□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□!

வரேில ் பழுத ்த பலாமனது ஆழ ்கடலபை ் பரோன ்றது என ்பார ்கள ் சிலபரே ்; மனது இனம ் காண முடியாத இரு ட ்குகை என ்றார ்கள ் சிலபரே ்; இன ்னும ் சில பரேு ண ்டு. அவர ்களுக ்கு மனம ் என ்பது எதை நரோக ்கி பயணிக ்கிறது என ்று கண ்டறிய முடியாத வினரோத வாகனம ்.

எது எப ்படியோ எல ்லரோருக ்கும ் மனது என ்பது விளங ்க முடியாத புதிர ் யாருக ்கும ் தன ் மனதபை ் பற ்றி புரிந ்துகொள ்ளும ் ஆற ்றல ் கிடயைாது. மனதுக ்குள ் பொதிந ்து கிடக ்கும ் எல ்லயைற ்ற ஆற ்றல ்களபை புரிந ்துகொள ்ள முயற ்சிப ்பது கூட கிடயைாது.

மனதிற ்குள ் என ்னனெ ்ன இருக ்க அனுமதிக ்கலாம ்? என ்னனெ ்ன இருக ்கக ்கூடாது என ்று முடிவு கட ்டி விரட ்டியடிக ்க வணே ்டும ்? இந ்த இரண ்டு கரே ்விகளுக ்கு கடே ்டு விடயைறிந ்து சயெல ்படுத ்தினால ் ஒருவன ் இந ்த பூமியில ் புனிதனாய ் வாழ இயலும ்; வற ்றிகளபை குவிக ்க முடியும ்.மனதிற ்குள ் இருக ்க வணே ்டியது; அன ்பு, தன ்னடக ்கம ், தன ்னம ்பிக ்கை, பொறுமை, இலட ்சிய நரோக ்கம ், நட ்புணர ்வு, உலக உயிர ்கள ் பால ் நசேம ், எதிர ்காலத ் தொலநைரோக ்கு, அறவுணர ்வு, பக ்திநறெி, பண ்பாடு, சயெ ்நன ்றி அறியும ் பண ்பு.மனதிற ்குள ் இருக ்கக ்கூடாதவை: பழியுணர ்வு, அச ்சம ், பரோசை, நம ்பிக ்கயைின ்மை, ஏமாற ்றும ் பண ்பு, திருட ்டுபுத ்தி, களவு, பொறாமை பரோன ்றவயைாே.

ஒரு மரம ் வடெ ்டுபவன ் காட ்டுக ்குள ் சனெ ்று ஆற ்றங ்கரயைில ் இருந ்த மரத ்தில ் ஏறி சில கிளகைளபை வடெ ்டத ் தொடங ்கினான ். அப ்பொழுது அவனது மரம ் வடெ ்டும ் அரிவாள ் ஆற ்றுக ்குள ் விழுந ்துவிட ்டது. அவனுக ்குள ் துயரம ் பொங ்கியது. அவனுக ்கிருந ்த ஒரே சொத ்து அதுதான ். அதகை ் கொண ்டுதான ் மரம ் வடெ ்டி விறாக ்கி விற ்று நரே ்மயைுடன ் பிழபை ்பு நடத ்தி வந ்தான ். அவனது அழுகுரலபை கடே ்டு ஒரு தவேதை

மனம் இருந்தால் மார்க்கம்!
Thursday, 21 January 2016 08:05

அவன் முன் தோன்றியது. ‘என்ன நேர்ந்தது, ஏன் அழுகிறாய்?’ என்று கேட்டது. அவன் நடந்ததைச் சொன்னான். தேவதை ஆற்றில் மூழ்கி எழுந்து ஒரு தங்க அரிவாளை அவனிடம் காட்டி, ‘இதுதான் உன்னுடையதா?’ என்று கேட்டான். அவன் ‘இல்லை’ என்றான்.

தேவதை மறுபடி ஆற்றில் மூழ்கி எழுந்து ஒரு வெள்ளி அரிவாளை கொண்டவந்து ‘இதுதான் உன்னுடையதா?’ என்று கேட்டது. அதற்கும் அவன் இல்லை என்று தலையாட்டினான். தேவதை மீண்டும் ஆற்றுக்குள் போய் மீண்டும் வந்து அவனது இரும்பு அரிவாளைக் கொணர்ந்து தந்தது. அவன் மகிழ்ச்சியுடன் அதை ஏற்றுக் கொண்டான். அவனது நேர்மையைக் கண்டு மகழ்ந்த தேவதை தங்க அரிவாள், வெள்ளி அரிவாள் இரண்டையும் அவனிடமே கொடுத்து ‘இவற்றை விற்று வரும் பணத்தில் உன் வாழ்க்கையை நல்லபடி அமைத்துக் கொள்’ என்று ஆசிகள் வழங்கி மறைந்தது. அவன் செல்வந்தனாக வாழத் தொடங்கினான்.

‘அவனுக்கு எப்படி இவ்வளவு பணம் கிடைத்தது?” என்று அடுத்த வீட்டுக்காரன் கேட்டான். ‘காட்டில் மரம்வெட்ட, சென்றபோது எனது அரிவாள் ஆற்றில் விழுந்தது. ஒரு தேவதை தோன்றி எனக்கு தங்க அரிவாள், வெள்ளி அரிவாள், இரும்பு அரிவாள் தந்தது’ என்று சுருக்கமாகக் கூறினான். அடுத்த வீட்டுக்காரன் தனது அதிர்ஷ்டத்தை சோதித்துப பார்க்க விரும்பினான். அவனும் காட்டுக்குள் சென்று தனது இரும்பு அரிவாளை ஆற்றில் தவறி விழச் செய்தான்.

தேவதை தோன்றி ‘என்ன ஆயிற்று?’ எனக்கேட்டது. தனது அரிவாள் ஆற்றில் விழுந்து விட்டதாக அவன் சொன்னான். தேவதை ஆற்றில் மூழ்கி எழுந்து ஒரு தங்க அரிவாளை கொண்டு வந்து காட்டி, ‘இது உன்னுடையதா?’ என்று கேட்டான். அவன் பேராசையுடன் “ஆமாம்” என்றான். தேவதை அவனைப் பார்த்து ‘மூடனே! நீ பேராசைக்காரன்; நேர்மையற்றவன்; உனக்கு ஒன்றும் கிடையாது, போ!’ என்று கூறி மறைந்தது. அவன் தனது இரும்பு அரிவாளையும் இழந்து வருந்தி திரும்பினான்.

வாழ்வில் உயர விரும்புகிறவன் குறுக்கு வழிகளை நாடக்கூடாது. இலட்சிய நோக்கு இருக்க வேண்டும். அது பேராசையாக மாறக்கூடாது. மனதிற்குள் எந்த மாதிரி எண்ணங்களை வளர்த்துக்கொள்ள வேண்டும் என்பதில் தெளிவான தீர்மானம் இருந்தால் அதன்படியே வாழ்வும் அமையும்.

மனதில் உள்ள எண்ணங்களின் பாங்கு நம் வாழ்க்கையைத் தாக்குகின்றன. இதை நிறையபேர் புரிந்துகொள்வதில்லை. ‘உன் எண்ணங்களின் உயரம்தான் உன் வாழ்க்கையின் உயரமும்’ என்கிறார் ஒரு கிரேக்க அறிஞர்.

2 / 4

மனம் இருந்தால் மார்க்கம்!
Thursday, 21 January 2016 08:05

அண்மையில் IAS தேர்வில் அகில இந்திய அளவில் 130வது இடம்பிடித்து தேர்வாகியுள்ள ஒரு தமிழ்ப்பெண் கூறுகின்றார்; “எனக்கு படிப்பதில் அவ்வளவு ஆர்வம் இருக்கவில்லை. ஆனால் ஆசிரியராக இருந்த என் தந்தையார் உயர்நிலைப்பள்ளி பருவத்திலிருந்தே என்னிடம் “நீ IAS தேர்வுக்கு 3 ஆண்டுகள் கடுமையாக உழைத்துப் படித்து தேர்வு எழுதி வெற்றி பெற்றேன்” என்கிறார். என்ன வியப்பு பாருங்கள்! இவர் மனதில் இல்லாத வெற்றி எண்ணம் இவரது தந்தை மனதில் இருந்து உறுதிபெற்று இவர் மனதிற்கு மாற்றப்பட்டுள்ளது.

“சுடர் விளக்காயினும் தூண்டு கோல் தேவை” என்பார்கள். அதுபோல குடும்பத்தில் உள்ளவர்கள் வலிமையான எண்ணங்களால் ஆட்கொள்ளப்படுவார்களானால் அது அக்குடும்பத்தில் படித்துக் கொண்டிருக்கும் மாணவ மாணவியர் இருந்தால் அவர்களது முயற்சிக்கு வலிமை சேர்க்கும். “The difference between a successful person and others is not lack of strength not lack of knowledge but rather lack of will” என்கிறார் வைஸ்லம்பார்டி என்கிற ஆங்கில அறிஞர்.

“வெற்றி பெற்றி மனிதர்க்கும் வெற்றி பெறாத மனிதர்க்கும் இடையே உள்ள வேறுபாடு என்பது பலமின்மையோ அறிவின்மையோ அல்ல; நம்பிக்கை இன்மையே” என்பது இதன் பொருள். வெற்றி பெறத் தேவையான விடாமுயற்சியை மேற்கொள்ளத் தேவையானது உத்வேகமும் உற்சாகமும்தான். இதற்கென சிறப்பான அறிவாற்றலோ வலிமையோ தேவையில்லை. “மனதின் காரணமாக பலவிதமான நோய்கள் ஏற்படுகின்றன என்று சொல்வதைவிட, மனதின் காரணமாக ஏற்படுகிற நோய் படிப் படியாக பல்வேறு நிலைகளை அடைகிறது” என டாக்டர் மெனிங்கர் என்ற அறிஞர் குறிப்பிடுகின்றார்.

மனம் என்கிற மருத்துவனே உங்கள் நோய்க்கு காரணியும் நிவாரமும் ஆவான். மனதை நமது கட்டுப்பாட்டுக்குள் கொண்டு வரும்போது நமது உடலும் செயல்களுக்கு கூட கடுப்பாட்டுகள் வந்து விடுகின்றன. மனமே உடலின் ஒவ்வொரு உறுப்பின் செயல்களையும் இயக்குகின்றது. காலை எழுவதில் இருந்து இரவு படுப்பதுவரை நாம் செய்யும் ஒவ்வொரு செயல்பாட்டையும் மனமே ஆணையிடுகின்றது. ஒரு சைக்கிள் அல்லது மோட்டார் சைக்கிள் வைத்திருந்தால் வாரம் ஒருமுறையாவது அதைத் துடைத்து பராமரிப்புப்பணி செய்கிறோமில்லையா? அதுபோல் மனதில் ஏற்படும் எண்ணக் குவியல்களையும் அடிக்கடி ஆய்வு செய்து பராமரிக்க வேண்டும்.

அரிசியிலிருந்து கற்களைப் பொறுக்கி தாய்மார்கள் வீசுவதுபோல எண்ணக் குவியல்களில் கலந்து கிடக்கும் தீய நோக்கங்களை, பலவீனமான உணர்வுகளை

3 / 4

மனம் இருந்தால் மார்க்கம்!
Thursday, 21 January 2016 08:05

பொறுக்கி எடுத்து வீசிட வேண்டும். நல்ல நினைவுகள், நல்ல எண்ணங்கள், நல்ல நோக்கங்கள் நிறைந்த மனது பூந்தோட்டம்’ போல மணம் வீசும்; உங்களைச் சுற்றி வெளிச்சமும் மகிழ்ச்சியும் நடனமாடும்; உங்களை அனைவரும் விரும்புவர்; போற்றுவர்; உங்கள் நட்பினை நல்லோர் நாடி வருவர்; உங்கள் வீட்டிலும் உங்கள் சுற்றத்தினர் நடுவேயும் நலமும் வளமும் நிறைந்து காணப்படும். “தீதும் நன்றும் பிறர்தர வாரா” என்று ஆன்றோர் மொழி உண்மைதானே!

source: http://chittarkottai.com/wp/

4 / 4