



வாழ்க்கையை
அழகாக்கும்
முதுமை

□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□

□ □□ .□□□□ .□□□□□□□□□□□□□□

துயரங்களையும் சோதனகையையும் சகஜமாக எடுத்துக்கொள்ளும் பக்குவத்தை
முதுமை தருகிறது.

“வயதாக வயதாக மகாத்மாவின் கவர்ச்சி கட்டிக்கொண்டே போகிறது. அவரைச் சூற்றி
எவ்வளவு இளம் பெண்கள் மொய்க்கிறார்கள் பார்த்தீர்களா?” என்று கவிதாயினி
சரோஜினி நாயுடு ஒரு முறை வடிகையைக்கக் கறினார்.

□□□□□□□□□□; □□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□
□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□.

20 வயது முதல் 30 வயது வரை உள்ளவர்களிடம் தம்மையப் பற்றிய உயர்வான எண்ணமும்
அந்த வயதுக்கே உரிய கர்வமும் நிறைந்திருக்கின்றன.

30 வயது முதல் 50 வயது வரை உள்ளவர்களிடம் அத்தகைய தற்பெருமை பதிப்படியாக
மறைந்து, கலக்கமும் கவலகையும் லசோக இடம் பெறத் தொடங்குகின்றன.

50 வயதுக்கு மேல் மௌனியின் சில்கள் சிதையைத் தொடங்குகின்றன. மௌனியின்

செயல்பாடுகள் மந்தமாகின்றன. தீ விரமான உணர்ச்சிகளைத் துண்டும் சூரப்புகளின் உற்பத்தி குறைகிறது. மனதில் அமையுமும் நிறைவும் ஆசையின்மையும் நிறைகின்றன என்று ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன.

80 வயதான எட்டியவர்களின் மனதில் சூயமதிப்பீடும் சூயாபிமானமும் உச்சத்தை எட்டுகின்றன. 'இவ்வளவு நாள் வாழ்ந்ததே சாதனை' என்ற பெருமிதம் உண்டாகிறது. அதன் பிரதிபலிப்பு முகத்தில் மகிழ்ச்சியாகவும் மலர்ச்சியாகவும் வெளிப்படுகிறது. கடும்மையான வியாதிகளும் வலி - வதேன்கைகளும் கட்ட அவர்களையே மனநிலையைக் குறைந்த அளவே குலைக்கின்றன.

பணியிலிருந்து ஓய்வூதிய பெறும் பலருக்கும், 'இனிமேல் அதிகாலையில் எழுந்து, அரக்கப் பரக்க காலக் கடன்களை முடித்துக்கொண்டு, பஸ்ஸையோ ரயிலையோ பிடிக்க அவசர அவசரமாக ஓட வேண்டிய அவசியமில்லை' என்ற எண்ணமே நிம்மதியையும் மகிழ்ச்சியையும் ஊட்டுகிறது. வருமானம் குறைந்துவிட்டதே என்ற கவலைகட்ட ஓரளவுக்குமேல் வருத்துவதில்லை.

0000000000 00000000

ஒரு கட்டத்தின் ஒளிப்படத்தை இளைஞர்களிடம் காட்டியபோது, அவர்களின் முகங்கள் ஆர்வமில்லாமல் சற்றே சூரங்கின. அதே படத்தை முதியோர்களிடம் காட்டியபோது மலர்ந்த முகத்தோடு மகிழ்ச்சியாக அதை உற்றுப்பார்த்தனர். வயதானவர்களுக்கு துக்கங்களும் கவலைகளும் மனதில் பெரும் பாதிப்பை ஏற்படுத்துவதில்லை. வாழ்க்கைத் துணையை இழக்கும் இளவயதினரைப் போல முதிய வயதினர் துயரத்தில் மிழ்கி நிலைகுலைந்துபோவதில்லை.

தங்களையே எதிர்காலத்தைப் பற்றிய கவலையும் அச்சமும் முதியவர்களுக்கு அதிகமாக ஏற்படுவதில்லை. வறுமையும் தனிமையும் கட்ட அவர்களை அச்சுறுத்துவதில்லை. வாழ்க்கை இன்னும் கொஞ்ச நாள்கைக்குத் தானே என்று தங்களைத் தாங்களே சமாதானப்படுத்துகிறார்கள். முயன்றாலும் முடியாது என்ற இயலாமலைக் குறித்த முழுமையான புரிதலாலும், இனி கவலைப்படாது ஏதும் சரியாகிவிடாது என்ற பக்கவாதாலும் அவர்கள் எளிதில் இயல்புநிலைக்கு வந்துவிடுகிறார்கள். கவலைகள் குறைகின்றன. மகன், மகள் ஆகியோருக்கு இனி தங்களையே ஆதரவாக அரவணக்கமும் அவசியமில்லை என்ற யுத்தமும் பலருக்கும் கவலைகளைக் குறைத்துவிடுகின்றன. தங்களையே குழந்தைகளில் சிலரின் வாழ்க்கை சரியாக இல்லாவிட்டால், ஆரம்பத்தில் கவலைப்படும் முதியவர்கள் காலப்போக்கில், அது அவர்களுடைய தலையெழுத்து என்று கவலையின் தீவிரத்தைக் குறைத்துக்கொள்கின்றனர்.

00 00000000 000000

ஓர் சிலர் விதிவிலக்காக இருந்தாலும், பெரும்பான்மையான முதியவர்கள் மன இறுக்கத்தில் வாழ்வதில்லை. இன்றைய பொழுது நல்ல பொழுதாகக் கழிந்தால் போதும் என்று நின்கைக்கும் முதியவர்கள், 'நாளைய பொழுது நம்மிடம் இல்ல' என்று விட்டுவிடுகிறார்கள். பெரிக் குழந்தைகளின் மூத்தம், கொள்ளுப்பேரன், பத்திகளின் ஸ்பரிசம் போன்றவை மீளையில் ஆக்சிடோசின் என்ற ரசாயனத்தின் சூரப்பை அதிகப்படுத்துவதால் மெய்மற்றது ரசித்து மகிழ்ச்சியடைகிறார்கள்.

உடலுக்கு ஏற்படும் மீப்புவேறு, உணர்வுகளுக்கு ஏற்படும் மீப்புவேறு. அவை இரண்டும் ஒன்றல்ல என்கிறார்கள் ஆய்வாளர்கள். வயதாக வயதாக உடல் வலுவிழப்பதை இயல்பாக எடுத்துக்கொள்கிறார்கள். அதே சமயம், சிறிய செயல்கள் கட்ட அவர்களுக்கு அதிகமாக மகிழ்ச்சியை அளிக்கின்றன. "நான் இளைஞனாக இருந்தபோது வரந்த ஓவியத்தையிட 70 வயதான பிறகு படத்தை ஓவியங்கள் தான் பன்மடங்குச் சிறப்பாக அமைந்தன" என்றார் ஒரு பிரபல ஓவியர். அதற்கு அவருடைய அனுபவமும் நீண்டகாலப் பயிற்சியும் கட்டக் காரணமாக இருந்திருக்கலாம்.

000000 000000 0000000000000000

அனுபவம் வாய்ந்த கிரிக்கெட் வீரர், தம்மனை நோக்கி வரும் வகைப் பந்துகளை வகை சாமரத்தியமாகத் திருப்பிவிடுவதைப் போல முதியவர்கள் தங்களனை நோக்கி வரும் துயரக் கண்களை எளிதாகத் திருப்பிவிடும் வல்லமை பெற்றுவிடுகிறார்கள். பெற்றோருக்கு நடுத்தர வயதாக இருக்கும் போது பதின்ம வயதுள்ள குழந்தைகளால் ஏற்படும் பிரச்சினைகள் சிறிது காலம் கழித்துக் குறைந்துவிடுகிறது. பெற்றோர், குழந்தைகள் என்று இரு தரப்பாருக்கும் வேறுபாடு அதிகமாகவதால் முதிர்ச்சியும் மனப்பக்குவமும் அதிகமாகிறது. மூதுமகை காலத்தில் குழந்தைகளுக்கு வழிகாட்டியாகவும் ஆலோசகராகவும் நண்பராகவும் இருப்பது எளிதாகிவிடுகிறது.

பிள்ளைகளின் சிந்தனைகளையும் செயல்களையும் பற்றற்ற கண்ணோட்டத்திலும், பற்றுள்ள பார்வையுடனும் ஓரே நேரத்தில் உள்வாங்கிக் கொள்ள முடிகிறது. தன்னிடம் ஆலோசனை கேட்டால் மகிழ்ச்சியடைகிறார்கள். கேட்காவிட்டால் கோபமோ வருத்தமோ படுவதில்லை.

அப்பா, அம்மாவிடம் ஒரு வார்த்தை கேட்டுவிட்டுச் சயெவ்லோம் என்று பிள்ளை தன் மனவையிடம் சொல்வது காதில் விழுந்தாலே பெற்றோர் மனம் பரிதாபத்துவிடுகிறது. குடும்ப விவகாரங்களில் முழுமையாகப் பங்கேற்பது அல்லது வெறும் பார்வையாளராக இருப்பது ஆகிய இரண்டுமே சாத்தியமாகிறது. நிதானம் சார்ந்த கிட்டப்பார்வையும் அனுபவம் சார்ந்த தடவலநோக்குப் பார்வையும் முதியவர்களுக்கு ஏக காலத்தில் வாய்க்கின்றன.

வயது முதிர் முதிர் தோல்விகள் மற்றும் இழப்புகளின் வலிமை பெரியவர்களிடத்தில் கடுமையாக இழந்துவிடுகிறது. அற்ப விஷயத்துக்கெல்லாம் அலட்டிக்கொள்ளக் கூடாது என்ற நிதானம் வந்துவிடுகிறது. பலனை எதிர்பாராதே, கடமையைச் சயெவ் என்றில்லாமல் - பலன் அதிகமாகுறவை என்று பார்த்துச் சயெவ் என்கிற பக்காவம் வந்துவிடுகிறது. தனித்திறமகையின் தரம் கட்டுகிறது. கவிஞர்களுக்காச் சொல்வளமும் ஆளுமையும் மெருகேறுகின்றன. எழுத்தாளர்களின் படபிடிப்புகளில் தீவிரத்தன்மை குறைந்து கருத்தாழமும் சொற்சிக்கனமும் கைவசப்படுகின்றன.

000000 00000000 0000000000000000

டாக்டர்கள் வயதாக வயதாக அதிக சோதனைகளுக்கு அவசியமில்லாமல் நோயின் தன்மை, தீவிரம் போன்றவற்றைக் கணித்துவிடுகிறார்கள். நோயாளியிடம் பரிவும் கனிவும் அதிகமாகிறது. ஆசிரியர்களும் பேராசிரியர்களும் வயது அதிகமானால் கண்டிப்பாகக் குறைத்துக்கொண்டு, மாணவர்களின் குறும்பரைசிக்கும் பக்காவத்தை அதிகம் பெற்றுவிடுகிறார்கள். மலேதிகாரிகளில் பலர், மிடுக்கையும் அதிகார தோரணயையும் குறைத்துக்கொண்டு, சகாக்களின் சிறிய தவறுகளை மன்னித்து, தக்க ஆலோசனைகளைக் கற்றுத் தொடங்குகிறார்கள். பழைய விரோதங்கள் மறக்கப்படுகின்றன, பழைய குற்றங்கள் மன்னிக்கப்படுகின்றன.

வாழ்க்கைப் பயணம் நீள நீள ஆங்காங்கே சூழ்நிலைகள் கழிக்கப்பட்டும் பயணிப்பது எளிதாகிறது. வயதாக வயதாகப் பல விஷயங்கள் மறந்துபோவது பெரிய பிரச்சினையாகத் தெரிவதில்லை. வயதாகிவிடுகிறபோது எது, எப்படி, எந்த வகையில் நடக்கும் என்கிற புரிந்துணர்வு ஏற்படுகிறது. சின்ன வயதில் நாமும் அப்படித்தானே இருந்தோம் என்னும் நினைவு இளையவர்களிடம் பரிவாகாட்டவகைகிறது. எதையும் எளிதாக எடுத்துக்கொள்ளத் தோன்றுகிறது. அவசரம் குறைந்து நிதானம் கட்டுகிறது.

தமது எதிர்காலத்தைப் பற்றி முதியவர்கள் சிந்தனைகூடச் சயெவ்வதில்லை. அவர்களுக்குத் தற் காலம் தான் நிரந்தரம். உடம்பு முடியவில்லையா, ஓய்வு எது. நடக்க முடியவில்லையா, உட்காரு. உட்காருக கூட முடியவில்லையா, படுத்துக்கொள்.

இதுதான் அவர்களுடைய கொள்கை. உற்றார் உறவினர் வீட்டு விசேஷங்களுக்குப் போய்த்தான் ஆக வணேட்டும் என்ற கட்டாயமில்லை. அந்தக் கடமைகளையெல்லாம் இளைய தலைமுறையிடம் ஒப்படைத்துவிட்டு நிம்மதியாக இருக்கிறார்கள்.

ஓவியர்களும் ஒளிப்படக் கலைஞர்களும் முதுகிழவர்களையும் தொண்டு கிழவிகளையும் தடேப் பிடித்துப் படமாக்குவது ஏன் என்று இப்போது புரிந்திருக்கும். அந்த முகங்களில் அமர்த்தியையும் கருணையையும் அழகையும் அவர்களால் எளிதில் அடையாளம் காண முடிந்திருக்கிறது.

- டீ.பி. சிவசுந்தரன், டீ.பி. சிவசுந்தரன் (டீ.பி. சிவசுந்தரன்).

source: <http://tamil.thehindu.com/opinion/columns/%E0%AE%B5%E0%AE%BE%E0%AE%B4%E0%>