கௌதம் பதிப்பகம்
பேசி: +91-96888-29900 www.gowthampathippagam.com

திருமதி. கீதா தெய்வசிகாமணி படைப்புகள்

சிலையும் நீயே சிற்பியும் நீயே

3. உங்களுக்குத் தேவை உயர்ந்த குறிக்கோள்

“உடலுக்கு ஆன்மா எப்படியோ, மரத்திற்கு வேர் எப்படியோ, அப்படியே ஒரு மனிதனுடைய செயல்களுக்கு நல்ல குறிக்கோள்” என்கிறார் ஜெர்மி டெய்லர் எனும் சிந்தனைவாதி.

உங்களில் பலருக்கு ‘வாழ்க்கையில் உயர்ந்த நிலையை அடைய வேண்டும், பலர் போற்ற புகழாக வாழ வேண்டும், உங்கள் பெயரைச் சொன்ன மாத்திரத்திலேயே நீங்கள் யார் என உலகத்தினரால் அடையாளம் கண்டு கொள்ளப்பட வேண்டும்’ என்று மனதளவில் ஆசை இருக்கலாம். ஆனால் இன்னமும் அவ்வாறாக நீங்கள் ஆகாததற்குக் காரணம் என்ன? ஏன் இந்த நிலையில் ஒரு கால்வாசியைக் கூட நீங்கள் எட்டாததற்குக் காரணம் என்ன? காரணம்... நீங்கள் தான். எப்படி? உங்கள் குறிக்கோள் என்ன என்பதை நீங்களே நிச்சயமாக நிர்ணயித்துக் கொள்ளாத பொழுது, மற்றவர்கள் எப்படி உங்களை அடையாளம் கண்டு கொள்வார்கள்?

“வாழ்வில் ஒரு குறிக்கோளை வைத்துக் கொள். கடவுள் உனக்குக் கொடுத்திருக்கும் உடல் பலத்தையும், மனோ பலத்தையும் அதற்காக ஈடுபடுத்து” என்கிறார் மேல்நாட்டு அறிஞர் இ.எல்.மெகன்.

சாதிக்க விரும்பும் சிலரைக் கேட்டுப் பாருங்கள். ‘உங்கள் குறிக்கோள் என்ன?’ என்று... பலரது பதில்கள் இதுவாகத்தான் இருக்கும். ‘குறிக்கோள்’னு என்ன... ஆபீஸ் பரிட்சை சிலது எழுதி மேலே வரலாம். ஸ்போர்ட்ஸும் கொஞ்சம் தெரியும். ஆர்ட்டிலே இன்ட்ரெஸ்ட் உண்டு. எதிலே வர்றேன்’னு பார்க்கலாம் என்று பலவற்றையும் போட்டுக் குழப்பிக் கொண்டு பேசுவார்கள். இவர்களது குறிக்கோள் தெளிவின்மையை இவர்கள் பேச்சின் மூலம் கண்டு கொள்ளலாம்.

பொதுவாக யார் யார் குறிக்கோள் இல்லாமல் வாழுகிறார்கள்?

-தன்னைப் பற்றி தன்னம்பிக்கை சிறிதும் இல்லாதவர்கள். தன்னைப் பற்றியே சிறிதும் நம்பாதவர்கள் தன் குறிக்கோள் மீதா நம்பிக்கை வைத்து சாதனை செய்யப் போகிறார்கள்?

Our Websites
www.chennailibrary.com, www.chennainetwork.com, www.agalvilakku.com,
www.gowthampathippagam.com, www.dharanish.in

- தோல்வி கண்டு பயப்படுபவர்கள். தோல்வி கண்டால் மற்றவர் கேலிக்கு ஆளாவேன் என்றெல்லாம் கற்பனையாக சிந்தித்துக் கொண்டு பயந்து, இவர்கள் குறிக்கோள் எதுவும் வைத்துக் கொள்வதில்லை.

-குறிக்கோள் பற்றிய சிந்தனையோ, வாழ்க்கையில் சாதனை செய்ய வேண்டும் என்ற எண்ணமோ சிறிதும் இல்லாதவர்கள். இவர்களுக்குத் தனக்காகவும் புரிவதில்லை. எடுத்துச் சொல்வாரும் யாரும் இல்லை.

-வாழ்க்கையின் மதிப்புத் தெரியாதவர்கள். ஏதோ பிறந்தோம், வாழ்ந்தோம் என்று இருப்பவர்கள். சிலர் பேசுவதைக் கேட்டிருப்பீர்கள். “ஏதோ வெந்த சோத்தைத் தின்னுட்டு விதி வந்தா சாகலாம்”னு இருக்கேன் என்பார்கள். இது போல வாழ்க்கையில் பிடிப்பற்று வாழ்பவர்கள்.

-பொறுப்புணர்ச்சி இல்லாதவர்களும், உழைக்கத் தயங்கும் சோம்பேறிகளும் தங்களுக்காக எதுவும் குறிக்கோள் வைத்துக் கொள்வதில்லை.

-மூதாதையர் சொத்து நிறைய இருப்பவர்கள். “மூன்று தலைமுறைக்கு சொத்து இருக்கு. நான் ஏன் உழைக்கணும்?” என்று சொல்லிக் கொண்டு உட்கார்ந்திருப்பவர்கள்.

இப்படிப் பலரும் குறிக்கோளின்றி வாழ்கிறார்கள்.

பொதுவாக, குறிக்கோள் என்றால் என்ன? உங்களில் பலரது பதில்கள் என்ன தெரியுமா?” “வீடு கட்ட வேண்டும், கார் வாங்க வேண்டும், குழந்தையை அந்தப் பெரிய ஸ்கூலில் சேர்க்க வேண்டும்.” சொல்லப் போனால் இவைகள் குறிக்கோள்கள் அல்ல. இவைகள் அனைத்தும் உங்கள் தேவைகள். தேவைகள் எல்லாம் குறிக்கோள் ஆகி விடாது. மேலும் இந்தத் தேவைகளை அடைய கால வரையறை இல்லை. வீடு, கார் இவைகளை இந்த வருடமும் வாங்கலாம். நான்கு வருடங்கள் கழித்தும் வாங்கலாம். எனவே இதெல்லாம் குறிக்கோள் ஆகிவிடாது.

சரி... பிறகு குறிக்கோள் என்பது எப்படி இருக்க வேண்டும்?

- ஒரு கால்வரையறை நிர்ணயிக்கப்பட்டதாக இருக்க வேண்டும்.

- உங்கள் திறமைக்கும் உழைப்பிற்கும் சவாலாக இருக்க வேண்டும்.

- மற்றவர் வியந்து பாராட்டத்தக்கதாக இருக்க வேண்டும்.

குறிப்பாக சில:

- அடுத்த மார்ச் மாதத்திற்குள் நான் ஐ.ஏ.எஸ். (I.A.S.) பாஸ் செய்து விடுவேன்.

Our Websites
www.chennailibrary.com, www.chennainetwork.com, www.agalvilakku.com,
www.gowthampathippagam.com, www.dharanish.in

- இந்த டிசம்பர் மாதத்திற்குள் எனது விஞ்ஞான ஆராய்ச்சிக் கட்டுரையை வெளியிட்டு விடுவேன்.

- அடுத்த வருடம் இதே மாதம் என் வீட்டு கிரஹப் பிரவேசத்தை உறவினர், நண்பர்கள் மத்தியில் சிறப்பாக நடத்துவேன்.

- இந்த வருடம் நடக்கும் ஓவியக் கண்காட்சியில் பரிசு பெறத்தக்க ஓவியத்தைத் திறம்பட வரைந்து பரிசைத் தட்டிச் செல்வேன்.

இதுபோல உங்கள் குறிக்கோளை மிகவும் தெளிவாக ஒரு குறிப்பிட்ட கால வரையறையில் வைத்துக் கொண்டு ஆழ்மனதில் அதைப் பற்றி சிந்தித்து செயல்பட்டு வெற்றி பெற வேண்டும். மேலும் ஒன்றில் குறிக்கோள் வைத்து அதில் வெற்றி பெறப் பாடுபடுகிறீர்களா? இப்போது சிலவற்றை மனதில் கொள்ள வேண்டும்.

- உங்கள் குறிக்கோள் ஒரே குறிக்கோளாக அதாவது ஒன்றைப் பற்றியதாக மட்டுமே இருக்க வேண்டும். ஒரே நேரத்தில் பலவற்றை, பல வேலைகளை இழுத்துப் போட்டுக் கொண்டு, பலவிதக் குறிக்கோள்களை மனதில் வைத்துக் கொண்டு வேலை செய்யாதீர்கள். ‘பல மரத்தைப் பார்ப்பவன் ஒரு மரத்தையும் வெட்ட மாட்டான்’ என்பது பழமொழி.

- உங்கள் குறிக்கோளைத் தேவையில்லாமல் மற்றவர்களிடம் கூற வேண்டியதில்லை. உங்கள் குறிக்கோள் வெற்றிக்கு அவர்கள் எந்த விதத்திலும் உதவ முடியாத பட்சத்தில் அவர்களிடம் அனாவசியமாக உங்கள் குறிக்கோள், அதில் நீங்கள் காணப் போகும் வெற்றி இது பற்றிப் பேச வேண்டியதில்லை. ஏனெனில் எல்லோரும் நல்ல மனப்பான்மை உடையவர்களாக உங்கள் நலம் விரும்பிகளாக இருப்பார்கள் என்று சொல்ல முடியாது.

- உங்கள் குறிக்கோள் பற்றிக் கேள்விப்பட்டு சிலர் உங்களிடமே அதுபற்றித் தவறாக விமர்சிக்கலாம். அதாவது, “இது உங்களுக்கு சரிப்பட்டு வராது”, “இதுபோல ஈடுபட்ட அவனுக்கு இந்த நிலை ஆகிவிட்டது” என்றெல்லாம் உங்களிடம் பேசி உங்கள் தன்னம்பிக்கையைக் குலைக்க முற்படுவார்கள். அவர்கள் கூற்றுக்கு முக்கியத்துவம் தந்து மனதில் போட்டு உழற்றிக் கொள்ளாதீர்கள். எந்த ஒரு செயலுக்கும் பல தடைக் கற்கள் வரும். தடைக் கற்களைப் படிக்கற்களாகப் போட்டு முன்னேறப் பாருங்கள்.

- ஒரு குறிக்கோள் எடுத்து விட்டீர்கள் என்றால் உங்கள் சிந்தனை முழுவதும் அதில் இருக்குமாறு பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். குறிப்பாக அதிகாலை வேளையில் குறைந்தது 20

Our Websites
www.chennailibrary.com, www.chennainetwork.com, www.agalvilakku.com,
www.gowthampathippagam.com, www.dharanish.in

நிமிடங்களாவது உங்கள் குறிக்கோள் பற்றியும், அதிலுள்ள உங்கள் சாதனை பற்றியும் ஆழ் மனதில் சிந்திக்கும் ஒரு மனப்பயிற்சியை நாள் தவறாமல் செய்து வாருங்கள்.

- குறிக்கோளை நோக்கிச் செயல்படும்போது சிறு சிறு சுகங்களைத் தியாகம் செய்யத் தயங்கக் கூடாது. அதாவது அதிகாலைத் தூக்கம், தொலைக்காட்சித் தொடர், உறவினர், நண்பர்கள் இல்ல விருந்து கேளிக்கைகள் தவிர்த்தல் இப்படிச் சிற்சில தியாகங்களைச் செய்ய முற்படுங்கள்.

- உங்கள் குறிக்கோளில் வெற்றி பெற மற்றொரு எளிய பயிற்சி இருக்கிறது. உங்கள் வெற்றியைக் குறிப்பிடும் வகையில் ஒரு புகைப்படம் அல்லது பொம்மையை உங்கள் கண்ணில் அடிக்கடி படும்படியாக வைத்துக் கொள்ளுங்கள். உதாரணமாக நீங்கள் விளையாட்டு வீரரானால், ஒரு வெற்றிக் கோப்பைப் படம், விருதுகள், கேடயங்கள் இப்படிச் சிலவற்றை அடிக்கடி உங்கள் கண்களில் படும்படியாக வைக்கலாம். அந்தக் கனவுக் கோப்பை கைக்கு வரும் நாள் விரைவிலேயே வரும்.

ஒன்றில் குறிக்கோள் வைக்கும் போது மனதை ஒருமுகப்படுத்த வேண்டியது அவசியம். மனதை ஒரு முகப்படுத்தி ஒன்றை நோக்கிக் குறிவைக்கும் போது வைத்த குறி பெரும்பாலும் தப்புவதில்லை. வானத்தில் பறக்கும் வல்லூறுவின் ஒட்டு மொத்தப் பார்வை முழுவதும் எங்கோ தூரத்தில் மேயும் ஒரு கோழிக் குஞ்சின் மேல் மிக கவனமாக விழுவதால் அந்தக் கோழிக் குஞ்சு தப்ப முடியாமல் போகிறது.

மனதை ஒருமுகப்படுத்திக் குறி வைப்பது குறித்து ஒரு புராணக் கதை உண்டு. அர்ச்சுனன் உட்பட பஞ்ச பாண்டவருக்கும், கௌரவர்களுக்கும் வில்வித்தை பயிற்றுவித்தார் துரோணாச்சாரியார். பயிற்சி முடிந்ததும் அவர்கள் வில்வித்தைத் திறன் எவ்விதம் இருக்கிறது என்று பரிட்சிக்க விரும்பி ஒவ்வொருவரிடமும் அதோ அந்த மரத்தின் கிளையில் அமர்ந்திருக்கும் அந்தக் கிளியின் கண்ணைக் குறிவைத்து அம்பு எய்யுமாறு கூறினார். எல்லோரிடமும் மரம் தெரிகிறதா? கிளை தெரிகிறதா? கிளி தெரிகிறதா? என்று கேட்கக் கேட்க, அனைவரும் மரம் தெரிகிறது, கிளை தெரிகிறது, கிளியும் தெரிகிறது என்று கூறினர். ஆனால் அர்ச்சுனன் மட்டும் “மரம் தெரியவில்லை, கிளை தெரியவில்லை, கிளியும் தெரியவில்லை. ஆனால் கிளியின் கண் மட்டுமே தெரிகிறது” என்றான். உடனே துரோணர், “அப்படியானால் கிளியின் கண்ணைக் குறிவைத்து வீழ்த்து” எனச் சொல்ல, வெற்றி பெற்றான் அர்ச்சுனன்.

Our Websites
www.chennailibrary.com, www.chennainetwork.com, www.agalvilakku.com,
www.gowthampathippagam.com, www.dharanish.in

அதாவது ஒன்றை நோக்கிக் குறிவைத்தால் மற்ற அம்சங்கள் எதுவுமே கண்ணில் படக் கூடாது. அதன்படி அர்ச்சுனன் மனதை ஒருமுகப்படுத்தி இருந்ததால் அவனுக்குக் கிளியின் கண் மட்டுமே கண்ணுக்குத் தெரிந்தது. இதே போல் நீங்களும் குறிக்கோளில் வெற்றி பெறும் வரை வேறு எதிலும் கவனம் செலுத்தாது மனதை ஒருமுகப்படுத்தக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

எனவே, இன்றே சிந்திக்கத் தொடங்குங்கள். உங்களுக்குள் ஒளிந்திருக்கும் திறமையைக் கண்டுபிடியுங்கள். அதில் சாதனை சிகரத்தை எட்டிப் பிடிப்பதைக் குறிக்கோளாகக் கொள்ளுங்கள். குறிக்கோளிலேயே மனதை ஒருமுகப்படுத்துங்கள். குறிக்கோளை நோக்கி இறை நம்பிக்கையோடு மெல்ல மெல்ல முன்னேறுங்கள். உழைப்பு பெருகப் பெருக, வாய்ப்புகள் குவியக் குவிய... பிறகென்ன நீங்கள் நிச்சயமாக சாதனையாளர்தான்.

*****

Our Websites
www.chennailibrary.com, www.chennainetwork.com, www.agalvilakku.com,
www.gowthampathippagam.com, www.dharanish.in