RESEARCH ARTICLE

INTERNATIONAL RESEARCH JOURNAL OF TAMIL
சர்வதேசத் தமிழ் ஆய்விதழ்

OPEN ACCESS

சங்க இலக்கியங்களில் உணவு

மு. பிரபாகரன் [அ, *]

[அ] தமிழ்த்துறை, ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண மிஷன் வித்யாலய கலை அறிவியல் கல்லூரி, கோவை-641020, தமிழ்நாடு, இந்தியா.

Food in Sangam literature

M. Prabakaran [a, *]

[a] Department of Tamil, Sri Ramakrishna Mission Vidyalaya College of Arts and Science, Coimbatore-641020, Tamil Nadu, India

* Corresponding Author: prabudted001@gmail.com

Received: 18-04-2024
Revised: 23-06-2024
Accepted: 02-07-2024
Published: 06-08-2024

Check for updates

ABSTRACT

Food is essential for all higher and non-human beings. Non-carnivores are herbivores and carnivores. The people of the Sangam Age grew food according to the five types of land and climate and ate the food eaten by human beings. Food plays a huge role in their physical development. They have been cooked and used in various ways. Some of the findings have been highlighted in this study.

Keywords: Sangam Age, Food, land, climate

முன்னுரை

உயர்திணை உயிர்கள், அஃறிணை உயிர்கள் அனைத்திற்கும் உணவு அவசியமான ஒன்றாகும். அஃறிணை உயிர்கள் தாவார உண்ணிகளாகவும், ஊன் உண்ணிகளாகவும் இருக்கின்றன. உயர்திண உயிர்களான மனிதன் உண்ணும் உணவினை சங்ககால மக்கள் ஐவகைநில அடிப்படையிலும், காலநிலைக்கேற்ப உணவுகளை விளைவித்து உண்டனர். அவர்களின் உடல் வளர்ச்சிக்கு உணவு பெரும் பங்கு வகிக்கின்றன. அவற்றினை பல்வேறுவகையில் சமைத்து பயன்படுத்தியுள்ளனர். சில வற்றினை இவ்வாய்வில் எடுத்துரைக்கப்பட்டுள்ளன.

உணவு வகைகள்

உணவு என்பதற்கு சங்கலாத்தில் பல்வேறு பெயர்கள்கொண்டு அழைக்கபடுகின்றது. தொல்காப்பியர் கூறும் உணவு என்ற சொல்லுக்கு வல்சி, உண்டி, ஓதனம், அசனம், பதம், இரை, ஆகாரம் உரை, ஊட்டம் என்ற பல பெயர்கள் வழங்கப்பட்டு வந்துள்ளன. இதனை

“உணவே வல்சி யுண்டி யோதன

மசனம் பதமே யிரை போகார

உரை யூட்ட முணவென லாகும்” (பிங். நிக. சூத் -153)

என்ற சூத்திரத்தில் பிங்கல நிகண்டு எடுத்துரைக்கிறது.

உணவு

சங்ககாலத்தில் பலவகையான உணவு வகைகள் இருந்துள்ளன. மக்கள் தம்முடைய வாழிடச் சுழலுக்கு ஏற்ப கிடைக்கப்பெறும் உணவினை உண்ணும் தன்மையினைக் கொண்டவர்களாக இருந்துள்ளனர்.

உலகின் முதன்முதலில் உணவினை நாகரீகமாக சமைத்து உண்டது சங்க மக்கள். ஏனயோர்கள் எல்லாம் பச்சையாகவும், சுட்டும் வெறுமையாக அவித்தும் உண்டு வந்த காலத்தில் உணவை சோறும் கறியுமாக இரண்டாக வகுத்து நெல்லரிசியை சோறாகவும், ஊனை சமைத்தும் உண்டுள்ளானர்.

அக்கால மக்களின் முக்கிய உணவுப் பொருட்களாக நெல், சாமை, வரகு, தினை, தேன், ஊன் முதலியவை இருந்துள்ளன. ஐவகை நிலத்தில் வாழ்ந்த மக்கள் பல்வேறுவகையான உணவுகளை உட்கொண்டுள்ளனர். அவற்றினை தொல்காப்பியர் உணவின் வகைப்பாடாக கூறிப்பிடும் போது,

"மெய்திரி வகையின் எண்வகை உணவில்" (தொல் பொருள் மர நூ -623)

எனக் கூறுகின்றார். இதற்கு உரையெழுதிய இளம்பூரணர் எண்வகை உணவாவன நெல்லு, காணம், (கொள்ளு), வரகு, இலுங்கு, திணை, சாமை, புல்லு, கோதும்மை (கோதுமை) எனக் குறிப்பிடுகின்றார். (உரை பக்- 528)

வேட்டைச் சமூகமாக வாழ்ந்த மனிதன் நாகரிக வளர்ச்சியினால் நிலையாக வாழத் தொடங்கிய பின் நெருப்பினில் உணவினைச் சுட்டு உண்ணும் பழக்கத்தை ஏற்படுத்திக் கொண்டான். நெருப்பினை மூட்டி உணவினை சமைக்கப் பயன்படுத்திய பொருளை அடுப்பு என்ற பெயரால் வழங்கினர். உணவு சமைக்கப்படும் அடுப்புகள் பலவகையாக இருந்துள்ளன என்பதை,

"களிபடுக் குழிசி கல்லடுப்பு" (நற் -41)

"முடித்தலை அடுப்பு" (புறம் -28, அ -6)

"ஆடுநனி மறந்த கோடுயர் அடுப்பு" (மேலது -164)

"ஆண்டலை அணங்கிடுப்பு" (மது. காஞ் -29)

என்ற பாடலடிகளால் அறியலாம். உணவு சமைக்கப் பயன்படும் அடுப்பு என்ற சொல்லாட்சி சங்க காலத்திலிருந்து இருந்து வருகிறதென்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

உணவு சமைத்தல்

உணவுப் பொருட்கள் வைக்கின்ற சமையல் அறையானது "அட்டில்" என்ற சொல்லால் குறிக்கப்பட்டுள்ளது. இதனை,

"உதியனட்டில் போல ஒலியெழுத்து அருவியார்க்கும்" (அகம்)

என்ற அடியால் உணரலாம்.

பல்வகை கொள்கலன் கொண்டு உணவினைச் சமைத்தச் சங்க மாந்தர்கள் அவித்தல், சுடுதல், நீரிலிட்டு அவித்தல், வற்றலாக்குதல், நெய்யிலிட்டுப் பொரித்தல், வேக வைத்து ஊறவைத்தல் போன்ற சமையல் முறைகளைக் கையாண்டுள்ளனர். இதன் மூலம் எளிதில் ஆற்றல்களாக மாறக்கூடிய உணவுகளை பயன்படுத்தியுள்ளனர்.

குய் - தாளித்தல்

குய் என்பது தாளித்தலைக் குறிக்கும். இன்றும் உணவினை தாளிக்கும் பழக்கம் பின்பற்றப்படுகிறது என்பது யாவரும் அறிந்ததே. சங்க கால மக்கள் தாவர உணவு மற்றும் ஊனுணவைத் தாளித்து சமைத்துண்டதை,.

"குய் குரல் மலிந்த கொழும் துவை அடிசில்

இரவலர்த் தடுத்த வாயில் புலவர்" (புறம் 250:1,2)

"நெய் குய்ய ஊன் நவின்ற பல்சோற்றான் இன்சுவைய" (புறம் 382)

என்ற பாடல்கள் தெரிவிக்கின்றன.

பொரித்த உணவு

காக்கைக்குப் பலிசோறு இடும்போது கடுகு கொண்டு தாளித்தனர். இதனை,

"கருங்கண் கருனை செந்நெல் வெண்சோறு" நற்- (367/3)

என்றும், கண்டம் கண்டமாக வெட்டிய மான் கறித் துண்டுகளை வறுத்தும் பொரித்துள்ளனர்.

மண்டைய கண்ட மான் வறை கருனை" (புறம் 398/24)

சுடுதல்

பச்சைக் கறித்துண்டுகளை நெருப்பில் சுட்டு உணவாக உண்டுள்ளனர்.

"பசுங்கண் கருனை சூட்டொடு மாந்தி" (புறம்-395/37)

"நாகு ஆ வீழ்த்துத் திற்றி தின்ற" (அகம்249:11- 13)

வேட்டைக்கு செல்லும் போது வேட்டையாடிய விலங்குகளை அங்கேயே உணவாக்கி,நெருப்பை உண்டாக்கிச் சுட்டுத் தின்பர்.

"குறுமுயல் கொழுஞ் சூடு கிழித்த ஒக்கலொடு" (புறம் 43:11)

பொரித்தல்

பொரித்தல் என்பது நெய்யிலோ கொழுப்பிலோ பொரித்து எடுக்கும் உணவுகளைக் குறிக்கும். இதை சங்க இலக்கியங்களில் வறை என்பர்.

"நெய் கனிந்து வறை ஆர்ப்ப" (மது:756)

"பால் வறை கருனை காடியின் மிதப்ப" (பொரு :115)

இப்பாடல்களில் பொரித்த மாமிசத் துண்டுகளை வறை என்று குறிப்பிடுவதைக் காணலாம்.

வாட்டுதல்

உணவுக்காக வீட்டில் வளர்க்கப்படும் கோழியினை இறகுகளை நீக்கி அதனை வாட்டியெடுத்து மீண்டும் மஞ்சள் பூசி வாட்டுவர்.

"மனைவாழ் அளகின் வாட்டொடும் பெறுகுவிர்" (பெரும்256)

இது இக்காலங்களிலும் பயன்பாட்டில் உள்ள முறையாகும்.

உப்புக்கண்டம் இடுதல்

உணவு சமைப்பதற்குப் போக மீதியான உணவுகளைக் கெட்டுப் போகாமல் காப்பது அவசியமானதாகும். சங்க கால மக்கள் உணவுக்குப் போக மீதும் இறைச்சியினை மஞ்சள் மற்றும் உப்பு கலந்து வெயிலில் உலர்த்தியபின் காய்ந்த இறைச்சித் துண்டுகளை எடுத்துச் சேமித்து வைத்துக் கெ இதனை வேண்டும்போது சுட்டோ அல்லது வேகவைத்தோ உண்பர். இது இன்றும் நடைமுறையில் உள்ள பழக்கமாகும்.இதனை, முரவு வாய்ச் குழிசி முரி அடுப்பு ஏற்றி

"வாராது அட்ட வாடூன் புழுக்கல்" (பெரும் 100)

"சூடு கிழித்து வாடூன் மிசையவும்" (புறம்:386:4)

நொதித்தல்

தோப்பிக்கள், நறவு, காந்தாரம், கலங்கல், தேறல், அரியல் என பலவகைப்பட்ட கள் சங்க கால மக்களால் பருகப்பட்டனவாகத் தெரிகிறது.

"தோப்பிக் கள்ளோடு துருஉப்பலி கொடுக்கும்" (அகம்:35)

குறவர்கள் மூங்கிலில் கள்ளை இட்டு இனிய மாம்பழத்தையும், பலாச்சுளையினையும், தேனையும் கலந்து மண்ணில் புதைத்தனர். இதனைப் பல நாள் கழித்து எடுத்து உண்டு களித்தனர்.இதனை,இங்குக் கள் என்பது நெல்லிருந்து எடுக்கப்பட்ட தோப்பி எனப்படும் கள்ளாகும்.

"பாப்புக் கடுப்பு அன்ன தோப்பி...."(அகம்: 348:2- 7)

பொதுவாகக் கள் என்பதை நெல், தென்னை, பனை, தேன் போன்ற பல பொருள்களிலிருந்து எடுக்கப்படுகிறது.பல நாட்கள் நொதித்து ("கடுந்திறல் பாப்புக் கடுப்ப அன்ன தோப்பி") அதிக மயக்கத்தைத் தரக்கூடியதாக இருந்திருக்கிறது தேனிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட கள்ளையும் குறவர்கள் விரும்பி உண்டனர்.பெண்களும் இதனை விரும்பி உண்டனராம். விருந்துகளிலும் கள்ளுணவு சிறப்பாக இருந்திருக்கிறது. தேன் தேர் சுவைய, திரள் அரை, மாஅத்து கோடைக்கு ஊழ்த்த, கமழ்நறுந் தீம்கனி, பயிர்ப்புறப் பலவின் எதிர்ச்சுளை அளை இறாலொடு கலந்த வண்டுமூக அரியல் நெடுங்கண் ஆடு அமைப் பழுநி, கடுந்திறல் ஆகியவையாகும்.

இவ்வகையால் உணவினைச் சமைத்து அருந்துதல், உண்ணல், உறிஞ்சல், குடித்தல், தின்றல், துய்த்தல், நக்கல், நுங்கல், பருகல், மாந்தல், மெல்லல், விழுங்கல் எனும் பனிரெண்டு வகையால் உணவினை உண்டுள்ளனர்.

நெல்

சங்கால மக்களின் பிரதான உணவாக பயன்படுத்திய உணவு தானியத்தில் நெல் சிறப்பிடம் பெறுகிறது. கோதுடன் இருப்பது நெல் என்றும், குற்றியெடுத்தால் அரிசி என்றும், வேக வைத்தபின் உண்பது சோறு வழங்கப் படுகிறது.

நெல்லுக்கு வரி, செஞ்சாலி, செந்நெல், வெண்நெல், சொல் இயவை ஐவனம் என்ற பல பெயர்கள் உள்ளன.

வேகவைக்கப்பட்ட நெல்லைச் சோறு, அடிசில், அழினி, கூழ், அவிழ், கொன்றி, நிமிரல், புழங்கல், பொம்மன், மிதவை, பருக்கை, பிசி, அன்னம் எனப் பல சொற்களால் குறிக்கின்றனர்.

அதியமான் தனக்கு சிறுசோறு, பெருஞ்சோறு வழங்கியதாக ஔவையார் குறிப்பிடுகிறார். சிறுசோறு என்பது தனியொருவருக்கோ, ஒரு சிறு குழுவிற்கோ அளிக்கும் விருந்தாகும்.

பெருஞ்சோறு என்பது ஒரு மங்கல நிகழ்விற்காகவோ, அரசன் போரில் வென்று, அவ்வெற்றிக் களிப்பினால் மறவருக்கு அளிக்கும் விருந்தாக அமைவதாகும். அதியமான் ஔவைக்கு விருந்தளித்த நிகழ்வைப் புறநானூற்றில் அமைந்த

"சிறியகட் பெறினே எமக்கீயும் மன்னே!

அம்பொடு வேழ்நுழை வழியெல்லாம் தான் நிற்கும் மன்னே!" (புறம் -235, அடி 1-7)

என்ற பாடலடிகள் எடுத்துரைக்கின்றன. நெல்லினைச் சோறாகச் சமைத்தது போன்று சங்க கால மக்கள் மூங்கிலரிசி, வரகரிசி, சாமையரிசி, திணையரிசி, கம்பரிசி, இறுங்கரிசி முதலியவற்றையும் சோறாக ஆக்கியுள்ளனர் என்பது குறிப்பிடத்தக்கதாகும்.

குய்மலி அடிசில்

தாளித்த உணவினைக் குய்யுடை அடிசில் என வழங்குவதைப் போன்று, தாளிப்பின்றிச் சமைக்கப்பட்ட உணவைத் தமிழர்கள் குய்மலி அடிசில் என வழங்குகின்றனர். தாளிப்பு உணவே பெரிதும் சுவையுடையது. தாளிப்பில்லாத உணவு பலராலும் விரும்பப்பட வில்லை. சங்க காலத்தில் தாளிப்பில்லாக் குய்மலி அடிசில் கைம்பெண்களுக்கு உணவாக வழங்கப்பட்டது என்பதை,

"குய்குரல் மலிந்த கொழுந்துவை அடிசில்" (புறம் -127, அடி -07)

என்ற பாடலடி கூறுகிறது. 'குய்' எனும் ஓசை கொண்டது தாளிப்பு உணவாதலின், அவ்வோசை இல்லாத உணவு குய்மலி அடிசில் என்று வழங்கப்படுகிறது.

ஊன் துவை அடிசில்

ஊன்கலந்த புலால் உணவினைத் தமிழர்களில் பெரும்பாண்மையோர் பெருவிருப்புடன் உண்டுள்ளனர். ஊனினைச் சுவைபடப் பல்வேறு விதங்களில் ஆக்கிப் பதப்படுத்தி உணவாகப் பயன்படுத்தியுள்ளனர். ஊன் உணவிற்குப் புலால், புலவு, பைந்தடி, பைந்துணி, உணங்கல், இறைச்சி எனப் பல பெயர்கள் வழங்கப்படுகின்றன.

வெள்ளாடு, வரையாடு, செம்மறியாடு, பன்றி, மான், ஆமான், முயல், உடும்பு, அணில், எலி, கோழி, காடை, காட்டுக்கோழி, புறா, ஈசல் என்பவை தமிழர்கள் உண்ட இறைச்சி உணவுப் பட்டியலில் அடங்கும். சில பிரிவினர் மட்டும் மாட்டினை உணவாக உண்டுள்ளனர்.

உணவினைத் தேடிக் காட்டிற்குச் சென்ற வேட்டுவன் ஒருவன் தான் உண்ணும் உணவாகப் பல உயிரிகளைப் பிடித்து வந்தான் என நற்றிணையில் அமைந்த,

"உடும்பு கொளீஇ வரிநுணல் அகழ்ந்து

நெடுங்கோட்டுப் புற்றத்து ஈயல்

கொண்டி எல்லுமுயல் எறிந்த வேட்டுவன்" (நற் - 59)

என்ற பாடலானது கூறுகிறது.

இதில் உடும்பினைக் குத்தித் தூக்கிக் கொண்டும், மண்ணைக் கிளறி வரித் தவளைகளைப் பிடித்துக் கொண்டும், உயரமான மண்புற்றுகளை உடைத்து அங்குள்ள ஈசல்களை அள்ளிக் கொண்டும், கானகத்து முயலினைப் பிடித்துக் கொண்டும் வந்தான் எனக் கூறப்பட்டிருக்கிறது. ஊன் கலந்து செய்யப்பட்ட சோற்றுக்குப் புழுக்கு ஊன்சோறு, ஊன்துவை அடிசில் வெண்சோறு என்ற பல பெயர்கள் கூறப்படுகின்றன. ஊன்சோறு குறித்து கபிலர் பாடிய,

"அட்டுஅன்று ஆனக் கொழுந்துவை ஊன்சோறு

பொட்டாங்கு ஈயும் பெருவளம்” (புறம் -113, அடி 2-3)

என்ற பாடலில் ஆட்டுக்கிடாவின் தலையினை வெட்டி அதனை ஊன் சோறாக்கி உண்டனர் எனக் கூறப்பட்டுள்ளது. மேலும், ஊன் கலந்து செய்யப்படும் உணவில் காரவகைகள் கலக்காது செய்கின்ற உணவு வகை வெண்சோறு என வழங்கப்படுகிறது. இதனை,

“மைப்பு அறப் புழுக்கின் நெய்க்கனி வெண்சோறு

வரையா வன்மையொடு புரையோர்ப் பேணி” (அகம் -136 -அடி 1-2)

என்ற பாடலடிகள் உணர்த்துகின்றன. இதன்மூலம் பழந்தமிழரின் முக்கிய உணவாக ஊன்துவை அடிசில் இருந்தது என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

முடிவுரை

சங்க கால மக்கள் நில அடிப்படையிலும் காலநிலைக்கேற்பவும் உணவினை பயன்படுத்தியுள்ளனர். உணவு என்பதற்கு வல்சி, உண்டி, ஓதனம், அசனம், பதம், இரை, ஆகாரம் உரை, ஊட்டம் சங்கலாத்தில் பல்வேறு பெயர்கள்கொண்டு அழைக்கப்பட்டுள்ளது. சங்க மாந்தர்கள் அவித்தல், சுடுதல், நீரிலிட்டு அவித்தல், வற்றலாக்குதல், நெய்யிலிட்டுப் பொரித்தல், வேக வைத்து ஊறவைத்தல் போன்ற சமையல் முறைகளைக் கையாண்டுள்ளனர். தாளிப்பின்றிச் சமைக்கப்பட்ட உணவைத் தமிழர்கள் கும்மலி அடிசில் என வழங்குகின்றனர். உணவினைச் சமைத்து அருந்துதல், உண்ணல், உறிஞ்சல், குடித்தல், தின்றல், துய்த்தல், நக்கல், நுங்கல், பருகல், மாந்தல், மெல்லல், விழுங்கல் எனும் பனிரெண்டு வகையால் உணவினை உண்டுள்ளனர். ஊனினைச் சுவைபடப் பல்வேறு விதங்களில் ஆக்கிப் பதப்படுத்தி உணவாகப் பயன்படுத்தியுள்ளனர். ஊன் உணவிற்குப் புலால், புலவு, பைந்தடி, பைந்துணி, உணங்கல், இறைச்சி எனப் பல பெயர்கள் வழங்கப்படுகின்றன. இதன் மூலம் ஊன் உணவுகளை அதிகமாக விரும்பி உண்டுள்ளனர் என்பது புலனாகின்றது.

References

அண்ணாமலை.சுப - சங்க இலக்கியம் எட்டுத்தொகை நூல்கள், மக்கள் பதிப்பகம், கோவிலூர்-630307. முதற்பதிப்பு - 2004

தமிழண்ணல் - சங்க இலக்கியம் அகநானூறு - கோவிலூர் மடாலயம், கோவிலூர்-630307. முதற்பதிப்பு - 2004

தொல்காப்பியம்- பொருளதிகாரம் நூல் மரபு - இளம்பூரணர் உரை

வேங்கடசாமி. சீனி - உணவு நூல் - மணிவாசகர் நூலகம், சிதம்பரம் முதற்பதிப்பு -1965

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