

சாழ்ப்பாணம்

வாழ்வியல் கல்வி



டாக்டர் ஆ.பேரின்பநாதன்



வாழ்வியல் கல்வி



நூலாசிரியர் :

டாக்டர். ஆ. பேரீன்பநாதன்

பதிப்பு :

கலைமகள் கெம்பியூட்டர் பிறிண்டேர்ஸ்,
இல. 214/23, சேர். பொன் இராமநாதன் வீதி,
திருநெல்வேலி,
யாழ்ப்பாணம்.

நூல் விபரக் குறிப்பு

- நூல் : வாழ்வியல் கல்வி
- ஆசிரியர் : டாக்டர். ஆ.பேரின்பநாதன்
- முதற் பதிப்பு : நவம்பர், 2009.
- பதிப்பு விபரம் : முதற்பதிப்பு
- பதிப்புரிமை : நூலாசிரியருக்கு
- வெளியீடு : கலைமகள் கொம்பியூட்டர் பிறிண்டேர்ஸ்,
இல.214/23, சேர் பொன் இராமநாதன்வீதி,
திருநெல்வேலி,
யாழ்ப்பாணம்.
- விற்பனையாளர் : லங்கா புத்தகசாலை,
F.L. 1-14 டயஸ் பிளேஸ்,
குணசிங்கபுர,
கொழும்பு - 12.
தொலைபேசி : 2341942
- விலை : 200/=
- ISBN - 978 - 955 - 1296 - 07 - 0.

காண்கை!

- ◆ இலங்கை நிர்வாக சேவை கல்வி அபிவிருத்தி நிறுவனத்தின் SLIDA நிறுவனத்தில் மூத்த குருவே! பேராசிரியனே.
- ◆ இலங்கை திறைசேரியின் பணிப்பாளரே (Director)
- ◆ உணவுப்பசியுடைய உலகவாழ்வில் அறிவுப் பசியுடன் வாழ்ந்த அற்புதப் பிறப்பே!
- ◆ எம்குடும்பத்தின் தலைமகனாகப் பிறந்து, கல்வி அழகே அழகு என எமக்கு அறிவுதந்து உலகுக்கு எம்மை அறிமுகம் செய்து அவையத்து முந்தியிருக்கச் செய்த அண்ணா!
- ◆ நன்பிரிவு எண்ணிப்பார்க்க முடியாததே, இதயத்தை உறைய வைப்பது, ஜீரணிக்க முடியாதது. நீங்கள் வானுறையும் தெய்வத்தள் வாழ்கின்ற பொழுதும், எமக்குத் தோன்றாத்துணையாக நின்று எம்மை அறிவுத்துறையில் ஆற்றப்படுதுகின்றீர்கள் என்ற நம்பிக்கையுடன் மட்டும் வாழ்கின்றோம்.



அமரர். திருஞ்சனம் திருலிங்கநாதன்
B.Sc. Hons, (Agr.)cy, S.L.A.S Class I,

கல்வி என்ற நீ தந்த நினைவுகளின் விழிநீர் மழையில் மலர்ந்த என் அறிவுத்தேடலின் ஒரு அங்கமான இந்நூலினை தங்கள் பாடக் கமலங்களுக்குப் பணிவுடன் சமர்ப்பிக்கின்றேன்.

- சின்புடன் தம்பி.



இலங்கையின் நிர்வாக முறை

நிமிர்ந்த நன்னடை, மகிழ்ச்சி ததும்பும் இறுகிய முகம், சிந்தனை ஒளிரும் தீர்க்கமான கண்கள், எதற்கும் நிலை குலையாத உறுதியான மனம், எதிலும் புதுமை காணும் இளமையான உள்ளம், எந்நேரமும் உரையாடலில் நகைச்சுவை பேணும் இனிய சபாவம், தாய்மொழி எதுவென அறிய முடியாத பன்மொழி வன்மை, ஓய்வுக்கே ஓய்வு கொடுக்கின்ற உற்சாகமான செயற்திறன், ஆற்றலால் ஏனையோரை ஆற்றுப்படுத்தும் அழகிய பண்பு, இவை எல்லாம் இணைந்தவர்தான் திரு. திருலிங்கநாதன் ஐயா அவர்கள். அனைவருக்கும் அவர் ஐயா தான். நானும் ஐயா என்றே அவரை அழைப்பேன். அதில் பெருமைப்படுகிறேன்.

“கற்றாரைக் கற்றாரே காமுறுவர்” நாம் வாழும் காலத்தில் இத்தகைய ஒரு மகான், பல்துறை வல்லுனர், பன்மொழி வல்லுனர், பல்கலைவல்லுனர் என்ற புகழுடன் வாழ்ந்த ஐயா அவர்களும் வாழ்ந்தார் என்று நினைக்கும்பொழுதே பெருமிதத்தால் உடல் புல்லிக்கிறது.

இலங்கை வரலாற்றில் தனிநாயக முதலீ பரம்பரையினர் நிர்வாகத்தில் சிறந்த விளங்கியதாக அறிய முடிகிறது. அந்தப் பரம்பரையின் தோன்றலான திரு. திருலிங்கநாதன் அவர்களும் பட்டம் பெற்றுப் பின் சிறந்த நிர்வாக அதிகாரியாகவும் விளங்கினார். நிர்வாக அதிகாரிகட்கே நிர்வாகத்தைக் கற்றுக்கொடுக்கும் உயர் நிர்வாக அதிகாரியாகவும் விளங்கினார். அனேகமான தமிழ், சிங்கள, முஸ்லீம் நிர்வாக அதிகாரிகள் கொழும்பில் - இலங்கை நிர்வாக அபிவிருத்தி நிறுவனத்தில் அவரிடம் பயிற்சி பெற்றே வந்தனர் என்பது வெள்ளிடைமலை அவரின் மும்மொழிப் புலமையை அப்போதுதான் நாம் உணர்ந்தோம். “சமன் செய்து சீர்தூக்கும் கோல்போல்” தான் தமிழர் என்பதை இனம் காட்டாமலே யாவரையும் சமமாக நடத்துவார்.

பழந்தமிழ் நூல்களிலே பாண்டித்தியம் மிக்க அவர் பல நூலகங்கள் சென்று ஆய்வுகள் செய்ததுடன், தமிழ்மொழியை தமிழ் இலக்கணத்தை, தமிழ் இலக்கியத்தை, தமிழ் இசையை, தமிழ் நாடகங்களை, நாட்டுப்பாடல்களை, தமிழ் அறிவியலை மேன்மேலும் மேம்படுத்த விரும்பி ‘தேடல்’ என்ற இலக்கிய ஆய்வு மன்றத்தை அனைத்து எழுத்தாளர்கள்

துணையுடன் கூட்டி, சகல மாவட்டங்களிலுமுள்ள கலைஞர், கவிஞர், ஓவியர், சிற்பாசிரியர் ஆகியோரை ஒன்றிணைத்து அவர்கள் மூலம் பல நூல்கள் வெளிவர வழிவகுத்தார். பலரையும் உற்சாகப்படுத்தி உயர்த்தும். உந்துசக்தியாக இருந்தார். அவரது ஆழ்ந்த அறிவு, பல்கலை நிபுணத்துவம், பன்மொழி வன்மை, விடாமுயற்சி, ஓயாத செயற்திறன், ஞாபகத்திறன் பார்ப்போரைப் பணிய வைக்கும் வசீகரம், என்றும் இளைய மனது, இடையறாத தேடலுடனான அறிவுத்தாகம், இதனால் நிர்வாகத்தில் மட்டுமன்றி அறிவியல், அரசியல், சமயம், பண்பாடு ஆகிய துறைகளிலும் அறிவும், ஆய்வும் தேடலும் கைவரப்பெற்றவராய் பல ஆய்வுக்கட்டுரைகளையும் வெளியிட்டார். பல நாடுகளின் உயர் மாநாடுகளில் துறைசார் ஆலோசகராக பங்குபற்றி நம் நாட்டிற்கு பெருமை தேடித்தந்தார்.

ஓய்வு பெற்ற பின்பும் ஜனாதிபதியினதும், இராஜ தந்திரிகளினதும் ஆலோசகராகவும், பனை அபிவிருத்திச் சபையின் தலைவர், யாழ். பல்கலைக்கழக அதிதி விரிவுரையாளராகவும் கௌரவம் பெற்றார்.

பெண்களின் மேன்மையையும் இவர் கருத்தில் கொண்டதால் “யாழ். பெண்கள் ஆய்வு அபிவிருத்தி நிறுவனம்” ஒன்றை உருவாக்கியதுடன் பெண்களின் தலைமைத்துவம், சுயதொழிற் பயிற்சி போன்றவற்றை ஏற்படுத்தியதுடன் அவர்களுக்கு வங்கிகள் மூலம் இலகு கடன்களையும் கிடைக்கச் செய்தும் பெண்கள் சுயமாக நிற்க உந்துசக்தியாக விளங்கினார். இன்னும் சிலகாலம் அவர் இருந்திருந்தால் நம் நாடும், நம் இனமும் இன்னும் பல நன்மைகள் பெற்றிருப்போம். யாழ்ப்பாணத்தின் நிர்வாக மூளையான திரு. தி. திருலிங்கநாதன் இலங்கையின் நிர்வாக மூளையாகப் போற்றப்பட்டிருந்தார்.

“ஆற்றலால் அண்மையரை ஆற்றுப்படுத்தலால்
தேற்றலால் தேசபுகழ் தேடலால்
ஏற்றலால் ஏற்றிலீரும் ஏண்பாய்
தேற்றீ நீ நீன்றதால் நீலைத்தது நீன் புகழ்”

பத்தினியம்மா திலகநாயகம்,
யாழ். மேலதிக அரச அதிபர்,
(ஓய்வில்)

துணைவேந்தர் வாழ்த்து



மனித நாகரிகத்தின் வரலாறு என்பது கல்வியின் வரலாறாகவும் பதிவு பெறுகின்றது. அறிவின் கருவான கணிகளும், கருத்தியல்களும் மனித சமூக மேம்பாட்டுக்கான அடிப்படைகளாயின. இயற்கையுடனான பக்குவமான இடைவினையின் வழி காலந்தோறும் பெருக்கிய அறிவுத்தேடலினால் மனித குலம் கண்ட மேன்மைகள் பல.

இந்தப் பெறுமதியான வரலாற்றின் மறுபக்கமாக அறிவே அறிவின் துணையாகவும், மூலமாகவும் போன நிலைமைகளினால் உலகம் இன்று கலங்கிப் போயுள்ளது. அறிவின் அரசியல் (Politics of Knowledge), அறிவின் அறிவியல் (Ethics of Knowledge) பற்றிய இன்றைய தேடல்களினிடே இந்தக் கலக்க நிலைக்கான அடிப்படைகளும், அவற்றிலிருந்து மீள்வதற்கான செல்நெறிகளும் தெளிவுபடுத்தப்படுகின்றது.

இத்தகைய சூழலமைவில் வாழ்வியல்கல்வி எனும் டாக்டர் பேரின்பநாதன் அவர்களின் புதிய நூலின் வரவு, மகிழ்ச்சியும், நம்பிக்கையும் தருகின்றது. சமூகப்பயனான அறிவின் வல்லமைகளை எங்கள் பண்பாட்டின் வேர்களின் வழி வெளிப்படுத்தும் இந்நூலானது அறிவு பிழைத்துப்போன வரலாற்றின் பக்கங்களையும் விரிவாக அடக்கோடிடுகின்றது.

உலகப் பொதுவான வறுமையிலிருந்து மனித குலத்தை மீட்டெடுத்தலிலிருந்து இந்த உலகை நிலைபேறான எதிர்காலச் சந்ததியினருக்கான வளங்களுடன் கையளித்தலுக்கான ஏற்பாடுகள் வரை நூலின் பொருட்பரப்பு விரிகின்றது.

வளர்ச்சி கண்டுள்ள அணுத்தொழில் நுட்பமும், உயிரியல் தொழில்நுட்பமும் மனித குலத்தினை வேரோடு அழித்திடக் கங்கணம் பூண்டுள்ள நிலைமைகளை பற்றிய விழிப்புணர்வினை தரும் அதேவேளையில் உலக நிலையிலும், உள்ளூர் சமுதாய நிலைகளிலும் இன்றைய நிலைமைகளிலிருந்து மீள்வதற்கான பரந்த அடிப்படைகளை இந்நூல் வெளிச்சமிட்டுக் காட்டுகின்றது. கூடவே சமுதாய மேம்பாட்டுக்கான இன்றியமையாத தனிமனித மனப்பாங்கு, நடத்தை மாற்றங்களுக்கான வழிமுறைகளும் விரிவாகத் தரப்படுகின்றன.

வைத்தியராகத் தீவகத்திலும், நாட்டின் ஏனைய புலங்களிலும் நீண்டநாள் பணிபுரியும் டாக்டர் பேரின்பநாதன் அவர்கள் தன் அறிவு - அனுபவசாரமாய் தரும் நூல்களின் வழி சமூகத்தின் அறிவு நிலையினை மேம்படுத்தும் காலப்பணியையும் மேற்கொண்டு வருகின்றார்.

யாழ்ப்பாணத்துக் கல்விப் பாரம்பரியத்தின் ஊற்றுக் கண்களில் ஒருவராய் - ஈழத்தின் அரசியல் கல்வியியல் புலங்களில் தடம்பதித்த சேர் வைத்திலிங்கம் துரைசுவாமி போன்ற தம் முன்னோர்கள் பற்றிய பெருமிதத்துடன் வாழ்வியல் கல்விக்கான அடிப்படைகளை வெளிப்படுத்தும் நூல்களை ஆர்வத்துடன் வெளியிட்டு வருகின்றமை போற்றுதற்குரியது.

மனித மேம்பாட்டுக் கல்வியெனும் குவிமையத்தில் சுவாமி சத்யசாயி நிறுவனமும் ஏனைய சமூக மேம்பாட்டுக்கான சமய கல்வியியல் அமைப்புக்களும் இன்று முன்னெடுக்கும் கல்விச் செயற்பாடுகளில் இந்நூல் பெரிதும் துணையாகும்.

நலிந்து போகும் மனித விழுமியங்களை, மனித வாழ்வியலை வலுவாக்கும் பணியில் உழைக்கும் டாக்டர் போனிபநாதன் அவர்களுக்கு என் அன்பான வாழ்த்துக்கள்.

அன்புடன்,

பேராசிரியர் நாகலிங்கம் சண்முகலிங்கன்

துணைவேந்தர்,

யாழ்ப்பாணப் பல்கலைக்கழகம்.



வாழ்த்துரை

இன்றைய உலகில் மக்கள் பரவலாக வாழ்ந்துவரீனும் உலகமயமாக்கல் செயற்பாடானது ஒவ்வொரு மனிதனது வாழ்வில் பெரும்பங்கு கொண்டிருப்பதைக் காணலாம். வளர்ந்த நாடுகளில் ஏற்படக்கூடிய பொருளாதார அரசியல் மாற்றங்கள் வளர்ந்துவரும் மற்றும் வீருத்தியடையாத நாடுகளில் வாழ்ந்துவரும் மக்களையும் அச்சுறுத்தி வருவதை நாம் அனுபவவாயிலாக அறிகின்றோம். இத்தகைய இடர்பாடுகளிலிருந்து மனித சமூகம் தம்மைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளுதல் காலத்தின் தேவையாகும். இவற்றை மையப்படுத்தி ஒவ்வொருவரும் எத்தகைய வாழ்வியல் கோலங்களை கடைப்பிடித்து ஒழுக்கவேண்டும் என்பதை “வாழ்வியல் கல்வி” என்ற நூலினை எளிய தமிழில் இலகுவான உரைநடையுடன் கூடிய நூலொன்றினை வைத்திய கலாநிதி ஆ. போள்பநாதன் அவர்கள் ஆக்கித் தந்துள்ளார்.

ஆசிரியர் அவர்களின் ஐந்தாவது நூலான இவ் வாழ்வியல் கல்வி இயற்கை, சூழல் ஆகியவற்றை செல்வந்த நாடுகளின் தூரநோக்கற்ற செயற்பாடுகளின் விளைவாக சீதைந்து வருவதனால் ஏற்படக்கூடிய விளைவுகளையும் அதனால் எதிர்கால சமூகம் சந்திக்கப்போகும் பேரவலங்களையும் அழகுற பல்வேறு உதாரணங்களின் வாயிலாக எடுத்துக்கூறியுள்ளார். குறிப்பாக ஆறு தசாப்தத்திற்கு முன்னர் உலகில் நிகழ்ந்த மிகக்கொடுமையான சம்பவமான “Little Boy”, “Fat Man” நிகழ்த்திய பேரவலத்தினை முதலில் நினைவுகூர்ந்து அதன் தாக்கம் இன்றுவரை தொடர்வதையும் வீரவாக எடுத்துக்கூறியுள்ளதன் சுற்றுப்புறச்சூழல் மாசடைவதற்கு உலக நாடுகள் வகிக்கும் பங்கினையும் அதனால் எதிர்காலத்திலும் உலகம் சந்திக்கப்போகும் விளைவுகளையும் விலாவாரியாக இந்நூலில் பதித்துள்ளார். இவற்றிலிருந்து மனித சமூகம் வீடுதலை பெறவேண்டுமாயின் ஒவ்வொரு

மனிதனும் புத்தி, மதிநூட்பத்துடன் வாழ்ப்பழக வேண்டும் எனவும் இயற்கையோடு இணைந்து வாழ்வதற்கான அறிவியல் கல்வியின் அவசியத்தினை வலியுறுத்தியுள்ள நூலாசிரியர் மனிதனிடம் காணப்படும் நல்லெண்ணங்களே வாழ்வின் வெற்றிக்கு அடித்தளமானது எனக் கூறுகின்றார். அதாவது உடல்நலம், உடல் தூய்மை மற்றும் மனிதவாழ்வில் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய நடைமுறைகள் அறக்கோட்பாடுகள், குடும்பவாழ்வு சிறக்க கடைப்பிடிக்கவேண்டிய வழிமுறைகள் போன்றவற்றை மிகவும் அழகுற இந்நூலில் ஆசிரியர் எடுத்துக்கூறியுள்ளார்.

நூலாசிரியர் மனித வாழ்வில் கடைப்பிடிக்கவேண்டிய நல்லொழுக்கங்களையும் சிறந்த சமூகத்தினை உருவாக்க வேண்டியதன் தேவையினையும் பல்வேறுபட்ட கருத்துக்கள், செயற்பாடுகள் உதாரணங்கள் போன்றவற்றை இணைத்து ஒரு "சுட்டுக் குளிசையாக" வாசகர்களுக்கு அளித்துள்ளார். அதாவது மனிதகுலம் தம்மையும் இவ்வுலகினையும் சீரமத்திற்குள்ளாக்காது வாழ்வைக்க வேண்டும் என்பதைக் கருப்பொருளாக்கொண்டு ஆக்கியுள்ள இந்நூலானது சாதாரண வாசகர்கள் தொட்டு ஆய்வாளர்கள் வரை வாசித்து பயன்பெறும் வகையில் ஆக்கித்தந்த வைத்திய கலாநிதி. ஆ. போரீன்பநாதன் அவர்கள் எதிர்காலங்களில் மேலும் பல இத்தகைய புதுமைப் படைப்புக்களை ஆக்கித்தர வேண்டும் என வாழ்த்துகின்றேன்.

பேராசிரியர். கா. குகபாலன்,
தலைவர், புலியியற்றறை,
யாழ். பல்கலைக்கழகம்.



தீவக வலயக் கல்விப் பணிப்பாளரின்

அணிந்துரை

வைத்திய கலாநிதி ஆறுமுகம் பேரின்பநாதன் அவர்களின் பெற்றோருக்கான, “பிள்ளைகளின் கல்வியில் பெற்றோரின் பங்கு” என்ற நூலிற்கும், மாணவர்களுக்கான, “வாழ்வியல் கல்வி” என்ற நூலிற்கும் அணிந்துரை வழங்குவதில் பெருமகிழ்ச்சி அடைகின்றேன். உடல், மன, ஆன்மீக அமைதியே சுகத்தின் அடிநாதம் என்னும் கோட்பாட்டினை வலியுறுத்தும் பல நூல்களை இவ் ஆசிரியர் வெளியிட்டு வருவது இன்றைய காலத்தின் தேவையாகும்.

பன்முகத்தோற்றமும், பன்முகஆற்றலும், அறிவும், ஆளுமையும் கொண்ட இவரது சமூகப்பணி, சமயப்பணி, மருத்துவப்பணி, சமூகநலம் சார்ந்த எழுத்துப்பணி, அறிவுப்பணி, அறப்பணி என்ற மானிட விழுமியங்கள் சார்ந்த பணிகள் நாடறிந்தவை. இவர் நாட்டின் நிலைகளினால் அரசு மருத்துவ சேவையில் இருந்து சுயவிருப்பில் 91களில் ஓய்வபெற்று நவீன மருத்துவமனை (Modern Hospital) என்ற நிறுவனத்தின் அதிபராக யாழ். நகரிலும், தீவகத்திலும் இரவுபகலாக மருத்துவப்பணி ஆற்றிவருபவர்.

மனநலத்துறையில் விசேட பயிற்சி பெற்றமையினால் மந்திகை அரசினர் ஆதார வைத்தியசாலையில் எனது சோதரர் மனநல வைத்திய நிபுணர் டாக்டர். சி. ஞானசிங்கம் M.R.C.Psy.(U.K) அவர்களுடன் பலவருடங்கள் பணியாற்றியவர். அக்காலப்பகுதியில் மது-போதைப் பொருள் அடிமை நிலையாளர் ஆயிரத்திற்கும் மேற்பட்டோரை விடுதியில் அனுமதித்து அவர்களை அப் பிரச்சினையிலிருந்து விடுவித்ததுடன் அத்துறை பற்றிய நிறைந்த ஆய்வுகளை நிபுணருடன் இணைந்து நடத்தியுள்ளார். இக்காலப்பகுதியிலேயே எழுத்துத்துறைக்கு அறிமுகமான இவர் சமூக நலவாழ்வு அபிவிருத்தியின் பொருட்டு 1980களில் “சுகவாழ்வு” என்னும் நூலை வெளியிட்டதுடன் மது போதைப் பாவனையின் தீமைகள் பற்றி பத்திரிகைகளிலும், ஊடகங்களிலும் எழுத்தாக்கங்களை சமர்ப்பித்து விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தி இருந்தார்.

தீவகம் யாழ்ப்பாண நகரிலிருந்து விடுபட்டிருந்த, நெருக்கடிக்கு உள்ளாயிருந்த ஏழாண்டு காலகட்டத்தில் தம் தாய் மண்ணான தீவகத்தின் தாய் வைத்தியசாலை ஆன ஊர்காவற்றுறை மாவட்ட வைத்தியசாலையில் பணியாற்றி அக்காலப்பகுதியில் தீவகத்தில் ஏற்பட்ட உயிர் அனர்த்தங்கள் அத்தனையிலும் காப்பரணாக நின்று பல நூற்றுக்கணக்கான உயிர்களைக் காப்பாற்றியவர். சமகாலத்தில் போரூட் நிறுவனத்தின் சமூக நலத்துறை ஆலோசகராக இருந்து வடபுலத்தில் நல்லொழுக்கச் சமுதாயம் ஒன்றைக் கட்டியெழுப்ப மேடைப் பேச்சாலும், எழுத்தாலும் அரும்பணி ஆற்றியவர். ஆன்மீகப் பணிகளுக்காக அவரமைத்த ஆலயங்களும், அறச்சாலைகளும் எழுதா வரலாறாகும். அவர் விரும்பா முகவரியில்லாப் பதிவுகளாகும். சமூகப்பணிகளில் தாம் பிறந்த புங்குடுதீவிலும், தீவகத்திலும், அவர் ஆற்றிய, ஆற்றிவரும் பணிகள் எண்ணிலடங்காது. எண்ணிய கருமத்தைச் சாதிப்பது என்பதில் அவருக்கு நிகர் அவரே.

இப்படியான அறிவுக்கும் ஆற்றல்களுக்கும், ஆளுமைகளுக்கும் பின்புலம் அவரது மரபுத்திறனே. ஓளவை போற்றும் தொண்டைமண்டல சேயூர் சோழ சமஸ்தான அரசரும் சான்றோருமாயிருந்து மாலிக்கபூர் படையெடுப்பால் பின் வடபுல அரசு வீற்றிருந்த வேளிர்குல அரசருமான இருமரபும் தாய தனிநாயக முதலியின் நேரடி வாரிசு இவர். தீவக நிலபுலங்கள் அவர் மரபினதே. அம்மரபின் தலைமகனே இலங்கை அரசசபையின் முன்னாள் பதினொரு ஆண்டுகள் சபாநாயகரும், இலங்கையின் முதல் பிரசையுமாகவிருந்த சேர். வைத்திலிங்கம் துரைசுவாமி அவர்கள். இவர் 1923ல் இருந்து இந்துப்போட்டின் தலைவராக இருந்து குடியேற்ற செயலாளருடன் கலந்து பேசி வடமாகாணத்திலும், மற்றைய மாவட்டங்களிலும் 200க்கு மேற்பட்ட இந்தப்போட் பாடசாலைகளை கிராமங்கள்தோறும் நிறுவி அன்று எழுத்தறிவு அற்றிருந்த மக்களின் கல்விக் கண்ணைத் திறக்க உதவியவர். யாழ். இந்துக் கல்லூரியில் “இந்துக் கொலிச் கவுன்சிலை” ஏற்படுத்தி அதன் தலைவராய் இருந்து இந்துப் பண்பாட்டில் உயர் கல்வி பெறும் நோக்குடன் தமது அரசசபையின் கல்வி அமைச்சராக இருந்த இலவச கல்வியின் தந்தை C.W.W கன்னங்கராவின் உதவியுடன் வடபுலத்திலுள்ள அனைத்து இந்துக் கல்லூரிகளின் முகாமையாளராக இருந்து அவற்றின் வளர்ச்சிக்கும், தோற்றத்திற்கும் உதவியதுடன் யாழ். இந்து மகளிர் கல்லூரியை உருவாக்கி அதன் முகாமையாளராகவும், அரசு கல்லூரிகளைப் பொறுப்பேற்கும் வரை இருந்து “தமிழ் மண்ணின்”

“கல்வியின் தந்தை” எனப் போற்றப்படுபவர். தமிழ்பல்கலைக்கழக இயக்கத்தின் தலைவராக இருந்து யாழ். பிராந்தியப் பல்கலைக்கழகத்தின் தோற்றத்திற்கும் உதவியவர் இவரே.

இப்படியாக இந்நூலாசிரியரின் மரபாற்றல்கள் பரிபாலனத்தையும் கல்வியபிவிருத்தி விழுமியங்களையும் கொண்டது. இச்சான்றாண்மைகள் அவர்களின் குலவித்தையும்கூட தீவகத்தின் பெரும்பாலான பாடசாலைகளும், வைத்தியசாலைகளும், பொதுநிறுவனங்களும் தனிநாயகம் முதலி மரபினரின் மண்ணிலேயே தளமிட்டுள்ளது.

இவர் எழுத்துப்பணியில் அறிவையும், அறத்தையும் நல்லொழுக்கத்தையும், சுகத்தையும் பேணும் விழிப்புணர்வு நூல்களான ‘சுகவாழ்வு’, ‘மதுவும் விளைவும்’, ‘உயிரைக்குடிக்கும் புகையின்பம்’, போதையின் பிடியில் ‘பேதைகள்’, ‘எச். ஐ. வி. / எயிட்ஸ் பாலியல் நோய்கள்’, ‘மனமும் வாழ்வும்’, ‘உலகின் தோற்றம்’, ‘உயிர்களின் தோற்றம், இலங்கையின் பூர்விக வரலாறு (இலங்கையில் வாழும் சிங்களவர்களும், தமிழர்களும் பாண்டிய இரத்தத்தொடர்புடையவர்கள் என்பதனை மரபணு (DNA) ஆய்வுகள் ஊடாக நிறுவியுள்ளார்) போன்ற நூல்களை எழுதி வெளியிட்டதுடன் கடந்த 30 ஆண்டு காலமாக ஏற்பட்ட யுத்தகுழலால் எமது பிரதேசத்தின் கல்வியானது முன்பிருந்த முதலாம் இடத்திலிருந்து நழுவி பதினெட்டாம் இடத்தினை அடைந்து விட்டமையின் வேதனையின் வெளிப்பாடாகவே பெற்றோர்களையும், மாணவர்களையும் அறிவூட்டும் நோக்கில், மேற்போர்ந்த இரு நூல்களையும் எழுதி வெளியிட்டுள்ளார். இந்நூல்களில் உளவியல் மருத்துவ உண்மைகள் மட்டுமன்றி அறிவியல்துறை, அறிவியல்துறை உண்மைகள் எத்தனையோ முத்துமுத்தாகச் சேர்க்கப்பட்டு, கோர்க்கப்பட்டுள்ளது. இவ் அறிவுமாலையை பெற்றோரும் மாணவர்களும் வாங்கியணிந்து அனுபவித்து பயன்பெறுவீர்களாக.

ஆசிரியரின் சமூகநலப்பணி என்றும் இனிதே தொடர என் இதயம் உனிந்த ஆசிகளும், பாராட்டும் என்றும் உரியது.

G. V. Rathakrishnan

திரு. ஜி. வீ. இராதாகிருஷ்ணன் (பணிப்பாளர்)
தீவகவலயக் கல்விப் பணிமனை,
வேலணை. 10.09.2009

உங்களுடன்.....

!னிதன் தனக்கென வகுத்துக்கொண்ட ஒழுக்க நெறிகளின் தொகுதியே அறமாகும். இந்நூலின் அடிநாதம் அறவாழ்வாகும். அறிவு அறம் சார்ந்தது, அன்பு சார்ந்தது, மனம் சார்ந்தது. மதிநுட்பமானது, ஆக்கமும் அழிவும் கலந்த அன்புசாராத, மனம்சாராத ஐம்புலன் உணர்வுகள் மட்டும் சார்ந்தது. சங்ககால மக்கள் வாழ்வியலை இன்பத்துடன் - மகிழ்ச்சியுடன் வாழ்வதுடன், மட்டுப்படுத்தி வாழ்ந்துள்ளனர். வேத நூல்களை அடிப்படையாகக் கொண்டு வள்ளுவர் தமிழர் வாழ்வியலை அறம், பொருள், இன்பம் என மூன்றாக வகுத்து, அதற்கான நெறிமுறைகளை இரு வரிகளில் இரத்தினச் சுருக்கமாக வகுத்துத் தந்துள்ளார். “அரம் போலக் கூர்மையரேனும், மரம் போல்வர் மக்கட் பண்பில்லாதவர்” எனக்கூறி மானிடப் பண்புகளை வகைப்படுத்தி உள்ளார். குலத்திற்கொரு நீதி சொன்ன வேதகால மனுநீதி வள்ளுவத்தின் வரவால் பகுதிமுன் பனியாக மறைந்தது. “ல்லவை எல்லாம் மானிடத்தின் கடமையெனவே வள்ளுவம் வலியுறுத்தும். தமிழ் இலக்கியங்கள் அறவாழ்வை நற்பண்புடைய வாழ்வாக அல்லது நல்லொழுக்கமுடைய வாழ்வாகவே போற்றுகிறது. இதனையே சனாதன தர்மம் என்ற இந்துமதமும் வலியுறுத்துகிறது.

சமூக நோக்கில் நாகரீகம் என்பது திருந்திய வாழ்க்கையைக் குறிக்கும். பண்பாடு என்பது திருந்திய ஒழுக்கமாகும். அதாவது, பகுத்துண்டு பல்லுயிர் ஓம்புதலாகும். பண்பாடென்பது ஒரு குறிப்பிட்ட பிரதேசத்தில் வாழும் மக்களினது வாழ்க்கையோடு பின்னிப் பிணைந்தது. அவர்களது பழக்கவழக்கங்கள், நடைமுறைகள், வாழ்வியல் விழுமியங்கள், சடங்குகள், நம்பிக்கைகள், கலை கலாச்சாரம் போன்ற அனைத்தினையும் உள்ளடக்கிய ஒன்றாகும். இது நாட்டுக்குநாடு, பிரதேசத்திற்குப் பிரதேசம், ஊருக்கு ஊர், சமூகத்திற்கு சமூகம், மானிடக் குழுமங்களுக்கு குழுமம் வேறுபட்டுக் காணப்படும். இந்த வகையில் தமிழினம் தனித்துவமான சில மானிடப் பண்புகளால் வள்ளுவம் என்ற தமிழ் மறைத்தடத்தினூடாக, சட்டக்கோவையினூடாக இற்றைக்கு இரண்டாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பிருந்தே அழைத்து வரப்பட்ட தனித்துவமான பண்பாட்டினைக் கொண்டது. இதனால்தான் உலகில் தமிழன் என்ற ஒரு இனமுண்டு, தனியே அதற்கொரு குணமுண்டு என்றும் வள்ளுவன் தன்னை உலகினிற்கே தந்து வான்புகழ் கொண்ட தமிழ்நாடே எனப் பாவேந்தன் பாரதியால் பாராட்டப்பட்டுள்ளது.

இம்மானிடப் பண்புகள் திரையுலகின் மாயையினால் இருமைக் கருத்துக்களையுடைய சொற்பிரயோகம், கொச்சைத்தமிழ்ப் பிரயோகம், சின்னவீடு என்ற புதிய சாக்கடைகளினாலும், ஆங்கில மோகத்தினாலும் தமிழ்ப் பண்பாடு மாசுபடுத்தப்பட்டுள்ளது. நாமமது தமிழரெனக் கொண்டிருந்து வாழ்ந்திருதல் நன்றோ? என்ற பாரதியின் ஏக்கத்துடன் - கேள்வியுடன் வாழும் சூழலை நாம் அடைந்துள்ளோம். இவ் வேதனையின் - ஆதங்கத்தினால் ஏற்பட்ட பிரசவமே எனது இவ்வறநூலின் வரவாகும்.

உலகில் இடம்பெறும் தவறுகள் யாவற்றிற்கும் அடிப்படைக் காரணம் அறியாமையும், அக்கறையின்மையுமே. அறியாமையினை அறிவைப் பெறுவதனாலேயே அகற்ற முடியும். அந்த அறிவைக் கற்றலின் மூலமே பெற முடியும். அறிவின்மையானது வறுமையைத் தரும். உலகில் அறிவுடையோரே எல்லாமுடையவர். எப்பொருள் யார்யார் வாய்க் கேட்பினும் அப்பொருளுக்கு மெய்ப்பொருள் காண்பதுதான் அறிவு. கற்பதனை சந்தேகமின்றி ஐயந்திரிபுற கற்க வேண்டும். கற்றபடி நாம் நிற்க வேண்டும். “கருவுற்ற நடு முதலாகவே உன் பாதங்கள் காண்பதற்கு உருகிற்று என் உள்ளம்” என்பார் முக்காலமும் உணர்ந்த மணிவாசகனார். எனவே கல்வியினைக் குழந்தையானது தான் கருவறையில் இருக்கும்போதே கற்கத் தொடங்கி விடுகிறது. பிறந்து ஐந்து வருடங்களிடையே குழந்தையினுடைய மூளையானது அவரது வாழ்நாள் முழுவதற்குமான செய்திகளை கிரகிக்கக்கூடிய பூரண வளர்ச்சியை பெற்று விடுகின்றது. இதனால் பிறந்த பொழுதில் இருந்தே குழந்தை ஆனது பெற்றோரின் சகல நடவடிக்கைகளையும் அவதானித்து கற்றுக்கொள்கின்றது. எனவே பிள்ளையின் முதல் குரு பெற்றோரே. ஆறு வயது வரை பிள்ளையானது தாய் சொல்வதை மட்டுமே நம்புகின்றது. எனவேதான்; குழந்தை நல்லவராவதும் தீயவராவதும் அன்னை வளர்ப்பினிலே என்றனர் ஆன்றோர். ஆறு வயதில் இருந்து 12 வயது வரை குழந்தைகள் ஆசிரியர் சொல்வதையே நம்புகின்றனர். இப் பாடசாலைக் காலம் மாணவரின் கல்வி வளர்ச்சியில் மிக முக்கியமான அத்திவார காலமாகும். இதனை உணர்ந்து ஆசிரியர்கள் அனைவரும் தமது கடமையினை குழந்தைகளுக்கு சரிவரச் செய்யவேண்டும். இக்காலப்பகுதி எதிர்காலத் தலைவர்களான - சிற்பிகளான குழந்தையின் கல்வியில் உரிய பங்களிப்பைச் செய்ய வேண்டும். 12 வயதின் பின் குழந்தையானது மணவாழ்வுள் பிரவேசிக்கும் வரை நண்பர்கள்

சொல்வதையே நம்புகின்றது. இதனால் தான் உன் நண்பனைச் சொல்லு உன்னைச் சொல்லுகின்றேன் என்ற மகா வாக்கியம் எம் சமூகத்தில் உள்ளது. வாழ்வின் வெற்றியில் மிக சிறந்த உயர்ந்த இரகசியம் சுய நம்பிக்கையே. நாய் கூட எஜமானை நம்புகின்றது. நம் மீது நாம் நம்பிக்கை கொள்வதில்லை. எடுத்தவற்றிற்கெல்லாம் இரவல் புத்தியையே நாம் பெரிதாக நம்புகின்றோம், ஏற்றுக் கொள்கிறோம். இப்புத்தியால்தான் இன்றும் உலகின் பல நாடுகளில் சர்வாதிகார ஆட்சி கோலோச்சுகிறது. பரீட்சையின் தோல்விகளுக்கும், வாழ்வின் தோல்விகளுக்கும் மிக முக்கியமான காரணம் நம்பிக்கையின்மே. “எண்ணிய எண்ணியாங்கு எய்துவர் எண்ணியார் திண்ணியராகப் பெறின்” என மன உறுதியின் மூலம் - மன நம்பிக்கையின் மூலம் நாம் விரும்பிய இலக்கை அடையலாம் என வலியுறுத்துவார் வள்ளுவர்.

வாழ்வியலின் அடித்தளம் உடல், உள ஆரோக்கியமே இயற்கை மனிதனுக்குக் கொடுத்த விருப்பம் - ஆசை தாம் நீண்ட நாள் வாழ வேண்டும் என்பதும், தாம் மகிழ்ச்சியுடன் வாழவேண்டும் என்பதுவும், தாம் தினம் தினம் புதியனவற்றை அறிய வேண்டும் என்பதுவே. இப்புதியவற்றை அறிய வேண்டும் என்ற இயற்கை ஆர்வமே கற்றலில் நமக்குள்ள ஆர்வமாகும். மாணவரது பரீட்சையின் தோல்விகளுக்கு முக்கியமான காரணம்; ஞாபகமறதியும் பரீட்சையின் போது ஏற்படும் மனப்பயமுமே. எப்படி யோகத்திற்கு ஆசனங்கள் அவசியமோ அதேபோன்றே மாணவரது கற்றல் நடவடிக்கைகளுக்கும் அவர்கள் இருந்து படிக்கும் நிலை இருக்கை அவசியம். ஒரு கதிரையில் மாணவர்கள் கற்றல் நடவடிக்கையை தொடரும்போது நேராக இருப்பதன் மூலம் அவர்களுடைய கிரகித்தல் ஆற்றல் விரிவடைவதாக ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன. மனித மூளையில் ஐந்து வீதத்தினையே மனிதர் ஒவ்வொருவரும் பயன்படுத்துகின்றனர். மற்றைய பகுதிகள் கிடப்பில் உள்ளன. தற்கால இணையத்தள கண்டு பிடிப்புக்கள் உறங்கிக் கிடக்கும் மூளைக் கலங்களை புத்துயிர் பெறச்செய்கின்றது. ஞாபக சக்தியினையும், மூளையின் ஆற்றலினையும் தூண்டுகின்றன. தினமும் உணவின் பின் எடுக்கும் வாழைப்புழமானது மூளைக்கலங்களைத் துரிதப்படுத்துவதாக ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன. ஒரு பொருள் பற்றிய தெளிவுபெறாத எந்த விடயமும் மூளையில் பதிவுபெறுவதில்லை. எனவே மாணவர்களே நீங்கள் கற்கும் எந்த விடயத்திலும் உங்களுக்கு அதன் மீது தெளிவு இருக்கவேண்டும். மூளையில் பதிவுபெற வேண்டிய விடயங்களை அடிக்கடி மீட்டு நினைவு படுத்துங்கள். நூறுநாள் கற்றதை ஆறு நாளில் நாம்

மறந்து விடுவது இயற்கை. இதனால் தான் சித்திரமும் கைப்பழக்கம், செந்தமிழும் நாப்பழக்கம், வைத்ததொரு கல்வி மனப்பழக்கம் என ஆன்றோர் அறிவுரை தந்துள்ளனர். மனதில் பதிய வேண்டிய விடயங்களை உரத்துப்படியுங்கள். அல்லது மனப்பாடம் செய்து விடுங்கள். கற்கும் பொருள் பற்றி முன் பெற்ற அனுபவங்களுடன் - சம்பவங்களுடன் ஒப்பிட்டுப் பாருங்கள். இதன் மூலம் மூளைப் பதிவு நீண்ட நாட்களுக்கு இலகுவாக மீள்பெறக்கூடியதாக இருக்கும். காலைப் பொழுதானது கற்றலுக்கு சிறந்த காலமாகும். காரணம் மூளையானது ஓய்வில் இருந்து விழிப்புற்று இருப்பதால். இதனால் தான் எம் முன்னோர் காலை எழுந்தவுடன் படிப்பு, பின் கனிவு கொடுக்கும் நல்ல பாட்டு, மாலை முழுதும் விளையாட்டு என்று வழங்கப்படுத்திக்கொள்ளு பாப்பா என்று கல்வி கற்றல் நடவடிக்கைகளுக்கு வரைவிலக்கணம் தந்துள்ளனர். எனவே விளையாட்டுக்கும் யோக, தியான பயிற்சிகளுக்கும் நாம் தினமும் நேரம் ஒதுக்க வேண்டும். உடற்பயிற்சிகளானது உடல், உள கூற்றின் வளர்ச்சிக்கும், ஆரோக்கியத்திற்கும், அறிவின் வளர்ச்சிக்கும், நோய்களை குணமாக்குவதற்கும் பெரிதும் உதவுகின்றது. இவை பற்றி பின்வரும் பத்திகளில் விரிவாக ஆராயப்பட்டுள்ளது. தினமும் தியானம், உடற்பயிற்சி செய்பவர்கள் சிறந்த நிர்வாக ஆற்றல் உள்ளவர்களாகவும், ஒழுங்கமைப்பு ஆற்றல் உடையவர்களாகவும், எம்மில் ஏற்படுகின்ற மன அழுத்த முகாமைத்துவத்தை (Stress Management) சீர்செய்வவையாகவும் மனித ஆற்றலை மேம்படுத்துவதுடன் உள்ளுணர்வு (Intuition), புரிந்துணர்வு (Innovation), ஆக்கத்திறன் (Creativity) என்பனவற்றையும் இப்பயிற்சிகள் ஊக்கப்படுத்துகின்றன.

சமுதாயத்தில் முழுமையும், மகிழ்ச்சியும், அமைதியும் மலர வேண்டுமெனில் ஒவ்வொரு மனிதனும் தனக்கென்று சில கடமைகளையும், கட்டுப்பாடுகளையும் விதித்துக்கொண்டு வாழ வேண்டும். செம்மறியாடுகள் கூட ஒரு தலைவனின் பின்னேயே நடந்து செல்வதைப் பார்த்து இருக்கின்றோம். அப்படியாக அவை தமக்குள்ளேயே ஒரு கட்டுப்பாட்டை - ஒழுங்கை வைத்திருக்கின்றன இப்படியான கடமை மற்றும் கட்டுப்பாடுகளையே நாம் வாழ்க்கை நெறிகள் (Values) என்று கூறுகின்றோம். “பிறர் உனக்கு என்ன செய்ய வேண்டும் என்று நினைகிறாயோ, அதை நீ பிறருக்கு செய்ய வேண்டும்” என்ற பைபிளின் வாக்கியம் நம் வாழ்வியல் விழுமியங்களுக்கு ஆதார சருதியாகும். இந்த விழுமியங்கள் காலத்தால் மாற்ற முடியாத விழுமியங்களாகவும் (Eternal

Values) சமுதாய மாற்றத்திற்கு அதாவது உலக மயமாதலிற்கு ஏற்ப மாற்றக் கூடிய காலத்திற்கேற்ற விழுமியங்களாகவும் உள்ளன. இம் மதிப்புகளை நாம் மதிக்கும் அளவே நம் வாழ்வின் உயர்வு தங்கியுள்ளது. இம் மதிப்புக்களை - விழுமியங்களை அறிவது அறிவாகும். அதை பின்பற்றும் பக்குவத்தை தருவது நம்மனத்தின் வளமாகும். இப்படியாக ஒவ்வொருவரதும் மனத்தின் வளத்தை, எண்ணத்தை பெருக்கும் கலையே அறவியல் கல்வி அல்லது வாழ்வியல் கல்வியாகும். அண்மைக்காலத்தில் ஏற்பட்ட யுத்த சூழலும், விஞ்ஞான கண்டுபிடிப்புக்களும், அணுவாயுத உற்பத்தியும் பொருளீட்டுவதற்கான வல்லமை தரவுள்ளதே கல்வி என்ற தடம்புரண்ட கோட்பாடும் எம் மக்களிடையே கல்வி பின்னடைவினையும், போர் மூட்டத்தினையும், பூமியைப் பாலவனமாக்கலையும் ஏற்படுத்தி விவசாய உற்பத்திப் பின்னடைவின்மூலம் பட்டினி அபாயத்தை ஏற்படுத்தி உள்ளது. உலகில் உள்ள 30 நாடுகளில் உணவுப் பஞ்சம் உள்ளது. ஆசிய, ஆப்பிரிக்க நாடுகளில் 100 கோடி மக்கள் தினமும் பட்டினியுடன் படுக்கைக்குச் செல்கின்றனர். வறிய நாடுகளுக்கு தனவந்த நாடுகள் உதவத் தவறின் 2020ஆம் ஆண்டளவில் 4 கோடியே 50 இலட்சம் சிறார்கள் பட்டினியால் இறப்பரென “ஒக்ஸ்பாம்” நிறுவனம் எச்சரித்துள்ளது. மாடு, பன்றி என்பனவற்றின் இறைச்சியிலிந்து வெளியேறும் மெதோன் வாயுவும், ஓசான் படலத்தில் ஓட்டை விழுவதற்கு காரணமாக இருப்பதாக ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன. இயற்கையாகவே தாவர பட்சணியான மனிதன் மீண்டும் மரக்கறி உணவுக்குத் திரும்பவேண்டிய தேவை இதனால் ஏற்பட்டுள்ளது. மனிதன் குரங்கினத்தின் பரிணாமமே. குரங்கின் மரபணுவிலிருந்து ஆக 1.5 வீதமே மனிதனின் மரபணு சற்று வித்தியாசமாகவுள்ளது. காலநிலை மாற்றத்தினால் உயிரினங்களின் அழிவுமட்டுமன்றி புதிய புதிய நோய்களும் மனிதனிடமும் மிருகங்களிடமும் தோன்றுகின்றன.

எமது வடபிராந்தியத்தைப் பொறுத்தவரை கடந்த 30 வருட கால யுத்தத்தால் 2 இலட்சம் தமிழ்மக்கள் உயிரிழந்துள்ளனர். 2009இல் யாழ். மாவட்டத்தில் வாழவேண்டியவர்களின் சனத்தொகை 12 இலட்சமாகும். இன்று ஆக 6 இலட்சம் மக்களே வாழ்கின்றனர். இதனை மீளமைக்க அழிந்துபோன யுத இனத்தையும், அராபிய இனத்தையும் அவ்வினத்தவர்கள் அதிக குழந்தைகளைப் பெறுவதன்மூலம் முன்னேற்றிவரும் கோட்பாட்டினைப் பின்பற்றி எமது பிரதேசத்தில்

கருவளமுள்ள 25 - 49 வயதுவரையுள்ள பெண்கள் இவ்விடைவெளியை நிரப்ப குறைந்தபட்சம் நான்கு குழந்தைகளையாவது பெற்றுத் தமிழினத்தின் பெருகத்திற்கு உதவுவதுடன் ஆரோக்கியமானவர்களாகவும், அறிவுடையவர்களாகவும் தமது குழந்தைகளை வளர்க்க முன்வர வேண்டும். இதுவே இன்றைய காலத்தின் கட்டாய முதலீடுமாகும். எங்கெங்கெல்லாம் தொழில்நுட்பம் முன்னேறுகின்றதோ அங்கங்கெல்லாம் பிரச்சினைகள் தோன்றுகின்றன. அச்சுயந்திரத்தின் அறிமுகம் அறிவின் ஆற்றலை, கல்வியின் பயன்பாட்டை சாதாரண குடிமகனிடம் கையளித்தது. இன்று கணினிகள் அவ் அச்சுயந்திரப் பணியினைச் செய்கிறது. தகவல் தொழில்நுட்ப வளர்ச்சி கடந்த 40 ஆண்டுகளாக உலகில் அறிவின் வளர்ச்சிக்கு வீட்டிலிருந்தே துறைசார்ந்த கல்விப் பட்டங்களைப் பெறும் அளவிற்கு இன்று நமது பிரதேசத்தில்கூட வசதிசெய்து தந்துள்ளது. World Wide Web (WWW) மூலம். இப்படியான இணையத்தள ஊடகம் அதனைப் பயன்படுத்தும் மக்களிடையே மதுவின் அடிமைநிலைபோன்று இணையத்தள அடிமைநிலை என்ற நோயினையும் மக்களுக்கு அறிமுகம் செய்துள்ளது. இன்று 2 கோடி மக்களுள்ள இச்சிறிய நாட்டில் 1 கோடியே 10 இலட்சம் மக்களிடம் கைத்தொலைபேசிகள் உள்ளன. இவற்றின் பாவனை நரம்புநோய்களை மட்டுமன்றி எலும்பு நோய்களைக்கூட ஏற்படுத்துகின்றது.

உலக மக்களிடையே அமைதியின்மையையும், இயற்கை அழிவுகளையும், காலநிலை மாற்றத்தினையும் பரிசாகத் தந்துள்ளது. இந்நிலையின் உண்மை நிலையினை எம் எதிர்கால சந்ததிக்கு அறிவுறுத்தும் நோக்கில் எழுந்ததே இந் நூலின் உள்ளடக்கம். இந் நூலின் பலன் மானிடப் பண்புள்ள எதிர்கால சந்ததியினை உருவாக்குவதற்கு உதவுதலும் பூமியைப் பாதுகாத்தலுமே. அந் நன்நாளே எனக்கும் மனச்சாந்தியளிக்கும் நாளாகும். அறிவுடையார் எல்லாம் உடையார் தாம் கற்ற நூலின் அளவே ஆகுமாம் நுண்ணறிவாகும்.

மானிடம் வாழ, வாழ வேண்டும் என்ற பாதையின் ஊடாக என்னை உருவாக்கி அறிவுதந்து என்னை உங்களுக்கு அறிமுகம் செய்த என் இதயக் கோயிலில் என்றும் பூசைனைக்குரியவர்களான என் பெற்றோரின் பாதகமலங்களை பணிந்து வணங்குவதுடன், எம் குடும்பத்தின் தலைமகளாக பிறந்து கல்வி அழகே அழகென்று அறிவுத்தேடலுடன் எமக்கு வாழ்ந்து காட்டி எம்மை வழிப்படுத்திய அண்ணார்

திருவிங்கநாதனுடைய பங்களிப்பினை நன்றியுடன் நினைவு கூர்வதுடன் எம் குடும்பத்தினரின் வாழ்வில் நன்மை, தீமைகளின் பங்காளியாக என்றும் நின்று எம் நூலின் காலத்தின் தேவையை வலியுறுத்தியும், வாழ்த்துரை வழங்கிய யாழ் பிராந்திய பல்கலைக்கழக துணைவேந்தர் பேராசிரியர் என். சண்முகலிங்கன் அவர்களுக்கும், மண்பற்றாலும், இரத்த உறவாலும் எனக்கு எக்காலத்திலும் ஆசானாக இருந்து பயனுள்ள ஆலோசனைகளை வழங்கியும் இந்நூலின் வாழ்த்துரையை வழங்கி உதவிய நண்பர் பேராசிரியர். க. குகபாலன் அவர்களுக்கும் தீவக மக்களின் கல்வி பின்னடைவினை நிறைவுசெய்ய ஊன்றுகோலாக விளங்கும் இந் நூலின் வருகையை பேராவலுடன் எதிர்பார்த்து அணிந்துரை வழங்கிய தீவக வலயக்கல்விப் பணிப்பாளர் திரு. வி. இராதாகிருஷ்ணன் அவர்களுக்கும், அண்ணா திருவிங்கநாதனுடைய சமர்ப்பணத்தைத் தொடர்ந்து அவருக்கான இரங்கலுரையினை வழங்கிய யாழ். முன்னாள் மேலதிக அரசாங்க அதிபர் திருமதி பத்தினியம்மா திலகநாயகம் அவர்களுக்கும் எம் யாழ். மண்ணின் கல்வி அபிவிருத்தியையே கருத்தாகக்கொண்டு உழைத்துவரும் இந் நூலிற்கான ஆசியுரையினை வழங்கியவருமான யாழ். பல்கலைக்கழக கல்வியியல் துறை தலைவரும், பேராசிரியருமான மா. சின்னத்தம்பி அவர்களுக்கும் இந் நூலினை சிறப்புற கணனி மயப்படுத்தி அச்சிட்டு உதவிய கலைமகள் கொம்பியூட்டர் பிறிண்ட் ஸ்தாபனத்தாருக்கும் சக உத்தியோகஸ்தர்களுக்கும், கரிக்கண்ணா பிறிண்டேஸ் ஸ்தாபனத்தாருக்கும் சக உத்தியோகஸ்தர்களுக்கும் என் இதயம் கனிந்த நன்றி அறிதலும் கடப்பாடும் என்றும் உரிய. எல்லோரும் நூல்களை காதலால் ஓதி உணர்தல் வேண்டும்.

அன்புடன்,

வைத்தியக் கலாநிதி, ஆ. பேரின்பநாதன்.

707, மானிப்பாய் வீதி,
ஆறுகால் மடம்,
யாழ்ப்பாணம்,
இலங்கை.

தொலைபேசி

மருத்துவமனை : 021-222-3175

இல்லம் : 0215100638

உள்ளே ...

1.1	அறிவியல் கல்வி தந்த பரிசு சுட்டிப் பையன் (Little Boy)	1
2.1	அறிவியல் கல்வி தந்த அடுத்த பரிசு உலகம் பாலைவனமாதல்	7
2.2	சுற்றுச் சூழலை பாதுகாக்க மரம் வளர்ப்போம்	12
3.1	புத்தியும் (Intellect), மதி நுட்பமும் (Intelligence)	13
4.1	இயற்கையோடு இசைந்த பண்டைய அறவியல் கல்வி - மீள்நோக்கு	18
5.1	இயற்கையோடு இயைந்த அருவமாக்கல் அறிவு (Abstract Knowledge) சார்ந்த பண்டைய கல்விமுறை	19
6.1	இயற்கையினை மாற்றி அமைப்பதற்கான இன்றைய அறிவியற்கல்வியின் ஆக்கமும் அழிவும்.	26
7.1	நல்லெண்ணெய்கள்	32
7.2	எண்ணங்களின் வலிமையும் இயக்கமும் மன அலைகளும்	40
7.3	எண்ணங்களே சூழ்நிலைகளை உருவாக்குகின்றன	46
8.1	எண்ணமும் சாதனையும்	49
8.2	அறிவுத்தேடல்	51
9.1	வாழ்வின் வெற்றிக்கு	55
9.2	வாழ்வின் வெற்றியின் இரகசியம்	57
10.1	அறவியல் கல்வி - வாழ்வியல் கல்வி	65
10.2	அறவியலும் பண்பாடும்	67
10.3	உலகமொழிகளில் அறக் கருத்துக்கள்	70
11.1	பண்டைய நாகரீக நாடுகளின் இலக்கியங்களில் காணப்படும் அறக்கருத்துக்களும், வாழ்க்கை விழுமியங்களும்.	73
12.1	உடல் உயிர் விழுமியங்கள்	81
12.2	நோயற்ற வாழ்வும் - கவலையற்ற வாழ்வும்	86
12.3	காற்றுவழியான தொற்று (Airborne infection)	91
12.4	நீர் - பால் - உணவுத் தொற்று	91
12.5	வீட்டுப் பாவனைப் பொருட்களால் ஏற்படும் தொற்று	92
12.6	மிருகங்களாலும் இலையான், நுளம்பு போன்ற விஷ ஜந்துக்களாலும் ஏற்படும் தொற்று	92
12.7	தொற்று நீக்காத மருத்துவ உபகரணங்களான - நாளமூலம் ஏற்றப்படும் குளுக்கோஸ், இரத்தம், பிளாஸ்மா, சீரம், மற்றும் தடுப்பூசி போடும்போது ஏற்படும் தொற்றுக்கள்	95
12.8	தொற்றைக் கட்டுப்படுத்துவது	93

12.9	உடற்பயிற்சியின் அவசியம்	94
12.10	விளையாட்டினால் ஏற்படும் நன்மைகள்	94
12.11	யோகம் - தியானம்	95
13.1	பண்டைத்தமிழர் பண்பாட்டு விழுமியங்கள்	97
13.2	இன்று வேண்டுவது உயர் மனிதப் பண்புகளே - அவை வருமாறு	102
14.1	ஆசைகளைச் சீரமைத்தல்	119
15.1	சினம் தவிர்ந்தல்	122
15.2	சினம் தவிர்ந்தல் பயிற்சி முறைகள்	129
16.1	கவலை ஒழித்தல்	130



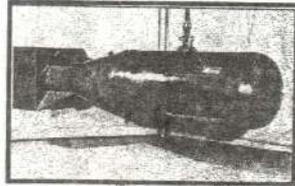
1.1 அறிவியல் கல்வி தந்த பரிசு சுட்டிப் பையன் (Little Boy)

புத்தி (Intellect) மதிநுட்பம் (Intelligence) இரண்டும் வேறுவேறானவை. எதிர்மறையான பண்புடையவை. விஞ்ஞானிகள் மதிநுட்பவாதிகளே. புத்திசாலிகள் அறிவாளிகளாவர். ஐம்புலன்களால் மட்டும் அறிவும் உண்மைகளை மட்டும் ஏற்றுக்கொள்பவர்கள் விஞ்ஞானிகள். மதிநுட்ப அறிவினால் அறியப்பட்ட விஞ்ஞான தொழில்நுட்ப சாதனங்களினால் மனிதன் தன் வாழ்வையும், தேவைகளையும் இலகுவடுத்தி, வாழ்நாளையும் - நீடித்து, இயற்கையுடன் எதிர்த்துப் போராடி, போராயுதங்களை உற்பத்தி செய்தும், சூழலை மாகபடுத்தியும் வாழ்கிறான். இவ் விஞ்ஞானத்தின் விளைவுகள் இன்று கண்டங்களிடையே பிரிந்து பரந்து வாழும் மக்கள் குழுமங்களை ஒன்றுபட்ட குடும்பமாக்கி உலக மயமாக்கலின் ஏற்றத்தாழ்வற்ற சமூகமாக மனிதனை யாதும் ஊரே யாவரும் கேளிர்” என வாழ அறிவளவில் வகை செய்துள்ளது, மனதளவில் அல்ல.

அன்று வேட்டையாடி அல்லல்பட்டுத் திரிந்த மனிதன் காட்டில் கண்ட சில புல்லினங்கள் தரும் அரிசியைச் சமைத்துண்ணக் கற்றுக் கொண்டபோது விவசாயம் பிறந்தது. அஞ்சியஞ்சி வாழ்ந்த இனம் இன்று சாவைக்கண்டு சிரிக்கின்றது. பயங்கர நோய்களை நொடிப்பொழுதிலே தீர்க்கும் மருந்துவகைகள், படைத்த கடவுளே வியக்கும் வண்ணம் சீர்செய்யப்பட்ட அறுவை சிகிச்சை எலக்ரோனிக் கருவிகள், ஸ்கானிங் கருவிகள். தென்னாபிரிக்க மருத்துவரான கிறிஸ்டியன் பேனாட் தொடக்கிவைத்த இதய மாற்றுச் சிகிச்சை மூலம் இயக்கம் கெட்ட இதயத்தில் வேலை செய்யும் மாற்று இதயம் மயானம் வரை நடந்து செல்லும் பிணத்தின் உயிர்துடிப்பு, என்றவியத்தகு நுண்ணறிவுப் புதுமைகளைக் கண்டறிந்த விஞ்ஞானிகள் பூமிக்கப்பாலுள்ள கோள்களில் குடியேறி வாழும் போக்குவரத்தில் இன்று ஈடுபட்டுள்ளனர். செயற்கைக் கோள் ஊடான - இணையத்தளங்களுடான தொடர்பு உலக நிகழ்வுகளைப் படம் பிடித்துக்காட்டும். நேரடிக் காட்சி வசதிகள், அவற்றுடான கல்வி பெறும் வசதிகள் என்பனவற்றால் மனிதன் உலக நிகழ்வை இருந்த இடத்தில் இருந்தே பெறுகிறான். போக்குவரவும், அதேபோன்று நிமிடக்கணக்குத் தொலைதூரமாகக் குறுகிவிட்டது.

இப்படியாக ஆக்கத்திற்கு உதவிய விஞ்ஞானக் கண்டுபிடிப்புக்கள் அழிவிற்கும் உதவி மனித இனம் அழிவின் விழிப்பில் அமைதியற்று வாழ்கிறது. காரணம் ஜோன் டோல்ரனின் அணுக் கொள்கை, மேரிக்யூரியின் கதிர்வீச்சு உலோகங்களான, யூரேனியம், நேடியம், பொலீனியத்தின் கண்டுபிடிப்பால் விரிவுபெற்றது. நேடியம் அணுவைப் பிளந்த நிகழ்வு அதன் கதிர்வீச்சை புற்றுநோய்க்கு இன்று பயன்படுத்துவதற்கு உதவியுள்ளது. அடுத்து யூரேனிய அணுவைப் பிளந்த விளைவு அணு ஆயுதங்களின் தோற்றத்திற்கு வழிவகுத்துள்ளது. இப்படியாக அணுவின் பிழப்பானது ஆக்கத்திற்கும், அழிவிற்கும் உதவி நிற்கின்றது. இதன் விளைவு கண்பொழுதிலே உலகை அழிக்கும் அணுவாயுதக் கருவிகளும் கண்டம் விட்டுக் கண்டம் பாயும் குண்டுகளும், ஏவுகணைகளும் இன்று உலக அமைதிக்குச் சாவு மணி அடித்துள்ளது. இதன் ஒரு நிகழ்வே,

சுட்டிப் பையன் (Little Boy)



அன்று யப்பானிய மக்களின் அமைதியான காலைப் பொழுது. காலம் 1945 ஆகஸ்ட் மாதம் 6ஆம் திகதி காலை 8.15 மணி அமெரிக்காவின் பி. 29 போர் விமானம் குட்டிப் பையன் என்ற பத்தாயிரம் இராத்தல் நிறையுடைய அணுக்குண்டைச் சுமந்துவந்து யப்பானியத் துறைமுக நகரான ஹிரோஷிமா மீது வீசியது. அதன் விமானி மேஜர் சாள்ஸ் ஸ்வினி. கடமையே கண்ணான யப்பானிய நகரில் வாழ்ந்த 4 இலட்சம் மக்கள் கண் விழித்து ஒரு சில மணிகளாவை. குண்டு நகரமையப்பகுதியில் 500 மீற்றர் உயரத்தில் வெடித்துச் சிதறியது. கண்களைக் குருடாக்கும் வெளிச்சம் வானவெளியில் நிறைந்திருந்தது. காற்றின் வெப்பநிலை 7000 சதம அளவைப் பாகையாக உயர்ந்து இருந்தது. 15 செக்கன்களில் 12 ஆயிரம் மீற்றர் உயரத்தில் இராட்சத அணுக் கதிர்வீச்சு புகைமண்டலமாக படத்தில் காட்டிய காளான் போன்று எழுந்து நின்றது. மரங்கள் தீப்பந்தங்களாகின. இரும்புத் துண்டங்கள் உருகி ஓடியது. குண்டு வெடித்த ஒரு நிமிடத்தில் 80 ஆயிரம் மக்கள் இறந்தனர். 70 ஆயிரத்திற்கும் அதிகமானோர் காயமடைந்தனர். இவர்களில் 60 ஆயிரம் பேர் ஒரு வருடத்தில் இறந்தனர்.

மீதியானனோர் கதிர்வீச்சின் கொடுமைகளால் ஊனமுற்றனர். ஹிநோஷிமா நகரிலிருந்த 76 ஆயிரம் கட்டிடங்களில் 68 வீதமானவை தரைமட்டமாகின. குண்டு விழுந்த இடத்தில் 3000 அடி ஆரையுடைய வட்டக்குழி தோன்றியது. அப்பகுதியில் இருந்த மக்கள் அனைவரும் ஒரு சில செக்கன்களில் ஆவியாகிப் புகையுடன் கலந்தனர். இப்படி ஆவியாகிப்போன பொருள்கள் 45000 அடி உயரம் வரை ராட்சதக் காளான் போன்று கரும்புகையாக வானிலே காட்சி தந்தது. இப்புகைபட்ட விமானியும் அவர் உடன் வந்த இரு இராணுவ வீரர்களும் அடுத்த மூன்றாண்டில் இரத்தப் புற்றுநோயினால் மரணமடைந்தனர்.

நாட்கள் இரண்டு கழிந்தது. அது ஆகஸ்ட் மாதம் 9ஆம் திகதி காலை 11.20 குண்டுமனிதன் (Fat man) என்று பெயர் சூட்டப்பட்ட மற்றொரு அணுக்குண்டைச் சுமந்து வந்த அமெரிக்கப் போர்விமானம் நாகசாக்கி நகரின் மீது அக் குண்டை வீசியது. நகரின் மையப்பகுதியில் 500 மீற்றர் உயரத்தில் வெடித்துச் சிதறிய அணுக்கதிர்வீச்சில் அந்நகரில் வாழ்ந்த 2 இலட்சத்து 80 ஆயிரம் மக்களில் 40 ஆயிரம் பேர் உடனே ஆவியாகி மாண்டனர். காயமுற்றதாலும், கதிர்வீச்சினாலும் 34 ஆயிரம் பேர் ஒரு வருடமுடிவுக்குள் இறந்தனர். ஹிநோஷிமாவில் 13 சதுரக் கிலோமீற்றர் பரப்பளவும், நாகசாக்கியில் 6.7 சதுரக் கிலோமீற்றர் பரப்பளவும் எரிந்து சாம்பல் மோகியது. அக்கினிச் சூறாவளியில் ஹிநோஷிமா நகர் தொடர்ந்து 6 மணிநேரம் எரிந்தது. அடுத்துக் கரும் மழை தொடங்கியது. சாதாரண மழையல்ல, பெரும் கதிர்வீச்சு நிறைந்த எண்ணெய் பசையோடு கூடிய திரவமழை அது. ஊழித்தாண்டவமாயியது. இதைச் சரித்திரம் கறுப்பு மழை (Black Rain) என்று பதிவு செய்துள்ளது முதல் அணுக்குண்டின் வீச்சில் பல ஆயிரக்கணக்கான மக்கள் கணப்பொழுதில் ஆவியாகி மாண்டதை கண்ணால் கண்டபின்பும், மீண்டுமொரு அணுக்குண்டை இரண்டு நாள் கழித்து வீசிய அமெரிக்காவின் கொடுமையினை எப்படி மனம்கொள்வது - வர்ணிப்பது. இன்று வரை கூட அவ்விரு நகரங்களில் கருவறும் குழந்தைகள் ஊனமுற்றவர்களாகவே பிறக்கின்றனர். கதிர்வீச்சின் கொடுமையால் இன்றும் மக்கள் இரத்தப் புற்றுநோய்க்கு ஆளாகின்றனர். அந்த அளவு கதிர்வீச்சின் கொடுமை இன்றும் உள்ளது. குண்டு விழுந்த நிலத்தில் இன்றும் புல்பூண்டு முளைப்பது அருமை. இன்றும் கூட உலகப் பொலிசாராகத் தம்மை எண்ணிக்கொள்ளும் பிராந்திய வல்லரசுகள், அணு ஆயுதங்களைப் பெருக்கியும் பரீட்சித்தும் வருவது நாளாந்த நிகழ்வாக உள்ளது. இன்று அணு ஆயுதங்களைச் சில அமைதி குலைந்த நாடுகளும்

சுதந்திரப் போராளிக் குழுக்களும் கறுப்புச் சந்தையில் அவற்றைப் பெறும் நிலையுள்ளது. மனித குலத்தினதும், பூமியினதும் இருப்புக்கு அணுவாயுதப் பாவனை தடுப்பு இன்றியமையாதது என வல்லமை மிகுந்த நாட்டின் தலைவர்கள் தம்முள் பேசிக் கொள்கின்றனர். ஐ.நா.சபை எந்தாபிக்கப்பட்ட போது அதன் முதல் தீர்மானமே பேரழிவுக்குப் பயன்படுத்தக் கூடிய ஆயுதங்களை ஒழிப்பதென உறுதி எடுக்கப்பட்டது. 1970இல் அணுவாயுத நாடுகள் எனப்பிரகடனப்படுத்தப்பட்ட அமெரிக்கா, ரஷ்யா, பிரிட்டன், பிரான்ஸ், சீனா ஆகியவை அந்த ஆயுதங்களைப் படிப்படியாகக் கைவிடவேண்டுமென ஐ. நா. சபை வலியுறுத்தியது. ஆனால் இன்றுவரை அதற்கான தீர்வு எடப்படவில்லை. நிலை தொடர்கதையாகவே உள்ளது. அந்த அணு ஆயுத நாடுகளுடன் இணைந்துகொண்ட சீந்தியா, பாகிஸ்தான் உட்பட மேலும் நான்கு நாடுகள் உட்பட எல்லா நாடுகளும் 30 ஆயிரம் அணு ஆயுதங்களை இன்றும் கைவசம் வைத்திருக்கின்றன. ஐ. நா. சபை இன்று வலுவிறந்த சபையாகவே உள்ளது. யப்பானிய மக்களுக்கு ஏற்பட்ட கொடூரம் இனி எந்த மக்களுக்கும் ஏற்படக் கூடாது குட்டிப் பையனும், குண்டு மனிதனும் இனித் தலை காட்டாதிருப்பார் என்பதற்கான உத்தரவாதத்தை அளிப்பது யார்? என்பதே இன்றைய உலக மக்களின் ஏக்கம் திருடனாய் பார்த்து திருந்தாவிட்டால் திருட்டை ஒழிக்க முடியாது.

இன்றைய உள்நாட்டுப் போர்களும் அணுஆயுதங்களும் மற்றைய உயிர் போக்கும் ஆயுதங்களும்

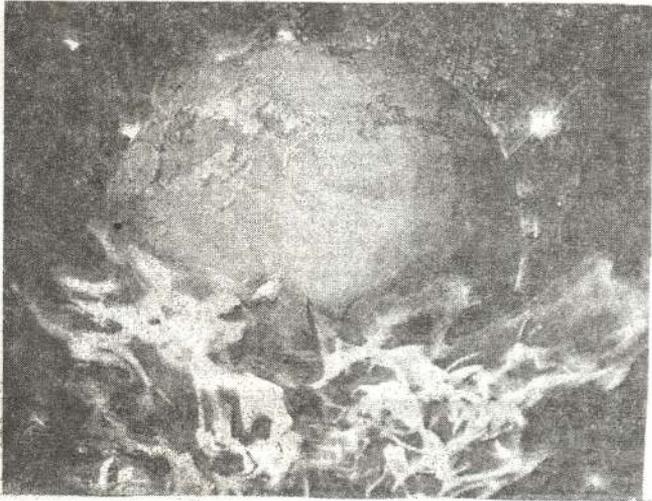
ஆயுதப் பரவலினால் உலகம் இன்று அமைதியிழந்துள்ளது. அவற்றினைக் கட்டுப்படுத்துவது தொடர்பாக அண்மையில் ஐக்கிய நாடுகள் சபை ஜெனீவாவில் ஒரு சர்வதேச மகாநாட்டினைக் கூட்டியது. அம் மகாநாட்டில் வெளியாகிய தகவல்கள் இன்றைய மனித குலத்தின் இரத்தத்தை உறைய வைப்பனவாக உள்ளன. அவ் அறிக்கைகளின்படி சிறிய ரக ஆயுதங்களும், பேரழிவு ஆயுதங்களே. 650 கோடி மக்கள் வாழும் இப் பூமிப்பந்தில் உயிர் போக்கும் சிறியரக ஆயுதங்கள் மட்டும் 60 கோடி உள்ளது. 10 பேருக்கு ஒரு ஆயுதம் என்ற வீதத்தில், உலகில் இன்று இடம்பெறும் 5 இலட்சத்திற்கும் அதிகமான மரணங்களுக்கு காரணமாக இச்சிறிய ரக ஆயுதங்கள் உள்ளன. சிறியரக ஆயுதங்களால் கடந்த வருடம் (2008) வராமொன்றிற்குப் பத்தாயிரம் பேர் கொல்லப்பட்டுள்ளனர். உலகில் இடம்பெற்று வருகின்ற மோதல்களில் பெரும் எண்ணிக்கையான மரணங்களுக்கு ரைபிள்களும், றொக்கட் லோஞ்சர்களும், இயந்திரத் துப்பாக்கிகளும், மலரி பரல்களும் மற்றும் கைத்துப்பாக்கிகள் போன்ற சிறியரக ஆயுதங்களுமே காரணமாய் இருக்கின்றன.

இப்படியான ஆயுதங்கள் இன்று உலகில் பகிரங்கச் சந்தையிலும், கறுப்புச் சந்தையிலும் தாராளமாகப் பெறக்கூடியதாக உள்ளது. இப்படியான சிறியரக ஆயுதங்களைக் கட்டுப்படுத்துவதற்கு அமெரிக்காவில் ஒரு வாகனத்தை வாங்குவருக்கு ஒரு A.K.47 இயந்திரத் துப்பாக்கி இனாமாகக் கொடுக்கப்படுகிறது. உடன்படிக்கைகளோ, ஒப்பந்தங்களோ இன்று உலக நாடுகளில் இடம்பெறவில்லை. உலகின் தனவந்த மற்றும் சக்திமிக்க நாடுகளின் தலைவர்கள், வர்த்தகம், வறுமை ஒழிப்பு, காலநிலை மாற்றம், பூமி வெப்பமடைதல், கடன்பழு, போன்ற விடயங்கள் குறித்தே அடிக்கடி ஆராய்கின்றனர். ஆனால் அவர்கள் ஆயுதங்களின் அச்சுறுத்தல் பற்றித் தொட்டுக்கூடப் பார்ப்பதில்லை. “தனி ஒருவனுக்கு உணவில்லை எனில் ஐகத்தினை அழித்திடுவோம்” என்று முழக்கஞ் செய்தான் அன்று மகாகவி பாரதி. அதன் அர்த்தம் மனிதனுக்கு உணவில்லை என்றால் நாட்டில் சண்டை நடக்கும் என்பது இன்று உலகில் 30 நாடுகளில் பட்டினியால் சண்டையிடுகின்றனர்.. பசி வந்திடப் பத்தும் பறந்திடும். இன்றைய உலக அமைதியின்மைக்கு பட்டினிக்கெதிரான போராட்டம் ஓர் முக்கிய காரணமாகும். வசதிபடைத்த நாடுகள் இந்த ஆயுத விற்பனையை ஒரு தொழிலாகவே செய்கின்றன. அவை வறிய நாடுகளுக்கும், போராட்டக் குழுக்களுக்கும் ஆயுதம் வழங்குவதன் மூலம் பெரும் பொருள் ஈட்டுகின்றனர். G.8 என்ற உலக தனவந்த – ஐரோப்பியக் கைத்தொழில் நாடுகள் 2005இல் ஆசியா, மத்திய கிழக்கு, ஆபிரிக்கா, லத்தீன் அமெரிக்கா போன்ற வளர்முக நாடுகளுக்கு விற்பனை செய்த ஆயுதங்கள் உலக ஆயுதவாக்கத்தில் 66 சதவீதமாகும் என மதிப்பீடு செய்யப்பட்டுள்ளது. வறிய நாடுகளிலும், அபிவிருத்தியடைந்து வரும் நாடுகளிலும் உள்ள மக்கள் ஒருவரையொருவர் கொலை செய்வதற்கான ஆயுதங்களைத் தனவந்த நாடுகளே வழங்குகின்றன. சிறியரக ஆயுதங்கள் தொடர்பான வலையமைப்பும், ஒக்ஸ்பாம் நிறுவனம் மற்றும் சர்வதேச மன்னிப்புச்சபை ஆகிய மூன்றும் வெளியிட்டுள்ள அறிக்கையொன்றில், உலகளாவிய ஆயுத ஏற்றுமதியில் 84 வீதத்திற்கு பொறுப்பாயிருப்பவை G 8 நாடுகள் என்றும், இலாப நோக்குடன் அவை இந்தத் தொழிலை கொண்டுள்ளன என்றும் கூறப்பட்டுள்ளது. இதில் அமெரிக்காவே மேலாதிக்கம் செலுத்துகின்றது. 1998-2005ற்கு இடையில் இருபதினாயிரத்து ஐந்நாறு கோடி டொலர்கள் பெறுமதியான பாரம்பரிய ஆயுதங்களை (Conventional Weapons). அமெரிக்கா விற்பனை செய்துள்ளது. அதே பொழுதில், பிரிட்டன் வருடாந்தம் 500 கோடி டொலர்களுக்கும் அதிகமான பெறுமதிமிக்க ஆயுதங்களை விற்பனை செய்கின்றது. ரஷ்யா வருடம் 350 கோடி டொலர்

பெறுமதியான ஆயுதங்களையும், பிரான்ஸ் 360 கோடி டொலர் பெறுமதியான ஆயுதங்களையும், ஜேர்மனி 260 கோடி டொலர் பெறுமதியான ஆயுதங்களையும், இத்தாலி 360 கோடி டொலர் பெறுமதியான ஆயுதங்களையும், கனடா ஆக 75 கோடி டொலர் பெறுமதியான ஆயுதங்களையும் விற்பனை செய்கின்றன. 2005ல் மட்டும் ஜப்பான் உத்தியோகபூர்வமாக ஆயுதவிற்பனையில் ஈடுபடவில்லை எனினும் இராணுவ ரீதியான தளபாடங்களை ஏற்றுமதி செய்திருக்கின்றது.

அதே வேளை, பல வறிய நாடுகள் ஆயுதங்களைக் கொள்வனவு செய்வதற்கான செலவீனங்கள் மலைப்பைத் தருவனவாக உள்ளன. வறிய நாடுகள் பெறும் கடனில் 20 வீதத்தை G 8 நாடுகளிலிருந்து பெறும் ஆயுதக் கொள்வனவுக்குச் செலவிடுகின்றன. பெரும்பாலான அபிவிருத்தி அடைந்துவரும் நாடுகளின் அரசாங்கங்கள் அவற்றின் சுகாதாரம், கல்வி, சமூக அபிவிருத்தி, உட்கட்டமைப்புக்குச் செலவிடும் நிதியைவிட அதிகளவு நிதியை இராணுவச் செலவீனங்களுக்கு ஒதுக்கி உள்ளன. ஆயுதக் கட்டுப்பாடு என்பது அபிவிருத்தி அடைந்துவரும் நாடுகளில் வாழும் கோடிக்கணக்கான மக்களைப் பொறுத்தவரை ஒரு ஜீவமரணப் போராட்ட விவகாரமாகும். ஆனால் தனவந்த நாடுகள் அந்த விவகாரம் குறித்து ஆராய்வதற்குத் தயக்கம்காட்டி வருகின்றன. இனவிடுதலைப் போராட்டங்களை அடக்குவதற்கு அரசுகள் தம் சொந்த மகள் மீதே எரிகுண்டுகளையும், பிளாஸ்டிக் குண்டுகளையும், பல்சுழல் குண்டுகளையும், இரசாயன ஆயுதங்களையும் பாவித்து மக்களையும், மண்ணையும் அழித்து வருகின்றன. இவை ஆயுதப் பெருக்கத்தின் ஒரு பக்கம், அதன் மறுபக்கம் அணுவாயுத வல்லரசுகளான அமெரிக்கா, பிரிட்டன், பிரான்ஸ், ரஷ்யா, இந்தியா, பாகிஸ்தான் உட்பட மேலும் நான்கு நாடுகள் இன்று மூவாயிரம் கண்பொழுதில் உலகை உருகி ஓட வைக்கும் பயங்கர அணுவாயுதங்களையும், கண்டம்விட்டுக் கண்டம் பாயும் குண்டுகளையும், ஏவுகணைகளையும் கையிருப்பில் வைத்து தம் புலனாய்வுப் புத்திக்குத் தீனிபோட்டு உலக மக்களை அச்சுறுத்தியும், அடிமை கொண்டும், சுரண்டியும், ஆக்கிரமித்தும் வருகின்றன. கடந்த 2008இல் அணு ஆயுதங்களைக் கைவிடுமாறு ஐ. நா. சபை முன்வைத்த கோரிக்கையினை உலகில் உள்ள 170 நாடுகள் ஆதரித்து நின்றன. வீற்றோ அதிகாரமுடைய அமெரிக்கா உட்பட மூன்று நாடுகள் அம் முன்மொழிவை தம் வீற்றோ அதிகாரத்தைப் பயன்படுத்தி நிராகரித்துவிட்டது.

2.1 அறிவியல் கல்வி தந்த அடுத்த பரிசு உலகம் பாலைவனமாதல்



இயற்கை மனிதனுக்கும் உயிரினங்களுக்கும் வழங்கிய பரிசுகளில் முதன்மையானது பூமியும் அதன் பசும்போர்வையும். பூமியைச் சுற்றியுள்ள காற்றுமண்டலத்தில் ஓட்சிசன், காபனீரொட்சைட், நைதரசனொட்சைட், மெதேன் ஆகிய வாயுக்கள் உள்ளன. இவற்றை பசுமைக்குடி வாயுக்கள் என்பர். (Green House Gases) இவை உயிரினங்களுக்கு சுவாசிப்பதற்கு உதவுவதுடன் பூமியின் பாதுகாப்புக் கண்ணாடியாகவும் உள்ளன. பூமியின் தட்ப வெப்பநிலையை சீராக வைத்திருப்பவையும் இவைதான். 21ஆம் நூற்றாண்டில் மனித இனம் எதிர்கொள்ளும் சவால்கள் சுற்றுச்சூழல் மாசடைதலும் காலநிலை மாற்றமுமாகும். ஆக்கத்திற்கு உதவிய விஞ்ஞான அறிவு தந்த அழிவுப் பரிசுகளில் அணுக்கண்டிற்கு அடுத்த படியானது பூமி வெப்பமடைதல் ஆகும் (Global Warming). பூமி குடாவதால் காலநிலையில்,

சுற்றுச் சூழலில் மாற்றம் ஏற்படுகிறது. உலகின் வெப்பநிலை தற்போது 5°C ஆல் உயர்வடைந்துள்ளது. கடந்த 100 ஆண்டுகள் வெப்பமான காலமாக ஆய்வுகள் கூறுகின்றன. ஆர்ஜிக் பொங்கடலில் கடந்த 10 ஆண்டுகளில் அழிவு ஏற்பட்டுள்ளது. இதனால் பெரும்பாலான பனிப்பாறைகள் உருகிக் கொண்டேயிருக்கின்றன. இதனால் மெத்தேன் வாயு பாதிப்பு பூமிக்கு உள்ளது. பூமி வெப்பமடைவதால் பூமியின் மேற்பரப்பு மாற்றமடைகிறது. மெத்தேன் வாயு காலநிலை மாற்றத்தால் புகையினைக் கக்குதலை ஏற்படுத்தும். இவ் வெப்பவாயு உறைபனி அடியின்கீழ் திடவடிவில் உள்ளது. பனி உருகுவதால் பூமியின் தட்பவெப்ப மாற்றம் ஏற்பட்டு நிலடுக்கம், கடலடி நீர்த்தட்டுக்கள் ஒன்றுடனொன்று மொதிக் கடல்கோள் என்ற ஆழிப்பேரலை ஏற்படுகின்றது. பூமியின் மேற்பட்டு நிறையில் ஏற்படும் மாற்றம் எரிமலையினை உண்டாக்கும். அடிக்கடி எரிமலை ஏற்பட்டால் புவி வெப்பமடைதல் துரிதமாகும். மன்பு தட்ப வெப்ப மாற்றம் எரிமலையினால் ஏற்பட்டது. தற்பொழுது மனிதனின் நடவடிக்கைகளினால் இம் மாற்றம் மனிதனாலேயே ஏற்படுகின்றது.

18ஆம் நூற்றாண்டில் ஏற்பட்ட விஞ்ஞான தொழில்நுட்ப கண்டுபிடிப்புக்களாலும் சனப்பெருக்கத்தினாலும், காடுகள் - நாடாகவும், நகரங்களாகவும் மாற்றம் பெற்றது. பூமிப்பந்து குடையப்பட்டு நிலக்கரி, வைரம் மற்றும் பொன், செம்பு, இரும்பு என்ற கனியப் பொருள்களும் பெற்றோலிய எரிபொருள்களும் தினமும் குரையாடப்பட்டு வருகின்றன. பூமியின் புறப்போர்வை அகற்றப்பட்டு கைத்தொழில் மயமாக்கப்பட்டமையால் மரங்கள் அழிந்து மழை குன்றியது. நவீன போக்குவரத்து சாதனப் பாவனைக்களால் அவற்றிலிருந்து வெளியிடப்படும் கழிவுகளில் முக்கியமானது காபனீரொட்சையிட்டாகும். இவற்றால் வளியில் அதன் அளவும் அதிகரிப்பதுடன் காபனிக்கமிலத்தன்மை ஏற்பட்டு அமிலமழை நிலத்தையும் கடலையும் மாசடையச் செய்துள்ளது. கடல்நீரில் காபனிக்கமிலத்தின் அளவு அதிகரிப்பதால் கடலடிப் பவளப் பாறைகள் அழிவதுடன், மீனினங்களின் செவி எலும்புகள் தடிப்படைந்து அவை நீந்துவதில் சிரமங்கள் ஏற்பட்டுள்ளதாக ஆய்வறிக்கைகள் கூறுகின்றன. வீடுகளிலும் அலுவலகங்களிலும் பயன்படுத்தப்படும் ஏ.சி.யிலிருந்தும் குளிர்சாதனப் பெட்டிகளில் இருந்தும் வெளிவரும் குளோரோ புளோரோ காபன் என்ற நச்சு வாயுவின் தாக்கம், அமெரிக்கா உலகில் 27 சதவீதமான சூழல் மாசடைதலுக்குப் பொறுப்பாக உள்ளது. இது குளிர்சாதனப் பாவனைக் கழிவு மற்றைய கழிவுகளினால் அங்கு ஏற்படுகின்றது. மற்றும் கடல் பாசிகளும், வளியை மாசடையச் செய்கின்றது. அணுஆயுத உற்பத்தி,

அதன் கதிர்வீச்சுக் கழிவுகள் 1952இல் இங்கிலாந்தில் 8 ஆயிரம் உயிரைக் காவுகொண்டமையும் இந்தியாவில் ஏற்பட்ட கோபால் வாயுக்கசிவு ஏற்படுத்திய அழிவுகளையும் அணுக்கழிவுகள் சமுத்திரங்களில் வீசப்படுவதால், கடல்வாழ் உயிரினங்கள் அழிந்து போவதும் நாம் அறியும் நிகழ்வுகள். அணு ஆயுதப் பரிசோதனைகள், இரசாயன ஆயுதப் பாவனைகள் வளியினை மேலும் மாசடையச் செய்கின்றன.

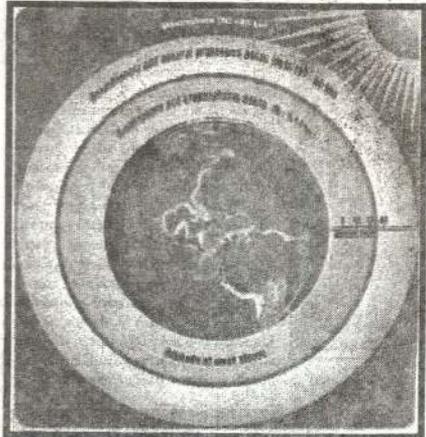
பூமியைச் சுற்றியுள்ள 8km தொலைவுக்கு கரியமில வாயு, மீதேன் வாயு, நைட்ரஸ் ஒக்சைபிட் மற்றும் குளோரோ புளோரோ காபன் போன்ற வாயுக்களின் அடர்த்தி நிலையானது அதிகரித்து அவை சூரிய வெப்பத்தைத்தன்னகத்தே ஈர்த்து வெளிவிடாது வைத்துக்கொள்வதனால், வளி மண்டலம் வெப்பமடைகின்றதுடன் பூமிப்பந்து குடேறுகின்றது. கரியமில வாயு பூமியை குடேற்றுவதில் முக்கியபங்குவகிக்கின்றது. இப்படிப் பூமி வெப்பமடைதலை பசுமைக் கூடார விளைவு என்று அழைக்கிறோம். பூமிவெப்பமடைவதால் கடல் பெருக் கெடுக்கின்றது. இதனால் எதிர்காலத்தில் பூமியின் பல பகுதிகள் நீரில் மூழ்கும் அபாயமுள்ளது. மாலைதீவுக்கு அப்படியான அச்சுறுத்தல் உள்ளமையால் அந்நாட்டு மக்கள் வெளிநாடுகளில் குடியேறி வருகின்றனர். ஏன் நம் தீவுக்கூட்டங்களில் நயினாதீவு, எழுவதீவு, பருத்தித்தீவுகளுக்குக் கூட அப்படி அச்சுறுத்தல் இருப்பதாய் ஆய்வுகள் கூறுகின்றன. காலநிலை மாற்றத்தால் மழை குறைவடைந்து போகிறது. இதனால் குடிநீர் பிரச்சினை, உணவு உற்பத்திப் பிரச்சினை இன்று உலகை அச்சுறுத்தும் மற்றைய முக்கிய பிரச்சினைகளாக உள்ளன. இன்று உலகில் 100 கோடி மக்கள் தினமும் பட்டினியுடன் வாழ்கின்றனர். உணவுத்துட்டுப்பாட்டினாலும், விலை அதிகரிப்பினாலும் மேலும் 4 கோடி மக்கள் பட்டினிக்குத் தள்ளப்படுவர் என ஐ.நா. உலக உணவு விவசாய தாபனம் எச்சரித்துள்ளது. உலக மக்களை அச்சுறுத்தும் தற்போதைய முக்கிய பிரச்சினை குடி நீராகும். காலநிலை மாற்றத்தினால் பனிப்பாறைகள் உருகிகடல் வெள்ளப் பெருக்கு, பனிப்பாறை நிலநடுக்கம், பனிப்பாறை நிலச்சரிவு என்பனவற்றாலும் மிக ஆபத்தான கடல்கோள்கள் ஏற்படுகின்றது. சூறாவளி, பூமியதிர்வு, மலைச்சரிவு, பூகம்பம், கடல்கோள் என்பன இன்று உலக மக்கள் அனைவரையும் ஏதோ ஒரு வேளையில் அச்சுறுத்திக் கொண்டேயிருப்பதை நாம் அறிவோம். சுற்றுச்சூழல் சீரழிவில் காபனீரொட்சைட் மட்டும் தனிமையாகத் தாக்கம் புரியவில்லை. பிற காரணிகளும் இதில் பங்களிப்புச் செய்கின்றன.

இந்து சமுத்திரப்பிராந்தியத்தில் 2005இல் ஏற்பட்ட கடல் கோளானது இலங்கையுட்பட்ட 10 நாடுகளில் 2 இலட்சத்து 30 ஆயிரம் உயிர்களைக் காவு கொண்ட சோக நிகழ்வு நம் கண் முன்னால் நடந்ததே.

கி.மு. 3ஆம் நூற்றாண்டில் சகாராப்பாலைவனப்பகுதியில் சில நீருற்றுக்கள் காணப்பட்டதாகத் தெரியவருகின்றது. தற்போது அந்நிலப்பகுதி தனிப்பாலைவனமாகவே காணப்படுகிறது. இன்னும் 40 ஆண்டுகளில் ஆறுகள் வற்றிவிடும் எனவும் எதிர்வுகூறப்படுகின்றது. இப்படியாக பூமி வெப்பமடைந்து வருவதால் சரும நோய்களும், புற்றுநோய்களும் ஏற்படுகின்றது. தோலிருக்கச் சளையை உண்பது போல சூடு மனிதனைப் பசியாறுகிறது. எத்தனையோ உயிரினங்களை அழித்து வருகின்றது. வெப்பமடைவதால் பூமி பாலைவனமாவதைத் தடுக்கப் பிரேசில் பொறியியல் ஆராச்சி நிறுவனம் ஒரு தேசியத்திட்டத்தினை முன்வைத்து நடைமுறைப்படுத்தியும் வருகின்றது. அவற்றின் முக்கிய அம்சங்களில் ஒன்று சூரியனிலிருந்து வரும் வெப்ப அலைகளை மீண்டும், சூரியனுக்கே திருப்பி அனுப்பும் ஆற்றல் வெள்ளை நிறத்திற்கு இருப்பதால் வீடுகளின் கூரைகளை வெள்ளை நிறமாக்கும் முயற்சிகள் சில நாடுகளில் இடம்பெறுகின்றன.

ஓசோன் படலத்தில் ஓட்டை

புற ஊதாக்கதிராணது ஓட்சிசன் மூலக்கூற்றில் ஏற்படுத்தும் இரசாயன மாற்றமே வளிமண்டலத்தில் ஓசோன்படலம் ஏற்படக்காரணமாகும். பூமியைப் புற ஊதாக்கதிர் தாக்கத்திலிருந்து காப்பது ஓசோன்படலமாகும். இது பூமிப்பரப்பின் வாயு மண்டலத்தில் 10 km முதல் 50 km வரை பரவியுள்ளது. இந்தப் பகுதி ஸ்ட்ரே டோஸ்பியர் எனக் குறிப்பிடப்படுகிறது. இப்படலம் 90 சதவீதம் சூரிய ஒளியிலுள்ள புறஊதாக்கதிர்களை பூமிமேல் விழாது தடுத்து உயிரினங்களை ஆபத்திலிருந்தும் பாதுகாக்கிறது. பூமியின் சுற்றுச்சூழல் சீர்கேட்டால் ஓசோன்படலத்தில் ஓட்டை ஏற்பட்டுள்ளது. நாம் அனைவரும் அறிந்ததே.



பூமியின் தெற்குப்பாதிப்பகுதியில் இதன் பாதிப்பு பல மடங்கு அதிகரித்துள்ளது. இதனால் 20 சதவீதப் புற ஊதாக்கதிர்கள் பூமியை நேரடியாகத் தாக்குகின்றன. இக்கதிர் வீச்சானது உயிரினங்களில் விதம் விதமான புற்றுநோய்களை ஏற்படுத்துகிறது. ஐரோப்பாவின் மலைத்தொடரிலிருந்து அமெரிக்காவின் மேற்குக்கடற்கரை வரையிலான பகுதியில் உள்ள ஓசோன்படல மாற்றமே அச்சுறுத்தும் வகையில் உள்ளது. பூமியின் வடபகுதியில் புற ஊதாக்கதிரின் தாக்கம் முன்பைவிட 9 வீதம் குறைந்துள்ளது. கோடைகாலம் மற்றும் வசந்தகாலத்தில் தென்பகுதியில் இதன் தாக்கம் அதிகம் பசுமைக்கூடார வாயுக்களே. ஓசோன்படலத்தை ஓட்டையாக்குபவை எனக் கனடா, ரோறன்ரோ பல்கலைக்கழக ஆய்வாளர் நிரூபித்துள்ளார். காபனீரொட்சையிட்டு உமிழ்வைத் தடுத்தாலே பூமியைக் காப்பாற்ற ஒரே வழி எனவும் அவ் ஆய்வாளர்கள் எச்சரித்துள்ளனர். காலம் கடந்து போகுமுன் மனிதன் இனியாவது இயற்கையை அழிப்பதையும் சூறையாடுவதையும் நிறுத்த வேண்டும். மனிதன் பணத்தைவிடச் சுகத்தை நேசிக்கவேண்டும்.

பொலித்தீன்ல் மறைந்திருக்கும் பயங்கரம்

- ◆ பொலித்தீன் சீற்றுக்களில் கட்டப்படும் குடான உணவுப் பொருள்களை உட்கொண்டால் குடல்புற்று நோய் ஏற்படும்.
- ◆ ஒருமுறை பயன்படுத்தும் பிளாஸ்டிக் டம்ளர்களின் மூலக்கூறுகள் பொலித்தீன் சீற்றின் மூலக்கூற்றைவிட வித்தியாசமானவை. அவை “பாலி அத்தெடு அமைட்ஸ்” மூலக்கூறுகள் மூலம் உருவாக்கப்படுபவை. லஞ்சீற்றுக்கள் “பாலி எத்தலின் குளோரைட்டின் மூலம் உருவாக்கப்படுபவை. இம்மூலக்கூறுகள் சூட்டுன் சம்பந்தப்படும்பொழுது இரசாயனத் தாக்கம் அடைகின்றன. குடான உணவு உள்ளிட்ட குடான தேநீர் என்பன பொலித்தீன் சீற் பைகளில் கட்டப்படும்போது பாலி எத்தலின் குளோரைட்டு இரசாயன மாற்றம் பெற்று காசினொஜினாக உணவுத்திட்டத்தை அடைகிறது. புகையிலையின் புகையிலையிலுள்ள நிக்கொட்டினானது காசினொயினாக மாற்றப்பட்டு இரத்தத்துடன் கலந்து சுவாசப்புற்றை ஏற்படுத்துவது போன்று பொலித்தீன் சீற் காஜினொஜின் இரைப்பைப் புற்றை ஏற்படுத்துகிறது. பிளாஸ்டிக் டம்ளர்கள் பொலித்தீன் பைகளைவிட ஆபத்தானவை.

- ◆ பொலித்தீன் பைகள் சுற்றுச்சூழலை மாசுபடுத்துகின்றன. இவை எளிதில் இற்றுப்போகாமையினால் சாக்கடையின் அடைப்பினையும், மழைநீர் பூமியில் ஊடுருவுவதையும் தடை செய்கின்றன.
- ◆ கால்நடைகள் இவற்றை உணவுடன் சேர்த்து உண்பதால் உணவுத்திட்டத்தில் அடைப்பு ஏற்பட்டு இறக்கின்றன. எனவே பொலித்தீன் பாவனையை முழுமையாகக் கைவிடுங்கள்.

2.2 சுற்றுச் சூழலை பாதுகாக்க மரம் வளர்ப்போம்

மரம் அழிந்தால் மழை அழிந்து விடும். வடமாகாணத்தில் பயன்தரும் மரங்களும் மற்றும் பனை, தென்னை மரங்களும் கடந்த யுத்தகால நிலைகளில் பெருமளவு அழிந்து போயின. இங்கு 85,374 ஏக்கரில் பயிரிடப்பட்டு இருந்த தென்னைச் செய்கையில் 45,523 ஏக்கர் நிலப்பரவிலிருந்த தென்னைகள் யுத்தத்தால் அழிக்கப்பட்டுவிட்டன. இதே போன்றே பனைகளும், மற்றைய மரங்களும் அழிக்கப்பட்டு உள்ளது. மரங்கள் நச்சுக்காற்றான காபனீரொட்சைட்டை தாம் சுவாசித்து உயிர்க்காற்றான ஒட்சிசனை வெளிவிடுபவை. ஒரு மரம் அதன் வாழ்நாளில் பின்வரும் பணிகளை உயிரினங்களுக்குச் செய்கிறது.

- ◆ மனித இனம் உயிர்வாழ ரூபா இரண்டு இலட்சத்து ஐம்பதாயிரம் பெறுமதியான ஒட்சிசனை நமக்குத் தருகிறது.
- ◆ மனித இனமும் விலங்கினமும் சுவாசிக்க ரூபா ஐந்து இலட்சம் மதிப்பான ஒட்சிசனை நமக்குத் தருகிறது.
- ◆ மண் அரிப்பிலிருந்து பூமியையும், இயற்கையினையும் பாதுகாக்க ரூபா இரண்டரை இலட்சம் பெறுமதியான சேவையைச் செய்கிறது.
- ◆ சகல உயிரினங்களுக்கும் நிழல்தரும் வகையில் ரூபா இருபது இலட்சத்து ஐம்பதினாயிரம் பெறுமதியான நிழலைத் தருகிறது.
- ◆ காற்றைக் குளுமைப்படுத்த பூமியின் ஈரப்பதனைப் பாதுகாப்பதில் ரூபா மூன்று இலட்சம் மண்களிம்பை வழங்குகின்றது.
- ◆ ஒரு மரம் தன் வாழ்நாளில் ரூபா இருபதாயிரம் மதிப்புடைய உணவுப் பொருளைத் தருகிறது. அதேபோன்று 1; மற்றும் மற்றைய பயன் வகையால் இருபதாயிரம் பெறுமதியான தேவையைப் பூர்த்தி செய்கிறது.
- ◆ ஒரு கெக்டர் நிலத்திலுள்ள மரங்கள் 18 பேருக்கு வாழ்நாளுக்குத் தேவையான ஒட்சிசனை வழங்கும்.

- ◆ ஓசோன் படலத்தை ஓட்டையாக்கும் குறோரோ, புரோரோ காபனை மரங்கள் தாம் உறிஞ்சி ஓசோன் படலத்தைக் காப்பாற்றுகிறது.
- ◆ காற்று மேற்கிலிருந்து கிழக்கு நோக்கியே வலம் வருகிறது. உலகின் வடக்கிலுள்ள மலைகளாலும் பரந்து விரிகின்ற நிலங்களாலும் காற்று சிதறடிக்கப்படுவதால் ஓசோன் படிவ ஓட்டை 9 வீதத்தால் மூடப்பட்டுள்ளது. தென்பகுதியில் இக்காற்று நகர வாய்ப்பில்லாதபடியால் 90 வீதமான ஓசோன் படையில் 20 வீதமான இடத்தில் ஓட்டை விழுந்துள்ளது.
- ◆ இப்படியாகச் சுற்றுச்சூழலை மனிதனே மாசுபடுத்தி, அதன் விளைவையும் எதிர்கொள்கிறான்.
- ◆ காலத்தால் அழியாத பயன் மரங்களை நினைவுப் பரிசாக வழங்கியும், மீள்மரநடுகையை ஏற்படுத்தியும் சுற்றுச் சூழலையும், சுகவாழ்வையும் பேணுவோமாக.

3.1 புத்தியும் (Intellect), மதி நூட்பமும் (Intelligence)

உலக மக்களின் அறிவத்தாட்சியான புத்திக் கூர்மை காப்பாற்றப்பட வேண்டும். மதிநூட்ப வாதிகளின் மனங்கள் கனிய வேண்டும். அது மனித அழிவிலிருந்து மக்களைக் காப்பாற்ற வேண்டும்.

மனிதனும் துன்பங்கள் அனைத்தையும் சீர்தூக்கிப் பார்த்தால் அவற்றிற்கான விளக்கம் இப்படியுள்ளது.

1. இன்பதுன்பங்களாக இயங்கும் அறிவின் நிலை - புத்தி, மதிநூட்ப விளைவுகள்.
2. இயற்கை விதிகளை மீறல்
3. சமுதாய அமைப்பு என்ற அறநெறி வாழ்வுப் பிறழ்வு

இம் மூன்று நிலைகள் பற்றியும் மனிதன் அடையும் தெளிவே அவன் துன்பத்தை தாண்டி இன்பம் பெற, உலக அமைதி பெற வழி. இன்ப துன்பங்களின் இயல்பு, தோற்றம், பெருக்கம் மாற்றம் இவை பற்றி அறிய வேண்டுமானால் முதலில் அவற்றிற்கு மூலமான அறிவைப் பற்றி அறிய வேண்டும். கடலிலிலே இருந்து ஆவியாக மாறி மேகமாகி மழையாகி வெள்ளமாகி பூமியில் ஓடும் நீர் கடலையே நாடி இயற்கை நியதிப்படி ஓடுகின்றது. கடலையடைந்த பின் தான் அது விரைவு தணிந்து நிலை பெறுகின்றது. அதே போன்று மனிதனிடம் அறிவாலியங்கும் சக்தி. அச் சக்தியானது காம, குரோத, லோப, மோக, மத, மாச்சரியமாகிய ஐம்பொறி

உணர்வுகளில் அருந்தி துன்பத்தில் மனிதனை மூழ்க வைத்துள்ளது. அறிவு தன்னை அறிந்து அமைதி பெறுவதே உலகம் அமைதிபெற ஒரே வழி மனித வாழ்வு - சமுதாய அமைப்பு முறை, நீதி என்னும் மானிட அறவாழ்வின் ஊடாகப் பயணித்து அதன் இருப்பையடைந்தால் மட்டுமே வீட்டின் அமைதி, சமூக, அமைதி, நாட்டின் அமைதி, உலக அமைதி நிலைக்கும்

புத்த (Intellect)

இவ்வுலகில் நாம் சாதாரணமாக புத்தியும், மதிநுட்பமும் ஒன்று என நினைக்கின்றோம். இது தவறு. புத்தியும் மதிநுட்பமும் வேறு வேறானவை. இது குறித்து பல அறிஞர்கள் பல ஆய்வுகளைச் செய்துள்ளனர். மானிட நெறியான வாழ்வியலுக்கும் சமூக அமைதிக்கும் வேண்டிய மானிடப்பண்புகளை மானிட இயல்பினைத் தருவது புத்தியே. மதி நுட்பம் ஆக்கத்திற்கு உதவியபோதும் அழிவிற்கும் துணைநிற்பது புத்தியுடன் இயல்பாகவே அன்பு கருணை இரக்கம், இனிமை, சீலம், நல்லுறவு போன்ற மானிடப் பண்புகள் இணைந்துள்ளது. மதிநுட்பத்துடன் அவை இல்லை. புத்திக்கு 1) சிரத்தை, 2) ரிதம் என்ற சீர்தூக்கிப்பார்க்கும் இயல்பு, 3) சத்தியம், 4) மனஒழுக்கம் 5) பேராற்றல் என்ற அனைத்தையும் கொண்டது புத்தி.

மதி நுட்பம் (Intelligence)

மதிநுட்பம் என்பது மாறிக்கொண்டிருக்கும் இவ்வுலகில் அதற்கு ஏற்றவாறு வளர்ந்து கொண்டிருக்கும் அறிவுத்திறனே மதிநுட்பம். மதிநுட்பம் உள்ள மனிதனிடம் சந்தேகம் இருந்து கொண்டேயிருக்கும். அவனுக்கு எதிலும் உறுதியான நம்பிக்கை இராது. இவர்களிடம் அகங்காரம் நான், எனது என்பன நிறைந்திருக்கும். இவர்களிடம் அன்பு, கருணை, இரக்கம், சீலம் நட்புறவு இராது. புத்தியின் ஆற்றலும் நலிந்திருக்கும். விஞ்ஞானிகளும், சர்வாதிகாரப்போக்குடைய அரசியல் தலைவர்கள் கூட மதிநுட்ப வாதிகளே. இம்மனப்பாங்கூடாகவே ஒப்பரசன் நாகசாத்தி என்ற பெயரால் நடந்தேறிய அமெரிக்க அதிபரின் உத்தரவின் மீதான சுட்டிப்பையன், குண்டு மனிதன் என்ற அணுக்குண்டுகளால் யப்பானில் ஏற்பட்ட பேரழிவுகள் 3 ஆயிரம் அணு ஆயுதங்களை வல்லரசு நாடுகள் பாதுகாத்து உலக அழிவிற்குக் காத்திருப்பதும் பசுக்கன்றைக் கொன்றமைக்காய் தேர்க்காலில் மகனைக்கிடத்திக் கொன்று நீதி வழங்கிய மன்னர்களும், முல்லைக்குத் தேர் கொடுத்த மன்னர்களும், வாடிய பயிரைக் கண்டபோது தாம் வாடிய மக்களும் புத்தியின் இலக்கணமாய் வாழ்ந்துள்ளனர். அவர்கள் தான் வரலாறாக இன்றும் மக்களிடம்

வாழ்கின்றனர். துரதிஷ்டவசமாய் மதிநுட்பம் மிகுந்தவர்களே புத்திக் கூர்மையுள்ளவர்களை விடக் கௌரவிக்கப் படுகிறார்கள். பணம் புத்தியிலே குணம் குப்பையிலே என்பதுபோல், முந்திய காலத்தில் மதிநுட்பம் மிகுந்தவர்களுடன் யாரும் கூட்டுச் சேர்வதில்லை. புத்திக் கூர்மையே கௌரவிக்கப்பட்டனர். இதை வள்ளுவர் வாக்கால் அறியலாம்.

“அரம் போலக் கூர்மையரேனும்

மரம் போல்வர் மக்கட் பண்பில்லாதவர்” என்பார்.

நமது பண்டைய நீதி நூல்களும், இலக்கியப் படைப்புகளும், இதிகாசங்களும், அறநூல்களும், மானிட விழுமியங்களை மக்களிடம் வளர்க்கும் நோக்குடன் எழுந்தவையே. அன்பின் வடிவமாக இராமனையும் அசுர குணங்களின் வடிவமாய் இராவணனையும் பாத்திரங்களாக்கி அன்றைய மக்களுக்கு அறிவூட்டியுள்ளனர்.

புத்தியின் அம்சங்கள்

1. சீரத்தை

சீரத்தை என்பதன் பொருள் என்ன? அதற்கு இரு அர்த்தங்கள் உண்டு. 1) ஆர்வம் 2) உறுதித்தன்மை. எந்த விடயத்திலும் மாணவர்களுக்கு ஆர்வம் மட்டும் இருந்தால் போதாது அந்த ஆர்வத்தில் உனக்கு “உறுதியான நம்பிக்கை இருக்க வேண்டும்.” எனவே புத்திக்கு ஆர்வம், உறுதியெனும் இரு தன்மைகள் உண்டு.

2. ரீதம் என்னும் சீர்தூக்கிப்பார்க்கும் இயல்பு :

ரிதம் என்பது என்ன? முக்காலத்தையும் சீர்தூக்கிப்பார்த்து சரியா, தவறா எனத் தீர்மானிப்பதே ரிதமாகும். அதாவது மனம், வாக்கு, காய - சுத்திக்கு (எண்ணம், சொல், செயல் இம் மூன்றிலும் தூய்மை பேணல்) ரிதம் என்று பெயர்.

2. சத்தியம் உண்மை பேசுதல்

மனம், வாக்குக், காயம் தூய நிலையில் இருப்பவரிடமிருந்து வெளிவரும் சொல்லே சத்தியம். கண்டதைக் கண்டவாறும், கேட்டதைக் கேட்டவாறும் கூறுவது சத்தியமல்ல. அதை நிஜம் (Fact) என்று மட்டுமே கூறலாம். சத்தியத்திற்கும் நிஜத்திற்கும் நிறைய வேறுபாடு உண்டு. உள்மறைந்திருக்கும் ரிதம் சொல்லில் வெளிப்படும்போது மட்டுமே அது சத்தியமாகின்றது.

4. மனவொடுக்கம்

“ஐம்புலன் உணர்வுகளையும் மனமானது தனது கட்டுப்பாட்டின் கீழ் கொண்டு வருதல். இதுவாகும்.” இதனால் அனைத்து ஆற்றல்களையும் மனவொடுக்கம் தனது ஆதிக்கத்தின் கீழ் கொண்டு வந்து விடுகின்றது. நாம் கேட்பதன் மேலும், பேசுவதன் மேலும், பார்ப்பதன் மேலும், கட்டுப்பாடு இருக்கவேண்டும். இதை உணர்த்தவே, காந்தி மகானின் மேசையில் மூன்று குரங்குப் பொம்மைகள் ஒன்று கண்ணை மூடியபடியும், மற்றையது காதைப் பொத்திய படியும், மற்றையது வாயைப் பொத்திய படியும் இருந்தனவாம். இதன் அர்த்தம் என்ன? தேவையில்லாதவற்றைப் பார்க்காதே, புலன்உணர்வுகளில் மிகத் தீமையினை ஏற்படுத்துபவை கண்களே. தேவையற்றவற்றைக் கேட்காதே, தேவையற்றதைப் பேசாதே என்ற செய்திகளையே அப்பொம்மைகள் மக்களுக்கு தெரிவிக்கின்றன. அதேபோன்றே சுவையுணர்விலும், தொடுகையுணர்விலும் கட்டுப்பாடு வேண்டும். காந்தலில் ஐம்பொறியுணர்வு ஒன்றி நிற்கின்றது. அதனால் தான் காதலுக்கு கண்ணில்லை என்பர் - ரிதம் அடிபட்டுப் போவதால், பேசும் போது நல்ல வார்த்தைகளைத் திரிகரண சத்தியுடன் பேச வேண்டும். இதையே யாகாவாராயினும், நாகாக்க எனவும், நாவினால் சுட்ட வடுவெனவும் வள்ளுவர் வலியுறுத்துவார். இது நாக்கே பகையை உருவாக்குவது.

எனவே மாணவர்கள் ஐம்புலன்களின் மேல் ஆதிக்கம் கொள்வதில் மனவொடுக்கப் பயிற்சியான தியானத்தில் நம்பிக்கை கொள்ள வேண்டும். இதன் பயன்களைப் பின் பத்திகைகளில் காண்போம். மாணவப்பருவம் புனிதமான பருவம். எதையும் கிண்டிக்கின்றி அறியும் ஆர்வம் மிக்க சிக்கலான பருவமும் கூட - இளம் கன்று பயமறியாதல்லவா? திவ்வியமான மகிழ்ச்சியான பருவம், எனவே, மாணவர்களுக்கு படிப்புடன் புலடைக்கமும் வேண்டும்.

5. பேராற்றல்

ஆக, சிரத்தை, ரிதம், சத்தியம் மனவொடுக்கம் இவை நான்கும் ஒன்றிணையும்போது மாபெரும் ஆற்றல் உருவாகின்றது. அத்தகைய ஆற்றலில், எல்லா ஆற்றல்களின் வெளிப்பாடும் அடங்கியிருக்கும். அதுவே தெய்வீக நிலை. எனவே “புத்தி ஐம்பொறி உணர்வுகளைக் கடந்தது.”

மதிநுட்பம் புலன்களுக்கு உட்பட்டது

உடலுடன் புலன்கள் உள்ளன. புலன்களின் மேல் மனம் உள்ளது. மனத்தின் மேல் புத்தி உள்ளது. புத்தியின் மேல் ஆத்மா உள்ளது. புத்தி உயிருக்கு அருகில் இருப்பதால் சோபையுடன் இயங்குகிறது. இதை உலகியல் சம்பந்தப்பட்ட, உலகியல் தேவைகளை, புதிய கண்டுபிடிப்புக்கள் மூலம் உருவாக்கிக் குவித்துக் கொண்டிருக்கும் மதிநுட்பத்துடன் ஒப்பிடலாமா? மதிநுட்பம் உடலுணர்வு சம்பந்தமானது, மதிநுட்பவாதிகள், விஞ்ஞானிகள். புலனுணர்வால் அறிபவையினையே உண்மை என அவர்கள் நம்புவார்கள், காற்றைக் கண்ணால் காணமுடியாது என்பதற்காய் இல்லையெனக் கூறமுடியுமா? உடல் உணர்வுள்ள வரை மனமானது உயிரை - ஆத்மாவை அறிய முடியாது. மதிநுட்பவாதிகள் மனத்தின் செயற்பாடு பற்றி அக்கறை கொள்வதில்லை. உளவியல் விஞ்ஞான முறையுள் அடங்காத கொள்கைகளே.

புத்தியின் கடைசிப் பண்பான பேராற்றல் எப்படிக் கைவரப் பெறுகின்றது? எண்ணம், சொல் செயல் மூன்றும் ஒன்று சேர்வதால் அது நிகழ்கின்றது. எண்ணம் ஒன்று. சொல் வேறு ஒன்று செயல் மற்றொன்று என்று இருப்பவன் கொடியவன் - தீயவன். சிரத்தை, ரிதம், சத்தியம், மனவொடுக்கம், பேராற்றல் இவையனைத்தின் ஒட்டு மொத்த வடிவம் புத்தி. சூரியன் எப்படி இருளை அகற்ற ஒளியைத்தருகிறானோ, அதேபோன்றே புத்தியும் அறியாமையை நீக்கி வாழ்வில் எம்மை ஒளிரச் செய்கின்றது. புத்தி நம்மை ஒளிரச் செய்வது சுயநம்பிக்கை (Self confidence) யின் அடிப்படையிலேயே சுயநம்பிக்கையின்மையே குழப்பங்களுக்குக் காரணம். மனிதன் என்ற சொல்லுக்கு நம்பிக்கை நிறைந்தவன் என்பது பொருள். தற்கால மனிதனுக்கு இத்தகைய நம்பிக்கை கிடையாது. பசுதன் எசமானிடம் நம்பிக்கை கொள்கிறது. நாய் தன் எசமானுக்கு நன்றியாக இருக்கின்றது. ஆனால் மனிதன் மனிதனை நம்புவதில்லை. முதலையால் கவரப்பட்ட யானை இறைவனை நம்பியது. நம்பிக்கை வீண்போகவில்லை. சூரிய ஒளியில்லாது நாம் எதையும் பார்க்க முடிவதில்லை. உயிரற்ற உடலுக்கு கண்கள் உண்டு. காதுகள் உண்டு, மூக்குண்டு, வாயுண்டு, அவை சூரிய ஒளியின் கீழ்த்தான் கிடத்தப்பட்டும் கிடக்கின்றது. ஆனால் அதனால் ஏன் பார்க்க, கேட்க, பேச, முடிவதில்லை உள்ளிருக்கும் திவ்விய சக்தியான “உயிரும் அதனுடன் கலந்து நின்ற புத்தியும்” விலகி நின்றாலேயே.

4.1 இயற்கையோடு இசைந்த பண்டைய அறவியல் கல்வி - மீள்நோக்கு

“கல்தோன்றி மண்தோன்றாக் காலத்தே” போர் வாழோடு முன்தோன்றி மூத்த குடிகள் தமிழர். அன்று ஒருநிலப்பரப்பாயிருந்த கண்டங்கள் கடல் கோள்களினால் பூமியின் நிலத்தட்டுக்கள் (Coral reef) ஒன்றுடனொன்று மோதியபோது அந்நிலப்பகுதியில் ஒருசில நீரில் மூழ்கின. மற்றைய பகுதிகள் கண்டங்களாகப் பிரிந்து சென்றன. நீரில் மூழ்கிய நிலப்பகுதியின் ஒரு பகுதியே மறைந்த லெமூரியாக் கண்டமாகும். (Losst Lamuriya) இக்கண்டம் அன்று ஆபிக்கா, ஆசியா, அவுஸ்திரேலியா என்ற தற்போதைய கண்டங்களின் இடையே இருந்தது. இந்த லெமூரியாக் கண்டமே உலகின் மானிடத் தோற்றத்தின் தொடர்பில் என்கின்றனர். ஆய்வாளர்கள். (Cradel of the Human being) இங்கு வாழ்ந்த மக்கள் எலு என்ற மொழியைப் பேசியுள்ளனர். கடல் கோள்களில் மூழ்கிப்போன லெமூரியாக் கண்டத்தில் வாழ்ந்த மக்களில் ஒரு பகுதியினர் வள்ளங்களிலேறி மற்றைய நிலப்பரப்பிற்கு நகர்ந்துள்ளனர். இப்படி நகர்ந்தவர்களில் ஒரு பகுதியினர் ஹரப்பா, மொகஞ்சதாரோ ஆகிய வட இந்திய ஆற்றுப்படுக்கைகளில் குடியேறியுள்ளனர். அப்படிக் குடியேறிய தமிழ் மக்களே இன்று ஆய்வாளர்களினால் சிந்துவெளி நாகரிக மக்களென அறியப்பட்டுள்ளனர். சிந்துவெளி நாகரிக மக்கள் கட்டிட அமைப்பு, மாடிக் கட்டிட அமைப்பு, நகர் அமைப்பு, இந்துமதக் கோயில் அமைப்பு, தமிழ் மொழிப் பாவனை என்ற வசதிகளைப் பெற்று வாழ்ந்துள்ளனர். இவர்கள் அன்று நாகரிகத்தில் பெயர் பெற்று விளங்கிய கிரேக்க, ரோம சாம்ராஜ்ஜியங்களோடும், அராபியர்களோடும், இலங்கை மாதோட்டநகர தமிழ் மக்களோடும் வர்த்தகத் தொடர்பினைக் கொண்டிருந்தனர். மன்னார் கடலில் பெறப்பட்ட மிகச் சிறப்பான முத்துக்களை, இலங்கையில் பெறப்பட்ட நவமணிகளை சிந்துவெளி நாகரிக மக்கள் அணிந்து சிறப்புடன் வாழ்ந்தமை தொல்லியல் ஆய்வுகளுடாக நிசூபிக்கப்பட்டு உள்ளது. இவர்கள் அன்றைய ஈரானியர்களுடனும் (யூதர்கள்) தொடர்பு கொண்டிருந்தனர். அலெக்சாந்தர் படையெடுப்பினால் வட இந்தியாவில் ஆரியக் குடியேற்றம் விரைவுபடுத்தப்பட்டது. ஆரியர்கள் வேதமுறைகளை அறிமுகம் செய்ததன் தாம் அடிமைகளாக்கிய தமிழர்களைத் தாசர்கள் என அழைத்தனர். தமிழ்மொழியின் வரிவடிவங்களைக் கடனாகப் பெற்று, செவிவழியாகச் சொல்லப்பட்டு வந்த வேதங்களுக்கு வரிவடிவம் கொடுத்தனர். இவர்களின் தள்ளுவிசையில் திராவிடர்களான தமிழர்கள் மீண்டும் மறைந்த

லெழுரியாவின் ஒரு பகுதியான தென் தமிழ்நாடு நோக்கி நகர்ந்தனர். தமிழ்நாட்டை சங்ககாலத்தில் இருந்தே முடியுடை மூவேந்தர்கள் ஆட்சி செய்தனர். அவர்களின் ஆட்சிப் பிரதேசத்தின் தென் எல்லையில் பாண்டிநாடு இருந்தது. கடலோரப் பட்டினமான பாண்டிநாடு இரண்டு தடவை ஏற்பட்ட கடல்கோள்களில் சங்கம் வைத்துத் தமிழ் வளர்த்த நகரமான கபாடபுரத்தை இழந்தது. மூன்றாவது கடல்கோளில் காவிரிப்பூம்பட்டினம் மாமல்லபுரம் போன்ற கடற்கரை நகரங்கள் கடலில் மூழ்கியது. அக்கடலில் மூழ்கிய எச்சங்களை இன்றும் நாம் காணக்கூடியதாக உள்ளது. பாண்டிநாட்டின் தலைநகரமாக மதுரை தெரிவு செய்யப்பட்டது. அரசரைத் தலைவராகக் கொண்ட கடைச்சங்கம் அங்கு ஆரம்பிக்கப்பட்டுத் தமிழ் வளர்த்தது. இங்கு அறிஞர் பெருமக்களும், புலவர்களும் ஒன்றுகூடி தமிழ் ஆய்வு செய்து பல நூல்களை இயற்றினர். அந்நூல்களின் சிலவே இன்று நாம் பெற்றுள்ள பத்துப்பாட்டு, எட்டுத்தொகை, பதினெண்கீழ் கணக்கு என்ற சங்க நூல்களாகும். இச் சங்கநூல்களிலே இலங்கையுடன் பாண்டிநாடு கொண்டிருந்த நிலத்தொடர்பு அழிந்து போனமை பற்றியும், மாதோட்டம் ஓர் தமிழர் தலைநகரமாக விளங்கியமை பற்றியும், அது ஒரு சர்வதேச துறைமுகமாக விளங்கியமை பற்றியும் (Market City of the World) குறிப்புக்கள் காணப்படுகின்றன. ஈழத்திலிருந்து உணவு, தமிழ்நாட்டிற்குச் சென்றமை பற்றிக் குறிப்பிடப்படுகின்றது. இதனை “ஈழத்துணவும் காளகத் தாக்கமும்” என்ற சங்கநூல் வரிகள் உறுதிப்படுத்துகின்றன. பிற்காலத் தெழுந்த ஐம்பெரும் காப்பியங்களில் ஒன்றான மணிமேகலை மாதோட்டத் தமிழரசு பற்றியும் ஈழத்தொடர்புகள் பற்றி நிறைவாகப் பேசுகின்றது. கடைச்சங்கத்தில் முல்லைத்தீவு பேராற்றைச் சேர்ந்த ஈழத்தாய் புகத் தேவனார் என்ற பெரும் புலவரிடம் பெற்றிருந்தமை அவர் பாடலினால் உறுதி செய்யப்படுகின்றது. அதேபோன்றே முரஞ்சியூர் முடிநாகராயர் என்ற நாக இனத்தைச் சேர்ந்த ஈழப்புலவரும் சங்கத்தில் அங்கம் வகித்திருந்தமை அறியப்படுகின்றது.

5.1 இயற்கையோடு இயைந்த அருவமாக்கல் அறிவு (Abstract Knowledge) சார்ந்த பண்டைய கல்விமுறை

ஐம்பொறி உணர்வுகளுக்கு அப்பாலுள்ள அருவநிலையால் அறிவது மெய்யறிவு. பண்டைய கல்வி முறையானது உடல் உழைப்பைவிட மனம் சார்ந்த உள்ள உழைப்பில் இன்பம் கண்ட - இயற்கையுடன் இணைந்த கல்வி முறையாக (Intellectual) இருந்துள்ளது. இது அறநெறி சார்ந்த

கல்வியாகும். இதனாலேயே வள்ளுவர் “உவப்பத்தலைக்கடி உள்ளப் பிரிதல் அனைத்தும் புலவோர் தொழில்” எனவும், கல்வி முறையை அருவமாக்கல் அறிவைத் தழுவிய எண், எழுத்தை ஊடகமாகக் கொண்டிருந்தது. இதனாலே வள்ளுவர் “எண்ணென்ப ஏனையெழுத்தென்ப இவ்விரண்டும் கண்ணென்ப வாழும் உயிர்க்கு” என்பார். “எண்ணும் எழுத்தும் கண்ணெனத்தகும்” என்பர் ஓளவையார்.

இன்றைய அறிவியல் கல்விமுறை இயற்கையை வெற்றி கொள்ளும் ஐம்புலன் உணர்வுக்கு உட்பட்டு புலன் உணர்வுக்குத் தீனிஇடும் புலனாய்வு சார்ந்த (Intelligence) கல்வியாகும். இதனால்தான் இன்றைய கல்வி அறிவு உலக ஆக்கத்திற்கும், அழிவிற்கும் உதவி உள்ளது. பண்டைய கல்வி முறை மனம் சார்ந்து மானிடை விழுமியங்களான அன்பு, கருணை, இரக்கம், அறம் தழுவியதாக நின்று உள்ளது. இலங்கை மண்ணைப் பொறுத்தவரை முதல் குருவாக அறியப்படுபவர் அகத்தியர். இதனை “ஆதியில் அருந்தமிழ் அகத்தியர்க்கு உணர்த்திய மாதொரு பாகனார்” என்ற வரிகளால் அறிய முடிகின்றது. அகத்தியர் வடநாட்டின் சமநிலை பேணுவதற்காகவே தென்தமிழ் நாட்டுக்கு அனுப்பப்பட்டவர் சிவனால். அவரால் தமிழ் கற்பிக்கப்பட்டவர். இராவணன் காலந்தொட்டே இவர் இலங்கையில் வாழ்ந்தமைக்கான ஆதாரங்கள் உள்ளன. இலங்கையில் அவர் இருந்தபோது அவர் தொகுத்த அகத்தியம் என்ற சித்த மருத்துவநூலும், அவர் கிழக்கு மாகாணம் மட்டக்களப்பில் நடத்திய அகத்தியர் வைத்திய ஸ்தாபனத்தின் எச்சங்களும், மருத்துவத்திற்குப் பயன்படுத்திய அம்மி, குழவி போன்ற தொல்லியல் பொருட்களும் அங்கு இன்றும் காணக்கூடியதாக உள்ளது. அவரின் முதல் மாணாக்கர் புலத்தியர். புலத்தியரின் எச்சங்களில் ஒருவரே இராவணன். இன்றைய பொலநறுவை அன்று புலத்தியர் நகரம் என அழைக்கப்பட்டது. இதற்கு ஆதாரமாக இன்றும் பொலநறுவையில் புலத்தியர் சிலை உள்ளது. அகத்தியர் அறுபத்திநான்கு கலைகளுக்கும் குரு, புலத்தியரும் இராவணரும் அகத்தியரின் மாணவர்கள். இராவணன் அறுபத்து நான்கு கலைகளிலும் தேர்ச்சி பெற்றவன். ஆனால் இராமனுக்கு முப்பத்திநான்கு கலைகள் மட்டுமே தெரிந்திருந்ததை உறுதிப்படுத்தக் கூடியதாக உள்ளது. அகத்தியருக்கு இராவணனோடு ஏற்பட்டு கருத்து வேற்றுமைகளினாலே தென்கிழக்கு ஆசிய நாடுகளான இந்தானேசியா, பர்மா போன்ற நாடுகளுக்கு இடம்பெயர்ந்து அங்கு வாழ்ந்த மக்களுக்கு குருவாக இருந்தமை அந்நாடுகளிலுள்ள குரு அகத்தியர் கோவில்களின் மூலம் இன்றும் உறுதி செய்யக்கூடியதாக உள்ளது. இப்படியாக பண்டைய

கல்விமுறை எம் இலங்கை நாட்டிலும் குருகுலக் கல்வியாகவே அறுபத்து நான்கு கலைகளின் பெறும் கல்விகூடமாகவே அன்றைய கல்விமுறை இருந்துள்ளது. அறுபத்து நான்கு கலைகளின் தலைவியாகச் சரஸ்வதி போற்றப்பட்டுள்ளாள். அன்று இக்குருகுலக் கல்விமுறை அரச குடும்பத்தினருக்கும், உயர் குடும்பத்தினருக்கும், நிலப்பிரபுத்துவ உயர் குடும்பத்தினருக்கு எனக் கட்டுப்படுத்தப்பட்டிருந்தது. வள்ளுவர் தோற்றத்தின் முன்பு நான்கு வர்ணக்கோட்பாடுகளும், நீதிமுறைகளும் அவர்களுக்குரிய ஒழுக்க முறைகளுமே பின்பற்றப்பட்டு வந்தது. மனுநீதிப்படி வள்ளுவர் காலத்தின்பின் நீதிமுறைகளும், கல்விமுறைகளும் பெரிதாக மாற்றம் பெற்றிருப்பதைக் காண முடிகின்றது. ஏகலையன் ஒரு தாழ்ந்த வகுப்பினன் என்பதாலேயே குருவிடமிருந்து நேரடியாக வில்வித்தையைக் கற்க முடியாது போய்விட்டது என்பதை வரலாற்று இலக்கியங்களுடாகப் பார்க்க முடிகின்றது.

“அறியாமை அறிவகற்றி அறிவினுள்ளே

அறிவுதனை அருளினான்” - குருஞானசம்பந்தர் - சிவயோகசாரம் - 02.08.02 என்பதுவும் இன்னொரு பரிமாணமாகும். இப்படியான குருகுலக்கல்வியின் வளர்ச்சியானது ஒரு சிறப்பான பரிணாமம் பெற்றது. ஆசிரியத்துவத்தின் வளர்ச்சிக்கு வழிசமைத்தது. சங்கநூல்கள் ஆசிரியர்களை கணக்கர் என்றே அழைத்துள்ளது. இதனை மணிமேகலை வரிகள் எமக்குப் பின்வருமாறு உறுதி செய்கின்றன.

“இத்திறம் தத்தம் இயல்பினிற் காட்டும்

சமயக் கணக்கரும் தந்துறைபோக்கிய

அமையக் கணக்கரும்:.....”

மணிமேகலை - 1.12.14

தமிழர் வாழ்வியல் ஐந்திணை நில அமைவுடன் இணைந்ததாய் இருந்தது. வயலும் வயல் சார்ந்த மருதநில மக்கள் கல்வி ஆசிரியர் நெறிப்படுத்தலை உள்ளடக்கி இருந்தது. மருதநில உற்பத்தியில் நீர் அவர்களின் இயற்கைவளமாகப் போற்றப்பட்டது. இதனால் ஆசிரியர்களின் ஒழுக்கமும், பண்பாடும் நீர்மை என்ற எண்ணக்கருவால் வலியுறுத்தப்பட்டது. எண், எழுத்து என்ற கணக்கிலும், அலகிலும் ஆசிரியத்துவத்தின் உயர் குறிக்கோளாகின. அறிவு மேம்பாடுடையோரே ஆசிரியராக விளங்கியுள்ளனர். தரம் குறைந்த மனிதரால் உரைக்கப்படும் மெய்ப்பொருள் மாணவர்களால் உள்வாங்கப்பட மாட்டாது என அன்றைய பிராமணியத்தால் வலியுறுத்தப்பட்டது. இதனை ஆக்கே முகர்ஜி எழுதிய பண்டைய இந்தியக்

கல்வி 1972 பக்கம் 101ன் மூலம் உறுதி செய்யலாம். அன்று சாதிமுறையோடு கல்வி இருந்தமையை வலியுறுத்துகின்றது.

“நிறைமொழி மாந்தர்

ஆணையிற் கிழந்த

மறைமொழி தானே மந்திரமென்பர் - தொல்காப்பியம் 178.

இக் கால கல்வி முறை வரன் முறையான கல்விமுறை (Formal Education) கல்வி சார்ந்த ஆசிரியர்களின் சமூக நிரல் அமைப்பின் உயர் அடுக்கு மக்களோடு இணைந்திருந்தமையினை இக்கல்வி முறை உறுதிசெய்யும். சமூக அடுக்கமைப்பின் உயர்நிலைப் பிரிவினரில் இருந்து நியாயமான கல்விக்குரிய ஆசிரியத்துவம் உருவாகிற்று. ஒளி, விளக்கம், சுடர், சுனை, கற்பகத்தரு, பொழில், அருவி, கார்முகில் வாணர் என்றவாறான பட்டப்பெயர்கள் ஆசிரியர்களுக்கு காட்டப்பெற்றது. ஆசிரியர்களில் மிருந்து இலக்கணம், இலக்கியம், சமயம், தருக்கம், நீதி நூல், வானநூல், சோதிடம் முதலான அறிவுத்துறை சார்ந்த அறிவினை மக்கள் எதிர்பார்த்தனர். கல்வி என்பது ஆற்றலைப் பெருக்கும் வலிவாகக் கருதப்பட்டது. கல்வியில் முன்னேற்றம் பெறல் வாழ்க்கையில் முன்னேற்றம் பெறுதலாகக் கருதப்பட்டது. இந்நிலையில் கல்வியின் பெருமை போற்றப்பட்டது. சமூக முரண்பாடுகள் கல்விக்குரிய முரண்பாடுகளாக தோற்றம்பெற கல்விச் செயற்பாடுகள் வடதுருவம், தென்துருவம் என எதிர் நோக்கிப் பயணிக்கத் தொடங்கியது. ஒரு புறம் ஆன்மீக நோக்கு முனைப்புப்பெற மறுபுறம் உலகியல் நோக்கு மேலெழுந்தது. கல்விக்கான தெய்வீக நோக்கின் வற்புறுத்தல் அறிவின் மூல ஆற்றலாக இறைவனே விளங்கினார்.

இவ் இரு துருவப்பாட்டின் விளைவாக 1. இயற்கையுடன் இயைந்து வாழ்வதற்கானகல்வி, 2. இயற்கையை மாற்றியமைப்பதற்கான கல்வி என்ற இருமைப் போக்கு முனைப்புப் பெற்றது. 1. இயற்கையோடு இயைந்த கல்வி மானிட விழுமியங்களை தழுவி இறை நிலையினை வலியுறுத்தியது. இக் கல்வி ஐம்பொறிகளுக்கு அப்பால் சென்று அருவமாக்கல் அறிவு (Abstract knowledge) என்ற வளர்ச்சி நிலையை எய்தியது. 2. இயற்கை மாற்றியமைப்பான கல்வி உலகியலை முதன்மைப்படுத்தி மனிதனை இலக்குப் பொருளாக்கியது. ஐம்பொறி உணர்வுகளால் காணப்படுவதே மட்டும் உண்மை என்ற கோட்பாட்டைக் கொண்டு மன உணர்வுகளுக்கு மதிப்பளிக்கவோ மனம்பற்றி அறியவோ இக்கல்வி முறை முற்படவில்லை. மாறாக புலன் ஆய்வு நுட்பங்கள் ஊடாக இயற்கையை எப்படி வெற்றி

கொள்வது என்பதே அவர்களது இலக்காக இருப்பதால் விஞ்ஞானப் புதுமையும் தொழில்நுட்ப வளர்ச்சிக்கும் தீனிபோட்டு ஆக்கத்திற்கு உதவியதுடன் அது அழிவிற்கும் வழிவகுத்தது. இயற்கையுடன் இணைந்த கல்வியானது நிறுவனமயமாக வளர்ச்சி பெற்றது. உயர்கல்விக் கூடங்கள் பொதுவாக சமூகநிலையில் உயர்ந்தோருக்கு உரியவாக அமைந்தன. முன்பு நாம் கண்ட அரச தலைமையிலான உயர்கல்விப்பீடம் பாண்டியர் காலத்தில் தமிழ்சங்கமாக இருந்தது. சோழர்காலத்தில் கல்வி முறையானது மடாலய கல்வி முறையை பின்பற்றி இருந்தது. அவை மேல்தட்டு மக்களுக்கே உதவின. பேராசிரியர் சபா ஜெயராசா அவர்களின், தமிழர் உளவியலும் கல்வியும் என்ற நூலில் பண்டை கல்வி முறைக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. சமூகத்தின் அடித்தட்டு மக்களின் அபிவிருத்தியில் நிலாப் பள்ளிக்கூடங்களும் பட்டறைப் பள்ளிக்கூடங்களும் பணியாற்றியுள்ளன. முடியுடை மூவேந்தர் மூவருமே எல்லாக் காலமும் எதிரிகளாகவே ஒற்றுமையின்றி ஆட்சிசெய்தமை தமிழர்களின் சாபக்கேட்டில் கறைபடிந்த அத்தியாயங்கள். கடை ஏழு வள்ளல்களில் பாரி, முதன்மையானவர். அவர் கொடைச்சிறப்பை அறிந்து மனம் புழுங்கினர் முடியுடை மூவேந்தர்களும். அவர்கள் தனித்தனியாக பாரியினது பறம்பு நாட்டை வெற்றிகொள்ள கடினமாக முயற்சித்தனர். முடிவு தோல்வியாகவே மூவரும் சேர்ந்து பறம்பு நாட்டின் மீது படையெடுத்து பாரியை வென்றனர். முடியுடை மூவேந்தரும் வாழ் நாளில் ஒன்றுபட்ட சம்பவம் இது ஒன்று மட்டுமே. பாரியின் மரணத்தின்பின் அவரது ஆஸ்தான வித்துவான ஓளவை பிள்ளைகளான அங்கவை, சங்கவை இருவருக்கும் பாதுகாவலர் ஆனார். நிலா முற்றத்தில் மூவரும் கூடியிருந்தனர். பிள்ளைகள் இருவரும் தந்தையின் இழப்புக் குறித்து ஒள்ளையிடம் வேதனையை மனம்பகிர்ந்தனர்.

“அற்றைத்திங்கள் அவ் வெண்ணிலவில்

எந்தையும் (தந்தை) உடையோம் எம் குன்றும்

(பறம்பு மலை) - பிறகொளார்.

இற்றைத்திங்கள் இவ்வெண்ணிலவில்

எந்தையும் இலமே எம்குன்றும் கொண்டார்

- யாம் எந்தையும் இலமே.....”

என்று வேதனையுறுவதை பண்டைய நிலாக்கால ஒன்றுகூடல் வரிகள் நினைவுபடுத்தும். காட்சியின் மறுபக்கம் அரச நிலையில் இருந்து பிள்ளைகள் அடிமட்ட நிலைக்கு தள்ளப்பட்டு இருக்கும் சூழலும் இங்கு உணர்த்தப்படுவதைக் காண்கிறோம். இப்படியாக பண்டு அடிமட்ட

மக்களுக்கு ஆசிரியர்கள் தமது வீட்டின் முற்றத்தில் கூடிய மக்களுக்கு இதிகாச உண்மைகளையும் வாழ்வியல் ஒழுக்கங்களையும் பூராணக் கதைகளையும் உயர்ந்தோரது அனுபவங்களையும் அவற்றின் தத்துவங்கள் விளங்கும்படியாக செவிவழியாக கற்றுக்கொடுத்தனர். இது அன்று நிலவிய ஒரு வகை நிலாப் பள்ளிக்கூடம். இதில் அடிமட்ட மக்களே கல்வி கற்றனர். இன்னொரு வகை நிலாப்பள்ளிக்கூடம் உடற்கல்வியுடன் இணைந்ததாய் அமைந்திருந்தது. அவை படைக்கல பயிற்சிகளாம். சீடடி, சிலம்படி பயிற்சி, வாள் பயிற்சி, வேற் பயிற்சி, கவன் எறிதல் பயிற்சி என்பன கற்றுக்கொடுக்கப்பட்டன. மூன்றாவது அந்நிலாப்பள்ளிக் கூடங்களில் அழகியல் சார்ந்த கல்வி குருவினால் கற்றுக்கொடுக்கப்பட்டது. இங்கு நிலாமுற்றத்தில் ஆட்கள், பாடல்கள், கூத்து இசைகருவிப் பயிற்சி என்பன மிகச் சிறப்பாக கற்றுக்கொடுக்கப்பட்டது.

மேலும் பதினெண் கைத்தொழில் வினைஞர்களுக்கும் பட்டறைப்பள்ளிகள் மூலம் மரவேலை, சிற்பவேலை, உலோகவேலை போன்ற தொழில்நுட்பப் பயிற்சி சிறப்புடன் கற்பிக்கப்பட்டது. இத் தொழில் பயிற்சி அளிக்கும் ஆசிரியர் மூப்பர் என அழைக்கப்பட்டார். எமது நாட்டிலும் தமிழ்நாட்டிலும் ஒரு நூற்றாண்டிற்கு முன்னர் கூட திண்ணைப் பள்ளிக்கூடங்கள் இடம்பெற்றிருந்தது. இவை மேல் தட்டு மக்களின் கல்வி வளர்ச்சி கருதியே பணியாற்றி இருந்தன. இது எந்தக் காலத்தில் ஆரம்பமானது என்பதனைக் கூறமுடியாதுள்ளது. மேற்புல பள்ளிக்கூட ஒழுங்கமைப்புக்கு சமாந்தரமாகவே இவை தோற்றம்பெற்றிருந்தன. இங்கு தாய்மொழிக்கல்வியே போதிக்கப்பட்டது.

இப்பள்ளிகளில் நிலச்சுவாந்தார்களான பிரபுக்களின் குழந்தைகளே கல்வி கற்றனர். இதற்கு மானியமாக தானியங்கள் வழங்கப்பட்டது. பயிற்ச்செய்கை மரபு வேட்டையாடல் மரபிற்கு முரணானதாக அமைந்தது. வேட்டையாடல் சமூகத்தில் உயிர்களைக் கொல்லல் நியாயமானதாக காணப்பட்டது. கற்பிக்கப்பட்டது. ஆனால் பயிற்ச்செய்கை மரபில் கொல்லாமை ஓர் ஒழுக்க விழுமியமாக கற்பிக்கப்பட்டது. பயிற்ச்செய்கை பண்பாட்டில் தோன்றி திண்ணைப்பள்ளிக்கூடங்களில் மிக உயர்ந்த விழுமியமாக கொல்லாமை வலியுறுத்தப்பட்டது.

இப்படியாக சமூக அறிவியல் வளர்ச்சியில் எண்ணெழுத்தறிவானது உயர்ந்தோருக்கு உரியதாயும் வாய்மொழி வடிவிலான அறிவு, தாழ்த்தோருக்கு உரியதாயும் இருந்தது. எழுத்து வடிவிலான கல்வியை கட்டிக்காக்க இலக்கண விதிகள் உருவாக்கப்பட்டன. இலக்கணங்கள் மீறப்பட

முடியாதவையாக வலியுறுத்தப்பட்டன. எழுத்தறிவுக்கு சொந்தமான உயர்ந்தோரின் அங்கீகாரம் நூல் வழி கூறியவற்றை மறுப்பின்றி ஏற்கவேண்டும் என்று வற்புறுத்தப்பட்டது.

“ஆயிர முகத்தா னகணற் தாயினும்
பாயிர மில்லாது பணுவலன்றே...”

“எப்பொரு ளெச் சொலினெவ்வாறு யார்ந்தோர்
செப்பினர் அப்படி செப்புதன் மரபே”

என்னும் நன்னூற் பாயிரம் மேற்கூறிய கருத்தை மீள் வலியுறுத்தும். எனவே இன்றைய தேவை மனமொடுங்கக் கற்க வேண்டும். அதுவே அறிவியற் கல்வி.

இப்படியாக கல்விமுறையானது சமூகவளர்ச்சியின் நீரோட்டத்திற்கு அமைய கல்வியியக்கமும் இணைந்திருந்தமையை அறிய முடிகின்றது. இதனையே வள்ளுணரும் வலியுறுத்துவார்.

“எவ்வாறு உறைவது உலகம் உலகத்தோடு
அவ்வாறு உறைவது அறிவு” என்பார்.

இந்த அறிவை “அறன் அறிந்து முத்த அறிவுடையார் கேன்மை திறன் அறிந்து தேர்ந்து கொளல்” அதாவது அறிவுடையர் தொடர்பால் அறிவை பெறவேண்டும் என்று மீண்டும் வலியுறுத்துகிறார் வள்ளுவர்.

எனவே இன்றைய கல்வியின் குறிக்கோள் இன்றைய தலைமுறையினருக்கு முன்பு வாழ்ந்தவர்கள் கண்டறிந்த உண்மைகளை உணர்வுகளை அனுபவங்களை மானிட விழுமியங்களை எடுத்துக்கூறி அவற்றை பின்பற்றி மேலும் முன்னேற ஊக்குவிப்பதாகும். இன்றைய அறிவியல் கல்வி மூலம் நம்மைச் சுற்றி நடப்பவற்றைப் பற்றியும், உண்மைகளைப் பற்றியும், கண்டுபிடிப்புக்களைப் பற்றியும் தெரிந்து கொள்கின்றனர் இளைய தலைமுறையினர். ஆனால் நம் முன் நிகழ்வைப் பற்றி நாம் யார்? நம் வாழ்வின் குறிக்கோள் என்ன? எத்தகைய வாழ்க்கை வாழவேண்டும்? என்பவை பற்றிய அறிவை நம் கல்வி அவர்களுக்கு கொடுப்பதில்லை. ஆகவே உலகைப்பற்றி அறிந்தாலும் நம்மை பற்றி அறியாத இன்றைய அறிவியல் கல்வியினால் நாம் இன்று திண்டாடுகின்றோம். இதனையே திருமூலர்

“தன்னை அறியிற் தனக்கொரு கேடுமில்லை
தன்னை அறியாமல் தானே கெடுகிறான்” என்பார்

அன்றும் கூட எம் பாரத தேசத்திலே மெய்ஞானிகள் மட்டுமல்ல விஞ்ஞானிகளும் வாழ்ந்துள்ளனர். இன்று அமெரிக்க நாசா விஞ்ஞானிகள் எத்தனையோ வானியல் ஆய்வுகளை நடாத்தி வருகின்றர். இவை விஞ்ஞான புதுமையும் ஆனால் அன்று பாரத தேசத்தில் வாழ்ந்தவர்களில் சாதாரண கிரணிய கசிபுவை எடுத்துக்கொள்வோம். அவனும் ஒரு மேதாவி. பஞ்சபூதங்கள் பற்றி வெகுதீவிரமான ஆராய்ச்சி செய்திருக்கிறார். அவற்றின் மீது ஆதிக்கம் செலுத்தி வானவெளியிலே கிரகங்களை நகர்த்தி இருக்கிறான். சந்திர மண்டலத்திற்கு கூட போயிருக்கிறான். படிப்படி நட்சத்திரங்களுக்குக் கூட போக முயற்சித்திருக்கிறான். அவன் துருவ நட்சத்தின் இடத்தை மாற்ற முயன்ற போதுதான் பாரதத்தில் பிரளயம் ஏற்பட்டது. ஆனால் இந்த கிரணிய கசிபு எல்லா ஆற்றல்களில் இருந்தும் ஆன்மீக நம்பிக்கை இல்லாது போனமையால் தன்மகன் பிரகலாதனாலேயே அழிவை ஏற்றுக்கொள்ளவேண்டி ஏற்பட்டது. அதேபோன்று முதன் முதலில் ஆகாய விமானத்தை தயாரித்து ஆயிரத்து ஐந்நாறு அடிகள் ஆகாயத்தில் பறந்து காட்டியர் இந்திய அறிவியலாளர் சட்டறிஜி.

6.1 இயற்கையினை மாற்றி அமைப்பதற்கான இன்றைய அறிவியற்கல்வியின் ஆக்கமும் அழிவும்.

21ம் நூற்றாண்டில் எமது அறிவியல் வளர்ச்சியினால் உலகமக்கள் எதிர்கொள்ளும் புதிய பிரச்சினைகள்.

1. வறிய நாடுகளின் நிதி நெருக்கடி.
2. உள்நாட்டுப்போர்கள்.
3. வல்லாதிக்க நாடுகளின் சுரண்டல்களும் ஆக்கிரமிப்பும்.
4. காலநிலை மாற்றம்.
5. எரிபொருள் விலைத் தளம்பல், தட்டுப்பாடு மாற்றிடான புதிய காசுப்பயிர் (சோளம்) உற்பத்தியால் உணவுப் பயிர்ச்செய்கை குறைந்தமையும், உணவுத்தட்டுபாடும்.
6. மலேரியா, எயிட்ஸ் போன்ற உயிர்கொல்லி நோய்களின் தாக்கம்.
7. பூமியின் தென்னரைக்கோளத்தில் உள்ள நாடுகளின் வறுமை.

இவற்றுள் முதன்மையான இன்றைய மானிட அச்சுறுத்தல் காலநிலை மாற்றமும் பூமி வெப்பமடைதலுமாகும்.

உலகத்தில் மற்றைய உயிரினங்களுக்கும் மனிதனுக்கும் ஒரு முக்கிய வேறுபாடு உள்ளது. மற்றைய உயிரினங்கள் இயற்கை வளத்தை, உள்ளத்தை உள்ளவாறாக வாழ்வின் வளமாக துய்த்து கவலையின்றி வாழ்கின்றன. இயற்கை கல்லினுள் தேரைக்கும், கருப்பையில் முட்டைக்கும் உணவுழித்து காப்பாற்றுகின்றது. புறவை இனங்கள் கூட உணவை களஞ்சியப்படுத்தியது கிடையாது. ஆனால் மனிதன் மட்டும் இயற்கை அறிவின் சிறப்பினாலும், கைத்திறனாலும் இயற்கையை உருமாற்றி வாழ்வின் வளமாக துய்த்து கவலைகளுடன் வாழ்ந்துகொண்டிருக்கிறான். மனிதன் வாழ்வதற்கு எண்ணிறந்த பொருட்கள் தேவைப்படுகின்றன. அவை அத்தனையும் இன்று உருவாக்கப்பட்டு உலக மக்கள் அனைவரும் ஒரே குடும்பமாக வாழ அறிவியல் வழிசெய்துள்ளது.

இன்றை விஞ்ஞானத்தின் வளர்ச்சி எம் எதிர்கால சந்ததிக்கு தாயைக்கூட தேவையற்றதாகக் விட்டது. “தண்டுக்கல” குழந்தை உற்பத்தியால்.

அடுத்த 30 ஆண்டுகளில் பெண்ணின் முட்டைக்கும் ஆணின் விந்தணுவுக்கும் எங்கும் போகத்தேவையில்லை. வெறும் ஆய்வுகூடம் ஒன்றுக்குப் போனால் போதும். எவரும் எந்த வயதிலும் குழந்தையைப் பெறலாம். தண்டுக்கலங்கள் ஊடாக. இத்தண்டுக்கலங்கள் பண்முகத்திறமை உடையவை. தண்டுக்கலங்கள் ஆரம்பத்தில் இருந்தே இலகுவதன்மையில் இருப்பதே இதற்குக் காரணம் இது மனிதனுடைய தோலில் இருந்து பெறப்படும் கலமாகும். மனித உடலில் நரம்புக்கலம் செங்குழியம் தசைக்கலம் என்புக்கலம் என 220 வெவ்வேறு வகைக்கலங்கள் உள்ளது. இந்த 220 கலத்தில் எந்தவிதமான கலத்தினையும் எமது தோலில் உள்ள கலத்தைச் செயற்படுத்தி உருவாக்க முடியும் என மருத்துவ விஞ்ஞானம் கண்டறிந்துள்ளது. இத்தோலில் இருந்து பெறப்படும் தண்டுக்கலத்தில் இருந்து இனி ஆணின் விந்தையும், பெண்ணின் முட்டையும் பெறமுடியும். ஆய்வுகூடத்தில் இவை இரண்டையும் கருகட்ட வைத்தால் ஒரு முகமும் அது விருத்தியுற்ற முளையும் உருவாகும். இதை எந்தக் கருப்பையின் உள்ளும் புகுத்திவிட்டால் அது சிசுவாகும். தாய், தந்தையர் உறவின்றி உருவாக்கப்பட்ட டொல்லி என்ற செம்மறியாடும் இப்படியான பொறிமுறை ஊடாகவே உருவாக்கப்பட்டது என்பதை நீங்கள் அறிவீர்கள். ஆனால் அதன் உற்பத்திக்கு பயன்படுத்தப்பட்டது வேறு செம்மறியாட்டு மடியில் இருந்து பெறப்பட்ட கலமாகும். இப்படியாக மனித உற்பத்தியுடனேயே விளையாடிக் கொண்டிருக்கும் விஞ்ஞான வளர்ச்சி தந்த பரிசுகளில் ஒன்றுதான் இன்று உலகம் பாலைவனமாகப் போகும் முன்னெதிர்வு நிலை.

இப்படியான விஞ்ஞான விந்தைகளினதும், வளர்ச்சிகளினதும் முன்னேற்றப்படிக்கள் பற்றி முந்திய பந்திகளில் நாம் விரிவாக கண்டுள்ளோம். அவை பற்றி இங்கு மீண்டும் விரித்தல் குற்றமாகும். இது விஞ்ஞான வளர்ச்சியின் ஒரு பக்கம். அதன் மறுபக்கம் விஞ்ஞான வளர்ச்சியால் உலகம் அழிவின் விளிம்பில் நிற்கும் துயரம் தோய்ந்த பக்கம். உலகியல் வாழ்க்கை இன்பம் - துன்பம், ஆக்கம் - அழிவு, போன்ற இருமை நிறைந்தது. உயிரானது உடலில் புகுந்த அன்றே எமக்குத் துன்பம் ஆரம்பித்துவிட்டது. பிரச்சினைகள் இல்லாத மனிதர்கள் உடைந்த வாளை வைத்திருக்கும் போர்வீரர்களுக்கு ஒப்பானவர்கள் என்பது அறிவியலாளர்களின் கருத்து. எமது எந்த எண்ணங்களும், செயல்களும் எதிர் விளைவை உடையவை. (Every Action has Reaction). உலக மக்கள் அனைவரதும் ஒட்டுமொத்த கவலை தாம் நினைப்பது போல் தமது செயல்களுக்கு உரிய விளைவு கிடைப்பதில்லை என்பதே. நாம் செயல்களுக்கு மட்டுமே பொறுப்பானவர்கள். விளைவு வேறு ஒருவர கையில் உள்ளது. அதை இயற்கையே தீர்மானிக்கின்றது. எமது நல்ல எண்ணங்களின் படியும் செயல்களின் படியும். இப்படியாக இயற்கைக்கு மாறாக எமது சிந்தனைகளும், செயல்களும் அமையும்போது இயற்கை வளங்களை அளவுக்கு அதிகமாக நிலத்தின் கீழ் நிலக்கரியாகவும் பெற்றோலியப் பொருட்களாகவும் பொன்னாகவும், இரும்பாகவும் அகழ்தெடுக்கும்போதும் பூமிப்போர்வையான காடுகளையும், மரங்களையும் அழித்து 18ம் நூற்றாண்டில் ஏற்பட்ட கைத்தொழில் புரட்சியின் மூலம் தொழிற்சாலைகளையும், நகரங்களையும் அமைத்து இயந்திரங்களுக் கிலக்கரிகளும், பெற்றோலியப்பொருட்களும் வழங்கப்பட்டதன் விளைவாக அவற்றில் இருந்து வெளிப்பட்ட காபனீரொட்சைட்டு, காபன்மொனொக்சைட்டு என்பன இன்று பூமித்தட்டை பாலைவனமாக்கியுள்ளது. இதனை பிரான்சின் புத்தொளிகால சிந்தனையாளரான ரூசோ தனது நூல் ஒன்றில் “18ம் நூற்றாண்டிலேயே மனிதன் பேராசையின் விளைவுகளைக் கண்டுணர்ந்து தன் தீர்க்கதரிசனத்தை தம் நூலிலே அன்றே தெரிவித்துள்ளார்.

அதாவது “பூமியின் மேற்பரப்பில் இருக்கும் இயற்கை வளங்களை அதன் அளவின் முறையாக பயன்படுத்தவேண்டிய மனிதன் பூமியை சூழ்ந்த இருளில் பதங்கி அதை தோண்டி கனிய வளங்களை சுரண்டத்தொங்கிய அன்றே மனிதனது அழிவு ஆரம்பித்து விட்டது” என்கிறார்.

1. காற்று (Air)

உயிரினங்கள் சுவாசிப்பதற்கும் உயிர்வாழ்வதற்கும் தாய்மையான காற்றை முதலில் அவசியம். மூளைக் கலங்களுக்கு ஒட்சிசனானது 6 நிமிடங்கள் கிடைக்க வில்லையானால் மூளைக்கலங்கள் இறந்து விடும். எனவே காற்றின்றி மனிதன் 6 நிமிடங்களே உயிர்வாழ முடியும். சுவாசத்தின் மூலம் பெறும் ஒட்சிசனாலேயே நாம் உண்ணும் உணவானது இரத்தம்தான் ஒட்சியேற்றப்படுகின்றது. காற்றில் உள்ள ஒட்சிசன் மட்டுமல்ல அதில் உள்ள காபனீரொட்சைட்டும், ஓசோனும் உணவு உற்பத்தியில் பயிரினங்களுக்கும், தாவரங்களும் பச்சையம் தாயாரிப்பதற்கு மிகவும் அவசியமானது. தாவரம் ஆனது மனிதனுக்கு மட்டுமன்றி, தாவரங்களுக்கு உணவு அளித்து காப்பாற்றுவது. இப்படியாக உயிரினங்களின் உயிராகவும் உயிர்மூச்சாகவும் விளங்கும் காற்றானது இன்று உலகம் இயந்திரமயமாக்கப் பட்டிருப்பதினால் மாசுபடுத்தப்பட்டுள்ளது. விஞ்ஞானிகளின் கண்டு பிடிப்புக்களும், காடழிப்புக்களும் இன்று உயிரினங்களை நோயாளிகள் ஆக்கியுள்ளது.

2. நீர் (Water)

“நீரின்றி அமையாது உலகு என்பார் வள்ளுவர், மேலும்,

“விசம்பின் துளி வீழி னல்லால் மற்றாங்கே

பசும்பற்றரை காண்பது அரிது”

என்பார்.

“ஆறில்லா ஊருக்கு அறகுபால்”

என்பார் ஆன்றோர்.

உலகில் $\frac{3}{4}$ பங்கு நீரினால் அமைந்துள்ளது. அவற்றில் 97 வீதம் கடல் நீரான உப்புநீர். 2.5 வீதம் துருவ பனிக்கட்டிகளும், அசையும் பனிக்கட்டிகளும். 0.5 வீதம் மட்டுமே குடிநீருக்கு பயன்படும் சுத்தமான நீராகும். உலகின் நீர் வளத்தில் 15 வீதமே குடிநீருக்கு பயன்படுத்தப்படுகின்றது. 65 வீதம் விவசாயத்திற்கு பயன்படுத்தப்படுகின்றது. பூமிப்பந்தில் உள்ள 650 கோடி மக்களில் பெரும்பாலானோர் பாதுகாப்பற்ற நீரையே பருகி வருகின்றனர். பாதுகாப்பற்ற நீரை பருகுவதால் உலகில் 8 செக்கனுக்கு 1 குழந்தை இறக்கின்றது. வருடம் தோறும் 1 கோடியே 50 இலட்சம் குழந்தைகளின் இறப்பிற்கு பாதுகாப்பற்ற குடிநீரே காரணமாக உள்ளது. எமது இலங்கையின் வடபிராந்தியத்தில் ஏற்படும் நோய்களுள் நீரால் பரவும் நோய்களே (water born disease) அதிகம் உலகில் உள்ளவர்களில் மூவரில் ஒருவரிற்கு பாதுகாப்பற்ற குடிநீர்

உறுதிசெய்யப்படவில்லை. ஐ.நா.சபையின் ஆண்டறிக்கையின்படி உலகில் 100 கோடி மக்கள் பட்டினியால் வாடுகின்றனர். இயற்கை வளங்கள் குறையாடப்பட்டு, அழிக்கப்பட்டும் நீர் வளம் அருகும்போது நாடுகளுக்கிடையே நீருக்காக போர் மூழும் யுகம் ஒன்றுள் (தமிழ்நாடு காவிரிநீர் சண்டைபோன்று) உலகம் தள்ளுப்படவுள்ளது. சமாதானமும் போரும் மனிதனின் உள்ளங்களிலேயே பிறந்திருக்கின்றன. உலகில் 40 கோடி சிறுவர்கள் தாய் நிரைப் பெறுவதில்லை.

3. உணவு நெருக்கடி

தனியொருவனுக்கு உணவு இல்லை எனில் இந்த ஜெகத்தினை அழித்திருவோம் என வீரமுழக்கம் இட்டான் மகாகவி பாரதி. அவன் உணவில்லையானால் சண்டை வரும், சமாதானம் அழியும் என்று அன்றே கண்டிருந்தான். அது இன்றும் நடைபெறுகின்றது உலகநாடுகளில். உலகில் உள்ள 650 கோடி மக்களில் 100 கோடி மக்கள் பட்டியுடன் வாழ்கின்றனர் என்கின்றது ஐ.நா. சபையின் விவசாய ஸ்தாபனம். மேலும் அது தற்போதைய உணவுப்-பொருட்களின் விலையேற்றத்தினால் மேலும் 4 கோடி மக்கள் பட்டினிச்சாவில் தள்ளப்பட்டு இருப்பதாக தெரிவித்துள்ளது. இந்தியா சீனா போன்ற 100 கோடிக்களுக்கு மேல் சனத்தொகையைக் கொண்ட நாடுகளும் கொங்கே ஜனநாயக குடியரசு இந்தோனேசியா, பாகிஸ்தான், பங்களாதேஸ், எத்யோப்பியா ஆகிய பூமியின் தென் அரைக்கோள நாடுகளான ஏழு நாடுகளில் உள்ள பெரும்பாலான மக்களை வறுமை; பட்டினிச்சாவில் தள்ளிவிட்டுள்ளது. இந்த நாடுகளில் மட்டும் 86 கோடியே 30 இலட்சம் பேர் பட்டியுடன் உள்ளனர். தினமும் 1¼ அமெரிக்க டொலரை பெறுபவர்களே வறுமைக்கோட்டின் கீழ் வாழ்கின்றனர். இப்படியான வருமானத்துடன் உலகில் 140 கோடியே மக்கள் வாழ்கின்றனர். ஆபிரிக்க மக்கள் தொகையில் 40 வீதமானவர்கள் வறுமை நிலையில் வாழ்கின்றனர். ஆபிரிக்காவில் ஒரு வறியவர் 70 சதம் வருமானத்துடன் உயிர்வாழ்கின்றார். இந்தியாவில் 45 கோடியே 50 இலட்சம் பேர் வறுமையுடன் வாழ்கின்றனர். சீனாவின் வறுமை வீதம் முன்பு 80 வீதத்தில் இருந்து தற்போது 15 வீதமாக குறைந்துள்ளது. ஆசியாவில் 60 கோடி சிறார்கள் வறுமையில் வாடுகிறார்கள். வறுமையின் கொடுமை உலகில் ¼ பங்கு மக்களை ஒரு நேர உணவு கூடச் சரியாக கிடை முடியாது நிர்ப்பந்தித்துள்ளது. இது உயிர்வாழும் மனித உரிமைக்குக் கூட சாவு மணி அடித்துள்ளது.

இப்படியாக உலகலாவிய ரீதியில் ஏற்பட்டுள்ள உணவு தானிய தட்டுப்பாட்டிற்கும் விலை அதிகரிப்புக்குமான முக்கிய காரணம் “உலகின் படுமோசமான காலநிலையே” இதற்கான பொறுப்பை கூறவேண்டியவர்கள் பாலவனவாழ்வை நோக்கி மக்களை அழைத்துச்செல்லும் விஞ்ஞானிகளே. நாம் என்று மரத்தை அழித்தோமோ அன்று மழையை இழந்தோம். பாலவனப் பயணம் அன்றே ஆரம்பித்துவிட்டது. 26.12.2004இல்



இலங்கை உட்பட 10 இற்கு அதிகமான இந்து சமுத்திர பிராந்திய நாடுகளில் 2 இலட்சத்து 30 ஆயிரம் பேரை பலிகொண்ட இந்தோனேசியாவில் ஏற்பட்ட கடல்கோள். மேலும் எரிபொருள் தட்டுப்பாட்டை நீக்க சோளத்தில் இருந்து அற்ககோல் உற்பத்திசெய்யும் தொழில்நுட்பத்தை அறிமுகம் செய்ததன் விளைவாக அங்குள்ள விவசாய நிலங்கள் பெரும்பாலானவை சோளப்பயிற்செய்கை உற்பத்தி நிலங்களாக மாறியுள்ளன. இதனால் உலகில் தானிய உற்பத்தி குறைந்துள்ளது. பூமி வெப்பமடைதலை தடுப்பதற்கான உலக நாடுகள் மேற்கொள்ள வேண்டிய நடவடிக்கைகள் தொடர்பில் G8 நாடுகளான தொழில்மய நாடுகளும் அமெரிக்காவும் இணங்கிப்போக மறுத்துள்ளது. காபன் அழிவுகளை வெளியிடும் நாடுகளில் அமெரிக்கா முதலிடத்திலும் இந்தியா ஏழாமிடத்திலும் உள்ளது.

இப்படியாக விஞ்ஞானிகளின் சிந்னையானது பூமியின் பசும் போர்வையைக் களைந்து பாலவனமாக்கிவிட்டு மனித குடியிருப்புக்களுக்கு தகுதியற்றனமாக்கிவிட்டு இன்று மற்றைய கோள்களின் குடியேற்றத்திற்கு முயற்சிக்கின்றனர். யதார்த்தமாக சிந்திக்கும் ஒவ்வொரு மனிதனும் கேட்கும் கேள்வி இது. உள்ளத்தையே பாதுகாக்க முடியாத புலனாய்வு விஞ்ஞானிகளுக்கு புது உலக குடியேற்றம் நிரந்தர நிலமாகுமா. தான் படைக்காத ஒன்றை அழிக்கும் உரிமை மனிதனுக்கு யார் வழங்கினர். அழிவின் விளிம்பில் இருந்து பூமியை இனியாவது காப்பாற்றுவது ஒவ்வொரு மனிதனதும் கடமையல்லவா. பூமி என்பது மனிதனுக்கு கிடைத்த பரிசு.

காலநிலை மாற்றம் சுற்றாடல் பற்றி விரிவாக சிந்திக்கும் நம் சமூகம் எம் நாட்டின் தலைநகரை ஒரு கணம் நினைத்துப் பார்க்கும்போது வெட்கித் தலைகுனிவிகின்றது. இலங்கையின் தலைநகர் கொழும்பு. கொழும்பு என்றாலே மலைபோல் குவிந்து கிடக்கும் குப்பை குழங்கள், சுகாதார சீர்கேடான சேரிப்புறங்கள், வாகன நெரிசல்கள் வீதித் தடைகள், வீதியோர கடைகள் சகித்துக்கொள்ள முடியாத இரைச்சல் எம் எல்லோரது மனங்களிலும் தோன்றுபவவை இப்படியான நரகமாக உள்ளது கொழும்பு. கொழும்பு நகரம் ஆட்கொல்லி நோயான டெங்கு, சிக்குன் குனியா எலிக்காய்ச்சல் போன்ற நோய்களின் பிறப்பிடமாகவும் உள்ளது.

அணு உலைகளினதும் தொழிற்சாலைகளினதும் மனிதனதும் கழிவுகள்

தொழிற்சாலைகளும் வாகனங்களும் மின்பிறப்பாக்கி களும் அவற்றின் இயந்திரங்களுக்காக பயன்படுத்தப்படும் நிலக்கரி பெற்றோலியப்பொருட்கள் என்பனவற்றின் புகையால் காபனீரொட்சைட், காபன்மொனொக்சைட் என்பன வளியில் கலந்து சுற்றுச் சூழலை மாசுபடுத்துகின்றது. வல்லரசுகளும் மற்றைய நாடுகளும் இன்று அணு உலைகளை வைத்து அணு ஆயுதங்களை உற்பத்தி செய்துகொண்டிருப்பது மனித குலம் இன்று எதிர்நோக்கும் உயிர் அச்சுறுத்தல் என்பதுடன் அவ் அணு உலைகளுக்கு பயன்படுத்தப்படும் யூரேனிய, பொலேனிய, ரேடிய கதிர்வீச்சு உலோகங்களின் கழிவுகள் மாண்டித்தையும், உயிரினங்களையும் அச்சுறுத்தும் திண்மக்கழிவுகளாக சமுத்திரங்களிலும் புறம்போக்கு நிலங்களிலும் கொட்டப்படுவதினால் அவற்றில் இருந்து வீசப்படும் கதிர்வீச்சுக்களால் உயிரினங்கள் மோசமான மாற்ற முடியாத புற்றுநோய் போன்ற நோய்களும் கடலில் உள்ள மீனினங்கள், கடல் வாழ் பிராணிகள் அழியும் நிலை தோன்றியுள்ளது.

மேலும் மனித வீட்டுக் கழிவுகள் உரிய முறையில் முகாமெத்துவம் செய்யப்படாதும் தொற்று நீக்கப்படாதும் கொழும்பு போன்று பொது இடங்களில் வீசப்படுவதனால் சுற்றாடல் சுகாதாரத்திற்கும், நோய் பரவுவதற்கும், நுளம்பின் உற்பத்திக்கும் நிலைக்களனாகின்றது. அவை நீருடன் கலக்கும்போது குடல் நோய்களை ஏற்படுத்துகின்றன.

7.1 நல்லெண்ணங்கள்

மனத்தில் நாம் கொண்டிருக்கும் நல்லெண்ணங்களுக்க அமையவே. நமது வாழ்ப்புக்கள் சூழ்நிலைகள் அமைகிறது நாம் எந்தச் சூழ்நிலையை விரும்புகிறோமோ அதற்கேற்ற மன எண்ணங்களை அமைத்துக் கொள்வோமானால் நாம் விரும்புகிறபடி வாழ்வு அமையும். எண்ணங்கள் தூய்மை அடைய போகும் உதவும்.

நம் ஒவ்வொருவர் வாழ்வில் நடக்கும் சம்பவங்களுக்கும் நமது எண்ணங்களுக்கும் நேரடியான தொடர்பு இருக்கின்றது. இவைகளே முக்குணங்களாக எம்மில் மிளர்கின்றது என்கிறது. கீதை அதைப்பூரிந்து கொண்டு, அதைக் கண்டுபிடித்து வாழ்க்கை நடத்துகின்றார், வாழ்புகழ் ஞானியான ஜேம்ஸ் அலன். அவர்மனித எண்ணங்களை அக்குவேறு ஆணிவேறாக அருள்வழிநின்று அலசியவர். அவர் சிந்தனைகள் யாவும் தீர்க்க தரிசனமானவை. எல்லோரையும் வழி நடத்த வல்லன. அவர் “வாழ்வில் மறைந்து கிடக்கும் பல நியாயங்கள் இருக்கின்றன. அவையே எம் வாழ்வை இயக்குகின்றன”. என்கிறார். “எனது தற்கால எண்ணம்தான் பிற்கால வாழ்க்கை. இதில் எத்தனை உண்மைகள் உறங்குகின்றது என்பதை உற்றுநோக்கின் விளங்கும்.நாம் செய்யும் செயல்களுக்கு இப்படித்தான் விளைவு இருக்கவேண்டுமென்று எதிர்பார்க்கிறோம். நாம் எதிர்பார்த்த விளைவிற்கும், இயற்கை நியதிப்படியான விளைவிற்குமிடையே இடைவெளி உள்ளபோது ஏமாற்றமடைகிறோம். மனித உயிர் எண்ணங்களால் உருவாக்கப்பட்டது. (Thought Evolved Being) எனவும், நல்லெண்ணங்கள் மூலம் நாம் பெற்ற வெற்றியானது நீடிக்க வேண்டுமானால் அதை நாம் கண்காணித்து வரவேண்டும் எனவும், எத்தகைய எண்ணங்கள், எத்தகைய பழக்க வழக்கங்களை அதன் விளைவாக எத்தகைய சூழ்நிலைகளையும் நம் வாழ்வில் உருவாக்கின்றன என்ற தொகுப்பும், மகிழ்ச்சியான எண்ணங்கள்போல் நல்ல மருத்துவன் யாருமில்லை என்பதுவும், ஒரு காரணத்திற்காக வளர்ச்சி பெறவேண்டித்தான் ஒரு மனிதன் ஓர் இடத்தில் வைக்கப்பட்டிருக்கின்றான். வேலை முடிந்தால் களைப்புறும் எதை மனம். இரகசியமாக அவாவுகிறதோ அதை அது ஈர்க்கிறபெனவும், (காரணம் தெரியாது சில நிமிடங்கள் ஒன்றில் ஊறிப்போகிறோம் முழுமையாக) மகத்தான இலட்சியத்தை மனதில் வரித்து நம் சக்தியை ஒரு முகப்படுத்தினால் அது “சாதனையாக” மாறும் (விஞ்ஞானிகள், மெய்ஞானிகள் சாதனைகள் இதுவே) இப்படியாக ஜேம்ஸ் அலனின் சிந்தனைகள் எம் சீரிய வாழ்விற்கு பாதை காட்டுகின்றது. அவருடைய

படைப்புக்கள் யாவும் அறிவுபூர்வமானவை, அற்புதமானவை மணற்கேணி போன்றவை. இவ்வுலகில் வாழும் எல்லோரும் மகிழ்வுடனும், வளத்துடனும் வாழவே விரும்புகின்றோம். அப்படியானால் நமக்கு என்ன முதலீடு வேண்டும், விதை வேண்டும். “நல்லெண்ணம்” என்ற விதை மட்டும் எம்மனத்துள் - சித்தத்துள் (Sub conscious mind) ஊன்றினால் போதும். அதை அகத்தாய்வின் மூலம் தினமும் களைகளையகற்றிக் கண்காணித்துவர அது நாம் விரும்பும் சூழலை அமைத்து வாழ்வில் வெற்றிக்கனிகளைத் தரும். இந்த வழியில் எமது இளைய தலைமுறை வளாக்கப்பட வேண்டும். தனிமனித முன்னேற்றத்திற்கு ஜேம்ஸ் அலன் கூறும் யோசனைகள் நாம் மொத்த சமுதாய முன்னேற்றத்திற்கும் பயன்படுத்தலாம். அதனால் நீதி, சாந்தி, சமாதான உலகைக் காணலாம். எண்ணத்தான் முன்னேற்றத்தின் மூலக்கரு என்பதை சமுதாய நிகழ்வுகளிலிருந்தும், ஒரு நாட்டின் சரித்திரத்திலிருந்தும் அறியலாம். ரோமசாம்ராட்சியத்தின் வீழ்ச்சி அந்நாட்டின் அன்றைய அரசனின் தீய எண்ணங்கள், ஒழுக்கங்கள், பழக்கவழக்கங்களால் தான் சரிந்து போனதையும், காந்தியினுடைய ஒருமுகப்பட்ட நல்ல எண்ணங்கள், சூரியன் அஸ்தமிக்காத ஏகாதிபத்திய அரசின் மண்டையைத் துளைத்து கதிதியின்றி, இரத்தமின்றி இந்தியாவிற்குச் சுதந்திரம் பெற்றுத் தந்தது. எமது நாட்டில் முதல் உலகத் தலைவியாக எம் நாட்டின் தலைவியாக எண்ணப்படுபவரது எண்ணம் இன்னும் போராக நடந்து கொண்டிருக்கின்றது. மேலும் அவர் சிந்தனையில், சுயநலமிக்க எண்ணங்கள், துன்பச் சூழ்நிலையை உண்டுபண்ணுகிற-தென்கிறார். போருக்கும் இதற்கும் எத்தனை பொருத்தம் ஸந்தேகத்தையும், பயத்தையும் விதைப்போமானால் தோல்வியும் வறுமையும் என்ற சூழ்நிலை ஏற்படும் என்கிறார். இதை நாம் இன்று அனுபவிக்கிறோம் அல்லவா? சரித்திர ஆசிரியர்கள் இத்தகைய சரித்திரச் சம்பவங்களை பின்னோக்கிப் பார்க்கும்போது “வந்த விளைவும் அந்த நாட்டுத் தலைவர்கள் எடுத்த முடிவுகளால் அவர்கள் எண்ணங்களால் விளைந்தவை” எனப் பொதுவாக எழுதுகின்றனர். அவர்கள் அடிப்படை உண்மைகளை ஒருபடி முன்பதாகவே நிறுத்துகின்றனர். தலைவன் எடுத்த முடிவுக்குப் பின்னால் “நல்லெண்ணம்” இருக்கிறதா? இல்லையா? இல்லையென்றால் அதன் விளைவு என்னவாகும் என்பதை வரலாற்றாசிரியர்கள் என்று எடுத்துக் காட்ட முற்படுகிறார்களோ அன்று தான் வாழ்க்கைத்தத்துவமும், நாட்டுச்சரித்திரமும் ஒன்றுசேரும். மேலும் அவர் கூறுகையில் நல்லெண்ணத்தின் விளைவாக ஏற்பட்ட வெற்றி கண்காணிக்கப்படாவிட்டால் வீழ்ச்சியின் வித்து அன்றோ விதைக்கப்பட்டிருக்கிறது. - சரிவு வந்து சேரும் என்கிறார்.” இதைச் சீர்தூக்கிப் பார்ப்பின்

எத்தனை உண்மை புதைந்துள்ளது” நான் உச்சத்தை அடைந்து விட்டேன். என்னை எவரும் ஒன்றும் செய்ய முடியாது” என இறுமாப்புறும் மனிதன் அல்லது நிறுவனம் அல்லது நாடு தட்டியுடையாது தானே உடைந்த வரலாற்றை உலக ஏகாதிபத்தியமாயிருந்த சோவியத் யூனியன் போன்று தானே சரிந்ததைப் பார்த்திருக்கிறோம். எனவே வெற்றிநிலை பெறவேண்டின் சதா அதைக் கண்காணிக்க வேண்டும். எனவே நம்வாழ்வில் நடக்கும் சம்பவங்கள் யாவற்றிற்கும் எமது நல்ல தீய எண்ணங்களும் நேரடித் தொடர்புள்ளது. இதைப் புரிந்து கொண்டு நல்லெண்ணங்களைத் தெரிந்து அதனை முதன்மைப்படுத்தி வாழ்க்கை நடாத்துங்கள் என்கிறார் ஜேம்ஸ் அலன். இதற்கு நம்மை நாமே தினமும் சுய ஆராய்ச்சி - சுய சோதனை செய்ய வேண்டும். இதன் மூலம் நல்வாழ்வை இயக்கும் உண்மைகளை உணர்ந்து கொண்டு மறுமுறை நல்லதைச் செய்யவோ, தீயதைச் செய்யாது விடவே முடியும். நம்மில் சிலர் வாழ்வின் ஆரம்பக் கட்டத்தில் இருக்கிறார்கள். பலர் வாழ்வின் உண்மை புரியாமலே கடைசிக்கட்டத்திற்கும் வந்துள்ளனர். மேற்படியான வாழ்வின் உண்மைகளை மட்டும் தெரிந்து கொண்டால் எல்லோரும் எத்தகைய அற்புத வாழ்க்கையை அமைத்து வாழமுடியும். ஒரு கணம் இதனை எண்ணிப் பாருங்கள். நாம் பிறந்தோம், இறந்தோம் என்று இல்லாது “வாழ்வாங்கு வாழ்ந்தோம்” என்ற வரலாறு எம்பின் எழுதப்பட வேண்டும் இதனை எல்லா மட்டங்களிலும் அறியச் செய்து நல்லதோர் சமுதாயந்தனை உருவாக்க சிலராவது முன்வந்து எண்ணம் பற்றிய தத்துவங்களை கல்லூரிகளில் மாணவரிடையே சொல்லிக் கொடுக்க வேண்டும். இச்செய்தி பட்டி தொட்டி எங்கும் பரவ வேண்டும். அப்போதே எம் எதிர்காலச் சந்ததியாவது நல்லவகையாகத் தம் வாழ்வை அமைப்பர்.

“எண்ணம்போல் ஆகிறோம். எண்ணம்தான் நம்வாழ்வை அமைக்கின்றது. எண்ணங்கள்தான் உலகை ஆளுகின்றன” என உபநிடதம் கூறுகிறது. புத்தர் கூறுகிறார். பைபிள் கூறுகிறது. எமர்சன் கூறுகிறார். ஏன் நாம் கூட எண்ணம்போல் வாழ்வு என்கிறோம். எத்தனை உண்மைகள் பரீட்சித்துப் பாருங்கள்.

முதலில் மனிதன் ஏன் எண்ணங்களை மாற்றிக்கொள்ள வேண்டும். அவை மாற்றமடையுப்போது அவன் நல்ல குணங்களின் மொத்த வடிவமாகிறான். அவன் எண்ணங்களுக்கு ஏற்ப அவன் விருப்பம் சூழ்நிலைகிடைக்கிறது. இந்த மாற்றங்களை அவனால் உணர முடியும். எண்ணங்களை இரகசியமாக வைத்துக்கொள்ளச் சிலர் நினைக்கிறார்கள்.

அப்படிக்க கற்பனையும் செய்கிறார்கள். அது அப்படி நடப்பதில்லை. ஏனெனில் ஒருவரது எண்ணம் முதலில் பழக்கமாக மாறுகிறது. பின் பழக்கம், சூழ்நிலைகள் - செல்வமாக, வறுமையாக தோற்றம் பெறுகிறது.

இல.	எண்ணங்கள்	விளைவு (வெளிப்பாடு)
1.	நல்லெண்ணங்கள்	அன்பு, கருணை என்ற பண்புகளாய் மாறுகின்றன. பின் அது அமைதியான சூழ்நிலையையும், புத்துணர்வு தரும் சூழ்நிலைகளையும் உருவாக்குகின்றது.
2.	தூய்மையான எண்ணங்கள்	நிதானம், சுயகட்டுப்பாடு, அடக்கம் என்ற மகுடம் அதுவே பின் அமைதியும், சாந்தமும் நிறைந்த சூழலை உருவாக்குகின்றது.
3.	தன்காலிலேயே நிற்க விரும்பும் எண்ணம்	துணிவு, முடிவெடுக்கும் உறுதி போன்ற எண்ணங்கள் ஆண்மை நிறைந்த பழக்க வழக்கங்களை உண்டு பண்ணுகிறது. பின் வளமான வாழ்வு, வெற்றி, சுதந்திரம் என்ற சூழ்நிலைகளை அமைத்துத் தருகிறது.
4.	துடிப்பு நிறைந்த எண்ணங்கள்	இனிமை - அரவணைப்பு தூய்மையான பழக்கங்களையும், உழைக்கும் மனோபாவத்தையும், உண்டு பண்கின்றன. பின் அதுவே ஒரு பாதுகாப்பு வழங்கும் சூழ்நிலையை உருவாக்குகிறது. அன்பான எண்ணங்கள், சுயநலமற்ற எண்ணங்கள் மற்றவர்களுக்காக தன்னைத் தியாகம் செய்யும் குணத்தை - பழக்கத்தை உண்டாக்கும். இதனால் நிரந்தரமான வளம் நிறைந்த வாழ்வும் உண்மையான செல்வமும் ஏற்படும்.

5.	எதைப்பற்றியும் இனிமையையப் பாராட்டும் எண்ணம்	அன்பு, கருணை, அரவணைப்பு மேம்படும் இதனால் சமூக உறவு கலகலப்பான இனிய சூழ்நிலை தோன்றும்.
----	---	--

தீய எண்ணங்கள்	விளைவு
1. தாழ்ந்த எண்ணங்கள், மிருக உணர்வுகள், இச்சைகள்	குடிபோதை, காம வாழ்க்கை அழிவு, நோயை ஏற்படுத்துகிறது.
2. தாய்மையற்ற எண்ணங்கள்	மனத்தளர்வு, குழப்பமான மனநிலைகளை உருவாக்கி எமது கவனத்தைத் திருப்பும் அனுபவங்களாக நாம் விரும்புவதற்கு எதிரான விளைவுகளைத் தரும்.
3. பயம், சந்தேகம், முடிவெடுக்கத் தயங்கும் நிலை	பலவீனம், ஆண்மையற்ற பழக்கங்கள், உறுதியற்ற மனோபாவத்தை ஏற்படுத்தி தோல்வி, வறுமை அடிமையாக சார்ந்திருத்தல் நிலைகளாகும்.
4. சோம்பலான எண்ணங்கள்	சத்தமில்லாத நாணயமற்ற பழக்கங்களை ஏற்படுத்தி தவறான பாதையில் செல்லும் சூழ்நிலை, பிச்சையெடுக்கும் நிலையை உருவாக்கும்.
5. வெறுப்பு, கண்டனம்	பிறரைக் குற்றம் சாட்டும் பழக்கம், வன்முறை, மனக்காயம், உடற்காயம் பிறர் நம்மைப் பழிவாங்குகிறார்கள் என்ற நிலையை ஏற்படுத்தும்.
6. சுயநலமான எண்ணங்கள்	எதிலும் சுயலாபம் தேடும் பழக்கம், தன்னை முன்னிறுத்தும் போக்கு இதனால் எந்தப்பக்கம் திரும்பினால் துன்பத்தில் உழலும் நிலை ஏற்படும்.

நீங்கள் விரும்பும் சூழ்நிலை	நாம் வளர்க்க வேண்டிய எண்ணங்கள்
1. நிரந்தரமான செல்வம், வளம் பெருக.	தன்னைமற்ற எண்ணம், அன்பான உள்ளம்
2. சுமுகமான உறவுகள், கலகலப்பான சூழல்	எதைப்பற்றியும் பாராட்டும் அழகான எண்ணங்கள்
3. சாந்தம், அமைதி	தூய்மையான எண்ணங்கள்
4. வெற்றி, அபரிமிதமான செல்வம், சுதந்திரம்	தைரியம், தமது காலில் நிற்கும் மனோபாவம்
5. இனிமை, அரவணைப்பு	செயலைத் தூண்டும் துடிப்பான எண்ணநிலை
6. பாதுகாப்பு, நீடித்த ஆரோக்கியம்	மன்னிக்கும் மனோபாவம், சாந்தம்
7. உலகம் உங்களுக்கு உதவ	பாவகரமான எண்ங்களை அகற்றல்
8. வாழ்வில் நல்ல வாய்ப்புக்களைப் பெற	பலவினமான அவல எண்ங்களை அகற்றல்.
9. மோசமான சூழ்நிலையிலிருந்தும் அவமானத்திலிருந்தும் விடுபட	மனதில் நல்ல எண்ணங்களை வளர்க்க வேண்டும்.
இத்தகைய சூழ்நிலைகளால் கஷ்டப்படுகிறீர்களா?	உங்களை அலக்கழிக்கும் எண்ங்கள் இவைதான்
1. அழிவு, சரிவு, நோய்	மிருக உணர்வு, கோபம், சீற்றம், வன்முறை, காம இச்சை
2. விரும்புவதற்கு எதிர்மாறான கவனத்தை திருப்பும் நிகழ்ச்சிகளா?	தூய்மையில்லாத எண்ணங்கள், (நேர்மையின்மை, தந்திரம், ஏமாற்றும் வஞ்சனை எண்ணங்கள்)
3. தோல்வி, வறுமை, அடிமையாகப் பிறரைச் சார்ந்திருத்தல்	எதிலும் சந்தேகப் பயம், முடிவெடுப்பதில் தயக்கம்
4. பிச்சையெடுக்கும் நிலை, தவறான பாதையில் செல்வர்.	சோம்பல் எண்ணங்கள்
5. மனக்கலக்கம், உடற்காயம் பிறர் நம்மைப் பழிவாங்கும் நிலை	வெறுப்பு நிறைந்த எண்ணங்கள், கண்டனம், திட்டூதல், குறைகாணல்
6. எந்தப் பக்கம் திரும்பினாலும் துன்பம்	சுயநலம், பிறர் எக்கேடு கெட்டுப் போனால் என்ன என்ற அலட்சியம்

நல்லதோ கெட்டதோ ஒரு குறிப்பிட்ட எண்ணத் தொடரானது நீடிக்கும்போது அவனது குணநலன்கள் மாற்றமடையாமல், சூழ்நிலை மாற்றம் பெறாமல், விளைவை ஏற்படுத்தாமல் விடப்போவதில்லை. “ஒருவன் தான் விரும்பும் சூழலை தானே தேர்ந்தெடுக்க முடியாது என்பது உண்மையான போதும், மனிதன் உலவவிடும் நல்லெண்ணங்களைத் தேர்ந்தெடுக்கலாம். எனவே நல்லெண்ணங்கள், ஆழ்மனதில் பதியும்போது அவை நமக்கு நல்ல விரும்பும் சூழலை ஏற்படுத்துகிறது”. எந்த எண்ணங்களை விரும்பி வரவேற்கிறானோ மனதில் அந்த எண்ணங்களை இயற்கைச் சக்தி நிறைவேற்றி வைக்கிறது. இதைத்தான் “கொல்லான் புலாலை மறுத்தானைக் கைகூப்பி எல்லா உயிரும் தொழு” என்றார் வள்ளுவர். “பாவகாரியங்களைக் கைவிட்டவனுக்கு உலகம் வசமாகி விடுகிறது”

திருடன் மகன் திருட வரும்போது அவன் என்ன நினைப்பான் என்பதை எண்ணிப்பாருங்கள் என்றார் டாக்டர். மு. வ. திருடுவது நியாயம் என்றுதான் எண்ணுவான். எண்ணங்களின் கூட்டுத்தொகுப்பே ஆசையாகவும், மனப்படமாகவும், நம்பிக்கையாகவும், உழைப்பாகவும் மாறி மேதையாக உயரதிகாரியாக, விஞ்ஞானியாக ஒளிவிடுவதைப் பார்க்கிறோம். இவை ஒருவனது நாம் கூறும் அதிஷ்டங்களல்ல. அவனது சரியான எண்ண விதைகள் வளர்ந்து நற்பலனை அவன் அறுவடை செய்ய உதவியது. விடயமறியாமல் மனம் என்ற தோட்டம் பற்றியோ, நல்லெண்ணம் என்ற விதை பற்றியோ, மனத்தைப் புண்படுத்தி பயன்பெறத் தெரிந்து கொள்வதும் இல்லை. தெரிந்து கொள்ள ஆசைப்படுவதும் இல்லை. அவை பற்றி கேள்வியுறுவதும் இல்லை. எனவேதான் “மனதைத் தட்டுங்கள் திறக்கப்படும், தேடுங்கள் கிடைக்கும்” மன உலகமும், வெளி உலகமும் ஒரு நியாயத்திற்கு கட்டுப்பாட்டே செயற்படுகிறது. “அவர்களை உருவாக்குபவர்கள் அவர்கள்தான்” மனிதனை மதிப்பிடுவது மனிதனைக் கொண்டே என்பார். தத்துவஞானி - கன்பூசியஸ்.

நல்ல சூணாங்களின் வடிவங்கள்

பயமில்லாமை, மனத்தாய்மை, அறிவு, தானம், (ஈகை), புலனடக்கம், இறை நம்பிக்கை, நோமை, அஹிம்சை, (கொல்லாமை) உண்மை பேசுதல், கோபமின்மை, தியாகம் (மற்றையோர்க்காயும், தன் ஆன்ம ஈடேற்றத்திற்காயும்) மற்ற உயிர்கள் மீது தயை-மன்னிக்கும் மனப்பாங்கு, கோள் சொல்லாமை,

பேராசையின்மை, மென்மை - எளிமை, வெட்கப்படல் (தீயன செய்வதற்கு) சபலுத்தியின்மை, இவற்றின் வெளித்தோற்றம், தேஜஸ் (பிரகாசமான தோற்றம்) பொறுமை, (அமைதியான வடிவம்), தைரியம் (மனம், வாக்கு, செயல்களின் உறுதிப்பாடு) தற்பெருமையின்மை, உடல் மனத்தாய்மை :

தீய குணங்களின் வடிவங்கள் :

“டாம்பிகம், கர்வம், தற்புகழ்ச்சி, கோபம், கடுஞ்சொல், அறிவின்மை” இவர்கள் நல்லது கெட்டதைப் பிரித்தறிய மாட்டார்கள். தாய்மையின்மை, ஒழுக்கமின்மை, உண்மை, பேசமாட்டார்கள், இந்த உலகம் உண்மையுடன் கூடியதல்லவெனவும், தர்மத்தை ஆதாரமாகக் கொண்டதல்லதெனவும், இறையென்று ஒன்றில்லையென்றுங் கூறுவர். இந்த உலகம் “ஆண் பெண் பரஸ்பர சம்பந்தமான காமத்தினால் உருவாக்கப்பட்டுள்ள தென்பர்.” இவர்கள் மற்றையோர்க்குத் துன்பம் செய்து கொண்டு பேராசையின் வடிவங்களாயும், ஆணவமுனைப்புடன் அறியாயமான வழிகளில் பொருள் தேடி மகிழ்வர். சம்பாத்தியத்திலே “கவலை”யுடையவராய் இருப்பர். காம உணர்வுகளுக்கு தீனியிட்டுக் கொண்டு அதுதான் வாழ்வென - இலட்சியமென நம்புவர். குரோதங்களை வளர்த்தும், காமபோகங்களுக்காய் பணம் சேர்ப்பர். இது என் சாமத்தியத்தால் தேடிய பொருள் என மகிழ்ந்து தன் சுகபோகங்களுக்காய் செலவு செய்வர். தற்பெருமை, பிடிவாதம், பணத்திமிரின் வடிவங்களாய் இவர்களைக் காணலாம்.

எனவே நாம் எம்மை இவ்வகையாளங்களால் இனங்கண்டு அகத்தாய்வின்புலம் தீய எண்ணங்களை நீக்கி நல்ல வடிவங்களையும் பெற “அறிவு நூல்கள் வழிநிற்கப் பழக வேண்டும்” சூரிய சந்திரர் கூட ஓர் ஒழுங்குக் கட்டுப்பட்டோடே இயங்குவதைப் பார்க்கிறோம். ஏன்? செம்மறியாடுகூட ஒரு தலைமையில் ஒழுங்காய் நடப்பதைப் பார்க்கிறோம். - வரிசையில் போவதைப் பார்க்கிறோம். எம்மால் ஏன் முடிவதில்லை.

7.2. எண்ணங்களின் வலிமையும் இயக்கமும் மன அலைகளும்

எண்ணங்களின் வலிமைகள்

“எண்ணிய எண்ணியார்க்கு எய்துப எண்ணியார்
திண்ணியராகப் பெறின” என்பது பொய்யாமொழி.

எண்ணங்களின் வலிமை விஞ்ஞானபூர்வமாய் நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளது. சிலகாலங்களின் முன் அவுஸ்திரேலியா விஞ்ஞானி வானில் கருமேகக் கூட்டங்களை நோக்கி தம் எண்ணங்களைச் செலுத்தினார். தம் சோதனைக்கூடத்தின் மேலிருந்து மேகக்கூட்டங்கள் அகல வேண்டும் என்று எண்ணினார். தொடர்ந்து உணர்ச்சிவசப்பட்டு மேகம் கலைந்தது. இதனைத் திரும்பத் திரும்பச் செய்தும் காட்டினார். அதேபோல் ஒரு விஞ்ஞானி பக்ஷரியாக்களை மைக்கிரஸ்கோப்பின் கீழ்வைத்துத் தினமும் ஒன்றின்முன் வளர வேண்டும், வாழ வேண்டும் எனவும் மற்றதின்முன் “அழிய வேண்டும்” “ஒழிய வேண்டும்” என்றும் எண்ணித் திரும்பத் திரும்பக் கூறினார். சிலநாளில் வளர்ச் சொன்னது வாழ்ந்திருந்தது. ஒழியச் சொன்னவை இறந்திருந்தன. உலகில் ஒவ்வொரு காரியத்திற்கும் ஒரு காரணம் இருக்கிறது. இது உலக நியதி இதனை (Cause of Effect) என்பர். அந்நிலையில் எமது எண்ணம் ஒரு காரணம் பலன் ஒரு காரியமாகும். மனதில் தவிப்பு, பயம் போன்ற எண்ணங்களை உலவவிடுங்கள். மனிதனின் இதயம் படபட என அடிக்க ஆரம்பிக்கிறது.

பாம்பை எண்ணவே உடல் நடுங்குகிறது. எண்ணங்களை மாற்ற உடல் பழைய நிலைக்கு வருகிறது. காரணம், உண்மைக்கும், கற்பனைக்கும் உள்ள வித்தியாசத்தை மனம் பிரித்தறிய முடியாதிருப்பதாலேயே சிறிது காலத்தின் முன் 12 புற்று நோயாளிகள் நம்பிக்கை முறைமூலம் குணமடைந்ததைப்பற்றி அறிந்தோம். அதிலிருந்து நோயாளியின் மன நம்பிக்கையே உயிர் கொல்லி நோயையே குணமடையச் செய்துள்ளது. ஏன் விறற்றின் குளிசை கொடுத்துக் குணமான நோயாளர் ஆயிரம் ஆயிரம். யாவும் மனநம்பிக்கையே. எனது வைத்திய வாழ்வில் எத்தனையோ நோயாளர்கள் உள்சிகிச்சையின் மூலம் குணமடைந்துள்ளார்கள். அதில் நாம் தினமும் நோயாளருக்குச் சொல்ல வேண்டியது நீ நேற்றையையிட இன்று நல்லாயிருக்கிறாய். என்று நாமும் சொல்லி அவர்களையும் அடிக்கடி நினைக்க வைப்பதே இது. (Auto Suggestion) சுய ஆலோசனை எனலாம். எமது பிரார்த்தனை, வேண்டுகல் பலன் தருவது இத்த எண்ணவலிலிலாகும். நாணயம் என்பது ஒருவனைத் தட்டிப்பார்த்து அறிவதல்ல. இத்தனைநாள் அவர் வாழ்ந்த வாழ்வின் மொத்தத் தோற்றமே. சொன்ன வார்த்தையைக் காப்பாற்றும் எண்ணமே நாணயமானவர் என்ற தோற்றப் பொலிவை அவருக்கு அளித்தது. எந்த அறிவு வசதியும், நாகரீக வசதியும் அற்ற கிராமப்புறங்களில் இப்படி எத்தனை நாணயமான மனிதர்களை இன்றும் நாம் காண்கிறோம். அவர்கள்

பணம், புகழ், அதிகாரம் என்ற எதையும் காட்டாது நிம்மதியும், நிறைவாழ்வும் வாழ்கின்றவர்கள். எண்ணங்களின் வலிமையினால் உண்மை, எளிமையான வாழ்வு வாழ்பவர்களிடமே வாழ்கிறது. பொய்புரட்டுப் பகட்டானவர்களிடமிருந்து அவர்கள் வாழ்வைத் தேவையானபோது முகமுடி கிழித்துக் காட்டிக் கொடுத்துவிடுகிறது. சில பெரியார்களைப் பார்க்கிறோம். அவர்களிடம் அவர்களின் உள்ள அழகு ஒளி வீசுகிறது. அன்பு சாந்தத்தின் வடிவமாய் வருகிறார்கள். சிலர் கலகலப்பாய் வருகின்றார்கள். சிலர் கவலையையும், சிடுசிடுப்பையும் கொண்டு வருகின்றார்கள். இதிலிருந்து நாம் அறிவது மனிதன் தம்மம் எண்ணங்களின் சக்தியைப் பரவவிடுகிறார்கள் என்பதுவும், இதில் சிலர் மகிழ்ச்சியையும், சிலர் துக்கத்தையும், சோகத்தையும் பரவவிடுகிறார்கள் என்பது எமது அனுபவ உண்மையாகும். இன்று மனிதமனத்தின் ஒரு பகுதிதான் நினைவு, அறிவு என்பதும் அப்பகுதியில் இயங்குவது தான் காரணகாரிய தர்க்கவாதம், பகுத்தறிவு என்பதும் விஞ்ஞானி காணும் மனநூலாகவும் கண்டுள்ளனர் இதற்கப்பால் பிரபஞ்சத்துடன் தொடர்புகொள்ளும் நினைவுக்கு அப்பாற்பட்ட மனம் இருப்பதாகவும் கூறுகின்றனர். ரமணமகரிஷி முன் நின்ற இங்கிலாந்தின் பத்திரிகையாளர் திரு. பால் பிரண்ட் கூறுகிறார். என்மனதில் ஓர் அமைதி பிறந்தது. ஒரு நிறைவு ஏற்பட்டது. ஒரு மகிழ்வு பொங்கிவழிந்தது. நாங்கள் பேசிக் கொள்ளவில்லை. எல்லாவற்றையும் உணர்ந்தவர். ("One Who Knows Himself Know Every Thing") முன்னால் நிற்கிறேன் என்பதை உணர முடிந்தது என்கிறார். இந்நிலை நினைவுக்கும் அப்பாற்பட்ட மனத்தால் பெறப்படும் பக்குவ நிலையாகும். எமது எண்ணங்களுக்கு இயங்கும் வலுவுள்ளது. இதையே "நல்லார் ஒருவருளேரல் அவர்பொருட்டு எல்லோர்க்கும் பெய்யும் மழை" என்கின்றனர் நம்முன்னோர். புத்தரும், யேசுவும், காந்தியும், முகமதுநபியும் நம்நாட்டு நாயன்மார்களும், ஆழ்வார்களும், சமணரும், யோகரும் தங்களுக்காக வாழ்ந்ததில்லை. தயரத்துடன் வந்தோர்க்கு ஆறுதலையும், நோய்ப் பிணியாளர்களுக்கு நிவர்த்தியையும், சஞ்சலப்பட்டோர்க்கு நிம்மதியையும் வழங்கிக் கொண்டிருந்தனர். நம் எண்ணங்களின் விதி நம்மைச் சுற்றிப் பரவுகிறது. பின்னர் எண்ணச் சக்திகளுக்குள்ளாக வரும்போது மாறுபாட்டை உணர்கிறோம். மனிதர்கள் இறக்கிறார்கள். ஆனால் அவர்கள் எண்ணங்கள் மரிப்பதில்லை. அலை அலையாகக் காற்றில் மிதக்கின்றன. அமெரிக்க மெனிங்கர் ஆராட்சிக்கூடத்தாரின் விஞ்ஞான சோதனைக்கு ராமயோகி உட்படுத்தப்பட்டார். எண்ணங்களின் இயக்க சக்தியைப் பரிசோதிக்கும் முகமாய் அவர் எண்ணங்களின் வலிமையால், தனது ஒரு கண்டு விரலின்

வெப்பநிலையை 12° யாக மற்றைய சுண்டுவிரலைவிட அதிகரித்துக் காட்டினான். இதயத்தைப் 17 விநாடிகள் நிறுத்திக் காட்டினார். இது மன எண்ணமேயான யோக சாதனைகள். மகரிஷி மகேஷி யோகி கூறுகிறார். எண்ணங்கள் எங்கே பிறக்கின்றனவோ அந்த இடத்தை நிசப்தப்படுத்தும்போது நம்மை நாமே அறிந்து கொள்ள முடியும் என்கிறார். இன்று மனத்தைக் கட்டுப்படுத்த முடியாத மனநோயாளர்க்கு அமெரிக்கா தொடக்கம் அங்கொடை வரை தியானப் பயிற்சியே வளங்கப்பட்டு வருகிறது. விஞ்ஞான மருத்துவ யோசனைப்படி இம்முறையை இதய நோயாளிலும் பயிற்சி செய்கிறார்கள். இன்று மேலை நாடுகளில் நமது பழம்பெரும் யோகத்துவம் கிழக்கத்திய மதத்தத்துவம் என்று பேசப்பட்டு ஆராயப்பட்டு பல்கலைக்கழகங்களின் பாடத்திட்டங்களில் சேர்த்துள்ளனர். விஞ்ஞானிகள் தற்போது இறங்கிவந்து புலனுக்கு அப்பாற்பட்ட மெய்யறிவை ஒப்புக் கொள்கிறார்கள். உண்மை சொல்கிறார்களா? பொய் சொல்கிறார்களா? என அறியும் பாலிக் கிராப் (Poly graph) கருவியை பேக்ஸ்டர் என்ற உளவுத்துறையாளர் வாடிய தாவரத்திற்கு நீர் ஊற்றிவிட்டு அதை இணைத்தபோது தாவரங்கள் தாகம் தீர்த்த உணர்வை, நிறைவை, நிம்மதியை வெளியிட்டது. அதன் இலையை எரிக்க மனத்தால் எண்ணினார். அவை ஆபத்துவரும்போது நாம் எப்படி நடந்து கொள்வோமோ அப்படி நடந்து கொண்டன. இது 1969ல் நடந்தது. நமது எண்ணங்கள் செயலாகப் பழக்கங்களாகும்போது நமது எண்ணத்தை நாம் மறந்திருப்பினும், அது நம்மை சுற்றிப் பரவிக் கொண்டிருக்கும். பிறரையும் பாதிக்கிறது என்பதை மறந்துவிடாதீர்கள். தொட்டிதாற் சுருங்கிச் செடியை வீட்டில் வளர்த்து தினமும் அதன்மீது அன்பு பாராட்டித் தடவி வாருங்கள். நாளடைவில் நாம் தொடால் அவை கருங்காது. இதன்மேல் எமது வீம்புச்சக்திக்கு ஆதாரம் தேவையில்லையல்லவா? தவறு செய்யும் நாய்களைப் பாருங்கள் தமது தவறுக்காய் வருந்தி குற்ற உணர்வுடன் எம்மைப் பார்ப்பதை, எண்ணங்களை வார்த்தைக்கு அப்பாற்பட்ட சக்திமூலம் மிருகங்கள் உணர்கின்றன. இடையான சண்டேசுவரரது அன்புக்குட்பட்ட பசுக்கள் எல்லாம் அவரைக் கண்டதும் பால்சுரந்து நின்றன. இவை வார்த்தைக் கப்பாற்பட்ட சக்தியாலாகும். மின்காந்த சக்தி புகமுடியாத அறைக்குள் எண்ணச்சக்தி புகுந்து விடுகிறது.

மன அலைகள் (Waves of the Mind)

மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி என்ற எமது உணர்வுப் பொறிகள் ஊடாக புறத்தேயுள்ள அனைத்தையும் அறிவது மனம். இது மூளைபுடன் இணைக்கப்பட்டுள்ளது. தெளிவுமனம், அடிமனம் (Sub Concious Mind)

தன்னுணர்வற்ற மனம் (Unconscious Mind) என்ற நிலைகளில் இவை செயலாற்றுகின்றன. அறிவானது இதன் பின்னாலிருந்து யானையின் அங்குசம் போன்று வழி நடாத்துகிறது. மனத்தை அறிவு எனக்கூற முடியாது. இதனால்தான் “பொறியின்றி ஒன்றும் புணராத புந்திக்கு அறிவு என்ற பெயர் அறநன்றற” என்றனர் ஆன்டோர். எம்மிடமுள்ளவை மனம், அறிவு, அகங்காரம் (Ego) என்ற மூன்றுமாம். இவற்றில் மனம் உண்மையையும், பொய்யையும் பிரித்தறிய முடியாதது. யாவற்றையும் உண்மையென நம்புவது. இதனால் பகுத்தறிவே அதனை வழிநடாத்துகிறது. ஆனால் மனம் இயற்கைச் சக்திமூலம் அபார சக்தியைப் பெற்றுள்ளது. அறிவு தெளிவற்றுப் போகும்போது மயக்க ஊசி மருந்தைக் கொடுத்து தன்னறிவைத் தெளிவற்றநிலைக்குக் கொண்டு சென்று, பாதத்தில் பென்சிலால், நெருப்புக் கொள்ளியால் சுடுவதாகக் கூறித் தடவினால் பாதங்களில் தீப்பொக்களங்கள் ஏற்படுவதனைப் பரிசோதனைமூலம் அறியலாம். இதன் மாமம் மனமானது அறிவின் துணையை இழந்தபோது எமது கூற்றை உண்மையென நம்பியதன் விளைவே தீப்பொக்களங்கள். எனவே அனைத்தையும் அறியும் மனம் தன்னையறியும்போதே அறிவு முழுமை பெறுகிறது. மெஞ்ஞானம் - அறிவு, விஞ்ஞானம் - அறிவின் வெளித் தோற்றம், அறிவின் தெளிவாலேயே பெறப்பட வேண்டியவை, இவை இரண்டும் பூரணமாக மன அலைகளானது ஒரு இடத்தில் ஒன்று குவிய வேண்டும். மனத்தை ஒன்று குவித்து ஆராய்ச்சிகளை செய்வதாலேயே விஞ்ஞானிகள் பசிதாசுமாரியதும், பகலிரவை அறியாதும் நடந்து கொண்டனர். இவ்வாறு இவர்கள் ஒன்று குவிக்கும் போது பெற்ற அகவுணர்வுகளை கண்டுபிடிப்புக்கள். மனத்தை மனத்தால் அறிதல் மெய்ஞானமாகும். இதை தான் எட்ட முடியவில்லை என விஞ்ஞான ஐய்ஸ்டைன் கவலையடைந்து கூறுகிறார். While I spent all my years exploring the world out side me, I never cared to explore the world inside, me” அதாவது உலகம் என்னுள் இருப்பதை ஆராயத் தவறிவிட்டேன் என்கிறார் எனவே தன்னை அறியவும், வெளி உலகை அறியவும் மன ஒருமைப்பாடே அவசியம். இதுவே விஞ்ஞானியும், மெய்ஞானியும் உருவாப்பதன் இரகசியம்.

மனம் - அலைகள், கடலலைகள் யாவும் இயற்கையின் மின்காந்த அலை இயக்கங்களாகும். மன இயக்கத்தின் சுழற்சியலைகள் உள்ளது. இந்தச் சுழற்சியலைகளை Mental Frequency என ஆங்கிலத்தில் அழைக்கின்றோம். இதன் அலைகளை Electro Encephalography என்ற

மூளையில் பொருத்தி நமது அலைச்சுழல் நிகழ்ச்சியை அறிய முடியும். இது ஒரு செக்கனிற்கு 1 - 40 வரை என அறியப்பட்டுள்ளது. மூளைக் கட்டிகள், காக்கை வலிப்பு நோயாளரில் நோய்கள் காரணமாக சுழல் நிகழ்ச்சி அதிகரிக்கிறது. மருத்துவ உலகம், இந்த இயந்திரத்தைப் பயன்படுத்துகிறது. இவற்றின் பெறுபேறுகள் இதற்கான பேப்பரில் இயந்திரம் வரைபடமாக (Graph) வரைந்து தருகிறது. அதிலிருந்து மூளையின் மீள்சுழற்சி வேகத்தை அறிகிறோம். இந்த மன மின்னலைச் சுழல் இயக்கத்தை நான்கு பிரிவாகப் உளவியலாளர்கள் பிரித்துள்ளனர்.

1. பீட்டா அலை (Beta Wave) 40 - 14CPs
2. அல்பா அலை (Alpha Wave) 13 - 08CPs
3. தீட்டா அலை (Theta Wave) 07 - 04CPs
4. டெல்டா அலை (Delta Wave) 03 - 10CPs

எனவே புலன்களில் அதாவது நினைவுநிலையில் (Conscious Mind) உள்ளபோது வலிப்புப் போன்ற மூளைநோய் இல்லாதவர்களுக்கு மனச்சுழல் பீட்டா அலைகள் 14 - 40 (Cycle / Second) வரை இயங்குகிறது. இந்த அலைகளை குறைக்க வேண்டுமானால் மனம் ஒன்று குவிய வேண்டும். இது எளிதான காரியமல்ல. ஒன்று குவியும் பொழுது மனச் சுழலானது 14 (Cycle / Second) ற்கு கீழே இறங்குகிறது. இப்படி மனச் சுழல் வேகம் 13 - 09 (Cycle / Second) க்கு வரும்போது இதனை அல்பா அலை என்கிறோம். இந்த நிலையில் மனம் அமைதியடைந்து விடுகிறது. இதனை ஒருமுகப்படுத்தி விஞ்ஞானிகளோ - மெய்ஞானிகளோ ஆய்வு செய்யும்போது மனச் சுழற்சிநிலை 07 - 04 (Cycle / Second) ற்கு வருகிறது. இதன்போது அக அறிவு உண்மைகளை வெளிப்படுத்துகிறது. விஞ்ஞானிகள் உண்மைகளைக் குறித்துக் கொண்டு அதன் வழிநின்று புதிய கண்டுபிடிப்புக்களைக் கண்டு பிடித்து உலக முன்னேற்றத்திற்கு உதவுகின்றனர். இயற்கையின் இரகசியங்களை உணரவேண்டுமென மனம் ஒருமுகப்படும்போது தானாகவே அவர்களது மனம் அலைச்சுழலானது அவர்கள் விரும்பிய பொருத்தமான அளவுகளுக்கு வரும். இம் மனச் சுழற்சிநிலை 3 - 1 (Cycle / Second) வரும்போது இதனை டெல்டா நிலை என்பர். இதனைத் தியானமுறையாலேயே எட்டமுடியும். இந்த நிலையின் உச்ச நிலையே சமாதரி நிலையாகும் - மெய்யறிவு நிலையாகும். இதன் மூலம் விஞ்ஞானமும் மெய்ஞ்ஞானமும் அருகில்தான் உள்ளது புலப்படுகிறதல்லவா? 14CPs இல் மாணவர் கல்வியறிவு அமைதியான குழலில் மூளைப்பதிவு பெற்றிருக்கும் பரீட்சையின்போது ஏற்படும்

பயத்தினால் மூளைச்சுற்று வேகம் 20CPs இன் மேல் போகிறது. இதன்போது 14CPs இல் பதிவான மூளைப்பதிவை மீட்கமுடியாது மாணவர்களுக்கும் போய்விடுகிறது. இதனாலேயே பெரும்பாலான மாணவர் பரீட்சையில் தோல்வியடைகின்றனர். மனத்தால் செய்யும் அறம் நற்சிந்தனைகளாகும்.

7.3. எண்ணங்களே சூழ்நிலைகளை உருவாக்குகின்றன :

“மனிதன்தான் அவனது எண்ணங்களின் தலைவன், அவனது குணங்களை அமைக்கும் சிற்பி அவனது சூழ்நிலையை (துன்பம், இன்பம்) உருவாக்கும் ஓவியன். அவனது விதியை நிர்ணயிக்கும் சிருஷ்டிகர்த்தா...” எண்ணங்களின் தலைவனாக விளங்கும் மனிதன் ஒவ்வொரு சூழ்நிலைக்குமான சாவியைத் தன்கையிலேயே வைத்திருக்கின்றான். மனிதமனமானது ஒரு தோட்டநிலம் போன்றது. அதனைப் பண்படுத்தி விதைகளைப் பயிரிட்டு கண்ணும் கருத்துமாய் உரிய விவசாயி பாதுகாப்புக்களை ஏற்படுத்தி செடிகளைப் பாதுகாத்து நற்பயனை அறுவடை செய்வது போல் விவசாயி நியாயமில்லாத சிந்தனைகள், எண்ணங்களை நீக்கி களை எடுத்து தூயசிந்தனைகளை பயன்தரும் மரங்களைப் பயிரிட வேண்டும். எண்ணங்களின் சக்தியும், மன இயல்புகளும், எப்படி அவனது குண இயல்புகளை உருவாக்குகிறது. அவனது சூழ்நிலையை (இன்ப துன்பங்களை) நிர்ணயிக்கிறது. அவனது விதியைத் தீர்மானிக்கிறது. என்ற வரைமுறைகளையும், நுட்பங்களையும் எதிர் கொள்கிறான். எண்ணங்கள்தான் குணங்களாக நாளடைவில் மாற்றம் பெறுகிறது. ஒரு மனிதனது குணங்கள் அவனது சூழ்நிலைமூலம், அவனுக்கு ஏற்படும் வாய்ப்புக்கள் மூலம் தங்களைக் காட்டிக் கொள்கின்றன. ஒரு இடத்தில் ஒரு மனிதன் ஒரு காரணத்தின் பொருட்டே வைக்கப்பட்டிருக்கிறான். அதில் ஒரு சட்டம், நியாயம் இருக்கிறது. அவனது எண்ணங்கள் உருவாக்கிய குணங்கள் அவனை அந்த இடத்திற்குக் கொண்டு வந்திருக்கின்றன. வாழ்வு என்பது ஒரு திட்டவாத்தமான அமைப்பு. அதில் எதுவும் எதிர்பாராது, காரணமில்லாது நிகழ்ந்து விடுவதில்லை. எல்லாம் நியதிக்குட்பட்டே இயங்குகிறது. இந்நியமம் ஒருநாளும் மாறுவதில்லை. ஒரு ஜீவன் அந்த இடத்திற்கு வந்தது. பரிணாமவளர்ச்சி நோக்கியே அதாவது விஷயங்களைத் தெரிந்து கொள்ளவும், வளர்ச்சி பெறவும் ஒவ்வொரு சம்பவத்திலும் ஒவ்வொரு படிப்பினை உள்ளது. அதை அறியும்போது ஆத்மாவின் கல்வி நிறைவுபெறுகிறது. உடன் அச்சம்பவம் மறைந்து புதிய சூழ்நிலை உருவாகிறது. ஆத்மாவின் கல்வி தொடர்கிறது. தன் எண்ண விதைகளைக்

கொண்டு தனது சூழ்நிலைகளைக் கட்டுப்படுத்தலாம் என்பதை உணரும்போது மனிதன் தன்னையே உருவாக்கிக் கொள்கிறான். ஓர் உயர்ந்த தலைவனாகிறான். சுயகட்டுப்பாடுடையவர்கள், தன்னைத்தான் தூய்மைப்படுத்திக் கொண்டவர்கள் சூழ்நிலை என்பது எண்ணங்களில் இருந்து உருவாகின்றதென்பதை அறிவர்.

இந்த உண்மையை உணர்த்தும் நம் குறைபாடுகளைக் களைந்து முன்னேறலாம். இடர்களைக் கடக்க முடியும். பிச்சைக்கார விடுதிகளுக்கோ அல்லது சிறைக்கோ ஒரு மனிதன் விதியின் வசத்தால் வந்து சேர்வதில்லை. அவனது கீழ்தரமான ஆசைகளினாலும், எண்ணங்களினாலும் அங்கு வந்து சேர்கிறான். தூய்மையானவன் வெளி உலகத் தூண்டுதலால் குற்றமிழைப்பதில்லை. குற்றம் புரியும் எண்ணம் நெடுநாட்களாக கருவற்றே பிரசவமாகிறது. அது வளர்ந்து வலிமை பெறுகிறது. ஒரு சந்தர்ப்பம் வரும்போது சமுதாயம் அவனை இனங்காண்கின்றது. சூழ்நிலை அவனைக் காட்டிக் கொடுக்கிறது. இன்னமனிதன் தான் உள்நிருந்தவன் என்பதை அவனுக்கே அது தெரிய வைக்கிறது. கெட்ட எண்ணங்கள் தூண்டாமல் ஒருவன் குற்றம் புரிவதில்லை. துன்பங்களை அனுபவிப்பதில்லை. அதேபோல் அவன் மகிழ்வுடன் வாழ்வாங்கு வாழ்வது அவன் மனதில் பயிரிட்டு வளர்த்து வந்த உயர்ந்த இலட்சியங்களாலும் எண்ணங்களாலும்.

தன் வாழ்க்கைச் சூழ்நிலை எப்படி இருக்க வேண்டும்? என்ற தன் எதிர்கால வாழ்வை தனது எண்ணங்களால் எழுதி உருவாக்கும் நாவலாசிரியன் அவன். எண்ணமும் செயலும்தான் “விதி” என்ற கிணையின் காவலர் எண்ணம் கீழானவையாக இருக்கும்போது நம்மைச் சிறைப்படுத்துகின்றன. உயர்வானவையாக அமையின் சுதந்திர புருஷர்களாகிறோம். எமது பிரார்த்தனைப்படி எதுவும் உடன் நடப்பதில்லை. அவனது இத்தனை நாள் சம்பாத்தியத்தின் படியோ, எந்தக் குணங்களின் மொத்த உருவமாய் தன்னை வளர்த்து வைத்திருக்கிறானோ அவற்றின் பலனை அடைகிறான். ஆசைகளும், பிரார்த்தனைகளும் அன்றாட வாழ்வில் அவன் கொண்டிருக்கும் எண்ணங்களுடனும், செயல்களுடனும் ஒன்றியிருக்க வேண்டும். அப்பொழுதே அபிப்பிராயத்தனை நிறைவேற்றும் தன் சூழ்நிலையை மேம்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். என விரும்பும் மனிதன் தன் எண்ணங்களை மேம்படுத்த வேண்டுமென முனைவதில்லை. எனவே தான் சூழ்நிலைக் கைதியாகிக் கஷ்டப்படுகிறான். வறுமை, வறுமை எனப் புலம்புவன் உடல் உழைப்பை நல்க மறுக்கிறான். ஒருவனது ஆதிம வளர்ச்சி அவனுக்கு மட்டுமே தெரிந்த விடயம். மகிழ்வுடனும், ஆரோக்கியத்துடனும் வளமான வாழ்வு ஒருவன் வாழவில்லையெனில் அவன்

மனம் சரியான பாதையில் பண்படவில்லையென்பதே பொருள். உள்மனமும், வெளியுலகமும் எப்படி ஒத்து இயங்குகின்றதென்பதன் விளைவு நோயற்ற வாழ்வு செல்வம். மனித நியாயங்களை என்று புரிந்து கொள்கிறானோ அன்றே தன்னைத்தான் நொந்து கொள்பவன். திருந்துகிறான் அதன் பின் தனது நிலைக்கும், பிறர் காரணம் எனக் குற்றம் சாட்டமாட்டான். சூழ்நிலையை எப்படி நம் எண்ணங்கள் உருவாக்குகிறதோ அதேபோல் நோயும், சுகவாழ்வு எண்ணங்களில்தான் வேர் கொண்டுள்ளது. உடலை ஒரு கூட்டுத்திட்டத்திற்கு ஒரு நெறிக்குக் கொண்டு வரவேண்டுமானால்; முதலில் உங்கள் எண்ணங்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளுங்கள். உடலுக்குப் புதிய வடிவம் கொடுக்க வேண்டுமானால் மனதை முதலில் அழகு செய்யுங்கள். கைவிட்டநிலை, ஏமாற்றம், பொறாமை, வெறுப்பு முதலிய எண்ணங்கள் உடலாரோக்கியத்தையும், தேகத்தையும் சூறையாடி விடும். ஒரு நொந்த முகமும், துக்கக் கோடுகளும் ஏதோ தீவிர தற்செயலாக ஏற்பட்டதல்ல. அவை ஏமாற்றம், வெறுப்புக் கொண்ட உள்ளத்தின் பிரதிபலிப்புக்கள் முகத்தில் தெரியும் கருக்கங்கள் எல்லாம் தவறு களினாலும், ஆசை களினாலும், கர்வத்தினாலும் உண்டானவை. சிலர் முகத்தில் வலிமையும், தாய்மையான எண்ணங்களும், படம் வரைந்ததற்போல் உள்ளது. “நேர்மையாக வாழ்பவரிடம் வயது மௌனமாகி ஆடிமையாகி விடுகிறது”. “உடலில் நோய்களைக் கரையச்செய்ய உற்சாகமான எண்ணங்கள் போல் சிறந்த மருத்துவனில்லை.” கெட்டஎண்ணமும் எதிலும் துன்பத்தையே எதிர்பார்ப்பதும், சந்தேகமும், பொறாமையுமான வாழ்க்கை நடாத்துவது நமக்கு நாம் சிறைக்கூடம் அமைத்துள்ளமைக்கு ஒப்பானது, “சுயநலமற்ற எண்ணமே சொர்க்கத்தின் ஓர் நுழைவாயில்”. எமது எண்ணம் ஓர் இலட்சியத்தாடன்-ஒரு நோக்கத்துடன் தொடர்புகொள்ளும்போது புத்திசாலித் தன்மையான சாதனைகள் நிகழ்கின்றன. “பெரும்பாலோரிடம் காண்பது குறிக்கோளில்லாத வாழ்வே”. ஒவ்வொருவரும் தன் இதயத்தின் ஒரு நியாயமான இலட்சியத்தை உருவாக்க வேண்டும். அதை அடைய முயல வேண்டும். சிந்தனையின் “மையப்புள்ளியாக” இலட்சியமிருக்க வேண்டும். இலட்சியத்தை அடைய நேர்வழியாக நடைபோட வேண்டும். சந்தேகம், பயம் அதில் ஏற்படக்கூடாது. இவை இரண்டும் மனித முயற்சியைப் பொடிபொடியாக்கிவிடும். நம்மால் முடியுமென்ற நம்பிக்கையே செய்து முடிப்பேன் என்ற துணிவைத் தருகிறது. அறிவின்கிபுப் பெரிய எதிரி பயமும், சந்தேகமும் தான். இரண்டையும் வெறுப்பவன் தோல்வியை வென்றவன் சரியான காலத்தில் விதைக்கப்படும் இலட்சியம் வெம்பிவிழுவதில்லை. நல்ல பலனைத்தரும்.

8.1 எண்ணமும் சாதனையும்

வாழ்வு என்பது திட்டவட்டமான அமைப்பு. அதில் எதுவும் எதிர்பாராதும், காரணமில்லாதும் நடப்பதில்லை. எல்லாம் சட்டதிட்டத்திற்கும் ஒரு நியதிக்கும் உட்பட்டே இயங்குகின்றன. நாமும் ஒரு காரணத்திற்காகவே இங்கு வைக்கப்பட்டுள்ளோம். தேவையில்லாது புலம்பிக்கொண்டும் தன்னைத் தானே நொந்து கொண்டும் திரிவதை என்று மனிதன் நிறுத்துகிறானோ; வாழ்வை இயக்குகின்றத மறைந்து கிடக்கும் நியாயங்களை, நியமங்களை என்று புரிந்துகொள்ளத் துவங்கிறானோ, அன்றுதான் மனிதன் மனிதனாகிறான். உயர்ந்த வலிவான எண்ணங்களை உருவாக்கிச் சாதனை படைக்கலாம். நல்ல எண்ணங்களிலிருந்து நல்ல பண்புகள் ஏற்படுகின்றன. அதேபோல நல்ல பழக்க வழக்கங்களை அணுகிப்பதால் நமது மனவோட்ட எண்ணங்களை மாற்றலாம். நமது புற நடவடிக்கைகளைச் சீர்செய்வதன் மூலம் நம் மனநிலை மாறும். தினமும் முகத்தில் புன்னகையைத் தவழ விடுங்கள். கொஞ்சம் கம்பீரமாக நின்று பாருங்கள் தலைநிமிர்ந்து நடவுங்கள். நடக்கும் வேகத்தைச் சிறிது அதிகரிப்புகள். கூட்டங்களில் முன்வரிசையில் உட்காருங்கள். பிறருடன் பேசும்போது தெளிவான குரலில் பேசுங்கள். அவர்களின் முகத்தைக் கண்களால் நோக்கிப்பார்த்துப் பேசுங்கள். இவை நம்மிடையே தன்னம்பிக்கைப் பண்பைத் தரும். நல்ல நண்பர்களுடன் பழகுவது நல்ல மனப்பழக்கத்தையும், சிறந்த அறிஞருடன் பழகுவது நம் அறிவு நிலையை உயர்த்துவதற்கும், இலட்சியவாதிகளுடன் ஒன்று கூறுவது நமது இலட்சியங்களை உறுதிப்படுத்தும். மழை, காற்று, வெப்பம் என்ற இயற்கை நிகழ்வுகளை எவரும் வெல்ல முடியாது. எனவே நாம் குறைபடும் மனநிலையை விட வேண்டும்.

நமது நல்ல பழக்கங்களை உருவாக்க நல்ல நூல்கள் உதவகின்றன. அவை நம் மனத்தில் நல்ல விதைகளைக் தூவுகின்றன. எம்மை அலக்கழிப்பவை அவநம்பிக்கை, தாழ்வு மனப்பான்மை, கையாலாகாததன், பிறர் என்ன கூறுவார்களோ என்ற பயம் எதற்கும் அஞ்சும் பேதமை சென்றதை எண்ணி மனம் குமைதல். அவற்றைப் பெரிதுபடுத்தல். என்பவை எம்மவரில் பலரின் பொழுதுபோக்காகியுள்ளது. இவை எல்லாம் எம் மன நம்பிக்கைகளாகி வறுமையின் எல்லைக்கோட்டிற்கே இழுத்துச் சென்று விடும். இக்குறைகளை அகத்தாய்வு செய்து நீக்கிவிட வேண்டும். நல்ல எண்ணங்களை வாழ்வில் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

1. நான் என்றும் துடிப்புள்ள மனிதன்
2. நான் என்றும் முக்கியமானவன் என்ற நினைவும் செயலும்.
3. நான் பிறருக்கு என்ன செய்யமுடியும்? என்ற சிந்தனை.

இம் மூன்றும் உலக மேதைகளின் பரந்த சிந்தனைகளாகும். இதை நாமும் பின்பற்றி வரின் அவ் எண்ணங்கள் நம்மிடம் நிரந்தரமான செல்வத்தை நாம் கேட்கதே சேர்த்துவிடும். அறிவின் சாதனை என்பது உண்மையைத் தேடும் உயர் எண்ணங்களின் சிகரமாகும். எந்தச் சாதனையும் முதலில் கனவாகவேயிருக்கும். பரந்த ஆலம் வித்துப்போன்றும், உயரப்பறக்கும் பருந்தின் முட்டை போன்றும். நாளைய நிஜங்களின் இன்றைய விதைகள் தான். அக்கனவுகள் எண்ணங்களின் விளைநிலம்.

மனம்

மனமே அது கற்பனை செய்கிறது. ஐம்பொறி உணர்வுகளை அறிகிறது. அறிவின் துணையுடன் கருத்துக்களை மகிழ்விக்கிறது. வாழ்வென்பது திட்டமிட்ட மனஅமைப்பு. சிக்மன் புரோயிட் Concept of personality என்னும் தலைப்பில் மனம் பற்றிக் குறிப்பிடுகையில்,

1. வெளிமனம் (Id)
இது நீதி நேர்மையைக் குறிக்கோளாய்க் கொண்டது.
2. யதார்த்த நிலை மனம் (Ego)
இது தவறு செய்யாது பார்த்துக்கொள்வது.
3. சுப்ப # கோ (Sure Ego)

இது மனித வாழ்வினை உண்மைத்தன்மையை உணரக்கூடியது. இது யானையின் அங்குசம் போல் எம்மைச் சரியான நீதி நெறியான பாதையில் வழிநடத்துவது. உடலுடன் தொடர்பு உடையது. (1) தன்னுணர்வு மனம் (Conciusmind). (2) கனவு நிலை மனம் (Sub conciousmind). (3) ஆன்மீக நிலை மனம் (Super concious). என நவீன உளவியல் மனத்தை வகுத்துள்ளது. பொதுவாக வெளியுலகை நாம் அறியும் வழி ஐம்புலன்கள் ஊடாகவே, அவற்றின் ஐம்புலன்களையும் தாண்டித்த தொழில்படும் சக்தி மனதிற்கு உண்டு. மனிதனின் மகத்தான சக்தி மனம். ஒன்றுதான். இது உடலைத்தாண்டியும், வியாபித்துமுள்ளது. மனம் எம்மிடம் இருப்பினும் இதன் சக்தி மனிதர் எல்லோரிடமும் உள்ளது. கல்கடவுளாவதும், சிலை பேசுவதும், இச்சக்தியால் தான். மனிதனது சூழ்நிலை பழக்கவழக்கங்கள்,

மனிதனில் மனதுக்கென்ற எல்லையை ஏற்படுத்துகிறது. இதைத் தாண்டி மனம் செல்லும் போது அது அபார சக்தியுடையது. அது ஒலி, ஒளியைவிட மிக வேகமாகப் பயணிப்பது. மனதை விரிவடையச் செய்தால் தூரத்தையும் காலத்தையும் கடந்து சாதனை புரியலாம். மனம் அறிவின் துணையுடனேயே யாவற்றையும் பொறிகளின் ஊடாக அறிகிறது.

8.2 அறிவுத்தேடல்

பிறப்புக்கும் இறப்புக்குமிடையிலானது வாழ்வு. வாழ்வில் நாம் எண்ணற்ற சிக்கல்களை எதிர்கொள்கிறோம். இதற்கு முக்கியகாரணம் தன்னறிவில் உள்ள குறைபாடே. இயற்கை 1) வஸ்து திண்மம் (Matter), 2) துல்லியம் 3) இயக்க ஒழுங்கு (Regularity) என்ற நியதியுடன் இயங்குகிறது. இந்த இயற்கை நியதி பற்றியும்நம் செயல்களுக்கு பிரதி பலன் உண்டென்பது பற்றியும் நாம் அறியாதுள்ளோம். இவ்வறியாமையால் செய்த தவறுகளே. நோயாகவும் வாழ்க்கைச் சிக்கல்களாகவும் எம் முன் நிற்கின்றன. அறிவுக் குறைவால் சமுதாய ஒழுங்கமைப்பு சட்டதிட்ட வரன்முறைகள் சமுதாய அமைப்பில் ஒவ்வொருவரதும் பராமரிப்பு பாதுகாப்பு, மேம்பாடு பேன்றவற்றிற்கு சில விதிமுறைகள் உள்ளது. அதனை அறியாது செயல்படல் அல்லது அனுமதித்தலே வாழ்வின் துன்பங்களுக்கும் காரணம். எனவே வாழ்வின் துன்பங்கள் நீங்க அறிவு பெறவேண்டுவதுடன் வாழ்விற்கு குறிக்கோள் வேண்டும். மற்றும் செயலின் விளைவுகள் பற்றிய அறிவு வேண்டும். அதாவது என்ன செய்தால் என்ன விளையும் என்ற அறிவு ஒருவன் பெற்ற அறிவைப்பரிசோதிக்க ஒரு கருவியிருக்குமானால் அதுதான் குடும்ப அமைதி.

வாழ்க்கைப் பிரச்சினையின் மூலாதாரமே அறியாமை. அறியாமையினை அறிவுத் தேட்டத்தாலேயே நீக்கமுடியும். அது தட்டினால் தான் திறக்கப்படும். தேடினால் தான் கிடைப்பது. எம் “வாழ்க்கைக் கல்வியானது” எம் நாட்டின் கல்வியின் பாடத்திட்டங்களில் இல்லை. இவ் அறிவை அங்கொன்றும் இங்கொன்றுமாய் உலகவாழ்க்கைப் பள்ளியிலேயே இன்று நாம் பெறவேண்டியுள்ளது. இதனையே “அனுபவ ஞானம்” என்றனர் ஆன்றோர்.

மனிதன் சக்தி, அறிவு, அன்பு என்பதன் வடிவம். “மனிதன்தான். அவனது அறிவின், எண்ணங்களின் தலைவன். அவனது குணங்களை அமைக்கும் சிற்பி. அவனே சூழ்நிலையை உருவாக்கும் ஓவியன் அவனது

விதியை நிர்ணயிக்கும் சிருஷ்டகர்த்தா” என்பார் ஜேம்ஸ் அலன். அறிவுதான் அவன் சூழ்நிலைக்களுக்கான சாவியைத் தருகிறது. அவனை மாற்றக் கூடிய உயிர்ப்பிக்கக் கூடிய சாதனங்கள் அவனிடமே அறிவாய்ப்பு பொதிந்துள்ளது. அறிவால் அவன் தன்னை உருவாக்கிக்கொள்ளலாம். சுரங்கத்தை வெட்டி தொடர்ந்து சோர்வின்றித் தேடும்போதுதான் வைரம் கிடைக்கிறது. அதேபோன்றே வாழ்வில் அறிவின் தேடல்கள் அமைய வேண்டும். உண்மையில் ஆத்மா என்ற சுரங்கத்திலேயே தேடவேண்டும். அறிவு எப்பொழுதும் மனத்துள் விழும் எண்ணங்களை கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும். இதனால் தான் தன்னை அறியத்தனக்கொரு கேடில்லை என்றனர் மெய்ஞானிகள். பொதுவாக அறிவுத்திறனை ஐவகையாகப் பிரிக்கலாம்.

1. இயற்கை பற்றிய அறிவு (Instinct) கன்று பிறந்தவுடன் தாய் முலையைத் தேடிப் பாலாட்டுவது. இதனால் தான் இது எல்லா உயிரினங்களிடத்திலும் உள்ளது.

2. தெளிந்த அறிவு - நுண்மாண் நுழைபுலன் (Perspicacity)

இது செயல்புரியும் போது ஏற்படும் விளைவுகளைக் (Reaction) கணித்து விளிப்போடும், முயற்சியோடும் சிந்தனை-யுடனும், செயலாற்றும். அறிவுத்திறனாகும். இது கூர்ந்து உணரும் ஆற்றலுடையது.

3. உள்ளூணர்வு அறிவு (Intuition)

இதில் இயற்கை அறிவு மறைந்திருக்கும், விழிப்புள் சிந்தனையும், வளர்ச்சி பெற்று அதிகரிக்கும் உயர்திறனே உள்ளூணர்வாகும்.

4. தேர்ந்த அறிவு (Knowledge)

தனது அனுபவத்தாலும் பிறர் சொல் மூலமும் நூல்கள் வாயிலாகவும் வளர்த்துக் கொள்ளும் அறிவே தேர்ந்த அறிவாகும்.

5. மெய்பொருள் காண்பது அறிவு

“அறிவுடையார் எல்லாமுடையார் அறிவினார்

எண்ணுடைய ரேனுமில்” - என்பார் வள்ளுவர்.

புலனறிவும் - பகுத்தறிவும்

தேன் இனிக்கும் ஐஸ்கட்டி குளிரும். மல்லிகை மலர் மணக்கும் என்ற புலனறிவு அனுபவமாகிறது. பிற்தொரு பொழுது கரும்பைக் கடிக்கும் போது ஏற்படும் உணர்வு தேனின் அனுபவத்தையும் அதனுடன் ஒப்பிடுகிறது. இதில் காரணகாரியம் காட்டும் பகுத்தறிவு செயல்படுகிறது. எமது தினசரி

வாழ்விற்கு காரணகாரியம் காட்டும் பகுத்தறிவு அவசியம் மிகப்பெரிய அறிஞர்களும் தலைவர்களும் பகுத்தறிவுதவாதிகளாகவே விளங்குகின்றனர். ஒரு வைத்தியர் நோயை நிதானம் செய்வது இப்பகுத்தறிவாலாகும். (Logical Thinking)

ஒரு விஞ்ஞானியின் புதிய கண்டுபிடிப்பை அறியும் போதோ ஒரு சங்கீதவித்துவானது புதிய ஆலாபரணையை செவிமடுக்கும்போதோ, ஒரு சிறந்த ஓவியனது படைப்புக்களைக் காணும் போதோ அவை எமக்குப் புதிய அனுபவங்களைத் தோற்றுவிக்கிறது. இது காரணகாரிய அறிவிற்கு அப்பாற்பட்டது. இதனை ஆங்கிலத்தில் Lateral Thinking. கிடைச் சிந்தனை என்கின்றனர். காரண அறிவு ஒன்றன்மேல் ஒன்றாய் நியாயம் காட்டுவதால் அதனை Vertical Thinking நேர் சிந்தனை என்கிறோம். உதாரணமாக மரத்திலிருந்து பழங்கள் கீழ் நேராக விழுவதும் மழைவெள்ளம் வடக்கு நோக்கி ஓடுவதையும் பார்த்திருக்கிறோம். இது கிடையான சிந்தனையாகும். தென்னாலி இராமன் கதைகள் யாவும் கிடையாகிய கருத்துக்களைக் கொண்டவை. அதாவது வேறு வழிச்சிந்தனையாகும். இன்னது செய்தால் இன்னது கிடைக்கும் என்பது பகுத்தறி வப்பயன் பாடாகும். இது அன்றாட வாழ்வின் எமக்கு உதவுபவை. விஞ்ஞான கண்டுபிடிப்புக்களும், காரணகாரியம் காட்டும் பகுத்தறிவு எல்லைகளுடையவை. பகுத்தறிவால் எல்லையைத் தாண்டிச் செல்ல முடியாது. மாற்று வழிச்சிந்தனை. நளமகராசன் தமயந்தியைத் பிரிந்ததான விதிவசத்தால் பின் “மீண்டோர் சுயம்வரத்தை வீமன் திருமடந்தை பூண்டாள் என்ற” செய்தி அனுப்பப்படுகிறது. இதற்குத் தேவர்களும் மணக்கோலத்தில் வருகிறார்கள்.

நளனும் மணக்கோலத்தில் வருகிறான். சமயோசித புத்தி மூலம் நிலத்தில் நளன் காலான்றி நிற்பதன் மூலம் அவனை இனங்கண்டு தமயந்தி நளனுக்கு மாலை சூட்டுகிறாள். இது தமயந்தியின் மாற்று வழிச் சிந்தனையாகும். மாற்றுவழிச்சிந்தனையறிவு கற்பனையிலிருந்து பிறப்பது இரண்டையும் பயன்படுத்தும் போது நம் புது அறிவு பூரணமடைகிறது.

மெய்யறிவு (Wisdom)

இது எவர்க்கும் அவ்வப்போது அமையும் சூழ்நிலைகளுக்கு ஏற்ப வேறுபாடுகளையும், சிறப்பினையும் கொடுப்பது அணு முதல் அண்டம் வரை மெய்ப் பொருள் உயிர்கள் வரையில் இயற்கை முதல் எண்ணம் வரையில் ஒன்று கூட்டித் தொகுத்துணரும் பேரறிவே மெய்யறிவாகும். இது அறிவின் முழுமைப் பேறாகும்.

எனவே நாம் அறிவிலேவிளக்கம் பெற்றிருக்கும் அளவு விடயங்களைப் புரிந்து கொள்கிறோம். பூர்வீக அறிவு பிறவிகள் தோறும் எம்முடன் தொடர்ந்து வரக்கூடியவை. அறிவின் மிகப்பெரிய எதிரி, பயமும் சந்தேகமும் நம் மனநிலையில் மூன்று அறிவுநிலை உள்ளது.

1) புலனறிவு - இதுதான் காரணகாரியம் காட்டும் அறிவு பேசுவது நடப்பது உணர்வது சிந்திப்பது விவாதிப்பது பிரச்சினைகளை ஆராய்வது போன்றன இங்கு தான் நடைபெறுகிறது. இது மனித முளையின் இடது பக்கத்தில் அமைந்துள்ளது.

2) ஆழ்மன அறிவு (Sub conscious mind) இது நமது முளையின் வல புறத்தில் அமைந்துள்ளது. கார் ஓட்டுதல் ரைப் செய்தல் உடைஅணிதல் என்ற பழக்கங்களையும் இசை, கலை, கற்பனை போன்றவற்றின் பிறப்பிடம் இது “கிப்ஸ்ட்டைஸ்” செய்து உண்மை அறியும் போது ஒருவரின் பழைய நினைவுகள் இப்பகுதியில் இருந்துதான் வருகிறது. எல்லா நினைவுகளும் அனுபவங்களும் ஆழ்மனதில்தான் பதிவு பெறுகிறது. ஆழ் மனம் சில சமயங்கள் கனவுகள் மூலமும், சில சமயம் உணர்வுகள் மூலமும், சில சமயம் விடயங்களை ஆராய்ந்து நம்புல அறிவுக்கு வழிகாட்டுகிறது.

3) பிரபஞ்ச அறிவு (Universal mind) இது எங்கிருக்கின்றது என மருத்துவ விஞ்ஞானத்தால் கண்டறிய முடியவில்லை. ஆனால் இந்த அறிவு பிரபஞ்சத்துடன் தொடர்புகொள்கிறது. எதிர்காலத்-தையும் இறந்தகாலத்தையும் இது அறிகிறது. இவ்வறிவுடன் தன்னையறிந்த மெய்ஞானிகள் தொடர்பு கொண்டுள்ளனர். மூன்றாவது கண் என்று பிணையில் சுரப்பி (Pineal Gland) அத்தகைய தொடர்பை ஏற்படுத்துவதாய் நம்பப்படுகிறது. சில சமயம் ஆழ் மனம், பிரபஞ்ச அறிவுடன் தொடர்பு கொண்டு எமக்கு வழிகாட்டுகிறது. இதைக் கையாளும் முறை நம்வசமில்லை. நம் இலட்சியத்தை தினம் தினம் புலனறிவின் மூலம் நினைவுபடுத்துவதால், அது ஆழ் மனத்தில் பதிந்து அந்த எண்ணங்கள் எப்படியோ பிரபஞ்ச அறிவுடன் தொடர்புகொண்டு காரியங்களை அதற்கு ஏற்ப

அங்கு அமைக்கின்றதெனத் தெரிகிறது. இப்படியாகக் காரியங்கள் நடைபெறுவதையே தெய்வாதீனமாக அமைந்ததென நாம் கூறுகிறோம்.

சிந்தனைத்திறனை வளர்க்க நாம் மூன்று தொடர்பு முறைகளைப் பின்பற்ற வேண்டும்.

1. திட்டமிட்டுச் செயல்புரிதல்.
(Planned work) விளைவைக் கவனித்து அதற்கு ஏற்ற வகையில் மனம் மொழி மெய்மை பயன்படுத்தலாகும்.
2. விழிப்பு நிலை (Awareness)
தேவை, பழக்கம், சூழ்நிலைகளால் உணர்ச்சி வயப்படாது தான் அமையவேண்டிய பயனை மறவாது இருத்தலே விழிப்புநிலை.
3. சுயசோதனை (Introspection)
ஒவ்வொரு யெலின் விளைவை கவனித்து அதில் தான் செய்த தவறுகளைத் திருத்தலே சுயசோதனையாகும்.

9.1 வாழ்வின் வெற்றிக்கு

எமது நல்ல எண்ணங்களே எம்மை நல்லபடி உருவாக்கின்றன. மனிதனது குணங்கள் அவனது எண்ணங்களின் மொத்த வடிவமாகும். விதை இல்லாது செடி தோன்றாது போல எண்ணவிதையில்லாது செயல்கள் இடம்பெறுவதில்லை. இன்பம் துன்பம் இரண்டும் எண்ணவிதைகளிலிருந்து காய்த்த கனிகளே. எண்ணத்தின் பலன் மனிதனை உருவாக்கல் அல்லது அழித்தலாகும். வாழ்க்கை என்பது “உள்ளிருந்து வெளியேயேயும் செயல்” என்கின்றனர் அறிஞர்கள். நாம் அச்செயலைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். விதைகள் எப்படி நீர்ப்பட்டதும் பூரித்து வெடிக்கின்றனவோ அதேபோன்று நல்லெண்ணங்கள் மனத்திலே வளம்பெற்று வெடித்து வெளிவரவேண்டும். வாழ்வில் உயர்ந்த நிலையில் இருப்பவர்களைக் கேட்டால் எனக்கு சிறுவயதிலிருந்தே இப்படி வரவேண்டும் என்ற ஆசையிருந்ததாய்க் கூறுவர். எண்ணங்கள் நெறிப்படுத்தப்படும் போது குறிக்கோளாக - இலட்சியமாக மாறுகிறது. அமெரிக்க கல்லூரிகளிடையான ஆய்வில் 50 வீதமான மாணவர்கள் குறிக்கோளற்றிருப்பது அறியப்பட்டுள்ளது. எம்மவர்களைக் கேட்டால் ஏதோ வாழ்க்கை ஓடுகிறது, நாமும் சேர்ந்து ஓடுகிறோம் என்கிறார்கள் வள்ளுவரைக் கேட்டால் விதியைக் கூடப் புறமுதுகிட்டுச் செய்யலாம் ஒரு குறிக்கோளை நோக்கி ஓயாது உழைத்தால் - மெய் வருந்தினால் என்கிறார். விவேகானந்தர் கூறுகிறார், நீரில் மூழ்கியவன் வெளிவரத்துடிப்பது போன்ற உந்துசக்தியிருப்பின் முன்னேறத் தடையில்லை

என்கிறார். எமது குறிக்கோளை நாம் வடிவருபத்தில் மனப்படமாய் காணவேண்டும். மேலை டுகளில் இம் மனப்படக்கல்விமுறையே இன்று நடைமுறையில் உள்ளது. மனிதன் எங்கேபோக விரும்புகிறானோ அங்கே தான் அவன் இருப்பிடம் என்றார் அமெரிக்க நாசா விஞ்ஞானி வான்பிரையின். அவரே மனிதனைச் சந்திரமண்டலத்திற்கு அனுப்பியவர். “நம்மால் முடியாதென்ற எண்ணமே எமது வளர்ச்சிக்குத்தடை”. முடியாதென்ற சொல்லையே அகராதியிலிருந்து எடுத்துவிடு என்பான் பொன்பாட் நெப்போலியன் நாம் ஆசைப்படுவதுடன் நின்று விடுகிறோம் நாம் தொடர்ந்து முயற்சிப்பதில்லை. ஆசை என்பது பாறைமீது ஓடும் நீர் போன்றது. உள்ளிறங்குவதில்லை. அது மேல் எழுந்த நினைவு மட்டுமே. உருது மொழியில் ஒரு பழமொழியுண்டு. “ஆசைகள் குதிரைகளானால் பிச்சைக்காரன் கூடச்சவாரி செய்வான்” என மனம் ஒரு குழந்தைபோன்றது. எப்பொழுதும் உற்சாகமுட்ட வேண்டும். ஆரம்பத்தில் மிகப் பெரிய காரியத்தை மனதில் கொள்ளக்கூடாது. அதை அடையமுடியாது போனால் ஏமாற்றம் ஏற்படுகிறது. விரலுக்குத்தக்கதாகவே வீக்கம் இருக்க வேண்டும். எனவே, படிப்படியாகவே முன்னேற வேண்டும். நம்பிக்கைதான் நோயைக்குணமாக்கிறது ஒரு தடவைகைகால் முடங்கியவர்கள் தங்கியிருந்த வைத்தியசாலையில் தீப்பிடித்து விட்டது அங்கிருந்தவர் எவரும் நடக்கக் கூடியவர்கள் அல்ல. அங்கிருந்தவர்களில் இருவரைத் தவிர அனைவருமே தீயென்றதும் ஓடத் தொடங்கிவிட்டனர். நம்மால் நடக்க முடியாதென்ற நம்பிக்கையின்மையே அவர்களை நடக்க முடியாதவர்களாக விடுதியில் வைத்திருந்தது. விற்றமின் குளிசை கொடுத்து குணமாக்கிய எத்தனையோ நோயாளரை நான் அறிந்துள்ளேன்.

9.2 வாழ்வின் வெற்றியின் திரகசியம்

- (1) **பாதையைத் தேர்ந்தெடுத்தல்.** உலகில் உயர்ந்த தன்மை படைத்தவர்களின் சரிதர்திரம் ஒரு திறந்த புத்தகமாகும். அவர்கள் மிகச் சாதாரண நிலையிலிருந்தே முன்னேறியுள்ளனர். நம் அனைவரிடமும் ஆற்றல், திறமை, வாய்ப்புக்கள் நிறைய உள்ளது. அவற்றை முதலில் இனங்கண்டு முறையாகக் கையாண்டால் வெற்றி பெறலாம்.
- (2) **கிலக்கையடையும் பாதையைத் தேர்ந்தெடுத்தல் :** நாம் நடந்துவந்த வழித்தடம், மற்றையோரின் அனுபவம்பற்றி அறிதல் வேண்டும். குறிக்கோள், வாய்ப்பு திட்டம் அவற்றின் முன்னுரிமை., பிரச்சினைகளைச் சமாளித்தல், இடைவெளிகளைக் குறைத்தல்,

பிரச்சினைகளை அறிந்து கொள்ளுதல் போன்றவற்றில் முழுமையான ஆய்வு - அறிவு வேண்டும். இலக்கை நிர்ணயித்தல், இலக்கற்ற வாழ்வும் கூரையில்லாவிடும் ஒரே மாதிரியானது. இலக்குகள் எப்பொழுதும் (1) தெளிவானதாக (Specific) (2) அளவிடக்கூடியதாக (Measurable) (3) அடையக்கூடியதாக (Achievable) (4) நடைமுறைச் சாத்தியமானதாக (Realistic) (5) குறித்த காலத்தில் அடையக்கூடியதாக (Time Bound) இருக்க வேண்டும். இவை சரியாயின் இலக்கை நடைமுறைப்படுத்துங்கள். சுய ஆய்வினை மேற்கொள்ளுங்கள். நம் தோற்றம், மண்பாங்கு, குணாதிசயங்கள், கருத்துக்கள், திறமைகள், ஆற்றல்கள், விருப்பங்கள், நலநடத்தை என்பவற்றில் சுய ஆய்வு தேவை.

- (3) **வாழ்க்கையைத் திட்டமிடுங்கள்** : பிறப்புக்கும் இறப்புக்கும் இடையிலான காலம் நம் வாழ்நாளாகும். இதில் நாம் என்ன செய்கிறோம் என்பதிலேயே எமது வாழ்வின் வெற்றி தங்கியுள்ளது. பெரும்பாலோரின் வாழ்க்கைத் தோல்விக்கு திட்டமின்மையே காரணமாகும். (1) என்ன செய்யப்போகிறோம் (2) எப்படிச் செய்யப்போகிறோம் என்பதே முக்கியம். எத்திட்டம் நடைமுறைச் சாத்தியமாயிருக்க வேண்டும். ஒவ்வொருவர் வாழ்க்கைக்கும் அவரவரே பொறுப்பாகும். எனவே (1) காலம் (2) முயற்சி (3) உழைப்பு (4) செல்வம் (5) அணுகுமுறை (6) மனித உறவுகள் (7) குடும்ப நிர்வாகம் அனைத்தையும் ஒருவன் திட்டமிட்டுச் செயற்படுத்தும் போதே வாழ்வு சிறப்பாய் அமையும்.
- (4) **தன்னம்பிக்கை** : தன்னைத் தன் அறிவைத் தன் திறமைகளைதன் தகுதியை நம்பிச் செயலாற்றும் நிலையே தன்னம்பிக்கையாகும். ஆற்றல் செயல் வடிவம் பெறலும், மேம்பாடடைதலும், தன்னம்பிக்கையாலாகும். எதிர்காலத் திட்டங்கள் இரு விடயங்களை ஆதாரமாகக் கொண்டிருக்கும். (1) நமது ஆற்றல்கள் (2) தன்னம்பிக்கை. இது சாதகமான சூழலில் ஆற்றலால் வெற்றி பெறுவோம். பாதகமான சூழலில் வெற்றிபெறத் தன்னம்பிக்கை வேண்டும். “தெரியாத எதிர்காலத்தில்” நம்திட்டம் நிறைவேறத் தன்னம்பிக்கை நன்கு உதவும். அதாவது கொலம்பஸ் அமெரிக்காவை அடைந்தது போன்று முடியுமா? என்ற கேள்வியுடன் திட்டமிடக்கூடாது. முடியும் எனத் திட்டமிடுங்கள், பிறருடன் தன்னை

ஒப்பிடாதீர்கள். அப்படி ஒப்பிடின் தாழ்வு மண்பான்மை வரும். திறமையற்ற மனிதன் எவரும் உலகில் இல்லை. நம்பிக்கையினமும், தாழ்வு மண்பான்மையும் நாமாக ஏற்படுத்திக் கொள்வது.

(5) நேரத்தை முகாமமைத்துவம் செய்யுங்கள் : நேரம் பொன் போன்றது. காலம் கனகமாகும். இழந்த நேரம் திரும்பி வராது நாளென ஒன்று போல்காட்டி உயிரியும் வாள் அது. இன்றுதான் எம்வாழ்வின் கடைசி நாள் என எண்ணிக் காலத்தைப் பயன்படுத்த வேண்டும். காலத்தின் வாயில் கட்டுண்டு ஓடுபவர் நாம். காலத்தை நம்மால் கட்டியொட்ட முடியாது எனவே நேரமும் ஒரு முதலீடாகும். வாழ்க்கையை அனுபவிக்கவும், ஓய்வெடுக்கவும் நேரத்தை ஒதுக்குங்கள். பொறுப்புக்களைப் பகிர்ந்தளித்து ஒரு நேரத்தில் ஒரு வேலையை மட்டும் செய்யுங்கள்.

(6) எமது ஆற்றல்களை வெளிக்கொணருங்கள் : எல்லோரிடமும் அளவுகடந்த மன ஆற்றல், மூளைத்திறன், சக்தி, திறமை நிறையப் பொதிந்துள்ளது. அவற்றில் வாழ்நாளில் நாம் பயன்படுத்துவது 10 வீதம் மட்டுமே. மூளைத்திறனில் நாம் ஆகப் பயன்படுத்துவது 5 வீதம் மட்டுமே. இதற்கு,

(1) தெளிவான சிந்தனை (Clarity of Thought) அவசியம். இதற்கு நாம் சார்ந்திருக்க வேண்டிய சுயபலம் (Strenth) எதிர்விளைவைத் தவிர்க்க எமது பலவீனம் (Weakness), எமக்கான வாய்ப்புக்கள் (Opportunities) காத்திருப்பதுபற்றி எதிர்கொள்ள வேண்டிய சவால்கள் (Threats) என்பவை எமக்குத் தெளிவான சிந்தனையாலேயே ஏற்படும்.

(2) தொலைநோக்குப் பார்வை (Fore Sightedness) அதாவது நான் இருக்குமிடம், போகவேண்டிய இடம், அதனை அடைய என்ன வேண்டும் என்ற தொலைப்பார்வை வேண்டும்.

(3) கூட்டுப் பொறுப்பு - (Shouldering Responsibility) - எனது நோக்கமும், முக்கியத்துவமும், மனத் தோற்றமுடைமை, குறிக்கோள், திறமை, சாமர்த்தியம், ஈடுபாடு, ஆர்வம், உற்சாகம், மற்றும் தைரியத்துடன் செயலாற்றும்போது வெற்றி நிச்சயம்.

- (4) விடாமுயற்சி (Tireless Effort) காரணங்கள் சொல்பவர்கள் காரியங்கள் செய்வதில்லை. முயற்சியிலும் தன்னம்பிக்கையுடனும் கூடிய முயற்சி தேவை.
- (7) எல்லோரிடமும் இணக்கமுடன் வாழ்தல் (Get Together) - மனித உறவு மேம்பாடடைய (1) மற்றையோர் உணர்வுகளை மதித்தல் (2) பிறர் நன்மைகளின் அக்கறை காட்டல் (3) பிறர் சொல்வதைக் கூர்ந்து கவனித்தல் (4) பிறர்குறைகளைப் பேசாதிருத்தல் (5) தாராளமாகப் பாராட்டுதல் (6) மலர்ந்த முகத்துடன் சிரித்தபடி காரியமாற்றல் (7) நகைச்சுவையுணர்வுடன் பழகுதல் (8) தீய பழக்கங்களைவ விட்டொழித்தல். உங்கள் பண்புநிலையில் வைத்தே உங்களை உலகம் உறுதிப்படுத்துகிறது. பிறர் எமக்கு என்ன சொல்லக்கூடாது. என்ன செய்யக்கூடாது என எதிர்பார்க்கின்றோமோ அதை நாம் எவருக்கும் சொல்லவோ செய்யவோ கூடாது.
- (8) நம்மைநாம் அறிய வேண்டும் : ஆன்மாவாகிய நாம் மனம், புத்தி ஆழ்மனத்தில் - சித்தமாக இருக்கிறோம். இவற்றின் ஒட்டுமொத்தத் தோற்றமே நானாகும். நான் செயல்படுகின்றேன் என்பதை அறியும்போதே என்னை நான் வழிநடத்தவும், சூழ்நிலைக்கேற்ப பிறருக்கு அடிமைப்படாமலும், தேவையானபோது விருப்பத்திற்கு ஏற்ப மாற்றத்தைக் கொணரவும் முடியும். (1) மனம் அளப்பரிய ஆற்றல் உடையது. எண்ணங்களை உருவாக்குகிறது. கற்பனை செய்கிறது. ஐம் பொறிகளுடாக உணர்வுகளை அறிகிறது. கருத்துக்களை மகிழ்விக்கிறது.
- (1) புத்தி - இது யானையின் அங்குசம் போன்று பயன்படுகிறது. புரிந்து கொள்ளுதல், கண்டுபிடித்தல், மதிப்பிடல், காரணமறிதல் போன்ற பணிகளைச் செய்கிறது.
- (2) ஆழ்மனம் இது உணர்வு செயல்களின் மெத்தனப் பதிவாகும். நமது சுபாவம், திறமை, பிரத்தியேகக் குணங்கள், பழக்கவழக்கங்கள், ஞாபகசக்தி என்பன இதில் புதைந்து கிடக்கிறது. இவை ஒன்றையொன்று சார்ந்து வெகுவாய் பாதித்தும் வருபவை. எண்ணங்கள் விதைக்கும் பொழுது அவை உணர்வுகளாகின்றன. உணர்வே நோக்கமாகிப் பின் வார்த்தையாகிச் செயலாகிப்பின் நடத்தையாகிறது. இந்நடத்தையே நமது வாழ்வை நிர்ணயிக்கின்றது.

(9) மனத்தை நல்லபடி வழிப்படுத்துங்கள் : மனத்தைப் புயல்களுடனும் அலைகளுடனும் ஒப்பிட்டாலும் புரிந்து கொள்ள முடியாமனத்தை ஒரு குழந்தையுடனேயே ஒப்பிடுதல் நல்லது. நாம் மனத்தைக்குறை கூறாது பராட்டிப் பராமரிக்க வேண்டும். அதன் ஆற்றல் அளப்பரியது. திடமான மனோபலத்தினால் உலகினில் சாதிக்க முடியாதது எதவும் இல்லை. மனத்தின் பலவினங்களை அறிவுப் பலமாக மாற்றித் தர வேண்டும். மனமானது உண்மை நிகழ்வையும், கற்பனையினையும் வேறுபடுத்தி அறிய மாட்டாதது. புலன்வழி அது செயற்படுவதாலும் எல்லைக்கு உட்பட்டுச் சிந்திக்கும் பழக்க தோஷத்தாலும் பற்றுடன் தன்னைச் சிறைப்படுத்திக் கொள்வதனாலும் நேர்மறைகளையும், எதிர்மறைகளையும் பகுக்கமுடியாது இருந்து விடுகின்றது. எனவேதான் மறக்காமல் செய்ய வேண்டும் என்ற கட்டாய விடயங்களைக்கூட மறந்து விடுகின்றோம். இப்படியாகப் புரிந்து கொள்ளமுடியாததை மனத்திற்கு புரியவைக்க வழிகள் உள்ளது. “மனத்திற்குக் கட்டளையிடுங்கள்”. எதையும் நேர்மறையாகக் கூறுங்கள். கூறுவதை உறுதியேதும், நம்பிக்கையோடும் கூறுங்கள். திரும்பத் திரும்பக் கூறுங்கள். ஒரு குறிப்பிட்ட சொற்றொடரையே ஒவ்வொரு முறையும் பயன்படுத்துங்கள். இப்படிக்கூறப்பட்ட விடயங்களை மனமானது தன் ஆழ்மனத்தில் இருத்திக்கொண்டு, சமயத்திற்கு ஏற்பச் சாதகமாய் செயலாற்றுவதன் சுற்றுப்புறச் சூழ்நிலையையும் நமக்குச் சாதகமாக அமைத்துக் கொடுக்கக் கூடியது. மனத்தை வென்றோர் உலகத்தை வென்றோராவார் என்பது பழமொழி. எனவே நாம் நம் மனத்தை நன்கு பராமரிக்க வேண்டும்.

(10) மனப்பாங்கினை அறிந்து கொள்ளுங்கள் : பார்க்கின்ற பொருள்களில், நிகழ்கின்ற நிகழ்ச்சிகளில் நமக்குச் சாதகமானவற்றைமட்டும் நம்பும் தன்மையுடையது மனப்பாங்கு. ஒவ்வொரு சூழலிலிருந்தும் ஏதாவதொன்றைக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். தீமைகளை வெல்ல நன்மை செய்ய வேண்டும். வளர்ச்சியின் ஒரு கட்டத்திலிருந்து மறுகட்டத்திற்குப் போகும்நிலைதான் குணநலன்கள், அத்துடன் ஆளுமைபற்றி திட்டமிடும்போது நன்மை நாம் மாற்றிக் கொள்ள வேண்டியிருக்கும். நாம் விரும்பிய மாற்றமடைய அதன் சூத்திரம் தெரிந்திருக்க வேண்டும். புத்திசாலித்தனத்தைவிட தினசரி நடவடிக்கையில் திறமையாக நடந்து கொள்வதே வெற்றிக்கு வழிவகுக்கும். தோல்வி என்பது தற்காலிகமானது. தோல்வியில்

வெற்றிக்கான விதையைத் தேடுங்கள். பணியை ஒத்திவைத்து காலதாமதமாக்கினால் அது அவசரமானதாகவும், பின்னர் பிரச்சினையாகவும் மாறிவிடும். எனவே பணிகளை உடனுக்குடன் செய்ய வேண்டும். சிறப்பாய் செய்ய வேண்டும் எனப் பிரயாசப்பட்டு அதிக நேரத்தை வீணடிக்கக் கூடாது.

- (11) **மனப்படத்தை உருவாக்குங்கள்** : நாம் அடைய விரும்புவதை முதலில் ஒரு மனப்படமாக மனதில் கற்பனையில் திரையிட்டுப் பாருங்கள். மனப்படம் தோற்றம் பெறும்போது கண்ணுக்குத் தெரியாத ஒரு மந்திரக்கரமானது தடைகளை எல்லாம் நீக்கி உங்களுக்குச் சாதகமான சூழ்நிலையை ஏற்படுத்திக் கொடுக்கிறது. நமது செயல்களில் தடைவரும்போது மனம் தளர்ந்து போகின்றோம். இதில் விடாமுயற்சி அவசியம். இத்தளர்வைத் தருவது மனத்தின் கற்பனைக் காட்சியே. மனம் உண்மையையும், கற்பனையையும் வேறுபடுத்த முடியாதது. மனப்படக்காட்சியை மனக்கண்ணில் நிறுத்தும்பொழுது ஊக்கம், நம்பிக்கைத் தைரியத்தை அளித்து வெற்றிப்பாதையில் அழைத்துச் செல்கின்றது. உயர்வானது வழமையைவிட மாறுபட்டதாய் இருக்க வேண்டும்.

- (12) **ஆளுமை ஆற்றல் (Personality)** : எது உங்களை மற்றவர்களிடமிருந்து வேறுபடுத்திக் காட்டுகின்றதோ, எது எல்லோரையும் உங்கள் பக்கம் திரும்ப வைக்கின்றதோ அக்குணவிஷேடமே உங்களது ஆளுமையாகும். நீங்கள் உட்கார்ந்து இருப்பது, நிற்பது, நடப்பது, ஆழ்ந்து நோக்குவது போன்ற ஒவ்வொரு அடைவிலும் ஒரு பிரத்தியேக தன்மை முத்திரை பதித்திருக்கும். இவைகளே உங்கள் நடத்தையைப் பறைசாற்றி, நீங்கள் எப்படிப்பட்ட பண்பாளர் என்பதை வெளிக்காட்டுகிறது. ஒரு நிகழ்வின்போது, பிரச்சினையின்போது எப்படியிருக்கிறீர்கள், எப்படிப் பிரதிபலிக்கின்றீர்கள் என்பது உங்கள் நடத்தைப் பிரதிபலிப்பே.

ஆளுமையும் குணநலன்களும்

ஒழுக்கம் (Character) ஆளுமை இரண்டும் நாணயத்தின் இரு பக்கங்கள். இரண்டையும் வேறுபடுத்துபவனே புகழின் உச்சநிலையை அடைகின்றான். ஒழுக்கத்தை இழப்பவன் எல்லாவற்றையும் இழக்கின்றான். அவனுள் பயம் குடிகொண்டு

நம்பிக்கையையுமிழக்கின்றான். ஒழுக்கமற்றவன் ஆளுமைத்தன்மை வெறும் வெளிவேஷமாகிறது. குணமேம்பாடுடையவர் வாழ்வில் மேடுபள்ளங்களை, இன்பதுன்பங்களை, இகழ்ச்சி புகழ்ச்சிகளை எவ்வித சலனமுமின்றிச் சந்திக்கின்றார். சகலதையும் தன் வசமாக்குகின்றார். நம்பகத்தன்மையே ஆளுமையை முழுமையாக்குகிறது. உட்கள் தனித்துவம் உங்களை ஈடுஇணையற்றவராக்கிவிடுகிறது. பேச்சுக்கு அபாரசக்தி உண்டு. அது ஒருவருடைய ஆளுமையை வடிவமைப்பதில் பிரதான பங்கு வகிக்கிறது.

(13) கோபத்தை நண்பனாக்குங்கள் : கோபத்தினால் உடலில் ஏற்படும் இழப்புக்களைப்பற்றி எண்ணிப்பார்க்க வேண்டும். பகுத்தறிவு மறைகின்றது. இரத்தம் குடேறி உடல் உஷ்ணம் அதிகரிக்கிறது. இரத்த அழுத்தம் கூடுகிறது. இதயத்துடிப்பு அதிகரிக்கிறது. நரம்புத்தளர்வால் உடல் சுருங்குகிறது. உறவினர் ஏன் பெற்றதாய் கூட உன்னை நெருங்கப் பயப்படுகிறாள். கோபத்தை அடக்குவதாக முடிவெடுத்தால் இதோ வழிகள் :

(1) அகத்தாய்வு செய்யுங்கள் : கோபம் தோன்றக் காரணம், கோபத்தினால் நாம் எதிர்கொள்ளும் தீமைகள், கோபத்தை அடக்க எடுத்த முயற்சி, அதிலடைந்த வெற்றி, மேலும் எடுக்க வேண்டிய முயற்சி பற்றித் தினமும் இரண்டு வேளை அமைதியான இடத்திலிருந்து கண்களைமூடி அகத்தாய்வு செய்யுங்கள் (Introspection) இப்படிச் செய்வதன் கோபம் ஏற்படுபவர்க்கும் எமக்குள்ள உறவு, அவர் நமக்காய் ஆற்றிய காரியங்கள் பற்றி எண்ணி அன்பை வெளிப்படுத்தினால் கோபம் அடங்கும். கோபம் ஏற்படாது விழிப்புடன் கண்காணித்து வருவதுடன் எதிரானவர்களை எண்ணி அவர்கள் மனம் திருந்த வேண்டுமென மானசீகமாய் கண்ணைமூடி வாழ்த்துங்கள்.

(14) மன அழுத்தத்தை தவிருங்கள் (Depression) : எந்த ஒரு உள்மன உறுத்தல்கள் அல்லது வெளி உறுத்தல்களால் மனம் அல்லது தேகத்தில் ஏற்படும் பிரதிபலிப்பே மன அழுத்தம் ((Depression) நமது வாழ்வு சூழ்நிலைகளைக் கூர்ந்து அவதானித்தால் ஒரு நிதர்சன உண்மை விளங்கும். புதிய சூழ்நிலைகள் எம்மை அடிக்கடியோ அல்லது நிரந்தரமாகவோ மன அழுத்தத்தை

விரும்பியோ விரும்பாமலோ தருகின்றது. அதில் நோக்கங்களாக எம்மில் மனப்பயம், சந்தேகம், நம்பிக்கையின்மை, மனக்கிளர்ச்சி (Agitation) நித்திரையின்மை ஏற்படும் யுத்தச்சூழல், வேலைப்பளு, மனத்தைச் சாந்தப்படுத்தும் மருந்துகளை அளவுக்கு அதிகமாக எடுத்தல் மன அழுத்தத்தினைக் கொண்டு வரும். இதற்கான காரணம் புறச்சூழலுடன் உணர்வு, பழக்கவழக்கங்கள் என்பன காரணமாகும். உடலும் மனமும் ஒன்றையொன்று சார்ந்திருப்பதால் ஒன்றின் தாக்கம் மற்றதில் தோற்றம் பெறுகிறது. ஆரோக்கியம் என்பது உடம்பு ஊனமுற்றநிலையோ, நோயில்லாத தன்மையோ அல்ல. அது உடல், மனம், ஆன்மீக சமூகத் தொண்டிற்கான நிலைகளின் ஆரோக்கியமாகும். எனவே மேற்கூறியவற்றில் ஏதாவது குறைவுபுடன் ஆரோக்கியம் கெடும். எனவே நான் சமூகசீர்திருத்தவாதியோ, ஆன்மீகவாதியோ அல்லவெனச் சாக்குப் போக்குச் சொல்லாது இயற்கை நியதிகளுடன் ஒன்றி இயல்பான வாழ்வு வாழ வேண்டும்.

- (15) நற்குணங்களை வளர்த்திட வேண்டும். : இன்று விஞ்ஞானவசதிகள் மேம்பட்டுள்ள போதும், தேவையற்ற ஆசைகள், வேலைப்பளு, குடும்பச் சிக்கல்கள், பொருளாதாரப் பிரச்சினைகள், ஆரோக்கியமின்மை என்ற அழுத்தங்களுக்கு முகம் கொடுக்க வேண்டியுள்ளது. இதனை வெற்றி கொள்ள நற்பண்புகள் நமக்குப் பேருதவி புரிகின்றன. காலத்தைக் கவனமாய்ச் செலவிடல், அக்கறையுடன் கருமமாற்றல், நல்லிணக்கத்துடன் வாழ்தல், திட்டமிட்ட வாழ்க்கை, வாழ்க்கை முறையைப் பொருத்தமாய் மாற்றியமைத்தல் போன்றவற்றை அமைத்துப் பொறுமையைக் கடைப்பிடித்தல் மூலம் அழுத்தங்களிலிருந்து விடுபடி முடியும்.

தற்போதைய குணநலன்கள் : தற்போது உயிர்ப்பாதுகாப்புப் பற்றிய பயம், மனத்தளர்வு, மனஉறுதியின்மை, திருப்தியின்மை, தாழ்வுமனப்பான்மை எங்கும் எம்மிடையே ஏற்பட்டுள்ளது. இதிலிருந்து விடுபட தன்னம்பிக்கைப் பயிற்சியை மனத்திற்கு அடிக்கடி ஞாபகப்படுத்தி மனதை உறுதி கொள்ளச் செய்ய வேண்டும். சுயகல்வித்தேடல், சுயமுயற்சி, சுயநிர்வாகம் போன்ற நற்குணங்களை நடைமுறைப்படுத்த வேண்டும்.

மனோபாவங்களும் குணநலன்களும் : வாழ்வில் வெற்றிபெற அவசியமான எண்ணங்களை ஆழ்மனதில் பதிவுசெய்ய, அவற்றை நிலைபெறச் செய்ய நற்குணங்களை நடைமுறைப்படுத்த வேண்டும்.

- (1) கவனமாய்க் கேட்கும் தன்மையைப் பெறப் பொறுமையும் (2) ஒன்றை அடையும் தன்மையைப் பெறப் பணிவும் (3) சகித்துக் கொள்ள அன்பும் ஏற்றக் கொள்ளும் மனப்பான்மையைப் பெற முதிர்வும், பகுத்தறிய அறிவும் சரியான தீர்மானத்தை எடுக்க மனத்தெளிவும், எதையும் எதிர்கொள்ளத் தைரியமும், ஒன்றுபட்டுவாழக் கூட்டுக்குணமும் நமக்கு அவசியம். ஆதம் அறிவாலும், மனத்தை ஒரு முகப்படுத்தலாலும் இதனை வெற்றிகொள்ள முடியும்.
- (16) **கீயற்கை நயத்களால் பயன்பெறுங்கள் :**
 - (1) எதை விதைக்கிறோமோ அதனை நாம் அறுவடை செய்கின்றோம். விளைவு - விளைப்பயன் உடன்கிட்டா விட்டாலும் காலதாமதமாகவும் கிடைக்கலாம். நன்மை வருமெனில் அதனைச் செய்யவும், தீமை வருமெனில் அதனைச் செய்யாது விடவும் நம்மால் முடியும். பலன் தள்ளிப் போகலாமே தவிர நிச்சயம் கிட்டும். ஆகவே பொறுமையுடனும் திருப்தியுடனும் இருக்க வேண்டும்.
 - (2) துன்பம் குறுகியது. இன்பம் நீண்டது. செயல் ஆரம்பத்தில் துன்பமாயிரப்பினும் முடிவு இன்பத்தைத் தரும். செய்யவேண்டியவற்றைத் தள்ளிப்போடுதல் தற்காலிக சுகமாய் இருப்பினும் அதன் விளைவு துன்பத்தில் முடிகிறது.
 - (3) எதையும் பெறுவதைவிடக் கொடுப்பதே மகிழ்ச்சி. பெறுவதைக் காட்டிலும், அதிகமாகவும், தாமதமில்லாமலும் கொடுத்தால் வளர்ச்சி நிச்சயம்.
- (17) நாம் எமது மனத்தை உற்சாகமாக வைத்திருப்பதன் மூலமே நம் வாழ்வின் வெற்றியின் முதல் படியை எட்டமுடியும். நாம் யாரும் வாழ்வில் தோல்வியடையப் பிறக்கவில்லை. உற்சாகமே வெற்றியின் உரம். எனவே நாம் எப்போதும் எமது மனத்தை உற்சாகமாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். நாம் உற்சாகமாக இருந்தால் மட்டும் எமது வெற்றி இலக்கை அடைய முடியும். வெறுப்பு, உற்சாகமின்மை, தயக்கம் பயம் என்பன நம் வெற்றியிலக்கை

எட்டுவதற்கான தடைக்கற்களாகும். இலக்கை எட்ட முதலில் எமது எட்ட வேண்டிய இலக்குப்பற்றி மனப்படம் - கற்பனைத் தோற்றத்தை மனதில் அமைக்க வேண்டும். பின் அதனை அர்ப்பணிப்பு, மனவைராக்கியம் உன்றுகோல்களின் உதவியுடன் நகர்த்திச் செல்ல வேண்டும். இதற்கு முதலில் உங்களைப்பற்றி உயர்வாக நினைக்க வேண்டும். உங்களை அதனை அடையத் தகுதி உடையவர் என ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். எல்லாவற்றிலும் மேலாக உங்களை நீங்கள் நம்ப வேண்டும். (faith) அத்துடன் உங்களை நீங்களே மதிக்க வேண்டும். தாழ்வு மனப்பான்மையே தோல்விகளின் முதற்படி.

10.1 அறவியல் கல்வி - வாழ்வியல் கல்வி

“அறத்தை நடைமுறையோடு இணைத்துப் பெறும் அறிவே அறவியல் கல்வி அல்லது வாழ்க்கைக்கல்வி எனலாம்”. கல்வியின் குறிக்கோள் இன்றைய தலைமுறையினருக்கு முன்பு வாழ்ந்தவர்கள் கண்டறிந்த உண்மைகளை, உணர்வுகளை, அனுபவங்களை, விழுமியங்களை எடுத்துக்கூறி அவற்றைப் பின்பற்றி அவர்கள் வாழ்வியல் பரிட்சையில் வெற்றி பெற உதவுவதாகும்.

இன்றைய இளம் தலைமுறையினர் மனத்திற் பரபரப்பும் எதையும் எப்படியேனும் சாதிக்க வேண்டும் என்ற எண்ணங்களுமே கொண்டுள்ளனர். அவர்களை இன்றைய ஊடகங்கள் எங்கெங்கோ வழிநடத்திச் செல்கின்றன. இன்றைய அறிவியல் கல்வியானது நமக்கு வெளியில் நடைபெற்ற, நடைபெறும் சம்பவங்களை, ஆராய்ச்சிகளை - கண்டறிந்த உண்மைகளை, கண்டுபிடிப்புக்களை பற்றிக் கற்பிக்கின்றது. இதனால் நம்மைச்சுற்றி நிகழ்பவைபற்றி இன்றைய இளைஞர்கள் நன்கு தெரிந்து கொள்கின்றனர். இந்த அறிவியல் அறிவானது ஐம்புலன்கள் ஊடாகப் பெறும் அறிவு மட்டுமே. அறவியல் கல்வியானது ஐம்புலன்களுக்கு அப்பாலுள்ள அறிவுத்தேடலாகும். அதாவது நம்முள் இருப்பவற்றைப் பற்றியும், நாம் யார்? நம் வாழ்வின் குறிக்கோள் என்ன? எத்தகைய வாழ்வு நாம் வாழ வேண்டும்? என்பவை பற்றிய அறவியல் அறிவைத் தற்காலத்தைய எம் அறவியல் அறிவு கொடுப்பதில்லை. உலகு போற்றும் அறிவியல் - விஞ்ஞான மேதையான அல்பட் அயன்ஸ்டீன் தான் வெளியுலக ஆய்வுகள் அனைத்தையும் அறிந்திருந்த போதும் தன்னுள் இருப்பவற்றை அறிய முடியவில்லையென்று தம் வாழ்நாளின் கடைசிப்பகுதியில் ஏங்கித் தவித்தார்.

அதை அவர் வாக்காலேயே பார்ப்போம் “While I Spend All my years exploring the world outside me, I never cared to explore the world inside me.” என வேதனை அடைந்துள்ளார். எனவே இன்றைய தலைமுறையினர் உலகத்தைப்பற்றி அறிந்தாலும், தன்னைப்பற்றி அறிய ஆர்வம் காட்டுவதில்லை. இதனாலேயே திருமூலர்.

“தன்னையறியத் தனக்கொரு கேடில்லை

தன்னையறியாது தானே கெடுகிறான்” என்பார்.

எனவே இக்குறையை நீக்கி கல்வியினை முழுமையானதாகக் வேண்டும். நம் உள்ளம், உடல், ஆன்மா பற்றி நம் மாணவர்கள் நன்கு உணர வேண்டும். நாம் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய வாழ்வியல் விழுமியங்கள் என்ன? என்பதை அறிந்து, உணர்ந்து அதன்படி ஒழுக்க வேண்டும். அன்பு, நீதி, நேர்மை, உண்மை, அமைதி, அஹிம்சை, கருணை, கரிசனை, நல்லொழுக்கம் முதலியன நம்மனை சார்ந்தவை. நம் உள் உணர்வுகளுடன் கூடியவை. அறிவுடன் கூடியவை. மானிடத்தில் இயல்பானவை - உடன் பிறந்தவை ஆனால், இன்றைய மானிடநேயமற்ற ஐம்புலன் ஆய்வு அறிவினாற் கவரப்பட்ட இளம் தலைமுறையினர் பாதைமாறிப் பயணிக்கின்றனர். இதன் விளைவு உலகில் அமைதி இல்லை. அறிவின் அத்தாட்சி வீட்டில் அமைதி நிலவுவதே. ஆனால் இதை இன்று வீட்டில் மட்டுமல்ல நாட்டிலும், உலகிலும் காணமுடிவதில்லை. எங்கும் அமைதியின்மை, வன்முறைகள், பூசல்கள், நெருக்கடிகள், நிம்மதிக்குறை, அவநம்பிக்கை, கலாசார பண்பாட்டுப் பிறழ்வு மூவாயிரம் அணு ஆயுதங்களையும், 60 கோடி உயிர் அழிவு ஆயுதங்களையும், பூமியைப் புழுதிமேடாக்கிக் கொண்டிருக்கின்றது இன்று ஒரு பகுதியினர், அணு ஆயுதங்களால் பூமியைப் புல்முளைக்க முடியாத பாலைவனமாக்கிக் கொண்டிருக்கின்றனர். மனிதர்கள் இயற்கைச் சூழலைச் சுரண்டியும், அழித்தும் வருவதனால், இயற்கைச் சீற்றங்களினால் கடல்கோள்களும், பூமி வெப்பமடைதலும், காஸநிலை மாற்றமும் ஏற்பட்டு உள்ளது. இப்படியாக உயர் மனிதப் பண்புகளைப் புறந்தள்ளி புன்னெறியதனில் செல்லும் போக்கினை அனைவரும் தம் வாழ்வில் தத்துவமாக - நெறியாக ஏற்று அவலவாழ்வை மேற்கொண்டிருப்பதே இன்றைய கையறு நிலைக்கான காரணமாகும் என்பதையே காலம் கடந்தாயினும், எம்சமூகம் ஏற்றுக் கொள்ளுமாயின் மனித குலம் அழிவின் விளிம்பில் இருந்து தம்மைப் பாதுகாத்துக் கொள்வதுடன் பூமிப்பந்தினையும் பாதுகாத்துக் கொள்ளும்.

முழுமையான கல்வி என்பது நுண்ணறிவுப் பயிற்சியோடு ஆன்மீக நெறிகளைக் கற்பிக்க வேண்டும் என்பார் முன்னாள் இந்தியக் குடியரசுத் தலைவர் டாக்டர் இராதா கிருஷ்ணன். (For Education to be complete it should include not only the training of the intellect, but also the refinement of the Art and deiseipline of the soul). எனவே மனத்தைத் தொட்டு ஆன்மாவை நெறிப்படுத்துகின்ற அறவியல் கல்விமுறைதான் அன்று போன்று இன்று ஒரு சமூகத்தை உருவாக்குவதற்கு உதவ முடியும். அப்படியான பயமற்ற ஓர் அமைதியான வாழ்வே இன்று எம் சமுதாயத்திற்குத் தேவையாக உள்ளது.

10.2 அறவியலும் பண்பாடும்

நீதி என்பது தமிழ்சொல்லல்ல அது ஒரு வடமொழிச்சொல். இது கி. பி. 6ம் நூற்றாண்டிலிருந்தே தமிழுடன் இணைந்தது. இது வடமொழியில் நடத்தல், இயக்குதல் என்ற பொருளைக் கொண்டது. பின்னேற்பட்ட கருத்து வளர்ச்சிக்கேற்ப ராசநீதியைக் குறிப்பதாக இது மாற்றம் பெற்றது. வள்ளுவர் நீதி என்ற பொருளை உணர்த்த நயன் என்ற சொல்லை பயன்படுத்தியுள்ளார்.

“நயன் ஈன்று நன்றி பயக்கும் பயன் ஈன்று
பண்பின் தலைப்பிரியாச் சொல்” என்பார்.

தமிழ்நீதி என்பது ஒழுக்கம், நியாயம், முறைமை, அறநூல் என்ற நால்வகைப் பொருள்களைச் சுட்டுவதாக உள்ளது. இது பிற்காலச் சூடாமணி நிகண்டின் ஆசிரியர் மண்டல் குருடர் என்பார்.

“மயலுறு நெறி ஞாய மரியாதை நீதி” (சூடா. நிக. 8 - 40)
இதனால் பண்டு தமிழரால் நீதி ஒழுக்கநெறியையே போற்றி வழங்கியுள்ளனர். இதனை சிறியோர்முதல் பெரியோர் வரை வாழ்க்கையில் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய ஒழுக்கவேண்டிய ஒழுக்கக் கோவையாகவே பண்டைய நீதிநூல்களான உலகநீதி, நீதிச்சாரம், நீதிவெண்பா, நீதிநெறி விளக்கம், நீதிநூல் என்பன எழுந்துள்ளன. இவை கி. பி. 7ஆம் நூற்றாண்டின் அளவில் இருந்தே தோற்றம் பெற்றுள்ளன.

அறம் என்றால் என்ன? மனிதன் தனக்கென வரையறுத்துக் கொண்ட ஒழுக்கமுறைகளின் தொகுதியே - முழுவடிவமே அறம் என்று கூறுவர். பண்டைத் தமிழ் மக்கள் தனிமனிதனதும், சமூகத்தினதும் ஒழுக்க நெறிக்

கோவையாக, யாப்பாக அறத்தைக் கருதினர். இலக்கியங்களில் அறம் நற்பண்பு அல்லது ஒழுக்கம் என பயன்படுத்தப்பட்டு உள்ளது. ஆங்கிலத்தில் இதற்குச் சமனாக நீதிக்கோவை Ethics என்ற சொல் உள்ளது. பழக்க வழக்கத்தைக் குறிக்கும் ஆங்கிலச்சொல் Moral. மனித நடத்தையைப்பற்றிக் குறிப்பிட வழக்கமாகக் கொண்டுள்ள முடிவையே ஒழுக்கமாக (Morality) எனக் கொள்ளப்பட்டது. தனிமனித நடத்தை பெரும்பாலாரால் பின்பற்றப்பட்டபோது அது ஒழுக்கம் என்ற பண்பாக மலர்ந்தது. இன்று அது தோன்றாப்புகழ்வாய்ந்த வாழ்க்கை நெறியாகப் போற்றப்படுகின்றது. எனவே மனிதன் நலமாக வாழ்வதற்கும் நல்வாழ்வின் பயன்கருதிய இன்பத்தை அடைவதற்கும் அவன் கடைப்பிடித்து ஒழுக்க வேண்டிய செயல்முறைகளை அறிந்து நல்லனவற்றைமட்டும் பின்பற்றி ஒழுக்குவதே அறம் எனப்பட்டது. ஒழுக்கலாற்றாகிய செயலுக்கு எண்ணத்தூய்மை அவசியம். அப்படியிருப்பின் மட்டுமே சொல்லும், செயலும் தூய்மையாக அமையும். எண்ணம் தூய்மையாக இருக்க எண்ணத்தின் எழுச்சிக்கு நிலைக்களனான மனம் தூய்மையாக இருக்க வேண்டும். எனவே மனம் மாசுபடியாது தூய்மையாக இருத்தலே அறமாகும். மனத்தில் மாசுபடியாத போக்கின் நிலையே அறநெறியாகும். மனம் மாசுறாது இருக்க பொறாமை உணர்வு, ஆசை, கோபம், கடுஞ்சொல் என்பவற்றைத் தவிர்க்க வேண்டும் என்பார் பொய்யாமொழியார்.

“மனத்துக்கண் மாசிலனாதல் அனைத்தறன்
ஆகுல நீர் பிற”

“அழுக்காறு அவா வெகுளி இன்னாச்சொல் நான்கும்
இழுக்காறு இயன்றது அறம்”

நம்முன்னோர் சிறப்புடைய ஒழுக்கப் பண்புகளையே அறம் என்றனர்.

“ஒழுக்கம் விழுப்பம் தரலால்
ஒழுக்கம் உயிரினும் ஒம்பப் படும்”

என்பதுடன் நின்றுவிடாது துறவிகளுக்கும் கூட ஒழுக்கம் என்ற அதிகாரத்தைத் திறந்து நல்லொழுக்கமே சிறந்த அறம் என்கின்றார் பொய்யா மொழியார். பொருட்பாலில் தனிமனிதன் பிறரோடு கூடி வாழ்கின்றபோது கடைப்பிடிக்க வேண்டிய சமுதாய ஒழுக்கலாற்றினை அரசியல், அமைச்சியல், அறிவியல், அங்கவியல், ஒழிப்பியல் என்ற அதிகாரங்களில் அவர் மிகச்சிறப்பாக விளக்குவார். அதில் ஒழிப்பியலில் குடிமை, மானம், பெருமை, சான்றாண்மை, பண்புடமை, நன்றியியல்,

செல்வம், நாணுடைமை, நல்குரவு, கயமை என்ற மன உணர்வால் பெறும் நெறிகளை வலியுறுத்துவார். பண்புடைமையில்

“பண்புடையார் பட்டுண்டு உலகம் அது இன்றோல
மண்புக்கு மாய்வது மன்”

“அரம்போலக் கூர்மையரேனும் மரப்போல
மக்கட் பண்பில்லாதார்” என்பர்

கூரிய அறிவுடையராயினும் மக்கள் பண்பு இல்லாதவர் மரம் போன்றவர் எனவும், இந்த உலகம் பண்புடைய மக்களுக்கு மட்டுமே உரியது. அது இல்லாத மக்கள் வாழின் மனிததர்மம் மண்ணுள் மறைந்துவிடும் என வலியுறுத்துவார். இவ் ஒழுக்கநெறியை “செந்நெறி” எனத் தமிழிலக்கியங்கள் கூறியுள்ளன. அறநெறிகளை அறநெறிச்சட்டங்கள் (Natural Justice) எனவும் இயற்கைச் சட்டங்களை (Natural Law) எனவும் மேலைநாட்டு அறிஞர்கள் போற்றியுள்ளனர்.

அறநெறிச் சட்டங்களை தெய்வ நீதியாகவும், இயற்கை நீதியாகவும் கருதும் பண்பு மனித இனத்தின் நாகரிக வளர்ச்சியின் தொடக்க காலத்தில் இருந்ததாக அறவியல் அறிஞர்கள் கூறுவர். எனினும் இன்றும் மனச்சாட்சியையே அறநெறிச் சட்டமாகக் கருத வேண்டும். உள்ளுணர்வால் நல்லன தீயன ஆராய்ந்து அறியும் மனத்திறனை அடிப்படையாகக் கொண்டு செயற்படுதலே அறநெறிச் சட்டம் எனக் கொள்வோரும், பகுத்தறிவாளரும் கூட அறநெறி சட்டம் இயற்கை நியதியாகக் கொள்வதை மறுப்பதில்லை. எனவே தொன்று தொட்டு இயற்கை நீதியையே அறம் என்ற சொல் உணர்த்தி வருகின்றது.

மக்கள் ஒழுக்கலாற்றலினைக் குறிக்கும் அறம் மனிதன் மனிதனாக வாழ வழிகாட்டுவது அறநெறி. மனிதன் மனிதநெறியல்லாந்து இடறி விழும்பொழுது அவனை அறநெறிக்கு மீண்டும் ஆற்றுப்படுத்துவது அறநெறிக்கல்வி.

10.3 உலகமொழிகளில் அறக் கருத்துக்கள்

பண்டைய உலக மொழிகளில் இலக்கிய வளமுடைய பதினெட்டு மொழிகளில் தமிழும் ஒன்று. அதுனுடன் மற்றைய கிரேக்கம், லத்தீன், ஆங்கிலம், சீனம், சமஸ்கிருதம் என்பன. பண்டைய நாகரிகங்களுடன் சிறப்புற்றிருந்த 21 நாடுகளின் மொழிகளாகும். உலகிலுள்ள மொழிகளில்

அன்பு வடிவானது தமிழ். அதிகாரத் தோரணையானது ஆங்கிலம். நாகரிகம் என்பது திருந்திய வாழ்க்கையைக் குறிக்கும். பண்பாடு என்பது திருந்திய ஒழுக்கத்தைக் குறிக்கும். இது தமக்கும், பிறர்க்கும் பயன்படுவது. நாகரிகத்தின் உயர்ந்த நிலை பண்பாடானபோது நாகரிகம் இன்றியும் பண்பாடு உண்டு. அதுதான் ஆடையின்றி இருப்பவன் ஆசையின்றி இருப்பது. திருவள்ளூர் அறவியலை 380 குறுகத்தறித்த குறள்பாக்களில் வலியுறுத்தி தமிழருடைய பண்பாட்டை உலகறியச் செய்தவர். திருக்குறள் என்ற அறநூல் பற்றி அறியாத அறிவாளிகள் உலகில் இல்லை. இந்நூல் எண்பதிற்கதிகமான உலகமொழிகளில் மொழிபெயர்க்கப்பட்டு உள்ளது. கிரீஸ்தவ வேதநூலான பைபிள் 500 மொழியிலும், இஸ்லாம்த வேதமான குர்ஆன் 200 மொழிகளிலும் அதற்கு அடுத்து அதிக மொழிகளில் மொழிபெயர்க்கப்பட்டது திருக்குறளே. இது ஒரு தமிழ் இலக்கிய நூல் சமணமும், பௌத்தமும் திருக்குறளுக்கு முந்தியவை. சமணம் கடுமையான விரத நடைமுறை கொண்டவை. பௌத்த தம்மபதம் அறவாழ்வை ஆதரிப்பவை, வேள்வியை வெறுப்பன. இந்நூல் வேதங்கள் கூறும் வருணாச்சிரம மனுநீதிக்கு எதிரானது. பண்டு நீதிமன்றங்களுக்கு அறகளம் என்றே அழைக்கப்பட்டது. அறக்கூழ் என்பது அன்னம். அறக்கூழ் சாலைகள் அன்று அமைக்கப்பட்டிருந்தன. பசு, பார்ப்பார், வயோதிபர், சிறுபிள்ளைகள், பத்தினிப் பெண்டிர் என்பவர்களை அகற்றியபின்பே அன்று போர்கூட இடம்பெற்றுள்ளது. அன்று போரில்கூட அறம் போற்றப்பட்டுள்ளது. பண்பாடு என்பது மனித சமுதாயத்தில் ஓர் உறுப்பினன் என்ற அறநிலை அறிவு, நம்பிக்கை, அறவாழ்க்கை, சட்டம், வழக்கங்கள் முதலியன பற்றி பெற்ற வாழ்க்கை முறையாகும் என்பார் அறிஞர் ஈ. ரி. டெயிலர். பாரி, காரி, பேகன், சிபி என்ற பெருவள்ளல்கள் அன்று அறம் வளர்த்துள்ளமை தமிழ் இலக்கியங்களுடாக அறிய முடியவை. தமிழில் பல அறநூல்கள் தோன்றி அன்று மக்களைப் பண்படுத்தி உள்ளது.

பண்டைய சங்க நூல்கள் தொட்டு இன்றைய தமிழ் இலக்கியங்கள் வரை அறக்கருத்துக்கள் ஊடும் பாகுமாக ஆங்காங்கே மிளிர்ந்தாலும், அறக்கருத்துக்களை வலியுறுத்தும் நூல்கள் இன்றைக்கு 2000 ஆண்டுகளுக்கு முன்பிருந்தே தோற்றியுள்ளன. அவற்றில் முதன்மையானது திருக்குறள். இது உலக அறநூல்களின் மணிமுடியாகவும் போற்றப்படுகிறது. மேலும் ஔவையாரின் ஆத்திசூடி, கொன்றைவேந்தன், வாக்குண்டாம், நல்வழி, நாலடியார் உலக நாத பண்டிதரின் உலக நீதி, அதி வீரராம பாண்டியரின் வெற்றிவேட்கை, சிவப்பிரகாசருடைய நன்னெறி,

முனைப்பாடியார் அறநெறிச்சாரம் குமரகுருபரரின் நீதிநெறி விளக்கம், போன்றன தமிழர்களின் அறவாழ்விற்கு மேலும் உரமுட்டும் அணிகலன்களாக உள்ளன.

அன்றைய நிலை, “அறத்தின் நூங்கு ஆக்கமும் இல்லை அதனை மறத்தலின் ஊங்கில்லைக் கேடு” என்றும் “ஒழுக்கம் விழுப்பம் தரலால் ஒழுக்கம் உயிரினும் ஓம்பப்படும்” என்றும் “தீயவை தீய பயத்திலால் தீயவை தீயினும் அஞ்சப்படும்” என்றும் “தோன்றிற் புகழொடு தோன்றுக அ.திலார் தோன்றலில் தோன்றாமை நன்று” என்றும் “பிறற்கு இன்னா முற்பகல் செய்யின் தமக்கு இன்னா பிற்பகல் தாமே வரும்” என்றும் வள்ளுவம் அறத்தினை வலியுறுத்தியது. செல்வம் நிலையாது எனவும் கூறும். “கைத்துண்டாம் போழ்தே கரவா அறம்செய்ம்மின்” என வலியுறுத்தும் நாலடியார். “ஓதாமல் ஒருநாளும் இருக்கவேண்டாம், நெஞ்சாரப் பொய் தன்னைச் சொல் வேண்டாம், மனம் போன போக்கெல்லாம் போக வேண்டாம், தனம் தோடி உண்ணாமல் புதைக்க வேண்டாம், தருமத்தை ஒருநாளும் மறக்கவேண்டாம் என உலக மக்களின் அறத்திற்கும் - நீதிக்கும் உரமுட்டுவார் உலக நாத பண்டிதர். மேலும் ஔவையின் அறிவுரைகள் அறம் செய்ய விரும்பு, ஆறுவது சினம், ஓதுவது ஒழியேல் என்றும் ஆத்திக்குடியிலும் அன்னையும் பிதாவும் முன்னறி தெய்வம், ஆலயம் தொழுவது சாலவும் நன்று என்றும், கொன்றைவேந்தனில் ஆற்றங்கரையில் மரமும், அரசறிய வீற்றிருந்த வாழ்வும், விழுமன்றே - ஏற்றம், உழுதுண்டு வாழ்வதற்கு ஒப்பில்லைக்கணம் என்றும் நல்வழியில் மேலும் நல்லாரைக் காண்பதுவும் நன்றே, நலமிக்க நல்லார்சொல் கேட்பதுவும் நன்றே நல்லார் குணங்கள் உரைப்பதுவும் நன்றே அவரோடு இணங்கி இருப்பதுவும் நன்றே என்றும் ஔவையின் வாக்குண்டாமும் “எழுத்தறிவித்தவன் இறைவன் ஆவான்”, “கல்விக்கமுது கசடற மொழிதல்” என்றும் வெற்றிவேட்கையில் அதிவீரராமபாண்டியரும் “உள்ளம் கவர்ந்தெழுந்து ஓங்கு சினம் காத்து கொள்ளும் குணமே குணம் என்க வெள்ளம் தடுத்தல் அரிதோ தடல் கரைதான் பேர்த்து விடுத்தல் அரிதோ விளம்பு” என்று சிவப்பிரகாசர் தம் நன்னெறிகளிலும் “கல்விநலனே கற்றோர்ற்கு கலனல்லால் மற்றோர் அணிகலம் வேண்டாவாம் முற்ற முழுமணிப்பூணுக்கு பூண் வேண்டா யாரோ” அழகுக்கு அழகு செய்வார் என்பார் தம் நீதிநெறி விளக்கத்தில் குமரகுருபரர். “பல கற்றோம் யாம்” என்று “தற்புகழ் வேண்டா - அலர்கதிர் ஞாயிற்றைக் கைக்குடையும்

காக்கும் சில கற்றாரா கண்ணும் உளவாம் பலகற்றார்க்கு அச்சாணி அன்னது ஓர் சொல்” என்பார் முனைப்பாடியார் தம் அறநெறிச் சாரத்தில். இப்படியாக காலத்தின் அருமை கருதி ஒரு சில வரிகளின் ஊடாக எம் முன்னோர்கள் வாழ்வில் எப்படி அறநூல்கள் ஊடாக அறவியல் விழுமியங்களை வலியுறுத்தினார்கள் என்பதை நோக்க முடிகின்றது. ஆனால் இன்றை இளம் சமூகம் இவை பற்றி அறிந்துள்ளதா? அறிய ஆர்வப்பட்டுள்ளதா? புறச்சூழல் வெளிஉலக ஆக்சனம் இன்றைய இளைஞரின் மனங்களை விதம்விதமாக விரிக்கப்பட்ட வண்ணத்திரைகளில் வீழ்த்திவிடுகிறது. இன்று வெளியில் ஓடும் சாக்கடை வீட்டின் உள்ளேயே வீடியோ, ஒடியோக்களில் ஓடுகின்றது. இதனால் இன்றை மாணவர்களின் படிப்பின் மூடு விழாவும் இன்று வீட்டிலேயே ஆரம்பமாகின்றது. கீதையும், குறள்களும் அவை சாகப்போபவனுக்கு எழுதப்பட்டதா? என்று இன்று கேள்வி எழுப்புவதுடன் அவை நமக்காக கல்லறைக்கு எழுதும் கடிதமா? முதுமைக்குரியவையா? என்ற கேள்வியை இன்றைய சமுதாயம் எழுப்புகின்றது. ஆனால் அவை அன்றும் இன்றும் என்றும் இளந்தலைமுறையினரின் நல்வாழ்வுக்காகவே எழுதப்பட்டவை. பிள்ளைப்பருவப் “பிடிவாதம்”, நல்ல பாதைநோக்கித் திசைதிருப்பப்பட்டிருப்பின் கொள்ளை கொள்ளையாகக் குறிக்கோளையீட்டும். “எண்ணிய எண்ணியாங்கெய்துவர் எண்ணியார் திண்ணியராகப் பெறின்” என்பது தமிழ் மறை. கீதையின் ஒவ்வொரு அத்தியாயமும் யோகம் எனப்படுகிறது. யோகம் என்ற சொல்லுக்கு “பொருந்துதல்” என்று பொருள். நம்மனம் ஒன்றிப் பொருந்தாதபோது துயரமடைகிறோம். அமைதியின்மை வருகின்றது. எனவே நம்மை உலகில் பொருத்தும் பணியே கீதையின் சாரம். படிப்பதில் பொருந்துக. சிந்திப்பதில் பொருந்துக. ஓய்வெடுக்கின்றாயா? முழுமையாக ஓய்வெடு சாப்பிடுகிறாயா? சாப்பாட்டில் பொருந்துக. தூங்குகிறாயா? தூக்கத்தில் பொருந்துக. எதைச் செய்தாலும் மனம் ஒன்றி முழுமையாக செய் என்கின்றது கீதை. தொலைக்காட்சியைப் பார்த்துக்கொண்டு உணவு சாப்பிட்ட பிள்ளைகளைக் கேளுங்கள் நீங்கள் என்ன சாப்பிட்டீர்கள் என்று, என்ன உணவு சாப்பிட்டதென்று அவர்களக்கத் தெரியாது. இப்படியான இன்றைய புறச்சூழல்கள்தான் இன்றைய மாணவரின் பரீட்சைத் தோல்விகளின் முதன்மையான காரணி. எனவே மாணவர்களே நீங்கள் உங்கள் கல்வியைக் கற்கும்போது செயலின் விளைவு கருதாது செயலில் மட்டும் புலன் ஒன்றிக் கல்லுங்கள். நீங்கள் டாக்டராக வரவேண்டுமென்ற செயல்விளைவாக்கிய மாட்டினை வண்டியின் முன்பக்கத்தில் கட்டிவிட்டு அதற்கான கற்றல் செயல்நெறிகளை வண்டியின்பின் கட்டினால் வண்டி

உரிய இலக்கினை அடையாது. இதுவே கீதையின் சாரம். அது வலியுறுத்துவது ஆக ஒன்றே ஒன்றுதான். “கடமையைச் செய் பலனை எதிர்பாராதே” என்பதாகும். இதனையே வள்ளுவரும் மெய்வருந்தக் கூலி தரும் என்றார். வட இந்தியச் சிந்தனையாளர்களில் கபிலர், சாருவாகர், மகாவீரர், தோசவர், புத்தர் போன்றோர் அரிக்கோட்பாட்டினை முன்வைத்தனர்.

11.1 பண்டைய நாகரீக நாடுகளின் இலக்கியங்களில் காணப்படும் அறக்கருத்துக்களும், வாழ்க்கை விழுமியங்களும்.

கிரேக்கர்

தத்துவஞான காலத்தில் நாகரிகத்தின் உச்சிப்படிகளில் இருந்த நாடுகளில் முதன்மையானது கிரேக்கம். கிரேக்க நாட்டின் நாகரிக இலக்கியங்களுடன் மெய்ப்பொருள் ஆராய்ச்சிகளும், கணிதவியல், வானவியல், பௌதீகம், அளவையியல், அறிவியல் நூல்களும் ஏராளமாகத் தோன்றின. கிரேக்கத்தின் ஒரு பாகத்தில் கவிஞர்கள் நாடக இலக்கியங்களை வளர்த்துக் கொண்டிருந்த காலத்தில் மறுபக்கத்தில் பைதாகரஸ், சாக்கிரட்டீஸ், பிளேட்டோ, சோலோ அரிஸ்டாட்டில் முதலியோர் மெய்ப்பொருள் ஆராய்ச்சியிலும், அறிவியல் ஆராய்ச்சியிலும் வேறு பல கலைத்துறையிலும் ஈடுபட்டிருந்தமையினைக் காண முடிகின்றது. இங்கு நாகரீகம் மிக வேகமாக வளர்ச்சியுற்றது. யாப்பினைப் பின்பற்றி அறநெறிப்பாடல் இயற்றுவவனைப் புலவன் என்று அழைப்பது தவறு என்றார் அரிஸ்டாட்டில். காப்பியகாலத்தையொட்டி கிரேக்க மொழியின் தன்னுணர்ச்சிப் பாடல்கள் பல தோன்றின. அவைகளில் ஹெசியட் வேலையும் நாள்களும், தெய்வங்களின் மரபுவழி, கேடயம் என்ற நூல்களை இயற்றியுள்ளார். வேலையும் நாள்களும் என்ற நூல் நீதி இலக்கியமாகவும், உழவர் பாட்டாகவும் போற்றப்படுகின்றது. இந்நூலில் வறுமையின் கொடிய பிடியிலிருந்தும், துன்பச் சுழலிலிருந்தும் மனிதன் எவ்வாறு தப்பிப் பிழைப்பது என்பதற்குரிய வழிகளையும் காட்டுகின்றார். அவ்வழி மெய்வருத்தம் பாராது, பசிநோக்காது, கண்ணயராது உழைக்கும் நெறியாகும். உழைப்பின் வாரா உறுதிகள் உளவோ? என இக்கிரேக்கக் கவிஞர் கேட்பார். நூல்முழுவதும் அறத்தின் ஆற்றலையும், உழைப்பின் மேன்மையையும் ஓயாது எடுத்துரைக்கின்றது. ஹோமர் அறத்தைப்பற்றிப் பேசுமிடங்களில் அவற்றைக் குறிப்பாக வெளிப்படுத்துகிறார் ஹெலியட். அறத்தை இலைமறை காய்போல் அமைத்துக் கூறுவதுடன் சில இடங்களில்

வெளிப்படையாகவே அதனைப் போதிக்கின்றார். “அறத்தெய்வம் வழங்கும் நீதி காலம் தாழ்த்தி வெளிப்பட்டாலும், நடைமுறையில் நிறைவேற்றப்படும்பொழுது ஆற்றல்மிக்க விளைவுகளை உருவாக்கும்” என்றும், அறம் செய்பவனுக்கு எல்லாச் செல்வமும் பெருகும் என்றும், உறுதியாக உரைக்கிறார். தெய்வங்களை ஏன் வழிபட வேண்டும்? என்று அழியாப்புகழடைய தேவர்களைப் போன்று வாழ்வதற்கு அளவான வாழ்க்கை வாழ வேண்டும் என்று கூறுவார். வேலையும் நாளும் என்ற நூலில் இவ்வியல்புகள் இருப்பதைக்கண்டு ஹெலியட்டைப் “புனிதக் கவிஞர்” என்று பாராட்டினர் கிரேக்கமக்கள். “வேலையும் நாளும்” என்ற நூலில் ஒரு குயவன் மற்றொரு குயவனுக்குப் பகையாகிறான். ஒரு தச்சன் மற்றொரு தச்சனுடன் போட்டியிடுகிறான். ஒரு பிச்சைக்காரன் மற்றொரு பிச்சைக்காரனைக்கண்டு பொறாமைப்படுகிறான். ஒரு பாகன் மற்றொரு பாகனைக்கண்டு மனம் பொருமுகிறான். (வே. நா, 25-28) என்று தொடங்குகிறது. அறநெறியில் அசைக்கமுடியாத நம்பிக்கையுடைய ஆசிரியர் இத்தகைய தீமைகளுக்கு மூலகாரணம் “சோம்பலே” என்பதை வலியுறுத்திக் கூறியுள்ளார். இந்த அவலநிலை மாறவேண்டும் எனில் ஒவ்வொருவரும் தத்தம் கடமையைச் செய்ய வேண்டும் என்ற சிறந்த கோட்பாட்டை அவர் எடுத்தோதுவார். உழைப்பதனால் ஒருவருக்கு இழுக்கு ஏற்படாது. ஆனால் உழைக்காமல் சோம்பித் திரிவதாலே மானக்கேடு. (வே. நா, 311-312) என்பார். மனிதவாழ்வில் வெற்றிக்கு மறுபொருள் “உழைப்பில் அடங்கியிருப்பதாகக்” கவிஞர் கூறுவது உலகம் என்றும் உணர்ந்து போற்றத்தக்க உண்மையாகும். இவ்வாறு அறப்பண்பும், நீதியுணர்ந்தும் பண்பும் இந்நூலில் இழையோடியுள்ளது. வாழ்வதற்கான சிறந்த நெறிபற்றிக் குறிப்பிடுகையில் ஒன்று யாராலும் எளிதில் சென்றடையக்கூடிய உறுதியான வழி. மனம்போன போக்கில் தான் கண்டதே காட்சி, கொண்டதே கோலம் என வாழ்வதற்கான நெறி ஆனால் அது தவறானதாகும் என்றும் மற்றொருவழி கரடுமுரடானது. நெடுந்தொலைவுக்கு, அது அழைத்துச் செல்வது. இதில் களைப்பையும், சோர்வையும் எதிர்நோக்கவேண்டியவரும் செங்குத்தான குன்று வழி அது. அதன் சிகரத்தை அடைந்தால் அது அறநெறியென்று கூறலாம் என்பார். மேலும் மனிதனையும், விலங்கையும் வேறுபடுத்துவது மனிதனது மனச்சான்றாகும். மனச்சான்றின் அடிப்படையில் அவன் நியானமானது எது, நியாயமற்றது எது என எளிதில் கண்டறிகின்றான். இந்நியாய உணர்வு மனிதனை நெறியோடும், முறையோடும் வாழச் செய்கிறது. வெறும் ஆற்றல் நியாயமானது. இரப்போரிடமும், முன்பு அறியாதவரிடத்தும், அனாதைகளிடத்தும் அன்பு

காட்ட வேண்டும். விருந்தோம்பல், பெற்றோர்க்குப் பணிந்து நடத்தல், மணம் புரிந்த மலையியிடம் நல்லமுறையில் நடத்தல் போன்றன சிறந்த பண்புகள் என்பார் அவர். தெய்வங்களுக்குச் சீற்றத்தை உண்டாக்கும் பட்டியல் ஒன்றைக் கொடுத்து அவற்றைத் தவிர்க்கும்படி ஹெஸியட் கோருவார்.

ரோமானியர்

கிரேக்கப் பேரரசின் வீழ்ச்சியின் பின்னர் ரோமாபுரி எழுச்சி பெற்றது. இதன் ஆட்சிக் காலத்தை மூன்றாகப் பிரிக்கலாம் அவை குடியாட்சிக்காலம், அகல்த்சின்காலம், ரோமானியப் பேரரசர் காலம் என இவற்றில் இரண்டாம், மூன்றாம் காலங்களில் பல இலக்கியங்கள் இயற்றப்பெற்றுள்ளது. அவை மிக்க பயனுடையவை. ரோமானியர் ஆற்றலானது அரசியலிலும், போரிடலிலுமே ஈடுபாடு உடையது. இவர்கள் நடைமுறைக்குப் பயன்படும் கலைகளையும், அறிவியலையும் வளர்ப்பதில் ஆர்வம் காட்டினர். இவர்கள் பண்பாடு பலதிறத்தாரிடமும் இருந்து கடன் பெற்ற பண்புகளால் தமது ஆளுமையை வளர்த்துக் கொண்டது. எதையும் தமது இயல்புக்கேற்ப மாற்றியமைக்கும் திறமையிருந்தது. அவர்களுடைய மனப்பாங்கு ஸ்டாபிக்கு தத்துவத்தால் உருவாக்கப்பட்டது. எதையும் தாங்கும் இதயம். தன்னலத்துறவு, கடுமையான தனியுரிமைக் கோட்பாடு ஆகியவற்றை அடிப்படையாகக் கொண்டது. நாளடைவில் இது ஆடம்பரம், ஆரவாரம் நிறைந்த சொகுசமிக்க சுகபோக வாழ்வுகளால் வீழ்ச்சியுற்றது. பண்டுநாகரீகம் பெற்றிருந்த 21 நாடுகளில் 19 நாடுகள் வீழ்சியடைந்தது. மதுவினாலும், மாதுவினாலுமாகும். முதலில் இவர்கள் உலகப் பேரரசு ஒன்றை அமைக்க முயற்சித்தனர். ஓரளவிற்கு வெற்றியும் பெற்றனர். இதனால் பேரரசைக் கட்டிக்காக்கும் ஆட்சித்திறமையும் குடியேற்றங்களை அமைப்பதில் அனுபவமும் பெற்றிருந்தனர். பலதரப்பட்ட இனமக்களுக்கு நீதி வழங்குவதில் நாட்டம் கொண்ட இவர்கள் “சட்டத்தின்முன் அனைவரும் சமன்” என்ற நீதிக்கோட்பாட்டிற்கு வித்திட்டனர். அவர்கள் யாப்பே ரோமானிய சட்டம் என்ற பெயரில் இன்றும் எமது நாட்டிலும் உள்ளது. இவர்களிடம் சொத்துரிமைச்சட்டம், குற்றவியல் சட்டங்களும் கருக் கொண்டது. உலக நாடுகளில் இதனை அடிப்படையாகக் கொண்டே உலகின் பல நாடுகளில் சட்டவியல் மரபு உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. சட்டவியல் யாப்பு உருவாவதை ரோமானியர்கள் இலட்சிய வாதிகளாய் வாழாது நடைமுறைக்குத் தேவையான செயல்களில் ஈடுபடும் செயல் வீரர்களாக விளங்கினர். சமயம் என்பது என்ன? என்பதைக் கீரேக்கக் கதையூடாகச் சித்திரிக்கின்றனர். நன்மையும், தீமையும் இழப்பும் ஆதாயமும்,

முடநம்பிக்கையுடன் பிணைக்கப்பட்டுள்ளன. மக்களை அச்சுறுத்தத் தன்னலக்காரர்கள் அவற்றை கருவியாகப் பயன்படுத்துகிறார்கள் எனக்கூறி லூக்கிரிஷஸ் மனம் கொதிக்கிறார் மதவாதிகளைப்பாத்து.

பரிணாம வளர்ச்சி, உலகிலுள்ள உயிரினங்களின் தோற்றத்திற்கும், பொருள்களின் மாற்றத்திற்கும் மூலகாரணமாகும். இவற்றின் மூலப் பொருளாக இருப்பது எது. அதுதான் “அணு”. அணுவே உலகப் பொருள்களின் தோற்றத்திற்கு காரணம் எனவும் வெளிப்படுத்துகிறார். இதுவே டாவினது பரிணாம வளர்ச்சிக் கோட்பாட்டிற்கு முன்னோடியானது.

இரண்டாவது அணுக்கொள்கை பற்றி விளக்குவார். அணுவிலிருந்து உலகம் எவ்வாறு தோன்றியதென்பதை இயற்கைப் பொருள்களின் படிப்படியான வளர்ச்சியை அடிப்படையாக வைத்துத் தெளிவுபடுத்துவார். மூடப்பழக்க வழக்கங்களை எல்லாம் மூலவேரோடு கிள்ளியெறிந்துவிடு மனத்திற்கு ஓய்வு கொடு, ஆன்மாவின் உளைச்சலைப்போக்கி ஊக்கமூட்டு அப்பொழுது உன்னால் மாபெரும் சாதனைகளை நிலைநாட்டமுடியும் என்பார். மனிதன் சாவைக்கண்டு அஞ்சி சாவதை அறிவின் ஒளியால் அறியாமை இருளை அகற்றலாம் என்பார். அறியாமையை அகற்ற பொருளின் இயற்கை இயல்புகளை நன்கறிய வேண்டும் என்பார். இரண்டாம் பகுதியில் அறிவு செறிந்த அறநெறிக் கருத்தக்களை மனித இனம் மனநலத்தோடு வாழ்வதற்காய் எடுத்துரைக்கிறார். இன்பியல் கோட்பாட்டினை உலகுக்கு முதல்முதல் எடுத்துக்கூறிய எபிக்கூரஸ் என்ற தத்துவஞானியையே தம்கருவாகப் போற்றியருளுகின்றார்; மனித வாழ்வின் வெற்றிபெற எபிக்கூரஸ் அண்டமெல்லாம் தேடி அலைந்தது எது. அது “இயற்கை நியதி” என்ற சட்டத்தைக் கண்டறிவதற்கே. லூக்கிரிஷஸின் சமய எதிர்ப்பு அவருடைய அறநெறித்தத்துவத்தின் நெறித்தத்துவத்தின் திறவு கோலாகக் காணப்படுகிறது.

மேலும் பேராசை, பேராள்வம், காம உணர்ச்சி ஆகிய மூன்றுமே மனிதனின் நிலையான இன்பத்திற்குத் தடை என்கிறார். செல்வச் செழிப்பினதும், ஆணவத்தினதும் வெற்றிப் போதையிலும் மூழ்கியுள்ள மனித இனம், மன நிறைவின்றி எதையோ எண்ணி ஏங்குகிறது என்பார். தமது தேவை என்ன என்பதை பலர் இன்னும் புரிந்துகொள்ளவில்லை என்பார் அவர் அறத்தை எபிக்கூரஸ் கண்ணோட்டத்தில் விளக்க முயல்கிறார். மனநலம் சார்ந்த இன்பமே, அவருடைய அறநெறிக் கொள்கையின் முடிவில்லாத பயனாகத் தோன்றுகின்றது. மனிதன் இறப்பைப் பற்றிய அச்சத்தையும், கடவுளைப் பற்றிய அச்சத்தையும் போற்ற வேண்டும்

என்பார். இதனால், மனிதனது சிந்தனை உரிமையையும், அன்மீக அனுபவ உரிமையையும் கிடைக்குமென்பார். இந்த இரு உரிமை பெற்றால் மட்டுமே மனிதன் அறவாழ்வு வாழமுடியும் என லூக்கிரிஷஸ் நம்பினார்.

இறப்பு என்பது என்ன? என்ற கேள்விக்கு பின்வருமாறு விளக்கமளிப்பார். உள்ளமும் உடலுதும் ஒன்றாகச் சேர்ந்து உறங்குவதே இறப்பு. நாள்தோறும் உறக்கத்தை விரும்புகிறோம். அதே போன்றே முடிவில்லா உறக்கமே மரணம் என்பார்கள். இறப்பின்முலம் உடலும், ஆன்மாவும் அழிவதில்லை. புதிய வடிவில் வெளிப்படுவதாகக் கூறுவார். பழைய உடலணுக்கள் அழிந்து புதிய அணுக்கள் உருவாக புதிய பொருள் தோன்ற வழி வகுப்பதாகக் கூறுகின்றார். இதுதான் “பொருள்களின் இயற்கை” என்பார். மனிதப் பொருள்களைச் சேர்த்துவைத்து தனியுடமை நெறியினை வளர்த்துக் கொண்டமையினாலேயே அவன் உள்ளத்தில் பன்னெடுங்காலமாகக் குடியிருந்த மன அமைதி பறிபோயிற்று என்பார். மன அமைதியுடைய எளிமையான வாழ்வே உண்மைச் செல்வம் என்கிறார்.

சீனர்

உலகில் பழம்பெரும் நாடுகளில் சீனாவும் ஒன்று. அது சிறந்த சிந்தனையாளர்களதும், பரந்த இதயப்பாங்குடையோராலும் உருவாக்கப்பட்ட வளர்ப்புப் பண்ணையாகும். கருத்துக்களை உருவாக்கும் ஓவியங்களே அம் மொழியின் எழுத்துக்களாகும். இவர்கள் இலக்கியத்தை இருவகையாகப் பிரித்துள்ளனர் அறிவுறுத்தும் இலக்கியங்கள் மற்றையது இன்புறுத்தும் இலக்கியம் என இரண்டாகக் கண்டனர். அதாவது உண்மைகளைக் கற்பிக்கும் இலக்கியம், அடுத்து உணர்ச்சிகளைக் கற்பிக்கும் இலக்கியமாகப் பிரித்துள்ளனர். உண்மைகளைக் கற்பிக்கும் இலக்கியங்களை வேறாகவும் உணர்ச்சிகளைக் கற்பிக்கும் இலக்கியங்களை வேறாகவும், பாகுபடுத்தியுள்ளனர். தரைத் தொடர்புடைய அயல்நாடு என்ற வகையில் இந்திய உபகண்டத்தின் ஆன்மீகத் தொடர்பும் சித்தர் காலத்திலிருந்து சீனாவுடன் இருந்துள்ளது. குறிப்பாகத் தென்தமிழ்நாட்டுடன் வர்த்தகத் தொடர்பு இருந்தமைக்கான தடயமாக இன்று நாம் பாவிக்கும் சீனி உள்ளது. சீனாவிலிருந்து நாம் பெற்றமையால் சீனிபென்கிறோம். சீனத்துறைமுகத்தில் இன்றும் தமிழ்மொழியில் எழுதப்பட்ட தமிழ் கல்வெட்டு உள்ளது. சித்தர்கள் தொடர்பால் ஞானயோகம், சித்த வைத்திய முறைகள் தமிழ்நாட்டைத்தழுவி அங்கும் உள்ளது.

சீனாவின் ஐந்து தொன்மைமிக்க இலக்கியங்களில் கடைசி இலக்கியமான “இளவேனில் இலையுதிர் காலம்” என்னும் கன்பூசியாஸ் எழுதிய இலக்கியம் சிறப்பானது. சீன நூல்களுள் பழம்பாடல் தொகுதியைத் தவிர மற்றையவை எல்லாம் உரைநடையிலேயே உள்ளன. இதனை நோக்கும்போது இவை தமிழில் முதலில் எழுந்த நீதி நூலான முதுரையினை ஒத்துள்ளது. கன்பூசியாஸ் சீனாவின் சிறப்புமிக்கச் சிந்தனையாளர் அவர் கி. மு. 557 - 478 வரை வாழ்ந்துள்ளார். அவர் இயற்பெயர் குவால் பூட்ஸ் என்பதே. இலத்தீன் மொழி பெயர்ப்பாளரே இவர் பெயரை கன்பூசியஸ் என வழங்கியுள்ளனர். சீனப்பழம்பாடல்களையும், வரலாற்றுக் கருவூலங்களையும், அவர் தொகுத்தும், வகுத்தும் முறைப்படுத்திக் கொடுத்தார். இப்பணியை சீனமக்கள் நன்றியுணாவோடு இன்றும் நினைவுகூருகின்றனர்.

அன்பு, மதிப்பு, மரியாதை மிக்க குடும்ப அமைப்பின் அவசியம் பற்றிப் பேச்சாலும் எழுத்தாலும் கற்பித்தலாலும் மக்களை அறிவூட்டினார். நல்லாட்சிக்கு அரசனும், குடியானவனும் தந்தையும் மகனும் போன்று அன்பு, பற்றும் பாசமும் நிலவவேண்டும் எனவும், இருபேரும் கூடிப்பணிபுரிய வேண்டும் எனவும் அறிவுறுத்தினார். அறநெறி ஆசிரியன் என்ற வகையில்,

“தன்னை அறியத்தனக்கொரு கேடில்லை”

என்ற கொள்கையைக் கடைப்பிடிக்குமாறு மக்களை வேண்டினார்.

நல்லவர்களாக வாழவேண்டும் என்ற அடிப்படை விருப்பமும் நேர்மையுள்ளவர்களாகவும் பிறரிடம் அன்புடையவர்களாகவும் வாழ வேண்டும் என்ற வேட்கையும் மனித உள்ளத்தில் எப்பொழுதும் உறுதிபெற்றிருக்க வேண்டுமென உணர்த்தினார். தமது மாணவர்களுடன் கன்பூசியஸ் மெய்ப்பொருள் பற்றியும் கிரேக்க நாட்டு சோக்கிரட்டீஸ் போன்று தாமும் ஆராய்ந்து வந்தார். அப்படியான ஆய்வுகள் யாவும் உரையாடலாக அமைந்தமையால் தமது ஆசானுடைய உரையாடல்களை மாணவர்கள் தொகுத்தும், வகுத்தும் வரைவிலக்கணம் எழுதியுள்ளனர். அதனை நான்கு பெரும் நூல்களாக வகைப்படுத்தி வெளியிட்டுள்ளனர். அவையாவன :

- (1) முதுமொழிகள் அல்லது இலக்கணத் துணுக்குகள்
- (2) சிறப்புமிக்க கல்வி
- (3) நடுவழிக் கோட்பாடு
- (4) மென்சியஸ் - என்பனவாகும்.

கன்பூசியஸின் முதுமொழிகள்

இவருடைய முதுமொழிகள் இன்று கீழைநாட்டு மக்களின் எண்ணங்களிலெல்லாம் உலாவிக் கொண்டிருக்கின்றன. அவரின் இனிய பண்புகளும், அவர் சமகாலத்தவர்கள் பற்றி வெளியிட்ட கருத்துக்களும் வாழ்க்கை வரலாற்று நூலுக்குரிய கவர்ச்சியும் அதில் இடம் பெற்றுள்ளது. கன்பூசியாஸ் “மனிதனை அளப்பதற்குரிய சிறந்த அளவுகோல் மனிதனே” என்ற கோட்பாடுடையவர். அவர் மனிதன் மனச்சான்றுடைய மனிதனாக மனிதப்பண்பு உடையவனாக வளர்த்தெடுக்க வேண்டும் என்ற சிந்தனை நோக்கில் தன் அறிவு, ஆற்றல், உழைப்பு ஆகிய அனைத்தையும் அந்நற்பணியில் ஈடுபடுத்தினார். அந்த மாண்புமிக்க மனிதர்களைச் சமூகத்தில் உருவாக்க அவர் அயராது ஈடுபட்டார். மனிதன் அறவாழ்க்கையில் அடையக்கூடிய முன்னேற்றத்தை ஆசிரியர் தன் வாழ்வின் பல நிலைகளாகச் சுட்டிக்காட்டுகின்றார். அவர் சான்றோர்க்கான இலக்கணம் பற்றிக் குறிப்பிடுகையில் “பேசுவதற்கு முன் அதனைச் செயலில் செய்து காட்டுபவனாகவும், செயல்களுக்கேற்ப பேசுபவனாகவும், காழ்ப்புணர்வற்ற வனாகவும், பரந்த மனப்பாங்குடையவனாகவும் எதிலும் குருட்டுத்தனமாக ஈடுபடாதவனாகவும் இருப்பான் என்பார். இப்படியான புகழுடையோரைக் கன்பூசியஸ் “ஆன்றறிந்து அடங்கிய கொள்கைச் சான்றோர்” எனக் குறிப்பிடுகின்றார். ஆசிரியர்கள் யார்? என்பதற்கான வரைவிலக்கணத்தையும், கூறுவார் அறிவினை அமைதியாகத் தேடிச் சேர்ப்பவர், தீராத அறிவுப்பசியுடையவர், மனச்சோர்வில்லாது மாணவர்களுக்கு உணர்த்தப்போகும் விடயங்களைப் புரிந்து கொள்ளும்படி அறிவுறுத்துபவனே என்பார். மேலும் கவிதை மனிதனுடைய உள்ளத்தை எழுச்சியுறச் செய்கிறது. ஒழுக்கம் அவனது பண்புகளை உருவாக்குகின்றது. இவை மனிதனான அவனைப் பண்பாட்டின் முழுமனிதனாக்குகிறது என்பார். அவரிடம், இறப்பு என்பது யாது? மரணத்தின் பின் மனிதனின் நிலை என்ன? என்ற கேள்வியைச் சிலர் கேட்டனர். அதற்கு அவர் வாழ்க்கை பற்றியே ஒன்றும் தெரிந்து கொள்ள முடியவில்லை. அப்படியிருக்க மரணத்தைப்பற்றி நீ வ்வாறு அறிந்து கொள்ளமுடியும்? எனத் திருப்பிக் கேட்டார். உலக மக்களை அவர் நான்கு வகையாகப் பகுப்பார். (1) மேதாவிகள் (Intelligence), (2) அறிவுடையோர் (Intellect), (3) மந்தபுத்தியுடையவர்கள், (4) முட்டாள்கள் எனவும் வகுத்ததான் மந்தபுத்தி உடையவர்கள் கல்விகற்க விரும்புவர் எனவும், முட்டாள்கள் கல்விகற்க விரும்ப மாட்டார்கள் எனவும் இவர்களே மனித இனத்தின் கடை நிலையினர் எனவும் குறிப்பிடுவார். இப்பாகுபாடே உளவியல் ரீதியில் சிறந்த கோட்பாடாக

போற்றப்படுகிறது. ஆட்சிப் பொறுப்பிலுள்ளவர்களின் தீயபண்புகளான அநீதி, கொஞ்சொல், வன்சொல், கஞ்சத்தனம் இந்நான்கும் ஆட்சியாளர் தவிர்க்க வேண்டிய பண்புகள் என்பதால் அறம் என்பது யாது? முழு நிறைறைவான அறம் யாது? என மாணவர்கள் அவரிடம் வினாவியபோது அவர் தம் கருத்தைப் பின்வருமாறு முன்மொழிந்தார்.

1. அன்புடமை
2. அமைதியான நடத்தை
3. தாராள மனப்பான்மை
4. நேர்மை
5. முனைப்பான ஆர்வம் என்பார்.

மேலும் அவற்றை விபரிக்கையில் நீ அன்புடையவனாக இருந்தால் பிறருடைய உதவியை நீ எளிதில் பெறலாம். நீ அமைதியுடன் நடந்து கொண்டால் யாரும் உன்னை அவமதிக்க மாட்டார்கள். தாராள மனப்பாங்குடன் நடந்து கொண்டால் எளிதில் நீ மற்றொருவருடைய அன்பைப் பெற்றுவிடலாம். நேர்மையாக நடப்பின் மக்கள் உன்னிடம் நம்பிக்கை வைப்பார்கள். உன்னுடைய முனைப்பான ஆர்வம் எதிலும் நீ எளிதில் தேர்ச்சி பெற்றுவிடலாம் என மாணிட விழுமியங்களைக் கோடிட்டுக் காட்டியுள்ளார். தனிமனித நல்வாழ்வே நாட்டின் நல்வாழ்வு என்பார்.

சிறப்புமிக்க கல்வி - என்ற நூல் கன்பூசியஸின் கோட்பாடுகள் அடங்கியது. சிறப்புமிக்க அறநெறி எது என்பதை எடுத்துரைப்பதே இந்நூலின் குறிக்கோளாக உள்ளது. சிறப்புமிக்க கல்வி என்னும் இந்நீதி நூல் “மனத்துக்கண் மாசிலனாதல் அனைத்தறன்” என்ற திருவள்ளுவனார் கருத்தையே வலியுறுத்துகின்றது. அத்துடன் தனிமனிதன் தானாகத் திருந்தினாலன்றி, நாட்டாட்சி நன்கு அமையாது என்பது வள்ளுவர் கருத்தாகும். இதனையே கன்பூசியஸும் காரண - காரியங்களைத் தொடர்புபடுத்தி முன்மொழிவுகளை முன்வைத்துள்ளார்.

மென்ஷியஸ்

கன்பூசியஸின் கொள்கைகளைப் போற்றிய மாணவர்களில் மென்ஷியஸ் முதல் மாணவராவார். இவரின் இயற்பெயர் மெஞ்சூ. மேலை நாட்டினர் அவர் பெயரை மென்ஷியஸ் என அழைத்துள்ளனர். இவருடைய மெய்யறிவு நூல் ஏழுபகுதிகளைக் கொண்டது. இவரது சிந்தனைக் கருத்துக்கள் காலத்தையும், இடத்தையும் கடந்து என்றும் அறிவொளி வீசுபவை.

“குழந்தை உள்ளத்தை இழக்காதவனே
மாண்புமிக்க மனிதன் ஆவான்.....”

என்ற பொன் மொழி இன்று பொய்யா மொழியாக உள்ளது.

குழந்தை மாசற்ற உள்ளம் கொண்டது. இதனால்தான் எம் கவிஞர் “எல்லாக்குழந்தையும் நல்ல குழந்தைதான் மண்ணில் பிறக்கையிலே” என்பார். மாசற்ற உள்ளத்தைப் பெற்றவர்கள் குழந்தைகள் என்பதை அனைத்தறிஞரும் ஒப்புக் கொள்வர். எனவே அறத்தின் ஊற்றுக்கண் மாசற்ற மனம்தான் என்பார் மென்ஷியஸ் மனிதனுடைய அமைதியான வாழ்விற்கு அவரின் முன்மொழிவுகள் வருமாறு : ஆசைகளைக் குறைத்துக்கொள் அப்பொழுது தேவைகள் குறைவடைந்துவிடும் என்பார். இதனால் மன அமைதியும், வலிமையும் கிடைக்கும் என்பார். இரக்க உணர்வு அற்றவனை மனிதனாகக் கருதமுடியாதென்பது அவருடைய உறுதியான நம்பிக்கை அதைப்போன்று உணர்ச்சியும் அவசியம் என்பார். பிறரை மதிக்கும் பண்பு, இறங்கிப்போகும் பண்பு, நன்று தீதைச் சீர்தூக்கிப் பார்க்கும் பண்பு என்பன எல்லோரிடமும் இயற்கையாகவே அமைந்துள்ளது. அதனை வளர்க்க வேண்டும் என்பார். பலஸ்தீனத்தில் யேசுகிறிஸ்துவும் அறக்கருத்தை முன்வைத்தார்.

12.1 உடல் உயிர் விழுமியங்கள்

நமது உடலைப்போல சிறந்த இயந்திரத்தை இதுவரை எந்த விஞ்ஞானியும் வடிவமைக்கவில்லை. அதனைச் செய்யவும் முடியாது. இது நம் இறைவன் என்ற தலைமை விஞ்ஞானியின் படைப்பாகும்.

எல்லோருக்கும் எப்பொழுதும் பாதுகாப்பும் மகிழ்ச்சியும் வெற்றியும் தருவனவே விழுமியங்கள் இவ் விழுமியங்கள் சுயஒழுக்கம், குடும்ப ஒழுக்கம், தொழில் ஒழுக்கம், சமூக ஒழுக்கம் ஆகும். இவை மனித வாழ்வில் நெறிப்படுத்தவேண்டிய விழுமியங்கள் ஆகும். சுயஒழுக்க விழுமியம் என்பது தன் சுகாதாரம் பேணப்பட்டு நோயற்ற வாழ்வு பெற்று குறைவற்ற செல்வத்தை அனுபவித்தல் ஆகும். உடல்சுகம் அற்றவன் நடைப்பிணம் ஆகும். எனவே நோய்யற்ற வாழ்வு பற்றிய அறிவு பெறுதலும் மானிட விழுமியமே. ஆகையால் நோய்கள் பற்றிய கருத்துக்கள் பின்வரும் அத்தியாயங்களில் விரிவாக ஆராயப்பட்டுள்ளது.

“உடம்பினை முன்னம் இழுக்கென்றிருந்தேன்
உடம்பினுக்குள்ளே உறுபொருள் கண்டேன்
உடம்பிலே உத்தமன் கோயில் கொண்டானென்று
உடம்பினை யானிருந்து ஒம்புகின்றேனே.

என்றும், உடல் வளர்த்தேன், உயிர் வளர்த்தேன் எனத் திருமுலர் வலியுறுத்துவார். உடம்பைச் சும்புவது என்பது உடல், உயிர், மனம் ஆகிய மூன்றின் தன்மைகளை அறிந்து அவற்றை முறைப்படி பேணிக்காப்பதற்கே, அற்புதமான படைப்பு நமது உடல். இதில் வியத்தகு ஆற்றல்களைக் கொண்ட உயிர்ச்சக்தி உள்ளது. இதில் இயங்கும் மனமானது குறுகியும், விரிந்தும் நுணுகியும் இயங்கும். இவற்றின் மேன்மையினை அறிந்து அவற்றை உரியபடி பயன்படுத்தி அதன் உச்சப் பலனான நல்வாழ்வு வாழவேண்டும். ஒரு பொருள் பற்றிய போதிய அறிவு, இருப்பின்மட்டுமே, அதன் பயனை முழுமையாக அறியமுடியும். உரியமுறையில் அப்பொருள் பயன்படுத்தப்படாவிடின் நன்மையைவிடத் தீமையே அதிகம் ஏற்படும். உதாரணமாக ஒரு மருத்துவனது கையிலுள்ள கத்தியானது அவர் பயன்படுத்தும்போது ஓர் உயிரையே காப்பாற்றி விடுகின்றது. அதே கத்தி கொலைஞனின் கையில் அகப்படும்போது மற்றொரு உயிரைப் பறித்து விடுகின்றது. அதேபோன்றே உடல், உயிர், மனம்பற்றிய அறிவினைப்பெற்று அவற்றை உரியமுறையில் பாதுகாத்துப் பலன் பெற வேண்டும்.

உடல்நலத்தின் அவசியம்

மன உணர்வு விரிவு பெறவும், அறிவில் முழுமை பெறவும், உயிரின் மதிப்பும், சிறப்பும் உணர்ந்து நிறைவான வாழ்வைப் பெறுவதற்கு உடலை நலமோடும், வளமோடும் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். உறுதியான உடலிலேயே உறுதியான மனமிருக்கும். (A Sound Mind In a Sound Body) என வலியுறுத்துவர். இதனையே முன்னோர் சுவரின்நிச்சி சித்திரம் வரைய முடியாதென அறிவுறுத்துவதுடன் நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வமென்பர். பஞ்சபூதங்களான விண், காற்று, நெருப்பு, நீர் (உடலின் திரவப் பொருட்கள்) நிலம் (உடலின் திண்மப் பொருட்கள்) ஆகிய பௌதிகப் பொருள்களின் கூட்டே இவ்வுடம்பு. இவை உரிய விகிதாசார்படி ஒன்றுடன் ஒன்று கலந்து உருவாக்கப்பட்ட கூட்டே; இந்த உடம்பு, இதனையே தொல்காப்பியர் நிலம், நீர், தீ, வளி, விசம்பொடு “ஐந்தாம் கலந்த மயக்கம்” என்பார். முதல் பௌதீகப் பொருள் விண்களின் கூட்டே மற்றைய நான்கு பௌதீகப் பொருட்களும் நமது உடலில் உள்ள கெட்டித்தன்மை தன்மை (தசை, எலும்பு) நிலமாகவும், இரத்தம் நீராகவும், வெப்பம் தீயாகவும், சுவாசம் காற்றதாகவும், உயிர் விண்ணாகவும் கருதப்படுகின்றது. (1) கோடிக்கணக்கான கலங்களால் (Cells) அடுக்கப்பட்ட உடல். (2) அதற்குடே ஓடிக்கொண்டிருக்கும் இரத்த ஓட்டம் (3) நரம்புகளின் வேலையாக எமது உடலுக்கு வேண்டிய மின்சக்தியினை (நமது உடம்பில்

25 வைக்ஸ் மின்சாரம் உள்ளது) வெப்பமாக்கி (98.4°F பாகை பரளையிட்) இயங்கிவரும். வெப்போட்டம் (4) உடலிலே உருவாகும் கரியமிலவாயுவை வெளியேற்றி உயிர்வளியான பிராணவாயுவை உள் கொண்டு சேர்க்கும் சுவாசகற்றோட்டம் (5) உயிராக இயங்கும் விந்துகளுக்களின் சுற்றோட்டம் இவை ஐந்தும் சரியாக இயங்கலே உடல் நலம் இதனையே வள்ளுவர்.

“மிகினும் குறையினும் நோய் செய்யும் நூலோர்
வழிமுதலார் எண்ணிய மூன்று.....” என்பார்.

அதாவது உடலில் ஓடிக்கொண்டிருக்கும் காற்றோட்டம், வெப்போட்டம், இரத்தோட்டம் என்ற மூன்றில் ஏதேனும் ஒன்று குறைந்தாலோ, கூடினாலோ நோய் ஏற்படும் என்பார் பொய்யாமொழியார். இவை உடல்நலம் பற்றிய ஆன்மீகக் கோட்பாடாகும். அறிவியல் கோட்பாடானது சுகம் என்பதற்கு உலக சுகாதார ஸ்தாபனம் பின்வரும் வரைவிலக்கணம் தந்துள்ளது. சுகம் என்பது நோய்நொடியில்லாதிருத்தலோ, உடல் ஊனமில்லாதிருத்தலோ அல்ல. ஒருவரது உடலும், உள்ளமும் ஆரோக்கியமாயிருந்து ஆன்மீக, சமூகநலம் சார்ந்த நலம் பெற்றிருத்தலாகும் என்கிறது. “Health is not only A absence of diseases or infirmities but it is a complete state of physical, mental, spiritual and social well being” எனவே சுகத்திற்கு உடல், உள்ளத்துடன் ஆன்மீக, சமூக நலனும் அவசியமாகும்.

நோய்கள் ஏற்படக் காரணம் போஷாக்கின்மையும், (Malnutrition) நோய்க் கிருமிகளின் தாக்கமும் (Infection) விபத்துக்களுமே. இவற்றைப் பேணுவதற்கு தன்சுகாதாரமும், சுகாதாரப் பழக்க வழக்கங்களும் போஷாக்கான உணவும் அவசியம். அடுத்து சுற்றாடற் சுகாதாரம் இவைதான் நோய்க்கிருமிகளையும், மாசுகளையும், கதிர்வீச்சுக்களையும் எம்மிடம் சேர்ப்பிப்பவை. விஞ்ஞான வளர்ச்சியின் பரிசாக நாம் பெற்றுள்ள சூழல் மாசடைதலும், காலநிலை மாற்றமுமே. போஷாக்கற்ற உணவு, பாதுகாப்பற்ற நீர், பாதுகாப்பற்ற உணவு, காற்றோட்டமற்ற இருப்பிடம் எமது மறுபக்கத்தில் மது, புகைத்தல், போதைப்பழக்கம் போன்ற தீய பழக்கங்களின் அடிமைத்தனம், பாதுகாப்பற்ற பாலுறவு, பாதுகாப்பற்ற சுற்றுச்சூழலால் மலேரியா, சிக்கின்குனியா, டெங்கு போன்றனவும்; வாழும் சூழலில் உள்ள மிருகங்களால் பக்ரீரியாக்கள், வைரசுக்கள் போன்ற நோய்க் கிருமிகள் தொற்றும். மற்றும் நுளம்புகளினாலும், காற்றினாலும் பரவும் நோய்களும் எம்மை நோயாளியாக்குகின்றன. இவை தன்சுகாதார,

சுற்றால் சுகாதாரக் குறைபாடுகள் எனப்படும். மற்றையது மனம் உடல்சார்ந்த நோய்கள், மனம் என்பது (Psycho) உடம்பு (Somatry) இவை இரண்டும் இணைந்து உடலில் நோய்களை ஏற்படுத்துகின்றன. இதனை மன உடல்சார்ந்த நோய்கள் எனச் சொல்கின்றோம். இவை இதயநோய்கள் சலரோகம், அஸ்மா, எக்ஸ்சீமா, குடல்புண் போன்றனவாம். மற்றும் பரம்பரை அலகுகளால் பெற்றோரிடமிருந்து கடத்தப்படும் பெற்றோரின் முதுசொத்தாகப் பிள்ளைகளை அடையும் நோய்கள், இவற்றில் குறிப்பாக மனநோய்கள், இதயநோய்கள், சலரோகம், அஸ்மா, எக்ஸ்சீமா, காக்கைவலிப்பு, பிறப்புறுப்புக்குறைபாடு, இரத்தமுறையானோய் போன்றன. எனவே இவற்றிலிருந்து ஒவ்வொருவரும் தம்மைப் பாதுகாக்க, சுகவாழ்விற்கான அனைத்து அறிவினையும், சிறுவயதிலிருந்தே பெற்றிருக்க வேண்டும். அப்பொழுதுதான் மனிதன் கவலையின்றி வாழலாம். சயரோகம், ஏற்புலி, போலியோ, குக்கல், மஞ்சள் காய்ச்சல் போன்ற நோய்கள் ஏற்படாது கற்பகாலத்திலும் குழந்தை பிறந்த பின்பும் தடைமருந்துகள் எடுக்க வேண்டும். பின்வரும் அறிவுறுத்தலின்படி

(At present the following schedule is recommended?)

Age	Visits	Vaccine	Intervals
3-12 months	3	Three administrations of D.T.P. + O.P.V.	4-8 weeks and 3-6 months
15-18 months	1	Smallpox vaccination	
First year at school	1	Booster D.T. + O.P.V.	
8-12 years	1	Booster D.T. + O.P.V.	
12 years	1	B.C.G. for the Tuberculin negative.	

D.T.P. = Diphtheria, tetanus, pertussis ('triple') vaccine.

O.P.V. = Oral poliomyelitis vaccine.

D.T. = Diphtheria, tetanus vaccine.

பொதுவாக இயற்கையில் வந்து போகும் (Topical) தேவைகள் மூன்று - மற்றும், அடிப்படைத் தேவைகளும் மூன்று வந்துபோகும் தேவைகளாவன :

- (1) பசி, தாகம் ஆகியவற்றின் தேவை
- (2) வெப்பதட்ப மாற்றத்திற்கான பாதுகாப்புத்தேவை.
- (3) உடல் கழிவுகளின் உந்து வேகத்தின் தேவை.

பச், தாகம்

எமது உடலியக்கம், ஒரு வாகன இயக்கம் போன்றது. அதன் இயக்கத்திற்கு எப்படி எரிபொருள் நீர் விடுகின்றோமோ, அதே போன்றே எமது உடம்பின் அசைவுகளுக்கேற்றபடி, சக்தியளிக்கும் உடல்வளாக்கும், நரம்பு மண்டலத்தைப் பாதுகாக்கும் ஆகாரங்களும், விற்றமின்களும், தாதுப்பொருட்களும் அவசியமாகும். ஒருவரது உணவில் ஐம்பது வீதம் மாப்பொருளும், இருபது வீதம் கொழுப்பு உணவும், (300 மில்லிக்கிராம்) முப்பது வீதப் புரத உணவும் தினமும் அடங்கியிருக்க வேண்டும். கொழுப்புணவும், காபோவைதரேற்றும் செயற்கை எரிகைமூலம் சக்தியாக மாற்றப்பட்டு எமது உடல் உழைப்பிற்கு உதவுகிறது. ஒருவருடைய நாளாந்த நடவடிக்கைகளுக்கு 2000 - 2500 கலோரி வரையான சக்தி தேவை. புரத உணவானது எமது தசைவளர்ச்சிக்கும், நரம்புகளின் வளர்ச்சிக்கும், காட்டிலேச்சின் வளர்ச்சிக்கும், மூட்டுக்களின் அசைவிற்கும், மூளை வளர்ச்சிக்கும் மிக முக்கியம். இவற்றை மாமிச உணவான மீன், முட்டை, இறைச்சியிலிருந்தும் தாவர உணவான சோயா, பயறு, உழுந்து, கடலை, பால் போன்றனவற்றிலிருந்தும் பெறலாம். மேலும் நோய் எதிர்ப்பு வலுவை உறுதிப்படுத்தும் வகையில் விற்றமின்களும் மற்றும் தாதுப்பொருட்களும் அவசியமாகும். இது மிகினும் குறையினும் நோய் ஏற்படும். அதே போன்றே நீரும் போதியளவு தினமும் பருக வேண்டும். மலட்டுத்தன்மை நீங்க விற்றமின் E அவசியம்.

வெப்பதட்பம்

எமது உடலுக்குக் குறிப்பிட்ட வெப்பம் தேவை அப்போதுதான் உடலியக்கம் சீராய் நடைபெறும். புறச்சூழல், வெப்பதட்பம் இயற்கையாக மற்றமடையும்போது உடல் பாதிப்படையும். இவற்றை எதிர்கொள்ள உடை, பாதுகாப்பான வீடு போன்றன அவசியம்.

உடற்கழிவுகள்

வாகனத்திலிருந்தும், இயந்திரங்களிலிருந்தும் புகையாகக் காபன், மொனொக்சைட் வெளியேறுவது போன்று எமது உடம்பிலிருந்து சிறுநீர், மலம், சுக்கிலம், வியர்வை, தும்மல், இருமல் போன்றவை வெளிப்போகும் உணர்வுகள் துன்பமளிப்பவை. இவற்றை உரியமுறையில் பாதுகாப்பான முறையில் வெளியேற்றுவதுடன் உடற்கழிவுகள் சரியான முறையில் முகாமைத்துவம் செய்யாவிடினும் சுகாதாரப் பழக்கங்கள் பேணாவிடினும் நோய் ஏற்படும் ஆபத்து உள்ளது. இவையும் சுற்றுச்சூழலை

மாகபடுத்துகின்றன. எமது யாழ்ப்பாணத்திலுள்ள கிணறுகளின் நீர் குறிப்பாக குருநகர், கொட்டடி, நாவாந்துறைப்பகுதிக் கிணற்றுநீரில் ஈக்கோலா போன்ற மலக்கழிவுக் கிருமிகள் இருப்பது யாழ். மருத்துவபீட சமூக மருத்துவத்துறைத்தலைவரால் உறுதி செய்யப்பட்டுள்ளது. அதேபோன்று விவசாயத்தில் நைதரசன் உரப்பாவனையால் கிணற்றுநீர்களில் நைத்திரேற்றின் அளவு அதிகரித்திருப்பதை யாழ். பிராந்தியப் பல்கலைக்கழக இரசாயனத்துறைத் தலைவரின் ஆய்வுகள் உறுதிசெய்துள்ளன. நீரில் நைத்திரேற்றுக்களின் அளவு கூடியிருப்பதனாலேயே வடபிராந்தியத்தில் தொண்டைப்புற்று நோயாளர்களின் அளவு மற்றைய இடங்களுடன் ஒப்பிடுகையில் இரட்டிப்பு மடங்காக அதிகரித்துள்ளது. புகையிலைப் பாவனையால் 90 வீத சுவாசப்பைப் புற்றும் பொலித்தீன் பாவனையால் இரைப்பைப் புற்றும் ஏற்படுகிறது.

உடல்தூய்மை

“புறத்தூய்மை நீரால் அமையும்” என்பார் வள்ளுவர். எனவே நாம் தினம் உடலை, தலையில் இருந்து கால்வரை உரிய அழுக்குகளை அகற்றித் தினமும் குளித்துச் சுத்தமாக வைத்திருக்க வேண்டும். நகங்களினை ஒட்டவெட்டியும், உணவின் முன்னும் பின்னும், கைகழுவியும் பற்பசை தூரிகை கொண்டு பற்சுத்தம் பண்ணியும், மலம் கழித்த பின்னர் கை கழுவியும் சுத்தம் பேண வேண்டும்.

12.2 நோயற்ற வாழ்வும் - கவலையற்ற வாழ்வும்

ஒருவரில் நோயற்ற வாழ்வும், கடனற்ற வாழ்வும் பயமற்ற வாழ்வாகும். உடல் வளர்த்தேன், உயிர் வளர்த்தேன் என்பார் திருமூலர்.. எனவே சுகவாழ்வு பற்றிய அறிவே கவலையற்ற வாழ்வு. மனிதனின் அடிப்படை ஆசைகள் மூன்று. (1) நீண்டநாள் வாழ வேண்டும் என்பது. (2) மகிழ்ச்சியுடன் வாழ வேண்டும் என்பது (3) உலகில் தினமும் அதிக புதிய விடயங்களை அறிந்திருக்க வேண்டும் என்பது. மற்றைய ஆசைகள் வந்துபோகும் ஆசைகளாகும். இதில் நீண்ட நாள் வாழ்விற்கு நோயற்ற வாழ்வு அவசியம். நோயுடன் வாழ்வது கவலையுடன் வாழ்வதே. உலகசெல்வங்களை அடைய, அனுபவிக்க அதனால் எல்லா உயிர்களும் இவ்வுலகில் விரும்பாத ஒன்று மரணம். அனைவரும் மகிழ்ச்சியுடன் நெடிது நாட்கள் வாழவே ஆசைப்படுகின்றனர். அப்படியானால் நமக்கு என்னவேண்டும். நோயற்ற வாழ்வு வேண்டும். இதுவே ஆண்டியும், அரசனும் வேண்டி நிற்பது. இதனால்தான் நோயற்றவாழ்வு குறைவுற்ற செல்வம் என்றனர் ஆன்றோர். நோய்க்கு இடம் கொடேல் என்பார் ஓளவையார்.

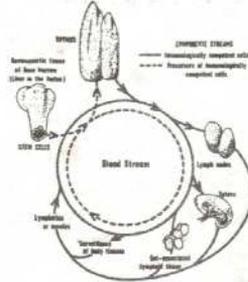
உலகில் வருடம் தவிர்க்கக்கூடிய காரணங்களால் வரும் நோய்களால் ஒரு கோடியே அறுபது இலட்சம் சிறார்கள் மரணமடைகின்றனர். ஐந்து இலட்சத்து இருபத்தி ஒன்பதினாயிரம் தாய்மார்கள் மரணமடைகின்றனர். ஆறுகோடி மக்கள் விபத்துக்களில் மரணமடைகின்றனர்.

இன்று உலக சனத்தொகையில் மூன்றிலொரு பங்கினர் 200 கோடிமக்கள் காசநோயுடனும் ஐந்துகோடி மக்கள் எச். ஐ. வி. தொற்றுடன் உள்ளனர். சயரோக நோய் எதிர்ப்பு வலுவழிந்தவர்களான சலரோகத்தினரையும், எயிட்ஸ் நோயுள்ளவரையுமே தமது குடியிருப்பிற்கு உகந்தவர்களாகத் தெரிவு செய்வதுடன் அந்நோய்கள் இதன் விளைநிலமாகவும் உள்ளது. இதிலிருந்து சமூகம் எதனை உணர்கின்றது. ஒருவருடைய உடலின் நோய் எதிர்ப்புவலுவே ஒருவனை நோய்த்தொற்றிலிருந்து பாதுகாப்பது இயற்கை எமது உடம்பில் நோய்க் கிருமிகள் தாக்கம் புரிவதைத் தடுப்பதற்கு என்றே ஒரு கட்டமைப்பை, பாதுகாப்பு அரணை உடலில் ஏற்படுத்தியுள்ளது. எமது நோய் எதிர்ப்புப் பொறிமுறையானது (Innune system) இரு பகுதிகளைக் கொண்ட நிணநீர் கலங்களிடம் (Lymphoid Tissue) கையளிக்கப்பட்டுள்ளது. அவையாவன (1) மத்திய நிணநீர்க் கலத் தொகுதி இது தைமஸ் சுரப்பியில் உள்ளது. (2) புற எல்லை நிணநீர்த்தொகுதி நிணநீரானது நிறமற்ற அல்லது சற்று மஞ்சள் நிறமுடைய திரவமாகும். இது நிணநீர் காண்கூடாக தமது சுற்றோட்டத்தை நடத்துகிறது. இரத்தத்தின் வெண்சீவ அணுக்களில் (WBC) இது உள்ளது. வெண்சீவ அணுக்களில் உள்ள T அணுக்களின் CD4 அணுக்களையே எச். ஐ. வி. வைரசுகள் அழித்து அவர்களில் நோய் எதிர்ப்பு வலுவை இழக்கச் செய்கிறது. நிணநீர் முடிச்சுக்களும் (Lymphnode) மண்ணீரலிலும் (Spleen) இது உள்ளது. நோய் எதிர்ப்புப் பொறிமுறையானது (Immune Mechanism) தைமஸ் சுரப்பியின் விருத்தியுடன் ஆரம்பித்து நிணநீர் திசுக்களால்தான் நடைமுறைப்படுத்தப்படுகின்றது. தைமஸ் சுரப்பியானது யௌவனப் பருவத்துடன் (Puberty) வளர்ச்சியடைந்து அதன்பின் சுருங்குகின்றது.

இரத்தத்தில் உள்ள வெண்சீவ அணுவிலுள்ள விம்பசையிட்ஸுக்களே நிணநீர் முடிச்சுக்களினால் வடிக்கட்டப்படும் நோய்கிருமிகளுடன் போரிட்டு அவற்றை அழித்து விடுகின்றது. இப்போராட்டத்தில் நோய்க்கிருமிகள் வென்றுவிட்டால் நிணநீர் முடிச்சுக்கள் அழற்சியடைந்து, வீக்கமடைந்து விடுவதை நமது தொண்டையின்

பாதுகாப்பரணான தொண்டை நிணநீர் முடிச்சில் (Tonsils) நாம் பார்க்கிறோம். இதே போன்ற நெருப்புக் காய்ச்சல் உண்டாக்கும் சல்மனலா ரைபி என்னும் கிருமி சிறுகுடலின் நிணநீர் முடிச்சுக்களான பேயேஸ் திட்டுக்களை (Payes Batches) அழித்து சிலசமயம் சிறுகுடலில் ஓட்டைபோட்டு விடுகின்றது. இன்று உலகில் மருந்தறியப்படாத உயிர்கொல்லி நோய்கள்தான் புற்றுநோய்க் கிருமிகளும், எயிட்ஸ் நோயின் எச். ஐ. வி. கிருமிகளும் முதலில் அழிப்பது மனித உடலின் நோய் எதிர்ப்புப் பொறிமுறையையே.

நோய் எதிர்ப்புக்கட்டமைப்புக் பொறுப்பான தைம்ஸ் சுரப்பியும் அதற்கு வேண்டிய இமியுனோகுளோபினை சுரக்கும் B லிம்போசையிட்சும்.



(நிணநீர்க் கட்டமைப்பு)

எனவே நாம் ஒவ்வொருவரும் எம்மை நோய்த் தொற்றில் இருந்து பாதுகாப்பதற்கு முதல் பேணப்பட அறிந்திருக்க வேண்டியது நோய் எதிர்ப்புவலுவைப் பராமரிப்பது பற்றியே. இக்குறைபாடுகளில் சிகிச்சை முறையாக பல மருந்துகள் நோயாளிகளுக்கு அளிக்கப்படுகின்ற போதும், இயற்கையாக எமது உடலில் நோய் எதிர்ப்பு வலுவைப் பேணுவதில் விற்றறமின்கள் குறிப்பாக, விற்றின் சீ. (Vit. C) போன்றன பெரிதும் உதவும். எனவே தொற்று நோய்களற்ற சூழலையும், சுகாதாரப் பழக்க வழங்கங்களையும் நாம் போற்றுவதுடன் இப்பொறிமுறைக்கு அவசியமான உயிர்ச்சத்துக்கள் அடங்கிய பச்சைக் காய்கறிகள், இலைவகைகள், பழவகைகளை நாம் தினமும் நமது உணவில் சேர்த்துக் கொள்வது மிகமிக அவசியம்.

அடுத்து மருத்துவ விஞ்ஞான ஆய்வுகளின்படி தற்போது “தியானம்” நோய் எதிர்ப்பு வலுவுக்கு வேண்டிய வெண்சீவ அணுக்களில் (T) உள்ள CD₄ கலன்களை அதிகரிப்பது அறியப்பட்டுள்ளது. எனவே

அமெரிக்க மியமி பல்கலைக்கழக மருத்துவமனையில், நோய் எதிர்ப்பு வலுக் குறைபாடுடைய புற்று நோயாளிகளும், எயிட்ஸ் நோயாளிகளிலும், மனநோயாளிகளிலும் சிகிச்சை முறையாக தியானப்பயிற்சி வழங்கப்பட்டு வெற்றியளித்துள்ளது. மேலை நாடுகளில் பல்கலைக்கழகங்கள் தியானத்தை ஒரு பாட நெறியாகவும் கற்பித்து வருகின்றன. எமது நாட்டில் இது நடைமுறையில் இல்லாதபோதும் மனநோயாளிகளில் தியானம் சிகிச்சைமுறையாக வழங்கப்படுகின்றது.

தொற்றுநோய்கள் பற்றிய அறிவின் அவசியம்

தொற்றுநோய்கள் பொதுச் சுகாதாரக் குறைபாட்டினால் ஏற்படுபவை. இதனால் எமது நாட்டிலும், எல்லா நாடுகளிலும் வருமுன்காக்கும் (Preventing Side) பிரிவாகப் பொதுச் சுகாதாரப்பிரிவு, பொதுச்சுகாதார வைத்திய அதிகாரிகள் பொறுப்பில் நாட்டில் ஒவ்வொரு பிரிவுகள் தோறும் உள்ளன. அவர்களின் கீழ் பொதுச்சுகாதாரப் பரிசோதகர்களும், மருத்துவமாதரும், தொண்டர்களும் உள்ளனர். இக்கட்டமைப்பானது மக்களிடம் தொற்று நோய்கள் ஏற்படுவதற்கான விழிப்புணர்வை அறிவுரைகளை, தடைமருந்துகளை பொதுமக்களுக்கு அளித்துவருவதுடன் நோய்க்கிருமிகள், அரும்பும் இடங்களைக் கண்டறிந்து கட்டுப்படுத்தியும் வருகின்றன. இவை நோய்த்தடைப் பணிகளை மக்களுக்குச் செய்கின்றது. அடுத்து நோய் ஏற்பட்டபின், குறிப்பாகத் தொற்றுநோய்கள் ஏற்படும்போது அவர்களை “பறிய நர்சிங் கெயர்” முறைகளால் தனிமைப்படுத்திச் சிகிச்சையளிக்கும் பணியினைத் தொற்றுநோய் வைத்தியசாலைகள் செய்து வருவதை நாம் அறிவோம். இங்கு நிபுணத்துவ ஆய்வு வசதிகளும், நிபுணத்துவ வைத்திய சேவையும் உண்டு.

தொற்றுநோய்கள்

1. நெருப்புக் காய்ச்சல் - (Typhoid and Paratyphoid)
2. டிப்தீரியா - (Diphtheria)
3. ஸ்காரிலிஹ் காய்ச்சல் - (Scarlet Fever)
4. எரிசிபலஸ் - (Erysipelas)
5. ஸ்டிரீலோ கொக்கல் தொற்று - (Staphylococcal Infection)
6. குக்கல் - (Whooping Cough)
7. தட்டம்மை - (Chicken Pox)
8. அம்மை - (Small Pox)

- | | |
|---------------------|------------------------------|
| 9. சின்னமுத்து | - (Measles) |
| 10. கூகைக்கட்டு | - (Mumps) |
| 11. விலங்கு நோய் | - (Rabes) |
| 12. ஏர்பு | - (Tetanes) |
| 13. புறாசிலோசிஸ் | - (Brucillosis) |
| 14. பாலியல் நோய்கள் | - (Venereal Disease) போன்றன. |

தொற்றுநோய்களுக்கான காரணங்கள்

நோய் எதிர்ப்பு வலுவானது குறையும்போது தொற்று நோய்களால் தாவரங்கள், விலங்குகள், மனிதர்கள் பாதிக்கப்படுகின்றனர். இப்பாதிப்பினை எல்லா வகையான ஒட்டுண்ணிகளுமே (Prasites of All Kinds) ஏற்படுத்துகின்றன அவையாவன.

- | | | |
|------------------|---|--------------|
| 1. புரோட்டோசோவா | - | (Protozoa) |
| 2. பங்கஸ்கள் | - | (Fungas) |
| 3. பக்ரீறியா | - | (Bageria) |
| 4. ரிக்கற்ரீசியா | - | (Rickitisia) |
| 5. வைரஸ் | - | (Virus) |

இக்கிருமிகள் சுகதேகியின் உடலில் புகுந்து நோயினை ஏற்படுத்துகின்றன. இந் நோய்களுக்கான மைக்ரோ ஓகானிசம்கள் தற்போது இனம் காணப்பட்டுள்ளது. இவ்வொட்டுண்ணிகளின் தொற்றானது மனிதனில் நேரடியாகவும், (1) நேரடி ஊடகமூலமும் (Direct Route) அதாவது (அ) தோல் நோய்களுடாகவும் (ஆ) பாலியல் நோய்களுடாகவும் (இ) சுவாசவழி - வாய்வழியூடான தொற்று முத்தமிடல் மூலமும் பரவுகின்றது.

12.3 காற்றுவழியான தொற்று (Airborne infection)

இது காற்றுத் துளிகளையும், வரண்ட காற்றுத்துளிகளையும், தூசிகளையும் ஊடகமாகக் கொண்டு சுவாசவழியூடாகத் தொறுகின்றன. நாம் பேசும்போதும், சுவாசிக்கும்போதும் தொண்டை, நாசி, வாய் என்பவற்றிலிருந்து நோய்க்கிருமித் துளிகள் காற்றில் கலக்கின்றன. ஒருவர் தும்மும்போது அத்துளிகள் 12 அடிகளுக்குப் பரவுகின்றது. இருமும்போது சுவாசப்பை நோய்க்கிருமிகள் சளியுடன் வெளியேறுகின்றது. எனவே சுமுகத்தில் பொறுப்புள்ள பிரஜைகள் அனைவரும் தும்மும்போதும்,

இருமும்போதும் கைக்குட்டையைப் பாவித்துப் பழக வேண்டும். கண்ட இடங்களில் தூப்பக்கூடாது. வரண்ட தொற்றுக்கள் (Droplet Nuclear) இவை புரத உறையால் மூடப்பட்டு நெடுநாட்கள் வாழக்கூடியது. சிறிய நியூக்கிளியை காற்றிலும், (Airborne) பெரிய நியூக்கிளியை எல்லா மேற்பரப்பிலும் படிக்கின்றன. அத்துடன் பாவனைப் பொருள்களான உடை, கைக்குட்டை, படுக்கைவிரிப்பு, காப்பெற ஸ்கிரீன் போன்றவற்றில் படிந்திருக்கும். மனிதனதும், மிருகங்களதும் வெளிப்புறமான தூசிகள், கிருமிகள் என்பன கலக்கின்றன. இக்கிருமிகள் உடல் மேல்பகுதியையோ, உடல் புண்களிலோ தொற்றை ஏற்படுத்தும். இவை சுவாசமூலம் உள்ளினாக்கப்படும் ஸ்ரெப்ரோ கொக்ஸ், ஸ்ரபிலோ கொக்ஸ் கிருமிகள் சுவாசப்பையைச் சென்றடைந்து சுவாசப்பை நோய்களை ஏற்படுத்துகின்றது. காற்று வழித்தொற்று சுவாச வழித்திட்டத்தின் மேல் பகுதியையும், கீழ்ப்பகுதியையும் தாக்குகின்றது. குழந்தைகளில் மூளை உறை அழற்சியையும் ஏற்படுத்துகின்றது. எனவே உங்கள் வாழ்விடங்களைத் தூசிபடியாது தினமும் டாஸ்டஸிங் செய்தும் வைக்கூமர் பாவித்தும் தூப்பரவு செய்வதுடன் உங்கள் சுவாசவழி வாய்க்கழிவுக் கசிவுகளை பாதுகாப்பான முறையில் அகற்றிவிடுங்கள்.

12.4 நீர் - பால் - உணவுத் தொற்று

இவ்வகனங்களின் தொற்றுக்கள் - வாயினால் விழுங்கப்பட்டு நோயை உண்டாக்கி, விரைவில் மற்றைய இடங்களுக்கும் பரவுகிறது. என்றிக் காய்ச்சல், சல்மனலா, பசிலறி, டிசன்றி, கொலரா என்றோ வைரஸ் மற்றும் போலியோ மைலற்றிகம், ஈரலழற்சியும் ஏற்படுகின்றது. உணவுக் கால்வாய், தொற்றானது நீர், உணவு பரிமாறுபவர் கை, பழம், பச்சைக்காய்கள், இலையான், மலக்கழிவு போன்ற ஐந்து ஊடகங்களுடாகப் பரவுகின்றன. பால் உணவு, மனிதக்கழிவு என்பனவற்றை சரியானமுறையில் பாதுகாக்கப்படுகிறதா? வெளியேற்றப்படுகின்றதா என்பதைப் பொதுச் சுகாதாரப் பகுதியினர் முகாமைத்துவம் செய்ய வேண்டும். யாழ்நகரில் 45 வீதமான வீடுகளில் மலகூடமில்லை.

12.5 வீட்டுப் பாவனைப் பொருட்களால் ஏற்படும் தொற்று

சமையல் பாத்திரங்கள், சாப்பாட்டுப் பாத்திரங்கள், வீட்டுத் தளபாடங்கள், உடைகள் என்பனவற்றினால் ஏற்படும் தொற்றினைத் தொற்றுநீக்கிகள் பாவித்துத் தூப்பரவு செய்ய வேண்டும்.

12.6 மிருகங்களாலும் இலையான், நுளம்பு போன்ற வீஷ்ணு ஜந்துக்களாலும் ஏற்படும் தொற்று

வீட்டிலுள்ள கண்டெலிகளால் பரவும் LCM வைரஸ் காய்ச்சலானதும் வயல் பகுதிகளில் உள்ள எலிகளினால் ஏற்படும் லெப்ரோஸ்பை ரோசில் (Lepto spirosis) என்ற பக்ரீரியாக் காய்ச்சலானதும் எமது நாட்டில் குறிப்பாக நகரப்பகுதி மக்களைத் தினம் தினம் வேட்டையாடிவருவதை நீங்கள் அறிவீர்கள். டெங்குநோய்க்கு அடுத்தபடியான மரணம் இன்று நகரப்பகுதிகளில் எலிக்காய்ச்சலால் ஏற்படுகின்றது. இத்தொற்றானது எலி, கண்டெலி, பெருச்சாளி, நாய், பன்றி, நரி, சிலசமயம் பூனையாலும் பரவக்கூடியது. மிருகங்களிலிருந்து மனிதர்களுக்குப் பரப்பப்படும் அங்கஜீவிகள் (Micro - Organisms) புறாசிலோசில் (Brucellosis) காசநோய் (T.B) Q - காய்ச்சல் (Q - Fever) அன்திறக்கல் கால்நடைகளிலிருந்து மனிதனுக்குத் தொற்றுபவை. நீர் வெறுப்பு நோய் (Rabies) இது எமது பிரதேசத்தின் முக்கிய பிரச்சினையாகும். காரணம் அரசு நாய்களைக் கொல்லக்கூடாதெனப் பணித்திருப்பதுடன் அவற்றைப் பேணுவதற்கான அறிவுறுத்தல் வழங்கப்பட்ட போதும், விசர்நாய்கடிக்காளாகித் தினம்தினம் மருத்துவமனைக்கு வருவோர் தொகை அதிகரித்து வருவதாக நாம் ஊடகமூலம் அறியலாம். ரோபோடோ வைரஸ் (Rhobodo Virus) கிருமியாலேயே இந்நீர் வெறுப்புநோய் ஏற்படுகிறது.

கிருமி தொற்றிய நாயின் உமிழ்நீரில் இது செறிந்து காணப்படுகின்றது. நாய் கடிக்கும்போது இந்நோய்கிருமி மனிதரில் ஏற்படும் காயங்கள்மூலம் இரத்தத்தையடைந்து நரம்புத் தொகுதியில் பெருக்கமடையும். இதுபின் மூளையைத் தாக்கி மரணத்தை ஏற்படுத்தும். இதுவிடயத்தில் பாராமுகமாய் இருப்பவருக்கு மரணம் நிச்சயம். எனவே நாயால் கடியுண்ட எல்லோருமே கடியுண்ட பாகத்தை 5 நிமிட நேரம் ஓடும் நீரில் கழுவுங்கள், அதன்பின் அவ்விடத்தை சோப்பும், நீரும் கொண்டு கழுவுங்கள், அதன்பின் தொற்றுநீக்கியால் அதனைத் துப்பரவு செய்யவும். கடித்த நாய் தடைமருந்து எடுத்ததா என்பதை உறுதி செய்யுங்கள். நாய் 10 நாட்களில் இறக்கின்றதா என்பதையும் அவதானியுங்கள். வைத்தியசாலைக்குச் செல்லும்போது நாய் தடைமருந்து பெற்றதற்கான காட்டையும் வாங்கிச் செல்லுங்கள்.

12.7 தொற்று நீக்காத மருத்துவ உபகரணங்களான - நாளமூலம் ஏற்றப்படும் குளுக்கோஸ், இரத்தம், பீனாஸ்மா, சீரம், மற்றும் தடுப்பூசி போடும்போது ஏற்படும் தொற்று

சத்திரசிகிச்சைக்குப் பாவிக்கும் சகல பொருள்களும் தொற்று நீக்கப்பட்டவையாக இருக்க வேண்டும். பற்சிகிச்சையின்போது ஆயுதங்கள் மிகவும் கவனமாய் தொற்று நீக்கப்பட வேண்டும். பற்சிகிச்சையின்போது எயிட்ஸ் நோயாளிக்கு பாவித்த ஆயுதம் உரிய முறையில் தொற்றுநீக்காது பாவிப்பதன் மூலம் சுகதேகி, எச். ஐ. வி தொற்றைப் பெறும் நிகழ்வுகளும் உள்ளது. எனவே காயங்களுக்கும் அறுவை சிகிச்சையளிக்கும் போதும் தொற்றுநீக்கிய பந்தனங்களை இடவேண்டும். நாளமூலத் தொற்றினால் ஈரலழற்சி நோய் ஏற்படும். (Infective Hepatitis) சலவழித் தொற்று கதிற்றர்களால் ஏற்படும்.

12.8 தொற்றைக் கட்டுப்படுத்துவது

இவை மூன்று முறைகளால் அணுகப்படும். (1) இதில் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு சிகிச்சையளித்தலும், தேவையான நோயாளரைத் தனிமைப்படுத்தலும் (Treating and Isolating the Source of Infection) இந்நோய் அம்மை சயரோக நோய்களில் அவசியமானவை.

நோய்களுக்கான மைக்ரோ ஓகானிச்சத்தையும் அதன் ஸ்போஸ்களையும், வித்திக்களையும் உரிய வழிகளால் அழித்தல். (Attack on the micro organism Itself)

மக்களின் நோய் எதிர்பு வலுவை அதிகரிப்பதற்கான போஷாக்கான உணவுகளை எடுக்க ஆலோசனை வழங்கலும், பொதுச் சுகாதார பழக்க வழக்கங்களைப் பேணலும், அறிவூட்டலும், ஊடகங்களை இதற்கு பயன்படுத்தலும், வருமுன்காக்கும் தடைமருந்துகளை எல்லாக் குழந்தைகளும் பெறப் பெற்றோர் வசதி செய்தல்.

12.9 உடற்பயிற்சியின் அவசியம்

மனிதனது அடிப்படை ஆசைகள் நீண்டநாள் உயிர்வாழ்வது, மகிழ்சியுடன் வாழ்வது, புதியவற்றை அறிவது பற்றியதே. இதில் மகிழ்ச்சியான இன்பவாழ்விற்கும், நீண்டநாள் வாழ்விற்கும் உடல் நலம் அவசியம். நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம். இதனால்தான்

“உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேன்” என்பார் திருமூலர். ஆரோக்கிய வாழ்விற்கு உடலுறுதியும், உளஉறுதியும், ஆன்மீக உறுதியும் அவசியம். நம் நாளாந்தச் செயற்பாடுகளில் ஒரு சில அவயவங்களே பயன்படுத்தப்படுகின்றன. மீதமானவை செயற்பாடற்றிருப்பதை நாம் அறிவோம். உடலின் சகல அவயவங்களிலும் தினமும் சிறு பயிற்சிகளுக்கு உட்படும்போதுதான் நாம் நோயற்ற வாழ்வைப் பெற முடியும். உடற்பயிற்சிகளை ஆசனப்பயிற்சிகள், விளையாட்டுப் பயிற்சிகள் என இருவகையாகப் பிரிக்கலாம். ஆசனப்பயிற்சிகள் ஆரோக்கியவாழ்வுக்கு மட்டுமன்றி மன ஓடுக்கத்திற்கும், நோய் நீக்கத்திற்கும் உதவிசெய்கின்றது.

12.10 விளையாட்டினால் ஏற்படும் நன்மைகள்

1) சகிப்புத்தன்மை - பொறுமை 2) விட்டுக்கொடுக்கும் தன்மை 3) தோல்வியை ஏற்றுக்கொள்ளும் தன்மை 4) பகை குரோத உணர்வை நீக்கும் தன்மை 5) முன்னின்று நடத்தும் தன்மை 6) மன்றையோருடன் ஒத்துப் போகும் தன்மை. 7) உடலுறுதி 8) மனவுறுதி - துணிவு 9) தன்மைப்பிக்கை 10) ஞாபகசக்தி, விளையாற்றல், ஆக்கத்திறன் என்பன அதிகரித்தல் 11) பெருந்தன்மை (Magnimity) 12) மற்றவர்கள் சொல்வதை எதிர்க்காது ஏற்கும் தன்மை (Receptivity) இது பொறுமையினாலும் பரந்த நோக்காலுமே ஏற்படக்கூடியது. 13) இணக்கத்தன்மை (Adaptability) நட்புள்ள சமூகத்துடனும் தாம் வாழமுடிகளில் உற்றாரோடும் இணங்கிப் போதல் 14) மதிநுட்பம் (Perspicacity) இதையே நுண்மா நுழைபுலன் என்பர். இதனால் அறிவு விரிவடைகிறது. 15) தலைவனுக்குக் கட்டுப்படும் திறன் 16) விட்டுக்கொடுத்தல் 17) உற்சாகம் 18) பகையுணர்வின்மை ஆகிய திறன்களை உடற்பயிற்சியால் மட்டுமன்றித் தியானப்பயிற்சியாலும் பெறமுடியும். பிள்ளைகள் பொதுவாக ஒரே விளையாட்டில் நீண்டநேரம் ஈடுபட்டிருக்க விரும்பமாட்டார்கள். புதுமையிலேயே பிள்ளைகளுக்கு ஆர்வம் அதிகம் என்பதால் புதிய புதிய விளையாட்டுப் பொருள்களையே தேடுவர். கலைஞர்களுக்கும், விளையாட்டு வீரர்களுக்கும் உலகில் பகைவர்களே கிடையாது. உலகில் எல்லோரும் நண்பர்கள். அவர்கள் இனம், மதம், சாதி கடந்த பொதுவுடமையாளர்கள். இவர்கள் உலகமக்களின் பொதுச் சொத்துகளே. உலகமக்கள் எல்லோரின் உள்ளம்கவர்கள்களாக வாழ்கிறார்கள். அண்மையில் காலமான பொப்பிசை மன்னர் மைக்கல் ஜக்சனின் மரணச்சடங்கில் கலந்து கொள்ள 50 கோடி மக்கள் உலகில் பதிவுசெய்திருந்தார்கள். அதேபோல் வேகப்பந்து வீச்சாளர் முரளியைப்

போற்றாத மாற்றாரே இல்லை. எனவே விளையாட்டினால் மாற்றானின் மதிப்பையே பெறலாம். வாழ்க்கை என்பது அன்பு அதை அனுபவிக்க, வாழ்க்கை என்பது சவால் அதற்கு முகம்கொடுக்க, வாழ்க்கை ஒரு பாடல் அதைப் பாட, வாழ்க்கை ஒரு கனவு அதை உணர விளையாட்டைக் கற்க வேண்டும். வாழ்க்கை என்ற விளையாட்டை விளையாட பிள்ளைகளை விளையாட்டில் ஊக்கப்படுத்துங்கள். அவர்கள் மனிதர்களாகி விடுவார்கள்.

12.11 யோகம் - தியானம்

இயமம், நியமம், ஆசமணம், பிராணாயாமம், பிரத்தியாகாரம், தாரணை, தியானம், சமாதி என்ற எட்டு அங்கங்களைக் கொண்டது யோகம்.

- (1) இயமம் - புலனடக்கம் தியனவற்றைச் செய்யாதிருத்தல்.
- (2) நியமம் - ஒழுக்கம்
- (3) ஆசனம் - இருக்கை (யோகாசன் பயிற்சிகள் 116ற்கு மேற்பட்டவை உள்ளபோதும் தினமும் குறைந்தது 16 ஆசனங்களாவது செய்ய வேண்டும்)
- (4) பிராணாயாமம் - மூச்சுப் பயிற்சியால் பிராணனைக் கட்டுப்படுத்தல். நினைத்ததைச் செய்யும். மனம் எங்கு உண்டோ அங்கு பிராணவாயு உண்டு.
- (5) பிரத்தியாகாரம் புறத்தே அசையும் மனத்தைக் கட்டுப்படுத்தல்.
- (6) தாரணை - உள்முகமாக மனத்தை ஓரிடத்தில் நிலைநிறுத்துதல்.
- (7) தியானம் இடைவிடாது ஒன்றினை நினைத்திருத்தல்.
- (8) சமாதி - உயிரும் இறையும் ஒன்றி நின்றல் (தன்னைமறந்திருத்தல்)

யோகத்தினால் ஏற்படும் அட்டமா சித்திகள் :

- (i) அணிமா - அணுப்போன்றது சூக்குமமா?
- (ii) மகிமா - மலைபோன்று பெரிதாதல்.
- (iii) கரிமா - கனமாதல்
- (iv) இலகிமா - பஞ்சைப்போல் இலேசாதல்.
- (v) பிராப்தி - எல்லாப் பொருள்களையும் தன்பாலாக்கல்.
- (vi) பிரகாமியம் - எல்லா இன்பம் பெறல் தலை
- (vii) ஈசத்துவம் - தத்துவங்களை விருப்பப்படி நடத்துதல்.
- (viii) வகித்துவம் - தத்துவங்களில் கலந்திருத்தல் - இது பரவாயப் பிரவேசமாகும். வேண்டிய உடம்பை எடுத்துக்கொண்டு..... அனுபவித்தல். அதாவது மேலான உடம்பில் புகல்.

தியானம் : இது ஒரு குருவின்மூலம் கற்க வேண்டியது. தியானம் என்பது மனஒடுக்கப் பயிற்சியாகும். தியானத்தின் பெறுபேறு மனத்தெளிவாகும். அத்துடன் தன்னைத்தான் உணரும் நிலை தோன்றும்போது அடக்கம், மனஅமைதி பெறுகிறான்.

தியானத்தின் பலன்கள் :

- ★ மாணவ, மாணவியர் செயல்திறன் அதிகரித்தல்.
- ★ ஞாபகசக்தி அதிகரிப்பதால் மாணவர்கள் அதிக மதிப்பெண் பெற்றுப் பரீட்சையில் தேறுவர்.
- ★ வாழ்வியல் ஒழுக்கங்களையும், மானிட நேயத்தினையும், மனிதப் பண்புகளையும் மேலோங்கச் செய்யும்.
- ★ மனஉறுதியை ஏற்படுத்தும் (Will Power)
- ★ அறிவு, மதிநுட்பம் நுண்மாநுழைபுலனை (Perspicacity) அதிகரிக்கும்.
- ★ மற்றவர்களை மதிக்கும் பெருந்தன்மையினை (Magnanimity) ஏற்படுத்தும்.
- ★ பொறுமை (Tolerance) ஏற்படத்தும்.
- ★ சினத்தைத் தவிர்க்கும். (கோபத்தை)
- ★ கவலையை ஒழிக்கும்.
- ★ மற்றவர்கள் சொல்வதைப் பொறுமையுடன் கேட்கும் ஏற்புத்திறனைத் (Receptivity) தரும். இதனால் மனப்பாங்கு விரிவடையும். எதையும் சாதிக்கும்நிலை ஏற்படும்.
- ★ இணக்கத்தன்மை ஏற்படும். அதாவது இடத்திற்குத் தக்கவாறு தன்னைமாற்றி ஒத்துப்போகும் நிலை
- ★ விட்டுக் கொடுக்கும் மனப்பான்மை ஏற்படும்.
- ★ எந்தப் பிரச்சினைகளையும் எதிர்கொள்ளும் பலமும், அதனைச் சமாளிக்கும் திறனும் ஏற்படும்.
- ★ நட்புநலம் ஏற்பட்டு பகைவர் இல்லாது போவர்.
- ★ அன்பு வளரவேண்டுமானால் நித்தியமாயுள்ள ஞானத்தையும், ஆனந்தத்தைத்தரும் தியானத்தையும் பெற்றால்; ஆனந்தமே என்றும் நிலையானது.
- ★ தியானம் என்பது ஆன்மாவின் கண்ணாடி அரண்மனையாக மனிதன் இறைவனைத் தன்னருகில் காண்கிறான்.

- ★ தியானத்தால் தன்னைத்தான் அறியும்நிலை ஏற்படும். இதனால் முக்காலத்தையும் உணர்வதுடன் காலத்தை வெல்லமுடியும்.
- ★ தியானம், உடலில் நோய் எதிர்ப்புவலுவுக்கு வேண்டிய CD₄ அணுக்களை அதிகரிப்பதாக மருத்துவ விஞ்ஞானம் அறிந்து நோய் எதிர்ப்புவலுக் குறைவால் ஏற்படும் புற்றுநோய் எயிட்ஸ் நோயில் சிகிச்சையாக வழங்கி நோய் நீக்கமும், நீடிய வாழ்நாளும் பெறுகின்றது. எமது நாட்டிலும், மேலைநாடுகளிலும் மனநோயாளரில் தியானம் முக்கிய சிகிச்சையாக வழங்கப்படுகின்றது. விஞ்ஞான மருத்துவ உலகில்.

13.1 பண்டைத்தமிழர் பண்பாட்டு விழுமியங்கள்

நாகரீகம் என்பது திருந்திய வாழ்க்கை. இதில் இலக்கணப் பிழையின்றிப் பேசுவது, எல்லாவகையிலும் தூய்மையாக இருப்பது. காற்றோட்டமுள்ள உடல்நலத்திற்கு உகந்த வீட்டில் குடியிருப்பது நன்றாகச் சமைத்த ஆரோக்கியமான உணவை உண்பது. பிறர்க்குத் தீங்கு செய்யாதுமிருப்பதுமாகும். பண்பாடு என்பது திருந்திய ஒழுக்கமாகும். இது எளியாரிடத்தும், இனிமையாகப் பேசுவது புதிதாய் வந்த ஒழுக்கமுள்ள அயலவரை விருந்தோம்பும் கொள்கையும், மானம் கெடின் உயிரை விடுவது ஆகியன உள்ளத்தின் செம்மையாகும். பண்பாட்டை அகநாகரீகம் என்றும், நாகரீகத்தைப் புறநாகரீகம் எனவும் கூறலாம். கரைந்து தம் இனத்தோடு உண்ணும் காக்கையும், வேலால் குத்தியபோதும் வாலை ஆட்டும் நாயும், சோடிளந்தபோது உயிர்வாழாத அன்றில் பறவையும், கற்பு நெறியுடன் ஒருவனுக்கு ஒருத்தி என வாழும் ஒருவகை எலியினமும் அ.றிணைப் உயிர்களாயினும் பண்பாட்டில் மானிடனைவிட விஞ்சியவையே. பண்டு, நாகரீகம் என்ற சொல்லே பண்பாடு என்னும் பொருளிலும் கையாண்டு உள்ளனர். “நயத்தக்க நாகரீகம் வேண்டுபவர்” – குறள் 580. திருந்தியநிலை என்றபொழுது கருத்தில் நாகரீகமும் பண்பாடும் ஒன்றாதல் காண்க.

தமிழர் அறச்சக்கரவர்த்தியாக வள்ளுவரையும், கவிச்சக்கரவர்த்தியாக கம்பனாரையும் தமிழின் கதி எனக் கண்டு போற்றுவர். நாகரீகம் என்பது திருந்திய வாழ்க்கை, பண்பாடென்பது திருந்திய ஒழுக்கம், அது எல்லாப் பொருள்களையும் தமக்கும் பிறர்க்கும் அளிப்பது. பண்டு நாகரீகத்தையே பண்பாடென்று வழங்கினார். அதனால்தான் பண்பாட்டின் ஓர் அங்கமான கண்ணோட்டத்தை வள்ளுவர் நாகரீகம் என்பார்.

“பெயக்கண்டும் நஞ்சண்ட மைவர், நயத்தக்க
நாகரீகம் வேண்டுபவர்” (குறள் 580)

“யாதும் ஊரே யாவரும் கேளிர்” என்ற சங்கப் புலவரின் வாக்கானது உன்னதமான பொது உடமைப் பண்பாட்டை உலக நோக்கில் முன்வைத்துள்ளது. சங்ககாலத்தில் இருந்தே உலக கண்ணோட்டத்துடனேயே உலகினை முதன்மைப்படுத்தி அன்றைய சான்றோர்களின் கருத்துக்கள் இருந்தள்ளது. வள்ளுவர், கம்பர், கபிலர், இளங்கோவடிகள், சேக்கிழார் போன்றோர் தம் கருத்துக்களை உலக மக்களுக்காகவே முன்வைத்துள்ளனர். அவர்கள் தனியொரு நாட்டிற்காகவோ, குழுவிற்காகவோ, இனத்திற்காகவோ தம் கருத்துக்களை முன்வைக்கவில்லை. இதனால்தான் அவர்களுடைய இலக்கியங்கள் யாவும் உலக இலக்கியமாக இன்றும் போற்றப்படுகின்றது. “உலகத்தோடு ஒட்ட ஒழுகல் பல கற்றும் கல்லார் அறிவிலாதார்”. - குறள் - 140. என உலகத்தையே குறிப்பார் வள்ளுவர். “வேறுள குழுவை எல்லாம் மானுடம் வென்றதம்மா என்பார் கம்பநாடார்”. நாடு எங்கும் வாழக் கேடு ஒன்றும் இல்லை என்பார் ஓளவை. இப்படியான சிந்தனைகளில் வாழ்ந்த தமிழர் பண்பாடு இன்று ஏதிலிகளாக நாடற்ற நாடோடிகளாக வாழப்பணித்துள்ளது.

தமிழர் நாகரீகம் என்பது கி. மு. 2500 - 3000 வருடங்களுக்கு முற்பட்ட ஹரப்பா - மொகஞ்சதாரோச் சிந்துவெளி நாகரீகமே. இது தமிழர்களின் வாழ்விடமும் - தமிழர் தேசமுமே. அலெக்சாண்டர் படையெடுப்புடனேயே ஆரியக் குடியேற்றம் இடம்பெற்றதும், சிந்துவெளி நாகரீகம் அழிக்கப்பட்டதும் - வர்ணாச்சிரம முறையும், திராவிடர்கள் தாசர்களாக்கப்பட்டதும், ஆரியக் குடியேற்றத்தின் பின்பே. தமிழர்கள் தாக்கப்பட்டதும் தொல்லியல் சான்றுகளால் உறுதிப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. மகஸ்முல்லார் போன்ற வேதமொழி பெயர்ப்பாளரான பிறநாட்டவர் ஆரியர். வரவின்பின் வந்து வேதகாலத்தை முதன்மைப்படுத்தி இந்திய வரலாற்றினை எழுதியுள்ளனர். சிந்து வெளியில் வாழ்ந்த தமிழ் மக்களின் எழுத்து வரிவடிவை கடன் பெற்றே வடமொழி வரி வடிவம் அமைத்தது. வேதப் பெயர்களோ - தமிழ் சொற்களின் திரிபாக உள்ளது.

வேதம் - விழித்தலின் திரிபு = பார்த்தல், காணுதல்
அறிதல்

விழி = அறிவு, சோதி (ஞானம்)

தேறார் விழியிலா மாந்தர் - (திருமந்திரம் - 177)

இப்படியாக காலத்தால் முந்திய கல் தோன்றா மண் தோன்றாக் காலத்தே போர்வாமோடு முன்தோன்றிய மூத்தகுடியினரது பண்பாட்டினை பண்டைய நூல்களில் பரக்கக் காணலாம். சிங்கள மொழியின் தாய் தமிழ் மொழியாகும். தமிழ் வரிவடிவத்தைக் கடன்பெற்று, 10ஆம் நூற்றாண்டிலேயே சிங்களம் எழுத்துவடிவு பெற்றது. 4 ஆயிரம் தாய் தமிழ்ச் சொற்கள் சிங்களத்தில் உள்ளது. ஆரியரில் உயர்வகுப்பினர் சமஸ்கிருதத்தையும், தாழ்வகுப்பினர் பாளியையும் பேசினர்.

அறம் - பொருள் - இன்பம் என்ற முப்பால் மொழிந்த வள்ளுவர் அறப்பண்பாட்டை நோக்குவோம். அவர் அறவொழுக்கத்தினை இல்லறத்தார்க்கென்றும், துறவறத்தார்க்கென்றும் வகைப்படுத்துவார்.

இல்லறத்தான் அறத்தையும், அன்பையும் அடிப்படையாகக் கொண்டு வாழ்க்கை நடத்த வேண்டும் என்பார். கணவனுக்கு வாழ்க்கைத் துணையாக மனைவி இருக்க வேண்டும். மக்கள் பெற்றோருக்கு நற்பெயர் பெற்றுத்தரல் வேண்டும். விருந்தோம்பல் இல்லறத்தாரின் சிறந்த கடமை. இல்லறத்தான் இனியவற்றையே கூற வேண்டும். ஒருவர் செய்த நன்றியை மறத்தலானது விருப்பு வெறுப்பின்றி எதனிலும், நடுவு நிலை பேணல் வேண்டும். ஒழுக்கம் உயிரினும் சிறந்ததாகும். பிறன்மனை நோக்காத ஒழுக்கம் வேண்டும். பொறுமை வேண்டும். பொறாமை கொள்ளுதல் ஆகாது. பிறர்பொருளை உள்ளத்தாலும் விரும்பல் ஆகாது, புறங்கூறல் ஆகாது. பயனற்ற சொற்களைப் பேசலாகாது. தீய செயல்களைச் செய்ய அஞ்ச வேண்டும். ஒழுக்க நடையினை அறிந்து அதற்கு ஒப்ப ஒழுக வேண்டும். ஈகைப்பண்பு தேவை. புகழ்பெற்று வாழ்தலே வாழ்வு. அருளுடையவராக வாழ்தல் வேண்டும். கள் புலால் உண்ணலாகாது. “இருமனத்தாளுடமை” தீயவரோடு உறவு கொள்ளுதல் ஆகாது. யாக்கை நிலையாமையை உணர்தல் வேண்டும். அவா அறுக்க வேண்டும். விதியை நம்பக் கூடாது. ஊழைப்பற்றிய உண்மைகள் அறிதல் வேண்டும். என்று மானிடத்தின் உயர் பண்பாட்டு விழுமியங்களை முன்மொழிவார். “பண்புடையார்” பட்டுண்டிலகம் அதுவின்றேல் மண்புக்கு மாய்வது மன் என்பார் வள்ளுவர். நீதிமன்றங்கள் “அறகழம்” என அழைக்கப்பட்டது. வலுவிறந்தோருக்கும், வறியோருக்கும் அறக்கூழ் (சோற்றுச்) சாலைகள் அபயமளித்தது. மணிமேகலை “அமுதசுரபி” என்ற பாத்திரத்தால் வேண்டுவார்க்கு வேண்டியதை ஈந்தான் என்கிறது மணிமேகலை என்கிற காப்பியம். அன்று போரிலும் அறம் போற்றப்பட்டுள்ளதுபற்றி பசு பார்ப்பனர், பத்தினிப் பெண்கள், நோயாளிகள் விலகிய பின்னர் போர் இடம் பெற்றதாகக் கூறுகிறது. கண்ணகி

இத்தகையோரை விலக்கி, தீயே! தீத்திறத்தார் பக்கமும் சேர் என தீமையாளரைத் தீயால் அழித்தமை பண்டைய வரலாறு. இவையும் பண்டைய தமிழர் பண்பாடே. இப்பிறப்பில் செய்யும் கொடை மறுபிறப்பிற்கு உதவும் என்றும், தர்மம் தலை காக்கும் என்றும், பண்டைய மக்கள் பண்பாடிருந்தது. கொழுக்கொம்பற்று நின்ற முல்லைக்கொடிக்கு தன் தேரைக் கொடுத்துவிட்டு நடந்தவன் பாரி. மயில் குளிரால் நடுங்குகின்றதென்று எண்ணித் தன்போர்வையை தன்மேல் போர்த்தியவன் வேகன். பாரிதன் முன்னூறு ஊர்களையும் ஏழைப்புலவர்களுக்கு அழித்துவிட்டுப் பறப்புமலையுடன் மட்டும் வாழ்ந்தவர். அவ்வளவுதான் மனைவியின் ஒரு அணிகலனைத்தவிர அனைத்தையுமே வறிய புலவருக்கு வழங்கியவர். நடுக்காட்டில் புலவர் குடும்பத்தைக் கண்ட நன்னி என்னும் வள்ளல் தன்னையார் என்று காட்டாதே விருந்தளித்து தான் அணிந்திருந்த விலை உயர்ந்த நகையினையும் அன்பளித்து நான் இந்த இடத்தில் இவ்வளவே செய்ய முடிந்தது. பொறுத்தருளுங்கள் என்று கூறியகன்றான். தனக்கு அன்புப் பரிசாக ஆயுள்நீடிக்க அன்பரால் வழங்கப்பட்ட நெல்லிக்கனையை அதியமான் என்ற அரசன் ஒளவை நெடுநாள் வாழ ஆசைப்பட்டு அவளுக்கு வளங்கியதும்; ஒளவை 800 ஆண்டுகள் வாழ்ந்தும் பண்டைய சரித்திரச் சான்றாகும். இத்தகைய கொடைச்சிறப்பே அவர்தமையும், தர்மத்தையும் வாழ்வித்தது என்றால் மிகையாகுமோ?

“ஈன்று புறந்தருதல் எந்தலைக் கடனே
சான்றோ னாக்குதல் தந்தைக்குக் கடனே
நாட்டிற்கு நல்ல குடிமகனாக்குதல் மன்னர்க்குக் கடனே
வேல்வடித்துக் கொடுத்தல் கொல்லரின் கடனே. என மொழிந்து
“ஒருமகனல்லது இல்லோழ் செறுமுகம்

நோக்கிச் செல்லென விடுமே”

என ஒரேயொரு மகனைப் பேர்ப்பறை கேட்டவுடன் பேர்க்கோலம் பூட்டிப் போருக்கு ஆசிகூறி அனுப்பிய பண்டைய வீரத்தாயின் கடமை உணர்வை எதில் எழுதிப் பார்த்து மகிழ்வது.

“நாடா கொன்றோ காடா கொன்றோ
அவலா கொன்றோ மிகையா கொன்றோ
எவ்வழி நல்லவர் ஆடவர்
அவ்வழி நல்லை வாழிய நிலனே...”

என்கிறது புறநானூறு.

அதாவது நல்லவர்கள் இருக்குமிடமே நல்லஇடமாகப் சங்ககாலத்தில் போற்றப்பட்டது.

கம்பனாடார் கோசல நாட்டின் சிறப்பைக்கூறும்போது, அங்கு குற்றம் ஒன்றும் இடம்பெறுவதில்லை என்பதால் எமன் அங்கு இல்லை. எல்லோரும் தத்தம் மனதில் நன்கு சிந்தித்து செயல்புரிவதால் கோபம் அங்கில்லை. எல்லோரும் அறவாழ்வு வாழ்வதால் உயர்வு தாழ்வு அங்கில்லை. கோசலநாட்டில் வறுமை என்பதில்லையாகலால் ஈகை அங்கில்லை. அங்கு பகைவரில்லையாகையால் அங்கு வீரம் இல்லை. பொய் என்பது அங்கில்லை. என்பதனால் உண்மை அகல்வதில்லை. கேள்வியறிவு அங்கு பொருந்தியிருப்பதால் அங்கு அறியாமையில்லை எனக் கோசலநாட்டின் இருமை இலாச் சிறப்பையும், நாட்டு மக்களின் பண்பையும் விளக்குவார். சிலப்பதிகாரக் காவியத்தில் வாழ்த்துக் கவிதையில் சில அறிவுரைகளை மொழிவார் அதன் ஆசிரியர்.

“பரிவும் இடுக்கண்ணும், பாங்குற நீங்குமின் தெய்வம் தெளிமின், தெளிந்தோர் போற்றுமின் பொய்யுரை அஞ்சுமின் புறஞ்சொற் போற்றுமின் ஊனுண் துறமின், உயிர்க்கொலை நீக்குமின், தானம் செய்மின், தவதம்பல தாங்குமின், செய்நன்றி கொல்லன்மின், தீநடப்பு இகழ்மின் பொய்கரி போகன்மின் பொருள்மொழி நீங்கன்மின், அறவோர் அவைகளம் அகலாது அணுகுமின் பிறவோர் அவைக்களம் பிழைத்தும் பெயர்மின் பிறர்மனை அஞ்சுமின், பிழையுயிர் ஓம்புமின் அறமனை காமின், அல்லவை கடிமின் கள்ளும், களவும், காமமும், பொய்யும் வெள்ளைக் கோட்டியும், விரகில் ஒளிமின், இளமையும், செல்வமும், யாக்கையும் நிலை உளநாள் வரையாது ஒல்லுவது ஒழியாது செல்லார் தேகத்திற்கு உறுதுணை தேடுமின், மல்லன்மா ஞாலத்து வாழ்வீர் ஈங்கென”.

உயர்கல்வியும், சிறந்த ஒழுக்கமும். பரந்த நோக்கமும் கொண்ட பண்டைய புலவர் பெருமக்கள் ஒருநாடு எப்படியிருக்க வேண்டும். அதன் மக்கள் எப்படியிருக்க வேண்டும். எது உரிமை வாழ்க்கை? என்பன போன்றவற்றிற்கு வரம்பமைத்துள்ளமையை பண்டைய மக்கள் பண்பாட்டுக் கோலங்களை மேற்போர்ந்த ஆதாரங்களால் உறுதி செய்துள்ளோம்.

சங்கநூல்கள் தொட்டு தற்கால இலக்கியங்கள்வரை அறக்கோட்பாடுகள் ஊடும்பாகுமாக வலியுறுத்தப்பட்ட போதும் திருக்குறள் அவற்றுள் மணிமுடி போன்றது. மனிதன் யார்? மனமுள்ளவன் மனிதத்தன்மை உள்ளவன் மனிதன். மனிதருக்கும் அரக்கக் குணமுடையவருக்கும், விலங்குகளுக்கும் இடையே உள்ள வேறுபாடு யாது? “மனிதன் மனிதனாக வாழ்வது”. நாம் விலங்குத் தன்மையிலிருந்து மனிதத் தன்மைக்கும், மனிதத் தன்மையிலிருந்து தெய்வீகத் தன்மைக்கும் உயர்

வேண்டும். மனித இயல்பு என்பது என்ன? இது மனிதத் தன்மையும், தெய்வத்தன்மையும் கூடியது. தெய்வத்தன்மை அடைவது ஒன்றே மனிதனின் வாழ்க்கையின் இலட்சியம். இதனை அறிவொன்றினாலேயே அறிய முடியும். இன்று மனிதர்கள் பலர் ஆலயங்களைக்கட்டி ஆலயங்களில் தெய்வத்தைத் தேடுகின்றார்கள். தெய்வம் மனிதன் என்ற ஆலயத்தைக்கட்டி அதனுள் வாழ்கின்றார். இதனால்தான் ஞானிகள் “காயமே கோயிலாக” எனவும் “உன்னையறிய உனக்கொரு கேடில்லை” என்றனர். இது ஒரு மகாவாக்கியமும் கூட.

13.2 இன்று வேண்டுவது உயர் மனிதப் பண்புகளே - அவை வருமாறு

மானிட விழுமியமான அறவொழுக்கம், அன்பு அமைதியான நடத்தை, தாராள மனப்பான்மை, நேர்மை - முனைப்பான ஆர்வத்தை அடிநாதமாகக் கொண்டது இது. ஆனால் தற்கால மனிதரின் சிந்தனைகள், சொற்கள், செயல்கள் அனைத்துமே மாறிவிட்டது. தீயபழக்கங்கள் ஏற்பட்டிருப்பின் அவற்றைத்திருத்தி நற்பண்புகளைப் பின்பற்ற வேண்டியது அவசியமே. ஆனால் ஆண்டாண்டு காலமாக ஐயாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு மேலாக எமது மூதாதையரால் வளமுட்ப்பட்டு - வழங்கப்பட்ட - வழக்கத்திலிருந்த மேற்படி மானிட விழுமியங்களும், மனிதப் பண்புகளும் அந்நியர் வரவாலும் அறவியல் நெறிகள் அறிவியல் நெறிகளாய் தீனியூட்டப்பட்டமையாலும் இன்று எம் சமூகம் அமைதியைத் தொலைத்துவிட்டது. இதன் விளைவு வீட்டில் அமைதியில்லை. நாட்டில் அமைதியில்லை. உலகில் அமைதியில்லை. எஞ்சியுள்ளது சமுதாய வாழ்வில் வன்முறைகள், பூசல்கள், நெருக்கடிகள், மனித நடத்தைப் பிறழ்வுகள், போர்முனைப்புகள், சுரண்டல்கள், ஊழல்கள், மனிதன் மனிதனுடன் மட்டுமன்றி இன்று இயற்கைச் சூழலுடனும் முரண்பட்டு வாழ்வதால் இயற்கை அழிவுகளுக்கும் காலமாற்றத்திற்கும், அனர்த்தங்களிற்கும் முகம் கொடுக்கின்றான். நாமே உருவாக்கிய ஆயுதங்கள் எங்கே நம்மையே அழிக்கத் தயாராக இருப்பதை எண்ணி ஏங்குகிறான். என் தந்தையார் என் சிறிய வயதில் சொல்லித்தந்த கதை இது. “ஒரு காட்டு வழியாக நான்கு மேதாவிகள் நடந்து சென்றுகொண்டிருந்தபோது ஒரு தொகுதி எலும்புக்கட்டைக் கண்டனர். எல்லோருமே அது இறந்த புலியின் எலும்புக்கூடு என்றனர். ஒரு மேதாவி அதனை உரியபடி பொருத்துவதாகக் கூறினார். மற்றையவர் அதற்குத் தசைவைப்பதாக ஒப்புக்கொண்டார். மூன்றாமவர் அதற்கு உயிர்கொடுப்பதாக

ஒப்பக் கொண்டார். நான்காமவர் அவ்விடத்தைவிட்டு ஓடிவிட்டார். மூவரும் கூறியபடியே வாக்குறுதியை நிறைவேற்றிவிட்டனர். உயிர்த்தெழுந்தது புலி. எழுந்தபுலி எனக்குப் பசிக்கிறது மன்னிக்கவும் என்று மூவரையும் கொன்று பசி தீர்த்தது". இன்றைய விஞ்ஞான ஆய்வு வளர்ச்சியும் இப்படியாக அழிவின் விளிம்பில் உள்ளது. தாம் உற்பத்தி செய்த ஆயுதங்களால் அழிவுநாள் தெரியாது உள்ளனர். எனவே பண்டைய பண்புசார் வாழ்க்கைத்தரத்தை மீட்டெடுக்க இன்றைய உலகமயமாக்கல் கல்வி நெறிப்படுத்தலுடன் மானிட விழுமியங்கள் - பண்புகள் பற்றிய அறிவூட்டலும், விழிப்புணர்வும் இன்று நமக்கு அவசியமாகின்றது. ஒருவருக்கு உயர்வளிப்பது ஒழுக்கம், கல்வி அறிவு, சான்றாண்மையே.

➤ அன்பு

இறைவன்மீது கொண்ட அன்பிற்காக தன் கண்ணையே வழங்கியவர் கண்ணப்பர். புறாவான பறவை மீது கொண்ட அன்பிற்காக தன் சதையையே வழங்கியவர் சிபிச்சக்கரவர்த்தி. வள்ளுவன் போற்றும் “என்பும் உரியர் பிறர்க்கு” என்னும் வரிகளை நினைவூட்டும் தன் முண்ணாண் எலும்பையே இந்திரன்மீது கொண்ட அன்பின் பொருட்டு வச்சிராயுதத்திற்காக வழங்கியவர் தசீப முனிவர். இத்தனை உடற்பாகக் கொடைகளும் அன்பின் காணிக்கையாகவே வழங்கப்பட்டிருப்பதனை நாம் பாரம்பரியமாகக் கொண்ட பண்பு; நம் பண்பு.

“யாதும் ஊரே யாவரும் கேளிர்” என்று உலகிற்குத் தன் பரந்த மனப்பாங்கை அன்று சொல்லி வைத்தவர்கள் நம் பண்டைத் தமிழர். இதுவும் மக்களின் மனவிரிவின் அறைகூவலே. இன்று நம்மக்களின் மனநிலை சுருங்கிவிட்டது. இதனாலேயே இன்று உலகில் 100 கோடி மக்கள் தினமும் பட்டினியுடன் இரவு படுக்கைக்குப் போகின்றார்கள். ஓர் இனம் மறநோர் இனத்தை நேசிக்க முடியவில்லை. உலகிலுள்ள எல்லா மதங்களுமே அன்பு ஒன்றையே தாரக மந்திரமாய்க் கொண்டவை. அன்பே சிவம் என்கின்றது இந்து மதம். உலகிலுள்ள அனைத்து ஜீவராசிகளுமே அந்த அன்பு ஒன்றிற்காகவே ஏங்கிக் கிடக்கின்றன. அந்த அன்பு இன்றைய உலக மக்கள் 650 கோடி பேரிலும் தொழில்பட்டிருந்தால் - அது அவர்களிடமிருந்து வெளிப்பட்டிருந்தால் 100 கோடி மக்கள் தினமும் பட்டினிச் சாவை எதிர்நோக்கமாட்டார்கள் அல்லவா? இப்படியான மானிடநேய அன்பென்ற மூலப்பண்பையே சமூகம் சுயநலத்தால் தொலைத்து நினைவுசூர முடியாதிருக்கின்றது. எனவே; இதில் மாற்றம் வேண்டுமென்றால் எமது

அடிப்படைக் கல்விக் கொள்கை மாஸிட நேயம் தழுவிய வகையில் மாற்றம் பெறவேண்டும். எமது குணநலன்கள் சீரமைக்கப்படும்போது, சமுதாய மக்களின் மன அழுக்குகள் நீங்கும்போது, அடைப்புக்கள் எடுபடும்போது இயல்பாகவே மனிதனிடம் அமைந்திருக்கும் இயல்புக்கமான அன்பும், கருணையும் வெளிப்படும். அன்பு என்பது தாம் விரும்பிய பொருளை விதையின் மேலுறைபோன்று இறுக்கமாகப் பிடித்துப் பாதுகாக்கும் இயல்பினது. கருணை என்பது முட்டையின் உள்ளிருக்கும் குஞ்சிற்கு இரசாயன நீரழித்ததுக் காப்பாற்றுவது போன்றது. எனவே இன்று வேண்டுவது உரிய அறிவுட்டலின்மூலம் சமுதாய மக்களின் மன அடைப்பை அகற்றுவதுவாகும். வேண்டாத அடைப்புக்கள் நீங்கும்போதுதான் மூங்கில் புல்லாங்குழலாகின்றது. வேண்டாத பகுதியைச் சீவி அகற்றினால்தான் பென்சில் எழுதுகின்றது. அழகிய சிலை கல்லுக்குள்ளேயே இருக்கின்றது. சிற்பி செய்வது வேண்டாத பகுதியை ஒதுக்குவதே. பூமிக்குள் உள்ள நீரை மண்ணை அகற்றியே பெற முடியும். எனவே யாரிடம் அன்பும், கருணையும் இல்லை? வேண்டாத குணங்களை ஒதுக்கும்போதுதான் மனிதன் அன்பு மயமாகின்றான். அப்படி அடைப்பை நீக்கி அறியாமையை அகழ்ந்து அறிவை வெளிக் கொணர்வதே கல்வி. மனிதனில் இயல்பாக உள்ள தெய்வீகத்தை - தெய்வீகப் பண்புகளை வெளிக் கொணர்வதே கல்வி என்பார் சுவாமி விவேகானந்தர்.

“Education is the manifestation of perfection already in man,”

நம் காப்பியங்களான இராமாயணத்தில் நாம் காணும் பாத்திரங்கள் அத்தனையுமே அன்பின் வடிவமானவை. ஆனால் பாரதத்தில் நாம் பார்க்கும் பாத்திரங்கள் அனைத்துமே பேராசையாலும், தன்முனைப்பாலும் முறிந்த உறவுகள். இப்படி இருமையின் தத்துவ விளக்கமாகவே, காப்பியத்தின் கதாபாத்திரங்கள் நகர்ந்து செல்வதைப் பார்க்கிறோம். இது காப்பியப் பண்புங்கூட. இவற்றிலிருந்து நாம் கற்றுக்கொள்ளும் தத்துவம், உறவிற்கு அடிப்படை அன்பு என்பதாகும். அன்பான ஆசிரியரே மிகப் பெரிய குரு. அன்பு நிறைந்தவரே தெய்வமாகின்றார். அன்பு நிறைந்த மனைவியே அழகான மனைவி. (A loving wife is Thousand times more beautiful than a Beautiful wife) அன்பான மகன் பெற்றோர்களின் ஆதாரம். பயமுள்ள இடத்தில் அன்பு இராது. அன்புள்ள நண்பனே ஆருயிர்த் தோழன். அன்பு செலுத்துவதே மனித நேயம். எல்லா உயிர்களிடத்தும் அன்பு செலுத்துவதே ஆன்மநேயம். அகந்தை உறவைக் களங்கப்படுத்துகின்றது. அகந்தை கொண்ட உறவில் அன்பு இருப்பதில்லை. ஆணவமே இருக்கிறது. சுதந்திரம்

இருக்காது அடிமைத்தனமே இருக்கும். கொடுக்கல் இருக்காது எதிர்பார்ப்பு மட்டுமே இருக்கும். நாம் மற்றவரிடம் எதிர்பார்க்கும் அனைத்தையும் நம்மிடம் மற்றவர்கள் எதிர்பார்ப்பார். மரியாதையைக் கொடுத்தே மரியாதையைப் பெற முடியும். மற்றவர்களை அங்கீகரிக்கும் தன்மையும் அறிவுமே மனிதனை விலங்குகளிலிருந்து வித்தியாசப்படுத்துகின்றது. இந்த அங்கீகாரமே அன்பின் ஆழத்தை அதிகரிக்கின்றது. மாறுபட்ட கருத்தெழும்போது மனம்விட்டுப் பேசித் தீர்வு காணமுடியும். நமது ஒவ்வொரு செயலும், நம் அறிவிற்கும், பண்பாட்டிற்கும், நம் மனச்சாட்சிக்கும் உகந்த செயலாக இருக்க வேண்டுமென்பது; மற்றவர் செயலுக்கு எதிர்செயலாக இருக்கக்கூடாது. அறிவு பெற்றோம் என்பதன் அத்தாட்சி வீட்டில் நிலவும் அமைதியே. அதுவே உலக அமைதியாகிறது. இன்றைய சமூகம் மற்றையோரில் கரிசனை கொள்கின்ற மனப்பாங்கினை இழந்து வருகின்றது. அன்புள்ளவரில் கரிசனை இருப்பது இயல்பானது. இதனை

“அன்பினும் ஆர்வமுடமை அதுவீனும்

நண்பென்னும் நாடாச் சிறப்பு” என்பார் வள்ளுவர்.

அன்பு இதயம் அழகுத் தோட்டம், அன்பு எண்ணங்கள் அதன் அடிவேர்கள், அன்பு மொழிகள் மொட்டுக்கள், அன்புச் செயல்கள் அத்தோட்டத்தின் கனிகள் என்பார் கோன் ரஷியன் என்ற அறிஞர். ஒருவனது வாழ்வு உயர்வு பெறுவது அவனது அன்பு உள்ளம், உயர்வுள்ளல் பரந்த மனப்பான்மை, எளிமையான வாழ்வுமுலமே அன்பினால் உலகை ஆளலாம். அன்பு அறத்திற்கு மட்டுமன்றி மறத்திற்கும் அதுவே துணை. நம்முடன் பகைவராக இருப்போர் மீது அன்பு செலுத்துவதன் மூலம் அவர் நமக்கு நண்பராகின்றார். பகையும் ஒளிகிறது.

➤ உயர்வுள்ளல்

“உள்ளுவ தெல்லாம் உயர்வுள்க” என்பது தமிழ் மறை, எனவே ஒவ்வொருவரும் உயர்வான வாழ்க்கை இலட்சியங்களையும், குறிக்கோள்களையும் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

“வெள்ளத்தனைய மலர்நீட்டம் மாந்தர்தம்

உள்ளத்தனைய உயர்வு....” என்பார் வள்ளுவர்.

நீரின் உயர்வோடு மலரின் உயர்வு பிணைக்கப்பட்டிருத்தல் போல ஒருவனது நல் எண்ணத்தின் நற் சிந்தனையின் உயர்வோடு அவன் வாழ்வின் உயர்வு இணைக்கப்பட்டுள்ளது. குறிக்கோள் இல்லாது கெட்டேன்,

முயல்விட்டுக் காக்கைபின் சென்றேன் என்பார் ஓர் அருளாளர். உயர்வான நோக்கங்களை அடைய முயல்தலே நல்லொழுக்கம் இது பொறை, கொடை, கருணை, தானம், வாய்மை, அழுக்காறின்மை, புலனடக்கம், மனவொடுக்கம், சினங்கொள்ளாமை, கோள் சொல்லாமை, இனிய சொற்களைப் பேசுதல் என்பனவாம். அதேபோன்று கொலை, களவு, கள்ளுண்ணல், காமம், பொய் பேசுதல் என்பவற்றை நீக்கலும் நல்லொழுக்கமே. நாமும் வாழ்ந்து பிறரையும் வாழ்விக்க வேண்டும் என்பதை வாழ்வின் உயர் நோக்காகக் கொள்ளுதல் வேண்டும்.

உயர்வான வாழ்வு; இலட்சியங்களையும், குறிக்கோள்-களையும் உடையது. அன்பு, தர்மம், சத்திய வழியில் நிலைத்திருப்பவனே உயர்வான நோக்குடையவன். உயர்வான நோக்கத்தினை அடைய முயற்சித்தலே நல்லொழுக்கமாகும். வாழ்வில் உயர் நோக்கிருப்பின் தாமும் வாழ்ந்து பிறரையும் வாழ வைக்கலாம்.

➤ தாராள மனப்பாங்கு

உயர்ந்த நோக்கு எம்மைப் பரந்த மனப்பாங்கினர் ஆக்குகின்றது. சுயநலமற்ற எதனையும் பேச்சு வார்த்தை மூலம் தீர்க்கலாம் என்பதில் நம்பிக்கை கொள்ளவேண்டும். வன்முறை எண்ணங்கள் எழவே கூடாது. வன்முறைகள் தோல்வியிலேயே முடிகின்றது. உலகில் சமாதானம் எட்டாக்கனியாகவிருப்பது அஹிம்சை வழியை விட்டு வன்முறை வழியில் நாட்டம் கொண்டிருப்பதாலேயே. உண்மை பேசுதலை; “சத்தியம் வத” என்கின்றது வேதம். மேலும் கடவுள் உண்மை வடிவினரென்பது அதன் பொருள். அரிச்சந்திரமகராசாவின் பொய் சொல்வதில்லை என்ற மன உறுதி இமயமலையை விட உறுதியானது.

மனம் இருப்பதால்தான் மனிதன் எனப்படுகின்றான். மனித வாழ்வின் விளைநிலம் மனம். மனத்திலிருந்தே எண்ணம், சொல், செயல் பிறக்கின்றது. உயர்வுள்ளலே எமது மனத்தின் பரந்த மனப்பாங்கை உருவாக்குகின்றது. சுயநலமற்ற மனமே தாராள மனம். விஞ்ஞானிகள் மன உணர்வுகளை மதிப்பதில்லை. இதனால்தாம் நாம் இன்று அழிவின் விளிம்பிற்கு தள்ளப்பட்டுள்ளோம். அறிவு பெற்றதன் அத்தாட்சி நல்ல மனப்பாங்காகும்.

அழுக்காறு, அவா, வெகுளி, இன்னாச்சொல் அற்ற; செருக்கு, பகைமை இல்லாத மனமே தாராள மனம், பரந்த மனத்தினால்தான் உயர் குறிக்கோள்கள் தோன்றும்.

“தேனாக்கு கொடுக்கில் விஷம்
தேனாக்குத் தலையில் விஷம்
பாம்புக்குப் பல்லில் விஷம்
தூர்ச்சணாக்கு மனத்தில் விஷம்”

அதனால் சர்வ அங்கங்களிலும் விஷம் செறிகின்ற மனித மனம் விஷமானால் எண்ணம் சொல், செயல் எல்லாமே விஷமாகிவிடும். எனவே நம் மனத்தை அமிர்தமாக வைத்திருக்கப் பழக வேண்டும். யாருமே நல்ல செய்திகளை வெளிப்படுத்துவதில்லை. எந்த வீட்டிலாவது அன்பான நாய் நிற்கிறது உள்ளே வாருங்கள் என்று போட் போட்டிருக்கிறார்களா? பரந்த மனம் உயர்ந்த செல்வத்தையும் குறுகிய மனம் பகைமையையும் பரிசாகத் தருகிறது.

➤ எளிமைய

“ஆடம்பர வாழ்வு கொண்டு வரும் தாழ்வு” என்பது ஆன்றோர் வாக்காகும். சான்றோர் அனைவரும் காட்சிக்கு எளியவராக இருப்பதை நாம் கண்டிருக்கிறோம். எளிமையான வாழ்வில் உறுதி பூண்டவர்கள் ஆசைகளுக்கு இடம் கொட்பதில்லை. அதே பொழுதில் தம் தேவைகளைப் பூர்த்திப்பதில்லை. மனித வாழ்விற்குத் தேவைகள் அத்தியாவசியமானவை. தேவைகளைக் கட்டுப்படுத்துவதோ ஒறுத்தலோ லோபித்தனமாகும். இன்பம் என்பது பிறரைத் துன்புறுத்தாதிருத்தலே. ஆசைகளை நிறைவேற்ற நினைப்பவன் முறையற்ற வழிகளில் பணம் தேட முயற்சிக்கின்றான். பகட்டான வாழ்வு எவருக்கும் மன அமைதியையோ, நிம்மதியையோ தந்ததாக வரலாறில்லை. பயத்துடனேயே வாழ்கிறான். சுதந்திரம் பறிபோய் விடுகின்றது. பயந்து வாழும் வாழ்வையே “பூலோகநாகம்” என்பர். அஞ்சுபவன் நூறுமுறை சாகின்றான். எளிமையான வாழ்வு சுதந்திரத்தையும், மதிப்பையும், பயமின்மையையும், மன அமைதியையும், நீண்ட ஆயுளையும் தருகின்றது.

➤ வீட்டுலகன் வீத்து “நல்லொழுக்கம்”

இருளே உலகத்தியற்கை. இருளகற்றும் கைவிளக்கே கற்ற அறிவுடமை. கைவிளக்கின் நெய்யே அதன் நெஞ்சகத்தருடமை - நெய்யார்ந்த பால்போல ஒழுக்கத்தவரே பிரிவில்லா (துயரில்லாதவர்) மேலுலகமும் எய்துபவர் - நாலடியார்.

➤ அறமும் ஒழுக்கமும்

அறம் என்பது மனித நீதி நெறிக்கோட்பாடாகும். (Ethics) மனிதனின் நடத்தைபற்றி ஆய்வது அறவியலாகும் (Axiology) ஒரு சமுதாயத்தில் வாழும் மக்கள் வழக்காகக் கொள்ளும் பழக்கத்தையே ஒழுக்கமாகக் (Morality) பண்பாக மலர்ந்தது. தீயபழக்கங்களை விலக்க நல்ல பழக்கங்களை மேற்கொள்ளதலே அறம். இதனால் அறம் என்பது யாது? அது சொல்லா? செயலா? எண்ணமா? என்ற கேள்வி எழுகின்றது. ஒழுக்கத்தைப் பேணுவதாகிய செயலுக்கு - பண்பிற்கு அடிப்படையாக விருப்பது எண்ணமாகும். இது தூய்மையாக இருப்பின் சொல், செயல் தூய்மையாக விருக்கும். நல்லெண்ணம் தோன்ற அது எழும் மனத் தூய்மையாக இருக்க வேண்டும். மனம் தூய்மையான நிலையே அறம். இதனையே

“மனத்துக்கண் மாசிலனாதல் அனைத்தறன்
ஆகுல நீர் பிற ...”

“அழுக்காறு அவா வெகுளி இன்னாச் சொல் நான்கும்
இழுக்காறு இயன்றது அறம்” - என்பர்

அறத்தை ஒரு முக்கோணப்படமாகக் கற்பனை செய்யின் அது எண்ணம், சொல், செயல் என்ற கோணங்களைக் கொண்டது. எண்ணம் அறத்தின் நிலையமைதி (Static) அற்றலாகும். சொல் இயக்கநிலை (Kinetic) ஆற்றலாகும். செயல் இயங்குநிலை (Dynamic) ஆற்றலாகும். இவ்வாற்றல்கள் எம் எல்லோர் இடமும் உறங்கிக்கொண்டு இருக்கிறது. அறம் ஒரு கருத்தும் பொருளாக உள்ளபோதும், அது காட்சிப் பொருளாக வெளிப்படுவதற்கு கருவியாக விருப்பது செயல் ஆகும். இச் செயல்நிலையினையே ஒழுக்கம் என உலகம் போற்றுகின்றது. இவ் வொழுக்கமானது இல்லறத்தானுக்கும் துறவறத்தானுக்கும் சமுதாய நலத்தானுக்கும் உரியதாகும். இல்லற நெறியினர்க்கு அறத்துப்பாலையும் துறவளத்தாருக்கு கூடா. ஒழுக்கம் என்ற ஓர் அதிகாரத்தையும் சமுதாய ஒழுக்கநெறிகளைப் பேணுவதை வலியுறுத்த பொருட்பாவில் ஒழிப்பியலினையும் தந்து ஒழுக்கத்தை வலியுறுத்தியுள்ளார் வள்ளுவர். பணிவும் அடக்கமும் வாழ்வின் வெற்றிக்கான படிக்கட்டுக்கள் அடங்கி வாழ்ந்தால் ஆயுள் முழுவதும் ஓங்கி வாழலாம். கட்டிளமைப்பருவத்திரைது பிரச்சினைகளில் பாலியல் பிரச்சினையே. இக்காலப்பகுதியில் பெண்களில் சுரக்கப்படும் ஈஸ்ரோயின் ஹார்மோனும், ஆண்களில் சுரக்கும் ரெஸ்ரிஸ்ரோன் என்ற ஹார்மோனும் அவர்களுடைய உள்ளத்திலும், உடலிலும் பலமான மாற்றத்தை

ஏற்படுத்துகின்றது. பெண்பிள்ளைகள் பூப்படைகின்றனர். மார்க்பகப் பெருப்பத்தையும், மென்மையான தோலினையும், இனிமையான குரலினையும் பெறுகின்றனர். ஆண்கள் வீறு பெறுவதுடன் குரலில் மாற்றம் அடைகின்றது. மீசையும் அரும்புகின்றது. இப்புதிய மாற்றங்கள் பிள்ளைகளில் ஆச்சரிய உணர்வை ஏற்படுத்துவதுடன், பயத்தினையும் ஏற்படுத்துகின்றது. இவர்கள் மனநிலை கண்ணைக்கட்டிக் காட்டில் விட்டது போன்ற திசை தெரியாத நிலையாகின்றது. இப்புது மாற்றங்களை அறிந்து பெற்றோர்கள் அவர்களை சரியான பாதையூடாக வழிநடத்த வேண்டும். பாலியல் உணர்வுகள் கட்டுக்கடங்காது பிரவாகித்து மனித ஒழுக்க எல்லைகளை உடைத்து நடத்தைப் பிறழ்வுகளை ஏற்படுத்துவதை அனுமதிக்கமுடியாது. ஆயாசங்கள், இளைஞரைக் கற்பூரம் நெருப்பைக் கௌவுவதுபோல் கௌவிப்பிடிப்பவை. இளம் சமூகத்தைச் சீரழிக்கும் தற்காலத் திரைப்படங்கள், இரட்டை அர்த்த வசனங்கள், கொச்சையான சொல் உச்சரிப்புக் களையே பரிசாகக் கொடுத்து பாலியல் விறுவிறுப்பை ஏற்படுத்துகின்றது. இதனால் இளந்தலைமுறையினரும், பெற்றோரும் வெளியில் போய்க்கெடத் தேவையில்லை. தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகள், இன்ரநெற் நிகழ்ச்சிகளைப் பார்த்து வீட்டிலிருந்தே கெட்டுவிடலாம். முன்பு வெளியில் ஓடிய சாக்கடை இன்று வீட்டுக்குள் ஓடுகிறது. சங்கப்புலவன் இன்று மறுபிறப்பெடுத்து வந்து தாம் வளாத்த தமிழைக் கேட்டால் நாக்கை இழுத்தெறிந்து சாவான். எம் தலைமுறையின் தமிழ் உச்சரிப்பைக் கேட்டுவிட்டு அதே அளவு திரைப்பட வசனங்கள் மக்களையும், தமிழையும் கொச்சையாக்கிவிட்டது. கொலை செய்கின்றது. இது எல்லா வயதினருக்கும் பொருந்தும். மனம் அடக்கமற்றவர்களையே இவ்வுணர்வுகள் ஆட்டிப்படைக்கும். ஒருவனுக்கு ஒருத்தி என்பது காதல், அறம். ஒருவனுக்கோ ஒருத்திக்கோ பலர் என்பது காமம். ஆண், பெண் இருவாலரிடமும் ஏற்படும் காதல் இல்லறமாக மலர்வது இயற்கை. ஒரே பாலரிடம் ஏற்படும் காமம் தன்னிசை சேர்க்கையாகும் இது காமவெறியின் உச்சக்கட்டம். இது மனித நாகரீக ஒழுக்கத்திற்குப் புறம்பானது.



➤ மனத்தூய்மை

இதனை உண்மை பேசுவதன் மூலமே பெறமுடியும். இது நிறைவான மனம், அன்பு, இரக்கம், கருணை, கரிசனை, பிறர்க்கு உதவும் பண்பு, சுயநலமின்மை போன்ற நற்செயல்களின் ஊற்றுவாயாகும். மனிதன் தன்மனை

அழுக்கை அவனே உணர்ந்து திருந்த வேண்டும். இன்சொல் பிறருக்கு எவ்வகையாலும் துன்பம் பயவாச் சொல் இது வாக்கால் செய்யும் அறமாகும். வன்சொல் கனியிருப்பக் காய்கவர்ந்தவாறு என்பார் வள்ளுவர்.

➤ சமாதானம்

சமாதானமும், போரும் மனித உள்ளத்திலிருந்தே பிறக்கின்றன. இதைவிடுத்து நாம் நம் உள்ளத்துள் அதனைத் தேடாது வெளியில் தேடுவதனாலேயே அதனை அடைய முடிவதில்லை. காரணம், நாம் உள்ளத்தில் உரமுட்டி வளர்த்துக் கொண்டிருப்பவை குரோத, லோப, மதமாச்சரியம், செருக்குப் போன்ற உணர்வுகள் அவை நம்மைவிட்டு விலகிவிடும் என்ற பயம் நம்மிடம் உள்ளது. இப்பயமுள்ளவரை சமாதானம் எட்டாக்கனியே. சமாதானத்திற்கு ஒருவர் மீது ஒருவருக்கு நம்பிக்கை ஏற்பட வேண்டும். நாம் அன்பு, கருணை, நீதி, நேர்மை, அகிம்சை ஆகிய மானிட நேயத்தின் பண்புகளின் முக்கியத்துவத்தை உணர்ந்து அதன்வழி வாழ்வதன் இன்றியாமையினையும், உணர்வதே சமாதானத்தின் முதற்படி. எம்மையும் பிறரையும் உடன்பாடாக நோக்க வேண்டும் - நம்பிக்கை கொள்ள வேண்டும். மனித மன அமைதி, சமூக அமைதி, இயற்கைச்சூழல் அமைதியே சமாதானத்தின் திறவுகோல். மனிதரிடத்து நல்லுறவு, புரிந்துணர்வு, விட்டுக்கொடுப்பு, பரஸ்பரம், அன்பு, கரிசனை என்பன வளர்ச்சிபெற வேண்டும். பிடிவாதம், தற்பெருமை, மமதை, அகந்தை, கோபம், விரோதம், தீயமனப்பாங்கு, வஞ்சகம், சூது, சுயநலம் என்பன எல்லா மனிதரிடமிருந்தும் நீங்க வேண்டும். மன உறுதி வேண்டும்.

➤ தீவ்னையச்சம்

தீமையான செயல்கள் தீயைவிடக் கொடியவை எனவே மற்றவருக்குத் தீமைசெய்ய வேண்டும் என்பதனை உள்ளத்தாலும்கூட உள்ளுதல் கூடாது. ஈன்றாள் பச் காண்பாள் ஆயினும் செயற்க சான்றோர் பழிக்கும் செயல் என்பது வள்ளுவர் வாதம் - தமிழ் வேதவாக்கு. ஆரியமனுதர்மம் நான்கு நாள் பட்டினி கிடப்பவன் திருடலாம் என்கின்றது. அந்தணன் புலால். அருந்தலாம் என்கின்றது. பெண் பிறந்தநாள் முதல் ஆணுக்கு அடிமைப்பட்டு வாழவேண்டும் என்கின்றது. சூத்திரர் கல்வி கற்கக்கூடாது என்கின்றது. பெண்ணுக்குப் திருமணம் செய்ய ஒரு கணவரும் பிள்ளைபெற ஒரு கணவரும், இருக்கலாம் என்கின்றது. விதியை ஆரிய வேதம் வலியுறுத்துகிறது. தமிழ்மறையான வள்ளுவம் விதியை நிராகரிக்கிறது.

பிறர்மனை நோக்காப் பேராண்மையே வீரம் என்பார் வள்ளுவர். அறத்தை விட்டகலாது நெறியில் நின்றல் ஐம்புலனை வென்றவனே வீரன் என்பார் மூதாட்டி ஓளவை.

“உடன் என்னும் தோட்டியான் ஓரணந்தும் காப்பான்
வரன் - என்னும் வைப்பிற்கு ஓர் வித்து”

அதாவது மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி என்ற ஐம்பொறிகளான யானைகளை ஞானமாகிய அங்குசத்தினாலே அடக்குபவனே வீரன் என்பார்.

➤ இன்னா செய்யாமை

கொல்லான் புலானை மறுத்தானைக் கைகூப்பி எல்லா உயிரும் தொழும் எனவே பிற உயிர்களுக்கு மனத்தாலும் துன்பம் செய்ய எண்ணற்க. அப்படிப் பிறருக்குத் துன்பம் செய்ய பகல் நினைத்தால் செய்பவனுக்குத் துன்பம் பிற்பகலே வந்துவிடும் என்பார் வள்ளுவர். இதனையே பிறர்க்கிடு பள்ளம் தான்விடும் பள்ளம் என்றார் ஆன்றோர்.

➤ பொறுமையின் பெருமை

பொறுமை கடலிலும் பெரிது. அகழ்வாரைத் தாங்கும் நிலம்போல நம்மை இகழ்வாரைப் பொறுத்தருள வேண்டும். பொறுத்தார் புவியாள்வார். பொங்கினார் காடுநரைவார். பொறுமைக்குத் தருமரையே கொள்வார். மகாத்தா மிகவும் பொறுமையானவர். சகிப்புத்தன்மையுடையவர். அவர் சிறையில் இருந்தபோது தியானத்தில் மூழ்கியிருந்தமையால் மதிய உணவுக்கு நேரம் கடந்துவிட்டது. பொறுமை இழந்த காவலன் அவரைக் காலால் முகத்தில் உதைத்தான். காந்தியடிகள் கீழே விழுந்தார். இரத்தம் பெருகியது. எழுந்த காந்தி மகான் காவலனின் காலை வருடி எனது பல் உங்கள் காலைக்குத்தியிருக்குமே, கடவுள் இப்படிக் கொடுமையான பல்லைத் தந்திருக்கக் கூடாது வருந்துகிறேன் என்றார். உங்கள் கால் நோகிறதா என அழுதார். அவர் பொறுமையையும், பெருமையையும் உணர்ந்த காவலன் அவர் காலில் வீழ்ந்து மன்னிப்புக் கேட்டான். காந்தி கடவுள் உந்தனுக்குக் கருணை புரிவாராக என்றார்.

இதனையே தமிழ் வேதம்

“திறன் அல்ல தற்பிறர் செய்யினும் நோநொந்து
அறன் அல்ல செய்யாமை நன்று” என்றும்.

தம்மைத் தோண்டுபவரையே நிலம் தாங்கிநிற்றல் போல் மற்றவர் அவமதிப்பையும் ஒருவர் பொறுத்தருளவேண்டும். பொறுமைசாலிகள்தான் வாழ்வின் அதிஷ்டசாலிகள். துன்பம் செய்தவரை தண்டிக்கும் போது ஏற்படும் இன்பம் ஒரு நாளுடன் கழிந்து விடும். ஆனால் அதனைப் பொறுத்தவர்க்குச் சாகும்வரை புகழ் உண்டு. ஒருவன் பெருமையிலிருந்து நீங்காதிருக்க விரும்பினால் பொறுமையைப் போற்றிக்காக்க வேண்டும். ஒரு கூடை அறிவை விட ஒரு படி பொறுமை மேலானது. கோபத்திலும் பொறுமை, செல்வத்திலும் எளிமை ஏழ்மையிலும் நேர்மை, தோல்வியிலும் விடா முயற்சி, தரித்திரத்திலும் பாரோபாகாரம், துன்பத்திலும் தைரியம், பதவியிலும் பணிவு இவை மனிதப் பண்புகள்.

➤ நன்றல்லை அன்றே மற

“ஒரு விடயம் பற்றி நமக்கு நல்லதா கெட்டதா என்று சந்தேகம் எழும்பொழுது அது நிச்சயமாக கெட்டதாகவே இருக்கும். நன்றிக்கு வித்தாக இருப்பது நல்லொழுக்கம். காலத்தால் செய்யும் உதவியானது உலகத்தை விட மிகப்பெரியது. எனவே உலகில் செய்நன்றியை மறந்தவர்களிற்கு வாழ்வில் உயர்வே இல்லை. அறிவுடையோர் தினையளவு உதவி செய்யினும் அதனை பணையளவாகக் கருதுவர். நாம் வளர்த்துக்கொள்ள வேண்டிய மிகப்பெரிய பண்பு” நன்றி மறவாதிருப்பதும் ஒருவர் செய்த தீமையினை அன்றே மறப்பதுமாகும். இதனை வளர்த்தால் எத்தனையோ வாழ்க்கைப் பிரச்சினைகள் தாமாகவே மறையும். மறப்போம், மன்னிப்போம் என்ற மகா வாக்கியம் எத்தனை சிறந்த சிந்தனை. இதனால் இரு பகுதியினிடையேயும் நட்பு வளர்கிறது. இதனையே அவர் நாண; நண்ணயம் செய்துவிடல் என்பார் வள்ளுவர். விட்டுக்கொடுத்தலே ஒருவடைய அதிக பலமாகும். கொடுறும் போதையும் கொண்டது விடா. விட்டுக்கொடுத்தல் நல்லிணக்கத்திற்கு உதவுகின்றது.

➤ ந்தானம் - பதற்றம்ன்மை

அவசரம் ஆயிரம் பொன்னை அழிக்கும். எனவே எதனைச் செய்யினும் ஒவ்வொரு கருமத்தையும், ஆராய்ந்து நிதானமாகச் செய்ய வேண்டும். பதற்றம் அடையாது இதனாலேயே பதறாத காரியம் சிதறாது என்பர்.

➤ பொறாமை

இது மிகவும் பயங்கரமானது. எந்த நோய்க்கும் மருந்துண்டு ஆனால் பொறாமை நோய்க்கு மருந்து இல்லை. இந்தப் பொறாமை மரணத்தின் மூத்த சகோதரர். பொறாமையும், துவேஷமும் அழிவிற்குக் காரணமாகும்.

பொறாமையால் அழிந்தவர்கள் கௌரவர்கள். துவேஷத்தின் காரணமாகவே ஹிரகண்யாட்சகன், ஹிரகண்யகஷிபு, சிகபாலன் போன்றோர் இழிவான மரணத்தை அடைந்தனர். மந்தரையின் பொறாமை இராமனைக் காட்டுக்கு அனுப்பியதுடன் - மகா சக்கரவர்த்தியான தசரதனையும் மரணத்துள் தள்ளியது.

மனத்தில் பொறாமை கொண்டவருக்கு யாரும் கேடுசெய்ய வேண்டியதில்லை. அப்பொறாமையே கேட்டினை உண்டாக்கி விடும். உப்பிருந்த பாண்டமும் உபாயமுள்ள நெஞ்சத்தையும் தட்டியுடைக்க வேண்டியதில்லை தானாகவே உடைந்து விடும். எனவே பொறாமை கொள்ளாதிருப்பதை ஒவ்வொருவரும் தம் வாழ்க்கை விழுமியமாக, நெறியாகக் கொள்ளவேண்டும். பொறாமை கொள்பவரிடமிருந்து செல்வம் தானே நீங்கிவிடும். அறிவுடையோர் ஒருபோதும் பொறாமை கொள்வதில்லை. ஒருவன் பொறாமை, ஆசை, கோபம், கடும்சொல் ஆகிய தயகுணங்களில் இருந்து நீங்கி வாழ்வதே அறவாழ்வு.

➤ அஹங்காரம்

இது ஒருவரின் வீழ்ச்சிக்குக் காரணமாவது. அறியாமையே அஹங்காரத்தின் தோற்றுவாய். உண்மையில் எவரும் அஹங்காரம் கொள்வதற்கு எந்தக் காரணமும் இல்லை. நாமிருக்கும் பூமியானது சூரியமண்டலம், சந்திரமண்டலம், நட்சத்திரமண்டலத்தின் பருமனில் எறும்பளவானது. அதில் நாமிருப்பது ஒரு புள்ளிகூட இல்லை. அந்தப்புள்ளியிலிருந்து இப்படிச் சிந்திப்பின் அஹங்காரம் கொள்கின்றவன் அற்பமானவன். இராவணனும், கௌரவரும் அழிந்தது அஹங்காரத்தால்.

➤ நம்பிக்கை

வாழ்வின் வெற்றிக்கு முதலில் வேண்டியது நம்பிக்கை. எதிலும் சந்தேகமிருக்கக்கூடாது. சந்தேகம் என்பது ஒரு மனநோய். இது வாழ்வில் புகுந்தால் வாழ்வு ஓட்டைப் பானையாகிவிடும். வாழ்க்கையென்ற மரம் தளைக்க நம்பிக்கை என்ற நீர் பாய்ச்ச வேண்டும். சந்தேகத்துடன் பணியாற்றினால் எதையும் சாதிக்க முடியாது. சந்தேகம் உட்புகுந்தால் எல்லாம் நாசமாகிவிடும். ஆற்றைக் கடக்க ஒரு பண்டிதர் பால்காரிக்குக் கூறிய மந்திரம் “ஓம் நமோ வாசுதேவாய நம” என்பது அந்தப் பால்காரி நம்பிக்கையுடன் அதைக் கூற ஆறு வழிவிலகியது. அதே பண்டிதர் நம்பிக்கையின்றித்துடன் அதைக் கூற அது வழிவிலகவில்லை.

எல்லா நற்குணங்களுக்கும் நற்செயல்களுக்கும் ஆதாரம் நம்பிக்கையே. நம்பிக்கையில் இருந்தே ஓம் என்னும் மொழி பிறக்கிறது. இது தன்நம்பிக்கை மந்திரம். நினைத்த-வற்றைச் செய்யும் ஆற்றல் இதற்கு உண்டு. முதலில் தன்னை நம்பவேண்டும். அவனே பிறரை நம்புவான் கடவுளை நம்புவான். துணிவு என்னும் துணையுடனான உள்ளத்திலேதான் ஊக்கம் உண்டாகும். ஊக்கமும் நம்பிக்கையும் ஒரே தன்மையானவை. தோல்விக்குத் துணை பயமும் சந்தேகமுமே.

பொருள்களின் சம்பந்த சார்புகளை ஆராயும் ஆராச்சியே கல்வி. ஆராய்ச்சி, விவேகத்தில் நிச்சய புத்தியுடையவனே அறிவாளி. நமது அறிவு வளருகின்ற நிலையில் உள்ளது. எல்லாப் பொருள் பற்றிய நிச்சய புத்தி எமக்கு இல்லை. நம்பிக்கையினாலேயே செயல் இடம்பெறுகிறது. பெருமையும் சிறுமையும் நமது செயல்களின் கருமத்தினாலேயே ஏற்படுகிறது. செயற்கரிய செய்வார் பெரியார் என்பது தமிழ்மறை. துணிவே ஐயத்தை நீக்குகின்றது. முதலில் காட்சி, ஐயம், துணிவு, குறிப்பறிவு என்பன பற்றிய செயல்வட்டத்தினை தொல்காப்பியர் விளக்குவார் நெஞ்சு கருதிய கருமத்தில் ஐயப்பாடற்றுத் துணிவால் அதனை அகற்றி குறிப்பறிந்து ஆண் மகன் கருதிய கருமத்தை முற்றுப் பெறச்செய்து அறிவும் உவகையும் பெறுவான் என்கின்றது. அச் சூத்திரம். நன்மை வரும்போது அதனிடை நின்று விலக்குவது பேய்குரிய குணம், ஐயம் என்னும் பேயும் இவ்வண்ணத்தே. நம் உள்ளத்து நம்பிக்கை உண்டாக்கின் செயலனைத்தும் செம்மையுறும். ஒருவர் விரும்பியதையடைய மனவுறுதியும், செயல்திறன் உழைப்பும் போதுமானது.

➤ கடன்

உலகில் ஆண்டி தொடக்கம் அரசன் வரை எல்லோரும் கடன்காரர்களே. எனவே அக்கடனை நீக்க மிகவிரைந்து முயற்சி செய்யவேண்டும்.

“காரிட்ட ஆணவக் கருவறையில் அறிவற்ற

கண்ணில்லாக் குழவி போலக் கட்டுண்டு இருந்த நமக்கு ...

இந்த அருமையான சரீரத்தையும், நல்ல மனம், புத்தி முதலிய கரணங்களையும், நன்கு இருப்பதற்கும், உலாவுவதற்கும் இந்த உலகத்தையும், இதன் கண்ணேவாழ்ந்து அனுபவிப்பதற்குப் போகத்தையும் இயற்கை என்ற இறை நமக்கு அளித்துள்ள தல்லவா? முதலாவதாகப் உலகைப் பார்க்க விழிகளைத்தந்தார். கேட்பதற்குச் செவிகளைத்

தந்திருக்கிறார். பேசுவதற்கு வாக்கினைத்தந்திருக்கிறார். தொழில்புரிவதற்குக் கரங்களைத் தந்திருக்கிறார். உலாவுவதற்குக் கால்களைத் தந்திருக்கிறார். நீட்டி முடக்க மூட்டுக்களைத் தந்திருக்கிறார். அவை உராய்வுறாது தடுக்க அதனுள் ஒரு பசையை வைத்திருக்கிறார். இவற்றுடன் நில்லாது பகுத்துணரும் நல்லறிவைத் தந்திருக்கிறார். விஞ்ஞானிகள் இதுவரை மனித மொடல் போன்ற எதனையும் செய்யவில்லை. செய்யவும் முடியாது. உண்டு மகிழ் காய்கனிகளையும், தாகமதிர்க்க நீரையும் இருளகற்ற சந்திர, சூரியரையும் தந்துள்ளார். இப்படியாக நாம் அப்பரம்பொருளிடமிருந்து மேற்போர்ந்த பொருள்களைப் நம் நலன்களுக்காகப் பெற்றோம் என்பதற்கு எதிர்கருத்தையாரும் கூறுவீர்களா? மறுப்பீர்களா? இல்லை. இப்போது நீங்கள் அப்பரம்பொருளுக்குக் கடன்பட்டவர்கள் அல்லவா? என்கடன் “பணி செய்து கிடத்தலே”. இறையருளைப் போற்றி வணங்குதலே கடன்தீர்வழி.

➤ இன்சொல்

மானிடராய்ப் பிறந்தநாம் மனம், வாக்குக் காயத்தால் அறம் செய்ய வேண்டும். மனத்தால் செய்யும் அறம் நற்சிந்தனைகள். வாக்கினால் செய்யும் அறம் பிறர்க்குத்துன்பம் பயவாத சொற்களைப் பேசுதல். உடலாற் செய்யும் அறம் தொண்டு புரிதலும். பிறஉயிர்களுக்கு நன்மை புரிதலுமாகும். பிறர்க்கு எவ்வகையாலும் துன்பம் பயவாச் சொல்லே இன்சொல்லாகும்.

“யாவருக்குமாம் பிறர்க்கின்னுரைதானே” என்பார் திருமூலர்.

அன்பும் அருளும் நிறைந்த உரைகள் பிறருக்கு இன்பத்தை அளிக்கும் பகைவரும் இன்சொல்லால் நம் நண்பர்களாவர். இன்சொல் பேசுபவர்க்கு இயமனும் அஞ்சுவான் என்பார் திருஞானசம்பந்தர். கடும் சொற்களைப் பேசுதல் கனியிருக்க மரத்தில் காயைப் பிடுங்குவதற்கு ஒப்பாகும். வன்சொல் பேசுபவரிடம் நாம் இன்சொல் பேசுவதால் அவரை வயப்படுத்தவும்; திருத்தவும் முடியும். மனதில் வஞ்சம் அழுக்காறுடையார் கூறும் இன்சொல் இன்சொல் அல்ல.

“சிறுமையு ணீங்கிய இன்சொல் மறுமையுமின்மையும் இன்பந்தரும்” என்பது தமிழ்மறை.

➤ ஒன்றாகக் காண்பதே காட்சி

ஒன்றாகக் காண்பதுவே காட்சி என்பார் ஓளவைப்பிராட்டியா. இராமர் காட்டையும், வீட்டையும் ஒன்றாகவே பார்த்தார். இன்பம் வந்ததனால் இன்பத்தை விரும்பாதவன் துன்பம் வந்ததனால் துன்பமடையான் என்பார்

பொய்யாமொழியார். துன்பத்தைக்கண்டு வருந்தாதவர் துன்பத்திற்கே துன்பத்தைக் கொடுத்து வென்று விடுவர். துன்பம் வரும் போது மகிழ். அது அத்துன்பத்தை வெற்றி கொள்ள உதவும். துன்பத்தை இன்பமாய்க் கொள்பவனைப் பகைவனும் விரும்புவான். இதனால்தான் வள்ளுவர் இடுக்கண் வருங்கால் நடுக என்பார். துன்பம் வரும் போது மனதளவில் சற்றுத்தள்ளிநின்று பார்த்தால் அதை வெல்லாம். இதனை Authentic Thinking என்பர்.

வாழ்க்கை வேதனையுமில்லை இன்பமுமில்லை. அது கவனமாக நடந்து செல்லவேண்டிய தொழிலாகும். அதில் தைரியத்துடனும் தியாகத்துடனும் இயங்கவேண்டும்.

> ஆர்வம் - சிரத்தை

அன்பிலிருந்து பிறப்பதே ஆர்வம். இதனையே “அன்பீனும் ஆர்வமுடைமை” என்பார் வள்ளுவர். சிரத்தை இல்லாது நாம் எதையும் முடிக்க முடியாது. மாணவர் சிரத்தையுடன் படித்தாலே கல்வியில் முன்னேற்றமடைய முடியும். ஞானம் பெறவும் சிரத்தை அவசியம். நாம் எதனையும் ஒரு வரையறையுடனேயே அனுபவிக்க வேண்டும்.

> புறங்கூறல்

இது பிறரை அவர் அறியாதவகையில் இகழ்தலாகும்.

“புறங்கூறிப் பொய்துயிர் வாழ்தலின் சாதல்

அறம் கூறும் ஆக்கம் தரும்”

இதன் பொருள் புறங்கூறிப் பொய் வாழ்க்கை வாழ்தலும், பிறரைக் காணாத பொழுது தூற்றியும் அவரைக் கண்டதும் போற்றியும் வாழ்க்கை நடத்துபவர் இறந்து விடுதல் நன்றென்பார் வள்ளுவர்.

“கண்ணின்று கண்ணரச் சொல்லினுஞ் சொல்லற்க

முன்னின்று பின்னோக்காச் சொல்”

ஒருவனுக்கு முன் அவனை இழிவுபடுத்திச் சொற்களைப் பேசல் பெருந்தன்மை. ஆனால் அவன் இல்லாதபோது அவனை இழிவுபடுத்திச் சொல்லுதல் பச்சோந்தித் தனம். எதிரியின் குற்றம் காணும் சொற்களாலேயே தான் திருந்தியதாகக் கூறுவார் ஓர் அறிஞர். இதனையே விமர்சன நோக்கென்பர். உளவியலாளர். இதனாலேயே நல்லபக்கம் நம் மனதில் பதியும்.

“எதிலார் குற்றம்போல் தம் குற்றங்காண்கின் பின்
தீதுண்டோ மன்னும் உயிர்க்கு”

இதுவே “உன்னைத் திருத்து உலகம் தானாய் திருந்தும்” என்ற மகாவாக்கியமாகும்.

➤ **பயனின் சொல் பாராட்டல்**

மனம், வாக்கு, காயத்தால் எப்பொழுது ஒருவன் தூய சிந்தனை – எண்ணமுடையவனாய் இருத்தல் வேண்டும். எமது நல்ல எண்ணங்களே நல்ல சொற்களாகவும் மிளிர்கின்றன. “பயனின் சொல் பாராட்டுவானை மகன் எனல் மக்கட்பதடி எனல்” பயனில்லாத சொல்லைப் பேசுபவன் சப்பி நெல் போன்றவன் என்பார் வள்ளுவர்.

➤ **பத்து அறம்**

மெய்மை பொறையுடைமை மேன்மை (பெருமை) தவம், அடைக்கலம், செம்மை யொன்றின்மை, துறவுடைமை – நன்மை திறம்பாதவிரதம் தரித்தலோடின்ன அறம்பத்தும் அன்றாகுணம் - நாலடியார்.

➤ **பெரியோர்கள் அறுவர்:**

அரசன், பெருமைக்குரிய தாய், தந்தையர், கருதியமுடிக்கும் குரு, பத்தினிப் பெண், பெரியவர்கள் ஆகிய அறுவருமாம்.

➤ **உண்மையான உறவினன் யார்?**

சீரும் செல்வமும் பொருந்தி வாழ்ந்த காலத்தில் நம்முடன் இருந்து சுகங்களை அனுபவித்து வறுமையுற்ற காலத்தில் நம்மை விட்டு நீங்குபவர்கள் உறவினர்கள் அல்ல.

“அற்றகுளத்து அறுநீர்ப்பறவைபோல்

உற்றுளித் தீர்வார் உதவவல்லார் அக்குளத்தில்
கொட்டியும், ஆம்பலும், நெய்தலும் போலவே.

ஒட்டியுறவார் உறவு”

- ஔவைப்பிராட்டியார்

நமக்கு வரும் இடர்தான் சினேகிதரையும் உறவினர்களையும் அளக்கும் அளவுகோல்.

“கேடிலும் உண்டோர் உறுதி கிளைஞரை

நீட்டி அளப்பதோர் கோல்”

- வள்ளுவர்.

எனவே கிளைஞரை அறிய அளக்க நமக்குக் கேடும் வரவேண்டும். அப்போதுதான் உண்மையான உறவுயார் என அறியலாம்.

➤ மனிதப்பண்பாட்டின் அடிப்படை சாஸ்திரங்கள்

1. அன்பு, 2. நாண் 3. ஒப்புரவு, 4. கண்ணோட்டம், வாய்மை என்பன மானிடத்தின் பாதுகாப்புக் கேடயங்கள். இதை அவன் இழக்கின் அவன் மானிடன் அல்ல. “அன்பு, நாண், ஒப்புரவு, கண்ணோட்டம், வாய்மை யொடைந்து சால் பூன்றிய தூண்” – என்பார் வள்ளுவர்.

1. அன்பு - இதுபற்றி முந்திய பந்திகளில் விரிவாக ஆராயப்பட்டுள்ளது.

2. நாணம் - எவற்றைக் கண்டுள்ளம் நாணயமடைய வேண்டும்? மதுபானத்தைத் தீண்ட, பொய்பேச, மங்கையரைத் தீண்டக் காந்தியடிகள் அஞ்சினார். இன்றைய இளைஞர்கள் இழிவான செயல்களிலும், கீழ்த்தரமான நடத்தைகளிலும் பலர்காணப் பகிரங்கமாகவே ஈடுபட்டுக் கொண்டிருப்பதைத் தினம் தினம் நாம் பார்த்து நாம் நாணுகிறோம்.

“நாணால் உயிரைத் துறப்பார் உயிர்ப் பொருட்டால்
நாண் துறவார் நாண் ஆள்பவர். என்பார் வள்ளுவர்.

நாணத்தைப் பேணவேண்டிய இடத்தில் பேணாதவர் பின் வருந்துவார். நாணவேண்டியதற்கு நாணியே வாழ வேண்டும். “தன் தகுதிக்கு குறைவான செயல்களைச் செய்தலே சான்றோர்க்கு நாணுடமை அணிகலனாகும் - நாணமாகும்”

➤ ஒப்புரவு :

“ஊருணி நீர்நிறைந்தற்றே உலகவாம்
பேரறிவாளன் திரு” – குறள் - 215

பிறர்க்கு உதவுதல் ஒப்புரவு. கைமாறு கருதாது எதையும் எதிர்பாராது பிறருக்கு உதவுதலே உதவி, உபகாரம், அன்பு, இன்சொல், ஆதரவு யாவும். ஒப்புரவுதான், ஒப்புரவுடையவனை, பேரறிவாளன், பெருந்தகை உடையான் என்ற சிறப்புப் பெயர்களால் விழிப்பார் வள்ளுவர். கடமை செய்பவனுக்கு கைமாறு வேண்டியதில்லை. உதவி செய்தால் பொருள் போய்விடும் என நினைப்பவன் வியாபாரியே.

➤ கண்ணோட்டம் :

அருளோடு கலந்த நோக்கே இது. இரக்கத்தோடு இணைந்த பார்வை, நீதியோடு ஆற்றும் செயல்நிலத்தையும் விஞ்சிய பொறுமை. கண்ணிற்கு அணிகலன் கண்ணோட்டம் என்பார் வள்ளுவர். கண் பெற்ற மக்கள்

இரக்கமில்லாது இருப்பதில்லை. உலகம் இன்னும் அழியாதிருப்பது இப்பரோபகாரிகளாலேயே. இன்று உலகைச் சுயநலமே ஆட்சி செய்கிறது. இதனால் உலகில் 100 கோடி மக்கள் பட்டினியுடன் படுக்கின்றனர்.

➤ வாய்மை

சொந்திறம்பாமை வாய்மை. எவற்கும் தீங்கு உண்டாகாத சொற்களே வாய்மை விளையாட்டுக்காயினும் பொய் பேசாதிருப்பவன் இமைய மலையை விட உறுதியானவன். சத்தியத்திலும் உயர்ந்த தர்மமும் இல்லை. அசத்தியத்தைப்போல் உயர்ந்த அதர்மமும் இல்லை. மனத்தூய்மை வாய்மையினாலேயே அமைவது. உண்மை பேசுவனே உலக மக்களின் உள்ளங்களில் என்றும் நிறைந்திருப்பவன்.

“யாம் மெய்யா கண்டவற்றுள் இல்லை

எனத்தொன்றும் வாய்மையில்லாப் பிற”

உண்மையைப் பேசுவதை விட சிறந்த செயல் உலகில் எதுவுமேயில்லை.

மேற்கூறியவாறு வாய்மையின் நல்லபிற உண்மையை மறைப்பவனுடைய தவம், தானம், கல்வி, தருமம் முதலியவை தேய்பிறையாக மறையும். பொய்மை சத்தியம்பிறழ்வது. கதியிழக்கினும் “கட்டுரை இழக்கிலேன்” என்பான் அரிச்சந்திரன்.

14.1 ஆசைகளைச் சீரமைத்தல்

மனிதன் வேண்டுவது என்றும் மகிழ்ச்சியாய் இருப்பதற்கே. அப்படி இருக்கவேண்டுமாயின் ஆசையாகிய அவாவினை விட வேண்டும்.

“இன்பம் இடையறாது ஈண்டும் அவா

வென்னும் துன்பம் கெடின்”

என்பா வள்ளுவர்

“ஆசைபடப்பட ஆய்வரும் துன்பம்

ஆசை விடவிட ஆனந்தம் ஆமே”

என்பார் வள்ளுவர்.

ஆசையே பிறவிக்குக் காரணம்

“அருளால் அறம் வளரும்ஆள்வினையா ராக்கம்

பொருளால் பொருள் வளரும் நாளும் - தெருளா

விளைவின்பத்தால் வளரும் காமம் - காம

விளைவின்பமையால் வளரும் வீடு

- நாலடியார்.

வந்துபோகும் ஆசை (Topical) பொதுவாக மண்ணாசை, பொன்னாசை, பெண்ணாசை எனவும் அவற்றை ஒழித்தல் வேண்டும் என்றும், நேடுங்காலமாக நம் சமூகத்திடம் இருந்து வருவது தவறானதாகும். ஆசையை ஒழிக்கமுடியாது, ஒழிக்கவும் கூடாது. நம்மில் எழும் ஆசைகளை ஆராய்ந்து முறையற்ற ஆசைகளைத் தவிர்த்து தனக்கும், சமூகத்திற்கும் நன்மை பயப்பவற்றை மட்டும் நிறைவேற்ற வேண்டும். இதனையே ஆசைகளை இனங்கண்டு சீரமைப்பதாகும்.

மனிதன் உயிர்வாழ்தலின் போது இயற்கையாகவே சில தேவைகள் ஏற்படுகின்றது. இவை வந்துபோகும் ஆசைகளான பசி, தாகம், உடல்கழிவுகளின் உறுத்தல், தட்டுவெப்பமாற்ற உறுத்தல்கள் போன்றன. இவை மனிதத் தேவைகளாலே எழுகின்றன.

ஆசை அறிவை மயக்கக் காரணம்?

பசி, தாகம் என்ற தேவையை அடிப்படையாகக் கொண்ட ஆசையினைத் தேவை நிறைவு செய்வதுடன் நிறுத்திவிட வேண்டும். பொதுவாக நாம் அதனை நிறுத்துவதில்லை.

தேவையை நிறைவு செய்யப்படும்போது மனதில் ஏற்பட்ட திருப்தியின்மீது அல்லது இன்பத்தின்மீது மனம் மயங்கி விடுகிறது. எந்தச்செயல் இன்பத்தைத் தந்ததோ, அதைத் தேவையில்லாதே மீண்டும் செய்ய விரும்புகிறது. துன்பத்தை நீக்க எழுந்த ஆசை இப்பொழுது செயற்கையாக அறிவை மயங்கி இன்பத்தைத்தேட முயற்சிக்கிறது. எனவே எழும் ஆசைகளை ஆராய்ந்து தக்க காரணமிருப்பின் நிறைவேற்றுங்கள். நம்மில் எழும் ஆசைகள் அறிவின் மேம்பாட்டுடன் சம்பந்தமானதெனில் நிறைவேற்றுங்கள். அது நம்வாழ்வின் முன்னேற்றத்துடனானது என்றால் நிறைவேற்றுங்கள். அது சமுதாயநலம் சார்ந்ததெனில் நிறைவேற்றுங்கள். பொருள்கள் துன்பத்தைத் தீர்க்கின்றன என்பதால் மனம் அதில் நாட்டம் கொள்ளுதல் இயற்கை, ஆனால் அதன்மீது பற்றுக் கொள்ளுதல் ஆகாது. பொருள்களை விட்டுவிட வேண்டும் என்பதல்ல. பொருட்களில்தான் எல்லாம் இருக்கின்றது என்ற எண்ணத்தை மட்டும் விட்டுவிட வேண்டும் இதனையே வள்ளுவர்

“பற்றற்ற கண்ணே பிறப்பறுக்கும்

நிலையாமை காணப்படும்” என்பார்.

ஓர் ஊரில் ஒரு வாலிபன் குணத்தை விட பணத்தை விரும்பினான். சீதனம் போதமையினால் பல திருமணப் பேச்சுக்கால்கள் குழம்பிப் போயின. வழமைபோல் அன்றும் ஒரு பேச்சுக்கால் வந்திருந்தது. அப்பேச்சுகாலில்

பெண்ணின் தாயாரே நேரடியாகக் கலந்துகொண்டார். அவர் தமக்கு நான்கு பெண் பிள்ளைகள் இருப்பதாகக் கூறியதுடன் 20 வயது பெண்ணுக்கு 5 இலட்சம் சீதனமாக தருவதுடன், 25 வயது பெண்ணுக்கு 10 இலட்சம் சீதனமாக தருவதாகவும், 27 வயது பெண்ணுக்கு 15 இலட்சம் சீதனமாக தருவதாகவும், 30 வயது பெண்ணுக்கு 20 இலட்சம் சீதனமாகத் தருவதாகவும் வாலிபனிடம் கூறினார். வாலிபன் கேட்டார் அம்மா உங்களிடம் 50 வயதில் திருமணமாகாத பெண்பிள்ளை இல்லையா? என. இப்படியான பேராசைக்காரர்களும் நம்மிடையே உள்ளனர்.

காரண, காரிய, விளைவு பற்றிய தெளிவு ஒவ்வொரு ஆசைபற்றியும் நம்மிடம் இருக்க வேண்டும். பிறவியின் நோக்கத்தை பற்றானது பாழாக்கிவிடும். ஆசைகளுக்குத் தடைவரும்போதே கோபம் ஏற்படுகின்றது. தூங்கும்போது தலையணை தேவை அதற்காக அதனை எந்நேரமும் தலையில் கட்டிக் கொண்டு இருப்பதில்லை. சூடான பாலை அடுப்பிலிருந்து இறக்க துணியினை மறவாது எடுப்பது போல, எல்லாவற்றிலும் விழிப்பநிலை அவசியம். ஆசைகளைச் சீரமைத்தல். (1) முதலில் அந்த ஆசை தேவைதானா? என்று பார்த்தல். (2) அதனை நிறைவு செய்யும் வசதி உள்ளதா? எனப் பார்த்தல் இரண்டும் சரியாக அமையுமானால் (3) பின்விளைவு என்னவாகும் என்பதனை நிச்சயித்தபின் சரியானால் அந்த ஆசையை செயலாக்கத் தீவிரம் காட்டலாம். பின்விளைவு தீமையைத்தரும் ஆசைகளை நிறைவேற்றாதீர்கள். அது துன்பத்தையும், பயத்தையும் உங்கள் அந்தஸ்தினையும் பறித்துவிடும். அவப்பெயரைத் தரும் - சிறைக்கூடத்தையும் தரும். ஆசையின் மறுமலர்ச்சியே அறு குணங்கள்.

- (1) முறைப்படுத்தப்படாத ஆசையே பேராசை, காமம்.
- (2) ஆசை தடைப்படும்போது அதனை நீக்க எழும் ஆர்வமே கோபம் அல்லது சினம், குரோதம்
- (3) தாம் ஆசைகொண்ட பொருளை பிறர் கவராமல் பார்த்துக்கொள்ளும் செயலே கடும்பற்று - லோபம்
- (4) ஆசை எதிர்பாலாரை நாடி எழுந்தால் அது முறையற்ற பால்கவர்ச்சி, மோகம்.
- (5) ஆசையானது பொருள், செல்வாக்கு, புகழ் இவற்றின்மீது அமுங்கி அதனைக் கொண்டு மக்களை உயர்வு - தாழ்வாகக் கருதி ஏற்படும் மனப்பாங்கே - மதம்.
- (6) சினத்தை முடிக்க வலுவையும், வாய்ப்பையும் நாடிநிற்கும் ஆசைதான் வஞ்சம் என்னும் மாச்சரியம்.

இப்படியாக காம, குரோத, லோக, மோக, மத மாச்சரியம் என்ற கொடிய பகைவரின் உற்பத்தித்தானமே ஆசைதான். உலகத் துன்பங்கள் யாவற்றிற்கும் அடிப்படைக்காரணம் எம்மிடம் எழும் தீய ஆசைகளே. இதனால்தான் “ஆசைஅறுமின் ஆசைஅறுமின் ஈசனோடாயினும் ஆசை அறுமின்” எனவும் “ஆசைப்படப்பட ஆய்வரும் துன்பம் ஆசை விடவிட ஆனந்தமாமே!...” என்பர் அருளாளர்கள். இந்த தீய அறுகுணங்களையும் தியானப் பயிற்சியாலும் - மன ஒடுக்கத்தாலும் - நற்சிந்தனைகளாலும் திருத்திக் கொள்ளலாம். இப்பயிற்சிகளால் ஆசை நிறைமனமாகவும், சினம் சகிப்புத்தன்மையாகவும், கடும்பற்று ஈகையாகவும், பால்கவர்ச்சி களிப்பாகவும், உயர்வு தாழ்வு (மதம்) சமநிலையாகவும், வஞ்சம் மன்னிப்பாகவும் மாற்றமடையும்.

15.1 சினம் தவிர்த்தல்

தொட்டில் பழக்கம் சுடுகாடு மட்டும். சினம் ஒரு சிறுபிள்ளைக் குணம். கோபப்பட்டால் தான் நினைத்தது நடக்கும் எனச் சிறார்கள் நினைக்கின்றார்கள். இது “சிறார்களின் சிந்தனை,” வளர்ந்த பின்பும் அது மாற்றமடையாததன் காரணமாகவே சினம் மனிதரில் தொடர்கின்றது. பெரியவர்களும் இழப்புக்களின் போது அழுவதும் அப்படியான “குழந்தைக்குணம்” வளர்ந்த பின்பும் மாறாது இருப்பதே இக்குழந்தைக் குணமே அழுக்ககைக்கும், கோபத்திற்கும் காரணம் என நம்புகின்றனர் உளவியலாளர்கள்.

மனிதனிடமுள்ள தீயகுணங்களில் மிகக் கொடியது கோபம். நமது ஆசைகள் தடைப்படும்போது அதனை நீக்க எழும் ஆர்வமே கோபமாகும். சினம் என்பது என்ன என்பது நம் எல்லோருக்குமே தெரியும். அது எவ்வளவு கொடியது என்பதும் அவரவர் அனுபவத்தால் அறிந்தவையே கோபம். அனேகமாக ஏற்படுவது அவரது அன்புக்குரியவரிடத்தே இது பிறர் உள்ளத்தையும், உடலையும் புண்படுத்துவதுடன் தன் உள்ளத்தையும், உடலையும் கெடுத்துவிடுகின்றது. இப்படியாகத் தன்னையும் கெடுத்துப் பிறரையும் கெடுப்பதுடன் பிற்காலத்தும் அவர்கள் மீது பகை உணர்வை வளர்த்துக் கொள்வதுடன், அப்பகையை முடிப்பதற்கு வலுவையும் வாய்ப்பையும் தேடி அலையும் தீய குணமான வஞ்சகத்தினை (மாச்சரியம்)யும் மனத்தில் வளர்த்து விடுகின்றது. இப்படியாக மனத்திலெழும்

கொடிய குணங்களே சினமும், வஞ்சமும். இது ஆசையின் வெளிப்பாடு ஆகும். தடைப்பட்ட ஆசையே சினமாக மேலெழும்போது அத்தடைகளை உடைத்தெறிய வன்முறைகளை மனம் நாடுகின்றது. இச்சினம் நமக்கு யாரின் மேல் வருகின்றது என்று நோக்கின் நம்மீது அன்பு கொண்டு நமது நலத்திற்காக உழைக்கும் மனைவி, மக்கள், உற்றார், உறவினர், நண்பர்களிடத்தே அடிக்கடி ஏற்படுகின்றது. இப்படியாக நம்மிடம் ஏற்படும் கோபத்தை ஒழித்துவிட வேண்டும் என்பதன் முன் கோபம் என்பது என்ன என்பதனை முதலில் அறிய வேண்டும். வெளியில் காட்டிய கோபம் மன்னிப்புக்கு வழிதேடும். உள்ளே அடக்கிய கோபம் “பழிக்கு” வழிதேடும். இதுவே வஞ்சமாகின்றது.

➤ தீய குணங்களில் கொடியது கோபம்

மலருக்கு மணமும்; மனிதனுக்கு குணமும் அவசியம். மனிதனின் தீயகுணங்களில் கொடியது கோபம். எனக்குக் கோபம் வருகிறது என நாமே கூறுகிறோம். எனவே நாம் வேறு கோபம் வேறா? இதிலிருந்து நாம் மாறுதலைடைகின்றோம் நாமே கோபமாக மாறுகின்றோம் என்பது பொருள். இதனைத் திருமூலர் வரிகளால் விளக்கலாம்.

“மரத்தை மறைத்தது மாமத யானை

மரத்தில் மறைந்தது மாமத யானை”

என்கின்ற வரிகளைப் பார்க்கில், மரத்தால் செய்யப்பட்ட யானையொன்றை வைத்துக் கொண்டு மரத்தை மட்டும் நோக்கினால் யானை இல்லை. மீண்டு அதில் யானையின் வடிவத்தை நோக்கினால் மரமில்லை. மரம், யானை இரண்டையும் நோக்கினால் மரத்தால் செய்யப்பட்ட யானை தெரிகிறது. இதுபோலவே நாம் கோபமாக இருக்கும்போது அறிவென்பது விழிப்புநிலையில் இல்லை. அறிவால் ஆராயப்படுந்தால் கோபம் என்பதில்லை. கூர்ந்து நோக்கினால் நான்தான் கோபமாக இருப்பது தெரிகிறது.

➤ கோபம் ஏற்படும் சூழ்நிலைகள்

மனிதன் இயல்பாகவே நல்ல குணமுடையவன். ஆனால் தமக்கு மரியாதையினம், அவமானம் ஏற்பட்டுவிட்டதாக உணரும் போதும் திடீரென தம் உள்ளம் உடல் என்பன சீண்டப்படும்போதும், தாம் எண்ணியதை நிறைவேற்ற முடியாத போதும் தாம் மற்றையோரால் அடக்கப்பட்டோ, ஒடுக்கப்பட்டோ இருக்கும் போதும், ஒரு உணர்ச்சிக்கு அடிமையாகும்

போதும், இது ஏற்படுகிறது. இதன்போது ஒவ்வொரு மனிதனும் இழப்பது சீர்தூக்கிப்பார்க்கும் திறனாகிய அறிவையாகும் (ரிதம்). அறிவு அடிபட்டுப்போக எஞ்சுவது வன்செயல்களும் அழிவுமே. இத்தகைய சூழ்நிலைகளில் மனிதர்கள் கோப உணர்ச்சியால் தூண்டப்படுகிறார்கள். ஆவேசம் கொள்கிறார்கள். பொறுமையினை இழக்கிறார்கள். சூடான அசிங்கமான வார்த்தைகளையும் பேசுவதுடன் அழிவு செய்வேன் எனச் சூளுரைக்கிறார்கள், புறம்கூறுகிறார்கள், வாதிடுகிறார்கள். பிறரைத் துன்புறுத்தவும், அழிக்கவும் முயல்கிறார்கள். நிகழ்வு பழிக்குப்பழி இரத்தத்திற்கு இரத்தம் பரிசாகிவிடுகிறது. கோபம் ஒரு மனிதரில் ஒரு சில நிமிடமே தரித்திருப்பது. அதனுள் கொலையையோ, தற்கொலையையோ அது நிறைவுசெய்து விடுகிறது. கோபம் தம்மிலும் வலியவரிடத்து செல்லாக்காசாகிவிடும். வலிமை குறைந்தவரையே தண்டிக்கப்பார்க்கும் குணமுடையது. ஆண்கள் அடிப்பது ஆகப்பலவீனமான பெண்களை மட்டுமே. இதனையே வள்ளுவர் “செல்லாவிடத்து சினம் தீது” என வலியுறுத்துவார். இதனால் கோபம் ஒரு தற்கொலை. நல்ல உறவுகள் அழிந்து விடுகிறது. யாகாவாராயினும் நாகாக்க காவாக்கால் சோகாப்பர் சொல்லிமுக்கப்பட்டு – நாவினால் சுட்டவடு என்றும் ஆறுவதில்லை. நெல்லை அள்ளலாம். சொல்லை அள்ளமுடியாது. வில்லிருந்து வெளிப்பட்ட அம்பும், வாயிலிரந்து வெளிப்பட்ட சொல்லும் மீட்டுப்பெற முடியாதவை. எனவே வார்த்தையை அளந்தே பேச வேண்டும் நாகாக்க.

➤ **மனிதன் சூயல்பாகவே சாத்வீக குணமுடையவன் :**

மனிதர்கள் சாத்வீக, இராட்சத, தாமோகுணம் என்ற முக்குணங்களால் ஆளப்படுபவர்கள். இயற்கையாகவே இதில் தாமோகுணம் சோம்பல் தன்மையினையும் இராட்சத குணம் எப்பொழுதும் கருமத்துடன் தொடர்புபட்டிருப்பதுடன் இரக்க குணம் குறைந்ததாயும் இருக்கும். சத்வகுணம் அன்பு கருணை இரக்கம் என்ற மானிட உயர் எண்ணங்களின் இருப்பிடமாக இருக்கும். இக் குணங்களைத் தீர்மானிப்பதில் உணவுகளும் முக்கிய பங்காற்றுகின்றது. எல்லா உயிர்களிலும் மாமிசஉணவுகளை உட்கொள்ளும் நாய், நரி, புலி என்பன ஒரு இடத்தில் அமைதியாக இருப்பதில்லை. நாக்கை நீட்டிக்கொண்டு அலைந்தே திரிகின்றன. தாவர உணவருந்தும் யானை உட்கில் மிகப் பலமான மிருகம். ஞாபக சத்தியில் அதற்கு ஈடானது எதுவுமில்லை. ஆனால் அது எத்தனை அமைதியாக நடந்து செல்கிறது. எருது நடப்பதே ஓர் அழகு. இதே போன்றே மனிதனும் மிருக உணவுகளை அருந்தும் போது; மன அமைதியின்மையும்,

இரக்கமின்மையும், கொலைபுரிவதில் ஆர்வமும் ஏற்படும். இராட்சத குணத்தை அடைகிறான். எனவே கோபத்தைத் தவிர்க்க விரும்புவர்கள் மரக்கறி உணவு வகைகளையே உண்ண வேண்டும். மனிதன் பிறப்பிலேயே ஒரு தாவரபட்சணி. குரங்கிலிருந்து பரிணாமம் பெற்றவன். அதனும் மரபணுக்களில் 98.5 வீதம் ஒற்றுமையுடையவன். அவனுக்கு வேட்டைப் பற்கள் இல்லை. சாத்வீக குண உடையவர்கள். சகிப்புத்தன்மை பொறுமை உடையவர்கள்.

சிணம் கொள்ளல் ஒரு தற்கொலைக்கொப்பானது. ஒருவரது பலவீனத்தின் வெளிப்பாடே கோபம். இது ஒரு பழக்கமாகவே மாறிவிடுகிறது. ஆரம்பத்தில் ஒரு காரணம் பற்றி இது ஏற்பட்டாலும் பின்னர் அது வழக்கமாகி, ஒழுக்கமாகிக் காரணம் இல்லாதே அது வருகிறது. சிணம் தணிந்தபின் அதன் விளைவை எண்ணி வருந்தினாலும், பின்னர் அந்தச் சிணம் வரும்போது அதைத் தவிர்க்க முடியாது. காரணம் ஒழுக்கமாகி விட்டமையால் சினமுடையவன் உயிருடன் உள்ளபோதே செத்தவன் என்பார் வள்ளுவர். “இறந்தார் இறந்தார் அனையர் சினத்தைத் துறந்தார் துறந்தார் துணை”.

“சிணம் கொள்வார் தம்மைத்தாமே தீயால் சுட்டுச்

செத்திடுவார்க்கு - ஒப்பாவார்

சிணங் கொள்வார் தாம்

மனம் கொண்டு தம் கழுத்தைத்

தாமே வெய்ய வாழ்கொண்டு கிழித்திடுவார்” என்பார் மகாகவி பாரதி.

“சிணம் என்னும் சேர்ந்தாரைக் கொல்லி இன மென்னும்

ஏமப்புணையச் சுடும்...”

- குறள் 306

மனதில் கோபம் கொண்டவரை அது அழித்துவிடுவது மட்டுமன்றி அவனது உறவினரையும் பாதுகாப்பாளனையும் அழித்துவிடும்.

“கோபத்தோடு எழுகிறவன் நட்டத்தோடு

உட்காருகிறான்”

- மேலைநாட்டுப் பழமொழி

“ஒரு நாள் சிணம் பல நூற்றாண்டுச் சிறப்புகளை அழிக்கும்”

- தியேத்தியப் பழமொழி

“மடமையில் தொடங்கி மனம் திருந்த வருந்துவதில்

முடிவது சிணம்”

- பித்தகோகஸ்.

“தீராக் கோபம் போராய் முடியும்” - ஓளவை

எனவே ஒருவர் பிறர் மீது கொள்ளும் கோபமும், தன்மீதே எழும் கோபமாகிய கவலையும் ஒருவரிடம் காணப்படுமானால், அவர் ஆன்மீகத்தின்பக்கமே திரும்பிப் பார்க்க முடியாது போய்விடும்.

> பிறருக்கும் நமக்கும் பாத்ப்ய

சினம் வரும்போது முகம் விகாரமடைகிறது. எத்துணை அழகு உடையவராயிருப்பினும் சினம் ஏற்படும் போது முகம் கோணலாகி விடுகிறது. அதைக் கண்ணாடியை எடுத்துப்பார்த்தால் விளங்கும். உடலின் சர்வ அங்கங்களுமே கோபத்தின் தூண்டலால் உணர்ச்சி பெறுகின்ற. நரம்பு மண்டலம் பாதிப்படைந்து தேகம் நடுங்குகிறது. இரத்தோட்டம் அதிகரித்து கண்கள் கொவ்வைப் பழமாகச் சிவந்து விடுகிறது. நாக்குக் குழறும். மனதடுமாறும். என்ன செய்கின்றோம் என்ன பேசுகின்றோம் என்று எதுவுமே தெரிவதில்லை. நினைவு மறந்து போகிறது - அறிவு அடிபட்டுப் போகிறது - சீர்தூக்கிப்பார்க்கும் செயல் இழந்து போகிறது - நிகழ்வுகள் சோகமாய் நடந்தேறிப்போகிறது. முடிவு குயவனுக்குப் பல நாள் வேலை தடியடிகாரனுக்கு அதை உடைக்க ஒரு நிமிடம் கூடத் தேவையற்றது போலாகி விடுகிறது. இச் சினம் நமக்கு நலன் செய்பவர்களையே காயப்படுத்துகிறது. அமெரிக்காவில் கொலையால் இறக்கும் பெண்களில் 46 வீதமானவர்கள் தமது சொந்தக் கணவன்மாராலேயே கொலை செய்யப்படுவது அறியப்பட்டுள்ளது. இப்படியாக சினம் மற்றையோரை அழித்து விடுகிறது.

> கோபம் ஒரு மனநோய்

அடுத்துச் சினம் தன்னை எப்படி அழிக்கின்றது என்பதைப் பார்ப்போம். ஒருவரிடம் ஏற்படும் கோப உணர்வை கட்டுப்படுத்த முடியாதபோது மனநெருக்கீடு ஏற்பட்டு மன தாழ்வுநிலை (Depression) அடைகிறது. தற்கொலை செய்யும் ஒவ்வொருவரும் மனம் தாழ்வுநிலை அடையும் போதே அதை நிறைவேற்றுகின்றனர். எனவே கோபம் ஒரு மனநோய் மட்டுமல்ல. பல உடல் நோய்களுக்கும் காரணமாகின்றது. கோபம் தூண்டியவர்களைப் பழிவாங்க வேண்டும் என்ற குணமுடையது. இப் பழிவாங்கல் இடம்பெறுகிறதோ இல்லையோ. கோபஉணர்ச்சி உள்ளவர்கள் தமக்குத் தாமே தீங்கிழைக்கின்றனர்.

இதனையே வள்ளுவர்

“தன்னைத் தான் காக்கின் சினம் காக்க,
காவாக்கால் தன்னையே கொல்லும் சினம்”

என்பார்

உடலில் ஏற்படும் இதயநோய்கள், நரம்பு நோய்கள் மனநோய்கள் அத்தனைக்குமே காரணம் கோபமே. மனஉடல்சார்ந்த நோய்கள் அத்தனைக்கும் இது பொறுப்பானது.

➤ நல்ல கோபம் மன்னல் போன்றது

“குணம் மென்னும் குன்றேறி நின்றார் வெகுளி கணமேயும் காத்தல் அரிது...” என்பதனால் நேர்மையினை நிலைநாட்ட ஏற்படும். கோபம் ஏற்படுபவரில் ஒரு கணப்பொழுது கூடத்தரித்துதிருப்பதில்லை என்பார். வள்ளுவர். அது ஒரு மின்னல் போல் உடன் தோன்றி உடன் மறைந்துவிடும். நல்லகோபம் நேர்மையான கோபம் என உளவியலாளர்கள் கருதுகின்றார்கள். வளரும் பிள்ளைகளின் ஒழுக்கங்களை வளர்த்துக் கொள்வதற்கு நேர்மையான கோபம் உதவுவதாக அவர்கள் கூறுகின்றனர். மனித உணர்ச்சிகள் யாவும் முழுமையாகக் கூடாதன அல்ல. மனிதனிடம் உள்ள நான்கு சக்திகள் 1) உடல் 2) உள்ளம் 3) உணர்ச்சி, 4) சக்தி – சக்தியைப் பாவித்து உடலுழைப்பைப் பாவித்தே நாம் பொருள் தேடுகிறோம். உணர்ச்சியைப்பாவித்தே நாம் இறைவனைப் பிரார்த்தித்து பக்தி வலையில் இறைவனைச் சிக்கவைக்கிறோம். கடமைகள் யாவும் உணர்வுபூர்வமானவை. உணர்ச்சியுடன் சம்பந்தப்பட்டவை. எனவே, எமக்கு வேண்டுவது நல்ல உணர்வுகளே. எனவே நேர்மையான கோபம் மனிதரில் வளர்கப்படவேண்டும். காரணம் அக்கோபம், நேர்மையினம், பாரபட்சம், அநீதி, அடிமைத்தனம் ஏமாற்றுதல், கொடுமை, அநியாயம், மோசடி இலஞ்சம், ஊழல் ஆகியவற்றை எதிர்த்து மனிதன் அடையும் கோபம் நேர்மையான கோபமாகும். இதனால் சமூகத்தில் நன்மையான விளைவுகள் ஏற்படுகின்றது. கோபம் அழிவை ஏற்படுத்திய போதும், நேர்மையான கோபம் அழிவில் ஆக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றது. எனவே கோபத்தின் நல்ல பாகத்தையும் தீயபாகத்தையும் சீர்தூக்கிப் பார்த்துச் செயல்பட வேண்டும். சினத்தைப் பாவிக்காவிட்டால் நற்பயன் விளையவே விளையாது எனத்தோன்றும்படித்தில் மட்டுமே சினத்தைப் பயன்படுத்துங்கள். இப்படியான சினம் உதட்டில் மட்டும் இருக்க வேண்டும். உள்ளத்தில் இருக்கக் கூடாது. படத்தில் வரும் வில்லனும் கதாநாயகனுக்கும் ஏற்படும் கோபம் போன்று நல்ல கோபம் ஒரு நடிப்பாக இருக்க வேண்டும். கோபக்காரன்முன் ஒன்றும்பேசாது தள்ளிப்போய்விட வேண்டும். இப்படி நடந்து பாருங்கள் கோபப்படுபவர் பின்னர் உங்களிடம் மன்னிப்புக் கேட்பார். .

➤ சினத்தை அடக்குவதால் ஏற்படும் தீமைகள்

சினத்தை தம்முள் அடக்குபவருக்கு இது இரண்டு பங்கு தீமை ஏற்படுத்திவிடும். ஒன்று அப்படி அடக்குபவருக்கு அடிக்கடி சினம் ஏற்படும். அடுத்து நரம்புத் தளர்ச்சி, இதயப்பலவீனம், இரத்த அழுத்தம் போன்ற உயிர் ஆபத்தான நோய்கள் ஏற்படும். கோபத்தை வெளிக்காட்டுபவர்களைவிட கோபத்தை அடக்குபவர்கட்கு அதிகம் இவை ஏற்படுவதாக ஆய்வுகள் உறுதிப்படுத்துகிறது.

➤ பிரச்சினைகளைத் தீர்த்தல்

மனநல மருத்துவர் ஒருவர் பிரச்சினைகளை அணுகும் விதத்தை பின்வருமாறு கூறுகின்றார்.

- பிரச்சினைகளை ஒரே விதத்தில் அணுகாமல் பல விதங்களில் கையாள வேண்டும்.
- பிரச்சினை தீராதது என்று தோன்றினால் பிரச்சினையை முற்றிலும் மறந்து விடுங்கள். அது ஆறத்தொடங்கும், உருமாறும். பின் அதனை அணுகிப் பாருங்கள்.
- கவனம் செலுத்துங்கள், தனிமையில் அமர்ந்து பிரச்சினை எங்கு தொடங்குகின்றது என்பதை ஆழ்ந்து சிந்தித்துப் பாருங்கள். இந்தப் பிரச்சினையில் எந்தப்பகுதி நம்மை மிக அதிகமாகப் பாதிக்கிறது? என்று சிந்தியுங்கள்.
- பிரச்சினையைத் தீர்க்கும் தைரியம், மனப்பக்குவம் உள்ளதா? என்று யோசியுங்கள். பிரச்சினையால் அதிக பயம் உண்டாகிறதா?
- பிரச்சினையால் அதிகபட்சப் பாதிப்பு எந்த வகையில் உருவாகும் என்பது குறித்து சரியான நபர்களுடன் ஆலோசனை செய்யுங்கள். இந்த விடயத்தில் நீங்கள் ஈகோ பார்க்கக் கூடாது.
- பின் அதற்கேற்றவாறு வேகமாகச் செயற்பட்டு பிரச்சினையின் வீரியத்தைக் குறைக்க முயலுங்கள். இப்போது பிரச்சினையிலிருந்து மெதுவாக வெளியே வருவதை உணர்வீர்கள்.
- இதெல்லாம் முடியவில்லை எனில், பிரச்சினையை முற்றிலுமாக மறந்து விடுங்கள். இல்லையெனில் நீங்களும் பாதிக்கப்படுவீர்கள். உங்களைச் சுற்றியுள்ளவரும் பாதிக்கப்படுவர்.

15.2 சினம் தவிர்த்தல் பயிற்சி முறைகள்

சினம் மறதி நிலையாகிய உணர்ச்சி வயத்திலேயே செயல்படுவது. அதனாலேதான் எப்படிப் பேசுவதென்று தெரியாது பேசிவிடுகிறோம். எனவே சினத்தை ஒழிப்பதற்கு என்றும் மனம் விழிப்பு நிலையிலும், உடல் முயற்சி நிலையிலும் இருத்தல் வேண்டும். பின்வரும் பயிற்சி நெறி எத்தனையோ பேர் கையாண்டு வெற்றி பெற்ற நெறி.

- 1) இப்பயிற்சிக்காய் அரைமணி நேரத் ஒதுக்கித் தனிமையில் அமைதியாக அமர்ந்து கொள்ளுங்கள். தாளும் எழுதுகோலும் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.
- 2) முதலில் யார் யார் மீது கோபம் எழுகின்ற தென்பட்டியலிடவும் அதில் யார் மீது அடிக்கடி கோபம் ஏற்படுகின்ற தென்பதையும் குறிப்பிடவும் அதில் முதலில் உள்ள நபரை நினைவு கொள்க.
- 3) அவருக்கும் எனக்கும் உள்ள உறவு என்ன? எதனால் பிணக்கு உண்டாகிறது? என்சினத்துக்கு அவர் காரணமா ? என் தவறும் சேர்ந்துள்ளதா? அந்தத் தவறில் என்பங்கு எத்தனை சதவீதம் ? என் தவறைத் திருத்திக்கொள்ள இதுவரை நான் எடுத்த முயற்சி என்ன ? அவர் தவறை எனது சினத்தினால் போக்க முடிந்ததா ? நான் பல போது சினம் கொண்டபோது விளைந்த நன்மைகள் தீமைகள் எவ்வளவு எனக் கணக்கிட்டு எழுதுக.
- 4) இனி இந்த நபரைத் தொடர்புகொள்ளும்போது சினம் கொள்ள மாட்டேன். மறதியின்றி விழிப்புடன் இருப்பேன் எந்தநிலையிலும் சினம் கொள்ளாது என் அறிவைக் காத்துக் கொள்வேன். என மனதுக்குள் பல தடைவ கூறி ஒரு வாரம் காலை மாலை உறுதி செய்து கொண்டு இந்த உறுதிமொழியை மனமும் செய்க.
- 5) இதற்கிடையில் அந்த நபரோடு பேசிப்பழகுக. இம்முறையை ஒரு வார காலம் ஒரு விரதமாகவே செய்து கொள்க. நிச்சயம் வெற்றியுண்டு.
- 6) கடமையை நிறைவேற்றக் கோபம் காட்ட வேண்டியிருந்தாலும் நாடகத்தில் நடிப்பது போல் நடிப்பாகவே செய்க உள்ளத்துள் பதியவிடாது.

- 7) சினம் ஒழிந்தால் அடுத்த தீயகுணமான வஞ்சம் ஒழிந்து விடும். நலம் தரும் முறையிலான ஆராச்சி மிக்க தண்டணையோ மன்னிப்போ அளித்து விட்டால் வஞ்சம் என்னும் மனநோய் முடிந்துவிடும். நான் திருந்தி என்ன பயன் அவர் திருந்த வேண்டாமா ? என்று நினைக்காமல் முதலில் நம்மைத் திருத்திக் கொள்வோம். அடுத்தவர் தாமே திருந்திவிடுவார்.

16.1 கவலை ஒழித்தல்

உடலின் களங்கங்களாகிய நோய்களும், மனதின் களங்கங்களான வாழ்க்கைச் சிக்கல்களும் மனிதனில் கவலையாக மாற்றும் பெறுகின்றன. இதைவிட நம்மில் பலர் இப்படி நடக்கலாம் அப்படி நடக்கலாம் எனக் கற்பனை செய்து கவலைப்படுபவர்களே அதிகம். உண்மையான கவலையாளரை விட அதிகம் உடலுக்கோ மனதிற்கோ ஏற்படும் சிக்கல்களை எதிர்கொள்ள பலமில்லாத மனநிலையே கவலையாகும். இது ஒருவகை உளநோயாகும். கவலை எப்போதும் ஏற்படுகின்றது. நமது நினைப்புக்கும் எதிர்பார்ப்பிற்கும் - அதன் பலன்களுக்கும் இடையே இடைவெளி ஏற்படும்போது அதை மனம் ஏற்றுக்கொள்ளாதபோது கவலை ஏற்படுகின்றது.

➤ கவலை எழுவதற்கான காரணம்

இது தனது இயலாமையினை (Emotional Immaturity) நினைத்து நினைத்துக்கொண்டு கற்பனை செய்து ஂண்டு வருந்தி - அமைதியிழந்து இயங்கும் மனோநிலைதான் கவலை. நினைப்பதற்கும் நடப்பதற்கும் இடையேயான முரண்பாடே இதன் அடிப்படைக்காரணம். எவன் எந்தப் பொருளை விலக்குகிறானோ அப்பொருளால் அவனுக்குக் கவலை இல்லை. இதனையே வள்ளுவர்

“யாதானின் யாதானின் நீங்கியான் நோதல்

அதனின் அதனின் இலன்”

என்பார்.

ஒருவார வேலையைவிட ஒரு நாள் கவலையே தளர்ச்சியைத் தரும். கவலை நமது உடம்பு முழுவதையும் தலைகீழாக்கி விடுகிறது. கவலையை மறப்பதற்கு நாம் ஏதாவதொரு வேலையைச் செய்ய வேண்டும். வேலையே நம்மை ஆரோக்கியமாகவும், ஒழுங்காகவும் வைத்திருக்க வல்லது.

> அமைதி

செயலற்ற மனமோ அல்லது சிந்தனையற்ற மனமோ மன அமைதியல்ல. அப்படியான மனம் மனமுமல்ல. உணர்வதும் சிசித்திப்பதும் மனதிற்கு இயற்கை. அப்படியானால் மன அமைதி என்றால் என்ன? மனத்துடன் நீங்கள் சண்டைபோடுவதை நிறுத்திவிட்டாலே மனம் அமைதியாகிவிடும். “மனத்துடன் மல்லுக்கட்டிக் கொண்டிராது அதனை வேடிக்கை பார்க்கக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும்”. அப்படிச் செய்தால் அது கூப்பிட்ட குரலுக்கு ஓடிவரும். இப்படியான மனநிலை ஏற்பட்டுவிட்டால் துன்பமும் மகிழ்ச்சியும் ஒன்றே. அடக்கம் என்பது “தன்னைத்தானே சரியாக மதிப்பிட்டுக் கொள்வதாகும்”. உயர்வதற்காகத் தாழ்மையுடன் இருங்கள். வாழ்க்கையில் நமக்குவரும் துன்பங்களுக்கு பாதிக்கு மேலானது நாம் கற்பனை செய்து கொள்பவையே.

> மௌனம்

மௌனம் என்பது உரையாடாதிருப்பது மட்டுமன்று மனம், மெய், மொழி மூன்றும் சமநிலையில் நின்றலே மௌனம். பெரிய பெரிய சாதனைகளையெல்லாம் நாம் மௌனம் என்ற மொழிகளுடாகச் சாதித்துவிடலாம். உடலுக்கு உறக்கமும் ஓய்வும் அமைதியளிப்பதுபோல உள்ளத்திற்கு உண்மையான மௌனம் ஓய்வளிக்கின்றது.

> நோயினால் ஏற்படும் கவலை

நோயினால் ஏற்படும் கவலையைத் தீர்ப்பதற்கு உடலுக்கான சுகாதார முறைகளை அறிந்து அனுசரித்து வரல் மூலமும், உடல் பயிற்சி மூலமும் காக்கலாம். இதனால் நோய் பற்றிய கவலையின்றி வாழலாம். நல்ல வழிகள் பற்றி அறியாமலோ, அறிந்தும் அதனை அலட்சியம் செய்வதாலோதான் நோய்களுக்கு இடம்கொடுக்கவேண்டி ஏற்படுகிறது.

> வாழ்க்கைச் சிக்கல்கள்

இது பல காரணங்களால் ஏற்படுவது. இதன் முக்கிய காரணம் “தன் அறிவுக்குறைபாடாகும்” அறியாமையால் செய்த தவறுகளினாலேயே, நோய்களும், வாழ்க்கைச் சிக்கல்களும் ஏற்படுகின்றன. யாருக்கும் துன்பமில்லாது வாழ்தலே நமக்கு வரும் துன்பங்களைத் தவிர்ப்பதற்கான முதற்படி. தீர்வுகாணக்கூடிய கூர்மையான அறிவை வளர்க்க சிந்தனை ஆற்றல் தேவை. சிந்தனைத்திறனை மேம்படுத்த மூன்றடுக்குப் பயிற்சி தேவை.

1. திட்டமிட்டுச் செயல்புரிதல். (Planned work)
2. விழிப்புநிலை (Awareness)
3. சுயசோதனை

1) திட்டமிட்டுச் செயல்புரிதல் (Planned work)

நம் வாழ்க்கை பெரும்கடமைகளை நிறைவேற்று-வதற்காக அளிக்கப்பட்டுள்ளதன்றி சுயநலத்திற்காகவோ அன்றி குறிக்கோள் அற்ற கனவுகளில் சஞ்சரிப்பதற்காகவோ அல்ல எனவே எதனையும் திட்டமிட்டு செயலில் செய்யுங்கள் கஷ்டம் இல்லாமல் வெற்றியில்லை. முட்கள் இல்லாமல் அரியணை இல்லை. முயற்சி இல்லாமல் பெருமையில்லை. மூளையும் முயற்சியும் இருப்பின் முடியாதது ஒன்றுமில்லை. எச் செயலைச் செய்வதாயினும் அதன் விளைவு என்னவாக இருக்கும் என துல்லியமாகக் கணக்கிடவேண்டும். அதற்கு ஏற்ப எண்ணம் சொல், செயல் மூன்றையும் செயல்படுத்த வேண்டும். உலகம் விரும்பாத செயல்களைச் செய்யக்கூடாது. இதனையே வள்ளுவர்

எள்ளாத எண்ணிச் செயல் வேண்டும் தம்மொடு
கொள்ளாத கொள்ளாத உலகு..."

என்பார்

எனவே "எண்ணித்துணிக் கருமம்" நன்கு திட்டமிடப்படாத எந்தச் செயலும், வெற்றி பெறுவதில்லை.

2) விழிப்பு நிலை (Awareness)

அச்சம் என்ற உளநோய் கவலையை உண்டாக்கும். எந்த நிகழ்ச்சியாயினும் வருவதை எதிர்கொள்ளவும், வருமுன் தவிர்க்கவும் என்ற மனவறுதியுடன் பணியாற்றினால், அச்சம் என்ற உள நோய் ஒழிந்து விடும். கவலையை ஒழிப்பதற்கு ஒரே வழிதான் நம்பிக்கையாகும். சமுதாய ஒழுங்கமைப்பைப்பிரிந்து, மதித்து வாழ்ந்தால் தன்நிலை விளக்கம் பெற்று, பிறவியின் இலட்சியத்திற்கு ஒத்த இசைவான வகையில் வாழ்க்கை நடைமுறைகள் அமைத்துக்கொண்டால், சிக்கல்கள் இல்லாது போகும். இதனால் துன்பமும் கவலையுமில்லை. எப்பொழுதும் மறதியைத்தவிர்த்து மனம் விழிப்புநிலையில் செயலாற்றின் வெற்றி நிச்சயம்.

3) சுயசோதனை

மனம் தன்னைத் தூய்மைசெய்துகொள்ள எடுக்கும் முயற்சியே சுயசோதனை செய்தலாகும். தன்னைப் பற்றித் தன தேவை பற்றி தன் செயலின் விளைவு பற்றி தன் தகுதி பற்றி தன் மதிப்புப் பற்றி தான் ஆராய்வதே சுய சோதனையாகும். இதனை இரவுபடுக்கையில் இருக்கும்போது முதல் வேலையாக கடந்தபொழுது நடந்த விடயங்களை நினைவுபடுத்தி அதில் ஏற்பட்ட தவறுகள், குறைபாடுகள், நன்மைகளை ஆராய்ந்து ஏற்பட்ட குறைகள் மீண்டும் ஏற்படாது பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நமது தேவைகளில்

1. அனுபவித்தே தீர் வேண்டியவை.
2. தள்ளிப் போட வேண்டியவை.
3. அலட்சியப்படுத்தி விட வேண்டியவை.
4. உடனடியாக தீர்க்க வேண்டியவை என நான்கு வகையின.

1) அனுபவித்தே தீர் வேண்டியவை

போலியோ நோய் போன்ற பிரச்சினைகள் அனுபவித்தே தீர் வேண்டியவையாகும். தைரியமான மனத்துடன் துன்பங்கள் அனுபவித்தே தீர்வேண்டும். இப்படியான துன்பங்களையும் இடர்களையும் அனுபவித்தே தீர்வேண்டியது தான். தீராத நோய், மரணம், பொருள் இழப்பு போன்றன.

2) தள்ளிப்போட வேண்டியவை

வயதுக்கு வந்த பிள்ளை திருமணத்திற்காய் காத்திருக்கின்றது. தாயார் சும்மா இருக்கிறீர்களே எனக் கணவனை நச்சரித்தபடி இருப்பார். என்ன செய்வது? இதை பொறுமையாக இருந்தே சமாளிக்க வேண்டும்.

3) அலட்சியப்படுத்த வேண்டியவை

சிறு துன்பங்களை சிக்கல் இல்லாதவைகள் என யோசித்து நச்சரிப்புக்களைப் பொருட்படுத்தாது அலட்சியப்படுத்த வேண்டும். பிறரின் கருத்து வேறுபாடு, பொறாமை பேச்சு, செயல்கள் போன்றன அலட்சியப்படுத்த வேண்டியவையே.

4) உடனடியாக தீர்க்க வேண்டியவை

பசிக்கின்றது, தாகமாய் இருக்கின்றது. இத்தேவைகள் உடனடியாகத் தீர்க்கவேண்டியவையே. கடன்தொல்லை அறுவைசிகிச்சை, பாகப்பிரிவினைக் கோரிக்கை போன்றன.

13.1 சமூகநல விழுமியங்கள்

சேவை என்பது மற்றவர்கள் நன்மை அடைவதைப்பார்த்து மகிழ்ச்சி அடைவதற்கு செய்யப்படும் காரியமாகும். பிற்பாரத்தை தாங்கக் கைகொடுத்தால் நம் பாரத்தின் கனம் தானே குறைந்துவிடும். உறவு எல்லாவற்றையும் விட சமூகம் தான் முக்கியமானது. “இயற்கை, சமூகதாயம், மனிதன் என்ற மூன்றின் இணைப்பே வாழ்க்கை”. தியாகம் என்பது தேச நலத்திற்காய் சுயநலத்தை விடுவதாகும்.

மனிதன் ஒரு சமூகப் பிராணி. கூட்டமாக சேர்ந்து வாழும் இனமாகவே உள்ளான். ரொபின்சன் குருசோ போல தனியாக காட்டில் வாழ முடியாது. தனிமனித வாழ்க்கையும் தான் வாழ்கின்ற சமுதாயத்தையும் உயர்த்தி ஒவ்வொருவரும் அறவியல்கல்வி மற்றும் பயிற்சிகளை மேற்கொள்ள வேண்டும். இதில் ஒருவருக்கு ஒருவர் விட்டுக்கொடுத்தும் நட்பு நலம் பாராட்டியும் போற்றி வாழ வேண்டும். முடிந்தவரை நமது பேராசையினை ஒழித்து மனிதகுல நல்வாழ்வு நோக்கி எம் சிந்தனைகளைச் சீர்படுத்தவேண்டும். சமூகத்துடன் ஒத்துவாழ நம்மை நாம் ஆயத்தப்படுத்திக்கொள்ள வேண்டும். கற்றதன்படி நாம் ஒழுகவேண்டும். ஒளவை வாக்குப்படி “நாடு ஒப்பனை செய்யவேண்டும்”, ஊருடன் கூடி வாழவேண்டும். பல மனிதர்களின் கூட்டிணைப்பாகச் சமுதாயம் உள்ளது. சமுதாய அமைப்பின் சட்டதிட்ட நட்புநலன் இயற்கை சமுதாயம் மனிதன் என்ற அமைப்பில் இணங்கியிருப்பின் மட்டுமே நட்புநலனிருக்கும்.

13.2 நட்பு நலன்

மனித வாழ்வில் விலை மதிக்க முடியாதது நட்பு. நட்பு எந்தமுறையிலும் உருவாகலாம். குரு- சீடன், கணவன்-மனைவி, ஆசிரியன்- மாணவன், எசமான்-பணியாளர், பொருள்களை விற்பவன் - வாங்குபவன், அண்ணன் - தம்பி ஆகிய எந்த முறையிலும் நட்பு உருவாகலாம். தேவை, பழக்கம், அறிவின் வளர்ச்சி என்ற மூன்றாலும் ஒவ்வொருவரும் வேறுபட்டிருப்பதால் நட்பு நிரந்தரம் என்பது கொள்ளமுடியாது. அது நீடிக்க விருக்கும் வாய்ப்பை விடக் குலைந்து போகக்கூடிய வாய்ப்பே அதிகம். உடுக்கை இழந்தவன் கைபோல வாங்கே இடுக்கன் களைவது நட்பு. நம் குறைகளை சுட்டிக்காட்டும் நல்ல நண்பர்கள் ஊடாகவே ஒருவன் திருந்த முடியும். இதனால்தான் நண்பனை சொல் உன்னை சொல் என்பர். நல்ல நண்பர்கள் ஆறு குணங்களைக் கொண்டவர்கள்.

13.3 சேவை மனப்பான்மை

வாழ்க்கை பிறருக்குப் பயன்படவேண்டும். பிறர் துன்பமடையும்போது அத்துன்பத்தினை நீக்கத் தங்களால் இயன்ற உதவிசெய்கின்ற பண்பே சேவை மனப்பாங்கு ஆகும். சேவைக்கு தியாகமே உரைகல். இதனை மிக அழகாக உரைப்பார் தாயுமானவர்.

“அன்பர் பணி செய்ய ஏனை ஆளக்கி வீட்டுவிட்டால்
இன்பநிலை தானேவந் தெய்தும்மாபரமே”

என்பார்.

இறைவன் தொண்டருள்ளத்து அடக்கம் என்பர் ஓர் அருளாளர்.

பிறருக்கு நாம் ஏன் தொண்டு செய்யவேண்டும்? பிறருடைய தொண்டில்தான் நாம் வாழ்கிறோம் என்பதை நாமே மறந்துவிடக் கூடாது. பிறந்தது முதல் சராசரி 20 வயது வரை நாம் இன்னொருவரது உழைப்பே மெது உணவு. நாம் பாடசாலையில் கல்வி கற்கக்கிறோம் அதுவும், நலன் விரும்பிகளதும், மக்களது வரிப்பணத்திலும், வழிப்படுத்தப்படுபவை. நாம் பாவிக்கும் அத்தனை வசதிகளுமே சலுகை அடிப்படையில் நாம் அனுபவிப்பவை பொதுமக்கள் வரிப்பணத்தில் இருந்து ஏற்படுத்தப்பட்ட வசதிகள் அவை.

எனவே இதற்கு கைமாறாக ஊன முற்றோரையும் வயதானவர்களையும், ஆதரவற்றவர்களையும் குழந்தைகளையும் காப்பாற்றும் பொறுப்பு சமுதாய பொறுப்புமிக்க ஒவ்வொருவரது கடமையுமாகும். உலகில் உள்ள உயிரினங்களையும் மனிதனையும் சுமப்பவள் பூமித்தாய். பூமித்தாயே சகல உயிரினங்களுக்கும் வயிறாற உணவளிப்பவள் தட்பவெப்ப நிலையை உருவாக்கி, எல்லாவற்றிற்கும் தனித்தனியாக வாழும் சுதந்திரத்தையும், கூட்டாக வாழ்வதற்கு அன்பையும் ஒன்றுக்கொன்று உதவிவாழ்வதற்கும் கருணையினையும் ஒவ்வொருவரிடத்தும் சொருகி வைத்துள்ளது இயக்கை.

காக்கை குருவி எங்கள் சாதி நீள்கடலும் மலையும் எங்கள் கூட்டம் நோக்குமிடம் எல்லாம் நாம்மன்றி வேறில்லை. நோக்க நோக்கக் களியாட்டம் எனக் மற்றைய உயிரினங்களுடன் உறவு கொண்டாடுவார் பாரதி. யாதும் ஊரே யாவரும் கேளிர் என்பார் சங்கப்புலவர் கணியன்பூங்குன்றனார். இது உலகப் பொதுவுடமை அல்லவா?

பூமியில் மனித இனத்தை முதலில் உருவாக்கியவர்கள் ஒரு தாயும் தந்தையுமே. அவர்களின் வாசி்ககளே இன்று உலகில் 650 கோடி மக்களாய் உள்ளனர். 50 வருடங்களின் முன் மக்கள் தொகை 300 கோடி வரை 2050 இல் மக்கள் தொகை 900 கோடியாகலாம். ஒரு சில ஆண்டுகளும், பெண்களும் பூமியில் வாழ்ந்த காலம் உண்டு, அவர்களில் இருந்து தோன்றியவர்கள் தாம் நாம் எல்லோரும்.

எனவே நாம் எல்லோரும் தூரத்து உறவினர் தானோ ? (We are all distant cousins) இப்படியான உறவு பூண்ட நாம் ஒருவர்க்கு ஒருவர் உதவி வாழ்தல் சமுதாயக் கடமையல்லவா? அது சமுதாய விழுமியமல்லவா...!. தானே தனக்குப் பகைவனும் நண்பனும் தானே தனக்கு மறுமையும் இடமையும், தானே தனக்கு தான் செய்த விணைப்பயன் துய்த்தலால் தானே தனக்கு கரி. (அறநெறிச்சாரம்)

வீதியும் வாழ்வும்

நம்நாட்டு மக்களிடம் விதி என்பது மிக ஆழமாய் பதிந்துவிட்ட சிலருக்கு ஆரிய சமயக் கொட்பாடே விதியை நம்மிடம் உறுதிபெறச் செய்தது. இந்த விதி என்பதை ஏற்ற நாடுகள் பின்தங்கியே உள்ளன. குறிப்பாக இலங்கை, இந்தியா, தென்கிழக்காசிய நாடுகள். இக் கொள்கை மனிதனின் தன் முயற்சியினையே பறித்து சோம்பலினையும், வறுமையினையுமே பரிசாகத் தந்துள்ளது. இந்தியாவில் மட்டும் 47 கோடி மக்கள் வறுமையுடனுள்ளனர். ஆனால் வள்ளுவம் ஊக்கமுடைமை, ஆள்வினை உடைமை என்ற அதிகாரத்தில் இக் கொள்கையை எதிர்த்து மக்களை நம்பிக்கையூட்டுகிறது. முயற்சி மெய்வருந்தக் கூலிதரும் என்பார். ஊழையும் உப்பக்கம் காண்பார் உலைவின்றித் தாழாது உஞாற்றுபவர் “சோர்வின்றி முயற்சித்தால் ஊழையும் வெல்லலாம்” என்பார். மேலும் “இரந்தும் உயிர் வாழ்தல் வேண்டின் பரந்து ஒழுக உலகியற்கியான்” என்பார்.

முகத்திரண்டு புண்ணுடையோர் கல்லாதார்.

- கேடில் விழுச்செல்வம் கல்வி.
- கண்ணுடையோர் என்போர் கற்றோர்.
- தற்கம் செய்யவும் போராடவும் படிக்காதே.
- அறிவுக்காய் செலவிடும் பணம் பன்மடங்கு பயன்தரும்.
- நம்புவதற்காகவும் எதையும் ஒப்புக்கொடுப்பதற்காகவும் படிக்காதே.
- எதையும் ஆராய்ந்து தெளிவுபெறவே கற்க வேண்டும்.
- இளம் வயதில் எந்த விடயம் மனதில் புகிறதோ அது உயிருள்ள வரை நிலைத்திருக்கும்.
- கல்வி மனக்கருத்தைக் கலக்கமின்றித் தெளிவுபடுத்த வேண்டும்.

- எப்போது மனிதன் தனக்குள்ளிருக்கும் அளவில்லாத சக்தியை உணர்ந்து இயற்கையாக சுயஅறிவையும் புதிய நல்ல எண்ணங்களை அடைகிறானோ அப்போதே அவன் உண்மையான கல்வியாளனாகிறான்.
- வாழ்க்கைக்குச் சற்றும் பயன்படாத விடயங்களை உருப்போட்டு ஒப்புவிப்பது கல்வியன்று. செயற்கையில் அறிவியலோடு இணைந்த தற்கால ஆன்மீக நெறிகலவாத (சுகமாய் வாழவே ஆன்மீக நலம் வேண்டும்) கல்வியை உட்கொள்வதால் ஆத்மமலச்சிக்கலும் அபாயமான அஜீரண நோயும் ஏற்படும். இந்நூற்றாண்டின் வாலிபன் புதுமையை மட்டுமே கட்டிக்கொண்டு அழுகிறான்.
- மனத்திற்கு அமைதியும் ஆன்மநலமும் தருபவை சந்தேகமின்மை, ஆசையின்மை, வெறுப்பின்மை, மயக்க மின்மை, மரபுச் சொற்களுக்கு உள்படாமை. மனம், மொழி, மெய்யியலை நல்ல வழியில் பெறச்செய்தல், உயிர்களிடத்தில் அன்புடைமை, நல்லதைக் கூறல்.
- அறிவுரைகளைக் கேட்டுத்தெளிந்த சான்றோரே பிறவிப் பெருங்கடலைக் கடப்பர்.
- எப்பொழுதும் கற்றுக்கொண்டும் கேட்டுக்கொண்டும் சிந்தித்துக் கொண்டுமிருங்கள். எதையும் நாடாமல் கற்காமல் இருப்பவன் வாழ்நாள் வீண்நாளாகும். ஆசிரியர் ஒருவரது உபதேசத்தைக்கேட்க ஆறு மைல் நடப்பது எளிது. வீடு திரும்பியதும் அவர் கூறியதைப் பற்றிச் சிந்திப்பதற்கு அரைமணி நேரம் நாம் ஒதுக்குவதில்லை.
- அறிவுரை கேட்போர் புகழ், நட்பு, பொருள் பெறுவர்.
- மக்கள் கல்வி கற்க வேண்டும். அவ்வாறு கற்பது கசடறக் கற்க வேண்டும். ஐயம் திரிபற்று. இவ்வாறு கற்றுத் தெளிந்த அறிவுள்ள உங்களுக்கு நெடுந்தொலைவில் உள்ள வானமும், வீட்டுலகமும் அருகில் இருக்கும். ஐயத்தினை நீங்கித் தெளிந்தவர்க்கு வையத்தின் வானம் நணியதுவடைத்து - குறள்.
- உலகத்துன்பங்களுக்குக் காரணம் நாம் மறக்க வேண்டியதை நினைவில் வைத்திருப்பதும் நினைவில் வைத்திருக்க வேண்டியதை மறந்துவிடுதலுமாகும்.
- வெற்றி என்பது தியாகத்தின் மூலமே அடையக் கூடியது.
- சுட்ட சட்டி தட்டுவம் கறி சுவை அறியாதது போன்று கல்லாதான் அறமறியான். கருங்கல் நீரில் எத்தனை நாள் கிடப்பினும் மென்மையாகாதது போன்றது. கல் நெஞ்சரும் கயவரும் இரக்கம், கருணையற்றவர்கள்.

- ஒழுக்கமில்லாதவர் அறுவர் - பெருமைபேசும் பெரியோர், ஆசை நிறைந்தோர், உலக பந்தங்களில் மூழ்கியவர், நிலையற்ற பொருள்களில் அன்புடையோரும் அதன் மீது பற்றுள்ளோரும் சிறுதெய்வங்களை உபாசிப்போரும்.
- பெரியோர் அறுவர் நற்குடிப்பிறப்பும், மனித சுபாவமும் உடையவர்கள் நீதி தவறாமன்னவனும், மாட்சிமைப்பட்ட தாய் தந்தையரும் எண்ணிய முடிக்கும் துறவிகளும் குற்றமற்ற ஆசிரியரும் பத்தினிப் பெண்களுமாகும்.
- வெற்றியின் இரகசியம் காரியத்தில் உறுதியாயிருத்தலே.

இன்றைம் இனிக்க 5 வழிகள்

உங்களுடைய வாழ்க்கையைச் சிறந்ததாக அமைத்துக்கொள்ள இந்த 5 விடயங்களையும் பாருங்கள்.



1. பட்டியலிடுங்கள்

திருமணமாகிச் சில ஆண்டுகளுக்குள் மிகப்பெரிய சிக்கல் எதுவும் வராது. அவ்வாறு வந்தாலும் விரைவிலேயே தீர்ந்துவிடும். பெரும்பாலும் குழந்தைகள் பிறந்தபின், அலுவலகம் சம்பந்தமான பொறுப்புகள் அதிகரித்தபின்னர் தான் சிக்கல்கள் முளைக்கின்றன. இந்தக் காலகட்டத்திற்குள் மனைவியின் விருப்பு - வெறுப்பு, நிறை - குறை, இயலும் - இயலாமைகளைக் கணவனால் கண்டுகொள்ள முடியும். அதேபோலக் கணவரின் குணங்களையும் மனைவியால் அறிந்துகொள்ள முடியும். எனவே அவற்றைத் தனித்தனியாகவோ அல்லது சேர்த்தோ பட்டியலிடுங்கள்.

2. கணக்கிகழுதல்கள்

நடுத்தரக் குடும்பங்களில் இருவருமே வேலைக்குச் சென்றாலும் 20ம் திகதியே மனைவி பஞ்சப்பாட்டுப்பாட ஆரம்பித்த விடுகின்றார். வாங்குகிற சம்பளத்தை உங்களிடம்தான் கொடுத்தேன் எனக் கணவனும் கோப்பபட ஆரம்பித்துப் பிரச்சினைகள் தொடங்குகின்றன. இதற்குக் காரணம் பெரும்பாலான கணவர்களுக்கு விலைவாசி பற்றிய பத்திரிகை அறிவுதான் இருக்கும். கடை அறிவு இருக்காது. எனவே வாங்குகிற பொருளுக்கான விலையை எழுதி வைப்புகள். எழுதுவதோடு மட்டுமன்றி, அதனைக் கணவர் கண்ணில் படும்படி வைத்து விடுங்கள்.

3. வேலைகளைப் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

களைப்பாக இருக்கிறது. போர் அடிக்கிறது இவை இரண்டுமே தாம்பத்திய வாழ்வில் கணவன் - மனைவி இருவருமே சொல்லக்கூடியவை. அலுவலகம், வீடு ஆகிய இரண்டு இடங்களிலும் அதிக வேலை செய்பவர்களுக்கு உடல் மெலியும். உள்ளம் சேர்வடையும். இரண்டு இடங்களிலும் அதிக வேலை இல்லாதவர்களுக்கு போர் அடிக்கும். எனவே, கணவன், மனைவி இருவரும் உட்கார்ந்துபேசி தங்களுடைய வேலைகளைப் பகிர்ந்து கொள்ளலாம். அதற்காக வேலைகளைக் கட்டாயமாகத் திணிக்கக்கூடாது.

4. பாராட்டுங்கள்

உங்கள்துணை எந்த ஒரு செயலைச் செய்தாலும் அது நல்லதாக இருக்கும் பட்சத்தில் பாராட்டத் தவறாதீர்கள். குறிப்பாக உங்களுடைய அலுவலக நண்பர்கள், உறவினர்கள் முன்னிலையில் பாராட்ட மறக்காதீர்கள். நீங்கள் அடைந்த வெற்றிக்கு உங்கள் துணையே முழுமுதற் காரணம் என அவர்களை முன்னிலைப்படுத்திப் பாராட்டும்போது உங்கள்மேல் இருக்கும் கோபமெல்லாம் சூரியனைக்கண்ட பனிபோல விலகிவிடும். சமையலில் சிறுசிறு தவறுகள் இருந்தாலும் எரிந்து விழாமல் பாராட்டுவதன் மூலம் நாசுக்காக இதை உணர்த்துங்கள்.

5. தனிமையைப் பயன்படுத்துங்கள்

எவ்வளவுக்குத்தான் உங்களுக்கு அதிகமான வேலை இருந்தாலும் கிடைக்கின்ற தனிமையைப் பயன்படுத்துங்கள். வீட்டிலும், வேலை அலுவலகத்திலும் வேலை என எப்போதும் பிஸியாகவே இருக்கும் கணவன் - மனைவி இருவரும் சிறிது நேரம் ஒதுங்கித் தனிமையில் மனம்விட்டுப் பேசுங்கள். இருவரும் மாதம் ஒருநாள் விடுமுறை எடுத்துக்கொண்டு வெளியில் எங்கேயாவது சென்று வரலாம். அன்றையதினம் வீட்டில் சமைக்காது ஹோட்டலில் சாப்பிடலாம். நீங்கள் தனிமையில் இருக்கும் நேரங்களில் உங்கள் துணையின் கைகளை ஆதரவாகப் பற்றியிருங்கள். உனக்காக நான் எப்போதும் இருக்கிறேன் என்பதை அந்தப் பற்றுதல் சொல்லாமல் சொல்லும்.

இல்லறத்தின் முதல் பொருள் அன்பும் அறனுமாகும். தன் மனைவியிடம் அன்பும், பிறருடன் பகிர்ந்து உண்ணும் அறப்பண்பும் இல்லறத்தின் மூலவேர். பாதுகாப்பிலிருந்து கைவிடப்பட்டவர்கள், வறுமையில் வாடுபவர்கள், அனாதரவாகத் தம்மிடம் வந்து இரப்பவர்களுக்கு இல்லறத்தான் உதவவேண்டும். மேலும் அவன் தென்புலத்தார் என்ற தம்முன்னோர், தெய்வம், விருந்தினர், சுற்றத்தார், தான் என்னும் ஐவருக்கும் உரியபணி செய்தலே இல்லறத்தான் கடமைகளாகும்.

அறிவுத் தேடல்

அன்பிற்கினிய மாணவர்களே, உங்கள் வாழ்நாளில் உங்களுக்கு உதவக்கூடிய ஒரே ஒரு செல்வம் அறிவு ஒன்றுதான். அதனை நீங்கள் கற்றல் நடவடிக்கைகள் மூலமாகவே பெற முடியும். காரணம்

- ◆ அறிவின்மை வறுமையைத் தரும்
- ◆ மெய்ப்பொருள் காண உதவுவது அறிவு
- ◆ மன உறுதியைத்தருவது அறிவு - மானங் காப்பது, எவராலும் அழிக்க முடியாதது அறிவு.
- ◆ நன்மை தீமையினைச் சீர்தூக்கி அறிவது அறிவு.
- ◆ உலகத்தாரை நட்பாக்குவது அறிவு
- ◆ ஒழுக்கத்தில் நின்று வழுவாது வழக்கும் நிலத்திற்கு ஊன்றுகோலாக நின்று உதவுவது அறிவு.
- ◆ தமக்கு வரப்போவதை முன்கூட்டியே அறிவது அறிவு. இதனால் அவனை அத்துன்பத்திலிருந்து நீக்கிவிடுவதும் அறிவே.
- ◆ அஞ்சுவதற்கு அஞ்சி நடக்கத்தாண்டுவது அறிவு.
- ◆ அறிவுடையார் எல்லாம் உடையர், அறிவிலர் என்னுடையரேனுமில்ர்.
- ◆ அறிவுடையாரது பகைமை மற்றையோரைத் திருத்த வல்லது.
- ◆ மனித வாழ்விற்கு வேண்டிய அத்தனை கருவிகளையும், விஞ்ஞானத் தொழில்நுட்பப் பொறிமுறைகளையும் எமக்கு அளிப்பது அறிவு.
- ◆ ஐம்புலன்களை ஆராய்வது அறிவு.
- ◆ பிறர் துன்பத்தைக்கண்டு அதைத் துடைக்கத் துடிப்பது அறிவு.
- ◆ இயற்கையுடன் ஒத்துப்போவது அறிவு.
- ◆ சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப தம்மைச் சமாளித்து வாழ வழிவகுப்பது அறிவு.
- ◆ அறிவுடைய மக்களைப் பெறுவதே ஒருவர் பெறும் செல்வங்களுள் மிகச் சிறந்தது.
- ◆ கற்க வேண்டியதைப் குழந்தையானது தனது கருவறையிலிருந்தே கிரகிக்கத் தொடங்குகின்றது. எனவே கருவற்ற காலங்களில் தாயும், தந்தையரும் கல்வி கேள்விகளில் சிறந்து இருமனம் ஒன்றியவர்களாக இல்லறத்தில் ஈடுபடுவாராயின் அவருடைய குழந்தைகள் அறிவுடையவர்களாகப் பிறப்பர். குழந்தை கருவிலிருக்கும்போது தாய் மனச் சந்தோசத்துடன் அறிவுசார்ந்த நூல்களை கற்க வேண்டும்.

தெளிந்த அறிவின் பயன்

“ஐயத்தின் நீங்கித் தெளிந்தார்க்கு வையத்தின்
வானம் நண்ணியது உடைத்து”

- வள்ளுவர்.



அறிமுக உரை



டாக்டர் அ. பேரின்பநாதன் அவர்களின் சமூகநல விழிப்புணர்வு வெளியீடு செய்யும் பேரார்வத்தின் மற்றொரு மைல்கல்லே “வாழ்வியல் கல்வி” என்ற இந்நூலாகும். மருத்துவத்துறை சார்ந்தவராகத் தொழிற்றுறையில் அடையாளம் காடப்படுவரான டாக்டர் அ.பேரின்பநாதன் அவர்கள் பன்முக ஆற்றலுடையவர்.

இன்றைச் சமூக அறவாழ்வின் அவசியத்தின், உந்துதலே இந்நூலின் வரவாகும். இந்நூல் சமூகநல, அறவிழியங்களின் - ஒழுக்கத்தின் அறிவுட்டலை மையமாக்கக்கொண்டது. ஆசிரியரது அறிவுத் தேடல், ஊக்கம், பன்முக வாசிப்பு, நூலாக்க ஈடுபாட்டின் காரணமாக இந்நூலையும் எழுதியுள்ளமை மெய்ச்சத்தக்கது.

அறவாழ்வின் தேய்வில் இருந்தும், இன்றைய மற வாழ்வின் அழிவில் இருந்தும் மக்களையும் பூமியையும் மீட்கும் வழிகாட்டியே இவ்வாழ்வியல் கல்வி என்ற நூலின் மையக்கரு என்பதே அவரது புலக்காட்சியாகும். உடல், உள்ளம் சிந்தனைத்தாய மற்றும் திட்டமிட செயல்கள் என்பனவற்றை மேம்படுத்தும் பல்வேறு ஆன்மீக, இலக்கிய, உலக அறவியல் எண்ணக்கருக்களை இந்நூல் ஆழமாக ஆராய்கிறது. உலகமயமாதல் நீரோட்டத்தின் இயல்புகளுக்கேற்பப் பண்டைய எம் அறச் சிந்தனைகளுக்கு வடிவங்கொடுக்கவேண்டிய காலத்தின் தேவையால் பாடவிதான ஒழுங்குமுறைக்குச் சற்று விலகி விஞ்ஞான நோக்கிற் கலைக்களஞ்சியமான விடயத் தொகுப்பு முறையிற் காலத்தின் தேவைக்கேற்ப இந்நூலினை அமைப்பதில் நூலாசிரியர் வெற்றி கண்டுள்ளார்.

அறிவுபற்றிப் பலபடப் பேசுவதில் இந்நூல் கூாமையாகக் கவனஞ் செலுத்துகிறது. எமது பிராந்திய யுத்தம், அழிவு, கழிவுகள், அதன் பாதிப்பு பற்றியும் பேசுகிறார். அது சற்று அந்நீயமாக நிற்கின்றபோதும் காலத்தின் அவசியக் கருத்தாக உள்ளது.

அறிவை நுகர்பொருளாக ஆக்கி மகிழ விரும்புபவர்க்கு இந்நூல் நீச்சயம் நல்ல நூலாக விளங்கும். இதற்காக நூலாசிரியரைப் பாராட்டுகின்றேன்.

பேராசிரியர் மா.சின்னத்தம்பி
கல்வியற்றுறைத் தலைவர்,
யாழ்.பல்கலைக்கழகம், இலங்கை.
03.11.2009