

வணக்கம்-1

19 சம்பர் 2008ல் என் ‘அறிந்தும் அறியாமலும்’ நூல் வெளிவந்த சில வாரங்களுக்குளேயே நிறைய வாசகர்கள் அதன் இரண்டாம் பாகத்தை எப்போது எழுதப் போகிறீர்கள் என்று கேட்க ஆரம்பித்தார்கள். முதல் பாகம் நமது உடலை நாம் அறிவதில் இருக்கும் சமூகச் சிக்கல்கள், உளச் சிக்கல்கள், அவற்றைக் கடந்து வந்து உடலைப் பற்றியும் உறவுகளைப் பற்றியும் புரிந்துகொள்வது எப்படி என்பதை எழுதியிருந்தேன். மீன் ஏஜ் இளைஞர்கள், இளம் பெற்றோர்கள் ஆகியோருடன் தகவல்களும் கருத்துகளும் பகிரும் தொடராகவே அதை வடிவமைத்திருந்தேன். பல முதியவர்களும் கூட அதைப் பெரிதும் வரவேற்றார்கள்.

முதல் பாகத்தில் உடலைப் புரிந்துகொள்வது பற்றி எழுதிய பின்னர் உறவுகள் பற்றி எழுதும்போது வாழ்க்கைத் திறன்கள் எனப்படும் லைஃப் ஸ்கில்சின் பத்துக் கட்டளைகளைத் தெரிவித்து ஒவ்வொன்றாக அலசத் தொடங்கியிருந்தேன். ஓரிரு ஸ்கில்சைக் கடப்பதற்குள், விகடன் நிறுவனத்தின் அன்றைய நிர்வாகத்துடன் எனக்கு ஏற்பட்ட கடும் கருத்து வேறுபாட்டால், தொடரை அங்கே தொடரமுடியாமற்போய்விட்டது. எழுதியவரையிலான முதல் பாகம் நூலாக வெளிவந்து பல பதிப்புகளைத் தாண்டி பெரும் வரவேற்புடன் விற்றுக் கொண்டிருப்பது எனக்கு மகிழ்ச்சி தருகிறது.

இதற்கிடையில் லைஃப்ஸ்கில்ஸ் பயிற்சிக்கான பல்வேறு பயிற்சி வகுப்புகளை நேரடியாக இளைஞர்களுக்கு நடத்திவருபவரும், அதற்கான பயிற்சி நூல்களை எழுதுவது முதல் லைஃப் ஸ்கில்ஸ் பயிற்றுநர்களைப் பயிற்றுவிப்பது வரை பல்வேறு விதங்களில் இத்துறையில் அனுபவம் மிக்கவரான என் நீண்ட நாளைய சிநேகிதி மா என்கிற ஏ.எஸ்.பத்மாவதி, நான் ‘அறிந்தும் அறியாமலும்’ போலவே வாழ்க்கைத் திறன்கள் குறித்தும் ஒரு நூல் எழுதவேண்டுமென்று என்னை வற்புறுத்தி வந்தார். அவர் வாழ்க்கைத் திறன்களை எய்ட்ஸ் பாதிப்புக்குள்ளானோருக்கு

பொருத்தமாக எப்படி பயிற்றுவது, சட்ட சிக்கலுக்குள்ளான சிறுவர் தங்கும் விடுதியில் உள்ளோருக்குப் பொருத்தமாக எப்படிப் பயிற்றுவது என்றெல்லாம் செயல்பட்டு வருபவர்.

பொதுமக்கள் அனைவருக்கும், இளைஞர்களுக்கும், சிறுவர்களுக்கும் பொதுவான வடிவில் வாழ்க்கைத் திறன்களை அறிமுகம் செய்யும் நூல் ஒன்று தேவைப்படுகிறது. அத்தகைய நூல் வெவ்வேறு துறை சார்ந்த பயிற்றுநர்களுக்கும் அடிப்படைகளை விளங்கிக் கொள்ள உதவும் என்று பத்மா சொல்லி வந்தார். இருவரும் சேர்ந்து அதை எழுதலாம் என்று முடிவு செய்தோம். முதல் ஆறு திறன்களை நானும் அடுத்த நான்கு திறன்களை அவரும் எழுதியிருக்கிறோம் என்றாலும், ஒவ்வொன்றிலும் என்ன வரவேண்டும், வரலாகாது என்பதை இருவரும் சேர்ந்தே தேர்வு செய்தோம். உலகெங்கும் பல்வேறு கல்வி அமைப்புகள், தொண்டு நிறுவனங்கள், ஐ.நாவின் உலக சுகாதார நிறுவனத்தின் வழிகாட்டுதலில் அவரவர் தேவைக்கேற்ப வாழ்க்கைத் திறன் அடிப்படை நூல்களை, பயிற்சி நூல்களைத் தயாரித்துள்ளன. அவற்றிலிருந்தெல்லாம் எமக்கு வேண்டியதைத் தொகுத்தெடுத்துக் கொண்டு, எனக்கும் பத்மாவுக்கும் இருக்கும் சமூகக் கண்ணோட்டம், மனித நேய, மனித சமத்துவ சார்பு என்ற சல்லடை வழியே சலித்தெடுத்து இந்நூலை எழுதியிருக்கிறோம்.

தமிழ்ச் சமூகத்திலும் இந்தியச் சமூகத்திலும் ஒவ்வொரு பிரிவினருக்கும், ஒவ்வொரு தொழிலினருக்கும், ஒவ்வொரு வயதினருக்கும் ஒவ்வொரு பாலினருக்கும் அவரவர் தேவைக்கென்றே வடிவமைக்கப்பட்ட மேலும் பல நூல்களை எழுத அடிப்படை ஆதாரமாக இந்த நூல் பயன்படத்தக்கது என்பதில் எங்களுக்குச் சந்தேகமில்லை. இது சுயமுன்னேற்றப் புத்தகம் என்ற பெயரில் வரும் நூல்களின் வகையைச் சார்ந்தது அல்ல. உன்னால் முடியும், கனவு காண் என்று உற்சாகப் படுத்தும் தொனி மட்டும் உடைய நூல் அல்ல இது. நம் பலம், பலவீனம் அனைத்தையும் அறிந்துகொண்டு நம்மை நாமே வடிவமைத்துக் கொள்ள உதவுபவையே லைஃப் ஸ்கில்ஸ்.

வாழ்க்கைத் திறன்கள் என்பதை நான் தனி நபர் முன்னேற்றம் சார்ந்ததாக மட்டும் பார்க்கவில்லை. அரசியல்வாதி, சினிமா படைப்பாளி, மருத்துவர், ஆடிட்டர், ஆசிரியர், எழுத்தாளர், அலுவலக ஊழியர் என்று சமூகத்தை பாதிக்கும் அனைத்துத் துறையிலும் ஆரோக்கியமான மாற்றங்கள் வருவதற்கு, நல்ல மதிப்பீடுகள் தழைப்பதற்கு நமக்குத் தேவைப்படும் பல்வேறு ஆயுதங்களில் வாழ்க்கைத் திறன்கள் முக்கியமானவை என்பது என் கருத்து. அதில் எங்கள் சிறிய பங்கு இந்த நூல்.

அன்புடன்
ஓர்

வனக்கம்-2

வாழ்க்கைத் திறன்கள் என்ற கருத்தாக்கம் எனக்கு அறி முகமானது 2005ல் தமிழ்நாடு மாநில எய்ட்ஸ் கட்டுப்பாட்டுச் சங்கத்தின் இணை இயக்குநராக பணியாற்ற ஆரம்பித்த பொழுதுதான்.

இளைஞர்கள் தங்களுடைய எளிதில் வயப்படும் தன்மையினால் எதிர்கொள்ளக்கூடிய பிரச்சினைகளில் இருந்து தற்காத்துக் கொள்ள வாழ்க்கைத் திறன்கள் எவ்வாறு உதவுகிறது என்று உலகளாவிய அளவில் வெவ்வேறு நாடுகளில் செயல்படுத்தப்பட்ட திட்டங்கள் பற்றி நான் விளக்கமாக அறிய முடிந்தது, இந்த கால கட்டத்தில்தான்.

ஒரு பயிற்றுநராக, நூற்றுக்கணக்கான பயிலரங்குகள் நடத்தியதும் ஆயிரக்கணக்கான மக்களைச் சந்தித்ததும் வாழ்க்கைத் திறன் பற்றிய அறிவை விசாலப்படுத்தின. என் நண்பர்கள் ஆற்றுநர் திரு. பிரமோத், டாக்டர். மஹாராஜன், டாக்டர். அமுதா போன்றோரின் அறிமுகம், வாழ்க்கைத் திறன் பற்றிய நடைமுறை அறிவை ஆழப்படுத்தியதோடு, நுட்பமானதாகவும் ஆக்கியது.

வெவ்வேறு பயிலரங்குகளில், என்னைப் போல் பலரும் அவர்களுக்கு 10 திறன்களில் மிகவும் பிடித்தது, பிறர் நிலையில் நின்று உணர்தல் (எம்ப்பதி) என்று பயிலரங்கின் இறுதிப் பகிர்வில் கூறும்போது, கண்களின் ஈரம் கசியும்.

சக மனிதர்கள் மேல் பரிவும், கரிசனமும், மரியாதையும் கொள்ள வேண்டியதை உணர்ந்து விட்டால், நாம் எல்லோரும் அன்பு மயமான உலகைக் கட்டமைத்துவிட முடியும் என்று நம்புகிறவள் நான்.

உடல்நலத்தையும் வாழ்க்கைத் திறன்களையும் இணைத்து மட்டுமே பணிபுரிந்த வேளையில், சமூக பாதுகாப்புத் துறை கீழ் உள்ள இல்லங்களில், பிரச்சினைகளோடு உழுவும் சிறார்களுக்கு வாழ்க்கைத் திறன் கல்வி மூலம் வாழ்வு பற்றிய நம்பிக்கையை ஊட்டுவது பற்றிய திட்டத்தில் பங்கேற்றது பெரும் சவால். சிறுவயதில் இருந்து எந்தவிதமான வழிகாட்டுதலும் கிடைக்காத நிலையில், சந்தர்ப்பச்

தழலால், பிரச்சினைகளில் மாட்டிக் கொண்டவர்களுக்கு, உடல்நலம் சார்ந்த வாழ்க்கைத் திறன் பயிற்சி மட்டும் போதாது என்று புரிந்தது.

பிறர் பொருளுக்கு ஆசைப்படாதிருத்தல், உரிமையும் கடமையும் எப்படி ஒன்றோடொன்று இணைந்தவை, மற்றவர்கள் வலி உணர்தல், தன்னைத் தானே நேசிக்கவும் மதிக்கவும் கற்றல் பற்றியெல்லாம் ஆழமாக அவர்களுடன் பேச வேண்டி இருந்தது.

பயிலரங்கில் கலந்து கொண்ட சிறுவன் ஒருவன், குழந்தைகள் நீதிமன்றத்தில், நீதிபதியிடம் வாழ்க்கைத்திறன்கள் பற்றிய இம்மாதிரியான விஷயங்கள் முன்பே கிடைத்திருந்தால், நான் இங்கே வந்திருக்கவே மாட்டேன் என்று சொன்னதாக அறிந்த பொழுது வாழ்க்கைத் திறன்களை சமூகத்தின் அனைத்து தரப்பினருக்கும் கொண்டு போவதற்கான அவசரமும் அவசியமும் உறைத்தன.

சமூகப் பாதுகாப்புத் துறையுடன் இணைந்து, அந்தக் குழந்தைகளுடன் உறவாடி, அவர்கள் வாழ்க்கை அனுபவங்களை கேட்டு, அவர்களுக்கான வாழ்க்கைத் திறன் பயிற்சி புத்தகத்தை உருவாக்கினேன். இதே போல் இல்லத்தரசிகளுக்கு, தன்னார்வத் தொண்டு நிறுவன பணியாளர்களுக்கு, பள்ளி மாணவர்களுக்கு, கல்லூரி மாணவர்களுக்கு, பெற்றோர்களுக்கு என வெவ்வேறு பிரிவினருக்கும் இந்த பயிலரங்கை நடத்தியது நல்ல அனுபவமானது.

இளைஞர் மேம்பாட்டுக்கான ராஜீவ் காந்தி தேசிய கல்வி நிறுவனத்தின் ஆலோசகராக பணியாற்ற வாய்ப்பு கிடைத்த பிறகு, கடந்த மூன்று வருடங்களில் தேசிய அளவில் வாழ்க்கைத் திறன் தொடர்பான பல்வேறு பயிற்சியாளர்களையும், ஏராளமான புத்தகங்களையும் வாசிக்க முடிந்த வாய்ப்பு நிறைவைத் தந்தாலும், ஒவ்வொரு முறை தமிழில் பயிலரங்கை நடத்தும் பொழுதும் இறுதியில் ஒரு சங்கடத்தை சந்திக்க நேரிடும்.

வாழ்க்கைத் திறன்கள் பயிலரங்கினை முடித்த பிறகு 'தமிழில் வாழ்க்கைத் திறன்கள் பற்றி நூல்கள் இல்லையா? தொடர்ந்து படிக்கவும் நாங்கள் எங்கள் வாழ்வில் பின்பற்றவும், பிறரோடு பகிரவும் என்ன செய்வோம்?' என்று பலரும் கேட்பார்கள்.

இந்த நெருடல்தான் இந்த புத்தகத்தை எழுதுவதற்கான உந்துதலை அளித்தது. ஒவ்வொரு பயிலரங்க அனுபவத்தையும் ஞாநியுடன் பகிரும்போது அவற்றைப் பற்றி எழுது எழுது என்று சொல்லிக் கொண்டே இருந்தார். பயிற்சியாளர்களுக்கான புத்தகம் எழுதுவது மட்டுமே முன்னுரிமை ஆகிவிட்டதில், நால் எழுதும் சோம்பல் வந்துவிட்டது.

என் அனுபவங்களை எழுதுவதற்கும் முன்னால் வாழ்க்கைத் திறன்கள் பற்றிய ஓர் அடிப்படை நூல் தமிழில் தேவை என்று நினைத்தேன். ஞாநி இன்னமும் எளிமையாக எழுதக்கூடும் என்பதால் அவரையே

எழுதச் சொன்னேன். ஆக, புத்தகம் தள்ளிப் போய்க் கொண்டே இருந்தது. கடைசியில் கூட்டு முயற்சி இருவருக்கும் உந்துதலைத் தரக்கூடும் என்பதால் சேர்ந்து எழுத முற்பட்டோம்.

இந்த நூலினால் ஒரு வாசகரின் வாழ்க்கையில் நல்ல மாற்றம் வருமானாலும் இருவரும் மகிழ்வோம். ஒவ்வொரு வாசகர் வாழ்க்கையிலும் மாற்றம் வரும் என்பதே எங்கள் நம்பிக்கை.

சென்னை
ஜனவரி 2010

அன்புடன்
ஏ.எஸ்.பத்மாவதி (மா)

படிப்பதற்கு முன்பு

இந்தப் புத்தகத்தை ஒரே மூச்சில் படித்து முடித்துவிடாதீர்கள். ஒவ்வொரு வாக்கியத்தையோ பத்தியையோ படித்த உடன், அதை அசை போடுங்கள். அதன் பின் அடுத்த வாக்கியத்தை, பத்தியைப் படியுங்கள். இந்தப் புத்தகம் அப்போதுதான் உங்களுக்கு மிகுந்த பயனுள்ள நூலாக அமையும்.