மனைவியோடு போராடுவது எப்படி?

கணவனும் மனைவியும் ஒருபோதும் சண்டை போடாமலே குடும்பம் நடத்துவார்களானால், அது பெரும்பாலும் சுவையுடைய வாழ்க்கையாய் இருக்காது.

சண்டை போடாத தம்பதிகள், வெளிப் பார்வைக்கு மிகவும் ஒற்றுமையாய் வாழ்பவர்களைப்போல் காணப் பட்டாலும், உள்ளூர அவர்களிடையே ஒத்துப்போக முடியாத குண வேற்றுமைகள் ஒளிந்துகொண்டிருக்கும். அந்த வேற்றுமைகள் வெளிப்படுவதற்குக் கொஞ்சம் இடம் கொடுத்துவிட்டால், அப்புறம் இல்லறம் உடைந்து போய் விடக்கூடும் என்ற அச்சத்தில்தான், அவர்கள் ஒற்றுமை உடையவர்களைப்போல நடித்துக் கொண்டிருக் கிறார்கள். இந்த உண்மை அந்த இரண்டு பேர்களுக்கு மட்டும் தெரியுமே தவிர, வேறு எவருக்கும் தெரியாது!

கணவனும் மனைவியும் ஒருவருக்கொருவர் நேர் மாறான இயல்பு படைத்தவர்களாய் இருக்கிறார்கள் என்று வைத்துக் கொள்வோம். அந்த நிலையில், மனைவியைத் தன் வழிக்குத் திருப்பிக்கொண்டு வருவ தற்குக் கணவன் முயற்சி செய்வான். இதேபோல், கணவனைத் தன் வழிக்குக்கொண்டு வருவதற்கு மனைவி முயற்சி செய்வாள். ஒன்றுக்கொன்று மாறுபட்ட இந்த முயற்சிகளின் காரணமாக, இருவருக்கும் இடையே துவக்க காலத்தில் அடிக்கடி வாக்கு வாதங்களும் சண்டை சச்சரவுகளும் ஏற்பட்டுக் கொண்டே இருக்கும்.

கணவன் மனைவி இருவருமே பிடிவாத குணம் உடையவர்களாய் இருந்தால், அவர்களுடைய வாழ்நாள்

வரையில் அவர்கள் இப்படிச் சண்டை போட்டுக் கொண்டேதான் இருப்பார்கள். அவர்கள் இருவரும் தங்கள் இளமைப் பருவத்தைக் கடந்து முதுமையை அடைந்து தாத்தாவும் பாட்டியும் ஆகிவிட்டாலும்கூட, அவர்கள் உள்ளத்திலே ஒருவர்மீது மற்றவருக்குக் கனிவு இருக்காது. அவர்கள் இருவரும் ஒரே குடும்பத்தில், தங்கள் பிள்ளைகள் பெண்கள் பேரன் பேத்திகளுக்கு நடுவே வாழ்ந்து கொண்டிருந்தாலும், உள்ளத்தால் ஒருவர் வட துருவத்திலும் மற்றவர் தென் துருவத்திலுமாகவே அவர்கள் வாழ்ந்து வருவார்கள்.

அமெரிக்கா போன்ற அயல்நாடுகளாய் இருந்தால், இந்த மாதிரித் தம்பதிகள் தங்கள் இளமைக் காலத்தி லேயே விவாகரத்துச் செய்து கொண்டிருப்பார்கள்.

ஆனால்,

இந்நாட்டிலே, அப்படியெல்லாம் சட்டென்று செய்து விட மாட்டார்கள். அதற்குப் பதிலாக, இருவரும் கீரியும் பாம்பும்போல் குடித்தனம் நடத்திக் கொண்டிருப் பார்கள்.

இதைக் காட்டிலும் நரக வாழ்க்கை இன்னொன்று இருக்கிறது. அதுதான் தம்பதிகள் வெளிப்படையாகச் சண்டை போடாமல், உள்ளுக்குள்ளேயே புழுங்கிக் கொண்டு நடத்துக்கிற இல்வாழ்க்கை!

கணவன் ஓர் அரக்கனாக இருப்பான்; அவனைத் திருத்த முடியாது என்ற முடிவுக்கு மனைவி வந்துவிட் டிருப்பாள். அத்தகைய முடிவுக்கு வந்துவிட்டால், அதற்கு அப்புறம் அவனோடு அவள் சண்டை போட மாட்டாள். அவனுடைய வழிக்குத் திரும்பி விட்டதுபோல், அவள் சும்மா நடித்துக் கொண்டிருப்பாள். கணவனும், அவளு டைய நடிப்பை உண்மையென்றே நம்பிக் கொண்டிருப் பான்.

மனைவி ஓர் அரக்கியாக இருப்பாள் அவளைத் திருத்த முடியாது என்ற முடிவுக்கு, கணவன் வந்துவிட்டிருப் பான். அத்தகைய முடிவுக்கு வந்துவிட்டால், அதற்கு

அப்புறம் அவளோடு அவன் சண்டை போடமாட்டான். அவளுடைய வழிக்குத் திருப்பி விட்டதுபோல், அவன் சும்மா நடித்துக் கொண்டிருப்பான். மனைவியும் அவனு டைய நடிப்பை உண்மை என்றே நம்பிக் கொண்டிருப் பாள்.

மேல் நாடுகளாய் இருந்தால், இத்தகைய குடும்பங் களில் மனைவி பெரும்பாலும் வேறு ஒருவனோடு கள்ளக் காதல் கொள்ளத் தொடங்கிவிடுவாள். நம் நாட்டுப் பெண்கள் அத்தகைய இழிசெயல்களில் இறங்குவதற்கு அவ்வளவு எளிதில் துணிந்துவிட மாட்டார்கள்.

இருந்தாலும்,

இங்கேயும்கூட, நாளுக்கு நாள் காலம் மாறிக்கொண் டிருக்கிறது என்பதை நாம் மறந்துவிடக்கூடாது!

இத்தகைய தம்பதிகள் தங்கள் இல்லற வாழ்க்கையை எப்படிச் சீர்படுத்திக் கொள்வது என்பதைப் பற்றி ஆராயப் புகுந்தால், அதற்கு இந்தச் சிறு கட்டுரையில் இடம் போதாது. அதற்காக ஒரு தனிப் புத்தகமே எழுத வேண்டிருக்கும். ஆகையால் இப்போது நமக்கு அந்த ஆராய்ச்சி வேண்டாம்!

சுருக்கமாகச் சொன்னால்,

ஒருவரோடு ஒருவர் சண்டையே போட்டுக்கொள் ளாமல், எப்போது பார்த்தாலும் இன்முகத்தையே காட்டிக் கொண்டு இருக்கிற தம்பதிகளைப் பார்த்து, நாம் ஏமாந்து விடக்கூடாது. அவர்களைப் பார்த்து யாரும் பொறாமைப்படுவதற்கு ஒன்றும் இல்லை!

இடையிடையே சண்டை போட்டுக்கொண்டு வாழ்க்கை நடத்துபவர்கள்தாம், ஒருவர்பால் ஒருவர் உள்ளன்பு கொண்டவர்களாய் இருப்பார்கள். கணவ னோடு மனைவி சண்டையே போடுவதில்லை என்றால், ‘அவர் எக்கேடோ கெட்டுப் போகட்டும். அவர் எப்படிப் போனால் நமக்கு என்ன?’ என்னும் முடிவுக்கு அவள் வந்து விட்டாள் என்பதே அதன் பொருள்! இதேபோல், மனைவி செய்யும் காரியங்கள் தனக்குப் பிடித்திருந்

தாலும் சரி, பிடிக்காவிட்டாலும் சரி, எதற்குமே ஒன்றும் சொல்லாமல் கணவன் சும்மா இருக்கிறான் என்றால், அவளிடத்தில் அவன் கொஞ்சம்கூட அக்கறை இல்லாதவனாக ஆகிவிட்டான் என்பதே அதன் பொருள்!

கணவனும் மனைவியும் ஒருவர்மீது ஒருவர் எந்த அளவுக்கு அக்கறை உடையவர்களாய் இருக்கிறார்களோ அந்த அளவுக்கு அவர்களிடையே சண்டைகளும் வந்து கொண்டிருக்கும். அந்தச் சண்டைகளால் இல்வாழ்க்கையின் இன்பம் மேலும் மேலும் கூடுதல் ஆகுமேயன்றி, குறைய மாட்டாது. ஆனால், அந்த சண்டைகளைப் போடவேண்டிய முறைப்படி போடவேண்டும். போட வேண்டிய அளவோடு போடவேண்டும். இல்லாவிட்டால், அவை தம்பதிகளுக்கு இடையே தேவையில்லாத மனக் கசப்புகளைத் தோற்றுவித்துவிடும்.

இல்வாழ்க்கையின் இன்பம் பெருகும்படி, மனைவியுடன் கணவன் எப்படிப் போராடவேண்டும் என்பதை, மனஇயல் விஞ்ஞானத்தில் புகழ் பெற்ற மாமேதைகள் ஆராய்ந்து கூறியிருக்கிறார்கள். அவர்கள் கூறும் ஆலோசனைகள் அனைத்திலும் காணப்படுகின்ற ஓர் அடிப்படைக் கருத்து என்னவென்றால், 'உங்கள் மனைவி கோபமாய் இருக்கும்போது, நீங்களும் பதிலுக்குக் கோபம் அடையக் கூடாது!' என்பதே!

நீங்கள் உங்கள் மனைவியை எவ்வளவு வேண்டுமானாலும் கோபிக்கலாம். திட்டலாம். ஆனால் எப்போது? அவள் அதைத் தாங்கிக் கொள்ளும் அளவுக்கு உள்ளம் குளிர்ச்சியாய் இருக்கும்போது! அவள் கோபமாய் இருக்கையில் நீங்களும் பதிலுக்கு உங்கள் கோபத்தைக் காட்டினீர்களோ, அது அவள் உள்ளத்தில் உங்கள்மீது வெறுப்பைத்தான் தோற்றுவிக்கும்.

அந்த வெறுப்புக்கு மட்டும், கணவன் இடம் கொடுத்துவிடக்கூடாது. கொடுத்துவிட்டால், வாழ்க்கையில் அது கசப்பை உண்டு பண்ணிவிடும்.

கோபம் என்பது ஒரு கொடிய தொற்று நோய்.

எதிரி நம்மைக் கோபிக்கும்போது, நாமும் பதிலுக்குக் கோபம் கொள்வதுதான் இயற்கையான நிகழ்ச்சி. நாம் அவ்வாறு கோபம் கொள்ளாது இருக்கு வேண்டுமானால், நாம் உண்மையிலேயே பெரிய ஞான்யாக இருக்க வேண்டும். இன்றைய கணவன்மார்களில் எவருமே அத்த கைய ஞானிகள் அல்லர். ஆகையால், அவர்களால் கோபம் கொள்ளாமல் இருக்க முடியாது.

என்றாலும்,

தங்களுடைய கோபத்தை அந்த நேரததுக்கு மட்டு மாவது அவர்கள் வெளியே காட்டிக்கொள்ளாமல் இருக்க லாம் அல்லவா?

'அப்படி வெளியே காட்டிக் கொள்ளாமல் இருந்து விட்டால், அது நம் தோல்வியை ஒப்புக்கொண்ட மாதிரி ஆகிவிடாதா?' என்று சிலர் கேட்கலாம்.

கணவன் மனைவி சண்டைகளிலே, வெற்றி அடை வதைக் காட்டிலும் தோல்வி அடைபவருக்குத்தான் பெருமை அதிகம். ஊடலில் தோற்பவர்களே கூடலில் வெற்றியாளர்களாக விளங்குவார்கள் என்ற வள்ளுவர் வாக்கை இங்கே நாம் நினைவுபடுத்திக்கொள்ளவேண்டும்.

மனைவி கோபித்துக் கொள்ளும்போது, ஏதாவது விளையாட்டாகப் பேசி அவளைச் சிரிக்க வைத்துவிட முயற்சி செய்யுங்கள். முடியாவிட்டால், நீங்கள் உங்கள் குற்றத்தை உணர்ந்து மனம் வருந்துபவர்களைப்போல் முகத்தை வைத்துக் கொண்டு, மௌனமாகவாவது உட் கார்ந்து இருங்கள். அதுவும் முடியாவிட்டால், பேசாமல் எழுந்து வெளியே போய்விடுங்கள். எந்தக் காரணத்தை முன்னிட்டும், நீங்கள் நிரபராதி என்பதை அப்போதைக்கு எடுத்துக்கூற முயற்சி செய்யாதீர்கள்.

அப்படி முயன்றால்,

அது உங்கள் மனைவியின் செவியிலே ஏறாது. நீங்கள் குற்றவாளி என்பதை மெய்ப்பிப்பதற்காகத்தானே அவள் உங்களோடு சண்டைக்கு வருகிறாள்? அந்த நோக்கம் நிறைவேறும் வரையில், அவள் அந்தச் சண்டையை நிறுத்த மாட்டாள். ஆகையால், சண்டை விரைவில் நிற்கவேண்டுமானால், நீங்கள் உங்கள் குற்றத்தை ஒப்புக்கொள்வதைத் தவிர வேறு வழி இல்லை!

நீங்கள் குற்றத்தை ஒப்புக்கொண்டுவிட்டால், உடனடியாகச் சண்டை நின்றுவிடும். ஆனால், நீங்கள் இனிமேலும் இந்த மாதிரிக் குற்றங்களைச் செய்யாமல் இருப்பதற்கான அறிவுரைகள் ஆரம்பமாகும்; நாம் சண்டையையாவது பொறுத்துக் கொண்டுவிடலாம்; அந்த அறிவுவரைகளைப் பொறுத்துக்கொள்வதுதான் ஆண்களுக்கு ஓர் அரும் பெரும் சோதனைக் கட்டமாக ஆகிவிடும்.

என்றாலும்,

அவற்றையும் நாம் பொறுத்துக்கொண்டுதான் ஆக வேண்டும். இல்லற இன்பத்துக்காக நாம் கொடுக்க வேண்டிய விலைகளில் அதுவும் ஒன்று.

மனைவி கோபிக்கும்போது, கணவன் அவளை மறுத்துப் பேசி, தான் ஒரு நிரபராதி என்று வலியுறுத்துவதைக்கூட, அவள் ஒரு வேளை மன்னித்து விடுவாள். ஆனால், 'நான் குற்றவாளி அல்ல, நீதான் குற்றவாளி?' என்று திருப்பிக் கூறுகிற கணவனை, அவள் ஒரு நாளும் மன்னிக்க மாட்டாள்!

பொதுவாக, ஒருவருக்கு எதனால் கோபம் வருகிறது? தன் குற்றத்தை மறைப்பதற்காகவே அவர் பிறர்மீது கோபம் கொள்கிறார்! அந்த முறையில் மனைவிக்குக் கோபம் வருகிறது என்றால், அந்தக் கோபத்தின் மூலம் அவள் தன்னுடைய குற்றம் ஒன்றை மறைக்க முயற்சி செய்கிறாள் என்பதே அதன் பொருள். அப்படியிருக்க, அவள் மறைக்க முயற்சி செய்கிற அந்தக் குற்றத்தைக் கணவன் வெளிப்படையாக எடுத்துக்காட்ட முற்பட்டால் அவனை, அவள் மன்னிப்பாளா?

ஆகையால்,

மனைவியைக் கணவன் கோபிக்க நேருகிற சமயங்களில்கூட, அவளுடைய உண்மையான குற்றம் எதையும் சுட்டிக் காட்டி அவன் பேசக்கூடாது. அதற்குப் பதிலாக, ஓர் அசட்டுத்தனமான குழந்தையின் பாணியில் அவன் தன் எரிச்சலைக் காட்டிக் கொட்டிகொள்ள வேண்டும். அப்படிக் கொட்டிக் கொண்டால், அவனுடைய அசட்டுத் தனத்தைப் பார்த்து அவளுக்குச் சிரிப்பு வருமே தவிர, பதிலுக்குக் கோபம் வராது.

அப்படியே அவளுக்குக் கோபம் வருமானால், அதற்கு மேல் அவன் வார்த்தையை வளர்க்காமல் அடங்கிவிட வேண்டும். அது மட்டும் அல்ல. அவளுடைய மனத்தைப் புண்படுத்தி விட்டதற்காகச் சிறிது நேரம் கழித்து அவளிடம் அவன் மன்னிப்பு கேட்க வேண்டும்!

கணவன் இப்படி மன்னிப்புக் கேட்கும்போது, ஒரு மனைவி அடைகிற ஆனந்தத்துக்கு நிகராக, வேறு எதையுமே கூற முடியாது. அதற்கு முன்பு அவன், அவளை எவ்வளவு திட்டியிருந்தாலும் அடித்திருந்தாலும், அவற்றை எவ்வளவு அவள் அறவே மறந்துவிடுவாள். ‘இவர் நமக்குத் தோற்றுவிட்டார்’ என்ற பெருமிதம் அவளுக்கு மதுவைக் காட்டிலும் மயக்கத்தைக் கொடுக்கிறது அந்த மயக்கத்திலே கணவனிடம் அவள் தன் உள்ளத்தையே பறிகொடுத்தவளாய், அவனுக்கு மீளாத அடிமையாய் ஆகிவிடுகிறாள்.

இதே மாதிரி,

மனைவி தன்னிடம் மன்னிப்புக் கேட்கவேண்டும் என்று கணவன் எதிர்பார்க்கக் கூடாது. அப்படி எதிர் பார்த்தால், அந்த இல்லறத்தில் இன்மே இருக்காது!

ஆகையால்,

கணவன் மனைவி சண்டைகளில், எப்போதுமே மனைவிதான் வெல்ல வேண்டும். அப்படித் தோற்கும் கணவர்கள்தாம் குடும்பத்தில் வெற்றியாளர்களாக விளங்குவார்கள்!

பயப்படுவதால்
பயன் ஒன்றும் இல்லை!

நாடு செழிப்பாக இருந்தால், தனிமனிதன் நலமாக வாழ்வான் என்று பொதுவாக நம்பப்படுகிறது.

ஆனால்,

இது அவ்வளவு சரியான ஒரு கருத்து அல்ல!

பெற்றோர்களால் செல்லமாக வளர்க்கப்பட்ட செல்வ வீட்டுப் பிள்ளைகள், பிற்காலத்தில் வாழ்க்கையின் ஒரு சிறு தாக்குதலைக்கூடச் சமாளிக்க முடியாமல் தத்தளித்து வருவதைப்போல,

செழிப்பான நாடுகளில் பிறந்த மனிதன், அந்தச் செழிப்பும் வளமையும் சிறிது மாறிவிடுமானால், தன் வாழ்க்கையை நடத்திச் செல்வதற்கே வகை அறியாமல் திண்டாடுவான்.

கோடை காலமும் குளிர்காலமும் மாறிமாறி வருவது போல் மனிதனுடைய சூழ்நிலையிலே செழிப்பும் வறுமையும் மாறி மாறி வருவது இயல்பு.

சூழ்நிலையில் ஏற்படுகிற இந்த மாறுதல்களால் சிறிதும் பாதிக்கப்படாமல், என்றைக்கும் ஒரே மாதிரியான மன நிறைவோடு எவன் வாழ்கிறானோ, அவனே நலமாக வாழ்பவன் என்பது இன்றைய மன இயல் ஆராய்ச்சியாளர்களின் மறுக்க இயலாத முடிவு!

எனவே!

தனிமனிதன் நலமாக வாழ்தல், அவனுடைய நாட்டின் செழிப்பையோ சூழ்நிலையின் வளத்தையோ பொறுத்தது

அல்ல, அது, அவனுடைய மனத்தின் தைரியத்தைப் பொறுத்தது!

ஒருவனது மனம் மட்டும் உறுதி உடையதாய் இருந்தால். அவன் எண்ணிய காரியங்கள் எல்லாம் எண்ணிய படியே நடக்கும்!

அந்த மன உறுதியானது செல்வம் கொழிக்கும் இனிதான வாழ்க்கையிலே உருவாவது இல்லை. பஞ்சம், பற்றாக்குறை, இன்னல், இடையூறு இவற்றோடு இடையறாது நடைபெறுகிற போராட்டங்களின் வாயிலாகத் தான் மனிதனுடைய மன தைரியம் உருவாகி வளர்கிறது.

அந்தத் தைரியத்தின் அடையாளங்களாகிய தன்னம்பிக்கை, விடாமுயற்சி, சிக்கன வாழ்வு முதலிய சிறந்த குணங்களெல்லாம் ஒரு செழுமையான நாட்டைக் காட்டிலும் செழுமையற்ற நாட்டில்தான் வளர்ச்சி அடைகின்றன.

இந்த மாதிரி நற்பண்புகளே ஒருவனுக்கு நலமான வாழ்வு அளிப்பவை.

இந்த முறையில் பார்க்கும்போது நமது பாரதநாட்டின் இன்றைய சூழ்நிலையானது, இங்கு உள்ள தனிமனிதனின் முன்னேற்றத்திற்குப் பெரிதும் உதவி புரியும் வகையில் அமைந்திருக்கிறது என்பதை நாம் ஒப்புக்கொள்ளத் தான் வேண்டும். நம் பாரதநாடானது ஒரு காலத்தில் செல்வம் கொழிக்கும் திருநாடாகத் திகழ்ந்தது என்னவோ உண்மைதான். அந்தச் செல்வமே பாரத மக்களைப் புலவீனர்கள் ஆக்கிவைத்திருந்தது. அதனால் அயல் நாட்டினர் இங்கு படையெடுத்து வந்து நம்மை எளிதாக அடிமைப்படுத்திவிட முடிந்தது.

ஆனால்,

இப்போது,

மாறாக நமது அடிப்படை இயல்புதான், நம்முடைய அடிப்படையான விருப்பு வெறுப்புகளையே உருவாக்குகிறது

அந்த அடிப்படையின் விருப்பு வெறுப்புகளே வாழ்க்கையில் நாம் அடைவதற்கு உரிய குறிக்கோளை நிர்ணயிக்கின்றன.

நம் உடலின் உயரத்தையும் நிறத்தையும் நம்மால் மாற்றி அமைத்துக்கொள்ள முடியுமா?

முடியாது அல்லவா?

இதேபோல்,

வாழ்க்கையில் நம் குறிக்கோளை நிர்ணயிக்கின்ற நமது அடிப்படை விருப்பு வெறுப்புகளையும் நம்மால் மாற்றி அமைத்துக் கொள்ள முடியாது.

எனினும் —

சிற்சில சமயங்களில் கடுமையான புயலின் காரணமாக மரக்கலம் திசை தடுமாறிச் செல்லுவதுபோல, சந்தர்ப்பச் சூழ்நிலைகளால் நமது உள்ளத்திலே எழுப்பப்படுகிற ஆசைகளின் காரணமாக, நம் வாழ்க்கையும் தன்னுடைய முக்கியமான குறிக்கோளைவிட்டு விலகிச் சென்றுவிடுவது உண்டு.

இதனால்தான்.

உலகில் உள்ள ஆன்மீக நூல்கள் அனைத்துமே மனிதன் தன்னுடைய ஆசைகளுக்கு அடிமையாகி விடக்கூடாது என்று அறிவுறுத்துகின்றன.

உள்ளத்தில் ஆசைகளுக்கு இடம் கொடுக்காமல் இருக்கும்போதுதான் நமது உண்மையான அடிப்படை இயல்பு இன்னது என்பது தெரியும்!

அதாவது,

நம்முடைய இயல்பான சிந்தனையின் ஓட்டமானது,

உடல் உழைப்பினால் செய்யப்பட வேண்டிய காரியங்களை நோக்கியதாய் இருக்கிறது?

அல்லது,

பொருளதாரத்திலேயே நாட்டம் கொண்டதாய் இருக்கிறதா!

அல்லது,

அரசியல் பற்றிய செய்திகளிலேயே ஈடுபாடு உடைய தாய் இருக்கிறதா?

அல்லது,

ஆன்மீக ஆராய்ச்சிகளிலேயே, ஆர்வம் கொண்டதாய் இருக்கிறதா?

நமக்குத் தெளிவாக தெரியவரும்!

உள்ளம் எப்போது பார்த்தாலும், ஆசையால் அலை மோதிக்கொண்டிருக்குமானால், மேற்கூறிய நால்வகை இயல்புகளில் நம்முடைய இயல்பு எது என்பது நமக்குப் புலப்படாது.

நம்முடைய இயல்பு எது என்பது நமக்குப் புலப் படாத வரையில், வாழ்க்கையில் நாம் அமையத் தகுந்த குறிக்கோள் எது என்பதும் நமக்கு விளங்காது.

குறிக்கோள் விளங்காத நிலையில், நாம் எவ்வளவுதான் விடாமுயற்சியோடு அரும்பாடுபட்டாலும், நம் உழைப்பு அன்னைத்தும் விழலுக்கு இறைத்த நீரைப்போல் வீணாகி விடுமேயன்றிப் பயன் அளிப்பதாய் இருக்காது!

திசை தடுமாறிச் செல்லும் கப்பல் எவ்வளவுதான் விரைவாகச் சென்றாலும் தான் போய்ச் சேரவேண்டிய இடத்தை அதனால் அடைய முடியாது அல்லவா!

இதே போல,

கவர்ச்சியான சில ஆசைகளால் ஈர்க்கப்பட்டு, அந்த ஆசைகளின் போக்கிலேயே போய்க்கொண்டிருப்பவர்கள்.

தற்காலிமாக ஏதோ பெரிய முன்னேற்றங்களை அடைவது போல் காணப்பட்டாலும்,

இறுதியில் அந்த முன்னேற்றங்கள் அனைத்தும் வெறும் மாயத் தோற்றங்களாகவே முடிந்துவிடும்!

காரணம்,

அவை வாழ்க்கையின் ?குறிக்கோளை நோக்கி அவர்களைக் கொண்டு செல்லுவதில்லை.

அந்தப் போலித்தனமான முன்னேற்றங்களால் தங்களுடைய வாழ்க்கையே வீணாகி விட்டது என்பதை அவர்கள் கடைசியாக உணர்வார்கள்,

நமது வாழ்க்கையின் குறிக்கோளை நோக்கி நாம் ஓர் அடி எடுத்து வைத்தாலும் அதுவே நம்முடைய உண்மையான முன்னேற்றம் ஆகும்.

எனவே,

ஒரு தனிப்பட்ட மனிதன் தன்னுடைய காலமும் சக்தியும் வீணாகாது இருக்கவேண்டுமானால்,

முதலில்,

தன்னுடைய உண்மையான முன்னேற்றம்,

உடல் உழைப்புத் துறையில் அமைந்திருக்கிறதா?

அல்லது,

பொருளாதாரத் துறையில் அமைந்திருக்கிறதா?

அல்லது,

அரசியல் துறையில் அமைந்திருக்கிறதா?

அல்லது,

ஆன்மீகத் துறையில் அமைந்திருக்கிறதா?

என்பதை

தன்னுடைய அமைதியான சிந்தனைகளின் போக்கைக் கொண்டு தெரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

பிறகு,

அந்தத் துறையிலேயே தன் சக்திகள் அனைத்தையும் ஒரு முனைப்படுத்தித் தீவிரமாகப் பாடுபட வேண்டும்.

அப்படிப் பாடுபட்டால், அவன் தன் குறிக்கோளை மிக எளிதில் அடைந்துவிடுவான். அவனுடைய வாழ்க்கையும் வெற்றிகரமானதாய், மகிழ்ச்சிகரமானதாய், புகழுக்கு உரியதாய்ப் போற்றுவதற்கு உரியதாய் அமைந்திருக்கும்.

அப்படி இல்லாமல் ஒரு குறிப்பிட்ட துறையில் இன்னொரு மனிதன் வெற்றியாளனாய் விளங்குகிறான் என்பதற்காக,

நமது அடிப்படை இயல்புக்குப் பொருத்தம் இல்லாத அந்தத் துறையிலே,

நாமும் நம்முடைய அறியாத்தனமான ஆசையின் காரணமாக இறங்கிவிடுவோமானால்,

இறுதியில் நாம் ஏமாற்றங்களுக்கே ஆளாக நேரிடும்.

இந்த அடிப்படை உண்மையை அழுத்தமாக எடுத்துக் கூறுவதில் பகவத்கீதைக்கு நிகரான இன்னொரு நூல் இன்னும் எழுதப்படவில்லை!

ஒரு மனிதன் தன்னுடைய அடிப்படை இயல்புக்கு ஒவ்வாத துறைகளில் ஈடுபட்டு அடைகின்ற ஆயிரம் வெற்றிகளைக் காட்டிலும்,

அவன் தன்னுடைய அடிப்படை இயல்புக்கு உரிய துறையில் ஈடுபட்டு இறப்பதுகூட மேலானதே என்கிறது பகவத் கீதை.

ஏனென்றால்,

ஒவ்வாத துறையில் ஈடுபடுகிற மனிதன், சில சமயங்களில் வெளிப்பார்வைக்குப் பெரிய வெற்றியாளனாய்க் காட்சியளித்த போதிலும், உள்ளூர எப்போதும் பயம் உடையவனாகவே வாழ்ந்துகொண்டு இருப்பானாம்.

ஆனால்,

தனக்கு உரிய துறையில் ஈடுபடுகிற மனிதன் மரணமே வரப்போகிறது என்றால்கூடச் சிறிதும் பயம் அற்றவனாய் அதை மகிழ்ச்சியோடு வரவேற்பானாம்.

இந்த அளவுக்கு அவன் மனம் தைரியமடைந்து விளங்கும் என்பது பகவத் கீதையின் கருத்து, மனத் தைரியம் ஒன்றுதான் ஒருமனிதனுக்கு நல்வாழ்வு அளிக்கக் கூடியது!

ஆனால்,

அந்த நல்வாழ்வானது முற்றிலும் தன்னல வாழ்வாய் இருக்கக்கூடாது. தன்னலமான வாழ்வு ஒருநாளும் நல மான வாழ்வாக அமையாது.

அது மட்டும் அல்ல.

ஒருவன் எந்த அளவு தன்னலக்காரனாய் இருக் கிறானோ அந்த அளவுக்கு அவனுடைய மனமும் பல வீனப்பட்டு இருக்கும் என்பது நாம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய ஓர் அடிப்படை உண்மையாகும்.

ஆகவே,

உலகில் சௌக்கியமாக வாழ்வதற்காகத் தங்கள் மனத்தில் தைரியத்தை உருவாக்கிக் கொள்ள விரும்புகிற வர்கள், முதலில் தங்களுடைய தன்னலத்தை ஒழிப்பதற்குக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

தன்னலத்தினால் அறிவு மங்குகிறது. அறிவு மங்கும் போது மனத்தில் தவறான ஆசைகள் பிறக்கின்றன. ஆசைகள் நம்மை நம் இயல்புக்கு ஒவ்வாத காரியங்களில் இயங்கத் தூண்டுகின்றன. அதனால், நம் வாழ்க்கை யின் குறிக்கோளிலிருந்து நாம் விலகிச்சென்று இறுதியில் நாம் ஏமாற்றங்களுக்கு ஆளாகிறோம்.

ஆசைகள் கூடாது என்றால், 'நமது வாழ்க்கையின் குறிக்கோளை அடையவேண்டும் என்னும் ஆர்வம்கூட ஒரு வகையான ஆசைதானே?' என சிலர் கேட்கக்கூடும்.

நாம் பசிக்காகவும் சாப்பிடுகிறோம், ருசிக்காகவும் சாப்பிடுகிறோம். பசித்துச் சாப்பிடுவது, உடம்புக்கு நன்மை பயக்கக் கூடியது. பசிக்காது இருக்கும்போதே நாவின் ருசிக்காகச் சாப்பிடுவது உடம்புக்குத் தீமை பயக்கக்கூடியது!

நமது அடிப்படை இயல்பினால்

நிர்ணயிக்கப்படுகின்ற குறிக்கோளை நோக்கி, நம் உள்ளத்தில் எழுகின்ற ஆர்வமானது வயிற்றின் பசியைப் போன்றது.

சந்தர்ப்பச் சூழ்நிலைகளால் நம் உள்ளத்தில் கிளறி விடப்படுகிற ஆசையானது நாவின் ருசியைப் போன்றது.

இரண்டுக்கும் உள்ள இந்த முக்கியமான வேறுபாட்டை நாம் மறந்துவிடக் கூடாது.

எனவே,

மனிதன் தன்னுடைய காலத்தையும் சக்தியையும் வீணாக்கக்கூடிய ஆசைகளைவிட்டு விலகி, தன் இயல்பான குறிக்கோளை நோக்கி முன்னேற வேண்டும்.

ஆசைகள் எழாமல் இருக்கவேண்டுமானால், அறிவு எப்போதும் தெளிவாக இருக்க வேண்டும்.

அறிவு தெளிவாக இருக்கவேண்டுமானால், உள்ளத்திலே தன்னலம் ஆட்சிபுரியக் கூடாது,

நாம் செய்யும் எந்த ஒரு காரியமும், பிறருக்குத் தீங்கிழைப்பதாய் இருக்கக்கூடாது.

தீங்கற்ற செயல்கள் தாம் நமக்கு நேரடியாய் நன்மை பயக்கும். அதே சமயத்தில் நாட்டுக்கும் சமூகத்துக்கும் அவை மறைமுகமான நலனை விளைவிக்கும்.

ஒவ்வொரு மனிதனும், அத்தகைய செயல்களையே தேர்ந்து எடுத்துச் செய்து வரவேண்டும்.

தனி மனிதன் ஒவ்வொருவனுக்கும் அவன் எவ்வளவு உயர்ந்த நிலையில் இருந்தாலும், தாழ்ந்த உடல்நிலையில் இருந்தாலும், தன்னுடைய உடல் வலிமைக்கும் அறிவுத் திறமைக்கும் ஒத்தவகையில் தவறாமல் அவன் உழைக்க வேண்டும்.

உழைத்து,

தன்னால் முடிந்தமட்டும் பொருள் ஈட்டவேண்டும்.

அவ்வாறு ஈட்டிய பொருளைச் சிக்கனமாகச் செலவு செய்து, மிச்சப்படுத்த வேண்டும்.

மிச்சப்படுத்திய அந்தச் சேமிப்பை நாட்டின் நலனுக்கு உகந்த துறைகளில் முதலீடு செய்ய வேண்டும்.

அத்துடன்,

தன்னால் இயன்ற அளவு அவன் பிறருக்கும் உதவி செய்ய வேண்டும்.

இவைதாம்,

தனிமனிதன்,

எப்படி

வாழவேண்டும்

என்பதைப் பற்றிய

என்

உறுதியான

கருத்துக்கள்!

விக்கல் எதனால் வருகிறது?

ஒருவருக்கு ஜலதோஷம் இருந்தால் அது எப்படி மற்றவர்களுக்கு உடனே தொத்துகிறதோ, அதைப் போலவே ஒருவருக்கு விக்கல் இருந்தால் அது மற்ற வர்களுக்கு உடனே தொத்துகிறது! அடிக்கடி சும்மா விக்கல் வரக்கூடாது. அடிக்கடி விக்கல் எடுப்பவர் கள் அதிக நாட்களுக்கு உயிரோடு இருப்பதில்லை.

**மனிதர்கள் எல்லோருக்கும்
விக்கல் வரும்!**

விக்கல் இந்தக் காலத்தில் வாழும் நமக்கு மட்டும் தானா இருக்கிறது? இல்லை? முதலில் தோன்றிய கல்மனிதன் வாழ்ந்த காலத்தில் அவனுக்குக்கூட விக்கல் இருந்திருக்கிறது என்பதற்குப் பழைய காலக் கல்வெட்டுக் களில் சான்றுகள் இருக்கின்றன. மனிதன் தோன்றியகாலத் திலிருந்தே விக்கல் இருந்து வருகிறது. இனியும் இருந்து வரும். விக்கலைப் போக்க விஞ்ஞானத்தால்கூட முடியாது!

விக்கல் ஒரு நோயா? விக்கல் சில வேளைகளில் நோய், சில வேளைகளில் உடலில் ஏற்படும் ஒரு நிலை. யாருக்கு எந்த நேரத்தில் விக்கல் வந்தாலும் சரி, விக்கல் தன்னால் போய்விடும் என்று யாரும் சும்மா விட்டுவிடக் கூடாது. சில வேளைகளில் விக்கல் உடனே போய்விடும். சில வேளைகளில் விக்கல் உடனே போகாது.

விக்கலை நிறுத்தத் தண்ணீர் வேண்டாம்!

சிலருக்கு சாப்பிடும்போது விக்கல் வரும். சிலருக்குப் பேசும்போது விக்கல் வரும். சிலருக்குச் சாப்பிட்டபின்

விக்கல் வரும். தனியாக இருக்கும்போது விக்கல் வந்தால் துன்பம் தெரியாது. நான்கு பேர்களுக்கு நடுவில் இருக்கும் போது விக்கல் வந்துவிட்டால் துன்பமாக இருக்கும். விக்கல் வந்தவர்கள் உடனே விக்கலை நிறுத்தவேண்டும் என்று முயற்சி செய்வார்கள். அதனால் விக்கல் கூடுமே தவிரக் குறையாது! இதனால் விக்கல் வந்தவர்கள் மிக வெட்கப்படுவார்கள். நான்கு பேர்களுக்கு நடுவில் சும்மா விக்கிக்கொண்டே இருப்பது கொஞ்சம் அநாகரிகம் தானே!

எப்போது, எந்த இடத்தில், எத்தனை பேர்களுக்கு நடுவில் விக்கல் வந்தாலும் சரி, வெட்கப்படக்கூடாது: துன்பப்படக் கூடாது. எல்லாருக்கும் எப்போது வேண்டு மானாலும் வரக்கூடிய சங்கதிதானே இது!

டாக்டர்கள் நினைத்தால்கூட இந்த விக்கலை வர வழைக்க முடியாது. இதைப்போல், டாக்டர்கள் நினைத் தால்கூட இந்த விக்கலைப் போக்க முடியாது.

விக்கல் வந்தால் அமைதியாக மெல்ல எழுந்து வெளியே வந்துவிட வேண்டும். வெளியே வந்ததும் மூச்சை உள்ளுக்கு நன்றாக இழுத்து அடக்கிக்கொண்டு, சிறிது நேரம் கழித்து மெல்ல மூச்சை விடவேண்டும். இப்படியே இரண்டு மூன்று நிமிஷங்கள் செய்தால் விக்கல் நின்று விடும். அப்படி நிற்காவிட்டால் வேறு சில முறைகளைக் கைக்கொள்ள வேண்டும். முதலில் இந்த மாதிரி செய்து பார்த்துவிட்டுப் பிறகுதான் மற்ற முறைகளைக் கைக் கொள்ள வேண்டும்.

தண்ணீரை மடக் மடக்கென்று குடிக்கக் கூடாது!

ஹாலிவுட்டில் ஒரு பெரிய நடிகை. இவளுக்கு ஒருநாள் இரவில் விக்கல் வந்துவிட்டது. விக்கலை நிறுத்த இவள் என்னென்னவோ செய்து பார்த்தாள். விக்கல் நிற்கவே இல்லை. இதனால் இவளுக்கு தூக்கம் கெட்டு

விட்டது. களைப்பு மிகுந்தது. காரை எடுத்துக்கொண்டு நடு இரவிலும் திறந்திருந்த ஒரு மருந்துக்கடைக்குச் சென்று, ''விக்கலை நிறுத்த ஏதாவது மருந்து கொடுங்கள். எவ்வளவு பணமானாலும் சரி'' என்றாள். உடனே அந்த மருந்துக் கடைக்காரர் ஒரு கிளாஸ், நிறையத் தண்ணீரைக் கொண்டுவந்து கொடுத்து அதைக் குடிக்கச் சொன்னார். அந்தத் தண்ணீரை மடக் மடக்கென்று ஒரே தடவையில் குடித்துவிடாமல் மெல்ல மெல்ல உறிஞ்சிக் குடிக்கச் சொன்னார். அந்த நடிகை தண்ணீரை மெல்ல மெல்ல உறிஞ்சிக் குடித்ததும் விக்கல் நின்றுவிட்டது. அவள் அவளுடைய வீட்டில் எத்தனையோ கிளாஸ் தண்ணீர் குடித்தும்கூட நிற்காத அந்த விக்கல், இப்போது எப்படி ஒரு கிளாஸ் தண்ணீரில் நின்றது என்பது அவளுக்குப் புரியவில்லை. 'தண்ணீரை மெல்ல மெல்ல உறிஞ்சிக் குடித்தான்தான் விக்கல் உடனே நிற்கும்' என்பதை அந்தக் கடைக்காரர் அவளுக்கு எடுத்துச் சொன்னார்.

அடிக்கடி விக்கல் வரக்கூடாது?

விக்கலுக்கு மருந்து இல்லை. எந்தநாட்டிலும் இதற்கு இன்னும் மருந்து கண்டுபிடிக்கப்படவில்லை. தலைவலிக்கு மருந்து இருக்கிறது. வயிற்றுவலிக்கு மருந்து இருக்கிறது. உடல்வலிக்கு மருந்து இருக்கிறது. இந்த விக்கலுக்கு மட்டும் மருந்து இல்லை. விக்கலுக்கு மருந்து இருந்தால், தலைவலி மாத்திரைகளைவிட இந்த விக்கல் மருந்து நிறைய விற்கும்! விக்கல் வந்து கொஞ்ச நேரம் இருந்து விட்டுப் போய்விட்டால் குற்றமில்லை. விக்கல் விடாமல் நீண்ட நேரத்திற்கு இருந்தால் டாக்டரிடம் காட்ட வேண்டும். வந்த விக்கல் போகாமல் நீண்ட நேரத்திற்கு இருந்தால், அடிக்கடி விக்கல் வந்தால் உடம்பு கெட்டுப் போகும். இளைத்துப் போகும்! மெலிந்து போகும்! உயிர் போகும்!

விக்கல் எதனால் வருகிறது!

விக்கல் எதனால் வருகிறது? நமது கழுத்துக்குப் பின்னால் ஒரு நரம்பு இருக்கிறது. இந்த நரம்பு, நமது சுவாசப் பைகளுக்கும், அடிவயிற்றுக்கும் நடுவில் தட்டைப் போல் இருக்கும் ஒரு தசையைக் கட்டுப்படுத்துகிறது. இந்தத் தட்டுத்தான் சுவாசப்பைகள் அளவுடன் ஒரே மாதிரியாக விரிவதையும் சுருங்குவதையும் கட்டுப்படுத்துகிறது. இதற்கு இடைத் திரை நரம்பு என்று பெயர், இந்த இடைத்திரை நரம்பு ஒழுங்காக இயங்கினால்தான் இயற்கையாக நாம் மூச்சுவிட முடியும். சுவாசப் பைகளுக்கு அடியில் உள்ள இந்தத் தட்டைப் பாதிக்கும் வகையில் மிகுதியாகச் சாப்பிட்டு விட்டாலோ, அஜீரணம் போன்ற வயிற்றுக் கோளாறுகள் ஏதாவது ஏற்பட்டாலோ, மூளையில் மூச்சுவிடும் பாகங்களைக் கட்டுப்படுத்தும் உறுப்புகள் பாதிக்கப்பட்டாலோ இந்த இடைத்திரை நரம்பு சரியாக வேலை செய்யாது. இடைத் திரை நரம்பு வேலை செய்யாவிட்டால் உடனே விக்கல் வருகிறது.

டைபாய்டு காய்ச்சல் வந்தவர்களுக்கும், அச்சம், துன்பம், மன உணர்ச்சிகள் மிகுந்தவர்களுக்கும் விக்கல் அடிக்கடி வரும்.

விக்கல் உடனே தொத்தும்!

உலகத்தில் மிக விரைவாக ஒருவரிடமிருந்து மற்றொருவருக்குப் பரவும் நோய் ஜலதோஷம். ஜலதோஷம் உள்ளவர்களின் மூச்சு மற்றவர்களின்மீது பட்டால்கூடப் போதும். உடனே அது மற்றவர்களுக்கு வந்துவிடும்! இதைப்போலவே விக்கலும் மற்றவர்களுக்குத் தொத்து நோயைப் போல் தொத்தும். பொதுவாக, எந்தக் காரணத்தினால் விக்கல் வந்தாலும் எப்போதாவது விக்கல் வரவேண்டும். அடிக்கடி விக்கல் வரவே கூடாது.