



Article Type: Original Article

Food Systems in the Bards' Tradition: A Comprehensive Study of Sangam Aatrupadai Literatures and the Five-fold Landscape Cultural Background

C. Mahalakshmi^{1*}, Dr. Seeman Ilayaraja²,

¹Ph.D. Scholar Department of Folklore Tamil University Thanjavur.

²Assistant Professor, Department of Folklore, Tamil University, Thanjavur-10.

*Correspondence: mahamakizhini@gmail.com, Tel: +919787618956,

Received: 22-01-2026; Revised: 24-01-2026; Accepted: 27-01-2026; Published: 01-02-2026

Abstract: Sangam literatures accurately record the lifestyle of Tamils from over two thousand years ago. In particular, the Aatrupadai literatures within the Pathupattu (Ten Idylls) collection describe the journeys of bards—artists suffering in poverty—as they sought generous patrons, detailing the various foods they received during these journeys within a comprehensive socio-economic context. In the tradition of the bards, food was not merely a tool to satiate hunger; it was an expression of the land's identity, the people's hospitality, and social hierarchy. Using works such as Perumbanatrupalai and Sirupanatrupalai as primary data, this study explores in detail the foods provided to bards across the five landscapes (Kurinji, Mullai, Marutham, Neithal, and Palai) and the grand feasts granted to them in royal palaces. The relationship between the land's natural resources and the people's dietary patterns, the barter system, culinary techniques, and food-related terminology are deeply analyzed in this research. Through Aatrupadai songs, it is evident that Sangam-era Tamils lived in harmony with nature and regarded food as medicine and an object of worship.

Keywords: Bards (Panar), Aatrupadai, Five-fold landscape food (Ainthinai Unavu), Sangam Literature, Hospitality (Virunthombal), Perumbanatrupalai, Sirupanatrupalai.



Copyright © 2024 by the author(s). Published by Department of Library, Nallamuthu Gounder Mahalingam College, Pollachi. This is an open access article under the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Publisher's Note: The views, opinions, and information presented in all publications are the sole responsibility of the respective authors and contributors, and do not necessarily reflect the views of Department of Library, Nallamuthu Gounder Mahalingam College, Pollachi and/or its editors. Department of Library, Nallamuthu Gounder Mahalingam College, Pollachi and/or its editors hereby disclaim any liability for any harm or damage to individuals or property arising from the implementation of ideas, methods, instructions, or products mentioned in the content.

பாண்குடி மரபில் உணவு அமைப்பு: சங்க இலக்கிய ஆற்றுப்படை நூல்கள் மற்றும் ஐந்திணைப் பண்பாட்டுப் பின்புலத்தின் விரிவான ஆய்வு

¹*சி. மகாலெட்சுமி, முனைவர் பட்ட ஆய்வாளர், நாட்டுப்புறவியல் துறை,

தமிழ்ப் பல்கலைக்கழகம், தஞ்சாவூர்.

²முனைவர் சீமான் இளையராஜா, உதவிப் பேராசிரியர்,

நாட்டுப்புறவியல் துறை, தமிழ்ப் பல்கலைக்கழகம்.

ஆய்வுச் சுருக்கம்

சங்க இலக்கியங்கள் ஈராயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முற்பட்ட தமிழர்களின் வாழ்வியலைத் துல்லியமாகப் பதிவு செய்துள்ளன. குறிப்பாக, பத்துப்பாட்டு நூல்களில் இடம்பெற்றுள்ள ஆற்றுப்படை இலக்கியங்கள், வறுமையில் வாடிய கலைஞர்களான பாணர்கள், வள்ளல்களைத் தேடிச் செல்லும் பயணத்தையும், அந்தப் பயணத்தின் ஊடாக அவர்கள் பெற்ற உணவுகளையும் விரிவான சமூக-பொருளாதாரப் பின்னணியுடன் விவரிக்கின்றன. பாண்குடி மரபில் உணவு என்பது வெறும் பசி ஆற்றுவதற்கான கருவி மட்டுமல்ல; அது நிலத்தின் அடையாளம், மக்களின் விருந்தோம்பல் பண்பு மற்றும் சமூகப் படிநிலை ஆகியவற்றின் வெளிப்பாடாகும். பெரும்பாணாற்றுப்படை மற்றும் சிறுபாணாற்றுப்படை ஆகிய நூல்களை முதன்மைத் தரவுகளாகக் கொண்டு அமையும் இவ்வாய்வு, குறிஞ்சி, முல்லை, மருதம், நெய்தல், பாலை ஆகிய ஐந்திணை நிலங்களில் பாணர்களுக்கு வழங்கப்பட்ட உணவுகளையும், மன்னர்களின் அரண்மனைகளில் அவர்களுக்கு அளிக்கப்பட்ட விருந்துகளையும் விரிவாக ஆராய்கிறது. நிலத்தின் இயற்கை வளத்திற்கும், மக்களின் உணவு முறைக்கும் இடையிலான தொடர்பு, பண்டமாற்று முறை, உணவைத் தயாரிக்கும் பக்குவம் மற்றும் உணவு தொடர்பான கலைச்சொற்கள் ஆகியவை இவ்வாய்வில் ஆழமாக அலசப்படுகின்றன. சங்க காலத் தமிழர்கள் இயற்கையோடு இயைந்து வாழ்ந்ததையும், உணவை மருந்தாகவும் வழிபாட்டிற்குரிய ஒன்றாகவும் கருதியதையும் ஆற்றுப்படைப் பாடல்கள் வழி அறிய முடிகிறது.

முக்கியச் சொற்கள் (Keywords): பாணர் (Bards), ஆற்றுப்படை (Aatrupadai), ஐந்திணை உணவு (Five-fold landscape food), சங்க இலக்கியம் (Sangam Literature), விருந்தோம்பல் (Hospitality), பெரும்பாணாற்றுப்படை, சிறுபாணாற்றுப்படை.

அறிமுகம்: பாண்குடியும் சங்க கால உணவுப் பண்பாடும்

மனித நாகரிகத்தின் தொடக்கத்திலிருந்தே உணவு என்பது உடலையும் உள்ளத்தையும் வளர்க்கும் அடிப்படைத் தேவையாக இருந்து வருகிறது. சங்க காலத் தமிழகத்தில் "உண்டி கொடுத்தோர் உயிர் கொடுத்தோரே" என்ற அறநெறி போற்றப்பட்டது. இந்த அறநெறியின் மிகச்சிறந்த

பயனாளிகளாகவும், அதே சமயம் அதன் பதிவாளர்களாகவும் பாணர்கள் திகழ்ந்தனர். பாணர்கள் என்பவர்கள் சங்க காலக் கலைஞர்கள்; அவர்கள் யாழ் இசைப்பதிலும், பண் பாடுவதிலும் வல்லவர்கள். இருப்பினும், அவர்களின் வாழ்க்கை வறுமையின் பிடியில் சிக்கியிருந்தது. இக்கலைஞர்கள் தமது வறுமையைப் போக்கிக் கொள்ள வள்ளல்களையும் மன்னர்களையும் நாடிச் சென்றனர்.

சங்க இலக்கியப் பாடல்கள், குறிப்பாக ஆற்றுப்படை நூல்கள், ஒரு பாணன் மற்றொரு பாணனை வழிப்படுத்தும் போது, அவன் செல்லும் வழியில் என்னென்ன உணவுகளைப் பெறுவான் என்பதை நிலவியல் அடிப்படையில் வகைப்படுத்துகின்றன. உணவு என்பது அந்தந்த நிலத்தின் "கருப்பொருள்" என்று அழைக்கப்படும் கூறுகளில் ஒன்றாகத் திகழ்கிறது. குறிஞ்சி முதல் பாலை வரை உள்ள ஒவ்வொரு நிலமும் அதன் காலநிலைக்கு ஏற்பவும், உற்பத்தித் திறனுக்கு ஏற்பவும் மாறுபட்ட உணவுப் பழக்கங்களைக் கொண்டிருந்தன. பாணர்கள் இந்த நிலங்களைக் கடக்கும்போது, அந்தந்த நிலத்து மக்கள் தங்களின் வாழ்வாதாரமாக எதனைக் கொண்டிருந்தார்களோ, அதையே பாணர்களுக்கும் வழங்கித் மகிழ்ந்தனர். இது சங்க காலத்தின் "விருந்தோம்பல்" பண்பாட்டின் உச்சத்தைக் காட்டுகிறது.

ஐந்திணை நிலங்களின் உணவுப் பரவல்: ஒரு விரிவான பகுப்பாய்வு

சங்க இலக்கியம் உலகத்தை ஐந்து நிலங்களாகப் பகுத்துக் காட்டுகிறது. தொல்காப்பியம் வகுத்த இந்த ஐந்திணை நிலங்களின் அடிப்படை முதற்பொருள், கருப்பொருள் மற்றும் உரிப்பொருள் ஆகியவற்றின் அடிப்படையில் அமைகிறது. இதில் உணவு என்பது கருப்பொருளாக இடம்பெற்று, நிலத்தின் வளத்தை உணர்த்துகிறது.

அட்டவணை 1: ஐந்திணை நிலங்களின் சமூக-உணவுப் பகிர்வு அமைப்பு

நிலம்	மக்கள் (மக்கள் குழுக்கள்)	முதன்மைத் தொழில்	வழங்கப்பட்ட முதன்மை உணவுகள்	பானங்கள் மற்றும் துணை உணவுகள்
குறிஞ்சி	குறவர், கானவர், வெற்பன், கொடிச்சி	தேன் எடுத்தல், கிழங்கு அகழ்தல், திணை காத்தல்	மலை நெல் சோறு, திணை, உடும்பு இறைச்சி, பன்றி இறைச்சி	தேன், தோப்பி (கள்), சுனை நீர்
முல்லை	ஆயர், ஆய்ச்சியர், இடையர், கோவலர்	கால்நடை வளர்ப்பு, ஏறு தழுவுதல்	வரகரிசிச் சோறு, சாமை, அவரைப் புழுக்கு	பால், தயிர், மோர், நெய்

நிலம்	மக்கள் (மக்கள் குழுக்கள்)	முதன்மைத் தொழில்	வழங்கப்பட்ட முதன்மை உணவுகள்	பானங்கள் மற்றும் துணை உணவுகள்
மருதம்	உழவர், உழத்தியர், விளைஞர், கடையர்	நெல் விவசாயம், களை பறித்தல்	செந்நெல் மற்றும் வெண்ணெல் சோறு, நண்டுக்கறி, கோழி இறைச்சி	கரும்புச் சாறு, கள்
நெய்தல்	பரதவர், பரத்தியர், உமணர், துறைவன்	மீன் பிடித்தல், உப்பு விளைவித்தல்	நெல்லரிசிச் சோறு (பண்டமாற்று), சுட்ட மீன், கருவாடு	கள், உவநீர் கிணறு
பாலை	எயினர், எயிற்றியர், மறவர்	வேட்டை, வழிப்பறி, சூறையாடல்	புல்லரிசிச் சோறு, உடும்பு இறைச்சி, உலர் இறைச்சி	சுனை நீர், கள்

குறிஞ்சி நில உணவு: மலை வளமும் வேட்டைச் சிறப்பும்

மலையும் மலை சார்ந்த இடமுமான குறிஞ்சியில் இயற்கை வளங்கள் கொட்டிக் கிடந்தன. இங்கு வாழ்ந்த மக்கள் மலையில் விளையும் "மலை நெல்" (செவ்வவிழ்) மற்றும் "தினை" ஆகியவற்றை முதன்மை உணவாகக் கொண்டனர். பெரும்பாணாற்றுப்படை (130-134) வரிகள், களர் நிலத்தில் வளரும் ஈச்சம் பழத்தைப் போன்ற நிறமுடைய மலை நெல் சோற்றினைப் பற்றி விவரிக்கின்றன. இதனுடன், வேட்டை நாய்கள் பிடித்து வந்த உடும்பின் இறைச்சி உப்புடன் சேர்த்துச் சமைக்கப்பட்டுப் பாணர்களுக்கு வழங்கப்பட்டது.

குறிஞ்சி நில மக்கள் காட்டில் கிடைக்கும் பன்றி இறைச்சியையும் விரும்பி உண்டனர். காட்டுப் பன்றிகளை வேட்டையாடி, அவற்றின் முருக்கினத்தைப் போக்கும் வகையில் மூங்கிலில் பற்றிய தீயினால் மயிரை நீக்கிச் சுட்டு உண்டனர். மேலும், "மலைபடுகடாம்" போன்ற நூல்கள், பலாப்பழ விதைகள், மாங்காய் மற்றும் புளி ஆகியவற்றைக் கொண்டு செய்யப்பட்ட குழம்புடன் மூங்கில் அரிசி சோற்றினை உண்டதாகக் குறிப்பிடுகின்றன. குறிஞ்சி நிலத்தின் குளிர்ச்சியான காலநிலைக்கு ஏற்ப, அவர்கள் "தோப்பி" எனப்படும் கள்ளினைத் தயாரித்துப் பருகினர். இது தினை அரிசியை நொதிக்க வைத்துச் செய்யப்பட்டது.

முல்லை நில உணவு: கால்நடைச் செல்வமும் புன்செய் தானியங்களும்

காடும் காடு சார்ந்த இடமுமான முல்லை நிலம் ஆயர்களின் நிலமாகும். இங்கு வாழ்ந்த இடையர்கள் மற்றும் கோவலர்கள் கால்நடை வளர்ப்பையே உயிராகக் கருதினர். இவர்களின் உணவில் பாலும் பால் சார்ந்த பொருட்களும் பிரதானமாக இருந்தன. முல்லை நில மக்கள் புன்செய் பயிர்களான வரகு மற்றும் சாமையைப் பயிரிட்டனர்.

பெரும்பாணாற்றுப்படை (193-196) விவரிப்பின்படி, குறுகிய தாளினையுடைய வரகரிசியைச் சமைத்து, அதனுடன் செந்நிறமான அவரை விதைகளைப் புழுக்கி (வேக வைத்து) உண்டனர். இது "கும்மாயம்" எனப் பின்னாளில் அழைக்கப்பட்டது. முல்லை நிலச் சீறார்களில் பாணர்கள் செல்லும்போது, அங்குள்ள மக்கள் அவர்களுக்கு வரகரிசிச் சோற்றையும், அவரைப் பருப்புக் குழம்பையும் அன்புடன் வழங்கினர். ஆயர் குலப் பெண்கள் பாலில் இருந்து தயிர் மற்றும் மோரைத் தயாரித்து, அதனை விற்று அதற்குப் பதிலாக நெல்லினைப் பண்டமாற்றாகப் பெற்றனர்.

மருத நில உணவு: வயல்வெளிச் செழிப்பும் அறுசுவை விருந்தும்

வயலும் வயல் சார்ந்த மருத நிலம் சங்க காலத் தமிழர்களின் நாகரிகம் தழைத்தோங்கிய இடமாகும். இங்கு வாழ்ந்த உழவர்கள் மிகச் சிறந்த தரமுடைய "வெண்ணெல்" மற்றும் "செந்நெல்" அரிசியைப் பயன்படுத்தினர். மருத நிலத்தில் பாணர்களுக்கு வழங்கப்பட்ட உணவுகள் மிகவும் சுவையானவை மற்றும் சத்துமிக்கவை.

சிறுபாணாற்றுப்படை (189-195) விவரிப்பின்படி, கைக்குத்தல் அரிசியால் சமைக்கப்பட்ட "அமலை வெண்சோறு" மற்றும் வயல்களில் பிடிக்கப்பட்ட நண்டைக் கொண்டு செய்த கறி (அலவன் கலவை) ஆகியவை வழங்கப்பட்டன. இதனுடன் பீர்க்கங்காய் போன்ற காய்கறிகளும் சேர்க்கப்பட்டன. உழவர்கள் தங்கள் பண்ணைகளில் வளர்க்கப்பட்ட கோழிகளின் இறைச்சியையும், குளங்களில் பிடித்த வாளை மீன்களையும் கொண்டு விருந்து படைத்தனர். மருத நில மக்கள் கரும்புச் சாற்றினைப் பானமாகப் பயன்படுத்தினர். இங்கு உணவைச் சமைக்கும்போது நெய் தாராளமாகப் பயன்படுத்தப்பட்டது.

நெய்தல் நில உணவு: கடல் உணவும் பண்டமாற்று முறையும்

கடலும் கடல் சார்ந்த நெய்தல் நிலத்தில் பரதவர்கள் வாழ்ந்தனர். இவர்களின் வாழ்வாதாரம் மீன் பிடித்தலும் உப்பு விளைவித்தலுமே ஆகும். இங்குப் பாணர்களுக்கு வழங்கப்பட்ட உணவு பெரும்பாலும் கடலில் இருந்து பெறப்பட்டதாகும்.

நெய்தல் நிலத்தில் பாணர்களுக்கு "சுட்ட மீன்" மற்றும் பழமையான "கள்" ஆகியவை வழங்கப்பட்டன. பெரும்பாணாற்றுப்படை (275-283) விவரிப்பின்படி, பெரிய பாத்திரங்களில் வைக்கப்பட்ட கள்ளுடன், பச்சையாகச் சுடப்பட்ட மீன்கள் உணவாக அளிக்கப்பட்டன. பரதவர்கள்

தாங்கள் விளைவித்த உப்பைக் கொண்டு சென்று, அதற்குப் பதிலாக முல்லை மற்றும் மருத நிலங்களில் இருந்து நெல்லினைப் பெற்று வந்து சோறாக்கினர். நெய்தல் நிலப் பெண்கள் "குழல் மீன்" போன்ற கருவாடு வகைகளையும் தயாரித்துப் பாதுகாத்தனர்.

பாலை நில உணவு: வறண்ட நிலத்தின் வாழ்வியல் போராட்டம்

மணலும் மணல் சார்ந்த பாலை நிலம் வறட்சியின் அடையாளமாகும். இங்குப் பயிர்கள் விளையாது என்பதால், எயினர்கள் வேட்டையாடுதல் மற்றும் வழிப்பறி மூலம் உணவைத் திரட்டினர். பாணர்கள் இத்தகைய கடினமான நிலத்தைக் கடக்கும்போதும், அங்கிருந்த எயினர்கள் தங்களுக்குக் கிடைத்த சொற்ப உணவைப் பாணர்களுடன் பகிர்ந்து கொண்டனர்.

பாலை நிலத்தில் பாணர்களுக்கு "புல்லரிசி" சோறு வழங்கப்பட்டது. இது எறும்புகள் புற்றுக்களில் சேகரித்து வைத்திருக்கும் தானியங்களைச் சேகரித்துச் செய்யப்பட்டதாகும். இதனுடன் உடம்பு இறைச்சி அல்லது மான் இறைச்சி வழங்கப்பட்டது. எயிற்றியர் எனப்படும் மறக்குலப் பெண்கள், சுனை நீரினைப் பயன்படுத்திச் சோறு சமைத்தனர். இவர்கள் இறைச்சியை வெயிலில் காயவைத்து "உலர் ஊன்" ஆகப் பாதுகாக்கும் முறையை அறிந்திருந்தனர்.

பாண்குடி மரபில் உணவுத் தயாரிப்பு நுட்பங்களும் கலைச்சொற்களும்

சங்க இலக்கியங்கள் உணவைக் குறிக்கப் பல்வேறு கலைச்சொற்களைப் பயன்படுத்தியுள்ளன. இவை உணவின் தன்மை, சமைக்கும் முறை மற்றும் அது பெறப்படும் நிலம் ஆகியவற்றைப் பொறுத்து மாறுபடுகின்றன.

அட்டவணை 2: சங்க கால உணவு மற்றும் சோறு தொடர்பான கலைச்சொற்கள்

கலைச்சொல் (பழைய தமிழ்)	தற்காலப் பொருள் / விளக்கம்	இலக்கியச் சான்று
அடிசில் (Adisil)	சமைக்கப்பட்ட சோறு (பொதுவான சொல்)	
அமலை (Amalai)	திரண்ட சோறு அல்லது உருண்டையான உணவு	
அயினி (Ayini)	அளவில்லாமல் உண்ணப்படும் சிறப்பான உணவு	
அவிழ் (Avizh)	நன்கு வெந்த அரிசி பருக்கை	
மூரல் (Mural)	பற்களைப் போன்ற வெண்மையான சோறு	
சொன்றி (Sondri)	பொதுவாகச் சமைத்த சோற்றைக் குறிக்கும் சொல்	
வல்சி (Valsi)	நெல் அல்லது தானியங்களால் ஆன உணவு	

கலைச்சொல் (பழைய தமிழ்)	தற்காலப் பொருள் / விளக்கம்	இலக்கியச் சான்று
புழுக்கல் (Puzhukkal)	உலை ஏற்றி வேகவைக்கப்பட்ட உணவு	
மிதவை (Mithavai)	கஞ்சி அல்லது கூழ் போன்ற திரவ உணவு	
கும்மாயம் (Kummayam)	பருப்பு மற்றும் அரிசி கலந்த கெட்டியான உணவு	

சங்க காலத் தமிழர்கள் உணவைச் சமைப்பதில் பன்னிரண்டு வகையான முறைகளைக் கையாண்டதாகப் பிங்கல நிகண்டு குறிப்பிடுகிறது. அவை:

1. நக்கல்: நாக்கினால் சுவைத்தல்.
2. பருகல்: திரவ உணவைக் குடித்தல்.
3. விழுங்கல்: மெல்லாமல் தொண்டை வழியாக இறக்குதல்.
4. மெல்லல்: பற்களால் அரைத்து உண்ணுதல்.
5. நுங்கல்: வாய்க்குள் முழுமையாக அடக்குதல். போன்ற முறைகள் உணவின் தன்மைக்கு ஏற்ப வகைப்படுத்தப்பட்டன.

இறைச்சி மற்றும் அசைவ உணவு முறைகள்

சங்க கால மக்கள் அசைவ உணவுகளைப் பெரிதும் விரும்பி உண்டனர். ஒவ்வொரு நிலத்திற்கும் தனித்துவமான இறைச்சி வகைகள் இருந்தன. இறைச்சியைக் குறிக்க ஊன், தடி, தசை, நிணம், புலால் போன்ற சொற்கள் பயன்படுத்தப்பட்டன.

- **கூட்டிறைச்சி:** மாமிசத்தை இரும்புச் சட்டிகளில் அல்லது கம்பிகளில் கோர்த்துத் தீயில் சுட்டுச் சமைத்தல்.
- **திற்றி:** தின்னும் பக்குவத்தில் நன்றாக வதக்கப்பட்ட இறைச்சி.
- **ஆமான்:** காட்டுப் பசுவின் இறைச்சி, இது முல்லை மற்றும் குறிஞ்சி நிலங்களில் மிகுதியாக உண்ணப்பட்டது.
- **ஈயல்:** புற்றுக்களில் இருக்கும் ஈசலைப் பிடித்து, அதன் சிறகுகளை உதிர்த்துப் புளிச் சோற்றுடன் சேர்த்துச் சமைக்கும் முறை (ஈயல் பெய்து அட்ட இன் புளி வெம் சோறு) நிலவியது.

மன்னர்கள் மற்றும் நிலவுடைமையாளர்கள் பாணர்களுக்குக் கொழுத்த ஆட்டு இறைச்சியை (துருவை அம்புழுக்கு) நெய்யில் வேகவைத்துப் பரிமாறினர். இது பாணர்களின் வறுமையைத் தற்காலிகமாக மறக்கச் செய்தது.

சங்க காலத்தில் மது பானங்கள் மற்றும் போதை தரும் திரவங்கள்

சங்க இலக்கியங்களில் மது வகைகளைக் குறிக்கப் பல பெயர்கள் உள்ளன. பாணர்களுக்கு வழங்கப்படும் விருந்தோம்பலில் மது ஒரு முக்கியமான இடத்தைப் பிடித்திருந்தது. மதுவை "கள்" என்று பொதுவாக அழைத்தாலும், அதன் தயாரிப்பு முறையைப் பொறுத்து அவை வகைப்படுத்தப்பட்டன.

அட்டவணை 3: சங்க கால மது மற்றும் பான வகைகள்

மதுவின் பெயர்	தயாரிப்பு முறை / மூலப்பொருள்	விளக்கம்
கள் (Toddy)	பனை அல்லது தென்னை மரச் சாறு	இயற்கை முறையில் வடிக்கப்பட்டது
தோப்பி (Topi)	அரிசி மற்றும் தானியங்கள்	தானியங்களை நொதிக்க வைத்துத் தயாரிக்கப்பட்டது
தேறல் (Theral)	தேன் அல்லது கரும்பின் சாறு	தெளிந்த, வீரியம் மிக்க மது வகை
நறவு (Naravu)	நெல் சோறு	நெல்லினால் சமைக்கப்பட்ட கள்
பிழி (Pizhi)	பழச் சாறுகள் மற்றும் தேன்	விளாம்பழம், தேன், சர்க்கரைப் பாகு கலவை
அரியல் (Ariyal)	தானிய மது	வடிக்கப்பட்ட மது வகை
மட்டு (Mattu)	வாசனை மிகுந்த மது	நறுமணப் பொருட்கள் சேர்க்கப்பட்டது

மது தயாரிப்பதில் "ஊறல்" வைக்கும் காலம் ஒரு முக்கியக் காரணியாக இருந்தது. ஒரு வருடம் வரை ஊற வைக்கப்பட்ட மது "தலையாயது" என்றும், ஒரு மாதம் ஊற வைக்கப்பட்ட மது "கடையாயது" என்றும் அழைக்கப்பட்டது.

அந்தணர் குடியிருப்புகளில் பாணர்களின் உணவு

பாணர்கள் சில நேரங்களில் அந்தணர் குடியிருப்புகள் வழியாகவும் செல்ல வேண்டியிருந்தது. அங்கு அவர்களுக்கு வழங்கப்பட்ட உணவு மற்ற நிலங்களில் இருந்து முற்றிலும் மாறுபட்டிருந்தது. அந்தணர்கள் அசைவ உணவுகளைத் தவிர்த்து, தூய்மையான சைவ உணவுகளை வழங்கினர்.

பெரும்பாணாற்றுப்படை (297-310) மற்றும் பிற குறிப்புகளின்படி, அந்தணப் பெண்கள் "பறவையின் பெயரால் அமைந்த" (இராசான்னம்) அரிசியைச் சமைத்தனர். அதில் மிளகுப் பொடி தூவி, பசுவின்

வெண்ணெயில் தாளிக்கப்பட்ட மாதூளம் பிஞ்சுப் பொரியல் மற்றும் மாவடு போன்றவற்றைச் சேர்த்துப் பாணர்களுக்கு வழங்கினர். இதனுடன் புளிப்பு மிகுந்த மோரும், கறிவேப்பிலை மணமும் கலந்த உணவை அவர்கள் பசி தீர உண்டனர்.

அரண்மனை விருந்துகளும் மன்னர்களின் வள்ளல் தன்மையும்

பாணர்களின் நீண்ட பயணத்தின் இறுதி இலக்கு மன்னனின் அரண்மனையாகும். அங்கு அவர்களுக்கு வழங்கப்படும் விருந்து, அவர்கள் வழியில் உண்ட உணவுகளை விட மிக உயர்ந்ததாக இருந்தது. சோழ மன்னன் கரிகாலன் பாணர்களுக்கு அளித்த விருந்து பற்றிப் பொருநராற்றுப்படையில் விரிவாகக் கூறப்படுகிறது.

அரண்மனைகளில் பாணர்களுக்கு வழங்கப்பட்ட சோறு, "முல்லை அரும்பைப் போன்ற" வெண்மையாகவும், உடையாத முழு அரிசியாகவும் இருந்தது (முரவை போகிய முரியா அரிசி). இதனுடன் நெய்யில் வறுக்கப்பட்ட இறைச்சித் துண்டுகள் வழங்கப்பட்டன. மன்னர்கள் பாணர்களைத் தங்களுக்கு இணையாக அமர வைத்து, பொற்கிண்ணங்களில் மதுவை ஊற்றி வழங்கி உபசரித்தனர். இளந்திரையன் போன்ற மன்னர்கள், நண்டு முட்டைகளைப் போன்ற தினைச் சோற்றில் பால் ஊற்றி வழங்கியதாகப் பெரும்பாணாற்றுப்படை குறிப்பிடுகிறது.

உணவுப் பண்பாட்டின் சமூக மற்றும் மருத்துவப் பரிமாணங்கள்

சங்க காலத் தமிழர்கள் உணவை மருந்தாகவும் கருதினர். "உணவே மருந்து; மருந்தே உணவு" என்பது அவர்களின் கொள்கையாக இருந்தது. அவர்கள் பயன்படுத்திய மிளகு, புளி, மஞ்சள், இஞ்சி மற்றும் பூண்டு போன்றவை மருத்துவக் குணம் கொண்டவை.

உணவுப் பாதுகாப்பு நுட்பங்களிலும் அவர்கள் சிறந்து விளங்கினர். பாலை நில மறவர்கள் இறைச்சியை உலர வைத்துப் பாதுகாத்தனர். நெய்தல் நில மக்கள் கருவாடு தயாரித்தனர். இது பஞ்சம் அல்லது பயணக் காலங்களில் உணவாக உதவியது. மேலும், அரிசியைக் கழுவிய தண்ணீரை (உழுந்துக் கழுநீர்) வீணாக்காமல், அதிலேயே சாதத்தைச் சமைக்கும் பழக்கம் ஆரோக்கியமானதாகக் கருதப்பட்டது.

முடிவுரை: பாண்குடி மரபின் வாழ்வியல் பதிவு

பாண்குடி மரபில் உணவு அமைப்பு என்பது வெறும் வயிற்றை நிரப்பும் செயல்முறை அல்ல; அது ஈராயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முற்பட்ட ஒரு சிறந்த நாகரிகத்தின் வரலாற்றுப் பதிவாகும். ஆற்றுப்படை இலக்கியங்கள் பாணர்களின் பசிப் பிணியைத் தீர்த்த வள்ளல்களைப் போற்றுவதுடன், அந்தந்த நிலத்தின் இயற்கை வளத்தையும், மக்களின் ஈகைத் குணத்தையும் உலகிற்குப் பறைசாற்றுகின்றன.

ஐந்திணை நிலங்களின் உணவுப் பழக்கவழக்கங்கள் அந்த நிலத்தின் புவியியல் மற்றும் காலநிலைக்கு ஏற்ப அமைந்திருந்தது வியக்கத்தக்கது. முல்லை நிலத்தின் பால் பொருட்கள், குறிஞ்சி

நிலத்தின் வேட்டை இறைச்சி, மருத நிலத்தின் செந்நெல், நெய்தல் நிலத்தின் மீன் மற்றும் பாலை நிலத்தின் புல்லரிசி என ஒவ்வொன்றும் ஒரு சூழலியல் சமநிலையை வெளிப்படுத்துகின்றன. பாணர்கள் இந்த நிலங்களைக் கடக்கும்போது பெற்ற உணவுகள், சங்க காலச் சமூகம் ஒரு கூட்டுறவுப் பொருளாதாரமாகச் செயல்பட்டதைக் காட்டுகிறது.

விருந்தோம்பல் என்பது சங்கத் தமிழர்களின் இரத்தத்தில் ஊறிய பண்பு என்பதற்குப் பாணர்களுக்கு வழங்கப்பட்ட உணவுகளே சான்றாகும். தன்னைத் தேடி வந்த கலைஞர் எந்த நிலத்தைச் சார்ந்தவராக இருந்தாலும், அந்த நிலத்தின் மக்களும் மன்னர்களும் அவரைத் தங்களில் ஒருவராகக் கருதித் தங்கள் உணவைப் பகிர்ந்துகொண்டனர். இந்த உயர்ந்த பண்பாடுதான் சங்க இலக்கியங்களை இன்றும் உலக இலக்கிய வரிசையில் உயர்த்திப் பிடிக்கிறது. பாண்குடி மரபின் உணவு அமைப்பு என்பது பழந்தமிழர் வாழ்வியலின் ஒரு செழுமையான கலாச்சாரக் களஞ்சியமாகும்.

துணை நூற்பட்டியல்

1. பத்துப்பாட்டு மூலமும் நச்சினார்கினியர் உரையும், உ.வே.சா பதிப்பு, கேசரி அச்சுக்கூடத்தின் பதிப்பிக்க பெற்றது, சென்னை, மூன்றாம் பதிப்பு: 1981
2. பத்துப்பாட்டு , நீயூ செஞ்சுரி புக் ஹாவுஸ், சென்னை.
3. பத்துப்பாட்டு, ச.வே.சு. உரை, மெய்யப்பன் பதிப்பகம்.
4. பெரும்பாணற்றுப்படை- ஆராய்ச்சியும் உரையும், ரா. இராகவையங்கார், அண்ணமலை நகர் இரண்டாம் பதிப்பு: 1958.

Bibliography

1. **Pathuppattu (Text and Nachinarkiniyar's Commentary)**, Edited by U.V. Swaminatha Iyer, Published by Kesari Press, Chennai, Third Edition: 1981.
2. **Pathuppattu**, New Century Book House, Chennai.
3. **Pathuppattu**, Commentary by S.V. Subramanian, Meiyappan Padhippagam.
4. **Perumpanattrupadai - Research and Commentary**, R. Raghava Iyengar, Annamalai Nagar, Second Edition: 1958.