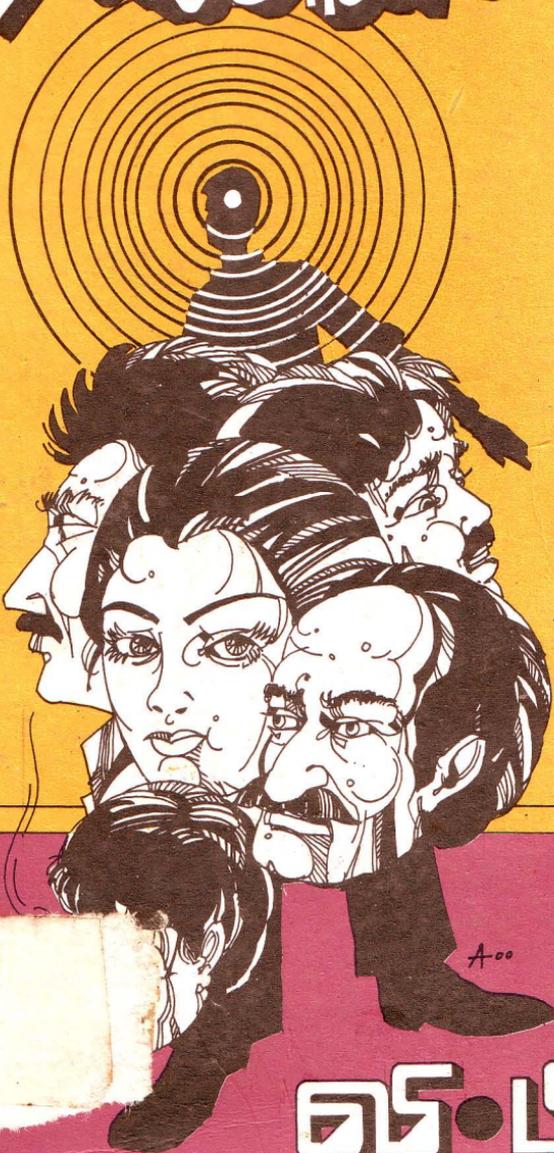


45/2

சூத்திரபாசமானவர்கள்



12.5
55)
L/PR

65.15.

வித்தியாசமானவர்கள்

வி. பி.



விருந்துக்கு வாருங்கள்

“காலங்களில் அவள் ஊதும்
கலைகளிலே அவள் ஓவியம்
மாதங்களில் அவள் மார்சுழி
மலர்களிலே அவள் மல்லிகை”

இயற்கையை இரசித்து இன்புறுகின்ற ஒரு கவிஞரின் குரல் இது. இந்த வகையில், வாழ்வின் இரசிகள் என்ற அடிப்படையில், ‘வித்தியாசமானவர்கள்’ என்ற இந்த நூலை உங்களது அறிவு வளர்ச்சிக்கும் ஆளுமை விரிவாக்கிக்கும் விருந்தாக்குகிறேன்.

மல்லிகை மலர்கள் ஒன்றோடொன்று தொடுக்கப்படும் பொழுது மாலையாகின்றது. மனிதர்கள் ஒருவரோடொருவர் சேர்ந்து வாழும் பொழுது, மனிதம் மலர்கின்றது; மணம் கமழ்கின்றது.

மனித வாழ்வில் ‘கொடுத்தல் - எடுத்தல்’ என்ற தொடர் நிலைப் பயன்பாடு எமது கய விருப்பு. வெறுப்பு களைக் கடந்த நிலையில் நிகழும் பொழுது நிறைவு பெறுகின்றது.

குருவிச்சை மரம் மாதிரி மற்றவர்களில் முழுவதும் தங்கி வாழாதல் மனித வாழ்விற்கே முரணானது.

மாறாக, ‘எமது கால்களே எமக்கு உறுதி; எமது முயற்சியே எமது வளர்ச்சி’ என்ற எண்ணத் தோடு எமது வாழ்வினைத் தரிசனம் செய்வோம். உடலால், உள்ளத்தால், உணர்வுகளால் மட்டுமல்ல உயர் சிந்தனைகளினாலும் வித்தியாசமானவர்கள் என்பதை உறுதிப்படுத்துவோம்.

இந்நூல் வெளிவர உதவிய அ. ம. தி. முதல்வர் அதீ வண. பி. பி. சிலிப், வண. ஜே. ஜே. எட்வேட், ஜோசப் பாலா, ஜோண் பற்றிக் ஆகியோருக்கு என் இதய நன்றியோடு ‘வித்தியாசமானவர்கள்’ பக்கம் பார்வையைத் திருப்ப அழைக்கின்றேன்.

வீ. பி.

Title:	Vithiyasamanavargal
Edition:	First Edition, 1991.
Author:	Fr. D. Vincent Patrick, O. M. I. B. Th., B. A (Hons.)
Address:	St. Joseph's Seminary, Colombuthurai, Jaffna, Sri Lanka.
Cover Design:	Thaya
Published by:	Naan Publication Oblate Vice - Province, Jaffna, Sri Lanka.
Printed at:	Mani Oosai, 12, Patrick's Road, Jaffna.
Price:	Rs 45/=
Subject:	A book based on practical Psychology analysing various aspects of personality growth inspires the readers to a happy way of living.

உள்ளே

	1. மகிழ் மனவியல்	1 - 12
	2. ஆளுமை வளர்ச்சி	13 - 22
	3. உறவுச் செயல்களின் ஆய்வுமுறை	23 - 33
	4. நான் வாழ விரும்புகின்றேன்	34 - 38
Title:	5. மனநிலைச் சமத்துவம்	39 - 42
Edition:	6. நல்வினை மனநோக்கு	43 - 47
Author:	7. மரணிக்காத மனிதத்துவம்	48 - 51
	8. உந்தல்	52 - 60
Address:	9. உந்தலும் உணர்வும்	61 - 67
	10. சிந்தனையும் மொழியும்	68 - 72
Cover I	11. திறமை மதிப்பீடும் நுண்ணறிவும்	73 - 75
Publisher	12. சமுதாயத்துவச் சமநிலை	76 - 78
	13. நானாக நான் இல்லை	79 - 83
Printed	14. ஆளுமை சிறைப்படுத்தப்படுகின்றது	84 - 87
Price:	15. அழகினை இரசிக்கின்றேன்	88 - 92
Subject:	16. என்னை நானே உருவாக்குகின்றேன்	93 - 97
	17. இதயத்தில் ஓர் இடம்	98 - 99
	18. பயணம் தொடர்கின்றது	100 - 102

1. 1. அகச்சக்தியும் முழுமனித வாழ்க்கையும்
1. 2. காட்சி உளச் சிசிச்சை
1. 2. 1. புனரமைப்புப் பெறல்
1. 2. 2. வினைத் தொகுப்பு
1. 2. 3. சமனில்லா நிலை
1. 3. வளர்ச்சி நோக்கிய அசைவு

1. 1. அகச்சக்தியும் முழுமனித வாழ்க்கையும்

“வையத்து வாழ் படைப்புக்கள் அனைத்திலும் மனிதன் மாத்திரமே தன்னுடைய இறுதி இலக்கின் அமைப்பாளன்; தனது மனத்தின் உள்ளகம் போக்குகளை மாற்றுவதன் மூலம் தனது வாழ்க்கையின் வெளிப்புற அம்சங்களை மாற்ற முடியும் என்பதே எமது சந்ததியின் மிகப்பெரிய கண்டுபிடிப்பாகும்.”

என்கின்றார் உளவியலாளர் வில்லியம்ஸ் ஜேம்ஸ்.

‘அகத்தின் அழகு முகத்தில் தெரியும்’ என்பது போல மனிதனின் வெளிப்புறத் தோற்றம், மனிதனில் ஏற்படுகின்ற மாற்றம், மனிதனது செயற்பாடுகளில் மிளிர்கின்ற ஏற்றம் என்பன அவனது மனம் எனும் அகச்சக்தியிலேயே பெரிதும் தங்கியுள்ளது. மனத்தின் மாட்சியே மனிதனின் மாட்சியாக அமைகின்றது. உள்ளம் கள்ளம் இன்றி வெள்ளையாயிருக்கும்பொழுது,

வெளிப்படுத்தப்படும் வார்த்தைகள் வசீகரமானவை; நெறிப்படுத்தும் செயற்பாடுகள் நேர்த்தியானவை; பரிணமிக்கும் உறவுகள் - பரிசுத்தமானவை.

‘முழுமையாக உயிர்வாழும் மனிதனே இறைவனின் மாட்சிமை ஆகும்’

'ஓ இறைவா! என் தந்தையே!
நிஜமாக நான் வாழவும்
நான் அன்பு செய்யப்படவும் முன்னர்
என்னை இறக்க விடாதேயும்.'

— ஜோன் பவல்.

ஒவ்வொரு மனிதனும் தான் வாழவும், வளரவும், மலரவும், மகிழவும், விரும்புகின்றான். தான் மற்றவர்களால் அன்பு செய்யப்பட வேண்டும் என எண்ணுவது நியாயமானதே. எனினும் மனித வாழ்வின் நிறைவு, மற்றவர்களது நலனே தனது நலன் என்றும் மற்றவர்களது இன்பமே தனது இன்பம் என்றும் மற்றவர்களது வளர்ச்சியே தனது வளர்ச்சி என்றும், மற்றவர்களை மையமாக வைத்துச் செயற்படுகிறபோதே சாத்தியமாகின்றது.

1. 2. காட்சி உளச் சிகிச்சை

இவ்வாறு அவன் மகிழ்வு எய்த முனைகின்ற போதிலும் அவனது வாழ்க்கையில் நிரந்தரமாக நிம்மதி நிலைப்பது அரிது. சலனங்களும் சர்ச்சாவுகளும், விழுக்கைகளும் வீக்கங்களும், ஏக்கங்களும் ஏமாற்றங்களும் தொடரத்தான் செய்கின்றன; அழுக்கைகளும் ஆர்ப்பாட்டங்களும், பிதற்றல்களும் பித்தலாட்டங்களும் நிகழத்தான் செய்கின்றன; நொந்துபோன நெஞ்சங்களுக்கும், வெந்து வாழும் வாலிபர்களுக்கும், உதிர்ந்து நிற்கும் முதியோர்களுக்கும், ஊனமுற்ற எல்லோருக்கும் அருமருந்தாட்ட உளச் சிகிச்சை, உளவளத்தினை தேவை. உளவியலாளர்கள் பல வகையான உளச்சிகிச்சை முறைகளை முன்வைத்துள்ளார்கள். இவற்றுள் காட்சி உளச்சிகிச்சை ஒன்றாகும்.

இது சுய சிகிச்சை அமைப்பை உடையதாகும். இதன்படி புலன்கள் வெறுமனே காட்சிகளாகும். தவறான கருவூலத்திற்கு அறிஞர், எதிர்மறையான புலன் வெளிப்பாடேயாகும். ஆரோக்ஷியமான மனப்போக்குகளினாலும் அனுசூலமான சிந்தனைகளினாலும் தவறான கருவூலத்தினை நீக்குவதே இதன் நோக்கமாகும். முழுமையான, மகிழ்வான மனித வாழ்க்கைத் திருப்தியினாலும் வளர்ச்சியினாலுமே காட்சி உளச் சிகிச்சையின் வெற்றி

□ 2 வித்தியாசமானவர்கள்

ணிப்பிடப்படுகின்றது. மேலும், மனிதனை - கடவுள் - உலகம் சார்பாக ஒருவன் மேற்கொள்கின்ற நேரிய, தியாகச் செறிவான மனப்போக்குகளின் வளர்ச்சியே இதன் எழுச்சியை உறுதிப்படுத்துகின்றது. இவ் மனநிலைகளின் தொகுப்பே ஒருவனது யகார்த்த மெய்மையின் காட்சிப்போக்காகும். காட்சி சீரானதாகவும் நலமானதாகவும் அமைந்திருப்பின் ஒருவன் மகிழ்வான வாழ்க்கையை அனுபவிக்க முடியும்.

1. 2. 1 புனரமைப்புப் பெறல்

மனித வாழ்க்கையில் ஏற்படும் நிகழ்வுகள் எப்படி பிழையான நம்பிக்கை அமைப்பை ஏற்படுத்துகின்றன என்றும் அதனை மாற்றியமைப்பதன் மூலம் புனரமைப்பு பெற்ற வாழ்க்கையினை எய்திட காட்சி உளச்சிகிச்சை பயன்படுகின்றது என்றும் அல்பேட் எஸில் பின்வருமாறு விளக்குகின்றார்:

1. 2. 1. 1. செயற்றிறன் ஊட்டும் நிகழ்ச்சி

1. ஒருவன் தகாதமுறையில் என்மீது குற்றம் சாட்டுகின்றான்.
2. தொடர்ந்து தோல்வி என்னைத் தழுவுகின்றது.

1. 2. 1. 2. நம்பிக்கை அமைப்பு

1. நான் எல்லோராலும் அன்பு செய்யப்பட வேண்டும் என்றும் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட வேண்டும் என்றும் ஏங்குகிறேன்.
2. தொடர்ச்சியான தோல்வியினைத் திருத்த முடியாத பலவீனம் என்று கருதுகின்றேன்.

1. 2. 1. 3. உணர்வு வெளிப்பாடு

1. விரக்தி, சோகம்.
2. ஏமாற்றம், சோர்வு.

1-2.1.4. நம்பிக்கை அமைப்பிலுள்ள தவறான விளக்கத்தினை முறியடித்தல்

1. எல்லோரையும் மகிழ்வுட்ட வேண்டிய அவசியமில்லை. என்மீது குற்றம் சாட்டியவரிடம்தான் பிரச்சினையுண்டு; என்னிடமல்ல.
2. வெற்றிக்கு மூலைக்கல் தோல்வியே. தோல்வியிடம் நான் சரணடையமாட்டேன். எனது முயற்சிகளில் தோல்வியடைந்தது உண்மைதான்; எனினும் எனது வாழ்க்கை ஒரு தோல்வி அல்ல

2.1.5. மறுமதிப்பீட்டினால் புதுத்தோற்றம் பெற்ற நிகழ்ச்சி மூலம் தவறான கருவூலத்தைத் திருத்துதல்.

1. மாறுபட்ட புலன்தாக்கம், தொடர்ச்சியான தன்னம்பிக்கை, தன்னமைதி, குற்றம் சாட்டுவோர் மீது பரிவு.
2. ஆர்வத்தோடும் உற்சாகத்தோடும் முயற்சி செய்தல்.

'நீ லாயக்கற்றவன், நீ மோசமானவன், நீ ஒரு தனிப்பிறவி, நீ பிறர் வாழ்வைக் குலைப்பவன்'

என்று மற்றவர்கள் கூறிவிட்டார்கள் என்பதற்காக அதனைத் தனது விசுவாசப் பிரமாணமாக ஏற்று, மாற்றுச் சிந்தனை ஏதும் இல்லாது ஒருவன் வாழ முற்படும் பொழுது, அவன் தனது வாழ்வின் அழிவினையே உறுதிப்படுத்தியவனாகின்றான்; தாழ்வுச் சிக்கலில் அவன் மூழ்கடிக்கப்படுகின்றான். பிறரது கண்டனங்களையும் தரிசனங்களையும் விமர்சனக் கண்ணோட்டத்தோடு எதிர் கொள்வதோடு, தவறான விளக்கத்தினை ஈடுசெய்யப் புதிய சிந்தனைகளைப் பரவலிடுதல் அவசியமாகின்றது!

1.2.2. வினைத் தொகுப்பு

உயிர்த்துடிப்புள்ள முழுமையான மலித வாழ்க்கையினை எய்துவதற்குக் கையாள வேண்டிய வினைத் தொகுப்பினை ஜோன் பவல் பின்வருமாறு தருகின்றார்:

□ 4 வித்தியாசமானவர்கள்

1. திறந்த மனப்பான்மையும் மாறுபடும் தன்மையும்,
2. புலன் செறிவுத் தன்னுணர்வு,
3. நம்பிக்கைக்குரிய நண்பன்,
4. அமைதியான மீள் ஆய்வு,
5. நாளாந்தப் பயிற்சி.

1.2.2.1. திறந்த மனப்பான்மையும் மாறுபடும் தன்மையும்

உனது வாழ்க்கை உன்னைக் கேள்வி கேட்கின்றது. உன் உள்ளத்தினைத் தொடுகின்ற ஒவ்வொரு நிகழ்ச்சியும் உன்னைக் கேள்வி கேட்கின்றது.

உன்னை நீ அன்பு செய்கின்றாயா?
உன்னிலே நீ மகிழ்வு கொள்கின்றாயா?
மற்றவர்களின் தனித்துவத்தைக் கண்டுணர் முடிகின்றதா?
மற்றவர்களின் மகத்துவத்தைப் புரிந்துணர் முடிகின்றதா?
மற்றவர்களை உன்னால் அன்பு செய்ய முடிகின்றதா?

இத்தகைய கேள்விகளுக்குப் பொருத்தமான பதிலானது, உனது திறந்த மனப்பான்மையினை, விட்டுக்கொடுத்து விளங்கிக் கொள்ளும் தன்மையினை வெளிப்படுத்தும்.

1.2.2.2. புலன் செறிவுத் தன்னுணர்வு

புலன் தரும் தரவுகளைச் சரியாகக் கிரகிப்பதோடு, உனது வாழ்க்கை சார்பாக நீ காண்பவற்றையும் கேட்பவற்றையும் மனப்பவற்றையும் ருசிப்பவற்றையும் தொடுபவற்றையும் சுய சிந்தனையோடு உன்உள்ளத்தில் பதிவு செய்தல் அவசியமாகின்றது. புலன் செறிவுத் தன்னுணர்வுக்குத் தேவையானது உடற்பாங்கான தன்னுணர்வேயாகும். ஏனெனில் புலன், உடற்பாங்கான உளமெய்யேயாகும். உடலில் பாதி, உள்ளத்தில் பாதி புலனிக் இருத்தலேயாகும். புதிய புலன் தரவுகளின் தன்னுணர்வே மனநோய்க் குழப்பங்கள் அனைத்தையும் தீர்ப்பதற்குப் போதுமானது என்கிறார் உளநிபுணர் பிறிச் பேர்ள்ஸ்.

புலன்செறிவுத் தன்னுணர்வு ஆழமான உணர்ச்சி வெளிப்பாடுகளைத் தோற்றுவிக்கின்றது. அதேவேளை உணர்ச்சிகளுக்கு நீ அடிமையாகக் கூடாது; அவற்றை அடிமைப்படுத்தவும் கூடாது. சிந்தனைகளைச் சீராக்கி உணர்ச்சிகளை நெறிப்படுத்தி வெளிப்படுத்துவதன் மூலமாக உனது மனவளர்ச்சியில் வளமைகாண முடியும். மனித செயற்பாடுகள் பொதுவாக புலன் செறிவு மிக்கவையாய், உணர்ச்சிக் கொந்தளிப்புகளை அல்லது ஒரு சீராய் ஒழுங்கமைந்த உணர்வுகளை வெளிப்படுத்துபவையாய் அமைகின்றன. புலன்களின் ஒருங்கமைப்பு, உணர்ச்சிகளின் ஒரு சீர்மை, சிந்தனைகளின் ஒருமை ஆகியன மனமகிழ்ச்சியினை நிலைப்படுத்துகின்றன.

1. 2. 2. 3. நம்பிக்கைக்குரிய நண்பன்

முழுமனித வளர்ச்சிக்குரிய இன்னுமொரு இன்றியமையாத காரணி, ஒழிவு மறைவு இன்றி, உள்ளம் திறந்து உறவு கொள்ளக் கூடிய நம்பிக்கைக்குரிய நண்பனேயாவான். காட்சி சிசிச்சையின் வெற்றிக்குக் கட்டாயமாக வேண்டியவனாக இவன் காணப்படுவதற்கு விசேட காரணங்கள் உள. அந்தரங்கங்கள் அம்பலமாவதை எவரும் விரும்புவதில்லை.

அந்நியோன்னிய நட்பு இல்லாத ஒருவரிடம் உனது பிரச்சனையை எடுத்துரைக்கின்றீர் எனவைத்துக் கொள்வோம். அந்நபர், “அழாதையுங்க, மனித வாழ்வில் பிரச்சனை எழுவது சகஜம். இதனை எல்லாம் பெரிதுபடுத்தக் கூடாது” என்று கூறி, உனது உணர்ச்சிகளை, உள்ளக்கிடக்கைகளை வெளிப்படுத்துவதற்குச் சாதகமான சூழலைத் தோற்றுவிப்பதற்குத் தவறுகின்றார். உண்மையான நம்பிக்கைக்குரிய நண்பனால்தான் உன்னை அறிந்து, போதியளவு அன்பு செய்து, உனது உள்ளத்தை உள்ளாடியே சுதந்திரமாக வெளிப்படுத்துவதற்கு ஏற்புடைய ஒரு சிறந்த சூழலை ஏற்படுத்திக் கொடுக்க முடியும்.

“தவறுகளை எதிர் கொண்டு விளங்கிக் கொள்வதற்கு வேண்டிய துணியை ஆட்களுக்குக் கொடுப்பதற்கு இன்றியமையாதது உயிர்த்துடிப்பான மனித உறவாகும்”

— என்று கூறுகின்றார் உளவியலாளர் அட்லர்.

□ 6 வித்தியாசமானவர்கள்

நிபந்தனையில்லாது எம்மை அன்பு செய்ய சிலர் இருக்கின்றார்கள் என்ற அனுபவ அறிவே உளச்சிக்கல்களை எதிர் கொள்வதற்கும் ஏற்றுக் கொள்வதற்கும் உதவியளிக்கின்றது என்பது கார்டர் நோயர்ஸ் என்பவரது உளவளத் துணைக் கோட்பாட்டின் எடுக்காள்களில் ஒன்றாகும். எமக்கு வெளியேயுள்ள ஒருவர் எம்மை விளங்கிக் கொள்கின்றார், ஏற்றுக்கொள்கின்றார் என்பதைத் தெரியும்போதே எம்மை நாம் யதார்த்தமாக விளங்கிக் கொள்ளவும், ஏற்றுக் கொள்ளவும் முடியும்.

நம்பிக்கைக்குரிய நண்பனோடு செய்கின்ற உரையாடலும் உறவாடலும் உனது உள்ளத்தின் அடித்தளத்தில் தேங்கிக் கிடக்கும் ஏக்கங்களைத் தெரிந்து கொள்வதற்கும் புரிந்து கொள்வதற்கும் ஏதுவாமிருக்கும். பிரச்சனைக்கு வார்த்தை வடிவம் கொடுக்கவும் தீர்வு கொடுக்கும் நேரான விழுவியங்களை உள்ளத்தில் ஏற்படுத்தவும் நல்ல நண்பனால்தான் முடியும்.

“நீ நல்லவன்தான். உன்னால் நிச்சயமாக முடியும்.
நீ துணிந்து விட்டாய். வெற்றி உனதே”

என்ற உனது நண்பனின் தொடர்ச்சியான நினைவூட்டுதல்கள் உனது வாழ்க்கையில் உளச்சமநிலையை ஏற்படுத்தும்.

1. 2. 2. 4. அமைதியான மீள் ஆய்வு

புதிய நோக்கில் சிந்திப்பதற்கும் செயற்படுவதற்கும் தேவையான உந்துசக்தி ஒவ்வொரு நாளின் இறுதிக் கட்டத்திலும் ஓய்விற்காக, மீளாய்விற்காக, மீள் மதிப்பீட்டிற்காக ஒதுக்கப்படும் நேரத்திலிருந்தே கிடைக்க முடியும். எந்நேரமும் பரபரப்புடன் இயந்திரம் போலச் செயற்படுதல் மனிதன் நலிவுற்ற, இயந்திரமயமாக்கப்பட்ட மனிதனையே தோற்றுவிக்கும். திட்டமிடப்பட்டு ஒதுக்கப்படும் நேரத்தைத் தவிர எதிர்பாராமல் கிடைக்கும் நேர இடைவெளிகளையும் சக்திச் சேமிப்பு நேரங்களாகப் பயன்படுத்தி புதிய சிந்தனைத் தோற்றங்களையும் புதிய காட்சிகளையும் உருவாக்க வேண்டும். பதற்றமான மனநிலையை நீக்கிப் பக்குவமான மனநிலையை நிலைப்படுத்துவதற்கு மீளாய்வு நேரங்கள், ஓய்விற்கான ஒதுக்கீடுகள் போன்றவற்றை அதிகரிப்பது அவசியமாகின்றது.

1. 2. 2. 5. நாளாந்தப் பயிற்சி

காட்சிச் சிசிச்சையின் பயனளிப்பு நாளாந்தப் பயிற்சியில் பெரிதும் தங்கியுள்ளது. திறந்த மனப்பான்மை, புலன்செறிவுத் தன்னுணர்வு, நம்பிக்கைக்குரிய நட்பு, மீளாப்பு, ஓய்வு போன்றவற்றை ஒழுங்குக் கிரமமாக வளம்பெறச் செய்வதன் மூலம் நம்பிக்கை அமைப்பு வலிதாக்கப் படுகின்றது. மேற்படி செயற்பாடுகள் தொடர்ச்சியாக மேற்கொள்ளப்படும் பொழுது எம்மைப் பற்றிய பிழையான புலன் தரவுகள் நீக்கப்படுவதோடு நேரிய சிந்தனைகளினால் ஊட்டம் பெற்று உள்ளம் நிறைவு பெறும்.

1. 2. 3. சமனில்லா நிலை

'நானே எல்லாம்; நான் இல்லாமல் அவர்களால் எதுவும் செய்யமுடியாது; நானே சகலகலா வல்லவன்'

என மற்றவர்களது பிரச்சனையில் அநாவசியமாகத் தலையிட்டு அனைவரது பிரச்சனைகளுக்கும் தீர்வு வழங்க முற்பட்டால் அது ஆபத்தில் முடியும். மற்றவர்களை அவஸ்தைப்படச் செய்வதோடு நீயும் அவதிப்படுவாய்.

'அந்தரங்கம் புனிதமானது' என எழுத்தரீனர் ஜெயகாந்தன் குறிப்பிடுகின்றார். பிறரது பிரச்சனைகளில் அழைக்கப்படா விருந்தாளியாக உள்நுழைவதும் அவர்களது அந்தரங்கங்களை அம்பலப்படுத்தத் தீவிரமாய் செயற்படுவதும் தீராத மனநோயினையே எண்பிக்கின்றது.

1. 2. 3. 1. மனநோய்க்கான அறிகுறிகள்

மனச்சஞ்சலமுடையோரில், மனநோயாளரில் பொதுவாகக் காணப்படும் அறிகுறிகள் எவை என அல்பேட் எலிஸ் கூறுகின்றார். அவை வருமாறு:

1. எனது சமூகத்திலுள்ள எல்லோராலும் குறிப்பாக மேல் மட்டத்தினரால் நான் அன்பு செய்யப்பட வேண்டும், ஏற்றுக் கொள்ளப்பட வேண்டும் என விரும்புதல். (விளைவு - விரக்தி)

□ 8 வித்தியாசமானவர்கள்

2. எனது மதிப்பீட்டைப் பற்றிச் சிந்திக்கும் முன்னரே நான் எதிலும் பூரண வெற்றியாளனாகத் திகழ வேண்டும் என ஆசைப்படுதல். (விளைவு - தோல்வி)

3. என்னுடைய மகிழ்ச்சி பிறகாரணிகளிலேயே முற்றிலும் தங்கியுள்ளது; நான் அதற்குப் பொறுப்பல்ல என நியாயித்தல். எனது வாழ்க்கையில் ஏற்படும் சவால்களையும் பொறுப்புக்களையும் தவிர்ந்துக் கொள்வதற்காக என் மனம் கூறுகின்ற பொய்யே இது.

4. எனது நிகழ்கால வாழ்க்கையினையும் செயற்பாட்டினையும் இறந்தகால அனுபவங்களும் வாழ்க்கை நிகழ்வுகளுமே நிர்ணயிக்கின்றன.

5. எனது பிரச்சனைகள் ஒவ்வொன்றிற்கும் சரியான பூரணமான ஒரேயொரு தீர்வு மட்டுமே உண்டு. இதனைக் கண்டு பிடிக்காவிட்டால் எனக்கு அழிவுதான்.

6. நிகழ்கூடிய போராட்டங்களையும் பயங்கர அழிவுகளையும் எதிர் கொள்வதில் சதா ஏக்கத்தோடு காணப்படுகின்றேன்.

7. நான் மற்றவர்களில் தங்கியிருத்தல் வேண்டும். அத்தோடு என்னையும்விட வலிமை மிக்கவரே நம்பிக்கைக்குரியவராய் இருத்தல் வேண்டும். (விளைவு - தன் சிதைவு)

8. நான் திட்டமிட்ட வடிவத்தில் எனது வாழ்க்கை முறை அமையாத பொழுது அது மிகவும் மோசமானது. எனது எதிர்பார்ப்புக்கள் எல்லாம் எப்பொழுதும் ஏமாற்றத் திலேயே முடிகின்றன. (விளைவு - குடற்புண்)

9. கஷ்டங்களையும் பொறுப்புக்களையும் எதிர் கொள்வதை விட அவற்றைத் தவிர்ந்துக் கொள்வதே சிறப்பானது. (விளைவு - தன்னம்பிக்கையின்மை)

10. சில ஆட்கள் போல்லாதவர்கள்; அவர்கள் கட்டாயமாகத் தண்டிக்கப்பட வேண்டியவர்கள்.

11. மற்றவர்களது பிரச்சனைகளைக் கண்டு நான் அவதிப்படுகின்றேன்.

1. 2. 3. 2. மூவகை மன அரிப்புகள்

ஆட்களுக்குத் தொந்தரவு தருகின்ற மேற்படி மன அரிப்புகளை எலில் மூன்று வகைகளுக்குள் உள்எடக்குகின்றார்.

1. நான் பாவம்! நான் பிரபல்யமான திறமைசாலியாய் இருந்திருக்க வேண்டும். ஆனால் நான் இப்படியல்ல. எனவே, நான் பயனில்லாத, வேண்டப்படாத ஒரு தனியாள்.
2. புத்தியில்லாத மற்றவர்கள் பாவம்! என்னை மற்றவர்கள் மரியாதையுடன் கட்டாயமாகக் கரிசனை காட்டியிருக்க வேண்டும். ஆனால் அவர்கள் அப்படி நடந்து கொள்ளவில்லை. ஆகவே அவர்கள் மோசமானவர்கள்; அழிய வேண்டியவர்கள்.
3. மூடத்தன வாழ்க்கையும் உலகமும் பாழ்! துன்பத்திற்குப் பதிலாக எனது வாழ்க்கையில் இன்பத்தைத் தான் அணுபவித்து இருக்க வேண்டும். உலகம் இப்படியான வாய்ப்பைத்தான் அளித்திருக்க வேண்டும். ஆனால் நான் அல்லல் படுகிறேன்; அவதிப்படுகின்றேன். ஆகவே, உலகமே பாழ்!

1. 3. வளர்ச்சி நோக்கிய அசைவு

உன்னைப்பற்றி, மற்றவர்களைப் பற்றி, உலகத்தைப்பற்றி, இறைவனைப் பற்றி நீ கொண்டிருக்கின்ற தப்பிப்பிராயங்கள் மாற்றப்பட வேண்டும். இவற்றைப் பற்றிய பார்வைகள் திருத்தம் செய்யப்படும் பொழுது உனது வாழ்க்கையில் புதுத் திருப்பம் ஏற்படும்; புதிய தோற்றத்தை, பெரிய மாற்றத்தை உன்னிலே நீ காணுவாய்!

□ 10 வித்தியாசமானவர்கள்

“வாழ்க்கை இயக்கச் சக்தியை தனதாக்கிக் கொண்டுள்ளது. அது வளர்வதற்கு, வெளிப்படுத்துவதற்கு, வாழ்வதற்கு முற்படும். இத் தூண்டுகோல் தூண்டிக்கப்பட்டால் அது அழிவிற்கே இட்டுச் செல்லும். வாழ்க்கையில் ஆக்கப்பட்டுச் சக்தி கூடுதலாகத் தாக்கப்படும் பொழுது அழிவு உந்தலின் வலிமை குறைக்கப்படும். வாழப்படாத வாழ்க்கையின் வெளிப்பாடே அழிவாகும்” என்கிறார் எறிக் புறொம்.

எதிர் காலத்தில் நம்பிக்கை, வளைந்து கொடுக்கும் இயல்பு, விரைவாகத் தீர்மானத்திற்கு வரும் எண்ணம், புணைகை தவழும் முகம் என்பவையே நிறைவான வாழ்க்கைக்கு வழிமுறைகள் என்பது அண்டிரு கார்ணிகி என்பவர் தரும் கருத்தாகும். பொருத்தமான வார்த்தைகளைத் தேர்ந்தெடுத்துப் பேசுதல், வெற்றியில் வெறி கொள்ளாமலும் தோல்வியில் சோர்ந்து விழாமலும் வாழுதல், திறன்களை விருத்தி செய்தல், பிறரது திறமைகளைப் பாராட்டி பெருமனத்தோடு வாழுதல் போன்றவை பெரு மகிழ்ச்சிக்கு இட்டுச் செல்லும் விழுதுகளாகும்.

“இப்பொழுது சிறு விஷயங்களைச் செய். நாளடைவில் பெரிய விஷயங்கள், உன்னை நாடி நிறைவேற்றி வைக்கும்படி கேட்கும்”

என்று பாரசீகப் பழமொழி கூறுகின்றது. சிறு விஷயம்தானே என்று அலட்சியப்படுத்தாமல் சிறு விஷயங்களையும் சிறப்பாகச் செய்வதன் மூலம் நிறைவு பெறலாம். சிறிய காரியமாயினும் சரி பெரிய காரியமாயினும் சரி அது உன்எத்தினின்று எழுவது அவசியமாகின்றது!

வாழ்வில் ஏற்படும் நிகழ்வுகளை ஒருவர் எந்த மன நிலையில் ஏற்றுக் கொள்கிறார் என்பதில்தான் மனமகிழ்ச்சி தங்கியுள்ளது.

“வாழ்க்கையின் வெயிலில் கொஞ்சம் காய்ந்தும் மழையில் கொஞ்சம் நனைந்தும் வந்ததால் எனக்கு நன்மையே ஏற்பட்டிருக்கிறது”

என்பது லாஃபெல்லோவினது கூற்று. எதிர் பாராத்தோல்விகள், ஏமாற்றங்கள் ஏற்படும் பொழுது அவற்றிலிருந்து தப்பி ஓட முற்படுவது

படாது, அவற்றை எதிர் கொண்டு வெற்றி கொள்வதே வாழ்க்கைக்குப் புதுத் தெம்பைக் கொடுக்கும்; வாழ்க்கையில் ஒரு பிடிப்பை ஏற்படுத்தும்! பிறரன்பு, இறை சிந்தை, கனிவு, கருணை, கரிசனை போன்றவை உள்ளத்திற்கு உரமாக அமையும் பொழுது, அவன் - அவள் - அது எனும் படர்க்கை நிலை மறைந்து நாம் என்ற தன்னிலை உறவு நிலை வளரும் பொழுது, மனிதமனம் மலரும்; மனிதன் நிறைவான மகிழ்ச்சியை எய்துவான்!

ஆளுமை வளர்ச்சி

2

* எனது வாழ்வின் இன்பம்

V ஏனையவர்களை மகிழ்ச்சிப்படுத்துவதிலேயே தங்கியுள்ளது.

* இது தெரிந்தும் நான் இன்னும் அழுகின்றேன் எனின்

X ஏனையவர்களை நான் அழவைத்து வாழுகின்றேன்.

2. 1. நான் யார்?
2. 2. தனித்துவமானவன்
2. 3. விசித்திரமானவன்
2. 4. ஆளுமைச் சிதைவு
2. 5. ஆளுமைச் சரிணக்கம்
2. 6. பண்பாட்டுப் பலாத்காரம்
2. 7. மறுமலர்ச்சி
2. 8. நேரிய சிந்தனை

மாறிவரும் சூழலில் ஊறு இழைக்காமல் வாழ முற்படும் மனிதன் ஆறுவதற்கு முன்னரேயே நீறு பூத்த நெருப்பாக மாற்றப்படுகின்றான். கண்மூடித்தனமான கலாச்சாரத் திணிப்புகள், பிறரது சொந்த விடயங்களிலே அநாவசியமான தலையீடுகள், தமது தவறுகளை அட்டிசியப்படுத்திக் கொண்டு, பிறர், நூற்றுக்கு நூறு பூரணத்துவமானவர்களாக வாழவேண்டும் எனக் கட்டாயப்படுத்துதல், இப்படித்தான் உடுக்க வேண்டும், இப்படித்தான் நடக்க வேண்டும் என்ற அதிகார மிரட்டுதல்கள், எமது சமூகத்தின் அநாகரிகத்தை, பிற்போக்குத் தன்மையினை எடுத்துக் காட்டுகின்றன. ஆணுக்கொரு சட்டம், பெண்ணுக்கொரு சட்டம் என்ற ஆணுக்கொரு சட்டம் அமைப்பது அவசியமற்றதாகும். ஒருவர் தான் விரும்பியபடி உணவு உண்பதற்கு, ஆடை அணிவதற்கு, தலை சீவுவதற்குச் சுதந்திரம் இல்லை என்று அறைகூவல் விடுப்பது காட்டுமிராண்டித் தனமாகும்; வெட்கத்துக்குரிய செயலாகும்.

ஒருவன் தனது ஆளுமையினை வளர்க்க முற்படும் பொழுது சமுதாயம் முட்டுக்கட்டையாக விளங்குதல் முறையன்று. ஆள்பாதி, ஆடைபாதி என்ற நிலையில் அதாவது ஆளுமையும் பண்பாடும் இணைந்த நிலையில் மனிதன் உளரீதியாகவும் சமூக ரீதியாகவும் பரிணாம வளர்ச்சி பெறுகின்றான். அவனுக்கு நிகர்

அவனே! அவளுக்கு நிகர் அவனே! என்ற ரீதியில் ஒவ்வொரு மனிதனும் வாழ எத்தனிக்கையில் அவன் / அவள் தனது ஆற்றல் களை வளர்த்து. தனது ஆளுமையில் முழுமை பெற முயற்சி செய்கையில், சமுதாயம் ஊகருவிப்பை வழங்குதலே நியாயமாகும்.

2. 1. நான் யார்?

நான் யார்? எனது ஆற்றல்கள் எவை? என்னை என்னால் புரிந்து கொள்ள முடிகின்றதா? என்னை நானாக எனது குறைகளோடும் நிரைவுகளோடும் ஏற்றுக் கொள்ள முடிகின்றதா? என்னை நினைத்து நானே அச்சம் கொள்கின்றேனா?

அன்றேல் ஆனந்தமடைகின்றேனா? ஏனையவர்கள் என்னைப் பிழையாக விளங்கிக் கொள்வார்கள் என என்னை அடிக்கடி நான் நடிக்கின்றேனா? பணம், பதவி, பட்டம், சாதி, சமயம், சமூகம் போன்ற போர்வைகளால் வார்த்தப்பட்ட முகமூடி மனிதனா நான்?

நான்!

நான் ஒரு வெறும் உடல் - நீட்சே

நான் ஒரு நோயாளி - மருத்துவன்

நான் ஒரு செலவாளி - பொருளியலாளன்

நான் ஒரு வாக்கு - அரசிடலாளன்

நான் அழிகின்ற உடலையும் அழியாத ஆன்மாவையும்

உடையவன் - ஆகமம்

ஆளுமை பற்றி இவ்வாறு ஒவ்வொருவரும் தத்தமது தத்துவங்களுக்கேற்ப எடை போட்டு வர்ணிக்கின்றார்கள். தங்களது கருத்தியலின்படியும் கற்பனையின் படியும் மனித ஆளுமைக்குப் பல்வேறுபட்ட நிறங்களைத் தீட்டி விடுகின்றார்கள். என்னை நானாக இனம் காணும் முன்னர், தாங்கள் விரும்பிய உருவத்தை எனக்குக் கொடுக்கின்றார்கள் என்பது பலரது அனுபவமாகின்றது.

2. 2. தனித்துவமானவன்

எனினும் மனிதன் தனித்துவமானவன்! ஏனையவர்கள் ஒரு வளைப் பல்வேறுவிதமாக எடை போட்டாலும் அவனது வாழ்க்கையில் அவனது தனித்துவமே அவனது மகத்துவமாகும். அவன்

அவனேதான்! அவன் இன்னொருவரைப் போல வாழவேண்டும் என எண்ணுவது தப்பானது. அவன் அவனாகத்தான் வாழவேண்டும். அவனுக்கென்றொரு தனிப்பட்ட நடை, உடை, பாவனை உண்டு. அதில் கலப்படம் அவசியமில்லை. அவன் பேசும் விதத்தில் அவனுக்கென்று ஒரு தனிப்பாணி உண்டு. அவன் செய்யும் தொழிலில் அவன் ஒரு தனிமனிதன். அவனது வாழ்க்கை நிலையையிட்டு அவன் வெட்கமுறவில்லை. அவன் அவனில் மகிழ்கின்றான்.

“என்னில் நான் பூரிப்படைகின்றேன்.

என்னை நான் அன்பு செய்கின்றேன்.

என்னை நான் அன்பு செய்யாமல்,

மற்றவர்களை நான் அன்பு செய்ய முடியாது”

என்பதை அவன் உணர்கின்றான்

“நீர் உம்மை சரியாக அன்பு செய்யவும்

நம்பவும் முடியும் என்றால் தான்

உமது அயலாரை அன்பு செய்யவும்

நம்பவும் முடியும்”

— ராமி ஜோசுவா லீப்மான்.

மற்றவர்களை அன்பு செய்வதற்கு முன் - நிபந்தனையாக, ஒருவன் தன்னை அன்பு செய்ய வேண்டும். தனது திறமைகளிலே தனது நிறைவான செயற்பாடுகளிலே, தனது ஆளுமை வளர்ச்சியிலே அவன் உள்பூரிப்படைய வேண்டும்.

2. 3. வித்தியாசமானவன்

அழியாத ஆன்மாவையும் அழிகின்ற உடலையும் ஒருங்கே கொண்டமைந்த மனிதன் விசித்திரமானவனே. உடல் சார்ந்த, உள்ளம் சார்ந்த, ஆன்மீகம் சார்ந்த ஒருங்கிணைந்த வளர்ச்சி அவனில் காணப்பட வேண்டும். உடற்கட்டமைப்பு, உள்பக்கவம், ஆன்மபலம், மனச்சான்று, நெறிப்படுத்தப்பட்ட உணர்ச்சி போன்ற பல்வேறு கூறுகளின் தொகுப்பாக வளமரக்கப்பட்ட மனித ஆளுமை காணப்படுகின்றது. மேற்படி கூறப்பட்ட பல கூறுகளும் ஒரு சீராய் வளர்ச்சியடையும் பொழுதே முழுமையான வளர்ச்சியினை அவன் எய்த முடியும். காலிலே

பலமாக அடி பட்டால் காலில் வீக்கம் ஏற்படும். இது வளர்ச்சி யன்று. இவ்வாறே மனித வளர்ச்சியும் ஒரு பகுதியில் ஏற்படும் வீக்கமாயிராது அவனது ஆளுமையின் பல்வேறு பகுதிகளிலும் பரவலாக்கப்படும் ஒரு சீரான வளர்ச்சியாய்க் காணப்பட வேண்டும்.

“பாதி மனதில் தெய்வமிருந்து
பார்த்துக் கிட்டதடா!
மீதி மனதில் மிருகம் இருந்து
ஆட்டி வைத்ததடா!”

— கவிஞர் கண்ணதாசன்.

தெய்வம் மனதில் விழித்துக் கொள்ளும் பொழுது மிருகம் உறங்கிக் கொண்டிருக்கும். மிருகம் விழித்துக் கொண்டால் மனதில் தெய்வம் இருப்பதே தெரியாமல் போய்விடும். இரண்டு சக்தி களும் ஒன்றுசேர இயங்குவதில்லை. இவ்வாறே மனித ஆளுமை யின் பலம்கள், திறமைகள், ஆற்றல்கள் வலுப்படுத்தப்படும் பொழுது பலவீனங்கள், குறைந்துவிடும். பலவீனங்கள் விழிப் படைந்து வளர்ச்சியுற்றுக் காணப்படும் பொழுது பலம்கள் நலிவுற்றுக் காணப்படும்.

ஒவ்வொரு மனிதனும் நல்லதைச் செய்யவே விரும்புகின்றான். ஆனால் சில சந்தர்ப்பங்களில் அதற்கு மாறாகவே நடந்து கொள் கின்றான். எனினும் மனம் தளராது நல்லவனாக வாழ முயற்சி எடுக்க வேண்டும். நல்லவனாக வாழக்கூடிய சந்தர்ப்பங்களை வளர்ப்பதன் மூலம் மனித ஆளுமையினை ஆரோக்கியமானதாக மாற்ற முடியும். எனவே,

நான் நல்லவன் அல்ல;
நான் ஒரு பாவி;
நான் ஒரு உதவாக்கரை;
நான் எப்பொழுதும் இப்படித்தான்
அதிர்ஷ்டமில்லாதவனாகக் காணப்படுகிறேன்;
இந்த உலகம் பொல்லாதது;
இவ்வுலகில் வாழும் மனிதர்கள் ஏமாற்றுப் பேர்வழிகள்;
இந்த சமூகத்தில் நல்லவர்கள் உயிர் வாழ முடியாது....

போன்ற எண்ணங்களை அவன் தன் உள்ளத்தி லிருந்து அகற்ற வேண்டும்.

□ 14 வித்தியாசமானவர்கள்

நான் நல்லவன்;

நான் அதிர்ஷ்டமுள்ளவன்!

நான் பெரும்பாலும் மகிழ்வுற்ற காணப்படுகின்றேன்;

இந்த உலகம் நல்லது;

இதில் உயிர்வாழும் மனிதர்கள் நல்லவர்கள்;

இருளான உலகில் அருளாகி ஒளிரும் மனிதர்கள்

மனித விழுமியங்களின் விழிகளாய்த்

திகழ்கின்றார்கள்....

இவை போன்ற நல்ல எண்ணங்களை

அவன் உள்ளத்தத்தில் ஏற்ற வேண்டும்!

2. 4. ஆளுமைச் சிதைவு

உடற் தோற்றம், உள்ளம், உணர்திறன், இயல்புக்கங்கள் ஆகியவற்றைக் கொண்டமைந்த சக்தித் தொகுப்பே ஆளுமை யாகும். ஒருவரின் ஆளுமைச் சிதைவுகளுக்குத் தனியனாகவும் கூட்டாகவும் பல காரணிகள் செயற்படுகின்றன. இவற்றை அகவயமானவை, புறவயமானவை என இரண்டாகப் பிரிக்கலாம். அகவயமான காரணிகளாக தன்னம்பிக்கையினம், தாழ்வுணர்வு, தவறான மதிப்பீடு போன்றவை காணப்படுகின்றன. புறவயக் காரணிகளாக இயற்கையின் எதிர்பாராத நிகழ்வுகள், பிறரது தவறான தலையீடுகள், அநீதியான குற்றச்சாட்டுகள், அழிவு சார் விமர்சனங்கள் போன்றவை செயற்படுகின்றன. தொடர்ச்சி யான தோல்விகளும் அடிக்கடி ஏற்படும் ஏமாற்றங்களும் ஒருவரது ஆளுமையைப் பலவீனப்படுத்துகின்றன. தூக்கமுமின்றி, ஆக்கமு மின்றி அல்லற்படும் மனித உள்ளங்களில் ஏக்கமே மிகுந்து காணப் படும். முரண்பட்ட உள்ளம், பிளவுபட்ட ஆளுமை, அடிமைப் படுத்தப்பட்ட மனம், அரக்கத்தனமான சபாவம் போன்றவை சிதைவுற்ற ஆளுமையைச் சித்தரிக்கின்றன.

2. 5. ஆளுமைச் சீரிணக்கம்

வேதனையின் விளிம்பில் நின்று வாதனைப்படும் மனிதன் சாதனையை நிலைநாட்ட ஆளுமைச் சீரிணக்கம் செய்து கொள் வது அவசியமாகின்றது. முரண்பட்ட சக்திகளை தன்னகத்தேயும் புறத்தேயும் கொண்டு வாழும் மனிதன் அகம் சார்பாகவும் சூழல் சார்பாகவும் ஓர் ஒருங்கிசைவை மேற் கொள்ள வேண்டியவனாகின்

றான். நேரிய சிந்தனைகள், சீரிய செயற்பாடுகள், முன்னேற வேண்டும் என்ற ஆர்வம் போன்றவை நிவிரமாக்கப்படும்பொழுது மனித ஆளுமை சீராக்கம் பெறுகின்றது. வாழவேண்டும், வளர வேண்டும் என்ற உந்துகை வலுப்படுத்தப்படுவதற்கு மற்றவர்களை வாழ வைத்தலும், வளர வைத்தலும் இன்றியமையாததாகின்றது. ஆளுமைச் சீரிணக்கம் பின்வரும் மூன்று படிவங்களில் நிறைவேற்றப்படலாம். அவையாவன:

1. தனிமனித உள்ளத்தில் எழும் போராட்டங்களை இனம் காணுதல்.
2. அப்போராட்டங்களுக்கான காரணிகளை உய்த்தறிதல்.
3. அவற்றை வெற்றி கொள்ளும் மாற்றுத் திட்டத்தை வகுத்தல்.

2. 5. 1. போராட்ட உணர்வலைகளை இனம் காணுதல்

மனித உள்ளம் மனத்திற்கும் மனச்சான்றிற்குமிடையே, போலிக்கும் உண்மைக்குமிடையே, அறியாமைக்கும் அறிவிற்குமிடையே, அரக்கத்தனத்திற்கும் இரக்கத்திற்குமிடையே போராட்டத்தை நிகழ்த்தி வருகின்றது. சிலவேளைகளில் அன்பொழுக்கப் பேசுபவன் வேறு சந்தர்ப்பங்களில் வேங்கை போலச் சிறிப் பாய்கின்றான். பலதம் படித்தறிந்த அறிஞனும் சில சந்தர்ப்பங்களில் பாமரத்தனமாய்ச் செயற்படுகின்றான். பலவற்றில் பலசாலியாகக் காணப்படுபவன் சிலவற்றில் பலவீனமாகக் காட்சியளிக்கின்றான். இவ்வாறு எழும் உளக் கொந்தளிப்புகளையும் மனப் போராட்டங்களையும் இனங்கண்டு அவற்றிற்கான காரணிகளை உய்த்தறிந்து, அவற்றை முறியடிக்கும் மாற்றுத் திட்டத்தைச் செயல்முறைப்படுத்த வேண்டும்.

2. 5. 2. மாற்றுத்திட்டத்தை வகுத்தல்

மாற்றுத்திட்டம் பின்வரும் அம்சங்களைக் கொண்டிருக்கும்:

1. ஒருவர் தன்னிலுள்ள பலங்களையும் பலவீனங்களையும் ஆராய்தல்

2. தன்னிலும் ஏனையோரிலும் காணப்படும் நிறமைகளுக்கும் நற்பண்பாடுகளுக்கும் முக்கியத்துவம் கொடுத்தல்.
3. வாழ்வில் பிரச்சனைகள், தோல்விகள், ஏமாற்றங்கள், ஏற்பட்டதும் உடனே நம்பத்தகுந்த ஒருவரிடத்தில் ஒழிவு மறைவின்றி வெளிப்படுத்துதல்.
4. ஆக்கபூர்வமான முயற்சிகளில் ஆர்வத்தோடு ஈடுபடல்.
5. தனது ஆற்றல்களை நினைவு கூர்ந்து தன்னைத்தானே பாராட்டிக் கொள்ளுதல்.
6. பிறரைப்பற்றி அநாவசியமாய்க் குறை கூறும் சந்தர்ப்பங்களைத் தவிர்த்துக் கொள்ளுதல்.
7. நேர அட்டவணைப்படி வாழ்க்கை நிகழ்ச்சிகளை மேற்கொள்ளல்.
8. ஒழுங்காக ஓய்வு எடுத்தலும் மீளாய்வு செய்தலும்.
9. சிறந்த வாழ்க்கைத் தத்துவங்களை அன்றாடம் கரையிலும் மாலையிலும் நினைவு கூருதல். உதம்: யாம் பெற்ற இன்பம் பெறுக இவ்வையகம். உதவி செய்து உயர்வடைவோம். பொதுநலம் காப்போம் - புதுயுகம் படைப்போம், அகந்தையை ஒழிப்போம் - ஆற்றலை வளர்ப்போம் போன்ற சலோகங்களை மீள உச்சரித்தல்.

2. 6. பண்பாட்டுப் பலாத்காரம்

பண்பாட்டின் பெயரில் தனிமனித சுதந்திரம் பறிக்கப்படுதல் முறையன்று. எவரையும் எதற்கும் அடிமையாக்குதல் கூடாது. ஆளுக்கோ அன்றேல் பொருளுக்கோ அடிமையாகுதலும் கூடாது. தனிமனித வாழ்க்கைக்கு, தனிமனித வளர்ச்சிக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்காத, ஒருதலைப் பட்சமான சட்டங்களும் சட்டங்களுக்கும் திட்டமிடப்பட்டு முறியடிக்கப்பட வேண்டியவையே. ஒவ்வொரு மனிதனிலும் தான் முக்கியமானவன் என்ற உணர்வே முதன்மைப்படுத்தப்படுகின்றது எனக் கருத்துரைக்கின்றார் உளவியலாளர் கால்டுய். மனித மாண்பினை மேம்படுத்தாது, மனிதனை மட்டும் தட்டும் பண்பாட்டுக் கோலங்கள் வானவில்லின் வர்ண

ஜாலங்கள் போன்றவையாகும். தனிமனித ஆளுமை வளர்ச்சிக்கல் முட்டுசட்டெடயாத் தீண்டிட்டும் பண்டாட்டுப் டொத்சாரம் விரும்பத்தகாததேயாகும்.

2. 7. மறுமலர்ச்சி

விதவைகள் பொதுவான ிட்டுச் சடகூசளில் பக்கு கொள்ளக் கூடாது. அவர்சளில் விழித்தால் தீட்டுப்பட்டுமும். பெண்கள் பேதைகள், ஆண்கள் ஆள்பவர்கள் போன்ற பழமைவாதங்கள் வேண்டப்படாதவையே. ஆண்கள் சேட்டால் உரிமை, பெண்கள் சேட்டால் ஆணவம் என்ற மனநிலை மாற்றப்பட வேண்டும். இருபாலாரும் அனுமை வளர்ச்சிக்கு தடைக்கல்லாய் இராது நல்ல முன்மாதிரிசளைப் படிக்கற்களாக்கி வாழ முற்படவேண்டும். ஒருமுறை செய்த தவற்ற்சாக ஒருவன் சாகும்வரை தண்டனை அனுபவிப்பது அவசியமற்றதாகும். உதாரணமாக ஒருவன் தான் செய்த குற்றத்திற்காக ஓராண்டு சிறைத்தண்டனை அனுபவித்த பின் திருந்திய உள்ளத்தோடு ஒரு புதிய வாழ்க்கையை வாழ வேண்டும் என்ற நோக்கோடு வீட்டிற்கு வருகின்றான். ஆனால் சமுதாயம் அனுக்கு அழியாத டட்டத்தைச் சூட்டி, அவனை மீளவும் ஒரு சமூக விரோதிடாக மாற்றி சிறைக்கு அனுப்புகின்றது; சித்திரவதை செய்கின்றது. தனிமனிதனின், சமூகங்களின் நியாயமான எதிர்பார்ப்புக்கள் நிறைவேற்றப்பட வேண்டும் உத்தமமான உறவுகள் உதயமாக வேண்டும்; நித்தமும் மனிதனை மனிதனாக மதிக்கின்ற, மனித முன்னேற்றத்திற்கு முதலிடம் கொடுக்கின்ற பண்பாடுகள் வளர்க்கப்பட வேண்டும்.

2. 8. நேரிய சிந்தனை

மனிதரின் மாணிக்கங்கள் இலை மறை காய்களாகத் திகழ்கின்றார்கள். அரும் டெரும் தன்மைகளை, ஆற்றல் களை தம்மகத்தே கொண்டு வாழும் இவர்களை இனம் காணுவது மனித வளர்ச்சிக்கு அவசியமாகும். மனிதன் தன்னிலுள்ள திறமைகளை, சிறந்த பண்பாடுகளை; சமூகத்திலுள்ள நல்ல பழக்க வழக்கங்களை மீண்டும் மீண்டும் நினைவுக்குக் கொண்டுவர வேண்டும். தன்னால் முடியும் என்ற எண்ணம், தனது திறமைகளில் நம்பிக்கை, தானோ அன்றேல் மற்றவர்களோ திறமையாகச் செயற்படும் பொழுது பாராட்டுதல், அனுகூலமான சமுதாய பாடு

பாடுகள், பரந்த மனப்பான்மை போன்றவை நேரிய சிந்தனையிடு ஊறிய நல்வாழ்க்கைக்கு வழிவகுக்கும்.

“என்னில் நான் மகிழ்வுறுகின்றேன். எனது ஆற்றல்களை நினைத்து அகமகிழ்கின்றேன்; என்னோடு பேசுவதை, என்னோடு பழகுவதை; என்னோடு சேர்ந்த வாழ்வதைப் பலர் விரும்புகின்றார்கள்; எனது வாழ்க்கை விழுமியங்கள், எனது செயற்பாடுகள் ஒரு மகிழ்ச்சிகரமான சூழலை உருவாக்கி வருகின்றன”

என்று மனநிறைவுடன் வாழுகின்ற மனிதர்களே பேறு பெற்றவர்கள். மகிழ்வில்லாத மனித வாழ்க்கை மகத்துவமற்றது. இலட்சிய மில்லாத மனித மனம் பாசலவனம் போன்றது. மனித உணர்வுகளை, மனிதப் பண்பாடுகளை மதித்து,

மற்றவர்களை

மகிழ்வித்து மகிழ்கின்ற
வளர்வித்து வளர்கின்ற
வாழ்வித்து வாழ்கின்ற

மனிதர்களே மகத்துவமானவர்கள்.

ஆழப்படுத்தப்பட்ட ஆளுமையை அவர்கள் வெளிப்படுத்தி ஆற்றலுடன் வாழ்வார்கள். அவர்கள் வசிகரமான ஆளுமையுடன் வாழுவார்கள். அவர்கள், மற்றவர்களை மையப்படுத்தி, மற்றவர்களது உணர்வுகளுக்கு முக்கியத்துவம் அளித்து, மற்றவர்களது இன்ப துன்பங்களில் கரிசனையோடு பாடுபட்டு, அவர்களிலே புதுப்பொலிவுடன் காணப்படுவார்கள்.

வையத்த வாழ்வாங்கு வாழ்பவன் வாழ்றையும்
தெய்வத்துள் வைக்கப்படும்

என்று வள்ளுவர் கூறும் கூட்டத்தினரில் அங்கம் வகிப்பார்கள்! ●

நான் யார்?

என்னை இனம் காண

என்னால் முடியாதா?

நான் நானேதான்! வேறு யாரும் அல்ல.

என்னையே நான் புரிந்து கொள்ள

முடியாமலிருக்கையில்

என்னை நீ புரிந்துகொள்ளாததையிட்டு

நான் ஏன் அதிர்ச்சி அடைய வேண்டும்?

என்னை நான் புரிந்து கொண்டு

ஏனையோரையும் புரிந்து கொண்டு

நான் வாழப் போகின்றேன்-அப்பொழுது

நிச்சயமாக நீ என்னைப்

புரிந்து கொள்வாய்!

என் வழியில் நீயும்

உன் வழியில் நானும்

இணைந்தே தீருவோம்!

உறவுச் செயல்களின் ஆய்வுமுறை 3

3. 1. மூலகை மனநிலைகள்
3. 3. தொடர்நிலைப் பரிமாற்றம்
3. 3. தட்டிக் கொடுத்தல்
3. 4. அடிப்படக் வாழ்க்கைக் கண்நோக்குகள்
3. 5. உள் விளையாடல்கள்

உளவியல் நிபுணரும் கலிபோர்னிய நாட்டவருமான எரிக் போன் என்பவரே உறவுச் செயல்களின் ஆய்வு முறையின் காரண கர்த்தா ஆவார். இது, பணம், பொருள் போன்றவற்றிடையே நிகழும் தொடர்பு நிலைப் பரிமாற்றத்தை அவதானிப்பதைப் போன்று, மனித நடத்தையினை உளவியல் ரீதியில் சீர்தூக்கிப் பார்ப்பதேயாகும்.

3. 1. மூலகை மனநிலைகள்

ஒவ்வொரு மனிதனும் முன்று வகையான மனநிலைகளைத் தனைக்கத்தே கொண்டு செயற்படுபவனாய்க் காணப்படுகின்றான். அவையாவன:

1. பெற்றோர் (Parent)
2. தெளிந்தோன் (Adult)
3. குழந்தை (Child)

3. 1. 1. பெற்றோர் (Parent)

ஒருவன் பயன்படுத்தும் சொற்கள், குரல், சைகைகள் அமர்ந்திருக்கும் நிலை, முகபாவனைகள் ஆகியவற்றைக் கொண்டு அவனது மனநிலையை அறிந்து கொள்ளலாம்.

அவள் பெற்றோரின் மனநிலையில் செயற்படும்பொழுது அவனிடம் குழந்தையின் துடிதுடிப்பு, குதூகலிப்பு, தெளிந்தோன் வெளிக்காட்டும் சீர்தூக்கிப்பார்க்கும் தன்மை, தீர்மானம் எடுத்தல் போன்ற குணாதிசயங்கள் காணப்படாது.

'கட்டாயம்', 'கண்டிப்பாக', 'எப்பபார்த்தாலும்', 'இதைத் தான் செய்யணும்', 'இப்படித்தான் இருக்கணும்', 'கண்ணே', 'நாங்கள்' போன்றவை பெற்றோர் மனநிலையில் செயற்படும் பொழுது பொதுவாகப் பயன்படுத்தப்படும் வார்த்தைகளாகும்.

பெற்றோர் மனநிலையும் இரு வகையினதாக வகுக்கப்படலாம். அவையாவன:

கரிசனை காட்டும் பெற்றோர் (Nurturing Parent)
கட்டுப்படுத்தும் பெற்றோர் (Critical Parent)

3.1.1.1. கரிசனை காட்டும் பெற்றோர்

பெற்றோர் மனநிலையில் அன்பைப் பொழிந்து, சீராட்டி, தாலாட்டித் தேவைகளை நிறைவேற்றும் பகுதி கரிசனை காட்டும் பெற்றோர் என அழைக்கப்படுகின்றது. இவர்கள் தாராள உள்ளம், தியாக சிந்தனை, பிறர் கரிசனை மிகுந்து காணப்படுவார்கள். பிறரின் எதிர்கால முன்னேற்றத்தில் அக்கறை எடுத்து முழுமுச்சுடன் பிரயாசைப்படுவார்கள். ஆபத்திலிருப்பவர்களுக்கு பாதுகாப்பும், துயரப்படுபவர்களுக்கு ஆறுதலும் கொடுத்து சமுதாயச் சீர்திருத்தவாதிகளாய் விளங்குவார்கள்.

3.1.1.2. கட்டுப்படுத்தும் பெற்றோர்

எது சரி எது பிழை என்ற வகையில் மனித நடத்தையை நியமப்படுத்தும் ஒழுங்குபடுத்தும் பகுதியே கட்டுப்படுத்தும் பெற்றோராகும். மற்றவர்கள் தங்களில் தங்கி வாழ வேண்டும் என்ற நோக்கோடு அடக்குமுறையைக் கையாளுவார்கள். மற்றவர்களில் குறை குற்றம் காண்பதில் கூடுதலாக ஈடுபாடுடையவர்களாய் இருப்பார்கள்.

3.1.2 தெளிந்தோன் (Adult)

தெளிந்தோன் மனநிலையை நம்மிலுள்ள கம்ப்யூட்டர் இயது திரம் என அழைக்கலாம். தரவுகள் சேகரிப்பதும், ஆராய்ந்து
□ 21 வித்தியாசமானவர்கள்

பார்ப்பதும், நடக்கவிருப்பதைக் கணிப்பதுமான ஆளுமைக்குதியே இதுவாகும். அழுவாரோடு அழுவது, மகிழ்வாரோடு மகிழ்வது இவர்களால் இயலாத காரியங்கள். எடுத்துக்காட்டாக, ஒரு சிறுமி

“எனக்குச் சரியாகத் தலையிடிக்குது, அண்ணா” என்பாளாயின், அவள்,

“வனி வந்தது?”

என்று கேட்டு விட்டு (தெளிந்தோன் மனநிலைச் செயற்பாடு) இது சார்பாக எந்தவொரு முயற்சியும் மேற்கொள்ளவில்லை என வைத்துக்கொள்வோம். இச்சந்தர்ப்பத்தில் அத்தங்கை அவனிடமிருந்து எதிர்பார்த்தது என்ன?

“நல்லவாமை தலையிடிக்குது?”

போன்ற பேச்சுத்தொனி, அன்பாக நெற்றியைத் தடவுதல் ஆகிய கரிசனை காட்டும் பெற்றோரின் செயற்பாட்டினையே அவள் எதிர்பார்த்தாள். அண்ணனின் தெளிந்தோன் மனநிலைச் செயற்பாடு தங்களையின் தலையிடையைக் கூட்டியிருக்கும். “என்? எப்படி? எப்பொழுது?” போன்ற சொற்களை இவர்களது பேச்சில் பொதுவாகத் தொனிக்கும்.

3.1.3. குழந்தை (Child)

குழந்தை மனநிலை வெளிப்பாடுகளாக மற்றவர்களில் தங்கி வாழும் தன்மை, தனித்து இயங்க முடியாமல், சுயபொறுப்பில்லாமல், உணர்ச்சிவசப்படும் தன்மை போன்றவை பொதுவாகக் காணப்படும். 'ஐயையோ', 'ஆ', 'ஓஓ', 'பிரமாதம்', 'ஹையா', 'என்', 'எனக்குப் பிடிச்சிருக்கு' போன்ற சொற்களை அதிகம் பேசுவார்கள். கன்னத்தில் கைவைத்துக் கொண்டிருப்பது, கூனிக் குறுகி அமர்ந்திருப்பது போன்ற உடல் நிலைகளும், நாம் கடிப்பது விரல் சூப்புவது, வளவளவென்று பேசுவது, பிடிவிடுவது, களி பேருவகை கொள்வது போன்ற செயற்பாடுகளும் குழந்தை மனநிலையைச் சுட்டிக் காட்டுகின்றன.

குழந்தை மனநிலையின் சிறப்பம்சம் உணர்ச்சிகளும் உணர்ச்சி வெளிப்பாடுகளுமேயாகும். ஒருவன் உணர்ச்சியற்றவனாய் எதுவித உற்சாகமுமின்றிக் காணப்படுகின்றான் என்றால் அவனில் குழந்தை மனநிலை தடைப்பட்டுள்ளது என்பதே பொருத்தமாகும்.

குழந்தை மனநிலை இருவகைப்பட்டது. அவையாவன:

- சுதந்திரக் குழந்தை (Natural Child)
- ஒடுங்கிய குழந்தை (Adopted Child)

3. 1. 3. 1. சுதந்திரக் குழந்தை

ஒவ்வொரு மனிதனும் தனது பல்வேறுபட்ட ஆசைகள், தேவைகள் நிறைவு செய்யப்பட வேண்டும் என்று விரும்புகின்றான். அவை நிறைவு செய்யப்படும் பொழுது மகிழ்வுணர்வையும் தடைப்படும் பொழுது கோப உணர்வையும் வெளிப்படுத்துவான். இத்தகைய ஆளுமைப்பகுதியே சுதந்திரக் குழந்தை ஆகும். இது கரிசனை காட்டும் பெற்றோர் மனநிலையைச் சார்ந்தது.

3. 1. 3. 2. ஒடுங்கிய குழந்தை

ஒருவன் தன்னைச் சுற்றியுள்ள சூழ்நிலை ஆபத்து மிகுந்தது என்று எண்ணினால், அதிலிருந்து எப்படியாவது தப்பிவாழ வேண்டும் என்று விரும்புகின்றான். இத்தகைய ஆளுமைப்பகுதியே ஒடுங்கிய குழந்தை ஆகும். புண்பட்ட மனப்பாங்கு, இயலாமை மனப்பாங்கு ஒடுங்கிய குழந்தை மனநிலையோடுடையதாகும். இது கட்டுப்படுத்தும் பெற்றோர் மனநிலையைச் சார்ந்தது.

3. 2. தொடர்நிலைப் பரிமாற்றம்

இவ்விதமாக எம் ஒவ்வொருவரிலும் மூன்று வகையான மனநிலைகள் மாறிமாறிச் செயற்படுகின்றன. சிலவேளைகளில் நாம் 'தெளிந்தோன்' ஆகச் செயற்படுகின்றோம். வேறு சந்தர்ப்பங்களில் 'குழந்தை' ஆக, அன்றேல் 'பெற்றோர்' ஆக செயற்படுகின்றோம். ஒர் இளைஞனுக்கு ஒர் இளம் யுவதிக்குமிடையே பேருந்து ஒன்றிலே இடம் பெற்ற உரையாடலைக் கவனிப்போம்.

ஆண்: உங்களது பிறந்த தினம் நாளைக்கு.....

(புன்னகைக்கின்றான்)

பெண்: எப்படித் தெரியும்?

(முகத்தைச் சுழிக்கின்றான்)

ஆண்: எனது பிறந்த தினமும் உங்களது பிறந்த தினமும் ஒரே நாள்ல்தான்.

பெண்: உங்களது பிறந்த தினத்தை நீங்களே சொல்கிறீர்களே! (ஆணின் முகம் வெளிறிவிட்டது;)

உரையாடல் முறிவுற்றது. இவ்வுரையாடலை ஆணின் 'குழந்தை' மனம் ஆரம்பித்தது.

பெண் 'தெளிந்தோன்' தொனியில் பதிலளித்தாள். தொடர்ந்து ஆணின் 'குழந்தை' மனம் பேசியது. பெண்ணோ இறுதியாக, 'பெற்றோர்' தொனியில் அவனை இழிவுபடுத்துகின்றான்.

மாறாக,

ஆண்: உங்களது பிறந்த தினம் நாளைக்கு...

(புன்னகைக்கின்றான்)

பெண்: ரொம்ப சந்தோஷம்..... நீங்க மறக்கவில்லை.....

(புன்னகைக்கின்றான்)

இவ்விதம் அமைந்திருந்தால் உரையாடல் இனிதாயிருந்திருக்கும். தூண்டலுக்கேற்ப விளைவு அமையும்போது குறிவு தோன்றாது.

எரிக்கப்பெற்ற கூற்றுப்படி, அதிச்சியின் விளைவாகவே சிலர் நிரந்தர 'பெற்றோர்' ஆக அல்லது 'தெளிந்தோன்' ஆக அல்லது நிரந்தர 'குழந்தை' ஆகச் செயற்படுகின்றார்கள். இந்நிலையில் அவர்கள், மாறுபட்ட தூண்டுதலுக்கேற்ப விளைவுகளை மேற்கொள்ளமாட்டார்கள். அவர்களது உணர்வலைத் தாக்கங்களில் ஒருதலைப்போக்கே தென்படும். ஒருவர் தொடர்ச்சியாக எப்பொழுதும் ஒரே மாதிரியாகச் செயற்படுவாராயின், உதாரண

மீசு, எப்பொழுதும் சிறித்துக் கெர்ண்டே இருப்பாயின் அது உளப்பிறழ்வையே எடுத்துக்காட்டுகின்றது.

எனவே, ஒருவரது உரையாடல், உறவாடல் அரித்தமுள்ள தாயிருக்க, அவர் எந்தெந்த நிலையில் செயற்படுகின்றார் என்பதை அறிவது அவசியமாகின்றது. எம் ஒவ்வொருவரிலும் இம் மனநிலைகள் மாறிமாறி ஒரு குறிப்பிட்ட விதிகாரத்தில் செயற்படும் பொழுது உறவுச் செயல்கள் சுமுகமானதாய் அமையும்; வாழ்வு சுவையானதாய் வளரும்; ஆரோக்கியமான ஆளுமை வளர்ச்சியுடையவர்களது மனம் தேங்கிய குட்டை போலல்லாது, 'பெற்றோர்', 'தெளிந்தோன்', 'குழந்தை', ஆகிய மூன்று நிலைகளிலும் முறையே, 20%, 35%, 45% என்ற விதிகாரத்தில் மாறி மாறிச் செயற்படும் ஓர் அங்கமாக விளங்கும்.

3. 3. தட்டிக் கொடுத்தல்

நிபந்தனையுள்ள தட்டிக்கொடுத்தல், நிபந்தனையற்ற தட்டிக் கொடுத்தல்,

என வகைப்படுத்தப்படுகின்றது. நிபந்தனையுள்ள தட்டிக்கொடுத்தல் என்பது ஏதாவதொரு எதிர்பார்ப்பை முன் வைத்து கொடுக்கப்படுவதாகும். முன்னையது ஏதேனும் 'செய்வதற்காக' (doing) கொடுக்கப்படுவது; பின்னையது ஒருவன் 'இருப்பதற்காகவே' (being) கொடுக்கப்படுவது.

"நீ பரிட்சையில் சிறப்பாகச் சித்தியெய்துவதுதான் எனக்குப் பெருமை."

"நீ அப்படிச் செய்தது எனக்கு மகிழ்ச்சி அளிக்கிறது."

போன்றவை நிபந்தனையுள்ள தட்டிக் கொடுத்தலுக்கு உதாரணங்களாகும்.

"ஏய்! உன்னை எனக்கு ரொம்பப் பிடிச்சிருக்கு."

"நீ இங்கு இருப்பது எனக்கு மகிழ்ச்சி அளிக்கிறது."

போன்றவை நிபந்தனையற்ற தட்டிக் கொடுத்தலுக்கு உதாரணங்களாகும். நிபந்தனை எதுவும் இல்லாத, பிரதிபலனை எதிர்பாராத ஊக்குவிப்புகள் அனைத்தும் நிபந்தனையற்ற தட்டிக் கொடுத்தலேயாகும்.

3. 4. அடிப்படை வாழ்க்கைக் கண்ணோக்குகள் (Basic Life Positions)

இவை நான்கு வகைகளாக அமைகின்றன. அவை பின்வருமாறு:

I + U + = நான் என்னோடு சரியாக உள்ளேன்; நீயும் என்னோடு சரியாக இருக்கின்றாய்.

I + U - = நான் என்னுடன் சரியாக உள்ளேன்; ஆனால், நீ என்னுடன் சரியாக இல்லை.

I - U + = நான் என்னுடன் சரியாக இல்லை; ஆனால், நீ என்னுடன் சரியாக இருக்கிறாய்.

I - U - = நான் என்னுடன் சரியாக இல்லை; நீயும் என்னுடன் சரியாக இல்லை.

1 - வது வகை வாழ்க்கைக் கண்ணோக்குடையவர்கள் 'எல்லாம் அன்புமயம், எல்லாம் இன்பமயம்' என்ற மனப்பாங்கை உடையவர்கள். இவர்கள் தாரமும் மகிழ்வதோடு மற்றவர்களையும் மகிழ்வித்து வாழ்வார்கள்.

2 - வது வகை வாழ்க்கைக் கண்ணோக்குடையவர்கள் மற்றவர்களின் நல்வாழ்க்கையினை வெறும் தூசாக மதிப்பவர்களாவர்.

3 - வது வகை வாழ்க்கைக் கண்ணோக்குடையவர்கள் 'நான் வாழ்வதில் பொருள் இல்லை' 'நான் வாழ்வதற்கு லாயக்கற்றவன்' என்ற மனப்பாங்குடையவர்கள்.

4 - வது வகை வாழ்க்கைக் கண்ணோக்குடையவர்கள்
 'உலகே மாயம், வாழ்வே மாயம்'
 நானும் வாழக்கூடாது, மற்றவர்களும்
 வாழக்கூடாது.
 என்ற மனப்பாங்குடையவர்கள்.

3. 5. உள விளையாடல்கள்

ஆளுவர் தனது உண்மை நிலையை மறைப்பதற்காக மேற் கொள்ளும் முயற்சிகளே உளவிளையாடல்களாகும். இவை பற்றிய அணுகு முறைகள் பின்வருமாறு:

1. பெர்லின் ஜி - சூத்திரம்
2. கஃபர் கோல்புங்கின் அணுகு முறை
3. காலரின் அணுகு முறை
4. கார்ப்மனின் நாடக முக்கோணம்

3. 5. 1. பெர்லின் ஜி - சூத்திரம்

"Sex in human Loving என்ற பெர்ன் எழுதிய நூல் உள விளையாடலின் சூத்திரத்தை விளக்குகின்றது. "What do you say after you say hello" என்ற பெர்ன் எழுதிய நூல் இதனை ஆய்வு செய்வதற்கான தெளிவானதொரு வழியைத் தருகின்றது.

ஜி - சூத்திரம் பின்வருமாறு அமைந்துள்ளது.

$$C + G = R \rightarrow S \rightarrow X \rightarrow P$$

- இங்கு C என்பது Con - இரை,
 G என்பது Gimmick - பசி,
 R என்பது Response - மறுமொழித் தொடர்,
 S என்பது Switch - திடீர் மாற்றம்,
 X என்பது Cross - up - இகைத்தல்,
 P என்பது Pay off - இறுதி விளைவு.

ஆட்டக்காரரது இரை மற்றொருவருடைய பசியுடன் மாட்டிக் கொண்டு அவரை இழுக்கிறது. இந்த ஈர்ப்பினால் அவர்களிடையே உறவுச் செயல்கள் ஆரம்பமாகின்றன. இதுவே மறுமொழித் தொடர் என அழைக்கப்படுகின்றது. இது இணைந்த உள்நோக்கு உறவுச் செயல்களின் தொடராகும். ஆடுபவர் தனது மனதில் முடிவு செய்தவுடன் அவருள்ளே திடீர் மாற்றத்தை ஏற்படுத்துகின்றார். உடனே இதுவரை அவர் மேற்கொண்டிருந்த உறவுச் செயல்களின் இணைந்த போக்கு மாறி முரண்படுகின்றது. இவ்வாறு உறவுச் செயல்கள் முரண்பட்டது பற்றி விவப்பு அடைகின்றார். இந்நிலையே திகைத்தல் ஆகும். இதன் பின்பு உள விளையாடலின் இறுதி விளைவையும் பெறுகின்றார்.

3. 5. 2. கஃபர் கோல்புங்கின் அணுகுமுறை

உளவிளையாடல்களின் ஐந்து முக்கிய அம்சங்களை கஃபர் கோல்புங்கி பின்வருமாறு தருகின்றார்:

1. சமூக அளவிலே கூறப்படும் வெளிப்படையான செய்தி.
2. வெளிப்படையான செய்தியுடன் தரப்படுகின்ற மறைமுகச் செய்தி.
3. மறைமுகச் செய்திக்குத் தரப்படும் பதில். இப்பதில் கிடைக்கும் போதுதான் உளவிளையாடல் தீவிரமாக நடைபெறும். இதன் பின்பு எந்த நேரத்திலும் திடீர் மாற்றம் ஏற்படலாம்.
4. அப்போதுதான் இறுதி விளைவு பெறப்படுகின்றது. இந்நேரத்தில் ஆச்சரியம் அடைதல் அல்லது திகைத்தல் ஏற்படுகின்றது.
5. ஆட்டக்காரரின் தெளிந்தோன் மனநிலைக்கு அப்பாற்பட்டுத்தான் இவை அனைத்தும் நடக்கின்றன. எனவே உளவிளையாடல்கள் தன்னுணர்வின்மீதே ஆடப்படுகின்றன.

3. 5. 3. காலின் அணுகு முறை

காலும் கேப்பும் இணைந்து உருவாக்கிய இவ் அணுகு முறையின்படி, ஒருவரோடு ஒருவர் தொடர்பு கொள்ளும் பொழுது, மனிதர்கள் விரட்டுநர்களின் ஆதிக்கத்தின் கீழ் செயற்படுகிறார்கள். சாதாரணமாக, தாய் தந்தையர் ஒருவனுக்கு உள்ளும் 'விரட்டுநர்கள்' ஐந்து வகைடரும். அவை திருந்த செய், என்னைத் திருப்திப்படுத்து, திடமாக இரு, விடாமுயற்சி செய், சீக்கிரம் செய் ஆகியவையாகும். ஒருவர் விரட்டுநரின் நடத்தைக்கு உட்பட்டு விட்டால் எந்நேரத்திலும் அவனுக்குள்ளே திடீர் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தலாம். பின்பு தடுப்புச் சுவர், பழி வாங்குவது, இறுதி விளைவு ஆகியவற்றிற்கு இதே வரிசையிலே இட்டுச் செல்லப்படலாம். இப்போக்கை நிறுத்தியவுடன் சிறிது இடைவேளை இருக்கும். இடைவேளைக்குப் பின்னர் விரட்டுநரின் நடத்தையில் ஈடுபட வேறு யாராவது சண்டுபிடிக்கப்படுவர். அவர் களுடன் உளவிளையாடல்களின் போக்கு திரும்பவும் நடத்திக் காட்டப்படும்.

3. 5. 4. கார்ப்பமரின் நாடக முக்கோணம்

இதன்படி இரண்டு அம்சங்கள் சிறப்பானவை:

1. முதல் அம்சம் உளவிளையாடலில் ஈடுபடுபவர்களைப் பொதுவாக நாடகத்தில் காணப்படுகின்ற மூன்று முக்கிய கதாபாத்திரங்களோடு, அதாவது, வில்லன் - துன்புறுத்துபவன், கதாநாயகன் - காப்பாற்றுபவன், கதாநாயகி - பலிஆடு ஆகியவர்களோடு ஒப்பிட்டுப் பார்ப்பதாகும்.

2. இரண்டாவது அம்சம் நாடகத்தை எதிர்பாராத முடிவுக்கு இட்டுச் செல்லும் திடீர் மாற்றம் ஆகும்.

உளவிளையாடலை ஆரம்பிக்க விருப்பும் நபர் இந்த மூன்று நிலைகளில் ஏதேனும் ஒன்றோடு பொருந்தக் கூடிய நபர் ஒருவரைத் தேடுவார். அவ்வாறு சண்டுபிடித்த பின்பு அவர்களிடையே பேச்சுவார்த்தை நடைபெறுகின்றது. இதன்பின்பு திடீரென அவர்களின் உறவுச்செயல்கள் முரண்பட ஆரம்பிக்கின்றன. அவர்கள் காங்கள் இருந்த நிலைகளை மாற்றுக்கின்றனர். இத்தருணத்தில்

தான் உளவிளையாடல் அதன் இறுதிக்கட்டத்தை அடைகின்றது; உளவிளையாடலின் இறுதி விளைவும் பெறப்படுகின்றது.

இறுதியாக, உளவிளையாடல்களைத் தவிர்ப்பதற்கான சில வழிகளை ஆராய்வோம்:

1. சாதாரணமாகச் செய்வதை விட்டுவிட்டு, திடீரென்று எதிர்பாராத செயலைச் செய்வதன் மூலம் நடத்தையின் போக்கை மாற்றலாம்.
2. இறுதி விளைவை முதன் முதலாக உணரும்போது ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டாம்.
3. மறைமுகச் செய்திகளை உணர்வு நிலைக்குக் கொண்டு வரலாம்.
4. நேரத்தைச் செலவிட வேறுவழிகளைக் கண்டுபிடிக்கலாம்.
5. நாடக முக்கோணத்தில் உள்ள மூன்று நிலைகளில் ஏதேனும் ஒன்றில் எப்போதும் கட்டாயம் இருந்துதான் தீர வேண்டும் என்ற உணர்வைக் கைவிடல் வேண்டும். ●

பொய்யான கருத்துக்கள்

போலியான உறவுகள்

முறியடிக்கப்பட வேண்டும்.

தவறான அபிப்பிராயங்கள்

தப்பான அனுமானங்கள்

தகர்த்தெறியப்பட வேண்டும்.

சுயதரிசனத் தடைகள்

நிஜ ஆளுமை முகமுடிகள்

கிழித்தெறியப்பட வேண்டும்.

நான் வாழ விரும்புகின்றேன்!

4

4. 1. மிகைப்படுத்தப்பட்ட கேள்வி
4. 2. சமூக அழுக்கம்
4. 3. பொருள்சார் அழுத்தம்
4. 4. தனிமையாக்கப்படல்
4. 5. சிறப்புத் தேர்ச்சியின்மை.
4. 6. உளவியல் அதிர்வுகள்
4. 7. ஆளுமை வளர்ச்சிப்

படிமுறைகள்

எப்படிப்பட்ட ஆளாக நீர் வாழ விரும்புகின்றீர்? உமக்குத் தரப்பட்ட சூழலில், உம்முடைய தொடர்புகளில் எவ்விதம் செயற்பட விரும்புகிறீர்?

உகரீதியாக விடுதலை பெற்ற ஆளாக வாழ விரும்புகின்றேன்.

ஆற்றல் மிக்கவனாக வாழ விரும்புகின்றேன்.

அள்ளி அள்ளிக் கொடுப்பவனாக வாழ விரும்புகின்றேன்.

எழைகளுக்கு ஏற்றம் கொடுப்பவனாக வாழ விரும்புகின்றேன்.

ஏனையோரால் பாராட்டப்படக் கூடியவனாய் வாழ விரும்புகின்றேன்.

எளிமையாக இளம் உணர்வோடு வாழ விரும்புகின்றேன்.

எல்லோரையும் மகிழ்விக்கும் ஆளாக வாழ விரும்புகின்றேன்.

எனப் பலவகைப் பதில்கள் வரலாம்.

உப்படியாயின் நீர் ஏன் அப்படி வாழ முடியாது? எத்தகைய தடைகளை நீர் வளர்ச்சிப்பாதையில் எதிர்கொள்கிறீர்? அத்தடைகளிற் சிலவற்றைப் பின்வருமாறு நிரைப்படுத்தலாம்.

4. 1. மிகைப்படுத்தப்பட்ட கேள்வி

நான் ஒரு காரியத்தைச் சிறப்பாகச் செய்து முடிக்கின்றேன். அதன் விளைவாக அதிகப்படியான ஆட்கள் என்னிடம் உதவிக்கு வருகின்றார்கள். 'நீங்கதான் எனக்கு இதைச் செய்து தரவேண்டும்' என்று உட்டைகளாக ஒட்டிக் கொள்கின்றார்கள். எனது ஆற்றலுக்கு மேலாக நான் செயற்பட வேண்டும் என மக்கள் எதிர்பார்க்கின்றார்கள். எனவே, நான் எதிர்பார்ப்புக்களில் ஈடு செய்ய முடியாது ஏக்கம் கொண்டவனாய் ஆற்றலில் நலிவுற ஆரம்பிக்கின்றேன். எனது இயலாமையை நினைத்து வருந்துகின்றேன்.

4. 2. சமூக அழுக்கம்

பாரம்பரியம், சமூக வழமை, கலாசாரம், குடும்பகௌரவம் எனக் கூறிச் சமுதாயம் என்னை 'இப்படித்தான் வாழு! என வற்புறுத்துகின்றது. ஆனால் என்னால் அப்படி வாழமுடிவதில்லை. சமூக எதிர்பார்ப்புகளுக்கும் எனது ஆளுமைக்கு மிடையே முரண்பாடு காணப்படுகின்றது. எனவே, நான் நடிக்க ஆரம்பிக்கின்றேன்; முகமூடி போட்ட மனிதனாக நடமாடுகின்றேன்; காலத்திற்குக் காலம், இடத்திற்கு இடம் ஏற்றாற் போல போர்வை அணிந்தவனாய்த் தடுமாறுகின்றேன்; நான் நானாக அல்ல, வேற்று ஆளாக மாற்றப்படுகின்றேன்.

4. 3. பொருள்சார் அழுத்தம்

பணத்தினால் மனிதன் முழுமையான மகிழ்ச்சியினை அடைய முடியாது. எனினும், பணம் மனித வாழ்க்கையில் பிரதானமான காரணிகளில் ஒன்றாக விளங்குகின்றது. தொழிலுக்கேற்ப ஊதியம் எனக்குக் கிடைப்பதில்லை. எனக்குக் கிடைக்கும் வருமானம் எனது தேவைகளை, எனது குடும்பத்தேவைகளை நிறைவு செய்யப்

பேரதுமானதாயில்லை. சில சந்தர்ப்பங்களில் எனக்குக் கூடுதலான பணம் கிடைத்தும் அதனை அறிவார்ந்த நிலையில் பயன்படுத்தத் தவறியதால் தொடர்ந்து வறுமையில் வாடுகின்றேன்.

4. 4. தனிமையாக்கப்படல்

நான் ஓர் எழுத்தாளன். என்னைப் பற்றி மற்றவர்கள் ஏற்கெனவே வைத்துள்ள அபிப்பிராயத்தில் மாற்றம் ஏற்படக்கூடாது என என்னை வையவர்களோடு அளவளாவிக்கதைப்பதை நான் தவிர்த்துக் கொள்கின்றேன். இவ்வீனாடு கதைத்தால் தன்னைப் பற்றியும் எழுதிப்போடுவான் எனப்பயந்து சிலர் என்விடமிருந்து தப்பி ஓடுகிறார்கள். நான் மனங்களோடு பேசவிரும்புகின்றேன். ஆனால், மனித மனங்கள் தூர ஓடுகின்றன. எனவே, எனது உள்ளக் கிடக்கைகளை, எனது ஆளுமையில் ஏற்பட்ட வருத்தங்களை யாருக்கும் சொல்ல முடியாமல் தவித்துக் கொண்டிருக்கின்றேன். நான் எனக்கு என்றொரு சிறிய வட்டத்தை உருவாக்கி மற்றவர்கள் என்னை நெருங்காதபடி என்னைச் சிறைப்படுத்தி வாழுகின்றேன்.

4.5. சிறப்புத் தேர்ச்சியின்மை.

எனது துறையில் நான் சிறப்புத் தேர்ச்சி பெறாததால் பல ஆண்டுகளின் பின்னரும் நான் அதே பழைய ஆளாகத்தான் காணப்படுகின்றேன். எனது வாழ்க்கையில் எதுவித முன்னேற்றமும் ஆர்வமும் இல்லாமல் விரக்தியுற்றுக் காணப்படுகின்றேன். மற்றவர்கள் முன்னேறிவிட்டார்களே என்ற பொறாமை, போட்டி மனப்பான்மை போன்றவை என்னிடம் எழுகின்றன.

4. 6. உளவியல் அதிர்வுகள்

எனது வாழ்க்கையில் ஏற்படும் சிறுசிறு தவறுகளையும் பெரிதுபடுத்தி பிறழ்வுநிலை ஆளுமையை உருவாக்கிக் கொள்கின்றேன். தோல்விகளைத் தாங்கமுடியாமல் சதா சோர்வுற்றுக் காணப்படுகின்றேன். ஒரு சிலரால் சில சந்தர்ப்பங்களில் ஏமாற்றப்பட்டு விட்டேன் என்பதற்காக எவரையும் நம்பமுடியாத நிலைக் காட்டப்பட்டுச் சில உறவுகளையும் துண்டித்து விடுகின்றேன். இந்த

உணர்வுகளால் தூண்டப்பட்டு அடிக்கடி கோப உணர்வுக்கு ஆளாக்கப்படுகின்றேன்; அன்றேல் நரம்புத் தளர்ச்சி அடைகின்றேன்.

4. 7. ஆளுமை வளர்ச்சிப் படிமுறைகள்

இவ்வாறு சோர்வுற்று, நரம்புத்தளர்ச்சியடைந்து காணப்படும் நான் நலம் பெறவேண்டும். ஆரோக்கியமான ஆளுமையினை வளர்க்கவேண்டும். அதற்கான சில படிமுறைகள் வருமாறு:

4. 7. 1. ஒழுங்கான உடற்பரிசோதனை

ஆண்டுக்கு ஒரு முறையாவது வைத்தியரை நாடி உடற்பரிசோதனை செய்து கொள்ளல் வேண்டும். நோய் கண்ட ஆரம்பத்திலேயே வைத்தியரை நாடுவது பாரதூரமான விளைவுகளிலிருந்து காத்துக் கொள்ள உதவுகின்றது. அதே வேளை நாமே எமக்கு வைத்தியராக முனைதல் சில வேளைகளில் ஆபத்தில் முடியலாம்.

4. 7. 2. ஓய்வும் பொழுதுபோக்கும்

ஓய்வில்லாமல் தொடர்ச்சியாக வேலை செய்யக்கூடாது. ஓர் இயந்திரத்தினைக் காலத்துக்குக் காலம், ஒரு குறிப்பிட்ட காலப் பயன்பாட்டின் பின்னர், சேர்விசிறகு விடுவதுபோல மனிதனும் நாளாந்தம் பொழுது போக்குக் காரியங்களில் ஈடுபட்டு, ஓய்வு வெடுத்துக் கொள்ளல் வேண்டும்.

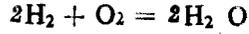
4. 7. 3. நல்ல நண்பன் தேவை

எனது உள்ளக்கிடக்கைகளை வெளிப்படுத்தி எனது அந்தரங்கமான பிரச்சனைகளுக்குச் சுமுகமான முறையில் தீர்வுகாண, ஆலோசனை வழங்க நம்பிக்கைக்குரிய நல்ல நண்பன் எனக்குத் தேவை. எல்லோரிடமும் என்னை முழுமையாக வெளிப்படுத்த முடியாது. ஆனால் எனது நம்பிக்கைக்குரிய நண்பனிடம் எதுவித அச்சமுமின்றி என்னை வெளிப்படுத்த முடியும். ஏனெனில், அவன் எனது வளர்ச்சியில் எப்பொழுதும் கரிசனையுடையவனாய்க் காணப்படுவான்.

4. 7. 4. ஆன்மீக வளங்களைப் பயன்படுத்தல்

ஆன்மீக நோக்குடைய நல்ல நூல்களை வாசித்தல், ஆன்மீக நோர் சொற்களுக்குச் செவிமடுத்தல், பிறர்நலக் காரியங்களில் அக்கறையுடன் ஈடுபடுத்தல், இறை - மனித ஒன்றிப்பு நிகழ்வுகளைக் கூட்டிக் கொள்ளுதல் போன்றவற்றின் மூலம் ஆன்மீக வளப்பயன்பாட்டை அடையலாம்.

4. 7. 5. ஒழுங்குபடுத்திக் கொள்ளல்



இரு பங்கு ஐதரசனையும் ஒரு பங்கு ஓட்சிசனையும் சேர்க்கும் பொழுது நீர் உண்டாகின்றது. அதாவது, ஐதரசன்: ஓட்சிசன் = 2:1 என்ற விகிதாசாரம் சரியாக அமையும் பொழுது நீர் உண்டாவது சாத்தியமாகின்றது. இவ்வாறே உடல், உள, ஆன்மீக சக்திகள் சரியான விகிதாசாரத்தில் சேர்க்கப்படும் பொழுதே ஆளுமைச் சீராக்கல் இடம் பெறுகின்றது. தனிமனிதனின் சகல சக்திகளும் ஒழுங்குபடுத்தப்பட்டு அவன் தன்னிலே ஓர் ஒருங்கிணைவுத் தன்மையினைக் காணும் பொழுதே வளர்ச்சியடைந்து கொண்டிருக்கின்ற ஆளுமையினை நோக்கி அசைவுறுவான்.

4. 7. 6. அறிஞரின் உதவியை நாடுதல்

பல்லில் வலி உடையவர்கள் பல்வைத்தியரை நாடல் வேண்டும். உளநோயுடையவர்கள் உளவைத்தியரை நாடல் வேண்டும். இவ்வாறு ஒவ்வொருவரும் தத்தம் குறைபாடுகளுக்கேற்ப அவ்வத் துறைகளில் சிறப்புத் தேர்ச்சி பெற்ற அறிஞரை நாடல் வேண்டும்.

நான் வாழ விரும்புகின்றேன்-

அள்ளி அள்ளிக் கொடுப்பவனாய்
ஆற்றலிலே வல்லவனாய்
உள்ளமதில் இளையவனாய்
ஊனமில்லா உறவு நல்கி
நான் வாழ விரும்புகின்றேன்.

□ 38 வித்தியாசமானவர்கள்

மனநிலைச் சமத்துவம்

5

- 5.1 ஏமாறாதலும் ஏமாற்றுவதும்
- 5.2 சமமான மனநிலை
- 5.3 நல்லோர் சொல் நல்லதே
- 5.4 சுதந்திரமான சூழல்

“என்னங்க, ஒரு மாதிரிப் பாக்கீர்ங்க? ஆளை முழுசா விழுங்கி விடுவீங்க போலிருக்கு!”

“இல்ல, உங்களை எனக்கு ரொம்பப் பிடிச்சிருக்கு.”

“ஆ.....! அப்படியா?”

“ஆமா, உங்கட பேச்சு, பேசும்போது உங்களைப் பாக்கிற வங்க ஒவ்வொருவரது உள்எங்களோடும் நீங்க தொடர்பு கொள்ளுறவிதம், கருத்துக்களை உணர்வுகளோடு இசைவு படுத்தறதிறப்பு... பெண் எண்டால் இப்படித்தான் இருக்க வேணும் எண்டு கூறுமாப்போல உங்கட எளிமையான தோற்றம், புன்னகைத்த முகம் இவை எல்லாம் என் மனக்கண்ணிலை நீங்கா இடம் பிடிச்சிட்டுது. அண்டைக்கு நீங்க கூட்டத்திலை பேசின நாளிலிருந்து உங்களோடே பேச வேணும் எண்டு தவிச்சுக்கொண்டிருந்தீன். இப்ப தான் அந்தச் சந்தர்ப்பம் கிடைச்சது.”

“ம்... ம்... இந்த ஆம்பிளையள் எல்லாம் இப்படித்தான். வடிவான பெண் கண்ணில பட்டாப்போச்சு! அவ என்ரை மனுசி எண்ட நிலைப்பு வந்திடும்.”

“ஓகா! இப்ப யார் தவறாகச் சிந்திக்கிறாங்க தெரியுமா? நான் ஒண்டு நினைக்க நீங்க ஏதோ அபரமமாக கற்பனை பண்ணுறீங்க. நாங்க, என் நல்ல நண்பர்களாக இருக்க முடியுமா? எண்டுதான் நான் நினைச்சேன்.”

.....பெண்மை விடித்துக் கொண்டது!

5.1 ஏமாறுதலும் ஏமாற்றுவதும்

ஒருவர் குறிப்பிட்ட ஓர் ஆளோடு ஏற்பட்ட தொடர்பு காரணமாக நிகழ்ந்த கசப்பான அனுபவத்திலிருந்து ஏனையவர்களும் ஏமாற்றுப் பேர்வழிகளாக இருப்பார்கள் என்று எண்ணுவது தவறே.

ஒரு சிலர் எல்லோரையும் நம்புவார்கள். பற்பல தடவைகளில் பிறர் அவர்களை ஏமாற்றினாலும், அவர்களுக்கு எல்லோரையும் நம்புவது இலகுவாகவே காணப்படும்.

அதேவேளை, ஒரு சிலர் எல்லோரையும் சந்தேகிப்பார்கள். யாரும் அவர்களது சந்தேகப் பார்வையிலிருந்து தப்ப முடியாது. பெற்றெடுத்த தாயைச் சந்தேகிப்பார்கள்; காதலித்துக் கல்யாணம் செய்த கணவனை மனைவியும், மனைவியைக் கணவனும் சந்தேகிப்பார்கள்; உயிர்கொடுக்கும் உக்தம நண்பனைச் சந்தேகிப்பார்கள். நல்ல நண்பன் என ஏவரையும் நம்பி வாழ மாட்டார்கள்; மனித உறவுகளை மிகவும் அற்பமானதாகக் கருதுவார்கள். அவர்கள் தங்களுையே நம்ப மாட்டார்கள்!

5.2. சமமான மனநிலை

ஒரு நல்ல நட்பு, ஒருமித்த மனநிலையில் தான் உருவாக முடியும். பணத்தால், பொருளால், அறிவால், ஆற்றலால் வேறுபட்டவர்களாக இருவர் காணப்படலாம். எனினும், அவர்களிடையே நல்ல நட்புறவு காணப்பட வேண்டுமெனின், அவர்களிடையே சமமான மனநிலை (ஒருவரையொருவர் குறைகளோடும் நிறைகளோடும் ஏற்றுக் கொள்ளுதல், ஒருவர் மற்றவரது கருத்துக்கள், கொள்கைகள், ஆற்றல்கள், இயலாமைகள், பலங்கள், பலவீனங்கள் பேயன்றவற்றை மதித்தல்) காணப்படுவது அவசியமாகின்றது. அடிமைத்தவம், அகங்காரம், ஆணவம், இழிவுபடுத்துதல், ஈயாமை, உதாசினம் செய்தல் போன்ற கீழ்மனச்சிக்கல்கள் அங்கு காணப்படமாட்டா.

5.3. நல்லோர் சொல் நல்லதே

மாசற்ற நெஞ்சுடையார் வன்சொலினி தேனையவர்
பேசற்ற இன்சொல் பிறிதென்க - ஈசற்கு
நல்லோன் எறிசிலையோ நன்னுதால் ஒண்கருப்பு
வில்லோன் மலரோன் விருப்பு — நன்னெறி.

துறைமங்கலம் சிவப்பிரகாச சுவாமிகள் இவ்வெண்பாவுக்குப் பின்வருமாறு உரை தருகின்றார்:

பதவுரை:

நல்லுதால் - நல்ல நெற்றியையுடைய பெண்ணே! ஈசற்கு- சிவபெருமானுக்கு, நல்லோன் - நற்குணமுடைய சாக்கிய நாயனார், எறிசிலையோ - (அன்புடன்) எறிந்த கல்லோ, (அல்லது) ஒண் கருப்பு வில்லோன் மலரோ - ஒளியுடைய கரும்பு வில்லையுடையவனான மன்மதன் (அன்பின்றி எறிந்த) பூவோ, விருப்பு- விருப்பைத் தந்தது? (அவற்றுள், கல், விருப்பையும் மலர், வெறுப்பையும் தந்ததல்லவா? அதுபோல), மாசு அற்ற நெஞ்சுடையார் - குற்றமற்றமனத்தை உடையாரது, வன்சொல் - கடுமையான வார்த்தையும், இனிது - இனிமையாகும், ஏனையவர் - (தீய எண்ணங்களையுடையவராகிய) மற்றையவர், பேசற்ற - மொழிந்த இன்சொல் - இனிய வார்த்தையும் பிறிது என்று - கொடியது என்று அறிந்து கொள்க, பிறிது - இனிது என்பதினின்றும் வேறாயது.

கருத்துரை:

நல்லோர் உரைக்கும் வன்சொல்லும் நல்லதேயாகும். தீயோர் உரைக்கும் இன் சொல்லும் தீயதேயாகும்.

நல்ல நண்பர்கள், மற்றவர்களது நலனை முன் வைத்தே செயற்படுவார்கள். தமது நண்பர்களது நியாயமான தேவைகளை நிறைவு செய்வதில் தமக்குப் பங்கு உண்டு என்பதை உணர்ந்து செயற்படுவார்கள். அவர்களது நடைமுறை வாழ்க்கை, அன்பிற் சுரக்கும் நிகழ்வுகளாகவே அமைந்திருக்கும்!

5.4. சுதந்திரமான சூழல்

சுதந்திரமான சூழலில்தான் மனித நேயம் மலர்ந்திருக்கும். இதற்கு நல்ல நண்பர்களின் வாழ்க்கை சான்று பகரும். தமக்குப் பிடித்தமானவற்றையே மற்றவர்களும் விரும்பவேண்டும் எனத் திணிக்கமாட்டார்கள். ஒரு மாட்டினை ஒரு மரத்திலே கட்டி வைத்தால், அந்தமாடு, அந்த மரத்தைச் சுற்றியே வட்ட ஒழுக்கில் வலம் வரும். அவ்வாறே தம்மை மையமாக வைத்துத் தம்

நண்பர்கள் வலம் வரவேண்டுமென எதிர் பார்ப்பது நல்ல நட்புக்கு விரோதமானது. உணர்வுகளை, உள்ளக்கிடக்கைகளைச் சுதந்திரமான முறையில் வெளிப்படுத்தும் வாய்ப்பு நல்ல நண்பர்களிடையே சாத்தியமாகும்.

சுதந்திர உறவுப் பரிமாற்றம், நல்ல நட்புறவு போன்றவை இல்லாத குடும்பங்களில், கணவனும் மனைவியும் அந்நியமாக்கப் பட்டே காணப்படுவார்கள். ஒருவருக்கு, மற்றவரது முகதரிசனம் சகித்துக் கொள்ள முடியாத அசிங்கமாக, தொந்தரவாக மாறி விடும் துர்ப்பாக்கியம் கவலைக்குரியதே. சுவையாகச் சமைத்துத் தரும் சமையல்காரியாக மனைவியை எடைபோடுவது, அவள் தன் நண்பர்களுடன் சிறிது நேரம் சந்தோஷமாகச் சல்லாபிப் பதைக் கண்டு சீறிப்பாய்வது, அன்றேல், கணவனை ஒரு கசாப்புக் கடைக்காரனைப் போல மதித்துச் செயற்படுவது நியாயமற்றதே.

எனவே, சமூகத்தில் எல்லா மட்டத்தில் வாழும் எல்லோரிடமும் சமமான மனநிலையை உருவாக்குவது அவசியமாகும். உலகில், அறிவுசார்ந்த, பொருள் சார்ந்த ஏற்றத்தாழ்வுகள் நிலவினும், நலமுடை நட்பு நிறைந்த வாழ்க்கைக்கு மனநிலைச் சமத்துவம் இன்றியமையாதது!

- ★ என் முகத்தை நான் பார்க்கிறேன்.
கண்ணாடியில் அல்ல; உன் முகமாக.
- ★ என் குரலை நான் கேட்கிறேன்.
எதிரொலியில் அல்ல; உன் குரலாக.
- ★ ஆம் உன்னில் என்னைக் காண்கின்றேன்;
உன்னால் நானே கேட்கின்றேன்.

நல்வினை மனநோக்கு

6

6. 1. சமத்துவ சஞ்சலம்
6. 2. சுற்பித்தல்
6. 3. சமநிலைப் போக்கு
6. 4. சமூக உணர்வூட்டம்

ஏழைப் பெண்தான் அவள். எனினும் அவள் ஏற்றமான பண்புகளுடன் சிறந்த நல் மாணவியாக விளங்கினாள். ஏற்கனவே விடை தெரிந்திருந்தாலும் தமது கெட்டித்தனத்தைக் காட்டுவதற்காக கேள்வி கேட்போர் பட்டியலில் அவளது பெயர் இடம் பெறவில்லை. உடற் தோற்றத்தில் எளிமையும் வார்த்தையில் வளமையும் உடையவளான அவளை வகுப்பிலுள்ள எல்லோரும் விரும்பினார்கள்.

அவளது உயர்விலே அதிக அக்கறை எடுத்துப் படிப்பித்துவந்தார் அவளது வகுப்பாசிரியர். அதேவேளை அவர் தனது மாணவர்களை மறுமலர்ச்சிப் பாதையில் சமத்துவ நோக்கோடு பயணம் செய்ய வைத்தார். மனிதனை மனிதனிடமிருந்து அந்நியமாக்கி, அடிமைப் படுத்தும் அமைப்புக்களைத் தகர்த்தெறிவதில் முழுமூச்சாக இயங்கினார். ஏற்றத் தாழ்வுகள், பாரபட்சங்கள் நிறைந்த நிலை உருவாக்கப்படுவதை நிர்மூலமாக்குவதன் அவசியத்தை உணர்வித்தார்.

எதிர்பார்ப்பின்படி நிகழ்வுகள் நடவாத போது அவற்றை எதிர்கொள்ளும் ஆற்றல் ஒருவரின் மனப்பக்குவத்தையே பொறுத்தது. எவ்வளவுதான் எமது மனத்தைக் கட்டுப்படுத்த முயன்றாலும் எம்மை அறியாமலேயே ஆத்திரம் பொங்கி வழிகின்றது.

அந்த மாணவி அவர் எதிர்பார்த்தபடி இறுதிப் பரீட்சையில் சித்தியடையவில்லை. தனது மாணவியின்

தோல்வியை அந்த ஆசிரியரால் தாங்கிக் கொள்ள முடியவில்லை. ஆத்திரமடைந்தவராய் அவளிடம் சுத்தினார்.

“குப்பையில் கிடக்க
வேண்டிய உன்னைக்
கோபுரத்தில் வைத்து
அழகு பார்க்க விரும்பிய
எனக்கு இது வேணும் தான்!”

முதன் முதலாகத் தோல்வியைச் சந்தித்த அவளுக்கு அவரது பேச்சு, வெந்த புண்ணில் வேல் பாய்ச்சியது போல் இருந்தது. உயர் ஸ்தானத்தில் வைத்து மதிக்கப்பட்ட அவரிடமிருந்து இவ்வார்த்தைகளை அவள் எதிர்பார்க்கவில்லை. மீண்டும் மனத்தில் பலத்த அடி. “மன்னிச்சுக் கொள்ளுங்கோ சேர்!”

என்று விம்மி விம்மி அழுதாள்.

உயர் தத்துவங்கள் பேசி பண்பட்ட மனிதனாய் வாழ்ந்த தான் ஒரு கணத்திலேயே புண்படுத்தும் ஆற்றலை வெளிப்படுத்தி விட்டதை எண்ணி அவர் பின்னர் வருந்தினார்.

6.1. சமத்துவ சஞ்சலம்

சமத்துவம் சங்கமிக்கும் சமுதாயத்தை உருவாக்க முற்படுகையில் எதிர்பாராச் சம்பவங்கள், தத்துவம் இணைந்த வாழ்க்கையினைத் தடம் புரளவைக்கும் என்பதையே மேற்படி நிகழ்வு எடுத்துக்காட்டுகின்றது. நல்ல சீர்திருத்தக் கருத்துக்கள் பேச்சளவில் அல்லது எழுத்தளவில் முடங்கிக் கிடப்பதையே நாம் அடிக்கடி காணக்கூடியதாய் உள்ளது. அவை நடைமுறைப்படுத்தப்படுவது அரிதாகவேயுள்ளது, சமத்துவம் பற்றித் தீவிரப் பிரசாரம் செய்த ஆசிரியர் கூட அவளது ஏழ்மையைச் சுட்டிக்காட்டி அவளை ஏளனப்படுத்திவிட்டார்.

தான் பெரியவன், தான் உயர்ந்தவன் என்ற பெருமை, தலைக்கனம், ஆணவம், அகந்தை போன்றவையே சகல பிரச்சினைகளுக்கும் சமுதாய ஏற்றத்தாழ்வுகளுக்கும் அடிப்படைக்

காரணங்களாக அமைகின்றன. ஒருவரோடு ஒருவர் ஒருமித்த மன நிலையில் உறவு கொள்ள முடியாமை அல்லது உறவில் விரிசல் ஏற்படுவது பொதுவாக உயர்வுச் சிக்கல் அல்லது தாழ்வுச் சிக்கல் மனித வாழ்வில் ஆதிக்கம் செலுத்துவதாலேயாகும். ஒருவர் தன்னைப்பற்றி அசாதாரண முறையில், அதி உயர்ந்தவராக எண்ணுதல் (உயர்வுச் சிக்கல்), மிகவும் தாழ்ந்தவராக எண்ணுதல் (தாழ்வுச் சிக்கல்) இவை தன்னைப்பற்றியோ பிறரைப் பற்றியோ தவறான எடைபேரடலின் விளைவாகும்.

6.2. கற்பித்தல்

ஒருமுறை ஓர் ஆசிரியர் தன் மாணவர்களிடம் கேட்டார்,

“கடவுள் இப்பொழுது தோன்றி உங்களுக்கு எது வேண்டும் என்று கேட்டால் என்ன கூறுவீர்கள்...?”

1-ம் மாணவன் :- எனக்கு கார் வேண்டும் என்பேன்.

2-ம் மாணவன் :- எனக்கு வீடு வேண்டும் என்பேன்.

3-ம் மாணவன் :- எனக்கு நல்ல மனைவி வேண்டும் என்பேன்.

ஆசிரியர்: நீங்கள் எல்லோரும் பிழை. நான் நல்ல அறிவு வேண்டும் என்பேன்.

4-ம் மாணவன் :- நீங்கள் சரியுங்கோ. எல்லோரும் தங்களிடம் எது இல்லையோ அதையே கேட்பார்கள், (உடனே எல்லோரும் சிரித்துவிட்டார்கள்.)

இன்றைய சிறுவர்களுக்கும் இளைஞர்களுக்கும் புத்தி புகட்டுவது மிகவும் விசித்திரமானது. அவர்கள் தங்களது மன நோக்கில் எம்மைக் கேள்வி கேட்பார்கள். பதிலையும் தங்களது தொனியிலேயே எதிர்பார்ப்பார்கள். அவர்களுக்கு விளங்காது, அவர்கள் சிறியவர்கள் என்ற மன நிலையில் நாம் பதிலளித்தால், நாம் அவர்களைப் பரிசீலிக்கின்றோம் என்றே கருதப்படலாம்.

எனவேதான், இன்றைய சந்தித்தல் முறையில் மாணவன் ஒரு வெற்றுப் பாத்திரம். ஆசிரியர் தன் அறிவால் அவ் வெற்றுப் பாத்திரத்தை நிரப்புவார் என்ற அணுகுமுறை கைவிடப்பட்டு, மாணவன் மூலையில் இருக்கும் அறிவை வெளிக்கொணரும் முறையிலேயே வெற்றி காணவேண்டியவராயுள்ளார்; மாணவர் வம்சாவழியாக, சூழலின் விளைவாக ஏற்கெனவே பெற்ற அறிவை தர்க்க ரீதியாகத் தொகுத்து நினைவூட்டல் செய்து, தெளிவுபடுத்த வேண்டியவராயுள்ளார்.

6.3. சமநிலைப்போக்கு

ஒவ்வொரு தனி மனிதனிடத்தும் நல்வினை மனநோக்கை உருவாக்கல் மனத்தை செம்மையாக்கல் என்பது, தாய் கர்ப்பமாகிய காலத்திலேயே ஆரம்பிக்க வேண்டிய ஒன்றாகும். அக் கர்ப்பிணித்தாய் வளரும் சூழல், அவள் எதிர்கொள்ளும் தொடர்புப் பரிமாற்றங்கள், அவளது எதிர்பார்ப்புக்கள், ஏமாற்றங்கள் அச் சிசுவின் மனதில் எதிரான அல்லது நேரான தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றன. விளைவாக, தாயானவள் நேரிய தாக்கத்தைத் தரும் சந்தர்ப்பங்களை உருவாக்குவதோடு, விவேகமான முறையில் அன்புச் சூழலைத் தோற்றுவித்து, வீட்டுச் சூழலில் பாரிய மாற்றத்தை ஏற்படுத்த வேண்டியவராயுள்ளார்.

இத்தகைய சமநிலைப் போக்கு சூழ்ந்தை பிறந்த பின்னரும் வீட்டிலும் சுற்றாடலிலும் நிலைநாட்டப்படவேண்டியது அவசியமாகின்றது. சூழ்ந்தை வளரும் பொழுது அதன் மன வளர்ச்சிக்குத் தேவையான தினி பெற்றோரின் பொறுப்புமிக்க பேச்சு, செயற்பாடு, வாழ்க்கை முறை போன்றவற்றினால் தரப்படுகின்றது. தப்பான மதிப்பீடுகள், போலியான வாழ்க்கை விழுவியங்கள், நாணயமற்ற உறவுப் பரிமாற்றங்கள் ஆகியவை நல்வினை மனப்போக்கு வளர்ச்சியினைத் தளர்த்துபலவயாகக் காணப்படுகின்றன.

6.4. சமூக உணர்வூட்டம்

ஏதாவதொரு சமுதாயத்தின் அங்கத்தவனாக விளங்குகின்ற மனிதன், தனது வாழ்க்கையில் சமூகமயமாக்கம் பெறவேண்டியவனாகின்றான். மனிதன் ஒரு சமூகப் பிராணி என்ற வகையில்

அவனது மனப்பாங்கு அமைவது அவசியமாகின்றது சமூக நலனின் முக்கியத்துவத்தை உணர்ந்தவனாய் சமூக மறுமலர்ச்சியை அவட்சியப்படுத்தாது அவன் சமூக உணர்வூட்டம் பெறுகின்றான். கண்மூடித்தனமாக ஏற்கெனவே பழக்கப்பட்டவற்றிற்கு, பாரம்பரியப் போக்கிற்கு அடிமைப்படுத்தப்பட்டு வாழாதல் தவிர்க்கப்பட வேண்டியதே. மனிதனின் நிகழ்கால வாழ்வினை முதன்மைப்படுத்தாத சடங்குகள், சட்டங்கள், பாரம்பரிய நியதிகள் போன்றவற்றின் ஆதிக்கத்திற்கு உட்பட்டு வாழாதல் நல்ல மனப்பாங்கினைத் தோற்றுவிக்காது. உயிர் வாழும் மனிதனுக்கு அவனது உணர்வுகள் மதிக்கப்பட்டு அவனது நியாயமான தேவைகள் நிறைவு செய்யப்படவேண்டும். இது பிரதானமானது. சட்டங்களுக்கு, உன்றேல் சமுதாய நியதிகளுக்கு தனிமனிதன் பலிக்கடா வாக்கப்படுவது தவிர்க்கப்பட வேண்டும், மனித மாண்பு மதிக்கப்பட்டு, அவனது நிகழ்கால வாழ்க்கைப் பிரச்சினைகளுக்கு தீர்க்கமான தீர்வுகளைத் தருகின்ற, நல்ல மனப்பான்மையைத் தூண்டுகின்ற சூழல் உருவாக்கப்பட வேண்டும், ●

- * மனிதனை மனிதனிடமிருந்து அந்நியமாக்கி, மனிதத்தவத்தை அடிமைப்படுத்தும் அமைப்புக்களைத் தகர்த்தெறிதல் அவசியமானதே.
- * மறுமலர்ச்சிப் போக்கான சீர்திருத்தக் கருத்துக்கள் வெறும் பேச்சளவில் அல்லது எழுத்தளவில் முடங்கிக்கிடப்பது முறையற்றதே.
- * தான் பெரியவன் என்ற பெருமை, தலைக்கனம், ஆணவம், அகந்தை போன்றவையே சகல சமுதாய ஏற்றத் தாழ்வுகளுக்கும் அடிப்படைக் காரணங்களாக அமைகின்றன.
- * தான்தோன்றித் தனமான சடங்குகளுக்கு, மனித மாண்பற்ற சட்டங்களுக்கு தனிமனிதன் பலிக்கடாவாக்கப்படுவது தவிர்க்கப்பட வேண்டும்.

7. 1. தியாகத்திலே இன்பம்
7. 2. இரக்க உணர்ச்சி
7. 3. அன்பு உணர்ச்சி
7. 4. மனிதத்துவத்தில் புனிதத்துவம்

7. 1. தியாகத்திலே இன்பம்

மனித வாழ்க்கை என்பது இலகுவானதல்ல. பல்வகைப் பட்ட ஏக்கங்களையும் தாக்கங்களையும் கொண்டது. ஒரு சிலரது வாழ்க்கை எரிமலைபோல் வெடித்துப் பூகம்பம்போல் காணப்பட வேறு சிலரின் வாழ்க்கை வசந்தம் வீசும் சோலையாகக் காணப்படுகிறது. ஒருசிலர் பிறரை வருத்துவதிலே இன்பம் காண வேறு சிலர் பிறரின் நல்வாழ்விற்காகத் தம்மைத் தியாகம் செய்வதிலே இன்பம் காணுகின்றார்கள்.

“உங்கள் இருதயத்தையும், உள்ளத்தையும் பகையிலிருந்து ஏக்கத்திலிருந்து விடுவீயுங்கள் — எளிமையாக வாழுங்கள். சிறிது எதிர்பாருங்கள் அதிகம் கொடுங்கள். அன்பால் உங்கள் வாழ்வை நிரப்புகள் ஒளியைப் பிரகாசியுங்கள். மற்றவர்களை நினையுங்கள். ஒரு வாரம் இதைச் செய்துபாருங்கள்; அதிசயப்படுவீர்கள்” என்கிறார்.....

H. G. மற்றேன்.

7. 2. இரக்க உணர்ச்சி.

“இன்னா செய்தாரை ஒறுத்தல் அவர் நாண நன்றயஞ் செய்துவிடல்”

என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

அதாவது பழிக்குப் பழி இரத்தத்தக்கு இரத்தம் என்ற சிந்தனையின்றி அவரே தன் செய்கையை உணர்ந்து வெட்கப்படக்கூடியதாக அவருக்கு நன்மை செய்தவிட வேண்டும் என்பதாகும். இதனால் கோப உணர்ச்சி, பகைமை உணர்ச்சி இல்லாமல் போக இரக்க உணர்ச்சி உதயமாகின்றது.

“ஒரு கன்னத்தில் அடித்தால் மறு கன்னத்தைக் காட்டு” என்கிறார் கிறிஸ்துநாதர். அதாவது எவராவது எமக்கு அடித்தால் எம்மைத் துன்புறுத்தினால் அதற்குப் பதிலடியாக எமக்கே அவர் தொடர்ந்து அடிக்கும்படி அன்றேல் தொடர்ந்து எம்மைத் துன்புறுத்தும்படி எம்மைக் கையளிப்பதாகும். அதேவேளை அதர்மம் தலை தாக்கும்பொழுது அதற்கு உடந்தையாகப் பேசா திருங்கள் என்பது பொருளல்ல. பிறர் கன்பப்படும்தோது நமக்கேன் வீண் வம்பு என்று அவன் எக்கேடு பட்டாலும் பரவாயில்லை என்ற மனநிலையில் இருப்பதன்று.

மாறாக,

அடிமைப்பட்டு வாழ்வோரின் விலங்குகளை உடைத்தெறிய துன்புறுத்தப் படுவோரின் துயரங்களைக் களைய சுரண்டப்பட்டு வருந்துவோரை சுதந்திரமானவர்களாய் மாற்ற

ஏழைகளின் வாழ்வில் ஏற்றத்தை தோற்றுவிக்க முயற்சி எடுப்பதே மனித மகத்துவமாகும்.

பண்பட்ட மனிதர்கள் மனித மனங்களைப் புண்படுத்த மாட்டார்கள். மற்றவர்களது மகிழ்ச்சியை மனதார விரும்புவார்கள். இல்லாமை இல்லாத நிலை வேண்டி, கல்லாத மனிதர்களையும் நல்லாக வாழ வைப்பார்கள், அன்போடு இணைந்த அற நெறியிலே அனைவரையும் வாழவைப்பார்கள்.

7. 3. அன்பு உணர்ச்சி.

“மனமெல்லாம் இனம் புரியாத பூரிப்புத்தரும், உடம்பெல்லாம் ஊறி ஒவென்ற நிறைவின் தெளிவான எண்ணம் புரியும். எதைக் கண்டாலும் கைகூப்பி வணங்க வேண்டும் என்ற அதிசயமான துடிப்பு எழும். தெம்பு வழங்கும் மோனச் சிரிப்பிலே மோதிக் கிளம்பும்

அர்த்தபாவங்களுடன் கண் பார்வையிலே உறவை இழக்கும் மோகனத்துடன் நளின அசைவிலே கால மெல்லாம் சொல்லத் துடிக்கின்ற பரபரப்புடன், அன்பை, அந்நியோன்னியத்தை, நெருக்கத்தை வெளிக்காட்டும் அன்பு இருவரிடையே மலர்ந்தவிட்டால் அது போல் சொர்க்கமும் வேறு இராது”

என்கின்றார் மகரிஷி.

“அன்புக்காகவே அன்பு செலுத்தி வாழ்வல்ல நல்லவர்கள் எந்த ஊரிலும் ஒரு சிலர் இருப்பார்கள். அவர்களுடைய உறவு கிடைத்துவிட்டால் போதும்; வேறு எதுவும் தேவையில்லை. அவர்களுடைய சூழலில் செத்து மடிவதுதான் மகிழ்ச்சி”

என்று டாக்டர் மு. வரதராசன் ‘அல்லி’ என்ற நாவலில் கூறுகிறார்.

மனித ஜீவன்களுக்குத் தனித்துவமான ஒன்று அன்பேயாகும். அன்பே மனிதத்தவத்தின் மாணிக்காத தன்மையாகும். உடல் பொருள், ஆவி, அத்தனையும் அழிந்தாலும் உண்மையான அன்பு மனித உள்ளங்களுக்கிடையே மலர்ந்தவிட்டால் அதனை எவராலும் அழிக்க முடியாது. கொடுக்கக் கொடுக்கக் கூடுவதும், எடுக்க எடுக்க ஊறுவதும் அன்பின் பண்பேயாகும்.

“நீ எனக்கு முன்னே நடந்தால் நான் உன்னை இழந்துவிடக்கூடும்;
நீ என்பின்னே நடந்தால் நான் உன்னை மறந்துவிடக்கூடும்;
எனவே என் கண்ணே, என்னுடன் சரிசமமாக நடந்துவா”

ஓர் ஆங்கிலக்கவி.

7. 4. மனிதத்துவத்தில் புனிதத்துவம்

சமத்துவமான முறையிலே மனித மனங்களுக்கிடையே ஏற்படுகின்ற அன்பே மனித சமுதாயத்தின் உயிராகும். ஆண்டான்-அடிமை, பெரியோன் - சிறியோன், உயர்ந்தோன் - தாழ்ந்தோன் என்ற பாகுபாடு எதுவுமின்றி வெளிக்காட்டப்படும் அன்பே மனிதத்துவத்தில் புனிதத்துவமாகும்.

□ 50 வித்தியாசமானவர்கள்

“ஒன்றே குலம்
ஒருவனே தெய்வம்”
“அன்பே கடவுள்
அன்பே சிவம்”

என்று சமயங்களின் சித்தாந்தங்களில் ஒற்றுமை காணப்பட “நான் எனது சாதி, எனது சமயம், எனது சமூகம் மட்டும், வாழவேண்டும் ஆட்சி செலுத்த வேண்டும்” என்று பாரபட்சங்களையும் பிரிவினைகளையும் பலப்படுத்தி வருகின்ற சமுதாய அமைப்புகளிலே புனிதத்துவத்தைக் காண முடியாது, சமுதாய நலன்சார் வளர்ச்சி என்பது மனித நேயம், சமத்துவ, சகோதரத்துவ நிலை நோக்கி மனிதனை மனிதனாய்க் காண்கின்ற, ஒருவன் எத்தொழிலைச் செய்கின்றான் என்பதைக் காட்டுருவாகக் கொண்டு அவனை மதிப்பீடு செய்யாமல் - அவனை அவனாக, அவனை அவளாக அவனது அவளது இருப்பினைக் கருத்தாகக் கொள்ளும் மனநிலை ஆகியவற்றில்தான் தங்கியுள்ளது. ●

நீ எனக்கு முன்னே நடந்தால்
நான் உன்னை இழந்து விடக்கூடும்;

நீ என்பின்னே நடந்தால்
நான் உன்னை மறந்து விடக்கூடும்;

எனவே, என் கண்ணே,
என்னுடன் சரிசமமாக நடந்துவா.

8. 1. இயல்புக்கங்கள்
8. 2. தேவைகளும் தூண்டிகளும்
8. 3. பசி
8. 4. பாலுறவு
8. 5. தாகம்
8. 6. நோவு

“பாபு, நீ நன்றாய் பரீட்சையில் பாஸ் பண்ணிட்டீர். என்ர பாராட்டுக்கள்”

— அப்பா.

“ரொம்ப தாங்கி டி. நீங்க எப்பவும் என்னப் பற்றி நல்லாப் பேசுவிங்க. அதனால நானும் நல்லாப் படிச்சே; பாஸ்பண்ணிட்டீன்”

— மகன்.

“இந்தப் பொம்பர் அடிக்குள்ளேயும் உங்கட உற்சாகம் கொஞ்சமும் குறையவில்லை”

— வாங்கி.

“புன்னகை செய்யத் தெரியாதவங்க வியாபாரம் செய்யக் கூடாது என்று கூறுவாங்க. அதுதான் நானும் சந்தோஷமாயிருக்கிறேன். என்ர கஸ்டரும் சந்தோஷமாக வந்து வாங்கிப் போறாங்க”

— வியாபாரி.

“என்ன சிரிக்கிறீங்க? நாண் தொட்டவுடன் உங்கட நோயெல்லாம் மாறிட்டுப் போல இருக்கு”

— மருத்துவர்.

“ஆமாங்க டொக்டர், உங்கட கைராசி நல்லா இருக்கு”

— நோயாளி.



ஒருவரின் வாழ்வின் வெற்றி அவர் எதிர் கொள்ளும் சூட்சுமிடமிருந்து பெறும் உற்சாகமான வார்த்தைகள் செயற்பாடுகள் மூலமே உரம் பெறுகின்றது. மேலும், அவர் குதூகலிப்புடனும் குன்றா மகிழ்வுடனும் காணப்படும் பொழுது அவரது தொடர்ச்சியான மகிழ்விற்கான உந்துசக்தி அவரது வாழ்க்கை நிகழ்த்திறனிலே உதயமாகின்றது.

எந்தவொரு காரியமும் காரணம் இல்லாமல் நிகழமாட்டாது. அந்தவகையில், ஒருவர் மகிழ்ச்சியுடையவராக அல்லது வாழ்வின் வெற்றியாளராகக் காணப்படுகின்றார் எனின் அதற்கான காரணிகளாக,

ஒன்றில்,

அவர் நேரிய வாழ்க்கை விழுமியங்களை, திறந்த மனப்பான்மையினை, வாழ்வில், தான்/ மற்றவர்கள் சுவைக்கும் நல்ல அனுபவங்களை மீண்டும் மீண்டும் தனது சிந்தனைக்கு உட்படுத்தி வருகின்றார்.

அன்றேல்,

அவரோடு கூடிவாழும் அன்பர்கள், உறவினர்கள் அவருக்கு உற்சாகம் ஊட்டிப் பாராட்டி வருகின்றார்கள்.

அன்றேல்,

மேற்படி கூறிய இரண்டு காரணிகளும் இணைந்து செயற்படுகின்றன என்பதே பொருத்தமாகும்.

8. 1. இயல்புக்கங்கள்

ஓர் உயிரியைப் பொருத்தமான சந்தர்ப்பங்களில் ஒரு குறிப்பிட்ட வகையில் செயற்படுமாறு தூண்டுவிக்கும் இயல்பான உயிரியற் சக்தியே இயல்புக்கமாகும். சரன்ஸ் டார்வினின் பரிணாமக் கோட்பாட்டைத் தொடர்ந்து இயல்புக்கங்கள் சார்பாக மனித நடத்தைகளை விளக்குவது பெரும் வரவேற்பைப் பெற்றது. மனித நடத்தைக்கும் விலங்குகளின் செயற்பாட்டிற்கும் இடையே பாரிய வேறுபாடு இல்லை என டார்வின் நம்பினார்.

உளவியலாளர் மக்ரூக்ல், எமது சிந்தனைகளும் செயற்பாடுகளும் பிறப்புரிமை இயல்புக்களின் விளைவே என மொழிந்தார். இவ் இயல்புக்கங்கள் சுற்றலாலும் அனுபவத்தாலும் நிர்ணயிக்கப்படுகின்றன. மக்ரூக்ல் தனது 'சமூக உளவியல்' நூலில் பின் வருவனவற்றை இயல்புக்கங்களாகத் தருகின்றார்:

தனதாக்கல்	போராடல்
அமைத்தல்	இனப்பெருக்கம்
ஆவல்	மறுத்தல்
தப்பியோடல்	தன்னைத் தாழ்த்தல்
சமூகநாடல்	தன்னைத் தானே வலியுறுத்தல்.

மனிதர்களின் காரணித்துவ நோக்கிற்கு முரணானதாக இயல்புக்கக் கோட்பாடு காணப்படுகின்றது எனச் சிலர் கருதுகின்றார்கள். மனிதன் சுயமாகத் தனது இலக்குகளை, செயற்பாடுகளைத் தேர்ந்தெடுப்பதற்குப் பதிலாக பிறப்புரிமை இயல்புக்கங்கள் நிர்ணயிக்கின்றன என்ற இக்கோட்பாடு ஏற்புடையதன்று.

உளப்பகுப்பாய்வுக் கோட்பாட்டில், புறொயிட் பாலுறவு நடத்தையில் வெளிப்படுத்தப்படும் இயல்புக்கங்கள் மனித ஆளுமை போன்றவை, ஏற்கெனவே நிர்ணயிக்கப்பட்டவை எனக் கருதினார். புறொயிட்டின் இக்கருத்து சுயமான மனித ஆளுமை உருவாக்கத்தின்வழி வேறுபட்டு நிற்கின்றது.

8. 2. தேவைகளும் தூண்டிகளும்

மனித வாழ்வில் தேவைகள் எண்ணிறந்தவையாகக் காணப்படுகின்றன. அதே வேளை, அவற்றை நிறைவு செய்வதற்கான வாய்ப்புகள் அருகியே காணப்படுகின்றன. மேலும் ஒரு தேவை நிறைவு செய்யப்பட்டதும் இன்னொரு தேவை எழுகின்றது என்ற வகையில் தேவையும் தேவையை நிறைவு செய்வதற்கான தூண்டி பொருத்தமான செயற்பாட்டைத் தோற்றுவிப்பதும் மனித வாழ்வின் இயல்பான தன்மையினை விளக்குவதாக அமைகின்றது.

மனிதனின் செயற்பாடுகளை விளக்குவதாய் அமைந்த இயல்புக்கக் கோட்பாடு 1920 இல் தூண்டி துலங்கல் கோட்பாட்டினால் பிரதியீடு செய்யப்பட்டது. உயிரியற் தேவையின் பொருட்டு எழுந்த தூண்டியே மனிதனின் சகல செயற்பாடுகளையும் விளக்

ருவதாய் சிறப்புப் பெற்றது. உதாரணமாக, பசியினைப் போக்குதல், தாகத்தைத் தணித்தல், துயரினைக் களைதல் போன்ற தேவைகளை நிறைவு செய்வதற்கு தனிமனிதன் அவ்வப்போது பொருத்தமான செயற்பாடுகளுக்குத் தூண்டிவிக்கப்படுகின்றான்.

ஆரோக்கியமான உடல் நிலையில் வாழ்பவரது உடல்வெப்ப நிலை சடுதியான மாற்றங்களுக்கு உள்ளாகாமல் சிறிப வீச்சில மாற்றத்திற்கு உட்படும். உடல் வெப்பநிலையில் சிறியமாற்றம் ஏற்பட்டதும் உடலியல் இயந்திரம் இயல்பான முறையில் செயற்படுவதன்மூலம் உடற்சமநிலை சீராக்கப்படும். குளிர்ான காலங்களில் இரத்தக் கலங்களில் வெப்பம் சேமித்து வைக்கப்பட உடல்வயங்களுக்கும் தசை நார்களும் நடுக்கத்திற்கு உள்ளாக்கப்படுவதன்மூலம் வெப்பம் வெளியிடப்படுகின்றது. சூடான நாட்களில் இரத்தக் கலங்களிலிருந்து வெளியாகும் வெப்பம் வியர்வையைத் தோற்றுவிக்க அது இதமான குளிர்ச்சியை உடலுக்குத் தருகின்றது.

இவ்வாறே இரத்தத்தில் சீனி, ஒட்சிசன் அளவு நிலை, கலங்களில் தண்ணீர் சமநிலை போன்றனவும் உடலியல் தொழிற்பாட்டின் மூலம் தொடர்ந்து பேணப்படுகின்றது. உடல் சமநிலை பாதிப்புக்குள்ளாகும்போது உடலியற் காரணிகள் செயற்பட்டு இயல்பான முறையில் சீராக்கல் இடம்பெறும். அதே வேளை உடலியற் காரணிகளோடு உளக்காரணிகளும் இணைந்த நிலையிலேயே உடல் உளச் சமத்துவம் பேணப்படும் என உளவியலாளர்கள் உறுதிப்படுத்துகின்றார்கள்.

8. 3. பசி

உடலின் இயக்கத்திற்குத் தேவையான சக்தி உணவின் மூலமே தரப்படுகின்றது. ஒரு குறிப்பிட்ட நேர இடை வெளியின் பின்னர் உணவு உடலைச் சென்றடையாவிடின் சோர்வு ஏற்படுகின்றது; பசி உணர்வு தோன்றுகின்றது; ஏதாவது உணவு கிடை யாதா? என்ற தவிப்பு ஏற்படுகின்றது.

வயிற்றாற உணவுண்ட பிராணிக்கு உடனடியாக உணவில் நாட்டம் ஏற்படமாட்டாது. எவ்வளவு நேரத்தின் முன்னர் அப் பிராணி இறுதியாக உணவு உண்டது, அதன் உடல்நிலை என் பவற்றைப் பொறுத்தே அதனது நிகழ்காலப் பசி கணிக்கப்பட

வேண்டியுள்ளது. மேலும், வயிறு நிரம்ப உணவு உண்ட பின்னர் கூவையான ஜஸ்கிரீம் கிடைத்ததும் சாப்பிட ஏதுவாயுள்ளது. அதாவது சில உணவுப் பதார்த்தங்களைப் பார்த்ததும் அவற்றின் அமைப்பு நிறம், மணம் போன்றவை நாவின் நீர் சுரக்கச் செய்து அவற்றைச் சாப்பிடவேண்டும் (நன்றாகச் சாப்பிட்ட பின்னர் கூட) என்ற உணர்வைத் தோற்றுவிக்கின்றது. சிலர் சில உணவுப் பதார்த்தங்களைப் பார்த்ததும் வெறுப்பு அடைகின்றார்கள். உதாரணமாக சிலருக்கு மாட்டிறைச்சியைக் கண்டால் பிடிக்காது. அப்படி வில்லங்கப்படுத்தி அவர்களைச் சாப்பிடச் செய்தாலும் உடனடியாக அவர்கள் ஏதாவதொரு நோயின் (உடல் வீக்கம், சொறி, வலி) பாதிப்பிற்கு உள்ளாவார்கள். குடும்ப சூழலில் அல்லது சமூக சூழலில் குறிப்பிட்ட உணவைத் தொடர்ச் சியாகத் தவிர்த்துவந்ததால் அக்குறிப்பிட்ட உணவு தனக்கு ஒத்துவராது என்ற உணர்வு வலுப்படுத்தப்பட்டு இந்நிலை தோன்றுகின்றது.

8. 4. பாலுறவு

உயிரினம் வாழ்வதற்குப் பாலுறவு அவசியமில்லை. எனினும், சகல உயிரினங்களும் இனப்பெருக்கமடைவதற்குப் பாலுறவு இன்றியமையாத காரணியாக அமைகின்றது. பாலியற் சுரப்புகளின் இயங்குதிறன், மூளைச் செயற்பாடு போன்ற அகக் காரணிகளில் மட்டுமன்றி சமூகத்திலிருந்து பெற்ற சூழற் காரணிகளிலும் பாலியல் நடத்தை தங்கியுள்ளது.

பெண்களில் பாலியற் சுரப்பி எஸ்ரோஜென், புரொஜெஸ்டிரோன் ஹோர்மோன்களைச் சுரக்கின்றது. ஆண்களில் பாலியற் சுரப்பி அன்ரோஜெஸ்டீன், ரெஸ்ரோரோன் ஹோர்மோன்களைச் சுரக்கின்றது. ஆண்களில் தொடர்ச்சியாக நாளாந்தம் பாலியற் சுரப்பி ஹோர்மோன்களைச் சுரக்கின்றது. பெண்களில் 28 நாட்களுக்கு ஒரு முறை கருக்கட்டல் நிகழ்கின்றது. அதேவேளை மந்திக் குரங்குகளில் 36 நாட்களுக்கு ஒரு முறை வீதமும் எலிகளில் 5 நாட்களுக்கு ஒரு முறை வீதமும் கருக்கட்டல் நிகழ்கின்றது. எனினும் பொதுவாகப் பெண்களில் பாலியற் செயற்பாடு ஹோர்மோன் சுரத்தலில் மட்டுமன்றி கூடுதலாக சமூகக் காரணிகளிலும் உணர்வுக் காரணிகளிலும் தங்கியுள்ளது.

சிகக்கள் ஆணா பெண்ணா என்பதை நிறமூர்த்தங்களே நிர்ணயிக்கின்றன. சிசு 2 அல்லது 3 மாத வளர்ச்சியற்றுக் கருப்பையில் காணப்படும் போதே அது ஆண் அல்லது பெண் என்ற நிலைப்பாடு ஆரம்பிக்கும். ஆணின் நிறமூர்த்தங்களிலேயே ஆண் பெண் பாகுபாடு தங்கியுள்ளது. நிறமூர்த்தங்களின் சேர்க்கை XY ஆகக் காணப்படும் பொழுது ஆண் ஆகவும் XX ஆகக் காணப்படும் பொழுது பெண் ஆகவும் தோற்றம் பெறும். ஏனெனில் பெண்ணின் ஒவ்வொரு முட்டைக் கலத்திலும் 23XX தன்மை நிறமூர்த்தங்களை உடையதாய் காணப்படுகின்றது. அதேவேளை, ஆணின் ஒவ்வொரு விந்துக் கலத்திலும் 23X அல்லது Y தன்மை நிறமூர்த்தங்களை உடைத்தாய்க் காணப்படுகின்றது. ஆண் தன்மை கூடியவர்களாய் சில பெண்களும் பெண் தன்மை கூடியவர்களாய் சில ஆண்களும் காணப்படுவது நிறமூர்த்தங்களின் சேர்க்கையிலேயே பெரும்பாலும் தங்கியுள்ளது. இம்மாறுபட்ட நடத்தைக்கு பெற்றோரின் வீட்டு வளர்ப்பு முறையும் கணிசமான அளவு காரணமாயுள்ளது.

மனித வர்க்கத்திவ் பாலியல் நடத்தை பெரும்பாலும் சமூக கலாசார பண்புகளாலேயே நிர்ணயிக்கப்படுகின்றன. ஒவ்வொரு சமூகமும் இது சார்பாக பல்வேறு தடைகளை, நியதிகளை விதிக்கின்றன. திருமணத்திற்கு முன்னர் பாலுறவு, மேற்கத்தைய நாட்டினரிடையே சாதாரணமாகக் கருதப்படுகின்றது. விரும்பிய வயதில், விரும்பியவர்களைக் காதலிக்கவும் திருமணம் செய்யாமலேயே கூடி வாழவும் விரும்பியவர்களைத் திருமணம் செய்யவும் போதியளவு சுதந்திரம் உண்டு. அதேவேளை, எமது சமுதாயத்தில், திருமணம், பிள்ளைகளின் விருப்பு வெறுப்புகளில்லல், பெற்றோரின் விருப்பு, வெறுப்புகளிலேயே கூடுதலாகத் தங்கியுள்ளது. பிள்ளைகள் தரது விருப்பத்தைத் தெரிவித்தாலும் அது பலாத்காரமாக மறுக்கப்படுவதை சில குடும்பங்களில் நாம் அவதானிக்கலாம்.

ஆபிரிக்காவிலுள்ள சீவா பகுதியினர் சிறுபருவத்தினர் பூலியற் தொடர்புகளை மேற் கொள்வதை அனுமதிக்கின்றார்கள். இல்லையெனில் அவர்கள் பிற்காலத்தில் பெற்றோராக மாறுகின்ற வாய்ப்பினை இழந்து விடக்கூடும் என்ற தப்பான எண்ணத்தைக் கொண்டுள்ளார்கள்.

இதற்கு முரணாக, தென் அமெரிக்காவிலுள்ள கூனா பகுதியினர் திருமணமாகும்வரை பிள்ளைகள் பால் பற்றிய விபரணத்தை சிறிதேனும் அறியாதபடி மிகவும் எச்சரிக்கையாக இருக்கின்றார்கள். ஆபிரிக்காவிலுள்ள அசான்றி பகுதியினர் பூப்பெய்த மூன்னர் சிறுபி பாலியற் செயற்பாட்டிற்கு உட்படுத்தப்பட்டால் இருவரும் மரணத்தண்டனைக்கு உள்ளாக்கப்படுவார்கள். நாகரீக மடையாத, வளர்ச்சியுறாத சில சமூகங்களில் தன்னிச்சேர்க்கை இயல்பானதாக ஏற்றுக் கொள்ளப்பட வேறு சில சமூகங்களில் மரண தண்டனைக்குரிய குற்றமாகக் கருதப்படுகின்றது.

8. 5. தாகம்

ஓர் உயிர் பல வாரங்கள் உணவின்றி உயிர் வாழலாம். ஆனால் சில நாட்கள் நீர் இன்றி உயிர் பிழைக்க முடியாது. ஓர் உயிரி, உயிர் பிழைத்தற்கு உணவும் நீரும் பெறுதலை ஒழுங்குபடுத்துதல் அவசியமாகின்றது.

நீர் குறைதலை ஓர் உயிர் பின்வரும் இருவழிகளில் நிவிர்த்தி செய்யலாம்.

அ) நீர் குடித்தல்

ஆ) ஏற்கனவே சிறுநீரகங்களில் சேமிக்கப்பட்ட நீரைப் பயன்படுத்துதல்.

சிறுநீரகங்களில் சுரக்கும் அன்கிட்யுமெற்றிக் ஹோர்மோனே சிறுநீரகங்களிலுள்ள நீர் மீளவும் இரத்த ஓட்டத்தோடு சேர்த்துணைபுகின்றது. விளைவாக மிகவும் செறிவான சிறுநீர் வெளியேறுகின்றது. இதனால்தான் இரவு நித்திரையின் பின்னர் காலை யில் சிறுநீர் செறிவு மிக்கதாய் கருமையான நிறத்துடனும் துர்மணத்துடனும் வெளியேற்றப்படுவதை உவதானிக்கலாம். இவ்வாறு சமநிலைப்படுத்தல் ஒரு குறிப்பிட்ட நிலை வரையுமே சாதகமாகும். நீர் குறைதல் தீவிரப்படுத்தப்பட்டு தாகம் தணிக்கப்பட முடியாநிலை ஏற்படும் பொழுது நீரை நேரடியாகக் குடித்தல் இன்றியமையாததாகின்றது.

நீர் நிலை குறைவடைதல் ஓர் உயிரியிலுள்ள இரத்த அளவு, உடற்கலங்களைச் சூழவுள்ள பாய்பொருட்களின் அளவைக் குறை

வடையச் செய்வதோடு இப்பாய்பொருட்களில் இரசாயனப்பதார்த்தங்களின் செறிவைக் கூட்டுகின்றது.

இரத்தம் பெருவாரியாக வெளியேறுதலும் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தலாம். காயப்பட்டவன் இரத்தத்தை இழந்த சோர்வோடு பெரும் தாகத்திற்கு உள்ளாக்கப்படுவான். கடின வேலை செய்கையில் வியர்வை மூலம் உப்பையும் நீரையும் இழந்து மீண்டும் அதிகளவு நீரைக் குடிப்பதற்கு உந்தப்படுவான்.

8. 6. நோவு

ஓர் உயிரியின் கலங்கள் உடைதலைத் தவிர்த்தல் அவ்வுயிரி உயிர்வாழ்தலுக்கு அவசியமாகின்றது. ஓர் உயிரியின் உடம்பில் நோவு ஏற்பட்டதும் அந்நோவினைத் தவிர்ப்பதற்கான, அசௌகரியத்தைப் போக்குவதற்கான முயற்சி மேற்கொள்ளப்படுகின்றது. உதாரணமாக, சூடான அடுப்பில் கையை வைத்துப் பார்த்தவுடன் அவசரப்பட்டு கையை எடுக்கிறோம்; அணிந்திருக்கும் சப்பாத்து வருத்தத்தைத் தரும் பொழுது அதனைக் கழற்றி விடுகிறோம்; தலையிடி வந்ததும் பனடோல் குளிசைகளை விழுங்குகின்றோம்.

ஒருவரின் சாதாரண வளர்ச்சி அனுபவத்திலேயே நோவினைத் தவிர்ப்பதற்கான தூண்டுதல் தங்கியுள்ளது. பிறப்பிலிருந்தே கருமையான புலன் தூண்டுதலுக்கு உட்படுத்தப்பட்ட மிருகங்கள் தன்புறுத்தப்படும் பொழுது எதுவித தாக்கமுமின்றிக் காணப்படுகின்றன. சூடான பாத்திரங்களை கட்ச்கட தூக்கி வைத்த பெண்கள் ஒரு குறிப்பிட்ட கால இடைவெளியின் பின்னர் குடு சுணையின்றிச் சூடான பாத்திரங்களைத் தூக்கி வைப்பார்கள். அவர்களது கரங்களிலுள்ள தொடுகை உணர்வுகலங்கள் படிப்படியாக மரத்துப்போய் உயிரற்றுக் காணப்படுவதே இந் நிலைக்குக் காரணமாகும்.

தொடர்ந்து தமது வாழ்வில் நிகழும் மனக்கசப்பான நிகழ்வுகள் தரும் நோவினைத் தாங்கிக் கொள்ள முடியாத ஒரு சிலர் தற்காலிக நோவுத் தடுப்பினை முன் வைத்து மதுவிற்கு அன்றேல் போதை வஸ்துவிற்கு அடிமையாகின்றார்கள். காலப்போக்கில் மது இல்லாமல் அன்றேல் போதைவஸ்து இல்லாமல் வாழ

தல் இயலாத காரியமாகி விடுகின்றது. விளைவாக, வாழ்வில் மேலும் வேதனையைக் கூட்டிக் கொள்கின்றார்கள்.

எனவே,

நல்ல காரணங்கள் நல்ல விளைவுகளை ஏற்படுத்தும்;
நல்ல சிந்தனைகள் நல்ல சூழலை உருவாக்கும்;
நல்ல செயல்கள் நல்ல விழுமியங்களைத் தோற்றுவிக்கும்;
நல்லவை எப்பொழுதும் நல்லவற்றையே நல்கும்
என்பது முடிவாகும்.

எனது மகிழ்விற்கான உந்துசக்தி

- ★ நான் நேரிய வாழ்க்கை விழுமியங்களை ஏற்றுக் கொள்கின்றேன்.
- ★ நான் திறந்த மனப்பான்மையோடு என்னை யும் ஏனையோரையும் தரிசனம் செய்கின்றேன்.
- ★ நான் அல்லது ஏனையவர்கள் சுவைக்கும் சிறப்பான அனுபவங்களை மீளவும் எனது நினைவிற்குக் கொண்டுவருகின்றேன்.
- ★ நான் அல்லது ஏனையவர்கள் எய்திய வெற்றி சார்பாகப் பாராட்டிக் கொள்வதோடு உளப் பூரிப்படைகின்றேன்.

உந்தலும் உணர்வும்

9

9. 1. உளப் பகுப்பாய்வுக் கோட்பாடு
9. 2. சமூகக்கற்றல் கோட்பாடு
9. 3. உணர்விளைவுகள்
9. 4. ஜேம்ஸ் லான்ஸ் உணர்வுக் கோட்பாடு
9. 5. கனன் பார்ட் உணர்வுக் கோட்பாடு

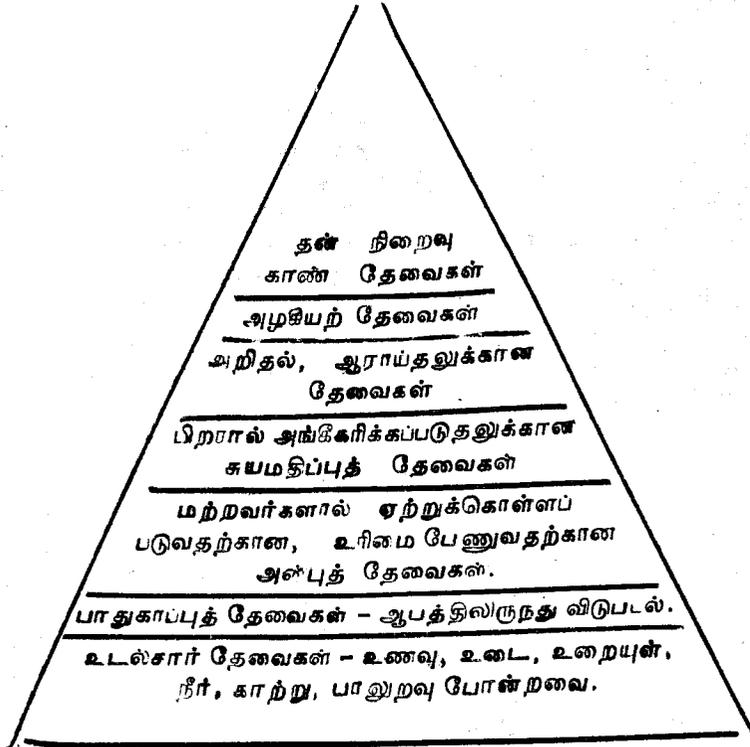
தேடுவாரற்றுத் தெருவில் வருத்தமுற்றுக் கிடக்கும் மனிதர்களைத் தேடி அணைத்துத் தேற்றுவது அன்னை தெரேசாவின் மகத்துவமான பணிகளுள் ஒன்று. ஒரு நாள் வழமைபோல பணி நோக்கிய பயணத்தை மேற்கொள்கையில் வயது போன ஒரு கிழவன் அரை உயிராய் தெருவோரத்தில் கிடந்தான். உடனே அவனை வாகனத்தில் ஏற்றித் தன் மனைக்குக் கூட்டிச் சென்று மிகவும் விலையுயர்ந்த மருந்தை அவனுக்கு ஊட்டுவித்தான். அந்தக் கிழவன் உணர்வுட்டப் பெற்றவனாய்ப் பேசத் தொடங்கினான்:

“அம்மா, நான் இதுவரை அன்பு என்றால் என்ன என்று உணராமல், அன்பை அனுபவிக்காமல் வாழ்ந்து விட்டேன். இப்போதுதான் அந்த அன்பைச் சுவைக்கும் பாக்கியம் எனக்குக் கிடைத்தது. இனி நான் அமைதியாக, மனநிறைவுடன் சாகலாம்.”

மனித வாழ்வில் ஏற்படும் உந்தல்கள், உணர்வுகள் பல்வேறு பட்டவை. உடலியல் சார்பான உந்தல்கள், உள்ளம் சார்பான உந்தல்கள், ஆன்மீகம் சார்பான உந்தல்கள் என அவை அமையலாம். பசி, தாகம் போன்றவை உடல் சார்பான உந்தல்களாகும். ஒருவன் தான் அன்பு செய்யப்பட வேண்டும், மதிக்கப்பட வேண்டும், மகிழ்வுடன் வாழவேண்டும் என எங்குதல் உள்ளம் சார்

பான உந்தல்களாகும். உலகக் கவலைகளிலிருந்து விடுபட்டு இறையுறவில் தன்னை மறந்திருக்க ஆன்மா முயலுதல் ஆன்மீகம் சார்ந்த உந்தலாகும்.

ஓரளவிற்காவது உடற்தேவைகள் நிறைவு செய்யப்பட்ட பின் னரே உள்ளம் சார்ந்த, ஆன்மீகம் சார்ந்த தேவைகளை நிறைவு செய்யும் தூண்டுதல் நிகழலாம் என ஏபிரகாம் மஸ்லோ கருது கிறார். உடல் சார்ந்த தேவைகளென ஆரம்பமாகக் கிடைக்காத தேவைகளை ஏறு வரிசையில் பின்வருமாறு இவர் நிரைப்படுத்து கின்றார்.



பிறப்பின் பயனை எய்துவதான தன் நிறைவுகாண் தேவையே உச்சநிலைத் தேவையாக அமைகின்றது. கீழ்மட்டத்திலுள்ள தேவைகள் ஒன்றன்பின் ஒன்றாக கணிசமான அளவு நிறைவு செய்யப்படும் பொழுது ஒருவன் தன்நிறைவுத் தேவையை நிறைவு செய்கின்றான்.

மனித உந்தலைப் பல கோட்பாடுகள் விளக்க முற்பட்டாலும் இங்கு நாம் இரண்டு கோட்பாடுகளைக் கவனிப்போம். அவையாவன:

1. உளப்பகுப்பாய்வுக் கோட்பாடு.
2. சமூகக் கற்றல் கோட்பாடு.

9. 1. உளப் பகுப்பாய்வுக் கோட்பாடு

1900ல் சிக்மன்ட் புறொயிட் 'கனவுகளின் விமர்சனம்' என்ற வெளியீட்டில் உளப்பகுப்பாய்வுக் கோட்பாட்டை முன் வைத்தார். இக்கோட்பாடு, உளப்பிறழ்வுகளுக்கான சிகிச்சை முறையாக மட்டு மன்றி மனித உந்தலை விளக்கும் கொள்கையாகவும் காணப்படு கின்றது.

எல்லா மனித நடத்தையும் முரண்பட்ட இரு இயல்புக்கக் கூட்டுக்களிலிருந்து அரும்புகின்றன என புறொயிட் நம்பினார். ஒரு வரின் வளர்ச்சியினையும் அதிகரிக்கும் வாழ்க்கை இயல்புக்கங்கள், அழிவை நோக்கி ஒருவரைத் தள்ளுகின்ற இறப்பு இயல்புக்கங்கள் ஆகியவையே அவ்வியல்புக்கங்களாகும். வாழ்க்கை இயல்புக்கங் களின் சக்தி 'லிபிடோ' எனும் உணர்ச்சியேயாகும். இது பாலி யற் செயற்பாடுகளை மையமாகக் கொண்டது. இறப்பு இயல்புக் கங்கள் எதிர்ப்புணர்வின் வடிவத்தில் தனதோ அல்லது பிறாதோ அழிவுக்கு இட்டுச் செல்வதாய்க் காணப்படுகின்றது. எனவே, புறொயிட் மனித நடத்தையின் இரு அடிப்படைக் காரணிகளாக பாலுணர்வு, எதிர்ப்புணர்வு ஆகியவற்றை வலியுறுத்தினார்.

பாலுணர்வு, எதிர்ப்புணர்வு நடத்தைகள் மனிதனின் குழந்தைப் பருவத்தின் ஆரம்பக்கட்டத்திலேயே வெளிக்காட்டப் படுகின்றன என்பது புறொயிடின் நம்பிக்கையாகும். உணர்ச்சிப் பகுதிகளின் தூண்டுகையினால் பெறப்படும் இன்பத்தில் பாலு ணர்வு வெளிப்படுத்தப் படுகின்றது; கடித்தலில் அல்லது அடித்

கீழில் எதிர்ப்புணர்வு வெளிப்படுத்தப்படுகின்றது. பாலுணர்வு அல்லது எதிர்ப்புணர்வு சார்பாக பெற்றோரிடையே விதிக்கும் பொழுது இவ்வுந்தங்களின் சுதந்திரமான வெளிப்படுத்தல் தடைப்படுகின்றது. அவை நனவிலி மன நிலையில் செயல்திறன் மிக்கவையாய் காணப்படுகின்றன.

மனித நடத்தையில் நனவிலி மனநிலைத் தடைகளை முதன் முதலில் கண்டுணர்ந்து, நனவிலி மனநிலை உந்தல்கள் மனித நடத்தையில் ஏற்படுத்தும் தாக்கங்களின் விபரணத்தை தந்தமை புறொயிட்டையே சாரும். நனவிலி உந்தல்கள் வெளிப்படுத்தும் மனித நடத்தை வடிவங்கள் வருமாறு:

1. நனவிலி மனக் கிளர்ச்சிகளும் விருப்புகளும் கனவுகளில் வெளிப்படுகின்றன.
2. நனவிலிமன நடத்தைக் கருவிலங்கள் மறைக்கப்பட்ட தூண்டுதல்களாக வெளிப்படுத்தப்படுகின்றன.
3. ஒரு மனிதனின் அடிமனதில் புதைக்கப்பட்ட தேவைகள் நிறைவு செய்யப்படுவதில் நோய்க்கான அறிகுறிகள் தொடர்பு படுத்தப்படுகின்றன.

பல உளவியலாளர்கள் புறொயிட்டின் நனவிலி மன உந்தல் கோட்பாட்டை முழுமையாக ஏற்றுக் கொள்ளவில்லை. நனவிலி மன உந்தல்களின் இருப்பினை அவர்கள் ஏற்றுக் கொண்டாலும் அறிவை உணர்வின் விகிதாசாரத் தொடர்பின் அடிப்படையிலேயே இவற்றை விபரிக்கின்றார்கள். உதாரணமாக பிறர்மீது ஆதிக்கம் செலுத்த வேண்டும் என்ற உணர்வு அடிமனதில் புதைந்துள்ள தாயின் அவ் உணர்வினை ஓரளவிற்காவது அறிந்திருப்பார். அதே வேளை அவர் அவ்வுணர்வு எவ் வடிவத்தில் தனது நடத்தையில் வெளிப்படும் என்பதை அறியாதிருக்கலாம்.

9. 2. சமூகக்கற்றல் கோட்பாடு

சமூகக்கற்றல் கோட்பாடு மனித நடத்தைக்கும் சூழலுக்கும் இடையேயுள்ள இன்றியமையாத தொடர்பினை முதன்மைப் படுத்திகின்றது. மனித நடத்தையினைப் பெரும்பாலும் சூழலே நிர்ணயிக்கின்றது. சமூகம் தரும் பரிசு அல்லது தண்டனையைப்

பொறுத்து மனிதன் எவ்வித நடத்தையினை மேற்கொள்ள வேண்டும், அல்லது தவிர்த்துக் கொள்ள வேண்டுமென்பதைத் தீர்மானிக்கின்றான்.

ஒருவன் தனது நேரடி அனுபவங்கள் மூலமாகவோ அல்லது பிறரது அனுபவங்களை அவதானிப்பதன் மூலமாகவோ நடத்தை முறைகளை மேற்கொள்ளலாம். அனுபவங்கள் வெற்றிக்குரியவையாகவோ அன்றேல் தோல்விக்குரியவையாகவோ அமையலாம். இதற்கேற்ப பொருத்தமான நடத்தைகள் நடைமுறைப்படுத்தலாம்.

அவதானத்தின் மூலம் கற்றல் பல்வேறு மாற்றங்களை மனித நடைத்தையில் ஏற்படுத்துகின்றன. ஒரு குழந்தை பிறரது நடத்தைகளை நுணுக்கமாக அவதானித்து விட்டு தான் அத்தகைய சந்தர்ப்பங்களில் எவ்விதம் செயற்படவேண்டும் என்பதை முன் கூட்டியே தெரிந்து கொள்கின்றது. உதாரணமாக ஒரு சிறுவன் தனக்கு முன்னால் சென்ற நோயாளிகள் பல்வகத்தியரின் முன்னால் படும் அவஸ்தைகளை அவதானித்துவிட்டு தானும் அத்தகைய நோயினை அனுபவிக்க வேண்டும் என்ற பய உணர்வோடு பல்வகத்தியரை அணுகுகின்றான்.

இக்கோட்பாட்டில் தன்னை ஒழுங்குபடுத்தும் தொடர்பாற்றல் முக்கியமானதாகக் காணப்படுகின்றது. ஒருவன் தான் வாழும் சமூகத்தின் திட்டங்களை, எதிர்பார்ப்புகள், சமுதாயநலன், சமுதாய ஊக்குவிப்புகள் சார்பாக தனது நடத்தையினை ஒழுங்குபடுத்திக் கொள்கின்றான். ஒருவன் வாழுகின்ற குறிப்பிட்ட ஒரு சமுதாயத்தில் நன்மை செய்பவர்கள், உண்மை பேசுபவர்கள், ஊருக்காக உழைப்பவர்கள் உயர்வுற்றுக் காணப்படும் பொழுது, அவர்கள் பாராட்டப்பட்டு அவர்களுக்குரிய மகத்துவம் கொடுக்கப்படும் பொழுது, அச்சமுதாயத்தில் வாழும் ஒவ்வொரு தனியனும் உண்மை பேசி நன்மை செய்யும் வழியில் தன்னை ஆட்படுத்திக் கொள்வான். திறந்த மனப்பான்மையோடு தனிமனித உரிமைகள் சுதந்திரமான பரிமாற்றத் தொடர்புகளை முதன்மைப் படுத்தும் சமுதாய அமைப்புகளிலேதான் தனி மனிதன் நற்பண்புகளைத் தன்வயமாக்குதல் இலகுவாகும்.

9. 3. உணர்விளைவுகள்

ஒருவன் கடலையின் அருகே அல்லது சவக்காலையின் அருகே இரவுவேளையில் நடந்துவரும் சந்தர்ப்பம் ஏற்பட்டது என வைத்துக் கொள்வோம். இது தொடர்பாக அவன் ஏற்கனவே கேட்ட பேய்க்கதைகள் அவனது நினைவிற்கு மீண்டும் மீண்டும் வருவதை அவதானிப்பான். இதயம் விரைவாக அடிப்பதையும் சுவாசிக்க அவதிப்படுவதையும் நாக்கு வரண்டு போவதையும் அதிகமாக வியர்ப்பதையும் அவன் தனது உடல் மாற்றங்களாக அனுபவிப்பான். இவ்வாறு அவன் மனதில் ஏற்பட்ட பய உணர்வு பல்வேறு உடல் விளைவுகளுக்குக் காரணமாய் அமைவதை நாம் காணலாம்.

மேலும் ஒருவனுக்குக் கோப உணர்வு ஏற்படும் பொழுது அவனது முகம் வெளிறி விகாரமுற்று கோரமாய்க் காணப்படுவதை நாம் அவதானிக்கலாம். தானே பார்த்து சிக்க முடியாத அளவிற்கு முகத்தில் மாற்றம் ஏற்படுவது கோப உணர்வின் தவிர்க்க முடியாத எதிர் விளைவாகும். இவ்வாறே, இன்ப உணர்ச்சி அரும்பும் பொழுது, உதாரணமாக வெளிநாட்டிலிருந்து பல ஆண்டுகளின் பின்னர் மகனை நேருக்கு நேர் சந்திக்கும் தாய் களிப்பேருவகை கொண்டு ஆனந்தக் கண்ணீர் வடிக்கிறாள்; மகிழ்ச்சியால் அவளது இதயம் படபடக்கின்றது.

அதேவேளை, எதிர்பாராமல் தனது எதிரியை, தான் விரும்பாத நபரைச் சந்திக்கும் ஒருவர் தனது முக பாவனையின் மூலம் வெறுப்பையும் மன இறுக்கத்தையும் வெளிப்படுத்துவார். இந்நேரம்வரை அவரது முகத்தில் காணப்பட்ட மலர்ச்சி மறைந்து போக, கடுமை தெறிக்கும்.

உணர்வு பற்றி இரு கோட்பாடுகளை இங்கு சுவைப்போம். அவையாவன:

1. ஜேம்ஸ் லான்ஞ் உணர்வுக் கோட்பாடு.
2. கனன் பார்ட் உணர்வுக் கோட்பாடு.

9. 4. ஜேம்ஸ் லான்ஞ் உணர்வுக் கோட்பாடு

உடல் மாற்றங்களின் மீள் வைப்பை உணர்வாகும் என உளவியலாளர் வில்லியம் ஜேம்ஸ் கருத்துரைத்தார். சந்தோஷமான

அல்லது பயங்கரமான குழல் தோற்றுவிக்கும் உடல்விளைவுகளின் தொகுப்பே உணர்வு என்பதே இவரது கருத்தாகும். இது குதிரையின் முன்னால் வண்டியை வைப்பதற்கு ஒத்ததாகும். இந்தக் கருத்தினை உடலியலாளர் காள் லான்ஞ் என்பவரும் கொண்டிருந்தார். விளைவாக, இக்கோட்பாடு ஜேம்ஸ் லான்ஞ் உணர்வுக் கோட்பாடு என அழைக்கப்படுகின்றது.

எனினும் சில சந்தர்ப்பங்களில் உடல் விளைவுகளின் பின்னரேயே உணர்வை அனுமானிக்கின்றோம். உதாரணமாக பழக்கட்டுகளில் மேல் மாடி நோக்கி ஏறிக் கொண்டிருக்கையில் திடீரென சறுக்குகிறோம் என வைத்துக் கொள்வோம். உடனே கைப்பிடியைப் பிடித்துக் கொண்டு நடுங்குகிறோம். பின்னர் பய உணர்ச்சியை அனுபவிக்கின்றோம்.

9. 5. கனன் பார்ட் உணர்வுக் கோட்பாடு

மேற்படி ஜேம்ஸ் - லான்ஞ் கோட்பாட்டிற்கு எதிராக வோல்ரன் கனன் பின்வரும் காரணங்களை முன் வைத்தார்.

1. என்னென்ன உணர்வுகளை நாம் அனுபவிக்கின்றோம் என்பதைப் பொதுவாகத் தெரிந்திருந்தாலும் உணர்வு நிலை உடல் மாற்றங்களிலிருந்து பாரிய அளவுவேறுபட்டது அல்ல.
2. அகவய அவயவங்கள் உணர்வு குறைந்தவையேயாகும். அதேவேளை, அகவய மாற்றங்கள் மெதுவாக இடம் பெறுவதால் அவை உணர்வுக்கு ஆதாரமாக அமைவதில்லை.
3. செயற்கையாகத் தூண்டுவிக்கப்பட்ட உடல் மாற்றம் உண்மையான உணர்வு அனுபவத்தைத் தருவதில்லை.

கனன் மூளையின் மையப்பகுதிக்கு உரித்தானதான உணர்வைக் கருதுகின்றார். உணர்வு உற்பத்தித் தூண்டியையும் மூளையின் மையப்பகுதியையும் தொடர்புபடுத்தி உணர்வின் வெளிப்பாட்டை இவர் விளக்கினார். இவரது கருத்தினை மேலும் விரிவாக்கினார் பார்ட். விளைவாக, இக்கோட்பாடு கனன் பார்ட் உணர்வுக் கோட்பாடு என அழைக்கப்படுகின்றது.

பிற்கால ஆய்வுகளின்படி, மூளை மையப்பகுதிக்கும் வாத நரம்புத் தொகுதிக்குமிடையே நெருங்கிய தொடர்பு உண்டு என்றும் இவற்றிடையே நிலவுகின்ற சிக்கலான தொழிற்பாடுகள் காரணமாக உணர்வைத் தழுவியதாய் உடல் விளைவு நிகழ்கின்றதா? அன்றோல் உடல் விளைவு உணர்வுக்கு முந்தியதா? என்பதை நிர்ணயிப்பது இலகுவானது என்று என்று அறியப்படுகின்றது.

10. 1. அடையாளங்களும் அர்த்தமும்
10. 2. கருத்து உருவாக்கல்
10. 3. மொழி அமைப்பு
10. 4. சிந்தனை ஒருங்கிணைவு

மனித செயற்பாடுகளில் மிகவும் நுண்ணியதாகவும் சிக்கலானதாகவும் சிந்தனை கருதப்படுகின்றது. மனிதனை என்ன விவங்குகளிலிருந்து வேறுபடுத்திக் காட்டுவது சிந்தனையே.

'நான் சிந்திக்கின்றேன்.
எனவே, நான் உள்ளேன்'

எனக் கருத்து முதல்வாத மெய்யியலாளர் டெகார்ட் கூறுகின்றார்.

மனித நிகழ்வுகளின் பிரதிபலிப்பாக குணக் குறிகளால் வெளிப்படுத்தப்படும் புரிந்துணர்வுத் தொடர்பாற்றலே சிந்தனையாகும். மனித வாழ்வின் நிகழ்காலச் செயற்பாடுகள் இறந்த காலத்தோடும் எதிர்காலத்தோடும் பொருத்தமுடையதாக இருக்கும் வண்ணம் சிந்தனை தொடர்புபடுத்துகின்றது.

10. 1. அடையாளங்களும் அர்த்தமும்

ஓர் அடையாளம் என்பது அதன் பொருள் உண்மைக்கு மேலாக வேறொரு உண்மையை உணர்த்தி நிற்பதேயாகும். ஒரு தாய் தன் குழந்தையின் மீது கொண்டுள்ள அன்பை அல்லது ஒரு காதலனும் ஒரு காதலியும் தமக்கிடையேயுள்ள அன்புறவை முதலாம் எனும் அடையாளத்தின் மூலம் வெளிப்படுத்துகின்றனர். 'நான் உன்னில் அன்பு செலுத்துகின்றேன். என்ற அர்த்தம் இந்த அடையாளத்தின் மூலம் வெளிப்படுத்தப்படுகின்றது.

வீதியிலே திடீர் திடீர் என மின்னுகின்ற சிவப்பு வெளிச்சம், 'வாகனத்தை நிறுத்து' என்ற அர்த்தத்தைச் சாரதிக்கு வெளிப்படுத்தும் அடையாளமாக விளங்குகின்றது.

இவ்வாறு அடையாளங்கள் பொருள் உண்மைக்கு மேலாக ஓர் உண்மையை உணர்த்தி நிற்பதோடு மனிதர்களை ஒரு குறிப்பிட்ட செயற்பாட்டிற்குத் தூண்டிவிட்பதாய் அமைகின்றன. தூண்டிக்குப் பொருத்தமான துலங்கல், அடையாளத்தைச் சரியாகப் புரிந்துள்ளோம் என்பதையே காட்டுகின்றது. மாறாக, அடையாளங்கள் தவறாக அர்த்தம் பெறுகின்ற பொழுது ஆபத்தையே எதிர்கொள்ள வேண்டி நேரிடும். உதாரணமாக, சாரதி இடது பக்கமாகத் திரும்புவதாகச் சைகை காட்டிவிட்டு வலது பக்கமாக வாகனத்தைத் திருப்பினால் அது பெரும் விபத்திற்கே இட்டுச் செல்லும்.

10. 2. கருத்து உருவாக்கல்

சிந்தனையானது வாக்கியத்தில் வெளிப்படுத்தப்படும் பொழுது கருத்து உருவாக்கல் நிகழ்கின்றது. உண்மையாகவோ அல்லது பொய்யாகவோ வரக்கூடிய வசனங்களே வாக்கியங்களாகக் கருதப்படுகின்றன. அதாவது உண்மைப் பெறுமானம் உடைந்தான வசனங்களே எடுப்புகளாகும். ஏனையவை — ஐயப்பாடு, வியப்பு, வினா, கட்டளை, இரங்கல் வசனங்கள் எடுப்புகளாக ஏற்றுக் கொள்ளப்படுவதில்லை.

'நீ வாசிக்கின்றாயா?' என்பது ஒரு கேள்வி.
எடுப்பு அல்ல.
மாறாக, 'நான் எழுதுகின்றேன்' என்பது
ஓர் எடுப்பாகும்.

ஒரு பொருளோ அல்லது ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட பொருட்களோ ஆற்றல் ஒரு நிகழ்வோ அல்லது ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட நிகழ்வுகளோ ஒன்றோடொன்று தர்க்கரீதியாகத் தொடர்புபடுத்தப்படும் பொழுது சிந்தனை உதயமாகின்றது; எடுப்பாக வடிக்கப்படுகின்றது. பொருளோடு அல்லது நிகழ்வோடு இசைவுடையதாயின் அது உண்மை என ஏற்கப்படுகின்றது; இசைவற்றதாயின் அது பொய் என மறுக்கப்படுகின்றது.

ஓர் எடுப்பினை, உதாரணமாக, 'நீ என்னை அன்பு செய்கின்றாய்' என்பதை அறிந்து கொள்வதற்கு, இவ்வெடுப்பு,

- அ) உண்மையானதாய் இருத்தல் வேண்டும்.
ஆ) ஏற்புடையதாய் இருத்தல் வேண்டும்.
இ) ஆதாரமுடையதாய் இருத்தல் வேண்டும்.

அவ்வாறன்றி - பொருள் உண்மையின்றி, ஆதாரமின்றி, வெறும் கற்பனைக் கூற்றாக அது காணப்படும் பொழுது அர்த்தமற்ற கூற்றாகவே நிராகரிக்கப்படும்.

'நான் ஒன்றை நம்புகின்றேன்' என்பது 'நான் ஒன்றை அறிகின்றேன்' என்பதிலிருந்து வேறுபட்டது. நம்புவதற்குரிய ஆதாரங்கள் அறிவதற்குரிய ஆதாரங்களிலிருந்து வேறுபட்டவை. ஆதாரமற்றதாக நம்பிக்கை அமையுமிடத்து அது வெறும் மூட நம்பிக்கையாகவே தோற்றம் பெறும்.

ஒரு குழந்தையின் அறிகை முயற்சி ஆரம்பத்தில் சடப் பொருள் சார்ந்ததாக, புலன்காட்சிக்கு உட்பட்டதாக அமையும் பொழுதே சாத்தியமாகின்றது. காலப்போக்கில் குழந்தை வளர்ந்து பெரியவனானதும் புலன்சாராக் காட்சி - உட்காட்சி மூலம் சடம் சாரா உண்மைகளை அறியும் ஆற்றலைப் பெறுகின்றது. ஆரம்பத்தில் குழந்தை தனது பசி உணர்வினை அழகை மூலம் வெளிப்படுத்தியது. பின்னர் அது தனது உணர்வு நிலைகளைத் தொடர்பு படுத்தி வாக்கியங்களால் பேசக் கற்றுக்கொள்கின்றது. 'அம்மா பசிக்கிறது' என்று கூறித் தனது உள்ளக்கிடக்கையைத் தெளிவுபடுத்துகின்றது.

10.3. மொழி அமைப்பு

எந்த ஒரு மொழியும் இரு பிரதானமான செயற்பாடுகளை உடைத்தாய் காணப்படுகின்றது. அவையாவன:

1. ஒருவர் இன்னொருவரோடு தொடர்பு கொள்வதற்குச் சிறப்பான ஊடகமாக மொழி செயற்படுகின்றது. இதற்கு பேசுபவரும் கேட்பவரும் ஒரு சொல்லுக்கு ஒருமித்த கருத்தைக் கொண்டிருத்தல் அவசியமாகின்றது.
2. குறிகள், நியமங்கள், அமைப்பைத் தந்து மொழி எமது சிந்தனையை இலகுபடுத்துகின்றது.

மொழி பற்றிய படிப்பு, மொழியியலோடும் உளவியலோடும் தொடர்புடையது. பேச்சுத் தொனிகள், அவற்றின் அர்த்தங்கள் பற்றிய மொழி அமைப்பையும் இலக்கணத்தையும் சார்ந்த கவனிப்பு மொழியியலுக்கு உரியது. மொழியின் பயன்பாடு பற்றிய கவனிப்பு உளவியலுக்கு உரியது. எனினும், மொழியியல், உளவியல் என்ற பாகுபாடு இறுதியானது அல்ல. இரண்டும் இணைந்த நிலையில், அதாவது மொழியியல் முறைகள், உளவியல் முறைகள் இணைந்த நிலையில் மொழிப்பயன்பாடு பற்றிய மனவினைத் தொடர்புகள் ஆய்வு செய்யப்பட்டு வருகின்றன.

10.4. சிந்தனை ஒருங்கிசைவு

ஆக்கபூர்வமான சிந்தனை வெளிப்பாடு சிந்தனை ஒருங்கிசைவினாலேயே தங்கியுள்ளது. மனம் கிலேசமுற்று எதிலும் இலயித்திருக்க முடியா நிலை ஏற்படுமிடத்து சிந்தனைக் குளம்பலே எஞ்சிநிற்கும். ஏதாவதொன்றைப் பற்றிய சிந்தனைக் குவிவு சிந்தனை ஒருங்கிசைவின் ஆரம்பக் கட்டமாகும்.

ஒருமுறை துரோணாச்சாரியார் பஞ்சபாண்டவருக்கு வில்வித்தை பயிற்றுவித்துக் கொண்டிருந்தார். தர்மரிடம் மரத்திலுள்ள ஒரு பறவையைக் குறிவைத்து அம்பை எய்யுமாறு கூறினார்.

“இப்போழுது நீ என்னதைக் காணுகின்றாய்?” என்றார்.

“அழகிய வானத்தைக் காணுகின்றேன். அங்கே ஒரு பறவையைக் காணுகின்றேன்” எனப் பதிலளித்தார் தர்மர்.

அதே கேள்விக்கு, “ஒரு மரத்திலே கிளைகளை, இலைகளை, ஒரு பறவையைக் காணுகின்றேன்” என்று பதிலளித்தான் வீமன்.

அர்ச்சுனன் மட்டும் “ஒரு பறவையின் தலையைக் காணுகின்றேன்” என்றான்.

அவனே பறவை மீது சரியாகக் குறிவைத்துக் கூறினான்!

அவனே பறவையைக் குறிவைத்து விழ்த்தினான்.

இலக்கு நோக்கி சிந்தனை குவியும் பொழுதே சிந்தனை ஒருங்கிசைதல் நிகழ்கின்றது. பிடித்தமான நல்ல நூல்களை வாசிப்பதன் மூலமும் சிந்தனையை ஒருங்கிசையச் செய்யலாம். நல்லோர் பேச்சினைக் கேட்பதும் நல்லாரோடு சேர்ந்து வாழ்வதும் என்றும் நன்மை பயக்கும் நிகழ்வுகளே.

எனவே,

இலக்கை முன்வைத்து, இயல்பான முறையில் சிந்திப்போம். தெளிவான சிந்தனையில், தீர்க்கமான முடிவினை எடுத்து செயற்படுவோம்.

வாழ்க்கை என்பது ஒருமுறைதான்.
இன்னும் வாழத் தயக்கம் ஏனோ?



குருட்டுக்கு ஜன்னல் எதற்கு?

அமெரிக்க நாட்டில் பார்வையற்ற மக்களின் நல்வாழ்வு நிறுவனம் ஒன்று பாஸ்டனில் அமைக்கப்பட்டது. 'பார்வையற்றவர்களுக்கு ஜன்னல் எதற்கு?' என்று ஜன்னல் எதுவும் அந்தக் கட்டிடத்துக்கு வைக்கவில்லை. காரணம் கொஞ்சக் காசை மிச்சம் பிடிப்பதே. கட்டிடம் அழகாக இருந்தது. ஆனால் அங்கே கொண்டு வரப்பட்ட பார்வையற்றோரோ ஒருவர் பின் ஒருவராக நலமிழந்தனர்; மகிழ்ச்சியின்றி வாடினர்; இரண்டு பேர் இறந்த பின்பே அதிகாரிகள் பார்வை பெற்றனர். அதாவது, ஜன்னல் வைக்க வேண்டும் என்று. சுவரை இடித்து ஜன்னல்களைப் பொருத்தினர். சூரிய ஒளியும் இதமான காற்றும் உட்புகுந்தன. அவர்களின் முகமும் மலர்ந்தது. அமைதி திரும்பியது.

□ 72 வித்தியாசமானவர்கள்

திறமை மதிப்பீடும் நுண்ணறிவும் 11

11. 1. திறமைகளைச் சோதித்தல்
11. 2. நுண்ணறிவு அளவீடு
11. 3. மனவளர்ச்சி குன்றியோர்
11. 4. மனவளர்ச்சி கூடியோர்

திறமையும் நுண்ணறிவும் ஆளுக்கு ஆள் வேறுபடுவது கண்கூடு. ஒரு குறிப்பிட்ட தொழிலுக்குத் தகைமையுடைத்தான ஒருவரைத் தேர்ந்தெடுப்பதற்கு அவரிடம் காணப்படும் நிகழ்கால தகைமைகளையும் புதை திறமைகளையும் அளவீடு செய்வதற்கு நம்பத் தகுந்த ஆய்வு முறைகள் அவசியம். ஒருவர் தனது ஆற்றலுக்குப் பொருத்தமான துறையைத் தேர்ந்தெடுப்பது தனியார் நலன், சமுதாய நலன் ஆகிய இரண்டையும் ஒருங்கே தருகின்றது. ஒருவர் தற்பொழுது என்ன செய்ய முடியும்? என்பதும், பொருத்தமான சிறப்புத் தேர்ச்சியினை பின்னர் என்ன செய்வார்? என்பதும் ஒன்றல்ல. ஒருவரிடம் காணப்படும் பயிற்சி பெறுவதற்கான ஆற்றலும் பயிற்சியினால் பெற்ற ஆற்றலும் வெவ்வேறானதே. ஒருவர் பயிற்சியின் மூலம் எதனை நிறைவு செய்வார் என்பதை எதிர்வு கூற, ஆற்றல்களை மதிப்பீடு செய்ய திறமை மதிப்பீட்டுச் சோதனைகள் மேற் கொள்ளப்படுகின்றன.

11. 1. திறமைகளைச் சோதித்தல்

ஒருவது திறமைகளை முன் கூட்டியே தெரிந்து கொள்ளத் திறமைகளைச் சோதித்தல் துணை புரிகின்றது. ஒருவர் எத்துறையைச் சார்ந்த தொழிலை மேற் கொள்ள வேண்டும், அன்றேல் எதனைத் தவிர்க்க வேண்டும் என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள, வாழ்க்கைத் திட்டத்தைத் தொழில் நுட்பரீதியில் அமைத்துக் கொள்ள இது உதவி புரிகின்றது. இன்று பல நிறுவனங்கள் துரிதமான வளர்ச்சியினைப் பெற்றமைக்குக் காரணம் பொருத்தமான முகாமையாளர்களை, வேலையாட்களை அறிவார்ந்த பரிட்சைகளின் மூலம் தேர்ந்தெடுத்தமையேயாகும். அதேவேளை, பல

தனி நபர்கள் தமது வாழ்க்கையில் தோல்வியினை எதிர் கொள் கின்றார்கள். தமது வாழ்க்கைத்துணைவர் போதியளவு ஒத்து மைப்பு வழங்க இடலாமையை உணருகின்றார்கள். தமது தொழி லிலிருந்து எதிர்பார்த்த வருமானத்தை, மன மகிழ்ச்சியைப் பெற முடியாமல் வருந்துகின்றார்கள்.

11. 2. நுண்ணறிவு அளவீடு

நுண்ணறிவு அளவீடு என்பது பொதுவான ஒருவரின் மன வயதிற்கும் கால வயதிற்கும் இடையிலான விகிதாசாரத் தொடர் பினால் கணிப்பிடப்படுகின்றது. அதாவது:-

$$IQ = \frac{\text{மனவயது (MA)}}{\text{கால வயது (CA)}} \times 100$$

எனவே, ஒருவரின் மன வளர்ச்சி அவருடைய நிகழ்கால வயதிற்குச் சமனாகக் காணப்படுகையில் அவரது IQ 100 ஆக இருக்கும்.

ஒருவரது மன வளர்ச்சி குறைந்து காணப்பட்டின், அதாவது வயதுக்கு ஒத்த மன வளர்ச்சி காணப்படாமல் குறைந்து காணப் பட்டின், அவர் நுண்ணறிவு குறைந்தவராக விளங்குவார். இவ் வாரே கூடுதலான மன வளர்ச்சியுடையவர் கூடுதலான நுண்ண றிவுடையவராகப் பிரகாசிப்பார். பொதுவாக, அநேகமானோர் பள்ளிப்பருவ ஆரம்பத்திலிருந்து சடுதியான பரிசிய நுண்ணறிவு வளர்ச்சியைக் கொண்டிருக்க மாட்டார்கள். தளம்பலில்லா நிலை யான நுண்ணறிவு வளர்ச்சியே நிலவும்.

11. 3. மனவளர்ச்சி குன்றியோர்

1970 ம் ஆண்டில் மேற் கொள்ளப்பட்ட புள்ளி விபரக் கணக் கீட்டின்படி ஐக்கிய அமெரிக்காவில் 3% மக்கள் மன வளர்ச்சி குன்றியோர் எனக் கூறப்படுகின்றது. ஒருவரது IQ 70க்குக் குறை வாகக் காணப்பட்டின் அவர் மனவளர்ச்சி குன்றியோர் பட்டியலில் இடம் பெறுவார். ஒரு குறிப்பிட்ட குழுவில் வாழும் பொழுது, அச்சூழல் அவரது மனவளர்ச்சிக்குப் பாதகமாக அமையின் அவர் தனது திறமைகளை, ஆற்றல்களை முழுமைப்படுத்த முடியாத

நிலை காணப்படும். உதாரணமாக, படிப்பறிவு குறைந்த ஒருவர் கிராமத்தில் உழவுத்தொழில் செய்து ஓரளவிற்குச் சிறப்பான நிலையில் வாழலாம். அதே நபர் நகர்ப்புறச் சூழலில் பிறிதொரு தொழிலுக்கு லாயக்கற்றவராக, சோர்வுற்றே காணப்படுவார்.

மூளைச்சிதைவு, நோய், விபத்து போன்றனவற்றின் காரண மாக மனவளர்ச்சி குறையலாம். பாரம்பரியக் காரணிகளும் சூழற் காரணிகளும் இணைந்து இந் நிலைமையைத் தோற்றுவிக்கின்றன. வயதுபோன தாய்மாருக்குப் பிறக்கும் குழந்தைகள் மன வளர்ச்சி குன்றியவர்களாகக் காணப்படுவார்கள் என சமூகவியல் ஆய்வு கூறுகின்றது. வயது இருபதுகளிலுள்ள தாய்மாருக்கு, 2000 இல் ஒன்று மனவளர்ச்சி குன்றியதாய்ப் பிறப்பது சாத்தியம். அதே வேளை நாற்பதுகளிலுள்ள தாய்மாருக்கு 50 இல் ஒன்று மன வளர்ச்சி குன்றியதாய்ப் பிறப்பது சாத்தியம்.

11. 4. மனவளர்ச்சி கூடியோர்

அதீத மன வளர்ச்சியுடையோர் கூடுதலான நுண்ணறிவு படைத்தவர்களாகக் காணப்படுவார்கள், இவர்கள் உடல், உள, ஆரோக்கியமுடையவர்களாகக் காணப்படுவார்கள். இவர்களின் முகத்தில் வெற்றிப் புன்னகையே தொடர்ந்து தோன்றினாலும் இவர்களும் எதிர்பாராச் சூழலில் தோல்வியைச் சந்திப்பதுண்டு. கற்பனா சக்தியை மிகுதியாக இவர்கள் தம்மகத்தே கொண்டுள்ளதால் யதார்த்த நிகழ்வுகளில் சில வேளைகளில் சஞ்சலமடைந் தவர்களாகக் காணப்படுவார்கள். நெருக்கடியான சந்தர்ப்பங்களில் பிரச்சனைகளை எதிர் கொள்ளும் ஆற்றல் குறைந்தவர்களாக அவதிப்படுவார்கள்.

எனினும் ஆக்க பூர்வமான செயற்பாடுகளில் இவர்கள் தம் மை ஈடுபடுத்திக் கொள்வதன் மூலம் சமுதாய வளர்ச்சியில் பெரும் பங்கு வகிக்கின்றார்கள். ஒரு நாட்டின் அகில உலகின் தொழில் நுட்ப வளர்ச்சி அன்றேல் விஞ்ஞான வளர்ச்சி இவர் களையே பெரிதும் சார்ந்துள்ளது.

களுக்குத் தேவையில்லை!" என்று கிராம மக்கள் அவளை விரட்டினார்கள்.

சமுதாயத்துவச் சமநிலை

12

12. 1. மனிதத்துவ சமநிலை
12. 2. தளர்வுறா மனநிலை
12. 3. அறியாமையின் சுவடுகள்
12. 4. அதிகாரப் பரிமாற்றம்
12. 5. சமநிலை சாத்தியமாதல்

மாதம் இருமுறை மாதிரிக் கிராமத்திற்கு காரில் சென்று பவனி வருவது புவனா அம்மையாரின் வழக்கமாகி விட்டது. ஏனைய நாட்களிலோ வீடு வீடாகச் சென்று தனது சிறப்பான பணியினால் ஒரு கிராமமே உருவாகி விட்டது என்று புழுகித் தள்ளுவாள். அந்தக் கிராமமே அவளது தலைமேல் இருப்பதாக எண்ணிக் கொண்டு அவள் நடக்கும் நடை மற்றவர்களுக்கு எரிச்சல் ஊட்டுவதாய் இருக்கும். அந்தக் கிராமத்திற்குச் சென்றதும் அங்கு வாழ்பவர்களை எள்ளி நகையாடி, அவர்களது ஏழ்மையைக் குறித்து ஓர் ஏளனச் சிரிப்பைத் தன்னும் உதிர்க்காவிடில் அம்மையாரின் மனத்தில் உற்சாகம் காணப்படாது.

அன்றொரு நாள் அம்மையார் வழக்கம் போல காரிலி ருந்து இறங்கினாள். அக்கிராம மக்கள் எல்லோரும் ஒன்று கூடி விட்டார்கள். அவர்களது முகங்களில் கடுமை தொனித்தது. வழமைக்கு மாறான அவர்களது ஆர்ப்பாட்டம் அவளுக்கு ஆச்சரியத்தை அளித்தது.

“நீங்க இனிமேல் இந்தக் கிராமத்திற்கு காலடி எடுத்து வைக்கக் கூடாது. நாங்க ஏழைகள் என்பது உண்மை தான். அதற்காக எங்களைக் கீழ்மட்ட மனிதர்களாக எண்ணிப் பேசுவதையும் செயற்படுவதையும் இனியும் நாங்கள் பொறுத்துக் கொள்ள முடியாது. பெயருக்காகவும் புகழுக்காகவும் வாழ்கின்ற உங்களது பணி எங்

12. 1. மனிதத்துவ சமநிலை

ஒவ்வொரு மனிதனும் மதிக்கப்பட வேண்டியவன். அவனது சிந்தனைகள் செயல்கள் உணர்ச்சிகள் வாழ்க்கை நிகழ்வுகளாக வரலாற்றில் வடிக்கப்படும் பொழுது அவன் சுதந்திரமாக சம உரிமையோடு வாழுகின்றான் என்ற உண்மையே அவனது வாழ்வின் உயிர்ப்பிற்கு அர்த்தத்தைக் கொடுக்கின்றது. விடுதலைக்காக உழைப்போரும் அடிமை நிலையில் வாழ்வோரும் வெவ்வேறு மட்டத்தில் இருப்பார்களேயானால் மனித விடுதலை ஒரு போதும் சாத்தியமாகாது. தான் உயர்ந்தவன், தான் பெரியவன் என்ற மனநிலையில் வாழ்பவர்கள் சமுதாய மறுமலர்ச்சியின் தடைக்கற்களே. நாங்கள் மனிதர்கள் அவர்களும் மனிதர்கள் என்ற மனநிலையில், மனிதத்துவ சமநிலை, மனித விடுதலை சாத்தியமாகும்.

12. 2. தளர்வுறா நிலை

ஒவ்வொரு தனி மனிதனும் தனது வாழ்க்கை நிலை பற்றியோ அல்லது வாழ்க்கை முறை பற்றியோ தீர்மானம் எடுப்பதற்கு சுய நிர்ணயம் பெற்றவனாய் காணப்படுகிறான். இதில் அத்துமீறி மூன்றாமவர் தலையிடுவதோ அன்றேல் குறைகாணும் நோக்கோடு விமர்சிப்பதோ அநாகரீகமாகும். மனித நேயமும் பிறர் நலமும் கூடிய சமுதாயத்தில் மனிதத்துவம் மதிக்கப்படுகின்றது. அங்கே ஒவ்வொருவரும் தத்தம் விருப்பு வெறுப்புக்கள் சார்பாகச் செயற்பட்டாலும் மனிதர் தளர்வுறா நிலை மேலோங்கி நிற்கும்.

12. 3. அறியாமையின் சுவடுகள்

அதேவேளை, இன்று, சுயநலம் சமூகத்தைச் சின்னாபின்ன மாக்குகின்றது, அறியாமையின் சுவடுகள் அமைதியைச் சாகடிக்கின்றது. மனிதன் மனிதனைத் தனது எதிரியாக எதிர் கொள் கின்றான். மற்றவரது வளர்ச்சி, மகிழ்ச்சி என்றதும் சஞ்சலமடை கின்றான். சமுதாய சேவையாளர்கள், மத சேவையாளர்கள் எனத் தங்களை இனங் காட்டுபவர்கள் கூட சமுதாய ஏற்றத்

நாழ்வுகளை, பாரபட்சங்களைத் தூண்டுவிப்பவர்களாய்க் காணப்படுகின்றார்கள். தான் உயர்மட்டத்தவன் என்ற தன்முனைப்போடு பணியாற்றுவான் எவ்வாறு சமுதாய சமநிலையை தோற்றுவிக்கும் கருவியாக இயங்குவான்? நிச்சயமாக அவனால் முடியாது.

12. 4. அதிகாரம் பரிமாற்றம்

ஒரு முறை ஒரு சமூகவியலாளன் ஒரு கூட்டம் குரங்குகளைப் புதிய ஓர் இடத்திற்கு அழைத்துச் சென்றான். அங்கு சென்றதும் குரங்குகளிடையே ஒரே சண்டை. மரத்தின் அதி உயர்கிளையில் ஏறி யார் அதிகாரம் செலுத்துவது என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள ஒன்றை ஒன்று தள்ளி மோதல்கள் செய்தன. சில நிமிட கால இடைவேளையின் பின் அவற்றிடையே ஒரு சீரிணக்கம் காணப்பட்டது. ஒரு குறிப்பிட்ட குரங்கிடம் அதிகாரம் போக ஏனையவை அதனை ஆமோதித்தவையாய் அக்குரங்கிற்கு ஆதரவு நல்கின.

ஆனால் மனித சமுதாயத்திலே அநேகமான சந்தர்ப்பங்களில் கொந்தளிப்புகளும் குழப்பதல்களுமே காணப்படுகின்றன. மேலே இருப்பவர்களின் கால்களைத் தொடர்ந்து கீழே விழும்படியாய்ப் பிடித்து இழுப்பதுவும் கீழேயிருப்பவர்கள் கிட்டவும் வராது அவர்களை உதைத்துத் தள்ளுவதுமே பொதுவான சமுதாய நிகழ்வாகும். மற்றவர்களை மட்டம் தட்டுவதிலும் மற்றவர்களை முன்னேறவிடாது தடுப்பதிலுமே அநேகமானோரின் சக்தி விரயமரக்கப்படுவதை அவதானிக்கலாம்.

12. 5. சமநிலை சாத்தியமாதல்

சமுதாயத்துச் சமநிலை சாத்தியமாவதற்கு பின்வரும் காரணிகள் கவனிக்கப்படல் வேண்டும்:-

- உங்களிலும் சமுதாயத்திலும் நிறைவு காணும் மனப் போக்கினை அதிகரித்தல்.
- ஆள்ரிதியாக, சமூக ரீதியாக, செல்வந்த மறு பங்கீட்டு முயற்சியினை முதன்மைப்படுத்துதல்.
- ஆணவம், அகந்தை, தலைக்கனம் போன்ற கீழான குணங்களை இல்லாமற் செய்தல்.
- சமுதாயச் சமநிலை உருவாக்கல் நீதி சார்பான செயற்பாடே என்பதை மனதில் கொள்ளுதல்.
- எதற்கும், எவருக்கும் அடிமையாகாத மன நிலையில் வளர்தல்.

78 வித்தியாசமானவர்கள்

நானாக நான் இல்லை

13

- 13. 1. புரிதலின் புதிர்
- 13. 2. பலங்களும் பலவீனங்களும்
- 13. 3. அனுசூலமான மாற்றீடுகள்
- 13. 4. ஆளுமையின் இரகசியம்

13. 1. புரிதலின் புதிர்

நான் விரும்புகின்ற நானுக்கும் சமூகம் விரும்புகின்ற நானுக்கும் இடையே அடிக்கடி இடைவெளி காணப்படுகின்றது. எனது ஆற்றல்களும் சமூகத்தின் எதிர்பார்ப்புகளும் பல்வேறு சந்தர்ப்பங்களில் முரண்பட்டுக் கிடக்கின்றன. 'நானே நானா? இல்லை, யாரோதானா? மெல்ல மெல்ல மாறினேனா?' என்று என்னையே நான் புரிந்து கொள்ளாமல் சந்தேகம் கொண்டு பார்க்கின்றேன்.

நினைத்தது நிறைவேறவில்லை என்ற அங்கலாய்ப்பு எனது உள்ளத்தில் எதிரொலிக்கிறது. பாலைவனத்து பாதச்சுவடுகளாக எனது நீண்ட கால வாழ்க்கைப் பயணம் தோற்றமளிக்கிறது.

‘‘இன்னொருவர் வேதனை இவர்களுக்கு வேடிக்கை; இதயமற்ற மனிதனுக்கு இது வெல்லாம் வாடிக்கை.’’

என்று ஒரு கவிஞர் பாடியது போல் என்னை நான் புரிந்து கொள்ளாமல், ஏனைய மனித மனங்களைப் புரிந்து கொள்ளாமல், வேதனையை வளர்ப்பதில் சாதனையை நிலைநாட்டி வருகின்றேன். என்னை நான் புரிந்து கொள்ளாமல் ஏனையவர்களைப் புரிந்து கொள்ள முடியாது. என்னை நான் புரிந்து கொள்ளலே ஏனையவர்களைப் புரிந்து கொள்வதற்கும் எனது வாழ்க்கையில் நிறைவு காண்பதற்கும் அடிப்படையாக உள்ளது.

13. 2. பலங்களும் பலவீனங்களும்

எனது ஆளுமையில் நல்லவைகளும் தீயவைகளும், பலங்களும் பலவீனங்களும் விதைநிலையில் காணப்படுகின்றன. நல்லவைகள்,

பலங்கள் வளர்ச்சியடைந்த நிலையில் நாளை நல்லவனாக மாற்றும் பெறுகின்றேன். எனது நல்ல தன்மைகள் வளர வளர எனது தீய தன்மைகள் தேய்வடைகின்றன. நன்மைத்தனத்தின் வளர்ச்சி வீதமும் தீயதன்மையின் தேய்வீதமும் ஒன்றுக்கொன்று நேர்விகித சமத் தொடர்புடையவை.

99% வியர்வை + 1% இயற்கைத்திறன் = மேதை — என் கின்றார் அறிஞர் ஐன்ஸ்டீன்.

நான் என்னை நிறைவு செய்வதற்கு என்னில் இயல்பாகக் காணப்படும் திறமைகளை இனம் காண்பதோடு இவை சார்பான எனது தொடர்ச்சியான முயற்சியினைத் தீவிரப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். வாழ வேண்டும், வளர வேண்டும் என்ற உந்து கையை பலப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். பரம்பரைத்துவ மண்ணினதும் சூழலினதும் விளை பொருளாக விளங்கும் நான், எதற்கும் எவருக்கும் அடிமையாகாத இயங்கு நிலையில் சூழல் இயல்பாக்கம் பெறல் வேண்டும்.

13. 3. அனுசூலமான மாற்றீடுகள்

அனுசூலமான மாற்றீடுகள் தமது இனவிருத்தியை அதிகரிப்பதால் உயிரிகளிடையே போராட்டம் எழும். சூழல் மாற்றங்களுக்கு ஈடு கொடுக்க முடியாது போராட்டத்தில் தோல்வியுற்ற இனங்கள் அழிந்துவிடும். சூழல் இயல்பாக்கம் பெற்ற உயிரினங்கள் மட்டும் நீலைத்து நிற்கும் - அதாவது ஒரு குறிப்பிட்ட சூழலுக்குத் தேவைப்படும் விசேட தன்மைகளைத் தரவல்ல பரம்பரை அலகுகளைக் கொண்டுள்ள உயிரினமே அச்சூழலில் சிறந்த முறையில் வாழவும் இனத்தைப் பெருக்கவும் இசைவாக்கப்படுகின்றன என்ற சான்ஸ் டார்வினின் இயற்கைத் தேர்வுக் கொள்கை, ஆளுமை வளர்ச்சிக் கோட்பாட்டிற்கும் பொருத்தமுடையதாகக் காணப்படுகிறது. ஒரு தனியாளின் ஆளுமையில் காணப்படும் பலங்களுக்கும் பலவீனங்களுக்கும் இடையே நிகழும் போராட்டத்தில் வெற்றி பெறும் காரணிகள் சார்பாகவே ஆளுமைச் சீராக்கல் இடம் பெறும். பலங்கள் பலம் பெற்ற நிலையில் தனிமனித ஆளுமை ஆரோக்கியமானதாகப் பரிணாமம் பெறும்.

ஹாலோ என்பவர் குரங்குகளைப் பற்றித் தனது பரிசோதனைகளிலிருந்து பின்வரும் உண்மையைக் கண்டறிந்தார்.

□ 80 வித்தியாசமானவர்கள்

அதாவது தமது தாய்க் குரங்குகளுடன் வளர்ந்த குரங்குக் குட்டிகள் நல்ல மனப் போக்குடைய அம்சங்களைக் கொண்டிருந்தன என்றும் ஆனால் இயற்கைக்கு மாறாக வேறு தாய்க் குரங்குகளுடன் வளரவிடப்பட்ட குரங்குக் குட்டிகள் மன நோய்க்குட்பட்டிருந்தன என்றும் அவர் கண்டார். இவ்வாறே, இயல்பாக அமையப் பெற்ற சூழலில், மனித ஆளுமையின் வளர்ச்சி சிறப்புற்றுக் காணப்படும்.

13. 4. ஆளுமையின் இரகசியம்

ஆளுமை மனிதனுடைய பல்வேறு இயல்புகளின் ஒன்றுசேர்க்கை என்பதே அமெரிக்க உளவியலாளரான கருத்தாகும். இவ்வியல்புகள் எல்லா மனிதரிடத்தும் காணப்பட்ட போதிலும் இவை அளவிலும் தரத்திலும் வேறுபட்டவையே. பொருத்தமான பரிசோதனை கொண்டு இவ்வியல்புகளைக் கணிப்பிடுவதன் மூலம் ஒருவனது ஆளுமையை நிச்சயிக்கலாம். தற்போதைய அமெரிக்க உளவியலாளர்களின் சிலர் இக்கருத்துக்களிலிருந்து வேறுபடுகின்றார்கள்.

ஜெர்மானிய உளவியலாளரின் கருத்துப்படி ஆளுமை என்பது ஒரு நிலையானது. அதைப் பல்வேறு இயல்புகளின் ஒன்று சேர்க்கை என்பது தவறானது. முழு நிலையையுடைய ஆளுமையை தனித்தனி இயல்புகளாகப் பிரித்தறிய இயலாது. இம்முறை, புல்லாங்குழலின் ஓசையை அதன் ஒவ்வொரு துவாரத்தினின்றும் எழும் ஒலியை ஆராய்ந்து இனம் கண்ட பின்னர் அவைகளை எல்லாம் ஒன்று சேர்த்து அறிய முயல்வது போன்றதாகும். கடந்த கால அனுபவத்தையும் நிகழ்கால சூழ்நிலையையும் இணைத்தே ஆளுமையை அறியவேண்டும்.

மனிதனும் சூழ்நிலையும் இழைந்து அமைந்த முழுநிலையே மனித ஆளுமையாகும்.

மனித ஆளுமையில் பல்வேறு தன்மைகள் பல்வேறுபட்ட விகிதாசாரத்தில் காணப்படுகின்றன. 'அவன் அப்படித்தான்' 'அவள் அப்படித்தான்' என ஒருவனை அல்லது ஒருத்தியை ஒரு குறிப்பிட்ட இயல்பு சார்பாகச் சிறைப்படுத்திக் கூறுவது தவறாகும். ஆட்களை வகுப்பு வகுப்பாகப் பிரித்து ரகம் கூறுதல் ஏற

புடையதல்ல. ஒரே மாதிரியான தோற்றமுடைய இரட்டையர்களில் கூட ஆளுமை இயல்புகளில் ஒரு சீர்மை காணப்படமாட்டாது.

சிக்மன்ட் புரொயிட்பின் கருத்துப்படி, ஆளுமை, பாலுணர்வு என்ற இயல்புக்கத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டது. மனிதனது செயற்பாடுகளையும் பால் சார்பாகவே இவர் விளக்குகின்றார். எனினும் மனிதனையும் பாலையும் சமப்படுத்தும் அளவிற்கு மனித வாழ்வியில் பாலின் பங்கை மிகைப்படுத்தி இவர் கூறியதை முழுமையாக ஏற்க முடியாது. மனித ஆளுமை பற்றிய சிந்தனையில் பால் பிரதான காரணிகளுள் ஒன்றே தவிர பாலே எல்லாம் என்பது அல்ல. அத்தோடு ஆளுமை ஏற்கனவே நிர்ணயமான ஒன்று என்று புரொயிட் கூறுவதும் ஏற்புடைய கூற்று அல்ல. ஏனெனில் அவ்வாறு ஏற்பது ஆளுமைப் பரிணாமத்தையே முரணாக்குகின்றது.

கான்புங், அகநோக்கு ஈடுபாட்டாளர், வெளியுலக ஈடுபாட்டாளர் என மனிதர்களை இருவகையினராகப் பிரித்தார்.

முதல் வகையினர் சமுதாய ஈடுபாடுகளிலிருந்து ஒதுங்கி வாழ்பவர்களாக, தமக்கென்றொரு சிறிய வட்டத்தை அமைத்துக் கொள்பவர்களாகக் காணப்படுவார்கள்.

மற்ற வகையினர் சரளமாக எல்லோருடனும் பழகுவவர்களாகவும் சமூக ஈடுபாடுடையவர்களாகவும் காணப்படுவார்கள்.

மேலும் யுங், ஆன் நிழல் எனப் பகுத்து நனவிலிமனத்தை ஆய்வு செய்தார். சமூக ரீதியாக ஏற்கப்பட்ட சமூகச் சூழலில் வெளிக்காட்டப்பட்ட பகுதியே ஆளாகும். வெளிக்காட்டப்படாத சிறைப்படுத்தப்பட்ட ஆசைகள், உணர்வுகள் மனநிலைகள் ஆகியவற்றின் தொடரையே நிழலாகும். சுயம் சுகம் என இவர் மனத்தினைத் திரிபுபடுத்தினார். சுயம் நனவிலி மனத்தின் மையமாகும். சுகம் நனவு மனத்தின் மையமாகும்.

எனினும் இவ்வாறு பொதுமையாக்கம் செய்த மனிதர்களை வகைப்படுத்தி முடிவிற்கு வருதல் தற்கால ஆளுமை ஆய்வுகளில் முக்கியத்துவம் பெறுவதில்லை என்பது இங்கு குறிப்பிடப்பட வேண்டியதே.

□ 82 வித்தியாசமானவர்கள்

இயற்கைச் சட்டம் இயற்கை உரிமைக் கோட்பாடுகள் உரோமைச் சட்ட வல்லுனர் காலத்திலிருந்து றுஸ்வெல்ற்றின் 4 சுதந்திரங்கள் (எங்கும் எல்லாவிடத்தும் டேசுத் சுதந்திரம், மத சுதந்திரம், தேவையிலிருந்து சுதந்திரம், பயததிலிருந்து சுதந்திரம்) காலம் வரை என நீண்ட வரலாற்றை உடையது என மாக்கிறம் மக்டோனல்ட் கூறுகின்றார்.

இயற்கைச் சட்டம், இயற்கை உரிமைகள் பற்றிய கோட்பாடு தெளிவாயில்லை என்பது பலரது அபிப்பிராயமாகும். இவை போதியளவு தெளிவில்லாதமையாயிருந்தும் ஏன் இவை அரசியல் உளவியல், சட்டரீதியான தாக்கங்களை ஏற்படுத்துகின்றன என்பது கேள்விக்குரியதாகும். இக் கோட்பாடு தெளிவற்றதாயிருந்தாலும் இதன் மூலம் அரசியல், சமூக மெய்யியலில் காணப்படும் பிரச்சனைகளுக்கு சமூகமான தீர்வைப் பெறவே இது அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது என்பது இங்கு குறிப்பிடத்தக்கது.

மூன்று வகையான எடுப்புகளைக் கவனத்தில் கொள்வோம்.

1. பகுப்பெடுப்புகள்
2. அணுபவம்சார் எடுப்புகள்
3. மனித விழுமியங்கள் பற்றிய கூற்றுக்கள்

1 வது வகை, 2 வது எடுப்புகளின் கலப்பாக இயற்கை உரிமை பற்றிய கூற்றுக்களை விபரிக்க முயல்வதாலேயே இயற்கை உரிமைக் கோட்டில் பிரச்சனை எழுகின்றது.

* * *

மனித இன இயல்பின் தனித்துவத்தை அடையப் பெற முயல்வதில் ஆளுமை இடையறாது பங்கு கொள்கின்றது!

ஆளுமை சிறைப்படுத்தப்படுகின்றது 14

14. 1. தனிமைப்படுத்தப் படல்
14. 2. தன்னிலை யிழத்தல்
14. 3. தனிமையாக்கற் காரணிகள்
14. 4. விடுதலைக்கான வழிமுறைகள்

14. 1. தனிமைப்படுத்தப்படல்

அவன் எண்ணினான், தான் ஒரு நல்ல தகப்பன் என்று அவனுக்கு முன்று பெண் பிள்ளைகள். அவர்களைச் செல்லமாக வளர்த்து வந்தான். அவர்கள்தான் அவனுக்கு உயிர். அவர்கள் சிறு தவறு செய்தாலும் அவனால் பொறுக்க முடியாது. கடிந்து பேசிய பின்னர் பல மணித்தியாலங்களாக மௌனமாக வருத்தத்தில் ஆழ்ந்திருப்பான்.

ஒரு நாள் இரவு அம்மூவரும் ஒரு விருந்துக்கு தகப்பனுக்குத் தெரியாமல் சென்றுவிட்டு தாமதித்து வந்தார்கள். சில நாட்களின் பின்னர் தகப்பனுக்கு இவ் விடயம் தெரிய வந்தது. விசாரணை தொடங்கியது.

"நீங்கள் செய்தது தவறு என்று கூறவில்லை. அழகு அல்ல என்று தான் கூறுகின்றேன். நாம் வாழும் சமுதாயம் பொல்லாதது. இல்லாததை எல்லாம் சொல்லி நல்லவர்களையும் நாசமாக்க வல்லவர்கள் எமது சமூகத்தில் வாழ்ந்து வருகின்றார்கள் என்பதை மறந்து விடாதீர்கள்" என்று கூறினார்.

"நாங்க இப்ப வயதுக்கு வந்துவிட்டோம். எங்கட பிரச்சனையில் தேவையில்லாமல் தலையீடாதீங்க. ஒரு நாளைக்கு வெளியில் போய் சாப்பிட்டுவர எங்களுக்கு உரிமையில்லை, சுதந்திரமில்லை. சாப்பாடு இல்லாமல்

வீடுவீடாக, இரவு இரவாகத் திரிந்து பிச்சை எடுக்கிற நாய்கள் என்றா எங்களை நினைத்து விட்டீங்க? நாங்கள் என்ன இப்ப பெரிய பிழை விட்டீற்றம் என்று சுத்தறீங்க!"

என்று மூவரும் மாறி மாறிக் கத்தினார்கள். தான் தனியனாகி விடப்பட்டதை உணர்ந்த தகப்பன் மீண்டும் மௌனமாகினார்.

ஒவ்வொரு தனிமனிதனும் பல்வேறு சந்தர்ப்பங்களில் தனிமைப் படுத்தப்படுகின்றான். அவனது கருத்துக்கள், அவனது உணர்வுகள் மதிக்கப்படாத பெழுது அவன் தனிமையை உணர் கின்றான். பணம், பொருள், தொழில் போன்றவை முதன்மைப் படுத்தப்பட்டு உறவு பலவீனப்படுத்தப்படும் பொழுது அவன் தனி மையை அனுபவிக்கின்றான். இயந்திரமயமாக்கப்பட்ட சூழலில் இன்று இப்பந்திர மனிதர்கள் அதிகரித்து வருகின்றார்கள். தொடர்புச்சாதன மோகத்தால் குடும்பத் தொடர்புகள் தடைப் பட்டு வருகின்றன. உணர்வுகளும் உறவுகளும் பேரம் பேசப்பட்டு சோரம் போகின்றன. குடி, போதைவஸ்து தாக்கத்தால் குடும்ப அந்தரங்கங்கள் அம்பலமாகின்றன. வினைவாக, கணவனும் மனை வியும் ஒருவரை ஒருவர் விரும்பாதவர்களாக அந்நியமாக்கப்படு கின்றார்கள். வீட்டினில் இடம் பெறுபவை வீதிக்கு வலம் வரு கின்றன.

14. 2. தன்னிலை யிழத்தல்

இச்சம்பவம் அண்மையில் நிகழ்ந்தது. நீள்வரிசையில் குடிசைகள் அமைந்துள்ள ஒரு கிராமத்தில் எனது நண்பன் ஒருவருடன் கதைத்துக் கொண்டு நின்றேன். திடீரென ஒரு சிறுவனின் அழுதால் கேட்டது. திரும்பிப் பார்த்தேன். வீட்டுவாசலில் ஒருவன் அச்சிறுவனை ஒரு பெரும் தடியால் அடித்துக் கொண்டிருந்தான். அடித்துக் கொண்டிருப்பவன் குடிவெறிக்கு அடிமையாகிய அவனது தகப்பன் தான் என்பதை அறிய அதிக நேரம் செல்ல வில்லை. அதே வேளையில் அச்சிறுவனின் தாய் வீட்டின் பின் புறமாயிருந்து ஓடிவருவதைக் கண்டேன். மகனைத் தூக்க அவன் வருகின்றாள் என என்னுள்

நினைத்துக் கொண்டேன். ஆனால் அவளோ முள்வேலி யால் டாய்ந்து வெளிபே ஓடிவிட்டாள். சிறிது நேரத் தில் மகனும் தப்பி ஓடிவிட்டான். தகப்பன் வீட்டிற்குள் போவதும் வெளியே வருவதுமாகக் காணப்பட்டான். அவனை அண்மிக்க ஒருவரும் செல்லவில்லை.

அடிமையாக்கப்பட்ட மனநிலையில் வாழும் ஒவ்வொரு மனி தனும் மிகவும் கேவலமான வாழ்க்கை நிலைக்கே ஆளாக்கப்படு கின்றான். அவன் சிறைப்படுத்தப்பட்ட ஆளுமையை உடைய வனாய் தன்னையும் சித்திரவதைப்படுத்துபவனாய் காணப்படு வான். அவன் நிறைவேற்றப்படாத ஆசைகள், காயப்படுத்தப் பட்ட உணர்ச்சிகள் போன்றவற்றைத் தன்னுள் அமுக்கிக் கொண் டவனாய் தனிமைப்படுத்தப்பட்டுக் காணப்படுவான். அவன் ஆர் வம், உற்சாகம் அற்றுக் காணப்படுவான்.

14. 3. தனிமையாக்கற் காரணிகள்

ஒருவன் தனிமைப்படுத்தப்படுவதற்கான காரணிகள் பின்வரு மாறு:

- தனது நிறைகளையும், குறைகளையும் சரியாக எடை போடாது போலிகளில் மயங்குதல்.
- தனது பலவீனங்களை ஏற்றுக் கொள்ள மறுத்தல்.
- பிரச்சனைகள் சிறிது சிறிதாக முளைவிடும் பொழுது அவற்றை எதிர்கொள்ளாது ஒதுங்குதல்.
- பிரச்சனைகளுக்கான அடிப்படைக் காரணிகளை இனம் காணாது விடுதல்.
- எந்த ஒன்றிலும் பிடிப்பில்லாது காணப்படல்.
- எல்லோரிலும் சந்தேகம் கொண்டு எவரையும் நல்ல நண்பனாக ஏற்காமை.

எந்த ஒரு பிரச்சனைக்கும், தீர்வின் ஆரம்பக்கட்டம் அப் பிரச்சனையை இனம் கண்டு ஏற்றுக் கொள்ளுதலே. எனக்கு பிரச்சனை எதுவும் இல்லை என்று சொல்லிச் சமாளித்தல் அந் நேரம் எனது இயலாமையை ஏற்க மறுத்தல் என்னை நானே ஏமாற்றிக் கொள்ளுதலேயாகும்.

□ 86 வித்தியாசமானவர்கள்

எனவே, நான் தனிமைப்படுத்தப்பட்டு விட்டேன், சிறைப் படுத்தப்பட்டு சித்திரவதைக்குள்ளாக்கப் படுகிறேன் என்பது எதிர்பாராத ஒன்றேயாகும்.

14. 4. விடுதலைக்கான வழிமுறைகள்

எனது ஆளுமை சிறைப்படுத்தப்படுதலிலிருந்து விடுதலையடையக் கூடிய சில வழிமுறைகள் வருமாறு:-

- என்னை நானாக ஏற்றுக் கொள்ளுதல்.
- எனது நண்பனை நம்பி, என்னை வெளிப்படுத்துதல்.
- எனக்குப் பிடித்தமானவற்றில் ஈடுபாட்டை அதிகரித்தல்.
- ஏனையவர் விரும்புவனவற்றை கவனத்திற்கு எடுத்துக் கொள்ளல்.
- ஏமாற்றம் தருவனவற்றை / தருபவர்களைத் தவிர்த்துக் கொள்ளுதல்.
- ஏற்றமிது சிந்தனைகளை என்னுள் கொண்டிருத்தல்.

* * *

ஏக்கத்தின் தாக்கத்திலிருந்து விடுபட்டு ஊக்கத்தோடு ஆக்கத்தினை மேற்கொள்ள அடிமைப்பட்ட மனச்சிறையை உடைத்தெறிந்து மலர்ந்த முகத்துடன் வெளியே வாருங்கள்!

15. 1. அகவய நோக்கு
15. 2. புறவய நோக்கு
15. 3. கவர்ச்சி
15. 4. ஒன்றிணைவு
15. 5. அழகியல் நியதிகள்

ஒரு வீட்டில் தனித்திருந்த மனைவியைப் பார்த்து உணவன் கூறுகின்றான்:

“என் அன்பே! ஆருயிரே!
உன் அழகில் மயங்குகின்றேன்,
நீ இல்லாமல் நான் இல்லை,
எனது வாழ்வின் முழுமை உன்னிலேதான்.”

அதே பெண் வெளியே வருகின்றாள். பக்கத்தில் சென்ற ஒருவன் தன் நண்பரிடம் அவளைப்பற்றி வர்ணிக்கின்றான்.

“இஞ்சு பாரு, மலைமாதிரி ஓர் உருவம் வருகுது.
போயும் போயும் இதல முழிச்சிற்றன்.
இதுகளைல்லாம் வீட்டுக்க முடங்கிக் கிடக்காம
தெருவிலே திரியுதுகள்.
அவலட்சணம்.”

ஒரே பெண் இருவருக்கு வெவ்வேறாகப் புலப்படுகின்றாள். ஒருவரால் ‘அழகி’ என வர்ணிக்கப்படும் அவளே இன்னொருவரால் ‘அவலட்சணம்’ என அழைக்கப்படுகின்றாள்.

அழகின் இரசனை வெறும் கண்களில் அல்ல, அவயவங்களில் அல்ல, மாறாக ஆழமான உறவுகளில், உள்ளத்துத் தூய்மையில் தங்கியுள்ளது.

அழகினை,

- அகவயநோக்கு
- புறவய நோக்கு

என்று இரு பிரிவுகளாக அவதானிக்கலாம்.

15. 1. அகவய நோக்கு

இருவரிடையே நெருங்கிய உறவு காணப்படும் பொழுது, உண்மையான அன்பு அவர்களிடையே பெருகும் பொழுது அவர்கள் ஒருவர் ஒருவரிலே அழகினைக் காண்பார்கள். வயது, நிறம், உடற்பருமன் போன்றவை அழகின் இரண்டாந்தரப் பரிமாணங்களாகவே உள்ளன. வயதால், நிறத்தால், உடற்பருமனால் எடுப்பான தோற்றத்தால் ஒரு பெண் கவர்ச்சிகரமாகக் காணப்பட்டாலும் அவள் “நான் ஓர் அழகு ராணி” என்ற தலைக்கனத்தோடு நடந்து சென்றால் அவளைப் பார்த்ததும் எமக்கு வெறுப்பு ஏற்படும். மீண்டும் அவளைப் பார்க்கக் கூடாது என்ற மனநிலைப்பாடு மனதில் தோன்றும். காரணம் அவளது உடல் தோற்றத்திற்கும் அகச்சமநிலைக்கும் இடையே இடைவெளி காணப்பட்டதேயாகும். அவள் மனதில் ஊறிய அகந்தை வசீகரமான ஆளுமையைப் பாதித்திருப்பதால் அவளது அழகு இரசனைக்குரியது அல்லாததாகின்றது.

15. 2. புறவய நோக்கு

வட்டமான முகம், நீளமான மூக்கு உடையவர்கள் மட்டுந்தான் அழகுடையவர்கள் என்று கூறுவதற்கில்லை. அங்கவீணமல்லாதவர்கள் எல்லோரும் ஒரு வகையில் அழகுடையவர்களே. உடல்சார் பரிமாணங்களால் ஒருவரது அழகை நிர்ணயிக்க முடியாது. எனினும் ஆணின் உயரத்துக்கேற்ற பருமன் (தொடர்ச்சியான உடற்பயிற்சியின் மூலமும் உடற்போசாக்கான உணவின் மூலமும் உடற்பருமனை ஒழுங்காக வைத்திருத்தல்) பொருத்தமான உடைகளைத் தேர்ந்தெடுத்து அணிதல் கவனத்துக்குரியது.

கவனிக்க:- பருமனான உடலுடையவர்கள் லைற்கலரில் ஆடைகளை அணிதல்.

- நிறப் பொருத்தம் பார்த்து ஆடை அணிதல்.
- பெண்களுக்கு இது சாதாரணம்.

தனக்கே உரித்தான பாணியில் சிகையலங்காரம் செய்தல், அவசரப்படாது உடல் அசைவுகளை மேற்கொள்ளல், உடைகளையும் உடலையும் அடிக்கடி கழுவித் துப்பரவாக வைத்திருத்தல் போன்றன ஒருவரது புறவய அழகைக் கூட்டுவிப்பதாயும் வசீகரமான உடற் தோற்றத்தினைத் தருவதாயும் அமைகின்றன.

15.3. கவர்ச்சி

கவர்ச்சி வேறு, அழகு வேறு, உடலைக் காட்டுவது கவர்ச்சி. உடலை இரசனைக்குரியதாய் மாற்றுவது அழகு. திரைப்படங்களில்வரும் நடிகைகளைப் போல் இடாம்பீகமாய் உடம்பு தெரிய உடை அணிவது கவர்ச்சி. கலப்படம் இல்லாமல் இயல்பான முறையில் வசீகரமான உடற்பாங்குடன் காணப்படுவது அழகு.

நாகரீகம் என்பது நானுக்கு நாள் மாறிப்போகும் ஒன்றாகும். நாகரீக மாற்றத்திற்கு ஏற்ப எமது நடை, உடை, பாவனைகளை மாற்றுவதை விடுத்து எமது ஆளுமையின் தனித்துவத்திற்கு ஏற்ப எமக்கென்றொரு பாணியில் நடை, உடை, பாவனைகளில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்திக் கொள்வது சிறந்ததாகும். மற்றவர்களால் கவரப்பட வேண்டும் என்ற மேலெழுந்த வாரியான நோக்குடன் மேற்கொள்ளப்படுவது நாகரீக மோகமாகும்.

நாகரீக மாற்றங்கள் வேகமாக இடம் பெறுவதால் அவற்றை இனம் காணுவது எல்லோருக்கும் இலகுவானது அல்ல. ஒருமுறை மாணவன் ஒருவன் மொட்டை அடித்து விட்டு என்னிடம் வந்து,

"எனது முடிவெட்டு நல்லாயுள்ளதா?" என்று கேட்டான்.
"பரவாயில்லை" என்று சொன்னேன்.

மொட்டை அடித்து விட்டு வந்தது உண்மையில் எனக்கு பிடிக்கவில்லை. எனினும், அவனைப் பலர் முன்னிலையில் ஏனைப்படுத்தக் கூடாது என்று நினைத்தே அவ்வாறு சொன்னேன். இந்தக் காலத்திலும் இப்படி ஒரு எளிமை விரும்பி என எனது சிந்தனையில் திருப்பம் ஏற்பட்டது. அப்பொழுது அருகில் நின்ற மாணவர்கள்,

"இப்ப இப்படி மொட்டை அடிக்கிறதுதான் ஸ்ரையில் - சத்தியாகட்"

என்று கூறியதும் எனக்கு உண்மை புலனாகியது. (மற்றவர்களின் கவனத்தை கட்டாயமான முறையில் ஈர்ப்பதாய் அமைந்த செயற்பாடே இந்த நாகரீகம்.)

15.4. ஒன்றிணைவு

குழம்பிய மனநிலையில் வாழும் ஒருவரில் அழகு முழுமையாக வெளிப்படாது. மனதில் அமைதி, அன்பு, ஓழுங்கு, ஒன்றிணைவு போன்றவை காணப்படும் பொழுதே அழகு புலப்படும். 'அகத்தின் அழகு முகத்தில் தெரியும்' என்ற பழமொழி ஆரோக்கியமான ஆளுமையினை, ஆரோக்கியமான உடற் தோற்றத்தினின்று அறிந்து கொள்ளலாம் என்பதை எடுத்துக் காட்டுகின்றது. வசீகரமான ஆளுமையினை எம்மில் நாம் கொண்டிருக்க வசீகரமான உடற் தோற்றத்தினை எம்மில் நாம் ஏற்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். அகத்தாய்மை (கள்ளமில்லா வெள்ளை உள்ளத்தைக் கொண்டிருத்தல்), புறத்தாய்மை (உடலையும் உடைகளையும் சுத்தமாக வைத்திருத்தல்) ஆகியவை ஒருவரது அழகை நிர்ணயிப்பவையாகும்.

15.5. அழகியல் நியதிகள்

அழகின் இரகசியத்தைத் தெரிந்தவர்களாய், அழகின் உயிரோவியங்களாய் நாம் விளங்க நடைமுறைப்படுத்த வேண்டிய சில நியதிகள் வருமாறு:

1. இலக்குகளை முன்வைத்து தேவைக்கேற்றவாறு உடற்பயிற்சிகளை ஒழுங்குக் கிரமமாக மேற்கொள்ளல்.
2. உடற் பருமனானோர் உணவுக் கட்டுப்பாடுகளை மேற்கொள்ளல்.
3. நாள் தோறும் குளித்து துப்பரவாக இருத்தல்.
4. தத்தம் நிறத்திற்கேற்ற ஆடைகளை அழுக்கு அகற்றி அணிதல்.

5. உள்ளத்தில் அகந்தை அகற்றி எளிமையை வளர்த்தல்.
6. ஆழமான உறவுகளை வளர்த்து உள்பூரிப்படைதல்.
7. மற்றவர்களை மையப்படுத்தி பிறர்சார்பாக கரிசனையோடு செயற்படல்.
8. நல்லவற்றைக் கண்டுணர்ந்து நல்லனவற்றையே நடைமுறைப்படுத்தும் திறமையினை வளப்படுத்தல்.
9. பரந்த மனப்பான்மையினைப் பரவலாக்குதல்.
10. அழகுக்குரியவர்களையும் அழகானவற்றையும் இனம் கண்டு அவ்வப்போது பாராட்டிக் கொள்ளுதல்.
11. ஒவ்வொருவரும் தத்தம் தனித்துவத்தை ஒட்டியவாறு நடை, உடை, பாவனையில் ஓர் ஒழுங்கமைப்பை மேற்கொள்ளல்.
12. எமக்குப் பிடித்தவர்களை, எமது அன்புக்குப் பாத்திரமானவர்களை மனக்கண் முன்னால் மீண்டும் மீண்டும் கொணர்தல்.

* * *

வாழ்க்கையில் ஏற்படும் நிகழ்வுகளை நாம் எப்படி ஏற்றுக் கொள்ளுகிறோம் என்பதில் தான் வெற்றி தங்கியுள்ளது.

என்னை

நானே உருவாக்குகின்றேன்

16

16. 1. ஆற்றலின் பாதையில்
16. 2. இளைஞன் வாழுகின்றான்
16. 3. உருவாக்கல் முறைகள்

16. 1. ஆற்றலின் பாதையில்

எனது வாழ்க்கையில் பல்வேறு சக்திவலயங்களில் என்னைச் சந்திக்க முடிகின்றது. என்னை விட மற்றவர்கள் சில துறைகளில் திறமை மிக்கவர்களாய் விளங்குகின்றார்கள். என்பதை எண்ணி நான் ஏன் தாக்கமுறவேண்டும்? நான் நானாகி வாழ முடிகின்றதா? எனது திறமைகளை, எனது ஆற்றல்களை நான் இனம் கண்டுவிட்டேனா? எனது ஆற்றல்களில் நான் அகம் மகிழ்கின்றேனா?

எனது வாழ்க்கை நிகழ்வுகள், தொழில் நிறைகள், விளையாட்டுத் திறன், அன்பு செய்யும் ஆற்றல், பிறரோடு கொள்ளும் தொடர்புகளில் தெளிவு, உறவுகளில் ஒருசீர்மை போன்றவை என்னைப்பற்றி நான் கொண்டுள்ள சுயவடிவத்தினாலேயே கூடுதலாகத் தீர்மானிக்கப்படுகின்றன. எனது வாழ்க்கையின் வெற்றியும் மகிழ்ச்சியும் தன்னிறைவு பெற்ற எனது தன்னம்பிக்கையிலேயே பெரும்பாலும் தங்கியுள்ளது.

என்னை நானாக ஏற்றுக் கொள்ளாததும், எனது நிஜமான ஆற்றல்களில் நம்பிக்கை வைக்காது எனது இயலாத தன்மைகளில், எனது பலவீனங்களில் அதிக சிரத்தை எடுப்பதுமே எனது அகவயச் சக்தி குறைவடைதலுக்குக் காரணமாகும். என்னைப்பற்றிய தப்பான எடைபோடல், தீமான சுயவடிவம், தாழ்வுணர்ச்சி போன்றவற்றையே நான் தோல்விகளின் படிவம் என்பதை எண்ணிப்பதால் காணப்படுகின்றன.

16. 2. ஓர் இளைஞன் வாழுகின்றான்

இரு ஆண்டுகளின் முன்னர் ஓர் இளைஞன் என்னிடம் வந்தான். "நான் விரைவில் தற்கொலை செய்து சாகப் போகின்றேன். இரு முறைகள் தற்கொலை முயற்சி செய்து தோல்வி கண்டிருக்கிறேன். இம்முறை நான் சாவது நிச்சயம். எனவே, நான் சாகும் முன்னர் எனது வாழ்க்கையின் சோக வரலாற்றுப் படிவத்தை உங்களிடம் சமர்ப்பிக்க விரும்புகின்றேன். ஏனையோர்க்கு எனது வாழ்க்கை பாடமாயிருக்க எனது கண்ணீர்க் காவியத்தை ஒரு கதையாக எழுதி வெளியிடுங்கள்....."

"பொறுப்பற்ற பெற்றோரினால் வஞ்சிக்கப்பட்டவன். இரக்கமற்ற அக்காமரின் சுயநலத்திற்குப் பலியாக்கப் பட்டவன். அன்பற்ற உறவினரால் 'மன நோயாளி' என முத்திரையிடப்பட்டவன். மனிதர்களோடு பழகுவதற்குப் பயந்து ஒழித்து வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறேன்" என அழுதழுது சொன்னான்.

"இந்த உலகில் உன்னை யாராவது அன்பு செய்வதை உணர்ந்துள்ளாயா?" என்று கேட்டேன்.

"ஆம், எனது அம்மா உயிருக்கு உயிராக என்னை அன்பு செய்கின்றா. அவவும் இல்லை என்றால் நான் எப்போதோ செத்திருப்பேன்."

"உனது வாழ்க்கையில் ஏதாவது பிடித்திருக்கின்றதா?"

"சிறு பிள்ளைகளோடு சேர்ந்து விளையாடுவது எனக்குப் பிடிக்கும். நான் இன்னும் சிறுபிள்ளைதானே!" என்று சிரித்துக் கொண்டு சொன்னான்.

"உனது திறமைகளில் ஏதாவது ஒன்று சொல்ல முடியுமா?"

"மின் விளக்குகள் செய்வது எனக்குப் பரிச்சயம்" என்று பரவசித்தான்.

இவ்வாறு அவன் படிப்படியாக தனது உண்மை நிலையை உணர்ந்தான். தன்னை அன்பு செய்ய ஆட்கள் இருப்பதை அறிந்து கொண்டான். சிறுபிள்ளைகளோடு தொடர்பு கொண்டவதில் தனக்கு பிடிப்பு உள்ளது என்பதைத் தெரிந்து கொண்டான். தனது தொழிற் திறனைப் புரிந்து கொண்டான். தற்பொழுது அவன் வாழ்வில் விருப்புக் கொண்டவனாய் சிறுவர் இசைத் தொண்டனாய்ப் பணியாற்றுவதோடு மின் உபகரணங்களை உற்பத்தி செய்வதைப் பொழுது போக்காகக் கொண்டு காணப்படுகின்றான்.

16. 3. உருவாக்கல் முறைகள்

எனவே, என்னை நானே உருவாக்க வேண்டும்.

16. 3. 1. மட்டுப்படுத்தப்பட்ட தன்மைகளையன்றி எனது ஆற்றல்களையே முதன்மைப்படுத்துவேன்

ஒருமுறை கெலன் இயல் என்னும் இளம் நடிகையிடம் படத்தயாரிப்பாளர் ஜோர்ஜ் ரைவர் கூறினார்:- "நீர் இன்னும் நான்கு அங்குலங்கள் கூடுதலாக உயரம் உடையவராயிருந்தால் உலகப் புகழ் நடிகையாகப் பிரசித்தி பெற முடியும்." ஆனால் கெலன் சிறிதும் மனத்தளர்ச்சியடையாது தனது அழகுத் திறன்களை வளர்ச்சியடையச் செய்து புதுப்பொலிவுடன் காணப்பட்டதோடு திறன்மிக்க நடிகையாகவும் புகழ் பெற்றாள். காரணம்: அவள் தன்னிடம் நிஜமாகக் காணப்பட்ட திறமைகளை முதன்மைப்படுத்த முயன்றமையேயாகும். ராபி சுஸ்டா என்பவர் மரணிக்கும் தறுவாயில் இருந்த பொழுது, "கடவுளின் இராச்சியம் எப்படி இருக்கும்?" என அவரிடம் கேட்கப்பட்டது.

அப்பொழுது அவர், "அது எனக்குத் தெரியாது; ஆனால் ஒன்று மட்டும் எனக்குத் தெரியும். நான் என் மோய்சனைப் போலவோ அன்றேல் தாவிதைப் போலவோ வாழவில்லை? என என்னிடம் கேள்வி கேட்கப் படமாட்டாது. ஆனால் நான் ஏன் சுயமாக வாழ

விண்ணை? நான் ஏன் என்னில் முழுமை அடையவில்லை? என்றே கேட்கப்படும்." என்று பதிலளித்தார்.

16. 3. 2. சரியாகச் செய்வனவற்றில் நான் கருத்தா யிருப்பேன்

என்னில் இயல்பாய்க் காணப்படும் திறமைகளில் சுவனம் செலுத்துவேன். என்னிலே நான் இனம் கண்டு விட்ட ஆற்றல் களில் நான் விழிப்பாய் இருந்து கொள்வேன். ஏற்கனவே சில காரியங்களில் திறமை மிக்கவனாய் விளங்குகின்றேன் என்றால், அவை சார்பாகவே எனது திறமைகளை மேலும் வலுப்படுத்த முயற்சி எடுப்பேன். எனது தொடர்ச்சியான முயற்சியினாலும் சீவிரமான பயிற்சியினாலும் நான் சிறப்பான வளர்ச்சியினைப் பெறமுடியும்.

16. 3. 3. என்னை நான் வெற்றியாளனாய்க் காண்கின்றேன்

"நான் சதா தோல்வியையே சந்திக்கின்றேன்." "நான் எப்பொழுதும் அதிர்ஷ்டம் அற்றவனாகவே காணப்படுகின்றேன்" என்று பலர் முணுமுணுப்பது உண்டு. "நான் ஒரு வெற்றி யாளன்!" என என்னை நான் தரிசனம் செய்வதன் மூலமே அடிக்கடி அப்படியான எண்ணத்தை என்மனம் முன் வைப்பதன் மூலமே நான் வாழ்வில் வெற்றியாளனாய்க் திகழ முடியும். நான் வெற்றியீட்டிய சந்தர்ப்பங்கள், சம்பவங்கள், இலட்சியம் சார்பாய் நிறைவு பெற்ற நிகழ்வுகள் போன்றவற்றையே எனது மனக்கண் முன் அடிக்கடி நிறுத்த வேண்டும்.

16. 3. 4. மற்றவர்களின் எதிர்பார்ப்புகளின் உருவாக்கமாக நான் மாறுபடுவதைத் தவிர்த்துக் கொள்கின்றேன்

எனது எதிர்பார்ப்புகளும் ஏனையவர்களின் எதிர்பார்ப்பு களும் பல சந்தர்ப்பங்களில் முரண்பட்டுக் காணப்படுவது கண் கூடு. எனது இயல்பான ஆற்றலை மிகைப்படுத்துவதாய், மற்ற வர்களின் எதிர்பார்ப்புகள் அடையும் போது சாதாரண முறை

யில் செயற்பட முடியாது சஞ்சலமடைகின்றேன். மற்றவர்களைத் திருப்திப்படுத்தும் முகமாக எனது போக்கிலில், பேச்சிலில், செயற்றிறனில் மாற்றத்தை மேற்கொள்ளும் பொழுது நான் பதட்டமுறுகின்றேன். மனவெறுப்படைகின்றேன். வெளிவேடம் போட்டு வாழ முயன்ற ஒவ்வொரு சந்தர்ப்பத்திலும் என்னிடம் எஞ்சியது தோல்வியும் மனஎரிச்சலும்.

எனவே, பிறரின் திருப்திக்காக அசாதாரண முறையில் செயற்படுவதை விடுத்து நான் என்னில் உறைந்த கிடக்கும் இயல்பான தன்மைகளை, திறமைகளை, ஆற்றல்களை வெளிப் படுத்த முனைகின்றேன்.

16. 3. 5. ஆரோக்கியமான தொடர்புகளை ஆழப்படுத்திக் கொள்கின்றேன்

நான் பிறரோடு கொள்ளும் ஆரோக்கியமான தொடர்புகள், ஆள் ஆள் உறவுகள் எனது ஆளுமை உருவாக்கத்திலே பிரதான மானதாகும். நற்பிக்கைக்குரிய நட்புறவு, மனிதனை மனிதனாக மதித்து, மகத்துவத்துடன் மேற்கொள்ளும் அன்புறவு, ஒருவரை ஒருவர் புரிந்து கொண்டு தியாக உணர்வில் வெவிக்காட்டப்படும் பரஸ்பர ஈடுபாடு போன்றவை, வளர்ச்சியடைந்து வரும் எனது ஆளுமை வலையின் நூலிழைகளாகும். சதந்திரமான சூழலில் நிர்மாணிக்கப்படும் சமவலுவுடைய நல்ல தொடர்புகளே எனது ஆளுமைச் சீராக்கலின் விளைத் தூண்டலாகும்.

16. 3. 6. நான் தன்னுணர்வுட்டம் பெறுகின்றேன்

நான் எனது திறமைகளில் தம்பிக்கை வைத்து செயற்படும் பொழுது, எனது ஆற்றல்களை இயல்பான முறையில் வெளிப் படுத்தும் பொழுது, எனது வளர்ச்சியினால் நானும் மற்றவர் களும் மகிழ்வுறும் பொழுது நான் தன்னுணர்வுட்டம் பெறுகின் றேன். என்னிலே ஏற்படும் தன்னம்பிக்கையுணர்வு என்னை நானாக வாழவைக்கின்றது. இவ்வாறு தன்னுணர்வுட்டம் பெற்ற நிலையில் எனது வாழ்க்கையை எதிர் கொள்ளும் இடத்து, என்னை நானாக ஏற்றுக்கொள்ளும் இடத்து எனது சுய உருவாக்கத்தில் சிற்ப்பெய்துகின்றேன். என்னை நானே உருவாக்கிக் கொள்கின் றேன்.

மனித மனங்கள் கலங்குவது
அணுக்குண்டுகளால் அல்ல
அன்பற்ற இதயங்களால்தான்

“என்னை என் அம்மா அன்பு செய்து வந்திருக்கிறாள் என்பது, அண்மையில் நான் நோயுற்று ஆஸ்பத்திரியில் இருந்த பொழுதுதான் தெரியவந்தது. ஏற்கெனவே இவ்வுண்மை தெரிந்தால் நான் இந்நிலைக்கு வந்திருக்கவே மாட்டேன்.”

— இது இருபந்தைந்த வயது இளைஞன் அனுபவம்.

“என்னை ஒரு மனநோயாளியாக மற்றவர்கள் கருதுகின்றார்கள். பொறுப்பற்ற குடிகாரத் தந்தையும் சுயநலச் சகோதரர்களும் அன்பற்ற ஒரு குழலை உருவாக்கினது உளநலத்தைப் பாதிப்பதையச் செய்து விட்டார்கள். எனது உயிரைப் போக்கிடப் பல தடவைகள் முயன்றும் அதிலும் தோல்விதான். இத்தகைய அபாக்கிய நிலை ஏனையோர்க்கு ஏற்படாதிருக்க எனது வாழ்க்கையே பாடமாகட்டும். பெற்றோரும் சகோதரர்களும் குழந்தைப் பராமரிப்பில் அதிக அக்கறை செலுத்த வேண்டும், அன்பு காட்ட வேண்டும்” என்று தனிது எண்ணங்களை, பதராய்போன தனது வாழ்க்கை மற்றவர்களுக்கும் படிப்பணையாகட்டும் என்ற அனுசூல நோக்குடன் அவன் அழுதழுது கூறினான்.

எமது சமூக அமைப்புக்களும் குடும்ப அமைப்புக்களும் எம்மை நாமாக வாழவிடுவதில்லை. வயதுவந்த பின்னர் கூட சுயமாக சிந்தித்து முடிவெடுக்கும் வாய்ப்புகளை, சந்தர்ப்பங்களை வழங்குவதில்லை. எமது எண்ணங்களை, செயற்பாடுகளை உணர்வலைகளைக் கட்டுப்படுத்துவதில் அகவயக்காரணிகளை, விட புறவயக் காரணிகளே அதிக ஆதிக்கம் செலுத்துகின்றன. சமூக இயைபாக்கத்தில் தனி மனித இழத்தல் அறியாமை காரண

மாக அதிகமாகக் காணப்படுகின்றது. அன்றேல் கட்டாயப்படுத்தப்படுகின்றது.

ஒருதாய் தன் குழந்தையினை அன்பு செய்கின்றாள் என்பதைக் கருவறையிலிருந்து கல்லறை வரை வார்த்தை வடிவமாகவும் செயற்பாடு மூலமாகவும் உணர்ச்சி கரமான முறையில் வெளிக்காட்டல் வேண்டும். ‘அச்சம்’ என்றும் ‘வெட்கம்’ என்றும் அன்பினை வெளிப்படுத்தாமல், அன்பு உணர்ச்சிகளை அடக்கி ஒடுக்கி வாழ்வதுதான் இன்று பரவலாகிவரும் உடல் உள நோய்களுக்குக் காரணமாக அமைகின்றது.

“மனித மனங்கள் கலங்குவது
அணுக் குண்டுகளால் அல்ல,
அன்பற்ற இதயங்களால் தான்”

என்கின்றார் ஓர் எழுத்தாளர். திண்ணிய நெஞ்சமும் துணிந்த நல்லறிவும் கொண்டு கண்ணியமாய் அன்பு செய்தல் இலகுவான தல்ல. அன்பற்ற இதயங்களினை அக்கிரம வார்த்தைகள், அதிகார மிரட்டுதல்கள், ஆக்கிரமிப்பு ஒடுக்குமுறைகள் மனித மனங்களைச் சின்னா பின்னமாக்குகின்றன. உள்ளக் கோவிலின் கதவுகளை உரிமையோடு அன்பு செய்யும் ஒருவனுக்கு ஒருத்திக்கு திறந்து வைக்க உரிமையில்லை. காரணம்: அவர்கள் வெவ்வேறு சமூகங்களைச் சார்ந்தவர்கள், பொருள்சார் வழமையில் வேறுபட்டவர்கள் என்பதேயாகும். விளைவாக கனவிலும் கற்பனையிலும் நினைவிலும் நிழலிலும் வாழவேண்டிய நிர்ப்பந்தத்திற்கு உள்ளாக் கப்படுகின்றார்கள். தூங்காத கண்களும் பிரிவால் துடிக்கின்ற இதயங்களும் ஆங்காங்கு தொனிக்கின்ற அழகுரல்களும் அன்பின் அஸ்தமிப்பை அரங்கேற்றுகின்றன. இந்நிலையை மாற்றிட இந்தியாவில் இடம் பெறும் சீர்திருத்தத் திருமணங்கள் போல், நம் நாட்டிலும் சாதி, சமய, பண வேறுபாடுகளைப் பெரிதுபடுத்தாது மனத்தால் ஒருமித்தவர்களை திருமணத்தால் இணைத்துவைக்கப் பெரியோர் முன்வரவேண்டும்.

எழுச்சியான எண்ணங்களை உறுதியாக உள்ளத்தில் விதைத்து இறுதிவரை இலக்கினை முன்வைத்து வாழ்தல் நல்ல பண்புகளுக்கு, நல்ல பழக்க வழக்கங்களுக்கு, நல்லுறவிற் கு, புரிந்துணர்வுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுத்து, ஏக்கம் மிகுந்த காலத்திலும் ஆக்கம் மிகு வாழ்வினை மேற்கொள்ள முயற்சி எடுப்போம்.

இதயத்தில் ஓர் இடம் தருகிறேன்
இன்னும் ஏன் தயக்கி நீ தவிக்கிறாய்?
உதித்த நல் அன்புக்குப் பரிசாக
உன்னிடம் என்னை நான் தருகிறேன்!

பயணம் தொடர்கின்றது 18

அன்பு செய்வதற்கு
அன்பு செய்யப்படுவதற்கு
வாழுவதற்கு
வாழவைப்பதற்கு
பயணம் தொடர்கின்றது!

“உனது விசுவாசமான வாழ்விற்கு நல்லதோர் அன்பளிப்பு தருகின்றேன். காலையில் தொடங்கி சூரியன் அஸ்தமிக்கும் முன்னர், இம்மரத்தினை எல்லை யாக வைத்து எவ்வளவு தூரம் ஓடி இவ் ஆரம்பத்திற்கு வந்து முடிக்கின்றாயோ, அவ்வளவு இடத்தையும் உனக்கு அன்பளிப்பு செய்கின்றேன்.”

என ஒரு முதலாளி தன் ஊழியன் ஒருவனிடம் மொழிந்தான். உடனே, அவ்ஊழியன் ஆவேசம் பிடித்த வனாய் ஓட ஆரம்பிக்கின்றான். வேகமும் விவேகமும் சேராதநிலையில் வேகத்தை மட்டும் கூட்டியவனாய், பேராசை உணர்வால் உந்தப்பட்டவனாய் அவன் ஓடுகின்றான். சூரியன் அஸ்தமிக்கும் நேரம் அண்மிவிட்டது. ஆயினும் ஆரம்பித்த இடத்தை நோக்கித் திரும்பி வர வேண்டும் என்ற எண்ணம் சிறிதும் இல்லாமல் இன்னும் கொஞ்சம் கூட ஓடி, கூடிய இடத்தைப் பிடிக்கவேண்டும் என்ற நற்பாசையோடு அவன் தொடர்ந்து ஓடுகின்றான். சூரியன் அஸ்தமிக்கவில்லை. ஆனால், அவன் மயக்க முற்று விழுந்து விட்டான். இடையிலேயே அவனது ஓட்டம் முடிவுற்று விட்டது. ஆயிரக்கணக்கான பரப்பு காணியைச் சொந்தமாக்க முயற்சி எடுத்தவனுக்கு முடிவில் ஆறடி மண்தான் சொந்தமாகியது.

இன்று, அநேகமான மனிதர்கள் வெறிபிடித்த ஆட்களாய், பல்வேறு முகமுடிகளை அணிந்து கொண்டவர்களாய் ஓடிக்கொண்டிருக்கின்றார்கள். பணவெறி, பதவ்வெறி, குலவெறி,

கௌரவவெறி போன்ற மித உணர்வுகளால் ஊக்குவிக்கப்பட்டு ஓடிக்கொண்டிருக்கின்றார்கள். இவர்களது குறுகிய நோக்குச் சித்தாந்தங்கள், சமுதாய மறுமலர்ச்சி முன்னோக்கு ஓட்டங்களுக்கு தடைக்கற்களாக அமைகின்றன. மனிதனை மனிதனாக மதித்து சுதந்திரம், சமத்துவம், ஆதாரத்துவம் போன்ற நற்பண்புகளை முதன்மைப்படுத்தி வாழுகின்ற நல்மன மனிதர்களே சமுதாய விழிப்புணர்வை ஆற்றுப்படுத்துவதில் முக்கியமானவர்கள்.

ஆதினூர் புனிதமாக இருப்பதற்குக் காரணம் ஆறு தொடர்ந்து ஓடிக்கொண்டேயிருப்பதனாலாகும். அதே வேளை குட்டை நீர் தேங்கி நிற்பதனால் நாற்றத்திற்கு உள்ளாகின்றது. எனவே மனிதர்கள், ஆற்றுநீரைப் போன்று தொடர்ச்சியான நல்மாற்றத்திற்கு இயைபுறச் செய்வதன் மூலம் தம்மைப் புனிதப்படுத்திக் கொள்கின்றார்கள். உள்ளக அய்வவங்களை உணர்ச்சி அலைகளைப் புதுப்பித்துக் கொள்வதன் மூலம் புதுவாழ்வைப் பெறுகின்றார்கள்.

இன்பமும் துன்பமும் மாறிமாறி வருவது இயற்கை. புயலுக்குப் பின்னர் அமைதி. அதேபோல, துன்பங்கள், துயரங்கள், சோதனைகள், வேதனைகள் போன்றவற்றைத் தொடர்ச்சியாக அனுபவிப்பவர்கள் இவற்றிலிருந்து விடுபடுவதற்கான வழிகளைத் தேடுகின்றார்கள். ஆம், அவர்களின் துன்ப, துயர, வேதனைகளை வென்று, அடக்குமுறை, அடிமைத்துவ விலங்கு போன்றன வற்றிலிருந்து விடுதலை பெற்று, சுதந்திரமான முறையில் நிறைவான இன்பத்தினை அனுபவிக்க முயலுகின்றார்கள்.

ஒருமுறை ஒரு பக்தன் மோட்சத்திற்கு எடுத்துச் செல்லப்பட்டான். அவன் தான் வாழ்வில் நடந்துவந்த பாதையினைத் திரும்பிப் பார்க்க விரும்புகின்றான். வான தூதரின் துணையோடு வாழ்வில் தான் சென்ற பாதையையே திரும்பி வருகின்றான். அவன் இரு சோடிப் பாதச் சுவடுகளைக் காண்கின்றான். அதேவேளை இடைக்கிடையே ஒரு சோடிச் சுவடுகளை மட்டுமே அவ தானிக்கின்றான். பின் நோக்கிச் சிந்தித்த பொழுது, அவன் தனது வாழ்வில் அனுபவித்த உச்சவேதனைகள் மிகுந்த காலப்பகுதியே அச் சந்தர்ப்பங்கள் என்பதை உய்த்துணருகின்றான். தனது வாழ்க்கைப் பயணத்தில் தன்னோடு துணையாய்த் தொடர்ந்து வந்த கடவுள்,

ஆபத்தான கட்டடங்களில் தனியே விட்டதை எண்ணிக்
கடவுளைக் கேரபிக்கின்றான். மனிதர்களைப்
போலவே கடவுளும் கஷ்டமான வேளைகளில் கை
விட்டுவிட்டார் என வருந்துகின்றான். அப்பொழுது
வானதூதர், "நீ நினைத்தது போல நடக்கவில்லை;
ஆபத்துக் காலத்தில் நீ கண்ட பாதச்சுவடுகள் உன்னு
டையவை அல்ல; அவை கடவுளுடையவை. அக்
கொடூரமான வேதனைகளை உன்னால் தாங்க முடியாது
என்பதை உணர்ந்து அவர் உன்னைத் தூக்கிச் சென்
றார்" என்றார். அவன் தன் தவறை உணர்ந்து
கடவுளை வாழ்த்தினான்.

ஆம், பயணம் தொடர்கின்றது. நிச்சயமாகத் தனிமையில்
அல்ல. எம் பயணத்தின் பொழுது பலர் சேர்ந்து கொண்டார்
கள். சிலர் இடையிடையே நின்றுவிட்டார்கள். எனினும்,
எம்மை முழுமையாக அன்பு செய்கின்ற சிலர், எம்மை நாமாகவே
ஏற்றுப் புரிந்து வாழ்கின்ற சிலர், எமது மகிழ்ச்சியிலும் வளர்ச்சி
யிலும் அக்கறை காட்டும் சிலர் எமது வாழ்க்கைப் பயணத்திலே
தொடர்ந்து வருகின்றார்கள்; எமது வளமையிலும் வறுமை
யிலும், இன்பத்திலும், துன்பத்திலும், மகிழ்விலும், மனச்சோர்
விலும் பங்கெடுத்து வருகின்றார்கள். எமது துன்பவேளைகளில்
எம்மைத் தூக்கிச் செல்பவர்கள் இவர்களே. இவர்கள் வித்தி
யாசமானவர்கள். சிந்தனைத்திறன், பேச்சுத்தன்மை, வாழ்வின்
போக்கு, ஆளுமை போன்றவற்றில் வசீகரமான தன்மை, பரந்த
நோக்கு, இயல்பான முறையில் தம்மை வெளிப்படுத்துதல்
ஆகியவை இவர்களது சிறப்பம்சங்களாகும்.

எமது ஏற்ற இறக்கங்களில் எம்மோடு உடன்பட்டு தமது
உள்ளங்களிலே எம்மைச் சுமந்து வாழும் இவர்களை இனம்
காண்பதிலேயே எமது வாழ்க்கைப் பயணத்தின் சுவை தங்கியுள்
ளது.

வாழ்க்கை ஒரு சுமையல்ல;
அது சுவையே!
வாழ்க்கை ஒருமுறை மட்டும்;
அது வாழ்வதற்கே!

இவருடைய ஏனைய படைப்புகள்

“அளவீவையல்”, “விஞ்ஞானிகள்” இவை உயர்கல்வி மாணவர்களுக்கான அறிவு வளர்ச்சி ஏடுகளாய் அமைகின்றன.

“80 இல் இருந்து 88 வரை” இது மனித மயமாக்கலை மையமாய் வைத்து மக்களை விழிப்புணர்வுடன் சிந்திக்கத் தூண்டுகின்றது.

ரி.எம்.அன்ரனிப்பிள்ளை.
சட்டத்தரணி.

இந்த நூல் உலகில் பொதுவான சமூகப் பராதினம் தமிழ் சமூகத்தில் இன்று காணப்படுகின்றது என்பதை அறிந்து அதற்கேற்ற வகையில் உலகில் பொதுவான நிலையையும் பிரதேச நிலையையும் இணைத்து நோக்க முற்படுகின்றது. இந்நூலின் வெற்றி, தோல்வி தமிழ் நூல் வளர்ச்சி ஆய்வாளரினால் குறிப்பாக இலங்கையில் தமிழ் நூல் வளர்ச்சி பற்றி ஆய்வோரால் உன்னிப்பாகக் கவனிக்க பட வேண்டியதாகும்.

பேராசிரியர் கா. சிவத்தம்பி

அராஜகத்துக்கு எதிரான மானுடத்தின் நீதியான போராட்டத்தை சமூக பொருளாதார அரசியல் அடக்கு முறைகளுக்கு எதிரான மக்களின் வீடுதலையை, கிறிஸ்துவின் நற்செய்தியாக எடுத்துக் கூறும் அருட்தந்தை வின்சன் பற்றிக்கின் “விடுதலை இறையியல்” மக்களே வரலாற்றின் நாயகர்களும், வரலாற்றைப் படைத்தவர்களும் ஆவர் என்ற உண்மையை எமக்கு மீண்டும் உணர்த்தி நிற்கின்றது.

கலாநிதி சோ. கிருஷ்ணராஜா



உளவியல், மெய்யியல், சமூகவியல் மூலம் மக்களைத் தரிசித்த நூலாசிரியர் அறிவியல் வ்சாலிப்புத் தன்மையோடு வித்தியாசமான கண்ணோட்டத்துடன் எழுத்தையும் வாழ்வையும் ஆன்மீக வழிகாட்டலுடன் இணைத்து “வித்தியாசமானவர்கள்” நூலைத் தருவது தமிழலக அறிவியல் தேடலுக்கு மேலும் ஒரு வழிகாட்டலாக அமைகின்றது.

சுந்தரம் டிகவலாலா
யாழ்.உள்ளூராட்சி உதவி ஆணையாளர்.