

வெற்றிச் சூத்திரங்கள்...

நாம் அன்றாட வாழ்க்கையில் 'உன்னால் முடியும் - முயற்சி செய்து பார்', 'எல்லாம் நீ பார்க்கின்ற கண்ணோட்டத்தில்தான் இருக்கின்றது', 'முன் வைத்த காலப் பின் வைக்காதே', 'கோபம் வந்தால் 10ல் இருந்து 1 வரை பின்னோக்கி எண்ணிவிட்டு பின் செயல்படு' போன்ற வாக்கியங்களை அடிக்கடி கேட்கின்றோம். அதை நாம் அலட்சியமாக 'இவர்களுக்கென்ன, வாயளவில் வெகு சலபமாகச் சொல்லிவிடுகிறார்கள், அதை நாம் செயல்படுத்துவதற்குள் எவ்வளவு தடைகளை, கஷ்டங்களை அனுபவிக்கவேண்டியிருக்கின்றது' என்று எண்ணுவீர்கள். இப்படி மனம் சோர்ந்துபோய் விட்டுவிடக்கூடாது. சிறிது நிதானமாகச் சிந்தித்து ஆராய்ச்சி செய்து பார்த்தால் அந்தப் பொன்னான வாக்கியங்களில் எவ்வளவு உண்மை புதைந்திருக்கிறது என்பது புலனாகும்.

நான் சில வருடங்களாகப் பல நாடுகளுக்கு நீண்டதூரப் பயணம் செய்து கொண்டிருக்கிறேன். விமானம் ஏறுவதற்கு முன்னர் கிடைக்கும் நேரத்தை விமான நிலையங்களில் இருக்கும் புத்தகக் கடைகளிலேயே செலவிடுவேன். ஐந்து வருடங்களுக்கு முன்பு குவிந்திருந்த கதைப் புத்தகங்கள், அழகுக் குறிப்புகள், சமையல் குறிப்புகள், தினசரி, வாராந்திர பத்திரிகைகளைத் தோற்கடிக்கும் வகையில் இப்போது எங்கு பார்த்தாலும் personality development - success Oriented Books- தன்னனத்தானே உயர்த்திக் கொள்ளும் வகையில் அமைந்த புத்தகங்கள்தான் குவிந்திருக்கின்றன. Stephen covey-ன் First things first, Dr. Denis Waitley-ன் The Winner Edge, Dale Carnegie-ன் 'The leader in You, Jack Canfield and Mark Victor Hansen-ன் 'Chicken soup for the soul' Series போன்ற பல தரப்பட்ட தன்னம்பிக்கை ஊட்டும் புத்தகங்களே புத்தகக் கடைகளை ஆக்கிரமித்துக் கொண்டிருக்கின்றன. நான் 'சும்மா படித்துப் பார்ப்போமே' என்று ஒரு புத்தகத்தை வாங்கிப் படித்துவிட்டுப் பிரமித்துப் போய் விட்டேன். நாம் தினமும் நம் அன்றாட வாழ்க்கையில் சந்திக்கும் சிக்கல்களையும், மனப்போராட்டங்களையும் விரிவாக எழுதி, ஒவ்வொரு பிரச்சினைக்கும் ஓர் அழகான, சலபமான தீர்ப்பைச் சிறு வடிவத்தில் கொடுத்து இருந்தார்கள். அதற்காக அத்தனைப் புத்தகங்களும் எல்லோருக்கும் பிடித்துவிடும் என்று சொல்லிவிட்ட முடியாது. அவரவர் ரசனைக்கேற்ற புத்தகத்தினைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ளலாமே! அதை அடிக்கடிப் படித்து, முக்கியமான, மனத்தைக் கவர்ந்த பகுதிகளைக் குறித்து வைத்து. அதிலுள்ள நல்ல தரமான விஷயங்களை நம் மனத்தில் ஏற்று ஆழ்ந்து படித்து வருவோமானால் நம்



சுதா ரகுநாதன்

வாழ்வில் உற்சாகத்தையும், சந்தோஷத்தையும் வரவழைத்துக் கொள்ளலாமே!

இன்றைய அவசர வாழ்க்கையில் நாமெல்லோருமே 'நேரம் போதாமை-பதற்றம்' என்ற நிலையிலேயே வாழ்ந்து கொண்டு - இல்லை... இல்லை... எந்திரம் போல் ஓடிக் கொண்டிருக்கிறோம். Courage And Determination பற்றி ஆன் லாண்டர்ஸ் சொல்கிறார் 'If I were asked to give what I consider the single most useful bit of advice for all humanity, it would be this: Except trouble as an inevitable part of life and when it comes, 'hold your head high, look it squarely in the eye and say, 'I will be bigger than you! You cannot defeat me.'" அப்படியென்றால் 'ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் பயன்படக்கூடிய கருத்து ஒன்றைக் கூறும்படி என்னிடம் யாராவது கேட்டால் அதற்கு

நான் 'வாழ்க்கையில் பிரச்சினையை நீ எதிர்கொள்ளும்போதும் தலைநிமிர்ந்து நிில். நேருக்கு நேர் எதிர்கொள். நான் உன்னவிடப் பெரியவன், என்னை நீ வெற்றியடைய முடியாது; என்று ஆழமாக மனத்தில் நினை என்றுதான் சொல்லுவேன்'

உண்மைதானே! வாழ்க்கை என்றால் குடும்பத்திலோ, வேலை ஸ்தலத்திலோ தடங்கல்கள், பிரச்சினைகள் இருக்கத்தான் செய்யும். அதற்காகப் பயந்து பின்வாங்கினால் எதிலும் வெற்றிகாண இயலாது. 'ஜெயிப்பது நிஜம்' என்று சன் டி.வி.யில் வரும் சின்னத்திரை தொடரின் தலைப்பைப் போல் நாம் நம் மனத்தில் அடிக்கடிச் சொல்லிக் கொண்டால் எந்தவிதமான பிரச்சினைகளையும் நாம் ஜெயிக்க முடியும். தன்னம்பிக்கை ஒன்னுதான் நாம் நம் மனத்திற்குக் கொடுக்கக்கூடிய ஊட்டச் சத்து.

Insight and motivation help you to achieve

excellence என்று வான் குரோச் எழுதிய வாக்கியங்களையும் அவற்றிற்கு உண்மைச் சம்பவங்களையும் கொடுத்திருக்கிறார். அவர் சொல்கிறார் - 'மனிதன் என்றால் அவனுக்கு நிச்சயமாகக் கனவுகள் இருக்கவேண்டும். பெரிய கனவுகள், கற்பனைகள் சில சமயங்களில் நமக்கு வெறும் கற்பனையில்லாத பெரிதாக இருக்கும். நாம் அதைச் சரியானபடி, சரியான சமயத்தில் ஆரம்பித்து வெற்றி காணத் தெரியவேண்டும். வான்குரோச் புத்தகத்தில், நடைமுறை வாழ்க்கையில் வெற்றி கண்டவர்களை, அவர்கள் எப்படிப் போராடி வெற்றி கண்டார்கள், கஷ்டங்களை எப்படி எதிர்கொண்டார்கள் என்று ஆச்சரியப்படுத்தும்படி விளக்கியுள்ளார். கனவுகளை, சத்தியமான உழைப்பால் விடாமுயற்சியால் தீர்மானமாக நனவாக்கலாம் எனச் சொல்லியுள்ளார். இப்படியான சிறந்த எழுத்தாளர்களின் புத்தகத் தலைப்புகளே நம் மைப் பிரமிக்க வைக்கின்றன.

அப்பப்பா! அவற்றைப் படிக்கும்போது நாம் சிறகு வைத்த பறவைகள் போல் வாழ்க்கை எனும் யாத்திரையில் கலபமாகச் சிறகடித்துப் பறந்து, திரிந்து வரமுடியும் என்று தோன்றிவிடுகிறது. இதில்கூட நாம் சில பிரச்சினைகளை எதிர்நோக்கவேண்டும்.

1. முதலில் புத்தகம் வாங்கவேண்டும் என்ற எண்ணம் வர வேண்டும்.
2. சரியான புத்தகத்தினைத் தேடிப்பிடித்து வாங்க வேண்டும்.
3. அதை விரும்பிப் படிக்கவேண்டும்.
4. அதில் சொல்லியிருப்பதைச் செயல்படுத்தவேண்டும்.
5. தோல்வி ஏற்படினும் விடாமுயற்சியுடனும், தன்னம்பிக்கையுடனும் செயல்பட்டுக்கொண்டே இருக்கவேண்டும்.
6. ஒரு படியில் வெற்றிகண்ட உடனேயே திருப்திப்பட்டுக் கொண்டு உட்கார்ந்து விடக்கூடாது - இப்படி எடுத்து புத்திமதிப்பட்டியல் நீண்டுகொண்டேதான் இருக்கும்.

வாழ்க்கையில் ஒவ்வொரு நாளிலும் நாம் ஏதாவது கற்றுக் கொண்டு மற்றவர்களையும் பார்த்து அவர்களிடம் உள்ள நல்ல விஷயங்களையும் கற்றுக் கொள்ளவேண்டும்.

மற்றவர்களோடு மரியாதையையும் அன்பையும் தாராளமாகப் பகிர்ந்து கொள்ளவேண்டும். அது மட்டுமல்லாமல் தன்னம்பிக்கை மிகவும் முக்கியம். என்னால் முடியுமா? எப்படி? என்ற கேள்விகளை மூட்டை கட்டி வைங்கள். எதையும் செய்யாமல் இருப்பதை விட நம்மால் முடிந்தவரை முயற்சியாவது செய்தோம் என்ற திருப்தியே மேல்.

ஒரு சிந்தனையாளர் சொல்கிறார்: 'நான் தனி மனிதன்தான். என்னால் எல்லாவற்றையும் செய்யவும் முடியாது. எல்லாவற்றையும் சாதிக்கவும் முடியாது. ஆனால் என்னால் சிலவற்றை நிச்சயமாகச் செய்யமுடியும். அவற்றைச் செய்து கொண்டே இருப்பேன். ஒய்ந்து போவதில்லை'



இந்த வாரம் சிந்தித்தேன்

ஒரு தனி மனிதன் வாழ்க்கையில் வெற்றியடைய வேண்டுமானால் சில பொற கட்டளைகள் உள்ளன. அவற்றில் சில.

மற்றவர்கள் செய்வதை அடிக்கடி நன்றி பாராட்ட வேண்டும்.

பெரியவர்களாயினும், வயதில் சிறியவர்களாயினும் அவர்களும் இந்தச் சமுதாயத்தில் ஒரு தனி மனிதன் என்று மதித்துப் பழக வேண்டும்.

உன்னுடைய நிலையிலிருந்து மட்டுமே மற்றவர்களைப் பார்க்காமல், அவர்களுடைய இடத்தில் இருந்தும் பிரச்சினைகளைப் பார்க்கவேண்டும்.

மற்றவர்களை எந்நேரமும் குறை சொல்லாமல் இருப்பது நல்லது.

உன்னில் இருக்கும் சிறந்த குணங்களை வெளிப்படுத்த வேண்டும்.

நேர்மையாக வாழவேண்டும்.

வாழ்க்கையில் எப்படியோ வாழ்ந்தோம் என்றில்லாமல் இப்படி வாழ்ந்தோமே என்று பெருமைப்படும் அளவிற்கான செயல்களைச் செய்.

வாழ்க்கையைச் சந்தோஷத்துடன் இலகுவாக வாழக் கற்றுக்கொள். தினசரி வாழ்வில் வேலை நேரத்தையும் ஓய்வு நேரத்தையும் அனுபவிக்கப் பழகிக்கொள்ளவேண்டும்.

சிறு சிறு விஷயங்கள் கூட நம் வாழ்க்கைக்கு அர்த்தம் சேர்ப்பதாக அமைகின்றன. பூக்களைப் பார்த்தால் அழகை ரசி. குழந்தைகளுக்காக நேரத்தை ஒதுக்கவேண்டும். அவர்கள் பெரியவர்களாகிவிட்டால் அவர்களுக்கு நம்முடன் விளையாட நேரமிருக்காது. புத்தகங்களைப் படித்து அறிவை வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். செய்யும் வேலையை அனுபவித்துச் செய்யவேண்டும். உணக்காகவும் சிறிது நேரத்தை ஒதுக்கிக் கொள்ளவேண்டும். தனிமையை அனுபவிக்கவேண்டும் - ஒரு கடல் சூழ்ந்த தீவில் தனிமையாக இருப்பதுபோல். உனது ஆரோக்கியத்திற்கும் முக்கியத்துவம் கொடுக்கவேண்டும். அது கடவுள் உனக்கு அளித்த வரம்.

முடிவாக ஒன்று சொல்ல விரும்புகிறேன். மற்றவர்களுக்குச் சேவை செய்யும் மனப்பான்மையை மனதார வரவழைத்துக் கொள்ளவேண்டும். எவ்வளவு சிறிய உதவியாக இருந்தாலும் நாம் செய்கிறோம் என்ற அந்த உணர்வே நம்மைச் சந்தோஷத்தில் ஆழ்த்திவிடும். ஒரு புத்தகத்தில்...

'இன்பம் தேடும் முயற்சியில் இறங்கியுள்ள உலக மக்களில் பாதிப் பேர் தவறான வழியிலேயே செல்கின்றனர். மகிழ்ச்சி என்பது பெறுவதிலும் அடைவதிலும் இருப்பதாக அவர்கள் கருதுகின்றனர். அவர்கள் நினைப்பதற்கு மாறாக மகிழ்ச்சி என்பது அளிப்பதிலும் தொண்டு செய்வதிலும் உள்ளது. உங்களது லாபத்துக்கும் வாழ்க்கையில் உங்களது உண்மையான வெற்றிக்கும் ஒரு தொடர்புமில்லை. வாழ்வில் வெற்றி என்பது நீங்கள் அடுத்தவருக்கு என்ன செய்தீர்கள் என்பதிலேயே அடங்கியுள்ளது.'

இந்த உலகம் சரியான பாதையில் செல்லவில்லையோ? மக்கள் எல்லோரும் தாங்கள் பெற்றுக்கொள்வதிலேயே சந்தோஷமடைகிறார்களே? உண்மை இதுவல்லவோ! நாம் கொடுக்கக் கொடுக்கத்தானே இன்பம்!

வாருங்கள் நாம் எல்லோரும் இன்றே இக்கட்டுரையில் உள்ள நல்ல விஷயங்களில் நம் மனத்தைச் செலுத்துவோம். செயல்படுவோம்.

உங்கள் எண்ணத்தை, உங்கள் உலகை மாற்றிக் கொள்ளுங்கள். உயர்ந்த திறன் என்பது ஒரு செயலாக அல்ல; ஒரு பழக்கமாக மாறவேண்டும்.

கடந்த காலத்தை மறந்துவிட்டு எதிர்காலத்தை நோக்கித் தன்னம்பிக்கையுடன் செயல்படு. உன்னுடைய பொன்னான எதிர்காலம் இதோ! இதோ! எங்கு பார்த்தாலும் இனிமைதான்! உலகமெங்கும் இன்பம்தான்! உன்னுடையதாக ஆக்கிக்கொள்!