

- 410 சங்க இலக்கியங்களில் நேரம் மற்றும் மன அழுத்தக் கோட்பாடுகள்
2. மனிதவள மேலாண்மை மற்றும் மனித வள மேம்பாடு, பாஸ்கர் சேதுபதி, பாவை பப்ளிகேஷன், சென்னை பதி.மே.2007, ப.3.
3. மேற்படி. ப.4.
4. வாழ்வியற் களஞ்சியம், தொகுதி பதினமூன்று, தமிழ்ப் பல்கலைக்கழகம், தஞ்சாவூர், சூன், 1994, பக்.489- 490.
5. மேற்படி
6. மரக்கியமும் தமிழ் இலக்கியமும், ஞானி, பரிமாணம் வெளியீடு, கோவை பதி, மார்ச், 1988, பக்.4-5.
7. பண்டைத்தமிழர் தொழில்கள், வி.சி.சசிவல்லி, 1989, உ.த.நி. பக்.75
8. மேற்படி பக்.79.
9. மரக்கியமும் தமிழ் இலக்கியமும், ஞானி, பரிமாணம் வெளியீடு, கோவை பதி, மார்ச், 1988, பக்.7.
10. தமிழர் வாணிகம், ஐ.குமுதினி (முனைவர் பட்ட ஆய்வேடு, உ.த.நி., சன.1995, பக்.17.
11. நானும் என் தமிழும் - ஆங்கிலத்தை ஏவல் கொண்ட தமிழ்த் தேடல், ப.மருதநாயகம், தமிழ்நேயம் - 43, 2011, பக்.67.
12. மருதத்தில் மக்கள் வாழ்வியல், எ.பாலுச்சாமி, உலகத் தமிழராய்ச்சி நிறுவனம், பதி.2011, பக்.50- 51.

## புறநானூற்று மறக்குல மகளிரின் பேர்க்களம்சார் மனஅழுத்த மேலாண்மைக் கோட்பாடுகள்

முனைவர் இரா. விஜயன்  
உதவிப்பேராசிரியர்-தமிழ்த்துறை  
பாகடர் என்.ஜி.பி. கலை அறிவியல் கல்லூரி  
கோயம்புத்தூர்-641 035.

வீரபுக (Heroic) காலத்தின் மூத்த விளைநிலமாணத் தமிழக மண்ணில் அதன் மைந்தர்கள் பார் செல்லும் திசையெல்லாம் போர் செய்து எதிர்ப்பவர் உதிரத்தையே இம்மண்ணுக்கு உரமாகி தமிழர்தம் மாண்பமை விதையை இம்மண்ணில் விதைத்துச் சென்றனர். போர் செய்வது கொலை என கருதப்பட்ட காலத்தில் அதை கலை என்று கட்டியம் கூறிய முதல் இனம் தமிழினமாகும். போர் செய்யாத நாட்கள் எல்லாம் வாழ்நாளின் வீண் நாள என்று தமது வீரமுடிக்கத்தை விண்ணுக்கு எழுப்பியவர் தமிழர். அகவாழ்வுக்கு மட்டுமின்றி புறவாழ்வான போர்க்களம் சார் நிகழ்வுகளுக்கும் இலக்கணம் வகுத்த ஓர் இனம் தமிழரைத் தவிர்த்து பிறர் உண்டென்பது வினாவே.

போர்க்களமெனில் வெற்றி, தோல்வி தவிர்த்து இருபக்கமும் உறுப்பிழப்பும், உயிரிழப்பும் ஏற்படுவது திண்ணம். ஏனெனில் போர்க்களமென்பது மரணத்தின் வாயில் மட்டுமன்று தன்னைவம் கருதா மராத வீரர் நடுகல்லாய் இன்றும் வாழும் கோயிலது. மரணத்தில் இல்லாத துன்பம் ஏதுமில்லை. மாணடத்துயரின் உச்சம் மரணம். ஏனைய இரணங்கள் எல்லாம் அதன் எச்சம் எனலாம். உயிரற்ற ஒருவர்க்காக, உயிருள்ள ஒருவரின் உணர்ச்சி வெள்ளம் வெடித்துக் கிளம்புவது மரணத்தின் மற்றொரு முகமாகும். மாணடனின் மரணக் கரையிலேதான் அத்தனை உறவுகளின் உணர்வுகளும் சங்கமம் காணுகிறது.

போர்க்களம் எனும் கூற்றுவன் இல்லத்திற்கு தனது மகனையோ, மணவாளனையோ அனுப்பிவிட்டு மறக்குல இல்லாள் ஏற்படும் மன அழுத்தம் (Stress) மரணத்தையும் கடந்த பெருந்துன்பமாகும். களம் சென்ற ஆண்மகன் உறுப்பிழந்து வருவானோ? உயிரிழந்து கிடப்பானோ? உடலாவது எஞ்சுமோ? என்று அம்மறக்குல மகளிரிடும் துயரமும்.

சங்க இலக்கியங்களில் நேரம் மற்றும் மன அழுத்தக் கோட்பாடுகள் அதை அவர்கள் கையாண்ட திறனும் இன்றுள்ள மன அழுத்த மேலாண்மை (Stress Management) கூறுகளுடன் ஒப்பத்தக்கதாய் விளங்குவதோடு பல புதிய மன அழுத்த மேலாண்மை கொள்கைகளையும், கோட்பாடுகளையும் விளக்குவனவாக அமைந்துள்ளது. புறநானூற்றில் மறக்குல தமிழ் மகளிரின் போர்க்களம் சார்ந்த உள்ள எழுச்சியும், அவர்தம் உளவியல் கிரைச்சியும் பலவாறு வெளிப்படுத்திக் காட்சியப்பட்டுள்ளன.

மன அழுத்தம் (Stress) என்பது பரவலாக மனதை இறுக்கி, உறுவுகளை உடைத்து, தனிமையில் ஆழ்த்தி, மரணத்தின் வாசலைத் திறக்கிறது. மன அழுத்தம் பெரும்பாலும் புறச்சூழலை சார்ந்தே மையம் கொண்டது. துயரம் தனக்கென வருவதைக்காட்டிலும் நம் அன்பிற்குரிய அத்துயரத்திற்கு ஆளாகும் போது ஏற்படும் மன அழுத்தம் கடலினும் பெரிது. அதனால் ஏற்படும் உணர்வு எழுச்சித் தன்மை மட்டுமின்றி தம்மைச் சார்ந்தவர்களையும் அழிக்கவல்லது. அன்பிற்குரிய கொடூரன் இறப்பால் மங்கைக்கு ஏற்பட்ட மன அழுத்தமே அன்று மதுரையை எரித்தது. துயரின் உச்சம் வந்துற்றபோதும் அதனைச் துச்சமாக கருதி வாழ்வை நடத்தினால் மன அழுத்தம் (Stress) எனும் மனம்சார் மரணத் தாக்குதலிலிருந்து இச்சமூகத்தைக் காக்கலாம். இதை முன் நிறுத்தி மன அழுத்த மேலாண்மை, கோட்பாடுகள் புறநானூற்று மகளிரால் எவ்வாறு கைகொள்ளப் பெற்றது, அவர் கையாண்ட வழிகள் சொல்லும் முடிவுகள் இவற்றை துறை சார்ந்து காணும்முகமாக இவ்ஆய்வு அமைந்துள்ளது.

## தொகைநிலை

போர்க்களம் கண்ட இருபெரு வேந்தர்களும், பிழைக்காது ஒழிந்தது தொகைநிலையாகும். பெய்மகளிர் மகிழ்ந்து கூத்தாடப் படுங்குகள் ஊன்தின்று மகிழப் பெரும் போரிட்ட இருபுறத்து மன்னரும் காத்திலே வீழ்ந்துபட்டனர். ஆயிரமாயிரம் வீரர் செறிந்த படைத்தொகுதி நிரம்பிய அவர் பாசறைகள் ஒருவரும் எஞ்சி இல்லாதவாறு அழிந்தன. வீரர்களது மனைவியர், பச்சிலையும் உண்ணாது, நீரும் முழுகாது, இறந்து கிடக்கும் தத்தம் கணவரின் மார்பைக் கட்டியவாறே களத்தில் கதறிக் கிடந்தமும் காட்சிதான் எத்துணைக் கொடுமையானது.

**இடம்கெட சண்டிய வியன்கண் பாசறைக்**

**களங்கொளற்கு உரியோர் இன்றித் தெறுவர  
உடன் வீழ்ந்தன்றால் அமரே பெண்டிற்கும்  
பாசடகு மிசையார், பனி நர் முழுகார்  
மார்பகம் பொருந்தி..."** (புறம்., பா.62)

வெடித்தழுவது மட்டுமே வேதனை மாசினை துடைத்தெறியும் அன்பிற்குரியர் மரணச் செய்தி கேட்டு நடைப்பிணமாய், உயர் மன அழுத்த தாக்குதலுக்கு ஆட்பட்டு வாழும் மக்களுக்கு மருத்துவ உலகம் சொல்லும் மரக்கம் கதறி அழுவது. கதறி அழுவதன் மூலமே இது போன்ற உச்ச மன அழுத்தங்களில் இருந்து விடுபட முடியும் என்பது காலந்தோறும் மருத்துவம் கூறிவரும் மருந்து. இதை அறிந்தே மறுமகளிர் களத்திற்கே சென்று தமது அன்பிற்குரியரைக் கட்டிக் கொண்டு கதறி அழுவதை வழக்கமாய் கொண்டதோடு தமது மன அழுத்தங்களிலிருந்து விடுபட இதை வடிகாலாய்க் கொண்டனர்.

## ஆனந்தப் பையன்

கணவன் இறந்த காலத்து மனைவி துன்புறும் நிலையைக் கூறுவது இத்துறை ஆகும். போரில் தலைவன் மரப்பில் பட்ட புண்ணோ பெரிதாயுள்ளது. வண்டுகள் வந்து மொய்க்கின்றன. வீட்டில் ஏற்றி வைத்த விளக்கும் எரியாது அடிக்கடி அனைந்து விடுகிறது. அவனருகே பல நாள் உறங்காது உடல் நலம் வேண்டி நின்று என் உடல் செயல் இழக்கிறது. மொட்டையிட்டு, பத்தியச்சோறு உண்டு சாவினை எதிர்தோக்கி வாழும் சிலரைப் போல் கணவனை இழந்து நான் வாழேன். யானும் அவனுடன் சாகப் போகின்றேன் என்று மன அழுத்தத்தால் மறக்குல தமிழர்கள் ஒருத்தி அரற்றுகிறாள்.

**என்னை மரப்பிற் புண்ணும் வெய்ய  
நடுநாள் வந்து தும்பியும் துவைக்கும்  
நெடுநகர் வரையின் விளக்கும் நல்லா  
துஞ்சாக் கண்ணே துயிலும் வேட்கும்**

**வழி நினைந்து இருத்தல் அதனினும் அரிதே"**  
(புறம்., பா.280)

கணவனது சாவினை நொடிக்கு நொடி எதிர்தோக்கும் மனைவியின் மன அழுத்தக் குழறல் இப்பாடலில் வெளிப்படுகிறது. மரணத்திற்காக காத்திருக்கும் அன்புடையவர்கள் அருகில் இருந்து தினம் பார்க்கும்

சங்க இலக்கியங்களில் நேரம் மற்றும் மன அழுத்தக் கோட்டான்கள் யாரும் எடுக்கும் முடிபு அவிடுடன் தாமும் இறப்பதே சிறப்பு என்பது இன்று வரை சமூகத்தில் தொடர்ந்துவருகிறது.

### பேய்க்காஞ்சி

பேர்க்களத்தில் விழுப்புண் பட்டவரை பேய் அச்சமுறுத்துதல் இத்துறையாகும். பேர்க்களம் சென்ற தலைவன் களத்தில் புண்பட்டான் எனும் செய்தி தலைவியின் காதில் தேளாய் கொட்டுகிறது. மன அழுத்தம் தாங்காது பதைபதைக்கிறாள். துடித்த அவர்கள் தனது தோழியிடம், இரவ இலையினையும், வேப்பிலையினையும் மனை இறைப்பிலே சொருகுவோம். பல இசைகளும் யாரோடு முழங்குவோம். ஆம்பற் குழலினை ஊசி வெண்கடுகு சீதறி, மணிகள் இசை முழங்கக் காஞ்சிப் பண் பாடியாடுவோம். வீடெல்லாம் அகிற்புகை மணம் சேர்ப்போம். வீரக்கழல் முழங்க வரும் தலைவன் போரிலே பெரும் புண்பட்டான். அவன் புண்ணுக்கு மருந்திட்டுக் கூற்றுவன் வந்து கொண்டுவரவாறு அவனைக் காக்க வேண்டும் உடன் வருவாயாக என்று கிளம்புகிறாள்.

**தீங்கனி இரவமோடு வேம்புமனைச் சேரீஇ**  
**வாங்குமருப்பு யாரொடு பல்கியம் இறங்கக்**  
**கையயம்ப் பெயர்த்து மைஇழுது இழுதி...**  
**வேந்தறு விழுமம் தாங்கிய**  
**பும்பொறிக்க கழற்கால் நெடுந்தடை புண்ணே”** (புறம் : 289)

மனம் கவர்ந்தவர் மனை வாசலிலே இருக்கும் செய்திகேட்ட எவரும் அவர்தம் உயிரை காலன் கைப்பற்றக் கூடாது. அதற்குத் துணை தெய்வமே என்று துணிந்து தமது வீட்டில் தெய்வத்தை வழிபட்டு, மங்கல நரத்தை விரைந்து முழக்குவார்கள். தெய்வம் துணையாய் வரும் எனும் நம்பிக்கையில் மன அழுத்தம் குறைந்து மனம் அமைதியை நாளும் என்பதை மேற்க்கொண்ட தமிழ் மகளின் செயலிலிருந்து அறியலாம்.

### ஆரமர் ஓட்டல்

தனது தலைவன் விழுப்புண் பட்டு நிற்பதையும் மறந்து அவனது மற மேம்பாட்டைக் களம் சென்று போற்றும் பெண்ணின் மனத்திடத்திற்கு இத்துறையைச் சான்று காட்டுவர்.

**பொன் வாரந்தன்ன பரியடங்கு நரம்பின்**  
**மிநேர்பச்சை மிதிற்றுக்குற்ற சீறியாழ்**  
**நன்மை நிறைந்த நயவரு பாண**

**ஓச்சினன் துறந்த காலை, மற்றவன்**  
**புன்தலை மடப்பிடி நாணக்**  
**குஞ்சரம் எல்லாம் புறக்கொடுத்தனவே”** (புறம் : 308)

பகையரசன் சினந்து எறிந்த வேலானது, எம் தலைவன், என்னைத் தழுவி சாந்தணிந்த பரந்த மார்பகத்தை ஊடுருவிச் சென்றுது. மார்பில் தைத்த வேலை உள்ளக் களிப்புடன் பிடுங்கி கைக்கொண்டு உயர்த்திக் கொண்டே அவன் போரிட்ட போது, அப்பகை வேந்தன் பட்டு விழ்ந்தான். அவன் யானைகள் எல்லாம் அவற்றின் மடப்பிடுகள் கண்டு நானுமாறு புறங்காட்டி ஓடின. எம் தலைவனின் ஆண்மையைப் பாருங்கள் என்று பேர்க்களத்தில் நின்று மறக்குல மகள் ஒருவள் தனது மனஅழுத்தமே அடங்கிப் போகும் அளவுக்கு துயரத்தைத் தார விரிடி மகிழ்ச்சியை எட்டிப்பிடிக்கிறாள். விழுப்புண் பட்ட ஆண்மகனுக்கு இரங்கி, மனஅழுத்தம் கொள்வதைத் தவிர்த்து, அவனது ஆண்மையைப் போற்றி பெருமகிழ்வு கொண்ட இம்மறக்குல மகள் போல் புவிபிலே மனஅழுத்தத்தை வென்றவர் யாரேனும் உண்டா, எனில் இல்லை என்பதே பொருத்தமான பதிலாக இருக்கும்.

### உவகைக் கலுழ்ச்சி

விழுப்புண் பெற்று வீர உலகம் அடைந்த வீரனின் வீரத்தைப் போற்றிப் புகழ்வது இத்துறையாகும். தான் ஈன்ற சிறுவன் பகைவரது களிற்றைக் கொன்று, அச்செறுவில் தானும் மாய்ப்தான் எனக் கேட்ட முதியோளான அவன் தாய் பெருமகிழ்வு கொண்டு, நாட்டிற்காகப் போராடிய தன் மகனின் வீரத்தை எண்ணி ஆனந்தக் கண்ணீர் வடிக்கிறாள்.

**மீன்உண் கொக்கின் தூவி அன்ன**  
**வால் நரைக் கூந்தல் முசியோள் சிறுவன்**  
**களிறு எறிந்து பட்டின் என்னும் உவகை**  
**ஈன்ற ஞானரினாம் பெரிதே கண்ணீர்**  
**நோன்கழை துயல்வரும் வெசிர்த்து**  
**வான்பெயத் தூங்கிய இதரினாம் பலவே...**” (புறம் : 277)

சங்க இலக்கியங்களில் நேரம் மற்றும் மன அழுத்தக் கோட்பாடுகள் தன்னைக் காக்க இனி யாரும் இல்லையே எனும் நிலையிலும் முதியவளான புறநானூற்று மறக் குலத்தாயானவள், தனது மனஅழுத்தத் துயரங்களைத் தூர வீசி, தன் மகன் இந்த நாட்டிற்காகத் தன் உயிர் நீத்தான் என்று ஆனந்தக் கண்ணீர் வடிபது இன்றும் தாமயிற்றத் நாட்டிற்காக உயிர்த்தியாகம் செய்த இளைப்போரை எண்ணி அவர்தம் தாயார் மனஅழுத்தங்களிலிருந்து விடுபடுவது அவரது தியாகச் செயலினாலே என்பது மறுக்க முடியாத பேருண்மை.

தொடர்ச்சியாக, களத்திலே வீழ்ந்துபட்டான் தன் மகன் என்று கேட்ட தாய் களத்திற்கிடந்த அவன் உடலைக் கண்டு உவகை கொண்டே வற்றிய தனது முலையிலே பாலைச் சுரந்தாள் என்பதிலிருந்து தமிழ் மறமகள் மனஅழுத்த நோவுகளுக்கு தனது செயலையே விடையாக அமைத்தாள் என்பதை எண்ணி யாவரும் மகிழ்வு கொள்ளலாம்.

**கடல் கிளர்ந்தன்ன கட்டுர் நாப்பண்**

**வெந்துவாய் மடித்து வேல்தலைப் பெயிர்த்**

**தோடு உகைத்து...**

**சிறப்புடையாளன் மாண்பு கண்டருளி**

**வாடுமுலை ஊரிச் சுரந்தன**

**ஓடப் பூக்கை விடலை தாய்க்கே”** (புறம் : 295)

இறந்து கிடக்கும் தனது குல ஒரே செல்வத்தைக் காணும் எத்தாயும், அக்களத்திலேயே மனஅழுத்தம் மேலோங்கி நா குழறி, உடல் வேர்த்து, நிலைதடுமாறி வீழ்ந்து இறப்பது உறுதி. ஆனால் புறநானூற்றுத் தாயானவள் தனது மகனின் வீரம் எண்ணி பெருமகிழ்வு கொண்டு பொங்கி வந்த சோகக் கடலை அடக்கி, மனஅழுத்த அலைகள் ஆர்ப்பரித்து எங்கும் அடித்துவிடாது, தனியாய், கைதரியமாய் நின்றுள். தன் மகனின் தீரத்தை எண்ணி மகிழ்வு கொண்ட அவளின் நிலைக்கு வலுச்சேர்ப்பதாய் வற்றிய அவள் முலைகளில் பால் சுரந்தது என்று சட்டப்படுவது எங்கும் காணற்கரியது. பெருந்துயரம் ஏற்படும் போது அத்துயரில் வீழாமல் இருப்பார் இவர். வீழ்ந்தும் வீழாதது போல் செயற்கையாய் நடிப்பவர் இவர். ஆனால் இத்தாயின் செயல் இயற்கையினது நடிப்பன்று. அதற்கு பொங்கி சுரந்த பாலே சான்று பகர்கிறது.

## முதினின் முல்லை

மறக்குடி மகளிர்க்குச் சினம் உண்டாதலை எடுத்துரைப்பதற்கு இத்துறை கையாளப்பட்டது. தன் இனத்திற்கு தீங்கொன்று வரும் பொழுது எக்குல மகளிரும் கொதித்தெழுவர். இது இயற்கை. ஆனால் முதல் நாள் தனது தந்தையை களத்தில் இழந்தவள் அடுத்த நாளேதனது கணவனை அனுப்புவாளா? எனில் எங்கும் நாம் காணல் முடியாது. தந்தையை இழந்த துயரில் மனஅழுத்தங்களால் தாக்கப்படும் அம்மகள் இயல்பு நிலைக்கு திரும்பவே சில மாதங்கள் ஆகும். ஆனால் தமிழ் மறக்குல மகள், மனஅழுத்தங்களுக்கு இடம் கொடாது அடுத்த நாள் தனது கணவனை களம் அனுப்பியதோடு, மறநாள் தனது ஒரே மகனான சிறுவனையும் களம் அனுப்பினாள் என்பதிலிருந்து மனஅழுத்தம் என்பதே புறநானூற்று மகளிர்க்கு ஏதென்று அறியவில்லையோ என்று நாம் நினைத்துப் பார்க்கும் அளவிற்கு அவர்தம் செயல்பாடு அமைந்துள்ளது.

**“கெடுக சிந்தை கடிது இவள் துணிலே**

**முதினின் மகளிர் ஆதல் தகுமே**

**மேல்நாள் உற்ற செருவிற்கு இவள் தன்னை**

**யாளை ஏறிந்து களத்து ஒழிந்தனனே**

**நெடுநல் உற்ற செருவிற்கு இவள் கொழுநன்**

**ஒரு மகன் அல்லது இல்லோள்**

**செருமுக நோக்கிச் செல்க என விடுமே”** (புறம் : 279)

என்னே, இவளின் உள்ளத் துணிவு, நினைக்கவே அச்சம் தருகின்றதே. பழைய மறக்குடிமகள் இவள் என்பதும் பொருத்தமானதே. முன்னர் நடந்த போரிலே தனது தகப்பனை இழந்த இவள், நேற்றைய சண்டையில் கணவனை இழந்தாள். இன்று போர்ப்பறை கேட்டுக் களத்திலே தன் குடிப்பிறந்தாரும் போரிட வேண்டுமென்று எண்ணி, தனது ஒரே மகனை போர்முனை நோக்கிச் செல்க எனப் போக விடுகின்றாளே என்னே இவள் உள்ள எழுச்சி என்று அம்மகளுக்கு புறநானூற்றுப் பாடல் புகழ்மாலை சூட்டுகிறது. தொடர்ச்சியாக முதினின் முல்லை துறையின் கீழ் மறமகளின் மனத் திடத்தை வெளிப்படுத்தும் விதமாகக் கழாத்தலையார்,

**“மண்கொள வரிந்த வைந்துசி மறுப்பின்**

**அண்ணல் நல்லெறு, ரண்டு உடன்படுந்து**

வென்றதன் பச்சை சீவாது போர்த்த

குருசீயொடு துயல்வரும் மார்பின்

முயக்கிடை ஈயாது மொய்த்தன மருந்தே” (புறம் : 288)

மிகக் வீரத்துடன் பேரிட்டான் மறவன் ஒருவன். பகைவர் விடுத்த நெடுவேல் ஒன்று அவன் மார்பை துடைத்தது. ஆற்று நீராய் செந்நீர் பெருக்கெடுக்க களத்தில் வீரமரணம் தழுவி தரையில் விழுந்தான். அவன் மனைவி அவனைத் தன் மடியில் சேர்க்க விரைந்து வந்தாள். அதற்கு இடம் தராது பருந்துகள் அவனை சூழ்ந்து கொண்டு அவனது புண்ணை மொய்த்தன. இத்தகைய நிலையிலும் போரின் கொடுமை கண்டு மனம் தளராது நின்றாள் மறமகள் ஒருவர் என்பதை விளக்குகிறார்.

### ஏறாண் முல்லை

நிகரற்ற தமிழ்குடி மரபின் தன்மையை உயர்த்திக் கூறுவதற்கு இத்துறை கையாளப் பெற்றுள்ளது.

“சிறநில நற்றுண் பற்றி நின்மகன்  
யாண்டுள்ளனொ என வினவுதி எனமகன்  
யாண்டு உளன் ஆயினும் அறியேன் ஓரும்  
புலிசேர்ந்து போகிய கல்அலை போல  
ஈன்ற வயிரோ இதிலே  
தோன்றவன் மாதே போர்க்களத்தானே” (புறம் : 86)”

எனது மகன் எங்கு உள்ளான் என்று கேட்கிறாய். புலி கிடந்து பின் வெளியே போன மலைக்குகை போல அவனைப் பெற்ற வயிற்றினை இதோ பார். அவன் போர்க்களத்திலே வந்து தோன்றுவான். அவனை அங்கே போய்க் காண்பாயாக என்று தனது மனதிடத்தைத் தாயானவள் வெளிப்படுத்துவதாக புறநானூறு எடுத்துரைக்கிறது.

### தொகுப்புரை

அன்பிற்கினியர் மரணத்தில் ஏற்படும் மன அழுத்தம் மற்றவைகளைவிட ஆழமானதோடு ஆறா வடுவாகித் தமது உயிரையே பறிக்கும் கூற்றுவனாய் மாறும் ஆற்றல் படைத்தது ஆகும் என்பதை மேற்க்கண்ட புறநானூற்று மகளிரின் வாழ்வியலில் அறிந்து கொண்டோம். இழப்பிற்காக மன அழுத்தத்தில் அழுந்திவிட்டாது அதை

உடைத்தெறியும் தீர்த்துடன் அவர் மேற்கொண்ட செயல்கள் வியப்பிற்குரியதோடு இன்றும் பின்பற்றவும் ஏற்றான என்பதையும் ஆய்வின் வழி அறிய முடிகின்றது. புறநானூற்றுத் துறைகளில் வெளிப்படும் மறமகளின் மனதிடமும், மனஅழுத்தத்திற்கு சிறிதும் இடம் கொடாத தன்மையும் வீரபுக கால சிந்தனைகுகுரியன.

ஆய்வின் எல்லை கருசி மன அழுத்த மேலாண்மை கோட்பாடுகளுக்கு புறநானூறு தரும் தீர்வுகள் புறநானூற்றுத் துறையை முன்நிறுத்தி விளக்கம் பெறுகின்றன.

புறநானூறு	மன அழுத்தக் காரணங்கள்	தீர்வுகள்
தொகை நிலை	அன்பிற்கியர் மரணம்	வெடித்தழுவது
ஆனந்தப்பைபுள்	அன்பிற்கியர் மரணம்	மனஉறுதியோடு வாயிலில் போராடுவது வீற்றிருப்பது
பேய்க்காஞ்சி	அன்பிற்கியர் மனதிடத்துடன் பெருமபுண் படல்	இறைவனை துணையாகக் கொள்ளல்
உவகை கலுழ்ச்சி	பெற்ற மகன் களத்தில் மாய்ந்தான்	நாட்டுப்பற்றை எண்ணி பெருமீதம் கொள்ளல்
முதின முல்லை	ஒருவர் பின் ஒருவராக குடுமபே களத்தில் மாய்வது	மனஉறுதியுடன் சிறக்க தன் குலம் நினைத்து திடத்துடன்

உளநலம் சார்ந்த மன அழுத்தம் என்பது ஆண்களை விட பெண்களை மிக எளிதாக ஆட்கொள்கிறது. மன அழுத்தக் காரணிகளாக பெண்கள் அதிகளவில் பாதிப்புக்குள்ளாகி தமது உயிரையே மாய்த்துக்கொள்ளும் நிலை இன்று தேசமெங்கும் நடந்தேறி வருகிறது. ஒவ்வொரு ஏழு நிமிடத்திற்கொரு பெண் நமது தேசத்தில்

சங்க இலக்கியங்களில் நேரம் மற்றும் மன அழுத்தக் கோட்பாடுகள் தற்கொலை எனும் முடிவைத் தேர்வு செய்கின்றனர் எனும் தகவல் அசிர்ச்சிகுரியது. சிறிய காரணங்களைக் கூடத் தாங்க இயலாத மன அழுத்தத்தால் பாதிக்கப்பட்டு அதிலிருந்து வெளியேறும் வழி தெரியாது தமது இன்னுயிரை மாய்த்துக் கொள்கின்றனர். இதனால் அவளது குடும்பம் இச்சமூகத்தில் தனித்து வாழும் அவல நிலைக்குத் தள்ளப்படுகிறது. கணவன் இறப்பிற்கு மட்டுமே உயர்மன அழுத்தத்திற்கு ஆட்பட்டப் பெண்கள் தமது உயிரை மாய்த்தனர் என்பது பல்வேறு நாட்டு இலக்கியங்களும் வரலாறும் காட்டும் செய்தி. இன்றோ மிகச்சிறிய அற்ப காரணங்களைக் கூட தாங்க இயலாது உயர் மன அழுத்தத்திற்கு தம்மை ஆட்படுத்தி உயிரை மாய்த்துக் கொள்வது வேதனையிலும் வேதனை. இதற்கு மாறாகப் புறநானூற்று மகளிர் பேரர்க்களம் சென்ற தனது மகனோ, கணவனோ விழுப்புண் கொண்டாலும், உயிரைத் துறந்தாலும் கலங்காது நின்று மன அழுத்தத்திற்கு ஆட்படாது. அச்செயலை மாறுபட்ட கண்ணோட்டத்தில் கண்டு தமது வேதனை உளக்கிடக்கையிலிருந்து வெளியேறினர் என்பதை அறியலாகின்றது. மன அழுத்தம் கொண்டு அரற்றுவதை விட, மறக்குலத் தமிழ் மகளின் மனம் போல் இன்றைய பெண்களும் மனதிடத்தை கைகொள்ள வேண்டும். பெற்ற ஒரே மகன் போரில் மாய்ந்தான் என்று வேதனைத் தீயில் வெந்து போகாது அவனது மண்புற்றைக் கண்டு பெருமீதம் கொண்டு களத்தில் பாலினைச் சுரந்தாளே மறக்குலத்தாய், அப்பாலே அனைத்து மன அழுத்த நோவுக்கும் மாமருந்து.

## கலித்தொகையில் காணலாகும் மன அழுத்தமும் அதன் வெளிப்பாடும்

முனைவர் ப. வெள்ளியங்கிரி,

தமிழ்ப்பேராசிரியர்,

உஸ்மானியா பல்கலைக்கழகம்,

ஹைதராபாத் - 7, ஆந்திர பிரதேசம்.

உலக வாழ்க்கை என்பது அறம் பொருள் இன்பம் என்பதே அதனால்தான் வளர்னவம் இன்று வரை நிலைத்து நிற்கிறது உலகெங்கும். எய்டிச் சென்றாலும் இம்முக்கோணத்தில்தான் வாழ்க்கை முடிகிறது. இதனை Money, Power, Sex என்பர் ஆங்கிலத்தில். இவற்றின் மறுபக்கம் சத், சித், ஆனந்தம் ஆகும். இவற்றில் காமம்தான் எல்லா வற்றையும் மிஞ்சி நிற்கிறது. உடலில் உள்ள ஆறு ஆதாரங்களில் முதல் ஆதாரம் மூலாதாரம்

முதல் ஆதாரம் ஒரு மடங்கு செயல்பட்டால் இரண்டாம் ஆதாரம் 10 பங்கும், மூன்றாம் ஆதாரம் 100 பங்கும், நான்காம் ஆதாரம் 1000 பங்கும், ஐந்தாம் ஆதாரம் 10,000 பங்கும், ஆறாம் ஆதாரம் 1,00,000 பங்கும் செயல்படக் கூடியது. அவ்வளவு சக்தி வாய்ந்தது மூலாதாரம் அதில் விளையக் கூடிய காமம் அவ்வளவு சக்திவாய்ந்ததே இந்த Horse power மனம் என்ற ஊர்தியைச் செலுத்துகிறது. எனவே காமத்தால் மனஅழுத்தம் எவ்வளவு சக்தி வாய்ந்ததாக இருக்கும் என்று எண்ணிப் பார்க்கக்கூட முடியாத அளவிற்கு உள்ளது என்பது பேருண்மை. இது அகவாழ்க்கையின் ஒரு பகுதி.

“காதல்பாதி வீரம்பாதி கலந்ததல்லவோ வாழ்க்கை நீதி”

என்றவாறு வாழ்வில் புறவாழ்க்கை போன்று அகவாழ்வும் உயரிய இடத்தைப் பெற்றுள்ளது. எனவே மனஉடைச்சல் மனஅழுத்தம் என்று சேமிடத்து புறவாழ்க்கையில் எந்த அளவு இடிபாடும் இனிய உரசலும் உள்ளதோ அந்த அளவிற்கு அகவாழ்விலும் மனக்குமுறலும் மனவிரிசலும் உள்ளன. இதனை உளவியலார் கூறும் அடவணைப்படி கணக்கிட்டுப் பார்த்தால் புரியும்2.

பொருள் அகம் புறம் என இருவகைத்து ஆயினும் அவற்றில் அகம் மாதிரி சங்க இலக்கியங்களில் விரிவாக இடம் பெறுகின்றன.