

சின்ன விஷயங்களுக்கெல்லாம் நாம் கோபப்பட்டும் நம் உடலையும் மனதையும் வருத்திக் கொள்கிறோம். ஒரு வகையில் பார்த்தால் கோபம் என்பது கட்ட தற்காலிகமான ஒரு பதைத்தியக் காரத்தனம்தான். கோபத்தின் உச்சகட்ட நிலையை அடந்த ஒருவன், அதன் தொடர்ச்சியாக பல வேறு வகையான முட்டாள்தனமான செயல்களில் ஈடுபடுவான். உதாரணம்: தட்டியவூடன் கதவு திறக்கவில்லை என்றால், உடனே நாம் கதவையே திட்ட ஆரம்பித்து விடுவோம். இன்னும் சிலர் அந்தக் கதவையே எட்டி உதைப்பதும் கட்ட உண்டு. இது வெல்லாம் கோபம் என்ற பதைத்தியக் காரத்தனத்தின் வெளிப்பாடு.

கோபத்தின் மஹிமம், நன்மையா? தீ மையா? என்று சிந்தித்துப் பார்த்தால், நன்மையை விட தீ மையே நிறைந்து காணப்படும். சே! அவசரப்பட்டும் விட்டோமே... அந்த நேரத்தில் நாம் ஏன் அப்படி நடந்து கொண்டோம்? இந்தக் களைவியதை தாண்டி வராத மனிதர்களே யாரும் இருக்க முடியாது. கோபத்தோடு ஒருவன் இடத்திலிருந்து எழுகிறான் என்றால் ... அவன் நஷ்டத்தோடுதான் உட்கார வேண்டியது ஏற்படும். கோபத்தில் ஒருவனையை பழிவாங்குவதைவிட, அவனை மன்னித்து விடுவதில் நமக்குப் பல வேறு பயன்கள் உண்டு என்பதை மூதலில் புரிந்துகொள் வேண்டும்.

"நன்மையும் தீ மையும் சமமாகிவிடாது. (ஆதலால், நபியே! தீ மையை) நீங்கள் நன்மையைக் கொண்டே தடுத்துக் கொள்ளுங்கள். அவ்வாறாயின் உங்களையே கெட்டிய எதிரியை அதே சமயத்தில் உங்களையே உண்மையான, மிக்க நெருங்கிய நண்பனைப் போல காண்பீர்கள்." (அல்குர்ஆன் 41:34)

ஒருவனை மன்னிப்பதின் மஹிமம் அவனுடைய அன்பு, நன்றி உணர்வு போன்றவற்றை இலவச இணைப்பாகவும் பெற முடியும். இதற்கு மாற்றமாக நாம் கோபப்பட்டால் அதனால் நம்முடைய என்ற ஜி அதிக அளவில் சிலவாகிறது. உடல் மற்றும் மன அமைதி கெடுகிறது என்பது மாதிரிமல்ல; எதிராளியின் தொடர் கோபம் மற்றும் பகமைக்கூம் ஆளாகிறோம். கோபத்தில் ஆத்திரப்பட்டும் வார்த்தைகளைக் கொட்டுவதின் மஹிமம் எதிரிகளில் ஒருவனை அதிகமாகக் குவது அறிவாடமையா? இல்லையென்றால் மற்றும் சகிப்புத்தன்மை மஹிமம் புதிதாக ஒரு நண்பனை அடதது அறிவாடமையா? என்பதை நீங்களே சிந்தித்து முடிவு செய்து கொள்ளுங்கள்.

"மனிதர்களுக்கு நேர்வழி காட்டும் நெறிநூலாகிய அல்குர்ஆன் கற்றுக்கொடுக்கிறது: நிலைகுலையாது நின்ற மன்னிக்கும் மாண்புடையோர், நிச்சயமாக இது உறுதிபடத்த நடுஞ்சினரின் பணியாகவன்றோ உள்ளதா?" (அல்குர்ஆன் 42:43)

"எனவே, அவர்களையே மன்னித்து, புறக்கணித்து விடுவீராக! நிச்சயமாக அல்லாஹ்

நம்ம சயெவ்வோரெ நசேகிக் கின்றான்." (அல்குர்ஆன் 5:13)

நபி ஸலல்லல்லாஹு அவைஹி வஸல்லம் அவர்கள் குறிப்பிட்டுள்ளார்கள்; ஒருவன் உங்களையெவ்வாறு ப்புது தினால், ஏனென சயெ தால், குறை கண்டால், பலருக்கு மத்தியில் மானபங்கு ப்புது தினால், அதைப் ப்புது துக் கொள்ளுங்கள். அதற்குப் பதில் தரும் வகையில் நீங்களும் அவனை ஏசுவோ, அவ்வாறு ப்புது தவோ வணேட்டாம்! ஏனென்றால் அவன் உங்களக்கு எதிராகப் ப்புது அந்த வார்த்தையே-சயெ த அந்தச் சயெலே அவனை அவ்வாறு ப்புது தப் ப்புது துமான ஒன்றாகும். (அப்தாவப்த)

அதெப்பி.... ஒருவன் நம்ம அவ்வாறு ப்புது தும் ப்புது நாம் மட்டும் சும்மா வாய்ப்பைப் ப்புது திக் கொண்டு அமைதி காப்பது? நாக்கைப் ப்புது துக் கொள்கிற மாதிரி நாலு களே வி கட்டால் தானே, மனது ஆறும்! என்று நீங்கள் கட்டலாம்... உங்கள் மனதை ஆறுதலாகக் கட்டிய இந்த நபி மொழியைக் கொஞ்சம் சிந்தியுங்கள்!

ஒருவன் இன்னொருவனைத் திட்டிக்கிறான் என்று வதைத்துக் கொள்ளுங்கள். உடனே அது குறிப்பாற்றது எறியப்பட்ட அம்புபோல நேரே எதிராளியைப் போய் தாக்கி விடுவதில்லை. அந்த வார்த்தை சிலபல இடங்களக்குப் பயணப் ப்புது து. மதுலாவதாக அது வானத்தின் பக்கம் செல்கிறது. ஆனால் வானத்தின் கதவுகள் மட்டப் பட்டிருக்கும். உடனே அது இந்த ப்புது துக் கும் திரும்புகிறது. இங்கே ப்புது தின் கதவுகளும் மட்டப் ப்புது து விடும். எனவே அந்த வார்த்தை இங்கும் அங்குமாக இடம் தட்டி அலையும். எங்கேயும் அதற்கு இடம் கிடக்காது. இதற்குப் ப்புது தான் அது எதிராளியிடம் செல்லும். சனெற உடனேயே அது அவனைத் தாக்கி விடுவதில்லை. அதற்கு அவன் உரித்தானவனா என்று கொஞ்ச நேரம் நின்று யோசிக்கும். உரித்தானவன் என்றால் அது அவனைச் சனெறடையும். இல்லையென்றால்.... சுவற்றில் எறியப்பட்ட ப்புது துபோல எறிந்தவன் தீ தீ திரும்ப வந்து பாயும். நபி ஸலல்லல்லாஹு அவைஹி வஸல்லம் அவர்கள் சொன்ன தெளிவான அந்த சயெ தியானது அப்தாவப்த என்ற நபி மொழி நபிலில் ப்புது து சயெ தப் ப்புது துள்ளது.

நம்மீ து எறியப்பட்ட சொல்லம்புகள், நமக்கானது இல்லையென்கிற ப்புது து அதை நினைத்து நாம் ஏன் கவலைப்பட வேண்டும்? அதற்காக கோப்ப்புது து நம்மீ எனர்ஜியை நாம் ஏன் குறைத்துக் கொள்ள வேண்டும்? இத்தகைய மனநிலை, நம்மீ தட்டில், சமீகத்தில், மக்கள் தொடர்பில் வந்து விட்டால் பிரச்சனைகள் தோன்றுமா? குழப்பங்கள் உருவாகுமா? சிந்தியுங்கள்?

நமக்குத் துன்பம் தருபவர்களைத் தட்டிக் கண்டு ப்புது து ப்புது து வாங்க வேண்டும் என்று நினைப்பது ஒரு நல்ல முஸ்லிம்குரிய அடையாளம் அல்ல! ஒரு நாய் கடித்து

விட்டது என்பதற்காக அதைத் தடிக் கண்டு பிடித்து கடிக்கவா செய்கிறோம்? அப்படிச் செய்பவன் அறிவாளியாக இருக்க முடியுமா? என்பதைச் சற்று சிந்தியுங்கள். அப்படியானால் எனக்குத் துன்பம் விளைவிப்பவனை, என்னை அவமானத்திற்கு உள்ளாக் குப்பவனை நான் என்ன தான் செய்வது? மன்னித்து விடுங்கள்!

பலவிதங்களிலும் நமக்கு உதவி செய்யக் கூடியது பல; ஆனால் சில சமயங்களில் தவறி நமது நாக்கைக் கடித்து விடுவது உண்டு. அப்போது அதன் மீது ஆத்திரப்பட்டு தண்டனை கொடுத்துவிடவா செய்கிறோம்? ஏதோ தவறு நடந்து விட்டது என்று பொறுத்துக் கொள்கிறோம். அது போலத்தான் நமக்குத் துன்பம் விளைவிப்போரை பொறுத்துக் கொள்ள நாம் பழகிக் கொள்ள வேண்டும்.

ஒரு பிரச்சனை என்று வரும் போது நம்மிடம் தோன்றக் கூடிய முதல் விஷயம் டனென்ஷன்!. புறிய காரியம் சிதறும் என்பது பழமொழி. இந்த டனென்ஷனும், கோபத்துடனும் ஒரு பிரச்சனையை அணுகும் போது அந்த காரியம் சிந்திய காரியமாகிவிடும். மலேமும் பிரச்சனைகளைத் தவறாக அணுகிடும் போது மலேமும் சிக்கலாக்கிக் கொள்வது தான் மனிதர்களின் வழக்கம். ஒவ்வொரு பிரச்சனைக்கும் ஒரு சரியான தீர்வு இருக்கிறது. அதை எப்பிக் கண்டுபிடித்துச் செயல்படுத்துவது என்பதில் தான் திறமை அடங்கியிருக்கிறது. எந்த பிரச்சனை என்றாலும் முதலில் கோபம் அல்லது உணர்ச்சி வசப்படக் கூடாது. யார் அல்லது எதன் மலே தப்ப/ தவறு என்று எடுத்து உடன் முடிவாக் வரக் கூடாது. இதுதான் இதற்குத் தீர்வு என்று உடனடியாகத் தீர்மானிக்கக் கூடாது. எல்லா பக்கங்களில் இருந்தும் யோசிக்க வேண்டும்.

பிரச்சனைகளை கிரியடேட்டிவாக அணுகுவது சிறப்புக்குரியது. கிரியடேட்டிவாக பிரச்சனையை அணுகுவது என்பது, பிரச்சனையின் எல்லா கோணங்களையும் தளிவாக ஆராய்ந்து அதற்குரிய சரியான தீர்வகைக் கண்டுவது தான் அது; கிரியடேட்டிவ் திங்கிங். இதற்கு இறநைம் பிக் கை, இறயைச்சம், நியாயம், நிதானம், லடேட்ரல் திங்கிங் என்படும் பலமுகப் பார்வை இதில் லாமதே தேவேபை படும். நாம் சில வேளை தவறுகள் புரிந்து விட்டு இறவைண்டம் பாவமன்னிப்புத் தடேுகிறோம். அதை இறவைன் மன்னித்து விட வேண்டும் என்றும் ஆசைபடேுகிறோம். என இறவைன் என்னுடயை குற்றங்களை மன்னிக்க வேண்டும் என விரும்பக் கூடிய நாம், நமது சக மனிதர்களின் குற்றங்களை மன்னிக்க மாட்டனே என்று பிடிவாதம் பிடிப்பது மூரண இல்லயை..... என்பதைக் கொஞ்சம் சிந்தியுங்கள்.

இறுதியாக நம் மனப் பதிவுக்கான செய்திகளோடு இறுதி முடிவுக்கு வருவோம். இன்னல் தந்தவர்களாகும் நீங்கள் இன்பம் தர முயலுங்கள். இந்தக் கருத்தை இறவைனின் நெறிநிலாகிய அல்குர்ஆன் தளிவாகக் குறிப்பிடுகிறது.

"நன்மையும் தீ மையும் சமமாகி விடாது; நீங்கள் (தீ மையை) நன்மையைக் கொண்டே தடுத்துக் கொள்ளுங்கள். அப்போது, யார் உங்களுக்கு கடும் விரோதியாக இருந்தாரோ அவர் உங்களின் உற்ற நண்பராக மாறி விடுவார்." (அல்குர்ஆன் 41:34)

எனவடே, கோபமும் முகச்சுளிப்பும் நம்மதைத் தனித் தீ வுகளாக்கும். இதனை நீங்கள் விரும்புகிறீர்களா? இல்லையென்றால் மையும் சகிப்புத்தன்மையும் நம்மை தோப்புகளாக்கும். இதனை நீங்கள் விரும்புகிறீர்களா? பதில் உங்கள் விருப்பம்.

"உங்களில் வீரன் யார் திரியுமா என்று நபி ஸல்லல்லாஹு அலஹி வஸல்லம் அவர்கள் கேட்டார்கள். குத்துச் சண்டையுத்தத்தில் எதிரியை வீழ்த்துபவன் வீரன் அல்ல; தனக்குக் கோபம் வரும்போது அதனை அடக்கி ஆள்பவனே உண்மையான வீரன் ஆவான்" என்று அதற்கு பதிலும் அளித்தார்கள்.

source: readislam