

முதுமை ஒரு பெருமையும்!

நாற்பது வயது மகனும் என்பது வயது தந்தையும் ஒரு பூங்காவில் அமர்ந்திருந்தபோது, தந்தை பக்கத்துச் செடியில் அமர்ந்திருந்த பறவையைப் பார்த்து மகனிடம் கேட்டார், “இது என்ன பறவையப்பா?”

“இது சிட்டுக்குருவியப்பா,” என்றான் மகன். சிறிது நேரம் கழித்து மீண்டும் மகனிடம் கேட்டார், “அந்தச் செடியில் அமர்ந்திருப்பது என்ன?”

“அதுதான் சொன்னேனே சிட்டுக்குருவியென்று,”

ஐந்து நிமிடம் பொறுத்துத் திருப்பி அதே கேள்வியைத் தந்தை கேட்டபோது மகன் பொறுமையிழந்தான், “எத்தனை தடவை சொல்வது அது குருவியென்று. கண் தெரியவில்லையா?” என்றான் கோபத்துடன். மீண்டும் இரண்டு நிமிடம் கழித்து மகனிடம் புதிதாகக் கேட்பதுபோல அவர் கேட்டார், “இது என்ன பறவையப்பா?”

“அப்பா நான் இனி பதில் சொல்லமுடியாது. வயதாகிவிட்டதால் உனக்குக் கண்ணும் சரியில்லை.

மூளையும் மழுங்கிவிட்டது. இனி நீ கேள்வி கேட்டால் பதிலே சொல்லமாட்டேன்,” என்று எரிச்சலின் உச்சிக்குச் சென்றான் மகன்.

அப்போது அன்புத் தந்தை கூறினார், “மகனே, 4 முறை நான் கேட்டதற்கு இப்படிக் கோபித்துக் கொள்கிறாயே! நீ குழந்தையாக இருந்தபோது 40 முறை நீ திருப்பித் திருப்பிக் கேட்ட கேள்விகளுக்கு, உனக்குப் பொறுமையாகப் பதில் சொல்லியிருக்கிறேனே. அன்று நான் கோபப்படாமல் பதில் சொன்னதால்தானே நீ பலவற்றை அறிந்துகொண்டாய்.”

அவர் கூறியதைக் கன்னத்தில் அறைந்ததுபோல உணர்ந்து தன் பொறுமையின்மையை மாற்றிக் கொள்வதெனச் சபதமெடுத்தான் மகன். எதிலும் பொறுமையறியா மகனுக்குப் புத்தி புகட்டிய தந்தையின் இந்த உத்தி அவருடைய அனுபவ அறிவால் விளைந்ததாகும்.

வயதாகிவிடுவதால் பொறுமை, பரிவு, வாய்மை,

முதுமைக்கு அடிபணியாதீருக்க சில வழிகள்:

1. ஆண்டுகள் செல்லச் செல்ல, உடலும் மனமும் சீர்கெடும் என்று எண்ணாதீர்கள். எண்ணினால் அதுதான் நடக்கும். வாழ்வில் ஈடுபாடு குறையும்போது, கனவு காண்பதை நிறுத்தும்போது, அறிவுப்பசி தணியும்போது, புதியதை வெற்றிகொள்ளும் தேடல் நின்றுவிடும்போது, புதியனவற்றை ஏற்க மனம் தயங்கும்போது, மட்டுமே முதுமை வரும்.
2. எனக்கு வயதாகிவிட்டது என்று கூறுவதற்குப் பதில் ‘அனுபவத்துடன், ஞானத்துடன் விளங்குகிறேன்’ என்று கூறுங்கள். நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக, அமைதியாக, சக்தி வாய்ந்தவராக இருக்கும் காட்சியை மனத்தில் பதிய வைப்புகள்.
3. மற்றவர்களுக்குப் பயனாக இருக்கிறோம் என்ற உணர்வு; சுறுசுறுப்பான வாழ்க்கை முறை; நாளும் முக்கால் மணிநேர நடைப்பயிற்சி; மூச்சுப்பயிற்சி; தியானம்; குறுக்கெழுத்துப் புதிருக்கு விடைகாணல், சதுரங்கம் முதலிய அறிவைக் கூர்த்தீட்டும் விளையாடல்களில் ஈடுபடல், கணினி நுட்பங்கள், இசைக்கருவிகள், ஓவியம், புதுமொழி முதலிய புதியனவற்றைக் கற்றல்; ஆண்டி ஆக்சிடென்ட் உள்ள உணவு வகைகளை நாளும் உண்ணல் - இவை முதுமையை வேகமாக விரட்டும் ஆற்றல் படைத்தனவாகும்.
4. நேர்மறை எண்ணத்துடன், எதைப் பற்றியும் கவலைப்படாமல், மகிழ்ச்சி ஒன்றே குறிக்கோளாகக் கொண்டவர்கள் முதுமையில் எந்த நோய்க்கும் ஆளாவதில்லை. 4000 முதியவர்களை வைத்து இலண்டனில் உள்ள ஒரு பல்கலைக்கழகம் ஆய்வு நடத்தி வெளியிட்ட உண்மை இது.

அடக்கம், அமைதி, அன்பு, மனிதநேயம் முதலிய பண்புகள் முதுமையடைவதில்லை. இப்பண்புகளைப் போற்றி வாழும்போது இளமை முதுமையிலும் நிலைத்திருக்கும் என்பதே உண்மை.

முதுமை என்பது ஆண்டுகளின் மறைவதன்று. அது ஞானத்தின் எழுச்சி. ஞானம் என்பது ஆழ்மன ஆற்றலை வெளிக்கொணர்ந்து, ஒரு முழுமையான, மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கை வாழும் அறிவைப் பெற்றிருப்பதுதான். எனவே, உண்மையான முதுமை என்பது வாழ்வில் இன்னொரு புது வசந்தமாகும்.

ஆகவே, முதுமையை ஒரு துக்க நிகழ்வாகக் கருதாமல், இந்த இனிய மாற்றத்தைப் பேரானந்தத்துடன் வரவேற்க வேண்டும். முடி நரைத்தல் என்பது ஞானம், திறமை, பட்டறிவு ஆகியவற்றின் அடையாளமாகவே கருதப்பட வேண்டும். உடல் இயக்கம் குறைந்தாலும், ஆழ்மனம் அளிக்கும் உத்வேகத்தின் மூலம் வெளி மனத்தைச் சுறுசுறுப்பாக உயிர் துடிப்புடையதாக ஆக்கமுடியும் என்று வாழ்ந்து காட்டிய சாதனையாளர்கள் பலர் உள்ளனர்.

சாக்ரடீஸ் 80 வயதில்தான் உற்சாகமாக இசைக் கருவிகளை இயக்கக் கற்றார். மைக்கிளாஞ்சலோ 88 வயதில் ஐரோப்பாவின் புகழ்பெற்ற ஆலயங்களுக்கு அறிவுத்தெளிவுடன் வரைபடம் அமைத்துக் கொடுத்தார். 67 வயதில் மிதிவண்டி ஓட்டக் கற்றுக்கொண்ட லியோ டால்ஸ்டாய், ‘நான் அமைதியாக இருக்க மாட்டேன்’ என்ற புகழ்பெற்ற நூலை தம் 82-ஆவது

வயதில் எழுதினார். எடிசன் தம் 84-ஆம் வயதில் முதல் மின்ரயில் திட்டத்திற்குத் தலைமையேற்று, முதல் இரயிலையும் தாமே ஓட்டினார். ஜி.யு. போப் மனமுருகி திருவாசகத்தை, ஆங்கிலத்தில் மொழிபெயர்த்து முடித்து வெளியிட்டது அவருடைய 80-ஆம் பிறந்தநாளன்று தான். தந்தை பெரியார் தம் 95-ஆவது வயதிற்குப் பின், வாழ்ந்த 98 நாட்களில் 35 நாட்கள் சூறாவளிச் சுற்றுப்பயணம் செய்து பகுத்தறிவுப் பிரச்சாரம் செய்துகொண்டிருந்தார். இராஜாஜி தம் 94-ஆவது வயதிலும் அரசியலில் மூன்று கட்சி தேர்தல் கூட்டணி உருவாக்கி, இந்திரா அரசுக்கு எதிராகத் தேர்தல் விபூகம் அமைத்துக் கொண்டிருந்தார்.

65,75,85,95.. என்று என்ன வயதாயினும், முதுமைக்கு அடிபணியாமல், மனத்தளவில் இளமையோடிருந்து வசந்தகாலத்தில் வாழமுடியும் என்று உணர்த்தியவர்கள் பட்டியல் நீண்டதாகும். அதில் நாமும் இணையலாம். ஒரு பெரிய உண்மை என்னவெனில், மனத்திலும் உடலிலும் தீங்கு விளைவிக்கும் முதுமை ஏற்படக் காரணம் காலம் அன்று; காலத்தைக்குறித்த பயம்தான். காலத்தின் விளைவுகள் குறித்து நரம்பு மண்டலங்களில் ஏற்படும் பயமே மரணத்திற்கு முன் மனத்தளவில் மரணத்திற்கு வழிவகுக்கிறது. “நாம் ஒருவருடைய வயதைக் கணக்கிடுவதில்லை - அவரிடம் கணக்கிடுவதற்கு வேறேதும் இல்லாதவரை,” என்று கவிஞர் எம்ர்சன் கூறியது பேருண்மையாகும். 10