வளன்ஆயம்
நொடிதோறும் புதுமைசேர்
தமிழாய்வுத்துறை
தூய வளனார் கல்லூரி [தன்னாட்சி]
திருச்சிராப்பள்ளி- 620002

சிறுதானிய அறம் போற்றும் மின்வெளிக்காட்சிகள்

முனைவர் ஜா.சலேத்
உதவிப்பேராசிரியர், தமிழாய்வுத்துறை
தூய வளனார் கல்லூரி, திருச்சிராப்பள்ளி – 620 002

ஆய்வுச்சுருக்கம்

"உணவெனப்படுவது நிலத்தோடு நீரே" என்னும் தெளிவு கொண்ட தமிழ்ச் சமூகம் மண்ணில் விளைந்த பொருட்களைப் பதப்படுத்தி, அதனைச் சமைக்கப் பழகிய தமிழர்கள் தம் நிலத்தின் அடையாளமாக உணவுகளை முன்மொழிந்தனர். மனிதனின் அடிப்படைத் தேவைகளான உணவு, உடை, உறைவிடம் என்பனவற்றுள் மிக முதன்மையானது உணவு என்பதாகும். வேளாண்மைத் தொழிலைச் செய்துவந்த பண்டைத்தமிழர்கள் மேற்சொன்ன எட்டு வகையான முதற்கூலத்தில் தினை, நெல், புல், வரகு ஆகிய நான்கையும் முதன்மை உணவுப்பொருளாகப் பயன்படுத்தினர். இவ்வாறு வளர்ந்த தமிழரின் உணவுக்கலாச்சாரத்தில் சிறுதானியவகை உணவுகள் தனித்துவம் பெற்றன என்பது வரலாற்று உண்மை. தொல்காப்பியம், திருக்குறள், சங்க இலக்கியங்கள் என எண்ணற்ற இலக்கண, இலக்கியங்களில் சிறுதானியங்கள் குறித்த மேற்கோள்கள் காணப்படுகின்றன. அந்தப்பின்னணியில் இன்றைய சமூக ஊடகங்களில் சிறுதானியங்கள் பெறும் இடம் குறித்து இக்கட்டுரையில் ஆராய்ந்து தொகுக்கப்பட்டுள்ளது.

திறவுச் சொற்கள்

இறடி, ஏனல், இருவி, அவிழ், கடுகோதன்னம், உளுந்தோதன்னம், எள்ளோதன்னம்

முன்னுரை

இந்தியா, ரஷ்யா, நேபாளம், வங்கதேசம் மற்றும் நைஜீரியா உள்ளிட்ட நாடுகள் முன்மொழிந்தும் 70 நாடுகள் இதற்கு வழிமொழிந்த பிறகு ஐ.நா சபை முன்மொழிவின் மீது வாக்கெடுப்பை நடத்தியது. ஐ.நா வின் 193 உறுப்பு நாடுகளும் ஆதரவு

கொடுத்ததை தொடர்ந்து தீர்மானம் ஒருமனதாக நிறைவேற்றப்பட்டு 2023 ஆம் ஆண்டை பன்னாட்டுச் சிறுதானியங்கள் ஆண்டாக ஐ.நா. அறிவித்தது. சிறுதானியங்களின் முக்கியத்துவம் மற்றும் அவற்றால் உடலுக்கு ஏற்படும் நன்மைகள் குறித்தும் மக்களிடையே விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தவும், சிறுதானியங்கள் சாகுபடி அதிகரிக்கவும் இந்த முயற்சி எடுக்கப்பட்டுள்ளது. இத்தகைய சூழலில் அங்கிங்கெனாதபடி நிறைந்துள்ள சமூக ஊடகங்கள் சிறுதானிய விழிப்புணர்வுக்கு ஆற்றிடும் பணிகள் மகத்தானவை.

பெருந்தமிழ் நிலப்பரப்பில் உணவு

நம் தமிழ்மரபின் மூத்த தலைமுறையினரின் பெரு நிலப்பரப்பை,

"மாயோன் மேய காடுறை உலகமும்
சேயோன்மேய மைவரை உலகமும் வேந்தன்
மேய தீம்புனல் உலகமும் வருணன்
மேய பெருமணல் உலகமும்
முல்லை குறிஞ்சி மருதம் நெய்தல் எனச் சொல்லிய
முறையால் சொல்லவும் படுமே" (தொல்காப்பியம், 25)

என்ற தொல்காப்பியரின் கூற்றால் அறிய முடிகிறது. இந்நிலத்தில் வாழ்ந்த தமிழர் உடல், உயிர், உணவு ஆகிய மூன்றுக்கும் உள்ள நெருங்கிய தொடர்புண்டு என்பதை உணர்ந்த வள்ளுவர் பல குறள்களின் உணவு குறித்தும், விருந்தோம்பல் குறித்தும்,

இருந்தோம்பி இல்வாழ்வ தெல்லாம் விருந்தோம்பி
வேளாண்மை செய்தற் பொருட்டு (திருக்குறள், 81)

அகனமர்ந்து செய்யாள் உறையும் முகனமர்ந்து
நல்விருந்து ஓம்புவான் இல் (திருக்குறள், 84)

என்கிறார் வள்ளுவர். சங்க காலத்தில் உமி நீக்கப்படாத சிவப்பு அரிசியையே பயன்படுத்தினர். பிறகு சிறுதானிய உணவுகளையும், பச்சைப் பயிர்கள், உளுந்து, எள்ளு, கடுகு இவற்றை அரியுடன் இணைத்து உண்டனர். கடுகோதன்னம், உளுந்தோதன்னம், எள்ளோதன்னம் ஆகிய உணவு முறைகள் அறிமுகமாகியுள்ளன. கடுகோதன்னம் என்பது கடுகை அரிசியுடன் சேர்த்துச் சமைக்கக்கூடிய முறை. உளுந்தோதன்னம் என்பது உளுந்தை அரிசியுடன் சேர்த்துச் சமைக்கக்கூடிய முறை, எள்ளோதன்னம் என்பது எள்ளை அரிசியுடன் சேர்த்துச் சமைக்கக்கூடிய முறையாகும்.

சங்க இலக்கியங்களில் சிறுதானியங்கள்

சங்க இலக்கிய காலத்தில் தினையும் வரகும் பிற சிறுதானியங்களும் மக்களிடம் செல்வாக்கு பெற்றிருந்தன என்பதற்கு எண்ணற்ற சான்றுகள் கிடைக்கின்றன.

'கருங்கால் வரகே இருங்கதிர்த்தினையே
சிறுகொடிக்கொள்ளே பொறிகிளர் அவரையொடு
இந்நான்கல்லது உணாவும் இல்லை' (புறநானூறு - 335)

என்று மாங்குடிக் கிழாரினால் உயர்த்திக் கூறப்படும் வரகு, தினை போன்ற தானியங்கள் தமிழகத்தின் வானவாரி நிலத்தில் விளைந்து மிகுந்த பயனைத் தந்தவை. இவையே உணவு என்கிறார் புலவர்.

'மரங்ககொல் கானவன் புனம்
துளர்ந்து வித்திய பிறங்குகுரல் இறடி' (குறுந்தொகை - 214)

என்ற குறுந்தொகைப் பாடல் மரங்களை அப்புறப்படுத்தி விட்டு இறடியை விதைத்த செய்தியைக் கூறுகிறது. தினை பற்றிச் சங்க இலக்கியம் 73 இடங்களில் குறிப்பிடுகிறது. தினைக்கு இறடி, ஏனல், இருவி என்ற பெயர்களும் உண்டு.

'உழாதுவித்திய பரூஉக்குரல் சிறுதினை' (புறநானூறு – 163)

தினைப் புனம் காப்பதும், பரண்களிலிருந்துப் பாடுவதும், காதலனைச் சந்திப்பதும் பண்டைத் தமிழர்களின் பண்பாட்ட நிகழ்வுகள். குறிஞ்சிப்பாட்டின் பாடுபொருளே இதுதான். தினைக்கதிர் அறுத்த தாள்களைக் கொண்டு கூரை வேய்ந்தனர். 'இருவி வேந்த குறுங்கால் குரம்பை' என்று குறிஞ்சிப்பாட்டில் குறிப்பிடப்படுகிறது.

இன்றைய ஊடகங்களில் சிறுதானியங்கள்

இந்தியாவில் சமூக ஊடகங்கள், செல்வாக்குமிக்க ஊடகங்களாக மாறிவருகின்றன. ஒவ்வோர் ஆண்டும் அதன் வளர்ச்சி அதிகரித்துக்கொண்டே வருகிறது. இந்தியாவில் தற்போதைய நிலையில் 44.8 கோடிப்பேர் சமூக ஊடகங்களைப் பயன்படுத்திவருகிறார்கள். நாள்தோறும் சராசரியாக இரண்டரை மணி நேரத்தைச் சமூக ஊடகங்களில் இந்திய மக்கள் செலவழிக்கிறார்கள். ஊடகங்களானவை அன்றாடம் மக்களுக்குப் பல தகவல்களை மக்களுக்குக் கொண்டு போய்ச் சேர்க்கின்றது. அரசியல் செய்திகள், உலகநடப்புக்கள், பொருளாதார தகவல்கள், விளையாட்டு செய்திகள், அறிவியல் நிகழ்வுகள், பாடல்கள், பல்சுவை நிகழ்வுகள் என பலவகையான விடயங்களை அறியக் கூடியதாக உள்ளது. உலக நாடுகளில்

காணப்படுகின்ற வெவ்வேறான கலாச்சாரங்கள், பண்பாடுகள் போன்ற பல விடயங்களை அறிந்து கொள்ள முடிகிறது. ஊடகங்கள் மூலமாக நாம் அதிகளவாக அறிவினை வளர்த்து கொள்ளவும் முடிகிறது.

“கண்ணுக்கெட்டிய தூரம் வரை பச்சையாய்க் கிடந்த வயல்களைப் பல ஆண்டுகளாகக் காணவில்லை. கண்ணுக்கெட்டிய தூரத்திலிருந்து வெள்ளமாய்ப் பொங்கி வரும் காவிரியைக் காணவில்லை. காவிரியிலிருந்த மணலைக் காணவில்லை. எங்கள் ஊரில் இருந்த ஏரி குளங்களைக் காணவில்லை . நண்டு நத்தைகள், தவளைகள், மழைவரும் என்று கூறும் அக்கா குருவிகள், பூவுக்கு வலிக்காமல் தேனருந்தும் பட்டாம்பூச்சிகள், தினை கொய்ய வரும் கிளிகள், உறவு வளர்க்கும் காக்கைகள் என்று பலப்பல காணவில்லை” என்று வயல் புதினத்தில் கு.வெ.பாலசுப்பிரமணியம் குறிப்பிடுவார். இத்தகைய இயற்கை வளத்தையும், இயற்கை வளம் சூறையாடப்படும் விதத்தையும் சிறுதானிய பயன்களையும் சமூக ஊடகங்களில் காண முடிகிறது.

மின்வெளிக்காட்சி – அறிமுகம்

யூடியூப் என்று சொல்லக்கூடிய சமூக ஊடகத்தை பரவலாக வலையொளி என்றே பயன்படுத்தி வருகிறோம். அதே வேளையில் பெயருடன் டிவி என்ற சொல்லை இணைத்தே பதிவிடும் போக்கே உள்ளது. (சான்று: இதயா டிவி) டிவி என்பது தொலைக்காட்சியை குறிப்பதாக இருப்பதால் வலையொளியை குறிப்பதற்கு வேறு பெயரைக் குறிப்பிட வேண்டிய தேவை வெற்றிடமாகவே உள்ளது. எனவே வலையொளியை சைபர் விஷன் (சிவி) - மின்வெளிக்காட்சி என்று பதிவிடும் போக்கு அத்தளத்தில் உருவாகி வருகிறது.

மின்வெளிக்காட்சிகளில் சிறுதானிய விழிப்புணர்வு

இணையத்தில் சிறுதானியங்கள் என்று பதிவிட்டு தேடுதலில் ஈடுபடுகிறபோது 47,100 இணைப்புகள் நமக்குக் கிடைக்கின்றன. மருத்துவர் கு.சிவராமன் அவர்களின் சிறுதானிய உணவின் பயன்களைக் குறிக்கும் 1218 காணொலிகளை நம்மால் பெற முடிகிறது. படைப்பாளர்கள் அச்சு ஊடகங்களில் தம் கருத்துக்களைக் கட்டுரைகளாக வடித்து மக்கள் மத்தியில் கொண்டு சேர்க்க வேண்டும் என்கிற மனநிலையில் இருந்து மெல்ல மெல்ல விலகி தங்களது கருத்துக்களை உடனுக்குடன் வெகுமக்களிடம் கொண்டு சேர்க்க மின்வெளிக்காட்சிகளைக் களமாக்கிக் கொள்ளும் நிலையைப் அதிகரித்துள்ளது. கொரோனாச் சூழல் மின்வெளிக்காட்சிகளின் படைப்புகளையும்,

பரவலாக்கத்தையும் அதிகரித்துள்ளது என்பதையும் புள்ளிவிவரங்களாக நம்மால் பெற முடிகிறது.

அந்த அடிப்படையில் கவிதாயினி கலை நிலா கலை நிலாவின் கவிநிலா என்கிற ஒரு மின்வெளிக்காட்சியை உருவாக்கி அதன் மூலமாக எண்ணற்ற சிறுதானிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துவதை அறமாக செய்து வருவதை அறிய முடிகிறது.

'சிறுதானியம் உணவுகளில் சிறப்பான சத்துணவு
சிறுந்தானியம் முன்னோர்கள் நல்வாழ்வின் நல்லுணவு
செறிவான சத்துக்கள் உள்ளடக்கிய ஊட்டஉணவு
மறுக்காதே நார்ச்சத்தும் உயிர்ச்சத்தும் உயர்உணவு
சுண்ணாம்பு சத்துநிறை கேழ்வரகு சுவைரஉணவு
புண்களையும் ஆற்றுகிற கம்பாகும் குளிர்உணவு
கண்நரம்பை வலுவாக்கும் வரகரிசி வரம்உணவு
பிணிமூப்பைத் தள்ளிப்போடும் பனிவரகு பேருணவு
மூட்டுவலி முறியடிக்கும் குதிரைவாலி முத்துணவு
காட்டும்புரதம் கணக்கின்றி திணையாகும் திடஉணவு
வேட்டுவைக்கும் நீரிழிவிற்கு சாமையது சிறப்புணவு
கூட்டும்எடையைக் குறைத்திடுமே சோளமெனும் சீருணவு
களியுடனே கூழதுவும் சிறப்பான சிறப்புணவே
உளுந்துடனே பனியாரம் இட்லிதோசை ருசிதருமே'
வலுசேர்க்கும் கொழுக்கட்டை பிட்டனவே இனித்திடுமே
எலும்புபலம் சிறுதானிய உருண்டைகளும் சத்துணவே'

கொச்சகக்கலிப்பா வடிவில் கலை நிலாவின் விழிப்புணர்வுப்பாடல் சிறுதானியங்களின் மகத்துவத்தை அறிய வைப்பதாக அமைந்துள்ளது. இவரைப் போலவே கவிதைக்கரை என்கிற தளத்தில் தம் கவிதைகளை அறிமுகம் செய்கிறார் புதுக்கவிஞர் கவிதைக்கரை.

'மனித ஆயுளுக்கு இயற்கையீந்த மானியங்கள் இத்தானியங்கள்
நீண்ட ஆயுளின் பெருங்காரணிகள் மனிதனுக்குத் இத்தானியங்கள்
காரணமுறைக் கழித்து விடாதே காரணமுண்டுத் தானியங்களில்
கண்ணுக்குக் கருவிழிகளென மண்ணின் சிறுதானியங்கள்

ஐந்தறிவுபறவைக்கும் சிறுதானியமே பேருணவாம்

ஆறறிவு மானிடனே மறந்து விடாதே

புதையும் பூமியின் நம்பிக்கை விதை இத்தானியங்கள்

விழுந்த நாகரிகத்தின் வீழாத விருட்சம் இத்தானியங்கள்

இறந்த காலத்தின் இறவாத மிச்சம் இத்தானியங்கள்

இத்தானியங்கிக் காலத்திலும் நாமியங்கத் தேவை இத்தானியங்கள்

ஆதி மனிதனின் தேடலில் விளைந்த அமுதம் இத்தானியங்கள்

உணவு தேடலில் விளைந்த அமுதம் இத்தானியங்கள்'

தானியங்கிக் காலத்திலும் நாமியங்க சிறுதானியங்கள் மிக முக்கியத்துவம் வாய்ந்தவையாக விளங்குவதைத் தம் கவிதையில் குறிப்பிடுகிறார் கவிதைக்கரை. ஜாலிகிட்ஸ் என்னும் மின்வெளிக்காட்சியில் ஒரு குழந்தையே சிறுதானியங்களின் பெயர்களைச் சொல்லிப்பாடுவது அறமாகப் போற்றப்படுகிறது.

தானியமாம் தானியம் ஏழுவகைத் தானியம்

சத்தான தானியம் மகத்தான தானியம்

நார்ச்சத்தும் புரதச்சத்தும் சேர்ந்துள்ள தானியம்

கம்பு சோளம் கேழ்வரகு சாமை

திணை குதிரைவாலி வரகரிசி

தானியமாம் தானியம் ஏழுவகைத் தானியம்

எண்ணற்ற தகவலுடன் துள்ளல் மொழியில் கோ சிறகுகள் மீடியா ஒர்க்ஸ் தளத்தில் பதிவேற்றம் செய்யப்பட்டுள்ள பாடல் இன்றைய குழந்தைகள் முதல் அனைவரையும் காணவும் கேட்கவும் வைத்திருப்பதை இக்காணொலிப் பாடலின் பார்வையாளர்களின் எண்ணிக்கை புலப்படுத்துகிறது.

பத்தாம் மாசம் பூச பூரணம்

தை தைசம் தசம் தைமாசம்

10x10x10 = டன் டன் டன் TON (4)

கோடைமழை காலை வேண்டி குருவி கத்துச்சாம்

ஆடிப்பாட்டம் புரட்டாசிக்கு தேதி தந்துச்சாம் (2)

சாமை திணை கம்பு வரகு விளைஞ்சு வந்துச்சாம்

குதிரைவாலி சோளம் கேழ்வரகுக்கூட்டு சேந்துச்சாம் (2)

விதவிதமா விதைக்கணும் வகை வகையா ருசிக்கனும்

10x10x10 = டன் டன் டன் TON (4) (பத்தாம்)

சிறுதானியம் நவதானியம் விளைந்த கழனியும்

முப்பாட்டன் பேரச்சொல்லி வானம் பார்த்த பூமியிலும்

வாடாமல் வளர்ந்து வரும் (2)

விதைச்ச எல்லாம் விளைஞ்சாச்சு

விறகு மூட்டி சமைச்சாச்ச

கடல் தாண்டி வித்துப்புட்டோம

மண்ணெல்லாம் பொன்னாச்சு (பத்தாம்)

கடலைமிட்டாய் பர்பி கடலைஉருண்டை எள்ளுருண்டை

கம்புஉருண்டை பாசிப்பயறு உருண்டை கொள்ளு வடகம் நரிப்பயறு உருண்டை

சாமஉருண்டை ராகிமுறுக்கு சாமவடகம் நெய்முறுக்கு

கருப்பட்டி லட்டு புட்டு அதிரசம் இங்கே தட்டுவடை

கடலை மாவு காரச்சேவு (பத்தாம்)

கோடைமழை காலை வேண்டி குருவி கத்துச்சாம்

ஆடிப்பாட்டம் புரட்டாசிக்கு தேதி தந்துச்சாம் (2)

சாமை திணை கம்பு வரகு விளைஞ்சு வந்துச்சாம

குதிரைவாலி சோளம் கேழ்வரகுக்கூட்டு சேந்துச்சாம் (2)

விதவிதமா விதைக்கணும் வகை வகையா ருசிக்கனும்

10x10x10 = டன் டன் டன் TON (4)

முடிவுரை

• பண்டைய கால முதலே சிறுதானியங்கள் தமிழர் வாழ்வில் வியக்கத்தக்க இடத்தைப் பெற்றிருந்தன. காலப்போக்கில் தமிழர்கள் மற்ற பண்பாட்டு நாகரிகங்களை உள்வாங்கியதன் விளைவாகத் தமிழர்கள் தங்களின் சுய அடையாளங்கள் பலவற்றை இழந்தனர். அவற்றுள் ஒன்றே சிறுதானிய உணவுமுறையும் ஆகும்.

• சிறுதானியங்கள் உடலுக்கு வலிமை தருவதுடன் மருத்துவக்குணம் உடையதாகவும் இருக்கிறது என்கிற உண்மையை வலியுறுத்தும் போக்கில் நவீன

ஊடகங்கள் வியக்கத்தக்க வகையில் பணியாற்றுகின்றன. அவற்றுள் மின்வெளிக்காட்சிகளின் பங்கு போற்றுதலுக்குரியதாக அமைகின்றன.

- இதன் காரணமாக தமிழ் பண்பாட்டில் சிறுதானியங்கள் பெறுகின்ற இடத்தை தமிழ்ச்சமூகம் தக்க வைத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்னும் விருப்பத்தை வெளிப்படுத்துவதாக மின்வெளிக்காட்சிகளின் பதிவுகள் அமைகின்றன இப்பணியை அறிவித்தல், அறிவுறுத்தல் என்னும் இரண்டு நிலைகளில் மின்வெளிக்காட்சிகள் உணர்த்துகின்றன.

துணை நின்ற நூல்கள்

1. தொல்காப்பியம், இளம்பூரணர் உரை, சாரதா பதிப்பகம், சென்னை, 11 ஆம் பதிப்பு 2011
2. திருக்குறள் தெளிவுரை, திருநெல்வேலி தென்னிந்திய சைவ சித்தாந்த நூற்பதிப்புக் கழகம் லிட், 154, டி.டி.கே. சாலை, சென்றை 18, 205 வது பதிப்பு, 2010
3. சங்க இலக்கியம் - தொகுதி 10 , (புறநானூறு), வர்த்தமானன் பதிப்பகம், 21, இராமகிருஷ்ணா தெரு, சென்னை, மூன்றாம் பதிப்பு, டிசம்பர் 2022
4. சங்க இலக்கியம் - தொகுதி 2 , (குறுந்தொகை), வர்த்தமானன் பதிப்பகம், 21, இராமகிருஷ்ணா தெரு, சென்னை, மூன்றாம் பதிப்பு, டிசம்பர் 2022
5. வயல், கு.வெ.பாலசுப்பிரமணியம், நியூ செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ், சென்னை