

සාර්ථකත්වයේ නොපෙනෙන රහස්!

විලක පිහිනන හංසයකු දැක්කහම අපට හිතෙනවා උග කොච්චර පහසුවෙන් කිසිම ආයාසයකින් තොරව බොහොම හැඩට විලේ වීහා කොනේ ඉඳන් මෙහා කොනට පාවෙනවා කියලා. හැඩැයි ටිකක් ලංවෙලා බලනකොට තමයි අපට පැහැදිලි වෙන්නේ මේ හංසයා කොතරම් වේගයෙන් නොනවත්වා උගේ කකුල් දෙක ගසමින් මේ ගමනේ හිරත වෙලා ඉන්නවද කියලා. චිතකොට තමයි අපිට තේරෙන්නේ උග කොච්චර මහන්සියක් ගන්නවද මේ සමබරතාවය රැකගන්න කියලා.

අපිට අසන්න ලැබෙන, අපි දකින, අපට මුහුණපෙන, ජීවිතය සාර්ථක කරගත් පුද්ගලයන්ගේ කතාවක් මේ හා සමානයි. ඔවුන් අත්පත් කරගත් සාර්ථකත්වයේ ගමනත් ඉතාම පහසුවෙන් ආ ගමනක් කියලා සමහරෙකුට සිතන්න ඒ ගමන බොහොම අභියෝග වලින් පිරුණා, පසුබෑම් හා පරාජය වීම තුලින් ගමන්කල , කැපවීමෙන් හා දැඩි උත්සාහයෙන් ආ ගමනක් බව පැහැදිලි වෙනවා.

ශ්‍රී පාදස්ථානයට යන්න තීරණය කරන අයට, එහි ලඟා වෙන්න පුළුවන් පාරවල් කිහිපයක්ම තියෙනවා. ඒ වගේම තමයි සාර්ථකත්වයට ලඟාවිය හැකි මාවත්, ක්‍රමවේදයන්ද එකකට වඩා තිබිය හැකියි. හැඩැයි මොන පාරෙන් ශ්‍රී පාදස්ථානයට යන්න තීරණය කළොත්, කන්ද නගින්න වෙනවාමයි. ශීතලට මුහුණ දෙන්න වෙනවා. කකුල් දෙක රිඳෙනවා. වෙහෙස මහන්සිය දැනෙනවා.

මේ වගේම තමයි, ඔබ සාර්ථකත්වයට පත්වීමට තීරණය කළොත් ඔබටත් ප්‍රශ්න වලට මුහුණ දීමට සිදුවෙනවා. නොයෙක් විදියේ අභියෝග පැමිණෙනවා. පසුබෑම් වලට ලක්වෙනවා. හිත් රිදීම් වලට මුහුණ දෙන්න සිදුවෙනවා. ඒක දරාගෙන දැඩි කැපවීමෙන් කටයුතු කළයුතු වෙනවා.

මම මෙහෙම කියනකොට, සමහර පුද්ගලයන්ගේ සාර්ථකත්වය බොහොම ලෙහෙසියෙන් ලඟා කරගත් දෙයක් කියලා අපිට හිතන්න මතක තබාගත යුත්තේ අර විලේ පිහිනන හංසයා වගේ අපිට නොපෙනෙන සේ නොකඩවා සිදුවන දැඩි කැපවීමයි, මහන්සිවීමයි. උත්සාහය, නොනවතී ක්‍රියාත්මක වීම හා අභියෝග වලට මුහුණ දීම සාර්ථකත්වය කරා යන ගමනක අභිචාරය අංගයන්ය.

මෙලෙස සාර්ථකත්වය කරා යථාර්ථවාදීව යන ඔබට වියට අත්වැලක් කරගත හැකි කරුණු තුනක් මා අද හඳුන්වා දෙන්නම්.

- 1) ඔබට පැමිණෙන අභියෝගය හෝ ප්‍රශ්නය. එහි යථා ස්වරූපයෙන්ම පමණක් දැකීම (ඊට වැඩියෙන් නොදැකීම)

උදාහරණයක් ලෙසට ඔබට ඔබේ රැකියා ස්ථානයේ යම් ගැටළුවක් මතුවුනා කියා සිතමු. දැන් මේ ගැටළුවට යථා ස්වරූපයෙන්ම එහි ඇත්ත තත්වයෙන්ම දකිනවා. ඇත්තටම මේ ප්‍රශ්නයට හේතුව නොයාගන්නවා. ඒක ඇතිවුනේ කොහොමද? වියට මුල්වුනේ මොකද්ද කියලා නොයාගන්නවා. මේ අතරතුර නොකල යුත්ත තමයි. "මේ ප්‍රශ්නය නිසා මෙහෙම වෙයි - චිතකොට මගේ කාර්යාලයේ අහිත් අයයි, මගේ කලමණාකාර තුමයි මං ගැන වැරදියට හිතයි - ඊට පස්සේ මාව අස්කරයි - චිතකොට මට රස්සාවක් නැතිවෙයි - මගේ ගෙදර අයට බඩගින්නේ ඉන්න වෙයි" යනාදී වශයෙන් සිතීම. මේ විදියට ප්‍රශ්නයට නැති බරක් එකතු

කිරීමට යාමෙන් සිද්ධවෙන්නේ ඔබ විසඳුමෙන් අත්වීමයි. එනිසා ගැටළුව හෝ අභියෝගය එහි නියම ස්වභාවයෙන් දැකීම ඉතා වැදගත්!

- 2) දෙවැනි කරුණ තමයි පළමු පියවරෙන් පසුව, අභියෝගය හෝ ප්‍රශ්නය තිබෙන ස්වරූපයෙන් වෙනස්ව යහපත්ව දැකීම.

ඒ කියන්නේ දැන් මේ කාර්යාලයේ මතුවෙව්ව ප්‍රශ්නයට විසඳුම සොයාගැනීමත් සමගම සියල්ල වෙනස් වෙන විදිය දැකීම. ඒ නිසා කළමණාකාරතුමා හා ඔබේ මිතුරන් ඔබ ගැන පැහැදීම - කාර්යාලය තුළ සුභදතාවය වර්ධනය වීම - රැකියාව තුළ ජයග්‍රහණ ලබා ගැනීම වැනි සුභවාදී පින්තූර දැකීම. එය සාර්ථකව විසඳාගැනීම නිසා ජීවිතයේ වන යහපත් වෙනස දැකීම. මෙය පළමු පියවර තරමටම වැදගත් වනවා.

- 3) තුන්වැනි පියවර තමයි, ඒ යහපත් දර්ශනය ලබා කර ගැනීමට අවශ්‍ය ක්‍රියාකාරකම් ආරම්භ කිරීම.

ඔබ හරි ආකාරව, යථා ස්වරූපයෙන් දුටු ගැටළුව, ඔබ විත්ත රූප හරහා මවාගත් සුභවාදී අවස්ථාව දක්වා රැගෙන යාමට අවශ්‍ය පියවර සටහන් කරගනිමින් ඒවා ක්‍රියාවට නැංවීම. මෙහිදී ඉහත උදාහරණයට අනුව නම් මුලින්ම එම ප්‍රශ්නය ගැන කළමනාකාර තුමා සමඟ සාකච්ඡා කරමින් එය විසඳා ගැනීමට අවශ්‍ය පියවර එකින් එක හිමකිරීම.

යම් පුද්ගලයකු යථාර්ථවාදීව තම ගැටළු හා අභියෝග හඳුනාගෙන, ඒවා සුභවාදීව නිමාවූ විත්ත රූප මවා ගනිමින් ක්‍රියාත්මක වනවා නම් එම පුද්ගලයා තම ඉලක්කය කරා සාර්ථකව ලඟා වෙනවා ඇත.

නුවන් සමරපති
Personal Development Trainer
කනා - U Turn
0450 265 167
www.promindsworld.com