

5.0 14528

அன்றாட வாழ்வில் தத்துவங்கள்



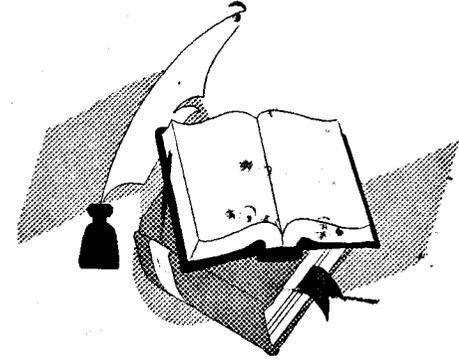
170
யோகராஜா
SL/PR

-14528-

எஸ். ஜே. யோகராஜா

அன்நாட வாழ்வில்

தத்துவங்கள்



ஜே. யோகராசா

முதற் பதிப்பு - ஆவணி 1995

பிரதிகள் - 2000

உரிமை ஆசிரியருக்கே
• ISBN 955-95655-4-0

விலை: ரூபா. 15/=

அச்சிட்டோர் : சஜோஸ் அச்சகம்

**23, கன்னாரத் தெரு,
கொழும்பு 13.**

எஸ்.ஜே.யோகராசா.
கொழும்பு
மொழியியல்துறை.
27.08.1995.

களனிப்பல்கலைக்கழகம்.

வாழ்க்கை வாழ்வதற்கே. எப்படியும் வாழலாம் என்று இல்லாது இப்படித்தான் வாழப்போகிறேன் என்று எண்ணி வாழ்வோர் குறைவே.

என்னை நான் அறிந்து என்னை அன்பு செய்யப்போகிறேன் என்ற அவா எனக்குள் புத்துயிரைத் தருகிறது. மனித வாழ்வு அர்த்தமுள்ளதாக வேண்டுமானால், அவனது வாழ்வில் எத்தனை பேர்களுடன் உண்மையான உறவு கொண்டுள்ளான் என்பதைப் பொறுத்திருக்கிறது.

ஒரு மரம் வீழ்ந்தால் அதை விலையாக மாற்றிவிடலாம். ஒரு கற்பாறை வீழ்ந்தால் அதை அழகான சிலையாக மாற்றலாம். ஆனால் மனம் சாய்ந்து போனால் என்னவாக மாற்றலாம். மனித உறவுகளைப் புதுப்பித்து அன்றாட வாழ்வில் அர்த்தமுள்ள வாழ்வு வாழ இந்நூல் உதவும் என்பது எனது நம்பிக்கை. நான் வானொலியில் கொடுத்த பேச்சுக்களைத் தொகுத்து நூலாக வெளியிடுவது உங்களின் நன்மைக்கே. நீங்கள் வாசித்துப் பயன்பெறும்போதே எனது முயற்சிக்குப் பலன் உண்டாகும்.

தோல்விகளைக் கண்டு சோர்ந்து போகாமல் அன்றாட வாழ்க்கை நிகழ்ச்சிகளை ஒளியாகப் பார்த்து; உற்சாகத்துடனும் முயற்சிபடனும் வாழ இந்நூல் உதவும்.

அன்றாட வாழ்வில் தத்துவங்கள் என்ற தலைப்பு இந்நூலுக்கும் பொருந்தும் என்று நினைக்கிறேன். தற்கொலைகளும், உறவு முறிவுகளும், பழிவாங்கலும் அதிகரித்துவரும் இக்காலத்தில் இந்நூலை வாசிப்போர் இவற்றிலிருந்து விடுபடுவர் என்பது எனது நம்பிக்கை.

மனிதன் இன்று இயந்திரமாக வாழ்கிறான். வாசிக்க நேரமில்லாது திரிகிறான். ஒவ்வொரு தலைப்பிலும் அதிகமாக எழுத உண்டு. ஆனால் சுருக்கமாக எழுதியது வாசகரின் வசதிக்காகவே.

எனக்கு இந்நூலை வெளியிட உதவிய அன்பர்களுக்கும் கண்ணியில் பொறித்தோருக்கும், கைப்பிரதியை அழகாக எழுதியோருக்கும் அழகாக அச்சிட்ட அச்சகத்தாருக்கும், அட்டைப்படத்தைத் தயாரித்தோருக்கும் எனது நன்றிகள்.

தூய நினைவுடன் முதற் காலடியையும்

தூய சொல்லுடன் இரண்டாவது காலடியையும்

தூய செயலுடன் மூன்றாவது காலடியையும்

• எடுத்து வைத்தான். சொர்க்கத்துக்கு வந்துவிட்டான்.

நன்றி.

எஸ்.ஜே.யோகராசா

அட்டைப்பட விளக்கம்

சரியான தியானத்தின் விளைவானது மூன்றாவது கண்ணால் புதிய ஒரு புலன் கிடைக்கின்றது.

எமது உள்ளம் இருட்டிலிருந்து ஒளிக்கு வரவேண்டியதன் அவசியத்தை மண்ணிறத்திலிருந்து மஞ்சள் நிறத்துக்கு மாறுவதும் அது இறுதியில் வெண்ணிறமாக மாறுவதும் காட்டுகின்றது.

தியானத்தைச் சீர்படுத்தும்போது பல விதமான தடைகளுக்கெதிராகப் போராட வேண்டியிருக்கும். இத்தடைகளைக் காட்டுவது வளைந்ததும், உடைந்ததுமான கோடுகளாகும்.

லக்கி சிங்க லக்சாரா

பொருளடக்கம்

01. புறங்கூறுதல்	01
02. மகிழ்ச்சியாய் இருப்பது நன்று	03
03. விடாமுயற்சி	05
04. குறிக்கோள்	07
05. உழைப்பு	10
06. அஞ்சாமை	11
07. கொள்கையுடன் வாழ்தல்	13
08. விவேகமும் வினைத்திறனும்	15
09. தாழ்வு மனம்	17
10. சிலரின் சிலேடைக் கதைகள்	19
11. தீர்ப்பிடுதல்	21
12. ஒழுங்கும் கட்டுப்பாடும்	23
13. உங்களுடைய எண்ணத்தை அறிந்து கொள்ளுங்கள்	25
14. சமூகத்தின் கடமைகளும் எமது கடமைகளும்	27
15. நல்ல பழக்கங்கள்	29
16. தரிசனம்	31
17. அதிகமான கவலையைத் தாங்குவது எப்படி?	33
18. நல்ல குணங்கள்	35
19. நான் ஏன் இப்படிச் செயற்படுகிறேன்?	37
20. ஆக்கபூர்வமான சிந்தனை	39
21. ஒளியும் இருளும்	41
22. குடும்ப வாழ்வு	43
23. பெருந்தன்மை	45
24. தன்னம்பிக்கை	47
25. உயிரும் உடலும்	49
26. உண்மையான உயர்வு	51
27. உங்களை நீங்கள் சரியாக அறிந்துள்ளீர்களா?	53
28. மன்னித்தல்	56

I. புறங்கூறுதல்

ஒருவர் இல்லாத போது அவரைப்பற்றிப் பிறரிடம் இழிவாகப் பேசுவதையும், அவர் செய்த சில குற்றங்களைப் பெரிதுபடுத்திக் கூறுவதையும் புறங்கூறுதல் என்கிறோம். புறணிபேசும் விருப்பம் பொறாமையின் வெளித்தோற்றமே.

பல கொலைகளையும், கொள்ளைகளையும் செய்யும் கொடிய பாவத்தைவிட புறங்கூறுதல் மிகவும் கொடியது என

“அறனழி இ அல்லவை செய்தலின் தீதே
புறனழி இ பொய்த்து நகை”

என்று வள்ளுவர் கூறுகிறார்.

வகுப்பிலே இராணி நன்றாகப் படிக்கக்கூடியவள். ஆனால் ராதாவுக்கோ இது பொறாமையாக இருந்தது. இது நாளுக்கு நாள் வளர்ந்து இராணியின் பெயரைக் கெடுக்கவேண்டும் என எண்ணினாள். இராணி இல்லாத சமயத்தில் அவளைப்பற்றிய தவறான வதந்திகளைப் பரப்பினாள். இதனால் மற்றப் பிள்ளைகள் இராணியோடு பழகாமல் ஒதுங்கியே இருந்தனர். ஒரு நாள் இந்த விடயம் அம்பலத்துக்கு வந்தது. இராதா இராணியைப்பற்றி ஆவலாதி அவதூறு கூறியுள்ளாள் என்பது எல்லோருக்கும் தெரிந்துவிட்டது.

ஒருவர் இல்லாத போது அவரைப்பற்றி எம்மிடம் யாராவது வந்து இருளான வார்த்தைகளைக் கூறக்கூடும். அப்படிக்கூறியதன் பின்பு அவரைப்பற்றி எமது மனதில் இருள் வருகிறது. அந்த நபரிடம் சென்று இப்படி இப்படியெல்லாம் உங்களைப்பற்றிப் பேசிக்கொள்கிறார்களே என்று நாமும் சொல்வதில்லை. ஆனால் அவரைப்பற்றி நாமும் இருளாக எண்ணுகிறோம்.

சில வேளைகளில் “உங்களைப்பற்றி இந்த நபர் கூடாத விதத்தில் இப்படியெல்லாம் கூறினார்” என்று ஒருவர் வந்து எம்மிடம் கூறலாம். அப்போது அவரிடம் “நீங்கள் கூறியதாக நான் அந்த நபரிடம் கேட்டுப்பார்க்கவா?” என்று கேளுங்கள். உடனே அவர் “ஐயோ நான் சொன்னதாகச் சொல்லவேண்டாம்” என்று கூறினால் அது ஆவலாதி அவதூறு என்பதை இனங்கண்டு கொள்ளுங்கள்.

இன்று காரியாலயங்களில், இல்லங்களில் ஆவலாதி அவதூறு, புறங்கூறுதல் மலிந்து காணப்படுகின்றது. இதனால் பல பிரச்சனைகள் சண்டைகள், பிளவுகள் ஏற்படுவதைக் காணலாம்.

கிடைக்குமிடம் S.J. YOGARAJAH என்ற பெயரில் PETTAH
என்ற தபாற்கந்தோருக்கு M.O எழுதி அல்லது காசோலையைக் கீழ்வரும்
முகவரிகளில் ஒன்றுக்குப் பதிவுத்தபாலில் அனுப்பியும், நேரடியாகவும்
பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

Apostolate of Renewal
Paul the 6th Centre,
5th Floor,
Malwattha Road,
Colombo 11.
Sri Lanka.
T.Phone: 325132

65/322 Crow Island,
Mattakuliya,
Colombo-15.
Sri Lanka.

நாம் மற்றவரது குறைகளையே பார்க்கப் பழகாது. முதலில் எமது குற்றங்களை நோக்கவேண்டும். எல்லோருமே குறைபாடு உள்ளவர்கள்தான் என்பதை ஒத்துக்கொள்ளவேண்டும். ஒருவர் இல்லாதபோது அவரது குறைகளைப் பெரிதுபடுத்திக் கூறுவதை நாம் தவிர்த்துக்கொள்வதையும், ஒருவர் இல்லாதபோது அவரைப்பற்றி இழிவாகப் பேசுவதையும் நிறுத்தினால் இன்று எத்தனையோ பிரச்சனைகளைத் தவிர்த்துக்கொள்ள முடியும் அல்லவா?



சீந்தனைக்கு.....

ஒருவன் தன் வாழ்நாள் முழுவதும் செலவழித்து ஓடம் செய்து, துடுப்புச் செய்ய மறந்தான். அவன் நடுக்கடலிலே தத்தளித்த போது காரணமறியாது தவித்தான்.

நீ உலகுக்கு நல்லதைச் செய்ய நினைக்குமன் மற்றவர்கள் நீ அவர்களுக்கு என்ன செய்யவேண்டுமென்று விரும்புகிறார்கள் என்பதை எண்ணிப்பார்.

உண்மை சோதிக்கப்படும்பொழுது அதன் மதிப்பு உயருமே ஒழிய குறையாது.

கற்கள் என்பதற்காக யாரும் அவற்றை ஒதுக்கிவிடுவதில்லை. நீ ஒரு அறிவுள்ள கலைஞனாக இருந்தால் கல் மனிதர்களைப் பயன்படுத்தி அழகான சமுதாயக் கட்டிடங்களைக் கட்டி எழுப்பலாம்.

உன் தோள்கள் வலித்தால் கடவுளுடைய தோள்களைப் பற்றிக் கொள். உன் கைகள் கடுத்தால் கடவுளின் கைகளைப் பிடித்துக்கொள். உன் உள்ளம் சோர்ந்துவிட்டால் ஆண்டவனுடைய உள்ளத்திற்குள் புகுந்துகொள். உன் வாழ்வில் நீ தோற்றுப் போனால் இறைவனின் வெற்றியில் சேர்ந்து கொள்.

2. மகிழ்ச்சியாய் இருப்பது நன்ற

நாம் அன்றாடம் பல மனிதர்களைச் சந்திக்கின்றோம். அவர்களில் சிலர் எப்போதும் சிரித்த முகத்துடனேயே இருப்பார்கள். வெறுசிலர் எப்போதும் சோகமான முகத்துடன் காட்சியளிப்பார்கள். இதைக் கொண்டு சிரித்தவண்ணம் இருப்பவர்களுக்கு வாழ்க்கையில் எந்தப் பிரச்சனையும் இல்லையென்றோ; சோக முகத்துடன் இருப்பவர்களுக்குப் பிரச்சனை அதிகம் என்றோ எண்ணுவது தவறு. எல்லோருக்கும் பிரச்சனை உண்டு.

மகிழ்ச்சி என்பது ஒரு மனநிலையாகும். துன்பம் வந்துவிட்டதே என்று துயரப்பட்டுக்கொண்டிருந்தால் மேலும் துன்பம் அதிகரிக்குமே தவிர குறையாது. சிரித்தால் பிரச்சனை, துன்பம் ஓடிவிடுமா? இல்லை. ஆனால் சிரிக்கும்போது மனம் அமைதியடைகிறது. துன்பத்தை நீக்குவதற்கான மனநிலையை அது கொடுக்கிறது எனலாம். பிரச்சினை துன்பம் சொல்லிக் கொண்டு வருவதில்லை. இவற்றை எதிர் கொண்டு சமாளிக்க வேண்டுமானால் நாம் மகிழ்ச்சியுடனும், மனத்தெளிவுடனும் இருக்கவேண்டும்.

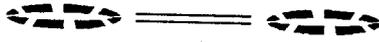
எப்பொழுதும் சிரித்த முகத்துடன் இருப்பது எமது தோற்றத்துக்கு அழகைக் கொடுக்கக் கூடியதாகும். மற்றவர்களும் அதைப் பார்த்து மகிழ்ச்சியடைவார்கள். உங்களிடமுள்ள மகிழ்ச்சி உங்களைச் சுற்றிலுமுள்ளோரையும் மகிழ்ச்சியாய் இருக்கத் தூண்டுகிறது. அதாவது அவர்களும் மகிழ்ச்சி உணர்வைப் பெறுகிறார்கள். நாம் மகிழ்ச்சியாய் இருக்கும்போது மற்றவர்களும் எம்மை விரும்புவார்கள். நாம் தனிமையிலே வாழப்பிறந்தவர்களல்லர். மற்றவர்களுடன் சேர்ந்து வாழவேண்டும். மனித உறவு மனிதனுக்குத் தேவை. இந்த உறவுக்கு மகிழ்ச்சியான முகம் அவசியம். சோகத்துடனும், வெறுப்போடும் இருப்போருடன் உறவு கொள்ள மற்றவர்கள் விரும்புவதில்லை.

பிரச்சினைகளும், போராட்டங்களும் நிறைந்த மனிதனால் எப்படி மகிழ்ச்சியாக இருக்க முடியும்? என்பது ஒரு கேள்வி. மகிழ்ச்சி என்பது ஒரு மனோநிலையாகும். பிரச்சினை, துன்பம், சோர்வு இவைகள் மனிதனை வெளியிலிருந்து தாக்குகின்றன. மகிழ்ச்சியோ உள்ளத்திலிருந்து ஊற்றெடுக்கிறது.

ஒருவன் தான் மகிழ்ச்சியாய் இருப்பதாக முதலில் எண்ண வேண்டும். எமக்குள் இருக்கும் மகிழ்ச்சியை நாம் வெளிக்கொணர வேண்டும். மகிழ்ச்சியாக இருக்கப் பழகிக்கொண்டுவிட்டால் வாழ்க்கை நிகழ்ச்சிகள் சாதாரணமாகி விடுகின்றன.

“முட்டாளர், மகிழ்ச்சி தூரத்திலிருப்பதாக எண்ணி அதைத் தேடுகிறான். ஞானம் பெற்றவன் அதைத் தனது காலுக்கு அடியிலேயே வளர்த்துக்கொள்கிறான்” என்கிறார் ஜேம்ஸ் ஒப்பன்ஹிம் என்பவர். சிரிக்கத் தெரிந்தவன் மனிதன் ஒருவனே. மிருகங்கள் சிரிப்பதைக் காணமுடிவதில்லை.

மகிழ்ச்சியாக இருப்பவர்களது முகத்தில் ஒரு கவர்ச்சி இருக்கும். மகிழ்ச்சியாக இருப்பவர்களை எல்லோரும் விரும்புவார்கள். உதவி செய்யவும் முன்வருவார்கள். மகிழ்ச்சியாக இருப்பவர்களைக் காணும்போது மற்றவர்களுக்கும் மகிழ்ச்சியாய் இருக்க ஓர் உந்துதல் ஏற்படும். உறவை ஏற்படுத்த விரும்பும் வரும். முகத்தில் சோகமாக, வெறுப்போடு இருப்பவர்களை யாரும் விரும்புவது குறைவு. உதவுவதற்கும் முன்வரமாட்டார்கள். மகிழ்ச்சியாக இருக்கப் பழகினால் மற்றவர்களோடு நல்ல உறவை ஏற்படுத்த முடியும். உற்சாகத்தோடு வரும் பிரச்சினைகளுக்கு முகங்கொடுக்கச் சக்தி பிறக்கும்.



மற்றவர்களின் உணர்ச்சிகளை மதித்து நட.

உணர்ச்சி.....உலகில் நடமாடும் பலரை நீ அறிவு உலகிற்குச் கொண்டு வந்து விடலாம்.



கவலைகள் உன்னில் வாழலாம் ஆனால் நீ கவலைக்குள் வாழாதே.



கடவுளைப் பார்த்துத் தலையசைத்தால் மட்டும் போதாது. அவர் காட்டுகின்ற வழியில் நடக்க வேண்டும்.



துன்பமில்லாமல் இன்பத்தை அடைந்தவனுக்கு அவன் அடைந்த இன்பமே ஒரு நாள் அவனுக்குத் துன்பமாக மாறும்.

3. விடாமுயற்சியும் மனவலிமையும்

எடுத்த முயற்சியை இடையிலே நிறுத்திவிடாது தொடர்ந்துசெய்து முடிப்பதே விடாமுயற்சி எனப்படும்.

“துன்பம் உறவரினும் செய்க துணிவாற்றி
இன்பம் பயக்கும் வினை”

என்று வள்ளுவர் கூறினார்.

“விடாமுயற்சியுடன் செயற்பட்டவனது வாழ்வில் செல்வம் பெருகும்”

என்றார் செனேகா.

“தொடங்கிய செயலைப் பயன்காணும் வரை விடவே கூடாது.
அதுவே விடாமுயற்சி”

என்கிறார் ஷேக்ஸ்பியர்.

“எதனையும் நான் திடீரென்று கண்டு பிடிக்கவில்லை.
பல்லாண்டுகள் ஊன், உறக்கமின்றி உழைக்க உதவி செய்தது
எனது விடாமுயற்சியேதான்”

என்று தோமஸ் ஆல்பர் எடிசன் கூறுகிறார். இவ்வாறு பெரியோரின் அனுபவத்திலிருந்து விடாமுயற்சியின் முக்கியத்துவம் தெளிவாகிறது.

ஒரு செயல் வெற்றிபெற வேண்டுமானால் அதற்கு முயற்சி தேவை என்று உணர்த்தவே “முயற்சி திரிவினையாக்கும்” என்றார் வள்ளுவர். எடுத்த செயல் மனவலிமையுடன் தொடரப்பட்டால் முயற்சியின் பலனை அடையலாம் என்பதை உணர்த்தவே “ஊக்கமது கைவிடேல” என்றார் ஓளவையார். முயற்சி “உடையவனின் வீட்டிற்குள் வறுமை எட்டிப்பார்க்கலாம். ஆனால் உள்ளே நுழையமுடியாது” என சீன முதுமொழி கூறுகிறது.

செயலில் வெற்றி பெற்றவுடன் மனநிறைவும், மகிழ்ச்சியும் ஏற்படுகிறது. புகழும், பெருமையும் வருகிறது. விடாமுயற்சி உள்ளவனுக்குச் சோம்பல் வராது. தோல்வியைக் கண்டு துவளமாட்டான். தோல்விகள் தான் வாழ்க்கையின் முன்னேற்றத்துக்கு அடிப்படை என்பதை உணர்வான்.

விடாமுயற்சியைப் பயிற்சி செய்ய ஒருவன் விரும்பினால் அதற்குத் துணைசெய்யும் குண இயல்புகள் சில உண்டு. அவையாவன; தன்னம்பிக்கை,

தேர்ந்தெடுக்கும் அறிவுத்தெளிவு, ஆலோசனை பெறும் தாழ்ச்சி, தீர்மானம் எடுக்கும் மனஉறுதி, காரியத்தில் கவனம் என்பனவாகும்.

முயற்சியைக் கைவிடாமலிருக்க ஒருவனுக்குத் தன்னம்பிக்கை வேண்டும். எடுத்த காரியத்தை என்னால் சாதிக்க முடியும். அதற்குத்தேவையான சக்தியும், திறமையும் என்னிடம் உள்ளது என்கிற நம்பிக்கை வேண்டும். தன்னம்பிக்கை இல்லையேல் தோல்வி மனப்பான்மை வந்துவிடும்.

அதேபோன்று ஒருவன் ஒரு செயலைத் தேர்ந்தெடுக்கப் பகுத்தறிவைப் பயன்படுத்தவேண்டும். தன்னிடத்தில் உள்ள வசதி, வாய்ப்பு, திறமை, பொருள், கருவி, காலம், இடம் முதலியவற்றிற்குத் தகுந்தாற்போல் ஒரு வேலையைத் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும். நாம் தொடங்கும் வேலை கடினமானதாக இருக்கலாம். ஆனால் செய்யவே முடியாததாக இருக்கக்கூடாது.

மேலும் தேர்ந்தெடுத்த வேலையைப்பற்றிய விபரங்களை அறியப் பெரியோர்களின் ஆலோசனை உதவும். கட்டிடம் கட்ட ஆரம்பிப்பதற்கு முன்னர் இதற்கு முன் கட்டிடம் கட்டி அனுபவம் வாய்ந்த கட்டிடக் கலைஞர் ஒருவரின் ஆலோசனையைப் பெற்றால் பல பயன்கள் கிடைக்கலாம்.

அதேபோன்று தான் எடுத்துக்கொண்ட செயலின் தன்மையைத் தன் அறிவினால் புரிந்துகொண்டு அதைப்பற்றிய ஒரு முடிவு எடுக்க வேண்டும். தீர்க்கமான முடிவு எடுத்த பின்னர் எதிர்காலத் துன்பங்களைக் கற்பனை செய்து கலங்கக்கூடாது.

அதுமட்டுமன்று காரியத்தில் கவனமாகவும் இருக்கப் பழக வேண்டும். கவனமில்லாமல் பாடம் கேட்பவர் தேர்வில் தோல்வி காண்பர். ஒரு குறிக்கோளை அடைய நமது அறிவு, ஆற்றல் அனைத்தையும் ஒரு குறியில் குவிப்பது தான் கவனம். முழுக் கவனத்தோடு செய்யப்படாத எந்த முயற்சியும் வெற்றி பெறாது.

விடாமுயற்சியின் பகைவர்களும் உண்டு. துன்பத்தில் துவழ்தல், எதிர்ப்புகளுக்கு அஞ்சுதல், தோல்வியில் தளர்தல் முதலியன அவற்றில் சில.

ஆகவே முயற்சியுடையோர் இகழ்ச்சி அடையார் என்று வாழப் பழகுவோம்.

4. குறிக்கோள்

குறிக்கோள் என்பது ஒரு மனிதனுடைய இறுதியான நோக்கத்தை அடையும் வழியிலே ஒருவனை வழிநடத்திச் செல்லும் ஒன்றாகும். ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் குறிக்கோள் இருக்கவேண்டும். அது மனிதனால் அடையக் கூடியதாகவும் நடைமுறை வாழ்க்கைக்கு உகந்ததாகவும் இருத்தல் வேண்டும்.

குறிக்கோள் ஒருவனுக்குள் இருந்து அவனது திறமைகள், ஆற்றல்களைத் தன்வயப்படுத்துகிறது. அதுமட்டுமல்ல தன்னோடு தொடர்புடைய மனிதனின் பிற ஆசைகளையும் தன் பக்கம் ஈர்த்து, அதற்கு மாறானவற்றை ஒதுக்கித்தள்ளும் சக்தி வாய்ந்தது. ஒருவனது செயல்கள் யாவுமே அவனது குறிக்கோளின் சாயலைப்பெறுகின்றது எனலாம்.

உயர்ந்த குறிக்கோள், தாழ்ந்த குறிக்கோள் என இரண்டு உள்ளன. ஒரு மனிதனின் குறிக்கோள் மனிதனுக்கு வெளியே அவனை விடப்பெரிதாக இருக்க வேண்டும்.

ஒருவனது குறிக்கோள் தனது உடலை வளர்ப்பது தான் என்றால் அது உயர்ந்த குறிக்கோள் ஆகாது. காரணம் உடல் வலிமை இருந்தால் மட்டும் போதாது. அவனுக்குப் புத்தித்திறனும் தேவை. ஒருவன் ஒரு சிறந்த கலைஞனாக இருக்கலாம் ஆனால் எதற்கும் உணர்ச்சிவசப்படுவனாக இருந்தால் என்ன பயன்? அறிஞராகப் படித்துப் பட்டம் பெற்றிருக்கலாம். ஆனால் மற்றவர்களோடு பழகத் தெரியாதிருந்தால் என்ன பயன்? ஆகவே மேற்குறிப்பிட்ட ஒரு நோக்கத்தை மட்டும் குறிப்பதாக இருந்தால் உயர்ந்த குறிக்கோளாகாது.

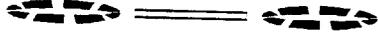
பணம் சம்பாதிப்பது மட்டும் எனது குறிக்கோளாக இருந்தால் அது எந்த வழியிலும் சம்பாதிக்கலாம் என்பது உயர்ந்த குறிக்கோளாகாது. உயர்ந்த குறிக்கோள் என்பது தன்னால் தனது குடும்பத்துக்கும், வாழும் சமுதாயத்திற்கும் பயன்படக்கூடிய ஒன்றாக இருத்தல் வேண்டும். சமுதாய நன்மை உயர்ந்த குறிக்கோளில் அடங்குகிறது.

ஒருவன் ஆன்மீக நலனில் உயர்ந்து வளர்ந்தால் அவனது பிற நலன்களாகிய உடல் நலம், அறிவு நலம், உணர்வுப் பக்குவம் போன்றவைகள் வளர ஆரம்பிக்கும். அப்படிப்பட்டவனது வாழ்வில் நீதியும், நேர்மையும், உண்மையும், அன்பும், கடமை கண்ணியம் கட்டுப்பாடும் மேலும் பல உயர்ந்த பண்புகளும் வளரத் தொடங்கும். அப்படிப்பட்டவனது சிந்தனை, சொல் செயல் உயர்வு உடையதாக இருக்கும்.

இளவயதிலிருந்தே பிள்ளைகள் நல்ல குறிக்கோளுடன் வளர பெற்றோர்கள் உதவ வேண்டும். இவ்வாறு உதவி உரமிட்டால் பிள்ளைக்குக் குறிக்கோள் வளரத் தொடங்கும்.

“நம்மிடம் உறுதியான தீர்மானம் இருந்தால் மட்டும் குறிக்கோள் வைக்கவும். அதன் பின் அக்குறியை அடைவதற்கான வழிகள் ஒவ்வொரு திசையிலும் தானே திறந்திருக்கும்” என்கிறார் எட்வட்ஸ்.

எமது வாழ்வில் உயர்ந்த குறிக்கோளுடன் வாழத் தீர்மானம் எடுப்போம். அதற்காக அயராது முயற்சி செய்வோம். எவ்வளவு தான் தோல்விகள், கஸ்டங்கள் வந்தாலும் சோர்ந்து விடாது முயற்சி செய்வோம். வாழ்வில் நிம்மதியாக வாழ்வோம்



வண்டிச்சக்கரம் அசைய அச்சாணி அசைவதில்லை. உலகம்
அசைய இறைவனும் அசைவதில்லை.



பேனாவைக் காகிதத்தில் வைத்ததும் அது தானே எப்படி
எழுதும்? உன் கை அசைய வேண்டாமா?

உன் நிழலை மாற்ற நினைத்தால் முதலில்
உன்னையே நீ மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும்.



உன் வீட்டு விளக்கால் அடுத்த வீட்டுக்காரன் ஒளி பெறக் கூடாது
என்பதற்காக கொளுத்திய விளக்கைக் கூரைக்குள் மறைக்காதே.

5. உழைப்பு

உழைப்பு என்பது வேலையாகும். கடினமாக உழைத்தால் வாழ்வில் உயரமுடியும். உழைப்பு இருவகைப்படும். உடல்சார்ந்த உழைப்பு. அறிவுசார்ந்த உழைப்பு எனக் கூறலாம்.

மனித உழைப்பால் இன்று உலகமே முன்னேறுகிறது. உயிர்கள் வாழ்கின்றன. மகிழ்ச்சி கிடைக்கிறது. உயர்வு கிடைக்கிறது. குணப்பண்பு பெருகிறது. அதாவது உழைப்பைத் தெய்வமாகக் கருதுபவர்களிடம் நேர்மை, தியாகம், பணிவு, நாணயம், சிக்கனம், அஞ்சாமை, கொல்லாமை, சான்றாண்மை, வெகுளாமை, போன்ற பண்புகள் உருவாகின்றன. உழைப்பினால் ஊதியம் கிடைக்கிறது. உடலும் உள்ளமும் வளர்கிறது.

சோம்பல் என்பது உழைப்புக்கு எதிரியாகும்.. இளமையிற் சோம்பல் முதுமையிற் துன்பம். என்பதுபழமொழி. சோம்பல் சோர்வையும் தளர்வையும் ஏற்படுத்துகிறது. ஆர்வத்தை இழக்கச் செய்கிறது.

ஆனால் உழைப்பு ஒருவனது உடல்நலத்தையும் வாழ்வையும் வளர்க்கிறது. சோம்பேறி தன் ஆசைகளால் வருத்தப்படுகிறான். ஆனால் சுறுசுறுப்புள்ளவனோ ஆசைகளுக்கு அணை போட்டு அயராது உழைப்பதன் மூலம் தேவைகளை நிறைவேற்றிக் கொள்கிறான்.

சோம்பேறிக்கு வறுமையே வருகிறது. ஆனால் உழைப்பவனுக்குச் செல்வம் சேருகிறது.

எனக்குள் உழைக்கும் திறனை வளர்க்க வேண்டுமானால் சில நல்ல கருத்துக்களைக் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

திட்டம் தீட்டவேண்டும். அட்டவணை தயாரித்து முதலில் எதைச் செய்வது. இரண்டாவது எதைச் செய்வது என்று தரம் பிரிக்க வேண்டும். செய்ய முடியாத திட்டத்தைத் தீட்டாது விடுவது நன்று.

அடுத்தது ஓய்வெடுக்க வேண்டும். ஓய்வெடுக்காதிருந்தால் உடல் பாதிக்கப்படலாம். அப்போது ஞாபக சக்தி குறையத் தொடங்கும்.

அதேபோன்று கடந்த காலத்தையும் எதிர்காலத்தையும் நினைத்துக் கலக்கம்

கொள்ளக் கூடாது. இந்தக் காரியத்தைச் செய்ய முடியும் என்ற நல்லெண்ணத்தை உருவாக்க வேண்டும்.

மேலும் உறுதிக்கொள்ள வேண்டும். தோல்விகள் தவறுகளை ஏற்றுக்கொண்டு மீண்டும் முயலவேண்டும். இனிமேல் அப்படிப்பட்ட தவறுகளைச் செய்ய மாட்டேன் என்று. உறுதி கொள்ள வேண்டும்.

ஒப்பிட்டுப்பார்த்து. ஆராய்ந்து பார்த்து. மனதை ஒருமுகப்படுத்தி செயலில் இறங்க வேண்டும்.

இறுதியாக விடாமுயற்சி முக்கியமானதாகும். முடிந்தால் முடியாதது ஒன்றுல்லலை. என்பதை மனதில் பதிக்கவேண்டும்.

இவ்வாறு அன்றாடம் வாழ்ந்தால் வாழ்வில் முன்னேற முடியும் என்பதில் ஐயமில்லை.



ஒவ்வொரு நிமிடமும் உனக்குக்
கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் வேலையும், நேரமும்
கடவுளிடமிருந்து வருவதாக நினை, உன் வாழ்வில்
சலிப்பு ஏற்படாது.

★ ★ ★ ★

அறிவில்லாத மூட சனங்கள் சோம்பலில் காலங்
கழிக்கின்றனர். அறிவாளிகள் விழிப்பாயிருத்தலையே
பெரிய தனமாகப் பாதுகாப்பர்.

★ ★ ★ ★

6. அஞ்சரமை

“உச்சமீது வானிடிந்து வீழுகின்ற போதிலும்
அச்சமில்லை அச்சமில்லை அச்சமென்பதில்லையே”

என்ற பாடலின் அடிகள் அச்சமில்லாத மனதைப் படம் பிடித்துக் காட்டுகிறது.

வீரம் என்பது துணிச்சல், மனத்திடன், மனத்துணிவு, ஊக்கம், உள்ளஉரம், விவேகம், அஞ்சரமை என்ற பல கருத்துக்களில் கூறலாம். துன்பம் வரும்போது துவண்டு விடாமல் உயிரையும் பொருட்படுத்தாமல் துணிந்து முன்னேறுவதாகும் ஆபத்துக் காலங்களில் என்ன நடக்கும் என்பதை முன்னறிந்து விவேகத்துடன் நடப்பது வீரமாகும். இந்த வீரத்தை உடற்பலம், உளப்பலம் என இரண்டாகப் பிரிக்கலாம்.

போர்க்களத்திலே அஞ்சரது நின்று போர்புரியும் வீரத்தை எம்முன்னோர் மறம் என்பர். போர்க்களத்தில் முகத்திலும், மாப்பிலும் படிகின்ற வடுக்களைப் பொன்னிலும் மேலாகப் போற்றுவர் எம் முன்னோர். இந்த உடற்பலத்தைவிட உளப்பலம் நம் ஒவ்வொருவருக்கும் முக்கியமானது.

எமது வாழ்விற்கு ஏன் வீரம் தேவை? உண்மையே பேச நீதிக்கும், நியாயத்துக்கும், சத்தியத்துக்கும் சான்றுபகர வீரம் தேவை. எம்மை எதிர்கொள்ளும் சோதனைகளைக் கட்டுப்படுத்த வீரம் தேவை.

அதேபோன்று எமது கடமைகளைக் கருத்தாய் செய்ய குறிக்கோளுடன் செய்ய, குறிப்பிட்ட நேரத்திற் செய்ய, கட்டுப்பாட்டுடன் செய்ய வீரம் தேவைப்படுகிறது.

அதுமட்டுமா எமதுகொள்கை, இலட்சியங்களில் ஏற்படும் தடைகளைத் தாண்டிச் செல்லவும், துன்பங்களைத் தாங்கிச் செல்லவும், தோல்விகளைக் கண்டு மனம் சோராதிருக்கவும் வீரம் தேவை.

மேலும் தன்மானத்தைக் காப்பாற்ற, வாழ்வில் ஏற்படும் அவமானங்களைச் சகித்துக்கொள்ள, பொறுத்துக்கொள்ள வீரம் தேவை.

பாவத்திற்கு அஞ்ச வீரம் தேவை. அதனாலேயே “அஞ்சுவதற்கு அஞ்சுக” என்றார் வள்ளுவர். அதாவது தீயதைக்கண்டு ஓடிவிட வீரம் தேவை.

எமது நல்ல குணப் பண்புகளோடு வாழ எமக்கு வீரம் தேவை. அதுமட்டுமன்று எல்லோரும் விரும்பும் நல்ல தலைவனாக வளர வீரம் தேவை. அடக்கம், அறிவு, அருள், அன்பு, பண்பு, ஊக்கம், ஒழுக்கம், நாணம் போன்ற நல்ல குணங்களை வளர்க்க எமக்கு வீரம் தேவை.

வீரத்தை வளர்த்துக் கொள்வது எப்படி? மனதைக் கட்டுப்படுத்துவதால், உண்மை பேசுவதால், நல்லவற்றைக் கண்டு பிடிப்பதால், விடாமுயற்சியை வளர்ப்பதால், நல்ல பண்புகளை வளர்ப்பதால் வீரத்தை வளர்த்துக்கொள்ள முடியும்.

எதைச் செய்ய வேண்டும் எதைச் செய்யக்கூடாது என்று தெரியாது வாழ்கிறோம். தெரிந்தாலும் சமுதாய அலையில் அகப்பட்டு வாழ்கிறோம் அஞ்சாது வீரத்துடன் வாழ்ந்து அவசியமானதை மட்டும் எமது வாழ்வில் பாவித்து நல்ல சமுதாயத்தைக் கட்டியெழுப்புவோம்.



உன்னைப் பற்றி யாராவது குறை கூறினால், குறை கூறும் அளவுக்கு நீ நடந்து கொண்டதாக வருத்தப்படு.



இடையூறுகளைக் கண்டு கலங்காதே, இடையூறுகளில் தான் உனது வீரமும், தியாகமும், மனப்பக்குவமும், உயர்ந்த நோக்கங்களும் வளர்கின்றன.



7. கொள்கையுடன் வாழ்தல்.

நாம் எமது வாழ்வில் மற்றவர் எமக்குச் செய்யும் ஒவ்வொரு செயல்களுக்குப் பழிவாங்குவதைப்போன்ற பிரதிச் செயலைச் செய்யாதிருப்பது நன்று. உயர்ந்த கொள்கையோடு செயல்படப் பழகிக்கொண்டால் இந்த நல்லபழக்கம் அன்றாட வாழ்வில் எமக்குள் உருவாகிவிடும். அன்றாட வாழ்வில் எந்த நிகழ்ச்சி நடந்தாலும் அந்த நிகழ்ச்சிக்கோ அல்லது அச்சுழலுக்கோ அகப்படாது உள்ளாள விடுதலையுடன் வாழப்பழகிக்கொள்ள வேண்டும். இவ்வாறு பழிவாங்காது, நிகழ்ச்சிக்கு அகப்படாது உள்ளாள விடுதலையுடன் நிகழ்ச்சியில் பிரதிச் செயலைக் காட்டுவதைக் கொள்கையுடன் வாழ்தல் என இங்கே குறிப்பிடுகிறேன். அதாவது தனது உயர்ந்த கொள்கையைக் கைவிடாமல் சூழலுக்கு அகப்படாது அச்சுழலைக் கட்டுப்படுத்தும் நிலையாகும்.

பெரும்பாலும் நாம் எமது சூழ்நிலைகளால் கட்டுப்படுத்தப்படுகிறோம். எமது சூழல் நன்றாகச் செயற்படும்போது நல்லதை உணர்கிறோம். சூழல் தீமையானதாக இருக்கும்போது நாம் தீயதை உணர்கிறோம். ஆனால் சூழல் எப்படிப்பட்டதாக இருப்பினும் அந்தச் சூழலுக்கு அகப்படாது மனதிற்கு மகிழ்ச்சியை உண்டாக்கிச் செயற்படும்போது சூழ்நிலைகள் எம்மை ஆட்கொள்வதில்லை. இல்லையெல் சூழலுக்கு அகப்பட்டுத் தீமையான பிரதிச் செயலைச் செய்பவர்கள் ஆகிவிடுவோம்.

ஒரு நாள் ஒரு மனைவி தனது கணவனை ஏசினாள். ஆனால் கணவனோ தனது உள்ளத்தில் கலவரப்படவில்லை. மாறாக நான் எனது மனைவியை எதிர்த்துப் பேசுவதில்லை என்ற தீர்மானத்தோடு உள்ளாள விடுதலையுடன் அமைதியோடு அவளுக்குச் செவிசாய்த்தான். பழிவாங்கும் பிரதிச் செயலைக் கணவன் காட்டாது கேட்டுக்கொண்டிருந்ததால் மனைவி தனது கோபம் தணியும்வரை ஏசிவிட்டு நிறுத்திவிட்டாள். ஏசி முடிந்ததும் கோப உணர்வு நீங்கி விடுதலையை அனுபவித்தாள். கணவனும் பதிலுக்குப் பதில் ஏசியிருந்தால் குடும்பத்தில் பெரிய பிரச்சினை ஏற்பட்டிருக்கும்.

எமது வாழ்வில் பயனுள்ள பெறுமதியுள்ள கொள்கைகளே வழி காட்டியாகவும், நங்கூரமாகவும் பாவிக்கும் பொழுது நாம் சூழலை ஆட்கொள்கிறோம். இல்லையெல் சூழல் எம்மை ஆட்கொண்டு விடும். சூழ்நிலைகள் மாறக்கூடியவை. சிலவேகைகளில் கசப்பான சூழல் ஏற்படும். அதே இடத்தில் மகிழ்ச்சியான சூழலாக மாறிவிடும். ஆனால் பெறுமதிகள் மாறுவதில்லை.

மகாத்மாகாந்தி தனது வாழ்வில் நல்ல பெறுமதிகளுடன் வாழ்ந்தார்.

1. அநீதிக்குத் தலைவணங்க மாட்டேன்.
2. பொய்யை உண்மையால் வெற்றிகொள்வேன்.
3. உண்மையைக் காக்க எந்தக் கஸ்டத்தையும் அனுபவிப்பேன்.

இப்படிப்பட்ட நல்ல பெறுமதிகளோடு காந்திமகான் வாழ்ந்தார். நல்ல பெறுமதிகளைத் தீர்மானித்து அதைப்பற்றிக்கொண்டு அதன்படி வாழ்ந்தார். அதுவே அவருக்குச் சக்தியைக் கொடுத்தது.

பெரும்பாலும் சிலர் தமது கொள்கையின்படி நிகழ்ச்சிகளில் பதில் கொடுப்பதில்லை. சூழலுக்கேற்பவே பதில் கொடுப்பார்கள். சிலர் தம்மிடம் வந்து அன்போடு கேட்கும் போது தமது கொள்கையைக் கைவிட்டுச் செயற்படுவர். அதாவது காரியாலயத்தில் தனக்குப் பிடித்தவர்களுடன் ஒரு மாதிரியும் பிடிக்காதவர்களுடன் மற்றொரு மாதிரியும் நடந்துகொள்வது கொள்கையுடன் வாழுவதாகாது. எமது வாழ்வில் எமது செயல்கள் ஒவ்வொன்றுக்கும் நாமே பொறுப்பாளிகள். சூழ்நிலையை அல்லது மற்றவர்களைக் குறை கூறுவது பொருத்தமில்லை. மற்றவர் என்ன நினைப்பாரோ என்று நான் இப்படிச் செய்தேன் என்று குறை கூறுவது கொள்கையோடு வாழ்பவரின் நல்ல பிரதிச் செயலல்ல.

மகாத்மகாந்தி கொள்கையோடு வாழ்ந்து வரும்போது அது அவருக்குச் சக்தியைக் கொடுத்தது. ஆளுக்கேற்ப, நிகழ்ச்சிக் கேற்ப செயற்படாது கொள்கையுடன் செயற்பட்டார்.

நாமும் நல்ல கொள்கைகளைத் தெரிவு செய்து வாழ முயலுவோம். சூழலுக்கு அடிமைப்படாது: சூழலுக்கேற்ப எமது பிரதிச் செயலைக் காட்டாது நல்ல கொள்கையோடு வாழ்ந்து எமது வாழ்வைச் சிறப்பாக்குவோம்.

நான் எப்போது கொள்கையுடன் செயற்படுகிறேன். எப்போது செயற்படவில்லை என்பதை அறிவது நன்று. அதுவே வெற்றிக்கு வழியாகும்.



8. விவேகமும் வினைத்திறமும்

விவேகம் என்பதற்கு ஞானம், சிறந்த அறிவு என்ற பல பெயர்களுண்டு. 'தெரிந்ததைத் தெரியாததிலிருந்து பிரிக்கும். அறிய வேண்டியதை அறியும் செய்யத்தக்க செயல்களைச் செய்யும். அதுவே விவேகம்'. என்கிறார் கொன்பூசியஸ். 'ஒவ்வொரு நாளும் பல நிகழ்ச்சிகள் நடை பெறுகின்றன. அவைகளை முன்னமே அறியும் அறிவே விவேகம்' என்கிறார் மில்டன்.

ஒரு மனிதன் தான் செய்யும் செயலை எப்போது செய்வது? அதை எப்படிச் செய்வது? எங்கே செய்வது? ஏன் செய்கிறோம்? என்று முதலில் சிந்திக்க வேண்டும். அந்த அறிவே விவேகம் எனப்படும். விவேகிகளுக்கு மதிநூட்பம் வேண்டும். முன்யோசனை வேண்டும். முன்எச்சரிக்கை வேண்டும்.

ஒருவரின் உள்ளத்தை அவன் கூறாமலே விளங்கிக்கொள்ள வேண்டும். அதை அவனது புறச்செயல்களில் தெரிந்துக்கொள்ள வேண்டும். அந்த ஆற்றலுள்ள அறிவே மதிநூட்பம் எனப்படும். மதிநூட்பம் இல்லாதவன் ஒரு சொல்லின் உண்மையை அறியாத முட்டாளாகிறான். அதனால் எல்லோரையும் ஒன்றுபோல நினைக்கிறான். ஏமாந்து போகிறான்.

அறிய வேண்டியதை முன்னமே அறிய வேண்டும். பின்னால் என்ன நடக்கும் என்பதை முன்னமே யோசிக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு நாள் வாழ்விலும் நடக்கவிருப்பவைகளை முன்கூட்டியே அறியும் அறிவே முன்யோசனை எனப்படுகிறது. பழக்கமில்லாத நீரோடையைக் கடப்பது அறிவன்று. அதன் ஆழம் என்ன? நீரின் இழுவைத் தன்மை எப்படி? திடீர் வெள்ளம் அந்த ஓடையில் வருமா? என்று முன்னமே விசாரிக்க வேண்டும். அதன் பின்னர்தான் ஓடையில் கால் வைக்க வேண்டும். முன்யோசனை இல்லாது ஆழம் தெரியாமல் காலை விட்டால் அவனது உயிர் அத்தோடு முடிந்தும் போகலாம்.

மின் கம்பங்களின் மேல் ஏறி வேலை செய்யும் ஊழியர்கள் எச்சரிக்கையுடன் இருக்க வேண்டும். அப்பகுதியில் மின்தடை ஏற்படுத்த வேண்டும். கைகளில் றப்பர் உறை அணிந்திருக்க வேண்டும். இந்த எச்சரிக்கையுடன் பணி செய்யாதவருக்கு ஆபத்து ஏற்படுகிறது. முன் எச்சரிக்கையோடு நடந்து கொள்வது எமக்குப் பலவிதங்களில் உதவுகிறது. தீமை இதுவென்று அறிவு சொல்லுகிறது. அதனால் உனக்கு ஆபத்து வாழ்க்கைக்குப் பயன் இல்லை. விலகிக்கொள் என்று எச்சரிக்கிறது. இந்த எச்சரிக்கையின்படி செயலாற்றுவதே முன் எச்சரிக்கை எனப்படும்.

சாமர்த்தியமும், தந்திரமும் விவேகத்தின் நண்பர்கள் எனலாம். பலர் வாழ்க்கையில் வெற்றி பெறுவதற்குக் காரணம் அவர்கள் பேச்சின் சாமர்த்தியமே. எதிரிகளை வெல்வதற்கு வேண்டிய திறமைகள் தேவை. அது சாமர்த்தியமே. அவன் சூழ்நிலைக்கேற்ப அறிவுடனும் ஆற்றலுடனும் கண்டிப்புடனும் நடக்கிறான். முன்னிலைப் பொருளை நிதானித்து அதற்கேற்றவாறு செயல்படுகிறான்.

விவேகிகளின் வெற்றி அவர்களது தந்திரச் செயலில் அடங்கியுள்ளது. எதிரிகளின் ஆபத்துக்களிலிருந்து தப்பித்துக்கொள்ள இராணுவத்தில் பல தந்திர முறைகள் கற்பிக்கப்படுகின்றன. ஒருவனை வஞ்சனை செய்து இலாபம் பெறுவது தந்திரமாகாது. அது வஞ்சகரின் தொழில். அறிவற்றவனிடம் செயலை முடிப்பது தந்திரமன்று. அது மோசக்காரனின் வேலை. அப்பாவிடம் காரியத்தைக் கைப்பற்றுவது தந்திரமன்று. அது கோழையின் செயல்.

வினைத்திறன் என்பது ஒரு செயலைச் செய்யுமுன் அச்செயலின் தன்மையையும் அதன் விளைவுகளையும் அறிந்து அதை எப்போது எங்கே எப்படிச் செய்யவேண்டுமோ அப்படிச் செய்து முடிப்பதாகும்.

உன்னைப் பரிசோதித்துப் பார்க்கும் உரைகல்
உனது மனச்சாட்சியே.

தீய இதயமுள்ளோன் நன்மையைக் காணான். இரு பொருளுள்ள
வார்த்தைகளைப் பேசுகிறவன் தீமையில் சிக்கிக் கொள்வான்
(விவிலியம் பழமொழி 17: 20)

9. தாழ்வு மனம்

தாழ்வு மனப்பான்மை கொண்டவர்கள் தங்களைப்பற்றிச் சிந்திப்பதைவிட தங்களைப்பற்றி மற்றவர்கள் என்ன நினைக்கிறார்கள் என்பதைப்பற்றியே சிந்தித்துக்கொண்டிருப்பார்கள். தாழ்வுமனம் உள்ளவர்களிடம் பின்வரும் குணங்கள் இருக்குமென உயவியலாளர்கள் கூறுகிறார்கள்.

1. தனித்திருக்கும் குணம்
2. சுய உணர்வு மிக்கவர்கள்
3. நுண்ணுணர்வு கொண்டவர்கள்
4. எல்லாப் பேச்சையும் தங்களோடு தொடர்புபடுத்திப் பார்ப்பர்
5. பிறரை அடக்கியாளும் நிலை போன்றகுணங்கள் இருக்கும்.

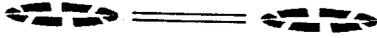
பெரும்பாலும் தங்களைவிட மற்றவர்கள் முன்னிலையில் கூனிக் குறுகிப் போவார்கள். ஏதாவது காரியம் செய்தால் அது தவறாகிப் பிறருடைய நகைப்புக்கு ஆளாக இருக்க வேண்டுமோவென அஞ்சி எதையும் செய்யாது இருந்து விடுவார்கள்.

இத் தாழ்வு மனப்பான்மை மனிதனுக்குத் தீமரெனத் தோன்றுவதில்லை. குழந்தைப் பருவத்திலிருந்தே ஏற்படுகிறது. பிள்ளை தனது திறமைகளை வெளிப்படுத்த முயலுவது இயற்கையே. அர்த்தமற்ற கட்டுப்பாடுகளை அதற்கு விதிக்கும்போது முயற்சி செய்வதே கூடாது என்கிற எண்ணம் அதன் ஆழ்மனதில் பதிந்துவிடுகிறது. அது செய்யும் முயற்சிக்குத் தண்டனை கொடுக்கும்போது தன்னுடைய திறமைகளை வெளிப்படுத்துவதே குற்றம் என்கிற நிலையில் தாழ்வுமனம் உருவாகத் தொடங்கும். பெரும்பாலான பிள்ளைகள் பிறரோடு ஒப்பிட்டு தரம் தாழ்த்தப்பட்டிருந்தால் பிற்காலத்தில் தனது தரத்தைத் தானே தாழ்த்திப் பேசுவான். பெற்றோரால் அல்லது மற்றவர்களால் குழந்தைப்பருவத்தில் புறக்கணிக்கப்படுவது அல்லது கேலிப்படுத்தப்படுவது நிகழும். அதைச் செய்யும்போது அது குழந்தையின் மனதில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும் என்பதை உணர்வதில்லை.

தாழ்வு மனம் கொண்டவர்கள் அதிலிருந்து விடுபடுவது எப்படி? தனிமையிலே அமர்ந்து இதைப்பற்றிச் சிந்திக்க வேண்டும். இந்தக் குணம் அர்த்தமற்றது என்பதையும் தொடர்ந்து இக்குணம் இருந்தால் தோல்வியே சேரும் என்பதையும் உணர வேண்டும். தனது திறமையை வெளிக்கொணர்ந்தால் தோல்வி வந்துவிடுமோ என்று பயப்படுவதைத் தவிர்க்க வேண்டும். முதலில் உங்கள்

திறமைகளை நீங்கள் அங்கீகரிக்க வேண்டும். குழுவில் அபிப்பிராயங்களைப் பயமின்றி வெளிப்படுத்தப் பழகிக்கொள்ளவேண்டும். மற்றவர்களோடு பழகும்போது எனக்கும் ஆற்றல்கள் உண்டென ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். ஒருமுறை தோல்வி ஏற்பட்டாலும் முயற்சி செய்ய வேண்டும்.

இன்று பெரிய மேதைகளாக இருப்போர் ஆரம்பத்தில் தோல்வி. கேலிக்கு ஆளாகியோரே. ஆனாலும் அவற்றைச்சகித்துக் கொண்டு முன்னேறியவர்களே. ஓரிருமுறை உங்கள் தாழ்வுமனப்பான்மையிலிருந்து நீங்கி மற்றவர்களின் அபிப்பிராயங்களை அதனால் ஏற்படும் பாதிப்புக்களைச் சந்திக்கத் தொடங்கி விட்டால் துணிச்சல் தானாகவே தோன்றத் தொடங்கும். தாழ்வுமனப்பான்மை என்பது மனநிலையே. இதைச் சலபமாக மாற்றிக்கொள்ளலாம் என்று எண்ணுங்கள். முயற்சியும் பயிற்சியும் எனக்கிருந்தால் இதிலிருந்து விடுபட முடியும் என எண்ணுங்கள். சுயஅறிவை வளர்த்துக்கொண்டால் தாழ்வுமனப்பான்மை நீங்கி சமநிலை மனப்பான்மை வளரத் தொடங்கும். சுயஅறிவை வளர்க்க அதற்குத் தகுந்தபடியான புத்தகங்களை வாசித்து கருத்தரங்குகளில் பங்குபற்றி உளவியல் மருத்துவர் அல்லது குடும்ப ஆலோசகரின் உதவியைப் பெற்று சமநிலை மனப்பான்மையை வளர்த்து கொள்ளலாம்.



கீழே விழுவதற்கு முன் எழுந்துவிட முயற்சிசெய். அது உன் காயங்களைக் குறைக்கும்



உணரும் உள்ளம்தான் உண்மையான உள்ளம்.



சிலர் எவ்வேலையும் இல்லாமல் பிறர் வேலையில் தலையிடுகிறார்கள். இது தான் அவர்கள் வேலை.



10. சிலரின் சிலேடைக்

கதைகள்

காலையிலே இயந்திரம் போல் வேலைகளை முடித்துக்கொண்டு காரியாலயத்துக்கு ஓடுகின்றோம். பஸ்சிலும். பஸ்தரிப்பு நிலையத்திலும் வீதியிலும். காரியாலயத்திலும். பல வார்த்தைகள் எமது காதுகளில் விழுகின்றன. அவற்றில் சில எமது மனதுக்கு ஆறுதலையும். சந்தோசத்தையும் தருகின்றன. ஆனால் சில வார்த்தைகளோ எமது அமைதியையும் சிதைக்கக் கூடியன. அந்தவகையிலே 'டபிள்மீனிங்' அல்லது இரு பொருள்படும் கூற்றுக்களும் எமக்குக் கேட்கத்தான் செய்கின்றன.

எமது சமுதாயத்தில் சிலர் இரு பொருள்படும் விதத்தில் பிரசித்தமாக மற்றவர்களுக்குக் கூறுவதன்மூலம் மனதில் திருப்தியை அனுபவிக்கின்றனர். தனது மனதில் உள்ள ஆசைகளை நிறைவேற்றிக்கொள்ள முடியாமையால் அல்லது வெளிப்படுத்த முடியாமையால் பெரும்பாலும் இருபொருள்படும் விதத்தில் பேசமுனைவர்.

இப்படிப்பட்ட வார்த்தைகளைப் பேசுவோர் தமது வார்த்தைகளை மற்றவர்கள் ஏற்றுக்கொள்வார்கள் என்று எண்ணும்பொழுது அவர்கள் மத்தியில் பேசமுனைவர். இதனை எந்த எதிர்ப்புமின்றிச் சிரிப்பாலோ அல்லது முகபாவத்தாலோ உற்சாகம் கொடுக்கும்பொழுது திரும்பத் திரும்ப இவ்வாறு பேச முனைவர்.

சிக்மன்ட்புரொயிட் என்ற உளவியல் அறிஞர் டபிள்மீனிங்கைப்பற்றிக் கூறுகிறார். டபிள்மீனிங்கில் பேசுவோர் வேண்டுமென்று நினைத்துக் கூறுவதில்லை. தமக்குக் காம உணர்வு ஏற்படும்போது சிலர் "டபிள்மீனிங்கில் பேச முனைவர். அப்போது அதற்குப் பெண்களிடமிருந்து கிடைக்கும் பிரதிச் செயல்களுக்கேற்ப திருப்திப்படுகிறார்கள். கேட்போர் தமது சிரிப்பால் முகபாவத்தால் அக்கறை காட்டவில்லையேல் கூறுபவர்களுக்குத் திருப்தி ஏற்படாது"

டபிள்மீனிங் வார்த்தைகளால் மற்றவர்களைத் தாக்கவும் முனைகின்றனர். அதேபோன்று ஒருவருக்கு ஒன்றை நேரடியாகக் கூறமுடியாமல் இருப்பதால் மறைமுகமாகக் கூற இந்த டபிள்மீனிங் வார்த்தைகளைப் பயன்படுத்துவோரும் உண்டு. தனது ஆசைகளைப் புதைத்து வைத்துக்கொள்வதால் அது கடினமானதாக இருக்கும்போது இதனை டபிள்மீனிங் வார்த்தைகளால் வெளியிடுவர்.

இதனை எமது நடைமுறை வாழ்க்கையில் பார்த்தால் எதிர்க்கால சந்ததியினருக்கு நாம் முன்மாதிரியாக வாழ்கிறோமா..? எமது வார்த்தைகளை வெளியிடும்போது அளந்து விடுகிறோமா? வெளியிட்ட வார்த்தைகளைத் திரும்ப எடுத்துக்கொள்ள முடியாது.

எமது உள்ளத்திலிருந்தே வார்த்தைகள் வாய்மூலம் வெளிவருகின்றன. மனதைத் தூய்மைப்படுத்துவதன் மூலம் எமது வார்த்தைகளையும் தூய்மைப்படுத்த முடியும். மனம் தூய்மையாகும். அளவுக்கு எமது சொல். செயல் மனம் பார்வை. யாவுமே தூய்மையாகத் தொடங்கும்.

எந்நேரமும் உயர்ந்த இலட்சியத்திலே வாழ்ந்தால் அது எமது மனத்தூய்மைக்கு உதவியாக இருக்கும். ஒவ்வொரு நிகழ்ச்சியிலும் அதாவது வெற்றியான, கவலையான, வேதனையான, தேல்வியான நிகழ்ச்சிகளில் இலட்சியத்தை மனதிற்கொண்டு செயற்படும்பொழுது அதனை நன்மையாக்க முடிகிறது.

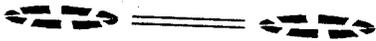
இறுதியாக எமது வார்த்தைகள் நல்லவையாக வருகின்றனவா என்று பார்த்துக்கொள்வோம். இதனையே வள்ளுவரும்

“நயன் ஈன்று நன்றி பயக்கும் பயன் ஈன்று
பண்பின் தலைப் பிரியாச் சொல்”

என்றார்.

அதாவது பிறருக்கு நன்மை செய்து இனிமைப் பண்பிலிருந்து நீங்காத சொற்கள் சொல்லுவோனுக்கும் இன்பம் தந்து நன்மை விளைவிக்கும் என்பது பொருள்.

ஆகவே எமது வாழ்வில் நல்லதைச் சிந்திப்போம். நல்லதைச் சொல்வோம். சொன்னதைச் செய்வோம்.



ஊன் கண்ணீர் உனது அயலானுக்கு ஆறுதல்
அளிக்கிறதென்றால் கலங்கி கண்ணீர் விடத் தயாராக இரு.

II. தீர்ப்பிடுதல்

எமது வாழ்விலே அடிக்கடி மற்றவர்களைத் தீர்ப்பிடுகிறோம். ஒவ்வொருவருடைய செயலுக்கும் பின்னணியிலே மற்றொரு காரணம் உண்டு. காரணமில்லாத நடமாட்டம் எதுவுமில்லை எனலாம்.

ஒருவர் சொல்லுகின்ற சொல்லை அல்லது செயலை வைத்துக் கொண்டு அவரைப் புரிந்துகொள்ள முடியாது. அதற்குப் பின்னால் உள்ள காரணத்தைத் தேடும் பொழுதே மற்றவரைப் புரிந்துகொள்ள முடிகிறது.

ஒரு நாள் ஒரு வாலிபன் துவிச்சக்கர வண்டியில் வீதியால் சென்றுகொண்டிருந்தான். அப்பொழுது நேரம் ஏறக்குறைய மாலை ஆறாமணியிருக்கும். அப்பொழுது அவன் ஒரு காட்சியைக் கண்டு விட்டுப் புதுமையடைந்தவனாக அப்படியே வீதியோரத்தில் நின்று விட்டான். அந்த வீதிக்கருகிலிருந்த குளத்தில் அவனது நண்பன் வழக்கத்துக்கு மாறாக இருகைகளையும் உயர்த்திக் கொண்டு சத்தம் போட்டவாறு தண்ணீரில் நடந்து சென்றான். நண்பனுக்குப் பைத்தியம் பிடித்து விட்டதா? என்று கவலையோடு சிந்தித்த வண்ணம் நின்றான். அப்பொழுது உடனே அங்கே வேறொரு காட்சியையும் கண்டான். அவன் கைகளை உயர்த்திய வண்ணம் கத்திக்கொண்டு செல்லும் போது அவன் பின்னால் சில தாராக்கள் செல்வதைக் கண்டான். உண்மை என்னவென்றால் அந்த நண்பன் தாரா சிலவற்றை வீட்டில் வளர்த்து வந்தான். காலையில் அவற்றைத் திறந்துவிட்டால் மாலையானதும் அவர் சென்று இரு கைகளையும் உயர்த்தி சத்தம் போட்டுக் கொண்டு சென்றால் பின்னாலே தாராக்கள் ஓடி வீட்டை அடையும்.

இங்கே வீதியால் சென்றவன் கண்ட காட்சி உண்மையானது. நண்பன் இரு கைகளையும் உயர்த்தியவாறு தண்ணீரில் நடந்து சென்றதும் உண்மை. ஆனால் அவன் பின்னாலே வந்த தாராக்களை இந்நிகழ்ச்சியோடு தொடர்புபடுத்தவில்லையேல் அவனுக்குப் பைத்தியம் பிடித்து விட்டது என்ற முடிவுக்கே வர வேண்டும்.

இதேபோன்று எமது வாழ்வில் குடும்பத்தில், அயலில், காரியாலயத்தில் மற்றவர்களைத் தீர்ப்பிடுகிறோமல்லவா? அவர் அப்படிச் சொல்ல, செய்ய என்ன காரணம் என்பதைத் தேடிப் பார்க்கிறோமா? அல்லது இதற்காகத்தான் அவர் இப்படிச் சொன்னார். செய்தார் என்று உடனே தீர்ப்பிடுகிறோமா? இப்படி அவசரப்பட்டுத் தீர்ப்பிடுவதால் எமது வாழ்வில் உறவுகள் முறிந்து கவலைப்படுகின்றோமா? நிம்மதியை இழந்து தவிக்கின்றோமா?

எமது உணர்வுகள் அடிக்கடி மாறக் கூடியன. கோபம், கவலை, பயம்.

பொறாமை, வேதனை, பசி, எரிச்சல் இப்படிப்பட்ட உணர்வுகள் எம்மில் மாறி மாறிச் செயற்படுவதால் எமது நடமாட்டங்களும் அடிக்கடி மாறுகின்றன. ஆகவே ஒருவர் ஒன்றைச் சொல்லும் போது, செய்யும்போது எப்படிப்பட்ட உணர்வு அச்செயலுக்குப் பின்னணியில் இருக்கின்றது என்பதை அறிந்தாலே அவரைப் புரிந்து கொள்ள முடியும். காலையில் மகிழ்ச்சியோடு வேலைக்குச் செல்கின்ற கணவன் மாலையில் கவலையோடு வீட்டுக்கு வருகிறான். இதைக் கண்ட மனைவி காலையில் சந்தோசத்தோடு சென்றாரே மாலையில் கவலையோடு வருகிறாரே என்பதைத் தேடிப்பார்க்காது மனைவியும் கோபத்தோடு கணவனுடன் நடந்து கொண்டால் குடும்பத்தில் மகிழ்ச்சி நிலவாது.

ஒருவர் ஒருவரைப் புரிந்து கொள்ளாமலானால் நாம் நல்ல உறவை ஏற்படுத்தப் பழகுகிறோம். எம்மைப் புரிந்து கொள்ளக் கூடியவர்களுடனே நாமும் நன்றாக பழக விரும்புகின்றோம். ஒருவரை முற்றாகப் புரிந்து கொள்ள எம்மால் முடிவதில்லை. ஆகவே மற்றவர்களைத் தீர்ப்பிடாதிருக்க முயலுவோம்.

தீர்ப்பிடாதிருக்கச் சில ஆலோசனைகள்.

1. ஒருவர் மற்றவரைப் பற்றி எம்மிடம் வந்து சொல்வதை அப்படியே ஏற்றுக் கொள்ளாமல் இருப்பது நன்று.
2. மற்றவர் சொல்வது உண்மையாகத் தான் இருக்க வேண்டும் என்று நினைத்தாலும் தீர்ப்பிடாதிருப்பது நன்று.
3. ஒருவர் மற்றவரைப் பற்றி வந்து எதையாவது சொல்லும்போது அவர் தனிப்பட்ட விதத்தில் தனக்கிருக்கும் பிரச்சினையை முன்கொண்டு அப்படிச் சொல்வதால் தீர்ப்பிடாதிருப்பது நன்று.
4. ஒருவர் தான் செய்த தவறை நினைத்து மனம் வருந்தி மனம் திருந்துகிறாரா? இல்லையா? என்பதை எம்மால் முழுமையாக அறிய முடியாதிருப்பதால் அவரைத் தீர்ப்பிடாதிருப்பது நன்று.
5. ஸ்திரமாக அறிந்த விடயமானாலும் இரு பக்கங்களையும் தேடிப் பார்க்காது தீர்ப்பிடுவது பிழையல்லவா?
6. கண்களால் காண்பதைக் கொண்டு தீர்ப்பிடுவதும் நல்லதல்ல.
7. நீங்கள் இருக்கும் நிலையில் இருந்தவாறு தீர்ப்பிடுவதுப் உகந்ததல்ல.

இவைகளை மனதிற்கொண்டு இன்றைய நாளிலிருந்து தீர்ப்பிடாது வாழ ஆசைப்படுவோம். நாள் தோறும் இதைப் பயிற்சி செய்வோம். மகிழ்ச்சியாக மற்றவருடன் நல்ல உறவை ஏற்படுத்தி வாழ்வோம்.

12. ஒழுங்கும் கட்டுப்பாடும்

உயிர் வாழ்வின் நன்மைக்காக பெரியோரால் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட நன்நடத்தையே ஒழுங்கு எனலாம். அல்லது மற்றவர்களது நன்மைக்காகத் தனது சுதந்திரத்துக்குத் தான் போடும் கட்டுப்பாடே ஒழுங்கு எனலாம். இதனை ரயில் தண்டவாளத்துக்கு ஒப்பிடலாம். புகையிரதம் பக்கவாட்டில் இரு பக்கமும் ஓடாமல் முன்னோக்கிச் செல்வதற்கு இரு தண்டவாளங்கள் இருப்பது போன்று எமது வாழ்விலும் எமது வாழ்வை முன்னெடுத்துச் செல்லவும் மற்றவர்களின் சுதந்திரத்திற்கு மதிப்புக் கொடுக்கவும் எமது வாழ்வில் நாம் போடும் வரம்பாகும். காலையில் எட்டுமணிக்குப் பாடசாலை தொடங்குகிறது. மாணவர்கள் நேரம்பிந்தி வரக்கூடாது. பாடசாலை சீருடையில் வரவேண்டும். வகுப்பினுள் ஆசிரியர் நுழைந்தவுடன் எழுந்து வணக்கம் செய்ய வேண்டும் இவை பாடசாலையின் ஒழுங்குகள்.

வீதியில் வலது பக்கத்து வாகனத்திற்கு இடம் கொடுப்பது, வீதியின் வலது பக்கமே நடப்பது, குறிப்பிட்ட இடத்தில் வீதியைக் கடப்பது, வீதி விதிகள். இவை வீதியில் அனுசரிக்கும் ஒழுங்குகள். எனவே தனி மனித நல்வாழ்வுக்கும், சமூகத்தின் பொதுநலனுக்கும் மனிதன் வகுத்துக் கொண்ட விதிமுறைச் சட்ட திட்டங்களையே ஒழுங்குகள் என்கிறோம். ஒழுங்குகளைக் கடைப்பிடிப்பவன் ஒழுங்குள்ளவன் எனலாம். ஒழுங்குகள் எல்லோருக்கும் பொதுவானவையல்ல. அவரவர் வாழ்க்கை நிலைக்குத்தக்கப்படி ஒழுங்குகள் வேறுபடலாம். ஆனால் ஒழுக்கம் என்னும் பண்பு எல்லோரும் போற்ற வேண்டிய உயர்ந்த குணமாகும். இடம், பொருள், காலம், பழக்க வழக்கங்கள், பண்பாடு மாறலாம். எனினும் ஒவ்வொருவரும் ஏதேனும் ஓர் ஒழுங்கு முறைக்குக் கட்டுப்பட்டு வாழ்வதை ஒழுக்கமுள்ள வாழ்க்கை என்கிறோம்.

ஒழுக்கம், உயிர், ஏனைய பொருட்கள் யாவற்றிலும் சிறந்தது என்பதால் ஒழுக்கம் உயிரினும் ஓம்பப்படும் அதாவது உயிரையும் விட ஒழுக்கத்தை உயர்வாகப் போற்ற வேண்டும் என்றார் வள்ளுவர். உயர்ந்தவர், தாழ்ந்தவர் என்ற வேறுபாடு கருதாமல் ஒழுக்கமுடையோர் உயர்வு அடைகிறார்கள் என்பதால் அதை விழுப்பம் என்கிறார்.

ஒருவன் தன் சொந்த நலனுக்கென்று தனக்குமட்டும் ஏற்படுத்திக்கொள்ளும் ஒழுங்குகள் சுய ஒழுங்குகள் ஆகும். வெள்ளிதோறும் விரதம் இருப்பேன் ஏனெனில் அது பக்தி உணர்வை வளர்க்கும்.

தேர்வுக் காலத்தில் அதிகாலையில் எழுந்து படிப்பேன். ஏனெனில் அதிக மதிப்பெண்களைப் பெறுவதற்கு அது உதவுகின்றது. புகை பிடிக்கமாட்டேன் பிடித்தால் சொற்ப காலத்திற்குள் இறக்க நேரிடலாம். இவ்வாறு பலரும் பல சய ஒழுங்குகளைத் தன்னலத்திற்கேற்றபடி அமைத்துக்கொள்ளுகின்றனர்.

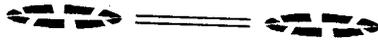
மனிதன் தனியாகவே பிறக்கிறான். ஆனால் வாழும்போது பிறரோடு கூடியே வாழ்கிறான். இக் கூட்டு வாழ்வையே சமுதாய வாழ்வு என்கிறோம். அச் சமுதாயம் கட்டுக்குலையாமல் இருக்கவும், தனிமனிதன் தன்மானம் இழக்காதிருக்கவும் சமுதாயம் சில ஒழுங்கு விதிகளை ஏற்படுத்தியுள்ளது. அதையே சமூக ஒழுங்கு என்கிறோம்.

ஒழுங்கு எமது எண்ணத்தில் வேண்டும். நல்ல எண்ணம் உள்ளவனுக்கு உலகம் நல்லதாகத் தோன்றும். எமது மனதைக் குரங்குபோன்று அலையவிடாது ஒருநிலைப்படுத்துவது சிறந்தது. அவ்வாறே நாம் செய்யும் காரியம் எதுவானாலும் அதற்குச் சரியான காரணம் இருக்க வேண்டும். அது தனிமனிதனுக்கு நன்மையாயும், பொது நலனுக்கு உகந்ததாயும் இருக்கவேண்டும்.

ஒழுங்குமுறை வகுக்கப்பட்டால் மட்டும் போதாது. அதற்கு அடங்கி நடப்பவர்கள் உருவாக வேண்டும். ஒழுங்கு முறைகளை ஏற்று அவற்றிற்குச் கட்டுப்பாட்டு ஒழுங்குகளையே கட்டுப்பாடு என்கிறோம்.

சயகட்டுப்பாடு, சமூகக் கட்டுப்பாடு என இரண்டு உள்ளன. சீனி வியாதி உள்ளவன் தனக்குச் சில கட்டுப்பாடுகளை விதித்துச் சில உணவுகளை உண்ணாமல் தனது சய நன்மைக்காகக் கடைப்பிடிக்கிறான். அதேபோன்று சமூகக் கட்டுப்பாடுகளும் உண்டு. இவைதான் சட்டமாக்கப்படுகின்றன. சட்டத்தை மீறும் போது அது பொது நலனுக்குத் தீங்கு விளைவிக்கும் என்பதால் நீதிமன்றங்களில் தண்டனை பெறுகிறார்கள்.

ஆகவே எமது வாழ்வு ஒழுங்கும், கட்டுப்பாடும் உள்ள வாழ்வாக மலரட்டும்.



உண்மையாக நடப்பதால் துன்பங்கள் குவிகின்றன என்பதற்காகப் பொய் வாழ்வைத் தேடாதே. நிலைத்து நில்லா பெரிய மணல் மேடுகளைவிட நிலைத்து நிற்கும் சிறு கற்பாறைகளைத் தெரிந்தேடு.

13. உங்களுடைய எண்ணத்தை அறிந்து கொள்ளுங்கள்

ஒருநாள் ஒரு கவிஞன் வீதியால் நடந்துகொண்டிருந்தான். வீதியில் ஒரு போத்தல் உடைந்து சிதறியிருப்பதைக் கண்டான். போத்தல் ஓடுகளைப் பொறுக்கி வீதியின் ஓரத்தில் போடும் எண்ணத்துடன் குனிந்து ஒவ்வொரு போத்தல் ஓடுகளைப் பொறுக்கிக்கொண்டிருந்தான். அவ்வழியால் துவிச்சக்கர வண்டியில் சென்ற இருவர் "ஏதோ பெறுமதியான சாமான் விழுந்திருக்குதுபோல அதுதான் பொறுக்கிறார்" என்றுபேசிக்கொண்டு சென்றனர். மற்றும் இருவர் மோட்டார் சைக்கிளில் செல்லும் போது இதைக்கண்டு "ஆற்றையோ காசு விழுந்திருக்கும் போல சாமான் தேடுற மாதிரி நடச்சு அந்தக் காசை எடுக்கத்தான் குனிஞ்சு பொறுக்கிறார் போல" என்று பேசிக்கொண்டு சென்றனர்.

இந்த இரண்டு கூற்றுக்களிலுமே உண்மையான நிலையைப் புரிந்து பேசியதாகத் தெரியவில்லை. அப்படிப்பட்ட காட்சியைக் கண்டதும் நாம் ஒவ்வொருவரும் வெவ்வேறுவிதத்தில் சிந்திக்கிறோம். அவரைப்பற்றி எம் மனதில் ஏதோ கற்பனை எழுகிறது. நாம் அந்த நபரை அந்த விதத்தில் நோக்குவதாலேயே அப்படி எமக்குத் தெரிகிறது. இவ்வாறு மனதில் எழும் காட்சியே, படமே எண்ணம் என இங்கே குறிப்பிடுகிறேன்.

பாடசாலைக்குப் புதிய ஆசிரியர் ஒருவர் மாற்றலாகி வருகிறார் என வைத்துக்கொள்ளுங்கள். புதிதாக வந்ததும் அவரை யாருக்கும் தெரியாது என வைத்துக் கொண்டால் அந்த ஆசிரியரைப்பற்றி நினைக்க மாணவர்களால் முடிவதில்லை. ஆனால் சிறிது நாட்கள் சென்றதும் சில வேளைகளில் பட்டப்பெயரும் வைத்துவிடுவர் ஏன்? அந்த ஆசிரியருடைய உடை, நடை, பாவனை, பேச்சு ஆகியவற்றைக் காணக்காண அவர்களது எண்ணம் உருவாகத் தொடங்கும். சிலவேளைகளில் சில மாணவர், "எங்கட டீச்சர் நல்லவர், இரக்கமுள்ளவர். நல்லாய்ப் படிப்பிப்பவர்" என்று கூறக்கூடும். இல்லையெல் 'அவர் சரியான கண்டிப்பானவர் சில நேரம் நல்லவர்' என்று கூறக்கூடும். அல்லது 'எங்கடை டீச்சர் நல்லாய்ப் படிச்சவர் கனக்க' அவருக்குத் தெரியும். ஆனால் வகுப்புக்கு நேரத்துக்கு வராது தான் பிழை" என்று கூறக்கூடும். இவையே ஆசிரியரைப் பற்றிய மாணவர்களது மனதில் உருவாகிய எண்ணமாகும்.

எமக்குள்ளும் ஒவ்வொருவரைப் பற்றிய ஒவ்வொரு எண்ணம் உண்டு. எமது வாழ்வில் எமது எண்ணத்திற்கேற்றவே பெறுமதி, மதிப்பை அளவிடுகிறோம். செயற்படுவதும் எமது எண்ணப்படியேயாகும்.

ஒருவரது உள்ளத்தில் எண்ணம் உருவாகுவது அவர் பெற்ற அனுபவத்திற்கேற்பவே. ஆசிரியரிடமிருந்து பெற்ற அனுபவத்தைக் கொண்டே மாணவர்களுக்கு ஆசிரியர் இப்படிப்பட்டவர் என்ற எண்ணம் உருவாகிறது. தந்தையின் கருணையான செயல்களால் பிள்ளைக்கு அப்பாமிது நல்ல எண்ணம் உருவாகும். இந்த எண்ணங்களை மாற்றுவதற்குப் பல தர்க்கங்களைக் கூறியோ, காரணங்களைக் கூறியோ மாற்ற முடியாது.

உங்களைப்பற்றி ஒருவருக்குக் கூடாத எண்ணம் உருவாகி இருந்தால் அந்த எண்ணத்திற்கு எதிரான விதத்தில் நீங்கள் செயற்படுவதன் மூலமே அந்த எண்ணத்தை மாற்ற முடியும்.

கவலையினத்தால் ஒவ்வொரு நாளும் பிந்தியே வருவார் என்ற எண்ணத்திலுள்ள மேலதிகாரியின் எண்ணத்தை மாற்றுவதற்குச் சிறந்த வழி நேரத்துக்குக் காரியாலயத்துக்கு வருவதே. இவ்வாறு நேரத்துக்கு வருவதை அவர் அடிக்கடி காணும்போது மேலதிகாரியின் எண்ணம் படிப்படியாக மாறிக்கொண்டு செல்லும்.

ஒருவருக்கு உங்களைப்பற்றிய பிழையான எண்ணம் இருக்குமானால், அதற்குக் காரணம் உங்களைப்பற்றிய விரும்பாத அனுபவத்துக்கு உள்ளாகி இருப்பதேயாகும். அதைத் தேடிப் பாருங்கள். இதற்கு மாறாக அவர் நல்ல அனுபவத்தைப் பெறக்கூடிய விதத்தில் நடந்து கொள்ளுங்கள். அப்போது அவர் உங்களை நோக்கும் விதம் மாறத் தொடங்கும். எண்ணம் பழமையாகும் அளவுக்கு அதை மாற்றுவது கடினம். அது வேரூன்றிவிடும். மற்றவர் என்னைப் பற்றி என்ன நினைத்தாலும் பரவாயில்லை என்று செயற்படுபவர். இவ்வாறு இல்லாது ஏன் அவர்கள் என்னைப் பற்றி இப்படி நினைக்கிறார்கள்? எனத் தேடிப் பார்க்கும்போது சில வேளைகளில் நீங்கள் அவர்களுக்குத் தீமையான அனுபவத்தைக் கொடுத்திருக்கலாம் அல்லவா.....?

14. சமூகத்தின் கடமைகளும் எமது கடமைகளும்.

தவறுசெய்யும் மனிதனைத் தள்ளிவிடாமல் அவனை ஏற்றுக் கொண்டு நல்லவனாக மாற்றச் சமூகம் முயல வேண்டும். ஒருவன் முதன் முறையாகச் குற்றம் செய்தவுடன் சமூகம் அவனை ஒதுக்கிவைத்துவிடுகிறது. அவன் சிறையிலிருந்து திரும்பி வந்தவுடன் குற்றவாளி என்ற பட்டத்தைக் கொடுத்து அவனை இன்னும் குற்றம் செய்ய வைக்கிறது. வல்லமையுள்ளோர் வல்லமையற்றோரைத் துன்புறுத்தும்போது சமூகம் வாயடைத்துப் போய் நிற்கின்றது. எந்த விதத்திலும் தனிமனிதனை ஒதுக்கிவைத்துவிடாமல் அவனைத் திருத்த முயலவேண்டும்.

அதேபோன்று தனி மனிதனின் உரிமைகளைச் சமுதாயம் அவனுக்குப் பெற்றுக்கொடுக்க வேண்டும். ஒரு மனிதனின் உரிமை பறிபோகும்போது சமுதாயம் குறுக்கிட்டு அதனைப் பெற்றுக் கொடுக்க வேண்டும். அவனை அன்போடு கண்டிக்கும் பொறுப்பு சமுதாயத்திற்குண்டு. ஒரு உடலில் எப்படி ஒவ்வொரு உறுப்பும் மரியாதையும் மதிப்பும் பெற்றுச் சிறப்பாகக் கணிக்கப்படுகின்றதோ அதேபோன்று சமுதாயத்திலுள்ள ஒவ்வொருவரும் மதிக்கப்பட வேண்டும். கண்காணிக்கப்பட வேண்டும்.

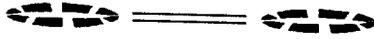
சமுதாய நலனை அழிக்க முயலும் சக்திகளைச் சமுதாயத்திலுள்ள அனைவரும் ஒன்றுகூடி முறியடிக்க வேண்டும். மதவெறி, சாதிவெறி, பண்பலம் முதலியவை சமுதாய நலனை அழிக்கும் சக்திகளாகும். மதம் மக்களை இறைவனிடம் கொண்டு செல்ல இருக்க வேண்டும். மாறாக மதத்தின் அடிப்படையில் வன்முறைகள் ஏற்பட இடமளிக்கக்கூடாது. அதேபோன்று சாதி, இன அடிப்படையில் ஏற்படும் அக்கிரமங்களும் சமுதாய நலனைக் கெடுக்கும். இதனை முறியடிக்க வேண்டும்.

நாட்டுத் தலைவர்கள் நல்ல முறையில் தேர்ந்தெடுத்து அவர்கள் நாட்டைத் திறமையான முறையில் ஆள்வதற்குச் சமூகம் உதவவேண்டும். நடுநிலைவகித்து சமுதாயத்தின் நலனுக்காக யார் யார் பாடுபடுவார்களோ அவர்களையே சமூகம் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும். நாட்டின் பொறுப்புக்களை ஏற்றுள்ள அதிகாரிகள் தங்கள் கடமையிலிருந்து தவறும்போது சமூகம் அவர்களது குற்றங்களை உரிய முறையில் சுட்டிக்காட்ட வேண்டும்.

சமூகத்தில் அமைதி நிலவவேண்டும். சமுதாயம், ஆக்கத்திற்கு வழிவகுக்கும் ஒரு அமைப்பாக விளங்க வேண்டும். அழிவிற்கு இட்டுச் செல்லும் ஒன்றாக மாறிவிடக்கூடாது. அன்பும், அமைதியும் சமுதாயத்தில் நிலவும்போது ஆக்கபூர்வமான பணிகள் எளிதில் நடைபெற வாய்ப்புண்டு.

அதேபோன்று நாட்டின் நன்மைக்காக எமது சுயநலன்களைத் தியாகம் செய்ய வேண்டும். தியாக மனப்பான்மை எம்மில் உருவாக வேண்டும். பெற்ற தாயில் பாசம் இருப்பதுபோல் தாய் நாட்டை மதிக்க வேண்டும். நாட்டுப் பற்று இருக்க வேண்டும். பெரியோர்களுக்கு மரியாதை கொடுக்க வேண்டும். எமது சூழல் மாகபடாது பாதுகாக்க வேண்டும். நீதி நேர்மையோடு வாழ்தல் வேண்டும். அவசியமானதை மட்டும் பாவித்து எளிமை வாழ்வு வாழ்வதன் மூலம் நாட்டுச் சொத்தைப் பாதுகாக்க வேண்டும். சாதிய்பிரிவினைக்குத் தூபமிடாது சமுதாய ஒற்றுமைக்கு உதவ வேண்டும். கலப்படத்தினால் மக்களின் ஆரோக்கியம் கெட்டு விடாது பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இவ்வாறு சமுதாயம் தனிநபரைப் பாதுகாப்பதைப்போல் தனி நபரும் சமுதாயத்தைப் பாதுகாக்க வேண்டும்.



நற்காட்சி, நல்லாற்றம், நல்வாய்மை, நற்செய்கை,
நல்வாழ்க்கை, நல்லாக்கம், நற்கடைப்பிடி, நல்லமைதி
அட்டாங்க மார்க்கமாகிய இவை நடுவழி எனப்படும்.
(தம்மபதம் 273)

15. நல்ல பழக்கங்கள்

ஒருவனை முழு மனிதனாக்குவது அவனது பழக்க வழக்கங்களே. எமது வாழ்வில் நல்ல பழக்கங்களை உருவாக்க வேண்டும்.

அடுத்த நாள் செய்யப்போகும் வேலைகளை முதல்நாள் மாலையில் திட்டம் தீட்டி ஒரு தாளில் எழுதவேண்டும். அதன் பின் அப்படி வாழ முயலவேண்டும்.

அதேபோன்று கடின உழைப்பு அவசியம். எமது முன்னோர்கள் கடின உழைப்பின் மூலம் பல சாதனைகளை நிலைநாட்டினார்கள். சோம்பலையும் தீய பழக்கங்களையும் விடுத்து கடின உழைப்பால் முன்னேற்றம் அடையலாம்.

அது மட்டுமன்று விடாமுயற்சியை வளர்க்கப் பழகிக்கொள்ள வேண்டும். திட்டங்களைத் தீட்டி அதைச் செயற்படுத்த மனத்திடன்கொள்ள வேண்டும். விவேகம் ஒருவனுக்குத் தேவையானது. விவேகத்துடன் உள்ளத்து உறுதியும் தேவையாகும்.

ஒரு செயலைக் குறித்த நேரத்தில் தொடங்கி குறித்த நேரத்தில் முடிக்கப் பழக வேண்டும்.

மேலும் தினமும் அதிகாலையில் எழுந்து இரவில் நேரத்தோடு படுக்கைக்குச் செல்ல வேண்டும். சோம்பலுக்கு ஆளாகாது பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.

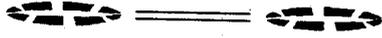
மற்றவர்களிடம் நாம் காணும் நல்லவைகளைக் கற்றுக்கொள்ளப் பழக வேண்டும். பெரியோர்களுக்கு மதிப்புக் கொடுத்து அவர்களுக்கு மரியாதைகொடுப்பது சிறந்த பண்பாகும். மன்னிப்புக் கொடுப்பதும், மன்னிப்புக் கேட்பதும் சிறந்த பண்பாகும்.

ஒருவரிடம் ஒரு பொருளைக் கேட்கும்பொழுது தயவு செய்து தரமுடியுமா என்று கேட்பதும், அப்பொருளைத் திருப்பிக் கொடுக்கும்போது நன்றி என்று கூறுவதும் நல்ல பழக்கமாகும்.

மனத்தை அடக்கி ஆள்பவனே சிறந்த வீரனாவான். மற்றவர்களிடம் உணர்ச்சிவசப்பட்டுப் பேசாது இருப்பது நன்று. நீதிக்காக வாழ்ந்து பெற்றோர் சகோதரர், நண்பர், ஏனையோருடன் நல்ல உறவை வளர்த்துக்கொள்வது சாலச்சிறந்தது.

இந்த நல்ல பழக்கங்களை எனது வாழ்வில் கடைப்பிடிப்பேன் என ஒவ்வொரு நாளும் காலையில் எனக்குள் சொல்லிக்கொள்வதன் மூலம் அதைப் பயிற்சி செய்ய உதவுகிறது.

காலையிலே பறவைகளின் விதம்விதமான சத்தங்கள் என் காதுகளில் ஒலிக்கின்றன. இன்றைய நாள் எப்படியாகுமோ என்று மனம் யோசிக்கின்றது. இதற்குக் கவலையே தேவையில்லை. மனத்திடன் கொள்வோம். இந்த நல்ல பழக்கங்களை என் வாழ்வில் செயற்படுத்த என்னால் முடியும் என்று மனத்திடன் கொள்வோம்.



எந்த மனிதனையும் அவன் முதுமையில்
பறக்கணிக்காதே; ஏனென்றால் நம்மைப் போல்
இருந்தல்லவோ அவன் முதியவனானான்.
(விவிலியம் சீராக் 8:7)

தெருவில் கிடக்கும் பொருட்களெல்லாம் வேண்டாத
பொருட்கள் என்ற முடிவுக்கு வருவது தவறு. சிலரால்
இழக்கப்பட்ட பொருட்களும் தெருவில் கிடக்கலாம்.

அதிகம் பேசுவதால் ஒருவன் பண்டிதனாகிவிட முடியாது.
சாந்தமுடையவனாய், துவேஷமும் பயமுற்றவனாய்
இருப்பவனே பண்டிதன் என்று கூறப்படுவான்
(தம்மபதம் 258)

16. தரிசனம்

எமது வாழ்வில் தரிசனம் இருக்கவேண்டும். அதாவது எனது வாழ்வின் இறுதி எல்லையைப் பற்றிய கனவு என்ன என்பதைத் தீர்மானிக்க வேண்டும். எமது வாழ்வுக்குப் பலப்பான அத்திவாரம் தேவை. அதாவது தனிப்பட்ட வாழ்வில் இருக்கும் தரிசனம் தெளிவானதாக இருக்கவேண்டும். அப்பொழுதே வாழ்வில் வருகின்ற புயற்காற்றை எதிர் நீச்சல்போட எம்மால் முடிகிறது.

நான் எதை மதிக்கிறேன்? எனது திறமைகள் எவை? எனது வாழ்வின் முடிவில்நான் எதைச் சாதிக்க வேண்டும்? இப்படிப்பட்ட கேள்விகளை நான் என்னிடமே கேட்கும்பொழுது எனது உள்ளத்தில் எப்படிப்பட்ட விடை வருகின்றதோ அதன்படி வாழ முயலும் பொழுது எமது வாழ்வில் எந்தப் பிரச்சினை வந்தாலும் அதனைத் தாங்கிக்கொள்வதற்கு எமக்குச் சக்தி கிடைக்கிறது எனலாம்.

எனது வாழ்வில் எதில் நம்பிக்கை வைக்கிறேனோ அதை முன்கொண்டு எனது தனிப்பட்ட சேவை அமைதல் வேண்டும். இப்படிப்பட்ட நல்ல வாழ்வுக்கு எமது வாழ்வில் கட்டுப்பாடு அவசியமாகிறது. இப்படி எமது நம்பிக்கையோடு ஒத்துவரும் வழிகளில் நாம் நடந்தால் வெற்றிகரமாக நிலைமைகளைச் சமாளிக்க முடிகிறது. அன்றாடம் நான் செய்யும் சேவைகளைப் பிரித்தறிய வேண்டும். அதாவது கதாபாத்திரங்களைப் பிரித்தறிய வேண்டும். உதாரணமாக எனது குடும்பத்தில் கணவனாக அல்லது மனைவி, மகன், மகளாக அல்லது மாமா, மாமியாக வாழ்கிறேன். அதேபோன்று காரியாலயத்தில் நான் செய்யும் வேலையின்படி எனது பாத்திரம் அமைகிறது. முகாமையாளராக அல்லது இலிகிதராகச் சேவை செய்கிறோம். இவற்றைத் தெளிவாக அறிந்தால் எமது வேலைத் திட்டங்களை அழகாக அமைக்க உதவியாக இருக்கும்.

மேலும் எமது வாழ்வில் நீண்டகாலக் குறிக்கோள், குறுகிய காலக் குறிக்கோள் என இருவகையுண்டு. இதனை இனங்கண்டு கொள்ளவேண்டும்.

இவை யாவற்றையும் தெளிவாக அறிந்த பின்பு எதை முதலில் செய்வது? எதனை அதன் பின்னர் செய்வதென்று நேரத்தைத் திட்டமிட வேண்டும். எமது வாழ்வில் நான்கு வகையான வித்தில் எமது நேரத்தைச் செலவழிக்கின்றோம். அவசரமும் முக்கியமுமான வேலைகள் ஒருவகை. அவசரமற்றவை. ஆனால் முக்கியமானவை இரண்டாவது வகை. அவசரமில்லை. முக்கியமில்லை என்ற நிகழ்ச்சிகள் மூன்றாவது வகை. அவசரம் ஆனால் முக்கியமில்லை என்பது நான்காவது வகையாகும். அதாவது அவசரமானவை எவை? அவசரமற்றவை

வேண்டும். ஆனால் அதிக பற்று வைப்பது தவறு. ஒன்றை நேசிப்பது என்பது வேறு நேசித்த ஒன்றை இழந்து விட்டால் அதன்பின் வாழ்வே முடியாது என்று தவித்துச் சோகத்திலே மூழ்கி விடுவது என்பது தவறாகும்.

ஒரு தாய்க்கு ஒரே மகன். அவன் திருமணமாகியதும் தாயுடன் ஒரே வீட்டிலே வாழ்ந்து வந்தான். தாய் மகன் மீது அதிக பற்று வைத்ததனாலே மகனைச் சுதந்திரமாகச் செயற்பட அத்தாய் விடவில்லை. மகனையும், மருமகனையும் தாய் கட்டுப்படுத்தி வாழ்ந்ததால் அக்குடும்பம் பிரியும் நிலைக்கு வந்தது. இங்கு தாயின் அதிக பற்றுதலால் தன்னில் பிள்ளையைத் தங்கப்பண்ணி வாழ்ந்தாள்.

மேலும் சிலர் பொருட்கள் மீது அதிகப் பற்று வைத்து வாழ்வார்கள். ஒரு வீட்டில் எலி ஒன்று விளக்கைத் தட்டி உடைத்து விட்டது. உடைந்த விளக்கால் மனம் உடைந்தார் தந்தை. மனைவி ஓடி வந்து வேறு விளக்கு வாங்குவோம் என்றாள். பிள்ளை ஓடி வந்து எனது திருமணத்திற்கு பரிசாகக் கிடைத்த விளக்கைக் கொழுத்துவோம் என்றாள். இப்பேச்சுக்கள் எல்லாம் தந்தைக்கு ஏறவில்லை. இது பரம்பரையாகப் பாவித்த விளக்கு. இந்த விளக்கு உடைந்ததால் எனது வாழ்வே போய்விட்டது என எண்ணினார் தந்தை. மனைவியும் பிள்ளையும் இதனை ஒரு சாதாரணமான நிகழ்ச்சியாகவே எடுத்துக்கொண்டனர்.

ஒருவர் மீது, அல்லது ஒரு பொருள் மீது, சில கொள்கைகள் மீது அளவுக்கதிகமான பற்றுதல் வைக்கிறோம். அவற்றில் முறிவு ஏற்படும் போது அதைத் தாங்காது மனம் சுக்கு நூறாகிறது. மூடத்தனமான பற்றுதல்களும், அளவு கடந்த மோகமும், இரத்த பாசப் பிணைப்புகளும் அதிகமான கவலைக்குக் காரணமாகின்றன. "கடமையைச் செய் பலனை எதிர்பாராதே" "எல்லாம் நன்மைக்கே" என்ற கூற்றுக்கள் அதிகமான கவலையைத் தாங்கும் கூற்றுக்களே.

ஆகவே எமது வாழ்வில் ஆக்கபூர்வமான சிந்தனைகளை வளர்த்துக்கொள்வோம். காலம் மாறும், சூழல் மாறும், எமது உடல் நிலை, வயது, அழகு எல்லாமே மாறும். இதற்கேற்ப வரும் மாறுதல்கள் இழப்புகளைச் சமாளிப்பதாயின் இந்த யதார்த்தத்தைப் புரிந்துகொண்டு எதிலும் அதிகளவு பற்றுவைக்காது அளவோடு வாழ்ந்தால் மனதில் அதிகமான கவலையைத் தாங்க முடியும். உள்ளூணர்வுகளில் உற்சாகத்தை ஏற்படுத்தி வருகின்ற சூழலுக்கு முகம் கொடுத்துப் பழகுவோம். கவலையைத் தாங்கிக்கொள்ள வழி பிறக்கும்.

18. நல்ல குணங்கள்

நல்லவர்களால் ஒருவன் "நல்லவன்" என்று மதிக்கப்பட வேண்டும். அப்படிப்பட்ட ஒருவனை 'நல்ல குணம் உள்ளவன்' எனலாம். சில உயிரினங்களின் குணங்களை மனிதருக்கு ஒப்பிட்டுக் கூறுவர். 'நாய்க்குணம் போகாது' "குரங்குப் புத்தி" "எருமை மாதிரி எதிலும் மந்தம்" இப்படியான கூற்றுக்களைக் கேட்கும் போது மிருகக்குணங்களை மனிதன் பற்றிப்பிடிப்பது புரிகிறது.

தத்துவ வாதிகள் மனிதனை முக்குணங்களில் அடக்குவர். இந்த மூன்று குணங்களும் அனைவரிடமும் உண்டு. ஒவ்வொரு வேளையிலும் ஏதாவது ஒரு குணம் மேலோங்கி நிற்கும் என்பர்.

சத்துவம் என்பது உயர்ந்த குணமாகும். இதில் அமைதி, ஞானம், அன்பு போன்ற நல்ல குணங்கள் எல்லாம் அடங்கும்.

இராஜச குணம் அடக்கியாளும் ஆளுமைக்குணமாகும். மனோவலிமை அல்லது உடல் வலிமையால் ஏதையும் சாதிக்கத் துணியும் போது இந்தக்குணம் மேலோங்கிப் பிரதி பலிக்கும்.

தாமச குணம் என்பது சோர்வு, களைப்பு, துணிவின்மை, காலம் கடத்துதல் போன்ற ஊக்கம் குன்றிய, உற்சாகம் இழந்த தன்மையைக் குறிக்கும்.

சத்துவ குணத்தவரை அறிவாளிகள் என்பர். இராஜச குணத்தவரை வீரர்கள் என்பர். தாமச குணத்தவரை அடங்கி வேலை செய்யும் உழைப்பாளர் என்பர்.

நல்ல குணங்களை வளர்த்துக்கொள்ள சில மனக்கட்டுப்பாடுகள் தேவை. ஒருவருக்கு நல்ல குணம் இல்லாமல் நல்ல நடத்தை அமையாது என்பர்.

மற்றவர்கள் உமக்கு எதைச் செய்ய வேண்டும் என்று நீ நினைக்கிறாயோ அதை நீயும் மற்றவர்களுக்குச் செய்வாயாக. மற்றவர்கள் உன்னிடம் எப்படி எப்படி நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்று நீ விரும்புகிறாயோ அப்படியே நீயும் மற்றவர்களிடம் நடந்து கொள்வாயாக. இந்த அறிவுரையை நாம் ஒவ்வொருவரும் மறவாமல் மனதில் போற்றிக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும். அப்போது நல்ல குணங்கள் எம்மில் வளர வாய்ப்புண்டு. பிறருக்குத் தீமை செய்ய நினைக்கும் போது அது தனக்கும் வரக்கூடும் என்று நினைத்துத் தீமையைக் கைவிட வேண்டும்.

உலகம் அமைதியாய் இருந்தால்தான், நாட்டிலே அமைதி நிலவும். நாடு அமைதியாய் இருந்தால் தான் ஊரில் அமைதி ஏற்படும். ஊர் அமைதியாயிருந்தால் தெரு அமைதியாகும். தெரு அமைதியானால் வீடு அமைதியாகும். வீடு அமைதியானால் ஒவ்வொருவரும் அமைதியாய் வாழலாம் என்கிறார் ஒரு அறிஞர்.

சிலர் தற்பெருமைக்காகச் சில நல்ல செயல்களைச் செய்வார்கள். அந்தச் செயல்கள் அவருக்குப் பெருமை தரும் வரை தொடரவும் செய்வார்கள். அதைவிட இன்னொன்றைச் செய்தால் தனது பெருமை அதிகமாகும் என்று அதற்குத் தாவிவிடுவார்கள். இதை மறந்து விடுவார்கள். அந்த நல்ல செயலைச் செய்ய வேண்டுமென்று மனம் விரும்பிச் செய்யவில்லை. தற்பெருமைக்காக அதைச் செய்தமையே காரணமாகும். இவர்களை நல்ல குணத்தோடு நடப்பவர்கள் என்று கூற முடியாது.

ஒவ்வொருவரும் தமது உடலின் தூய்மையை பேண வேண்டும். இதனைக் காலைக்கடன்கள் 'மாலைக்கடன்கள்' என்று பெரியவர்கள் கூறுவர். உடலிலே அழுக்குச் சேர்ந்தால் உடல் நலம் கெடும். உடைகள் அழுக்காய் இருந்தால் உடல் நலமும், தோற்றமும் குன்றும். எளிமையான தூய்மையான உடைகளும், உடலுக்கு நலம் அளிக்கும் உணவு வகைகளும் எமக்கு நன்று. பெருந்தீனி நோய்க்குக் காரணமாகும். ஆடம்பர உடைகள் பொருளாதாரத்தைக் கெடுக்கும். பிறர் மனதில் பொறாமை, ஏளனத்தை ஏற்படுத்தும். சுவையான உணவு வகைகள் மட்டுமே உடலுக்கு நன்மை தருவன என்பது தவறு. எதை உண்பது என்று உங்கள் அறிவு தான் முடிவு செய்ய வேண்டும். உங்கள் நாக்கு முடிவு செய்ய இடமளிக்கக்கூடாது.

போதைப்பொருட்களைப் பாவித்து மயங்குவது உடலுக்கும் மனதுக்கும் கேடு விளைவிக்கும். புகைத்தல் மதுபானம் மட்டுமல்ல பிற எந்த போதைப்பொருட்களும் உடலுக்குக் கேடு விளைவிக்கும். மதுவைப் போலவே குதும் ஒரு தீய பழக்கமாகும். அதன் விளைவுகளும் பல தீய குணங்களைத் தோற்றுவிக்கும். அதன் மீது செல்லும் மன நாட்டத்தையும் கைவிட வேண்டும்.

ஒவ்வொருவரும் தமது கடமைகளைச் செவ்வனே செய்யப் பழகுவது நல்ல குணமாகும். முதியோரைப் போற்றுதல் நல்ல குணமாகும். காரணம் அவர்களுக்கு அனுபவ அறிவு இருப்பதால் அது புத்தக அறிவை விட மேலானது. சட்டங்களை மதிக்கும் பழக்கமும் நல்ல குணமாகும். சட்டத்தை மீறுபவன் சமூக குற்றவாளி ஆகின்றான். மேலும் அன்பு காட்ட முயலுவது சிறந்த குணமாகும்.

பணம் சம்பாதிப்பது வாழ்வுக்குத் தேவையான முயற்சி. இந்த முயற்சியை நேர்மையான வழிகளிலே நிறைவேற்றிக்கொள்ளுவது மிகவும் பாராட்டத்தக்கதாகும்.

உயர்ந்த குணம் என்பது ஒருவகையான மனப்பக்குவ நிலையாகும். எல்லாவற்றையும் உயர்ந்த நிலையில் நின்று காணும் மனப்போக்கு எனலாம். எல்லா உயிரையும் மதித்து நேசிக்கும் நிலை மிக உயர்ந்த நிலையாகும்.

19. நான் ஏன் இப்படிச் செயற்படுகிறேன்?

ஒவ்வொரு மனிதனும் கருவிலே உருவாகும் பொழுது நல்லவனாகவே உருவாகிறான். ஆனால் அவன் வளரும் குழலுக்கேற்பவே நல்லவனாகவும், கெட்டவனாகவும் மாறுகிறான். ஒரு மனிதனுக்கு முதலில் கிடைக்கும் குழல் தாயின் கருப்பையாகும். குழந்தை தாயின் வயிற்றில் இருக்கும் போது தாயின் மன நிலை பிள்ளையின் மனதில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும். மற்றவர்களில் வைராக்கியம், சந்தேகம், பயத்தோடு எந்நேரமும் ஒரு தாய் வாழ்ந்தால் அது பிள்ளையின் மன நிலையிலும் அக்குணங்களை ஏற்படுத்தும். அப்பிள்ளை வளர்ந்து பெரியவனாகியதும் அக்குணங்கள் அவனில் வெளிப்படத் தொடங்கும்.

குழந்தை பிறந்ததும் தாயின் வயிற்றிலே இருந்த பாதுகாப்பு இல்லாது எல்லாவற்றையும் தனது உற்சாகத்தால் பெற முயலும். தாயின் வயிற்றிலிருக்கும் போது உணவை உறிஞ்சி எடுத்துக்கொள்ளும். ஆனால் பிறந்ததும் அழுவதன் மூலம் தாயிடமிருந்து உணவைப் பால் மூலம் பெறமுயல்கின்றது. இதனால்தான் இதனை உணர்ந்த டாக்டர்கள் பிறந்தவுடன் தாயிடமிருந்து பிள்ளையை பிரிக்காது சிறிது நேரம் தாயோடு அன்பைப் பகிர்ந்ததும் அதைத் தாயிடமிருந்து எடுத்துச் சுத்தம் செய்வர்.

குழந்தை புரளும் பருவம் வந்ததும் புரளுவதற்குக் கஸ்டப்படும். அந்த நேரம் அதனுடைய சுய முயற்சிக்கு உதவி செய்யாது எம்மில் பல தாய்மார்கள் அதற்கு நோகிறதே என எண்ணி குழந்தையைப் புரட்டி விடுகின்றார். குழந்தைக்கு உதவி செய்வதாக எண்ணியே அதைச் செய்கின்றார். ஆனால் அது குழந்தையின் சுயமுயற்சிக்குத் தடையாகக் கொடுக்கப்படும் விஷம் என்பதை உணர்வதில்லை.

அதே போன்று தவழும் நேரத்திலும், எழுந்து நிற்கும் நேரத்திலும் பெற்றோர் அதனுடைய சுயமுயற்சிக்கு உதவாத விதத்தில் தாமே எழுப்பி விடுவதும், உதவுவதும் அதன் மன வளர்ச்சிக்குத் தடையாகின்றது.

பிள்ளை விளையாடும் காலத்தில் விளையாட்டுப் பொருட்களை வாங்கிக்கொடுப்பர் பெற்றோர். குழந்தை அதை எடுத்ததும் முதலில் உடைத்து கழற்றுவதிலேயே கவனம் செலுத்தும். அதற்கு இடம் கொடுத்தால் உடைந்தபின் பூட்டுவதைப்பற்றிச் சிந்திக்கத் தொடங்கும். அப்படியே இடம் கொடுக்காமல் நாய் பிள்ளையிடமிருந்து பறித்து அதனைப் பூட்டி வைக்கின்றோம். இதுவும் பிள்ளையின் மன வளர்ச்சியில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றது எனலாம்.

பிள்ளை நிலத்திலே விழுந்ததும் அழுகிறது. அதன் அழுகையை நிறுத்துவதற்காகத் தாய் ஓடிச் சென்று நிலத்துக்கு அடிக்கிறாள். உடனே பிள்ளை அழுகையை நிறுத்துகின்றது. அதனால் குற்றம் செய்தால் தண்டிக்க வேண்டும் என்பதை அன்றிலிருந்து அக்குழந்தை பழகத் தொடங்குகிறது.

எமது வாயிலிருந்து வெளிவரும் வார்த்தைகளைக் கவனமாகக் கேட்கின்றது. 'உன்னோடை கோபம்' 'கூடாத பிள்ளை' 'மக்கு' இப்படிப்பட்ட வார்த்தைகள் பிள்ளையின் மனதில் பதிக்கின்றன. அதன் ஆளுமையில் தாக்கம் ஏற்படுகின்றது.

சிறு வயதில் புறக்கணிப்பு, பாராட்டுக் கிடைக்காமை, அன்பு கிடைக்காமை, மதிப்புணர்வு கிடைக்காமை இவற்றால் மனம் தாழ்வு நிலைக்குச் செல்கிறது. இப்படிப்பட்ட குழலில் வளரும் குழந்தை வளர்ந்ததும் அன்பு செய்ய முடியாதவனாக, பழிவாங்குபவனாக, குற்றச்செயலில் ஈடுபடுகின்றவனாக வளர்கின்றான். இந்நிலையில் நடமாடும் மனிதனைத் தீர்ப்பிடாது நாம் இதனை உணர்ந்து எமது பிள்ளைகளை நல்ல குழலில் வளர்ப்போம். நல்ல பிரஜைகளைச் சமுதாயத்தில் உருவாக்குவோம். நல்ல வாழ்வு பிறக்கட்டும்.



பிறர் கடமை எத்துணைப் பெரிதாயிருந்தாலும் தன் கடமையைக் கைவிடக்கூடாது. தன் கடமையை நன்கு அறிந்த பின் அதை நிறைவேற்றுவதில் ஈடுபட வேண்டும்.



தனது உயிரைக் காப்பாற்றிக் கொள்ள ஓடுகிறவன் நேரத்தை வீணாக்குவதில்லை.



சிலர் பெரிய காரியங்களில் மிகக் கவனமாயிருந்து சிறிய காரியங்களில் தவறிவிடுகிறார்கள்.



20. ஆக்கபூர்வமான சிந்தனை

சில மனிதர்கள் எந்தக் காரியத்துக்கும் இதை என்னாலே முடியாது என்று கூறிக்கொள்வார்கள். இந்த முடிவிற்கு அவர்கள் எப்படி வந்தார்கள் என்று பார்த்தால் அதற்கான அடிப்படையே இருக்காது. முடியாது என்று சொல்லி விடுவது சலபம். அதற்கு முயற்சியே தேவையில்லை. முடியும் என்று நினைக்கும் போதுதான் முயற்சி என்பது முனைவிடத் தொடங்கும். இது நடக்கும் என நம்புவது தான் ஆக்கபூர்வமான சிந்தனையின் ஆரம்பமாகும். நம்பிக்கை தான் இதற்கு முதற்படியாகும். முடியும் என்று எண்ணுவதால் எல்லாம் முடிந்துவிட்டது என்று அர்த்தமில்லை. முடியும் என்ற ஆக்கபூர்வமான சிந்தனை செயலுக்கு வித்தாகிறது. சிந்தனை செயலாக்க வேண்டும்.

ஒரு செயலைச் செய்யமுன்னர் அச்செயலில் உள்ள சிரமங்களை முதலில் தெளிவாகக் கணக்கிலெடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். கண்மூடித்தனமாக எல்லாக் காரியத்திலும் ஈடுபடக்கூடாது. செய்யப் போகும் காரியத்திலுள்ள கஷ்டங்களைக் கண்டு மலைக்கவும் கூடாது. அச்சிரமங்களை எவ்வாறு சமாளித்துக்கொள்ளலாம் என்று திட்டமிட வேண்டும்.

ஆக்கபூர்வமான சிந்தனை ஒருவனுக்கு இல்லையேல் முதல் சிரமத்தைச் சந்திக்கும் போதே சோர்ந்து விடுவான். இது எம்மால் முடியும் என்ற நம்பிக்கை இருந்தால் சிரமங்களைச் சந்திக்கும் மன உறுதி கிடைக்கின்றது. மன உறுதி இல்லாமல் எமக்கு வரும் தடைகளை உடைக்க முடியாது.

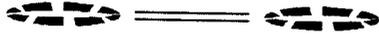
எண்ணங்கள் பலவீனப்படும் போது மனிதன் செயலிழந்து போகின்றான். இதை உளவியலாளர்கள் தெளிவாகக் கூறியுள்ளார்கள். ஒருவன் ஒரு காரியத்தைத் திடமாக மனதிற் கொள்ளும் போது அந்தக் காரியம் வெற்றி பெறுவதற்கான சூழ்நிலையை எண்ணங்களே உருவாக்கிக்கொள்ளுகின்றன என்று அனுபவ வாயிலாக அறிந்த ஞானிகள் கூறியிருக்கிறார்கள்.

ஒரு மனிதன் எதை நினைக்கிறானோ அதன்படியே அவன் ஆகிவிடுகிறான் என்று ஆங்கிலத்தில் ஒரு வாசகம் உண்டு. ஒருவன் தன்னைப்பற்றி உயர்வாக எண்ணினால் உயர்வாயும், தாழ்வாக எண்ணினால் தாழ்ந்தும் போகிறான். நல்ல எண்ணங்கள் ஒருவனை வாழ்க்கையில் உயர்வடையச் செய்கின்றன.

நாம் ஒரு வீட்டைக் கட்டும் முன்னர் பட வரைகுனிடம் கொடுத்து எமக்கு விருப்பமான விதத்தில் வரைவிக்கின்றோம். உண்மையில் அது வீடு அல்ல.

காசித்தத்தில் உள்ள இக்கற்பனைக்குச் செயலுருவம் கொடுத்தால் உண்மையான வீடாகிறது. அதாவது உழைப்பும் முதலீடும் அவசியமாகிறது. இது போன்று நாமும் எமது வாழ்வில் ஆக்கபூர்வமாகச் சிந்திக்க வேண்டும். நல்லவையே நடக்கும் என்று நம்ப வேண்டும். வெற்றி கிடைக்கும் என்று முயற்சி செய்ய வேண்டும். முடியாது என்று எதையும் ஒதுக்கி விடாது முடியுமா என்று ஆலோசித்துப் பார்க்க வேண்டும். எமது வாழ்வில் வெற்றி என்பது நாம் செய்த காரியத்தை வைத்து அமைபுமே தவிர, செய்யத் தவறிய காரியங்களை வைத்து அமையாது. ஒரு செயலைச் செய்ய முயற்சி தேவை. முயற்சிகள் நடைபெற எண்ணங்களுக்கு வலிமை வேண்டும். ஆக்கபூர்வமான சிந்தனைகள் மூலமே எண்ணங்களுக்கு ஊக்கம் கிடைக்கின்றது.

என்ன நிலையில் நீங்கள் இருக்கிறீர்கள் என்பது முக்கியமல்ல. நீங்கள் என்ன நினைக்கிறீர்கள் என்பது தான் முக்கியம். உங்கள் சிந்தனைகளைக் காலை, மாலை தூய்மைப்படுத்துங்கள். உள்ளூணர்வுகளில் உற்சாகம் பிறக்கும் விதத்தில் தோல்வியை மட்டும் சிந்திக்காது வெற்றியை நல்லதை மனதில் கொண்டு முன்னேறுங்கள். உள்ளூணர்வுகள் உற்சாகப்படத் தொடங்கியதும் உடல் உறுப்புகளும் உற்சாகப்படத் தொடங்கும். அதன் மூலம் எமது செயலும் ஊக்கப்படத் தொடங்கும். வாழ்க்கை மகிழ்ச்சியாக மாறும்.



கீழே விழுவதற்கு முன் எழுந்துவிட முயற்சிசெய். அது
உன் காயங்களைக் குறைக்கும்



உணரும் உள்ளம்தான் உண்மையான உள்ளம்.



சிலர் எவ்வேலையும் இல்லாமல் பிறர் வேலையில்
தலையிடுகிறார்கள். இது தான் அவர்கள் வேலை.



21. ஒளியும் இருளும்

நாம் எமது அன்றாட வாழ்வில் பல நிகழ்ச்சிகளுக்கு முகம் கொடுக்கிறோம். சில நிகழ்ச்சிகள் எமக்கு மகிழ்ச்சியைத் தருபவைகளாகவும், உற்சாகம் ஊட்டுபவைகளாகவும் உள்ளன. ஆனால் சில நிகழ்ச்சிகள் எமது மனதைச் சோரவைப்பவைகளாகவும், கவலையை ஏற்படுத்துபவைகளாகவும் உள்ளன. கவலையை ஏற்படுத்தும் நிகழ்ச்சிகள் எமது உற்சாகத்தை குலைத்து விடுகின்றன. ஒவ்வொரு நிகழ்ச்சியையும் ஒளியாகவும், இருளாகவும் பார்க்க முடியும். ஒளியாகப் பார்க்கப் பழகினால் எமக்கு ஆறுதலும், மகிழ்ச்சியும் ஏற்படும். மாறாக இருளாகப் பார்க்கப் பழகினால் எந்நேரமும் சோர்வும், கவலையும் எம்மை வாட்டும்.

காலையிலே படுக்கையிலிருந்து எழுந்த நேரம் தொடக்கம் இரவு நித்திரைக்குப் போகும் வரை பல நிகழ்ச்சிகள் ஏற்படுகின்றன. இந்நிகழ்ச்சிகளை ஒளியாகப் பாப்பது எப்படி?

உதாரணமாக ஐந்து மாடிக் கட்டிடத்தில் நடந்து ஏறிக்கொண்டு இருக்கிறீர்கள் என்று வைத்துக்கொள்ளுங்கள். மூன்றாவது மாடிக்கு வந்ததும் களைப்பு அதிகமாக உள்ளது. மூச்சு வாங்குகிறது என வைத்துக்கொள்ளுங்கள். இந்த நிலையில் இந்த நிகழ்ச்சியை ஒளியாகவும், இருளாகவும் பார்க்க முடியும். இருளாகப் பாப்பது எப்படி? 'அப்பாடா மூன்று மாடிதானே இவ்வளவு நேரமும் ஏறியிருக்கிறீர்கள். இன்னும் ஏற இரண்டு மாடிகள் இருக்குதே' என எண்ணுவது இருளாகும். ஒளியாக எண்ணுவது எப்படி? 'ஆ மூன்று மாடிகள் நடந்து வந்துட்டீர்கள். இன்னும் இரண்டு மாடி தானே இருக்குது' என வெறுப்பில்லாமல் எண்ணுவது ஒளியாகும். எப்படியாவது மாடிப்படி ஏறி எனது வேலையை முடிக்க வேண்டும் தானே. ஒளியாகச் சிந்தித்த வண்ணம் செயற்படும் போது உற்சாகம் பிறக்கிறது.

மற்றொரு நிகழ்ச்சியை நோக்குவோம். காரியாலயத்திற்குக் காலையிலே பஸ்ஸில் போய்க்கொண்டிருக்கிறீர்கள். ஆனால் காரியாலயத்திற்கு நேரம் போய்விட்டது. அடிக்கடி கைக்கடிகாரத்தைப் பாப்பதும் நேரம் போய்விட்டதே என மனதில் எரிச்சல் படுவதுமாக இருக்கிறீர்கள். இப்படி இருக்கும் போது நீங்கள் வந்த பஸ் ரயில் கடவையில் குறுக்கே வரும் புகை வண்டிக்கு வழி விடுவதற்காகத் தரித்து நிற்கிறது. இதை ஒளியாகவும் இருளாகவும் பாப்பது எப்படி? அய்யோ நேரம் போகுதே. எனக்கு இன்று காரியாலயத்தில் சிவப்புக் கோடு விழப்போகின்றது என்று எரிச்சலோடு இந்நிகழ்ச்சியைப் பாப்பது இருளாகப் பாப்பதாகும்.

“சரியான நேரத்திற்கு நான் வெளிக்கிட்டு இருந்தால் இந்நேரம் நான் போயிருப்பேன். ரயில் வந்தால் பஸ் நிற்கத் தானே வேண்டும். இன்றைக்கு எப்படியும் சரியான நேரத்திற்குப் போகலாது. நாளையிலிருந்து நான் கொஞ்சம் முந்தி வெளிக்கிட வேண்டும்.” என்று யதார்த்தத்திற்கு முகம் கொடுக்கும் விதத்தில் சிந்திப்பது ஒளியாகப் பார்ப்பதாகும்.

உங்களது காரியாலயத்தில் வழக்கம் போல வேலை செய்கிறீர்கள். உணவு இடைவேளையில் உங்கள் நண்பன் அல்லது சிநேகிதியைப் பகிடி பண்ணுகிறீர்கள். என்றுமே இல்லாதவாறு அவர் அல்லது அவள் உங்கள் மீது கோபத்தோடு சீறி விழுகிறார் என வைத்துக்கொள்ளுவோம். அந்த நேரம் உங்கள் உள்ளத்தில் கோபம், வெறுப்பு, ஆத்திரம் போன்ற உணர்வுகள் ஏற்படுவது இயற்கையே. இருப்பினும் இந்நிகழ்ச்சியை இருளாகவும் ஒளியாகவும் பார்க்க முடியும்.

“இனிமேல் நான் உன்னோடே பகிடி விட மாட்டேன். என்றை பாட்டில இருப்பன். கதை கேட்டால் மட்டும் பதில் சொல்லுவன். அந்தந்தாக்களை அளவோடு வைச்சிருந்தால் ஒரு பிரச்சினையும் இல்லை” என்று எண்ணுவது இருளாகச் சிந்திப்பதாகும். இப்படிச் சிந்தித்தால் மீண்டும் அவருடன் கதைக்க மனம் வராது. “ஒரு நாளும் இப்படிச் சொல்ல மாட்டார். இண்டைக்கு ஏதோ அவருக்குப் பிரச்சினை இருக்க வேணும். வீட்டிலே ஏதாவது கஷ்டமோ தெரியேல்லை. பாவம் நானும் பகிடிபண்ணி மனதைத் துன்பப்படுத்திப் போட்டேன்” என்று எண்ணுவது ஒளியாகச் சிந்திப்பதாகும்.

ஒருநாள் தகப்பனிடம் செருப்பு வாங்கித் தரும்படி மகன் அடம் பிடித்து அழுதான். செருப்பில்லாமல் பாடசாலைக்குப் போக மாட்டேன் என அழுதான். ஏழை தகப்பனிடம் பணம் இருக்கவில்லை. மகனை ஒருவாறு சமாதானப்படுத்தி பாடசாலைக்குக் கூட்டிக்கொண்டு சென்றார். செல்லும் வழியில் மகனை ஒத்த வயதுடைய ஒரு சிறுவன் வழியில் பிச்சை கேட்டு வழியில் போவோரையும் வருவோரையும் பார்த்த வண்ணம் இருந்தான். அவனுக்கு இரண்டு கால்களும் இல்லை. இதனைச் சிறுவன் கண்டதும் மகனைப் பார்த்து மகனே! அந்தத் தம்பிக்கு இரண்டு கால்களில்லை. உனக்கு இரண்டு கால்கள் இருக்கு. நீ செருப்பில்லையே என்று அழுகிறாய். ஆனால் காலிருக்குத் தானே என்று தந்தை கூறியதும்: மகன் அப்பாவைப் பார்த்து “அப்பா காச இருக்கக்கே செருப்பு வாங்கித் தாங்கோ இனிமேல் நான் அழ மாட்டேன்” என்று சொன்னானாம்.

எமது வாழ்வில் எதையும் ஒளியாகச் சிந்தித்து மகிழ்ச்சியுடன் வாழப்பழகினால் வாழ்க்கை சிறப்பும். எல்லாம் நன்மைக்கே என மனதைத் திடப்படுத்தினால் வாழ்விலே மலர்ச்சி உண்டு.

22. குடும்ப வாழ்வு

“எனக்குக் குடும்பம் வெறுத்துப்போச்சு. இதுகளோடே எப்பிடித்தான்காலம் கழிக்கப்போறனோ” என்ற விரக்தியுடன் ஒருவர் தனது நண்பருக்குக் கூறினார்.

“எனக்கு வாழ்க்கையே வெறுத்துப் போச்சு. ஆறு பிள்ளைகளும், மனைவியும் என்னோட ஆறுமாசமாகக் கதைக்கிறதில்லை. காணியூமி, வீடுவளவு, வாகனம், காசு எல்லாம் இருக்குது. இதுகள் எல்லாம் இருந்தும் என்ன பிரயோசனம். தற்கொலை பண்ணினால் நல்லம் போலத் தெரியுது” என்கிறார் மற்றொருவர்.

இவ்விரு அனுபவங்களையும் நோக்கும் போது எமக்குப் பல உண்மைகள் வெளிப்படுகின்றன. முதல் அனுபவத்தைக் கூறியவர் குடும்ப வாழ்வைக் கொண்டு செலுத்தத் தைரியம் இழந்த போதும் எப்படியாவது வாழ வேண்டும் என நினைக்கின்றார். ஆனால் எப்படி வாழ வேண்டும் என்று தான் அவருக்குப் புரியவில்லை.

அடுத்தவர் எதிர்காலத்திலிருந்த நம்பிக்கையிழந்து, வாழ வேண்டும் என்ற விருப்பம் இல்லாது சாவதே மேல் என்ற நிலைக்கு வந்துவிட்டார். இரண்டு அனுபவத்திலுமிருந்து ஒரு தெளிவான உண்மை புரிகின்றது.

குடும்பம் என்பது ;கணவன் மனைவிக்கிடையில் நல்ல ஸ்திரமான அன்புத் தொடர்பு இருக்க வேண்டும். பெற்றோருக்கும் பிள்ளைகளுக்கும் இடையில் நல்ல ஸ்திரமான அன்புத் தொடர்பு இருக்க வேண்டும். அதே போன்று பிள்ளைகள் ஒருவர் ஒருவருக்கிடையில் நல்ல அன்புத் தொடர்பு இருக்க வேண்டும். நல்ல தொடர்பு உள்ள குடும்பத்தையே குடும்பம் என்று கூற முடியும். ஒரு வீட்டில் ஒருவர் ஒருவருடன் நல்ல தொடர்பு இல்லாமல்; ஏன் ஒருவர் ஒருவரோடு கதைக்காமலே வருடக்கணக்கில் கேட்ட கேள்விக்கு மட்டும் பதில் கூறிக்கொண்டு குடும்பம் நடத்தலாம். இதைக் குடும்பம் என்று கூற முடியாது. கணவன், மனைவி, பிள்ளைகள் ஒன்றாக வாழ்வதை வைத்துக்கொண்டு குடும்பம் என்று கூற முடியாது. ஒருவர் ஒருவருக்கிடையில் நல்ல அன்புத் தொடர்புள்ள குடும்பத்தையே குடும்பம் என்று கூற முடியும்.

ஒரு மனிதனுக்கு எவ்வளவு தான் பணம், சொத்து, புகழ், பதவி இருந்தும் உறவு முறிந்த நிலையில் இருந்தால் வாழ்வில் நிம்மதி இருக்காது என்பது இரண்டாவது அனுபவத்திலிருந்து புரிகிறது. நூற்றுக்குத் தொண்ணூற்றைந்து வீதமான சந்தோசம் நல்ல உறவால் ஏற்படும் சந்தோசமாகும். மிகுதி ஐந்து வீதம் பணம், சொத்து, புகழால் வரும் சந்தோசம் என உளவியலாளர்கள் கூறுகின்றனர்.

உறவு முறிந்தவுடன் ஏற்படும் துன்பம் தாங்க முடியாதது. ஒருவர் வெளிநாட்டிற்குப் போகிறார் என வைத்துக்கொள்ளுவோம். இரண்டு வருடத்தால் திரும்பவும் வந்து விடுவார் எனத் தெரிந்தும் வழி அனுப்ப விமான நிலையம் சென்ற போது இரண்டு வருடத்திற்கு உறவு முறிந்துவிட்டதே என எம்மை அறியாமலே கண்ணீர் வருகிறது. ஒருவர் இறந்ததும் நிரந்தரமாகவே உறவு உடைந்து விட்டது என வேதனையைத் தாங்காது அழுகின்றோம்.

எமது வாழ்வில் ஏற்படும் பெரிய வேதனை உறவு முறிவால் ஏற்படுகிறது என்பதைப் பார்த்தோம். அப்படியானால் உறவு முறியாது நல்ல தொடர்பை ஏற்படுத்துவது எப்படி என்பதை அறிந்து அதன்படி பயிற்சி பண்ணி வாழ ஆசைப்பட வேண்டும்.

ஒருவரோடு நல்ல தொடர்பை வளர்த்துக்கொள்வது எப்படி? என்பதற்குப் பலரும் பலவாறு பதில் தரலாம். அவரது வாழ்க்கைப் பின்னணி, கல்வி மட்டம், கருத்து, எண்ணம், விருப்பு வெறுப்பு ஆகியவற்றை அறிந்து அதன்படி தொடர்பை ஏற்படுத்த வேண்டும் எனக் கூறலாம். இவை யாவும் உண்மையே. இவற்றை அறிந்தாலும் நல்ல தொடர்பை ஏற்படுத்த எம்மால் முடியாது போன சந்தர்ப்பங்கள் பல உண்டல்லவா? அதற்கு மற்றொரு காரணமும் உண்டு. மற்றவரது உணர்வைப் புரிய வேண்டும்.

எமக்கு உணவு இல்லாதபோது பசி உணர்வு ஏற்படுகிறது. இளைப்பாறவில்லையெல் களைப்பு உணர்வு ஏற்படுகிறது. பணம் இல்லாதபோது, தொழில் இல்லாதபோது, எதிர்க்காலப் பாதுகாப்பு இல்லாதபோது பய உணர்வு ஏற்படுகிறது. கௌரவம் கிடைக்காதபோது மற்றவர் என்னைத் தாழ்வாக எண்ணிவிட்டார் என்ற உணர்வு ஏற்படுகிறது. கயாத்னமாகச் செயற்படத் தடைவரும்போது கலக்கம் ஏற்படுகிறது. இந்த உணர்வுகள் ஏற்படுவது சரியென்றோ பிழையென்றோ கூறமுடியாது. ஆனால் உணர்வைச் செயற்படுத்தும் போதே மற்றவருக்குச் சரியாகவும், பிழையாகவும் தெரிகின்றது.

ஆகவே மற்றவர் இருக்கிற உணர்வை அறிந்து அதாவது கவலையாகவா, ஆத்திரமாகவா, கோபமாகவா, இருக்கிறாரென அறிந்து அதை அன்போடு வெளிப்படுத்தும்போது தன்னைப் புரிந்துக்கொண்டு செயற்படுகிறாரென எண்ணி நல்ல தொடர்பை ஏற்படுத்த முனைவர். தன்னைப் புரிந்து கொள்வருடனேயே நல்ல தொடர்பை ஏற்படுத்த எவரும் விரும்புவர். அதுமட்டுமல்ல தன்னைப் பாராட்டுபவர், தனக்குச் செவியாய்ப்பவர், உண்மையுடன் நடப்பவருடன் நல்ல தொடர்பை ஏற்படுத்த எவரும் விரும்புவர். நல்ல தொடர்பை ஏற்படுத்தப் பழகினால் குடும்ப வாழ்வு சிறப்பும்.

23. பெருந்தன்மை

அந்த மனிதனுடைய பெருந்தன்மையைப் பாருங்கள். இப்படியல்லவா வாழ வேண்டும். மனிதரில் மாணிக்கங்களும், இருக்கத்தான் செய்கிறார்கள் என்று ஊரார் பேசிக்கொள்ளும்போது அதனைக் கேட்பவரின் மனதில் எப்படிப்பட்ட உணர்வுகள் எழுகின்றன? என்னையே நான் சோதித்துப் பார்த்தால் அந்த உண்மை புலப்படும்.

பெருந்தன்மை என்பது ஒரு மனிதனுடைய பரந்த மனப்பான்மையைக் குறிக்கும். அதாவது நல்ல உள்ளம், இரக்கம், அன்பு, மன்னிக்கும் மனப்பான்மை நீதியோடு நடக்கும் பண்பு, இவைகளைக் குறிக்கும்.

நீதியோடு நடத்தல் என்பது அவரவருக்கு உரியதை அவரவருக்குக் கொடுப்பதாகும். பெரும்பான்மையான மக்கள் பசியோடும் ஏழ்மையோடும் துன்பப்பட்டு வாழும்போது நான் மட்டும் சகல சுகபோகங்களையும் அனுபவித்து அவர்கள் மனதைப் புண்படுத்துவது நீதியல்ல.

நல்ல உள்ளம் என்பது மற்றவருக்குத் தீங்கு செய்யாமலும் பழிச்சொல் சொல்லாமலும் நாணங்கெட்ட பேச்சுப் பேசாமலும், மற்றவருக்காகத் தன்னைத் தியாகம் செய்யும் உள்ளமாகும்.

அன்பு என்பது உணர்வல்ல, தீர்மானம் அல்லது அர்ப்பணமாகும். மற்றவர் எனக்கு நல்ல பிரதிச் செயலைக் காட்டும் பொழுது நான் அவரில் அன்பு கொள்வதும், மற்றவர் எனக்கு விருப்பமில்லாத விதத்தில் நடக்கும்பொழுது அன்பு கொள்ளாதிருந்தாலும் அன்பல்ல. எப்படிப்பட்ட பிரதிச் செயலைச் செய்தாலும் மற்றவரது பெலவீனத்தில் அவரை ஏற்றுக்கொள்வதாக எடுக்கும் தீர்மானம், அர்ப்பணமே அன்பாகும்.

இரங்கும் உள்ளம் என்பது மற்றவர் துன்பப்படும் போது அவருக்கு இரக்கம் காட்டுவது. உள்ளவர்கள் இல்லாதவர்களில் இரக்கம் காட்டுவது.

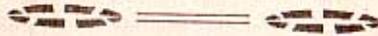
மற்றவர் தனக்குத் துன்பம் தரும்போது அவர்களைப் பழிவாங்காது அவர்களுடைய குற்றத்தை ஏற்றுக்கொண்டு, அதை அன்போடு அவர்களுக்கு எடுத்துரைத்து மன்னிப்பது மன்னிக்கும் மனப் பான்மை என்பர்.

பெருந்தன்மையுடைய மனிதர்கள் எப்பொழுதும் நல்லதையே பேசுவார்கள். மற்றவர்களுடைய தவறுகளைப் பெரிதுபடுத்தி அவதூறு பேசாது நல்லவற்றைப்

பேசுவார்கள். அதேபோன்று விருந்தோம்பும் பண்பும் அவர்களிடம் இருக்கும். அதுமட்டுமல்ல மற்றவர்களை மதிக்கும் பண்பும் உண்டு. கற்றவரானாலும் கல்லாதவரானாலும் ஏழைகளானாலும் பணக்காரரானாலும் மற்றவரை மதித்துப் பேசுவர். மேலும் பெருந்தன்மையுடையவர்கள் எனக்குத்தான் எல்லாம் தெரியும் நான்தான் உயர்ந்தவன் என்று எண்ணாமல் மற்றவரது கருத்துக்கும் மதிப்புக் கொடுத்து வாழ்வர்.

எமக்குள் பெருந்தன்மை இல்லாதபோது மற்றவரை மதிக்காது மற்றவர்களை அடிமைப்படுத்தி கயநலத்தோடு வாழ முற்படுகிறோம்.

பெருந்தன்மை என்பது எமது வாழ்வில் இருக்கவேண்டிய பெருஞ்சொந்தாகும். இதனால் எமக்கும் மற்றவர்களுக்கும் நன்மை ஏற்படும். பெருந்தன்மையை எல்லோரும் பெறவேண்டும். அதன்படி எல்லோரும் வாழ வேண்டும். அப்போது சமுதாயமே மகிழ்வரும்.



மற்றவர்க்கும் போதிப்பதைத் தான் முதலில் செய்து காட்ட வேண்டும். பின்னரே பிறர்க்கும் போதிக்க வேண்டும். தன்னை அடக்கிய பின்னரே மற்றவர்களை அடக்கச் செய்ய வேண்டும். தன்னை அடக்குவதே பெரிய காரியமாகும்.

(தம்மபதம் 159)

24. தன்னம்பிக்கை

ஒரு மனிதன் தான் எடுத்துக்கொண்ட காரியத்தை நிறைவேற்றத் தன்னிடமுள்ள அறிவின்மீது, திறமைகளின் மீது, தன் உடலின்மீது நம்பிக்கை வைப்பதையே தன்னம்பிக்கை என்று கூறுகிறோம்.

ஒரு மனிதனுக்குள் தன்னம்பிக்கை என்ற வல்லமையுள்ள சக்தி இருந்தால் அவனால் பல செயல்களைச் செய்ய முடிகிறது. திருமணம் முடிக்கும் பொழுது எமது திருமண வாழ்வு வெற்றி பெறும் என்ற நம்பிக்கை கணவன், மனைவி இருவருக்குள்ளும் இருத்தல் வேண்டும். படிக்கின்ற ஒவ்வொரு மாணவனுக்குள்ளும் என்னால் பரிட்சையில் சித்திபெற முடியும் என்ற தன்னம்பிக்கை இருக்க வேண்டும். ஒரு வீட்டைக் கட்டத் தொடங்கும் ஒருவருக்குள் நான் இதனைக் கட்டி முடிப்பேன் என்ற தன்னம்பிக்கை இருத்தல் வேண்டும். தன்னம்பிக்கை ஒருவரது வெற்றிக்கு மிகவும் அவசியமான ஒன்றாகும்.

பிரான்க நாட்டைச் சேர்ந்த ஜூயின்தூகரணம் என்ற ஓவியர் விபத்தொன்றில் தனது இரு கைகளையும் இழந்தார். அவர் மனம் சோரவில்லை. தன்னம்பிக்கையோடு தனது கால்களை உபயோகித்து அழகான நல்ல படங்களை வரைந்து உலகத்தையே வியப்பில் ஆழ்த்தினார்.

மகாத்மா காந்தியடிகள் தன்னம்பிக்கையோடு வாழ்ந்தார். வயதான காலத்தில் தனது கண்பார்வை குறைந்த நிலையிலும் தன்னம்பிக்கையோடு வாழ்ந்ததால் இந்தியாவிற்குச் சுதந்திரத்தைப் பெற்றுக் கொடுத்தார்.

அமெரிக்காவில் இருந்த ஓர் இசைக்கலைஞர் திடீரென்று ஏற்பட்ட ஒருவிபத்தில் தனது இரண்டு கைகளையும் இழந்தார். ஆனால் அவர் தன்னம்பிக்கையோடு தனது முழங்கைகளை மட்டும் பாவித்து 14 ஆண்டுகள் பயிற்சி செய்து நல்ல இன்னிசைக் கச்சேரியை நடத்தினார்.

ஒவ்வொரு மனிதனுக்குள்ளும் பல ஆற்றல்கள் உண்டு. ஆனால் அந்த ஆற்றல்கள் அவனது மனதின் ஆழத்திலே புதைந்து கிடக்கின்றன. அவற்றை வெளியே கொண்டுவந்து பயன்படுத்த வேண்டும். சிறுவயதில் அதைச் செய்யாதே, அதைத் தொடாதே, இதை எடுக்காதே என்று பெற்றோர், பெரியோர் எந்நேரமும் கூறியதால் குழந்தையின் மனதில் தன்னம்பிக்கை குறைந்திருக்கலாம். ஆனால் வளர்ந்து இன்று தன்னம்பிக்கை குறைந்துவிட்டதே யென்று கவலைப்படாது என்னால் இதைச் செய்ய முடியும் என்ற நம்பிக்கையோடு சிறு சிறு காரியங்களைச் செய்து பழகவேண்டும்.

தன்னம்பிக்கை இல்லையென்றால் எந்தச் செயலிலும் வெற்றி காண முடியாது போய்விடும். அவன் எடுத்த காரியங்கள் எல்லாம் தோல்வியாக முடியலாம். நன்றாகப் படிக்கக்கூடிய மாணவன் வரும் பரீட்சையில் வெற்றி பெற முடியாது என்று நினைத்ததால் தேர்வில் தோல்வியடைகிறான்.

தன்னம்பிக்கை இல்லாது வாழும்பொழுது எமது வாழ்வு காலையில் மலர்ந்து மாலையில் வாடிக்கீழே விழும் மலரைப் போன்று பயனில்லாது போய்விடுகிறது. ஆனால் தன்னம்பிக்கையோடு வாழும்பொழுது தோல்வியைக் கண்டு துவண்டு போகாது மனத்துணியோடு எடுத்த காரியத்தைச் சிறப்பாக முடித்து வாழ்வில் வெற்றி பெறுவோம்.

தன்னம்பிக்கையோடு வாழ்வோம். வாழ்வில் மகிழ்ச்சியாக இருப்போம்.



எழிச்சீயூட்டும் எண்ணங்கள் உன் மனதில் எழாதவரையில்,
நீ எழுந்து நடப்பவர்கள் வரிசையிலே
இடம் பெறுவதில்லை.



சீல பெரியவர்கள் தாங்கள் சீறியவர்கள் ஆகிவிடுவோமே
என்ற பயத்தில், பல சீறியவர்களைப்
பெரியவர்களாக்காமல் வைத்திருக்கிறார்கள்.



உயரமாய் வளர்ந்திருக்கும் மரங்கள் எல்லாம்
உயர்ந்த மரங்கள் அல்ல.



25. உயிரும் உடலும்.

எமது உடலுக்கு உயிர் முக்கியம். உயிரில்லாத உடலைப் பிணம் என்பர். அதற்குப் பெறுமதியில்லை. உயிருக்கு வடிவமோ, அளவோ இல்லை. உடலை இயங்கவைக்கும் தன்மை உயிருக்குண்டு. உயிரின் தொடர்பால் உடல் பணி புரிகிறது. உடலிலே உள்ள பற்றை இல்லாமல் செய்து எமது உயிரில் கவனம் செலுத்தினால் அது நல்லபண்பாகும். விலங்குகள் தனது உடலைக் காத்துக் கொள்ளவே விரும்பும். ஆனால் பகுத்தறிவுள்ள மனிதன் தனது உயிரை மதிப்பதற்குப் பெரிதும் கடமைப்பட்டுள்ளான்.

அறிவுள்ளவன் தனது மரணத்தைப் பற்றிப் பயப்பட மாட்டான். ஆனால் அறிவிலி தனது உயிரை மாய்த்துக் கொள்வான். மரணத்தை இன்பம் என்றும் சிலர் துன்பமென்றும் எண்ணுவார்கள்.

ஒவ்வொருவரும் மனதில் சந்தோசமாய் இருக்கும் பொழுது தான் பிறந்ததை நினைத்து மகிழ்ச்சியடைவர். ஆனால் துன்பப்படும் போது தாம் பிறந்ததை நினைத்துக் கவலைப்படுவர். எமது வாழ்வில் ஏமாற்றம், தோல்வி, வெற்றி எல்லாம் உண்டு என்ற யதார்த்தத்தை அறியாதோர் நான் ஏன் பிறந்தேன் என்று துன்ப வேளையிலே துவண்டு விடுவர். துன்பங்களைப் போக்க வழிகளைக் காணாது, பிறந்ததை நினைத்துக் கவலைப் படுவோர் கோழைகள், தன்னம்பிக்கையும், மன உறுதியும் இல்லாமல் எந்நேரமும் எதற்கும் பயந்து வாழ்பவர்கள் அறிவிலிகள்.

துன்பத்தைக் கண்டு ஓடிவிடாமல் நாம் அதை எதிர்க்குதுப் போராட வேண்டும். துன்பமே நீ என்னை என்ன செய்து விடுவாய்? என்று எமது மனதுக்கு நாமே சவால் விடவேண்டும். எமக்குத் துன்பங்கள், தோல்விகள் வரும்போது மனம் சோந்து அபாயத்தைக் கண்டு பயந்து, தவறான மனநிலையில் தற்கொலை செய்து எமது உயிரை மாய்த்துக்கொள்வது கோழைத்தனம்.

உயிரை நாம் எமது உடலில் பக்குவமாகக் காக்கவேண்டும். உயிரை எமது அறிவால் பாதுகாக்கப் பழக வேண்டும். தனது பெயர் பத்திரிகையில் வரவேண்டும் என்பதற்காக அல்லது மக்களின் அனுதாபத்தைப் பெறுவதற்காக இறப்பது கோழைத்தனம்.

எமது உயிரை மட்டுமல்ல பிற உயிர்களையும் மதிக்கவேண்டும். அன்பு செய்ய வேண்டும். கொலைகளுக்கும், தற்கொலைகளுக்கும் காரணம் ஒருவர்

மற்றவரையே அன்பு செய்யாமையே. அமெரிக்காவில் உள்நாட்டுப் போர் முடிந்த போது போருக்குக் காரணமானவர்களைத் தூக்கிலிட வேண்டும் என்று ஜனாதிபதியாகிய லிங்கனிடம் சிலர் கூறினர். தீர்ப்புக் கூறும் பொறுப்பு நமக்கல்ல அது இறைவனுடையதே. பழிக்குப் பழி வாங்குவது நல்ல செயல் அல்ல. குற்றவாளிகளிடம் அன்பு காட்ட வேண்டும் என்று லிங்கன் கூறிவிட்டார்.

எமது வாழ்வில் உயிரை மதிப்போம். உயிர் உள்ளவரை வாழ்வோம். அன்பில் மலர்க். அறிவில் வளர்க.



கல்லிலே சிற்பம் உண்டு. அது சிற்பிக்குத் தான் தெரியும்.
சொல்லிலே கவிதை உண்டு. அது கவிஞனுக்குத் தான் தெரியும்.
இயற்கையிலே இறைவன் உண்டு. அது பக்தனுக்குத் தான் தெரியும்.

சினங் கொள்ளும் போது உன் முகத்தைக் கண்ணாடியில் பார். மறுமுறை அவ்வளவு எளிதாகச் சினங் கொள்ள மாட்டாய்.

மனிதன் திரியாக எரிய முன்வராத வரை அவன் தீபமாக ஒளிவிட முடியாது.

நகத்தை வெட்டும் போது எவ்வளவு கவனமாக இருக்கிறாயோ அவ்வளவு கவனமாக நீ நகத்தை வெட்டிப் போடும் இடத்தைக் குறித்தும் கவனமாய் இரு.

குப்பையைத் தூக்கி எறியும் பொழுது அது உன்னிடம் திரும்பி வராத இடத்தில் தூக்கி எறி.

26. உண்மையான உயர்வு

மனிதன் எப்பொழுதும் தனது வாழ்வில் உயர்வாக வாழ ஆசைப்படுகிறான். ஒவ்வொரு நாளும் பல முகங்களைச் சந்திக்கிறான். இருப்பினும் ஒரு சிலருடனேயே நீண்ட நேரம் உரையாட முயல்கிறான். இன்னும் சிலருடன் மனம் விட்டுப் பேசுகிறான். தனது உள்ளத்திலேயுள்ள உணர்வுகளைக்கூட மனம் விட்டுப் பேசுகிறான். ஆனாலும் ஒரு சிலரோடு உறவு கொண்டாடப் பயந்து ஒடிவிடுகிறான்.

மனிதனுக்கும் இயற்கைக்கும் தொடர்புள்ளது. இயற்கை ஒன்றோடு ஒன்று தொடர்புள்ளது. கிளைக்கு மரம் தேவை. மரத்திற்கு நிலம் தேவை. எனக்கு நீ தேவை என்பதைப் போன்று ஒரு மனிதனுடைய உயர்வு அவன் மற்றவர்களோடு எப்படி நல்ல நேர்மையான, உறுதியான அன்புத் தொடர்பை ஏற்படுத்துகிறான் என்பதில் தங்கியுள்ளது.

இயற்கைமட்டுமல்ல மனிதனும் கூடிவாழும் இயல்புடையவனாக உள்ளான். அவனைத் தனிமைப்படுத்தினால் அதைத் தாங்க முடியாது தவிக்கிறான். எமக்குச் சூழல் முக்கியம். எம்மைச் சுற்றி வாழ்பவர்களை ஒதுக்கி வாழ்வது உண்மை உயர்வை அடைய வழியாகாது.

இன்று விஞ்ஞானம் வளர்ந்தாலும் மனிதனை மனிதனிடமிருந்து பிரித்தாலும் அவனால் பிரிந்து வாழ முடிவதில்லை. மற்றவர்களோடு எப்படி நல்ல உறவை ஏற்படுத்த முடியும்? என்று நாம் அறிய வேண்டும். அறிந்தால் மட்டும் போதாது அதை எமது வாழ்வில் பயிற்சி செய்ய அவாவும் ஊக்கமும் தேவை.

முதலில் என்னை நான் அறிந்து கொள்ள வேண்டும். எனக்கு எது பிடிக்கும் எது பிடிக்காது எனக்கு எப்படிப்பட்ட உணர்வுகள் ஒவ்வொரு நிகழ்ச்சியிலும் உருவாகின்றன. என்னால் எதைச் செய்ய முடியும் எதைச் செய்ய முடியாது என்று என்னை ஆழமாக அறிதல் வேண்டும். அதேபோன்று மற்றவர்களையும் யார் என்று அறிந்தபின்பே நன்றாகப் பழக ஆரம்பிக்க வேண்டும்.

அதேபோன்று மற்றவர்களை மதிக்கத் தெரிந்திருக்க வேண்டும். மற்றவர்களுடைய தீய செயலைப் பணிவோடும் மரியாதையோடும் கண்டிக்கவேண்டும். ஒருவரை மற்றவருக்கு முன் கண்டித்துப் பேசாது தனிமையில் அழைத்து அன்போடு சுட்டிக்காட்டலாம்.

அதுமட்டுமல்ல உண்மையை எமது வாழ்வில் கடைப்பிடிக்கப் பழகவேண்டும். உள்ளொன்றும் புறமொன்றும் வைத்துப் பேசி நடப்பவர்களை

மற்றவர்கள் விரும்ப மாட்டார்கள். இல்லாத ஒன்றை இருப்பதாக காட்டத் தேவையில்லை. பொய்யாக மற்றவரையும் புகழாது உண்மையின்படி வாழ்ந்து வந்தால் அப்படிப்பட்டவர்களை மற்றவர்கள் விரும்புவார்கள்.

மேலும் தன்னலத்தைக் கைவிட்டுத் தன்னை அன்பு செய்யப் பழக வேண்டும். தன்னை அன்பு செய்யத் தெரிந்தவன் மற்றவர்களை அன்பு செய்வான்.

மற்றவர் கருத்துக்கு மதிப்பளிக்கப் பழக வேண்டும். பாவச்செயல்களை விலக்கி மற்றவரைப் புரிந்துக்கொள்ளப் பழக வேண்டும். நீதியோடு நடந்து மற்றவர்களோடு கூடி வாழத் தெரிந்தால் அதுவே உண்மையான உயர்வு என்று கூறலாம்.

சீந்துனைக்கு.....

கற்றுக்கொள்ள வேண்டுமே என்று கவலைப்படுவதை விட கற்றுக் கொண்டு அதைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டுமே என்பதைப் பற்றி அதிகக் கவலைப்படு.

☆ ☆ ☆ ☆

மற்றவர்களைக் காப்பாற்றுவதுபோல் நடத்து பலர் தங்களுடைய காப்பாற்றிக் கொள்கிறார்கள்.

☆ ☆ ☆ ☆

27. உங்களை நீங்கள் சரியாக அறிந்துள்ளீர்களா?

இன்று பலருக்குத் தன்னைப்பற்றிய அறிவு போதுமான அளவு இல்லையென்றே கூறலாம். நான் ஏன் இப்படி நடமாடுகிறேன். செயற்படுகிறேன் என்ற அறிவு போதாது. அதேபோன்று தன்னைப்பற்றி இருக்கின்ற அறிவு பிழையாகவும் இருக்கலாம். நாம் எம்மைப் பற்றிச் சிறுவயதில் பெற்றோர், பெரியோர் சொல்பவற்றைக் கேட்டதால் அதைக் கொண்டு எம்மைப் பற்றி அறிந்திருக்கலாம். அதைக்கொண்டு என்னைப்பற்றிய அறிவைப் பெற்றிருக்கலாம். இது பிழையானதாக இருக்கலாம்.

சில வேளைகளில் சம்பிரதாயப்படி உள்ளவைகளை கூறியிருக்கலாம். அதாவது நாட்டின் சமுதாயத்திலிருந்து சொற்களைக் கூறியிருக்கலாம். அல்லது அவர்கள் கோபமான வேளைகளில் கூறியிருக்கலாம். அல்லது அதிகமளவு சந்தோசமாக இருக்கும்பொழுது எம்மில் அன்பாக இருக்கும் பொழுது கூறியிருக்கலாம். இதனால் எம்மைப் பற்றி அவர்கள் கூறியதைக் கேட்ட நாம் எம்மைப்பற்றி அதையே மனதில் கொண்டிருக்கிறோம். இது பிழையானதாக இருக்கலாம். சில வேளைகளில் சந்தோசமான நேரத்தில் பெற்றோர் எம்மைப் பார்த்து தங்கக் கட்டி, நீ தான் உலகத்திலேயே அழகான பிள்ளை என்றும் கோபம் வந்தவுடன் கழுதை, மக்கு என்றும் கூறியதைக் கேட்டிருக்கலாம். இவை இரண்டுமே இயற்கைக்கு மாறானதாக இருக்கலாம். என்னைப் பற்றிய சுயஅறிவு சரியானதாக இல்லாததால் நான் என்னைப் புரிந்துக்கொள்வது கடினமாக இருக்கலாம். குடும்பத்தில், சமுதாயத்தில், வேறு இடங்களிலும் மற்றவர்களோடு நல்ல தொடர்பை ஏற்படுத்த முடியாமல் பிரச்சினை ஏற்படலாம்.

என்னைப் பற்றி நான் பிழையான அறிவோடு இருக்கக்கூடும் என்பதைப் பார்த்தோம். இது பல வகைகளில் உள்ளன.

தன்னைக் குறைவாக மதிப்பவர் சிலர் அதற்குக் காரணம் எம்மைப் பற்றி குறைவான வார்த்தைகளைத் தேவைக்கதிகமாகக் கேட்டதால் ஏற்படலாம். அதனால் தன்னைப் பற்றி குறைவாகவே எண்ணுவார். எனக்குள்ளே பல திறமைகள், கெட்டித்தனங்கள் இருந்தாலும் நான் பியோசனமற்ற ஒருவன், ஒருத்தி என்னால் ஒன்றுமே முடியாது என எண்ணுவார்.

அதேபோன்று இன்னும் சிலர் தம்மை அளவுக்கதிகமாக உயர்வாக நினைப்பர். இதுவும் தன்னைப் பற்றிய பிழையான அறிவே. நீ தான் கெட்டிக்காரி, நீ தான் இந்த உலகில் அழகான பிள்ளை என்று அளவுக்கதிகமாக கூறியதைக் கேட்டால்

இப்படி எண்ணக் கூடும். யதார்த்தமான உலகில் நடமாடும் போது என்னைவிடக் கெட்டிக்காரர், அழகானவர்கள் இருப்பதைக் காண்பர்.

தன்னை இவ்விரு வழிகளிலும் பிழையாக எண்ணி வாழ்வதால், தன்னைப் பற்றி பிழையாகவே கணிப்பர். அதனால் தன்னம்பிக்கை மிகவும் குறைவானதாக இருக்கும். சமுதாயத்தில் வாழும்போது தன்னம்பிக்கை வளர்ந்த நிலையில் இருப்பது முக்கியமாகும்.

தன்னம்பிக்கை குறையவும், வளரவும் அதேபோன்று தன்னைப் பற்றிய சுய அறிவு கூடவும், குறையவும் மேலும் காரணங்கள் உண்டு. தன்னைப் பற்றிக் குறைவாக மதிப்பது நல்ல குணம் என்று சிலவேளைகளில் கலாச்சாரத்தில், மதத்தில் படிப்பிக்கக்கூடும். நல்ல பெயரை எடுக்க தன்னைத் தாழ்வாக நினைக்கப் பழகக்கூடும். தாழ்வு மனப்பான்மை நல்லதல்ல.

மேலும் எம்மிடம் இல்லாதவைகள் மற்றவர்களிடம் இருப்பதைக் கண்டு எப்பொழுதும் ஒப்பிட்டுப் பார்த்தவாறு இருப்பதால் அவரிடம் அழகுண்டு, திறமையுண்டு, என்னிடம் அது இல்லை. அவர் உயரமானவர். நான் கட்டையாக இருக்கிறேன் என்றும் எப்பொழுதும் மற்றவரிடம் இருப்பது ஆனால் என்னிடம் இல்லாததைக் கொண்டு எப்பொழுதும் ஒப்பிட்டுப் பார்ப்பர். இதனால் தன்னைப் பற்றிய பிழையான அறிவை வளர்த்துக் கொள்வர்.

இவ்வாறு பல வழிகளிலும் பிழையாக என்னை எண்ணிக்கொண்டு இருக்கும் நிலையை மாற்றி சரியான அறிவைப் பெற வேண்டும். என்னைப் பற்றிய சுய அறிவை வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். இதற்குப் பல வழிகள் உண்டு.

1. எம்மைப் பற்றி நினைத்துப் பார்க்க வேண்டும். எமது கடந்த கால வரலாற்றை, ஞாபகத்திற்கு வரும் சம்பவங்களை, வாழ்க்கை மாறிய சந்தர்ப்பங்களை, புதிய வழியை அமைத்துக் கொண்ட நிகழ்ச்சிகளை நாமே ஞாபகப்படுத்தி ஆராய்ந்து அந்த நிகழ்ச்சிகளில் ஏற்பட்ட உணர்வுகள் எனக்கு ஏற்பட்டன என்று எண்ணி பார்ப்பது என்ன காரணத்திற்காக அப்படி ஏற்பட்டது என்று எண்ணி பார்ப்பது.

2. மற்றவர் எம்மைப் பற்றிச் சொல்வதைக் கேட்டு விட்டு யதார்த்தத்திற்கு ஒத்துவரக்கூடிய விதத்தில் சிந்திப்பது. ஏன் என்னைப் பற்றி அப்படிக்கூறுகிறார்கள். அவர்கள் கூறுவது யதார்த்தம், உண்மையில்லையேல் அவை எமக்கு உதவக் கூடியது அல்ல. ஆகக் குறைந்தது என்னை ஏன் அப்படி அவர்களுக்குத் தெரிகிறது. விசேடமாக எம்மை அன்பு செய்யும் எம்முடன் நெருக்கமாகப் பழகும், எமக்கு நன்மை ஏற்பட வேண்டும் என விரும்பும், எமது

வளர்ச்சிக்குக் கைகொடுத்துதவ அர்ப்பணத்துடன் செயற்படும் நபர்கள் கூறுவதை விசேடமாகச் சிந்தித்துப் பார்ப்பது நன்று.

3. இதைவிட எமது சுயஅறிவை வளர்க்க கருத்தரங்குகள், புத்தகங்கள் மூலம் அறிவைப் பெறலாம்.

இவ்வாறு என்னைப் பற்றி சரியான அறிவை வளர்த்துக் கொண்டு தன்னம்பிக்கையை வளர்த்துக் காரியாலயத்திலும், குடும்பத்திலும், சமுதாயத்திலும் மற்றவர்களோடு நல்ல உறவை தொடர்பை ஏற்படுத்தி வாழப் பழகுவோம்.

- ☞ குளங்களைக் குழப்பிய பிறகுதான் மீன்களைப் பிடிக்கின்றார்கள். உன் உள்எத்தில் இருக்கும் உயர்ந்த கருத்துக்களைப் பிடித்துச் செல்ல உன் இதயத்தைச் சிலர் குழப்புவார்கள். கவனமாயிரு.
- ☞ உன் புறத்தை வைத்து அகத்தை எடை போடும் மக்கள் ஆயிரக் கணக்கில் உண்டு. அவர்களைப் பற்றி அதிகம் கவலைப்படாதே!
- ☞ நீ எப்படி வாழ்ந்தாய் என்பது முக்கியம்தான். ஆனால் அதைவிட முக்கியமானது இப்பொழுது எப்படி வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறாய் என்பதாகும்.
- ☞ 'அவன் என்னை நிந்தித்தான். அவன் என்னை அடித்தான். அவன் என்னை ஜெயித்தான். அவன் என்னைக் கொள்ளையிட்டான்.' என்று எவன் எண்ணுகிறானோ அவனிடமுள்ள துவேஷம் தணிவதில்லை. துவேஷமுள்ளவர் மனத்திலே பழிவாக்கும் எண்ணம் மாறாது.

(தம்மபதம் 3)

- ☞ புயலடிக்கப் போகிறதே என்று கவலைப் படுவதைவிட, புயலடித்தால் என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதைப்பற்றிக் கவலைப்படுவதே நல்லது.
- ☞ சீலமற்ற, தன்னடக்கமில்லாத மக்கள், பிட்சையை உண்டு திரியும் ஒருவராயிருப்பதிலும் பார்க்க அக்கினிச்சுவாலை போன்ற வெந்த இருப்புக்குண்டை விழுங்குவது மேலானது.

(தம்மபதம் 308)

- ☞ எவனிடத்தில் சத்தியம், தருமம், அறிவிச்சை, அடக்கம், அமைதி என்பன உண்டோ, அவனே தீரன். மலமற்றவன், தேரன் என்று கூறப்படுவான்.

(தம்மபதம் 261)

28. மன்னித்தல்

‘குழந்தையும் தெய்வமும் குணத்தால் ஒன்று. குற்றங்களை மறந்து விடுவீ மனத்தால் ஒன்று’ என்ற பாடல் மன்னிக்கும் மனப்பான்மையை எடுத்துக் கூறுகிறது. மன்னிக்கும் பண்பு தெய்வீகப் பண்பு என்பர். இதையே வள்ளுவரும்

இன்னா செய்தாரை ஒறுத்தல் அவர் நாண
நன்னயம் செய்துவிடல்

என்று கூறுகிறார்.

அதாவது பிறர் நமக்குத் தீமை செய்யும்போது அதனை மன்னித்து விடவேண்டும் என்று கூறுகிறார்.

குழந்தை மற்றகுழந்தைகளுடன் சண்டை பிடிக்கிறது. ஆனால் சிறிது நேரத்தில் மன்னித்து மறந்து ஒன்றாக விளையாடுகிறது. ஆனால் வளர்ந்த பின்பு மன்னிப்பது கடினமாக இருக்கிறது.

ஒருவர் தவறு செய்தால் மற்றவர் அவனை மன்னித்து மறக்கும்போது அவன் திருந்துவதற்கு வாய்ப்பு இருக்கிறது. தனக்குத் தீங்கு செய்தவனை மன்னிக்காது அவன் மீது வர்மம் வைப்பது மனதின் தூய்மையை மட்டுமல்லாது உடலின் சுகத்தையே கெடுத்து விடுகிறது. மற்றவர்கள் எமக்குச் செய்தவற்றை மன்னிக்காது மனதிற்குள்ளே வைத்துக் குமுறும்போது குடற்புண், புற்றுநோய் போன்ற நோய்கள் வரவும் கூடும். அது மட்டுமல்ல பிறரை மன்னிக்கத் தயாராக இல்லாத மனது மகிழ்ச்சியாகவே இருக்க முடியாது. அப்படிப்பட்ட மனம் எப்போதும் பிறருடைய குற்றங்களையே நினைத்துக்கொண்டு இருக்கும். மற்றவர்களை மன்னித்து மறக்காதவன் தானும் மகிழ்ச்சியாக இருக்க மாட்டான். மற்றவர்களையும் மகிழ்ச்சியாக வைத்திருக்க மாட்டான்.

பலர் ஒன்றுகூடி வாழும்பொழுது பிரச்சினைகள் உருவாகத்தான் செய்கின்றன. ஆனால் மற்றவர்களுடைய குற்றங்களை மன்னிக்கின்ற மனப்பக்குவம் இல்லாது போனால் வாழ்க்கை கசப்பாகி விடும்.

மன்னிப்பின் அவசியத்தைப் புரிந்து கொண்டால் மற்றவர்களைத் திருத்தும் நோக்கத்துடன் மன்னிக்கத் தொடங்க வேண்டும். எமது வாழ்வில் ஏற்படும் சிறு சிறு நிகழ்ச்சிகளில் மன்னிப்புப் பழக்கத்தைப் பயிற்சி செய்ய வேண்டும். மன்னிப்பை மற்றவர்கள் பிழையாகப் பாவிக்க இடம்கொடுக்கவும் கூடாது.

ஒருவருக்கு நாம் தண்டனை கொடுக்கும் போது அன்பில் என்னைத் தண்டிக்கிறார் என்ற உணர்வு தண்டனைபெறுபவருக்கு ஏற்படும் விதத்தில் தண்டிக்க வேண்டும். மற்றவர் என்னைத் தண்டிப்பது என்னை உருவாக்கவே என்ற உணர்வு தண்டனை பெறுபவருக்கு உருவாக வேண்டும்.

மன்னித்து மறப்பதும், மன்னிப்புக் கேட்பதும் சிறந்த பண்பு. இதற்குப் பயிற்சி தேவை. இதனாலேயே இயேசு பிரான் தம்மைக் கொலை செய்பவர்களைப் பார்த்து பிதாவே இவர்கள் அறியாமல் செய்கிறார்கள். இவர்களை மன்னியும் என்றார். பகை கொண்ட உள்ளம் துயரத்தின் இல்லம் தீராத கோபம் யாருக்கு லாபம் என்பதற்கேற்ப மன்னித்து மறந்து வாழ்வோம். மகிழ்ச்சியாக வாழ்வோம்.

நீ எதிர்பார்த்திருந்த நேரம் இன்னும் வரவில்லையே என்பதற்காக கடிகாரத்தைக் கோபித்து என்ன பயன்?

வெற்றி துவேஷத்தை வளர்க்கிறது. தோல்வியடைந்தோர் துயரமடைகின்றனர். சமாதானத்தை விரும்புவோர் வெற்றி தோல்வியிரண்டையும் விட்டுச் சுகமாக வாழ்கின்றனர்.
(தம்ம பதம் 201)

‘உன் வாழ்வு இப்போது முடிந்தது. சாவின் சந்நிதானத்துக்கு நீ போகிறாய். இடையில் தங்குவதற்கு இடமில்லை. கட்டுச் சோறும் கிடையாது’
(தம்ம பதம் 237)

ஒருபோதும் உன்னை நீயே பகைக்காதே.

அன்பு செய்யத் துணிச்சல் வேண்டும்.

சீந்தனைக்கு.....

கடவுள் மனிதனை வாழப் படைத்தார். மனிதனோ கடவுளை வாழ விடாது தடுத்துக் கொண்டிருக்கிறான்.

'பைத்தியங்கள்' சில இந்த உலகில் இருப்பதினால் தான் சில மருத்துவர்கள் உடல் நலத்தோடு வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்கள்.

அன்பு செய்யாதவனோ கடவுளை அறிவதில்லை. ஏனெனில் அன்பே கடவுள்.

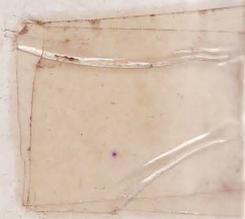
(விவிலியம் 1 அருள 4/8)

உன் கடவுளாகிய ஆண்டவருக்கு உன் முழு உள்ளத்தோடும் உன் முழு ஆன்மாவோடும் உன் முழு மனத்தோடும் உன் முழு வலிமையோடும் அன்பு செய்வாயாக. உன் மீது நீ அன்பு காட்டுவது போல் உன் அயலான் மீதும் அன்பு காட்டுவாயாக (விவிலியம் மாற்கு 12/30-31)

ஒருவர் மீது ஒருவர் அன்பைப் பொழியாமல் சில சமயங்களில் மனிதர்களில் சிலர் ஒருவர் மீது ஒருவர் அன்பைப் பொழிந்து கொள்கிறார்கள்.

சுவரில் ஆணி அடித்துப் படத்தை மாட்டிவிட்டோம் என்பதோடு திருப்தி அடைந்து விடாமல். அடக்கடி அடித்த ஆணி துருப்பிடிக்காமல் இருக்கிறதா என்பதைப் பார்த்துக் கொள்.

Handwritten mark in purple ink, resembling a stylized 'W' or a signature.



ISBN 955-95655-4-0