



நீலகிரி வாழ் படகர்களின் மரபு சார் உணவு முறைகள்

போ. விக்னேஷ் அ. *

அ¹ தமிழ்த்துறை, ஸ்ரீராமகிருஷ்ண மிஷன் வித்யாலய கலை அறிவியல் கல்லூரி, கோவை-20, தமிழ்நாடு, இந்தியா.

Traditional Food Practices of Nilgiris Boatmen

B. Vignesh a, *

^a Department of Tamil, Sri Ramakrishna Mission Vidyalaya College of Arts & Science, Coimbatore – 20, Tamil Nadu, India

* Corresponding Author:
Vignesh.bhojan97@gmail.com

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



ABSTRACT

Food is very important for all the living beings that have appeared in this world. In that way, there are certain food habits for each ethnic group as set by their ancestors. They have said that they should handle them properly. In this way, all the news in this article makes us aware of the importance of food in the life of human beings, especially how the food habits followed by the Badagar people in their life improve their health.

Keywords: Keer, Ganje, Hubba, Padu, Akki

முன்னுரை

இந்த உலகத்தில் வாழ்கின்ற அத்தனை உயர்களுக்கும் உணவு என்பது மிகவும் முக்கியமான ஒரு அத்தியாவசியமாகும். அவ்வகையில் பல இனக்குழுக்கள் இந்த உலகத்தில் வாழ்ந்து வருகின்றனர். அந்த இனக் குழுக்களில் ஒன்றாக வாழ்கின்ற நீலகிரி படுகர் இன மக்களுக்கென்று அவர்களுடைய சமூகத்தில் ஒரு குறிப்பிட்ட உணவு முறைகள் இருக்கின்றது. ஒவ்வொரு மனித சமுதாயமும் தனக்கென ஒரு உணவு அமைப்பு முறையைக் கொண்டுள்ளது. அதன் அடிப்படையிலேயே அந்த இனக்குழு வாழ்வு முறை அமைந்து காணப்படும். அவ்வாறான உணவு முறைகள் அவர்களின் வாழ்வில் எவ்வாறு இரண்டற கலந்து இருக்கின்றது என்பதனை இந்த கட்டுரையில் காணலாம்.

உணவு முறைகளும் நமது ஆரோக்கியமும்

நம் முன்னோர்கள் சுவர் இருந்தால் தான் சித்திரம் வரையலாம் என்று கூறியது போல உடலில் நல்ல ஆரோக்கியம் இருந்தால் தான் நல்வாழ்வினை வாழ முடியும். இந்த இயற்கையானது நமக்கு பல வளங்களை கொடுத்துள்ளது. அதில் விளைகின்ற பழ வகைகள், தானியங்கள், காய்கறிகள் போன்ற அனைத்தும் ஊட்டச்சத்து நிறைந்தவை. நல்ல

வளமான நிலத்தில் வளரும் பயிர் போல ஆரோக்கியமான உணவுகளை உண்ணும் மனிதனும் வளமாக வாழா முடியும்.

இயற்கை உணவுகள்

இயற்கையான முறையில் கிருமி நாசினிகள் தெளிக்கப்படாத தானிய வகைகள்,கிழங்குகள்,கீரைகள்.பசும்பால் உணவுகள்,பழங்கள் போன்ற இயற்கையான உணவுகள் உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு சிறந்தன.இன்றைய விவசாயத்தில் பெரும்பாலும் மனித உடலுக்கு தீங்கு விளைவிக்கக்கூடிய செயற்கை உரங்கள் தான் பயன்படுத்தப்படுகிறது.இதனால் கூட மனிதர்களுக்கு நோயின் தாக்கம் அதிகமாகிவிட்டது.

மாறிவரும் உணவு முறைகள்

நாகரீக வளர்ச்சியின் காரணமாக நம்முடைய இயற்கையான உணவு முறைகளும் அடியோடு மாறிவிட்டது.கொழுப்பு நிறைந்த உணவுகளை வெளியில் அதிகம் சாப்பிடுவதால் உடல் எடை அதிகரித்து பல நோய்களுக்கு நம்மை நாமளே ஆளாக்கிகொள்கிறோம்.இயற்கையான உணவுகளை எடுத்துக்கொண்டு நம் உடலை ஆரோக்கியமாய் வைத்துக்கொள்வோம். நாம் எடுத்துக்கொள்கின்ற உணவு முறைதான் நம்முடைய நீண்ட நாள் ஆரோக்கியத்திற்கு வழிவகுக்கும்.சிறிய வயதிலிருந்த உணவிற்கு மதிப்பு கொடுக்காமல் நாம் எடுத்து கொள்கின்ற ஆரோக்கியமற்ற உணவுகள்தான் இன்று அதிகளவான நோய்களுக்கு காரணமாக உள்ளது.

திருக்குறளும் உணவு முறையும்

திருவள்ளுவர் திருக்குறளில் நட்பியலில்,மருந்து எனும் அதிகாரத்தில் உணவு பற்றியும் மற்றும் அதற்கான மருந்து பற்றிம் கூறியுள்ளார்.நாம் முதலில் உண்ட உணவு ஜீரணமாகிவிட்டதா என்று அறிந்து பிறகு தான் அடுத்த வேளை உணவு சாப்பிட வேண்டும் என்று வள்ளுவர் கூறுகிறார்.அவ்வாறு உண்டால் நமது உடம்புக்கு மருந்து என்று ஒன்று தேவை இல்லை என்கிறார்.

“மருந்தென வேண்டாவாம் யாக்கைக்கு அருந்தியது

அற்றது போற்றி உணின்” (குறள்-942)

இலக்கியமும் உணவு முறைகளும்

தொல்காப்பியம்,பத்துப் பாட்டு,எட்டுத் தொகை என அமையும் சங்க நூல்களில் உணவு முறை பற்றிய பல்வேறு குறிப்புகள்,புலவர்களால் வருணனைகளாகவும் ,உவமைகளாகவும் பாடல்களில் கூறப்பட்டுள்ளன. இலக்கியம் என்பது சமூக வாழ்வை விவரிக்கும் போக்குடையதால், அதிலும் குறிப்பாக,நாகரிகம் வாய்ந்த சங்க இலக்கியங்கள் படம்பிடித்துக் காட்டுவதல், சங்க இலக்கியங்களிலிருந்து அக்கால மக்களின் உணவு முறைகளும்,பழக்கங்களும் தெளிவாகத் தெரிகின்றன.

தொல்காப்பியம் தரும் உணவுக் குறிப்புகள்

தொல்காப்பியத்தின் இலக்கண நூர்பாக்களில் சில அக்காலத்திலேயே எண்வகை உணவுகள், தேன், எள், எண்ணெய் ஆகியன பழக்கத்தில் இருந்தன என்பதற்குரிய சான்றுகளைக் கூருகின்றன.

குறிஞ்சி நிலத்தார் உணவு முறைகள்

சோழா நாட்டு குறிஞ்சி நில மக்கள் தேனையும் கிழங்கையும் உண்டனர். பிற நிலத்தாற்கும் ற்கும் இவைகளைக் கொடுத்து அதற்குப் பதிலாக மீன், நெய்யும், நறவையும் வாங்கிச் சென்றார்கள். நன்னன் என்னும் குறுநிலா மன்னனின் சவ்வாது மலையின் அடிவாரத்தில் இருந்த சிற்பூர் மக்கள், நெய்யில் வெந்த இறைச்சியுடன் தினைச்சோறு உண்டதாகக் குறிப்பு கிடைக்கின்றது.

நீலகிரி படகர்கள்

இந்த உலகத்தில் காப்பாற்றப்பட வேண்டிய மிக முக்கிய ஏழு இடங்களில் நீலகிரியும் ஒன்று. நீலகிரி இந்தியாவிற்கு மட்டும் அல்ல உலகத்திற்கும் ஒரு பொக்கிஷம் ஆகும். வெள்ளையார்களால் பூலோக சொர்க்கம் என்று வர்ணிக்கப்பட்ட நீலகிரி, உலகத்தில் வாழும் அனைத்து உயிரினங்களின் காப்பகம் என்று “யுனெஸ்கொ” போற்றிய பகுதி ஆகும். மேலும் நீலகிரிக்கு பெருமை சேர்ப்பவர்கள் அங்கு வாழ்ந்து வரும் ஆதிசூழி மக்களே. எனவே நீலகிரியில் வாழ்கின்ற படகர் இன மக்களின் உணவு முறைகள் தனித்துவம் வாய்ந்ததாக அமைந்துக் காணப்படுகின்றது. ஒவ்வொரு உணவு முறையையும் ஒருக் காரணம் கருதி படகர் இன மக்கள் பயன்படுத்தி உள்ளனர்.

படகர் பண்பாடு

படகர் பண்பாட்டில் பெண்களுக்கு பெரு மதிப்புண்டு. பலரும் பாராட்டும் வகையில் சமுதாய வளர்சிக்குப் பெண்கள் பங்கு பெருமளவில் இருந்துள்ளது. உழைப்பு, விருந்தினரைப் பேணுதல், இனிய சொற்கள் பேசுதல், சமையல் கலையில் தேர்ந்திருத்தல், அதுவும் எவ்வகை முன்னேற்பாடும் இல்லாமல் அவ்வப்போது எழும் தேவைக்கேற்ப செய்யும் திறன், குடும்பத்து ஆண்களுக்கும் பிறருக்கும் உணவு போன்றவற்றை அளித்துவிட்டு இறுதியாக இருப்பதைக் கொண்டு மனநிறைவு கொள்ளும் மனப்பான்மை போன்றன பலரின் கவனத்தை ஈர்த்துள்ளன. குறிப்பாக விருந்தோம்பல் பண்பு சிறப்புதன்மையாக இவர்களிடம் மேலோங்கி இருப்பதை பலரும் வெளிப்படுத்தியிருக்கின்றனர். படகர் பண்பாட்டில் பெண்களுக்கும் உணவு முறைகளுக்கும் இணை பிரியாத தொடர்பு என்றுமே உண்டு.

படகரும் வேளாண்மையும்

நீலமலைவாழ் மக்களுள் படகரை வேளாண் தொழிலினராகப் பலரும் அடையாளப் படுத்தி வந்துள்ளனர். இது கடந்த இரண்டு மூன்று நூற்றாண்டுகளில் இம்மக்கள் மேற்கொண்டிருந்த தொழிலின் அடிப்படையில் ஏற்பட்ட கருத்தாகும். எவ்வாறாயினும் இம்மக்கள் இக்காலகட்டத்தில் சிறப்பாக வேளாண்மை செய்து வந்துள்ளனர் என்பது

குறிப்பிடத்தக்கது.மக்கள் வாழ்க்கைக்கு இன்றியமையாத உணவை விளைவிப்பது வேளாண் தொழில்.பிற தொழில் புரிவோருக்கும் உணவு அளிப்பவனாக இருப்பதால் உழவன் தலைசிறந்த இல்வாழ்வினனாகத் திகழ்கிறான்.

கஞ்செ (பார்லி)

கஞ்செ படகர் வாழ்வில் குறிப்பிடத்தக்க இடத்தைப் பிடித்திருந்தது.இன்றளவும் தெவ்வப் பண்டிகையின் போது கஞ்செ கதிரைக் கொண்டுதான் “அரிகட்டும்”(கதிர்களை மாலையாகக் கோத்து வழிப்பாட்டிடத்தில் கட்டுதல்)நிகழ்ச்சியை நடத்துகின்றனர்.இறப்பின் போது கஞ்செ பொரியை அதற்கென்று முடையப்பட்ட சிறப்பான கூடையில் போட்டு பிணத்துடன் புதைக்கின்றனர்.கஞ்செ பொரித்து உண்ணக்கூடியது.இத்தவசத்தை மாவக்கியும் பயன்படுத்தலாம்.மிதமான வெப்ப மண்டலப் பகுதியில் இது விளைகிறது.மலைப்பகுதியில் இது நன்றாக வளர்கிறது.மேலை நாடுகளில் கஞ்செயைச் வரிசையாக விதைக்கின்றனர்.பொதுவாகக் உருளைக் கிழங்கு அறுவடைகுப்பின் கஞ்செ விதையினைத் தெளித்து கொத்தி மண்ணோடு கலக்கிவிடுகின்றனர்.கார் போகத்தில் கிழங்கு எடுத்த கையோடு பெரும்பான்மை.கடைபோகம் கிழங்கு எடுத்தபின் சிலநாள் கழித்து மார்ச்சு ஏப்ரல் மாதங்களில் விதைப்பதும் உண்டு.முதன் முதலில் இது எங்கு விளைந்துள்ளது என்பது பற்றி அறிவியலாலர்களிடையே கருத்து வேறுபாடு உண்டு.எத்தியோப்பியா அல்லது மத்திய ஆசியாவில் முதன் முதலில் விளைந்திருக்க வேண்டும் என்று கருதுகின்றனர்.5000 ஆண்டுகளுக்கு முன் எனிப்பது.சிந்துசமவெளி போன்ற இடங்களில் கஞ்செ விளைந்துள்ளது என ஆராய்ச்சியாளர் குறிப்பிடுகின்றனர்.கஞ்செக்கு வழிப்பாடில் இடமளிக்கும் படகர் பண்பு இவர்கள் முதன் முதலில் பயன்படுத்திய பொருள்களுக்குப் புனிதத்தன்மை அளிக்கும் பின்னணியுடன் கூடியது.படகர்களின் வாழ்வில் கஞ்செ என்ற தானியமானது உணவு சார்ந்ததாக மட்டும் அல்லாமல் சடங்கு சார்ந்த பொருளாகவும் அமைந்துக் காணப்படுவதை இங்கு அறிய முடிகின்றது.

பாடு(புலால்)

பண்டைய கால படகர் புலால் உண்பதை வெறுக்கவில்லை.முன்னோர் வேட்டையாடிய தங்கள் உணவுத் தேவையை நிறைவு செய்துள்ளனர்.தொட்ட ஹப்பா,தெவ்வ ஹப்பா ஆகிய பண்டிகை நாட்களில் பலர் கூட்டாக சென்று வேட்டையாடும் பழக்கம் அண்மைக் காலம்வரை இவர்களிடையே இருந்துள்ளது.இன்றும் பண்டிகை நாட்களில் வேட்டையாடுவதற்கு பயன்படுத்தும் வலை,ஈட்டி,ஆகியவற்றை எடுத்து வந்து வேட்டையாடுதல் போல் சடங்கு அளவில் செயல்படுகின்றனர்.ஈட்டியை கொண்டு ஒரு செம்மண் மேட்டினை குத்துகின்றனர்.இது விலங்கினை குத்தி குருதி வடிவதை விரித்து புதர்களில் இருக்கும் விலங்குகளை விரட்டுவது போல் கூட்டாக ஒலி எழுப்புகின்றன.இவையாவும் தங்கள் முன்னோர் வேட்டையில் ஈடுபட்டிருந்ததனை நினைவுபடுத்துவதாக இருக்கின்றன.பண்டிகை நாட்களில் வேட்டையில் கிடைத்த இறைச்சியை ஒரிடத்தில் சமைத்து ஊர் மக்கள் அனைவரும் ஒன்றாகக் கூடி உண்டுள்ளனர்.வரலாற்றைப் பார்த்தல் முன்னர் புலால் உண்ணாமையை கொண்டிருந்த சிலர் பின்னர் புலால் உண்பவர்களாக மாறி உள்ளனர்.அதேப்போல் முன்னர் புலால் உண்பவர்கள் பின்னர் கைவிட்டுள்ளனர்.இதுவல்லாமல் தொடக்கத்திலிருந்து புலால் உண்பவர்கள் அதே

பழக்கத்தை கொண்டிருக்கின்றனர்.புலால் உண்ணாதவர்கள் தொடர்ந்து புலால் உண்ணாதவர்கள் ஆகவே இருந்து வருகின்றனர்.

ஹிட்டு(உணவு)

படகர் உணவுப் பழக்கம் என்று தனியாகப் பிரித்தறியும் உணவுப் பழக்கம் இருந்துள்ளது.அவர்கள் உணவுப் பழக்கம் அவர்கள் வாழ்ந்த நீலமலைச் சூழலோடு ஒத்து வருவதாக இருந்துள்ளது.சொல்லப் போனால் முன்னர் இம்மக்கள் கொண்டிருந்த உணவுப் பழக்கமே இவர்களை ஒரு தனிக்குழுவாக அடையாளப்படுத்தி இருந்திருக்கிறது.இம்மக்களது முந்தைய உணவுப் பழக்கத்திற்கும் இன்றைய நிலைக்கும் உள்ள வேறுபாடுகளுள் முதன்மையானதாக இப்பொழுது பயன்படுத்தி வரும் அரிசிச்சோறு உணவுப் பழக்கத்தை குறிப்பிடலாம்.முன்னர் எப்பொழுதும் இம்மக்கள் அரிசிச்சோறு உணவுப் பழக்கத்தை குறிப்பிடலாம்.முன்னர் எப்பொழுதும் இம்மக்கள் அரிசிச் சோற்றினை பெருமளவில் பயன்படுத்தவில்லை.அப்படி என்றால் இவர்கள் அரிசிச்சோற்றினைப் பற்றி அறியாமல் இருந்தனர் என்று கொள்ளலாகாது.நீலமலையின் பெரும்பாலான இடங்களில் அரிசி விளைவது இல்லை.இதைக் கொண்டு இவர்கள் அரிசியின் பயன்பாட்டை அறியாமல் இருந்தனர் என்று சொல்வதற்கு இடமுண்டு.பித்துவநெ கண்டே பேப்பனே கண்டே நெல்லுந கூவ கண்டே(விதைக்கும் போது கண்டேன் விளையும் போது கண்டேன் நெல்லரிசிச் சோற்றை இன்றுதான் கண்டேன்)எனவரும் வரலாற்று நிகழ்வோடு கூடிய முதுமொழி இவர்கள் நெல்லரிசியைப் பற்றி அறிந்திருந்ததைத் தெளிவாகக் காட்டுகிறது.

தின்பண்டம்

அக்கி கஞ்செ எனப்படும் பார்லி வகையைப் பொரித்து உண்பதற்கும் பொரித்ததை மாவாக்கி சிறிது நீர்,வெல்லப் பொடி,ஆகியன கலந்து உண்பதற்கும் பயன்படுத்துகின்றனர்.பீர் கன்ஜெயைப் குற்றி ராகியோடு சேர்த்து மாவாக்கி களிகிண்டுகின்றனர்.ஹெட்டே அக்கி மாவைக் கொண்டு துப்பதிட்டு என்னும் பணியாரம்,பொத்திட்டு (கையால் தோசைக்கல் மேல் கெட்டியான மாவை பொத்தி வைத்து செய்வது)கலக்கிட்டு(நன்கு நீர் ஊற்றி கலக்கி கரண்டியால் தோசைக்கல்மேல் ஊற்றிச் செய்வது) தொட்டி(மந்தமாக இருக்கும் வகையில் செய்வது)எனப்படும் கோதுமைத் தோசை வகைகள் செய்கின்றனர்.சம்பா கோதுமை நொய்யைக் கொண்டு பரமாந எனப்படும் குழைந்த சோற்றுணவு(கஞ்சி) காயச் சுகின்றனர்.சம்பா நொய்யுடன் வெல்லநீர் சேர்த்து உருண்டையாக்கி பானையில் குறைந்த அளவு நீர் ஊற்றி நீர் படாதவாறு அதற்குமேல் மொரந்த குச்சிகளைக் குறுக்கு நெடுக்காக வைத்து அதன்மேல் அவ்வுருண்டைகளை வைத்து ஆவியில் வேக வைக்கும் தின்பண்டம் கடிம்பிட்டு.இந்தத் தின்பண்டம் நான்கைந்து நாள்வரை கெடாமல் இருக்கம்.உண்ணும் போது அவ்வுருண்டையை உடைத்துப் பொடியாக்கி அதனுடன் நெய் தேங்காய்த் துருவல் ஆகியன சேர்த்து உண்கின்றனர்.இதுப் போன்ற ஆரோக்கியமான தின் பண்டங்களை உண்டு வந்தனர்.

பக்க உணவு (ஸண்டகே,மாஸிநீரு)

பக்க உணவு வகையில் ஸண்டகே , மாஸிநீரு அல்லது மாஸிநீரு ,உப்புக்கொரே,போன்றன குறிப்பிடத்தக்கன.வருத்த மிளகாய்,கொத்துமல்லி,உப்பு ஆகியவற்றை

அம்மியில் இட்டு அரைதெடுக்கும் சட்டிணியை ஸண்டகே என்று குறிப்பிடுகின்றனர். இதற்கு எண்ணெய் இட்டு தாளிப்பதும் உண்டு. ஸண்டகே யுடன் சுட்ட வெள்ளைப் பூண்டு, நெருப்பில் வாட்டிய தக்காளி, நெருப்பில் சுட்டு மேலாக உள்ள கரியை நீக்கிய உருளைக்கிழங்கு போன்றவற்றைச் சேர்த்து அரைப்பதும் உண்டு. இது களி உணவினைத் தொட்டு உண்பதற்கு ஏற்றது. மாஸிரு என்பது மிளகாய், கொத்து மல்லி ஆகியவற்றை அரைத்து அதனுடன் நீர் கலந்து உப்பு போட்டு உலையில் கொதிக்க வைத்து எடுப்பது. இதில் தக்காளி போடுவதும் உண்டு. எண்ணெய் இட்டுத் தாளிப்பதும் உண்டு. உலர்ந்த அவரையை வாணலியில் இட்டு வறுத்து பின்னர் உப்புநீரில் கொதிக்க வைப்பது 'உப்புகொரே'. 'உப்புகொரே' ஸண்டகே, மாஸிநீரு ஆகியவற்றுடன் சேர்த்து பயன்படுத்தத் தக்கது.

கீரெ (கீரை)

கீரை இலையை படுகுவில் கீரெ சொப்பு என்று அழைக்கின்றனர். அதிலும் வறுத்த கீரையை சொப்பு என்றே அழைக்கின்றனர். படுகுவில் சொப்பு என்பதற்கு இலை, தழை என்னும் பொருள்களுடன் வேகவைத்த கீரை என்னும் பொருளும் உண்டு. நீலமலையில் அரகீரெ, நெலகீரெ, முள்ளுக்கீரெ என்பன போன்று கீரையின் வகைகள் சில இருக்கின்றன. கீரெ என்ற சொல்லைப் பயன்படுத்தாமல் சொப்பு என்னும் சொல்லுடன் அழைக்கும் கீரை வகைகள், மொஜ்ஜெ சொப்பு, சிலுக்கு சொப்பு, காக்கெ சொப்பு, மெத்தெ சொப்பு, கடுகு சொப்பு, மருகு சொப்பு முதலியன. கீரை இலையைப் பல முறைகளில் சமைக்கின்றனர். இவற்றுள் கீரை இலைகளை நறுக்கி சிறிது எண்ணெய் இட்டு தாளிப்பதும் முதலில் வேகவைத்து பின்னர் தாளிப்பதுமான இரண்டும் முதன்மையானவை. இவற்றை முறையே கீரெ பரப்பது (கீரைவறுத்தல்) ஹிண்டி பச்சோது (வேகவைத்து நீரை வடிகட்டி தாளித்தல்) என்றழைக்கின்றனர். இவ்வாறு சமைக்கும் போது அதனுடன் வேகவைத்த கிழங்கை மசித்துச் சேர்ப்பதும் உண்டு. இதுபோன்ற ஆரோகியமான கீரை உணவு வகைகளை காலம் காலமாக பயன்படுத்தி வருகின்றனர்.

ஹாலு (பால்)

படகரிடம் பாலை விற்கும் இயல்பு இருந்தது இல்லை. இதை இரண்டு கோணங்களில் பார்க்கவேண்டும். முதலாவதாக அக்காலக்கட்டத்தில் பாலை விற்பதற்கான சந்தைச் சூழல் அமைந்திருக்கவில்லை. பெரும்பான்மையான படகர் எருமை மந்தை வைத்திருந்தனர். மேய்ச்சல் நிலங்கள் மிகுதியாக இருந்தன. ஆகையால் கால்நடை பேணுவதற்கு மிகுந்த முயற்சி மேற்கொள்ளும் சூழல் இருக்கவில்லை. இரண்டாவதாக இவர்கள் பாலை விற்கும் மனம் இல்லாமல் இருந்ததைக் குறிப்பிட வேண்டும். இவர்கள் பாலைப் புனிதப் பொருளாகக் கருதினர். ஆகையால் பாலைவிற்பது மதிப்புக்குறைவான செயல் சென்று என்று கருதிவந்தனர். நெய்யைச் சமையலுக்குப் பயன்படுத்தியிருக்கின்றனர். தேவைக்கு அதிகமாக இருந்த பாலை மோராக்கித் தேவைப்படும் பிறருக்கு இலவசமாக கொடுத்துள்ளனர். பால் பொருள்கள் இவர்களுக்குச் சிறப்புணவின் ஒரு கூறாக விளங்கி இருந்தன. இவ்வாறாக பால் படகர்களின் வாழ்வில் சடங்கு முறைகளிலும் உணவு முறைகளிலும் இரண்டறக் கலந்து உள்ளது.

முடிவுரை

மனிதன் உண்பதும் குடிப்பதும் பண்பாட்டின் பாற்பட்டவை அன்று.இவை உயிரியல் தேவை.மனிதன் வாழ்வதற்காக உண்கிறான்.அவன் குறிப்பிட்ட உணவை உண்பது அல்லது நல்ல ஊட்டச்சத்து கொடுப்பனவாக இருந்தாலும் குறிப்பிட சில உணவுகளை தவிர்ப்பது ,குறிப்பிட்ட நேரத்தில் உண்பது ,சிலவற்றைக் குறிப்பிட இடத்தில் உண்பது போன்றன பண்பாட்டைச் சேர்ந்தன.நீலகிரி வாழ் படகர் இன மக்கள் உணவு சார்ந்த முறைகளில் மிக முக்கியத்துவத்தை கொண்டு வாழ்ந்துள்ளனர்.அவர்களின் உணவு முறையானது சடங்கு சார்ந்த முறைகள் மற்றும் வாழ்வியல் சார்ந்த உணவு முறை என்றும் இரண்டு வகைகளாக பிரித்து வந்தனர் .படகர் தனது மரபு சார்ந்த உணவு முறைகளை காலம் காலமாக இன்றளவும் பயன்படுத்தி வருகின்றனர் என்பதினை இங்கு அறிய முடிகின்றது.

References

படகர் பண்பாடு - டாக்டர் இரா.கு.ஆல்துரை, நெலிகோலு வெளியீட்டகம்,ஆகஸ்ட் 2012.

நீலகிரி மாவட்ட படகர் இன மக்களின் சடங்குகளும் நம்பிக்கைகளும் -முனைவர் போ.விக்னேஷ் ,பல்லவி பதிப்பகம்,அக்டோபர் 2021.

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