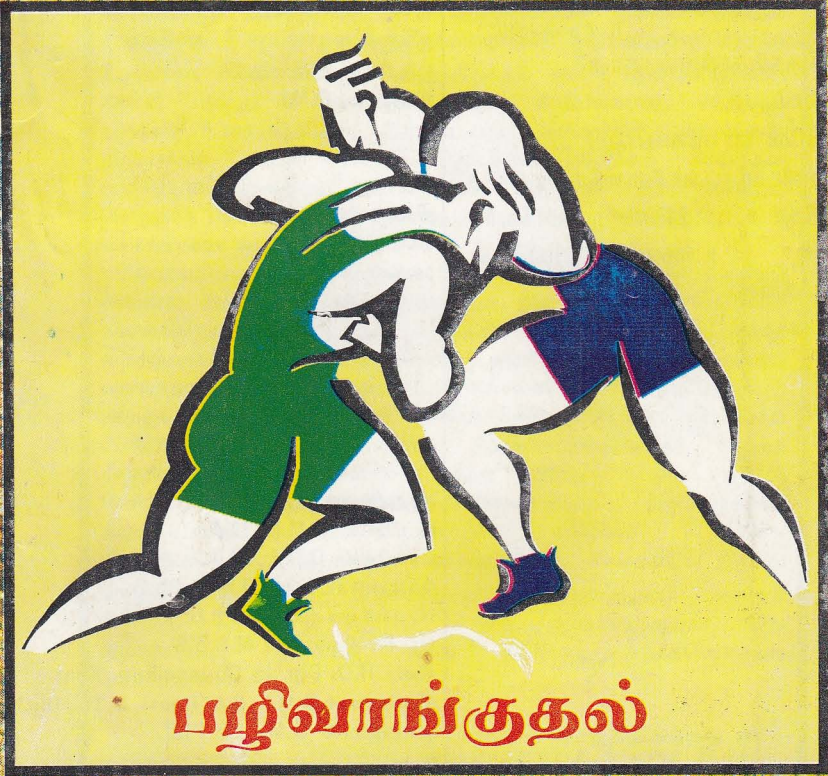


நான்

உளவியல் சஞ்சிகை



மலர் 28

கார்த்திகை - மார்கழி, 2003

கீதழ் 06

நூன்

மலர்: 28

இதழ்: 06

உளவியல் சஞ்சிகை

கார்த்திகை - மார்ச்சு, 2003 விலை 20/=

உள்ளே.....

- ⇒ ஆசிரியர் அரும்புகள்
- ⇒ மனித நேயத்தில் பழிவாங்கலும் மன்னிப்பும்
- ⇒ ஒப்புரவாகும் சமுதாயத்தை உருவாக்குவோம்
- ⇒ பழிக்குப்பழி - ஒழி
- ⇒ தன்னைத்தானே பழிவாங்கலும் தற்கொலை மனநிலையும்
- ⇒ பழிவாங்குதல் என்றால் என்ன?
- ⇒ நேர்காணல்
- ⇒ மாணவரிடையே பழிவாங்கலும் ...
- ⇒ பழி வேண்டாம் பாசம் வேண்டும்
- ⇒ பழிவாங்கும் உணர்ச்சியை குணமாக்கும் உளநல ஆற்றியப்படுத்தல்
- ⇒ கருத்துக்குவியல் - 101
- ⇒ வாலிப வசந்தம்

ஆசிரியர்:

மோல் நட்சத்திரம் O.M.I, B.Th., STL.

இணையாசிரியர்:

மொன்சியன் O.M.I, B.Th., B.A. (Hons).

ஒருங்கிணைப்பாளர்:

ஜெறோம் O.M.I.

நிர்வாகக் குழு:

அ.ம.தி. இறையியல் சகோதரர்கள்.

ஜோசப் மாலா.

ஆலோசகர் குழு:

டேமியன் O.M.I., M.A.

டானியல் O.M.I., M.A.

செல்வரெட்டினம் O.M.I., Ph.D.

N. சண்முகலிங்கன் Ph.D.

Dr. R. சிவசங்கர் M.B.B.S.

நீனா H.C. Dip. in Counselling, Kent.

ஜீவனதாஸ் O.M.I., B.A.(Hons), B. Th., Dip. Ed.

ஜீவாபோல் O.M.I., M.Phil.

"NAAN"

Tamil Psychological Magazine

De Mazenod Scholasticate,

Columbuthurai, Jaffna,

Sri Lanka.

Tel 021-222-5359

ஆசிரியர் அரும்புகள் !

“பழிவாங்குதல்” என்னும் கொடுஞ்செயற்பாடு ஒவ்வொரு மனிதனின்மீது வெளிப்படுத்தப்படும் ஒருவகை வக்கிர உணர்வாகும். இவ்வுணர்வு போட்டி மனப்பாங்கு, பொறாமை, சுயநலம், பயம், நம்பிக்கையின்மை போன்ற எதிர்மறையான தாக்கங்களுக்கு ஒரு மனிதன் உட்படும் போது வளர்கின்றது. இவ்வுணர்வு மனித ஆளுமையுடன் இணைந்ததென்றும் சிந்திக்கின்ற உளவியலாளர்களிடமிருக்கின்றார்கள். தனிமனிதனின் ஆரம்ப உருவாக்க நிலை, அவனைச் சூழ்ந்திருக்கும் அக / புறக் காரணிகள், அவன் பார்த்த உள்வாங்கும் வாழ்வு அனுபவங்கள், சந்திக்கும் நபர்கள், உரையாடல்கள், உறவாடல்கள், ஏக்கங்கள், தாக்கங்கள், இழப்புகள் அவன் வாழும் சமூகத்தில் ஆதிக்கம் செலுத்தும் வன்செயல்கள், அவை ஏற்படுத்தும் அழிவுகள் போன்றவற்றைப் பொறுத்தே பழிவாங்குதலின் உக்கிரத் தன்மை வேறுபடுகின்றது.

எவ்வாறாயினும் பழிவாங்குதல் மனிதனின் பிறழ்வு நிலையையும் அவனது ஊனமுற்ற செயற்பாடுகளையும் இனங்காட்டும் செயலாகவே அமைகின்றது. பழிவாங்குதல் சமூகத்தில் தொடர்ந்த சீரழிவுகளுக்கு வித்திடுவதையும், வன்செயல்களைத் தூண்டுவதையும் பகைமையை வளர்ப்பதையும் உறவுகளை விரிசலடையச் செய்வதையும் அவதானிக்கும் போது இதன் தாக்கம் புலப்படுகின்றது. பழிவாங்கும் உணர்வுடன் வாழ்பவன் சீரான சிந்தனையாளனாகவோ, ஒழுக்க சீலனாகவோ, மற்றவர்களால் மதித்து அன்பு செய்து ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றவனாகவோ, ஆரோக்கியமான மனிதனாகவோ கருதப்படமாட்டான். அவன் வாழ்வில் மகிழ்வோ, பொருளோ, நிம்மதியோ, பற்றோ இருக்காது. சமூகத்துக்கு ஒரு சுமையாகவே இருந்து வாழ்வின் சுவையை இழக்கின்றான். “பழிவாங்குதல்” என்னும் ஊனத்திலிருந்து நம் உடம்பு வெற்று மற்றவர்களையும் நமது சமூகத்தையும் குறிப்பாக நமது எதிர்கால சந்ததியினரையும் காப்பாற்றுவோமாக.

தோழமையுள்ள வாழ்த்துக்களுடன்.

ம. போல் நட்சத்திரம் அ. ம. தி

மனித நேயத்தில் பழிவாங்கலும் மன்னிப்பும்

M.M.F. நிபானா
அவிசாவெல

கணினியிலே கைபதித்து வானிலே கால் பதிக்கும் இந்த நவ நாகரீக யுகத்தில் மானிடர்கள் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்கள். ஆதி மனிதனின் சிந்தனை வளர விஞ்ஞானம் வளர்ந்தது. விஞ்ஞானம் வளர அஞ்ஞானம் ஒழிந்து உலகம் உயர்ந்து உள்ளங்கைக்குள் சுருண்டுவிட்ட போதும், அதை முழுமையாக பெற்றுக்கொள்ள முடியாத சமூகமாய் இன்றைய மானிட சமுதாயம் காணப்படுவது கவலைக்குரியதாகும்.

உலக ஆசைகளை அனுபவிக்கும் தீவிர முயற்சிகளை மேற்கொள்ளும் சில தீய சக்திகளால் மனித நேயம் குழி தோண்டிப் புதைக்கப்பட, போட்டி பொறாமையாக உருவெடுத்து தீய குணங்களின் முழுமையாக மின்னுகிறது. தன்னை விட மற்ற ஒருவன் பணத்தாலோ, கல்வியாலோ மேலும் பல விடயங்களாலோ உயர்வதை விரும்பமாட்டான். அவனிடத்திலே தோன்றுகின்ற முற்சாய்வான எண்ணங்கள் இதற்கு காரணமாக அமைகின்றன. இவ்வாறான நிலைமைகளால் சமுதாய முன்னேற்றம் தடைப்படுகிறது.

மற்றவர்களை அடக்கியாள விரும்புகின்ற இவ்வுலகத்தில் சிறு தவறுகள், பாவங்கள் பெரியதாக தோன்றுகின்றன. இதனால் சின்னஞ்சிறிய விடயங்களுக்கும் கோட்டு வழக்கு என்று ஏறுகின்றனர். பணத்திமிர் இவர்களை ஆட்டிப் படைக்கின்றது என கூறலாம். பணம் எதையும் செய்யும் என்பார்கள். பணமென்றால் பிணமும் வாய் திறக்கும் எனப்படுகிறது. சில வேளைகளில் இப் பணமே பஞ்சமா பாதகங்களுக்கும், பழிவாங்கல்களுக்கும் பயன்படுகிறது. தன் விடயத்தில் குறுக்கிட்டு நிற்பவர்களை தன் மதிப்புக்கும், அந்தஸ்துக்கும் இடையில் நடக்கும் போராட்டத்தில் ஏனையோரை துரும்பாக மதிப்பர். அவர்களை அடக்கியாள முயல்வர். இவ்வாறு நிகழும் போது பழிவாங்கும் எண்ணம் வேருன்றுகிறது.

பழிவாங்கல் என்பது வயது வேறுபாடின்றி, பால் வேறுபாடின்றி ஏற்படுகிறது. தன்னை இம்சைப்படுத்தியவனை, சுய கௌரவத்திற்கு பங்கம் விளைவிப்பவர்களை அவர்களையும் சமுதாயத்தின் முன் அவமானத்திற்குட்படுத்தி பழிவாங்கி திருப்தியை பெற்றுக் கொள்கின்றனர். இங்கே இவர்கள் கூடுதலாக நினைப்பது தான் பட்ட அவமானத்தை, துன்பத்தை அவர்களும் பெறவேண்டும் என்பதாகும். ஆனால் இதைத் தவிர்த்து தான் பட்ட வேதனையை அவன் சமூகத்தில் படக்கூடாது அவன் உள்ளம் திருந்த வேண்டும்.

அதற்கான நடவடிக்கைகளை, முயற்சிகளை நாம் ஏன் செய்யக்கூடாது! என்று தாராண்மை மனப்பாங்குடன் சிந்திக்க வேண்டும், செயற்பட வேண்டும். மற்றவர்களின் தவறுகளை மன்னிக்க வேண்டும். ஒருவனை தண்டிப்பதால் சாதிப்பதை விட மன்னிப்பால் சாதிப்பதில் பன்மடங்கு நன்மை இருக்கின்றது. இதனால் அன்றோ வள்ளுவப் பெருமான் கூட,

இன்னா செய்தார்க்கும் இனியவே செய்யாக்கால்
என்ன பயத்ததோ சால்பு, என உரைக்கிறார்.

நம்மை துன்பப்படுத்தும் பொழுது, யாராவது துன்பப்படுத்தியதாக இருக்கலாம், அல்லது நாம் அடைய வேண்டிய பொருளை அல்லது விருப்பங்களுக்கு மாறாக செயல்படக்கூடியவராக இருக்கலாம், அல்லது தன் விருப்பங்களுக்கும் ஆசைகளுக்கும் மதில் கட்டுபவராக, இருக்கலாம். எவ்வாறு இருந்தாலும், இந் நிலைமைகளுக்கு ஆளாகும் போது பொறுமையுடன் செயற்பட வேண்டும். ஊரோடும் போது ஒத்தோடு என்பர். ஆனால் பாவமான செயலை, விரும்பத்தகாத ஒரு முறையை ஒரு சமூகம் பின்பற்றும் போது ஒரு ஊர் நடைமுறைப்படுத்தும் போது, எமக்கென்று ஒரு பாதையை தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும். அது நல்வழிப் பாதையாக அமைய வேண்டும். மனித நேயத்தை பற்றிப்பிடிக்க வேண்டும்.

பழிவாங்கல் என்பது உயிர்களைக் காவு கொள்ளும், உடமைகளையும், சொத்துக்களையும் அழிக்கும். ஆசைகளையும், விருப்பங்களையும் புதைக்கும். முரட்டுக் குணங்களை தோற்றுவிக்கும். பாவத்தின் நுழைவாயில் திறந்து கொள்ளும். எனவே இத் தீய விளைவுகளின் பக்கபலமாக உள்ள பழிவாங்கலை புறம் தள்ளிவிட அனைவரும் திடம் கொள்ள வேண்டும் என்பதில் தவறில்லை.

மனித மனம் ஒரு குறுகிய வட்டத்திற்குட்பட்டது. அதில் தன்னையும் தன்னை சூழ உள்ளவர்களை மட்டும் தான் பார்ப்பான். அந்த வட்டத்துள் தனக்கு பாதகமாக எதுவும் நிகழக்கூடாது என்பது அவன் குறிக்கோளாக இருக்கும். அவன் வட்டத்துள் ஏதாவது நிகழ்ந்து விட்டால் அவன் இரத்தம் புழிவாங்கும் எண்ணத்தில் துடிக்கும். இதனாலேயே இன்று சூனதல்யம், பிரச்சினைகளும், மத அடிப்படையிலான கலவரங்களும் தோன்றுகின்றன எனலாம். இந் நிலைமை மாறவேண்டும். இரத்தம் துடித்த சதை அன்பை கொடுக்க வேண்டும். குறுகிய வட்ட மனப்பான்மையை விட்டு விலகி, இறுகிய மனதை தளர்த்தி, விட்டுக்கொடுக்க வேண்டும். புரிந்துணர்வை ஏற்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். சகோதரத்துவத்தை வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். பழிவாங்கல் என்ற பிடியை தளர்த்தி மன்னிப்பு என்ற கொடியை உயர்த்த வேண்டும்.

சிலர் மன்னித்தலை தரக்குறைவாக எண்ணி விடுகின்றனர். தன் வீரம், மாணம் ஒழிந்து விட்டதோ என நினைப்பர். இது முட்டாள் தனமாகும்.

மன்னிப்பு என்பது ஒருவனிடத்தில் தானாய் ஊற்றெடுக்காது. மன்னிப்பும், பொறுமையும், ஒழுக்கமும் உள்ளங்கையில் உள்ள பாறாங்கல் போன்றதாகும். அப் பாறாங்கல் எந் நேரத்திலும் விழப்பார்க்கும். அது விழுந்து விடாமல் பாதுகாக்க வேண்டும். அதற்கு உள்ளமும், அதைத் தாங்கும் அவயங்கனும் பக்குவப்பட்டிருக்க வேண்டும். இதற்கான பயிற்சி சிறு வயதிலேயே வலங்கப்பட வேண்டும். குழந்தைகளின் சின்னச் சண்டைகளையும் பெரிசுபடுத்தும் பெற்றோர்களாக இராது, சமாதானம், விட்டுக்கொடுப்பை மனதில் வளர்க்கும் பெற்றோராக இருக்க வேண்டும்.

இப் பயிற்சியில் வீடு மாத்திரமன்றி பாடசாலைகள், மதக் கல்விஸ்தலங்கள், கலாசாலைகள், பெரியோர்கள் போன்ற யாவரும் பங்கு கொள்ள வேண்டியது கடமையாகும். நாளை சுபீட்சம் மிக்க ஒரு சமுதாயத்தை கட்டியெழுப்ப வேண்டுமானால், இளைய சமுதாயத்தினர் நன்னெறிகளின் அடைக்கலமாக வேண்டும்.

உன்னை ஒரு கன்னத்தில் ஒருவன் அடித்தால், மறு கன்னத்தை தானாய் நீட்டி அவர்களை திகைக்கச் செய்ய வேண்டும். எம்மை பழிவாங்க வருபவன் முன் சாந்தமாய் நிற்கவேண்டும். கோபத்தை அடக்கியாள வேண்டும். நியாயத்திற்கு முன் நிலை சரியாமல் நிற்கவேண்டும். மன்னிக்கும் மனப்பான்மையை வளர்க்க வேண்டும். இவ்வாறாக ஒவ்வொரு மனிதனும் செயற்படுவானாயின், அமைதியின் வாசல் தானாய் திறக்கும்.

எனவே பழிவாங்கல் என்ற பதத்தை அகராதியில் இருந்து எடுக்க முனைவோம். மன்னிப்பு என்ற உயர்ந்த பாத்திரத்தை ஏற்று மனித நேயத்தை கைக்கொண்டு நாடும் ஊரும் செழிக்க பாடுபடுவோம்.



மனிதர்கள் தங்களுடைய சகோதர மனிதர்களை அவமானப்படுத்துவதன் மூலம் தாங்கள் கௌரவிக்கப்படுவதாக எப்படி நினைக்கிறார்கள் என்பது எனக்கு என்றுமே புரியாத மர்மமாக இருந்து வருகிறது.

- காந்தி -

ஒப்புரவாகும் [RECONCILING] சமுதாயத்தை

2. ருவாக்குவோம்



செ. அன்புராசா
வவுனியா

போரின் பின் விளைவுகள்

போர்க்காலத்தில் அடக்கி வைத்த அல்லது அடங்கி இருந்த அடிமைத்தனங்கள் வெளிவரத்தொடங்கி இருக்கின்றன. அதனால்தான், வீதிச்சண்டைகள், குழு மோதல்கள், துஷ்பிரயோகங்கள், பலாத்காரங்கள் நாளுக்கு நாள் அதிகரித்துக் கொண்டிருக்கின்றன. போரின் பின் விளைவுகள் [Post War Effects] மிகப் பாதகமான பாதிப்புக்களையும், தாக்கங்களையும் மக்களின் நடத்தையில் ஏற்படுத்தியிருக்கின்றது. அவற்றில் ஒன்றுதான் பழிக்குப் பழிவாங்கும் மனநிலை ஆகும்.

கண்ணுக்குக் கண் பல்லுக்குப் பல் - தத்துவம்

கண்ணுக்குக் கண் பல்லுக்குப் பல் என்ற கோட்பாடானது பழங்காலம் தொட்டு இற்றை வரை அநேக மக்களின் வாழ்வியல் தத்துவமாக [Philosophy of Life] பல தரத்தாரிடையே கடைப்பிடிக்கப்பட்டு வரப்படுகின்றது. அதாவது, ஒரு தீமையை ஒருவர் விளைவிக்கின்ற வேளையில் அதை ஒத்த அல்லது அதே போன்ற உதாரணமாக அடிக்கு அடி, உதைக்கு உதை, இடிக்கு இடி - தீங்கை அந் நபருக்கு ஏற்படுத்துவது முறையானது, சரியானது, நீதியானது என்றே கொள்ளப்படுகின்றது. இதனால்தான் பழிக்குப் பழி என்கிறோம். ஆங்கிலத்தில் “றிவேன்ஞ்” [Revenge] என்ற பதத்தைப் பயன்படுத்தினாலும் ரிற் போ ரற் [Tit for Tat] என்பது பழிக்குப்பழி என்ற மனநிலையை மேலும் ஒருபடி விபரிக்கின்றது.

சினிமாவின் தாக்கம்

இன்றைய சினிமா படங்களும், கதைகளும் பழிக்குப் பழி மனநிலையை வளர்த்து விடுகின்ற ஒன்றாகவே மாறியிருப்பதை யாரும் மறுப்பதற்கில்லை. எனது குடும்பத்தின் வாழ்வை சீரழித்ததால் உன்னை அழிப்பேன் என்ற தாரக மந்திரத்தோடு ஒரு படம் முடிந்து போகிறது!... அடுத்த படம், “என்ர சகோதரியின் வாழ்வை கெடுக்க நினைத்தாய், உன்னை வாழவிடேன்”. என்ற தத்துவத்தோடு

முடிந்துவிடும்!... மற்றைய படம் “என்ற பிள்ள கண் கலங்கிற மாதிரி உன்ற பிள்ளையும் கண்ணர் வடிக்க வைப்பன்” என்ற சபதத்தை, நிறைவேற்றுவதோடு நிறைவுறும்!... இவ்வாறு முறையற்ற - ஆரோக்கியமற்ற மனநிலைகளை இன்றைய சினிமா உலகின் பெரும்பகுதி தயாரித்து வழங்கிக் கொண்டிருக்கின்றது. இவ்வாறு இவ்வைராக்கிய உணர்வை எந்த அளவிற்கு வளர்த்து விட்டிருக்கிறது என்றால்! மாமியார் தனக்குத்தானே சொல்வாளாம், மகன் செத்தாலும் பரவாயில்லை, மருமகன் தாலி அறுத்தால் போதும் என்ற நிலைக்கு.

உண்மைச் சம்பவம் ஒன்று

நம் நாட்டின் ஒரு பகுதியில் நடந்த உண்மைச் சம்பவம் இது. பத்திரிகை ஆசிரியர் ஒருவர் வைத்திய அதிகாரி ஒருவரைப் பற்றி சில தடவைகள் காரசாரமாக எழுதியிருந்தார். இதனால் அவ் வைத்தியர் கோபம் கொண்டு அவரை எப்படிப் பழி தீர்க்கலாம் என்றிருந்தார். ஆசிரியரின் கெட்ட காலமோ என்னவோ தெரியாது, வீதி விபத்தில் சிக்கிப் படுகாயமடைந்தார். ஆசிரியர் இப்போது இவ் வைத்திய அதிகாரியின் நோயாளியாக அனுமதிக்கப்படுகின்றார். இச் சந்தர்ப்பத்தைப் பயன்படுத்தி வைத்தியர் தமக்கு ஏற்பட்ட அவமானத்தை பழி தீர்க்க எண்ணுகிறார்.

இச் சம்பவத்தினை மேலும் ஆராய்கின்ற போது, ஆசிரியரால் ஏற்பட்ட அவமானத்தினால் ஆத்திரமும் - கடும் கோபமும் அவ் வைத்தியரை இப்படி நடந்து கொள்ள வைத்திருக்கின்றது. கடும் கோபத்தை அடைகாத்து வளர்க்காது அவ்வப்போது விடுதலையாக்கி விடுவது நமது மனங்களுக்கு சுகம் தரும். இல்லையெனில் இக் கடும் கோபம் முட்டையிட்டு, அடைகாத்து, குஞ்சு பொரித்து வேண்டாத பல விளைவுகளை ஏற்படுத்தும். ஆற்றுப்படுத்தாத கடும்கோப உணர்வு பல நாள், ஏன் பல்லாண்டு மகிழ்வினையே மண்ணாக்கி விடும்.

நீதிமன்ற முறைமை

நீதிமன்ற முறைமை கூட தண்டனை வழங்குவதால் குற்றச் செயல்களைக் குறைக்கலாம் என்ற தத்துவத்திலேயே உருவாக்கப்பட்டது என்பர். இதன் கணிப்பு இன்று உளநல நிபுணர்களால் கேள்விக்குரியதாகப்பட்டுள்ளது. சில உளவியலாளர்களின் கருத்துப்படி நீதிமன்ற முறைமை அதிகாரபூர்வமாக பழிக்குப் பழிவாங்கும் அங்கீகாரம் பெற்ற ஒரு இடமாக மாறலாம் என்கின்றனர். உதாரணமாக - என்னை ஒருவன் தாக்கிவிட்டான் என்று வழக்குத் தொடர்கின்ற வேளையில், எதிரி குற்றவாளியாக நிறுத்தப்பட்டு தண்டனை பெறுகின்ற வேளையில் நான் திருப்தி - சந்தோசம் அடைகிறேன். அதாவது; நான் அடைந்த அவமானம் போல நீயும் அடைய வேண்டும் என்ற உணர்வு பழிக்குப் பழிவாங்கும் உணர்வே என்கின்றது குற்றவியல் உளவியல் [Criminal

Psychology]. மேலும், இவ் நீதிமன்ற முறைமையை வைத்துக்கொண்டு மேற்சொன்ன உதாரணத்தில் நான் பழிக்குப் பழி எடுக்கிறேன் என்கிறார்கள் ஒருசில குற்றவியல் உளவியலாளர்கள். எனினும், இக் கருத்து விவாதற்குரியது என்பதையும் மறுப்பதற்கில்லை.

ஏன் பழிவாங்குகிறோம் ?

பழிக்குப் பழிவாங்குவது தனிநபர்களுக்கிடையே அல்லது குடும்பங்களுக்கிடையே அல்லது குழுக்களுக்கிடையே அல்லது சமூகங்களுக்கிடையே அல்லது இனங்களுக்கிடையே அல்லது நாடுகளுக்கிடையே இடம்பெறலாம். இந்தியா - பாகிஸ்தான் எல்லைப் பிரச்சினை நாடுகளுக்கு நாடு பழிக்குப் பழிவாங்குவதற்கு ஒரு நல்ல உதாரணம். ஏன் நீண்ட தூரம் போவான்? நம் நாட்டில் நடந்த இருபது வருடப் போரின் முக்கிய ஓர் அம்சமாக நடந்தது என்ன? பழிக்குப்பழி வாங்குகின்ற நிலையே!... உதாரணமாக, இராணுவத்தினர் இருபது போராளிகளைச் சுட்டுக் கொன்று இருவரைக் கைதுசெய்திருக்கிறார்கள் என்ற போது பெரும்பான்மையான சிங்கள மக்கள் மகிழ்ச்சியடைந்தார்கள். போராளிகள் இதற்குப் பதிலடியாக இருநூறு பேரைக் கொன்று நான்கு பேரை சிறைப்பிடித்தார்கள் என்ற போது தமிழர்களாகிய நாம் பெருமகிழ்வு அடைந்தோம். யாழ்ப்பாணத்தில் சிங்கக்கொடி ஏற்றிவிட்டார்கள் என்ற போது தென்பகுதியில் குதூகலம், கொண்டாட்டம். கொலன்னாவை கொளுந்துவிட்டு எரியும் போது வடக்கில் வெற்றிவிழா. இப்படியே, பழிக்குப்பழி வாங்கும் பட்டியலில் இறந்துபோன அப்பாவிகள் ஆயிரமாயிரம்.

பழிக்குப் பழிஎடுக்கும் மனநிலையின் இருப்பிடம் பயம் [Fear] என்கிறார்கள் ஒரு சில உளவியலாளர்கள். அவன் நம்மைக் கொல்வதற்கு முன் அவன் கதையை நாம் முடித்து விடுவோம் என்பது பயத்தின் அடியிலிருந்து உருவாகின்ற பழிக்குப் பழி என்ற மனநிலையாகும். அதாவது எதிரி ஒன்றை தொடங்குவதற்கு முன்னமே அவனைத் தாக்கி நிர்மூலமாக்குகின்ற மனநிலை எனலாம். எனவேதான் இச் சமாதான சூழ்நிலையில் தொடரும் படுகொலைகள் இப்படியானதொரு மனநிலையில் செய்யப்படுகின்றனவா என்ற எண்ணத்தை உருவாக்குகின்றது. இப்படியே, பழிக்குப் பழிவாங்கும் மனநிலை நம் மத்தியில் தொடர்கதையானா? அல்லது தவறிழைத்தவர்கள், குற்றவாளிகள் எனப்படுபவர்கள் திருந்துவதற்கு சந்தர்ப்பம் வழங்கப்படுமா? போன்ற கேள்விகள் விடையளிக்கப்படாமலே தொங்கி நிற்கின்றன.

இந் நிலையில், பழிக்குப் பழி - கண்ணுக்குக் கண், பல்லுக்குப் பல் - Tit for Tat - என்ற தத்துவம் மிக மிக எதிர்மறையான [Negative] ஒரு மனநிலை என்கிறார்கள் உளவியலாளர்களும், மனோவியல்

நிபுணர்களும். இக் காலத்திற்கு ஒவ்வாத ஒரு மனநிலையாகவே இதனைக் கருதவேண்டி இருக்கிறது.

ஒப்புரவாகும் [RECONCILING] சமுதாயத்தை உருவாக்க

எனவேதான், கண்ணுக்குக் கண், பல்லுக்குப் பல் என்ற தத்துவம் இனிவரும் காலத்திலும் ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடிய ஒரு தாரக மந்திரமாகவோ அல்லது தத்துவமாகவோ தெரியவில்லை. இதன் யுகம் மலையேறிவிட்டது. இத் தத்துவத்தைக் கடந்து குணமாக்கும் தத்துவத்தை [Philosophy of Healing] அடைவோமேயாகில், நம்மிடையே மனிதம் மீண்டும் மலரும் - வளரும். இதற்கு முக்கிய இரு அடிப்படை அம்சங்கள் உண்டு.

1. மன்னிப்பது
2. மன்னிப்பு பெறுவது

1. மன்னிப்பது - கடினமானது. எனினும் மன்னிக்கவே வேண்டும். அப்போதுதான் மனங்கள் ஆறும். மன்னிப்பதில் பிறக்கும் சக்தி மகா வல்லமை நிறைந்தது. உதாரணமாக - தமிழ் மக்களாகிய எம்மை ஏமாற்றியவர்கள், எமக்கெதிராக குற்றமிழைத்தவர்கள், எம்மைக் காட்டிக் கொடுத்தவர்களையும் மன்னிக்க வேண்டும் - மன்னித்தே ஆகவேண்டும். நாம் குணமடைய வேறு வழியில்லை, மன்னிப்பதைத் தவிர.

2. மன்னிப்பு பெறுவது - மன்னிப்பதை விட, மன்னிப்பு பெறுவது (கேட்பது) கடினமானது. மன்னிப்பு பெறுவது மிக நேர்மறையான [Positive] ஒரு நல்ல மனநிலையாகும். உதாரணமாக - பயங்கரவாதத்தை ஒழிக்க என்ற கோதாவில் அரசாங்கம் மேற்கொண்ட அரசு பயங்கரவாத [State Terrorism] அடக்கு முறைகளுக்காக, அட்டுழியங்களுக்காக, புரிந்த அநீதிகளுக்காக தமிழ் மக்களிடம் மன்னிப்பு பெற (கேட்க) வேண்டும். மன்னிப்பது போல மன்னிப்பு பெறுவதும் மிக மிக அவசியமானது.

இச் சமாதான சூழலில் நாடளாவிய எம் அத்தியாவசிய - இன்றியமையாத உடனடித் தேவை என்னவென்றால், புதிது புதிதாகக் தருவிக்கப்படுகின்ற புட் சிற்றிகள் [Food City] அல்ல. மாறாக, ஒப்புரவாக்குகின்ற [Reconciling], குணமாக்குகின்ற [Healing] சமுதாயத்தை உருவாக்குவதே ஆகும். இதற்கு கண்ணுக்குக் கண், பல்லுக்குப் பல் என்ற தத்துவத்தை மறந்து, மன்னிப்பது, மன்னிப்பு பெறுவது - மனநிலைகளை உருவாக்குவதும் வளர்ப்பதுமே நம் கடன், நம் பணி, நம் வாழ்வு.

①

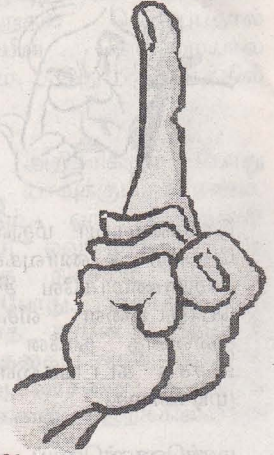
பழிக்குப் பழி பழி - ஒழி!

பழிக்குப் பழி - அது
வன்முறை வழி
மான்டமே வீழி ! - இன்றே
கைவிரி இப் பழி
அன்றேல்
உன்னையே நீ அழி !!

பழிக்குப் பழியெனும் வழி
கொடிய மரணச் சழி ! - அது
கேட்டுக்குப் போகும் படுகுழி !
பழைய மொழியிதைக் கழி - இதுவே
சீரிய போதனை, நீயும் தெளி !
மன்னிக்கத் தெரிந்த மனமே
மாணிக்கக் கோயிலுக்கு வழி !!

பழிக்குப் பழியெனும் கொடிய
பாவத்தைப் பழி !
வேண்டாமே உனக்கது - நன்றே
தாமதமன்றி நீயதை ஒழி !
தின்மையை நன்மையால் அழி
என்பது மொன்மொழி - அதனால்
இன்சொலை அடீசினம் மொழி ! - நீயும்
இதமாய் மேதனியில் சமழி !!

எஸ். ரஞ்சன் செல்வகுமார்
வவுனியா





தன்னைத் தானே பழிவாங்குதலும் தற்கொலை மனநிலையும்

ஜோ. ஜெஸ்ரின்

தன்னைத் தானே பழிவாங்கும் மனநிலை என்பது இன்னொருவர் மீதுள்ள கோபம், மோகம், வெட்கம், தயக்கம், பயம் போன்ற உணர்வுகள் வெளிப்படுகின்ற முறைமையாகும். அதாவது சாதாரணமாகவே சிலருக்கு கோபம் வந்தவுடன் அருகில் இருக்கும் பொருட்களை வீசுவதும் தன் கையை சுவருடன் குத்துவதும் தன்னைத் தானே பழிவாங்கும் அடிப்படை நோய்களாகும். இதன் உச்சக் கட்டங்களையும் இன்று மருத்துவ மனைகளில் அவதானிக்க முடிகின்றது.

மண்ணெண்ணெய் குடித்தவர்களும், நஞ்சு குடித்தவர்களும், அலரி விதை சப்பியவர்களும் நாளுக்கு நாள் அதிகரித்துக் காணப்படுகின்றனர். இவை ஏன் என்று ஆராய்ந்து பார்த்தால், தாய் பேசியதற்காக தாய் மீதுள்ள சாதாரண கோபத்தை தன்மீது பிரயோகிப்பதும், காதலன் ஏமாற்றிவிட்டான் அல்லது காதலி ஏமாற்றிவிட்டான் என்பதற்காக ஏற்படுகின்ற வெறுப்புணர்வுகளால் தன்னைத் தானே அழித்துக்கொள்ள முற்பட்டு தற்கொலை முயற்சிகளில் ஈடுபடுவதுமாகும். வெறுப்பு வலுக்கும் போது தன்னைத் தானே மாய்த்துக் கொள்ளும் மனநிலை தூண்டப்படுகின்றது.

இவற்றை விதி என்று கூறிவிட முடியாது, மடத்தனம் எனலாம். உயர்ந்த நோக்கங்களிற்காக உயிரை விடுகின்றவர்களை தியாகிகள் என்று வழிபட்டுப் போற்றும் மரபு சமூகத்தில் இருக்கின்றது. இப்படிப் போற்றுவது பிறருடைய மனதிலும் இடம்பெற்று அத்தகைய புகழ்ச்சியை தாங்களும் பெறவேண்டும் என்ற தூண்டுதலால் தங்களை மாய்த்துக் கொள்ளத் துணிகின்றார்கள். இவர்களின் புகழ் ஆசையே தன்னைத் தானே கொலை செய்யும் நிலைக்குக் காரணமாகின்றது. இவ்வாறான செயல்களை சற்று வித்தியாசமாய் ஆராய்ந்து பார்த்தால், படிப்பறிவு குறைவுதான் பழிவாங்கல் மற்றும் தற்கொலைகளுக்கு காரணம் என்ற தவறான கருத்து உடைபடும். படிப்பறிவு உள்ளவர்கள் ஒரு வகையான தன் மதிப்பையும், உள்ளர்ச்சி மனப்பான்மையையும் கொண்டுள்ளனர். இதனால் மனக் கோட்டையைக் கட்டுகின்றனர். இவர்களின் திட்டங்கள் சரியும் போது அறிவு செயலற்றுப் போகின்றது. இதனால் வாழ்க்கை வெறுத்து சாவை தேர்ந்தெடுக்க காரணமாகின்றது.

ஆனால் ஏழைகளின் கனவுகள் குறைவானவை. அவர்கள் தங்கள் இயலாமையை உணர்ந்தவர்கள். எனவே ஏமாற்றங்களால்

சோர்வதில்லை, உள்ளதைக் கொண்டு திருப்தி அடைகின்றனர். தெய்வ நம்பிக்கையும் இவர்களுக்கு ஆறுதல் கொடுப்பதால் மகிழ்ச்சியாய் இருக்கின்றனர். சிலர் பசியின் கொடுமையால் தங்களைத் தாங்களே அழிக்கத் துணியலாம். இது ஆயிரத்தில ஒன்றுதான்!

பழிவாங்குதல் என்பது ஆசைகளின் உச்சம் அதிகரிக்கும் போது நிகழக்கூடியது. அதிக பற்றுத்தான் துயரங்கள் யாவுக்கும் காரணம். ஏனெனில் பற்று ஆசையின் மிகுதிப்பாடாகும். ஒரு பொருளை அடைவதற்கு அந்தப் பொருளுடைய கவர்ச்சி ஒவ்வொருவருக்கும் இயல்புதான், இயற்கைதான். ஆனால் அதை நிச்சயம் அடைய வேண்டும் என்ற வெறியுணர்வு வலுக்கும் போது, குறிப்பிட்டதை அடைய முடியாமல் போனதையிட்டு தன்னைத் தானே பழிவாங்கி அமைதி தேட முற்படும் நிலையாகும். இத்தகைய மனநிலையில் உள்ளவர்கள் உளவியலாளர்களிடம் தக்க ஆலோசனை பெறுவதே சிறந்த வழியாகும். அப்போதுதான் சுமைகளை இறக்கிவைத்து அதிலிருந்து மீள முடியும் !

உங்கள் நண்பன் "நான்"

உங்களோடு பேசுவேன்.

உங்களைப்பற்றிச் சொல்வவேன்.

உங்கள் வாழ்க்கையின் நல்ல நண்பன்.

உங்களை மகிழ்விப்பேன்.

உங்களுக்காக காத்திருக்கிறேன்.

சீனேகமுள்ள நண்பர்களே!

* "நான்" உளவியல் சஞ்சிகையை உங்கள் நண்பர்களுக்கும் அறிமுகப்படுத்தலாமே.

* அன்பளிப்பாக, பரிசாக ஒருவருட சந்தாவை உங்கள் நண்பர்களுக்காக வழங்கலாமே.

பழிவாங்குதல் என்றால் என்ன ?

சிங்களத்தில் சானில் (கந்தான),
தமிழில் பஸ்ரி



கொழும்பு மாநகரம் கண்டுகொண்ட மிகவும் பாரதூரமான - நிகழ்வுகளில் ஒன்றாக கருதப்படும், 1983ம் ஆண்டு ஜூலை மாதம் நடந்த கறுப்பு ஜூலை கலவரம் நடந்தேறி சரியாக 20 ஆண்டுகள் கடந்துவிட்டன. இந்தப் பயங்கரமான கலவரம் நிறைந்த காலகட்டத்தில் கொழும்பிலும் அதன் சுற்றுப்புறங்களிலும் வாழ்ந்த தமிழ் மக்கள் தங்கள் வீடுகள், கடைகள் மற்றும் சொத்துக்களை இழந்து வேறு இடங்களுக்கு செல்ல நிர்ப்பந்திக்கப்பட்டார்கள். இந்த கலவரத்திற்கு தூண்டுதலாகவும், மூலகாரணமாகவும் அமைந்தது. யாழ்ப்பாணத்தில் கொலை செய்யப்பட்ட 13 இராணுவச் சிப்பாய்களின் மரணமேயாகும். இந்தக் கலவரமானது பழிவாங்குவதற்காக மேற்கொள்ளப்பட்ட ஒரு செயல் என்றே நாம் விபரிக்க முடியும்.

சாதாரண வார்த்தைகளில் கூறப்போனால், பழிவாங்குதல் என்பது ஒருவன் தான்பட்ட துன்பத்திற்காக, தனக்கு துன்பத்தை அல்லது வருத்தத்தை உருவாக்கியவனும் அவ்வாறே துன்பப்பட வேண்டும் என்ற நோக்கில் மற்றவனுக்கு வேண்டுமென்றே கொடுக்கும் தண்டனை என்று கூறலாம். பழிவாங்குவதற்கு வயது எல்லையோ அல்லது கால அளவோ இல்லை. ஒருவன் பழிவாங்குவதற்கான சரியான சந்தர்ப்பத்திற்காக ஒரு மாதகாலம் அல்லது ஒரு வருடகாலம் ஏன், தன் வாழ்நாள் முழுவதும் காத்துக் கொண்டிருக்கலாம். ஒரு சிலர் சரியான சந்தர்ப்பத்திற்காக காத்திருப்பதில்லை, மாறாக தாங்களே ஒரு உரிய சந்தர்ப்பத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்கிறார்கள். அவர்கள் தாங்களே ஒரு சந்தர்ப்பத்தை ஏற்படுத்தி, தமது எதிரியை பழிவாங்கும் போது அதன் விளைவுகள் மிகவும் பாரதூரமானதாக அமைந்து விடுகிறது.

அநேகர் மற்றவரை பழிவாங்கும் போது பயன்படுத்தும் மிகவும் பொதுவான ஒரு முறை, உடல் ரீதியான தண்டனையாகும். பழிவாங்கியே ஆகவேண்டும் என்ற உள்ளார்ந்த ரீதியான ஒரு தூண்டுதலே, இன்று எமது நாட்டில் மலிந்து காணப்படும் கொலைகளுக்கு முக்கியமான ஒரு காரணியாகும். ஒரு சிலர் மிகவும் அற்பமான காரணங்களுக்காக, மற்றவரை உடல் ரீதியாக தன்புறுத்துதல் கொலை செய்தல் போன்ற பல்வேறு சந்தர்ப்பங்களை நாம் அன்றாடம் பத்திரிகைகளில் வாசித்து அறிகின்றோம்.

ஒரு முறை அவ்வாறான ஒரு சம்பவத்தை நான் பத்திரிகையில் வாசித்தேன் - கணவன் மனைவிக்கு இடையில் நடந்த சிறு வாக்குவாதம், எல்லை மீறிச்சென்று இறுதியாக அந்தக் கணவன் தனது மனைவியை கொலை செய்தான். அவர்களுக்கு இடையிலான அச்சிறு வாக்குவாதம் உச்ச கட்டத்தை அடைந்ததற்கு காரணம் கணவனும், மனைவியும் மாறி மாறி தங்களது கடந்தகால பழைய காதலர்களை ஒருவரோடு ஒருவர் இணைத்துப் பேசியதேயாகும். இதனால் ஆத்திரமடைந்த கணவன், இறுதியாக, அந்த இரவே மனைவியை கொலை செய்து தனது வஞ்சகத்தை தீர்த்துக் கொண்டான்.

பலர் நினைப்பது போல, பழிவாங்குதல் என்பது உடல் ரீதியாக ஒருவரை தண்டிப்பது மட்டுமல்ல. எமக்கு துன்பம் வருவித்தவரை நாம் எத்தனை தடவைகள் உளரீதியாக பழிவாங்கியிருக்கிறோம்? நாம் அவர்களது சிறு சிறு தவறுகளை வேறு ஒருவருடன் கதைக்கிறோம், மேலும் பலர் மத்தியில் வேண்டுமென்றே அவர்களை வெட்கமடையச் செய்கின்றோம் எனக்கு தெரிந்த ஒரு பெண் தனது கணவன் இன்னொரு பெண்ணுடன் தொடர்பு வைத்திருக்கின்றான் என்பதை அறிந்து அவனை பழிவாங்கும் நோக்கில், அவள் தான் தனது பழைய காதலனை காதலிப்பது போல நடந்து கொண்டதை நான் அறிவேன்.

அமைதி கூட பழிவாங்குவதற்காக பயன்படுத்தப்படும் ஒரு சக்தி வாய்ந்த ஆயுதம் என்பதை எம்மில் பலர் மறந்து விடுகின்றனர். ஒரு முறை சிந்தக என்று அழைக்கப்படும் எனது நண்பன் தனக்கும் தனது பக்கத்து வீட்டாருக்கும் இடையில் ஏற்பட்ட ஒரு முறுகல் நிலையை எனக்கு கூறினான், அது மட்டுமல்லாமல் தனது அயலவர் மன்னிப்பு கேட்டாலும் தான் ஒருபோதும் அவரோடு கதைக்காமல், அமைதியாக இருக்கப் போவதாகவும் கூறினான். இது மிகவும் சாதாரணமாக ஒருவனை உளரீதியாக பழிவாங்கும் ஒரு வழியாக இருக்கின்றதல்லவா?

குடும்பம்

எமது வீடுகளில் அல்லது குடும்பங்களில் நாம் மற்றவரை பழிவாங்குவதற்காக மிகவும் பொதுவாக பயன்படுத்தும் ஒரு முறை, அவரோடு கதைக்காமல் அல்லது உரையாடாமல் எதுவித செயற்பாடுகளிலும் ஈடுபடாது இருத்தலாகும். ஏனெனில் இம் முறையானது அடுத்தவரை பழிவாங்குவதற்கு மிகவும் இலகுவானதும், சக்தி வாய்ந்ததுமான ஒரு வழிமுறையாகும். இவ்வாறான அமைதி நடவடிக்கையானது அடுத்தவரை எவ்வாறு பாதிக்கும் அல்லது அவர் எப்படிப்பட்ட துன்பத்தை உளரீதியாக அனுபவிப்பார் என்பதை நாம் ஒருபோதும் உணர்வதில்லை. இது ஒரு சிறு விடயமாக எமக்கு தோன்றலாம். ஆனால் அடுத்தவர் மேலுள்ள கோபம், பழிதீர்க்க வேண்டுமென்ற உணர்வு நாளுக்கு நாள் வளர்ந்து அது பெரிதாகி அடுத்தவரை மட்டுமல்ல, எம்மையும் சேர்த்தே பாதிக்கும்.

சிறுமியாக இருந்த போது, அவள் செய்த ஏதோ ஒரு செயலுக்காக லதாவினுடைய தந்தை அவளுடைய வாயில் மிளகாய்த் தூளை தடவி அவளை தண்டித்தார். மேலும் அவளது தாய் கூட தந்தையினுடைய அச் செயலை தடுக்கவில்லை. இதனால் லதாவுக்கு தனது பெற்றோர் மீது விரோதம் ஏற்பட்டது. அவள் வளர்ந்து பெரியவளாகி திருமணம் முடிந்த பின்பு ஒருநாள் தனது பெற்றோரை அவள் விருந்துக்கு அழைத்தாள். தனக்கு சிறு வயதில் ஏற்பட்ட விரோதத்தை தீர்த்துக்கொள்ள, வழமைக்கு மாறாக அன்று அவள் கறிக்கு மிகவும் அதிகமாக மிளகாய் போட்டு சமைத்தாள். பெற்றோர் உணவை சுவைத்த போது அது மிகவும் காரமாக இருந்ததால், அவர்கள் அதை லதாவிடம் சொன்னார்கள். அப்போது லதா கோபமாக இது என்னுடைய வீடு, நான் அப்படித்தான் சமைப்பேன் விருப்பம் என்றால் இருங்கள், இல்லாவிட்டால் போங்கள் என்று கோபத்தோடு கூறினாள். பெற்றோரும் புறப்பட்டுச் சென்றனர்.

ஏறக்குறைய ஒரு வருடம் கழிந்தும் இருவருக்கும் இடையில் எதுவித உறவும் இல்லை. இறுதியாக லதா தனது தவறை உணர்ந்தாள். தனது பழிவாங்கும் எண்ணத்தால் ஏற்படும் பதட்டம், ஓய்வின்மை மற்றும் தனிமைதனை உணர்ந்தவளாக பெற்றோரிடம் சென்று மன்னிப்பு கேட்டாள். பெற்றோரும் எதுவித தயக்கமுமின்றி அவளை மன்னித்தனர்.

வேலைத்தளம்

கமல் உண்மைக்காகவே வாழும் உயர்ந்த பண்புகளையும், கொள்கையினையும் உடைய ஒரு உயர்ந்த மனிதன். கமலினுடைய உண்மைத் தன்மை அவன் வேலை செய்த முதலாளிக்கு பிடிக்கவில்லை. ஏனெனில் கமல் எப்போதும் முதலாளி செய்யும் தவறான செயல்களை சுட்டிக்காட்டி அதற்கு எதிராக பேசிவந்தான். இதனால் கோபமடைந்த முதலாளி கமலை பழிவாங்குவதற்காக, அவனுக்கு அவனது தகுதிக்கும், அனுபவத்திற்கும் ஏற்ற அவனுக்குரிய உயர் பதவியை கொடுக்காது விட்டுவிட்டார். இவ்வாறான கதைகள் எம் மத்தியில் மிகவும் பொதுவானவை. ஏனெனில் எங்களில் பலர் இவ்வாறான செயல்களையே செய்து வருகிறோம்.

பாடசாலை

இன்று நாம் நாளாந்தம் பாடசாலைகளிலும், பாடசாலைக்கு வெளியிலும் பாடசாலை மாணவர்கள் மத்தியில் நடைபெறும் வன்முறைகளைப் பற்றி கேள்விப்படுகின்றோம். அண்மையில் இரத்தினபுரியில் உள்ள ஒரு பாடசாலையில் ஒரு மாணவன் ஒரு மாணவியை கத்தியால் குத்தி கொலை செய்த சம்பவத்தை நாம்

கேள்விப்பட்டிருக்கலாம். இருந்தும் அவன் அந்த மாணவியை கொலை செய்தற்கான காரணம் யாதெனில், அந்த மாணவி அவன் கொடுத்த காதல் கடிதத்தை ஏற்க மறுத்ததேயாகும். அவன் அன்று பாடசாலைக்கு வரும்போதே, மாணவி தனது காதலை ஏற்க மறுத்தால் அவளை கொலை செய்ய வேண்டும், என்ற நோக்கத்தோடு தான் வந்தான் என்று விசாரணை மூலம் பொலிசார் அறிந்து கொண்டனர். மேலும் ஒரு மாணவன் இன்னொரு மாணவனை, ரியூஷன் வகுப்பில் குத்தி கொலை செய்தான். காரணம், வகுப்பில் உள்ள முன் ஆசனத்தில் அமர்வதில் இருவருக்கும் இடையே ஏற்பட்ட முரண்பாடாகும்.

உந்து சக்திகள் / தூண்டும் காரணிகள்

மற்றவர்களை பழிவாங்கிய, மேலும் பழிவாங்கத் துடிக்கின்ற அநேகர் எம் மத்தியில் இருக்கின்றார்கள். அவர்களது இவ்வாறான செயற்பாட்டிற்கு அவர்கள் மட்டுந்தான் பொறுப்பு என்று அவர்களை மட்டும் குறைகூற முடியுமா? என்னைப் பொறுத்தவரையில், இவ்வாறான செயற்பாட்டிற்கு (பழிவாங்குவதற்கு) நாம் வாழும் சமுதாயம் நேரடியாகவோ அல்லது மறைமுகமாகவோ ஒரு உந்து சக்தியாக விளங்குகின்றது. திரைப்படம் இவ்வாறான செயற்பாட்டை தூண்டும் ஒரு உந்து சக்தியாக விளங்குகின்றது என்பதில் ஐயமில்லை. நான் பார்த்த உள்நாட்டு மற்றும் வெளிநாட்டுப் படங்களில் முக்கிய கருப்பொருளாக விளங்குவது பழிவாங்குதல் ஆகும்.

உதாரணமாக - தனது தந்தையை கொன்றவர்களை மகன் பழிவாங்குகிறான், தனது தங்கையினுடைய குடும்பத்தை அழித்தவனை அண்ணன் பழிவாங்குகின்றான். இவ்வாறு பழிவாங்குவதற்காக எவ்வாறு பல வருடங்கள் படத்தில் வரும் கதாநாயகன் தன்னை தயார்படுத்துகின்றான் என்பதையும் நாம் பார்க்கின்றோம். இவற்றில் மிகவும் பாரதூரமானதும், துரதிஷ்டவசமான விடயம் யாதெனில், மகன் தனது பகைவனை பழிவாங்கச் செல்லும் பொழுது, தாய் அவனை வாழ்த்தி அனுப்புகின்றாள். இறுதியாக இவ்வாறான பழிவாங்கும் செயல்களில் ஈடுபடுபவன் படத்தின் கதாநாயகனாக விளங்குகின்றான். என்ன ஒரு புதுமையான விடயம்! இதை நாம் இன்னொரு கோணத்தில் ஆராய்ந்து பார்த்தால் இந்தக் கதாநாயகனே உண்மையான தோல்வியடைந்தவனாகின்றான்.

சில வேளைகளில் பெற்றோரே தங்களை அறியாமல் தங்களது பிள்ளைகளின் உள்ளங்களில் பழிவாங்கும் எண்ணங்களை விதைத்து விடுகிறார்கள். நீ ஒரு கணவனாக இருந்தால், சில வேளைகளில் உனது மனைவியை தண்டிப்பதற்காக பல நாட்கள் வீட்டிற்கு வராமல் இருக்கலாம் அல்லது நீ ஒரு மனைவியாக இருந்தால், கணவன் மீதுள்ள கோபத்தால் காலை உணவு கொடுக்காமல் பட்டினியோடு

அவனை வேலைக்கு போகச் செய்யலாம். இங்கே நீங்கள் நினைவில் வைத்திருக்க வேண்டியது யாதெனில், இவ்வாறு நடந்து கொள்ளும் போது இயல்பாகவே உங்களது பிள்ளைகள் உங்களிடத்திலிருந்து பழிவாங்கும் எண்ணத்தை உள்வாங்கிக் கொள்கிறார்கள்.

மேலும் உங்களது பிள்ளைகளை நீங்கள் ஒரே விதமாக நடத்த வேண்டும். ஒரு குழந்தையை அதிகம் நேசித்தால் இயல்பாகவே மற்றக் குழந்தை நீங்கள் நேசிக்கும் குழந்தை மேல் விரோதம் கொள்ள ஆரம்பிக்கும். மற்றும் பெற்றோர் தமது பிள்ளை மன்னிப்பு கேட்கும் போது அவனை மன்னியாது விட்டால், அவனும் மன்னிப்பு பற்றி ஒன்றும் அறியமாட்டான். மன்னிப்பைப் பற்றியே அவன் நினைத்துப் பார்க்கமாட்டான். இவ்வாறான பெற்றோரின் சிறு சிறு செயற்பாடுகள் தான் குழந்தைகள் மட்டில் மன்னிப்புக்கு பதில். பழிவாங்கும் எண்ணத்தை வளர்க்கும் சிறு சிறு வழிகளாகும்.

எமது நாட்டில் கடந்த 20 வருடங்களாக நடைபெற்று வரும் யுத்தம் கூட, எமது நாட்டில் உள்ள பல இளம் உள்ளங்களில் பழிவாங்கல் என்ற விதையை விதைத்து வரும் ஒரு காரணியாக செயற்படுகின்றது. யுத்தத்தில் எவருமே உண்மையான வெற்றியை அடைவதில்லை. மாறாக எல்லோரும் ஒரு விதத்தில் தோற்றவர்கள் தான். ஏனெனில் அவர்கள் தங்களுக்கும் பலவற்றை யுத்தத்தில் இழந்து விடுகிறார்கள்.

பழிவாங்கும் செயற்பாட்டின் இன்னுமொரு கொடுமான பக்கம் யாதெனில், ஒருவன் பழிவாங்கப்படும் போது அவன் மட்டும் பழிவாங்கப்படுவதில்லை. மாறாக, அவனோடு நெருங்கிய உறவு கொண்ட பலர் இப் பழிவாங்கும் படலத்தில் பலியாகின்றனர். சில வருடங்களுக்கு முன்பு ஒரே குடும்பத்தை சேர்ந்த 6 பேர் மிகவும் கொடுமரமாக கொலை செய்யப்பட்டனர். அவர்களில் சிறுவர்களும் அடங்குவர்.

முடிவுரை -

நான் உறுதியாக விரும்புவதும் நம்புவதும் யாதெனில், பழிவாங்கலுக்கு எதிர்ச்சொல் மன்னித்தலாக இருக்க வேண்டும். பழிக்குப் பழி என்பதற்கு பதிலாக மன்னித்தல். மன்னித்தல் இரு வகைப்படும்.

1. என்னையே நான் மன்னித்தல்
2. அடுத்தவரை மன்னித்தல்

மன்னித்தல் குணமாக்கும் சக்தி வாய்ந்தது. அது உன்னை மட்டுமல்ல. அடுத்தவனையும் குணமாக்குகிறது. உங்கள் மத்தியில் மன்னிக்கும் மனப்பாங்கு ஓங்கியிருக்கும் போது, குழப்பமடைந்த உங்கள் உள்ளமும் மனமும் குணமடைந்து சாதாரண நிலையை

அடைகின்றது. ஆங்கிலத்தில் பின்வருமாறு சொல்லுவார்கள் Forgive and Forget அதாவது மன்னித்து மறந்து விடு.

மனித கண்ணோட்டத்தில் எமக்கு துன்பத்தை, வருத்தத்தை விளைவித்தவர்களை அச் சந்தர்ப்பங்களை மறந்து விடுவது, மிகவும் கடினம். ஆனால் அவற்றை மன்னிக்க எம்மால் முடியும். அவ்வாறு நாம் மன்னிக்கும் போது, நாமும் மகாத்மா காந்திக்கு அல்லது பாப்பரசர் 2ம் அருளப்பர் சின்னப்பருக்கு எவ்விதத்திலும் குறைவானவர்கள் அல்ல என்று மாற்புத்தடி சொல்ல முடியும். அவர்கள் தங்கள் வாழ்வின் மூலம் மன்னித்தல் தான் உண்மையான பழிவாங்கல் என்பதை உலகிற்கு எடுத்துக்காட்டியுள்ளனர். ஆகவே நாம் மற்றவருடைய உள்ளத்தை புண்படுத்துவதற்கு பதிலாக, குணப்படுத்த முயல்வோம். அவ்வாறே முழு உலகத்தினுடைய உள்ளத்தினை குணப்படுத்த நாம் முனைவோம்.

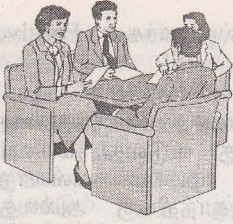
அன்புக் கட்டளை / Love Order

“நான்” ஆரண்டு 2004 இற்கான சந்தூவைச் செலுத்த இங்கள் காசுக்கட்டளைகளை [Money Order] அனுப்ப்வையுங்கள்.

பணம் பெறுபவர் - ஆசிரியர் “நான்”
பணம் பெறும் அலுவலகம் - தலைமைத் துபாலகம்,
யாழ்ப்பாணம்.

உன் கருத்தை நான் நிராகரிக்கிறேன். ஆனால் அதை வெளிப்படுத்துவதற்கு உனக்குள்ள உரிமையை என் உயிர் கொடுத்தேனும் பேணுவேன்.

- ருசோ -



நேர்காணல்

நேர்கண்டவர்கள் - விமல், பெனிக்னஸ்

வன்னியில் அமைந்துள்ள “அன்னை உளவளத்துணை இல்ல” இயக்குனர் அருட்தந்தை. எட்மண்ட் ரெஜினோல்ட் அ.ம.தி [M.S இலோயலாக் கல்லூரி, அமெரிக்கா], மற்றும் அதே இல்லத்தில் உளவளத்துணையாளராக பணிபுரியும் பரமேஸ் ஆகியோருடனான நேர்காணல்.

கேள்வி - வன்னி மண்ணில் அமைந்துள்ள அன்னை உளவளத்துணை இல்ல இயக்குனர் என்ற வகையில் உங்களது நிலையத்தின் நோக்கத்தையும், செயற்பாடுகளைப் பற்றியும் சொல்ல முடியுமா?

பதில் - Fr. ரெஜி

எங்களுடைய அன்னை இல்லம் உளவளத்துணை உளவியல் அறிவூட்டும் நிறுவனம். 1996 ஆம் ஆண்டு ஆரம்பிக்கப்பட்டது. இதன் பின்புலம் மிகவும் அவசியமானது. பாரிய இடப்பெயர்வு 1995, 96 இல் நடைபெற்றது. யாழ் குடாநாட்டு மக்கள் வன்னியை நோக்கி இடம்பெயர்ந்தனர். உண்மையில் வன்னி, யாழ் குடாநாட்டை விட பூகோளவியல் ரீதியாக பெரிய பிரதேசமாக இருந்தாலும், பெரும்பாலான மக்களை தக்க வைத்திருக்கக்கூடிய வளங்கள் இருக்கவில்லை. உதாரணமாக - மக்கள் வீதிகளிலும், மர நிழல்களிலும், அரசாங்க கட்டிடங்களிலும் தங்கியிருந்தனர். அப்போது மக்கள் இடம், உணவு, மருந்து வசதிகள் இன்றி அவதிபட்டுக் கொண்டிருந்தனர். நாங்களும் குடாநாட்டுப் பணியை கைவிட்டு, இடம்பெயர்ந்து ஓர் தெளிவில்லாத சூழ்நிலையில் இருந்தோம்.

அவ் வேளை கிளிநொச்சி ஊனமுற்றோர் சங்கத்தில் நாங்கள் உளவள சேவையை செய்யலாம் என்ற கருத்து முன்வைக்கப்பட்டது. அந்த சூழ்நிலையில் மக்கள் மத்தியில் தொடர் இழப்புக்களால் ஏற்பட்ட ஓர் கூட்டு சோர்வை அவதானித்தோம். மற்றைய நிறுவனங்கள் மக்களது ஏனைய தேவைகளை கவனிக்க, உளவியலத்துறையில் தேர்ச்சி பெற்றிருந்த நாம் இப் பணியை ஆற்ற முனைந்தோம். வன்னி மிக மோசமாக பாதிக்கப்பட்டிருந்த வேளை இப்பணி தேவைதானா என சில கேள்விகளும் எழுந்தன. ஆயினும் ஊனமுற்றோர் சங்கத்துக்கு பொறுப்பாக இருந்த Sr. லூடஸ் மற்றும் Sr. கிறிஸ்தா ஆகியோரும் சேர்ந்து, 15 இளைஞர் யுவதிகளை தெரிவு

செய்து முதல்கட்ட பயிற்சிகளை வழங்கி மக்களோடு கலந்து அவர்களது பிரச்சினைகளுக்கு செவிமடுக்க முனைந்தோம்.

மெல்ல மெல்ல எங்கள் பணியை முல்லைத்தீவு உட்பட பற்பல இடங்களில் விஸ்தரித்துக் கொண்டோம். சமாதான உடன்படிக்கை ஏற்பட்ட பிறகு, A9 பாதை திறக்கப்பட்ட போது ஓர் உள்ளக இடப்பெயர்வு ஏற்பட்டது. ஆதலால் எங்களது பணியை நிறுவன ரீதியாக, உதாரணமாக - பாடசாலை, வைத்தியசாலை, சிறுவர் இல்லங்கள் என மாற்றிக் கொண்டோம். உதாரணமாக - வன்னியில் அதிகமான பாதிக்கப்பட்ட பெற்றோர்களை இழந்த சிறுவர்கள், சிறுவர் நிலையங்களில் இருக்கிறார்கள். அவர்களை குழுவாகவும், தேவை ஏற்படின் தனியாகவும் சந்தித்து உளவளத்துணையை வழங்குகின்றோம்.

அத்தோடு கிளிநொச்சி வைத்தியசாலையில் எங்கள் உளவளத்துணையை ஆரம்பித்துள்ளோம். வைத்தியரினால் சிபார்சு செய்யப்படுகின்ற நோயாளிகளுக்கு எங்களது உளவளத்துணையை நாடாத்திக் கொண்டிருக்கிறோம். இன்னும் சிறப்பாக முதியோர் இல்லங்கள், போரால், சமூகத்தால் பாதிக்கப்பட்ட பெண்கள் உள்ள இல்லங்கள் ஆகியவற்றிலும் எங்கள் பணியை தொடர்கிறோம். எங்களது நிலையத்தில் 18 திருமணமான, திருமணமாகாத உளவளத்துணையாளர்கள் முழு நேரமாக பணிகளை ஆற்றிக் கொண்டிருக்கிறார்கள். தற்போது எங்களது பணியை கிளிநொச்சி நகரத்துக்கு நகரத்துவதற்குரிய ஆயத்தங்களை செய்து கொண்டிருக்கின்றோம்.

கேள்வி - அநுபவமுள்ள உளவளத்துணையாளர் என்ற வகையில் மக்கள் துணைநாடிகளாக எத்தகைய பிரச்சினைகளோடு உங்களை நாடுகிறார்கள்?

பதில் - பரமேஸ்

வன்னியை பொறுத்தவரையில் பற்பல உள் பாதிப்போடு உள்ள மக்களை சந்தித்திருக்கிறோம். அவர்களுக்கு சில வேளைகளில் தனிவழிச் சிகிச்சையையும், சில வேளைகளில் குழுவழிச் சிகிச்சையையும் நாங்கள் செய்து வருகின்றோம். பெரும்பாலும் குழுவழிச் சிகிச்சையிலே நாங்கள் ஈடுபடுகின்ற பொழுது ஏக காலத்தில் பல்வேறு பிரச்சினைகளை துணைநாடிகள் பகிர்ந்து கொள்கிறார்கள். அத்தகைய பகிர்வினையே நான் சொல்லலாமென நினைக்கிறேன்.

குழுவழிச் சிகிச்சையிலே பெரும்பாலும் சிறுவர் இல்லங்களில் மற்றும் விடுதிகளில் பல்வேறு மட்டத்திலுள்ள சிறுவர்களை சந்திக்கின்றோம். பெரும்பாலும் இச் சிறுவர்கள் தாயையோ அல்லது தந்தையையோ

இழந்தவர்களாகவோ அல்லது பொருளாதார நிலையில் மிகவும் பாதிக்கப்பட்டவர்களாகவோ இருக்கிறார்கள்.

இளைஞர் யுவதிகளை நாங்கள் சந்திக்கின்ற போது அவர்கள் பல்வேறுபட்ட பிரச்சினைகளை முன் வைப்பார்கள். இளைஞர்களைப் பொறுத்தவரையில் தங்கள் இளமைக்காலம் சம்பந்தமாக வெளியிலிருந்து கொடுக்கப்படுகின்ற கட்டுப்பாடுகள், தந்துணிவில்லாமை இன்னும் தங்களுடைய ஆற்றல்களை இனங்கண்டு கொள்ளாமை ஆகிய பிரச்சினைகளை முன் வைப்பார்கள். ஆகவே நாங்கள் அவர்களுடைய ஆளுமையை கட்டியெழுப்பக்கூடிய குழுவழிச் சிகிச்சைகளில் ஈடுபடுகின்றோம்.

யுவதிகளைப் பொறுத்தவரையில் தங்களது வீடுகளிலே தங்களுக்கு இளைக்கப்படுகின்ற மிதமிஞ்சிய கட்டுப்பாடுகளை பிரச்சினைகளாக வெளிக் கொணர்கின்றார்கள். ஆகவே குழுவழிச் சிகிச்சையில் அவர்கள் இவற்றை வெளிப்படுத்துகின்ற போது ஏனையோரின் பகிர்வினாடாகவும், ஒத்துணர்வினாடாகவும் இவற்றை ஆற்றுப்படுத்தக் கூடியதாக உள்ளது. அத்தோடு கணவனை இழந்த பெண்கள் குழுவினரையும் சந்திக்கின்றோம். இக் குழுவிலே 20 வயதில் கணவனையிழந்தவரும் 40 வயதில் கணவனையிழந்தவரும் இருப்பார். இயற்கை அனர்த்தங்களினாலோ போரினாலோ அல்லது காணாமல் போனோர் பட்டியலிலோ இவர்கள் தங்கள் துணையை இழந்தவர்களாகவோ இருக்கிறார்கள்.

இத்தகையோர் பாதுகாப்பின்மை, பொருளாதார சிக்கல்களின் நிமித்தம் உள்பாதிப்பிற்கு உட்படுகிறார்கள். உதாரணமாக - அண்மையில் தனது கணவன் தன் கண்ணெதிரே கொலை செய்யப்பட்டதால் உள்பாதிப்பிற்குட்பட்ட ஓர் இளம் பெண்ணை சந்தித்தேன். அவர் அந்த அதிர்ச்சியிலிருந்து மீள முடியாமல் தவித்தார். அவரை ஒன்பது தடவைகள் குழுவழிச் சிகிச்சையில் சந்தித்த பின்னரே அவரில் மாற்றத்தை அவதானிக்கக் கூடியதாக இருந்தது.

கேள்வி - மேற்கத்தைய நாடுகளைப் பொறுத்தவரையில் உள்வியல் ஓர் வளர்ந்துவிட்ட கலை. ஆனால் எங்களது மண்ணைப் பொறுத்தவரையில் இது பற்றிய விளக்கம் குறைவாக இருப்பது தெரிகிறது. ஆகவே நீங்கள் பணியாற்றுகின்ற வன்னி மண்ணிலே உள்வியல் பற்றிய விழிப்புணர்வு பற்றி

பதில் - Fr. ரெஜி

இது நல்லதொரு கேள்வி. ஏனென்றால் எங்களுடைய நிறுவனத்தின் பெயர் உள்வளத்துணை உள்வியல் அறிவூட்டும் நிறுவனம். எம் நிறுவனத்தின் இலக்குகளை நாங்கள் இரு வகையாக பார்க்கிறோம்.

1. குழுவழிச் சிகிச்சை, தனிவழிச் சிகிச்சை வழங்குதல்

2. உளவளத்துணை உளவியல் ரீதியான விழிப்புணர்வை மக்கள் மத்தியில் ஏற்படுத்துதல்

நாங்கள் இவ்விரண்டையும் சமாந்தரமாக செய்து கொண்டிருக்கிறோம். எவ்வாறென்றால் நாங்கள் நிறுவனங்களில் தனிவழி, குழுவழி சிகிச்சைகளை வழங்குகின்ற அதேவேளை நாங்கள் அதிக கருத்தரங்குகளையும் பல நிறுவனங்களில் நடத்தியுள்ளோம். அத்தோடு பலதரப்பட்ட துறைசார் மக்களை சந்தித்து அவர்களது ஆற்றல்களை வளர்க்கவும், செவிமடுக்கும் திறனை வளர்த்துக் கொள்ளவும், ஆளுமையை கட்டியெழுப்பும் பல கருத்தரங்குகளை நடத்தியுள்ளோம்.

ஆகவே எங்களைப் பொறுத்தவரையில் வன்னியில் உளவியல் பற்றிய அறிவு வளர்ந்து வருகிறது. இதனடிப்படையில் உளவியல் அறிவுக்கேற்ப தமிழ் கலாசாரமும் தன்னைப் புதுப்பித்துக்கொள்ள வேண்டிய நிலையில் உள்ளது. உதாரணமாக - பிள்ளைகளை வளர்க்கின்ற முறை, ஆசிரியர்கள் கற்பிக்கும் முறை, மற்றவர்களை எதிர்மறையாக விமர்சிக்கின்ற முறை இவைகளிலே மாற்றத்தைக் கொணர, நல்லதொரு ஆக்கபூர்வமான சமுதாயத்தைக் கட்டியெழுப்ப உதவும். ஏனென்றால் வளருகின்ற பிள்ளைகளை ஆக்கத் திறனிலும், படைப்பாற்றலிலும், ஆளுமையிலும் வளர நாம் உதவ வேண்டும். பிள்ளைகளின் ஒவ்வொரு வளர்ச்சிக் கட்டத்திலும் அவர்களை பாராட்டி தட்டிக்கொடுத்து வளர்க்க வேண்டும். இளைஞர் யுவதிகளை அதிகார தோரணையோடு அணுகாமல் அவர்களது நிலையிலேயே அவர்களை விளங்கிக்கொள்ள முற்பட வேண்டும். ஆதலால் கருத்தரங்குகளுடாகவும், “வளர்பிறை” என்று நாங்கள் வெளியிடுகின்ற சஞ்சிகையினூடாகவும் உளவியல் பற்றிய ஆழ்ந்த அறிவை மக்களுக்கு கொடுக்க முன்வருகின்றோம்.

கேள்வி - உளவியலிலும், உளவளத்துணையிலும் பலதரப்பட்ட மக்கள் ஆர்வத்தோடு ஈடுபடுகிறார்கள். சிலர் இத் துறையிலே ஈடுபட ஆர்வமுள்ளவர்களாகவும் இருக்கிறார்கள். எனவே உளவளத்துணையாளருக்கு இருக்க வேண்டிய பண்புகள் பற்றி கூற முடியுமா?

பதில் - Fr. நெஜி

உளவியலாளர் [Psychologist] என்று பார்க்கின்ற போது அவர் உளவியலில் நிபுணத்துவம் பெற்றவராக இருக்க வேண்டும். உளவளத்துணையாளர் என்கின்ற போது தன்னைப் பற்றிய ஓரளவு அறிவாவது கொண்டிருக்க வேண்டும். தனது திறமைகள், ஆளுமைகள், தன்னைப் பாதித்த விடயங்கள் இவைகளில் தெளிந்த மனநிலையில் இருக்க வேண்டும். அத்தோடு மற்றவர்களது வார்த்தைக்கும், உடல் மொழிகளுக்கும் செவிமடுக்கும் ஒருவராக இருக்க வேண்டும்.

அந்த வகையில் கார்ல் ரொகேஸ் என்ற உளவியலாளர் அல்லது உளவளத்துணையாளர் சொன்ன கருத்தை பகிரலாமென எண்ணுகிறேன். அக் கூற்றுப்படி உளவளத்துணையாளருக்கு

முதலாவது - நிபந்தனையற்ற மதிப்பு

அதாவது துணைநாடி வெவ்வேறு சமூக கட்டமைப்பில் இருந்து வரலாம். அதனைப் பொருட்படுத்தாது அவரை ஏற்றுக்கொள்ளும் மனப்பக்குவம் வேண்டும். அத்தோடு துணைநாடிக்கு சமூகத்தில் வித்தியாசமான கணிப்பீடு அல்லது அளவீடு இருக்கலாம். இவைகளுக்கு அப்பால் சென்று துணைநாடியை மனிதனாக, ஆணாக, பெண்ணாகப் பார்க்கின்ற மனப்பக்குவம் தேவை.

இரண்டாவது - உண்மைத் தன்மை

தன்னை நாடிவருகின்ற துணைநாடிக்கு தனது மனப் பதிவுகளை, வெட்ட வெளிச்சமாக சொல்கின்ற மனப்பக்குவம் உளவளத்துணையாளருக்கு தேவை. அத்தோடு தான் எப்படி அந்த துணைநாடியை விளங்கிக் கொள்கிறார் என்பது பற்றியும் வெளிப்படையாக சொல்லக்கூடியவராக இருக்க வேண்டும்.

மூன்றாவதாக - ஒத்த உணர்வு

ஓர் உளவளத்துணையாளர் துணைநாடியை அவரது பின்புலத்திலே இருந்து பார்க்கின்ற தன்மை வேண்டும். தனது பின்புலத்தை முதன்மைப்படுத்துவதை விடுத்து துணைநாடியின் பின்புலத்திலே இருந்து அவருக்குள் இருந்து அவரைப் பார்க்க வேண்டும். உளவளத்துணையில் துணைநாடியின் உறவு முதன்மைப்படுத்தப்பட வேண்டும்.

ஆகவே இந்த மூன்று பண்புகளும் இருந்தால் உளவளத்துணை வெற்றிகரமாக நடைபெறும்.

கேள்வி - எங்கள் சஞ்சிகையின் தலைப்பின்படி பழிவாங்குதல் சம்பந்தமான கருத்துக்கள்

பதில் - Fr. நெஜி

பழிவாங்கல் ஒரு தனிப்பட்ட மனிதனின் வாழ்வில் எப்படி அவனைப் பாதிக்கிறது என்பது பற்றி சொல்ல விரும்புகிறேன். ஒவ்வொருவரும் தங்களாகத்தே கசப்புணர்வுகளையும் அதனோடு சம்பந்தப்பட்டவர்களையும் சந்தித்திருப்பார்கள். ஆகவே கசப்புணர்வு, காழ்ப்புணர்வு, வெறுப்புணர்வு என்பவற்றை எங்களாகத்தே வைத்துக் கொள்ளல் ஆரோக்கியமானதல்ல.

சிலவேளை அவை ஆழமாக பாதிக்கின்ற போது புற்று நோயாகவோ அல்லது குடல் புண்ணாகவோ வெளிப்படலாம். ஆகவே

தொடர்ச்சியான நீண்ட பயணத்தின் நிமித்தம் பாதிக்கப்பட்ட உணர்வுகளில் இருந்து என்னை விடுவித்துக்கொள்ள வேண்டிய தேவை உள்ளது. சிலவேளை எங்கள் வாழ்க்கையில் ஏற்பட்ட எதிர்மறையான அனுபவங்களில் இருந்து விடுவித்துக் கொள்கின்ற போது அதனை ஓர் பலமாக எண்ணலாம். உதாரணமாக - நெல்சன் மண்டேலா 28 வருடங்கள் சிறையில் கழித்தபின் தனக்குள்ளே விடுதலையடைந்து, மக்களுக்கு அரசியலையும் கடந்த, ஆழமான விடுதலைக்கு வழிவகுத்தார்.

ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் பழிவாங்கும் தன்மை இயல்பிலேயே உள்ளது. அவன் அத்தகைய உணர்வுகளில் இருந்து தன்னை விலக்கிக் கொள்கின்ற போது ஆரோக்கியமான வாழ்வை நோக்கி செல்கிறான்.

கேள்வி - நீங்கள் “நான்” உளவியல் சஞ்சிகையின் வாசகர் என்ற வகையில் நான் உளவியல் சஞ்சிகை பற்றி

பதில் - பரமேஸ்வரன் உண்மையில் நான் சஞ்சிகைக்கு நீண்ட வரலாறு உள்ளது. மக்கள் மத்தியிலே ஓர் காத்திரமான இடமும் இச் சஞ்சிகைக்கு உள்ளது. இப்போது சஞ்சிகை கவர்ச்சிகரமாக வெளிவருகின்றது. விடய தானங்களும் வளர்ச்சியை நோக்கி செல்வதாகவே உணர்கின்றேன். இது குழுமமாக, கட்டுக்கோப்பாக வெளியிடப்படுவது இச் சஞ்சிகையின் பலம் என்று எண்ணுகிறேன். சமுதாயத்துக்கு உளவியல் கருத்துக்களை தொடர்ச்சியாக வழங்கிக் கொண்டிருக்கிறதென்பது சந்தோஷமான விடயம். மாணவர்களுக்கு இது ஓர் சிறந்த கையேடாக இருக்கிறதென்பதும் உண்மை.

அத்தோடு சாதாரண மக்களும் விளங்கக்கூடிய வகையில் விடய தானங்களில் எளிமைத் தன்மையை கொண்டதல் நல்லதென எண்ணுகிறேன். “நான்” சஞ்சிகையின் விநியோகத்தையும் வலுப்படுத்துமாறும் கேட்டுக் கொள்கிறேன். அத்தோடு அதிகம் உளவளத்துணை சார்ந்த விடயங்களை பிரசுரித்தல் நல்லது எனவும் எண்ணுகிறேன்.

“நான்” வாசகர்களோடு உங்கள் சிந்தனைகளை பகிர்ந்து கொண்டமைக்கு “நான்” வாசகர்கள் சார்பாக எமது உள்ளங்களிந்த நன்றியைத் தெரிவிக்கின்றோம்.



மாணவரிடையே பழிவாங்கலும் அதற்கான மூல காரணங்களும் விடுதலை பெறுவதற்கான வழிகளும்



அருட்சகோதரி. ஜொயிஸ்மாறி A.C

இன்றைய சிறார்கள் நாளை தலைவர்கள். எதிர்காலத்தில் நல்லதோர் சமுதாயத்தை உருவாக்க வேண்டிய பொறுப்பு அவர்களுடையதே. அவர்கள் சமூகத்திலே நற்பிரணைகளாகத் தம் வாழ்வை வளப்படுத்த அவர்களது மனநிலையில் மதிப்பீடுகள், உறவுநிலைகள் போன்றவற்றில் சீரிய வளர்ச்சி தோன்ற வேண்டும். இச் சிறார்களின் வளர்ச்சிப் பயணத்தில் பல தடைகளையும் தாண்டிச் செல்ல வேண்டியது கண்கூடு.

பாடசாலையிலும், பாடசாலைச் சமூகத்திலும் ஒத்த வயதுடைய குழுக்கள் [Peer group] மத்தியில் காணப்படும் நடத்தைகளை நோக்கும் போது பழிவாங்கும் நடத்தைகளை அவதானிக்க முடிகிறது. இன்று பாடசாலை மாணவரிடையே எரிச்சல், பொறாமை, போட்டி மனப்பான்மை காரணமாகப் பழிவாங்கும் தன்மைகள் ஆரம்பப்பிரிவு மாணவர்கள் தொடக்கம் உயர்தர மாணவர்கள் வரை அதாவது பிள்ளைப்பருவம் தொடக்கம் பதின்பருவம் வரை அதிகரித்துச் செல்வதைக் காணமுடிகிறது.

மாணவர்களிடையே பழிவாங்கும் விதங்கள்

- ஒருவர் ஒருவரைக் கேலி பண்ணல் - மற்றவர்கள் முன்னேற்றத்தைச் சகிக்க முடியாத மாணவர்கள் எரிச்சல் காரணமாகப் பட்டப் பெயர்களைக் கூறி கேலி பண்ணுதல்.
- நேர்முக, மறைமுகத் தாக்குதல்களில் ஈடுபடல் - மறைந்திருந்து தந்திரமாகத் [Subtle way] தாக்குதல் ஒன்று. மற்றையது எதுவித காரணமில்லாமல் அவனை அடித்தல், உதைத்தல்.
- கல்வியில் ஒருவன் முன்னேறினால் அல்லது ஆசிரியர் பாராட்டினால் அவனது புத்தகங்களைக் களவாடல், ஒளித்து வைத்தல், கிழித்தல், அவனது அப்பியாசக் கொப்பியில் கிறுக்குதல்.

- அவமானப்படுத்தல் - பழிவாங்குமுகமாக அவன் செய்யாத குற்றங்களைச் செய்ததாகப் பழிசுமத்தி மற்றவர்கள் முன்னிலையில் அவமானப்படுத்தல்.
- எச்சரிக்கை செய்தல் அல்லது அச்சுறுத்தல் - ஆசிரியர்கள் அல்லது அதிபர் தண்டித்தால் அனாமதேயக் கடிதங்கள் எழுதி வீட்டிற்கோ அல்லது பாடசாலைக்கோ அனுப்புவதல்.
- பாடசாலை உடைமைகளைச் சேதப்படுத்தல்.
- அதிபர், ஆசிரியர் ஆகிய பாடசாலை நிருவாகத்தினரின் கட்டுப்பாட்டிற்கும், கண்டிப்புக்கும் ஆளாகும் வேளையில் கட்டிடங்களுக்குக் கரி பூசுவதும், தகாத வார்த்தைகளை எழுதி விடுவதுமான வம்புத்தனங்களைச் செய்தல்.
- குழுவாகச் சென்று வீடுகளுக்குக் கல்லெறிதல், வீட்டின் முன் சென்று தகாத வார்த்தைகள் கூறி ஆர்ப்பரித்தல்.
- தற்பெயருக்குத் தீங்கு விளைவித்தல்.
- விளையாட்டு மைதானத்தில் எதிராளியை வீழ்த்துதல், காயப்படுத்தல்.
- புதிதாக அறிமுகமாகி வரும் போதைவஸ்துப் பாவனைக்கு உட்பட்டு வன்செயல்களில் ஈடுபடல்.
- தன் காதலுக்குக் குறுக்கே நிற்பவனை எந்த வகையிலும் பழிவாங்கத் திட்டமிடல்.
- இடமாற்றும் வன்செயல்களில் ஈடுபடல் - பெற்றோரைப் பெரியோரைப் பழிவாங்க எண்ணுபவன் சமூக கலாச்சாரங்களுக்கு அஞ்சி சக மாணவனைத் தாக்குதல்.

பழிவாங்குவதற்கான மூல காரணங்கள்

- ❖ குழந்தைப்பருவத் தாக்கம் - ஒருவனது ஆளுமை வளர்ச்சியில் சமூக மனவெழுச்சிக் காரணிகளின் செல்வாக்குப் பற்றி விளக்கும் சிக்மன்ட் ப்ரொய்ட் [Sigmund Freud] என்ற உளவியலாளர் இவை குழந்தைப் பருவத்தில் கிடைக்கும் அனுபவங்களுக்கேற்ப தீர்மானிக்கப்படுவதாகக் குறிப்பிடுகிறார். குழந்தைப் பருவத்தில் நிகழும் செயற்பாடுகளே எதிர்காலத்தில் ஒருவனது ஆளுமையில் சமூகத்திற்குரிய நடத்தைகளை நிர்ணயிக்கின்றன எனக் கூறுகிறார். குழந்தைப்

பருவத்தில் நடந்த பல்வேறு சாதாரண சம்பவங்கள் யாவும் நனவிலி உள்ளத்தில் சேருகின்றன. பயம், வன்செயல், பாலியல் ஆசைகள் என்பனவே இவ்வாறு அடக்கப்படுகின்றன. இவ்வாறு ஒடுக்கப்படும் நிறைவேற்றப்படாத ஆசைகள் பிற்காலத்தில் பழிவாங்குதல் போன்ற வன்செயல்களில் ஈடுபடத் தூண்டும்.

❖ அறியாமை - கான்ட் (Kant) என்பவரின் கருத்துப்படி தனிமனிதனால் காணப்படும் அதியுயர் முழுமை அனைத்தையும் விருத்தியடையச் செய்வதே கல்வி. அறிவு, திறன், மனப்பாங்கு இம் மூன்று நிலைகளிலும் மாணவர்களை உருவாக்குவதே கல்வியின் நோக்கமாகும். இதில் முக்கியமாக மனப்பாங்கு சார் விழுமியங்களை மாணவர்களிடத்தில் உருவாக்குவதில் பெரும் பங்காற்றுவது கல்வியே. எனவே இக் கல்வியானது அறியாமையை நீக்கி ஒருவனை முழுமையடையச் செய்யவில்லையெனில் மனவளர்ச்சி குன்றி அதுவே பழிவாங்கும் பாதைக்கு இட்டுச் செல்லும்.

❖ தேவைகள் நிறைவேற்றப்படாமை - இளமையான வயதில் தனக்குக் கிடைக்க வேண்டிய வசதிகள் கிடைக்க வில்லையெனில் அதுவே பழிவாங்கும் உணர்ச்சிகளை அதிகரிக்கும் என Sir Percy Nunn என்பவர் குறிப்பிடுகிறார். அடிப்படைத் தேவைகள், காப்புத் தேவைகள் நிறைவேறாத போது நிலையற்ற ஒரு நிலையும், பொருத்தமற்ற சமூக நடத்தைகளும் தோன்றி நெறிபிறழ்ந்த ஒருவனாக அவனை மாற்றும். இதனால் உள நெருக்கீட்டுக்குள்ளாகி பழிவாங்கத் தூண்டுவான். பெற்றோரால் புறக்கணிக்கப்பட்ட அல்லது அன்பையிழந்த மாணவர்களுக்கு அதை அனுபவிக்கும் மாணவர்களைப் பழிவாங்க எண்ணங்கள் தோன்றும்.

❖ திருப்தியின்மை - ஒருவன் தன்னைப் பற்றிய சுய திருப்தியும் [Self - Sufficiency] சுய மதிப்பும் [Self - esteem] இல்லாத பட்சத்தில் அடுத்தவர் மகிழ்வும், வழமையும், வெற்றிகளும் அவனுக்கு அச்சுறுத்தலாகி பழிவாங்கத் தூண்டும். அளவுக்கு அதிகமாகப் பிறரிடம் எதிர்பார்ப்பவனும், அளவுக்கு மிஞ்சிய ஆசைகள் கொண்டவனும் திருப்தியின்மை காரணமாகப் பழிவாங்க எத்தனிப்பான்.

❖ தாழ்வு மனப்பான்மை - சமுதாயத்தில் உயர்வாக உள்ளோரை அவதானிக்கும் போது அதைவிடத் தாழ்ந்தோர் தம் நிலையை ஏற்றுக்கொள்ள முடியாதவிடத்தும், அந் நிலையை அடைய முடியாதவிடத்தும் பழிவாங்கும் உணர்ச்சி உள்ளோராக மாறுகின்றனர்.

❖ நான் என்ற அகந்தை - அன்புக்குத் தடை விதிப்பது நமது உள்ளத்திலே எழுகின்ற பகைமையுணர்வு, பகைமை வெறுப்பிலிருந்து ஆரம்பமாகிறது. வெறுப்பின் ஆணியேர் நான் என்ற அகந்தை. வெறுப்பும், நான் என்ற அகந்தையும் மற்றவர்களைப் பழிவாங்கக் காரணமாகலாம்.

❖ சூழல் - ஒருவனது வீட்டுச் சூழலும் அயற் சூழலும் அவனது அடிப்படைத் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்யத் தடையாக இருக்கும் போதும், சமூகப் பழக்கங்கள், ஒழுங்கு விதிகள், சாதி, சமய மனப்பான்மைகள் அவனின் விருப்புக்களை நிறைவேற்றத் தடையாக அமையும் போதும் பழிவாங்கும் உணர்வு உருவாகலாம்.

❖ சமூகத் தொடர்புச்சாதனங்கள் - தொலைக்காட்சி, திரைப்படங்கள் என்பன மாணவர்கள் மத்தியில் பழிவாங்கும் எண்ணங்களைத் தூண்டும். இதனால் கவரப்பட்ட மாணவர்களின் உள்ளம் பாதிக்கப்படுவதுடன் பழிவாங்கல் போன்ற வன்செயல்களில் ஈடுபடவும் வழிவகுக்கும்.

விடுதலை அடைவதற்கான வழிகள்

மாணவர்கள் இந்தப் பழிவாங்கும் உணர்விலிருந்து விடுதலை பெறவேண்டுமானால் அவர்களிடம் நல்ல மனப்பாங்குகளும், மதிப்பீடுகளும் உருவாக வேண்டும்.

□ அன்புவிழி - அன்பினால் உலகை ஆளலாம் என்பது முதுமொழி. குழந்தைகள் அன்பையும், ஆதரவையும் நாடுவர். அன்பினால் காப்புணர்வையும், தாம் பிறருக்கு வேண்டியவர்கள் என்ற உணர்வையும் பெறுவர். பெருமளவு அன்பை குடும்பமே வழங்க முடியும். பாரபட்சமற்ற அன்பைப் பெற்றோரும், ஆசிரியரும் மாணவர்களுக்கு வழங்கினால் அவர்களின் மனப்பாங்குகள் மாற்றமடையும். எல்லா மனிதர்களுடனும் எப்பொழுதும் அன்புறவு கொள்வதை இலட்சியமாகக் கொள்பவர் வாழ்வில் எதிரிகள் இருக்கமாட்டார்கள். அதனால் பழிவாங்கும் எண்ணமும் இருக்கமாட்டாது.

□ நன்மதிப்பீடு உருவாக்கம் - மனித மனங்களை ஆட்கொண்டிருக்கும் தளைகளினின்று விடுதலை பெற சில உயர்ந்த எண்ணங்களை, மதிப்பீடுகளைக் கொண்டிருக்க வேண்டும். பரந்த நோக்கு வேண்டும். அன்பு, நீதி, நேர்மை, மன்னிப்பு, ஒப்புரவு போன்ற மதிப்பீடுகளை வாழ்வில் கடைப்பிடித்தல் நன்று. மனச் சுதந்திரமும், இலட்சியங்களும்

வாழ்க்கை மதிப்பீடுகளை எம் வாழ்வில் கொண்டு ஆளுமையை முழுமையடையச் செய்கின்றன.

□ சமாதானப் பண்பாடு [Culture of Peace] பூங்கா, வாசிகசாலை, விளையாட்டு, கலைகள் போன்றன மாணவர்களின் தீய மனப்பாங்குகளைக் களைவதற்குத் துணைபுரிகின்றன. பயனுள்ள பொழுதுபோக்குகளும் மனித மனதை சமாதானப் பாதையில் இட்டுச் செல்லும். இயற்கையோடு ஒத்த வாழ்வை மாணவர்கள் வாழத் தூண்டுவதன் மூலம் மன அமைதியை ஏற்படுத்தலாம். குழு வாழ்வில் ஒன்றிப்பதற்கான வழிகளை உருவாக்குவதால் மாணவரிடையே ஒத்துணர்வு ஏற்பட்டு குடும்ப உணர்வைக் கட்டியெழுப்ப வழிவகுக்கும்.

□ ஆன்மீகம் - மாணவர்களுக்கு அறிவில் தெளிவும், மனதில் தூய்மையும், புலன்களில் ஒடுக்கமும் அவசியம். இவற்றைத் தரக்கூடிய ஆற்றல் இறைவனுக்கே உரியது. புலன்களையடக்கவும், மனதில் தூய்மை பெறவும் சிறந்த வழிகள் யோகாப்பியாசமும், செபமும் ஆகும். இவை இறைவனிடம் அண்மிக்கும் வழிகளாகும். அதுமட்டுமன்று இவையிரண்டும் உடல் - உளக் காயங்களைக் குணப்படுத்தி மன்னிப்பு, ஒப்புரவு போன்ற நற்பண்புகளை வளர்க்கவும், இறைவனோடும், அயலவனோடும் ஒன்றிக்கவும் வழிவகுக்கும்.

உலகம் அனைத்தையும் உடமை ஆக்கிக் கொண்டாலும் உள்ளத்தால் உயரவில்லையென்றால் - மனித உறவுகளை வளர்க்கவில்லையென்றால் என்ன பயன் ?

II

“வாழ்க்கையில் திட்டமோ வரையறைகளோ இல்லாமற் போனால் எந்த ஆபாசமும் நியாயமாகிவிடும். இதுதான் பாதை என்று வகுத்துக்கொள்ளாதவனுக்கு எதுவும் பாதைதான். இதுதான் பயணம் என்று முடிவு கட்டாதவனுக்கு எதுவும் பயணம்தான்.”

கண்ணதாசன் -

பழி வேண்டாம்... பாசம் வேண்டும்

திருமதி. நொ.யூ. தர்மரட்ணம்

யா/ புனித சாள்ஸ் ம.வி

நான் பழிவாங்காமல் விடமாட்டேன், பழிக்குப் பழி தான் இதற்கு முடிவு போன்ற வார்த்தைகள் வெளிப்படையாகக் கூறப்படாவிட்டாலும் கூட இன்று எத்தனையோ பேரின் உள்ளத்தில் கொழுந்து விட்டெரிந்து கொண்டிருப்பதை உணர முடியும். உள்ளத்தில் பொறியாக விழுந்த பழிவாங்கும் எண்ணம் படிப்படியாக சுவாலித்தெரியத் தொடங்குவதும், ஈற்றில் அது பாதகமான விளைவை ஏற்படுத்துவதாகவும் அமைந்த, அமைகின்ற சந்தர்ப்பங்கள் மனித வாழ்க்கையில் பல்வாகும். இன்று பாதீனமாக சமூகத்தில் இழையோடி வேரூன்றி பாதிப்பினை ஏற்படுத்திக் கொண்டிருப்பது பழிவாங்கும் உணர்வாகும்.

குடும்பம், சமூகம், அரசியல் என்ற வகையில் பல்வேறு வடிவங்களில் பழிவாங்கும் செயற்பாடுகள் அதிகரித்துக் கொண்டே செல்கின்றன. இதன் விளைவு கோஷ்டி மோதல்கள், கடத்தல்கள், கொலைகள், பொதுச் சொத்துக்களை நாசம் செய்தல், சுய கௌரவத்துக்கு அபகீர்த்தியை ஏற்படுத்தும் துண்டுப் பிரசுரங்கள் விநியோகம் போன்ற வன்முறைகளாகும். பழிவாங்குதலின் இறுதி வடிவத்தை ஆராய்ந்து கொண்டு செல்லும் போது அது உடல், உள, ஆன்மீக வகையிலான பாதிப்பை உருவாக்குவதோடு, ஆளுமைப் பின்னடைவினை ஏற்படுத்துவதாகவும் அமைந்து விடுகின்றது.

பழிவாங்குதல் என்னும் உணர்வு மனிதனிடத்தில் இன்று நேற்றுத் தோன்றியதல்ல. புராணக்கதைகள் இதிகாசங்களில் கூட பழிவாங்கப்பட்ட சந்தர்ப்பங்கள் இருக்கின்றன. இராமாயணத்தில் இராமனின் வாழ்க்கையை மாற்றியமைத்தது கூனியின் பழிவாங்கும் எண்ணமும், சீதையை இராவணன் கவர்ந்து செல்வதற்கு தூண்டுதலளித்தது சூர்ப்பனசையின் பழிவாங்கும் எண்ணமுமாகும். இவற்றால் சாதிக்கப்பட்டவை என்ன?

பழிவாங்கும் உணர்வு மகிழ்ச்சியான குடும்ப, சமூக வாழ்க்கையைப் பாதிக்கும். அதனால் பழிவாங்கும் பிரச்சினை எங்கு உருவாகின்றது என்பதனை முதலில் இனங்காண வேண்டும். அடுத்து அவற்றைத் தீர்ப்பதற்கான நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும். பழிவாங்கும் செயற்பாடுகள் உடனடியாக ஏற்படுகின்ற விடயமல்ல. அவற்றின் பின்னணியில் பாதகமான மனவெழுச்சித் தாக்கங்கள் இருப்பதுடன் அவை நீண்டகாலச் செயற்பாடாகவும் அமைந்து விடுகின்றன. அதனால் பழிவாங்கும் உணர்வை மாற்றியமைக்கக்கூடிய சந்தர்ப்பங்கள், கால இடைவெளிகள் அதிகளவில் ஏற்பட வாய்ப்புண்டு.

பிள்ளைப்பருவம் கட்டிளமைப் பருவங்களில் தேவைகள் நிறைவேற்றப்படாமையினால் எழும் பாதகமான மனவெழுச்சிப் பண்புகள் தீவிரமடைவதும் பழிவாங்கும் செயற்பாட்டை உருவாக்கும் காரணிகளுள் ஒன்றாகும். மாஸ்லோ என்னும் உளவியலறிஞரின் தேவைக் கொள்கை இதனைச் சிறப்பாக எடுத்துக்காட்டுகின்றது. அவரது தேவைக் கொள்கையில் அடங்கும் உடலியல், காப்பு, அன்பு, கணிப்புப் போன்ற தேவைகள் நிறைவேற்றப்படாமையினாலும் பழிவாங்கும் உணர்வு ஏற்பட வாய்ப்புண்டு. தேவைகள் நிறைவேற்றப்படாமையினால் எழும் கோபம், சினம், வெறுப்பு போன்ற பாதகமான மனவெழுச்சிகள் காலப்போக்கில் பழிவாங்கும் உணர்வைத் தோற்றுவிப்பதாக அமையலாம். பிள்ளைப் பருவத்தில் ஏற்படும் பாதகமான மனவெழுச்சிகள் சாதகமான முறையில் தீர்க்கப்படாவிட்டால் அவை கட்டிளமைப் பருவம், முதுமைப் பருவம் போன்றவற்றிலும் தீவிரமடைவதற்கும், வன்முறையைத் தோற்றுவிப்பதற்கும் காரணமாக அமையலாம்.

பழிவாங்கும் உணர்வு மேலோங்கி வளர்வதற்கான சந்தர்ப்பங்களாக பின்வருவன அமையலாம்.

குடும்பத்தில்

- ◆ சிறு பராயத்தில் பெற்றோரின் அன்பு சரியான முறையில் கிடைக்காமை.
- ◆ பிள்ளைகளைப் பெற்றோர் சரியான முறையில் அன்பு செய்யாமை. திறமையான பிள்ளைகளுக்கு கூடிய அளவும், திறமை குறைந்த பிள்ளைகளுக்கு குறைந்த அளவுமான தேவை, கணிப்பை வழங்குதல்.
- ◆ பிள்ளைகளின் அன்பு இடம் மாறுதல். மூத்த பிள்ளைக்கு இருந்து வந்த அன்பு இளைய பிள்ளை பிறந்ததும் அதற்குச் செலுத்துதல்.
- ◆ பிள்ளைகளிடத்தில் பாதகமான மனவெழுச்சிகள் தோன்றுவதற்கான தூண்டுதல்களை அளிப்பது. (சிறு பிள்ளைகள் கோபத்தில் அடாத செயல்களைச் செய்யும் போது பெற்றோர் அதனை ஆதரிப்பது, பாராமுகமாக இருப்பது)
- ◆ கட்டிளமைப் பருவத்தில் பிள்ளையின் சுதந்திரத்தைப் பாதிக்கும் வகையில் முட்டுக்கட்டையாக அமைதல்.
- ◆ பிள்ளைகளைத் தவறான கண்ணோட்டத்தில் சந்தேகிப்பது.
- ◆ பிள்ளைகளுக்குத் தவறான செயற்பாடுகளைத் தகுந்த முறையில் அணுகித் திருத்தும் நடவடிக்கை எடுக்காது கடுமையான தண்டனை வழங்குதல்.
- ◆ பிள்ளையின் தவறைப் பிறர் மூலம் அறியும் போது அதனை நிராகரிப்பது, அவர்களைத் திருத்தாமல் விடுவது.

பாடசாலை

- வகுப்பறையில் பிள்ளை முரண்படும் போது சரியான முறையில் வழிகாட்டாமை.
- தீர் விசாரிக்காமல் தண்டனை வழங்குதல்.
- மாணவர்களுக்கும் ஆசிரியர்களுக்கும் இடையில் அன்னியோன்சிய இடைவினைத் தொடர்பின்மை.
- மாணவர்களின் கணிப்புத் தேவை நிறைவேற்றப்படாமை.
- மாணவர்களால் செய்ய முடியாத வேலைகளைத் திணித்தல்.
- மாணவர்களைச் சந்தேகப் பார்வையுடன் நோக்குதல்.

சமூகம், அரசியல்

- சொத்துக்களில் கொண்டுள்ள அதீத ஆசை. பிள்ளைகளுக்கிடையில் சொத்துக்கள் சமமான முறையில் பிரித்துக் கொடுக்கப்படாமை.
- பெண்களின் மீது கொண்டுள்ள மோகம்.
- விரும்பியதை அடைய முடியாமையினால் ஏற்படும் விரக்தி.
- பதவிகளைப் பெறுவதில் ஏற்படும் போட்டி பொறாமை.
- வியாபார ரீதியாக ஏற்படும் போட்டிகள்.

தீர்வுகள்

பழிவாங்கும் செயற்பாட்டை உடனடியாக நிறுத்துவது என்பது மிகவும் கடினமான விடயமாகும். இயன்றவரை பழிவாங்கும் உணர்வு தோன்றாத வகையில் பிள்ளைகள் வளர்த்தெடுக்கப்பட வேண்டியது அவசியமாகும். பெற்றோர் ஆசிரியர் மட்டுமல்ல, நண்பர்கள், முதியோர், ஆன்மீகத் துறவிகள் போன்ற அனைத்துப் பிரிவினரும் பிள்ளைகளில் சாதகமான மனவெழுச்சிப் பண்புகளை வளர்த்தெடுப்பதன் மூலம் பழிவாங்கும் உணர்வுகளை மாற்றியமைக்கலாம்.

- பெற்றோர் பிள்ளைகளின் தேவைகளைக் கூடியவரை சமமாக நிறைவேற்றுதல்.
- வீட்டில், பாடசாலைகளில் மகிழ்ச்சிகரமான சூழலை ஏற்படுத்துதல்.
- சிறந்ததும், பொருத்தமானதுமான வழிகாட்டல்கள் ஆலோசனைகளை அனைத்துத் தரப்பினரும் வழங்குதல்.
- பாடசாலைகளில் பாடங்களுடாக சமாதானக் கல்வியைப் புகட்டுதல்.
- பாடசாலைகளில் சமாதான வாரத்தை ஒழுங்கு செய்து சமாதானச் செயற்பாடுகளை முன்னெடுத்தல்.
- சமூகங்களில் அறநெறி விழுமியங்களைப் பேணுவதில் விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துதல்.

இவை போன்று வேறும் பல செயற்பாடுகளை மேற்கொள்வதன் மூலம் பழிவாங்கும் உணர்வு மேலோங்குவதைத் தடுக்க முடியும். எனவே பழிவாங்குதலால் ஏற்படக்கூடிய பாதகமான விளைவுகளை உணர்ந்து, அவை ஏற்படாத வகையில் செயலாற்றுவதற்குச் சிந்திப்போம்.

γ

பழிவாங்கும் உணர்ச்சியை குணமாக்கும் உளநல ஆற்றுப்படுத்தல்



அருள்திரு. இராசேந்திரம் ஸ்ரலின்
M.Sc. in Guidance and Counseling

பழிவாங்கும் நோக்கமுள்ளவர்கள் உளநல ஆற்றுப்படுத்துனரிடம் வருகின்றார் என்றால் தன் திட்டத்தை நிறைவேற்றுவதற்கு குழப்ப நிலையிலிருக்கிறார் என்பது சொல்லாமலே புரியப்பட வேண்டிய விடயம். பழிவாங்கல்பற்றி விபரமாக அவர் திட்டம் வகுத்தும் அதில் தீவிரமும் வெளிப்பட்டால் நடைமுறைப்படுத்துவதற்கான சாத்தியம் அதிகம்: தன்னுடன் இதற்கென ஆயுதம் வைத்திருப்பது பற்றி அவர் குறிப்பிட்டால் சாத்தியம் மிக மிக அதிகம். இப்படியான கட்டத்தில் துணைநாடியின் பெற்றோர் அல்லது பொறுப்பானவர்களுக்கும் தாக்குதலுக்கு உள்ளாக இருப்பவர்களுக்கும் ஆற்றுப்படுத்துனர் அறிவிக்க வேண்டியது முக்கியமானது. இதற்கு துணைநாடியின் அனுமதி பெறத்தேவையில்லை. ஆற்றுப்படுத்தல் அமர்வுகள் முடிவுறும் வரை பழிவாங்கலில் ஈடுபடமாட்டேன் என்ற உறுதிமொழியை சொல்லில் அல்லது எழுத்தில் பெறுவது நல்லது. அமர்வுகளின் இடைப்பட்ட காலத்திலும் ஆற்றுப்படுத்துனர் அடிக்கடி தொடர்பு கொண்டு உதவுவது நல்லது.

பழிவாங்கத் தூண்டிய அனுபவங்கள் பற்றி கதைக்கும்படி துணைநாடியை ஊக்குவிப்பதும் அவற்றை ஆரோக்கியமான முறையில் கையாளும் முறையை அவர் அறிந்து நடைமுறைப்படுத்த வைப்பதுமே ஆற்றுப்படுத்தினரின் முக்கிய பணியாகும். இதனை பின்வரும் அணுகுமுறைகளில் துணைநாடியின் நிலையறிந்து பொருத்தமானவற்றை பயன்படுத்தலாம்.

1. ஆள்மைய அணுகுமுறை - துணைநாடி பகிர்வதை உற்றுக் கேட்டு தீர்ப்பிடாமல், புரிந்துணர்வு காட்டுவது மிகவும் முக்கியமானதும் அடிப்படையானதுமாகும்.

2. சிந்தனை வழிக் குணமாக்கல் [COGNITIVE THERAPY]

◆ பழிவாங்கும் உணர்ச்சி, நடத்தை என்பவற்றிற்கு ஊற்றாக விளங்குவது ஒருவரின் சிந்தனையும், நிகழ்ந்த அனுபவத்தை பார்க்கும் விதமும் எனலாம். எமக்குத் துன்பம் விளைத்தவர் வேண்டுமென்று செய்தார் என தவறாக விளங்கி நம்புவதும், உண்மையை மையமாக வைத்துச் சிந்திக்காமல் கற்பனை ரீதியாகச் சிந்திப்பதும் பழிவாங்கல் நடத்தையில் ஈடுபட வைக்கும். அவர் வேண்டுமென்று தான் செய்தார் என்று நம்பத் தொடங்குவது நடந்த உண்மையை அறியும் முயற்சியை

தடைப்படுத்துவது மட்டுமல்ல, அப்பாவினை அநியாயமாக துன்புறுத்தலுக்கும் இட்டுச் செல்லும்.

எனவே உளநல ஆற்றுப்படுத்துனர், துணைநாடி தனக்குத் தீங்கிழைத்தவர் எனக் கருதுவோர் பற்றி உண்மைத் தரவுகளின் அடிப்படையில் சிந்திக்கிறாரா, விளக்கம் கொடுக்கிறாரா என அவர் தெளிவு பெறவைக்கலாம். பின்வரும் வினாக்கள் அதற்கு உதவலாம்.

உதாரணம் - உங்களுக்கு அவர் வேணுமென்று செய்யாமல் தன்னையறியாமலே செய்திருக்கலாம் என எப்பவாவது சிந்தித்துப் பார்த்திருக்கிறீர்களா?

அவரின் எந்தெந்த நடத்தைகளின் அடிப்படையில் அவர் வேண்டுமென்று செய்ததாக நினைக்கிறீர்கள்?

அவரின் செயலுக்கு, நீங்கள் ஏற்கனவே கொண்டிருக்கும் விளக்கத்தை விட வேறு காரணிகள் அல்லது விளக்கங்கள் இருக்கக்கூடுமா?

◆ விளைவுகள் பற்றி சிந்திக்கத் தூண்டுவது பழிவாங்கும் எண்ணத்தை கைவிட உதவலாம். உளநல ஆற்றுப்படுத்துனர் துணைநாடியிடம் - சரி! நீங்கள் விரும்புவது போல பழிவாங்கி முடித்து விட்டீர்கள் என்று சிறிது நேரம் கற்பனை செய்யுங்கள்! (மௌனம்)

◆ உங்களில் ஏற்படும் உணர்வுகள் உங்களுக்கு மகிழ்ச்சி, நிம்மதி தருவதாக இருந்தனவா, குழப்பமும் கவலையும் தருவதாக இருந்தனவா? நீங்கள் செய்து முடித்தது பற்றி வெட்கப்படுகிறீர்களா விசராக நினைக்கிறீர்களா?

◆ உங்கள் பழிவாங்கிய நடத்தையால் உங்கள் குடும்பம், உறவினர், நண்பர் எவ்வாறு பாதிக்கப்படுவார்கள் என நினைக்கிறியள்?

◆ நீங்கள் பழிவாங்கியதால் அவரின் (எதிரி) உயிர், உடமை, நற்பெயர், குடும்பம், நண்பர் எவ்வாறு பாதிக்கப்பட்டதாக தெரிகிறது?

◆ நீங்கள் பழிவாங்கியதற்காக பாதிக்கப்பட்டவர் அல்லது அவரின் ஆட்கள் உங்களை பழிவாங்கினால் விளைவு எப்படி இருக்கும்?

◆ உங்கள் வாழ்வின் எஞ்சிய பகுதியை சிறையில் கழிக்க வேண்டியுற்பட்டால் உங்கள் வாழ்வு எப்படி இருக்கும்?

3. கெஸ்ட்ரால்ற் முறை குணமாக்கல் [GESTALT THERAPY]

□ பழிவாங்கும் உணர்வுடைய துணைநாடியிடம் ஒரு தலையணையைக் கொடுத்து, தான் பழிவாங்கத் துடிக்கும் ஆளாக அதைக் கற்பனை செய்யும்படி கேட்கலாம். தான் எவ்வாறு பழிவாங்க விரும்புகிறாரோ அவருக்கு என்ன சொல்ல, செய்ய விரும்புகிறாரோ அவ்வாறு செய்யும்படி கேட்கலாம். இப் பயிற்சியை ஒரு தடவை மாத்திரம் கொடுக்கவும். இதன் மூலம் கோப உணர்வு வெளிக் கொணரப்பட்டுத் தணிக்கப்படுகிறது. பயிற்சி முடிந்ததும் ஆளுமை வளர்ச்சிக்கு நீர் கற்றுக்கொண்ட பாடம் என்ன? என்ற கேள்வி கேட்டு பதில் கூறவைக்கலாம்.

□ மேற்சொன்ன பயிற்சியின் பின் வெற்றுக்கதிரை யுக்தி [Empty chair Technique] யை பாவிக்கலாம். துணைநாடி முன் ஒரு கதிரையை வைத்து, அதிலே அவரின் எதிரி இருப்பதாக கற்பனை செய்ய வைத்து தன் மனதிலுள்ள உணர்வுகள், எண்ணங்கள் என்பன பற்றிக் கூறுமாறு கேட்கவும், முடித்தபின் கதிரையிலிருந்து எழுந்து எதிரியின் கதிரையில் அமருமாறு கேட்கவும், பின்பு தானே அந்த எதிரியாக தன்னை கற்பனை செய்து தான் முன்பிருந்த கதிரையில் இப்போது தானே இருப்பதாக கருதி தன்னோடு எதிரி கதை சொல்லும் பாணியில் கற்பனை ரீதியாக கதைக்கும்படி கேட்கலாம். இது எதிரியின் உணர்வுகள், சூழலை புரியவும், வேண்டுமென்று செய்தாரா என்பதை புரியவும், தான் எதிரியை சரியாகப் புரியவில்லை தவறாக புரிந்து விட்டேன் என உணரவும் வழிவகுக்கும். இந்த நிலைக்கு வரும்வரை துணைநாடி எதிரி என கதிரைகளில் மாறி மாறி அமர்ந்து உரையாட வைக்கலாம்.

4. நடத்தை முறைக் குணமாக்கல் [BEHAVIORAL THERAPY]

- பழிவாங்கும் எண்ணம், உணர்வு ஏற்படும் போது, தன் மனதுக்குப் பிடித்த வேறு செயற்பாடுகளில் ஈடுபட உதவலாம். பிடித்தமான பாடல் கேட்க வைத்தல்.
- பழிவாங்கும் உணர்வுக் கோபத்தை தணிக்க, உடற் பயிற்சிகளில் ஈடுபடல், உடல், உள ஓய்வுப் பயிற்சி, தியான முறைகளை கற்றுக் கொடுக்கலாம்.
- பழிவாங்கலைத் தூண்டும், ஆட்கள், சூழல்கள் போன்றவற்றை அடையாளம் காணவைத்து அவற்றை தவிர்க்க முயற்சி மேற்கொள்ளத் தூண்டலாம்.

- தனக்குத் துன்பம் விளைவித்தவரோடு எவ்வாறு சுமுகமான உரையாடலில் ஈடுபட்டு பிரச்சினையை / வேதனையை தீர்க்கலாம் என தன் சொந்த நடத்தை மூலம் ஆற்றுப்படுத்துனர் காண்பிக்கலாம். இங்கு துணைநாடியை துன்பம் விளைவித்த பாத்திரமாக நடந்து கொள்ளும் படியும் உளநல ஆற்றுப்படுத்துனர் துணைநாடியாக பாத்திரமேற்று எவ்வாறு ஆரோக்கியமான முறையில் எதிரி யோடு தன் பிரச்சினையை அல்லது வேதனையை தீர்க்கலாம் என்பதை செய்து காட்டலாம்.

5. அர்த்தம் காணல் மூலம் குணமாக்கல் [LOGO THERAPY]

- சோக்கிரிடஸ் வினா முறையை இதற்கு பயன்படுத்தலாம். உளநல ஆற்றுப்படுத்துனர் பின்வரும் கேள்விகளை தொடுக்கலாம்.

நீங்கள் அவரை பழிவாங்கினால் தான் நிம்மதி வருமென்று நினைக்கிறீயள். பழிதீர்த்த பின் இப்ப இருக்கிறதை விட நிம்மதி குலையும் நிலை கூடுதலாகினால் எப்படி இருக்கும்? உங்கள் வாழ்வை ஒரு அர்த்தமுள்ள, மகிழ்ச்சி நிறைந்த வாழ்வாக மாற்றுமா? பழிவாங்குவதால் உங்களுக்கு என்ன நன்மை கிடைக்கும்?

➤ பிறர் வாழ்வு உதாரண முறை [PARABLE METHOD]

துணைநாடி போன்ற அனுபவம் பெற்ற பின்னும், அதைச் சகித்து மன்னித்து நடந்தவர்களை தெரியுமா என்று கேட்டு, அவர்கள் எவ்வாறு துணைநாடி பழிவாங்கலை செயற்படுத்தத் திட்டமிட்ட முறையை விட வேறு முறையில் தீர்வுகண்டு மகிழ்வோடு வாழ்கிறார்கள் என்பதை விபரிக்கும்படி கேட்கலாம். பழிவாங்கலை விட வேறு வழிகள் மூலம் தம் பிரச்சினையை தீர்த்தவர்கள் உண்டு. அதுவே அர்த்தம் நிறைந்த வாழ்வைத் தரும் என்பதை உணர வைக்கலாம்.

6. உள - ஆன்மீக குணமாக்கல் முறை [PSYCHO - SPIRITUAL]

- ❖ துணைநாடி கடவுள் நம்பிக்கை கொண்டவராக இருந்தால், பழிவாங்கும் உணர்வு நீங்கும் வரை மன்னிக்க சக்தி வேண்டி ஜெபம், தியானம் என்பவற்றில் ஈடுபட பரிந்துரைக்கலாம். நல்லறிவு தரும் ஆன்மீகப் புத்தகங்களையும், மன்னிப்பு பற்றி உளநல புத்தகங்களையும் வாசித்து தியானிக்கும்படி பரிந்துரைக்கலாம்.

- ❖ துணைநாடியை உடல் தசைகளை ஓய்வு நிலைக்குக் கொண்டு வரும்படி கேட்ட பின், ஓய்வு நிலையடைந்த ஆன்மீக ரீதியான கற்பனைப் பயிற்சி கொடுக்கலாம். உதாரணம் - நீரும் அவரும்

(பெயரைச் சொல்வது நல்லது) நீங்கள் விரும்பும் கோயிலிலே உங்கள் தெய்வத்தின் முன்னே நிற்கின்றீர்கள். இருவரும் ஒருவரை ஒருவர் மன்னிக்க தெய்வத்தின் அருளை வேண்டுகிறீர்கள். தெய்வத்திடமிருந்து அருளொளி வீசுகிறது. நீங்கள் உங்கள் எதிராளியிலுள்ள நல்ல குணங்கள், கடந்த காலத்தில் உங்களுக்குச் செய்த அன்புச் செயல்களை அவருக்குக் கூறுகிறீர்கள். இப்போது அவர் மனம் புண்படும்படி நீங்கள் நடந்து கொண்ட சம்பவங்களுக்காக மன்னிப்புக் கேட்கிறீர்கள். உங்களை அவர் அன்போடும், புரிந்துணர்வோடும் பார்க்கின்றார். நீங்கள், மனத்தை புண்படுத்தியதால், தான், எவ்வாறு வேதனைப்பட்டேன், பாதிக்கப்பட்டேன் எனக் கூறுகின்றார். பின்பு தான் செய்த தவறுக்கு மன்னிப்புக் கேட்கின்றார். கடந்த காலத்திலே நீங்கள் செய்த நன்மைகளுக்கு நன்றி கூறுகிறார். இருவரும் ஒருவரை ஒருவர் மன்னிக்கின்றீர்கள். உடனே தெய்வ சந்நிதியிலிருந்து ஒளி கிளம்பி உங்கள் இருவரையும் சூழ்ந்து கொள்கின்றது. நீங்கள் மிகவும் மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறீர்கள். தெய்வத்துக்கு நன்றி கூறிவிட்டு வீடு செல்கிறீர்கள்.

இந்த உள - ஆன்மீகப் பயிற்சி பலருக்கு, பயனளித்ததும் இலகுவானது என்பதும் என் அனுபவ உண்மை. பழிவாங்கல் உணர்வை கட்டுப்படுத்த முடியாமலும், ஆற்றுப்படுத்துனரின் சேவை பெறமுடியாத சூழலிலுள்ளோரும் தனித்தே இதை செய்யலாம். ஆனால் இப் பயிற்சியை அவசரப்படாமல் ஆறுதலாக செய்வது முக்கியம்.

மேற்குறிப்பிடப்பட்டுள்ளவைகளை பழிவாங்கல் நடத்தையுடையவர்கள் பயிற்சி செய்வதன் மூலம் மகிழ்ச்சியாக தாம் வாழ்வது மட்டுமன்றி, பிறர் வாழ்வை மகிழ்ச்சி நிறைந்ததாகக் முடியும்.

மன்னிக்கத் தெரிந்தவன்
மாணிக்கக் கோயிலடா

- கவிஞர் கண்ணதாசன்

“நான்”

உளவியல் சஞ்சிகை வாசகர்களுக்கு
நத்தார் புதுவருட வாழ்த்துக்களை
அன்போடும் மகிழ்வோடும்
தெரிவிக்கின்றோம்.





பழிவாங்குதல் ஊனமுற்ற ஆளுமையின் வெளிப்பாடே! சரி.

ஆளுமை [Personality] என்றால் என்ன? வினவினார் ஆசிரியர். ஆளுமை என்பது மனசு என்றனர் சிலர். உள வளர்ச்சி என்றனர் சிலர். உணர்வுகளின் ஓட்டுமொத்த ஆளுகை என்றனர் இன்னும் சிலர். ஆத்மீக தேடல் என்றனர் மற்றும் சிலர். இதற்கு நாங்களுள் பலவிதமான பதில்களை, விளக்கங்களை, வரைவிலக்கணங்களை வழங்கலாம். அவை ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடியதாகவும் அமையலாம். ஆனால் நாம் உளவியலாளரான சிக்மன்ட் ப்ரொய்டின் கொள்கையை எடுத்து நோக்கும் போது, உடல், உள, சமூக, ஆத்மீக ரீதியான வளர்ச்சியே ஆளுமை என்கின்றார்.

இவ் ஆளுமையின் வெளிப்பாடுகள் எப்போதும், மனிதம் நிறைந்ததாய், முதிர்ச்சியடைந்ததாய் காணப்படும். மகாத்மா காந்தியை ஆளுமை நிறைந்த மனிதராக உலகம் பார்க்கின்றது. தன் வாழ்வில் பலவிதமான துன்பங்களையும், அவமானங்களையும் அனுபவித்த வேளையில் யாரையும் பழிவாங்கத் துடிக்கவில்லை, பொறுமையைக் கடைப்பிடித்தார், பெருமனதுடன் ஏற்றுக்கொண்டார். சிறந்த ஆளுமை மிக்க மகானாக இன்றும் போற்றப்படுகின்றார்.

சிக்மன்ட் ப்ரொய்டின் ஆளுமை பற்றிய கொள்கையை மறு முனையிலிருந்து நோக்கும் போது, உடல், உள, சமூக, ஆத்மீக ரீதியான வளர்ச்சியின்மை ஊனமுற்ற ஆளுமையாகும். இங்கு அன்பிற்கு, மனிதத்திற்கு, மரியாதைக்கு, மன்னிப்பிற்கு, பொறுமைக்கு, ஏற்றுக்கொள்தலுக்கு, விட்டுக்கொடுத்தலுக்கு இடமே இல்லை. நான் என்ற அகங்காரம், எல்லாம் தெரியும் என்ற தலைக்கனம், பெரியவன்(ள்) என்ற கர்வம், பழிவாங்கும் மனநிலை என்பன நிறைந்திருக்கும். எம் சமூகத்திலும் கூட பழிவாங்குதல் ஓர் கலாச்சாரமாகவே இன்று வளர்ந்து கொண்டிருக்கின்றது. கணவன் மனைவியை, மனைவி அவ்வளை, பெற்றோர் பிள்ளைகளை, பிள்ளைகள் பெற்றோரை, மாணவா ஆசிரியர்களை, சகோதரர் சகோதரரை என பல மட்டங்களில் பழிவாங்குதல் பரந்து விரிந்து காணப்படுகின்றது. இதற்கு காரணம், இன்று பலர் உடல், உள, சமூக, ஆத்மீக ரீதியாக வளர்க்கப்படுவதில்லை, சிலர் வளர்க்கப்பட விரும்புவதில்லை. இந் நிலையில் எதைச் சொன்னாலும், செய்தாலும் பழிவாங்கவே துடிப்பார்கள். இது அவர்களின் ஊனமுற்ற ஆளுமையின் வெளிப்பாடாகும்.

சகோ. ச. யெகதாசன்

பழிவாங்குதல் என்பது ஊனமுற்ற ஆளுமையின் வெளிப்பாடு சரி

பழிவாங்குதல் என்பது வஞ்சம் தீர்த்தல் எனப் பொருள்படும். பழிவாங்கும் செயலானது மனக் கட்டுப்பாடற்ற முன் கோபத்தால் வரக்கூடிய ஒன்றாகும். எவனொருவனிடம் மனக் கட்டுப்பாடும், முன் யோசனையும் தலைதூக்கி நிற்கின்றதோ அவனிடம் இவ்வாறான இழி செயலுக்குத் தன்னை ஆளாக்கும் தன்மை வலுவிழந்து விடும் என்பது உண்மையாகும்.

இதற்குப் பல காரணங்கள் உண்டு. கோபம், பொறாமை, ஆணவம் என்பன மூல காரணங்களாகின்றன. போட்டி இருக்கலாம், பொறாமை இருத்தல் கூடாது. இதற்கு எமது மனோநிலை, சுற்றுச்சூழல், குடும்பச்சூழல், பதவி, பட்டம், உறவு என்று பலதரப்பட்ட காரணங்களை முன்வைக்கலாம். அதுமட்டுமன்றி பணத்தாசை, உயர்வு தாழ்வு, கடவுள் நம்பிக்கை இன்மை என்பனவும் காரணங்களாகின்றன.

பழிவாங்குதல் என்பது அரசியல் ரீதியாகவும், இன, மத, மொழி வேறுபாடுகளாலும், பெரும்பான்மை, சிறுபான்மை என்ற கோட்பாடும் இவற்றுக்கு விதிவிலக்கல்ல இதற்கெல்லாம் முக்கிய காரணமாக அமைவது திடமான மனோநிலை இல்லாதமையாகும். நிலைதவறி நடக்க மேற்படி காரணங்கள் வித்துக்களாக அமைகின்றன. எமது மனமானது ஒருநிலைப்பட்டு நிற்கும் என்பதும் சாத்தியமல்ல. இதனாலன்றோ குரங்கு மனம் என்று கூறப்படுவதும் சாலப் பொருந்தும்.

அக, புற நிலைத் தாக்கங்களினால் உளவியல் ரீதியாக ஏற்படுவதே பழிவாங்கும் படலமாகும். இப் பழிவாங்கும் செயற்பாடானது ஆளுமையற்ற மனநிலையின் வெளிப்பாடே. ஆளுமையென்பது பால் வேறுபாடின்றி யாவருக்கும் உரிய ஒரு சிறந்த விழுமியமாகும். ஆளுமையானது கட்டுப்பாடற்ற மனோநிலை ஏற்படும் போது நிலைதவறி, தீமையான வழிக்கும் மனிதனைக் கொண்டு சென்று விடலாம். ஆளுமை யாவருக்கும் இருக்க வேண்டிய ஒரு பண்பானாலும், அதைக் கையாளும் மனோநிலையாலே தான் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் ஊன நிலையை அடைய முடியும். இது ஆளுமையின் குறைபாடல்ல. மனிதனின் தவறான போக்கால் ஏற்படுவதே தவிர நினைத்து நடப்பதல்ல.

முன் கோபம் வரும் போதும் ஆளுமை ஊனமடைந்து, மனிதனை நிலைதடுமாறிப் படுகுழியில் தள்ளவும் கூடும். இந்த ஆளுமைப் பண்பை நாம் சரியான வழிநடத்தலின் மூலம் கடைப்பிடிப்போமானால் ஆளுமைப் பண்பு சிறந்த ஓர் மனித விழுமியமாகும் என்பதில் சிறிதும் ஐயமில்லை. ஆளுமைப் பண்பை நாம் கைக்கொள்ளும் விதத்தில் தான் அதனுடைய நிலை மாறுபடுகின்றதே தவிர, மற்றும்படி இந்த ஆளுமைப் பண்பு ஊனமுற்ற நிலைக்கு வருவது கடினமாகும். சிறந்த

ஆளுமைப் பண்பை நாம் உருவாக்க வேண்டுமாயின், தினசரி எமது வாழ்க்கையின் நடைமுறைப் பழக்கவழக்கங்களை சீர் செய்து கொள்ளும் மனோபக்குவத்தைப் பெறவேண்டும்.

இதற்கு ஆன்மீக உணர்வு, தெய்வ நம்பிக்கை, சான்றோரையும் கற்றோரையும், பெற்றோரையும் மதிக்கப் பழக வேண்டும். அதுமட்டுமன்றி உயிர்களிடத்து அன்பு காட்டுதல், இரக்க சிந்தை, உயர்வான நல்ல எண்ணக்கரு, விட்டுக்கொடுக்கும் தன்மை, தன்னை விட மற்றையோருக்கு மதிப்பளித்தல், கௌரவம் தருதல், கற்றாய்ந் தொழுகுதல், சகிப்புத் தன்மை, பொறுமை ஆகிய நற்பண்புகளை மற்றவர் சொல்லாமலே, நாமாக உய்த்துணர்ந்து கடைப்பிடிக்கப் பழகுவதல் மூலம் எமது ஆளுமையை சிறப்புறத் தேடிக்கொள்ள முடியும். சிறந்த ஆளுமைப் பண்பு நிலைதவறுமிடத்தே எமது மனமானது ஊனமுற்ற நிலையில் பழிவாங்கும் இழி செயலுக்கு வழிநடத்த முயலும் என்பதில் சிறிதும் ஐயமில்லை.

ஊனமுற்ற ஆளுமையின் வெளிப்பாடே பழிவாங்குதல் என்பதற்கு மூல காரணமாகும். ஊனமுற்ற ஆளுமை இல்லாத மனோநிலை உருவாகும் போது பழிவாங்குதல் அற்றுவிடும் என்பதும் கண்கூடு.

திரு. ப. கனகசிங்கம்
கவிஞர் யாழோன்

கருத்துக்குவியல் - 102

ஒருவரது சுய ஆய்வு (Self-Evaluation) அவரது ஆளுமை வளர்ச்சிக்கு எப்பொழுதும் உதவி செய்யும் / செய்யாது.

(உங்கள் கருத்துக்களை எழுதி அனுப்புங்கள்)

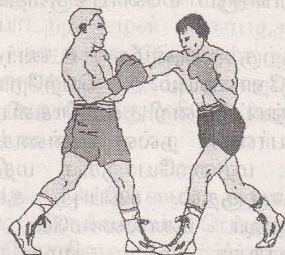
கேட்டுக் கொடுக்கும் அன்பு சிறந்தது. ஆனால் கேட்காமல் கொடுக்கும் அன்பு மிகச் சிறந்தது.

- ஷேக்ஸ்பியர் -

வாலிப வசந்தம்

இளையோரே !

பழிவாங்குதல் அல்லது பழிக்குப் பழி என்பது நாம் வாழும் சமூகத்தில் அடிக்கடி பேசப்படுகின்ற வார்த்தைகள் மட்டுமல்ல, விசுவாசமாக கடைப்பிடிக்கப் படுகின்ற வார்த்தைகளும் கூட.



பழிக்குப் பழிவாங்குவதை முன்னிலைப்படுத்தி நியாயப்படுத்துகின்ற ஊடகங்களுள் முதன்மை வகிப்பது சினிமாவாகும். சினிமா மோகத்தை இரத்தத்தில் இணையவிட்டிருக்கும் பல இளையோருக்கு பழிவாங்குதல் வாழ்க்கையின் ஒரு பகுதியாகவே மாறிவிட்டது.

இளையோரின் மனங்களில் வேருன்றி துளிர் விட்டிருக்கும் பழிவாங்கல் என்ற மரத்தின் கனிகளை நாளாந்தம் நாம் அறுவடை செய்து கொண்டிருக்கின்றோம். பல பழிவாங்கல்கள் தடயம் இல்லாமையால் தப்பிக் கொள்கின்றன. நாடுகளுக்கிடையே மேடையேறுகின்ற பழிவாங்கல் பயங்கரவாதம் கூட, நீதிச்சாயம் பூசி நியாயப்படுத்தப்படுகின்றது. இன்னும் பல பழிவாங்கல்கள் நாடுகளின் இராஜ தந்திரமாக அங்கீகரிக்கப்படுகின்றன.

இளையோரே, தவிர்க்க முடியாத தனிமனித சமூக, உலக கலாசாரமாக மாறிவிட்ட பழிவாங்கலை உங்கள் கவனத்திற்கு கொண்டு வந்துள்ளேன்.

ஆரோக்கியமற்ற பல உணர்வுகள் ஒவ்வொரு மனிதனுக்குள்ளும் இருக்கின்றன. அவை எமது கட்டுப்பாட்டை மீறிப் போகாமல் நாம் அணை போடுவதில்லையா? அதே போலத்தான் பழிவாங்கல் உணர்விற்கும் அணை போடுங்கள், உங்கள் கட்டுப்பாட்டிற்குள் கொண்டு வாருங்கள். பழிவாங்கலுக்குப் பதிலாக ஆழமான அகிம்சை உணர்வையும், சகிப்புத் தன்மையையும் வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள். இது கடினமான நீண்ட பயணம். ஆனால் வெற்றி உங்கள் கையில் என்பது மட்டும் நிச்சயம். நிச்சயமானதை நிச்சயமாக்கிக் கொள்வீர்களா ?

இளவல்

அருத்த “நான்” தாங்கி வருவது

சுய ஆய்வு
(Self-Evaluation)

உங்கள் ஆக்கங்கள் எதுவாயினும்
உளவியல் சார்ந்ததாக அமையட்டும்

அவற்றை 20.12.2003 க்கு முன்னர்
அஞ்சலிருங்கள்.

நான்

: இரண்டு மாதங்களுக்கு ஒரு
தடவையும்,

: வருடத்திற்கு ஆறு தடவைகளும்
உங்களிடம் வந்து கொண்டிருக்கின்றேன்.

: என்னிலே உங்களுக்குத் தேவையான
உளவியற்கருத்துக்கள் குவிந்து கிடக்கின்றன.

என்னுடைய தனிப்பிரதி **20/=**

என்னுடைய சிநுண்டுச்சந்தா...

உள்ளூரில் **150/=**

வெளியூரில் **7 US\$**

என்னுடைய முகவரி இதுதான்

“நான்”

டி. மசனட் குருமடம்,

கொழும்புத்துறை,

யாழ்ப்பாணம்,

இலங்கை.

TEL. 021-222-5359