

# விடைபெறும் வினாக்கள்

சென்னை வில்லிவாக்கத்திலிருந்து  
மு. தமிழ்ப்பாண்டியன் கேட்கிறார்.....

திரைப்படங்களைப் போல அடிக்கடி சிறுவர்களைக் கடத்தி பணம் பறிக்க முயற்சி செய்யும் மனிதர்கள், காவல் துறையில் மாட்டிக் கொள்வோம் எனத் தெரிந்திருந்தும் அதைச் செய்து கொண்டுதான் இருக்கிறார்கள் - இதற்குப் பொதுவான காரணம் என்ன?

மனிதர்கள் புரியும் தவறுகளுக்கு இரண்டேதான் காரணம் 1) உணவு 2) உணர்வு, இதை பணத் தேவை என்றும், மனத் தேவை என்றும் இருவகையாகக் காணலாம். உடனடித் தேவையைத் தீர்க்க வழி தெரியாத போது - இப்படிப்பட்ட செயல்களில் ஈடுபடுவது இல்லாமையால் நிகழ்கிறது. இரண்டாம் வகை, ஏதோ ஒரு வகையில் இளமையிலிருந்தே பாதிக்கப்பட்டு அதனால் எதிர்மறையான மனோபாவக் காரர்களாக மாறியுள்ளவர்கள் தமது இருப்பை உலகுக்கு தெரியப்படுத்தி அதன் மூலம் கிடைக்கும் அவப்பெயரில் கூட அற்பதிருப்பது அடையும் பேர்வழிகளாக இருப்பார்கள். அவர்கள் செய்வதிலும் அதன் மூலம் பெறும் தண்டனை

களிலும், அவமானங்களிலும் தமது ஏக்கங்களைத் தீர்த்துக் கொள்ள முயல்வார்கள்.

இவர்களும் ஒரு வகை மன நோயாளிகளே.... இவை அத்தனைக்கும் ஒரு மருந்து மனித நேயம்தான். மனித நேயமென்பது ஒரு நாளில் வளர்வதல்ல. குழந்தைப் பருவத்தில் கிடைக்கும் பெற்றோரின் அரவணைப்பும் - சமூக அங்கீகாரமுமே - இத்தகைய இழிநிலையிலிருந்து நம்மை விடுவிக்கும்.

**“எல்லாம் அவன் செயல்”** - என்றால், கஷ்டம் மட்டும் ஏன் மனிதனுக்கு? என்று கேட்கிறார்... தொண்டாமுத்தூர் பூஞ்சாம்.

**“எல்லாம் அவன் செயல்”** - என்று நீங்கள் ஏற்றுக்கொண்டுவிட்டால் அதில் கஷ்டம் என்ன? மகிழ்ச்சி என்ன? - அவன் செயலில் எல்லாமே ஒன்றுதானே?

நன்பரே.... மனிதனுக்குக் கஷ்டம் மட்டுமே நேருவதாக நீங்கள் கருதுகிறீர்களா என்ன? நீங்கள் மகிழ்ச்சியையே கண்டதில்லை என்றால் கஷ்டம் என்னும் ஒன்றை எப்படி உங்களால் வேறுபடுத்த முடிகிறது?

ஒரு வேளை கஷ்டமே இல்லாது போனால் மகிழ்ச்சியும் இல்லாமல்

போய்விடும் என்னும் உண்மை உங்களுக்கு ஏன் பிடிபடவில்லை? கஷ்டமோ, மகிழ்ச்சியோ எல்லாமே ஒன்றோடு ஒன்று ஒப்பிட்டுப் பார்ப்பதால் ஏற்படும் உள்ளத்து உணர்வு தானே.

நிழலில் அருமையை உணர்வதற்காக வாவது வெயில் தேவைப்படுகிறது இல்லையா? அதுமட்டுமல்ல நன்பரே... உணர்ச்சி வசப்படாமல் தனிமையில் அமர்ந்து சிந்தித்துப் பார்த்தால் ஒன்று புலப்படும். "தீதும் நன்றும் பிறர் தரவாரா!"

ஒவ்வொரு விளைவுக்கும் நமது சில செயல்களே காரணமாக அமைந்திருப்பதையும் உணர்ந்து தெளிய முடியும். நமது செயல் என்றால்... நம் பரம்பரையில் வந்த முதாதையரின் எண்ணங்கள் மற்றும் செயல்பாடுகளின் கூட்டுத்தொகையாகவும் அது இருக்கலாம் என்பதை நாம் மறக்கவோ மறுக்கவோ முடியாது.

அதனால்தானோ என்னவோ... திருவள்ளுவர் கூட, கஷ்டத்தைக் கஷ்டமாகப் பார்க்காதே... அந்தக் கஷ்டத்தைக் கூட ஏறிட்டுப் பார்த்து. என்னி நகையாடிவிடு... என்னும் பொருளில் இடுக்கண் வருங்கால் நகுக்" என்று அறிவுரை வழங்குகிறார்.

மேலும்,

இடும்பைக்கு இடும்பை படுப்பர்; இடும்பைக்கு இடும்பை படாதவர்  
என்றும் கூறுகிறார்.

அதாவது துன்பத்தைக் கண்டும் துன்பப்படாமல் இருப்பாரேயானால் - அவர் துன்பத்துக்கே ஒரு துன்பமாக அமைந்து விடுவார் - என்று குறிப்பிடுகிறார்.

ஆகவே, துணிவோடு நடைபோடத் தொடங்கிவிட்டால் எத்தகைய தடை களையும் - சவால்களாக ஏற்று சாதிக்கக் கூடியவன் மனிதன் என்பதை மறந்துவிட வேண்டாம் ஸ்ரீராம்.

"கஷ்டம்" என்பதும் ஒரு சம்பவமே... அதுவும் கடந்துபோகும். வருவது நலமாய், மகிழ்ச்சியாய், இனிமையாய் அமையும் என்னும் புதிய நம்பிக்கையோடு நடைபோடத் தொடங்குங்கள்... தடைக்கற்களும் படிக்கட்டுகளாய் மாறிப்போகும்.. இது சத்தியம்.

"மலையளவு உழைப்பிருந்தாலும் கடுகளாவும் யோகம் வேண்டும்" என்கிறார்களே.. அதிர்ஷ்டம் இல்லையென்றால் கடின உழைப்பும் பயன் தராதா? - என்கிறார் பொள்ளாச்சி சுகுமார்.

கடவுளாலேயே முடியாது போனாலும் கடினமான முயற்சியானது அதனாலிற்கான பயனை விளைவித்தே தீரும்... என்று அடித்துச் சொல்கிறார் தெய்வப்புலவர்... நான் நம்புகிறேன்.. நீங்கள்?

மற்றுமொரு உண்மையை நீங்கள் இங்கே நினைவு கூறுதல் அவசியமாகிறது....

"மலையளவு உழைக்கத் தயாராகும் போதுதான் யோகமும் கூடி வரும்..." Luck Favours The Brave என்னும் பழமொழி கூட. இதையே வலியுறுத்துகிறது. துணிவோடு முயலும் ஒருவனுக்குத்தான் அதிர்ஷ்டம் கூட உதவி செய்கிறது என்பதே இதன் பொருள்.

காலங்காலமாக நாம் கானும் வரலாறு நமக்கு உணர்த்துவதும் இதைத்தான்.. உலக சாதனையாளர்கள் எல்லோருமே உழைப்பால் உயர்ந்தவர்களே... அப்படி அவர்கள் கடினமாக உழைத்துக் கொண்டிருக்கும் போதுதான்... அதிர்ஷ்டவசமாக பல்வேறு விஷயங்கள் அவர்களின் பார்வையில் தென்படும்...

எடிசன் மேற்கொள்ளாத சேரதனைகளா? காந்தியடிகள் செய்யாத முயற்சிகளா? சுபாஷ் சந்திரபோஸ் செய்யாத புரட்சிகளா? இவ்வளவு ஏன்.. உங்களுர் முன்னோடிகளை, முதலாளிகளை, பிரபலங்களைக் கேட்டுப் பாருங்கள்... அவர்களின் வாழ்க்கை வரலாறு அவர்களின் கடந்த 20 ஆண்டுகால உழைப்பை உங்களுக்கு உணர்த்தும்... அந்த உழைப்பாளிகளின் வரலாறு உங்களுக்கு பெரும் ஊக்கமாய் அமைந்து விடும். "அதிர்ஷ்டம் தானாக வரும்" என்று நம்பி வெறுமனே அமர்ந்திருந்தால் கட்டாய்ம் ஒரு நாள் வந்து சேரும். ஆனால் அது வெற்றியாக இருக்காது.. விரக்தியாகத் தான் இருக்கும்.. அப்படி நீங்கள் சும்மா இருந்தே சுகம் காண வேண்டுமென்றால் நீங்கள் இருக்குமிடம் மிகவும் உயரமானதாக இருக்க வேண்டும்... மறந்துவிடாதீர்கள் சுகுமார் அவர்களே...

ஆகவே, நீங்கள் "நமக்கெல்லாம் அதிர்ஷ்டமே இல்லை" என்று எண்ணி ஏங்குவதை விட்டுவிட்டு நம்பிக்கையோடு உழையுங்கள்... உங்களின் வாழ்க்கைப் பயண த்தைத் தொடங்குங்கள்... தொடருங்கள்... நல்ல நிலையை நாளாடைவில் அடைந்தே தீருவீர்கள்!

கவலைப்படாதீர்கள்.

நாலம் கருதினும் கைக்கூடும் - காலம் கருதி இடத்தாற் செயின்!

இதுவும் வள்ளுவர் வாக்குத்தான்!

கடலூரிலிருந்து விண்ணவன் வினாவிறார்....

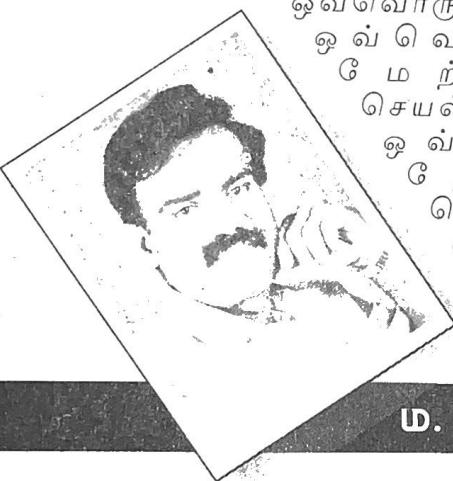
உலக சமுதாயத்தின் நலன் கருதி “கடவுள் பற்றிய ஒரு ஆழர்வமான இக்கதையை - இன்டர்நெட் வாயிலாக ஹாலிவுட் மற்றும் பி.பி.சிக்கு மிக அவசரமாகத் தெரியப்படுத்துவது எப்படி?”

அன்பு நிறை விண்ணவனுக்கு வணக்கம்.

நீங்களே குறிப்பிட்டிருப்பது போல இன்டர் நெட்டில் ஹாலிவுட் (Hollywood) மற்றும் B.B.C-க் கொன் நிறைய வலைத்தளங்கள் உள்ளன.

ஓவ்வொரு வலைத்தளமும்  
ஓவ்வொரு பணியை  
மேற்கொண்டு  
செயல்படுகின்றன.....  
ஓவ்வொன்றின்  
நோக்கமும்  
வெவ்வேறாய்  
வகுக்கப்பட்டிருக்கின்றன.  
உங்களுக்காக  
நான்

ம. திருவள்ளுவர்.



# நிலபெறுபவர்கள்

# ஹில்லியூக்கிள்ஸ்

வலைத்தளங்களை பார்வையிட்ட போது கிடைத்த சில வலைத்தள முகவரிகளை கீழே தருகிறேன். நீங்கள் அவற்றோடு தொடர்பு கொண்டு உங்களின் கதையைப் பற்றிய விபரத்தையும், உங்களுக்குத் தேவையான விண்ணப்பத்தையும் முன்வைத்தால் உங்களுக்கான பதில் வரலாம்.... முயற்சி செய்து பாருங்கள். கடவுளைப் பற்றிய கதை என்பதால் கடவுளே உங்கள் முயற்சிக்குக் கைக்கொடுக்க முன் வரலாம். ஆனால் எந்த ரூபத்தில் வருகிறார், எப்போது வருகிறார் என்பதை உணர்ந்து கொள்வது உங்களிடம் மட்டுமே உள்ளது. உங்கள் என்னத்தில் திண்ணமாக இருந்தால் ஒரு நாள் அது நிறைவேறியேதிரும்.

## Holly wood sited :

- [www.Betelnutkillers.com](http://www.Betelnutkillers.com)
- [www.hollywoodreporter.com](http://www.hollywoodreporter.com)
- [www.jstor.org/journals/15490076.html](http://www.jstor.org/journals/15490076.html)
- [www.hollywoodlitsales.com](http://www.hollywoodlitsales.com)

B.B.C. Sites : [news.bbc.co.uk](http://news.bbc.co.uk).

மேற்கண்ட வலைத்தளங்களுக்குள் சென்று தேடுங்கள் ..... உங்கள் தேடல் உங்களுக்கான தீர்வுகளைக் கொண்டுவரும்! வாழ்த்துக்கள்.

திருவரங்கத்திலிருந்து அ.சம்பத் கேட்கிறார்...

தன்னம் பிக்கை யுடன் கூடிய முயற்சி முயற்சியுடன் தன்னம்பிக்கை இதில் எது வெற்றி பெறும்?

வணக்கம்....

என்னைப் பொறுத்தவரை தன்னம்பிக்கை முதல் முயற்சி என்பது அதிலிருந்து கிளைப்பது. தன்னம்பிக்கை என்பது வேர்... முயற்சி என்பது அதிலிருந்து முளைப்பது.

மேலும் ஒரு படி போனால், தன்னம்பிக்கையோடு இருப்பதே பெரும் முயற்சி என்பேன். தன்னம்பிக்கையோடு இருப்பதாகக் கருதிக் கொண்டிருக்கும் நம்மில் பலரும் உண்மையிலேயே

தன்னம்பிக்கையோடு தான் இருக்கிறோமா என்பது சந்தேகமே.

காரணம் ... நாம் அன்றாடம் மேற்கொள்ளும் பல்வேறு முயற்சிகளின் இடையே அவ்வப்போது நமது மனம் தடுமாறிக் கொண்டிருப்பதை - உற்றுக் கவனிப்பவர்கள் அறிந்து கொண்டிருப்பார்கள்! மனமானது எப்போதும் மதில் மேல் பூனைப் போலவே இருந்துவருவதை உணரலாம்.

இதைச் செய்கிறோமே .... இது சரியா, தவறா? இவரைப் பார்க்கப்போகிறோமே அவர் இருப்பாரா மாட்டாரா? இந்த வியாபாரத்தில் ஈடுபடுகிறோமே வெற்றி விண்ணியுமா விண்ணயாதா? என்னும் இடைவிடாத தடுமாற்றத்தின் ஊடே தான் நாம் பெரும்பாலான நேரத்தில் தள்ளாடிக் கொண்டிருக்கிறோம்.

சம்பத் உங்களுக்கு ஒரு சோதனை, இதோ .... நீங்கள் உயர்ந்த தோர் மலைப்பாங்கான பாணத்தில் வடக்கு

கொண்டிருக்கிறீர்கள் ... மனித நடமாட்டமே இல்லை. திடீரென நீங்கள் மலைச்சரிவில் சறுக்கி விழும் ... பள்ளத்தாக்கை நோக்கி எறியப்படுகிறீர்கள். திடீரென ஒரு மரத்தின் விழுதைப் பற்றிக் கொண்டு விடுகிறீர்கள். என்றாலும் கீழே படுபாதாளம், சுற்றிலும் எட்டும் தூரத்தில் எவ்விதப் பிடிப்பும் இல்லை. விழுதைப்பற்றிக் கொண்டு மேலே ஏறிச்செல்ல உடலில் சுக்தியோ மனதில் பல மோ இல்லை. வேறுவழியே தெரியாத உங்கள் மனம் உங்களையும் அறியாமல், “கடவுளே” என குரலை முப்புகிறீர்கள். மனமெல்லாம் நடுக்கம். திடீரென அடையாளம் தெரியாத ஒரு உருவம் உங்கள் முன் பட்டும் படாமல் காட்சியளிக்கிறது. அது கேட்கிறது “என் அழைத்தாய்?” என்கிறது. ஒரு கணம் நீங்கள் துக்குமுக்காடிப் போகிறீர்கள்... மனதில் மேலும் அச்சம் அதிகமாகி... என்ன சொல்வதென்று தெரியாமல் நாக்கு வறண்டு போக..., “என்னைக்காப்பாற்று” என்கிறீர்கள்.

அடையாளம் தெரியாத அது என்னை நம்புகிறாயா? - நான் சொல்வதைச் செய்வாயா?'' என்று கேட்கிறது. நீங்களும் பதற்றத்தோடு “நிச்சயமாக” - என்கிறீர்களா....

அது உடனே சொல்கிறது அப்படியானால் “அந்த விடுமீதை விடு” என்கிறது.

நண்பரே ... இப்போது நீங்கள் நன்றாக இந்தச் சூழலை யூதித்து உங்கள் முடிவைச் சொல்லுங்கள். நீங்கள் அந்த விழுதை விட்டுவிடத் தயாராக இருப்பார்களா?

அப்படித்தயாராக இருந்தால், நான் உங்களை மனமாறப் பாராட்டுகிறேன். ஒரு சிறு தயக்கமோ, சிறு மெளனமோ, அல்லது என்னிடம் சொல்ல ஏதோ ஒரு விளக்கமோ தான் உங்களிடம் இருக்கிறதென்றால் - அது நம்பிக்கைக்குப் புறம்பானது...

“நம்பிக்கை” என்பது தயாராய் இருப்பது .... நீங்கள் நம்பிக்கையை உங்கள் சுயத்தின் மீது வைத்தாலும் சரி அல்லது சூழலின் மீது வைத்தாலும் சரி.... அசைக்க முடியாதது எதுவோ அதுவே நம்பிக்கையாகும்! இப்படிப்பட்ட நம்பிக்கை தான், எடிசனின் இடைவிடாத முயற்சிகளிலும், ஜன்ஸ்லனின் தொடர் கண்டுபிடிப்புகளும், அபிராமி பட்டரின் அடம் பிடித்த விலும் கண்ணப்பநாயனாரின் கண் தானத்திலும் காணமுடிகிறது.

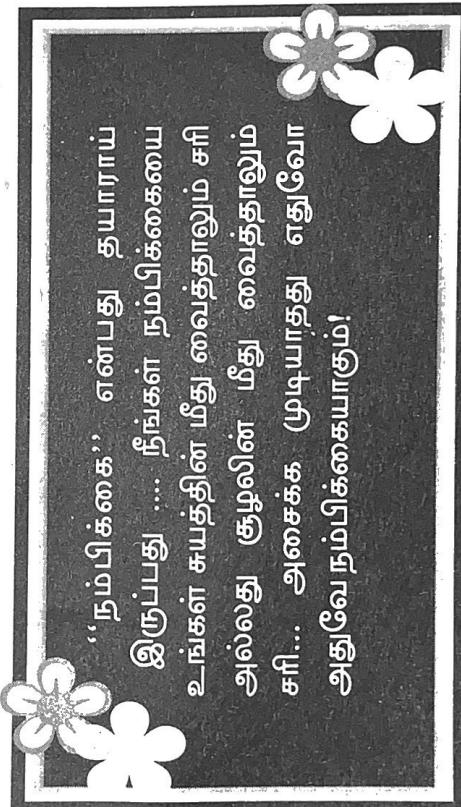
அப்படிப்பட்ட நம்பிக்கையே எந்த ஒரு வகுக்கிடையில் இருக்கிறதான்.

கூர்ந்து நோக்கினால், ''  
தெய்வத்தால் ஆகாது எனினும்  
முயற்சி தன் மெய்வருத்துக்  
கூவிதரும் '' - என்பதும்  
நம்பிக்கையை வலியுறுத்தும்  
குறளே ஆகும்.

கொமாரபாளையம் .  
சேராட்டுவிருந்து  
செந்தில் ....

யாராவது எதாவது செயலை முடியாதென்றோ (அ) நான் பணிப்புறியும் துறையில் (Lab) முக்கியமான விஷயத்தில் என்னைக் கண்டுக்கொள்ளாமல் அவர்களுக்குள்ளாக வேவது கவல்களைப் பரிமாரிக்கொண்டாலோ எனக்குள்தாழ்வு மனப்பான்மை வருகிறது. சிறிது நேரம் கழித்து அமைதியான பின்பு அதே துறையில் பெறிய அளவில்

சாதித்து பெயர் வாங்க வேண்டும் என்று ஒரு வெறி தோன்றுகிறது. அச்சமயத்தில், நான் துண்புங்களை எண்ணி என்னையே அறியாமல் அழுது விடுவேன். உடனே செந்தில் நீஏன் அழுகிறாய்? சாதிப்படா, சத்தியமா நீசாதிப்ப! நீசாதிக்காம் யாருடா சாதிப்பதுன்னுமனதுக்குள் சொல்லித் தேற்றுவேன். எனது மாதச் சம்பளமே ரூ. 2,500/- தான். ஞாயிறன்று கூட ஏதாவது தெளிந்து கொள்ள வேண்டும் என்று விடுப்பு எடுக்காமல் பயணச் செலவு 35.00ம் செலவு செய்து சென்றுவிடுவேன். மிக விரைவில் நான் பணிபுரியும் நிறுவனத்தில் சாதிக்கத்தக்க யோசனை தாருங்கள்.



## வணக்கம் செந்தில் ...

உங்கள் வயது; உங்கள் பணி - போன்றவை குறிப்பிடப்படாததால் நான் பொதுவான ஆர்ஜீ சொன்னையை வழங்குகிறேன். - பொருத்தமானதை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்.

சுருக்கமாகச் சொன்னால்,

/ உங்கள் கேள்வி, உங்களது ‘‘சுயபிம்பம்’’, ‘‘சுயமதிப்பு’’ மற்றும் ‘‘தன் முனைப்பு’’ - பற்றியதாகும். மற்றவர் உங்களைக் கண்டு கொள்ளாத போது உங்கள் மனம் வேதனைப்பட்டுகிறது. உங்களை அவர்கள் உதாசீனம் செய்வதாகவும், புறக்கணிப்பதாகவும் உணர்கிறீர்கள். உங்களின் ‘‘தன் மனம்’’, பாதிக்கப்படுவதாக நீங்கள் கருதுகிறீர்கள். இதை அவமானமாக உணர்ந்து அழுத்தொடங்குகிறீர்கள். இது உணர்ச்சிவசப்பட்டநிலை.

மாறாக... சற்றே நிதானித்து அறிவின் வசப்படும் விழிப்புணர்வு நிலையிலிருந்து - இந்தச் சூழலை அனுகிப்பாருங்களேன்.

வேண்டுமென்றே மற்றவர்கள் உங்களை உதாசீனம் செய்வதாக நீங்கள் ஏன் கருதுகிறீர்கள்? அந்த நிறுவனத்திற்கு உங்களின் திறமைகளுள் ஏதோ ஒன்று தேவை - என்னும் அவசியம் ஏற்பட்டும் போது கண்டிப்பாக உங்களைக் கலந்து ஆலோசிக்கத்தான் போகிறார்கள். ஏனென்றால் அவர்கள் தான் உங்களுக்குச் சம்பளம் தருபவர்கள். உங்களை முழுமையாகப் பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டியது அவர்களின் பொறுப்பு.... அப்படி அவர்கள் உங்களை நம்பி உங்களிடம் ஒரு பொறுப்பை ஒப்படைக்கும் போது - அதை நிறைவேற்றித்தான் வேண்டியது உங்களது கடமை.

ஆனால் நீங்கள் ஒரு உண்மையை உங்கள் மனதில் நிறுத்திக் கொள்ளுதல் அவசியம். எதற்கும் ஒரு காலம் உண்டு. அந்த காலம் வரும் வரையில் நம்பிக்கையோடு காத்திருத்தல் அவசியம். ஒரு வகையில் பார்த்தால் காத்திருத்தலும் பணி செய்தலே.

அதற்கு மாறாக, பிறரின் புறக்கணிப்பால் மனம் வருந்து - அழுது புலம்பி - நொந்து போவது கூடாது. அப்படி ‘‘அழுதல்’’ - என்பது உங்களது அவநம்பிக்கையையும் - தாழ்வு மனப்பான்மையையும் காட்டுவதாக இருக்கிறது.

எனவே வருத்தத்தைத் தவிர்த்து விட்டு, உங்களின் கம்பீரமான சுய பிம்பத்தைக் தூக்கிப்பிடியுங்கள். ‘‘உங்களால் ஒன்று முடியாதென்றால் வேறு யாராலும் அது முடியாது’’ - என்னும் உள்ளுணர்வை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் குறிப்பிட்டிருப்பது போல் தொடர்ந்து உங்கள் அறிவையும், திறமையையும் வளர்த்துக் கொள்ளும் பணியில் ஈடுபடுங்கள். உங்களின் சூழலையும் - பிறரின் செயல்பாடுகளையும் பெரிதாக எண்ணி மனதைக் குழப்பிக் கொள்ளாதீர்கள்.

நீங்கள் குறிப்பிட்டிருப்பதைப் போல உங்களுக்கு நீங்களே ‘‘அன்புக்கட்டளை’’ இட்டுக் கொள்ளுங்கள். ‘‘செந்தில் ... உன்னால் முடியாதது எதுமில்லை... எதுவும் உனக்கு சாத்தியம். நீசுக்கி வாய்ந்தவன். நீதிலும் வெற்றி காண்பாய். விரைவில் உலகம் உன்னை வியந்து பார்க்கும். ஏனெனில் நீசாதிக்கப்பிறந்தவன்! என்பது போன்ற ‘‘சுய கருத்தேற்றத்தை’’ முடிந்த போதெல்லாம் - காலை - மாலைப் பொழுதுகளில் உங்கள் கருத்தில் இருத்தி - தொடர்ந்து செயல்படுங்கள்.

நீங்கள் விரும்பும் இடத்தை - விரைவில் அடைந்தே தீர்வீர்கள்!

## குறிஞ்சிப்பாடி, கடலூரிலிருந்து K.N.கப்பு கேட்கிறார் ...

எது படித்தாலும், படித்தவுடன் மறந்து விடுகிறது, தக்க ஆலோசனை தேவை!

## நண்பர் K.N. கப்பு அவர்களுக்கு வணக்கம்.

பொதுவாக மறதி என்பதே ஏன் வருகிறது என்று ஆராய்ந்து பார்த்தால் ... சில அடிப்படைக் காரணிகளைக் கண்டெடுக்க முடியும். (1) விழிப்புணர்வற்ற செயல்பாடு, (2) அலட்சிய மனப்போக்கு, (3) அவசியத்தை உணராமை, (4) நினைவில் வைத்துக் கொள்வதால் விளையும் நன்மைகளைப் பற்றிய அக்கறை இன்மை, (5) இதை நினைவில் வைத்துக் கொள்வதால் பெரிதாய் என்ன கிடைக்கப்போகிறது என்னும் அவநம்பிக்கை, (6) அவசரமான, திட்டமற்ற செயல்பாடு, (7) ‘‘மறதியினால் இழப்பது எதுமில்லை’’ - என்னும் எண்ணம், (8) எங்கே போகப் போகி றது. எப்படி யிருந்தாலும் எங்கிருந்தாலும் அல்லது வேறு யார் மூலமாவது பெற்றுக் கொண்டு விடலாம் - என்னும் அதீத நம்பிக்கை.. (9) இலக்கின்றி செயல்படுவது, (10) உற்று கவனிக்காதிருத்தல், (11) சிதறிக் கிடக்கும் மனம், (12) சிரத்தையும் - முயற்சியும் மேற்கொள்ளாமை, (13) நினைவில் கொள்ளும் வழி முறை களை அறிந்துக் கொள்ளும் வாய்ப்பின்மை. (14) குறிப்பெடுத்துக் கொள்ளும் பழக்கமின்மை.

எனப்பல காரணங்கள் ‘‘மறதி’’ க்கு எதுவானாலும், படித்தவை மனதில் நிலைக்க வேண்டுமெனில், படிக்கும் பொருள் எது? ஏன் அந்தப் பொருள் தேவை? படித்ததை நினைவில் வைத்து என்ன செய்யப் போகிறோம். போன்ற செயல் திட்டங்களில் கையில் இருந்தால், படித்தது நினைவில் நின்றே தீரும்.

என்னைப் பொறுத்தவரை - நான் பல்வேறு புத்தகங்களை வாசித்தாலும் - பலவும் என் நினைவில் நிற்பதில்லை. காரணம் படித்தவை யாவற்றையும் அப்படியே நினைவில் வைத்துக்

கொள்ள வேண்டிய அவசியமில்லை. சிறு குறிப்பெடுத்துக் கொண்டால் போதும் என்கிற எண்ணைம் என்னை மறதிக்குள்ளாக்குகிறது.

அதுமட்டுமல்ல ... படிக்கும் போதே - அதன் சாராம் சத்தைப் புரிந்து கொண்டால் போதுமானது. அதற்குமாறாக “அப்படியே படித்து எழுதினால் தான் மதிப்பு உண்டு” - என்னும் தேர்வு அச்சமும் எனக்கில்லை என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது. ஆகவே படித்தவை நினைவில்நிற்க வேண்டுமெனில்

- (1) குறிப்பெடுக்கும் பழக்கத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.
- (2) எடுத்த குறிப்பை - மீண்டும் மீண்டும் சிலமுறை வாசித்துப் பழகுங்கள்.
- (3) மனத ஓவில் அந்தக் குறிப்புகளை நினைவுறுத்தி உங்களுக்குள்ளேயே சொல்லிப் பழகுங்கள்.
- (4) ஒரு குறிப்பிட்ட தலைப்பில் அல்லது பொருளில் வெளிவரும் கருத்துக்களானால் நீங்களும் எங்காவது அவற்றைப் பிறருக்குச் சொல்வதன் மூலம் உங்கள் நெஞ்சில் நிறுத்திக் கொள்ளலாம்.
- (5) அதிகாலை நேரத்தில் சில செய்யுள்களை மீண்டும் மீண்டும் சொல்லிப் பழகலாம்.
- (6) எந்த ஒன்றைப் படிக்கும் போதும் - முழு கவனத்தோடும் - ஆர்வத்தோடும் - படிக்க வேண்டும்.

இளம் பருவத்திலிருந்தே மனக்களை பயின்றிருந்தால் - இப்பொது எல்லாம் எளிதாக மனதில் பதிந்து விடும். ஒன்றை மிக முக்கியமாக நினைவுறுத்துகிறேன். எந்த ஒரு பழக்கமும் எடுக்காட்டாக நினைவாற்றலைப் பெருக்கும் பழக்கமும் ஒரு நாளில் வந்துவிடாது. மெல்ல மெல்ல நெஞ்சுறுதியோடு பழகி வந்தால் ஒரு நாள் அந்த நினைவாற்றலும் வசப்படும்!

**சென்னையிலிருந்து மு. தமிழ்பாண்டியனின் கிரண்டு ஐயப்பாருகள் கிலை ...**

- (1) மிகப் பெரிய அறிவாளிகளிடம் கூட மதி நுட்பமான கேள்விகளைக் கேட்டால் அவர்களால் பதிலளிக்க முடிவதில்லை. அதில் சிலரோ, விதண்டாவதமாக கேள்விகளைக் கேட்கிறான் எனத் தப்பிக்கப் பார்க்கின்றனர். “தெரியாது” என்ற பதில்லைச் சொல்ல அவர்கள் ஏன்கூச்சப்படுகிறார்கள்?
- (2) ஒவ்வொரு நாளும் நம்மைச் சுற்றி நடப்பவைகள் எல்லாமே சம்பவங்கள் தாம். சில சம்பவங்கள் மட்டும் ஏன் மனதில் பல ஆண்டுகளாக பெரிய தாக்கத்தை ஏற்படுத்திக் கொண்டே இருக்கின்றன?

**மு. தமிழ்பாண்டியரே....**

(1) “மிகப் பெரிய அறிவாளிகள்” - என்று நீங்கள் முடிவு கட்டி விட்டால் பிறகு அவர்களின் கூற்றே முடிவானது என்று நீங்கள் ஏற்றுக் கொண்டே ஆகவேண்டும்! (அல்லவா?)

அதே போல ... “விதண்டாவாதம்” என்பதும் “தப்பிக்கப் பார்க்கிறார்கள்” என்பதும் அவரவர் மனோபாவத்தைப் பொறுத்ததே அன்று உண்மையல்ல...

அடுத்ததாக ... என்னைப் பொறுத்தவரை “தெரியாது” - எனச் சொல்லக் கூச்சப்பட வேண்டிய அவசியம் இல்லை. ஏனெனில் எல்லோர்க்கும் எல்லாம் தெரிந்திருக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை. அதுமட்டுமல்ல ... “யானைக்கும் கூட அடிசருக்கலாம்” அல்லவா?

மேலும் தமிழில் கரைகண்ட ஒளைவு முதாட்டியையே ஒரு கணம் திகைக்கவைக்க வில்லையா தமிழ் கடவுள் முருகப் பெருமான்...?

“சுட்டபழம் வேண்டுமா; சுடாதபழம் வேண்டுமா” - எனக்கேட்டு! மனல் ஒட்டிய நாவற்பழத்தைப் பொறுக்கி, அதை வாயால் ஊதிக் கொண்டிருக்கும் போது “என்ன பாட்டி ... பழம் சுடுகிறா?” என்று கேட்டு... ஒளைவுக்கேடுக்குட்டுவைக்கவில்லையா? - ஆறுமுகப் பெருமான்.

அதே ஒளைவு தான் தமிழ் கூறும் நல்லுலகுக்கு மற்று மொரு மந்திரத்தையும் சொல்லிச் சென்றிருக்கிறார்.

“கற்றது கைமண் அளவு கல்லாதது உலகளவு” - என்று

மேலும் மற்று மொரு தெளிவும் இங்கே அவசியமாகிறது. இங்கே யாரும் யாரையும் சோதிக்க வேண்டிய அவசியமுமில்லை; யாருக்கும் யாரையும் சோதிக்கும் அருகதையும் இல்லை.

ஏனெனில் இந்த “இயற்கையும் - வாழ்க்கையும்” - இது தான் ... இப்படிதான் என்று சொல்லி முடித்து விடும் படியாக இல்லை. இருந்திருந்தால் திருவள்ளுவரே ஒரே குறளால் நிறைவு செய்திருப்பார்... 133 அதிகாரத்தையோ, ஒரே அதிகாரத்தில் பத்துக் குறட்பாக்களையோ உள்ளடக்கியிருக்கமாட்டார்.

மனிதர்களாகிய நமக்குள் அவ்வப்பொழுது தலைதூக்கும் “தான்” என்னும் ஆணவமே - இத்தகைய எண்ணங்களுக்கு அடிப்படையாக நிற்பதை ஆழமாகச் சிந்தித்தால் உணரமுடியும். அத்தகைய ஆவணத்திற்கு அடிப்படை என்ன தெரியும்? “வேறென்ன... அறியாமைதான்”

மற்றொரு செய்தியையும் மனதில் போட்டுக் கொள்ளுங்களேன். உண்மையான அறிவு எது தெரியுமா? தான் எதை அறிந்து கொள்ளாதிருக்கிறோம் என்பதை அறிந்து வைத்திருப்பதுதான்!

இங்கே வள்ளுவர் வாய்மொழியையும் நினைவு கூறுவோம்,

“எப்பொருள் யார்யார்வாய் கேட்டினும் அப்பொருள் மெய்ப் பொருள் காண்பதறிவு”

(2) அடுத்த வினாவுக்கு வருவோம்.

சம்பவங்களால் விளைபவை இரண்டு உணர்வுகள் தான். ஒன்று சுகமான / இனிப்பான உணர்வு. மற்றொன்று சோகமான / கசப்பான உணர்வு. இந்த இருவகையிலும் கூட சுகமானவற்றை விட சோகமானவையே நம்மை பெரியதாய் தாக்கி நினைவில் தங்கி விடுகின்றன. இது மனித மனோபாவத்தின் இயல்பு. நமக்குக் கிடைக்கும் இனிப்பை எளிதில் மறந்து விடுவதும் - நமக்கு நேரும் துன்பத்தை அளந்து அவலத்தை மட்டும் அதிக காலம் ஆழமாய் நினைவில் கொள்வதும் - நமது ஆளுமைத் தன்மையின் குறைபாட்டையே காட்டுகிறது.

சரி ... “தாக்கம்” என்பது சம்பவத்தால் விளையும் பாதிப்பைப் பொறுத்தது. நமக்கு ஏற்படும் பாதிப்பின் வீரியத்தையும் - அதன் விட்டத்தையும் பொறுத்து அது நமக்குள் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தி விடுகிறது.

தனக்கோ, தன்னைச் சார்ந்த சுற்றுத்தார்க்கோ நேரும் இழப்பும் - துயரமும் நம்மை மிகப் பெரிதாகவும், தனது ஊருக்கோ, மாநிலத்திற்கோ,

தேசத்திற்கோ, உலகுக்கோ ஏற்படும் பாதிப்பு சுற்றே சிறிதாகவும் நமக்குள் பதிந்துவிடுகின்றன.

எல்லாம் நமது பற்றுணர்வைப் பொறுத்தது. நமக்கு எதில் பற்று அதிகமோ அது பாதிப்பிற்குள்ளானால் நம்மால் தாங்கவும் முடிவதில்லை; அதனை எளிதில் மறந்துவிடுவதும் சாத்தியமில்லை.

நெருங்கியவர்களுக்கு நேரும் துயரம் பெரிதாகவும், நெருங்காவிட்டாலும் - தூரத்திலிருக்கும் எங்கோ - யாருக்கோ நேரும் பிரமாண்டமானதுமான - துயரமென்றால் அதுவும் கூட பெரிதாகவே - நம் நெஞ்சில் பதிவாகிவிடுகிறது.

எடுத்துக்காட்டாக, சமீபத்தில் உலகைக் குலுக்கிய “சனாமியும்” அமெரிக்காவின் இரட்டைப் கோபுர “இடிபாடும்”, போபால் விஷவாயுக் கொடுரமும் நேரடியானவை இல்லையென்றாலும் நம்மை பாதித்ததல்லவா!

இது ஒருபுறம் என்றாலும், நாமும் ஞானிகளைப் போல எதையும் சமநிலையிலும் - பற்றற்ற நிலையிலும் நிதானமாகப் பார்க்கப் பழகி விட்டால் பாதிப்புக்களோ - பதிவுகளோ அதிகம் இருக்காது.

நன்பரே, “எது நடந்ததோ அது நன்றாகவோ நடந்தது” - என்னும் கீதையின் சாரத்தை மீண்டும் மீண்டும் வாசித்து ஆழ்மனதில் பதித்துக் கொள்ளுங்கள் ... தாக்கங்கள் குறைந்துவிடும். மனம் அமைதியுறும்!

## மக்கள் தொகையில், குறைந்தபட்சம் 1% மனநல ஆலோசகர்கள் தேவை ...!

### அதில் நீங்களும் ஒருவரா...?



**இந்த மாதம் முதல் சிறப்பு ஒருநாள் பயிற்சியும் உண்டு**

வயது வரம்பில்லை, கல்வி தடையில்லை, தகுதி உள்ளியல் ஆர்வம் இருந்தால் மட்டுமே போதும். தமிழகத்தில் மட்டும் 10 லிலட்சம் மனநல ஆலோசகர்கள் தேவைப்படுகிறார்கள்!

**முகவரி :**

**மதர்ஸ் கிளினிக்** (தமிழக அரசு பதிவு எண் 663 - 2006)

Vijaya Shanthi Apartments, 4th Block, W Flat, 1st Floor,  
Rajeshwari Nagar, Selaiyur, Chennai - 600 073.

எங்களது (மைய நிர்வாகிகளைப்) பெருமையுடன் அறிமுகப்படுத்துகிறோம். இனி உங்களது மனப் பிரச்சினைகளுக்கு உங்கள் ஊரிலேயே கவுன்சிலிங் பெற இவர்களை தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.... - கவிஞர் விஜயபாரதி மங்கலம்



தஞ்சாவூர்  
ராஜேந்திரன்  
09345099427



புதுக்கோட்டை  
பால் எபினேசர்  
094434 48422



பெரம்பலூர்  
சடையானந்தம்  
094431 92381

சி.ஆர்.செலினிடம் கவுன்சிலிங் பெறவும், பயிற்சி வகுப்புக்களில் கலந்து கொள்ளவும் தொடர்பு கொள்க : 093810 19353, 0983805 84271  
எங்கள் இணைய தளங்கள் : <http://motherscliniq.tripod.com> <http://ragatherapy.tripod.com>