



ஆய்த எழுத்து

பன்னாட்டுத் தமிழியல் ஆய்விதழ்

AYIDHA EZHUTHU

AN INTERNATIONAL JOURNAL OF TAMIL STUDIES - ISSN : 2278 - 7550

UGC - பல்கலைக்கழக மானியக் குழுவின் அங்கீகாரம் பெற்றது

UGC RECOGNIZED JOURNAL

UGC NO : 42330 / IMFACT FACTOR : 4.118

அக்டோபர் - 2018

7



visit us: www.pallavipathippakam.in
<https://ayidhaezhuthu.in>

14. சங்க இலக்கியங்கள் காட்டும் உணவுமுறைகளும் விருந்தோம்பல் பண்புகளும்		
*முனைவர் செ.பாத்திமா	-	41
15. "தோமாவால் ஏற்படுத்தப்பட்ட மக்களின் வாழ்வியல் சிந்தனைகள்"		
*கு.துரைசாமி	-	44
16. அன்பு நெறியில் இன்றைய மக்கள்		
*திருமதி.ச.காந்திமதி	-	47
17. சங்க இலக்கியம் காட்டும் மானுடவாழ்வியல்		
*முனைவர் மா.கோபி	-	49
18. தொல்காப்பியத்தின் பொருளதிகாரமும் பண்டைத் தமிழரின் வாழ்க்கையும்		
*ப.ஜெகநாதன்	-	52
19. பொன்னியின் செல்வன் நாவலில் அறியலாகும் வாழ்வியல் சிந்தனைகள்		
*ஜே.ஜினிதாமெர்லின்	-	55
20. குறுந்தொகையில் குறிப்பியல்		
*க.சந்தியா	-	57
21. புறநானூறு தரும் வாழ்வியல் சிந்தனைகள்		
*முனைவர் பா.நாகஜோதி	-	60
22. ஐசக் அருமைராசனின் சிறுகதை காட்டும் வாழ்வியல் சிந்தனை		
*வி.குயின் இதழ் ஷானி	-	63
23. பரதவர்கள்		
*முனைவர் இரா.ஜீவாராணி	-	66
24. "சோமசுந்தரனார் உரை மரபில் உத்திகள்"		
*ஜே.சுகந்தி	-	68
25. புறநானூறு காட்டும் வாழ்வியல் சிந்தனைகள்		
*முனைவர் இரா.திலகமணி	-	70
26. இலக்கியங்களில் நடுகல் வழிபாட்டுமுறைகளும், தற்கால வழிபாட்டுமுறைகளும்		
*முனைவர் வே.வளர்மதி	-	73
27. இமையம் நாவல்கள் சித்திரிக்கும் தலித் மக்களின் வாழ்க்கை		
*இரா.வெங்கடேசன், *முனைவர் ப.டேவிட் பிரபாகர்	-	76

சங்க இலக்கியங்கள் காட்டும் உணவுமுறைகளும் விருந்தோம்பல் பண்புகளும்

*முனைவர் செ.பாத்திமா, உதவிப் பேராசிரியர், அன்னை ஹாஜிரா பெண்கள் கல்லூரி, மேலப்பாளையம்.

முன்னுரை

சங்க இலக்கியங்கள் தமிழனின் வரலாற்றுக் கருவூலங்கள் ஆகும். இதில் அகம், புறம் என்ற இரண்டையும் மனித வாழ்க்கையில் தெளிவாக எடுத்துரைக்கும் இலக்கியங்களாகத் திகழ்கின்றன. மனிதனுக்கு உடலின்றி உயிர் உருப்பெற இயலாது. அதை போல் உயிரின்றி உடல் ஊசலாட இயலாது. ஆகவே, இவை இரண்டும் இணைந்ததே மனிதனின் முழுவாழ்க்கையாகும். இவ்வாழ்க்கை வாழ இன்றியமையாத தேவையாக இருப்பது உணவாகும். இவ்வுணவைத் தேடுதலை முதல் தொழிலாகக் கொண்டவர் ஆதிகால மனிதர். இவர்கள் ஆரம்பத்தில் பறவைகளையும் விலங்குகளையும் போலவே வேட்டையாடி உணவு உண்டு வந்தார்கள். பின்னர் இயற்கையாய் கிடைத்த காய்களையும் கனிகளையும் விதைகளையும் கிழங்குகளையும் உண்டார்கள். காடுகளில் நெருப்பு எரிந்து கிடந்த இடங்களில் விலங்குகளின் சதைகளைக் காண்கிறான். அதனை சாப்பிடுவதற்கு மனம் எண்ணிய பிறகு தான் உணவை நெருப்பால் சமைக்கிறான். அதுவே காலப்போக்கில் அறிவும் ஆராய்ச்சியும் பெருகப் பெருகத் தீயை உண்டாக்கி அதன் பின்னர் தான் பச்சையாய் உண்டு வந்த பொருள்களைப் பக்குவப்படுத்தி உண்ணத் தொடங்கினான். இவற்றின் மூலமாக மனிதனின் உணவுமுறைகளையும் விருந்தோம்பல் பண்புகளையும் சங்க இலக்கியங்கள் வாயிலாக ஆராய்வதே இக்கட்டுரையின் நோக்கமாகும்.

உணவின் முக்கியத்துவம்

மனிதனின் அடிப்படைத் தேவைகளுள் உணவு முதன்மையானது.

‘மக்கள் யாக்கை உணவின் பிண்டம்’ (மணிமேகலை)

‘உண்டி கொடுத்தோருயிர் கொடுத்தோரே’ (மணிமேகலை)

என்னும் வரிகள் உயிர் வாழ்வதற்கு உணவு மிக முக்கியம் என்பதை உணர்த்துகின்றன. உணவு என்பது வெறும் உயிர் வாழ்வதற்கு மட்டும் அல்லாமல் அது ஒரு சமுதாயத்தின் பண்பாட்டுக்குட்பட்ட ஒன்றாகவும் அமைந்துவிடுகிறது. இத்தகைய உணவுப் பொருட்களைப் பற்றிய செய்திகள் சங்க இலக்கியத்தில் நிலத்தின் அடிப்படையிலேயே அமைந்துள்ளதை பாட்டும் தொகையும் பதிவு செய்துள்ளன. அந்தந்த நிலத்தில் கிடைக்கக்கூடிய உணவே முதன்மையான உணவாக உள்ளது. இவ்வகை உணவுகளையே பல்வேறு பெயர்கள் கொண்டு வழங்கினார்கள்.

உணவின் வேறு பெயர்கள்

உணவை பழங்கால மக்கள் பல பெயரிட்டு அழைத்து வந்துள்ளனர் என்பதை பிங்கல நிகண்டின் மூலம் அறியலாம்.

‘உணாவே வல்சி யுண்டி யோதன

மசனம் பதகே யிரையா கார

முறையே யூட்ட முணவெனலாகும்’ (பிங்கல நிகண்டு)

உணா, வல்சி, உண்டி, ஓதனம், அசனம், பதம், இரை, ஆகாரம், உறை, ஊட்டம் என்பவற்றை உணவின் பெயர்களாகப் பிங்கல நிகண்டு குறிப்பிடுகிறது. இவை இலக்கியங்களில் உணவின் மறுபெயராக நின்று வழங்கி வருகின்றன. இவை மட்டுமின்றி கொண்டி, புகா, மிசை என்ற பெயர்களாலும் உணவு அழைக்கப்பட்டுள்ளது.

பழந்தமிழரின் உணவு முறைகள்

அருந்துதல் - மிகச் சிறிய அளவே உட்கொள்ளல்

உண்ணல் - பசிதீர உட்கொள்ளல்

உறிஞ்சல் - வாயைக் குவித்துக் கொண்டு நீரியல் பண்டத்தை ஈர்த்து உட்கொள்ளல்

குடித்தல் - நீரியல் உணவை (கஞ்சி போன்றவை) சிறிது சிறிதாக பசி நீங்க

உட்கொள்ளல்

தின்றல் - தின்பண்டங்களை உட்கொள்ளல்

துய்த்தல் - சுவைத்து மகிழ்ந்து உட்கொள்ளுதல்
நக்கல் - நாக்கினால் துலாவி உட்கொள்ளுதல்
நுங்கல் - முழுவதையும் ஓர் வாயில் ஈர்த்துறிஞ்சி உட்கொள்ளுதல்
பருகல் - நீரியற் பண்டத்தைச் சிறுகக் குடிப்பது.
மாந்தல் - பெரு வேட்கையுடன் மடமடவென்று உட்கொள்ளுதல்.
மெல்லல் - கடிய பண்டத்தைப் பல்லால் கடித்துத் துகைத்து உட்கொள்ளுதல்.
விழுங்கல் - பல்லுக்கும் நாக்குக்கும் இடையே தொண்டை வழி உட்கொள்ளுதல்.
தமிழர் கண்ட இயற்கை உணவு

நம் முன்னோர்கள் இயற்கையோடும் இயற்கையான உணவோடும் இயற்கை மருத்துவத்தோடும் உணவே மருந்தாகவும் உண்டு வாழ்ந்து வந்தார்கள் என்பது மானிடவியல் செய்தியாகும். நெல், பயறுவகை, கூழ், அசைவம், கள் போன்ற உணவுகளை மனிதன் உண்டு வாழ்ந்தான். பின்னர் நாம் சமைத்த உணவு வகைகளைப் பிறருக்கும் அளித்து தாமும் உண்டு இன்பம் கண்டனர் என்பதை சங்க இலக்கியங்கள் வழி நாம் அறியலாம்.

நெல் உணவு

மருதநில மக்கள் உழவுத் தொழிலை ஆதாரமாகக் கொண்டு தானியங்களை முக்கிய உணவுப்பொருளாகப் பயன்படுத்தினர். நெல்லை உரலில் இட்டு இடித்து, பயன்படுத்தி உள்ளனர்.

‘அவைப்பு மாண் அரிசி அமலை வெண்சோறு (சிறு.பாண். - 194)

‘வினைஞர் தந்த வெண்ணெல் வல்சி

மனைவாழ் அளகின் வாடாடும் பெருவீர்’ (பெரும்பாணாற்றுப்படை-254- 256)

தமிழர்களின் முக்கியமான உணவு நெல்லரிசியானது காடைக் கண்ணியரிசி, குதிரைவாலியரிசி, ‘சாமையரிசி, தினையரிசி, வரகரிசி என்பனவும் தமிழகத்தில் வழங்குகின்ற அரிசி வகைகளாகும். இவற்றுள் சம்பா தலைசிறந்தது. அரிசியில் நீரைப் பெய்து புழுக்கினால் அது சோறாகின்றது. பச்சரிசி, புழுங்கல் அரிசி இவற்றில் புழுங்கல் அரிசி உடல் சூட்டைத் தணிக்கும். ஆதலால் மக்கள் இவ்வரிசியையே அதிகம் பயன்படுத்துகின்றனர் என்பதனை சங்க இலக்கியங்கள் வாயிலாக அறிய முடிகிறது.

‘முளிதயிர் பிசைந்த காந்தள் மெல்விரல்

குவளை உண்கண் குய்ப்புகை கமழத்

தான் துழந்து அட்டதீம் புளிப்பாகர்

இனிது எனக் கணவன் உண்டலின்’ (குறுந்தொகை - 167)

விவசாய நிலங்களில் கிடைக்கும் கீரை வகைகளைக் கொண்டு குழம்பாகவும் பொரியலாகவும் கடைந்தும் சமைத்தும் உண்டனர். சங்க காலத்தில் வறுமையில் வாடுபவர் குப்பைக்கீரையைச் சமைத்தனர் என்பதனையும் அறிய முடிகிறது.

மேலும், பயறு வகைகளான தட்டை, மொச்சை, கொள்ளு, பாசிப்பயறு, கொண்டக்கடலை போன்றவற்றை உணவாகச் சமைத்து உண்டு, உடல் ஆரோக்கியத்தோடு வாழ்ந்து வந்தார்கள்.

அசைவம் மற்றும் கள் உணவு

பழந்தமிழர்கள் உணவுக்காக கோழி, ஆடு, மாடு, பன்றி, புறா போன்றவற்றின் இறைச்சிகளையும், மீன் வகையில் அயிரமீன், சுறா, விறால், இறால், வரால், வாளை, சீலாமீன் போன்ற வகைகளும் சமைத்து உண்டனர்.

‘தேமா மேனிச் சில்வளை ஆயமொடு

ஆமான் சூட்டின் அமைவரப் பெறுகுவீர்.’ (சிறுப்பாணாற்றுப்படை- 176)

மரக்கறியையும் இறைச்சியையும் அவர்கள் விரும்பி உண்பது போலவே கள்ளையும் விரும்பி அருந்தினர். சோழ நாட்டு மன்னனான கரிகாலன் தன்னை நாடிவந்த பொருநனுக்கும் அவன் சுற்றத்தாருக்கும் முதலில் நடந்த களைப்புத் தீர பருகியவரை மயங்கச் செய்யும் கள்ளைப் பொற்கலங்களில் அரண்மனைப் பணிப் பெண்களைக் கொடுக்கச் செய்கிறான். இதனை,

‘இழைஅணி வனப்பின் இன்னகை மகளிர்

ஆர உண்டு பேர் அருர் போக்கிச்

செருக்கொடு நின்ற காலை.’ (பொருநராற்றுப்படை - 85 - 89)

பண்டையத் தமிழர்கள் இன்ப துன்பங்களின் போது கள் குடித்தனர் என்பதை பொருநராற்றுப்படைப் பாடல் அடிகள் மூலம் அறிய முடிகிறது.

விருந்தோம்பல் பண்பு

பண்டைத் தமிழர்களின் உயர் பண்புகளில் ஒன்றாக விருந்தோம்பல் விளங்கியது. விருந்து என்னும் சொல்லுக்குப் புதுமை என்பதே பொருள். எனவே முற்றிலும் புதியவராகத் தம்மிடம் வந்தோரைப் பேணுதலையே விருந்தோம்பல் என்று தமிழர் கருதியமைப் புலப்படும்.

“மோப்பக் குழையும் அனிச்சம் முகம் திரிந்து

நோக்கக் குழையும் விருந்து.”

(திருக்குறள் - 90)

விருந்தை விருந்தினர் மனம் மகிழும்படி ஓம்புதலே சிறப்பு. மலர்கள் வெம்மையால் வாடும் அனிச்சம் மிக மென்மையானது. ஆதலால் முகர்ந்தாலே அது வாடிவிடும். அதைப்போல் விருந்தினர் மிக மென்மையானவர்கள். சேய்மைக்கண் முகம் திரிந்து நோக்கினாலே வாடிவிடும்.

‘கண்ணில் காண நண்ணுவழி இரீஇ

பருகு அன்ன அருகா நோக்கமோடு’

(பொருநர். - 75)

பலவகையான உணவினை விண்மீன்கள் போல கிண்ணத்தில் பரப்பி விருந்தினரை அன்போடு நோக்கி அவர்கள் விரும்பியதைக் குறிப்பறிந்து கொடுத்து ஓம்ப வேண்டும் என்பதனைப் பொருநராற்றுப்படை வழி உணர முடிகிறது.

‘மருந்தே யாயினும் விருந்தோடு உண்’ என்ற ஔவையின் வாக்குக்கேற்ப வாழ்ந்த இனம் தமிழினம் விருந்தினர் வராத நாளெல்லாம் வீண்நாளாகப் பண்டையோர் கருதினர். கிடைத்தற்குரிய அமிழ்தம் கிடைத்தாலும் தான் மட்டும் உண்ணாமல் விருந்தினர்களோடு பகுத்து உண்டார்கள் என்பதனை புறநானூறு வழி அறியலாம்.

‘இந்திரர் அமிழ்தம் இயைவ தாயினும்

இனிதெனத் தமிழர் உண்டலும் இலரே

(புறநானூறு - 182)

அதியமான் கிடைத்தற்கரிய நெல்லிக்கனி கிடைத்தும் தான் உண்டு வாழாமல் ஔவையார் நெடுநாள் வாழ வேண்டும் என்பதற்காக ஈந்தது விருந்தோம்பலின் சிறப்பினைக் காட்டுவதாகும்.

பொருளையெல்லாம் இழந்து வறுமையுற்ற காலத்தும் விருந்தினரைச் சிறப்பாக ஓம்புதலைச் சங்க கால மக்கள் தங்கள் கடமையாகக் கொண்டிருந்தனர். வறுமையுற்று விருந்தோம்பும் நிலையிலும் ஒருவன் முதல் நாள் தன் பழைய வாளை விற்கும், அடுத்த நாள் யாழை அடகு வைத்தும் விருந்தோம்பினான் என்பதை புறநானூறு வரிகள் மூலம் அறியலாம்.

‘இரும்புடைப் பழவாள் வைத்தனன் இன்று இக்

கருங்கோட்டுச் சீறியாழ் பணையம்’

(புறநானூறு - 316 - 6)

இவ்வாறு சங்க இலக்கியங்கள் வழி விருந்தோம்பும் பண்புகளை அறிய முடிகிறது.

தொகுப்புரை

சங்க கால மக்கள் உடல் நலத்திற்கும், உயிர் வாழ்வதற்கும் முக்கியப் பொருளாக விளங்கிய உணவுப்பொருட்கள் பற்றிய குறிப்புகளையும் அதனைப் பயன்படுத்தும் முறையைப் பற்றியும் தெளிவாக அறிய முடிகிறது. உடலியங்க உணவு தேவை. அவை இயற்கை தருகின்ற வரப்பிரசாதம் ஆகும். மனிதன் உண்டு உலகில் வாழ்ந்த செய்தியைப் பழந்தமிழ் இலக்கியங்கள் மூலம் நாம் அறிகிறோம். ஆனால் இன்று மக்கள் வரகு, தினை, நங்கு இவற்றைத் தேடி அலைகின்றனர். ஏனெனில் செயற்கை உணவுகளை உண்டு பலவித இன்னல்களை அனுபவித்த மக்கள் இன்று இயற்கையை நோக்கிச் செல்கின்றனர். சங்ககால மக்களின் இயற்கை உணவும், பயிரிட்ட முறையும் இன்றைய மக்களுக்கு காணக்கிடைக்காததாகிவிட்டது. ஆகவே, நம் உயிரைக் காக்க இயற்கை உணவு முறையை உட்கொண்டு வாழ்வதே சிறந்தவையாகும்.

சங்க கால மக்களிடம் விருந்தோம்பல் என்பது தலைசிறந்த பண்பாக உள்ளது. விருந்தினரை விரும்பி உபசரிப்பதே தலைசிறந்த பண்பாடு என்று கொண்டாடினர். வரக்கூடிய விருந்தினரை இன்முகத்தோடு சென்று அவர்களை வரவேற்று அவர்களுக்கு வேண்டிய உணவை சமைத்து அவர்களை மகிழ்ச்சியோடு கவனிக்கப்பட்டார்கள். பெண்கள் தனக்கு உணவு இல்லையெனினும் வரும் விருந்தினரை அன்போடு உபசரிப்பார்கள். ஆனால் இன்றைய காலத்தில் விருந்தோம்பல் ‘விருந்தும் மருந்தும் மூன்று நாளைக்கு’ என்று மாறிவிட்டது. கணவனும் மனைவியும் வேலைக்குச் செல்வதால் விருந்தினரை கவனிக்க முடியவில்லை, ஆகவே விருந்தினரைப் பெரிய பெரிய உணவுகளுக்கு அழைத்துச் செல்கின்றனர். ஆனால் சிறந்த விருந்தோம்பல் என்பது அதுவல்ல. தன்னுடைய வீட்டில் இருக்கும் தண்ணீரை மலர்ந்த முகத்தோடு கொடுப்பது கூட இனிய விருந்து முறையாகும். எனவே பண்டைய காலத் தமிழர் உணவு முறையைப் போற்றியும் விருந்தோம்பல் பண்புகளை வளர்த்தும் ஆரோக்கியம் பெற்று நலமுடன் வாழ்ந்தது போன்று சுற்றத்தாரைப் போற்றிப் பகுத்துண்டு வாழ்வோம்.