

வெற்றியின் வீல்கள்கள்

நில்

கவனி

சிந்தி

செயலாற்று

கமலினி கதிர்

விவரிக்க

வெற்றியின் விலாசங்கள்

பதிப்பு

கமலினி கதிர்
எழுதினார்
கமலினி கதிர்
பதிப்பாளர்

Volume of the Book
Cover
Author
Kamalanithi
All Rights Reserved
First Edition 2023
Number of Pages 64

Printed by
Kamalanithi
No. 2, Street
Braman, Coimbatore, Tamil Nadu
கமலினி கதிர்

ISBN 978-952-1102-7-4

வெற்றிமுகம்

நூலின் பெயர்	வெற்றியின் விலாசங்கள்
பொருள்	ஆற்றுப்படுத்தல் சிந்தனைகள்
ஆசிரியர்	கமலினி கதிர்
உரிமை	ஆசிரியருக்கே
முதல் பதிப்பு	2023
பக்கங்கள்	64
அட்டைப்பட ஓவியம்	திருமதி நளாயினி சிவானந்தா
கணணி வரைகலை	திரு. எஸ். சதீஸ்
அச்சாக்கம்	சைபர்சிறீ, மன்னார், இலங்கை.
Name of the Book	Vettiyyin Vilasankal
Contant	Comforting thoughts
Author	Kamalini kathir
All Rights Reserved	Author
First Edition	2023
Number of Pages	64
Cover Drawing	Mrs. Nalayini Shivanantha
Graphic Arts	Mr. S. Shathees
Printers	Cyber City, Mannar, Sri Lanka. cybercityprint@gmail.com

ISBN 978-955-41027-7-4



“அகத் திறப்பின் விராசம்”

தன் ராஜ்ஜியத்திலுள்ள நாடு அநேக மலைகளாலும், அடர்ந்த காடுகளாலும், நீர்த்தேக்கங்களாலும் சூழப்பட்டிருப்பதில் பெருமிதம் கொண்ட இலங்கை அரசன் பராக்கிரமபாகு (கி.பி. 1153-1186) குறித்து “சூளவம்சம்” நூலின் மூலம் அறிய முடிகிறது. இப்படியான ஒரு வளமான நாட்டில் பெய்யும் மழையில் ஒரு துளியும், ஆற்றின் வழியே மனிதகுலத்திற்கு பயன்தராத வகையில் சமுத்திரத்தை அடைவது மகாபாவம் என்று தன் உளமாற நினைத்த மன்னன் அவன். நீண்ட காலத்திற்குப் பின் பல தலைமுறைகள் கடந்து இயற்கை மீதான நேசத்தில் கரைந்த உள்பாங்கு கொண்ட நீட்சியை இந்நூலின் ஆசிரியர் வழி காணமுடிவது மகிழ்ச்சியைத் தருகிறது.

1937ல் இலங்கை யாழ்ப்பாணம் அருகில் உள்ள கொக்குவில் கிராமத்தில் பிறந்தவர் அ.முத்துலிங்கம். விண்ணையும், மண்ணையும் ஒருமைப்படுத்தும் தத்துவவிளக்கம்; மன அமைதி; வாழ்க்கையின் தலையாய இலட்சியம் - எனப் பல சுருதிகளை இணைத்த காளிதாஸரின் “அபிஞா த சகுந்தலா” போன்று காவியத்தேடலாக அமைந்த கதைகளைக் கொடுத்த எழுத்தாளுமை இவர். இயற்கையுடன் கூடிய வாழ்வையும், இயற்கையின் உறவையும் நிறுவும் காளிதாஸரின் சிருஷ்டி நுட்பத்தை இவரது படைப்பாக்கத்திலும் பார்க்கலாம்.

பல நாடுகளில் வாழ்ந்து பெற்ற வாழ்வியல் தடங்களைக் கொண்டிருந்தாலும் இவரது எழுத்தின் வேராக இருந்தது யாழ்ப்பாணத்து மண். இவரைப் போன்று தன்

வெற்றியின் விசாசங்கள்

தொன்ம வேர் சமந்து பயணித்த புனைவுக் கலைஞர் நா.முத்துச்சாமி.

1936ல் தஞ்சை மாவட்டத்தின் புஞ்சை கிராமத்தில் பிறந்தவர் இவர். பெரு நகரம் நோக்கி வாழ்க்கை நகர்ந்த பின்னும் பால்ய காலத்து புஞ்சை வாழ்வை வேராகக் கொண்டு படைப்புகளை உருவாக்கிய கலையாளுமை இவர்.

தங்கள் நிலத்தின் தொன்மங்களையும், மொழியையும் குறித்த தெளிவான புரிதலும், உணர்வும் எவ்வளவு முக்கியம் என்று உணர்ந்து பயணித்தவர்கள் இவர்கள். மண்ணும், மொழியுமே இவர்களுக்கு முகவரியாக இருந்தது.

இந்நூலின் ஆசிரியரின் படிம அடுக்கு போன்ற தலைப்புகளின் வழியாக விரியும் எழுத்துக்கள் இத்தகைய வாழ்வியல் வேரின் பரிமாணங்களை அழகுற பேசுகிறது. மண், நீர், நெருப்பு, காற்று, விண் எனும் பஞ்சபூதங்கள் வழி ஒரு அற்புத அகத்திறவுகோலை தன் எழுத்தின் வழி நிகழ்த்தியுள்ளார் நூலாசிரியர். இத்திறவுகோல் வாசகனுக்கு வெற்றிக்கான கதவினை திறந்து காட்டுகிறது. தாய், சேய் பிணைப்பு போல் மண்ணோடும், இயற்கையோடும் மனிதன் பிணைந்திருக்க வேண்டிய அவசியம் குறித்து நுட்பமான பார்வையைக் கொண்டுள்ளார் ஆசிரியர்.

இலக்கியத்தை வளர்க்கும் காரணிகளான மண்ணும் மொழியும்; சூர்ய சந்திர ஆற்றல்; “செயல்” எனும் எண்ணத்தின் நீட்சி; ஆழ்மன ஒருமுகக்குவிப்பு மூலம் வெற்றி; கோபம் எனும் நெருப்பு; பயத்திலிருந்து விடுவிக்கும் அறிவாற்றல்; இயற்கையோடு முயங்கிய தெய்வங்கள்; என நூலின் வாசிப்பு அனுபவத்தில் நாழி ஓட்டு அடுக்குகளாக முகம் காட்டுகின்றன நல் பரிமாண முத்துக்கள். நேர்மறை ஆற்றலைக் கொடுப்பது தான் எழுத்தின் நோக்கமாக இருக்க வேண்டும்; அந்த நோக்கத்தை செம்மையாகச் செய்துள்ளார் இந்நூலாசிரியர். நூலின் ஒவ்வொரு எழுத்தும் மண்புழுவாகி, மண்ணைப்

போல மனதை மலர்ச் செய்யும் என்பது எனது உறுதியான நம்பிக்கை.

இயற்கையை நோக்கிய கவனக்குவிப்பும், களைய வேண்டிய களைகள் குறித்தும் நூலாசிரியரின் காட்சிப்படுத்துதல் வழி பயணிக்கும் ஒரு வாசகன் வெற்றி விலாசத்தை அடைவது என்பது திண்ணம். ஜீவ நதிகளின் மீதும், மண், மரங்களின் மீதும் இந்நூலாசிரியர் கொண்டுள்ள பேரன்பு அவர் எழுத்துக்களை உருக்கொள்ளச் செய்துள்ளது. அவ்வெழுத்துக்களை வாசிப்பதன் மூலம் ஒவ்வொருவரின் மனமும் மலர்ந்து அற்புத வெற்றிக் கனியை அடைவார்கள் என்று உறுதியாக சொல்லலாம்.

வளமும் செழிப்பும் மிக்கதாக இருந்த நம் தலைமுறை முதாதையரின் மண் இன்று செழிப்பிழந்து, உணவு பற்றாக்குறை நோக்கி நகர்ந்துள்ள துயர வரலாற்றின் காரணத்தை சிந்திக்கத் தூண்டும் திசை நோக்கி நம்மை நகர்த்துகிறது நூல் பேசும் மண்ணின் மகத்துவம். சோளம், கம்பு, கேழ்வரகு, குதிரைவாலி, சாமை, திணை, காடைக்கன்னி, தட்டைப்பயறு, எள்ளு என பல்வேறு பாரம்பரிய பயிர்கள் விளைந்த நிலம் இன்று தரிசாகக் கிடக்கும் காரணத்தை நுட்பமாக நாம் சிந்தித்தால் பாரம்பரிய மண்ணுடனான மற்றும் இயற்கையுடனான உறவிலிருந்து நாம் எவ்வளவு தூரம் அந்நியப்பட்டு வாழ்கிறோம் என்பதை உணரலாம்.

“இயற்கைக்குத் திரும்பும் பாதை” என்பது மண் மற்றும் இயற்கை மலர்ச்சிக்கான பாதையாகும். “நிலத்தை நேசிக்கத் தொடங்கும் ஒருவன் முடிவில் உலகத்தையே காதலித்துவிடுகிறான்” என்பது அசைக்க முடியாத உண்மை. மேலும், “இயற்கை எதை அளிக்கிறதோ அதைத் திருப்பிக் கொடுத்தால் இயற்கை நமக்குக் கொடுத்துக் கொண்டே இருக்கும்”.

மனிதர்கள் வேண்டாம் என கழிப்பது மாடுகளுக்கும்;

வெற்றியின் விலாசங்கள்

மாடுகள் கழிப்பது வண்டுகளுக்கும்; வண்டுகள் கழிப்பது புழுக்களுக்கும்; புழுக்கள் கழிப்பது கோழிகளுக்கும்; கோழியின் கழிவு பாக்டீரியா, பூஞ்சை நுண்ணுயிர்களுக்கும்; இதன் சாரம் மண்புழுக்களுக்கும்; மண்புழுக்களின் கழிவு செடிகளுக்கும் என்பதே நம் மூதாதையர்கள் காலம் காலமாகக் கண்ட உணவுச் சங்கிலி. நெல்லுக்கு இறைத்த நீர் வாய்க்கால் வழி ஓடும் போது இரு கரைகளிலும் புல் முளைக்கும். புல்லை தின்னும் மாடு சாணி போடுகிறது; பால் கொடுக்கிறது. பால் மனிதர்களுக்கும், சாணி மண்ணுக்கும் உணவாகி உயிர் சக்தி அளிக்கிறது. நவீன விஞ்ஞானம் அனைத்தையும் மாற்றிவருகிறது. ரசாயன கழிவுகள் நம் ஜீவ நதிகளை நஞ்சாக மாற்றிவருகிறது. பல மைல்களுக்குப் பாய்ந்த செழிப்பான ஆறுகள் இன்று வற்றிப் போய் பரிதாபமாகக் காட்சி அளிக்கிறது. இயற்கையை நேசிப்பதும் இயற்கைக்குத் திரும்புவதுமே மனிதகுல மீட்சிக்கான வழி.

இத்தகைய உரத்த சிந்தனையின் சாராம்ச அடர்த்தியைக் கொண்டுள்ளார் இந்நூலாசிரியர். இத்தகைய சிந்தனை அடியோட்டம் இழையோட நூலாசிரியர் காட்டுவதுதான் “வெற்றியின் விலாசம்”.

துரை. அறிவழகன்

தமிழ்நாடு, இந்தியா.

அலைபேசி : +91 7339279026

மின்னஞ்சல் : haridurairaj23@gmail.com



என்னுரை

அறிவு என்பது விண்ணின் குளிர்ந்த மேகங்களிலிருந்து மழைப் பூக்கள் துளித்துளியாக பூமிக்கு இறங்கி வருவதுபோல் மூளையிலிருந்து மனதுக்கு இறங்கிவருகிறது. யாவருமே அறிவை வளர்த்துக் கொள்ளலாம். அதற்கு எந்த விதமான தடையுமில்லை. அறிவுமழையில் நனைந்து மூழ்கினவர்களுக்கு மட்டுமே அதன் அருமை தெரியும். அறிவை நாம் அடைவதற்கு வழிகாட்டியாக இருப்பது தரமான நூல்கள் மட்டுமே. சிறு வயதிலேயோ அல்லது மாணவப்பருவத்திலேயோ அவர்களுக்கு வாசிப்பு என்ற தேனை அறிமுகப்படுத்திவிட்டால் அதன் சுவையை அனுபவிக்க, அறிவுமழையில் மூழ்கத் தொடங்கி விடுவார்கள்.

வாசிப்பை நேசிக்க கற்றுக் கொண்டால் எதற்கும் யாரிடமும் யாசிக்கும் நிலை வராது. நூல்கள் எமது சிந்தனைகளைத் தூண்டி விருந்து படைக்கும் ஆற்றல் வாய்ந்தவை. அத்துடன் எமது சுமைகளுக்கு மருந்தாகி புத்துணர்வு நல்கி எண்ணங்களால் உயர்த்தி மேன்மையான வாழ்வு வாழ வழிவகுக்கும். ஊசிகளின் காது வழியே நூல் நுழைந்தால் ஆடையின் கிளிசல்கள் மறைவதுபோல் மனிதனின் காதுவழியே நல்ல நூல்கள் நுழைந்தால் இதயத்தின் கிளிசல்கள் மறையுமென்று ஒரு நூலில் வாசித்த வாசகங்கள் என் மனதில் ஆணியடித்ததுபோல் இன்னும் உட்கார்ந்து கொண்டிருக்கிறது.

புத்தகங்கள் பலரைத் தட்டியெழுப்ப வேண்டும். பார்த்தவுடனேயே என்னை எடு, என்னைப் படி என்று

வெற்றியின் விலாசங்கள்

தாண்டுவதாக இருக்க வேண்டும். புத்தகத்திலுள்ள எழுத்துக்களெல்லாம் எழுந்துநின்று ஆர்ப்பரிப்பதுபோல் நினைக்கக்கூடிய எழுத்துக்களை விதைக்க வேண்டுமென்று நான் நினைக்கின்றேன். அதில் நான் வெற்றி பெற்றேனா என்று வாசிப்போர்தான் சொல்ல வேண்டும். இளையவர்களின் மனவயலில் நல்லெண்ணங்களை விதைத்தால் மட்டுமே அருமையான சிந்தனைகளை அறுவடை செய்யமுடியும். நல்ல சிந்தனைகளோ, கெட்ட சிந்தனைகளோ ஒரு தொற்றுநோய்க் கிருமிகள் போல விரைவில் தொற்றி விடக்கூடியன. ஆகவே எழுத்தாளர்களுக்கு நூல் படைப்பதில் மிகப்பெரிய கடமை இருக்கின்றது.

இயற்கையுடன் இணைந்த வாழ்வை இன்று தொலைத்துவிட்டு நிற்கின்றோம். எமது மூதாதையர் எம்மிடம் ஒப்படைத்துவிட்டுப் போனவற்றை அப்படியே எம் அடுத்த தலைமுறையினருக்கு வழங்கத் தவறிவிடுகின்றோம். ஐம்பூதங்களுடனான எமது தொடர்பை ஓரளவுக்கு எம் இயல்புகளுடன் ஒப்பிட்டு எழுதியுள்ளேன். குறை தவிர்த்து நிறை கொள்ளுமாறு கேட்டுக்கொள்கிறேன்.

எமது அடுத்த சந்ததியினர் நல்ல பண்புகளுடன் பல சாதனைகள் படைக்க வேண்டும், நல்ல விடயங்களைக் கைக்கொள்ளவேண்டுமென்ற ஆவலுடன் எனக்குத் தெரிந்த சில வழிமுறைகளை எழுதியிருக்கிறேன். இந்நூல் தாயகத்து இளையவர்களை மட்டுமே மனதில் நிறுத்தி அவர்களுக்காகவே எழுதப்பட்டது. இளையவர்கள் சரியாக வழி நடத்தப்பட்டால் செதுக்கப்படுவார்கள். நாளை தமிழ்ச்சமூகம் மேன்மையுடன் வாழ்வார்கள், வாழ வேண்டும் என்று வாழ்த்தி மாணவச் செல்வங்களுக்கு இதை சமர்ப்பிக்கின்றேன்.

எனது ஒன்பதாவது நூலான இந்த வெற்றியின் விலாசங்கள் நூலுக்கு அணிந்துரை எழுத முடியுமா என்று கேட்டவுடனேயே மகிழ்வுடன் ஒப்புக்கொண்ட எனது இலக்கியத் தோழரும், சிறுவர்களுக்காக நூல் படைப்பவரும்,

கமலினி கதிர்

அப்துல்கலாம் நினைவுநாளையொட்டி சாதனையாளர் விருது பெற்றவருமான திரு. விட்டில் துரை அறிவழகனுக்கும், தனது வேலைச்சுமைகளுக்கிடையே நான் கேட்புடன் அட்டைப்படம் வரைந்து அனுப்பிய எனது மைத்துனி நளாயினி சிவானந்தாவுக்கும், அழகான நூலாக செய்துதந்த சைபர்சிறீறி அச்சுக்கலையக, திரு.எஸ்.சதீஸ்க்கும் எனது மனமார்ந்த நன்றியை இந்த என்னுரையின் மூலமாக கூறுகின்றேன். இந்நூல் ஒரு சிலருக்கென்றாலும் பயனுள்ளதாக அமைந்துவிடின் நான் மகிழ்ச்சியுறுவேன்.

அனைவரும் வாழ்க வளமுடன்.

கமலினிகதிர்

சுவிற்சர்லாந்து

04.06.2021

kamalini.kathirgamam@gmail.com

ஆசிரியரின் பிற படைப்புகள்...

01. பக்திப்பாடல்கள் (இறுவட்டு)
02. ஒரு வீணை அழகின்றதே (சிறுகதைத்தொகுப்பு)
03. எந்தன் குரல் கேட்கிறதா? (கவிதைகள்)
04. ஏன் என்று அறிவோமா?
(உலகத் தமிழ் பல்கலைக்கழகம்
அமெரிக்காவால் 'அறிவொளி' Enlightenment
விருது பெற்ற நூல்)
05. முயல்குட்டி (சிறுவர் பாடல்கள்)
06. தேடல்கள் (வரலாற்று உண்மைகளின் தேடல்கள்)
07. சிறுவர்களுக்கான சின்னஞ்சிறு கதைகள்
(தமிழ், டொய்ச்)
08. குட்டிகளுக்கான குட்டிக் கதைகள்
09. மீண்டும் பிறக்கலானேன் (சிறுகதைத்தொகுப்பு)
10. சந்தோஷராகங்கள்
11. சிறுவர் நீதிப் பாடல்கள்
12. பந்துகள் (சிறுகதைத் தொகுப்பு)
13. வேர்கள்

வெற்றிப்படி

நாம் அனைவரும் இயற்கையுடன் இணைவது மிகமிக அவசியம். இயற்கை எழில் கொஞ்சம் ஆறுகள், அருவிகள், மழைத்தூறல், மரஞ்செடிகள் எல்லாமே மனதுக்கு மகிழ்வைத் தருவன. இயற்கை எழில் கொஞ்சம் இயற்கையின் அசைவுகள் அதாவது மரஞ்செடிகளின் மென்மையான அசைவுகள், கம்பீரமான மரங்கள் தங்கள் இலைகளை அசைப்பது, பறவைகளின் அசைவுகள் ஏன் கீழே கொட்டி இருக்கும் இலைகளின் அசைவுகள் கூட மனமகிழ்ச்சி தரக்கூடியவையே. பருவ காலங்களுக்கேற்ப தம் குழந்தைகளாம் இலைகளை மண்ணுக்கு உணவாகக் கொடுத்துவிட்டுப் புது இலைக் குழந்தைகளை பிரசவிக்கும் மரங்கள். இயற்கை மரங்களுக்குக் கூட தாய்மையுணர்வை ஊட்டுகிறது. இயற்கையின் அரவணைப்பில் எல்லாமே தாய் சேய்போல் பின்னிப் பிணைந்திருப்பதைப் பார்க்கும்போது இயற்கையின் ஆற்றல் மெய்சிலிர்க்க வைக்கிறதே. கைரேகைகள் தேயுமளவிற்கு கைபேசிகளைத் தேய்த்துக் கொண்டிருக்கும் இளையவர்கள் இயற்கையை இரசிக்கவும் அவற்றோடு இணையவும் மறந்துவிடுகிறார்கள். பலர் இயற்கையின் கொள்ளை அழகுகளை இரசிக்கத் தெரியாமல் தொழில்நுட்ப சாதனங்களின்பால் நெருக்கத்தை வளர்த்து அடிமையாகி விடுகிறார்கள். இயற்கை இன்பத்தை அனுபவித்தவர்களால் மட்டுமே அந்த நிகரில்லா இன்பத்தை உணரவும் அனுபவிக்கவும் முடியும். ஓசைப்படாமல் இயற்கை எமக்களிக்கும் நன்மைகளை வார்த்தைகளில் அடக்க முடியாது.

மண் அதாவது நிலம்தான் எல்லாவற்றுக்கும் ஆதாரமானது. பஞ்சபூதங்களில் முதன்மையானது. நமது உடலின் பெரும்பகுதி மண் என்ற தத்துவத்தாலானது. மண்ணில் விளையும் உணவுகளால்தான் இந்த உடம்பு

வெற்றியின் விலாசங்கள்

வளர்கிறது. மண்ணும் மொழியுந்தான் ஒரு மனிதனுக்கு முகவரியைத் தருகிறது. இரண்டையும் இழந்தால் அவனது அடையாளம் தொலைந்து விடும். மண்ணையும் மொழியையும் காப்பாற்றினால்தான் இலக்கியம் வாழும். தங்கள் தங்கள் மண்ணுக்காக இந்த உலகில் உயிரைத் தொலைத்தவர்கள் எண்ணிலடங்கா. மண்ணுக்கும் எமக்குமான தொடர்பு பேணப்படவேண்டியது மிகவும் அவசியம். மனிதன் வாழ்க்கை வசதிகளைப் பெருக்க எண்ணி எப்போது விஞ்ஞான அற்புதங்களைக் கண்டறியத் தொடங்கினானோ அன்று தொடக்கம் அவன் மண்ணில் நிறைந்திருக்கும் இயற்கையின் சக்திகளை மாசுபடுத்திக் கொண்டு இருக்கின்றான். அவனது விஞ்ஞானக் கண்டுபிடிப்புகளால் வெளியேற்றப்படும் கழிவுகள் மண், நீர், நெருப்பு, காற்று, விண் என ஐம்பூதங்களையும் நாசப்படுத்தி வருகின்றன. மழை கூடப் பொய்த்து விட்டது. அல்லது வெள்ளம் வந்து அழிவைத் தருகிறது. ஜீவநதிகள் தம் தாய்மை இழந்து மனிதர்களால் கொட்டப்படும் கழிவுகளைச் சுமந்து கொண்டு செல்கின்றன. மண்ணுடனான தொடர்பை மனிதன் துண்டிப்பதால்தான் நோய்கள் அரவணைக்கின்றன. இயற்கையன்னையுடன் கை கோர்த்து மண்மாதாவைப் போற்றி வாழ்ந்தால் நோய்கள் அணுகாமல் ஆரோக்கியத்துடன் வாழலாம். மண்ணை நேசிப்போம். மண்ணுடன் இணைவோம்.

இன்னும் எவ்வளவு மீதம் உள்ளதென்று தெரியாமல் செலவு செய்வதுதான் காலங்களைச் சுமந்து நிற்கும் மனிதனின் வாழ்க்கை. ஒவ்வொருவரதும் வாழும் காலம் முதலே நிர்ணயிக்கப்பட்டிருந்தாலும் அதைத் தெரியாமலே வாழவேண்டும் என்பது நியதி. வாழுங்காலத்தில் எல்லோரும் நல்ல விடயங்களையும், வெற்றிகளையும் சாதித்துவிட்டு இறப்பதுதான் அர்த்தமுள்ள வாழ்க்கை. ஒவ்வொருவரும் ஒரு இலட்சியத்துடன் இயங்க வேண்டும். அப்போதுதான் இலக்கை அடையப் போராட முடியும். ஒவ்வொரு விடயத்தையும் பட்டியலிட்டு முடிக்க வேண்டும். சில விடயங்கள் செய்ய முடியாமல் போய்விடின் அதற்கான உண்மையான காரணத்தை அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.

செய்ய முடியாவிடின் தன்னை நிலைநிறுத்துவதற்காக பொய்யான காரணங்களைச் சொல்லி தப்பக் கூடாது. அப்படிச் செய்வது, தானே அந்தப் பொய்க் காரணங்களை நம்பி ஏமாற நேரிடும். அந்தத் தருணத்துக்கேற்றவாறு நம்மை மாற்றி செயலாற்றப் பழக வேண்டும். அப்போது வெற்றி நிச்சயம்.

நாம் திறமையாக செயலாற்றுவதில் நம் மூச்சு பெரும் பங்கு வகிக்கிறது. நம்மில் பலர் மூச்சு விடுவதை உணராமலேயே மூச்சு விட்டுக்கொண்டு இருக்கிறார்கள். மூச்சு என்பது வெறும் ஓட்டிசனோ, கார்பன்டை ஓக்ஸைடோ அல்ல. அது தான் உயிர் சக்தி. அதுதான் வாழ்வு. அதுதான் சாவு. ஒரு மனிதனை வெற்றிப் பாதைக்கு எடுத்துச் செல்லும் சக்தி வாய்ந்தது இந்த மூச்சு. ஆத்மாவிலிருந்து இந்த மூச்சு மூலம் தோன்றுகின்ற அற்புத சக்தியே மனம். மனம் தான் எண்ணங்களைத் தோற்றுவிக்கிறது. இவர் நல்லவர், அவர் கெட்டவர், சரி தவறு, உயர்வு தாழ்வு என்ற நினைவுகளை ஏற்படுத்துவது இந்த மனமே. இந்த மனதில் தோன்றும் எண்ணங்கள் மிகமிக வலிமையானவை. மனதில் எண்ணங்கள் ஒரு முகப்படுத்தப்படும்போது அவை ஆற்றலாக மாறுகின்றன. எமது ஆசைகள் தீவிரமாகும்போது அவை நிச்சயம் நடந்தேறுகின்றன. எதை நாம் அடைய வேண்டுமென்று நினைக்கிறோமோ அதை மனதில் உலவ விட்டால் அது செயற்றிறன் மிக்கதாக மாறும். உறுதியான எண்ண ஓட்டங்களை தொடர்ச்சியாக மனதில் எந்த நேரமும் நினைத்துக்கொண்டு இருந்தால் அவை நிச்சயம் நிறைவேறும் என்று மெஞ்ஞானிகள் நிரூபித்து இருக்கிறார்கள். அதையே நாங்கள் கடவுள் அருளால் நடந்ததென்று சொல்லிக் கொண்டிருக்கிறோம். ஒருவரின் ஒருமுகப்படுத்தப்பட்ட எண்ணம் வெற்றியளிக்கும் என்பதில் எந்த விதமான மாற்றுக் கருத்தும் இருக்க முடியாது.

உயிர் ஆற்றலான பிராணசக்தியை சூரியனின் ஆற்றலும், மனோ சக்தியை வழங்கும் சந்திரனின் ஆற்றலும் சமமாக இருந்தாலே நாம் மகிழ்ச்சியாக, ஆரோக்கியமாக இருக்க முடியும். சூரியனின் பயன்பாடும் சந்திரனின்

வெற்றியின் விலாசங்கள்

பயன்பாடும் வேறுபட்டவை. இரண்டுமே நம் மூச்சில் பெரும் பங்கு வகிக்கின்றன. நம் மூச்சே எம் மனதை ஆள்கின்றன. மனதில் மேல்மனம், ஆழ்மனம் என்று இரண்டு இருக்கிறது. அதில் ஆழ்மனம் சக்தி வாய்ந்தது. ஆழ் மனதுக்கு ஒரு எண்ணத்தைக் கொண்டு போவது எப்படி? அதற்கு நாம் என்ன வேலை செய்து கொண்டிருந்தாலும் அந்த எண்ணத்தில் மனம் குவிந்திருக்க வேண்டும். சூடு ஒருமுகப் படுத்தப்படுவதாலேயே அதனருகில் ஒரு காகிதத்தையோ, துணியையோ கொண்டு போனால் எரிய முடிகிறது. அதேபோலத் தான் மனம் ஒருமுகப்படும்போது ஆற்றல் அதிகமாகிறது. ஒரே சமயத்தில் பல எண்ணங்கள் தோன்றுவதனால் எதையும் சாதிக்க முடியாது. ஒரு எண்ணத்தை அதாவது ஒரு ஆசையை மட்டும் தீவிரமாக எண்ண வேண்டும். அப்போது அசாதாரண சக்தி ஏற்பட்டு எண்ணம் ஈடேறும். இப்படித் தீவிரமாக நினைப்பதைத்தான் தியானம், செபம் என்பார்கள். மனதை சிதற விடாது ஒரு விஷயத்தை மட்டும் நினைக்க வேண்டும். பலவற்றை நினைப்பதால்தான் மனதை ஒரு நிலைப்படுத்த முடிவதில்லை. ஆழ்மனம் எதை நம்புகிறதோ அது வாழ்வில் உண்மையாக நடைபெறத் தொடங்கும். மனதை நாம் பயன்படுத்தாது மனம் எம்மை பயன்படுத்த நாம் ஒருபோதும் அனுமதிக்கக் கூடாது.

ஒரு விடயத்தில் வெற்றி பெற வேண்டுமானால் முதலில் திட்டமிட வேண்டும். திட்டமில்லாமல் தொடங்கும் எந்த விடயமும் வெற்றி பெற முடியாது. திட்டங்கள் பெரிதாகப் போட்டுவிட்டு செயல்படுத்துவதில் தாமதம் செய்வதோ அக்கறை இல்லாமல் இருப்பதோ வெற்றியைத் தந்து விடாது. முதலில் தான் செய்யப்போகும் விடயத்தைப் பற்றி முழுவதும் அறிந்துகொள்ள வேண்டும். ஒரு இரவில் ஒரு விதை மரமாகி விடுவதில்லை. இதற்கான கால அவகாசம் தேவை. அது போலவே திட்டமிடலும், பயனுள்ள சிந்தனைத் திறனும், கடும் உழைப்பும் சேரும் போதுதான் ஒரு காரியம் வெற்றி பெற்று உண்மையான பலன் கிட்டும். ஒரு விடயம் செயல்படுத்தப்படுவதற்கு முன் ஒரு முறைக்கு பலமுறை யோசிக்க வேண்டும். அதனால் விளையக் கூடிய

நன்மை தீமைகள், சாதக பாதகங்கள் எல்லாவற்றையும் ஆராய்ந்த பிறகே களத்திலிறங்க வேண்டும். அப்போதுதான் குறைவான தவறுகள் ஏற்பட வாய்ப்புகள் உண்டு. ஆசிரியரிடம் இருந்தும், படித்த பல நூல்களிலிருந்தும், வாழ்க்கை அனுபவங்களிலிருந்தும் பெற்ற அறிவை மட்டுமே நம்பாமல் மாபெரும் சக்தியாக மாற்றுந்திறன் படைத்த ஆழ்மனதிடம் ஒப்படைத்து விட வேண்டும். மனம் ஒரு சிறந்த வேலைக்காரன். சொன்னதை செய்யக்கூடிய வேலையாள். அப்படிப்பட்ட எண்ணங்களை உருவாக்கும் மனதை ஆரோக்கியமாக புத்துணர்ச்சியுடன் வைத்திருந்தாலே போதும். அது தன் வேலையைத் திறம்படச் செய்துவிடும். ஆகவே எண்ணங்கள் தூயதாக இருக்க வேண்டும்.

ஆனால் மனதிடம் மட்டும் ஒப்படைத்துவிட்டு நாம் வெறுமனே உழைக்காதிருந்தால் வெற்றி பெற முடியாது. வெற்றி என்பது இலகுவாகக் கிடைக்கக் கூடியதல்ல. அது மிகவும் பெறுமதி வாய்ந்தது. அதற்காக நிறைய உழைக்க வேண்டும். உழைப்பு, விடாமுயற்சி என்பன இதற்கு நிறையவே தேவை. வெற்றியின் மூலகாரணம் செயல். படித்தலோ, சிந்தித்தலோ, திட்டங்கள் போடுவதோ மட்டும் போதாது. செயல்தான் வெற்றியின் ஆணிவேர். ஒன்றை அடைய முயலும் போது பிரச்சனைகள் வந்தால் சமாளித்துக் கொண்டு போக முயற்சிக்கக் கூடாது. அதைத் தீர்க்க முயல வேண்டும். அதுவே நிரந்தரத் தீர்வாக இருக்க முடியும். பிரச்சனைகளில் இருந்து விலகி நின்று அதனை அலகுவது வெற்றிக்கான பாதையாகும். பிரச்சனைக்கு மற்றவர் காரணம் என்று நினைப்பதோ அல்லது தன் கெட்ட நேரமோதான் காரணம் என்று நினைத்தால் பிரச்சனையைத் தீர்க்க முடியாது. என்ன காரணம் என்பதை, வெளிமனிதன் போல் நின்று அலசிக் கண்டுபிடித்து, விட்ட தவறுகளைப் பட்டியலிட்டு அவற்றைத் திருத்தினால் மட்டுமே வெற்றியைக் காணலாம். அதோடு தன்னைப்பற்றிக் குறைவாக எடைபோடுவதை விட்டுவிட்டு தம் திறமையில் தாம் நிறைய நம்பிக்கை வைக்க வேண்டும்.

வெற்றியின் விவரங்கள்

எங்களுக்குத் தேவையானவற்றை இன்னொருவர் செய்து தர வேண்டுமென்று இன்னொருத்தர் கையை எதிர்பார்ப்பதை முதலில் விட வேண்டும். எமக்கான திறப்பு எம்மிடமே உள்ளது என்பதைப் புரிந்து கொண்டு எம்மைப் பற்றித் தாழ்வாக நினைப்பதை விட்டுவிட வேண்டும். தாழ்வு மனப்பான்மையும், என்னால் முடியாது, நான் என்ன செய்ய என்ற சுயபச்சாத்தாபமும் களையப்பட வேண்டும். இவை ஒருநாளும் வெற்றியைத் தரப்போவதில்லை. அத்துடன் முயற்சியின் ஆரம்பத்திலேயே பலனை எதிர்பார்த்துச் செய்வதை தவிர்த்து விடவேண்டும். நிற்கும் தண்ணீரை விட அசையும் தண்ணீரில் பிராணசக்தி அதிகமாக நுழைகிறது. அருவிநீர், ஆற்றுநீர், கடல்நீர் ஆகியவற்றில் பிராணசக்தி ஓடிக் கொண்டு இருப்பதால்தான் ஆற்றல் மிக்கதாகிறது. ஓடிக் கொண்டு இருப்பதால் ஆறு தன்னைத் தூய்மைப்படுத்துகிறது. ஆனால் குளங்கள் ஆற்றைப் போல் உயிர்ப்புடன் ஓடாமல் ஓரிடத்தில் நிற்பதால் அசுத்தமாகிறது. ஆகவே நாமும் ஆற்றைப் போல் இயங்கிக் கொண்டே இருக்க வேண்டும். விரும்பியதைப் பெற வேண்டும் என்பதற்காக தலை தெறிக்க ஓடி தடைகளின் மீது முட்டி மோதிக் கொள்ளக் கூடாது. தடைகள் ஏற்படின் அவற்றைத் தவறாகப் புரிந்து கொள்ளாமலிருக்க புத்திசாலித்தனம் தேவை. தடைகளை உடைக்கும் போராட்டத்தில் தன்னை அழித்துக் கொள்ளக் கூடாது. தடைகளை, தோல்விகளை வேருன்ற அனுமதிக்கக் கூடாது. ஏற்படும் சறுக்கல்களையும் சவால் களையும் உடைத்து எறிந்து முன்னேறி வெற்றிப்படியில் ஏறுவதற்கு இது மிகவும் முக்கியம். அத்துடன் எமக்கேற்படும் தடைகளைப் பிரச்சனைகள் என்று சொன்னாலே கவலையும் பயமும் கண்முன்னால் நடமாடி செயலாற்ற முடியாமல் போய்விடும். அதையே சவால்கள் என்று சொல்லிப் பார்த்தோமானால் தைரியமும் தன்னம்பிக்கையும் தானாகவே வந்துவிடும்.

இரவல் சிந்தனைகளிலும், ஆடம்பரப் பொழுதுபோக்குகளிலும் திருப்தி கொள்ளும் மனநிலையை வளர்த்துக் கொள்வது வெற்றியடைவதைத் தாமதப்படுத்தும்.

ஒருவருடைய மனம் தளர்வுற்றிருக்கும்போது பிறருடைய ஆணை அவன் மீது செல்லவல்லதாகின்றது. ஆகவே தளர்வுற்ற சமயங்களில் மற்றவர்கள் ஆலோசனையைக் கேட்பதில் வலு அவதானமாக இருக்க வேண்டும். எம்மில் அவர்கள் உண்மையான அக்கறை உள்ளவர்களா அல்லது போகிறபோக்கில் ஆலோசனைகளை சும்மா அள்ளி விடுகிறார்களா என்பதைக் கவனிக்க வேண்டும். செல்வமென்பது பணம் தேடுவதும் உடமைகளைப் பெருக்குவதுமல்ல. செயல் ஆற்றல் திறனே உண்மையான செல்வம். ஒரு செயல் ஆற்றும்போது பிரச்சனைகளும் தடைகளும் உண்டாவதைத் தடுக்க முடியாது. ஆனால் அவற்றுக்கான தீர்வைத் தேடிச் செயலாற்ற முடியும். துன்பத்திலும் துணிவு தோல்வியிலும் விடாமுயற்சி இருந்தால் வெற்றி நிச்சயம். தோல்வியென்பது ஒரு முடிவல்ல. வெற்றிப் படியில் ஏறுவதற்கான ஆரம்பப்பாடிகள் தான் தோல்விகள். தோல்விகளில் துவண்டுபோகாமல் மீண்டும் மீண்டும் முயன்று தோல்விகளை வெற்றிகளாக்குவதே புத்திசாலித்தனம்.

தடைகள் ஏற்பட்டால் மனப்பதட்டம் அடையக்கூடாது. மனப்பதட்டம் ஏற்பட்டால் பிரச்சனைக்கு ஒரு தீர்வு இருப்பது தெரியாமல் போய்விடும். இருளில் எவ்வாறு ஒரு கதவு இருப்பது தெரிவது இல்லையோ அவ்வாறே மனப்பதட்டம் என்ற இருட்டில் தீர்வுக்கான வழி தெரியாது போய்விடும். இருட்டை விலக்க விளக்கேற்றுதல் என்ற வழி இருப்பதுபோல் மனப்பதட்டத்தைப் போக்க உடல் தளர்வு, மனத்தளர்வு என்ற ரிலாக்ஸ் பயன்படும். கண்ணுக்குத் தெரியாத மனதை கண்ணுக்குத் தெரிந்த உடலில் தளர்வை ஏற்படுத்தி வெற்றி காண வேண்டும். கண்ணுக்குத் தெரியாத மின்சாரத்தால் கண்ணுக்குத் தெரியும் மின்பொருளை இயக்குவது போலத்தான் இதுவும். உடலுக்கும் மனதுக்கும் ஓய்வைக் கொடுத்துப் பின் செயலாற்றினால் முழு ஆற்றலுடன் செயல்பட முடியும்.

“வாழ்க்கை இலகுவானதல்ல. சவால்கள் நிறைந்தது. துவண்டு போகாதீர்கள். தோல்வியிடம் உங்களை நீங்களே விட்டுக் கொடுக்காதீர்கள்” என்று அப்துல்கலாம் ஐயா

வெற்றியின் விலாசங்கள்

கூறியதை ஒவ்வொரு தடவையும் தோல்வியேற்படும்போது நினைவுக்குக் கொண்டு வருவோம். எத்தனை முறை ஏமாற்றப்பட்டோம், எத்தனை தடவை தோல்விகளைத் தழுவினோம், எத்தனை முறை விழுந்தோம் என்பதெல்லாம் ஒரு கணக்கேயில்லை. அதிலிருந்து எப்படி மீண்டெழுந்தோம் என்பதே முக்கியம். விழுவதெல்லாம் எழும்புவதற்காகத் தானே தவிர அழுவதற்காக அல்ல. “நடந்து கொண்டேயிரு. பாதை உருவாகும்” என்று ஜென் துறவியொருவர் சொல்வதுபோல் நம்பிக்கையுடன் நடந்தால் நமக்கான பாதை விரிந்துகொண்டே போகும். நம் வாழ்வில் நடக்கும் தவறுகள் நம்மைத் தவறான பாதையில் போவதற்கு இடங்கொடுக்கக் கூடாது. வாழ்க்கை ஒரு பாதை. சிலநேரங்களில் கரடுமுரடாக இருக்கலாம். அதைக் கடப்பது நாம் எடுத்து வைக்கும் அடிகளிலேயே தங்கியுள்ளது. ஒவ்வொரு அடியையும் அவதானமாக வைப்போம். அப்படியும் வீழ்ந்தால் எழுவோம். நாம் எதிலும் தோற்பதில்லை. ஒன்று வெற்றி பெறுகின்றோம். அல்லது ஏதோ ஒன்றைக் கற்றுக் கொள்கின்றோம். உழைக்கும் சக்தியே உலகில் மிக உன்னதமானது. அதை வெற்றிப்பாதையில் கொண்டு செலுத்தும் ஆற்றலை வளர்த்துக் கொள்வதுமட்டுமே எமது பொறுப்பாகும் என்று ஆபிரகாம்லிங்கன் கூறியிருக்கிறார். எமக்கு எவ்வளவு தெரியும், நாம் எவ்வளவு அறிவாளி என்பது ஒரு கணக்கேயில்லை. எங்களுக்குத் தெரிந்ததைக்கொண்டு என்னென்ன செய்து முடித்தோம் என்பதுதான் எங்கள் வாழ்க்கைப் புத்தகத்தில் பதியப்படுகிறது. இழந்ததுகளை எண்ணிக்கொண்டு எழுதவேண்டியவற்றைத் தவற விட்டுவிடக் கூடாது. வெற்றிக்கான பாதையில் சென்று வெல்வோம். உதவிகள் செய்து முன்னேறியவர்களைவிட உதாசீனங்கள், ஏமாற்றங்களைத் தாங்கி செயல் பட்டவர்களே இவ்வுலகில் வெற்றியாளர்களாகியிருப்பதைக் காண்கின்றோம்.

என்னால் முடியும், என்னாலும் முடியும் என்பதை தீவிரமாக நம்ப வேண்டும். ஞானிகளும், விஞ்ஞானிகளும் வெற்றியாளர்களாக மாறியது இந்த நல்லெண்ணங்களால் மட்டுமே. மகத்தான எண்ணங்களை மனதிலே விதைத்து

காத்திருந்தால் அறுவடை அமோகமானதாகவே இருக்கும். சிறந்த எண்ணங்கள்தான் தூய மனதின் தாய். எல்லா வற்றுக்கும் ஆணியே. எண்ணங்கள் வலிமை மிக்கவை மகத்தான சக்தி அவற்றுக்கு உண்டு. ஆகவே நல்ல எண்ணங்களை மட்டுமே சிந்தித்து வெற்றிப் படியில் ஏறுவோம். வெற்றி என்பது புத்திசாலிகளின் சொத்து மட்டுமல்ல. முன்னேறத் துடிக்கும் உழைப்பாளிக்கும், தன்னம் பிக்கையாளர்களுக்கும் சொந்தமானது. வெற்றி நமதே.

**பெற்ற பெரும்பேறாய்
ஏற்று நல்லெண்ணம்
சுற்றி நமைச்சூழும்
வெற்றி என்றென்றும்.**

எம்மால் முடியும்

இயற்கையை நேசிப்போம். மண் எமக்கு எவ்வளவு முக்கியமோ அந்தளவுக்கு நீரும் மிகமிக அவசியம். பஞ்சபூதங்களில் இரண்டாவதாகது நீர். நீர் இன்றி அமையாது உலகு என்று போற்றப்படுகிறது. நீரை வீண்விரயம் செய்வதோ பழிப்பதோ பெரிய குற்றமாகும். தாயைப் பழித்தாலும் தண்ணீரைப் பழிக்காதே என்பது முதுமொழி. குளிர் மேகங்களிருந்து பூக்களாய் கொட்டும் மழைநீரும், சலசலவென ஓடும் ஆற்று நீரும் மனதுக்குப் புத்துணர்ச்சியைத் தருகிறது. நிற்கும் தண்ணீரைவிட அசையும் தண்ணீரில் பிராணசக்தி அதிகமாக உள் நுழைகின்றது. அலைகள் மோதும் கடலோ, 'சோ' என்று கொட்டும் அருவியோ மன அமைதியையும் மகிழ்ச்சியையும் அள்ளித் தருகிறது. ஆற்றுநீர் ஓடுகின்ற அவசரத்தில்கூட நன்றி சொல்ல மறக்காமல் தன் நன்றியை வெள்ளிக் குமிழ்களாய் வெளிப்படுத்திக்கொண்டே நிற்காமல் ஓடுகிறது. மனம் சஞ்சலப்படும்போதோ முடிவெடுக்க முடியாமல் தடுமாறும் போதோ கடலும், அருவிநீரும் நிச்சயம் துணைக்கு வரும். எனவேதான் பல இந்துக் கோயில்கள் கடலை ஒட்டியும் ஆறுகளின் அருகாமையிலும் அமைக்கப்பட்டுள்ளன. மனிதனுக்கு தாகத்தை தீர்ப்பது மட்டுமன்றி உடலின் வெப்பத்தை சீர் செய்வதிலும் நீரின் பங்கு மிகப் பெரியது. நம் உடற்கழிவுகள் இந்த நீரின் மூலம் தான் வெளியேற்றப்படுகின்றன.

விண்ணிலிருந்து பொழியும் மழை ஆற்றிலோ கடலிலோ, நல்ல கிணற்றிலோ விழுந்தால் நன்வீராகிறது. அதே மழைநீர் சாக்கடையில் விழுந்தால் உபயோகத்துக்கு உதவாததாகிறது. அதே மழைநீர் ஒரு சிப்பிக்குள் அதுவும் சுவாதி நட்சத்திரத்தன்று விழுந்தால் மிகவிலையுயர்ந்த நல்முத்தாகிறது. அதே போலத்தான் நல்ல எண்ணங்கள்

மனதிற்குள் புகுந்துவிட்டால் அவனால் சாதிக்க முடியாதது எதுவுமேயில்லை. அறிவு புத்தகத்திலிருந்து வருவதை விட இனிய பேச்சு, இசை, நுண் கலைகள் மூலம் மனதின் ஆழத்தில் பதிந்து அற்புதமான விளைவுகளை ஏற்படுத்தி விடுகின்றன. இதனால் உலகில் கொடுமைகள் மறைந்து அழகான அன்பான உலகம் பரிமளிக்கும்.

மனதை உடையவனே மனிதன். மற்ற உயிரினங்கள் எதுவுமே சிந்திப்பதில்லை. மனிதன் மட்டுமே சிந்திக்கும் ஆற்றல் பெற்றவன். அதோடு சிரிப்பு, அழகை என்ற உணர்ச்சிகளுக்கு சொந்தக்காரனும் இந்த மனிதன்தான். மனம் என்பது எண்ணங்களின் தொகுப்பு. ஆனால் தேவையற்ற எண்ணங்களை நிரப்புவதற்காக அல்ல. அது செயலாற்றுவதற்கானதும், அமைதி பேணுவதற்கானதுமாகும். மனதில் உண்டாகும் எண்ணம், நம்பிக்கை இரண்டுமே செயல் வடிவம் பெற்று ஒருவருக்கு வெற்றியைக் கொடுக்கிறது. முடியும் என்ற நேர்மறை எண்ணம் கொண்டவனே சாதனையாளன் ஆகின்றான். எண்ணங்கள் சக்தி பெற்று செயல் வடிவம் பெறுவதனால் எப்போதும் நாம் நல்ல எண்ணங்களைப் படரவிட வேண்டும். தீய அல்லது முடியாது என்ற எண்ணங்களை படரவிட்டால் அது செடியாகித் தீய விளைவுகளைத் தந்துவிடும். நல்ல கற்பனைகளை வளர்த்துக் கொள்ளுதல், வாய்ப்பைப் பயன்படுத்துதல், உள்ளுணர்வு சொல்வதன்படி நடத்தல் போன்றவை வெற்றி பெறுவதற்கு உதவுகின்றன. எண்ணங்கள் வலிமை மிக்கவை என்பதை ஒருபோதும் நாம் மறக்கக் கூடாது.

நம்மிடம் தோன்றும் எண்ண அலைகளால் பிரபஞ்சமானது பாதிக்கப்படுகிறது. போட்டி, பொறாமை, வஞ்சகம், கோபம், நியாயமற்ற காமம் போன்ற எண்ண அலைகளால் பிரபஞ்சம் பாதிக்கப்பட்டு ஆங்காங்கே பஞ்சம், பட்டினி, பூகம்பம், வெள்ளம் போன்ற இயற்கைச் சீற்றங்கள் ஏற்பட்டு வருவதை நாம் கண்கூடாகப் பார்க்கின்றோம். தூய எண்ணங்களாலும், நற் செயல் களினாலும் இறை சிந்தனையாலும் பிரபஞ்சம் சுத்திகரிக்கப்படுகிறது. இதனைப்

வெற்றியின் விவரங்கள்

பலர் நம்பினாலும் நம்பாவிட்டாலும் நடந்து கொண்டதான் இருக்கிறது.

மனம் ஒரு தோட்டமாகும். அது பூந்தோட்டமாவதோ, காய்கறித் தோட்டமாவதோ, பழத்தோட்டமாவதோ, குப்பை மோடாவதோ எல்லாமே எங்கள் கையில்தானிருக்கிறது. எதை நாம் விதைக்கிறோமோ அதையே அறுவடை செய்யலாம். இதையே தினை விதைத்தவன் தினை அறுப்பான் வினை விதைத்தவன் வினை அறுப்பான் என்று பழமொழி கூறுகிறது. வெற்றி பெற்ற வெற்றியாளர்கள் எல்லோருடைய வரலாறும் அவர்களின் எண்ணங்கள், உழைப்பு என்ற இரண்டைப் பற்றி மட்டுமே எங்களுக்கு கூறுகின்றன. பிறவியிலேயே காது கேட்காத, ஆசிரியர்களால் முளையில்லாதவன் என்று மட்டந்தட்டப்பட்டு பாடசாலையால் வெளியேற்றப்பட்ட மாணவனான தோமஸ் அல்வா எடிசன் ஆயிரத்தக்கும் மேற்பட்ட (1300) கண்டுபிடிப்புகளின் உரிமையாளர். வெற்றியாளனாய் உலகையே தன்னை நோக்கித் திருப்பிய எடிசனுக்கு உந்து சக்தியாக இருந்தது எது? ஒரே சிந்தனை என்ற மந்திரமும், அவரது தாயாரின் ஊக்குவிப்பும், அவரது ஆற்றலுந்தான். அழகு குறைந்த சார்லிசுப்ளின் எவ்வாறு திரையுலகின் முடிசூடா மன்னனாகத் தனக்கென ஓரிடம் பிடிக்க முடிந்தது? ஒரே முறையில் இவர்கள் எல்லோரும் வெற்றி அடைந்தவர்கள் அல்லர். உலகம் வெற்றிக் கனிகளை தட்டில் வைத்து இவர்களிடம் நீட்டிவிடவில்லை. எடிசன் மின்சார விளக்கை கண்டுபிடிப்பதற்கு முன் முயன்று முயன்று தோற்றது எத்தனை தடவை தெரியுமா? பத்தாயிரம் தடவைகள். வெற்றியாளர்கள் விட்டுவிடுவதில்லை. விட்டவர்கள் வெற்றியாளர்கள் ஆனதில்லை. தோல்வி ஏற்பட்ட போது எல்லாம் தம்மால் முடியும் என்ற நம்பிக்கையைத் துணைக் கொண்டு மீண்டும் மீண்டும் முயன்று உழைத்ததே அவர்கள் வெற்றிக்கான காரணம்.

எண்ணங்கள் மனிதனை மட்டுமல்ல உலகையை ஆள்கின்றன. ஒரு பசுவின் அருகில் சென்று அன்பாகத் தடவி நிறையப் பால் தரவேண்டுமென்று ஒருமுகப்படுத்தப்பட்ட மனதுடன் மனதாரச் சொன்னால் குறைவில்லாத பால்

கிடைப்பது நிரூபிக்கப்பட்ட உண்மையாகும். மரங்கள் நிறையக் கனிகள் தருவதும் அதேபோலத் தான் அறிவியலாளர்களால் நிரூபிக்கப்பட்டிருக்கிறது. அதேமாதிரித் தான் காய்கறித் தோட்டங்களும். நம்பிக்கையுடன் பராமரிக்கப்பட்டால் அதிக பயனைத் தரும் என்பதில் எந்தவித ஐயமுமில்லை. வலுவான, திடமான எண்ணங்களை உள்ளே அனுப்ப வேண்டும். உற்சாகம் ஊக்கம் என்ற ஒளியைத் தூண்டிவிட வேண்டும். அப்படித் தூண்டி விடுவதற்கு ஒருவர் வர வேண்டுமென்று நாம் காத்திருக்காமல் நாமே முயல வேண்டும்.

மனதில் மேல்மனம், ஆழ்மனம் என்று இரண்டு இருக்கிறது. மேல் மனதிற்கு எதையும் சாதிக்கும் திறன் கிடையாது. அது வெறும் செய்திகளை உள்வாங்குவது மட்டுந்தான். ஆனால் ஆழ்மனம் அப்படியன்று. மிகவும் சக்தி வாய்ந்தது. எதை நாம் தீவிரமாக எண்ணுகிறோமோ அல்லது விரும்புகிறோமோ அவற்றை ஆழ் மனதில் புகுத்திவிட்டால் அதை ஆழ்மனம் அப்படியே ஏற்றுக் கொள்கிறது. எனவே அது வாழ்வில் உண்மையாக நடந்து விடுகிறது. ஒருமுகப்படுத்தப்பட்ட சிந்தனையால் காரியங்கள் வெற்றி பெறுவதைக் காணலாம். ஆமைகள் கடலின் ஏதோ ஒரு கரையில் முட்டை இட்டுவிட்டு அவற்றைப் பக்கத்திலிருந்து பாதுகாக்காமல் அங்குமிங்கும் திரிந்து தன் வேலைகளைப் பார்த்தாலும் ஒருமித்த சிந்தனையை தான் இட்டு வந்த முட்டைகளின் மேலேயே வைத்து குஞ்சுகளைப் பொரிக்க வைக்கிறது. அதேபோல் நாமும் ஒருமித்த சிந்தனையுடன் செயல்பட்டால் நினைத்ததை சாதிக்கலாம்.

வாய்ப்பு எப்போது வருமென்று காத்திருப்பதை விடுத்து வாய்ப்பை ஏற்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். வரும் வாய்ப்பை விட்டுவிட்டால் செலோரேப்பின் நுணியைத் தேடுவதுபோல நேரச் சிக்கலுக்குள் செல்ல நேரிடும். சிக்கலான பிரச்சனைகள் ஏற்படும்போது அதைப் பலவழிகளில் அலசித் தீவிரமாக நினைத்துவிட்டுப் பின் அப்படியே விட்டுவிட வேண்டும். மனம் தானாக வழி காட்டும். மனதைப்போல திறமையான ஆசான் வேறு யாருமில்லை.

வெற்றியின் விவரங்கள்

மனதில் எண்ணங்கள் எழுத்துக்களாகப் பதிவதில்லை. ஒரு படமாகவே பதியும். எமக்கு நடக்க வேண்டிய விடயத்தை நாம் ஒரு படமாக மீண்டும் மீண்டும் பார்த்ததை ஆழ்மனதிற்கு அனுப்பிவிட்டால் அது நிச்சயம் நிறைவேறும். முடியும் என்றால் முடியும் முடியாதென்றால் முடியாது. ஒரு விமான விபத்தில் தன் கழுத்தெலும்பு, முதுகுத்தண்டு, சிறுநீரகம், குடல்கள், வயிறு என எல்லா உறுப்புகளும் இயங்காமல் போன போதுகூட மோரிஸ் குட்மான் என்பவர் தீவிர நம்பிக்கையுடன் முயன்று தன் ஒவ்வொரு உறுப்புக்களையும் இயங்க வைத்து மருத்துவ உலகத்தையே பிரமிக்க வைத்தார். தன்னால் முடியும் என்ற எண்ணமே இரண்டாண்டு காலம் சென்றாலும் அவரால் சாதிக்க முடிந்தது.

கடலில் இருக்கும் அத்தனை நீரும் ஒன்று சேர்ந்தால் கூட ஒரு கப்பலை மூழ்கடிக்க முடியாது. கப்பலுக்குள் நீர் புகுந்தால் மட்டுமே அது நடைபெறக்கூடும். வாழ்வில் எந்தச் சவால்கள் வந்தாலும் எங்களைப் பாதிக்க முடியாது. நாங்கள் அனுமதித்தால் மட்டுமே அது சாத்தியமாகும். சின்னச் சறுக்கல்கள் ஒருநாளும் பெரிய தோல்வியோ, நிரந்தர வீழ்ச்சியோ இல்லை. தோல்வியேற்பட்ட போது தவற விட்ட பிழையைக் கண்டுபிடித்து அடுத்தமுறை அப்பிழை ஏற்படாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். அது வெற்றிக்கு வழிவகுக்கும். ஒரு தோல்வி ஏற்பட்டால் அதற்குள்ளிருந்து எப்படி வெளிவருவது என்று சிந்திக்க வேண்டும். எம்மிடமுள்ள திறமைகள் எல்லாவற்றையும் திரும்பத்திரும்ப நினைக்க வேண்டும். ஒரு சிறிய கதையொன்று. இரண்டு தவளைகள் பால் வாளிக்குள் விழுந்துவிட்டன. ஒரு தவளை நான் செத்தேன் எப்படித் தப்பப் போகிறேன் என்று நினைத்துப் புலம்பியது. அதன் கைகால்கள் சக்தியிழந்தன. சாவதையே அது நினைத்து நினைத்துக் கடைசியில் இறந்தே போய்விட்டது. ஆனால் மற்றத் தவளை எப்படியாவது தப்ப வேண்டுமென்று கைகாலை உதைத்துக் கொண்டேயிருந்தது. அது உதைய உதைய பால் நன்றாகக் கடையப்பட்டு அதிலிருந்து வெண் ணெய் மேலே மிதக் கத் தொடங்கியது. தவளை வெண்ணெய் மேல் உட்கார்ந்து எம்பிக்

குதித்து வெளியே வந்தது. நம்பிக்கை திடமாக இருந்தால் வழி கிடைக்கும்.

எம்மிடமுள்ள சில மனப்பழக்கங்களும் எம்மால் முடியுமோ என்ற அவநம்பிக்கையைத் தோற்றுவித்து விடுகின்றன. எம்மில் வைக்கும் நம்பிக்கைக் குறைவு, பிறர் என்ன சொல்வார்களோ என்ற அனாவசியப்பயம், முடிந்த சில தோல்விகளை நினைத்து துணிச்சலின்மை, இறந்தகாலத் தவறுகளையே திரும்பத் திரும்ப நினைத்து புலம்புதல், கையாலாகாத்தனம், சோம்பேறித்தனம் என்பவையும் எம்மால் முடியும் என்ற கட்டமைப்புக்குள் வர முடியாதபடி இழுத்துவிட்டுவிடும். நாம் இப்படியான தாழ்வுச் சிக்கல்குள்ளிருந்து விடுபட வேண்டும்.

எம்மால் முடியுமா என்ற சந்தேகம் ஒருபோதும் வரக்கூடாது. முடியாது என்ற எண்ணங்களால் முடக்கப்பட்டு இருப்பதனால் தான் சிலவற்றை செய்ய முடிவதில்லை. எம்மால் முடியுமென்ற நேர்முக சிந்தனை வரவேண்டுமே தவிர முடியாதென்ற எதிர்மறைச் சிந்தனை வரவே கூடாது. எம்மிடம் திறமை இருக்கிறது என்பதையும் எம்மால் திறம்படச் செய்யமுடியுமென்பதையும் முதலில் நாம் நம்ப வேண்டும். ஒரு உதாரணம் சொல்லலாம். ஒரு மருத்துவ மனையில் நடக்க முடியாத பலர் சிகிச்சைக்காக தங்கியிருந்தனர். அப்போது அங்கு ஒரு தீவிபத்து ஏற்பட்ட போது அனைவருமே ஓடித்தப்பிவிட்டார்கள். எல்லோருக்கும் ஆச்சரியம். நடக்க முடியாதவர்களால் எப்படி ஓடமுடிந்தது? உயிர்மேல் உள்ள ஆசை. தப்பவேண்டும் என்ற உந்துதல் அவர்களை ஓட வைத்திருக்கிறது. கைகால் இல்லாவிட்டால் கூட உழைத்து வாழ முடியும். ஆனால் எம்மால் முடியாதென்ற உடைந்த உள்ளத்தை கொண்டு எதுவுமே செய்ய முடியாது.

எந்த விடயத்தையும் எம்மால் செய்ய முடியுமென்று முதலில் நாம் நம்பவேண்டும். நாமே நம்மிடம் நம்பிக்கை வைக்கவில்லை என்றால் பிறருக்கு எவ்வாறு எம்மிடம் நம்பிக்கை வரும்? நம்பிக்கையென்பது ஆரம்பத்தில் ஒரு

வெற்றியின் விலாசங்கள்

சின்னச்செடி. அதை ஆரம்பத்தில் யார் வேண்டுமானாலும் வெட்டிவிடலாம். அதுவே வளர்ந்து ஆழமாக வேரூன்றி அகலமாகப் படர்ந்து விட்டால் யாராலும் அந்த நம்பிக்கை விருட்சத்தை வெட்ட முடியாது. எம்மிடம் அவநம்பிக்கை யாகப் பேசுபவர்களிடமிருந்து நாம் எப்போதும் விலகி இருப்பது நல்லது. நாம் செய்யும் ஒவ்வொரு முயற்சிகளையும் எல்லோருக்கும் சொல்லிக் கொண்டிருக்க வேண்டிய அவசியமில்லை. மற்றவர்களிடம் எம்மை ஒப்படைக்கும் குணத்தை முதலில் நிறுத்திவிட வேண்டும். சொல்லை விட செயலில் காட்டும் திறனை வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். சிலர் கடவுளை நம்பி முயற்சி செய்யாமல் இருப்பார்கள். கடவுள் ஏன் முயற்சி செய்யவில்லை என்று கேட்காவிட்டாலும் முயற்சியே செய்யாத இந்த சோம்பேறிக்கு ஏன் வெற்றி தரவேண்டுமென்று நினைக்கலாம் இல்லையா?

செய்தவற்றையும் செய்ய வேண்டியவற்றையும் இன்னொருவர் போல மதிப்பீடு செய்ய வேண்டும். அப்போது தவற விட்டவையோ அன்றில் தவறுகளோ கண்ணுக்குப் புலப்படும். அப்போது திருத்திக் கொள்ளலாம் இதனைத் தினமும் படுப்பதற்கு முன் செய்துவர வேண்டும். சுயமனத் தடைகள் உடைக்கப்படுவது அவசியம். வாழும் ஒவ்வொரு நிமிடமும் புத்தணர்ச்சியூட்டும் நேர்மறையான உள்ளீடுகளை எம் மனதுக்குக் கொடுப்பதில் பெரு முயற்சி செய்ய வேண்டும். சமமான மனநிலையுடன் எப்போதும் இருப்பது தோல்வியைக் கண்டு துவழாமலும் ஏமாற்றங்களுக்குள் விழுந்து எழும்பத் தெரியாமல் தனிப்பதையும் தடுக்கும். விழுவது ஒன்றும் தப்பில்லை. ஆனால் விழுந்தே கிடப்பதுதான் ஒருவன் முன்னேற்றத்தை முடக்கி விடும். தவறுகள் செய்யாதவர்கள் என்று இவ்வுலகில் யாருமே இல்லை. தவறுகளால் மனமுடைந்து முடங்கிப் போவதினால் தான் எம்மால் செம்மையாகச் செய்ய முடியாமல் போய் விடுகிறது. நமக்கு ஏற்படும் ஒவ்வொரு இடைஞ்சலையும் வென்று அதனை நல்ல முறையில் மாற்றுந்திறனை நாம் வளர்த்துக் கொண்டால் எம்மால் எதையுமே சாதிக்க முடியும். அத்துடன் கஷ்டம் வரும் போது அழுது கொண்டு கண்ணைக் கசக்கிக்

கொண்டு கண்களை மூடினால் அது நம்மைக் கொன்றுவிடும். கண்ணைத் திறந்து பார்த்தால் வென்றுவிடலாமென்று அப்துல் கலாம் கூறியிருக்கின்றார். விழுந்தாலும் எழுவோம். துவண்டு போக மாட்டோம். முயன்று கொண்டேயிருப்போம் தோல்வியிடம் எம்மை விட்டுக்கொடுக்க மாட்டோம் என்று தீவிரமாக நாம் இருந்தால் வெற்றி பெற்றே தீருவோம். நாம் எத்தகைய வேலைகளை கையில் எடுத்தாலும் எந்தத் தொழிலாயிருந்தாலும் துவண்டு போகாமல் முயற்சி செய்தால் எம்மால் முடியாதது எதுவும் இல்லை. நாம் வேதனை சோதனைகளைக் கண்டு பதுங்காமல் எந்தச் சோதனைகளிலும் துவழாமல் சாதனை செய்வோம் என்று நம்புவோம். எமது மன வலிமை முழுவதையும் பயன்படுத்தி முற்றாகத் எம்மையே சார்ந்து நிற்கப் பழகினால் வெற்றி நம்மைப் பார்த்து உன்னால் முடியுமென்று புன்னகைத்து சிரிக்கும். வெற்றிகள் வரத் தொடங்கினால் தன்னம்பிக்கை தன்பாட்டுக்கு வந்துவிடும். முடிந்தவரை எம் வேலையை நாம் சிறப்பாகச் செய்துவிட்டால் எமக்கான அங்கீகாரம் தானாகக் கிடைக்கும். கையாலாகாத்தனத்தையும், சோம்பேறித்தனத்தையும் ஓரங்கட்டினாலே வெற்றி கிடைப்பது எளிதாகி விடும். துணிந்து செய்தல், சுறுசுறுப்பு, ஓயாத உழைப்பு, நம் குறைகளை, பிழைகளைக் கண்டுபிடிக்கும் கெட்டித்தனம், எதற்கும் கலங்காமல் கலகலப்பாயிருத்தல் இவ்வளவும் இருந்தால் போதும் வெற்றி தேடி வரும். ஆராய்ந்து சிந்தித்து அதன்பின் தயங்காமல் முடிவுகள் எடுக்கும் திறனை வளர்த்து கொண்டால் முன்னேற்றத்துக்கான வாசல்கள் திறந்தே இருக்கும். அடுக்கடுக்காக வெற்றிகள் குவியும். பிறகென்ன வெற்றி நமதே என்ற மந்திரத்தை இறுகப் பற்றுவோம். எம்மால் முடியும். எம்மால் முடியாதது எதுவுமில்லை.

**எம்மால் முடியும்
செம்மையச் செய்ய
நம்மால் முடியும்
நம்புவோம் முதலில்.**

கோபம் தவிர்ப்போம்

பஞ்சபூதங்களில் மூன்றாவதான நெருப்பு அதாவது தீ மனித வாழ்வில் பெரும் பங்காற்றுகிறது. ஆக்கத்தையும் அழிவையும் ஒருசேரக் கொடுக்கக்கூடிய சக்தி வாய்ந்தது. அதை எந்த அளவுக்கு எப்படி பயன்படுத்தலாம் என்பது எம் கையிலேயே தங்கியுள்ளது. சிறு அகல் விளக்கால் ஒரு வீட்டையும் ஒளிர்ச் செய்யலாம். ஒரு குடிசை வீட்டை எரித்து அழிக்கவும் கூடிய பெரும் சக்தி வாய்ந்தது இந்தத் தீ. இது தகதகவென எரியும் போது பயங்கர எண்ணங்களையும் மெல்லியதாக சிறு ஒளியுடன் எரியும்போது மன அமைதியைத் தருவதையும் காணலாம். ஒரே பொருள் வெவ்வேறு சிந்தனைகளைத் தோற்றுவிக்கும் ஆற்றல் படைத்தது. மனிதனின் ஜீரணத்துக்கு உதவியாக இருக்கும் இத்தீ அளவுக்கு அதிகமானால் உடலுக்கு தீங்கையே விளைவிக்கும்.

கொழுந்து விட்டெரியும் தீயைப் போலவே ஒரு மனிதனின் ஆற்றலை முற்றாக மழுங்கடிக்கும் வல்லமை கொண்டது கோபம் என்ற தீ. நம்மை நாமே அழிக்கும் பல விஷயங்களில் கோபம் மிக முக்கியமானது. இந்தக் கோபத்தீயினால் தீய விளைவுகள் ஏற்படாமல் காப்பாற்ற வேண்டிய பொறுப்பு ஒவ்வொருவரையும் சார்ந்தது. தீயில் வறுபட்ட விதையை ஒருபோதும் முளைக்க வைக்க முடியாது. அதுபோலவே சினத்தை எரித்து விட்டால் அதனால் எந்தப் பாதிப்பும் வந்து விடாது. அல்லாவிடில் விதை முளைத்து செடியாவது போல் கோபத்தீயும் வளர்ந்து பெரிய மரமாகிவிடும். கோபம் கொண்டவனையும் அழித்து மற்றவனையும் அழித்து விடும் ஆற்றல் வாய்ந்தது.

மிருகங்களுக்கு கோபம் ஏற்படுவது பெரும்பாலும் மனிதனாலேயே. இரைக்காக மட்டுமே மிருகங்கள் மற்ற மிருகங்களைக் கொன்று தின்கிறன. கோபத்தினால் அல்ல. ஆனால் மனிதன் கோபத்தினால் சகமனிதனுக்கு தீங்கு செய்கின்றான். கோபம் வந்தால் தன் உறவினரோ, நண்பரோ என்று பாராது அவர்களை அழிக்க முன்வருகிறான். இதற்கு முழுக்காரணம் இந்தக் கோபமே. கோபம் பயத்தைப்போல ஒரு நோயல்ல. அது அழுகை, சிரிப்பு போல் ஒரு உணர்ச்சி. அதை நாம் எமது கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைக்காவிடில் அது நம்மை விழுங்கி ஏப்பம் விட்டுவிடும். கோபம் எப்போதும் தீய விளைவுகளை மட்டுமே தரக் கூடியது. உணர்ச்சி களிலேயே பயங்கரமானது முறை தவறிய காமமும், கோபமுந்தான். ஒரு நொடிக்குள் வந்து ஆளையே முழுங்கிவிடும் சாமர்த்தியம் அதற்குண்டு. எல்லோராலும் உணர்ச்சிகளின் பிடியிலிருந்து தப்ப முடிவதில்லை. ஆனாலும் நாம் முயன்று உணர்ச்சிகளை நம் கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்துவிட வேண்டும். இக்கோப உணர்ச்சி மூளையிலிருந்து புறப்பட்டு மனதைத் தாக்கிப் பின் ஒட்டு மொத்த உடலையும் பாதிப்புக்குள்ளாக்கி விடும். இக்கோபம் மற்றவர்களைத் தன் பிடிக்குள் இழுத்து அவர்களைப் பாடாய்ப் படுத்திவிடும். ஞானிகளால் மட்டுமே உணர்ச்சிகளின் பிடியிலிருந்து தப்ப முடியும் என்றாலும் துர்வாசர் போன்ற சில ஞானிகள் கூட இதற்குள் அகப்பட்டுத் தம் தவவலிமையை இழந்திருப்பதாகப் புராணங்கள் கூறுகின்றன.

கோபம் ஒரு தற்காலிக பைத்தியக்காரத்தனம். எம்மை யார் தோற்கடித்தது என்று சிந்தித்தால் புரியும் கோபந்தான் எம்மை தோற்கடித்ததென்று. நாம் கோபமென்ற உணர்ச்சிக் கொந்தளிப்பில் தலைகுப்புற விழுந்து அழுங்கிப்போகக் கூடாது. இந்தக் கோபம் நம் சக்தியைக் குறைக்கிறது. நமது சிந்தனையைக் கலங்கடிக்கச் செய்கிறது மனத்துள் ஒளிந்திருக்கும் ஒரு மிருகந்தான்

வெற்றியின் விலாசங்கள்

இந்தக் கோபம். உணர்ச்சிகள் சமநிலையில் இல்லாமல் தாறுமாறாகச் செல்வதனால்தான் மனதில் நினைக்காத வற்றைக்கூட சொல்லிக் காயப்படுத்தி விடுகிறார்கள். கோபம் என்ற உணர்ச்சிப் பிடிக்குள் சிக்குண்டு ஒருவரையொருவர் காயப்படுத்துவதைத் தவிர்க்கப் பழக வேண்டும். ஒருவருக்குக் கோபம் ஏற்படும்போது மூச்சைக் கவனித்தால் மூச்சு வெப்பமாகவும் சீரற்று அறுந்து அறுந்தும் வரும். அப்போதே அதை அவதானித்துக் கோபத்தை விட்டுவிடலாம். கோபம் வரும் நேரங்களில் மூச்சின்மீது கவனம் செலுத்தினால் அதன் வேகம் அடங்கி கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக் குறைந்து அமைதியேற்படும். இந்தக் கோபக் கொந்தளிப்புகள் குடும்பத்துக்குள் கணவன் மனைவிக்குள் ஏற்படின் இளந்தளிர்களான பிள்ளைகளின் மகிழ்ச்சியையும், நிம்மதியையும் காவு கொண்டு விடுகிறது. இதனால் எங்கள் குழந்தைகளுக்கு மகிழ்ச்சியான தருணங்களைக் காட்ட முடியாதவர்களாகி விடுவோம். குழந்தைகளின் மகிழ்ச்சிகளைப் பறிப்பதற்கோ கருகப்பண்ணுவதற்கோ எமக்கெந்த அருகதையுமில்லை. பூப்போல அவர்களைப் பார்க்காவிடினும் அவர்கள் இன்பத்தைப் பறிக்காதிருக்க முயல வேண்டும். தந்தை தாய் இருவருக்கும் இந்தப் பாரிய கடமை உள்ளது. பேசித் தீர்க்க முடியாத விடயங்கள் என்று எதுவுமே இல்லை. தங்கள் தங்கள் இயலாமைகளை கோபமென்ற போர்வைக்குள் போட்டுத் திணித்து வெளிக்கொண்டு வருவதனால் எல்லோருக்குமே மனக்கசப்புகள்தான் ஏற்படும். சுவரில் எறிந்த பந்துபோல் நாம் மற்றவர்களிடம் காட்டும் கோபம் எம்மிடமே திரும்பிவருவது தவிர்க்க முடியாததாகிறது. ஒவ்வொருவரும் தங்கள் உணர்ச்சிகளை தம் கட்டுக்குள் வைக்கப் பழகி விட்டால் யாருக்கும் எந்தவிதப் பாதிப்பும் வரவாய்ப்புகளில்லை.

சிறுவயதிலிருந்தே இந்தக் கோப அரக்கனை வென்றிடப் பயிற்சி செய்ய வேண்டும். இது பெற்றோராலேயே

முடியும். இந்தக் கோபத்தை வளரவிட்டால் இது கொண்டவனையும் அழித்து மற்றவர்களையும் அழித்துவிடும். கோபம் கொண்டவன் மற்றவர்களுக்கு தீங்கு செய்வதுடன் தனது உடல், மன ஆரோக்கியத்தையும் சேர்த்துக் கெடுக்கிறான். கோபத்தினால் சாதிக்கக் கூடியது எதுவுமில்லை. ஒருவனிடம் கோபத்தைக் காட்டினால் திரும்ப எமக்குக் கிடைப்பது கோபந்தான். இந்தக் கோபம் என்ற உணர்ச்சி எமது ஆரோக்கியத்தின் மீது சவாரி செய்வதற்கு நாம் ஒருபோதும் அனுமதிக்கக்கூடாது. ஒருவன் கோபப்படும் போது அவன் உடலில் எதிர்மறை அதிர்வுகள் ஏற்படுவதுடன் சிறுநீரகத்துக்கு மேலிருக்கும் அட்ரீனலில் ஒரு நச்சு ஹார்மோன் சுரந்து இதயத்தைப் பாதித்து விடுகிறது. ஒருவர் கோபிக்கும்போது அவரின் மூச்சின் வேகம் மாறும். மூச்சு வேகத்திற்கேற்ப உடலில் இரத்தோட்டமும் மாறும். உடலில் ஏற்படும் இத்தீயவிளைவுகளால் உடல் ஆரோக்கியம் பாதிக்கின்றது. ஒரு கோபம் பத்து நோயை உண்டாக்கும் என்பதை மனதில் கொள்ள வேண்டும். கோபத்தினால் மனிதனுக்கு மிகவும் முக்கியமான உறக்கம் கூட காவு கொள்ளப்படுகிறது.

மூளைதான் நமது உடம்பின் உணர்ச்சிகளுக்கு மையம். சிறிய வலியையும் உணர்த்தக்கூடிய இந்த மூளை தன்வலியைத்தான் உணராததுபோல் கோபம் என்பது உணர்ச்சிக் கொந்தளிப்பை அள்ளிக் கொட்டிவிடும். கோபத்தை ஒருபோதும் அடக்கக்கூடாது. ஆனால் அதை எவ்வாறு கையாள்வது என்பதைத் தெரிந்து வைத்திருந்தால் ஒரு கவலையுமில்லை. அடக்கப்படும் கோபம் உள்ளேயே இருந்து கனன்று ஆரோக்கியத்தைப் பாழாக்கும். பலர் தமக்கு கோபம் வரும்போது மற்றவர் அதைக் குறைக்க வேண்டும் என்றோ அல்லது தம்மைத் திசை திருப்ப வேண்டும் என்றோ நினைக்கிறார்கள். தம் கோபத்தை மற்றவர்கள் தூண்டி விடுவதாகவும் நினைக்கிறார்கள். தங்கள்

வெற்றியின் விவரங்கள்

கோபத்துக்கு தாம் எந்தவிதத்திலும் பொறுப்பாளரில்லை என்று பொய்யான ஒரு முகமுடிக்குள் முடங்கிக் கொள்கிறார்கள். அல்லது இடம் மாற்றி மற்றவர் தோளில் சுமத்தி அமைதி பெறுகிறார்கள். மனதில் எழும் சுமையான எண்ணங்கள் அழுத்தும்போது அவற்றை இறக்கி வைக்கிறோமென்று இன்னொருவர் தோளுக்கு மாற்றக் கூடாது. ஆறுவது சினமென்று ஒளவையார் கூறியது போல் கோபத்தை ஆறுவிட்டாலே அது காணாமல் போய்விடும். கோபம் வரும் நேரத்தில் அவ்விடத்தை விட்டுச் செல்வதோ அன்றில் மனதை திசை திருப்புவதோ, அல்லது ஒன்றிலிருந்து பத்துவரை எண்ணுவதோ நல்லது. எல்லை தாண்டிய உலக மொழியான புன்னகையை என்றும் கையில் வைத்திருந்தால் இந்தக் கோபத்தைக் கடந்து விடலாம். இப் புன்னகை எப்படிப்பட்ட எதிரியையும் வசீகரிக்கக் கூடியது. கோபம் வரும்போது தங்கள் நாக்கை வெளியே நீட்டுவதும் கோபத்தை குறைக்குமென்று சான்றோர்கள் கூறியிருப்பது கவனத்தில் எடுக்க வேண்டிய ஒரு விடயமாகும். இந்து சமயத்தில் கடவுள் சிலைகள் மூலம் பல விடயங்களை சூசகமாகச் செய்து காட்டி இருக்கிறார்கள். தீமையை அழிக்க வேண்டுமென்பதற்காக இந்து மதக்கடவுள் சிலைகள் கையில் ஆயுதம் வைத்து இருக்கிறார்கள். அதுபோலவே கோபமேற்படும் போது நாக்கை வெளியே நீட்டவேண்டும் என்றுதான் சக்தியை நாக்கை வெளியே நீட்டும் காளி வடிவில் செதுக்கி இருக்கிறார்கள் போலும். இதை நாம் கவனத்தில் கொள்வது நல்லது. கோபமேற்படும்போது சிலர் பற்களை நறநறவெனக் கடிப்பார்கள். நாக்கை வெளியே நீட்டுவதனால் இந்தச் செயல் செய்ய முடியாமல் போய்விடும்.

ஜென் துறவி ஒருவர் கூறுகிறார் கோபம் வரும் நேரத்தில் உட்கார்ந்து இருந்தால் எழுந்து நிற்பதும், நின்றுருந்தால் உட்கார்ந்து கொள்வதும் நல்ல பலனைத்

தருமென்று. ஒருவருக்கு கோபத்தை விடவேண்டுமென்பதற்கு அவர் ஒரு கதை கூறினார். உனக்கு கோபம் வரும்போதெல்லாம் சுவரில் இந்த ஆணிகளை ஒவ்வொன்றாக அடி. பின் அந்த ஆணிகளைக் கழற்றிவிட்டு என்னிடம் வா என்றாராம். அதே போல் அந்த மனிதன் செய்துவிட்டு துறவியிடம் வந்தாராம். அப்போது துறவி கேட்டாராம் நீ ஆணியடித்த இடங்கள் இப்போது எப்படி இருக்கிறதென்று. அதற்கு அவன் சுவரில் அடித்ததற்கான அடையாளமாக ஓட்டைகள் ஏற்பட்டு விட்டன. அவற்றை எப்படி சரிசெய்வதென்று தெரியவில்லை என்றானாம். நீ கோபத்தில் யாரையும் காயப்படுத்தி இருந்தால் இப்படித்தான் மற்றவர் மனதில் அந்த வடு மாறாதென்று புரிய வைத்தாராம். கோபத்தில் மற்றவர் மனதைப் புண்படுத்துவது காயமாக மனதில் ஆழமாகப் பதிந்துவிடும் என்பதைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். ஒவ்வொருத்தருக்கும் மற்றவர்களினால் ஏற்படுத்தப்பட்ட காயமும் வலியும் பழகிப்போகிறதே ஒழிய மனதில் அவை ரணமாக இருப்பது தவிர்க்க முடியாததாகின்றது. கோபத்தினால் அடித்து துன்புறுத்துவது மட்டும் வலியில்லை. சொற்களால் மனதைக் காயப்படுத்துவதும் தீராத வலிதான். இதையே திருவள்ளுவர் “தீயினால் சுட்டபுண் ஆறுமே ஆறாதே நாவினால் சுட்ட வடு” என்று கூறியிருக்கிறார்.

கோபத்தைத் தள்ளிப் போட்டுவிட்டு அதற்கான காரணிகளைக் கண்டுபிடித்தல் விவேகத்துக்குரியது. கோபம் வரும்போது நான் இப்போ கோபமாக இருக்கிறேன். இது போக வேண்டிய ஒன்று இது போகட்டும் என்று நினைத்தாலே இது போய்விடும் என்று ஒரு அறிஞர் கூறுகிறார். கோபமேற்படும் போது நம் உடலில் ஜீவகாந்த ஓட்டம் தடைப்படுகிறது. ஆகவே கோபம் ஏற்படும் போது ஆழமாக மூச்சுவிடுவதால் கோபத்தை கட்டுப்பாட்டுக்குள் கொண்டு வரலாம். கோபம் ஏற்படுவதை உணர்ந்த அக்கணமே ஏதும்

வெற்றியின் விலாசங்கள்

புத்தகத்தைக் கையிலெடுத்து வாசிக்கத் தொடங்குவதோ, பாடுவதோ அன்றில் ஏதும் வாத்தியம் வாசிப்பதோ, வரைவதோ கூட எப்படிப்பட்ட கோபத்தையும் இருந்த இடம் தெரியாமல் காணாமல் போக்கிவிடும். இந்தக் கோபம் ஒரு நொடிக்குள் வந்து வேண்டாத விளைவுகளை ஏற்படுத்திவிட்டு மறைந்து விடும். இது அவசர புத்தியில் தொடங்கி வருத்தப்படுவதில் முடிகிறது. இந்தக் கோபம் தாம் நேசிக்கும் உறவுகளைக்கூட காயப்படுத்திவிட்டுப் பின் மன வேதனைக்குள் தள்ளிவிடும். சிலநேரங்களில் ஈகோ காரணமாக மன்னிப்பும் கேட்காமல் இரு உறவுகள் மனச் சிக்கலுக்குள் அகப்படுவதுமுண்டு. சிலர் அவசர புத்தியில் சினத்தைக் கொட்டிவிட்டு குற்ற உணர்சியில் துவண்டு போய் பின் மன்னிப்புக் கேட்டு சரணடைவதும் உண்டு.

சினம் கொள்ளும் போது அதற்கான மூல காரணத்தைக் கண்டால் மட்டுமே சினத்தை வெற்றி கொள்ளலாம். ஒருவர் மற்றவரிடம் கோபப்படும்போது தான் தவறுகளே செய்யாதவர் போலவும் மற்றவர்கள் தவற்றைத் தன்னால் பொறுத்துக் கொள்ள முடியாதது போலவும் நினைப்பதைத் தவிர்த்தாலே கோபம் காணாமல் போய்விடும். மனப் பதட்டமும், அவசர புத்தியும் கோபத்துக்கு ஒரு காரணமாகிறது. எதிர்பார்ப்பும், ஆற்றாமையும், ஒருவரின் செயலை சகித்துக் கொள்ள முடியாததும் கூட கோபத்தை ஏற்படுத்தி விடுகிறது. தாம் எதிர்பார்த்த ஒரு விடயம் நடக்காது போய் விட்டாலும், எதிர்பார்த்த பதிலை மற்றவர் கூறாவிடினும் இந்தக் கோபம் வருகிறது. இதைத் தவிர்க்க எதிர்பார்ப்பின்மை அவசியம். சிலருக்கு தாங்கள் செய்த தப்பை மற்றவர் சுட்டிக் காட்டும்போதும் கோபம் வந்து விடுகிறது. கோபத்தின்போது அவர்களால் கொட்டப்பட்ட வார்த்தைகளைக் கூட்டி அள்ளி எறிந்துவிட முடியாது. சினம் வந்தால் குரல் உயர்வதைப் பார்க்க முடிகிறது. சினம் வரும்போது மற்றவர்கள் தம்மிடம் இருந்து விலகித் தூரமாகப்

போவதுபோல் தெரிவதால்தான் சத்தமாகக் கத்துவதாக அறிஞர்கள் சொல்கிறார்கள். கோபம் இருவருக்கும் இடையேயான தூரத்தை நீட்டுவதால்தான் இரு மனங்களும் தூரமாகி ஒருவரையொருவர் வார்த்தைகளால் விறாண்டு கிறார்கள். ஆகவே நுட்பமாக இதைக் கையாள வேண்டும். அதுதான் பாரதியார் ரௌத்திரம் பழகு என்று கூறியிருக்கிறார். பயிற்சியினால் மட்டுமே இந்தக் கோபத்தை வெற்றி கொள்ளலாம். கோபம் ஏற்படும் போது ஒருபோதும் ஒரு தீர்மானமும் எடுக்கக் கூடாது. அது சரியானதாக ஒரு போதும் இருக்கமாட்டாது. நம் தொலை பேசிகளில் வேண்டாததுகள் சேர்ந்தால் தொலைபேசிக்கு நல்லதில்லை யென்று அழித்து வெறும் பொருளுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கும் நாம் பெரும்பேறான உறவுகளுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்க மறந்துவிடுகிறோம். வேண்டாத பேச்சுக்களை மனதில் சேமித்து வைக்காமல் அழித்து விட்டாலே இந்தக் கோபம் மறைந்துவிடும். மனதில் போட்டுவைத்து புகைவதனாலேயே இது வளர்கிறது.

சிலர் சிறுவயதில் இக்கோபத்தை அழுகையின் மூலமாகவோ பிடிவாதம் பிடித்து கத்துவதன் மூலமாகவோ வெளிக்காட்டுவர். அப்போது தாங்கள் நினைத்ததை சாதிக்க முடிந்ததால் வளர்ந்தும் அதையே தொடருவர். ஆகவே சிறுவயதிலேயே மூர்க்கத்தனமான, பிடிவாத கோபம் கவனிக் கப்படவேண்டிய விடயமாகும். சிறுவயதில் கோபிக்கும்போது அது சாதாரணமாக தெரியும். ஆனால் வளர வளர அவர்களைக் கையாளத் தெரியாமல் அவதிக்குள்ளாகும் போதுதான் அதன் கஷ்டம் தெரியும். ஆகவே சிறுவயதிலேயே அவர்கள் கோபம் திசை திருப்பப்பட வேண்டும். சிலர் மூர்க்கத்தனமாகக் கோப்படுவர். அது யாவருக்கும் தீமை பயப்பதாகும். உணர்ச்சியைக் காட்டுவது வேறு உணர்ச்சிக்கு அடிமையாவது வேறு. நாம் உணர்ச்சியைக் காட்டும்போது அது நமது கட்டுப்பாட்டுக்குள்

வெற்றியின் விவரங்கள்

இருக்கும். ஆனால் நாம் உணர்ச்சிவசப்படும் போது அதன் கட்டுப்பாட்டுக்குள் நாம் போய்விடுவோம். கோப உணர்ச்சியும் இதற்கு விலக்கல்ல. கோபத்தை நாம் எந்தளவுக்கு வெளிப்படுத்தலாம் என்பதில் அவதானமாக இருக்க வேண்டும். சிலநேரங்களில் பிள்ளைகளைப் பொய்யாகக் கோபிப்பதால் அவர்களைத் திருத்த முடியும். அதற்காக தகாத வார்த்தைகள் பயன்படுத்தத் தேவையில்லை. எந்தளவுக்கு கோபத்தை எப்படிக் காட்டலாம் என்பதைப் பெற்றோர் அறிந்து வைத்திருக்க வேண்டும். அதைக் கோபம் என்று சொல்வதிலும் பார்க்க கண்டிப்பு என்று கூறலாம். கண்டிப்பு ஒருபோதும் கோபமாகாது.

எம் சமுதாயத்தில் ஆண் கோபப்படுவது ஏற்றுக்கொள்ளக் கூடியது போலவும் பெண் கோபப்படுவது குற்றம் போலவும் பார்க்கப்படுகிறது. ஆனால் இதில் ஆண்பெண் பேதமின்றி கோபப்படுவது யாவருக்குமே தீமையைத் தருமென்பதை உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். பெண்கள் கோபம் கொள்வதற்கு உரிமை மறுக்கப்படும் குடும்பங்களில் அப்பெண்கள் குழந்தைகளின் மீதோ அல்லது சமையல் பாத்திரங்களின் மீதோ காட்ட விழைகிறார்கள். அது இயலாமையால் செய்யப்படும் ஒரு நன்மையளிக்காத செயலாகும். இந்தக் கோபத்தால் பெரும்பாலும் பாதிக்கப்படுபவர்கள் பெண்களும் குழந்தைகளும் தான். சில குடும்பங்களில் பெண்கள் மன நோயாளிகளாக மாறி விடுவதும் சில நேரங்களில் இக்கோபம் உயிரிழப்பில் முடிந்து விடுவதுமுண்டு. தங்களைவிட பணத்திலோ, பதவியிலோ அந்தஸ்திலே, உயர்ந்தவர்களிடம் யாரும் தங்கள் சினத்தைக் காட்டுவது இல்லை. தம்மைவிட குறைந்தவர்களிடமே சினத்தை காட்டுகிறார்கள். அதனால்தான் வள்ளுவர் செல்லிடத்துச் சினம் காத்தல் என்று கூறியுள்ளார். பலர் இந்தக் கோபத்தைக் காரியம் சாதிக்கும் சாதனமாகவும் பயன்படுத்த நினைத்து காரியத்தையும் சாதித்து விடுகிறார்கள்.

கோபத்தில் சில வகைகளுண்டு. அநியாயம் நடக்கும் போது உலகத்தின் மீதோ நம் சமுதாயத்தின் மீதோ கோபமுண்டாவது இயற்கை. அது நியாயமான கோபமாகும். நாம் ஏமாற்றப்படும் போதோ, நம் உரிமைகள் பறிக்கப்படும் போதோ, நம் அங்கீகாரம் மறுக்கப்படும் போதோ கூட கோபம் வரலாம். அந்தக் கோபங்கள் நியாயமானவையும் கூட. அவை தேவையான கோபங்கள். சமூக நலனில் அக்கறையுள்ள ஒவ்வொரு மனிதனிடமும் இருக்க வேண்டிய ஒன்றாகும். நாட்டில் அநியாயம் தலைதூக்கும் போது அதற்கெதிராகக் கோபப்படுவது அல்லது அதற்கான செயல்கள் செய்வது ஏற்றுக்கொள்ளக் கூடிய நியாயமான கோபமாகும்.

தான் செய்த தவறு தெரியாமல் கோபத்துக்கு ஆளாகும் ஒரு பிள்ளை மற்றவர்களிடம் குறைகண்டு பிடிக்கவும் பிறரை வெறுக்கவும் பழகுவது மட்டுமன்றி குற்றவாளியாகவும் மாற இடமுண்டு. எனவே இந்த இடத்தில் ஏற்படக்கூடிய சினம் களையப்பட வேண்டிய ஒன்றாகும். இச்சினத்தால் வருங்காலத்தில் பூத்துச் சிலிர்க்க வேண்டிய ஒரு செடி கருக்கக்கூடுகிறது. கோபம் என்பது ஒரு குப்பை என்பதை ஒத்துக்கொண்டு அதைக்களைவதற்கு என்ன செய்ய வேண்டுமோ அதைச்செய்து அதை முற்றாகக் களைந்துவிட வேண்டும். எல்லோரையும் மன்னிக்கப் பழகும் ஒருவரால் இன்னொருவரிடம் கோபப்பட முடியாது. மன்னிக்கக்கூடிய தவறுகளையெல்லாம் விடாப்பிடியாக பிடித்துக் கொண்டு கோபத்தை ஆண்டுக் கணக்கில் இழுத்தடிப்பது யாருக்குமே நல்லதல்ல. சிலர் தம் குடும்பக் கோபங்களைத் தம் வம்சத்தினருக்கும் கடத்திவிட்டு இறந்துவிடுகிறார்கள். ஏனென்று தெரியாமலே பல குடும்பங்கள் இந்தக் கோபத்தை சுமந்து கொண்டிருக்கிறார்கள்.

நாம் கோபப்படும்போது நாமே வெட்கப்படத்தக்க வருந்தப்பட வைக்கக்கூடிய செயல்களைச் செய்து

வெற்றியின் விவரங்கள்

விடுகிறோம். இந்தக் கோபம் மனதை உடைத்து மூளையின் வழியாக வானிலிருந்து மழைநீர் கொட்டுவதுபோல் வெளியே வந்து விழுந்து விடுகிறது. நாம் கோப மழையில் நனைவதை விடுத்து கொஞ்சம் நிறுத்தி யோசித்தாலே போதும். நாம் சாதாரணமாக இருக்கும் நேரங்களில் நாம் கோபப்படக்கூடாதென்று அடிக்கடி கூறிக்கொண்டிருப்பது பயனளிக்கும். நாம் வங்கியில் சேமிக்கும் பணம் தேவையான நேரத்தில் எப்படி எமக்கு உதவுகிறதோ அதேபோல் நாம் சொன்ன வாசகங்கள் உடனே செயல்படுத்த முடியாவிட்டாலும் தக்க தருணத்தில் கைகொடுத்து கோபம் என்ற அசுரப்பிடியில் இருந்து நம்மைக் காப்பாற்றிவிடுகிறது.

இருவருக்கிடையே புரிதல் இருந்தால் கோபம் வர இடமில்லை. ஒருவருக்கு கோபம் வரும்போது மற்றவர் அமைதியாக இருந்தாலே கோபம் காணாமல் போய்விடும். அந்தக்கணம் கடந்து விட்டால் கோபமும் மறைந்து விடும். ஒருவர் பேசும் போது அதனைக் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டுமேயொழிய எதிர்வினை செய்யக் கூடாது. அதுவே ரெஸ்போன்ட் பண்ணு. நியக்ற் பண்ணாதே என்பார்கள். மன்னிக்க முடியாத தவறு என்று உலகில் எதுவுமேயில்லை. மன்னிக்க மனம் இல்லாததே கோபம் ஏற்படுவதற்கு முக்கிய காரணம். மன்னிக்கப் பழகி விட்டால் கோபம் என்ற வேண்டாத விருந்தாளி நம்மிடமிருந்து சொல்லாமலே விடைபெற்றுச் சென்றுவிடும். சமண சமயத்தில் தன்னை ஆராய்தல் என்று ஒன்று இருந்தது. தினமும் தங்கள் குறைகளை ஆராய்ந்து யாரிடமும் தவறாகப் பேசினாலோ, யாருக்கும் தீங்கு செய்திருந்தாலோ உடனடியாக அதை ஆராய்ந்தறிந்து அவர்களிடம் மன்னிப்பு கேட்டுவிடுவார்கள். இந்து சமயத்திலும் அந்தப் பழக்கம் இருந்தது. நாங்கள் அந்தப் பழக்கங்களைத் தவறவிட்டுக் கொண்டு வந்துவிட்டோம். அதை மீட்டெடுத்து செயலில் கொண்டுவர வேண்டியது நம் கையில் தானிருக்கிறது. நம்மை மதிப்பீடு செய்து மன்னிப்புக்

கேட்கும் பழக்கம் வந்து விட்டாலே கோபம் என்ற இந்த வேண்டாத விருந்தாளியும் ஒவ்வொருத்தரிடம் இருந்தும் விடை பெற்றுச் சென்றுவிடும். மன்னிப்பதைப்போல சிறந்த குணம் இந்த உலகிலேயே வேறெதுவுமில்லை. அன்பு செய்வதைக் காட்டிலும் மன்னிப்பதே மேன்மையான குணமாகும். மன்னிப்பதனால் கோபம் விலகி எங்கும் இன்பமும் சாந்தமும் நிலவி உலகமே ஒரு அமைதிப் பூங்காவாக மாறிவிடும். எல்லோரையும் நேசிப்போம், எல்லாவற்றையும் மன்னிப்போம். அங்கே கோபம் காணாமல் போய்விடும்.

கோபம் பாபத்தை தரும்
கோபம் களைந்து நாம்
சோகம் இன்றி என்றும்
வாகாக வாழ்வோம்

பயமும் தயக்கமும்

பஞ்சபூதங்களில் நான்காவதான காற்று இன்றோல் இவ்வலகு இல்லை. உலகின் எல்லா உயிரினங்கள் ஏன் மரஞ்செடி கூட வாழ்வதற்கு இந்தக் காற்று அவசியம். மெல்லிய காற்று நம் உடலைத் தொட்டுத் தழுவும்போது மனமெல்லாம் இலேசாகி பாரமின்றிப் பறப்பது போலிருக்கும். ஓசையைக் கடத்தும் சக்தி கொண்டது இந்தக் காற்று. விண்ணிலிருந்து பனி விழும் ஓசையோ, பறவை சிறகை விரித்துப் பறக்கும் ஓசையோ, துளிர் விடும் தளிர்களின் ஓசையோ, மொட்டுகள் இதழ்விரிக்கும் ஓசையோ எமக்குக் கேட்பதில்லை. ஆனாலும் காற்று மெல்லிய ஓசையுடன் வீசிக்கொண்டுதான் இருக்கிறது. இந்தக் காற்று வெறும் ஓட்ஸிசனோ, கார்பன்டை ஓக்ஸைடோ அல்ல. தன்னுடன் கலந்திருக்கும் பிராணசக்தியை எந்த எதிர்பார்ப்புமின்றி எமக்கு அள்ளி அள்ளித்தருகிறது. எமது நற்குணங்களுக்கும் தீய குணங்களுக்கும் காரண கர்த்தாவே இந்த காற்றோடு உட்செல்லும் பிராணசக்தியே. நம் காதோடு கதை பேசும் காற்றின் சக்திக்கு அளவேயில்லை. உயிர்ப்புடன் வீசும் காற்றின் ஓசையை நாம் செவிமடுக்கத் தவறி விடுகிறோம். இவ்வளவு சக்தி வாய்ந்த காற்றுக்கு எம் இனிய தமிழில் எத்தனை அழகான பெயர்கள் சூடி மகிழ்ந்திருக்கிறார்கள். தெற்குத் திசையிலிருந்து வீசினால் தென்றல் என்றும், வடக்குத் திசையிலிருந்து வீசினால் வாடை என்றும், கிழக்குத் திசையில் இருந்து வீசினால் கொண்டல் என்றும், மேற்குத் திசையில் இருந்து வீசினால் மேலை என்றும் ஒவ்வொரு திசையிலிருந்து வரும் காற்றுக்கு ஒவ்வொரு பெயர் வைத்திருக்கிறார்கள். அதோடு காற்றை காலங்களை அடிப்படையாக வைத்தும் வேறு பெயர்கள் சூட்டியிருக்கிறார்கள். புழுதியை ஏற்படுத்தும் காலமான வைகாசி மாதத்தில் வீசும்காற்றை புழுதிக்காற்று என்றும்,

ஆடி மாதத்தில் வீசும் காற்றை ஆடிக்காற்றென்றும், கடுமையாக வீசும் காற்றை கடுங்காற்று, சூறாவளி, புயல் என்று அதன் வேகத்துக்கு ஏற்றவாறு பெயர் வைத்திருக்கிறார்கள்.

கண்ணுக்குத் தெரியாத காற்று எம் உடலில் ஊடுருவி எவ்வாறு எம்மை இயக்குகிறதோ அதேபோலத்தான் இந்தப் பயமும் எமக்குள் ஊடுருவி நம்மை இயங்காமல் செய்துவிடும். முன்னேற்றத்தின் எதிரி இந்தப் பயம். பயமும் தயக்கமும் ஒன்றோடொன்று பின்னிப் பிணைந்திருக்கும். இவை கோபம், சிரிப்பு, அழகை, மகிழ்ச்சி போல ஒரு உணர்ச்சியல்ல. இது ஒருவகை நோய். ஒருவன் அறிந்தோ அறியாமலோ இந்தப் பயத்துக்கு ஆளாகி விடுகிறான். இந்த பயமும் தயக்கமும் ஒருவன் உடலை ஆக்கிரமிக்கும் போது தன் முழுப்பலத்தையும் இழந்து ஒன்றுமே செய்ய முடியாத ஒரு நிலைக்குத் தள்ளப் பட்டுவிடுகிறான். பயமென்ற ஒன்று ஒருவனுக்கு ஏற்பட்டால் அவனால் வாழ்க்கையில் வெற்றி பெறவே முடியாது. பயப்பட்டவன் வாழ்வில் முன்னேறியதாக சரித்திரமே கிடையாது. பயம் ஒரு பேய்போல ஆட்டிக் கொண்டே இருக்கும். பசியும் வலியும் உடல்ரீதியானவை. ஆனால் இந்தப் பயம் மனதில் ஏற்பட்டு மனதின் ஆழத்தில் வேருன்றிப் பதியப்பட்டு விடுகிறது. பயம் ஒருவனுக்கு ஏற்படுவதற்கு முக்கிய காரணம் அவன் வளர்க்கப்பட்ட முறையேயாகும். தாயோ தந்தையோ தங்கள் பயங்களை பிள்ளைகளின் மேல் ஏற்றி விட்டு விடுகிறார்கள். அவர்கள் அறியாமலேயே இது நடந்து முடிந்து விடுகிறது. அறியாத வயதில் புகுத்தப்பட்ட பயம் ஒரு நோய் போல ஒருவனை ஆட்டிப் படைக்கிறது. கண்ணுக்குத் தெரியாத பேயைப் பற்றிய பயம், பரீட்சை பற்றிய பயம், நோயைப் பற்றிய பயம், மரணத்தைப் பற்றிய பயம், எதிர்காலத்தைப் பற்றிய பயம், தனிமை பற்றிய பயம் போன்ற பயங்களால் ஒருவரது தன்னம்பிக்கை பாதிக்கப்படுகிறது. எதிர் காலத்தைப் பற்றிய நம்பிக்கையற்ற பிழையான சிந்தனைகளால் ஏற்படும் பயங்கள் எல்லாந்தான் ஒருவனை வாழ்க்கையில் முன்னேற முடியாமல் தடுக்கும் தடைக்கற்களாகின்றன.

வெற்றியின் விவரங்கள்

பயப்படவேண்டிய சிலவற்றுக்குப் பயப்படலாம். தப்பில்லை. ஆனால் எல்லாவற்றுக்கும் பயப்படுவது கோழைத்தனமானது. சில பெண்கள் பிரசவகாலத்தை நினைத்து கருவுற்றிருக்கும் போது பயந்து இனிமையான தாய்மை உணர்வுகளைத் தவற விட்டுவிடுகிறார்கள். அதோடு கருவிலேயே குழந்தைக்கும் அதைக் கடத்தி விடுகிறார்கள். வாகனம் ஓட்டும்போது விபத்து ஏற்படலாம் என்ற கற்பனையான பயம் ஆழ்மனதில் பதியப்பட்டு விபத்தை ஏற்படுத்துவதும் உண்டு. பயமேற்பட்டால் அதற்குள் நுழைந்து காரியங்கள் செய்யும் செயலே பயத்தைப் போக்க வல்லது. அதைக் கண்டு பயப்படுகிறோமோ அதைத் துணிந்து செய்தால் பயம் காணாமல் போக வாய்ப்புண்டு. தண்ணீரைக்கண்டு பயப்படுபவன் நிச்சயம் நீச்சலைக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். ஒரு பொய்யான கற்பனையான எண்ணம் கூடப் பயத்தை ஏற்படுத்தும். முதலில் ஒருவருக்கு பயம் ஏன் ஏற்படுகிறது என்பதைக் கருத்தில் கொள்ள வேண்டும். வருங்காலத்தைப்பற்றிய தன்னம்பிக்கை இன்மையே பயத்துக்கு முதல் காரணம். நோயைப்பற்றிய பயம் மரணத்தை ஏற்படுத்தலாம். இந்த நோயிலிருந்து மீண்டு வருவோம் என்ற தீவிர நம்பிக்கையால் மரணத்தை ஏமாற்றியவர்கள் எத்தனையோ பேர் வாழ்ந்திருக்கிறார்கள். பயம் ஒரு எதிர்மறை எண்ணம். அதையகற்றி துணிவு, தன்னம்பிக்கை என்று நம் எண்ணத்தை மாற்றா விட்டால் பயம் நம்மை விழுங்கிவிடும். அதன் அகண்ட கைகளுக்குள் அகப்பட்டு உருத்தெரியாமல் போய்விடுவோம். பயத்தை நாம் விரட்டாவிட்டால் பயம் நம்மை விரட்டி ஓட வைத்துவிடும்.

எதற்கெடுத்தாலும் பயப்படும் ஒரு தாயால்கூட சிலநேரங்களில் தாய்ப்பாலுடன் சேர்த்து பயமும் பிள்ளைக்கு ஊட்டப்பட்டு விடுகிறது. பணிவு என்ற பெயரிலும் சிலவேளைகளில் இந்தப் பயம், தயக்கம் என்பன கடத்தப்பட்டுவிடுகின்றன. பெரியவர்களிடம் பணிவாக இருக்கவேண்டும். மறுபேச்சு பேசக்கூடாதென்று சிறு வயதில் அச்சுறுத்தப்படுவதால் வளர்ந்த பின்பும் சரியான விஷயத்தைக் கூடச் சொல்வதில் பயம், தயக்கம் ஏற்பட்டு

விடுகிறது. அந்தச் சிறுவர்களால் வளர்ந்த பின்பும் பலர் முன்னிலையில் தமக்கு வேண்டியவற்றைச் சொல்ல முடியாத தயக்கம் ஏற்பட்டுவிடுகிறது. இப்படி வளர்க்கப்படும் சிறுமிகளே பின்னாளில் கணவன்மாரின் கொடுமைகளை சகித்துக்கொண்டு துன்பப்படுபவர்களாக இருக்கிறார்கள். பொறுத்துப்போக வேண்டும் என்று அவர்கள் மூளையில் அடிக்கப்பட்ட ஆணி அதற்கு ஒரு வரையறையைச் சொல்லவில்லை. ஆகவே சில பெண்பிள்ளைகள் அளவற்ற பொறுமை காத்து உயிரையும் இழக்கும் நிலைக்குத் தள்ளப்படுகிறார்கள்.

எதற்கும் தைரியமின்மை இந்தப் பயம் என்ற நோயினாலேயே ஏற்படுகிறது. தைரியம் தான் வாழ்க்கை, பயந்தான் மரணம் என்று சுகிசிவம் ஐயா ஒரு நிகழ்வில் கூறியிருக்கிறார். பெற்றோர் சிறுதும் சிந்திக்காமல் பயம் என்ற நோயை சிறுவயதில் அறிமுகப்படுத்திவிட்டுப் பின் அவர்களை அவிழ்த்துவிட்டு விடுகிறார்கள். பிள்ளைகளோ எவ்வளவு கற்றிருந்தாலும் பயத்தை தம் தலையில் சுமந்து கொண்டு சுயமாக சிந்திக்க முடியாமல் திணறிப் போகிறார்கள். சிறுவயதில் பிள்ளைகளுக்கு ஏற்படும் பயத்தை அவதானித்துப் பெற்றோர் உடனுக்குடன் களைந்துவிட வேண்டும். உதாரணமாக சில சிறுவர்கள் நாய்க்குப் பயப்படுவது உண்டு. அவர்களை நாயுடன் பழக வைத்து அது ஒன்றும் செய்யாதென்பதைப் புரியவைக்க வேண்டும். மிதியுந்து ஓட்டப் பழகப் பயப்படும் பிள்ளைகளுக்கு அதைப் பழக்கி விழுந்தால் ஒரு குறையுமில்லை என்பதைப் புரிய வைப்பதுடன் தாங்கள் சிறுவயதில் பழகும் போது விழுந்த கதைகளை அவ்வப்போது கூறிவர வேண்டும். அது அவர்கள் பயத்தைப் போக்க உதவும். உயரத்தில் ஏறப் பயப்படும் பிள்ளைகளைப் பெற்றோர் அடிக்கடி தாங்களே உயரத்திற்கு அழைத்துச் சென்று பயம் போக உதவவேண்டும். பெற்றோரின் பாதுகாப்பில் அவர்கள் பயம் பஞ்சாய்ப் பறந்துவிடும். பாதுகாப்பு இன்மையே பெரும்பாலும் பயத்திற்கு காரணமாகின்றது. இந்தப் பயங்கள் மனம் சார்ந்தவை. இவை பெரியவர்களால் சிறு வயதிலேயே சரிசெய்யக் கூடியவை.

வெற்றியின் விலாசங்கள்

அறிவாற்றல் என்பது எல்லாவிதமான பயங்களில் இருந்தும் முற்றிலுமாக விடுதலை பெறுவதாகும். பயத்தை எதிர்கொண்டு வெற்றிபெற வேண்டுமேயொழிய அது எம்மை ஆக்கிரமிக்க விட்டுவிடக்கூடாது. பயத்தைப் பின் தொடர்ந்து சென்று பயமுறுத்தும் நிகழ்வுகளைக் கண்டு அஞ்சாமல் இருக்கக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். அப்போதுதான் பயத்திலிருந்து நாம் மீண்டு காரியமாற்ற முடியும். மனம் சார்ந்த பயங்களைப் போக்க சிறுவயதிலேயே பயிற்சி கொடுக்க வேண்டும். ஏதோ ஒரு வார்த்தையை அல்லது கடவுள் பெயரைத் திரும்பத் திரும்ப சொல்லிப் பழக்கினால் பயம் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக மறைய வாய்ப்புகள் அதிகம்.

சில பெற்றோர் அதீத செல்லம் கொடுத்து பிள்ளைகளின் தன்னம்பிக்கையை முளையிலேயே கிள்ளித் தம்மைச் சார்ந்தே வளரப் பழக்கி விடுகிறார்கள். அந்தப் பிள்ளைகள் ஒரு விடயத்தில் முடிவெடுப்பதில் தயக்கம், எதற்கெடுத்தாலும் பயம் என்று வளர்ந்து விடுகிறார்கள். பலருக்கு பெற்றோர் தவிர்ந்து மற்றவர்களாலும் இந்தப் பயம் ஏற்படுகிறது. தங்கள் மேல் அக்கறையில்லாத ஒருவரின் பேச்சை மலைபோல் நம்பி தம்மை இழந்துவிடுகிறார்கள். இதற்கும் முக்கிய காரணம் தன் நம்பிக்கையின்மையே. யாவரும் தத்தம் எண்ணங்களில். செயல்களில் முதலில் நம்பிக்கை வைக்க வேண்டும். தங்களில் நம்பிக்கை வைத்தால்தான் துணிந்து காரியமாற்ற முடியும். எளிதில் தீர்வு காணத் தெரியாத திறமையின்மையும். கவலையும் கூட சில நேரங்களில் பயத்துக்கு காரண கர்த்தாவாகிறது. தவறான செயல்களின் விளைவுகளாலும் பயமேற்படலாம். முதலிலேயே தவறு செய்யாமல் இருப்பது நல்ல வழி. ஆனால் சந்தர்ப்ப சூழ்நிலையாலோ அல்லது வேறேதும் காரணத்தாலோ தவறு செய்திருந்தால் பயப்படுவதில் எந்த அர்த்தமுமில்லை. செய்த தவறுக்கு தண்டனையை ஏற்கும் மனப்பக்குவத்தை வளர்த்துக் கொண்டால் இந்தப் பயம் காணாமல் போய்விடும்.

‘Empathy’ என்ற சுயபச்சாத்தாபமும் இந்தப் பயத்திற்கு ஒரு காரணமாகும். இதனை தன்னிரக்கமென்றும்

சொல்லலாம். தம் மேலேயே தாம் இரக்கப்பட்டுக்கொண்டு அந்தக்கூட்டுக்குள் தம்மை அடைத்துக் கொண்டு வெளிவரத் தெரியாமல் திணறுவதும் ஒருவிதப் பயத்தினாலேயே. அடுத்தவன் மூளைக்குள் என்ன இருக்கிறது என்று யோசிப்பதிலும், மற்றவர்கள் என்ன நினைப்பார்களோ என்று நினைத்து நமக்கு வேண்டியவற்றைச் செய்யாமல் விடுவதிலும் நாம் நேரத்தைச் செலவிடத் தேவையில்லை. அதுவும் ஒருவிதமான தன் நம்பிக்கை இன்மையால் ஏற்படும் பயந்தான். எதிர்காலத்தைப் பற்றிய நம்பிக்கையற்ற நிலையால் ஏற்படும் பிழையான சிந்தனைகளும் பயத்தை ஏற்படுத்துகின்றன.

பாதுகாப்பற்ற சூழ்நிலையிலும் இந்தப்பயம் ஏற்படுகிறது. இது இன்னொருநாட்டில் தனித்துவிடப்படும் போதும் துணைக்கு யாரை அழைப்பதென்று தெரியாமல் குழம்பும் போதும் ஏற்படுகிறது. இன்னுமொரு வகையான பயம் இன்னொரு நாட்டில் புரியாத மொழி. வேறுபட்ட கலாச்சாரம் போன்றவற்றால் ஏற்படலாம். இந்த பயத்தைக் களைவதற்கு அந்நாட்டு மொழியைக் கற்பது ஒன்றாலேயே களைய முடியும். முயன்றால் முடியாதது எதுவுமில்லை. தான் வாழும் நாட்டு மொழியைக் கற்றால் அதனாலேற்பட்ட பயம் காணாமல் போய்விடும். தன்னம்பிக்கை மனதில் பச்சென ஒட்டிக்கொள்ளும். பிறகென்ன! எதையும் சாதித்து விடலாம். சரளமாகப் பேசத் தெரியாவிட்டாலும் ஓரளவுக்கு புரிய வைக்க முடியுமென்ற தன்னம்பிக்கை ஏற்பட்டாலே பயம் காணாமல் போய்விடும்.

பயமென்பது கோபம், அழுகை போல் ஒரு உணர்ச்சியல்ல. அது நாமே நமக்கு ஏற்படுத்தும் ஒரு நோய். மனதை ஆட்டுவிக்கும் ஒரு கொடிய நோய். ஆழ்மனதில் பயம் ஊன்றப்பட்டுவிடின் அப்பயம் மனதைத் தொடர்ந்து உடலையும் பாதிக்கக் கூடியது. ஒருவருக்குப் பயமேற்படும் போது மூச்சு சன்னமாக அறுந்தறுந்து வெளியேறும். அது உடலின் இரத்த சுற்றோட்டத்தையும் பாதிக்கும். பீனியல் சுரப்பியில் சுரக்கப்படும் மெலடோன் என்ற ஹார்மோன் குறைவாகச் சுரப்பதும் இந்தக் கோபம் பயத்துக்கு ஒரு

வெற்றியின் விளைவுகள்

காரணமாகிறதாக அறிவியலாளர்கள் சொல்கிறார்கள். மெலடோன் இரவிலேயே அதிகமாகச் சுரப்பதனால் இரவில் அதிகநேரம் கண் விழிப்பதும் கோபம், பயம் என்பன ஏற்படும் வாய்ப்புகள் அதிகமிருப்பதாக கண்டு அறியப்பட்டுள்ளது. ஆகவே இந்தப் பயம் உள்ளவர்கள் இரவில் நீண்டநேரம் கண்விழிப்பது தீயவிளைவுகளையே தரும். பயத்தைக் கண்டுகொள்ளாமல் விட்டு விட்டால் மனநோயில் கொண்டு போய் விட்டுவிடும். ஆகவே ஆரம்பத்திலேயே இனங்கண்டு அதற்கான வழி முறையைக் கண்டுபிடித்து பயத்தைக் களையலாம். அதை இனங்கண்டு கொள்ள முடியாதவர்களுக்கு முடிந்தவர்கள் உதவிசெய்து பயத்தை பூண்டோடு ஒழிப்போம். பயத்தை வெற்றி கொண்டதனாலேயே பல சாம்ராஜ்யங்கள் உருவாகின. பலர் பல சாதனைகளை நிகழ்த்தி வரலாற்றில் இடம்பிடித்திருக்கிறார்கள்.

பயத்தைக் களையாவிடில் ஒருவரால் தலைமைப் பொறுப்பை நிர்வகிக்க முடியாது. பயமின்மை, துணிவு என்ற ஒரு ஆயுதத்தை கைக்கொண்டதாலேயே சாதாரண போர்வீரனான நெப்போலியன் பிரான்சின் சக்கரவர்த்தியானான். தலைமைப் பொறுப்பு வேண்டுமெனில் சுயசிந்தனை மிகமிக அவசியம். எதிர்ப்புக்கு அஞ்சக் கூடாது. தமக்கு சரியெனப்பட்டதை (அது பிறருக்குத் தீங்கு விளைவிக்காத வரை) துணிந்துசெய்ய வேண்டும். மற்றவர்கள் ஏதும் நினைப்பார்களோ, ஏதும் சொல்வார்களோ என்று தயங்கிக் கொண்டிருந்தால் காரியமாற்ற முடியாது. ஒரு செயலில் ஈடுபட முதல் பலவற்றையும் யோசிக்க வேண்டும். ஆனால் காரியத்தில் இறங்கிய பின் துணிந்து செயல்பட வேண்டும். இதையே திருவள்ளுவர் 'எண்ணித் துணிக கருமம் துணிந்தபின் எண்ணுவதென்பது இழுக்கு' என்று ஆணித்தரமாகக் கூறி இருக்கிறார். பயமேற்பட்டால் தெளிவாகவும் ஆழமாகவும் சிந்திக்க முடியாமல் போய்விடும். பயம் மனதை உறையச் செய்துவிடும். நாம் பயமென்ற கோட்பாட்டுக்குள் சிக்கி எம்மை இழந்துவிடக் கூடாது.

சிலநேரங்களில் பயம் வெறும் கற்பனையாகக்கூட இருக்கலாம். அதையே நினைத்து நினைத்து பயத்தைக்

கூட்டிக் கொள்ளக் கூடாது. ஒரு வேலையில் ஈடுபடும்போது இது சரி வராவிடில் என்ன செய்வது என்று பயத்துடன் கருமமாற்றினால் அது சரி வராமல் போவதற்கும் வாய்ப்புகள் உண்டு. துணிந்து கருமமாற்ற வேண்டும். சிலர் பயத்தை வெளியில் காட்டமாட்டார்கள். ஆனால் உள்ளே பயந்து பயந்து சாவார்கள். பயத்தினால் அவர்கள் மகிழ்ச்சியைத் தாரமாக்கி சதா பாரமான மனதுடன் வாழ்ந்து வருவார்கள். வீரனுக்கு ஒருமுறை தான் மரணம். ஆனால் பயப்படு பவனுக்கு நித்தமும் மரணந்தான்.

சிலருக்கு தாங்கள் செய்த தவறான செயல்களினாலும் பயமேற்படலாம். செய்த தவறு செய்ததுதான். அதை மாற்ற முடியாது. அந்தத் தவறை எப்படி மாற்றி அமைக்கலாம் என்றோ அல்லது அத்தவற்றுக்கு என்ன பிராயச்சித்தம் செய்யலாம் என்றோ சிந்திக்க வேண்டும். அப்போது முழுமையாக அந்தப் பயத்திலிருந்து வெளியே வந்துவிடலாம். எதுவுமே செய்யாமல் வெறும் பயத்துடன் நாட்களைக் கழிப்பது வீணான செயலாகும். சிலருக்குத் தாம் தப்பு செய்யும்போது அது தப்பென்று தெரியாது மற்றவர் கூட்டிக்காட்டும்போது பயமேற்பட்டுவிடும். அவர்களிடம் பக்குவமாக எடுத்துச் சொல்லி பரவாயில்லை. அடுத்துமுறை தவறு செய்யாமல் இருக்கச் சொல்லி தைரியம் ஊட்ட வேண்டும். அப்போது அவர்கள் பயத்திலிருந்து வெளியே வருவார்கள். அதை விட்டு மென்மேலும் அவர்களைப் பயமுறுத்துவது பாரதாரமான விளைவுகளை ஏற்படுத்தும்.

பயமேற்படும்போது தங்கள் பயத்தை தமக்கு மிகவும் நம்பிக்கையானவர்களுடன் பகிர்ந்து கொண்டால் அவர்களின் தோழமை பயத்தைப் போக்கிவிடும். அதற்காக யாராவது ஆறுதல் வார்த்தை பேசுவார்களா என்று எதிர்பார்ப்பது நல்லதல்ல. ஆறுதல் வார்த்தையென்பது ஆபத்தான போதை மாத்திரையென்றும் அதற்கு அடிமையாகக் கூடாதென்றும் சுகிசிவம் ஐயா கூறியிருப்பது சரிபோலவே இருக்கிறது. அந்தப் போதைக்கு அடிமையானால் அதை எதிர்பார்த்தே மனம் தவித்து எம் மனப்பயத்தைப்

வெற்றியின் விலாசங்கள்

போக்க இன்னொருவரைச் சார்ந்து ஏங்கி நிற்போம். ஆறுதல் வார்த்தைகள் காயத்திற்கு தற்கால மாறுதலாக இருக்குமேயொழிய ஒரு நிரந்தரத் தீர்வைத் தந்துவிடாது. இன்னொருவரைச் சாராது நின்றலே பயத்தை வெல்வதற்கு ஆதாரமாகும். பயத்தைக் களைவோம். பல சாதனைகள் படைப்போம்.

அச்சத்தை விட்டால்
உச்சத்தை தொடலாம்
துச்சமெனப் பயம் துற
நிச்சயம் வெற்றி பெறுவாய்.

தாழ்வு மனப்பான்மை

பஞ்சபூதங்களில் ஐந்தாவதான விண் பரந்து விரிந்து எல்லாவற்றையும் தன்னுள் அடக்கி நிர்மலமாக இருக்கின்றது. விண் இன்றேல் எதுவுமேயில்லை. சுத்தவெளி அது. வானத்தைப் புரிந்து கொள்ளப் போதுமான மூளையோ, அறிவோ நம்மிடம் கிடையாது. ஆகாயம் என்பது குறிப்பிட்டுச் சொல்லக்கூடிய ஓர் இடம் அல்ல. மேகங்களைப்போல, சூரியனைப் போல, சந்திரனைப் போல, நட்சத்திரத்தைப் போல வானம் இப்படித் தானென்று சொல்ல முடியாது. விண்ணை விட பிரமாண்டமானது எதுவும் இல்லை. வானம் எல்லையற்றது. தொட்டுவிட முடியாதது. நீள, அகல, உயர அளவுகள் எல்லாவற்றுக்கும் அப்பாற்பட்டது. வானம் அகண்ட வெளி. எதனோடும் இதனை ஒப்பிட முடியாது.

வானம் பரந்து விரிந்து இருப்பதுபோல் நாமும் நம் மனதை பரந்து விரிந்ததாக வைத்திருக்க வேண்டும். அப்போது இந்த வேண்டாத தாழ்வு மனப்பான்மை எம்மைத் தன் கட்டுப் பாட்டுக்குள் கொண்டுவர வாய்ப்பில்லை. தாழ்வு மனப்பான்மை என்பது ஒரு நோயோ, குறைபாடோ அல்ல. இது கோபம், பயம் போலத் தானாகத் தோன்றாது. இது நமக்கு நாமே கொடுக்கும் மிகக் கொடுமான தண்டனையாகும். நம்முடைய முன்னேற்றத்தைத் தடுக்கும் கல் என்று சொல்லலாம். இது நமக்கு ஏற்படுவதற்கு முழுக்க முழுக்க நாமே காரணமானவர்கள் ஆவோம். எவ்வளவு சிறந்த அறிவாளியாக இருந்தாலும் இந்த தாழ்வுமனப்பான்மை என்ற விஷம் பற்றி விட்டால் தலை எடுக்கவே முடியாது போய்விடும்.

இது தம்மைத் தாமே குறைத்து மதிப்பிடும் தன்மை. எம்மை நாமே தாழ்வாகப் பார்ப்பதும் மற்றவர்களுடன் ஒப்பிடுவதும் இதற்கு உரமூட்டும் செயல்களாகும். நிறம்

வெற்றியின் விலாசங்கள்

குறைவாக இருப்பதோ, உடற்பருமனாக இருப்பதோ, அன்றில் அழகு குறைந்தவராக இருப்பதோ இதற்கு காரணமாக அமைந்து விடுகிறது. குறையில்லாதவர்கள் எவரும் இவ்வுலகில் இல்லை. உடற்குறையுடன் பிறந்த எவ்வளவோ பேர் சாதித்துக் காட்டி இருப்பதை நாம் கண்டும் கேட்டும் இருக்கின்றோம். நாம் ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு ஆத்மா. மற்றவர்களைப் போன்று இருக்க வேண்டுமென்ற எந்த அவசியமுமில்லை. ஒவ்வொருத்தருக்கும் தனித்துவமான ஆற்றல்கள் இருக்கும். அதை ஒவ்வொருவரும் நம்ப வேண்டும். நம் திறமையை நாம் கண்டு அறிந்து அதில் நாம் வெற்றி அடையலாம். மற்றவர்களின் விமர்சனங்களுக்கு செவிமடுப்பதோ அதை அப்படியே ஏற்றுக் கொள்வதோ தாழ்வுமனப்பான்மைக்கு நீருற்றி வளர்க்கும் செயல்களாகும். அவை தன்னம்பிக்கையை சிதைத்துவிடும். எமக்கு எதுவும் தெரியாதென்றும் ஆனால் மற்றவர்களுக்கு எல்லாம் தெரிந்திருக்கிறதென்றும், எமக்குத் திறமை இல்லை என்ற உபயோகமற்ற சிந்தனைகளை முற்றாக தூரமாக்கிவிட வேண்டும். இந்த சிந்தனைகள் நாம் நினைத்ததை செய்ய முடியாமலாக்கிவிடும். அப்படி உண்மையாகவே திறமை குறைவாக இருந்தால் திறமையை, தகுதியை வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். இந்த உலகம் திறமைக்கும், ஆற்றலுக்கும் சிவப்பு கம்பளம் விரித்து வரவேற்கும்.

மற்றவர்களுடன் எம்மை ஒப்பிடாது எங்களை நாங்களே ஊக்குவிக்க வேண்டும். நான் திறமையானவன். எனக்குள் சிறந்த ஆற்றலிருக்கிறது என்று அடிக்கடி நினைத்து எம்மை நாமே ஊக்குவிக்க வேண்டும். எமது வெற்றிகளை நாமே பாராட்டி எம்மை உற்சாகப்படுத்த வேண்டும். முதலில் எம்மை நாமே நேசிக்க வேண்டும். எம்மை நாமே தட்டிக் கொடுக்க வேண்டும். மற்றவர்கள் எம்மை பாராட்டக்கூடிய அளவுக்கு எம்மை நாமே உயர்த்திக் கொள்ளுவது அவசியம். எதிர்மறை எண்ணங்கள் ஏற்பட்டால் இது எனக்கானதில்லை என்று ஆழ்மனதிற்கு செய்தி அனுப்பி விடவேண்டும். யாரைப் பார்த்தும் பிரமிக்கத் தேவையில்லை. தான் எதிலும் குறைந்தவனோ குறைந்தவனோ இல்லை

என்று அடிக்கடி நினைத்துக் கொள்வது தாழ்வுமனப் பான்மையிலிருந்து வெளிவர உதவும்.

சிலவேளைகளில் நம்மிடமுள்ள திறமைகளை நாம் அறியத் தவறி இந்த தாழ்வுச்சிக்லுக்குள் சென்றுவிடுகிறோம். எம்மிடம் நம்பிக்கையின்மையை வளர்த்து எந்தச் செயலையும் செய்ய முடியாதவர்களாகப் பின்னடைந்து விடுகிறோம். எம்மால் செய்ய முடியாததற்கான காரணத்தைக் கண்டுபிடித்து அதைக் களைந்தாலே தன்னம்பிக்கை வந்துவிடும். ஏழையாக இருப்பதோ அழகு குறைந்திருப்பதோ ஒரு பெரிய விடயமேயில்லை. எல்லோரும் ஒரேவிதமாக இங்கு பிறப்பதில்லை. செருப்புத் தைப்பவரின் மகனான ஆப்ரகாம் லிங்கன் அமெரிக்காவின் ஜனாதிபதியாக இருக்கிறார். அவரும் ஆரம்ப காலங்களில் இத்தாழ்வுச்சிக்லுக்குள் சிக்குண்டு அதற்குள்ளிருந்து வெளியே வந்து உச்சம் கண்டிருக்கிறார். இந்தத் தாழ்வு மனப்பான்மை எம்மைத் தனிமைப் படுத்திவிடும், மற்றவர்களுடன் கலந்து பழக முடியாதபடிக்கு தள்ளப்பட்டுவிடுவோம். எமக்குத் தோல்விகள் ஏற்பட்டால் எனக்கு மட்டும் ஏன் இப்படி நடக்கிறதென்று எண்ணி ஒடுங்கிப் போய்விடக் கூடாது. இதற்குள் இருந்து எவ்வாறு வெளியேறி வெற்றியைக் கண்டடைவதென்று மட்டும் சிந்தித்து செயலாற்றினாலே துவழாத தன்னம்பிக்கை ஏற்பட்டு தாழ்வு மனப்பான்மை காணாமல் ஆக்கப்பட்டுவிடும்.

சிலநேரங்களில் திருப்தியின்மையாலும் இந்தத் தாழ்வுச் சிக்கல் ஏற்படுவதுண்டு. எவ்வளவுதான் நன்றாக வாழ்ந்தாலும் தம்மை விட உயர் அந்தஸ்தில் இருப்பவர்களுடன் ஒப்பிட்டுத் தம் நிம்மதியை இழந்து தவிப்பார்கள். பேராசையும் இதற்கு ஒரு காரணமாகலாம். இதனால் ஏற்படும் தாழ்வுச்சிக்கலை வெகு கலபமாக தீர்த்துவிடலாம். தமக்குக் கீழானவர்களுடன் தம்மை ஒப்பிட்டு திருப்திப்படுவதால் இந்நிலையை மாற்றிவிடலாம். காலுக்குச் செருப்பில்லையே என்று கவலைப்படாதே. காலே இல்லாதவனைப் பார்த்து திருப்திப்படு என்று மகாத்மகாந்தி கூறி இருப்பதை நினைவில்கொள்ள வேண்டும்.

வெற்றியின் விளைவுகள்

தன்னைவிட மற்றவர்கள் உயர்ந்திருக்கிறார்கள் என்று சில நேரங்களில் தானே கற்பிதம் செய்வதும் இந்தத் தாழ்வுச் சிக்கலை ஏற்படுத்திவிடும். இதனால் தன்னம்பிக்கைக்குறைவு ஏற்பட்டு தன்னை ஒத்தவர்களுடனோ, சமூகத்துடனோ ஒன்றிப் போவது தடைப்பட்டு விடுகிறது. தன் திறமைகளையும், தன் நம்பிக்கையையும் அழித்துவிடும் முக்கிய காரணம் இந்த ஒப்பிடுதலே. தாழ்வுமனப்பான்மை வந்துவிட்டாலே தைரியம் ஒளிந்து கொள்ளும். இந்தத் தாழ்வுச்சிக்கல் சுற்றி வளைத்து இறுகப்பற்றி கெட்டியாகப் பிடித்து அடுத்த எண்ணங்கள் வரவிடாமல் பண்ணிவிடும். இந்தத் தாழ்வுச்சிக்கல் பிறரிடம் பொறாமையாக, வெறுப்பாக, பகையாக மாறக்கூடிய சந்தர்ப்பங்களும் ஏற்படக்கூடும்.

சிறு குழந்தைகளிலிருந்தே சில நேரங்களில் பெற்றவர்களோ, சுற்றத்தவர்களோ மற்றக் குழந்தைகளுடனோ அன்றில் சகோதரர்களுடனோ ஒப்பிட்டுப்பேசி இதனை வளர்த்து விட்டிருக்கலாம். சிறுவயதில் இது வெளியில் தெரியப்படாமல் வளர வளர அவர்கள் செயற்பாட்டில் காணக்கூடியதாக இருக்கும். குறைவானவர்களென்று மட்டந்தட்டப்படும் போது நொடியில் அவர்கள் கரைந்து போய்விடுகிறார்கள். இது வந்து விட்டால் எத்தனைபேர் தாங்கிப் பிடித்தாலும் சாயும் மரம் போல அடிக்கடி சரிந்து விழுந்து கொண்டேயிருப்பார்கள். இதனைக் கண்டறிந்து சரி செய்தேயாக வேண்டும். அப்போதுதான் அவர்கள் வாழ்க்கையில் முன்னேற்றத்தைக் காண முடியும். பலர் தமக்கிருப்பது ஒரு தாழ்வுச்சிக்கல் என்பது தெரியாமலே கூட வாழ்ந்து முடித்துவிட்டுப் போய்விடுகிறார்கள்.

சில பலவீனங்கள் கூட தாழ்வுமனப்பான்மையை ஏற்படுத்தி விடும். அவை குடும்ப உறுப்பினர்களாலேயே களையப்பட வேண்டியவையாகும். அப்பலவீனங்களை வெளியாரிடம் சொல்லாமலிருப்பதற்கும் அதிலிருந்து முற்றாக அவர்களை மீட்பதற்கும் குடும்பத்தவரே முயலவேண்டும். அவர்களைக் கேலி செய்வதோ, மற்றவர்கள் முன் சொல்லிக்காட்டுவதோ முன்னரை விட மோசமான நிலைக்கே

கொண்டுபோய்விடும். எமக்கு இந்தத் தாழ்வுச்சிக்கல் இருந்தால் அதை நாம் ஏற்று அதனை இல்லாமல் செய்ய என்ன செய்ய வேண்டுமோ அதனைச் சரியாகச் செய்து அதற்குள்ளிருந்து வெளியேவர வேண்டும். அதைவிடுத்து அதற்காக வெறுமனே கவலைப்படுவதால் எதுவும் ஆகப்போவதில்லை. இது பயம், கோபம் போல் பெரிய குறைபாடில்லை. வெகு எளிதாக இதற்குள்ளிருந்து வேளியே வந்துவிடலாம்.

எனக்கு மட்டும் இப்படி நடக்கிறதேயென்று புலம்புவதால் எந்த ஒரு பலனும் விளையப்போவதில்லை. பிறரிடம் பகிரமுடியாத வேதனையைத் தனியே அழுது ஊற்றெடுக்கும் கண்ணீர் மூலம் தீர்த்துவிட வேண்டும். அதன்பின் புதிதாய் பிறந்தது போல் கருமமாற்ற வேண்டும். உங்களுக்கு எதுவும் தெரியவில்லை என்று யாரும் மட்டந்தட்டினால் அதற்காக வெறித்தனமாக உழைத்து உங்களை நிரூபிக்க வேண்டும். அப்போது தாழ்வுச் சிக்கலும் மறைந்து, வெற்றியும் கிடைக்கும் இரட்டைச் சந்தோஷம் ஏற்படும்.

தொடர் தோல்விகளும் இந்தத் தாழ்வு மனப்பான்மைக்கு ஒரு காரணமாகும். வெற்றியே காணமுடியாமல் அடுக்கடுக்காகத் தோல்விகளேற்பாடினும் நொந்து நூலாகிப்போவார்கள். என்னால் முன்னேறவே முடியாதென்ற விரக்தியிலும் இந்தத் தாழ்வுச் சிக்கல் தலைதூக்கி அங்கேயே கூடாரம் போட்டு உட்கார்ந்து விடும். இதை நாம்தான் முயற்சித்து விரட்ட வேண்டும். தோல்விக்கான காரணங்களைக் கண்டுபிடித்து மீண்டும் முயற்சித்து வெற்றிக்காக உழைத்தால் இச்சிக்கல் மறைய வாய்ப்புண்டு. சிறுவயதில் ஏன் இப்படியிருக்கிறாய்? உன்னால் எதையும் சரியாகச் செய்ய முடியாதென்று பெற்றோராலேயோ, அன்றில் ஆசிரியர்களாலேயோ குறைவாக மதிப்பீடு செய்வதும் அவர்கள் வளர்ந்தும் தங்களால் எதுவும் சரியாகச் செய்ய முடியாதோ என்று சந்தேகம் கொள்வதும் இச்சிக்கலுக்கு நீர் ஊற்றி வளர்க்கும் செயலாகும். சிறுவயதில் அறியாமையால் செய்த சில விடயங்களைச்

வெற்றியின் விளைவுகள்

சில பெரியவர்கள் திரும்பத் திரும்ப சொல்லி வருவதும் மனதில் தாழ்வு மனப்பான்மையை ஏற்படுத்திவிடுவதுண்டு.

மற்றவர்கள் முன் நின்று கேள்வி கேட்பதற்கும், பிறர் தவறான பாதையில் சென்றால் தட்டிக் கேட்பதற்கும் இந்தத் தாழ்வுச்சிக்கல் உடைபட வேண்டும். புத்தகம் வாசித்தல், நடனமாடுதல், ஓவியம் வரைதல், பாடுதல், கற்பனையை வளர்த்துக் கொள்ளுதல் என்பன தன்னம்பிக்கையை வளர்க்கக் கூடியனவாகும். அப்போது சுயமனத்தடைகள் உடைக்கப்படும். அத்துடன் பிறருக்கு உதவும் தன்மையை வளர்த்துக் கொள்வதும் இத்தாழ்வுச்சிக்கலை வென்றிட ஒரு வழியாகும். பிறருக்கு உதவும்போது அவர்கள் நன்றி கூறும்போதோ, அல்லது அவர்கள் செய்த உதவியைப் பெருமைப்படுத்தும் போதோ தன்னம்பிக்கை துளிர்விடுவது பெரும்பாலும் நடந்துவிடுகிறது.

காதலில் தோல்வியுற்ற சிலரும் இவ்வாறான தாழ்வுச்சிக்கலுக்குள் சிக்குவதுண்டு. காதல் தோல்விக்கு தானே காரணமென்று தங்கள் மேலேயே பழியைப் போட்டுக்கொண்டு ஒடுங்கிப் போவார்கள். திருமணம் செய்திருந்தாலும் கடந்த காலத்தை இன்னும் மனதில் சுமந்துகொண்டு ஒடுங்கிப் போபவர்களும் உண்டு. அவர்கள் தாமும் ஒடுங்கித் தம் வாழ்க்கைத் துணையையும் சஞ்சலத்துக்கு ஆளாக்கிவிடுவார்கள். ஒவ்வொருவரும் எப்படி ஒருவர் வாழவேண்டும் என்று தெரிந்து வைப்பதைவிட எப்படி வாழக்கூடாதென்று தெரிந்து வைத்து இருந்தாலே போதும். வாழ்க்கையை செவ்வனே கொண்டுபோய் விட முடியும். தோல்விகளைக் கண்டு துவளுவதும், ஏமாற்றங்களுக்குள் விழுந்து எழும்ப முடியாமல் தடுமாறுவதும் இந்தத் தாழ்வுமனப்பான்மை உள்ளவர்களுக்கு வெகு எளிதாக வந்துவிடுகிறது. கூர்மையாக இரு அல்லது உன்னைச் சீவி விடுவார்களென்று சாதாரண ஒரு பென்சில் கூறுவதை தாழ்வு மனம் கொண்டவர்கள் நினைவில் கொள்ள வேண்டும். நாம் தயங்கி நின்றால் உலகம் ஏறி மிதித்துவிட்டுத் தன்பாட்டுக்குப் போய்க்கொண்டேயிருக்கும். யாருக்காகவும் எதற்காகவும் அது நிற்கப் போவதில்லை. நாம்தான் நடுக்காட்டில்

தொலைந்துபோன சிறுவனாய் மலங்க மலங்க விழித்தபடி
நிற்க வேண்டிவரும்.

நிறம் குறைவு, கூடிய பருமன், அங்கக் குறைபாடு,
கால்கை வளர்ச்சியின்மை குரூத் தோற்றம் என்று எத்தனை
குறைபாடுகளிருந்தாலும் தாழ்வுமனப்பான்மை வரவேண்டிய
தில்லை. இவையெல்லாவற்றுடனும் சாதித்துக் காட்டியவர்
களை உலகம் பார்த்திருக்கிறது. எனவே இத்தாழ்வுச்
சிக்கலை வீசியெறிந்து சாதனை செய்யலாம் வாருங்கள்.

**தாழ்வுச் சிக்கல் என்றும்
வாழ்வுச் சிக்கல் அதை
வாழ்வில் நீக்கினால் என்றும்
மகிழ்ச்சிப் பூக்கள்தான்.**

தற்கொலையும் மனச்சோர்வும்

பஞ்சபூதங்கள் போலவே மரங்கள், தாவரங்களும் எமக்குத் தேவையான எம்மை வாழ வைக்கும் தெய்வங்கள். மரங்கள் இன்றேல் நாம் மட்டுமல்ல எல்லா உயிரினங்களும் இந்தப் புவியில் நிலைத்து நிற்க முடியாது. எல்லாவித தாவரங்களும் ஏதோ ஒருவிதத்தில் எமக்கு நல்லதே செய்கின்றன. இலைகளையும், தளிர்களையும், வண்ணவண்ணப் பூக்களையும், காய்களையும், கனிகளையும் குறைவில்லாது எமக்கு அளிக்கும் மரங்களுக்கு நாம் என்ன செய்கின்றோம்? பஞ்சபூதங்களுக்கு நாம் எதுவுமே திருப்பிச் செய்யாதது போலவே மரங்களுக்கும் நாம் எதுவும் செய்வதில்லை. ஆனால் அவற்றை வெட்டி, அழித்து கெடுதி செய்கின்றோம். நாம் வீணாக்கி குப்பையில் போடும் ஆயிரக்கணக்கான காகிதங்கள் எத்தனை மரங்களை வெட்டி உண்டாக்கப் பட்டவையோ? எத்தனை ஆயிரம் மரங்கள் மௌனமாகக் கண்ணீர் விட்டனவோ? பருவகாலங்களுக்கேற்ப தம் இலைகளை உதிர்த்துக்கொண்டும் துளிர்ந்துக்கொண்டும் மரங்களும் இவ்வுலகில் வாழ்கின்றன. எத்தனை ஆயிரம் மூலிகைச்செடிகள் எம் ஆரோக்கியம் பேண வளர்ந்து நிற்கின்றன. எமக்கு ஒக்சிஜனை அள்ளியள்ளித் தரும் மரங்கள். நாம் இப் பூவுலகில் வருவதற்கு எத்தனையோ ஆண்டுகளுக்கு முன் தோன்றிய எம் மூத்த சகோதரர்கள் அவர்கள். எமக்கு நன்மைகளே செய்து, எம்மிடமிருந்து எதனையும் எதிர்பார்க்காது தம்பாட்டுக்கு வளரும் அவற்றை அழிக்க யார் எமக்கு உரிமை கொடுத்தது? மரங்களில்லாத உலகு எவ்வாறு இருக்குமென்று கற்பனை செய்து கூடப் பார்க்க முடியாது. அந்தந்தக் காலத்துக்கேற்ப பலவிதமான பூக்களை ஆடைகளாக அணிந்து மணம் பரப்பும் மரங்களும், கீதம் இசைத்தபடி ஓடும் நீரோடைகளும், மெல்லென வீசி காதுகளில் இரகசியம் பேசும் காற்றும் எத்தகைய மனிதர்களையும் வசீகரித்துக்கொண்டே இருக்கும். காற்றை

எமக்கு அள்ளித் தருவதில் மரங்களின் பங்கு மிகப் பெரியதாக இருக்கின்றது. இயற்கை எமக்கு அள்ளித் தரும் மிகப்பெரிய சொத்து இந்த மரங்கள். மேல்நாட்டவர் மரங்களைப் பேணி பாதுகாப்பதில் காட்டும் ஆர்வத்தைப் பார்த்தாவது நாம் மரங்களைப் பாதுகாக்க முன்வரவேண்டும். ஆலமரமும், அரசமரமும், வேப்பமரமும் எந்த நாட்டவருக்கும் கிடைக்காத பெரிய பொக்கிஷங்கள். அவற்றைப் பேணிப் பாதுகாக்க நாம் ஒவ்வொருவரும் முன்வர வேண்டும். ஏதோ ஒரு நாட்டவர் மரங்களை வெட்டுவதற்கு முன்னர் அதனிடம் மண்டியிட்டு அனுமதி கேட்டு மன்னிப்பு கேட்ட பின்தான் வெட்டுவார்களாம். எம்மில் பலர் தமக்குத் தேவையானபோது மரங்களை எந்தவித மனக்கிலேசமுமின்றி வெட்டிச் சாய்த்துவிட்டுப் போகிறார்கள். மரங்களின் முக்கியத்தை அறியாதவர்களாக நாம் இருப்பது வேதனைக்குரிய ஒரு விடயமாகும். மரங்களின் முக்கியத்தை நமக்கு உணர்த்துவதற்காகவே நம் முன்னோர் மரங்களின் கீழ் கடவுள் சிலைகளை அமைத்து வழிபட வைத்தார்கள். பிள்ளையாரும், காளியும், வைரவரும் ஆலமரங்களின் கீழும் வேப்ப மரங்களின் கீழும் அமர்ந்ததால் அவர்களை வணங்கச் செல்லும் மக்களுக்கு தேவைக்கேற்ப ஒட்சிசன் கிடைத்து ஆரோக்கியமாக வாழ்ந்தார்கள். வேம்பையும், அரசையும் சுற்றி வைத்தார்கள். வேம்பும், அரசும் பெருமளவிலான ஒட்சிசனை அள்ளித் தருவதை நம் முன்னோர் அறிந்து வைத்திருந்தார்கள். மக்கள் படிப்பறிவு குறைந்திருந்ததனால் சொல்லி விளக்காமல் செயலில் காட்டிவிட்டுப் போனார்கள். மூலிகைகளான துளசியையும், அறுகம் புல்லையும் கடவுளோடு சம்பந்தப்படுத்தி வணங்கப் பண்ணினார்கள். சூசகமாகக் கூறிய எதையும் நாம் கவனிக்காமல் விட்டுவிட்டோம்.

மரங்களின் துன்பங்களை நாம் அறிய விரும்பாமலும் அவற்றை வளர்க்க ஆர்வம் காட்டாமலும் இருப்பது போலவே மற்றவர்களுடைய துன்பங்களை நாம் கண்டு கொள்ளாமலும், அது குறித்து எதுவும் செய்யாமலும் இருக்கின்றோம். உடல் நோயைக்களைய மருத்துவர் உதவுவார். மனம் தொடர்பான தவறான சிந்தனைகளால் ஒருவர் அலக்கழிக்கப்படும்போது

வெற்றியின் விலாசங்கள்

முடிந்தவர்கள் அவர்களுக்கு ஆறுதலாக இருக்கலாம். முந்தைய காலங்களில் குடும்ப உறுப்பினரிடமோ, அக்கம்பக்கத்தில் உள்ளவர்களிடமோ மனம்விட்டுப் பேச முடிந்தது. அவர்கள் கூறும் ஆறுதல் வார்த்தைகள் பாதிப்புக்குள்ளானவர்களுக்கு தைரியம் கொடுப்பனவாக அமைந்திருந்தன. எதிர்காலத்தைப்பற்றிய நம்பிக்கையற்ற பிழையான சிந்தனைகள்தான் ஒருவருக்கு மனச்சோர்வை உண்டாக்குகின்றது. வாழ்க்கையில் ஏற்படும் தோல்விகளால் தங்கள் வாழ்க்கையே முடிவடைந்துவிட்டதாக நினைத்து முடங்கி விடுகிறார்கள். மற்றவர்களுடன் பேசமுடியாத மனத்தடைகளை தங்கள் மனதுக்குத் தாங்களே போட்டுவிட்டு ஒடுங்கிப்போய்விடுகிறார்கள்.

மற்றவர்கள் என்ன நினைப்பார்களோ என்ற வேண்டாத சிந்தனைகளை மனதில் தேக்குவதாலும் மனத்தளர்ச்சி ஏற்படலாம். பலவேளைகளில் தங்களுக்கு மனத் தளர்ச்சி ஏற்பட்டிருக்கிறது என்ற சிந்தனை அவர்களுக்கு தெரியாமல் போய் விடுகிறது. என்றைக்கோ, யாரோ சொன்னவைகளை தமக்குள் போட்டுக் குமைவதும் வெளியே சொல்ல முடியாமலோ, அன்றில் சொல்லத் தெரியாமலோ தவிப்பதும் மனத்தளர்ச்சியை கை கொடுத்து அழைத்துச் செல்லுவனவாகும். வேண்டாத பேச்சுகளை மனதில் எடுக்காமல் இருக்கப் பழக வேண்டும். வேறு ஒருவரின் முகவரி போட்டு வரும் கடிதத்தை எமக்கான கடிதம் இல்லையென்று தெரிந்து எவ்வாறு நாம் அதை வாங்காமல் விடுகிறோமோ அதே போலவே வேண்டாத பேச்சுகளை இவை எமக்கானவையில்லையென்று ஒதுக்கிவிடக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். அப்போது வேண்டாத மனப்பாரங்கள் ஏற்பட வாய்ப்பில்லாமல் போய் விடும். கணவன் மனைவிக்குள் முரண்பாடுகள் ஏற்பட்டால் மனம்விட்டுப் பேசுவது ஒன்றே தீர்வாகும். அதைவிட்டு முரண்பட்டுக்கொண்டு மனதுக்குள் முடங்கி இருப்பதோ சகித்துக்கொண்டு போவதோ பெரும் சிக்கலில் கொண்டுபோய் விடும். சிலர் உணர்ச்சி வேகத்தில் தெரியாத் தனமாக ஏதும் தப்பு செய்துவிட்டு ஆத்திரமும் அவமானப்படுவதுமுண்டு. அப்போது தவறு செய்வது மனித இயல்பு, உணர்ந்து

திருந்தினால் போதுமென்று கூறி அரவணைத்துச் செல்வதால் அவர்களை மனத் தளர்ச்சியிலிருந்து காப்பாற்றலாம்.

ஒருவர் மனத்தளர்ச்சிக்குள் போகாமல் தம்மைக் காப்பது அவர் கையிலேயே இருக்கிறது. அப்படி அவர் தவறும் பட்சத்தில் நெருங்கிய உறவினரோ நண்பர்களோ அந்தப் பொறுப்பை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். தற்கொலைக்கு கதவு திறந்து விடுவது இந்த மனத்தளர்ச்சியே. தோல்விகளும், தாம் எதற்கும் தகுதியானவர் இல்லையென்ற தாழ்வு மனப்பான்மையும் கூட இதற்கு காரணமாகலாம். தற்கொலை நினைவு அவர்கள் கையாலாகாததனத்துக்கு வலு சேர்க்கிறது. நொடிப் பொழுதில் முடிவெடுத்து தற்கொலைக்குள் போய் விடுகிறார்கள். மனப்பதட்டம், மனக்குழப்பம் என்பவற்றுக்குள் மூழ்கி என்ன செய்வதென்று அறியாமலே தற்கொலைக்குள் போய்விடுகிறார்கள். தற்கொலை முயற்சியிலிருந்து மீண்டவர்களிடம் கேட்டால் அந்த நொடி தாண்டியதால் அந்த எண்ணம் போய்விட்ட தென்றே கூறுவார்கள். தற்கொலை எண்ணம் வரும் நேரங்களில் அதனை வெற்றி கொள்வதற்கு யாருடனும் மனம்விட்டுப் பேசுவதோ அன்றில் வேறுதிசையில் எண்ணங்களைத் திருப்புவதோ மிகச்சிறந்த ஒரு வழியாகும். அந்த நொடியைக் கடந்து விட்டாலே தற்கொலையை வென்றவர்கள் ஆகிவிடுவார்கள்.

காதல் தோல்வி, பரீட்சையில் வெற்றி பெறாமை, நீண்டநாள் வேலையின்மை, வியாபாரத்தில் தாங்கமுடியாத நஷ்டம், நண்பர்களின் நம்பிக்கைத்தரோகம், அவமானங்கள், நெருங்கிய உறவினர்களின் இழப்பு என்று பல காரணங்கள் தற்கொலைக்கான காரணிகளாகலாம். எதுவாக இருந்தாலும் வாழ்ந்து பார்த்துவிடுவோம் என்ற நம்பிக்கையைக் கைக்கொண்டால் இதற்குள் எளிருந்து மீண்டுவிடலாம். யாசகர்கள் தற்கொலை செய்வது நாம் கேள்விப்பட்டதாகவே இல்லையே. அடுத்த வேளைக்கு உணவில்லாவிடினும் அவர்கள் மனம் தளராதவர்களாகவே இருக்கிறார்கள். படித்தவர்கள், நடுத்தர வர்க்கத்தினரே கூடியளவில் தற்கொலைக்கு முனைகிறார்கள். கணவன் மனைவி தகராறுகளும் தற்கொலைக்குத் தூண்டிவிடுகின்றன. தகராறுகள் தடித்த காதல் வந்ததைகளில் முடிந்து அந்தக்

வெற்றியின் விவரங்கள்

கொடு வார்த்தைகளின் கனம் தாங்க முடியாமல் தற்கொலைக்குள் விழுபவர்களுமுண்டு.

மனிதனை அடியோடு வேறுக்கும் மனநோய் கவலை. கவலைப்படுபவர் அதில் சிக்கி மனநோயாளியாகி தற்கொலையை நாடிவிடுகிறார்கள். தற்கொலை எண்ணம் வரும்போது அதை ஒரு தாளில் எழுதி சுக்குநாறாக கிழித்து எறிவதோ, மின்விளக்கை போடுவதும் நூற்பதுமாகச் செய்வதோ நன்மையளிக்குமென்று மனநல மருத்துவர்கள் பரிந்துரைக்கிறார்கள். பாரமான எண்ணங்களின் சுமை தாங்கியாக மனதை வைத்திருக்காது மனதுக்கு பிடித்த இசையைக் கேட்பதோ, பிடித்த ஏதும் வேலைகளைச் செய்வதோ நல்லது. அல்லது செல்லப் பிராணிகளுடன் சிறிது நேரத்தைச் செலவழிப்பதும் எதிர்மறை எண்ணங்களில் இருந்து விடுபட உதவும். சந்தோஷம், தைரியம் என்பது கடைகளில் வாங்கும் பொருட்கள் அல்ல. கவலையை மாற்றி மகிழ்வோடுருக்க நாம்தான் முயல வேண்டும். எமது பல நினைவுகளை அதாவது எம்மை நிமிர்த்தத்தக்க நல்ல சிறுவயது நினைவுகளைப் பொக்கிஷமாகச் சேர்த்து வைத்தால் தேவைப்படும்போது நினைவுப் பெட்டகத்திலிருந்து எடுத்து முகர்ந்து கொள்ளலாம்.

கடுமையான வேலைப்பளு கூட தற்கொலையைத் தாண்டக்கூடும். அதற்கு உடல் தளர்வு, மனத்தளர்வு (ரிலாக்ஸ்) என்பன கைகொடுக்கும். மனதையும் உடலையும் தளர்வாக மகிழ்ச்சியுடன் வைப்பதற்கு பிராணாயாமம், உடற்பயிற்சி, சுற்றுலாபோதல், மனதுக்கு இதமான இடங்களுக்கு மனதுக்கு நெருக்கமானவர்களுடனோ குடும்பத்தினருடனோ அடிக்கடி போய் நேரத்தைச் செலவழித்தல் என்பன உதவியாக இருக்கும். ஆடம்பரச் செலவுகளுடன்தான் விடுமுறையைக் கழிக்க வேண்டும் என்பதில்லை. தம்மிடமுள்ள பண வசதிக்கேற்ப இடங்களைத் தேர்வு செய்து குறைந்த செலவிலும் மன அமைதியைப் பெறலாம். நீர்வீழ்ச்சிகள், அருவிகள் மனதைக் குளிர வைக்கும் ஆற்றல் பெற்றவை. அவை மனதை அமைதிப்படுத்தும்.

எந்த ஒரு தோல்விக்கும் தற்கொலை தீர்வாக அமைய மாட்டாது. தற்கொலை செய்வதில் காட்டும் தைரியத்தை வாழ்ந்து காட்டுவதில் காண்பிக்கலாமே. இந்த வாழ்க்கை ஓட்டத்தில் நாம் எதையும் மற்றவர்களுக்கு நிரூபித்துக் காட்டத்தான் வேண்டுமென்ற எந்தக் கட்டாயமுமில்லை. எம்மால் முடிந்ததைச் செய்து எமக்கான வாழ்வை வாழ்ந்துவிட்டுப் போவோமே. எதையாவது சாதித்தால் மகிழ்ச்சி ஆனால் சாதிக்காவிட்டால் உலகுக்கு எந்த நஷ்டமும் இல்லை. தோமஸ் அல்வா எடிசனிடம் யாரோ ஒருவர் நீங்கள் உலகுக்குத் தேவையான மின் சாரக் குமிழைக் கண்டுபிடித்து உலகுக்கு கொடுத்திருக்கிறீர்கள். நீங்கள் இல்லாவிடில் நாங்கள் இவற்றைக் கண்டிருக்கவே மாட்டோம் என்றாராம். அதற்கு எடிசன் நான் கண்டுபிடிக்காது இருந்திருந்தால் வேறு யாரோ ஒருவர் கண்டுபிடித்திருக்கப் போகிறார். இது என்ன பெரிய விடயம் என்றாராம். எவ்வளவு பெரிய உண்மையை வெகு சாதாரணமாகக் கூறிவிட்டுச் சென்றுவிட்டார். நாம் எதையும் சாதிக்காவிட்டால் உலகுக்கு ஒரு நஷ்டமும் இல்லை. எமக்கான வாழ்வை நாம் வாழ்ந்துவிட்டுப் போவோமே. யாரும் இங்கு நிரந்தரமில்லை. எவரும் இவ்வுலகில் நிரந்தரமாத் தங்கப் போவதில்லை. வாழ்க்கை என்பது ஒரு பயணம். இந்தப் பயணத்தில் சோதனைகள் வரும்போதும், தடைகள் வரும்போதும் தாண்டிச் கொண்டு செல்ல வேண்டும் அல்லது தாங்கிக் கொண்டு செல்ல வேண்டும். வாழ்வதற்குத்தான் பிறந்திருக்கின்றோம். இறப்பதற்கல்ல. வாழ்க்கை மிகவும் பெரியது. ஒற்றை முடிவுக்குள் அதைக் குறுக்கி ஏன் முடிக்க வேண்டும் வாழ்க்கையை? இந்தப் பெரிய உலகில் நாமும் ஒரு ஓரத்தில் வாழ்ந்து விட்டுப் போவோமே தற்கொலை செய்யாமல். தோல்விகள், வேதனைகளைச் சந்திக்காமல் யாரும் வாழ்ந்ததில்லை. முடிந்தால் சாதிப்போம். முடியாவிடில் நாமே எம்மை மாய்க்காமல் வாழ்ந்துவிட்டுப் போவோம்.

**தற்கொலை என்பதனை
சற்று நாமும் சிந்தித்தால்
இற்றுப் போய்விடும் அவ்வெண்ணம்
பெற்றுவிடலாம் வாழ்வதனை.**

ஒழுக்கம்

ஐம்பூதங்களைப் போலவே ஐம்புலன்களும் எம்மை வழிநடத்திச் செல்பவையாகும். ஒரு மனிதனின் ஒழுக்கத்தை நிர்ணயிப்பது அவர்களின் ஐம்புலன்களும் அவர்களின் மூளையுமேயாகும். மனித வாழ்க்கை என்பது வெறும் நாட்களால் ஆனதல்ல. வெறும் மூச்சு விடுவதை மட்டும் கருத்தில் கொண்டு அவன் வாழ்கிறான் என்று சொல்வது தவறு. அது வாழ்க்கையல்ல. எம் வாழ்வுக்கு ஒரு அர்த்தம் வேண்டும். அர்த்தமுள்ள வாழ்க்கை வாழ்வதற்கு ஒழுக்கம் மிகமிக அவசியம். ஒழுக்கமில்லாத வாழ்க்கை உடைந்த கண்ணாடிக்குச் சமம். அவர்கள் உபயோகமற்ற மற்றவர்களைப் பாதிக்கும் வாழ்க்கையே வாழ்பவர்களாவர். பணமின்றியோ, கல்வியறிவின்றியோ கூட வாழ்ந்திடலாம். ஆனால் ஒழுக்கம் கெட்டு வாழ்வது ஒரு சமூகக்கேடு. அது சமூகத்தை வேரோடு அழித்துவிடும்.

அன்பு என்றால் என்ன, அறம் என்றால் என்ன, வாய்மை, வீரம், கொடை, கல்வி என்றாலென்ன என்று எல்லாவற்றுக்குமே விபரம் கூறிய திருவள்ளுவர் ஒழுக்கம் என்றால் என்னவென்று வரையறுத்துக் கூறாமல் விட்டிருக்கிறார். ஆகவே ஒழுக்கம் என்பது ஒரு விடயமல்ல. ஒழுக்கத்துக்குள் பல நல்ல பழக்க வழக்கங்கள் அடங்கும் என்பது புலனாகிறது.

செல்வம், கல்வி, பட்டம், பதவி என்று எதுவுமே ஒழுக்கத்துக்கு ஈடாகாது. ஒழுக்கம் என்பது ஒரு செயலால் கணிக்கப்படும் மனித நடவடிக்கையல்ல. அது சமூகத்தால் மதிக்கப்படும் நற்பண்புகளின் சேர்க்கையாகும். ஒழுக்கம் என்பது பெற்றோர், ஆசிரியரால் சொல்லிக் கொடுக்கப்பட்டு வருவதைவிட அவர்களைப் பார்த்து ஒழுக்கக் கூடியது. இதில் பெற்றோரும், ஆசிரியர்களும் பெரும் பங்கு வகிக்கின்றனர்.

சுத்தம் பேணுதல், ஆரோக்கிய உணவு உண்ணுதல் (புகைத்தல், மது அருந்துதல், போதைப்பழக்கம் ஆகியவை தவிர்த்தல்), நேரத்தை திட்டமிட்டு கருமம் ஆற்றுதல், திட்டமிட்டு செலவு செய்தல், பிறரை மதித்தல், சோம்பல் இல்லாதிருத்தல் என்பனவும் ஒழுக்கத்துள் அடங்கும். மற்றவர்கள் எம்மிடம் எப்படி நடக்கவேண்டுமென்று விரும்புகிறோமோ அப்படி நாங்கள் நடப்பதுதான் ஒழுக்கம் என்று ஈ.வே.இராமசாமிப் பெரியார் கூறியது பொருத்தம் போலிருக்கிறது. பயனுள்ள பொழுதுபோக்குகள், நல்ல நூல்கள், பிறருக்கு உதவுவது போன்றவை ஒழுக்க மனப்பான்மையை வளர்க்கக் கூடியன.

கல்வி, அறிவு, நற்பண்புகள் ஒழுக்கம் என்பன ஒருவராலும் திருட முடியாத பண்புகளாகும். துப்பாக்கியிலிருந்து புறப்பட்ட குண்டுகளும், உடலிலிருந்து வெளியேறிய உயிரும், பாலிலிருந்து கடைந்த மோரும், வாயிலிருந்து வெளியே வந்த சொல்லும் போல் ஒழுக்கமும் ஒருமுறை தவறின் திரும்ப அதைச் சீர செய்ய முடியாது. ஒழுக்கம் என்பது சிறுவயதிலிருந்தே பேணிப் பாதுகாக்கப்பட வேண்டிய ஒன்றாகும். இது ஆண், பெண் வித்தியாசமின்றி ஒழுகப்பட வேண்டியது. உடல் உறுப்புகளைப் பராமரிப்பதுபோல் ஒவ்வொருத்தரும் ஒழுக்கத்தைப் பேணி வர வேண்டும். முக்கியமாக பெண்களை மதிக்க வேண்டுமென்ற அறம் வீடுகளிலே வலியுறுத்தப்பட்டு வந்தால் சிறுமிகள், பெண்களுக்கான பாலியல் வன்கொடுமைகள் ஏற்பட வாய்ப்பே இல்லாது போய்விடும்.

ஒழுக்கத்தை ஒருவர் எந்த நேரத்திலும் கைக்கொள்வது அவசியமாகும். சிலர் பலர் முன்னிலையில் ஒழுக்கமானவர்கள் போலவும், தனிமையில் ஒழுக்கத்தைக் கடைப்பிடிக்காமலும் வாழ்வதைப் பார்க்கின்றோம். ஒழுக்கத்தின் சக்தி மிகவும் பெரியது. ஒரு இலட்சியம் இல்லாதவனை கெட்ட பழக்கங்கள் வெகுவிரைவில் பற்றிக் கொள்ளும். எல்லா விடயங்களிலும் அலட்சியமாக இருத்தலும் ஒரு ஒழுக்கக் குறைபாடுதான். உறவுகளைப் பேணுதல், நட்பை வளர்த்தல் போன்றவை நல்ல ஒழுக்கப்

வெற்றியின் விசைங்கள்

பண்புகளாகும். பிறருக்கு உதவுதல்கூட ஒழுக்கப்பண்பு ஆகிறது. இது பெரும்பாலும் பெற்றோர்களிடமிருந்து கடத்தப் பட்டு பிள்ளைகளிடம் இயல்பாகவே வந்துவிடுகிறது.

பாலினக்கவர்ச்சியால் ஏற்படும் ஒழுங்கீனங்கள் ஒழுக்கத்தில் பெரும் பங்காற்றுகின்றன. இது இருபாலாருக்குமே பொதுவானவை. வெறும் உடற்கவர்ச்சியால் ஈர்க்கப்பட்டு இரு பாலாருமே பெரும் ஒழுக்கக்கேட்டில் போய்ச் சிக்கிக் கொள்கிறார்கள். பாலினச்சேட்டைகள், சிறுமிகளை சீரழித்தல், வன்முறைகள் போன்றவை எல்லாம் ஒழுக்கக்கேடு மட்டுமன்றி குற்றச் செயல்களுமாகும். இப்படியான ஒழுக்கக்கேடுகள் ஒருநாளில் தோன்றிவிடுவதில்லை. இளவயதில் பெரியவர்களால் கண்டுகொள்ளப்படாமல் பாரிய குற்றமாக வளர்ந்து குற்றவாளிகளாகிறார்கள். கணவன், மனைவி ஒற்றுமை இன்மை, வீட்டிலேயே வன்முறை கையாளப்படுதல், பெற்றோரின் அன்பின்மை போன்ற எத்தனையோ காரணங்களிருப்பினும் அவை களையப்பட வேண்டியவையே. இவற்றைக் களையவேண்டிய பாரிய பொறுப்பு ஒட்டுமொத்த சமூகத்தையும் சார்ந்ததாகும். அநேகமாக பெற்றோரால் புறக்கணிக்கப்படும் குழந்தைகள், அல்லது சிறுவயதிலேயே சமூகவிரோதிகளின் கைகளில் சிக்கும் சிறார்கள் பெரும் ஒழுக்கக்கேட்டில் பாழாகிப் போகிறார்கள்.

ஒழுக்கக்கேட்டால் சீரழியும் சிறார்களை இனங்கண்டு அவர்களையும் செதுக்கி நல்ல சிற்பங்களாக உருவாக்குவது ஒவ்வொருத்தர் கையிலும் இருக்கிறது. கெட்டவர்கள் வரலாறுகள் இன்றளவும் கறைபடிந்தவையாகவே பார்க்கப்பட்டு வருகிறது. ஒழுக்கக்கேடு வாழுங்காலத்தில் மட்டுமன்றி பின் எவ்வளவு ஆண்டுகள் சென்றாலும் கறைபடிந்தவையாகவே சரித்திரங்களில் இடம் பிடித்து விடுகின்றன.

**ஒழுக்கம் என்றும்
விழுப்பம் தரும்
முழுவதாய் முயன்றால்
ஒழுக்கக்கேடு ஒழியும்.**



நாம் வாழுகின்ற காலத்தில் மனிதர்களைச் சம்பாதிக்க வேண்டும். இன்று நவீன தகவல் தொடர்புடல் தொழி நுட்பங்களின் அதீத வளர்ச்சி மனித உள்ளங்களை குள்ளமடையச் செய்துவிட்டது. உலகின் எங்கோ மூலையில் இருக்கும் உறவுகளுடன் கண்முன்னே உறவாடக்கூடிய சந்தர்ப்பங்களை ஏற்படுத்தவல்ல அத்தகைய தொழிநுட்பங்கள் அதன் எதிர்வினையாக அடுத்த அறையில் இருக்கின்ற உறவுகளைக் கூட

அலைபேசியில் நலம் விசாரிக்கும் விசமமான கலாசாரத்தை விதைத்து வருகின்றது. தொழிநுட்பத்தால் உலகம் சுருங்கிக் கிராமமாகும் என்ற எதிர்பார்ப்பின் எதிர்வினை ஒவ்வொரு மனிதனும் தனித்தனித் தீவுகளாக மாறிக்கொண்டு இருக்கிறான்.

சிறுவர்களுக்கு எழுந்தது முதல் இரவு நித்திரைக்குச் செல்லும் வரை எதோ ஒருவகையில் கல்வி திணிக்கப்படுகின்றது. அது இன்றைய உலகப்போக்கில் இன்றியமையாததாகத் தோன்றினும் எமது எதிர்கால சந்ததியினரை அவர்களின் வாழ்வில் கற்றுணர வேண்டிய விழுமியங்கள் பலவற்றை தவறவிட்ட, தனித்து கல்வியறிவை மட்டும் பெற்ற உயிருள்ள கணவிகளாக மாற்றும் நிலையை நோக்கி நாம் நகர்ந்துகொண்டிருப்பதே நிதர்சனம். அதுபோலத்தான் வளர்ந்தவர்களின் நிலையும் உள்ளது. உலகின் மாயைக்குப் பின்னால் ஓடியோடி எதற்காக உழைக்கிறோம் என்று தெரியாது உழைத்துக் கொண்டிருக்கின்றோம். கடைசியில் சிறு தோல்விகளைக்கூட எதிர்கொள்ள முடியாமை, சரியான முடிவெடுக்க முடியாமை, சகிப்புத்தன்மை அற்ற நிலை, மனஅழுத்தம், ஆளுமைக் குறைபாடு என பல சவால்களை எதிர்கொள்ள முடியாது தவிக்கின்றோம். தவறுகின்றோம்.

எம்மை நாமே ஆற்றுப்படுத்தவும், சுய ஆய்வு செய்யவும் இத்தகைய நூல் ஒரு ஆரம்பப்புள்ளியாக அமையும் என்பதில் ஐயமில்லை. இத்தகைய நூலை எழுதிய ஆசிரியரின் நோக்கமும் சிந்தனையும் பாராட்டப்பட வேண்டியவை. நூலாசிரியர் ஒரு நண்பராக, ஒரு ஆசானாக, ஒரு உறவினராக தனது எழுத்துகள் மூலம் வாசகனின் உள்ளத்தினுள் ஊடுருவுகிறார். அது அவரின் எழுத்தாற்றலின் முதிர்ச்சியை காட்டுகிறது. என்னதான் நுகர்வுக்கலாசாரம் மேலோங்கி, வாழ்க்கைக்காக பொருள்தேடும் காலம்மாறி பொருள் தேடுவதற்காய் வாழுகின்ற பூமியில் குணம் தேடும் உள்ளங்கள் இன்றும் வாழத்தான் செய்கின்றன என்பதற்கு இந் நூலாசிரியர் ஒரு சிறந்த எடுத்துக்காட்டு. அவரின் எழுத்தின் நோக்கம் நிறைவேறவும் முயற்சி தொடரவும் வாழ்த்துகள்.

திரு. எஸ் சதீஸ்,
பதிப்பாசிரியர்,
"சைபர்சிறு" மன்னார், இலங்கை.

