



ஏதோ ஒரு நிகழ்ச்சிக்கோ மீட்டிங்கிற்கோ சலெல்லும்போது நீங்கள் அங்கிருப்பவர்களிடம் சகஜமாக சந்தோசமாக பழகிக் கொண்டிருக்க அதில் சில பரே உங்களையவையிடம் பண்ணுவதுபோல பட்டும் படாமலும் பழகிய அனுபவம் உங்கள்குக்கு என்றனும் நிகழ்ந்துள்ளதா?

திடீரென என்ன ஆயிற்று இவர்களுக்கு, நன்றாகத்தானே பழகிக் கொண்டிருந்தார்கள் என்று பலவாறு உங்களைய நீங்களே களேவி கட்டி அவர்களுடன் அன்று வரையெடுத்த நிகழ்வுகளையெல்லாம் திரும்பத் திரும்ப மனதில் ஓடவிட்டி ஏதனும் தவறுதலாக நடந்ததா என்றெல்லாம் ஆராய்ந்து, ஒன்றும் புரியாமல் குழம்பிய மனதுடன், சன்னிற்றுந்த நிகழ்ச்சியை மகிழ்ச்சியாக அனுபவிக் கு முடியாமல் தவித்திருப்பீர்கள்.

உங்களைப் பற்றி ஏற்கனவே யாரோ ஏதோ சொல்லி அங்கிருந்தவர்களிடம் உங்களைப் பற்றிய ஒரு தவறான புரிதலை ஏற்படுத்தி இருந்து பின்பு அதனை அறிய வரும்போது உங்களுக்குள் ஏற்படும் இயலாமையும் வருத்தமும் உங்களை சோர்வடையச் செய்யும். உங்களைப் பற்றிய தவறான எண்ணங்களை எப்படிச் சரி செய்வது என்று உங்கள் மனம் பதறும்.

இது உங்களுக்கு மட்டும் ஏற்படும் அனுபவம் அல்ல. பல குடும்பங்களில் மட்டும் நடக்கும் விஷயமும் அல்ல. வளரும் நாட்களிலும், வளர்ந்த நாட்களிலும், மிகவும் நாகரிகமானவர்கள் என்று சொல்லிக் கொள்ளக் கூடியவர்கள் மத்தியிலும் prevail ஆகிக் கொண்டிருக்கும் பழக்கம்தான் இது என்கிறது வாழ்வியல்

உலக அளவில் 60 சதவீதம் மக்கள் ஒருவரைப் பற்றி மற்றவர் ஏதனும் பசுகிறார்கள் என்கிறது மலை நாட்டு ஆய்வு ஒன்று. மலேயம், சிலர் மற்றவர்களைப் பற்றி தாழ்வாக பசுவது தங்களையயர்வாக நினகைக் செய்யும் என்று நினதை துக் கொள்கிறார்கள். மற்றவர்களுக்குத் தெரியாத ஒரு விசயத்தை தாங்கள் சொல்வது அவர்களுக்கு இன்ட்ரெஸ்பிங்காக இருக்கிறது. ஆனால் உண்மையில் புறம் பசுபவர்கள் தங்களதை தாங்களே தாழ்த்திக் கொள்ளவே செய்கிறார்கள். இவர்கள் நம்பிக்கைக் குரியவர்கள் அல்ல என்ற எண்ணத்தை தான் பிறர் மனதில் விதைக்கிறார்கள் என்கிறது அந்த ஆய்வின் முடிவு.

புறம் பசுதல் என்பது ஒருவரைப் பற்றி தவறாக நிகடிவாக அவர் இல்லாத போது மற்றவர்களிடம் பசுவது என்பதை நீங்கள் அறிவீர்கள். ஒருவர் இன்னொருவரைப் பற்றி அவர் இல்லாத போது பசுகிறார் என்னும் போதே அதன் உண்மையைக் களேவிக் குறியதாகி விடறது. அத்துடன் சொல்பவரின் நம்பகத் தன்மையும் இடறுகிறது.

0000000000 0000000000000000 0000000000000000 0000000000 00000000 00000000 0000 0000000000 00  
0000000000000000000000 000000000000000000 000000000000000000 0000000000 0000000 00000000000000. 0000000 0000000  
00000000000000 000000000000 0000000000000000000000 0000000000000000000000 0000 00000000000000 000000000000  
0000000000 00000000.

பொதுவாக புறம் பசுபவர்கள் தங்களையையப் படுத்திக் கொள்ள சொல்லக் கட்டிய வார்த்தைகள் நீங்கள் கொஞ்சம் எச்சரிக்கையாக இருந்து கொள்ள வேண்டும் என்பதற்காகத் தான் ஸ்வென்த் தலைலாம் பால் என்று நம்பி விடக் கூடாது என்பதற்காகத் தான் ...' என்பது போன்றே இருக்கும். இப்படி நல்லது கெட்டதை மற்றவர்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும் என்பதற்காகவும் அவர்களுக்கு விழிப்புணர்ச்சி கொடுப்பதற்காகவும் தான் சொல்கிறோம் என்பார்கள். ஆனால் அதில் எந்த அர்த்தமும் இல்லாததைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

ஒரு கல்லிரியில் நுற்றுக்கும் மறேபட்டவர்களைய சில நாட்கள் ஒரு குழுவாகப் பழக வைத்தார்கள். பின் அவர்களை இரண்டு பிரிவாகப் பிரித்து அவர்களுக்குள் பலருக்கும் பிடித்த இரண்டு பரேதைத் தேர்ந்தெடுத்து ஒரு பிரிவினரிடம் அந்த இரண்டு பரேதைப் பற்றிய நல்ல விஷயங்களையச் சொல்லச் சொன்னார்கள். அத்தனை பரேதும் அவர்களைப் பற்றிய நல்லவற்றையச் சொன்னார்கள்.

பின் அதே இரண்டு பரேதைப் பற்றி அடுத்த குழுப்பிடம் அவர்களிடம் இருக்கும் தவறான விஷயங்களையப் பற்றிச் சொல்லச் சொன்னார்கள் அத்தனை பரேதும் சொல்லுவதற்கு விஷயம் இருந்தது.

ஆக அந்த இரண்டு பரேதும் நல்லவரா.. தீயவரா? இப்போது என்ன முடிவுக்கு வர முடியும். உண்மையில் எதை நீங்கள் தேடினாலும் அந்தந்தக் கோணத்தில் அது உங்களக்குக் கிடக்கும் என்பதே அந்த ஆய்வின் முடிவு.

குறகைய இல்லாத மனிதன் உலகில் இல்லாத எனும் போது யார் ஒருவரிடமும் என்ன தவறு இருக்கிறது என்று பார்க்க முனையும் போது நிச்சயமாக ஏதாவது ஒரு தவறுதான் தெரிய வரும். அல்லது ஏதாவது ஒன்றைத் தவறாக எடுக்கத் தோன்றும்.

ஏனென்றால் ஆழ்மனதின் filtering system, தன் தவேகக்கு ஏற்ப ஒன்றை

அனுமானித்துக் கொள்ளும். நீங்கள் என்ன தடேுகிறீர்களோ அதைத் தான் உங்களிடம் கொண்டு வந்து சரேக்கும். உங்கள் ஆழ்மனதிற்கு நீங்கள் நல்லவற்றைப் பார்க்க பழகிக் கொடுக்கிறீர்களா அல்லது தீயவற்றைப் பார்க்கப் பழகிக் கொடுக்கிறீர்களா என்பதே பிரச்சனையாகும் தீர்வுக்குமான வேறுபாடாக இருக்கிறது.

உங்கள் ஆழ்மனதால் மனிதர்களையும் பொருட்களையும் கட்ட பிரித்துப் பார்க்க முடியாது. நீங்கள் யாரனும் ஒருவருடைய தவறுகளை உற்றுப் பார்க்கிறீர்கள் என்றால், அது எல்லாவற்றிலும், அதாவது பிற மனிதர்களாகட்டும், அல்லது அன்றாட வாழ்வின் நிகழ்வுகளாகட்டும், அல்லது உயிரற்ற பொருட்களாகட்டும், நீங்கள் சந்திக்கும் அனாதை விஷயங்களிலுமே நிகழ்வான செயல்களையே உங்கள் கண்ணில் படச் செய்யும். அது போல் பிறரிடம் சின்று செய்திகளை பசேக் கட்டியவர்களுக்கு எதைப் பார்த்தாலும் அதை மற்றவர்களிடம் எப்படி சொல்வது என்ற கோணத்திலேயே தான் அவர்கள் மனம் பார்க்கும் தவிர உண்மையில் ஓரினினலான விஷயத்தை தனக்குள் பதிய வைத்துக் கொள்ளாது.

பொதுவாக நிரூபிப்பது என்று சொன்னால் சூட்டு விடவா போகிறது. வார்த்தைகள் வலிக்கக் கட்டாது என்பார்கள். வார்த்தைகள் வலிக்கும் காலமிது என்று sociology சொல்வது ஒரு புறம் இருக்க, வார்த்தைகளுக்கு மட்டுமல்ல எண்ணங்களும் நம்முடைய நரம்பு மண்டலத்திற்கும் நரேடித் தொடர்பு இருக்கிறது என்கிறது நியூராலஜி. அதனால் தான் இன்று பாஸிடீவ் சகை காலஜி பல பிரச்சனையகும் நரே மறையான வார்த்தைகளால் தீர்வைத் தருகிறது.

புறம் பசேவது என்பது கட்டேபவரூக்கும் பசேபவரூக்கும், ஏதோ அந்தக் காதில் வாங்கி இந்தக் காதில் விடும் சங்கதி அல்ல. ஒரு காதிரயின் வாயில் பட்டபட்டும் லகான் எப்படி அதன் முழு இயக்கத்தையும் கட்டிப் பாட்டிற்குள் கொண்டு வராமோ அது போல் அது உடலில் உள்ள ஓவ்வொரு செல்லுக்கும் கொடுக்கப்படும் சமிக் கை. எதிர்மறையான சிந்தனைகள் ஒருவரின் எண்ணங்களைத் தன்னையே சூற்றிச் சூற்றி வரச் செய்து மன அழுத்தத்தை ஏற்படுத்தி விடும்.

தவிர, பசேபட்டும் செய்தி உண்மையாகவே இருந்தாலும், ஒருவரைப் பற்றிய நிகழ்வான விஷயங்களை உற்று நோக்குவது, பசேபவர், பசேபட்டவர், அதை கட்டேடுக் கொண்டிருந்தவர் என எல்லோருக்கும் ஒரு நிகழ்விட்டியை பரப்பி விடும்.

அதற்குப் பதிலாக, ஒருவரைப் பற்றி மற்றவர்கள் திரிந்து கொள்ள வேண்டும் என்று நினைத்தால் அவர்களுடைய நல்ல கோணத்தைத் திரிந்து கொள்ளச் செய்யலாமே. அது பசேபட்டவர்களின் நல்ல செயலை மலேமும் துண்டும். தங்களைப் பற்றி இருக்கும்

இமஜை பாதுகாத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்ற எண்ணத்தை ஏற்படுத்தும். தங்களது கிட்டத்தட்ட அங்கீகாரத்தைத் தக்க வைத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்ற ஆவலை அவர்களுக்குள் எழுப்பும். சொன்னவரைப் பற்றியும் நல்ல அபிப்பிராயத்தைத் தரும். பிறருடனான உறவுகள் வலுப்பெறும்.

நீங்கள் ஒருவரைப் பற்றி நீங்கள் என்ன பச்சுகிறீர்களோ அது மூலத்தில் நீங்கள் யார் என்பதையே பிரதிபலிக்கும். தவிர அது அவர்களுக்கு என்ன விளவை ஏற்படுத்த வேண்டும் என்று எண்ணுகிறீர்களோ அந்த விளவை உங்களிடம் இருந்தே ஆரம்பம் ஆகும். மற்றவர்களை மகிழ்ச்சி படுத்துவது அவர்களுக்கு தரும் மறுமலர்ச்சி அல்ல அது உங்களுக்கே மகிழ்ச்சி தரக்கூடியது. இதைப் பூரிந்து கொண்டால் மகிழ்ச்சி மனதில் நிறையும்.

**Dr.Fajila Azad**

**(International Life Coach – Mentor – Facilitator)**

[fajila@hotmail.com](mailto:fajila@hotmail.com) FB:fajilaazad.dr youtube:FajilaAzad

MUDUVAI HIDAYATH  
DUBAI - UAE  
00971 50 51 96 433

From: Fajila Azad <[fajila@hotmail.com](mailto:fajila@hotmail.com)>;

--  
முதுவை ஹிதாயத்  
[www.mudukulathur.com](http://www.mudukulathur.com)  
[muduvaihidayath@gmail.com](mailto:muduvaihidayath@gmail.com)  
00971 50 51 96 433