

விழுமியங்களும் ஆளுமைகளும்

முனைவர் க.தனலட்சுமி

உதவிப்பேராசிரியர், தமிழ்த்துறை,
நல்லமுத்துக் கவுண்டர் மகாலிங்கம் கல்லூரி, பொள்ளாச்சி.

ஆய்வுச் சுருக்கம்

மனித மனங்களைப் பண்படுத்துவதற்குப் பண்பாடுகளே அடிப்படையாக அமைகின்றன. உடல் வளமும் பலமும் எல்லாவற்றிற்கும் அடிப்படை. மனபலமே மனிதனின் பலம் ஆகும். இதுவே ஆளுமைகளுக்கு அடிப்படையாக அமைகின்றது. குடும்ப அமைப்பு ஒழுக்க நெறிகளின் உயர்வாலும் உறவாலும் செயல்படக்கூடியது. மனித இயக்கத்திற்கு சமுதாயமே அடிப்படையாகும். கலாச்சார மேம்பாடு ஆளுமை மேம்பாட்டிற்கு அடிப்படையாகும். ஏழைகளுக்கு உதவுவது ஆன்மீக ஆளுமைக்கு அடிப்படை. உலகப் பொதுமை ஆளுமையின் உயர்விற்கு அடிப்படையாக அமையும்.

முன்னுரை

மனித மனங்களைப் பண்படுத்துவதற்குப் பண்பாடுகளே அடிப்படையாக அமைகின்றன. பண்புள்ளவர்களாலேயே இந்த உலகம் இயங்குகின்றது. அதனால்தான் வள்ளுவர்,

“பண்புடையார்ப் பட்டுண்டு உலகம்
அதுஇன்றேல்
மண்புக்கு மாய்வது மண்” (குறள்.996)

என்று குறிப்பிடுகின்றார். இந்தப் பண்பாடுகள் இன்று விழுமியங்களாக, தனிமனிதன், குடும்பம், பணியிடம், சமுதாயம், தேசியம், உலகம் ஆகிய பல்வேறு நிலைகளில் தேவையாக உள்ளன. அவற்றைப்பற்றிய கல்வி இன்று மிகவும் முக்கியமானதாகும். இக்கல்வி ஆளுமை மேம்பாட்டிற்கு உறுதுணையாக அமையும்.

உடல் வளத்தைப் பேணுதல்

தனிமனிதனை அடிப்படையாகக் கொண்டுதான் இந்த உலகமே இயங்குகின்றது.

தனிமனிதன் நல்ல பழக்கவழக்கங்களைப் பின்பற்றி ஒழுக்க நெறியோடு வாழ்ந்தால் குடும்பமும் தேசமும் உலகத்தை நோக்கி மேம்படும். அந்த வகையில் தனி மனித விழுமியங்களாக முதலில் பின்பற்றவேண்டியவை,

1. உடல் வளத்தைப் பேணுதல்
2. மன பலத்தைப் பெருக்குதல்

ஆகும். உடல் வளமும் பலமும் எல்லாவற்றுக்கும் அடிப்படை. சுவர் இருந்தால் தான் சித்திரம் வரைய முடியும். அதனால் தான் திருமூலர்,

“உடம்பார் அழியின் உயிரார் அழிவர்
திடம்பட மெய்ஞ்ஞானம் சேரவும் மாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே”
(திருமந்திரம்.80)

என்று குறிப்பிடுகின்றார். மேலும் மேதகு முன்னாள் குடியரசுத் தலைவர் அவர்கள், நமது உடலுக்குள்ளேயே நல்ல விதமான உணர்வுப்பூர்வ சூழ்நிலையை உருவாக்கிக் கொள்ளாவிட்டால் வெற்றியடைந்த பிறகு அதை அனுபவித்து மகிழ்ச்சியடைய முடியாமல் போய்விடும் என்று இயங்குவதும் நினைவுகூறத்தக்கது.

உடல் வளத்தை பெருக்க,

1. மாமிச உணவுகளைத் தவிர்த்து இயற்கை சார்ந்த கீரை, பழங்கள் ஆகியவற்றை உண்ணுதல்
2. சர்க்கரை, இரத்த அழுத்தம் போன்றவற்றிலிருந்து காக்கக்கூடிய ராகி, கம்பு, சோளம், திணை, வரகு போன்ற நவதானியங்களை உண்ணல்

3. சமையல் கூடம், தண்ணீர் ஆகியவற்றைத் தூய்மையாக வைத்துக் கொள்ளல்
4. மண்பானையில் சமைத்தல்
5. நிறம் பார்த்து விரைவு உணவுகளை உண்ணாதிருத்தல்
6. நீர்மொர் மேலானது என உணர்தல்
7. தங்களுக்குத் தேவையான காய்கறிகளை மேல்மாடியில் இயற்கை உரமிட்டு விளைவித்தல்

ஆகிய உணவு முறைகளையும் வழிவகைகளையும் பின்பற்றலாம். சரிவிகித சத்தான உணவை உட்கொள்வது உடல் பலத்திற்கு மிகவும் அவசியமாகும். போதுமான அளவு ஓய்வும், உறக்கமும் மிகவும் தேவை. 15 நாட்களுக்கு ஒருமுறை விரதம் மேற்கொள்வது ஜீரண சக்திக்கும் ஜீரண உறுப்பிற்கும் மிகவும் நல்லதாகும். உடல்பலம் ஆளுமையின் அடிப்படையாகும்.

மன பலத்தைப் பெருக்குதல்

மனபலமே மனிதனின் பலம் ஆகும். மனபலத்திற்கு நம்முடைய எண்ணங்கள் அடிப்படையாக விளங்குகின்றன. அதனால்தான் வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் மனவளக்கலை பற்றிக் கூறுகையில்,

“வேண்டியதற்குப் படிக்கடி வேண்டாததற்கு வடிகட்டும் எண்ணமே உள்மன அமைதிக்கு உரம்” (ப.30)

என்று குறிப்பிட்டார். இந்த உலகத்தில் உள்ள அனைத்து சக்திகளையும் விட மனதால் விளையும் ஆத்மசக்திக்கே பலம் அதிகம். நமக்குத் தேவையான எல்லா பலமும் நம்மிடமே இருக்கின்றன. அதனால் தான் சுவாமி விவேகானந்தர் அவர்கள், உண்மை, தூய்மை ஆகியவை ஆற்றலை வளர்க்கும். உன்னால் சாதிக்க இயலாத காரியம் என்று எதுவும் இல்லை. உனக்குத் தேவையான எல்லா வலிமையும்

ஆற்றலும் உனக்குள்ளேயே இருக்கின்றன” (சுவாமி விவேகானந்தரின் பொன்மொழிகள், ப.15) என்று குறிப்பிட்டார். இதனை உணர்ந்து செயல்பட்டால் நாம் மன பலத்தைப் பெற முடியும்.

மாதா பிதா குரு தெய்வம்

குடும்பம் என்ற அமைப்பு ஒழுக்கநெறிகளின் உயர்வாலும் உறவாலும் பிணைந்து செயல்படக்கூடியது ஆகும். இப்படிப்பட்ட குடும்பத்தில் முக்கியமான விழுமியங்களாக,

1. மாதா, பிதா, குரு, தெய்வம் ஆகியோர்களை மதித்து நடத்தல்

2. குடும்பத்தில் பொறுப்போடு செயல்படல்

ஆகியவற்றைக் குறிப்பிடலாம். தாயும் தந்தையும் குருவும் தெய்வத்துக்கு ஒப்பாவார்கள். இவர்களை என்றும் மறத்தல் கூடாது. அதனால்தான்,

“அன்னையும் பிதாவும் முன்னறி தெய்வம்”
- கொன்றை வேந்தன்

“மாதாவை ஒருநாளும் மறக்க வேண்டாம்”
- உலகநீதி

“தாயிற் சிறந்ததொரு கோவிலுமில்லை தந்தை சொல் மிக்க மந்திரம் இல்லை”
- அனுபவ மொழி

என்று கூறப்படுகின்றன. வாழ்க்கையில் தியாகம் செய்பவர் தந்தை. ஆனால் வாழ்க்கையையே தியாகம் செய்பவள் தாய். அதனால்தான் மெக்ஸிகோ நகரத்தில் ‘நாம் காணும் முன்பே நம்மை நேசிப்பவருக்காக’ என்று தாய்க்காக நினைவுத் தூண் எழுப்பப்பட்டுள்ளது. மாணவர்களின் மன மாசுக்களை அகற்றுபவரே சிறந்த ஆசிரியராவார். நல்ல ஆசிரியர்கள் வாய்க்கப் பெற்றால் மாணவன் தொடக்கத்திலேயே பகுதி வெற்றி அடைந்ததாகப் பொருளாகும்.

தசரதனுக்கு இராமன் பிறந்த பொழுது தனக்கு மகன் பிறந்து விட்டான் என்ற மகிழ்ச்சி

அடையவில்லையாம். நல்ல ஆசிரியராகிய விக்ரமசிந்திரனுக்கு நல்ல மாணவன் கிடைத்துவிட்டால் என்று தசரதன் மகிழ்ச்சி அடைந்தாராம். இவை அனைத்திற்கும் மேலாக ஆன்மீகபலம் என்பது நம் அனைவருக்கும் கேவலமாகும். நல்ல ஆளுமைக்குச் சிறந்த பெற்றோர்கள் அடித்தளமாக அமைவர்.

குடும்பத்தின் பொறுப்போடு செயல்படல்

குடும்பத்தில் ஒவ்வொருவரும் நம்முடைய பொறுப்புகளை உணர்ந்து செயல்படுதல் இன்று நாம் பின்பற்ற வேண்டிய விழுமியங்களின் மிகவும் முக்கியமாகும். இதுவே தனிமனித ஆளுமையை மேம்படுத்த உதவும் சிறிய செயல்பாடுகளில் கூட மிகப்பெரிய பொறுப்புணர்ச்சி அடங்கியுள்ளது. நாம் அணிந்திருக்கும் காலணிகளைச் சரியான இடத்தில் வைத்தல், இல்லத்தைத் தூய்மை செய்தல், காய்கறி வாங்குதல், தன்னுடைய ஆடைகளைத் தானே துவைத்தல், வீட்டில் உள்ள செடிகளுக்கு நீர் பாய்ச்சுதல், முடிந்தால் தாய்க்குச் சமைப்பதற்கும், தங்கை தம்பிகளைப் பள்ளிக்கு அனுப்புவதற்கும் உதவுதல், தந்தையின் பணிகளுக்கு உதவுதல் ஆகியவை பொறுப்போடு நடப்பதற்கான செயல்முறைகள் ஆகும். இச் செயல் முறைகளே ஒருவனை ஆளுமையாளனாக உயர்த்தும்.

சமுதாயத்தின் அங்கமே மனிதன்

சமுதாயம் இல்லாமல் தனிமனிதனோ, தனிமனிதன் இல்லாமல் சமுதாயமோ தனித்து இயங்க முடியாது. ஆதலால் முக்கியமான சமுதாய விழுமியங்களாக,

1. சமுதாயத்தின் அங்கமே மனிதன் என்பதை அறிதல்
2. இந்திய சமுதாயம் விழுமியங்கள் நிறைந்தது என்பதை உணர்தல்

ஆகியவற்றைக் குறிப்பிடலாம்.

தனி மனிதன் உணவு, உடை, இருப்பிடம், கல்வி ஆகிய தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்வதற்குச்

சமுதாயமே காரணமாகும். தனிமனிதன் என்றும் தனித்து இயங்க முடியாது. நம்முடைய அடையாளம் நம்முடைய சமுதாயமே ஆகும்.

இந்திய சமுதாயமும் விழுமியங்களும்

நம்முடைய இந்திய சமுதாயத்திற்கு என்று தனியான விழுமியங்கள் இருக்கின்றன. இந்த விழுமியங்கள்தான் நம்மை உயர்த்துவதோடு நம் தேசத்தையும் உயர்த்துகின்றது. பெரியோர்களை மதித்தல், மனிதநேயம், தூய்மையான அன்பு, பொறுமை, சகை, விட்டுக்கொடுத்தல் ஆகியவை நம் சமுதாயம் நமக்குக் கற்றுக்கொடுத்த விழுமியங்கள் ஆகும்.

இவற்றைப்பின்பற்றி தனிமனிதன் நடக்கும்பொழுது சமுதாயம் சிறப்படையும். மனிதனைச் சமுதாயத்தின் அங்கமாக ஆக்குவதற்குச் சான்றோர்கள் உழைத்தனர். சில வேறுபாடுகளால் சமுதாயம் பின்தங்கி இருக்கின்றது.

“ஒன்று பட்டால் உண்டு வாழ்வு - நம்மில் ஒற்றுமை நீங்கின் அனைவருக்கும் தாழ்வு”

என்பதை இம்மனித சமுதாயம் உணர்தல் வேண்டும். தனிமனித நலன் சமுதாய நலனுக்குள் அடங்கிக் கிடக்கிறது. சமுதாய நலன் தனிமனித நலனை அடிப்படையாகக் கொண்டது. தனிமனிதனும் சமுதாயமும் உடலும் உறுப்புமாக இணைக்கப்பட்டுள்ளனர். ஒன்றன் வளர்ச்சியே மற்றதன் மேம்பாடு ஆகும் என்பதைச் சுயநல மனிதர்கள் உணர்ந்து செயல்பட வேண்டும்.

இந்தியாவின் கலாச்சார மேன்மை

நம்முடைய தேசம் கலாச்சாரத்திற்கும் ஆன்மீகத்திற்கும் பெயர் பெற்ற தேசம். அதனால்தான் பாரதியார்,

“பாரத நாடு பழம்பெரும் நாடு
நீரதன் புதல்வன் இந்நினைவு அகற்றாதீர்”
(பாரதியார் கவிதைகள் ப.20)

என்று குறிப்பிட்டார். இந்தியாவில் நாம் பின்பற்ற வேண்டிய தேசிய விழுமியங்களாக,

1. இந்தியாவின் கலாச்சார மேன்மை
2. இந்தியாவின் ஆன்மீகம்

ஆகியவற்றைக் குறிப்பிடலாம். "ஒருவனுக்கு ஒருத்தி" என்ற குடும்ப கலாச்சாரத்தை இந்தியாதான் வெளியுலகிற்கு அடிப்படையாக்கியது. நம்முடைய இதிகாசங்கள் விலைமதிக்க முடியாதவை. அறம் வளர்த்த மன்னர்கள் நம்முடைய கலாச்சாரத்தைக் கட்டிக்காத்தனர். இந்தக் கலாச்சாரம் தான் ஆளுமைகளின் அடையாளமாகக் விளங்குகின்றது.

இந்தியாவின் ஆன்மீகம்

"கோயிலில்லா ஊரில் குடியிருக்க வேண்டாம்" என்ற ஆன்மீக நெறி நம்முடையது. மனிதனையே கடவுளாகக் கண்ட தரிசனம் நம்முடைய ஆன்மீகத்தின் அடிப்படை. "ஊனும்பு ஆலயம்" என்று சொல்லி,

"அன்பும் சிவமும் இரண்டென்பர் அறிவிலார்
அன்பே சிவமாவது யாரும் அறிகிலார்"
(திருமந்திரம், 35)

என்று திருமூலர் கூறியதைப் போல அன்பையே கடவுளாகிய ஆன்மீகம் தான் இந்தியாவைப் புனிதமாக்கியது. கடவுள் மீது பாடப்பட்ட புராணங்களோடு தொண்டர்களை முன்னிறுத்திய சிறுதொண்டர் புராணம் தான் உண்மையான ஆன்மீகத்தை பறைசாற்றின.

"படமாடக் கோயில் பகவற்கு ஒன்றுசுயின்
நடமாடக் கோயில் நம்பர்க்கு அங்குஆகா
நடமாடக் கோயில் நம்பர்க்கு ஒன்றுசுயின்
படமா கோயில் பகவற்கு அதுதாமே"
(திருமந்திரம், 38)

என்று ஏழைக்கு உதவுதலையே இறைவழிபாடு என்று நம்முடைய ஆன்மீகம் இயம்புகின்றது. இந்த

ஆன்மீக அடையாளம் ஆளுமைகளின் அடையாளமாக மலரும்.

உலக ஒற்றுமை

நம் முடைய விழுமியங்கள் தமிழகத்தையும், இந்தியாவையும் முன்வைத்து அல்ல. அவை உலகத்தையே நோக்கமாகக் கொண்டவை ஆகும். நம்முடைய உலகளாவிய விழுமியங்களுள்,

1. உலக ஒற்றுமை
2. உலகப் பொதுமை

ஆகியவற்றை முக்கியமான விழுமியங்களாகக் குறிப்பிடலாம்.

"ஒருபிடி உணவில் உலக ஒற்றுமை
கண்டுபிடி" (மனவளக்கலை ப.12)

என்பார் தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் வேற்றுமையில் ஒற்றுமை தான் நம்முடைய பலமாகும் என்பது குறிப்பிடுகிறார்.

முடிவுரை

அரசியல், கலாச்சாரம், பொருளாதாரம் ஆகியவற்றால் ஏற்படும் ஏற்றத்தாழ்வுகளைக் கடந்து உலகளாவிய பொதுமைச் சிந்தனைகளை நம்முடைய விழுமியங்கள் முன்வைக்கின்றன.

"யாதும் ஊரே யாவரும் கேளிர்"

என்ற கணியன் பூங்குன்றனாரின் உலகளாவிய பொதுமைச் சிந்தனைஐக்கிய நாடுகளின் சபைகளிலும் எதிரொலிக்கின்றன. இவற்றையெல்லாம் உணர்ந்து நாம் செயல்பட வேண்டும்.

தொகுப்புரை

- > மனித மனங்களைப் பண்படுத்துவதற்குப் பண்பாடுகளே அடிப்படையாக அமைகின்றன.
- > உடல் வளமும் பலமும் எல்லாவற்றிற்கும் அடிப்படை.

- மனாலமே மனிதனின் பலம் ஆகும் இதிலே ஆளுமைகளுக்கு அடிப்படையாக அமைகின்றது.
- குடும்ப அமைப்பு ஒழுக்க நெறிகளின் உயர்வாலும் உறவாலும் செயல்படக்கூடியது.
- மனித இயக்கத்திற்கு சமுதாயமே அடிப்படையாகும்.
- கலாச்சார மேம்பாடு ஆளுமை மேம்பாட்டிற்கு அடிப்படையாகும்.
- ஏழைகளுக்கு உதவுவது ஆன்மீக ஆளுமைக்கு அடிப்படை.
- உலகப் பொதுமை ஆளுமையின் உயர்விற்கு அடிப்படையாக அமையும்.

துணைநூற் பட்டியல்

1. திருவள்ளுவர் - திருக்குறள்
2. திருமூலர் - திருமந்திரம்
3. வேதாத்திரி மகரிஷி - மனவளக்கலை
4. பாரதியார் - பாரதியார் கவிதைகள்
5. சுவாமி விவேகானந்தரின் பொன்மொழிகள்

□□□