



மதிப்பிற்குரியவர்களுக்கே...

**RAMRAJ**

**காப்டன்**

வேலைகள் • சர்ட்டுகள் • பனியன்கள்

மலர் 7 • இதழ் 2 • ஆகஸ்ட் 2022 • விலை ரூ.18/-

# வெண்மை

தமிழ் மாத இதழ்

VENMAI

**எண்ணங்கள்**

**வாழ்க  
வளமுடன்  
சிறப்பிதழ்**

மென்மையில்  
வெண்மை

உங்கள் கம்பீரத்தை இன்னும்  
அழகாய் காட்டுகின்ற  
ராம்ராஜ் சர்ட்டுகள்



*For the Prestigious People...*



**COTTON SHIRTS**

Available at Company Showrooms & All leading Textile Shops

shop online@ [www.ramrajcotton.in](http://www.ramrajcotton.in)



எல்லாம் வல்ல  
இறைவன் அருளால்  
நீங்களும்  
உங்கள் குடும்பமும்  
உடல் நலம்,  
நீள் ஆயுள்,  
நிறை செல்வம்,  
உயர் புகழ்,  
மெய்ஞானம் பெற்று  
வாழ்க வளமுடன்!

- அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி

**வாழ்க வளமுடன்**  
**சிறப்பிதழ்**

என்ற இந்த இனிய நூலை வழங்குவதில்  
பெருமிதம் கொள்கிறோம்.



# மதிப்பிற்குரியவர்களுக்கு...



## வணக்கம்.

நம் மனத்திலிருந்து தோன்றுகிற எண்ணங்கள்தான், நம் உதடுகளிலிருந்து வெளிப்படும் வார்த்தைகளுக்கு வேர். நம்முடைய செயல்களுக்கும் அதுவே ஆதாரம். எண்ணமே வார்த்தையாகவும், செயலாகவும் வெளிப்படுகிறது.

இந்தியாவில் விடுதலைப் போராட்டம் எழுச்சியோடு நடைபெற, நமது தலைவர்கள் பல்வேறு முயற்சிகளை மேற்கொண்டனர். அதற்குப் பொருளாதார உதவி தேவைப்பட்டபோது, பொதுமக்களை நோக்கி மகாகவி பாரதியார் ஒரு வேண்டுகோள் வைத்தார். 'நிதி மிகுந்தவர் பொற்குவை தாரீர்; நிதி குறைந்தவர் காசுகள் தாரீர்; அதுவுமற்றோர் வாய்ச்சொல் அருளீர்' என்பது அந்த வேண்டுகோள். செல்வம் இருப்பவர்கள் நிறைய பொற்காசுகள் கொடுங்கள், செல்வம் இல்லாதவர்கள் உங்களால் முடிந்த சில காசுகளைப் பங்களிப்பாகக் கொடுங்கள், அதுவும் முடியாதவர்கள் 'இந்தச் சுதந்திரப் போராட்டம் வெல்லட்டும்' என்று மனதார வாழ்த்துங்கள் என்ற பாரதியார் அந்த வேண்டுகோளில், பொன், பொருள் கேட்கும்போது 'தாரீர்' என்று கேட்டார். நல்ல சொற்களைக் கேட்கும்போது, 'வாய்ச்சொல் அருளீர்' என்று வேண்டினார்.

நம் வாயிலிருந்து வெளிப்படுகிற சொற்கள்

யாவும் அருள்வாக்கு போல அமைய வேண்டும். அது பொன்னையும், பொருளையும்விட சக்தி மிகுந்தது என்பதைத் தன் பாடலின் வழியாக வெளிப்படுத்தினார் மகாகவி.

அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள், இந்த வையகமும், இங்கு வாழும் மக்களும் மகிழ்ச்சியாகவும் நலமாகவும் நிறைவாகவும் வாழ்வதற்கு உதவும் ஒரு தாரக மந்திரத்தை வழங்கினார். 'வாழ்க வையகம்... வாழ்க வளமுடன்' என்கிற மகரிஷியின் மந்திரம் நம் அடிமனதிலிருந்து வெளிப்படும்போது, அருள்வாக்கைப் போலவே வெளிப்படும். 'வாழ்க வளமுடன்' என்று பிறரை வாழ்த்தும்போது ஒருவரின் மனத்தில் இருக்கும் எதிர்மறை எண்ணங்கள் மறைந்து, நேர்மறை எண்ணங்கள் உருவாகி உற்சாகமாக இயங்க வைக்கும், இதை எனக்குள் பலமுறை உணர்ந்திருக்கிறேன்.

நாம் ஒரு சொல்லை உச்சரிக்காமல்கூட இருக்கலாம். ஆனால், அது நமக்குள் ஒலித்துக்கொண்டே இருக்கும். அதுவே எண்ணங்களின் எதிரொலி. அப்படி உள்ளுக்குள் ஒலித்த நேர்மறை வார்த்தைகளின் வலிமையைச் சொல்லும் பிரபலமான ஒரு கதை உண்டு.

இளைஞர் ஒருவர் தாகத்துடன் பாலைவனத்தில் பயணம் செய்துகொண்டிருந்தார். கண்ணுக்கெட்டிய தூரம் வரை நீர் இல்லாத சூழலில், மயக்கம் வருகிற அளவு

தாகம் ஏற்பட்டது. கடவுளின் அருள் போல, வழியில் ஒரு நீர் இறைக்கும் பம்புசெட் தென்பட்டது. அதன் அருகில் ஒரு சிறிய பாத்திரத்தில் தண்ணீர் இருந்தது. அது அந்த இளைஞரின் தாகத்தை ஓரளவு தணிக்கும். உயிர் பிழைக்க கடவுள் வழங்கிய நீர் என்று அவர் ஆர்வத்தோடும், தாகத்தோடும் பாத்திரத்தில் உள்ள நீரை எடுக்கும்போது அருகில் ஓர் அறிவிப்பு எழுதி வைக்கப்பட்டிருந்தது.

‘இந்தத் தண்ணீரை அவசரப்பட்டுக் குடித்துவிட வேண்டாம். பிறகு அடுத்து வருகிறவர்களுக்கு தண்ணீர் இல்லாமல் போய்விடும். இந்தத் தண்ணீரை பம்பு செட்டில் ஊற்றி அடி பம்பை அடித்தால், வேண்டிய அளவு தண்ணீர் கிடைக்கும். வேண்டும் அளவுக்குக் குடித்துவிட்டு, கடைசியாகப் போகும்போது மறக்காமல் அந்தப் பாத்திரத்தில் தண்ணீரை நிரப்பி வைத்துவிட்டுச் செல்லவும். அப்போதுதான் அடுத்து வருகிறவர்களுக்கு நீர் கிடைக்கும்’ என்ற அந்த அறிவிப்பைப் பார்த்து இளைஞருக்குக் குழப்பம் வந்தது. ஒருவேளை இந்தத் தண்ணீரை ஊற்றிய பிறகு அடிப்பில் தண்ணீர் வராமல் போனால், இறந்து போகிற நிலை ஏற்படும், இந்த அறிவிப்பு உண்மையாக இருந்து, நாம் சுயநலத்தோடு தண்ணீரைக் குடித்துவிட்டால், அடுத்து வருகிற எத்தனை பேரின் உயிர் போகிற நிலை ஏற்படுமோ தெரியாது. இந்தச் சூழலில் என்ன செய்வது என்கிற குழப்பம் அவன் மனதில் உருவானது.

‘எனக்கு முன்னால் வந்த ஒருத்தர் இப்படி சுயநலமாக நினைத்திருந்தால் எனக்குத் தண்ணீர் இல்லாமல் போயிருக்கும். நான் மட்டும் எப்படி சுயநலமாக நடந்துகொள்வது?’ என்கிற எண்ணம் எதிரொலித்ததும், தைரியமாக அந்தப் பாத்திரத்தில் இருந்த தண்ணீரை பம்புசெட்டில் ஊற்றினார். பிறகு பம்பை அடித்ததும் தேவையான அளவு தண்ணீர் வந்தது. மகிழ்ச்சியாகக் குடித்துவிட்டு மீண்டும் அந்தப் பாத்திரத்தை நிரப்பிவிட்டுச் சென்றார்.

இந்தக் கதையில் வருவதைப் போலவே, இன்று நாம் அனுபவிக்கிற நல்ல விஷயங்கள் எல்லாமே நமக்கு முன்னால் இருந்தவர்கள் நமக்கு விட்டுச் சென்றவை. நமக்கு அடுத்து வருகிறவர்களுக்கு நாம் நல்ல இயற்கையை விட்டுச்செல்ல வேண்டும் என்கிற எண்ணம் எல்லாருக்குள்ளும் இருந்தால், இந்த உலகமே அழகானதாக மாறிவிடும்.

அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் இந்த நேர்மறை எண்ணங்களைப் பற்றியே வாழ்நாள் முழுவதும் வலியுறுத்தினார். எண்ணங்கள் பாசிட்டிவாக இருந்து விட்டால், வாழ்க்கையும் பாசிட்டிவாக அமையும் என்பதை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் ‘மனவளக்கலை பயிற்சிகள்’ வழியாக உணர்ந்தேன். போட்டியும் பொறாமையும் நிறைந்த வியாபார உலகில்,

நேர்மறையான எண்ணங்கள் என்னையும் தொழிலையும் நெறிப்படுத்தின. மகரிஷியின் ஆன்மிகத் தத்துவங்கள் அறிவியலையும் அறவியலையும் உள்ளடக்கி இருப்பது தனிச்சிறப்பு. ‘நல்ல எண்ணங்களும் வார்த்தைகளும் செயல்களுமே இறைவனைத் தேடுவதற்கு சிறந்த வழி’ என்று உறுதிபடத் தெரிவித்தார்.

‘சக மனிதர்களிடம் மரியாதை காட்டவும், இனிய இதமான சொற்களைப் பயன்படுத்தவும் தவறாதீர்கள்’ என்கிறார் மகரிஷி. ‘வாழ்க வளமுடன் என ஒருவருக்கொருவர் வாழ்த்திக்கொள்ளும்போது பலவீனம் நீங்குவதோடு, வளர்ச்சிக்கான கதவும் திறக்கப்படுகிறது’ என்றார். ‘ஒருவரை இன்னொருவர் வாழ்த்தும்போது, அந்த எண்ண அலைகள் உலகெங்கும் பரவுகின்றன. தனிமனித வாழ்வில் அமைதி, குடும்ப வாழ்வில் அமைதி என்று எல்லாமே ஏற்பட்டு உலக அமைதிக்கு இது வழிவகுக்கிறது’ என்று எளிய மக்களுக்கும் புரிகிற வகையில் விளக்கினார்.

‘வாழ்க வளமுடன்’ என்று நாம் வாழ்த்தும் வார்த்தைகளின் வலிமை மிகப்பெரியது. நமக்கு தீங்கு நினைக்கிறவர்களையும் மாற்றும் சக்தி படைத்தது. நம்மையும் பிறருக்குத் தீங்கு செய்யாமல் காப்பாற்றுகிறது. நம் மனத்தில் இருக்கும் உணர்வுகளையும் மாற்றுகிறது. எங்கள் ராம்ராஜ் காட்டன் நிறுவன ஊழியர்கள், வீட்டிலிருந்து எத்தகைய உணர்வுடன் பணிக்கு வந்தாலும், தொழிற்சாலையில், அலுவலகத்தில் கூட்டுப் பிரார்த்தனையுடன் ‘வாழ்க வையகம், வாழ்க வளமுடன்’ என்கிற வாழ்த்துடன் வேலையைத் தொடங்குகிறார்கள். அவர்கள் தங்கள் வேலையை மகிழ்ச்சியாகச் செய்வதுடன், நிறுவனத்தின் வளர்ச்சிக்கும் சிறந்த பங்களிப்பைத் தருகிறார்கள். இல்லங்களிலும், எல்லா இடங்களிலும் இப்படி வாழ்த்துவதும், வாழ்த்து பெறுவதுமாக இருந்தால் எங்கும் வளம் பெருகும்.

நம் வாழ்க்கையை வளமுடன் வாழும் இந்த இனிய சூழலுக்கு ஆதாரமாக இருப்பது நம் நாடு பெற்றுள்ள சுதந்திரம் என்றால் மிகையாகாது. சுதந்திர இந்தியாவின் 75 ஆண்டுகளை நிறைவுசெய்து, அதன் 76-வது ஆண்டுக்குள் இந்த மாதம் நாம் நுழைகிறோம். இந்தப் பெருமைமிகு தருணத்தில் நம் தேசத்தின் வரலாற்றையும், நம் தலைவர்களின் போராட்ட வாழ்க்கையையும் அடுத்த தலைமுறையினருக்கு எடுத்துச் சொல்ல வேண்டியது நம் முக்கியமான கடமையாகும். பெற்ற சுதந்திரத்தைப் பேணிக் காக்கும் பணியை என்றென்றும் தொடரச் செய்ய அதுதானே நல்ல வழி!

அனைவருக்கும் இனிய சுதந்திர தின நல்வாழ்த்துகள்.

வாழ்க வையகம்... வாழ்க வளமுடன்!

**கே.ஆர்.நாகராஜன்**

நிறுவனர் - ராம்ராஜ் காட்டன்

# வாழ்க வளமுடன்!

எண்ணத்தின் அளவை ஒட்டியே உங்களது உயர்வு அமைகிறது. தூய்மையான நல்ல எண்ணங்கள் மனதில் தோன்றினால், உங்களிடமிருந்து இனிய அதிர்வுகள் புறப்பட்டு எங்கும் பரவுகின்றன. 'வாழ்க வளமுடன்' என்று நீங்கள் ஒருவரை வாழ்த்த நினைக்கும்போது, உங்களை அறியாமல் நீங்களே முதலில் உங்களால் வாழ்த்தப்படுகிறீர்கள். அந்த வாழ்த்து உங்கள் மனதில் ஆழப் பதிந்துவிடுகின்றது. இது, எல்லா மந்திரங்களுக்கும் மேலான திருமந்திரம்.

அதுபோலவே நீங்கள் ஒருவருக்குத் தீமை நினைத்துச் சபிக்கும்போது முதலில் உங்களை நீங்களே கெடுவதற்குச் சபித்துக்கொள்கிறீர்கள். தீமை வித்து முதலில் உங்களிடம் ஊன்றி, பிறகு மற்றவர்களுக்குப் பரவுகின்றது. இதை நன்கு புரிந்துகொள்ள வேண்டும். இதற்கு உதாரணமாகக் கோபம் ஏற்படும்போது உண்டாகும் நிலையினைச் சொல்லலாம். கோபம் முதலில் உங்கள் உடலுக்கும், மனதிற்கும் பாதிப்பு செய்துவிட்டுத்தான் மற்றவரைச் சென்று தாக்கும். இதை நீங்கள் அனுபவத்தில் உணர்ந்திருக்கலாம்.

சீடர்கள் நான்கு பேர் உள்ள ஆசிரமத்தில், அவர்களின் அறிவுக்கூர்மையைச் சோதிப்பதற்காக குரு ஒரு சோதனை வைத்தார். ஒரு பாணையைக் கவிழ்த்து வைத்துவிட்டார்.

முதலாமவனிடம், "இந்தப் பாணையில் என்ன இருக்கிறது?" என்று கேட்டார். பாணை கவிழ்த்து வைக்கப்பட்டிருப்பதைப் பார்த்த அவன், "பாணையில் ஒன்றும் இல்லை" என்றான்.

அடுத்தவனிடம் அதே கேள்வியைக் கேட்டார். 'பாணையில் ஏதோ இருக்க வேண்டும். அதனால்தான் முதலாமவன் கூற்றை குரு ஒப்புக்கொள்ளவில்லை' என்று நினைத்தான் அவன். பாணையை நிமிர்த்திப் பார்த்துவிட்டு, "உள்ளே ஒன்றுமில்லை" என்றான். மூன்றாவது சீடனிடமும் குரு கேட்டார். அவன் கையைவிட்டுத் துழாவிப் பார்த்துவிட்டு, "பாணையில் ஒன்றுமில்லை" என்றான்.

"நீங்கள் மூவர் சொல்வதும் தவறு" என்ற குரு, நான்காவது சீடனைப் பார்த்தார். "நீ என்ன சொல்கிறாய்?" என்று கேட்டார். அவன், "பாணை நிறைய காற்று இருக்கிறது" என்றான்.



பிறகு குரு தன் முதல் சீடனைப் பார்த்தார். "பாணையிலுள்ள காற்றை வெளியில் எடுத்துவிட வேண்டும். உன்னால் முடியுமா?" என்று கேட்டார். அவன், "காற்றை எப்படி வெளியில் எடுக்க முடியும்? அது முடியாது" என்றான். மற்ற இருவரும் அதே பதிலையே கூறினார்கள்.

நான்காவது சீடனோ, "காற்றை எடுக்க முடியும்" என்றான். "எடுத்துக் காட்டு" என்றார் குரு. அவன் பாணையில் நிறைய தண்ணீரை ஊற்றினான். பிறகு



குருவைப் பார்த்து, “பானையில் இருந்த காற்றை எடுத்துவிட்டேன்” என்று கூறி பணிந்து நின்றான்.

தீமையை அல்லது வேண்டாத ஒன்றை எடுத்துவிட முடியாது. ஆனால் நல்லதை நிரப்பினால் அது தன்னாலே மறைந்துவிடும். இந்தத் தத்துவத்தை உணர்த்தவே அவர் அவ்வாறு செய்தார். பிறருக்கு நன்மை நினைத்து ‘வாழ்க வளமுடன்’ என்று சொல்லச் சொல்ல, தீய எண்ணங்கள் மனதிலிருந்து அகன்றுவிடும்.

நீங்கள் மற்றவர்களை வாழ்த்த ஆரம்பிக்கும்பொழுது நல்ல அலைகளை ஏற்படுத்தி உங்கள் குணத்தை வளப்படுத்துகிறீர்கள். உங்களுடைய வாழ்த்து மற்றவரிடம் மோதித்திரும்புகிறது. உங்களையும், உங்களைச் சுற்றியிருப்பவர்களையும் ஊடுருவிச் செல்கிறது. நீங்கள் யாரை வாழ்த்துகிறீர்களோ, அவரையும் முடிவில் சென்றடைகிறது. இந்த முறையில் வாழ்த்து உங்களுக்கும் நீங்கள் வாழ்த்துகின்ற மனிதருக்கும் இடையே மட்டுமல்லாமல், அந்த இனிமையான அலைகள் மனித சமுதாயம் முழுவதும் பரவுகின்றன.

‘வாழ்க வளமுடன்’ என்று சொல்லிக்கொண்டே இருந்தால், நமக்கும் வாழ்த்துப் பெறுபவருக்கும் இடையே இணக்கமான அலை வீசிக் கொண்டிருக்கும். அவருக்குத் தேவையானதைச் செய்ய வேண்டும் என நாம் நினைப்போம்; நமக்கு

என்ன தேவை என்று பார்த்துப் பார்த்துச் செய்வதற்கு அவர் துடிப்பார். அவர்களது நன்மையைப் பற்றி நாம் சிந்தித்தபடி இருப்போம்; நமது நல்வாழ்க்கையைப் பற்றி அவர் சிந்தித்தபடி இருப்பார். இயல்பாகவே இவை எல்லாம் நிகழும். ‘வாழ்க வளமுடன்’ என வாழ்த்தி வாழ்த்தியே, எப்படிப்பட்டவர்களையும் நமது நண்பர்களாக மாற்றிவிட முடியும். எப்படிப்பட்டவரையும் நல்லவராக மாற்றிவிடுவதும் சாத்தியம்.

‘வாழ்க வளமுடன்’ என்ற எண்ணத்துக்கு வலு அதிகம். உதாரணமாக ஒரு வில் இருக்கிறது; அம்பு இருக்கிறது. ஓரளவுக்கு நாணைப் பின்னுக்கு இழுத்தும் அம்பை விடலாம். அது மிதமான வேகத்துடன் முன்னே போகும். நாணைக் கடைசிவரைக்கும் இழுத்து அம்பை எய்வது இன்னொரு வகை. அதில் கண்ணிமைக்கும் நேரத்தில் அம்பு சென்று பாயும். எவ்வளவு தூரத்துக்கு நாணை இழுக்கிறோமோ, அந்த அளவுக்கு வேகத்தில் அம்பு செல்லும். அதேபோல மனதையும் அறிவையும் எவ்வளவு அமைதிக்குக் கொண்டு வருகிறோமோ, அங்கேயிருந்து கொடுக்கக்கூடிய வாழ்த்துக்கும் வலிமை அதிகம்; சாபத்துக்கும் சக்தி அதிகம்.

‘எல்லாப் பேறுகளையும் உங்களுடைய வாழ்க்கையிலே பெற்று சிறப்பாக வாழ வேண்டும்’ எனப் பிறரை ‘வாழ்க வளமுடன்’ என்று வாழ்த்துவது மிக உயர்ந்த பலனை அளிக்கும். தனிமனிதன் அமைதியாகவும், மகிழ்ச்சியாகவும் வாழ வேண்டுமானால் உலக மனித சமுதாயம் முழுவதுமே அமைதியாகவும் மகிழ்ச்சியாகவும் வாழ வேண்டும். ஒவ்வொருவரும் காலையில் எழுந்தவுடன் உலகம் முழுவதையும் நினைத்து ‘வாழ்க வையகம்’, ‘வாழ்க வளமுடன்’ என வாழ்த்துங்கள். இப்படி வாழ்த்த வாழ்த்த, அந்த வாழ்த்து அலைகள் உலகம் முழுமைக்கும் பிரதிபலித்து மகிழ்ச்சியை அளிக்கும். ‘வாழ்க வளமுடன்’ என்று பிறரை வாழ்த்துவது நமக்கும் மிக உயர்ந்த பலனை அளிக்கும்.

சமுதாய மக்கள் உறவிலே, கணவன் – மனைவி உறவிலே, நண்பர்கள் உறவிலே நல்லதையே நினைக்க வேண்டும். ‘அவர் எனக்கு எத்தனை நன்மைகளைச் செய்தார்’ என்று பலமுறை நினைத்து நினைத்து, அதையே உள்ளத்தில் நிரப்புங்கள். இப்படி இனிமையான அனுபவங்களையே பெருக்கிக்கொண்டால், வெறுப்பு என்னும் தீமை நூழைய இடமே இல்லை. நீங்கள் எப்படி நினைக்கிறீர்களோ, என்ன செய்கிறீர்களோ, அதேபோன்ற தன்மை உடையவராக ஆகிவிடுவீர்கள்.

ஒருவர் செய்கிற செயலோ, பேசுகிற பேச்சோ நமக்குப் பிடிக்கவில்லை என்றால், உடனே கோபம் எழுந்து நம் மனதில் வெறுப்புணர்வைப் பதிவு செய்துவிடுகிறது. கணவன் – மனைவி உறவில் இப்படி வெறுப்புணர்வு ஏற்பட்டுவிட்டால், அந்தக் குடும்பத்தில் அமைதி தொலைந்துவிடும். ஒருவரை ஒருவர் சபித்துக்கொள்வார்கள். அந்த வெறுப்பு அதிர்வு வீடு முழுக்க நிரம்பும். இதனால் தம் குடும்பத்திற்கே தாங்கள் தீமை விளைவித்துக் கொண்டிருக்கிறோம் என்பதை அவர்கள் புரிந்துகொள்வதில்லை. மனிதனை மனிதன் நேசிக்க வேண்டும்; மதித்து நடக்க வேண்டும்.

ஒருவரை ஒருவர் எப்போதும் ‘வாழ்க! வாழ்க!’ என்று வாழ்த்திக்கொண்டே இருக்க வேண்டும். அப்போதுதான் நேசம் வளரும்; வெறுப்பு நீங்கும்; நன்மை ஏற்படும். ●



## இலக்குடன் வாழ்பவர்கள்!

● சிறியதோ, பெரியதோ, வாழ்க்கையில் எப்போதும் ஓர் இலக்கு வைத்துக்கொள்ளுங்கள். அது வாழ்வில் சாதிக்க வேண்டும் என்ற உணர்வை உங்களுக்குக் கொடுக்கும்.

● உங்களுக்கு ஓர் இலக்கு இருந்தால், தினம் தினம் உங்களை அதுவே இயங்கவைக்கும். உங்கள் வாழ்வை அது அர்த்தமுள்ளதாகும்.

● இயல்பாக உங்களால் செய்துமுடிக்க முடியாத பல விஷயங்களை, உங்கள் இலக்கே தூண்டிவிட்டுச் சாதிக்க வைக்கும்.

● விளக்கின் வெளிச்சத்தில் சாலையைக் கண்டறிந்து முன்னேறும் வாகனம் போல, இலக்கை உணர்ந்து சரியான திசையில் வாழ்க்கையை நகர்த்த முடியும்.

● வாழ்க்கையில் ஒரு பிடிப்பு வரும். செய்யும் செயல்களில் ஒருவித ஈர்ப்பு ஏற்படும்.



## வேகத்துக்கு எது தேவை?

ஒரு வாகனம் வேகமாகச் செல்வதற்கு எது சரியாக இருக்க வேண்டும்? இதைக் கேட்டால் எல்லோரும் 'ஆக்ஸிலரேட்டர்' என்று சொல்வார்கள். ஏனென்றால், அதை இன்னும் இன்னும் அழுத்தி இயக்கும்போது வாகனத்தின் வேகம் அதிகரிக்கும். ஆனால் உண்மை என்னவென்றால், ஒரு வாகனம் வேகமாகச் செல்வதற்கு பிரேக் மிக முக்கியம். எவ்வளவு வேகமாகப் போனாலும், ஒரு பிரசனை ஏற்படும்போது திடீரென வாகனத்தை நிறுத்தி நம்மைப் பாதுகாக்க பிரேக் உதவும். அது நன்றாக இருக்கிறது என்ற உணர்வுதான், வாகனத்தை வேகமாக ஓட்ட உதவுகிறது.

வாகனங்களை ஒழுங்காக ஓட்டுவதற்கு பிரேக் தேவை. ஆனால், அதற்காக பிரேக்கை எப்போதும் பிடித்துக்கொண்டே இருந்தால், வாகனம் வேகமாகப் போகாது. சீக்கிரமே பழுதாகிவிடும். வாழ்க்கைக்கும் இது பொருந்தும். தேவைப்படும் இடங்களில் பிரேக் பிடித்துக் கட்டுப்படுத்தி, மற்ற இடங்களில் வேகம் காட்டினால் வாழ்க்கை வளமாக இருக்கும்.



## வாயை மூட வையுங்கள்!

வாழ்க்கை என்பது அடுத்தவர் முடிவு செய்வதை நாம் செய்வது இல்லை. நாம் நினைத்ததை நாம் செய்து முடிப்பது. அப்படிச் செய்ய ஆரம்பிக்கும்போது, "உனக்கெல்லாம் இது தேவையா?" என்று முதலில் கேட்பார்கள். பிறகு, "அதெல்லாம் ரொம்பக் கஷ்டம். லட்சத்துல ஒருத்தன்தான் பண்ண முடியும்" என்று சொல்லி உங்களைப் பலவீனப்படுத்த முயல்வார்கள். சின்னதாக ஏதேனும் பின்னடைவு ஏற்பட்டாலும், "இதுக்குத்தான் நான் அப்பவே சொன்னேன். பேசாம விட்டுடு" என்று அறிவுரை சொல்வார்கள்.

முட்டி மோதி ஜெயித்தால் மட்டும்தான் அவர்கள் வாயை மூடுவார்கள். எனவே, ஜெயித்துவிடுங்கள்.



## மிச்சம் என்ன இருக்கும்?

கணித ஆசிரியர் ஒருநாள் கேள்வி கேட்டார். "உன்னிடம் பத்தாயிரம் ரூபாய் இருக்கிறது.



• உங்கள் இலக்கை அடையும்போது பெருமிதம் ஏற்படும். 'இதை நம்மால் சாதிக்க முடிந்தது. அடுத்து இதைவிடப் பெரிதாகச் சாதிக்க வேண்டும்' என்ற வேகம் வரும். தன்னம்பிக்கை அதிகரிக்கும். மற்றவர்களுக்கு உங்கள் மீது மதிப்பு கூடும்.



## எப்படி ஆக வேண்டும்?

ஒர் ஏழைச் சிறுவன் ஒரு பணக்காரரின் புத்தம் புதிய விலையுயர்ந்த காலை வியப்பாகப் பார்த்துக்கொண்டிருந்தான். அந்தப் பணக்காரர் அவனை காரில் உட்கார வைத்து கொஞ்ச தூரம் ஓட்டிக் காட்டினார். "சார்! உங்க கார் ரொம்ப நல்லா இருக்கு. விலை அதிகமோ?" என்றான் சிறுவன். "ஆமாம் தம்பி! ஆனால் இந்த கார் என் அண்ணன் எனக்குப் பரிசாகக் கொடுத்தது" என்றார் அவர்.

சிறுவன் ஒரு நிமிடம் யோசித்தான். "நீ என்ன யோசிக்கிறாய் என்று சொல்லலா? இந்த மாதிரி ஒரு கார் தருவதற்கு எனக்கு யார் இருக்கிறார்கள் என்றுதானே!" எனக் கேட்டுச் சிரித்தார் பணக்காரர். "இல்லை சார்! என் தம்பிக்கு இப்படி ஒரு கார் வாங்கித் தருமளவுக்கு, நான் உங்கள் அண்ணன் மாதிரி பெரிய ஆளாக வேண்டும் என யோசித்தேன்" - அடக்கமாகச் சொன்னான் சிறுவன்.

உனக்கு 10 நண்பர்கள் இருக்கிறார்கள். அவர்களில் இரண்டு பேருக்கு தலா இரண்டாயிரம் ரூபாய் தருகிறாய். மற்ற எட்டு பேருக்கும் எதுவும் தரவில்லை. உன்னிடம் என்ன மிச்சம் இருக்கும்?" என்று கேட்டார்.

"இரண்டு நண்பர்கள் மட்டுமே மிச்சம் இருப்பார்கள். மற்ற எட்டு பேரும் எதிரிகள் ஆகியிருப்பார்கள்" என்றான் ஒரு மாணவன். இன்றைய உலகச் சூழலை உணர்த்தும் கதை இது. எதிர்பார்ப்புகள் எதுவுமே இல்லாமல் பழகும் நண்பர்களைப் பெற்றிருத்தல் வரம். அதுவே வளமான வாழ்க்கைக்கு அஸ்திவாரம்.



## ஆலோசனை சொல்லும் அறை!

எப்படி வாழ்க்கையை நகர்த்துவது? கேள்விக்குறியோடு பார்த்தபோது எனது அறையில் எல்லாப் பதில்களும் இருந்தன. 'உன் இலக்கு உயரமானதாக இருக்கட்டும்' என மேற்கூரை சொன்னது. 'எப்போதும் குளிர்ச்சியாக இரு' என மின்விசிறி சொன்னது. 'உன் நேரத்தை மதிக்கக் கற்றுக்கொள்' என சுவர்க்கடிகாரம் சொன்னது. 'தினம் தினம் உன்னைப் புதுப்பித்துக் கொள்' என காலண்டர் சொன்னது. 'எதிர்காலத்துக்காகச் சேமித்து வை' என மணிபர்ஸ் சொன்னது. 'எப்போதும் உன்னைக் கவனி' என நிலைக்கண்ணாடி சொன்னது. 'அடுத்தவர்களின் சுமைகளுக்குத் தோள் கொடு' என சுவர் சொன்னது. 'உன் பார்வையை விசாலமாக்கு, உலகமே கண்களுக்குத் தெரியும்' என ஜன்னல் சொன்னது. 'எந்த உயரத்துக்குப் போனாலும் உன் கால்கள் பூமியில் இருக்கட்டும்' என தரை சொன்னது. கடைசியாகப் படுக்கையைப் பார்த்தேன். 'போதுமான ஓய்வெடு. அப்போதுதான் உற்சாகமாக வேலைபார்க்க முடியும்' என்றது அது!

தண்ணீர்கூட வடிகட்டினால்தான் சுத்தமாகிறது. காலையில் குடிக்கும் காஃபிக்கான டிகாக்ஷனை ஃபில்டர் செய்தால்தான் நன்றாக இருக்கிறது. பழங்களை மிக்ஸியில் அடித்து ஃபில்டர் செய்தால்தான் ஜூஸ் ருசிக்கிறது.

வாழ்க்கையில் இப்படிப் பல விஷயங்களை வடிகட்டிச் செய்யும்நாம், நம்வார்த்தைகளை வடிகட்டுகிறோமா? ஏதோ ஒரு சண்டையில் அல்லது வாக்குவாதத்தில் சட்டென்று வார்த்தைகளை விடுகிறோம். 'சில வார்த்தைகள் வெல்லும், சில வார்த்தைகள் கொல்லும்' என்பார்கள். சொல்லால் ஏற்படும் காயத்தை ஆற்றுவது கடினம். 'ஆறாதே நாவினால் சுட்ட வடு' என்று திருவள்ளுவர் சொல்லியிருக்கிறார்.

அடுத்தவர்கள் மனம் புண்படும்படிப் பேசிவிட்டு உறவுகளையும் நண்பர்களையும் இழந்துவிட்டுப் பிறகு வருந்துவதைத் தவிர்க்கலாம். நம் வார்த்தைகளுக்கும் சில கட்டுப்பாடுகள் போட்டு வடிகட்டலாம். கோபத்தில் எதையோ பேச வரும்போது கீழ்க்காணும் கேள்விகளை உங்களுக்குள் கேட்டுப் பதில் பெறுங்கள். அதன்பின் பேசினால், உங்கள் வார்த்தைகள் உங்களை வாழ வைக்கும்.

☛ நான் சொல்ல வேண்டிய விஷயத்தை இந்த வார்த்தைகளால்தான் சொல்ல முடியுமா? இவை காயப்படுத்தும் வார்த்தைகளா? இவற்றைவிடக் கனிவான, கண்ணியமான வேறு வார்த்தைகள் உண்டா? அப்படி இருந்தால், அந்த வார்த்தைகளைப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

☛ நான் இந்த வார்த்தைகளைச் சொல்வதன் நோக்கம் என்ன? இதைக் கேட்பவர் மனம் காயப்பட வேண்டும் என்பதா? இவரைக் காயப்படுத்துவதன் மூலம் நான் எதை அடையப் போகிறேன்? அப்படிக் காயப்படுத்த நினைக்கும் என் நோக்கம் தவறானது. அதை முதலில் அகற்ற வேண்டும்.

☛ எதிராளி ஏதோ சொன்னார் என்பதற்காக நான் கொந்தளித்து இப்படிப் பேசுகிறேன் என்றால், அவருக்கு விளக்கம் தரவோ, மன்னிப்பு கேட்கவோ வாய்ப்புக் கொடுத்தேனா? இல்லாவிட்டால், முதலில் வாய்ப்புத் தர வேண்டும்.

☛ அவர் ஏன் அப்படிச் சொன்னார்? இந்த விஷயத்தை அவரது கோணத்தில் நான் பார்த்தேனா? அப்படிப் பேசுவதற்கு அவருக்கு உரிமை இருக்கிறதா? அப்படிப் பார்த்துவிட்டு அதன்பிறகே பதில் வார்த்தை பேச வேண்டும்.

☛ இப்படி ஒரு சங்கடமான சூழல் ஏன் ஏற்பட்டது? அவர் அப்படிப் பேசுவதற்கான காரணம் என்ன? அவரது உணர்வுகளை நான் புரிந்துகொண்டேனா? முதலில் அதைச் செய்ய வேண்டும்.

☛ நான் பேசப் போவது அவரைச் சங்கடப்படுத்துமா? இதை இப்போது பேசலாமா? வேறு நேரத்திலோ, வேறு இடத்திலோ, வேறு விதத்திலோ நான் இதைப் பேச முடியுமா? என் கோபம் தீர்ந்ததும் கொஞ்சம் நேரம் கழித்து இதைப் பேசினால், நான் இன்னும் தெளிவாகவும் தன்மையாகவும் பேசவேனா? அப்படியானால் அதைச் செய்யலாம்.

☛ இவர் சொல்லும் இந்த வார்த்தைகளை மட்டுமே வைத்துக்கொண்டு இவர் மீது நான் கோபம் காட்டுவதா? இதற்கு முன்பு எனக்கு இவர் எத்தனையோ நன்மைகள் செய்திருப்பாரே, அதையெல்லாம் நினைத்துப் பார்த்தேனா?

☛ நான் பேசப் போகும் வார்த்தைகள் மரியாதைக்குரியவையா? இதே வார்த்தைகளை வேறு யாராவது என்னிடம் பேசினால், நான் அதை எப்படி எடுத்துக்கொள்வேன்? என்னைக் காயப்படுத்தும் என்றால், நான் இந்த வார்த்தைகளை அடுத்தவர் மீது வீசமாட்டேன். ●

வார்த்தைகள்  
வாடி  
வைக்கும்!



# மனவலிமை மந்திரங்கள்!



**உ**டற்பயிற்சி செய்தால் உடல் வலிமை கிடைக்கும். மனவலிமைக்கு என்ன செய்வது? வெற்றிகரமான மனிதர்கள் சில விஷயங்களைத் தவிர்ப்பதன் மூலம் மனவலிமை பெறுகிறார்கள். வளமாக வாழ்கிறார்கள். அந்த மனவலிமை மந்திரங்களை அறிவோம், வாருங்கள்!

● எப்படிப்பட்ட நெருக்கடிகள் ஏற்பட்டாலும், 'எனக்கு இப்படி ஆகிவிட்டதே' என மனவலிமை மிக்கவர்கள் சுய இரக்கம் கொள்வதில்லை. அது எதிர்மறையான விளைவுகளைத் தரும் என்பது அவர்களுக்குத் தெரியும். அதனால் தங்கள் நேரத்தை மதிப்பான விஷயங்களுக்கே செலவிடுகிறார்கள்.

● தங்களுக்குத் தெரியாத, தங்களால் முடியாத செயல்களை அவர்கள் கஷ்டப்பட்டு செய்ய முயற்சிப்பதில்லை. அதைச் செய்வது வீண் வேலை என அவர்களுக்குத் தெரியும். தங்கள் பலம் என்ன என்று அவர்கள் அறிவார்கள். அதைப் பொறுத்தே தங்கள் இலக்குகளை நிர்ணயிக்கிறார்கள்.

● நிறைய பேருக்கு சின்ன மாற்றம்கூடப் பயம் தரும். அப்படிப்பட்ட மாற்றங்களைத் தவிர்க்கவே நினைப்பார்கள். ஆனால், மனவலிமை மிக்கவர்கள் மாற்றங்களுக்கு அஞ்சுவதில்லை. மாற்றங்களை ஏற்க மறுத்தால் வளர முடியாது என்பதை அவர்கள் உணர்வார்கள்.

● நாம் ஒன்று எதிர்பார்க்க, வருவது வேறொன்றாக இருக்கும். சில சமயங்களில் இதுபோன்ற தவறுகளைத் தவிர்க்க முடியாது. மனவலிமை மிக்க மனிதர்கள் அதை நினைத்துப்பதற்றம் அடைவதில்லை. அந்தத் தோல்வியை உதறித் தள்ளிவிட்டு அடுத்த வேலையைப் பார்க்கப் போய்விடுவார்கள்.

● எல்லோரையும் திருப்திப்படுத்த வேண்டும் என அவர்கள் நினைப்பதில்லை. அது கடவுளால்கூட முடியாத காரியம் என அவர்களுக்குத் தெரியும். தங்கள் மனதுக்கு சரி என்று பட்டதை அவர்கள் செய்கிறார்கள். அது தங்களுக்கு நிறைவு தந்தால் போதும் என்று அவர்கள் தீர்மானிக்கிறார்கள்.

● கடந்த காலத்தில் இழந்தவற்றை நினைத்து அவர்கள் வருந்துவதில்லை. அதை இனி மாற்ற முடியாது என்பதை அவர்கள் அறிவார்கள். நிகழ்காலத்தில் மகிழ்ச்சியையும் வெற்றியையும் மட்டுமே தேடுவதாக அவர்கள் வாழ்க்கை இருக்கும். நல்ல இலக்குகளுடன் எதிர்காலத்தை நம்பிக்கையாக அவர்கள் எதிர்கொள்கிறார்கள்.

● மனவலிமை மிக்க மனிதர்கள் ஒரே தவறைத் திரும்பத் திரும்பச் செய்வதில்லை. தவறுகளிலிருந்து பாடம் கற்றுக்கொண்டு, அடுத்தமுறை அவற்றைச் சரியாகச் செய்கிறார்கள்.

● 'அவன் ஜெயித்துவிட்டானே' என அடுத்தவர்களின் வெற்றியைப் பார்த்து அவர்கள் பொறாமைப்படுவதில்லை. நட்சத்திரங்களை ஒதுக்கிவிட்டு நிலவை மட்டுமே ரசிக்கும் மனநிலையுடன், தங்கள் பாதையில் மட்டுமே அவர்கள் கவனத்தை வைக்கிறார்கள்.

● ஒருமுறை தோற்றால், அதற்காக அவர்கள் சுருண்டு விடுவதில்லை. முன்பை விட வேகமாக அவர்கள் உழைக்கத் தொடங்குகிறார்கள். அந்தத் தோல்வியிலிருந்து மீண்டுவதற்கு ஜெயிப்பதற்கு அவர்கள் கற்றுக்கொள்கிறார்கள்.

● அவர்கள் எதிலும் உடனடிப் பலன்களை எதிர்பார்ப்பதில்லை. மிகப்பெரிய வெற்றிகளை அடைவதற்கு கடும உழைப்பைக் கொடுக்க வேண்டும். நீண்ட காலம் காத்திருந்து, அதன்பிறகு ருசிப்பதே வெற்றி என்பதை அவர்கள் தெரிந்து வைத்திருக்கிறார்கள். ●

# சுதந்திரக் காற்றே சுவாசக் காற்று!

நம்மில் பெரும்பாலானோர் சுதந்திர இந்தியாவில்தான் பிறந்தோம். அடிமைப்பட்டு வாழ்வதன் அவலத்தை நாம் அறிந்ததில்லை. இருநூறு ஆண்டுகால அந்நிய ஆட்சியை முடிவுக்குக் கொண்டுவந்து, பூரண சுதந்திரம் அடைந்த இந்தியத் திருநாட்டில் கடந்த 75 ஆண்டுகளாக வாழும் நாம் இந்த வகையில் அதிர்ஷ்டசாலிகளே... இந்தச் சுதந்திரத்துக்காக நம் முன்னோர் சிந்திய வியர்வையும் ரத்தமும் எதைக் கொண்டும் ஈடுசெய்ய முடியாதவை.

1947 ஆகஸ்ட் 15 அன்று லட்சக்கணக்கான தேசபக்தர்கள் கண்ட கனவு நனவாயிற்று. ஆயிரக்கணக்கான தேசத் தொண்டர்கள் செய்த தியாகத்துக்கு பலன் கிடைத்தது. இதோ, இந்தியாவின் சுதந்திரக் கொடி நாடெங்கும் பறப்பதைப் பாருங்கள்.

இதற்கு முன்தினம் வரையில் பிரிட்டிஷ் யூனியன் ஜாக் கொடி பறந்துகொண்டிருந்த அரசுக் கட்டடங்களிலும் ராணுவக் கோட்டைகளிலும் இன்று தாயின் மணிக்கொடி வானளாவப் பறப்பதைப் பாருங்கள். அதில் நீல வண்ணத்தில் பொறிக்கப்பட்டிருக்கும் அசோகச் சக்கரத்தையும் பாருங்கள். இந்தியாவின் சிறப்புத் தன்மையான வேற்றுமையில் ஒற்றுமையையும் பழம்பெருமையையும் ஒருங்கே காட்டி, இமயமலை முதல் குமரிமுனை வரையில் இந்தியா ஒரே சாம்ராஜ்யமாக இருந்த காலத்தை நினைவூட்டும்.

அன்றைய நாளை நினைத்துப் பார்க்கும் நம் முன்னோடிகள் இப்போதும் இப்படித்தான் சொல்கிறார்கள்... 'யாரும் எதிர்பாராத அதிசயம்தான் நடந்திருக்கிறது. நடக்க முடியாது என்று பலரும் நினைத்த காரியம்தான் நிறைவேறியிருக்கிறது' என்று.

இந்த அற்புதம் நடப்பதற்கு மூலக் காரணமாக

இருந்து அதை வெற்றிகரமாக நடத்தி வைத்த தலைவர் யாரெனச் சொல்லவும் வேண்டுமா? கையில் ஆயுதம் எடுக்காமலே இந்த மகா யுத்தத்தை நடத்த அஹிம்சையை மட்டுமே ஆயுதமாகக் கொண்டு மகத்தான வெற்றியை நம் கைகளில் அளித்தவர் மகாத்மா காந்தியேதான்! அந்த மாய வித்தைக்காரரான காந்திக்கு மீண்டும் நன்றி சொல்ல வேண்டிய தருணம். சுதந்திர இந்தியாவின் 75 ஆண்டுகளை நிறைவுசெய்து, அடுத்த கால் நூற்றாண்டுக்குள் நுழையும் அற்புதமான நாளில் நாம் இருக்கிறோம்.

இந்தப் புனிதத் திருநாளில் தாய்நாட்டின் சுதந்திரத்துக்காக வாழ்நாளெல்லாம் பாடுபட்ட பெரியோர்களை நினைவுகூர்வோம். ஜவஹர்லால் நேருவும்

சுயநலம் இல்லாமல், அறிவையும் ஆற்றலையும் பயன்படுத்தி, நல்ல நோக்கத்தோடும் தீர்க்கதரிசனப் பார்வையோடும் செயல்படும்போதுதான் நமக்குக் கிடைத்துள்ள இந்தச் சுதந்திரத்துக்கு உண்மையான நன்றிக் கடனைச் செலுத்த முடியும்!



# விடுதலைக்கான முதல் வீரிய விதை!

1857-ம் ஆண்டுதான் இந்தியச் சுதந்திரத்துக்கான முதல் வீரிய விதை இந்த மண்ணில் விழுந்தது. இந்தியப் போர் வீரர்கள் முதன்முதலாக அந்த அநியாய ஆட்சியை அடியோடு தொலைத்துவிட்டுச் சுதந்திர அரசை உருவாக்குவோம் என்று கொதித்தெழுந்தார்கள். சுதேச மன்னர்களும் அவர்களுடன் சேர்த்துகொண்டார்கள். இந்துக்களும் இஸ்லாமியர்களும் ஒன்றுசேர்ந்து போர் தொடுக்க ஆரம்பித்தார்கள். ஆனால், பல சுதேச அரசர்கள் துரோகம் செய்ததால், ஆங்கிலேயரே வெற்றி கண்டார்கள். இந்தப் புரட்சியை நாம் 'இந்தியச் சுதந்திரப் போர்' என்று அழைக்கிறோம். ஆங்கிலேயர்கள் அன்று இதை 'சிப்பாய் கலகம்' என்று பதிவு செய்தார்கள். அந்தப் போரை எந்தப் பெயரிட்டு அழைத்தாலும் உண்மை இதுதான். 1857-ம் ஆண்டில்தான் சுதந்திரத் தாகம் இந்தியர்கள் மத்தியில் அதிகரிக்க ஆரம்பித்தது.

ஆங்கிலேயர்கள் இனி இதுபோன்ற புரட்சி நடக்காமல் இருப்பதற்கு என்ன செய்யலாம் என்று யோசித்தார்கள்.

'இந்தியர்களுக்கு ஆங்கிலேய நாகரிகத்தில் மோகத்தையும் ஆர்வத்தையும் ஏற்படுத்திவிடுவோம். அதைவிட அவர்களை என்றென்றும் அடிமைகளாக வைத்திருப்பதற்கு ஏற்ற சங்கிலி வேறு கிடையாது' என ஆங்கிலேயர்கள் தீர்மானித்தனர். அந்த அடிப்படையில்தான் புரட்சிக்கு அடுத்த ஆண்டில் நாடெங்கும் கல்விச்சாலைகளை நிறுவி ஆங்கில நாகரிகம், பழக்க வழக்கங்கள், வாழ்க்கைமுறை ஆகியவற்றைப் பரப்ப ஆரம்பித்தார்கள். அதோடு, ஆங்கிலம் கற்றவர்களுக்கு வேலைவாய்ப்புகள் அளித்தும், செல்வந்தர்களுக்குப் பட்டங்கள் கொடுத்தும் ராஜ விசுவாசிகளாக மாறச் செய்தார்கள்.

அதன் பிறகுதான் காங்கிரஸ் மகாசபை 1885 டிசம்பர் 27 அன்று அன்றைய மும்பையில் உதயமானது. காந்தியின் வருகையும், பிற தலைவர்களின் செயல்பாடுகளும் சேர்ந்து தேச விடுதலைக்கான ஓட்டத்தை விரைவுபடுத்தின. நாடெங்கும் அவ்வப்போது மாபெரும் எழுச்சிகள் ஏற்பட்டாலும்கூட, அவை முழுமையான பலனைத் தர 1947 ஆகஸ்ட் 15 வரை காத்திருக்க நேரிட்டது.

**சுதேசி பொருட்களையே வாங்குவோம்! நம் பாரம்பரிய ஆடைகளைப் பெருமிதத்துடன் அணிவோம்!**

வல்லபாய் பட்டேலும் ராஜாஜியும் ராஜேந்திர பிரசாத்தும் மெளலானா ஆஸாதும் இல்லாமல் சுதந்திரக் காற்றைச் சுவாசிக்கும் வாழ்ப்பு கிடைத்திருக்குமா?

தாதாபாய் நௌரோஜி, லோகமானிய திலகர், லாலா லஜபதிராய், கோபாலகிருஷ்ண கோகலே, சுரேந்திரநாத் பானர்ஜி, விபின் சந்திர பாலர், வ.உ.சிதம்பரம், திருப்பூர் குமரன் என அத்தனை பெரியோர்களின் நினைவையும் போற்றுவோம். மோதிலால் நேருவையும் தேசபந்து தாஸையும் அஜ்மல்கானையும் டாக்டர் அன்ஸாரியையும் அன்னை கஸ்தூரிபாய் காந்தியையும் சத்தியமூர்த்தியையும் நேதாஜி சுபாஷ் சந்திர போஸையும் வணங்குவோம்.

ஒரு தேசம் சுதந்திரம் அடைவதைக் காட்டிலும், அடைந்த சுதந்திரத்தை நிரந்தரமாகக் காப்பாற்றுவதுதான் அதிகக் கடினம் என்பதை நம் காலத்திலேயே பார்த்திருக்கிறோம்.

ஒரு நாடு சுதந்திரம் பெற்ற நாடாக இருந்தால் மட்டும் போதாது. சுதந்திரத்தைக் காப்பாற்றவும், அதனால் மக்கள் நல்வாழ்வு பெறச் செய்யவும் உரிய வகையில் நாம் உழைக்க வேண்டும். சுயநலம் இல்லாமல், அறிவையும் ஆற்றலையும் பயன்படுத்தி, நல்ல நோக்கத்தோடும் தீர்க்கதரிசனப் பார்வையோடும் செயல்படும்போதுதான் நமக்குக் கிடைத்துள்ள இந்தச் சுதந்திரத்துக்கு உண்மையான நன்றிக் கடனைச் செலுத்த முடியும்!

# மதிப்பு கொடுத்து

## வாழ்க வளமுடன்!

ஒரு குடும்பத்தைத் தன் தோள்களில் தாங்கிவந்த தந்தை எதிர்பாராதவிதமாக இறந்துபோனார். அவருக்குப் பின் அவரின் மூத்த மகன் அந்தக் குடும்பப் பொறுப்பை ஏற்றான். அவன் படித்து முடித்து நல்ல வேலையில் இருந்தான். அப்பாவும் குடும்பத்துக்காகச் சேமிப்பு, முதலீடு, இன்சூரன்ஸ் என்று ஏற்பாடுகளைச் செய்து வைத்திருந்தார். அதனால் குடும்பம் துவளவில்லை.

ஒரு நாள் ஓய்வாக இருந்த நேரத்தில் அப்பாவின் அறையில் ஏதோ ஓர் ஆவணத்தைத் தேடப் போனான் மகன். அப்போது அப்பாவின் டைரி தற்செயலாகக் கையில் கிடைத்தது. அதில் என்ன எழுதியிருக்கிறார் என்று ஆர்வத்துடன் புரட்டிப் பார்த்தான் மகன். அந்த டைரியில் இருந்த குறிப்பு ஒன்று அவனுக்கு அதிர்ச்சி தந்தது. அதில் ஒரு நண்பரின் பெயரைக் குறிப்பிட்டிருந்த அப்பா, அவரிடம், தான் ஒரு லட்சம் ரூபாய் கடன் வாங்கியிருப்பதாக எழுதியிருந்தார். அவர் கடன் வாங்கிய விவரம் குடும்பத்தில் யாருக்கும் தெரியவில்லை.

அப்பாவின் மரணத்தின்போதும், அதன்பிறகும் கடன் கொடுத்த அந்த அப்பாவின் நண்பர் வீட்டுக்கு வந்திருக்கிறார். குடும்ப நண்பர் என்பதால் அவர் வீட்டுக்கு அடிக்கடி வருவது வழக்கம்தான். ஆனால், வரும்போதெல்லாம் இவனிடமும் மற்றவர்களிடமும்

நலம் விசாரித்துவிட்டுப் போய்விடுவார். அப்பாவுக்குக் கொடுத்திருந்த கடன் குறித்து அவர் ஒருமுறை கூடப் பேசியதில்லை.

அது அவனுக்கு ஆச்சர்யமாக இருந்தது. உடனடியாக அவர் வீடு தேடிச் சென்றான். அப்பா தன் டைரியில் எழுதி வைத்திருப்பது குறித்து அவரிடம் சொன்னான். “அங்கிள், நீங்கள் அந்தப் பணத்தை என்னிடம் கேட்டிருக்கலாமே” என்றான்.

அப்பாவின் நண்பர் நிதானமாகப் பேசினார். “உங்கள் அப்பா எனக்குப் பல நேரங்களில் பணம் கொடுத்து உதவியிருக்கிறார். நானும் அவருக்கு உதவியிருக்கிறேன். இது எங்களுக்குள் எப்போதும் உண்டு. எதற்கும் பத்திரம் எழுதி வைத்துக்கொள்வதெல்லாம் இல்லை.

உங்கள் அப்பா உடல்நலம் பாதிக்கப்பட்டபோது அவசரமாகப் பணம் தேவை என்று கேட்டார். கொடுத்தேன். திடீரென அவர் இறந்துவிட்டார். இந்த நிலையில், எந்த ஆதாரமும் இல்லாமல், ‘உன் அப்பா என்னிடம் கடன் வாங்கியிருக்கிறார்’ என்று சொல்லி, அதைத் திரும்பக் கேட்க எனக்கு மனம் வரவில்லை. அதைவிட முக்கியமான விஷயம்... கடன் வாங்கும்போதே ‘இது வீட்டிற்குத் தெரிய வேண்டாம்’ என்று சொன்னார். அவர் இறந்து

போயிருக்கலாம். ஆனாலும் அவர் வார்த்தைக்கு மதிப்பளிப்பதுதானே நியாயம், 'வீட்டிற்குத் தெரிய வேண்டாம்' என அவர் சொன்ன விஷயத்தை நான் எப்படி உன்னிடம் சொல்வது?" என்றார்.

மகனோ, "என் அப்பா வாங்கிய கடனைத் திருப்பிக் கொடுப்பதுதான் அவரின் மகனுக்கு நல்ல அடையாளம்" என்று சொல்லி, கையோடு கொண்டுசென்றிருந்த பணத்தைக் கொடுத்தான். நண்பர் நெகிழ்ந்தார்.

மனிதர்களுக்கு மதிப்புக் கொடுப்பதே, நாம் நிறைவாகவும் வளமாகவும் வாழ்கிறோம் என்பதை உணர்த்தும் விஷயம். நாம் ஒருவருக்கு உதவி செய்கிறோம் என்றால், அவர் நமக்கு திருப்பி உதவுவார் என எதிர்பார்க்கக் கூடாது. ஒருவருக்கு அன்பைத் தருகிறோம் என்றால், அவரிடமிருந்து நமக்கும் அன்பு கிடைக்கும் என நினைக்க வேண்டாம். யாருக்கோ நாம் உதவினால், வேறு யாரோ ஒருவர் நமக்கு உதவி செய்யக்கூடும். நாம் ஒருவரை நேசித்தால், எதிர்பாராத வேறு இடத்திலிருந்து நமக்கு அன்பு கிடைக்கக்கூடும். இந்த உலகம் அப்படிப்பட்ட உறவுச்சங்கிலியால்தான் பிணைக்கப்பட்டுள்ளது.

நம் வாழ்க்கையில் சந்திக்கும் மனிதர்கள் மூன்று ரகம். சிலர், ஒரு குறிப்பிட்ட காலத்தில் மட்டுமே நம்முடன் இருப்பார்கள். சிலர், குறிப்பிட்ட காரணத்துக்காக மட்டுமே நம்முடன் இருப்பார்கள். சிலரோ, வாழ்நாள் முழுக்க உடன் இருப்பார்கள். இதைப் புரிந்துகொண்டால் நமக்குக் குழப்பம் இருக்காது.

பள்ளி அல்லது கல்லூரிப் பருவத்தில் சிலர் நம்முடன் நெருக்கமாக இருப்பார்கள். அவர்களுடன் இருப்பதுதான் நமக்கு மகிழ்ச்சியாக இருக்கும். அந்தப் பருவம் முடியும்போது, 'இவர்களைப் பிரிந்து எப்படி இருக்கப் போகிறோம்' என்று கூட வேதனை அடைவோம். ஆனால், காலம் செல்லச்செல்ல அவர்களை மறந்தே போவோம். புதிய மனிதர்கள் நம் நினைவுகளை ஆக்கிரமித்து இருப்பார்கள். இது எல்லோருக்கும் நிகழ்வது இயல்புதான்.

சிலர் சில காரணங்களுக்காக நம் வாழ்க்கையில் வருவார்கள். ஓர் அலுவலகத்தில் புதிதாகப் பணிக்குச் சேர்ந்ததும் பல விஷயங்களைச் செய்யத் தெரியாமல் திணறுவோம். யாரோ ஒருவர் வந்து நமக்குக் கற்றுக்கொடுப்பார். இப்படி வாழ்க்கை முழுக்கப் பல இடங்களில் பலர் கற்றுத் தருவார்கள். 'தாங்கள் இதைச் செய்ய வேண்டிய கட்டாயம் இல்லை' என்றபோதும் தானாக முன்வந்து இதைச் செய்பவர்கள் உண்டு. அந்தக் காரணங்கள் முடிந்துவிடும்போது, அவர்கள் நம்முடன் இருக்கமாட்டார்கள்.

சில நண்பர்களும் உறவுகளும் வாழ்நாள் முழுக்க உங்களுடன் இருப்பார்கள். கஷ்டத்தில் தவிக்கும்போது கைகொடுத்துத் தூக்குவார்கள். துன்பங்களின்போது தோள் கொடுத்துத் தாங்குவார்கள். யோசித்துப் பார்த்தால், இதை அவர்கள் செய்ய வேண்டும் என்ற கட்டாயமே இருந்திருக்காது. ஏதாவது காரணம் சொல்லித் தட்டிக் கழித்திருக்கலாம். ஆனாலும் அவர்கள் உங்களுடன் துணையாக நிற்பார்கள். யாருமே இல்லாத சூழலில், இப்படி உங்கள் பக்கம் நிற்பவர்களைக் காலம் முழுக்க மறக்காதீர்கள்.

பாலைவனத்தில் பெய்யும் மழை போல நிபந்தனையற்ற அன்பு செலுத்தும் மனிதர்களை அலட்சியம் செய்யாதீர்கள். அவர்கள் மீது நீங்களும் அக்கறை கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதை எப்போதும் உணர்த்துங்கள். ●



# வெண்மை

**VENMAI**

**தமிழ் மாத இதழ்**

மலர் 7 இதழ் 2

ஆகஸ்ட் 2022

பதிப்பாளர் - கௌரவ ஆசிரியர்  
**கே.ஆர்.நாகராஜன்**

ஆசிரியர்  
**த.செ.ஞானவேல்**

இதழாசிரியர்  
**வள்ளி**

வடிவமைப்பு  
**உதயா**

புத்தக ஆக்கமும் வடிவமைப்பும்:  
தரு மீடியா (பி) லிட.,  
10/55, ராஜ் தெரு,  
மேற்கு மாம்பலம்,  
சென்னை - 600 033  
email: contacttharu@gmail.com

இந்தப் புத்தகத்தின் எந்த ஒரு பகுதியையும் பதிப்பாளரின் எழுத்துப்பூர்வமான முன் அனுமதி பெறாமல் மறுபிரசுரம் செய்வதோ, அச்சு மற்றும் மின்னணு ஊடகங்களில் மறுபதிப்பு செய்வதோ காப்புரிமைச் சட்டப்படி தடை செய்யப்பட்டதாகும்.

Published by  
K.R. NAGARAJAN,  
Published from  
10, Sengunthapuram  
Mangalam Road,  
TIRUPUR - 641 604.  
Ph: 9842274137

## சோர்ந்து போகாத மனம்!

எந்த முயற்சியைச் செய்யும்போதும் சோர்ந்து போகாமல், தோல்விகளில் பின்வாங்காமல், தொடர்ந்து உழைக்கும் மனிதர்களே வெற்றி பெறுகிறார்கள். புகழ்பெற்ற மனிதர்களின் வாழ்க்கை வரலாறுகள் நமக்கு இதையே உணர்த்துகின்றன.

சோர்ந்து போகாத மனமே, நமக்குள் வெற்றி பெறும் திறமை இருப்பதை உணர்த்தும். பின்வாங்காத செயலே, எந்தத் தடையையும் தாண்டி நாம் இலக்கை அடைய முடியும் என்று புரிய வைக்கும். 'தோல்வி என்பது முடிவல்ல, வெற்றியை நோக்கிய பயணத்தில் அதுவும் ஒரு படிக்கல்' என்பதை அறிய வைக்கும்.

ஒரு மின்சார பல்பைக் கண்டுபிடிக்க தாமஸ் ஆல்வா எடிசன் ஆயிரம் முறை முயற்சிசெய்து தோற்றார். அத்தனை சறுக்கல்களைச் சந்தித்தபோதும், 'என்னால் மின்சாரத்தில் எரியும் பல்பு ஒன்றை உருவாக்க முடியும்' என்று அவர் நம்பினார். நேர்மறையாகச் சிந்தித்து, ஒவ்வொரு தடையையும் தாண்டி, தன் இலக்கிலிருந்து கவனம் விலகாமல் அவர் இதைச் செய்தார்.

புதிதாக ஆரம்பிக்கப்படும் பிசினஸ்களில் 90% தோல்வி அடைவதாக ஓர் ஆய்வு சொல்கிறது. ஆனாலும், புதிய முயற்சிகளை யாரும் நிறுத்துவதில்லை. அதனால்தான் நிறைய கனவுகள் நிறைவேறுகின்றன. பலருக்கு வேலைவாய்ப்புகள் கிடைக்கின்றன.

சோர்ந்து போகாத மனம் இருந்தால், கடந்த காலத் தவறுகளிலிருந்து கற்றுக்கொள்வீர்கள். எதிர்காலப் பிரச்சனைகளை உற்சாகமான மனதுடன் எதிர்கொள்வீர்கள். எந்தச் சவாலையும் வித்தியாசமான கோணத்தில் பார்க்க ஆரம்பிப்பீர்கள். 'தோற்றுவிடுவோமோ' என்ற பயம் உங்களை நெருங்காது. வெற்றியின் அருகில் உங்களால் போக முடியும்.



## வளமுடன் வாழ ஐந்து விதிகள்!

❶ வசதியாக வாழ வேண்டும் என்ற அறிவுரையைக் குழந்தைகளுக்கு சொல்லிக் கொடுக்காதீர்கள். மகிழ்ச்சியாக வாழ வேண்டும் என்று சொல்லிக்கொடுத்து வளருங்கள். பெரியவர்கள் ஆனபிறகு அவர்கள் ஒவ்வொன்றின் மதிப்பை மட்டுமே பார்ப்பார்கள். விலையைப் பார்க்கமாட்டார்கள்.

❷ உணவை மருந்து போல நினைத்து அளவாக, ஆரோக்கியமாகச் சாப்பிடுங்கள். இல்லாவிட்டால், மருந்தையே உணவு போல வேளாவேளைக்கு சாப்பிட நேரிடும்.

## நம்பிக்கை வாழ்வு!

❸ மழை வேண்டி கிராம மக்கள் எல்லாம் சேர்ந்து இறைவனை வேண்டினார்கள். அவர்களில் ஒருவன் மட்டும், பிரார்த்தனையின் முடிவில் தேவைப்படும் என்ற நினைப்புடன் குடை எடுத்து வந்தான். அதற்குப் பெயர்தான் நம்பிக்கை.

❹ குழந்தையைத் தன் தலைக்கு மேலே தூக்கிப் போட்டு விளையாடினார் ஒரு தந்தை. விழுந்துவிடுவோமோ என்று பயப்பட்டு அழாமல் அவரைப் பார்த்து குழந்தை சிரித்தது. அதற்குப் பெயர்தான் நம்பிக்கை.

❺ 'நாம் நாளை உயிரோடு இருப்போமா' என்பதற்கு எந்தவித உத்தரவாதமும் இல்லாவிட்டாலும், ஒவ்வொரு நாளும் அலாரம் வைத்துவிட்டுப் படுக்கப் போகிறோம். அதற்குப் பெயர்தான் நம்பிக்கை.

❻ நடப்பது எதுவும் நம் கையில் இல்லை என்று தெரிந்தும் எதிர்காலத்துக்கான திட்டங்கள் போடுகிறோம். கனவுகள் காண்கிறோம். அதற்குப் பெயர்தான் நம்பிக்கை.





☉ மனிதனாக வாழ்வதற்கும் மனிதாபிமானத்துடன் வாழ்வதற்கும் சில அடிப்படை வித்தியாசங்கள் உண்டு. சிலர் மட்டுமே அதை உணர்ந்திருக்கிறார்கள்.

☉ உங்களை உண்மையாக நேசிப்பவர்கள் ஒருபோதும் உங்களை விட்டுப் பிரியமாட்டார்கள். உறவை முறித்துக்கொள்ள 100 காரணங்கள் இருந்தாலும், உறவைத் தொடர்வதற்கு ஒரே ஒரு காரணத்தையாவது அவர்கள் தோக்கண்டுபிடிப்பார்கள்.

☉ பிறக்கும்போது உலகம் உங்களை நேசிக்கும். மறையும்போது எல்லோரும் அன்பு செலுத்துவார்கள். இடைப்பட்ட காலத்தில் நீங்கள் செய்யும் செயல்களே உங்களுக்கு அன்பைப் பெற்றுத் தரும்.



## மதிப்பை உணர்ந்து வாழ்வோம்!

நூறு ரூபாய் நோட்டு ஒன்று உங்கள் கையில் இருக்கிறது. அதன் மதிப்பு எங்கு போனாலும் மாறுவதில்லை. யாரும் அதைப் பத்து ரூபாய் என்று குறைத்து மதிப்பிடுவதில்லை. பெட்ரோல் பங்க், ஹோட்டல், மளிகைக்கடை, துணிக்கடை என்று எங்கு போய்க் கொடுத்தாலும், அதன் மதிப்புக்கு ஈடான பொருளை உங்களுக்குக் கொடுப்பார்கள். அதன் மதிப்பை எல்லோரும் ஒரே மாதிரி ஒப்புக்கொண்டிருக்கிறோம்.

இப்படி ஒவ்வொரு பொருளுக்கும் ஒரு மதிப்பு இருக்கிறது. அது மாறுவதே இல்லை. ஆனால், மனிதர்களின் மதிப்புதான் மாறுகிறது. ஒருவர் உயர்வாக மதிக்கும் ஒருவரை, இன்னொருவர் தாழ்த்திப் பேசுகிறார். எல்லோரும் எல்லோரையும் ஒரே மாதிரி நடத்துவதில்லை. பொருளாதார வசதி, வேலை, அந்தஸ்து, குடும்பப் பின்னணி என்று பல விஷயங்களை வைத்து ஒவ்வொருவரையும் மதிப்பிடும் போக்கு மாறவேண்டும். எவரையும் உயர்வாக நடத்தும் வாழ்க்கையே, வளமான வாழ்க்கை.

## இப்படி நடத்துங்கள்!

தவறு செய்வது மனித இயல்பு. ஆனால், அந்தத் தவறுகளிலிருந்து என்ன கற்றுக்கொள்கிறோம், அதன்பின் நாம் எப்படி மாறுகிறோம் என்பது முக்கியம். சில தவறுகளை உணர்ந்து தவிர்த்துவிட்டு, மனிதர்களை இனி இப்படி நடத்துங்கள்...

☉ மனிதர்களை இவர் பெரியவர், இவர் சிறியவர் என்று பிரித்துப் பார்க்க வேண்டாம். ஒவ்வொருவர் செய்யும் வேலையும் மதிப்பிடுகிறது. ஒரு விஞ்ஞானியோ, ஒரு தூய்மைப்பணியாளரோ, எல்லோருமே நம் நலனுக்காகவே உழைக்கிறார்கள். ஒவ்வொருவரும் நம் மதிப்பிற்குரியவர்கள்.

☉ தற்பெருமை எப்போதுமே கூடாது. அதிலும், மற்றவர்களைச் சிறுமைப்படுத்தும் விதமான பெருமைப் பேச்சு கூடவே கூடாது. 'நான் உங்களைவிட உயர்ந்தவன்' என்பது போன்ற பேச்சுக்கள் அடுத்தவர்களைப் புண்படுத்தும்.

☉ நாம் உயர்வான இடத்தில் இருக்கிறோம் என்பதற்காகப் பலர் முன்னிலையில் ஒருவரைக் கிண்டல் செய்வதோ, அவமானப்படுத்துவதோ தவறு. அதன் மூலம் அவரைத் தாழ்வு மனப்பான்மைக்குள் தள்ளுகிறோம். அவரின் உணர்வுகளைப் புரிந்துகொள்ளாத மனிதர் ஆகிறோம். இதைத் தவிர்த்து எல்லோரையும் கண்ணியமாக நடத்துங்கள்.

☉ ஒருவர் நமக்குச் செய்கிற சிறிய உதவிக்கும் நன்றி சொல்லுங்கள். சின்னச்சின்ன சாதனைகளையும் பாராட்டுங்கள். அது அவர்களை ஊக்கப்படுத்தி இன்னும் உற்சாகமாகப் பல செயல்களைச் செய்ய வைக்கும். ●



# 10 வழிகள்!

\* அவர் அப்படிப் பேசுகிறாரே, இவர் இதைச் சொல்கிறாரே என எல்லா விமர்சனங்களுக்கும் காது கொடுக்காதீர்கள். உங்கள் மீது உண்மையான அக்கறையில் யார் யார் பேசுகிறார்களோ, அதை மட்டும் உற்றுக் கேளுங்கள். மற்றவர்களின் பேச்சுக்களைப் புறக்கணித்துவிடுங்கள்.

\* எதிர்மறையாகவே பேசுகிற, எல்லோரைப் பற்றியும் புகார் சொல்கிற, வீண் வம்பு வார்த்தைகளே உச்சரிக்கிற மனிதர்களிடமிருந்து விலகி இருங்கள். அவர்களின் வார்த்தைகள் அனைத்தும் மெல்லக் கொல்லும் விஷம். உங்களிடம் அதை நெருங்கவிடாதீர்கள்.

\* யார் மீதும் தேவையற்ற வெறுப்பை வளர்க்காதீர்கள். எந்தக் கோபத்தையும் நீண்ட நேரம் மனதில் சுமக்காதீர்கள். யாரைப் பார்த்தும் பொறாமை கொள்ளாதீர்கள். அடுத்தவர்களை பாதிப்பதைவிட, இவை உங்களுடைய அதிகம் தாக்கும். தான் விஷத்தைக் குடித்துவிட்டு, அடுத்தவர் சாக வேண்டும் என நினைப்பது போன்ற அபத்தம் இது.

\* பணம் முக்கியம்தான். ஆனால், பணம் மட்டுமே முக்கியம் அல்ல! வாழ்க்கையின் இயல்பான மகிழ்ச்சியை இழந்து, ஆரோக்கியத்தை இழந்து பணம் சம்பாதிப்பது தவறு. வாழ்வின் சின்னச்சின்ன சந்தோஷங்களை இழக்காதீர்கள். ஆரோக்கியத்துக்காக நேரம் ஒதுக்க மறக்காதீர்கள்.

\* மாற்றம் ஒரே நாளில் நிகழ்ந்துவிடாது. படிப்படியாகவே நிகழும். ஒவ்வொரு புதிய நாளைபும், வளர்ச்சிக்கான வாய்ப்பாக நினையுங்கள். உங்கள் திறமைகள் நேற்று

இருந்ததைவிட இன்று கொஞ்சமாவது அதிகரிக்க வேண்டும். தினம் தினம் நிகழும் இந்த வளர்ச்சி, ஓராண்டு முடிவில் பார்க்கும்போது கணிசமானதாக இருக்கும்.

\* பயணமா? எக்ஸ்பிரஸ் பஸ்ஸில் போக வேண்டும்! உணவா? ஃபாஸ்ட் ஃபுட் சாப்பிட வேண்டும்! தெய்வ தரிசனமா? சிறப்பு வழியில் போக வேண்டும். இப்படி எல்லாவற்றிலும் வேகத்தை எதிர்பார்க்காதீர்கள். இயற்கையில் சில விஷயங்கள் மெதுவாகவே நிகழும். ஒரு விதை மரமாகப் பல ஆண்டுகள் எடுத்துக்கொள்ளும். ஓர் உறவில் அன்பு வளர்வதற்கு நீண்ட காலம் ஆகும். இப்படி ரசித்து மெதுவாக வாழ்க்கையை அனுபவிப்புகள்.

\* குறைந்தவசதிகளுடன் வாழும்பழகுங்கள். குறைவாக இருந்தாலும், அக்கறையாக இருக்கும் நண்பர்கள்... நடுத்தரமாக இருந்தாலும் அமைதியாக இருக்கும் வீடு... அதிகம் இல்லையென்றாலும் கடன் வாங்க வைக்காத வருமானம்... இப்படித் தேவைகளைச் சுருக்கிக்கொண்டு வாழும் வாழ்வில்தான் நிறைவு கிடைக்கும்.

\* நிறைய சுற்றலா செல்லங்கள். புதுப்புது அனுபவங்கள் பெறுங்கள். அது அறிவை விசாலமாக்கும். புதிய வாய்ப்புகளைத் தேடித் தரும். குறிப்பாக இயற்கையான சூழலில் அதிக நேரம் செலவிடுங்கள். அது உடலுக்கும் மனதுக்கும் புத்துணர்வு கொடுக்கும்.

\* உங்களின் மிக முக்கியமான நண்பர் யார் தெரியுமா? நீங்கள்தான். தினமும் சில நிமிடங்களாவது உங்கள் ஆழ்மனதுடன் உரையாடுங்கள். உங்களின் இலக்கு என்ன என முழுமையாக அறிந்து வைத்திருப்பது அதுதான்.

\* படிப்பைப் போலவே அனுபவமும் முக்கியம். நீங்கள் எந்தத் துறையில் இருந்தாலும், அதில் வந்திருக்கும் நவீன மாற்றங்களுக்குப் பழகுங்கள். அது பற்றிப் படியுங்கள். நேரடி அனுபவமும் பெறுங்கள். மற்றவர்களைவிடக் கூடுதலாக அதில் திறமை பெறுங்கள். எதைப் பற்றியும் கவலைப்பட வேண்டியிருக்காது. ●



CLASSIC KURTHA  
LOVED BY ALL



 Littlestars<sup>®</sup>  
KURTA SET



COTTON



# GENXT<sup>®</sup>

READYMADE POCKET DHOTIS

*The Symbol of  
Tradition  
for Every  
Moment*



FOR EASY STICK

DHOTI WITH POCKET

POCKET FOR WALLET & MOBILE

Shirt  
*Created For*  
**ALL SEASON**

*Crafted for comfort*



**LINEN PARK**®

**DHOTIS • SHIRTS • TROUSERS • FABRICS**

A Premium Product from



# அவணுள் அவள்

ராம்ராஜ் ஷோரூமில் இளைய  
தலைமுறை பெண்களுக்கான பிரத்யேக  
பிரமாண்ட ஆடை கலெக்ஷன்கள்  
எழில் உண்டும் வண்ணாங்களில் ரம்யம்  
புத்தம் புதிய பிரிவு கூடுதலாக  
அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

புடவைகள்  
லெக்கின்ஸ் • உள்ளாடைகள்



COTTON - SILK SAREES

Product by



தன்னம்பிக்கைப் பேச்சாளர் ஒருவர் உரையாற்ற வந்தார். அதைக் கேட்பதற்கு சிலர் போனார்கள். கூட்டம் நடக்கும் அரங்கில் ஆளாளுக்குக்கிடைத்த இடத்தில் உட்கார்ந்தார்கள். ஒவ்வொருவரின் டேபிளிலும் ஒரு குறிப்பு நோட்டும் பேனாவும் இருந்தது. அந்தக் குறிப்பு நோட்டு மிக அழகாக இருந்தது. ஆனால், அதைப் பார்த்ததும் ஒருவரின் முகம் சுருங்கிப் போனது.

காரணம், அவர் டேபிளில் இருந்த நோட்டு மஞ்சள் நிறத்தில் இருந்தது. அவருக்கு மஞ்சள் நிறம் பிடிக்காது. அவர் சுற்றிலும் இருந்த டேபிள்களைப் பார்த்தார். மஞ்சள், சிவப்பு, நீலம் என்று மூன்று வண்ணங்களில் நோட்டுகள் இருந்தன. அவரைப் போலவே சிலர் மஞ்சள் நோட்டு வைத்திருந்தார்கள். நிறைய பேர் டேபிளில் நீல நிற நோட்டுகள் இருந்தன. அவருக்கு நீல நிறம் மிகவும் பிடிக்கும். அந்த நோட்டுகளையே பார்த்தபடி ஏக்கத்துடன் அமர்ந்திருந்தார்.

அப்போது தன்னம்பிக்கை பேச்சாளர் உள்ளே வந்தார். எல்லோரையும் வரவேற்றுப் பேசியவர், இந்த மனிதரின் சோகமான முகத்தைக் கவனித்தார். ‘என்ன பிரச்சனை?’ என்று விசாரித்தார். இவர் நோட்டு விஷயத்தைச் சொன்னார்.

உடனே பேச்சாளர் கேட்டார். “சரி, உங்களுக்குப் பிடிக்காத மஞ்சள் நிற நோட்டு உங்கள் டேபிளில் இருக்கிறது. உங்களுக்குப் பிடித்த நீல நிற நோட்டு பலர் டேபிளில் இருக்கிறது. யாரிடமாவது வாயைத் திறந்து கேட்டு, அந்த நோட்டை மாற்றிக் கொண்டிருக்கலாமே? கேட்டீர்களா? நீல நிற நோட்டு பிடிக்காத யாரோ ஒருவர் இந்தக் கூட்டத்தில் இருக்கலாம். நோட்டு

எந்த நிறத்தில் இருந்தால் என்ன என்று நினைப்பவர்கள் இருக்கலாம். அவர்களில் யாராவது ஒருவரை நீங்கள் கண்டுபிடித்திருக்கலாமே? உங்களுக்குத் தேவையானதை நீங்கள்தான் கேட்க வேண்டும். வாழ்க்கையில் நீங்கள் விரும்பும் எதையும் அடைவதற்கு உங்களுக்கு உரிமை உண்டு. ஆனால், நீங்கள்தான் அவற்றைக் கேட்டுப் பெற வேண்டும்” என்றார் பேச்சாளர்.

அதேபோலவே அந்த மனிதர் கூட்டத்தில் திரும்பிக் கேட்டார். உடனடியாக அவருக்கு ஒரு நீல நிற நோட்டு கிடைத்தது. அந்த விஷயம், அன்று கூட்டத்துக்கு வந்திருந்த பலரின் வாழ்வையே மாற்றும் அறிவுரையாக அமைந்தது. ‘நமக்குத் தேவையானதை நாம்தான் கேட்டுப் பெற வேண்டும். நம் மனதில் உள்ளதை யாரோ புரிந்துகொண்டு நமக்கு வந்து கொடுக்கமாட்டார்கள்’ என்பதை அவர்கள் உணர்ந்தார்கள்.

‘விரும்பியது கிடைக்காவிட்டால், கிடைத்ததை விரும்ப வேண்டியதுதான்’ என்று தேற்றிக்கொள்ளும் மனிதர்களே அதிகம். ‘நாம் விரும்பிய எல்லாமே நமக்கு வாழ்க்கையில் கிடைத்துவிடுவதில்லை’ என்று சமாதானம் சொல்லிக்கொள்வோம். நமது தூரதிர்ஷ்டத்தை நினைத்து வருந்துவோம்.

ஆனால், அவற்றை அடைவதற்கு உண்மையான முயற்சிகளை அவர்களில் பலர் செய்வதில்லை. நம் விருப்பம் எது என்பதை உணர்ந்து, அதை அடைவதற்கு ஆசையுடன் முயற்சி செய்ய வேண்டும். கேட்டால்தான் சில விஷயங்கள் கிடைக்கும். தேடினால்தான் சில பொருட்களை அடைய முடியும். இதை உணர்ந்து வாழ்வோம். ●



# எதிர்மறை எண்ணங்களை விரட்டுங்கள்!



**எ**திர்மறை எண்ணங்கள் என்பவை நோயைவிட மோசமான பாதிப்புகளை ஏற்படுத்துபவை என்பது பலருக்கும் தெரிவதில்லை. மனநலப் பாதிப்பு மட்டுமல்லாது, பல உடல்நலப்பிரச்சனைகளையும் இது தருகிறது. முழுமையாக ஒருவரை முடக்கிப் போடுகிறது. தாழ்வு மனப்பான்மை, குற்ற உணர்வு, தவறாகப் புரிந்துகொள்வது, கோபம், கவலை, சோகம், பொறாமை என எல்லாமே எதிர்மறையான எண்ணங்கள்தான். அவை ஏற்படக் காரணம் என்ன என்பதைப் புரிந்துகொண்டால், அவற்றிலிருந்து சுலபமாக விடுபடலாம். வளமுடன் வாழலாம்.

**தாழ்வு மனப்பான்மை:** பலருக்கு இருக்கிற பொதுவான பிரச்சனை இது. தங்களைக் குறைத்து மதிப்பிட்டு, நம்மால் எதுவும் முடியாது என்ற மாயையில் மூழ்கிக் கிடப்பார்கள். தாழ்வு மனப்பான்மையைப் போக்க முதலில் செய்யவேண்டியது, பிறருடன் ஒப்பிட்டுப் பார்ப்பதைத் தவிர்ப்பதுதான். ஒவ்வொருவருக்கும் தனித்திறமைகள் உண்டு. உங்களைப் போலவே இன்னொருவர் கண்டிப்பாகக் கிடையாது. 'யானைக்கு அழகான துதிகை இருக்கிறதே... நமக்கு அதுபோல் இல்லையே' என முதலை கவலைப்பட்டால் எப்படி இருக்கும்? அதற்கு துதிகை இருந்தால், தண்ணீரில் அதனால் ஒரு நிமிஷம் கூட வாழ முடியாது.

எல்லோருக்கும் இது பொருந்தும். உங்களால் முடிகிற

ஒரு விஷயத்தை நூறு சதவிகிதம் முழுமையாக உங்களால் செய்ய முடியும் என்ற நேர்மறையான எண்ணத்தை வளர்த்துக்கொள்ளுங்கள். தவறு செய்யாதவர்கள் யாருமே இருக்க முடியாது. 'ஐயையோ... இப்படிச் செய்துவிட்டோமே' என்று கவலையில் மூழ்கினால் எந்த வேலையும் நடக்காது. 'இந்தத் தவறிலிருந்து இதைக் கற்றுக்கொண்டேன்' என்று நினைத்தால் வெற்றி உங்கள் வசமே!

**குற்ற உணர்வு:** 'வேலைக்குக் கிளம்பும்போது குழந்தையை அடித்து விட்டேன். அந்தக் குற்ற உணர்ச்சியில், என்னால வேலை பார்க்க முடியல. இவ்வளவு மோசமா ஒருநாள் கூட வேலை பார்த்தது கிடையாது' என்று சிலர் சொல்வார்கள். தவறு செய்துவிட்டோம் என்ற குற்ற உணர்வு இருந்தால், உடனே மனம் திறந்து மன்னிப்பு கேட்பதில் தவறு கிடையாது. ஏன் கோபப்பட்டோம் என்பதை உணர்ந்து, அந்தச் சூழ்நிலையைக் குழந்தைக்குப் புரியவைத்து, 'இனி அந்தத் தவறு நடக்காது' என்று சொல்லிவிட்டு, வேலைக்குக் கிளம்புங்கள். அதன்பின் குற்ற உணர்வு உங்கள் மனதில் குடியிருக்காது. இதற்கு பதிலாக, சுமாமானதில் போட்டு குழம்பிக் கொண்டிருந்தால் நடந்த சம்பவத்தை நினைத்து, எதிர்மறையான எண்ணங்களே தோன்றும்.



**தவறாகப் புரிந்துகொள்வது:** ஒருவரிடம் உதவி கேட்கப் போகிறீர்கள். ஆனால் கேட்பதற்கு முன்பாகவே, 'அவர் நமக்கு எங்கே உதவி செய்யப் போகிறார்?' என்று நீங்களாகவே முடிவெடுத்து, கேட்காமல் இருந்துவிடுவீர்கள். அவர் செய்யமாட்டார் என்று உங்களுக்கே எதிர்மறை எண்ணம் இருக்கிறபோது, உதவ வேண்டும் என்ற எண்ணம் அவருக்கு எப்படி இருக்கும்? முதலில் நீங்கள், நடக்கும். உதவி கிடைக்கும்' என்று எண்ணுங்கள். அவரிடம் இல்லையெனில், இன்னொருவரிடம் கிடைக்கும் என்று நம்புங்கள். வாய் திறந்து கேட்காமலேயே, 'நமக்கு யாரும் உதவவில்லையே' என்று மனதுக்குள் புலம்பினால் பிரச்சனை தீர்ப் போவதில்லை. அதற்கு நண்பர்களை நீங்கள் புரிந்துகொள்ளுதல் அவசியம்.

**கோபம்:** பைக்கில் போகிறீர்கள். உங்களை மோதுவது போல் வந்து ஒரு ஆட்டோக்காரர் ஓவர் டேக் செய்து போகிறார். அப்போது அந்த ஆட்டோக்காரரை கோபத்தில் வாய்க்கு வந்தபடி திட்டுவீர்கள். எதிர்பார்ப்புகள் பொய்க்கும்போதும், ஏமாற்றங்களைச் சந்திக்கும்போதும், எதிர்பாராத நெருக்கடிகளின்போதும் கோபம் கிளர்ந்து எழும். சூழ்நிலையை உணர்ந்து அமைதியாக இருந்தாலே போதும்... உணர்ச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்தலாம். நம்மைச் சுற்றி நடக்கிற நிகழ்வுகள் நம் கோபத்தைக் கிளறுவதாக அமையும். ஆனால் எப்போதும் பொங்காதீர்கள். சில நேரங்களில் அமைதிதான் மிகப்பெரிய ஆயுதம். கோபம் முதலில் நம்மைப் பாதித்துவிட்டு, பிறகுதான் வெளியேறி அடுத்தவர்களைத் தாக்கும். இதை உணர்வது நல்லது.

வெளியில் எங்கோ எழும் கோபத்தை



இயலாமையால் மனதுக்குள் அழுக்கி வைத்து வீட்டில் காட்டுவதும் தவறு. கோபத்தை நீங்கள் மனைவியிடம் காட்டுவீர்கள். மனைவி அதைக் குழந்தைகளிடம் காட்டுவார். குழந்தைகள் விளையாடப் போகும் இடத்தில் பக்கத்து வீட்டுக் குழந்தைகள் மீது சீற்றம் காட்டலாம். அந்தக் கோபத்தைச் சுமந்து கொண்டு வீட்டுக்கு போகும் அவை, அந்த வீட்டில் அதைப் பரப்பி வைக்கும். கோபம் தொற்றுநோயை விட அபாயகரமானது. அதைப் பரப்பும் ஆபத்தான ஆசாமியாக நீங்கள் மாறிவிடாதீர்கள்.

**கவலை:** ஒரு செயலை ஆரம்பிக்கும் முன்பே, 'இப்படி நடந்துவிட்டால் என்ன செய்வது?' என்று சிலர் கற்பனை செய்துகொண்டு, கவலைப்பட ஆரம்பித்துவிடுவார்கள். இல்லை, சில சமயம் பயமுறுத்துகிற மாதிரியான சம்பவங்கள் நிகழ்கிறபோது, அதை எப்படி எதிர்கொள்ளப் போகிறோம் என்ற கவலை ஏற்படும். இவை எல்லாமே எதிர்மறையான சிந்தனைகள்தான்.

கவலையில் இருந்து விடுபட, முதலில் நமக்கு சுய விழிப்புணர்வு இருக்கவேண்டும். சூழ்நிலையை ஆராய்ந்து, இது ஏன் நடந்தது, எதற்காக நடந்தது, அதற்கு மாற்றுவழி என்ன, அதைச் சமாளிப்பது எப்படி, அதில் நம்முடைய பங்கு என்ன என்பதைத் தெளிவாகப் புரிந்துகொண்டாலே கவலைகள் பறந்தோடிவிடும். எதுவுமே எதிர்பார்த்தபடி நடப்பதில்லை. கவலை தரக்கூடிய சம்பவங்களிலிருந்து விடுபட்டு ரிலாக்ஸ் ஆவதற்கான வழியை முதலிலேயே உருவாக்கிக் கொள்ளுங்கள். இசை கேளுங்கள்; பாட்டுப் பாடுங்கள்; நல்ல நகைச்சுவைக் காட்சிகளைப் பாருங்கள். மனதில் கவலை குடியேறாது.

**சோகம்:** வேலை பறி போவது, வியாபாரத்தில் நஷ்டம், பிரியமானவர்களின் மரணம்... இப்படி வாழ்க்கையில் சோகத்தைத் தரக்கூடிய நிகழ்வுகள் நிறையவே நடக்கும். வாழ்க்கை என்பது இன்பங்களும் துன்பங்களும் நிறைந்த கலவை. வெறும் இன்பங்கள் மட்டுமே நிகழ்வது மிகப்பெரிய மனிதர்களுக்குக்கூடச் சாத்தியமில்லை. இதுபோன்ற நிகழ்வுகளை நடக்காமல் நிறுத்தும் சக்தி நம்மிடம் கிடையாது என்பதைப் புரிந்துகொள்ளுங்கள். இதைவிட மோசமான சவாலைச் சந்தித்து நீங்கள் மீண்டுவந்த பழைய வரலாற்றை நினைத்துக்கொள்ளுங்கள். மனதை மாற்றும் ரசனையான விஷயங்களில் கவனத்தைச் செலுத்தி, சோகத்தைத் துரத்துங்கள்.

**பொறாமை:** 'அவனுக்கு மட்டும் எல்லாம் கிடைக்கிறதே, நாம ராசியில்லாத ஆளா?' என்று நண்பர்கள் மீது சிலர் பொறாமைப்படுவார்கள். இதுவும் ஒருவகை எதிர்மறைச் சிந்தனைதான். ஒருவர் சாதனை செய்யும்போது நாமும் அதைப்போலவே சாதிக்கவேண்டும் என்ற எண்ணம்தான் உங்களுக்கு தோன்ற வேண்டும். 'அவன் மட்டும் செய்துவிட்டானே' என்று நினைத்தால் மன அழுத்தம்தான் ஏற்படும். பொறாமை வளர்ந்து நண்பரை எதிரியாகப் பாவிக்கக்கூடிய நினைப்பு வந்துவிடும். ●

# மனிதர்களை நேசித்து வாழ்க வளமுடன்!

ஒரு கப்பல் புயலில் சிக்கி, அதில் பயணம் செய்த இரண்டு பேர் மட்டும் ஒரு தீவில் ஒதுங்கினர். அவர்கள் கண் விழித்துப் பார்க்கும்போது, கப்பலில் இருந்த பிஸ்கட் பெட்டி ஒன்றும் அவர்களுடன் ஒதுங்கி இருந்தது. 'யாராவது வந்து மீட்கும் வரை உணவுப் பிரச்னை இல்லை' என்று நிம்மதி அடைந்தார்கள்.

அந்தப் பெட்டியில் பிஸ்கட்டுகளோடு ஒரே ஒரு பெரிய சாக்லேட்டும் இருந்தது. இரண்டு பேரும் அதைப் பகிர்ந்துகொள்ள நினைத்தார்கள். முதலாமவர் அதை இரண்டாகப் பகிர்ந்து அதில் பெரிய பகுதியை நண்பருக்குக் கொடுத்துவிட்டு, சிறிய பகுதியை, தான் எடுத்துக்கொண்டார்.

இதைப்பார்த்தநண்பர், "ஏன் பெரிய பகுதியை எனக்குக் கொடுத்துவிட்டு, சிறிய பகுதியை நீங்கள் சாப்பிட்டீர்கள்?" என்றார். அதற்கு முதலாமவர், "நண்பரே, பங்கு வைப்பது நான். உங்களுக்கு நான் சரியாகப் பங்கு போடுகிறேனா எனச் சந்தேகம் வரலாம். பெரிய துண்டை உங்களுக்குக் கொடுத்துவிட்டால், நான் என் பங்கை மனமார சாப்பிடுவேன். நீங்களும் மன நிம்மதியுடன் சாப்பிடலாம். உணவை ருசிப்பது வெறுமனே நாக்கு மட்டும் கிடையாது. நிம்மதியான மனமும் தான். அந்த மனநிம்மதிக்காக நான் சிறிய துண்டை எடுத்துக்கொண்டேன். நான் சாப்பிட்டது உங்களுக்குக் கொடுத்ததைவிடச் சிறிய

துண்டு என்றாலும், உங்களைவிட அதிகமாகவே ரசித்து சாப்பிட்டேன்" என்றார்.

இப்படிப்பட்ட மனது கொண்ட மனிதர்கள், எப்போதும் எல்லோராலும் நேசிக்கப்படுவார்கள். நண்பர்களையும் உறவினர்களையும் வெற்றிகொள்வது ஒரு கலை. அதைச் சரியாக செய்யத் தெரிந்தவர்களுக்கு, எந்தச் சூழலிலும் தோள் கொடுக்க ஏராளமானவர்கள் இருப்பார்கள். மனிதர்களை எப்படி வெற்றி கொள்வது?

• 'இதைப் போய் இப்படிச் செய்வார்களா' என இரக்கமில்லாமல் விமர்சனம் செய்யவும், 'உன்னால்தான் இது சரியாக நடக்காமல் போனது' என்று தவறுகளைக் கண்டிக்கவும், 'நான் அப்பவே சொன்னேனே கேட்டாயா' எனக் குத்திக் காட்டவும் இங்கு ஏராளமான மனிதர்கள் இருக்கிறார்கள். அப்படி ஒருவராக இருக்காதீர்கள். பாராட்டுகளுக்கே மனித மனங்கள் ஏங்குகின்றன. நட்பு வட்டத்திலும் உறவு வட்டத்திலும் ஒவ்வொருவருக்கும் தேவைப்படும் சூழல்களில் பாராட்டுகளைப் பொழியுங்கள்.

• எப்போதும் ஊக்கப்படுத்தும் வார்த்தைகளையே பேசுங்கள். ஒரு தவறு நேர்ந்த சூழலில் கூட, அதை சுட்டிக்காட்டிக் காயப்படுத்தாதீர்கள். 'அதை எப்படிச் சரிசெய்யலாம்' என்பதற்கான வழியைத் தேடுவதற்கு உதவுங்கள்.

● அடுத்தவர்களின் கருத்துகளுக்கு மதிப்புக் கொடுங்கள். 'ஒரு விஷயத்தைப் பற்றி நாம் என்ன நினைக்கிறோமோ, அதே மாதிரி நம் நண்பர்களும் நினைக்க வேண்டும்' என எதிர்பார்த்துக்காதீர்கள். உறவும் நட்பும் கருத்து வேறுபாடுகளைத் தாண்டியவை.

● ஒரு விவாதத்தில் வெல்வதற்கான சிறந்த வழி, விவாதமே செய்யாமல் ஒதுங்கிவிடுவதுதான். உங்களுக்கு ஒரு கருத்து இருக்கலாம். உங்களுடன் வாதிட வரும் நபர், அதற்கு நேர் எதிரான மனநிலையில் இருக்கலாம். கருத்துகளைவிட மனிதர்கள் முக்கியம். விவாதம் செய்து காயப்படுத்திவிடாதீர்கள். ஒருவர் பேசும் கருத்துகளைத் தாண்டி அவரை நேசிக்க முயற்சி செய்யுங்கள்.

● எதையும் அடுத்தவர்களின் கண்கள் வழியாகப் பார்க்கக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள். நமக்கு சாதாரணமாகத் தெரியும் ஒரு விஷயம், இன்னொருவருக்கு மிகப்பெரிய வலி தந்த சம்பவமாக இருக்கலாம். "இதைப் போய் பெரிய விஷயமா சொல்லிங்களே" என்று நீங்கள் கமென்ட் அடித்தால், அது அவரைப் பெரிதும் புண்படுத்திவிடும்.

● புதிதாக அறிமுகம் ஆகும் எவரிடமும் சங்கடமான கேள்விகளைக் கேட்காதீர்கள். அவர்கள் தங்களைப் பற்றிச் சொல்லும் விஷயங்களைக் காது கொடுத்துக் கேளுங்கள். அதை வைத்து அவர்களைப் பாராட்டும் வாய்ப்புகளை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். "இந்த வேலை செய்யயறிங்களா? சூப்பரான வேலை ஆச்சே அது", "அந்த ஊர்ல இருக்கீங்களா? அருமையான ஊர்", "உங்கள் வீட்டை அருமையா பராமரிக்கிறீங்க, பார்க்கவே அழகா இருக்கு" என்பது போலப் பேசுவரை எவருக்கும் பிடிக்கும்.

● யாரிடமும், அவர்களுக்கு ஆர்வம் இல்லாத விஷயங்களைப் பேசாதீர்கள். கிரிக்கெட்டே தெரியாதவரிடம் விராட் கோலி பற்றி கால் மணி நேரம் பேசினால், அவர் அடுத்தமுறை உங்கள் பக்கமே வர மாட்டார். அவர்களுக்கு எதில் ஆர்வம் எனக் கண்டுபிடித்து அதைப் பேசுங்கள்.

● ஒருமுறை அறிமுகம் ஆன ஒருவரை அடுத்தமுறை பார்க்கும்போது, மிகச் சரியாக அவரின் பெயரைக் குறிப்பிட்டு நலம் விசாரியுங்கள். 'நம்மை இவர் மறக்காமல் ஞாபகம் வைத்திருக்கிறார். இவர் நம்மை முக்கியமானவராக மதிக்கிறார்' என்ற உணர்வு அவர்களுக்கு வரும். அதுதான் உறவை வலுவாக்கும்.



● இந்த உலகில் எல்லோருக்கும் இலவசமாகக் கிடைப்பது அறிவுரைதான். அதனால்தான் நிறைய பேருக்கு அறிவுரையும் பிடிப்பதில்லை; அதைச் சொல்பவர்களையும் பிடிப்பதில்லை. அவர்களாக விரும்பிக் கேட்காதவரை யாருக்கும் அறிவுரையோ, ஆலோசனையோ சொல்லாதீர்கள்.

● சிலருக்கு சில சூழல்களில் நல்வழி காட்ட வேண்டியிருக்கும். அப்போது அதை நேரடியாகச் சொல்லாமல், உங்கள் அனுபவங்களிலிருந்து சம்பவம் போலச் சொல்லுங்கள். "நான் இப்படி ஒரு தப்பு செய்தேன். அதை உணர்ந்து இப்படி திருத்திக்கொண்டதால் மேலே வர முடிந்தது" என்று உதாரணத்துடன் சொல்லும்போது, அவர்களுக்கு வழி காட்டல் கிடைக்கும். இலவசமாகக் கிடைக்கும் அட்வைஸ்களை அலட்சியம் செய்வது போல, இதை அலட்சியம் செய்யமாட்டார்கள்.

● ஒருவர் கஷ்டத்தில் இருப்பதை அறியும்போது, சிலர் கவனிக்காதபடி நகர்ந்துவிடுவார்கள். 'என்னிடம் வந்து கேட்டால்தான் உதவி செய்வேன்' என்று சிலர் இருப்பார்கள். சிலர் உதவி செய்வதாக வாக்குறுதி கொடுத்துவிட்டு, அதன்பின் அலட்சியம் செய்வார்கள். சிலர் கேட்காமலே போய் உதவி செய்வார்கள். உங்களால் முடிந்த உதவிகளை, எப்போதும் யாரும் கேட்பதற்கு முன்பே செய்யுங்கள். உங்களால் செய்ய முடியாமல் போனால், எங்கு உதவி கிடைக்கும் எனக் கைகாட்டி விடுங்கள். 'இவரிடம் கேட்டால் நமக்கு வழி கிடைக்கும்' என்ற நம்பிக்கையை ஏற்படுத்துங்கள்.



# 4,000 பேருக்கு வேலைவாய்ப்பு தருகிறது ராம்ராஜ் காட்டன் நிறுவனம்!

- தமிழக அரசுடன் புரிந்துணர்வு ஒப்பந்தம்

தொழில் முதலீட்டாளர் மாநாடு மாண்புமிகு தமிழக முதலமைச்சர் மு.க.ஸ்டாலின் அவர்கள் தலைமையில் சென்னையில் ஜூலை 4-ம் தேதி நடந்தது. தமிழகத் தொழில்துறை அமைச்சர் மாண்புமிகு தங்கம் தென்னரசு, தொழில்துறைச் செயலாளர் திரு. ச.கிருஷ்ணன் ஆகியோர் முன்னிலையில் நடைபெற்ற இந்த முதலீட்டாளர் மாநாட்டுக்கான ஏற்பாடுகளைத் தமிழகத் தொழில் முதலீட்டு வழிகாட்டுக் குழுவின் தலைமை நிர்வாக அதிகாரி திருமிகு. பூஜா குல்கர்னி அவர்கள் செய்திருந்தார்.

இந்த மாநாட்டில், ராம்ராஜ் காட்டன் நிறுவனம் சார்பில் ஆயிரம் கோடி ரூபாய்க்கான தொழில் முதலீட்டில் நூற்பு, நெசவு மற்றும் பதப்படுத்துதல் ஆலை அமைக்க ஒப்பந்தம் கையெழுத்தானது. இதன்மூலம் 4,000 பேருக்கு வேலைவாய்ப்பு கிடைக்கும். ராம்ராஜ் காட்டன் நிறுவனர் திரு. கே.ஆர்.நாகராஜன் அவர்கள், மாண்புமிகு தமிழக முதலமைச்சரிடம் இதற்கான புரிந்துணர்வு ஒப்பந்தத்தை வழங்கினார். “தமிழக அரசுடன் இணைந்து ராம்ராஜ் காட்டன் நிறுவனம் செயல்படுத்த உள்ள தொழில் முதலீடுகள் மூலம் ஆயிரக்கணக்கான நெசவாளர்களுக்கு முழுமையான வேலைவாய்ப்பு கிடைக்கும். தொழில் முன்னேற்றத்தில் தமிழகத்தை வளர்ச்சிப் பாதையில் கொண்டுசெல்லவும் இது உதவியாக அமையும்” என்று இந்தப் புரிந்துணர்வு ஒப்பந்தம் குறித்து திரு. கே.ஆர்.நாகராஜன் கூறியுள்ளார்.



## நகைச்சுவை மன்ற ஆண்டு விழாவில் ராம்ராஜ்!

சர்வதேச நகைச்சுவையாளர் சங்கம், சென்னை திருவல்லிக்கேணி கிளையின் 39-ம் ஆண்டு விழா ஜூலை 17 அன்று சென்னை சாந்தோம், செயின்ட் பீட்ஸ் பள்ளி வளாகத்தில் நடைபெற்றது. 2,500-க்கும் மேற்பட்ட அங்கத்தினர்கள் கலந்துகொண்ட இந்த விழாவை திருப்பூர் ராம்ராஜ் காட்டன் நிறுவனரும், ‘வெண்மை’ மாத இதழின் ஆசிரியருமான திரு. கே.ஆர்.நாகராஜன் அவர்கள், பலத்த கைதட்டலுடன் தொடங்கி வைத்தார். விழாவுக்கு வேட்டியும் வெள்ளை ஆடையுமாக வந்திருந்த கூட்டத்தினரை அவர் பெருமிதத்துடன் வரவேற்றார். “நான்தான் வெண்மையின் நாயகன் என்று நினைத்திருந்தேன். ஆனால் கூட்டத்தில் பலரும் வெள்ளை வெளேரென்று உடையணிந்து வந்து எங்களது ராம்ராஜ் பிராண்டுக்குப் பெருமை சேர்த்துவிட்டீர்கள்” என்றதும் கூட்டம் பலமாகக் கைதட்டி ஆரவாரம் செய்தது. விழாவில் சென்னை ஐ.ஐ.டி-யின் இயக்குநர் பேராசிரியர் வீ.காமகோடி, பேராசிரியர் எம்.ராமச்சந்திரன், பேராசிரியர் பர்வீன் சுல்தானா, திரைப்பட நடிகை தேவயானி, நகைச்சுவைப் பேச்சாளர் மோகனசுந்தரம் போன்றவர்கள் கலந்துகொண்டனர்.



## வைரமுத்து பங்கேற்ற பசுமை விழாவில் ராம்ராஜ்!

திருப்பூர் மாவட்டம் பல்லடம் நகரில் இயங்கிவரும் வனம் இந்தியா பவுண்டேஷன் அமைப்புடன் இணைந்து பசுமைப் பணிகளைச் செய்து வருகிறது ராம்ராஜ் காட்டன். பல்லடம் நகரில் செயல்படும் ராம்ராஜ் காட்டன் ஷோரூமில் வரும் லாபம் முழுக்கவே வனம் அமைப்பின் பணிகளுக்குத் தரப்படுகிறது.

வனம் அமைப்பின் சார்பில் 'வான்மழை' என்ற சுற்றுச்சூழல் நிகழ்வு மாதம்தோறும் நடைபெறும். கொரோனா காரணமாக இரண்டு ஆண்டுகளாக இந்த நிகழ்ச்சி தடைபட்டிருந்தது. இதை மீண்டும் ஆரம்பித்தபோது, தமிழகமே கொண்டாடும் ஒரு சிறப்பு விருந்தினர் இந்நிகழ்வுக்கு வர வேண்டும் என்று விரும்பிய ராம்ராஜ் காட்டன் நிறுவனர் திரு. கே.ஆர்.நாகராஜன் அவர்கள், கவிப்பேரரசு வைரமுத்து அவர்களை அழைத்து வந்தார்.

24.06.2022 அன்று நடைபெற்ற இந்த நிகழ்ச்சிக்கு சக்தி மசாலா நிறுவனர்கள் டாக்டர் பி.சி.துரைசாமி, டாக்டர் சாந்தி துரைசாமி ஆகியோர் தலைமை தாங்கினர். 'சிறுதுளி' அமைப்பின் நிறுவனர்



திருமதி. வனிதா மோகன், வனம் இந்தியா பவுண்டேஷன் செயலாளர் திரு. ஸ்கை வே.சுந்தரராஜ், செயல் தலைவர் திரு. கே.பாலசுப்பிரமணியம், தலைவர் திரு. சுவாதி சின்னசாமி, பொருளாளர் திரு. விஸ்வநாதன், சிறுதுளி திரு. சந்திரசேகர் ஆகியோர் பங்கேற்றனர்.

'வனம் காப்போம்... மரம் காப்போம்' என்று சிறப்புரை நிகழ்த்திய வைரமுத்து அவர்கள், அந்த உரையில் தனது புகழ்பெற்ற 'மரம்' கவிதையைக் குறிப்பிட்டார். "இந்தக் கவிதையை நான் பயன்படுத்தியதைவிட ராம்ராஜ் காட்டன் கே.ஆர்.நாகராஜன் பயன்படுத்தியதுதான் அதிகம். எனவே, இந்தக் கவிதையினுடைய உரிமையாளர் நானா, அவரா என்றால் - நான் எழுதிக் கொடுத்தவன், அவர் எழுதி வாங்கியவர்" என்று வைரமுத்து அவர்கள் வேடிக்கையாகக் குறிப்பிட்டார்.

நிகழ்வின் நிறைவில் அவருக்கு கே.ஆர்.நாகராஜன் உள்ளிட்டவர்கள் இணைந்து நினைவுப்பரிசு வழங்கினர். ●



# விட்டுக்கொடுத்து

## வாழ்க வளமுடன்!



தஞ்சாவூர்தலையாட்டி பொம்மையைப் பார்த்திருப்பீர்கள். மற்ற பொம்மைகளைப் போல அது தடுமாறி விழுவதில்லை. காரணம், நீங்கள் எந்தப் பக்கம் அதைச் சாய்த்துவிட்டாலும், அது எளிதாகச் சாய்ந்து கொடுக்கும். 'எல்லாச் சூழல்களுக்கும் வளைந்து கொடுத்து வாழப் பழகிக்கொள்' என்பது அந்தப் பொம்மை சொல்லும் தத்துவம்.

தலையாட்டி பொம்மை போலவே சமாளித்து வாழப் பழகிவிட்டால், குடும்ப வாழ்வில் விரிசல்கள் வராது. ஒரு தம்பதி, திருமணம் ஆன புதிதில் மகிழ்ச்சியாகத்தான் இருந்தனர். காலப்போக்கில் கருத்துவேறுபாடு வந்தது. தினமும் நடக்கும் மோதல்களால் வீடு போர்க்களமாக மாறியது. 'இனி நாம் இணைந்து வாழ வாய்ப்பே இல்லை' என்ற முடிவுக்கு அவர்கள் வந்தார்கள். விவாகரத்துக்காகக் குடும்ப நல நீதிமன்றத்தை நாடினார்கள். உறவினர்கள் எல்லோரும் கவலைப்பட்டார்கள். பலரும் பேசிப்பார்த்தனர். இருவரையும் சமாதானப்படுத்த என்ன செய்வது என்று அவர்களுக்குப் புரியவில்லை. 'கடவுளே! இவர்களுக்கு நல்ல புத்தியைக் கொடு' என்ற பிரார்த்தனையுடன் அவர்கள் தோல்லியடைந்து திரும்பினர்.

உறவினரான ஒரு பெரியவர், விஷயம் கேள்விப்பட்டு அவர்கள் வீட்டுக்கு வந்தார். அவர்களை அழைத்தார். "மற்றவர்களைப் போல நான் சமாதானம் பேச வரவில்லை.

உங்களுக்கு ஒரு போட்டி வைக்கிறேன். அதில் நீங்கள் ஜெயித்துவிட்டால் நானே முன்னின்று உங்களுக்கு விவாகரத்து வாங்கித் தருகிறேன். நான் ஜெயித்துவிட்டால், நான் சொல்கிறபடி நீங்கள் கேட்க வேண்டும்" என்றார்.

"என்ன போட்டி?" என்றனர் இருவரும்.

ஒரு மெல்லிய கயிறை எடுத்துக்காட்டினார் பெரியவர். சுமார் நான்கு அடி நீளமுள்ள மெல்லிய கயிறு அது. "இந்தக் கயிற்றின் ஒரு முனையை நீங்கள் பிடித்துக்கொள்ளுங்கள். இன்னொரு முனையை நான் பிடித்துக்கொள்கிறேன். நீங்கள் இருவரும் சேர்ந்து இழுத்து, இந்தக் கயிறு அறுந்துவிடவேண்டும். அவ்வளவுதான்" என்றார்.

நைந்து போயிருந்த அந்தக் கயிறைக் குழந்தை இழுத்தாலே அறுந்துவிடும். இதை இழுத்து அறுப்பது ஒரு பெரிய விஷயமா?

ஒரு முனையைப் பெரியவர் பிடித்துக்கொள்ள, இன்னொரு முனையைக் கணவன், மனைவி இருவரும் இணைந்து அவர்களது பக்கம் இழுக்க ஆரம்பித்தார்கள். பெரியவர் ஒரே இடத்தில் அசையாமல் நிற்கவில்லை. அவர்கள் கயிறை இழுக்க இழுக்க, அவர்கள் பக்கமே நகர்ந்து போய்க்கொண்டு இருந்தார். அதனால் கயிற்றில் இறுக்கம் தளர்ந்துவிட்டது. பிறகு எப்படி அது அறுபடும்? நீண்ட நேரம் அவர்கள் சுற்றிச் சுற்றி வந்தார்கள். இவரும்

கூடவே சுற்றிச்சுற்றி வந்தார். இறுதியாக அந்தத் தம்பதி தங்கள் தோல்வியை ஒப்புக்கொண்டார்கள்.

“இவ்வளவுதான் வாழ்க்கை. விட்டுக் கொடுக்கத் தெரிந்தால், உறவில் இறுக்கம் தளர்ந்துவிடும். உறவு அறுந்து போகாது” என்று பெரியவர் சொன்னது அவர்களுக்குப் புரிந்தது.

குடும்பத்தில் மட்டுமின்றி, எல்லா உறவுகளிலும் இதை உணர்ந்து வளமுடன் வாழ்வதற்கு சில மந்திரங்கள்:

- அதிக அகாலையில் விழித்து எழு வதற்கு பழகிக்கொள்ளுங்கள். வாழ்வில் வெற்றிகளைக் குவித்த பலரும் அதிகாலையில் எழுபவர்களே.

- தினமும் நிறைய சிரிக்கப் பழகங்கள். அது நல்ல ஆரோக்கியத்தையும் நண்பர்களையும் பெற்றுத் தரும்.

- வாழ்க்கையில் நீங்கள் சந்திக்கும் ஒவ்வொரு நபரும் உங்களுக்கு ஏதோ ஒன்றைச் சொல்லித் தருகிறார். எனவே, எல்லோரிடமும் கணியோடு நடந்துகொள்ளுங்கள்.

- உங்களுக்கு எந்த விஷயத்தில் திறமை உள்ளதோ அதிலேயே கவனத்தையும் நேரத்தையும் அதிகம் செலுத்துங்கள். மற்ற விஷயங்களுக்காக உங்கள் அரிய நேரத்தை வீணடிக்காதீர்கள்.

- நிறைய நல்ல புத்தகங்கள் படியுங்கள். பயணங்களின்போதும் ஒரு புத்தகத்துடன் செல்லுங்கள். எங்காவது காத்திருக்கும் நேரத்தில் வாசியுங்கள்.

- பிரச்சனைகளை மனதிலேயே போட்டுக் குழப்பிக்கொண்டிருக்காதீர்கள். உங்கள் பிரச்சனைகளை ஒரு பேப்பரில் பட்டியலிடுங்கள். இவ்வாறு பட்டியலிடும்போதே உங்கள் மன பாரம் கணிசமாகக் குறையும். அதற்கான தீர்வுகள் இதன் மூலம் கிடைக்கவும்



வாய்ப்பு உண்டு.

- உங்கள் குழந்தைகளை உங்களுக்குக் கிடைத்த மிகச் சிறந்த பரிசாக நினையுங்கள். அவர்களுக்கு நீங்கள் தரக்கூடிய சிறந்த பரிசு, அவர்களுடன் நீங்கள் செலவிடும் நேரமே.

- புதிய விஷயங்களையும், புதிய சூழலையும் பார்த்து, ‘இது எனக்குச் சரிவராது’ எனப் பின்வாங்காதீர்கள். எந்த ஒரு புதுப் பழக்கத்தையும் உங்களுக்குள் முழுவதுமாக உள் வாங்கி, அது உங்கள் வழக்கமாக மாறுவதற்கு மூன்றே வாரங்கள்தான் தேவைப்படும். ஆகவே தேவையான விஷயங்களைத் திரும்பத் திரும்பச் செய்யுங்கள்.

- தினமும் நல்ல இசையைக் கேளுங்கள். துள்ளலான நம்பிக்கை தரும் இசை, புன்னகையையும் உற்சாகத்தையும் தரும்.

- புது மனிதர்களிடமும் தயங்காமல் பேசுங்கள். அவர்களிடமிருந்துகூட உங்களை ஒத்த சிந்தனையும், நல்ல நட்பும் கிடைக்கலாம்.

- பணம் உள்ளவர்கள் பணக்காரர்கள் அல்ல. மூன்று சிறந்த நண்பர்களாவது கொண்டவனே பணக்காரன்.

- எதிலும் தனித்துவமாக இருங்கள். பிறர் செய்வதையே நீங்கள் செய்வதாக இருந்தாலும், அதை வித்தியாசமாக, நேர்த்தியாகச் செய்யுங்கள்.

- உங்கள் தொலைபேசியும் கைபேசியும் உங்கள் வசதிக்காகத்தான். அவற்றை எப்போதும் பயன்படுத்த வேண்டும் என்பதில்லை. முக்கியமான வேலைகளின் நடுவே இருக்கும்போது, தவிர்க்க முடியாத தொலைபேசி அழைப்புகளை மட்டுமே பேசுங்கள்.

- உங்கள் குடும்பத்தின் முக்கிய நிகழ்வுகளை அவசியம் புகைப்படம் எடுங்கள். பிற்காலத்தில் அந்த இனிய நாட்களுக்கு நீங்கள் மீண்டும் சென்று வர அவை உதவும்.

- அலுவலகம் முடிந்து கிளம்பும்போது வீட்டிற்குச் சென்றதும் வாழ்க்கைத்துணைக்கும் குழந்தைகளுக்கும் என்ன செய்ய வேண்டும் என்று சில நிமிடங்கள் யோசியுங்கள்.

- நீங்கள் எவ்வளவு வெற்றி அடைந்தாலும் எளிமையான மனிதராக இருங்கள். வாழ்வில் வெற்றிகளை ருசித்த பல மனிதர்கள் மிகவும் எளிமையாகவே இருக்கிறார்கள்.

- நம்மை யார் என உணர்த்துவது இரண்டு விஷயங்கள். ஒன்று, நம்மிடம் ஒன்றுமில்லை என்பது தெரிந்தும் நாம் காக்கும் பொறுமை... இன்னொன்று, எல்லாம் இருக்கும்போது நம் நடத்தை.

- வாழ்க்கையில் வெற்றி வந்தால் பணிவு அவசியம்; தோல்வி வந்தால் பொறுமை அவசியம்; எதிர்ப்பு வந்தால் துணிவு அவசியம்; எது வந்தாலும் நம்பிக்கை அவசியம். ●



# உயர்வு பெற்று வாழ்க வளமுடன்!

**உ**ங்கள் குழந்தை நீங்கள் கண்காணிக்காத ஒரு நேரத்தில் தோட்டத்துக்குச் சென்று மண்ணைப் பிசைந்து அழகான ஒரு சிற்பத்தை உருவாக்கி முடிக்கிறது. தன் கற்பனைத் திறனை உங்களுக்குக் காட்டி மகிழ ஆசைப்பட்டு உங்களைக் கூப்பிடுகிறது. நீங்கள் போனதும் அதைக் கவனிக்கவே இல்லை. “ஏன் இப்படி மண்ணுல விளையாடி டிரஸ்ஸை அழுக்காக்கி வச்சிருக்கே” என்று கண்டிக்கிறீர்கள். “போய் குளிச்சிட்டு படிக்கிற வழியைப் பாரு” என்று திட்டிக்கிறீர்கள்.

ஏனெனில், உங்கள் மனதில் பதிவாகியிருக்கிற முதல் விஷயம், உங்கள் குழந்தை மாணவ நிலையில் இருப்பது மட்டும்தான். அதைக் கடந்து அந்தக் குழந்தைக்குள் ஒளிந்திருக்கிற திறமைகள், அதுவாங்கும் மதிப்பெண்களைக் குறைத்துவிடுமோ என்று கவலைப்படுகிறீர்கள். அந்தக் குழந்தை எதிர்காலத்தில் ஒரு புகழ்பெற்ற சிற்பியாக மாறும் வாய்ப்பு இருப்பது உங்கள் கண்ணில் படுவதே இல்லை.

நண்பருடன் ஓர் இசை நிகழ்ச்சிக்குப் போகிறீர்கள். நீண்ட நாட்களாகச் சந்திக்காத உறவினர் ஒருவர் அங்கே இருக்கிறார். அவர் உங்களிடம் பேசும்போது, உங்கள் அருகில் இருக்கும் நண்பரைப் பற்றித் தெரிந்துகொள்வதிலும் ஆர்வம் காட்டுகிறார். “இவர் சந்திரன். என் கிளாஸ்மேட். இப்போ ஐ.டி., நிறுவனத்தில் வேலை பார்க்கிறார்” என்று ஒற்றை வரியில் அறிமுகத்தை முடித்து விட்டு வேறு

விஷயங்களுக்குத் தாவுகிறீர்கள். சந்திரன் நல்ல இசை ரசிகர் என்பதையோ, நன்றாகப் பாடுவார் என்பதையோ, பழமையான இசைத் தட்டுக்கள் ஏராளமாகச் சேகரித்து வைத்திருக்கிறார் என்பதையோ சொல்லத் தோன்றவில்லை. ஏனெனில், உங்கள் மனதில் பதிவாகியிருக்கிற முதல் விஷயம், அவர் ஐ.டி., நிறுவனத்தில் பணிபுரிகிறார் என்பதுதான்.

உங்களைப்பற்றிய உங்கள் அறிமுகம்கூட, ஒரு வரியில் முடிந்து போகிற விஷயமாகவே இருக்கிறது. பல சமயங்களில், அதைத் தூண்டி யாரிடமும் சொந்த விஷயங்களையோ, நமது விருப்பங்கள் மற்றும் திறமைகள் குறித்தோ பேசத் தோன்றுவதே இல்லை. ஏன் தெரியுமா? நம்மைப் பொறுத்தவரை, நம் குழந்தை, நம் நண்பர், நாம் என எல்லோருமே ஏதோ ஒரேயொரு விஷயத்திற்காக வாழ்பவர்கள் என்கிற எண்ணம் மட்டுமே பதிவாகி இருக்கிறது.

இத்தனை ஆண்டுகளில் பள்ளி மற்றும் கல்லூரியில் படித்தவை, வெளியிடங்களில் பெற்ற அனுபவங்கள், தேடிப் படித்த விஷயங்கள், கற்றுக்கொண்ட கலைகள், நம்மிடம் உள்ள தனித்திறமைகள்... இவற்றின் ஒட்டுமொத்தக் கலவைதான் நீங்கள்! உங்களைப் பற்றிய உங்கள் அபிப்பிராயம் ஒரேயொரு வரியுடன் நின்று விடுவது, உங்களுக்கு நீங்களே செய்கிற அநியாயம். அமெரிக்காவில், மனிதர்கள் ஈடுபடக் கூடிய துறைகள் என்று மொத்தம் 22 ஆயிரம் துறைகளைப் பட்டியல் போட்டிருக்கிறார்கள். ஒரு தனிமனிதர், அவற்றில் குறைந்தது 100 துறைகள் பற்றியாவது கண்டிப்பாகத் தெரிந்து வைத்திருப்பார் என்று சொல்கிறார்கள். ஒவ்வொரு தனிமனிதனும் பல்வேறு திறமைகளின் தொகுப்பு. விதவிதமான துறைகள் பற்றிய தகவல்களின் களஞ்சியம்.

இது உங்களுக்குத் தெரிகிறதோ இல்லையோ, உங்கள் ஆழ்மனதுக்கு மிக நன்றாகத் தெரிகிறது. வழக்கமாகச் செய்கிற வேலையில் திருப்தியின்மை, மனக்குறை, எதையோ இழந்துவிட்டது போன்ற சலிப்பு இவையெல்லாம் ஏற்படுகிறதா? இதற்கெல்லாம் என்ன காரணம் தெரியுமா? இந்த வேலையைவிட இன்னும் சிறப்பான விஷயங்களை உங்களால் செய்ய முடியும் என்பதை உங்கள் ஆழ்மனம்



உங்களுக்கு உணர்த்துகிறது. அந்த நினைவூட்டல்தான் திருப்தியின்மையாகவும், சலிப்பாகவும் வெளிப்படுகிறது. ஒன்றைப் புரிந்துகொள்ளுங்கள். உங்களால் என்ன முடியும் என்பதற்கும், என்ன செய்து கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதற்கும் நடுவில் ஓர் இடைவெளி இருக்கிறது. அந்த இடைவெளியை நிரப்ப, உங்களுக்கு விருப்பமான துறைகளில் வேகமாகவும் விவேகமாகவும் செயல்பட்டு உயர்வடைய வேண்டும்.

ஆனால், பல பேர் இந்த இடைவெளியை விழிப்புணர்வோடு புரிந்துகொள்வதில்லை. சலிப்பும் திருப்தியின்மையும் தங்களை நன்கு செயல்படத் தூண்டுபவை என்பது புரியாமல், இந்த இடைவெளியை நிரப்ப மது, போதை என்று பலப்பல வடிகால்களைத் தேடிப் போகிறார்கள்.

நாம்என்ன செய்யவேண்டும்? மனிதர்களை, அவர்களது கல்வி, அவர்களது வேலை போன்ற புற அடையாளங்கள் தாண்டிப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். நம்மையும், நம் புற அடையாளங்களைத் தாண்டிப் புரியவைக்க வேண்டும். நம் தனித்திறமைகள் மற்றும் ரசனைகளைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். அவற்றை வளர்த்துக்கொள்ள வேண்டும். வாழ்க்கை நாம் கேட்ட எல்லாவற்றையும் தரத் தயாராக இருக்கிறது. நீங்கள் உயர்வு பெற்று வளமுடன் வாழ்வதற்கு உங்கள் மனத்தில் கீழ்க்காணும் எண்ணங்களை எப்போதும் உருவாக்கிக்கொள்ளுங்கள்.

- என் கனவுகள் பலவும் இப்போது நிஜமாகிக் கொண்டிருக்கின்றன.
- நான் எதிர்பார்த்த வாய்ப்புகள் இப்போது எளிதாக என்னைத் தேடி வருகின்றன.
- என் கடமைகள் எல்லாவற்றையும் நான் சிறப்பாகச் செய்கிறேன்.
- என் மனம் முழுக்க அன்பும் கருணையும் நிரம்பியிருக்கிறது.
- என்னைச் சுற்றியிருக்கும் சூழலில் மகிழ்ச்சியையும் நிறைவையும் மட்டுமே நான் தேடி அடைகிறேன்.
- நான் நினைத்ததைச் செய்வதற்கு சரியான சந்தர்ப்பங்களும் சூழல்களும் எனக்கு அமைகின்றன.
- நான் நினைக்கும் எந்த இலக்கையும் என்னால் அடைய முடியும்.
- வாய்ப்பு என் வாசல் கதவைத் தட்டுகிறது. கதவைத் திறக்க வேண்டியது மட்டுமே என் வேலை.
- வெற்றியை அடைவதற்குத் தேவையான மன உறுதி என்னிடம் உள்ளது.
- தொடர்ந்து வெற்றிப் பாதையில் பயணம் செய்வது எப்படி என்பதை நான் அறிவேன்.



- எப்படிப்பட்ட தடைகளையும் தாண்டி என்னால், நான் நினைத்த உயரத்தை அடைய முடியும்.
- 'வெற்றி கிடைக்காவிட்டால் என்ன செய்வது' என்ற பயமோ, மாற்று ஏற்பாடோ என்னிடம் இல்லை. என்னால் ஜெயிக்க முடியும்.
- அன்பைப் பகிர்வதிலும், உறவுகளையும் நட்புகளையும் போற்றுவதிலும் என்னைவிடச் சிறந்தவர்கள் யாரும் இருக்க முடியாது.
- எதையும் சாதிக்கும் என் திறமையில் எனக்கு முழு நம்பிக்கை உள்ளது.
- ஒவ்வொரு நாளும் என் வாழ்வில் மிகச் சிறந்த நாளே!
- எனக்குக் கிடைக்கும் வாய்ப்புகள், அனுபவங்கள் மற்றும் வெற்றிகளுக்காக நான் நன்றியுடன் இருப்பேன் ●



## மாற்றங்களை ஏற்று வாழ்க வளமுடன்!

புகழ்பெற்ற டாக்டர் ஒருவர் இருந்தார். மரணத்தின் வாசலுக்குச் சென்றுவிட்ட நோயாளி கூட, இவர் ஆபரேஷன் செய்தால் பிழைத்துக்கொள்வார் என்பார்கள். அந்த அளவுக்குத் திறமைசாலி. ஒரு நாள் தூரத்து நகரம் ஒன்றில் நடைபெற்ற மருத்துவக் கருத்தரங்கிற்குச் சென்றார். அங்கு ஒரு ஆபரேஷனைச் செய்துகாட்டி, சக டாக்டர்களுக்குப் பயிற்சி அளித்தார். அவரின் புதுமையான சிகிச்சையை எல்லோரும் பாராட்டினார்கள். தலைவணங்கி பாராட்டுகளை ஏற்றுக்கொண்டு, தன் காரில் ஊருக்குத் திரும்பினார்.

வழியில் திடீரென கனமழை பெய்தது. நெடுஞ்சாலையில் ஒரு பகுதியை வெள்ளம் சூழ்ந்ததால், போக்குவரத்து திருப்பி விடப்பட்டது. அறிமுகம் இல்லாத கிராமங்களின் வழியே, கொட்டும் மழையில் சிரமப்பட்டு காரை ஓட்டிக்கொண்டு போனார் அவர். செல்போன் நெட்வொர்க் துண்டிக்கப்பட்டதால் கூகுள் மேப்ஸ் சேவை இயங்கவில்லை.

ஒரு கிராமத்தைத் தாண்டியபோது, சாலை மூன்று பிரிவுகளாகப் பிரிந்தது. வழிகாட்டிப் பலகையும் சூறைக்காற்றில் முறிந்து விழுந்திருந்தது. யாரிடமாவது கேட்கலாம் என்றால், மழை நேரத்தில்தான் யாருமே சாலையோரம் இல்லை. மூன்று சாலைகளில் பெரிதாக இருந்ததைத் தேர்வு செய்து, 'இதுதான் நாம் போக வேண்டிய பாதையாக இருக்கும்' என்று அவராகவே முடிவு செய்துகொண்டு பயணத்தைத் தொடர்ந்தார்.

கொஞ்ச தூரம் போனதும் அந்தச் சாலை எங்கெங்கோ கிளை பிரிந்து ஆள்நடமாட்டம் இல்லாத பொட்டல் காடு வழியே சென்றது. 'தவறான வழியில் வந்துவிட்டோம்' என்பது அவருக்குப் புரிந்தது. காரைத் திருப்பிச் சென்றாலும், சரியான வழியில் போய்ச் சேர்வோம்

என்பது நிச்சயமில்லை. 'யாரிடமாவது தெளிவாக விசாரித்துக்கொண்டால் பரவாயில்லை' என்று அவருக்குத் தோன்றியது.

சாலை ஓரத்தில் சற்று தூரத்தில் ஒரு சிறிய வீடு தெரிந்தது. அங்கே யாராவது இருந்தால் விசாரிக்கலாம் என நினைத்தார் டாக்டர். காரின் வேகத்தைக் குறைத்து, அந்த வீட்டின் அருகே நிறுத்தினார். காரைப் பார்த்துவிட்டு ஓர் இளம்பெண் குடையுடன் வந்தார். "மழையில் நனையாமல் உள்ளே வாருங்கள், உட்காருங்கள்" என்று டாக்டரை அவர் வீட்டுக்குள் கூப்பிட்டார். மோசமான பயணத்தால் களைத்துப் போயிருந்த டாக்டருக்கு, சற்று நேரம் இயற்கைக் காற்றில் ஓய்வாக உட்கார்ந்தால் பரவாயில்லை எனத் தோன்றியது. உள்ளே வந்து உட்கார்ந்தார்.

அந்தப் பெண் அன்போடு சூடாக டீ போட்டுக் கொண்டு வந்தார். அந்தச் சூழலில் டாக்டருக்கு அது மிகவும் தேவையாக இருந்தது. தான் யார் என்பதைச் சொல்லிக்கொள்ளாத டாக்டர், நெடுஞ்சாலை மூழ்கியதால்தான் இப்படி வந்ததாகச் சொன்னார். தான் போக வேண்டிய ஊருக்கு வழியும் கேட்டார்.

"நீங்கள் வந்தது தவறான பாதை. ஆனாலும் பிரச்சனையில்லை. இதே சாலையில் இன்னும் ஐந்து கிலோமீட்டர் சென்றால் ஒரு பிரிவு வரும். அங்கே வலது பக்கம் திரும்பினால், நீங்கள் செல்ல வேண்டிய ஊரின் பிரதான சாலை வரும். ஆனால் இப்போது மழை அதிகம் பெய்வதால், சாலையே சரியாகத் தெரியாது. சற்று ஓய்வெடுங்கள். மழை குறைந்ததும் புறப்படலாம்" என்று சொன்ன அந்தப் பெண், டாக்டருக்கு படிக்கச் சில புத்தகங்களைக் கொண்டு வந்து கொடுத்தார்.

அந்த வீட்டைக் கவனித்தார் டாக்டர். எளிமையாக இருந்தாலும் சுத்தமாக இருந்தது. ஏழ்மையிலும் மேன்மையாக வாழ முயற்சி செய்யும் குடும்பம் என்பது தெரிந்தது. இரண்டு வயதுக் குழந்தை ஒன்று தொட்டிலில் தூங்கிக் கொண்டிருந்தது. இவர்களின் உரையாடலில் குழந்தை விழித்துக்கொண்டு அழ, அதைத் தூக்கி தன் தோளில் போட்டு ஆறுதல் சொன்னார் அந்தப் பெண். அப்போது அந்தப் பெண் கண்களில் கண்ணீர் பெருகியது. அந்தக் குழந்தையின் அழுகையும் இயல்பாக இல்லை.

"குழந்தைக்கு என்னம்மா பிரச்சனை? ஏன் அழறீங்க" என்று விசாரித்தார்.

அந்தப் பெண்ணின் கண்ணீர் இப்போது பெரும் அழகையாக மாறியது. “இவனுக்கு தலையில ஒரு பெரிய பிரச்சனை. உள்ளூர் டாக்டர் கிட்டே காண்பித்தோம். இதைச் சரி செய்ய ரொம்ப சிக்கலான ஆபரேஷன் ஒண்ணு செய்யணும். ‘அதை ஒரே ஒரு டாக்டரால்தான் செய்ய முடியும்’னு இங்கே இருக்கற டாக்டர் சொல்றாரு. அதுக்கு நிறைய செலவாகும். எங்களுக்கு அவ்வளவு வசதி இல்லை. கடவுள் விட்ட வழிணு இருக்கறதைத் தவிர வேறு ஒன்றும் செய்ய முடியவில்லை” என்றார்.

“யார் அந்த டாக்டர்?” என்று கேட்டார் அவர். அந்தப் பெண் சொன்ன பெயரைக் கேட்டு அதிர்ந்தார் டாக்டர். அது இவர் பெயர்தான்.

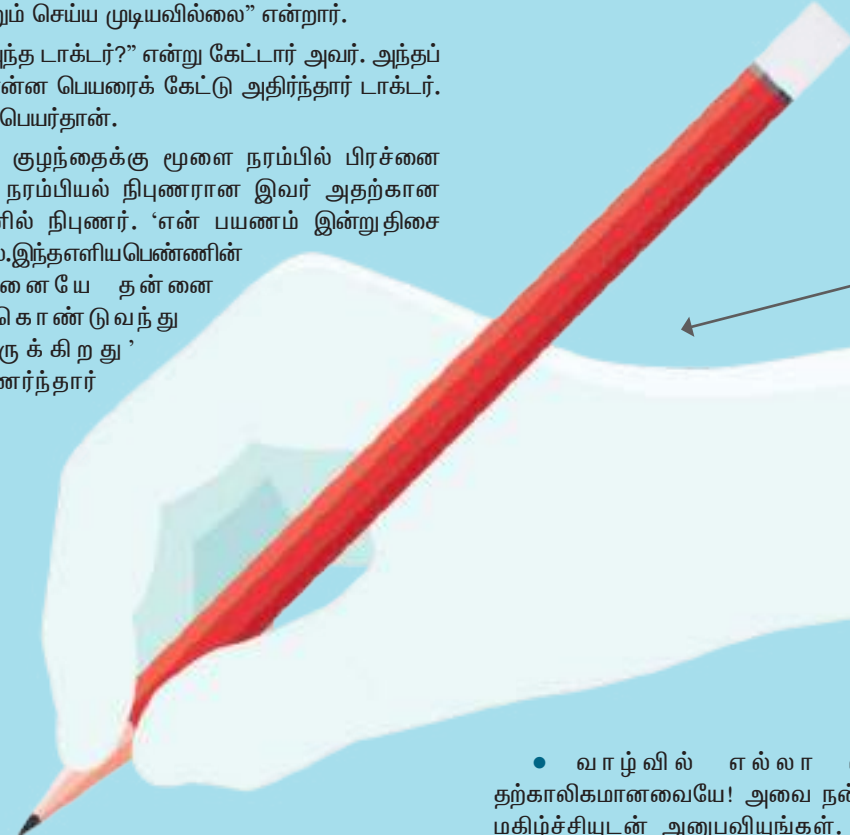
அந்தக் குழந்தைக்கு மூளை நரம்பில் பிரச்சனை இருந்தது. நரம்பியல் நிபுணரான இவர் அதற்கான ஆபரேஷனில் நிபுணர். ‘என் பயணம் இன்று திசை மாறவில்லை. இந்த எளிய பெண்ணின் பிரார்த்தனையே தன்னை இங்கே கொண்டுவந்து சேர்த்திருக்கிறது’ என்று உணர்ந்தார்

அவர். உரிய நேரத்தில் ஆபரேஷன் செய்து குழந்தையைக் காப்பாற்றினார்.

சில நேரங்களில் நம் வாழ்க்கை இப்படித்தான் நம் விருப்பத்துக்கு மாறாகத் திசைமாறிச் செல்லும். அதற்கு ஏதோ ஒரு காரணம் இருக்கும் என்பதை உணருங்கள். அந்த நேரங்களில் மன நிம்மதி தரும் இந்த விதிகளை மறக்காதீர்கள்:

● ‘இன்றைக்கு இதுதான் நடக்கும்’ என்ற நினைப்புடன் எந்த நாளையும் எதிர்கொள்ளாதீர்கள். வாழ்க்கையில் எதுவும் நிச்சயம் இல்லை. எந்த நேரத்திலும் எதுவும் நடக்கலாம். அவற்றிலிருந்து கற்றுக்கொள்ளவும், பெற்றுக்கொள்ளவும் மறக்காதீர்கள்.

● ஒரு காரின் முன்புறத்தில் சாலையைப் பார்ப்பதற்காக இருக்கும் கண்ணாடி பெரிதாக உள்ளது. ஆனால், பின்னால் வரும் வாகனங்களைக் கவனிப்பதற்காக இருக்கும் ரியர் வியூ மிரர் சிறியதாக உள்ளது. நமது கடந்த காலம் முக்கியம் அல்ல. எதிர்காலமே முக்கியம். முன்னால் தெரிவதைக் கவனித்து, முன்னேறி போய்க்கொண்டே இரு’ என இது உணர்த்துகிறது.



● வாழ்வில் எல்லா விஷயங்களும் தற்காலிகமானவையே! அவை நன்றாக நிகழ்ந்தால் மகிழ்ச்சியுடன் அனுபவியுங்கள். ஏனெனில், அது தற்காலிகமானது. பின்னால் அனுபவிக்க முடியாது. தப்பாக நிகழ்ந்தால் வருத்தப்படாதீர்கள். ஏனெனில், அதுவும் தற்காலிகமானது. விரைவில் அது சரியாகும்.

● நேற்று நிகழ்ந்த தவறையும், நாளை எதிர்கொள்ளப்போகும் நெருக்கடியையும் இன்று நீங்கள் கவலைப்படுவதன் மூலம் மாற்ற முடியாது. இன்றைய உங்களின் நிம்மதி மட்டுமே அதில் பறிபோகும்.

● உங்களைத் தவிர உங்கள் மகிழ்ச்சிக்கு வேறு யாரும் காரணமாக இருக்க முடியாது.

● உங்கள் பிரச்சனைகளின் அளவு, அவற்றைத் தீர்க்க முடிகிற உங்களின் திறமையை விடச் சிறியதுதான். எனவே, உங்கள் பிரச்சனைகளை உயர்த்தி மதிப்பிடாதீர்கள். உங்கள் திறமையைக் குறைத்தும் மதிப்பிடாதீர்கள். ●

# சிறந்த தம்பதியாக வாழ்க வளமுடன்!



☉ கணவன் – மனைவி உறவை உயிரினும் மேலானதாக மதித்துப் போற்ற வேண்டும். ஒருவருக்கு இன்னொருவர் ஒத்துழைத்து, ஒருவர் மனதை அடுத்தவர் புரிந்துகொண்டு, ‘ஒருவருக்கொருவர் உதவிகள் செய்து வாழ்வதற்காகவே நமக்குத் திருமணம் செய்து வைத்துள்ளார்கள்’ என்பதை உணர்ந்து வாழ வேண்டும். விட்டுக்கொடுத்து வாழ்வதே திருமண பந்தம். ‘என் கருத்துதான் உயர்ந்தது’ என்று வீம்பு காட்டினால், வீண் சண்டைதான் வரும்.

☉ ‘இறைவனே மனைவி வடிவத்தில் வந்து எனக்குத் துணையாக இருக்கிறான்’ எனக் கணவன் நினைக்க வேண்டும்; மனைவியும் கணவனை இப்படி கடவுளின் வடிவமாகவே தனக்கு உறவாகி வந்ததாக நினைக்க வேண்டும். இப்படி ஒருவரிடம் இன்னொருவர் தெய்வநிலையைக் கண்டுவிட்டால் போதும்... எத்தனை துன்பங்கள் வந்தாலும் அவற்றைச் சமாளிக்கும் வலிமை கிடைக்கும்.

☉ கணவன் வீட்டுக்கு வரும்போதே தாய், தந்தை, பிறந்த வீட்டுச் சூழ்நிலை எல்லாவற்றையும் துறந்துவிட்டுத்தான் பெண்கள் வருகிறார்கள். திருமண வாழ்க்கையைத் தொடங்குவதற்கு முன்பே, துறந்து வரக்கூடிய ஓர் இயல்பு அவர்களுக்கு வந்துவிடுகிறது. இப்படி எல்லாவற்றையும் துறந்துவிட்டு இங்கே அன்புநாடி வந்த பெண்ணுக்கு ஆதரவு கொடுக்க வேண்டியது அவசியம். இந்த உண்மையை ஒவ்வொரு கணவனும் உணர்ந்துகொள்ள வேண்டும்.

☉ இந்த உலகில் பெற்ற தாய் தந்தையர்க்கு அடுத்தபடியாக, கவலைகளில் ஆறுதல் தருகின்ற, வளர்ச்சியில் அக்கறைப்படுகின்ற, ஆபத்துகளில் காத்து ரட்சிக்கின்ற உறவு... கணவனுக்கு மனைவியும் மனைவிக்கு கணவனும் தான். அந்த உறவு நாளுக்கு நாள் தழைக்க வேண்டுமே தவிர தளரக்கூடாது.

☉ கணவன், மனைவி ஆகிய இருவரின் ரசனையும் ஒரே மாதிரியாக இருக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை. ஒருவர் ரசனையில் மற்றவர் குறுக்கிடாமல், ஒருவர் ரசனையை மற்றவர் கிண்டல் செய்யாமல் இருக்கும் பெருந்தன்மையே போதும்.

☉ கணவனுக்கும் மனைவிக்கும் கருத்து வேறுபாடுகள் வரலாம்; தவறில்லை. அது தவிர்க்கவும் முடியாதது. ஆனால் அது மூன்றாம் நபருக்குத் தெரியக்கூடாது. அதைப் பெரிதாக வளரவிடாமல், நாள்கணக்கில் தொடரவிடாமல் உடனுக்குடன் சரி செய்துகொள்ள வேண்டும்.

☉ கணவனுக்கு மனைவி ஆறுதல் சொல்லும் நண்பராய், ஆலோசனை சொல்லும் மந்திரியாய், அவனது திறமைகளை எல்லாம் வெளிக்கொண்டுவரும் ஆசானாய், துன்பங்களைத் துடைக்க உதவும் உற்சாகத் தென்றலாய், அவன் விருப்பங்களை விரைந்து நிறைவேற்றும் உதவியாளராய், எப்போதும் இன்முகம் காட்டி, இனிய சொல் மொழிந்து இன்பம் அளிப்பவராய் விளங்கிட வேண்டும்.



# அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி



கணவனும் மனைவியும் ஒருவரை ஒருவர் மனதார விரும்ப வேண்டும்; முழுமையாய் நம்ப வேண்டும்.

மனித மனம் வியப்பானது. ஒரு பொருளை விரும்பினால், அதை அடைவதற்கு முன்பு அது பற்றிப் பல நன்மைகளையும் மேன்மைகளையும் கற்பனை செய்துகொண்டு இன்பம் அடையும். ஆனால் அதை அடைந்த பிறகு, எப்போதும் குறைகளைக் கண்டுபிடித்து கண்டுபிடித்து சோர்ந்துபோகும். கணவன் – மனைவி உறவில் முக்கியமாகத் தவிர்க்க வேண்டியது இதைத்தான். உங்கள் துணையிடம் இருக்கும் நல்ல விஷயங்களையும் உயர்ந்த குணங்களையும் பாராட்டுங்கள். குறைகளை மனதைப் புண்படுத்தாமல் எடுத்துச் சொல்லி நிறைவு செய்ய முயற்சியுங்கள். வாழ்வு வளம் பெறும்.

உலகத்திலே நட்பு மிக மிகச் சிறந்தது. அதிலும் கணவன் – மனைவி நட்பு பற்றிச் சாதாரணமாகச் சொல்லிவிட முடியாது. இருவருடைய வாழ்க்கையும் மேன்மை பெறவும், குடும்பம் வளர்ச்சி பெறவும் இந்த நட்பே பிரதானமாகத் தேவைப்படுகிறது. உடல், பொருள், ஆற்றல் என்ற மூன்றையும் ஒருவருக்கொருவர் மனமுவந்து அர்ப்பணித்து, வாழ்கைத் துணைவராகி, இன்ப துன்பங்களில் பங்கு கொண்டு வாழும் பெருமை, கணவன் – மனைவி உறவில்தான் அதிகமாக அடங்கியுள்ளது.

உங்களுக்கு வாழ்நாளில் என்ன இன்ப துன்பம் வர வேண்டுமோ, அதனை உங்கள் வாழ்க்கைத்துணைவரே கொடுக்க முடியும். எனவே அவர் மீது குறைபாடுகளை எதிர்த்தேவையில்லை. அவரிடம் உள்ள பலவீனங்களுக்காக நீங்கள் யார் மீதாவது புகார் சொல்ல வேண்டும் என்றால், நீங்கள் உங்கள் மீதேதான் புகார் சொல்ல வேண்டும்.

இதைப் புரிந்துகொண்டு உங்கள் வாழ்க்கைத்துணைக்குத் தகுந்த மதிப்பளித்து வாழ வேண்டும்.

கணவனை மனைவியும், மனைவியைக் கணவனும் பாராட்ட வேண்டியது அவசியம். சிறப்பாக எதையாவது செய்தாலும், உயர்வான பண்புகளை வெளிப்படுத்தினாலும் மனம்திறந்து பாராட்டுங்கள். இது அன்பையும் நட்பையும் இறுக்கமாக்கும். இதற்காக எப்போதும் எல்லாவற்றையும் பாராட்டிக்கொண்டு இருக்க வேண்டும் என்பதில்லை. அப்படிச் செய்துகொண்டிருந்தால் அது வெறும் முகத்துதி ஆகி மதிப்பை இழந்துவிடும். உள்ளதைப் பாராட்டினாலே போதும். ருசியாக மனைவி சமைத்துப் பரிமாறினால், “நன்றாக இருக்கிறது” என்று சொல்லலாம் இல்லையா? பலருக்கு இதைச் சொல்ல வராது. மாற்றிக்கொள்ள வேண்டும்.

சில குடும்பங்களில் கணவனோ, மனைவியோ பலரால் பாராட்டப்படும் பெருமைக்குரிய சாதனையாளராக இருக்கலாம். இப்படி ஊரே தங்களைப் பாராட்டுப்போது, தங்கள் வாழ்க்கைத்துணையும் பாராட்டு வேண்டும் என்ற எதிர்பார்ப்பு இருக்கும். ஆனால், தன் கணவருக்குக் கிடைக்கும் பாராட்டு தனக்கும் சொந்தமானதே என்ற பூரிப்பில் திளைத்திருப்பார். அந்த நினைப்பில் இருக்கும்போது அவருக்கு கணவனைப் பாராட்டத் தோன்றாது. எனவே இதைக் குறையாகவும் எடுத்துக்கொள்ளக் கூடாது; அலட்சியம் செய்வதாகவும் நினைக்கக் கூடாது.

தூய்மைச் சொல்லும் கருத்து சரியானதாக இருந்தாலும், அது எத்தனை உயர்வானதாக இருந்தாலும், உங்கள் வாழ்க்கைத்துணை ஒப்புக்கொள்ளாவிட்டால் அதை ஒதுக்கி வைத்துவிடுங்கள். அவர் ஏற்றுக்கொள்ளும் வரை காத்திருங்கள். குடும்ப அமைதியை இழந்துவிட்டுப் பெறும் எந்த விஷயத்தாலும் ஒரு பயனும் இல்லை.

வாழ்க்கைத் தேவைகள் உயர்ந்துகொண்டே வரும் இக்காலத்தில், கணவனோடு மனைவியும் பொருளிட்டல் துறையில் முயல வேண்டும். சம்பாதிப்பதில் இருவரிடையே ஏற்றத்தாழ்வான திறமையும் பொறுப்புடும் இருக்கலாம். ஆயினும் சேமிப்பது, செலவழிப்பது, பிறருக்குத் தருவது ஆகிய செயல்களில் இருவரும் சமமான பொறுப்பை ஏற்க வேண்டும்.

ஒருவரது தேவைகளையும் விருப்பங்களையும் மற்றவர் மதிக்க வேண்டும். அவருக்கு உதவி, தன் தேவை மற்றும் விருப்பங்களைக் கட்டுப்பாட்டோடு முடித்துக்கொள்ள வேண்டிய வாழ்க்கை அறத்தைக் கணவன் – மனைவி இருவருமே உயிர் போல் காக்க வேண்டும். இப்படி இருந்தால் குடும்பத்தில் அமைதியும் செழிப்பும் இன்பமும் அமையும்.



**உங்கள் வீட்டுக்கே  
வர வேண்டுமா?**

# வெண்மை

## சந்தாதாரர் ஆகுங்கள்!

‘உயர்ந்த எண்ணங்கள் உலகம் முழுவதும் சென்றடைய வேண்டும்’ என்ற உயரிய நோக்கில் மதிப்புமிக்க படைப்புக்களைத் தொடர்ந்து வெளியிட்டு வருகிறது வெண்மை. இந்த மாத இதழ் ஒவ்வொரு குடும்பத்திலும் பாதுகாக்கப்படும் பொக்கிஷமாகத் திகழ்கிறது.



**ஓர் ஆண்டு சந்தா ரூ.200**  
**இரண்டு ஆண்டுகள் சந்தா ரூ.380**

காசோலை/வரைவோலை மூலம் அனுப்பலாம். VENMAII என்ற பெயரில் செக்/டி.டி. அனுப்பவும். பின்புறம் உங்கள் பெயர், உள் எழுதவும்.

அல்லது

VENMAII என்ற வங்கிக் கணக்கில் (A/C No:180913500000299 Karur Vysya Bank, Tirupur SR Nagar Branch - IFSC: KVBL0001809) பணம் செலுத்தி, அதன் ஒப்புக்கை பிரதியை படிவத்துடன் அனுப்பி வைக்கலாம்.   
☞ மணியாடர்ர்கள் ஏற்றுக்கொள்ளப்படமாட்டாது.   
☞ அனைத்து ராம்ராஜ் ஷோரூம்களிலும் சந்தா செலுத்தலாம்.

### வெண்மை

ராம்ராஜ் வி டவர்,  
10, செங்குந்தபுரம், மங்கலம் ரோடு,  
திருப்பூர் - 641 604.  
email: venmaii@ramrajcotton.net

**சந்தா செலுத்தவும், மொத்தமாக வெண்மை இதழ்களைப் பெறவும் தொடர்புகொள்ளுங்கள்.**

**போன்:**

**0421-4304106, 98422 74137**

## ஒரே நிமிடத்தில் வெண்மை சந்தாதாரர் ஆகலாம்!

உங்கள் சந்தாவை PhonePe G Pay Net transfer மூலம் செலுத்துங்கள்.

UPI பரிவர்த்தனை மூலமும் மொபைல் போன் மூலம் வெண்மை வங்கிக் கணக்கில் சந்தா தொகையை செலுத்தலாம். வெண்மை UPI id: kvbupiqr.75626@kvb



Bharat QR code வசதியுள்ள மொபைல் பேங்கிங் ஆப் வைத்துள்ளவர்கள், அதில் இங்கே உள்ள வெண்மை வங்கிக் கணக்கின் QR code -ஐ ஸ்கேன் செய்து சந்தா செலுத்தலாம்.

பணம் செலுத்தப்பட்டதற்கான வங்கித் தகவலை Forwardசெய்யுங்கள். கூடவே உங்கள் முழு முகவரியையும் அலைபேசி எண்ணுடன் வாட்ஸ்அப் செய்யுங்கள். அலைபேசி எண்: 98422 74137.

**வங்கிக் கணக்கு விவரம்: Venmaii**  
**A/C No: 180913500000299**  
**Karur Vysya Bank, Tirupur SR Nagar Branch**  
**IFSC Code: KVBL0001809.**



## மாணவ/ மாணவியர் சிறப்பு சலுகை

(6 ம் வகுப்புக்கு மேல் படிக்கும் மாணவர்களுக்கு இந்த சலுகை பொருந்தும். சந்தா செலுத்தும்போது, மாணவர் அடையாள அட்டை நகலை இணைத்து அனுப்பவும்.)

ஒரு வருட சந்தா: | 2 வருட சந்தா:  
**ரூ.280 ரூ.125 மட்டும். | ரூ.380 ரூ.250 மட்டும்.**



## சீனியர் சிட்டிசன் சிறப்புச் சலுகை

(60 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்களுக்கு இந்த சலுகை பொருந்தும். பிறந்த தேதிக்கான ஆதாரச் சான்று நகலை இணைத்து அனுப்ப வேண்டும்.)

ஒரு வருட சந்தா: | 2 வருட சந்தா:  
**ரூ.280 ரூ.125 மட்டும். | ரூ.380 ரூ.250 மட்டும்.**

**ராம்ராஜ் ஷோரூம்களில் ரூ.10,000க்கு மேல் பொருட்கள் வாங்குபவர்களுக்கு ஒரு வருட சந்தா பரிசாக வழங்கப்படும்**



சாதிக்க  
நினைப்பவரின்  
சரியான தேர்வு.

*Shreyas Iyer*  
Shreyas Iyer - Cricketer



SCAN QR CODE  
FOR STORE LOCATION

*Inners for Winners*



**BANIANS • BRIEFS • TRUNKS**

Available at company showroom & all leading textile shops / [www.ramrajcotton.in](http://www.ramrajcotton.in)



## சுதந்திர இந்தியாவிற்கு ராம்ராஜின் சல்யூட்

நெஞ்சில் சுதந்திர வேட்கை,  
செயலில் நம்பிக்கை,  
பாரம்பரியத்தில் பெருமையுடன்  
சுதந்திர இந்தியாவின்  
முன்னேற்றத்திற்காக  
ஒன்றிணைவோம்.

**சுதந்திர தின நல்வாழ்த்துக்கள்**

மதப்பிரதாயவர்களுக்கூட...



**காடல்**