

அவதூறு

அவதூறு என்பது விழும் இடத்தை மட்டும் பாதிக்காது, அது எழும் இடத்தையும் சத்தமில்லா நீர்க் கசிவாக வெடிக்கச் செய்து விடும். வீண் பழிச் சொல்லால் பிறருக்கு ஏற்படுத்தும் பாதிப்பின் வேர் யாரிடமிருந்து செல்கிறதோ அவர்கள் மனதில் பெரும் அழுத்தத்தை கொடுக்கும். அவர்களையும் அறியாமல், அவர்களுக்குள் எழும் குற்ற உணர்ச்சி பிறரிடம் பகிர்ந்து கொள்ளவும் முடியாமல் ஆழ்மனதில் புகைந்து கொண்டே இருக்கும். அது அவர்களுக்குள் பல பின் விளைவுகளை ஏற்படுத்தும்.

Dr.Fajila Azad

(International Life Coach – Mentor – Facilitator)

□□□□□□

□ □ Dr.Fajila Azad, (International Life Coach–Mentor–Facilitator) □ □

“நீ இப்படி சயெ்தாயாமடே..?”

உங்கள் மீது பழிச் சொல்லலை சும்னத்து வரவும், நீங்கள் செய்யாத ஒன்றை, செய்ததாக கூற்றும் சொல்லும் இந்த களேவியை எதிர் கொள்ளாதவர்களே இல்லலை எனலாம்.

உங்களிடம் கேட்கப்படும் அந்தக் களேவி உங்கள்குள் பெரும் குழப்பத்தையே ஏற்படுத்தி விடும். அதிலும், உங்கள் மீதான அந்த பழிச் சொல்லலை உங்களிடம் கொண்டு வருபவர் உங்கள்கு வணேடியவராக இருந்தால் 'you too Brutes' என்ற நினைவைத் தருவதோடு உங்கள் தன்னம்பிக்கையையும், மனிதர்கள் மலே உள்ள நசேத்தையும், நரேமறயான உங்கள் சிந்தனைகள் எல்லாவற்றையுமே அது அசைத்துப் பார்க்கும்.

ஓர் முனிவரிடம் சிலவந்தர் ஓர்வர், தான் தன் பங்களி மீது இல்லாத பழி ஒன்றை சும்னத்தி விட்டதாகவும் அது தன் மனதை உறுத்திக் கொண்டிப்பதாகவும் வருந்தி, அதற்கான பரிசாரம் தடே முன் வந்ததாக சொல்கிறார். அதைக் கேட்ட முனிவர் அவரிடம் ஓர் பஞ்சு மிட்டையைக் கொடுத்து அந்த பங்களியின் வீட்டின் முன்னால் அதைக் கொட்டிவிட்டு வந்து பார்க்கச் சொல்கிறார்.

அவ்வாறே செய்து விட்டு சிலவந்தர் முனிவரிடம் திரும்பி வர முனிவரோ, அவரிடம் கொட்டிய அனதைத் து பஞ்சையும் மீண்டும் மிட்டையில் கட்டி எடுத்து வரச் சொல்கிறார். திகைக்கும் சிலவந்தர் அப்போதே அது காற்றில் பலதிகும் பறந்து சனென்று விட்டதே. இப்போது எப்படி திரும்பி எடுத்து வர முடியும் எனக் கேட்க, முனிவர் அவரிடம் 'ஓர்வர் பற்றி பசேவதும் அப்படித்தான். அதை நீங்கள் தவறு என்று பின்னால் வருந்தினாலும் அவர்கள்கு ஏற்பட்ட பாதிப்பை உங்களால் நிவர்த்தி செய்ய முடியாது' என்று எடுத்துச் சொல்கிறார்.

இப்படி போகிற போக்கில் யாரோ எதையோ எளிதில் கொட்டிவிட்டு சனென்று விடலாம். ஆனால் அது பலதிகும் சனென்று, பாதிக்கப்பட்டவர்களை நிச்சயம் பலவகையில் கொட்டிக் கொண்டே தான் இருக்கும். அவர்கள் மீது சிந்தப்பட்ட அந்த நரெப்புவார்த்தைகள் விட்டு விலகமுடியாத வீரியத்தோடு தினம் தினம் அவர்கள் மனதை சூட்டுக் கொண்டே இருக்கும். அவர்கள் மனம் ஆறவே செய்யாது. மகிழ்ச்சியற்று தவிகும். அதை செய்வவர்களாலும் நிவர்த்தி செய்ய முடியாது.

ஆனால், அவதூறு என்பது விழும் இடத்தையெல்லாம் பாதிக்காது அது எழும் இடத்தையும் சத்தமில்லா நீர்க்கசிவாக வெடிக் கச்செய்து விடும். வீண்பழிச் சொல்லால் பிறருக்கு ஏற்படுத்தும் பாதிப்பின் வரே யாரிடமிருந்து சிலகிறதோ அவர்கள் மனதில் பெரும் அழுத்தத்தை கொடுக்கும். அவர்களையுமறியாமல், அவர்கள்குள் எழும் கூற்ற உணர்ச்சி பிறரிடம் பகிர்ந்து கொள்ளவும் முடியாமல்

ஆழ்மனதில் புகைந்து கொண்டே இருக்கும். அது அவர்களுக்குள் பல பின் விளைவுகளை ஏற்படுத்தும். அதனால், தங்களையே வார்த்தைகளோ செய்கைகளோ பிறரை எந்த விதத்தில் பாதிக்கும் என்பதை ஒன்றுக்கு இரண்டு முறையோசித்து பசோதவர்கள் கிறிஸ்து அவதாரங்கள், கால ஓட்டத்தில் அவர்கள் தங்களக்கு தாங்களே கொடுத்துக் கொள்ளும் தண்டனையாகவே முடிகிறது.

பெரும்பாலும், பழிச் சொல் வந்து தாக்கும் போது, இப்படி ஒரு செய்தி நம்மைப் பற்றி ஊரில்லாமல் வந்து விட்டதே இனி என்ன செய்வது என்று நிலைகுலையச் செய்வதாகத் தான் இருக்கும். நீங்கள் இது வரை சேர்த்து வைத்த உங்கள் நல்ல மதிப்பும் பெரும்புகழும் ஒரே நேரத்தில் காட்டுவள எதில் அடித்துச் செல்லப் பட்ட சொத்துக்கள் போல் அடித்துச் செல்லப் பட்டுவிட்டதாகத் தான் தோன்றும்.

ஆனால், நிதானம் இழந்து பதட்டத்தில் அத்தகைய அவதாரங்களை நீங்கள் பொய் என உடனே நிரூபிக்க அவர்கள் வழியிலேயே முயன்றால் அது உங்களை உங்கள் வாழ்க்கைப் பாதையிலிருந்தும் வறோ சமூகங்கள் இழந்து சினென்று அதன் சூழலில் சூழ்நீர் விட்டு விடும்.

பொய்க்குற்றச் சாட்டை பரப்புவதற்கும், அதை நம்புவதற்கும் பெரிதான ஆதாரங்கள் யாருக்கும் தேவையில்லை. சக மனிதர்களுக்குள் இயல்பாக இழந்து கொண்டிருக்கும் சிறு காழ்ப்புணர்வோ அதற்குப் போதுமானது. ஆனால், 'உண்மை இல்லலை' என மறுப்பதற்கு ஆயிரம் ஆதாரங்கள் தேவையில்லை. அவை நிதர்சனமற்ற களே விகளால் துளக்கப்படும்.

நீங்கள் அந்த அவதாரம் 'பொய்' என்று சொன்னவாடன 'நெருப்பு இல்லாமல் புகையுமா' என ஆரம்பித்து 'பின் ஏன் அப்படி அவர்கள் சொன்னார்கள்' என்று தொடர்ந்து 'அந்த நேரத்தில் அது இப்படி நடந்ததாமே' என்று உங்களிடம் களேவிக் கன்கைகள் நீளும் போது, அஸ்திவாரம் இல்லாத ஒரு சீட்டுக்கட்டின் மாளிகை போல உங்கள் ஸ்திரத்தன்மை உங்கள் முன்னாலேயே சரிந்து விழும். ஒரு நிலநடுக்கத்தில் ஆடிப் போகும் பரிமியாக நீங்கள் ஆடிப் போய் விடுவீர்கள்.

இது தான் அந்த அவதாரத்தை கிளப்பி விட்டவர்களின் நோக்கம். எனவே, எத்தகைய அவதாரம் உங்களைப் பற்றி பரப்பப் பட்டாலும் அது உங்கள் மனதை பாதிக்காதவாறு முதலில் திடமாக இருங்கள். இப்படி அவதாரங்களுக்கு ஆளாகுவது அனாவரணம் பொதுவானது தான் என்பதை உங்களுக்குள் சொல்லிக் கொண்டு முதலில் மிச்சலை உள்ளிழுத்து வெளியே விட்டு உங்களை நீங்கள் ஆசுவாசப்படுத்துங்கள்.

இந்த அவதூறு வந்ததாலயே நீங்கள் தவறானவராக ஆகி விட்டீர்கள். அது எவ்வளவு சிரமமானதாக இருந்தாலும் கையாளப்படக்கூடிய விஷயம் தான் என்பதை உணர்ந்து எதற்கும் உடனே ரியாக்ட் பாண்ணாமல் ரிஸ்பான்ட் பண்ண முடிவு செய்யுங்கள். அது உங்களைப் பற்றிய ஒன்று என்றாலும் அதை சற்று தள்ளி வைத்து ஒரு மீனற்றாம் கோணத்தில் அனுகி சரி செய்யப் பாருங்கள் உங்கள் கரேக்டரையே மாசுபடுத்தி விட்டார்கள் என்று வருந்தி உங்கள் கரேக்டரை விட்டு விட்டு அவர்கள் லவலுக்கு இறங்கிப் போய் விடாதீர்கள்.

இது எங்கிருந்து வந்திருக்கும், என்ன எதிர்பார்த்து இப்படி செய்யப் படுகிறது, எய்தவன் ஒருவனாக இருக்க அம்பு உங்கள் முன் வந்துள்ளது? என்று எதையும் நிதானமாக அனுகி உங்கள் தரப்பு நியாயங்களை எடுத்துச் சொல்லுங்கள். அல்லது அதற்கான காலம் கனிந்து வரும் வரை அந்த நிகழ்வை சற்றே உங்களையிடும் தள்ளி வைத்து விட்டு மற்ற வேலைகளில் உங்கள் கவனத்தை செலுத்துங்கள். உண்மையான பலநேரம் உங்களைப் பற்றி வந்த அவதூறுகள் இல்லையென்று நிரூபணமாகி விட்டாலும், பட்ட அவமானமும் அந்த நேர மரண அவஸ்தையும் இனி எப்படி நிவர்த்தி செய்ய முடியும் என்பதாகவே தோன்றும். மழை விட்டும் தீவானம் விடாததாக மனதை நிம்மதியற்று தவிர்த்துச் செய்யும்.

வருந்தாதீர்கள்.. அதற்கும் தீர்வு இருக்கிறது. சப்பர் இம்போசிங்க்டெக்னிக் பற்றி நீங்கள் அறிவீர்களா. அதாவது கசப்பான ஒன்றை தவறுதலாக சாப்பிட்டு விட்டீர்கள் என்றால் உடனே அந்த கசப்பு சுவையை நீக்குவதற்காக தண்ணீரை அருந்துவீர்கள். இனிப்பான ஒன்றை உடனே சாப்பிடுவீர்கள். அதே போல் கசப்பான எண்ணங்களையெல்லாம் மாற்றுவதற்கு ஒரு பிராக்டிஸாக நேரத்தை எண்ணங்களையெல்லாம், இனிமையான சந்தர்ப்பங்களையெல்லாம், நீங்கள் வறையப் பற்றி தருணங்களையெல்லாம், மகிழ்ச்சியான நிமிடங்களையெல்லாம் நினைத்துப் பாருங்கள் அப்படி எதுவும் உடனே உங்கள் நினைவிற்கு வரவில்லை என்றால் கிட்ட ஒன்றை நல்ல முறையில் நடந்ததாக கற்பனையைச் செய்யுங்கள்.

மௌனியின் லாஜிக்கல் பகுதியோடு அதன் கிரியேட்டிவிட்டி பகுதியையும் தவேயான முறையில் பயன்படுத்திக் கொண்டால், எந்த பிரச்சனையையும் கடந்து வரக்கூடிய நிதானம் உங்களுக்குள் எழும். பிரச்சனைகள் சமூகமாக நீங்கி அங்கு மகிழ்ச்சி மலரும்.

மறந்து விடாதீர்கள்... அந்த விரும்பாத ஒரு நிகழ்வும் உங்கள் வாழ்க்கையில் நடந்திருக்கிறது. அது ஒன்று மட்டும் உங்கள் வாழ்க்கையில் நடந்து விடவில்லை.

Dr.Fajila Azad

fajila@hotmail.com FB:fajilaazad.dr youtube:FajilaAzad

Dr. Fajila Azad, PhD, **Assistant Professor** **Department of** **English**

source: <https://mail.google.com/mail/u/0/#inbox/FMfcgxwGCQcWhMwxGSvXdtIjntCTvhJC>