

**FOOD HABITS IN SILAPADIKARAM**

Dr.A.Mahalakshmi,

1. Assistant Professor, Department of Tamil, Nallamuthu Gounder Mahalingam College,  
Pollachi – 642001, Tamilnadu, India

**Abstract**

The basic necessities of human beings are food, cloth and Shelter. Among this, the food occupies the primary position. The Tamil Literature and Grammar books which include Tholkappiyam and Sangam Literatures segregate the land into five categories like Kurinji, Mullai, Marutham, Neithal and Palai. Each of this land form has separate jobs and food habits which occupy an important position in social condition. Silapadikaram, which is one among the “Aimperukaapiyangal”, was written by Ilangovadigal. In this work, he also spoke about the social conditions of Ancient Tamil society. So from this essay, we come to know the ways in which foods are separated, cooking methods and the ways in which guests are taken care of in Silapadikaram. Also, we can know if people liked healthy clean food items or not and information to tell if they followed the principle of “Food is “Medicine”.

**Keywords:** Food, Habit, Silappadikaram

**சிலப்பதிகாரத்தில் உணவுமுறைகள்**

முனைவர் ஆ.மகாலட்சுமி, உதவிப்பேராசிரியர், தமிழ்த்துறை, என்.ஜி.எம்.கல்லூரி, பொள்ளாச்சி.

உணவு, உடை, இருப்பிடம் என்கின்ற அடிப்படைத் தேவைகளில் முதன்மையிடம் வகிப்பது உணவாகும். குறிஞ்சி, முல்லை, மருதம், நெய்தல், பாலை என்று நிலத்தினை தொல்காப்பியம் மற்றும் சங்க இலக்கியம் முதலான இலக்கிய, இலக்கண நூல்களில் பாகுபடுத்தப்பட்டுள்ளமையை அறியலாம். ஒவ்வொரு நிலத்திற்கென தொழில்களும், உணவுமுறைகள் முக்கிய இடத்தினைப் பெற்றுள்ளது எனலாம்.

முத்தமிழ்ப் புலமையும் வித்தகக் கவித்திறனும் வாய்ந்த சேரமுனியாகிய இளங்கோவடிகளால் இயற்றப்பட்டதே ஐம்பெருங்காப்பியங்களுள் ஒன்றான சிலப்பதிகாரம். தமிழ் இலக்கிய வரலாற்றில் முதலில் தோன்றிய முத்தமிழ் காப்பியம் - நெஞ்சையள்ளும் சிலப்பதிகாரம் ஆகும். “தேனிலே ஊறிய செந்தமிழின் சுவைதரும் சிலப்பதிகாரம்” என்று கவிமணி தேசிய விநாயகம் பிள்ளை பாராட்டியுள்ளார். இதனைத் தமிழ்த்தேசிய ஒருமைப்பாட்டை விளக்க முற்பட்ட ஒருமைக் காப்பியம் என்றும் கூறலாம்.



இந்நூலானது தமிழகப் பகுதியாகிய சோணாடு, பாண்டியநாடு, சேரநாடு ஆகிய இவற்றின் இயல்புகளையும், இந்நாடுகளின் தலைமைப் பதியாகிய புகார், மதுரை, வஞ்சி நகரின் பெருமைகளையும் சோழ, பாண்டிய, சேர மன்னர்களின் அறன், ஆட்சி, ஆணை என்பவற்றையும் குடிகளின் ஒழுக்கம், ஒப்புரவு முதலியவற்றையும் அக்காலத்திய உழவு வாணிகங்களின் மேம்பாடு, தொழில் பெருக்கம், அரசியல் ஆகியவற்றையும் எடுத்தியம்புகின்றது. அவ்வகையில் சிலப்பதிகாரத்தில் இடம்பெறும் உணவுமுறையும் அதனைச் சார்ந்த பொருளின் நிலைபாட்டை குறித்து ஆய்வோம்.

### **உணவின் தேவை**

“உடம்பார் அழியில் உயிரார் அழிவர்” என்ற பழமொழியும் “உடம்பை வளர்த்தேன், உயிர் வளர்த்தேனே” என்பது திருமந்திரமும் உடம்பைப் பேணுதலில் அவசியத்தை கூறியுள்ளது. சுவாமி விவேகானந்தர் உடல் ஆற்றல் மிக்கவன் தான் ஆன்மீக ஆற்றலையும் பெற முடியும் என்கிறார். ஆக உடலை நல்ல முறையில் பேணிக்காக்க வேண்டும். அதற்கு உணவு இன்றியமையாததாகும்.

காலத்திற்கேற்ற, நிலத்திற்கேற்ற, சேர்க்கைக்கேற்ற உணவையே உட்கொள்ள வேண்டும். இத்தகைய உணவே மாறுபாடில்லாத உணவாகும். இதனை,

**“மாறுபாடு இல்லாத உண்டி மறுத்துண்ணின்**

**ஊறுபாடு இல்லை உயிர்க்கு” (குறள் - 945)**

என்கிறார் வள்ளுவர். இவ்வாறாக உணவின் தேவையை தமிழ் இலக்கியங்கள் பலவும் முன்வைக்கின்றன.

### **சிலம்பில் உணவுவகைகள்**

சிலப்பதிகார உணவு வகைகளின் பட்டியலை ஏழு வகையாகப் பிரிக்கலாம் 1) தானியங்களும் பருப்பு வகைகளும் 2)இறைச்சி 3) பாலிலிருந்து கிடைக்கும் பொருள்கள் 4) இனிப்பு வகை 5) பழங்களும் காய்கறிகளும் 6) குடிவகைகள் 7) குடிநீர் என்பனவாகும்.

### **புகார் நகர உணவுமுறைகள்**

மருவூர்ப்பாக்கம், பட்டினம்பாக்கம் என இரு பகுதிகளையுடைய புகார் நகரத்தில் சித்திரை திங்களன்று நகரிலுள்ளோர் இந்திரவிழா செய்யத் தொடங்கினர். மருவூர்ப்பாக்கத்தின் கடற்கரையையொட்டி கூத்தநூலாசிரியர் குறிப்பிடும் பதினெண்வகை கூலமாகிய நெல், புல், வரகு, தினை, சாமை, இறுங்கு, தோரை, கழைவிளைநெல் ஆகியவற்றை குவித்து விற்கும் கூலகக் கடைத்தெருவும், பிட்டுவணிகரும், அப்பம் சுடுவாரும், கள்விற்கும் வலைச்சியரும், மீன்விற்கும் பரதவரும், உப்பு விற்கும் உமணரும், வெற்றிலை விற்பாரும், பல்வகை ஆட்டின் தசைகளை விற்பாருமாக சிறிய கைத்தொழில் செய்வாரும் மருவூர்ப்பாக்கத்தில் உறைகின்றனர்

**“பால் வகை தெரிந்த பகுதிப் பண்டமொடு**

**கூலம் குவித்த கூல வீதியும்**



**காழியர், கூழியர், கள்நொடை ஆட்டியர்  
மீன்விலைப் பரதவர் வெள் உப்பு பகருநர்”**

(இந்திர விழவுரெடுத்த காதை 24 - 27)

என்று தெளிவாகக் கூறப்படுகிறது. மக்கள் தெரு வீதிகளில் விற்ற உணவுப் பொருட்களைத் தங்கள் உணவுப் பொருளாகப் பயன்படுத்தினர். மேலும் மாமிசம் கலந்த சோறும் ‘விழுக்குடை மடை’ என அழைக்கப்பட்டது. சிலப்பதிகார உணவுமுறையானது துரித உணவாக இல்லாமல் உடல் ஆரோக்கிய உணவாக இருந்ததனை விலைப்பண்டங்கள் வழி அறியலாகிறது.

**மறக்குடிப்பெண்டிர் மன்னனை வாழ்த்திய பாங்கு**

மறக்குடிப்பெண்டிர் தெய்வமேறி ஆடி வேந்தனை வாழ்த்தும் பொருட்டு அவரை, துவரை முதலிய முதிரைப் பண்டங்களை வேகவைத்த புழுக்கலையும், எள்ளுருண்டையினையும், நிணத்துடன் கூடின சோற்றையும், பொங்கல் சோற்றையும் பெய்து எம்வேந்தனுடைய நிலம் முழுவதும் பசி, பிணி, பகை நீங்கி மழையும் வளமும் பெருகவென வாழ்த்தினர் என்பதனை,

**“புழுக்கலும் நோலையும் விழுக்குடை மடையும்**

**பூவும் புகையும் பொங்கலுஞ் சொரிந்து”**

(புகார்க்காண்டம்: இந்திரவிழவுர் எடுத்த காதை: 68-69)

என்னும் இவ்வரி விளக்குவதோடு பயன்பாட்டில் இருந்த உணவுப் பொருள்களை எடுத்தியம்புகிறது.

**இயற்கை எழில் நிறைந்த மதுரைவழி**

கோவலனும் கண்ணகியும் கவுந்தியடிகள் உடன்வர மதுரை நோக்கிச் செல்கின்ற பொழுது பலவகை வளங்களையும், ஒலியையும் கண்டும் கேட்டும் விருப்பம் கொண்ட உள்ளத்தோடு வருத்தம் கொள்ளாது வழி நடந்தனர். அப்பொழுது,

**“அரிந்துகால் குவித்தோர் அரிகடா வறுத்த**

**பெருஞ்செய்ந் நெல்லின் முகவைப்பாட்டும்”**

(புகார்க்காண்டம்: நாடுகாண்காதை: 136-137)

நெல்லினை அரிந்து ஓரிடத்துக் குவித்தோராய் நெல்லரிநர் செந்நெல்லினை முகந்து தரும்பொழுது பாடும் முகவைப்பாட்டினைக் கேட்கின்றனர். இவ்வழி நெல்லரிசியின் பயன்பாடு காலங்காலமாக உணவில் முக்கியத்துவம் பெற்றிருந்ததனை அறியமுடிகிறது.

**ஆய்ச்சியரின் வாழ்க்கைமுறை**



கவுந்தியடிகளால் அரியபாவை போல்வாளாய கண்ணகியை அடைக்கலமாகப் பெற்ற இடைக்குலத்துத் தோன்றிய மாதரி மோரினை விற்றுப்பெறும் பொருளால் உண்டுவாமும் வாழ்க்கையினையுடைய இடைச்சியரோடு சேர்ந்து கண்ணகியைத் தன் சிறு வீடாகிய மனைக்கண் சேர்த்தாள். இங்கு முல்லைத்திணை வாழ் இடையர்

### “அளைவிலை உணவின் ஆய்ச்சியர் தம்மொடு”

(மதுரைக்காண்டம்: கொலைக்களக்காதை: 3)

மோரினை விற்று தங்களுக்கான உணவினைத் தேடிப்பெற்றார்கள் என்பதனை மேற்கூறிய வரி உணர்த்துகிறது. தம்நிலத்திற்குரிய உணவுப்பொருளினை விற்று தன் அடிப்படைத் தேவைகளுள் ஒன்றான உணவுத் தேவையினைப் பூர்த்தி செய்து கொள்ளும் பாங்கு இதன் மூலம் அறியலாகிறது.

### பாணருடனான உரையாடல்

மதுரை நோக்கிச் சென்ற மூவருள் கோவலன் பாணரிடம் மதுரைக்கு இன்னும் எத்துனை காவதம் உள்ளது என்று வினவ, அதற்குப் பாணர்,

“அட்டிற் புகையும் அகலங்காடி

முட்டாக் கூவியர் மோதகப் புகையும்

..... ஈங்கு

மதுரைத்தென்றல் வந்தது காணீர்”

(மதுரைக்காண்டம்: புறஞ்சேரியிறுத்த காதை: 122-132)

என்று மொழிந்தனர். மதுரை நகரில் அடுக்களைகளில் தோன்றும் தாளிப்பு முதலிய புகையும், அகன்ற கடைவீதிக்கண் அப்பவணிகர் அப்பம் சுடுகின்றமையான் உண்டாகும் புகையும் தென்றலோடு வருகின்றது என்று கூறிய பாணரின் கருத்தின் வழி உணவுப்பொருளைத் தாளித்து உண்ணுகின்ற முறையினையும், அப்பம் உணவுப் பதார்த்தத்தில் இடம்பெறும் தன்மையினையும் அறியமுடிகிறது.

### உவகையுடன் உள்ளதை வழங்கும் ஆய்ச்சியர்

ஊழ்வினை காரணமாக மதுரை நோக்கிச் சென்ற கோவலனை மதுரைநகர் புகை என பணிந்த கவுந்தியடிகள் கண்ணகியை மாதரி என்ற ஆய்ச்சியர் குல முதுமகளிடம் ஒப்புவித்தார். மாதரி தன் மகள் ஐயையைக் கண்ணகிக்குத் துணையாக வைத்து துறவாது விரதங்காப்போனான கோவலனுக்கு அடிசில் ஆக்குதற்கு வேண்டும் பொருள்களை கண்ணகியிடம் அளிக்க என்று பணிகிறாள். ஆயர்குலத்து மகளிர் மாதரி கூறிய தன்மையில் குறையாது சமைத்தற்குரிய கலங்களுடனே பூவாது காய்க்கும் பலாவினுடைய முதிர்ந்த



காயும் வளைந்த வரிகளையுடைய வெள்ளரிக்காயும் மாதுளையின் இளங்காயும் மாம்பழமும் இனிய வாழைப்பழமும் செந்நெல் அரிசியும் தம்குலத்திற்குரிய பாலுடனும் நெய்யுடனும் மாதே கொள்வாயாக என்று சொல்லிக் கொடுத்ததனை,

**“இடைக்குல மடந்தையர் இயல்பிற் குன்றா**

**மடைக்கலந் தன்னொடு மாண்புடை மரபிற்**

**கோளிப் பாகற் கொழுங்கனித் திரள்காய்**

**வாள்வளிக் கொடுங்காய் மாதுளம் பசங்காய்**

**மாவின கனியொடு வாழைத் தீங்கனி**

**சாலியரிசி தம்பாற் பயனொடு**

**கோல்வளை மாதே கொள்கெனக் கொடுப்ப”**

(மதுரைக்காண்டம்: கொலைக்களக்காதை: 22-28)

என்ற இவ்வரிகள் விளக்குகின்றது. விருந்தோம்பலில் ஆய்ச்சியர் தம் நிலம் சார்ந்த பொருள்களை உவகையுடன் கொடுக்கும் பாங்கு இங்கு புலப்படுகிறது.

**கண்ணகி ஏற்றலும் சமைத்தலும்**

கண்ணகி, அவ் இடைக்குல மகளிர் கொண்டு வந்து கொடுத்த பல்வேறு வகைப்பட்ட பசிய காய்களை வளைவான அரிவாள் மனையில் தமது மெல்லிய விரல்கள் சிவக்கும்படி அரிந்தாள். அவற்றைச் சமைக்கும் பொழுது அவளது அழகிய முகம் வியர்த்தது. செவ்வரி கோடுகளைக் கொண்டு இயல்பாகவே சிவந்திருக்கும் அவளது கண்கள் மேலும் சிவந்தன சமைக்கும் பொழுது தனக்கு உதவியாக அடுப்பில் வைக்கோலால் தீமுட்டிய ஐயையுடன் சேர்ந்து தன்னுடைய கைப்பக்குவத்தின் திறத்தால் கணவனுக்கு ஏற்ற உணவைச் சமைத்து முடித்த பின்னர் புகையால் கரிந்த இடத்தையுடைய அவ் அட்டிலிருந்து வெளியே வந்தாள்.

**கணவனுக்கு பறிமாறும் கண்ணகி**

உடலுக்கு ஊட்டத்தையும், ஆற்றலையும் தருவது பழங்கள். பழங்கள் மிகச்சிறந்த உணவாகும். பிற உணவுகளை குறைத்து காய் கனிகளை அதிகம் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்று இன்றைய மருத்துவர்கள் அறிவுறுத்துகிறார்கள். சிலம்பிலும் பழங்களுக்கு முக்கியத்துவம் தரப்படுகிறது. மாங்கனி, வாழைப்பழம் ஆகியவையும், பால், மோர், தயிர், நெய் ஆகிய பாலால் விளையும் பயன்களாகிய பொருட்களும் உணவில் இடம்பெற்றதை அறியலாம்.

**“கைவல் மகடுஉக் கவின்பெறப் புனைந்த**

**செய்வினைத் தவிசில் செல்வன் இருந்தபின்**

**கடிமலர் அங்கையின் காதலன் அடிநீர்**



சுடுமண் மண்டையில் தொழுதனள் மாற்றி  
மண்ணக மடந்தையை மயக்கொழிப் பனள்போல்  
தண்ணீர் தெளித்துத் தன்கையால் தடவிக்  
குமரி வாழையின் குருத்து அகம் விரித்தீங்கு  
அமுதம் உண்க அடிகள் ஈங்கு என”

(சிலம்பு, மதுரை காண்டம் 36-43)

இதில் உணவு உண்ணும் முறையும் கூறப்பட்டுள்ளது. புதிய மண் பாத்திரத்தில் உள்ள நீரால் கோவலனின் அடிகளைக் கழுவித் துடைத்தாள். பின் நிலத்தில் சிறிது நீர் தெளித்து மெழுகினாள். பின் அதன்மேல் குலை ஈனாத வாழையின் குருத்தை இட்டு, பின் அதில் தான் சமைத்த உணவை இட்டு, தன் கணவனை நோக்கி, “அடிகளே, இப்போது உணவு உண்பீராக!” என்று அன்புடன் அழைத்தாள்.

அதேபோல் உணவு உண்டபின் கண்ணகி கோவலனுக்கு மென்மையான வெற்றிலையுடன் பாக்குக் கொடுத்தாள். இதன்மூலம் உணவு உண்டபின் வெற்றிலை போடும் பழக்கம் இருந்ததை அறியலாம்.

வாழை இலையில் உண்ணும் வழக்கம் சிலப்பதிகாரக் காலத்தில் இருந்தமையை இப்பாடலினால் அறியமுடிகிறது. அரசனுக்கு அடுத்த நிலையில் வைத்துப் போற்றக்கூடிய வணிக மரபினர் உணவு உண்ணும் முன்னர் மறைநூலில் சொல்லப்பட்டுள்ள வாய்ப்பூச்சு, (காக்கைக்கு சோறு படைத்தலான) பலியிடல் போன்றவற்றை எல்லாம் கோவலன் செய்தான் என்பதில் இருந்தும் இவ்வாறான வழக்கங்கள் அக்காலத்தில் இருந்தமையை அறியமுடிகின்றது.

### முடிவுரை

உலகம் தோன்றியது முதல் இன்று வரை உள்ள உணவு முறைகள் காலமாற்றத்திற்கு ஏற்ப மாறிக் கொண்டே இருக்கின்றன. சிலம்பில் கூறப்பட்டுள்ள உணவுகள் மக்களுக்கு உறுதியையும் நோயை போக்கக் கூடிய உணவாக இருந்தது. ஆனால் இப்போதைய அவசர காலத்திற்கு ஏற்ப உணவுகளும் அவசர அவசரமாக துரித உணவாக சமைக்கப்பட்டு உண்ணப்படுகிறது. இதனால் பிறந்த குழந்தை முதல் அனைவரும் பலவித நோயால் பாதிக்கப்பட்டு இறக்கின்றனர். இவற்றை தவிர்க்க தினை, சாமை, வரகு போன்ற ஆரோக்கியமான உணவுகளை உண்ண வேண்டும். அவ்வகையில்

சிலப்பதிகாலத்தில் ‘உணவே மருந்து - மருந்தே உணவு’ என வாழ்ந்த தமிழர்களின் உணவுமுறை சிறப்புக்குரியது.