இயல்பான புலனாய்வு

INNATE INTELLIGENCE

Innate intelligence

முன்னுரை

உடலின் புலனாய்வுக்கு இயல்பான கல்வி முறை அவசியமாகிறது. உடலியக்கத் தத்துவம் கலை மற்றும் அறிவியல் அதனுள் வாழ்க்கை என்ற பல்கலைகழகத்தில் இணைந்துள்ளது.

ஒரு மனிதன் சரியான வழியில் தன்னை ஒருங்கிணைத்து இயல்பாக வாழக் கற்றுக் கொள்வதற்கு இயல்பான புலனாய்வு துணை புரிகின்றது. உடல், மனம், நுண்ணறிவு, ஆத்மா இந்த நான்கும் இயல்பான புலனாய்வில் ஒருங்கிணைக்கின்றது.

மனித வாழ்வின் பொருள் மற்றும் நோக்கம் தன் இயல்பை உணர்ந்து பெறுவதேயாகும். மனிதனின் சொந்த பொருள் மற்றும் இயல்பு வேறு உலகிலேயில்லை. இதற்கு அவனது வாழ்க்கையில் வெளிப்புற மூலத்தில் இருந்து ஆற்றல்

தொடர்ந்து தேவைப்படுகின்றது. மனித உடல் உண்மை இயல்பின் வெளிப்பாடு என புரிந்து அதன் ஆற்றல் செயல்பாடுகளின் தெளிவு மற்றும் புரிந்துணர்ந்து அதனை முழுமையாக ஆராய்ந்து அதன் முழு மூல சுய இயல்பை அறியும் செயல்முறைதான் இயல்பான புலனாய்வு.

வேதாகம நூல்களை மட்டும் படிப்பது முக்கியமல்ல, தரும நூல்கள் சரியானவைதான்; ஆனால் அவை நியாயமானவை அல்ல நீங்கள் சரியாகப் பகிர்ந்து கொள்ள அவை உதவாது. 'இயல்பு' என்ற வார்த்தையை அச்சில் பார்ப்பது இயல்பை அனுபவிப்பதற்குச் சமம் அல்ல, இயல்பான புலனாய்வில் நீங்களே புரிந்து கொள்வது தான் உண்மையான நம்பிக்கையை ஏற்படுத்தும். பல அறிவார்ந்த இருப்பு ஒரு மனிதன் தெரியும் மற்றும் தங்களை உள்ள அங்கீகரிக்க கற்றுக் கொண்டால் அவற்றின் திறனை புரிந்து கொள்ள உதவும்.

இன்பமாக வாழ வேண்டும் என்ற ஆசை எல்லோருக்குமே இருக்கிறது. இன்பத்தை நாடி ஒவ்வொன்றின் பின்னாலும் ஓடுகிறோம். புலன்களால் அனுபவிக்கின்ற புற உலகில்

பைத்தியக்காரத்தனமாக நாம் தொடர்ந்து செயல்பட்டுக் கொண்டே இருக்கிறோம்.

இயல்பான புலனாய்வு உடல் சார்ந்த விசாரணை அணுகுமுறையை பயன்படுத்தி அணுக முடியும். அது இயல்பார்ந்த உண்மைகள் நமக்குள்ளே உள்ளது என்பதைக் காட்டும். இது நரம்பு மண்டலம் மூலமாக செயல்பட்டு இதன் உடலியக்க தனித்துவமானது நரம்பு மண்டலம் மூலமாக செயல்பட்டு குணப்படுத்தும் திறனை விழிப்படையச்செய்கிறது. இந்த இயல்பான விழிப்புணர்வு இல்லாமல் நமக்குள்ளே இருக்கும் பிறவி உண்மைகளை அறிய முடியாது.

இந்த படைப்பாற்றல் இயல்பை பற்றிய இந்த புத்தகம் மனித இயல்பு மற்றும் புலனாய்வில் உள்ள விவாதங்களையும் அறிய செய்கிறது. மனித அறிவியலிலுள்ள கேள்விகளுக்கு தத்துவம் உளவியல் மற்றும் அதைச் சார்ந்த துறைகளைச்சேர்த்துக் கொண்டு ஒரு விரிவான மதிப்பீடு செய்து இயல்பான புலனாய்வுக்கு அடித்தளமாக அமைகிறது.

இது மனித உடலின் வடிவமைப்பு மற்றும் இயற்கை நேரடியாக அடிப்படையிலான ஒரு யோக நெறி. இதில் ஆத்ம உள்ளார்ந்த உறவாக உள்ளது. இது நேர்மையுடன் செயல்பட மற்றும் உடலின் இயற்கையான இயக்கவியலால் உடலின் ஆழமான உந்துவிசை பின்பற்றும் தன்மையை ஊக்குவிக்கிறது. இன்றைய நடைமுறைக் கோட்பாடுகள் உலகின் பல இயல்புகளை விளக்கி நிற்கின்றது.

நம் உடலின் இயற்கையான ஒருமைப்பாடு மறு கண்டுபிடிப்பு உடலின் இயல்பான புலனாய்விற்கு பதிலளிக்கிறது. நமக்குள்ளே தன்னை வெளிப்படுத்த இயற்கைக்கு உகந்த சுகாதார ஆற்றல் ஓட்டம் மயக்கம் மற்றும் மகிழ்ச்சி அனுமதிக்கிறது. அந்த விளக்கத்தின் அடிப்படையிலேயே இதன் வழியில் பரிணாம வளர்ச்சியின் முன்னேற்றப் பாதையில் மனிதனைக் கொண்டு செல்கின்றது

மௌனம், மனமற்றநிலை, காலமற்ற தன்மை ஆகியவை இயல்பான புலனாய்வின் மூலம் அறிய செய்கின்றது. இது அகவழிவிழிப்புணர்வு நிலைகளில் முன்னேறுவதற்கான பயிற்சிகளாகும்.

இதன் நடைமுறை கோட்பாடுகள் விரிவடைந்து இயல்பான புலனாய்வு முன்னேற்றப் பாதையில் தொடர்ந்து செல்ல உதவுகின்றது.

உ.சு. மணிகாந்தி

அணிந்துரை

ஞானிகள் அருளியவை எல்லாம் அனுபூதிச் செல்வங்கள் ஆகும். அனுபூதி என்பது இயல்பு நிலையில் மெய்ஞான அனுபவமாகும். இவைகள் இயல்பு நிலையிலேயே அவை அருளப்பட்டவை. எனவே இந்த நவீன வாழ்க்கையில் நாம் எத்தனை முயன்றாலும் அவற்றின் உண்மைப் பொருளை உணர முடியாது. உண்மைப் பொருளை உணர வேண்டுமாயின் நமது இயல்பை அறிய வேண்டும்.

இயல்பு நிலையை நூலறிவால் ஒரு போதும் பெற முடியாது. ஏனெனில் அது "கூர்த்த மெய்ஞானத்தால் கொண்டுணர்வார் தங்கருத்தின் நோக்கரிய நோக்கு, நுணுக்கரிய நுண்ணுணர்வு" வாசித்துக் காணவொணாதது. இதனையே இந்நூலாசிரியர் நமது இயல்பை சாதாரண வாழ்க்கையில்

அறிய முடியாது எனக் கூறுகின்றார். சாதாரண வாழ்க்கை கடந்த நிலையிலேயே இயல்புணர்வுக் காட்சி புலப்படும். இந்த நூலாசிரியரின் ஒன்பது நூல்களையும் தம் தமது அறிவு அறிவாக அறிந்து கொண்டு தரும் விளக்கங்கள் மேன்மேலும் சிந்திக்கத் தூண்டுகின்றன. எல்லோருக்கும் தேவையான தத்துவத் தளத்தினை, இயல்பான நெறியின் வாழ்க்கை முறையினை வழங்கி உள்ளார். இந்த பிரபஞ்சத்தில் இயல்பும், மனித இயல்பும் அவரது ஆய்வு கற்போர் உள்ளத்தைத் தூண்டி உண்மை காண ஊக்குவிக்கும் என நம்புகிறேன்.

இங்கு கொடுக்கப்படுவது மனவாசக விளக்கமாகும். இது இயல்புணர்வு தெளிவு ஆகமாட்டாது. மனவாசக விளக்கமூலம் நாம் சாதாரண நெறிகளை அறியலாமேயன்றி மெய்யுணர்ந்தலோ அல்லது சத்திய தரிசனமோ பெறுதல் இயலாது. சத்திய தரிசனத்தை ஒவ்வொரு சாதகனும் சுயமாகவே உரிய சாதனை செய்து கண்டு பிடித்தல் வேண்டும்.

இந்த ஒன்பது நூல்களில் மனவாசக விளக்கமாக உள்ளன. அவற்றைக் கற்பதனாலோ அல்லது பாராயணம் செய்வதனாலோ நேரடியாக எவராலும் முழுமையான சத்திய தரிசனம் பெறுதல் அரிதாகும். அரைகுறையான உண்மை விளக்கம் பெறுதல் கூடும். ஆனால் அது பூரணமாகாது. அவற்றை சுயஅறிதல் செய்தல் மூலமே சத்தியதரிசனம் பெறலாம். மாசறு காட்சி பெறவிரும்புவோர் முதலில் மனவாசக விளக்கம் பெறுதல் அவசியமாகும். ஏனெனில் அதன் மூலமாகத்தான் இயல்பின் நுட்பங்களை நாம் விளங்கி கொள்ள முடியும்.

இயல்பின் நுட்பங்களைச் சரிவர விளங்கிக் கொள்ளாது சாதனை செய்தல் வீணாகும். தவறான சாதனைகள் ஒருபோதும் இயல்புணர்ந்தலை அறிய மாட்டா. இந்த அடிப்படை விளக்கத்துடன் ஏஏஏ யின் ஒன்பது புத்தகங்களும் வழுவுறப் பயில்வோம். அவற்றைச் இயல்புக்குரிய ஒழுங்கு முறையில் அமைத்து தருகின்றன. அவையாவன.

1. இயல்பான நெறி
2. ஆத்ம இயல்பு
3. இயல்பான சேவை
4. இயல்புணர்வு

5. இயல்பான ஏழாவது அறிவு

6. இயல்பை நோக்கி

7. இயல்பான இயற்கை மருத்துவம்

8. இயல்பான புலனாய்வு

9. அறிவிலிருந்து விடுதலை என்பனவாகும்.

இந்த ஒன்பது நூல்களில் உள்ள இயல்பு முறைகளை பகுத்தறிந்து இவற்றில் மறைந்து பொதிந்துள்ள அற்புதமான இயல்பு நெறி நுட்பங்கள் உணர வேண்டும்.

இவற்றின் இயல்பு முறைகள் பலவற்றிலும் சிறந்ததாகக் கருதப்படுவது ஆத்ம பிரார்த்தனை விசாரணையாகும். அதன் மூலமாகவோ இயற்கை இயல்பையும் அவை மறைமுகமாகச் இயல்பு நுட்பங்களையும் நாம் சுயமான இயல்புடன் கிரகித்து உணர்ந்து தெளிய இயலும். ஆத்ம பிரார்த்தனை விசாரணை செய்வதற்கு இயல்பு நிலை மிகவும் அவசியமாகும். இந்த ஒன்பது புத்தகங்களிலுள்ள இயல்பு நிலை நின்று இயல்பு விசாரணை செய்து அவற்றுடன் பொதிந்துள்ள இயல்பு நுட்பங்களை கிரகித்துச் சரிவர அனுஷ்டிப்போம். அவற்றின் இயல்பு பொருளைக் கிரகித்துத் தெளிவதற்குச் சுட்டறிவாற்றல் போதாது. அதற்கு

வேண்டுவது இயல்பாற்றலாகும். இந்த இயல்பாற்றல் எந்த சுட்டறிவு போல வழங்குதல் இயலாது. அதற்கு வேண்டுவது இயல்பாற்றல் படைப்புச் சக்தியை நல்கி இயற்கை தாள் வணங்கி அதன் இயற்கை அருளாலே இயல்பின் இயல்பு நுட்பங்களை ஆத்ம விசாரணை செய்து கிரகித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இந்த ஒன்பது நூல்களும் இயற்கையின் இயல்புகளை உபதேசிக்கப்பட்டன ஆகும். இவை போதனை முறையில் அமைந்துள்ள போதும் இவற்றுள் அற்புதமான இயல்பு நெறி நுட்பங்கள் மறைந்து பொதிந்துள்ளன. அவற்றை படித்து விளங்கிக் கொள்ளுதல் எளிதென நாம் நினைக்கலாம். அவற்றிற் பொதிந்துள்ள இயல்பு நிலைகளை தெரிந்து கொள்ள இயலாது. பக்தி சிரத்தியுடன் கூடிய சேவை விழிப்புணர்வும் நடுவு நிலை வைராக்கிய விசாரணையும் நமது இயல்பை தெளிவிக்கின்றது.

M.E.**சம்பத் குமார்**

1. **நுண்ணறிவு**

"அறிவு உன் உடலுக்கு இன்பம் தரும். நுண்ணறிவு உனக்குக் காவலாய் இருக்கும்."

நுண்ணறிவு என்பது புரிந்து கொள்ளும் ஆற்றல் சிக்கலைத் தீர்க்கும் ஆற்றல் தொடர்பு காணும் ஆற்றல் சூழ்நிலைப் பொருத்தப்பட கருத்தியல் சிந்தனைத் திறன் போன்ற ஆற்றல்கள் அல்லது திறன் போன்ற ஆற்றல்கள் அல்லது திறன்களின் தொகுப்பாகும்.

இது புரிந்து கொள்ளல் புதுமை புனைதல் தொடங்கிய செயலைத் தொடர்ந்து முடித்தல் தனது நடத்தையில் உள்ள குறைபாடுகளை உணர்தல் போன்ற கூறுகள் நுண்ணறிவினுள் அடங்கியுள்ளன.

நுண்ணறிவு திட்டமிடுவது பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வு காணல் பண்புலவாகச் சிந்தித்தல் எண்ணக்கருத்துக்களையும் மொழியையும் விளங்கிக் கொள்ளல் கற்றல் போன்றவற்றுக்கான திறன்களை உள்ளடக்கிய மனம்சார்ந்த திறமைகளைத் தழுவி அமைந்த மனத்தின் ஒரு இயல்பாகும். நுண்ணறிவு என்பது சில சமயங்களில் பரந்த பொருள்களில் நோக்கப்பட்டாலும் உளவியலாளர்கள்

இதனை ஆக்கத்திறன் ஆளுமை அறிவு நுட்பம் ஒருவரின் இறப்புப் பண்புகள் என்பவற்றில் இருந்து வேறுபட்ட ஒன்றாகவே கருதுகிறார்கள்.

இதனை ஒரு மனிதன் அறிவைப் பெறுதல் அதாவது கற்றலும் புரிந்து கொள்ளுதலும் அறிவைப் பயன்படுத்துதல் சிக்கல்களைத் தீர்த்தல் மற்றும் எண்ணவியல் பகுத்தறிதலைச் செய்தல் ஆகியவற்றுக்கான திறனேயாகும். அது ஒரு மனிதனின் அறிவியல் திறனாகும். மேலும் ஒருவர் ஒட்டு மொத்தமாக நலமாக இருப்பதன் ஒரு முக்கிய அம்சமும் ஆகும். உளவியலாளர்கள் ஒரு நாட்டின் ஒட்டு மொத்த அளவிலும் இதனை அளவி முயற்சித்துள்ளனர்.

அறிவாளி மற்றவர்களை நுண்ணறிவோடு கவனிக்கிறார், பேதமையோடு அல்ல. நுண்ணறிவோடு கவனித்தால் நிரம்பக் கற்றுக் கொள்ள முடியும். மேலும் பேதமையோடு கவனித்தால் குறை காண மட்டும் தான் முடியும்.

நுண்ணறிவு கண்டறிவதன் மூலம் ஒரு பரந்த மற்றும் ஆழமான திறன் பிரதிபலிக்கிறது. நுண்ணறிவை மதிப்பிடுவதற்கென வடிவமைக்கப்பட்ட பல்வேறுபட்ட தர

நிலையாக்கப்பட்ட சோதனை ஒன்றின் மூலம் பெறப்படும் மதிப்பே நுண்ணறிவு எண் அல்லது IQ என்பதாகும்.

அன்றாட வாழ்க்கையில் ஒரு மனிதன் படி நுண்ணறிவு என்ன அவருடைய நிறுவனம் வழங்குகிறது. IQ சோதனைகள் மூலம் தங்கள் சொந்த நுண்ணறிவை அளவிடுவதற்கு திறன் தான் போன்ற ஒரு வழியில் தங்கள் நுண்ணறிவை அளவீடுவதற்கான திறன் என்ன உணரப்பட்ட எல்லைகளை அதே முடிவு எனினும் ஒரு IQ சோதனை மனித நுண்ணறிவின் ஒரு சிறிய பகுதி தான் அளவிட முடியும் என்ற உண்மைகள்.

தனிநபர்கள் சிக்கலான கருத்துக்களை புரிந்து கொள்ளும் சூழலுக்கேற்ப அனுபவத்தில் இருந்து கற்றுக்கொள்ளுகின்றன. பகுத்தறிவு பல்வேறு வடிவங்களில் ஈடுபட சிந்தனை அனைத்து தடைகளையும் கடக்கும் திறனுக்கு ஏற்ப மாறுபடுகின்றது. இந்த தனிப்பட்ட வேறுபாடுகள் கணிசமானதாக இருக்க முடியும் என்றாலும் அவைகள் முற்றிலும் சீராக உள்ளது. வெவ்வேறு அளவுகோல்களை வைத்தே ஒரு குறிப்பிட்ட நபரின் அறிவார்ந்த செயல்திறன் வெவ்வேறு காரணங்களில்

வெவ்வேறு சந்தர்ப்பங்களில் வேறுபடுகிறது. இந்த நுண்ணறிவு கருத்துத் தாக்கங்களின் நிகழ்வுகள் ஒரு சிக்கலான தொகுப்பு தெளிவு ஏற்படுத்த முயற்சிகள் நடைபெற்று வருகின்றன.

மக்களின் IQ உறுதிபடுத்த ஒரு இயல்பான விநியோகம் செய்து கணக்கிடப்படுகிறது. இந்த நுண்ணறிவை புரிந்து கொள்ளும் அணுகு முறை மனோரீதியான சோதனை அடிப்படையாகக் கொண்டது. இந்த நுண்ணறிவு சோதனைகள் பரவலாக கல்வி தொழில் மற்றும் நடத்தை கணிக்கும் திறன் முதலியவை அளவிடப்படுகிறது. நுண்ணறிவு இது இனங்களின் வளர்ச்சி சார்ந்தது.

நுண்ணறிவு திறன் நூல் சிந்தனை புரிதல் சுய விழிப்புணர்வு தகவல் தொடர்பு பகுத்தறிவு உணர்ச்சி அறிவு பிரச்சனைகளை தீர்ப்பதால் கற்றல் எனப் பல்வேறு வழிகளில் வரையறுக்கப்படுகின்றது

நாம் நம் இயல்புகள் இருக்கும்வரையில் நம்மிடமிருந்து வெளிப்படும் எந்த செயல்களும் சுவாசித்தல் போன்ற நுண்ணறிவின் மூலம் நடைபெறும் செயல்களை தவிர நம் இயல்புகளின் உந்துதல் மூலம் மட்டுமே நடைபெற

இயலும். இந்த செயல்பாட்டில் இயற்கையாக நம்மிடம் இருக்கும் நுண்ணறிவு (Intelligence) மிக மிக சிறு பங்களிப்பையே அளிக்க முடியும். நம் இயல்புகளின் நுண்ணறிவின் ஆதிக்கத்தை நம்மால் சாதாரணமாக அறிய முடியாத தளத்தில் படரவிடுவதன் மூலம் அதாவது நம் தற்போதைய விழிப்பு நிலையில் நம் வாழ்க்கையை நம் விதியை இயல்புகளே தீர்மானிக்கின்றன. நாமே அந்த இயல்புகளாக இருப்பதன் மூலம் அவற்றை நாமே தீர்மானிப்பதாக கூறிக் கொள்ளலாம். ஆனால் நாமோ இயல்புகளின் அடிமையாக இருக்கிறோம். இயல்புகளின் அடிமையாக இருப்பதை அறியாமல் இருக்கிறோம். அந்த அறியாமையில் இருக்கும் வரை நம் வாழ்க்கையை நம் விதியை நாமே தீர்மானிக்கும் சக்தியை உடையவர்களாக இருந்தும் அவற்றை நம் இயல்புகளிடம் ஒப்படைத்து விடுகிறோம்.

நமது புலன்களின் வழியே இவ்வுலகின் நிகழ்வுகள் பொருட்களின் தன்மைகளை உணர்கின்றோம். நுண்ணறிவு துல்லியமான அவ்வுணர்வுகளை அடிப்படையாக வைத்து இவ்வுலகின் இயல்பை இயக்கத்தை நோக்கி நாம் ஒரு புரிதல் அடைந்து அப்புரிதலின் அடிப்படையில் நாம் ஒரு

நடைமுறைக் கோட்பாட்டை பரிந்துரைக்கின்றோம். இதன் நடைமுறை கோட்பாடுகள் விரிவடைந்து செதுக்கப்பட்டு முன்னேற்ற பாதையில் தொடர்ந்து செல்ல உதவுகின்றது.

.

2.உடல் புலனாய்வு

இன்றைய நமது வாழ்வின் மிகச் சிக்கலான விஷயமாக நான் நினைப்பது. ஒரு மனிதன் இன்னொரு மனிதனை புரிந்து கொள்வதில் ஏற்படும் நெருக்கடியேயாகும். ஒருவன் தன்னைத்தானே அறிந்து கொள்ளாததற்கும் சக மனிதனை புரிந்து கொள்ள முடியாததற்கும் இன்றைய வாழ்வின் நெருக்கடிகளுக்கும் நெருங்கிய தொடர்பு உள்ளது. இந்த நிலையை மேம்படுத்த நாம் என்ன செய்யலாம்? தர்க்கப்புத்தியின் முக்கியத்துவத்தை உணர்ந்து அதனை தொடர்ந்து மேம்படுத்த நாம் கொள்ளும் முனைப்பை ஓரளவிற்கேனும் நம்மை புலனாய்வுக்கு மேம்படுத்துவதற்கும் நாம் செலவிட வேண்டும்.

உடல் புலனாய்வு உங்களுக்கு வழிகாட்டுகின்றது. உடலை ஒருங்கிணைக்கிறது. உடலை பராமரிக்கின்றது. உடலின்

சாதாரண செயல்பாடுகளை அறிய உள் ஞானம் உள் புலனாய்வு தேவைப்படுகின்றது. இது உங்கள் செயல்பாடுகளை சமநிலைப்படுத்துகின்றது.

மனிதனை விசாரங்களிலிருந்து விடுவித்து உயர்த்துவதற்காகத்தான் எல்லா மத சம்பிரதாயங்களும் தோன்றியிருக்கின்றன. மற்ற பிராணிகளுக்கு இல்லாத விசாரம் இவனுக்கு இருப்பது மட்டுமில்லை. இவன் முயன்றால் விசாரத்திலிருந்து விடுபடுவது மட்டும் இல்லாமல்இ மற்ற பிராணி வர்க்கம் எதுவும் பெற முடியாத ஞானத்தைப் பெற முடியும் என்று மத சித்தாந்தங்கள் யாவும் கூறுகின்றன.

உலக விவகாரங்களை எல்லாம் இயக்கி வைக்கிற ஒரு மஹா சக்தியைப் தஞ்சம் புகுந்தாலே விசாரங்களிலிருந்து விடுபடலாம் என்று பொதுவாக இந்த எல்லாச் சித்தாந்தங்களும் ஒரே குரலில், ஏகமனதாகச் சொல்கின்றன. அத்வைதம், விசிஷ்டாத்வைதம், த்வைதம், சைவ சித்தாந்தம், இன்னும் கிருஸ்துவம், இஸ்லாம் முதலிய எந்தச் சம்பிரதாயங்களும் சரி, பக்தி எல்லாவற்றுக்கும் பொது.

உடல் ஆரோக்கியம் 100% கொண்டு இருந்தால் உடல் புலனாய்வு சரியாக உள்ளதாகக் கருதப்படுகின்றது. இந்த உடல் புலனாய்வு உடலை ஒழுங்காக பராமரிக்க செய்கிறது. இது சிக்கலான வாழ்க்கையை எளிமைப்படுத்தி குறுக்கீடுகளை கலைந்து ஆரோக்கிய வாழ்விற்கு வழிவகை செய்கின்றது.

இது ஒருவர் தன்னுடைய உணர்ச்சிகளையோ, அல்லது மற்றவர்களின் உணர்ச்சிகளையோ அடையாளம் கண்டு, மதிப்பீடு செய்து அதை திறம்பட மேலாண்மை செய்யும் ஆற்றல், திறமையாகும்.

உடல் இயங்கும் உள்ளார்ந்த உளவுத்துறை எந்த குறுக்கீடு இல்லை. உடல் புலனாய்விற்கு சரியான உடற்பயிற்சியும் சரியான உணவு முறைகளும் அவசியமாகின்றது. இது முழுமையான சுகாதாரத்திற்கு முழு வெளிப்பாடாகயுள்ளது.

புறக்கல்வியின் புலனாய்வில் உடல் மட்டும் மூல வெளிப்பாடாகின்றது. உடலின் உள்ளார்ந்த புலனாய்வால் மிகச் சரியாக ஒரு மனிதனின் உடலை இயக்கவும் தெரியும்.

உடலின் மூலம் தன்னை வெளிப்படுத்திக் கொள்ளும் சக்தி எது? அது எந்தச் சக்தியாக இருந்தாலும் மூலக் கூறுகளின்

வாயிலாக மனித உடல் போன்ற உருவங்களை அது படைக்கிறது என்பது தெளிவு உங்களுக்காகவும் எனக்காகவும் வேறு யாரும் வந்து உடல்களை படைப்பதில்லை. எனக்காக வேறு ஒருவர் உண்பதனை நான் பார்த்ததில்லை. நான் சாப்பிடும் உணவை ஜீரணம் செய்து அதிலிருந்து என் உடம்பிற்கு வேண்டிய ரத்தம் எலும்பு போன்ற தாதுப்பொருட்களை நான் தான் பெற வேண்டும். இந்த மர்மமான சக்தி எது?

எதிர்காலம் மற்றும் இறந்த காலத்தைப் பற்றிய கருத்துக்கள் பலருக்கும் பயத்தை உண்டாக்குகின்றன. பலருக்கு இந்தக் கருத்துக்கள் வெறும் ஊகங்களாக மட்டுமே தோன்றுகின்றன.

காலை எழுந்தவுடன் உன்னுள் எழும் எண்ணங்களை கவனிக்க ஆரம்பி, உறக்கத்தின் போது நீ உனது இருப்பின் அருகாமையில் இருப்பாய். சில தகவல்கள் உனது இருப்பின் அடித்தள அனுபவத்தில் இருந்து பெறக் கூடியவை. தங்களது கடந்த காலத்தை சுமந்து கொண்டு திரிந்து கொண்டு இருக்கின்றோம்.

உடலில் உள்ள செல்கள் அதன் உள்ளார்ந்த புலனாய்வால் மூடி செல்களாக, விரல் நகம் செல்களாக, கல்லீரல் செல்களாக, தோல் செல்களாக வெவ்வேறு பகுதிகளாக செயல்பட்டுக் கொண்டு இருக்கின்றன. மனிதனின் உயிரற்ற உடல் உள்ளார்ந்த புலனாய்வை இழந்து இருக்கின்றது.

இலக்கியத்தை காலத்தின் கண்ணாடி என்பார்கள். ஒவ்வொரு காலக்கட்டத்தின் மனித வாழ்வும் இலக்கியத்தில் பதிவு செய்யப்படுகிறது. நாம் வசிக்கும் இடத்தில் இருந்தபடியே, உலகம் முழுவதுமுள்ள மனித வாழ்வையும், மனிதனின் குணாதிசயங்களையும், நாம் இலக்கிய வாசிப்பின் மூலம் கண்டு கொள்ள முடியும். நம்முடைய நெருக்கடியான வாழ்வுச் சூழலில், மனித வாழ்வின் பல்வேறு தருணங்களை நாம் அனுபவப்பூர்வமாக உணர்ந்து கொள்வது என்பது முடியாத விஷயம். ஆனால் இலக்கிய வாசிப்பு அந்த அனுபவங்களை நமக்குள் கடத்த வல்லது. தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட நல்ல இலக்கியப் பிரதிகளை கவனமாக வாசிப்பதன் மூலம், பல்வேறு மனித மன நெருக்கடிகளையும், ஒவ்வொரு காலக்கட்டத்தின் வாழ்வியல் சிக்கல்களையும், நாம் நிச்சயமாக நம்முள் உணர முடியும். பலர் தம்முடைய வாழ்வைப்பற்றி

குறைபட்டுக் கொள்வதை நாம் தினமும் கேட்டு வருகிறோம். நமக்கே கூட நம் வாழ்வின் மீது அதிருப்தி உண்டாகி இருக்கலாம். நம் முன்னே இருக்கும் பிரச்சினைகள் பூதாகரமானதாக நமக்குத் தோன்றலாம். ஆனால் இலக்கிய வகுப்பின் மூலம் ஒவ்வொரு காலக்கட்டத்திலும் மனிதர்கள் இத்தகைய சிக்கல்களை எதிர்நோக்கியே வந்துள்ளனர் என்பதை நாம் புரிந்து கொள்ள முடியும். பிரச்சினைகள் எப்போதும் இருப்பவையே என்பது நமக்கு மிகத் தெளிவாக புலப்படும். இதன் மூலம் உணர்வுசார் தளத்தில் ஒரு சமன்பாட்டை நமக்கு நாமே ஏற்படுத்திக் கொள்ள முடியும். வாழ்வியல் சிக்கல்களை உதட்டோர சிரிப்புடன் அணுகும்; பக்குவம் நமக்கு வாய்க்கும்.

மேலும் இலக்கிய வாசிப்பு தரும் மனிதச் சித்திரங்களின் துணைக் கொண்டு இன்னொரு மனிதனின் நெருக்கடியை நம்மால் ஓரளவிற்கேனும் உணர முடியும். இன்னொரு மனிதனின் நிலையில் நம்மை வைத்து பார்ப்பது. எல்லா நேரங்களிலும் நாம் இதனை அமல்படுத்த முடியாவிட்டாலும் குறைந்த பட்சம் இன்னொரு மனிதன் சொல்ல வருவதை காது கொடுத்து கேட்கும்

பக்குவத்தையாவது இலக்கிய வாசிப்பு நமக்கு தரவல்லது. முன் முடிவின்றி ஒரு பிரச்சினையை அணுகுவதன் மூலமும் ஒருவர் சொல்ல வருவதை கவனமாக செவிமடுப்பதன் வழியும் மனிதர்களிடையேயான பல்வேறு சிக்கல்களை நாம் மிகச் சுலபமாக கடந்து போக முடியும்.

இருப்பினும் இலக்கிய வாசிப்பு என்பது வெகுமக்கள் தளத்தில் அறியப்படும் வகையில் அத்துணை சுலபமானதன்று. மிகக் கடின உழைப்பைக் கொண்டே இலக்கிய வாசிப்பின் நன்மைகளை நாம் அடைய முடியும். அதற்கு முதலில் நம்மை நாம் தயார் படுத்திக் கொள்வது அவசியமாகும்.

உடல் புலனாய்வில் மரபியல் திட்டமிடப்படுகின்றது. ஒவ்வொரு அவை, இறகு, நிறம், வாழ்நீளம் மற்றும் கால்கள் போன்ற உடல் சார்ந்த தனிச்சிறப்புடைய மரபுரிமை போல் நடத்தை தொகுப்பாகும் மரபுரிமை.

இயற்கை தேர்வு மரபணு கட்டுப்படுத்தப்பட்ட நடத்தையின் தாக்கத்தை தனி நபர்கள் அவ்வழியில் நடந்து கொண்டுள்ளனர் என்று நம்புகிறார். எனினும் அவர் மரபணு தூண்டப்படுகிறது. அது சில நடத்தை திறன்களை

உயிரினங்களின் நடவடிக்கை செயல்திறன் தேவை என்று நரம்பியல் மற்றும் ஹார்மோன்களின் இயங்கமைப்பு அதிகரிக்கும் மரபியல் வழிமுறைகளுக்கு இடமாக சார்ந்து அந்த உண்மை இருக்க முடியும்

அச்சம், கவலை, கோபம், துன்பம் போன்றவற்றை திறமையாக கையாள வேண்டும். ஒருவர் உடல் புலனாய்வு செய்தால் நெருக்கடியான நேரத்திலும் அதிகப்படியான உணர்வுகளுக்கு இடம் அளிக்காமல் தகுந்த நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்வர்.

குழந்தைகளின் உணர்ச்சிகளை புரிந்து கொள்ளும் பெற்றோர்களே அவர்களுக்கு சிறந்த வழிகாட்டியாக இருப்பார்கள். இதன் மூலம் குழந்தைகள் தங்களுக்கு ஏற்படும் திடீர் உணர்ச்சிகளை கையாள்வதை கற்றுக் கொள்வார்கள்.

"அதிகமாக பேசுவதை தவிர்த்து கேட்கப் பழகுங்கள்'. பல துறைகளில் வெற்றி பெற்றவர்கள் கூறும் வெற்றி மந்திரம் இது தான். நம்முடைய கருத்தை தெரிவிப்பதில் உள்ள நாட்டம் மற்றவர் கருத்தை கேட்பதிலும் இருக்க வேண்டும்.

மனிதர்களின் இயல்பான ஆரோக்கியம் மூலம் மரபணுக்களில் ஒரு குறிப்பிட்ட தாக்கத்தை ஏற்படுத்தி கற்கால சூழல் நிலைகளை உணர முடியும் சூழலுக்கேற்ப ஒரு உயிரியல் பாதையை உருவாக்க முடியும்.

வெளிப்படையான மயக்கமாக மாற்றுவதில் பாரம்பரிய உளவியலை விட பயனுள்ள புதிய முறைகள் உள்ளன. பழைய நாடாக்கள் புலனாய்வில் உள்ளன.

நாம் வாழும் வாழுகின்ற அறிவியல் வெளிப்படையாக ஒரு சில பெரிய பிழைகள் கொண்டிருக்கிறது. உண்மையில் நாம் ஒரு திருப்பு முனையை நமது கலாச்சாரத்தின் முக்கிய நம்பிக்கைகள் ஒரு வகையான நெருக்கடிகள் நெருங்கிக் கொண்டிருக்கிறது.

இந்த அனைத்து வாழ்க்கையில் காரணமுகவர் என உடல் புலனாய்வு நம்பகமான ஒரு நம்பிக்கையை உலகிற்கு கொடுத்து மரபணு தீர்மானவியல் அனைத்து பண்புகள் மற்றும் சிறப்பியல்புகளை கருத்துருவின் நேரத்தில் வரையறுக்கப்படுகிறது.

எதைப்பற்றிய விழிப்புணர்வு உடல் புலனாய்வு ஆய்வுகள் செல்கள் மின்காந்த தூண்டுதல் மூலம் சுற்றுச்சூழல் சமிக்கைகள் மாற்றும்.

ஒரு நிறுவனம் உயிரோடிருந்தால் அது தேவை உள்ளார்ந்த புலனாய்வு 100மூ கொண்டுள்ளது. மேலும் அதன் மிக வரையறை மூலம் இயல்பான புலனாய்வு எப்போதும் மற்றும் அதன் செயல்பாடு எப்போதும் சாதாரணமாகும். இதன் பொருள் நமது உடல்கள் வேண்டும் சரியாக என்ன என்று எப்படி சிறந்து செயல்படும் பொருட்டு நமது சூழலுக்கு ஏற்ப என்று.

நம் உடல் மற்றும் உணர்ச்சிகளின் சுகாதார மட்டுமே நம் இயல்பான புலனாய்வு நம்பி இருந்தன என்றால் நாம் அனைவரும் செய்த பின் ஆரோக்கியமானதாக இருக்க வேண்டும். ஆனால் மற்ற காரணிகள் உள்ளன. ஒரு மாஸ்டர் தச்சு ஒரு அட்டவணை உருவாக்க ஒரு நிபுணர் இருக்கலாம். ஆனால் அவரது கை கட்டில் மற்றும் அவரது சுத்தி செய்ய அழுத்தம் கொடுக்க முடியாது என்றால் அவர் முறையான கருவிகள் இல்லை என்றால் அல்லது அட்டவணை மிகவும் வெளியே வரமாட்டேன் நன்கு.

உங்கள் இயல்பான புலனாய்வு உங்கள் உடல் இயங்கும் ஒரு நிபுணர். ஆனால் அது நடைமுறையில் இல்லாமல் உள்ளார்ந்த ஆற்றல் அல்லது முறையான கருவிகள் உள்ளார்ந்த மேட்டர் பற்றி இடையூறுக்கு உள்ளானது என்றால் இதன் விளைவாக ஒரு விட குறைவான சாதாரண செயல்பாடும் இருக்கும். இந்த மூன்று கூறுகள் இயல்பான புலனாய்வு உள்ளார்ந்த ஆற்றல் மற்றும் உள்ளார்ந்த மேட்டர் வாழ்க்கை இறைமை போன்று மும்மையும் ஒருமையில் மேக்.

ஒரு நபரின் இயல்பான புலனாய்வு அதை ஒழுங்காக என்று உடல் பாரமரிக்க வேண்டும். நிபுணத்துவம் ஏனெனில் சுரப் பொருத்தர்களை அந்த பகுதிகளில் தங்களை உரையாற்ற வேண்டும். உடல் உள் உறுப்புகள் அல்லது அவர்கள் ஒவ்வொரு நபர் வழங்கப்படும். உண்மையான கருவிகள் தங்களை ஈடுபடுத்தி அவர்களின் கவலை இயல்பான புலனாய்வு மற்றும் உள்ளார்ந்த மேட்டர் இடையே இணைப்பை வழங்கும் உள்ளார்ந்த ஆற்றல் அல்லது சக்தி உள்ளது.

இந்த இயல்பான புலனாய்வு உங்கள் உடல்களை பாதுகாத்துக் கொண்டு இருக்கின்றது. இந்த படைப்பு

சிகிச்சை முறையை வாழ்க்கை சக்தியாக பார்க்கப்படுகின்றது.

இன்றைய நமது வாழ்க்கை முறையை குறிப்புணர்த்த இயந்திரத்தனமானது என்ற சொல்வடை உபயோகிக்கப்படுகிறது. என்னைக் கேட்டால் நம் வாழ்வை உருவகப்படுத்த, நாம் ஒரு புதிய வார்த்தையை கண்டுபிடிக்க வேண்டும் என்பேன். இயந்திரத்தனமானது என்பதை விட சிக்கலாகி உள்ளது இன்றைய வாழ்வு பாலகப் பருவம் முதற் கொண்டு வேலை செய்யும் பெரியவர்கள் வரை பல்வேறு தளங்களில் வாழ்வு நம்மை வெறி கொண்ட மிருகமாய் துரத்திக் கொண்டே இருக்கிறது. பொருள் முதல் வாதத்தின் கரிய நிழல் நம் இன்றைய சமூகத்தின் எல்லாத் தளங்களிலும் நீக்க மற படிந்துள்ளது. பொருள் முதல் வாதத்தின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்யும் விதத்திலேயே நம் கல்வி முறை பல காலமாக வளர்த்தெடுக்கப்பட்டுள்ளது. தர்க்கப்புத்தியை பட்டைத் தீட்டும் விதமாக மாணவர்கள் பயிற்றுவிக்கப்படுகின்றனர். கணிதமும் அறிவியலுமே ஒரு மனிதனின் தரத்தை நிர்ணயிக்கக்கூடியவைகளாக உள்ளன. இவை இரண்டும் தர்க்கப்புத்தியைக் கொண்டே செயல்படுகின்றன. ஒருவன் தன்னைப் பற்றி அறிந்து

கொள்வதற்கோ இன்னொரு சக மனிதனை புரிந்து கொள்வதற்கோ தேவையான பயிற்று முறைகளை இன்றைய கல்வி முறை முற்றாகப் புறக்கணிக்கிறது. தர்க்கப்புத்தி பட்டைத் தீட்டப்பட்டஇன்றைய மனிதர்களில் பலர். அகம் சார்ந்த பல்வேறு சிக்கல்களை எதிர்நோக்கி வருவதை நாம் இன்று சாதாரணமாக காண்கின்றோம். இந்த சமன் நிலை தவறிய நிலைக்கு தர்க்கப்புத்தியின் அளவிற்கு உடல் புலனாய்வு வளர்ந்தெடுக்கப்படாததே முக்கிய காரணமாகும்.

ஒரு மனிதனின் நுண்ணறிவுத்திறன் IQ குறிப்பிட்ட பின்பு பெருமளவில் மாற்றமடையாமல் சீராகவே இருக்கும் என்கின்றனர் ஆராய்ச்சியாளர்கள். உதாரணமாக தேர்வுகளின் அடிப்படையில் ஒரு மனிதனின் நுண்ணறிவுத்திறன் IQ (120) என்று கணக்கிடப்பட்டால் அவரின் வாழ்நாள் முழுவதும் இந்த மதிப்பீடு தொடரும் என்கின்றனர்.; இருப்பினும் உடல் புலனாய்வு என்பது அத்தகையதன்று இதை நாம் தொடர்ந்து வளர்த்தெடுக்க முடியும் என்கின்றனர் ஆராய்ச்சியாளர்கள்.

உள்ளார்ந்த ஆற்றல்கள் நபருக்கு நபர் வேறுபடும். சிலருக்கு மிக அதிகமான திறமையும் சிலருக்கு மிகக் குறைவான

திறமையும் இருக்கும். வெற்றி என்பது தினமும் கற்றல் மூலம் அந்த திறன்களை அபிவிருத்தி மற்றும் செயல்திறன் மிக்க பயன்பாட்டை அவற்றை வைத்து பெறப்படுகிறது. இது தான் உடல் புலனாய்வாகும்.

இந்த உடல் புலனாய்வு நரம்பு மண்டலத்தின் மூலம் வெளிப்படுகின்றது. இதன் மூலம் உணவு ஜீரணிக்க மற்றும் கழிவுகளாக மாற்றுகின்றது. இதயம் நிமிடத்திற்கு அடிக்கச் செய்கின்றது. இப்படி அனைத்து விதத்திலும் உடல் சிறந்து செயல்பட செய்கின்றது.

3. மனப் புலனாய்வு

மனிதர்கள் தங்களுக்குள்ளே உள்ள மனத்தின் இயக்கம் பற்றி சிந்திக்கவோ அறிந்து கொள்ளவோ ஆசைப்படாமல் தனக்கு வெளியே புறத்தே உள்ள பொருட்களைப் பற்றியோ புலனாய்வு செய்து கொண்டிருக்கின்றான்.

நம் மனமும் உடலும் நம்மால் கற்பனை செய்ய முடியாத அளவுக்கு நுண்ணறிவு உடையவை. அவை ஒன்றின் தகுதிக்கேற்ப மற்றதை மாற்றியமைத்து தமக்குள் ஒத்திசைவை ஏற்படுத்திக் கொள்ளும். நாம் அவற்றின் இயக்கத்தில் குறுக்கிடாதது வரை! நம் மனம் ஒரு உயர்ந்த நிலையை அடையும் போது உடலும் அந்த நிலைக்கு தன்னை தயார்படுத்திக் கொள்ள தேவையானவற்றை தானாகவோ அல்லது மனதின் தூண்டுதலாலோ செய்யத் தொடங்கும் அல்லது உடல் ஒரு உயர்ந்த நிலையை அடையும் போது மனதையும் அதற்கு இயைவான நிலையை அடைய தூண்டுவதன் மூலம் உடலும் மனமும் தங்களுக்குள் ஒத்திசைவை ஏற்படுத்திக் கொள்ள முயலும். ஆனால் நம்முள் விடுதலைக்கான விருப்பம்

துளிர்க்காதவரையில் அந்த ஒத்திசைவுக்கான தூண்டுதலை முன் எடுத்துச் செல்வது இயலாததாக இருக்கலாம்.

நாம் ஒன்றின் மேல் விருப்பம் கொள்ள வேண்டுமென்றால் அதைக்குறித்து நாம் அறிந்திருக்க வேண்டும். அந்த அறிவு குடும்ப சூழலில் இருந்தோ அல்லது பண்பாட்டுச் சூழலிருந்தோ அல்லது இவை கடந்த தனிமனித சூழலிலிருந்தோ நமக்கு வரலாம். இன்றைய சூழலில் ஆன்மீக விடுதலையை கற்பிக்கும் பண்பாட்டுத்தளமான மதங்கள் அறிவை முற்றிலும் தவிர்த்து பெருமளவு நம்பிக்கை சார்ந்ததாகவும் சிறிது உணர்வு சார்ந்ததாகவும் கடைபிடிக்கப்படுகிறது. விடுதலைக்கு உணர்வு மிக இன்றியமையாதது. ஆனால் அந்த உணர்வு அறிவை முற்றிலுமாக புறக்கணிக்கும் போது அந்த உணர்வு வெறும் நம்பிக்கை சார்ந்ததாகவும் அதன் மூலம் எண்ணங்களை மனதில் பெருக்கும் உற்பத்தித் தளவாடமாகவும் மாறி விடுகிறது.

இன்றைய மனிதர்களில் பலர் அகம் சார்ந்த பல்வேறு சிக்கல்களை எதிர்நோக்கி வருவதை நாம் இன்று சாதாரணமாகக் காண்கிறோம். இந்த சமன்நிலை தவறிய

நிலைக்கு மனபுலனாய்வு வளர்ந்தெடுக்கப்படாததே முக்கிய காரணமாகும்.

இங்கு மனம் மற்றும் மனதில் உருவாகும் எண்ணங்களை மட்டுமே நம் எண்ணங்களுடனான அடிமைத்தளைக்கு காரணங்களாக கூறப்பட்டாலும் நம் மனதின் மிக ஆழத்தில் இன்னும் பல காரணிகள் இருக்கலாம். இங்கு மனம் என்பது ஒரு பொதுமைப்படுத்தப்பட்ட அர்த்தத்துடன் கூறப்பட்டுள்ளது. ஆக இங்கு கூறப்பட்டவை அனைத்தும் ஒரு தொடக்க நிலையில் இருப்பவனின் மனநிலையிலேயே கூறப்பட்டுள்ளது

நீங்கள் மட்டும் ஒரு திறந்த மனதில் தூய உள்ளுணர்வு பெற முடியும். மூடிய மனதில் கொண்டு உள்ளுணர்வு அனுபவம் கிடைக்காது.

இயற்கை மூல ஆற்றலில் இருந்து துண்டிக்கப்பட்ட இந்த தூய உணர்வு நம் இடது மூளை ஈகோ மனதில் உருவாக்க ஆரம்பமாகும். இது கவலை, மன அழுத்தம், பயம் இவற்றால் வாழ்க்கையை மாயையாக்குகின்றது.

மூளையிலிருந்து மன தூண்டுதலின் தடுப்பு அடங்கும் மனம் குறுகியது. ஆகவே அது பிரிவுகளை உருவாக்கி

வைத்திருக்கிறது. மனதின் திரையில் அப்போது தோன்றும் கணத்தை நிகழ்காலம் என்றும், மனதின் திரையை விட்டு போய்விட்ட கணம் கடந்த காலம் என்றும், இன்றும் வராதது எதிர்காலம் என்றும் மனம் பிரித்து வைத்துள்ளது. ஆனால் எதுவும் இயற்கையை விட்டு வெளியே போவதும் இல்லை. இயற்கைக்குள் உள்ளே வருவதும் இல்லை. காலம் என்பது தவறான கற்பனை. காலமற்ற தன்மையே உண்மை.

நம்முடைய மரபார்ந்த புரிதலில் உணர்ச்சிவசப்படுதலை மனம் சார்ந்த நிலையாக நாம் அறிந்து வந்துள்ளோம். மனம் என்ற புள்ளி நம் உடலின் எந்தப் பாகத்திலிருந்து செயல்படுகிறது என்பது அறிவியல் பூர்வமாக இன்னும் நிரூபிக்கப்படவில்லை எனினும் உணர்வு சார்ந்து நாம் தன்னிச்சையாக எடுத்து விடும் பல்வேறு முடிவுகளுக்கு மூளையின் செயல்பாடு தான் காரணம். மனித மூளை இரண்டு தளமாக செயல்படுவதாக அவர் கூறுகிறார். ஒன்று தர்க்கப்புத்தி, மற்றொன்று உணர்வுசார் புத்தி.

நான் என்பது என் இயல்புகள் அல்ல என்பதை நாம் உணரும் போது இயல்புகள் அதன் முக்கியத்துவத்தை இழக்கின்றன. முக்கியத்துவத்தை இழந்த இயல்புகள் எவ்வித

கட்டுப்பாட்டுக்குமான தேவை இன்றி தாமாகவே மனதிலிருந்து மறைகின்றன. ஆக மனதின் இயல்பிற்கேற்ற எண்ணங்கள் தாமாகவே தோன்றி தாமாகவே மறைகின்றன. ஆனால் நாம் அந்த இயல்புகளாக ஆவதில்லை. எனவே நம் உளவியல் சக்தி இயல்புகளாக வீணடிக்கப்படுவதில்லை. இயல்புகளாக மாறி தேவையான செயல்களை செய்யலாம். ஆக நாம் இயல்புகளின் அடிமைகள் என்பதிலிருந்து இயல்புகள் நம் தோழன் என்னும் மாற்றம் நமக்குள் வருகிறது. மேலும் இயல்புகளை கவனிக்கும் மனதின் உள் இழையாக நாம் மாறும் போது இயல்புகளாக வீணடிக்கப்பட்ட உளவியல் சக்தி மனிதன் உள் இழையின் சக்தியாக சேமிக்கபப்பட்டு நம் விழிப்புணர்வாக வெளிப்படுகிறது.

கல்லான இதயங்கள் கூடச் சிலவேளைகளில் மற்றவர்களுக்காகக் கனிவதுண்டு. நீ பிடித்துக் கொண்டிருக்கின்ற இந்தத் தனித்துவம் வெறும் மனமயக்கம் அதை இப்படிக் கெட்டியாகப் பற்றிப் கொண்டிருப்பது பாராட்டத்தக்கதல்ல என்று சொன்னால் மனிதன் பயப்படுகிறான். ஆனால் அவனே முழுத்தன்னல மறுப்பு தான் நன்னெறிக்கும் அடிப்படை என்றும் கூறுகிறான்.

வாழ்க்கைக்கு வெற்றி ஒரு குறிப்பிட்டுக்காட்டும் ஒரு மனப் புலனாய்வு கண்டுள்ளது . திறன்கள் மற்றும் வெளிப்படையான அறிவு அத்துடன் ஒவ்வொரு நாளும் பிரச்சினைகளைத் தீர்க்க அந்த அறிவு விண்ணப்பிக்கும் திறன் ஒரு மனப் புலனாய்வுவாகும். வேறு விதமாகக் கூறினால் நடைமுறை புலனாய்வு என்று எப்படி அல்லது பொது அறிவு எனக் குறிப்பிடப்படுகிறது.

நம்மைப் பற்றிய புலனாய்வு ஒரு குறிப்பிட்ட வர்க்கம் பிற மரபணுக்களின் வடிவமைப்பு பொறியியல் செயல்பாடு நமது ஆய்வில் கண்டறியலாம். குழந்தை சமுகத்தின் செயல்பாட்டுத்திறமையை பெற்றுக்கொள்கிறது. கூடுதலாக ஒரு குழந்தையின் ஆழ் மனதில் சுய தொடர்பான நம்பிக்கைகள் பதிவிறக்குகிறது. இது தீட்டா நிலையில் செய்யப்படுகிறது.

பெரும்பாலான மக்கள் உணர்வு மனதில் நமது கட்டுப்பாடுகள் என்று ஆனால், உண்மையில் கிட்டத்தட்ட அனைத்தும் அதன் ஆழ்மனதில் கட்டுப்படுத்தப்படுகிறது. இந்த உணர்வு மனதில் விட ஒரு மில்லியன் மடங்கு அதிக தேர்வு செயலாக்கத்திறன் கொண்டிருக்கிறது. இது மனித ஆற்றல் துறையில் முழு உடலையும் ஊடுருவி மற்றும்

வெளியே பரப்பும் ஒவ்வொரு செல் மனதில் ஒளிபரப்பப்பட்டது. சமிக்ஞைகளின் டியுன் ஆண்டணாவிற்குள் உள்ளது.

நம் ஐம்புலன்களின் வழி உணரும் விஷயங்கள். தர்க்கப்புத்தியின் பரிசீலனைக்குப் பிறகே செயல்வடிவம் காணுகின்றன. இது மூளையின் பொதுவான செயல்பாடு இருப்பினும் சில குறிப்பிட்ட வேலைகளில் தர்க்கப்புத்தியின் பரிசீலனைக்கு முன்பே உணர்சார் புத்திக்கு குறுக்கு வழியில் அனுப்பப்படும் சமிஞ்கைகள் மூலம் உணர்வு வயப்பட்ட முடிவுகளை நாம் எடுத்து விடுகிறோம்.

உலகியல் எண்ணங்கள் மனதில் உள்ள வரை துன்பங்கள் தொடர்கதை தான். ஏனென்றால் அவர்களின் மனமானது சிதறிக் கிடக்கிறது. அதன் ஆற்றல்கள் பல்வேறு திசைகளில் வீணடிக்கப்படுகின்றன. ஆனால் தெய்வீக எண்ணங்கள் நிரம்பிய மனதிற்கு இன்பமென்றும் துன்பமென்றும் பேதமில்லை. அது எல்லாவற்றையும் அனுபவமாக ஏற்றுக் கொண்டு அந்த அனுபவங்களையே படிகளாக்கி மேலேறிப் போய்க் கொண்டேயிருக்கும். இரண்டுக்கும் உள்ள வேறுபாடு இதுதான். உருக்கப்பட்ட உலோகத்தை ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்றினால் அது எப்படி அந்தப் பாத்திரத்தின் வடிவத்தைப்

பெறுகிறதோ அதுபோல மனம் எதில் அதன் வடிவத்தைப் பெற்று விளைவுகளை அடைகிறது. மனிதனின் எண்ணம் செயலாகிறது. செயல் பழக்கமாகிறது. பழக்கம் இயல்பு அல்லது குணமாக ஆகிறது. இயல்பு விளைவுகழளத் தருகிறது. இப்போது முடிவு உங்கள் கைகளில். உங்களுக்கு வேண்டியதைத் தேர்ந்தெடுக்க உங்களுக்கு முழு உரிமை இருக்கிறது.

இன்று பெருமளவில் நடைபெறும் குற்றச்செயல்கள் தற்கொலைகள் மணவிலக்குகள் போன்றவற்றிற்கு உணர்வுசார் நுண்ணறிவின் போதாமையே காரணமாக அமைந்துள்ளன.

மனப்பதிவுகளை தினமும் எல்லா நினைவுகளுக்குள்ளும் திரும்ப பார். மன நிகழ்வில் உள்ள வடிவம் உன்னுடையது தான். ஆனால் அந்த வடிவம் இப்போது இல்லை. நீ நதி போல் ஓடிக் கொண்டிக்கிறாய்.

ஆழ்மன எண்ணங்களை நீ உணர்வாய்

மனப்புலனாய்வு என்பது மனப்பதிவை திரும்பி பார்த்தால் அன்றைய தினத்தின் எல்லா நினைவுகளுக்குள்ளும் திரும்ப சென்று பார், காலையில் இருந்து ஆரம்பி, எங்கிருக்கிறாயோ

அங்கிருந்து படுக்கையிலிருந்து ஆரம்பி, கடைசி செயல், பின் அதற்கு முந்தினது, பின் அதற்கு முந்தினது, படிப்படியாக காலையில் செய்த முதல் செயல் வரை திரும்ப பார். அதனுடன் உன்னைத் தொடர்பு தொடர்புபடுத்திக் கொள்வதில்லை என்பதை தொடர்ந்து நினைவில் கொண்ட படி அன்றைய நாளின் நிகழ்ச்சிகளை பின்னால் சென்று பார்.

உதாரணத்துக்கு ஒருவர் உன்னை கோபப்படுத்தினார் நீ அவமானப்பட்டதாக உணர்ந்தால் இப்போது ஒரு பார்வையாளனாக மட்டும் இரு. அதனுடன் ஐக்கியப்பட்டு விடாதே. கோபப்பட்டு விடாதே. அது நிகழ்ந்தால் நீ அதனுடன் இணைந்து விடுவாய். மனப்புலனாய்வில் அந்த மனிதர் உன்னை அவமதிக்கவில்லை. ஆனால் அந்த நிகழ்வில் உள்ள வடிவம் உன்னுடையது தான். ஆனால் அந்த வடிவம் இப்போது இல்லை நீ நதி போல ஓடிக் கொண்டிருக்கிறாய். வடிவங்கள் மாறிக் கொண்டிருக்கின்றன. குழந்தை பருவத்தில் உன்னிடமிருந்த அந்த வடிவம் இப்போது உன்னிடத்தில் இல்லை. அது போய் விட்டது. நதி போல தொடர்ந்து மாறிக் கொண்டேயிருக்கிறாய்.

காலை எழுந்தவுடன் செய்த முதல் செயல்வரை புலனாய்வு செய்தால் காலை எழுந்தவுடன் இருப்பது போன்ற புத்துணர்வை நீ திரும்ப பெறுவாய். பின் ஒரு சிறு குழந்தை போல நீ உறங்கி விடலாம்.

இந்த மனப்புலனாய்வால் தூய்மைபடுத்துதல், இதை உன்னால் செய்ய முடிந்தால் ஒரு புது இளமை, ஒரு புத்துணர்ச்சி உன்னுள் வருவதை நீ உணரலாம். இதை நாம் தினமும் செய்ய குழந்தைகளுக்கு சொல்லிக் கொடுத்துவிட்டால் அவர்கள் தங்களது கடந்த காலத்தை சுமந்து கொண்டு திரிய மாட்டார்கள். அவர்கள் எப்போதும் இங்கே இப்போது இருப்பார்கள். எதுவும் விடுபட்டு விடாது. கடந்த காலத்திலிருந்து எதுவும் சுமையாக மாறாது.

மனம் என்பது எண்ணங்களின் அமுத சுரபியாக இருக்கிறது. சராசரி மனிதனின் மனத்தில் நாள் ஒன்றுக்கு ஏறத்தாழ அறுபதாயிரம் எண்ணங்கள் தோன்றி மறைகின்றன. அதில் ஒரு சதவீதம் தான் அவனுடைய அன்றாட வாழ்க்கைக்கு அவசியமானதாக இருக்கிறதாம். 99% எண்ணங்கள் மனோசக்தியை விரயம் செய்கின்றோம். இந்த விரயத்தை

தடுத்து உள்முகமாக ஆற்றலைத் திரட்டச் செய்யும் விதம் தான் மனப்புலனாய்வு.

ஆனால் ஒரு வேலையைச் செய்து முடித்த பின்னும் மனம் அதை முடிக்காமல் தொடர்ந்து சிந்தனையில் அதைத் தொடரும் போது மனநலம் பாதிக்கும்.

. மனதின் திட்டப்படி வாழ்வதை விட்டுவிட்டு, மனப்புலனாய்வின் வெளிச்சத்தில், மனது தூய்மையாகின்றது, மனத்தின் சிந்தனைகள் தூய்மையாகின்றது. மனம் உள்முகமாக கவனத்தை நிலைநிறுத்துகின்றது

எண்ணங்கள் இல்லாமல் இருக்கும் இடைவெளியில் மூளையும் அதனால் மனமும் முழு விடுதலையுடன் உள்ளன. அந்த இடைவெளிகளில் அவை சில நொடி மட்டும் இருந்தாலும் அடையும் விடுதலை நம் மனதை மிகவும் உணர்வுத்திறன் உள்ளதாக மாற்றுகிறது அல்லது அந்த இடைவெளிகளில் மனம் அதன் இயல்பான உணர்வுத்திறனை மீண்டும் பெறுகிறது.

இந்த புலனாய்வு நரம்பு மண்டலத்தின் மூலம் அனுப்பப்படும் தகவல் வருகின்றன. உள்ளார்ந்த மனத்தூண்டுதலின் வைத்து உடலில் மூளையிலிருந்து முன்னும் பின்னுமாக அனுப்பப்படும் செல்களை நல்லிணக்கமாக பொருந்தும் வேலையாகும். மனம் ஆழ்மனதை தூண்டச்செய்கிறது. மின்சாரம் போல நீங்கள் அதைப் பார்க்க முடியாது. ஆனால் அது நமது தூய ஆற்றல் உணர்வாக இருக்கும். இந்த நிபந்தனையற்ற அன்பு படைப்பாற்றல் மற்றும் முடிவில்லா மகிழ்ச்சியின் அமைதி இவைகளை சிறுகணம் அனுபவிக்கின்றோம்.

மனம் அடங்குவதற்கு விசாரணையைத் தவிர வேறு தகுந்த உபாயங்கள் இல்லை மற்ற உபாயங்களை . மேற்கொண்டு அடக்கினால் மனம் அப்போதைக்கு அடங்கினாற்போல் இருந்து, மறுபடியும் கிளம்பிவிடும் .

இதுவே நேர்வழி மற்றவையெல்லாம் அகந்தையை . . வைத்துக்கொண்டே செயல்படும் சாதனைகள் அவ்வழிகளில் பல சந்தேகங்கள் எழும் , முடிவில் யாரும், 'தான் யார் ?' என்று பார்த்தே ஆகவேண்டும் ஆன்ம . விசாரணையிலோ, முடிவிற் கேட்டுத் தெளியவேண்டிய

'நான் யார் ?' என்னும் ஒரே கேள்வியே ஆரம்பம் முதல் கேட்கப்படுகிறது இவ்வழியைப் பின்பற்றுவோர்க்கு . வேறெந்த ஊன்றுகோலோ துணையோ தேவையில்லை .

ஆன்ம சத்தியம் விளங்க , அதை மறைத்துக் கொண்டிருக்கும் அனர்த்ம இடையூறுகளை விசாரணையால் விலக்கியே தீரவேண்டும் முடிவில் ., தோன்றி மறையும் அகந்தையும் விலக்கப் பெறுங்கால் , சத்தியம் தடையின்றிப் பிரகாசிக்கும் அது இயல்பாகவே . தானே தானாய் என்றும் ஒளிர்வது என்பதை உணர்வோம்.

தியானிப்பதற்கு தனக்கு அன்னியமான ஓர் புறப்பொருள் அவசியமாயிருக்கிறது ஆன்ம விசாரணையிலோ தானும் . (அறிவும் அறிபடுபொருளுமான) தான் அல்லாததுமான ஒருமை நிலையைத் தவிர வேறு புறப்பொருள் தியானத்திற்கும் ஆன்ம விசாரணைக்கும் .கிடையாது . வித்தியாசம் இதுவே

ஆன்ம விசாரம் ஒன்றைத் தவிர மற்ற எவ்வித சாதனத்திலும் சாதனத்தை நடத்தும் பொருட்டு மனம்

என்று ஒன்று இருந்தே ஆகவேண்டும் மனமின்றி அந்த .

சாதனையை நடத்துவதெப்படி? ஒருவர் சாதனத்தில்

ஈடுபடும் போது அகந்தை பற்பல சூட்சுமமான உருவம்

கொள்ளும் ஆனால் அது மட்டும் அழிவதில்ல .ை ஆத்ம .

விசாரத்தைத் தவிர மற்ற சாதனங்களால் அகந்தையை

அழிக்க முயல்வது, திருடனே திருடனாகிய தன்னைப்

பிடிக்கப் போலீஸ்காரன் ஆவது போலத்தான் ஆன்ம !

விசாரத்தினால் மட்டுமே அகந்தையோ மனமோ

உண்மையில் இல்லை, என்னும் சத்தியத்தை

வெளிப்படுத்திக் கைவல்யமான ஆன்மாவின் சுத்த

நிர்விசேஷ ஸ்திதியை உணரச் செய்ய முடியும் .

மனோநாசத்திற்கு மனத்தையே ஏவிவிடுவது ,

திருடனையே போலீஸ்காரனாக்குவதற்கு ஒப்பானது !

அந்தத் திருட்டுப் போலீஸ்காரன் உங்களோடுகூட

வீராப்புடன் வருவான், திருடனைப் பிடிப்பதுபோல்

பாசாங்கு செய்வான், முடிவில் பலன் இராது ஆகவேதான் .,

உள்முகமாக நாட்டத்தைச் செலுத்தி , மனம் என்பது

எங்கிருந்து எழுகிறது என்று விசாரிக்கப் போனால் , அது

இருக்குமிடம் தெரியாமல் மறைந்துபோம்

மனம் அடங்குவதற்கு புலனாய்வைத் தவிர வேறு தகுந்த உபாயங்களில்லை. மற்ற உபாயங்களினால் அடக்கினால் மனம் அடங்கினாற் போலிருந்து, மறுபடியும் கிளம்பிவிடும்.

மனம் வெளி விஷயங்களை விடுத்து , தன் ஒளியிலேயே இருப்பதே உண்மையான அறிவு .

நமது மனம் தூங்கும்போது வெளி விஷயங்களை இழக்கிறது. அனால் இது உண்மையான அறிவு அன்று . மனமானது வெளி விஷயங்களை விடுத்து மூலாதாரமான உணர்வுநிலையில் (Consciousness) எப்போதும் இருப்பு கொள்வதே உண்மையான அறிவு ஏனென்றால் நமது . இருப்பும் (Existence), உணர்வும் (Consciousness) ஒன்றே.

இங்கே கவனிக்கவேண்டியது மனம் அதன் ஆதாரமான உணர்வுடன் ஒன்றுவது முக்கியம் .(Mind merging with its source Consciousness). அப்போது உண்மை என்பது யாது என்பது விளங்கும்.

4.ஆத்மா புலனாய்வு

ஆத்மா என்பது உடல், மனம் இவற்றுக்கு அப்பாற்பட்டது என்று கூறலாம்.

ஆத்ம விசாரத்தில் (Self Enquiry) ஈடுபட்டு ' நான் யார்' (Who am I) என்ற கேள்விக்கு விடை காணும் போதுதான் ஒருவன் தன்னை பற்றிய சுய அறிவு (Self Knowledge) பெறுகிறான்.

நம் எண்ணங்கள் உணர்வுகள் மற்றும் அனைத்து செயல்பாடுகளுக்கும் ஒரு பாலமாக உள்ளது. ஆத்ம புலனாய்வு நமது அத்தியாவசிய இயல்பு வாழ்க்கை மூச்சாகயுள்ளது.

அகக்கல்வியில் அணுகூலமான பின்னணி அதிக நுண்ணறிவை உருவாக்குகிறது. நாம் பொதுவாக இது போன்ற ஒரு சூழலில் வளர்ந்த, இந்த புலனாய்வில் ஒரு மரபியல் சார்ந்து உள்ளது

உங்களுக்கு அனைத்தும் தெரிந்த சுய யோசனை அடிப்படையில் ஆராயும் போது நாங்கள் சூப்பர் உணர்வு

புலனாய்வு அணுகலை கொண்ட ஒரு பிறவி என தெரிய வரும்.

உருவமுள்ள எதுவுமே மூலக்கூறுகளின் சேர்க்கையால் தோன்றியதாகத்தான் இருக்க முடியும். அந்த உருவம் இயங்க அதன் பின்னால் ஒரு சக்தியும் இருக்க வேண்டும். இந்த உடலை இயக்குவதற்கு உடலில்லாத ஒன்று தேவைப்படுகிறது என்றால் இதே கருத்துப்படி அந்த ஒளியுடலை இயக்குவதற்கும் அதுவல்லாத வேறொன்று இருக்க வேண்டும். அந்த ஒன்றைத்தான் ஆன்மா என்று சமஸ்கிருத மொழியில் கூறினார்கள். ஒளியுடல் மூலமாகத் தூலவுடலை இயக்குவது இந்த ஆன்மாவை இந்த ஒளியுடலே மனத்தின் இருப்பிடம். ஆன்மா இதற்கும் அப்பாற்பட்டது. ஆன்மா மனமும் அல்ல. அதுவே மனத்தை இயக்கி மனத்தின் மூலம் உடலையும் இயக்குகிறது. உங்களுக்கு ஓர் ஆன்மா உள்ளது. எனக்கு ஒன்று உள்ளது. ஒவ்வொருவரும் தனித்தனியாக நுண்ணுடலும் உள்ளது. அதன் மூலமாகவே நாம் தூல உடலை இயக்குகிறோம்.

நாம் எடுத்துக்கொண்டிருக்கும் கருத்தை இப்பொழுது ஆராய்வோம். நம் மூலமாக இயங்கிக் கொண்டிருக்கும்

இந்தச் சக்தி எது? பண்டைய சாஸ்திரங்கள் இந்தச் சக்தியைப் பற்றி இந்தச் சக்தியின் வெளிப்பாட்டைப் பற்றி இந்தச் சக்தி ஒளி மிக்கது இந்த உடலைப் போலவே உருவம் கொண்டது. இந்த உடல் அழிந்த பின்பும் நிலைத்திருக்கக் கூடியது என்று கூறுகின்றன. பிற்காலத்தில் வேறு ஓர் உயர்ந்த கருத்து தோன்றுவதைக் காண்கிறோம். இந்த ஒளியுடல் அந்தச் சக்தியின் பிரதிநிதி அல்ல என்பதே அந்தக் கருத்து.

உணர்ச்சி சமூக மற்றும் படைப்பாற்றல் உள்ளிட்ட உளவுத்துறை பல வகையாக உள்ளன. அதில் ஆத்மா புலனாய்வு ஒன்றாகும். வெற்றி பெறுவதற்கு முக்கியமான பங்காக உள்ளது.

இது ஒரு புதிய வழிகாட்டும் உயர் சிந்தனை மற்றும் பெருங்களிப்புடைய மாறும் ஆத்மா புலனாய்வை நன்கு யோசித்தால் சிறந்த சிந்தனையை உருவாக்கும்.

பகுப்பாய்வு படைப்புத்திறன் மற்றும் ஆத்மா புலனாய்வு ஒரு நுட்பமான கலப்பு மூலம் சாதனைகள் அடைய முடியும்.

ஆத்மா புலனாய்வு தலைமுறை தங்கள் மரபணுக்கள் மூலம் தலைமுறை கடந்து மரபுரிமை வழியாக பெறத்தக்கதாக உள்ளது.

நாம் சுய நல மரபணுவில் தான் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறோம். மனித இயற்கையின் பரிணாம ஆராய்ச்சி மூலம் இணைந்த மரபணு ஒரு முகப்பட்ட அணுகுமுறை எழுத்து, மற்றொரு கலாச்சாரம் போன்ற நமது மரபணுக்கள் மேம்படுத்துவதற்கு பயன்படுத்தப்படும் சேவைகள் இன்றியமையாதவையாகும். இந்த சேவை கலாச்சாரத்தை பரிணாம மனிதர்கள் வாதிடுகிறார்கள். மேலும் பண்பாடு அறிவு நம்பிக்கைகள் மற்றும் மனித இனங்கள் வெற்றி என்ற நடைமுறைகளை தேர்வு செய்யப்பட்டால் இந்த கலாச்சார தேர்வு நம்மை தனித்து வேண்டி பெரிய மூளை மரபணுக்கள் நமது கலாச்சார தேர்வுகளை, சமூகங்கள், மொழிகள், அறநெறி, மதம் மற்றும் பிற நடத்தைகளால் இயல்பு போன்ற மற்ற அம்சங்கள் பற்றிய உள்ளார்ந்த பார்வையில் பங்களிக்கிறது. மனிதன் இயற்கையை ஆராய்கிறான். ஆனால் நடத்தை ஒரு

மரபணு இலக்க பரிணாம வளர்ச்சிக்கு எதிராக ஒரு முரண்பட்ட நிலைப்பாடு எடுக்கும்.

ஒரு உயிரணு உயிரியியல் மரபியல் (டி.என்.ஏ) செல்கள் எனக் கருதப்பட்டு வந்திருக்கும் வழியில் உயிரியல் கட்டுப்பாடு இல்லை. அது சுற்றுச்சூழல் சமிக்கைகள் உயிரினம் வெளிப்படுத்தும் மரபணுக்களின் தேர்வில் பிரதான பொறுப்பு உள்ளது.

இதுவே மனிதனின் முழுச் சரித்திரம். திரை நுண்ணியதாக மாற மாற அதற்குப் பின்னாலிருக்கும் உண்மை மேலும் மேலும் பிரகாசிப்பதே. அந்த உண்மையின் இயல்பாகும். அது அறிய முடியாதது. அதை அறிய முயல்வது வீணே. அது அறியப்படக்கூடியதாக இருந்தால் அது அதுவாக இருந்திருக்காது. ஏனெனில் அது என்றென்றுமே அறியும் பொருளாகும். அறிவு நம்மை எல்லைக்கு உட்படுத்துகிறது. நம்மைப் புறச் சார்புடையவர்களாக ஆக்குகிறது. ஆன்மாவே நிரந்தரமாக எல்லாவற்றையும் அறிபவன். பிரபஞ்சத்திலுள்ள நிரந்தர சாட்சியாக இருப்பவன். அறிவு என்பது அந்த நிலையின் வீழ்ச்சி. ஒரு தாழ்ந்தபடி போன்றதே. நாம் ஏற்கனவே அந்த நிலையான அறிபவனாகத்தான் இருக்கிறோம். அதை எப்படி அறிவது?

ஒவ்வொரு மனிதனின் உண்மை இயல்பும் அது தான். அவன் அதை வெளிப்படுத்த பல வழிகளில் முயல்கிறான். இல்லாவிட்டால் இவ்வளவு வகையான நீதிநெறிக்கோட்பாடுகள் ஏன் இருக்க வேண்டும். இந்தக் கோட்பாடுகளுக்கு விளக்கம் எங்கே?

பல்வேறு வகையான நீதிநெறிக் கோட்பாடுகளுள் பல்வேறு விதங்களில் வெளிப்பட்டு நிற்கின்ற ஒரு கருத்து உள்ளது. அது மற்றவர்களுக்கு நன்மை செய்ய வேண்டும் என்பது தான் மனிதர்களிடம் அன்பாயிருப்பது. எல்லா பிராணிகளிடமும் அன்பாயிருப்பது குறிக்கோளாக இருக்க வேண்டும். இதெல்லாம் நான் தான் பிரபஞ்சம் இந்தப் பிரபஞ்சம் இரண்டற்றது. ஒன்றேதான் என்ற நிலையான உண்மையின் பல்வேறு வெளிப்பாடுகள். அப்படி இல்லாவிட்டால் இந்தச் செயல்களுக்கெல்லாம் காரணம் என்ன? நான் எதற்காக என்னைச் சுற்றியிருப்பவர்களிடம் அன்பு பாராட்ட வேண்டும்? ஏன் மற்றவர்களுக்கு நன்மை செய்ய வேண்டும்? என்னைக் கட்டாயப்படுத்துவது எது? அதுதான் இரக்கம் எங்கும் ஒரே பொருள் உள்ளது என்ற உணர்ச்சி.

ஆத்மா புலனாய்வுக்கொண்டு பரிணாம வளர்ச்சியை அறிய முடியும். உலகிலுள்ள அனைத்து ஜீவராசிகளுக்கும் உள்ளுணர்வு என்ற ஆற்றல் உள்ளது. இது பெற்றோர்களின் வழிகாட்டுதல் இல்லாமல் உயிர் வாழ்தலுக்குத் தேவையான நடத்தைகளை ஆணையிடுகின்றது. இதன் ஆத்மா புலனாய்வு ஒரு குறிப்பிட்ட உயிரினத்தை உள்ளார்ந்த சாய்வாக உள்ளது. இது ஒரு ஆற்றல் இல்லாத நிலையான நடவடிக்கை முறையாகும். இதில் முன்அனுபவம் அடிப்படையில்லாமல் செய்யப்படுவது அதன் இயல்பான நடத்தை உள்ளுணர்வேயாகும். கடல் ஆமைகள் கடற்கரையில் முட்டைகளைப் பொரித்து குஞ்சுகள் கடலை நோக்கி நகர்கின்றன. வவ்வால்கள் சாதாரண கற்றல் இல்லாமல் உணர்வு மூலம் திசைகளை அறிகின்றன. பறவைகள் கூடுகள் கட்டுவதும் இயல்பான நடத்தையால் நடத்தப்படுகின்றன.

விலங்குகளின் நடத்தை தீர்மானிப்பதில் உள்ளுணர்வுகளின் பங்கு இனங்களுக்கு இனம் மாறுபடுகிறது. எடுத்துக்காட்டாக பாலூட்டிகள் சமூக கற்றல் பெரிதும் சார்ந்துள்ளது. அவைகள் தாய்மை தன்மையை

காத்துக்கொள்வது இல்லை. அது இயல்பான நடத்தையில் உள்ளது.

ஆத்மா புலனாய்வு ஒரு இயல்பாக தூண்டப்படுகிறது. விலங்குகளின் ஒலி கொண்டு இந்த இயல்பு தூண்டப்படுகின்றது. ஒரு குறிப்பிட்ட நடத்தை முறை தூண்டுவதற்கான சூழலில் ஏதேனும் ஒரு வகை சமிக்ஞை வெளிப்படுத்துகிறது.

பெரும்பாலான விலங்குகள் முன் திட்டமிடப்பட்ட விரிவான அதன் சொந்த உணர்வு இந்த உலகில் வாழ்கின்றன. இவைகள் ஒரு தூண்டுதலால் ஒரு சிக்கலான பதிலளிக்கிறது. சரியான தூண்டல்களுக்கு பதிலளிக்கின்றது.

ஆத்மா புலனாய்வு உள்ளுணர்வினால் இயக்கப்படுகின்றது என்று குறிப்பிட்ட நம்பிக்கையின்மை உள்ளோம். மனிதர்களின் வலுவான உயிரியல் சக்திகளால் உந்துதல் என்ற உண்மையை மறுக்க முடியாது. ஏனெனில் இது வலுவான உயிரியல் படைப்புகளில் இன்றும் சரியான இயக்கிகள் இயக்கப்படுகின்றது.

ஆத்மா புலனாய்வு விசைகளை பாருங்கள். படிப்பின் வளர்ச்சிக்கு பெரிதும் உதவும் என்றும் பரிணாம உயிரியல் பரிணாம உளவியல் பெரிதும் பயனுள்ளதாக இருக்கும்.

இந்த ஆத்மா புலனாய்வு திட்டங்களால் ஒரு பெரிய மாற்றத்தை உண்டு பண்ண முடியும். இந்த ஆத்மா புலனாய்வு உள்முக நடைமுறைகள் மூலம் செம்மைப் படுத்திட முடியும்.

இந்த கற்றல், பொருள், ஒட்டு மொத்த நோக்கும் திறன் போன்ற இயல்பு, இருப்புச் செயல்பாடுகள் போன்ற முக்கிய ஆற்றலை வளர்த்துக்கொள்ள, கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். இந்த பிரிவுக்கு கற்றல் நோக்கங்கள் எனலாம். ஒரு முக்கியமான தன்னிச்சையான இயல்பை அறிவதன் மூலம் ஒரு உலகளாவிய விழிப்புணர்வுகளும் மாற்றப்படும். இது ஒரு புதிய சிந்தனையை வழங்குகிறது. இந்த கல்வி அடுத்த ஒரு தலைமுறையில் இருந்து தகவல்களைக் கடந்து புதிய வழி ஆனது. இயல்புக்கல்வி, தோற்றம் பற்றி விவாதிக்க, பரிணாம உயிரியலைப் பயன்படுத்தி ஒரு சிறந்த கல்வியை செய்கிறது. மதம், இசை மற்றும் காரணங்கள் ஏன்? குறுக்கு கலாச்சாரம் நாம் பொதுவாக இயல்பு அறநெறி பகிர்வது தான்.

ஒரு பரம்பரை சாதாரண மரபணு வழித்தடங்களை அடுத்த ஒரு தலைமுறையில் இருந்து தகவல்களை கடத்தும் புதிய வழி. பரிணாம உயிரியல் பயன்படுத்தி ஒரு சிறந்த அறநெறி உணர்வு வேலை செய்கிறது.

ஒருவர் தம்முடைய உணர்ச்சிகளை அடையாளம் கண்டு மதிப்பீடு செய்து அதனை திறம்பட மேலாண்மை செய்வது ஆத்மா புலனாய்வு

அச்சம், கவலை, கோபம், துன்பம் போன்றவற்றை நுணுக்கமாக கையாள வேண்டும். நெருக்கமான நேரத்திலும் அதிகப்படியான உணர்வுகளுக்கு இடம் அளிக்காமல் இருக்க வேண்டும்.

உங்களையும் உங்களை சுற்றி உள்ளவர்களையும் உணர்ச்சி வயப்பட பிரச்சினைகளிலிருந்து பாதுகாத்து கொள்ளுங்கள். அதிகமாக பேசுவதை தவிர்த்து கேட்கப் பழகுங்கள். கோபத்தை கட்டுப்படுத்துங்கள். தயக்கத்தை விட்டொழியுங்கள்.

சிக்கலாகி உள்ள இன்றைய வாழ்வு பாலகப் பருவம் முதற் கொண்டு வேலை செய்யும் பெரியவர்கள் வரை பல்வேறு தளங்களில் வாழ்வு நம்மை வெறி கொண்ட மிருகமாக்காமல் துரத்திக் கொண்டே இருக்கிறது.

நோயெதிர்ப்பு அமைப்பு மூலம் உடலை குணமாக்கும் சக்தி நம்மிடம் உள்ளது.

இந்த நரம்பு மண்டலம் வழியாக மூளையில் இருந்து உடலுக்கு அனுப்பப்படும் முக்கிய செய்திகளை அனுப்புகின்றது.

சமூக நடத்தையில் அடிப்படை கற்பிதங்களிலிருந்து தொடர்புடைய நிலைத்தன்மையும் இந்த கோட்பாடுகளை ஏற்படுத்தி ஆதாரங்களை உருவாக்க வேண்டும்.

நவீன தார்மீக தத்துவத்தின் மிக முக்கியமான முன்னேற்றங்கள் ஒரு பண்புகளை ஒட்டிய எழுச்சி ஆகும்.

இதன் மூலம் நல்ல நடவடிக்கை நல்லொழுக்க உளவியல் ஒரு நம்பிக்கையும் புரிதலையும் அளிக்கின்றது.

உங்கள் தூய உள்ளுணர்வு கொண்ட ஓட்டத்தை அறிய செய்கிறது. நம் ஆற்றலை உணர்ந்தேன் அது மின்சாரம்

போல நீங்கள் அதை பார்க்க முடியாது. அதன் ஆற்றலால் தான் உயிரோடு இருக்கின்றோம். இந்த தூய ஆற்றல் நிபந்தனையற்ற அன்பு, மனம், படைப்பாற்றல் மற்றும் முடிவில்லா மகிழ்ச்சி அமைதி அனுபவிக்கிறோம். நுண்ணுணர்வு புலனாய்வு அகன்றதும் அந்தத் தலத்தில் ஓர் அனுபவம் ஏற்படுகிறது அதுவே ஆத்ம அனுபவமாகும்.

உன்னுடைய உள் இருப்பு நிலை மாறுதலடைவதை நீ உணர்வாய்.

5. Universal Intelligence

பிரபஞ்ச ஆற்றலுடன் ஒருங்கிணைவதே பிரபஞ்ச புலனாய்வாகும்.

பிரபஞ்சத்தின் ஒரு கூறு தான் மனிதன். இந்த சக்தியுடன் ஒன்றும் போது எல்லையற்ற சக்தி நம்மை வந்து அடையும். இது வலது பக்க மூளையினை உள்ளுக்குள் சக்தியை கொடுத்து பிரபஞ்ச மனத்துடன் இணைந்து அனைத்தையும் அறிய வைக்கிறது. மனித உடல் பல சக்திகளால்

ஆக்கப்பட்டு பிரபஞ்ச சக்தியால் இயக்கப்பட்டு வருகிற ஒரு உயிரினமாகும். இந்த மனித உடலானது கோள்களின் ஆதிக்க செயல்பாடுகளைப் பொறுத்தே அமைகிறது. கோள்கள் அதனதன் நிலையிலிருந்து மாறுபடாமல் தன் வட்டப்பாதையில் ஒரே சீராக இயங்கிக் கொண்டிருந்தால் உடலும் சீராக இயங்கும். இந்த கோள்கள் செயல்படும் முறையில் தான் மனித எண்ணங்களின் இயக்கமும் செயல்பாடுகளும் அமையும். அதாவது கோள்களுக்கும் மனிதர்களுக்கும் நேரடித் தொடர்புண்டு.

கோள்களின் ஆதிக்கத்திற்கு மனிதனுக்கும் நேரடியான தொடர்புகளை புலனாய்வு செய்தால் அவன் வல்லமை பெற்ற மனிதனாக மாறி விடுகின்றான்.

பிரபஞ்ச புலனாய்வில் அறிவாலும் ஆற்றலாலும் சிறந்தோங்க முயற்சி செய்கிறான். இதனால் உடல் வலுப்பெற்று அதனால் மனம் வலுப்பெற்று விடும். அப்போது மனதை ஒருநிலைப்படுத்தி ஆழ்நிலைக்கு சென்று சக்தியை அறிய செய்கின்றது.

பிரபஞ்ச இணைப்போடு இந்த பூமிக்கு வந்தேன். இந்தப் பிரபஞ்ச இணைப்பின்றி வாழ்கின்றோம். பிரபஞ்ச

புலனாய்வில் தரும் செய்திகளை கவனியுங்கள் உன்னுடைய இருப்பின் அடித்தளத்தில் இருந்து தகவல்களை புரிந்து உணர்ந்து கொள்.

Universal புலனாய்வு அவசியம் ஒரு போதுமானதாக உள்ளது. அது எல்லையற்று இருக்கிறது. உண்மையான கருத்துக்கள் அவசியம் போதாது என்றால் ஆனால் அதன் இருப்பு அதிகம் விளைவு அதிகமாக உள்ளது என்ற யோசனையும் ஒரு காரணம்.

பிரபஞ்சம் உயிரினங்கள் தோற்றம் உள்ளிட்ட பல செயல்கள் தன்மைகள் போன்றவை ஒரு இயல்பு சார்ந்த காரணி மூலமே நன்றாக விளக்க முடியும்.

பிரபஞ்சத்தில் உள்ள அனைத்தும் ஒரு சிறப்பியல்பு. அதிர்வு அல்லது அதிர்வெண் கொண்டிருக்கின்றன. குவண்டம் இயற்பியல் எல்லாம் இணைக்கப்பட்ட ஒத்த தீர்வுகள் மற்றும் ஒத்த தீர்வுகள் மூலம் பரப்பப்படும் தகவல்கள் பிரச்சினையை அணுகுகிறது.

பிறவி அறிவு மூலம் கருத்துக்கள் அறிவு வடிவங்கள் அல்லது மன ஒப்பனையே இன்றியமையாத புலனாய்வு பகுதியாக என்றும் அண்டசராசரம் உணர்த்தியது. மேலும் இதன் மூலம் மனிதன் செயல்முறைகள் என்று அதில் அவர் ஆய்வுகள் மற்றும் அனுபவங்கள். இந்த அறிவார்ந்த கட்டமைப்பு இல்லாமல் அறிவு புலனாய்வில் இணைக்கப்பட்டன.

இயல்பான அறிவு மனித துறையில் உறுதிப்படுத்துகின்றன. எந்த மனிதன் எப்படித் தெரியும் ஆய்வு ஆகும். மனிதன் புரிந்து புலனாய்வு மற்றும் உண்மைகள் மற்றும் எண்ணங்கள் ஏற்பாடு எந்த ஒரு கட்டமைப்புக் கொண்டிருக்கிறதே ஒழிய, அறிவு இல்லை இருக்கவும் முடியாது. இந்த அண்ட சராசரத்தை முறைப்படுத்தும் திறன் உள்ளது. இது எல்லையற்று முடிவு இல்லாமல் இருக்கிறது.

அன்றாடவாழ்க்கையில் பயன்படுத்தப்படும் அண்டசராசரத்தின் அறிவுச்சார் கருத்துக்கள் உருவாக்குகிறது.

நாம் யோசித்து உணர எப்படி நாம் யுனிவர்சல் புலனாய்வு வெளித்தோற்றத்தில் சீரற்ற பிரபஞ்சத்திற்கு அமைப்பு

ஒழுங்கை கொண்ட அந்த சக்தி விவாதமாகும். நாம் அனைவரும் ஒரு யுனிவர்சல் புலனாய்வு பகுதியாக எப்படி நாம் அதன் சட்டங்கள் மற்றும் உடல் அளவு மூலம் கட்டுப்படுத்த எவ்வளவு யுனிவர்சல் புலனாய்வு எல்லாம் எப்படி விவாதிக்கப்பட்டது.

நாம் யுனிவர்சல் புலனாய்வு அனைத்து உயிர்களின் மூலமும் இயங்குகிறது. இது ஒரு வாழ்க்கை வெளிப்பாடு தேவையான அனைத்து செயல்பாடுகளையும் ஏற்பாடு மற்றும் வெளியே செல்லும் ஒரு உள்ளார்ந்த புலனாய்வு உள்ளது. பிற புலனாய்வு யுனிவர்சல் புலனாய்வில் ஒரு பகுதியாகும்.

உலகளாவிய புலனாய்வில் இருந்து ஒரு படி மேலே தன்;னிச்சையான மாறா மட்டுமே (definable) . அது சிறந்த பட்டறிவு உண்மையான அமைப்புகளின் கட்டுவதைப்பற்றி சிந்திக்கும் மதிப்பு உண்மையில் வேறு எங்கும் அறிவார்ந்த தொகுப்புகள் நடைமுறையில் இருக்கலாம் தான் பிரச்சனைகள் பல்வேறு வகையாக பொருந்தும்.

நாம் அனைவரும் எதிர்காலத்தில் இதே நிகழ்வுகள் குறித்த யுகங்களை பின்னர் நிகழ்வுகள் அவதாரிக்கவும்

அவர்கள் அளவிட அவர்களை பிரதிநிதித்துவப்படுத்துவதாக கணித சூத்திரங்கள் உருவாக்க முடியும் என்று பிரபஞ்சத்திற்கு ஒழுங்கு உள்ளது என்று ஏற்றுக் கொள்ள முடியும். உலகளாவிய புலனாய்வு இந்த வரிசையில் உள்ளது.

உலகளாவிய புலனாய்வு சூரியனைச்சுற்றிய கோள்களில் உள்ளது.

உலகளாவிய புலனாய்வு என்பது பிரபஞ்சத்தின் ஒழுங்கு.

யுனிவர்சல் புலனாய்வு உடலியக்க தத்துவம் ஒரு தொடக்கப்புள்ளியாக பயன்படுத்தப்படுகிறது. உடலியக்க தத்துவம் மற்ற இயற்கையில் துப்பறியும் போது ஒரு யுனிவர்சல் புலனாய்வு இருப்பதை நிறுவும் பொருட்டு தூண்டக்கூடிய ஒரு பகுத்தறிதல் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இந்த கருத்து அமைப்பு ஒரு புலனாய்வு யோசனை அடிப்படையில் இதனால் உலகளாவிய இருக்கும் அணுக்கள் வரிசை மற்றும் அமைப்பு பிரபஞ்சத்தின் ஒரு புலனாய்வு ஆகும்.

யுனிவர்சல் புலனாய்வு அனைத்து விஷயத்தில் மற்றும் தொடர்ந்து அனைத்து பண்புகள் மற்றும் நடவடிக்கைகளுக்கு

வழங்கும் விஷயத்தில் இந்த உளவு வெளிப்பாடு வாழ்க்கை முறை பொருளாகும். எனவே வாழ்க்கை என்பது உளவுத்துறை மற்றும் விஷயம் தொழிற்சங்கத்தில் உள்ள படை புலனாய்வு மற்றும் விஷயத்தை இதுவரை இணைக்கும் யுனிவர்சல் உளவுத்துறை கனிம மற்றும் கரிம இரண்டு விவகாரத்தில் சக்தி அளிக்கிறது. யுனிவர்சல் புலனாய்வு மற்றும் அதன் வெளிப்பாடுகள் அதிக விவகாரத்தில் வழங்கும் அந்த சக்தி, உள்ளார்ந்த புலனாய்வு என்று அழைக்கப்படுகிறது.

இக்கொள்கையின்படி பிரபஞ்சம் உயிரினங்கள் தோற்றம் உள்ளிட்ட பல செயல்கள் அதன் இயல்புகள் போன்றவை ஒரு நுண்ணறிவு சார்ந்த காரணி மூலமே சரியாக விளக்க முடியும்.

உண்மையை மதிப்பிடுவதற்கு லவுகீக லாபம் என்ற பயன் நோக்கு முறை தகுந்ததல்ல. ஆனால் மிகவுயர்ந்த பலன் உள்ளது. எல்லோரும் தேடி அலைவது இன்பத்தைத் தான் ஆனால் பெரும்பாலோர் உண்மைப் பொருளில் அல்லாமல் நிலையில்லாத பொருட்களில் அதைத் தேடுகிறார்கள். புலன்களின் மூலம் ஒரு போதும் இன்பம் கிடைப்பதில்லை. புலன்களின் மூலமாகவோ புலன் அனுபவங்களின்

மூலமாகவோ இன்பம் கண்டவர் யாருமில்லை. ஆன்மாவில் மட்டுமே இன்பம் இருக்கிறது. ஆகவே ஆன்மாவில் இன்பம் காண்பது தான் மனித குலத்திற்கு உயர்ந்த பலனைக் கொடுக்கும்.

6. *சமூக நுண்ணறிவு*

நுண்ணறிவு போல் அல்லாமல் சமுதாய ஒற்றுமைக்கு இன்றியமையாதது சமூக நுண்ணறிவு. இது மனிதர்களுக்கு இடையே நெருங்கிய தொடர்பை ஏற்படுத்த செய்கிறது.

சமூதாயத்தின் நடத்தையை விவரிப்பது சமூக நுண்ணறிவு ஆகும். சமூக உடலியல் மனத்தின் நடைமுறைகள் எப்படி மனிதர்கள் ஒவ்வொருவரைப் பற்றியும் நினைக்கின்றனர் எப்படி ஒவ்வொருவருடனும் உறவு கொண்டுள்ளனர் என்பதை நன்கு ஆராய்வதே ஆகும். சமூக நுண்ணறிவு தனிநபர்களுக்கு இடையில் பகிர்ந்து கொள்ளும் இணைப்பை அடிப்படையாகக் கொண்டுள்ளது. சமூகவியல் ஒன்று சேர்ந்து வாழ்க்கைக்கு வழி காட்டுகிறது.

கூடி வாழும் வாழ்க்கைக்கு நம்பிக்கையூட்டி வழிசெய்கிறது. நமது சமூக நுண்ணறிவு அதிகரித்து நம் வாழ்வில் அர்த்தங்களை அறிய செய்து நமக்கு புரிதலை அறிய செய்கிறது.

மனிதர்கள் உட்பட எல்லா விலங்குகளும் சமூக புலனாய்வு திறன் மரபியல் அடிப்படையில் உள்ளது. இதன் ஆய்வு மிக முக்கிய ஆதாரமாக உள்ளது.

சமூக புலனாய்வு உயிரியல் அடிப்படையில் நாடு பற்றிய கோட்பாடு அது விலங்கு மற்றும் மனித சமூக புலனாய்வுகள் பற்றிய ஆய்வு பரிணாம கோட்பாடு பயன்படுத்துவது தொடர்பானது. அது இயற்கைத்தேர்வு மூலம் பரிணாம கோட்பாடு அது கட்டமைப்பு மற்றும் உளவியல் ரீதியான செயல்பாடுகளுக்குப் பொருந்தும் இயல்பான வழியில் நடத்தும்.

ஒரு சமூக இனங்கள் மனித இனங்கள் பரிணாம வளர்ச்சி சமூக நுண்ணறிவு வாழ்தல் மதிப்பு அடிப்படையாக கொண்டது. உயிர் வாழ்வதற்கு மனித உயிரினம் உயிர் சரியான தேர்வு செய்ய வரிசையில் சரியாக சமூக சூழல் மதிப்பீடு திறனை பொறுத்தது. ஒரு சமூக உயிரினமாக

மனித அறிவுக்கு மற்றும் சமூக சூழ்நிலைகளை உண்மைகளை சரியான மதிப்பீடுகளில் உயிர் வாழ்வதை சார்ந்துள்ளது.

மனித சமூக புலனாய்வு அதன் கொள்கைகள் குறிப்பிடத்தக்க கோட்பாடுகள் போன்ற ஒரு தன்னலமற்ற என்ற பண்பு மரபியல் அடிப்படையில் முடியும் மற்றும் இயற்கை தேர்வு செயலாக்கம் மூலமாக பரிணாமம் என்பது தான் அது பொது நல நடத்தை தியாகம் உயிரினம் ஒரு மரபணுக்களின் பல பகிர்ந்து யார் நெருக்கமான தொடர்புடைய நபர்கள் காப்பாற்ற செய்யப்படும் என்று இயற்கைத்தேர்வு இசைவானதாக பராமரிக்கிறது.

புத்திசாலித்தனமான மற்றும் அறிவார்ந்த மற்றும் வெற்றிகரமான ஒரு வேறுபாட்டை விளக்க நடைமுறை உளவுத்துறை காட்டுகிறது. இதன் அதிக பட்ச விளைவுகள் நீங்கள் சரியான சூழ்நிலைகளில் இதனை நடைமுறைப்படுத்துவதில் தான் நடைமுறை புலனாய்வில் உள்ளது. அது IQ அளவிடப்படும் பகுப்பாய்வு திறன் வகையாக இருந்து தனி புலனாய்வு ஒரு வகையாகும்.

ஒவ்வொருவருக்கும் நடைமுறை புலனாய்வில் ஒரு திறமை இருக்கும். உங்கள் உள்ளார்ந்த பகுப்பாய்வு திறன்களை மற்றும் நம் சமூக ஆர்வலராகவும் முதல் நாம் பிறந்து இயல்பான அறிவு உள்ளது. நடைமுறை புலனாய்வு விஷயங்களை நாம் வழி காண பலம் பெற வாழ்க்கை மூலம் அறிய திறன்களை தொகுப்பாகும். நடைமுறைப் புலனாய்வு மக்கள் விருப்பங்கள் மற்றும் சாத்தியக்கூறுகள் அடிப்படையில் தான் நல்ல முடிவுகளை எடுக்க மொழிதிறன் வேலை தெளிவின்மை மற்றும் சிக்கலான தெளிவாக புகுத்துவதற்கான பிரச்சினைகள் தழுவி தீர்வுகள் மூலம் வேலை.

திறமைகளை சரியான கல்வி மற்றும் பயிற்சி மேம்படுத்தப்பட்டு நமது சொந்த திறமைகளை மேம்படுத்த பல சொந்த திறமைகளை வளர்க்க உதவுகிறது.

இது சமூக நுண்ணறிவு என்னும் கருத்தாக்கம் அதன் பயனை outlived என்று சாத்தியம் மற்றும் உணர்ச்சி உளவுத்துறை மூலம் நீக்கப்பட்டு விடும். மாறாக அவர்கள் உளவியல் மற்ற பகுதிகளில் செய்ய சாத்தியம் போன்ற நரம்பியல் அறிவியல் ஆய்வுகள். சமூக நுண்ணறிவு ஆய்வு புதிய வாழ்க்கை கொடுப்பேன் என்ற சத்தியம் மறுபுறம். ஒரு

வேளை நாம் மக்கள் வரிசை நோக்கம் பல்வேறு வகையான சோதனைகளை சமூக தேர்ச்சி தனிப்பட்ட வேறுபாடுகளை அளவிடும் கருவிகள் வளரும் அதன் மனோரீதியான முக்கியத்துவம் இணைந்து முற்றிலும் சமூக நுண்ணறிவு திறனை மாதிரி கைவிட மற்றும் சில வேண்டும். மக்கள் அதிகமான மதிப்பெண் பெற வேண்டும். மற்றவர்கள் குறைவான மதிப்பெண்கள் பெற வேண்டும் அதற்குப் பதிலாக மக்கள் ஒப்பிட்டு எப்படி கவனம் செலுத்துவதற்கு ஒரு வேளை நாம் மக்கள் எனக்கு என்ன கவனம் செலுத்த வேண்டும் மற்றும் அவர்கள் வகுத்துக்கொண்ட பணிகளை வாழ்க்கை மற்ற மக்கள் தங்கள் பரஸ்பர மீது தங்கள் சமூக நுண்ணறிவு கொண்டு எப்படி மற்றும் பணிகளை அவர்கள் அமைக்க வேண்டும் தங்களை இந்த வழியில் நாம் ஒருவருக்கொருவர் நடத்தை தனிப்பட்டு தெரியும்.

ஆளுமை சமூக நுண்ணறிவு கோட்பாடு கண்ணோட்டத்தில் இருந்து அது விட மிகவும் வேறுபட்ட தன்மை கொண்டது. தெளிவாக இருக்க வேண்டும் பார்வை ஒரு மனோரீதியான புள்ளியில் இருந்து வினாக்கள் சரி அல்லது தவறு என்று பதில் ஸ்மார்ட் மக்கள் நட்பு ஒரு நபர் மகிழ்ச்சியாக அல்லது சோகமாக இருக்கும் போது எப்படி தெரியும் இது ஒரு இறுதி

சிரிக்க சரியான இந்த வழியில் அதை ஒருவர் சமூக அறிவு துல்லியம் மற்றும் அவரது சமூக நடத்தைகளை திறன் மதிப்பீடு செய்ய குறைந்த பட்சம் கொள்கை சாத்தியமாகும். எனினும் தொடக்கத்திலேயே குறிப்பிட்டார்ஆளுமை சமூக உளவுத்துறை அணுகுமுறை மக்களின் போன்ற தரவரிசையில் ABJURES காட்டிலும் ஒரு நபர் சில விதிமுறைகளை ஒப்பிடும் போது எப்படி சமூக அறிவார்ந்த கேட்டு ஆளுமை சமூக உளவுத்துறை பார்வையில் அவர் தனது தனிப்பட்ட நடத்தை வழிகாட்ட பயன் படுத்த முடியும். ஒரு நபர் என்ன சமூக நலத்துறை பார்வையில் அவர் தனது தனிப்பட்ட நடத்தை வழிகாட்ட பயன்படுத்த முடியும். ஒரு நபர் என்ன சமூக உளவுத்துறை கேட்கிறது உண்மையில் சமூக உளவுத்துறை அணுகு முறை ஆளுமை செய்ய பொது புலனுனர்வு கூட்டமைப்புகள் மற்றும் தனி இந்த தனிப்பட்ட வாழ்க்கை படிப்படியாக உருவாக்க எப்படி கட்டப்பட்டு அவர்கள் நடந்து சமூக ஒரு பங்கை எப்படி வெளியே இது செயல்முறைகள் புரிந்து கொள்ள முயன்று விட சமூக புலனாய்வு தனிநபரின் திறமை மதிப்பீடு குறைவாக ஆர்வமாக பரஸ்பர இந்த காரணத்தால் நபரின் சமூக

உளவுத்துறை மதிப்பிடப்படுகிறது. எந்த தனிப்பட்ட வேறுபாடு நடவடிக்கைகள் முன்மொழியப்பட்டது.

ஆக எந்த ஒரு செயலையும் ஒரு மனித உயிராக நாம் செய்ய வேண்டுமானால் அந்த செயலுக்கான அழியாத பெரும் இச்சை நம்முள் நிலையாக இயல்பாகவே எழுந்தாக வேண்டும். அந்த இச்சையை ஆராதிப்பதன் மூலமே செயலுக்கான இச்சையை நம்முள் நிலையாக இருத்த முடியும். இச்சா சக்தியை வணங்குவதன் மூலம் செயலுக்கான இச்சையை ஆராதிக்கும் மனநிலையை நம் பண்பாடு நமக்கு அளிக்கிறது.

நமது எண்ணங்கள் மூளையின் ஒரு செயல்பாடு. வெறும் பௌதீக இருப்பின் அடிப்படையில் கூறினால் இந்த எண்ணங்களின் இயக்கம் என்பது நம் மூளையில் உள்ள வேதிப் பொருட்களின் இடையறா வேதிவினைகளின் விளைவு அதாவது நம் மூளையில் உள்ள வேதிப் பொருட்களின் கூட்டு இயல்பு. ஒரு மனித இருப்பாக நம் இயல்பை தீர்மானிக்கிறது அல்லது நம் அனைவருக்கும் இயல்பாகவே சில ஆசைகளும் விருப்பங்களும் தேவைகளும் நம் இருப்பின் அடிப்படையாக நம் மூளையின் கட்டுமானமாக நம் இயல்பாக நமக்குள்

புதைக்கப்பட்டுள்ளன. அவையே நம் அடிப்படை இயல்பு. இந்த இயல்பை வெளிப்படுத்துவதற்கான இச்சையே நாம் வேண்டும் இச்சை! நூம் ஆராதிக்கும் இச்சை!

நம் மனம் புற உலகில் நிலை கொள்ளும் போது மனதில் நிலை கொள்ளும் புற உலக பிம்பங்களே நம் தேவைகளையும் விருப்பங்களையும் வடிவமைக்கின்றன. உள்முகமாக நோக்கினால் பெரும்பாலும் புற உலக பிம்பங்களால் உருவாகும் தேவைகளும் விருப்பங்களும் நம் இயல்பாக இருப்பதில்லை. எனவே அந்த தேவைகளை அடைய உதவும் செயல்களுக்கான இச்சையும் நம் இயல்பில் இருப்பதில்லை. புற உலக இயக்கங்களினால் தற்காலிக உந்துதல் பெற்று அதற்கான இச்சையையும் நம்மில் உருவாக்கி விடுகிறோம். ஆனால் பரிதாபகரமாக அந்த இச்சையை அழியாமல் இறுதிவரை நம்மால் கொண்டு நம்மால் கொண்டு செல்லவும் இயல்வதில்லை. தற்காலிக உந்துதல் தொடங்கப்பட்ட செயல் பின்னர் புற விசைகளால் இயக்கப்பட்டு நாம் அந்த செயலுக்கான கருவயாக மட்டும் மாறி விடுகிறோம்.

ஆம் நாம் துறக்க வேண்டியது நம் இயல்பில் இல்லாத ஆசைகளையோ சமூகத்தால் சமூகத்துக்காக

வடிவமைக்கப்பட்ட நமக்கு பெரும்பாலும் நம் இயல்புகள் என்னவென்பதே தெரிந்திருப்பதில்லை. எனவே நம் இயல்பான ஆசைகளும் விருப்பங்களும் என்ன என்பதும் தெரிந்திருப்பதில்லை. வாழ்க்கையை வாழ வேண்டுமானால் முதலில் நாம் அறிய வேண்டியது நம் இயல்புகளையே. நும்மால் மட்டுமே நம் இயல்புகளை அறிய முடியும் இச்சா சக்தியை ஆராதிப்போம்! நம் இயல்புகளை அறிவோம்! ஏல்லையில்லா ஆனந்தத்தில் திளைப்போம்! ஆம் அவ்வாறே ஆகட்டும்!

முனம் நம் உள் இயல்பை நோக்கி திரும்பாததுவரை நாம் அறிந்திருப்பது நம்மை சுற்றி நிகழும் இயக்கங்களின் மாயத்தோற்றங்களையே. நும்மை சுற்றி நிகழும் இயக்கங்களின் உண்மைத் தோற்றத்தை அறிய அல்லது நெருங்க மனம் உள்முகமாக திரும்பியிருக்க வேண்டும். எனவே நம் தேவைகளும் விருப்பங்களும் அந்த வெளி இயக்கங்களின் மாயத் தோற்றங்களை பொறுத்தே அமையும். ஒரே வெளிப்புற இயக்கம் வெவ்வேறு மனிதர்களிடம் வெவ்வேறு விதமான மாயத் தோற்றங்களை உருவாக்கியிருக்கும். அந்த தோற்றங்களின் இயல்பு அந்த தனிமனிதர்கள் ஏற்கனவே அறிந்தவற்றை பொறுத்தும்

அவர்களின் நினைவை பொறுத்தும் அவர்களின் எண்ண ஓட்டங்களின் இயல்பை பொறுத்தும் அமைந்திருக்கும். இந்த மாயத் தோற்றங்களால் தாக்குதலுக்குள்ளாகும் மனம் நம்மை குறித்து ஒரு கற்பனை உருவத்தை உருவாக்கி அந்த கற்பனை உருவத்தை மாய உலகில் நடமாடவைக்கும். அந்த கற்பனை உருவத்தை நம் இருப்பு என்றும் நம்ப தொடங்கும். எனவே நம் Nவைகளும் விருப்பங்களும் அந்த மாய உலகில் கற்பனையால் தோற்றுவிக்கப்பட்ட நம்மை உலவ வைப்பதற்காகவே இருக்கும்.

அதாவது நாம் கொள்ளும் நமது தேவைகளை மற்றும் விருப்பங்களின் முக்கியத்துவம் சில மிக அடிப்படையான வாழ்க்கை தேவைகளை தவிர பெரும்பாலானவை நம் கற்பனையால் பல மடங்கு பெரிதாக்கப்பட்டவை. ஆதற்கு காரணம் ஒரு கற்பனையான உலகில் நாம் வாழ்ந்து கொண்டிருப்பதே. இதற்கு அர்த்தம் நம்மை சுற்றி இருக்கும் அல்லது நாம் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் இந்த உலகம் கற்பனை என்பது அல்ல. ஆனால் இந்த உலகத்தை குறித்து நாம் அறிந்திருப்பது. புலன்களால் நம் மனதை அடையும் உணர்வுகள் எண்ணங்களால் மாற்றத்துக்குள்ளாகி நம் நினைவுகளில் பதிந்திருந்தவற்றை உதாரணமாக புற

உலகில் நடக்கும் ஒரே செயலை இரு நபர்கள் இருவேறு விதமாக புரிந்து கொண்டிருப்பார்கள். அதாவது அந்த நடைபெற்ற ஒரே உண்மையான செயலை ஒரு நபர்களும் அவர்கள் கொண்டிருக்கும் புற உலக மாய பார்வையின் மூலம் இருவேறு வித உண்மைகளாக தோன்றுகிறது. ஆனால் உண்மை ஒன்றாகவே இருக்க முடியும்.

7. மனித நுண்ணறிவு

“தன்னுடைய இருப்பினுள் நகரும் மனிதன் பிறப்பை கடந்து விடுகிறான்.”

மனித இனங்களின் பரிணாம வளர்ச்சி மனித புலனாய்வு மதிப்பீட்டில் உள்ளது. நன்னெறி மற்றும் மனித புலனாய்வுக்கு இடையே இணைப்பு மனித புலனாய்வு ஒரு புரிதல் நல்வாழ்வுக்கு வழி வகுக்கிறது.

இதைப்பற்றிய உங்கள் எண்ணங்கள் உங்கள் உள்முக பார்வை கவனமாக இருக்கலாம். கடந்த கால அனுபவங்கள் விதித்த கட்டுப்பாடுகளை நீக்கி காற்று உடல் ஆத்ம நீட்டிப்பு

குறைப்பு பரிணாம வளர்ச்சி விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துகிறது.

உலகிலுள்ள அனைத்து ஜீவராசிகளையும் இயல்பான நுண்ணறிவு கொண்டு படைத்துள்ளார். ஆனால் மனிதர்களுக்கு இவற்றிற்கு மேலே பகுத்தறியும் திறன் கொண்டு படைத்துள்ளார். எனவே தான் எந்த ஜீவராசிகளும் செய்ய முடியாத புலனாய்வு மனிதர்களுக்கு மட்டுமே தான். உள்முக புலனாய்வு செய்யும் திறன் கொண்டுள்ளான்.

யுனிவர்சல் புலனாய்வு மிகச்சரியான ஒரு மனித உடலை இயக்கவும் தெரியும். மனித புலனாய்வில் அனைத்து வாழ்க்கை முறைகளை கட்டுப்படுத்தும் ஒரு மனிதனின் உயிரற்ற உடல் வெட்டு காயம் சீராக்க முடியாது. ஒரு முறை வாழ்க்கை என்று மக்கள் மங்கி விட்டது உள்ளது. மனிதனின் உயிரற்ற உடல் அதன் உள்ளார்ந்த வாழ்க்கை சக்தியாக உள்ளது. இந்த மனித புலனாய்வு மூலம்; தொடர்ந்து வாழ்க்கை உருவாகிறது உண்மையிலேயே அற்புதம்.

மனித புலனாய்வு ஒரு குறிப்பிட்ட உளவியல் அமைப்பு மற்றும் உள்ளுறுப்பு தொடர்புடையதாக உள்ளது.

அவர்களின் தொடர்புடைய உளவியல் அமைப்புகள் ஒரு குறைபாடு அல்லது ஆற்றல் ஏற்றத்தாழ்வு காரணமாக எழுகிறது. மனித புலனாய்வு திட்டம் சுகாதார ஒரு சீரான நிலை திரும்பக் கிடைக்க ஒவ்வொரு நபர் உதவ உருவாகின்றனர்.

பெரும்பாலான உயர்நிலை உயிரினங்களைப் போலவே மனிதனும் ஒரு சமூக விலங்கு மனிதர்களின் எண்ணங்களை வெளிப்படுத்துவதற்கும் தங்களை ஒழுங்கமைத்துக் கொள்ளல் என்பவற்றுக்காகவும் தொடர்பு முறைகளைப் பயன்படுத்துகின்றனர். மனித சிக்கலான சமூக அமைப்புகளை உருவாக்கியுள்ளனர். இவற்றுள் குடும்பங்கள் முதல் நாடுகள் வரையான அமைப்புக்கள் அடங்குகின்றன. மனிதர்களுக்கிடையேயான சமூகத் தொடர்புகள் பெருமளவுக்கு வேறுபடுகின்ற மரபுகள், சடங்குகள், நெறிமுறைகள், விழுமியங்கள், சமூக நெறிகள், சட்டங்கள் போன்றவற்றை உருவாக்கியுள்ளன.

ஆதி மனிதக் குடியுருப்புகள் நீர் எவ்வளவு அருகாமையில் இருக்கின்றது என்பதை கருத்தில் கொண்டு அமைக்கப்பட்டன. அத்துடன் வாழ்க்கைக்குத் தேவையான இயற்கை வளங்கள் பயிரிடுவதற்கான ஏற்ற நிலம்

கால்நடைவளர்ப்புக்கு ஏற்ற சூழல் என்பனவற்றோடு வேட்டையாடுவதற்கு தகுந்த விலங்கு பல்வகை சுமை கொண்ட சூழல் என்பனவும் கருத்தில் கொள்ளப்பட்டன. தொழில் நுட்ப வளர்ச்சியுடன் தனது வாழ்க்கை முறைகளை நீர்ப்பாசனம் கட்டுமானம் போக்குவரத்து பண்டங்கள் உற்பத்தி காடழிப்பு என்பனவற்றின் மூலம் மனிதன் புவியை மாற்றும் வல்லமை படைத்தவன். இவ்வாறான திட்டமிட்ட மாற்றங்கள் வெப்ப நிலைக்கு ஏற்றவாறு தனது உறைவிடம் மற்றும் ஆடைகள் மேம்படுத்துதல் கை இருப்பில் இருக்கும் உணவின் அளவை அதிகரித்தல் வளங்களையும் மற்றும் அருகாமையில் உள்ள குடியிருப்புகளையும் இலகுவாக அணுகுதல் போன்ற குறிக்கோள்களை மையப்படுத்தி மேற்கொள்ளப்பட்டன.

பெரிய அளவிளான வர்த்தக மற்றும் போக்குவரத்து உள்கட்டமைப்புகளின் வருகையால் வளங்களுக்கு அருகாமையில் இருக்க வேண்டும் என்ற தேவை குறையத் தொடங்கியதுடன் பல இடங்களில் இந்தக் காரணி சனத் தொகையின் வளர்ச்சிக்கோ வீழ்ச்சிக்கோ இனிமேலும் பின்னாலிருக்கும் சக்தியாக இல்லாமல் போனது ஆயினும் ஒரு மனித நடைமுறை மாறும் போது அதுவே சனத்

தொகை மாற்றத்திற்கு ஒரு முக்கிய காரணியாக அமைந்தது. மனித மைய நரம்பு மண்டலத்தின் முக்கியமான மைய பகுதியாக மனித மூளை செயல்படுவதுடன் மொத்த சுற்று நரம்பு மண்டலத்தையும் கட்டுப்படுத்தும் உறுப்பாக செயல்படுகிறது. மனித மூளையானது சுவாசம் உணவு சமிபாடு போன்று எண்ணாமல் தானாக நிகழும் நிகழ்வுகளை கட்டுப்படுத்துவதற்கு மேல் அதிகமாக நினைவுகள் பகுத்தறிவு மற்றும் கற்பனை வாதம் போன்ற மேம்பட்ட சிக்கலாக நிகழ்வுகளையும் ஆள்கிறது. இவ்வகையான புலனுனர்வுகள் மனம் என்னும் எண்ணக் கருவை உருவாக்குவதுடன் இதன் நடத்தை ரீதியான விளைவுகள் உளவியல் துறையில் விரிவாக ஆராயப்பட்டும் படிக்கப்பட்டும் வருகின்றன.

பொதுவாக இவ்வகையான சிக்கலான நடவடிக்கைகளை கையாளக்கூடிய ஆற்றல் கொண்ட மனித மூளை இதுவரை அறியப்பட்ட விலங்குகளிலேயே அதிக நுண்ணறிவு ஆற்றல் கொண்டதாக உள்ளது. இவ்வுலகில் உள்ள ஏனைய சில விலங்குகளாலும் அவைகளின் உள்ளுணர்வு மற்றும் விகடம் என்பவற்றைக் கொண்டு எளிய சட்டமைப்புகள் கருவிகள் போன்றவற்றை உருவாக்க முடிந்தாலும்

மனிதனின் இம்மூளை கட்டமைப்பானது எல்லாவற்றிலும் மிகப் பரந்ததாகவும் மிக சிக்கலானதாகவும் கருதப்படுகிறது. அத்துடன் இது காலத்துக்கு காலம் தொடர்ச்சியாக மேம்பட்ட மாற்றங்களை அடைந்து வருகிறது.

மனிதர்கள் பெரிய சிக்கலான சமூக குழுக்களாக முனைகின்றனர் ஏனைய எல்லா விலங்குகளையும் விட மனிதர்கள் சுய வெளிப்பாடுகளை மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்து பரிமாறவும் சிந்தனைகளை வெளிப்படுத்துவதுடன் குழுவாக இணைந்து செயல்படவும் நிபுணத்துவம் பெற்றுள்ளதால் ஒத்துழைப்பு மற்றும் போட்டியிடும் குழுக்கள் கொண்ட சிக்கலான சமூக கட்டமைப்புகளை மனிதர்கள் உருவாக்கியுள்ளனர். மனித குழுக்களின் அளவுகள் ஒரு தனி குடும்பத்திலிருந்து ஒரு பெரிய நாடு வரை பரந்து காணப்படுகிறது. மனிதர்களுக்கு இடையிலான சமூக பரிவர்த்தனைகள் ஆனது சிறந்த கலாச்சார மதிப்புகள் சமூக நெறிகள் மற்றும் சடங்கு சம்பிரதாயங்களை போன்ற விடயங்களை உருவாக்கியுள்ளது. மேற்குறிப்பிட்ட விடயங்கள் மனித சமூகத்தின் அடிப்படை மூலங்களாக திகழ்கிறது.

கலாச்சாரமானது மனிதர்களின் சிக்கலான அடையாள அடிப்படை நடத்தைகள் என இங்கு வரையறுக்கப்படுகிறது. உதாரணமாக பிறப்பிலேயே மனிதர்களுடன் உடனினைந்து காணப்படாமலும் சமூக தொடர்புகள் மூலம் மட்டுமே கற்றுக் கொள்ளக்கூடியதுமான அனைத்து நடத்தைகளும் ஆகும். மொழி சடங்கு சமூக அமைப்பு மரபுகள் நம்பிக்கைகள் தொழில் நுட்பம் என்பவை இவற்றுள் அடங்கும்.

தனது தகவல்களையும் கருத்துக்களையும் பேச்சு மற்றும் எழுத்து மூலம் வெளிப்படுத்தும் மனித ஆற்றலானது மற்ற உயிரினங்களுடன் ஒப்பிட முடியாத ஒன்றாகும். மற்றைய விலங்குகளின் மூடிய குறி அமைப்புகளை போலல்லாமல் மனிதர்களின் மொழி திறந்த அமைப்புடையது. அத்துடன் குறிப்பிட்ட அளவு ஒலிகளையும் சொற்களையும் கொண்டு முடிவற்ற எண்ணிக்கையான அர்த்தங்களை உருவாக்கும் வல்லமை படைத்தது.

மனித வாழ்க்கையில் ஒரு ஒற்றை கருமுட்டை செல் போன்ற கருத்தை தொடங்குகிறது. இந்த முட்டை செல் எப்போதும் வளர்ந்து ஒரு மனிதன் உருவாக்கப்பட்டது. தந்தை துவக்க தத்துவம் தாய் வாழ்க்கை எரிசக்தி மற்றும் நுண்ணறிவு தெய்வீக ஆதாரத்தை வழங்குதல்

தத்துவங்களேயாகும். நுண்ணறிவு கரு முழுமையாக உருவாக்கப்பட்ட மனிதன் வளர்ந்து உருவாக்க அதன் உணர்வுதிறன் முட்டை செல்பொருளின் உள்பொருத்தப்பட்டுள்ளது. வாழ்கையை வரையறுக்க நுண்ணறிவு தன் இயல்பை உணர்ந்தால் அந்த அம்சத்திற்கு விழிப்புணர்வு வெளிப்படுத்தி வாழ்க்கை அறிகுறிகளை விரிவுபடுத்துகின்றது.மனிதன் உட்பட்ட அனைத்து உயிரினங்களும் ஒரு செல் உயிர்களில் இருந்து இயற்கை தேர்வு சீரற்ற மாற்றங்கள் ஆகியவற்றால் மாற்றம் அடைந்து தோன்றின.

இன்றைய காலகட்டத்தில் மக்கள் ஆட்டு மந்தை போல தினசரி வாழ்வின் தேவைகளை சந்திப்பதிலேயே அவர்கள் வாழ்வு முடிந்து விடுகிறது. மனிதர்களுக்கு புலனாய்வு செய்யும் ஆற்றல் உள்ளது. இந்த ஆற்றலைத் தவிர வேறு யாரும் எதுவும் உங்களை விடுவிக்க முடியாது.

பிறப்பை கடந்து புலனாய்வது இறப்பற்ற தன்மையை உணர்வது தான். உனது இருப்பின் அடித்தள அனுபவத்தில் இருந்து நீ பெறக் கூடியது.

8. இயல்பான புலனாய்வு

இயல்பான புலனாய்வில் இயல்பின் உட்பொருளை உணர்வீர்கள்.

இது இயற்கையின் நிகழ்வுகளில் ஒரு இயல்பான வடிவமைப்பை நமக்குள்ளே தேடும் ஒரு முறையாகும்.

மனித பரிணாமத்தின் முதிர்ச்சி முடிவில்லா உடலியக்கத்தின் ஒரு கலை. அறிவியலில் பெரிய தத்துவம் இயல்பான புலனாய்வு ஒரு அதிசயம். இந்த உள்ளே வெளியே இருக்கும் இயல்பான சுகாதாரமாக உள்ளது.

இயல்பான புலனாய்வு என்ற சொற்றொடர் அறிவியல் வழிமுறையையே பொதுவாக சுட்டி நிற்கின்றது. அறிவியல் வழிமுறையின் ஊடாக பெறப்படுவதே நுண்ணறிவு. ஆந்த நுண்ணறிவு சீரிய அமைப்பு அடிப்படையிலான புலனாய்வு மூலம் பயன்படுத்தும் போது உருவாவது தான். தொழில்நுட்பம் வளர்ச்சியடையும் வாழ்வை உணரும் தன்மை நடைமுறைக் கோட்பாடு ஆய்வுகள் முடிவுகள் இதன் வழிப் பிரிவுகளாக உள்ளது. இயல்பான புலனாவின் அடிப்படைத் தத்துவம். பிரபஞ்சமாகிய இயற்கை

பிறருடைய தயவின்றித் தானே என்றும் உள்ளது தானே இயங்குகின்றது. நம்மால் அவ்வியல்புகளை புலனாய்வு செய்ய முடியும் என்ற அடிப்படை நம்பிக்கையிலேயே இது செயல்படுகின்றது. இதை நாம் சார்பற்ற நிலையில் நோக்கலாம் என்பதும் இந்த வழிமுறையின் ஒரு முக்கிய நிலை.

இயல்பான புலனாய்வு என்பது இவ்வுலகில் இயல்பான இயல்பை இயக்கும் முறையை ஒரு சீரான ஆணுகுமுறையினூடாக கண்டறிந்து நிருபித்து பகிர முனைகிறது. அறிவியல் நோக்கிலான இயல்பான புலனாய்வு தொன்று தொட்டு நிலவியதெனினும் விழிப்புணர்ச்சிக் காலமே அறிவியல் அறிவு மார்க்கத்திற்கு அடித்தளமாகயுள்ளது.

இயல்பான புலனாய்வு விவாதிக்கும் போது நாம் அறிய வேண்டிய முதல் விஷயம் புலனாய்வு பற்றிய கருத்துக்களை தெளிவு படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். இது கல்வி மற்றும் கல்வி கற்கும் திறனைப் பற்றி பேச வில்லை. இதை புரிந்து கொள்ளுவது முக்கியமாகும். பள்ளியில் கணினி கற்பதன் மூலம் பல வெளிநாட்டு மொழிகளை

எளிதில் அறிய முடிகிறது. ஆனால் நமது புலனாய்வுதுறை செல்லும் திறனை அறிய வேண்டும்.

இந்த புலனாய்வுதுறை உயிர்வாழ்வதற்கான சூழலை நமக்கு உருவாக்கும் என்ற அறிவே ஆகும். உதாரணமாக சன்னல் பக்கத்தில் ஒரு செடியை வைத்தால் அது சூரிய ஒளி இருக்கும் பக்கத்தில் அதன் இலைகள் திரும்புவதை அறியலாம். திரும்பவும் மாற்றி வைத்தால் அது மீண்டும் தனது வழக்கமான செயல்பாடுகளை ஒலி இருக்கும் திசையை நோக்கி இலைகள் நகர்ந்து இருக்கும். சூரிய வெளிச்சம் தேவை என்பதை கண்டுபிடிக்க அதன் இலைகள் வெளிச்சத்தை நோக்கி திரும்புகிறது. அது கொண்ட புலனாய்வு அதை தேட மற்றும் ஒளி, காற்று, நீர் மற்றும் சத்துக்களில் வேர்களின் மூலம் அனுப்பி இலைகள் ஒலியின் சேர்க்கையால் ஆற்றல் கிடைத்து வளர்கின்றது. ஒரு விதை ஒரு பசுமையான தாவரத்திற்கு செல்ல அனுமதிக்கிறது. இந்த விதையின் செயலாக்கம் காற்று, நீர், மணல் இவைகளால் நடத்தப்படுகின்றது. இதன் கல்வி அறிவு இயல்பான புலனாய்வில் இருக்கிறது.

ஆனால் இந்த புலனாய்வுதுறை என்பது என்ன? அது எங்கிருந்து வருகிறது? இது எப்படி வேலை செய்கிறது?

யாருக்கு இந்த கேள்விகளுக்கான பதில் தெரிகிறது. வாழ்க்கையின் விஷயங்கள் மூலக்கூறுகள் மற்றும் அணுக்கள் சீரற்ற வதூல் இல்லை. அவர்கள் தாங்கள் சூழலுக்கு ஏற்ப அது செயல்பட்டு நிறுவனங்கள் மீது ஏற்பாடு. எனவே நாம் இயல்பான புலனாய்வை அழைக்க தேர்ந்தெடுத்த உடல் ஒரு ஒழுங்கு உள்ளது என்று ஒரு அடிப்படை கொள்கை ஏற்றுக்கொள்கிறேன். ஆனால் யுனிவர்சல் புலனாய்வு போன்று நாம் வேலை சரியாக என்ன இந்த புலனாய்வுதுறை அல்லது எப்படி புரிந்து கொள்ளும் திறன் இல்லை. நமக்கு அதில் உள்ளது மட்டுமே தெரியும்.

ஒரு மனிதனின் இதயம் ஒவ்வொரு நிமிடமும் அடிக்க வேண்டும். எத்தனை முறை ஒரு பிறந்த குழந்தை சொல்கிறது என்ற இயல்பான புலனாய்வு உள்ளது. உறிஞ்சிக் கொள்கிறது மற்றும் ஜீரணிக்க ஊட்டச்சத்துக்கள் மற்றும் கழிவு நீக்க எப்படி எப்படி அபிவிருத்தி மற்றும் தொற்று போராட வெள்ளை இரத்த அணுக்கள் பயன்படுத்த எப்படி வெளியே உதவி அதன் தேவையை தொடர்பு யாரும் ஒரு குழந்தை இந்த விஷயங்களை கற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

இன்னும் இயல்பான புலனாய்வு மட்டுமே அந்த குழந்தை உள்செயல்பாட்டை வழி நடத்த முடியும்.

உண்மையைப் புரிந்து கொண்டால் நாம் அதிகம் சிந்திக்க வேண்டியதில்லை. புலனாய்வு மிக்கவர்களாக நாம் இருப்போம். நமக்கு உண்மை புரியாவிட்டால் இயல்பை விடச் சிந்தனைகள் தான் மிகுதியாக இருக்கும். புலனாய்வு இல்லாமல் நீண்டு சிந்திப்பது மிகப் பெரிய துயரமாகும். உடன் பிறந்த அறிவே இயல்பான புலனாய்வு

ஒவ்வொரு இயற்கையின் நிகழ்வுகளையும் அந்த இயல்புகள் ஊடாக ஆய்வு செய்து அவை வடிவமைக்கப்பட்டே இருக்கின்றன. இந்த இயல்புகளில் நுண்ணறிவு உரியவையாக உள்ளன. இயல்பான புலனாய்வு கொள்கை இயற்கையின் ஒழுங்கான வடிவங்களை சான்றாக முன் வைத்து அறிய இருந்து என்ன அனுமானம் கொள்ள முடியும். என்பதையே வலியுறுத்துகிறது

இக்கொள்கையின் படி ஒழுங்கான வடிவமைப்பின் இயல்பான காரணியாக வரையறுக்கப்படுவது. இயற்கைக்கு மேம்பட்டது தான் என கண்டறியமுடியும்.

இயல்பான புலனாய்வு காரணிகள் சிக்கலான வடிவமைப்புகளை உருவாக்குகின்றனர். ஏன்ற

கொள்கையின் அடிப்படையில் ஒவ்வொரு இயற்கையின் செயலும் படைப்பும் இவ்வியல்பை கொண்டிருக்கின்றன.

ஒரு மனிதன் சரியான வழியில் தன்னை ஒருங்கிணைத்து இயல்பக வாழக் கற்றுக் கொள்வதற்கு இயல்பான புலனாய்வு துணை புரிகின்றது. உடல், மனம், நுண்ணறிவு, ஆத்மா இந்த நான்கும் இயல்பான புலனாய்வில் ஒருங்கிணைந்து ஒரு வழியில் செல்கின்றது.

நீங்கள் இருக்கும் இந்த இயல்பான புலனாய்வு மிகவும் புத்திசாலி அது அனைத்து நிலைகளில் சரியானதா என்பதை நீங்கள் செய்ய உதவும் உங்களை சரியான வழியில் வழிநடத்தி செல்லும் இதன் செயல்பாடுகள் எளிதானது.

இந்த இயற்கை நமக்கு ஏற்றவாறு வடிவமைத்துள்ளது. பெரும்பாலானோர் அதற்கான வழிகளை அறியாமல் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றனர். நம் ஆழ் தன்னாட்சி நரம்பு மண்டலம் மற்றும் நம் மூளையின் ஆழமான பகுதிகளில் உள்ள அணுகல் இவைகளைப் பற்றிய கல்வி மற்றும் பயிற்சி முறைகள் அவசியமாகின்றன.

இயல்பான புலனாய்வு உடல் விசாரணை வடிவமைப்பு அறிவியல் முறையில் ஒரு இயல்பான முழு சிஸ்டம்ஸ்

தற்சோதனைப் பற்றி கல்வி மற்றும் பயிற்சி மூலம் இந்த பரந்த உள்பிரதேசத்தில் செல்லவும் இயற்கையான வழிமுறைகளை வழிவகுக்கின்றது.

இந்த இயல்பான புலனாய்வில் ஒவ்வொரு உயிரியல் உயிரினமும் அதன் சொந்த இயல்பான உளவுத்துறை எப்படி என்பதை எளிமையாக எடுத்துக்காட்டு கொண்டு பார்க்கலாம். ஒரு விதை முளைப்பதற்கு ஒரு குறிப்பிட்ட சூழல் தேவை. சரியான சுற்றுச்சூழல் காரணிகள் இல்லாமல் வளரமுடியாத முளைத்த தாவரத்தின் இயல்பான புலனாய்வு கொண்டு மண் கீழே அதன் வேர்களை அனுப்புகிறது. அந்த விதையின் உறை மேல் நோக்கி நகர்ந்து அதன் இலைகள் இயற்கை ஒலி இல்லாமல் வளரத் துவங்குகிறது. இது அந்த தாவரத்தின் இயல்பான புலணறிவு மூலம் அதன் சொந்த உள் ஞானம் பெற்றிருக்கின்றது.

மனித உடலின் வடிவமைப்பு மற்றும் இயற்கை அடிப்படையிலான ஒரு யோக நெறியும் உள்ளார்ந்த உறவும் உள்ளது. இதை நேர்மையுடன் இலக்கினால் உடலில் ஆழமான உந்து விசையை உந்துவித்து நல்லறிவு நம்பிக்கை நேர்மை முதலியவற்றின் நிலைப்புத் தன்மையை

அர்ப்பணித்து இந்த கலியுகத்தையும் எதிர்த்து நிற்க வழி உருவாக்குகின்றது.

நம் பரிணாமத்தை கடந்து தற்போதைய இந்த நேரம் உடல் விசாரணையில் துப்பு இணைப்பதன்மூலம் இயல்பான புலனாய்வு புதிய அதிகாரத்தின் பேரதிர்வுகளில் உருமாற்றம் கொண்டு ஆராய முடிகிறது. இந்த உடல்சார்ந்த விசாரணைக்கு வெற்றிக் கொண்டு ஒருங்கிணைக்க நமது புலனாய்வுக்கு தாவி கொண்டு இயற்கை சார்ந்த முன்னேற்றத்திற்கு முரண்பாடாய் உள்ளது. இயல்பான புலனாய்வு மீண்டும் இணைகின்றது.

இந்த இயல்பான புலனாய்வு ஒரு நம்பிக்கையோடு வாழ வாக்குறுதி அளிக்கின்றது. மனித இயல்பின் புரிதல் அடைய செய்கிறது.

இயல்பான புலனாய்வு உங்களுக்கு வழிகாட்டுகின்றது. ஒருங்கிணைக்கிறது மற்றும் பராமரிக்கின்றது. இதற்கு உங்களிடம் ஒரு உள் ஞானம் அமைந்துள்ளது. இது உங்கள் உடலில் உள்ள இயல்பான செயல்பாடுகளில் உள் ஞானத்தை இயல்பான புலனாய்வால் அறிய முடிகிறது. இது சமநிலை செயல்பாடு உடல் உகந்த நிலையில் உள்ள

விஷயம். ஒரு முழுமையான வாழ்க்கையின் வாழ்க்கை வெளிப்பாடு.

நாம் எண்ணங்களிலிருந்து விடுதலை பெற்று இயல்புகளை கவனிக்கத் தொடங்கும் போது எண்ணங்கள் சாதாரண நிலையில் அதன் முக்கியத்துவத்தை இழக்கின்றன. முக்கியத்துவத்தை இழந்த எண்ணங்கள் அவை தோன்றி மறையும் இயக்கத்தில் சில இடைவெளிகளை அனுமதிக்கின்றன. அத்தகைய எண்ணங்களற்ற இடைவெளிகளில் நம் மனம் அதன் இயல்பான விழிப்புணர்வை மீண்டும் பெறுகிறது. ஆந்த விழிப்புணர்வு மனதின் உணரும் திறனை மேலும் மேம்படுத்துகிறது. இதன் மூலம் எண்ணங்கள் மனதின் உணர்வுகளுக்கு இடம் கொடுத்து நகருகின்றன. ஆக மனதின் உணர்வுநிலை அதிகரிக்கும் தோறும் எண்ணங்கள் முக்கியத்துவத்தை இழந்து நாம் விரும்பாத நிலையில் மனதை விட்டு முற்றிலும் அகன்று விடுகின்றன. நம் வாழ்க்கை இயக்கத்துக்கு இயல்புகள் தேவைப்படும்போது தேவைக்கேற்ற வகையில் நம் நண்பனை போல உதவுகின்றன.

மனம் எண்ணங்களிலிருந்து விடுதலை பெறும் போது மனம் ஒரு புதிய நாம் இதுவரை அறிந்திராத ஒரு நிலைக்கு மாறுகிறது. அதாவது மனதின் வெள;வேறு நிலைகளை அறியும் மனம் அந்த அறிதலின் விளைவாக தன்னை முற்றிலும் புதிதாக நமது இயல்பு உணர்வு தளத்தில் மாற்றியமைத்துக் கொள்கிறது.

குவாண்டம், இயற்பியல், யுனிவர்சல் புலனாய்வு, மூல கடவுள் இன்னும் பல பெயர்களில் நம் இயல்பான புலனாய்வை விளக்கம் கிடைக்கின்றது

உங்கள் இதய விண்வெளியில் துரத்தை குறைகிறது. ஆத்ம பிரார்த்தனைப் பயிற்சி மெதுவாக மூச்சை மற்றும் தற்போதைய தருணம் உங்கள் முன்னிலையில் உணர இந்த நேரத்தில் 100% நம்பிக்கை கொண்டு கவனிக்க தொடங்கும். நீங்கள் சில மாற்றங்களை அல்லது வேறுபாட்டை கவனிக்க பின்னர் அனைத்தும் ஒன்றாகும்.

இந்த முடிவில்லா இயல்பான புலனாய்வு நமக்குள்ளே இருக்கும் இயல்பு சக்தியை அறிய செய்கிறது. தேவை மனித ஆற்றல் மேம்பாடு மற்றும் ஆளுமைத்திறனை

அதிகரிக்கச்செய்து நமக்குள் உள்ள அனைத்து கேள்விகளுக்கும் பதில்களை கொடுக்கிறது.

உள்ளார்ந்த புலனாய்வு மட்டுமே வாழ்க்கை திறனை அதிகரிக்க பொருட்டு உடலின் இயல்பான மற்றும் தகவமைப்பு செயல்முறைகள் ஏற்பாடு உதவுகிறது .

(மன அழுத்தம்) மற்றும் மேட்டர் ஏற்ப stressInnate புலனாய்வு செயல்பாடுகள் உள்ளன.

குறிப்பு

இயல்பை நோக்கி என்ற நூலில் இயல்பான சுய வாழ்க்கை துவங்கி,

இயல்பான ஆரோக்கியம் என்ற நூலில் உடலை திடப்படுத்தி,

இயல்புணர்வு என்ற நூலில் மெய்யுணர்வைப் பயிற்றுவித்து,

இயல்பான ஏழாம் அறிவு என்ற நூலில் ஆழ் மனத்தை அறிந்து,

இயல்பான புலனாய்வு என்ற நூலில் உடல், மனத்தை பகுத்தாய்ந்து,

ஆத்ம இயல்பு நூலில் நான் என்னும் ஆத்மாவை அறிந்து,

அறிவிலிருந்து விடுதலை என்ற நூலில் மெய்யறிந்து,

இயல்பான சேவை என்ற நூலில் உடல். மனம். ஆத்மா பகுத்தாய்ந்து,

இயல்பான நெறி என்ற நூலில் வாழ்க்கைப் பாதையில் தெளிவு பெறுவோம்.

எ.எ.எ. வெளியீடு இந்த ஒன்பது நூலின் மூலமும் விழிப்பெற்று நம் இலக்கை விரைந்து அடைவோம்.

இந்த இயல்பான கருத்துக்களில் நிறைவு ஏற்பட்டால் இந்த புத்தகங்களை மூன்று நகலுக்கு மேல் எடுத்து அதை கொடுத்து கருத்தை பகிர்ந்து கொள்வது தான் இயல்பான சேவையின் முதல் துவக்கம்.

{**தன்னை உணர்ந்து இயல்பாய் வாழ்வோம்**.}