

■ ம. திருவள்ளூர்

ஏக்கங்களைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்!
இதயங்களை மட்டுமல்ல இமயங்களையும் எட்டலாம்!

குடும்ப கூடு

ஏக்கங்களைப் புரிந்துகொள்ளுங்கள்!
இதயங்களை மட்டுமல்ல
இமயங்களையும் எட்டலாம்!

■ ம. திருவள்ளுவர்

கலங்கரை விளக்கம் பதிப்பகம்
42-21 முத்து வளாகம், விக்னேஷ்வரா தோட்டம்,
காந்திசாலை, திருவாணக்கோயில், திருச்சி-620 005
போன் : 0431-2231345 செல் : 98427 78244

ஏக்கங்கள்

ம.திருவள்ளுவர்

முதற் பதிப்பு : அக்டோபர், 2004

வெளியீடு : கலங்கரை விளக்கம் பதிப்பகம்

42-21 முத்து வளாகம், விக்னேஷ்வரா தோட்டம்,
காந்திசாலை, திருவாணைக்கோயில், திருச்சி-620 005

போன் : 0431-2231345 செல் : 98427 78244

© ஆசிரியருக்கு

அட்டை வடிவமைப்பு : விஜயன்

ஓளிஅச்சு : ட்ரீம்ஷாப், சென்னை - 14,

நூலாக்கம் : பாரதி புத்தகாலயம், சென்னை - 15

விலை: ரூ. 45

EAKKANGAL

M.Thiruvalluvar

First Edition : October, 2004

Published by : Kalangarai Vilakkam Pathippagam, 42-21, Muthu Block,
Vigneshwara Garden, Gandhi Salai, Thiruvanaikkoil, Trichy - 620 005.

Ph : 0431-2231345 Cell : 98427 78244

©Author

Cover Design : Vijayan

Typeset : DreamShop, Chennai - 14, Phone: 55180177

Rs.45.00

பெருமிதம்

மகாத்மாவை உள்ளடக்கிய மனிதவளம்
நிறைந்த மாமண்ணில் பிறந்தமைக்காகப்
பெருமிதம் அடைகிறேன்.

நன்றி

அருள் கூர்ந்து அணிந்துரை வழங்கி
இருக்கும் ஐயா பேராசிரியர்
சோ. சத்தியசீலன் அவர்களுக்கும்,
தனக்கான நேரங்களை என்
படைப்புகளுக்காக விட்டுத்தரும் என்
அன்புத் டாக்டர் க. மஞ்சளாவிற்கும்
இனிய நண்பர் பாரதி புத்தகாலயம்
க. நடராசனுக்கும், என் படைப்புக்களை
வெளியிடுவதில் பெருமிதம் காணும்
கலங்கரை விளக்கம்
ம. மல்லிகாவுக்கும் நன்றி சொல்வதில்
நெகிழ்ந்து போகிறேன்.

படையல்

என் பயிற்சி வகுப்புகளில் பங்கேற்கும்
வாய்ப்பு பெற்று தங்களின் உள்ளத்தில்
ஏற்படும் எழுச்சியை, சிலிர்ப்பை
என்னோடு பரிமாறி மகிழும் நேச
நெஞ்சங்களுக்கு இந்த நூலை
படையலாக்குகிறேன்.

- என்றென்றும் உங்களின்
ம. திருவள்ளுவர்

2.10.2004 : திருச்சி

செல் : 98427 78244

அனிஞ்சுக்கா

அருமை நண்பர் உளவியற் பேரனினார் திரு. ம. திருவள்ளுவர் படைத்துள்ள “ஏக்கங்கள்” என்னும் அருமையான வாழ்வியல் நூலைப் படிக்கும் வாய்ப்புக் கிடைத்தது. “நானும் கண்டுகொள்ளப்பட்டிருக்கிறேன்”

ஓரு முகம் பார்க்கும் கண்ணாடியாக, ஓரு நண்பனாக, ஓரு கலங்கரைவிளக்கமாக, அறிவுத்தட்டில் பரிமாறப்பட்ட ஓரு இனிய உண்மொக்கை இந்த நூல் விளங்குகிறது.

“A good book is the precious life-blood of a master spirit, embalmed and treasured up on a purpose for a life beyond”

“ஓரு நல்வநூல் ஓர் உயர்ந்த மனிதருடைய உன்னதமான உணர்வுப் பிழிவு. அது மனம் ஊட்டப்பெற்று, ஓர் உயர்ந்த குறிக்கோளுக்காக மனிதஇனம் வாழும் வரையிலும் அதற்கு மேலும் பாதுகாக்கப்பெறுவது” என்னும் மில்டனுடைய கருத்திற்கேற்ப அமைந்த நூல்தான் “ஏக்கங்கள்” என்பதில் இரண்டு கருத்துக்கள் இருக்க இயலாது.

“Books are the Lighthouses erected in the great sea of time”

“காலப்பெற்றுக்கடவில் நிறுவப்பெற்ற கலங்கரைவிளக்கம்தான் நூல்” என்னும் அறிஞன் விப்புள் அவர்களின் கருத்து இந்த நாலுக்கு நூற்றுக்கு நூறு பொருந்தும். அன்றாட வாழ்க்கையில் தவறாமல் எழும் சில ஜயங்கள் இந்த நாலில் தீர்க்கப்பெற்றுள்ளன.

“இதற்குக் காரணம் என்ன?”

“பிறகு ஏன் அவர் வரவில்லை? எதனால் இது?”

“இந்த உறுத்தல் ஏன்?”

“நமது ஏக்கங்களை நாம் எப்படிக் கண்டுகொள்வது?”

“அவற்றை எப்படிக் குறைத்துக்கொள்வது?”

“அது அவசியமா? நாம் எப்படி நடந்துகொள்வது?”

“உறவுகளை மேம்படுத்தும் உளவியற் கலைகள் யாவை?”

“எல்லாரும் விரும்பும் ஏற்றமிகு மாற்றம் எப்போது வரும்? எப்படி வரும்?”

“நமக்கான அங்கீரத்தைப் பெறுவதற்கான வழி எது?”

“நீ துன்பம் தருபவனா? நீ உதவிசெய்ய முன்வருபவனா?”

“நீ பலிகடாவா? எந்த ரகம் நீ? விடுபடுவது எப்படி?”

“மகிழ்வான வாழ்விற்கு வித்திடுவது எப்படி?”

“நானும் சரி! நீயும் சரி!” என்னும் வாழ்வை எப்படிப் பெறுவது?”

மேற்கண்ட அடிப்படை வாழ்வியல் விளாக்கள் அனைத்திற்கும் “நடைமுறை சாத்தியமான” விடைகளைத் தரும் அற்புதமான நால் இது.

“இதயங்களைப் புரிந்துகொண்டால்

இமயங்களையும் எட்டலாம்”

என்பது இந்த நால் நமக்கு வழங்கும் அசைக்க முடியாத நல்ல நம்பிக்கை! மனித மனங்களின்

நோயை நாடு; நோய் முதல் நாடு; அதுதனிக்கும் வாய்நாடு! வாய்ப்பச் செயற்படு!

என்னும் திருவள்ளுவரின் வழியை இருபத்தொன்றாம் நூற்றான்டின் திருவள்ளுவர் அப்படியே நடைமுறைப்படுத்தியுள்ளார்.

வாழ்க்கை வாழ்வதற்காகத்தானே தவிர வாழ்ந்து தொலைப்பதற்காக அல்ல! மனிதன் சிரித்து மகிழ்வதற்காகப் பிறந்தவனே தவிர அழுது குழவுதற்காக அல்ல! உறவுகள் சுகப்படுத்துவதற்காகத்தானே தவிர சோகம் கொண்டாட அல்ல!

வாழும், சிரிக்கவும், சுகப்படவும் உறவுகளும் நட்பும் ஓங்கிச் செழிக்கவும் நல்வழியைக்காட்டும் இந்த நாலைப்போல் இன்னும் பல நால்களை எழுதிக் குவிக்க இனிய நண்பர் திரு. ம. திருவள்ளுவருக்கு அருள் புரியத் தமிழ்த் தாயை வேண்டுகின்றேன். வணக்கம்.

திருச்சி

அன்பன்,

18.09.04

பேராசிரியர் சோ. சத்தியசீலன்

முன்னோட்டே

இரு ரூபாயின் மதிப்புக் குறைந்துகொண்டே வருகிறதென்றால் நாட்டில் பணவீக்கம் ஏற்பட்டிருக்கிறது என்று பொருள். ஒரு மனிதனின் மதிப்புக் குறைந்துகொண்டே வருகிறதென்றால் அவனுக்கு மனவீக்கம் ஏற்பட்டிருக்கிறது என்று பொருள்!

ஆமாம் ஓருவரின் ஏக்கங்களைத்தான் 'மனவீக்கம்' என்று குறிப்பிடுகிறேன்! பணவீக்கத்தின் அளவை எளிதில் கணக்கிட்டு விடலாம். ஆனால் மனவீக்கத் தைக் கணக்கிட்டுக் கண்டறிதல் மிகவும் கடினம். இந்தப் பூமியின் வளத்திற்கு வேண்டுமானால் 'பொருளாதாரம்' அடிப்படையாக இருக்கலாம். ஆனால் விரிந்து பரந்திருக்கும் இந்த அண்டத்தின் வளத்திற்கும் நலத்திற்கும் அன்பாதாரமே அடிப்படையாகும்.

அறிவியல் அறிஞர்களானாலும் சரி...

வரலாற்று நாயகர்களானாலும் சரி...

அரசியல் தலைவர்களானாலும் சரி...

அவர்களின் வாழ்வியலைப் புரட்டிப்பார்த்தால் அவர்களின் ஏக்கங்களே அவர்களின் நடவடிக்கைகளுக்கு அடிப்படைக் காரணமாய் அமைந்திருப்பதை உணர முடியும். அண்ணல், காந்தி, ஆப்ரஹாம் விங்கன், மார்டின் லூதர்கிங் என்போர் ஒருபூர். ஹிட்லர், முசோவினி, அயத்துல்லா கொமேனி, இடி அமீன், போன்றோர் ஒருபூர். தாமஸ் ஆல்வா எடிசன், எயின்ஸ்டைன், நியுட்டன் போன்றோர் ஒருபூர், அன்னைத்தெரசா, ஹெலன் கெல்லர், மேரி க்யூரி போன்றோர் ஒருபூர், பித்தோவான், ரவிவர்மன், பிக்காலோ போன்றோர் ஒருபூர், கவாஸ்கர், கபிலதேவ், டெண்டுல்கர், விஜூய் அமிர்தராஜ், விஸ்வநாதன் ஆனந்த போன்றோர் ஒருபூர்... எம்ஜிஆர், சிவாஜி கணேசன், கமல், ரஜினி போன்றோர் ஒருபூர், பிரபலத் தொழிலதிபர்கள் மற்றும் அதிகாரிகள் எனப் பலரையும் உதாரணமாகக் காட்டலாம்.

சாதுக்கள் முதல் அதி தீவிரவாதிகள் வரை.. ஆண்டிகள் முதல் அரசர்கள் வரை ஓவ்வொருவருள்ளும் உறைந்துகிடக்கிறது ஏக்கம். ஏக்கத்தின் வெளிப்பாட்டே ஊக்கமும் ஆக்கமும்! ஆகவேதான் ஏக்கத்தைக் கண்டுகொள்ளும் விதம் மிகவும் முக்கியப்பங்கு வகிக்கிறது. கண்டுகொள்ளுதல் என்பது வேற்றல்.. அன்பு காட்டவும் ஆதரவு கொடுக்கவும் அரவணைத்துக் கொள்ளவுமான பக்குவத்தைக் குறிப்பதாகும்.

உலகிலேயே அன்புக்கென்றே உரிய பெட்டகம் யார் தெரியுமா? வேறு யார்? அன்னைதான். அன்னையின் கண்டுகொள்ளல் முறையாக இருக்குமாயின் பிள்ளைகள் பக்குவும் பெற்றவர்களாக வளர்கிறார்கள். எல்லோருமே அன்னையின் பிள்ளைகள் தாமே! பிள்ளைகளின் ஏக்கங்களை முறையாகக் கண்டுகொள்ளும் தாயிடம் தான் இந்த உலகத்தின் எதிர்காலமே அடங்கி இருக்கிறது. ஏனெனில்...

இன்றைய குழந்தைகளே நாளை மனிதர்கள். அவர்கள் மனிதர்கள் மட்டுமல்ல மன்னர்களும் கூட. அவர்களின் வளர்ப்பு அன்னையின் கைகளில் தானே விடப்பட்டிருக்கிறது.

“எந்தக் குழந்தையும் நல்ல குழந்தைதான்
மன்னைல் பிறக்கையிலே
அவர் நல்லவராவதும் தீயவராவதும்
அன்னை வளர்ப்பதிலே” என்பது முற்றிலும் உண்மை.

ஆக.. அன்னையின் வளர்ப்புமறை அவ்வளவு முக்கியமானதென்றால் அன்னை எவ்வளவு முக்கியமானவன்! அன்னையை முக்கியமானவளாக உணரும் எந்தத் தேசமும் அவளை மதிக்கவும் அவளைப் போற்றவும், அவளைப் பேணவும் உறுதிமொழி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அவளைக் கண்டுகொண்டால் தான் அவள் ஓர் அன்பு வங்கியாகப் பெருகி நிற்பாள். அவள் அன்பைப் பரிமாறும் அட்சயாத்திரமாய் பரிணமிப்பாள். அன்பு ஒன்றுதான் அபரிமிதமானது; அலாதியானது; எதையும் எதிர் பாராதது. பற்றற்றது. அத்தகைய நிபந்தனையற்ற அன்பில் நன்றாயும் யாரும் அன்பையே பிரதிபலிப்பார்கள். அன்பையே எதிரொலிப்பார்கள், அன்பையே பரிமாறுவார்கள்.

அன்பு பரிமாறப்படும் உலகில் ஆயுதங்கள் எதற்கு?
அன்பு பரிமாறப்படும் மன்னைல் அற்பப்போர் எதற்கு?
அன்பு மிகும் இடத்தில் பொறாமை எதற்கு?
அன்பு பெருகும் உலகில் ஆசைகள் எதற்கு?

ஒருவருக்கொருவர் பரஸ்பரம் அன்பைப் பரிமாறி அரவணைத்து வாழும் உலகில் வம்புகள் எங்கிருந்து வரும்? வக்கிரங்கள் எங்கிருந்து வரும்? சூழ்சிகள் எங்கிருந்து சூல் கொள்ளும்?

இன்றைய உலகில் பலரும் மனவீக்கம் கொண்டவர்களாக உலா வருகிறார்கள். தாங்கள் விரும்பாலேயே அந்த நிலைக்குத் தள்ளப்படுகிறார்கள் பலரும். விளைவு மனிதர்களாலேயே மனிதர்களுக்குப் பாதுகாப்பற் ற நிலை... எங்கும் எல்லோரும் அச்சத்தின் உச்சத்தில் வாழ்கிறார்கள். சுதந்திர தினத்தன்று கண்டுக்குள்ளிருந்து அதுவும் குண்டு துளைக்காத கண்டுக்குள்ளிருந்து வெளிப்படும் பிரதம உரைகள்... யாரும் யாரையும் நம்ப முடியாமையால் வீட்டின் பாதுகாப்புக்காகக் கதவின் மீது கதவுகள், பூட்டின் மீது பூட்டுகள்... விருந்தினரை வரவேற்கும் வேட்டை நாய்கள் வாசல்களில்! என்ன இது? வாழ்க்கையா இது? யோசித்துப் பார்த்தால் வெட்கமாய் இருக்கிறதல்லவா?

பதவி வெறி / சாதி வெறி / மத வெறி / அதிகார வெறி... என எல்லோர் முகத்திலும் ஏதோ ஒரு வெறி.

வெறிகள் நெறிகளைக் குலைப்பவை. காவல்நிலையங்களுக்கு அடித்தளமிடுபவை. நீதிமன்றங்களுக்கு நிலை செய்பவை, மருத்துவமனைகளுக்கு இட்டுச் செல்பவை சிறைச்சாலைகளுக்கு வழி காட்டுபவை அப்படி யென்றால் இந்த வெறி தோன்றுவது எப்படி? ஏக்கத்தின் முதிர் நிலையே வெறியாய் நிலை கொள்கிறது. என்றால் ஏக்கத்தைக் கண்டுகொள்தல் எவ்வளவு அவசியமாகிறது!

வெறியும் - வினையான வினையாட்டும் சூழ்சியும் அற்ற வாழ்வை வாழ விரும்பினால் நாம் அனைவரும் ஒருவரையொருவர் கண்டுகொள்ளும் முறைகளை அறிந்து உனர் வேண்டும்.

அப்படி ஒருவரை ஒருவர் கண்டுகொண்டால், ஏற்றுக்கொண்டால், மதிக்கக் கற்றுக்கொண்டால் நாம் சாதிப்பதற்கான ஊக்கம் நம்மிடமிருந்தே கிடைத்து விடும். அப்படியில்லாமல்...

எதற்கெடுத்தாலும் ஜப்பானையும், ஜூர்மனியையும், சீனாவையும், அமெரிக்காவையும் எடுத்துக்காட்டிக் கொண்டிருப்பதால் மட்டும் எவ்வித ஊக்கமும் கிடைக்கப் போவதில்லை. வெளிநாடுகளை எடுத்துக்காட்டும் பழக்கத்தை இத்தோடு நிறுத்திக்கொண்டு உள்நாட்டில் வாழும் ஒவ்வொரு மனிதனின் உள்ளத்தைக் கொஞ்சம் எட்டிப் பார்ப்போம். அவனது உனர்வுகளை மதிக்கத் தொடங்குவோம்.

கண்டுகொள்ளப்படாமல் கசிந்துகொண்டிருக்கும் ஏக்கமென்னும் அவனது மனவீக்கத்தைக் கவனிப்போம். அதுவே உண்மையை; உழைப்பை ஊக்குவிப்பதற்கான ஒரே வழி.

உரியமுறையில் அந்த வீக்கத்தைக் குறைக்க முற்படுவோம் நம்மிடம் இல்லாத திறமையா? ஒருவரை ஒருவர் ஊக்குவித்துக் கொள்வோம்; ஒருவரை ஒருவர் மதிக்கத் தொடங்குவோம்.

அடுத்த ஒலிம்பிக்ஸில் மட்டுமல்ல.. நாம் புரியும் ஓவ்வொரு செயலிலும் உலக நாடுகள் தம் புருவங்கள் உயரும்படி நம் தேசம் கொடிகட்டிப் பறக்கும்!

எனக்கெந்த ஜயமுமில்லை - உங்களுக்கு?

ஊக்கமுட்டுவதற்கான ஒரே வழி ஏக்கத்தைக் கண்டுகொள்வதே ஏக்கத்தைக் கண்டுகொள்வோம்; இதயங்களை மட்டுமல்ல இமயங்களையும் எட்டுவோம்!

என்றென்றும் உங்களின்

ம. திருவள்ளுவர்

எத்தனை மயக்கங்கள்
எத்தனைத் தயக்கங்கள்

எத்தனைச் சபலங்கள்
எத்தனைச் சலனங்கள்

எத்தனைத் துள்ளல்கள்
எத்தனைத் துவளல்கள்

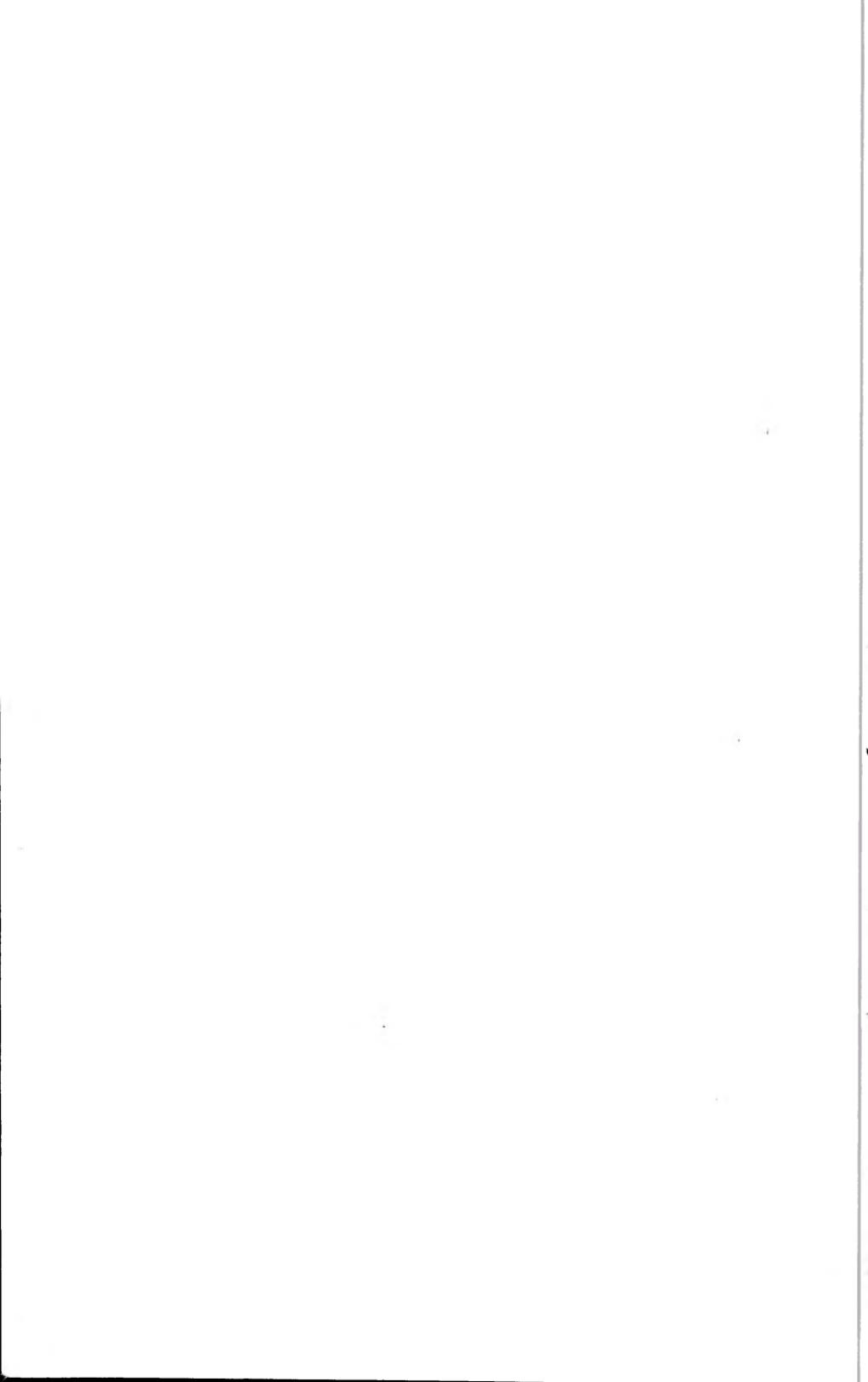
எத்தனைக் கோபங்கள்
எத்தனைத் தாபங்கள்

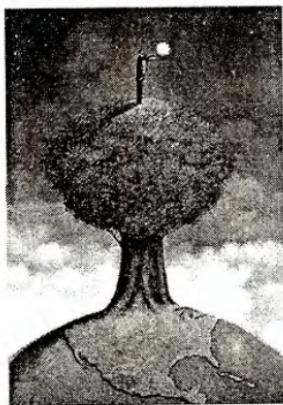
எத்தனைக் காயங்கள்
எத்தனை நேயங்கள்

எத்தனை சூழ்சிகள்
எத்தனை வீழ்ச்சிகள்

எத்தனைப் புன்னகை
எத்தனைக் கண்ணீர்

எத்தனைச் சாதனைகள்
எத்தனைச் சோதனைகள்
இத்தனையும் ஏன்?
எல்லாம் ஏக்கங்களின் தாக்கங்களே!
அறிவீர், புரிவீர், உணர்வீர், தெளிவீர்.





நீகழ்வு - 1

தா ஸலயில் எழுந்த கணவர், சற்றும் எதிர்பாராமல் கடிந்துகொள்கிறார். 'விடிஞ்சு எவ்வளவு நேரமாகச் சூகாஃபி தரனும்னு தோணவில்ல...' முகம் சுளித்துக் கடுஞ்சொல் வீசுகிறார். மனைவி கூறும் காரணங்களை மறுதலிக்கிறார்... குளித்து முடித்து எதுவும் சாப்பிடாமல் கோபத்தோடு அலுவலகம் புறப்பட்டு விடுகிறார்.

மனைவிக்குக் காரணமே புரியவில்லை;
ஒரு காஃபிக்காகவா இத்தனை கோபம்? யோசியுங்கள்!



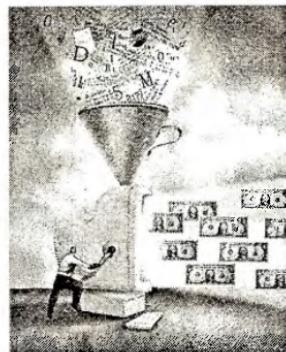
நிகழ்வு - 2

உங்களை ஒருநாள், காலை எட்டரை மணிக்கு உங்கள் மேலதிகாரி, அவரது அறைக்கு அழைக்கிறார். நீங்கள் என்னவோ, ஏதோ என்று விரைந்து செல்கிறீர்கள்.

நீங்கள் சற்றம் எதிர்பாராத விதத்தில் உங்களைச் சரமாரியாகத் திட்டுகிறார். உங்களுக்குக் கொஞ்சங்கூட சம்பந்தமில்லாத ஒரு வேலையை நீங்கள் செய்திருக்க வேண்டும் என்று கத்துகிறார்.

நீங்கள் நிலைமையை விவரிக்க முயல்கிறீர்கள்... ஆனால் அவர் விடாமல் சத்தம் போடுகிறார். கடைசியாய்க் கடுங்கோபத்தோடு உங்களை வெளியேறுமாறு உத்தரவிடுகிறார்.. உள்ளே நிகழ்ந்தது ஏன் என்று உங்களுக்குக் கொஞ்சமும் புரியவில்லை. ஆனால் அந்த நிகழ்வானது தொடர்ந்து உங்கள் மனதை உறுத்து வதாகவே இருக்கிறது.

இதற்குக் காரணம் என்ன?

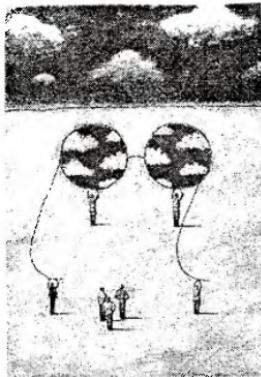


நிகழ்வு - 3

உங்கள் தங்கையின் திருமணத்திற்குச் சற்றே தூரத்துறவான் பெரியப்பா வரவில்லை. வர முடியாமைக்குக் காரணமும் தெரியப்படுத்தவில்லை. நீங்கள் அழைப்பிதழை அனுப்பியிருந்தும் அவர் வராதது உங்களை வருத்தத்திற்கு ஆளாக்குகிறது. தொலைபேசியில் கேட்டபோது அவர் உடல்நலம் சரியில்லையென்றும் அதனால் வரமுடியவில்லை என்றும் சாக்குப்போக்குச் சொல்லித் தப்பிப்பது உங்களுக்குப் புரிகிறது.

இரு வாரத்தில், உங்கள் பெரியப்பாவின் நண்பரிட மிருந்து - உங்கள் பெரியப்பாவுக்கு அழைப்பிதழ் போய்ச் சேர்ந்து விட்டது என்பதையும் ஊர்ஜிதம் செய்துகொள்கிறீர்கள்.

பிறகேன் அவர் வரவில்லை?



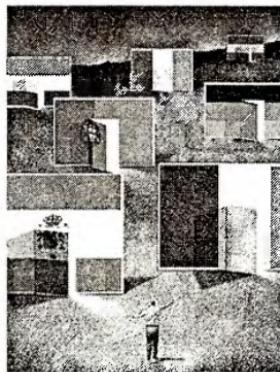
நிகழ்வு - 4

2

ங்கள் குழந்தை வீரிட்டமுகிறது...

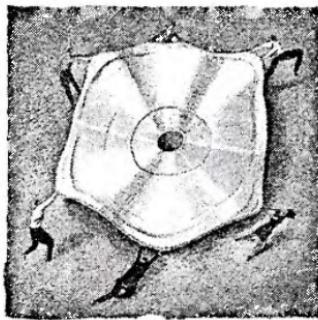
நீங்கள் பிஸ்கட் கொடுக்கிறீர்கள் தூக்கி எறிகிறது. பால் பாட்டில் கொடுக்கிறீர்கள் தள்ளி விடுகிறது. விளையாட்டு பொம்மைகளை மாற்றி மாற்றிக் கொடுக்கிறீர்கள். ஆனால் அது அழுகையை நிறுத்தவில்லை: அடம்பிடிப்பது சிறிதும் குறையவில்லை.

கோபத்தில் அதன் முதுகில் ஒரு ஆடி அடித்து இடுப்பில் தூக்கி அமர்த்திக்கொள்கிறீர்கள். பட்டெண்று அதன் அழுகை நிற்க.. வேசான புன்னைகை பூக்கிறது அதன் இதழ்களில் எதனால் இது?



நிகழ்வு - 5

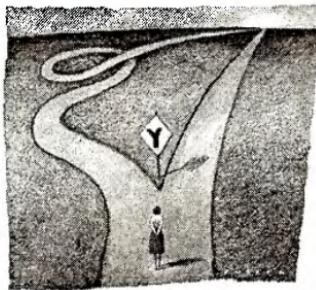
நிங்கள் தேசிய நெடுஞ்சாலையில் வீதி வெறிச் சோடிய அதிகாலை நேரத்தில், உங்களின் இருசக்கர வாகனத்தில் பயணிக்கிறீர்கள். எதிர் திசையிலிருந்து வரும் உங்கள் நெருங்கிய நண்பர் ஒருவர், பார்த்தும் பார்க்காதது போல் தனது வண்டியில் பயணித்துவிடுகிறார். உங்கள் மனதில் அப்போது என்ன தோன்றுகிறது? பார்க்காமலா போகிறான், பார்த்திருந்தால் ஏன் பார்க்காதது போல் போகிறான்? அடுத்த முறை அவன் வரட்டும்! என்ற எண்ணம் ஓடுகிறதல்லவா. அதுமட்டுமல்ல... அது ஒரு உறுத்தலாகவே இடம் பெற்றுவிடுகிறதல்லவா? - ஏன் இப்படி?



நிகழ்வு - 6

2ங்கள் டெப்பிஸ்ட் அல்லது செயலர் காலையில் அடித்துத் தந்த கடிதத்தில் இரண்டு பிழைகள் இருந்தன. அவருக்கு அதை நீங்கள் சுட்டிக் காட்டுகிறீர்கள். அவரோ சரிசெய்து வருவதாகச் சொல்லி மீண்டும் அடித்து வந்து நீட்டுகிறார். இப்போது அவை சரியாகிவிட்டன. ஆனால் வேறு இரு புதுப்பிழைகள் முளைத்துவிட்டன. மீண்டும் அவரிடம் கூற அவர் மீண்டும் வேறு இரு பிழைகளோடு மீன்கிறார். இதுபோன்ற பிழைகள் அவரையும் அறியாமல் நிகழ்கின்றன என்று கருது கிறீர்களா?

அப்படி இல்லை என்றால் இப்படி நிகழ்வது எதனால்?



நீகழ்வு - 7

உங்கள் நண்பர் ஒருவர், நீங்கள் விரும்பாதபோதும் உங்களோடு பேசுகிறார், உங்களைச் சந்திக்க வருகிறார். அடிக்கடி வருகிறார். நீங்களும் பல்வேறு விஷயங்களை ஆகித்துப் பார்க்கிறீர்கள்.

பணத்தை எதிர்பார்க்கிறாரா? அல்லது வேறு ஏதாவது உதவியொன்றை எதிர்பார்க்கிறாரா? என்றால் அப்படி ஏதும் இருப்பதாகப் புரியவில்லை உங்களுக்கு?

உங்களுக்கு எதையாவது பரிசளிக்க விரும்புகிறார். நீங்கள் அவருக்கென்று ஏதும் பெரிதாகச் செய்து விடவில்லை.

பிறகேன்.. அவர் உங்களைப் பின்தொடரவேண்டும்?



நீகழ்வு - 8

நீங்கள் ஒரு தொழில் நிபுணர் என வைத்துக் கொள்ளுங்கள். எடுத்துக்காட்டாக ஒரு ஜவுளிக்கடையோ, ஒரு தையல் கடையோ, ஒரு மளிகை கடையோ, ஒரு உணவு விடுதியோ, ஒரு வாகன விற்பனை மையமோ வைத்தி ருப்பவராக இருக்கலாம்.

குறிப்பாக ஒரு தையல் கடை உரிமையாளர் என எடுத்துக்கொள்வோம் உங்களிடம் துணி கொடுக்கும் ஒளிவரிடம் ஒரு குறிப்பிட்ட தேதியில் முடித்துவிடுவதாக உறுதி கொடுத்திருக்கிறீர்கள் ஆனால் அந்த தேதியில் அவர் வரும்போது “உங்கள் துணியை இன்னும் தொடவே இல்லை; இன்னும் ஒரு வாரத்தில் வாருங்கள்” என்று சொல்லி அனுப்புகிறீர்கள் இப்போது அவர் மனதினுள் தோன்றும் உணர்வு என்ன தெரியுமா?

குறித்த காலத்தில் நீங்கள் கொடுக்காததின் மூலம் நீங்கள் உங்கள் வாடிக்கையாளரை முறையாக கண்டுகொள்ள வில்லை என்னும் உணர்வுக்கு அவரைத் தள்ளிவிடுகிறீர்கள் அவர் அடுத்த முறை உங்களிடம் வரமாட்டார். வேறு கடை நோக்கி சென்று விடுவார் காரணம் என்ன வென்று நினைக்கிறீர்கள்? வேறொன்றும் இல்லை. அவர் கண்டுகொள்ளப்படாததுதான்.

ஏ க் க ங் க ள்

மனிதன் என்பவன் எதனால் ஆனவன்? வெறும் உடலாலும் உயிராலும் மட்டுமல்ல.. ‘உணர்வுகள்’ என்னும் உருத்தெரியாத இழைகளால் பின்னப்பட்டு உலா வருகிறான் மனிதன்.

உணர்வுகளே மனித உறவுகளுக்கும், மானுட நாகரீகத்திற்கும் ஆதாரமாக உள்ளன. மனிதனுக்குள் தோன்றும் உணர்வுகளுக்கான காரணங்கள் ஒரிரண்டல்ல.

பரம்பரை... சூழல்... சந்தர்ப்பம் எனப் பற்பலவாய் விரிகின்றன அவை. எப்படிப் பார்த்தாலும் ஒருவரது இளமைக்கால அனுபவங்கள் அவனை உருவாக்குவதில் பெரும்பங்கு வகிக்கின்றன. குழந்தைப் பருவமும், இளமைப்பருவமும் ஒருவரின் உயர்வுக்கான அடிப்படையை வகுத்துத் தருபவையாகும். ஒரு மனிதன் பொரியவனாய் வளர வளர அவனுக்குள் உருவெடுக்கும் உணர்வுகள் கொஞ்சமல்ல. அப்படிப் பெருக்கெடுக்கும் உணர்வுகள் ஓய்வதுமில்லை.

‘உலகமகா சமுத்திரம்’ எதுவென கேட்டால் அது மனித மனதைத் தவிர வேற்றுவுமாக இருக்கமுடியாது என்றே சொல்வேன். அவனுக்குள் ஊற்றெடுக்கும் உணர்வுகளில் ஒரு சிலவற்றை மட்டுமே வார்த்தைகளாய் உச்சரிக்க முடியும்.

மகிழ்ச்சி
ஆனந்தம்
குதூகலம்
கோபம்
குதர்க்கம்
ஆத்திரம்
காழிப்புணர்ச்சி
வெறுப்பு
பொறாமை
ஆசை
எளிச்சல்

விரக்தி - எனப் பலவற்றைக் குறிப்பிடலாம் என்றாலும் சில உணர்வுகளுக்குப் பெயர்களே கொடுக்க முடியாது. மனித உணர்வு கொந்தளிப்புக்கு ஆட்படும்போது உள்ளங்களில் ஏற்படுகின்றன கொப்பளங்கள், காயங்கள் தழும்புகள் மற்றும் வடுக்கள்.

நேயங்கொண்ட நெஞ்சங்களுக்கோ நடக்கும் நிகழ்ச்சிகளைல் ஸாமே நெகிழ்ச்சி மிக்கவையாவும், நாளும் பொழுதும் மகிழ்ச்சி மிக்கதாயுமே மாறிப்போகும். மேற்கண்ட பல்வேறு உணர்வுகளுக்கும் அடித்தளமாய் விளங்குவது ஒவ்வொரு மனிதருக்குள் நும் விதையாய் விழுந்து, வேர்விட்டு, வளர்ந்து கிளைக்கும் ஏக்கங்களே... சரி... “ஏக்கமென்று எதைக் குறிப்பிடுகிறோம்?” ஏக்கமென்பது பொன்னும் பொருஞும் குவிக்க. வேண்டும் என்னும் பேராசையையோ அல்லது பூமியையே ஆளவேண்டும் என்னும் அபரிமிதமான எதிர்பார்ப்பையோ குறிப்பதல்ல.

இந்த ஏக்கங்கள் வெகு சாதாரணமானவைதான் என்றாலும் அவை அசாதாரணமான தாக்கங்களை (பிண்விளைவுகளை) ஏற்படுத்தக் கூடியவையாய் மாறிவிடுகின்றன. தனி ஒரு மனிதன் வாழ்வில் மட்டுமல்லாது உலகத்தார் பலரின் வாழ்விலும் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும் வல்லமை பொருந்தியது மனிதனின் ஏக்கங்கள்.

ஏக்கங்களால் விரும்பத்தக்க விளைவுகளும் உண்டு. அவற்றால் விரும்பத்தகாத எதிர்மறையான விளைவுகளும் உண்டு.

ஆகவேதான் அத்தகைய ஏக்கங்களை நாம் அறிந்து, புரிந்து, உணர்ந்து, தெளிதல் மிகவும் அவசியமாகிறது...

ஓரு மனிதனின் ஏக்கமானது

உலகத்தின் வளர்ச்சிக்கும் மலர்ச்சிக்கும் வித்தாக விளங்கக்கூடியது. அதேபோல், உலகத்தின் தளர்ச்சிக்கும், வீழ்ச்சிக்குமான விஷ வித்தாகவும் மாறக் கூடியது.

எனவே, நாம் ஓவ்வொருவரும் நம்முள் ஒளிந்துகொண்டு நம்மையே ஆட்டிப்படைக்கும் அல்லது நமக்கும் தெரியாமலே நம்மை ஊக்குவித்துக்கொண்டிருக்கும் அந்த அற்புதமான ஏக்கம் குறித்து முழுமையாகப் புரிந்துகொள்ளுதல் அவசியமாகும்.

நமது ஏக்கத்தை நாம் முறையாகவும் சரியாகவும் புரிந்து கொண்டுவிட்டால் நமக்கு இந்த உலகில் எதிரிகளே இருக்க மாட்டார்கள். மகாபாரதத்தில் தருமனுக்கு எதிரிகளே தென்படாததுபோல் நமக்கும் யாரும் எதிரிகளாய்த் தென் படமாட்டார்கள். நமது எதிர்காலம் உண்மையிலேயே ஒனிமயமானதாக அமைந்து சிறக்கும். நமது உரையாடல் இனக்கமானதாக இன்பமானதாக அமைந்து நமது உறவாடலுக்கு வலுசேர்க்கும். நமது உறவும் நுட்பம் மேம்படும், மக்கட்டண்புகளும், மாண்புகளும் இந்த மாநிலத்தை அலங்கரிக்கும். உலகம் முழுமையும், சூழ்சிகளற்ற சுதந்திரமான சுழற்சியில் சுகம் பெற்று மலரும் அந்த அற்புதமான சூட்சமம் வேறொழுமில்லை நமது ஏக்கத்தை நாம் உணர்ந்து தெளிவதைத் தவிர. சரி....

அத்தகைய சக்தி படைத்த ஏக்கந்தான் என்ன?

வெகு அற்பமானதாகத் தோன்றினாலும் அற்புதமானது. மிகவும் மெல்லியது என்றாலும் மேன்மையானது. ஓவ்வொரு மனிதனுக்குள்ளும் அவனது உயிரினுள் உயிராக உறைவது. அடுக்கடுக்காய் ஆயிரமாயிரம் அதிர்வுகளை ஏற்படுத்திக்கொண்டே விரிவது... நீரின் அலைபோல்; காற்றின் அலைபோல் வட்ட வட்டமாய் விரிவடைந்து ஆசாயமாய்ப் படர்வது.

ஒருவருள் ஏற்படும் அந்த அதிர்வானது மெல்ல மெல்ல உயிரிலிருந்து உணர்விலும் உணர்விலிருந்து உடலிலும்,
ஏக்கங்கள் ■ ம. திருவள்ளுவர் ■ 23

உடலிலிருந்து குரலிலும், குரலிலிருந்து சொல்லிலும், சொல்லி லிருந்து செயலிலும் வட்டம் விட்டு வட்டம் தாண்டி, உலக வட்டத்தையே உலுக்கி விடவெல்ல நுண்ணிய உணர்வு மட்டுமல்ல, நுட்பமான அதிர்வும் கூட.

அந்த அதிர்வலையை அழகாக வளர்த்துக்கொள்ள முடிந்தால் இந்த உலகம் அழகு மயமானதாக மாறிவிடும். இங்கே ஆற்றல் ஊற்றெடுக்கும். பூமி ஓர் அற்புத உருண்டையாகும். ஆக்கப் பூர்வமான செயல்களின் தாயகமாகும். கனவுகளையெல்லாம் நனவுகளாக்கிக் கைதுட்டிக் கொண்டாடும் கருப்பையாய் இந்தப் பூமிப்பந்து மாறிப்போகும். வறுமை மாறும்; ஏழ்மை தீரும்; இருண்மை நீங்கி ஒளிமயமாக உலகம் மினிரும்.

இல்லையெனில் மனித மனமெல்லாம் ரணமாகி உலகமே நோயகமாய், சிறைச்சாலையாய் மாறிப்போகும்.

அப்படி என்ன அந்த ஏக்கம்? என்ற ஆவல் தோன்றி விட்டதல்லவா?

வாருங்கள்.. இனியும் அது இரகசியமாய் இருக்கவேண்டிய அவசியமில்லை... அந்த ஏக்கம் இதோ இதுதான்...

“நான் இருக்கிறேன் என்னைக் கண்டுகொள்ளுங்கள்”

என்று ஒவ்வொரு உள்ளத்திலிருந்தும் எழுந்து உலகத்தின் விளிம்புவரை ஒங்காரமாய் என்றாலும் மென்மாய் ஒளிந்து கொண்டிருக்கும் ஒலம்தான் இதுவரை நான் சொல்லாமல் சொல்லிக்கொண்டே வந்த ஏக்கம்.

இவ்வளவு தானா? என்று நீங்கள் பெருமுச்ச விடுவது எனக்குப் புரிகிறது. ஆனால் இந்தச் சின்னஞ்சிறு எதிர்பார்ப்பு செய்யும் லீலைகள் கொஞ்ச நஞ்சமல்ல! ஆமாம் ஏதோ, இந்த உணர்வு வயதாகிப்போவதால் வரும் உணர்வெல்ல; இயலாமையால் ஏற்படும் ஏக்கமல்ல.. உளவியல் உண்மையும் நடைமுறை வாழ்க்கையும் நமக்குச் சொல்வது என்னவென்றால்...

பிறந்த குழந்தை முதல் இறக்கும் தருவாயில் இருக்கும் முதியவர்

வரை - யாரையும் விட்டு வைக்காத உள்ளார்ந்த உணர்வு தான் 'என்னெனக் கண்டுகொள்ளுங்கள்' - என்று எல்லோருள்ளும் ஒலித்துக்கொண்டிருக்கும் ஏக்கம்! 'என்னெனக் கண்டுகொள்ளுங்கள்' என யாரும் வெளிப்படையாகச் சொல்லிக்கொள்வதில்லை... ஆனால்.. அவர்களின் நடவடிக்கைகள் மற்றும் செயல்பாடுகள் அந்தக் குரலை ஒங்கி ஒலிப்பதாக அமைந்திருக்கும்!

அவர்களின் செயல்பாடுகளின் மெய்ப்பொருளைச் சரியாக உணர்ந்துகொள்ளும் நுண்ணறிவு நம்மில் பலருக்கும் போதாமையால் வாழ்வின் பல நேரங்களில் குழப்பமுற்றும், தடுமாறியும் போகிறோம்.

மறைபொருளாக அல்லது புதைபொருளாக நம்முள் புதைந்து கொண்டு - மனித இனத்தை ஆட்டிப்படைக்கும் ஏக்கத்தை நான் ஆறாம் பூதம் என்று அழைக்கிறேன்.

இனி...

ஏக்கம் குறித்த தெளிவினைப் பெற முயல்வோம்.

- ஏக்கம் உருவாகக் காரணம் என்ன?
- ஒருவரின் ஏக்கம் பிறரிடமிருந்து என்ன எதிர்பார்க்கிறது?
- அவரின் ஏக்கம் முறையாகக் கண்டுகொள்ளப்படும்போது அவர்களின் செயல்பாடுகள் எப்படி அமைகின்றன?
- அதே ஏக்கம் எதிர்மறையாகக் கண்டுகொள்ளப்படும்போது விளைவு என்ன?
- அதே எதிர்ப்பு நேர்மறையாகவோ அல்லது எதிர்மறையாகவோ கண்டுகொள்ளப்படாமல் புறக்கணிக்கப்படும்போது அது அவரின் செயல்பாட்டில் எத்தகைய தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகிறது? அதுமட்டுமல்ல, நம்மிடம் வெளிப்படுத்தும் பிறரின் ஏக்கத்தை நாம் எப்படி எதிர்கொள்வது?
- பிறரின் ஏக்கத்திற்கு எப்போது நேர்மறையாகக் கண்டுகொள்வது? எப்போது எதிர்மறையாகக் கண்டுகொள்வது? எப்போது புறக்கணிப்பது?

போன்ற பஸ்வேறு வினாக்களுக்கு மட்டுமல்லாமல் நாம் நமது ஏக்கங்களின் மீது கவனம் குவித்து...

- நமது ஏக்கங்களை நாம் எப்படிக் கண்டுகொள்வது?
- அவற்றை எப்படிக் குறைத்துக்கொள்வது?
- அப்படிக் குறைத்துக்கொள்வது அவசியமா?
- அதுமட்டுமல்ல... நமது ஏக்கங்கள் எப்படிப்பட்டவை?
- அவை முறையாகக் கண்டுகொள்ளப்படாதபோது நாம் எப்படி நடந்துகொள்வது?

போன்ற இன்னபிற கேள்விகளுக்கான விடைகளையும் இப்போது நாம் காணவிருக்கிறோம்!

டாக்டர் எரிக்பெர்னின் பரிசோதனை ஒன்று மனித ஏக்கத்தை வெகு எளிதாக மண்ணுக்குப் புலப்படுத்துவதாக இருக்கிறது.

வாருங்கள் பார்க்கலாம்

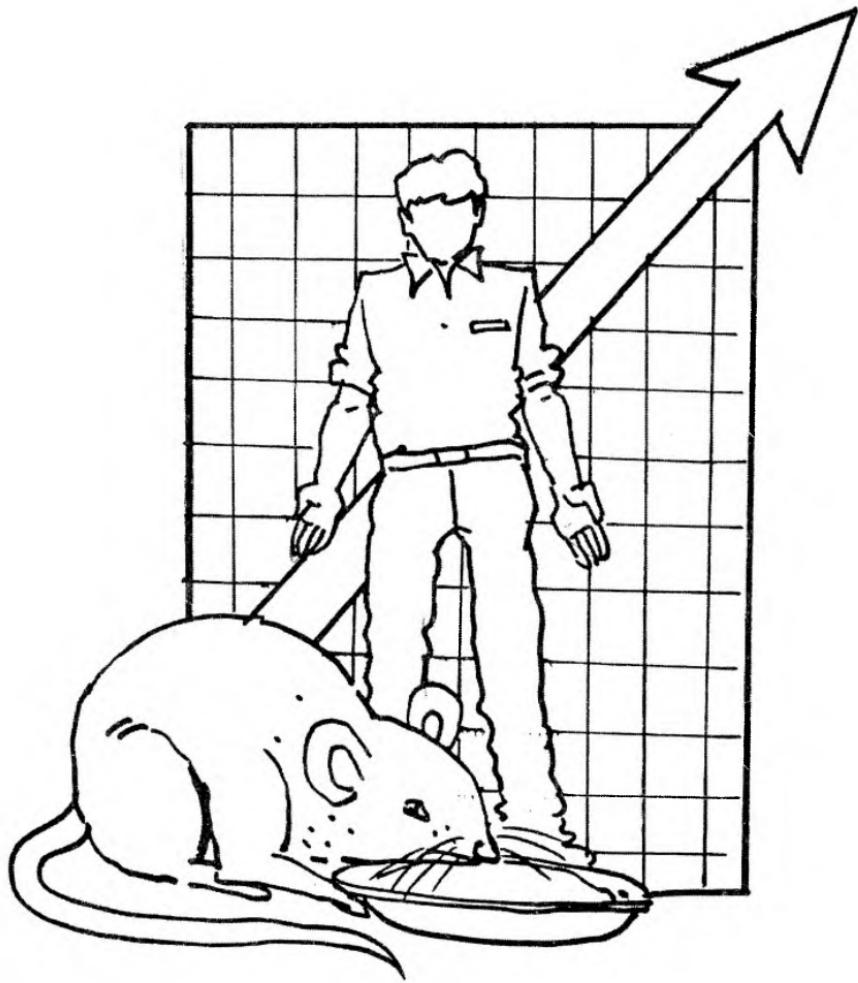
• • •

ஓடு கழி

இப்போது அறைகளில் அடைக்கப்பட்டன வெஸ்வேறு எலிகள். அந்த எலிகளுக்குத் தேவையான தானிய உணவு குறிப்பிட்ட கால இடைவெளிகளில் அந்த முன்று அறைகளுக்குள்ளும் வழங்கப்பட்டன. ஆனால் சிறு சிறு வித்தியாசமான சோதனை நிகழ்ச்சிகள் திட்டமிட்டபடி அந்த மூன்று அறைகளுக்குள்ளும் நிகழ்த்தப்பட்டன.

அந்த எலிகள் உணவு தானியத்தை ஆவலோடு உண்ணத் தொடங்கும்போது முதல் அறை எலிகள் அன்பாக வருடிக் கொடுக்கப்பட்டன. தானியங்களை உண்டு முடிக்கும்வரை அவற்றோடு மனிதர்கள் உடனிருந்தனர். அவற்றோடு விளையாடிய படியும் தடவிக்கொடுத்தும் பொழுதைக் கழித்தனர்.

இரண்டாம் அறையில் எலிகள் உணவுண்ணும்போது இடை-



யிடையே அவை சற்றும் எதிர்பாராத வகையில் துன்புறுத்தப் பட்டன. எரியும் சிகரெட் நுனியால் சுடப்பட்டன. மேலும் உடல்ரீதியான சில வலிகளையும் அந்த எலிகளுக்கு ஏற்படுத்தினர்.

மூன்றாம் அறையிலோ வேறு மாதிரி விநோதம் நிகழ்த்தப் பட்டது. தானியத் தட்டை உள்ளே வைத்துவிட்டுக் கூதவை அடைத்துக் கொண்டு வெளியேறிவிட்டனர் மனிதர்கள். இதே பழக்கம் வழக்கமாக ஏற்கதாழ் நாற்பது நாட்கள் தொடர்ந்தது.

அதன் பிறகு எரிக்கெபர்ன், பல உளவியல் நிபுணர்களோடு நிலைமையை அறிய மூன்று அறைகளையும் பார்வையிட்டார். மூன்று அறைகளில் வசித்து வந்த எலிகளின் நடவடிக்கைகள்

எப்படி இருந்திருக்கும் என சற்றே யூகித்துப் பாருங்களேன்.

முதல் அறை எலிகள் புதியவர்களைக் கண்டதும் எப்படி நடந்துகொண்டிருக்கும்?

இரண்டாம் அறை எலிகள் புதியவர்களைக் கண்டதும் எப்படி நடந்துகொண்டிருக்கும்?

மூன்றாம் அறை எலிகள் புதியவர்களைக் கண்டதும் எப்படி நடந்துகொண்டிருக்கும்?

முதல் அறை எலிகள் நீங்கள் எதிர்பார்த்ததைப்போலவே எவ்வித அச்சமோ சூச்சமோ இன்றி வந்திருந்த புதியவர்களின் ஷாக்களின் மீதேறி மகிழ்ச்சியோடு விளையாடிக் களித்தன. வெகு இயல்பாக இங்கும் அங்கும் ஓடியாடித் திரிந்தன.

இரண்டாம் அறை எலிகள் நீங்கள் நினைத்ததைப் போல் ஓடி ஒடுங்கவில்லை. மாறாக அவை கிறீச்சிட்டபடி சீறிப்பாய்ந்து தாக்க முற்பட்டன. அடிப்பட புலிகளின் மனோபாவத்தில் அவை காணப்பட்டன. இது அனைவரையும் வியப்பில் ஆழ்த்திய நிகழ்வாக இருந்தது.

மூன்றாம் அறையிலோ நிலைமை முற்றிலும் மோசமாக இருந்தது இதை யாராலும் முன்கூட்டியே யூகிக்க முடியவில்லை. அந்த எலிகள் யாவும் உயிர் ஊசலாடும் நிலையில் மிகவும் பரிதாபமாக முடங்கிக் கிடந்தன. நம்ப முடிகிறதா உங்களால்?

நம்ப முடியாததுதான் என்றாலும் நாறு சதவிகிதம் உண்மை இது. இதுதான் உளவியல் கண்ட உன்னதுமான விநோதம். ஆமாம் நண்பர்களே... பல சமயங்களில் நமது மன உணர்வுகளையே நம்மால் நுஸ்ப முடிவதில்லை. மேற்கண்ட பரிசோதனை எலிகளைக் கொண்டே நிகழ்த்துப்பட்டது என்றாலும் மனிதர்களுக்கும் இதுவே பொதுவானது என்பதை மனிதவாழ்வை உணர்ந்து வாழ்பவர்கள் அல்லது உற்று நோக்குபவர்கள் யாராலும் நிச்சயம் உணர முடியும். அது சரி, மேற்கண்ட பரிசோதனை நமக்குத் தெரிவிப்பதென்ன?

முதல் அறை எலிகள் ஏன் அப்படி அன்பாகவும் நம்பிக் கையோடும் நடந்துகொண்டன?

காரணம்: அவை அன்பைப் பெற்றன; பரிவையும், ஸ்பரிசுத் தையும் உணர்ந்திருந்தன. தம்மால் இதுவரை உணரப் பட்டவற்றை வைத்தே புதியவர்களையும் எடைபோட்டன. அத்தகைய செயல்பாட்டையே எதிர்நோக்கின. அந்த எதிர் பார்ப்பின் விளைவாகவே வந்திருந்த புதிய மனிதர்களிடம் எவ்வித பாரபாட்சமுமின்றி பழகத் தொடங்கின. ஒரு வேளை வந்தவர்கள் அன்பைக் காட்டாமல் எதிர்மறையாக நடந்து கொண்டிருந்தால் அவை அதிர்ச்சி அடைந்திருக்கலாம் என்றாலும் அவை ஆத்திரமுற்றுத் தாக்க முனைந்திருக்க மாட்டா.

இரண்டாமறை எலிகளோ, இதுவரை உணர்ந்தது வலிகளும், காயங்களும் மட்டுமே. இனிமேல் அவற்றைத் தொடர்ந்து ஏற்றுக்கொள்ளும் மனநிலையை இழந்துவிட்டன. புதியவர்களின் மீது நம்பிக்கை வைக்கும் தன்மையை, தமது பழைய பழக்கத்தின் காரணமாக இழந்துவிட்டிருந்தன. ஆகவே தம்மைப் பூன்புறுத்தியவர்களுக்கும் புதியவர்களுக்குமான பேதத்தை அறிய முடியவில்லை. எல்லோரையும் எதிரிகளாகவே பார்க்கின்றன. ஆகவே தான் தாக்க முற்படுகின்றன. தம்மைக் தற்காத்துக்கொள்வதற் காகவும் பிறரைப் பழிவாங்குவற்காகவும் அவ்வெலிகளின் இம் முயற்சி அமைகிறது.

மூன்றாமறை எலிகளுக்கு உணவு முறையாகக் கிடைத்தாலும் அவற்றின் உணர்வைப் புரிந்துகொள்வார் இல்லாமையால் பெரும் ஏமாற்றத்தை அனுபவித்தன. அந்த ஏமாற்ற உணர்வின் காரணமாகவே, உணவு கிடைத்தும் அவை உடல் இளைத்து ஒருவித, மனநோய்க்கு ஆளாகி இறக்கும் நிலைக்குத் தள்ளப்பட்டன. உணர்வுகளையே மிக மோசமான தற்கொலைக்குச் சமமான உணர்வு ஒதுக்கப் படும்போது ஏற்படுகிறது என்பதை இந்தப் பரிசோதனை மிக எளிமையாக எடுத்துக்காட்டுகிறதல்லவா?

இந்தப் பரிசோதனை தான் எரிக்பெர்னுக்கு மட்டுமல்லாது இவ்வுலக உள்வியல் நிபுணர்களுக்கெல்லாம் ஏக்கத்தின்

மகிமையை எடுத்துணர்த்தியது. பின்பொருநாள் இதே உண்மை மருத்துவமனையில் புதிதாகப் பிறந்த குழந்தைகளிடமிருந்தும் எரிக்பெர்ஸ் கண்டறியப்பட்டது

ஒரு குழந்தைக்கு உணவை மட்டுமே கொடுத்தார்கள். ஆனால் தோனில் தூக்கியோ, மடியில் கிடத்தியோ அன்பைப் பகிரவோ, உச்சி மோந்து சீராட்டவோ இல்லை. இன்னொரு குழந்தையை கையிலெடுத்து, மடியில் சரித்து, அன்பாய் பரிவாய் வருஷத்தொடுத் தும் தாலாட்டுப்பாடியும் சீராட்டினார்கள். ஆனால் உணவு கொடுப்பதை ஒத்தி வைத்தார்கள்.

இந்த இரண்டு குழந்தைகளில் முதல் குழந்தையின் உடல்நிலை வெகு விரைவிலேயே பாதிக்கப்பட்டு நலம் குன்றி இறக்கும் தருவாயை அடைந்தது. இந்தப் பரிசோதனையும் எரிக்பெர்ஸின் யூகத்தையே ஊர்ஜிதம் செய்வதாய் அமைந்தது.

மனிதர் வாழ இன்றியமையாதவை காற்று, நீர், ஓளி மற்றும் உணவு என நாம் என்னிக்கொண்டிருக்கிறோம். இவற்றைப் போலவே அன்பும் மிக முக்கிய அங்கம் வகிக்கிறது என்பதையே மேற்கண்ட பரிசோதனைகள் உறுதி செய்கின்றன.

- தன்னைப் பிறர் ஆ மோதிக்க வேண்டும்.
- தன்னைப் பிறர் அங்கீகரிக்க வேண்டும்.
- தன்னைப் பிறர் ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.
- தன்னைப் பிறர் மதிக்க வேண்டும்.
- தன்னோடு பிறர் தொடர்புகொள்ள வேண்டும்.
- தான் சொல்வதைப் பிறர்கேட்க வேண்டும்
- என்னை நாடி மனிதர்கள் வரவேண்டும்

என்பதைப் போன்ற என்னங்களின் அடிப்படையையே நாம் ஏக்கம் எனக் குறிப்பிடுகிறோம்.

‘மனிதன் ஒரு சமூக விலங்கு’ என்கிறது உளவியல். அதுமட்டுமல்ல மனிதர்களின் அன்புத்தேவை அவர்களின் வளர்ச்சியில் மிக முக்கியப் பங்கு வகிக்கிறது என்பதை அவனது தேவைகளின்

ஐந்து அடுக்கு வரிசையில் மூன்றாவது முக்கியத் தேவையாக அடையாளம் காட்டியிருக்கிறார் மாஸ்லோ.

இதில் மேலும் விநோதம் என்னவென்றால்.. தன்னைப் பிறர் ஆமோதிக்க வேண்டும் அல்லது அங்கீகரிக்க வேண்டும் என்பது தான் ஒருவனின் முதல் எதிர்பார்ப்பாய் இருக்கிறது.

ஆனால் அத்தகைய அங்கீகாரம் கிடைக்காதபோது குறைந்தபட்சம், தான் எதிர்ப்புக்கு உள்ளாக வேண்டும்; தன்னைப் பிறர் விமர்சிக்க அல்லது குறைசொல்ல வேண்டும் என்று எதிர்நோக்குகிறான். இது நினைத்துப்பார்க்க விநோதமாகத்தான் தோன்றும் என்றாலும் இதுவே உண்மை.

ஆனால் மேலே சொன்ன இரண்டு விதமான எதிர்பார்ப்பு கரும் நிறைவேறாதபோது அவன் கண்டுகொள்ளப்படாமல் விடப்பட்டதாகக் கருதுகிறேன். அவன் புறக்கணிக்கப்பட்டவனாக எண்ணி புண்பட்டுப்போகிறான். தாங்கிக்கொள்ள முடியாத வனாகி, தன்னைத்தானே மாய்த்துக்கொள்ளும் மோசமான நிலைக்குத் தள்ளப்படுகிறான்.

மேற்கண்ட மூன்று நிலைகளிலிருந்தும் நாம் புரிந்துகொள்ளக் கிடைப்பது இதுதான்:

- 1) நேர்மறையாகக் கண்டுகொள்தலையே நாம் ஓவ்வொருவரும் விரும்புகிறோம். அதாவது அங்கீகாரத்தை எதிர்பார்க்கிறோம்.
- 2) அல்லது எதிர்மறையாகவாவது கண்டுகொள்ள வேண்டும் என எதிர்பார்க்கிறோம். அதாவது விமர்சனம் அல்லது எதிர்ப்பையாவது ஏற்றுக்கொள்கிறோம்.
- 3) ஆனால் மேற்கண்ட அங்கீகாரமோ அல்லது விமர்சனமோ இரண்டும் அல்லாமல் தனித்துக் கேட்பாரற்று விட்டு விடப்படுவதை யாராலும் ஏற்றுக்கொள்ள முடிவதில்லை. தாம் கண்டுகொள்ளப்படாத நிலையைத்தான் நாம் ஓவ்வொரு வருமே வெறுக்கிறோம். அந்த நிலையை நம் யாராலுமே ஏற்றுக்கொள்ள முடிவதில்லை. அத்தகைய நிலையைக்

கொடுமையான தண்டனையாக நாம் சுருதுகிறோம். ஆகவே தான் இன்றும் பல கிராமப் பஞ்சாயத்துகளில், குற்ற மிழைக்கும் ஒரு குடும்பத்தை அதாவது ஊர்க்கட்டுப் பாட்டை மீறும் குடும்பத்தை ஊரை விட்டுத் தள்ளிவைப் பதைத் தண்டனையாக வழங்குகிறார்கள். ஊரில் வேறு யாரும் அந்தக் குடும்பத்தோடு எவ்வித உறவோ, தொடர்போ வைத்துக்கொள்ளக்கூடாது என்றும் சட்டம் விதிக்கி றார்கள்.

மேற்கண்ட மூன்று நிலைகளை இன்னும் சுருக்கமாக இப்படி விளக்கலாம்.

நாம் ஓவ்வொருவரும் முத்தத்தையே எதிர்பார்க்கிறோம். அது கிடைக்காதபோது உதையையாவது எதிர்பார்க்கிறோம். இரண்டுமே கிடைக்காதபோது நாம் எதற்குமே தகுதியானவர் இல்லையோ என்னும் ஏக்கத்தில் இறந்துவிடவும் தயாராகிவிடுகிறோம். என்ன நண்பர்களே, உங்களால் ஏற்றுக்கொள்ள முடிகிறதா இந்த உளவியல் உண்மையை?

வாருங்கள், இப்போது நமது நடைமுறை வாழ்வில் அன்றாடம் நிகழும் சம்பவங்களில் காணப்படும் நமது ஏக்கங்களை அடையாளம் காண முயல்வோம்.

நீங்கள் இப்போது உங்களையோ, உங்கள் குடும்பத்தையோ, உறவினரையோ, அலுவலக அதிகாரிகளையோ, சிப்பந்திகளையோ அல்லது நமது அரசியல் பிரமுகர்களையோ, பெரும் வணிகப் பெரும் புள்ளிகளையோ நினைவில் கொண்டுவாருங்கள். பின்வரும் நம் பழக்க வழக்கங்களை அவர்களோடு ஒட்டிட்டு ஆராய முற்படுங்கள்.

- காலையில் நீங்கள் யாருக்கோ ‘குட்மார்னிங்’ சொல்கிறீர்கள். பதிலுக்கு அவர் குட்மார்னிங் சொல்லாமல் ம....ம் என்றபடி போய்விடுகிறார் என்று வைத்துக்கொள்ளுங்கள். உங்களுக்குள் என்ன உணர்வு ஏற்படுகிறது என்பதை உணருங்கள். நேர் மறையான குட்மார்னிங் என்னும் பதில் வார்த்தையை நீங்கள் எதிர்பார்த்திர்கள். ஆனால் கிடைத்த பதிலேர நேர்

மறையானதுதான் என்றாலும் அது நிறைவான உணர்வை உங்களுக்குள் ஏற்படுத்த வில்லை. உங்கள் ஏக்கம் தனியவில்லை..

'என் வாய் திறந்து சொன்னாலென்ன? குறைந்தா போய் விடுவார்' என்னும் கசப்புணர்வு எழுகிறதா இல்லையா? அது மட்டுமில்லை. இனி இவருக்கு சூட்டார்னிங் சொல்வதில்லை என்று உங்களுக்குள் சொல்லிக் கொள்கிறீர்களா இல்லையா?

- எதிர் வரும் உங்கள் நண்பரைப் பார்த்து நீங்கள் புன்னகைக் கிறீர்கள்; அவரோ உங்களைக் கண்டும் காணாதது போல போய்விடுகிறார். உள்ளுக்குள் என்ன உணர்வு ஏற்படுகிறது. ஒருவித ஏமாற்றம் தோன்றுகிறதல்லவா? இதுதான் புறக்கணிக்கப்பட்ட மூன்றாம் நிலை உணர்வு.
- இப்போதும் நம் குடும்பங்களில் காணலாம். திருமணப் பத்திரி கையை நேரில் கொண்டு தராமல், தபாலில் அனுப்பியிருக்கிறார்கள் என்பதற்காகவே திருமணத்திற்கு நேரடியாகப் போக மறுத்து வேறு யாரிடமோ 'மொய்' கொடுத்துவிடும் சந்தூர்ப்பங்களைச் சந்திக்கிறோம் அல்லவா? நம்மைக் கண்டுகொள்ள வில்லை என்னும் ஏக்கத்தின் வெளிப்பாடே இது.

இதுமட்டுமல்ல.. நம் வாழ்வில் பல்வேறு தினங்களைக் கொண்டாடி மகிழ்கிறோமே ஏன் தெரியுமா? நாம் நம் நண்பர்களுக்கும், உறவினர்களுக்கும் இனிப்புகளையும் வாழ்த்துக்களையும் பரிமாறி மகிழ்கிறோமே ஏன்?

பிறந்தநாள்

மனநாள்

பதவி உயர்வு

நண்பர் தினம்

அன்னையர் தினம்

காதலர் தினம்

ஆசிரியர் தினம்

பெற்றோர் தினம்

மகளிர் தினம்

ஊனமுற்றோர் தினம்

குழந்தைகள் தினம் - என

ஓவ்வொருவருக்கும் ஓவ்வொரு தினம் ஏன்? என்று சற்றே யோசித்துப் பாருங்கள். உண்மை விளங்கும்.

நம்மை நாமே கண்டுகொள்ள நமது ஏக்கத்தை நாமே தீர்த்துக் கொள்ள ஏற்பாடு செய்யப்பட்டவையே இவை.

இவை தவிர...

பண்டிகைகள், தேர்த் திருவிழாக்கள், காது குத்துக்கள், மொட்டை அடித்தல் போன்ற பல்வேறு சடங்குகளும், சம்பிரதாயங்களும், விழாக்களும் நம்மை நாமே கண்டுகொள்ள, நம்மைநாமே அங்கீரித்துக்கொள்ள, நம்மை நாமே தட்டிக் கொடுத்துக்கொள்ள, நம்மை நாமே பாராட்டிக்கொள்ள, நம்மை நாமே வாழ்த்திக் கொள்ள நாம் ஏற்படுத்திக்கொண்டிருக்கும் சில நேர்மறையான ஏற்பாடுகளாகும்.

சிறப்பு தினங்களில் பெரியோரின் பாதம் பணிதல், சமமானவர் களைக் கட்டித் தழுவிக்கொள்தல், பரிசுகள் வழங்குதல், மாலை அணிவித்தல், கையில் எலுமிச்சை தருதல், பட்டாடை அணிவித்தல், முத்தங்கள் கொடுத்தல் மற்றும் வாழ்த்துத்தைகள் அனுப்புதல் பிரிவு உபச்சார விழா நிகழ்த்துதல், போன்ற யாவும் நாம் ஒருவரை ஒருவர் கண்டுகொள்வதற்காக நமக்கு நாமே ஏற்படுத்திக்கொண்ட மரபுகள், மாண்புகள். இவை வெறும் சமூகப் பழக்கவழக்கங்கள் எனத்தோன்றினாலும் உண்மையில் அத்தனையும் அவையாவும் உறவுகளை மேம்படுத்தும் உளவியல் கலைகள் என்றே நான் கருதுகிறேன். இவ்வளவு ஏன்?

ஓவ்வொரு நாளும் நாம் அணிவதற்கான உடையைத் தேர்ந்தெடுக்கும் போதுகூட நம்மையும் அறியாமல் நம்மை இயக்குவது நமது ஏக்கம் தான்! நமது உடையைப் பிறர் எப்படி ஏற்றுக்கொள்வார்களோ என்னும் எண்ணம்; நம்மை அசைக்கத் தொடங்கிவிடுகிறது அல்லவா... ஒருகாட்சி நீங்கள் ஒரு புதிய பட்டாடையை அணிந்துகொண்டு ஒரு திருமண விழாவிற்குச் செல்கிறீர்கள். அப்போது உங்கள் உறவினர்கள் உங்களிடம்...

'இந்த உடை என்ன விலை?' நன்றாக இருக்கிறதே, எங்கு வாங்கி ணர்கள்' என்கிறார்கள். அப்போது உங்களுக்குள் ஏற்படும் உணர்வு என்ன? யோசித்துப் பாருங்கள். அதே நேரத்தில் இந்தக் கலர் அவ்வளவு நல்லாயில்லையே நீங்கள் வேறு கலர் வாங்கியிருக்கலாமே, உங்களுக்கு பிங்க் கலர்தான் நல்லா இருக்கும். அதுமட்டுமல்ல இவ்வளவு விலை இந்தப் புடவைக்கு அதிகம் தான்' என்கிறார்கள் என்று வைத்துக்கொள் ஞங்கள். இப்போது உங்களுக்குள் ஏற்படும் உணர்வு என்ன? யோசித்துப் பாருங்கள். அதே நேரத்தில் உங்கள் ஆடையைப் பற்றி யாரும் எதுவும் கேட்கவே இல்லை என்று வைத்துக்கொள்ஞங்கள் அன்று மாலை வீடு திரும்பும்போதே உங்கள் மனம் படும்பாடு உங்களுக்கு மட்டுமே தெரியும் அல்லவா?

இந்த முன்று நிலைகளுள் முதல் நிலை 'நேர்மறையான கண்டுகொள்ஞுதலை'யும் இரண்டாம் நிலை 'எதிர்மறையான கண்டுகொள்ஞுதலை'யும் மூன்றாம் நிலை 'புறக்கணிக்கப்படும் நிலையை'யும் குறிப்பதை உங்களால் உணர முடிகிறதல்லவா?

இதுபோன்ற அன்றாடச் சம்பவங்கள் ஓரிரண்டல்ல. ஆனால் இத்தகைய சம்பவங்களால் பாதிக்கப்படும் ஒருவரின் மனோநிலை யும் அவரது செயல்பாடுகளும் அவர்களோடு சம்பந்தப்பட்ட மற்றும் சம்பந்தப்படாத பலரின் மனோநிலையையும், செயல்பாடுகளையும் நேர்மறையாகவோ, எதிர்மறையாகவோ அல்லது புறக்கணிக்கும்படியோ பாதிக்கின்றன அல்லவா?

ஆகவே தான் ஏக்கங்களைக் கண்டுகொள்ளும் விதம் ஒவ்வொருவரின் வாழ்விலும் மிக முக்கியமானதாகிவிடுகிறது. இதுவை ஏக்கங்களைப் பற்றிக் கண்டோம்.

இனி அவற்றைக் கண்டுகொள்தல் குறித்து விரிவாகக் காண்போம். 'கண்டுகொள்தல்' என்பது ஒவ்வொருவரின் குழந்தைப் பருவத்திலிருந்தே தாக்கத்தை ஏற்படுத்திவிடுகிறது.

ஒருவரின் ஏக்கங்கள் சிறு வயதிலிருந்தே எப்படிக் கண்டுகொள்ளப்பட்டன என்பதைக்கொண்டே அவரது பிற்காலப் பருவங்கள் ('வாலிப மற்றும் வயோதிகப் பருவங்கள்) தீர்மானிக்கப்படுகின்றன.

ஒரு மனிதனின் வாழ்க்கையில் அவனது ஏக்கங்களைக் கண்டுகொள்தல் என்பது அவனது மனதின் பரிபூரண வளர்ச்சிக்கும் அவனது ஆரோக்கியத்திற்கும் பிராணவாயுவைப் போல விளங்குகிறது - என்பது தான் உளவியல் உண்மையாகவும் நடைமுறை எதார்த்தமாகவும் இருக்கிறது. நேர்மறையான கண்டுகொள்ளல் அல்லது பாராட்டுக்கள் ஒருவரைப் பூரிப்படையச் செய்கின்றன; அவனைக் குதூகவிக்கச் செய்கின்றன; அவனுக்குள் கொண்டாட்ட உணர்வைத் தூண்டுகின்றன. அவனது மகிழ்ச்சிக்கு உத்திரவாதம் அளிக்கின்றன.

ஆகவே நண்பர்களே, நேர்மறையான கண்டுகொள்தலே ஒரு வரின் ஆரோக்கியமான வளர்ச்சிக்கும், எதிர்காலத்திற்கும் அடிகோலுகிறது என்பதில் எவ்வித ஐயமுமில்லை என்றாலும் தேவையேற்படும்போது எதிர்மறையாகவும் கண்டுகொள்ள வேண்டியது அவசியமாகிறது.

இனி, கண்டுகொள்தலின் வகைகளை அறிந்துகொள்வோம்...

- 1) வார்த்தைகளால் கண்டுகொள்ளலாம்
- 2) வார்த்தைகள் இல்லாமலும் அதாவது சைக்களாலும் கண்டுகொள்ளலாம்
- 3) நிபந்தனை ஏதும் இல்லாமல் கண்டுகொள்ளலாம்
- 4) நிபந்தனைகளோடும் கண்டுகொள்ளலாம்
- 5) பாராமுகமாகவும் விட்டுவிடலாம்

மேற்கண்ட ஐந்து வகைகளிலும் நாம் பிறரின் ஏக்கங்களைக் கண்டுகொள்ளலாம். இந்த ஐந்து வகைக்கும் நாம் நடைமுறை உதாரணங்களைக் கண்டால் நமக்கு எளிதில் விளங்கும்.

“நலமா? நீங்கள் எப்படி இருக்கிறீர்கள்?”

- 1) இது வார்த்தைகளால் கண்டுகொள்வதற்கான எடுத்துக்காட்டு;
- 2) இனி வார்த்தைகளற்ற கண்டுகொள்ளலுக்கான எடுத்துக்காட்டைக் காண்போம்.

அன்பாக அரவணைத்தல்
தட்டிக் கொடுத்தல்
முத்தமிடுதல்
புன்னகை செய்தல்

ஒக கூப்பல், கண்ணசைத்தல் போன்ற உடல் ரீதியான
சைகைகள் (உடல் அசைவு மொழிகள்) யாவுமே இதற்கு
உதாரணங்களாகும்.

'எப்போதுமே நீங்கள் உற்சாகமானவராக இருக்கிறீர்கள்! நீங்கள்
ஒரு கடுமையான உழைப்பாளி!'

இது நிபந்தனையற்ற நேர்மறையான கண்டுகொள்ளலுக்கான
எடுத்துக்காட்டு இதில் ஒருவர் எவ்வித நிபந்தனையுமில்லால்
பாராட்டப்படுகிறார்.

மேலும் ஓர் எடுத்துக்காட்டு இதோ

'நீங்கள் புத்திசாலி; திறமை மிக்கவர்; இந்த வேலையை நீங்கள்
எளிதில் முடித்து விடுவீர்கள்.'

இனி, நிபந்தனையற்ற ஆனால் எதிர்மறையான கண்டு
கொள்ளலுக்கான எடுத்துக்காட்டு ஒன்று.

'எப்போது நீங்கள் ஒழுங்காக இருந்திருக்கிறீர்கள், இப்போது
ஒழுங்காகச் செய்ய, நீங்கள் தேறப்போவதே இல்லை'. என் முகத்திலே
விழிக்காதீர்கள் போங்கள்'

அடுத்ததாக நிபந்தனையோடு கூடிய நேர்மறையான
கண்டுகொள்ளுதலுக்கான எடுத்துக்காட்டுகள் சில:

இந்தக் காரியத்தை நீ முடித்துவிட்டால் உனக்கு ஆயிரம் ரூபாய்
பரிசு கொடுப்பேன்' 'இம்முறை கணிதத்தில் நீ நூற்றுக்கு நூறு
எடுத்துவிட்டால் நான் உனக்கு ஒரு சைக்கிள் வாங்கிக் கொடுப்பேன்.'

இதோ... நிபந்தனையோடு கூடிய எதிர்மறையான
கண்டுகொள்ளுதலுக்கான எடுத்துக்காட்டுகள் சில:

'கணிதத்தில் நீ நூற்றுக்கு நூறு எடுக்காவிட்டால் உனக்கு உதை

விழும்... ஜாக்கிரதை" 'இந்த வேலையை நீ இன்று மாலைக்குள் முடிக்காவிட்டால் உன்னை வேலையை விட்டு நிறுத்திவிடுவேன்' 'இந்த மாதம் ரூ.10,00,000 என்கிற விற்பனை இலக்கை எட்டாவிட்டால் உங்களை இடமாற்றம் செய்துவிடுவேன்.' இவையெல்லாம் சில எடுத்துக்காட்டுக்களே.



இப்போது மேலும் சில கண்டுகொள்ளல்களை உங்கள் பார்வைக்கும் சிந்தனைக்கும் சமர்ப்பிக்கிறேன் இவை மேற்கண்ட கண்டுகொள்ளும் வகைகளில் எவ்வகையைச் சார்ந்தவை என அடையாளம் காண முயலுங்கள்.

- 1) “உனக்கு அறிவு இருக்கா.... எத்தனை தடவை சொல்றது உனக்கு”
- 2) “இந்தக் கலர் உங்களுக்கு அட்டகாசமா இருக்கு சார்”
- 3) “நீங்கள் பாடம் நடத்தும் விதம் மிகவும் அருமையாக இருக்கிறது சார்”
- 4) “சரி.. கவலைப்படாதே உனக்கு என்ன உதவி வேண்டும் கேள் நானிருக்கிறேன்”
- 5) இந்த முறை நீ ஒழுங்காக எனது பணத்தைத் திருப்பித் தராவிட்டால் பார்.. உன் வீட்டு வாசலில் வந்து உன்னை அவமானப் படுத்துவதைத் தவிர வேறு வழியில்லை.
- 6) “நீ ஒரு பாட்டுப்பாடினால் நான் ஒரு பரிசு தருவேன்”
- 7) “இந்தப் பிராஜக்டை நீங்கள் அடுத்த மாதத்திற்குள் முடித்துவிட்டால் உங்களுக்குக் கண்டிப்பாகப் பதவி உயர்வு தருவேன்”
- 8) “ஏன் சோகமாய் உட்கார்ந்திருக்கிறாய்? ஏதாவது பணத்தேவையா? அல்லது உன் அம்மா உன்னைத் திட்டினார்களா?”
- 9) “உன்னிடம் எனக்குப் பிடித்ததே உன்னுடைய புன்னகை தான்”
- 10) “குறை சொல்வதே உனக்கு வழக்கமாய்ப் போச்சு.. என்றுதான் நீ மாறுவாயோ?”

மேற்கண்டவற்றுள்...

எது நிபந்தனையோடு கூடிய நேர்மறையான கண்டுகொள்ளல்?

எது நிபந்தனையோடு கூடிய எதிர்மறையான கண்டுகொள்ளல்?

எது நிபந்தனையற்ற நேர்மறையான கண்டுகொள்ளல்?

எது நிபந்தனையற்ற எதிர்மறையான கண்டுகொள்ளல்?

- என்பதை அடையாளம் கண்டுவிட்டால், இப்படிக் கண்டு

கொள்ளப்பட்டவர்களின் மனம் மகிழ்ச்சி அடையுமா? புண் படுமா? என்பதையும் உணர முடியும். “கண்டுகொள்ளப்பட்டவர் கள் மகிழ்ச்சி அடைவார்கள்” எனத் தோன்றினால் அவர்களின் ஏக்கம் தீர்க்கப்பட்டிருக்கிறது என்று பொருள். “கண்டுகொள்ளப் பட்டவர்கள் எரிச்சலோ, கோபமோ அடைந்தால் அவர்களின் ஏக்கமானது தீர்க்கப்படாமல் அதிருப்தியை ஏற்படுத்தியிருக்கிறது என்று பொருள்.

“கண்டுகொள்ளப்பட்டவர்கள் வேதனைப்பட்டு மனம் புழுங்குகிறார்கள் என்றால் - அவர்கள் புறக்கணிக்கப்பட்டவர்கள் என்று பொருள். நடந்து முடிந்த உங்கள் வாழ்க்கைச் சம்பவங்களோடு மேற்கண்டவற்றை ஒப்பிட்டு உண்மைநிலையை உணர லாம். இவற்றை உங்கள் வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு தருணத்தின் போதும் நீங்கள் விழிப்புணர்வோடு இருந்து உணர்ந்து பயன் படுத்தி அதன் விளைவுகளை ஆக்கப் பூர்வமானதாக ஒருவாக்க முயலுங்கள்.

அடுத்ததாக ஏக்கம் பற்றி நாம் கவனிக்க வேண்டிய மிக முக்கியமான ஒன்றை இப்போது பார்ப்போம். கண்டுகொள்தலை எப்படி நிகழ்த்துவது? அதாவது ஏக்கங்களை நாம் எப்படிக் கண்டுகொண்டால் அது ஆக்கப்பூர்வமான விளைவை ஏற்படுத்தும் என்பதைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

கண்டுகொள்ளுதலில் நாம் அனுசரிக்க வேண்டிய விதிமுறைகள் இதோ:

- 1) நம் கண்டுகொள்ளல் ‘பொருள் மிக்கதாக’ இருக்க வேண்டும். அதாவது ஒரு குறிப்பிட்ட செயல்பாட்டையே நாம் கண்டுகொள்ளவேண்டும். அப்படியில்லாமல் பொதுவாகக் கண்டுகொண்டால் அது அவ்வளவு சிறப்பானதாக அமையாது.
- 2) நாம் பிறரது ஏக்கங்களைக் கண்டுகொள்ளும்போது ‘உணர்க்கிப் பூர்வமாகக்’ கண்டுகொள்ள வேண்டும். நாம் உரையாடும் விதமும், சொற்களும் உள்ளப் பூர்வமானதாக இருந்தால் அதற்கான விளைவு அற்புதமானதாக இருக்கும்.

- 3) அது மட்டுமல்லாமல், பிறரைக் கண்டுகொள்ளும்போது நாம் வெளிப்படுத்தும் நமது வார்த்தைகள், நமது முசுபாவம், உடலசைவுகள் மற்றும் சூரல் தொனி யாவும் ஒருங்கிணைந்து வெளிப்படுதல் வேண்டும்.
- 4) கண்டுகொள்ளும் 'நேரமும்' கச்சிதமானதாக இருக்கவேண்டும். எப்போதோ நடந்த ஒரு காரியத்துக்கு எப்போதோ பாராட்டுவது பொருத்தமாக இருக்காது. அது மட்டுமல்ல, அது பொய் அல்லது போலி என்ற உணர்வை ஏற்படுத்தி விடும். குறிப்பிடப்படும் அந்த நிகழ்வு அல்லது சாதனை நடந்ததும் உடனடியாகவோ உரிய நேரத்திலோ அதற்கான பாராட்டை வெளிப்படுத்துவதாக அமையவேண்டும்.
- 5) அதுமட்டுமல்ல... கண்டுகொள்வதில் மிக முக்கியமான இன்னொன்றும் நம் கவனத்தில் இருக்க வேண்டும். நாம் பிறரின் ஏக்கத்தைக் கண்டுகொள்ளும்போது அதைப் பெறுவோரின் மனோநிலையை அறிந்து அதற்கேற்றாற்போல் கண்டுகொள்ளுதல் உசிதமாகும்.

இந்த ஐந்து வழிமுறைகளையும் நாம் முறையாகக் கடைபிடித் தலின் மூலம் பிறரின் ஏக்கங்கள் முறையாகத் தீர்க்கப்படும். அதுமட்டுமல்ல அது அனைவராலும் விரும்பத்தக்க விளைவு களையும் ஏற்படுத்துவதாக அமையும்.

கண்டுகொள்ளுதலின் பயனை அதிகரிக்க என்ன செய்யலாம்?

சரி,

ஏக்கங்களைச் சீரிய முறையில் கண்டுகொள்வதற்கான எளிய வழிகள் இதோ... கண்டுகொள்ளப்படுவோரின் ஏக்கங்கள் தீர வேண்டுமெனில்...

- கண்டுகொள்ளுதல் மிகவும் நியாயமாக நிகழ வேண்டும்.
- கண்டுகொள்ளுதல் பொருத்தமானதாக இருக்க வேண்டும்.
- கண்டுகொள்ளுதலைப் பெறுபவரின் வாழ்நிலையைப் பொறுத்தே அந்தக் கண்டுகொள்ளுதல் பயனளிப்பதாக அமையும்.

- கண்டுகொள்ளும் மனிதனின் கொரவத்தைப் பொருத்தும் கண்டு கொள்ளுதலின் சிறப்பு அமைகிறது.
- கண்டுகொள்ளும் முறையைப் பொருத்தும் அதன் பயன் அதிகரிக்கும் அல்லது குறையும்.
- கண்டுகொள்ளப்படும் காலம் அதற்கான ஒரு தனி இடத்தைப் பிடிக்கிறது.
- எத்தனை முறை ஒருவர் கண்டுகொள்ளப்படுகிறார் என்பதும் ஏக்கங்களைத் தீர்ப்பதில் மிக முக்கியப்பங்கு வகிக்கிறது.
- கிடைக்கும் கண்டுகொள்தல் எதன் மூலம் (அதாவது கடிதத்தின் மூலமா, பரிசுப் பொருளாகவோ, தழுவலாகவோ, பணமாகவோ, பதவி உயர்வாகவோ, பாராட்டாகவோ, முத்தமாகவோ) கிடைக்கிறது என்பதைப் பொறுத்தும் ஏக்கத்தின் தீவிரம் தனிக்கப்படுகிறது.

மீண்டும் அதே கேள்வி. சரி, இப்படியெல்லாம் ஒருவரை ஒருவர் நாம் கண்டுகொள்வதால் விளைவதென்ன? அப்படியென்ன பெரிய பயன் விளைகிறது? எனக் கேட்கத் தோன்றுகிறதல்லவா?

- ஒருவரைப் பாராட்டுவதன் மூலம், பாராட்டுபவரும் வேறொரு நாள் பாராட்டைப் பெறுகிறார். இது ஒருவரை ஒருவர் ஊக்குவித்துக்கொள்ளும் முறையாக மாறிவிடுகிறது.

(எ.கா.) ஆமாம் குமார் வீட்டுத் திருமணத்தில் செல்வம் கலந்துகொண்டால், செல்வம் வீட்டுத் திருமணத்திற்கு குமார் குடும்பத்தோடு கலந்துகொள்கிறார் அல்லவா?

- பிறரை ஊக்குவித்து அவர்கள் ஆர்வத்தோடு செயல் புரியவும், ஈடுபட்டுப் பணிபுரியவும், கண்டுகொள்தல் பேருதவி புரிகிறது.

(எ.கா.) “இம்முறை நமது நிறுவனத்தின் விற்பனை இலக்கு 2000 கோடியைத் தொட்டமைக்காக அதற்குக் காரணமான தொழிலாளர்களுக்குத் தலா ரூ.3000 ஊக்கத்தொகையாக

வழங்கப்படுகிறது” என அறிவிக்கப்பட்டதும் அடுத்த ஆண்டு இதைவிட அதிகமான உற்பத்தித் திறனைக் காட்ட வேண்டும் என்னும் ஊக்கம் ஓவ்வொருவருக்குள்ளும் பிறக்கிறதல்லவா?

ஒருவரைப் பாராட்டுவதன் மூலமும், முறையாகக் கண்டு கொள்வதன் மூலமும் அவரின் முறையற்ற, தாறுமாறான, ஒழுங்கற்ற நடவடிக்கைகளிலிருந்து அவரை மீட்டுக்கொணர முடியும். திடீர் திடீரெனக் கோபம் கொள்பவரையும், அடிக்கடி தனது வேலையில் முரண்டு பிடித்து தனது தகுதியில், தரத்தில் சூறைப்பட்டுப்போவேரையும் முறையான கண்டுகொள்தலின் மூலம் சரி செய்துவிட முடியும்.

அதுமாட்டுமல்லாமல், ஒருவரின் சுய பிம்பத்தை மேம்படுத்திக் கொள்ளவும், அவரது வாழ்நிலையிலிருந்து வழுவாமல் தொடர்ந்து நிலைபெறும் பொருட்டும் ஒருவர்க்குக் கண்டு கொள்தல் அவசிமாகிறது.

(எ.கா.) ஒரு முத்த அதிகாரியாக (பெரிய நிறுவனத்தில் பொதுமேலாளராக) இருந்து பதவி ஓய்வு பெற்றுவிட்ட ஒருவரைப் பொது இடத்தில் சந்திக்க நேர்ந்தால், நாம் வணக்கம் தெரிவித்து மரியாதை செலுத்துவது அவரது ‘வாழ்நிலைக்கும்’ அவரது ‘சுய பிம்பத்துக்கும்’ தெம்புட்டுவதாக அமையும். அந்த நேரத்தில் அவரை நாம் கண்டும் காணாமல் நடந்துகொண்டால் அவரது மனம் புண்படும். அவரது சுயபிம்பம் லேசாகப் பாதிக்கப்படுகிறதல்லவா? இவையெல்லாம் அன்றாடப் நம் வாழ்வில் சந்திக்கும் நிலைங்கள்தானே?

இவற்றுக்கெல்லாம் மேலாக, சமூகத்தில், தனித்தனியாக வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் ஓவ்வொருவரும் தம்மிடையே ஒரு பரஸ்பர நம்பிக்கை ஏற்படுத்திக்கொள்வதற்கு இந்தக் கண்டுகொள்ளுதல் பேருதவி புரிகிறது.

நமக்கு இதுவரை அறிமுகமாகாத ஒரு மனிதரை நமது நண்பர் அறிமுகம் செய்யும்போது நாமும் வணக்கம் செலுத்துவதும்

ஒரே பேருந்தில் ஒரே இருக்கையில் பயணிக்கும் இருவரும் புண்ணகைத்துத் தகவல் பரிமாற்றம் செய்துகொள்தலும் பரஸ்பர நம்பிக்கைக்கு உதவும் கண்டுகொள்தல்களாகும்.

இதுவரை ஏக்கங்களை முறையாகக் கண்டுகொண்டுச் சரியான விளைவுகளை ஏற்படுத்தும் விதம் எப்படி என்பதைப் பற்றிக் கண்டோம்.

இனி... இப்படி முறையாகக் கண்டுகொள்ள விடாமல் நம்மைத் தடுப்பவை எவை என்று பார்ப்போமா? அவை வெளியில் இல்லை. எல்லாம் நம் மனதினுள்ளேயே புதைந்திருக்கின்றன. அந்த மனத்தடைகள் எவை எனப் பார்ப்போம்.



- ♥ ‘யாரேயும் புகழ்ந்து பேசக்கூடாது’ என்னும் சில சமூகக் கட்டமைப்பின் பாதிப்புகள்
- ♥ ‘யாரேனும் புகழ்ந்தால், பாராட்டினால் ஏற்றுக்கொள்ளக் கூடாது. உன்னையே நீ தாழ்த்திக் கொள் போன்ற போதனைகள்.
- ♥ ‘யாரேனும் உன்னைக் குறை கூறினால் ஏற்றுக்கொள். உனது நன்மைக்குத் தான் அதைச் சொல்கிறார்கள்’ என்னும் அறிவுரைகள்
- ♥ ‘உன்னைப் பாராட்டும்படி பிறரிடம் கேட்காதே’
- ♥ ‘உன்னையே நீ பாராட்டிக்கொள்ளாதே’ போன்ற பல்வேறு தடை உத்தரவுகள் நம்மையும் அறியாமல் நமது மனதின் அடி ஆழத்தில் இளம் பிராயத்திலேயே பதிக்கப் பட்டுவிட்டன. அவை பசுமரத்தாணிபோல இன்னும் நம் மனதினுள் சமுன்றுகொண்டே இருக்கின்றன.

எப்போதெல்லாம் நாம் பாராட்டப்படுகிறோமோ அப்போதெல்லாம் மேற்கண்ட தடை உத்தரவுகள் மேலெழுந்து வந்து நம்மைப் பெருமிதம் கொள்ளவிடாமலும், மகிழ்ச்சியடைய விடாமலும் தடுத்துவிடுகின்றன. அதேபோல...

எப்போதெல்லாம் பிறரின் திறமைகளை, செயல்பாடுகளைப் பாராட்டி மகிழ் வேண்டுமென மனம் விரும்புகிறதோ அப்போதெல்லாம் இந்தப் பழைய போதனைகள் தமது தலையைத் தூக்கி நம்மைக் கட்டிப்போட்டு விடுகின்றன.

இதனால் ஏற்படும் விபரீத விளைவுகள் என்ன தெரியுமா?

- ◀ நமது சுயமதிப்பு நமக்கே தெரியாமல் போய்விடுகிறது.
- ◀ நமக்குள் தாழ்வு மனப்பான்மை குடிகொண்டுவிடுகிறது.
- ◀ நமக்குள் தன்னம்பிக்கையே இல்லாத மனிதர்களாகி தடுமாறிப் போகிறோம்.
- ◀ நாம் குற்ற உணர்ச்சிகளால் அலைக்கழிக்கப்படுகிறோம்.

- நாம் நம்மை உணர்ந்து கொள்ளமுடியாத அவலனிலைக்கு ஆளாகிப் போகிறோம்
- நமது முழுத்திறனும் வெளிப்படும்படி வாழ இயலாமல் போய் - யாரோ போல் வாழ்ந்துவிட்டுப்போகிறோம்.
- நாம் சுயம் இழந்தவர்களாகி, சூழ்நிலைக்குக் கட்டுண்ட வர்களாகி, சுதந்திரத்தை அனுபவிக்கத் தெரியாதவர்களாகிப் போகிறோம்.



சுருக்கமாகச் சொன்னால் வாழ்வின் பயண, பிறவியின் நோக் கத்தை உணர்ந்து தெளியாமல் - அறியாமைஇருளிலே நாம் வாழ் நாளைக் கழித்துவிடுகிறோம். நம்மில் பெரும்பாலோர் அப்படி வாழப்பழகிக் கொள்ளும்போது நமது வாழ்க்கைத்தரம் உயர்வது எப்படி?

எல்லோரும் விரும்பும் ஏற்றமிகு மாற்றம் எப்படி வரும்? எப்போது வரும்?

ஆழ்ந்து சிந்தித்து ஆற்றலோடு செயல்படுத்தப்பட வேண்டிய உண்மைகள் இவை. சிறு வயதில் சிறு கம்பிச்சங்கிலியால் தன் கால் பிணைக்கப்பட்டதை மட்டுமே தன் மனதில் சுமந்து கொண்டு, மிகப் பெரிதாய் வளர்ந்த பிறகும் அசைய முடியாதது போன்ற கற்பனையை. வளர்த்துக்கொண்டு சின்னஞ்சிறு கம்பிச்சங்கிலியை உதற முடியாமல் நின்ற இடத்திலேயே நின்றபடி நடனமிடும் யாணையைப் போல், தமது பலத்தை முழுதும் அறியாத நமது மனமானையும் கட்டுண்டுகிடக்கிறது. மனித மனங்கள் இப்படிச் சிறுசிறு இழைகளால் கட்டப்பட்டு நிற்க நேர்ந்தால் மானுடம் எப்படி உயரும்? மானுடம் எப்படி மேம்பாடு காணும்?

நம்மையும் அறியாமல் நாமே நம்மைக்கட்டி வைத்திருந்தால் நாம் எப்படி நமது வாழ்வை முழுமையாய் வாழ்வது? சிந்திப் போம்... நம்மைப் பிணைத்துக்கொண்டிருக்கும் அடிமைச்சங்கிலி களிலிருந்து நம்மை நாமே விடுவித்துக்கொள்வது எப்படி என்னும் விழிப்புணர்ச்சியைப் பெறுவோம்.

அதற்கான முதற்படியாக.. நாம் நம் ஏக்கங்களை முறையாகக் கண்டுகொள்வதற்கு நம் முன்னே இருக்கும் வழிமுறைகளைப் புரிந்துகொள்வோம். இதோ நமக்கான அங்கீகாரத்தை, பாராட்டுதலை நாம் பெறுவதற்கான வழிகள் சில.

- நம்மை நாமே மனதளவில் பாராட்டிக்கொள்ளவேண்டும் நமது திறமைகளையும் நமது வாழ்வின் சின்னஞ்சிறு சாதனைகளையும் நாம் மனதில் அவ்வப்போது நினைத்துப் பெருமிதம் கொள்வது அவசியம். அத்தகைய நினைவுகூர்தல் நமது மனதிற்கு இதமாகவும் ஊக்கம் தருவதாகவும் அமையும்.

- பிறர் மூலமாகவும் நாம் நமச்சுத் தேவையான பாராட்டுதல் களைப் பெற்றுமுடியும். நமது உறவினர் மற்றும் நமது நண்பர்கள் மூலமாகவும் நமது இருத்தலுக்கும், செயல்களுக்கும் போதுமான ஊக்கத்தைப் பாராட்டுதல்கள் மற்றும் வாழ்த்துசளின் மூலமாகவும் பெற்றுமுடியும். நமது நம்பிக்கைக்குப் பாத்திரமான ஒரு சிலரை நாமே நாடிச்சென்று நமது மகிழ்ச்சியையோ வருத்தத்தையோ பகிர்ந்துகொள்வதன் மூலம் நமச்சுத் தேவையான கண்டுகொள்தல்களைப் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.
- இயற்கையோடு நமக்குள்ள தொடர்பை உணர்ந்து இயற்கையோடு நம்மைப் பிணைத்துக்கொண்டு - இயற்கையையும் நம்மையும் வியப்பதன் மூலமும், நமது ஏக்கங்களுக்கான கண்டுகொள்தல்களைப் பெற்று மகிழ்வெய்த முடியும்.

நிலவை ரசித்தல், நகரும் மேகத்தைக் கவனித்தல், வானின் வெவ்வேறு வண்ண அழகில் மெய்மறத்தல், பறவையின் மீது மனதைக் குவித்தல், மெல்லத் தழுவிச்செல்லும் தென்றலைச் சுகித்தல், இந்த வானமும், பூமியும் எனக்கானது என்னும் உணர்வில் திளைத்தல்... இவையெல்லாம் இயற்கையோடு நம்மை இணைத்துக்கொண்டு இன்பம் கானும் இனிய வழிகள்.

'புதிய வானம்; புதிய பூமி
எங்கும் பனிமழை பொழிகிறது
நான் வருகையிலே
என்னை வரவேற்க வண்ணப் பூமழை பொழிகிறது...'
என்றும்

'உலகம் பிறந்தது எனக்காக
ஓடும் நதிகளும் எனக்காக
மலர்கள் மலர்ந்தது எனக்காக
அன்னை மடியை விரித்தாள் எனக்காக'
என்னும் உணர்வில் மிதத்தலும்
“வானம் எனக்கு

பூமியும் எனக்கு
வரப்புகளோடு சண்டைகள் எதற்கு" என்னும் பூரிப்பில்
மகிழ்தலும்-

இயற்கை நமக்கு வழங்கியிருக்கும் பாராட்டுகளை
எற்றுக்கொள்ளும் முறையாகும். இவற்றை நாம் அனுபவித்துனர
நம்மைத் தயாராய் வைத்திருத்தவின் மூலம் நமது ஏக்கங்கள் தீரக்
காணலாம்.

அடுத்ததாக, இருக்கவே இருக்கிறார் கடவுள்.

ஆலயங்களுக்குச் செல்லுதல், வழிபாட்டுத் தலங்களுக்குச்
சுற்றுலா செல்லுதல், பக்தியில் ஈடுபாட்டு மெய்மறத்தல், பூஜைகள்
மற்றும் ஜபங்களில் மனம் லயித்தல், ஏக்கங்களையெல்லாம்
இறைவனிடம் விட்டுவிடுதல் (கடவுள் மீது பாரததைப் போட்டு
விடுதல் என்னும் வழக்கு இப்போதும் உள்ளதல்லவா?)
போன்றவற்றின் மூலமும் வேறு எவரிடமிருந்தும் கிடைக்காத
கண்டுகொள்தல்களைப் பெற்று மனம் நிம்மதி அடைய முடியும்.

வேறாரு வழியும் உள்ளது... அதுதான் கற்பனை..

இந்தப் பிரபஞ்சத்தைவிடப் பெரிது எதுவெனக் கேட்டால்
அது மனம் என்றுதான் சொல்வேன். அப்படிப்பாட்ட மனதிற்குள்
இல்லாததே இல்லை. மனதிற்குள் வான்ததைக்கொண்டு வரலாம்.
வனாந்திரத்தைக் கொண்டு வரலாம். மலைமுகடுகளைக் கொண்டு
வரலாம், புல்வெளியைக் கொண்டு வரலாம், அதேநேரத்தில்
மனதை ஒரு பறவையாக்கி உலகெங்கிலும் உலவவிட்டு வெறும்
வேடிக்கையும் பார்த்துக்கொண்டிருக்கலாம். அப்படியே மெல்ல
நமது பழைய நினைவுகளுக்குள் தூதனுப்பி சந்தோஷக்
கணங்களைப் படம்பிடித்து வரச்சொல்லி மனத்திரையில்
பின்னோக்கி ஓடவிட்டுப் பார்த்து மகிழலாம் நெஞ்சம் நெகிழலாம்.
இவையெல்லாம் நம்மை மகிழ்ச்சியில் நிரப்பவெல்ல மந்திர வழிகள்
என்பதை நாம் மறந்து விடக்கூடாது.

'வாழ நினைத்தால் வாழலாம்

வழியா இல்லை பூமியில்'

என்னும் கண்ணதாசனின் வரிகளை நம் கருத்தில் கொண்டால்
ஏக்கங்கள் ■ ம. திருவள்ளுவர் ■ 49

மேற்கண்ட பல்வேறு வழிகளின் மூலம் நம் மனவாசலில் மகிழ்ச்சித் தோரணத்தைக் கட்டிவிட முடியும். இல்லையென்றால், நமக்குள் கிடைக்காத கண்டுகொள்தலுக்காக காலமெல்லாம் ஏங்கி இரங்கும் நிலைக்குத் தள்ளப்படுவோம்.

இனி... நன்றல்லது அன்றே மறப்பது நன்று... ஆமாம்

உடன்பாடற் ரூரு செயலை நாம் கண்டுகொள்ளாதிருத்தல் நலம்.. தெரிந்தோ தெரியாமலோ நம்மில் பலர் சில விரும்பத்தகாத செயல்களைச் செய்யும்போது பார்த்துக்கொண்டு நம்மால் சும்மா இருக்க முடிவதில்லை. உடனடியாகக் கோபம் கொண்டு கண்டிக்க அல்லது கத்தத் தொடங்கிவிடுகிறோம். இதற்கு நாம் கூறிக்கொள்ளும் நொண்டிச்சாக்கு என்னவெனில், இதை இப்பொழுது கண்டுகொள்ளாமல் விட்டுவிட்டால் நாள்டைவில் இது பெரிய விவகாரத்தில் கொண்டு போய் விட்டு விடுமல்லவா? என்பது தான்.

ஆனால் உளவியல் உண்மை அதுவல்ல. எதை நீங்கள் மீண்டும் மீண்டும் கண்டு கொள்கிறீர்களோ அதுவே உங்களால் வளர்த்துவிடப்படுகிறது. நீங்கள் நல்ல செயலைக் கண்டு பாராட்டினீர்கள் என்றால் அது அங்கே மேலும் வளரும், மனங்கள் மலரும். ஆனால் கெட்டவற்றை, தீயவற்றை நீங்கள் சுட்டிக்காட்டி மீண்டும் மீண்டும் அறிவுறுத்திக்கொண்டே இருந்தால் உங்களை அறியாமலேயே நீங்கள் ஒருவரிடம் காணப்படும் தீயவற்றையே மேலும் ஊதி ஊதி வளர்த்துக்கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று பொருள்.

சிறு குழந்தைகளிடம் கூட நாம் இது போன்ற நடவடிக்கைகளைக் காண முடியும். நீங்கள் வேண்டாம் என்றால் அதையே கேட்டு அடம் பிடிக்கும் நீங்கள் கூடாது என்றால் அதையே அது செய்து பார்க்கத் துடிக்கும். இது தான் அன்றைய ஆதாம் முதல் இன்றைய இளைஞர் வரை தொடர்ந்து வரும் நிதர்சனங்கள்.

குறைகளைக் கண்டுகொள்ளாதீர்கள் என்பதைத்தான் காந்தியடிகளின் குரங்கு பொம்மைகள் கூட உணர்த்துகின்றன

என்று கருதுகிறேன்.

தீயதைக் காணாதே
தீயதைக் கேட்காதே
தீயவற்றைப் பேசாதே

ஆகவே தான் நன்பர்களே இன்றிலிருந்து நாம் பிறரின் குறைகளைக் கண்டுகொள்வதைத் தவிர்ப்போம். இன்றைய நிலையில் ஆங்காங்கே செய்திகளாகக் காட்சியளிப்பவை எல்லாமே தீமையைப் படம்பிடித்துக் காட்டுபவையாகவே இருக்கின்றன. ஊடகங்களில் தீயவை அதிகமாகத் திணிக்கப்படும்போது காணும் உள்ளங்களிலும் அவையே ஊதி வளர்க்கப்படுகிறது என்பது பொருள்.

புரிந்து கொண்டால் ழுமி பிழைக்கும் இல்லையெனில் பிழைகளே நிலைக்கும்.

அடுத்தது மிகவும் முக்கியமானது.

முன்பு சொன்னதற்கு மாறானது. ஆமாம். சின்னஞ்சிறு செயல்களையும், சின்னஞ்சிறு மேம்பாட்டையும், நாம் தேடிக் கண்டுபிடித்துப் பாராட்டப் பழக வேண்டும். ஏனெனில் அப்படிப் பாராட்டப்படும்போது ஆர்வமானது ஆர்ட்டிலியன் ஊற்றுப்போல் ஒருவருக்குள் பொங்கிப் பெருக்கெடுக்கிறது. உங்களின் பாராட்டு ஒவ்வொன்றும் மாபெரும் உந்துசக்தியாய், உற்சாகமரிய ஒருவனை ஊக்குவித்து வருகிறது. இத்தகைய பாராட்டுகள் ஏற்கனவே அவன்தனது மனதினுள் எதிர்பார்த்துக் காத்திருக்கும் ஏக்கங்களுக்கான மிகச்சிறந்த தீனியாகிறது. அவனுள் எரியும் சிறு நெருப்பை அணையா தீபமாக மாற்றி அவனது தாகத்தை வளர்த்தெடுக்கிறது. அவனுக்குள் துணிவை வளர்க்கிறது. நீங்கள் வழங்கும் தொடர் பாராட்டுகளால் அவன் இடைவிடாமல் தூண்டப்படும் விளக்காகின்றான் சாதிக்கத் தயார்படுத்தப்படுகிறான். சவால்களைச் சந்திக்கும் திறன் பெறுகிறான் சாதித்தும் காட்டுகிறான்.

வெறும் சிவாஜி வீர சிவாஜியானது அன்னையின் ஆக்கப்பூர்வமான வீரமிக்க, உளக்கமிக்க அரவணைப்பாலும், அவள்கூறிய கதைகளாலும் தான். கூச்சம் மிகு மனிதராக இருந்த

மோகன்தாஸ் உலகம் போற்றும் உன்னதமான மசாத்மாவானதும் சிறு வயதில் அவரை ஊக்குவித்த அன்பு அன்னையின் ஆகரவும், அவரது குணாதிசயத்தை வலுப்படுத்திய “சிரவணன்” “அரிச்சந்திரன்” நாடகங்களுமே ஆகும்.

இவை யாவும் வெறும் கதைகள்ல.. வெற்றி வரலாறுகள். விழைந்தவற்றை விளைவித்துக்காட்டிய வீர வரலாறுகள். மறக்கலாமா நாம் இவற்றை?

வாருங்கள். யாராக இருப்பினும் அவர்தம் சிறு சிறு நற்செயல் களையும் வெட்கமின்றி தயக்கமின்றி, காழ்ப்புணர்ச்சி ஏதுமின்றி பாராட்டி மகிழ்வோம். அடுத்தது இன்னும் சுவாரசியமானது..

ஆமாம்... பாராட்டுகிறீர்கள் சரி... ஆனால் எப்போது பாராட்டுகிறீர்கள்? என்றோ நடந்து முடிந்த ஒன்றுக்காக, என்றோ ஒரு நாள் பாராட்டுவது நாம் விரும்பும் நல்ல கண்டுகொள்தலாக, அல்லது ஊக்குவிப்பாக அமையுமா அல்லது ஒப்புக்காக, ஒப்பணையாக, போலியாகப் பாராட்டுவதாக அமைந்து அதைப் பெற்றுக்கொள்வோரின் மனதில் ஊக்கத்தை வளர்ப்பதற்குப் பதிலாக, ஆகங்கத்தை வளர்ப்பதாக அமைந்து விடாதா?

யோசித்துப் பாருங்கள்...

எனவே, ஒரு நற்செயலோ, வெற்றியோ சாதனையோ அல்லது மோசமான ஒரு செயல்பாட்டிலிருந்து மீண்டு வரும் எந்த ஒரு மாற்றமோ அது வெளிப்பட்ட மாத்திரத்திலேயே அதனைக் கண்டுகொண்டு நாம் பாராட்ட வேண்டும். அப்படிக் கொடுக்கப்படும் பாராட்டுதல் ஒருவரின் மனதிற்கு மேலும் தேவையான ஊக்கமாக மாறி மீண்டும் அவரின் இன்னொரு நற்செயலுக்கான வித்தாக அமைந்து சிறக்கும்.

ஆகவே, உரிய தருணத்தில் நமது பாராட்டை வெளிப்படுத்தி விடவேண்டும். காலம் தாழ்த்தினால் காரியங்கள் கெட்டுப்போய் விடும். காரியம் கெடுவதற்காகவா நாம் கண்டுகொள்ள வேண்டும்? எனவே நமது கண்டுகொள்ளும் பழக்கத்தை ஏனோதானோவெனக் (கடனுக்கென) கொள்ளாமல் சீரிய

பழக்கமாக, ஆக்கப்பூர்வமானதாக ஆக்கிக்கொள்ள வேண்டும். அப்படி ஆக்கிக்கொண்டால் அற்புதமான பயன் விளையும்.

அடுத்தது - ஊக்குவித்தலின் அடுத்த நிலைக்கு இட்டுச் செல்லும் வழி...

ஆமாம்.. நாம் பாராட்டுக்களைத் தொடர்ந்து வழங்கும்போது ஒன்றை விழிப்புணர்வோடு உன்னிப்பாகக் கவனிக்க வேண்டும். அது வளர்ச்சியைத் தூண்டுவதாக அமைய வேண்டும். அதாவது நமது கண்டுகொள்ளுதல் அவரை மேலும் ஒருபடி முன்னற்றும் காண்பதற்கான தூண்டுதலாக அமையவேண்டும். ஆகவே பாராட்டுவதற்கான நமது இலக்கை மௌலிகை உயர்த்துகில் அவசியம்.

முதலில் 60 மதிப்பெண்ணுக்குப் பாராட்டிப் பிறகு அடுத்து அவன் தொடவேண்டிய இலக்காக 70ஐக் குறித்தல் அவசியம். அதற்கான பாராட்டைப் பரிசுப் பொருளாக நிர்ணயிப்பதன் மூலம் மேலும் மேலும் உயர்வதற்கான கண்டுகொள்தலாக அதனை ஆக்கி விடமுடியும்.

அடுத்தது: சின்னங்கிறு இடைவெளிகளில் - பாராட்டுக்கள் தொடர வேண்டும். அதாவது ஒருவரிடம் காணப்படும் தொடர் மேம்பாட்டை வளர்க்கும் வண்ணம், உன்னிப்பாகக் கவனித்து சிறந்த செயல்பாடுகளை அவ்வப்போது பாராட்டினால் தாம் கவனிக்கப்படுகிறோம், தாம் அங்கீரிக்கப்படுகிறோம் என்ற என்னம் தோன்றி அந்தப் பாராட்டுகளைத் தக்கவைத்துக்கொள்ள வேண்டும் என்னும் ஊக்க உணர்வு மனதில் ஊன்றி வளரும். ஆகவே சாதனங்களை செயல்பாடுகளை நிகழ்த்திக்காட்டும்.

அவ்வப்பொழுது பாராட்டுகள் கிடைக்குமானால் - அது மனம் சோர்வு ஏற்படாமல் தொடர்ந்து முன்னேற்றப்பாதையிலேயே இயங்குவதற்கு உதவியாக அமையும்.

ஏக்கங்கள் குறித்து மேலும் சில குறிப்புகள்

அன்பை, ஆதரவான அரவணைப்பை எதிர்ப்பார்ப்பதே மனித இயல்பாக இருக்கிறது.... இதைக் குழந்தைப் பருவத்தில்

‘தாய்மையிலிருந்தும் வாலிபப் பருவத்தில் ‘காதல்’ மற்றும் ‘நட்பு’ என்னும் உறவு முறைகளிலிருந்தும் முதுமைப் பருவத்தில் அறிவுரைகள் மற்றும் ஆலோசனைகள், குடும்பச் சடங்குகள், சம்பிரதாயங்கள், சமூக அந்தஸ்து மற்றும் தமக்குக் கிடைக்கும் மேடைகள், மாலைகள், மரியாதைகள் இவற்றின் மூலமும், குடும்பத்திலும் சரி, நிறுவனத்திலும் சரி, தும்பினும் இளையவர்கள் காட்டும் பணிவு மற்றும் மரியாதை போன்றவற்றிலிருந்தும் பெற்றுக்கொள்ளத் துடிக்கிறது, மனித மனது.

முதியவர்களைப் பற்றிக் குறிப்பிடும்போது எங்கள் தாத்தா எப்போதும் தொண்த்தொண்ணு ஏதாவது பேசிக்கொண்டே இருப்பார்” என்று இளையவர்கள் மற்றும் குழந்தைகள் அங்கலாய்த்துக்கொள்வதைக் காணலாம். அதேபோல “தாத்தாவும் பாட்டியும் திட்டுவார்கள்” என பயப்படும் குழந்தைகளையும் நாம் காணலாம். இதெல்லாம் பிறரின் கவனத்தை ஈர்த்து தாம் கண்டுகொள்ளப்படுவதற்கான தம்மையும் அறியாமல் தமக்குத்தாமே நமது மனம் செய்துகொண்டிருக்கும் ஏற்பாடன்றி வேறில்லை.

ஆகவேதான், வீட்டிலிருக்கும் பெரியவர்களுக்கு நாம் என்னதான் வசதியான இருக்கை, படுக்கை, உண்ணைப் பழவகைகள் மற்றும் தேவையான மருந்து மாத்திரைகள் ஆகியவற்றை ஏற்பாடு செய்திருந்தாலும், அவர்கள் தரத்திற்குக் குகுதியற்ற சிறுசிறு வீட்டு நிகழ்வுகளிலெல்லாம் தலையிட்டு, தமது குரலை உயர்த்தவும் கோபம் கொள்ளவும் செய்வார்கள்.

அது இளையர்களுக்கு மிகவும் அற்பமானதாகவும், தேவையற்ற தலையீடாகவும் தோன்றும். அதன் விளைவாக, வீட்டிலிருக்கும் முதியவர்களை “நல்லா சாப்பிட்டு ஓய்வு எடுக்க வேண்டியது தானே. ஏன் இப்படி சின்னச்சின்ன விஷயத்திற்கெல்லாம் தலையிட்டு, நீங்களும் புண்பட்டு பிறர் மனதையும் புண்படுத்துகிறீர்கள்” என்று இளையவர்கள் அவ்வப்பொது அதட்ட வேண்டியிருக்கும்.

“நட்புதெல்லாம் பார்த்துக்கொண்டு சம்மா கெடக்க என்னை

என்ன ஜடமென்று நினைத்தாயா? வீட்டு விஷயத்தில் எல் கருத்தைச் சொல்ல எனக்கு உரிமை கிடையாதா?" என்று தமது ஆதங்கத்தை ஏக்கத்தை வெளிப்படுத்திக் கொண்டே இருப்பார், பெரியோர்.

'உங்களுக்கு எதையும் புரிய வைக்க முடியாது' என்று சொல்லி அந்த உரையாடலை முடிப்பார் இளையவர்கள்.

நிகழ்வு

அலுவலகத்திலிருந்து வீடு திரும்பும்போது நீங்கள் பழங்களை வாங்கிக்கொண்டு சென்று சாப்பாட்டு மேசையில் வைத்துவிட்டு வெகு இயல்பாக உங்கள் வேலையில் ஈடுபட்டிருப்பீர்கள். அந்தப் பழங்கள் அங்கேயே இருக்கும். ஆனால் பக்கத்து வீட்டுக் காரரிடமோ அல்லது உங்கள் வீட்டுக்கு வரும் வேறு உறவினரிடமோ, முதியவரான உங்கள் தந்தையார் "என்ன இருந்து என்ன? இந்த வீட்ல, என்னை கவனிக்க யார் இருக்கா?" என்று கூறிக்கொண்டிருப்பார்.

ஆனால் மேலே சொன்ன நிகழ்வுக்குப் பதிலாக நீங்கள் அலுவலகத்திலிருந்து திரும்பி வந்ததும் நேராக உங்கள் அப்பாவின் அறைக்குச் சென்று அவரின் பக்கத்தில் அமர்ந்து "அப்பா! மூட்டுவலி குறைந்திருக்கிறது? மாத்திரைகளைச் சாப்பிட்டார்களா?" என்றோ..

"அப்பா எனக்கு அநேகமா இந்த வருஷம் ப்ரமோஷன் கிடைத்துவிடும் என்று என்னுடைய மேலதிகாரி சொன்னார்" என்று உங்களின் அலுவலக நிகழ்வுகள் குறித்தோ. "அப்பா, பையனை இந்த வருஷம் வேறாரு பள்ளிக்கு மாற்றலாமா?" என்று ஆலோசனை கேட்டோ "அப்பா, ஷீலாவுக்கு ஒரு பட்டுப் புடவை வாங்கியிருக்கிறேன்பா இதோ பாருங்களேன்" என்றோ தமது குடும்ப நிகழ்வுகள் குறித்த சின்னங்கிறு பரிவர்த்தனைகளை அவ்வப்போது நிகழ்த்திக் கொண்டிருந்தாலே அவருக்குள் ஒளிந்துகொண்டிருக்கும்

ஏக்கமானது கண்டுகொள்ளப்பட்டு அதன் மூலமாக அவர் ஒரு திருப்தி மிக்க மனிதராக (ஆக்கப் பூர்வமாக) வீட்டில் நடந்துகொள்வார்.

நீங்கள் மட்டுமன்றி உங்கள் துணைவியாரும் இது போன்ற உணர்வுதீயான பரிமாற்றங்களில் ஈடுபட்டால் கேட்கவே வேண்டாம். மாமனார் மருமகள் உறவுமுறை மேம்படுவதோடு குடும்பத்தின் பொறுப்புகளில் அனைவரின் ஈடுபாடும் அர்ப்பணிப்பும் உள்ளங்கை நெல்லிக்கணியென ஊருக்கே விளங்கி விடும்.

இதுதான் மன ஏக்கங்களைக் கண்டுகொள்ளும் சூட்சமமும், மனிதர்களை முறையாகக் கண்டுகொள்வதால் விளையும் ஊக்கமும் ஆக்கமும் ஆகும்.

முதியவர்கள் அப்பாவாக, தாத்தாவாக, பாட்டியாக, முத்த அண்ணனாக, அண்ணியாக, முதிய அதிகாரிகளாக என யாராகவும் இருக்கலாம். ஆனால் அவர்கள் எல்லோருமே முன்றாம் அறை எலியை ஒத்தவர்களே என்பதை நாம் மறந்துவிடக் கூடாது.

எப்படியெல்லாமோ தம் இளமையில் வாழ்ந்தவர்கள்; தம் வாழ்வில் பற்பல சாதனைகளைச் செய்தவர்கள் இப்போது குற்ற உணர்ச்சியால் குழந்து கிடக்கலாம். இயலாமையால் துவண்டு கிடக்கலாம். அவர்களுக்கு இப்போது உணவுப் பசியை விட ஒருபடி மேலே உணர்வுப் பசிதான் அதிகமாக இருக்கும் இதைப் புரிந்துகொண்டால் முதியோர் இல்லங்களை யாரும் நாடி ஓட வேண்டியதில்லை. நமது குடும்ப உறவுகள் நிலைகுலையவும் தேவை இருக்காது.

அதே போலத்தான் குழந்தைகளும்! ஒரு வகையில் பார்த்தால் முதியவர்களும் குழந்தைகளைப் போன்றவர்களே. குழந்தைகளுக்குத் தேவை பணத்தால் உருவாக்கித் தரப் படும் வசதிகள் அல்ல... மனதால் மனதார காட்டப்படும் அன்பும், பரிவும், அரவணைப்பும், அதை முறையாக

வழங்க வேண்டியவர்கள் முதலில் பெற்றோர்கள், பிறகு ஆசிரியர்கள் அதன்பிறகு உறவினர்கள், நண்பர்கள் மற்றும் சமூகம் இதை படித்தவர்களாகிய நாம் யாரும் மறந்து விடலாகாது. இப்படி நாம் கவனித்துக்கொண்டால் படிப்போ குடும்பப் பொறுப்போ எதுவுமே எப்போதுமே யாருக்குமே சுமையாக இருக்காது. மாறாக பொறுப்பைச் சுமப்பது என்பது சுமான சுமையாகவே கருதப்படும்.

வாழ்க்கை கடினமாக இருக்காது; வெகு சுலபமாக மாறிவிடும். அத்தனை திசைகளிலிருந்தும் கண்டுகொள்ளல்கள் கிடைக்கும்போது வாழ்வே ஒரு அற்புதமான விளையாட்டாக, கொண்டாட்டமாக மாறிவிடும்.

நாட்டில் மருத்துவமனைகளோ,

சிறைச்சாலைகளோ,

நீதிமன்றங்களோ

காவல்நிலையங்களோ

தேவையற்றுப் போய்விடும்

சுகம் என்பது அத்தனை முக்கியமானது. முறையாக அது கண்டுகொள்ளப்பட்டால் அனைவரின் மனமும் ஐக்கியமாகி விடும். முரண்பாடுகள் நீங்கி உடன்பாடுகள் எட்டப்படும். வீட்டு சொத்துப் பிரச்சினை முதல் நாட்டின் நதிநீர்ப் பிரச்சினை வரை எனிதில் தீர்க்கப்பட்டு விடும்.

அடக்கி ஆள வேண்டிய ஆதிக்க வெறி மாறி, அன்பால் கட்டுண்டு ஒருவருக்கொருவர் சகோதரர் என்னும் உணர்வு உலக மனிதர் அனைவர் நெஞ்சிலும் ஊற்றெடுக்கும்.

உலக நாடுகளில் பலவும் வறுமைக்கோட்டைக்கூடத் தாண்ட முடியாத நிலையில் இருக்கும்பேர்து, பல நாடுகள் பல்லாயிரம் கோடிக்கணக்கில் பாதுகாப்புத் தேவைகளுக்காக இராணுவத் தளவாடங்களுக்காகச் செலவழிக்கும் / வாரியிறைக்கும் அவை நிலை ஏற்படாது.

மாறாக அத்தகைய பொருளாதாரத்தை அத்தியாவசியத் தேவை களைப் பூர்த்தி செய்யப் பயன்படுத்தி மானுடமே மனிதநேயத் தால் வென்று நிற்கலாம்.

பணவீக்கம் தான் நாட்டைப் பாழ்படுத்துகிறது என்பது பொய். என்னைப் பொருத்தவரை ஏக்கமென்னும் மனிதரின் மனவீக்கமே வீட்டையும் நாட்டையும் பாழ்படுத்துகிறது என்பதுதான் மெய்.

உனர்ந்து செயல்பட்டால் உயரலாம்... இது சத்தியம் மட்டுமல்ல... சாத்தியமும் கூட...

கண்டுகொள்தலுக்கான சில எடுத்துக்காட்டுகள்:

1. ஒருவனின் நற்செயலை ஏற்றுக்கொள்தல், அங்கீகரித்தல்
2. வார்த்தையால் நன்றி சொல்லுதல் அல்லது செயலால் நன்றி செலுத்துதல்
3. ஆகரவை அல்லது புரிதலை வெளிப்படுத்தும் ஒரு வார்த்தை
4. ஒருவரிடம் நமது இரகசியத்தைச் சொல்லுதலின் மூலம் நமது நம்பிக்கையை வெளிப்படுத்துதல்
5. ஒரு மனிதனிடம் பொறுப்பை ஓப்படைத்தல்
6. ஒருவரிடம் நமது மனஉணர்வை அல்லது பிரச்சினையைப் பகிர்ந்துகொள்ளுதல்
7. ஒருவரின் கருத்தைக் கேட்டறிதல்
8. பொருத்தமானதொரு வார்த்தை மூலம் பாராட்டுதல்

இவையெல்லாம் முறையான கண்டுகொள்ளலுக்கான சில எடுத்துக்காட்டுகள்.

இப்படி ஏக்கங்கொண்ட மனிதர்கள் எப்படியெல்லாம் நமது நேரத்தைச் செலவிடுகிறார்கள் தெரியுமடா? தெரிந்துகொண்டால் நீங்கள் ஆச்சரியப்படுவீர்கள். ஆனால் நீங்கள் எந்த ரகத்தைச் சேர்ந்தவர்கள் என்பதை நீங்களே உணரும்போதுதான் நாம் நலமான வளமான வாழ்வை நோக்கி அடியெடுத்து வைக்க முடியும்.

விட்டு விலகுதல்: பொதுவாக பலரும் பிரச்சினைகளைப் பற்றிப்

பேசும் இடங்களிலிருந்து தம்மைத்தாமே உடல் ரீதியாகவும் உளர்தியாகவும் விலகி இருக்க விரும்புவர். சிலர் கற்பனை மூலமாகவும், மனதை ஓரிடத்திலிருந்து வெளியே கொண்டு சென்றுவிடுவர். சிலர் இயற்கையை இரசிப்பதன் மூலமும் விலகி நிற்பர். இவர்கள் எதிர்மறையான கண்டுகொள்ளலை விரும்பாததால் விலகி நிற்பதோடு இறுக்கமான சூழலிருந்து விடுபட்டு மனதைத் தளர்த்திக் கொள்ள முயல்வதன் பொருட்டே விட்டு விலகிப் பொழுதைக் கழிக்க முயல்வது!

விழாவில் கலந்துகொள்ளல்:

விழாவில் கலந்துகொள்ளும்போது ஒருவரை ஒருவர் சூசலம் விசாரித்துக்கொள்வது வாடிக்கை அத்தகைய வாடிக்கையில் கலந்து கொண்டு “நலமா”, “நலமே” என ஒருவரை ஒருவர் கண்டு கொள்ளும் போது மனதின் ஏக்கம் தணிகிறது. மனம் ஊக்கம் பெறுகிறது. நமது சடங்குகளும் சம்பிராதயங்களும் இதற்காகவே ஏற்படுத்தப்பட்டன என்றாலும் நாளாடவில் இங்கே நடக்கும் கண்டுகொள்ளல்கள் உள்ளத்தளவில் நிகழாமல் வெறும் உதட்டனவில் நிகழ்வது கண்டுகொள்ளப்படுவோரைப் பாதிக்கத் தொடங்கிவிடுகிறது.

அதுமட்டுமல்ல சில சடங்குகளை மேற்கொள்பவர்கள், மனதளவில் புதியவற்றை ஏற்கும் மனோபாவமின்றி, சடங்குகளை நிறைவேற்றாவிட்டால் ஏதாவது நடக்கக் கூடாதது நடந்து விடும் என்னும் அச்ச உணர்வில் அவதிப்பட நேர்வது. ஓர் அவல நிலையாகும். இப்படியும் அவர்கள் பொழுதைப் போக்கிக் கொள்ளுகிறார்கள்.

விரயமாக்கல்:

சொந்தப் பிரச்சினையை ஒத்திவைக்க முயல்வதன் வெளிப்பாடே இது. உலக அரசியல், சினிமா, பண்பாடு என உலா வரும் இவர்களது வெறும் அரட்டை, வெட்டிப்பேச்சு எல்லாமே வெறும் பொழுதுபோக்குக்காகவே ஆகும். சில சமயம் இதுவும் மனோதத்துவ விளையாட்டுகளுக்குச் செல்ல நேரலாம். மனோதத்துவ விளையாட்டு பற்றி விரிவாகக் காண இருக்கிறோம்.

சில நேரங்களில் ஆக்கப்பூர்வமான செயல்திட்டத்திற்கும் வழி வசூல்க்கலாம்.

விளையாடுதல்:

கண்டுகொள்ளப்படாத போது அந்த வெற்றிடத்தை நிரப்பவும் தனக்குப் பிடித்த கசப்புணர்ச்சியை ஏற்படுத்திக்கொண்டு அற்ப சந்தோஷத்தில் தினைக்கவுமே மனிதர்கள் மனோதத்துவ விளையாட்டில் ஈடுபட்டுப் பொழுதைக் கழிக்கிறார்கள். இதன் வினைவென்னவோ கசப்புணர்ச்சியும், வெறுப்புணர்ச்சியும் தான்.

விளையாடல்:

நேர்மறையாகக் கண்டுகொள்ளப்பட்டவர்கள் ஈடுபடும் செயல்கள் பலன் வினைவிக்கக்கூடிய சாதனை முயற்சிகளாகவும் இருக்கலாம். எதிர்மறையாகக் கண்டுகொள்ளப்பட்டவர்கள் ஈடுபடும் செயல்கள் பழிவாங்கும் உணர்ச்சியின் அடிப்படையில் சூழ்சியாகவும் பாதகமாகவும் அமையலாம்.

எப்போதுமே செயல்களில் ஈடுபட்டுக்கொண்டிருந்தால் வாழ்க்கை சுவையற்றுப் போகும். அப்படிப்பட்டவர்கள் தனிமையில் வாட நேரிடும் என்பது இங்கே குறிப்பிடத்தக்கது.

விழைதலும் ஒன்றுதலும்:

நெருக்கத்தை விரும்புதலையே “விழைதல்” என்கிறோம். திறந்த மனதோடு கூடிய ஆழமான அன்பின் பிணைப்பே நெருக்கம் எனப்படும். இதில் விளையாட்டு ஏதும் இருக்கக் கூடாது. ஒருவருக்கொருவர் நெருங்கிவிட்டால் அவர்களுக்குள் அவமதிப்பு அவமானம் ஏதும் நிகழாது. ஆர்வத்தோடு செவிமடுத்து அரா வணைத்துப் பாராட்டி ஏற்றுக்கொள்வர். இருவரின் தேவையை யும் ஒருவருக்கொருவர் சொல்லிக்கொள்ளாமலே அவை உணரப் பட்டு கவனித்துக்கொள்ளப்படும். இங்கே அன்பு வெள்ளம் பெருக்கெடுத்து ஒடும். அத்தகைய ஒன்றுதலை எந்த வார்த்தையாலும் வடித்துவிடமுடியாது. மாறாக அதனை அனுபவித்து மட்டுமே உணர முடியும்.

இவர்கள் தமது உணர்ச்சிகள் அனைத்தையும் பகிர்ந்து

கொண்டு அவற்றுக்கான வடிகால் கான்பர். இவர்களிடையே பரிமாற்றம் அனைத்து மனதிலைகளிலிருந்தும் நிகழும்.

மேற்கண்ட “விட்டுவிலகும்” நிலையிலிருந்து படிப்படியாக ஆறுவகைப் பொழுதுபோக்குதல்களையும் அனுகி இறுதியாய் “விழைந்து ஒன்றும்” நிலையை அடையும்போது கண்டுகொள்தல் மேல்ல மேல்ல அதிகமாகி உச்சத்தை அடைகிறது. ஆனால் அத்தகைய உச்சம் பெற மிகவும் துணிச்சலோடு செயல்பாடு வேண்டும். செயல்படுவோமா?

செயல்படுவோம் என உறுதிமொழி எடுத்துக்கொள்வோம்! செயல்வடிவம் கொடுப்போம்! ஏக்கங்களைக் கண்டுகொள்வதன் மூலம் இதயங்களை மட்டுமல்ல, இமயங்களையும் எட்டுவோம்!

இனி நேர்மறையாக அல்லாமல் எதிர்மறையாக ஒரு மனிதன் கண்டுகொள்ளப்படும் போது அது எத்தகைய விபரீத விளைவுகளை ஏற்படுத்துகின்றது என்பதைக் காண்போம்.

இது மிக மிக முக்கியமானதாகும். ஏனெனில் ஏற்கனவே நான் குறிப்பிட்டதைப்போல ஒவ்வொரு மனிதனின் மனமும் முத்துத்தை எதிர்பார்க்கிறது அது கிடைக்காதபோது அவன் உதையையாவது எதிர்பார்க்கிறான். அதுவும் கிடைக்காதபோது அவன் தற்காலைக்குத் தயாராகிவிடுகிறான்.

இதிலிருந்து நாம் புரிந்துகொள்ள வேண்டியது இதுதான். கண்டுகொள்ளப்படாத நிலை - ஒருவனை முடக்கிவிடுகிறது. இருந்தும் அவன் இல்லாதவனாகிப் போகிறான். பிறவியின் பயனை உணராது போகிறான்.

சிறு வயதிலிருந்தே நேர்மறையாகக் கண்டுகொள்ளப்பட்டவன், நிறைய நேர்மறையான கண்டுகொள்களை கைவசம் கொண்டவனாக, திறந்துமனம் கொண்டவனாக, யாரையும் எனிதில் பாராட்டி ஏற்றுக்கொள்பவனாகத் திகழ்கிறான். அதனாலேயே அவனும் அனைவராலும் ஏற்றுக்கொள்ளப்படுபவனாகிறான். அவன் பிறரின் ஏக்கங்களைத் தீர்த்துவைக்கும் வங்கியாகவே மாறிவிடுகிறான்.

ஆனால் எதிர்மறையாகக் கண்டுகொள்ளப்பட்டவனோ, இதற்கு நேர்மாறாகப் பெரும்பாலான நேரங்களில் அனைவரையும் எதிரியாகவே பார்க்கும் மனோபாவத்தைப் பெறுகிறான்.

இப்போது ஒரு சம்பவத்தை உங்கள் பார்வைக்கு வைக்கிறேன்.

சம்பவம்

அது ஒரு ஞாயிறுக் காலை எட்டுமணி. அந்த வீட்டின் தாய் அடுப்படியில் பால் காய்ச்சிக்கொண்டிருக்கிறாள். வீட்டில் இரு சிறுவர்கள். முதல்வனுக்கு வயது 7. இரண்டாமவனுக்கு வயது 4. வீட்டின் முன்னால் அழகாக உயர்ந்து விரிந்து நின்றது ஒரு வேப்பமரம்.

வேகமாக வந்த மூத்தவன் மரத்தின் மீது ஏறத் தொடங்கினான். கூடவந்த சிறுவனுக்கு மரத்தில் ஏற முடிய வில்லை. அண்ணனிடம் கெஞ்சக்த தொடங்கினான். “என் ணையும் மரத்தில் ஏற்றிவிடு” என்று அழுதான். ஆனால் அவனோ “உன்னால் மரத்தில் ஏறமுடியாது. நீ பொடியன். சும்மா கீழேயே நில்” என்று உத்தரவு போட்டுவிட்டு மேலும் உயரம் போனான்.

கீழே நின்ற சிறியவன் ஓவென்று ஓலமிட்டபடி அழுத் தொடங்கினான். சிறிது அழுது ஓய்ந்தாலும் பிறகு ஏதோ யோசித்தவாறு வேகமாக வீட்டினுள் ஓடினான். அடுப்படியில் நின்ற அம்மாவிடம் போய் ‘அம்மா... அம்மா அண்ணனைப் பாருங்கள் மரத்தின் உச்சியில் ஏறி நிற்கிறான் கீழே விழுப்போகிறான்’ என்றான்.

அவ்வளவுதான் பதறிப்போனாள் தாய். உடனே அடுப்படி வேலையை அப்படியே போட்டுவிட்டு அரக்கப்பரக்க வாச லுக்கு ஓடினாள். அங்கே மூத்தமகன் மரத்தின் உச்சியில் நிற்பதைக்கண்டு குரலை உயர்த்திச் சுத்தம் போட்டாள்.

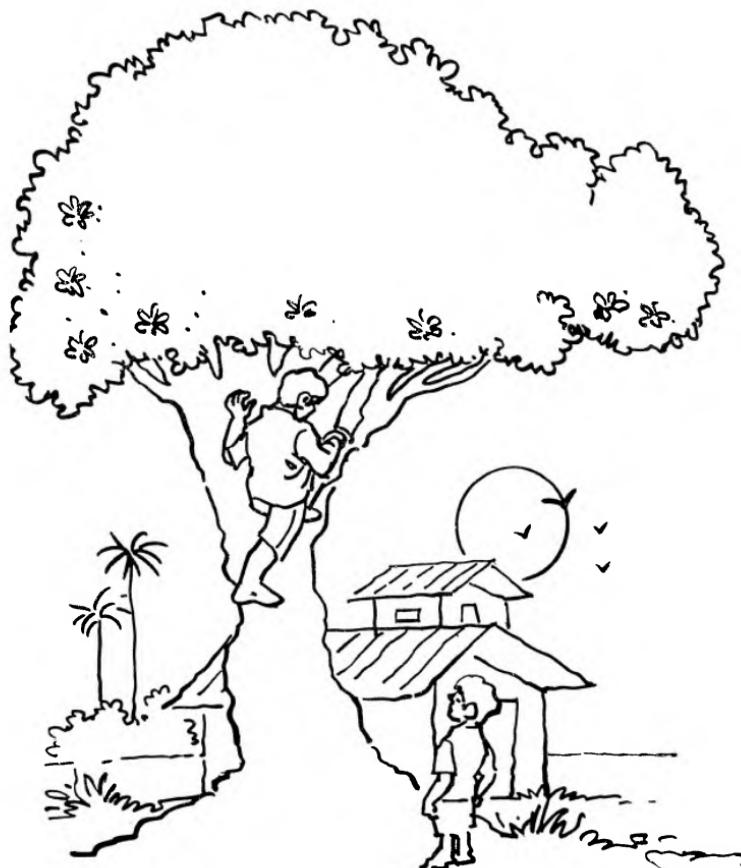
“சொல்வதைக் கேட்பதே இல்லை; இறங்குடா கீழே” என்று கத்தியதும் பொத்தென்று கீழே குதித்தான் அண்ணன். அவன் குதித்தது தான் தாமதம். அம்மா ஆத்திரத்தோடு

அவனது முதுகில் மொத்தத் தொடங்கினாள். இத்தனையை யும், வாயில் விரலை வைத்தபடி வேடிக்கை பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறான் இளையாடகள்.

முத்தவன் ஆடவாங்கும் இந்த நேரத்தில் இளையவன் மனம் எப்படி இருந்திருக்கும் என்று நினைக்கிறீர்கள்?

நீங்கள் எதிர்பார்ப்பது சரிதான். பெரியவன் உதை வாங்கு வதைக் கண்டு இளையவன் மனம் சந்தோஜம் அடைகிறது. அண்ணன் அடி வாங்குவதை மனதுக்குள் ரசிக்கிறான் சிறியவன்.

இது போன்ற சம்பவங்கள் நம் வாழ்வில் நாம் அடிக்கடி காணக்கிடைப்பவை தான். ஆனால் இவற்றிலிருந்து என்ன கற்றுக் கொண்டிருக்கிறோம்?



மேற்கண்ட சம்பவத்தில் வரும் இளையவன், அடைந்த ஏமாற்றமானது அவனது மனதில் விழுந்த அடியாக மாறுகிறது. இவன் கெஞ்சியதைப் பொருட்படுத்தாமல் பெரியவன் விட்டுவிட்டதால் அது இளையவனுக்குக் கிடைத்த எதிர்மறையான கண்டுகொள்ளலாகிறது. இப்படியே அடிக்கடி நிகழும்போது அவனது மனம் காயப்படத் தொடங்குகிறது. தொடர்ந்து காணப்படும் மனம், சூழ்சி செய்யத் தொடங்குகிறது. கோள் சொல்லி வேடிக்கை பார்க்கிறது “பதிலுக்கு பதில்” தர நினைக்கிறது.

பழிக்குப் பழி வாங்கிவிடத் துடிக்கிறது. மற்றவர்கள் மனமும், தன் மனம்போல் வேதனைப்படவேண்டும் என்று என்னத் தொடங்கி விடுகிறது. அதற்கு என்ன என்னவெல்லாம் செய்யலாம் என யோசிக்கிறது. குதர்க்கமான எண்ணங்களில் ஈடுபடுகிறது. அந்தக் குதர்க்கமான எண்ணம், ஏடாகுடமான உரையாடலுக்கு வழி வகுக்கிறது. பிற மனிதரோடு உறவாடும்போது பிறர் மனம் புண்படும்படியான பரிமாற்றத்திற்கு வழி வகுக்கிறது.

இந்தச் சூழலில் சிக்கிக்கொள்ளும் பிறருக்கு ஏதும் புரியாதநிலை ஏற்படுகிறது. இவரோடு உறவாட நேரும் பிறர் மனம் இவரது வார்த்தைப் பரிமாற்றங்களால் துன்பும் நேருகிறது. அப்படி அவர்கள் துன்பும் நேரும்போது இவருக்குள் இன்பம் பிறக்கிறது. இதை இன்பம் என்று கூறுவதை விட ‘அற்ப சந்தோஷம்’ என்று தான் கூறவேண்டும்.

இதுபோன்ற அற்ப சந்தோஷம் பல மனிதர்களுக்கு அடிக்கடி தேவைப்படுகிறது. வாழ்வின் இளம்வயதில் தாம் பெற்ற ஏமாற்றங்களை, நிறைவேறாமல் தங்கிப்போன ஏக்கங்களுக்கான வடிகால்களாக அவர்கள் பல்வேறு குழல்களில் பல்வேறு மனிதர்களிடம் வெனிப்படுத்தத் தொடங்கி விடுகிறார்கள். இதையே விளையாட்டு எனக் குறிப்பிடுகிறார் டாக்டர் எரிக்பெரன் இதையே தமிழ் வெகு அழகாக ‘விளையாட்டு விளையாதல்’ என்றும் ‘குது’ என்றும் குறிப்பிடுகிறது.

இவர்களின் செயல்பாடுகளை, மேலோட்டமாகப் பார்ப்பவர்க்கு இவர்களின் சூழ்சிகள் புரிவதற்கு வாய்ப்பில்லை.

இவர்களின் பின்னணி அறியாதவர்கள், இவர்களோடு இணைந்து வாழவோ, பணியாற்றவோ நேர்ந்தால் அவர்கள் படும்பாடு பெரும்பாடுதான்.

எதிர்மறையாகக் கண்டுகொள்ளப்பட்டு, அவர்களின் ஏக்கங்கள் நிறைவேற்றப் பெறாதவர்கள் தாங்கள் அவமானப் படுத்தப்பட்டதாக நினைக்கிறார்கள். ஆகவே விளையாடத் தொடங்கி விடுகிறார்கள். அதனால் பிறரால் புரிந்துகொள்ள முடியாத மனிதர்கள் என்னும் முத்திரைக்கு ஆளானவர்களாக மாறிப்போகிறார்கள்.

அத்தகைய மனிதர்களில் பலர், தமது துறைகளில் கைதேர்ந்தவர்களாக இருக்கலாம்; திறமை மிகப் பெற்றவர்களாக இருக்கலாம், அவர்களின் அறிவு பரந்துபட்டதாகவும் இருக்கக் கூடும் என்றாலும் கூட மனித உறவில் அவர்கள் தோற்றுப் போய்விடுவார்கள். யாருமே அவர்களை அண்ட முடியாது. அப்படி யாரேனும் அவர்களை அனுக நினைத்தாலும், இவர்கள் ஜைத்தோடுதான் பார்ப்பார்கள். சந்தேகப்படுவார்கள். சமய சந்தர்ப் பம் பார்த்து ஏதோ சில மனோதத்துவ ரீதியான விளையாட்டு களின் மூலம், வஞ்சகப் பரிமாற்றங்களில் ஈடுபட்டு, மற்றவர்களின் மனதைப் புண்படுத்தி மனதிற்குள் இவர்கள் மகிழ்ச்சி பெறுவார்கள். இதை ஒரு வக்கிரம் என்றே கூறலாம். இவர்களுக்கு மற்றவர்கள் மகிழ்ச்சியாய் இருந்தால் பிடிக்காது. தனக்கு ஒன்று வேண்டும் என்னும் எண்ணத்தை விட, பிறருக்கு இது கிடைத்து விடக்கூடாது என்பதில்தான் அதிக கவனம் செலுத்துபவர்களாக இருப்பார்கள்.

இவர்களுடன் வாழும் மற்றவர்கள் எந்தச் சூழலிலும் மகிழ்ச்சியாக இருக்க முடியாது. ஏனெனில் ஏற்கனவே நான் குறிப்பிட்ட மூன்று அறைகளில் அடைக்கப்பட்ட எலிகளில் இரண்டாம் அறையில் வாழ்ந்த அனுபவம் கொண்ட ரகத்தைச் சேர்ந்தவர்கள் இவர்கள். இவர்கள் அடிப்பட்டவர்கள், புண்படுத்தப்பட்டவர்கள் இவர்கள் யாரையும் புண்படுத்த வேண்டுமென்னும் மனநோயால் அவதிப்படுபவர்கள். ஆனால் அப்படிச் செய்யும் அற்ப சூழ்ச்சிகளின் மூலம் தனக்குள்

சக்தி பெறுபவர்கள். அதுமட்டுமல்ல இவர்களின் இந்தப் பழக்கம் ஒரு சங்கிலித்தொடர்போல தொடர்ந்துகொண்டே இருக்கும்.

இவர்களைப் போன்றவர்களுக்கு எடுத்துக்காட்டுகளாக நமது புராணங்களிலிருந்தும் சரி, நமது வரலாறுகளிலிருந்தும் சரி, நமது திரைப்படத்தைகளிலிருந்தும் சரி, நமது அலுவலகச் சிப்பந்தி மற்றும் அதிகாரிகளிலிருந்தும் சரி, நமது குடும்பத்து உறவினர்களிலிருந்தும் சரி, நமது நட்பு வட்டங்களிலிருந்தும் சரி, நமது அரசியல்வாதிகளின் செயல்பாடுகளிலிருந்தும் சரி, பல்வேறு யும், பல சம்பவங்களையும் எடுத்துக்காட்டுகளாக முன்வைக்கலாம்.

எதிர்மறையாகக் கண்டுகொள்ளப்பட்டவர்கள் பெரும்பாலும் வில்லன்களைப்போல் வக்கிரம் நிறைந்த செயல்பாடுகளில் ஈடுபடுவார்கள்.

ஆனால் இவர்களின் செயல்பாடுகளுக்கு முற்றிலும் நேர் எதிராக நடந்துகொள்வார்கள், நேர்மறையாகக் கண்டுகொள்ளப்பட்ட நபர்கள். வாழ்வில் எதிர்பாராமல் ஏற்படும் அவமானங்களை, ஏமாற்றங்களை சரியான மனோபாவத்தோடு நேருக்கு நேராக எவ்வித விளையாட்டும் இன்றி சந்தித்துச் சமாளிப்பார்கள்; சாதிப்பார்கள். இவர்கள் தமது பலத்தின் அடிப்படையில் வாழ்வை வாழ்பவர்களாக இருப்பார்கள்.

சரி...

'மனோத்துவ விளையாட்டு' அல்லது 'குழ்ச்சி' எனப்படுவது எது? எனப் பார்ப்போம்... இது துன்புறுத்தலுக்கென்றே' நிகழும் ஒரு செயலாகும். இதில் ஈடுபடுபவர்கள் பிறரைத் துன்புறுத்த முனைவார்கள். இறுதியில் தம்மையும் துன்புறுத்துக்கொள்வார்கள். இதில் வினோதம் என்னவென்றால் மேற்கண்ட இரண்டு வகையான துன்புறுத்தலிலும் தனக்குள் மகிழ்ச்சி அடைவார்கள். என்றாலும் இம்மாதிரி நிகழ்வுக்குக் காரணமாய் இருப்பவர் களுக்கு தாம் இம்மாதிரியான ஒரு வரையறுக்கக் கூடிய செயலில் ஈடுபட்டிருக்கிறோம் என்னும் தன்னுணர்வு சிறிதும் இல்லாமல் இருப்பார்கள்.

இம்மாதிரி விளையாட்டில் ஈடுபடக் குறைந்தது இருவர்

தேவை. இந்த விளையாட்டின் முடிவில் இருவருமோ அல்லது ஒருவரோ மனக்கசப்புக்கு ஆளாவர்.

இவ்வகை விளையாட்டில் ஈடுபடுபவர்கள் மூன்று வகையான அவதாரங்களை எடுக்கக்கூடும். அதாவது அவர் “துன்பம் தருபவராக” அவதாரம் எடுக்கலாம். அல்லது “உதவி செய்ய முன் பவரும் அவதாரமாகவும்” இருக்கலாம். அல்லது இவ்விளையாட்டில் “பலிகடாவாக ஆகிப்போபவராக”வும் இருக்கலாம்.

சரி... இவ்வகை விளையாட்டில் ஈடுபடுபவர்கள் யாராக இருக்கிறார்கள் எனப் பார்த்தால், இளம் பருவத்தில் எதிர் மறையாகக் கண்டுகொள்ளப்பட்டதால் இரண்டாம் அறை எலி கணாப்போல காயம் பட்டவர்களே தம்மையும் அறியாமல் மீண்டும் மீண்டும் காயப்படுத்தியோ அல்லது காயம் பட்டோ, உள்ளூர் ஒரு மகிழ்ச்சியை அடைவதை வழக்கமாகக் கொள்கிறார்கள்.

இவர்கள் தன்முனைப்புக் குறைந்தவர்களாகவும், (தன் மீதே மதிப்பு இல்லாதவர்களாகவும்) தான் சரியில்லாதவன் என்னும் தாழ்வுணர்ச்சியை மீண்டும் மீண்டும் உறுதிப்படுத்திக்கொள்ள முயல்பவராகவும் இருக்கிறார்கள். அதனாலோயே இத்தகைய “விளையாட்டு” உருவாகிறது.

இப்படி விளையாடுபவன் துன்புறுத்துபவனாகவும் உதவி செய்யவனாகவும் பலிகடாவாகவும் பொறுப்பேற்க நேரும் இப்படி ஒவ்வொரு பொறுப்பிலும் அவன் ஈடுபடும்போது அவனது மனோபாவழும் அவனது செயல்பாடும் எப்படி அமைகின்றன என்பதற்கான எடுத்துக்காட்டுகளை இப்போது பார்ப்போம்.

துன்புறுத்துபவனின் அவதாரத்தில் இவர்கள் இப்படியெல்லாம் என்னிக்கொண்டிருப்பார்கள்:

- தன்டனைதான் மனிதர்களைத் திருத்தும்
- சுயமாகத் திருந்தமாட்டார்கள்
- பிறர் நலனுக்காகத்தான் நாம் கண்டிக்கிறோம்!
- நாமே கண்டிக்காமல் விட்டால் உலகை யார் திருத்துவது?

அப்படி எண்ணிக்கொண்டு இப்படியெல்லாம் நடந்துகொள்வார்கள்

- தங்களின் மனதிலுள்ள திட்டங்களையோ, மதிப்பீடுகளையோ தெளிவாக வெளிப்படுத்த மாட்டார்கள்.
- பிறர், இவர்களது திட்டங்களையும் மதிப்பீடுகளையும் தெரிந்துவைத்துக் கீழ்ப்படிய வேண்டும் என்று நினைப்பார்.
- பிறர் செயல்கள், இவர்களின் எதிர்பார்ப்பிலிருந்து சிறிது மாறுபட்டாலும் கடுமையாக நடந்துகொள்வார், தன்மிடப்பார்.
- பெரும்பாலும் பிறர்க்கு வெறுப்பையே கண்டுகொள்தலாகத் தருவார்.
- நாள்தைவில் பிறர் இவர்களிடமிருந்து விலகுவார் அல்லது அச்சத்தோடு உறவாடி, தவறுகள் செய்து வெறுப்பான கண்டுகொள்தலுக்கு ஆளாவார்.

உதவி செய்யவனின் அவதாரத்தில்...

எண்ண ஒட்டம்	நடவடிக்கைகள்
<ul style="list-style-type: none"> ● துண்பப்படுபவர்கள் பிறரின் உதவியின்றி தங்கள் துண்பங்களைப் போக்கிக் கொள்ள முடியாது 	<ul style="list-style-type: none"> ● பிறர் கேட்காமலே அவர்களாது பிரச்சனைகளில் தலையிடுவார்.
<ul style="list-style-type: none"> ● என்னால் பிறர் துண்பங்களைப் பார்த்துக்கொண்டு சம்மா இருக்க முடியாது. 	<ul style="list-style-type: none"> ● தமிழுடைய தேவைகள் மற்றும் உணர்ச்சிகளை விட பிறரது தேவைகள் மற்றும் உணர்ச்சி களுக்கு அதிக முக்கியத்துவம் கொடுப்பார்.
<ul style="list-style-type: none"> ● என்னால் பிறரது பிரச்சினை களை முழுமையாகத் தீர்க்க முடியும். 	<ul style="list-style-type: none"> ● அடுத்தவரது வருத்தமும் கவலை யும், இவர்களிடத்தில் ஒரு கழி விரக்கத்தை உண்டு பண்ணும்

- அவர்களைவிட என்னால் தெளிவாகச் சிந்திக்க முடியும்.
- தங்களது ஆழ்மனக் கண்டு கொள்ளல் தேவைகளை அறியாததினால் பிறருக்கு அதிகம் செய்துவிட்டுப் பிறகு தான் எதிர்பார்ப்பதும் தவறு என்று என்னி, குற்ற உணர்ச்சி கொண்டு, கண்டு கொள்ளல் இல்லாமையினால் ஆழ்ந்த வருத்தத்திற்குள்ளாவர்
- துயரங்களை என்னால் கண்டு கொள்ள முடியும்
- இவர்கள் பிறருக்கு உதவி செய்து, அவர்களைப் பாச வலைகள் கட்டி, இவர்களின் சொற்படியே கேட்குமாறு செய்வர். பிரிந்து போகாமல் இருப்பதற்குத் தங்களையறி யாமலேயே பிறரிடம் குற்ற உணர்ச்சியை வளர்ப்பார்.
- உதவி செய்து அது தவறாகப் போனால் பலி ஆடு பாத்திரத்திற்குத் தன்னப்படுவர். உதவியை அடுத்தவர் நிராகரிக்கும்போது தன்புறவும் செய்வார்.

இவரைச் சார்ந்துள்ளவர்கள் இவரைச் சுற்றி இருப்பர். போலியான கண்டு கொள்ளல் களை இவர்களுக்குப் பலியாடு பாத்திரத்தில் உள்ளவர்கள் அளிப்பார்.

பலிஆடாய் அவதாரம் எடுக்கும்போது...

அவர்தம் எண்ண ஒட்டம்	அவர்தம் நடவடிக்கைகள்
<ul style="list-style-type: none"> ● நான் அதிர்ஷ்டமில்லாதவன் ● உலகம் மிகவும் கொடுமையானது. ● பிறர் எனக்கு உதவ வேண்டும். அவ்வாறு நான் எதிர்பார்ப்பது எனது பிறப்புரிமை. ● நான் ஒரு முட்டாள், மடையன், அவசரக்காரன் ● என் செயல்களுக்கு நான் பொறுப்பல்ல, சூழ்நிலைகளே காரணம் ● எனக்கு உதவுங்கள் அல்லது உதையுங்கள் 	<ul style="list-style-type: none"> ● சொந்த புத்தியும் இருக்காது. சொன்னாலும் புரியாது ● இல்லாத ஊருக்குப் போகாத வழி தேடும் பேர்வழிகள் ● வாழ்க்கையின் உண்மை நிலையை அறியாதவர்கள் ● தம் தவறுகளுக்குப் பொறுப்பு பேற்காமல் பிறர் மீது பழி சமத்துபவர்கள்.

இப்படியாக இளம் பிராயத்தில் எதிர்மறையாகக் கண்டு கொள்ளப்பட்டவர்கள்

துன்புறுத்துபவர்களாகவும்
உதவி செய்பவர்களைப் போலவும்

பலிகடாக்களைப் போலவும் நம் சமூகத்தில் உலவுகிறார்கள்

மேற்கண்ட மூன்று அவதாரங்களில் எந்த அவதாரங்களிலும் இவர்களைக் காண முடியும். ஒருவரே வெவ்வேறு சூழலில் வெவ்வேறு பாத்திரமேற்பார். மேற்கண்ட மூன்று

அவதாரங்களுமே உண்மையானவை அல்ல, போலியானவை, போலியான உணர்வுகளால் அலைக்கழிக்கப்பட்டு, அப்படி நடக்கும் அலைக்கழிப்பிலிருந்து மனதளவில் கூவி பெற்று மகிழ்ச்சி பெறும் நோயாளிகளைப் போன்றவர்களே அவர்கள். இந்தப் போலித்தன்மையை, இயல்பாக இயங்கும் பிறரால் எளிதில் அடையாளம் காண முடியாததால் அவதிப்பட நேர்கிறது. இவர்களுடனான உறவு மற்றவரை ஏதோ ஒரு விதத்தில் துன்புறுத்துவதாகவே அமைந்துவிடுகிறது.

சரி...

இனிப்பை ருசிப்பவர்களைக் கண்டிருக்கிறோம்... ஆனால் இவர்கள் கசப்பை ருசிக்கத் தூடிப்பவர்கள்... ஆமாம்

இளம் பருவத்தில் ஒருவரின் இயல்பான உணர்வுகளுக்கு அங்கீகாரம் கிடைக்காமல் அவர் கூடிந்து கொள்ளப்பட்டு பிறரின் எதிர்பார்ப்புகளைப் பூர்த்தி செய்யும் பொருட்டு போலியான உணர்வுகளை வெளிப்படுத்த வேண்டிய நிர்ப்பங்கத்துக்குள்ளாகி, பிறரின் அங்கீகாரத்தைப் பெற முயன்றவர்கள். அதனால் மனதில் தங்கிவிட்ட கசப்புணர்ச்சிகளை நேசிக்கத் தொடங்கிவிடுகிறார்கள். ஆகவே அப்படிப்பட்ட கசப்புணர்ச்சிகளை அடிக்கடி வெளிப்படுத்தவும் தொடங்கிவிடுகிறார்கள். அதன் மூலம் பிறரிடமிருந்து வெளிப்படும் நடவடிக்கைளை இரசிக்கவும் பழகி விடுகிறார்கள். இத்தகைய நேசிப்பும் இரசிப்பும் அவர்களுக்கு எத்தகைய விபரீத விளைவை ஏற்படுத்தினாலும் அது அவர்களின் ஏக்கத்தைத் தணிக்கும் செயல்பாடாகவே அமைகிறது.

இப்படிக் கசப்புணர்ச்சியின் மீதே நேசம் கொள்கிற ஒருவர் அவரையும் அறியாமலே, அவர் கலந்துகொள்ளும் ஒவ்வொரு நிகழ்விலும் அல்லது உறவிலும் அத்தகைய கசப்புணர்ச்சியையே விளைவிக்கிறார். அதன் பின்விளைவு களைப் பிரியத்தோடு ஏற்றுக் கொள்கிறார். இந்தத் தொடர் நடவடிக்கையை டாக்டர் எரிக்பெர்ஸ் 'ராக்கெட்' என்று குறிப்பிடுகிறார்.

இப்படிப்பட்ட பிரியமான கசப்புணர்ச்சிகள் ஒருவரின் ஆழ் மனத்திலிருந்து செயல்படுவதால் அவரால் அறியப்படா மலேயே புதைந்துகிடக்கிறது.

இங்குதான் நாம் உணர்ந்துதெளிய வேண்டிய ஓர் உண்மையும் புதைந்துகிடக்கிறது. அதாவது குழந்தைப் பருவத்தில் கண்டுகொள்ளப்படாத உணர்ச்சிகளும் கண்டு கொள்ளப்பட்ட உணர்ச்சிகளுக்கும் இடையேயான முரண்பாடு தான் ஒருவரைச் சீரழிக்கும் அளவிற்கு வளர்த்துவிடுகின்றது.

ஆகவேதான் எத்தகைய உணர்வுகளை எவ்வகையில் கண்டுகொள்வது என்பது மிக முக்கியமாகிறது. ஏனெனில் அப்படி முறையாகக் கண்டுகொள்ளப்படாததால் ஏற்படும் பின்விளைவுகள் விபரீதமானவை. அவை ஒரு தனிமனிதனை மட்டுமல்ல, ஒட்டுமொத்த சமூகத்தையே பாதிக்கவல்லவை.

கசப்புணர்ச்சியையே ரசித்து ருசிக்கும் ஒருவன் பிறரின் ரத்தத்தைச் சுவைக்கும் கொடுராமானவனுக்குச் சமமான வன். அவன் கசப்புணர்ச்சியிலேயே ஊறித் திளைக்கத் தொடங்கினால் என்னென்ன நிகழுக்கூடும் என்பதை என்னிப்பாருங்கள்! கசப்புணர்ச்சியைப் பெறும் பொருட்டே மனோத்துவ விளையாட்டுகளை விளையாடிக் களிக்கி றார்கள். இதுதான் விணோதமான உண்மை.

அத்தகைய விளையாட்டுகளும் முதல் நிலையிலிருந்து படிப்படியாக முன்னேறி மூன்று நிலைகளை அடைகிறது.

மூன்று நிலைகளும் ஒருவரிடம் தங்கியுள்ள கசப்புணர்ச்சியின் அளவைப் பொறுத்தே வேறுபடுகின்றன. கசப்புணர்ச்சிகளைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாய்க் கணாந்து கொள்ளாமல் பெருகவிட்டால் மனதினுள் குவிந்திருக்கும் கசப்புணர்ச்சியின் அளவிற்கேற்ப விபரீத விளைவுகள் பரிசுகளாகக் கிடைக்கின்றன.

முதல் நிலை:

கசப்புணர்ச்சிகளின் அளவு குறைவாக இருக்கும்போது கிடைக்கும் பரிசுகள் (விளைவுகள்)

- திறுசிறு பினக்கு
- ஊடல்
- சிலநாள் பேசாதிருத்தல்
- வீட்டில் சாப்பிடாமல் வெளியில் சென்று சாப்பிடுதல்

அலுவலகத்தில் மெமோ, சார்ட்ட்ஷீட் மற்றும் துறை சார்ந்த ட்ரான்ஸ்பர் ஆகியவற்றிற்கு வழி வகுத்தல். இது வெறும் முதல் நிலை அறிகுறிதான்.

இரண்டாம் நிலை:

கசப்புணர்ச்சியின் அளவு மேலே சொன்ன அளவைவிட சற்றே அதிகரிக்கும்போது ஏற்படும் விபரீத விளைவுகள் இதோ...

- விவாகரத்து
- பிறருக்குக் கொடுக்கும் வேலை ரத்து உத்தரவுகள்
- தன் வேலையை விட்டு விலகுதல்
- பேச்சவார்த்தைகளை முறித்துக்கொள்ளுதல்
- உடல் நலத்தின் பாதிப்பு

இவையெல்லாம் இரண்டாம் நிலையின் அறிகுறிகள்.

மூன்றாம் நிலை

கசப்புணர்ச்சியின் அளவு அதிகரித்து உச்சநிலை அடையும்போது விளைவுகள், சரிசெய்ய முடியாத மோசமானவையாக இருக்கும்.

- மரணம்
- கொலை
- கலவரம்
- தேச தரோகம்

தற்கொலை போன்ற யாவும் மூன்றாம் நிலையின் அதாவது முற்றிய நிலையின் அறிகுறியாகும்.

நன்பர்களே, நீங்கள் சொல்லுங்கள்! இத்தகைய அவலநிலை நமக்கு அவசியமா? இத்தகைய நிலை ஏன் வருகிறது? இது நம்மால் தவிர்க்க இயலாததா?

சரி...

இனி, அன்றாடம் நம் குடும்பம் மற்றும் அலுவலக வாழ்வில் நாம் காணும் சில விளையாட்டுகளை அவற்றின் பெயர்களோடு இப்போது புரிந்துகொள்ள முயல்வோம்.

நம்மில் பலரும் எப்படியெல்லாம் நம்மையும் அறியாமல் மனோகத்துவ விளையாட்டை விளையாடிக்கொண்டிருக்கிறோம் என்று பாருங்கள்... மிகவும் வியப்பாய் இருக்கும். வேதனையாயும் இருக்கும்.

விளையாட்டு 1

நீங்கள் செய்யும் செயல்கள் யாவும் துல்லிய மாகவும், அழகாகவும் இருக்கின்றன என்று வைத்துக் கொள்வோம். நீங்கள் உங்கள் வாடிக்கையாளருக்கு ஒரு கடிதம் எழுதி உங்கள் மேலாளரிடம் காட்டுகி றிர்கள் அது மிகவும் சரியாக அமைந்திருக்கிறது என்றால், நன்றாக இருக்கிறது என்றுகூடச் சொல்ல மாட்டார். ‘ம்...ம்’ என்று சொல்லி உங்களிடம் வேறொரு வேலையைச் சொல்வதில் கவனம் செலுத்துவார்.

இரண்டுமணி நேரம் கழித்து அவர் கேட்ட வரைபடத்தோடும் புள்ளிவிவரத்தோடும் அவர் அறைக்குள் செல்கிறீர்கள். அதுவும் எக்குறையும் இல்லாமல் இருக்கிறது என்று வைத்துக் கொள்ளுங்கள். அவர் நீங்கள் எதிர்பார்த்ததற்கு மாறாக, அவற்றை அப்படியே வாங்கி வைத்துக் கொண்டு இரண்டு நாட்களுக்கு முன்னால் பேசிக் கொண்டிருந்த ஒரு புதிய திட்டத்திற்கான பட்ஜெட் ரெடியாகி விட்டதா? என்று கேட்பார். இம்முறை நீங்கள் அதைத் தயாரிப்பதற்காகச் சில தகவல்

பற்றாக்குறை பற்றியும், அவற்றை வேறு துறையினரிடமிருந்து பெறுவதில் உள்ள சிக்கலையும் அவருக்கு விளக்க முனைகிறீர்கள்...

அவர் அதற்கு இடம் கொடுக்காமல், நீங்கள் சற்றும் எதிர்பாராத வகையில், உங்களைக் கடிந்து கொள்கிறார்.

“எனக்குத் தெரியும் நீங்கள் இதைச்செய்ய எந்த முயற்சியும் எடுக்கவில்லை, உங்களுக்கு இந்த வேலையில் எந்த ஆர்வமும் இல்லை. சிக்கல் இருந்திருந்தால் நீங்கள் என்னிடம் வந்திருக்க வேண்டியது தானே... இது உங்களின் அக்கறையின்மையைக் காட்டுகிறது” என்று தாறுமாறாகத் திட்டித் தீர்க்கிறார்.

உங்களைப் பதில் சொல்லவிடாமல் அவரே தொடர்கிறார். நீங்கள் வேறுவழியின்றி ‘சாரி சார்’ என்று சொல்லி வெளியேறுகிறீர்கள்.

இதைத்தான் அவர் எதிர்பார்த்தது. உங்களை அவர் ஏதோ ஒரு விஷயத்திலாவது தலைகுனிய வைக்கவேண்டும் என்று எதிர்பார்த்திருக்கிறார் நீங்கள் வெளியேறியின் அவர் மனதிற்குள் நினைத்துக்கொள்வது இதுதான்.

“பார்த்தாயா... நான் உன்னைப் பிடித்து விட்டேன்” என்கிற அற்ப சந்தோஷத்தில் அவர் ஆனந்தம் அடைவார். இது ஒருவகை விளையாட்டு.

இது போன்ற விளையாட்டை ஒரு குடும்பத்தில் கணவன், மணவியிடமும், மாமியார் மறுமகனிடமும் ஒரு நிர்வாகத்தில் அதிகாரி தொழிலாளியிடமும் அன்றாடம் பல்வேறு சந்தர்ப்பங்களில் காண முடியும்.

விளையாட்டு 2

நீங்கள் தொழிலாளி. உங்கள் மேலாளர் உங்களி
டம் ஒரு புதிய முறையை உங்கள் அலுவலகத்தில்
அமுல்படுத்தும்படி உங்களிடம் உத்தரவிடுகிறார்.
நீங்கள் அதை அமுல்படுத்துவதற்குத் தேவையான
மனிதர்கள், பொருள்கள், காலம் எனப் பலவற்றை
யும் பட்டியலிட்டுக்கொண்டு அவரிடம் செல்கிறீர்கள்.
அவரோ அந்தப் பட்டியலைச் சரியாகக் கூடப்
பார்க்காமல்

“எதற்கு இத்தனை ஆட்கள்” என்றும்
“எதற்கு இத்தனை உபகரணங்கள்” என்றும்

“எதற்கு இவ்வளவு காலம்” என்றும் உங்களைப்
பிடிபிடி என்று பிடிக்கிறார். நீங்கள் அதிர்ச்சிக்
குள்ளாகி, “சார் கேட்டிருப்பவை நியாயமானவை,
இந்த வேலையை இதைவிடக் குறைவானவற்றைக்
கொண்டு யாராலும் செய்ய இயலாது” என முறையா
கவும் பணிவாகவும் எடுத்துக் கூறுகிறீர்கள்...அனால்
அவர் அதையெல்லாம் கேட்கத் தயாராகவும் இல்லை.
முறையாகப் பேசி ஏற்றுக் கொள்ளாச் செய்ய
முயலவும் இல்லை. மாறாக...

“எனக்குத் தெரியாது... என்ன செய்வீர்களோ
தெரியாது. புதிய நபர்களோ, உபகரணங்களையோ
நான் பெற்றுத் தரப்போவதில்லை, எல்லாவற்றிற்கும்
உங்கள் மனோபாவமே காரணம். நீங்கள் இன்னும்
10 நாட்களுக்குள் இதை முடித்தாக வேண்டும்.” என்று
உரத்த சூலில் கூறிவிட்டுச் சென்று விடுகிறார். நீங்கள்
பிரமை பிடித்தாற்போல உங்கள் சகாக்களை நோக்கி
நகர்கிறீர்கள்.

அனால், தனது இருக்கை நோக்கி வேகமாக
நடந்து கொண்டிருக்கும் உங்கள் மேலாளர் மனதிற்
குள் எழும் என்னை எப்படி இருக்கும் தெரியுமா?

“அப்பா... இவனை ஒரு குத்துச்சண்டைக் களத்தில் தொடர்ந்து எதிராளியைத் தாக்கி ‘முளையில் தள்ளுவ தைப் போல்’ தள்ளி விட்டேன்” என்ற திருப்தியில் பெருமூச்சு விட்டுக் கொள்வார்.

இதுவும் ஒரு வகை விளையாட்டு. ஏனெனில் அந்த வேலை முடியப்போகிறது என்பதற்காக அல்லாமல் உங்களை மடக்கி உங்கள் மனதைப்புண்படுத்தி விட்டதில் அவருக்குள் ஒரு திருப்தி ஏற்படுகிறது.

இதே போன்ற விளையாட்டுகள் சூடும்பங்களிலும், உறவுகளுக்கிடையிலும் சில நிர்வாக அமைப்புகளிலும் நடப்பதை நீங்கள் காணலாம்.

விளையாட்டு 3

நீங்கள் செய்த செயலுக்காக, பக்கத்துத் துறையைச் சேர்ந்தவர்களும், உங்களின் சகாக்களும் உங்களை மிகவும் பாராட்டிக் கொண்டிருக்கிறார்கள். பல தொலைபேசி அழைப்புகள் வந்த வண்ணம் இருக்கின்றன.

அப்போது தொலைபேசி ஒலிக்கிறது. நீங்கள் எடுக்கிறீர்கள். உங்கள் மேலாளர் உங்களை தன் இருக்கைக்கு அழைக்கிறார். பலரின் பாராட்டுகளையும் பெற்றுக் கொண்டிருக்கிறோம் என்னும் அதே மனோநிலையில் நீங்கள் அவரது அறைக்குள் நுழைகிறீர்கள்.

உங்கள் மேலாளர் “வாங்க, வாங்க வாழ்த்துக்கள்” என்றவர்... உடனே

“நன்றாகத் தான் செய்திருக்கிறீர்கள், ஆனால் இதுதான் ஒரு பெரும் குறையாகி விட்டது. என ஏதோ ஒரு அற்ப விஷயத்தைக் குறிப்பிட்டு, இந்தக் குறை மட்டும் இல்லாதிருந்தால் உண்மையிலேயே இது மிகப்பெரிய சாதனதான்” என்று முடிக்கிறார்

என வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இவர் இயல்பாக இதைச் செய்யவில்லை. இவர் உங்களோடு ஒரு வினையாட்டை வினையாடுகிறார். இந்த வினையாட்டில் அவருக்குக் கிடைக்கும் அற்ப சந்தோஷம் என்ன தெரியுமா?

நீங்கள் சாதனையாளர் என்றாலும் உங்களிடமும் குறை உள்ளது தெரியுமா எனக் குறிப்பிட்டுவிட்ட மகிழ்ச்சி மட்டுமல்லாமல், இதுவரை தான் சரியில்லாதவன் என்று எண்ணிக்கொண்டிருந்த அவரது தாழ்வுணர்ச்சியிலிருந்து வெளிவர ஒரு சந்தர்ப்பமாகவும் இதைக் கருதிக் கொள்கிறார்.

இந்த வினையாட்டுக்குப் பெயர் “நான் குறைகாண்பேன்” என்பது. இத்தகைய வினையாட்டுக்களை ஒருவர் பாராட்டப்படும் ஏதேனும் ஒரு சந்தர்ப்பத்தை உற்று நேரக்கிணால் உங்களில் ஒருவர் இப்படி நடந்து கொள்வதை உணர முடியும்.

இது நண்பர்களுக்கு இடையிலும் சக ஊழியர்களுக்கிடையிலும், ஒரே மாதிரியான திறமைகொண்ட இருவருக்கிடையிலும் நடக்கலாம்.

வினையாட்டு 4

நீங்கள் எப்போதும் போல் உங்களது பணியை மேற்கொண்டிருப்பீர்கள். உங்கள் மேலாளர் அடிக்கடி இப்படிக் கூறுவதை நீங்கள் பொறுக்க முடியாமல் தவிக்கலாம்.

“எனக்கு தெரியும்; நீ எப்பொழுதுமே இப்படித்துன்; செய்து விட்டதாகச் சொல்வாய்; ஆனால் முறையாகச் செய்ய மாட்டாய். அந்த அழைப்பிதழில் பெயரை முறையாகப் பதிப்பிக்கவில்லை; அதை நீ நேரடியாகக் கொண்டு சேர்க்கவில்லை; மேடையை நீ ஒழுங்கசூகப் பராமரிக்கவில்லை; விருந்தினர்களை முறையாகக்

கண்டு கொள்ளவில்லை இப்படித்தான் சென்ற கூட்டத்தையும் சரிவரச் செய்யவில்லை இதனால் என் பெயர் கெட்டு விடுகிறது. என்னை எவ்வோரும் என்ன நினைப்பார்கள்” என ஒரே அமளி செய்து விடுவார். இது ஒவ்வொரு நிகழ்வின் போதும் நீங்கள் அனுபவிக்க நேரும் துயரமாகும். அதே நேரத்தில் அதை எப்படி முறையாகச் செய்வது என்டதை முன்கூட்டியே உங்களோடு உட்கார்ந்து பேசியிருக்கமாட்டார்.

ஏனெனில் அவர், ‘அமளி’ செய்து உங்கள் கவனத்தை ஈர்ப்பதில் கவனம் கொண்டிருக்கிறார் என்று பொருள்.

இந்த விளையாட்டுக்கும் ஒரு பெயர் உண்டு. அது என்னவாக இருக்க முடியும். வேறென்ன அமளி தான் மனிதர்கள் எப்படியெல்லாம் விளையாடுகிறார்கள் பாருங்கள்!

விளையாட்டு 5

இன்னொரு விதமான மனிதர் இருக்கிறார். அவர் உங்களிடம் ஒரு பிரச்சினையோடு வருவார். தன் மகன் சரியில்லை என்னும் தந்தையாக இருக்கலாம் அவர். தன் மனைவி சரியில்லை என்னும் ஒரு கணவனாகவும் இருக்கலாம். அல்லது தன் தொழிலாளி சரியில்லை எனக் கூறும் ஒரு மேலாளராக இருக்கலாம்.

உடனே நீங்கள் தீவிரமாக யோசித்து ஒரு சில வழிமுறைகளை அவருக்குக் கூற முற்படுவீர்கள். அவருக்கான ஆலோசனைகளாக அவற்றை மன முவந்து வழங்குவீர்கள்...

ஆனால் அவரோ நீங்கள் கூறும் ஒவ்வொரு மாற்று யோசனைக்கும் “மஹாம்... இதெல்லாம் சரிப்பட்டு வராது.” என்று சொல்லிக் கொண்டே போவார். பிறகு நீங்களே என்ன செய்வது எனத் தெரியாத நிலைக்கு ஆளாகி நிற்பீர்கள். அப்போது அவரே சொல்லிக்

கொள்வார். ‘இந்தப் பிரச்சினைக்குத் தீர்வே கிடையாதப்பா. இதைத் தீர்க்கவே முடியாது, இது அவரவர் தலை விதிப்பா’ என நொந்து கொள்வார். ஏதோ ஒரிரு விஷயங்களில் இப்படி இருப்பது தவறில்லை. ஆனால் நீங்கள் சந்திக்கும் ஒவ்வொரு முறையும் அவர் இப்படியே கூறித் தீர்வு காண்பதிலிருந்து தப்பித்துக் கொள்வார். இதுவே ஒருவகை விளையாட்டே.

இப்படியாக துன்புறுத்தும் அவதாரம் எடுப்பவர் மேற்கண்ட ஐவகை விளையாட்டையும் விளையாடி சுகம் காண்பார்.

விளையாட்டு 6

இவர் உங்கள் அருகாமையிலேயே இருப்பவராய் இருக்கலாம்; அல்லது தொலைவில் இருப்பவராயும் இருக்கலாம். உங்களைச் சந்திக்கும் போது, ‘அப்பறம் வாழ்க்கை எப்படி போய்க் கொண்டிருக்கிறது’ என்று தொடங்கி ‘உன் குடும்பத்தில் என்ன பிரச்சினை’ எனக் கேட்க முற்படுவார். நீங்கள் ‘ஓன்றுமில்லையே’ என்றாலும் விடமாட்டார். ‘இல்லையே உன் முகத்தில் மகிழ்ச்சி இல்லையே’ என்பார். நீங்கள் சமாதானத் திற்காக, ‘கொஞ்சம் தலைவலி’ என்பீர்கள். உடனே அவர் ‘நீ கொஞ்சம் Relax செய்ய வேண்டும், எப் போதும் வேலை வேலை என்றிருக்கிறாய் தலைவலி தான் மிஞ்சம்; நீ உன் குடும்பத்தோடு எங்காவது சுற்றுலா போய் வா’ என்பார். ‘இல்லைங்க அப்படி ஒன்றும் இல்லை; இது ஏதோ சாதாரண தலைவலி அவ்வளவுதான்’ என்பீர்கள். அவர் உடனே ‘சரி ஒரு டோலப்பர் போடு’ என்பார். ‘இல்லை இல்லை தூங்கினால் சரியாகி விடும்’ என்று அவரை விட்டு நீங்கள் அகல முயல்வீர்கள்.

அவரோ, ‘என்னப்பா உனக்கு உதவி செய்யத்தானே வந்தேன். நீ ஏன் நான் சொல்வது எதையுமே கேட்க

மறுக்கிறாய்' என அங்கலாய்த்துக் கொள்வார்.

இப்படி இவரது ஆலோசனைகள் ஏற்கப்படாத போது, 'என் கருத்துக்கள் எப்போதுமே, யாராலுமே ஏற்கப்படாது' என்னும் எதிர்மறை கண்டுகொள் தலுக்கு ஆளாகி அதை விருப்பமான சுப்புணர்ச்சி யாக்கிக்கொண்டு திருப்தி அடைவார். இது ஒருவகை விளையாட்டு.

விளையாட்டு 7

மேலே குறிப்பிட்ட நபர் நீங்கள் கேட்காமலே தானாகவே வழங்கிய ஏதோ ஒரு ஆலோசனையை ஏற்றுக்கொண்டு அதன் விளைவாக எதிர்மறையான நிகழ்வை நீங்கள் சந்திக்கும்போது

நீங்கள் இவரிடம் 'உங்க ஆலோசனைப்படி நடந்தது துப்பாப் போச்சு' என்று சொன்னால், 'நல்லதுக்குத் தான் சொன்னேன்; இப்படி ஆகும்னு நினைக்கலையே என்று சொல்லி நழுவிவிடுவார். இத்தகைய மனிதர் கள் அழையா விருந்தாளிகள். இவர்கள், யாரும் கேட்காமலையே தமது ஆலோசனைகளை வழங்குவர். ஆனால் அவற்றிற்கான பொறுப்புகளையும் ஏற்க மாட்டார்கள். அதனால் பிறருக்கு ஏற்படும் இழப்பை மனதிற்குள் இரசிப்பார்கள்.

இவர்கள் உதவி புரிவோர் என்னும் அவதாரம் எடுத்துத் திரிபவராவர்.

கீழ்க்காணும் விளையாட்டுக்களைப் பலிகடாக் களாக அவதாரம் எடுப்பவர்கள் விளையாடக் காணலாம்.

இவர்கள் ஈடுபடும் நிகழ்வுகளிலெல்லாம் தோற்றுப் போனவர்களாகக் கற்பிதும் செய்துகொள்வர். அதற்குக் காரணமாக ஏதாவது நொண்டிச்சாக்குக் கூறித் தப்பித்துக்கொள்வர். என்ன செய்வது... என் குடும்பச்

குழல் அப்படி; என் நண்பர்கள் யாருமே சரியில்லை; எனப் பிறரையும் குறைகூறி தன்மீதும் பழி போட்டுக்கொள்வர்... இந்த விளையாட்டின் பெயர் ‘மரக்கால்’ அல்லது ‘பொய்க்கால்’ எனப்படும்.

விளையாட்டு 8

வேறுவகை பலிகாடாக்கள் இப்படியும் விளையாடிச் சுகம் பெறுவார்கள் அவர்கள் செய்யும் எந்த வேலையிலும் சிறுசிறு பிழைகளைச் செய்து கொண்டே இருப்பர். தாம் டைப் செய்யும் ஒரு குடிதக்கில், முதலில் சில எழுத்துப்பிழைகள் இருக்கும் நீங்கள் அவரை அழைத்து குறைப்பட்டுக்கொள் வீர்கள். உடனே அவர் தும் மன்னிப்பைத் தெரிவித்துக் கொண்டு சரி செய்து தருவதாகச் செல்வார்.

10 நிமிடத்தில் சரிசெய்துகொண்டு வந்து அதே கடிதத்தைத் தருவார். இம்முறை எழுத்துப்பிழை சரியாகி வார்த்தைகளுக்கான இடைவெளிகள் போதுமானதாக இருக்காது அல்லது வரி ஏதாவது விடுபட்டிருக்கும்.

மீண்டும் மன்னிப்பைக் கோரி மறுபடி சரி செய்து தருவார். இம்முறை காகிதத்தின் ஓர இடைவெளிகள் சரியில்லாமல் இருக்கும். இப்போது நீங்கள் மிகவும் கடுமையாகத் திட்டுவீர்கள் சற்றும் கவலைப்படாது, முகம் சிவக்க மீண்டும் மன்னிப்பைக் கேட்பார்.

இந்த விளையாட்டின் மூலம் சுகம் காண்பவர்கள் பலிகாடாக்களாக இருப்பர். இந்த விளையாட்டின் பெயர் “எதையும் அசுத்தம் செய்” என்பதாகும்.

விளையாட்டு 9

சேமற்கண்ட விளையாட்டை நடத்திய நபரைப் போலவே, இவரும் மீண்டும் மீண்டும் தவறிமூழ்ப்பார். ஊங்கள் துணிமணிகளைத் துவைக்கும் உங்கள் வீட்டு வேலைக்கார பெண் சரியாக துவைக்காமல் விடும் போது நீங்கள் கூறுகிறீர்கள். ‘இங்கே பார், காலர் அழுக்காய் இருக்கிறது. இங்கே கறை இருக்கிறது பார்த்துத் துவை; உன்ற வைத்துத் துவை என்கிறீர்கள்.

அடுத்த முறை உங்கள் சட்டை பட்டன்கள் உடைந்துபோய் விடுகின்றன. இப்போது அவளுக்கு அறிவுறுத்துகிறீர்கள்.

‘அடித்துத் துவைக்காதே.. பட்டன்கள் உடைந்து விடுகின்றன இதையெல்லாம் பார்த்துத் துவைக்க மாட்டாயா’ எனக் கடிந்து கொள்கிறீர்கள். ‘சரி’ என வருத்தத்தை முகத்தில் தேக்கி நிற்பான்.

அடுத்த வாரம் பார்த்தால் உங்கள் சட்டப் பையில் இருந்த பணத்தாள்களோடு அப்படியே எடுத்துப் போட்டுத் துவைத்திருப்பாள்... துணி சலவைக்குப் போகும்போது நீங்கள் பார்த்தால் பைக்குள் பணம் கசங்கி சுருண்டு போய்க் கிடக்கும். மீண்டும் நீங்கள், ‘அவளிடம் இதை உணர்த்துவீர்கள்’ அப்போதும் அவள் வருத்தப்படுவது போல் நின்றிருப்பாள்.

இன்னொரு சந்தர்ப்பத்தில், வருவாள், உன்ற வைக் காமல், ‘டமால்’ டுமீஸ் என்று அடித்துத் துவைத்துக் கொண்டிருப்பாள். நீங்கள் அவளை இடைமறித்து “என்ன இது இப்படி அடித்துத் துவைத்தால் துணி சீக்கிரமே கிழிந்து போகாதா?” என வினவினால் அப்போதும் அவள் அப்பாவி போல் விழிப்பாள்.

இதற்கென்ன பொருள் என்று நினைக்கிறீர்கள் நீங்கள்?

வேறொன்றும் இல்லை. வாழ்க்கையில் இளம் வயது முதல் அவளைச் சீந்துவார் யாரும் இன்றி இருந்திருப்பாள். அவளைக் கண்டுகொள்ள ஆளே இருந்திருக்க மாட்டார்கள். அவளாகவே அவளது வாழ்வை நடத்திக்கொண்டிருப்பாள். அதுமட்டுமல்ல. அப்படி யாராவது என்றேனும் கண்டு கொண்டிருந்தாலும் அது அவளுக்கு ஊக்கம் தருவதாகவோ உற் சாகம் தருவதாகவோ இல்லாமல் அவளது எதிர் பார்ப்புகளைச் சிதற்றித்து விடும் விதமான எதிர் மறையான கண்டுகொள்தலாகவே இருந்திருக்கும்.

அதன் விளைவாக அவளுக்குள் ஏற்பட்டிருக்கும் ஏக்கந்தான் அவளையும் அறியாமல் அவளைப் பாடு படுத்திக்கொண்டிருக்கிறது. ஏக்கந்தால் ஆட்டுவிக்கப் படும் அவள் எவ்வளவு தூரம் செல்கிறாள் பாருங்கள். மீண்டும் மீண்டும் திட்டு வாங்கியாவது அதன் மூலம் கண்டு கொள்தலுக்கான ஏக்கத்தைத் தீர்த்துக் கொள்ள முயல்கிறாள். இது “என்னை உதையுங்கள்” - என்னும் ஒருவகை விளையாட்டாகும்.

இது எத்தகைய அவலமான சூழ்நிலை பாருங்கள். இதனால் ஏற்படும் தேவையற்ற உரையாடல்களும், கோபதாபங்களும், நேர விரயங்களும் எவ்வளவு என்று என்னிப் பாருங்கள்.

மனிதர்கள் ஏன் “மனோதத்துவ விளையாட்டுகளில் ஈடுபடுகிறார்கள் என்பதை அறிந்துகொள்வது மிகவும் சுவாரசியமானது!

- தங்களின் இளமைப் பிராயத்தில் ஏற்பட்டப் பலவேறு அதிர்ச்சியான, எதிர்மறையான, ஏமாற்றம் நிறைந்த நிகழ்ச்சிகளின் அடிப்படையில் உருவான முடிவுகளையும், அவர்களின் தற்போதைய வாழ்நிலையையும் நிலைநாட்டிக் கொள்ளவும் பலப்படுத்திக் கொள்ளும் பொருட்டும் விளையாடுகிறார்கள்.

- இதுவரை அவர்கள் சலவத்துப் பழகிய கண்டுகொள்தல் களை மீண்டும் மீண்டும் பெறுவதில் சுகம் காணவும், தாம் பிறரிடம் காட்டும் கண்டுகொள்தல்களை நியாயப் படுத்திக்கொள்ளவும் அவர்கள் விளையாடுகிறார்கள்.
- தமக்குப் பரிச்சயமான, பிரியம் மிகுந்த சசப்புணர்ச்சி களுக்கு இடம் கொடுத்து அவற்றைச் சேகரிப்பதில் கிடைக்கும் அற்ப மகிழ்ச்சியை அனுபவிப்பதற்காக விளையாடுகிறார்கள்.
- மனிதர்களுக்கிடையேயான நெருக்கத்தை விரும்பாததால் அதனைத் தவிர்க்க, விரும்பி இப்படிப்பட்ட விளையாட்டுகளின் மூலம் பிறரின் விலகலை உறுதிசெய்து கொள்வதற்காக விளையாடுகிறார்கள்.
- வாழ்க்கையில் செய்வதற்கென்று ஏதுமில்லாமல் பொழுதைக் கழிக்கும் வழியாக மனோதத்துவ ரீதியான விளையாட்டை நாடுகிறார்கள்.
- எந்த ஒரு பிரச்சினையையும் துணிவோடு எதிர்கொண்டு விவேகமாகச் சந்தித்துச் சமாளிக்கும் சகிப்புத் தன்மையும், பொறுமையும், பக்குவமும்போதுமையால், அப்பிரச்சினை களிலிருந்து விடுபட விரும்புவதாலும் அவர்கள் விளையாடுவார்கள்.
- தான் வாழும் நிலையிலேயே ஊறிப்போய், தன்னிலும் தன்னைச் சுற்றிலும் ஏற்படும் எவ்வித மாற்றத்தையும் ஏற்றுக்கொள்ள முடியாதவர்களும் இவ்வித விளையாட்டுகளில் ஈடுபடுவார்கள்.
- மேலும், தமது நம்பிக்கைகளையும், தமது மனோபாவத் தையும், தமது நடவடிக்கைகளையும் மேலும் மேலும் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளவும் விளையாடுகிறார்கள்.

ஆனால் இந்த விளையாட்டுகளால் ஏஞ்சபவை சசப்புணர்வு களே அன்றி வேறில்லை. என்பதால் விபரீதமாக இந்த விளையாட்டுக்களை நாம் நம்மிடமிருந்து அகற்ற வேண்டுமெனில்

நமக்குள்ளே ஓளிந்துகொண்டிருக்கும் நமது ஏக்கங்களை முறையாகக் கண்டுகொள்ளும் விழிப்புணர்வைப் பெற வேண்டும்.

பெற்றுவிட்டால் வேறெந்தக் கவலையும் இருக்காது. விரும்பியும் விரும்பாமலும் நாம் நிகழ்த்திக்கொண்டிருக்கும் விபத்துகளுக்குள் ஸிருந்தும், அறிந்தும் அறியாமலும் நாம் விளைவித்துக்கொண்டிருக்கும் ஆபத்துக்களிலிருந்தும் நம்மையும் நமது சந்ததியையும் காப்பாற்றிக் கொள்வதன் மூலம் இந்த அண்டத்திற்கே நாம் பெரும் சேவை செய்பவராகத் திகழ்வோம் என்பதில் ஏதும் ஒயம் உண்டா?

இப்படியாக... வாழ்வில் எதிர்மறையான கண்டு கொள்தல்களையே தொடர்ந்து பெற்று வளர்ந்தவர்கள் மேற்கண்ட விளையாட்டுக்களை விளையாடி வாழ்வின் கூடாத வாழ்நிலைகளில் விடாப்பிடியாகப் பற்றிக் கொண்டு தொடர்ந்து கசப்புணர்ச்சியையே ருசித்து ருசித்து இறுதியில் கீழ்க்கண்ட அவல நிலைக்கு ஆளாகிப் போகிறார்கள்.

- அவர்களுக்கு வாழ்வில் சோர்வே மிஞ்சவதோடு எந்த விதப் பிடிப்பும் அற்றுப் போய்விடக்கூடும்.
- என்ன செய்வதென்று புரியாமையால், கட்டுப்பாடில்லாத உணவுப்பழக்கத்துக்கு அடிமையாகிப் போய் உடல் பருத்துப் போவர்.
- மதத்தின் மீது அதீதப் பற்றுவைத்துப் பித்துப்பிடித்த நிலைக்கு ஆளாகக் கூடும்.
- சயநினைவற்றுப் போய் பைத்தியம் பிடிக்கும் நிலைக்கு ஆளாக நேரலாம்.
- வேண்டாத குடிப்பழக்கத்திற்கோ, கஞ்சா போன்ற போதைப் பழக்கத்திற்கோ அடிமையாகக் கூடும்.
- உடல்நலமும், மனநலமும் குன்றி நோயாளிகளாக உலவ நேரலாம்.
- இறுதியாகத் தற்கொலை செய்துகொண்டு இறக்கவோ, யாரையாவது கொலை செய்து விட்டுச் சிறை செல்வோ நேரலாம்.

ஆகவேதான் நண்பர்களே... உங்களை மட்டுமல்ல; உங்களைச் சுற்றியுள்ளவர்களையும் உற்றுக் கவனியுங்கள்; உரிய நேரத்தில் உரிய முறையில் கண்டுகொள்ளுங்கள்.

அவர்கள் உங்கள் குழந்தைகளாக இருக்கலாம்

அவர்கள் உங்கள் உறவினர்களாக இருக்கலாம்

அவர்கள் உங்கள் நண்பர்களாக இருக்கலாம்

அவர்கள் உங்கள் பங்காளிகளாக இருக்கலாம்

அவர்கள் உங்கள் சக ஊழியர்களாக இருக்கலாம்

அவர்கள் உங்கள் அதிகாரிகளாக இருக்கலாம்

அவர்கள் உங்களுக்கு வேண்டியவர்களாக இருக்கலாம்

அவர்கள் உங்களின் அண்டை வீட்டாராக இருக்கலாம்..

யாராக வேண்டுமானாலும் இருக்கலாம்...

ஊர் வேறாக இருக்கலாம்...

மாநிலம் வேறாக இருக்கலாம்

தேசம் வேறாக இருக்கலாம்

மதம், சாதி, இனம் என எல்லாம் வேறாக இருக்கலாம். என்றாலும்

“யாதும் ஊரே யாவரும் கேளிர்”

“எந்தையும் தாயும்” எனத் தமிழ் சொன்னத் தாரக மந்திரத்தை மறவாமல், தமிழர் கண்ட உலகமயத்தை உலகமெப்கும் முழங்கும்படி நாம் அனைவரையும் உபசரிப்போம். உறவு மேம்பாட்டின் மூலம் உற்பத்தியை உயர்த்துவோம். ஆரோக்கியத்திற்கு அடிகோலுவோம்; உயர் தரத்துக்கு உத்திரவாதம் கொடுப்போம்...

இவையெல்லாம் தேவைதானா?

இவற்றைக் குறைப்பது அல்லது இவற்றிலிருந்து விடுபடுவது எப்படி? இவற்றிலிருந்து நம்மில் பலரும் விடுபட்டு விட்டால் இந்த உலக வாழ்க்கை எப்படி இருக்கும்? என்றெல்லாம் நாம் என்னிப் பார்த்தால்தான் இதன் பயன்பாடு புரியும். இது நாள் வரை நாம் பட்ட அவதிகளெல்லாம் புரியும்.

இவற்றிலிருந்து நாம் விடுதலை பெற வேண்டாமா?

வாழ்ப்பிறந்த நாம் வாழ்ந்து பார்க்க வேண்டாமா? துன்பம்தான் வாழ்க்கையின் மிச்சமா? இந்த அவல நிலையிலிருந்து மீள வேண்டாமா? இந்த உலக வாழ்க்கையை ஆர்வத்தோடு ஆள வேண்டாமா? ஆளப் பிறந்த நாம் இனியும் அழ வேண்டுமா? வாருங்கள் நம் ஏக்கங்களைப் புரிந்துகொண்டு அவலங்களிலிருந்து விடுபடுவோம்; மகிழ்வான வாழ்வுக்கு வித்திடுவோம்!

இவ்வளவு நேரம் ஏக்கங்கள் முறையாகக் கண்டுகொள்ளப் படாததால் விளையும் விபரீதங்களைக் கண்டோம். 'ஏக்கங்கள்' முறையாகக் கண்டுகொள்ளப்படும்போது எதார்ந்த வாழ்வில் விளையும் ஆக்கப்பூர்வமானவற்றைப் பற்றியும் இங்கு காண்போம். ஒரு மேடைப்பாடகன் தனது பாடலுக்குக் கிடைக்கும் கைத் தட்டல்களிலிருந்து ஊக்கம் பெறுகிறான். மேலும் மேலும் பாடுகி றான். பாராட்டுகளும், விருதுகளும் பெறுகிறான். என்னற்றோரை மகிழ்விக்கிறான்.

ஒரு இசைஅமைப்பானானும் இப்படித்தான் என்னற்ற இரசிகர்களின் பாராட்டுதல்களிலிருந்து அவனது திறமை மேலும் மேலும் கூர்மைப்படுத்தப்படுகிறது. செழுமையடைகிறது. அவன் சாதனைப் படைக்கிறான். ஒரு கழைக்கூத்தாடியின் வாழ்வில் 'எல்லோரும் ஜோரா கைதட்டுங்க' என்னும் வாக்கியம் மிகவும் பிரசித்தம். அந்தக் கைதட்டல்கள் அவனை ஊக்குவிக்கின்றன. பார்வையாளர்கள் தரும் சில்லறைகளை விட அவன் அதிகம் எதிர்பார்ப்பது அவர்களின் கை தட்டல்களைத்தான்.

இது வெறும் கழைக்கூத்தாடிக்கும், சர்க்கஸ் கோமாளிக்கும் மட்டுமல்ல மிகப்பெரியப் பேச்சாளர், மகா கவிஞர் என அனை வருக்கும் இது பொருந்தும்.

இன்னார் மட்டுமே ஏக்கம் கொண்டிருப்போர் என்பதில்லை

‡ வயது வித்தியாசமில்லாமல்

‡ பதவி வித்தியாசமில்லாமல்

‡ அந்தஸ்து வித்தியாசமில்லாமல்

‡ பால் வித்தியாசமில்லாமல்

- ‡ இட வித்தியாசமில்லாமல்
- ‡ இன, மத வித்தியாசமில்லாமல்
- ‡ நேர வித்தியாசமில்லாமல்
- ‡ படிப்பு வித்தியாசமில்லாமல்

எல்லோரிடமும் பரந்து விரிந்து கிடக்கிறது, இந்த ஏக்கம்...!

அது ஆங்காங்கே அவரவர் மனோபாவத்திற்கேற்பவும் வாழ்நிலைக்கேற்பவும் வெளிப்பாட்டுக்கொண்டே இருக்கிறது.

- ✧ தாத்தா பேரனுக்கிடையேயும்
- ✧ மருமகள் மாமியாருக்கிடையேயும்
- ✧ அக்கா தங்கைக்கு இடையேயும்
- ✧ அண்ணன் தம்பிக்கிடையேயும்
- ✧ மாமன் முச்சானுக்கிடையேயும்
- ✧ பங்காளிகளிடையேயும்
- ✧ முதலாளி தொழிலாளிக்கிடையேயும்
- ✧ நடத்துனர் பயணியிடமும்
- ✧ ஓட்டுனர் நடத்துனரிடமும்
- ✧ மருத்துவர் செவிலியரிடமும்
- ✧ வக்கீல் நீதிபதியிடமும்
- ✧ தலைவர் தொண்டருக்கிடையேயும்

எவ்விடத்தும், எந்நேரமும், எல்லோரிடமும் காணப்படுகிறது ஏக்கம்...

ஆனால் முறையாக அது கண்டுகொள்ளப்படுகிறதா என்டதே கேள்வி!

- * தட்டிக்கொடுப்பது பலரின் ஏக்கத்தைத் தீர்த்து ஊக்கமளிக்கிறது.

- ✿ தட்டிக் கேட்பது சிலரின் ஏக்கத்தைத் தீர்த்து அவர்தம் கவனம் ஈர்க்கிறது.
- ✿ சுட்டி காட்டுவது - சிலருக்குச் சிலநேரங்களில் சில இடத்தில் ஏக்கத்தைத் தணிக்கிறது
- ✿ கண்டிப்பது - சிலருக்குச் சிலநேரங்களில் சில இடத்தில் ஏக்கத்தைத் தணிக்கிறது
- ✿ தண்டிப்பது - சிலருக்குச் சிலநேரங்களில் சில இடத்தில் ஏக்கத்தைத் தணிக்கிறது
- ✿ விருது வழங்குவது - சிலருக்குச் சிலநேரங்களில் சில இடத்தில் ஏக்கத்தைத் தணிக்கிறது
- ✿ உபசரிப்பது - சிலருக்குச் சிலநேரங்களில் சில இடத்தில் ஏக்கத்தைத் தணிக்கிறது
- ✿ கெளரவிப்பது - சிலருக்குச் சிலநேரங்களில் சில இடத்தில் ஏக்கத்தைத் தணிக்கிறது
- ஓ எலுமிச்சை கொடுத்து வரவேற்பதால் சிலருக்குச் சில நேரத்தில், சில இடத்தில் ஏக்கந்தணிகிறது.
- ஓ மாலை அணிவித்து வரவேற்பதால் சிலருக்குச் சில நேரத்தில், சில இடத்தில் ஏக்கந்தணிகிறது.
- ஓ சுவரோட்டியின் மூலம் வரவேற்பதால் சிலருக்குச் சில நேரத்தில், சில இடத்தில் ஏக்கந்தணிகிறது.
- ஓ வளைவுகள் வைத்து வரவேற்பதால் சிலருக்குச் சில நேரத்தில், சில இடத்தில் ஏக்கந்தணிகிறது.
- ஓ கண்டனக் கூட்டங்கள் நிகழ்த்துவகன் மூலம் சிலருக்குச் சில நேரத்தில், சில இடத்தில் ஏக்கந்தணிகிறது.
- ஓ சுருப்புக் கொடிகள், விளாம்பாரங்கள் மூலம் சிலருக்குச் சில நேரத்தில், சில இடத்தில் ஏக்கந்தணிகிறது.
- ஓ காத்திருத்தல், கவனித்தல், கை கூட்புதல் மூலம் சிலருக்குச் சில நேரத்தில், சில இடத்தில் ஏக்கந்தணிகிறது.
- ஓ உபசரித்தல், தாள் பணிதல், கட்டித்தழுவுதல் மூலம்

சிவருக்குச் சில நேரத்தில், சில இடத்தில் ஏக்கந்தனிகிறது.
இவை யாவும் ஏக்கத்தைக் கண்டுகொள்வதற்காக நிகழும்
நடைமுறை எடுத்துக்காட்டுக்களாகும்.

- கூனி, ராமனால் எதிர்மறையாகக் கண்டுகொள்ளப்
பட்டதாகக் கருதியவள்
- சகுனி, கெளரவப் பரம்பரையால் எதிர்மறையாகக் கண்டு
கொள்ளப்பட்டதாகக் கருதுகிறான்.
- துரோணர் ஏகலைவனால் எதிர்மறையாகக் கண்டு
கொள்ளப்பட்டதாகக் கருதுகிறார்.
- கர்ணன் துரியோதனனால் நேர்மறையாகக் கண்டு
கொள்ளப்பட்டவனாகக் கருதுகிறான்.

இவை யாவும் இதிகாசங்கள் காட்டும் ஏக்கங்கொண்ட
கதாபாத்திரங்கள்

ஏக்கங்களே இதிகாசங்களைப் படைத்திருக்கின்றன...!

கைதட்டி ஆரவாரிக்கும் ரசிகர்களுக்காகவே - வசனங்கள்
கைதட்டி ஆர்ப்பாரிக்கும் ரசிகனுக்காகவே - புதிய பாடல்கள்,
புதிய சண்டைகள் புதிய காட்சிகள்.
கைதட்டிக் குதூகலிக்கும் ரசிகனுக்காகவே, பவுண்டாரிகள்,
சிக்ஸர்கள், சதங்கள்

இளைஞர்களின் ஏக்கங்களைக் கண்டுகொள்ளும் படங்கள்
வெற்றிப்படங்களாகின்றன

முதியவர்களின் ஏக்கங்களைக் கண்டுகொள்ளும் படங்கள்
வெற்றிப்படங்களாகின்றன

பெற்றோறின் ஏக்கங்களைக் கண்டுகொள்ளும் படங்கள்
வெற்றிப்படங்களாகின்றன

பெண்களின் ஏக்கங்களைக் கண்டுகொள்ளும் படங்கள்
வெற்றிப்படங்களாகின்றன

இப்படி சமுதாயத்தின் பல்வேறு அங்கங்களை முறையாகக் கண்டுகொள்பவர்கள் வெற்றியடைகிறார்கள்.

நேர்மறையாகக் கண்டுகொள்பவர்கள் நேர்மறையாகவே கண்டுகொள்ளப்படுகிறார்கள் என்பது! இதன் மூலம் விளங்குகிறது அல்லவா? அதுமட்டுமல்ல...

கண்டுகொள்தலே கிரியானாக்கியாகவும், வினைஞாக்கியாகவும் விளங்கி சாதகத்திற்கும் பாதகத்திற்கும் முக்கியக் காரணியாகிறது என்பதும் கவனிக்கத்தக்கது.

வினையாட்டாக மட்டுமல்ல வினையாகவும்
உருவெடுப்பது தான் ஏக்கம்!

தீர்க்கமான விஞ்ஞானி முதல் தீர்த்துக் கட்டத்துணியும் தீவிரவாதி வரை அனைவருக்கும் ஏக்கமே காரணமாய் விளங்கி உலகைக் கலக்கியும் குலுக்கியும் கொண்டிருக்கிறது.

மஞ்சவிரட்டுக் காளைபோல் பிடரி சிலிர்த்து நிற்கும் இந்த ஏக்கத்தை அறிந்து புரிந்து அடச்சத் தெரிந்துகொண்டால் அப்புற மென்ன உலகம் அற்புதமே!

அரசியல் கட்சிகள் நடத்தும் உண்ணாவிரதமானாலும், சரி கடையடைப்பானாலும் சரி,

வெற்றியாளர்கள் கொடுக்கும் பேட்டிகளானாலும் சரி,

தொண்டு நிறுவனங்கள் ஏற்பாடு செய்யும் சேவை முகாம்களானாலும் சரி,

தலைவர்கள் கொடுக்கும் அறிக்கைகளானாலும் சரி,

வெள்ளி விழா, பொன் விழா,

மணி விழாக்களானாலும் சரி...

கின்னஸ் சாதனைகளானாலும் சரி...

பத்திரிகைகளின் விமர்சனங்கள், மதிப்புரைகள் மற்றும் எதிரொலிகளானாலும் சரி. எல்லாமே மனிதர்களின் ஏக்கங்களைத் தீர்க்கின்றன. அவை பாராட்டுக்களாய் இருந்தால் ஆக்கப்பூர்வமான வினைவை ஏற்படுத்துகின்றன. குறை கூறினால்

அதுவே எதிர்மறையான தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றன.

படைப்புகள் கூட... ஏக்கங்களின் எதிரொலிகளே. சில உபயங்கள், சொடைகள் யாவும் அப்படியே. நடுவீதியில் ஒரு பைத்தி யக்காரன் தன்னை அறிந்தும் அறியாத நிலையில் ஒங்கி ஓலமிட்ட படி ஒடுவதும். ஒரு குடிகாரன் பிதற்றுவதும். பிறரோடு வம்பளப்பதும்கூட அவர்கள் கண்டுகொள்ளப்படாததன் ஏக்கத்தால் தான்.

எதிர்மறையான கண்டுகொள்ளல்களாகிய குறைகூறல், குற்றம் சுமத்துதல், கேவிசெய்தல், கடிந்துகொள்ளுதல், மற்றும் அவமானங்கள் இவற்றையெல்லாம் கூட தமது ஆக்கப்பூர்வமான செயல்களுக்கான அடித்தளமாக ஏற்று தம்மைத் தாமே உயர்த்துவதோடு, தாம் வாழும் சமூகத்தையும் உயர்த்தும் வெகு சிலரே பக்குவப்பட்ட மனிதர்களாவர். அவர்களே சரித்திரம் போற்றும் சாதனையாளர்களுமாவர். அத்தனையையும் கசித்துக்கொண்டு தொடர்ந்து தமது இலக்கை நோக்கி இடைவிடாது பணிப்பவர்கள் ஆரோக்கியமானவர்கள்; நல்லவர்கள் மற்றும் வல்லவர்கள். இப்படிப்பட்டவர்கள் உருவாவதற்கு அடிப்படையான காரணம், அவர்களுக்கு இளம் வயதில் கிடைத்த முறையான, நேர்மறையான கண்டுகொள்ளல்கள், பாராட்டுக்கள்...

இளமையில் முறையான கண்டுகொள்தல்களுக்கு ஆளானவர் களே முதுமைவரை முறையான ஆட்களாக வாழ்கிறார்கள். தமது மனம் என்னும் மலரை முழுமையாக மலர்த்தி மனம் பரப்பி, கணி நிரப்பித் தன் வாழ்வின் பயணைப் பூமிக்கு உணர்த்து கிறார்கள்.

இப்படி இவர்களுக்குக் கிடைத்த கண்டுகொள்ளல்களின் அடிப்படையில் ஒரு குறிப்பிட்ட வயதிற்குப் பிறகு அதாவது 40 வயதிற்குப் பிறகு நால்வகை மனித வகைகளாகப் பிரிந்து நிற்கிறார்கள். அவர்களால் அதற்கு மேல் மாற்றிக் கொள்ள முடியாத வாழ்நிலைகளாக அவை மாறிவிடுகின்றன. எனவே தான் அந்நிலையைத் தமிழ் நாற்பது வயதில் நாய் குணம் என்கிறது.

நாய் வாலை நிமிர்த்த முயல்வது போலவே சிரமமானது நாற்பது வயதில் ஒருவரின் மனோபாவத்தை, நடவடிக்கையை மாற்ற முனைவதும். அந்த வாழ்நிலைகளை நான்கு வகையாகப் பிரிக்கலாம். எனவே இவர்கள் வாழும் உலக வாழ்வை வைத்து

இவர்களை நான்கு வகை மனிதர்கள் என்றே அழைக்கலாம்.

நல்லது கெட்டது நாலும் தெரிந்திருக்க வேண்டும் என்பார்கள் பெரியவர்கள். நான்கு வகை குணமென்று முத்தோர் சொல்லக் கேள்விப்பாட்டிருக்கிறோம். நாற்பது வயதில் நாய்குணம் என்னும் பழமொழியும் நாம் அறிந்ததுதான். அதென்ன நாய் குணம்? நாயின் வாலை நிமிர்த்த முடியுமா? முடியாதல்லவா. அதேபோலத் தான் நாற்பது வயதை அடைந்துவிட்டவர்களின் பழக்கத்தை மாற்று தலும் மிகவும் கடினமாகும். இதைத்தான் நாய்குணம் என்று குறிப்பிடுகிறார்கள்.

இதே கருத்தைத்ததான் ஐந்தில் வளையாதது ஐம்பதில் வளையுமா? என்னும் முதுமொழியும் வலியிருத்தப்படுகிறது. எந்த ஒரு பழக்கமும் சிறு வயதிலிருந்தே மனதில் பதிந்துவிடுவதால் பின்னாளில் மாற்றிக்கொள்வது அரிதாகி விடுகிறது. பசுமரத்தாணி போல இளம் வயதில் பதிந்துவிடும் பழக்க வழக்கங்கள் ஒருவரின் வாழ்வில் மிகவும் அழுத்தமான தாக்கங்களை ஏற்படுத்திவிடு கின்றன. இவ்வாறாக இளம் பருவத்தில் ஏற்படும் அனுபவங்களைப் பொறுத்து அவரது பிற்கால நுவடிக்கைகள் அமையத் தொடங்கு கின்றன.

அவரவர் தன்னாளுமையின் தன்மைக்கேற்ப நாற்பது வயதை அடையும் தருணத்தில் சீழ்க்காணும் நான்கு நிலைகளில் தம்மை நிறுவிக்கொண்டுவிடுகிறார்கள் மனிதர்கள். அவற்றை வாழ்நிலை என வரையறுக்கிறார் எரிக்பெர்ன் என்னும் அறிஞர்.

- 1) நானும் சரி: நீயும் சரி என வாழும் மனிதர்கள்
- 2) நானே சரி நீ சரியல்ல என வாழும் மனிதர்கள்
- 3) நான் சரியல்ல நீயே சரி என வாழும் மனிதர்கள்
- 4) நானும் சரியல்ல நீயும் சரியல்ல என வாழும் மனிதர்கள்

முதல் நிலையில் வாழ்பவர்கள் முத்தானவர்கள். அவர்களோடு வாழ்தல் ஓர் இனிய அனுபவமாய் இருக்கும். எதையும் ஏற்றுக்கொள்வார்கள். அவர்கள் நினைத்தால் விரும்பத் தகுந்த மாற்றங்களை எளிதில் கொண்டுவருவார்கள் இவர்கள் ஆக்கப் பூர்வமானவர்களாகத் திகழ்வார்கள். இவர்கள் வாழ்வில் ஆனந்தம் மிகுந்திருக்கும். இவர்கள் மனந்திறந்த மனிதர்களாக இவர்கள் வாழ்வில் மகிழ்ச்சி நிறைந்திருக்கும்.

இரண்டாம் வகை வாழ்நிலையை அடைந்தவர்கள் பெரும் பாலான சமயங்களில் பிறரைக் குறை கூறுவார்கள். இதனால் பிறரின் வெறுப்புக்கு ஆளாவார்கள். ஆனால் முடிவெடுப்பதில் முன்னிற்பார்கள். இதனால் முன்நிலையைத் தக்கவைத்துக் கொள்வார்கள். ஆனால் சாதிக்கப் பிறந்தவர்களென்னும் நினைப் பில் சமநிலை இழந்து ஆணவ நிலையை எய்தி மனதளவிலும் உடலளவிலும் நோய் வாய்ப்பட நேரும். செய்திறன் கொண்டவர்களாக இருப்பார்கள். ஆனால் செய்நேர்த்தியில் பின்தங்கி மனிதத்தில் தோல்வி அடைவார்கள். இவர்களின் மனதில் மறைந்த பகுதியும் குருட்டுப் பகுதியும் அதிகமாக இருக்கும்.

முன்றாம் வகை மனிதர்கள், முடிவெடுக்க முடியாதவர்களாக இருப்பார்கள். காரணம் தன்னம்பிக்கை அற்றவர்களாக விளங்குவார்கள். இவர்கள் எப்போதுமே பின் தங்கிய நிலையிலே இருப்பார்கள். (அதிலேயே மகிழ்ச்சி அடைந்து விடுவர்) ஆனால் யாரும் இவரை நம்பி பின்செல்லமாட்டார்கள். இவர்களின் மனதின் திறந்த பகுதி மிகவும் குறைவாக இருக்கும் மற்ற 3 பகுதிகளாகவே மறைந்த பகுதியும், குருட்டுப் பகுதியும், இருண்ட பகுதியும் மிகுந்திருக்கும்.

நான்காம் வகை மனிதர்கள் எல்லோரிடமும் குற்றம் காண்பவர்களாயிருப்பார்கள். பிறர் மீது மட்டுமல்லாமல் தம் மீதும் பழி போட்டுக்கொள்வார்கள். இவர்கள் இருக்கும் இடம் புலம்பஸ் நிறைந்ததாகவே இருக்கும். இப்படியே தொடர்ந்தால் இவர்கள் மனநல மருத்துவமனையிலோ அல்லது சிறைச்சாலையிலோ தஞ்ச மடைய நேரிடும். இவர்களின் மனம் மறைந்த பகுதியாய் நிறைந்திருக்கும்.

தீர்மானம் செய்துகொள்ளுங்கள். நான்குவகை மனிதர்களுள் நீங்கள் எந்த வகை மனிதர்களாக வாழ நினைக்கிறீர்கள்? நினைவிற் கொள்ளுங்கள். முதல் வகை மனிதர்களாகத் திகழ வேண்டுமெனில், உங்கள் மனம் முழுவதும் திறந்த மனமாக மாறவேண்டும்.

உள்ளுவதெல்லாம் உயர்வுள்ளால்

மனத்துக்கண் மாசு இலன் ஆல் அனைத்து அறன்
மனமுண்டானால் மார்க்கமுண்டு

மனம் போலவே வாழ்க்கை

இவையெல்லாம் வள்ளுவர் வாய்மொழிகள். இவையெல்லாம் பழமொழிகள் ஆனாலும் நிரந்தரப்பொருள் தருவதால் நெஞ்சில் என்றென்றும் நிலைக்க வேண்டிய புது மொழிகளே.

மகிழ்ச்சிக்குத் தடை மனதிலேதான் இருக்கிறதே தவிர; மற்றவர்களிடமில்லை என்பதை உணரவேண்டும். அந்தத் தடைகள் அச்சமாக மற்றும் அறியாமையாக விளங்கி நம் மகிழ்ச்சிக்குக் குறுக்கீடாக நிற்கின்றன. அவற்றை அகற்ற வேண்டுமெனில் நீயும் சரி நானும் சரி எனக்கானும் முதல்நிலை மனிதர்களாக முற்றிலும் மனந்திறந்த மனிதர்களாக நாம் மாற வேண்டும். மாறினால் மகிழ்ச்சி நிச்சயம்! மாறுவோமா? அப்படி மாறுவதற்கு நேர்மறையான கண்டுகொள்தலாகிய அங்கீகாரமும், பாராட்டும் மிக மிக அவசியமென்பதை நாம் புரிந்து தெளிய வேண்டும்.

அதுமட்டுமல்ல... ஆறுவயதிற்குள்ளாகவே ஒரு மனிதனின் ஆளுமைத் தன்மைக்கான அடித்தளம் அமைந்துவிடுவதாகக் கூறுகிறது உளவியல். மேலும், கருவிலிருக்கும் குழந்தையையே தாயின் உனர்வுகள் தாக்கவும், துக்கவும் கூட தொடங்கி விடுவதாக - இதிகாசம் சொன்னதை இன்றைய உளவியலும் உறுதிசெய்கின்றது. ஆகவே வாழ்வின் தொடக்கம் முதல் முடிவுரை நாம் எடுத்துவைக்கம் ஒவ்வோர் அடியும், அன்பின் அடிப்படையில் அமையுமென்றால் நும்பில் பலரும் நேர்மறையான மனிதர்களாகவும் நமது நடவடிக்கைகள் யாவும் ஆக்கப்பூர்வமான பயனுள்ளதாகவும் அனைவராலும் விரும்பத்தக்கதாகவும் அமைவதோடு இந்த பூமி புனித மனிதர்களால் அலங்கரிக்கப்பட்டு பூண்ணியம் நிறைந்த சொர்க்கமாகிக் காட்சியளிக்கும் என்பதில் எனக்கு எவ்வித ஜயமும் இல்லை;

உங்களுக்கு...?

வாருங்கள் நாம் ஒருவரை ஒருவரை முறையாகக் கண்டு கொள்வோம்; கண்ணீர் துடைத்த, புன்னகை நிறைந்த பூமியாக இந்த நிலவுலகை மாற்றிக் காட்டுவோம்!

புகழ் பெற்ற “புதிய பார்வை” “புதிய வார்த்தை” “புதிய வாழ்க்கை” எனும் தன்னாளுமைத் தத்துவ நூல் ஆசிரியர் ம. திருவள்ளுவர் பொறியாளர், மேலாளர், கவிஞர், பேச்சாளர் மற்றும் பயிற்சியாளர் எனப் பண்முகம் கொண்டவர். கவிதை நால்கள் நான்கும் ஒரு தன்னாளுமைத் தத்துவமும் இது வரையிலான இவரது படைப்புகள். மனிதவளமே - இப்பிரபஞ்சத்தின் மூலதனம் - எனப் போற்றும் இவர் இனைய தலைமுறைக்கிணங் வழங்கும் பயிற்சிகளும்-படைப்புகளும்- அனைத்துத் தரப்பினருக்குமான கவனம்-படுத்துத் தீர்மானங்களாகவே ஒளிர்கின்றன.

அந்த வரிசையில் இந்த “ஏக்கங்களும்” இவரது இனையற்ற படைப் புகளுள் ஒன்றாய் இடம் பெறுகிறது.

“ஏக்கங்கள்” ஓர் அற்புத கண்ணாடி; உங்கள் மனதைமட்டுமல்ல; பிறர் மனங்களையும் காட்டி நிற்கும் உளவியல் கண்ணாடி!

**ஏக்கங்களைப் புரிந்துகொள்பவர்
இதயங்களை மட்டுமல்ல,
இமயங்களையும் எட்டலாம்!**

கலங்கரைவிளக்கம் பதிப்பகம்