

## புறநாடு குறை காணாடு! உன் மன அமைதி நனைக்கும்

அன்னை யீ சாரதாடுவ அன்னை திருவுருவம்.

அன்னையன் அன்பு கடல் போன்றது. அயுருது வாழ்க்கையையே  
புரி உபதேசம். அதை புலியாடுவரும் நம் வாழ்வில்  
புண்புற்றினால் எதிர்க்கொள்ளும் அனைத்து சுவாஸ்கணையுமே  
வென்று வடலாம் எண்பதில் ஐயமில்லை.

"குற்றம் பார்த்தல் சுற்றம் கிணை" என்பது மிக  
அருமையான பழமொழி. புலியாடுவார்டும் குற்றம்  
பார்த்தல் கொண்கல அருந்தால் உறவுகள் கிண்காது.  
கடைசியல் பாணவனத்தல் தனிமரமாக திகழுவது  
போல தன்யாக நற்க வேண்டியதுதான்.

உறவுகளை உரசல்களில் தின்று சூம் மக்யம்  
புண்புறும் போய்க்கிறது. துத்தகைய உலகத்தில் நாம்  
எவ்வாறு மன அமைதியுடன் வாழவேண்டும் என்பதை  
அன்னை யீ சாரதாடுவ அடிகாக உணர்ச்சியுள்ளார்.

**அன்னையன் உபதேசம் :**

"புறநாடு குறை காணாடு! உன் மன அமைதி நனைக்கும்!  
உனக்கு மன அமைதி வேண்டுமானால் யாருடைய  
குறையையும் காணாடு! உன் குறைகளுடைய பார்!  
உலகத்திலுள்ள எல்லாறையும் உனதாக்கக் கொள்.  
யாடும் அண்ணியர் அல்லர், உலகம் முழுவதும்  
உனது உறவு!"

அண்ணையன் கீசகருத்தை போலவே, கிருவள்ளூர்வர்  
 "கீசலுறையல்" எனவும் அக்காரத்திலி ஏனது கருத்தை  
 உலகநீடு உணர்ந்தியுள்ளார்.

கிருவள்ளூர் உரை:

"**ஏதலார் குற்றம்போல் தவ்ஓற்றங் காண்கிற்பன்  
 தீவண்போ மணியும் உயர்க்கு.**"

அயலாருடைய குற்றத்தைக் காண்பது போல் தம்  
 குற்றத்தையும் காண வல்லவரானால், நீரைபற்ற உயர்  
 வநடிக்கைகண்டு துன்பம் உண்டா? என்பது கிணர் பாருள்

குறைகூறுதல் நம்மை எவ்வாறு பாதிக்கிறது?

1. மனமே அதைந்தந்தும் மீல காணும். தூயிமை,  
 தூயிமையன்மை இவற்றை உணர்ச்சி செய்வது மனமே! .  
 தன் மனதில் குறைகள் உடைய கிருவன் மட்டுமே  
 மற்றவர்களை குறைகளை காணமுடியும். கிருவருடைய  
 குறைகளை நாம் கணக்கிடுவதால் நமது மனம்  
 தூயிமையன்மை அடைகின்றது.
2. கிவ்வுலகில் 100%. சரியான குறையல்லாத மணர்கள்  
 என்று யாரும்கண்டயாகு. யாருடைய வநடிக்கையைத்  
 தரம் குறைய வமர்ச்சிக்காதீர்கள். சுவீதவாருவரின்  
 குறையையும் கருத்தில் கொண்டு பதகத் தொடங்கினால்  
 அது நம் மகிச்சீகையை அடிக்கின்றது. நமது உறவுகளை  
 அடிக்கின்றது. நமது அன்றாட தொடங்குகளையும்  
 அடிக்கின்றது.

3. வயற்றோர்கள் குழந்தைகளுக்கும் காணாமல்  
 குறைபாடானது அவர்களுக்கு நம்பிக்கையை உண்டாகக் கூடியதாக  
 இருக்க வேண்டும். அதுவே அவ நம்பிக்கையின் உச்சமாக  
 இருந்தால் அது குழந்தைகளை மனவலமையை பஸவீனம்  
 அடையச் செய்கின்றது. அவர்கள் வாழ்வில் சந்திக்கும்  
 சிறிய பிரச்சனைகளையும் கூட ததர்யதீகூடன்  
 எதிர்க்கக் கொள்ள முடியாமல் துவண்டு போகின்றனர்.

4. நமது மனமும் உயிரும் ஒருங்கேயே தொடர்புடையவை.  
 நம் உடல் ஒரு குறிப்பிட்ட நிலைவரை மட்டுமே மனஅழுத்தத்தை  
 உள்வாங்கமுடியும். அது வரம்பு காண்டும் போது உடல்  
 நிலைமை மாசமாக்கின்றது. குறை சொல்லும் போக்கு  
 நமது மனையை பாதிக்கின்றது.

5. நாம் ஒருவர் மீது வைக்கும் அதிக எதிர்பார்ப்பு  
 நிறைவேறாத போது குறை சொல்லி தொடர்பினை உடைக்கின்றோம்.  
 தீவிரமான நாம் பேசும் பயனற்ற பேச்சுதான் நம் மன  
 அமைதியைக் குலைக்கும் கொடுமையான ஆயுதம்.  
 அதிக எதிர்பார்ப்பால் மனமானது மிகுந்த தாமதமும்  
 அடைகின்றது.

நாம் ஒருவருக்கு ஆயிரம் உதவி செய்து உதவியருக்கோம்,  
 ஆனால் ஒரு குறை அவர் நம்மடம் குறை கண்டிப்பின்  
 அந்த கண்டிப்பில் நாம் செய்த உதவிகள் அனைத்தும் மறந்து  
 போயினால் - துடிதான் உலகம். தீர்த்தகைய உலகத்தில்  
 குறைசொல்லுவதை நியதித் தவிர்த்து மனஅமைதி பெறவது?  
 எப்பதை பற்றி என மனதில் எழுந்த சில பரிந்துரைகளை  
 உரைக்கிறோடு பகிர்ந்து கொள்கின்றோம்.

## குறை சொல்வதை நிறுத்தி எவ்வாறு மன அமைதி பெறலாம்?

1. பணத்திற்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கும் உலகத்தில், குறை காண்பதை நிறுத்தி விட்டால், உறவுகளுக்கான முக்கியத்துவம் வளரும். திது ஒரு ஆசிரியர்க்குமான சும்ப சூழ்நிலையை உருவாக்கும்.

2. நம்மடம் உள்ள அனைத்தும் திறவன் கொடுக்கிறது. திறவன் கொடுக்கி அனைத்தையும் ஏற்று மனநிறைவு பெறுவீர்கள். அதற்காக தினமும் திறவனுக்கு நன்றி செலுத்துவீர்கள்.

3. மனநிலை மாற்றத்தை, மன உருமைகொண்டு செய்யும் தயானம், திவையுண்டும் மன அமைதியை நிலைநாட்டுவதும் வலிலமை கொண்டுதவ. தினமும் நமது குறைகளை நம்மால் அறிய முடியும், அதை சரிசெய்ய முயற்சியையும் எமற்கொள்ள முடியும்.

4. திறக்க திறக்க உறவும் மனநிலைகளை, அதைப்போல அன்பு சரக்க சரக்க பலிபடம் மனநிலை உறவுகளை எண்பதை புரிந்துக் கொண்டு உங்களுடன் பயணிக்கும் உறவுகளை அவர்களின் தியல்பான குணாதிசயங்களுடனே ஏற்றுக் கொள்ள படுகுவீர்கள். அவ்வாறு நாம் ஏற்றுக் கொள்ளும் பொது அவர்களிடம் குறை காண மனம் கொள்ளாது

5. உலகில் சில தவறு கூட செய்யாதவர்களை திலிவை. எமலும் மனின்க்க முடியாத குற்றம் என்னும் ரதுமலிவை! ஒருவர் தவறு செய்யும் பொது அவரை குறை கூறுவது தியலிபு. அதையும் ஏண்ணி, ஒருவரிடம் திருக்கும் நிலை குணங்களை எங்குக் கொண்டு அதற்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கால் மன அமைதி நிலைக்கும்.

6. உங்கள் முன்புறவல் பலரது முண்கணை ஆற்றலம் மருந்து  
 எண்பதாய் புரிந்து தொண்டு மன்றவர்களை  
 காயப்படுத்தும் வாரிதீதகணை யுயோக்ககீகாரீகர்.  
 உங்கள் வாரிதீதகணைல் அன்பு கிருக்கட்டும்.  
 மன்றவர்களைத் தெயல்கள் தொபர்ந்து உங்கள் மண்தக  
 துன்புறுத்தினால் அவர்களை காயப்படுத்த முயல  
 வேண்டாம். தீதனை எதிர்கொள்ளும் மணவல்தையபி ஏழை  
 அண்டையடம் யுரத்தனை உசய வேண்டும்.

7. கிடைக்குறும் கண்ணுக்கீத் தெர்யாது. அதுபோல் நாம்  
 உசய்யும் தவறு நமக்குத் தெர்வதில்லை. அடுத்தவர்கள்  
 மலி குறைகாலும் முன் நாம் அதற்கு முற்றிலும்  
 துத்தியாணவரா? எனறு ஒரு கணம் துணைக்க  
 வேண்டும். அடுத்தவர்டம் நாம் அதிர்ச்சி யடைகற  
 அளவுக்குப் பார்க்கற குறை ஏதும்பாலும் நாம்  
 சமந்து தொண்டிருப்பதுதான் எண்பதகு உணறு வேண்டும்  
 யாறுகாலும் சகப்புத்தினமயும் கிருந்தால் போதும்,  
 யுச்சனைகளை எதிரீக் தொண்டு வாரிதீதல் மணநீம்து  
 அடையலாம்.

நண்பர்களை... உகைம் மிகப்பெரிய உறவுகூடம்.  
 அதல் வாய நமக்குக் கடைத்தகை சீட்டுக்கருவகள்  
 போல் சீண்ட சீண்ட உறவுகளை!

ஒரு பெரிய உவரிணைத்தாரால் ஒரு கருப்பிப் புள்ளி  
 போன்றது குற்றம், குறைகள். அவைதான் முதலில்  
 கண்ணுக்கீத் தெரியும். அந்த மணநுணையை மாற்றிக்  
 தொள்ள வேண்டும்.

மாண்பு மன்றத்தின் நலமாக, கண்பலமாக கியவிக  
அண்பு சேவை. பரந்த மனதோடும், திறந்த கதயந்தோடும்  
சகமந்தர்க்களின் கியவிகளையும் அவர்களின்  
பாடுகளையும் சந்தரகாண்புள்ளீகள். அந்த வகையில்  
நமது உண்புதல் உண்பு தீய சண்புள்ளீகள்  
அண்புதல் கண்பு உண்புமண்பு தூயிமை வற  
அண்பு தீசரகாண்புடன் அருளை வற பரந்தண்பு  
வகியவிகளும். அண்புடன் உபகேசவிகள் பண்புற  
உண்பு தூலிகளை படித்து வகியவிகளும் பண்புறவிகளும்