று புறநானூறு குறிப்பிடுகிறது. இதிலிருந்து உயர்ந்தோர் ஒரு வகை உணவும், உழைப்போர் ஒரு வகை உணவும் உண்டனர் என்பது புலனாகும். நாலடியாரின் செல்வம் நிலையாமையைச் சொல்ல வருகிற,

அறுசுவை உண்டி, அமர்ந்து இல்லாள் ஊட்ட,

மறுசிகை நீக்கி உண்டாரும் - வறிஞராய்ச்

சென்று இரப்பர் ஓரிடத்துக் கூழ், எனின், செல்வமொன்று

உண்டாக வைக்கற்பாற்று அன்று. (நால., செல்வம் நிலையாமை, பா. - 1)

இப்பாடல் காதல் மனைவி அருகமர்ந்து அறுசுவைகளுடன் கூடிய உணவினை அன்புடன் வாயிலே எடுத்தெடுத்து ஊட்டிக் கொண்டிருக்கும் போதும், அடுத்த உருண்டையை வேண்டாமென்றுத் தடுத்து உண்டு களிப்பவர் சிறந்த செல்வச் செழுமையினையும் இன்ப வாழ்வினையும் உடையவர்கள். அப்படிப்பட்டவர்களும் ஒருசமயத்தே வறுமையாளர்கள் ஆவர். ஓரிடத்திலே சென்று புன்மையான கூழினையும் யாசித்து நிற்பார்கள் என்று சொல்கிறது.

உணவை வீணாக்கினாலும், தேவைக்கதிகமான உணவைச் சமைத்து யாரிடமும் பகிராமல் வீண் செய்தாலும் அச்செல்வந்தரின் செல்வம் அழியும் என்று உணவின் முக்கியத்தைக் கூறினாலும், புன்மையான கூழ் அஃதாவது இழிவான கூழ் என்று கூறுகிறது. எளிய மக்கள் உணவாகப் பயன்படுத்தும் கூழ் செல்வந்தருக்கு இழிவானதாகும் என்பதை இப்பாடலின் வழியாக பழந்தமிழரின் உணவு வேறுபாட்டை அறிந்து கொள்ளலாம்.

ஆதி சமுதாயத்தின் (pசiஅவைiளந ளழஉநைவல) மக்கள் தங்களது கூட்டு உழைப்பால் உற்பத்திச் செய்யப்பட்டவற்றைச் சரிபங்குகளாகப் பிரித்துக் கொள்வர். அங்கு சரிசமமென்பது கட்டாயமாகிறது. ஏனெனில், அப்போதைக்கு உயிர் வாழ்வதற்குப் போதுமானவற்றையே உற்பத்தி செய்தனர். விலங்குகளைப் பயன்படுத்தியும், கருவிகளைப் பயன்படுத்தியும் உற்பத்தியில் ஈடுபட்டபொழுது தேவைக்குப் பிறகு எஞ்சிய உற்பத்திப் பொருட்கள் சமூகத்தைப் பிரித்தது. நிலவுடைமையைத் தோற்றுவித்தது.

உணவுப் பொருட்களைப் பகிர்ந்து உண்டது மாறி உணவுப் பொருட்களை மனிதன் சேமிக்கத் தொடங்கிய காலகட்டத்தில் பசி ஒரு பிரிவினருக்கு நிரந்தரமாக்கப்பட்டது. அந்தப் பசியே கலைகளையும், இலக்கியங்களையும் தோற்றுவித்ததோடல்லாமல் புதிய வகை நுகர்வுப் பொருட்களை நுகர்வது என்கிற நிலைக்குத் தள்ளியது. இப்பாகுபாட்டைச் சாடுகின்ற நாலடியாரின் செல்வம் நிலையாமையின் இரண்டாவது பாடல்.

"துகள்தீர் பெருஞ்செல்வம் தோன்றியக்கால் தொட்டும்

பகடுநடந்த கூழ் பல்லாரோடு உண்க

அகடுஉற யார்மாட்டும் நில்லாது, செல்வம்

சகடக்கால் போல வரும்" (நால. செல்வம் நிலையாமை, பா.-2)

நடுவுநிலைமை பொருந்த, எவரிடத்துமே செல்வம் நிலையாக நிற்பதில்லை. வண்டிச் சக்கரத்தின் ஆர்க்கால்கள் போல, மேலும் கீழுமாகச் சுற்றிச்சுற்றி இடம் மாறிக்கொண்டே போகின்ற

இயல்பினை உடையது அது. அதனால், எருமைக் கடாக்களை நடத்திப் போரடித்துப் பெற்ற நெல்விளைவாகிய, குற்றமற்ற பெருஞ்செல்வமானது விளைந்து தோன்றிய காலத்திலே, அதனை எவருக்கும் தராமல் சேமித்துப் பூட்டி வைக்காதீர்கள். அது கிடைத்த காலந்தொடங்கி, அனைவரும் பசியின்றி வாழ வேண்டும் என்ற அறநினைவுடன், பலரோடும் கூடிப் பகிர்ந்து உண்பீர்களாக என்று கூறுகிறது.

"உணவு எனப்படுவது நிலத்தொடு நீரே

நீரும் நிலனும் புணரியோர் ஈண்டு

உடம்பும் உயிரும் படைத்திசி னோரே1" (புறநானூறு, பாடல் - 18 21-23)

நீரையும், நிலத்தையும் ஒன்றாக இணைத்து உற்பத்தியில் ஈடுபடுபவர்களே உடம்பையும், உயிரையும் படைப்பவர்கள் என்று கூறுகிற இப்புறநானூற்றுப் பாடலின் வழியாக உணவு எந்த நில மக்களுக்குத் தங்குதடையின்றிக் கிடைத்திருக்கும் என்றால் மருதநில மக்களுக்கே கிடைத்திருக்கும்.

மருதநிலத்தில் தான் நீரும் நிலமும் இணைந்திருக்கும். நம் தமிழரின் அறிவின்படி பிரிக்கப்பட்ட மற்ற நான்கு நிலங்களில் உணவு என்பது உற்பத்திக் குறைவாகவும், கிடைக்கின்ற பொருளை உணவாக எடுத்துக் கொள்ளும் முறை மிகுந்திருப்பதையும் நாம் அறியலாம்.

மருத நிலத்திலேயே வன்நிலம், மென்நிலம் என்ற இரு வகை நிலங்கள் இருந்ததாகப் புறநானூற்றுப் பாடல் 42 குறிக்கிறது. வன்நிலம் என்பது நீர்மைத் தன்மை குறைந்த மென்மையற்ற நிலமாகும். மென்நிலம் என்பது நீர்வளமிக்கப் பண்பட்ட நிலமாகும். மேற்சொன்ன புறநானூற்றுப் பாடல் வன்நிலத்தார் மென்நிலத்திற்கு வந்து உணவு பெற்றுக் கொண்டனர் என்றும் குறிப்பிடுகிறது.

ஆகவே, ஒரு நிலத்திலேயே இருவகைப் பாகுபாடுகள் இருந்த சூழலில், உணவை நாலடியார் இளமை நிலையாமையில் இவ்வாறு பதிவு செய்கிறது.

"பருவம் எனைத்துள? பல்லின்பால் ஏனை?

இருசிகையும் உண்டீரோ? என்ற - வரிசையால்

ஊண்ணாட்டங் கொள்ளப் படுதலால் யாக்கைக்கோள்

எண்ணார், அறவுடையார்" (நால., இளமை நிலையாமை, பா.-18)

அதாவது, பிராயம் எவ்வளவு ஆகியுள்ளது? பல்லின் தன்மை எப்படியுள்ளது? இரண்டு கவளமும் உண்டு விட்டீரோ? என்று வயது முதிர்ச்சியினை முறைமையால் உள்ளத்திலே எண்ணி ஆராய்தலைச் செய்யப் படுவதனால், தேகத்தின் வலிமையைப் பற்றி எண்ணி, அறிவு உடையவர்கள் அளவுக்குமீறி மகிழ மாட்டார்கள் என்று உணவை விட அறிவு மேலானது என்கிறது நாலடியார்.

உணவுக்கு அலைகின்ற ஒரு மக்கட்சமூகம் இருக்கையில் அறிவே மேலனாது என்று போதிப்பது பசியோடு இருக்கின்ற மக்களைக் கலகம் செய்ய விடாமல் தடுத்து அற ஒழுங்கிற்குள் கொண்டு வர முயற்சிக்கிறது இப்பாடல். நன்கு உண்ட சமூகப்பிரிவு மக்களுக்குத் தான் சிந்திப்பதற்கும் உணவில் எது சிறந்தது? எது தேவையற்றது? எது தேவையுள்ளது என்ற சிந்தனை பிறந்திருக்கும், எதிர்த்தரப்பில் உள்ள மக்களுக்கோ உணவினைத் தேடுவது தான் சிந்தனையாக இருந்திருக்கும். இப்பாடல் கூற வருகின்ற அறம் சரியென்றால், ஒரு பகுதி மக்களுக்கு நாம் அறிவு போதனை என்கிற பெயரில் அநீதி இழைத்திருக்கிறோம் என்பதாகும்.

"ஈயல்பெய் தட்ட இன்புளி வெஞ்சோறு

பாலுடை அடிசில் தொடீஇய ஒருநாள்

மாவண் தோன்றல் வந்தனை சென்மோ" (அகநானூறு, பாடல் - 394)

தலைவனுக்குப் பால் கொண்டு செய்யப்பட்ட இனிய உணவினையும், தலைவனோடு வரும் ஏவலர்களுக்கு வரகரிசியுடன் ஈயலை இட்டுச் சமைத்த உணவினையும் தலைவி வீட்டில் படைப்பர்

என்று தோழி கூறினாள். இப்பாடலின் மூலம் யாருக்கு எவ்வுணவு கொடுக்க வேண்டும் அல்லது யார் எவ்வுணவை உண்ண வேண்டும் என்று வரையறுக்கப்பட்ட ஏற்றத்தாழ்வுள்ள சமூகமாகத் தமிழ்ச்சமூகம் இருந்திருப்பதை நாம் உணர்ந்தாலும், தனிப்பாடல் திரட்டில் ஔவையார்,

“உண்ணீர் உண்ணீரென்று உபசரியார்

தம்மனையில்

உண்ணாமை கோடி பெறும்” 3(ஔவையார், தனிப்பாடல் திரட்டு, பாடல் - 41, 3-4)

உண்ணீர் உண்ணீர் என்று உபசரியாதவர்கள் வீட்டில் உண்ணாமல் இருப்பது கோடி பெறுவதற்குச் சமமானது என்கிற அறச்சீற்றத்தின் மூலம் கொடும்பசியாயினும் உணவு உண்பதைச் சுயமரியாதையோடு இணைத்துக் கூறுகிறார். மேலும் கீழுமான சமூக உறவுகள் ஏற்பட்ட பிறகு, உணவிலும் மிகப்பெரிய மாறுதலைத் தமிழ்ச்சமூகம் சந்தித்திருக்கிறது. அதனால்தான் பசியைப் பற்றிப் பாடுகின்ற சங்க இலக்கியப் பாடல்கள், பக்தி இலக்கியப் பாடல்கள், பதினெண்கீழ்க்கணக்கு நூல்கள் காலம் வரையிலும், பசித்த சமூக மக்களுக்காக உணவு கொடுப்பதை அறம் எனக் கொண்டாடியிருக்கிறது. அறிவார்ந்த தமிழ்ச்சமூகம். மேலும், உணவிடுவது அறம் என்றாலும், உணவைப் பெறுவது தமிழ் வாழ்வியலில் அவலச் சுவையாகவே பதிவு செய்யப்பட்டிருக்கிறது என்பதைக் கீழ்வரும் நாலடியாரின் பொறைஉடைமை பாடல் உணர்த்துகிறது.

“தான்கெடினும், தக்கார்கேடு எண்ணற்க! தன்னுடம்பின்

ஊன்கெடினும், உண்ணார் கைத்து உண்ணற்க! - வான்கவிந்த

வையகம் எல்லாம் பெறினும், உரையற்க,

பொய்யோடு இடைமிடைந்த சொல்!” (நால., பொறைஉடைமை, பா.80)

தான் அழியவே நேர்ந்தாலும் அதனை நீக்கிக் கொள்ளும் பொருட்டு மேலோர்களுக்குக் கேடு செய்வதை ஒருவன் எண்ணாதிருப்பானாக, தன் உடம்பின் ஊனே வற்றி, உடலே அதனால் அழிந்தாலும், உண்ணத்தகாதவர் கையிலிருந்து கிடைக்கும் உணவை ஒருவன் ஒருபோதும் உண்ணாதிருப்பானாக. வானம் கவிந்துள்ள உலகம் அனைத்துமே பெறுவதாயிருந்தாலும், பொய் இடையிடையிலே கலந்த சொல்லை, ஒருவன் என்றுமே சொல்லாதிருப்பானாக!

“இம்மி அரிசித் துணையானும், வைகலும்

நும்மில் இயைவ கொடுத்துண்மின்: உம்மை

கொடாஅ தவரென்பார், குண்டுநீர் வையத்து

அடாஅ அடுப்பி னவர்” (பாடல் - 94)

இம்மியளவான அரிசியே ஆனாலும், உங்களுக்கு இசைந்த மட்டிலே நாள்தோறும் இரவலர்களுக்குக் கொடுத்து, அதன் பின்பே நீங்கள் உண்ணுங்கள். ஆழமான கடல் சூழ்ந்த இந்த உலகத்திலே சமைக்காத அடுப்பை உடையவர்களான சோற்றுப் பிச்சைக்காரர்கள் என்பவர்கள் எல்லாம், முற்பிறப்பிலே தம்மிடம் வந்து இரந்தவர்களுக்கு ஏதும் உணவு கொடாத உலோபிகளேயாவர். அதனால், அடுத்த பிறப்பில் நாமும் அந்நிலையினை அடையாமல் இருப்பதைக் கருதியாவது கொடுத்து உண்பதில் ஈடுபடல் வேண்டும்.

முடிவுரை

இப்படியாக, உயர் சிந்தனை கொண்ட தமிழர் வாழ்வியல் முறையை நாம் மிகச்சரியாக ஆராய்ந்தோமானால் ஆதிக்குழு சமூகங்களில் உணவு தேடுதலென்பது பொதுவாக இருந்தது. ஈட்டி, வில், அம்பு போன்ற கருவிகள் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட பிறகு பெண் கருவிகளைப் பயன்படுத்துவதிலிருந்து விலக்கி வைக்கப்படுகிறாள். அப்போதிருந்து தான் பெண் உணவைச் சேகரிப்பவளாக, உணவை

உற்பத்திச் செய்பவளாக மாறுகிறாள். ஆண் தன் வலிமையால் உணவைச் சேகரிக்க, பெண் தன் இனவிருத்திக்கான கருணையிலும், தேவையிலும் உணவைச் சேகரித்துப் பாதுகாக்கத் தொடங்குகிறாள். சமூகம் வளர்ந்து நிலவுடைமைச் சமூகமாக மாறுகின்ற பொழுது உணவைச் சமைப்பது என்கிற அளவிற்குப் பெண்ணைச் சுருக்கி ஆண் ஆதிக்கம் கொண்டவனாக உயர்ந்து நிற்கிறான். பொதுவாக நமது இலக்கியங்கள் எல்லாமும் தமிழர் பெருமை சாற்றுவதையே நோக்கமாகக் கொண்டவயாக இருக்கின்றன. ஆனால், நிகழ்வில் சமூகம் அப்படியில்லை. மக்களையே வருணங்களாகப் பிரித்தவர்கள் உணவையும் பிரித்தார்கள். அல்லது ஒரு சாரருக்கு நல் உணவையே மறுத்தார்கள். இதுதான் மெய்யான தமிழ்ச்சமூகம் என்பதைக் கீழ்வரும் அகப்பாடல் ஒன்றின் வழி நாம் அறியலாம்.

"அணல்வரிக் கொடுங்காய் வாள் போழ்ந்திட்ட

காழ்போல் நல்விளர் நறுநெய் தீண்டாது

வெள்எள் சாந்தொடு புளிபெய்து அட்ட

வேளை வெந்தை வல்சி ஆக".4(புறநானூறு, பாடல் - 246)

இப்பாடலிலிருந்து, சங்ககாலக் கைம்பெண்களுக்குரிய உணவு முறையை அறிய முடிகிறது. நெய் இம்மகளிருக்கு விலக்கப்பட்ட உணவாக இருந்துள்ளது. நீர்ச்சோறும், வெள்ளை எள் துவையலும் புளி சேர்த்து வேகவைத்த வேளைக் கீரையும் கைம்மை மகளிருக்குரிய உணவாக இருந்துள்ளதும் தெரிகின்றது. சங்க காலச் சமூகத்தின் பெண்களின் நிலையை, உணவு குறித்த செய்தியால் இப்புறப்பாடல் பதிவு செய்கிறது. அறநூலான நாலடியார், உணவை மானத்தோடு இணைத்துக் கூறி, உணவு தேவையுள்ள ஒரு சமூகத்தை மறைக்கிறது. சங்க இலக்கியங்கள் எதை மறைக்க முயற்சித்தனவோ, அதை பக்தி இலக்கியங்களும், அற இலக்கியங்களும் செவ்வனே செய்து முடித்தன. சமூகத்தின் எதிர்க்கலகக் குரலாய் ஓயாமல் ஒலிக்கும் ஓங்காரம் பழந்தமிழர் இலக்கியங்களைக் கூர்ந்து படிப்பவரின் காதுகளில் என்றைக்கு விழுகின்றதோ அன்றைக்குத்தான் கீழடிபோல் இலக்கியங்களும் புதிய வெளிச்சம் பெறும்.

References

நாலடியார் தெளிவுரை புலியூர்க்கேசிகன், சாரதா பதிப்பகம், சென்னை 600 014

புறநானூறு, நியு செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ் வெளியீடு, சென்னை.

அகநானூறு, நியு செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ் வெளியீடு, சென்னை.

தமிழர் நாகரிகமும் பண்பாடும், டாக்டர் அ.தட்சிணாமூர்த்தி, ஐந்திணைப் பதிப்பகம், சென்னை.

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:

Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

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