



முனைவர் இரா. ஆனந்தகுமார், இ.ஆ.ப.

விபாஷ்னா சமையல்

கிரிக்கெட்டில் ஸ்வீப் ஷாட் என்று ஒன்று உண்டு.

கொஞ்சல் விளையாடும் பொழுது சொல்லித் தருவார் கதிரேசன். ஆனால் அந்த ஷார்ட்டுக்கும் ஸ்வீப் பண்ணுவதற்கும் சம்பந்தம் இல்லை என்பதைக் கதிரேசன் இன்றுதான் புரிந்து கொண்டாப்ல. ஸ்வீப் ஷாட் என்றால் தரையோடு தரையாக பேட்டை படுக்க வைத்து வளைத்து அடிப்பார்கள். அதுபோல வீடு கூட்டும் பொழுது எதுவும் செய்வதில்லை.

கிருஷ்ணம்மாள் பாட்டி வந்துகொண்டிருந்த சில கொரோனா தனிமை நாட்களில் (இப்படியென்று சென்ற மூன்று மாதங்கள் முன்பு எழுதி இருந்தால். என்ன அர்த்தம் என்றே புரிந்திருக்காது கொரோனா கோவிட் எல்லாம் தமிழ்ச் சொற்களஞ்சியத்தில் சேர்ந்துவிட்டன) கதிரேசன் உடற்பயிற்சி செய்வது வழக்கம்.

யோகா. கிரிக்கெட் கால்பந்து ஸ்ட்ரெச்சிங் போன்ற பயிற்சிகளை, மேற்கொள்வது வழக்கம். ஆனால் வீடு சுத்தம் செய்வது என்ற பயிற்சி அப்பேர்ப்பட்ட யோகா! என்பது கதிரேசனுக்குத் தோன்றியது. சமையல் செய்யும்பொழுது தியானம் செய்வது போல உணர்ந்ததால். தனியாக தியானம் செய்வதை நிறுத்திவிட்டான் கதிரேசன். பால் காயும்பொழுது அந்தப் பாத்திரத்தையே பார்த்துக்கொண்டிருந்த பொழுது யுவல் நோவா ஹாரரி. (yuval Noah Harari) காலையும் மாலையும் தலா ஒரு மணி நேரம் ஆக மொத்தம் இரண்டு மணி நேரம் அவர் தியானம் செய்வதற்கு ஈடாவதாகத் தோன்றியது. விபாஷ்னா? என்றால் மனதில் என்ன தோன்றுகிறது என்பதை 'உள்நோக்கிப் பார்ப்பது' என்று பாலி மொழியில் அர்த்தமாம். இங்கே

'பாலின்' மொழியில் அந்தக் கவனக் குவிப்பை நேற்று இரவு அனுபவித்தான் கதிரேசன்.

இது தியானத்திலிருந்து யுவல் நோவா ஹாரரியிடம் நினைவுகளை அழைத்துச் சென்றது. ஹாரரி... சமையலைப் பற்றி என்ன சொல்லியிருக்கிறார் என்று பார்ப்போம் என்று இணைய தளத்தில் தேடலாம் என்று தோன்றியது. இணையதளத்தில் தேடுவது என்பது கிருஷ்ணா பாட்டி சமைத்து சாப்பிடுவது மாதிரி. நூலகத்திலே படிப்பது நாமே சமைப்பது போல. கதிரேசனுக்கு சமைப்பதுதான் பிடித்திருந்தது. சுவை கொஞ்சம் முன்னப் பின்னப் போனாலும் பசி அதை ஈடு செய்துவிடுகிறது. யுவல் நோவா ஹாரரி சமையல் செய்வது என்கிற விஷயம் மனிதப் பரிணாம வளர்ச்சியில் எப்பேர்ப்பட்ட பங்கு வகித்துள்ளது. மூளை வளர்ச்சிக்கு அது எவ்வாறு பங்காற்றியது? என்றெல்லாம் சொல்லியிருப்பதாக இணையதளத்தில் கதிரேசன் படித்தது மிகவும் சுவாரஸ்யமாக இருந்தது.

அப்படி என்ன அவர் எழுதியிருக்கிறார் என்று யோசித்துக்கொண்டு இருப்பீர்கள். அதே மாதிரியான யோசனையும் தொலைநோக்குப் பார்வையும்தான் சமையலுக்குத் தேவைப்படும் போல. சாம்பார் எப்படி வைப்பது? என்று அம்மாவிடம் சீபோன் பண்ணி முன்பெல்லாம் கேட்டிருக்கிறான்... அப்பொழுதெல்லாம்... முன்வைத்த காலை... அழகாக பின்னால் எடுத்துக்கொண்டு வந்துவிடுவான் கதிர்.

அதற்குள்... யாராவது பத்மினியோ, கிருஷ்ணம்மாளோ. வந்து பாதி சமையலை அவர்கள் முடித்து. மங்களம் பாடிவிடுவார்கள். அதை சாப்பிடும்பொழுது. நமது பங்களிப்பா இப்படி வந்து உள்ளது? என்று உறுதியாகத் தோன்றாமல் சந்தேகமாகவே இருக்கும்.

கொரோனா உள்னிருப்பில் ஏற்பட்ட முக்கியமான மாற்றங்களில் ஒன்று முழு சமையல் முடிந்து அதை சாப்பிடும் வரையிலும், யாரும் குறுக்கே வந்து தடுத்தாட்கொள்வதே இல்லை! வினைப்பயனை அனுபவிப்பதாகிப் போகிறது மூன்றாம் நாளிலேயே சரியான அளவு தண்ணீர் வைத்து சரியான விசுத்தத்தில் சரியான விசுவில் அரிசி சாதத்தை வடித்தெடுத்த வெற்றிப் பெருமித்தத்தில் ஈரமாக இருந்த கைகளைத் துடைத்துக்கொண்டு சாதத்தை ஃபோட்டோ எடுத்தான் கதிர். மார்ட்டின் ஓ பிரியன் உடைய "ஜேக்வட் அன்ட் தி ஏஞ்சல்" (Martin O' Brien Jacqwoi and the Angel) நாவல் படித்திருக்கிறீர்களா.

கொரோனாக்கு நன்றி அதில். கதிரேசன் விட்டால் கொஞ்சலுடைய பள்ளி லாக் (logarithm table) புகைக கூட லைன் பை லைன் படிக்க தயாராகியிருந்தான். ஜேக்வட் அன்ட் தி ஏஞ்சலில் முதல் சீனிலேயே பிரான்ஸில் இரண்டாம் உலகப்போர் கொலை அதைத் தொடர்ந்து ஐஞ்சு பேர் கொலை. அதில் ஒரு உயிர் இன்னும் பிறக்காத குழந்தை.

வெய்ட் வெய்ட்

சமையல் கட்டுரையில் எதற்கு இவ்வளவு தாங்க முடியாத அளவு வயலன்ஸ் என்பதால். அந்தக் கதையில் வருகிற கதாநாயகன் ஜேக்வட் அந்த கொலைகளைத் துப்பு துலக்குவார். பாத்திரம் துலக்கிக் கொண்டிருந்த நாம் ஏன் ஜேக்வட்டின் வேலையைப் பார்க்கிறோம்? என்றால். ஜேக்வட்டின் வேலையை விட வேளா வேளைக்கு அவருடைய தோழி அவருக்கு என்ன சமைத்து எப்படிப் பரிமாறினாள் என்று அந்த எழுத்தாளர் எழுதியது நினைவு வருகிறது.

'கேஸோலெட்' என்று ஒரு பிரான்ஸ் நான்வெஜ் ஐட்டம், ஜெர்மனியிலிருந்து வந்திருந்த இன்னொரு துப்பறியும் அதிகாரியை இன்னிக்கு வீட்ல 'கேஸோலெட்' (Cassoulet) சாப்பிட வர்றீங்களா? என்று ஜேக்வட் கேட்டுவிட்டு, "ஒருவேளை நாம் அதிக உரிமை எடுத்துக் கொண்டு. கூப்பிட்டு விட்டோமோ"

"அவர் ரேங்கு என்ன? நம்ம ரேங்கு என்ன என்று யோசித்த பிறகு கூப்பிட்டு இருக்கணுமோ?"

என்று ஜேக்வட் யோசிக்கும் பொழுது.

சரீங்க போகலாம். என்ற பதில் கிடைத்த பிறகு.

பிரான்ஸின் ஒவ்வொரு வகை 'வொயின்' (wine) பற்றியும் அந்த கதையில் வர வர கதிரேசன் இணையதளைத்தைப் பயன்படுத்தி பிரான்ஸ் தேச உணவு வகைகளைப் பற்றி தெரிந்து கொண்டார்.

பன்றிக்கறி, வாத்துக்கறி, ஆட்டுக்கறி, பீன்ஸ் போன்றவற்றை ஒரு மண்பானைக்குள் வைத்து வேகவைத்து எடுத்துத் தருவதுதான். 'கேஸோலெட்டாம். நம்மூர் பிரியாணி மாதிரி அரிசிக்குப் பதில் வெள்ளை பீன்ஸ். அவங்க

ணரில் என்ன கிடைக்குதோ. அது. இங்க நம்மதான் முடிவு செய்யணும் என்று கதிரேசன் புகுந்து விளையாடினார்.

காலை 4:30 மணிக்கு ஆரம்பித்து 7:40 மணிக்குச் சாப்பிட்டு முடிந்த கதிரேசன். அந்த இடையே லைவில் பிரான்ஸிலிருந்து... பிரிட்டிலிருந்த பழைய பீன்ஸ் வரை உள்ளே சிந்தனையை ஒட்டி இருந்தான். அதனால் அவன் நண்பன்; முட்டையன்' அழைத்தபோது கூட "தினந்தோறும் ஆஃபீஸ் போகும் போது சாப்பாடு வாங்கிட்டுப் போடா". என்று சொன்ன போது கூட வேணாம் மாமா. உனக்கு வேணும்னா சொல்லு இன்னும் நாலு நாள்ல. டோட்டல் ஃபேமிலிக்கே சப்ளை பன்ற அளவுக்கு ப்ரோடெக்ஸன் அப்ஸ்கேல் பண்ணிடுவேன்

என்றான் கதிரேசன்.

கொஞ்சம் ஓவர் காண்டிபென்ஸ் தானோ?

முட்டையனும் கதிரேசனும் ஒன்றாக பிகாம் படிச்சவங்க. மத்தபடிக்கு 'காமா'வே இருக்க மாட்டானுங்க. முட்டையனின் ஓரிஜினல் பேர் வசந்த். ஆனால் முட்டைக் கண்களாலோ. முட்டைப் பிரியத்தாலோ அப்படிப் பேர். படிச்சதுக்கும் அதுக்கும் சம்மந்தமே இல்லாம. கம்ப்யூட்டர் கம்பெனி வெச்சுக் கலக்குராப்பல்.

கம்ப்யூட்டர் என்றதுமே ஞாபகம் வருது. ஹாரரி..

சமையல் எப்படி மூளை வளரக் காரணம் என்று சொன்னதைச் சொல்ல வந்தோம்ல..

அங்கேயிருந்து பிரான்ஸ் தேசப் பார்வை.

அதாவது. மனிதன் குரங்கிலிருந்து நிமிர்ந்து நடக்க ஆரம்பிச்ச அடுத்த நாளே இரசம் வெச்சுக் குடிக்கலை. இன்னும் பச்சை லிவரை சாப்பிடற ரெட் இண்டியன்ஸை ஹாலிவுட் படம் காட்டுது.

சமைச்சு சாப்பிட தொடங்கியவுடன்

சாப்பிட நேரம் குறையுது

பல்லினுடைய அளவு குறையுது

குடலினுடைய நீளம் குறையுது. சமைக்காத உணவு செரிக்க நிறைய பிராசஸ் வேணும்.

அதுக்கப்புறம் மூளை பெரிதாகிறது. மூளை மற்றும் குடல் இரண்டும் பெரிதாக வேண்டுமானால் இரண்டுக்கும் அதிக ஆற்றல் வேண்டும் அதனால் பரிணாம வளர்ச்சியில் மனித குடலின் நீளம் குறைந்து மூளை வளர்ந்துள்ளது இப்படியெல்லாம் ஆராய்ச்சி பண்ணா. இரசம் கசக்காம என்ன செய்யும்?

- தொடரும்

முனைவர் இரா. ஆனந்தகுமார் இ.ஆ.ப
தொடர்பு கொள்ள / எழுத்து தெரிவிக்க
email. tmbkianand@gmail.com