RESEARCH ARTICLE

INTERNATIONAL RESEARCH JOURNAL OF TAMIL
சர்வதேசத் தமிழ் ஆய்விதழ்

OPEN ACCESS

பழந்தமிழர்களின் உணவுப்பழக்கமும் பண்பாட்டு மரபுகளும்

கா. திருநாவுக்கரசு [அ, *]

[அ] தமிழ்த்துறை, தவத்திரு சாந்தலிங்க அடிகளார் கலை அறிவியல் தமிழ்க்கல்லூரி, பேரூர். கோயமுத்தூர்-641010, தமிழ்நாடு, இந்தியா.

Food Habits and Cultural Traditions of the Ancient Tamils

G. Thirunavukkarasu [a, *]

[a] Department of Tamil, Thavathiru Santhalinga Adigalar Arts,Science and Tamil College, Coimbatore-641010, Tamil Nadu, India

* Corresponding Author:
Thirunavukkarasu@gmail.com

Received: 14-04-2024
Revised: 18-06-2024
Accepted: 05-07-2024
Published: 02-08-2024

Check for updates

ABSTRACT

Energy is essential for the functioning of life. This energy is obtained from food. The need for food also appears to the living beings as a feeling of hunger, and it is this consciousness which is responsible for its movement. The people of the Sangam Age lived in natural harmony with nature. They ate only naturally available foods. They adapted their business to their land. They were engaged in hunting, honey extraction, sowing millet and guarding them

Keywords: Rice Cooking, Natural Food, Hunted Food, Ethala Pleasure

பழந்தமிழர்களின் உணவு

ஆதிமனிதன் விலங்கினமாக இருந்து, அவற்றிலிருந்து வேறுபட அறிவுவளர்ச்சி பெரிதும் உதவியது. இயற்கையில் கிடைத்த உணவுகளை தேடிச்சென்று உண்டான். பின்னர் நிலையாக தாங்கி வாழ ஆரம்பித்தான். அதன்பிறகு உணவுகளை விளைவிக்க கற்றுக்கொண்டான்.

சங்ககால மக்கள் மூன்று வகையான உணவு முறைகளாக

1. இயற்கை உணவு
2. வேட்டையாடிய உணவு
3. நிலத்தில் விளைவித்த உணவு

என்று உண்டனர்.

இயற்கை உணவு

இயற்கை உணவாக மக்கள் மலைகளில் கிடைக்கக் கூடிய காய்கள், கனிகள், தேன், கிழங்கு வகைகள் உணவாக உட்கொண்டனர்.

வேட்டை உணவு

குறிஞ்சி நில மக்கள் பெரும்பாலும் வேட்டையாடிய உணவையே உட்கொண்டனர்.

அவர்களின் தொழிலாகவும் வேட்டையாடுதல் அமைகின்றது. வேட்டையின் போது கிடைக்கும் மான், பன்றி, முயல், போன்ற விலங்குகளை உணவாக உட்கொண்டனர்.

நிலத்தில் விளைவித்த உணவுகள்

மலைநாடுகளில் காணப்படுகின்ற மலை நெல்லையும், தினைவிதைத்து அவைகளைக் கொய்து கொணர்ந்து உட்கொண்டனர், மூங்கில் அரிசியையும் பயன்படுத்தியுள்ளனர்.

உணவுகளை இரண்டு முறைகளில் உட்கொண்டுள்ளனர்

1. பச்சையுணவு
2. சமைத்த உணவு,

பச்சை உணவு

மக்கள் இயற்கையாக கிடைக்கக் கூடிய உணவுகளை பச்சையாக உட்கொண்டுள்ளனர். மலைகளில் கிடைக்கக் கூடிய தேன், கிழங்கு, மா, பலா, தினைமாவு, போன்றவைகள் சங்க மக்கள் அவற்றினைப் பயன்படுத்தியும், சமைக்காமலும் உண்ணக் கூடியவையாக அமைந்திருந்தது.

பலாப்பழத்தைக் குறமகள் உண்பத்தாக

"கலைஉணக் கிழிந்த, முழவுமருள், பெரும்பழம்

சிலைகெழு குறவர்க்கு அல்குமிசைவு ஆகும்" (புறம் 236-1-2)

என்று எடுத்துரைக்கின்றது.

தேன் உண்பதை, தேனிக்களால் தேன் கசிந்து கற்குழியிலேயே வடிந்ததை குறவர்களுடைய பிள்ளைகள் எடுத்து உண்டுள்ளனர்

கள்

சங்ககால மக்கள் பல்வேறு பொருட்களில் இருந்து தயாரித்த மதுவையும் கள்ளையையும் உட்கொண்டுள்ளனர். தங்களுக்கு வேண்டிய கள்ளை தாங்களே தயாரித்தும், கள் விற்கும் மகளீரிடம் சென்று வாங்கியும் குடித்துள்ளனர். கள் தயாரிக்கும் முறை குறித்தும், அவை ஏற்படுத்தும் மயக்கம் குறித்தும் பல பாடல்கள் பதிவு செய்கின்றன.

அத்தகைய பாடல் (அகம்- 348-1-10) ஆண்களுக்கு மட்டும் கள் உரியது அன்று, பெண்களுக்கும் உரியது என்று (நற்றிணை- 341-2-6)

என்னும் பாடலில் குறமகள் கள் குடித்துவிட்டு மரக்கிளைகளை ஒடித்து................

குறிஞ்சி நில மக்கள் வாழ்வில் கள் முக்கிய இடம் பெற்றுள்ளது. அவர்கள் வேட்டையாடி வெற்றி பெற்றுவந்த மகிழ்ச்சியை கொண்டாடும் விதமாகவும், பெரிய விழாக்கள் நடைபெறும் போதும், சடங்கின் போதும் கள் குடித்தனர். தன்னை நாடி வந்த விருந்தினர்களுக்கும் உண்ண கள் கொடுத்துள்ளனர்.

கள்ளினைத் தயாரித்துள்ளனர், அதனை

வேங்கை முன்றில் குரவை அயரும், (புறம்-129-1-3)

வேங்கை முன்றிற் குரவையும் கண்டே". **(நற்றிணை 276-8-10)**

நறவு - கள்

பெரிய மலையில் தோன்றிய வளைந்த மூங்கில் முதிர்ந்த நறவை உண்டு வேங்கை மர முற்றத்தில் குறவைக் கூத்து கண்டு மகிழ்ந்து செல்லுதல் கூறப்பட்டுள்ளத்து.

தேறல்

கள்ளைப் பதப்படுத்தி அருந்தியுள்ளனர், இதனை

"வேய்ப் பெயல் விளையுள் தேக்கட் தேறல்

குறைவு இன்று பருகி, நறவி மகிழ்ந்து" (மலை.படு.- 171-172)

என்ற பாடல் வழி எடுத்தியம்புகின்றத்து. கள் குடிக்க பாரியின் பறம்பு மலையில் பனங்குடையில் கள் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளது. இதனை

"பல் பனங் குடைக் கள்ளின் வண் மகிழ்ப் பாரி

பலவு உறு குன்றம் போல" (நற்றிணை- 253-7-8)

பாரிக்கு உடமையானது என்று கள் பற்றி எடுத்துக் கூறுகின்றது.

சமைத்த உணவு

குறிஞ்சி நில மக்கள் வேட்டையில் கிடைத்த இறைச்சியினை நெருப்பில் சுட்டும், பானையிலிட்டு சமைத்தும் உண்டுள்ளனர். வெண்மையான கொழுப்புடைய உணவு

வால்நிணப் புகவின், கானவர் தங்கை (அகம் 132 - 5

தீ மூட்டும் கானவர்களால் (புறம்- 247)

சமைத்து உண்ணப்பட்டுள்ளது. உணவு சமைக்கும் பணியைப் பெரும்பாலும் பெண்களும் சில வேலைகளில் ஆண்களும் செய்த்துள்ளனர். பெண்கள் அடுப்பு மூட்டி இறைச்சி முதலானவற்றைச் சமைத்துள்ளனர். ஆண்களும் நெருப்பில் வாட்டியும் உண்டுள்ளனர்.

சுடுவது

சுடுவது என்பது பெரும்பாலும் ஆண்கள் வேட்டையாடி சுட்டு உண்ணும் வழக்கிலும், பானையிலிட்டு நீரிட்டு வேகவைத்து பெண்களின் சமையலோடும் ஓரிடத்தில் தங்கி வாழும் நிலையில் அமைந்ததாக இருக்கின்றது.

சோறு சமைத்தல்

அருவி நீரில் அடித்து வரப்பட்ட பலாப்பாழத்தின் கொட்டையிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட மாவை புளியம்பழத்தின் புளிப்பையும் உடையாக வைத்து மோரினை ஊற்றியும், மூங்கிலில் வளர்ந்த முற்றிய நெல்லையும் மனக்கும் படி சமைத்த சோற்றினை (மலைபடு- 175,183) பாடல் வரிகள் விளக்குகின்றது.

பலருடன் பகுத்துண்ணுதல் (புறம்-165, அகம் 172) இவர்கள் பிற நிலம் சார்ந்த மக்களுக்கும் பாகுபாடின்றி ஆட்டிறைச்சியோடு நெய் கலந்த சோற்றை வெள்ளெலியின் இறைச்சி சேர்த்து, நிறையத் தருவதை வழக்கமாகக் கொண்டிருந்தனர்.

"மைஊன் தெரிந்த நெய்வெண் புழுக்கல்

எலிவான் சூட்டொடு மலியப் பேணுதும்". (நற்றிணை-83 -5-6)

குறிஞ்சி நில மக்கள் உணவை சமைத்தும், பச்சையாகவும் தம்முடன் வாழும் மக்களுக்கும் பகிர்ந்து அளித்துள்ளனர். பிறப்பகுதி மக்கள் வந்தாலும் அவர்களுக்கும் உணவினைப் பகிர்ந்து அளித்துள்ளனர்.

கொல்லப்பட்ட யானையின் கொம்பினைக்கொண்டு தேன், கிழங்கு, பன்றியின் இறைச்சி, போன்றவை எடுத்து வந்துள்ளனர். இதனை, (மலை.படு.151-155) இவற்றின் மூலம் பங்கிடுதலும், பகிர்ந்தலித்தலும் முக்கியப்பண்பாக அமைந்திருக்கின்றன. சங்கஇலக்கிய மகளிர் சங்ககால மக்கள் பெண்களுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுத்துள்ளனர். தம்முன் வேறுபடுத்தாது சம நிலையில் வாழ்ந்துள்ளனர்.

பண்பாட்டு மரபுகள்

பசி என்பது உயிர்களின் இயக்கத்திற்கு ஆதாரமான உணவுச் சங்கிலிக்கு அடிப்படையானதாகும். இயற்கையின் பொது நிலைக்கேற்ப உயிர்களின் உணவுத் தேவையானது தொடரியல் போல ஒன்றொடுன்று இணைந்திருக்கிறது. ஓரறிவு முதல் ஆறறிவு வரை வகையிலான உயிர்களும் உணவுச்சங்கிலியில் இடம்பெறுகிறது. ஆதலின் உயிர்களிடத்துத் தோன்றும் பசி என்ற உணர்வும் பொதுவானதாக அமைகிறது.

மனிதனின் அடிப்படைத் தேவைகளுள் முதன்மையானது உணவு. சங்க கால மக்கள் தான் வறுமையுற்ற நிலையில் தனக்குத் தேவையான உணவைப் பிறரிடம் கொடையாகப் பெறும் தன்மை உடையவராக இருந்துள்ளனர். தன்னிடம் மிகுதியாக உணவுப் பொருட்கள் இருப்பின் அதைப் பிறருக்குக் கொடையாகக் கொடுத்துப் பசிப்பிணியைப் போக்கி உள்ளனர். தொல்காப்பியம் கருப்பொருட்களைக் கூறும் போது உணவு என்பதை தெய்வத்திற்கு அடுத்த நிலையில் வைத்துக் கூறியுள்ளது ஆதலின் உயிர்களுக்கு உணவு ஆதாரமானதாகும்.

வறுமை நிலையில் உள்ளவருக்கு பசிப்பிணியால் வரும் துன்பம் கொடியது என்பதை விளக்குகிற வகையில்,

"வாழும் நாளோடு யாண்டுபல உண்மையின்

துவ்வாள் ஆகிய என்வெய் யோளும்" (புறம்- 1 -159 அடி -1-14)

என்ற புறநானூற்றுப் பாடலடிகள் அமைந்துள்ளன.

குமண வள்ளலிடம் பரிசில் பெறச் சென்ற பெருஞ்சித்தரனார் எனும் புலவர் தான் அடைந்த வறுமையின் துயரை எடுத்துரைப்பதாக இப்பாடல் அமைந்திருக்கிறது. நேற்றுவரை தன் இல்லத்தில் உணவு சமைக்கப்படாததலால் அடுப்பில் பூனை தூங்கிக் கொண்டிருந்தது அதைக் கண்ட தன் தாய் இன்னும் என் உயிர் போகவில்லையே என வருந்தினாள். அவள் பசித்துயரால் கால்கள் மெலிந்து, முகமெல்லாது சிலந்தியின் கூட்டினைப் போலச் சுருக்கத்தோடு சோர்ந்து கிடந்தாள்.

உணவின்றி இளைத்ததால் தன் மனைவியும் குழந்தைகளுக்குப் பாலூட்ட முடியாதவளாய் வருந்திக் கொண்டிருந்தாள். அவள் குப்பை மேட்டில் முளைத்திருந்த கீரைகளைப் பறித்துக் கொண்டு வந்து உப்பில்லாமல் வேகவைத்து, அதனுள் மோர் கலந்து உண்ணவும் வழியின்றி அக்கீரையைத் தன் பிள்ளைகளுக்குக் கொடுத்துத் தானும் உண்டாள் எனப் பெருஞ்சித்தரனார் பசிப்பிணியின் துயரங்களை எல்லாம் குமணனிடம் கூறினார். இதிலிருந்து பசியுணர்வு உயிர்களை வருத்தும் தன்மை கொண்டது என்பதை உணர்ந்து கொள்ளமுடிகிறது.

உயர்திணை உயிர்களுக்கு மட்டுமின்றி அஃறிணை உயிர்களின் பசித்துயரைப் போக்கிய செய்தியும் புறநானூற்றில் இடம்பெற்றுள்ளது. பகைவர் நாட்டை அழித்து நாணு கிழவன் நாகன் எனும் படைத்தலைவன் மறவர்களின் உடலை உணவாகப் பருந்துக் கூட்டங்களுக்கு அளித்து, அப்பருந்துக் கூட்டங்களின் பசியைப் போக்கினான். இதனை, "அசைநுகம் படாஅ ஆண்தகை உள்ளத்துத்

திருந்துவேல் நாகற் கூறினர் பலரே" (மேலது -179. அடி -9-12)

என்ற பாடலடிகள் உணர்த்துகின்றன. எல்லா உயிருக்கும் பொதுவான உணர்வாகப் பசியானது அமையும் என்பது இங்கு உணர்த்தப்பட்டது.

ஈதலின்பம்

தன்னிடத்தில் உள்ள பொருளைப் பிறருக்குக் கொடுத்து மகிழ்வதே ஈதலாகும். 'ஈதலின் ஈத்துவக்கும் இன்பம்' (குறள் -228) என வள்ளுவர் மொழிகின்றார். புலவன் தான் வறுமையுற்ற காலத்தில் பசித்துயரால் வருந்தி இருக்கின்றான். அப்புலவன் பரிசில் வழங்கும் வள்ளல்களை நாடிச் சென்று பாடி, பலவகைப் பரிசில்களைப் பெறுகின்றான். தான் பெற்ற செல்வத்தைத் தான் மட்டும் வைத்து உண்ணாது பிறருக்கும் கொடுத்து மகிழும் ஈகை கொண்டவனாகத் திகழ்ந்துள்ளான். இதனைப் புறநானூற்றில் அமைந்த

"நின்நயந்து உறைநர்க்கும் நீ நயந்து உறைநர்க்கும்

திருந்துவேல் குமணன் நல்கிய வளனே" (புறம்-163-1-9)

என்ற பாடலானது எடுத்துரைக்கிறது.

வள்ளலை நாடிச் சென்றுப் பரிசில் பெற்று வந்த இரவலன் தன் மனையாளிடம் சென்று தாம் கொணர்ந்தச் செல்வத்தை எல்லாம் கொடுத்து இச்செல்வத்தை உன்னை விரும்பும் மகளிருக்கும், நீ விரும்பும் மகளிருக்கும், நின் உறவினப் பெண்களுக்கும், நம் குடும்பத்தின் பசி நீங்கப் பலநாள் பொருள் கொடுத்து உதவியோருக்கும், மூத்த மகளிருக்கும் கொடுத்து உதவுவாயாக, நம் இல்லம் நாடிவந்து இரப்போருக்கும் வறியாது கொடுப்பாயாக, நாளை உதவுமென எடுத்து வைத்துக் கொள்ளாது வந்து இரப்போருக்குக் கொடுத்து உதவுக எனக் கூறுகின்றான்.

இவ்விடத்தில் தானுற்ற பசித்துயரைப் பிற உயிர்கள் அடையக் கூடாது எனக் கருதும் உயரிய நோக்கம் வெளிப்படுவதைக் காண முடிகிறது. தமிழரின் வாழ்வியலும் ஈதலும் ஏற்றலும் உயர்ந்த நெறியாக இருந்து வந்துள்ளது. அவ்விரண்டும் அறத்தின் வழி அமைந்திருப்பதைக் காண முடிகிறது. இல்லறத்தில் இருக்கும் தலைமக்கள் தன்னை நாடி வருவோருக்குக் கொடையளித்து விருந்தோம்பி வாழ்ந்துள்ளனர். அத்தகைய ஈதலும் இன்பம் துய்த்தலுமே வாழ்க்கைக்கு உண்டான நெறிகளாகக் கருதப்பட்டுள்ளன என்பதை,

"ஈதலும் துய்த்தலும் இல்லோர்க்கு இல் எனச்

செய்வினை கைம்மிக எண்ணுதி அவ்வினைக்கு

அம்மா அரிவையும் வருமோ?

எம்மை உய்த்தியோ ! உரைத்தசின் - நெஞ்சே" (குறுந் - 66)

எனும் பாடலால் உணரலாம்.

ஈதலும் இன்பத்துய்த்தலும் பொருளில்லாருக்கு வாய்க்கப் பெறுவதில்லை என்பதைத் தலைவன் தன் நெஞ்சிற்கு வருந்தியுரைப்பதாக இப்பாடல் அமைந்திருக்கிறது. இல்லறத்தின் கடமை என்பது அறநெறி நின்று தன்னை விரும்பி வரும் இரவலர்க்குக் கொடுத்தலாகும். அவ்வறத்தின் மனைமாட்சியான தலைவியோடு கூடி இன்பந்துய்ப்பது இன்பத்தின் பயனாய் அமைகிறது. இவ்விரண்டையும் செய்தற்குப் பொருள் தேடுதலாகிய வினையினைச் செய்ய வேண்டும். எனத் தலைவன் தன் நெஞ்சிற்கு வலியுறுத்துகின்றான். இதன்மூலம் ஈதலுக்கும், அதனால் வரும் இன்பத்திற்கும் செல்வம் அடிப்படையானது என்பது இங்கு சுட்டத்தக்கது.

முடிவுரை

இயற்கை உணவு, வேட்டையாடிய உணவு, நிலத்தில் விளைவித்த உணவு என்று உண்டனர். குறிஞ்சி நில மக்கள் அவர்களின் தொழிலாகவும் வேட்டையாடுதல், வேட்டையின் போது கிடைக்கும்

மான், பன்றி, முயல், போன்ற விலங்குகளை உணவாக உட்கொண்டனர். மலைநாடுகளில் காணப்படுகின்ற மலை நெல்லையும், தினைவிதைத்து அவைகளைக் கொய்து கொணர்ந்து உட்கொண்டனர் சங்க கால மக்கள் தான் வறுமையுற்ற நிலையில் தனக்குத் தேவையான உணவைப் பிறரிடம் கொடையாகப் பெறும் தன்மை உடையவராக இருந்துள்ளனர். தன்னிடம் மிகுதியாக உணவுப் பொருட்கள் இருப்பின் அதைப் பிறருக்குக் கொடையாகக் கொடுத்துப் பசிப்பிணியைப் போக்கி உள்ளனர். தான் பெற்ற செல்வத்தைத் தான் மட்டும் வைத்து உண்ணாது பிறருக்கும் கொடுத்து மகிழும் ஈகை கொண்டவனாகத் திகழ்ந்துள்ளான். அத்தகைய ஈதலும் இன்பம் துய்த்தலுமே வாழ்க்கைக்கு உண்டான நெறிகளாகக் கொள்ளப்பட்டு பண்பட்டில் சிறந்தவர்களாக பழந்தமிழர்கள் இருந்துள்ளனர்.

References

முனைவர் வி.நாகராசன் மூலமும் உரையும் : புறநானூறு நியூ செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ் (பி) லிட் 41 - பி, சிட்கோ இண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட் அம்பத்தூர், சென்னை - 600 098

தமிழர் உணவு: பக்தவத்சல பாரதி

முனைவர் இரா. மோகன் : பத்துப்பாட்டு (பகுதி1) மூலமும் உரையும் நியூ

முனைவர் வி.நாகராசன் : குறுந்தொகை மூலமும் உரையும் நியூ செஞ்சுரி

முனைவர் கு.வெ. பாலசுப்பிரமணியன் : நற்றிணை மூலமும் உரையும்

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