

- ඔයා ප්‍රතික්ෂේප වෙලා තියෙනවාද? -

මම ඔබෙන් මෙහෙම ප්‍රශ්නයක් ඇහුවොත්,

'ඔබ ඔබේ ජීවිතය තුළදී කීවතාවක් ප්‍රතික්ෂේප වෙලා තියෙනවාද?'

ඒ ප්‍රතික්ෂේප වීම් ආදරයේදී, රැකියාවේදී, අධ්‍යාපනයේදී හෝ සමාජ සබඳතා වලදී වෙන්න පුළුවන්. සමහර කෙනෙක් කියන්න පුළුවන් එයාගේ මුළු ජීවිතේම තියෙන්නෙ ප්‍රතික්ෂේප වීම් විතරයි කියලා. නමුත් ඇත්තටම මම කියනවා ඔබ හෝ මම අපි කිසිම කෙනෙක් කවදාවත් ප්‍රතික්ෂේප වෙලා නැහැ කියලා. එහෙම වෙන්නේ කොහොමද කියන එක ගැනයි අද මම කතාකරන්න සූදානම් වෙන්නේ.

ප්‍රතික්ෂේපවීම් කියන දේ ඔබ මම අපි හැමකෙනෙක්ම විවිධ අවස්ථා වල විවිධ ආකාරයට අත්විඳලා තියෙන දෙයක්. ප්‍රතික්ෂේප වීම කියන හැඟීමට අපි බොහොම බයයි. ජීවිතේ සමහර තීරණාත්මක අවස්ථාවල අපි ප්‍රතික්ෂේප වේවිද කියන සැකයෙන් පීඩා විඳිනවා.

අපි මුලින්ම බලමු මෙතවාද මේ ප්‍රතික්ෂේපවීම් කියන්නේ කියලා. ප්‍රතික්ෂේපවීම් ඇතිවෙන අවස්ථා උදාහරණ කිහිපයක් විදියට ගත්තොත් එතනදී අපිට මේක පැහැදිලි කරගන්න ලේසියි. හිතන්නකො ඔබ ආදරය කරන කෙනෙක් ඔබව ප්‍රතික්ෂේප කරනවා කියලා. එවැනි දෙයක් වෙන්න හේතු විදිහට දෙදෙනා අතර නොගැළපීමක්, හාහිරිත් පැමිණෙන විරෝධයක් හෝ දෙදෙනාගෙන් කවුරුත් හෝ කරන වරදක් හේතුවෙන්න පුළුවන්.

එහෙමත් නැත්නම් අසාධාරණ විදිහට ඔහුගේ හෝ ඇයගේ වෙනත් සම්බන්ධයක් නිසා ඒ ප්‍රතික්ෂේප වීම සිදුවෙන්න පුළුවන්. රැකියාවක් ගත්තොත් සමහර විට ඔබ සම්මුඛ පරීක්ෂණයකදී හෝ උසස්වීමක් සඳහා වන අවස්ථාවක ප්‍රතික්ෂේප වීමට ලක්වෙන්න පුළුවන්. සමාජ සබඳතා ගැන කතා කළොත් ඔබට මිතුරන් හෝ හිතවතුන් නැතිවීම හෝ ඔබ ගැවසෙන පරිසරයේ ඔබ හුදකලා වීමකට ලක්වෙලා තියෙන්න පුළුවන්.

මේ සෑම අවස්ථාවකම තිබෙන ප්‍රධාන සහ පොදු ලක්ෂණය තමයි ඔබ ප්‍රතික්ෂේපයි කියලා ඔබව බැහැර කරන පාර්ශවය ඔවුන්ගේ රුචි අරුචිකම් මත නිර්ණායක කිහිපයක් ඔබ තුළින් බලාපොරොත්තු වීමයි. හොඳින් මතක තබාගන්න වෙනත් කෙනෙකුගේ නිර්ණායකයන්ට අනුගත නොවීම ඔබ ප්‍රතික්ෂේපිත පුද්ගලයෙක් බවට පත්වීමට කිසිසේත්ම හේතු වෙන්නේ නැහැ. ඒ වගේමයි ප්‍රතික්ෂේප වීමක් විදිහට අපේ ජීවිත වලට එන පන්තරයන් හඳුනාගන්න අපි මධ්‍යස්ථව ජීවිතය දිහා බලන්න පුරුදු වීම ඉතා වැදගත් වෙනවා.

ව්‍යාපාරයක කඩාවැටීම් නිසා ඔබ ප්‍රතික්ෂේප වී තිබෙනවා නම් මතක තබාගන්න කඩා නොවැටෙන සහ කඩා නොවැටුණු ව්‍යාපාර කිසිවක් ලෝකයේ නොමැති බව. අද ලෝකයේ අතීතය ජනප්‍රිය සහ සාර්ථක ප්‍රමුඛ පෙළේ සන්නාම සහිත ව්‍යාපාර ගත්තොත් ඒ සෑම ව්‍යාපාරයකම අසාර්ථකවීම්, බිඳවැටීම් දසදහස් ගණනක් තිබෙනවා. මතක තබාගන්න ඒ අසාර්ථකවීම් හා ප්‍රතික්ෂේපවීම්ම තමයි ඔවුන්ව සාර්ථකත්වය වෙත රැගෙන අවේ. මොකද, ඒවා ඔවුන්ට වටිනා පාඩම් කියාදීලා ඔවුන්ව සාර්ථකත්වය වෙත මෙහෙයවා තිබෙනවා.

ආදරයේදී ඔබේ වරදක් අඩුපාඩුවක් නිසා ගැටලුවක් පැන නැගෙනවා නම් එතනදී තමාගේ වරද තේරුම් ගන්න ඔබ නිහතමානී විය යුතුයි වගේම ඒ වැරදි දුර්වලතා හදාගන්න ඔබ කටයුතු කළ යුතුයි. ඒ වගේම ඔබව රැවටීමකින්

සම්බන්ධයක අවසානය සිදුවෙනවා නම් ඔබ සතුටු විය යුතුයි සම්බන්ධතාවයේ අවසානය දක්වාම ඔබ අවංකව කටයුතු කිරීම ගැන.

රැකියාවක ප්‍රතික්ෂේප වීමකට හේතුවෙන්නේ ඔබේ සුදුසුකම් වල අඩුපාඩුවක් නම් ඔබට ඕනෑම මොහොතක පුළුවන් ඒ අඩුව අවබෝධ කරගෙන මහන්සිවෙලා ඒ සුදුසුකම් ලබාගන්නත් ඒ ඔස්සේ පෙරටත් වඩා ඉහල අවස්ථාවක් ලබාගන්නත්. නමුත් ඒ බලාපොරොත්තුවන සුදුසුකම ප්‍රධානියාට කේළාම් කීම හෝ මනුෂ්‍යත්වයට නුසුදුසු වන දෙයක් නම් ඔබ සතුටු වෙන්න ඒ ප්‍රතික්ෂේපවීම ගැන.

සමාජ සම්බන්ධතා වලදී ඔබ ප්‍රතික්ෂේප වීම් වලට ලක්වෙන්නේ ඔබේ දුර්වලතා නිසා නම් මම කලින් කිවවා වගේ නිහතමානීව ඒ වැරදි හදාගන්න. නමුත් එහෙම වෙන්නේ ඔබ ඔවුන්ගේ රුචි අරුචිකම් මත කටයුතු නොකිරීම හෝ ඔවුන්ගේ මත පිළිනොගැනීම නිසා නම් ඒ ප්‍රතික්ෂේප වීම ගැනත් සතුටු වෙන්න. මොකද ඔබ ජීවත්විය යුත්තේ ඔබ ලෙසම ඕසක් තවත් අයෙකුගේ මතයන්ට අනුව නොවෙයි.

තවමත් අධ්‍යාපනයේ නියැලෙන ඔබ විභාගයකින් අසමත් වෙනවා කියන්නේ ඔබ ප්‍රතික්ෂේපවීමක් නෙවෙයි. ඔබ ඒ විභාගය වෙනුවෙන් මීටත් වඩා කැපවීමෙන්, නිසි සැලසුමකින් සහ ධෛර්යකින් මුහුණදීම අවශ්‍ය බවයි එතනින් කියවෙන්නේ. එසේ කටයුතු කරනවා නම් අනිවාර්යෙන්ම ඔබට එම කඩඉම ජයගන්න හැකියාව තිබෙනවා.

ඔබ දන්නවාද, එක්තරා තරුණයෙක් රැකියා සම්මුඛ පරීක්ෂණ 30කින් ප්‍රතික්ෂේප වුණා. උසස් අධ්‍යාපනය වෙනුවෙන් භාවර්ධ විශ්වවිද්‍යාලයට ඇතුළත් වීමට ගත් උත්සාහයන් 10කින්ම ඔහු ප්‍රතික්ෂේප වෙනවා. KFC අවන්හලේ රැකියාව සඳහා ඉල්ලුම් කරපු 24 දෙනෙකුගෙන් 23දෙනෙක්ම තොරා ගනිද්දී ඔහු පමණක් ප්‍රතික්ෂේප වෙනවා. දළ වශයෙන් ගණන් හදලා බලන්න ඔහු මේ කතාව තුළ 40 වතාවකට වැඩිය ප්‍රතික්ෂේප වෙලා තියෙනවා. කල්පනා කරලා බලන්න මේ පුද්ගලයා කිසිම අවස්ථාවක ඔහු පිළිගෙන නැහැ ඔහු ප්‍රතික්ෂේප වූ කෙනෙක් කියලා. බැරි වෙලාවත් එහෙම වුණා නම් අපිට මෙතන ප්‍රතික්ෂේප වීම් 40ක් ගැන කතා කරන්න ලැබෙන්නේ නැහැ. ඔහු ඔහුව විශ්වාස කලා. තමන්ගේ හෙට දවස වෙනුවෙන් වැඩ කලා. ඒ අපූරු මිනිසා අද චීනයේ ධනවත්ම මිනිසා සහ ලෝකයේ ඉහළම ධනවතුන් අතර කෙනෙක්. විශේෂිතම දේ තමයි ඔහු ඔහුව ප්‍රතික්ෂේප කළ සමාජයෙන්ම ගෞරවය ලබන කෙනෙක්. ඔහු චීනයේ ලොකුම ධනවතා අලි බාබා නිර්මාතෘ ජැක්මා.

තවත් ඇමරිකානු ජාතිකයෙක් හිටියා ඔහු තමන්ගේ වයස අවුරුදු 65 වනතෙක්ම සමාජයෙන් ප්‍රතික්ෂේපවීම් වලට ලක්වූ කෙනෙක්. ඒ ප්‍රතික්ෂේපවීම් කොතරම් ඔහුට බලපෑම් කළාද කිව්වොත් ඔහු මහලු වියේදීම කිහිපවරක්ම සියදිවි නසාගන්න උත්සහ කලා. නමුත් එක්තරා දවසක් ඔහු තීරණය කරනවා ඔහු ගැන විශ්වාස කරන්න. ඒ විශ්වාසය ප්‍රතික්ෂේපවීම් නිසා බිඳ වැටුණු ඔහුගේ ජීවිතය සුන්දර කරන්න සමත්වුණා. ඔහු තමයි ලොව ප්‍රකට KFC අවන්හල් ජාලයේ නිර්මාතෘ කර්නල් ඩේවිඩ් සැන්ඩර්ස්.

සැබවින්ම ප්‍රතික්ෂේපවීම් ලෙසින් අපේ ජීවිත වලට එන්නේ අපේ දුර්වලතා හා ශක්තීන් හඳුනාගැනීම සඳහා වන අවස්ථායි. ඒ නිසා ඒ අවස්ථා හඳුනාගන්න. අතීතය කොතරම් දුෂ්කර දැයි සිතමින් දුක්වෙන්න එපා. ඔබට ඔබේ ජීවිතය ඕනෑම මෙහොතක අලුතින් ආරම්භ කරන්න පුළුවනක්ම තියෙනවා. මම ඔබට යෝජනා කරන්න කැමතියි එතනදී මේ කොන්දේසි තුන මත ඔබ කටයුතු කරන්න.

* පළමුවැන්න ඔබ ඔබගැන සහ ඔබේ හැකියාවන් පිළිබඳ විශ්වාස කරන්න.

* දෙවැන්න මැදිහත් සිතින් ඔබේ ජීවිතය දිහා බලන්න.

* තුන්වැන්න කුමන තත්වයකදී වුවත් ඔබේ මනුෂ්‍යත්වය අත්නොහරින්න.

හොඳින් මතක තබාගන්න ප්‍රතික්ෂේප කිරීම් කියන්නේ තවත් අයෙකුගේ නිර්ණායක මත පදනම් වූණු මතයන් මිස ඔබේ යථාර්ථය නෙවෙයි. ඔබට ඕනෑම මොහොතක ඒ මතයන් වෙනස් කල හැකියි. මේ නිසයි මම ඔබට කියන්නේ ඔබ,මම හෝ අපි කිසිවෙක් කවදාවත් ප්‍රතික්ෂේප වී නොමැති බවත් ප්‍රතික්ෂේප වන්නේද නැතිබවත්.